༄༅། །རྣམ་གྲོལ་ལག་བཅངས་སུ་གཏོད་པའི་མན་ངག་ཟབ་
མོ་ཚང་ལ་མ་ནོར་བ་མཚུངས་མེད་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་
ཐུགས་བཅུད་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཉམས་
ཁྲིད་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་བཅུད་
བསྡུས་གདམས་ངག་བདུད་རྩིའི་
སྙིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ།།

2

མཛད་པ་པོ། ཁ་སྐྱབས་རྗེ་ཡོངས་འཛིན་ཁྲི་བྱང་རྡོ་རྗེ་འཆང་།

བརྗོད་བྱ། སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ།

1994

掌中解脫

——菩提道次第二十四天教授——

2

第一世帕繃喀仁波切開示
第三世墀江仁波切筆錄整理
仁欽曲札譯

從之聽法。《甘露藏》中說：

302 **「今生如理取悅師，其等流果於諸生，**
值遇殊勝善知識，得聞圓滿無誤法。」

己七、不墮惡趣

如果我們能如理依止善知識的話，上師對我們的申斥等能消除我們的惡趣能引業、從而不墮惡趣。過去，每當格西堆隴巴見到格西拉索瓦時，總是對他一味地呵斥。拉索瓦的弟子娘摩瓦對此心懷不滿，口出謗言。拉索瓦卻說：「不要這樣講！上師像這樣對我每作一次呵斥，不啻如嘿汝嘎親作加持一次！」卓貢・藏巴嘉惹[20]說：

「捶打是灌頂，由此得加持，
責罵即猛咒，能除諸中斷。」

說明上師的打罵能消除我們的惡趣業，《地藏經》中說：

「爲彼攝受者，應經無量俱胝劫中流轉惡趣所有諸業，然於現世因疾疫等，或饑饉等損惱身心而得清淨，下至呵責或唯夢中亦能清淨，雖於無量俱胝
303 **佛所種諸善根，謂行布施或護學處所生者，然彼以一上午即能映蔽。」**

己八、無難成辦現前與究竟一切利益

此節如同依師利益的總結，簡言之，如理依止上師是世間、出世間一切功德的根本。從最下不墮惡趣乃至最上成佛之間的一切幸福快樂，依靠上師都能

[20] 法名爲耶協多傑（智金剛，1161～1211），林日巴・貝瑪多傑的上首弟子，主巴噶舉祖師。

བཞིན་བྱས་ན། ཕྱི་མར་བྱམས་འཇམ་དབྱངས་ལྟ་བུའི་བླ་མ་དང་མཇལ་ཞིང་ཆོས་ཐོས་པ་འོང་། དེ་ལྟར་ཡང་བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས། ཚེ་འདིར་བླ་མ་ཚུལ་བཞིན་མཉེས་བྱས་པའི། །རྒྱུ་མཐུན་འབྲས་བུས་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཆོག་དང་མཇལ་འགྱུར་ཞིང་།། ཚང་ལ་མ་ནོར་དམ་ཆོས་ཐོས་པར་འགྱུར། །ཞེས་སོ། །

བདུན་པ་ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་བ་ནི། བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱས་ན། དེས་བཀའ་བསྒོས་པ་ཚུན་གྱིས་ངན་སོང་དུ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཟད་ནས། དེར་མི་སྐྱེ་བ་ཡིན། དགེ་བཤེས་ལྷ་བཙོ་བས་དགེ་བཤེས་སྟོད་ལུང་པ་ནམ་མཇལ་རེས་ཀྱིས། ལྷ་བཙོ་བ་ལ་བཀའ་བསྒོ་འབའ་ཞིག་མཛད་པས། རང་གི་སློབ་མ་ཉག་མོ་བས་སྐུར་བ་བཏབ་པ་ན། དེ་སྐད་མ་ཟེར༑ ང་ལ་དེ་ལྟར་མཛད་རེས་ཀྱིས་ཧེ་རུ་ཀས་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པ་འདྲ་བ་རེ་འོང་བ་ཡིན། ཞེས་དང་། འགྲོ་མགོན་གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཀྱིས། བརྡུང་གདག་བྱུང་ན་དབང་བསྐུར་ཡིན། ། བྱིན་རླབས་འཇུག་ན་དེ་ལ་འཇུག །བཀའ་བསྒོ་དྲག་པོ་དྲག་སྔགས་ཡིན། །བར་ཆད་ཐམས་ཅད་དེ་ཡིས་སེལ། །གསུངས་པ་བཞིན་ངན་སོང་གི་ལས་ཟད་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་དང་། སའི་སྙིང་པོའི་མདོ་ལས། དེས་ཟིན་པ་ནི་བསྐལ་པ་བྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་ངན་འགྲོར་འཁྱམ་པར་འགྱུར་བའི་ལས་རྣམས་ཚེ་འདིར་རིམས་ལ་སོགས་པའམ་མུ་གེ་ལ་སོགས་པ་ལུས་དང་སེམས་ལ་གནོད་པ་འབྱུང་བས་བྱང་བར་འགྱུར་ཏེ་ཐ་ན་བཀྲུད་བཀག་གམ་རྨི་ལམ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་བྱང་བར་འགྱུར་རོ།། དེ་ལ་སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་དགེ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པ་སྦྱིན་པའམ་བསླབ་པ་བསྲུང་བ་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་སྔ་དྲོ་གཅིག་གིས་ཟིལ་གྱིས་གནོན་ཏོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ལུང་ལྟར་བསམ།

བརྒྱད་པ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་འགྲུབ་པ་ནི། སྡོམས་ལྟ་བུ་སྟེ། མདོར་ན་བླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པ་འདི་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་ཞིང་། ཐ་ན་ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་བའི་ལེགས་

不費力地獲得。宗喀巴大師說：

「一切功德之基具恩主，如理依止乃是道根本。」[21]

《甘露藏》中說：

「總之依師於現前，離無暇得天人身，
究竟盡諸輪迴苦，能獲決定善妙位。」

304 阿底峽尊者說：「我依止的上師雖然多達一百五十二位，但沒有一位不放在心上的。」由於尊者的依師法十分出色，所以他在印、藏二地的事業才會量等虛空，獲得如此這般的成就。

戊二、不依止與不如法依止之過患

不依止的過患，正好與上述八種依止利益相反，也就是「不能趨近佛位」等等。不如法依止的過患也有八種。如果我們在決定依止以後，又不如法依止的話，過失將極爲嚴重。所以，我們應該先認真地觀察能不能依止某位上師，然後再決定是否要向其求法。

己一、若輕毀上師即輕毀諸佛

上師代表一切佛的總體前來度我，如果輕視毀謗上師，就是輕視毀謗一切
305 佛。對一位佛尚需視爲非同小可的對象，更何況是一切佛呢！如果說法者有說
法之心，聽者有聽法之心而從說法者處聽受一句以上的佛法，這位說法者就是
此處所說的「上師」。

我們通常會十分小心地依止某位名氣較大的上師，而怠慢其他像教字母的啓蒙老師等，這樣作是不對的。例如，傑・珠康巴在對他的啓蒙老師還俗一事未生淨相[22]之前，不能生起任何證德。《甘露藏》中也說：

[21] 《功德之基頌》首句。
[22] 意爲專視上師功德，不計較表面過失。

ཚོགས་ནས་བཟུངས། ཡ་གིའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ལེགས་ཚོགས་ཀྱི་བར་ཐམས་ཅད་བཤེས་གཉེན་ལ་བརྟེན་ནས་འབད་མེད་དུ་འགྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། རྗེ་བླ་མས། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་དྲིན་ཅན་རྗེ། །ཞེས་སོགས་དང་། བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས། མདོར་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པས་གནས་སྐབས་སུ། །མི་ཁོམ་ལས་ཐར་ལྷ་མིའི་རྟེན་བཟང་ཐྲེད། །མཐར་ཐུག་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་ཟད་དེ། །ངེས་ལེགས་གོ་འཕང་དམ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་བླ་མ་བརྒྱ་དང་ལྔ་བཅུ་རྩ་གཉིས་བསྟེན་ཀྱང་གཅིག་གིས་ཀྱང་ཐུགས་ལ་མ་བཏགས་པ་མེད་གསུངས་པ་ལྟར་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ལེགས་པར་མཛད་པས་རྒྱ་བོད་གཉིས་ན་མཛད་འཕྲིན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་བྱུང་བ་སོགས་ལྟར་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནས་གཉིས་པ་མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། གོང་གི་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན་བརྒྱད་ལས་ལྡོག་པ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་མི་ཉེ་བ་སོགས་སོ། །བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པའི་ཉེས་དམིགས་ལ་བརྒྱད་ཡོད། བླ་མ་དང་པོར་བསྟེན་ནས་མཇུག་ཏུ་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་ན་ཤིན་ཏུ་ཉེས་པ་ཆེ་བས་དང་པོར་བསྟེན་རུང་དམ་མི་རུང་སོགས་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་ཆོས་ཞུ་བ་དགོས། ཉེས་དམིགས་དང་པོ་བླ་མ་ལ་བརྙས་སྨོད་ཕྱིར་ན་རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་བརྙས་པ་ནི། བླ་མ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྱུ་གཟུགས་རང་འདུལ་ཆེད་དུ་བྱོན་པ་འཕྲུལ་མི་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་དེ་ལ་བརྙས་སྨོད་ཕྱིར་ན་ནི། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་བརྙས་སྨོད་བྱས་པ་སྟེ། རེ་ཞིག་སངས་རྒྱས་གཅིག་ལའང་ཡུལ་གཉན་པར་བལྟ་དགོས་ན། སངས་རྒྱས་ཀུན་ལ་སྨོད་པར་བྱེད་པས་ཇི་ལྟར་འགྱུར། དེ་འདྲའི་བླ་མ་ནི་འཆད་པ་པོས་འཆད་འདོད་དང་། ཉན་པ་པོས་ཉན་འདོད་ཀྱིས་ཚིག་གཅིག་ཙམ་ཡན་ཆད་ཉན་ཡུལ་ཞིག་ལ་ཟེར་བས། དེང་སྐབས་བླ་མ་གང་སྣང་གྲགས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་བསྟེན་ཚུལ་གཟབ་གཟབ་བྱེད། གཞན་ཀ་ཁ་སློབ་མཁན་སོགས་ལ་སྣང་ཆུང་བྱེད་ཀྱང་དེ་ལྟར་མི་རུང་སྟེ། རྗེ་སྒྲུབ་ཁང་པའང་ཀ་ཁ་སློབ་མཁན་གྱི་བཙུན་མོག་ལ་དག་སྣང་མ་སྐྱེས་ཀྱི་བར་དུ་རྟོགས་པའི་ཡོན་

「諸善知識如是說：諸佛事業現爲師，
不敬師即輕諸佛，有何異熟重於此！」

《黑仇降閻摩續釋難》[23]中引經說：

「設唯聞一頌，若不奉爲師，
百世生犬中，後生賤族姓。」

305 又如《事師五十頌》中說：

「於彼思爲怙主已，既爲弟子若輕毀，
即名輕毀一切佛，是故恒常當得苦。」

己二、若於上師生瞋，即壞與彼剎那數相等劫之善根，並經等量劫生於地獄

如是我們對上師發怒的話，經歷的時間有多少剎那（最短的時間單位），我們亦將破壞與此剎那數相等劫中所積的善根，並將留在無間地獄中經歷同樣數量的劫數。《時輪續》中說：「**瞋師一剎那，即壞一劫善，等量劫中受，地獄等大苦。**」例如，若對上師發怒有「一彈指頃」[24],將破壞六十五大劫中所積的善根，並將住在無間地獄中達六十五大劫。因此，假如我們對上師犯有不敬、輕毀、瞋恚等過失，或是令上師感到不悅的話，如果上師尚在世，我們便應在
307 上師跟前懺悔；如果上師已去世，則應在上師穿過的衣服等前面懺悔。

己三、雖依咒乘亦不得殊勝成就

《集密根本續》中說：

「造作無間等，大罪之有情，
金剛乘大海，大乘中成就，
惡意謗上師，雖修不成就。」

[23] 《黑仇降閻摩續釋難・寶炬》，印度論師惹那嘎惹礬底造。
[24] 根據俱舍師的說法，「一彈指傾」中包括六十五個剎那。

ཏན་ཨ་སྐྱེས་པ་དང་འདྲ། བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོར་ཡང་། དགེ་བའི་བཤེས་རྣམས་རྒྱལ་ཀུན་འཕྲིན་ལས་ཏེ། །རང་གི་བླ་མར་ཤར་བ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར། །དེ་ལ་མ་གུས་རྒྱལ་ཀུན་མ་གུས་པར། །གསུངས་ཕྱིར་དེ་ལས་རྣམ་སྨིན་ལྷི་བ་གང་། །སོགས་དང་། དགྲ་ནག་གི་དཀའ་འགྲེལ་དུ་དྲངས་པར། ཚིགས་བཅད་གཅིག་ཙམ་མཉན་པ་ལ། །གང་གིས་བླ་མར་མི་འཛིན་པ། །ཁྱི་ཡི་སྐྱེ་གནས་བརྒྱར་སྐྱེས་ནས། །སྨི་ཤ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། བླ་མ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས། དེ་འདྲའི་མགོན་ལ་བསམས་བྱས་ནས། །སློབ་མར་གྱུར་ནས་བརྙས་ན་ནི། །སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བརྙས་པས་ན། །དེས་ནི་རྟག་ཏུ་སྡུག་བསྔལ་འཐོབ། །ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཉེས་དམིགས་གཉིས་པ་བླ་མ་ལ་ཁྲོ་སེམས་སྐྱེས་ན་དེའི་སྐད་ཅིག་མའི་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་དགེ་རྩ་བཅོམ་ནས་བསྐལ་པར་དམྱལ་བར་སྐྱེ་བ་ནི། བླ་མ་ལ་ཁོང་ཁྲོ་སྐྱེས་ན། ཁོང་ཁྲོ་ཇི་ཙམ་སྐྱེས་པའི་ཡུན་གྱི་ཐུང་མཐའི་སྐད་ཅིག་མའི་གྲངས་དང་མཉམ་པར་དགེ་རྩ་བཅོམ་ནས། དེའི་གྲངས་ཀྱི་མཐར་མེད་དུ་གནས་དགོས་པར་དུས་འཁོར་གྱི་རྒྱུད་ལས། བླ་མ་ལ་ཁྲོས་སྐད་ཅིག་གྲངས། །བསྐལ་པར་བསགས་པའི་དགེ་བཅོམ་ནས། །དེ་སྙེད་བསྐལ་པར་དམྱལ་སོགས་ཀྱི། །སྡུག་བསྔལ་ཚོར་བ་དྲག་པོ་སྤྱོད། །ཞེས་གསུངས། དཔེར་ན་སེ་གོལ་གཅིག་གི་ཡུན་ལ་ཁྲོས་ན། བསྐལ་ཆེན་དྲུག་ཅུ་རེ་ལྟར་བསགས་པའི་དགེ་རྩ་བཅོམ་ཞིང་། དེའི་ཚོད་ཀྱི་མཐར་མེད་དུ་གནས་དགོས་པ་བཞིན་ཡིན་པས་མ་གུས་བརྙས་སྨོད་ཁོང་ཁྲོ་སོགས་བྱས་པ་དང་། མ་མཉེས་པ་བྱུང་བ་རྣམས་བླ་མ་དེ་ཞལ་བཞུགས་ཡོད་ན་དེའི་དྲུང་དང་། མེད་ན་ན་བཟའ་རྟེན་གྱི་དྲུང་དུ་བཤགས་པ་བྱེད་དགོས།

གསུམ་པ་སྔགས་ལ་བརྟེན་ཀྱང་མཆོག་མི་འགྲུབ་པ་ནི། འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ལས། སེམས་ཅན་མཚམས་མེད་ལ་སོགས་པའི། །སྡིག་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ཡང་། །རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་རྒྱ་མཚོ་ཆེ༔ །ཐེག་པ་མཆོག་ནི་འདི་ལ་འགྲུབ། །སྙིང་ནས་སློབ་དཔོན་སྨོད་པས་ནི། །སྒྲུབ་ཀྱང་འགྲུབ་

意思是說，即便像造有無間等這樣重大罪惡的人，如果依靠修習像「密集」道這類的密法，他也能迅速得到殊勝成就；反之，如果惡意詆毀阿闍黎的話，此人就是再怎麼修高深的密法，也絕不會得到殊勝成就。

308 **己四、雖勤修續義亦與修地獄相似**

如果密宗行人對上師違犯三昧耶的話，此人再怎麼努力修習密法，也與修地獄無異。《金剛心莊嚴續》中說：

「捨睡眠喧染，千劫善修習，
諸續最勝法，若謗阿闍黎，
即修地獄等。」

己五、功德未生不生、已生退失

如果我們輕視毀謗上師的話，將對我們在今生中生起新的證悟形成障礙，以前生起的那些證悟也將退失。例如，黑行阿闍黎因爲對上師雜蘭達惹的命令稍有違背，致使他在該生中得不到殊勝成就。熱穹巴[25]因爲三次違背密勒日巴的命令而未獲得殊勝成就，據說他要再受生三次才能獲得成就。

309 以前，有一位下等種姓的阿闍黎，他有一個上等種姓的弟子，那個弟子具有在空中飛行的能力。一天，當他飛臨其師上空，心中想到上師沒有這項能力時，便立即墜落地面。

班欽那若巴因爲忘記師命去和外道辯論，而不能即生獲得殊勝成就，只能在中有位成佛。

過去里域地區[26]有兩位沙彌，文殊本來授記說他們將即生獲得殊勝成就，但他們卻因爲對法王松贊干布生起邪見、心懷疑慮，而未能成就殊勝悉地；取而代之的，是獲得了帶一袋金子回家的成就[27]。所以，如果我們對上師起邪見

[25] 法名爲多傑札巴（金剛稱，1083～1161）。
[26] 新疆南部崑崙山以北和塔克拉瑪干沙漠之間一帶地區總名。
[27] 參見《松贊干布遺教》，福德天王造。

པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་མཚམས་མེད་ལྔ་བྱས་པ་སོགས་ཇི་འདྲའི་སྡིག་པ་ཆེན་པོ་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། གསང་བ་འདུས་པའི་ལམ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་ན་མྱུར་དུ་མཆོག་འགྲུབ་ལ། སྙིང་ནས་སློབ་དཔོན་སློབ་པས་ནི་ཇི་ཙམ་བསྒྲུབས་ཀྱང་མཆོག་མི་འགྲུབ་པར་གསུངས་པ་ཡིན།

བཞི་པ་རྒྱུད་དོན་བཙོན་པས་བསྒྲུབས་ཀྱང་དམྱལ་སོགས་སྒྲུབ་པ་དང་འདྲ་བ་ནི། སློབ་དཔོན་ལ་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་དེས་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་ཇི་ལྟར་བསྒྲུབས་ཀྱང་དམྱལ་བ་སྒྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་པར་རྡོ་རྗེ་སྙིང་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱུད་ལས། གང་གིས་སློབ་དཔོན་ཡང་དག་སྨད། །དེས་ནི་རྒྱུད་ཀུན་སྒྲུབ་པའི་མཆོག །གཉིད་དང་འདུ་འཛི་རྣམ་སྤངས་ཏེ། །བསྐལ་པ་སྟོང་དུ་ཞིབ་ས་བསྒྲུབས་ཀྱང་།། དམྱལ་སོགས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ལྔ་པ་ཡོན་ཏན་སྔར་མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་གསར་དུ་མི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེས་ཟིན་ཉམས་པ་ནི། བླ་མ་ལ་བརྙས་སྨོད་ཤོར་ན། ཚེ་དེར་རྟོགས་པ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་གེགས་བྱེད་ཅིང་། སྔར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཉམས་པར་འགྱུར་བ། སློབ་དཔོན་ནག་པོ་སྤྱོད་པས་བླ་མ་ཛ་ལན་དྷ་ར་པའི་བཀའ་ཅུང་ཟད་བཅགས་པས་སྐུ་ཚེ་དེ་ལ་མཆོག་མ་འགྲུབ། རས་ཆུང་པས་ཀྱང་། མིད་ལའི་བཀའ་ལན་གསུམ་བཅགས་པས་སྐུ་ཚེ་དེ་ལ་མཆོག་མ་གྲུབ་པར་སྐྱེ་བ་གསུམ་ལེན་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་། སྔོན་སློབ་དཔོན་རིགས་ངན་ཞིག་ལ་སློབ་མ་རིགས་བཟང་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། སློབ་མ་དེས་ནམ་མཁར་འཕུར་ནུས་པས། ཉིན་གཅིག་བླ་མའི་ཐད་ཀྱི་ནམ་མཁར་འཕུར་ཏེ། ཁོ་རང་གི་བླ་མ་ཡིན་འདི་འདྲ་མེད་བསམས་པས་དེ་མ་ཐག་ནུས་པ་ཉམས་ཏེ་སར་ལྷུང་བ་དང་། པཎ་ཆེན་ནཱ་རོ་པས་བླ་མའི་བཀའ་བཏེག་ནས་སུ་སྡིགས་པ་དང་བཙོད་པས་སྐུ་ཚེ་དེར་མཆོག་མ་འགྲུབ་པར་བར་དོར་འཚང་རྒྱ་དགོས་བྱུང་བ་དང་། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་ཚེ་དེ་ལ་མཆོག་འགྲུབ་པར་ལུང་བསྟན་པའི་ཡི་ཡུལ་གྱི་དགེ་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་ལ་ལོག་ལྟ་སྐྱེས། ཐེ་ཚོམ་ཟོས་པས༑ མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་རྒྱུའི་ཆབ་ཏུ་རྐ་ཡུལ་ལ་སླེབ་པ་དང་གསེར་རྒྱལ་པ་གང་གི་

的話，生起證悟的時間淨延遲，本來能得的大悉地也將變小。

此外，我們應當避免與惡友爲伍，因爲他們能使我們的證德衰退。如今大
310 多數人都一味地貪著現世，所議論的全是現世的事。我們自己也似乎把這些人看作是親人和朋友，然而他們實際上是惡友。所謂「惡友」，並不一定是披毛長角的鬼怪，而是那些表面上貌似親密，實際上卻使你造不善業及退失善業者。我們絕不能聽從那些人，應將他們視爲像瘋象、虎豹那樣可怕的對象，避免與之交往。

現在常有人對少欲、知足的修行者，說這樣一些貌似中聽的話：「不要放棄現在的享受，對自己太苛刻不會給你帶來什麼好的結果。」當知這種人就是惡友！對此我們雖不必嚴詞反擊，但在行動上卻不可受他影響。

己六、此生中爲病等不如意事纏繞

《事師五十頌》中說：

「若有輕毀軌範師，便由疫氣、傷害病，
鬼魅、熾燃或諸毒，增上愚癡而命終。
王法、火難或毒蛇，水或空行或盜賊。
311 **鬼魅、邪引所殺害，從此墮入有情獄。**
故於一切軌範師，何時不應惱亂心，
諸凡所說無間等，極可怖畏眾地獄，
一切輕毀軌範者，佛說當住於彼處。」

དངོས་གྲུབ་ལས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། བླ་མ་ལ་ལོག་ལྟ་ཤོར་ན་ཉམས་རྟོགས་སྐྱེ་བ་འགྱངས་ཤིང་། དངོས་གྲུབ་ཆེན་པོ་འོང་རྒྱུ་དེ་ཆུང་དུར་འགྱུར་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སྡིག་གྲོགས་ལ་བརྟེན་ན་ཡང་ཉམས་རྟོགས་འགྲིབ་པར་བྱེད་པས་དེ་ལ་འཛེམ་དགོས། དེང་སང་གི་མི་ཕལ་ཆེར་ཚེ་འདི་པར་ཞེན་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཚེ་འདིའི་གྲོས་འདེབས་པར་བྱེད་ཅིང་། རང་གིས་ཀྱང་དེས་ཤ་ཚ་བྱེད་པ་དང་། ཕན་འདོགས་བྱེད་པ་ལྟ་བུར་མཐོང་ཡང་དེ་འདྲ་བའི་མི་དེ་སྡིག་པའི་གྲོགས་པོ་ཡིན། སྡིག་གྲོགས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་གོས་སུ་རེ་བ་གྱོན། མགོ་ལ་རྭ་ཟེང་ངེ་བ་ཞིག་མི་འོང་། ཤ་ཚ་མདོག་གིས་མི་དགེ་བ་ལ་སྦྱོར་ཞིང་། དགེ་བ་ལས་ཉམས་སུ་འཇུག་མཁན་དེ་ལ་ཟེར། དེ་འདྲ་གང་གི་འང་ཁ་ལ་མི་ཉན་པར་སྡིག་གྲོགས་དེ་གླང་ཆེན་སྨྱོན་པ་དང་། སྟག་གཟིག་ལྟ་བུར་འཇིགས་སྐྲག་གི་ཡུལ་དུ་བལྟས་ནས་སྤོང་དགོས། ད་ལྟ་འགའ་ཞིག་གིས་འདོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་བྱེད་པ་དག་ལ། འདི་ཙམ་བློས་མ་གཏོང་ཤིག །བློས་བཏང་ཆེ་དྲགས་ན་མི་འོང་ཞེས་སོགས་སླན་སླན་ལྟར་སླ་བ་ཡོད་མོད། དོན་དུ་སྡིག་གྲོགས་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་དངོས་སུ་ཚིག་རྩུབ་པོས་མི་བཟློག་ཅིང་། རང་གིས་ལག་ལེན་ལ་དེ་བཞིན་མི་བྱེད་པ་དགོས་གསུངས།

དྲུག་པ་ཚེ་འདིར་ནད་སོགས་མི་འདོད་པས་གཙེས་པ་ནི། བླ་མ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས། སློབ་དཔོན་ལ་ནི་སྨོད་པ་དེ། །ཡམས་དང་འཚེ་བའི་ནད་རྣམས་དང་། །གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་རྣམས་ཀྱིས། །སྨོངས་ཆེན་དེ་ནི་འཆི་བར་འགྱུར། །རྒྱལ་པོ་མེ་དང་སྦྲུལ་གདུག་དང་། །ཆུ་དང་མཁའ་འགྲོ་ཀུན་པོ་དང་། །གདོན་དང་ལོག་འདྲེན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །བསད་ནས་སེམས་ཅན་དམྱལ་བར་འགྲོ། །ནམ་ཡང་སློབ་དཔོན་དག་གི་ནི། །ཀུན་དུ་སེམས་དཀྲུགས་མི་བྱ་སྟེ། །གལ་ཏེ་སྨོངས་པས་བྱས་གྱུར་ན། །དམྱལ་བར་ངེས་པར་འཚེད་པར་འགྱུར། །མནར་མེད་ལ་སོགས་འཇིགས་རུང་བའི། །དམྱལ་བ་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ། །སློབ་དཔོན་ལ་ནི་སྨོད་པ

如果我們輕視毀謗阿闍黎的話，就是在今生中，也會發生種種不如意的事。(接著，帕繃喀大師舉了一些實例。比如：過去在印度，當阿闍黎佛智[28]有一次說法時，正值其師大成就者帕倉巴[29]來到該地，佛智裝作沒有看見，後來又對上師妄語說是未見，結果導致眼珠突出墜地。達波•絳貝倫珠仁波切有一個侍者，名叫楚臣（戒），他對仁波切缺乏信心和恭敬，後來在果嘎嶺被強
312 盜用巨石砸破腦袋致死。內鄔素巴的一個弟子由於破壞三昧耶，所以在臨終時出現恐怖景象等等。）

己七、後世漂流於無邊惡趣

《金剛手灌頂續》中說，這是輕毀上師的最大過患。雖然在其他經典中，說有許多因造罪而入地獄的事例，但這一密續卻未說明輕毀上師者將投生於何等地獄。該續中，金剛手問佛道：「溥伽梵！若有輕毀阿闍黎者，彼等當感何異熟？」薄伽梵回答說：

「金剛手！莫作是語，天人世間悉皆恐怖！
秘密主！然當略說：
『勇士應諦聽，我說無間等，
諸極苦地獄，即是彼生處，
住彼無邊劫，是故一切種，
不應輕上師。』」

因爲薄伽梵考慮到，如果詳實回答的話，將會引起天、人世間的恐怖，那些大菩薩也會因悲心難忍而昏倒，所以只概略地說需長年滯留於無間地獄。因

[28] 阿闍黎佛智，又稱智足，是密宗「集密」二派之一智足派的祖師。多羅那他說，他曾擔任護法王的國師，主持止迦摩囉室囉寺的開光大典，並任該寺金剛阿闍黎。
[29] 意爲[養豬者]，此師從事低賤職業。

རྣམས༔ ༔དེར་ནི་གནས་པར་ཡང་དག་བཤད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་སློབ་དཔོན་ལ་བརྟས་སྐྱོད་ཤོར་ན། ཆོ་འདིར་ཡང་མི་འདོད་སྡུ་དགུ་འབྱུང་སྟེ། སྔོན་འཕགས་ཡུལ་ན་སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཆོས་གསུངས་པའི་ཚེ། ཁོང་རང་གི་བླ་མ་གྲུབ་ཆེན་ཕག་ཚང་པ་དེར་བྱོན་པ་མ་མཐོང་བའི་ཚུལ་དུ་བརྫུས་ནས། རྗེས་སུ་བླ་མར་ངས་མ་མཐོང་ཞེས་རྫུན་ཞུས་པས་མིག་འབྲས་དངོས་སུ་ཕྱིར་དོན་ནས་སར་ལྷུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། དགས་པོ་འཛམ་དཔལ་ལྷུན་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེའི་ཉེ་གནས་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས་ཞེས་པ་དད་གུས་མེད་པ་ཞིག་རྗེས་སུ་ཀོད་དཀར་ལར་ཀུན་ཤས་མགོ་བོ་བཙོག་ཏོས་བཙེམ་ནས་ཤི་བ་དང་། སྡེའུ་ཟུར་པའི་སློབ་མ་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་ཞིག་ཤི་ཁར་འཇིགས་སྣང་བྱུང་ཚུལ་སོགས་སྨྲ་ལ།

བདུན་པ་ཕྱི་མར་ངན་སོང་མུ་མཐའ་མེད་པར་འཁྱམས་པ་ནི། ཉེས་དམིགས་ཆེ་ཤོས་དེ། བླ་མ་ལ་བརྙས་སྐྱོད་བྱེད་པ་དེ་ནི། ལག་ན་རྡོ་རྗེ་དབང་བསྐུར་བའི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་༑ གཞན་དམྱལ་བའི་རབས་མང་པོ་མདོ་ལས་གསུངས་ཀྱང་། བླ་མ་ལ་བརྙས་སྐྱོད་བྱེད་པ་དེ་དམྱལ་བ་འདིར་སྐྱེ་ཞེས་མ་བསྟན་ལ། རྒྱུད་དེར་ལག་ན་རྡོ་རྗེས། བཅོམ་ལྡན་འདས་གང་དག་སློབ་དཔོན་ལ་བརྙས་པར་བགྱིད་པ་དེ་དག་གི་རྣམ་པར་སྨིན་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ལགས། ཞེས་དེའི་རྣམ་སྨིན་གསུང་བར་བསྐུལ་བ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། ལག་ན་རྡོ་རྗེ། ལྷ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་སྐྲག་པར་འགྱུར་གྱིས་དེ་སྐད་མ་སྨྲ་ཞིག །གསང་བ་པའི་བདག་པོ་འོན་ཀྱང་ཅུང་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱའི། དཔའ་བོ་བསྒྲིམས་ཏེ་དེ་ཉོན་ཅིག །མཚམས་མེད་ལ་སོགས་མི་བཟད་པ། །དམྱལ་བ་གང་དག་ངས་བཤད་པ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ནི་གནས་སུ་བརྗོད། །
དེ་ནི་བསྐལ་པ་མཐའ་ཡས་སོ། །དེ་ལྟ་བས་ན་རྣམ་ཀུན་ཏུ། །ནམ་ཡང་སློབ་དཔོན་བརྙས་མི་བྱ།། ཞེས་ལྷ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་སྐྲག་པར་འགྱུར་ཞིང་བྱང་སེམས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱང་བརྒྱལ་བར་དགོངས་ནས། ཞིབ་ཏུ་གསུངས་མ་ཡོད་པའི་ཚུལ་གྱིས། མཐར་མེད་དུ་ལོ་གྲངས

313 此，我們無論如何不能輕毀上師。不要說是自己輕毀上師，就是用眼睛去看那些輕毀上師的人也不可以。（帕繃喀大師舉了大成就者林日巴[30]的例子：有一次林日巴說法時，適逢洽譯師[31]的一個破誓弟子來到該地，他立即感到口齒僵硬，無法繼續說法而中途退場。）

己八、一切生中匱乏善知識

這與前面所說的依止知識利益之一正好相反。

如果遇不到善知識的話，我們將不斷地受生在連「法」的名字都聽不到的無暇處。簡言之，如宗喀巴大師所說：

「所有現後諸福聚，緣起善成根本者，
314 **謂由意樂及加行，如理親近善知識。」**

世人所有的幸福快樂都是如理依止善知識的結果，所有的不幸失意都是不依止或不如法依止善知識的結果。如果我們不如法依止上師的話，不僅使我們在現世中遇不到其他善知識，在來世各生中也將遇不到善知識。《甘露藏》中說：

「雖百返獲樂趣身，因彼不敬等流果，
生無暇處不得聞，下至『正法』、『善士』名。」

此依止知識法不要說出於故意，即便在不觀不想情況下，許多平凡的事，其微細緣起[32]也會導致各種善惡的結果。（帕繃喀大師接著舉了一些事例來說明這一點：密勒日巴供養瑪爾巴一口空鍋屬錯誤緣起，而當他首次與瑪爾巴見面時，將瑪爾巴賜予的酒全部喝乾又屬正確緣起。瑪爾巴先向本尊頂禮再向上師那若巴頂禮爲錯誤緣起。由於仲敦巴師事賽尊巴和阿底峽尊者，阿底峽尊

[30] 法名爲貝瑪多傑（蓮花金剛，1128～1188），他在曲水下游朗木地方建主寺，形成主巴噶舉派。

[31] 法名爲卻吉貝（法主祥，1197～1265）。

[32] 此處爲預兆之意。

མང་པོར་གནས་དགོས་པ་ཙམ་ཞིག་བསྟན། དེས་ན་བླ་མ་ལ་བརྟས་སྐྱོད་ནམ་ཡང་མི་རུང་བར་གསུངས་ལ། བླ་མར་བརྟས་སྐྱོད་བྱེད་པ་ལྟ་ཞོག །བརྟས་སྐྱོད་བྱེད་པའི་མི་ཡང་མཐོང་དུ་མི་རུང་ཞིང་། གྲུབ་ཆེན་གླིང་རས་པས་ཆོས་གསུང་སྐབས། ཆག་ལོའི་སློབ་མ་དམ་ཉམས་ཤིག་དེར་སླེབ་པས། དེ་མ་ཐག་ཞལ་འགྲིགས་ནས་ཆོས་གསུངས་མ་ཐུབ་པར་གཤེགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ཡིན་གསུངས།

བརྒྱད་པ་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཡོངས་པ་ནི། ཕྱར་གྱི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན་བཤད་པ་དེ་ལས་ལྡོག་པ་སྟེ། དེ་མ་མཇལ་བས་ནི། ཆོས་ཀྱི་··སྒྲ་ཙམ་ཡང་མི་གོ་བའི་མི་ཁོམ་པའི་གནས་ཁོ་ནར་སྐྱེ་ཞིང་། མདོར་ན་རྡོ་རྗེ་ཐེང་ཁ་པས། དེ་ནས་འདི་ཕྱིའི་ལེགས་ཚོགས་ཇི་སྙེད་པའི། །ཞེས་སོགས་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་ལེགས་ཚོགས་ཇི་སྙེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ནི་བཤེས་གཉེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པའི་འབྲས་བུ་དང་། མི་མཐུན་པའི་རྒྱུད་པ་ཇི་སྙེད་ཅིག་མཆིས་པ་ཐམས་ཅད་བཤེས་གཉེན་མ་བསྟེན་པ་དང་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པ་གང་རུང་གི་འབྲས་བུ་ཡིན། བླ་མ་ལ་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་ན། ཚེ་འདིར་མ་ཟད། སྐྱེ་བ་གཞན་དུའང་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་མི་མཇལ་ཏེ། བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས། གལ་ཏེ་བརྒྱ་ལ་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཐོབ་ཀྱང་། །མ་གུས་པ་ཡི་རྒྱུ་མཐུན་འབྲས་བུ་དེས། །མི་ཁོམ་གནས་སུ་སྐྱེས་ནས་དམ་ཆོས་དང་། །དགེ་བའི་བཤེས་ཀྱི་སྒྲ་ཡང་ཐོས་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས། དེས་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་འདི་ནི་བསམ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་ལྟ་ཅི། མ་བརྟགས་མ་བསམས་པར་རང་གར་བྱས་པའི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཕྲ་མོས་ཀྱང་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་ངན་སྣ་ཚོགས་འོང་བ་མེད་ལས་མར་པར་ཟངས་སྟོང་པ་ཕུལ་བས་རྟེན་འབྲེལ་འཕྱུགས་པ་དང་། ཐོག་མར་མར་པས་གནང་བའི་ཆང་ལྷག་མེད་གསོལ་བས་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིགས་པ་སོགས་དང་། མར་པས་ཡི་དམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བས་རྟེན་འབྲེལ་འཕྱུགས་པ་སོགས་དང་། འབྲོམ་གྱིས་སེ་བཙུན་དང་། རྗེ་བོ་བསྟེན་པ་དང་།

者師事金洲，密勒日巴師事瑪爾巴均極如法，以及宗喀巴大師在瓊波勒巴[33]灌頂室的牆壁上塗金等，所以後來他們的宏法事業十分廣大。）因爲依師法具有極大的關要，所以很小的善惡緣起也會產生重大的後果。嘉曹法王[34]最初是
315 帶著諍辯的念頭來找宗喀巴大師，（帕繃喀大師講了些嘉曹法王來到宗喀巴大師跟前發生的一些情況[35]，然後說：）像這樣動機雖不好，但緣起極好，以及動機雖好但緣起極不好的情況多種多樣，所以我們對此應當小心謹慎。稱說自己上師的名號時，許多人稱之爲「某某先生」，這樣的稱呼是不對的。在稱上師名時，應加上「尊前」等敬詞。每當阿底峽尊者稱金洲之名時，必合掌讚嘆；如果聽到別人說到金洲的名字時，他便立即起身以示恭敬。就我而言，雖然不是自讚，但當別人突然提我大寶上師的名號時，心裡總是感到極大的不安。（帕
316 繃喀大師又說，如果上師尚在世的話，不可使用「難稱其名」一詞。[36]）（隨後，大師又重述了上面的那些科判，一中一略共二次。）

第八天　意樂依止法

318 宗喀巴大師說：

「於三有樂不貪著，為暇滿義而精進，
志依佛陀所喜道，諸有緣者淨意聽。」[1]

（帕繃喀仁波切引用上述宗喀巴大師的教誡作為第八天教授的前行，以此來糾正聽眾的聽法動機。具體作法是：此頌第一句配合中士道正見來講，第二句配合共下士道來講；第三句配合菩提心來講。隨後大師又回顧了以前講過的

---

[33] 係布頓・仁欽珠之弟子，宗喀巴大師主要從之聽受「集密」教授。

[34] 嘉曹・達瑪仁欽（盛寶，1364～1431），宗喀巴大師上首弟子之一，紹繼大師法席，成爲第一任甘丹墀巴。

[35] 札雅・羅桑頓巴所著《嘉曹傑傳》中說：「由於嘉曹傑以教理之雄辯，擊敗雅、絨二師後，心高氣傲，意欲與一切智宗喀巴大一比高低。他來到時，正值大師爲衆說法。因急欲尋找辯論的時機，所以故意不脫帽而進入講經院中。宗喀巴大師一見到此情，便從正在說法的座上下來，坐在下面。嘉曹傑竟旁若無人，戴著帽子登上大師的法座，坐下來聽法。然而他耳中聽到的，全是往昔聞所未聞的嘉言。由此摧倒我慢之山。他慌忙脫下帽子，從座位上下來，坐在弟子群中。從此，他拋棄了辯論的打算，作爲弟子追隨大師。據說，那時他登上大師的法座，正是湊合了後來他紹繼宗喀巴大師法席的緣起。」

[36] 表悲痛難忍之意。

[1] 引自《三主要道》。

ཇོ་བོས་གསེར་གླིང་པ། མིད་ལས་མར་པ་བསྟེན་པ། རྗེ་ཙོང་ཁ་པས་ཁྱུང་པོ་ལྷས་པའི་དབང་ཁང་གི་ཡོགས་ལ་གསེར་ཞིབ་བྱུགས་མཛད་པ་སོགས་ཀྱིས་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་ཚུལ་སོགས་གསུངས་ནས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་འདི་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིགས་ལེགས་ཉིས་ཚུང་ཟད་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡོད། རྒྱལ་ཚབ་ཆོས་རྗེས་ཐོག་མར་རྗེ་དང་མ་མཇལ་གོང་རྩོད་པའི་བསམ་པས། རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་བྱོན་སྐབས་ཀྱི་རབས་གསུངས་ནས། དེ་ལྟར་ཀུན་སློང་ངན་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་པོ་འགྲིགས་པ་དང་། ཀུན་སློང་བཟང་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་འཕྱུགས་པ་སྣ་ཚོགས་འོང་བས་གཟབ་དགོས་གསུངས། རང་ཅག་བླ་མའི་མཚན་བརྗོད་པ་ན། སྐུ་ཞབས་སུ་ཞིག་མ་དང་སྐུ་ཞབས་ཅི་ཞིག་པ་ཞེས་ཟེར་སོད། དེ་ལྟར་མི་བྱ་བར་ཞལ་སྔ་ནས་ཞེས་སོགས་ཞེ་ས་དང་བཅས་མཚན་བརྗོད་དགོས། ཇོ་བོས་གསེར་གླིང་པའི་མཚན་བརྗོད་པ་ན་ཕྱག་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཞིང་ཆེ་བརྗོད་མཛད། གཞན་གྱིས་གསེར་གླིང་པའི་མཚན་དངོས་བསྒྲགས་པ་བྱུང་ན་ཏར་གྱིས་བཞེངས་པར་མཛད། ཁོ་བོས་ཀྱང་བདག་ཉིད་སྒྲོགས་པ་མིན་ཡང་། བླ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་ཐོལ་བྱུང་དུ་སྒྲོགས་པ་མཐོང་བ་ན་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་འོང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་ཞལ་བཞུགས་པའི་ཚེ་མཚན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་ཞེས་མི་བྱ་གསུངས། དེ་ནས་སྐབས་ཡང་གོང་གི་ས་བཅད་རྣམས་ལ་བསྐྱར་བཤད་འཁྲིད་བསྡུས་གཉིས་མཛད་དོ།། ||

༄ ཉིན་བརྒྱད་པར། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས། གང་དག་སྲིད་པའི་བདེ་ལ་མ་ཆགས་ཤིང་། །དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་བྱ་ཕྱིར་བརྩོན་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་དགྱེས་པའི་ལམ་ལ་ཡིད་རྟོན་པའི། །སྐལ་ལྡན་དེ་དག་དྭང་བའི་ཡིད་ཀྱིས་ཉོན། །ཞེས་པའི་ལུང་འདྲེན་དང་བཅས། ཀ་ང་པ་དང་པོ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་དང་། གཉིས་པ་སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་དང་། ཀ་ང་པ་གསུམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྦྱར་བ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྟོན་འགྲོ་ཀུན་སློང་འཆོས་པ་སོང་རྗེས། སྟོན་དུ་ཇི་ལྟར་སོང་བའི་ས་བཅད་རྣམས་འདྲེན་ཅིང་།

那些科判，並重述了正行「依止知識法」的第一和第二兩科。）

由於本次法會所依據的科判內只講了正行應修的所緣，所以我準備在這裡再講一些如何觀察善知識的方法，這一法類雖不見於《樂道》與《速道》科判，但《文殊口授》中有，所以現在依據該論來講。

善知識的德相

既然依止善知識有前面所說的那些利益，不依止善知識又有那些過患，那
319 麼我們應該依止怎樣的一位善知識呢？

我們所依止的善知識，必須能引導我們走完全圓道，而不是隨便找個什麼人就行的。例如，某個人雖然心地善良但功德有限，像這種人是無法為我們引導全圓道的。弟子縱然具足信心、智慧和精進，但如果上師未能了解、掌握顯、密全圓教法的話，這位弟子一輩子將只能修一些片面或單一的法，如皈依引導、本尊成就法、風脈修法等。在這種情況下，縱獲有暇也成不了什麼大利益。這就是為什麼我們一定要依止一位具相善知識的道理所在。

關於善知識的德相，雖然傳授別解脫律儀者的德相、傳授菩薩律儀者的德相及傳授密宗律儀者的德相各不相同，但這裡所說的善知識德相，是指有開示全圓道次第的能力。

上師具不具足德相應該在依止之前觀察。這種觀察上師德相的作法，不僅那些想依止善知識的人需要，那些想成為毘奈耶、顯教、密乘三者善知識的人，
320 也應該自我觀察，看看自己是否具有這三者的上師功德，如果發現不具足的話，應該要設法去彌補。單單備齊長壽瓶[2]和沐浴資具，以及僅僅能靠背誦來施行儀軌，算不上是具足德相的上師。

[2] 修長壽法用的密宗用具。

དངོས་གཞི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་ས་བཅད་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་གཉིས་ལ་བསྐྱར་བཤད་གནང་སྟེ། དེ་ལ་ས་བཅད་འདིར་དམིགས་པ་སྐྱོང་རྒྱུ་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་བྱས་པས་བཤེས་གཉེན་བརྟག་པའི་ཚུལ་གྱི་སྐོར་བདེ་མྱུར་གྱི་ས་བཅད་ལ་མི་གསལ་ཡང་། འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་འདིའི་བར་ན་འཆད་དགོས། དེ་ཡང་འོ་ན་སྔར་བཤད་པ་ལྟར་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ་ལ་ཕན་ཡོན་དང་། མ་བསྟེན་པ་ལ་ཉེས་དམིགས་དེ་ལྟར་ཡོད་ན། ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བརྟེན་པར་བྱ་ཞེ་ན། བཤེས་གཉེན་དེ་ཡང་གང་བྱུང་གིས་མི་ཆོག་པར་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་འཁྲིད་ནུས་པ་ཞིག་བསྟེན་དགོས་ཀྱི། དཔེར་ན། ཐུགས་ཤིན་ཏུ་བཟང་བ་ཙམ་ལྟ་བུ་ཡོན་ཏན་ཕྱོགས་རེ་བ་ཞིག་གིས་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་འཁྲིད་མི་ནུས། སློབ་མ་དད་པ་དང་ཤེས་བརྩོན་ལྡན་ཡང་། བླ་མ་དེ་མདོ་སྔགས་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ནང་བྱན་ཆུད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ཚེ། དེས་དེ་སྐབས་འགྲོའི་ཁྲིད་དང་། ལྷའི་སྒྲུབ་ཐབས་དང་། རྩ་རླུང་བསྒོམ་པ་སོགས་ཉམས་ལེན་ཕྱོགས་རེ་བ་སྣ་གཅིག་ཙམ་ལ་མི་ཚེ་ཧྲིལ་པོར་སྦྱོར་བས། དལ་བ་ཐོབ་པ་ལ་དོན་ཆེན་པོ་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་བས་བཤེས་གཉེན་མཚན་ཉིད་ཚང་བ་ཞིག་བསྟེན་དགོས། མཚན་ཉིད་ཀྱང་། སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་པ་འབོགས་པ་པོ་དང་། བྱང་སེམས་དང་། གསང་སྔགས་ཀྱི་སྡོམ་པ་འབོགས་པ་པོའི་མཚན་ཉིད་སོགས་སོ་སོར་མང་ཡང་། འདིར་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡོངས་རྫོགས་སྟོན་ནུས་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པར་བྱ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་མི་ལྡན་ཡང་མ་བསྟེན་གོང་ནས་བརྟག། བླ་མའི་མཚན་ཉིད་བརྟག་པ་འདི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པར་འདོད་པས་བྱ་བར་མ་ཟད། འདུལ་མདོ་སྔགས་གསུམ་གྱི་བཤེས་གཉེན་བྱེད་པར་འདོད་པས་ཀྱང་འདུལ་མདོ་སྔགས་གསུམ་གྱི་བླ་མའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་རང་ལ་ཚང་མ་ཚང་བརྟག་སྟེ་མ་ཚང་ན་ཚང་བར་བྱ་དགོས་ཀྱི། ཚེ་བུམ་དང་། བུབས་ཁྲུས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་ཚང་བ་ཙམ་དང་། ཚོ་ག་བློ་ཐོག་ནས་གཏོང་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་བླ་མའི་མཚན་ཉིད་ཚང་བ་མིན།

在上師的德相中，分別有毘奈耶中所說的阿闍黎德相、大乘共同道善知識德相和密宗金剛阿闍黎德相。在此我主要講的是大乘共同道上師的德相。《經莊嚴論》中說，上師應該具足以下十種功德：

「知識調伏靜近靜，德增具勤教富饒，
善達實性具巧說，悲憫離厭應依止。」

其中「調伏」是指以戒律調伏身心相續；「靜」是指以三摩地息滅散亂；「近靜」是指以智慧徹底消滅我執。就像將一塊普通木頭放在供香盒中會染上香氣一樣，我們也會薰染上上師所具有的那些功德或過失，因此，我們所依止的上師功德一定要勝過自己[3]。「善達實性」是指以聞所成慧獲得正見，此專指應成派見。前面所說的智慧，可以是獲得自續派以下之見的智慧，所以沒有重複的過失。其他德相容易理解，勿庸贅述。

321 如果上師未能具足這一切德相的話，則至少必須具備一下五種：以戒、定、
慧三學調伏相續，心懷悲憫，通達真實性。博朵瓦曾經說過：「我的阿闍黎耶
巴祥尊[4]，既無多聞也不耐勞，連致謝的話也不大會說，但因為他有上述五種
功德，所以凡是在他跟前的人均能受益。年敦[5]完全不善於說法，即便是為別
人解釋供養功德，也沒人能夠聽懂，大家心裡在想：不知道他現在在說些什麼。
但因為他有這五種功德，所以親近他的人悉蒙法益。」這裡所說的「致謝」是
指表達自己的滿意之情，或是說「謝謝」這類的客氣話[6]。然而在末法時代，
322 就是這樣的上師也很難得，在這種情況下，我們要記住以下擇師要點：所依止
的上師應該功大於過；視後世較現世為重；視別人較自己為重。否則的話，我

[3] 即上引《經莊嚴論》中所說的「德增上」。
[4] 法名為耶協跋（慧熾），係阿底峽尊者親炙弟子。
[5] 噶當派上師，法名不詳。
[6] 因博朵瓦所用的「致謝」一詞為藏文古方言，故有此釋。

དེ་ཡང་བླ་མའི་མཚན་ཉིད་ལ། འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་མཁན་སློབ་ཀྱི་མཚན་ཉིད། ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་བའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཚན་ཉིད། གསང་སྔགས་ཀྱི་རྡོ་རྗེ་སློབ་དཔོན་གྱི་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་ཡོད་པ་ལས། ད་ལམ་འདིར་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་བའི་བླ་མའི་མཚན་ཉིད་གཙོ་བོར་སྨོས་ན། དེ་ཡང་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། བཤེས་གཉེན་དུལ་བ་ཞི་བ་ཉེར་ཞི་བ། །ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་བརྩོན་བཅས་ལུང་གིས་ཕྱུག །དེ་ཉིད་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་སྨྲ་མཁས་ལྡན། །བརྩེ་བའི་བདག་ཉིད་སྐྱོ་བ་སྤངས་ལ་བརྟེན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཡོན་ཏན་བཅུ་ཚང་བ་སྟེ། དེའི་ནང་གི་དུལ་བ་ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་རྒྱུད་བདུལ་བ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་རྣམ་གཡེང་ཞི་བ། ཤེས་རབ་ཀྱིས་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཉེ་བར་ཞི་བ་དང་།སྤྱོས་ཀྱི་གསེབ་ཏུ་ཤིང་གཞན་བཅུག་ན་དེ་ལ་སྤྱོས་དྲི་འགོ་བ་ལྟར། བླ་མའི་ཡོན་ཏན་དང་སྐྱོན་རྣམས་རང་ལ་འགོ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས། རང་ལས་ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ནི་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ལྟ་བ་རྙེད་པ་སྟེ། འདི་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལྟ་བ་དང་། གོང་གི་ཤེས་རབ་ནི་རང་རྒྱུད་པ་མན་ཆད་ཀྱི་ལྟ་བ་རྙེད་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཡང་བྱེད་པས་མི་ནློས་སོ། །གཞན་སྨྲ། འདི་ཐམས་ཅད་མ་ཚང་ན་འང་། བསླབ་གསུམ་གྱིས་རྒྱུད་དུལ་བ་དང་། སྙིང་བརྩེ་བ་དང་། དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལྟ་རེས་པར་ལྡན་དགོས; པོ་ཏོ་བས། ངེད་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ཡེར་པའི་ཞང་བཙུན་ཀུན་ལ་མང་དུ་ཐོས་པ་ཡང་མེད་སྐྱོ་བ་བཟོད་པ་ཡང་མེད་པས་གླ་བོ་དྲིན་དུ་གཅགས་པ་རེ་བྱེད་པ་ཡང་མེད་དེ་སྔ་མ་ལྟ་ཡོད་པས་ངུང་ན་སུ་ཡོད་པ་ལ་ཕན། གཉན་སྟོན་ལ་སྨྲ་མཁས་པ་ཡི་མེད་ཡོན་བཤད་རེ་བྱེད་པ་ཡང་འདི་ཀུན་གྱིས་ད་རེས་མི་གོ་སྐམ་པ་ལས་མི་ཤེས་དེ་ལྟ་བོ་ཡོད་པས་སུ་ཉེ་བ་ལ་ཕན་གསུང་ངོ་། །གླ་བོ་དྲིན་དུ་གཅགས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། འདིས་འགྲིགས་འདུག་སྐམ་པའམ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་སྐད་ཆ་ལེགས་སོ་སྙེར་བ་ལ་བྱེད། དུས་མཐར་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་དཀོན་ན། སྐྱོན་ཡོན་གཉིས་ལས་ཡོན་ཏན་གཙོ་ཆེ་བ་ཞིག་དང་། ཚེ་འདི་ལས་ཕྱི་མ་གཙོ་ཆེ་བ་དང་། བདག་གཞན་གཉིས་ལས་

們也許會碰上惡知識，像以前「央具理摩羅」(指鬘)[7]一樣，因受邪道知識的誤導而犯下大罪。所以，我們首先應該認真地進行觀察，如果發現此人值得依止，才可奉之為師。

弟子的德相

從弟子這方面來講，如果他具備以下五種德相的話，修法就一定能成功：(一)對自宗不貪著，對他派不瞋恚，不墮黨執、住於公正；(二)具有分辨善惡的智慧；(三)有大希求心；(四)對上師起大恭敬；(五)專心聽法[8]。那麼，具備這些德相的弟子又該怎樣來依止上師呢？

戊三、意樂依止法

323 此科分二部份：(己一)根本修信；(己二)念恩生敬。如果我們能運用教理，以「繞邊繞山」[9]的方法來修習這二節的話，我們便會產生極大的渴望，想如理依止善知識；不然的話，我們對上師就會只剩下求法的念頭。

己一、根本修信

分三小節：(庚一)應觀師為佛之原因；(庚二)能觀之原因；(庚三)如何觀法。

324 這裡所說的「信」，是指對上師生起真佛想的信心。在所有「道次第」所緣類中，這與「知母」[10]二科最難生起。儘管困難，但我們還是要努力去修，不然的話，它們後面的那些道就無法在我們心中生起。總的來說，信心是生起一切白法(善法)的基礎或根本。《寶炬經》中說：

「信為前行如母生，守護增長一切德……」

以前，當有人連續二次請求阿底峽尊者說：「阿底峽，請傳教授！」時，尊者一直默不作聲。當此人再次大聲喊叫時，尊者笑而答道：「嘿嘿，我的耳朵好得很，我的教授是：信心！信心！信心！」又如嘉瓦・溫薩巴大師所說：

---

[7] 此婆羅門青年誤信邪道之師，以為殺死千人即可生天，因而殺人取指、冠首為鬘，千人少一，欲殺其母，佛往度之，後成阿羅漢。

[8] 前三條出自聖提婆的《四百論》，後二條係月稱所加。

[9] 此語係藏文 mtha bskor ri bskor byas 的直譯，帕繃喀大師經常使用這一成語來說明「觀察修」的內涵。意即我們應從多種角度來詳細地觀察、分析某一所緣，直至自心發生變動、獲得定解。另請參閱本書附錄《菩提道次第經驗引導修法教授》一文。

[10] 「由七因果之門修菩提心法」的第二科，見「第十七天」章。

གཞན་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་གནད་ཡིན། དེ་ལྟ་མིན་པར་མི་དགེ་བའི་བཤེས་དང་འཕྲད་ན་སོར་མོའི་ཕྲེང་བ་ཅན་ལ་ལོག་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ལམ་ལོག་པར་བསྟན་ནས་སྡིག་ཚབས་པོ་ཆེ་བསགས་དགོས་བྱུང་བ་ལྟར་འགྱུར་བས། དང་པོ་ནས་ལེགས་པར་བརྟགས་ཏེ་འོས་པར་མཐོང་བ་ན་བླ་མར་བརྟེན་པར་བྱའོ། །སློབ་མ་ཡང་། རང་ཕྱོགས་ལ་ཆགས་པ་དང་གཞན་ཕྱོགས་ལ་སྡང་བའི་ཕྱོགས་ཞེན་མེད་ཅིང་གཟུ་བོར་གནས་པ་དང་། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་། དོན་གཉེར་ཆེན་པོ་ཅན། བླ་མར་གུས་པ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ། ཡིད་ལེགས་པར་གཏད་དེ་ཉན་པ་དང་ལྡ་ཚང་ན། ཆོས་མཐར་ཕྱིན་པ་འོང་། དེ་ལྟ་བུའི་སློབ་མས་བླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཅེ་ན།

གསུམ་པ་བསམ་པས་བསྟེན་ཚུལ་ལ་གཉིས། རྩ་བ་དད་པ་སྦྱོང་བ་དང་། བཀའ་དྲིན་རྗེས་སུ་དྲན་ནས་གུས་པ་བསྐྱེད་པའོ། །འདི་གཉིས་ལུང་རིགས་ཀྱིས་མཐའ་བསྐོར་རི་བསྐོར་བྱས་ཏེ་བསྒོམ་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་སྙམ་པའི་སྒྲོ་ཤུགས་ཆེན་པོ་འོང་། དེ་མིན་ཆོས་ཞུ་སྙམ་པ་ལས་མི་ཡོང་བས། དེས་ན་དང་པོ་རྩ་བ་དད་པ་སྦྱོང་བ་ལ་གསུམ་ཡོད། འདིའི་དད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་དད་པ་སྟེ། འདི་དང་མར་ཤེས་གཉིས་དམིགས་སྐོར་གཞན་ལས་སྐྱེ་དཀའ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་ལ། དཀའ་ཡང་འབད་དེ་མ་བརྩོན་ན་འདི་མན་ཆད་ཀྱི་ལམ་གཞན་རྣམས་རྒྱུད་ལ་མི་སྐྱེའོ། །དེ་ལ་སྤྱིར་དད་པ་ནི། དཀར་ཆོས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་གཞིའམ་རྩ་བ་ཡིན་ཏེ། དཀོན་མཆོག་སྤྲིན་མའི་མདོ་ལས། དད་པ་སྔོན་འགྲོ་མ་ལྟར་བསྐྱེད་པ་སྟེ། །ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བསྲུང་ཞིང་འཕེལ་བར་བྱེད། །ཅེས་སོགས་དང་། སྔོན་རྗེ་བོ་ཆེན་པོ་ལ་མི་ཞིག་གིས། ཨ་ཏི་ཤ་གདམས་ངག་ཞུ་ཞེས་ལན་གཉིས་ཞུས་ཀྱང་ཅང་མ་གསུངས་པ་ན། ཁོས་སྐད་ཆེན་པོས་བོས་པའི་ཚེ། ཧེ་ཧེ། ཁོ་བོ་ལ་རྣ་བ་ཏ་བཟང་པོ་བཟང་པོ་བདོག་སྟེ། མན་ངག་བྱ་བ་དད་པ་ཡིན། དད་པ་དད་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་

「總之開悟之大小，賴修大小信心力，
於悉地源具恩師，思惟功德不觀過，
願持此教為中心，此誓無礙達究竟！」

我們能不能生起證悟，依賴於我們對上師是否有信心，以及信心的大小。要想成就最勝悉地[11]，我們必須要具備兩個條件：一是具有視師為真佛的信心；二是具有無誤的教授。但是即便教授有誤，如果我們有信心的話，還是能
325 成就微小共同悉地的。以前有個藏人，到印度向上師求法，上師說了一句印度話「麻里勒札」，意思是「滾出去」。此人不解其意，還認為是上師傳予的教授，便計數誦持，後來他竟能以此為自己和別人治病。還有一位老嫗，她計數誦持《準提天女咒》，將「雜」誤念成「巴」，而變成「嗡巴勒布勒繃德娑哈」。然而有一次當地鬧饑荒時，她卻能煮石而食。如果我們單有智慧而缺乏信心，是不可能達到任何成果的。

信心有三種[12]，這裡所要修的信心，是指觀師為真佛的「澄淨信」。關於生起這一信心的方法，我將按照格鄔倉父子所傳的教授[13]來講：在第一節「根本修信」中，分「應視師為佛之原因」等，三個部分。

326 **庚一、應觀師為佛之原因**

應視師為佛的原因很簡單：我們都想獲利而不願虧損。如果是為了獲利，那麼上師是否真的是佛也就無關緊要了，為什麼呢？因為視師為佛對我們有很大的利益，能使我們不費力地成就今生、後世的一切願望等等。例如，有個老婦人因為相信一顆狗牙是佛的舍利，而使狗牙生出真舍利的故事。[14]

儘管上師本身的加持有大有小，但從我們自己這邊來說，我們怎樣來看待上師，如佛，菩薩等，就會出現怎樣的加持，如《藍色小冊》中說：

---

[11] 佛位的異名。

[12] 雍增・耶協堅贊所著《心與心所釋・明慧頸嚴》一書中解釋說：「(1) 澄淨信，見三寶等具功德者之功德故，自心澄淨……；(2)勝解信，思惟佛所說緣起、業果理等獲得勝解；(3)希求信，如思惟四諦道理已，決定苦、集二諦為應斷，滅、道二諦為應得，且知若如理勤修即能獲得而生決定當得之念。」

[13] 指《菩提道次第略論筆記・明慧海津梁》。

[14] 昔藏中有一富家子，與友人往印度經商，其母命自聖地迎請舍利。比歸，將至家門，方憶母言，恐拂其意，急拾死犬之牙，歸以給母，謊稱係阿羅漢靈齒。母信之，恭敬供養，犬牙放光加持，與真舍利無異。

པོས༔ མདོར་ན་ཉམས་རྟོགས་ཆེ་ཆུང་གང་སྐྱེས་ཀྱང་། །དད་པ་ཆེ་ཆུང་བསྒོམ་པའི་མཐུ་ཡིན་པས༔ ༔དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་དྲིན་ཅན་བླ་མ་ལ། །ཡོན་ཏན་བསམ་ཞིང་སྐྱོན་ནས་མི་བལྟ་བའི༔ ༔གདམས་པ་འདི་ཉིད་མཐིལ་དུ་འཛིན་པ་དང་། །དམ་བཅའ་འདི་འདྲ་གེགས་མེད་མཐར་ཕྱིན་ཤོག །ཅེས་པ་ལྟར་རང་ལ་རྟོགས་པ་སྐྱེ་མི་སྐྱེ་སོགས་བླ་མར་དད་པ་ཡོད་མེད་དང་། དད་པ་ཆེ་ཆུང་ལ་རག་ལས། མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་པ་ལ་ནི་བླ་མ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་བལྟ་བའི་དད་པ་དང་། གདམས་ངག་ཀྱང་མ་ནོར་བ་ངེས་པར་དགོས། གདམས་ངག་ནོར་ཀྱང་དད་པས་ཡིད་ཆེས་ན་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཕྲན་བུ་འགྲུབ་ནུས་ཏེ། རྒྱ་གར་ན་མི་ཞིག་གིས་བླ་མར་གདམས་ངག་ཞུས་པ་ལ། བླ་མས་མ་རི་ལི་ཛ་ཞེས། དོན་དུ་མར་སོང་གསུང་བ་ཡིན་པ་ལ༔ ཁོས་དེ་མ་གོ་བར་གདམས་ངག་ཏུ་བཟུང་ནས་ཚིག་དེ་བགྲངས་པས་རང་གཞན་གྱི་ནད་སོས་པ་སོགས་བྱུང་། ཡང་གཅིག་གིས། ཨོཾ་བ་ལི་བུ་ལི་བུཀྲི་སྭཱ་ཧཱ་ཞེས་ལྷ་མོ་ཙུནྡའི་སྔགས་ཀྱི་ཙ་དང་༔ བ་ནོར་ནས་བགྲངས་ཏེ་ཨུ་གེའི་སྐབས་རྡོ་བཙོས་ནས་ཟོས་པའི་རབས་བཞིན་ཡིན། དད་པ་མེད་ན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གང་ཡང་མི་འོང་།

དད་པ་ལ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས་འདིའི་སྐབས་སྦྱོང་རྒྱུའི་དད་པ་ནི། བཤེས་གཉེན་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་དྭང་བའི་དད་པ་ཡིན། དེ་བསྐྱེད་ཐབས་སྐྱིད་ཚང་ཡབ་སྲས་ནས་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་ལྟར་དང་པོ་རྩ་བ་དད་པ་སྦྱོང་བ་ལ་བླ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་སོགས་གསུམ་ལས། དང་པོ་བླ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་དགོས་ཏེ། རང་ཉིད་ཁེ་འདོད་ལ་གྱོང་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། རང་གིས་ཁེ་ཞིག་འདོད་ཕྱིན་ཆད། བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་ནམ་མིན་ཡང་རུང་སྟེ། སངས་རྒྱས་སུ་བལྟས་ན་ཚེ་འདི་དང་ཕྱི་མའི་འདོད་དོན་ཀུན་འབད་མེད་དུ་འགྲུབ་པ་སོགས་ཁེ་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན། མ་རྒན་མོས་ཁྱི་སོ་ལ་དད་པ་བྱས་པས་རིང་བསྲེལ་བབས་པ་བཞིན་ཡིན། བེའུ་བུམ་སྔོན་པོ་ལས། བླ་མ

「上師加持大與小，不關本身待自己。」

所以，我們能不能獲得悉地，取決於我們對上師信心和恭敬的大小，阿底峽尊者也說：

「汝藏人不獲悉地，乃於上師僅起凡庸想所致。」

反之，如果上師真的是佛，但我們對之不起信心的話，我們也見不到上師
的功德，還會遭到虧損、產生種種的痛苦。例如，佛陀雖然行無邊的功德，但
327 天授和善星除了見到佛陀有一度光明外，見不到其他任何功德，從而產生失利
的後果[15]。格西博朵瓦說：

「若不敬諸師，依佛亦無益，如善星故事……」

庚二、能觀之原因

我們不僅應該這樣來看待上師，實際上我們自己也應該這樣來作，因為當
我們的心注重於上師功德這方面的話，我們便能消除對上師的不信。縱然發現
上師有一些微小過失，我們也可以通過以下二種方法來防止產生不信：(一)、
328 注重於上師功德這方面，身心為強烈的信心所壓倒，使之不能成為信心的障
礙；(二)、將觀察過失轉化為生起信心的助緣。《金剛手灌頂續》中說：

「應取規範德，終不應執過；
取德得成就，執過不成就。」

由於受惡劣習氣的影響，我們總是側重於思惟上師的過失。但是，如果我們能轉而注重於思惟上師功德的話，觀察師過之心就會自然而然地消失，就像晦日雖有月亮升起，但天空為日光籠罩而看不見月亮一樣。又比如，因為我們總想著自己的功德，所以見不到自身的過失。即使發現上師稍有過失，我們也

[15] 參閱《大涅槃經》。

བྱིན་རླབས་ཆེ་དང་ཆུང་བ། །དངོས་ལ་མ་ཡིན་རང་ལ་རག་ལས། །ཞེས་པ་ལྟར་བླ་མ་བྱིན་རླབས་ཆེ་ཆུང་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། རང་གི་ངོས་ནས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་སོགས་ཇི་ཙམ་གྱི་ཚོད་དུ་མཐོང་བ་དེ་ཙམ་གྱི་བྱིན་རླབས་འབྱུང་། དེས་ན་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་མི་འབྱུང་བླ་མར་མོས་གུས་ཆེ་ཆུང་ལ་རག་ལས་པར་ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། བོད་ན་གྲུབ་ཐོབ་མི་འབྱུང་བ་བླ་མ་ལ་ཐ་མལ་པའི་འདུ་ཤེས་ལས་མེད་པས་ལན་པར་གསུངས། སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་ཡང་དད་པ་མ་སྦྱངས་ན་ཡོན་ཏན་མི་མཐོང་ཞིང་། གྲོང་སྡུག་བསྔལ་སྣ་ཚོགས་པ་བསྐྱེད་དེ། སངས་རྒྱས་ལ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་མོད། ལྷས་བྱིན་དང་ལེགས་སྐར་གྱིས་འོད་འདོམ་གང་བ་གཅིག་པུ་མ་གཏོགས་ཡོན་ཏན་གཞན་ཡོད་པ་མ་མཐོང་བས་གྲོང་བྱུང་བ་དང་འདྲ་བས་ན། དགེ་བཤེས་པོ་ཏོ་བས། བླ་མ་དག་ལ་གུས་པ་མེད་ན། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་བརྟེན་ཡང་མི་ཕན། །དཔེར་ན་ལེགས་པའི་སྐར་མ་བཞིན་ཏེ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།

གཉིས་པ་བལྟ་ནུས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། དེ་ལྟར་བལྟ་དགོས་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། བལྟ་མི་ནུས་པ་མིན་ཏེ། འདི་ལ་བློས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཕྱོགས་བཟུང་ན་མ་དད་པ་བཟློག་ནུས་ཤིང་། སྐྱོན་ཕྲན་བུ་མཐོང་ཡང་ཟིལ་གྱིས་མནན་ནས་དད་པ་ལ་གེགས་མི་བྱེད་པ་དང་། སྐྱོན་མཐོང་བ་དད་པའི་གྲོགས་སུ་འཁྱེར་བའི་རྒྱུ་མཚན་གཉིས་བསམ། དེ་ཡང་ལག་ན་རྡོ་རྗེ་དབང་བསྐུར་བའི་རྒྱུད་ལས༔ སློབ་དཔོན་གྱི་ནི་ཡོན་ཏན་བཟུང་། །སྐྱོན་ནི་ནམ་ཡང་བཟུང་མི་བྱ། །ཡོན་ཏན་བཟུང་ན་དངོས་གྲུབ་འཐོབ། །སྐྱོན་རྣམས་བཟུང་ན་དངོས་མི་འགྲུབ། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་རང་རེས་བག་ཆགས་ངན་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་བླ་མ་ལ་སྐྱོན་ཤས་ཆེར་བསམས་པས་མ་བྱུང་བ་ལས། གནམ་གང་ལ་ཟླ་བ་ཤར་ཡོད་ཀྱང་ཉི་འོད་ཀྱིས་ཟིལ་གྱིས་ནོན་ཏེ་ཟླ་བ་མི་མངོན་པ་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་ཤས་ཆེར་བསམས་ན་སྐྱོན་མཐོང་བའི་བློ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར་བ་ནི། དཔེར་ན་རང་གི་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་བསམས་པས་རང་གིས་རང་ལ་སྐྱོན་མི་མཐོང་བ་བཞིན་དང་།

可以想，這是上師為了調伏化機所作的善巧方便，這樣我們就能將觀察師過轉化成生起信心的助緣。再者，當我們處在初業行人的階段時，我們所見到的上師均現凡夫相；獲「法流三摩地」時，所見到的上師現殊勝化身相；獲初地等時，所見到的上師則現受用身等相。直至有一天，所有的情器也都將顯現為「無量清淨」[16]。

庚三、如何觀法

329 為了對此生起不可動搖的定解，我們必須依教、依理來加以成立，分四個方面：（辛一）上師是佛乃金剛持所許；（辛二）上師是一切佛事業之作者；（辛三）即於現在諸佛菩薩仍在利益有情；（辛四）自所見相無法決定。

辛一、上師是佛乃金剛持所許

有人認為：「那些善知識本來不是佛，但我在修依止善知識法時，應該假裝這樣來看。」這種想法很危險，不應該執著這類錯誤的思想不放；這是極其重要的。相反的，我們應該這樣來思考：「雖然上師是佛，但我卻認識下到。上師是佛的原因是：現在金剛持正現上師相住世度化。」《二觀察續》[17]中說：

「我於未法時，現阿闍黎身。」

330 另一部密續中說：

「最後五百年，我現規範相，當知彼即我，於彼生恭敬。」

以及：

「未來濁世時，我現凡夫身，種種方便相。」

經中也說：

「見有義諦聽，我於末法時，當現親教身，住阿闍黎相。」

像這樣在許多顯經、密續中，金剛持悲憫教誡道：未來濁世時，他本人將現普通阿闍黎相出現於世，希望弟子們到時候能認得他，所以不必以為再也無法見到他而感到失意。這些話都是很容易明白的，可以直接按字面的意思來理

[16] 視一切情世間為本尊、一切器世間為本尊曼荼羅的密宗證德。
[17] 《喜金剛續王》的簡稱。

སྐྱོན་ཅུང་ཟད་མཐོང་ཡང་གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་ཐབས་མཁས་སུ་བསམས་ནས་དད་པའི་གྲོགས་སུ་བསྒྱུར་ཆོག་པའི་ཕྱིར་དང་། དེར་མ་ཟད་བླ་མ་རྣམས་རང་རེ་ད་ལྟ་ལས་དང་པོ་བའི་སྐབས་ཐ་མལ་པ་དང་། ཆོས་རྒྱུན་གྱི་རིང་འཛིན་ཐབ་སྐབས་མཆོག་གི་སྤྲུལ་སྐུ། དེ་ནས་ས་དང་པོ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ལོངས་སྐུ་སོགས་སུ་རིམ་བཞིན་མཇལ་ཞིང་། ནམ་ཞིག་སྐྱོན་བཅུད་རྣམས་ཀུང་དག་པ་རབ་འབྱམས་སུ་ཤར་བ་ཡོད་པས་སོ། །

གསུམ་པ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་བལྟ་ཚུལ་ལ། འདིར་གཞན་གྱིས་མི་ཕྱེད་པའི་ངེས་ཤེས་བརྟན་པའི་ཕྱིར་ལུང་རིགས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་དགོས། དེ་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་བཞེད་པ་ནི། ཁ་ཅིག་གིས། བཤེས་གཉེན་རྣམས་སངས་རྒྱས་དངོས་ནི་མིན་མོད། བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་སྐབས་གསར་དུ་བཙོས་དགོས་ཀྱིན་ཡོད་སྙམ་པ་འོང་ཉེན་ཡོད་ཀུང་། དེ་འདྲའི་སྐྱོན་རྟོག་རྣམས་ཞི་ཕྱུགས་སུ་མི་བཞག་པ་གནད་ཡིན། དེས་ན། འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཡང་རང་གིས་ངོས་མ་ཆོད་པ་ཡིན། དེ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཚན། དེང་སང་གི་སྐབས་འདིར་རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་བླ་མའི་རྣམ་པར་བསྟན་ནས་བཞུགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱུད་བརྟག་གཉིས་ལས། ཕྱི་མའི་དུས་སུ་གྱུར་པ་ན། ང་ཉིད་སློབ་དཔོན་གཟུགས་ཀྱི་སྐུ། །ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་ལྔ་བརྒྱ་ཐ་མར་གྱུར་པ་ན། །ང་ཉིད་སློབ་དཔོན་གཟུགས་སུ་འཛིན། །ང་ཡིན་སྙམ་དུ་ཤེས་བྱོས་ལ། །དེ་ཚེ་དེ་ལ་གུས་པ་བསྐྱེད། །ཅེས་དང་། མ་འོངས་སྙིགས་མའི་དུས་སུ་ནི། །ང་ནི་བྲིས་པའི་གཟུགས་དང་ནི། །སྣ་ཚོགས་ཐབས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་སྟོན། །ཞེས་དང་། མདོ་ལས་ཀུང་། ཀྭ་ཡེ་མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ཀྱི། །ཕྱི་མའི་དུས་སུ་གྱུར་པ་ན། །ང་ནི་མཁན་པོའི་ལུས་ཀྱིས་སྟོན། །ང་ནི་སློབ་དཔོན་གཟུགས་སུ་གནས། །ཞེས་སོགས་ལྟར་མདོ་རྒྱུད་དུ་མ་ནས་མ་འོངས་སྙིགས་མའི་དུས་སུ་རྡོ་རྗེ་འཆང་ང་ཉིད་ཐ་མལ་པའི་སློབ་དཔོན་གྱི་གཟུགས་སུ་འོང་བས། ང་དང་མ་མཇལ་ཞེས་ཡིད་མ་ཕམ་པར་ངོ་ཤེས་པར་གྱིས་ཞེས་བརྗོ་བས་གདམས་པ་

解。此外當知所謂的「濁世」，就是指現在。

因此在我們自己的上師中，肯定有金剛持化現的阿闍黎！原因是：我們深深地為業煩惱所苦，對於這些情況，慈悲的金剛持悉知悉見；另外金剛持也知道，現在正是能決定利益我們的良機，因為我們具有能了知取捨處及能修教義的人身等等。

再者，當知現在所有的上師都是金剛持的化身，如果不這樣看，而對每一
331 位上師都想出一種理由來加以否定的話，我們便會將每一位上師都排除在外，到最後屬於金剛持的化身一個也沒了，這當然是與上述經教相違背的。在上師中一定有佛的化身，所以當思：只想著上師為什麼不是佛的理由而失去認識佛的化身的機會，乃是自己的惡念所致。因此，我們應當將一切上師都視為佛的化身。

對那些容易生起信心的人來講，單講這些經教即可；如果再用正理來加以成立的話，我們便能獲得更大的定解，所以接著講第二點。

辛二、上師是一切佛事業之作者

以前在介紹資糧田的時候，我曾經說過：諸佛之意——樂空不二智——在法界中是「一味」的，就像空中雖然只有一個月亮，但卻能在有水的器皿中各別映現出影子。在所教化的有情面前，當以聲聞身作調伏者，諸佛樂空不二智便現聲聞相；當以緣覺身作調伏者，便現緣覺相；當以菩薩或佛身調伏者，便現菩薩相或佛相。不僅如此，如《父子相見經》中所說：

332 **「有時現梵釋，有時現魔相，**
饒益諸有情，世人難測度……」

འདི་དག་ངེས་དོན་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པ་ཡིན་ཅིང་། དེའི་སྙིགས་མའི་དུས་ཞེས་པ་དེང་སང་གི་དུས་ལ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་འདྲའི་རྡོ་རྗེ་འཆང་གི་སྤྲུལ་པའི་སློབ་དཔོན་དེ་ཡང་རང་གི་བླ་མའི་གསེབ་ཏུ་ངེས་པར་ཡོད་དེ། རང་རེ་ལས་ཉོན་གྱིས་ཉམ་ཐག་པ་འདི་འདྲ་བར་གྱུར་པ་རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་བརྩེ་བས་གཟིགས་ཤིང་མཁྱེན་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་རེ་དེང་སང་བླང་དོར་གྱི་གནས་ཤེས་ནུས་ཤིང་གདམས་དོན་སྒྲུབ་ནུས་པའི་རྟེན་སོགས་འབྱོར་བས་ངེས་པར་དོན་དུ་འགྱུར་བ་གཞན་ལས་ལྷག་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་མཁྱེན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་ད་ལྟའི་བླ་མ་འདི་ཀུན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་མིན་པར་རེ་རེ་ལ་རྒྱུ་མཚན་རེ་བཀོད་ནས་མིན་ལུགས་བསམ་ན། རེ་རེ་བསལ་ཤུལ་དུ་རྡོ་རྗེ་འཆང་གི་སྤྲུལ་པ་གཅིག་ཀྱང་མི་ལྷག་པ་ཞིག་རེད་འོང་། དེ་ལྟར་ན་སྔར་གྱི་ལུང་དང་འགལ་བའི་སྐྱོན་འབབ་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས། དེས་ན་སངས་རྒྱས་མིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཤ་སྟག་བཀོད་ནས་མ་རྙེད་པ་དེ་རང་གི་བློ་སྐྱོན་ཡིན་འདུག་པས་བླ་མ་འདི་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་སྙམ་དུ་བསམ། དེ་ལྟར་གང་ཟག་ཡིད་ཆེས་སྐྱེ་སླ་བ་དག་ལ་ནི་ལུང་གིས་ཆོག་མོད། ད་དུང་རིགས་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་བཀོད་པ་ན་ངེས་པ་སྟེར་ཆེ་བས།

 གཉིས་པ་བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྲིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོར་སྒྲུབ་པ་ནི། སྔར་ཚོགས་ཞིང་སྐབས་ཞུས་པ་བཞིན་ཇི་ལྟར་ནམ་མཁའ་ན་གནས་པའི་ཟླ་བ་གཅིག་ཉིད་ཆུ་སྣོད་དུ་མར་གཟུགས་བརྙན་ཐ་དད་པ་འཆར་བ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི། ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་རོ་གཅིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་གདུལ་བྱའི་མདུན་དུ་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་འདུལ་བ་ལ་ཉན་ཐོས། རང་རྒྱལ་གྱིས་འདུལ་བ་ལ་རང་རྒྱལ། བྱང་སེམས་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདུལ་བ་ལ་དེ་དང་དེའི་རྣམ་པར་སྟོན་ཅིང་། དེར་མ་ཟད། ཡབ་སྲས་མཇལ་བའི་མདོ་ལས། བརྒྱ་བྱིན་ཚངས་པའི་ཚ་བྱད་དང་། །ལ་ལར་བདུད་ཀྱི་ཚ་བྱད་ཀྱིས། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་མཛད་དེ། །འཇིག་རྟེན་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་མི་ནུས། །ཞེས་

當以魔或梵天身作調伏者，諸佛樂空不二智便示現魔或梵天相，甚至化現鳥獸等相來調伏有情。

諸佛對我們顯現普通善知識相，是因為這樣作方適合我們的緣分，除此之外，別無其他引導的方法。諸佛縱然對我們顯現比普通上師相高級的受用身等相，但因為我們見不到，所以也沒有什麼意義。其他殊勝化身、菩薩等相，我們也一樣沒有看得見他們的宿緣。同樣的，如果諸佛顯現比普通上師相低級的鳥獸等相的話，因為我們對之難起信心，所以也無法利益我們。

因此，正如《供養上師儀軌》中所說：「從佛三身莊嚴輪......」等[18]，一切佛的三身全部都攝集在上師的三密[19]之中，所以，上師是一切佛的化身或事業的執行者。譬如：一位跳舞的演員，他可以穿上「阿雜惹」裝跳「阿雜惹」舞，也可以換上「法王」[20]裝跳「法王」舞，除了服裝有變化外，這二個角色實際上是由同一位演員扮演的。又如同一種硃紅顏料，可以繪畫出許多不同的
333 圖案，雖然形狀不同但本質上都是硃紅。我們應該以同樣的態度來認識自己的上師，當思諸位上師全是金剛持的化身，是調伏我們的一種善巧方便。

此外，正如艾絨依靠聚光鏡方能取火，或是雖獲眾食若不進口難入腹中，佛的加持和賢善事業，只有通過上師才能得以實現，或者說由於上師能作—切賢善事業，所以上師是一切佛事業的執行者。

有人可能會想：雖然上師是一切佛事業的執行者，但不一定就是佛。如有這樣的疑慮，我們便應作如下思考：佛的事業，也就是佛利益有情時所作的加持，必須通過上師方能趣入有情的相續。如果這樣的話，上師就只能是佛而不

---

[18] 全頌為：「從佛三身莊嚴輪，善巧方便幻網中，現凡夫相度眾生，祈禱大悲依怙主。」
[19] 身、語、意三密。以非凡夫境界故，稱之為「密」。
[20] 即閻摩法王，一護法神名。

སོགས་གསུངས་པ་བཞིན་བདུད་དང་ཚངས་པས་འདུལ་བ་ལ་བདུད་དང་ཚངས་པ། ཐ་ན་བྱ་དང་རི་དྭགས་ཀྱིས་འདུལ་བ་ལ་བྱ་དང་རི་དྭགས་སོགས་དེ་དང་དེའི་རྣམ་པར་བསྟན་པ་ལས། རང་ཅག་ལ་སྐལ་བ་དང་འཚམས་པར་ཐ་མལ་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ཚུལ་བསྟན་ཅིང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་འདྲེན་ཐབས་རང་ཅག་ལ་མཛོད་ཀྱུ་མ་བྱུང་བ་ཁོ་ན་སྟེ། བླ་མ་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པ་ལས་ལྷག་པའི་ཡོངས་སྐུ་སོགས་ཀྱི་སྐུའི་རྣམ་པ་བསྟན་ཀྱང་རང་ཅག་གིས་མི་མཐོང་ཞིང་དོན་དུ་མི་འགྱུར་ལ། དེ་ལས་གཞན་མཆོག་གི་སྤྲུལ་སྐུ་དང་། བྱང་སེམས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་བསྟན་ཀྱང་མཐོང་བའི་ལས་སྐལ་མེད་ཅིང་། ད་ལྟའི་འདི་ལས་དམན་པའི་བྱ་རི་དྭགས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བསྟན་ན་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཡིད་མི་ཆེས་པས་ཕན་མི་ཐོགས། དེས་ན། བདེ་གཤེགས་སྐུ་གསུམ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་ནི།། ཞེས་སོགས་ལྟར། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐུ་གསུམ་བླ་མའི་གསང་བ་གསུམ་དུ་བསྡུས་པས། བླ་མ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྣམ་འཕྲུལ་ལམ་འཕྲིན་ལས་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འཆམ་དཔོན་གཅིག་ཉིད་ཨ་ཙ་རའི་ཆས་སུ་ཞུགས་ནས་དེའི་འཆམ་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཆས་སུ་ཞུགས་ནས་དེའི་འཆམ་བྱེད་པ་ན་ཆས་བརྗེ་བ་ལས། དོན་དུ་འཆམ་དཔོན་གཅིག་པོ་དེ་རང་ཡིན་པ་བཞིན་དང་། མཚལ་ལྷ་བུ་གཅིག་གིས་བཀོད་པའི་བྱེ་བྲག་འདྲ་མི་འདྲ་མང་པོ་བྲིས་ཀྱང་། དོན་དུ་མཚལ་གྱི་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་པ་ལྟར། རང་རེ་འདུལ་བའི་ཐབས་མཁས་སུ་རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་སྤྲུལ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་སྙམ་དུ་བསམ། གཞན་ཡང་མེ་ཤེལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྲ་བས་མེ་འཛིན་པ་ལྟར་རམ། ཟས་སྣ་ཚོགས་སྙེད་ནའང་ཁ་ནས་མ་སོང་བར་ལྟོར་མི་འཇུག་པ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་དང་རྣམ་དཀར་གྱི་འཕྲིན་ལས་བླ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བས་སམ། རྣམ་དཀར་གྱི་ལས་ཐམས་ཅད་བྱེད་དུ་འཇུག་པས་ན་བླ་མ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན། དེ་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ཡིན་དགོས་དོགས་མེད་བསམ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་སྐབས་བྱིན་རླབས་དེ་བླ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་འཇུག་དགོས།

是凡夫。不然，一切佛將依賴有情作為一切事業趨入之門，這就變成諸佛要依賴凡夫才能作利生之事。但事實並非如此，佛在利益有情的時候，連那些聲聞、
334 緣覺和諸大菩薩都不依靠，怎可能依靠凡夫呢？

所以，佛陀僅僅是為了使有情能有見到他的緣分才化現為凡夫的。例如，當佛變化成船、橋等物時，我們卻以為這些是由木匠建造的。正如薩迦班智達所說：

「日光雖熾熱，無鏡火不生；
如是佛加持，無師不能入。」

噶舉派上師達沃仁欽（月光寶）也說：

「障雲清淨時，彼日輪之光，
以淨鏡緣起，能降薪木上。」

（帕繃喀大師以聚光鏡為喻，說明諸佛必須依靠上師，才能使其事業趣入所教化者的相續中。由此可知，如果上師不是佛，諸佛就不會依靠他們，這種情況和「富人和窮人」那則比喻[21]中所表現的意思完全相似；因為諸佛必須依賴上師，說明上師只能是佛。）

335 **辛三、即於現在諸佛菩薩仍在利益有情**

我們可以肯定地說，現在金剛持正以化身在利益眾生，為什麼呢？因為佛對一切有情的情況悉知悉見、毫不混亂，而且，佛對有情的悲憫要勝過母親對於獨子的感情。所以，他們永不間斷地作各種最能利益一切有情的事業；現在也一樣。因此，有什麼理由說他們不來利益我們呢！

再者，諸佛的最初發心，

[21] 此喻為諸佛若依靠未成佛者而作利生事業，無異於富人向窮人求財。

དེ་དགོས་ན་བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པ་ལས་ཐ་མལ་པ་ཡིན་ཐབས་མེད། དེ་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་འཇུག་པའི་སྒོ་སེམས་ཅན་ལ་རེ་དགོས་པར་འགྱུར། དེ་དགོས་ན་སོ་སྐྱེ་ལ་རེ་ནས་ཀྱང་དོན་བྱེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དེ་མི་དགོས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་སྐབས་ཉན་རང་དང་བྱང་སེམས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ལའང་མི་རེ་ན་སོ་སྐྱེ་ལ་རེ་བ་ལྟ་ཅི་སྨོས། དེས་ན་སེམས་ཅན་གྱི་མཐོང་སྣལ་ཙམ་དུ་ཐ་མལ་པར་སྤྲུལ་བ། གཟིངས་དང་ཟམ་པ་སོགས་སྤྲུལ་ཀྱང་རང་ཅག་རྣམས་ལ་ནི་ཞིང་བཟོ་བས་བཟོས་པ་ལྟར་སྣང་བ་ལས་གཞན་མི་མཐོང་། ས་པཎ་གྱིས། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་རབ་ཚ་ཡང་། །མེ་ཤེལ་མེད་པར་མེ་མི་འབྱུང་།། དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་བྱིན་རླབས་ཀྱང་། །བླ་མ་མེད་པར་འཇུག་མི་ནུས། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་པ་ཟླ་འོད་རིན་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་། བར་གྱི་སྒྲིབ་བྱེད་དག་པ་ན། །ཁྲི་གདུགས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་དེ། །མེ་ཤེལ་དྭངས་མའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། །བུད་ཤིང་སྟེང་དུ་ཐེབས་པ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་ལྟར་མེ་ཤེལ་གྱི་དཔེ་བཅས་དྲངས་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གདུལ་བྱར་འཕྲིན་ལས་འཇུག་པ་བླ་མ་ལ་བརྟེན་དགོས་པས། བླ་མ་སངས་རྒྱས་མིན་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དེ་ལ་རེ་མི་དགོས་པ་ཕྱུག་པོ་དང་དབུལ་པོའི་དཔེ་ལྟར་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བླ་མར་ལྟོས་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཁོ་ན་ལས་མི་འདའ་བར་བསམ་དགོས་ཚུལ་སོགས་གསུངས།

ས་བཅད་གསུམ་པ་དེང་སང་གི་དུས་སུ་ཡང་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་ནི། རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་དེང་སང་གི་དུས་སུ་སྤྲུལ་པས་འགྲོ་དོན་ངེས་པར་མཛད་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་སྐབས་རྣམས་མ་འདྲེས་པར་མཁྱེན་ཅིང་། མས་བུ་གཅིག་པ་ལ་བརྩེ་བ་ལས་ཀྱང་ལྷག་པས་དུས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་འཕྲིན་ལས་ཅི་དྲག་མཛད་བཞིན་པ་ཡིན་པ་དེང་སང་གི་དུས་སུའང་འདྲ་བས་རང་རེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་

是為了饒益我們，積集資糧是為了能圓滿利益我們，成佛也是為了利益有情。所以，他們在成就佛果之後不可能不來利益我們的。如果一切佛不願利益我們而將我們捨棄的話，那就是一件最糟糕的事了。因此，所有的佛肯定在利益我們。至於利益的方法，則如以下偈頌所說：

「諸佛非以水洗罪，亦非以手除眾苦，非將所證遷於他，示法性諦令解脫。」

336 除此之外，別無他法。而能作饒益的佛的化身，除了為我們開示如何獲得最上利益——增上生[22]和決定善[23]方法——的上師之外，別人是沒資格的。所以，格鄔倉・絳央蒙朗說：**「過去佛菩薩，利現在眾生，若獲真實解，知即具相師。」**我上師也說：**「每個有情的頭上，都有全體的佛坐著。」**

辛四、自所見相無法決定

有人可能又會想：「雖然必須承認上師是真佛，以及是一切佛事業的作者。然而因為我見上師有這樣、那樣的過失，所以我只能視他為凡夫而非佛。」對此我們應當明白，自己的感覺是不可靠的、也是不肯定的。

由於我們視物的標準是受業力控制，又因為我們無法肯定曾經造過某種業
337 和未曾造過某種業，所以在我們的業感景象中，事物存在與否也是不能確定的。

---

[22] 生為天或人。

[23] 小乘涅槃與一切智。

མི་མཛད། གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་དང་པོར་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་ནས་བཟུང་རང་ཅག་གི་དོན་འབའ་ཞིག་གི་ཕྱིར་ཞུགས་ཤིང་། ཚོགས་བསགས་པའང་རང་ཅག་ལ་དོན་བྱ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱས་པའང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་རྒྱས་པ་ཡིན་པས། ད་ལྟ་འབྲས་བུ་གྲུབ་ནས་རང་རེའི་དོན་མི་མཛད་པ་ནི་གནས་མེད་ཅིང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་རེའི་དོན་མི་མཛད་པར་དོར་ན་དེ་བས་ཐབས་རྟགས་པ་མེད་པས། ངེས་པར་རང་རེའི་དོན་མཛད། དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཙད་ཀྱིས་རང་ཅག་གི་དོན་མཛད་ངེས་ན། དོན་མཛད་ཚུལ་ཡང་། ཐུབ་རྣམས་སྡིག་པ་ཆུ་ཡིས་མི་འཁྲུ་ཞིང་། །འགྲོ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཕྱག་གིས་མི་སེལ་ལ། །ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་གཞན་ལ་སྤོ་མིན་ཏེ། །ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་བསྟན་པས་གྲོལ་བར་མཛད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་གཞན་མཛད་དུ་མེད་ལ། དེ་མཛད་པ་པོའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་ནི་དོན་གྱི་མཆོག་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་ཐབས་སྟོན་པ་པོའི་བླ་མ་ཉིད་ལས་གཞན་འགྲོ་ས་མེད་དོ།། དེས་ན། སྙིང་ཚང་འཇམ་དབྱངས་སྨོན་ལམ་གྱིས། སྟོན་བྱོན་གྱི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས།། ད་དུས་ཀྱི་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་པ། །ཁས་ལེན་ཙམ་མིན་པར་བསམས་ཤིས་ན། །མཚན་ལྡན་གྱི་བླ་མའི་ཐོག་ཏུ་འཛོམ། །ཞེས་དང་། བདག་གི་བླ་མའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་རེ་རེའི་མགོ་ཐོག་ན་སངས་རྒྱས་ཆ་ཚང་བ་རེ་ཡོད་ཅེས་གསུངས།

བཞི་པ་རང་གི་སྣང་བ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། འོ་ན་དེ་ལྟར་བླ་མ་ནི་སངས་རྒྱས་དངོས་དང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྲིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་མོད། འོན་ཀྱང་བླ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་མི་མཐོང་ཞིང་། ཐ་མལ་པར་མཐོང་བ་ནི། སྐྱོན་གྱི་རྣམ་པ་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་རྟགས་སུ་བཀོད་ན། རང་གིས་མཐོང་བ་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་ཅིང་ངེས་པ་མེད་དེ། འོ་ཅག་གི་མཐོང་ཚོད་ནི་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ཡིན་པས། ལས་འདི་བསགས་པ་དང་འདི་མ་བསགས་བྱ་བ་མེད་པས། ལས་ཀྱི་མཐོང་སྣང་ལ་ཡང་འདི་ཡོད་པ་དང་།

例如，《入中論》中提到，「鬼見膿河心亦爾」[24]。它的意思是說：當天、人、餓鬼三者同時看同一茶杯中的水時，因為業力不同的關係，分別見為甘露、水和膿血。而對於那些餓鬼來講，夏季的月光是熱的、冬季的日光是冷的。對《時輪》和《俱舍》各自特別的化機來講，所見到的須彌山形狀分別是圓的和方的。又例如，以前聖無著曾將至尊彌勒視為一條下身腐爛、爬滿蟲蟻的母狗；桑傑耶協（佛智）將阿闍黎絳貝協年（文殊知識）看成是一個耕地、喝蟲粥的僧相俗人；諦洛巴在世時，周圍所有的人都以為他是個打魚的，根本沒人去猜測他可能是個大成就者，那若巴最初見到他時，他正在炙燒活魚；黑行阿闍黎也曾將「金剛亥母」看成是一個癩婦。所以，我們能見善知識是人，而不是馬、
338 狗、驢什麼的，就應當覺得慶幸了！京俄‧洛卓堅贊（慧幢）[25]說：

「我等惡業障雖重，見師為人當歡喜；
不見犬驢福報大，至心生敬釋迦子。」

不僅如此，如果單憑現象就能裁定諸事，那麼既然一切法顯現如實有，就應該是實有了，這顯然是錯誤的。

（帕繃喀大師隨後又舉了—個例子說，以前有個比丘，為乾渴所惱，外出求水時，由於他像餓鬼一樣來看待周圍的一切，所以見不到恒河而逕至離河遠去。）

在這裡，我們需要運用《釋量論》中關於「不現不可得因」的那些解釋，仿照「未見鬼故不能成立無鬼」來立如下之量：「見上師即真佛為隱義之補特伽羅相續中，無緣見師為真佛；無見師為真佛之能緣量故。」

---

[24] 全頌為：「如同有翳諸眼根，鬼見膿河心亦爾，總如所知非有故，應知內識亦非有。」
[25] 1402～1471，宗喀巴大師親教弟子，是八大京俄（內侍）之一。

འདི་མེད་པ་མེད་དེ། འཇུག་པར། ཆུ་འབབ་ཀླུང་ལ་ཡི་དྭགས་རྣག་བློ་ཡང་། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། ཧྣན་ཞིང་གཞིར་བ་ཆུ་བོར་པ་གང་ལ། ལས་ཅན་གྱི་ལྷ་མི་ཡི་དྭགས་གསུམ་གྱིས་བལྟས་པའི་ཚེ། བདུད་རྩི་དང་། ཆུ་དང་། རྣག་ཁྲག་ཏུ་སྣང་བ་དང་། ཡི་དྭགས་རྣམས་ལ་དབྱར་ཟླ་བའང་ཚ་ཞིང་། དགུན་ཉི་མའང་གྲང་བ་དང་། དུས་འཁོར་དང་མངོན་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་གཉིས་ལ་རི་རབ་ཟླུམ་པོ་དང་གྲུ་བཞིར་སྣང་བ་སོགས་ཡོད་པ་ལྟར་དང་། གཞན་ཡང་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་ཁྲི་མོ་སྣད་ཁོག་རུལ་ཞིང་འབུས་གཡེང་བར་གཟིགས། སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སློབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་ཁྲིམ་བཙུན་ཞིང་སྨོ་ཞིང་། འབུ་ཐུག་འཕྱུང་བ་ཞིག་ཏུ་གཟིགས། ཏཻ་ལོ་པའང་ལྷུང་པའི་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཉ་པ་ཞིག་ལས་གྲུབ་ཆེན་དུ་དོགས་པ་ཙམ་ཡང་མ་བྱུང་ཞིང་། ནཱ་རོ་པས་ཀྱང་ཉ་གསོན་སྲེག་མཛད་པར་མཐོང་། ནག་པོ་པས་ཀྱང་རྡོ་རྗེ་ཕག་མོ་མཛེ་མོར་གཟིགས་འདུག་ན། རང་ཅག་གིས་བཤེས་གཉེན་མིར་མཐོང་སྟེ། ཧ་ཁྲི་བོང་བུར་མི་སྣང་བ་དགའ་རབ་ཡིན་ཏེ། སྤྲུལ་སྐུ་བློ་གྲོས་རྒྱལ་མཚན་གྱིས། རང་རེའི་ལས་ངན་སྒྲིབ་པའི་ཆེ་ཚོད་ལ། །བླ་མ་མི་རུ་མཐོང་བའང་དགའ་ཚད་ཡིན། །ཁྲི་དང་བོང་བུར་མ་མཐོང་བསོད་ནམས་ཆེ། །མོས་གུས་སྙིང་ནས་བསྐྱེད་ཅིག་ཤཱཀྱའི་སྲས། །ཞེས་གསུངས། དེར་མ་ཟད་སྣང་བ་ཙམ་ལ་ཆ་འཇོག་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་གྲུབ་ཏུ་སྣང་བས་བདེན་གྲུབ་ཏུ་ཐལ་བའི་སྐྱོན་ཡོད། སྟོན་དགེ་སློང་ཞིག་སྒོམ་པས་གདུངས་ནས་ཆུ་འཚོལ་དུ་ཕྱིན་པས་ཡི་དྭགས་ཀྱི་སྣང་བ་བྱུང་སྟེ་ཆུ་བོ་གཙྭ་མ་མཐོང་ཞིང་ཀང་གིས་བཀྲོད་པ་བྱུང་ཚུལ་དང་། ཞ་ཟ་མ་མཐོང་བས་མེད་པར་སྒྲུབ་མི་ནུས་པ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་མི་སྣང་བ་མ་དམིགས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་རྣམས་ཀྱང་འདིར་མཁོ། དེ་ཡང་བླ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་བསྐལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་བླ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་སྐལ་པ་མེད་དེ། བླ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་དམིགས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་པའི་

所以，不能親見上師為佛，並不等於上師不是佛。

反之，有人見似真佛卻不一定就是真佛。以前，當第四代付法師近隱阿羅
漢在說法時，「歡喜自在魔」[26]前來破壞，近隱將此魔調伏後說道：「因為我未
339 曾見過佛陀，所以你變化出佛陀的樣子給我看。」於是魔便變化出與佛一樣的
身體，具有相好等，近隱誤以為見到真的佛陀而準備頂禮時，魔的化身就消失
了。而以前的那些大成就者，像吉祥怙主龍猛等，在一般人眼裡，雖顯現為普
通比丘相，事實上卻是真正的佛。

不管怎樣，當追究過失的心自然現起時，我們不必立即強壓下去。譬如，當我們準備洗去衣服上的污垢時，應該先讓污垢浮現出來；因此，我們也應該先讓這種尋過心顯現出來，然後再作如下思考：「不知道我所見的這種過失，上師是真的有還是假的有。」如前所說，這未嘗不是一種業感幻相。膽病患者將白螺看成是黃色的；風病患者將雪山看成是藍色的；坐船有船行木移的感覺；有翳障的人，眼前似毛髮亂墜；連這麼一點點暫時的幻因都能造成這樣的障礙，更何況我們長期以來完全被無量的業煩惱所蒙蔽呢？

340 我認識的一位活佛，有一次外出朝聖時身患膽病，在他寓所裡有三個銀
盒，但他卻看成是金的。次日早晨病癒，方見其本相。嘉瓦・溫薩巴有一次造
訪絨區的降欽寺，有幾個薩迦派的學者不懂聲明學上的難點卻在那裡辯論，溫

[26] 又稱天子魔，四魔之一。

ཕྱིར༔ ཞེས་དགོངས་བཀོད་པ་ལྟར་ཡིན། སངས་རྒྱས་སུ་མ་སྣང་ཡང་སངས་རྒྱས་མིན་མི་དགོས། སངས་རྒྱས་དངོས་ལྟར་སྣང་ཡང་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། སྔོན་གཏད་རབས་བཞི་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཉེར་སྦྲས་ཀྱིས་ཆོས་གཤང་སྐབས་བདུད་དགའ་རབ་དབང་ཕྱུག་གིས་གནོད་པ་བྱས་པས་ཉེར་སྦྲས་ཀྱིས་བདུད་བཏུལ་ནས་ང་ཡིས་སངས་རྒྱས་མཇལ་མ་མྱོང་བའི་སྐབས་ཁྱོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཇི་བཞིན་དུ་སྤྲུལ་ཅིག་གསུངས་པས་བདུད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་བཟང་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལྟག་ཆད་མེད་པར་སྤྲུལ་བས་ཉེར་སྦྲས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་ནས་ཕྱག་འཚལ་གྲབས་བྱས་པས་བདུད་ཀྱིས་སྤྲུལ་པ་མྱུར་དུ་བཤིག་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེས་ན་སྔོན་གྱི་སྒྲུབ་ཆེན་དཔལ་མགོན་ཀླུ་སྒྲུབ་སོགས་ཀྱང་མཐོང་ཚུལ་ལ་དགེ་སློང་ཐ་མལ་པར་སྣང་ཡང་། དོན་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་པ་ལྟར་དང་། འོན་ཀྱང་སྐྱོན་རྟོག་གི་བློ་དང་གིས་འཆར་ན། དེ་དེ་མ་ཐག་སེ་དགག་པར། དཔེར་ན་གོས་ཀྱི་དྲི་མ་འཁྲུད་པར་རྩོམ་པས་རེ་ཞིག་དྲི་མ་དེ་སློང་དགོས་པ་བཞིན་སྐྱོན་རྟོག་གི་བློ་དེ་འཆར་དུ་བཅུག་ནས། ག་རེ། སྐྱོན་འདི་བླ་མ་ལ་ཡོད་ནས་སྣང་བའམ། མེད་ནས་སྣང་བ་གང་ཡིན་མི་ཤེས་ཏེ། སྔར་བཤད་པ་ལྟར་ལས་སྣང་གིས་འཁྲུལ་པའང་ཅིའི་ཕྱིར་མིན་ཏེ། མཁྲིས་ནད་ཅན་ལ་དུང་སེར་པོར་སྣང་བ་དང་། རླུང་ནད་ཅན་གྱིས་གངས་རི་སྔོན་པོར་མཐོང་བ་དང་། གྲུར་ཞུགས་པ་ལ་ལྗོན་ཤིང་འགྲོ་བར་སྣང་བ་དང་། རབ་རིབ་ཅན་ལ་སྐྲ་ཤད་སྣང་བ་སོགས་འཁྲུལ་གྱི་འཁྲུལ་རྒྱུ་ཙུང་ཟད་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་སྒྲིབ་ན། རང་རེ་ཕུགས་ཀྱི་འཁྲུལ་རྒྱུ་ལས་ཉོན་དཔག་ཏུ་མེད་པས་རྩལ་གྱིས་འཐུམས་ནས་ཡོད་པ་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འཁྲུལ། ང་རང་གིས་ཤེས་པའི་སྤྲུལ་སྐུ་ཞིག་གནས་སྐོར་སོང་སྐབས་མཁྲིས་ནད་བསྐྱུན་པས་གནས་ཚང་དེར་དངུལ་ག་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་གསེར་ག་གསུམ་དུ་སྣང་ཞིང་། ཕྱིར་ནང་མཁྲིས་ནད་སེལ་བས་དངུལ་གྱི་གཟུ་གསུམ་དུ་གྱུར་པ་དང་། རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་རིང་བྱམས་ཆེན་ལ་ཕེབས་པས་ས་སྐྱའི་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲའི་དཀའ་གནད་ཅིག་མ་ཤེས་པར་རྩོད་པ

薩巴便為他們解釋有關聲明學的知識，並用梵文念了《般若八千頌》。但他們根本不相信他是個格魯派的「人」，而認為他是個格魯派的「鬼」。所以，我們應該觀察上師的內在斷、證功德，而不要去考慮上師的外相。

佛的法身，只有佛才能相互見到，連聖者菩薩[27]也無法見到；佛的受用身，只有聖者菩薩能見到；佛相好莊嚴的殊勝化身，只有「業淨凡夫」以上的那些人能見到。《道次第・甘露藏》中說：

「乃至未離惡業障，無量諸佛雖親臨，
除此現在所見相，無緣得見相好身。」

即便佛陀在世時，那些外道徒眾也見不到佛陀的妙相等，只見到一大堆過失；提婆達多將佛陀的一切事業都看成是虛假騙人的。

雖然我們只能根據自己的程度來看上師，但總的來說，這些還算不壞。果
341 洛阿里上部有個土匪，有一次他去拉薩朝「覺窩」像[28]，卻連像前的供燈也沒有見到。溫・嘉賽仁波切的上一世告訴他必須清淨業障，所以他作了「萬供」[29]，頂禮和繞佛，後來他能見到供燈，但還是不能見到「覺窩」像。果芒甘珠爾喇嘛・洛桑頓丹仁波切（善慧有義）傳《甘珠爾》[30]時，求法者中有一個僧人，既聽不到唸經的聲音也看不到經書，他只看到上師面前放著一盤肉，上師不是在唸經而是在吃肉！每天晚上散會時，他見上師將肉收起來走了。像這樣的業感景象千奇百怪，所以說，我們見物的層次取決於我們業障清淨的程度。

我們對現象不可相信，除上師之外，坐在身邊的人、朋友、親戚，就連門

[27] 初地以上的菩薩。
[28] 拉薩大昭寺主尊釋迦牟尼像。
[29] 每種供品的數量均達一萬的供養。
[30] 意為「佛語」，藏文大藏經的經藏，有一百多函。

བྱེད་སྐབས་དབེན་ས་པས་སྒྲ་དོན་ཐམས་ཅད་བཀྲོལ་ནས་བརྒྱད་སྟོང་པ་སཾ་སྐྲི་ཏའི་སྐད་དུ་གསུངས་ཀྱང་ཁོང་ཚོ་ཡིད་མ་ཆེས་ཏེ་འདི་དགེ་ལུགས་པའི་མི་མ་རེད་འདྲེ་རེད་བྱས་པ་ལྟར་ཕྱིའི་དབྱིབས་ལ་མི་བལྟ་བར་ནང་གི་སྦྱངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་བལྟ་དགོས།

ཆོས་སྐུ་ནི་སངས་རྒྱས་ནང་ཕན་ཚུན་ལས་བྱུང་འཕགས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་མཐོང་། ལོངས་སྐུ་མཐོང་བ་ལ་བྱང་འཕགས་དང་། མཆོག་གི་སྤྲུལ་སྐུ་མཚན་དཔེས་སྤྲས་པ་མཐོང་བ་ལའང་མ་མཐའ་སོ་སྐྱེ་ལས་དག་ཅིག་ངེས་པར་དགོས་པ་ལམ་རིམ་བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས། ལས་ངན་སྒྲིབ་གཡོགས་འདི་དང་མ་བྲལ་རིང་། །སངས་རྒྱས་མ་ལུས་མངོན་སུམ་མདུན་བྱོན་ཡང་། །ད་ལྟའི་སྣང་བ་འདི་ཉིད་མ་གཏོགས་པ། །མཚན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་སྐུ་མཆོག་མཐོང་སྐལ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་དུས་ཀྱང་མུ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཚན་བཟང་སོགས་མ་མཐོང་ཞིང་སྐྱོན་གྱི་གོང་བུར་མཐོང་། ལྷས་བྱིན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་རྣམས་གཡོ་རྫོལ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་། རང་རེས་བླ་མ་འདི་རང་རང་གི་ཚོད་ཙམ་དུ་མཐོང་བ་མཐོང་ཚུལ་བཟང་པོ་ཡིན་ཏེ། མགོ་ལོག་ཨ་རིག་སྟོད་པའི་ཇག་དཔོན་ཞིག་ལྷ་ལྡན་གྱི་ཇོ་བོ་མཇལ་བར་སོང་བས་ཇོ་བོ་ལྷ་ཞོག །མར་མེ་སོགས་ཀྱང་མ་མཇལ་བས་འོན་རྒྱལ་སྲས་གོང་མས་ལས་སྒྲིབ་སྦྱོངས་གསུངས་པས་ཁོས་ཁྲི་མཆོད་དང་ཕྱག་སྐོར་བྱས་ཀྱང་སྔར་མར་མེ་ཙམ་ལས་ཇོ་བོ་མ་མཐོང་བ་དང་། སློ་མང་བཀའ་འགྱུར་བླ་མ་བློ་བཟང་དོན་ལྡན་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་འགྱུར་ལྷོགས་ལུང་སྐུལ་སྐབས་དེའི་ནང་གི་ཁུ་མཁན་གྲྭ་པ་ཞིག་གིས་ལྷོགས་ལུང་མ་ཐོས་ཤིང་པོ་ཏེ་མཐོང་བར་ཤ་གཞོང་པ་གང་མདུན་དུ་བཞག་པ་མཐོང་ནས་ལུང་གསུངས་པ་དེ་ཤ་དེ་བླ་མས་ཞལ་དུ་གསོལ་ཞིང་། དགོང་མོ་གྲོལ་ཁར་ཤ་དེ་བསྡུས་འགྲོ་བའི་སྣང་བ་བྱུང་བ་སོགས་ལྟར། ལས་སྣང་གི་མཐོང་ཚུལ་ཅི་ཡང་སྲིད་པས། ལས་སྒྲིབ་ཇི་ཙམ་བྱང་བ་དེ་ཙམ་གྱི་ཚོད་ཅིག་སྣང་འོང་། རང་གིས་སྣང་ཚུལ་ལ་ཆ་མི་འཛུག་སྟེ། བླ་མ་ཕར་ཞོག །གྲལ་རོགས་གྲོགས་མཆེད། སློ

口的狗，我們也無法斷定他們究竟是什麼，他們也許是天神，也可能是魔等。唯一可以確定的是我們自己。所以，離我們一步之遙的東西都是可以懷疑的。

342 嘉瓦・溫薩巴在即將獲得雙運位的時候，仍有人給他起綽號，稱他為「溫薩瘋子」。「具誓法王」[31]曾扮作宗喀巴大師的弟子，有一次，當宗喀巴大師準備給一些非器之人傳授極為秘密的密法深要時，法王出面制止。堅贊桑波（幢賢）對此心感失望，克珠傑卻說不必過分著急。

薄伽梵本人也曾說過：「我與似我者，方能判定補特伽羅的程度。」印度有個沙彌，他聽說瓦支格惹島上的所有男人和女人都是密宗的「勇士」和「勇女」，為此他特地來到該島探訪。當他親眼見到那些人時，卻未能發現他們有什麼特別的功德，反而對一個騙子產生了信任！那若苯穹[32]也將至尊密勒日巴視為凡夫、口出謗言：

「人稱密勒日巴者，未見之前名聲大，
說如印度大成就，待我近前作觀察，
卻是裸臥一老漢！」

由於我們對那些與我們同吃、同作的親戚朋友都不明底細，所以不管他們是誰，我們都應生起「淨相」，這是利益大而害處小的。我們不能單憑現象來判斷某人，以寂天大菩薩為例，當時的許多學者都認為他是「三想者」(只關
343 心三件事)[33]，發現不了他有任何功德。

見某人有過失並不說明某人就一定有過失，我們看事物的方式往往受角度及成見的影響。善星比丘將佛如實見到後開示的那些業果道理，視為佛是為了自利而作的欺騙，他也不相信佛能斷盡一切過失。像他那樣的三藏法師都會被不正確的想法和成見所迷惑，我們自然就不必說了。又如，喜歡睡覺的弟子，

---

[31] 即護法閻摩法王。
[32] 一苯教徒名。
[33] 吃、睡、排泄。

རྩའི་ཁྲི་ཚུན་ལྔ་དང་བདུད་སོགས་གང་ཡིན་ཚོད་མི་ཐེངས། ཚོད་ཐེངས་པ་ནི་རང་གཅིག་པུ་སྟེ།
དེ་ལས་གོམ་གང་ཕྱིར་སོང་ན་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཡུལ་ཡིན། རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཟུང་འཇུག་འགྲུབ་ཁར་
དབེན་ས་སྨྲོན་པ་ཞེས་མིང་ངན་བཏགས་མཁན་ཡང་བྱུང་། ཇེའི་མདུན་དུ་དམ་ཅན་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་
སློབ་བུར་བརྫུས། སྐབས་ཤིག་གསང་སྔགས་ཀྱི་ཟབ་གནད་བཀའ་དོག་པ་འགའ་སྟོད་མིན་ལ་
གསུང་པར་ཉེ་བ་ན། བཀག་པར་བྱས་ཤིང་། རྒྱལ་མཚན་བཟང་པོས་འགྲོད་པར་མཁས་གྲུབ་
ཀྱིས་ཅབ་ཅུབ་མ་མང་གསུངས་པ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་ངའམ་ང་འདྲ་བས་གང་
ཟག་གི་ཚོད་ཟུངས་ཞེས་གསུངས་ཚུལ། རྒྱ་གར་ན་དགེ་ཚུལ་ཞིག་གིས། བ་ཙི་གི་ར་གླིང་གི་ཕོ་
སྐྱེས་ཐམས་ཅད་དཔའ་བོ་དང་། མོ་སྐྱེས་ཐམས་ཅད་དཔའ་མོ་ཡིན་པར་གོ་ནས་རྩད་གཅོད་དུ་ཕྱིན་
པས། དངོས་སུ་མཐོང་སྐབས་མི་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པར་མ་མཐོང་བར་གཞན་
ཟོག་པོ་ཞིག་ལ་དད་པ་བྱས། ཇོ་མིད་ལ་ཡའང་། ནཱ་རོ་བོན་ཆུང་གིས། མིད་ལ་རས་པ་སྐད་
པ་དེ། །མ་མཐོང་གོང་ནས་སྙན་ཆེ་བ། །རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་འདྲ་འོ་སྐད། །མཐོང་ནས་དུད་ད་
སླེབ་ཅ་ན། །མི་ཤན་གཅེར་ཉལ་བྱེད་པ་ཞིག །ཅེས་སོགས་ལྷུར་རང་ག་བར་མཐོང་སྟེ་འཕྱ་སྨོད་
བྱས་ཚུལ། དེའི་ཕྱིར་ཁ་མཉམ་ལག་མཉམ་གྱི་གྲོགས་མཆེད་དག་ཀྱང་ཅི་ཡིན་མི་ཤེས་པས།
གང་ཡིན་ཡང་རུང་ཁེ་ཆེ་ཉེན་ཆུང་དག་སྣང་བྱུང་། རྒྱལ་སྲས་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷ་ཡང་མཁས་པ་མང་
པོས་འདུ་ཤེས་གསུམ་པ་ཅན་ཞིག་ལས་ཡོན་ཏན་མ་མཐོང་བ་བཞིན་མཐོང་ཚུལ་ཅམ་ལ་ངེས་པ་མེད།
ཡང་ན། སྐྱོན་དུ་མཐོང་བ་དེ་སྐྱོན་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད་པར། བལྟ་ལུགས་དང་མཐོང་ལུགས་
གཅིག་གིས་འགྲོ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཇི་བཞིན་གཟིགས་ནས་ལས་ཀྱི་རྒྱུ་བ་བསྟན་པ་རྣམས།
རང་དོན་དུ་གཡོ་ཟོལ་བྱེད་པར་མཐོང་ཞིང་། སྐྱོན་ཀུན་ཟད་ལའང་མི་བདེན་ནོ་སྙམ་པའི་བསམ་
ཚུལ་དང་བལྟ་ལུགས་ཀྱིས་སྟེ་སྣོད་གསུམ་པ་དགེ་སློང་ལེགས་སྐར་ལའང་འཁྲུལ་པ་ཞུགས་ན།
རང་རེར་ལྟ་ཅི་སྨོས། གཞན་ཡང་དགེ་སྡུག་ཉལ་རྒྱུ་ལ་དགའ་ཆེ་བ་དེས། དགེ་རྒན་དགོང་མོ་

往往會不滿誦經到深夜的老師；而那些喜歡喝酒的學生，卻對貪杯的老師心生歡喜，認為有功德。所以，我們怎能肯定所見到的上師過失就一定不是上師的功德呢？

再者，上師的那些過失難保不是為了利益我們的緣故，有意裝出來的。如果利生需要，如來可以示現心懷瞋恚或慳吝，以及瞎子、瘋子、犯戒等各種相。（帕繃喀大師隨後講了《父子相見經》和《大涅槃經》等經典中如何廣說的情況。）

總而言之，顯密教典中雖有了不了義以及是否可如言取義等各種說法，但
344 勝者金剛持自己將來當現上師相而來的說法，既是了義的，也是可以如言取義的。除上師之外，無人能為我們開示解脫和一切智道，這一事實便可說明這一點。

金剛持認可是佛的上師，我們卻認為不是，而執意去盯著上師這樣那樣的過失，由於「此因不定」和「成為相違」的關係，我們應該運用上面所說的那些能立因，以「繞邊繞山」的方式來修，從而認識到上師本來就是佛。

像這樣以教理來成立，從而獲得上師即佛的定解，換句話說，如能生起上師與一切佛似乎是合在一起的體驗時，便是已生起如理依止善知識的證德。

我們的究竟目標是將自心與師意合而為一，也就是在成正等覺時，自心與師意大樂法身二者合而為一。那時，我們便在上師體性中成佛、獲上師位，上師的身、語、意與自己三門和合無別。而實現這一目的的緣起關要，便是我們

ཕྱི་མོའི་བར་དུ་མི་ཉལ་བར་ཁ་ཏོན་བྱེད་པར་སྙིང་ཐག་པ་ནས་སྐྱོན་དུ་མཐོང་ཞིང་། དགེ་ཕྲུག་ཚང་འཕྲུང་བ་དག་གིས་དགེ་རྒན་གྱིས་ཀྱང་ཚང་གསོལ་ན། ཐབས་ལེགས་སྐམ་ནས་ཡོན་ཏན་དུ་འཛིན་པ་བཞིན་རང་གིས་སྐྱོན་དུ་མཐོང་བ་འདི་སྐྱོན་མིན་པར་མ་ཟད་ཡོན་ཏན་མིན་པའི་ངེས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཡང་ན། སྐྱོན་དེ་བླ་མ་ལ་མེད་བཞིན་དུ་རང་ཅག་གི་དོན་དུ་ཆེད་དུ་བཅོས་ནས་བསྟན་པ་མིན་པའི་ངེས་པའང་མེད་དེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་དོན་དུ་འགྱུར་ན། ཞེ་སྡང་ཅན་དང་། སེར་སྣ་ཅན་དང་། ཞ་བ་དང་། སྨྱོ་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་སོགས་སུ་སྟོན་པར་ཡབ་སྲས་མཇལ་བའི་མདོ་དང་ལུང་འདས་ཆེན་མོ་སོགས་ལས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཚུལ། སྤྱིར་མདོ་རྒྱུད་རྣམས་ལས་དྲང་ངེས་དང་། སྒྲ་ཇི་བཞིན་པ་ཡིན་མིན་སྣ་ཚོགས་གསུངས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་རྡོ་རྗེ་འཆང་རང་ཉིད་མ་འོངས་པ་ན་བླ་མའི་རྣམ་པར་བྱོན་གསུངས་པ་ནི། ངེས་དོན་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པར་ཁས་བླང་བྱ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རང་ཅག་ལ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་སྟོན་མཁན་བླ་མ་འདི་ལས་གཞན་མི་འདུག་པ་འདིས་ཀྱང་ཤེས། དེས་ན། རང་རེས་རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་གསུངས་པའི་བླ་མ་ལ། སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱོན་འདི་དང་འདི་འདུག་སྙམ་པ་ནི། མ་ངེས་པ་དང་འགལ་རྟགས་སུ་སོང་བ་ཡིན་པས། གོང་གི་སྒྲུབ་བྱེད་དེ་དག་གིས་མཐའ་བསྐོར་རེ་བསྐོར་བྱས་ཏེ། བླ་མ་སངས་རྒྱས་སྟར་ནས་ཡིན་ཡིན་པ་དེ་ཡིན་པར་ངོ་ཤེས་པར་བྱེད། དེ་ལྟར་ལུང་རིགས་ཀྱིས་བསྒྲུབས་པས་བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ངེས་ཤེས་སྐྱེད་དེ། བླ་མ་དང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདྲེས་པ་ལྷ་བུའི་ཉམས་འཆར་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པ་ཡིན། བླ་མ་དང་ཐུགས་ཡིད་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པ་ནི། རང་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་ཚེ་ན་རང་གི་སེམས་དང་བླ་མའི་ཐུགས་བདེ་ཆེན་ཆོས་སྐུ་གཉིས་རོ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས། དེའི་ཚེ་རང་བླ་མའི་ངོ་བོར་སངས་རྒྱས་པ་དང་། བླ་མའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ། བླ་མའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་དང་རང་གི་སྒོ་གསུམ་དབྱེར་མེད་དུ་འདྲེས་པ་ལ་བྱེད། དེའི་

從現在起就應親近和隨順師意[34]。

己二、念恩生敬

345 按照格鄔倉父子的口授，分以下四種來修：（庚一）、師恩勝佛；（庚二）說法恩；（庚三）加持心相續恩；（庚四）以財物攝受為眷屬恩。第一「師恩勝佛」中又分二部分：（二）師恩總勝一切佛；（二）師恩別勝釋迦牟尼佛。

庚一、師恩勝佛

（一）師恩總勝一切佛

如上所說，從功德這方面來講，上師與佛是相等的；但從恩德這方面來講，總而言之，師恩要比一切佛的恩德還要來得大些。

在過去無量劫中，雖有無數的佛在引導眾生，但我們卻不是他們教化的對
346 象。正如所謂：「無量諸佛未調伏」[35]等，單作為大師釋迦牟尼積資對象的佛，就有四萬五千、七萬六千或七萬七千之眾。不僅如此，即便在本劫中，也有「拘樓孫」（壞輪迴）、「拘那含牟尼」（金仙）、「迦葉」（飲光）等佛出世，引導無邊所教化者，然而他們卻不能調伏我們。我們現在的上師，能為我們開示圓滿無誤之道，縱佛親臨，他們的所為也無過於此。所以，上師在功德這方面雖然與諸佛相等，但在恩德這方面卻較一切佛為大。

格西博朵瓦說，上師好比是施食於饑餓瀕死者的人：諸佛則如向生活本已奢華者再給予一份肉那樣的人。諸佛只有在我們抵達較高修道層次時，才會對我們現身和安慰我們，而在我們現在弱小無力時卻愛莫能助；就像有人在我們脫貧致富時才布施食物、錢財給我們那樣；而上師卻能在我們快墮入惡趣深淵

[34] 藏文中有無數上師瑜伽法本與祈禱上師之文，現附上拙譯帕繃喀大師名著《遙呼上師頌》聊備一觀。

[35] 引自《供養上師儀軌》，全頌為：「無量諸佛未調伏，暴惡難調濁世眾，如實為說善逝道，祈禱依怙大悲尊。」

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་ལ་ད་ལྟ་ནས་བླ་མའི་ཐུགས་སེམས་དང་ཉེ་བ་དང་མཐུན་པར་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་གསུངས།

གཉིས་པ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་སུ་དྲན་ཏེ་གུས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ། སྐྱིད་ཚང་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གསུངས་རྒྱུན་ལྟར་ས་བཅད་བཞི་སྟེ། བླ་མ་སངས་རྒྱས་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་དྲིན། ཆོས་གསུངས་པའི་བཀའ་དྲིན། ཤེས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པའི་བཀའ་དྲིན། ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྡུས་པའི་བཀའ་དྲིན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་དྲིན་ནི། དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་ཡོད། བཀའ་དྲིན་ནི། སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལས་ལྷག་སྟེ། སྟོན་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་བསྐལ་པ་རྣམས་སུ་སངས་རྒྱས་མཐའ་ཡས་པས་གྲངས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་འདྲེན་པར་མཛད་ཀྱང་། རང་ཅག་ནི་དེ་དག་གིས་འདྲེན་པའི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་ལ། སངས་རྒྱས་གྲངས་མེད་བྱོན་པས་མ་ཐུལ་བའི། །སོགས་ལྟར་སྟོན་པའི་ཚོགས་བསགས་ཡུལ་གཅིག་པུར་སངས་རྒྱས་བདུན་ཁྲི་ལྔ་སྟོང་། བདུན་ཁྲི་དྲུག་སྟོང་། བདུན་ཁྲི་བདུན་སྟོང་སོགས་དང་། དེར་མ་ཟད་བསྐལ་པ་འདིར་ཡང་། འཁོར་བ་འཛིག །གསེར་ཐུབ། འོད་སྲུང་སོགས་ཀྱིས་གདུལ་བྱ་སུ་མེད་པ་དྲངས་ཀྱང་རང་ཅག་འདུལ་བར་མ་ནུས། ད་ལྟ་བླ་མ་འདིས་སངས་རྒྱས་དངོས་བྱོན་ཀྱང་དེ་ལྷག་མཛད་དུ་མེད་པའི་ཚང་ལ་མ་ནོར་བའི་ལམ་བསྟན་པས་ན། བླ་མ་དེ་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་ཡང་བཀའ་དྲིན་གྱི་ངོས་ནས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་སྟེ། དགེ་བཤེས་པོ་ཏོ་བས་བླ་མ་ནི་མི་ཞིག་སུ་གེས་ཞེ་ལ་ཁད་པར་ཟན་སྦྱིན་མཁན་ལྟ་བུ་དང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་དེ་སྲིད་རྒྱགས་པའི་དུས་སུ་ཤ་རྒྱ་རི་སྟེར་མཁན་དང་འདྲ་བར་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི། དཔེར་ན་རང་རེ་དབུལ་བ་ལས་ཐར་ཏེ་ཕྱུག་པོར་གྱུར་སྐབས་ཟས་ནོར་སྦྱིན་པ་བཞིན་རང་གིས་ལམ་ལ་ཚད་ཐོབ་སྐབས་སངས་རྒྱས་མང་པོས་ཞལ་བསྟན་དབུགས་དབྱུང་སོགས་མཛད་པ་ལས་ད་ལྟ

的時候，現身引導我們；如同某人在我們貧窮時施食於我們一樣。所以，我們現在能生起想獲得佛位的願望，乃是上師的恩德所致。克珠傑也說：

「大悲勝過一切佛，無等大師前啟請。」[36]

在我們遇不到其他任何佛菩薩的時候，值此匱乏正法之際，只有上師能為
347 我們宣說正法，所以說上師的悲心極大。

（二）師恩別勝釋迦牟尼佛

很久以前，有位轉輪王名叫「輻輞」，他有一千個兒子[37]。當他們發菩薩心並各選一個世界作為未來教化之處時，他們發現在鬥諍劫中人壽百歲時候的眾生很難調伏，於是紛紛捨棄不選，只有大師釋迦牟尼的前生——婆羅門「海塵」，發心調伏那些鬥諍劫中的有情。所以，對人壽百歲時的所教化者而言，大師釋迦牟尼要比其他佛的恩德大，但是對我們這些人連大師佛陀也無法調伏，只能仰賴上師來調伏，所以師恩尤重。

348 在大師佛陀之後，印度出現過許多班智達和成就者，如七代付法師[38]、八十大成就者、六莊嚴二殊勝[39]等。藏地聖教前宏期中，出有「堪洛卻松」[40]、主僕二十五人[41]等；後宏期中出有薩迦五祖[42]、瑪爾巴和密勒日巴等、阿底峽尊者父子及宗喀巴父子等智者成就師，但他們都無法為我們直接開示脫離廣大苦海的最佳方法——正法甘露。

簡言之，由於我們過去受生的地點、時間不對，所以那些先德誰都不能引導我們，而將我們棄置了，我們只得留在濁世中最糟糕的時代，正如《入行論》中所說：

「饒益眾有情，無數佛已逝，
然我因自過，未得彼教養。」

---

[36] 引自《吉祥三界頌》首頌，全頌為：「三界眾生唯一目，諸求解脫無上怙，大悲勝過一切佛，無等大師前啟請。」

[37] 「輻輞」後成「無量壽佛」，千子即「賢劫千佛」。

[38] 繼佛之後的七代佛教領袖：迦葉（飲光）、阿難（慶喜）、釋那瓦拶（具麻衣）、鄔波咕達（近隱）、底地噶（有愧）、克裏醯那（黑）、摩訶蘇達釋那（大善見）。

[39] 六莊嚴：龍猛、提婆為中觀莊嚴；無著、世親為阿毗達磨莊嚴：陳那、法稱為正理莊嚴。二殊勝：釋迦光、功德光二大律師。戒為佛法之最上根本，故稱「殊勝」。

[40] 「堪」指堪布（親教師）靜命論師；「洛」指洛繃（軌范師）蓮華生大師；「卻」指卻傑（法王）赤松德贊。

[41] 「主」指蓮華生大師；「僕」指大師的二十五名上首藏人弟子，均得密宗成就。

[42] 袞嘎寧波（慶喜藏，1092～1158）、索南孜摩（福頂，1142～1182）、札巴堅贊（名稱幢，1147～1216）、袞嘎堅贊（慶喜幢，1182～1251）、洛卓堅贊（慧幢，1235～1280）。

ཉམ་ཐག་པའི་དུས་སུ་མི་ཕན། བླ་མ་ནི་རང་རེ་དབུལ་པོའི་སྐབས་ཟས་སྦྱིན་པ་བཞིན་ངན་སོང་གི་གཡང་ས་ཆེན་པོར་ལྷུང་བར་ཉེ་བའི་དུས་སུ་ཞལ་བསྟན་ནས་འདྲེན་ཐབས་མཛད་པས་ད་རེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་པའི་རེ་བ་བྱེད་རྒྱུ་བྱུང་བ་འདི་བླ་མའི་བཀའ་དྲིན་ཡིན། དེས་ན་མཁས་གྲུབ་རྗེས་ཀྱང་། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལས་ལྷག་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །བླ་མེད་བླ་མ་མཆོག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་ཅག་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གཞན་སུ་དང་ཡང་མ་མཇལ་བར་ཆོས་ཀྱིས་ཕོངས་པའི་དུས་འདིར་བླ་མ་འདིས་ཆོས་དེ་འདྲ་གསུངས་པས་ཐུགས་རྗེ་ཆེས་ཆེ་བ་ཡིན།

གཉིས་པ་སྔོན་སངས་རྒྱས་ཤཱཀྱ་ཐུབ་ལས་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་ལྷག་སྟེ། སྟོན་འཁོར་བསྐྱུར་རྩིབས་ཀྱི་སུ་བྲེད་ཀྱི་སྲས་སྟོང་པོ་རེ་རེས་གདུལ་ཞིང་རེ་གཟུང་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་སྐབས་རྩོད་དུས་ཚེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་དུས་འདིའི་གདུལ་བྱ་འདུལ་དཀའ་བར་གཟིགས་ནས་བཏང་སྙོམས་སུ་ལུས་པའི་ཚེ། སྟོན་པའི་སྐུ་སྐྱེ་བྲམ་ཟེ་རྒྱ་མཚོའི་རྣལ་གྱིས་རྩོད་དུས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་འདུལ་བར་ཐུགས་བསྐྱེད་པས་ཚེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་གཞན་ལས་སྟོན་པ་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་སོད། སྟོན་པ་དེས་ཀྱང་མ་ཐུལ་པའི་གདུལ་དཀའི་སྐྱེ་བོ་བདག་དང་བདག་འདྲ་བར་བླ་མ་འདི་ཉིད་ཁོ་ན་སྔོན་སུ་བཀའ་དྲིན་ལྷག་པར་ཆེ་ཚུལ་སོགས་དང་། དེའི་རྗེས་རྒྱ་གར་ན་བསྟན་པའི་གདད་རབས་བདུན་དང་། གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ། རྒྱན་དྲུག་མཆོག་གཉིས་སོགས་པཎ་གྲུབ་མང་པོ་དང་། བོད་དུའང་བསྟན་པ་སྔ་དར་གྱི་སྐབས་སུ་མཁན་སློབ་ཆོས་གསུམ། རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་སོགས་དང་། ཕྱི་དར་གྱི་སྐབས་ས་སྐྱ་གོང་མ་རྣམ་ལྔ། མར་མི་སོགས་དང་། ཇོ་བོ་ཡབ་སྲས། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཡབ་སྲས་སོགས་མཁས་གྲུབ་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་ཇི་སྙེད་ཅིག་བྱོན་ཀྱང་། རང་ཉིད་ལ་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་འདྲེན་པའི་ཐབས་དམ་པ་ཆོས་ཀྱི་བདུད་རྩི་དངོས་སུ་མ་བསྟན་ཅིང་། མདོར་ན་སྡོང་འཇུག་ལས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཕན་མཛད་པའི། །སངས་རྒྱས་གྲངས་མེད་འདས་གྱུར་ཀྱང་། །བདག་ནི་རང་གི་ཉེས་པས་དེའི། །གསོ་བའི་སྤྱོད་ཡུལ་མ

因此，我們應當想：「現在這位上師能對我作這樣的引導方便，上師的悲心真大啊！」

庚二、說法恩

上師的恩德遠不止上述的那些，以前，當釋迦牟尼還是菩薩時，他曾為了
349 一個偈頌的緣故，寧願讓凶猛的羅剎把自己的兒子、女兒、妻子和他本人吃掉。
當大師受生為乞林嘎哩達王時，為了聽法，他的身體被釘上一千枚鐵釘；當他
受生為嘎那夏瓦王時，為了聽法，他的身上豎有一千支燈燭；他也曾為法而跳
入火坑；當他受生為妙色王時，為了聽法，他剝皮為紙、析骨為筆[43]。阿底峽
尊者也一樣，他為了聽此「道次第」，不顧風暴、摩羯魚等的危險，在大海中
漂浮十三個月，忍受眾苦。瑪爾巴、密勒日巴等祖師也是為了求法的緣故，歷
350 經艱辛。以前去印度的道路不像現在，十分難走，但是那些譯師仍拚捨生命前
往求法。他們全都以金曼荼羅供養上師，作為傳法的報酬，當他們事後回憶起
路途的艱辛時，往往戰慄不已。我們現在求法不需要受一點苦，上師便為我們
開示全圓道之法，縱佛親臨也無過於此。由於可見，上師之恩真是昊天罔極！
阿底峽尊者曾說：「你們現在不需要受苦，就能聽到這樣的深法，福報很大，
所以你們應該認真地聽法！」

又如某人因服用藥、食、毒三者而瀕臨死亡時，如果有位醫師能使他將所服的毒吐出、將所進的食物轉變為藥、將所吃的藥轉變為無死甘露，這樣的話，這位醫師的恩德是極大的；同樣的，我們像吸毒一樣造有許多墮惡趣的不善

---

[43] 上述故事詳情請參閱《賢愚因緣經》。

གྱུར་ཏོ། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་རེ་སྐྱེ་སར་མ་སྐྱེས། སྐྱབས་སར་མ་སྐྱབས་པས་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་སྟོན་གྲོན་སུས་ཀྱང་འདྲེན་མ་ནུས་ཤིང་དོར་ནས། སྐྱིགས་མའི་ཡང་སྐྱིགས་སུ་བཞག་པ་ལ། ད་ལྟ་བླ་མ་འདིས་བདག་འདྲེན་ཐབས་འདི་འདྲ་མཛད་པ་ཐུགས་རྗེ་རེ་ཆེ་སྙམ་དུ་བསམ་གསུངས།

གཉིས་པ་ཆོས་གསུངས་པའི་བཀའ་དྲིན་ནི། དེར་མ་ཟད། སྟོན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཆོས་ཚིགས་བཅད་གཅིག་གི་ཕྱིར་སྲས་དང་སྲས་མོ་མཆིས་བྲང་རང་ཉིད་དང་བཅས་པ་གཏོང་སྦྱིན་གཏུམ་པོར་བཟར་བཅུག་པ་དང་། སྟོན་པ་བྲེ་ཤིང་ག་ཡི་ཧར་འཁྲུངས་དུས་སྐུ་ལུས་ལ་ལྷུགས་གཟེར་སྟོང་བཏབ་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ག་ན་ཤ་བར་འཁྲུངས་ཆེ་མར་མེ་སྟོང་བཙུགས་པ་དང་། མེ་དོང་དུ་མཚོང་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁ་དོག་དམ་པས་པགས་པས་ཤོག་བུ་དང་། རྩིབ་མས་སྨྱུ་གུ་བྱས་ཏེ་ཆོས་ཉན་པ་སོགས་དང་། ཇོ་བོ་ཆེན་པོའང་ལམ་རིམ་འདི་གསན་པའི་ཕྱིར་ក្លུང་དང་ཆུ་སྲིན་སོགས་ཀྱི་འཇིགས་པ་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་རྒྱ་མཚོར་ཟླ་བ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བར་དཀའ་བ་སྤྱད། མར་མི་སོགས་ཀྱིས་ཆོས་བཙལ་བའི་ཕྱིར་དཀའ་བ་མང་པོ་སྤྱད། རྒྱ་གར་དུ་ཡང་དེང་སང་ལྟར་བདེ་མོར་བགྲོད་ས་མེད་ཀྱང་སྔོན་གྱི་ལོ་ཙྪ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྲོག་དང་བསྡོས་ནས་ཆོས་བཙལ་བར་བྱོན་ནས། བླ་མ་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་དུ་གསེར་གྱི་མཎྜལ་ཁོ་ན་ཕུལ་ཏེ་ཆོས་ཞུས། རྗེས་སུ་ལམ་གྱི་དཀའ་སྤྱད་དྲན་པ་ན་སྐྱེ་གཡའ་དགོས་པར་མཛད་འདུག་ན། རང་རེ་དཀའ་བ་ཙུང་ཟད་ཀྱང་སྤྱད་མི་དགོས་པར། བླ་མ་འདིས་སངས་རྒྱས་དངོས་བྱོན་ཀྱང་འདི་ལས་ལྷག་གསུང་དུ་མེད་པའི་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ཚུལ་སྟོན་པར་མཛད་པ་ནི་བཀའ་དྲིན་ཇི་ལྟར་མི་ཆེ། ཇོ་བོ་རྗེས་ཁྲིད་ཆོས་དཀའ་བ་མ་སྤྱད་པར་ཆོས་ཟབ་མོ་ཐོས་པ་བསོད་ནམས་རེ་ཆེ། ལེགས་པར་ནན་ཏན་དུ་གྱིས་ཤིག། ཅེས་གསུངས། གཞན་ཡང་དཔེར་ན་མི་ཞིག་གིས་སྨན་དང་། ཟས་དང་། དུག་གསུམ་ག་ཟོས་ནས་འཆི་བར་ཉེ་བ་ལ། སྨན་པ་ཞིག་གིས། དུག་ཟོས་པ་དེ་སྐྱུགས་སུ་གཅུག །ཟས་ཟོས་པ་དེ་སྨན་དུ་བསྒྱུར། སྨན་ཟོས་པ་དེ་འཆི་མེད་ཚེའི་བདུད་རྩིར་བསྒྱུར་ན། དྲིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ

業，對於這些惡業，上師命我們懺除。對於那些為了現世長壽、無病、利敬、聲望的目的而造的善業，上師命我們生起善妙動機和作清淨迴向發願來加以改變，使之成為能利益我們後世的正法。對於那些為了獲得後世增上生和解脫之故所造的善業，上師命我們將之轉變為無上圓滿正覺之因。所以，還有誰的恩德比上師更大呢？《甘露藏》中說：

「等同一偈字數劫，供養亦難報師恩；
遑論開示全圓道，如是恩德誰能量？」

351 又如：

「如人羈獄受大苦，某人出資贖出獄，
令住受用圓滿處，當稱彼為大恩人。
是故諸師於我等，開示解脫惡趣法，
暫令隨欲而受用，人天富樂施大恩。
次善開示無上法，能滅輪迴諸衰損，
導往三身妙果位，此等恩德胡不大？」

庚三、加持心相續恩

我們心中所生的一切證德，是通過祈禱上師等加持我們心相續後所產生的結果，如果我們以「上師瑜伽」作為道之生命的話，我們將取得極大的修道進步，這也是因為上師加持的關係。

上師加持其弟子心相續的事例很多，例如：當諦洛巴將泥曼荼羅扔在那若
352 巴臉上時，那若巴頓時生起三摩地達七日之久。又如，由於上師的加持，我們現在心裡常能想著佛法，這是以前自己所做不到的。

བཞིན་རང་ཅག་གིས་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བའི་ལས་མི་དགེ་བ་དུག་ཟློས་པ་འདྲ་བ་མང་པོ་བྱས་པ་རྣམས། བླ་མས་བཤགས་སུ་བཅུག །ཚེ་འདིའི་ཚེ་རིང་ནད་མེད་སྐྱིད་བཀུར་སྙན་གྲགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དགེ་བ་གསོག་པ་རྣམས་ཀུན་སློང་བཟང་བ་དང་། བསྔོ་སྨོན་རྣམ་དག་གིས་ཁ་བསྒྱུར་དུ་བཅུག ཕྱི་ཕྱི་མ་ལ་ཕན་པའི་ཆོས་སུ་བསྒྱུར། ཕྱི་མ་མངོན་མཐོ་དང་ཐར་པ་ཐོབ་ཕྱིར་བསགས་པ་རྣམས་བླ་མེད་རྫོགས་བྱང་དུ་བསྒྱུར་བཅུག་པས་ན། དེ་ལས་དྲིན་ཆེ་བ་སུ་ཞིག་ཡོད་དེ། བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོར། ཚིགས་བཅད་གཅིག་བསྟན་ཡི་གེའི་གྲངས་སྙེད་ཀྱི། །བསྐལ་པར་མཆོད་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་མི་འཁོར་བར། །གསུངས་ན་ཡོངས་རྫོགས་ལམ་བཟང་ཉེར་བསྟན་པའི། །བཀའ་དྲིན་འདི་ནི་གང་གིས་གཞལ་བར་ནུས། །ཞེས་དང་། ཇི་ལྟར་མི་ཞིག་བཙོན་རར་སྡུག་བསྔལ་ཚེ། །གང་གིས་བཙོན་ཁང་དེ་ལས་བླུས་ནས་ནི། །ཡོངས་སྤྱོད་ཕུན་ཚོགས་གནས་ལ་སྦྱར་བྱས་ན། །དེ་ཡང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བར་བྱེད་དགོས་མོད། །དེས་ན་བླ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ཅག་ལ། །ངན་སོང་གསུམ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་བསྟན་ཏེ། །རེ་ཞིག་ལྷ་དང་མི་ཡི་དཔལ་འབྱོར་ལ། །འདོད་དགུར་སྤྱོད་པའི་བཀའ་དྲིན་སྦྱིན་པར་མཛད། །དེ་ནས་འཁོར་འདས་རྒྱུད་པ་ཀུན་ཞི་བའི། །ཐབས་ཚུལ་བླ་ན་མེད་པ་ལེགས་བསྟན་ནས། །སྐུ་གསུམ་གོ་འཕང་དམ་པར་འཁྲིད་མཛད་པའི། །བཀའ་དྲིན་འདི་ནི་ཅི་ཡི་ཕྱིར་མི་ཆེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་ཤེས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པའི་བཀའ་དྲིན་ནི། རྟོགས་པ་རྒྱུད་ལ་གང་སྐྱེས་ཐམས་ཅད་བླ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཤེས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞིང་། བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལམ་གྱི་སྲོག་ཏུ་བྱས་ན། ལམ་ལ་ས་ཚོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའང་བླ་མས་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པའི་གནད་ཀྱིས་སོ། །ཏཻ་ལོ་པས་ནཱ་ རོའི་ཞལ་རས་ལ་མཚུལ་གྱི་འཛིམ་ཚ་བརྒྱབས་པས་དེ་མ་ཐག་ཏིང་འཛིན་ལ་ཞག་བདུན་འབྱམས་པ་དང་། རང་རེ་སྟོར་ཆོས་མི་དྲན་པར་ད་ལྟ་དྲན་པ་སོགས་ཀྱང་བླ་མས་ཤེས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པ་རེད། འདི་ལོ་ཟླ་བ་བཞི་པའི་

今年四月廿四日，出現了皈依怙主大寶上師[44]對我作加持的妙相，由於上師的加持，方有現在「道次第」等的聽講。以前，當皈依怙主大寶上師在達波與二十五位格西共修「薈供輪」[45]時，我亦恭逢其會，從開始誦《供養上師儀軌•樂空無別》起，相當長的一段時間中，我一直在流淚，心中生起了不可抑止的出離心，這也是上師加持的結果。

如果我們祈禱上師，那麼今生、後世的一切善事和願望就都會實現。大成就者諦洛巴曾說：

「諸增益最上，即師那若巴。」

嘉瓦・果倉巴[46]說：

「修生次雖多，修師為無上；
作唸誦雖多，祈禱為無上；
若恒常祈禱，不退德定至。」

353 （帕繃喀仁波切隨後又舉了幾個例子：以前熱振地方有個人向仲敦巴像供燈，因而順利辦成事的情況；仲毗巴加持阿底峽尊者的情況[47]，以及珠康巴加持喇嘛降巴仁波切[48]的情況。）

庚四、以財物攝受為眷屬恩

由於現在的這些人很看重財物，所以上師往往先以財物來攝受他們成為弟
354 子，然後再引導他們進入正法之門。

我的皈依怙主達波大寶上師住茅篷的時候，貢波上部的止美丹喀家族派了一個僕人前來問卦，並帶了一包酥油作為供養。由於上師的住處很高，那個僕人爬得疲憊不堪，他邊走邊罵：「這個上師真和野獸差不多，別的地方不住，偏偏喜歡住在這麼高的山上。」當他來到上師跟前時，上師賜給他茶、美食及會供麵食，由此他轉而對上師生起了信心，並從上師那裡得到廣大加持。所以，

---

[44] 指達波仁波切絳貝倫珠。

[45] 一種密法儀式。

[46] 法名為貢波多傑（怙主金剛，1189～1258），竹巴噶舉派的一位重要上師。

[47] 大成就者仲毗巴西係那若巴弟子。法尊譯《阿底峽尊者傳》中記載道：「尊者聞仲毗巴之勝德，欲往參，未遂，惟遙作觀想供養，殷重祈禱。一夕夢中，見二苾芻，持一人臂，漸食而來，尊者念云：『出家者不宜食人肉也！』來者問曰：『佛亦有錯誤否?』尊者含愧。又曰：『汝亦欲食耶?』答曰：『願食。』遂授一無名指，食訖，獲得加持。次日早晨，任運而入三摩地。……尊者始知前夢為仲毗巴也。」

[48] 普覺・昂旺絳巴。

ཆོས་ཉིད་བཞི་ལ་༸སྐྱབས་མགོན་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེས་བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པའི་མཚན་མ་བཟང་པོ་ཞིག་བྱུང་བས་དེའི་བྱིན་རླབས་ལས་ད་ལམ་ལམ་རིམ་སོགས་ཀྱི་འཆད་ཉན་བཟང་པོ་ཡོང་བ་འདི་བྱུང་། སྔར་༸སྐྱབས་མགོན་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེས་དགུང་ལོར་དགེ་བཤེས་ཉེར་ལྔ་ཙམ་དང་མཉམ་དུ་ཚོགས་འཁོར་གནང་སྐབས་ང་རང་ཡང་བཅར་བས་ང་རང་ལ་བླ་མཆོད་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་མའི་དབུ་འཛུགས་པ་ནས་རྒྱུན་རིང་ཙམ་བར་མིག་ནས་མཆི་མ་འཁྲུགས་པ་སོགས་ཡིད་འབྱུང་བསྲན་མི་བཟོད་པ་བྱུང་བའང་བླ་མས་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། འདི་ཕྱིའི་ལེགས་ཚོགས་དང་འདོད་དོན་ཐམས་ཅད་བླ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ན་འགྲུབ་སྟེ། གྲུབ་ཆེན་ཏཻ་ལོ་པས། བོགས་འདོན་ཀུན་གྱི་མཆོག་གྱུར་པ། །བླ་མ་ཡིན་ནོ་ནཱ་རོ་པ། །ཞེས་དང་། རྒྱལ་བ་རྒོད་ཚང་པས། བསྐྱེད་རིམ་བསྒོམ་པ་མང་ལགས་ཏེ། །བླ་མ་བསྒོམ་པའི་གོང་ན་མེད། །བཟླས་བརྗོད་བྱེད་པ་མང་ལགས་ཏེ། །གསོལ་བ་འདེབས་པའི་གོང་ན་མེད། །རྒྱུན་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ན།། འབྲལ་མེད་ཉམས་མྱོང་འོང་བར་ངེས། །ཞེས་གསུངས། སྔོན་རྭ་སྒྲེང་ནས་མི་ཞིག་གིས་འབྲོམ་སྟོན་གྱི་སྐུར་མཆོད་མི་ཤུལ་ཏེ་དོན་སྒྲུབ་ཚུལ་དང་། ཇོ་བོ་ལ་ཌོཾ་བྷི་པས་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པ་དང་། སྒྲུབ་ཁང་པས་བླ་མ་བྱམས་པ་རིན་པོ་ཆེ་བྱིན་གྱིས་བརླབས་ཚུལ་བཅས་གསུངས།

བཞི་པ་ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྡུས་པའི་བཀའ་དྲིན་ནི། དེང་སང་གི་མི་རྣམས་ནི་ཟང་ཟིང་ལ་བལྟ་བས་དང་པོར་ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྡུས་ནས་ཆོས་ལ་འཛུད་པ་ཡིན་པས། བདག་གི་༸སྐྱབས་མགོན་དྭགས་པོ་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ་རི་ཁྲོད་དུ་བཞུགས་སྐབས་གོང་སྟོད་དྲི་མེད་སྟེང་ཁའི་གཡོག་པོ་ཞིག་གསུང་བཏག་ཞུ་རུ་བཏང་སྟེ་མར་ལྷང་གཅིག་འབུལ་རྒྱུ་བསྐུར་བས་བླ་མ་བཞུགས་ས་མཐོ་བའི་དབང་གིས་ཁོ་ཐང་ཆད་པའི་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་བླ་མ་རི་དྭགས་འདྲ་བ་དེ་རི་མཐོ་མོ་འདི་འདྲ་ལ་སྡོད་དགོས་པ་ཟེར་ནས་ཁ་གཏང་གིན་བླ་མའི་སྐུ་མདུན་དུ་སླེབས། བླ་མས་ཇ་དང་ཟས་བཟང་པོ། ཚོགས་ཟན་བཅས་གནང་བས་ཁོ་རང་དད་པ་སྐྱེས་ཏེ་བླ་མ་ཡང་བྱིན་རླབས་

真正使那位僕人生起信心而成為上師弟子的，是上師的財物，他說：「這些薈供真是美味可口啊！」在寺院中，有無數像這種老師以財物來攝受、教導弟子的事例。

阿底峽尊者說：「我所有的功德都是上師的。」這句話的意思是：一切功德仰賴上師之恩才得以出生。在不作觀察的情況下，我們總以為現在的安、樂、名三者都是自己一手造就的，其實不然。例如，有兄弟二人，一個進入法門[49]，從而成為另一個的皈依境。他可以與其他出家眾在寺院中集會，受用應得的正法和財物之分，安住於少事少業之中。然而，他之所以能成為一名比丘，並不是他自己所能做到的，這是親教師和規範師授予近圓律儀的恩德所致。

355 我們現在每天能讀幾百頁書，且能觀察書中的文義，這是教字母老師的恩德所致。我們現在有機會獲得灌頂，進入較佛出世更為稀有的密法之門，如果不犯三昧耶的話，在十六生內我們絕對能得四身果位，而為我們授灌頂、從而在我們相續上種下這種能熟種子的，乃是金剛阿闍黎之恩。如果未得能熟灌頂等的話，那麼就連密法方面的書我們都不能看。我們應該一邊回憶師恩，一邊數念珠：「這位上師曾賜我這種恩德，那位上師曾賜我那種恩德……」

不僅如此，我們今生所得的人身、快樂、幸福、財富等，這一切是我們前世持戒、布施之果，而這也是命我們這樣作的阿闍黎之恩。因此，我們的幸福快樂一概來自於上師之恩德。

有人或許會想：「這些並不是出於一位上師的恩德，而是先後有許多不同的上師各自給予我的部分恩德。」但是，一切上師的變化根源——一切佛的心，即樂空不二智，在法界中是一味的。因此，這所有的上師是勝者金剛持一人所

[49] 意為出家。

ཆེ༑ ཚོགས་ནི་ཚོགས་ཞིམ་པ་ཟེར་དགོས་པ་བྱུང་བ་དེ་ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྡུས་ནས་དད་པ་
སྐྱེས་པ་ཡིན། གྲྭ་སར་དགེ་རྒན་གྱིས་དགེ་ཕྲུག་སྐྱོང་བ་ལྟ་བུ་ཟང་ཟིང་གིས་བསྡུ་བའང་ཚད་མེད།
ཇོ་བོས། ང་ལ་ཡོན་ཏན་གང་ཡོད་བླ་མའི་ཡིན་གསུངས་པ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བླ་མའི་བཀའ་
དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ལ་དགོངས་པ་རེད། རང་ཅག་གིས་མ་བརྟགས་མ་དཔྱད་ན། ད་ལྟའི་
བདེ་སྐྱིད་སྐལ་གསུམ་ཨ་ཕོ་ང་རང་གིས་བྱས་བསམ་མོད། དེ་ལྟ་མིན་པར་དཔེར་ན། སྤྱན་
གཉིས་ཡོད་པ་ལས། གཅིག་ཆོས་སྒོར་ཞུགས་ནས་ཅིག་ཤོས་དེས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་ཡུལ་བྱེད་པ་
དང་༑ རབ་ཏུ་བྱུང་བ་གཞན་དག་དང་ལྷན་ཅིག་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འཚོགས་ཏེ། ཆོས་དང་
ཟང་ཟིང་གི་བགོ་སྐལ་ལ་སྤྱོད། དོན་ཉུང་བ་བྱ་བ་ཉུང་བ་ལ་གནས་པའང་། སྟོན་པ་རང་བྱུང་
གིས་བསླབ་པར་རྫོགས་པ་ལྟར་མིན་པར། མཁན་པོ་དང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་སྡོམ་པ་སྦྱེར་བའི་
དྲིན་ཡིན། ད་ལྟ་ཉིན་རེར་ཤོག་བུ་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོ་ཀློག་ཅིང་། དེའི་དོན་ལ་དཔྱོད་པ་ཡང་།
ཀ་ཁ་སློབ་མཁན་དེའི་དྲིན་དང་། སྨིན་བྱེད་ཀྱི་དབང་སོགས་མ་ཐོབ་ན་དཔེ་བལྟ་བའང་མི་རུང་
བའི་སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་དཀོན་པའི་གསང་སྔགས་ཀྱི་སྒོར་ཞུགས་ཏེ། དམ་ཚིག་མ་
ཉམས་ན་སྐྱེ་བ་བཅུ་དྲུག་ཙམ་ལ་སྐུ་བཞིའི་འབྲས་བུ་སྨིན་ངེས་པའི་ས་བོན་རྒྱུད་ལ་འཇོག་པ་ཡང་རྡོ་
རྗེ་སློབ་དཔོན་གྱི་དྲིན་ཡིན། རང་གི་བླ་མ་འདི་དང་འདིས་བཀའ་དྲིན་འདི་འདྲ་བ་རེ་སྐུལ་སྙམ་དུ
ཕྲེང་བ་ལ་ཚཕར་ནས་དྲན་དགོས། དེར་མ་ཟད་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་། རྟེན་འདིར་བདེ་སྐྱིད…
དང་༑ འབྱོར་པ་བྱུང་བ་སོགས་ཐམས་ཅད་ཚེ་སྔོན་མར་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྲུང་། སྦྱིན་པ་བཏང་
བའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཀྱང་སྐབས་ཏུ་བཙུག་པ་པོའི་སློབ་དཔོན་གྱི་དྲིན་ཡིན་པས། བདེ་
སྐྱིད་ཡོད་དོ་ཅོག་བླ་མའི་དྲིན་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ནི་བླ་མ་གཅིག་གི་མིན་ཏེ། སྔ་ཕྱི་ཐ་དད་
པ་མང་པོས་དྲིན་གྲོགས་རེ་བ་ལས་མ་བྱས་སོ་སྙམ་ན། བླ་མ་དེ་དག་ཀུན་གྱི་སྤྱི་གཞི་སངས་
རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་རོ་གཅིག་ཡིན་

356 示現的不同身相。例如：我們藏地的人祖、制訂法規者、翻譯佛經者、宏揚主持聖教的王臣、譯師、班智達、歷輩達賴喇嘛等，這一切全是「蓮華手」[50]的化身遊戲。所以說，自己的所有上師體性是一。

正如宗喀巴大師所說：「世間普遍讚說之『上師瑜伽』教授者，應知即是如前所說。單修一、二次所緣境全無所至。」[51]

我們在修《供養上師儀軌》等上師瑜伽之前，首先應該懂得：自己的上師是—切佛的體性；一切佛是上師的變化遊戲。如果我們缺乏這種理解，光唸誦文字是不會有任何進步的。

若能明白一切佛的心在樂空法身中是一味的，以及由此現為上師的道理，我們便能了知百部、五部、三部、一部[52]等一切，都是上師的變化遊戲。不然的話，我們恐怕就會只對坐在法座上講經的、名聲較大的上師貌似恭順，而對寺院中不起眼的教書老師缺乏敬意。如能理解方才所說的內容，我們對一位上師生起的淨相便會擴展到一切上師身上。令師歡喜也是如此。同時也將明白，
357 如果自己令一位上師不喜，便是令一切上師不喜，由此我們將意識到一切上師之間的恩德沒有差別，在依止法方面也不會產生偏頗。

像這樣思惟上師的大恩之後，據說最起碼我們應口誦念恩文句來加以鞏固。善財童子在依止善知識時所作的念恩偈頌如下：

「我[53]此知識說正法，普示一切法功德，

---

[50] 聖觀自在的異名。

[51] 引自《菩提道次第廣論》。

[52] 一部為「勝者金剛持」；三部為「毘盧」、「無量光」與「不動」，分別為佛金剛持的身、語、意體性；五部則再加「寶生」與「不空成就」，分別為佛的清淨五蘊體性；五部再各分五蘊、四界、六處與五境而成百部。

[53] 經中原文係第三人稱，乃彌勒菩薩為大眾所說；此處我們用於憶念自己上師恩德，故改用第一人稱。

པས་ན། དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་རྡོ་རྗེ་འཆང་གཅིག་ཉིད་སྐུའི་རྣམ་རོལ་མི་འདྲ་བ་བསྟན་པ་སྟེ། དཔེར་ན་བོད་འདིར། མི་སྐྱིལ་བ་པོ་དང་། ཁྲིམས་འཛུགས་པ་པོ་དང་། ཆོས་བསྒྱུར་བ་དང་། བསྟན་པ་སྐྱིལ་ཞིང་འཛིན་པའི་རྒྱལ་བློན། ལོ་པཎ། ʋརྒྱལ་བ་རིམ་བྱོན་སོགས་ཐམས་ཅད་འཕགས་མཆོག་ཕྱག་ན་པད་མོ་འབའ་ཞིག་གི་རྣམ་རོལ་ཡིན་པ་ལྟར། རང་གི་བླ་མ་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་། བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གདམས་པ་ཡང་སྔར་བཤད་པ་ལྟར་གོ་དགོས་ཀྱི། དམིགས་པ་ཐུན་རེ་ཙམ་ལ་སྦྱངས་པས་ནི་གར་ཡང་མི་ཕྱིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་གི་བླ་མ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་གཟུགས་དང་། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བླ་མའི་རྣམ་རོལ་དུ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་བླ་མ་མཆོད་པ་སོགས་ལ་འཇུག་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟར་མ་ཤེས་པར་ཚིག་ཙམ་འདོན་པས་ནི་གར་ཡང་མི་སླེབས། དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཐུགས་བདེ་སྟོང་ཆོས་སྐུའི་ངོ་བོར་རོ་གཅིག་པ་དང་། དེ་ལས་བླ་མར་བཞེངས་པ་སོགས་ཤེས་ན། རིགས་བརྒྱ། རིགས་ལྔ། རིགས་གསུམ། རིགས་གཅིག་ཐམས་ཅད་བླ་མའི་རྣམ་རོལ་དུ་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། འདི་མ་ཤེས་ན་ཆོས་ཁྲིའི་སྟེང་ནས་འཆད་པ་པོའི་བླ་མ་སྔན་གྲགས་ཆེ་རིགས་ལ་གུས་པ་ཆེ་མདོག་བྱས་ཀྱང་། ཉམ་ཆུང་གི་གྲྭ་སའི་དཔེ་ཆའི་དགེ་རྒན་ལྟ་བུ་ལ་མ་གུས་པར་བྱེད་ཉེན་ཆེ། སྔར་གྱི་ཚུལ་དེ་ཤེས་ན། བླ་མ་གཅིག་ལ་དག་སྣང་སྦྱངས་པས་ཀུན་ལ་འབྱོངས་ཤིང་། མཉེས་པ་སྒྲུབ་པའང་དེ་བཞིན་དུ་འབྱུང་། མི་མཉེས་པར་བྱས་པ་ལའང་གཅིག་ལ་མི་མཉེས་པར་བྱས་ན། ཀུན་ལ་མི་མཉེས་པར་བགྱིས་པའི་ཚུལ་ཁོང་དུ་ཆུད་དེ་བླ་མ་ཐམས་ཅད་ལ་བཀའ་དྲིན་ཁྱད་མེད་དུ་འཛིན་ཞིང་བསྟེན་ཚུལ་ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་འགྱུར་རོ། དེ་ལྟར་དྲིན་ཆེ་ཚུལ་བསམས་ནས་བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་ཚིག་ངག་ནས་བརྗོད་པ་ཚུན་གྱིས་སྦྱང་དགོས་པར་གསུངས་པས་གཞོན་ནུ་ནོར་བཟང་གིས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་སྐབས་བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་ཚིགས་བཅད། འདི་ནི་བདག་གི་དགེ་བཤེས་ཆོས་སྨྲ་བ། །ཆོས་ཀུན་ཡོན་ཏན་

遍示菩薩威儀道，專心思惟而來此。
此是能生如我母，與德乳故如乳母，
周遍長養菩提分，此諸善識遮無利。
解脫老死如醫王，如天帝釋降甘雨，
358 增廣白法如滿月，猶日光明示靜品。
對於怨親如山王，心無擾亂似大海，
如同船師遍救護，善財是思而來此。
菩薩啟發我覺慧，佛子能生大菩提，
我諸知識佛所讚，由是善心而來此。
救護世間如勇士，是大商主及依怙，
此給我樂如眼目，以此心事善知識。」

《道次第甘露藏》中所說者如下：

「出離猶如火坑家，效仙人行居靜處，
得嘗正法甘露味，仰賴諸位尊師恩。
所遇文殊上師教，百千劫求亦難得，
於彼教法生信心，亦是諸位經師恩。
是故我視諸師為，救惡趣難之依怙，
出輪迴海之商主，善趣解脫之嚮導。
359 治癒痼疾之醫師，滅大苦火之河水，
除無明闇之燈炬，示解脫道之杲日，
出輪迴獄之救星，降正法雨之密雲，

ཡོངས་སུ་སྟོན་བྱེད་དེ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་ལམ་ཡོངས་སྟོན་པ། །ཡིན་ཞེས་སེམས་གཅིག་བསམས་ནས་འདིར་འོངས་སོ། །འདི་དག་བསྐྱེད་པས་བདག་གི་མ་ལྟ་བུ། །ཡོན་ཏན་འོ་མ་ལྡུད་པས་མ་མ་འདྲ། །བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བ་ཡིན། །དགེ་བཤེས་འདི་དག་གནོད་པ་རྣམ་པར་བཟློག །ཤ་ཡི་ཐར་བྱེད་སྨན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། །བདུད་རྩིའི་ཆར་འབེབས་ལྷ་དབང་བརྒྱ་བྱིན་འདྲ། །ཟླ་ཉ་ལྟ་བུར་དཀར་པོའི་ཆོས་ཀྱིས་རྒྱས། །ཞི་བའི་ཕྱོགས་སྟོན་ཉི་མ་གསལ་བ་འདྲ༏ ༏དགྲ་དང་གྲོགས་ལ་རི་བོ་འདྲ་བ་སྟེ། །རྒྱ་མཚོ་བཞིན་དུ་མི་འཁྲུགས་སེམས་དང་ལྡན། ཡོངས་སུ་སྐྱོང་དང་མཉམ་པ་འདྲ་བ་ཞེས། །དེ་འདྲའི་སེམས་ཀྱིས་བདག་ནི་འདིར་འོངས་སོ།། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདག་གི་བློ་བསྐྱེད་པ། །སངས་རྒྱས་སྲས་པོ་བྱང་ཆུབ་སྐྱེད་བྱེད་པ། འདི་དག་བདག་བཤེས་སངས་རྒྱས་བསྔགས་པ་ཞེས། །དེ་ལྟར་དགེ་བའི་སེམས་ཀྱིས་འདིར་འོངས་སོ། །འཇིག་རྟེན་སྐྱོབ་པས་དཔའ་བོ་ལྟ་བུ་སྟེ། །དེད་དཔོན་མགོན་དང་སྐྱབས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན༏ ༏འདི་དག་བདག་ལ་བདེ་སྟོབ་མིག་ཡིན་ཞེས། །དེ་འདྲའི་སེམས་ཀྱིས་དགེ་བཤེས་བསྙེན་བཀུར་བྱེད། །ཅེས་དང་། ལམ་རིམ་བདུད་རྩིའི་སྙིང་པོ་ལས་གསུངས་པའི། མི་དོང་འདྲ་བའི་ཁྱིམ་ལས་རབ་བྱུང་ནས། །དབེན་པར་དྲང་སྲོང་སྤྱོད་པས་གནས་བཅས་ཏེ། །དམ་ཆོས་བདུད་རྩིའི་རོ་མཆོག་མྱོང་བ་ཡང་། །རྗེ་བཙུན་བླ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ནོ། །བསྐལ་མང་སྟོང་དུ་བཙལ་ཡང་རྙེད་དཀའ་བ། །འཇམ་མགོན་བླ་མའི་བསྟན་དང་མཇལ་བ་དང་། །བསྟན་པའི་ཚུལ་དེར་ཡིད་ཆེས་རྙེད་པ་ཡང་། །ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་བདག་གི་བཤེས་གཉེན་འདི་དག་ནི། །ངན་སོང་གནས་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱོབ་པའོ། །འཁོར་བའི་མཚོ་ལས་སྒྲོལ་བའི་དེད་དཔོན་ནོ། །མཐོ་རིས་ཐར་པར་འཁྲིད་པའི་ས་མཁན་ནོ། །ཉོན་མོངས་གཅོང་ནད་གསོ་བའི་སྨན་པའོ། །སྡུག་བསྔལ་མེ་ཆེན་ཞི་བྱེད་ཆུ་རྒྱུན་ནོ། །མ་རིག་མུན་པ་སེལ་བའི་སྒྲོན་མེའོ༏ ༏ཐར་ལམ་གསལ་བར་སྟོན་པའི་ཉི་མའོ། །འཁོར་བའི་བཙོན་ར་བཅིངས་པའི་འགྲོལ་

排憂解難之親友，恒常慈育之父母。」

在唸誦這些偈頌時，我們應當循文思惟上師的恩德。 關於加行依止法，《文殊口授》中將之列於第四加行之末，所以請大家不要將這些不同傳承的教授混淆。（帕繃喀大師又說，我們在修「意樂依止法」及以下每一種所緣類之初，均需祈禱和修「甘露降淨」，結束時則應對所修內容生起定解。）

第九天 加行依止法及於有暇身勸取心要

362 無等阿底峽尊者曾說：

「所知類多壽苦短，壽量幾何不能知，
故如鵝取水中乳，自當喜取己所欲。」[1]

（嘉傑・帕繃喀仁波切首先援引上述偈頌，作為第九天教授的開場白，對我們略賜糾正動機之法。然後回顧了先前講述的那幾科，又簡略重述了一遍「意樂依止法」。 ）

戊四、加行依止法

如《經莊嚴論》中所說：

「當由財利及承事，並修行門依知識。」

加行依止法中有下、中、上三類方法[2]。學生在依止教書老師學法時，此三者皆備。所以，對上師如理修依止法，就是修「上師瑜伽」。如果我們與上師共住而作依止的話，便不需另求上師瑜伽所緣；[3]如果我們不在上師跟前，
363 則應生起資糧田，修獻浴、禮拜、供養等法。取悅善知識的最上方便，即是如教修行供養。至尊密勒日巴說：

「我無財物可奉獻，然以修行報師恩。[4]」

以及：

「堅韌耐苦之修行，是今師喜之侍奉。」

---

[1] 引自《入二諦論》。
[2] 1、供獻財物；2、恭敬承事；3、依教奉行。
[3] 任何為上師作的事，都應視為是上師瑜伽的一種形式。
[4] 引自《密勒日巴十萬歌集》。

བྱེད་དོ། །དམ་ཆོས་གྱུ་ཆར་འབེབས་པའི་ཆར་སྤྲིན་ནོ། །གནོད་སེལ་ཕན་པ་སྒྲུབ་པའི་གཉེན་བཤེས་སོ། །རྟག་ཏུ་བྱམས་པས་སྐྱོང་བའི་ཕ་མའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཚིགས་བཅད་བརྗོད་པ་ཡན་ལ་འབྲིས་ནས་བླ་མའི་བཀའ་དྲིན་དྲན་དགོས་གསུངས། སྦྱོར་བའི་བསྟེན་ཚུལ་ལ་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་དུ། འདི་སྐབས་སྦྱོར་ཆོས་བཞི་པ་མན་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་མ་འདྲིས་པར་བྱེད་དགོས། འདི་སོགས་དམིགས་སྐོར་རེ་རེའི་དབུར་ཡང་གསོལ་འདེབས་དང་། བདུད་རྩི་འབེབས་སྦྱང་། མཇུག་ཏུ་ཐག་བཅད་པ་རེ་བྱ་བར་གསུངས།། ༎

༄ ཉིན་དགུ་པར། ཇི་སྐད་དུ། མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས། ཚེ་འདི་ཡུན་ཐུང་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་མང་། །ཚེ་ཡི་ཚད་ཀྱང་ཇི་ཙམ་མི་ཤེས་པས། །ངང་པས་ཆུ་ལས་འོ་མ་ལེན་པ་ལྟར། །རང་གི་འདོད་པ་དང་དུ་བླང་བར་བྱ། །ཞེས་འདྲེན་པར་མཛད་དེ། ཀུན་སློང་འཆོས་པ་མདོར་བསྡུས་ཤིག་སྨྲལ་ནས། སྔོན་དུ་ས་བཅད་གང་སོང་བ་རྣམས་གསུངས་རྗེས༔ བཤེས་གཉེན་བསམ་པས་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་བསྐྱར་བཤད་མདོར་བསྡུས་མཛད།

བཞི་པ་སྦྱོར་བའི་བསྟེན་ཚུལ་ནི། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། བཀུར་སྟི་རྙེད་པ་དག་དང་རིམ་གྲོ་དང་། །སྒྲུབ་པའི་སྒོ་ནས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་སྦྱོར་བས་བསྟེན་ཚུལ་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། དགེ་སྦྱུག་གིས་དགེ་རྒན་བསྟེན་པ་ལྟ་བུ་ལ་གསུམ་ག་ཚང་དུ་ཡོད་པས་དགེ་རྒན་ལ་བླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པ་དེ་ག་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན། བླ་མ་དང་མཉམ་དུ་འགྲོགས་ནས་བསྟེན་པས་ནི་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དམིགས་པ་ཟུར་དུ་འཚོལ་མི་དགོས༔ བླ་མ་དངོས་སུ་མེད་ན། ཚོགས་ཞིང་བསྐྱེད་ནས་ཁྲུས་གསོལ་ཕྱག་མཆོད་སོགས་བྱེད། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཉེས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་མཆོག་ནི། བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྗེ་མིད་ལས། ནོར་ཟང་ཟིང་གི་འབུལ་བ་བདག་ལ་མེད། །ཕ་བླ་མའི་དྲིན་ལན་སྒྲུབ་པས་འཇལ། །ཞེས་དང་། སྙིང་རུས་སྡུག་བསྲན་གྱི་སྒྲུབ་པ་འདི། །ཕ་བླ་མ་མཉེས་པའི་

《文殊口授》廣、略二派中，均將「加行依止知識法」歸入第四加行法[5]，所以這兩派在說完第三加行法後，會接著講「意樂依止法」。在「加行依止法」開始時，會先迎請上師資糧田，再作供養等後三種加行法。這是我們不在上師跟前，或未能與上師共住等情況下，以財物取悅上師的修法。

此《文殊口授》派中，加持地基等如前，次誦「諦力頌」。中傳派的資糧
364 田觀想法如下所述：在吠琉璃地基上，觀想繪有金羯摩金剛圖案，視之似有突起之狀，觸之則無凹凸之感。在其中央，觀想一座宏大的四方形珍寶宮殿，具有四門、但無牌坊，與藥師宮殿相似。

宮內中央有一個大獅子座，上有四級，形如無瓶之塔。第一層（最上層）上面，後側有三個獅座，中央座上坐有釋迦牟尼佛，左、右二邊坐有文殊、彌勒，二尊背後分別為甚深見和廣行派的上師。前側也有三個獅座，分別為阿底峽，俄・勒貝喜饒和仲敦巴三尊之座。

第二層上面有三個獅座，中央為宗喀巴大師之座，右為傑・喜饒生格（慧獅子）[6]之座，左為根敦珠（僧成）[7]之座；第三層上有三個獅座，五世達賴喇嘛安住於中央座上，右座之上為赤・京巴嘉措（布施海），左座之上為吉祥上師降巴卻丹（彌勒具法）；第四層三個獅座上，中央為根本上師，右側及左側座上，有人說是觀想上師的心傳弟子，但根據教授，應觀上師之師與上師之師的上師。

觀想其他上師均坐在錦緞長墊上。這裡有二種安置資糧田各尊法：一派是將一切三藏上師置於各層的左右二側，佛、菩薩、聲聞、緣覺、護法等置於各

[5] 觀資糧田。
[6] 格魯派密法傳承系統之一「色舉派」的開創者。
[7] 1391～1474，宗喀巴上首弟子，於 1447 年創建札什倫布寺，後被追認為第一世達賴喇嘛。

ཞབས་ཏོག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། དེ་ཡང་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་རྒྱས་བསྡུས་གཉིས་ཀྱི་
ལུགས་ལ་སྦྱོར་ཆོས་བཞི་པའི་ཁོངས་སུ་བཤེས་གཉེན་སྦྱོར་བས་བསྙེན་ཚུལ་རྣམས་བསྡུས་ནས་
འཆད་པ་ཡིན་པས་སྦྱོར་ཆོས་གསུམ་པ་ཟིན་ནས་བཤེས་གཉེན་བསམ་པས་བསྙེན་ཚུལ་གསུངས་
ཤིང༑ སྦྱོར་བའི་བསྙེན་ཚུལ་གྱི་དབུར་བླ་མ་ཚོགས་ཀྱི་ཞིང་དུ་གདན་དྲངས་ཏེ་མཆོད་པ་སོགས་
སྦྱོར་ཆོས་ཕྱི་མ་གསུམ་འབྱུང་བ་ནི་བླ་མ་དང་མཉམ་དུ་མི་འགྲོགས་པ་སོགས་བླ་མ་མེད་པའི་སར་
ཟང་ཟིང་གིས་མཉེས་པ་སྒྲུབ་པའི་ལུགས་སོ། །འདི་ལ་ས་གཞི་བྱིན་རླབས་སོགས་སྔར་བཞིན་བྱས་
ལ་བདེན་སྟོབས་བརྗོད། བཻཌཱུརྱའི་ས་གཞིར་གསེར་གྱི་རྡོ་རྗེ་རྒྱ་གྲམ་བྲིས་པ་བལྟས་ན་འབུར་དོད་
ལྟ་བུ་ལ། རིག་ན་འབུར་ཀོང་སོགས་མེད་པ། དེའི་དབུས་སུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཁང་བཟང་གྲུ་བཞི་སྒོ་
བཞི་རྟ་བབས་མེད་པ་སྣང་བླའི་པོ་བྲང་ལྟ་བུ། རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ། དེའི་དབུས་སུ་སེང་ཁྲི་ཆེན་པོ་
སྟེང་དུ་བང་རིམ་བཞི་ཡོད་པ་མཆོད་རྟེན་བུམ་པ་མེད་པ་བཞིན་གྱི་བང་རིམ་དང་པོའི་སྟེང་གི་རྒྱབ་
ངོས་སེང་ཁྲི་སུམ་ཆོམ་སྟེང་དབུས་སུ་རྒྱལ་བ་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པ། གཡས་གཡོན་དུ་བྱམས་འཇམ་
དབྱངས༑ སོ་སོའི་སྐུ་རྒྱབ་ཏུ་ཕར་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བརྒྱུད་པའི་བླ་མ། མདུན་ངོས་སེང་ཁྲི་གསུམ་ལ་
ཇོ་རྗེ་ཀ་འབྲོམ་གསུམ། བང་རིམ་གཉིས་པར་སེང་ཁྲི་སུམ་ཆོམ་ལ་དབུས་སུ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་
དང༑ གཡས་སུ་རྗེ་ཤེར་སེང་། གཡོན་དུ་དགེ་འདུན་གྲུབ། བང་རིམ་གསུམ་པར་སེང་ཁྲི་
གསུམ་ཆོམ་གྱི་སྟེང་དབུས་སུ་vརྒྱལ་དབང་ལྔ་པ་ཆེན་པོ་དང་། གཡས་སུ་ཁྲི་སྦྱིན་པ་རྒྱ་མཚོ།
གཡོན་དུ་དཔལ་ལྡན་བླ་མ་བྱམས་པ་ཆོས་ལྡན། བང་རིམ་བཞི་པར་སེང་ཁྲི་སུམ་ཆོམ་སྟེང་དབུས་
སུ་རྩ་བའི་བླ་མ། གཡས་གཡོན་དུ་ཐུགས་སྲས་གཙོ་བོ་གསུངས་ཀྱང་མན་ངག་ལྟར་བླ་མའི་བླ་མ་
དང་དེའི་བླ་མ་གསལ་བཏབ། བླ་མ་གཞན་རྣམས་ལ་ཟ་འོག་གི་ཁྲོང་གདན། གཡས་གཡོན་
སོགས་ཀྱི་བང་རིམ་སྟེང་སྟེ་སྟོད་གསུམ་གྱི་བླ་མ་ཐམས་ཅད་དང་། རྒྱབ་ཀྱི་བང་རིམ་སྟེང་སངས་
རྒྱས་བྱང་སེམས་ཉན་རང་ཆོས་སྲུང་སོགས་བཀོད་པ་ལུགས་གཅིག་དང། ཡང་ལུགས་གཅིག་ལ་

365 層的後側。另一派則將見、行二派眾上師置於各層前方，從各層三位上師的左右側開始依次排列，其他經、律、論三藏的傳承上師觀在各層左、右側和後方。這二派都說不必觀想本尊等，但如果我們想修的話，可以意想他們以不現身的方式安住在我們面前。此外，應當觀想後方各尊面向自己而住，不為獅座所障蔽。

四門外各有一個浴室，室內中央沒有浴池，地基高起，上設與資糧田各尊數目相等的座位。七支等修法與他派近似[8]。

南傳派的資糧田與此不同，如該派唸誦儀軌中所說，在自己面前，觀想一個由獅子所擎舉的巨大七寶座，共有七層，形似噶當供台。獅子站立在地基上，獅座前方豎有三架梯子。

366 最上面一層帶有背房，像床的靠背一樣，其左右二角飾有類似手柄的東西，稱為「彎鐵箭」。此背房由珍寶製成，上端飾有寶頂。每一層級各有二個小金梯，左、右側各一。以前提到的三個梯子架在獅座中央的位置。背房突起的正中為金脊瓶，[9]左、右二側豎有尊勝幢。

第一層上，釋迦佛所坐的寶座帶有背房，象徽六度的龍、大鵬鳥等六靈[10]捧座，敷設五層妙衣座墊。左、右二邊為文殊和彌勒所坐之座，各敷三層座墊，但沒有獅子。

前方為現凡常相根本上師所坐的兩層座墊，不需另設寶座。右側和左側各有一個座墊，分別為上師之師和上師之師的上師所坐。根據口授，觀想其他上師均安坐在長墊上。中央留出空地作為通道。

---

[8] 《帕繃喀大師》全集中收有一篇中傳派加行法的儀軌，題為《菩提道次第明晰引導文殊口授廣軌中傳派加行法念誦儀軌・勝者妙道》。

[9] 常見於藏地寺院建築的屋頂。

[10] 其他四種為摩羯魚、童子、羚羊與大象。

མདུན་དུ་བླ་མ་གསུམ་གསུམ་ཡོད་པའི་གཡས་གཡོན་དུ་ལྷ་སྦྱོད་ཀྱི་བརྒྱུད་པའི་བླ་མ་རྣམས་མཐར་ཆགས་སུ་བཀོད། འདུལ་མངོན་མདོ་སྡེའི་བརྒྱུད་པའི་བླ་མ་གཞན་རྣམས་གཡས་གཡོན་དང་རྒྱབ་ཀྱི་བང་རིམ་དུ་གསལ་བཏབ། ཡི་དམ་སོགས་གསལ་འདེབས་མི་དགོས། གལ་ཏེ་བསྒོམ་པར་འདོད་ན། དེ་རྣམས་དངོས་སུ་བཞུགས་ཀྱང་མི་གསལ་བའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པར་བསམ་ཆོག རྒྱབ་ཀྱི་ཀུན་ཀྱང་སེང་ཁྲིས་མི་བསྒྲིབ་པའི་ཞལ་ཚུར་གཟིགས་སུ་བྱེད། ཁྲུས་ཁང་དཀྱིལ་དུ་ཁྲུས་རྫིང་མེད་ཅིང་ས་གཞི་དབུས་མཐོ་བ། སྒོ་བཞི་ཀར་ཁྲུས་ཁང་རེ། ཚོགས་ཞིང་གི་གྲངས་མཉམ་ཁྲི་བཤམས་པ་སྟེ། ཡན་ལག་བདུན་པ་སོགས་གཞན་འདྲ། ལྷོ་བརྒྱུད་ཀྱི་ལུགས་ལ་དེ་དང་མི་འདྲ་སྟེ། རང་གི་མདུན་དུ་སེང་གེས་བཏེག་པའི་ཁྲི་ཆེན་བང་རིམ་བདུན་པ་བཀའ་གདམས་མཆོད་ཁྲི་བཞིན་རིན་ཆེན་བདུན་ལས་གྲུབ་པ་འདོན་ཆ་ལྟར་དང་། སེང་གེ་ས་གཞི་ལ་གནས་པ། སེང་ཁྲིའི་མདུན་ནས་ཡར་ལ་སྒྲོམ་སྐས་གསུམ་བཙུགས་པ། བང་རིམ་སྟེང་མ་ལ་གཟིམ་སྒྲོམ་གྱི་རྒྱབ་ཡོལ་ལྷ་བུའི་རྒྱབ་ཡོལ་དེའི་གཡས་གཡོན་གྱི་ཟུར་སྣེ་ལ་ལྕུགས་མདའ་ཁྲུག་ཅེས་པ་ལག་པ་འཆང་ས་ལྷ་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་གྲུབ་པའི་རྩེར་ཏོག་ཡོད་པ། བང་རིམ་རེ་རེར་ཡང་གསེར་གྱི་ཐེམ་སྐས་ཆུང་ང་རེ་ཡོད་པ་སྟེ། སྐས་འདི་ནི་གཡས་གཡོན་དང་། ཕྱིར་གྱི་སྐས་གསུམ་སེང་ཁྲིའི་དཀྱིལ་དུ་བསྒྲིག་སྟེ་བཙུགས། རྒྱབ་ཡོལ་གྱི་འབུར་དབུས་མར་གསེར་གྱི་གཉྫིར། གཡས་གཡོན་དུ་རྒྱལ་མཚན། བང་རིམ་དང་པོའི་སྟེང་ཐུབ་དབང་བཞུགས་གཞིར་ཁྲི་རྒྱབ་ཡོལ་ཅན། ཕྱིན་དྲུག་མཚོན་པའི་ཀླུ་དང་ཁྱུང་སོགས་དྲུག་འགྲོགས། བཟང་གོས་ཀྱི་འཕོལ་ལྷུ་བརྩེགས། གཡས་གཡོན་དུ་བྱམས་འཇམ་དབྱངས་བཞུགས་གཞི་སེང་གེ་མེད་པའི་ཁྲི་འབོལ་གསུམ་བརྩེགས། མདུན་དུ་རྩ་བའི་བླ་མ་ཞལ་མཇལ་དུས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་བཞུགས་གདན་ལ་ཁྲི་མི་དགོས་པར་འབོལ་ཉིས་བརྩེགས། གཡས་གཡོན་དུ་བླ་མའི་བླ་མ་དང་། དེའི་བླ་མའི་བཞུགས་གདན་འབོལ་རེ། གཞན་རྣམས་ལ་རྐྱང་གདན་དུ་བྱེད་པ་ཞལ་ཤེས་ཡིན། དབུས་སུ་འགྲོ་ལམ་ལྷ་བུའི་སྟོང་པ།

現凡常相根本上師的右手結說法印，左手捧托經袱，帶有五層函頭標籤。
文殊的左邊和彌勒的右邊，分別為見、行二派上師。緊接在廣大行派後面的，
是「道次第派」。由於緣起十分重要，所以觀想在座次之末各設一個空的座墊[11]
。其餘在第一層上坐不下的上師，可觀想均勻地分散坐在第二層和第三層上；
第四層觀「教授派」，以京俄瓦[12]為座首；第五層觀菩薩眾。諸佛分坐在最上
367 面四層的左、右二側；第六層觀聲聞、緣覺眾；第七層觀察護法眾。[13]

《文殊口授》廣、略二派是顯教規，所以不說觀想修行加持派上師，如果我們想要觀想的話，可以觀想他們以不現身的方式安住在前。此外，這二派也不生起「三昧耶尊」等，而只作迎請賓客的觀想。就像我們現在請客吃飯，先設好座位，加持好供品，然後迎請資糧田「智慧尊」前來，就坐於各自的座位上。關於諸尊受邀前來的情形，我們應該像摩揭陀賢女[14]迎請大師佛陀及其眷屬那樣來作勝解。（隨後，帕繃喀大師根據傳承規矩，詳細地講述了這個故事。）

然後沐浴聖眾。浴室與前面講述的那種不同，呈四方形，四方有四個水晶
368 門，室內沒有浴池，但設有許多浴瓶。觀想浴室上方為花格窗和屋頂，上面繫
著裝有香泥或香膏的袋子，浴水從香袋中逕直注入瓶中。

獻浴時放出三個一組的比丘，當聖眾就座於前面所說的座位上後，將聖眾脫下的衣服收集起來，衣服化為黃光，隨後敬獻沭浴。其他內容與前面相同。

[11] 空座表未來自己將躋身於傳承上師之列。

[12] 京俄瓦・楚臣跋。

[13] 帕繃喀大師作有達波・絳貝倫珠上師所說《文殊口授》南傳派教授的筆記，題為《文殊口授南傳派教授備忘錄》。

[14] 見上卷「第五天」章注。

རྩ་བའི་བླ་མ་ཞལ་མཇལ་དུས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཕྱག་གཡས་ཆོས་འཆད་དང་། གཡོན་གླེགས་བམ་ཐུམ་དང་གདོང་དར་ལྷ་བརྩེགས་ཅན་བསྣམས་པ། བྱམས་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་གཡས་གཡོན་དུ་ལྟ་སྤྱོད་བརྒྱུད་པའི་བླ་མ་སྟེ། སྤྱོད་བརྒྱུད་ཀྱི་མཚམས་ལམ་རིམ་པ་མཐུད། གྲོལ་མཐར་ཧྲེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་ཆེ་བས་བཞུགས་གདན་སྟོང་པ་རེ་དང་། བང་རིམ་དང་པོར་མ་ཆུད་པའི་བླ་མ་གཞན་རྣམས་གཉིས་པ་གསུམ་པ་བར་ཆ་བསྒོ། བཞི་པར་སྤྱན་སྔ་བས་གྲལ་དབུར་བྱས་ཏེ་མན་ངག་པ། ལྷ་པར་བྱང་སེམས། སངས་རྒྱས་རྣམས་བང་རིམ་དང་པོ་བཞིའི་ཟུར་གཡས་གཡོན་གྱི་ཐད། དྲུག་པར་ཉན་རང་། བདུན་པར་ཆོས་སྲུང་ངོ་། །ཉམས་ལེན་བྲིན་རླབས་བརྒྱུད་པའི་བླ་མ་གསལ་འདེབས་པ་མདོ་ལུགས་འདིར་མི་འབྱུང་མོད། བསྐྱེད་པར་འདོད་ན་མི་མཐོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་གསལ་འདེབས། འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་རྒྱས་བསྡུས་གཉིས་ཀ་མདོ་ལུགས་ཡིན་པས་དམ་ཚིག་པ་བསྐྱེད་པ་སོགས་མི་དགོས་པར་མགྲོན་ཐབས་སུ་སྤྱན་འདྲེན་པ་ཡིན། དཔེར་ན་དེད་ཚོས་ད་ལྟ་མགྲོན་ཟས་ཕྱིར་གདན་འདྲེན་པ་ལྟར་སྟོན་དུ་གདན་བཤམ། མཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་བརླབས་ནས་ཚོགས་ཞིང་ཡེ་ཤེས་པ་སྤྱན་དྲངས་ཏེ་ཁྲི་སྟན་སོ་སོར་བཞུགས་པ་ཡིན། སྤྱན་འདྲེན་པ་ནའང་བྱོན་པའི་ཚུལ་སོགས་མ་ག་དྷ་བཟང་མོས་སྟོན་པ་འཁོར་བཅས་སྤྱན་དྲངས་པ་ལྟར་མོས་དགོས་ཞེས། དེའི་གདམ་རྒྱུད་གསུང་པའི་ཕྱག་བཞེས་བཞིན་རྒྱས་པར་གསུངས། དེའི་རྗེས་སུ་སྐུ་ཁྲུས་གསོལ་བ་ལ། ཁྲུས་ཁང་སྔ་མ་དང་མི་འདྲ་བར་ཁྲུས་ཁང་གྱུ་བཞི་ཕྱོགས་བཞིར་ཤེལ་གྱི་སྒོ་ཤ་སྟག་ཅན། ཁྲུས་རྫིང་མེད་ཅིང་ཁྲུས་འབུམ་མང་པོ་བཞག་པ། སྟེང་དུ་དྲ་མིག་དང་རྒྱུ་ཕིབས༔ དེ་དག་ལ་དྲི་བཟང་གི་ལྡེ་གུའམ་འདམ་ཐུམ་པོར་བྱས་པ་བདགས་ལ། དེ་ལས་ཁྲུས་ཆུ་བུམ་པའི་དྲང་ཐད་དུ་བབས་པར་བསམ། ཁྲུས་གསོལ་བའི་ཚེ། དགེ་སློང་གསུམ་གསུམ་སྦྲེས་ཏེ༔ བཞུགས་ཁྲི་སྟ་མའི་སྟེང་བཞུགས་བཞིན་པར་ན་བཟའ་རྣམས་འོད་སེར་པོའི་རྣམས་པར་ཚུར་བསྡུས་ཏེ་ཁྲུས་གསོལ། གཞན་སྔ་མ་དང་འདྲ། རྒྱུན་དུ་བྱམས་པ་སོགས་མ་འབྱོར་ཚེ།

如果我們平時不具備瓶等物品，那麼在唸加行法時不一定需要修沐浴法。然而，若能時常修習的話，可有清除污穢和不淨等功德。其他與沐浴法有關的內容，與以前所講的《速道》相同。

單作《文殊口授》引導時，應按照上述次第來講。此派在修心時不收資糧田。如果我們想作加行法計數的話，可在最後一座誦《功德之基頌》之前修：不收資糧田，從《供養雲陀羅尼》開始重新唸，略修的話則單作七支計數。（帕繃喀大師指出，由於現在的教授是與《文殊口授》合講，所以在此講解該派的加行法。至於平時的修法，大師建議我們仍按照《加行法・有緣頸嚴》來修，因為這個法本所具有的加持和甚深教授要勝過其他。）

369 **丁三、如何作結行之次第**

座末修完每一種道次第所緣類時，當唸誦釋迦佛名號和密咒，以及迴向發願。

丙二、座間如何修之理

修行者的所有時間全都包含在座上與座間中，所以「座間如何修之理」這一科極其重要。我們在座上修心之後，如果在座間讓自心無意義地散漫遊蕩的話，將大大地損害座上的正行修持。反之，如果我們能善用座間這段時間的話，將使我們的暇滿具有真正的價值。所以說，在宗喀巴大師的那些著作及引導文中，將時間分為座上與座問，是具有極大關要的。

以此處所說的所緣類[15]為例，我們應該在座間閱讀開示依師法的具量經
370 論，如那若巴師事諦洛巴、密勒師事瑪爾巴、仲敦巴師事上師賽尊巴與阿底峽等的傳記。據說，如果在座間廣泛閱讀其他各類典籍的話，將導致智慧的敗壞。比如，看小說會使瞋恚變大，因此我們不要去看這類書籍，應設法使智慧增長。

為了防止在座間生起煩惱，我們應當修習「密護根門」，雖然通常的作法，

[15] 依止善知識。

སྦྱོར་ཆོས་སྐབས་ཁྲུས་གསོལ་ངེས་པར་དགོས་པ་མིན་ཞིང་། སྐབས་སྐབས་སུ་བྱས་ན་དེས་གྲིབ་དང་མི་གཙང་བ་སོགས་སེལ། ཁྲུས་གསོལ་བྱ་ཚུལ་གཞན་སྟོར་སྨྱུར་ལམ་སྐབས་ཞུས་པ་ལྟར་ལ། ཞལ་ལྕུང་རྐྱང་པའི་ཁྲིད་ཀྱི་སྐབས་གོ་རིམ་འདི་ལྟར་བྱ་ཞིང་ཚོགས་ཞིང་མི་བསྡུས་པར་བློ་སྦྱོང་། སྦྱོར་ཆོས་གྲངས་གསོག་ལྷ་བུར་ཐུན་ཕྱི་མ་ལ་ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མའི་བར་བཏང་། ཚོགས་ཞིང་མི་བསྡུ་བར་མཆོད་པའི་སྤྲིན་གཟུངས་བརྗོད་ནས་དེ་མན་འདོན། བསྡུ་ན་ཡན་ལག་བདུན་པ་ཉིད་གྲངས་གསོག །ད་རེས་ཞལ་ལྕུང་དང་སྦྲགས་པས་དེའི་སྦྱོར་ཆོས་འཆད་པ་ལས། རྒྱུན་གྱི་ཉམས་ལེན་སྦྱོར་ཆོས་སྐལ་བཟང་མགྲིན་རྒྱན་གྱི་སྙིང་ནས་བཀྱེས་ན་བྱིན་རླབས་དང་མན་ངག་ཟབ་ཁྱད་གཞན་ལས་ལྷག་པ་ཡོད་གསུངས།

གསུམ་པ་མཇུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་ཚུལ་ནི། ལམ་རིམ་དམིགས་སྐོར་རེ་རེ་བཞིན་ཟིན་པའི་ཐུན་མཐར་ཤཱཀྱའི་རྒྱལ་པོའི་མཚན་དང་སྔགས་འདོན་ཞིང་བསྔོ་སྨོན་བྱེད་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་ཐུན་མཚམས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། ཐུན་དང་ཐུན་མཚམས་གཉིས་སུ་མ་འདུས་པའི་དུས་ཤིག་མེད་པས། ཐུན་མཚམས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་འདི་གལ་ཆེ་སྟེ། ཐུན་གྱི་སྐབས་བློ་སྦྱངས་ནས་ཐུན་མཚམས་སུ་རིག་པ་རྒྱ་ཡན་དུ་གཏང་ན། ཐུན་དངོས་གཞིའི་ཉམས་ལེན་ལའང་གནོད་ཚབས་ཆེ། ཐུན་མཚམས་ལེགས་པོ་བྱུང་ན་དལ་འབྱོར་དོན་ལྡན་ཡང་འདི་ནས་ཡོང་། དེའི་ཕྱིར་ཇེ་བླ་མའི་གསུང་ཁྲིད་ཡིག་རྣམས་སུ་ཐུན་དང་ཐུན་མཚམས་སུ་བཅད་པ་འདི་གནད་ཆེ། དམིགས་སྐོར་འདི་ལ་མཆོན་ན། ནཱ་རོས་ཏེ་ལོ་དང་། མིད་ལས་མར་པ། འབྲོམ་སྟོན་པས་བླ་མ་སེ་བཙུན་པ་དང་ཇོ་བོ་རྗེ་བསྟེན་ཚུལ་སོགས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་ཚད་ལྡན་བལྟ་བ་ལས། གཞན་འདྲ་མིན་མང་པོ་བཀླག་ན་ཤེས་རབ་འཆལ་འགྲོ་བར་གསུངས། དཔེར་ན་སྨྱུང་གི་དཔེ་ཆ་ལ་བལྟས་ན་ཞེ་སྡང་ཆེ་རུ་འགྲོ་བས་དེ་འདྲའི་རིགས་མི་བལྟ་བར་ཤེས་རབ་འཕེལ་ཐབས་བྱ།ཐུན་མཚམས་ལ་ཉོན་མོངས་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་དུ་དབང་པོའི་སྒོ་

是以不觀看會產生煩惱的境等來防護諸根，但對我們來講不太可能做到，所以我們不妨採用一種較緩和的方法：例如，眼根在看到悅意的色境時，不要讓自己的意識隨著它轉。

此外，我們應經常以正念、正知[16]來監督自己的三門[17]，如想詳細了解，大家可以去參閱寂天所造的《入行論》，該論中有一品，專門講如何守護正知的內容。如該品攝要中所說：

「應數數觀察，身心諸狀態，
僅此簡言之，即護正知義。」

這個護正知法很要緊，對自己身體所作的動作、嘴裡所說的話、心裡所起的念頭等三門所作的事，我們都要三思而行。譬如，當我們走進一幢房子，在
371 搞清楚只有兩個出口之後，我們只要守住這兩個門就能將賊擋在外面。同樣的，如果我們能守住自己的三門，不讓它們為所欲為的話，也就能將犯過之門關閉。

我們應該像格西奔那樣來護心。有個故事說，格西奔由於護心而不再吃乳酪，並稱自己為賊[18]。如果我們讓自心胡思亂想的話，就會像某人做白日夢那樣：某人在沒有生兒子前，先假想給他兒子起名叫「達瓦札巴」，然後又想像因為跳舞不當而引起兒子的猝死。我們應該遵循阿底峽尊者的話：

「眾中觀自語，獨處觀自心。」[19]

我們平常總是不依正念作事，而在散亂中造下罪業。在那個時候，就連自己的行為是否構成罪業也意識不到。我們在行走、坐下、談話當中，常不經意
372 地殺死虱子等蟲類。如果當下能以正念提醒自己「不要這樣做，這是罪業」，就不會魯莽行事了。同樣的，當與許多人一起談論事情時，我們應該用部分的心思來觀察自己講的話，想一想「現在我準備說些什麼」。如果粗惡語、綺語

---

[16] 《經莊嚴論》中說：「念與正知是能安住：一、於所緣令心未散；二、心散已能正了知。」

[17] 身、口、意。

[18] 根據口傳的說法，有一次格西奔來到一位施主家，但主人不在，他見到有茶點放著，便自行享用起來。當他意識到自己錯了時，立即停止進食並高呼抓賊。主人聞聲返回，發現格西奔所稱的賊是指他本人。

[19] 引自《菩薩寶鬘頌》。

བསྒོམས་པ་ན་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་ཡུལ་ལ་དབང་པོས་ཀྱང་མི་མཐོང་བར་བྱས་ཏེ་སྡོམ་ཚུལ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་རང་རེ་ལ་མི་འབྱུང་བས་ན། དཔེར་ན་ཡིད་འོང་གི་གཟུགས་ལྷ་བུ་མིག་གི་དབང་པོས་མཐོང་ཡང་ཡིད་དེའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བར་བྱ། དྲན་ཤེས་ཀྱིས་དུས་རྟག་ཏུ་རང་གི་སྒོ་གསུམ་ལ་བྱ་ར་བྱེད། རྒྱས་པར་ན་ཞི་བ་ལྷས་སྤྱོད་འཇུག་ཏུ་ཤེས་བཞིན་བསྲུང་བའི་སྐོར་ལེའུ་གཅིག་ལོགས་སུ་མཛད། དེའི་འགག་སྡོམས་སུ། ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ། །ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟག་བྱ་བ། །དེ་ཉིད་ཁོ་ན་མདོར་ན་ནི། །ཤེས་བཞིན་བསྲུང་བའི་མཚན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་བཞིན་བསྲུང་བ་འདི་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེ། ལུས་ཀྱི་འགྲོ་འདུག་དང་། ངག་གི་སྨྲ་བརྗོད་དང་། ཡིད་ཀྱི་འཆར་སྒོ་སོགས་སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ལ་བསམ་བཞིན་དུ་སྤྱོད། དཔེར་ན་སྒོ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཁང་པའི་ནང་དུ་འགྲོ་ན། འོང་ས་དང་འགྲོ་ས་སྒོ་གཉིས་སུ་ངེས་པས། དེ་བསྲུང་ན་ཀུན་པོ་ཁེགས་པ་ལྟར་སྒོ་གསུམ་གང་དྲན་དུ་མི་བཏང་བར་བསྲུང་ན་ཉེས་པ་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཁེགས་པ་ཡིན། དེས་ན། དགེ་བཤེས་འབན་གྱིས་སེམས་བསྲུངས་ནས་ཞོ་མ་བཞེས་པའི་རབས་དང་། ཀུན་མ་ཡིན་པར་སྒྲིགས་པ་བཞིན་བསྲུང་དགོས་ཀྱི། མི་དྲན་དགུ་དྲན་དུ་བཅུག་ནས་བསྡད་ན། མི་ཞིག་གིས་བུ་མ་སྐྱེས་གོང་ནས་མིང་ཟླ་བ་གྲགས་པ་བཏགས་ཏེ། གར་འབྲབ་པས་དེའི་རྐྱེན་གྱིས་དེ་མ་ཐག་ཤི་བ་བཞིན་འོང་ཉེན་ཡོད། རྗེ་བོ་རྗེས། མང་པོའི་ནང་དུ་ངག་ལ་བརྟག །གཅིག་པུར་འདུག་དུས་སེམས་ལ་བརྟག །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་དགོས། རང་ཅག་ནི་དྲན་པས་མི་ཟིན་པར་ཡེངས་བཞིན་དུ་སྡིག་པ་བྱེད་ལ། དེའི་ཚེ་སྡིག་པ་ཡིན་མིན་ཡང་མི་ཤེས། འགྲོ་ཞོར་འདུག་ཞོར་དང་། སྐད་ཆ་ལབ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་ཤིག་སོགས་བསད་པ་ལ་སྣང་བ་མེད། དེའི་ཚེ་དྲན་པས་བཟུང་ནས་འདི་མི་བྱེད་སྡིག་པ་ཡོད་སྙམ་ནས་ཙམ་སྡེ་འཇོག །དེ་བཞིན་དུ་མི་མང་པོ་དང་འགྲོགས་ནས་གཏམ་སྣ་ཚོགས་བཤད་པའི་ཚེ་ཡང་སེམས་ཟུར་གཅིག་གིས། བདག་གིས་ཅི་ཞིག་སྨྲ་བར་རྩོམ་གྱིན་འདུག་སྙམ་ནས་བརྟག །ཚིག་རྩུབ་ངག་འཁྱལ་སོགས་སྨྲ

等快要說出口時，應立即管住自己的舌頭。一人獨處時，我們應當觀察自己的心，想一想「我現在心裡在想些什麼。」由於我們經常忘記護心而下能及時加以注意，所以，更應該保持正念、正知，隨時提醒自己必須不忘護心。過去格西喀惹巴[20]像作記錄一樣，在牆內四周寫上「心勿散亂」的標語，而我們之中大多數人卻喜歡記著：「某人欠我一兩銀子未還，應索同。」這類的事來提醒自己，這種作法實在無意義可言。

所以，這個護正念法是最重要的座間修法。再者，我們在閉關時，切莫一方面在關房門前豎起像雪山一樣大的關石，另一方面卻一點都管不住自己的心，我的上師曾說：「心修行者在身體的關房內，作正念、正知的閉關。」我們應該這樣時刻保持正念、正知，精熟於心不散亂的方法。

正如密勒日巴大師所說的：「萬有皆現為經書」，我們應該把所見到的一切，視為激勵我們修習慈心、悲心、出離心等的勸說者。如以前傑・珠康巴見
373 到螞蟻嚙咬蜜蜂時，即對業果生起定解。當我們去集市的時候，如果生起貪等煩惱的話，那麼每走一步便造下一種罪，返家時便背著一袋極重的罪業回家。反之，在我們去的時候，如能認真觀察自心並保持正念、正知的話，我們便可發現，集市裡有最好的修出離心和無常的勸勉者。以此為表，我們應該將萬有都視為修法的鼓勵者。

（帕繃喀大師又說了「飲食知量」的作法[21]。並指出，我們可以按照《一晝夜修行法》等書[22]中所說，唸誦「常施不淨咒」[23]作迴施餓鬼等法，這些法方便易行且功德極大。）

---

[20] 法名為旺曲洛卓（自在慧，十一世紀晚期），係貢巴瓦弟子，與博多瓦同時代。

[21] 《菩提道次第廣論》中說，（1）密護根門；（2）正知而行；（3）飲食知量；（4）精勤修習悎寤瑜伽，是容易引發止、觀正因的四種資糧。

[22] 最著名的一種係央堅珠貝多傑（妙音成就金剛，十九世紀中期）所造的《一晝夜中如何修善行法・善說寶鬘》。

[23] 包括施唾液、痰、鼻涕、糞、尿等咒。

གྲབས་འདུག་ན་ལྡེ་ནས་ཟིན། རང་གཅིག་ཕུར་འདུག་པ་ན་སེམས་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་དྲན་གྱིན་འདུག་སླམ་ནས་བདག །སེམས་བསྲུང་རྒྱུ་བརྗེད་པ་ཉིད་ཀྱང་རང་གིས་འཕྲལ་དུ་མི་ཤེས་པས་མི་བརྗེད་པར་བྱེད་དགོས་སླམ་པའི་དྲན་ཤེས་ལ་བྱ་ར་ཐུ་རི་བྱེད། སྟོན་དགེ་བཤེས་ཁ་རག་པས་ཕྱོགས་བཞིར་ཐོ་ཡིག་བྲིས་པ་བཞིན། རྟོག་པ་ཚུན་ཆད་ལ་སེམས་མ་ཡེངས་ཞེས་བྲི། རང་རེས་ནི་མི་འདི་འདྲ་ཞིག་ནས་དཔྱལ་སྲུང་གང་འོང་དགོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་རྩིས་བཤར་དང་། བརྗེད་ཐོ་གཙོ་བོར་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པ་འདིས་མི་འོང་། དེས་ན། ཐུན་མཚམས་འདི་གཙོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ། མཚམས་འདུག་པ་ནའང་། སྒོ་འགྲམ་དུ་མཚམས་ཐོ་གདངས་རི་ལྟ་བུར་བཞག་སྟེ། ཡིད་ཀྱིས་འདི་མི་དྲན་བྱ་བ་མེད་པ་དེ་འདྲ་མི་བྱ། བདག་གི་བླ་མས། ལུས་ཀྱི་མཚམས་ཁང་ན་སེམས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་པོ་དྲན་ཤེས་ཀྱི་མཚམས་ལ་འདུག་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར་རྟག་ཏུ་དྲན་ཤེས་བཞིན་གྱིས་ཟིན་ཏེ་མ་ཡེངས་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པར་བྱེད། རྗེས་མེད་ལས། སྣང་སྲིད་དཔེ་ཆར་ཤར་བར་གསུངས་པ་བཞིན། གང་མཐོང་ཡང་བྱམས་སྙིང་རྗེ་ངེས་འབྱུང་སོགས་ཀྱི་བསྐུལ་འདེབས་སུ་འགྲོ་བ་བྱེད་དགོས། སྟོན་རྗེ་སྒྲུབ་ཁང་པས་གྲོག་མས་སྦྲང་བུ་ལ་སོ་བཏབ་པ་གཟིགས་ནས་ལས་འབྲས་ལ་ངེས་པ་རྙེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེས་ན་རང་རེས་ཁྲིམ་བསྐོར་ལྟ་བུར་འགྲོ་ཚེ། ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་སྐྱེས་བཞིན་དུ་གོམ་པ་རེ་དང་སྡིག་པ་རེ་སྤྲགས་ནས། ཚུར་ལོག་པ་ན་སྡིག་པའི་ཁྲུར་ཤིན་ཏུ་ལྡི་བ་ཞིག་ཁྱེར་ནས་འོང་མོད། ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་དྲན་ཤེས་ཀྱིས་ཟིན་བཞིན་འགྲོ་ན་ངེས་འབྱུང་དང་མི་རྟག་པའི་བསྐུལ་འདེབས་བླ་ན་མེད་པ་ཡོད་པ་ཡིན། དེས་མཚོན་ནས་གང་སྣང་ཆོས་ཀྱི་བསྐུལ་མར་སོང་བ་དགོས། ཟས་ཀྱི་ཚོད་རིག་པར་བྱ་ཚུལ། གཞན་ཡང་ཟག་པ་རྒྱུན་གཏོར་ལ་ཡི་དྭགས་ལ་བསྔོ་བ་སོགས་ཉིན་ཞག་ཕྱུགས་གཅིག་གི་དཔེ་གཞན་ལས་གསལ་བ་བཞིན་བྱས་ན། བྱ་སླ་ལ་ཕན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཚུལ་སོགས་གསུངས། །

乙二、既依止已如何修心之次第

374 分二部分：（丙一）於有暇身勸取心要；（丙二）如何正取心要之理。

丙一、於有暇身勸取心要

這部分主要是講思惟暇滿、利大和難得這一類法。

根據傳統，在合講「講解引導」和「經驗引導」時，有二種方式：一是為生起決定故，稍作開廣來講；二是總結開示修法，以下所有所緣類均應仿照此例。如此處《科判》中所說的那樣，除變換正行各科之外，加行與結行等科應按照「依止善知識法」一節中所說的那樣來修。

我們每天在綺語空談中度日而毫無婉惜之心，那是因為不思暇滿、利大、難得之過。如果我們思惟的話，則會激勵我們專心地修法。詳細地說，思惟暇滿、利大和難得，會使我們生起一種喜洋洋的感覺；思惟死無常，則會給我們帶來一種悲切切的心情。

375 這部分分三個方面：（丁一）認明暇滿；（丁二）思惟利大；（丁三）思惟難得。

丁一、認明暇滿

這一節又分二小段：（一）有暇；（二）圓滿。

想要從有暇身中獲取有價值的東西[24]，我們首先要認識什麼是暇滿。下然的話，就像某個乞丐不知自家爐台實由黃金砌成，最終還是乞丐。所以，我們首先應該對暇滿加以體認。

（一）八有暇

所謂「有暇」，是指遠離修法的八種無暇。八種無暇，如《親友書》中所
376 說，即：

「執邪倒見生傍生，餓鬼地獄無佛教，
及生邊地懱戾車，性為騃啞長壽天。

---

[24] 直譯為「取心要」。

གཉིས་པ་བསྟེན་ནས་བློ་ཇི་ལྟར་སྦྱོང་བའི་རིམ་པ།

གཉིས་པ་བསྟེན་ནས་བློ་ཇི་ལྟར་སྦྱོང་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། དལ་བའི་རྟེན་ལ་སྙིང་པོ་བླང་བའི་ཕྱིར་དུ་བསྐུལ་བ་དང་། སྙིང་པོ་ཇི་ལྟར་ལེན་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྙེད་དཀའི་སྐོར་བསམ་པ་སྟེ། འདི་ལ་ངེས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཙམ་ཟད་སྤྲོས་ཏེ་བཤད་པ་དང་༏ སྐྱོང་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་ཏེ་བསྟན་པ་གཉིས། ཞེས་ས་བཅད་བཀྲམ་སྟེ་འོག་གི་དམིགས་སྐོར་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་འགྲེ་སྦྱར་དགོས་པ་བཤད་ཁྲིད་དང་ཉམས་ཁྲིད་སྦྲགས་ཆེ་མཛད་སྲོལ་ཡོད༏ འདིའི་མཚམས་ཀྱི་ས་བཅད་ལས་གསུངས་པ་བཞིན་དམིགས་སྐོར་དངོས་གཞི་ས་བཅད་བརྗེ་བ་ལས་སྦྱོར་བ་དང་རྗེས་སོགས་ཀྱི་ས་བཅད་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་སྐབས་བཤད་པ་བཞིན་སྦྱོར་དགོས། རང་རེ་ཉིན་ལྟར་ངག་འཁྲུལ་ཁ་བསླད་ཀྱིས་དུས་འདས་ནའང་ཕངས་སེམས་མེད་པ་འདི་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྙེད་དཀའ་མ་བསམས་པའི་སྐྱོན་ཡིན། དེ་བསམ་ན་ཆོས་ལ་སྙིང་ནས་བསྐུལ་མ་འདེབས་འོང་། དེས་ན། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྙེད་དཀའ་བསམས་ནས་དགའ་ལྷང་ལྷང་བ་དང་། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བསམས་ནས་སྡུག་ལྷང་ལྷང་འོང་བ་ཞིག་བྱེད།

དེ་ལ་གསུམ། དལ་འབྱོར་ངོས་བཟུང་བ། དེ་དོན་ཆེ་བར་བསམ་པ། རྙེད་དཀའ་བར་བསམ་པའོ། དང་པོ་ལ་དལ་བ་དང་འབྱོར་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་དང་པོར་དལ་བའི་རྟེན་ལ་སྙིང་པོ་ལེན་འདོད་འབྱུང་བ་ལ་དལ་འབྱོར་ངོས་ཟིན་པ་དགོས་ཀྱི། ཐབ་རྡོ་གསེར་ལས་བྱས་ཀྱང་ངོ་མི་ཤེས་ན། དབུལ་པོ་སོ་ན་གནས་པ་བཞིན་ཡིན་ཕྱིར་ཐོག་མར་ངོས་ཟིན་དགོས་པས་དལ་བ་ཞེས་པ་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་དང་བྲལ་བ་སྟེ། མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་ནི། བཤེས་སྤྲིང་ལས། ལོག་པར་ལྟ་བ་འཛིན་དང་དུད་འགྲོ་ཉིད། །ཡི་དྭགས་ཉིད་དང་དམྱལ་བར་སྐྱེ་བ་དང་། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་མེད་པ་དང་མཐའ་འཁོབ་ཏུ། །ཀླ་ཀློར་སྐྱེས་དང་གླེན་ཞིང་ལྐུགས་

於隨一種受生已，名為八無暇過患，
離此諸過得閑暇，故當策勵斷生死。」

這八無暇包括屬非人類的四種無暇以及屬人類的四種無暇。第一類屬非人類的四種無暇中，地獄有情因為有炎熱或寒冷的大苦而無暇修法，正如我們在頭部做燒炙治療時，就算別人要我們修法，我們卻因痛苦而無有閒心來修一樣。如果我們現在投生在地獄裡，所受的苦要比赤熱鐵鍋內的老鼠痛苦大百倍、千倍，所以不要說是修法，就連「法」的名字也聽不到。我們的心全為痛苦所佔據，除此之外一無所成，因此不可能修法。當思：「我沒有生在那樣的環境裡，真是太幸運了！」

如果我們投生在餓鬼中，則會因為受到巨大的饑渴而無暇修法。就像我們在極其饑餓的情況下，縱然上師等人勸我們修法，我們也只顧先求飲食而無暇修法。我們沒有生在像餓鬼這樣的環境中，實在是夠幸運的。

377 如果受生在畜生中呢？我們便會因為獃蠢和愚癡而無暇修法。例如，我們對狗、驢等動物說：「念一圈嘛呢[25]，你馬上就會成佛。」它們根本不懂你在說些什麼。連念一圈嘛呢都不會，又怎麼會懂其他的法？各種動物因為承受各自的痛苦而無暇修法，所以，我們未受生為畜生是極其幸運的。大多數人都以得到幾兩銀子為走運，然而這種事並不值得慶幸。當看到狗、驢等畜生的時候，我們不要只作觀看，而應想到：「我沒有變成這樣子真幸運啊！」

長壽天人居住在無色界和色界廣果天的一部分。他們最早受生的時候，心

[25] 六字大明咒。

པ་ཉིད། །ཚེ་རིང་ལྷ་ཉིད་གང་ཡང་རུང་བར་ནི། །སྐྱེ་བ་ཞེས་བགྱི་མི་ཁོམ་སྐྱོན་བརྒྱད་པོ། །དེ་དག་དང་བྲལ་ཁོམ་པ་རྙེད་ནས་ནི། །སྐྱེ་བ་ བློག་པའི་སླད་དུ་འབད་པར་མཛོད། །གསུངས་པ་ལྟར་མི་མ་ཡིན་པའི་མི་ཁོམ་པ་བཞི་དང་། མིའི་མི་ཁོམ་པ་བཞིའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་བཞི་ལས། དམྱལ་བ་ནི་ཚ་གྲང་གི་སྡུག་བསྔལ་ཆེ་བས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་སྟེ། མགོ་ལ་མེ་བཙའ་བཞག་ནས་དེའི་རིང་ལ་བསྒོམ་བྱེད་དུ་བཅུག་ན། ན་ཚས་བསྒོམ་ལོང་མེད་པ་བཞིན་ཡིན། རང་ཅག་ད་ལྟ་དམྱལ་བར་སྐྱེས་ཡོད་ཚེ་ལྕགས་ཀྱི་སླང་དམར་ཧུར་རེ་བའི་ནང་དུ་བྱི་བ་བཅུག་སྟེ་བསྲེག་པ་ལས་ཀྱང་བརྒྱ་འགྱུར་སྟོང་འགྱུར་གྱིས་ལྷག་པའི་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་བར་འགྱུར་བས་ཆོས་བྱེད་པ་ལྟ་ཞོག། ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་ཙམ་མི་གོ་བའི་སྟེང་། སྡུག་བསྔལ་འབའ་ཞིག་ཡིད་ལ་བརྟགས་ནས་སྟོད་རྒྱུ་ལས་མི་འོང་བས་ཆོས་མི་འོང་། དེ་ལྟར་མ་སྐྱེས་པ་འདི་སྐབས་ལེགས་སྐམ་པ་བྱེད། ཡི་དྭགས་སུ་སྐྱེས་ན་ནི་བཀྲེས་སྐོམ་ཆེ་བས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་སྟེ། རང་ཅག་ཤིན་ཏུ་བཀྲེས་ཤིང་ལྟོགས་པ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་བླ་མ་ལྟ་བུ་འགའ་ཞིག་གིས་ཆོས་ལ་བསྐུལ་ཡང་། དང་པོར་བཟའ་བཏུང་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་པ་བཞིན་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་ཡི་དྭགས་སུ་མ་སྐྱེས་པ་ཡང་སྐབས་ལེགས་པ་ཡིན། དུད་འགྲོར་སྐྱེས་ན་ནི་གླེན་ཞིང་གཏི་མུག་པས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་སྟེ། དཔེར་ན། ཁྱི་དང་བོང་བུ་སོགས་ལ། མ་ཎི་ཚར་གཅིག་བསྒྲོངས་དང་ཁྱོད་ད་ལྟ་འཚང་རྒྱ་ཞེས་སླས་ཀྱང་། གོ་རྟོར་ཅིའང་མེད་ཅིང་། ཐ་ན་མ་ཎི་ཚིག་གཅིག་བགྲང་བའང་མི་ཤེས་ན། ཆོས་གཞན་ག་ནས་ཤེས། དེ་བཞིན་དུད་འགྲོ་རང་རང་གི་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར་ནས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་པས་དེ་དག་ཏུ་མ་སྐྱེས་པ་ཡང་ཤིན་ཏུ་སྐབས་ལེགས། ད་ལྟ་རང་རེ་དབུལ་སྤྲང་གང་དོ་རྙེད་པ་ལ་སྐབས་ལེགས་ཟེར་ཀྱང་དེ་འདྲ་ལ་སྐབས་ལེགས་རྒྱུ་དེ་ཙམ་མེད། དུད་འགྲོ་ཁྱི་བོང་སོགས་མཐོང་བ་ན། ལྟད་མོ་བལྟ་བ་བཞིན་མ་བྱེད་པར། བདག་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་མ་གྱུར་པ་སྐབས་ལེགས་སྐམ་པ་བྱེད། ལྷ་ཚེ་རིང་པོ་ནི། གཟུགས་མེད་དང་གཟུགས་ཁམས་ན་འབྲས་བུ

想：「我已受生為天！」最後死亡的時候，心想：「我從天界死去。」除此之外，全在三摩地中虛度時日，就像沉睡一樣，最後將毫無意義的死去。其他天人的情況，如《聲聞地》中所說的那樣，除少許有大善習氣的天人外，其他大多數天人終日因欲樂而散亂，不能修法。例如，舍利弗有一位弟子，生前是個年輕的醫師，有“藥王”的美譽。有一次他碰巧見到舍利弗，便立即從坐騎大象上跳
378 下，獻上供養，動作非常地迅速。後來舍利弗在天界中說法，醫師因散亂於天界的快樂，只稍稍豎起一指以示敬意，隨後又去玩樂，使得舍利弗無從為他說法。天人生不起修法心、出離心等善心，而且只能聽一些從天鼓和變化的鳥類等發出的法音，不像我們有上師可以作詳細的教授開示。

屬人類的四種無暇：假如我們出生在儱戾車等無佛法的邊野地區，將連「法」的名字都聽不到。

假如出生在無佛出世的地方，則因為沒有佛教而不知修法，我們縱然想修也不會有任何結果。

所以當思：「如果我們現在像他們這樣的話，該怎麼辦呢？我們沒變成這樣真幸運啊！」

既便出生在有佛法的「中國」，如果我們生來心智不明、口齒不清，是個傻子、啞巴的話，亦不知法應該如何來修，或可能自以為是地修些錯誤的法。

心懷邪見是入道最大的障礙，所以《親友書》將其列為無暇之首。以外道為例，即便壽命很長，卻連唸一圈嘛呢的善根也不可能積聚，這不是一件最糟糕的事嗎？

379 即使我們有八項意義雖小卻難以全數完成的事待做，真能全部完成時，我

ཆེ་བའི་ཕྱོགས་གཅིག་ན་ཡོད་ཅིང་། དེ་ན་དང་པོར་སྐྱེ་བའི་ཚེ་ལྟར་སྐྱེས་སོང་སྙམ་པ་དང་། མཐར་འཆི་བའི་སྐབས་ལྷ་ལས་འཆི་འཕོ་བར་འདུག་སྙམ་པ་ཙམ་ལས་གཉིད་ལོག་པ་བཞིན་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་གཡེངས་ཏེ་དོན་ཅུང་ཟད་ཙམ་ཡང་མེད་པའི་ངང་ནས་ཚེ་འཕོས་ཏེ་འགྲོ །ལྷ་གནས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཉན་ས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་དགེ་བའི་བག་ཆགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཁ་ཤས་ལས། གཞན་ཕལ་ཆེར་དུས་རྟག་ཏུ་འདོད་པས་གཡེངས་ནས་ཆོས་མི་འོང་སྟེ། དཔེར་ན་མིའི་སྐབས་ཤྭ་རིའི་བུ་མཐོང་བ་ན་གླང་ཆེན་གྱི་སྟེང་དུ་ཡོད་ཀྱང་དལ་བུར་ས་ལ་བབས་ལོང་མེད་པར་མཆོད་བར་བྱེད་པའི་སློབ་མ་སྣན་པའི་རྒྱལ་པོ་འཚོ་བྱེད་གཞོན་ནུ་དེ། ཕྱིས་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་པ་ན། དེར་ཤྭ་རིའི་བུས་ཆོས་གསུང་བར་བྱོན་ཀྱང་འཚོ་བྱེད་ལྷའི་བདེ་སྐྱིད་ལ་གཡེངས་ཏེ་མཛུབ་མོ་གཀེར་བ་ཙམ་རེ་བྱས་ནས་རྩེད་མོ་རྩེ་བར་སོང་བས་ཤྭ་རིའི་བུས་ཆོས་གསུངས་ས་མ་རྙེད་པ་བཞིན་དུ་ཆོས་བྱེད་བློ་དང་ངེས་འབྱུང་སོགས་གཤའ་མ་མི་འབྱུང་ཞིང་། ལྷའི་ཟ་དང་སྤྲུལ་པའི་བྱ་སོགས་ཀྱིས་ཆོས་སྒྲ་སྒྲོག་ཙམ་ལས་རང་རེ་ལྟར་བླ་མས་གདམས་ངག་ཞིབ་མོར་སྟོན་པ་མེད། མིའི་མི་ཁོམ་པ་ནི། ཀླ་ཀློ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་ཏུ་སྐྱེས་ན་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་ཙམ་ཡང་མི་གོ་ཞིང་། སངས་རྒྱས་མ་བྱོན་པའི་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་ན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་མེད་པས་ཆོས་བྱ་མི་ཤེས་ལ། ཆོས་བྱས་ཀྱང་ཇི་བཞིན་མི་འབྱུང་། ད་ལྟར་རང་རེ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་བྱེད། དེ་ལྟར་མ་གྱུར་པ་ཡང་སྟབས་ལེགས་སྙམ་པ་བྱེད། ཡུལ་དབུས་སུ་སྐྱེས་ཀྱང་ཡིད་མི་གསལ་བའི་གླེན་པ་དང་། ངག་མི་གསལ་བའི་ལྐུགས་པར་སྐྱེས་ན་ནི་ཆོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དགོས་མི་ཤེས་ཤིང་བྱེད་ཁྱུལ་བྱས་ཀྱང་བྱེད་ཚུལ་ཇི་བཞིན་མི་འབྱུང་ལ། ལོག་ལྟ་ཅན་ནི་ཆོས་ལ་འཇུག་པའི་གེགས་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པས་བཤེས་སྤྲིངས་ལས་ཀྱང་ལོག་ལྟ་ཅན་དང་པོར་གསུངས། ད་ལྟའི་ཁ་ཆེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ཚེ་རིང་པོ་ཞིག་བསྟད་ཀྱང་མ་ཎི་ཚར་གཅིག་འདྲེན་པའི་དགེ་རྩ་ཡང་མི་གསོག་པས་འདི་ཐབས་རྟུགས་ཤོས་ཤིག་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་རང་ཅག་ལ་དོན་གཡལ་ཆུང་བརྒྱུད་སྒྲུབ་ཏུ་ཡོད་ནའང་ཇི་བཞིན་ཚང་བ

們都會覺得很幸運了，更何況是八項意義重大、又難以湊齊的條件，一旦湊齊時，我們怎不認為是極其幸運的呢？

（二）十圓滿

圓滿共有十種：五種屬於自己；五種屬於他人。

五自圓滿，即《聲聞地》中所說的：

「人、生中、根具，業未倒、信處。」

「人」，是指在成就後世利益方面要勝過其他各趣。我們現在是人當然毫無疑問，但是否做到了人的價值則很難說；「中國」，是依佛法名詞所說的「中國」；「生中」，即生於有四眾弟子[26]的地方；「根具」，指先天諸根具足，以及
380 沒有不適合受別解脫律儀的生理缺陷，如「隨欲黃門」[27]等。我們沒有生理缺陷，所以「根具」；假如犯有「五無間」罪，今生便不能得阿羅漢果。我們沒有犯這種罪，所以「業未倒」；「信處」，原本是說信毘奈耶，但這裡也可理解成相信三藏和「菩提道次第」的道理。

以上這些圓滿是自身應該具備的，所以稱「自圓滿」。我們本身就具備了這五種。

五他圓滿，即所謂：

「佛降說正法，教住隨教轉，有他具悲憫。」

如果佛陀不降臨於世，就不會有正法出現。佛陀雖然降世，但要是未說法便入涅槃的話，那麼降世便無意義可言。雖然我們現實並不具備這兩種圓滿（「佛降」與「說正法」），但因為佛陀的代表——上師依然住世說法，所以我們在意義上仍具足這兩種圓滿。

教法未衰住世，是指修行的教法，亦即實證聖道。現在是佛教住世十個五

[26] 比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷。

[27] 黃門（中性人）的一種，時而對男、時而對女產生性欲，但又無性功能者。

འགྲུབ་དཀའ་ན། སྟབས་ལེགས་ཞེས་ཟེར་དགོས་པའི་དོན་གལ་ཆེ་ལ། འཇོམས་དཀའ་བ་སྡུ་བརྒྱུད་འཇོམས་པ་འདི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་སྟབས་ལེགས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་མིན།

གཉིས་པ་འཁོར་པ་ལ་རང་འཁོར་ལྔ་དང་གཞན་འཁོར་ལྔ་སྟེ་བཅུ་ལས། རང་འཁོར་ལྔ་ནི༑ ཉན་ས་ལས། མི་ཉིད་དབུས་སྐྱེས་དབང་པོ་ཚང་། །ལས་མཐའ་མ་ལོག་གནས་ལ་དད།། ཅེས་པ་སྟེ། དང་པོ་མི་ཉིད་ཡིན་པ་ནི། ཕྱི་མའི་དོན་སྒྲུབ་པ་ལ་འགྲོ་བ་གཞན་ལས་མི་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་ཅག་ད་ལྟ་མི་ཉིད་ཡིན་པ་ནི་ཐེ་ཚོམ་མེད་མོད་དེ། མི་ཡི་གོ་མ་ཚོད་པ་ཡིན། ཡུལ་དབུས་ནི་ཆོས་ཚོགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཡུལ་དབུས་ཏེ་འཁོར་རྣམས་བཞི་ཡོད་སར་སྐྱེས་པ། དབང་པོ་ཚང་བ་ནི། དང་པོ་སྐྱེ་དུས་ནས་དབང་པོ་ཚང་བ་དང་། ཟ་མ་མ་ནིང་སོགས་སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་པའི་རྟེན་དུ་མི་རུང་བས་རང་དེ་ལྟར་མ་སྐྱེས་པས་དབང་པོ་ཚང་བ་ཡིན། ལས་མཐའ་མ་ལོག་པ་ནི། མཚམས་མེད་བྱས་ན་ཚེ་དེར་དགྲ་བཅོམ་མི་ཐོབ་ཀྱང་རང་ཅག་གིས་དེ་ལྟར་མ་བྱས་པས་ལས་མཐའ་མ་ལོག་པ། གནས་ལ་དད་པ་ནི་འདུལ་བར་དད་པ་ལ་གསུངས་ཀྱང་༑ འདིར་སྡེ་སྣོད་གསུམ་དང་། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཚུལ་ལ་དད་པའོ། །འདི་ནི་རང་ལ་ལྡན་དགོས་པའི་འཁོར་པ་ཡིན་པས་རང་འཁོར་ཏེ། དེད་ཚོ་ལ་དེ་ལྔ་དངོས་སུ་ཚང་བ་ཡིན།

གཞན་འཁོར་ལྔ་ནི། སངས་རྒྱས་བྱོན་དང་དེས་ཆོས་གསུངས། །བསྟན་པ་གནས་དང་དེ་རྗེས་འཇུག །གཞན་ཕྱིར་སྙིང་ནི་བརྩེ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་མ་བྱོན་ན་དམ་པའི་ཆོས་མི་འབྱུང་ལ། བྱོན་ཀྱང་ཆོས་མ་གསུངས་པའི་གོང་དུ་འཆི་བ་ལྟ་བུ་ནི༑ སངས་རྒྱས་བྱོན་པའི་དོན་མ་བྱུང་བའོ། །དེ་གཉིས་དངོས་སུ་མི་ཚང་མོད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་ཆབ་བླ་མ་བཞུགས་ཤིང་ཆོས་བསྟན་པས་ན་དེ་གཉིས་དོན་གྱིས་ཚང་བ་ཡིན། བསྟན་པ་མ་ཉམས་པར་གནས་པ་ནི། སྒྲུབ་པའི་བསྟན་པ་སྟེ་འཕགས་ལམ་དངོས་སུ་ཐོབ་པ་ལ་བྱེད། དེ་

百年中的「教期」[28]，雖然佛教已屬「教期」，但如果我們心中能生起「證教
381 法」的話，對自己來說，「果教法」依然宏揚。正如噶當派先德們所說：「我們
心中雖然沒有總體的教法，但我們個人的教法不應讓它湮沒。」縱然佛教在整
體上得到宏揚，但如果我們自心中教法湮沒的話，便是個人教法的湮沒。

目前佛教不僅依然住世，而且我們還能進入聖教。顯密雙運，見行清淨的
宗喀巴大師教法，汲取了印度及藏地新、舊各派的精華而揚棄了所有的雜質。
由文殊怙主親作整頓的教法，猶如淨化過的純金，我們能遇到這樣的教法實在
是難中之難。此外，這一教法的顯、密法類中，還具有空前未有的善說。達倉
譯師[29]在後半生中，因意識到宗喀巴大師教法的殊勝而心生感動，為此寫了
一篇讚頌[30]，將那些殊勝點透徹地表達出來。關於宗喀巴大師教法的顯密法類
382 如何勝過其他宗派的情況，如果要詳細說的話，講上許多天也講不完。以前有
個蒙古人，向班禪仁波切[31]供養後，發願後世能獲得人身、遇到佛教，班禪
仁波切說這都能辦到。當蒙古人發願想值遇宗喀巴大師教法時，班禪仁波切則
未置可。我們現在不僅遇到了這樣的教法，而且還沒有其他的違緣，例如，我
們能輕易地「從有家到無家」而出家等，所以具備了第四種他圓滿：「隨教轉」。
只有像優陀夷比丘[32]那樣的人，才真正具備《聲聞地》中所說「親見他人證
得四果的任何一果而入佛教」等的四種他圓滿；這些條件連怙主龍猛也沒有。
但如

[28] 佛涅槃後，教法住世共五千年，分為四期，前三期各為一千五百年，第四期為五百年，「教期」為第三期。關於佛教住世年代的各種統計方法，請參閱《布頓佛教史》。

[29] 法名為喜饒仁欽堅贊（智寶幢，十五世紀早期），薩迦派著名學者。

[30] 題為《令信蓮開敷之讚頌日輪》。

[31] 指班禪貝丹耶協。

[32] 佛陀的親教弟子。

ཡང་དེང་སང་ལྔ་བརྒྱ་ཕྲག་བཅུའི་ལུང་གི་དུས་ཡིན་ཞིང་། འོན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལུང་གི་དུས་ཡིན་ཡང་། རང་རྒྱུད་ལ་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་སྐྱེས་ན། རང་ལ་འབྲས་བུའི་བསྟན་པ་དར་བ་ཡིན། དེ་ལྟ་མེད་པར་བཀའ་གདམས་གོང་མ་ཚོས། ཕྱིར་གྱི་བསྟན་པ་འོ་ཅག་གི་རྒྱུད་ལ་མེད། འོ་ཅག་གི་བསྟན་པ་སྙོམས་ཉལ་དུ་མ་སོང་བ་དགོས་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཕྱིར་དར་ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་བསྟན་པ་ནུབ་ན། སྙོམས་ཉལ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་གནས་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། བསྟན་པ་དེ་ལ་ཞུགས་པ་ཡང་ཚང་སྟེ། འཕགས་བོད་ཀྱི་སྦྱ་ཕྱིའི་གྲུབ་མཐའ་ཀུན་ལས་གཙེས་བསྡུས་ལྷད་བསལ་གྱི་མདོ་སྔགས་ལྟ་སྤྱོད་རྣམ་དག་ཟུང་དུ་འབྲེལ་ཞིང་། དག་ཐེར་མགོན་པོ་འཇམ་དབྱངས་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་བསྟན་པ་གསེར་སྦྱངས་བཙོ་མ་བྲི་དོར་བྱས་པ་ལྟ་བུ་འདི་དང་མཇལ་བ་ནི་དཀོན་པ་ལས་ཀྱང་དཀོན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་མདོ་སྔགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་སྟོན་མེད་པའི་ལེགས་བཤད་ཡོད་པར། སྟག་ཚང་ལོ་ཙཱ་བས་སྐུ་ཚེའི་སྨད་དུ་རྗེའི་བསྟན་པའི་ཁྲིད་ཆོས་གཟིགས་ནས་ཐུགས་འཁྲུགས་ཏེ་གནད་ཐིག་པར་གསུངས་པའི་བསྟོད་ཚིག་མང་དུ་ཡོད་པ་བཞིན་ལུགས་གཞན་ལས་ཇི་ལྟར་ཁྲིད་ཞུགས་ཚུལ་སོགས་མདོ་དང་སྔགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཞིབ་པར་འཆད་ན། ཉིན་མང་པོར་མི་ཇོགས་ཤིང་། སྟོན་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེར། སོག་པོ་ཞིག་གིས་ཕྱག་རྟེན་ཕུལ་ནས། ཕྱི་མ་མི་ལུས་འཐོབ་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་མཇལ་བའི་སྨོན་ལམ་ཞུས་པས་དེ་ལྟར་འོང་བར་གསུངས་ལ། རྗེའི་བསྟན་པ་དང་མཇལ་བའི་སྨོན་ལམ་ཞུས་པ་ན་ཞལ་གྱིས་མ་བཞེས་པ་ཡིན། དེས་ན། དེ་ལྟ་བུའི་བསྟན་པ་དང་ཡང་མཇལ། མཇལ་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་འགལ་རྐྱེན་གཞན་མེད་པར་བདེ་སྐྱག་ཏུ་ཁྲིམ་ནས་ཁྲིམ་མེད་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་འདིས་གཞན་འགྱུར་བཞི་པ་དེ་རྗེས་འཇུག་པ་ཡང་ཚང་སྟེ། དེ་ནི་འབྲས་བུ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཐོབ་པ་དངོས་སུ་མཐོང་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཡིན་པས། ཉན་ས་ནས་དངོས་སུ་གསུངས་པའི་གཞན་འགྱུར་བཞི་ནི་དགེ་སློང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུ་ལ་ཚང་བ་ལས་མགོན་པོ་ཀླུ་སྒྲུབ་ལ

「證期[33]」中的人對獲四果者心生仰慕那樣，如今我們也可以仰慕大德高僧的懿行作為替代，所以我們現在仍能具足這一圓滿。

第五種他圓滿：「有他悲憫」，是指具備施主等順緣、便於修法，這一條件我們也是現成的。

假設我們今生計畫要完成十八件大事，到頭來或許只可能完成其中的一些，但若想全部完成則極為困難。我們現在卻做到了比這個更為困難的事，前世所發的十八大願：「這十個要有」、「這八個不要有」都實現了，八有暇與十圓滿我們全都已具足

383 **丁二、思惟利大**

這一節又分三小段：（一）思惟觀待現前利大；（二）思惟觀待究竟利大：（三）思惟下至每一剎那亦為利大。

（一）思惟觀待現前利大

如果我們希望後世不要生於惡趣，而生於善趣的話，那麼不管哪一種天、人果位，這個暇滿人身都能為我們辦到。成就善趣之身需要戒，而此身即能持
384 戒；善趣受用之因為施，此身也能布施；眷屬圓滿之因為忍辱，這也需要靠現在這樣的人身來修。因此，如果我們想要成就任何的善趣天、人身和幸福快樂，除非不修，修是必然會有成就的。

如果我們後世想成為梵天或帝釋，暇滿人身也能辦到。不僅如此，其他像八種異熟功德[34]、善趣七功德身[35]、大乘四輪妙身[36]等，也均能成就。往生極樂、香拔拉[37]等淨土的因，此身也能修成。以前，隆睹喇嘛[38]在世的時候，他連碗裡的糌粑也不貪著，住在茅篷裡修法使暇滿具有意義。他修足了後世受生

---

[33] 教法住世四期的第一期，該期中證四果者極為普遍。

[34] 詳見「第十三天」章。

[35] （1）種姓高貴；（2）色身端嚴；（3）長壽；（4）無病；（5）自在；（6）富足；（7）大慧。

[36] （1）生有佛法處；（2）遇善知識；（3）有聞思修善願；（4）盡力積二資糧。

[37] 意譯為「持樂」，一淨土名。位於印度北方，地為圓形，雪山圍繞，狀如八瓣蓮花，花瓣之間河水周匝。「具種」王朝，世領其地，「吉祥時輪」教法，今猶宏揚。

[38] 法名為昂旺羅桑（語自在善慧，1719～1794），格魯派著名大德。

ཡང་ཚང་བ་མེད་ཀྱང་། རྟོགས་པའི་བསྟན་པའི་སྐབས་འབྲས་བུ་བཞི་ཐོབ་པ་ལ་ཁ་མིག་ཡར་བལྟ་བྱེད་པ་ལྟར། ད་སྐབས་ཀྱང་སྐྱེས་བུ་དམ་པའི་མཛད་སྤྱོད་ལ་ཁ་མིག་ཡར་བལྟ་བྱ་ས་ཡོད་པས་ད་ལྟ་དོད་ཐུབ་ཏུ་ཚང་བ་ཡིན། གཞན་འབྱོར་ལྔ་པ་ནི། ཆོས་བྱེད་པ་ལ་སྦྱིན་བདག་སོགས་མཐུན་རྐྱེན་འཛོམས་པས་གཞན་ཕྱིར་སྙིང་བརྩེ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཚང་བའི་ཕྱིར། རང་ཅག་འཇིག་རྟེན་འདིའི་དོན་ཆེན་པོ་བཅོ་བརྒྱད་བསྒྲུབ་རྒྱུ་ཡོད་ན། དེའི་ནང་ནས་འགའ་ཞིག་ཙམ་ལས་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་ན། དེ་ལས་ལྷག་པ་ཆེ་སྟེ་མའི་མི་དེས་འདི་ལྟར་འོང་བར་ཤོག་ཅེས་པ་བཅུ་དང་། འདི་འདྲ་མི་འོང་བར་ཤོག་ཅེས་པ་བརྒྱད་དེ། དོན་སྣེ་ཁག་ཆེན་པོ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་སྨོན་ལམ་བཏབ་པ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་སྟེ་དལ་བརྒྱད་འབྱོར་བཅུ་ཐམས་ཅད་ཚང་བ་ཡིན།

གཉིས་པ་དོན་ཆེ་བར་བསམ་པ་ལ་གསུམ། གནས་སྐབས་ལ་ལྟོས་ཏེ་དོན་ཆེ་བ་དང་། མཐར་ཐུག་ལ་ལྟོས་ཏེ་དོན་ཆེ་བ། མདོར་ན་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེ་ལའང་དོན་ཆེ་བར་བསམ་པའོ།། དང་པོ་ནི། ཕྱི་མ་ངན་སོང་དུ་མི་སྐྱེ་བར་བདེ་འགྲོ་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་ཇི་འདྲ་ཞིག་འདོད་ཀྱང་འདིས་སྒྲུབ་ནུས་ཏེ། མངོན་མཐོའི་རྟེན་འགྲུབ་པ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་དགོས་ལ། དེ་ཡང་རྟེན་འདིའི་ཐོག་ནས་བསྲུང་ནུས། མངོན་མཐོའི་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་སྦྱིན་པ་ཡིན་པས་དེའང་རྟེན་འདིས་སྒྲུབ་ནུས། འཁོར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་འོང་བའི་རྒྱུར་བཟོད་པ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་རྟེན་འདི་ལྟ་བུས་བསྒོམ་དགོས་པས་ན། མངོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་ལུས་རྟེན་དང་བདེ་འགྲོ་ཅི་འདྲ་ཞིག་སྒྲུབ་སྙམ་ཡང་། མ་བསྒྲུབས་པ་མ་གཏོགས་བསྒྲུབ་ན་འགྲུབ་པར་ཐེ་མི་ཚོམ་སྟེ། ཕྱི་མར་ཚངས་པ་བརྒྱ་བྱིན་དང་འཁོར་བསྒྱུར་གྱི་ལུས་རྟེན་ཞིག་འདོད་ནའང་སྒྲུབ་ཏུ་ཡོད། དེར་མ་ཟད་རྣམ་སྨིན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྡན་དང་། མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་ལྡན་གྱི་ལུས་རྟེན། ཐེག་མཆོག་འཁོར་ལོ་བཞིའི་རྟེན་བཟང་ཡང་སྒྲུབ་ནུས། བདེ་བ་ཅན་དང་ཨ་ལྐྨ་ལ་སོགས་དག་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུའང་རྟེན་འདིས་སྒྲུབ་ནུས༑ སྟོན་གློང་རྟོལ་བླ་མས་སྐུ་ཚེ་དེར་པོར་རྩམ་ཚྭན་བདག་ཏུ་མ་སྤྲད་པར་རི་ཁྲོད་ན་དལ་འབྱོར་

為香拔拉王的資糧並且也發了願。為了確定起見，他向班禪貝丹耶協[39]寄上一份供養，並在附函中問道：「我的願望可否實現？」班禪知道他的意思，於是回信說：「老喇嘛野心真不小，但是你的願望可以實現。」

（二）思惟觀待究竟利大

為了成就解脫，我們必須要依靠能成就的法—三學道。三學之首是戒，以
385 別解脫律儀為例，它要靠出離心才能生起。但天等其他各趣之身難以發起出離
心，俱盧洲人也不適合受戒，其他三洲中，以贍部洲人最為殊勝。菩提心也以人身所發起的最有力，《弟子書》中說：「**廣大心力人所獲得者，此道非天龍得非非天，妙翅持明似人腹行得。**」

密宗律儀的情況與此相同。

往趨一切智的工作，以此身來做，力量最大、最好。不僅如此，初業行人
386 以密宗道於一生中即身成佛之身，也必須是「業地」[40]贍部洲具有六界[41]的胎
生人身。這個條件我們已經具備。

我們發願的對象通常是極樂淨土，而極樂的菩薩們卻發願要受生到此洲來[42]。所以，我們只是男兒不自強罷了，事實上，再也沒有比我們現在這個人身更好的修法之身了。

據說「覺窩」像[43]裡有一個「需求普應」的摩尼寶[44]，當它轉到佛像的膝蓋時，在那裡祈求的人定能滿願。於是，有些人便對著佛像的膝蓋發願。然而，即便我們獲得數十萬個「需求普應」摩尼寶，拿它們當枕頭或是護肥，它們也

---

[39] 第三世班禪（吉祥智，1738～1780）。
[40] 最勝積福受果之處。
[41] 肉、皮、血、骨、髓、精，前三者來自母親，後三者來自父親。
[42] 因為極樂世界的菩薩不具足上述「六界」，所以無法修無上瑜伽之道。
[43] 拉薩大昭寺主尊釋迦牟尼像。
[44] 據說此寶一直在佛像中運行。

དོན་ལྡན་མཛད་ཅིང་། སྐུ་ཚེ་ཕྱི་མར་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་རྒྱལ་པོར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ཚོགས་བསྒྲུབ་ཅིང་། སྨོན་ལམ་མཛད་ནས་རྗེས་སུ་དེ་ལ་དགོངས་པས་པད་ཆེན་དཔལ་ལྡན་ཡེ་ཤེས་ལ་སྐྱབས་རྟེན་འབུལ་རྒྱུར་བསྐུར་ཏེ་བསམ་དོན་ཨེ་འགྲུབ་ཞུས་པར། པད་ཆེན་གྱིས་མཁྱེན་ཏེ་བླ་གཏན་འདོད་པར་རང་ཆེ། དོན་འགྲུབ་པར་འདུག་གསུངས་པ་ལྟར་འབྱུང་བ་ཡིན།

གཉིས་པ་ནི། ཐར་པ་སྒྲུབ་པ་ལ་དེ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ལམ་བསླབ་པ་གསུམ་ལ་བརྟེན་དགོས་ལ། དེའི་དང་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། དེ་ངེས་འབྱུང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་དགོས་ཤིང་། ལྷ་སོགས་འགྲོ་བ་གཞན་གྱི་རྟེན་ལ་ངེས་འབྱུང་སོགས་སྐྱེ་བར་དཀའ། སྒྲ་མི་སྙན་པ་སྡོམ་པའི་རྟེན་དུ་མི་རུང་ཞིང་། གླིང་གཞན་གསུམ་ལས་འཛམ་བུ་གླིང་པའི་མི་མཆོག་ཡིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡང་མིའི་རྟེན་ལ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་སྟོབས་ཆེ་སྟེ། སློབ་སྤྱོད་ལས༑ སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ཆེན་མི་ཡིས་རྙེད་པ་གང་ཡིན་པ། །ལམ་དེ་ལྷ་དང་ཀླུ་ཡིས་རྙེད་མིན་ལྷ་མིན་དང་། །མཁའ་ལྡིང་རིག་འཛིན་མིའམ་ཅི་དང་ལྟོ་འཕྱེས་མིན། །ཞེས་གསུངས། གསང་སྔགས་ཀྱི་སྡོམ་པའང་དེ་དང་འདྲ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་བགྲོད་པའང་རྟེན་འདིའི་སྟེང་ནས་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་བཟང་ལ། དེར་མ་ཟད་ལས་དང་པོ་བས་གསང་སྔགས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཚེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་འཚང་རྒྱ་བའི་རྟེན་ལ། ལས་ཀྱིས་ས་པ་འཛམ་བུ་གླིང་པའི་མི་མངལ་སྐྱེས་ཁམས་དྲུག་ལྡན་དགོས་པས་དེའང་རང་རེས་རྙེད། རང་ཅག་གིས་སྨོན་ལམ་གྱི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི། བདེ་བ་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་གླིང་འདིར་སྐྱེ་བའི་སྨོན་ལམ་འདེབས། དེས་ན། རང་ཅག་རྣམས་ཨ་ཕོ་རང་གིས་མ་བྱུང་བ་ཁོ་ན་མ་གཏོགས། རྟེན་འདི་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་རྙེད་དུ་མེད༑ འགའ་ཞིག་གིས་ནོར་བུ་དགོས་འདོད་ཀུན་འབྱུང་ཇོ་བོའི་ཞབས་ཕྱུས་ལ་འཁོར་ཞིང་། དེར་སྨོན་ལམ་བཏབ་ཚད་འགྲུབ་ཅེས་ཟེར་ནས་དེ་ཐད་སྨོན་ལམ་འདེབས་པར་བྱེད་མོད། ནོར་བུ་དགོས་འདོད་ཀུན་འབྱུང་འབུམ་ཕྲག་མང་པོ་ཞིག་རྙེད་ནས་འགའ་ཞིག་གིས་སྟུས་དང་འགའ་ཞིག་

無法使我們在死時不墮惡趣，但我們這個人身卻能為我們實現這樣的長久目標。與嘉惠我們一天的摩尼寶相比，能嘉惠一百年的摩尼寶自然要來得殊勝；同樣的，能為我們成辦究竟安樂的，就是我們現在的這個人身。

我們每個人都因為不去修法而不能成就，其實至尊密勒日巴所獲得的人身我們也同樣有。密勒日巴的身體同我們的身體相比，並無孰優孰劣之分。看一下至尊密勒與龍王二者的差別，我們便可明白：雖然龍王的庫藏裡如意寶堆積
387 如山，頭上掛滿摩尼寶飾等，卻連投生惡趣的門都無法關上，更遑論是成佛的因了。反過來看看密勒日巴，他雖然窮得連糌粑都吃不上，但卻因為獲得寶貴的有暇身而即身成佛。

（帕繃喀大師又舉了京俄瓦的例子：京俄瓦為使暇滿有意義而精進修法時，大瑜伽師[45]勸他鬆緩一些，但他回答說：「我之所以這樣作，是因為覺得暇滿太難得了。」大師說，我們也應該具有這樣的態度。）

所以，如果我們把這樣的人身浪費掉，實在是太可惜了，就像一個乞丐得到滿滿一袋金子，卻連一分錢也不用就將它扔掉一樣。

（三）思惟下至每一剎那亦為利大

388 在上述二種利大之外，如再加上書中未明說的教授：「每天與每剎那之利大」，獲益會更大。如果我們連一炷香的時間也不浪費，且精進於積資、淨障的話，我們將成辦無量解脫與一切智的因。

我們對虛耗我們的暇滿從不感到婉惜，卻對損失一、二塊銀圓長吁短歎，這是錯誤的。聖馬鳴說：

「如商至寶洲，空手返家鄉。[46]」

---

[45] 此指阿麥・絳曲仁欽。

[46] 引自《善說寶匣論》。

གིས་འགྲམ་སྐྱོར་བྱས་ནས་བསྡུད་ཀྱང་འཆི་ཚེ་ངན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་བར་མི་ཕན་ལ། རྟེན་འདིས་ནི་གཏན་གྱི་དོན་ཆེན་པོ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་ཏུ་ཡོད། ཉིན་གཅིག་ལ་ཕན་པའི་ནོར་བུ་དང་། མི་ལོ་བརྒྱ་ལ་ཕན་པའི་ནོར་བུ་གཉིས་ལས་ཕྱི་མ་ལྷག་པ་ལྟར་གཏན་བདེ་སྒྲུབ་ནུས་པ་ད་རེས་ཀྱི་རྟེན་འདི་ཡིན། རང་ཅག་རྣམས་སོ་སོས་ཆོས་ཉམས་ལེན་མ་བྱུང་བ་མ་གཏོགས་རྗེ་མིད་ལས་ཐོབ་པའང་མི་ལུས་འདི་འདྲ་ཞིག་རང་ཐོབ་པ་ཡིན། མིད་ལ་རས་པའི་རྟེན་དང་དེད་ཚོའི་ལུས་རྟེན་ལ་བཟང་ངན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད། དཔེར་ན་རྗེ་བཙུན་མིད་ལ་དང་། ཀླུའི་རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལ་བལྟས་ན་ཤེས་ཏེ། ཀླུའི་རྒྱལ་པོའི་བང་མཛོད་དུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུའི་ཕུང་པོ་སྤུངས་ཤིང་། སྤྱི་གཙུག་སོགས་ནོར་བུའི་རྒྱན་ཆ་བྱས་ནས་བསྡུད་ཡོད་ཀྱང་འཚང་རྒྱ་རྒྱུ་ཕར་ཞོག །ངན་སོང་གི་སྐྱེ་སྒོ་ཙམ་ཡང་བཀག་མི་ཐུབ། མིད་ལ་ནི་རྩམ་པ་ཡང་བཞེས་རྒྱུ་མེད་པའི་སྤྲང་པོ་ཡིན་ཀྱང་དལ་རྟེན་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཐོབ་པས་ཚེ་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བསམ་སྟེ་དལ་འབྱོར་དོན་ལྡན་བྱེད་ལུགས་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོས་སྤྱན་སྔ་བ་ལ་བག་རེ་ཚོགས་གསུངས་པ་ལ། དེ་ལྟར་འཚལ་བ་ལ་དལ་འབྱོར་འདི་རྙེད་པར་དཀའ་བས་གསུངས་པ་ལྟར་དགོས་གསུངས། དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་རྟེན་རྙེད་པ་དོན་མེད་དུ་སོང་ན་དབུལ་པོ་ཞིག་གིས་གསེར་རྐྱལ་པ་གང་རྙེད་དེ་ཁ་གང་ཙམ་ཡང་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱུ་མ་བྱུང་བར་བརླག་པ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་ནས་ཕངས།

གསུམ་པ་ནི། དོན་ཆེ་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་དུ་དཔེ་ཆར་མི་གསལ་བའི་མན་ངག་ལ། ཉི་མ་རེ་རེ་དང་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེའི་དོན་ཆེ་བ་ཞེས་པ་བསྟན་ན་ཕན་ཆེ་བས། དེ་ཡང་སྤྲོས་ཐང་གཅིག་འབར་ཡུན་ཙམ་ལའང་དོན་མེད་དུ་མི་བཏང་བར་ཚོགས་བསགས་སྒྲིབ་སྦྱང་ལྟ་བུར་བརྩོན་ན། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་རྒྱུ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འགྲུབ་ཡོང་། རང་རེས་དལ་འབྱོར་སྟོང་ཟད་དུ་བཏང་བ་ལ་ཕངས་སེམས་མེད་པར་དངུལ་ཊམ་ཀ་རེ་གཉིས་ཆུད་ཟོས་པ་ལ་ཕངས་སེམས་བྱེད་པ་འདི་ནོར་བ་ཡིན། འཕགས་པ་དཔའ་བོས་ཀྱང་། རིན་ཆེན་གླིང་ཕྱིན་སྟོང་པ་ནི།།

正如我們到了寶洲不取珍寶，反而欠債空手而歸一樣；如果我們在僥倖一次獲得暇滿身時不去修法，反而造盡罪業墮入惡趣的話，那是再可惜不過的了。

丁三、思惟難得

這一節分三小段：

389 **（一）由因之門思惟難得**

如上所述，我們所獲得的暇滿身具有極大的利益，不僅如此，它還極其難得，不是常常能得到的。

如果不是那麼難得，我們現在盡可以將它浪費了，等以後得到時再努力使之有益也未嘗不可。然而，現在的這個暇滿，是需要湊足很多因緣才能得到的，因為福報和願力的關係，我們才這麼幸運，以後是否能再得這樣的暇滿，那就很難講了。

過去有位蒙古喇嘛在講暇滿方面的法時，有個漢人對他說：「上師！您大概沒去過漢地吧？我們漢地的人多得很呢。」我們不應該有這種邪見。雖然從總體上來講，人是有很多，但如果自己要墮惡趣的話，再多的人對你也沒有幫助。

我們今後是否再得暇滿，取決於暇滿的因具不具足，對此我們應該以比量
390 來作推斷。舉例來說，外界秋收的青稞、麥子，即使只有一握那麼多，它們的生長也必須依賴春季的播種。如果不下種子，要長出一盆子鮮花是不可能的。同樣的，暇滿也必須多種因的聚集才能獲得。

總的來講，僅僅為了獲得像天之類的善趣身，也需要持一些戒。至於能獲暇滿身的因，則如龍猛所說：「**戒樂施受用**」[47]及《般若經攝頌》中所說：

---

[47] 意為持戒能得人天增上生之樂，布施能得財富受用。

ལག་པ་སྟོང་པས་རང་ཁྲིམ་བཞིན། །ཞེས་པ་ལྟར་རིན་པོ་ཆེའི་གླིང་དུ་ཕྱིན་ནས་རིན་པོ་ཆེ་མ་བླངས་པའི་སྡིང་བུ་ལོན་མང་པོ་བླངས་ནས་ལག་པ་སྟོང་པར་ཁྲིམ་ནང་ལོག་པ་བཞིན་ད་རེས་དལ་འབྱོར་ལན་གཅིག་ཐོབ་པའི་ལུས་རྟེན་འདིར་ཆོས་མ་བྱས་པར་སྡིག་པ་ཤ་སྟག་བསགས་ནས་ངན་སོང་དུ་ཕྱིན་ན་ནི། དེ་ལས་ཞངས་པ་མེད།

གསུམ་པ་རྙེད་དཀའ་བ་བསམ་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྒྱུའི་སྒོ་ནས་རྙེད་དཀའ་བར་བསམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་རྙེད་པ་འདི་དོན་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་རྙེད་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས་ཡང་ཡང་མི་འཐོབ། རྙེད་དཀའ་བ་ཞིག་མིན་ན་ནི། ད་རེས་དོན་མེད་དུ་སོང་ཡང་། ཕྱིན་ཆད་ཐོབ་པའི་སྐབས་གཟབ་གཟབ་ཀྱིས་དོན་ལྡན་དུ་བྱས་པས་ཆོག་མོད་ཀྱང་། ད་རེས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་འདི་རྒྱུ་རྐྱེན་མང་པོ་ཞིག་འཛོམས་ཏེ་བསོད་ནམས་དང་སྨོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་སྟབས་ལེགས་བྱུང་བ་ལས། ཕྱིས་ནས་འདི་འདྲ་རྙེད་དཀའ། སྟར་སོག་པོའི་བླ་མ་ཞིག་གིས་ཆོས་གནང་སྐབས་རྒྱ་མི་ཞིག་གིས། བླ་མ་ཉིད་རྒྱ་ནག་ཏུ་འགྲོ་མ་མྱོང་བས་ཡིན། རྒྱ་ནག་ན་མི་མང་པོ་ཡོད་ཟེར་བ་ལྟར་མ་སོང་བ་དགོས། སྤྱིར་མི་མང་ཡང་རང་ངན་འགྲོར་སོང་ན་མི་ཕན་པས་ཕྱི་རོལ་དུ་མི་གཞན་དག་མང་ཙང་སོགས་ལ་མི་བལྟ་བར། རང་གིས་ཕྱིས་ནས་རྙེད་དཀའ་འམ་མི་དཀའ་རང་རྒྱུད་ལ་དལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱུ་ཚང་མིན་རྩིས་དཔག་ཚད་མས་གཞལ་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་ཕྱི་རོལ་གྱི་ནས་དང་གྲོ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་ཐོག་སྨར་བ་གང་སྐྱེ་བའང་དཔྱིད་ས་བོན་བཏབ་པ་ལ་རག་ལས་ཤིང་། དེར་མ་ཟད་མེ་ཏོག་ཛ་མ་གང་སྐྱེ་བ་ལའང་སྔོན་དུ་ས་བོན་མ་བཏབ་པར་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་ལའང་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་འཛོམས་དགོས་ཏེ། སྤྱིར་མངོན་མཐོའི་ལུས་རྟེན་ཙམ་པོ་བ་ལྷ་ལྷ་བུའི་བདེ་འགྲོ་ཙམ་འཐོབ་པ་ལའང་། ཚུལ་ཁྲིམས་སྣ་རེ་བསྲུང་དགོས་ཤིང་། དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་འདི་ལྟ་བུ་འཐོབ་པའི་རྒྱུ་ནི། ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས། སྦྱིན་པས་ལོངས་སྤྱོད་ཁྲིམས་ཀྱིས་བདེ། །ཞེས་དང་། ཞར་ཕྱིན་མདོ་སྡུད་པ་ལས་ཀྱང་། ཁྲིམས་ཀྱིས་

「戒斷多生傍生體，及八無暇常得暇。」

我們必須以淨戒為基礎，以布施等為助緣，加上不染貪著現世的無垢淨願，方可獲得暇滿身。據說，能布施而不持戒者當生為龍，能持戒但不布施者將生為乞丐等。

我們不作觀察時，總以為自己的戒似乎還清淨，但正如以前一位蒙古格西所說的那樣：「有律儀時無毘尼，有毘尼時無律儀。[48]」如果認真觀察的話，我們可以發現自己連一條覺得心安的戒都持不好。我們心裡想的全是煩惱，作的全是罪業。如果我們連密宗戒與菩薩戒的根本墮、惡作的條款都不知道，就不必再談什麼持戒了。像這樣沒有能獲得暇滿的因，卻夢想有暇滿的果，不啻如春天裡播毒種，卻想在秋天收穀子一般。不僅如此，如《入行論》中所說：

391 **「雖剎那作罪，尚住無間劫，**
沉無始生死，作惡豈善趣？」

如果造一種罪業也能把我們引入惡趣的話，我們相續中從無始以來積集的罪蘊，多如國王的庫藏，在這種情況下，我們怎可能有繼續獲得善趣身的希望呢？

我們有些人的想法是：「仰賴大寶上師的恩德，我的來世大概不會差到哪裡去吧？」但是假如我們自己不去修法，大寶上師根本幫下了忙，就像佛陀也無法救護他的堂兄提婆達多免於墮入地獄一樣。

---

[48] 此句意為大多數人在獲得比丘律儀時，不瞭解毘奈耶；當懂得毘奈耶時，比丘律儀卻早已不清淨。

དུད་འགྲོའི་འགྲོ་བ་དུ་མའི་ངོ་བོ་དང་། །མི་ཁོམ་བརྒྱད་སྤོང་དེ་ཡིས་དལ་བ་རྟག་ཏུ་རྙེད། །གསུངས་པ་ལྟར་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པས་གཞི་གཟུང་། སྦྱིན་སོགས་ཀྱིས་གྲོགས་བྱས། སྨོན་ལམ་དྲི་མ་མེད་པ་མ་མཐའང་ཚེ་འདི་པར་ཞེན་པའི་དྲི་མས་མ་གོས་པ་ཞིག་གིས་མཚམས་སྦྱར་བ་བཅས་དགོས། ཡང་སྦྱིན་པ་བཏང་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་མ་བསྲུངས་ན་ཀླུར་སྐྱེ་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་བསྲུངས་ཡང་སྦྱིན་པ་མ་བཏང་ན་དབུལ་པོར་སྐྱེ་བ་སོགས་གསུངས་ཡོད། རང་ཅག་ད་ལྟ་མ་བརྟགས་མ་དཔྱད་པ་ན། ཚུལ་ཁྲིམས་གཙང་མདོག་ཁ་པོ་བྱེད་ཀྱང་། སྟོན་སོག་པོ་དགེ་བཤེས་ཤིག་གིས། སྡོམ་པ་ཡོད་དུས་འདུལ་བ་མི་འདུག །འདུལ་བ་ཡོད་དུས་སྡོམ་པ་མི་འདུག་ཅེས་སྨྲས་པ་ལྟར་ལེགས་པར་བརྟགས་ན་བློ་བདེ་སེང་ངེ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སྣ་གཅིག་ཀྱང་བསྲུང་བ་དཀོན་ཏེ། བསམ་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་དང་། བྱེད་རྒྱུ་སྡིག་པ་ཁོ་ན་ལས་མེད་ཅིང་། གསང་སྔགས་དང་བྱང་སེམས་ལ་སོགས་པའི་རྩ་ལྟུང་དང་། ཉེས་བྱས་སོགས་ཀྱི་གྲངས་ཀྱང་ལེགས་པར་མི་ཤེས་ན། བསྲུང་བ་ལྟ་ཅི་སྨོས། དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་འཐོབ་པའི་རྒྱུ་མེད་པ་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་རྒྱུར་རེ་བ་ནི། དཔྱིད་ཀྱི་དུས་སུ་དུག་གི་ས་བོན་བཏབ་ནས་སྟོན་ཀར་ནས་ལེན་རྒྱུའི་རེ་བ་བྱས་པ་དང་འདྲ། དེར་མ་ཟད། སྤྱོད་འཇུག་ལས། སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱས་སྡིག་པས་ཀྱང་། །བསྐལ་པར་མནར་མེད་གནས་གསུངས་ན། །ཐོག་མེད་འཁོར་བར་བསགས་སྡིག་གིས། །བདེ་འགྲོར་མི་འགྲོ་སྨོས་ཅི་དགོས། །གསུངས་པ་ལྟར་སྡིག་པ་སྣ་རེས་ཀྱང་ངན་སོང་དེ་འདྲར་འཁྱེན་ན། རང་རྒྱུད་ལ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བསགས་པའི་སྡིག་པའི་ཕུང་པོ་རྒྱལ་པོའི་བང་མཛོད་ལྟར་ཡོད་པས་འདི་ལྟའི་མུས་ནས་བདེ་འགྲོ་འཐོབ་རྒྱུའི་རེ་བ་མེད། ད་ལྟར་རང་རེའི་བསམ་པར་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་དྲིན་ལས། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་མི་སྐྱོན་ཙམ་ཞིག་ཨེ་ཡོང་སྙམ་པ་ཡོད་མོད། རང་གིས་ཆོས་མ་བྱས་ན། བླ་མ་རིན་པོ་ཆེས་ཅི་ཡང་མཛད་དུ་མེད་དེ། སྐུ་མཆེད་ལྷས་བྱིན་དམྱལ་བར་ལྷུང་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱབ་མ་ནུས་པ་བཞིན་ཡིན། ད་རེས་ལན་ཅིག་ཐོབ་པའི་རྟེན་བཟང་འདི་

那些將難得一次獲得的妙身白白浪費掉，又指望再得暇滿善加利用的人，如同一個乞丐將已得的一袋金子扔進河裡，卻發願想再得一袋金子享用一般。

不為現世發願是很難的，我們在拉薩「覺窩」像前發願時，總是先想到長壽、無病和開運之類的事。所以，可以肯定地說，我們大多數人不會利用此身
392 來修清淨的正法。《入行論》中說：

「我以如是行，人身且不得，
人身若不得，惟惡全無善。」

如果我們現在不去修法，將來墮入惡趣之中，又會以該身成辦更多惡趣的因，結果沒完沒了的在各種惡趣之間流浪。信心、智慧、出離心等善品一點都沒有：貪、瞋、我慢等能造不善業的煩惱卻一應俱全。大家看一下狗的例子便可了知。

投生到惡趣之後修人身，要比用此身來修成佛困難得多。我們現在得到的這個人身，就像已拉到半山腰的大銅球一樣，即便我們無法再從半山腰往上拉，也應設法使它下滾落下去。如果掉下去的話，我們要將它再送回半山腰，又是一件艱難的事。我們此身中即便生不起解脫、一切智等上道的證德，至少也要做到不墮惡趣。如果失去暇滿，一旦墮落下去，我們將不斷地在惡趣中遊蕩，幾乎沒有解脫的機會。我們一旦走岔，就會越走越遠；所以應該小心，不要在現在這個身上做錯事。

ཚུད་ཟེར་སུ་བཏང་ནས། སླར་དཔལ་འབྱོར་ཐོབ་ནས་དོན་ལྡན་བྱེད་འདོད་པ་ནི། དབུལ་པོ་ཞིག་གིས་གསེར་ཁྲུར་པོ་གཅིག་རྙེད་པ་ཆུར་འཕངས་ནས། ཡང་གཅིག་རྙེད་པར་ཕོག །རྙེད་ནས་དེ་ལོངས་སྤྱོད་པར་ཕོག་སྙམ་པ་བཞིན་ཡིན། ཚེ་འདི་པར་མི་རེ་བའི་སྨོན་ལམ་ནི་དཀའ་སྟེ། རང་ཅག་ལྷ་སའི་ཇོ་བོ་ལྷ་བུ་མཇལ་ཏེ། སྨོན་ལམ་འདེབས་སྐབས། ཚེ་རིང་བ། ནད་མེད་པ། ལམ་འགྲོ་ལོང་བ་ཞེས་པ་ཞིག་དང་པོ་ཁོ་ན་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན། སྤྱོད་འཇུག་ལས། བདག་གི་སྤྱོད་པ་འདི་འདྲས་ནི། །མི་ཡི་ལུས་ཀྱང་འཐོབ་མི་འགྱུར། །མི་ལུས་ཐོབ་པར་མ་གྱུར་ན། །སྡིག་པ་འབའ་ཞིག་དགེ་བ་མེད། །གསུངས་པ་ལྟར་དེང་ཆོས་ཉེན་འདི་ལ་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་ནི་མི་ཡོང་བ་ཕལ་ཆེར་ཐག་ཆོད་ལ། དེ་མ་བྱུང་ན་ཕྱི་མ་ངན་སོང་དུ་ལྷུང་ཟིན་ནས་ཉེན་དེར་སླར་ཡང་ངན་སོང་གི་རྒྱུ་བསྒྲུབས་ནས་ངན་སོང་སུ་མཐའ་མེད་པར་འཁྱམས་པར་འགྱུར་ཏེ། དད་པ་དང་ཤེས་རབ་དང་། ངེས་འབྱུང་སོགས་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ནི་ཅུང་ཟད་ཙམ་ཡང་མེད་ལ། འདོད་ཆགས། ཞེ་སྡང་། ང་རྒྱལ་སོགས་མི་དགེ་བའི་ལས་སྒྲུབ་བྱེད་ནི་ཆ་ཚང་གྲ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་ཁྲི་ལྷ་བུར་བལྟས་པས་ཀྱང་ཤེས་ནུས། ངན་སོང་དུ་སྐྱེས་ཟིན་ནས་མི་ལུས་སྒྲུབ་པ་ནི། ཉེན་འདི་ནས་སངས་རྒྱས་སྒྲུབ་པ་ལས་ཀྱང་དཀའ་ཚེགས་ཆེ་སྟེ། ད་ལྟ་མི་ལུས་ཐོབ་པ་འདི་ཟངས་ཀྱི་ཐབ་རྡོ་རི་སྐྱིད་ལ་སླེབས་པའི་ཚོད་ཙམ་ཡིན། ཟངས་ཐབ་རི་སྐྱིད་ལ་ཡར་སླེབས་པ་དེ། དེ་ནས་ཡར་དྲངས་མ་ཐུབ་ནའང་མར་མ་ཕྱོར་བ་བྱེད་དགོས་ཀྱི། ཕྱོར་ན་སླར་རི་སྐྱིད་དུ་བསྐྱལ་བའང་དཀའ་བ་བཞིན། ཉེན་འདིར་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སོགས་ལམ་གོང་མའི་རྟོགས་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ནའང་ངན་སོང་དུ་མ་ལྷུང་ཙམ་ཞིག་དང་། དལ་འབྱོར་གྱི་ཨང་ཀ་མ་འཁྲུགས་པ་ཞིག་མ་བྱས་ན། དེར་གཅིག་ལྷུང་ཚེ་ངན་སོང་ནས་ངན་སོང་དུ་འཁྱམས་པས་སླར་ཐར་པའི་སྐབས་བྲལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། ལམ་ཁ་ཕྲག་ནས་འཕྱུག་ན་རིམ་གྱིས་ཇེ་ཆེར་འཕྱུག་འགྲོ་བ་ལྟར་ཡིན་པས། ད་རེས་ཉེན་འདིའི་སྟེང་ནས་མ་འཚོལ་བ་བྱེད་དགོས།

自己不去修，將來就會墮惡趣，如果肯去修，縱然年邁也不必灰心；我們當效法長者「吉祥生」的故事。[49]

393 **（二）由喻之門思惟難得**

如博朵瓦《喻法集》[50]中所用的譬喻「房頂草、龜頸」等：總而言之，善趣身多如山谷中繁茂的草，而具足暇滿身者，則如房頂上疏落的幾根草。

所謂「龜頸」的情形是這樣的：譬如大海中有一頭盲龜，每過一百年才從
水裡探出一次頭，而海面上有一段帶有一孔的金牛軛隨風漂流。對這頭盲龜來
講，牠的頭正好套進軛孔的機會幾乎是沒有的。我們這些人在輪迴大海之中，
因為受業與煩惱的控制而睜不開慧眼，大半在這個惡趣與那個惡趣之間流浪，
即便可能僥倖從惡趣中解脫，在人間須臾受生，恐怕也極難過到佛教，因為各
394 個廣大世界的各個地方不一定都有佛教宏揚，就像漂蕩不定的金牛軛一樣。如
果這頭龜經常遊出海面的話，或許還能碰到金牛軛，但牠每過一百年才會探一
次頭。以此為喻，如果我們常常獲得人身的話，也許有一天我們能遇到佛教出
現，但事實並非如是，我們只有偶爾一、兩次的機會獲得這樣的人身。如果金
牛軛老是停在一個地方，海龜偶爾浮出水面，也許真能碰上；但這段金牛軛並
非久留一地，而是在巨大的海面上居無定處地漂來漂去。

---

[49] 長者吉祥生於百歲時出家，儘管困難不少，但仍在目犍連幫助下，證得阿羅漢果。參閱《賢愚因緣經》。

[50] 博朵瓦在講「道次第」時曾使用多種比喻，據記載，歷史上共有三種由其弟子編纂的本子。現在最流行的，是結貢巴・喜饒多傑（智金剛，十二世紀早期）所編的《喻法集・寶蘊》，此師還著有《喻法集寶蘊十萬釋》。

རང་གིས་མ་བྱུང་བས་ལན་པ་མ་གཏོགས། རང་གིས་བྱུང་ན་ན་སོ་རྒས་ཀྱང་སྤྱོད་ལུག་མི་དགོས་པ༑ ཁྲིམ་བདག་དཔལ་སྐྱེས་ལྷ་བུ་ཡིན།

གཉིས་པ་དཔེའི་སྒོ་ནས་སྙིང་དཀའ་བ་ནི། པོ་ཏོ་བའི་དཔེ་ཆོས་ལས། མཁར་ཐོག་རྩ་དང་རུས་སྦལ་མགྲིན། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན། བདེ་འགྲོའི་རྟེན་སྤྱིར་བཤད་ནི། རི་གླུང་ལ་སྐྱེས་པའི་རྩ་ལྷར་མང་ལ། དལ་འབྱོར་ཚང་བའི་རྟེན་ནི་ཁང་པའི་ཐོག་གི་རྩ་བོ་རེ་བ་བཞིན་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བར་དཔེར་མཛད། རུས་སྦལ་མགྲིན་ཞེས་པ། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་ཐླུང་གིས་གཡེངས་པའི་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་བུ་ག་གཅིག་པ་ཞིག་ཏུ་རུས་སྦལ་ལོང་བ་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ནས་མཚོ་ཁར་མགོ་རྡོག་ཙམ་རེ་བྱེད་པའི་མགྲིན་པ་མི་ཚུད་པ་བཞིན་དུ་རང་རེ་རྣམས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་ལྡོངས་ནས་ཤས་ཆེར་ངན་སོང་གི་གནས་ནས་ངན་སོང་གི་གནས་སུ་འཁྱམས་ཏེ་སྡོད་པ། བརྒྱ་ལ་གལ་ཏེ་ངན་སོང་ལས་ཐར་ཏེ་མིའི་གནས་སུ་ཡུད་ཙམ་ཞིག་སྐྱེ་བ་ལེན་པར་སྲིད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བ་དག་གི་ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་མཚམས་ཁོལ་བུ་དག་ན་ངེས་མེད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱུ་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་ལྟ་བུ་དང་འཕྲད་པ་ནི་ཤིན་ཏུའང་དཀོན། རུས་སྦལ་དེ་རྟག་ཏུ་མཚོའི་སྟེང་དུ་འོངས་ན་སྐབས་ཤིག་ལ་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་དང་འཕྲད་པ་རུང་མོད། དེའང་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ན་ལན་རེ་ལས་མི་རྒྱུ། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། རང་ཅག་ཡང་དང་ཡང་དུ་མིའི་རྟེན་ཞིག་སྙེད་ན། ནམ་ཞིག་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འབྱུང་བ་དང་འཕྲད་པ་སྲིད་ཀྱང་། དེ་ལྟ་མིན་པར་མིའི་རྟེན་འདི་བརྒྱ་ལམ་ན་རེ་གཉིས་ཙམ་ལས་མི་ཐོབ། གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་དེ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་རུས་སྦལ་མཚོའི་སྟེང་དུ་མི་ཐོན་པ་ཡུན་རིང་ཡང་ཐོན་པ་འགའ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་འཕྲད་སྲིད་མོད། དེ་ཡང་མིན་པར་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་དེ། རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་མཚོའི་ཁར་ཕན་ཚུན་དུ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་མི་ངེས་པར་རྒྱུ་བ་ཞིག་ཡིན། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ

以此為喻，如果佛教能在一個世界中久住的話，我們在得人身的某個時候或許能與之相遇，然而佛教並不留住於一個世界，即便住世，時間也極短暫。像這樣海龜與牛軛相遇的機會，不能說沒有，但是微乎其微，然而獲得暇滿人身比之更難，可謂絕無僅有。這個譬喻的意義是：大海為輪迴處，海龜為人身，眼盲為無明，牛軛為佛教等。（帕繃喀大師說，這樣子配合來思惟難得，是珠康巴大師的語教傳統。）

（大師又解釋了博朵瓦《喻法集》中的另一個詞—「洛定子」。）以前仲・洛定家族有一個青年，他懂得掘金之道，後來放棄掘金，到謝區做買賣。當地人知道他的聲望後，都對他說：「願我即彼洛定子，願我能掘黃金山。」他聞言打消了經商的念頭，復萌掘金之心。同樣的，我們所獲得的這個妙身，本是
395 極樂世界眾菩薩發願尋求的目標，我們卻將它無意義地耗費掉，實在是太可惜了。

又有所謂「藏魚」，說的是以前有個後藏人來到前藏吃魚，一下子吃太多了，差點嘔吐出來，他覺得將這等美味吐出來有點可惜，於是將自己的咽喉勒得緊緊的。如果我們對吐出少許美食都覺得可惜，那麼對無意義地丟棄多劫難遇、僥倖一次獲得的人身，怎不感到惋惜呢？

所謂「蟲禮」，是說佛像面前地下有一條紅色蟲子爬出來，並口稱「敬禮佛」，這種事相當罕見；同樣的，我們從惡趣的地下爬出來，化作人形而裝作聞思正法的樣子，這種情形也是少有的。

我們應該如此這般的運用各種譬喻來思惟：我們所獲得的暇滿身，是極其稀罕與難得的！

སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དེའང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གཅིག་ཏུ་རྟག་ཏུ་གནས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དུས་རེ་ཞིག་ན་མི་ལུས་ཐོབ་ཆེ་བསྟན་པ་དེ་དང་མཇལ་བ་སྲིད་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིག་རྟེན་ཁམས་གཅིག་ཏུ་གནས་པའི་ངེས་པ་མེད་ཅིང་། གནས་པའང་ཡུན་ཤིན་ཏུ་ཐུང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་དུས་སྤྱོལ་དང་གཉའ་ཤིང་འཕྲད་པ་ནི། མི་སྲིད་ཅེས་སྨྲར་མི་བཏུབ་ཙམ་ཞིག་རེད་མོད་དེ། དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་འདི་ཐོབ་པ་དེ་ལས་དཀོན་ཞིང་སྲིད་མཐའ་མ་བཀག་ཙམ་ཡིན། འདིའི་དཔེ་དོན་སྦྱོར་སའི་རྒྱ་མཚོ་ནི་འཁོར་བའི་གནས། དུས་སྤྱོལ་ནི་རང་ཉིད། ལོང་བ་ནི་མ་རིག་པ། གཉའ་ཤིང་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སོགས་དང་སྦྱར་ཏེ་རྙེད་དཀའ་བར་བསམ་པ་ཧ་སྐྲག་ཁང་པའི་གསུང་རྒྱུན་ཡིན་གསུངས། པོ་ཏོ་བའི་དཔེ་ཆོས་སུ། ལོ་ལྡིང་བུ་ཞེས་པ་འབྲོམ་ལོ་ལྡིང་པའི་བུ་གསེར་བསྐོ་ཤེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་གཞན་གྱི་ཤེད་དུ་ཚོང་ལ་ཕྱིན་པ་ན། ཡུལ་དེའི་མིས་ལོ་ལྡིང་བུའི་སྐད་པ་ཐོས་ནས་ལོ་ལྡིང་བུ་དེ་ཡིན་ན་ཨཱ། གསེར་གྱི་རི་ལ་བསྐོ་ན་ཨཱ། ཞེས་སྨྲས་པ་ཐོས་ནས༑ ད་གཟོད་ཚོང་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་བཤོལ་ཏེ། གསེར་བསྐོ་སེམས་བྱུང་བ་བཞིན་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་བཟང་པོ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་སྨོན་ཡུལ་དེ་ཐོབ་ནས་དོན་མེད་དུ་འདའ་བ་ཕངས་ཚབས་ཆེ་ཚུལ། ཡང་གཙང་པའི་ཉ་དང་། ཞེས་པ། སྤུར་གཙང་པ་ཞིག་དབུས་སུ་འོངས་ནས་ཉའི་ཤ་ཟོས་སྐབས། ཀ་ཙང་ཟོས་ཆེས་པས་སྐྱུགས་སུ་ཉེ་བ་ན། སྐྱེ་བསྡམས་ནས་ཞིམ་པོ་ཟོས་པ་སྐྱུགས་པར་ཕངས་ཟེར་བ་བཞིན། རི་ཤིག་ཟས་ཞིམ་པ་སྐྱུགས་པ་ལ་ཕངས་ན། བསྐལ་མང་རྙེད་དཀའི་རྟེན་ལན་ཅིག་ཐོབ་པ་འདི་དོན་མེད་དུ་སོང་ན་ཅིའི་ཕྱིར་མི་ཕངས། སྤྲིན་བུས་ཕྱག་འཚལ་ཞེས་པ་མདུན་གྱི་ས་འོག་ནས་སྤྲིན་བུ་དམར་ཧྲེན་ཞིག་ཐོན་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ་ཞེས་ཟེར་བ་མི་སྲིད་པ་བཞིན་དུ་རང་ཅག་ཀྱང་ངན་སོང་གི་ས་འོག་ནས་ཐོན་ཏེ་སྤྲིན་བུ་མི་གཟུགས་ཀྱིས་ཆོས་ལ་ཐོས་བསམ་གྱི་ལད་མོ་ཙམ་བྱེད་རྒྱུ་བྱུང་བ་འདི་མི་སྲིད་པའི་ཚོད་ཙམ་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་དཔེ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རང་རེས་ཐོབ་པའི་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་འདི་ཤིན་ཏུ་དཀོན་ཞིང་

（三）由體性之門思惟難得

眾生因為造惡的多、行善的少，所以從善趣和惡趣死歿後，前往惡趣的極
396 多，投生善趣的極少。因此，《毘奈耶事教》中說，從善趣往惡趣及從惡趣往惡趣的，量如大地之土；從惡趣往善趣及從善趣往善趣的，量如用指甲尖挖取的土。

總的來說，六道之中，人趣數量極少。餓鬼比地獄少，畜生比餓鬼少。畜生裡面，生活在地上的比生活在水裡的少，然而在容納不下十人大的地方，就有上億個蟲蟻。「中有」數量也很多，例如，一匹馬死後不久，屍體內便會生出成千上萬的蟲子，一百匹馬死掉的話，便會有百倍的中有將受生為蟲子。

能夠受生為人，又能生在有佛出世的「明燈劫」中者，為數甚少。在許多萬個「黑暗劫」之間才有一個「明燈劫」。即便在每個「明燈劫」當中，空、成、住、壞四劫各有二十中劫，共八十中劫。其中三劫的六十中劫中，無佛出世；住劫二十中劫之初，人壽可達無量歲[51]的時期，以及壽命增長時期[52]，佛也不出世[53]，佛只在壽命遞減的時期出世。

「中間增減」期雖有佛出世，但如果我們受生在前佛已現涅槃、教法湮沒，

[51] 人壽八萬歲。
[52] 住劫二十中劫中，人壽增減共有二十個週期。
[53] 因為在這些時期內，人最不可能發出離心。

རྐྱེན་དཀའ་བར་བསམ།

གསུམ་པ་ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་རྐྱེན་དཀའ་བ་ནི། དེ་ཡང་འགྲོ་བ་མི་དགེ་བ་སྤྱོད་པ་མང་ཞིང་། དགེ་བ་བྱེད་པ་ཉུང་བས་བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོ་ནས་འཕོས་ཏེ་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་ཆེས་ཆེར་མང་ལ། དེ་གཉིས་ནས་འཕོས་ཏེ་བདེ་འགྲོར་འགྲོ་བ་ཧ་ཅང་ཉུང་བས་ན། དེ་བཞིན་་་གཤེགས་པས། བདེ་འགྲོ་ནས་ངན་འགྲོ་དང་། ངན་འགྲོ་ནས་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་ནི་ས་ཆེན་པོའི་རྡུལ་ཙམ་དང་། ངན་འགྲོ་ནས་བདེ་འགྲོ་དང་། བདེ་འགྲོ་ནས་བདེ་འགྲོར་འགྲོ་བ་ནི་ཕྱག་སེན་གྱི་རྩེ་མོས་བཞེས་པའི་རྡུལ་དང་འདྲ་བར་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས་གསུངས་པ་དང་། སྤྱིར་རིགས་དྲུག་ལས་མིའི་འགྲོ་བ་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཉུང་སྟེ། དམྱལ་བ་ལས་ཡི་དྭགས་ཉུང་ཞིང་། དེ་ལས་དུད་འགྲོ་ཉུང་ལ། དེའི་ཡང་གླིངས་ལས་ཁ་འཐོར་བ་ཉུང་མོད་ཀྱང་། མི་བཙུ་མི་ཤོང་པའི་སར་འབུ་སྲིན་དུང་ཕྱུར་ཙམ་ཡོད་པ་བཞིན་ཡིན། བར་སྲིད་པའང་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ། རྟ་གཅིག་ཤི་བའི་རོ་ལ་དེ་མ་ཐག་འབུ་སྲིན་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོ་འབྱུང་ལ། རྟ་བརྒྱ་ཤི་བ་ནའང་འབུ་སྲིན་དེ་དང་འདྲ་བ་འབྱུང་ཚོག ཚོག་གི་བར་སྲིད་པའང་དེ་འདྲ་བ་ཡོད། མིའི་ནང་དུ་སྐྱེ་བའང་། སངས་རྒྱས་བྱོན་པའི་སྐྲོན་བསྐལ་དུ་སྐྱེ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཉུང་སྟེ། སྟོན་བསྐལ་ཁྲི་ཁྲག་མང་པོའི་བར་དུ་སྒྲོན་བསྐལ་རེ་རེ་ཙམ་ཡིན་ལ། སྒྲོན་བསྐལ་རེ་རེའི་སྐབས་སུའང་། སྟོང་བསྐལ་དང་། ཆགས་བསྐལ། འཇིག་བསྐལ། གནས་བསྐལ་རྣམས་ཉི་ཤུ་རེ་སྟེ་བར་བསྐལ་བརྒྱད་ ་ཅུ་ལས། སྔ་མ་གསུམ་གྱི་སྐབས་བར་བསྐལ་དྲུག་ཅུའི་རིང་ལ་སངས་རྒྱས་མི་འབྱོན་ཞིང་། གནས་བསྐལ་བར་བསྐལ་ཉི་ཤུའི་ཡང་ལ་ཐོག་རིང་མོ་ཚེ་ལོ་དཔག་མེད་ཐུབ་པ་དང་། ཚེ་ལོ་ཡར་འཕེལ་གྱི་དུས་སུ་སངས་རྒྱས་མི་འབྱོན་པར། ཚེ་ལོ་མར་འགྲིབ་ཀྱི་དུས་ཤ་སྟག་ལ་འབྱོན་པ་ཡིན། དེས་ན་རང་ཅག་རྣམས་འཛམ་གླིང་འདིར་སྐྱེས་ཚེ། བར་གྱི་ཁུག་པ་སངས་རྒྱས་བྱོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་སྟེ་མ་མྱ་ངན་ལས་འདས་ཚུལ་བསྟན་ཅིང་། དེའི་བསྟན་པ་ནུབ་ནས། སངས་རྒྱས་ཕྱི་མ་མ་བྱོན་

而後佛未出世的那段期間，這其實和「黑暗劫」沒什麼區別。我們現在受生在瞻部洲，幸好不是這個階段。釋迦佛教法湮沒至彌勒佛出世的時間間隔，據說
397 為人壽四十九億歲，我們也沒有受生在這樣的黑暗時代中。

現在雖然有佛教，但佛教只存在於這一洲，我們正好生在這個洲內。這一洲內佛教宏揚的地方，只有西藏、蒙古等幾個最小的地區。我們便是受生在宏揚佛法的大本營——西藏。

至於西藏的情況，以前格桑國師曾說：「我所屬的安多拉卜楞寺[54]，出家眾有一、二千人，其中格西約五百名，經商的約五百人，二者都不是的也有五百多人。」像他所說的那樣，我們每家如有兄弟十人的話，只有二、三個人能入佛門，其中能修習「道次第」等清淨法的，為數更稀少。我們幸好未受生在這種身不由己的地方。

（帕繃喀大師說，除此之外，根據我上師的口傳教授，三種思惟暇滿為何難得的方法是：（一）「因」難成辦故暇滿難得；（二）「體性」難湊全故難得；（三）「喻」難出現故難得。）

398 所以，這一暫時獲得暇滿身的機會，便是決定久樂或久苦，以及上升或下墮的分界線。這一選擇權就在我們自己手上，不需要仰賴他人，因此我們應當對自己未來的苦、樂作出無誤的選擇。如果選擇錯誤，那就不是只影響一、兩天的小事，而是影響到生生世世長遠目標的大錯。所以，我們應該告誡自己：「從現在起我還有一段時間可以活，真是太好了！在我生命剩下的這段日子裡，不管是兩年、三年還是多少年，如果再不夜以繼日地苦修正法，我是否還有足夠的勇氣回到惡趣中去？」

我們僥倖一次獲得的有暇身，如同十八種無價的珍寶湊在一起，所以最重

---

[54] 安多地區最大的格魯派寺院，由第一世嘉木樣活佛昂旺頓珠（語自在義成，1648～1721）創建於 1709 年。

པའི་བར་དུ་སྐྱེས་ན་ནི་མུན་བསྐལ་དང་ཁྱད་མེད་ཡིན་པས་དེར་ནི་མ་སྐྱེས། བསྟན་པ་འདི་ནུབ་ནས་རྒྱལ་བ་བྱམས་པ་མ་བྱོན་གྱི་བར་ལ་མི་ལོ་དྲུང་ཕྱུར་ཞེ་དགུ་ཡོད་པར་གསུངས་པས་དེ་ལྟ་བུའི་མུན་པའི་བར་དུའང་མ་སྐྱེས། ད་ལྟ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡོད་པའང་གླིང་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེར་ནི་སྐྱེས། དེའི་ནང་ནས་བསྟན་པ་དར་བའི་ཡུལ། བོད་དང་སོག་པོ་སོགས་ཡུལ་ཆུང་ཤོས་འགའ་ལས་མེད་པ་ལ། རང་ཅག་ཆོས་དར་བའི་གཞི་མ་བོད་འདིར་སྐྱེས། དེའི་ནང་ནས་དཔེར་ན་སྤྱར་ཀོ་ཤྲི་བསྐལ་བཟང་ཞེས་པས། དེད་ཨ་མདོ་བཀྲ་ཤིས་འཁྱིལ་ན་གྲྭ་ཚོགས་སྟོང་ཕྲག་འགའ་རེ་ཡོད་པ་ལ། དགེ་བཤེས་ལྔ་བཅུ་ཙམ་ཡོད། ཚོང་པ་ལྔ་བཅུ་ཙམ་ཡོད། དེ་གཉིས་གང་ཡང་མིན་པ་ལྔ་བཅུ་ཙམ་ཡོད་སོགས་ཟེར་བ་ལྟར་རང་རེའི་ཁྱིམ་གཅིག་ལ་བུ་སྤུན་བཅུ་ཡོད་ན། ཆོས་སློར་ཞུགས་པ་གཉིས་གསུམ་ལས་མེད། དེའི་ནང་ནས་ལམ་རིམ་ཉམས་སུ་བླངས་ཏེ་ཆོས་རྣམ་དག་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་ཀྱང་རང་རེ་རྣམས་ནི་དེ་འདྲའི་རང་དབང་མེད་སར་ཡང་མ་སྐྱེས། དེར་མ་ཟད་བདག་གི་བླ་མའི་གསུང་རྒྱུན་མན་ངག་ལྟར་རྒྱུ་བསྒྲུབ་དཀའ་བས་ཀྱང་དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་བ། ངོ་བོ་འཇོམས་དཀའ་བས་ཀྱང་རྙེད་དཀའ། དཔེ་སྒྲིད་དཀའ་བས་ཀྱང་རྙེད་དཀའ་བ་ཞེས་རྒྱུ་མཚན་གསུམ་བསམ་ཚུལ་གསུངས་ནས། དེས་ན་ད་རེས་རྙེད་རྙེད་རྙེད་པ་འདི་ལ་འདུན་མ་གདན་ཞིགས་དང་གདན་ཉེས། ཡར་འགྲོ་མར་འགྲོའི་ས་མཚམས། དེ་ཡང་གཞན་ལ་རེ་བ་བྱེད་མི་དགོས་པར་འདམ་ཀ་རང་ལག་ན་ཡོད་པས་སྐྱིད་སྡུག་གི་འདམ་ཀ་མ་ནོར་བ་བྱེད་དགོས།། འདི་ནས་འཕྱུག་ན་ནི་ཉིན་ཞག་རེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་འཕྱུག་པ་ཙམ་མིན་གྱི། ཚེ་རབས་གདན་གྱི་འདུན་མ་འཕྱུག་འགྲོ་བ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ད་ལྟ་ཕན་ཆད་མ་ཤི་བ་དེ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་འདུག །ད་ནི་ཆོའི་ལྷག་མ་ལོ་གཉིས་གསུམ་སོགས་ཟེ་ཙམ་ལུས་པ་དེའི་རིང་ལ། ཉིན་མཚན་སྦྲེལ་བའི་དཀའ་བ་སྤྱད་དེ་དམ་པའི་ཆོས་ཤིག་བྱ་རྒྱུ་མ་བྱུང་ན། སླར་ཡང་ངན་སོང་དུ་རང་ལོག་བྱེད་པ་ཡོད་དམ་སླམ་དུ་བསམ་དགོས། རང་རེ་ད་རེས་ལན་ཅིག་ལ་རིན་པོ་ཆེ་རིན་ཐང་མེད་པ་སྣེ་བཅོ་བརྒྱད་འཇོམས་པ

要的是不可「入寶洲而空返」。譬如有個人到達寶洲後，不去取珍寶，而是以歌舞耗時，並且還向其他商人借了很多的債，最後取不成珍寶，反而負債而返。這個人不是瘋子是什麼！同樣的，我們現在這個時候，正是求取解脫和一切智珍寶的最佳時候，如果我們不去求解脫和一切智，反而去修惡趣因的話，還有比我們更自欺或更愚笨的嗎？正如寂天所說的那樣：

「得如是暇已，我若不修善，
無餘欺過此，亦無過此愚。」

399 我們這樣僥倖一次獲得的暇滿身，即便在短至一碗茶的時間內，也能用來作積福，淨罪等事。因此，我們應該利用它來取心要：最好的是力求即身成佛；不然的話，也應力求獲得解脫；再不然，至少也應努力保證使自己來生不墮惡趣。＊《三摩地王經》中說：

「受其珍貴眾良藥，若不服用療病藥，
非醫致使非藥過，惟是病者自過失。
如是於此教出家，徧了力根靜慮已，
若於修行不精進，不勤現證豈涅槃？」

經中又說：

「我雖宣說極善法，汝若聞已不實行，
如諸病者負藥囊，終不能醫自體病。」

《入行論》中也說：

400 **「此等應身行，惟言說何益?**
若惟誦藥方，豈益諸病者？」

＊雖然上師善知識如實開示了前往解脫和一切智之道，但是如果自己不去

དང་འདྲ་བའི་དཔལ་རྟེན་རྙེད་པ་འདི་སྟོང་ལོག་ཏུ་མ་སོང་བ་གལ་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན། མི་ཞིག་རིན་པོ་ཆེའི་གླིང་དུ་སླེབ་ནས། དེར་རིན་པོ་ཆེ་ལེན་པར་མི་བྱེད་པར་གླུ་གར་སོགས་ཀྱིས་དུས་འདས་ཏེ༑ ཚོང་པ་གཞན་ལས་བུ་ལོན་ཡང་མང་པོ་ཞིག་བླངས། མཐར་རིན་པོ་ཆེ་མ་བླངས་པར་སླར་ལོག་ན་མི་དེ་ནི་སྨྱོ་བ་ལས་གཞན་ཅི་ཞིག །དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་རིན་པོ་ཆེ་རང་ལག་ཏུ་ལེན་ཚོག་འདི་ལྟ་བུའི་སྐབས་སུ་དེ་མི་ལེན་པར་སླར་ངན་སོང་གི་ལྷུ་སྒྲུབ་ན། དེ་ལས་བསླུས་པའམ། ལྐུགས་རྟགས་ཆེ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཞི་བ་ལྷས། འདི་འདྲའི་དལ་བ་རྙེད་གྱུར་ནས། །བདག་གིས་དགེ་གོམས་མ་བྱས་ན། །འདི་ལས་བསླུས་པ་གཞན་མེད་དེ། །འདི་ལས་རྨོངས་པའང་གཞན་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་མ་མཐར་ཇ་ཕོར་པ་གང་འཐུང་བའི་ཡུན་ལའང་བསགས་སྦྱངས་སོགས་ཀྱིས་སྙིང་པོ་ལེན་ཚོག་པའི་རྟེན་བཟང་ལན་ཅིག་རྙེད་པ་འདི་ལ། རབ་ན་ཚེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་པ་ཞིག་དང་། དེ་མ་བྱུང་ནའང་ཐར་པ་ཐོབ་ཙམ་ཞིག །དེ་མ་བྱུང་ནའང་མ་མཐའ་ཕྱི་མ་ངན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་བ་ཞིག་ལ་ངེས་པར་འབད་དགོས་ཏེ། མདོ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། སྨན་མང་བཟང་ཞིང་ཕངས་པ་དེ་བླངས་ནས། །ན་བ་འཚོ་བར་འགྱུར་པའི་སྨན་མི་འཐུང་། སྨན་པས་མ་ལན་སྨན་གྱིས་མ་ཉེས་ཏེ། །ནད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཉེས་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་བསྟན་པ་འདི་ལ་རབ་འབྱུང་སྟེ། །སྟོབས་དང་བསམ་གཏན་དབང་པོ་ཀུན་རིག་ནས། །སྒོམ་པ་ལ་ནི་མངོན་པར་བརྩོན་མི་བྱེད། །རིགས་པར་མི་བརྩོན་ག་ལ་མྱ་ངན་འདའ། །ཞེས་དང་། ངས་ནི་རབ་ཏུ་བཟང་པོའི་ཆོས་བཤད་ཀྱང་༑ །ཁྱོད་ཀྱིས་ཐོས་ནས་ཡང་དག་མ་སྒྲུབ་ན། །ནད་པ་སྨན་གྱི་རྐྱལ་པ་ཐོགས་པ་དག །བདག་གི་ནད་ནི་གསོ་བར་མི་ནུས་བཞིན། །ཞེས་དང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས། ལུས་ཀྱིས་འདི་དག་སྤྱད་པར་བྱ། །ཚིག་ཙམ་བརྗོད་པས་ཅི་ཞིག་འགྲུབ། །སྨན་དཔྱད་བཀླགས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། །ནད་པ་དག་ལ་ཕན་འགྱུར་རམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བླ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཐར་པ་

修的話，就像高明的醫師雖然給予許多藥品，而患者不去服用，終究也治不了病一樣，（帕繃喀大師總結說，想不想按照上師所開示的教授去修，完全取決於我們自己。所以，我們應該將餘生全部用於修法，努力使我們的暇滿具有意義。

然後，大師又將上述內容重講了一次，並簡略開示了修所緣法。大師接著說，啟請頂上上師及展開科判而修照前。由此生起證悟的標準，如格西博朵瓦所說：

「若知暇滿難得理，豈有邪行安樂住？[55]」

及如宗喀巴大師所說：

「若知難得無劣住，若見利大惜無益，
若思惟死慮後世，若思業果遮放逸。[56]」

又如吉祥貢巴瓦一心修法，連拔火棍粗細的檉柳刺入腿中也顧不得拔出來。如果我們能做到這樣的話，便是生起了暇滿、利大和難得的證德。）

第十天 死亡無常

402 （嘉傑・帕繃喀仁波切首先引用大智者成就師——根敦丹增嘉措（僧伽持教海）[1]的話說：

「此[2]是具量經論心，非是臆造虛妄法；
此是大車之論典，非是愚者之言談；
此是智成之覺受，非是眩翳之幻相；
此是無上菩提道。非是可畏懸險地。[3]」

並配合介紹所說法的殊勝，簡略地告訴我們改正動機的方法。然後回顧了前幾天已講述的各科，並且又將道之根本依止善知識法「加行依上法」之後的內容重述了一遍。）

在座間，我們應該多閱讀開示「暇滿」法類的書籍。

[55] 引自《噶當嘉言集》。
[56] 《樂善根本頌》。
[1] 安多夏瑪爾活佛（1852～1910）。
[2] 指「菩提道次第」。
[3] 引自《菩提速道引導所緣修法晰解・放射利樂光明之日》。

དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་བགྲོད་པའི་ལམ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་བསྟན་ཀྱང་། རང་གིས་ཉམས་སུ་མ་བླངས་ན། སྨན་པ་མཁས་པས་སྨན་མང་དུ་སྦྱིར་ཡང་ནད་པས་མ་ཟོས་ན་ནད་གསོ་མི་ནུས་པ་དང་འདྲ་བས། བླ་མའི་གདམས་ངག་བསྟན་པ་རྣམས་དེ་བཞིན་སྒྲུབ་མི་སྒྲུབ་ནི་རང་གཅིག་པུ་ལ་རག་ལས་པས་ན། ཚེ་འདུག་ཆོས་ལ་བསྒྲིལ་ནས་དལ་འབྱོར་དོན་ལྡན་བྱ་བ་ལ་འབད་གསུངས། དེ་ནས་བསྐུར་བཤད་དང་། སྐྱོང་ཚུལ་མདོར་བསྟན་ལ། སྤྱི་བོའི་བླ་མར་གསོལ་འདེབས་དང་། ས་བཅད་བཀྲམ་ནས་གོང་བཞིན་བསྒོམས་པས་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པའི་ཚད་ནི། དགེ་བཤེས་པོ་ཏོ་བས། དལ་འབྱོར་རྙེད་པར་དཀའ་བ་གོ་གྱུར་ན། །འཆལ་པ་བློ་བདེར་སྤྱོད་པ་ག་ལ་སྲིད། །ཅེས་དང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་པས། རྙེད་དཀའ་རིག་ན་གྱི་ནར་སྤྱོད་ཐབས་མེད། །དོན་ཆེན་མཐོང་ན་དོན་མེད་འདའ་བ་ཞངས། །འཆི་བ་བསམས་ན་ཕྱི་མར་འགྲོ་གྲབས་བྱེད། །ལས་འབྲས་བསམས་ན་བག་མེད་གནས་ལས་ལྡོག །ཅེས་དང་། དཔལ་ལྡན་དགོན་པ་བས་བཀྲ་ཤིས་ལ་སྨིན་མ་ཡོག་ཤིང་ཙམ་ཟུག་པའང་འདོན་ལོང་མ་བྱུང་བར་སྒོམ་མཛད་པ་སོགས་ལྟར་བྱུང་ན་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྙེད་དཀའི་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པ་ཡིན་གསུངས།། ||

༄ ཉིན་བཅུ་པར། ཇི་སྐད་དུ་མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་དགེ་འདུན་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས། བཀའ་བསྟན་ཚད་མའི་ཉིང་ཁུ་ཡིན་གྱི་རང་བཟོའི་བརྫུན་ཆོས་དེ་མ་ཡིན།། ཤིང་རྟ་ཆེ་རྣམས་བཞེད་གཞུང་ཡིན་གྱི་བླུན་པོའི་ངག་སྒྲོས་དེ་མ་ཡིན། །མཁས་གྲུབ་དམ་པའི་ཉམས་མྱོང་ཡིན་གྱི་ཟ་ཟྲེའི་འཁྲུལ་སྣང་དེ་མ་ཡིན། །བླ་མེད་བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ་ཡིན་གྱི་ཉམ་ངའི་གཡང་ས་དེ་མ་ཡིན། །ཞེས་འདྲེན་པར་མཛད་ནས། འཆད་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བརྗོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཀུན་སློང་འཆོས་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་ཤིག་སྨྲས་ཏེ། སྔོན་དུ་ས་བཅད་ཇི་ལྟར་སོང་བ་རྣམས་གསུངས་རྗེས། ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་སྦྱོར་བས་བསྟེན་ཚུལ་ཡན་ལ་བསྐུར་བཤད་མཛད། ཐུན་མཚམས་སུ་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་སྐོར་སྟོན་པའི་དཔེ་ཆ་གཙོ་བོར་བལྟ།

在思惟暇滿，利大和難得之後，我們對人身會生起取其心要的願望，此時
便可開始以「三士道次第」來修心。隨著在三士道中修心的程度，我們依次可
取小、中、大三類心要。如果我們想獲得佛位，就必須依次生起前後各道才行，
因為前面的道沒有生起，後面的道也就無法生起。以康巴人朝「覺窩」像為喻，
403 他們先以「覺窩」像為目標，離家出發，依次行經各站，最後抵達目的地。除
此之外，是無法一蹴而就的。同樣的，如果下面的出離心等未生起的話，上面
的悲心等道也是生不起來的。《入行論》中也這樣說：

「先前如是心，自利諸有情，
夢中尚未夢，何能生利他？」

所謂「下、中士道」，意思是指在下士和中士共同的「道次第」中修心，
而不是在下士和中士的正道中修心。譬如說，現有三人分別前往札什倫布、隴
和曲須。第一個人的目的地雖說是札什倫布，但他也必須和其他二人同走一條
路。當其他二人到達目的地曲須和隴後，他則繼續前往札什倫布，而不停留在
這兩個地方。因此，在「道次第」中，即便在修下、中士道的時候，我們的目
標也應鎖定在「為利有情願證佛位」上面。所以，發心是正行，共下、中士道
404 是發心的前行。

有人或許會想：「那麼，從一開始就講上士道好了，何必另立下、中士之名呢？」當知這樣講有兩個目的：

དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྙེད་དཀའ་བ་བསམས་ནས་རྟེན་དེ་ལ་སྙིང་པོ་ལེན་འདོད་སྐྱེས་པ་ན། སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པས་བློ་སྦྱོང་བ་སྟེ། དེ་གསུམ་ལ་ཇི་ཙམ་བློ་སྦྱངས་པ་ཟིན་ན། རིམ་བཞིན་སྙིང་པོ་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་དེ་ཙམ་དུ་ལོན་པ་ཡིན། རང་ཅག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཞིག་ཐོབ་འདོད་ན་ལམ་སྔ་མ་སྔ་མ་སྔོན་དུ་སྐྱེ་བ་དགོས་ཀྱི། དེ་མ་སྐྱེས་པར་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་མི་སྐྱེ་སྟེ་དཔེར་ན། ཁམས་པ་ཇོ་ མཛལ་ཡོང་བ་ཚོ་དང་པོ་ཁྲིམ་ནས་འོང་བ་ནས་བཟུང་ཇོ་བོ་ལ་དམིགས་ཏེ་ལམ་རིམ་པར་བགྲོད་ནས་འོང་བ་ལས། ཇོ་བོ་མཇལ་སར་མཆོང་བརྒྱག་གིས་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་དང་འདྲ། དེ་བཞིན་དུ་ལམ་གོང་མ་སྙིང་རྗེ་སོགས་སྐྱེ་བ་ལ་འོག་མའི་ངེས་འབྱུང་སོགས་མ་སྐྱེས་པར་མི་འོང་བ་སྤྱོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་དེ་དག་རྣམས་ལ་སྔོན། །རང་གི་དོན་དུ་འདི་འདྲའི་སེམས། །རྨི་ལམ་དུ་ཡང་མ་རྨིས་ན། །གཞན་གྱི་དོན་དུ་ག་ལ་སྐྱེ། །ཞེས་གསུངས། སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་ཞེས་པའང་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་བློ་སྦྱོང་བ་ཡིན་གྱི་ཆུང་འབྲིང་གི་ལམ་དངོས་ལ་བློ་སྦྱོང་བ་མིན་ལ། དེ་ཡང་དཔེར་ན་བཀྲ་ཤིས་ལྷུན་པོ་དང་། རོང་དང་། ཆུ་ཤུར་དུ་འགྲོ་མི་གསུམ་ལ་སྦྱར་ན། དང་པོ་དེ་བཀྲས་ལྷུན་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་ལ། དེར་བགྲོད་པའང་གཞན་གཉིས་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ནས་བགྲོད་དགོས། མི་དེ་གསུམ་གྱི་བསམ་པ་མི་འདྲ་སྟེ། ཆུ་ཤུར་དང་རོང་ལ་སྔོད་འདོད་ནས་འགྲོ་བ་དང་། དེར་མི་སྡོད་པར་བཀྲས་ལྷུན་དུ་འགྲོ་བའི་བསམ་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་ལམ་རིམ་འདིར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་སྐབས་ཀྱང་དམིགས་ཡུལ་སེམས་ཅན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་དམིགས་དགོས་པས། སེམས་བསྐྱེད་ཉིད་དངོས་གཞི་ཡིན་ཞིང་། ཆུང་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་རྣམས་སེམས་དེ་སྐྱེ་བའི་སྔོན་འགྲོ་ཡིན།

འོ་ན་དང་པོ་ནས་ཆེན་པོ་བཤད་པས་ཆོག་གི །ཆུང་འབྲིང་ཞེས་འདོགས་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་སྙམ་ན། དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་དགོས་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། དང་པོ་ནས་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་ལ་བློ

第一，為了使那些無法在上士道中修心的人能漸次修心，所以讓他們先從下、中士道學起，這樣能廣益上、中、下不同心力的人士。

第二，某些人對前行道不熟悉，連出離心都未在相續中生起，卻自誇為大乘人和密宗師，為了摧伏他們的增上慢[4]，所以這樣子說。

為了生起菩提心，我們必須先生起對他人的苦難深感不忍的悲心；為了生起悲心，我們必須先了解自己是如何受苦的。為此我們需要先了解一切輪迴的自性是苦的，在這之前，我們又先要對惡趣的苦心生恐懼，因為如果不害怕惡趣，也就不會對天、人的快樂心生厭離。所以最初應在共下士道中修心，它就像是房屋的地基或墊石一樣。我們無法像已獲證悟者那般可以越級證果。

傑·密勒日巴早期也在瑪爾巴跟前學共同道，他的許多證道歌都與此有關。不僅如此，密法的迅捷特色也必須依靠「道次第」才能體現起來，《樂道》
405 與《速道》的書名便反映了這一情況。

密勒日巴能即生成就雙運，並不是單靠密法，當知他在前世已將三士道全部修完。《最初修心》[5]等文章中說，他的前生是噶當派大德洽扯卻。[6]

（帕繃喀大師說，雖然應該先修共同道，然後入密宗之門，但我們卻不按部就班，往往是一開始就學密宗。在不守護三昧耶的情況下，縱然我們看起來好像能修二次第[7]，實際上卻與求生金剛地獄[8]等無差別。）

因此，我們必須從一開始就糾正態度，並生起宏大的心量：「如果需要的話，即便一個所緣類，我也要花畢生的時間去修！」然而我們卻時常都倒著來，往往對俗事懷著大的心量，對佛法反而輕忽了。對俗事不必多慮，對佛法則應

[4] 以未證為證的傲慢自得之心，七慢之一。

[5] 全稱為《菩提道次第修心最初修法·開啟法門》，京俄瓦·洛卓堅贊造。漢譯本不全，譯者佚名。

[6] 噶當派「四瑜伽師」之一，係一在家居士，師事阿底峽尊者五年，尊者圓寂後，隨仲敦巴至熱振寺。

[7] 無上瑜伽部之道分二個次第：生起次第與圓滿次第。

[8] 為所有地獄中受苦最久、最重的地方，犯密宗戒者將墮該獄。

སྦྱོང་མི་ནུས་པ་རྣམས་བློ་རིམ་པར་སྦྱོང་བའི་ཆེད་དུ་ཆུང་འབྲིང་ནས་སྦྱངས་པས་གང་ཟག་བློ་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ལ་ཕན་ཆེ་བ་དང་། ཡང་ལམ་སྔོན་མ་རྣམས་ལ་མ་འདྲིས་པས་ངེས་འབྱུང་ཙམ་ཡང་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པར། བདག་ཐེག་ཆེན་པ་དང་། གསང་སྔགས་པར་ཁས་འཆེ་བའི་ང་རྒྱལ་གཞོམ་པའི་དགོས་པ་ཡོད། དེས་ན། དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བ་ལ་གཞན་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྙིང་རྗེ་སྐྱེ་དགོས་ཤིང་། དེ་སྐྱེ་བ་ལ་དང་པོར་རང་ཉིད་ཇི་ལྟར་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར་བ་ཤེས་དགོས། དེ་ཡང་འཁོར་བ་མཐའ་དག་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ལ། རེ་ཞིག་དང་པོར་ངན་སོང་ལ་འཇིགས་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། ངན་སོང་ལ་མི་འཇིགས་པར་ལྷ་མིའི་བདེ་བ་ལ་ཡིད་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་བས། དང་པོར་ཆུང་ངུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་བློ་སྦྱོང་དགོས་པ་ནི། ཁང་པའི་རྨང་གཞིའམ་འོག་གི་རྩིག་པ་ལྟར་ཡིན་གྱི། སྦྱངས་པ་སྔོན་སོང་ལྟར་འབྲས་བུ་ཐོད་རྒལ་བ་རང་ཅག་ལ་མི་འབྱུང་། རྗེ་མིད་ལས་ཀྱང་མར་པའི་དྲུང་ནས་ཐུན་མོང་ལམ་སྦྱངས་མཛད་དེ་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པའི་མགུར་མང་པོ་ཡོད། དེར་མ་ཟད་གསང་སྔགས་ཀྱི་སྨིན་ཁྲིད་ལམ་རིམ་གྱིས་འདོན་དགོས། བདེ་ལམ་དང་སྨྱུར་ལམ་ཞེས་པའི་མཚན་སྙན་ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན། མིད་ལ་སྐུ་ཚེ་དེར་ཟུང་འཇུག་གྲུབ་པ་སྔགས་གཅིག་པུས་མིན་པར་ཚེ་སྔོན་མར་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་སྦྱངས་ཟིན་པས་ཡིན་ཏེ། ཁོང་གི་སྐུ་སྐྱེ་སྔ་མ་བཀའ་གདམས་པ་ཕུག་ཁྲི་མཆོག་ཡིན་པར་ཐོག་མའི་བློ་སྦྱོང་སོགས་ལས་གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཐུན་མོང་ལམ་སྦྱངས་སྔོན་སོང་གིས་གསང་སྔགས་ལ་འཇུག་དགོས་ཀྱང་། རང་རེས་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་དང་པོ་ནས་སྔགས་ལ་ཞུགས། དམ་ཚིག་མི་སྲུང་བར་རིམ་གཉིས་བསྒོམ་ལོ་བྱས་ཀྱང་། རྡོ་རྗེའི་དམྱལ་བར་ཆེད་དུ་འཇུག་མཁན་མང་གསུངས། དེས་ན་དང་པོ་ནས་བཙོས་ལ་བློ་རྒྱ་བསྐྱེད་ནས་དམིགས་སྐོར་གཅིག་ལའང་མི་ཚེ་སྒྲིལ་སྒོམ་པའི་བློ་རྒྱ་བསྐྱེད་དགོས་ཀྱི། རང་ཅག་འཇིག་རྟེན་ལ་བློ་རྒྱ་བསྐྱེད་པ་འདི་གོ་ལོག་ཏུ་སོང་། བློ་སྣ་ཐུང་བའང་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ལ་བསྟུང་བ་ལས། ཆོས་

多多用心。

406 「沒有修不成的法」，如果我們具有這樣的信念，並努力實修的話，那麼用不了數年或數月的工夫就能修成一個所緣類。格西噶馬巴[9]曾說：

「汝言思而不生，汝於何時思耶？
晝日散亂，夜則昏睡，汝勿說妄語！」

我們的情形比他說的更糟，我們連一個完整的所緣類都沒有在一座早課內修過，卻在抱怨為何還生不起證悟，這是絕對錯誤的想法！有些人沒有「骨石相遇」[10]般腳踏實地的修持，只是在唸誦一、二遍《功德之基頌》時稍微閉閉眼睛，就指望能生起「菩提道次第」的體悟，這種願望太不實際。

噶當派的貢巴仁欽喇嘛（修寶上師）[11]說：「眼光要放遠一點，心量要放大一點，情緒要放鬆一點。」意思就是說，我們的眼光要放遠些，把目標鎖定在遍智佛地上；對於下、中士道，心量要放大些；修法時，情緒要做到鬆緊合適；即使平日的行持也要做到鬆緊有度。我們有時聽上師說法，會生起不可抑制的出離心、急切地想修法，但沒過幾天，又照常胡作非為，這是不究竟之相。

---

[9] 法名為喜饒沃（智光，1057～1131）。
[10] 以石碎骨而求髓。
[11] 阿底峽尊者親教弟子。

ལ་བློ་སྣ་ཐུང་བ་དེ་འདྲ་མི་བྱེད། ཆོས་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་མི་འགྲུབ་པ་མི་སྲིད་སྙམ་དུ་སྙིང་རུས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་ན། དམིགས་སྐོར་གཅིག་ལ་ལོ་ཟླ་བསྒྲིལ་དགོས་པ་མི་འོང་། དགེ་བཤེས་ཀ་མ་བས། རང་ཅག་བསམསམས་པས་མ་བྱུང་ཟེར་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱིས་ནམ་བསམས། ཉིན་མོ་ནི་ཡེང་ཡེང་བྱེད། མཚན་མོ་ནི་གཉིད་ལོག་གིན་འདུག་པས་ཇུན་མ་ཟེར། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རང་ཅག་གིས་དེ་ལྟར་ལྟ་ཞོག །ཐུ་ཐུན་གཅིག་ལའང་དམིགས་སྐོར་གཅིག་ཙམ་ཆ་ཚང་ཞིག་མི་བསྒོམ་པར། ད་དུང་རྟོགས་པ་མི་སྐྱེ་བ་འདུག་སྙམ་པ་ནི། སྣང་བ་འཁྲུལ་ཐག་ཆོད་པ་རེད། ཉམས་ལེན་རྫོ་རུས་ཐུག་པ་ཞིག་གི་ཧ་ཀང་བརྩུག་ནས་མི་བྱེད་པར། ཡོན་ཏན་གཞིར་བྱུར་མ་ལྟ་བུ་ཚར་རེ་ཙམ་འདོན་སྐབས་མིག་ཙུམ་ཙམ་ཙུམ་ཙམ་བྱེད་པ་དེ་ཁོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཉམས་རྟོགས་སྐྱེ་བར་འདོད་པ་ནི། འདོད་ཐག་ཧ་ཅང་ཉེ་བའི་སྐྱོན་ཡིན། དེས་ན། བཀའ་གདམས་པ་སྒོམ་པ་རིན་ཆེན་བླ་མས། མིག་རྒྱང་བསྲིངས། བློ་རྒྱ་བསྐྱེད། ཁོང་གསང་ལྷོད་ཅེས་གསུངས་པ་འདི་གསུམ་གནད་ཆེ་བས་རྒྱང་རིང་པོར་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་ས་ལ་བལྟས། སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་ལ་བློ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད། གྲིམས་ལྷོད་རན་པོར་བྱས་ཏེ་ཁོང་གསང་གློད་དེ་བསྒོམ་དགོས་པའི་དོན་ཡིན། ཉམས་ལེན་ཀྱང་ཐང་ལྷོད་རན་པར་བྱ་ཡི། བླ་མའི་ཞལ་ནས་ཆོས་ཐོས་པ་ལྟ་བུའི་ཚེ། ངེས་འབྱུང་སྣ་ཐུང་སྤྲོ་སྤུད་ཀྱིས་ཉིན་ཁ་ཤས་ཤིག་ལ་མི་བྱེད་དགུ་བྱེད་པ་ནི་མཐར་མི་ཕྱིན་པའི་རྟགས་ཡིན།། །།

丙二、如何正取心要之理

407 本段分三節：（丁一）於共下士道次第修心；（丁二）於共中士道次第修心；（丁三）於上士道次第修心。

丁一、於共下士道次第修心

此節又可分兩方面：（戊一）發起希求後世之心；（戊二）依止後世安樂方便。

戊一、發起希求後世之心

408 此又分兩部分：（己一）此世下能久住而念死：（己二）思惟後世二趣苦樂如何。

己一、此世不能久住而念死

分三部分：（庚一）不念死之過患；（庚二）念死之利益；（庚三）正念死之理。

庚一、不念死之過患

分六小節：（辛一）不念正法過患；（辛二）雖念不修過患；（辛三）雖修不淨過患；（辛四）修不殷重過患；（辛五）自謀不善過患；（辛六）臨終時將追悔而死過患。

409 **辛一不念正法過患**

如果心裡不念及死亡的話，我們就只會考慮現世的種種需要，整天為衣、食等忙碌，妨礙我們去修佛法。反之，若我們能認真地念死的話，便會一心一意地為後世作準備。就像準備出發的康巴香客全力打點行裝一樣。我們對現世的衣、食、名三者有如此大的貪著，也是因為不念死的緣故。如果不以憶念無常來指導我們，我們哪一天不念死，哪一天就會流於現世的經營。

辛二、雖念不修過患

宗喀巴大師說：

༄༅། སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་བློ་སྦྱོང་བ།

གཉིས་པ་སྙིང་པོ་ཇི་ལྟར་ལེན་པའི་ཚུལ།

དེས་ན་གཉིས་པ་སྙིང་པོ་ཇི་ལྟར་ལེན་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ། སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་བློ་སྦྱོང་བ། སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་བློ་སྦྱོང་བ། སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་བློ་སྦྱོང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མ་དོན་གཉེར་གྱི་བློ་བསྐྱེད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟེན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། འཇིག་རྟེན་འདིར་རིང་དུ་མི་གནས་པར་འཆི་བ་རྗེས་སུ་དྲན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྡུག་བསམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། འཆི་བ་མ་དྲན་པའི་ཉེས་དམིགས། དྲན་པའི་ཕན་ཡོན། འཆི་བ་དྲན་ཚུལ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ལ་དྲུག་ལས།

དང་པོ་ཆོས་མི་དྲན་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། འདི་མ་དྲན་ན་ཚེ་འདི་ཁོ་ན་བསམས་ནས། དེའི་རིང་ཟས་གོས་སོགས་དགོས་དགོས་མང་པོ་ཞིག་ལ་མགོ་འཁོར་ནས་ཆོས་མི་འབྱུང་ཞིང་། འདི་ལེགས་པར་དྲན་པ་ཞིག་བྱུང་ན། ཁམས་པའི་འགྲུལ་པ་འགྲོ་རན་པ་དེས་འགྲོ་ཆས་ཁོ་ན་བསྒྲིགས་པ་བཞིན་ཕྱི་མའི་གྲབས་འབའ་ཞིག་བྱེད་པ་འབྱུང་བ་ཡིན། ཚེ་འདིའི་ལྟོ་གོས་གནམ་གསུམ་སོགས་ལ་ཆེས་ཆེར་ཞེན་པ་ཡང་མི་རྟག་པ་མ་དྲན་པས་ལན། མི་རྟག་པ་དྲན་པས་མ་ཟིན་ན༑ ཉིན་གཅིག་སོགས་ཇི་ཙམ་མ་ཟིན་པ་དེ་ཙམ་ཚེ་འདི་པར་ཞེན་འགྲོ །

གཉིས་པ་དྲན་ཀྱང་མི་བསྒྲུབ་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། འདི་མ་དྲན་ན། རྗེ་ཙོང་ཁ་པས་

「此復僅念今後邊際定當有死，雖皆共有。然日日中，乃至臨終，皆起惡念：今日不死，今亦不死。」

如果不念死的話，我們的心老是執於不死，而一味地推延修法的時間，心
410 裡想：「明天修好了，後天修好了。」像這樣縱然念及佛法也無法去修，心懷散亂，總是惦記著發財等事，永遠沒有修法的機會，就這樣耗去一生的時光。

辛三、雖修不淨過患

雖然我們這些人都在修法，但修的都不是清淨的法，因為我們不能克服現世的虛榮。我們所作的聞、思只是為了想做個學者或求名；禪修、唸誦也多半是為了要消除現世的違緣；不見訪客的大修行者，目的也在於求名等等；不摻雜罪行的修行幾乎一樣也沒有。

曾有人請問阿底峽尊者:「只考慮現世的人會有怎樣的果報？」大師答:「果報也只有那樣。」又問:「會有什麼樣的後世呢？」答道:「地獄，餓鬼和畜生！」只求現世的果報是：今生能成就一些小利，後世則墮惡趣。這樣的話，我們和那些在家人就沒有任何差別了。

修法首先要捨棄現世，但這並不意味著我們必需要成門乞丐，因為乞丐不
411 是為了捨棄現世而去流浪，我們要捨棄的是「世間八法」。

凡摻雜世間八法的，就不是正法。瑜伽師洽扯卻曾逐一詢問阿底峽尊者說：「我去修行好呢？去講經好呢？還是邊修行、邊講經好呢？」尊者回答說這些都無益。他接著問：「那麼，做什麼才好呢？」回答是：「捨棄現世！」嘉瑪瓦[12]說：

「佛法修持一無成，汝愚自矜為佛徒；
修法首須捨現世，當觀自心之有無！」

---

[12] 法名為雍丹沃（功德光，十四世紀晚期），嘉賽•脫麥桑波（無著賢）之弟子。

ཀྱང་༑ མཐར་འཆི་བ་ཞིག་འོང་སྙམ་པ་ཀུན་ལ་ཡོད་ཀྱང་དེ་རིང་ཡང་མི་འཆི་དེ་རིང་ཡང་མི་འཆི་སྙམ་པའི་བློ་ངན་འདི་འཆི་ཁ་མ་ཚུན་ལ་འབྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བློས་མི་འཆི་བའི་ཕྱོགས་བཟུང་སྟེ་ཆོས་སང་ཕོད་བྱས་ཆོག་གནང་ཕོད་བྱེད་ཆོག་སྙམ་པའི་ཕྱི་བཤོལ་ཤ་སྟག་གི་དབང་དུ་སོང་ནས། ཆོས་དྲན་ཀྱང་མི་བསྒྲུབ་ཅིང་། ནོར་ཞིག་དགོས་འདུག་སྙམ་པ་སོགས་གཡེང་བ་ཁོ་ནས་ཆོས་བསྒྲུབ་རྒྱུ་མ་བྱུང་བའི་ངང་ནས་མི་ཚེ་ཟད་པ་ཞིག་འོང་།

གསུམ་པ་བསྒྲུབས་ཀྱང་རྣམ་དག་མི་བསྒྲུབ་པ་ནི། ད་ལྟ་རང་རེས་ཆོས་སྒྲུབ་པ་ཡིན་མོད། རྣམ་དག་ཅིག་མ་བྱུང་བ་ནི། ཚེ་འདིའི་སྣང་ཤས་མ་ལོག་པས་སྐྱོན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། ཐོས་བསམ་བྱས་པའང་མཁས་འདོད་གྲགས་འདོད་དུ་ཤོར། བསྒོམ་བཟླས་སོགས་ཀྱང་ཚེ་འདིའི་རྐྱེན་སེལ་སོགས་སུ་བསམས། མི་དང་མི་འཕྲད་པའི་སྒོམ་ཆེན་ཡང་གྲགས་འདོད་དུ་ཤོར་བ་སོགས་ཉེས་སྐྱོན་དང་མ་འདྲེས་པ་མི་འབྱུང་། ཇོ་བོ་ཆེན་པོར་ཚེ་འདི་ཁོ་ན་བསམས་པ་ལ་འབྲས་བུ་ཅི་མཆི་ཞུས་པར། འབྲས་བུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཆི་གསུངས། ཕྱི་མར་ཅི་མཆི་ཞུས་པས། དམྱལ་བ་མཆི། ཡི་དྭགས་མཆི༑ དུད་འགྲོ་མཆི་གསུངས་པ་ལྟར་དེའི་འབྲས་བུ་ཚེ་འདིའི་དོན་ཙུང་ཟད་འགྲུབ་ཅིང་། ཕྱི་མ་འབྲས་བུ་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བར་གསུངས། དེ་སོང་ན་ཁྲིམས་པ་དང་ཁྲུད་མ་ཐོན་པ་ཡིན། ཆོས་བྱེད་པ་ལ་ཐོག་མར་ཚེ་འདི་བློས་ཐོངས་པ་དགོས། དེ་སྤྲང་པོ་བྱེད་པ་ལ་མི་ཟེར་ཏེ། དེས་ཀྱང་བློས་མ་ཐོངས་པར་འཁྲུམས་པས་བློས་གཏོང་རྒྱུ་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་ཡིན། འདི་དང་འདྲེས་ན་ཆོས་མིན་པས་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆག་ཁྲི་མཆོག་གིས་ཇོ་བོ་ལ་ངས་སྒོམ་མམ། བཤད་དམ། རེས་སྒོམ་རེས་བཤད་དམ་ཞེས་རེ་རེ་ནས་ཞུས་པར་དེ་དག་ལ་ཕན་མེད་གསུང་། འོ་ན་ཇི་ལྟར་བགྱི་ཞུས་པས་འཇིག་རྟེན་བློས་ཐོངས་གསུངས་པ་དང་། རྒྱ་མ་བས། ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྣ་གཅིག་མ་འགྲུབ་ཀྱང་། །ཁྱོད་ཉིད་ཆོས་པར་རློམ་པ་ཀྱི་མ་ལྷུན། །ཆོས་ཀྱི་དང་པོ་ཚེ་འདི་བློས་ཐོངས་པ།། རང་གི་རྒྱུད་ལ་འདུག་གམ་མི་འདུག་ལྟོས། །ཞེས་དང་། སྟོད་ལུང་པས་གཞན་ཞིག་ལ།

堆隴巴曾對人說：「老兄！布施固然不錯，但修法更好！」這些都說明，佛法與世間法是對立的。博朵瓦也說過：「有兩個尖頭的針不能縫衣。」

如果不念死，我們就不會有捨棄現世之念；如果不能捨棄現世，得利時便高興，不得利時便沮喪；對於苦、樂、稱、譏、讚、毀的反應也一樣，如此，終為八法所控制。「八法」即龍猛所說的：

412 **「利無利苦樂，稱無稱毀譽，**
了世俗八法，齊心離斯境。」[13]

（帕繃喀大師接著又講了某人向博朵瓦獻綠松石的故事。)[14]林日巴也說：

「輪迴分別城邑中，世間八法僵屍游，
此即可畏屍陀林，師當於彼修等味。」

因此，我們應該捨棄現世，做到「心極法依止」。倘若對生活有所顧慮，就應想：「即便不富裕也可以。」這樣即能做到「法極窮依止」。我們的大師釋迦佛從有家到無家而出家時，拋棄一切王室的榮華富貴，改穿從垃圾堆裡拾來的衣服等等，就是「心極法依止」和「法極窮依止」的榜樣。宗喀巴大師也一樣。

做到「法極窮依止」之後，我們或許又會想：「我會不會因為找不到糧食而餓死呢？」這時候應想：「如果我會為修法苦行而死的話，死就死吧！」如此才能做到「窮極死依止」。雖然我們應該有這樣的決心，但事實上修行人因斷糧而餓死的事從未發生過。具足大恩的大師佛陀將能夠受生轉輪王六萬次的福德迴向給我們，所以，即便世間發生饑荒，世人用珍珠來交換等量麵粉的時候，佛陀的弟子仍不會餓死。正所謂：

---

[13] 引自《親友書》。

[14] 有人曾向博朵瓦供養一塊大綠松石，博朵瓦拒絕碰觸，但命此人將綠松石放下，博朵瓦隨之為他作了迴向。次日博朵瓦離去之後，那人發現綠松石仍在原地。故事詳見《道次第傳承上師傳》。

ཇོ་བོ་སྤྱིན་པ་གཏོང་བ་ཡང་བཟང་སྟེ། དེ་བས་ཀྱང་ཆོས་རང་གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་རྒྱབ་འགལ་ཡིན་བྱ་བ་ཡང་འདི་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། པོ་ཏོ་བས་ཀྱང་། ཁབ་རྩེ་གཉིས་ཀྱིས་ཆེམ་བུ་མི་ཡོང་སོགས་གསུངས། འཆི་བ་མ་དྲན་ན་ཚེ་བློས་བཏང་བ་མི་འབྱུང་ཞིང་། ཚེ་འདི་བློས་བཏང་བ་མ་བྱུང་ན། རྙེད་པ་བྱུང་ན་དགའ་བ། མ་བྱུང་ན་མི་དགའ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བདེ་མི་བདེ། སྙན་མི་སྙན། བསྟོད་སྨད་དེ། ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་དབང་དུ་འགྲོ། དེ་བརྒྱད་ནི། ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས། འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པ་རྙེད་དང་མ་རྙེད་དང་། །བདེ་དང་མི་བདེ་སྙན་དང་མི་སྙན་དང་། །བསྟོད་སྨད་ཅེས་བགྱི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་པོ། །བདག་གི་ཡིད་ཡུལ་མིན་པར་མགོ་སྙོམས་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། པོ་ཏོ་བར་གཡུ་ཐུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྨྲར། གླིང་རས་པས་ཀྱང་། འཁོར་བ་རྣམ་རྟོག་གི་གྲོང་ཁྱེར་ན། །འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་རོ་ལངས་རྒྱུ། །དུར་ཁྲོད་འཇིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་དེ་ན་གདའ། །བླ་མ་རོ་སྙོམས་ཤིག་མཛད་ན་དེ་རུ་མཛོད། །ཅེས་གསུངས། དེས་ན་ཚེ་འདི་བློས་བཏང་ནས་བློ་ཕྱོགས་ཆོས་ལ་གཏད། དེའི་རྗེས་སུ་འཚོ་བ་སོགས་འབྱོར་མི་འབྱོར་གྱི་བསམ་པ་བྱུང་ན་དེ་འདྲ་བ་མ་བྱུང་ནའང་རུང་སྙམ་པའི་ཆོས་ཕྱུགས་སྤྲང་ལ་གཏོད་དགོས། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་ཀྱང་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་། རྒྱལ་སྲིད་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ཀུན་དོར་ནས། གད་སྙིགས་ཀྱི་ཁྲོད་ནས་རྙེད་པའི་ན་བཟའ་བཞེས་པ་སོགས་བློ་ཕྱུགས་ཆོས་ལ་གཏད། ཆོས་ཕྱུགས་སྤྲང་ལ་གཏད་པ་ཡིན། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་དེ་བཞིན་མཛད། ཆོས་ཕྱུགས་སྤྲང་ལ་གཏད་པའི་རྗེས་སུ་ཟས་མ་རྙེད་ནས་ཤི་བར་མི་འགྱུར་རམ་སྙམ་པ་བྱུང་ན། ཆོས་ཕྱིར་དཀའ་སྤྱད་བྱས་ནས་ཤི་ནའང་ཤི་ཞེས་སྤྲང་ཕྱུགས་ཤི་ལ་གཏད། དེ་ལྟར་བློས་བཏང་ཡང་། ཆོས་པ་འཚོ་བ་ཆད་ནས་ལྟོགས་གྲིར་ཤི་བའི་གཏམ་མེད། སྟོན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱིས་འཁོར་བསྐྱུར་དྲུག་ཁྲིའི་བསོད་ནམས་རང་ཅག་ལ་བསྔོ་བར་མཛད་པས། འཇིག་རྟེན་ན་མུ་གེས་ཕྱེ་དང་མུ་ཏིག་བརྗེ་བའི་སྐབས་བྱུང་ཡང་། རྗེས་འཇུག་སུའང་ལྟོགས་གྲིར་

413 **「若大修行不下山，麵團自會滾上坡。」**

格西奔也說：

「我作白衣的時候，雖然帶著像刺一樣多的箭、刀和矛，但仍然感到仇人很多，不夠防禦；因為我一個人能敵四十人，人們就給我安個綽號叫做『嚇四十』。我雖然白天上山打劫，晚上來村裡行盜，但衣食仍感不足。現在呢？自我修法以後，衣食不再匱乏，仇敵自然消滅。」[15]

又所謂：

「若棄貪如屍，妙欲降如鷹。」

（帕繃喀大師又提到說，宗喀巴等先德事業大如虛空，也是因為捨棄現世、如法修行的結果。有一位薩迦派人士還以為宗喀巴大師是修什麼懷攝法，
414 於是跑去問大師，什麼是一切懷攝法中最甚深的法。）[16]

（大師接著說，或許有人會想飭終和處理後事還是需要一些錢的，那時應想：「什麼都無所謂，死就死吧」，如此才能做到「死極荒溝依止」。大師詳細開示了我們需要噶當派「十秘財」[17]的道理。密勒日巴也說過，如果他死的時候沒人哭泣，屍身周圍沒人聚集，他的心願就滿足了。）[18]雖然我們也許會認為辦喪事的錢財是必需的，但事實上，人們看到屍體就反胃，總想迅速將它移走，所以根本不需要擔心自己的屍體會留在床上沒人管。

如果我們能這樣子毅然決然地捨棄現世，現世的快、樂、名三者反而會鋪天蓋地的湧來。

簡要的說，就是：希求現世的人是世俗人，捨棄現世的人是修行人。格西博朵瓦曾問仲敦巴：「法與非法的界限在哪裡？」仲敦巴回答說：「能對治煩惱的是法，不能對治的即非法；與一切世間法不相順的是法，相順的是非法。」

---

[15] 引自《噶當嘉言集・寶藏》。

[16] 宗喀巴大師回答說，如法修行是最甚深的懷攝法。詳見於《文殊怙主法王大宗喀巴傳・佛教美飾稀有摩尼鬘》，嘉旺卻傑・洛桑成烈南傑造，郭和卿漢譯。

[17] 噶當派諸格西捨棄現世、修清淨法的十大秘訣：「四依止」、「三金剛」與「出、入、得三事」。「四依止」正文中已交代；「三金剛」為：事前無牽累金剛、事後無悔愧金剛、與智慧金剛同行；「出、入、得三事」：出於人群　、入於狗伍、得到聖位。詳情可參閱拙譯《三主要道甚深引導筆記・開妙道門》，帕繃喀大師講授。

[18] 參閱拙譯《三主要道甚深引導筆記・開妙道門》。

ཤི་བ་མི་འབྱུང་སྲི། སྒོམ་ཆེན་ཐུར་དུ་མ་འདྲིལ་ན། །ཟན་གོང་གྲེན་ལ་འདྲིལ་ཉེན་ཡོད། །ཅེས་པ་ལྟར་ཡིན། དགེ་བཤེས་འབན་གྱིས་ཀྱང་། ང་མི་སྐྱུའི་དུས་འཁོར་གསུམ་ཆོར་མ་འདྲ་བ་བཏགས་ཀྱང་དགྲ་མང་ཟུན་ཙུང་། ང་སྟོན་པོ་ཧྲེང་མི་གཅིག་ལ་འབྲུ་ཁལ་བཞི་བཅུ་འགྲོ་བའི་ཞིང་ཡོད་པས། མི་ཆོས་ངའི་མིང་བཞི་བཅུ་ཕྱོགས་སུ་བཏགས། ཉིན་མོ་ལ་ཁའི་ཤག་པ་བྱས། མཚན་མོ་གྲོང་གི་ཀུན་མ་བྱས་ཀྱང་། ད་དུང་ཟས་གོས་དཀོན་ནི་བ་ལས་མ་བྱུང་ཞིང་། ད་ལྟ་ནི་ཆོས་བྱས་པས་ཟས་གོས་ཕོངས་པ་མེད་ཅིང་། དགྲ་རང་ཞིར་སོང་གསུངས་པ་དང་། །ཞིན་པ་མི་རོ་བཞིན་དུ་ཡོག་གྱུར་ན། །འདོད་ཡོན་བྱ་རྒོད་བཞིན་དུ་འཐིབས་ནས་འོང་། །ཟེར་བ་ལྟར་ཡིན་གསུངས། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་སོགས་འཕྲིན་ལས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཡང་ཚེ་བློས་བཏང་ནས་ཆོས་བཞིན་དུ་མཛད་པ་ལས་བྱུང་། ས་སྐྱ་བ་ཞིག་གི་རྗེ་བླ་མས་དབང་སྐུར་བསྐུལ་བས་པ་འདྲ་བསམས་ནས་དབང་སྐུར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་གང་ཟབ་ཅེས་ཞུས་ཚུལ། ཤི་བའི་ཚེ་རོ་དོར་བྱེད་ཚུན་ལ་ཀ་ཅ་ཙུང་ཟད་དགོས་ཞེ་ན། ཤི་བའི་ཚེ་ཡང་ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་ཤི་ནའང་ཤི་ཞེས་ཤི་ཕྱུགས་གྲོག་པོ་སྟོང་པ་ལ་གཏད་པ་སོགས་བཀའ་གདམས་ཕྱུགས་ནོར་བཅུ་དགོས་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས། མེད་ལས་ཀྱང་། ཤིན་དུ་མི་མེད་ཅིང་། རོ་ལ་འཁོར་མི་མེད་ན་བསམ་པ་རྫོགས་པར་གསུངས་ཚུལ། རང་གི་རོ་དོར་བའི་དངོས་ཆས་དགོས་སྙམ་ཡང་། མི་ཚེ་སྐྱུག་བྲོ་སྒྲི་སྨྱུར་དུ་འབྱུང་ཐབས་བྱེད་པ་ལས། རོ་མལ་སར་ལུས་འགྲོ་བའི་དོགས་པ་གདན་ནས་མི་དགོས། དེ་ལྟར་ཆོས་བརྒྱད་བློས་བཏང་སྒྲི་བློ་ཐག་བཅད་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་འཇིག་རྟེན་འདིའི་བདེ་སྐྱིད་སྣང་གསུམ་སྤྱུངས་པ་བཞིན་དུ་འོང་། དེས་ན་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི། འཇིག་རྟེན་པ་ཡིན་ལ། ཚེ་འདི་བློས་ཐོངས་པ་ཆོས་པ་ཡིན་ཏེ། དགེ་བཤེས་པོ་ཏོ་བས་འབྲོམ་སྟོན་ལ། ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་གནམ་ཐིག་གང་ལགས་ཞེས་ཞུས་པར། ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་འགྲོ་ན་ཆོས་ཡིན། མི་འགྲོ་ན་ཆོས་མིན། འཇིག་རྟེན་པ་ཀུན་དང་མི་མཐུན་ན་ཆོས་ཡིན། མཐུན་ན་ཆོས་མིན་

這句話正明白道出了佛法與世間法二者對立的關要。

然而，我們似乎誰都能將唸經和治家這二樁事一併做。因為我們這些人以
415 「世間八法」作為修持的中心，除了身體外相像個修行人外，內心實與世俗人無異。

捨棄現世修清淨法的主要方便是修「死無常」。如果不能捨棄現世，我們所修的法就會流於現世的目的。所以，我們必須等觀世間八法，拋棄對衣、食、名三者的耽著。

至於捨棄現世的標準，我們當以嘉旺格桑[19]和班禪洛桑耶協[20]為楷模。嘉旺格桑除了鈴杵和三法衣之外[21]，從不想擁有別的東西。（帕繃喀大師並講述
416 了班禪洛桑耶協的故事：他對別人供養一百個馬蹄銀錠一事深感不悅。）

我們很容易遭到衣、食、名三者中的一項、兩項，或所有項的繫縛。這三者中，最難斷的是求名。不論法師也好、律師也好、講經師也好、禪師也好，希望出名的人很多。傑・卓尾貢波[22]曾對此詳加解說：

「現世法、律、禪修師，但求現世法、律名，
閉關書字於門楣，不見訪客禪修師，
亦求現世禪師名。[23]」

又說：

「下至少物供三寶，心中亦欲他人見。 」

有些自詡為大修行者或成就者的人，願意在衣、食方面從簡，依靠服食花精、石精[24]等勤修苦行，但內心深處無絲毫求名之心的卻很少。

《喻法集》裡面有一些與此有關的譬喻，如「松雞、門檻、狐與猿」等。所謂門檻，是指人們只知探詢遠方的路況，而不提防「門檻」邊的火塘；同樣

---

[19] 第七世達賴喇嘛格桑嘉措。
[20] 第二世班禪。
[21] 因鈴杵是密宗必備之物，三法衣是比丘必備之物。
[22] 指噶當派大德桑結溫敦。
[23] 引自《噶當嘉言集・寶藏》。
[24] 密宗辟谷術。

གསུངས༔ ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་རྒྱབ་འགལ་བའི་གནད་དེ་ཡིན་གྱི། ཁ་ཏོན་བྱེད་རྒྱུ་དང་གཞིས་ཁང་སྐྱོང་རྒྱུ་གཉིས་ཀ་སུས་ཀྱང་ལྷོགས། རང་རེ་ཆོས་བརྒྱུད་ལ་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་བྱས་པས་ལུས་ཆོས་པའི་གཟུགས་བརྙན་ཙམ་ལས་སེམས་འཇིག་རྟེན་ཁྲིམ་པ་དང་ཁྱད་མེད་པ་འདི་བྱུང་། ཚེ་བློས་བཏང་ནས་ཆོས་རྣམ་དག་ཡོང་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བསྒོམ་པ་དེ་ཡིན། ཚེ་འདི་བློས་མ་བཏང་ན། ཆོས་གང་བྱས་ཚེ་འདི་པར་ཤོར་འགྲོ་བས། རང་གི་ངོས་ནས་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་མགོ་སྙོམས། ལྷ་གོས་གདམ་གསུམ་གྱི་ཞེན་པ་བློས་བཏང་དགོས། དེ་ཐོངས་པའི་ཚད་ཀྱང་༧རྒྱལ་དབང་བསྐལ་བཟང་དང་། པཎ་ཆེན་བློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལྟར་དགོས་ཏེ། ༧རྒྱལ་དབང་བསྐལ་བཟང་གིས་ཧོར་དྲིལ་དང་། ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་ལས་རང་གི་ཡིན་སྙམ་པ་གཞན་མེད་གསུངས། པཎ་ཆེན་བློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལ་དངུལ་ཏ་སྨིག་མ་བརྒྱ་ཕུལ་བ་ལའང་མཉེས་ཚུལ། རང་རེ་ལྷ་གོས་གདམ་གསུམ་གྱི་ཞེན་པ་ལས། འགའ་ཞིག་གཅིག །འགའ་ཞིག་གཉིས། འགའ་ཞིག་ནི་གསུམ་གས་འཆིང་བ་ཡིན། དེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ཀྱང་སྲུང་དཀའ་ཤོས་གདམ་འདོད་འདི་ཡིན་ཏེ། མཁས་བཙུན་སྟོན་སྒོམ་སུ་ཡིན་ཡང་གདམ་སྣན་གྲགས་འདོད་པ་མང་། དཀྱིར་འགྲོ་བའི་མགོན་པོས། ཚེ་འདིའི་མཁས་བཙུན་སྒོམ་ཆེན་ཡང་། །ཚེ་འདིའི་མཁས་ལོ་བཙུན་ལོ་འདོད། །མཚམས་བཅད་ཡ་ཐེམ་ཡི་གེ་བྲིས། །མི་དང་མི་འཕྲད་སྒོམ་ཆེན་ཡང་། །ཚེ་འདིའི་སྒོམ་ཆེན་བཟང་ལོ་འདོད། །ཅེས་དང་། ཐ་ན་དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་རེ༔ །བྱས་ཀྱང་མི་ཡིས་མཐོང་དུ་རེ། །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་ཏེ། ཁ་ཅིག་སྒོམ་ཆེན་དང་གྲུབ་ཐོབ་ཏུ་ཁྱིམ་ཞིང་ལྷ་གོས་ལ་གྱོང་བསྐུར་ཏེ། མི་རྟག་དང་རྟེའུ་བཙུད་ལེན་སོགས་དཀའ་སྤྱད་ལ་བརྟོན་ཡང་། གཏིང་ནས་གདམ་འདོད་ཅུང་ཟད་རེ་མེད་པ་དཀོན། དེས་ན་དཔེ་ཆོས་ལས། གོང་མོ་ཐེམ་རྩ་ཕྲ་དང་སྦྲེ། །སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐེམ་པའི་འབྲུམ་ན་ཡོད་པའི་མི་དོང་ལ་མ་བརྟགས་པར་ཐག་རིང་པོའི་ས་ལམ་ལ་རྩད་བཅད་པ་བཞིན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་།

的，我們只喜歡探問佛地和密法等高深之道，卻不願捨棄對現世的耽著，不去
417 解脫貪著現世的繫縛。這種過失也是因為「不念死」造成的。

辛四、修不殷重過患

如果不念死的話，我們修法就不會努力，修持也就難免中斷。每當我們修善行的時候，總是很容易就感到疲乏，也生不起大精進，這就是不念「死無常」所導致的過失。

格西喀惹巴因念「死無常」的緣故，連去砍伐禪房門邊棘刺的空閒都沒有。密勒日巴的衣服和糌粑袋破了，也無暇縫補，依然勤修善行。

如果我們念「死無常」的話，也就能夠心無旁騖的長時間勤修善行，並在每次修法的時候，無有怯弱，心感暢快。

418 **辛五、自謀不善過患**

若不念死，便會大大地貪著於現世。因為追求現世的利益，連帶也將對饒益者和損害者等生起貪、瞋、癡三種煩惱，並因此與別人打鬥、爭吵，導致被別人罵是惡人等等。要知道，即使是打鬥時留下的小瘡疤，這一切傷害都是自己造成的。簡言之，若不念死，就是在自毀今生和後世的一切利益。

辛六、臨終時將追悔而死過患

如果不念死的話，我們所修的法只不過是徒有其表，因為與現世的希求相摻雜，所以修不成任何正法。某天有個稱作「死亡」的怨敵突然出現的時候，將發現以前孜孜以求的權力、地位、財產等都幫不上忙了·真正能幫助自己的

སྔགས་སོགས་ལམ་མཐོན་པོའི་རྩད་གཅོད་བྱེད་བྱེད་ནས། འདི་སྣང་གི་ཞེན་པ་མ་ཐོངས་ཤིང་། དེའི་འཆིང་བ་མ་གྲོལ་བ་ནི་དེ་དང་འདྲ། དེ་ལྟ་བུའི་ཉེས་དམིགས་དེ་ཡང་འཆི་བ་མ་དྲན་པའི་ཉེས་དམིགས་སོ། །

བཞི་པ་སྒྲུབ་པ་ལ་ནན་ཏན་དང་བྲལ་བའི་ཉེས་དམིགས་ནི། འཆི་བ་མ་དྲན་ན་ཆོས་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་མི་འོང་བས་ཉམས་ལེན་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་བྱ་མི་ནུས། ད་ལྟ་རང་རེ་དགེ་སྦྱོར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཚེ་ཐང་ཆད་ཆོག་ཆོག་ཅིག་ལས་བརྩོན་འགྲུས་ཆེན་པོ་མི་འབྱུང་བ་ནི་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་མ་དྲན་པའི་སྐྱོན་ཏེ། དགེ་བཤེས་ཁ་རག་པས་མི་རྟག་པ་དྲན་ཏེ་སྒྲུབ་ཁང་སྒོ་འགྲམ་གྱི་ཚེར་མའང་གཅོད་ཡོང་མ་བྱུང་བ་དང་། མིད་ལས་རས་གོས་དང་། རྩམ་སྐྱི་སོགས་མནབས་ནས་རྗེས་སུ་ཚལ་པར་གྱུར་ཀྱང་ཚེམ་ཡོང་མ་བྱུང་བར་དགེ་སྦྱོར་མཛད་པ་བཞིན་དུ་རང་རེས་ཀྱང་མི་རྟག་པ་དྲན་ན། ལས་ཀ་གཞན་ལ་མི་བརྩོན་པར་དགེ་སྦྱོར་ལ་རྟག་ཏུ་བརྩོན་ཞིང་འཇུག་རིས་བཞིན་ཞུམ་པ་མེད་པའི་སྤྲོ་སིང་སིང་བ་འབྱུང་།

ལྔ་པ་རང་ཉིད་མ་རུངས་པར་བྱེད་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། འཆི་བ་མ་དྲན་ན་ཚེ་འདི་ལ་ཤས་ཆེར་ཞེན་ནས། དེའི་དོན་བསྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཕན་གནོད་སོགས་བྱེད་པ་ལ་ཆགས་སྡང་རྨོངས་གསུམ་སྐྱེ། དེའི་རྐྱེན་གྱིས་གཞན་ལ་འཐབ་པ་དང་། རྩོད་པ་དང་། གཞན་གྱིས་མ་རུངས་པར་སྨྲ་བའི་གཞིར་གྱུར་པ་སོགས། ཐ་ན་མགོའི་སྐྲ་ཚོན་གྱིས་བདག་ཉིད་མ་རུངས་པར་བྱེད་པ་སོགས་འདི་ཕྱི་ཀུན་ཏུ་ཕུང་བར་བྱེད།

དྲུག་པ་འཆི་ཁར་འགྱོད་བཞིན་དུ་འཆི་དགོས་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། འཆི་བ་མ་དྲན་ན་ཆོས་ཀྱི་གཟུགས་བརྙན་ཙམ་བྱས་པའང་ཚེ་འདིའི་དོན་གཉེར་དང་འདྲེས་ནས་ཆོས་མ་གྲུབ་པར་འཆི་བ་ཞེས་པའི་དགྲ་དེ་ཉིན་གཅིག་གློ་བུར་དུ་བྱུང་བ་ན། སྔར་དོན་དུ་གཉེར་གཉེར་བའི་སྤོབས་གོས། རྒྱུ་ནོར་སོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཕན་པར་མཐོང་ཞིང་། ཕན་ངེས་པའི་ལྷ་ཆོས་ནི་མ་བྱུང་བར་

只有神聖的正法，但因為未曾好好修持，臨終將會生起極難忍受的懊悔之心，
419 為時已晚之際，只有自食苦果。譬如，以前有個名叫蒙卓卻札的人，他身患熱病，自知死期將至，因而說出追悔的話。噶瑪巴曾說：

「現在必須畏死，臨終時則須無所恐懼，我等正與此背道而馳，現在無畏，至臨終時則用指抓胸。」

我們應當生前就對死無常產生恐懼，而好好修法，臨終時才能無所畏懼。但事實上我們的作法正好與此相反：現在絲毫沒有自己會死的念頭，常保持安樂的心情；臨終時則手忙腳亂，不知所措。

在臨終的時候，無論是擁有百庫黃金的富翁，還是統禦各方的國王，這些財富和權力轉眼成空，對自己一點益處都沒有、毫無價值。臨終時真正有利益的安心事一樣也沒修成，在這種情形下，如果一場致命的大病突然襲來，那時候縱然心想：「如果此番能不死的話，我一定要修法。」也為時已晚了。俗話說：「食物在手的時候，如果自己不吃的話，一旦被狗啣去，縱有想吃之心也無濟於事。」

以上所述為不念死的六種過患。

420 **庚二、念死之利益**

這一部分分六小節：（辛一）利大利益；（辛二）力大利益；（辛三）最初重要利益；（辛四）中間重要利益；（辛五）最後重要利益；（辛六）臨終時歡喜而死利益。

辛一、利大利益

念死的利益極大，大師在《大涅槃經》中說：「一切足跡中，象跡第一；一切想中，無常與死想是為第一。」念死能促使我們去修真正的佛法，因為希求後世能獲得勝妙之身，我們便會勤於布施、持戒等善業。簡言之，從三士道

ཤེས་ནས་འགྱོད་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟོད་པ་སྐྱེ་ཡང་དེ་དུས་རང་སྟུག་ཉིད་ལས་ཕྱིས་ཟིན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། སློན་འགྲོ་ཆོས་གྲགས་ཞེས་བྱ་བ་ཚ་བའི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་ཏེ། འཆི་བར་ཤེས་ནས་འགྱོད་ཅིག་སློས་པ་དང་འདྲ། ཀྭ་མ་བས། ད་ལྟ་འཆི་བས་འཇིགས་པ་ཞིག་དགོས། འཆི་ཁར་མི་འཚེར་བ་ཞིག་དགོས་པ་ལ་འོ་སྐོལ་དེ་ལས་བཟློག་ནས་ད་ལྟ་མི་འཇིགས་འཆི་ཁར་བྲང་ལ་སེན་མོ་འདེབས་གསུངས་པ་ལྟར། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་འདི་ལ་དང་པོར་འཇིགས། འཆི་ཁར་མི་འཇིགས་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱང་། རང་རེ་དེ་ལས་གོ་ལྡོག་སྟེ་ད་ལྟ་འཆི་བ་ཞིག་འོང་སྙམ་པ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་བློ་བདེ་མོར་བསྡད་ནས། འཆི་ཁར་ཅི་དྲག་གང་དྲག་ལ་ཐུག །འཆི་ཁར་ནི་ཕྱུག་པོ་གསེར་བང་བ་བརྒྱ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཡུལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་པོའང་དེའི་དུས་སུ་ཕན་པའི་དོན་པོ་ཙུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཁོ་ན་ཡིན། རང་རེ་ཡང་འཆི་ཁར་ཕན་ངེས་པའི་བློ་གཏིང་འཆའ་ས་གཅིག་ཀྱང་མ་གྲུབ་པའི་ངང་ནས་གློ་བུར་དུ་འཆི་ནད་དྲག་པོས་ཟིན་པ་དེའི་ཚེ་ད་ལན་མ་ཤི་ཙམ་ཞིག་བྱུང་ན། ད་ནི་ཆོས་ངེས་པར་བྱེད་སྙམ་མོད་ཀྱང་དེའི་ཚེ་ཕྱིས་ཚར་བ་ཡིན་ཏེ། ཟས་རང་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཚེ་ཟ་རྒྱུ་མ་བྱུང་ན། ཁྲིས་ཁྲིར་བའི་ཚེ་ཟས་དེ་ཟ་བར་སེམས་ཀྱང་དེས་མི་ཕན་པ་དང་འདྲ་སྟེ། དེ་དག་ནི་ཉེས་དམིགས་དྲུག་གོ །

གཉིས་པ་འཆི་བ་དྲན་པའི་ཕན་ཡོན་ལ་དྲུག་ལས།

དོན་ཆེ་བའི་ཕན་ཡོན་ནི། འཆི་བ་དྲན་པ་ནི་དོན་ཆེ་སྟེ། སྟོན་པས་མདོ་སྡུད་འདས་ཆེན་མོར། རྗེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་བ་ལང་གི་རྗེས་དང་། འདུ་ཤེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་མི་རྟག་པ་དང་འཆི་བའི་འདུ་ཤེས་མཆོག་ཏུ་གསུངས་པ་ལྟར་འཆི་བ་དྲན་པས་ཆོས་གཡའ་མ་བྱེད་པ་འོང་སྟེ། ཕྱི་མར་རྟེན་བཟང་པོ་འཐོབ་པར་འདོད་ནས་སྦྱིན་པ་བཏང་བ། ཚུལ་ཁྲིམས་བསྲུང་བ་

至雙運間的一切「道次第」，均由念死所引發。

密勒日巴也是因為受到其師雍敦[25]施主去世的影響而心向佛法。許多大成
421 就者為了提醒自己念死無常,所以手裡經常拿著骨笛和顱碗,這也是為什麼《毘奈耶》[26]說要在浴室內畫上骷髏等像的緣故。

京俄仁波切說:「如果我們每天清早不修一座無常的話，這一天就會成為世俗人的一天。」祥尊耶巴[27]也說：

「如果上午不念死，那麼這上半日即成現世者；如果中午不念死，那麼從中午至晚上這段時間即屬現世者。凡是為現世所作的事就不是正法。」

辛二、力大利益

如果我們能念死無常的話，那將對摧壞不順品貪慾、瞋恚等，以及對圓滿資糧有很大的力量。它好像是一把能同時擊破所有煩惱和惡行的錘子。

422 **辛三、最初重要**

念死是最初令我們開始修法的主因。

辛四、中間重要

念死是中間鞭策我們精進修法的助緣。

辛五、最後重要

念死使我們最後修法達到究竟、道果圓滿。

辛六、臨終時歡喜而死利益

423 由於我們已修清淨正法的關係，臨終時便可安心，就像游子將返家園一樣。隆睹喇嘛仁波切曾說:「無常出現時我不會害怕，因為上午的老比丘下午將受取天身。」因此，修行到最高層次的人，能以愉快的心情面對死亡；中等者不會感到心怵；最下者也不致追悔而死，因為他想到:「我已認真修法了，現在死而無憾。」密勒日巴大師說：

「我因畏死逃上山，通達本心空性理，
今死縱臨亦無憂。」

---

[25] 密勒日巴的早期上師。

[26] 《毘奈耶雜事》。

[27] 法名為耶協跋（慧光）,博多瓦早期上師之一。

སོགས་དང་། མདོར་ན། སྐྱེས་བུ་གསུམ་ནས་ཟུང་འཇུག་གི་བར་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཐམས་ཅད་འདྲིས་འདྲེན། ཇོ་སྲིད་ལ་ཡང་གཡུང་སྟོན་གྱི་སྤྱིན་བདག་ཤི་བས་རྐྱེན་བྱས་ཏེ་ཆོས་ལ་བསྐུལ། གྲུབ་ཆེན་མང་པོས་རྐང་གླིང་དང་ཐོད་ཕོར་སོགས་བསྟམས་པ་འཆི་བ་མི་རྟག་པའི་དྲན་གསོའི་ཆེད་ཡིན། འདུལ་བ་ནས་ཆབ་ཁང་དུ་ཀེང་རུས་བྲི་བ་སོགས་གསུངས་པའང་དེས་ཡིན། སྤྱན་སྔ་རིན་པོ་ཆེས། ད་ནངས་མི་རྟག་པ་ཐུན་རེ་མ་བསྒོམས་ན་དེའི་ཉིན་མོ་ཚེ་འདི་པར་འགྲོ་བར་སྣང་། ཞེས་དང་། ཞང་བཙུན་ཡེར་པས་ཀྱང་། སྔ་དྲོ་མི་རྟག་པ་མ་དྲན་ན། ཉི་མ་ཕྱེད་པར་ཚེ་འདི་པར་ཆ། ཉིན་ཕྱི་ལ་མ་སྐྱེ་ན་དགོང་མོ་བར་ཚེ་འདི་པར་ཆ། ཚེ་འདི་པར་སོང་ན་ཅི་བྱས་ཆོས་སུ་མི་འགྲོ་གསུངས།

སྔོབས་ཆེ་བའི་ཕན་ཡོན་ནི། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་དྲན་ན་མི་མཐུན་ཕྱོགས་འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྲོ་སོགས་འཇོམས་པ་དང་། ཚོགས་རྫོགས་པ་ལ་སྟོབས་ཆེ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་དང་ཉེས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་འཇོམས་པའི་ཐོ་བ་དང་འདྲ་བར་གསུངས། དང་པོར་གལ་ཆེ་བ་ནི། འཆི་བ་དྲན་པས་དང་པོར་ཆོས་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱུ་བྱེད། བར་དུ་གལ་ཆེ་བ་ནི། བར་དུ་ཆོས་ལ་བརྩོན་པར་བསྐུལ་བའི་རྐྱེན་བྱེད། ཐ་མར་གལ་ཆེ་བ་ནི། མཐར་འབྲས་བུ་རྫོགས་ཏེ་ཆོས་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད། འཆི་ཁར་དགའ་བཞིན་སྤྲོ་བཞིན་དུ་འཆི་བའི་ཕན་ཡོན་ནི། འཆི་ཁར་ཡང་སྔར་ཆོས་གཤའ་མ་བྱས་པའི་བློའི་གདེང་ཡོད་པས་བུ་ཕ་ཁྲིམ་དུ་འགྲོ་བ་ལྟར་འབྱུང་སྟེ། གློང་རྡོལ་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེས། ང་ལ་མི་རྟག་པ་བྱུང་ན་མི་འཇིགས། སྔ་དྲོ་དགེ་སློང་རྒན་པོ། ཕྱི་དྲོ་ལྷའི་ལུས་སུ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཡིན། དེས་ན་ཆོས་པ་རབ་འཆི་བ་ལ་བློད། འབྲིང་མི་མཚེར། ཐ་མའང་ད་ནི་འགྱོད་པ་མེད། ཆོས་ལེགས་པོ་བྱེད་རྒྱུ་བྱུང་། ད་ཤི་ཡང་སྣ་སྣམ་དུ་མི་འགྱོད་པ་ཞིག་འོང་སྟེ། ཇོ་སྲིད་ལས། ང་འཆི་བས་འཇིགས་ནས་རི་ལ་བྲོས།། སེམས་གཉུག་མའི་གནས་ལུགས་སྟོང་པར་རྟོགས། །ད་འཆི་བ་བྱུང་ཡང་ཉམ་ང་མེད། །ཅེས་

庚三、正念死之理

這部分分兩小節：（辛一）修習死亡九種因相；（辛二）修習死相。

這裡所說的詳細教授，為噶當派古德所未發，係從宗喀巴大師語教中所出。宗喀巴大師語教中，含有許多與眾不同的甚深、廣大教誡，例如，對印度
424 密續經典密意的闡明，觸及覺受關要的方法，條理清楚的科判次第等等。

辛一、修習死亡九種因相

思惟死亡的九種因中，有三根本：（壬一）思惟死決定；（壬二）思惟死期無定；（壬三）思惟死時除正法外，餘皆無益。每一根本又各有三種因，共為九種。

壬一、思惟死決定

第一根本「死決定」的三種因：

癸一、死主決定當至，無緣能令退卻

我們是絕對會死的，無論我們有什麼樣的身體、走到哪裡去、用何等的方
425 法，都無法讓死主退走。勝妙身無法使死主退走，《無常集》中說：

「若佛若獨覺，若諸佛聲聞，
尚須捨此身，何況諸凡夫？」[28]

獲得金剛身的佛陀薄伽梵，以及印、藏眾多證得雙運的大成就者，現在除了在談論中他們似乎還存在外，事實上均已入滅。既然大師佛陀等也要示現壞金剛身而入涅槃相，你、我之輩又怎能不死呢？

當大師臨近涅槃時，舍利弗等數萬弟子先佛入滅。後來大師命人在拘尸那

[28] 出自《集法句經》。

གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་འཆི་བ་དྲན་ཚུལ་དངོས་ལ་གཉིས།

འཆི་བ་དགུ་ཐུགས་སུ་བསྒོམ་པ་དང་། འཆི་བའི་རྣམ་པ་བསྒོམ་པའོ། །འདིའི་ཞིབ་ཆ་ཡང་བཀའ་གདམས་གོང་མ་ལ་མེད་པ་རྗེ་ཙོང་ཁ་པའི་གསུང་ལས་བྱུང་བའི་མན་ངག་ཡིན། རྗེའི་གསུང་འདི་ལ་རྒྱུད་རྒྱ་གཞུང་གི་དགོངས་པ། སྦྱོང་བ་གནད་དུ་བཀར་ལུགས། ས་བཅད་མ་འཁྲུགས་པ་སོགས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་གདམས་པ་མང་། དེས་ན་འཆི་བ་དགུ་ཐུགས་སུ་བསམ་པ་ལ་ངེས་པར་འཆི་བར་བསམ་པ། ནམ་འཆི་ངེས་མེད་བསམ་པ། འཆི་བའི་ཚེ་ཆོས་མ་གཏོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཕན་པར་བསམ་པ་སྟེ་རྩ་བ་གསུམ། རྩ་བ་རེ་རེ་ལ་རྒྱུ་མཚན་གསུམ་གསུམ་སྟེ་དགུ་ལས། རྩ་བ་དང་པོ་ངེས་པར་འཆི་བར་བསམ་པ་ལ་གསུམ་གྱི་རྒྱུ་མཚན་དང་པོ་འཆི་བདག་ངེས་པར་འོང་ལ་རྐྱེན་གང་གིས་ཀྱང་བཟློག་ཏུ་མེད་པར་བསམ་པ་ནི། ངེས་པར་འཆི་སྟེ། ལུས་ཇི་ལྟ་བུ་དང་། གནས་གང་དུ་ཕྱིན་པ་དང་། ཐབས་ཇི་ལྟ་བུས་ཀྱང་འཆི་བདག་བཟློག་ཏུ་མེད། དེ་ཡང་ལུས་བཟང་བས་མི་བཟློག་སྟེ། མི་རྟག་པའི་ཚོམས་ལས། གང་ཡང་སངས་རྒྱས་རང་སངས་རྒྱས། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱང་། །སྐུ་ལུས་འདི་ནི་སྤྱོད་མཛད་ན། །སྐྱེ་བོ་ཕལ་པ་སྨོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྡོ་རྗེའི་སྐུ་བརྙེས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དང་། ཟུང་འཇུག་བརྙེས་པའི་འཕགས་བོད་ཀྱི་གྲུབ་ཐོབ་མང་པོའང་ད་ལྟ་གཏམ་བཤད་པ་ན་ཡོད་ཡོད་ལྟར་སྣང་ཡང་། དོན་དུ་མྱ་ངན་ལས་འདས་ཟིན། སྟོན་པ་ལ་སོགས་པའང་རྡོ་རྗེའི་སྐུ་བཞིག་ནས་འདས་ཚུལ་བསྟན་ན། བདག་ཅག་ལྟ་བུ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འཆི། སྟོན་པའང་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་ཉེ་བ་ན། སྟོན་ལ་ཤཱ་རིའི་བུ་སོགས་འཁོར་ཁྲི་ཕྲག་མང་པོ་དང་

城外的雙婆羅樹間布置最後的臥床，接著調伏了最後的兩位化機弟子：乾達婆王「極喜」與自然外道「極賢」。由於不忍心見佛陀入涅槃，「極賢」也立即入滅。大師臨涅槃時，將上衣脫下並告訴弟子：「如來難見，現當瞻視！」之後為了凸顯無常是最後的言教，以及表示當以此為主要修持的緣故，大師說：
426 「一切有為法皆無常，此乃如來最後之語！」隨後入滅。散居在各地、已獲生死自在的阿羅漢們，聽到大師涅槃的消息後，也大多相繼入滅。使得存世的阿羅漢還差一位才滿五百。

不僅如此，七代付法師、八十大成就者、六莊嚴二勝等印度的那些班智達與成就者，以及西藏的「堪洛卻松」、阿底峽尊者父子，文殊怙主宗喀巴父子等，也已入滅，現在全都只存在於言談中。既然如此，我們又何嘗不會死呢？

以前彩卻林雍增仁波切講《道次第》的時候，與會者達數千人，而今師弟之中一個也沒留下。曲桑仁波切[29]曾經像現在一樣，在本地講過法，但現在只剩下軼事流傳。目前參加法會的諸位，百年之內也將全部去世，屆時只能留下一些口頭記載而已。再者，漢、藏、蒙等瞻部洲中所有現在還活著的人，包括今日出生的嬰兒在內，一百年後肯定都會死亡，一個也不會剩下。即然如此，我們當然也不會例外，這是大家可以親眼目睹的事實。

同樣的，也沒有一個地方可以避免死亡的侵襲。《集法句經》中說：

[29] 法名為耶協嘉措（慧海，十八世紀）。

བཅས་འདས། དེའི་རྗེས་སུ་སྟོན་པས་རྩ་མཆོག་གྲོང་ན་ཤིང་སཱ་ལ་ཟུང་གི་བར་དུ་གཟིམ་ཁྲིའི་ཐ་མ་ཤོམས་ཤིག་གསུངས་ནས་གདུལ་བྱའི་ཐ་མ་དྲི་ཟའི་རྒྱལ་པོ་རབ་དགའ་དང་། ཕྱི་རོལ་པའི་ཀུན་དུ་རྒྱུ་རབ་བཟང་གཉིས་བཏུལ། མྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་ལྷར་མ་བཟོད་ནས་རབ་བཟང་ཡང་དེ་མ་ཐག་འདས། སྟོན་པ་འདས་པར་ཉེ་བ་ན། སྐུ་སྟོད་ཀྱི་ན་བཟའ་བསལ་ནས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་མཐོང་བར་དཀའ་བས་ལྟོས་ཤིག་པར་བསྐུལ་ནས་གསུངས་གི་ཐ་མ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་ཕྱུག་ནས། དེ་ཉིད་བསྒོམ་པ་གཙོ་ཆེ་བར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའོ། །འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་གི་ཐ་མའོ། །ཞེས་གསུངས་ནས་མྱ་ངན་ལས་འདས། དེ་གོ་བ་ན་ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པའི་རང་དབང་ཐོབ་པའི་དགྲ་བཅོམ་པ་ཕལ་ཆེར་གཤེགས་ནས། ལྷ་བརྒྱ་ལ་གཅིག་གིས་མ་ཚད་བར་གྱུར་པ་ཡིན། དེར་མ་ཟད་བསྟན་པའི་གདན་རབས་བདུན་སོགས་དང་། གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ། རྒྱན་དྲུག་མཆོག་གཉིས་སོགས་རྒྱ་གར་གྱི་པཎ་གྲུབ་རྣམས་དང་། བོད་ཀྱིའང་མཁན་སློབ་ཆོས་གསུམ། ཇོ་བོ་ཡབ་སྲས། འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་ཡབ་སྲས་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདས་ཟིན་ནས་ད་ལྟ་གཏམ་ཙམ་ལས་མེད་དོ། རང་ཅག་མི་འཆི་བ་ག་ནས་སྲིད། སྟོན་ཆེ་མཆོག་གླིང་བླ་མ་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེས་ལམ་རིམ་བཀའ་ཆོས་གསུངས་པ་ན། ཚོགས་པ་སྟོང་ཕྲག་མང་པོ་ཡོད་སྐད་ཀྱང་ད་ལྟ་བླ་སློབ་ཚང་མ་གཅིག་ཀྱང་མ་བཞུགས་པ་དང་། ས་ཆ་འདིར་ཡང་རྒྱ་བཟང་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཀྱིས་ད་ལྟ་བཞིན་འཆད་ཉན་མཛད་སྐད་ཀྱང་ད་ལྟ་གཏམ་ཙམ་ལས་མ་ལུས། ད་ལྟའི་ཆོས་གྲྭ་འདིར་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་ལོ་བརྒྱ་ཚུན་ལ་ཐམས་ཅད་འཆི་འགྲོ་ཞིང་ས་འདིར་དེ་འདྲ་བྱུང་ཞེས་པའི་གཏམ་ཙམ་ཞིག་ལུས་པ་འོང་། དེར་མ་ཟད་རྒྱ་བོད་ཧོར་སོགས་འཛམ་གླིང་ན་ད་ལྟ་ཡོད་པའི་དེ་རིང་སྐྱེས་པའི་བྱིས་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་མི་ཡོངས་རྫོགས་ལོ་བརྒྱ་ཙམ་སོང་བ་ན་གཅིག་ཀྱང་མི་སྡོད་པར་འཆི་ངེས་ན། རང་ཅག་མི་ལྷག་པ་མཐོང་ཆོས་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་དུས་ལ་བབས་ན་འཆི་བས་མི་ཚུགས

「住於何處死不入，如是方所定非有，
空中非有海中無，亦非可住諸山間。」

427 以前波斯匿王的兒子「聖生」準備屠殺釋迦族的時候，目犍連想以神變力將「聖生」及其軍隊帶到外鐵圍山之外，但佛陀說這無益於阻止這場災難。一些釋迦族的青年男女藏在如來的缽內，另有些人被安置到太陽的宮殿裡。但在屠殺發生之日，這批人也一樣死去。

死亡要來的話，我們無法用快跑來逃避，無法用錢財來贖取，也無法用權勢或力量來抗爭。正如《無常集》中所言：

「具足五通之仙人，雖能行空飛萬里，
所經之處未有死，如是之地終難抵。」

如果逃走能解脫死亡威脅的話，那麼獲得五通、有神變力的仙人應能逃出死主的魔爪，然而仙人也無法解脫，終將死亡。

權勢或力量也無法使死亡退卻。獅子雖然有一掌擊破象頭的力量，但臨終時卻蜷起爪子而死。具力轉輪王也必然要死，他的權勢幫下了任何忙。

428 如果分析一下我們對錢財喜愛的程度，可以發現，我們似乎迷信到以為錢財有贖死的功能。然而，就連轉輪王的財寶也無法贖死，其他人的錢財就更不必說了。

《教授國王經》中說：

「譬如若有四大山王，堅硬穩固成就堅實，不壞不裂，無諸隕損，至極堅硬，純一實密，觸天磨地。從四方來，研磨一切草木本幹及諸枝葉，並研一切

པའི་ས་ཕྱོགས་གང་ནའང་མེད་དེ། མི་རྟག་པའི་ཚོམས་ལས། གང་དུ་གནས་ན་འཆི་བས་མི་ཚུགས་པའི། །ས་ཕྱོགས་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །བར་སྣང་ལ་མེད་རྒྱ་མཚོའི་ནང་ན་མེད།། རི་བོ་རྣམས་ཀྱི་གསེབ་ཏུ་ཞུགས་ནའང་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། སྔོན་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་བུ་འཕགས་སྐྱེས་པོས་ཤཱཀྱ་རྣམས་གསོད་པར་བརྩམས་པའི་སྐབས། མཽདྒལ་བུས་འཕགས་སྐྱེས་པོ་དམག་དང་བཅས་པ་རྫུ་འཕྲུལ་གྱིས་ཕྱིའི་ལྕགས་རིའི་ཕྱི་རོལ་དུ་སྐྱེལ་བར་བསམས་ཀྱང་བཟློག་ཐབས་མེད་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་ཤིང་། ཤཱཀྱའི་བུ་བུ་མོ་འགའ་ཞིག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལྷུང་བཟེད་ཀྱི་ནང་དུ་སྦས་པ་དང་། ཉི་མའི་ཁང་བཟང་དུ་བཞག་པའང་ཤཱཀྱ་རྣམས་བསད་པ་དེའི་ཉིན་ཤི་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན། འཆི་བ་འོང་བ་ན་མགྱོགས་པས་བྲོས་པ་དང་། འགྱུར་པས་བླུ་བ་དང་། སྟོབས་ཀྱི་གཡུལ་འགྱེད་པ་སོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཕན། ཚོམས་ལས་ཀྱང་། དྲང་སྲོང་ཆེན་པོ་ལྔ་མངོན་ཤེས། །མཁའ་ལ་རྒྱང་རིང་འགྲོ་བ་ཡང་། །གང་ན་སྤྱོད་ཡུལ་འཆི་མེད་པའི། །གནས་དེར་ཕྱིན་པར་ནུས་མ་ཡིན། །གསུངས་པ་ལྟར་བྲོས་པས་ཐར་ན་དྲང་སྲོང་མངོན་ཤེས་ལྔ་ཐོབ་ཅིང་རྫུ་འཕྲུལ་ཡོད་པ་དེ་འཆི་བདག་ལ་བྲོས་པས་ཆོག་ཀྱང་། དེ་ཡང་བྲོས་ཏེ་མི་ཐར་བར་འཆི་བར་འགྱུར་ལ། སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱང་བཟློག་མི་ནུས་ཏེ། སྟོབས་ཆེན་སེང་གེ་ལ་གླང་པོ་ཆེའི་མགོ་བོ་སྦར་མོས་བཅོམ་ནུས་པའི་སྟོབས་ཡོད་ཀྱང་། འཆི་བ་བྱུང་ཙ་ན་སྦར་མོ་འཁྲུམས་ནས་འཆི་འགྲོ །སྟོབས་ལྡན་འཁོར་ལོས་སྒྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཡང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་ཕན་པར་འཆི་དགོས། རང་རེ་རྒྱུ་ནོར་རྫས་ལ་འགའ་བ་འདིར་དཔགས་ན་འཆི་བ་དེ་ནོར་གྱིས་བླུར་ཡོད་པའི་ཚོད་ཙམ་བྱེད་ཀྱང་། འཁོར་སྒྱུར་གྱི་རྒྱལ་པོའི་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་བླུ་ཐབས་མེད་པར་གསུངས་ན། གཞན་གྱིས་བླུ་བར་མི་ནུས་པ་སྨོས་མི་དགོས་ཏེ། རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས༔ དཔེར་ན་ཕྱོགས་བཞི་ནས་རི་ཆེན་པོ་སྲ་བ་བརྟན་པ་སྙིང་པོ་དང་ལྡན་པ་མ་ཞིག་པ་མ་གས་པ་འཕན་མེད་པ་ཤིན་ཏུ་མཁྲེགས་པ་གཅིག་ཏུ་སྟུག་པོ་བཞི་གནམ་ལ་རེག་ཅིང་ས་བརྐོག་སྟེ།

有情有命眾生。此非速走易得逃脫，或以力退，或以財退，或以諸物及咒藥等易於退卻。大王！如是此四極大怖畏來時，亦非於此速走能逃，或以力退，或以財退，或以諸物及咒藥等易於退卻。何等為四？謂老、病、死、衰。大王！老壞強壯，痛壞無疾，衰壞一切圓滿豐饒，死壞命根。從此等中，非是速走易得逃脫，或以力退，或以財退，或以諸物及咒藥等易於靜息。」

如經文所說，當四座堅硬的大山從四方迅速進攻過來、研碎草木等物的時候，任何方法都難以擊退它們；以此為喻，老、衰、病、死這四座山也是難以退卻的。

429 **癸二、壽數無可增添，不斷減損**

我們將來的死亡是必然的，因為我們的壽命長短全由宿業決定，無法增加一丁點。隨著每一剎那的消逝，我們正慢慢地向閻王靠近。如《入行論》中所描述的那樣：

「晝夜無暫停，此壽恒損減，
亦無餘可添，我何能不死？」

又如《集法句經》中說：

「譬如舒經織，隨所入緯線，
速窮緯邊際，諸人命亦爾。」

嘉卻・格桑嘉措說：

རྩ་དང་ཤིང་དང་ཤིང་གེལ་པ་དང་ཡལ་ག་དང་ལོ་མ་ཐམས་ཅད་དང་སེམས་ཅན་སྲོག་ཆགས་འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་ཕྱི་མར་འཐག་ཅིང་འོང་བ་ལ་ནི་མགྱོགས་པས་བྲོས་པའམ་སྟོབས་ཀྱིས་བཟློག་པའམ་ནོར་གྱིས་བཟློག་པའམ་རྫས་དང་སྔགས་དང་སྨན་རྣམས་ཀྱིས་བཟློག་པར་སླ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ།། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དེ་བཞིན་དུ་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་བཞི་འདི་དག་འོང་སྟེ་དེ་དག་ལས་མགྱོགས་པས་བྲོས་པའམ་སྟོབས་ཀྱིས་བཟློག་པའམ་ནོར་གྱིས་བཟློག་པའམ་རྫས་དང་སྔགས་དང་སྨན་གྱིས་བཟློག་པར་སླ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །བཞི་གང་ཞེ་ན། རྒ་བ་དང་ནད་དང་འཆི་བ་དང་རྒུད་པའོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། རྒ་བ་ནི་དར་ལ་བབ་པ་འཇོམས་ཤིང་འོང་། ན་བ་ནི་ནད་མེད་པ་འཇོམས་ཤིང་འོང་། རྒུད་པ་ནི་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་འཇོམས་ཤིང་འོང་། འཆི་བ་ནི་སྲོག་འཇོམས་ཤིང་འོང་སྟེ། དེ་དག་ལས་ནི་མགྱོགས་པས་བྲོས་པའམ་སྟོབས་ཀྱིས་བཟློག་པའམ་ནོར་གྱིས་ བཟློག་པའམ་རྫས་དང་སྔགས་དང་སྨན་རྣམས་ཀྱིས་ཞི་བར་སླ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཕྱོགས་བཞི་ནས་རི་ཆེན་པོ་སྲ་བ་མགྱོགས་པ་བཞི་ཚུར་རུབ་སྟེ། རྩ་དང་ཤིང་སོགས་ཐལ་བར་བྱེད་བཞིན་འོང་བ་ན། ཐབས་གང་གིས་ཀྱང་བཟློག་དཀའ་བ་བཞིན། རྒ་བ་དང་། རྒུད་པ་དང་། ན་བ་ དང་། འཆི་བའི་རི་བཞི་ནི་བཟློག་དཀའ་བར་གསུངས་པ་བཞིན་ཡིན།

རྒྱུ་མཚན་གཉིས་པ་ཚེ་ལ་བསྣོན་པ་མེད་ཅིང་འབྲིད་བྱེད་བར་མ་ཆད་དུ་ཡོད་པར་བསམ་པ་ནི། འཆི་བར་ངེས་ཏེ། སྔ་མའི་ལས་ཀྱིས་གང་འཕངས་པ་དེ་ལས་ལྷག་པ་བསྣོན་པ་ནི་ཙུང་ཟད་ཙམ་ཡང་རྒྱུག་ཏུ་མེད་ལ། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་བཞིན་འཆི་བདག་ལ་ཇེ་ཉེར་ཇེ་ཉེར་བཅར་ཏེ་འགྲོ་བས། སྤྱོད་འཇུག་ལས། ཉིན་མཚན་སྡོད་པ་ཡོང་མེད་པ། །ཚེ་འདི་རྟག་ཏུ་གོད་འགྱུར་ཞིང་། །སྣོན་པ་གུད་ནས་ཡོང་མེད་ན། །བདག་ལྟ་འཆི་བར་ཅིས་མི་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ཚོམས་ལས། དཔེར་ན་ཐག་ནི་བརྐྱངས་པ་ལ། །སྤྲུན་ནི་གང་དང་གང་བཅུག་པའི། །སྤྲུན་གྱིས་གཏིང་ལ་གཏུགས་པ་ལྟར། །མི་རྣམས་སྲོག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་དང་། ༡རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་

「生己命無剎那住，如馳趨往閻羅前，
悲夫生者行死道，恍如罪犯赴刑場。」[30]

430 我們從出生開始，連一口氣的時間都不曾稍停，比縱馬飛馳還要快地奔向死亡之地。馬還因為疲乏等緣故會稍加休息，死亡卻剎那不停地飛奔過來，所以我們正一分一秒地與死亡靠攏。《集法句經》中又說：

「如諸定被弒，隨其步步行，
速至殺者前，諸人命亦爾。」

譬如，當一頭羊被牽往屠宰場時，它正步步向死亡靠近。同樣的，我們在出生之後，便朝死亡奔跑，從未有暫停的時候。

扣掉過去的歲月，我們的壽命已所剩無幾，並將隨著呼吸、小時、日、月、年而逐漸消耗完畢。「現在我要死了，我要走了。」的一天會突然間到來。所以，根本不可能有「我不會死」這種自信。（帕繃喀大師說，即便在我們愜意鬆弛地躺下、準備睡覺的時候，我們仍然向死主奔去。）

癸三、於生時亦無閑暇修法而死

431 我們的壽命極短，很可能在沒空修法的情況下已向閻王報到。假定我們可以活六十年的話，這當中我們每個晚上需要睡覺，所以睡眠已花掉我們半輩子。另外三十年中，扣掉吃飯等時間，能夠真正用於閉關修「四座瑜伽」[31]等修法的時間，實在不超過五年。

新年元旦的時候，我們為了討吉利而大辦慶宴。之後的每個月中，我們又以「大願法會」[32]等各種節日的名義忙碌散亂，一年就這樣在瞬息間過去了。

---

[30] 出自《修心教誡與道歌次第匯編·具義梵音》，題為《內心憂悔歌》。

[31] 後半夜至日出為第一座；日出至中午為第二座；中午至日落為第三座；日落至午夜為第四座。

[32] 時間為藏曆正月初一至正月十五，肇始於1409年宗喀巴大師為紀念釋迦牟尼佛而在拉薩大昭寺舉辦的大規模供養、祈禱法會，二世達賴根敦嘉措時成為常例，五世達賴洛桑嘉措時增設選取頭等格西的考試。

གིས༑ སྐྲེས་ནས་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཞིག་སྡོད་དབང་ཡང་མེད་པར། །འཆི་བདག་གཤིན་རྗེའི་དྲུང་དུ་བང་རྩལ་གྱིས་བརྒྱུག་པས། །གསོན་པོ་ཟེར་ཡང་འཆི་བའི་ལམ་ཆེན་ལ་ཆས་འདུག །ཉིས་ཙན་གསོད་སར་ཁྲིད་པའི་སྣང་ཚུལ་འདི་སྐྱོ་བ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་སྐྱེས་ནས་བཟུང་འཆི་བའི་སར་དབུགས་རེ་རེའི་ཡུན་ཙམ་ཡང་སྡོད་པའི་སྐབས་མེད་པར་རྟ་བང་རྩལ་གྱིས་བརྒྱུག་པ་ལས་ཀྱང་མགྱོགས་པར་བརྒྱུགས་ནས་འགྲོ་ཞིང་། རྟ་བརྒྱུག་པའང་ངལ་བསོ་བ་སོགས་ཙུང་ཟད་ཙམ་སྡོད་སྲིད་ཀྱང་འཆི་བ་ནི་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་མི་སྡོད་པར་བརྒྱུག་ནས་འོང་བས་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེས་ཀྱང་འཆི་བ་ལ་ཉེ་རུ་འགྲོ། ཚོམས་ལས། དཔེར་ན་དེས་པར་གསད་པ་དག །གོམ་པ་གང་དང་གང་ཕོར་བས། །གསད་པའི་དྲུང་དུ་བསྙེན་པ་ལྟར། །མི་རྣམས་སྲོགས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ༎ ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལུག་གཅིག་གསོད་སར་ཁྲིད་ན་གོམ་པ་རེ་རེ་བཞིན་ཡང་འཆི་བར་ཉེ་བ་བཞིན་རང་ཅག་ཀྱང་སྐྱེས་ནས་བཟུང་འཆི་བ་ལ་ཁ་ཕྱོགས་ཏེ་ཤར་བརྒྱུག་མི་འགྲོ་བའི་དུས་མེད་ལ། སྤྱིར་ཚེ་ཇི་ཙམ་སོང་ཟིན་པའི་ལྷག་པོ་ནི་ཤིན་ཏུ་ནས་ཉུང་ཞིང་། དེ་ཡང་དབུགས་དང་རྒྱུ་རྫོང་ཞག་ཟླ་བ་ལོ་སོང་བས་འཛད་ཅིང་། ཉིན་གཅིག་ད་ནི་ཤི་རན་སོང་། འགྲོ་རན་འདུག་ཟེར་བ་ཞིག་གློ་བུར་དུ་འོང་བས་འཆི་མི་འོང་སླམ་དུ་བློ་བདེ་མོར་སྡོད་པའི་གནས་མེད། ཐ་ན་གཉིད་ཉལ་སྐབས་རང་རེ་ལྷོད་བདེར་སྐྱིད་ཉལ་བྱེད་ཀྱང་ཚེ་འཆི་བདག་ལ་ཁ་བལྟས་ནས་བརྒྱུགས་ཏེ་འགྲོ་གསུངས།

རྒྱུ་མཚན་གསུམ་པ་གསོན་པའི་ཚེ་ཡང་ཆོས་བྱ་ལོང་མེད་པར་ངེས་པར་འཆི་བར་བསམ་པ་ནི༑ ཚེ་ཤིན་ཏུ་ཐུང་བ་དེའི་རིང་ལའང་ཆོས་བྱ་ལོང་མེད་པར་འཆི་བ་ལ་ཐུག་འགྲོ་སྟེ། ལོ་དྲུག་ཅུ་ཙམ་སྡོད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་མཚན་མོའི་ཆ་ཀུན་ཏུ་ཉལ་བས་ཚེ་ཕྱེད་ཀ་ནི་ཉལ་བས་ཟད་ལ། སུམ་ཅུ་པོ་དེའང་། ཟས་ཟ་བའི་ཡུན་སོགས་ཕར་བཅད་ན། མཚམས་བསྡད་ནས་ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ལྟ་བུ་བྱེད་ནའང་ཆོས་བྱ་ལོང་ལོ་ལྔ་ལས་མེད། རང་ཅག་ལོ་སར་ཆོས་པ་ན། རྟེན་འབྲེལ་ཨམ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ནས་དགའ་སྟོན་བྱེད། དེ་ནས་སྨོན་ལམ་ཆེན་མོའི་དུས་ཆེན་སོགས་ཟླ་

貢唐仁波切[33]說：「不思修法過二十，想修想修又二十， 不行不行十餘載，此乃空耗一生傳。」

我們年輕的時候，根本想不到佛法，之後雖然有修法之心，但總是在「想
432 修、 想修」之中拖延，不肯實際去做，結果得不到任何佛法上的成就。我們老了之後，除了為後世發發願外，因為老不中用而什麼也做不了。

現在有許多人雖然有修法之心，但終日散亂；也有不少人因為無力修法而追悔莫及。當我們看到這類情況時，應該意識到這些作法是不對的。此外，我們不要將那些日復一日影響修法的無益之事想得那麼重要，而應下定決心，在死主閻王臨降之前盡力修法。傑・昂旺降巴說：

「譬如平原上堆有一座麥子，有一股洪水正從附近的山谷沖下來，準備把麥子捲走。如果我們在一旁觀看，什麼也不做的話，將連一顆麥粒也收不到，全被洪水沖走。但若能迅速地努力搶救的話，我們至少還能收回一部分。要是運氣好，甚至還能全部救回而實現最大的目標。同樣的，我們也應在死亡到來之前，盡其所能，修習三士道。」

思惟上述三因之後，我們將認識到死亡的必然性，從而作出必須修法的決定。

壬一、思惟死期無定

433 第二根本「死無定期」的三種因：

[33] 法名為貢卻丹貝準美（寶教燈，1762～1823），格魯派著名大師。

བ་རེ་ལའང་མིང་རེ་བཏགས་ནས་ཟ་ཟེར་ལ་ཡིངས་ཏེ་ལོ་འགྲོ་ཆོ་ཧྲིབ་ཙམ་ཡིན། གུང་ཐང་རིན་པོ་ཆེས། ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་མ་དྲན་ཉི་ཤུ་ཐལ། །བྱེད་དོ་བྱེད་དོའི་ངང་ལ་ཉི་ཤུ་ཐལ།། མ་བྱུང་མ་བྱུང་ཟེར་ཞིང་བཅུ་ལྷག་ཐལ། །མི་ཚེ་སྟོང་པར་ཟད་པའི་རྣམ་ཐར་ཡིན། །གསུངས་པ་ལྟར་དང་པོར་བྱིས་པའི་ཚེ་ཆོས་མི་དྲན། དེའི་རྗེས་སུ་ཆོས་བྱེད་འདོད་བྱུང་བ་ནའང་། བྱེད་དགོས་བྱེད་དགོས་སྙམ་ནས་ལག་ལེན་ལ་མ་ཁེལ་བས་ཆོས་མི་ཡོང་། རྒས་ཟིན་ནས་ཕྱི་མར་སྨོན་ལམ་འདྲ་འདེབས་པ་ལས་ད་བྱུང་མ་སོང་ཞེས་ཅི་བྱར་མེད་པ་འབྱུང་། དེས་ན། ད་ལྟ་འགའ་ཞིག་ནི་ཆོས་བྱེད་དོ་བྱེད་དོ་སྙམ་པའི་ངང་ནས་གཡེང་བ་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་ཆོས་མ་བྱུང་ཟེར་ནས་འགྱོད་པ་བྱེད་པའི་དུས་ལ་སླེབས་ཚར་བ་མང་པོ་ཡོད་པ། རང་རེས་དེ་དག་མཐོང་བ་ན། དེ་དག་ལ་སྐྱོན་དུ་བལྟ་ཞིང་ཉི་མ་རེ་རེ་ནས་ཆོས་བྱེད་ཡོང་མེད་པའི་དོན་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་གལ་ཆེན་རེ་བཟོས་ནས་མི་སྡོད་པར་སྙིང་ལ་རུས་པ་བཙུགས་སྟེ་འཆི་བདག་གཤིན་རྗེ་རང་གི་ཐོག་ལ་མ་བབས་པའི་གོང་དུ་ཆོས་བྱེད་གང་ཐུབ་དགོས་ཏེ། རྗེ་དགེ་དབང་བློ་བས་ཀྱང་། དཔེར་ན་ཐང་ཆེན་པོའི་སྟེང་དུ་ནས་ཞིང་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྱངས་ཡོད་ན། ལུང་པའི་ཕུ་ནས་ཆུ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བས་ནས་ཞིང་རྒྱུས་འཕྲུག་གྲབས་བྱེད་པ་དེ་ལ་རང་གིས་བལྟས་ནས་རང་གར་བསྡད་ན། ནས་འབྲུ་གཅིག་ཀྱང་མི་ལོན་པར་རྒྱུས་ཁྱེར་འགྲོ་ལ། དེ་བས་རང་གིས་ཧུར་ཐག་གི་བརྩོན་པས་མ་ཡིངས་པར་ཅི་ནུས་སུ་ཚུར་བསྐྱལ་ན་མ་མཐའང་ནས་ཞིང་དེ་ལས་རུ་གཅིག་དང་། རུ་གཉིས་ཙམ་ལོན་པ་འོང་། སྟབས་ལེགས་ན་ཡོངས་རྫོགས་ལོན་ནས་དགོས་པ་ཆེན་པོ་འགྲུབ་པ་ལྟར་རང་རེས་ཀྱང་འཆི་བ་མ་འོངས་གོང་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་ཉམས་ལེན་གང་ཐུབ་བྱེད་དགོས་གསུངས། དེ་ལྟར་རྒྱུ་མཚན་གསུམ་བསམས་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་ངེས་པར་འཆི་བར་འདུག་སྙམ་ནས་ཆོས་བྱེད་དགོས་པར་ཐག་བཅད།

གཉིས་པ་ནམ་འཆི་ངེས་མེད་བསམ་པ་ལ་རྒྱུ་མཚན་གསུམ་ལས། དང་པོ་འཛམ་བུ

癸一、總贍部洲人，別於濁世，死期無定

如果死期是確定的話，我們或許可以先完成諸如降伏仇敵、保護親友等世俗的事情，趁早快活一番，等到死期將至之前再修法。但這種確定性是沒有的，所以思惟死無定期這一節很重要。

《俱舍論》中說：

「北俱盧千年，餘二[34]半半減，
此[35]中壽無定，末十初無量。」

434 這是說，其他各洲人的壽命長度大多數是確定的，而瞻部洲人最初的壽命可達無量歲，最後則以十歲為長壽之最。因此，瞻部洲人的壽數是不確定的。尤其是在濁世時期，人的壽命長短更不確定。總而言之，雖然我們沒有會永遠不死的想法，但我們在未死之前，總是懷著這種念頭：「死是肯定的，但今年不大可能會死。」其理由是，某些人認為自己還年輕，所以暫時還不至於死。但這種理由是站不住腳的，死亡並不因為年齡的長幼而有先後次序，父母痛心幼子夭折的事例多的是。同樣的，年紀比我們小，但比我們早死的也有很多，有的人甚至剛生下來就死了。另有些人認為，自己沒病所以暫時還能活一段時間，但這也是說不準的，許多臥病在床的人沒有死，無病而猝死的卻大有人在。

有的人在吃飯問死去，他們起先絲毫不會意識到自已將在吃完飯之前死亡；在許多集會中，有些人自己走進集會大殿，卻變成一具屍體被人抬出來，放在屍轎裡；有些官員在實施政務中，等不到完成的那一天就留下未竟之業死去。我們有時在一些大德的文集裡，可以發現有所謂的「未竟之著」，這只是

[34] 指西牛貨洲與東勝身洲。
[35] 指南瞻部洲。

གླིང་པ་དང་སྙོས་སྙིགས་དུས་ཀྱི་ཚེ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། དེ་ཡང་ནམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་ཞིག་ཡོད་ན༑ དང་པོར་དགྲ་འདུལ་གཉེན་སྐྱོང་སོགས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལས་ཀ་རྣམས་བྱས། སྐྱིད་པོར་བསྡད་ནས་འཆི་བའི་སྔ་རོལ་ཙམ་དུ་ཆོས་བྱེད་ཆོག་མོད། དེ་ལྟར་ངེས་པ་མེད་པས་ནམ་འཆི་ཆ་མེད་བསམ་པ་འདི་གལ་ཆེ། དེ་ཡང་མཛོད་ལས། སྒྲ་མི་སྙན་པ་ལོ་སྟོང་སྟེ། །གཉིས་ན་ཕྱེད་ཕྱེད་སྦྱངས་པའོ། །ཞེས་པ་ལྟར་གླིང་གཞན་ཕལ་ཆེར་ཞིག་ཚེ་ལ་ངེས་པ་ཅན་མང་ཡང་། འདི་ན་མ་ངེས་ཐ་མ་ནི། །ལོ་བཅུ་དང་པོ་དཔག་ཏུ་མེད། །ཅེས་འཛམ་བུ་གླིང་པར་དང་པོར་ཚེ་ལོ་དཔག་མེད་ཐུབ་པའང་བྱུང་མོད། མཐར་ལོ་བཅུ་ལ་རིང་མཐའ་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་པ་སྤྱིར་འཛམ་བུའི་གླིང་པའི་ཚེ་ལ་ངེས་པ་མེད་ཅིང་། སྙོས་སྙིགས་དུས་ཀྱི་ཚེ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། སྤྱིར་རང་ཅག་ལ་གཏན་ནས་མི་འཆི་སྙམ་པའི་བསམ་པ་མེད་ཀྱང་། འཆི་རང་འཆི་མོད། ད་ལོ་ཙམ་མི་འཆི་སྙམ་པའི་བློ་ཞིག་མ་ཤིའི་བར་དུ་འོང་ལ། དེའི་རྒྱུ་མཚན་ཡང་། འགའ་ཞིག་གིས་རེ་ཞིག་མི་འཆི་སྟེ་ལོ་གཞོན་པའི་ཕྱིར་སྙམ་ན། དེས་ཀྱང་མི་ཕན་ཏེ། འཆི་བ་ནི་ལོ་རྒན་གཞོན་གོ་རིམ་མེད་པར་བུ་ཕྲུག་སྔོན་དུ་ཤི་ནས་ཕ་མས་དུར་འདེབས་དགོས་བྱུང་བའང་མང་དུ་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་རང་ལས་ཆུང་བ་མང་པོ་སྔར་ཤི་ཟིན་ལ། །ཁ་ཅིག་ནི་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་ཤི་བ་ཡོད། འགའ་ཞིག་ན་ཚ་མེད་པས་མི་འཆི་སྙམ་ཡང་། དེའང་ངེས་པ་མེད་དེ་ནད་པ་མལ་སར་ཉལ་ནས་སྡོད་པ་མི་འཆི་བར། ནད་མེད་ཀྱི་མི་མང་པོ་གློ་བུར་དུ་འཆི་འགྲོ་བའང་ཡོད་ཅིང་། ཁ་ཅིག་ཟས་ཟ་འཕྲོ་ལ་ལུས་ཏེ་ཤི་བ་ཡོད་དེ། དེ་འདྲ་ངེས་ཀྱང་དང་པོར་ཟས་དེ་མ་ཛོགས་པ་ནས་འཆི་འོང་སྙམ་པ་སེམས་ཀྱི་ཟུར་ལའང་མེད། ཚོགས་པ་མང་པོར་འགའ་ཞིག་འདུ་ཁང་དུ་ཡར་རང་གི་ཀང་པས་ཕྱིན་ནས། མར་ལམ་རོ་དེ་གཞན་གྱིས་འདོ་ལི་ལ་བཏེགས་ནས་འོང་བ་དང་། དཔོན་ཆེན་པོ་དག་ཀྱང་སྲིད་ཀྱི་ལས་ཀ་མང་པོའི་ས་བཅད་བཀྲམ་ནས་མཇུག་བསྐྱིལ་ལོང་མེད་པར་ལས་ཀ་བྱེད་འཕྲོ་ལ་འཆི་བ་དང་། སྐྱེས་བུ་དམ་པ་འགའ་ཞིག་གི་གསུང་འབུམ་དུའང་རྩོམ་འཕྲོ་

一種委婉的說法，實際上是指該文作者未能寫完全書就逝世。

435 雖然常有某人去世的消息從周圍山谷的上部和下部傳來，但我們這些人卻從沒想到同樣的事也會發生在自己身上。相反的，我們把這類事當作看熱鬧，甚至還有這樣的期盼：「這傢伙法衣真不錯，我要是有這麼一套就好了。」

與此類似的死亡，某一天肯定會發生在我們身上，而什麼時候來卻是未知的。正如所謂：

「明日與後世，未詳孰先至，
不重明日計，當勤後世利。」

《集法句經》中說：

「上午見多人，下午有不見，
下午所見者，次晨有不見。」

我們哪裡有明天不會死的把握？正因為沒有，所以我們應該思惟：「不為死作準備肯定是錯誤的，因為雖然不知道它什麼時候來，但它必定是會來的。既然我無法肯定自己將活到年老，所以我不必制訂許多計畫來保證將來有個幸福的晚年。」

如果無法想像自己今天或明天會死的話，我們至少也應這樣思惟：「明年
436 這個時候，難說是否會輪到自己死。」以本次法會在座的諸位為例，座首、座中、座尾的聽眾中，誰將輪到第一個先死，我們是無法肯定的。

閻王不會在我們死亡之前先捎個口信來，說：「喂！現在你該走了。」有一天它會突然降臨，就像霹靂一般，我們終將要留下未竟之事而去。就算是最普通的出家人，他們也必須留下茶、酥油、糌粑，甚至是喝到一半的麵湯而赴黃泉，此即死無定期的表徵。

認為自己可以長生不老，是我們「常執」的一種表現。這種邪見[36]一直在欺騙我們，直至我們意識到自己死期已至的那天。甚至在死亡的當天，垂危的

---

[36] 佛說眾生有四種邪見：(1) 執無常為常；(2) 執無我為我；(3) 執苦為樂；(4) 執不淨為淨。「常執」是其中之一。

ཞེས་ཡོད་པ་རྣམས། མིང་སྙན་མདོག་ཁ་བ་ལས་དོན་དུ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཚོམ་མཇུག་བསྡུ་མ་ཐུབ་པར་མཇལ་འགྲོ་ལ་ལུས་ཏེ་སྐུ་གཤེགས་པ་རང་ཡིན། རང་གི་གཡས་གཡོན་ལུང་པའི་ཕུ་མདའ་སོགས་ནས་ཆེ་གེ་མོ་ཤི་སོང་ཟེར་ཡང་། རང་ཅག་རྣམས་རང་ལ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འོང་སྙམ་དུ་མི་སེམས་པར་དེ་དག་ལ་ལྟད་མོ་བལྟ་བ་བཞིན་བྱེད་ཅིང་། ད་དུང་ཁོའི་ཆོས་གོས་དེ་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡོད༔ དེ་བྱུང་ན་བསམས་ནས་ཨང་ཉན་བྱེད་མོད། དེ་འདྲའི་འཆི་བ་དེ་ནམ་ཞིག་རང་སྟེང་དུ་འོང་བར་ངེས་ཤིང་། དེ་ཡང་ནམ་འོང་ངེས་པ་མེད་དེ། སང་དང་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མ་གཉིས། །སྔོན་དུ་གང་འོང་གཏོལ་མེད་པས། །སང་གི་ཆེས་ལ་མི་འབད་པར། །ཕྱི་མའི་དོན་ལ་འབད་པར་རིགས༔ །ཞེས་དང་། ཚོམས་ལས། སྔ་དྲོ་སྐྱེ་བོ་མང་མཐོང་བ། །ཕྱི་དྲོ་ཁ་ཅིག་མཐོང་མི་འགྱུར༔ །ཕྱི་དྲོ་སྐྱེ་བོ་མང་མཐོང་བ། །སྔ་དྲོ་ཁ་ཅིག་མཐོང་མི་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་ལྟར་རོ།། དེ་འདྲའི་འཆི་བ་དེ་སང་ཉིན་རང་མི་འོང་བའི་ངེས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། རང་ཅག་གིས་འོང་བར་ངེས་ཤིང་ནམ་འོང་ཆ་མེད་པའི་འཆི་བ་ལ་གྲབས་གཤོམ་མི་བྱེད་པར། ལོ་གྲས་གྲས་བར་དུ་སྡོད་པའི་ངེས་པ་མེད་ཀྱང་། གྲས་པའི་སྐབས་སྐྱིད་འདོད་ཀྱི་ཤོམ་ར་མང་པོ་བསྒྲིག་པ་འདི་འཁྲུལ་ངེས་པ་ཡིན་སྙམ་དུ་བསམ། དེའང་དེ་རིང་སང་ཉིན་སོགས་བསམ་མ་ནུས་ནའང་སང་ཕོད་ད་ཚོད་ཙམ་ན་འཆི་རེས་སུ་འབབ་མ་ངེས་ཚུལ་བསམ་དགོས་ཏེ། ད་ལྟའི་ཆོས་གྲལ་འདིར་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱང་གྲལ་མགོའམ། གྲལ་རྐེད་དམ། གྲལ་མཐར་སྡོད་མཁན་ཆེ་ནས་སྔོན་དུ་འཆི་བའི་འགྲོ་རིས་དང་པོ་སུ་ལ་འཁོར་ཡོང་ངེས་པ་མེད། འཆི་བའི་སྔོན་དུ་ད་འགྲོ་རན་སོང་ཟེར་བའི་སྔོན་འགྲོ་ཆ་འཕྲིན་བཏང་བ་སོགས་མི་འོང་བར། ཉིན་གཅིག་གློ་བུར་དུ་ཐོག་བབས་པ་ལྟར་ལས་འགྲོ་ཙ་རེ་ལུས། གླ་རྒྱང་ཚུན་ཆད་ལ་ཛ་མར་དང་རྩམ་པ་ཡན་དང་ཐ་ཤ་ཐུག་པ་འཁྱུང་འགྲོ་ཚུན་ཆད་ལུས་ནས་ཚེ་ཕ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་བ་འདི་ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པའི་རྟགས་རེད། ལོ་མང་པོར་སྡོད་རྒྱུའི་རྟག་འཛིན་གྱིས་འཆི་ཁ་བར་བསླུས་ཏེ། ཉིན་གཅིག་ད་འཆི་རན་སོང་ཞེས་པ་ཞིག་འོང་།

病人或許還在想：「我今天還下會死吧！」

有些人遇到本命凶年[37]的時候，可能還會動念去想一想今年是否可能會死。但事實上，從一歲至一百歲間所有的非凶年中，我們也不敢說不會在該年死亡。以今年廿八歲者為例，你們應該想到：「我今年是極可能死的，因為與我年齡相同的某某就是這個年齡死的。」

如果有人要我們立誓說今年一定不會死，我們是做不到的，所以只能作出
437 懷疑的樣子。「死無常」並不像「無我」的意義那樣難懂。除非你不去思考，否則我們住在大寺院或人口稠密的城市中，只要心裡一想，它就會像眼見、手觸般清晰地出現在我們面前。

因此，我們應該配合我的依怙主大寶上師的話來加以思考，他說：「如果我能一個月、兩個月不死，但願我能成辦後世的利益；如果我能一年、兩年不死，但願我能實現來世永久安樂的目標。」

癸二、死緣極多，活緣微少，故死期無定

現在能保護我們下死的，只有自己前世的願力、福德和諸佛的悲心，除此
438 之外，死緣極其繁多。我們周圍有八萬種死緣障礙對我們虎視耽耽，就像蒼蠅盤旋於腐肉一般，正伺機把我們吃掉或奪走我們的呼吸。此外還有如霧氣籠罩般的四百零四種疾病、三百六十種魔鬼、十五種厲害的童子魔、三百六十種非人等，全都在覬覦我們的壽命。

除了這些外緣外，我們體內的風、膽汁、涎液等以及四大只要稍不平衡，就會奪走我們的生命，就像同在一個器皿中的四條蛇，哪一個力大就把其他三

[37] 根據西藏曆算學，人的一生逢九和十三歲為凶年。

དེ་རིང་འཆི་མཁན་གྱི་ནད་པས་ཀྱང་དེ་རིང་མི་འཆི་སྙམ་པ་ཞིག་ལས་མི་འཆར། འགའ་ཞིག་གིས་སྐྱིག་ཐོག་སླེབས་པ་ན། ད་ལོ་འཆི་མི་འོང་ངམ་སྙམ་པ་ཞིག་དྲན་སོང་། སྐྱིག་ཐོག་མིན་ཡང་ལོ་གཅིག་ནས་བརྒྱའི་བར་ལ་འདི་ལོ་མི་འཆི་ཟེར་བའི་ལོ་མེད་དེ། དཔེར་ན། ལོ་ཉེར་བརྒྱད་ལོན་པ་ལྟ་བུས། འདི་ལོ་འཆི་ལས་ཆེ། ལོ་འདི་ལ་འདི་དང་འདི་འདྲ་བ་འཆི་འདུག་པས་སོ་ཞེས་བསམ་དགོས། རང་རེར་འདི་ལོ་ངེས་པར་མི་འཆི་བའི་མནའ་ཞིག་སྐྱེལ་ཟེར་ན། དེ་མི་ནུས་པས་ཐེ་ཚོམ་ལོག་གེ་བ་ཞིག་ལས་མེད། དེས་ན། རང་ཅག་གིས་མ་བསམས་པ་མ་གཏོགས་འདུས་སྡེ་ཆེན་པོ་དང་། མི་ཚོགས་ཆེན་པོའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་བསྡད་ནས་ཡིད་ལ་བསྐོར་ན། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་འདི་བདག་མེད་པའི་དོན་ལྟ་བུ་གོ་དཀའ་བ་ཞིག་མིན་པར་མིག་གིས་མཐོང་ཞིང་། ལག་པས་རེག་ཏུ་ཡོད་པ་བཞིན་ཡིན། དེས་ན་བདག་གི་ཕ་སྐྱབས་མགོན་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེས། ཟླ་གཅིག་ཟླ་གཉིས་མ་ཤི་ན། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་དོན་འགྲུབ་པ་དང་། ལོ་གཅིག་ལོ་གཉིས་མ་ཤི་ན་སྐྱེ་བ་གདན་གྱི་འདུན་མ་འགྲུབ་པ་ཞིག་སྨོན་ལམ་ཀྱུ། ཞེས་ལུང་འདྲེན་དང་སྦྲགས་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་བསམ་དགོས།

རྒྱུ་མཚན་གཉིས་པ་འཆི་རྐྱེན་མང་ཞིང་གསོན་རྐྱེན་ཉུང་བས་ཀྱང་ནམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། ད་ལྟ་རང་རེ་རྣམས་སྔོན་གྱི་སྨོན་ལམ་དང་། བསོད་ནམས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེས་བསྐྱབས་པ་ལས། འཆི་རྐྱེན་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ། རང་ལ་ཤ་ཉལ་ལ་སྦྲང་མ་འཁོར་བ་བཞིན་འཆི་རྐྱེན་བགེགས་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུས་འདི་ནམ་ཞིག་ཟ་ནུས་པ་དང་། དབུགས་ལེན་ནུས་ན་སྙམ་སྟེ་གཟིར་ནས་བསྡད་ཡོད་ལ། ནད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་རྩ་བཞི་ནི་ན་བུན་འཐིབས་པ་བཞིན་དང་། གདོན་རིགས་སྲུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ། བྱིས་པའི་གདོན་ཆེན་བཅོ་ལྔ། ཡི་འབྲོག་སྲུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་སོགས་ཀྱིས་རང་གི་ཚེ་སྲོག་ལ་ཧམས་ནས་བསྡད་ཡོད། ཕྱིའི་རྐྱེན་དེ་ལྟར་མ་ཟད། སྦྲུལ་བཞི་སྒྲོམ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་དུ་བཙུག་ན་གང་སྟོབས་ཆེ་བ་དེས་གཞན་རྣམས་ཟ་བ་ལྟར། རླུང་

個吃掉一樣。所謂：

「死緣極眾多，活緣唯少許，
此等亦成死，故當常修法。」[38]

不僅內、外死緣眾多，活緣變成死緣的也有許多。例如房屋倒塌、舟船沈沒、被馬摔下踩死、遭親友出賣，食物不消化等等。所以，龍猛說，我們的壽命就像狂風中的燈燭一般：**「安住死緣中，猶如風中燭。」**[39]

439 **癸三、身極脆弱，故死期無定**

雖然如上所述死緣極多、活緣極少，但如果我們的身體堅不可摧，死緣再多也不會威脅到我們。然而我們的身體就像水泡一樣，連一根刺也可以要我們的命，死亡實在是不須重大因緣的。即便我們有堅固結實的身體也沒有用，《親友書》中說：

「七日燃燒諸有形，大地須彌及大海，
尚無灰塵得餘留，況諸至極脆弱人。」

該文又說：

「若其壽命多損害，較風激泡尤無常，
出入二息能從睡，有暇醒覺最稀有！」

意思是說，我們在入睡的時候，粗氣的呼吸停止了，只剩細四大的風在鼻
440 孔中繼續流動，在粗四大風的呼吸停上之後，又能甦醒過來不死，實在是一件極稀有的事！因此，我們應當思惟死無定期，從而生起立即修法的念頭。就像有個想殺我們的仇人肯定要來，但什麼時候來個知道，所以從即日起便要積極

---

[38] 引自《寶鬘》。
[39] 同上。

མཁྲིས་བད་ཀན་སོགས་དང་འབྱུང་བ་བཞི་ཙུང་ཟད་ཆ་མ་སྙོམས་ནའང་དེས་སྲོག་འཕྲོག་ནས་འཆི་རྐྱེན་བྱེད་དེ། འཆི་བའི་རྐྱེན་ནི་མང་བ་སྟེ། །གསོན་པ་ཡི་ནི་ཉུང་ཟད་ཅིག །དེ་དག་ཐམས་ཅད་འཆི་བའི་ཡང་། །དེ་བས་རྟག་ཏུ་ཆོས་མཛོད་ཅིག །ཅེས་གསུངས། ཕྱི་ནང་གི་འཆི་རྐྱེན་མང་བར་མ་ཟད། གསོན་རྐྱེན་ཡང་འཆི་རྐྱེན་དུ་འགྲོ་བ་མང་སྟེ། ཁང་པ་རྡིབ་པ་དང་། གྲུ་ཞིག་ཅིང་བུབ་པ། རྟ་བསྐྱུར་ཞིང་བརྡབ་པ། གཉེན་གྲོགས་ཀྱིས་བསླུས་པ། ཟས་མ་འཕྲོད་པ་སོགས་དུ་མས་འཆི་རྐྱེན་བྱེད། དེས་ན་རང་རེའི་ཚེ་སྲོག་ནི་རླུང་དམར་ནང་གི་མར་མེ་དང་མཚུངས་ཏེ། ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས། འཆི་བདག་རྐྱེན་གྱི་ནང་གནས་པ། །རླུང་དམར་ནང་འདུག་མར་མེ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས།

རྒྱུ་མཚན་གསུམ་པ་ལུས་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཆུང་བས་ཀྱང་ནམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། དེ་ལྟར་འཆི་རྐྱེན་མང་ཞིང་གསོན་རྐྱེན་ཉུང་ནའང་རང་ཅག་གི་ལུས་འདི་སྲ་ཞིང་མཁྲེགས་པ་ཞིག་ཡོད་ན། འཆི་རྐྱེན་མང་ཡང་མི་སྐྱོན་མོད། འདི་ནི་ཆུའི་ལྦུ་བ་ལྟར་ཆེར་མ་ཟུག་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་འཆི་བ་སོགས་རྐྱེན་ཆེན་པོ་མི་དགོས་པར་འཆི། སྲ་མཁྲེགས་ཤིག་ཡིན་ཀྱང་མི་ཕན་ཏེ། བཤེས་སྤྲིང་ལས། ས་དང་ལྷུན་པོ་རྒྱ་མཚོ་ཉི་མ་བདུན། །འབར་བས་བསྲེགས་པའི་ལུས་ཅན་འདི་དག་ཀྱང་། །ཐལ་བ་ཡང་ནི་ལུས་པར་མི་འགྱུར་ན། །ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཆུང་མི་ལྟ་སྨོས་ཅི་འཚལ།། ཞེས་དང་། ཚེ་འདི་གནོད་མང་རླུང་གིས་བཏབ་པ་ཡི། །ཆུ་ཡི་ཆུ་བུར་བས་ཀྱང་མི་རྟག་ན། ། དབུགས་རྔུབ་དབུགས་འབྱུང་གཉིད་ཀྱིས་ཡོག་པ་ལས། །སད་ཁོམ་གང་ལགས་དེ་ནི་ངོ་མཚར་ཆེ།། ཞེས་རང་གཉིད་ལོག་པའི་སྐབས་དབུགས་རགས་པ་འབྱུང་རྔུབ་རྣམས་བསྡུས་ཏེ་འབྱུང་བ་ཕྲ་མོའི་རླུང་སྣ་བུག་གི་རྒྱུ་བ་མ་ཆད་པར། འབྱུང་བ་རགས་པའི་རླུང་གི་དབུགས་འབྱུང་རྔུབ་བསྡུས་པ་སད་ནས་མ་ཤི་བ་དེ་ངོ་མཚར་ཆེ་བར་གསུངས། དེས་ན་ནམ་འཆི་ངེས་མེད་འདི་བསམས་ནས། གསོན་བྱེད་ཀྱི་དགྲ་འོང་བར་ངེས་ནས་ནམ་འོང་ཆ་མེད་ན། དེ་རིང་ནས་དེ་

防範。

我們常常這樣子自己騙自己：「法是一定要修的，但等我明年此時把事情辦完後再修吧。」傑・貢唐巴說：

「心想今年或本月，現世之事先完成，
次方修習清淨法，此乃欺誑一切鬼。」[40]

我們常有完成某事後再修法之心，但是世俗的事情就像陣陣波浪一樣，永無結束之時。完成一件事後，另一件事勢必接踵而至，待那件事完成後，又有下一件事出現，於是又想等到那件事完成後再修。正如所謂：

「俗事猶如老人鬚，剪而又剪鬚愈多。」[41]

貢唐巴說：

「明日修法黎明前，今日死期已迫近，
如今不應作自欺，從即日起修正法！」[42]

441 有些人喜歡安排修法的時間，心想：「等這事完了再修法」或是「明天再修」，殊不知在事情完成之前，「今日你該死」的噩耗已經像霹靂般出現。

以上述三因思惟「死無定期」之後，我們應下定決心從現在起就徹底放下俗事，不再推明天、等後天，而應從即刻起便修法。這並不意味著學僧可以不去大殿和辯經院而跑到山洞去，而是應該把自己現在所修的法轉變成真正的法。以過去口頭上的唸誦為例，我們恐怕都曾唸過上千遍「歸依發心偈」，但唸誦時真正作思惟的或許一遍也沒有，由此可以發現，真正的佛法我們實在少得可憐。雖然像積極經商和努力稼穡這類事無法轉變成正法，然而對我們這些

---

[40] 引自貢卻丹貝準美所造的《無常修法學處》。
[41] 引自貢卻丹貝準美所造的《與經驗老者之對談》。
[42] 引自《無常修法學處》。

བཟློག་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་པ་ལྟར་ད་ལྟ་རང་ཆོས་བྱེད་སྙམ་པ་བྱ་ཡི། ཆོས་བྱེད་དགོས་སོད། ད་ལོ་སང་ཕོད་ཙམ་དུ་ལས་ཀའི་མཇུག་ཅིག་བསྡུ་བྱ་ཡོད་པས་དེ་ཟིན་ནས་ཆོས་བྱ་སྙམ་པ་ནི་རང་གིས་རང་བསླུས་པ་ཡིན་ཏེ། རྗེ་གུང་ཐང་པས། ལོ་ཟླ་བ་འདི་ལ་འདི་སྣང་གི །ལས་བྱ་བྱེད་ཚགས་སུ་ཚུད་བྱས་ནས། །སླར་གཙང་མའི་ཆོས་ཤིག་བྱེད་སྙམ་པ། །འདི་ཐམས་ཅད་བསླུ་བའི་ཕུང་འདྲེ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། ང་ཚོས་ལས་ཀ་འདི་དང་འདིའི་མཇུག་ཟིན་ནས་ཆོས་བྱེད་སྙམ་པ་འོང་ཡང་། ལས་འགྲོ་མི་རྒྱུན་ཁ་སྤུ་བཞིན། །བཅད་ཀིན་བཅད་ཀིན་ཇེ་མང་ཡིན། །གསུངས་པ་ལྟར་ལས་ཀ་གཅིག་ཟིན་ལོང་མེད་པར་དེ་ནས་ཡང་ལས་ཀ་གཞན་ཞིག་བྱུང་ནས་དེ་མཇུག་བསྡུ། ཡང་གཞན་ཞིག་བྱུང་སྟེ་དེ་མཇུག་བསྡུ་སྙམ་པ་ལས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལས་ཀ་རྒྱ་གཉེར་བཞིན་ཚར་རྒྱུ་ཙུང་ཟད་ཀྱང་མེད། གུང་ཐང་པས། ཆོས་བྱེད་ཀྱི་སང་ཉིན་འཆར་གྱི་བར། །འཆི་དུས་ཀྱི་དེ་རིང་སླེབས་ཉེན་ཆེ། །ད་རང་མགོ་རང་གིས་མ་བསྐོར་བར། །ཆོས་བྱེད་ན་དེ་རིང་ཉིད་ནས་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། འདི་ཚར་ནས་ཆོས་བྱེད་ཅེས་པའམ། སང་ཉིན་ཆོས་བྱེད་ཅེས་སོགས་དུས་སྒོ་བསྒྲིགས་ནས་ལས་ཀ་མ་ཚར་བར། ད་དེ་རིང་འཆི་རན་སོང་ཞེས་པ་དེ་ཐོག་བབ་པ་ལྟར་འབྱུང་ངེས། དེ་ལྟར་རྒྱུ་མཚན་གསུམ་གྱིས་ནམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་མེད་པར་བསམས་ནས་ད་ལྟ་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལས་ཀ་ཙམ་གྱིས་བཞག་སྟེ། སང་བྱ་གནང་བྱར་མ་སོང་བར་ཆོས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བྱེད་པར་ཐག་བཅད། དེ་ཡང་སློབ་གཉེར་བས་ཚོགས་ཆོས་རྭ་འགྲིམ་འགྲོ་བཞག་ནས་རི་ཕུག་ཏུ་འགྲོ་མི་དགོས་ཀྱི། ད་ལྟ་བྱེད་བཞིན་པའི་ཆོས་དེ་ཆོས་སུ་བསྒྱུར་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། སྟོན་ཆད་ཚིག་ཙམ་བཏོན་པ་ལ་བྱས་ན། སངས་རྒྱས་ཆོས་ཚོགས་མ་ཡང་སྟོང་ཚར་ཙམ་བཏོན་ཚར་སོད། བསམ་མནོ་ལེགས་པར་བཏང་ནས་ཚར་གཅིག་ཀྱང་བཏོན་འདུག་གམ་བལྟས་ན་དེ་ལྟར་ཆེས་དཀོན་པ་ཡོད། དེས་ན། ཚོང་དང་ཞིང་གི་སོ་ནམ་ལ་བརྟེན་པ་སོགས་ནི་ཆོས་སུ་བསྒྱུར་དུ་མེད་ཀྱང་། རང་རེ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་བཞིན་པ་འདི་

出家眾來講，卻應將目前所作的事轉變為正法。（帕繃喀大師解釋說，導致我們大多數人正法匱乏的，大半是因為我們不願修，而不是不懂得修。）

442 **壬三、思惟死時除正法外，餘皆無益**

第三根本「死時除正法外餘皆無益」的三種因：

癸一、財物無益

縱然我們富貴如梵天、帝釋或轉輪王，死的時候還是連一名僕人、一件財物都帶不走，所以這些東西在死時都無益處。統治各地區的國王將死的時候，連一粒麥子也無法帶走，甚至乞丐也得放下不離手的叫化棒而去，所謂：

「國王須捨河山去，乞丐須捨棍杖去。」

《大樹經》中也說：

「縱然積有百年糧，死之次晨空腹行，
縱然積有百年衣，死之次晨赤身行。」

又如《入行論》中說：

443 **「死時皆須捨，然我不了知，**
為諸親與仇，造種種罪業。」

以及：

「生既孤獨生，死亦孤獨死，
苦分他不取，能障友何用？」

以前有個人將一塊大石頭打磨成工整的四方形，別人問他這將派什麼用，他問答說沒什麼用，以後準備把它扔掉。我們的情況與此人相似：最終將放下現世中苦苦積攢的所有財物而去。

癸二、親友無益

縱然有許多親愛如心肝肺腑的僕眾、弟子、親戚圍繞在我們屍床旁牽扯依戀，也都不能使我們不死。我們也帶不走他們中的任何一個，只能孤獨地前往「中有」的險狹之道。正如大成就者彌札佐格所說：

ག་རང་ཆོས་སུ་བསྒྱུར་དགོས་ཏེ། རང་རེ་ཕལ་ཆེར་གྱིས་ཆོས་མ་བསྒྲུབས་པས་ཕོངས་པ་མ་གཏོགས། མ་ཤེས་པ་གཅིག་པུས་ཕོངས་པ་མིན་གསུངས།

རྩ་བ་གསུམ་པ་འཆི་བའི་ཚེ་ཆོས་མ་གཏོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཕན་པར་བསམ་པ་ལ་རྒྱུ་མཚན་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནོར་གྱིས་མི་ཕན་པ་ནི། ཚངས་པ་བརྒྱ་བྱིན་དང་འཁོར་སྒྱུར་ལྷ་བུ་ཡིན་ཡང་འཆི་བའི་ཚེ་གཡོག་པོ་གཅིག་ཀྱང་འཁྲིད་ས་མེད། རྒྱུ་ནོར་རྫས་སྣེ་གཅིག་ཀྱང་འཁྱེར་དབང་མེད་པས་དེ་དུས་མི་ཕན། ཡུལ་ཁམས་ཀུན་ནས་དབང་ཆེ་བས་རྒྱལ་པོ་ཡང་འཆི་རན་པ་ན། ནས་འབྲུ་ཙམ་ཡང་འཁྱེར་དུ་མེད་ལ། སྤྲང་པོས་འབྲལ་མེད་དུ་ཁྱེར་བས་བེར་ཀ་ཡང་བཞག་ནས་འགྲོ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་གཞི་བཞག་ནས་འགྲོ །སྤྲང་པོ་བེར་ཀ་བཞག་ནས་འགྲོ། །ཞེས་དང་། མདོ་ལྗོན་ཤིང་ལས། ལོ་བརྒྱར་འདད་བའི་ཟས་ཡོད་ཀྱང་། །འཆི་བའི་ནང་པར་ལྟོགས་པར… འགྲོ། །ལོ་བརྒྱར་འདད་བའི་གོས་ཡོད་ཀྱང་། །འཆི་བའི་ནང་པར་གཅེར་བུར་འགྲོ། །ཞེས་དང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས། ཐམས་ཅད་བོར་ཏེ་ཆ་དགོས་པར། །བདག་གིས་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ནས། །མཛའ་དང་མི་མཛའི་དོན་གྱི་ཕྱིར། །སྡིག་པ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་བྱས། །ཞེས་དང་། སྐྱེ་ན་གཅིག་པུར་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་། །འཆི་ནའང་དེ་ཉིད་གཅིག་འཆི་སྟེ། །སྡུག་བསྔལ་བསྐལ་གཞན་མི་ལེན་ན། །གེགས་བྱེད་མཛའ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་གསུངས། སྔར་མི་གཅིག་གིས་རྡོ་ཆེན་པོ་གཅིག་གྲུ་བཞིར་བཏར་བ་ལ། གཞན་ཞིག་གིས་འདིས་ཅི་བྱེད་དྲིས་པས། བསྒྱུར་འཛོག་པ་ལས་གཞན་གང་ཡང་མི་བྱེད་ཟེར་བ་བཞིན། འཛིག་རྟེན་འདིར་བཟོས་བཟོས་པའི་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་བཞག་ནས་འགྲོ།

གཉིས་པ་གཉེན་བཤེས་ཀྱིས་མི་ཕན་པ་ནི། འཁོར་གཡོག །སློབ་མ། གཉེན་འབྲེལ་སྙིང་དང་འདྲ་བ་མང་པོས་མཐའ་བསྐོར་ཏེ་ཁང་འཛུ་ལག་འཛུ་བྱས་ཀྱང་མི་འཆི་བ་ལ་མི་ཕན་ཞིང་། དེ་དག་གཅིག་ཀྱང་འཁྲིད་ས་མེད་པར་རང་གཅིག་པུ་བར་དོའི་འཕྲང་འགྲིམས་ནས་འགྲོ་སྟེ།

444 **「陛下任何富，死赴他世時，**
如敵劫於野，獨身無子妃。」[43]

及《入行論》中所說：

「鬼卒來抓時，親友有何益?」

以及班禪卻堅所說的：「**恩愛眷屬皆永離**」[44]等。

如果有人知道今年冬天就會死的話，他怎麼還會去忙明年的事呢？現在我們對到印度或漢地去旅行感到很興奮，認為是件了不得的大事，忙著打點行裝。這種旅行雖然可以帶著馬匹、騾子和僕從一起走，但當我們「大搬家」去後世時，卻只能獨自一人去，既沒有道伴，也帶不走絲毫財富受用。

癸三、身亦無益

當我們死歿時，就算一切山都變成黃金、一切人都變成朋友，對我們而言也全沒用。財物受用、親戚朋友等就不必說了，即使連我們從胎裡帶來的，擔
445 心它受凍、挨餓，連刺札也禁不起的、像如意寶般受愛護的身體也要留下。所以，當如班禪卻堅所說的「素珍衛身需時欺」[45]等，思惟必須與最受愛護的身體分離的情形。 在思惟上述三因之後，如果我們光是坐著害怕發抖是沒有用的。貢唐・丹貝準美說：

「法是無諳道嚮導，法是長征道路糧，
法是難行道商主，三門今當合正法！」[46]

密勒日巴大師說：

「弟子貝達繃諦聽！具信富女聽我言：

---

[43] 引自《與月國王書》。
[44] 引自《解脫中有險難啟請》。
[45] 同上。
[46] 引自《無常修法學處》。

གྲུབ་ཆེན་མི་ཏྲཻ་གིས། ལྷ་གཅིག་ཇི་ལྟར་ཁྲོད་འཁོར་ཀྱང་། །གཤེགས་ནས་འཇིག་རྟེན་གཞན་བཞུད་ཆོ། མྱ་ངམ་ཐང་ལ་དགྲས་བཅོམ་ལྟར། །གཅིག་པུ་སྲུས་མེད་བཙུན་མོ་མིན། །ཞེས་སོགས་དང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས། གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉས་ཟིན་པ་ལ། །གཉེན་གྱིས་ཅི་ཕན་བཤེས་ཅི་ཕན༑ ༑ཞེས་དང་། པཎ་ཆེན་ཆོས་རྒྱན་གྱིས། བརྩེ་ཞིང་གདུང་བའི་གཉེན་དང་གདན་བྲལ་བྱས༑ ༑ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ད་ལྟ་འགའ་ཞིག་ད་ལོའི་དགུན་ཐོག་ཏུ་འཆི་ངེས་པ་ཡོད་ན། ངེས་སང་ཕོད་ཀྱི་ལས་དོན་རྩོམ་ནས་ཅི་བྱེད། ད་ལྟ་རང་རེ་རྒྱ་གར་རྒྱ་ནག་སོགས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་ཧ་ལས་ནས་དོ་གལ་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་འགྲོ་ཆས་ལ་བརྩོན་མོད། དེར་ཧ་དྲིལ་འཁོར་གཡོག་དང་བཅས་ཏེ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡོད་ལ། འཇིག་རྟེན་ཕ་རོལ་ཏུ་བསྐྱུས་ཆེན་པོ་འདེགས་པ་ན། གྲོགས་མེད་ཅིང་རང་གཅིག་པུར་ལོངས་སྤྱོད་སྤུ་ཙམ་ཡང་འཁྱེར་དུ་མེད་པར་འགྲོ།

གསུམ་པ་ལུས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་ཕན་པ་ནི། ཤི་བའི་ཚེ་རི་ཐམས་ཅད་གསེར་དུ་ཕྱིན། མི་ཐམས་ཅད་གཉེན་དུ་གྱུར་ཀྱང་ཕན་པ་མེད་ཅིང་ནོར་ལོངས་སྤྱོད། ཉེ་འབྲེལ་སོགས་ལྟ་ཞོག །མངལ་ནས་རང་དང་མཉམ་དུ་སྐྱེས་ཤིང་། ངའི་ལུས་ཞེས་འཁྲུག་དོགས་ལྟོགས་དོགས་དང་། ཚོར་མ་ཟུག་པ་ཙམ་ཡང་མི་ཐོད་པར། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལྟར་གཅེས་པར་བསྐྱངས་བསྐྱངས་པའི་ལུས་འདི་ཡང་ཤུལ་དུ་བཞག་སྟེ་འགྲོ་བ་ཡིན། དེས་ན་རྗེ་ཆོས་རྒྱན་གྱིས། གཅེས་པར་བསྐྱངས་པའི་ལུས་ཀྱིས་དགོས་དུས་བསླུས། །གསུངས་པ་ལྟར་ཐ་ན་གཅེས་པར་བསྐྱངས་པའི་ལུས་འདི་དང་ཡང་འབྲལ་དགོས་ཚུལ་སོགས་བསམས། དེ་ལྟར་རྒྱུ་མཚན་གསུམ་བསམས་པའི་མཇུག་ཏུ། དེ་ལྟར་བསམས་ནས་འཇིགས་ཞུམ་མེར་བསྡད་པས་མི་ཕན་པས། གང་ཐང་བསྟན་པའི་སྨྲོན་མེས། ལམ་རྒྱུས་མེད་ཀྱི་ས་མཁན་ཆོས་ཡིན་ཞིང་། །ལམ་ཤུལ་རིང་གི་ལམ་རྒྱགས་ཆོས་ཡིན་ལ། །ལམ་བགྲོད་དཀའི་དེད་དཔོན་ཆོས་ཡིན་པས། །དུས་ད་ནས་སྒོ་གསུམ་ཆོས་ལ་སྐྱོར། །ཞེས་དང་། རྗེ་མིད་ལས། ཨང་གེ་ཉ་མ་དཔལ་དར་འབུམ། །གསོན་དང་ཤུག་མོ་དད་པ་ཅན། །ཚེ་འདི་

後世時較現世長，行路乾糧已備否？
行路乾糧若未備，當作布拖以備之！」

446 以及：

「弟子貝達繃諦聽！具信富女聽我言：
後世怖較現世大，護送衛士已備否？
護送衛士若未備，當修正法以備之！」[47]

我們死的時候，旅途上的嚮導，商主、路糧就是正法，假如我們生前未曾修法的話，便和路旁死去的老狗沒什麼兩樣。想一想，如果我們這樣子死去，那該有多麼悲哀！我們應該像回家的旅客那樣，不作長留他鄉的打算、只想著如何打點回家的行裝，對現世沒有絲毫貪戀，決意只修正法！

辛二、修習死相

這一修法是我大寶上師的教授。

（帕繃喀大師指出，因為這上要是「經驗引導」的修法，所以修的時候，
447 我們最好能按照如下所說來思惟。） 具體修法是按照《依怙大悲頌》[48]和班禪卻堅的《解脫中有險難啟請》中所講的內容來憶念。我們大家都知道自己有一天將死去，那麼死的時候到底是怎樣一種情形呢？讓我們來觀察一下。《中有啟請》中說：

「扁倉卻走經無救，親故臨視皆永訣，
自己亦無奈何時，憶師教授求加持。」

當我們臨近死亡的時候，不論再怎樣請醫診治和延僧誦經，我們的病照樣愈來愈嚴重。醫生雖然當著我們的面說一些安慰的話，實則已經對家屬發出病危通知。親友們雖然表面上仍鼓勵我們，背地裡卻已清楚我們即將死去而開始收拾物品。我們的體溫開始降低，呼吸變得急促，鼻子塌陷，嘴唇上翻，皮膚光澤消失等等，表露出種種難堪的內、外死相。我們也將對以往所犯的罪業心生悔意，又缺乏因懺悔、防護惡業和修習清淨善業而產生的把握。「解支節」

[47] 這兩段引自《密勒日巴十萬道歌集》。
[48] 全稱為《依怙大悲頌・普救惡趣》，作者佚名。

བས་ཕྱི་མ་བཤུལ་ཐག་རིང་། །རྒྱགས་ཕྱེ་གྲབས་སུ་ཚུད་ལགས་སམ། །རྒྱགས་ཕྱེ་གྲབས་སུ་མ་ཚུད་ན། །སྤྲིན་པ་ཡིན་པས་བཏང་ཡང་འཚལ། །ཞེས་དང་། ཨང་གེ་ཉ་མ་དཔལ་དར་འབུམ།། ཚེ་འདི་བས་ཕྱི་མ་འཇིགས་པ་ཆེ། །སྐྱེལ་མ་གྲབས་སུ་ཚུད་ལགས་སམ། །སྐྱེལ་མ་གྲབས་སུ་མ་ཚུད་ན། །ལྷ་ཆོས་ཡིན་པས་བྱེད་ཀྱང་འཚལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་འཆི་བའི་དུས་སུ་ལམ་བགྲོད་པའི་ས་མཁན་དང་། དེད་དཔོན་ལམ་རྒྱགས་ཀྱང་ཆོས་ཡིན། ཆོས་བྱེད་རྒྱུ་མ་བྱུང་བར་སྐྱང་བར་གྱི་ཁྲི་ཐག་རྒྱ་བོ་ཤེ་བ་དང་ཁྱད་མེད་དུ་འཆི་ན་ཅི་དྲག་བསམ་སྟེ། འགྲུལ་པ་ཕ་ཡུལ་དུ་འགྲོ་མཁན་ཆོས་སྡོད་རྒྱུའི་གྲབས་གཡོས་མི་བྱེད་པར་འགྲོ་ཆས་འབའ་ཞིག་ཚགས་སུ་ཚུད་ཐབས་བྱེད་པ་བཞིན། ཚེ་འདིའི་འཕྲི་བས་མ་གོས་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་བྱེད་པར་ཐག་གཅད་དགོས་སོ།།

གཉིས་པ་འཆི་བའི་རྣམ་པ་བསྒོམ་པ་ནི། བདག་གི་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་མན་ངག་ཡིན། འདི་གཙོ་བོ་སྨོང་ཁྲིད་སྐྱོང་ཚུལ་ཡིན་པས་སྐྱོང་སྐབས་ཀྱང་འདི་ལྟར་བསམས་ན་ལེགས་པར་གསུངས། དེ་ཡང་། སྐྱབས་ཐུགས་རྗེ་མ་དང་། པཎ་ཆེན་ཆོས་རྒྱན་གྱིས་བར་དོ་འཕྲང་སྒྲོལ་གྱི་གསོལ་འདེབས་ལས་གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱང་དྲན་པར་བྱས་ནས། བདག་ཉིད་འཆི་ནི་འཆི་ལ། དེའི་ཚེ་ཇི་ལྟར་བྱེད་པར་འདུག་བརྟག་པ་ན། འཆི་བ་ལ་ཉེ་བའི་ཚེ། བར་དོ་གསོལ་འདེབས་ལས།

སྨན་པས་བོར་ཞིང་རིམ་གྲོས་བཟློག་ཏུ་མེད། །གཉེན་རྣམས་གསོན་དུ་རེ་བའི་རེ་ཐག་ཆད། །
རང་ཉིད་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་གྱུར་པའི་ཚེ། །བླ་མའི་གདམས་ངག་དྲན་པར་བྱིན་གྱིས་རློབས། །

ཞེས་པ་ལྟར་སྨན་དཔྱད་རིམ་གྲོ་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ནད་ཇེ་ཐུར་སོང་། སྨན་པས་ཀྱང་གཏམ་ཉིས་འགྲོ་ཞིག་བཤད། གཉེན་བཤེས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དངོས་སུ་སྐད་ཆ་སྙན་པོ་རེ་བཤད་ཀྱང་། ལྐོག་ཏུ་བསྡུ་གསོག་འདྲ་བརྒྱུག་ཅིང་ཤི་རྒྱུར་ཐག་གཅོད། རང་ལུས་ཀྱི་དྲོད་སྡུད། དབུགས་བརྩེགས། སྣ་ཞོམ། མཆུ་བཟེམས། མདངས་ཤོར་བ་སོགས་ཕྱི་ནང་གི་རྣམ་འགྱུར་མི་སྡུག་པ་སྣ་ཚོགས་སྟོན། སྔར་བྱས་ཀྱི་སྡིག་པ་ལ་ནི་འགྱོད། བཤགས་སྡོམ་དང་དགེ་བ་རྣམ་དག་

448 的痛苦和四大融人次第的各種徵象一一出現。我們就這樣在種種可怕的幻覺之中死去，現世的鮮明景象杳然無存。

我們的屍體被床單包裹起來，放置在房間的一個角落。一道掛簾將屍體和房間的其餘部分隔開，並燃起一盞昏暗的油燈。如果死者生前是上師的話，他的遺體便被套上灌頂服，修飾打扮一番。

雖然我們現在忙著追求華屋、軟墊和暖衣，但在死後，我們的身體將被疊作三疊，並被皮繩捆起來，扔在地上。雖然我們現在忙著受用各種可口的食品，但總有一天我們將只剩希望能嗅一下「煙施」[49]氣味的份。雖然我們現在享有諸如「格西」、「古雪」、「比丘」之類好聽的稱號，但總有一天我們的身體將被稱作「屍體」，我們的名字前也將加上「已故」的字樣。

所以，作上師的看到灌頂裝時，應當想到這就是自己死後遺體上穿的東西；當我們看到床單時，應當想到這就是自己死後裹屍用的屍布，我們應該像這樣來憶念。傑・密勒日巴所說的：

「可畏之物名為屍，瑜伽師身脈中有。」

也是指我們現在的這個身體。

449 在我們死後進入中有階段時，那時候將發生種種難以想像的幻覺和恐懼。例如，因為地風融入和火風融入等關係，我們將感受到山體破裂、厚土壓身、進入熊熊烈火之中、被洪水或狂風捲走等景象。

有些上師說：「我已為亡者作了最好的『中有開示』。」但與其在屍頭旁作開示，不如在未死前作真正的「中有開示」來得有意義。因為我們平時習慣的那些基本動作，如受用飲食等，在臨終的時候都做不來，而需要別人攙扶等等。既然如此，那麼生前不熟悉的法，在那時肯定更加派不上用場。然而仰仗諸佛

[49] 因「中有」以香為食，故焚燒混合有「三白」（乳、酪、酥）、「三紅」（肉、脂、血）的糌粑而作布施。

བསྐྱབས་པའི་གཉེར་ནི་མེད། གནད་གཅོད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་དང་། འབྱུང་བ་ཐིམ་རིམ་གྱི་རྟགས་རྣམས་ཤར་ཞིང་། འཁྲུལ་སྣང་འཇིགས་སྐྲག་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་དང་ནས་ཚེ་འདི་སྣང་བ་བཀྲ་ལམ་པ་དེ་འགག་འགྲོ། ཕུང་པོ་ནི་ཁང་པའི་ཟུར་ཁུག་ཅིག་ལ་ཉལ་གཟན་གྱིས་བསྒྲིལ་ཏེ་བཞག ། ཡོལ་བས་བྲིས་ཏེ་མར་མེ་ནག་ཁོག་གེ་བ་ཞིག་སྦར། བླ་མ་ལྷ་བུ་ཡིན་ན་དབང་རྫས་སོགས་བཀོན་ཏེ་འདྲ་ཆགས་པོ་ཞིག་བཟོས། ད་ལྟ་ཁང་བཟང་དང་གོས་སྣན་འཇམ་ཞིང་དྲོ་བ་ལ་བརྩོན་ཀྱང་འཆི་བའི་དུས་རང་ལུས་སུམ་བལྟབ་བྱས་ནས་འབྲིང་ཐག་ལྟ་བུས་བསྡམ་པ་དང་། ས་རྡོ་རྗེན་པའི་སྟེང་དུ་བསྐྱུར་བ་སོགས་བྱེད། ད་ལྟ་ཟས་གང་ཞིམ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱང་ནམ་ཞིག་གསུར་གྱི་དྲི་ཙམ་ལ་རེ་ནས་སྤྱོད་དགོས་པ་དང་། ད་ལྟ་སྙན་པའི་མིང་དགེ་བཤེས་དང་སྐུ་ཞབས་དང་དགེ་སློང་ལགས་སོགས་ཟེར་ཡང་། ནམ་ཞིག་ལུས་འདི་ལ་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། མིང་དེའི་ཐོག་མཐར་ཚེ་འདས་དང་དེ་ཉིད་ཟེར་བའི་དུས་ཤིག་འོང་། བླ་མ་ཆོས་དབང་རྫས་མཐོང་ན། གཤེགས་ཚེ་གདུང་ལ་དབང་རྫས་བཀོན་ལུགས་དང་། རང་རེ་ཉལ་གཟན་མཐོང་ཚེའང་རོ་ཉལ་གཟན་གྱིས་བསྒྲིལ་བ་དེ་དྲན་དགོས་པའི་ཚོད་ཡིན། རྗེ་མིད་ལས། རོ་ཞེས་འཇིགས་སུ་རུང་བ་དེ༑ རྣལ་འབྱོར་ལུས་ཀྱི་རྩ་ན་གདའ། གསུངས་པའང་ལུས་འདི་ཉིད་ཡིན། ཤི་ནས་བར་དོར་འགྲོ་ཞིང་དེའི་ཚེ་ས་རླུང་ལོག་པ་དང་། མེ་རླུང་ལོག་པ་སོགས་ཀྱིས། རི་བོ་རལ་བ་དང་ས་ཆེན་པོའི་འོག་ཏུ་ནོན་པ། མེ་འབར་བའི་གློང་དུ་ཚུད་པ། ཆུ་དང་རླུང་གིས་ཁྱེར་བ་སོགས་འཁྲུལ་སྣང་དང་འཇིགས་སྐྲག་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཡོད། བླ་མ་འགའ་ཞིག་གིས་བར་དོའི་ངོ་སྤྲོད་ཨམ་ཞིག་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས། རོའི་མགོར་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱང་། བར་དོ་ངོ་སྤྲོད་ངོ་མ་ཞིག་བྱེད་ཚེ་ད་ལྟ་མ་ཤིའི་གོང་དུ་བྱས་ན་དོན་ཆེ་བ་འོང་སྙམ། ངེད་ཆོས་བཟའ་བཏུང་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་སོགས་ནས་རྒྱུན་རྟག་ཏུ་འོང་ངེས་ཤེས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱང་། འཆི་རན་ཏེ་ང་ཡར་འཐེན་ཟེར་དགོས་པའི་སྐབས་མི་འོང་ན། མ་ཤི་གསོན་པོའི་སྐབས་མི་འོང་བའི་ཆོས་དེའི་དུས་སུ་མི་འོང་བར་ཐག

不可思議的加持力，「中有開示」等法還是會有一點益處的。

修習死相的依據出於《入行論》：

「何時赴寒林，他骨及我身，
同屬壞滅法，於彼作等觀。」

意為別人死後送到寒林去的骨頭和我現在自身的骨頭，我應不加區別地平
450 等看待。寒林中的枯骨曾經與我現在的身體一樣，都是為死者生前所珍愛的。印度那些大成就者手執的腿骨和顱骨，不是為了恐嚇和威脅他人，而是為了憶念死相。原在某人頭內的那個顱碗，本是那人極其珍愛的頭顱，用手指戮他腦袋時，他也會呼疼的。

如果你是一介貧僧的話，當設想自己的房間將變得空空如也，有人將搬進來住。他們會議論說，你已去世多少天了。自己身上的法衣也將穿在別人身上，那人會說：「我買的這件法衣是已故某某的。」我們現在未能受用的物品、衣服，總有一天會被別人買去使用。這些東西就像嘉卻・格桑嘉措說的那樣：「富樂圓滿居時定捨如喜借貸之莊嚴」[50]，這一切都只不過是暫時借來用的罷了。

如果我們想像不出自己死亡情景，也可以到別人死去的屍身前觀看。這一教授是不可能觀不起來的。當我們見到綑屍用的馬蘭草繩時，怎會不感到害怕？這是肯定會使我們恐懼的，問題只怕我們不去思考而已。

如果想到連一件法衣都沒有穿壞前人就會死，我們將意識到生命是多麼的

[50] 引自《聖大悲觀自在前讚歎啟請文・降利樂雨》。

ཚོད༑   འོན་ཀྱང་དེའི་ངོ་སྤྲོད་པ་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པས་ཙུང་
ཟད་རེ་ཕན་ཙམ་འབྱུང་བ་ནི་སྲིད།   འཆི་བའི་རྣམ་པ་བསྒོམ་པའི་ཁྲུངས་ཀྱང་སྤྱོད་འཇུག་ལས།
དུར་ཁྲོད་སོང་ནས་གཞན་དག་གི །རུས་གོང་དག་དང་བདག་གི་ལུས། །འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་
དག་ཏུ་ནི། །ནམ་ཞིག་འགྲོ་སློམས་བྱེད་པར་འགྱུར། །གསུངས་པ་འདི་ཡིན། ད་ལྟ་གཞན་ཤི་
ནས་དུར་དུ་གཏོར་བའི་རུས་པ་དང་། རང་གི་རུས་པ་གཉིས་ཁྱད་མེད་པར་ནམ་ཞིག་འགྲོ་སློམས་
པ་འོང་སྟེ།   དུར་ཁྲོད་ན་ཡོད་པའི་རོ་དེ་ཡང་དང་པོར་བདག་གི་ལུས་བཞིན་དུ་མི་གཅིག་
གིས་གཅེས་པར་བཟུང་བ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་མི་ཀང་དང་མི་ཐོད་བསྣམས་
པ་ཡང་འཇིགས་ཧྲམས་སྟོན་པ་དང་། བསྡིགས་རེ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མིན་པར་འཆི་བའི་རྣམ་པ་དྲན་
པའི་ཆེད་ཡིན་ལ།   ཐོད་པ་དེ་ཡང་སྔར་མི་ཞིག་གི་མགོ་ལ་ཡོད་པ་སེན་མོ་ཙུང་ཟད་བཙུགས་
ནའང་ཨ་ཚ་ཚ་ཟེར་དགོས་པའི་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པ་བྱེད་ས་ཞིག་ཡིན།   གྲྭ་རྐྱང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན།
རང་གི་ཤག་དེའང་ཁང་སྟོང་ལྟར་བྱས་ཏེ། དེར་གཞན་ཞིག་སྡོད་འོང་བ་དང་། ཁོ་ཤི་ནས་ཞག་
གྲངས་འདི་སྐྱིད་ཅིག་ལོན་སོང་ཟེར་བ་དང་།   རང་གི་ལུས་ལ་གྱོན་པའི་ཆོས་གོས་ཀྱང་གཞན་
ཞིག་གིས་གྱོན་ནས།   འདི་ཚེ་འདས་ཆེ་གེ་མོའི་རེད།   བདག་གིས་ཉོས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་འོང་།
དེ་བཞིན་དུ་ད་ལྟའི་རང་གི་ཅ་ལག་གོས་སོགས་ལོངས་སྤྱད་མ་ནུས་པ་རྣམས་ཉིན་གཅིག་མི་གཞན་
གྱིས་ཉོས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་པའི་དུས་ཤིག་ངེས་པར་འོང་བས།   འདི་དག་ཀྱང་༸རྒྱལ་མཆོག་
བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས། འཁོར་བ་འདི་ཡང་དུས་ཀྱིས་འདོར་ངེས་བརྟན་པོའི་རྒྱུན་ལ་དགའ་སླམ་
བཞིན༑   ༑ཞེས་པ་ལྟར། ཡུན་རིང་ཐུང་ཙམ་ལས་གསར་པོ་ཉིད་ཡིན། རང་འཆི་བའི་བློ་མི་
འཆར་ན། མི་གཞན་ཤི་བའི་མདུན་དུ་སོང་སྟེ་བལྟ་བར་བྱ། མན་ངག་འདི་ནི་མི་འཆར་བ་མི་
སྲིད༑   རང་ཅག་གིས་མ་བསམས་པ་མ་གཏོགས་དྲིས་མའི་ཐག་པ་མཐོང་ནའང་ཅིའི་ཕྱིར་མི་
འཇིགས་ཏེ། འཇིགས་དགོས་པའི་ཆོད་ཡིན། ཆོས་གོས་ལྟ་བུ་གཅིག་མ་ཟད་པ་ནས་འཆི་བར་

短暫，這是《教誡王經》中所說的。此外，我們當時常思惟《夏瑪爾道次第》[51]中所述的無常修法，作為防止受用豐衣、美食時生起驕慢的對治。例如，當我們見到自己的衣服等受用物時，應想：「這些東西現在似乎為我所有，但總
451 有一天會被別人轉手販賣。」受用物時，應想：「這些東西現在似乎為我所有，
但總有一天會被別人轉手販賣。」別人也一定會說：「這是已故某某的遺物。」對於自己的身體，我們也應想到：「現在這個身體我雖然百般呵護，但總有一天會變成屍體，讓人看到就害怕，碰到就噁心。」以及被繩索綑起來等種種情形。此外，我們當設想剩餘的辯粑被用來作超荐供養，及上師在枕邊作「中有開示」等情景。自己的頭蓋骨等也可能被人拿走，別人將議論說：「這是某某的頭蓋骨，貨色怎麼樣？」這一天必定會到來。所以，我們一定要在這些事情發生之前努力修法，以保證自己將來能心無懊悔。

（至於「死無常」證德在心中生起的標準，帕繃喀大師說，我們應該有像格西喀惹巴一樣的態度。然後大師又約略重述了一遍上述的內容。）

第十一天　三惡趣苦

454 《大遊戲經》中說：

「三有無常如秋雲，有情生死等觀戲，
眾生壽行似閃電，如崖瀑水速疾逝。」

如經所說，三有[1]以及地基、須彌山等的無常，猶如秋天的雲彩一般；眾生的生死就像演戲一樣，片刻不停地變換角色；我們的生命也不長久，如閃電般一閃即過，而且剎那壞滅永不停息，如同懸崖邊飛奔直下的瀑布。思及至此

[51] 安多夏瑪爾活佛著。
[1] 地下、地面和上空。

འགྱུར་བ་ལ་བསམ་ན་ཚེ་ཤིན་ཏུ་ཐུང་། འདི་རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་" ཤིང་། ཟས་གོས་སོགས་གྱི་ནོམ་པར་སྤྱོད་པའི་ཚེ་རྒྱགས་པ་སྐྱེ་བའི་གཉེན་པོར་མི་རྟག་པ་བསྒོམ་ཚུལ་ཨ་དམར་ལམ་རིམ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་རྒྱུན་དུ་བསམ་སྟེ། རང་གི་གོས་སོགས་ལོངས་སྤྱོད་མཐོང་བ་ན༑ འདི་དག་ནི། ད་ལྟ་རང་གི་ཡིན་མདོག་མདོག་བྱེད་ཁྲུལ་ཙམ་ལས། ནམ་ཞིག་ན་གཞན་དག་གིས་ཕན་ཚུན་འཕྲེར་ཞིང་། འདི་ཚེ་འདས་དེའི་རིད་ཅེས་སླུ་བར་གདོན་མི་ཟ། རང་གི་ལུས་ལའང་ད་ལྟ་འདི་ཉིད་བདག་གིས་གཅེས་པར་བསྐྱངས་བསྐྱངས་པ་ལས། ནམ་ཞིག་ན། རོ་ཞེས་པ་མཐོང་ན་འཇིགས་ཤིང་། རིག་ན་སྐྱག་བྲོ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་ཏེ། ཐག་པས་བསྡམ་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུར་བྱེད་པར་འགྱུར་སྙམ་པ་དང་། རྩམ་ལྷག་གིས་མཆོད་རྩམ་དང་། ཐུས་མགོ་ནས་བར་དོ་དོ་སྤྱོད་བྱེད་ཚུལ་སོགས་བསམ། ཀ་ལི་སོགས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་བླངས་ཏེ་འདི་དེའི་ཀ་ལི་རེད། ལེགས་ཉེས་ག་འདྲ་འདུག་ཟེར་བའི་དུས་ཤིག་ངེས་པར་འོང་བས་ན། སྔོན་ཚུད་ནས་འགྲོད་མི་དགོས་པ་ཞིག་ངེས་པར་བྱེད། འཆི་བ་མི་རྟག་པའི་རྟོགས་པ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པའི་ཚད་དགེ་བཤེས་ཁ་རག་པ་ལྟ་བུ་དགོས་གསུངས་ནས། སླར་ཡང་འབྲིང་དུ་སྐྱོས་པའི་བསྐྱར་བཤད་མཛད།། ||

༄ ཉིན་བཅུ་གཅིག་པར། ཇི་སྐད་དུ་མདོ་སྡེ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། སྲིད་གསུམ་མི་རྟག་སྟོན་ཀའི་སྤྲིན་དང་འདྲ། །འགྲོ་བའི་སྐྱེ་འཆི་གར་ལ་བལྟ་དང་མཚུངས། །འགྲོ་བའི་ཚེ་འགྲོ་ནམ་མཁའི་གློག་འདྲ་སྟེ། །རི་གཟར་འབབ་ཆུ་བཞིན་དུ་མྱུར་མགྱོགས་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། སྲིད་པ་གསུམ། ས་གཞི་རི་རབ་དང་བཅས་པ་ཡང་སྟོན་ཀའི་སྤྲིན་དང་འདྲ་བ་དང་། འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་འཆི་ནི་གར་ལ་བལྟ་བ་ལྟར་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་འགྱུར་ནས་འགྲོ་ཞིང་། རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ཚེའང་རིང་དུ་མི་གནས་པར་གློག་འཁྱུགས་པ་ཙམ་ཞིག་དང་། དེའང་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་བཞིན་འཇིག་ཅིང་སྡོད་པ་མེད་པར་རི་གཟར་གྱི་འབབ་ཆུ་ལྟར་མྱུར་དུ་རྒྱུག

，我們應當生起立即修法之念。而三世諸佛唯一走過的路，就是「菩提道次第」，我們能夠修行這樣的法門，自然是最殊勝的。所以，我希望大家能這樣來改正動機：「為了成佛以利益一切有情，我必須聽聞《菩提道次第》引導，然後去作實修。」

（隨後嘉傑・帕繃喀仁波切回顧了已經講過的科判，又將昨天講的「無常」部分重述了一遍。）

己二、思惟後世二趣苦樂如何

455 「生起希求後世意樂」一科中有二部分，第二部分為「思惟後世二趣苦樂如何」，其中思惟樂趣苦部分將在下面中士道中說，此處單講惡趣苦。

如昨日所述，我們的死是必然的，而且死無定期。死了之後，我們的心識仍然相續不斷，所以必定會再次受生，而受生的地方只有兩個：善趣或惡趣。

將來我們會到何趣中，靠比量便能推斷。像我以前說過的那樣，我們不需要問卦、推算以求知道自己後世將生在哪裡。行善升善趣，作惡墮惡趣，大師佛陀早就為我們授記好了。《本生鬘》中說：

「應善定解善非善，諸業他世生苦樂，斷惡勵力修善業。」

འགྲོ་བ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་ཆོས་བྱེད་སྙམ་པ་དང་། དེ་ཡང་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བགྲོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་མཆོག་ཡིན་པས། དེས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཁྲིད་ཞུས་ནས་ཉམས་སུ་བླང་དགོས་ཚུལ་སོགས་ཀུན་སློང་འཆོས་པ་དང་། སྔར་ས་བཅད་ཇི་ལྟར་སོང་ཚུལ་རྣམས་གསུངས་ཤིང་། ཁ་སང་གི་མི་རྟག་པའི་སྐོར་ལ་བསྐྱར་བཤད་མཛད་མཚམས།

འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མ་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་གཉིས་ཡོད་པའི།

གཉིས་པ་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྡུག་བསམ་པ་ལ།

བདེ་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་འོག་ཏུ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་སྐབས་ནས་འབྱུང་བས། འདིར་ངན་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་འཆད་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་འཆི་བར་ངེས་ཤིང་ནམ་འཆི་ཆ་མེད་ན། ཤི་བའི་རྗེས་སུ་རྣམ་ཤེས་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་ངེས་པར་སྐྱེ་བ་ལེན་དགོས། ལེན་ས་ཡང་མཐོ་རིས་དང་ངན་འགྲོ་གཉིས་ལས་མེད། དེ་གང་དུ་འགྲོ་རྗེས་དཔག་གིས་གཞལ་ནུས། སྔར་ཞུས་པ་ལྟར་རང་རེས་ཕྱི་མར་གར་སྐྱེ་ཐུགས་བརྟག་ཞུ་བ་དང་རྩིས་སོགས་བྱེད་ཀྱང་། དེ་མི་དགོས་ཏེ། དགེ་བ་བྱས་པས་བདེ་འགྲོ་དང་། མི་དགེ་བ་བྱས་པས་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྔར་ནས་ལུང་བསྟན་ཟིན་པ་རེད། སྐྱེས་རབས་ལས་ཀྱང་། དགེ་དང་མི་དགེའི་ལས་ལས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཏུ། །བདེ་དང་མི་བདེར་འགྱུར་བར་རབ་ཏུ་ངེས་བྱས་ནས། །སྡིག་ལ་སྤོང་ཞིང་དགེ་བའི་ལས་ལ་རབ་ཏུ་འཇུག །ཅེས་གསུངས། རང་རེས་ཕུགས་ཀྱི་བསམ་མཚོ་ཡིན

我們總是喜歡說要作長遠考慮，於是對現世的苦樂、得失作了許多分析。然而這並不算長遠考慮，真正的長遠考慮，是擴大心量去觀察自己後世將去哪裡。觀察後將發現，我們後世可去的地方只有兩個：要麼是善趣，要麼是惡趣。

456 我們將去二趣中的哪一趣自己是無法作主的，不然的話，現在也就不會有惡趣眾生了。我們的業決定了我們的後世；善與不善業交互混雜，二者中哪一個力大哪一個便先成熟；如果二者力量相等，那麼我們最習慣作的那一個便先成熟；如果連這也相等的話，那麼哪一個先作哪一個便先成熟。《俱舍釋》中說：

「業輪迴何重，何近何串習，
何先作彼等，前前得異熟。[2]」

我們所造的善與不善二業，以不善業力量來得最大。因為我們大多數的思想，全都是貪等煩惱的念頭，由此所發起的一切業自然是不善的。甚至我們所作的善業，也經常受到不善念頭的控制，能為後世迴向的，為數極少。

以老師訓斥學生為例，他先發起極大的忿怒心，罵的時候惟恐罵得不刻毒，最後又感到很痛快等等，加行、正行和結行三者全都很有力量，所以我們所作的大部分罪業力量都很大。說到所修的善業呢？就像以前一個唸《兜率天眾頌》的人，一會兒心思散亂，一會兒同別人說話，所以不得不多次從頭重新唸起一樣；雖然口裡面在唸經，心裡卻散亂於世俗方面的事。

457 縱然我們有一些微弱善根，也可能被瞋怒和邪見摧毀殆盡；而那些小小的不善業，卻在日復一日地成倍增長。不僅如此，我們以前受生為羅剎、非人、鱷魚及猛獸等時，造有很多嚴重的罪業。在此之上，今生中又如前所說的那樣，

---

[2] 此頌係佛子羅怙羅所說。

ཟེར་ནས་ཚེ་འདིའི་བདེ་སྡུག་ལ་དཔྱད་པ་མང་པོ་བྱེད་ཀྱང་། དེ་ཕྱུགས་ཀྱི་མནོ་བསམ་མ་ཡིན་པས། དེ་བས་བློ་རྒྱ་བསྐྱེད་དེ་ཕྱི་མར་གར་འགྲོ་ལ་བརྟག་དགོས། དེ་བརྟག་པ་ན་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མར་བདེ་འགྲོ་ངན་འགྲོ་གང་རུང་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བ་ལས་མ་འདས་ཤིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་གང་དུ་འགྲོ་རང་ལ་རང་དབང་མེད། དེ་ཡོད་ན་ད་ཚོད་ངན་འགྲོ་བ་སུ་ཡང་མི་འབྱུང་། དེས་ན་ཕྱི་མར་གང་དུ་སྐྱེ་བ་ནི་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་དགོས་ལ། ལས་དགེ་མི་དགེ་འདྲེས་མ་མང་དུ་ཡོད་ན་གང་སྟོབས་ཆེ་བ་དང་། དེ་མཉམ་ན་གང་ལ་གོམས་པ་ཆེ་བ་དང་། དེའང་མཉམ་ན་སྔོན་དུ་གང་བྱས་པ་དེ་སྔོན་ལ་སྨིན་ནས་འོང་སྟེ། མཛོད་འགྲེལ་ལས། ལས་ཀྱིས་འཁོར་བར་ལྗི་གང་དང་། །ཉེ་བ་གང་དང་གོམས་པ་གང་། །སྔོན་བྱས་གང་ཡིན་དེ་ཀུན་ལས། །སྔ་མ་སྔ་མ་རྣམ་སྨིན་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས། རང་ཅག་ལ་དགེ་མི་དགེ་གཉིས་ལས་མི་དགེ་བ་ཉིད་སྟོབས་ཆེ་སྟེ། མནོ་བསམ་ཕལ་ཆེར་ཆགས་སོགས་ཀྱི་བསམ་པ་ཞིག་ལས་མེད། དེ་མེད་ན་དེས་བསྐྱེད་པའི་ལས་ཐམས་ཅད་ནི་མི་དགེ་བ་ཡིན་ཞིང་། དགེ་བ་བྱས་པའང་མི་དགེ་བའི་བསམ་པའི་དབང་དུ་འཚོར་ལ། ཚེ་ཕྱི་མའི་དོན་དུ་བསྒོ་བ་ཤིན་ཏུ་ཉུང་། དཔེར་ན། དགེ་ཕྱུག་ལ་གཏམ་བཤད་བཏང་བ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། བསམ་པ་ཁོང་ཁྲོ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོས། སྦྱོར་བ་ཚིག་ཕ་རོལ་པོའི་གནད་ལ་གང་ཕོག་དང་། མཐར་ཡི་རང་སོགས་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ག་སྟོབས་ཆེ་བ་ཤ་སྟག་འབྱུང་བ་ལྟར། སྡིག་པ་བྱས་ཚད་ཕལ་ཆེར་སྟོབས་ཆེ། དགེ་བ་བྱས་པ་ནི། སྔོན་མི་ཞིག་གིས་དགའ་ལྡན་ལྷ་བརྒྱ་མ་ཞིག་བཏོན་པ་ན། སེམས་གཞན་དུ་ཡེངས། གཞན་ཞྭ་གདམ་ལབ་ནས་ཡང་དབུ་ནས་མར་འདོན་བསྐྱུར་ལན་གྲངས་མང་པོར་བྱས་པ་བཞིན། ཁ་ནས་འདོན་པ་ཞིག་བཏོན་ཀྱང་སེམས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ཡེངས། དགེ་བ་ཕྲན་བུ་ཡོད་པ་ཡང་ཁོང་ཁྲོ་དང་ལོག་ལྟས་བཅོམ། མི་དགེ་བ་ཆུང་དུའང་ཉིན་རེ་ཞག་རེར་ལྡབ་འགྱུར་ལྡབ་འགྱུར་དུ་འཕེལ། དེ་ཙམ་མ་ཟད། སྔོན་སྔིན་པོ་དང་། མི་མ་ཡིན་དང་། རྒྱ་སྲིན། གཅན་གཟན་གདུག་པ་ཅན་སོགས་སུ་སྐྱེས་ནས་སྡིག་པ

造集了眾多力量強大的罪業。以我們現在的能力來判斷，我們可能到死為止也無法靠懺悔和防護來清淨這些罪業！因此，我們可以用現量來判斷：善與不善兩種業中，我們習慣於造不善業，因此不善業的力量最大。既然這樣，我們後世除了惡趣之外，是無處可去的。（帕繃喀大師指出：只有獲得加行道忍位[3]的人才有把握不墮惡趣，甚至連一些大菩薩也可能投生到惡趣裡。）

設想今天晚上，我們作為一名比丘，在舒服的房間裡，一張柔軟的床墊上躺下，忽然因為某種惡緣而致死，明天早晨醒來時，我們將發現自己已來到一個所有山谷都充滿烈火的地方[4]。這該怎麼辦呢？像這種受生於惡趣的情形，
458 我們通常把它看得很遠，視如觀景，所以生不起厭離心。龍猛說：

「逐日當憶念，極熱極冷獄。[5]」

我們應該像修本尊「生起次第」那樣，觀想自己受生在那些惡趣中，修出真實的感受，從而生起恐懼之心。我們往往很重視修習本尊天身，但如果開始時先修一下地獄身的話，利益可能會更大一些。當我們因修熱地獄苦而改變心態之時，就是出離心開始萌發之時，所以效果比較好。此外，因為我們有了厭離心，所以能消除我慢、貢高等等，功德極大。寂天說：

「又苦諸功德，謂以厭除慢，
悲憫生死者，羞惡而喜善。[6]」

因為以此暇滿身較易生起出離心和悲心，所以我們應當重視修習生起出離心和悲心的主因——苦。

修惡趣苦分三段：（庚一）思地獄苦；（庚二）思餓鬼苦；（庚三）思畜生苦。

---

[3] 加行道之第二位，不退四諦之忍，故名。此位遠離能墮惡趣之業煩惱故，不墮惡趣。
[4] 指大熱地獄。
[5] 引自《風俗論・救治眾生之藥滴》。
[6] 引自《入行論》第六品。

ཚབས་པོ་ཆེ་བྱས་པ་མང་དུ་ཡོད་པའི་ཁར། ཚེ་འདིར་ཡང་གོང་དུ་སྨོས་པ་ལྟར་སྡིག་པ་སྟོབས་
ཆེན་གྲངས་མང་ཞིག་བསགས་ཡོད། དེ་དག་ལ་མ་ཤི་ཚུན་ཆད་བཤགས་བསྡམས་ཀྱིས་གཙང་
སེང་དེ་བ་བཟོ་མི་ནུས་པ་ནི། ད་ལྟའི་ཁ་སྟབས་འདིས་ཤེས། དེས་ན་དགེ་མི་དགེ་གཉིས་ནས་མི་
དགེ་བ་རང་གོམས་སྟོབས་ཆེ་བ་མངོན་སུམ་ཚད་གྲུབ་ཡིན་པས་ཕྱི་མར་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བ་ལས་
འོས་མེད། ངན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་གདེང་ནི་སྦྱོར་ལམ་བཟོད་པ་མ་ཐོབ་བར་མི་སྐྱེ་ལ། བྱང་
སེམས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའང་དེར་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་གསུངས། དཔེར་ན། དོ་དགོང་ཤག་སྐྱིད་
པོའི་ནང་དུ་གནད་འཛམ་པོའི་སྟེང་། དགེ་སློང་ལགས་སུ་བྱས་ནས་ཉལ། གློ་བུར་གྱི་རྐྱེན་ངན་
ཞིག་གིས་རྒྱུ་བྱས་ཏེ་ཤི། སང་གཉིད་སད་པའི་ཚོད་དེར། རི་ཀླུང་ཐམས་ཅད་མེས་གང་བ་ཞིག་
ཏུ་སླེབས་ཚར་འདུག་ན་ཇི་ལྟར་བྱེད། དེ་ལྟར་ངན་འགྲོར་སྐྱེ་ལུགས་ཀྱང་ཕར་ལྟད་མོ་བལྟ་བ་ལྟར་
བྱས་ན་ཡིད་འབྱུང་མི་སྐྱེ་ཞིང་། ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས། རབ་ཏུ་ཚ་ཞིང་གྲང་བ་ཡི། །དམྱལ་བ་ཉི་མ་
གཅིག་བཞིན་དྲན། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡི་དམ་གྱི་ལྷའི་བསྐྱེད་རིམ་བསྒོམ་པ་བཞིན་
རང་ངན་སོང་དེ་དང་དེར་སྐྱེས་ཟིན་པའི་ཉམས་བཏོན་ནས་བསྒོམས་ཏེ་འཇིགས་སྐྲག་སྐྱེས་པ་དགོས།
རང་རེས་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་སྐུ་བསྒོམ་པ་ལ་གཙིགས་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱང་། དང་པོར་རེ་ཞིག་དམྱལ་བའི་
ལུས་དེ་བསྒོམ་ན་ཕན་རླབས་ཆེ་བ་འོང་སྙམ། ཚ་དམྱལ་གྱི་སྡུག་བསྔལ་ལ་ཡིད་འབྱུང་དང་པོར་
ཐོན་པ་ན་ངེས་འབྱུང་དང་པོར་སྐྱེ་བ་རྫོམ་པས་འབྲས་བུ་བཟང་ཞིང་། སྐྱོ་ཤས་སྐྱེས་ཏེ་ང་རྒྱལ་གྱི་
དྲེགས་པ་སེལ་བ་སོགས་ཡོན་ཏན་ཆེ་སྟེ། ཞི་བ་ལྷས། གཞན་ཡང་སྡུག་བསྔལ་ཡོན་ཏན་ནི། །
སྐྱོ་བས་དྲེགས་པ་སེལ་བར་བྱེད། །འཁོར་བ་པ་ལ་སྙིང་རྗེ་སྐྱེ། །སྡིག་ལ་འཛེམ་ཞིང་དགེ་ལ་
དགའ། །ཞེས་གསུངས། དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་འདིར་ངེས་འབྱུང་དང་སྙིང་རྗེ་སྐྱེ་སླ་བས་
དེའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་སྡུག་བསྔལ་བསྒོམ་དགོས། དེས་ན་ངན་འགྲོ་བའི་སྡུག་བསྔལ་བསྒོམ་པ་ལ་
གསུམ། དམྱལ་བ། ཡི་དྭགས། དུད་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པའོ། །

459 **庚一、思地獄苦**

思惟地獄苦又分四小節：

辛一、思大有情地獄或熱地獄苦

熱地獄的地理位置：印度金剛座下面三萬二千踰繕那[7]的地方為「等活地獄」，再往下每隔四千踰繕那為其他各個熱地獄。熱地獄中所有地基和山脈全由燃燒的赤鐵構成；在那裡，連一塊巴掌大的、如人間似的土地也找不到。

460 如傑・貢唐巴所說：

「壽命無常小睡中，無義苦樂夢紛亂，
忽醒已處地獄內，陷荊棘坑奈何之！[8]」

大凡將生於熱地獄的人，臨終時會有怕冷的感覺，所以對熱生起貪愛，由此引發受生熱地獄的業成熟。經驗像入睡般的死亡和做夢般的中有過程後，醒來時，此人發現自己已來到熱地獄中。

地獄的火力要比人間的火力高七倍。與地獄火相比，人間火的熱度就像「果希夏」旃檀水那般清涼。以前目犍連曾將一點點熱地獄的灰燼帶回人間、放在海邊，當地所有人都熱得受不了。那些受生在烈火中央的有情，如果他們身軀短小，馬上被全部燒焦也就算了，偏偏他們的軀體都如山脈那麼龐大；如果他們的皮膚像我們腳底的皮那麼厚，也還好，偏偏他們的肌膚幼嫩如喝奶的嬰兒。

簡單的說，熱地獄中有各種無法忍受的痛苦，例如：所燒之身極其龐大的

---

[7] 古印度長度單位名，一踰繕那約合二十六市里。
[8] 引自《勤修善法頌》。

དང་པོ་དམྱལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ལ་བཞི་ལས།

དང་པོ་སེམས་ཅན་དམྱལ་བ་ཆེན་པོའམ་ཚ་དམྱལ་གྱི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ནི། ཚ་
དམྱལ་བ་གནས་པའི་གཞི་ནི། རྒྱ་གར་རྡོ་རྗེ་གདན་གྱི་འོག་དཔག་ཚད་སུམ་ཁྲི་ཉིས་སྟོང་ན་ཡང་
སོས་ཡོད་ལ། དེ་ནས་འོག་རིམ་དུ་དཔག་ཚད་བཞི་སྟོང་བཞི་སྟོང་གིས་ཆོད་པ་ན་ཚ་དམྱལ་གཞན་
རྣམས་ཡོད་དེ། ས་གཞི་ཐམས་ཅད་དང་རི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལྕགས་སྲེག་དམར་ཏུ་རེ་འབར་ཞིག་
ལས། མི་ཡུལ་གྱི་ས་གཞི་འདི་ལྟ་བུ་ལག་མཐིལ་ཙམ་ཡང་མེད་ཅིང་། དེར་སྐྱེ་བར་ཉེ་བ་ན།
རྗེ་གྱུང་ཐང་པས། ཚེ་མི་རྟག་གཉིད་ཀྱི་ཐུན་ཆུང་ལ། །དོན་མེད་ཀྱི་དགའ་སྡུག་རྨི་ལམ་འཁྲུག།
གློ་བུར་དུ་སད་དུས་ངན་སོང་གི །ཚེར་དོང་དེར་ཡོད་ན་ཅི་རང་བྱེད། །གསུངས་པ་ལྟར་འཆི་
ཁར་གྲང་བའི་སྣང་བས་ཚ་བ་ལ་སྲེད་པ་སྐྱེས་ནས་ཚ་དམྱལ་དུ་སྐྱེ་བའི་ལས་ལ་གསོས་བཏབ།
འཆི་བ་དེ་གཉིད་ལོག་པ་བཞིན་དུ་བྱུང་། བར་དོ་རྨི་ལམ་རྨིས་པ་བཞིན་མྱོང་སྟེ། གཉིད་སད་པ་
ལྟར་ཧྲིབ་ཙམ་གྱིས་ཚ་དམྱལ་དེར་སླེབས་འགྲོ །དམྱལ་བའི་མེ་ནི་མིའི་མེ་ལས་བདུན་འགྱུར་གྱིས་
ཚ་བས། དེ་དང་མིའི་མེ་གཉིས་བསྡུར་ན། མིའི་མེ་དམྱལ་བའི་མེའི་ཚོད་ལ་ཙནྡན་གོ་ཤཱིརྵ་ཤའི་
ཆུའི་ཚོད་ཙམ་དུ་བསིལ་བ་ཡོད་དེ། སྟོན་མཆོག་ཧྲ་ལ་བུས་ཚ་དམྱལ་གྱི་མེ་སྟག་ཆུང་ངུ་ཞིག་མི་ཡུལ་
དུ་བསྣམས་ཏེ་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་ན་བཞག་པས། མི་ཐམས་ཅད་ཚ་བས་མྱོས་ནས་སྡོད་མི་ཆགས་པ་
ལྟ་བུ་བྱུང་བ་བཞིན་ཡིན། དེ་འདྲའི་མེའི་དཀྱིལ་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་ལྷག་མེད་དུ་འཚིག་འགྲོ་
བའི་གཟུགས་པོང་ཆུང་ངུ་ཞིག་ཡིན་ན་དྲག་མོད། གཟུགས་པོང་ནི་རི་རྒྱུད་ཙམ་དུ་ཏ་ཅང་
ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་ཡང་རང་ཅག་འགའི་ཀང་མཐིལ་གྱི་པགས་པ་མཁྲིགས་པ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་
ཞིག་ཡིན་ན་ཙུང་དྲག་བྱས་ཆོག་ཀྱང་། དེ་ལྟར་མིན་པར་རང་ལུས་འོ་འཐུང་གི་བྱིས་པའི་ཤ་བཞིན་
དུ་ཡོད། དེས་ན་ཚ་དམྱལ་བ་སྤྱིར་བསྲེག་བྱའི་ལུས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་སྡུག་བསྔལ། དེའང་ཤའུ་

痛苦、如新肉般忍受力弱的痛苦、能燒之火至極炙熱的痛苦等等。像這樣的熱地獄一共有八種：

461 **（一）等活地獄**

雖然等活地獄中沒有獄卒，然而因為惡業的關係，受生在那裡的有情，彼此一見面就會產生瞋怒，手裡拿的東西會自動變成武器，互相砍擊，彼此身體都被切成一塊一塊的，最後昏厥倒地。然後空中發出聲音說：「願爾等復活！」同時一陣涼風吹來，散落的骨血重新聚攏，身體又恢復原狀，隨後故事重演。每天當中，像這種假名為死的昏迷要發生上百次，復活也要發生上百次。

我們現在應該想像自己受生在那裡的情景，以及被兵器砍擊、昏倒、甦醒等的情形，以生起真切的感受。平時我們只要被小刀刺死一次，就會有不可思議的恐懼和苦楚；而在等活地獄，像這樣的事每天總要發生許多次。

等活地獄有情的壽命很長，這也是人間無法與之相比的。《親友書》中說：

462 **「此間日以三百矛，極猛貫刺所生苦，**
此於地獄輕微苦，非喻非能及少分。」

（二）黑繩地獄

從此地獄開始，地獄中出現有名為「阿瓦牛頭」、「雅夏豬頭」等的獄卒。這些執事獄卒，身軀像山一般高大，眼睛血紅，形狀十分可怕。地獄有情聽到他們叫喊打殺的聲音，頓即魂飛魄散，覺得身體好像要碎裂一樣。隨後，他們會被獄卒逮住，推倒在赤熱的鐵地上，獄卒用灼熱的鐵絲在他們龐大的身體上

གསར་པ་ལྟར་བཟོད་བསྲན་ཆུང་བའི་སྡུག་བསྔལ། སྲེག་བྱེད་ཀྱི་མེ་མཆོག་ཏུ་ཚ་བ་སོགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་གདའ་མི་བཟོད་པ་ཡོད།

དེ་ལྟ་བུའི་ཚ་དམྱལ་ལ་བརྒྱད་ལས། ཡང་སོས་ནི། གནས་དེར་སྐྱེས་པ་ན་དམྱལ་སྲུང་གཞན་མེད་པར་ལས་ངན་པའི་དབང་གིས་དེར་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཕན་ཚུན་མཐོང་མ་ཐག་ཁོང་ཁྲོ་སྐྱེས་ཏེ། ལག་ཏུ་བྱུང་ཚད་མཚོན་ཆར་གྱུར་ནས་ཕན་ཚུན་བསྣུན་རེས་ཀྱིས་ལུས་དུམ་བུ་དུམ་བུར་གཏུབས་ཏེ་ཐམས་ཅད་བརྒྱལ་ནས་ས་ལ་འགྱེལ། ཡང་ནམ་མཁའ་ནས་ཁྲིད་རྣམས་སོས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་སྒྲ་བྱུང་བ་ན། རླུང་བསིལ་བུར་ལྡང་བ་ལུས་ལ་ཕོག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཤ་རུས་འཐོར་བ་རྣམས་འདུས་ནས་ལུས་སྔར་ལྟར་སོས། ཡང་སྔར་བཞིན་བྱེད་པས་ཉིན་རེར་བརྒྱལ་བ་ལ་ཤི་བའི་ཐ་སྙད་བྱས་པའི་ཤི་ཐེངས་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོ་དང་། གསོན་ཐེངས་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོ་བྱེད་པ་ཡོད་པས་རང་རེས་ཀྱང་ད་ལྟ་དེར་སྐྱེས་པའི་ཉམས་དང་། མཚོན་བརྡེག་ཅིང་བརྒྱལ་བ་དང་སོས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་འདོན་དགོས། ཚེ་འདིར་རང་ལུས་ལ་གྲི་ཆུང་ངུ་ཞིག་བཙུགས་ནས་འཆི་ཐེངས་གཅིག་བྱེད་པ་ལའང་འཇིགས་པ་དང་ན་ཚ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཡོད་ན། དེར་ནི་ཉིན་རེ་ལའང་ལན་གྲངས་མང་པོར་དེ་ལྟར་མྱོང་དགོས་ཤིང་། ཚེ་ཚད་ཀྱང་རིང་བས་སྡུ་མ་དེས་དཔེར་མི་མཚོན། བཤེས་སྤྲིངས་ལས། འདི་ན་ཉིན་གཅིག་མདུང་ཐུང་སུམ་བརྒྱ་ཡིས། །རབ་ཏུ་དྲག་བཏབ་སྡུག་བསྔལ་གང་ལགས་པ། དེས་ནི་དམྱལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཆུང་ངུ་ལའང་། །ཆ་ཡང་མི་དཔྱི་ཆར་ཡང་མི་ཕོད་དོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན།

ཐིག་ནག་ནི། འདི་ནས་བཟུང་དམྱལ་བའི་སྲུང་མ་ཨ་ཝ་གླང་མགོ་དང་། ཡག་ཤ་ཕག་མགོ་ཟེར་བ་སོགས་ཡོད་པས། དམྱལ་སྲུང་ལས་མཁན་རི་ལྟར་ཆེ་བ། མིག་དམར་བ། འཇིགས་སུ་རུང་བ་དག་གིས་ཀྲོབ་སོད་ཀྱི་སྒྲ་བསྒྲགས་པ་ནའང་རང་འཇིགས་ཤིང་སྐྲག་ནས་ལུས་ཞིག་འགྲོ་བའི་ཉམས་འཆར། དེ་ནས་དེ་དག་གིས་བཟུང་སྟེ་ལུགས་སྲེག་གི་ས་གཞིར་གན་རྐྱལ་

烙下許多線條，燒焦後形成黑色印痕。接著，就像木匠鋸木一樣，有的獄卒用鋸子鋸，有的用斧頭劈，有的用小斧削，雖然劈開後脫落的肉塊和血滴掉到赤鐵上面，但仍然和心識相連，能感到疼痛。

受生該獄的因,可以是十不善業中的任何一種,或是用馬鞭抽打別人等等。

463 **（三）眾合地獄**

生在此獄的大多數情況，是屬於殺生的報應。地獄有情被趕入二座狀如羊頭的山中，或是兩座如同以前殺生時被害者的形像中，當兩山對撞時，地獄有情被擠在中間，無處可逃。當二山分離時，身體又平復如故，像這樣不斷地被擠壓。那裡的有情痛苦萬狀，有的被壓磨成粉末，有的像臼裡的芝麻一樣被研磨，有的被拉入鐵的網眼中……等等。

（帕繃喀大師舉例說,假如我們現在用手指將虱子殺死,將來我們在地獄中，就會被狀如手指的山壓死。）

（四）號叫地獄

此獄有情被趕入赤熱無門，裡裡外外都有火燃燒的鐵房子裡，備受煎熬。他們因為無法脫逃，心裡生起極大痛苦而大聲號叫。

464 **（五）大號叫地獄**

此獄與「號叫地獄」不同的是，它有二重鐵室，所以痛苦也加倍增大。他們縱然能逃出一間鐵室，也絕對逃不出另一間；心理痛苦則更大。

受生該獄的因是：十不善業中的任何一種，以及無節制地飲酒，經中說：

「飲酒生於號叫處，斟者生於彼近邊。」

དུ་བསྐྲོལ་ནས། ལུས་ཆེན་པོར་ལྷུགས་ཐག་བསྐྲིགས་པས་ཐིག་མང་པོར་བཏབ་ནས། དེས་ཚིག་པའི་ཤུལ་དུ་ཐིག་ནག་པོ་བྱུང་བ་ན། ཤིང་བཟོ་བས་ཤིང་ལ་ཐིག་ལྟར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་འགའ་ཞིག་སོག་ལེས་དྲ། འགའ་ཞིག་སྟ་གྲིས་གཤེག །འགའ་ཞིག་སྟེའུས་གཞོག །དེ་ལྟར་གཤེག་པ་ན། ཕན་ཚུན་དུ་འཐོར་བའི་ཤ་ཁམ་ཚད་དང་ཁྲག་ཐིགས་པ་ཙམ་ལྷུགས་སྲིག་སྟེང་ལྷུང་བ་ཚུན་ལ་རང་གི་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་མ་བཏང་བར་ཟིན་ཏེ་སྡུག་བསྔལ་རང་ཐོག་ཏུ་མྱོང་། དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ནི་མི་དགེ་བ་བཅུ་ཆར་དང་། མི་ལ་ཏ་ལྷུག་བཏང་བ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་བྱེད་པ་ཡིན།

བསྡུས་འཛོམས་ནི། དེར་སྐྱེས་པ་ཕལ་ཆེར་སྲོག་གཅོད་བྱས་པའི་རྣམས་སྨིན་ཏེ། རི་ར་ལུག་གི་གདོང་ལྟ་བུ་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀ་ནས་བརྒྱུགས་ཏེ་གཞན་དུ་བྲོས་ས་མེད་པར་དེའི་བར་དུ་བཙིར༑ སླར་དེ་གཉིས་བྱེ་བ་ན་རང་ལུས་སྔར་ལྟར་སོས་ཏེ། ཡང་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་རང་འཐག་ཏུ་ཕྱེ་མར་བཏགས། འགའ་ཞིག་ནི་གཏུན་དུ་ཏིལ་བརྡུང་བ་བཞིན་བརྡུང་༑ འགའ་ཞིག་ལྕགས་ཀྱི་འཇུར་མིག་ནས་འཇྲིན་པ་དང་། སྔར་སྲོག་བཅད་སྐབས་ཕར་གསད་བྱ་གང་ཡིན་པ་དེའི་རྣམ་པར་ཤར་ཏེ་རང་དེའི་བར་དུ་འཚིར་བ་སོགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད༑ དཔེར་ན། ད་ལྟ་ཤིག་སེན་མོས་བསད་ན། རྗེས་སུ་དམྱལ་བར་རི་སེན་མོ་འདྲ་བའི་བར་དུ་འཚིར་ཏེ་གསོད་པ་འོང་གསུངས།

ངུ་འབོད་ནི། ལྕགས་སྲེག་གི་ཁང་པ་སྒོ་མེད་པ་ཕྱི་ནང་ཀུན་ཏུ་མེ་འབར་བའི་ནང་བཙུག་སྟེ་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་ཞིང་།འདི་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་མི་རྙེད་སྙམ་ཡིད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཆེན་པོས་ངུ་འབོད་བྱེད། ངུ་འབོད་ཆེན་པོ་ནི། དེ་འདྲའི་ལྕགས་ཁང་ཉིས་རིམ་དུ་བཙུག་པས་སྡུག་བསྔལ་ལྷག་འགྱུར་དུ་ཆེ་ཞིང་། ལྕགས་ཁང་གཅིག་ལས་ཐར་ཀྱང་གཅིག་ལས་མི་ཐར་སྙམ་པའི་སྡུག་བསྔལ༑ དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ནི། མི་དགེ་བ་བཅུ་ཀ་དང་། ཆང་བག་མེད་དུ་འཐུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་དེ། མདོ་ལས། ཆང་འཐུང་ངུ་འབོད་གནས་སུ་སྐྱེ། །ལྷུད་མཁན་དེ་ཡི་འཁོར་དུ་སྐྱེ། །

（六）燒熱地獄

此獄有情被燃燒的鐵串從肛門貫穿到頭頂，所有內臟全被燒焦，並從口、眼等各竅噴射出火焰·他們又被放在烊銅沸騰的大銅鍋裡煮，等骨頭、關節再度接合，全身復原後，又被放回去煮，如是等等。

465 **（七）極熱地獄**

此獄比「燒熱地獄」熱兩倍，此獄有情的肉、筋、脈、內臟全被煮爛，只剩下骨骼，然後關節接合、平復如故。有的有情身體細長，被纏燒在扁平赤鐵上；有的身上被綑綁上赤熱鐵絲，全身骨肉像捏麵團一樣被擠出來；有的被燃燒的三尖叉從肛門貫穿到頭頂，他們的舌頭被拉出許多踰繕那之外，獄卒拖著犁耙在舌上耕耘；有的像書本一樣，身體被夾在像經板似的鐵板裡，各種各樣的受苦情形難以盡述。（帕繃喀大師又講了提婆達多的弟子果嘎里嘎如何在此獄受生的故事。）

（八）無間地獄

無間地獄中的痛苦，要比在它之上的那些熱地獄的痛苦大得多，那裡沒有絲毫的安樂。

當我們將石頭或鐵放在火裡燒的時候，這些東西似乎與火沒什麼二樣。生
466 在此獄的那些有情，身體與火也分不出來，只有通過他們號哭的聲音，才知道那是有情。他們的身體好像供燈的燈芯，火從四面八方、上下及身內十一個方向燒過來，苦不堪言。將「極熱地獄」以上三界所有的痛苦加起來，也不及無間地獄的痛苦大，《親友書》中說：

ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས།

ཚ་བ་ནི། ལྕགས་ཀྱི་གསལ་ཤིང་མི་འབར་འཕོངས་ནས་སྤྱི་བོའི་བར་ཕུག་སྙེ་ནང་ཁྲོལ་ཐམས་ཅད་ཚིག་ཅིང་། ཁ་མིག་སོགས་ནས་མེ་ལྕེ་ལྷབ་ལྷབ་ཏུ་འབར་ཏེ་བསྲེག་པ་དང་། ཟངས་ཀྱི་སྣོད་ཆེན་པོར་ཁྲོ་ཆུ་བསྐོལ་བའི་ནང་དུ་འཚོད་པ་དང་། ཡང་རུས་པ་ལྷུ་བསྒྲིགས་ནས་ལུས་སྔར་ལྟར་སྐྱེ། སླར་དེ་བཞིན་དུ་འཚོད་པ་སོགས་བྱེད་པའོ། །

རབ་ཏུ་ཚ་བ་ནི། དེ་ལས་ཉིས་འགྱུར་གྱིས་ཚ་ཞིང་། ཤ་རྒྱུས་ནང་ཁྲོལ་ཐམས་ཅད་ཚོས་ཤིང་ཉུར་ཏེ་རུས་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ལུས་པ་ན་སྔར་བཞིན་ལྷུ་བསྒྲིགས་ནས་སོས་པ་སོགས་དང་། འགའ་ཞིག་ལུས་རིང་པོར་གྱུར་པ་ལྕགས་སྲེག་ལེབ་མོས་དཀྲི་བ་དང་། ཁ་ཅིག་ལྕགས་སྲེག་གི་སྐུད་པས་ལུས་དཀྲིས་ཏེ་བཅིངས་པས་ལུས་ཀྱི་ཤ་རུས་རྣམས་ཟན་འཚོར་བ་བཞིན་ཕྱེར་དོན་པ་དང་། ཁ་ཅིག་ལྕགས་ཀྱི་གསལ་ཤིང་མི་འབར་བའི་རྩེ་གསུམ་གྱིས་འཕོངས་ནས་སྤྱི་གཙུག་བར་ཕུག་པ་དང་། ལྕེ་དཔག་ཚད་མང་པོར་འཐེན་ནས་དེའི་སྟེང་ཐོང་གཤོལ་གྱིས་རྨོད་པ་སོགས་དང་། འགའ་ཞིག་ལྕགས་སྲེག་གླེགས་ཤིང་ལྟ་བུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་རང་ལུས་དཔེ་ཆ་བཞིན་བསྡམ་པ་སོགས་སྡུག་བསྔལ་སྨྱོང་ལུགས་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་། ལྷས་བྱིན་གྱི་འཁོར་ཀོ་ཀ་ལི་ཀ་འདིར་སྐྱེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་སྨོལ།

མནར་མེད་ནི། བདེ་བའི་གོ་སྐབས་མེད་པར་ཚ་དམྱལ་གོང་མ་ཐམས་ཅད་ལས་ཆེས་ཆེ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཅན་ཞིག་སྟེ། ང་ཚོས་མིའི་ནང་དུ་རྡོ་དང་ལྕགས་སོགས་བསྲེགས་པ་ན་མེ་དང་དབྱེར་མེད་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞིན་དམྱལ་བ་འདིར་སྐྱེས་པ་རྣམས་མེ་དང་ལུས་དབྱེ་བ་མི་ཕྱེད་ལ། ཉམ་ཐག་པའི་སྐད་ཙམ་གྱིས་སེམས་ཅན་ཡིན་པར་ཤེས་པ་ཙམ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་སྟེང་འོག་གཉིས། ལུས་ཀྱི་ནང་སྟེང་མེ་བཅུ་གཅིག་གིས་མཚོན་མེའི་སྡོང་ཤིང་འཚིག་པ་སོགས་སྡུག་བསྔལ་ལ་ཚད་མེད་དེ། བཤེས་སྤྲིངས་ལས། བདེ་བ་ཀུན་གྱི་ནང་ན་

「正如一切安樂中，愛盡樂為樂之主，
如是一切苦之最，無間地獄苦無盡。」

有人或許會想：「地獄中雖然有這些痛苦，但我們大概不會投生到那裡去吧？」但是，誰也不敢做這樣的保證。我們沒有不墮惡趣的把握，相反的，卻擁有許多決定往生地獄的因——「作而未壞」力量強大的惡業。

凡造任何一種嚴重十不善業的，將受生於地獄；中等的，將受生於餓鬼；輕微的，將受生於畜生。地獄之中，凡藐視別解脫「惡作」罪的，將生於等活地獄；藐視「他勝」罪的，將生於無間地獄，其他應按經中所說依次類推[9]。我們相續中有許多異常嚴重的過失，如別解脫戒與密宗戒的罪墮，對菩薩起瞋恨心，不敬上師等等。若犯密宗根本墮，在我們以懺悔、防護等加以還淨之前，
467 將在無間地獄，待上與此時間長度中剎那數相同的劫數。藐視別解脫五篇墮罪
[10]而犯戒者，將依次受生於八大熱地獄，這種業我們也已經造了。一旦受生到那裡，在惡業果未竭盡前，我們身體與心識的聯繫是不可能斷的，也因此必定會承受極大的痛若，《親友書》中說：

「如是諸苦極難忍，百俱胝年雖領受，
乃至不善未盡出，爾時與命終不離。」

地獄有情的壽命極其悠長。八種熱地獄中，壽命最短的是「等活地獄」。人間五十年為四天王天一晝夜。以這樣的三十天算作一個月，十二個月算作一

---

9 《夏瑪爾道次第》中解釋說，犯「惡作」罪的，將生於「等活地獄」；犯「向彼悔」罪的，將生於「黑繩地獄」；犯「單墮」罪的，將生於「眾合地獄」；犯「捨墮」罪的，將生於「號叫地獄」；犯「僧殘」罪的，將生於「大號叫」與「燒熱地獄」；犯「他勝」罪的，將生於「極熱」與「無間地獄」。

10 即「惡作」、「向彼悔」、「墮罪」、「僧殘」和「他勝」。

སྲིད་ཟད་པ། །བདེ་བའི་བདག་པོ་བགྱིད་པ་ཇི་ལྟར་བར། །དེ་བཞིན་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་གྱི་ནང་ན་ནི༑ ༑མནར་མེད་དམྱལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་རབ་མི་བཟད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རབ་ཏུ་ཚ་བ་ཡན་གྱི་ཁམས་གསུམ་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་བསྡོམས་པ་ལས་ཀྱང་མནར་མེད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་འདི་ཆེ་བ་ཡོད།

དམྱལ་བར་སྡུག་བསྔལ་དེ་འདྲ་ཡོད་ཀྱང་རང་ཅག་དེར་མ་སྐྱེས་ཙམ་འོང་སྙམ་ན། ཚེ་འཕོས་མ་ཐག་དམྱལ་བ་དེ་འདྲར་མི་སྐྱེ་བའི་ངེས་པ་གཏན་ནས་མེད་དེ། རང་རེ་ལ་ངན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་གདེང་ནི་མེད། དམྱལ་བར་སྐྱེ་ངེས་ཀྱི་རྒྱུ་ནི་བསགས་ལ་མ་ཉམས་པ་སྟོབས་ཆེན་མང་པོ་ཡོད་དེ། མི་དགེ་བཅུ་གང་རུང་ཆེ་བ་རེ་བྱས་པས་དམྱལ་བ། འབྲིང་རེ་རེས་ཡི་དྭགས། ཆུང་ངུ་རེ་རེས་དུད་འགྲོར་སྐྱེ། དམྱལ་བར་ཡང་སོ་ཐར་གྱི་ཉེས་བྱས་ཁྲུད་དུ་བསད་པས་ཡང་སོས་སུ་སྐྱེས་བ་ནས། ཕམ་པ་ཁྲུད་དུ་བསད་ན་མནར་མེད་དུ་སྐྱེ་བར་གསུངས་པའི་བར་སྦྱོར་དགོས༑ རང་ཅག་གི་རྒྱུད་ལ་སོ་ཐར་དང་སྔགས་ཀྱི་ཉེས་ལྟུང་། བྱང་སེམས་ལ་ཁྲིམས་པ། བླ་མར་མ་གུས་པ་སོགས་ཉེས་པ་ཚབས་ཆེ་བ་ཧ་ཅང་མང་པོ་ཡོད། གསང་སྔགས་ཀྱི་རྩ་ལྟུང་བྱུང་ན་ཕྱགས་སྡོམ་སོགས་ཀྱིས་སོར་མ་ཆུད་པའི་བར་གྱི་སྐད་ཅིག་མའི་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་བསྐལ་པར་མནར་མེད་དུ་སྐྱེ། སོ་ཐར་གྱི་ལྟུང་བ་སྔོ་ལྟར་ཁྲུད་དུ་བསད་དེ་བཅས་མཚམས་ལས་འདས་པས་ནི་རིམ་བཞིན་ཚ་དམྱལ་བརྒྱད་ཀར་སྐྱེ་བའི་ལས་བསགས་ཟིན་ལ། དེ་ལྟར་སྐྱེས་ན་ལས་ངན་གྱི་འབྲས་བུ་མ་ཟད་བར་དུ་ལུས་དང་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཆད་མི་ཐུབ་པར་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་དགོས་ཏེ། བཤེས་སྤྲིངས་ལས། དེ་ལྟར་སྡུག་བསྔལ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་ལོ། །བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱར་ཉམས་སུ་མྱོང་ཡང་ནི། །ཇི་སྲིད་མི་དགེ་དེ་ཟད་མ་གྱུར་པ། །དེ་སྲིད་སྲོག་དང་བྲལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན། ༈ ཚེ་ཚད་ཀྱང་དུས་ཆེས་རིང་བར་གནས་ཏེ། ཚ་དམྱལ་བརྒྱད་ནས་ཚེ་ཐུང་ཤོས་ནི་ཡང་སོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་རེ་མིའི་ལོ་ལྔ་བཅུ་ལ་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི

年，四天王天的壽命為五百年。將這五百年加起來算作一晝夜，三十天為一月，十二月為一年，這樣五百年的時間，便是「等活地獄」有情的壽量。換句話說，
468 即是人間一萬六千二百億年[11]。

《文殊口授》舊版中說的六百億是錯的，應採用《口授》梅魯版和「南傳派道次第」的說法。

上述那些熱地獄，在我們看來似乎遠在許多踰繕那之外，但事實上，我們與惡趣的距離只是一息之隔，並非那麼遙遠。仔細想想，說不定明年或明天這個時候，我們已經來到那樣的地獄裡了。如果真是那樣，我們該怎麼辦呢？現在我們連火灸、針刺都吃不消，又怎能受得了地獄的那種苦呢？像噶當派祖師常說的那樣，我們的一隻腳雖在人間，另一隻腳卻已落在地獄大銅鍋的鍋口了；投生地獄的因我們早就已經具備了。

（帕繃喀大師指出，一旦我們在惡趣中受生，便無法從那裡逃脫，也無法找到依靠。所以，我們在墮惡趣之前的餘生當中，最上當求成佛；次等當求獲悉地；最差也應勤修懺悔等法，以免投生惡趣。）

辛二、思近邊地獄苦

469 熱地獄的外邊，如鐵山圍繞般，有四種「近邊獄」：塘煨坑、爛屍泥、利刃塘和無極河[12]。

---

[11] 參見《俱舍論》。

[12] 據稱八大熱地獄的四邊各有一門，通向第一種近邊地獄，各近邊地獄也分別有四門，通向下一個近邊地獄。

པའི་ལྷའི་ཞག་གཅིག །དེ་སུམ་ཅུ་ལ་ཟླ་བ། དེ་བཅུ་གཉིས་ལ་ལོར་བརྩིས་པའི་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ནི་རྒྱལ་ཆེན་རིས་བཞི་པའི་ཚེ་ཚད་དང་། དེ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཞག་གཅིག་ཏུ་བྱས། དེ་སུམ་ཅུ་ལ་ཟླ་བ། དེ་བཅུ་གཉིས་ལ་ལོར་བརྩིས་པའི་རང་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ནི་དམྱལ་བ་ཡང་སོས་པའི་ཚེ་ཚད་ཡིན་ཞིང་། དོན་ལ་མི་ལོ་ཁྲག་ཁྲིག་ཆེན་པོ་གཅིག་དང་། ཁྲག་ཁྲིག་དྲུག །ཕེར་འབུམ་ཆེན་པོ་གཉིས་བཅས་ཐུབ། འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་པར་རྙིང་དུ་ཕེར་འབུམ་ཆེན་པོ་དྲུག་གསལ་བ་པར་སྐྲོན་ཡིན་པས། འདི་ཞལ་ལུང་རྨི་རུའི་པར་མ་དང་། ལྷོ་བརྒྱུད་ལམ་རིམ་ལྟར་བྱ་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་ཚ་དམྱལ་དེ་དག་དཔག་ཚད་མང་པོའི་ཕ་རོལ་ན་ཡོད་མདོག་ཁ་བ་ལྟ་བུར་སྣང་ཡང་། རང་དང་ངན་སོང་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ཐག་རིང་པོ་མེད་པར་དབུགས་ཕྱུ་ཕྱུ་བ་འདི་ཙམ་ཡིན་པས། ཞིབ་ཏུ་བསམས་ན་ལོ་རྗེས་མ་ཙམ་དང་སང་ཉིན་ད་ཀོད་ཙམ་ལའང་རང་དམྱལ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་མི་སླེབ་པའི་ངེས་པ་མེད། དེ་ལྟར་སླེབས་འདུག་ན་ཇི་ལྟར་བྱེད། ད་ལྟ་རང་རེ་ལུས་ལ་མེ་བཙས་བསྲེག་པ་དང་། ཁབ་བཙུགས་པ་ཙམ་ཡང་མི་བཟོད་ན། དམྱལ་བ་དེ་འདྲར་སྐྱེས་ཚེ་ཇི་ལྟར་བཟོད། བཀའ་གདམས་གོང་མས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་རེའི་རྐང་པ་ཡ་གཅིག་མི་ཡུལ་དང་། ཡ་གཅིག་དམྱལ་བའི་ཟངས་པོ་ཆེའི་ཁར་བཞག་ཟིན་པ་དང་འདྲ་བར་དམྱལ་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་བསྒྲུབས་ཚར་བ་ཡིན། ངན་འགྲོར་སྐྱེས་ཟིན་ན་དེ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་དང་སྐྱབས་གང་ཡང་རྙེད་ཐབས་མེད་པས། དེར་མ་སྐྱེས་གོང་ཚེའི་ལྷག་མ་ཅུང་ཟད་གནས་པའི་སྐབས་འདིར་རབ་སངས་རྒྱས་པ་དང་། འབྲིང་གྲུབ་པ་ཐོབ་པ་སོགས་མ་བྱུང་ཡང་། མ་མཐའ་ངན་སོང་གི་སྐྱེ་བ་ལྡོག་ཐབས་བཤགས་པ་སོགས་ལ་འབད་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ་ཉེ་འཁོར་བ་ནི། ཚ་དམྱལ་གྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་ལྷགས་རིས་བསྐོར་བ་ལྟར་ཚ་དམྱལ་བའི་འཁོར་མེ་མ་མུར་གྱི་འོབས། རོ་མྱགས་ཀྱི་འདམ། སྤུ་གྲིས་གཏམས་པའི་ཐང་། འཁྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཆུ་ཀླུང་རབ་མེད་དེ་བཞི་ཡོད། དེ་ཡང་ཚ་དམྱལ་དུ་སྐྱེས་པ་དག་ནམ་ཞིག་ལས་

進入近邊地獄有兩種情形：當熱地獄中的有情惡業減輕的時候，他們便脫離大地獄而進入近邊地獄；也有一開始就受生在那裡的。

（一）煻煨坑

熱地獄的有情將脫離那裡的時候，會生起逃離的念頭，進而奪門外出。然而一出熱地獄，便掉進了「煻煨坑」中，膝蓋以下全部沒入而燒焦，拔出來時又復原，像這樣每走一步，腿就要燒焦一次。那些有情承受著這般大苦，懷著解脫的願望，在火坑中跋涉數十萬年之久。

470 **（二）爛屍泥**

當他們有朝一日脫離「煻煨坑」的時候，卻又連著遇到了「爛屍泥」。他們脖子以下全部陷入泥中，不斷地翻滾掙扎，泥中有無數名為「利嘴」的蟲子，其嘴尖利如針，將他們的身體札得像網篩一樣，狠命的吞噬他們的肉。像這樣懷著逃離的願望，他們又跋涉了數十萬年。

（三）利刃塘

隨後，他們又將來到布滿刀子的「利刃塘」，那裡到處都是如同鋒利的鐵劍般尖端上仰的利刃。他們將長時間領受利刃割足和刺札的痛苦。當他們離開那裡的時候，又接著到了「劍葉林」。他們錯認那些刀劍為樹，於是來到樹下，不料樹葉變成利劍落下來，砍截他們的身體，然後又恢復如初等等，受無量苦。過了劍葉林後，他們又將來到長滿無數鋒利鐵刺的「設末梨樹林」。樹端有以
471 前恩愛的親戚朋友在呼喚，於是他們尋聲登樹，那些鐵刺尖端朝下刺割其身，他們痛苦地慢慢爬到樹端，不料有可怕的怪鳥等著他們，啄食他們的眼睛和腦髓。下面又傳來親友呼喚的聲音，於是他們又爬下來，這時候鐵刺轉而朝上，札入他們的身體，等到爬下樹後，又有狗和其他野獸來嘶咬他們的腿。（帕繃喀大師說，在他們業盡之前，將無數次領受這種登降之苦。並且指出：這三種

ཅུང་ཟད་བསྐྱབ་ཏུ་སོང་བ་ན་དམྱལ་བ་ཆེན་པོ་ལས་ཐར་ནས་ཉེ་འཁོར་བའི་དམྱལ་བར་འགྲོ་བ་དང་། དང་པོ་ནས་དེར་སྐྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་པས་འགའ་ཞིག་ཚ་དམྱལ་ལས་ཐར་རན་པ་ན། གྲོས་པའི་བསམ་པ་སྐྱེད་དེ་སློ་ནས་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་འོངས་པའི་ཚེ། མེ་མ་མུར་གྱི་འོབས་སུ་སླེབས་ཏེ་རྐང་པ་པུས་མོ་མན་ཆུབ་ནས་འཚིག་ཅིང་། སླར་འདེགས་པ་ན་སོས། དེ་ལྟར་གོམ་པ་རེ་རེ་སྦྱོས་རིམ་བཞིན་རྐང་པ་རེ་བསྲེག། དེ་ལྟར་སྡུག་བསྔལ་ཆེན་པོས་མནར་བཞིན་དུ་དེ་ལས་ཐར་དུ་རེ་བས་ལོ་འབུམ་ཕྲག་མང་པོར་མེ་མུར་བགྲལ་བགྲལ་ཏེ་སོང་བ་ན། ནམ་ཞིག་དེ་ལས་ཐར་ཏེ་ཡང་རོ་མྱགས་ཀྱི་འདམ་དང་ཕྲད་ནས། དེར་སྙི་མན་ཆད་ནུབ་སྟེ་འགྲེ་ལྡོག་བྱེད་ཅིང་། འབུ་མཆུ་རྣོན་བྱ་བ་ཁབ་ལྟ་བུ་མང་པོས་ལུས་ཁྲོལ་མ་བཞིན་ཕུག་སྟེ་ཟ་བར་བྱེད། ད་དུང་དེ་ལས་ཐོན་རེས་ལོ་འབུམ་ཕྲག་མང་པོར་བགྲལ་ཏེ་སོང་བས། ལྕགས་ཀྱི་སོ་གྲི་རྣོན་པོ་ལྟ་བུ་རྩེ་མོ་གྱེན་དུ་བསྟན་པ་འབའ་ཞིག་གིས་གང་བའི་སྤུ་གྲིས་གདམས་པའི་ཐང་དུ་སླེབས་ནས། དེས་རྐང་པ་བཅད་ཅིང་ཕུག་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཡུན་རིང་མྱོང་སྟེ། རིང་ཞིག་ནས་དེ་ལས་ཕྱིར་ཐར་བ་ན། རལ་གྲིའི་ལོ་མའི་ནགས་ཚལ་དང་ཕྲད་དེ། དེར་ལྡོན་ཤིང་དུ་འཁྲུལ་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་ཕྱིན་པ་ན། ལོ་མ་རལ་གྲིར་གྱུར་པ་རྣམས་ལྷགས་ཏེ་ལུས་གཏུབ་པ་དང་། ཡང་གསོས་པ་སོགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་། དེ་ནས་ཐོན་པ་ན། ཤལ་མ་ལའི་སྡོང་པོ་ཞེས་པ་ལྕགས་ཀྱི་སོ་རྣོན་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་ཕྲད་དེ། དེའི་རྩེ་ནས་རང་གི་སྤུན་དང་གྲོགས་སོགས་སྙིང་ཉེ་བརྩེ་གདུང་ཅན་དག་གིས་འབོད་པར་ཐོས་ཏེ། དེ་ལ་ཡར་འཛེགས་པས་ལྕགས་སོ་མང་པོ་ཡོད་པ་རྣམས་རྩེ་ཐུར་དུ་བསྟན་ཏེ་ལུས་གཞིག་ཅིང་ཕུག་པ་སོགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་བཞིན་སོང་སོང་ནས་རྩེར་སླེབ་པ་ན། བྱ་འཛིགས་སུ་རུང་བ་དག་གིས་མིག་དང་ཀླད་པ་སོགས་འདྲུ་ཞིང་ཟ། ཡང་གཤམ་ནས་འབོད་པ་ན། མར་བབས་པས་ལྕགས་སོ་གྱེན་དུ་བསྟན་ཏེ་ལུས་ཕུག་ཅིང་། རྩ་བར་སླེབས་པའི་སྐབས་ཁྱི་དང་གཅན་གཟན་སོགས་ཀྱིས་རྐང་པ་ནས་ཡར་ཟ་བར་བྱེད་པ་སྟེ་ལས་མ་ཟད་བར་དུ་འབབ་འཛེགས་བྱེད་པའི་སྡུག་

受兵刃傷害的地區[13]應算作一個近邊地獄。）

（四）**無極河**

當他們脫離那些地方後，便來到了「無極河」。河內具有腐蝕性的鹽水和烈火相雜，他們的身體像被扔進沸水中的豆子一樣，必須長時間經受水深火熱之苦。

由於我們隨時可能投生到那些熱地獄中去，因此重要的是，我們現在必須勤作善惡取捨，以期避免投生到那裡。

472 **辛三、思寒冷地獄苦**

寒冷地獄的位置，在熱地獄正北面的同一層次上，這也是為什麼我們這個地方會這麼寒冷的緣故！各寒冷地獄之間，上下相隔二千踰繕那。雖然如此，但是寒冷地獄的雪山高二千踰繕那，儘管間距不同，但各層寒地獄與熱地獄仍在同一層面上。

行將投生於冷地獄的人，臨終時會希求冷觸，於是引發受生寒冷地獄的業成熟。經過如夢般的「中有」階段後，好像醒來一樣，此人發現自己已受生在寒冷地獄。

那裡的雪山有許多踰繕那之高，終年沒有日、月的光明和火光等·，所以一片黑暗，連手是伸是踡都看不到。地面上布滿冰塊，天空中風雪交加，中間寒風呼嘯。絲毫沒有取暖的火和陽光，及保暖的衣物。像這樣的寒冷地獄一共有八種，冷的程度依次遞增：

（一）**寒皰地獄**

472 因為寒冷而身上起皰疱。

（二）**皰裂地獄**

寒冷更劇，導致皰疱破裂，流出膿血。

（三）**額哳吒地獄**

寒冷更甚，身體僵硬如石不能活動，口中除了「阿啾」之外，其他什麼話

[13] 即「利刃塘」、「劍葉林」和「鐵設末梨樹林」。

བསྔལ་སྤྱོད་ཚུལ། འདིའི་མཚོན་ཆའི་གནོད་པ་འབབ་པ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བསྒོ་དགོས་གསུངས། དེ་དག་ལས་ཐར་ནས། ཆུ་ཀླུང་རབས་མེད་ཀྱི་ནང་དུ་སླེབ་པ་ན། འཁྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཆུ་བོ་མེ་དང་འདྲེས་པའི་ནང་དུ་རང་ལུས་སྲན་མ་ཆུ་ཁོལ་དུ་བཏབ་པ་ལྟར་བསྐྱེག་ཅིང་འཚོད་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཡུན་རིང་སྤྱོད་དགོས་ཤིང་། རང་རེ་རྣམས་ཚ་དམྱལ་དེ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་ཆོག་ཆོག་ལྟ་བུར་ཡོད་པས། ད་ལྟ་ནས་དེ་འདྲར་མི་སྐྱེ་བའི་ཐབས་དགེ་སྡིག་གི་བླང་དོར་ལ་འབད་པ་གལ་ཆེ།

གསུམ་པ་གྲང་བའི་དམྱལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ལ། གྲང་དམྱལ་ནི། ཚ་དམྱལ་དེ་དག་གི་ཐད་ཀ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ཕྱིར་རང་ཅག་གི་ས་འདིར་གྲང་དང་ཆེ་བ་བྱུང་བ་ཡིན། གྲང་དམྱལ་རྣམས་སྟེང་འོག་ཏུ་དཔག་ཚད་ཉིས་སྟོང་ཉིས་སྟོང་གིས་ཆོད་ཅིང་གནས་སོ།། འོ་ན་ཚ་དམྱལ་རྣམས་དཔག་ཚད་བཞི་སྟོང་གིས་ཆོད་ཅིང་གནས་པས་གྲང་དམྱལ་རྣམས་དང་ཐད་ཀར་མི་འགྲིགས་སྙམ་ན། ཚ་དམྱལ་རྣམས་ས་གཞི་ནས་ས་གཞིའི་བར་དུ་དཔག་ཚད་བཞི་སྟོང་རེ་ཡོད་ལ། གྲང་དམྱལ་གྱི་གདངས་རིའི་དཔངས་སུ་དཔག་ཚད་ཉིས་སྟོང་རེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཚ་དམྱལ་རྣམས་དང་དྲང་ཐད་མ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེར་སྐྱེ་བར་ཉེ་བ་ན། འཆི་ཁར་རེག་བྱ་གྲང་བ་ཞིག་འདོད་ནས་དེའི་ལས་ལ་གསོས་བཏབ། བར་དོ་ཡི་ལམ་སྨིས་པ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་ནས། གཉིད་སད་པ་ལྟར་གྲང་དམྱལ་དུ་སྐྱེ། དེའི་གནས་ནི་གངས་རི་དཔག་ཚད་དུ་མ་རེ་ཡོད་པ། ཉི་ཟླའི་སྣང་བ་དང་མེ་འོད་སོགས་མེད་པས་ལག་པ་བརྐྱང་བསྐུམ་ཙམ་ཡང་མི་མཐོང་བའི་མུན་པ་ནག་པ། ས་གཞི་འཁྱག་རོམ་དང་། སྟེང་ནས་བུ་ཡུག་འཚུབ་ཅིང་། བར་ནས་ རླུང་གྲང་མོ་ལྡང་༑ ཚྭ་བའི་ཐབས་མེ་དང་ཉི་མ། གོས་སྣན་སོགས་ཙུང་ཟད་ཀྱང་མེད།

དེ་ལྟ་བུའི་གྲང་དམྱལ་ལ་བརྒྱད་དེ། རིམ་བཞིན་གྲང་དྲགས་ནས་ལུས་ལ་ཆུ་བུར་སྐྱེ་བས་ཆུ་བུར་ཅན་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་གྲང་བས་ཆུ་བུར་རྣམས་རྡོལ་ཏེ་ཁྲག་དང་ཆུ་སེར་འཛག་པས་ཆུ་བུར་རྡོལ་བ་དང་། དེ་ལས་གྲང་དུ་སོང་ནས་ལུས་རྡོ་ལྟར་རེངས་ཏེ་འགུལ་བསྐྱོད་མི་ནུས་པར་ཁ་

也說不出來。

（四）郝郝婆地獄

寒冷更劇，不能說話，只能從喉管裡略微發生「嗟呼」的聲音。

474 **（五）虎虎婆地獄**

寒冷更甚，連「嗟呼」聲也發不出，只能略微張口，傳出牙齒打顫的聲音。[14]

（六）裂如青蓮地獄

寒冷更劇，身體如死屍一樣，顏色變青，隨著聲響，身體開裂成青蓮花狀。

（七）裂如紅蓮地獄

寒冷更甚，身體粉紅色嫩肉開裂成紅蓮花狀。

475 **（八）裂如大紅蓮地獄**

寒冷尤甚於前，身體開裂程度更大，猶如百瓣或千瓣大紅蓮花。

「頞哳吒」以下的地獄有情，他們的身體像是塔的鑲嵌部分，凍結在雪山或冰原上，全身僵直、動彈不得。而且如《弟子書》中所說：

「無比嚴寒侵骨力，遍身慄戰而縮屈，
百皰起裂生諸蟲，嚼抓脂髓水淋滴。」

從他們身上皰疱中流出的膿水，引來許多毒蜂叮咬，掉在地上的血滴等仍與心識相連，所以一直會感受寒冷和皸裂的痛苦。此外，還有罹患各種瘟疫的痛苦。

受生寒冷地獄的因，為固執無業果等邪見，如《本生鬘》中說：

「斷無見者於後世，當住寒風黑暗中，
由此能銷諸骨節，誰欲自利而趣彼？」

除此之外，我們還有眾多「造而未壞」的業，足以投生到那裡。例如，搶
476 走他人的衣服，剝奪佛像上的供衣，將虱子等有情活活凍死等。

關於寒冷地獄有情的壽量，《本地分》中說：

「當知望於諸大有情、地獄有情，次第相望各近其半。[15]」

---

[14] 其他經典中，「頞哳吒」與「郝郝婆」列於「虎虎婆」之後，此處係按照《文殊口授》與《速道》所說的順序排列。

[15] 亦即「寒皰地獄」有情的壽量是「等活地獄」的一半，乃至「裂如大紅蓮地獄」有情的壽量是「無間地獄」的一半。

ནས་ཨ་ཆུ་འབབ་ཞིག་ཟེར་བ་ཙམ་ལས་གཞན་གང་ཡང་སྨྲ་མི་ནུས་པར་སྡོད་པ་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་གྲང་དུ་སོང་ནས་དེ་ཡང་སྨྲ་མི་ནུས་པར་ཀན་གྱི་སྒྲུག་ནས་ཀྱི་ཧུད་ཟེར་བའི་སྒྲ་ཆུང་དུ་ཙམ་འབྱིན་པ་དང་། དེ་ནས་སྒྲ་དེ་ཡང་འབྱིན་མི་ནུས་པར་ཁ་གདངས་ཙམ་རེ་བྱས་སོ་ཐམ་སྟེ་འགྲིག་པ་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་གྲང་བས་ལུས་རོ་ལྟར་གྱུར་ཅིང་། མདོག་སྔོ་ལ་ཁག་སྒྲ་དང་བཅས་ཏེ་ཨུཏྤལ་ལྟར་གས་པ་དང་། དེ་ལས་གྲང་ནས་ལུས་ཤའུ་དམར་པོ་པདྨ་ལྟར་གས་པ་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་མང་བའི་ཁ་བརྒྱ་དང་སྟོང་དུ་པདྨ་ལྟར་ལས་ཆེར་གས་པ་རྣམས་སོ། །ཨ་ཆུ་ཟེར་བ་མན་ཆད་ལ་གངས་རི་དང་འཁྲུག་པའི་ཐང་ལ་དམྱལ་བ་པའི་ལུས་མཆོད་རྟེན་ལ་ཕྲ་བཏབ་པ་ལྟར་འབྱར་ནས་གཡོ་འགུལ་མེད་པར་རེངས་ཤིང་། སློབ་སྤྲིངས་ལས། ལྷགས་པ་དཔེ་མེད་རུས་པ་ལ་ཡང་ཐིངས་པ་ཡིས། །ལུས་སྒྲིབས་འདར་ཞིང་བསྐུར་ནས་ཀུམ་ཀུམ་པོར་འདུག་པ། །ཆུ་བུར་བརྒྱ་བྱུང་རྡོལ་བ་ལས་སྐྱེས་སྲོག་ཆགས་ཀྱིས། །ཟོས་ཤིང་དབྲད་ནས་ཞག་དང་ཆུ་སེར་ཁྲག་བཅས་འཛག །ཅེས་པ་ལྟར་ལུས་ཀྱི་སེར་ཀ་ནས་བབས་པའི་ཆུ་སེར་ལ་འཁོར་བའི་སྦྲང་བུ་དུག་གི་མཆུ་ཅན་དུ་མས་གཅོས་པ་དང་། །ཁྲག་ཐིགས་པ་སར་ལྷུང་བའང་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་མ་བཏང་བས་འཁྲུགས་ཤིང་གས་པའི་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་བ་དང་། ད་དུང་དེའི་སྟེང་རིམས་ནད་སྣ་ཚོགས་པས་མནར་བ་སོགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཡོད། དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ནི་སྐྱེས་རབས་ལས། མེད་པར་ལྟ་བ་ཚེ་རབས་ཕྱི་མ་ལ། །གནས་པ་དེ་ན་མུན་ནག་ལྷུང་གྲང་ལྡང་། །དེས་ནི་རུས་པའང་འཛིག་པའི་ནད་སྨྱོང་ན། །བདག་ལ་ཕན་འདོད་སུ་ཞིག་དེ་རུ་འཇུག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་འབྲས་སོགས་མེད་པར་ལྟ་བའི་ལྟ་ལོག་ཆད་ལྟ་འཛིན་པ་སོགས་ཡིན། གཞན་ཡང་རང་ཅག་ལ་དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་བསགས་ལ་མ་ཉམས་པ་མང་པོ་ཡོད་དེ། གཞན་གྱི་གོས་འཕྲོག་པ་དང་། རྟེན་གྱི་ན་བཟའ་བཤུས་པ། ཤིག་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་འཁྲུགས་གྲིར་བཏང་བ་སོགས་ཡིན། ཚེ་ཚད་ནི། སའི་དངོས་གཞིར་སེམས་ཅན་དམྱལ་བ་ཆེན་པོར་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཕྱིད་

或如《俱舍論》中所說：

「寒皰獄壽量，如一婆訶麻，
百年除一盡，後後倍二十。」

意為從摩羯陀國量制八十斛（一婆訶）的胡麻筐中，每隔百年取出一粒胡麻，取完全部胡麻所需的時間，才是第一寒冷地獄「寒皰地獄」有情的壽量。（帕繃喀大師又進一步解釋說，一握胡麻大約有一萬五千粒。「寒皰地獄」以下各獄有情的壽量，均以前者的二十倍遞增。）

辛四、思獨一地獄苦

獨一地獄的位置，在人間和海邊等有多處。以前，有一群商人邀請聖僧護一同去一個海島[16]。到某地之後，其他商人繼續前進，留下聖僧護一人在海邊
477 漫步，海邊有一座美麗的寺院，內有五百位出家眾，他們邀請聖僧護入寺。聖僧護發現，這些比丘每天一到中午便互相爭鬥，中午過後又恢復正常。當問及原因時，他們回答說，那是因為在迦葉佛教法時期，某日中午他們因為不和而發生爭鬥，所以感得此報。

聖僧護後來又陸續發現其他「如牆」、「如柱」、「如臼」、「如繩」、「如帚」、「如連筋」、「如鍋」等地獄。他返回後，向釋迦牟尼佛詢問造成這些地獄的原因，詳細情形「加行法」中已說過。「如臼」是迦葉佛時代，有個比丘對沙彌發怒，口出惡言要將沙彌放進臼裡杵，由此感受此報。
（帕繃喀大師又指出，他們從迦葉佛時代開始，一直受苦到現在。）

另外還有一些有關「獨一地獄」的故事，譬如：以前有一位商主名叫億耳，他一生下來耳朵上就有一個寶飾，價值一億枚金幣，故此得名[17]。億耳有一次
478 外出探寶回來，在海岸邊倦極入睡，其他商人拋下他先走。當他醒來的時候，

---

[16] 參閱《僧護因緣經》與《毘奈耶事教》。
[17] 參閱《毘奈耶事教》。

ཁྲིད་ཞུགས་པར་གསུངས་པ་དང་། ཡང་མཛོད་ལས། ཉིལ་སྦྲུང་ནང་ནས་ལོ་བརྒྱ་ན། །ཉིལ་གཅིག་ཕྱུང་བས་ཟད་གྱུར་པ། །ཆུ་བུར་ཅན་གྱི་ཚེ་ཡིན་ཏེ། །གཞན་གྱི་ཚེ་ནི་ཉི་ཤུས་འགྱུར།། ཞེས་པ་ལྟར་ཡུལ་མ་ག་དྷའི་ཁལ་བརྒྱད་ཙུ་འགྲོ་བའི་བང་བ་ནས་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ན་ཉིལ་རེ་ཕྱིར་བཏོན་པས་ཉིལ་མ་ལུས་པ་ཟད་པ་དགོས་ཤིང་། ཉིལ་ཕུལ་གང་ལ་ཏིག་ཁྲི་ལྔ་སྟོང་ཙམ་ཡོད། དེ་གྲང་དམྱལ་དང་པོ་ཆུ་བུར་ཅན་གྱི་ཚེ་ཚད་དེ། འོག་མ་རྣམས་ནི་དེ་ལས་ཉི་ཤུ་ཉི་ཤུ་འགྱུར་གྱིས་རིང་བར་གསུངས།

བཞི་པ་ཉི་ཚེ་བའི་དམྱལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ནི། དམྱལ་བ་དེ་ནི་མི་ཡུལ་དང་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་སོགས་སུ་ཡོད་ཅིང་། སྔོན་ཚོང་པ་འགའ་ཞིག་གིས་འཕགས་པ་དགེ་འདུན་འཚོ་རྒྱ་མཚོའི་གླིང་དུ་གདན་དྲངས་ཏེ་བྱོན་པ་ན། སྐབས་ཤིག་ནས་ཚོང་པ་གཞན་རྣམས་སྔོན་ལ་ཐལ་ཏེ། འཕགས་པ་ཉིད་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་དུ་ཀང་གིས་བྱོན་པས་གཙུག་ལག་ཁང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ན་དགེ་འདུན་ལྔ་བརྒྱས་གདན་དྲངས། ཉིན་གུང་དུ་དགེ་སློང་རྣམས་འཐབ་ཅིང་། ཉིན་གུང་ཡོལ་ནས་སྔར་བཞིན་གྱུར་པ་གཟིགས་ཤིང་། དེའི་རྒྱུ་དྲིས་པ་ན་སྔོན་འོད་སྲུང་གི་བསྟན་པ་ལ་དགེ་སློང་དེ་རྣམས་ཀྱིས་གདུགས་ཚོད་སྐབས་མ་འཆམ་པར་འཐབ་རྩོད་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། གཞན་ཡང་སྡིག་པ་དང་། ཀ་བ་དང་། གདུན་དང་། ཐག་པ། ཕྱུགས་མ། ཆུ་རྒྱུས་སྦྲིལ་བ༑ ཕྱུ་བ་ལྷ་བུའི་དམྱལ་བ་ཡང་གཟིགས་ནས་སླར་བྱོན་ཏེ། ཤཱཀ་ཐུབ་ལ་ཞུས་པ་ན། ཀ་བ་ལྟ་བུ་སོགས་སྔར་སྦྱོར་ཚོས་སྐབས་ཞུས་པ་བཞིན་དང་། གདུན་ལྟ་བུ་ཡང་འོད་སྲུང་གི་བསྟན་པའི་དུས་དགེ་སློང་གིས་དགེ་ཚུལ་ལ་ཁྲོས་ནས་གདུན་དུ་འདུག་རྒྱུ་ཞེས་ཚིག་རྩུབ་སྨྲས་པའི་འབྲས་བུ་དང་༑ འདི་དག་སངས་རྒྱས་འོད་སྲུང་གི་བསྟན་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་སྨྱོང་བར་གསུངས་ཚུལ། གཞན་ཡང་སྐྱེས་ཙམ་ནས་ཟླ་བ་ལ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གསེར་གྱི་དོང་ཙེ་བྱེ་བ་རེ་བའི་ཟླ་ཚ་བཏགས་པའི་དེད་དཔོན་ཟླ་བ་བྱེ་བ་རི་ནོར་བུ་ཞེན་དུ་ཆས་ཏེ་ཕྱིར་འཁོར་བ་ན་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་དུ་ངལ་ནས

商人走過的蹤跡已被風吹得無影無蹤，裝載貨物的驢子也因為嗅覺失靈，無法辨識前路而不受驅趕。億耳四處流浪，最後來到一座狀如宮殿的房屋前，他發現屋內住著一個男人，晚上有四個天女服侍，享受天界的快樂。但一到白天，宮殿般的房子卻變成烈火熊熊的鐵屋，四個女人變成四隻花斑惡犬，將那個男人撲倒在地，牠們一口口將他撕裂、吃掉。太陽落山後，一切又恢復成原狀。於是億耳詢問那個男人是何緣故，那人回答說，他以前是瓦薩瓦城裡的屠夫，遵照聖者噶達雅耶那的勸告，晚上持戒不殺生，但白天無法不殺，所以感得此果。此人請求億耳捎個口信回家說：「請您轉告我的屠夫兒子，不要再殺生，讓他為聖者供養午餐，為我迴向善根。」並告之在存放刀具的地方藏有一罐金子，可以此為憑證。

億耳繼續趕路，又發現一幢漂亮的房子，內有一對俊男倩女，縱欲享樂。晝夜的情形與前例相反；到了晚上，那個女人變成一條蛇吞食男人的頭。當問及緣由時，那男人說，他以前是瓦薩瓦城內的一個婆羅門，曾與女人通姦，後來在噶達雅耶那跟前受白天不淫亂的戒，所以感得現在的果報。他也要求億耳
479 帶口信給他的兒子，並告以藏在祭灶下面的金瓶為證。
（帕繃喀大師接著講述了億耳繼續前進、看到一隻四腳綁著四個餓鬼的椅子及其宿因等內容，說明有這樣的「獨一地獄」存在。）

གཉིད་དུ་སོང་བས། ཚོང་པ་གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་ལུས་ནས་གཉིད་སད་པ་ན་རླུང་འཚུབས་ཀྱིས་ལམ་བསྒྲུབ་སྟེ་མི་སྣང་ཞིང་། ཁལ་འགེལ་སའི་བོང་བུ་ཡང་བརྡེག་ཆེས་པས་ཐྱེ་འཁྲུལ་ཏེ། ལམ་མ་རྙེད་ང་ན་འཁྲུམས་ཏེ་ཕྱིན་པས། ཁང་པ་གཞལ་མེད་ཁང་ལྟ་བུ་གཅིག་ན། མི་ཞིག་ལ་ལྷ་མོ་བཞིས་བསྐོར་ནས་མཚན་མོར་ལྷའི་བདེ་སྐྱིད་འདྲ་བ་སྤྱོད་། ཉིན་མོར་ལྕགས་སྲེག་མེ་འབར་བའི་ཁང་པར་གྱུར་ཅིང་བུད་མེད་བཞི་ཁྲི་སྲི་བོ་བཞིན་གྱུར་པས་སྐྱེས་པ་དེ་ཁ་སྦྲུབ་ཏུ་བསྒྲིལ་ཏེ་ཤ་ལ་ཁམ་ཁམ་བཅད་ཅིང་ཟ་བ་གཟིགས། ཡང་ཉི་མ་ནུབ་པ་དང་ཤར་བཞིན་མཐོང་ནས་མི་དེ་ལ་རྒྱུ་དྲིས་པས། སྔོན་གནས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་བཤན་པར་གྱུར་སྐབས་འཕགས་པ་ཀ་ཏྱཱ་ཡ་ནའི་བཀའ་ལྟར་མཚན་མོར་སྲོག་གཅོད་མི་བྱེད་པའི་སྡོམ་པ་བླངས། ཉིན་མོར་དེ་ལེན་མ་ནུས་པར་སྲོག་བཅད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་སྨྲས་ཤིང་། གནས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་ངའི་བུ་བཤན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་སྲོག་གཅོད་མི་བྱེད་པ་དང་། འཕགས་པར་བསོད་སྙོམས་ཕུལ་ནས་ང་ལ་དགེ་རྩ་བསྔོ་དགོས་ཞེས་པའི་གདམ་བསྐུར། ཡིད་ཆེས་པའི་ཕྱིར་རལ་གྲིའི་འཇོག་གནས་སུ་གསེར་བུམ་པ་གང་སྦས་ཏེ་ཡོད་པར་སྨྲས་པ་དང་། ཡང་བྱོན་པ་ན། ཁང་བཟང་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པ་བུད་མེད་གཟུགས་བཟང་བ་གཉིས་དགའ་མགུར་རྩེ་ཞིང་བདེ་སྐྱིད་ལ་སྤྱོད་ཅིང་ཡོད་པ་ལ། ཉིན་མཚན་སྔ་མ་ལས་གོ་ལྡོག་སྟེ། བུད་མེད་དེ་སྦྲུལ་དུ་གྱུར་པས་སྐྱེས་པ་དེའི་སྤྱི་བོ་ནས་ཟ་བ་ཞིག་གཟིགས། སྐྱེས་པ་དེ་ལ་རྒྱུ་དྲིས་པས། གནས་པའི་གྲོང་གི་བྲམ་ཟེར་གྱུར་སྐབས་བདག་གིས་བྱི་བོ་བྱེད་པ་ལ། ཀ་ཏྱཱ་ཡ་ན་ལས་ཉིན་མོ་བྱི་བོ་མི་བྱེད་པའི་སྡོམ་པ་བླངས་ཙམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་སྨྲས་ཤིང་།

གནས་པའི་གྲོང་ན་བདག་གི་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་གསུང་བར་མཛོད་ཅེས་གདམ་སྐུར་བཞིན་བསྐུར་ཏེ། ཡིད་ཆེས་པའི་ཕྱིར་ཐབ་ཀྱི་འོག་ཏུ་གསེར་བུམ་པ་གང་སྦས་ནས་ཡོད་པ་སྨྲས། ཡང་ཕྱིན་པ་ན། ཁྲི་ཞིག་གི་རྐང་པ་བཞིར་ཡི་དྭགས་རེ་བཏགས་པ་ཞིག་ཀྱང་གཟིགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྔོན་བྱུང་བཅས་སྨྲས་ཏེ། དེ་འདྲ་བའི་དམྱལ་བ་ཉི་ཚེ་བ་ཡོད་པ་ཡིན།

人世間也有「獨一地獄」。以前在印度，當具壽「吉祥」某日散步的時候，見到一個屠夫受生在半空中，外表如一座美宅，實際上純係熊熊燃燒的烈火。他以前的助手也變成與骨骼山一樣的形狀而受苦。

（帕繃喀大師又講了吉祥所看到的另一個「獨一地獄」有情的情況：此人具有像山那樣巨大的睪丸，乃是以前閹割動物之報。並且指出：我們也造集了許多類似這種的「定受業」，這些業就像是抵押品一樣，隨時可以被兌現。）

又有一位大成就者，在雅卓[18]的湖內，發現後藏達那地方的一位喇嘛，因濫受信眾超薦祈福的供養而受生為一條大魚，體積至少有雅卓湖一半大，身體被許多其他生物所瞰食。這位大成就者因此告誡他的弟子說：「勿濫受信施！勿濫受信施！」

480 雖然我們都知道「僧人消信施，孔雀化毒藥」這句話，但對於如何如法地修行以消化信施，我們仍需十分謹慎。徒具僧人的外形，卻沒有確實的修行，並不能「消化」信施，律經中說：

「寧食熱鐵丸，火焰極熾猛；
不以破戒身，受用信施食。」[19]

犯戒者受用信食，與吞食燃燒的赤鐵丸無異。具戒者之中，只有那些如理精進「誦斷」[20]之業的人才能消化所吃的信食，不然的話便難以消化，如欠他債。現在我們將袮錢、供養等放進腰包是很容易，等到將來要用自己身上的肉來償還時就難了。作上師的在接受迴向禮的時候，如果只寫一張收條而未作為迴向祈願的話，將來肯定要用自己身上的肉來還，這是必然無疑的。

（帕繃喀大師又講了幾個相關的故事。例如，以前有塊磐石中，一隻大蛙

[18] 後藏江孜城以東三、四十里的地區。
[19] 亦見於《集法句經》。
[20] 「誦」指聞思，「斷」為習禪，這兩件事乃是出家人的本分。

མི་ཡུལ་ནའང་ཡོད་དེ། སྔར་རྒྱ་གར་དུ་ཚེ་དང་ལྡན་པ་དཔལ་ལྡན་ཉིན་མོར་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་བའི་སྐབས། བཤན་པ་ཞིག་བར་སྣང་དུ་གཟུགས་ཁང་བཟང་ཙམ་པ་ལ་མི་དམར་ཐུར་ཐུར་འབར་བ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པར་གཟིགས་པ་དང་། དེའི་གཡོག་དེ་རུས་པའི་རི་ལྟ་བུར་སྐྱེས་ཏེ་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་བ་དང་། ཡང་སེམས་ཅན་བྱ་གཙོད་མཁན་ཞིག་འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་རི་བོ་ཙམ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ཚུལ། རང་རེ་ཡང་དེ་འདྲ་སྤྱོད་ངེས་ཀྱི་ལས་མང་པོ་བསགས་ཟིན་པས་དེ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཆོག་ཆོག་གི་གནའ་མར་བཞག་པའི་ཚོད་དུ་ཡོད་གསུངས། ཡང་གྲུབ་ཆེན་ཞིག་གིས་ཡར་འབྲོག་གི་མཚོ་ནང་དུ། གཙང་ཧ་ནག་བླ་མ་ཟེར་བ་ཤི་གསོན་གྱི་དཀོར་མང་པོ་ཟ་བའི་དཀོར་ཟན་པ་ཞིག་ཉ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡར་འབྲོག་མཚོའི་ཕྱེད་ཙམ་འཁོར་བའི་གཟུགས་ལ་སྲོག་ཆགས་གཞན་མང་པོས་ཟ་བ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པར་གཟིགས་ནས། འཁོར་ཚོ་ལ་བསྟན་ཏེ་དཀོར་མ་ཟ་དཀོར་མ་ཟ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། ངེད་ཚོས་གྲྭ་པས་དཀོར་འཛུ། རྨ་བྱས་དུག་འཛུ་ཟེར་ཡང་། ཆོས་ཉམས་སུ་བླངས་ཏེ་དཀོར་འཛུ་ལུགས་ཤེས་པ་ཞིག་བརྟན་བརྟན་བྱེད་པ་མ་བྱུང་ན། གྲྭ་པ་ཡིན་ཙམ་གྱིས་ལས་སླ་མོར་འཛུ་ཆོག་ཆོག་མེད། འདུལ་བ་ལུང་ལས། ལྷུགས་གོང་མེ་ལྕེ་འབར་བ་དག །ཟོས་པར་གྱུར་པ་མཆོག་ཡིན་གྱི། །ཚུལ་འཆལ་ཡང་དག་མི་བསྡོམ་པར། །ཡུལ་འཁོར་བསོད་སྙོམས་ཟ་བ་མིན། །གསུངས་པ་ལྟར་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བས་དད་ཟས་ཟོས་པ་ལྕགས་གོང་དམར་འབར་བ་ཟ་བ་བཞིན་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་པས་དད་ཟས་ཟོས་ན། སློག་པ་དང་སྤྱོད་པ་ལ་ཚུལ་བཞིན་བརྟོན་ན་འཛུ་ལ། མ་བརྟོན་ན་མི་འཛུ་བའི་བུ་ལོན་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ལྟར་ལེགས་པར་མ་བྱས་ན། འགྲེད་དང་འབྱུལ་བ་སོགས་ད་ལྟ་དངུལ་ཁྲུག་ནང་དུ་ཆྭག་ཆོག་ཆོག་གི་ལས་སླ་མོ་འདི་ཕྱི་མར་ལུས་ཀྱི་ཤ་ནས་འཇལ་དགོས་པ་ཞིག་འོང་དུས་དཀའ་མོ་ཡིན། བླ་མ་རྣམས་ནས་ཀྱང་བསྔོ་རྟེན་བྱུང་བར་འགྱུར་ལན་བྲི་ཐུབ་ཙམ་ལས་བསྔོ་སྨོན་སོགས་མ་བྱུས་ན། ཕྱི་མར་སྐྱ་ལུས་ཀྱི་སྟེང་ནས་བུ་ལོན་འཇལ་དགོས་པར་ཐག་ཆོད། དེ་བཞིན་དུ་སྔར་ཇོ་ཕ་བོང་ཞིག་

被無數小蛙所食。另外有個德格上師，某日吩咐他的弟子說：「今日不管河裡漂來什麼，你們都把它撈上來給我。」結果有一棵樹被打撈上來，剖開一看，樹洞裡有一隻大蛙，正被許多小蛙所攢噬。據說，前者曾是一個濫受信施的上
481 師，後者是曾任德格某寺的大管家。

當上師大金剛持訪問康區的時候，曾親聞這麼一樁事情：在多須地區一個名叫「浦」的湖裡，有一隻狀似黑牛毛帳篷的大怪物，牠夏天潛沒在湖裡，冬天水位降低結冰的時候，背部就露出湖面，被鳥等許多動物噬食。大師說，這些也都是「獨一地獄」。受生於這種地獄的業因我們已造集了無數，並且還在繼續造，所以，我們應經常思惟自己領受這種痛苦的情形。）

庚二、思餓鬼苦

《文殊口授》中先說畜生苦後說餓鬼苦，是因為餓鬼的智慧比較大，所以層次比較高，有些餓鬼能夠理解為他們開示的法；而畜生則十分愚鈍，因此比
482 較低級。由於畜生修法的障礙比餓鬼大，所以先講畜生苦。《速道》中則先講餓鬼苦，因為就整體而言，餓鬼的痛苦比畜生要大。

這一節又分二部分：思惟冷熱、饑渴、疲倦、恐懼等餓鬼總苦，以及思惟餓鬼別苦。[21]

---

[21] 此處所說與《科判》稍異。

གི་ནང་དུ་སྡུལ་པ་ཆེ་བ་གཅིག་ལ་ཆུང་བ་མང་པོས་ཟ་བ་དང་། ཡང་སྡེ་དགེའི་བླ་མ་ཞིག་གིས་ཉེ་གནས་ལ་དེ་རིང་ཆུས་ཁྱེར་བ་ཅི་བྱུང་ཡང་ཚུར་བཏོན་ལ་འཁྱེར་ཤོག་གསུངས་པ། ཤིང་སྡོང་ཞིག་བྱུང་སྟེ་ཁོས། པ་གཤགས་པ་ན་དེའི་ནང་དུ་སྡུལ་པ་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ཆུང་བ་མང་པོས་ཟ་བ་ཞིག་ཐོན་པ། སྔ་མ་དང་འདི་གཉིས་དཀོར་ཟན་གྱི་བླ་མ་ཞིག་དང་། སྡེ་དགེའི་གཉེར་ཆེན་ཞིག་གི་སྐྱེ་བ་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད་གསུངས། བླ་མ་རྡོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་ཉིད་ཁམས་སུ་ཕེབས་སྐབས་རྡོ་ཤུལ་ཞེས་པའི་ལུང་པའི་ཕུར་མཚོ་ཞིག་ན་སྦྲུ་གུར་འདྲ་བའི་སེམས་ཅན་ཆེན་པོ་ཞིག་དབྱར་དུས་མཚོར་ནུབ་ཅིང་། དགུན་ཁ་མཚོ་ཁྲི་ནས་འཁྱག་རོམ་ཆགས་སྐབས་སྐལ་པ་མཚོ་ཁར་ཐོན་པར་བྱ་སོགས་སྲོག་ཆགས་མང་པོས་ཟ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དངོས་སུ་གསན་ཚུལ། དེ་འདྲ་བ་དག་ཀྱང་ཉི་ཚེ་བའི་དམྱལ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ཡང་རང་རེས་གྲངས་མེད་པ་ཞིག་བསགས་དང་སྒྲུབ་བཞིན་པ་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་སྡུག་བསྔལ་རང་ཐོག་ཏུ་སྨྲོད་ཚུལ་ཡང་ཡང་བསམ་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ་ཡི་དྭགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ལ།

འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་ལས་དུད་འགྲོ་དང་པོར་གསུངས་པ་ནི། དུད་འགྲོ་ལས་ཡི་དྭགས་ཤེས་རབ་ཆེ་བས་རིགས་མཐོ་ལ། འགའ་ཞིག་ལ་ཆོས་བསྟན་ན་གོ་ནུས་པ་ཡོད་ཅིང་། དུད་འགྲོ་གླེན་ཞིང་རྨོངས་པས་ཧེན་དམའ་ལ། ཆོས་ལ་བར་གཅོད་ཡི་དྭགས་ལས་ཆེ་བས་དུད་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་དང་པོར་བསྟན་པ་ཡིན་ཞིང་། མྱུར་ལམ་ལས་ཡི་དྭགས་དང་པོར་མཛད་པ་ནི་སྤྱི་ཁྱབ་ལ་དུད་འགྲོ་ལས་སྡུག་བསྔལ་ཆེ་བས་ཡིན། འདི་ལ་གཉིས། ཡི་དྭགས་སྤྱིའི་སྡུག་བསྔལ་བསྔལ་ཚ་བ། གྲང་བ། བཀྲེས་པ། སྐོམ་པ། ངལ་བ། འཇིགས་པའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་སྟེ་དྲུག་དང་། ཡི་དྭགས་སོ་སོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པའོ། །དང་པོ་སྤྱིའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ

辛一、思惟餓鬼總苦

我們應這樣來思惟餓鬼共有的痛苦：

雖然我們現在未受生到地獄去，但如果受生在餓鬼中的話，仍將遭受冷熱、饑渴，疲倦和恐懼等難以忍受的痛苦。這時候不要說是修法，就連想修的心也無法生起。幸運的是，仰仗上師的大恩我們沒有墮入其中，又似乎能修一修像「菩提道次第」這樣的法，福報算是不小！

然而，我們相續中仍有眾多強有力的、造而未壞的能引業，以我們目前的
能力來看，是無法在死前將這些業完全弄乾淨的。而且一般來講，臨終之心極
483 其重要：今生造有大罪的人，如果臨終時能在單純的善心中死去的話，就能觸
發某種善性宿業成熟；修行人在臨終時，如果是在瞋怒等不善心中死去的話，
將觸發某種不善業成熟。但在多數情況下，往往是今生最熟悉的那種心在臨終
時現前。由於我們對三毒煩惱的熏習力最大，所以臨終時必然也是不善業被觸
發。

當我們臨終時對飲食產生厭倦，心想：「我連飲食的名字都不想聽見」，如果生起像這樣的瞋心或貪心，便觸發受生餓鬼的業成熟。因此我們不僅沒有不會墮入餓鬼惡道的保證，而且還很有可能會墮入其中。

如果我們受生在那裡，餓鬼道又是怎樣的情形呢？

離地面五百踰繕那的下邊[22]，有一座餓鬼城，名叫「劫毗羅」。那裡寸草不生，滴水全無，地面像被太陽烤熱的破銅皮。

餓鬼的軀幹和四肢大小極不相稱；巨頭亂髮，臉上佈滿皺紋，頸脖極細撐
484 不起頭顱。軀體龐大如山，手足卻像草一樣細弱、難以支撐身體，這要比人世

---

[22] 瞻部洲地下。

པ་ལ་འདི་ལྟར་བསམ་དགོས། ང་ད་ལྟ་དམྱལ་བར་མ་སྐྱེས་ཀྱང་། ཡི་དྭགས་སུ་སྐྱེས་ཡོད་ན་ཆ་གྲང་བཀྲེས་སྐོམ་ངལ་འཇིགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་བཟོད་དཀའ་བས་མནར་ནས་ཆོས་བྱེད་རྒྱུ་ལྟ་བཞག། བྱེད་ངོ་བསམ་པ་ཙམ་ཡང་དྲན་མི་ཐུབ་ཀྱང་། ད་རེས་བླ་མའི་བཀའ་དྲིན་གྱིས་དེར་མ་སྐྱེས་པར། ཆོས་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བསྒོམ་ཁྲུལ་ཙམ་བྱེད་རྒྱུ་བྱུང་བ་འདི་བསོད་ནམས་རེ་ཆེ། སྐབས་ཞིགས་ འོན་ཀྱང་རང་རེའི་རྒྱུད་ལ་དེར་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་བསགས་ལ་མ་ཉམས་པ་སྟོབས་ལྡན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་དག་མ་ཤི་ཙམ་ལ་ལྟག་མེད་དུ་སྦྱོང་མི་ཐུབ་པ་ནི་ད་ལྟའི་ཁ་སྐབས་འདིས་ཤེས་ དེར་མ་ཟད། སྤྱིར་ན་འཆི་ཁའི་སེམས་དེ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། ཚེ་འདིར་སྡིག་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་པའི་སྡིག་ཅན་ཡང་འཆི་ཁར་དགེ་སེམས་ཤ་སྟག་གི་ངང་ནས་འཆི་ན། སྔོན་གྱི་དགེ་བའི་ལས་ཤིག་ལ་གསོས་འདེབས་ལ། ཆོས་པ་དག་ཀྱང་འཆི་ཁར་ཁོང་ཁྲོ་སོགས་ཀྱི་ངང་ནས་འཆི་ན་མི་དགེ་བའི་ལས་ལ་གསོས་འདེབས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཡང་ཕལ་ཆེར་ཚེ་འདིར་བློ་གང་ལ་གོམས་པ་ཆེ་བ་དེ་འཆི་ཁར་ཡང་མངོན་དུ་འགྱུར་བས། རང་རེ་རྟག་ཏུ་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ལ་གོམས་ཤུགས་ཆེ་བས་འཆི་ཁར་ཡང་མི་དགེ་བའི་ལས་ལ་གསོས་འདེབས་པར་ཐག་ཆོད། དེས་ན་འཆི་ཁར་བཟའ་བཏུང་ལ་ཡིད་འབྱུང་ནས། དེའི་མིང་ཡང་མི་ཐོས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་སྐོམ་པ་ལྟ་བུ་སོགས་ཆགས་སྡང་གང་རུང་གིས་ཡི་དྭགས་སུ་སྐྱེ་འགྱུར་གྱི་ལས་ལ་གསོས་བཏབ་ནས་ཡི་དྭགས་ཀྱི་གནས་ངན་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་ངེས་པ་མེད་ཅིང་། ཕལ་ཆེར་སྐྱེ་བར་ཐག་ཆོད། དེར་སྐྱེས་ན་ཡི་དྭགས་ཀྱི་གནས་ནི། འདི་ནས་དཔག་ཚད་ལྔ་བརྒྱ་འདས་པའི་འོག་ཏུ་ཡི་དྭགས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་སེར་སྐྱ་བུ་བ་ཡོད། གནས་དེར་ནི་སྤང་དང་ཤིང་དང་ཆུ་སོགས་ཙུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་ཟངས་གོག་ཉི་མས་ཚིག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། ཡི་དྭགས་ཀྱི་ལུས་དང་ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཆ་མི་སྙོམས་པ་མགོ་ཆེ་ལ་སྐྲ་ཟིང་བ། གདོང་གཉེར་མས་ཁྱིབས་པ། སྐེ་ཏ་ཙང་ཕྲ་བས་མགོ་བོ་མི་ཐེག་པ་དང་། ལུས་རི་ལྟར་ཆེ་ལ་རྐང་ལག་འཇག་མ་ལྟར་ཕྲ་བས་ལུས་མི་ཐེག་པ

間老人四肢無力的困難還要大一百倍。肢分的數量也多少不等。

由於多年的乾渴，餓鬼身中沒有絲毫像血、膿等含水分的東西，他們就像乾皮革包裹的枯木，乾枯的皮膚覆蓋著枯萎的筋脈。當餓鬼走動的時候，手臂和腿腳的關節會互相敲磨，像枯木互擊一樣發出破裂的聲音，又像石塊互擊一般冒出一簇簇火星。

由於千百年得不到飲食，餓鬼的饑渴痛苦極其巨大。希望獲得飲食的願望驅使他們不得不去四處尋找，一旦找到了，身體又疲憊不堪，而且若被閻摩手下的獄卒發現，他們將恐懼得全身骨骼都要散掉般。

（帕繃喀大師又指出：夏天熱的時候，餓鬼連月光也覺得熱；冬季冷的時候，他們又覺得日光也冷得很，所以他們有很大的寒冷、灼熱之苦。）

辛二、思惟餓思別苦

餓鬼別苦分三種：

485 （一）具外障

某些餓鬼從遠處望見果樹或水等，便極辛苦地走來，等他們靠近時，那些東西又突然消失了。有些餓鬼雖然到了那裡，但那些飲食由獄卒保衛著，不讓他們受用。這時候除了先前的饑渴苦之外，他們還需經受不可想像的身體上的疲倦之苦和心理上的失望之苦。

（二）具內障

某些餓鬼雖能僥倖獲得食物，但卻無法放進口中，有的頸部有結難以吞咽；有的患有頸瘤，只能喝其中的膿液等；還有的對食物本身有障礙，如《億耳傳》中所說，食物一入口即變成燃燒的鐵丸、糠秕、膿血和自己的肉，與以

རང་རེ་མི་ཡུལ་གྱི་རྒྱན་འཁོག་རྣམས་བྱིན་པས་ལུས་པོ་མི་ཐེག་པའི་དཀའ་ལས་ལས་བརྒྱ་འགྱུར་གྱིས་ཆེ་བ་ཡོད། ཡན་ལག་རྣམས་ཀུང་གྲངས་མང་ཉུང་མི་སྙོམས་ཤིང་། ལོ་མང་པོར་སྐོམ་མ་སྐྱིད་པས་ལུས་ལ་ཁྲག་དང་ཆུ་སེར་སོགས་རྣག་ཙུང་ཟད་ཙམ་ཡང་མེད་པར། སྡོང་དུམ་སྐམ་པོར་ཀོ་བ་དམར་སྐམ་གྱིས་གདུམས་པ་ལྟ་བུར་གྲུས་པ་དང་རྩ་སོགས་སྐམ་པོ་པགས་པ་སྐམ་པོས་གཡོགས་པ། འགྲུལ་བསྐྱོད་བྱེད་པ་ན་རྐང་ལག་གི་ཚིགས་འཐབ་པའི་ཚེ་ཤིང་སྐམ་འཐབ་པ་དང་རྡོ་དང་རྡོ་འཐབ་པ་ལྟར་ཁྲོག་སྒྲ་དང་། མེ་སྟག་དམར་འཚུབ་འཚུབ་བྱེད་པ་ཡོད། ལོ་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོར་བཟའ་བཏུང་མ་བྱུང་བས་བཀྲེས་སྐོམ་གྱི་སྡུག་བསྔལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ཐོག །ད་དུང་བཟའ་བཏུང་སྐྱིད་དུ་རེ་བས་འཚོལ་སར་མ་ཕྱིན་ཀ་མེད་ལ། སོང་ན་ལུས་ཉམ་ཆུང་བས་ངལ་བ་དང་། གཤིན་རྗེའི་སྐྱེས་བུ་དག་མཐོང་ནས་སྐྲག་སྟེ་ལུས་ཞིག་པ་ལྟ་བུའི་འཇིགས་པ་དང་། དབྱར་ཚ་བའི་དུས་སུ་ཟླ་བས་ཀུང་ཚིག་ལ། དགུན་གྲང་བའི་སྐབས་ཉི་མས་ཀུང་གྲང་བར་བྱེད་པས་ཚ་གྲང་གི་སྡུག་བསྔལ་ཆེས་ཆེ་བ་ཡོད་གསུངས།

གཉིས་པ་ཡི་དྭགས་སོ་སོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་གསུམ་ལས། ཕྱིའི་སྒྲིབ་པ་ཅན་ནི། ལྗོན་ཤིང་འབྲས་བུ་ཅན་དང་། ཆུ་སོགས་མཐོང་ནས་རྒྱུང་རིང་པོར་ངལ་བ་ཆེན་པོས་ཕྱིན་ཕྱིན་ནས་འགྲམ་དུ་སླེབས་པ་ན་དེ་དག་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། འགའ་ཞིག་དེར་སླེབས་པ་ན། སྐྱེས་བུ་གོ་མཚོན་ཅན་གྱིས་བསྲུངས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་དུ་མི་སྟེར། དེའི་ཚེ་བཀྲེས་སྐོམ་གྱི་སྡུག་བསྔལ་སྟེང་ཡོད་ཐོག །ལུས་ངལ་བ་དང་ཡིད་ཡམ་པའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ། ནང་གི་སྒྲིབ་པ་ཅན་ནི། བརྒྱ་ལ་ཟས་སྐྱིད་ཀུང་ཁ་ནས་མི་ཐར་བ་དང་། མགྲིན་པར་མདུད་པ་ཡོད་པས་ཟས་འགྲོ་དཀའ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་སྐྲེ་ལ་ལྦ་བ་ཡོད་པ་ལས་རྣག་སླེན་པ་འཐུང་དགོས་པ་སོགས་དང་། ཟས་སྐོམ་ཉིད་ལ་སྒྲིབ་པ་ཡོད་པ་ནི། རྣ་བ་བྱེ་བ་རིའི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་བྱུང་བ་བཞིན་ཟས་ཟ་བ་ན། ལྟོགས་གོང་མི་འབར་བ་དང་། ཕུབ་མ་དང་། རྣག་ཁྲག་དང་། རང་ཤ་ལ

前所造的業相一致，領受眾多無法忍受的苦果。有些餓鬼雖能吞咽飲食，但到
486 了腹中之後，即變成烊銅、沸水等物，不但無益於消除饑渴，反而增添無限痛苦。也有一些餓鬼雖然沒有這些問題，但他們的肚子很大，食物永遠填不滿；還有一類餓鬼，口中因饑餓而冒出陣陣火焰，所謂「鬼火」[23]即是指餓鬼口中燃燒的火焰。

（三）具喉結

例如，阿難某日經行的時候，曾見到一個母餓鬼，喉間有三個結，嘴裡發出五種可怕的聲音。這類餓鬼因為頸部有三重結，由此引起的痛苦更是無窮。《親友書》中說：

「於餓鬼中須領受，欲乏所生相續苦，
無治饑渴寒熱勞，怖畏所生難忍苦。
或有口細如針孔，腹等山量為饑逼，
下劣捐棄不淨物，尚不具足尋求力。
有存皮骨裸形體，如枯枝葉多羅樹，
487 有於夜分口熾燃，受用口中燒燃食。
有下種類於不淨，膿糞血等亦無得，
面互相衝而受用，頸癭成熟所生膿。
諸餓鬼中於夏季，月炎冬季日亦寒，
令樹無果諸餓鬼，略視江河亦當乾。」

《弟子書》中也說：

---

[23] 據說夜間在空曠處可見。

ཟ་བ་སོགས། ལས་མི་འདྲ་བ་ཇི་ལྟར་བསགས་པ་དང་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་མི་བཟད་པ་དུ་མ་མྱོང་བར་འགྱུར་བ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་བཟའ་བཏུང་བྱས་པ་མགྲིན་པ་ནས་ཐར་ཀྱང་ཁོག་པའི་ནང་དུ་སླེབས་པ་ན་ཁྲོ་ཆུ་ཁོལ་མ་སོགས་སུ་གྱུར་ཏེ་བཀྲེས་སྐོམ་སེལ་བ་ལ་མི་ཕན་པའི་སྟེང་དུ་སྡུག་བསྔལ་ཚད་མེད་པ་སྐྱེད་པ་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་ལ་དེ་ལྟར་མ་གྱུར་ཀྱང་ཕོ་བ་ཆེ་དྲགས་པས་ཟས་ཀྱིས་མི་ཁེངས་པ་དང་། ཡི་དྭགས་ལ་ལར་ཁ་ནས་ལྕོགས་པའི་མེ་ལྷབ་ལྷབ་ཏུ་འབར་བ་སྟེ། འདྲི་མེ་ཞེས་པའང་ཡི་དྭགས་ཀྱི་ཁ་ནས་འབར་བའི་མེ་ཡིན། འཇུར་འགེགས་ནི། ཀུན་དགའ་བོ་ཉིད་མོ་སྤྱོད་དུ་ཐེབས་སྐབས་ཡི་དྭགས་མོ་སྐྲ་ལ་མདུད་པ་གསུམ་ཡོད་པ། ཁ་ནས་འཛིགས་པའི་སྒྲ་ཧམ་པ་ལྟ་སྒྲོག་པ་སོགས་གཟིགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་འདྲའི་རིགས་ཀྱི་ཡི་དྭགས་ལ་མགྲིན་པར་མདུན་པ་སུམ་བརྩེགས་ཡོད་པ་སོགས་དང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཡང་མཐའ་མེད་པ་ལྟར་མྱོང་དགོས་ཏེ། བཤེས་སྤྲིང་ལས། ཡི་དྭགས་ན་ཡང་འདོད་པས་ཕོངས་པ་ཡིས།། བསྐྱེད་པའི་སྡུག་བསྔལ་རྒྱུན་ཆགས་མི་འཚོས་པ། །བཀྲེས་སྐོམ་གྲང་དྲོ་ངལ་དང་འཇིགས་པ་ཡིས༑ །བསྐྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བསྟེན་འཚལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ཁ་ནི་ཁབ་ཀྱི་མིག་ཙམ་ལ། །ལྟོ་བ་རི་ཡི་གདོས་ཙམ་བཀྲེས་པས་ཉེན། །མི་གཙང་གྱི་ནར་བོར་བ་ཙུང་ཟད་ཀྱང་། །འཚལ་བའི་མཐུ་དང་ལྡན་པ་མ་ལགས་སོ། །ཁ་ཅིག་པགས་རུས་ལུས་ཤིང་གཅེར་བུ་སྟེ། །ཏ་ལ་ཡ་ཐོག་བསྐམས་པ་ལྟ་བུ་ལགས། །ཁ་ཅིག་མཚན་ཞིང་ཁ་ནས་འབར་བ་སྟེ། །ཟས་སུ་འབར་བའི་ཁར་བབས་བྱེད་པ་འཚལ། །དམངས་རིགས་འགས་ནི་རྣག་དང་ཕྱི་ས་དང་། །ཁྲག་སོགས་མི་གཙང་བ་ཡང་མི་རྙེད་དེ། །ཕན་ཚུན་གདོང་དུ་འཚོག་ཅིང་མགྲིན་པ་ནས། །ལྦ་བ་བྱུང་བ་སྨིན་པའི་རྣག་ལ་འཚལ། །ཡི་དྭགས་རྣམས་ལ་སོས་ཀའི་དུས་སུ་ནི། །ཟླ་བའང་ཚ་ལ་དགུན་ནི་ཉི་མའང་གྲང་། །ལྗོན་ཤིང་འབྲས་བུ་མེད་འགྱུར་འདི་དག་གིས། །བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀླུང་ཡང་སྐམ་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། སློབ་སྤྲིང་ལས་ཀྱང་། མི་བཟད་སྐོམ་པས་རྒྱང་ནས་ཆུ་ཀླུང་དྲི་

「猛渴遙見無垢河，欲飲馳趣彼即變，
亂髮青污及爛膿，臭泥血糞水充滿。
風揚雨灑山清涼，檀樹青蔭末拉耶[24]，
488 至成猛焰遍燒林，無量株杌雜亂倒。
若奔巨浪高翻滾，泡沫充溢大水藏，
彼於此見熱沙霧，紅風猛亂大曠野。
彼住此中望雲雨，雲降鐵箭具炭煙，
流飛炎熾金剛石，金色電閃降於身。
熱逼雪紛亦炎熱，寒迫雖火亦令寒，
難忍業熟所愚蒙，於此種種皆顛倒。
針口無量由旬腹，苦者雖飲大海水，
未至寬廣咽喉內，口毒滴水悉乾銷。」

又如嘉卻・格桑嘉措所說：

「腹大如山喉道阻塞四肢纖弱如細草，
身軀枯瘦灰塵遍覆關節摩擦出火星，
489 略起顧視諸江河等亦令乾涸常勞倦，
於諸饑渴熱惱餓鬼請賜飲食甘露雨！[25]」

我們明年此時是否也會受生成這樣的餓鬼，實在是說不準的。投生餓鬼道的業因是：慳吝財物、貪婪心極大、不斷撫摸自己的財物並生起極大的貪著、

[24] 山名，位於印度西南沿岸地區。
[25] 引自《聖大悲觀自在前贊嘆啟請文・降利樂雨》。

མེད་པ། །མཐོང་ནས་བཏུང་བར་འདོད་དེ་སོང་ན་དེ་ཉིད་ཀྱང་། །སྐྲ་ཤད་ཉ་ལྤིབས་ཚོགས་དང་རྣག་བསྲུང་འདྲེས་པ་དང་། །འདམ་རྫབ་ཁྲག་དང་ཕྱི་སྐྱས་གང་བའི་ཆུར་འགྱུར་རོ། །དུས་རླབས་རླུང་ལངས་ཆུ་འཐོར་རི་རྩེ་བསིལ་འགྱུར་ཞིང་། །ཙན་དན་ལྡོན་པ་སྤོ་འབྲུངས་མ་ལ་ཡར་སོང་ན། །དེ་ཡང་འདི་ལ་ནགས་བསྲེགས་མི་ལྡེ་རྡོས་འཁྲིགས་ཤིང་། །མགལ་དུམ་འགྱེལ་བ་མང་པོས་རང་རྡོང་ཅན་དུ་འགྱུར། །ཆུ་གཏེར་རླབས་འཇིགས་འཕང་མཐོ་གྱིས་པ་ལས་བྱུང་བའི། དབུ་བ་འཚེར་བ་ལྷག་གེར་འདུག་པར་སོང་ན་ཡང་། །དེ་ཡང་འདི་ལ་བྱི་ཆེན་ཁྲུག་རྣ་དམར་རྒྱབ་པའི། །རླུང་དམར་འཇིབས་པ་འཚུབ་པའི་སྒྲ་དམ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །འདི་ནི་དེར་གནས་ཆར་སྤྲིན་ལྡང་བར་འདོད་ན་ཡང་། །སྤྲིན་ལས་ལྕགས་མདའི་ཆར་པ་དུད་འཁྱུལ་འདག་མར་བཅས། །ཚ་ཚ་རྡོ་རྗེའི་ཕ་བོང་རྣམས་འཕྲོ་གསེར་མདོག་ལྟ་བུ་ཡི། །གློག་ཕྲེང་དམར་སེར་འགྱུ་བ་ལུས་ལ་ཆར་དུ་འབབ། །ཚ་བས་ཉེན་ལ་བུ་ཡུག་ཀྱང་ནི་ཚར་འགྱུར་ལ། །ལྷགས་པས་ཉམ་ཐག་པ་ལ་མི་ཡང་གྲང་བྱེད་དེ། །ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་ལས་ཡོངས་སྨིན་པས་རྣམ་སྨྱོངས་པ། །འདི་ལ་སྣ་ཚོགས་འདི་ཀུན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྣང་། །ཁབ་མིག་ཙམ་གྱི་ཁ་ལ་དཔག་ཚད་མང་འཇིགས་པའི། །ལྟོ་ཅན་ཉམ་ཐག་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ཆུ་འཐུངས་ཀྱང་། །མགུལ་ཕྱུག་ཡངས་པ་ཉིད་དུ་ཕྱིན་པར་མ་གྱུར་པར། །ཁ་ཡི་དུག་གིས་ཆུ་ཡི་ཐིགས་པའང་སྐམ་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ༄རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས། །ལྟོ་བ་རི་མཚུངས་མགྲིན་པ་འགག་ཅིང་ཡན་ལག་རྩ་སྦྲན་བཞིན་དུ་ཕྲ།། ལུས་སྐམས་ཐལ་བས་རབ་གཡོགས་ལྟུ་ཚིགས་འཐབ་ལས་མེ་ཡི་ཚ་ཚ་འབབ། །ཆུ་ཀླུང་དག་ཀྱང་བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་སྐམ་འགྱུར་རྟག་ཏུ་ངལ་བ་དང་། །བཀྲེས་པས་གདུང་བའི་ཡི་དྭགས་རྣམས་ལ་ཟས་སྐོམ་བདུད་རྩིའི་ཆར་པ་སྩོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། རང་རེ་ཡང་སང་ཕོད་ད་ཚོད་ཙམ་ན་ཡི་དྭགས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་མི་སྐྱེ་བའི་ངེས་པ་མེད་དེ། དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ནི། ནོར་རྫས་ལ་སེར་སྣ་དང་། བརྣབ་སེམས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དང་། རང་གི་ནོར་རྫས་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ནོམ

阻礙別人布施、搶奪盜竊他人財物、阻止供養僧伽、領取雙份�錢等不予取、罵別人為餓鬼等等。特別是罵僧伽為餓鬼，將連續五百世受生為餓鬼。

具喉結的餓鬼，有時候只能得到所施的—滴水，這是以前不吝施水的報
應，但仍然無福受用其他飲食。阿闍黎桑傑耶協來到餓鬼境內時，那裡有個十
分苦惱的女鬼，生有五百個小孩。她請阿闍黎帶口信說：「我丈夫十二年前去
人間覓食，在此期間我生了五百個小孩，我們連一點一滴的飲食也沒有，受了
很大的辛勞和痛苦。阿闍黎，當您返回人間的時候，請告訴我丈夫趕快帶吃的
東西回來。」阿闍黎說：「那裡餓鬼很多，不知哪一個是你丈夫？」女鬼答道：
490 「我丈夫的相貌特徵是：眼睛有一只是瞎的，一隻手和一條腿是瘸的。」阿闍
黎回到人間後，發現在餓鬼當中果然有這麼一位，於是告訴他事情的經過，並
轉告他太太的口信。該餓鬼聞言說道：「我雖然外出那麼久，但十二年中所得
到的食物只有這個。」他指的是緊緊握在手心裡的一小口乾痰，它被十分珍惜
地保存著。他解釋說：「這是一個具戒比丘吐出後迴向給我們的，那時有許多
餓鬼來掙搶，但被我得到了。」如果我們不謹慎的話，恐怕日後也會有將乾痰
當午飯的那一天！

ཉུག་བྱེད་ཅིང་ཤས་ཆེར་ཆགས་པ་དང་། གཞན་གྱིས་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་ལ་གེགས་བྱེད་པ་དང་།
གཞན་ནོར་འཕྲོག་པ་དང་། ཀུ་བ། དགེ་འདུན་གྱི་ཞལ་དུ་འདུ་བའི་སྣོ་འཕྲོག་པ་དང་།
འགྱེད་ཉིས་ལེན་བྱེད་པ་སོགས་མ་བྱིན་ལེན་དང་། གཞན་ལ་ཡི་དྭགས་ཞེས་བརྗོད་པ་སོགས་ཏེ།
ལྷག་པར་དགེ་འདུན་ལ་ཡི་དྭགས་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ཡི་དྭགས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ལྔ་བརྒྱ་ལེན་པའི་རྒྱུ་ཡིན།
འཛུར་འགེགས་ལ་ཆུ་ཐིགས་གཅིག་སྦྱིན་དུ་ཡོད་པ་ནི། སྔར་ཆུ་བྱིན་པ་ལ་སེར་སྣ་མ་བྱས་པས་
ཡིན། གཞན་ལོངས་སྤྱོད་པའི་སྐལ་བ་མེད། སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཡི་དྭགས་ཀྱི་
ཡུལ་དུ་བྱོན་པ་ན། ཡི་དྭགས་མོ་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་པ་ཞིག་ལ་ཕྲུ་གུ་ལྔ་བརྒྱ་སྐྱེས་ནས་ཡོད་པས།
སློབ་དཔོན་ཉིད་མི་ཡུལ་དུ་གཤེགས་ན་ཁོ་མོའི་ཁྱོ་ཟས་འཚོལ་དུ་ཕྱིན་ནས་ལོ་བཅུ་གཉིས་སོང་།
དེའི་རིང་དུ་བདག་ལ་ཕྲུ་གུ་ལྔ་བརྒྱ་སྐྱེས། ཟས་ཆུ་ཐིགས་པ་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་བར་དཀའ་ལས་
དང་སྡུག་བསྔལ་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་ཡུལ་ནས་ཟས་རྙེད་པ་ཁྱེར་ལ་མགྱོགས་པོར་ཡོང་
གྲོགས་གྱིས་ཞེས་སློབ་དཔོན་ནས་འཕྲིན་སྐྱེལ་བར་མཛོད་ཞུས་པར། ཡི་དྭགས་མང་པོ་ཡོད་ན་
ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱོ་སུ་ཡིན་མི་ཤེས་གསུངས་པས། དེ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་རྟགས་མཚན་མིག་ཡ་
གཅིག་ཞར་བ། ཁང་ལག་ཡ་རེ་ཡང་མི་བདེ་བ་ཡོད་ཟེར། དེ་ནས་སློབ་དཔོན་མི་ཡུལ་དུ་བྱོན་
ཏེ་ཡི་དྭགས་རྣམས་གཟིགས་པ་ན། སྔར་གྱི་འཕྲིན་བསྐུར་སའི་ཡི་དྭགས་དེ་ཇི་ལྟ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་
ལ་ལོ་རྒྱུས་དང་འཕྲིན་གསུང་བ་ན། ཡི་དྭགས་དེས་བདག་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཕྱིར་འགྲོ་བ་ལ་ཧ་ཅང་
རིངས་ཀྱང་ངས་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་རིང་བཙལ་བས་ཟས་འདི་ལས་མ་རྙེད་ཅེས་ལག་པའི་སྦྲང་མོ་
ནམ་དུ་བཙངས་པའི་ནང་དུ་ལུད་པ་སྐམ་པོ་ཙུང་ཟད་ཅིག་ཐོས་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་ཉར་ནས་ཡོད། དེ་
ཡང་ཁྲིམས་ལྡན་དགེ་སློང་ཞིག་གིས་ལུད་པ་དོར་ནས་བསྒོ་བ་བརྗོད་པ་ལ་ཡི་དྭགས་མང་པོ་ཞིག་
གིས་ཏབ་ཐོབ་བྱས་སྐབས་འདི་རྙེད་པ་ཡིན་ཞུས་པ་ལྟར། རང་རེས་ཀྱང་བརྟན་བརྟན་མ་མཛད་ན།
ལུད་པ་སྐམ་པོ་ལ་གཟུང་ཚོགས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་མི་འོང་བའི་ངེས་པ་གཏན་ནས་མེད། དགེ་

傳說沙彌「水下生」在母親去世廿五年之後，有一天看到一個可怕的餓鬼，沙彌心裡害怕準備逃走。餓鬼說：「不要逃！」沙彌問：「你是誰？」答道：

「昔生汝獨子，慈母我即是，
飲食皆遠離，餓鬼群中生。
自我死歿後，已滿廿五載，
滴水亦未見，遑論見食物？」

於是沙彌跑去求佛陀為其母迴向發願，依靠佛力其母死後變成大力女鬼，財物極其富足，但因其慳吝習氣比過去重六倍，所以不肯作任何布施。雖然沙
491 彌設法將一匹布取來供養佛陀，但她覺得惋惜又將布偷回，此事來來回回發生了許多次。

（帕繃喀大師又講了另一個故事：以前有個比丘對自己的一件上好法衣心生貪著，結果死後變成一個穿著法衣的餓鬼。大師告誡我們說，現在有人稱贊吝嗇的人有「節儉」之德，但是慳吝是受生於餓鬼的主要原因，因此即使我們不投生於地獄，這種非常吝嗇的心態和作法，也會保證明年此時或最久不過四、五十年後，我們將受生為餓鬼！）

庚三、思畜生苦

此節分二部分：思惟總苦和思惟別苦。[26]

辛一、思惟畜生總苦

492 第一，畜生總苦有五種：互相吞噉苦、愚癡苦、寒熱苦、饑渴苦和役使苦。

[26] 後者不見於《科判》，今為求翻檢容易，在書前所編科判頁次對照表中將「思惟別苦」一節列入科判。

ཚུལ་ཆུ་སྣད་སྐྱེས་ཀྱི་ཨ་མ་ཤི་ནས་ལོ་ཉེར་ལྔ་སོང་བ་ན། ཉིན་གཅིག་དགེ་ཚུལ་གྱིས་ཡི་དྭགས་འཛིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་མཐོང་ནས་སྐྲག་སྟེ་བྲོས་པར་རྩོམ་པ་ན། མ་བྲོས་ཟེར། ཁྱོད་སུ་ཡིན་དྲིས་པས། བུ་གཅིག་གང་ལས་སྐྱེས་པ་ཡི། །བྱམས་པའི་མ་ནི་ང་ཡིན་ཏེ། །ཟས་དང་སྐོམ་དང་བྲལ་བ་ཡི། །ཡི་དྭགས་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྐྱེས། །བདག་ནི་ཤི་བའི་དུས་བྱས་ནས། །ལོ་གྲངས་ཉི་ཤུ་ལྔ་ལོན་ཏེ། །ཆུ་ཡི་བག་ཀྱང་མ་མཐོང་ན། །ཁ་ཟས་ལྟ་ཞིག་ག་ལ་མཐོང་། །ཞེས་ཟེར། དགེ་ཚུལ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ལ་བསྔོ་སྨོན་ཞུས་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཐབས་མཛད་པས། དེ་ལས་ཚེ་འཕོས་པ་ན་ཡི་དྭགས་མཐུ་མོ་ཆེ་ཞེས་པ་ནོར་རྫས་ཧ་ཅང་ཕྱུག་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས། དེ་ཡང་སྔར་ལས་སེར་སྣ་དྲག་འགྱུར་གྱིས་ཆེ་བ་བྱུང་བས་སྦྱིན་པ་མ་བཏང་བ་ན། དགེ་ཚུལ་གྱིས་རས་ཡུག་གཅིག་ཐབས་ཀྱིས་བླངས་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་ཕུལ་ཀྱང་། ཡི་དྭགས་མོ་དེས་ཕངས་སེམས་ཀྱིས་སླར་བཀུས་ཏེ་ལན་མང་པོར་ཁྱེར་བའི་རབས་དང་། སྟོན་དགེ་སློང་ཞིག་ཆོས་གོས་ལེགས་པ་གཅིག་ཡོད་པ་ལ་ཆགས་པས། དེ་ཤི་ནས་ཡི་དྭགས་ཆོས་གོས་གྱོན་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ཡིན་གསུངས། དེང་སང་སེར་སྣ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་གྲིམ་པོ་ཡོད་ཅེས་བསྔགས་པ་བྱེད་མོད། སེར་སྣ་ནི་ཡི་དྭགས་སུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་པས། རང་རེ་སེར་སྣ་ཆེ་ལུགས་དང་བྱེད་སྟངས་འདིས་སང་ཕོད་ད་ཆོད་ཙམ་མམ། རིང་མཐའ་ལོ་བཞི་བཅུ་ལྔ་བཅུ་ཙམ་ནས་དམྱལ་བར་མ་སྐྱེས་ནའང་ཡི་དྭགས་སུ་སྐྱེ་ངེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས།

གསུམ་པ་དུད་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ལ་གཉིས།

སྤྱིའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་དང་། སོ་སོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པའོ། །དང་པོ་ལ། གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་བ་དང་། གླེན་ཞིང་གཏི་མུག་པ། ཚ་གྲང་། བཀྲེས་ཤིང་སྐོམ་པ།

壬一、思互相吞瞰苦

三惡趣中受苦最輕的是畜生，但如果我們受生為畜生的話，仍會有互相吞食等痛苦。

畜生中體形較大的，是摩羯魚等動物。最小的摩羯魚稱為「魚種」；能將牠整個吞下的稱作「吞魚」；能將吞魚整個吞下的稱為「吞吞魚」。這些魚可以有許多踰繕那那般大，其他無數海洋生物在牠們身上作巢並噉食牠們的肉，有時候牠們忍不住了，便靠在岩石上磨擦，身上那些被弒的生物的血可以染紅數個踰繕那的海面。

雖然一般情況下是大動物吞食小動物，但也有小吃大的例子，儘管大動物無法忍受，但也只能匍匐在原地無法轉動。

在大海中，許多生物聚成一堆，下面的被上面的所食。那些出生在洲與洲之間黑暗地帶的動物，母子互不認識，凡是到口的就吃，互相噉食。人世間的
493 動物也一樣，老鷹吃小雞，小雞吃蟲子。猛獸與其他野獸相互殺戮，獵犬追逐和撕咬獵物等等。

我們不要像看戲那樣來看那些受苦的有情，而應設想一下，如果自己也變成這個樣子的話該怎麼辦；必須用這樣的思惟來修。

壬二、思愚癡苦

畜生的愚癡，別的不用說了，就連要被送去屠宰場，還是送去餵養都不知道。

壬三、思寒熱苦

（帕繃喀大師又講述了畜生所承受的不可想像的冷熱之苦，如夏天被熱死，冬天被凍死等。）

以前有個上師，手裡抓住一條長長的紅蟲，問道：「你是不是康巴比丘？」

བཀོལ་ཞིང་སྤྱོད་པའི་སྡུག་བསྔལ་དེ་ལྟ་ཡོད། ངན་སོང་གསུམ་ལས་སྡུག་བསྔལ་ཆུང་ཤོས་དུད་འགྲོ་ལྟ་བུར་སྐྱེས་ན། གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཡང་། དུད་འགྲོ་གཟུགས་པོངས་ཆེ་བ་ཆུ་སྲིན་སོགས་ནི། ཆུ་སྲིན་ཉའི་རིགས་ཅན་དང་། དེ་ཁྱུར་མིད་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཆུ་སྲིན་ཉ་མིད་དང་། དེ་ཡང་ཁྱུར་མིད་བྱེད་ནུས་པའི་ཉ་མིད་མིད་པ་བྱ་བ་སོགས་ལུས་དཔག་ཚད་མང་པོ་ཅན་ཡོད་ཅིང་དེའི་ལུས་ལ་དུད་འགྲོ་ཆུང་བ་གཞན་མང་པོས་ཚང་འཆའ་ཞིང་ཁོའི་ལུས་ལ་ཟོས་པས། མཚམས་ཤིག་ནས་ཁོ་མ་བཟོད་ནས་གཟུགས་པོ་བྲག་རི་ལྟ་བུ་ལ་བརྡར་བ་ན། ལུས་ལ་གནས་པའི་སྲོག་ཆགས་དེ་དག་བསད་ནས་རྒྱ་མཚོ་ཡང་དཔག་ཚད་ཙམ་དམར་པོར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་སྲོག་ཆགས་ཆེ་བ་དག་གིས་ཆུང་བ་རྣམས་མིད། ཆུང་བ་མང་པོས་ཆེ་བ་ཟོས་ཏེ་ལུས་མི་བཟོད་ནའང་རང་སར་སྡོད་པ་ལས་འགྱུལ་བ་ཙམ་ཡང་མི་ནུས། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་ཤུང་པོར་སྤྱངས་པ་རྣམས་གཅིག་གི་རྒྱབ་ཏུ་གཅིག་གིས་ཟོས་ནས་སྡོད་དགོས་པ་དང་། གླིང་བར་གྱི་མུན་པར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ནི་སྐྱེས་ཚར་རྗེས་མ་བུ་ཡང་ཕན་ཚུན་མི་ཤེས་པར། རང་གི་ཁ་རྩར་གང་བྱུང་བ་དེ་གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་རེས་བྱས་ནས་སྡོད་དགོས། མི་ཡུལ་ན་ཡོད་པ་འདི་དག་ཀྱང་ཁྲམ་བྱིའུ་དང་། བྱིའུས་འབུ་གཞན་ཟ་བ་སོགས་དང་། གཅན་གཟན་དང་། རི་དྭགས་སོགས་གཅིག་གིས་གཅིག་གསོད་པ་དང་། ཤ་ཁྲིམ་རི་དྭགས་འདེད་ཅིང་གསོད་པ་སོགས་ཡིན། སྡུག་བསྔལ་བའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ་ཕར་ལྟད་མོ་བལྟ་བ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་བའི་སེམས་ཅན་དེ་ལྟ་བུར་རང་ཉིད་སྐྱེས་ན་ཅི་འདྲ་ཡོང་གི་ཉམས་བདོན་ནས་བསྒོམ་དགོས། གླིན་ཞིང་གཉི་མུག་པས་གཞན་ལྟ་ཅི། གསོད་སར་འཁྲིད་པ་དང་། ལྟོ་སྟེར་སར་འཁྲིད་པ་གང་ཡིན་ཙམ་ཡང་མ་ཤེས་པ་དང་། ཚ་གྲང་གི་སྡུག་བསྔལ་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་འཚིག་ལ། དགུན་གྱི་དུས་སུ་འཁྱགས་ནས་ཤི་བ་སོགས་སྡུག་བསྔལ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཡོད་ཚུལ། སྔར་བླ་མ་ཞིག་གིས་འབུ་དམར་པོ་རིང་པོ་ཞིག་ཕྱག་ཏུ་བསྣམས་ནས། ཁྱོད་ཁམས་པ་དགེ་སློང་ཡིན་ནམ་གསུངས་པས། དེས་མི་སྐད་སྨྲས་ཏེ་ཡིན་

那蟲子作人言道:「是!」所以很難說我們將來是否也會變成這樣的蟲子。(帕
494 繃喀大師又舉了另一個例子:過去有戶笨波人家死了父親,傑‧密勒日巴開示
說,此人已變成某個山谷中一堆糞便底上的蟲子,隨後再將牠超度。)

雖然很多人可能會想:「我怎麼可能會變成那樣子呢?」然而只需一小時左右,我們便可能受生到那裡。所以,我們無法肯定自己下輩子是不是會變成蟲,在地底下苟延殘喘的蠕動;也說不定會被雞等動物啄食,上半身被吃掉了仍不能死,下半身還在蠕動。我們縱然成不了別的事,至少也要努力避免投生到這樣惡劣的環境中。

壬四、思饑渴苦

大多數畜生的形狀和顏色都很醜陋。除冷熱之外,它們還有饑餓和乾渴之苦,往往覓食一整天也一無所獲。

我們現在被別人罵一句「老狗」都無法忍受,等到自己真的變成一條狗時該怎麼辦呢?想一想狗的飲食和睡的地方。狗通常只有跑進房內,在人的跟前才能覓到食物,當牠進屋的時候,大家都很討厭地叫到:「哎呀!來了一隻狗。」
495 並毫無理由地把牠當成鬼似的。這除了是牠本身的惡業果報外,還會是什麼
呢?某些寺院一到吹螺集合的時候,一些狗就會嚎叫,這是該寺過去僧人受生為狗的徵相。某些畜生手足全無,形狀就像一只肉球。

以前達波地方有個上師,他有二位施主固定給他送東西,一戶供酥油,一戶供肉,後來這個上師在未償清信施的情況下死去,變成供酥油那家飼養的母犛牛,產奶極多。後又摔下懸崖掉進河裡,被供肉那家所獲,那家人把犛牛肉

ལགས་ཟེར་བ་བྱུང་བ་བཞིན་རང་ཅག་ཀུང་འབུ་དེ་འདྲར་མི་སྐྱེ་བའི་ངེས་པ་མེད། སྔོན་བོན་པོའི་མི་ཁྲིམ་ཞིག་གི་ཕ་ཤི་བ། དེའི་ལུང་པའི་ཕུ་ཞིག་ཏུ་ལྟེ་བའི་འོག་གི་འབུ་ལ་སྐྱེས་པར་ཧྲེ་མེད་ལས་ལུང་བསྟན་དེ་དྲངས་ཚུལ། རང་རེ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་འདྲར་ག་ལ་སྐྱེ་སྙམ་པ་ཡོང་མོད་ཀུང་། དེར་སྐྱེ་བ་རྒྱ་ཚོད་ཙམ་ཡིན་པས་སྐྱུ་སྐྱེ་རྗེས་མ་འབུར་སྐྱེས་ནས་ས་འོག་ཏུ་དབུགས་མ་ཆད་ཙམ་འགྱུལ་ཤིག་ཤིག་བྱས་དེ་སྡོད་དམ། ཡང་ན་འབུ་ལ་སྐྱེས་ནས་བྱ་སོགས་ཀྱིས་ཟོས་ནས་ཁོག་སྟོད་ཟོས་ཟིན་ཀུང་ཤི་མ་ཐུབ་པར་ཁོག་སྨད་ཀྱིས་འགྱུལ་ནས་བསྡད་ཡོད་མེད་ཀྱི་ངེས་པ་མེད། གཞན་མ་བྱུང་ནའང་དེ་འདྲའི་གནས་ངན་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་ཐབས་ཤིག་ལ་འབད་དགོས། དེར་མ་ཟད་དུད་འགྲོ་ཕལ་ཆེར་དབྱིབས་དང་མདོག་ཀུང་མི་སྡུག་ལ། བཀྲེས་ཤིང་སྐོམ་པས་ཉེན་གང་ཟས་འཚོལ་སར་འགྲོ་ཡང་ཟས་མི་རྙེད་པའི་སྡུག་བསྔལ་སོགས་ཡོད། ད་ལྟ་གཞན་གྱིས་རང་ལ་ཁྱི་ཀུན་ཟེར་བ་ཙམ་ཡང་མི་བཟོད་པ་བྱེད་ན། ཁྱི་ལྟ་བུར་དངོས་སུ་གྱུར་ན་ཇི་ལྟར་བྱེད། ཟས་སྐོམ་དང་ཉལ་ས་སོགས་ལ་ལྟོས་དང་། ལྟོ་འཚོལ་ས་ནི་ཁང་པའི་ནང་དུ་མིའི་རྩར་ཡོངས་པ་མ་གཏོགས་གཞན་མེད། ཁྱི་ཁང་པའི་ནང་དུ་འོངས་པ་ན། ཚང་མས་ཁྱི་སྐྱིབ་བྱུང་ཟེར་ནས། རྒྱུ་མཚན་མེད་པར་བདུད་སྐྱིབ་པ་ཙམ་བྱེད། འདི་ཡང་ཁོ་རང་གི་ལས་ངན་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་མིན་ན་གང་ཡིན། དགོན་པ་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཚོགས་དུང་བཏང་བ་ན་ངུ་བའི་ཁྱི་ཡང་དེའི་གྲྭ་པ་འགའ་ཁྱིར་སྐྱེས་པའི་རྟགས་ཡིན། དུད་འགྲོ་འགའ་ཞིག་རྐང་ལག་སོགས་གང་ཡང་མེད་པའི་ཉ་སྒོར་མོའི་དབྱིབས་ཅན་དུ་ཡོད།

སྔོན་དགས་པོར་བླ་མ་ཞིག་ལ་རྒྱུན་དུ་སྦྱིན་བདག་མི་ཚང་གཅིག་གིས་མར་དང་། མི་ཚང་གཅིག་གིས་ཉ་ཕུལ། བླ་མས་དཀོར་སྦྱང་མ་བྱས་པར་ཤི་སྟེ། མར་ཕུལ་བའི་ཁྱིམ་དེར་འོ་མ་ཞིན་ཏུ་མང་བའི་འབྲི་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས། རྗེས་སུ་གཡང་དུ་ལྷུངས་པ་རྒྱས་ཁྱེར་ནས་ཉ་ཕུལ་བའི་མི་ཚང་དེས་རྙེད། ཉ་རྣམས་ཟོས་ཟིན་པ་ན། རྩིབ་མིའི་རུས་པའི་ལྦུབས་སུ་མི་ཚང་ཆེ་གེ་མོའི་ཉ

吃完後，赫然發現在牛的肋骨上有一行字「已償還某家的肉和某家的酥油。」所以，上師、執事、十難論師、格西等縱然生前在寺裡可以受到某種優待，但死後卻無法得到業果律的豁免。

如果現在不謹慎的話，屋裡的主人和門旁的狗、驢子等是很容易換位置的。有這樣一個故事：過去有戶人家，在房子背後殺生祭祀外道的神，感得大富，這家主人死時還立下遺囑，要求繼續殺生祭祀以繁榮家業。後來此人六次投生為牛，均被他的兒子殺掉上祭。另外一個故事說，一戶人家的主人死後，變成屋子後面池塘裡的一條魚。這種事情說不定也會發生在我們身上。

496 **壬五、思役使苦**

帕繃喀大師開示說，以驢子為例，即便牠背上長滿鞍瘡，但還是要被迫背東西。臨死前被主人隨地扔掉，還未斷氣，眼睛已經被烏鴉啄掉等等，死狀淒慘。我們應該設想一下自己受生為畜生苦不堪忍的情景，以發起真切的感受。

辛二、思惟畜生別苦

第二、思惟別苦分二部分：思水中畜生苦、思陸上畜生苦。

（一）思水中畜生苦

水中的畜生，大部分棲息在大海深處和洲與洲之間的黑暗地帶，像堆積的酒糟一樣上下擠壓，下面的生物往往被上面的生物壓得喘不過氣來，如是等等。

497 **（二）思陸上畜生苦**

這是指人間所見的那些畜生，他們受苦的情形也是各種各樣、無量無邊。

我們會受生為畜生的圓滿有力因很多，其中最壞的例子，是不敬法和法師，以及梵行者互相用畜生的名字來稱呼彼此等，如「劫毗羅馨底」的事例

དང་། མི་ཚང་ཆེ་གེ་མོའི་མར་གྱི་སྐྱིན་པ་འཕྲོད་སོང་ཟེར་བའི་ཡི་གེ་བྱུང་། དེས་ན། བླ་མ། ལས་སྡེ། དཀའ་བཅུ་དགེ་བཤེས་སོགས་ལ་དགོན་པ་ནས་དམིགས་བསལ་བཏང་ཡང་། ལས་འབྲས་ཀྱིས་དམིགས་བསལ་བཏང་རབས་མེད། ད་རེས་མ་གཟབ་ན་སློ་འགྲམ་གྱི་ཁྲི་དང་བོང་བུ་དང་ནང་གི་མི་གཙོ་བདག་གཉིས་ག་ས་བརྗེ་བ་ལ་དཀའ་ཚེགས་མེད། སྔར་མི་ཚང་གཅིག་གིས་ཁང་པའི་རྒྱབ་ཏུ་སྨུ་སྟེགས་པའི་ལྷ་རྟེན་ཡོད་པ་ལ་དམར་མཆོད་བྱས་པས་སྐབས་ཉིས་ཏེ་ལམ་འགྲོ་ཆེན་པོ་བྱུང་། ཁྱིམ་གྱི་ཕ་དེས་འཆི་ཁར་ཡང་དམར་མཆོད་གྱིས་ཤིག་ཅེས་ཁ་ཆེམས་བཞག་པས། རྗེས་སུ་ཕ་ཁོ་རང་གླང་དུ་སྐྱེས་ཏེ་རང་གི་བུས་དམར་མཆོད་ཐེངས་དྲུག་བྱས་ཚུལ། ཡང་མི་ཚང་ཞིག་གི་ཕ་ཁང་རྒྱབ་ཀྱི་མཚོ་ནང་དུ་ཉ་ལ་སྐྱེས་ཚུལ། རང་རེ་ལའང་དེ་ལྟར་མི་འབྱུང་བའི་ངེས་པ་མེད། བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ནི། དཔེར་ན་བོང་བུ་ལྷ་བུ་ལ་མཚོན་ན། སྐལ་པ་ཐམས་ཅད་རྐར་སོང་ཡང་ད་དུང་ཁལ་འགེལ། འཆི་བར་ཉེ་བ་ན་གར་བབ་བབ་ཏུ་བསྐྱུར་ནས། དབུགས་མ་ཆད་གོང་ནས་བྱ་རོག་གིས་མིག་འདོན་པ་སོགས་བྱས་ཏེ་འཆི་ཚུལ། རང་རེ་དེ་འདྲར་སྐྱེས་ན་སྡུག་བསྔལ་བཟོད་ཐབས་མེད་པའི་ཉམས་བཏོན་ཏེ་བསམ་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ་སོ་སོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ལ། བྱིངས་ན་གནས་པ་དང་ཁ་འཐོར་བའི་དུད་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་གཉིས་ལས། དུད་འགྲོ་བྱིངས་ན་གནས་པ་ཕལ་ཆེར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་གཏིང་དང་། གླིང་བར་གྱི་མུན་ནག་རྣམས་སུ་ཆང་འགག་གི་སྦྱང་མ་སྤྱུངས་པ་བཞིན་གཅིག་སྟེང་དུ་གཅིག་མནན་ནས་ཡོད་པ། འོག་མ་རྣམས་སྟེང་མས་མནན་ཏེ་དབུགས་ཀྱང་མི་ཐར་བ་སོགས་དང་། དུད་འགྲོ་ཁ་འཐོར་བ་ནི་མི་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་དུད་འགྲོ་རྣམས་ཡིན་པས་དེ་དག་ལའང་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་རྒྱུ་ཆ་ཚང་སྟོབས་ལྡན་མང་པོ་རང་རེ་ལ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཐུ་ཤོས་ནི། ཆོས་དང་ཆོས་སྨྲ་བ་ལ་མ་གུས་པ་དང་། ཚངས་པར་སྤྱོད་པ་ནང་ཕན་ཚུན་ལ་དུད་འགྲོའི་མིང་གིས་བཏགས་པ་སོགས

[27]。(帕繃喀大師又舉了另外一些例子:以前印度有個人,因為要施主減少對安居僧伽的供養,結果在一個爛泥潭中,受生為一條頭如比丘的蟲子。經中說,以前有個人稱一位比丘如猴,結果五百世中受生為猴子等。)

重大不善業感生地獄,中等不善業感生餓鬼,微小不善業感生畜生。決定業之大小的因素,可以有意樂、福田、事物等幾個方面。[28]大不善業並不就是
498 如弒人之類很顯著的壞事,我們現在對「殊勝福田」開開玩笑或是動動嘴皮子,這些業便足以使我們來世墮惡趣。

《俱舍論》中說,「忍不墮惡趣」,只有獲得加行道忍位的人,才有把握不墮惡趣。我們非但沒有這樣的把握,相反的,看看我們現在的行為,恐怕到死為止也無法懺除以前所造的往生惡趣的因。而一旦投生惡趣中,我們便難以找到解脫的方法和可依靠的人了,《入行論》中說:

「誰能善護我,離此大怖畏?
睜凸恐懼眼,四處覓救護。
見四方無依,次乃遍迷悶,
彼處非有依,爾時我何為?」

我們觀察一下三惡趣中受苦最輕的畜生便可知道:它們連念一句「嘛呢」的能力都沒有,卻有強烈的三毒煩惱,自然會造集許多新的惡業,從惡趣走向惡趣。

《入行論》中又說:

---

[27] 參見「第四天」章。
[28] 參見「第十三天」章。

ཏེ། ཤེད་བུ་སེར་སྐྱའི་བྱུང་བ་ལྟར་ཡིན། གཞན་ཡང་། རྒྱ་གར་ན། གཅིག་གིས་
སྦྱིན་བདག་གི་དབྱར་གནས་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་གཏོང་སྒོ་ཉག་ཕྲར་བཏང་བས། འདམ་རྫབ་ཏི་
ང་བ་ཞིག་ན་འབུ་དགེ་སློང་གི་མགོ་ཅན་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ཏེ་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་བ་དང་། ཡང་སྔོན་མི་
གཅིག་གིས་དགེ་སློང་ཞིག་ལ་སྤྲེའུ་དང་འདྲ་ཞེས་སྨྲས་པས། སྤྲེའུ་སྐྱེ་བ་ལྔ་བརྒྱར་བླངས་པ་
སོགས་མདོ་ལས་གསུངས་ཚུལ། མི་དགེ་བ་ཆེན་པོས་ནི་དམྱལ་བ་དང་། འབྲིང་གིས་ཡི་
དྭགས། ཆུང་ངུས་དུད་འགྲོར་འཕེན་ལ། ཆེ་ལྟུགས་ཀྱང་བསམ་པ་དང་། ཞིང་དང་
དངོས་པོ་སོགས་ཀྱིས་ཆེ་བ་ཡིན་གྱི། མི་བསད་པ་ལྟ་བུ་མངོན་མཚན་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་མི་ཟེར།
ད་ལྟ་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་ལྟ་བུར་རྩོད་མོ་བྱེད་ཞོར་དང་། མཆུ་འགྱུལ་ཙམ་ཞིག་བྱས་པའི་ལས་
ཀྱིས་ཀྱང་ཕྱི་མ་ངན་སོང་དུ་ཐེབས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་ཡོད། ངན་འགྲོར་མི་སྐྱེ་བའི་གདིང་ཡོད་པ་ལ།
མཛོད་ལས། བཟོད་ཐོབ་ངན་འགྲོར་ཡོངས་མི་ལྟུང་། །གསུངས་པ་ལྟར་སྦྱོར་ལམ་བཟོད་པ་
ཐོབ་དགོས་པས། རང་རེ་ལ་དེ་འདྲ་མེད་པའི་ཐོག །ངན་འགྲོར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་སྔར་བསགས་
རྣམས་མ་ཤི་གོང་དུ་བཤགས་མི་ཐུབ་པ་ནི་ད་ལྟའི་བྱེད་ལུགས་འདིས་ཤེས་པ། ངན་སོང་དུ་
གཅིག་སྐྱེས་ན་དེ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་དང་སྐྱབས་མི་རྙེད་དེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། སུ་ཞིག་
འཇིགས་ཆེན་འདི་ལས་བདག །ལེགས་པར་སྐྱོབ་པར་བྱེད་འགྱུར་ཞེས། །བྲེད་ཤ་འཐོན་པའི་
མིག་བགྲད་ནས། །ཕྱོགས་བཞིར་སྐྱབས་དག་འཚོལ་བར་བྱེད། །ཕྱོགས་བཞིར་སྐྱབས་མེད་
མཐོང་ནས་ནི། །དེ་ནས་ཀུན་ཏུ་ཡིད་མུག་འགྱུར། །གནས་དེར་སྐྱབས་ཡོད་མ་ཡིན་ན། །
དེ་ཚེ་བདག་གིས་ཇི་ལྟར་བྱ། །ཞེས་གསུངས། འདི་ངན་སོང་གསུམ་ནས་དྲག་ཤོས་དུད་
འགྲོ་ལ་བལྟས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ། མ་ཎི་ཚིག་གཅིག་ཙམ་འདོན་པའི་ཐབས་མེད། ཉོན་མོངས་
དུག་གསུམ་ཤུགས་དྲག་པོ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པས་ལས་ངན་མང་པོ་གསར་དུ་གསོག་སྟེ་ངན་སོང་
ནས་ངན་སོང་དུ་འགྲོ། གཞན་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གང་ཚེ་དགེ་སྤྱད་སྐལ་ལྡན་ཡང་། །

「若具行善緣，然我未作善，
499 惡趣苦蒙蔽，爾時我何為？
既未行諸善，復造集眾惡，
縱歷百億劫，不聞善趣名。」

以現在的人身，我們至少要尋求後世不墮惡趣的依怙和方法，如果不努力的話，一旦墮入，則悔之晚矣，我們與大名鼎鼎的「三惡趣」之間的距離，實際上就在一口氣斷與未斷之間。快的話今年年底，慢的話明年此時或若干年之後，有一天我們會像做夢醒來似的，或是生在地獄中，身體與火沒有差別；或是生於餓鬼中，連一粒米、一滴水都找不到；或是生在畜生中，頭上戴角、身上披毛。這些事並不是不可能發生的。

當我們憶念這些惡趣的狀況時，重要的是不要像聽故事或看演戲那樣，以為那是離我們很遠的事。第一，我們應生起已投生惡趣的感覺；第二，要生起肯定會投生的感覺。這好比我們觀看許多罪犯在監獄裡受刑，接著自己突然被人從觀眾中抓出來、經受殘酷的刑罰，就像剛才看到的那樣。同樣的，不要只想到「惡趣」就是某個有許多眾生正在受苦的地方；在觀看屠夫宰羊的時候，
500 我們應該立即設想自己已來到惡趣中，正變成那頭壓在屠夫手下的羊，親身面臨開膛剖肚的局面，體驗一下那種恐懼和痛苦，生起那種真切的感受。

佛薄伽梵說：「未來我的聲聞弟子，將如口朝下的砂袋中的砂子一般墮入

དགེ་བ་བདག་གིས་མ་བྱས་ན། །ངན་སོང་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་སྨོངས་པ། །དེ་ཚེ་བདག་གིས་ཅི་
བྱར་ཡོད། །དགེ་བ་དག་ཀྱང་མ་བྱས་ལ། །སྡིག་པ་དག་ཀྱང་ཉེར་བསགས་ན། །བསྐལ་པ་བྱེ་བ་
བརྒྱར་ཡང་ནི། །བདེ་འགྲོའི་སྒྲ་ཡང་ཐོས་མི་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར་ད་རེས་ཀྱི་རྟེན་འདིར་མ་
མཐའང་ཕྱི་མར་ངན་སོང་ལས་ཐར་བའི་སྐྱབས་དང་ཐབས་འཚོལ་བ་ཞིག་ལ་མ་འབད་ན། ངན་
སོང་དུ་ལྷུང་ཟིན་སོང་ན་ཕྱིས་ཆར་བ་རེད། ངན་སོང་གསུམ་ཟེར་བའི་སྒྲ་བོ་ཆེ་དེ་དང་རང་གཉིས་
ཀྱི་བར་ན་དབུགས་ཆད་མ་ཆད་ཀྱི་བར་ཁྱད་ཙམ་ལས་མེད། དེ་ཡང་ཐུང་ན་ད་ལོའི་ལོ་མཇུག…
དང་། རིང་ན་སང་ཕོད་ད་ཚོད་ཙམ་མམ། ལོ་ཁ་ཤས་སོང་མཚམས་ནས། གཅིག་ཏུ་ན་
དམྱལ་བར་སྐྱེས་ཏེ་ལུས་དང་མེ་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ནས་བསྲེད་ཡོད་དམ། གཅིག་ཏུ་ན་ཡི་དྭགས་
སུ་སྐྱེས་ནས་ཟས་ཆུ་ཐིགས་གཅིག་ཙམ་ཡང་མ་རྙེད་པར་བསྡད་ཡོད་དམ། ཡང་ན་དུད་འགྲོར་སྐྱེས་
ནས་མགོ་ལ་རྭ་ཅོ་ཟེད་དེ་བ་དང་ལུས་ལ་སྤུ་ཞོལ་ལེ་བ་ཞིག་ཏུ། རྨི་ལམ་རྨིས་པ་ལས་སད་པ་
བཞིན་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་ངེས་པ་མེད། དེ་དག་དྲན་པ་ན་ཡང་ཐག་རིང་པོ་ཞིག་ཏུ་དེ་འདྲ་ཡོད་པའི་
གཏམ་ཉན་པ་དང་། ལྟད་མོ་བལྟ་བ་ལྟ་བུ་མི་བྱེད་པར། དང་པོར་སྐྱེས་ཟིན་པའི་ཉམས་དང་།
དེའི་རྗེས་སུ་སྐྱེ་ངེས་ཀྱི་ཉམས་འདོན་པ་གནད་དེ། དཔེར་ན་རྒྱལ་པོའི་ཁྲིམས་རར་ནག་ཅན་མང་
པོར་ཆད་པ་གཅོད་སྐབས་རང་ལྟད་མོ་བལྟ་བཞིན་པར་ཡོད་པ་ལ། དེ་མ་ཐག་ལྟད་མོ་བའི་ཁྲོད་
ནས་རང་ཉིད་བཟུང་སྟེ། སྔ་མ་དེ་ལྟར་ཁྲིམས་གཅོད་དྲག་པོ་སྤྱོད་པ་བཞིན། ད་ལྟ་ངན་སོང་
ཞེས་བྱ་བ་ག་ཤེད་ཅིག་ན་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཞིག་སྡུག་བསྔལ་འདི་འདྲ་སྤྱོད་གིན་ཡོད་པ་རེད་སྙམ་
པ་ཙམ་དང་། བཤན་པས་ལུག་གསོད་སར་ལྟད་མོ་བལྟ་བཞིན་པ་ལྟ་བུའི་མུར་གློ་བུར་དུ་ངན་སོང་
དེར་སླེབས་པའམ། ལུག་ལྟ་བུར་གྱུར་ནས་བཤན་པའི་ལག་འོག་ཏུ་མནན་ནས་རལ་གྲིས་བྲང་
གཤེག་པ་སོགས་མངོན་སུམ་དུ་སྤྱོད་བར་གྱུར་ན་འཇིགས་སྐྲག་དང་སྡུག་བསྔལ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་དེ་
ལྟ་བུའི་ཉམས་འདོན། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མ་འོངས་པ་ན། ངའི་ཉན་ཐོས་རྣམས་

惡趣。」我們應將這句話看成是佛對我們的授記。我們就像是將被推下懸崖受刑的罪犯，暫時在懸崖邊休息一樣，然而我們對此情況卻一無所知，反而比「所作已辦」[29]的阿羅漢顯得更輕鬆，這是我們行將墮入惡趣的前兆！因此，我們必須反省一下：「我是否能成為這砂袋裡剩下的少許砂子之一？」

設想自己受生在這些惡趣中而生起真切感受的修法，能夠引生我們的出離心。所以，就目前來講，我們與其觀修本尊，還不如觀修惡趣苦來得好。

（帕繃喀大師又講了念惡趣苦圓滿的標準：以前阿難的二個外甥被託付給目犍連管教，但他們不願讀誦，於是目犍連為他倆展示地獄，最後，兩人想起地獄便自然地生起出離心，我們也應如此。隨後大師又廣略適中地重講了一遍上述的內容，並簡略開示了如何保持所緣的方法。）

第十二天 皈依—入聖教之門

606 法王大宗喀巴說：

「暇滿難得壽無暇，串習能除此生欲。」[1]

（嘉傑・帕繃喀仁波切援引上述頌文為我們略示改正動機之法，然後回顧了已講述的那些科判，並重述一遍「思惟後世二趣苦樂如何」中惡趣苦的內容。大師接著說：）

由此想從有暇身獲取有價值的東西。在思惟惡趣苦產生深切的恐懼之後，如果想尋求能拯救惡趣痛苦的依怙與後世安樂的方法，當知能拯救後世惡趣苦的依怙，就是皈依三寶；而方法即是對一切安樂的根本——業果發起深忍信，

---

[29] 斷除一切煩惱而解脫輪迴。

[1] 引自《三主要道》。

བྱེ་མའི་སྒྲོ་བ་ཁ་ཐུར་དུ་བལྟས་པ་བཞིན་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་ཞེས་རང་ཅག་ལ་ལུང་བསྟན་གནང་བ་ཡིན་པས། ནག་ཅན་གཡང་དུ་བསྐྱུར་བར་ངེས་པ་ཞིག་གཡང་ཁར་ངལ་བསོ་བ་བཞིན་དུ་ཡོད། རང་རེས་དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པར་དགྲ་བཅོམ་པ་བྱ་བ་བྱས་པ་ཞིག་ལས་ཀྱང་བློ་བདེ་མདོག་ཁ་བ་འདི་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བའི་སྔ་ལྟས་ཡིན། དེས་ན། བྱེ་སྒྲོའི་ཆོམ་སྒྱུབ་ལ་ལུས་པའི་བྱེ་མ་ཉུང་ཟད་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཨེ་ཡོད་བལྟ་དགོས། ངན་སོང་དེ་དག་ཏུའང་སྐྱེས་ཟིན་པའི་ཉམས་བརྟན་ཏེ་བསྒོམས་ན་འདིས་ངེས་འབྱུང་འདྲེན་འོང་བས། རང་རེས་རེ་ཞིག་ཡི་དམ་བསྒོམ་པ་བས་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་བསྒོམ་ན་ལེགས་ཆོད་ཡོད། ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་དྲན་པའི་ཚད་ལ་ཀུན་དགའ་བོའི་སྲིང་མོའི་བུ་གཉིས་མོན་དྲ་ལ་གྱི་བུ་ལ་གཏད་པས་ཀློག་པ་མ་བྱས་པའི་སྐབས་མོན་དྲ་ལ་གྱི་བུས་དམྱལ་བ་བསྟན་པ་ན་དེ་གཉིས་ཀྱིས་དམྱལ་བ་དྲན་པས་ཡིད་འབྱུང་རང་ཤུགས་ཀྱིས་སྐྱེས་པ་ལྟར་དགོས་གསུངས། དེ་ནས་འབྲིང་དུ་སྦྱོར་ཏེ་བཤད་པ་དང་། སྐྱོང་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་ཏེ་བསྟན་པ་བཅས་སྩལ།། །།

༈ ཉིན་བཅུ་གཉིས་པར། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་།

དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་ཆོ་ལ་ལོང་མེད་པ། །ཡིད་ལ་གོམས་པས་ཚེ་འདིའི་སྣང་ཞེས་ལྡོག །

ཅེས་སོགས་འདྲེན་པར་མཛད་ནས་ཀུན་སློང་འཆོས་པ་མདོར་བསྡུས་ཤིག་སྩལ་ཏེ། སྔོན་དུ་ས་བཅད་རྣམས་གསུངས་རྗེས། འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྡུག་བསམ་པའི་ངན་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་གྱི་སྐོར་ལ་བསྐྱར་བཤད་མཛད་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་དལ་རྟེན་ལ་སྙིང་པོ་ལེན་འདོད་དང་། ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་བསམས་ནས་འཇིགས་སྐྲག་ཆེན་པོ་བྱུང་ནས་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་དང་། ཕྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་འཚོལ་འདོད་བྱུང་ན། ཕྱི་མར་ངན་སོང་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་ནི། བླ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཞིང་། ཐབས་ནི་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་དེ་སྤང་བླང་

而作如理取捨。

戊二、依止後世安樂方便

分兩部分：（己一）趣入聖教最勝之門修淨皈依；（己二）於一切安樂根本業果發深忍信。

607 **己一、趣入聖教最勝之門修淨皈依**

皈依分五小節：（庚一）依何因皈依；（庚二）皈依何境；（庚三）皈依量為幾何；（庚四）皈依利益；（庚五）皈依學處。

庚一、依何因皈依

皈依是否清淨，取決於心中是否有清淨的皈依之因。如《答極白增上心問・善慧笑聲》中說：

> **「皈依體性之要義：自身生起大怖畏，**
> **知三寶具救護力，由此所生之皈依，**
> **是一切智汝所許。」**

608 皈依必須具備以下二因：自己對輪迴與惡趣苦心生恐懼；信任三寶有能力保護我們遠離那些怖畏、對三寶起深忍信。不具備上述條件，就不是清淨皈依。如果對痛苦沒有畏懼心，我們就生不起尋求皈依的心；如果對皈依境沒有信心，我們就不會想去皈依，或是雖想皈依但心裡並不相信、只當皈依是一句空話。

再者，對自身惡趣苦心生畏懼，對輪迴心生畏懼，對他人在輪迴中受苦心生不忍起悲憫心，這三者依次是下士、中士和上士的皈依因。所以，對昨日講

ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན། དེས་ན།

གཉིས་པ་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས།

བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་དམ་པ་སྐྱབས་འགྲོ་བྱ་བ་དང་། བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་པའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་ལྔ། རྒྱུ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ། ཡུལ་གང་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ། ཇི་ཙམ་གྱིས་སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཚད། སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཕན་ཡོན། སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་བསླབ་བྱའོ། །དང་པོ་ནི། སྐྱབས་འགྲོ་རྣམ་དག་འོང་མི་འོང་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱུ་རྣམ་དག་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་ཤིང་། སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱུ་ནི། དྲི་བ་ལྷག་བསམ་རབ་དཀར་གྱི་དྲིས་ལན་བློ་བཟང་བཞད་པའི་སྒྲ་དབྱངས་ལས། སྐྱབས་འགྲོའི་ངོ་བོ་ཨེ་ཐེ་བ། །རང་ཉིད་ལྷག་པར་འཇིགས་པ་དང་། །དཀོན་མཆོག་སྐྱོབ་པའི་ནུས་ལྡན་དུ། །ཤེས་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱབས་འགྲོ་ལ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཁྱེད་ཉིད་བཞེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་ལ་ཡིད་འཇིགས་པ་དང་། རང་གིས་བློ་འགེལ་ནུས་ན། འཇིགས་པ་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་ནུས་པ་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་པ་གཉིས་ཡིན་པས་རྒྱུ་དེ་གཉིས་ཀ་ཚང་དགོས། དེ་མིན་སྐྱབས་འགྲོ་རྣམ་དག་མི་འོང་སྟེ། སྡུག་བསྔལ་ལ་འཇིགས་ཤིང་སྐྲག་པ་མེད་ན་སྐྱབས་འཚོལ་འདོད་ཀྱི་བློ་མི་སྐྱེ། སྐྱབས་ཡུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་ན་སྐྱབས་སུ་བསྟེན་རྒྱུ་མི་དྲན་པའམ། དྲན་ཀྱང་ཚིག་ཙམ་ལས་སྙིང་ནས་བློ་འགེལ་བ་མི་འོང་། དེ་ཡང་རང་ཉིད་ངན་སོང་ལ་འཇིགས་པ་དང་། འཁོར་བ་ལ་འཇིགས་པ་དང་། གཞན་འཁོར་བར་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྙིང་བརྩེ་བ་གསུམ་རིམ་བཞིན་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་སོ་སོའི་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱུ་ཡིན། དེས་ན་གོང་དུ་ངན་སོང་གི་སྡུག

的惡趣苦生起恐懼，便是此處所說皈依因中的一項。

庚二、皈依何境

皈依何境分兩部分：（辛一）正說認明皈依境；（辛二）可皈依此之原因。

辛一、正說認明皈依境

如《百五十讚》中說：

609 「**若彼一切過，畢竟皆永無，**
若是一切種，一切德依處。
設有此心者，即應皈依此，
讚此恭敬此，應住其教法。」

凡是有能力辨別誰是可皈依、誰是不可皈依的人，即應皈依內道佛教的大師、大師的教法，以及安住於該教法的人士。世上大多數人喜歡尋求世間王魔、天、龍、厲鬼等的庇護：外道則多以梵天、帝釋等皈依處，然而這些鬼神本身也是輪迴中人，所以不堪皈依。那麼究竟誰是可皈依的對象呢？

《皈依七十頌》中說：

「**佛、法及僧伽，是求解脫依。**」

只有佛、法、僧三寶才是我們可皈依的對象。

但是，如果我們對這三者認識不清，也不可能會有清淨的皈依。在沒有深自省察的情形下，外表上似乎是一位大乘持明行者，但一遇到生病等災難，或是要做重要的決定時，便跑去求助於世間護法和王魔、厲鬼、當方土地神祇等，
610 帶著一肘長煙施用的柏枝，有廟就進、見像就拜。這是內心不信三寶，而把鬼神看得比三寶重要的外在反映。即使寺院的名冊上有他的名字，事實上這種人連內道佛教徒也談不上，更遑論是大乘的持明行者。

བསྟུལ་ལ་འཇིགས་པ་བསྐྱེད་པ་དེ་སྐབས་འདིའི་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱུ་གཅིག་རེད།

གཉིས་པ་ཡུལ་གང་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་གཉིས། སྐྱབས་ཡུལ་ངོས་གཟུང་བ་དངོས་དང་། དེ་སྐྱབས་སུ་འོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནོ། །དང་པོ་ནི། བསྟོད་པ་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས། གང་ཞིག་ལ་ནི་ཉེས་པ་ཀུན། །གཏན་ནས་ཡོད་ཡེ་མི་མངའ་ཞིང་། །གང་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། །ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གནས་གྱུར་པ། །གལ་ཏེ་སེམས་ཤིག་ཡོད་ན་ནི། །དེ་ཉིད་ལ་ནི་སྐྱབས་འགྲོ་ཞིང་། །དེ་བསྟོད་དེ་ནི་བཀུར་བ་དང་། །དེ་ཡི་བསྟན་ལ་གནས་པའི་རིགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཉིད་ལ་སྐྱབས་དང་སྐྱབས་མ་ཡིན་པ་འབྱེད་པའི་སེམས་ཤིག་ཡོད་ན་ནི། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྟོན་པ་དང་། དེའི་བསྟན་པ་དང་། བསྟན་པ་དེ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དགོས། འཇིག་རྟེན་ཕལ་པ་དག་གིས། འཇིག་རྟེན་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་། ལྷ་ཀླུ་བཙན་ལ་སོགས་པར་སྐྱབས་བཅོལ་ཞིང་། ཕྱི་རོལ་པས་ནི་ཚངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་སོགས་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་བར་བྱེད་ཀྱང་། དེ་དག་ཁོ་རང་ཡང་འཁོར་བ་པ་ཡིན་པས་སྐྱབས་སུ་མི་འོས། འོ་ན་སྐྱབས་སུ་འོས་པ་དེ་སུ་ཡིན་ཞེ་ན། སྐྱབས་འགྲོ་བདུན་ཅུ་པ་ལས། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ནི། །ཐར་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱས། ཆོས། དགེ་འདུན་ཏེ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་གསུམ་ཡང་ལེགས་པར་ངོས་མ་ཟིན་ན་སྐྱབས་འགྲོ་རྣམ་དག་མི་འབྱུང་ཞིང་། རང་ཅག་གིས་མ་བརྟགས་མ་དཔྱད་པ་ན། ཐེག་ཆེན་རིག་པ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་མདོག་མདོག་བྱེད་ཀྱང་། ན་ཚ་སོགས་གྲ་མ་འགྲིགས་པ་བྱུང་བའམ། བྱ་བ་གལ་ཅན་ལ་ཐུག་པའི་ཚེ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོས་སྐྱོང་དང་རྒྱལ་བཙན་ཡུལ་ལྷ་སོགས་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་ནས་བསང་ཤིང་གཏུ་མོ་གང་ཁྱེར་ཏེ་ལྷ་རྟེན་སྐུ་མཁར་གང་ཡོད་ཀྱི་རྟར་རྒྱུག་འགྲོ་བ་འདི། ནང་ན་དཀོན་མཆོག་ལ་བློ་མ་ཁེལ་བར། དེ་ལས་རྒྱལ་བཙན་སོགས་ལྷག་པར་འཛིན་པའི་ནང་རྟགས་ཕྱིར་མངོན་པ་སྟེ། དོན་དུ་དགོན་པའི་སྒྲིགས་སུ་ཡོད་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་

龍、王魔、厲鬼等沒有悲、智、力三者的功德，他們連自己什麼時候死都不知道，而且大部份屬於畜生道和餓鬼道，比我們的層次還低。我們無論如何也還是人，所以還有比皈依他們更卑劣的事嗎？

對於輪迴和惡趣苦，世間鬼神不僅無力相救，就算是在處理暫時的小事上，也是利小害大。

（帕繃喀大師舉例說，以前有個身患腫瘤的人，來到夏魯[2]山神住的地方，正巧碰上山神要對其他非人交肉稅，山神便將那人的肉瘤取來充數，於是豁然痊癒。另外一個患腫瘤的人聽到此一消息後，也來求助，但結果是舊瘤未消又添新瘤。像這樣，世間鬼神有時對我們有幫助、有時反而有損害，所以不是永遠可以信賴的對象。）

外道們以梵天、帝釋、大自在天、威猛天、六面天等爲皈依的對象，他們雖然要比上述那些鬼神好一些，但本身並沒有解脫輪迴和惡趣，所以也無法救
611 護他人。內道佛教的大師則與他們不同，《讚應讚》[3]中說：

「宣告我是汝，無怙者助伴，
由大悲抱持，一切諸眾生。
大師具大悲，有愍顧哀愍，
勤此無懈怠，有誰與尊等？
汝是諸有情，依怙總勝親。」

大師佛陀具備圓滿的智、悲、力功德，我將在下面講解三寶各別功德時加以詳細敘述。王魔、厲鬼等鬼神不僅絲毫沒有這些功德，而且就算把天、龍等

[2] 夏魯位於後藏雅卓雍措附近的一座山邊，相傳爲鬼神聚居之地。
[3] 全稱爲《佛薄伽梵讚•應讚而不能盡讚之讚》。

རིག་འཛིན་ལྷ་ཞིག །ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྒྲིགས་ལ་མེད་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་སྐུ་དང་རྒྱལ་བཙན་སོགས་ལ་མཁྱེན་བརྩེ་ནུས་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་མེད་ཅིང་། ཁོ་རང་ནམ་འཆི་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས༑ ཕལ་ཆེར་དུད་འགྲོ་དང་ཡི་དྭགས་ཀྱི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན་པས་རང་རེ་ལས་ཉེན་དམའ༑ རང་རེ་ཇི་ལྟར་ཐབས་ཞན་ཀྱང་མི་ཡིན་པས། དེས་དེ་ལ་སྐྱབས་བཙོལ་བ་ལས་ཐབས་སྡུག་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་ལས་སྐྱོབ་པ་ལྟ་ཅི། གནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་ཆུང་ངུ་ལའང་ཕན་པ་ལས་གནོད་ཚབས་ཆེ། དཔེར་ན་སྔར་མི་ལྷ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཤ་རུ་བྲག་བཙན་གནས་པའི་སར་སོང་བ་བྲག་བཙན་དེས་མི་མིན་གཞན་ལ་ཤ་ཁྲལ་འཁྱེར་བར་བབ་པས་མི་དེའི་ལྷ་བ་ཁྱེར་ཏེ་མེད་པར་བྱས། ཡང་མི་ལྷ་བ་ཅན་གཞན་ཞིག་གིས་དེ་ཚོར་ནས་ཆེད་དུ་སོང་སྟེ་སྐྱབས་བཙོལ་ཡང་ལྷ་བ་སྔ་མ་མ་ཞི་བའི་སྟེང་དུ་ལྷ་བ་ལྷག་པོར་བྱས་ཚུལ། དེ་བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་འདྲེས་སྐབས་རེ་ཕན་འདོགས་ལ། སྐབས་རེ་གནོད་པ་བྱེད་པས་ནམ་ཡང་མི་བསླུ་བ་མིན། ཕྱི་རོལ་པས་ཚངས་པ། བརྒྱ་བྱིན། དབང་ཕྱུག །དྲག་པོ། གདོང་དྲུག་སོགས་ལ་སྐྱབས་ཡུལ་བྱེད་པ་དེ་སྔར་གྱི་དེ་ཚོ་ལས་ཉུང་དྲག་མོད། དེ་དག་ཀྱང་རང་ཉིད་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་ལས་མ་གྲོལ་བས་གཞན་སྐྱོབ་པར་མི་ནུས་ཤིང་། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྟོན་པ་ནི་དེ་དག་དང་མི་འདྲ་བར། བསྔགས་འོས་བསྔགས་བསྟོད་ལས། ང་ནི་མགོན་མེད་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱི། །གྲོགས་སུ་གྱུར་པ་ཞེས་གྲགས་ཤིང་། །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་འགྲོ་བ་ནི། །མཐའ་དག་འཁྲུད་པ་བཞིན་དུ་བཞུགས། །སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་མངའ་བ། །བརྩེ་བར་ལྡན་ཞིང་ཐུགས་བརྩེར་མཛད། །དེར་བརྩོན་ལེ་ལོ་མི་མངའ་བ། །ཁྱོད་དང་འདྲ་བ་གཞན་སུ་མཆིས། །ཁྱོད་ནི་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན། །སྤྱི་ཡི་རྩ་ལག་བཟང་པོ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། འོག་ནས་ཡོན་ཏན་སོ་སོའི་སྐབས་སུ་འཆད་འགྱུར་ལྟར་མཁྱེན་བརྩེ་ནུས་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན། རྒྱལ་བཙན་སོགས་ལ་དེ་འདྲའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་ཙམ་ཡང་མེད་པར་མ་ཟད།

世人所相信的皈依處所有功德加起來，也還不及一位內道證預流果聲聞所具有的功德。所以，佛陀是二利已臻圓滿的究竟皈依處，是斷盡一切過、圓滿一切德的導師。簡單地說：二種法身就是勝義佛寶，二種色身即是世俗佛寶。

至於法寶，其中的勝義法寶即是指「滅」或「道」所包含的聖者心中的「清
612 淨諦」[4]。所謂「滅諦」是指各無間道[5]所引發本份障蓋的解脫分；所謂「道諦」是指聖者心中能得該「滅」方便的現觀。如果要爲未曾學過大論的劣慧者舉例說明，則勝義法寶可以說就是這個「三士道次第」；十二分教[6]等爲世俗法寶。

僧寶中的勝義僧寶，爲具足智解脫八種功德[7]中任何一種功德的聖補特伽羅；凡夫具戒比丘滿四人者，爲世俗僧寶。對他們施行利益或損害，會產生依僧伽而造的善不善業之果。

如果只是解救一種怖畏，不需皈依處三者全備，每一皈依處均有解救的能力。以前多康[8]有一人被老虎啣走，他向觀自在祈禱，老虎立即將他放在地上走開，由此脫離虎難；再如富樓那出家證阿羅漢果後，他的弟兄和商人們入海取「勝地旃檀」，當旃檀的守護神準備將他們的船隻搗毀時，富樓那尊者的兄

---

[4] 滅、道二諦爲「清淨諦」；苦、集二諦爲「雜染諦」。

[5] 分見道無間道與修道無間道兩種。諸凡小乘見道等至智爲遍計實執之真對治者，即小乘見道無間道相。諸凡小乘修道等至智爲俱生實執之真對治者，即小乘修道無間道相；諸凡大乘見道等至智爲遍計實執之真對治者，即大乘見道無間相。諸凡大乘修道等至智爲本分所斷二障隨一之真對治者，即大乘修道無間道相。

[6] 佛所說能詮諸法，歸納爲十二部分：契經，重頌、諷誦，因緣、本事、本生、稀有、譬喻、論義、自說、方廣、授記。前三者爲經文上之體裁，餘九種從經文所載之別事而立名。

[7] 八種功德爲：1.知如所有；2.知盡所有；3.個別自知；4.解脫貪障；5.解脫滯障；6.解脫劣障；7.三智所表之總智；8.三解脫所表之總解脫。參見無著造《大乘寶性論釋》。

[8] 西藏東南部。

ལྷ་ཀླུ་སོགས་འཇིག་རྟེན་པའི་སྐྱབས་གནས་གང་ཡོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བསྡོམས་ཀྱང་ནང་པའི་ཉན་ཐོས་རྒྱུན་ཞུགས་པ་གཅིག་གི་ཡོན་ཏན་ལའང་དོ་ཟླ་མེད།

དེས་ན། སངས་རྒྱས་ནི་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐྱབས་གནས་མཐར་ཐུག །སྐྱོན་ཀུན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀུན་ལྡན་གྱི་སྟོན་པ་སྟེ། གོ་སླ་ལ། ཆོས་སྐུ་གཉིས་དོན་དམ་པའི་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་དང་། གཟུགས་སྐུ་གཉིས་ཀུན་རྫོབ་པའི་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ཏུ་འཇོག ། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ལ། དོན་དམ་པའི་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ནི། འགོག་ལམ་གང་རུང་གིས་བསྡུས་པའི་འཕགས་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་བྱང་བདེན་པ་སྟེ། འགོག་བདེན་ཞེས་པ་རང་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོ་སྐལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ཆ་ལ་བྱེད། ལམ་བདེན་ཞེས་པ་འགོག་པ་དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མངོན་རྟོགས་ལ་འཇོག །གཞུང་ཆེན་པོར་མ་སྦྱངས་པའི་བློ་དམན་རྣམས་ལ་རགས་པ་ཙམ་དཔེར་མཚོན་ན་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ཉིད་ལ་ངོས་གཟུང་ཆོག །གསུང་རབ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ལྟ་བུ་ནི་བརྡར་བཏགས་པའི་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན། དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ནི། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་དེ་དོན་དམ་པའི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་དང་། སོ་སྐྱེ་དགེ་སློང་གི་སྡོམ་ལྡན་བཞི་སྡེ་ཚང་ན་བརྡར་བཏགས་པའི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ཡིན། འདི་ལ་ཕན་གནོད་བྱས་ན་དགེ་འདུན་ལ་བརྟེན་པའི་དགེ་མི་དགེའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་།

དེ་ཡང་འཇིགས་པ་སྣ་རེ་ཙམ་ལས་སྐྱོབ་པ་ལ་སྐྱབས་དེ་གསུམ་ག་མི་དགོས་པར། རེ་རེས་ཀྱང་སྐྱོབ་ནུས་ཏེ། སྔར་མདོ་ཁམས་ན་མི་ཞིག་སྟག་གིས་ཁྱེར་སྐབས་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་དེ་མ་ཐག་ས་ལ་བཞག་སྟེ་སོང་བས་སྟག་གི་འཇིགས་པ་ལས་ཐར་བ་དང་། གང་པོ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་དགྲ་བཅོམ་ཐོབ་ཟེར་བ་དེའི་སྔུན་དང་ཚོང་པ་འགའ་ཞིག་རྒྱ་མཚོ་སོང་སྟེ་ ཙནྡན་ས་མཆོག་གླིང་སྐབས་དེའི་སྲུང་མས་གྲུ་བཤིག་པར་བརྩམས་པ་ན། གང་པོའི་སྔུན་གྱིས

弟們齊聲向他祈禱，得以逃過這場滅頂之災；[9]又如當龍王向「明勝」王拋灑兵刃之雨時，目犍連將之轉變成花雨。[10]

然而，要救離所有的輪迴和惡趣苦，則需三寶全備。譬如身患沈痾的病人，需要藥物、醫師和護士三者來治癒他的病；同樣的，爲了能脫離輪迴、惡趣之苦以及有寂重怖之沈痾，也需要如醫師般能開示解脫道的佛，如藥物般能得解
613 脫三士道的法，以及如護士般修法良友的僧，三者缺一不可。所以，我們皈依的對象就是這三位。

辛二、可皈依此之原因

三寶之所以可皈依，主要是因爲佛寶的功德，其中有四項原因：

614 **（一）佛本人已經解脫一切怖畏**

如果引導我們的皈依境本身尚未解脫一切怖畏的話，怎能解脫其他人的怖畏呢？這就像一夥人一同被水沖走或一起陷進泥淖，自顧尚且無暇，如何互助。

然而，大師佛陀已解脫一切怖畏。以前提婆達多想謀害佛陀，他拋投大石，卻傷不了佛陀；[11]未生怨王曾在王宮放出一頭憤怒瘋狂的大象「護財」出來傷害佛陀，其他阿羅漢因爲害怕而飛到空中，只有佛陀毫無畏懼並將「護財」調伏。（帕繃喀大師又詳細講述了長者「吉祥隱」二次害佛未果的故事：一次暗設火坑，一次食中下毒，但均未能得逞。[12]大師又指出，那時「吉祥隱」及其

[9] 詳見於《毘奈耶事教》。
[10] 詳見於《毘奈耶分別》。
[11] 詳見於《毘奈耶事教》。
[12] 詳見於《聖吉祥隱經》。

དགྲ་བཅོམ་པ་གང་པོ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཆུའི་འཇིགས་པ་ལས་ཐར་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་སྐུའི་རྒྱལ་པོས་མཚོན་ཆའི་ཆར་ཕབས་པ་མཻཏྲ་ལ་གྲི་བུས་མེ་ཏོག་གི་ཆར་དུ་བསྒྱུར་བ་ལྟར་ཡིན། འོན་ཀྱང་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་མཐའ་དག་ལས་སྐྱོབ་པ་ལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ག་ཚང་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་ནད་པ་ནད་ཆེན་པོས་ཟིན་པ་དེ་ནད་ལས་ཐར་བ་ལ་སྨན་དང་སྨན་པ་ནད་གཡོག་གསུམ་དགོས་པ་བཞིན། རང་རེ་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་དང་། སྲིད་ཞིའི་འཇིགས་པ་ཆེན་པོའི་ནད་ལས་ཐར་བ་ལ་ནི། གྲོལ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་སྟོན་མཁན་སྨན་པ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་དང་། གྲོལ་བྱེད་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་སྨན་ལྟ་བུའི་ཆོས་དང་། ཆོས་སྒྲུབ་པའི་ཟླ་གྲོགས་ནད་གཡོག་ལྟ་བུའི་དགེ་འདུན་རྣམས་ངེས་པར་ཚང་དགོས་ཤིང་། དེས་ན་གང་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཡུལ་ནི་དེ་གསུམ་ཡིན།

གཉིས་པ་སྐྱབས་སུ་འོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། འདི་གཙོ་བོ་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་ཡིན། འདི་ལ་རྒྱུ་མཚན་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི། རང་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བ་སྟེ། དེ་མིན་ན་ཆུས་ཁྱེར་བ་ནང་པན་ཚུན་དང་། འདམ་དུ་བྱིང་བ་ནང་པན་ཚུན་དེ་ལས་འདོན་མི་ནུས་བཞིན་དུ་འདྲེན་མཁན་སྐྱབས་ཡུལ་རང་ཉིད་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་མ་གྲོལ་ན། གཞན་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲོལ་མི་ནུས། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ནི་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་ལྷས་བྱིན་གྱིས་སངས་རྒྱས་བཀྲོང་བར་བསམས་ཏེ་སྒྲོགས་རྡོ་འཕངས་ཀྱང་གནོད་མ་ཐུབ་པ་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་མ་སྐྱེས་དགྲས་གླང་པོ་ཆེ་ནོར་སྐྱོང་གཏུམ་པོ་སྨྱོན་པ་བཏང་པ་ན། དགྲ་བཅོམ་པ་གཞན་ཐམས་ཅད་འཇིགས་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་འཕུར་ཡང་། སངས་རྒྱས་ཉིད་ནི་འཇིགས་པ་མེད་པར་ནོར་སྐྱོང་བཏུལ་བར་མཛད་པ་དང་། ཁྱིམ་བདག་དཔལ་སྦས་ཀྱིས་མེ་དོང་དུ་བསྐུར་བའི་ཐབས་བཤམས་ཀྱང་། ངེས་མ་ཚུགས་ཤིང་། ཞལ་ཟས་ལ་དུག་བཏབ་ཀྱང་གླགས་མ་རྙེད་པའི་རབས་རྒྱས་པར་གསུངས་ནས། དེའི་ཚེ་དཔལ་སྦས་དང་།

妻認定佛陀也是個會害怕火坑和毒藥的凡人。這些情節也適用於修「依止善知識法」中「自所見相無法定」一節。）這些是佛陀斷除二障及其習氣之力，解脫自身一切怖畏的具體表現。

（二）佛善巧解脫他人一切怖畏之法

615 即使能夠解脫自身的一切怖畏，但未能善巧方便，不知如何解救他人，也救不了別人，就像雙手殘廢的母親救不了落水的孩子一樣。

然而，佛薄伽梵卻極善巧調伏各類化機之方便。瞋恚如「指鬘」一樣的大罪人，[13]我慢如乾闥婆王「極喜」、「護光」之輩，[14]大力非人如藥叉「能奪」與「住野」之類，[15]愚癡如槃陀迦般的鈍根，[16]或如年邁長者「吉祥生」等善根非常少的人，[17]以及像佛弟子難陀那樣貪欲極重的人，[18]佛陀均能度化。

616 **（三）佛大悲普度無有親疏**

如果某人的悲心有偏頗，就只會利益親友而不利益仇敵。佛陀則不然，他對所有眾生都一視同仁。佛陀對害他的仇人提婆達多和自己的兒子羅怙羅不存親疏之心，也沒有利此而不利彼的區別。提婆達多爲了與佛陀爭勝，吃下一些藥用油無法消化而得病。大師以諦實語祝願，說他對提婆達多與羅怙羅平等慈愛，因此治好了他的病。[19]（帕繃喀大師指出，釋迦牟尼佛是最近出世的佛，

---

[13] 詳見於《賢愚因緣經》。
[14] 有關前者的故事詳見於《毘奈耶雜事》，後者詳見於《毘奈耶事教》。
[15] 詳見於《毘奈耶雜事》。
[16] 詳見於《毘奈耶分別》與本書第Ⅰ冊「第三天」章。
[17] 詳見於《賢愚因緣經》。
[18] 詳見於《毘奈耶雜事》。
[19] 詳見於《毘奈耶事教》。

དེའི་ཚུང་མར་བཅས་པས་སྟོན་པར་གང་ཟག་ཐ་མལ་པ་མི་དོང་དུག་གིས་འཇིགས་ཚོག་ཚོག་ཅིག་ལས་གཞན་པའི་འདུ་ཤེས་མ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་རྐྱེན་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་སྐབས་རང་གི་སྣང་བ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ལའང་སྒྲུར་ཚོག་ཅེས་གསུངས། དེ་དག་ཀྱང་སྒྲིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤྱངས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རང་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བའི་རྟགས་ཡིན།

རྒྱུ་མཚན་གཉིས་པ་ནི། གཞན་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྐྱོབ་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་སྟེ། རང་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་ཀྱང་གཞན་སྐྱོབ་སྟངས་ཤེས་པའི་ཐབས་ལ་མི་མཁས་ན། མ་ལག་རྨུམ་མའི་བུ་ཆུས་ཁྱེར་བ་ལྟར་གཞན་སྐྱོབ་མི་ནུས་སོ། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པས། ཞི་སྡང་ཅན་སོར་ཕྲེང་ཅན་ལྷ་བུའི་སྡིག་པོ་ཆེ་དང་། ང་རྒྱལ་ཅན་དྲི་ཟའི་རྒྱལ་པོ་རབ་དགའ་དང་ལྷེད་རྒྱས་འོད་སྲུངས་ལྟ་བུ་དང་། གནོད་སྦྱིན་འཁྲོག་མ་དང་། གནོད་སྦྱིན་འབྲོག་གནས་ལྟ་བུའི་སྟོབས་ཆེན་གྱི་མི་མ་ཡིན་དང་། གཏི་མུག་ཅན་ལམ་ཆུང་བ་ལྟ་བུའི་དབང་པོ་རྟུལ་པོ་དང་། ཁྱིམ་བདག་དཔལ་སྐྱེས་ལྟ་བུའི་རྒས་འཁོག་དགེ་རྩ་ཆུང་བ་དང་། གཙུང་དགའ་བོ་ལྟ་བུའི་འདོད་ཆགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡང་སྒྲོལ་བར་མཛད་པས་སངས་རྒྱས་ནི་དེ་ལྟར་གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིན།

རྒྱུ་མཚན་གསུམ་པ་ནི། ཀུན་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉེ་རིང་མེད་པར་འཇུག་པ་སྟེ། དེ་མེད་ན་གཉེན་གྱི་དོན་མཛད་ལ། དགྲའི་དོན་མི་མཛད་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ལ་ནི་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བས་སྐུ་ལ་བདོ་བའི་དགྲ་ལྷས་བྱིན་དང་། རང་གི་རིགས་ཀྱི་སྲས་སྒྲ་གཅན་འཛིན་གཉིས་ལ་ཐུགས་ཉེ་རིང་དང་ཕན་བཏགས་མ་བཏགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མེད་དེ། ལྷས་བྱིན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ལ་འགྲན་སེམས་ཀྱིས་སྣན་མར་ཟོས་པས་མ་ཞུ་བའི་ནད་ཀྱིས་མནར་བ་ན། སྟོན་པས་ལྷས་བྱིན་དང་སྒྲ་གཅན་འཛིན་གཉིས་ལ་བྱམས་པའི་ཐུགས་མཉམ་པའི་བདེན་ཚིག་གསུངས་པས་ནད་ལས་གྲོལ་བ་ཡིན། སངས་རྒྱས་ཤཱཀྱ་ཐུབ་འདི་ད་རེས་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་

以此爲代表，可推知其他佛的功德。）

（四）無論有恩無恩佛皆饒益

若非有恩無恩悉皆饒益，就會和我們一樣，在稍微有點財勢的時候，往往
不屑與那些比自己貧弱的人交談，更不用說出手援助。只幫助對自己有恩的
人、無恩的就不顧，是無法保護弱小者的。佛陀卻不是如此，他對所有眾生都
617 作饒益，無論是對他有恩還是無恩。

以前有位比丘病苦無依，佛陀親自照顧，爲他清洗沾在身上的糞尿。佛陀還收留了一個婆羅門青年，此人長有十八種醜相，連乞丐群中都進不去。[20]（帕繃喀仁波切又詳述了佛陀保護和攝受其他不幸有情的故事：「明勝」王的女兒「金剛女」有著形似豬臉的醜惡面容，這類醜陋的眾生，佛陀依然饒益；[21]長者「通曉」的兒子「善來」福報極劣，在他出生之後，家中財產逐漸耗盡，最後淪爲乞丐，凡是與他同行乞討的人都得不到食物，名字也被改稱作「惡來」。不論任何地方他都找不到友伴，甚至於進不了乞丐群中，連接近都不被許可，厄運連連，也是由於佛陀的庇護、攝受，而得到拯救。）[22]

所以，佛陀的大悲不僅對眾生沒有親疏之分，而且普作饒益，不論對方對
618 佛是有恩還是無恩。事實上，佛陀對弱小的眾生還特別悲憫。（帕繃喀大師總
結說，如果我們所皈依的對象缺乏大悲心，想要得到保護也是枉然；由於佛陀
具有大悲心，縱使不向之求助，佛陀也必然會救護。）

[20] 詳見於《百因緣經》。
[21] 詳見於《賢愚因緣經》。
[22] 詳見於《毘奈耶分別》。

དཔེ་སྦྱར་ན་སངས་རྒྱས་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡང་དེས་འགྲེ་གསུངས།

རྒྱུ་མཚན་བཞི་པ་ནི། ཕན་བཏགས་མ་བཏགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཛད་པ་སྟེ། དེ་མེད་ན། དཔེར་ན་རང་རེ་ད་ལྟ་སྟོབས་འབྱོར་ཅུང་ཟད་ཆེ་རུ་སོང་བའི་ཚེ་ཉམ་ཐག་དག་ལ་ཕན་འདོགས་པ་ལྟ་ཅི། དེ་དག་ལ་གཏམ་ཙམ་ཡང་བཤད་ཉན་མི་འོས་པའི་ཚོད་དུ་བྱེད་པ་ལྟར་རང་ལ་ཚུར་ཕན་བཏགས་པའི་དོན་མཛད་ལ། མ་བཏགས་པའི་དོན་མི་མཛད་པས་ཉམ་ཐག་རྣམས་ལ་སྐྱབས་མི་མཛད་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ནི་དེ་ལྟར་མིན་པར་ཕན་བཏགས་མ་བཏགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཛད་དེ། སྔོན་དགེ་སློང་ནད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པ་ཞིག་གི་ལུས་བཤང་གཅིས་གོས་པའང་འཁྲུ་བ་སོགས་ཀྱི་ནད་གཡོག་མཛད་པ་དང་། ཡང་བྲམ་ཟེའི་ཁྱེའུ་མི་སྡུག་པའི་རྟགས་མཚན་བཅོ་བརྒྱད་དང་ལྡན་པ་སྤྲང་པོའི་ཁྱུར་ཡང་མི་ཚུད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་རྗེས་སུ་བཟུངས་ཤིང་། རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་བུ་མོ་རྡོ་རྗེ་མ་ཞེས་པ་ཕག་པའི་གདོང་འདྲ་བའི་མཚན་ངན་པ་དང་ལྡན་པ་དེ་ལྟ་བུའི་མི་སྡུག་པ་དང་། ཁྱིམ་བདག་རྟོགས་ལྡན་གྱི་བུ་ལེགས་འོང་ཞེས་པ་ཤིན་ཏུ་བསོད་ནམས་དམན་པས། སྐྱེས་ནས་ཁྱིམ་མི་ནོར་ཐམས་ཅད་རིམ་པར་སྟོངས་ལ། སྤྲང་པོར་གྱུར་པའི་སྐབས་དེ་དང་ལྡན་དུ་ཡོད་པའི་སྤྲང་པོའི་ཚོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཟས་མི་རྙེད་ཅིང་། མིང་ཡང་ཉེས་འོང་དུ་ཐོགས་པ། གང་དུ་ཕྱིན་ཀྱང་འཕོར་ས་མེད་པར་སྤྲང་པོའི་ཁྱུར་ཡང་མ་ཚུད་ཅིང་། ཉེ་སྐོར་ནའང་འོང་དུ་མི་བཙུག་པ་སོགས་བཀྲ་མི་ཤིས་པ་ཤ་སྟག་བྱུང་བ་དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱངས་ཤིང་རྗེས་སུ་བཟུང་སྟེ་སྐྱབས་མཛད་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས། དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ནི་ཀུན་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉེ་རིང་མེད་པར་མ་ཟད། ཕན་བཏགས་མ་བཏགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཛད་ཅིང་། འགྲོ་བ་ཉམ་ཐག་པ་ལ་ལྷག་པར་བརྩེ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་བརྩེ་བ་སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་མེད་ན་སྐྱབས་བཅོལ་ཡང་སྐྱབས་མི་མཛད་པ་སྲིད་མོད། སངས་རྒྱས་ལ་དེ་ཡོད་པས་སྐྱབས་མ་བཅོལ་ཡང་སྐྱབས་ངེས་པར་མཛད་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱུ་དང་ཡུལ་ལ་བཤད་པ་མདོར་

庚三、皈依量爲幾何

簡單地解釋了皈依因和皈依境之後，現在要接著講皈依的量，分爲以下四個方面：

辛一、由知功德之門皈依

我們應該在了解三寶各自的功德後作皈依，所以分三點來講：佛功德、法功德和僧功德。

619 **（一）佛功德**

佛功德又可細分成身、語、意、事業四種功德：

1、身功德

佛身以三十二相、八十種好爲莊嚴，即如《現觀莊嚴論》中所說的「手足輪相具、足底如龜腹」等三十二相以及「佛爪赤銅色」等八十種好。「相」表擁有者爲大丈夫；「好」爲具有內在功德的象徵。

若能思惟相、好體性的功德和因的功德等，會更有力量，所以在此我們按照《寶鬘論》中所說的教授來修：假如我們將獨覺、有學和無學聲聞、以及轉輪王等世間所有的福德加起來，也只能成就佛身的一個「毛孔」；成就所有「毛孔」福德的一百倍方成一種「好」；成就所有「八十種好」福德的一百倍方成一種「相」；成就「三十二相」福德的一千倍方成「白毫相」；成就「白毫相」
620 福德的十萬倍方成「頂髻相」；成就該相福德的一千兆倍方成「佛語梵音」。

此外，如來的相、好等全身各支分，均有說話的功能，宣講佛法。頂髻和毛孔等也有心的功能，可以明見一切如所有和盡所有的所知境。因此，按照「道

བསྡུས་ཙམ་སོང་ཟིན་ནས།

ས་བཅད་གསུམ་པ་ཇི་ཙམ་གྱིས་སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཚད་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་ཡོན་ཏན་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་སོ་སོའི་ཡོན་ཏན་ཤེས་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་དགོས་པས། དེ་ལ་གསུམ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན། ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན། དགེ་འདུན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནོ། །དང་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་སྐུ་གསུང་ཐུགས་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བཞི་ལས། དང་པོ་སྐུའི་ཡོན་ཏན་ནི། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། ཕྱག་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཚན་དང་རུས་སྦལ་ཞབས། །སོགས་ལྟར་མཚན་སོ་གཉིས་དང་། ཐུབ་པའི་སེན་མོ་ཟངས་མདོག་དང་། སོགས་ལྟར་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུས་བརྒྱན་པ་སྟེ། མཚན་ཞེས་པ་རང་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོར་མཚོན་པ་དང་། དཔེ་བྱད་ནི། ནང་ན་ཡོན་ཏན་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་དཔེའམ་རྟགས་ལ་བྱ། དེའང་མཚན་དཔེའི་ངོ་བོའི་ཡོན་ཏན་དང་། རྒྱུའི་ཡོན་ཏན་སོགས་བསམས་ན་སྤོབས་ཆེ་བས། རིན་ཆེན་ཕྲེང་བ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་རྒྱལ་དང་། ཉན་ཐོས་སློབ་མི་སློབ་དང་། འཁོར་ལོས་བསྒྱུར་བ་སོགས་འཇིག་རྟེན་གྱི་བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་བསྡོམས་པ་གཅིག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུའི་བ་སྤུའི་བུ་ག་གཅིག་འགྲུབ་པ་དང་། བ་སྤུའི་བུ་ག་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པའི་བསོད་ནམས་བརྒྱར་བསྒྱུར་བས་དཔེ་བྱད་གཅིག་འགྲུབ། དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུ་པོ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པའི་བསོད་ནམས་བརྒྱར་བསྒྱུར་བས་མཚན་བཟང་གཅིག་འགྲུབ། མཚན་སུམ་ཅུ་འགྲུབ་པའི་བསོད་ནམས་སྟོང་དུ་བསྒྱུར་བས་མཛོད་སྤུ་འགྲུབ། དེ་འགྲུབ་པའི་བསོད་ནམས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱར་བསྒྱུར་བས་གཙུག་ཏོར་འགྲུབ། དེ་འགྲུབ་པའི་བསོད་ནམས་བྱེ་བ་འབུམ་ཕྲག་བརྒྱར་བསྒྱུར་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཚངས་དབྱངས་འགྲུབ་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་སོགས་སྐུའི་ཆ་ཤས་རེ་རེས་ཀྱང་གསུང་གི་བྱ་བ་མཛད་ནས་ཆོས་སྟོན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཙུག་ཏོར་དང་བ་སྤུ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐུགས་ཀྱི་བྱ་བ་མཛད་ནས་ཤེས་བྱ་ཇི་

次第」傳承祖師的規矩，「俱胝圓滿樂善所生身」等三句，[23]每一句均可配合身、語、意來解釋。因此，佛身周遍一切所知境，凡是佛身周遍的地方，佛語和佛意也同樣周遍。所以說，一切世界映現於佛身，佛身周遍於一切世界，佛身秘密不可思議。經[24]中說：

「智所周遍處，身亦如足覆。」

佛陀的頂髻通常在瞻仰時只有四指高，但如果真要加以測量，那是無法辦到的。

《秘密不可思議經》中說，「持力」菩薩曾以神通向上飛越無量世界來觀看，但始終無法見到如來頂髻的尖端，最後倦而返回。

佛陀的衣服不觸及身體，總是離體四指左右，但前來覲見者均能清楚地見到佛身的輪廓；佛陀的雙腳雖不碰地，但能清晰在地上留下法輪等紋路的足迹；如果蟲蟻等正好進入佛的腳下，它們將在七日內沈浸於極大的快樂，然後從畜生道死歿往生天界。

621 此外，我們也應憶念《喻讚》中所說的那些功德：

「相莊嚴尊身，殊妙眼甘露，
如無雲秋空，群星爲莊嚴。
能仁具金色，法衣端嚴覆，
等同金山頂，爲霞雲縛纏。
尊怙無嚴飾，面輪極光滿，
離雲滿月輪，亦莫能及比。
尊口妙蓮花，與日開敷蓮，
蜂見疑爲同，當如懸索轉。

[23] 全頌爲「俱胝圓滿樂善所生身，能滿無邊衆生希願語，如實觀見無餘所知意，釋迦主尊之前我敬禮。」
[24] 《開示如來秘密不可思議經》。

ལྷ་ཇི་སྙེད་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པས། ལམ་རིམ་འདིའི་བརྒྱུད་པའི་བླ་མ་གོང་མའི་ཕྱག་སྲོལ་ལྟར། ཕུན་ཚོགས་དགེ་ལེགས་བྱེ་བས་བསྐྲུན་པའི་སྐུ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཚིག་རྐང་གསུམ་ག་སྐུ་གསུང་ཐུགས་རེ་རེ་ལ་སྦྱར་དུ་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་སྐུས་ཁྱབ། སྐུས་གར་ཁྱབ་ལ་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱིས་ཁྱབ་པས་ན། ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་སྐུ་ལ་སྣང་ཞིང་། སྐུས་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པ་ཞེས་སྐུའི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། ཡེ་ཤེས་ཇི་སྙེད་ཁྱབ་གྱུར་པ། །སྐུ་ཡིས་ཀྱང་ནི་དེ་སྙེད་ཁྱབ། །ཅེས་གསུངས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་དབུའི་གཙུག་ཏོར་ཡང་རྒྱུན་དུ་ཡོངས་གྲགས་མཇལ་བའི་ཚེ་སོར་བཞི་ཙམ་དུ་ཡོད་ཀྱང་། ཚད་གཞལ་བ་ན། བྱང་སེམས་ཤུགས་འཆང་ཞེས་པས་སྟེང་ཕྱོགས་འཇིག་རྟེན་ཁམས་དཔག་ཏུ་མེད་པར་རྫུ་འཕྲུལ་གྱིས་སོང་སྟེ་བལྟས་ཀྱང་ད་དུང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དབུའི་གཙུག་ཏོར་གྱི་རྩེ་མོ་བལྟར་མི་མངོན་པས་ངལ་ནས་ཚད་མ་རྟོགས་པར་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་དང་། ན་བཟའ་སྐུ་ལ་སོར་བཞི་ཙམ་གྱིས་མི་རེག་ཀྱང་ཕྱི་ནས་མཇལ་བའི་ཚེ་སྐུའི་དབྱིབས་དོད་པ་དང་། ཞབས་ས་ལ་མི་རེག་ཀྱང་འཁོར་ལོའི་རི་མོ་སོགས་ཀྱི་རྗེས་ས་ལ་བཀྲ་བ་དང་༏ སྲིན་བུ་སོགས་ཞབས་འོག་ཏུ་ཚུད་ན་ཞག་བདུན་གྱི་བར་དུ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་དང་། དེ་ནས་དུད་འགྲོའི་གནས་ངན་ལས་འཕོས་ཏེ་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་སོགས་ཡོད། དེས་ན་དཔེ་ལ་བསྟོད་པ་ལས་ཀྱང་། ཁྱོད་སྐུ་མཚན་གྱིས་སྤྲས་གྱུར་པ། །མཛེས་གྱུར་མིག་གི་བདུད་རྩི་ནི༏ ༏སྤྲིན་མེད་སྟོན་གྱི་ནམ་མཁའ་ལ། །སྐར་མའི་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྲས་པ་འདྲ། །ཐུབ་པ་གསེར་གྱི་མདོག་ལྡན་པ། །ཆོས་གོས་ཀྱིས་གཡོགས་མཛེས་གྱུར་པ། །གསེར་གྱི་རི་བོའི་རྩེ་མོ་ནི།། མཚམས་ཀྱི་སྤྲིན་གྱིས་དཀྲིས་པ་འདྲ། །མགོན་ཁྱོད་རྒྱན་གྱིས་མ་བརྒྱན་ཡང་། །ཞལ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་མདངས་གང་ཡིན། །ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱས་གྱུར་པ། །སྤྲིན་དང་བྲལ་ལའང་དེ་མ་མཆིས༏ ༏ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་གྱི་པདྨ་དང་། །པདྨ་ཉི་མས་ཁ་བྱེ་བ། །བུང་བས་མཐོང་ན་པདྨ་ནི།།

尊面具金色，潔白齒端嚴，
如淨秋月光，照入金山隙。
應供尊右手，爲輪相殊飾，
622 以手作撫慰，生死所怖人。
能仁遊行時，雙足如妙蓮，
印畫此地上，蓮苑何能美？」

（帕繃喀大師說，此處如果要廣修，應配合《現觀莊嚴論》等經論中所說內容。）

2.語功德

佛語具有六十種音支，主要的如密續中所說：

「雖說一語音，各別現多相。」

文殊怙主大宗喀巴依據《諦者品》[25]的意趣說道：

「一切世界眾有情，於一時中詢諸疑，
於各各前盡所有，身語莊嚴同時現，
雖作事業息分別。」[26]

623 意思是說，即便各類眾生同時向佛陀詢問各種不同的問題，如來也能同時以一種聲音，根據眾生各自的語言和各自的根器來解答一切疑問。例如，廣、中、略三種《佛母》[27]雖然是佛陀同時說的，但因爲化機的關係，變成廣、中、略三種形式。

此外，佛陀的聲音不分遠近都聽得到。《秘密不可思議經》中說，目犍連爲了測量佛語傳播的距離，以神通力前往許多界，所到之處聽到的聲音，仍像在佛前聽到的那般清晰，所以無法測定佛語傳播的限度。

[25] 又名《開示菩薩行境甚深方便經》。
[26] 引自《三時頌》。
[27] 《般若波羅密多經》的別名，廣本爲十萬頌，中本爲二萬五千頌，略本爲八千頌。

ཐེ་ཚོམ་དཔྱོད་ཐག་ལ་འཇུག་འགྱུར། །ཁྱོད་ཞལ་གསེར་གྱི་མདོག་ལྟར་པར། །ཚེམས་དཀར་མཛེས་པར་གྱུར་པ་ནི། །གསེར་གྱི་རི་གསེབ་སྟོན་ཀ་ཡི། །ཟླ་ཟེར་དྲི་མེད་ཞུགས་པ་འདྲ།། མཆོད་འོས་ཁྱོད་ཀྱི་ཕྱག་གཡས་ནི། །འཁོར་ལོའི་མཚན་གྱིས་མཛེས་གྱུར་པ། །འཁོར་བས་སྐྲག་པའི་མི་རྣམས་ལ། །ཕྱག་གིས་དབུགས་འབྱིན་མཛད་པ་ལགས། །ཐུབ་ཁྱོད་གཤེགས་པར་གྱུར་པའི་ཚེ། །ཞབས་གཉིས་དཔལ་གྱི་པདྨ་འདྲས། །ས་གཞི་འདི་ནི་བྲིས་གྱུར་པ། །པདྨ་ཅན་གྱིས་ཇི་ལྟར་མཛེས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་ལ་དྲན་པར་བྱེད་ཅིང་། འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་རྒྱས་པར་ན། མདོན་རྟོགས་རྒྱན་སོགས་ལས་བཤད་པ་བཞིན་ཚུར་སྦྱར་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ་གསུང་གི་ཡོན་ཏན་ནི། ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་དང་ལྡན་པ་སྟེ། གཙོ་བོ་ནི་རྒྱུད་ལས༑ གསུང་གཅིག་ཉིད་དུ་གསུང་གྱུར་ཀྱང་། །དུ་མ་ཉིད་དུ་སོ་སོར་སྣང་། །ཞེས་དང་། བདེན་པ་པོའི་ལེའུ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་ཀུན་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། དུས་གཅིག་ཉིད་དུ་ཐེ་ཚོམ་དོན་དུ་ཞུས་ཀྱང་། །དེ་དག་རེ་རེའི་མདུན་དུའང་དེ་སྙེད་ཀྱི། །སྐུ་དང་གསུང་གི་བཀོད་པ་དུས་གཅིག་ཏུ། །མཛད་པ་མཛད་ཀྱང་རྟོག་པ་ཉེར་ཞི་བ། །ཞེས་འགྲོ་བ་སྣ་ཚོགས་པས་དྲི་བ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་དུས་གཅིག་ཏུ་ཞུས་ཀྱང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་གཅིག་གིས་འགྲོ་བ་སོ་སོའི་སྐད་དུ། སོ་སོའི་དབང་པོ་དང་འཚམས་པར་དྲི་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལན་དུས་གཅིག་ཏུ་མཛད་པར་གསུངས་པ། ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བསྡུས་གསུམ་ཡང་དུས་གཅིག་ཏུ་གསུངས་པ་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་རྒྱས་འབྲིང་བསྡུས་གསུམ་དུ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ཡང་ཐག་ཉེ་རིང་མེད་པར་ཀུན་ཏུ་གོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་མདོར། མཽདྒལ་གྱི་བུས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གི་ཚད་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རྫུ་འཕྲུལ་གྱིས་བགྲོད་དེ་ཞིང་ཁམས་མང་པོ་བགྲལ་ཡང་ད་དུང་དྲུང་ན་གནས་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཐོས

其他語功德，如《百五十讚》中說：

「觀尊面可愛，從彼所聽聞，
極和雅語音，如月注甘露。
尊語能靜息，貪塵如雨雲；
拔除瞋毒蛇，等同妙翅鳥；
624 摧毀極無知，翳障如日光；
由摧我慢山，故亦等金剛。
見義故無欺，無過故隨順，
善綴故易解，尊語具善說。
初聞尊之語，能奪聞者意，
次若正思惟，亦除諸貪癡。
慶慰諸匱乏，諸放逸所歸，
令樂者厭離，尊語相稱轉。
能生智者喜，能增中者慧，
能摧下者翳，此語利眾生。」

（帕繃喀大師又指出，佛語不僅具有上述功德，而且還有身與意的功用等，佛語秘密深不可測。）

3、意功德

625 關於意功德的詳細情況，應當參閱各大教典，了解十力、十八不共法等二十一種無漏智品類[28]功德。已經聞思過大論的人，也應將大論中廣泛開示的內容在此加以利用而作思惟。簡言之，意功德可分「智功德」和「悲功德」兩種：

智功德，佛陀能在如所有性中入定的同時，明見一切盡所有法，如觀手中

[28] 二十一種無漏智品類爲：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。

དེ་གསུང་གི་ཚད་མ་རྟོགས་པར་གསུངས་པ་དང་། གསུང་གི་ཡོན་ཏན་གཞན་ཡང་བསྟོད་པ་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས། ཁྱོད་ཞལ་བལྟ་ན་རབ་སྡུག་པ། །དེ་ལས་མཉན་ན་སྙན་པ་ཡི། །གསུང་འདི་དག་ནི་ཟླ་བ་ལས། །བདུད་རྩི་འཛག་པ་བཞིན་དུ་འབྱུང་། །ཁྱོད་ཀྱི་གསུང་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི། །རྡུལ་རབ་ཞི་མཛད་ཆར་སྤྲིན་འདྲ། །ཞེ་སྡང་སྦྲུལ་ནི་དབྱུང་བ་ལ། །ནམ་མཁའ་ལྡིང་དང་འདྲ་བ་ལགས༑ །ཡང་དང་ཡང་དུ་མི་ཤེས་པའི། །རབ་རིབ་འཇོམས་པས་གདུགས་དང་འདྲ། །ང་རྒྱལ་རི་བོ་མདོན་འཇོམས་པས། །རྡོ་རྗེ་དང་ཡང་འདྲ་བ་ལགས། །དོན་གཟིགས་པས་ནི་མི་བསླུ་བ༑ །ནོངས་མི་མངའ་ཕྱིར་རྗེས་སུ་མཐུན། །ལེགས་པར་སྦྱར་བས་གོ་སླ་སྟེ། །ཁྱོད་ཀྱི་གསུང་ནི་ལེགས་གསུང་ལྡན། །རི་ཤིག་དང་པོར་ཁྱོད་ཀྱི་གསུང་། །ཉན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་འཕྲོག···མཛད༑ །དེ་ནས་ཡིད་ལ་བསམ་བགྱིས་ན། །འདོད་ཆགས་གཏི་མུག་རྣམས་ཀྱང་སེལ།། རྨོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབུགས་འབྱིན་ཞིང་། །བག་མེད་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས་ཀྱང་མཛད། །བདེ་བ་ཅན་དག་སྐྱོ་བགྱིད་པས། །ཁྱོད་གསུང་ཀུན་དང་འཚམ་པར་འཇུག །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགའ་བ་སྐྱེད། །བར་མ་རྣམས་ཀྱི་བློ་ཡང་སྤེལ། །ཐ་མའི་རབ་རིབ་རྣམ་འཇོམས་པས། །གསུང་འདི་སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལ་སྨན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། གསུང་གིས་ཀྱང་སྐུ་ཐུགས་ཀྱི་བྱ་བ་མཛད་པ་སོགས་གསུང་གི་གསང་བ་ལ་མཐའ་མེད་པ་ཡིན་གསུངས།

གསུམ་པ་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། རྒྱས་པར་ན་གཞུང་ཆེན་མོ་ལས་བཤད་པ་ལྟར་སྟོབས་བཅུ་དང་། མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད་སོགས་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་ཉེར་གཅིག་གི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཤེས་པར་བྱེད་ཅིང་། གཞུང་ཆེན་པོར་ཐོས་བསམ་མཛད་པ་དག་གིས་ཀྱང་། དེ་དག་ནས་རྒྱ་ཆེར་བསྟན་པ་རྣམས་འདིར་ཕན་ཐོགས་པར་བྱས་ནས་བསམ་དགོས།

མདོར་བསྡུ་ན། མཁྱེན་བརྩེའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་ལས། མཁྱེན་པས་ནི། ཇི་ལྟ་བ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་དུ་ཤེས་བྱ་ཇི་སྙེད་པ་ཐམས་ཅད་ལག་མཐིལ་དུ་སྐྱུ་རུ་ར་བཞག་པ་བཞིན

菴沒羅果。《讚應讚》中說：

「世尊墮時法，一切種生本，
如掌中酸果，是尊意行境。
諸法動非動，若一若種種，
如風行於空，尊意無所礙。」

比如說吧，過去釋迦族有個名叫難達嘎的人去世之後，一些自然外道爲他作超度法事，這些外道照往常風俗將死者召來現形並施予飲食，難達嘎的親戚
626 都信以爲真。佛陀說，那是乾闥婆「毗雅巴嘎」和藥叉「桑噶達」等鬼神變化成死者的樣子而來。但他們都不相信，於是大師命釋迦族每戶各帶一個米袋來，內藏各戶的姓名條。釋迦族人照辦了，因爲戶口眾多，結果需要一頭大象才能將那些米袋馱來，佛陀一個也不差地辨別出哪個米袋是屬於哪一家的。至此，釋迦族人才由衷生信。這是經[29]裡講的。律典中也說，如果世界上所有的樹被火燒成灰燼，並放在海裡隨浪翻攪多時，再呈交給佛陀，佛陀甚至能一一辨別出這些灰燼原是樹的哪個部分、屬於哪個樹種、生長在哪個地方。

除此之外，佛陀還有許多其它方面的功德：所謂「身隨示神變」，是指佛陀能在千萬億等任何數量的化機前面各現一個化身；所謂「語普說神變」如前已釋，是說佛陀能隨順每一有情的語言和意願，開演佛法；所謂「意等持神變」，是說大師在作「世俗發心」時，能使一切有情，甚至螞蟻如此微小的生

---

[29] 指《請問死歿云何經》。

མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟུགས་འོས་བསྟུགས་བསྟོད་ལས། བཅོམ་ལྡན་དུས་ཀུན་གདོགས་པའི་ཆོས། །རྣམ་ཀུན་འབྱུང་གནས་ཐམས་ཅད་ནི། །ལག་མཐིལ་སྐྱུ་རུ་ར་ལྟ་བུར། །ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་གྱུར། །ཆོས་རྣམས་གཡོ་དང་མི་གཡོར་བཅས། །གཅིག་དང་སྣ་ཚོགས་སོ་སོ་ལ། །མཁའ་ལ་རླུང་དག་རྒྱུ་བ་བཞིན། །ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་དག་ཐོགས་མི་མངའ། ། ཞེས་གསུངས། དེའི་ཤེས་བྱེད་ཀྱང་སྟོན་ཤཱཀྱ་དགའ་བྱེད་ཟེར་བ་ཤི་ནས། ཀུན་ཏུ་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས་གཤེན་ཆོས་བྱེད་སྐབས་གཤེན་པོ་དེ་བཀུག་ནས་གཟུགས་དངོས་སུ་སྟོན་པ་ལ་བཟའ་བཏུང་སྟེར་བ་སོགས་བྱ་སྤྲོལ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་བྱས་ཏེ། ཉེ་དུ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ཤཱཀྱ་དགའ་བྱེད་དངོས་ཡིན་བསམ་པ་ན༑ སྟོན་པས་དྲི་ཟ་ཁྲབ་བྱེད་དང་། གནོད་སྦྱིན་གདོགས་འདོད་སོགས་ཀྱིས་གཤེན་པོར་བརྫུས་པ་ཡིན་གསུང་པ་ལ་དེ་དག་ཡིད་མ་ཆེས་པར། སྟོན་པས་ཤཱཀྱ་བ་རྣམས་ལ་འབྲུའི་ཐུམ་པོ་ཁྲིམ་སོ་སོའི་མིང་བྱང་བཙུག་པ་རེ་ཁྱེར་ནས་ཤོག་གསུངས་པས། ཤཱཀྱའི་མི་ཁྲིམ་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་ལྟར་ཕུལ་བས། འབྲུའི་ཐུམ་པོ་གླང་ཆེན་གྱི་རྒྱབ་ཁལ་ལོངས་པ་ཙམ་བྱུང་བ་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདི་དང་འདིའི་ཡིན་ཞེས་གཅིག་ཀྱང་མ་ནོར་བར་ངོས་འཛིན་མཛད་པས་ཡིད་ཆེས་པ་བྱུང་བར་མདོ་ལས་གསུངས་པ་དང་། གཞན་ཡང་འདུལ་བ་ལུང་ལས་བྱུང་བ་ལྟར། ཤིང་ཐམས་ཅད་མེར་བསྲེགས་ནས་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་ཡུན་རིང་མོར་དཀྲུགས་ཏེ་སངས་རྒྱས་ལ་ཕུལ་ན༑ འདི་ནི་ལྗོན་པ་འདི་དང་འདིའི་ཤིང་འདི་ལྷ་བུའི་མགོ་མཇུག་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ཐལ་བའོ་ཞེས་དེ་ཙམ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་སོ་སོར་མ་འདྲེས་པར་མཁྱེན་ཞིང་། དེར་མ་ཟད། སྐྱུ་རྫེས་སུ་བསྟན་པའི་ཚོ་འཕྲུལ་གདུལ་བྱ་བྱེ་བ་ཐེར་འབུམ་སོགས་ཇི་སྙེད་ཡོད་པ་རེ་རེའི་མདུན་དུ་དེ་སྙེད་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་བསྟན་པ་དང་། གསུང་ཀུན་ཏུ་བརྗོད་པའི་ཚོ་འཕྲུལ་ཡང་། སྔར་བཤད་པ་བཞིན་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་སྐད་དང་བསམ་པ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་དུས་གཅིག་ཏུ་སྟོན་པ་དང་། ཐུགས་ཉིད་དེ་འཛིན་གྱི་ཚོ་འཕྲུལ་ཞེས། སྟོན་པས་འཇིག་རྟེན་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་ན། སེམས་ཅན་སྤྲོག

物也能了知其他有情的心思以及如來的意向；在作「出世間發心」時，則連「最後有」菩薩也無法知道佛陀的想法。

（帕繃喀大師又說，佛在說《佛母》時，曾將一切世界轉變成淨上。如是等等，佛的功德無量無邊。）

627 「悲功德」，如偉大的第七世嘉卻・格桑嘉措所說：

「或有凡夫於自鍾愛偶爲瞋恨自在時，
亦行弒戮然汝恒念諸有情眾如獨子，
損惱之意下至少分心中久已拋棄故，
如我自愛較汝悲心縱然一分亦難及。」[30]

我們對自己的珍愛再怎麼深切，也比不上佛對有情悲愍心的一小部份。而且佛的悲心與我們有或增或減的悲心不同，不是見到受苦的有情才生起、沒有見到就不生起，因爲佛陀永遠觀見一切有情在受苦，所以他的大悲心也從不間斷，永遠地對有情運轉。佛陀的悲心，是早在入道以前就開始修習並獲究竟純熟的力量所致。由見於此，《百五十讚》中說：

「此一切眾生，惑縛無差別，
爲解眾生惑，尊久爲悲縛。」

628 《諦者品》中也說：

「觀見癡黑暗，常覆眾生心，
陷入生死獄，勝仙發悲心。」

[30] 引自《聖大悲觀自在前讚嘆啓請文・降利樂雨》。

ཆགས་གྲོག་སྦྲུར་ཡན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཐུགས་དགོངས་ཀྱང་ཤེས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་ཚེ་སྲིད་པ་ཐ་མའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པ་མི་ཤེས་པ་སོགས་དང་། ཡུམ་གསུངས་པ་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དག་པའི་འཇིག་རྟེན་དུ་བསྒྱུར་བར་མཛད་པ་སོགས་ལྷུར་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་གསུངས། བརྩེ་བའི་ཡོན་ཏན་ནི། ༧རྒྱལ་མཆོག་བདུན་པ་ཆེན་པོས། སྐྱེ་བོ་གང་དག་རང་སྡུག་ཉིད་ཀྱང་རེས་འགའ་ཁྲོ་བའི་དབང་གྱུར་ཏེ། །གསོད་པར་བརྩམས་མོད་ཁྱོད་ཀྱིས་འགྲོ་རྣམས་བུ་དང་འདྲ་བར་རྟག་དགོངས་ནས། །གནོད་འགྱུར་ཆ་ཙམ་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་རིང་མོ་ཞིག་ནས་བཏང་བས་ན། །བདག་འདྲ་རང་ལ་བརྩེ་བ་དེས་ཀྱང་ཁྱེད་ཐུགས་སྙིང་རྗེའི་ཆར་མི་ཕོད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན། རང་ཅག་རྣམས་རང་གིས་རང་ལ་བརྩེ་བ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་དེས། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ལ་བརྩེ་བའི་ཆ་ཤས་ཙམ་ལའང་བསྙུན་དུ་མེད་ལ། དེ་ཡང་སྡུག་བསྔལ་ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་མཐོང་ན་སྐྱོ་ལ། མི་མཐོང་ན་མི་སྐྱོ་བའི་འཕེལ་འགྲིབ་རེས་འགའ་བའི་སྙིང་རྗེ་རང་རེ་ལ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར་བར་དུས་རྟག་ཏུ་གཟིགས་པས་དེ་དག་ལ་བརྩེ་བ་སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡང་རྒྱུན་ཆད་པ་མེད་པར་དུས་རྟག་ཏུ་འཇུག་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྙིང་རྗེ་ནི་ཐོག་མར་ལམ་མ་ཞུགས་ནས་སྦྱངས་པས་གོམས་པ་མཐར་ཐུག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ལ་དགོངས་ཏེ་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས་ཀྱང་། འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །བྲན་མེད་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱིས་བཅིངས། །ཁྱོད་ནི་འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་དག །དགྲོལ་སླད་ཡུན་རིང་ཐུགས་རྗེས་བསྡམས། །ཞེས་དང་། བདེན་པ་པོའི་ལེའུ་ལས་ཀྱང་། གཏི་མུག་མུན་པ་མུན་ནག་གིས་རྟག་ཏུ། །སེམས་ནི་བསྒྲིབས་པར་གྱུར་པའི་སྐྱེ་དགུ་དང་། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་ཆུད་པར་རྣམ་གཟིགས་ན། །དྲང་སྲོང་དམ་པ་དེ་ཉི་ཐུགས་རྗེ་སྐྱེ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས།

4、事業功德

對此，我們應按照《寶性論》中所說的九種譬喻來思惟：

「如帝釋鼓雲梵天，如日亦如摩尼寶，
如來猶如谷響者，亦如虛空與大地。」

當帝釋的影像不待功用和分別，映現在吠琉璃地面上時，小天神見到後都想獲得同樣的成就，於是去修集資糧以求獲得天主帝釋的果位；同樣的，當人們看到相好莊嚴的佛身時，也會想獲得佛身而積聚其因，這是佛身事業。

三十三天界中有一只大鼓，稱作「持力」，係由諸天神福德所成。該鼓不
捶自響，發出法音，開演四法印，勸說天神們去追求解脫；同樣的，諸佛不需
629 要有動機的造作，便能普宣佛語，將眾生安置於增上生和決定善中，爲有緣和
可堪教化的眾生說法，這即是佛語事業。

猶如雲中降下的雨水能使禾苗生長，能使化機相續中的善根稼穡生長，是爲佛意事業，如是等等。[31]

此外，佛以示現身神變調伏有情，以語事業說法，藉由「無煩惱三摩地」而行意事業。

簡言之，八地以下的菩薩需要依靠粗顯的功用，八地以上的菩薩仍需要微細的動機，所以無法作出同時利益一切有情的事業。佛的事業則不然，佛不需要有「我當饒益有情」這樣的動機和功用等。正如空中的月亮本身沒有分別心，在任何有水的容器，甚至草尖上的露水，只要水面上澄清不動，就會倒映出月

[31] 此外，佛的身、語事業如梵天化身：佛的意事業如日：佛的意秘密如摩尼寶；佛的語秘密如谷響；佛的身秘密如虛空；佛的大悲如大地。

བཞི་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། རྒྱུད་བླ་མ་ལས། བརྒྱ་བྱིན་ཛ་སྤྲིན་ཚངས་པ་དང་།། ཉི་མ་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་བཞིན། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྒྲ་བརྙན་བཞིན། །ནམ་མཁའ་དང་ནི་ས་བཞིན་ནོ། །ཞེས་དཔེ་དགུའི་སྒོ་ནས་བསྟན་པ་ལྟར་བསམས་ལ། བརྒྱ་བྱིན་གྱི་གཟུགས་བརྙན་འབབ་ཚུལ་དང་རྣམ་རྟོག་ལ་མ་བལྟོས་པར་བཻཌཱུརྻའི་ས་གཞིའི་སྟེང་དུ་སྣང་བའི་ཚེ་ལྷ་ཚུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་བ་ན། འདི་ལྟར་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྙམ་སྟེ་ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་གོ་འཕང་དེ་འདྲ་འཐོབ་པའི་རྒྱུ་གསོག་པ་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་མཚན་དཔེས་སྤྲས་པ་མཐོང་ནས་དེ་ཐོབ་པར་བསམས་ནས་དེའི་རྒྱུ་བསགས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུའི་འཕྲིན་ལས་དང་། སུམ་ཅུ་རྩ་གསུམ་གྱི་ལྷ་ཡུལ་དུ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ལས་གྲུབ་པའི་རྔ་བོ་ཆེ་ཤུགས་འཆང་ཞེས་བྱ་བ་རྡུང་མཁན་མེད་པར་ཆོས་ཀྱི་སྡོམ་བཞི་སྒྲོགས་པའི་སྒྲ་བསྒྲགས་པས་ལྷ་རྣམས་ཐར་པ་ལ་བསྐུལ་བ་དང་མཚུངས་པར་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀུན་སློང་གི་འབད་རྩོལ་དང་བྲལ་ཡང་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ལ་འགོད་པའི་གསུང་གིས་ཁྱབ་པར་མཛད་དེ་སྐལ་ལྡན་འོས་སུ་གྱུར་པ་རྣམས་ལ་ཆོས་སྟོན་པ་ནི་གསུངས་གི་འཕྲིན་ལས་དང་། སྤྲིན་ལས་ཆར་བབས་པས་ལོ་ཏོག་རྣམས་བསྐྲུན་པ་བཞིན་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་དགེ་བའི་ལོ་ཏོག་བསྐྲུན་པར་བྱེད་པ་ཐུགས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་སྐུའི་ཆོ་འཕྲུལ་བསྟན་ནས་སེམས་ཅན་འདུལ་བ། གསུང་གི་འཕྲིན་ལས་ཆོས་གསུངས་པ། ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐུགས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་མཛད་པ་ཡིན། མདོར་ན། ས་བརྒྱད་པ་མན་ལ་འབད་རྩོལ་རགས་པ་དང་། དེ་ཡན་གྱི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཀུན་སློང་ཕྲ་མོ་ལ་ལྟོས་ཤིང་། དེ་ལྟོས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དུས་གཅིག་པའི་འཕྲིན་ལས་མི་འབྱུང་སོད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ནི། བདག་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱའོ་དགོངས་པའི་ཀུན་སློང་དང་འབད་རྩོལ་སོགས་ལ་མི་ལྟོས་པར། དཔེར་ན་ནམ་མཁའི་ཟླ་བ་རང་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་བཞིན་དུ་ཆུ་རྫིའི་ཟླ་བ་ཚུན་དང་ཆུ་སྣོད་འབུམ་ཕྲག་མང་པོར་ཆུའི་ངོས་ནས

影；同樣的，一旦化機的相續清淨、調伏的時機已到，佛的事業便會不假功用、自然而然地發生作用。（帕綁喀大師指出，所謂「佛的事業」，事實上是指「以
630 自因智慧法身爲增上緣所生的白善功德。[32]」）

（二）法功德

諸位當中已學習過大論者，應思惟如見道無間道斷除自道本份障蓋的道理。不了解的人，可以想一想，以前所講佛所具有的不可思議功德是從那裡來的？這些功德是藉由滅、道等證法和教法才得以產生，所以法具有生出如是不可思議功德的功德。

（大師解釋說：總的說來，法寶是就滅諦及見、修無間道等五道、十地而言，但此處所說的法是以調伏自心爲主。所以，粗淺地說，如前所言，可以此「道次第」作爲代表。）

（三）僧功德

631 以聲聞資糧道行人爲例，因爲對三有生起厭離即入資糧道，培養「十三種菩提資糧」[33]並獲得三十七菩提分中的初三分，爲了利他而顯現變化和神通等；加行道行人抽象地通達四諦十六行相；見道行人有現證空性等功德；修道行人逐漸斷除八十一種修所斷煩惱；證阿羅漢者功德更大：他們可以將物體由多變少；憑藉地遍、水遍、火遍、風遍和空遍三摩地顯現多種變化；能到臨任何有化機的地方。（帕綁喀大師說，聲聞阿羅漢也有無量功德：佛陀涅槃後，

[32] 化機所造之十善等功德亦表佛之事業，因其功德是以佛之智慧法身爲增上緣而生故。
[33] 《瑜伽師地論聲聞地》中說：「1.若自圓滿；2.若他圓滿；3.若善法欲；4.若戒律儀；5.若根律儀；6.若於飲食知量；7.若初夜後夜常勤修悎寤瑜伽；8.若正知而住；9.若善友性；10.若聞正法、若思正法；11.若無障礙；12.若修惠捨；13.若沙門莊嚴，如是等法，是名世間及出世間諸離欲道趣向資糧。」

དྭངས་ཤིང་མ་གཡོས་ན་གཟུགས་བརྙན་འཆར་བ་ལྟར། གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་དག་ནས་འདུལ་བའི་དུས་ལ་བབ་པ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་འབད་མེད་ལྷུན་གྲུབ་འཇུག་པ་ཡིན། དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཞེས་པ་རང་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུ་བདག་རྐྱེན་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན་ཞིག་ལ་བྱེད་གསུངས།

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། གཞུང་ཆེན་མོར་ཐོས་པ་བྱས་པ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལྟ་བུས་རང་གི་དོར་སྐལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་སྤོང་ཚུལ་སོགས་བསམ་ཞིང་། དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པ་ལྟ་ན། སྔར་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་བཤད་པའི་སངས་རྒྱས་དེ་གང་ལས་བྱུང་ན། འགོག་ལམ་སོགས་རྟོགས་པ་དང་ལུང་གི་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཞིང་འབྱུང་བས་ན། ཆོས་ལ་དེ་ལྟར་སྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་སྙམ་དུ་བསམ། སྤྱིར་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ནི། འགོག་བདེན་དང་། མཐོང་སྒོམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལྟ་བུ་ས་བཅུ་ལམ་ལྔ་སོགས་ལ་བྱེད་ཀྱང་། འདིར་རྒྱུད་འདུལ་བ་གཙོ་ཆེ་ཕྱིར་མཚོན་བྱེད་ཙམ་རགས་པ་གོ་སླ་བར་བཤད་ན་ལམ་རིམ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱར་རུང་བ་སྟོན་ཞུས་ལྟར་ཡིན་གསུངས།

གསུམ་པ་དགེ་འདུན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི། ཉན་ཐོས་ཚོགས་ལམ་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། སྲིད་པ་ལ་ཡིད་འབྱུང་སྐྱེས་ནས་ཚོགས་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚོགས་བཅུ་གསུམ་སྤེལ་བ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་པོ་གསུམ་ཐོབ་པ་དང་། གཞན་དོན་དུ་སྤྲུལ་པ་དང་མངོན་ཤེས་འབྱུང་བ་སོགས་དང་། སྦྱོར་ལམ་པས་བདེན་བཞིའི་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་དུ་རྟོགས་པ་དང་། མཐོང་ལམ་པས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་སོགས་དང་། སྒོམ་ལམ་ལ་སྒོམ་སྤང་གྱི་གཅིག་རིམ་གྱིས་སྤངས། དགྲ་བཅོམ་ཐོབ་ན་དེ་ལས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་ཆེ་སྟེ། གཟུགས་མང་པོ་ཉུང་ངུར་བྱེད་པ་དང་། ཟད་པར་ས་ཆུ་མེ་རླུང་ནམ་མཁའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྒོ་ནས་སྤྲུལ་བསྒྱུར་མང་པོ་སྟོན་པ། གདུལ་བྱ་གང་ཡོད་སར་གཤེགས་པ་སོགས་དང་། ཉན་ཐོས་དགྲ་བཅོམ་པའི་

阿難調伏外道，在七日之內令八萬人見諦；近隱阿羅漢[34]說法時，有惡魔降下食雨和寶雨，又變化成舞者表演舞蹈，近隱爲她套上花鬘，加持成異常醜陋的面目。）[35]我們現在大多將「聲聞」看得很低微，但如果我們僅有聲聞的功德，恐怕也會被歸入大成就者之列。

632 緣覺因為百劫積集資糧等緣故，所以其功德要較聲聞更勝百背、千倍。

菩薩的功德更是浩瀚無際。資糧道、加行道位「勝解行地」的菩薩，以聞、思、修抉擇空性義，因修習悲心、菩提心和甚深見，壓伏現前的能取、所取分別，圓滿第一阿僧祇劫資糧；見道位初地菩薩布施波羅蜜多修持爲最殊勝；修道位二地至十地的菩薩，隨著觀見法性的不斷深入，獲得其它九種波羅蜜多[36]的修持圓滿。

此外，初地菩薩能在一剎那間獲得十二種百功德：化一百身；每一化身有百位菩薩圍繞；能見百劫；震動百世界；入百種三摩地；見百位佛；得百佛加持；化現一百佛剎；游訪一百淨土；開啓一百法門；成熟百位有情和住世百劫。十二種功德一一對照，二地爲千，三地爲十萬，四地爲百俱胝，五地爲千俱胝，六地爲十萬俱胝，七地爲百千俱胝那由他，八地爲十萬三千大千世界微塵數，

[34] 七代付法師的第四位，與阿育王同時代。
[35] 參閱《賢愚因緣經》。
[36] 持戒、忍辱、精進、靜慮、般若、方便、願、力、智。

ཡོན་ཏན་ཡང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་དེ། སྟོན་པ་འདས་རྗེས་ཀུན་དགའ་བོས་མུ་སྟེགས་པ་བཏུལ་ནས་ཞག་བདུན་གྱི་རིང་ལ་སྐྱེ་བོ་ཁྲི་ཕྲག་བརྒྱད་བདེན་པ་ལ་བཀོད། ཉེར་སྦས་ཀྱིས་ཆོས་གསུངས་སྐབས་བདུད་སྡིག་ཏོ་ཅན་གྱིས་ཟས་ནོར་གྱི་ཆར་ཕབ། གར་མཁན་སྤྲུལ་ཏེ་གར་འཁྲབ་པ་ལ་འཕགས་པས་མི་རྟོག་གི་ཕྲེང་བ་བསྐོན་ནས་ཤིན་ཏུ་མི་སྡུག་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབས་ཚུལ། དེང་སང་ཉན་ཐོས་ཞེས་དམན་པའི་ཚོད་དུ་བྱེད་ཀྱང་། འདིའི་ཡོན་ཏན་ཙམ་ཡོད་ན་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོའི་ཚོད་དུ་འཛོག་དགོས་པ་ཡོད། རང་རྒྱལ་ནི་བསྐལ་པ་བརྒྱར་ཚོགས་བསགས་པ་སོགས་ཉན་ཐོས་ལས་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་འགྱུར་སྟོང་འགྱུར་གྱིས་ལྷག །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཡོན་ཏན་ནི་མཐའ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། ཚོགས་སྦྱོར་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་མོས་པ་སྤྱོད་པའི་ས་ལ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཐོས་བསམ་སྒོམ་པས་གཏན་ལ་ཕབ། སྙིང་རྗེ་བྱང་སེམས་ཟབ་མོའི་ལྟ་བ་རྣམས་སྦྱངས་པས་གཟུང་འཛིན་རྟོག་པ་མངོན་གྱུར་ཉམས་སྨད་པར་བྱས་ཏེ་གྲངས་མེད་དང་པོའི་ཚོགས་རྫོགས། མཐོང་ལམ་སྐབས་ས་དང་པོ་ལ་སྦྱིན་པའི་ཕར་ཕྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་ཆེས་ལྷག་པར་ཐོབ། སྒོམ་ལམ་ས་དགུའི་སྐབས་ཆོས་ཉིད་གཟིགས་ཚུལ་གྱི་དབང་ཙམ་གྱིས་ཕར་ཕྱིན་ལྷག་མ་དགུ་པོ་རྣམས་ཆེས་ལྷག་པར་ཐོབ་པ་དང་། ཡང་བྱང་སེམས་ས་དང་པོ་བས་ལུས་བརྒྱ་ཕྲག་སྤྲུལ་པ་དང་། ལུས་རེ་རེ་ལ་བྱང་སེམས་བརྒྱ་ཕྲག་རེས་བསྐོར་བ། བསྐལ་པ་བརྒྱ་གཟིགས་པ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་གཡོ་བ། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྒོ་བརྒྱ་ཕྲག་ལ་འཇུག་པ། སངས་རྒྱས་བརྒྱ་མཐོང་བ། དེས་བྱིན་གྱིས་རློབ་པ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་བརྒྱ་སྤྲུལ་བ་དང་། ཞིང་བརྒྱར་འགྲོ་བ། ཆོས་ཀྱི་སྒོ་བརྒྱ་ཕྲག་འབྱེད་པ། སེམས་ཅན་བརྒྱ་སྨིན་པ། བསྐལ་པ་བརྒྱར་གནས་པ་རྣམས་སྐད་ཅིག་རེ་ལ་འབྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྲག་བཅུ་གཉིས་ཐོབ། དེ་བཞིན་དུ་བཅུ་གཉིས་པོ་རེ་རེ་ནས་སྦྱར་བས་ས་གཉིས་པར་སྟོང་ཕྲག །གསུམ་པར་འབུམ་ཕྲག །བཞི་པར་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྲག །ལྔ་པར་བྱེ་བ་སྟོང་ཕྲག །དྲུག་པར་བྱེ་བ་འབུམ་ཕྲག །བདུན་པར་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་འབུམ་ཕྲག །བརྒྱད་པར་སྟོང་

九地爲等同百萬阿僧祇世界微塵數，十地爲等同不可說不可說三千大千世界微塵數。[37]（簡言之，不淨七地獲得圓滿第二阿僧祇劫資糧的功德，清淨三地獲得圓滿第三阿僧祇劫資糧的功德。如是等等，詳如各大經論所說，僧功德無量。）

辛二、由知差別之門皈依

633 由知差別之門皈依分六部份：

（一）體性差別

佛的定義是現證菩提者，亦即沒有任何障蓋、直見一切諸法真理的人。菩提一詞藏文爲「絳曲」，其中「絳」的意思是熟練，就像我們稱精於念誦爲熟練一樣，證德達到究竟亦名如是；法的定義是佛出世的結果，如佛轉四諦法輪時，「五賢士」相續中相應生起見道等種種證德，乃隨程度不同而異；僧的定義是修習佛法者。

（二）事業差別

634 佛的事業是講經說法；法的事業是斷除應斷之煩惱；僧的事業是從旁協助積極向善，例如，以身作則修法證果而爲他人楷模等等。

（三）信解差別

皈依時，對三寶信解不同，如同渡江時對船師、航船和同行之人的態度；對佛，應當看成是供養承事的對象；對法，應看成是自心中應當現證的內容；對僧，應看成是如法同行的伴侶。

[37] 有關十二種功德的具體解釋，可參閱《十地經》(《華嚴經十地品》)、《入中論善顯密意疏》等經論。

གསུམ་འབུམ་ཕྲག་གཅིག་གི་རྟུལ་གྲངས། དགུ་པར་སྟོང་གསུམ་གྲངས་མེད་འབུམ་ཕྲག་བཅུའི་རྡུལ་གྲངས། ས་བཅུ་པ་བས་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཡང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་སྟོང་གསུམ་གྱི་རྡུལ་གྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ། མདོར་ན། མ་དག་ས་བདུན་གྱི་སྐབས་སུ་གྲངས་མེད་གཉིས་པ་དང་། དག་པ་ས་གསུམ་གྱི་སྐབས་ནས་གྲངས་མེད་གསུམ་པའི་ཚོགས་རྫོགས་པར་བྱས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་སོགས་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་ལས་ཞིབ་ཏུ་རྒྱ་ཆེན་པོར་གསུངས་པ་ལྟར་དགེ་འདུན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཚད་མེད་པ་ཡིན་གསུངས།

གཉིས་པ་ཁྱད་པར་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་དྲུག་ལས། མཚན་ཉིད་ལས་གྱུར་པའི་ཁྱད་པར་ལ། སངས་རྒྱས་ནི་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གང་གིས་ཀྱང་མ་སྒྲིབ་པར་རྟེན་པར་གཟིགས་པ། བྱང་ཞེས་པ་ཁ་ཏོན་བྱང་བ་ལ་བྱང་བའི་ཐ་སྙད་འདོགས་པ་ལྟར། རྟོགས་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་གྱུབ་པ་ལ་དེ་ལྟར་བརྗོད། ཆོས་ནི་སངས་རྒྱས་བྱོན་པའི་འབྲས་བུའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཏེ། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་བསྐོར་བ་ན། ལྔ་སྡེ་བཟང་པོའི་རྒྱུད་ལ་མཐོང་ལམ་སོགས་ཅི་རིགས་པར་སྐྱེས་པ་བཞིན། གནས་སྐབས་གཞན་དང་གཞན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། །དགེ་འདུན་ནི་ཆོས་དེ་སྒྲུབ་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ནོ། །འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། སངས་རྒྱས་ནི་ལུང་འབོགས་པ་སྟེ་ཆོས་སྟོན་པའི་མཛད་པ་ཅན། ཆོས་ནི་སྤང་བྱ་སྤོང་བའི་ཁྱད་པར་ཅན། དགེ་འདུན་ནི་ཆོས་ཉམས་སུ་བླངས་པས་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་ཚེ་གཞན་གྱིས་དེ་མཐོང་ནས་དེ་ལ་འཇུག་པ་སོགས་མཉམ་དུ་རོགས་བྱེད་པ་ལྟར་དགེ་བ་ལ་མངོན་པར་སྤྲོ་བའི་འཕྲིན་ལས་ཅན་ནོ། །མོས་པའི་ཁྱད་པར་ནི། སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཚེ་མོས་པ་མི་འདྲ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་ཆུ་ལས་སྒྲོལ་བ་ན། གྲུ་པ་དང་། ཀོ་གྲུ་དང་། མཉམ་དུ་འགྲོ་བའི་གྲོགས་ལྟར། སངས་རྒྱས་ནི་མཆོད་པ་དང་བསྙེན་བཀུར་བྱ་བ། ཆོས་རང་རྒྱུད་ལ་མངོན་དུ་བྱེད་པ། དགེ་འདུན་དང་ཚུལ་བཞིན་དུ་འགྲོགས་པར་མོས་པའོ། །སྒྲུབ་པའི་

（四）修行差別

即將上述三種信解用於實修。

（五）隨念差別

635 即按照《隨念三寶經》中所說的內容，來憶念三寶的功德。

（六）生福差別

佛的生福差別在於憑藉一位補特伽羅就能增長福德;僧則是憑藉多位補特伽羅增長福德。佛與僧是就補特伽羅而言；法是依靠非補特伽羅來增長福德。所以，皈依佛是以供養和敬奉之心皈依；皈依法，是要令法在自己相續中生起而皈依。

辛三、由承許之門皈依

由承許門皈依分三個方面：承認佛爲開示皈依的大師；承許法是正皈依；承認僧是修行皈依的助伴。就像病人對醫師、藥物和護士寄予三種不同的期望
636 一樣。在相續中每生起一種斷、證正法，就能解脫一種怖畏，因此以法爲正皈依。

辛四、由不言有餘之門皈依

以前，印度的阿闍黎鄔跋達悉地斯瓦彌兄弟二人，最初乃外道，爲了供養大自在天，前往崗底斯山，當他們目睹大自在天也皈依佛陀，便投入佛門，成爲大乘的大阿闍黎。之後，爲歌頌佛的卓越功德，造《殊勝讚》一文。應如讚中所說，以我們的大師爲皈依處，堅定不移地學習佛的教法；不以苯教和印度

ཁྱད་པར་ནི། དེ་གསུམ་ལག་ལེན་ལ་གཞོལ་བའོ། །རྗེས་དྲན་གྱི་ཁྱད་པར་ནི། འདི་ལྟར་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཞེས་སོགས་དཀོན་མཆོག་རྗེས་དྲན་གྱི་མདོ་ལས་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་དྲན་པ་ཡིན། བསོད་ནམས་འཕེལ་བ་ལས་གྱུར་པའི་ཁྱད་པར་ནི། སངས་རྒྱས་ནི་གང་ཟག་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་བསོད་ནམས་འཕེལ་བ་དང་། དགེ་འདུན་ནི་གང་ཟག་མང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བསོད་ནམས་འཕེལ་བ་སྟེ། སངས་རྒྱས་དང་དགེ་འདུན་ནི་གང་ཟག་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། ཆོས་ནི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བསོད་ནམས་འཕེལ་བའི་ཁྱད་པར་རོ། །དེས་ན་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ན་ཡང་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ནི་མཆོད་པ་དང་རིམ་གྲོ་བྱ་བའི་བསམ་པས་ཡིན་ལ། ཆོས་ནི་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པས་སོ། །

གསུམ་པ་ཁས་བླངས་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སྟོན་པ་པོ་དང་། ཆོས་ལ་སྐྱབས་དངོས་དང་། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སྒྲུབ་པའི་ཟླ་གྲོགས་སུ་ཁས་ལེན་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ནད་པས་སྨན་པ་དང་། སྨན་དང་། ནད་གཡོག་གསུམ་ལ་རེ་བ་བཅོལ་ལུགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་བྱེད་པ་ལྟར་ཡིན། དེས་ན་སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་རེ་རེ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པ་ན། འཇིགས་པ་སྣ་རེ་ལས་གྲོལ་བས་སྐྱབས་དངོས་ནི་ཆོས་ཡིན།

བཞི་པ་གཞན་དུ་མི་སྨྲ་བའི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ནི། སྟོན་རྒྱ་གར་ན། སློ་དཔོན་ཐོ་བཙུན་གྲུབ་རྗེ་སྤུན་གཉིས་ཡོད་པ་དང་པོ་ཕྱི་རོལ་པ་ཡིན། ཁོང་གཉིས་དབང་ཕྱུག་མཆོད་ཕྱིར་རི་བོ་གངས་ཅན་ལ་སོང་བ་ན། ལྷ་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོས་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་པ་མཐོང་ནས་ནང་པར་ཞུགས་ཏེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་ཁྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་མཛད་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་རེའི་སྟོན་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་འཛིན་ཅིང་། དེའི་བསྟན་པ་ལ་སློབ་པ་ཉིད་གཞན་དུ་བསླུར་མི་བཏུབ་པར་བརྟན་པོར་བཟུང་བ

六師等佛法以外的對象爲皈依處。內道與外道的大師、教義及學習該教的僧伽，其勝劣之區別，如《殊勝讚》中所言：

「我捨諸余師，我皈依世尊，
若問是何故？尊無過具德。」

又說：

637 **「於餘外道教，云何善思惟，**
如是於怙主，我心起深信。」

《讚應讚》也說：

「何應趣應遮，何淨何雜染，
此是大雄教，與他言說別。」

藏地雖然沒有真正的印度外道，但有些自稱是佛教徒和學者的人，在遇到緊要關頭，或是爲了廣收徒眾，或顧全別人的面子，對信奉苯教或蠻夷宗教也覺得無所謂。這是認爲有兩種皈依處的做法，已捨棄了心中的皈依，而被摒出內道之列。

有些人說：「我愛好佛教，也愛好苯教。」然而苯教的大師、教義及其信徒並沒有堪作皈依的原因存在。苯教大師並不具備斷盡一切過失等功德，教義中連如何減輕煩惱的方法都沒有；雖然苯教的僧團表面上也受別解脫戒，但並沒有律儀的傳承，所以這三者都不具足功德。苯教中連內道的皈依都沒有，所以不宜皈依。

（帕繃喀大師告誡說，佛、苯之間不應像吵架一樣，相互說一些貪自瞋他的話。重要的是，我們應當閱讀過去智者的權威論著，以瞭解苯教的起源，例
638 如土觀・達麻班雜（法金剛）[38]的著作《論一切宗派之源流與教義・善說晶

[38] 土觀・達麻班雜（1737～1802）。

དང་། བོན་དང་མུ་སྟེགས་སོགས་ཆོས་འདི་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་འཛིན་པ་སྟེ། ནང་པ་དང་ཕྱི་པའི་སྟོན་པ་དང་། བསྟན་པ། དེ་ལ་སློབ་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་དམན་གྱི་ཁྱད་པར་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། བདག་ནི་སྟོན་པ་གཞན་སྤངས་ནས། །བཅོམ་ལྡན་ཁྱོད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །དེ་ཅིའི་སྐད་དུ་ཞེ་ན་ཁྱོད། །སྐྱོན་མི་མངའ་ལ་ཡོན་ཏན་ལྡན། །ཞེས་དང་། མུ་སྟེགས་གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ལ། །ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་རྣམ་བསམས་པ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་མགོན་ཁྱོད་ལ། །བདག་གི་སེམས་འདི་དད་པར་གྱུར། །ཅེས་དང་། བསྔགས་འོས་བསྔགས་བསྟོད་ལས་ཀྱང་། འཇུག་དང་ལྡོག་པ་གང་ལགས་དང་། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་བྱང་གང་། །དེ་ཉིད་དཔའ་བོ་ཁྱོད་བཀའ་དང་། །གཞན་གྱི་ཚིག་གི་ཁྱད་པར་ལགས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། བོད་འདིར་མུ་སྟེགས་པ་དངོས་མེད་ཀྱང་། དེང་དུས་ཆོས་པ་དང་མཁས་པར་ཁས་འཆེས་པ་འགའ་ཞིག་འགག་ལ་ཐུག་པའམ། ཡང་འཕོར་མང་སྤྱད་པ་དང་། གཞན་གྱི་ངོ་སྲུང་ཆེད་དུ་བོན་དང་ཀླུ་སློའི་ཆོས་ལུགས་ཙུན་ལ་འཇུག་པ་ལ་ཇི་མི་སྙམ་པ་འདི་དག་ནི་སྐྱབས་ལ་གཉིས་འཛིན་བྱས་པས་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱབས་འགྲོ་བཏང་སྟེ་ནང་པའི་གྲལ་ནས་བུད་པ་ཡིན། ཁ་ཅིག་བན་དཀའ་བོན་དཀའ་བྱེད་ཟེར་མཁན་ཡོད་ཀྱང་། བོན་གྱི་སྟོན་པ་དང་ཆོས་དང་དེའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་འོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་མེད་དེ། དེའི་སྟོན་པ་ལ་སྐྱོན་ཀུན་ཟད་སོགས་ཡོན་ཏན་མི་ལྡན། ཆོས་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ཁ་བྲི་བའི་ཐབས་ཅམ་མེད། དགེ་འདུན་ནི་སོ་ཐར་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཁུལ་བྱེད་ཀྱང་དེའི་སྡོམ་རྒྱུན་མེད་པས་དེ་གསུམ་ག་ལ་ཡོན་ཏན་མ་ཚང་། བོན་ལ་ནང་པའི་སྐྱབས་འགྲོ་ཡང་མེད་པས་སྐྱབས་སུ་མི་འོས། དེ་ཡང་བན་བོན་ཕན་ཚུན་ཆགས་སྡང་གི་གཏམ་བཤད་དེ་ཡར་རྒྱ་རྫོང་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར། སྟོན་བྱོན་མཁས་པའི་གསུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཚད་ལྡན་རྣམས་ལས་བྱུང་བ་ལྟར་བོན་གྱི་ཁུངས་ཇི་འདྲ་ཡིན་ཤེས་པར་བྱེད་པ་གལ་ཆེ་བས། ཐུའུ་བཀྭན་རྡོ་རྗེ…… བཙྪའི་གསུང་གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁུངས་དང་འདོད་ཚུལ་སྟོན་པ་ལེགས་བཤད་

鏡》等。）

苯教在祖師、教義、見地三方面，混雜有外道的見地和修持，並剽竊佛經僞造成自己的經典，從古代生存下來流傳至今。這種低劣的教派絕不是求解脫者可以皈依和信任的對象。止貢・季丹貢波（世間依怙）[39]基於這些考量，說道：「在苯教的見修類文章中，有的說一切情器世間是從卵中出生，也有說是由卦象或自在天所創造，這都是外道邪見的流行。」《噶當子法》[40]中說：

「外道苯教悉地速，暫樂終墮惡趣中，
外道苯教似爐火，稍近雖有安樂起，
若行接觸即焚燒。」

瑜伽自在傑・密勒日巴也說：

「苯教根源爲邪法，具力龍魔之所創，
不入解脫究竟道，苯教乃是極劣種。
外內二道差別者，乃皈依處相徑庭；
內道皈依爲三寶，外道梵王遍入天。
639 **自身解脫輪迴已，方能解脫他有情，**
此惟佛陀正等覺；大自在等世間天，
自爲生死繫縛故，雖有能力爲他人，
賜予暫時小悉地，解脫生死何能賜？」

又說：

「《白色十萬龍經》等，說於五部龍壇城，
願求成佛甚荒謬，龍者乃是畜生故。
『苯身普賢』等壇城，花樣雖多率皆是，
往昔藍裙班智達，所臆造之諸邪法。」

---

[39] 法名仁欽貝（寶吉祥，1143～1217），止貢噶舉派的創立者。
[40] 收入《噶當寶籍》下卷。

ཞིལ་གྱི་མི་ལོང་སོགས་ལས་ཞེས་དགོས་པ་ཡོད་གསུངས། དེས་ན་བོན་གྱི་སྟོན་པ་བསྟན་པ་ལྷ་བ་གསུམ་གའང་ཕྱི་རོལ་པའི་ལྷ་སྒྲོམ་བསྒྲེས་པ་དང་། ནང་པའི་གསུང་རབ་ནས་ཕར་བརྒྱུས་དེ་བརྫུན་ཆོས་སྦྱར་བ་སོགས་དུས་ཆེས་སྔ་བ་ཞིག་ནས་བྱུང་སྟེ་ཁྱབ་གདལ་དུ་གྱུར་པའི་ལུགས་ངན་དར་བ་ཡིན་པས། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྐྱེས་བུའི་སྐྱབས་སུ་འོས་པ་དང་ཡིད་རྟོན་རུང་བའི་གནས་མ་ཡིན་ཞིང་། དོན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ཏེ་འབྲི་གུང་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོས། བོན་པོའི་ལྷ་སྒྲོམ་གྱི་སྐབས་སྟོད་བཙུད་ཐམས་ཅད་སྒྲོ་ང་ལས་སྐྱེས་པའི་ལུགས་དང་། སྨྲ་དང་དབང་ཕྱུག་སོགས་ཀྱིས་བྱས་པའི་ལུགས་སུ་སྣང་བ་རྣམས་མུ་སྟེགས་པའི་ལྟ་བ་འབྲུར་བ་ཡིན། ཞེས་དང་། བཀའ་གདམས་བུ་ཆོས་ལས། མུ་སྟེགས་བོན་ནི་དངོས་གྲུབ་སྨྱུར། །འཕྲུལ་དགའ་ཕྱུགས་སུ་ངན་འགྲོར་སྐྱུར། །མུ་སྟེགས་བོན་ནི་མི་དང་འདྲ། །ཅུང་ཟད་ཉེ་བས་བདེར་གྱུར་ནའང་། །ངེས་པར་གཏུགས་ན་འཆིག་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱུག་རྗེ་མིད་ལའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། བོན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་ལོག་ཆོས་དང་། །ལྷ་དང་འབྱུང་པོ་སྟོབས་ལྡན་གྱིས། །བྱས་པས་མཐར་ཐུག་ལམ་མི་བགྲོད། །བོན་ནི་ཤིན་ཏུ་སྨད་པའི་རིགས། །ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། །སྐྱབས་གནས་དག་ལ་འཇོལ་བའོ། །ནང་པའི་སྐྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ།། ཕྱི་པའི་ཚངས་དབང་ཁྱབ་འཇུག་གོ །རང་ཉིད་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་ནས། །གཞན་དག་སྒྲོལ་བར་ནུས་པ་ནི། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་འཇིག་རྟེན་ལྷ།། རང་ཡང་འཁོར་བར་བཅིངས་གྱུར་པས། །གཞན་ལ་གནས་སྐབས་དངོས་གྲུབ་ཙམ། །སྒྲོལ་བར་ནུས་ཀྱི་ཐར་པ་ཡི། །རྣམ་གྲོལ་སྟེར་བར་ག་ལ་ནུས། །ཞེས་དང་། གླུ་འབུམ་དཀར་མོ་ལ་སོགས་ན། །རིགས་ལྔ་གླུ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། །སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་ལོ། །གླུ་ནི་དུད་འགྲོའི་གྲངས་སུ་བགྲངས། །ཕལ་ཆེར་བོན་སྐུ་ཀུན་བཟང་སོགས། །དཀྱིལ་འཁོར་སྣ་ཚོགས་བྱེད་ན་ཡང་། །ཕྱམ་སྟོན་ཅན་གྱིས་བཟོས་པ་ཡི། །ལོག་ཆོས་འབའ་ཞིག་ཡིན་པར་སྣང་།།

現在有些人將苯教的「辛拉沃噶」與觀自在視為同一，並說一切有情皆諸佛化機之故，苯教中也有許多佛菩薩的化身，所以修苯教只有好處沒有壞處。
640 這種說法只是自己被邪見惡習所染污蒙蔽的過甚之辭。如果這不是過甚之辭，試問，畜生中也有佛菩薩的化身，如果仿效豬狗的行為，是否也是有德無過呢？所以，凡是求善之人，應該將所有令人反胃的惡見像擦糞的石頭一樣丟棄，認定佛教的三寶為真正的皈依處，全心交付三寶，這是最重要的。

簡言之，皈依並不是口中唸誦的文句而已，皈依就好像罪犯向有權勢力的官員尋求庇護的心態一樣，因為害怕惡趣與輪迴，相信三寶有能力拯救，企盼三寶作為依靠，這是皈依的標準。皈依是否在相續中生起，取決於是否已有這種心態。所以，在皈依的體性沒了解清楚前，先不要急著只是唸完十萬遍皈依文，而應努力設法在相續中生起不造作的皈依因和體性等等。

皈依有兩種形式：以他相續中已成就的三寶為對象而祈求庇護的「普通皈依」，以及以未來在自相續將出現的三寶為對象而決心證取的「殊勝皈依」。每一種均有「三士」個別的皈依作法。學習大論的人，應以「殊勝皈依」為主而

ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །དེང་སང་ཁ་ཅིག་གིས་བོན་གྱི་གཤེན་ལྷ་འོད་དཀར་ནང་པའི་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་གཅིག་ཡིན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་མང་པོ་བོན་པོའི་གྲས་སུའང་བྱོན་པས། བོན་ལུགས་བྱེད་པ་ལ་ཡོན་ཏན་མ་གཏོགས་སྐྱོན་མེད་ཟེར་བ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལྟར་སྨྲ་བ་ནི་རང་ཉིད་ལྟ་ལོག་གི་བག་ཆགས་ངན་པས་རྒྱུད་བསླད་པས་ཤས་ཆེར་སྨོངས་པར་བྱས་པའི་གཏམ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་དུད་འགྲོའི་ནང་དུའང་བྱོན་སྲིད་པས་ཁྱི་ཕག་གི་ལུགས་བྱས་ན་ཡོན་ཏན་མ་གཏོགས་སྐྱོན་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས། བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་འདྲའི་སྐྱུགས་བྲོ་བའི་ལུགས་ངན་མཐའ་དག་འཕོངས་ཕྱིས་པའི་རྡོ་བཞིན་དུ་དོར་ནས། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྐྱབས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཁོ་ན་ལ་སྐྱབས་གནས་ཡང་དག་ཏུ་བཟུང་སྟེ་བློ་ཞེན་འགེལ་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། མདོར་ན་སྐྱབས་འགྲོ་ནི་ཚིག་བརྗོད་པ་ཙམ་ལ་མི་ཟེར་གྱི། ཉེས་ཅན་ཁ་དྲག་པའི་དཔོན་ལ་སྐྱབས་བཙོལ་བ་ལྟར། ངན་སོང་དང་འཁོར་བ་སོགས་ལ་འཇིགས་ཏེ་དཀོན་མཆོག་གིས་སྐྱོབ་ནུས་པའི་ཡིད་ཆེས་སྙིང་ནས་དབྱུང་གཉེན་རེ་ལྟོས་འཆའ་བའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་ཞིག་ལ་བྱེད་དགོས་པས། དེ་ནི་ཇི་ཙམ་གྱིས་སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཚད་ཡིན། སྐྱབས་འགྲོ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་མི་སྐྱེ་ཡང་དེ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་མ་སྐྱེས་ཀྱིས་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་སྐྱབས་འགྲོའི་ཚིག་འབུམ་ཐེར་བསགས་ཀྱང་སྐྱབས་འགྲོའི་ངོ་བོ་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་འདྲ་མི་བྱ་བར། འདིའི་རྒྱུ་དང་ངོ་བོ་སོགས་བཅོས་མ་མིན་པ་ཞིག་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་ཐབས་ལ་འབད་དགོས། དེ་ལ་འང་གཞན་རྒྱུད་ལ་གྲུབ་ཟིན་གྱི་དཀོན་མཆོག་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱབས་འཆའ་བ་སྐྱབས་འགྲོ་ཙམ་པོ་བ་དང་། རང་རྒྱུད་ལ་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་དཀོན་མཆོག་ལ་དམིགས་ནས་དེ་ཉིད་ཐོབ་བྱར་ཐག་བཅད་པའི་སྐྱབས་འགྲོ་ཁྱད་པར་བ་གཉིས་ལས། རེ་རེ་ལའང་སྐྱེས་བུ་གསུམ་སོ་སོའི་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་ལུགས་རེ་ཡོད་ཅིང་། རང་རེ་གཞུང་ཆེན་པོར་ཐོས་བསམ་བྱས་པ་དག་གིས་སྐྱབས་འགྲོ་ཁྱད་པར་ཅན་དེ་ཉིད་ལ་

努力修習。如果到了修皈依的時候，向來所學卻派不上用場，與一般在家老先生的皈依沒有區別，這是聞思不能致用所犯的錯誤。

641 不懂經論的人，也應具足皈依的二因而全心全意信賴三寶。具體作法應當如病人指望醫生、藥品和護士的態度來修。如能由具足二因之門至心信仰皈依處三寶，便是在相續中生起了清淨皈依，因此這是最主要的。否則，計數念皈依偈也好，自稱是菩薩和持明者也好，都一無是處。正如噶當派祖師[41]所說：「睨視顧盼的上座，或許尚未入內道佛教徒之列。」

庚四、皈依利益

皈依利益有八種：（辛一）入內道佛子數；（辛二）爲一切律儀之基礎；（辛三）滅盡往昔所集諸業障；（辛四）順易累積廣大福德；（辛五）人與非人不能爲害；（辛六）不墮惡趣；（辛七）無勞成就現前與究竟諸事；（辛八）速疾成佛。

642 **辛一、入內道佛子數**

修皈依時，不要像學舌一樣、流於空洞言詞，而是能至誠皈依。心中何時生起清淨皈依，何時即進入內道佛教徒之列。否則，即使計數滿十萬遍「皈依偈」，也不是內道中人。現在可以聽到很多人說唸皈依計數，而很少有人要在心中生起皈依。

以前達波地區有位比丘名叫「阿塔」，與朋友們一起唸皈依偈計數。阿塔因認真思惟皈依的內涵，需時甚久；其他人卻只顧計數，念得飛

[41] 指博朵瓦‧仁欽賽。

གཙོ་བོར་འབད་དགོས་ཀྱི། སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་རན་པ་ན་སློབ་གཉེར་བྱས་བྱས་པ་དེས་ཕན་མི་ཐོགས་པར། ཕལ་པ་ཁྲིམ་པ་རྒན་པོའི་སྐྱབས་འགྲོ་དང་ཁྱད་པར་མ་བྱུང་བ་ནི། ཐོས་བསམ་བྱས་པ་ཁ་ནང་དུ་མ་ཕྱོགས་པས་ནོངས་པ་ཡིན། གཞུང་ཆེན་མོ་མི་ཤེས་པས་ཀྱང་། རྒྱུ་གཉིས་ཚང་བའི་སྒོ་ནས་དཀོན་མཆོག་ལ་བློ་ཡིད་ཆེས་འགེལ་བྱེད། དེའི་ཚུལ་ནི་ནད་པ་དག་གིས་སྨན་དང་སྨན་པ་དང་ནད་གཡོག་ལ་རེ་ལྟོས་འཆའ་བ་ན་བློའི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་བྱེད་དེ། རྒྱུ་གཉིས་ཚང་བའི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་ལ་སྙིང་ནས་བློ་ཁེལ་བ་ན། སྐྱབས་འགྲོ་རྣམ་དག་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་གཙོ་ཆེ་བ་ཡིན་གྱི། དེ་མིན་སྐྱབས་འགྲོའི་ཚིག་གྲངས་གསོག་དང་། བྱང་སེམས་དང་རིག་འཛིན་དུ་ཁས་འཆེ་བས་ཅི་ཡང་མི་འབྱུང་སྟེ། བཀའ་གདམས་གོང་མ་ཚོའི་ཞལ་ནས། གནས་བརྟན་ཞལ་མར་གཟིགས་ཅིག་འདུག་པ་ལ། ད་དུང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གྲལ་དུ་མ་ཚུད་ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་འགྲོ་བ་ཡིན།

བཞི་པ་སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཕན་ཡོན་ལ། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པར་ཚུད་པ། སྡོམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་པ། སྔོན་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་རྣམས་ཟད་པར་འགྱུར་བ། བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བདེ་བླག་ཏུ་གསོག་པ། མི་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་གནོད་པས་མི་ཚུགས་པ། ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་བ། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་འགྲུབ་པ། མྱུར་དུ་འཚང་རྒྱ་བ་སྟེ་བརྒྱད་ལས། དེ་ལྟར་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་སྐབས་གཞན་གྱི་ལད་མོ་ལྟ་བུའི་ཁ་ཙམ་དང་། ཚིག་ཙམ་མིན་པར་སྙིང་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་སོང་སྟེ། སྐྱབས་འགྲོ་རྣམ་དག་རྒྱུད་ལ་ནམ་སྐྱེས་པ་ན། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པར་ཚུད་ཅིང་། དེ་མེད་པར་སྐྱབས་འགྲོ་འབུམ་བསགས་ཀྱང་ཅང་པར་མི་ཚུད། དེང་སྐབས་སྐྱབས་འགྲོ་གསོག་དགོས་ཟེར་བ་ལས་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་དགོས་ཟེར་མཁན་དཀོན། ཕྱར་དྭགས་པོར་དགེ་སློང་ཨ་ཐར་ཞེས་པ་ཊླ་བོ་བཙས་ཀྱིས་སྐྱབས་འགྲོ་བསགས་པས། ཨ་ཐར་གྱིས་སྐྱབས་འགྲོའི་དོན་ལ་མནོ་བསམ་ལེགས་པར་བསྒོར་ནས་

快。即將唸滿十萬遍的時候，他們都擔心阿塔唸的次數不夠，問他唸完多少，阿塔反問說：「難道你們只是在計算唸皈依偈的次數嗎？」(帕綳喀大師解釋說：修習皈依所緣而唸誦計數，這才切實有益。)

辛二、爲一切律儀之基礎

不論我們受三律儀中的任何一種律儀，都以皈依爲起始，否則戒體不生。
643 正如大地是房舍的基礎及禾稼、果樹、森林等生長的所在，皈依是一切律儀生起的根基。

辛三、滅盡往昔所集諸業障

心中若有皈依，過去造集的許多業障都將消盡，例如，「未生怨」王弒害已得不還果的父親「頻毗婆羅」(具色藏) ，造下無間罪和近無間罪，因皈依佛陀，得以清淨業障。如佛經中反復再三的講述，即便只是持誦諸佛的名號，或誦讀佛經，如誦持《般若經》一遍，也有清淨多劫罪障的功德。

辛四、順易累積廣大福德

皈依所致的利益和福德不可思議，《攝波羅蜜多論》中說：

「皈依福有色，三界器猶狹。」

尤其佛乃殊勝福田，對佛種下的善根，縱然缺乏清淨的動機，也必然成爲
644 證得圓滿菩提的因。《大悲白蓮華經》中提到：

「阿難，譬如某長者有一廣大良田，無諸岩石、樹根、荊棘及砂硃，善作耕耘。所選之種亦新鮮未腐，未受風吹日灼，不因斷裂、腐爛而損耗。此等種

བསགས་པས་ཕྱུན་རིང་འགོར། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱབས་འགྲོའི་ཚིག་གྲངས་གསོག་པ་ཞིག་ལས་མ་བྱུང་བས་མགྱོགས་པ་བྱུང་སྟེ་འབུམ་ཐེར་ཟིན་དུ་ཉེ་བ་ན། ཁོང་ཚོས་ཨ་ཐར་གྱིས་གྲངས་མ་ལོངས་དོགས་ནས་ཇི་ཙམ་སོང་དྲིས་པས། ཨ་ཐར་གྱིས། ཁྱོད་ཚོས་སྐྱབས་འགྲོ་གྲངས་ཀ་གསོག་གིན་ཡོད་དམ་ཟེར་བ་ལྟར། སྐྱབས་འགྲོའི་དམིགས་པ་སྐྱོང་བཞིན་གྲངས་བསགས་ན་གནད་དུ་སྨིན་པ་འོང་གསུངས། སྡོམ་གསུམ་གང་ཁས་བླངས་ཀྱང་སྐྱབས་འགྲོ་རྩོམ་བྱེད་དུ་བྱེད་དགོས་ཀྱི། དེ་མེད་པར་མི་སྐྱེ་བ་དཔེར་ན། ས་གཞི་ནི་ཁང་ཁྱིམ་དང་། ལོ་ཏོག །རྩི་ཤིང་ནགས་ཚལ་སོགས་སྐྱེ་བའི་རྟེན་ཡིན་པ་ལྟར་སྐྱབས་འགྲོ་ནི་སྡོམ་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བའི་གཞི་རྟེན་ཡིན། སྐྱབས་འགྲོ་ཡོད་ན་སྔོན་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པའང་མང་པོ་འཛད་པ་རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དགྲས་རང་གི་ཡབ་གཟུགས་ཅན་སྙིང་པོ་ཕྱིར་མི་འོང་བའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་བཀྲོངས་པ་སོགས་མཚམས་མེད་དང་། ཉེ་བའི་མཚམས་མེད་བྱས་པའང་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ལས་སྒྲིབ་བྱང་བ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་ཙམ་བརྗོད་པ་དང་། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་སྡེ་ལྟ་བུ་ཚར་རེ་བཀླག་ཉའང་བསྐལ་པ་མང་པོའི་སྡིག་སྒྲིབ་བྱང་བར་མདོ་སྡེ་ནས་ཕན་ཡོན་ཡང་ཡང་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། ཕར་ཕྱིན་བསྡུས་པ་ལས་ཀྱང་། སྐྱབས་སོང་བསོད་ནམས་གཟུགས་མཆིས་ན། །ཁམས་གསུམ་འདི་ཡང་སྣོད་དུ་ཆུང་། །ཞེས་པ་ལྟར་སྐྱབས་འགྲོ་བྱས་པའི་ཕན་ཡོན་དང་བསོད་ནམས་དཔག་གིས་མི་ལང་བ་ཡོད། ལྷག་པར་སངས་རྒྱས་ནི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་སོང་བས་དེ་ལ་བསྙེན་པའི་དགེ་རྩ་ཀུན་སློང་རྣམ་དག་གིས་མ་ཟིན་ཀྱང་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་ངེས་པར་འགྱུར་སྟེ། སྙིང་རྗེ་པདྨ་དཀར་པོའི་མདོ་ལས། ཀུན་དགའ་བོ་འདི་ལྟ་སྟེ་དཔེར་ན། ཁྱིམ་བདག་ཞིང་པའི་ཞིང་དོ་མེད་པ། སྡོང་དུམ་དང་ཚེར་མ་མེད་པ། གྱོ་མོ་དང་གསེག་མ་མེད་པ། ས་ལྷག་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པར་གྱུར་ཏེ། ལེགས་པར་རྨོས་ཤིང་ལག་བྱེད་ཀྱིས་ཕྱིན་པར་བྱས་ལ། དེའི་ས་བོན་ཡང་སར་པ་གྲུང་པོ་ཆེས་ལེགས་པར་བྱས་པ། རླུང་དང་ཉི་མས་མ་ཉམས་པ། མ

子應時播入田中，時時灌溉，或令乾燥，以一切種善護之。阿難，若彼長者後時復至田前，立於塍言：願汝種不成！願汝種不生！願不增長！我不需有果！我不需所得！阿難，於意云何？彼長者能以言辭令彼等種不成種否？」答曰：「不也，世尊！不也，如來！」復問：「彼果不成果否？不現前得否？」答曰：「不也，世尊！不也，如來！」佛說：「阿難！彼讚嘆三有、歡喜三有者亦復如此，彼供佛已，發願永不以此善根成究竟涅槃，然不成究竟涅槃者無有是處。阿難！於佛所生之諸善根，不欲亦成涅槃果，我說彼等終成涅槃。如是乃至於佛世尊一念心生，彼等一切善根之果即是涅槃，我說彼等終成涅槃。」

辛五、人與非人不能爲害

645 皈依人與非人不能爲害。以前有外道修「風繩法」成就，企圖用風繩套住一位年輕的佛教居士，未能得逞；[42]印度有一人觸犯王法，被放逐到屍林中，以前凡是被扔進屍陀林的人，當晚就被食肉非人攫走吃掉，沒有一人存活，此

[42] 由於居士至誠皈依三寶，外道放出的風繩在他面前呈鞠躬狀而退回。數次受挫後，外道爲皈依的力量所懾服，便與諸門徒改信佛教。

ཆག་མ་གྱུགས་ཤིང་མ་རུལ་དེ་རྒྱུད་མ་ཐྲེས་པར་གྱུར་ལ། ས་བོན་དེ་དག་དུས་དང་ཚོགས་སུ་ཞིང་ལ་བཏབ་སྟེ་དུས་དུས་སུ་རྒྱུས་བཙུས། དུས་སུ་བསྐམས། ཐམས་ཅད་ལས་ལེགས་པར་བསྡུངས་ན།། ཀུན་དགའ་བོ་དེ་ནས་ཁྱིམ་པ་ཞིང་པ་དེ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་ཞིང་གི་དྲུང་དུ་སོང་སྟེ་ཞིང་གི་སྨུར་འདུག་ནས། ཀྱེ་ས་བོན་ཁྱེད་ས་བོན་དུ་མ་གྱུར་ཅིག །ཀྱེ་ས་བོན་ཁྱེད་མ་སྐྱེ་ཞིག །མ་འཕེལ་ཅིག །ང་ལ་འབྲས་བུ་མི་དགོས། སྙེད་པ་མི་དགོས་སོ་ཞེས་དེ་སྐད་ཟེར་ན། ཀུན་དགའ་བོ་དེ་ཇི་སྙམ་དུ་སེམས། ཁྱིམ་བདག་ཞིང་པ་དེའི་ཚིག་གིས་ས་བོན་དེ་དག་ས་བོན་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རམ། གསོལ་བ། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ལགས་སོ། །བདེ་བར་གཤེགས་པ་མ་ལགས་སོ། །བཀའ་སྩལ་པ། འབྲས་བུ་དེ་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རམ། སྙེད་པ་མངོན་པར་མི་འགྲུབ་བམ། གསོལ་བ། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ལགས་སོ། །བདེ་བར་གཤེགས་པ་མ་ལགས་སོ། བཀའ་སྩལ་པ། ཀུན་དགའ་བོ་དེ་བཞིན་དུ་སྲིད་པ་ལ་བསྟོད་ཅིང་སྲིད་པ་ལ་དགའ་བས་སངས་རྒྱས་ལ་ཡོན་ཕུལ་ནས་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདིས་བདག་ཅག་ནམ་ཡང་ཡོངས་སུ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་དེ་སྐད་ཟེར་ཡང་དེ་ཡོངས་སུ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་མི་འགྱུར་བའི་གནས་མེད་གོ་སྐབས་མེད་ཀྱི། ཀུན་དགའ་བོ་སངས་རྒྱས་ལ་བསྐྱེད་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་དེ་དག་མི་འདོད་ཀྱང་འབྲས་བུ་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ཏེ། ཐ་མ་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་བར་དུ་འགྱུར་བར་ང་སྨྲའོ། །དེ་ལྟར་ཇི་ཙམ་དུ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་སེམས་གཅིག་བསྐྱེད་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲས་བུའང་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ཏེ། ཐ་མ་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་བར་དུ་འགྱུར་བར་ང་སྨྲའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། མི་དང་མི་མིན་གྱི་གནོད་པས་ཀྱང་མི་ཚུགས་ཏེ། མུ་སྟེགས་རླུང་ཞགས་གྲུབ་པས་ནང་པའི་དགེ་བསྙེན་གཞོན་ནུ་ཞིག་ལ་རླུང་ཞགས་འཕངས་ཀྱང་གླགས་མ་རྙེད་པ་དང་། རྒྱ་གར་ནས་མི་གཅིག་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཁྲིམས་ཤོག་སྟེ་དུར་ཁྲོད་དུ་བོར་བ་ན། གཞན་མ་དུར་ཁྲོད་དེར་བསྐྱུར་བ་ཐམས་ཅད་དེ་

人用一塊僧衣碎布放在頭上，並作皈依，得免非人之害。[43]

過去有個藏人牧民，在荒原迷路一天，遭到熊的攻擊，幾乎死去，他醒來時頭部已受到重創。後來有位上師問起他受傷的原因，便向上師陳述了遇險的經過，於是上師爲他開示「皈依」教授。後來有一天，他又再次與熊遭遇，便疾作皈依，那頭熊用鼻子嗅了嗅，居然聞不出人的氣味而走開了。

又如給孤獨長者的故事，他只是口誦「皈依偈」，便在夜晚看見逃離屍陀林的路，非人也無法傷害他，後來因爲禮拜一座外道神像而失去加持。[44]

646 有一小偷，竊知有人供養一位比丘布匹，便在夜間前來行竊，比丘設計捆綁住他的雙手，一邊口稱三寶之名，一邊用棍子痛打三下。小偷逃走後，來到一座橋樑下方，那座橋上經常有非人出沒。他覆誦先前比丘的話，暗自嘀咕道：「幸虧只有這三句，要是更多，我今天就死定了。」當天晚上，沒有非人敢經過那座橋。

（帕繃喀大師例舉了這些故事，接著說道：我們面臨緊要關頭時不要恐慌，應衷心仰賴三寶，以三寶爲唯一的皈依處而修皈依。）

辛六、不墮惡趣

皈依能免墮生惡趣。以前有位天子，死後確定受生爲豬，臨終時向帝釋求救，但帝釋無力救助而轉求佛陀，佛陀開示了「皈依」教誡，後來天子依佛教誡在皈依中死去。後來帝釋觀察該天子死後受生在何處，由於各界天神只能見

---

[43] 詳見於《地藏十輪經》。

[44] 當長者口誦『皈依偈』時，空中有一道光出現爲其引路，在他拜了外道的神像後，光便消失了。

ཉུབ་ནས་མི་མིན་ཤ་ཟ་ལྷ་བུས་ཁྲིར་ཏེ་ཟ་འགྲོ་བ་ལས་གཅིག་ཀྱང་སྟོད་པ་མི་འོང་བ་ལ། ཁོས་དགེ་འདུན་གྱི་ན་བཟའི་ཚལ་པ་ཞིག་སྤྱི་བོར་བཞག་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་བྱས་པས་མི་མིན་གྱིས་གནོད་མ་ཚུགས་པ་དང་། སྟོན་འགྲོག་པའི་མི་ཞིག་ས་སྟོང་དུ་ཞག་གཅིག་ལུས་པ་དྲིད་ཀྱིས་བཟུང་སྟེ་ཤི་ལ་ཁད་དུ་བྱས། ཕྱིས་སོས་ནས་མགོ་རྨ་རོར་སོང་བ་ལ། བླ་མ་ཞིག་གིས་དེའི་རྒྱུ་དྲིས་པ་ན། ཁོས་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པས། བླ་མས་སྐྱབས་འགྲོའི་མན་ངག་བསྟན། ཕྱིས་ཤིག་ཡང་བསྐྱར་དྲིད་དང་ཐུག་སྐབས་སྐྱབས་འགྲོ་བྱས་པས། དྲིད་དེས་སྣ་སྐྱོམས་ཙམ་བྱས་ནས་མིའི་དྲི་ཙམ་ཡང་མ་ཚོར་བར་སོང་བ་དང་། ཁྱིམ་བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་གྱིས་སྐྱབས་འགྲོའི་ཚིག་ཙམ་བཏོན་བཞིན་དུ་མཚན་མོར་དུར་ཁྲོད་དུ་སོང་བའི་ལམ་མཐོང་ཞིང་། མི་མ་ཡིན་གྱིས་གནོད་པ་བྱ་མ་ནུས་ལ། སྲུ་སྡིགས་པའི་ལྷ་རྟེན་ཞིག་ལ་ཕྱག་བཙལ་བས་ཉམས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་དང་། ཡང་དགེ་སློང་ཞིག་ལ་གཞན་གྱིས་རས་ཕུལ་བ་ཀུན་མས་མཐོང་ནས་མཚན་མོར་བརྐུར་འོངས་པའི་ཚེ་དགེ་སློང་གིས་ཐབས་བྱས་ནས་ཁོའི་ལག་པ་བཀྱིགས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་མཚན་ནས་སློས་ཏེ། དབྱུག་པས་ལན་གསུམ་དུ་བརྒྱབ་པས། ཀུན་མ་དེ་བྲོས་ཏེ་མི་མ་ཡིན་རྒྱུ་བའི་ཟམ་པ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་སྡར་དགེ་སློང་གིས་བརྗོད་པ་བསྐྱར་གྱིན། དེ་གསུམ་ལས་མེད་པ་སྟབས་ལེགས། དེ་ལས་མང་ཙམ་ཡོད་ན་ཁོ་བོ་གསོད་པ་འདུག་ཟེར་ལྐོག་ལབ་བྱས་ནས་བསྡད་པས། དེ་ཉུབ་ཟམ་པའི་སྟེང་དུ་མི་མ་ཡིན་རྒྱུ་མ་ནུས་པའི་རབས་སོགས་གསུངས་ནས། རང་རེའང་གལ་ལ་ཐུག་ན་འཇིགས་སྐྲག་མི་བྱེད་པར། བློ་གཏིང་དཀོན་མཆོག་ལ་གཏད་དེ་སྐྱབས་གནས་གཅིག་ཆོག་བྱས་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དགོས། ངན་སོང་གི་སྐྱེ་བ་བཟློག་པའང་། ཤག་ཏུ་སྐྱེ་རིམ་པའི་ལྷའི་བུ་ཞིག་གིས་འཆི་ཁར་བརྒྱ་བྱིན་ལ་སྐྱབས་བཙལ་བ་ན། དེས་བསྐྱུབ་མ་ནུས་པར་སངས་རྒྱས་ལ་ཞུས། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྐྱབས་འགྲོའི་གདམས་པ་བསྟན་པ་བཞིན་ལྷའི་བུས་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་བཞིན་དུ་ཤི། རྗེས་སུ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་དེ་གང་དུ་སྐྱེས་འདུག་བརྟགས་པ་ན། ལྷ་རྣམས་ནི་རང་སའི་སེམས་ཀྱིས

到比自己低下的地方而無法看到上層天，帝釋無法在上層天發現他的蹤迹，便向佛請示，佛揭示說，他已受生在兜率天中。由此可見，「皈依」修法不僅使
647 必然受生爲豬的天子免墮惡趣，還令讓他往生更高層的天界！現在我們口誦『皈依發心偈』時，不知道「皈依」法的重要性，總是東看西瞧、心生散亂；而在念「娑跋瓦」等觀空咒的時候，卻喜歡裝模作樣、故弄玄虛地閉閉眼睛，這反映出：我們根本不知道內道的入門和免墮惡趣的稀有方法在哪裡！

阿底峽尊者洞察皈依和業果的重要性，而開示這方面的教授，故而得到「皈依上師」和「業果上師」的稱謂。尊者聽說此事後言道：「單憑我的這個名字，也能利益聖教！」

所以，我們與其假裝修一修在臨終時使不上力的生圓次第，還不如修習清淨皈依，因爲它能保證我們下一輩子不墮惡趣。桑結繃曾說：

「總之死無常，心中若未生，
『集密』未爲深；心生死想時，
三皈依亦深。」[45]

648 辛七、無勞成就現前與究竟諸事

隨願成就的方法，沒有比皈依更殊勝的了。正如菩薩熱振瓦[46]所說的那樣：「別太指望於人，而應啓請於天。」過去的大德，其暫時和究竟諸事一切都是依靠祈禱三寶（天）而實現願望。以前熱振地方有個人，就是靠這個方法贏得訴訟等事。

辛八、速疾成佛

現在因作皈依而形成「造作等流果」，能使我們在今生中一遇到惡緣便立刻一心皈依。因爲心總是跟著習慣走，法爾如是；所以臨終之時，也能憶念佛

[45] 引自《噶當嘉言集》。
[46] 疑爲仲敦巴的另一個尊稱。仲敦巴於 1057 年創建了噶當派祖寺熱振寺，該寺位於拉薩以北六十里外的機曲河邊，毀於文革期間。

གནས་འོག་མ་རྣམས་མཐོང་ལ། གོང་མ་མི་མཐོང་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་དེ་མ་མཐོང་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་ཞུས་པར། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་པ་ན། དགའ་ལྡན་གྱི་ལྷ་གནས་སུ་སྐྱེས་ནས་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ཕག་ཏུ་སྐྱེ་དེས་ཀྱི་ལྷའི་བུ་ངན་སོང་གི་སྐྱེ་བ་ལྡོག་པས་མི་ཚད་པར། ལྷ་གནས་མཐོན་པོ་དེ་ཙམ་དུ་སྐྱེས་ན། ད་ལྟ་རང་རེས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཚོགས་མ་སོགས་འདོན་སྐབས༑ དེ་ལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་མི་ཤེས་པར་པར་ཡིངས་ཚུར་ཡིངས་བྱས་ཏེ་སྡོད། སྨྲ་ཀླུཤ་སོགས་ཀྱི་ཚེ་སྒོམ་ཟབ་མདོག་གིས་མིག་ཙུམ་ཙུམ་གྱི་ཟོབ་བྱེད་པ་ནི། ནང་པའི་འཇུག་སྒོ་དང་༑ ངན་སོང་གི་སྐྱེ་བ་ལྡོག་པའི་ཐབས་རྨད་དུ་བྱུང་བ་གང་ན་ཡོད་མ་ཤེས་པའི་རང་རྟགས་བསྟན་པ་ཡིན། ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་སྐྱབས་འགྲོ་དང་ལས་འབྲས་ཁོ་ན་གནད་ཆེ་བར་གཟིགས་ནས་བསྟན་པས་མཚན་ལའང་བླ་མ་སྐྱབས་འགྲོ་བ་དང་། བླ་མ་ལས་འབྲས་པ་ཞེས་གསོལ་བ་བྱུང་། དེའི་ཚུལ་ཇོ་བོས་གསན་པས་ངའི་མིང་དེས་ཀྱང་བསྟན་པ་ལ་ཕན་གསུངས། དེས་ན་རང་རེས་འཆི་ཁར་ལག་ཏུ་མི་ཁེལ་བའི་བསྐྱེད་རྫོགས་བསྒོམ་ལོ་བྱེད་པ་བས་སྐྱབས་འགྲོ་རྣམ་དག་བྱས་ན། རེས་གཅིག་ལ་ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་བ་ཐག་ཆོད་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་དཔོན་གྱི་ཞལ་ནས། མདོར་ན་འཆི་བ་མི་རྟག་པ། །བདག་གི་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་ན། །གསང་བ་འདུས་པ་མི་ཟབ་སྟེ།། འཆི་བ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་ཚེ། །སྐྱབས་འགྲོ་ཚིག་གསུམ་ཟབ་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། ཅི་བསམ་འགྲུབ་པའི་ཐབས་ཀྱང་སྐྱབས་འགྲོ་ལས་ལྷག་མེད། བྱང་སེམས་རྣ་སྒྲེང་བས། མི་ལ་རེ་བ་མ་ཆེ། ལྷ་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་དག་གིས་གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་ལྷ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་སྒྲུབ་ལ། སྔར་རྣ་སྒྲེང་དུ་མི་གཅིག་གིས་ཁ་མཆུའི་རྩོད་པ་སོགས་ཀྱང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་བ་བྱུང་། སྔར་དུ་འཚང་རྒྱ་བ་ཡང་། ད་ལྟ་སྐྱབས་འགྲོ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུར་ཚེ་འདིར་རྐྱེན་ངན་གང་བྱུང་ཡང་དེ་མ་ཐག་སྐྱབས་འགྲོ་ལ་གཞོལ་བ་དང་། བློ་ནི་གང་གོམས་པ

陀。如《三摩地王經》中所說：

「如是念能仁，佛身無量智，
常能修隨念，心趣注於此。」

又說：

649 **「清淨身語意，常讚佛勝德，**
如是修心續，晝夜見世怙。
若時病不安，受苦至於死，
念佛不退失，苦受莫能奪。」

（帕繃喀大師總結說，皈依不僅有上述利益，還能令一切生中獲暇滿身，遇皈依處，不離皈依行，學究竟道而在自相續中成就三寶、速疾成佛。）

庚五、皈依學處

皈依學處可分兩種：（辛一）各別學處；（辛二）共同學處。

辛一、各別學處

650 各別學處中又分（壬一）應遮學處；（壬二）應修學處二種。

壬一、應遮學處

（一）不皈依世間天神

皈依佛後不可皈依世間天神。現在連一些比丘在遇到意外，窘困無奈時，也跑到世間天神像前，叩頭如倒蒜，這種行爲敗壞了佛弟子的聲譽。如前已述，如果認爲有兩種不同皈依處，將破壞自相續的皈依律儀，並被逐出內道的行列。

我們可以對天、龍、王魔、厲鬼等施以朵瑪及作香施、煙施，只是請他們作如法的助伴，而不必皈依。就像給別人送禮，請他們幫忙辦事，而不需皈依一樣。

（二）不損害有情

651 皈依法的人不應傷害有情。傷害的意思，不僅是指屠殺、捶打和掠奪等情

དེའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་འཆི་ཁར་ཡང་སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་སོགས་འབྱུང་སྟེ། མདོ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། དེ་བཞིན་རྒྱལ་བ་ཡི་ནི་སྐུ་བྱད་དང་། །ཡེ་ཤེས་དཔག་ཏུ་མེད་པར་ཐུབ་དབང་དྲན། །རྟག་པར་རྗེས་སུ་དྲན་པ་བསྒོམ་བྱས་ན། །དེ་ལ་སེམས་གཞོལ་རབ་ཏུ་འབབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ལུས་དང་ངག་དང་ཡིད་རབ་དང་བ་ཡིས། །རྟག་ཏུ་སངས་རྒྱས་དག་གི་བསྔགས་པ་བརྗོད། །དེ་ལྟར་དེས་ནི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་བསྒོམས་པས། །ཉིན་མཚན་དུ་ཡང་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་མཐོང་། །ནམ་ཞིག་དེ་ནི་ན་ཞིང་མི་བདེ་ནས། །ཤི་ལ་ཐུག་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཚོར་བྱུང་ན། །སངས་རྒྱས་ལ་ནི་དྲན་པ་མི་ཉམས་ཏེ། །སྡུག་བསྔལ་ཚོར་བས་འཕྲོག་པར་ཡོང་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། དེར་མ་ཟད་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་དལ་འབྱོར་འཐོབ། སྐྱབས་དང་མཇལ། སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་པ་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། མཐར་ཐུག་ལམ་ལ་བསླབ་ནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་རང་རྒྱུད་ལ་འགྲུབ་སྟེ་མྱུར་དུ་འཚང་རྒྱ་བ་འོང་གསུངས།

གཉིས་པ་སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་བསླབ་བྱ་ལ་གཉིས། སོ་སོའི་བསླབ་བྱ་དང་། ཐུན་མོང་གི་བསླབ་བྱའོ། །དང་པོ་སོ་སོའི་བསླབ་བྱ་ལའང་དགག་པའི་བསླབ་བྱ་དང་། སྒྲུབ་པའི་བསླབ་བྱ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལ་སྐྱབས་བཙལ་བ་སོགས་མི་བྱེད། ད་ལྟ་དགེ་སློང་འགའ་རེས་ཀྱང་གྲ་མ་འགྲིགས་པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་ཝུ་ཐུག་པ་ན། འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་རྟེན་རྩར་སོང་ནས། ཕྱག་དམར་སྐྱུར་སྐྱུར་དུ་འཚལ་བ་ནི་ཆོས་པའི་ཀང་དྲངས་པ་སྟེ། སྔར་བཤད་པ་ལྟར་སྐྱབས་ལ་གཉིས་འཛིན་ཙམ་བྱུང་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱབས་འགྲོའི་སྡོམ་པ་འཇིག་འགྲོ་བས་ནང་པའི་གྲལ་ནས་བུད་ཚར་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཀླུ་རྒྱལ་བཙན་སོགས་ལ་གཏོར་མ་དང་བསང་གསུར་བཏང་ནས་ཆོས་མཐུན་གྱི་གྲོགས་ཿ་བཅོལ་བ་ཙམ་རུང་ཡང་། སྐྱབས་སུ་འགྲོ་མི་དགོས་ཏེ། གཞན་ལ་ཟན་པ་སྟེར་ནས་ལས་ཀའི་རོགས་བཅོལ་བ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་མི་དགོས་པ་དང་འདྲ། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ནི་སེམས་ཅན་ལ་གནོད་འཚེ་མི་བྱེད།

節特別惡劣的事情，指派不正當的苛捐雜稅、以及虐待動物，如強迫牲畜超重馱負等，也是損害有情的行爲，不可以去做。

（三）不與外道共住

皈依僧後不可與外道交往。雖然在藏地並沒有真正的印度外道，但還是有與之類似的人，他們不信三寶和業果，認爲這些都是善辯的上師、格西們捏造出來的。我們應避免與這類人深交。我們的見地尚不堅固，很有可能輕信他們的話而改變信念，所以應當與這些惡友保持距離。

某人在格西博朵瓦面前提出他對佛陀降世的懷疑，當時格西善巧地反駁說：「那麼您的祖先德烏那貢也從未出現過。」此人說：「他是確有其人，因爲他留下某某手迹、某某遺物。」博朵瓦引用相同的理路說：「佛陀也留有這些遺規、這些經典！」此人才相信佛陀曾降臨於世。

652 **壬二、應修學處**

（一）敬佛像猶如大師

皈依佛後，對一切佛像都應想成是真正的佛，包括質地低劣或形狀醜陋的佛像，甚至「擦康」內的殘破佛像亦然。

《親友書》中說：

「隨工巧拙木造等，智者應供善逝像。」

我們往往對來自印度的「利瑪」像[47]和銅像、金像等抱有很大的敬重，將這些佛像安置在佛龕的最深處；對泥等製成的佛像卻沒什麼信心，已殘破的佛像就放在堆垃圾的地方，準備有一天送到「擦康」。先輩祖師們說過，將佛像往外送，無異於將自己的福報往外推。

[47] 古代印度東部所鑄響銅佛像。

གནོད་འཚེ་ཡང་སྲོག་གཅོད་བརྡུང་བརྡེག་འཕྲོག་པ་སོགས་གནོད་པ་བྱེད་པ་ལྟ་ཅི། མི་འོས་པའི་
ཁྲལ་འགེལ་བ་དང་། དུད་འགྲོ་ལྟ་བུར་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པའི་ཁལ་ལྕི་མོ་འགེལ་བ་རྩུན་ཡང་
གནོད་འཚེ་ཡིན་པས་མི་རུང་། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་གྲོགས་མུ་སྟེགས་ཅན་དང་མི་
འགྲོགས་པ་སྟེ། བོད་འདིར་མུ་སྟེགས་པ་དངོས་མེད་ཀྱང་དེ་དང་ཆ་འདྲ་བ་དཀོན་མཆོག་དང་
ལས་འབྲས་ཟེར་བ་དེ་ཙང་ཨེ་བདེན་ན། དེ་འདྲ་བླ་མ་དང་དགེ་བཤེས་ཁ་བདེ་བ་དག་གིས་བཤད་
པ་ཙམ་ཡིན་ཟེར་བ་ཡོད་པས་དེ་དག་དང་འགྲོགས་འདྲིས་མི་ཉན། རང་རེ་སེམས་ལ་བརྟན་པ་མ་
ཐོབ་པས། དེ་དག་གི་ཁ་ལ་བལྟས་ནས་བློ་འགྱུར་ཉེན་ཡོད་པས། གྲོགས་ངན་དེ་འདྲ་དང་རྒྱང་
བསྲིང་དགོས། པོ་ཏོ་བའི་དྲུང་ན། སངས་རྒྱས་བྱོན་པ་མི་བདེན་པར་སྨྲ་བ་བྱུང་བ་ན། དེ་ལ་
དགེ་བཤེས་ཀྱིས་ཐབས་མཛད་དེ། འོ་ན་ཁྱེད་རང་གི་ཕ་མེས་ཧེའུ་རྣ་གོང་ཡང་མ་བྱུང་གསུངས་
པས༑ དེ་བྱུང་སྟེ་དེས་བཞག་པའི་ལག་རྗེས་འདི། ཡིག་རིས་འདི་ཞེས་སྨྲས་པར། པོ་ཏོ་བས་
ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་རིགས་མཚུངས་བཀོད་དེ། སངས་རྒྱས་བྱོན་པའི་ཕྱག་རྗེས་འདི། གསུང་རབ་
འདི་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ན། གཞི་ནས་ཁོས་སངས་རྒྱས་བྱོན་པར་ཡིད་ཆེས་པ་བྱུང་ཚུལ།
　　　　གཉིས་པ་སྨྲུབ་པའི་བསླབ་བྱ་ནི། དང་པོ་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ནི།
བཤེས་སྤྲིང་ལས། ཇི་ལྟར་བདེ་གཤེགས་སྐུ་གཟུགས་ཤིང་ལས་ཀྱང་། །བགྱིས་པ་ཅི་འདྲ་ཡང་
རུང་མཁས་པས་མཆོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་གཟུགས་རྒྱུ་དང་བཟོ་དབྱིབས་
ངན་པ་ལྟ་བུ་དང་། རྩྭ་ཁང་ནང་གི་ཆག་དུམ་ཡན་ཆད་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་འཛོག་
དགོས། རང་རེས་རྒྱ་གར་ལི་མ་དང་ཟངས་གསེར་སོགས་ཀྱི་སྐུ་ལ་དད་པ་ཆེར་བྱེད་ཅིང་ལྷ་ཁང་
གི་ཕྱུག་ཏུ་བཞག །འཛེམ་པ་ལས་བྱས་པ་སོགས་ལ་དད་པ་ཆུང་ཞིང་ཆག་གྲུམ་སོང་བ་ལྟ་བུ་ནི་
ལྕི་རྭ་སོགས་སུ་བཞག་ནས་ནམ་ཞིག་རྩྭ་ཁང་དུ་བསྐྱལ་བ་དེ་འདྲ་ཡོད།སྐུ་འདྲ་ཕྱི་རོལ་དུ་སྐྱེལ་བ་
འདི་རང་གི་བསོད་ནམས་ཕྱིར་སྐྱེལ་བ་ཡིན་ཞེས་བླ་མ་གོང་མ་རྣམས་གསུང་། དེ་བཞིན་དུ་སྐུ་ཐང་

同樣的，唐卡一舊，就把緞質邊幅拆掉，卷起正中的畫面處理掉。這已暴露出當事者對三寶缺乏信敬，內心已經腐爛。

653 **（二）下至一字紙頁應敬如法寶**

皈依法後，下自一字也應敬之如真正的法寶，否則生生世世將變成愚癡無知之輩等，過失極大。霞惹瓦曾說：

「我們對法任意戲弄，不恭敬法與法師，這是惡慧之因。我們現在已經夠愚昧了，不要再積集愚癡的因。如果將來比現在更愚癡，我們又該如何呢？」

我們通常把一枚五分硬幣看得比一張字紙更貴重。如果我們發現有錢掉入泥坑裡，會設法用長棍等物撈取，對字紙則不然。

以前嘉旺卻杰（佛王法主）[48]擔任基巧堪布[49]時，政府任命他負責「鐵虎
654 年調查組」[50]。當時他的辦公處堆滿了各地宗谿眾多的官書文契，每當要走動，像如廁的時候，他總是先搬移文件，空出一條通道才走，此做法應當效法。

（三）下至紅黃僧衣殘布應敬如僧寶

皈依僧後，對掉落在地上的僧衣殘布、補釘或穿在身上的僧衣也應保持極大的恭敬。格西敦巴仁波切和大瑜伽師在路上發現一塊黃布補釘時，不是貿然踩過，而是撿拾起來抖動乾淨後，再放在潔淨的地方以示恭敬。這樣的行持我們應當效法。

《地藏十輪經》中說：

「瞻波華雖枯，尤勝諸餘華；
犯戒罪比丘，仍勝諸外道。」

---

[48] 法名爲洛桑成烈南傑（善慧事業尊勝，十九世紀），色拉寺著名高僧，著有《文殊怙主法王大宗喀巴傳‧佛教美飾稀有摩尼鬘》與《俱舍論疏》等。

[49] 達賴喇嘛隨身近侍中的高級僧職。

[50] 1890 年，西藏政府爲審查官方文件以修改法規而成立的機構。

སོགས་ཀྱང་བརྙིངས་པ་ན་གོང་གཞམ་ཕྲལ་ཏེ་མེ་ལོང་བསྐྱིལ་ནས་འཇོག་པ་སོགས་ནི་རང་གིས་དཀོན་མཆོག་ལ་དད་གུས་མེད་པར་རྩ་བ་རྡུལ་བའི་རྟགས་ཡིན་གསུངས།

གཉིས་པ་ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ནི། ཡི་གེ་ན་གཅིག་ཙམ་ཆད་ལ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་དངོས་ལྟར་གུས་པ་བྱ་དགོས། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན། ཚེ་རབས་ནས་ཚེ་རབས་སུ་གླེན་ཞིང་གཏི་མུག་པར་འགྱུར་བ་སོགས་སྐྱོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། ཤ་ར་བའི་ཞལ་ནས། རང་ཅག་ཆོས་ལ་རྩེད་མོ་ཙི་ཡང་བྱེད་པར་འདུག་སྟེ་ཆོས་དང་ཆོས་སྨྲ་བ་ལ་མ་གུས་པ་ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་རྒྱུ་ཡིན། རྨོངས་པ་ད་ལྟའི་འདི་གས་ཆོག་གི་རྨོངས་པའི་རྒྱུ་མ་སོག །འདི་ལས་རྨོངས་ན་ཅི་བཏུབ་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ཡང་རང་རེ་རྣམས་དངུལ་སྐར་ལྟ་དང་ཡི་གེ་ཤོག་འཛར་གཉིས་ལས་དང་པོ་མཐོང་ཆེ་སྟེ། དངུལ་ཐབ་དོང་སོགས་སུ་ལྷུང་བ་མཐོང་ན། དབྱུག་པ་རིང་པོ་ཙམ་གྱི་ཐབས་བྱས་ཏེ་ལེན་ལ། ཡི་གེ་ལ་ནི་དེ་ལྟར་མི་བྱེད། སྔོན་རྒྱལ་དབང་ཆོས་རྗེས་སྤྱི་ཁྱབ་མཁན་པོ་གནང་སྐབས; སྡེ་པ་གཞུང་ནས་ལྕགས་སྟག་ཞིབ་གཞུང་ཐེར་བ་དེ་གསར་འགོད་མཛད་པའི་སྤྱི་ཁྱབ་ཏུ་ཁྱེར་ཕེབས་དགོས་བྱུང་བར། དེའི་ཚེ་རྫོང་གཞིས་ཁག་དུ་མའི་གདན་ཁྲ་ཡིག་རིགས་མང་པོ་བཀྲམ་ནས་ཡོད་པར་ཆབ་གསེང་ཕེབས་སྐབས་སོགས་ཀྱི་ཚེ་ཡི་གེ་རྣམས་པན་ཚུན་དུ་བསལ་ཏེ་བྱོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཞིན་བྱ་དགོས།

གསུམ་པ་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ནི། དགེ་བཤེས་སྟོན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོས་ལྷན་པ་སེར་པོ་རེ་འགོམ་པའི་སར་ཡོད་ཀྱང་མི་འགོམ་པར་སྤྱུགས་ནས་ས་གཙང་སར་སྤྱིལ་བར་གནང་བའི་སྲོལ་བཞིན་ལྟར་དགེ་འདུན་པའི་ན་བཟའི་ཚལ་བུ་དང་ལྷན་པ་དམར་སེར་ཙམ་ས་ལ་ལྷུང་བ་དང་། གྱོན་པ་དག་ལའང་ཤིན་ཏུ་གུས་པ་བྱ་དགོས་ཏེ། སའི་སྙིང་པོ་འཁོར་ལོ་བཅུ་པའི་མདོ་ལས། ཙམ་པ་ཀ་ཡི་མེ་ཏོག་རྙིངས་གྱུར་ཀྱང་། །མེ་ཏོག་རྣམ་པ་གཞན་ལས་ཤིན་ཏུ་ལྷག །དགེ་སློང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་ཤིང་སྡིག་སྤྱོད་ཀྱང་། །མུ་སྟེགས

假如我們對犯戒比丘不敬，會導致什麼樣的過失呢？其過失當如《勸發增上意樂經》中所說：

655 **「希樂功德住林藪，不應觀察他過失，**
不應起心作是念：我是超勝我第一。
此憍是諸放逸本，永不應輕劣比丘，
一劫不能得解脫，此是此教之次第。」

辛二、共同學處

共同學處有六條：（壬一）由念三寶功德之門再再皈依；（壬二）由念恩之門嚼噉之先應作供養；（壬三）安置他有情於皈依；（壬四）由念利益之門晝三次夜三次皈依；（壬五）隨作何事皆倚仗三寶；（壬六）下至戲笑乃至命難亦不捨三寶。

壬一、由念三寶功德之門再再皈依

我們應該經常回憶先前講述的內、外道大師和教法的差別，以及三寶各別
656 的功德，而不斷地皈依三寶。

壬二、由念恩之門嚼噉之先應作供養

佛、法、僧三寶應時刻銘記在心，每當享用飲食的時候，先將蓐新部分供養三寶，如此供養，功德極大（帕繃喀大師進一步開示說，因爲三寶乃是無上福田，所以供養時不能摻雜有輕蔑、放逸、懈怠等心，下至供養一杯淨水，也應恭敬如新任司膳官上茶予嘉瓦湯吉欽巴。[51]）

壬三、安置他有情於皈依

相信並皈依「富藍那」[52]等外道祖師或苯教祖師「辛饒」及其教法、入教惡友等，因而造集惡業的人士，應當勸喻說服；其他尚未對三寶有信仰恭敬而可以引導的人土，應當在談話間講述三寶的功德。透過這些方式使人皈依三寶。

---

[51] 義譯爲勝者一切智，達賴喇嘛的尊稱。
[52] 外道六師之一。

ཅན་དག་ཐམས་ཅད་ཀུན་ལས་མཆོག །ཅེས་གསུངས། འོ་ན་དེ་འདྲ་ཙམ་ལའང་མ་གུས་ན་ཉེས་པ་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། ལྷག་བསམ་བསྐུལ་བའི་མདོ་ལས། ཡོན་ཏན་འདོད་པ་ནགས་ན་གནས་པ་ཡིས༔ ༔ཕ་རོལ་དག་གི་སྐྱོན་ལ་བརྟག་མི་བྱ། །བདག་ནི་ཁྱད་པར་འཕགས་ཤིང་བདག་མཆོག་ཅེས༔ ༔དེ་སྙམ་དུ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་མི་བྱའོ། །རྒྱགས་འདི་བག་མེད་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་སྟེ། །དགེ་སློང་དམན་ལ་བརྙས་པར་ཡོང་མི་བྱ། །བསྐལ་པ་གཅིག་གིས་ཐར་པ་ཐོབ་མི་འགྱུར། །འདི་ནི་བསྟན་པ་འདི་ལ་གོ་རིམ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ལྟར་འབྱུང་གསུངས།

གཉིས་པ་ཐུན་མོང་གི་བསླབ་བྱ་ལ་དྲུག་ལས། ཡོན་ཏན་དྲན་པའི་སྒོ་ནས་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ནི། གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་ཕྱི་ནང་གི་སྟོན་པ་དང་བསྟན་པའི་ཁྱད་པར་དང་། མཆོག་གསུམ་ནང་ཕན་ཚུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་དྲན་ཏེ་ཡང་ཡང་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་པའོ། །བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་སྒོ་ནས་ཅི་ཟ་ཅི་འཐུང་གི་ཕུད་ཀྱིས་མཆོད་པ་ནི། སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་གསུམ་ཡིད་ཡུལ་ནས་མ་བརྗེད་པར་བཟའ་བཏུང་གི་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུའང་ཕུད་ཀྱིས་མཆོད་པ་འབུལ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་མཆོད་པ་ཕུལ་ན་ཕན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་མཆོག་གསུམ་ནི་ཞིང་གོང་ན་མེད་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ཡིན་པས་ཁྱད་གསོད་དང་། བག་མེད། ལོ་ལོ་སོགས་མ་འདྲེས་པར་ཐ་ན་ཡོན་ཆབ་ཏིང་གང་འབུལ་བ་ཙམ་ཆད་ཀྱང་༑རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་མདུན་དུ་གསོལ་དཔོན་གསར་མས་གསོལ་ཇ་ཞུ་བ་ལྟར་དགོས་གསུངས།

གཞན་སྐྱབས་འགྲོ་ལ་འགོད་པ་ནི། མུ་སྟེགས་པའི་སྟོན་པ་རྫོགས་བྱེད་སོགས་དང་། བོན་སྟོན་པ་གཤེན་རབས་དང་། དེ་དག་གི་ཆོས་དང་། དེའི་རྗེས་འཇུག་གྲོགས་ངན་པ་སོགས་ལ་མོས་ནས་སྐྱབས་སུ་བཟུང་བའི་དབང་གིས་ལས་ངན་པ་བསགས་པ་རྣམས་བཟློག་པ་དང་། གཞན་ཡང་དཀོན་མཆོག་ལ་དད་གུས་མེད་པའི་རིགས་ལམ་དུ་བཀྲིར་རུང་བ་རྣམས་ལ་སྐད་ཆའི་ཞོར་ཙམ་ཚད་དུ་དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་ལ་འགོད་པ་དང་། ཕན་

657 **壬四、由念利益之門晝三次夜三次皈依**

認可三寶爲真正皈依處，至誠生起信心，晝夜六時皈依三寶。

壬五、隨作何事皆倚仗三寶

事情無論大小，都應倚仗三寶，勤供三寶後進行。不能懷有惡意諂誑等，也不可皈依土地神、王魔、厲鬼、占卜師和苯教徒等。

壬六、下至戲笑乃至命難亦不捨三寶

658 一旦捨棄皈依，就會脫離內道。既然不是內道，就再也不是沙彌、比丘、菩薩種性和密宗師。皈依雖然不是捨棄一切律儀的唯一因素，但如果捨棄了皈依，就捨棄了所有律儀。所以，大到生命危難，小到玩笑賭誓，都不能捨棄三寶。《道次第廣論》中說：

「若與爲命亦不棄捨有違犯者，實捨皈依；如是雖未捨棄三寶，然亦愛執三寶異品大師等三，亦違不言有餘大師，心未誠歸，故亦成捨。」

（帕繃喀大師接著講述了一個寧捨生命也不捨三寶的例子：過去有外道脅迫一位佛教居士，如果不捨棄三寶就得死亡，居士不願捨棄皈依，遂遭外道殺害，死後投生天界。隨後大師又將上述內容覆講一遍。）

第十三天　深信業果 —— 一切安樂之本

660 （嘉傑・帕繃喀仁波切先引述三界法王大宗喀巴的話——「死後難保不墮落」[1]等，作爲第十三天教授的開場白。在簡略地介紹了一些有關前行的內

[1] 引自《道次第攝頌》的兩個偈頌：「死後難保不墮落，能救此畏惟三寶，故應勤修正皈依，終不毀犯諸學處。復應善思諸業果，如理取捨乃能辦，至尊恩師如是修，欲解脫者如是行。」

ཡོན་ཏན་པའི་སྒོ་ནས་ཉིན་ལན་གསུམ་མཚན་ལན་གསུམ་དུ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་གནས་ཡང་དག་ཏུ་འཛིན་ཅིང་སྙིང་ཐག་པ་ནས་དད་པ་བསྐྱེད་དེ་ཉིན་མཚན་དུས་རྟག་ཏུ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན། བྱ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་དཀོན་མཆོག་ལ་བློ་བཀལ་ནས་བྱེད་པ་ནི། བྱ་བ་ཆེ་ཆུང་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ཀྱང་མཆོག་གསུམ་ལ་བློ་བཀལ་ནས་དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་ལ་བརྟོན་ཏེ་སྒྲུབ་པ་ལས། བསམ་ངན་གཡོ་སྒྱུ་དང་། ཡུལ་འདྲེ་རྒྱལ་བཙན་མོ་བོན་སོགས་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་མི་བྱེད་པའོ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་སྲོག་གམ། ཐ་ན་བཞད་གད་ཀྱི་ཕྱིར་ཡང་མི་སྤོང་བ་ནི། སྐྱབས་འགྲོ་བཏང་ན་ནང་པའི་གྲལ་ནས་བུད་འགྲོ་ཞིང་། ནང་པ་མ་ཡིན་ན་དགེ་ཚུལ་སྡོམ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་དང་། གསང་སྔགས་པ་ཡང་མིན་པར་འགྱུར་བས། སྐྱབས་འགྲོ་སྡོམ་པ་གཏོང་བའི་གཏོང་རྒྱུ་མིན་ཡང་། སྐྱབས་འགྲོ་བཏང་ན་སྡོམ་པ་ཐམས་ཅད་བཏང་བ་ཡིན་པས། དེས་ན་ཆེ་བ་སྲོག་གི་ཕྱིར་རམ། ཆུང་བ་ལ་ཐ་ན་བཞད་གད་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་མནའ་བསྐྱལ་བ་ཙམ་དུ་དཀོན་མཆོག་མི་སྤོང་བ་ཡིན། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྲོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བ་དང་འགལ་བ་ནི་སྐྱབས་འགྲོ་གཏོང་བ་དངོས་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མ་བཏང་ཡང་དེ་དག་དང་མི་མཐུན་པའི་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ལ་གཉིས་འཛིན་བྱེད་ན་ཡང་གཞན་དུ་མི་སྨྲ་བ་དང་འགལ་ཞིང་སྐྱབས་ལ་བློ་མ་ཁེལ་བས་གཏོང་ལ། ཞེས་གསུངས། མཆོག་གསུམ་སྲོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བ་ནི་སྔར་ནང་པའི་དགེ་བསྙེན་ཞིག་ལ་མུ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱོད་སྐྱབས་འགྲོ་མི་གཏོང་ན་གསོད་བྱས་པས་དགེ་བསྙེན་གྱིས་སྐྱབས་འགྲོ་མ་གཏང་བར་མུ་སྟེགས་པས་བསད་པ་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས་ནས། སྔར་ཡང་སྐྱུར་བཤད་མཛད།། ||

༄ ཉིན་བཅུ་གསུམ་པར། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་། ཨེ་ནས་ངན་འགྲོར་མི་སྐྱེའི་གདེང་མེད་ཅིང་། །ཞེས་སོགས་དྲངས་ཏེ་སྟོན་འགྲེའི་གསུང་བཤད

容後，大師回顧了前面已經講過的科判，重講了「開示後世安樂方便」兩部分的第一部分—皈依，並簡要講述其觀修之法。接著說：）

在引導的科判中，思惟「惡趣苦」和「皈依」二科雖然是分開的；但在修習「體驗引導」時，則應如下所說將這二科合起來修。

具體修法是：向頂上上師祈禱後，從上師心間放出整個「皈依境」，佈局結構和「資糧田」一樣。先猛力思惟地獄、餓鬼、畜生各別的痛苦，對每一種痛苦產生怖畏時，就各修一次皈依，此即二科合修。譬如世俗上，絕望的重刑犯得知某位首長大官願意出面幫忙，雖然他感到自己能力渺小，但因爲想到有大官作靠山，便放心地委託大官去求情。同樣地，在對惡趣產生恐懼時，當思能救此苦的無欺皈依處——三寶就在面前保護和拯救我們，將心整個交給三寶而皈依。

（帕繃喀大師指出，皈依計數可以在「加行法」的開頭部分做，也可以在這裡配合三種所緣，口誦「皈依上師本尊三寶」來計數。）舉例來說，思惟「等
661 活地獄」苦時，這三種所緣分別是：第一，發起自身受生其中的真切感受，思惟該地獄苦切難忍的情形。那時我們會想，自己現在並沒有在那裡受生。於是接修第二所緣：雖然現在尚未受生其中，但自己已累積許多可能導致受生其中、強而有力並未失壞的業，而且無法在死前淨除這些惡業的情況；並且思惟：

མདོར་བསྡུས་ཤིག་སྨྲུལ་ནས། སྔོན་དུ་ས་བཅད་ཇི་ལྟར་སོང་ཟིན་པ་རྣམས་དང་། འཇིག་རྟེན་ཕྱི་
མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་སྐྱབས་འགྲོའི་སྐོར་ལ་བསྐྱར་བཤད་མཛད།
སྐྱོང་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་ཏེ་བསྟན་པ་ནས། ཁྲིད་ཀྱི་ས་བཅད་སྐབས་ངན་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་
པ་དང་། སྐྱབས་འགྲོ་ས་བཅད་སོ་སོར་ཡོད་ཀྱང་། སྐྱོང་འཁྲིད་སྐྱོང་སྐབས་འོག་ཏུ་གསལ་བ་
ལྟར་སྦྲགས་ནས་བསྒོམ་དགོས། དེའི་ཚུལ་ནི། སྤྱི་བོའི་བླ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ཇེས། དེའི་
ཐུགས་ཀ་ནས་སྐྱབས་ཡུལ་ཚོགས་ཞིང་ལྟར་ཆ་ཚང་ཞིག་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྤྲོས་ཏེ། དམྱལ་བ་
སོ་སོ་དང་། དུད་འགྲོ། ཡི་དྭགས་རྣམས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་སོ་སོར་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བསམས་ནས།
རེ་རེའི་མཐར་འཇིགས་སྐྲག་རེ་བྱུང་བ་ན། སྐྱབས་འགྲོ་རེ་རེ་བྱས་ཏེ་སྦྲགས་པ་ཡིན། འདིའི་
སྐབས་དཔེར་ན། འཇིག་རྟེན་ན་མི་ནག་ཆེན་ཉམ་ཐག་ཅིག་མགོ་འདྲེན་དཔོན་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་རྟེད་
པ་ན་རང་ཉིད་འཁོར་ཀ་དམན་ཡང་རྒྱབ་རྟེན་དཔོན་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་སྙམ་དུ་བློ་བདེ་འདོལ་གྱིས
དེ་ལ་མགོ་འདྲེན་བཅོལ་བ་ལྟར། ངན་སོང་ལ་འཇིགས་པ་ན་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་བསླུ་བ་མེད་
པ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་བདག་གི་མགོན་སྐྱབས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྙམ་དུ་བློ་ཐིངས་ཀྱིས་བཀལ་ཏེ་
སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས། སྐྱབས་འགྲོ་གྲངས་གསོག་བྱེད་ན་སྦྱོར་ཆོས་ཀྱི་དབྱུ་དེར་བྱས་
པས་ཆོག་སོང་། མཚམས་འདིར་དམིགས་སྐོར་གསུམ་དང་སྦྲགས་ཏེ། བླ་མ་ཡི་དམ་དཀོན་
མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་བསགས་ཀྱང་རུང་གསུངས།
དེ་ཡང་དམྱལ་བ་ཡང་སོས་པ་ལྟ་བུའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་སྐབས་ལ་མཚོན་ན་དམིགས་སྐོར་གསུམ་
ལ། ༡༽ དང་པོར་རང་ཉིད་དེར་སྐྱེས་ཟིན་པའི་ཉམས་བརྟན་ཏེ་བཟོད་ཐབས་མེད་པའི་ཚུལ་བསམས།
དེ། ༢ ཚེ་ད་ལྟ་རང་རེ་དེར་སྐྱེས་མེད་སྙམ་པ་བྱུང་མཚམས། དམིགས་སྐོར་གཉིས་པ། ད་ལྟ་དེར་
སྐྱེ་བ་མ་ཟིན་ཀྱང་དེར་སྐྱེ་འགྱུར་གྱི་ལས་སྟོབས་ཆེ་བ་མང་པོ་བསགས་ལ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་ཅིང་།
དེ་དག་མ་ཤི་ཚུན་ལ་སྦྱོང་མི་ནུས་པའི་ཚུལ་དང་། དེ་མ་ནུས་ན་དེས་དེར་སྐྱེ་ངེས་པའི་ཚུལ་

若不能淨治惡業則確定受生該地獄，從而生起怖畏心。然後修第三所緣：心想救護我們不墮這種惡趣的皈依境，具足悲、智、力等無量功德，自己能有這樣的皈依處實在是太幸運了，因而發起皈依。其他各節均可照此依次類推。

（以上爲皈依的廣、中、略三種引導，大師妥善講授完畢。）

己二、於一切安樂根本業果發深忍信

如此皈依三寶之後，雖然肯定可以保證一、兩次不墮惡趣，但卻不能究竟
662 解脫惡趣。所以，如果希望有十足的把握不再入惡趣，必須努力於「皈依學處」。
否則，就像一個罪犯，雖然得到一位有權勢的官員庇護，今後什麼事該做、什麼事不該做的告誡卻不聽從，仍然一味地胡作非爲，即使是再高位的官員也救不了他，以後還是得受法律的制裁：同樣的，如果我們不能如法遵守「皈依學處」，三寶也愛莫能助。因此，大師所開示保護我們遠離惡趣的正皈依就是法，更明確地說，就是業果的取捨。

如果對業果未生起深忍信，我們便難以做到「莫因善小而下爲，不因罪小而不斷」。假如對業果不能如理取捨，不論是精通三藏的學者、還是獲得悉地

བསམས་ཏེ་འཛིགས་སྐྲག་གི་བློ་བསྐྱེད། དེ་ནས་དམིགས་སྐོར་གསུམ་པ། དེ་ལྟ་བུའི་ངན་སོང་དེ་ལས་སྐྱོབས་པའི་སྐྱབས་ཡུལ་འདི་རྣམས་ལ་མཁྱེན་བརྩེ་ནུས་གསུམ་སོགས་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་མངའ་བས། འདི་ལྟ་བུའི་སྐྱབས་བཙལ་དུ་ཡོད་པ་སྟབས་ལེགས་སྙམ་དུ་སྐྱབས་འགྲོ་བྱ་བ་སོགས་རིགས་འགྲེ་གསུངས། དེ་ཡན་གྱིས་སྐྱབས་འགྲོའི་ཁྲིད་ཀྱུས་འབྲིང་བསྡུས་པའི་ཚུལ་དུ་ལེགས་པར་ཞུས་ཟིན་ནས།

གཉིས་པ་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་པ་ལ།

དེ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ངན་འགྲོའི་སྐྱེ་བ་ལན་རེ་ལན་གཉིས་ཙམ་བཟློག་པར་ངེས་ཀྱང་། ངན་སོང་ལས་གཏན་དུ་ཐར་བ་མ་ཡིན་པས། ཕྱིན་ཆད་ངན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་བློ་གདེང་བརྟན་པོ་ཞིག་སྐྱེད་འདོད་ན་སྐྱབས་འགྲོའི་བསླབ་བྱ་ལ་འབད་དགོས། དེ་མ་འབད་ན། དཔེར་ན་མི་ནག་ཆེན་ཞིག་གིས་ཁ་ དྲག་པའི་དཔོན་ལ་སྐྱབས་བཙོལ་བ་ན། དེས་ཕྱིན་ཆད་བླང་དོར་འདི་དང་འདི་གྱིས་ཟེར་བ་རྣམས་མི་ཉན་པར། ལས་ཚབས་པོ་ཆེ་ཞ་སྟག་བྱས་ན་དཔོན་དེས་ཀྱང་སྐྱོབ་ཐབས་མེད་པར་སྙར་ཁྲིམས་ཀྱིས་མནར་བ་བཞིན་དུ་རང་ཅག་གིས་ཀྱང་སྐྱབས་འགྲོའི་བསླབ་བྱ་ཚུལ་བཞིན་མ་བསྲུངས་ན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་ཅི་ཡང་མཛད་དུ་མེད་པས། དེའི་ཕྱིར་སྟོན་པ་དེས་བསྟན་པའི་ངན་སོང་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་དངོས་ནི་ཆོས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ལས་འབྲས་ཀྱི་བླང་དོར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་མ་སྐྱེས་ན། དགེ་བ་ཆུང་ངུ་ནས་སྒྲུབ་འདོད་དང་། མི་དགེ་བ་ཆུང་ངུ་ནས་སྤོང་འདོད་མི་སྐྱེ་ལ། ལས་འབྲས་ཀྱི་བླང་དོར་ཚུལ་བཞིན་མ་བྱས་ན་མཁས་པ་སྡེ་སྣོད་གསུམ་པ་དང་། གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་

的瑜伽師，全都要墮入地獄。上師阿縛都底巴有一次準備過橋時，回頭望著阿底峽尊者說：「在斷我執之前，如果不重視業果，縱使有如某某學者和某某瑜伽師那樣的人物，也會投生在地獄中。[2]」據說連慈譯師[3]這樣的大師也必須墮入地獄，雖然時間極短，像擊綵球那樣一彈即起。

印度有個修「怖畏金剛」的瑜伽師，死後受生爲凶惡的餓鬼，形狀卻像本尊。當他來到藏地時，阿底峽尊者說，如果此鬼留下，將危害藏地。於是拋朵瑪迴向，將他趕了回去。提婆達多雖能背誦一個法蘊，仍然無濟於事，死後受
663 生在極熱地獄。又有個叫雜那加的婆羅門青年，修「降閻摩」成就，以誅法殺死許多人，死墮無間地獄。如果我們不能如法地取捨業果，縱然閉關專修也無益處可言。潘波的泊朵地區[4]有個「怖畏金剛」瑜伽師，此人死後也變成狀如本尊的餓鬼，來找生前的道友，請求爲他作一次煙施。

（帕繃喀大師又講述了止迦摩囉室囉寺的一位上座，如何受生變成一個雙手反長的餓鬼。[5]）

因此，如果不能深信業果而如理取捨，不論是學者或是成就者，都沒有用。不僅如此，如果輕視業果，就連那些大菩薩也照樣會在惡趣中受生，有道是：「業異熟難思，具悲墮畜生。[6]」

664 所以說，禪修之始爲改正動機：「道次第」之始爲暇滿；修法之始爲如理取捨業果。最後一項也稱爲「世俗正見」[7]。這裡所謂的「世俗」是指凡夫[8]，意爲對我們凡夫來說，應當以此爲最主要的正見。

---

[2] 詳見《噶當寶籍》中的《覺窩吉祥燃燈智廣傳》。

[3] 法名多傑札（金剛稱，十一世紀），將密法「怖畏金剛」傳承引入西藏並廣爲宏揚，曾以誅法超度十三位大師級人物。

[4] 拉薩以北娘曲河流域。

[5] 《喻法集‧寶藏顯明寶炬》中記載說，這位上座生前曾佔用僧團財物並贈於親友，由此受生爲餓鬼。又因生前違反佛制，著鞋進入寺中澡堂且未誦有關偈頌等，故而導致雙腿反長。與帕繃喀大師所說稍異。

[6] 出處不詳。

[7] 「正見」通常是指空性見，有時又稱「出世間正見」，以區別於上述「世俗正見」。

[8] 未現證空性者。

པ་ཡིན་ཡང་དམྱལ་བར་འགྲོ་སྟེ། བླ་མ་ཨ་ཡཱ་རྻ་དྷི་པས་ཟམ་ཁ་ཞིག་ནས་ཞལ་ཕྱིར་གཟིགས་
ཀྱིས་ཇོ་བོ་རྗེ་ལ། རྗེ་སྲིད་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་མ་སྤངས་ཀྱི་བར་དུ་ལས་འབྲས་ལ་མ་བརྩིས་ན།
མཁས་པ་འདི་ཞེས་བྱ་བ་དང་རྣལ་འབྱོར་པ་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དམྱལ་བར་སྐྱེས་འདུག་ཅེས་
གསུངས་པ་དང་། རྔ་ཡོ་ཆེན་པོ་ཡང་དམྱལ་བར་དར་གྱི་ཕོ་ལོང་བཏབ་པའི་ཡུན་ཙམ་དུ་ཕེབས་
དགོས་བྱུང་བར་གསུངས་ཡོད། ཡང་རྒྱ་གར་ནས་རྡོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་ཡི་
དམ་དེའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་གདུག་འདྲེ་ཡི་དྭགས་སུ་སྐྱེས་པ་བོད་དུ་འོངས་པ་ལ། ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་
ཁོ་འདིར་བསྡད་ན་བོད་ལ་གནོད་གསུངས་ཏེ་གཏོར་མ་བསྔོས་ནས་ཕྱིར་སློག་པར་མཛད་པ་དང་།
ལྷས་བྱིན་ལ་ཆོས་ཕུང་གཅིག་བློ་ལ་ཡོད་པས་ཀྱང་མ་ཕན་པར་དམྱལ་བ་རབ་ཏུ་ཚ་བར་སྐྱེས།
བྲམ་ཟེའི་ཁྲིཨུ་ཙ་ན་ཀྱུ་ཞེས་པ་གཤིན་རྗེ་གཤེད་གྲུབ་པས་མི་མང་པོ་མངོན་སྤྱོད་ཀྱི་མཐུས་བསད་པས་
དམྱལ་བ་མནར་མེད་དུ་སྐྱེས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། ལས་འབྲས་ཚུལ་བཞིན་མ་བསྲུངས་ན།
མཚམས་བསྙེན་སྒྲུབ་བྱས་ཀྱང་མི་ཕན་ཏེ། འཕན་པོ་ཕོད་མདོའི་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་
ཞིག་ཀྱང་ཡི་དམ་གྱི་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཡི་དྭགས་སུ་སྐྱེས་ནས། སྒྲུབ་གྲོགས་རྩར་གསུར་སློང་བར་
འོངས་པ་དང་། བྲི་ག་མ་ལ་ཤཱི་ལའི་གནས་བརྟན་ཞིག་ཀྱང་ཡི་དྭགས་ལག་པ་ཕྱིན་ཀ་ལོག་ཏུ་
གྱུར་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ཚུལ། དེས་ན་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་བླང་དོར་མ་ཐུབ་ན།
མཁས་པ་དང་གྲུབ་པ་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཕན་པར་མ་ཟད། ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྨིན་པ་བསམ་མི་
ཁྱབ༔ །བརྩེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡང་དུད་འགྲོར་སྐྱེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་འབྲས་ཁྱད་
དུ་བསད་ན་བྱང་སེམས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཡང་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པར་གསུངས། དེས་ན་
སློམ་གྱི་འགོ་ཀུན་སློང་འཆོས་པ་དང་། ལམ་རིམ་གྱི་འགོ་དལ་འབྱོར། ཆོས་ལག་ལེན་གྱི་འགོ་
ལས་འབྲས་ནས་ཚུགས་པ་ཡིན། འདི་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར་ཏེ།
འདིའི་འཇིག་རྟེན་པ་ཞེས་པ་སོ་སྐྱེ་ལ་བྱེད་ཅིང་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ཉིད་ལ་གཙོ་ཆེ་བ་བྱེད་

現在有很多人似乎對空性正見有極大的興趣，但對初學者來講，應該首先對業果起深忍信、進而做出如理的取捨才最要緊。那些缺乏這一認識的人，或是一副忙於修正法唸誦的樣子，或是一副忙於修正見禪定的樣子，都是不知道如何修行佛法的徵相。

某些人一天到晚作奸犯科，並教唆僕從和弟子外出到處造罪。雖然他們早起晚睡，貌似勤於唸誦，實際上卻是一種顛倒的行持。

爲了對業果起深忍信，我們必須思惟業果。思惟業果分三部分：（庚一）思惟業果總相；（庚二）思惟別相；（庚三）思已如何進退之理。

庚一、思惟業果總相

此科分二段：（辛一）正明思惟總相；（辛二）分別思惟。

665 **辛一、正明思惟總相**

共分四節：（壬一）業決定理；（壬二）業增長廣大；（壬三）不遇未造業：（壬四）已造業不失。薄伽梵所說的這四種業果道理極其重要。

壬一、業決定理

律典中說：「**造作何等業，即生何等果。**」

爲善之因所生之果，只會是樂不會是苦；爲不善之因所生之果，只會是苦不會是樂，這就是因果決定。

正如辛辣的種子決定生出辛辣的果實，苦澀的種子決定生出苦澀的果實，
666 甘甜的種子決定生出甘甜的果實，所以，必須在當下的因位時就小心謹慎，果一旦成熟就無法改變。有時候經懺對治病等並無效用，這表明其因果作用不同。就像先前種植的辛辣種子如辣椒等已經生長，爲了使它變甜，再在周圍種

དགོས་པའི་དོན་ཡིན། ད་ལྟ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ལྟ་བ་ལ་མོས་པ་ཆེ་མདོག་ཁ་པར་བྱེད་ཀྱང་། དང་པོར་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་སྐྱེས་ནས་འདི་ལ་སྤང་བླང་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་དགོས་ཀྱི། དེ་མིན་ཆོས་དྲན་ཁྱུལ་གྱི་ཁ་དོན་སུམ་སུམ་ཞིག་དང་། ལྟ་བ་བསྒོམ་ཁྱུལ་གྱི་མཉམ་གཞག་འདྲ་བྱེད་པར་བརྩོན་པ་ནི། ཆོས་ཟེར་བ་ག་འདྲ་བྱེད་དགོས་མ་ཤེས་པའི་རྟགས་ཡིན། འགའ་ཤས་རང་གིས་ཀྱང་ཉིན་མཚན་ཐམས་ཅད་དུ་སྡིག་པ་བྱེད་ལ། འཁོར་གཡོག་དགེ་ཕྲུག་གཞན་མང་པོ་ཡང་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་མངགས་ནས་སྡིག་པའི་ལས་མང་པོ་རྒྱ་བཀྲམ་སྟེ། སྔ་ལངས་ཕྱི་ཉལ་གྱིས་ཁ་དོན་འདྲ་བྱེད་ཁྱུལ་བྱེད་པ་ནི་ལག་ལེན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གོ །

དེས་ན་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་སྐྱེ་བ་ལ་ལས་འབྲས་བསམ་དགོས་པས། འདི་ལ་གསུམ། ལས་འབྲས་སྤྱིར་བསམ་པ། བྱེ་བྲག་ཏུ་བསམ་པ། བསམས་ནས་འཇུག་ལྡོག་བྱ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། སྤྱིར་བསམ་ཚུལ་དངོས་དང་། སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་བསམ་པའོ།། དང་པོ་ལ་ལས་ངེས་པའི་ཚུལ། ལས་འཕེལ་ཆེ་བ། ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འཕྲད་པ། ལས་བྱས་པ་ཆུད་མི་ཟ་བ་བཞི་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ལས་ཀྱི་ཚུལ་བཞིན་གསུངས་པ་དེ་དག་ཡིན་པས་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ལ། དེའི་དང་པོ་ལས་ངེས་པ་ནི། འདུལ་བ་ལུང་ལས། ཅི་འདྲ་བ་ཡི་ལས་བྱས་པ། །འབྲས་བུ་དེ་འདྲ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱུ་དགེ་བ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཁོ་ན་ལས་སྡུག་བསྔལ་མི་འབྱུང་། རྒྱུ་མི་དགེ་བ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་སྡུག་བསྔལ་ཁོ་ན་ལས་བདེ་བ་མི་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་འབྲས་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ས་བོན་རོ་ཚ་བ་ལས་འབྲས་བུ་སོགས་རོ་ཚ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཁ་བ་ལས་ཁ་བ། མངར་བ་ལས་མངར་བ་འབྱུང་བ་ངེས་པ་ལྟར་ད་ལྟ་རྒྱུའི་སྐབས་སུ་གཟབ་དགོས་པ་ལས། འབྲས་བུ་སྨིན་ཚར་ནས་འཆོས་ཐབས་མེད། རང་རེའི་ན་ཚ་སོགས་འགའ་ཞིག་ལ་རིམ་གྲོས་མི་ཕན་པ་ཡང་རྒྱུ་འབྲས་སོ་སོར་སོང་བ་སྟེ། ས་བོན་སེར་པན་ལྟ་བུ་ཁ་ཚ་བ་ཞིག་བཏབ་ནས་སྨིན་ཟིན་ན། དེ་མངར་མོ་འོང་ཐབས་ཀྱིས་གཡས་

上葡萄、桃子等種子並無濟於事，它們只會各長各的。所以，造集什麼樣的因就會出現什麼樣的果，業果的運作方式極其微細。

過去，有位長老名叫「具妙音」，他的身體很醜陋，聲音卻很動聽。這是因爲以前某位國王建造大塔的時候，他是一位造塔的雇工，因爲工程浩大而口出怨言，他認爲沒必要造那麼龐大的塔、這樣巨大的工程難以完成。當塔落成時，他又爲以前所說的話懺悔，並爲塔獻上一只風鈴，於是產生那樣的果報。[9]

阿底峽尊者來到藏地後，有個藏人在他面前隨意地造些小罪，尊者對此心生不忍，說道：「老漢！老漢！不可這麼大膽。業果是微細的，業果是深邃的！」

以前有個比丘，因破壞僧伽集會的座墊，後世變成一個背上長黑斑的人。[10]另有一個比丘在沸水裡染法衣，衣服變成一張小牛皮，引起一場偷牛的訴訟，被監禁了六個月。因爲此人以前曾誣告一位獨覺偷牛犢，致使獨覺蒙冤坐了六天牢獄，所以感受此報。

667 舍衛城有個大臣名叫瑪噶惹，他母親薩噶瑪生有三十二個兒子，個個都是大力士。由於其他大臣向明勝王進饞言，於是國王將這三十二個兒子全部斬首，並將首級交給他們的母親。這是因爲以前三十二個竊賊偷牛、殺牛之報：殺牛時客棧的老闆娘在場，此人即薩噶瑪。[11]（帕繃喀大師詳細地講述了這一故事，並說此即「業決定」。）

[9] 詳見《賢愚因緣經》與《毘奈耶事教》。

[10] 《毘奈耶事教》。

[11] 詳見《賢愚因緣經》與《毘奈耶事教》。

རྒུན་འབྲུམ། །ཁམ་བུ་སོགས་བཏབ་ཀྱང་སེར་པན་མངར་བར་བྱེད་མི་ཐུབ་པར་སོ་སོ་ནས་སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་རྒྱུ་གང་འདྲ་ཞིག་བསགས་ན་འབྲས་བུ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འབྱུང་བས་ལས་འབྲས་ནི་ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སྔོན་ཆེ་དང་ལྡན་པ་སྙན་པ་བཟང་ལྡན་གྱི་ལུས་མི་སྡུག་པ་དང་། སྐད་ཤིན་ཏུ་སྙན་པ་བྱུང་བ་གཉིས་ཀ་སྔོན་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་གཅིག་བཞེངས་སྐབས་དེའི་ལས་བྱེད་པའི་གླ་མིའི་གྲས་སུ་སྐྱེས་ཏེ། མཆོད་རྟེན་བོངས་ཚད་ཆེ་བས་ཁོས་མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་འདི་འདྲ་བཟོས་ནས་ཅི་བྱེད། ཚར་དུས་མི་འོང་ཞེས་ངན་སྨྲས་བྱས་པ་དང་། རྗེས་སུ་མཆོད་རྟེན་ཟིན་པ་ན་སྔར་སྨྲས་པ་དེའི་ནོངས་བཤགས་སུ་མཆོད་རྟེན་ལ་དྲིལ་བུ་ཕུལ་བའི་འབྲས་བུར་གསུངས་པའི་རབས་དང་། ཡང་ཇོ་བོ་རྗེ་བོད་དུ་ཕེབས་སྐབས་བོད་ཀྱི་མིས་ཇོ་བོའི་གཟིགས་སར་ཡང་མཐངས་མེད་ཀྱིས་སྡིག་པ་ཆུང་དུ་འདྲ་བྱེད་པ་ན། ཇོ་བོས་ཐུགས་ཀྱིས་མ་བཟོད་ནས། ཕ་ལ་ཕ་ལ་སྙིང་ཁམ་ཆེར་མི་རུང་། ལས་འབྲས་ཕྲ། ལས་འབྲས་ཟབ་གསུང་པ་དང་། སྔོན་དགེ་སློང་ཞིག་གིས་དགེ་འདུན་གྱི་ཚོགས་གདན་ལ་ཞག་བོ་བས་ཚེ་རྗེས་མར་མི་སླལ་པ་ནག་པོ་ཅན་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ཚུལ། ཡང་དགེ་སློང་ཞིག་གིས་ཆོས་གོས་ཚོས་བཙོ་བ་ན་བེའུའི་ཤར་གྱུར་ཏེ་བེའུ་བརྐུས་པའི་ཁག་ངན་བྱུང་ནས་ཟླ་བ་དྲུག་གི་ཡུན་བཙོན་ཁང་དུ་སྡོད་དགོས་བྱུང་བ་སྔོན་རང་རྒྱལ་ཉེས་མེད་ཅིག་ལ་བེའུའི་རྐུན་ཁག་བཀལ་ནས་ཉིན་ཞག་དྲུག་གི་རིང་ཡུལ་དེའི་རྒྱལ་པོའི་བཙོན་ཁང་དུ་བཅུག་པའི་འབྲས་བུར་གསུངས་པ་དང་། མཉན་ཡོད་ན་བློན་པོ་རི་དྭགས་འཛིན་གྱི་མ་ས་ག་མ་ལ་བུ་བརྒྱུད་ཀྱི་རིགས་སུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས་ཡོད་པ། རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་བློན་པོ་གཞན་གྱིས་དབྱེན་བྱས་པས་རྒྱལ་པོས་བུ་དེ་ཐམས་ཅད་བསད་དེ། མགོ་རྣམས་སྦྲུངས་པ་མ་ལ་བསྐུར་བ་ཡང་སྔོན་རྐུན་མ་སོ་གཉིས་ཀྱིས་གླང་ཞིག་བརྐུས་ནས་བསད་པའི་འབྲས་བུ་དང་། གླང་གསོད་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཚང་ཁྱིམ་བདག་མོ་དེ། ས་ག་མ་རང་ཉིད་ཡིན་པའི་རབས་རྒྱས་པར་གསུངས་ཏེ།

དེ་ལྟར་ལས་ངེས་པ་ཡིན་གསུངས།

壬二、業增長廣大

與外因果相比，內因果的增長程度尤爲巨大[12]。所謂外因果者：譬如小小的一個桃核，可以長成一棵大樹，每年又可以繁殖增長出成百上千的樹葉和果
668 子，而內因果增長的程度更爲驚人。

當薄伽梵來到奈耶噶洛達的時候，有個婦女供養佛陀一握芝麻飯團，佛陀因此授記說，她未來將受生爲獨覺，名爲「善願」。她的丈夫卻批評佛陀說：「請你不要爲了得到一點吃的就說謊。」佛陀於是以奈耶噶洛達樹爲例，說：該樹的樹種只有芥子那麼小，但長成的樹卻極爲碩大，樹蔭下可平放五百個車乘而綽綽有餘；同樣的，小小的業也會出生巨大的果。那位丈夫於是信受[13]。

又如以前有幾位比丘，因爲譏笑其他比丘的聲音像狗叫、青蛙叫，形狀像猴子，由此分別五百世受生成狗、蛙和猴子。[14]

以前，漢地有人寫廠一本《蛇喻論》，書中稱當時的學者都像蛇一樣。有一天，這位作者體內劇烈疼痛，手腳與軀幹粘合在一起，變成了蛇身。最後頭顱裂開，裡面伸出一只蛇頭；當生即變爲真蛇。

過去印度有五百漁夫曾逮住一條長有十八個頭的大魚，佛陀爲人解疑說，此魚的前生爲「摩納瓦劫毗羅」，因受其母教唆，對僧伽口出惡言、罵人像狗等而感得此報。雖然薄伽梵是爲了向大家開示業果的運作情形而來，那些外道
669 卻說，沙門喬達摩也喜歡看熱鬧等等，作了種種毀謗，詳細內容在前面講「加行

[12] 內因果即業果。

[13] 詳見《毘奈耶事教》。

[14] 某沙彌譏比丘誦經聲如犬吠，後感得五百世爲犬；迦葉佛時，有僧夜間修定，厭聞他人通宵誦經，嗤爲蛙聲，後感得五百世爲蛙；普觀佛時，有一比丘得神足通、登山速疾，某僧譏之如猴，後感得五百世爲猴。詳見《賢愚因緣經》與《毘奈耶事教》。

གཉིས་པ་ལས་འཕེལ་ཆེ་བ་ནི། ཕྱིའི་རྒྱུ་འབྲས་ལས་ནང་གི་རྒྱུ་འབྲས་འཕེལ་ཆེ། ཕྱིའི་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱང་དཔེར་ན། ཁམ་བུའི་ས་བོན་ཆེ་ཀུ་ཆུང་ངུ་གཅིག་ལས་ཤིང་སྡོང་ཆེན་པོ་དང་། ལོ་ལྟར་ཤིང་ལོ་དང་འབྲས་བུ་བརྒྱ་སྟོང་ཙམ་འབྱུང་བ་བཞིན་འཕེལ་ཆེན་པོ་ཡོད་ན། དེ་ལས་ཀྱང་ནང་གི་རྒྱུ་འབྲས་འཕེལ་ཆེ་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ནྱ་གྲོ་དྷའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་ཕེབས་པའི་ཚེ། བུད་མེད་ཅིག་གིས་ཏིལ་གྱི་ལ་དུ་སྦྱར་བ་གང་ཕུལ་བས་བུད་མེད་དེ་མ་འོངས་པ་ན་རང་སངས་རྒྱས་ལེགས་སྨོན་ཞེས་པར་སྐྱེ་བར་ལུང་བསྟན། དེའི་ཁྱོ་དེ་སངས་རྒྱས་ལ་བཤོས་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་རྫུན་མི་གསུང་བར་ཞུ་ཞེས་སྐུར་པ་བཏབ་པ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱིས། ཤིང་ནྱ་གྲོ་དྷའི་ས་བོན་ཡུངས་ཀར་ཙམ་ལས། ཤིང་གྲིབ་ཀྱི་འོག་ཏུ་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ཕན་ཚུན་དུ་མ་རེག་པར་འཁོད་ནུས་པའི་ཤིང་སྡོང་ཆེན་པོ་སྐྱེ་ཞིང་འཕེལ་བ་ལ་དཔེར་མཛད་ནས། དེ་བཞིན་དུ་ལས་ཆུང་ངུ་ལས་ཀྱང་འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་གསུངས་ཏེ་ཁོ་ཡིད་ཆེས་པར་མཛད་པ་དང་། ཡང་དགེ་སློང་ཞིག་གིས་གཞན་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་དབྱངས་ནི་ཁྱི་ཟུག་པ་དང་འདྲ་ཟེར་བ་དང་། སྤྲེལ་པ་དང་འདྲ་ཟེར་བ་དང་། སྤྲེའུ་འདྲ་ཟེར་བ་ཙམ་གྱིས་ཚིག་ངན་ཇི་ལྟར་སྨྲས་པ་དང་མཐུན་པར་སོ་སོའི་སྐྱེ་བ་ལྔ་བརྒྱ་རེ་ལེན་དགོས་བྱུང་བ་དང་། ཤར་རྒྱ་ནག་ཏུ་གཅིག་གིས་དེང་སང་གི་མཁས་པ་རྣམས་སྤྲེལ་དང་འདྲ་ཞེས་པའི་སྤྲེལ་དཔེའི་བསྟན་བཅོས་ཟེར་བ་བརྩམས་པས་རྩོམ་པ་པོ་རང་ཉིད་ནམ་ཞིག་ལུས་ལ་ན་ཚ་ཚད་མེད་པ་བྱུང་ནས་རྐང་ལག་རྣམས་ལུས་ཀྱི་རྫ་མ་ལ་འབྱར་ཏེ་སྤྲེལ་གྱི་ལུས་སུ་གྱུར། མགོ་བོ་གས་པའི་ནང་ནས་སྤྲེལ་མགོ་ཐོན་ཏེ་ཚེ་དེ་ཉིད་ལ་སྤྲེལ་དངོས་སུ་གྱུར་པ་དང་། སྔོན་རྒྱ་གར་ནས་ཉ་པ་ལྔ་བརྒྱ་ཉ་ཆེན་པོ་མགོ་བཅོ་བརྒྱད་ཡོད་པ་ཞིག་དྲྭ་བས་ཐེན་པ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཁོ་སྔོན་ཤེད་བུ་སེར་སྐྱར་གྱུར་པ་ན། ཨ་མས་བསྐུལ་ཏེ་དགེ་འདུན་ལ་ཁྱོད་ནི་ཁྱི་དང་འདྲའོ་སོགས་ཚིག་ངན་སྨྲས་པའི་འབྲས་བུར་གསུངས། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་ལ་ལས་ཀྱི་རྒྱུ་བ་ལུང་སྟོན་པའི་ཕྱིར་བྱོན་པ་ན། མུ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དགེ་སློང་གཽ་ཏ་མ་ལྷད་མོ་ལ་དགའོ་ཞེས་ཁ་བཏང་བ

法」時已講過。上述這些事例，均是因爲只說了幾句罵人的話所造成，這些尚非殺人、打馬之類的大罪。

又如比丘尼「具鄔波羅色」的故事：這位比丘尼在出家前曾生有兩個兒子，一個溺水淹死，一個被狼吞食，丈夫也被蛇咬身亡，父母一家都被火燒死。後來嫁給一個流浪漢，又生下一個兒子。孩子出生時，她的丈夫在別人家裡喝醉了酒，回家後把嬰兒殺掉，又強迫她吃兒子的肉。於是她逃走了，遇上另一個喪妻不久的男人，然後又嫁給此人爲妻。過不多久，這位丈夫也死了，根據當地的習俗，她被活埋陪葬。之後被一個盜墓者掘出，成了盜墓人的妻子。這個強盜頭子後來又被國王處死，她再次被活埋陪葬；受盡了千辛萬苦。這是因爲她前生當王后時，曾將王妃的兒子殺掉，爲表明清白，發了一系列毒誓，於是感受此報。[15]

670 像這樣的故事爲數極多。業果的道理比空性更微細難測，聲聞、獨覺阿羅漢也能通達和開演空性的精微義理；但對業果的微細道理，只能通過聖教量來加以推測，因爲這個領域只有佛智才能達到。正因爲業果極其微細，所以即使是最微小的罪，我們亦應羞於造作。《集法句經》中說：

「莫思作輕罪，不隨自後來，
如落諸水滴，能充滿大器，
如是集少罪，愚夫當極滿。」

同樣的道理，微小的善業也會增長成妙果。「我乳」轉輪王能統治四洲和

[15] 《毘奈耶事教》。

སོགས་སྔར་སྦྱོར་ཆོས་སྐབས་རྒྱས་པར་ཞུས་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་དག་ཀྱང་ཚིག་ངན་པ་ཙུང་ཟད་སྨྲས་པ་ལས་གཞན་མི་བསད་དེ་བསྐྱིལ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་མ་བྱས། གཞན་ཡང་དགེ་སློང་མ་ཨུཏྤ་ལའི་མདོག་ཅན་ཞེས་པ་སྔར་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་གོང་དུ་བུ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་སྐྱེས་པ་གཅིག་ཆུས་ཁྱེར། གཅིག་སྲུང་གིས་ཟོས། ཁྱོ་སྤྲུལ་གྱིས་བསད། རང་གི་ཕ་མ་ཁྱིམ་དང་བཅས་པ་ཡང་མེས་ཚིག། ཡང་ཀུན་ཏུ་རྒྱུ་གཅིག་གིས་ཆུང་མར་བྱས་ཏེ། བུ་གཅིག་སྐྱེས་པའི་སྐབས་ཁྱོ་ཁྱིམ་བདག་དེ་གཞན་ཞིག་ནས་ཆང་གིས་སྨྱོས་ཏེ་འོངས་པས་བུ་དེ་བསད་ནས་དེའི་ཤ་མ་ལ་ཟར་བཅུག །དེ་ནས་བྲོས་ཏེ་སོང་བ་ན། ཁྱིམ་བདག་གཞན་ཞིག་གི་ཆུང་མ་ཤི་བ་དང་ཐུག་སྟེ་ཡང་ཁྱིམ་བདག་དེའི་ཆུང་མ་བྱས། དེར་ཡང་ཁྱོ་ཤི་སྟེ་ཡུལ་ཆོས་ཀྱིས་ཁྱིམ་བདག་གི་རོ་དང་མཉམ་པོར་དུར་དུ་སྦས་པ་ན། དུར་རྐུན་གྱིས་བྲུས་ཏེ་དེའི་ཆུང་མ་བྱས། ཡང་རྗེས་སུ་རྐུན་དཔོན་ཁྱོ་དེ་རྒྱལ་པོས་བསད་ནས་དེའི་རོ་དང་ལྷན་ཅིག་དུར་དུ་བཅུག་པ་སོགས་དེ་ལྟ་བུའི་སྡུག་བསྔལ་བྱུང་བ་ཡང་ཨུཏྤ་ལའི་མདོག་ཆེ་སྔོན་མར་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གི་བཙུན་མོ་ཆེན་མོར་གྱུར་པའི་སྐབས། ཆུང་མའི་བུ་བསད་ནས། མནའ་མང་པོ་བསྐྱལ་བའི་འབྲས་བུར་གསུངས།

དེ་ལྟར་སྔོན་བྱུང་ཤིན་ཏུ་མང་བས་ལས་འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་འདི་སྟོང་ཉིད་ལས་ཀྱང་ཕྲ་ཞིང་རྟོགས་དཀའ་སྟེ། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཕྲ་ཞིབ་ཅན་རང་དགྲ་བཅོམ་པས་ཀྱང་རྟོགས་ཤིང་སྟོན་ནུས་ལ། ལས་འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་ཕྲ་མོ་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་སྤྱོད་ཡུལ་ལུང་ཚད་མ་ཁོ་ནས་གཞལ་དགོས་པས་ན། ལས་འབྲས་འདི་ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བས་སྡིག་པ་ཆུང་ངུ་ནས་འཛེམ་དགོས་ཏེ། ཚོམས་ལས། སྡིག་པ་ཆུང་ངུས་བདག་ཉིད་ཀྱི། །ཕྱི་བཞིན་མི་འོང་མ་སེམས་ཤིག །ཆུ་ཡི་ཐིགས་པ་ལྷུང་བ་ཡིས། །སྣོད་ཆེན་གང་བ་ཇི་བཞིན་དུ། །ཆུང་ཟད་བསགས་པའི་སྡིག་པས་ཀྱང་། །བྱིས་པ་རབ་ཏུ་གང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས། དགེ་བའང་ཆུང་ངུ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་འབྲས་བུ་བཟང་པོར་འཕེལ་བ། འཁོར་བསྒྱུར་ང་ལས་ནུས་གླིང་བཞི་ལྷ་གནས་བཅས་ལ་དབང་བསྒྱུར་བ་ཡང་སངས་རྒྱས་རྣམ་

部分天界，是因爲他過去將一握豆子灑向「普觀」佛，其中四顆落入佛的缽內、一顆留在佛的頂髻上，因而感生的果。[16]

以前佛陀在世的時候，有個名叫「金寶」的婆羅門青年，手中不斷生出金幣。這是因爲他剛生作木柴生意，用販賣木柴得來的一枚金幣，放在陶瓶裡注滿清水，供養迦葉佛而感生的果。[17]

上座「金犢」降生的時候，家中倉庫自然生出七頭金色的象，大象排泄的
671 尿、糞也會變成黃金。末生怨王先後搶去七次，但都沒入地下回到原先的地方。這是因爲在迦那迦牟尼佛時代，金犢曾修復一座佛陀坐騎象的塑像、並塗上石黃，感生此果。[18]

比丘尼「白女」誕生時，從母胎裡帶出一件迦尸迦布衣。出家時，這件衣服又變成法衣。這是因爲以前一對貧窮夫婦，只有一件衣服，誰外出誰就穿上，他倆毅然將這件衣服供養迦那迦牟尼佛，不怕受窘，因而感生此果。當時，他倆也因此而受到國王及王妃饋贈衣服，果報在現世即成熟。[19]

所以，我們不要因善小而不爲，《集法句經》中說：

「莫思作少善，後世不相隨，
如落諸水滴，能充滿大瓶，
由略集諸善，堅固極充滿。」

672 （帕繃喀大師總結說，在修「業決定」與「增長廣大」這二節時，我們下定決心：善決定當修，罪決定當斷；善小亦當修，惡小亦當斷。）

---

[16] 《賢愚因緣經》。
[17] 同上條。
[18] 同上條。
[19] 同上條。

གཟིགས་ལ་སྨན་མ་སྨར་བ་གང་གཏོར་བ་བཞི་ལྡང་བཟེད་ཀྱི་ནང་དང་། གཅིག་དབུའི་གཙུག་གཏོར་དུ་ཆགས་པའི་འབྲས་བུར་གསུངས། སྔོན་སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་སྐབས་བྲམ་ཟེའི་ཁྱེའུ་གསེར་དབྱིག་ཅེས་པ་ལག་པ་ནས་གསེར་ཏམ་ཟད་མི་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་ཞིག་བྱུང་བའང་སྐྱེ་བ་སྔོན་མར་ཤིང་འཚོང་དུ་གྱུར་སྐབས་ཤིག་ཏུ་ཤིང་རིན་གསེར་ཏམ་གཅིག་བྱུང་བ་ཟྭའི་བུམ་པ་ཆུས་བཀང་བའི་ནང་དུ་བླུགས་ཏེ་སངས་རྒྱས་འོད་སྲུང་ལ་ཕུལ་བའི་འབྲས་བུར་གསུངས་པ་དང་། གནས་བརྟན་གསེར་བེའུ་འབྲུངས་པ་ན། དེ་དང་ལྷན་ཅིག་མཛོད་སྦུག་ཏུ་གསེར་གྱི་གླང་པོ་བདུན་རང་བྱུང་དུ་སྐྱེས་ཏེ། དེའི་གཅིན་དང་ལྕི་བ་ཐམས་ཅད་གསེར་དུ་གྱུར་པར་ཡོངས་སྒྲུད་ཆོག་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དགྲས་ལན་བདུན་དུ་འཕྲོག་ཀྱང་ས་ལ་ནུབ་ནས་སྔར་ལྟར་གྱུར་ཏེ་འཕྲོག་མ་ནུས་པ་བྱུང་བའང་། སྐྱེ་བ་སྔ་མ་ཞིག་ལ་སངས་རྒྱས་གསེར་ཐུབ་ཀྱི་ཆིབས་པ་གླང་ཆེན་གྱི་འདྲ་སྐུ་འཇིམ་པ་ལས་བྱས་པ་ལ་ཞིག་གསོས་བྱས་ཤིང་། བ་གླས་བྱུགས་པའི་འབྲས་བུར་གསུངས། དགེ་སློང་མ་དཀར་མོ་ཡང་། མའི་མངལ་ནས་སྐྱེས་པའི་དུས་རས་ཀ་ཤི་ཀའི་གོས་དང་བཅས་ཏེ་སྐྱེས་ལ། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ན། གོས་དེ་ཆོས་གོས་སུ་འགྱུར་བ་བྱུང་བའང་སྔར་དབུལ་པོ་ཁྱོ་ཤུག་གཉིས་ལ་གོས་གཅིག་ལས་མེད་པ་ཕྱིར་འགྲོ་སྐབས་གྱོན་རེས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད་པ། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ཤི་བ་ལ་མ་འཛེམ་པར་གསེར་ཐུབ་ལ་ཕུལ་བའི་འབྲས་བུར་གསུངས་ཤིང་། ཁོང་གཉིས་པོར་ཚེ་དེ་ལ་ཡང་རྒྱལ་པོ་བཙུན་མོ་དང་བཅས་པས་གོས་སྟེར་ནས་མཐོང་ཆོས་སུ་འབྲས་བུ་སྨིན་པ་བྱུང་བས། དགེ་བ་ཆུང་ངུ་ལའང་མ་བརྙས་པར་སྒྲུབ་དགོས་ཏེ། རྫོམས་ལས། དགེ་བ་ཆུང་བྱས་བདག་ཉིད་ཀྱི། །ཕྱི་བཞིན་མི་འོང་མ་སེམས་ཤིག །ཆུ་ཡི་ཐིགས་པ་ལྷུང་བ་ཡིས།། བུམ་ཆེན་གང་བ་ཇི་བཞིན་དུ། །ཅུང་ཟད་བསགས་པའི་དགེ་བ་ཡིས། །བརྟན་པ་རབ་ཏུ་གང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས། ལས་ངེས་པ་དང་འཕེལ་ཆེ་བ་འདི་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་དགེ་བ་ངེས་པར་སྒྲུབ། སྡིག་པ་ངེས་པར་སྤོང་བར་ཐག་བཅད་པ་དང་། དགེ་བ་ཆུང་ངུའང་སྒྲུབ། མི་དགེ་

壬三、不遇未造業

戰爭期間，某些人驚訝地報告說：「我沒有任何護身的物品，在槍林彈雨中卻沒有受傷。」此即不遇未造業的一個例證。有些人起初能夠避免武器的傷害，後來卻被殺，有人說這是護身符失效的緣故，這顯示出此人不懂業果的道理。實際情況是：那些人起初未遇到致死的業，後來卻遇上了。

如果未遇應受業，就是被火焚燒也不會死亡。（帕繃喀大師舉例說，以前有個名爲「火生」的長者，與母親的屍體一起被火焚燒卻沒有死，後來證阿羅漢果。[20]）

又如上說，未生怨王企圖搶奪金象七次，均因金象沒入地下而未果。國王優陀夷的王后「紺色女」已得不還果，五百名侍女也已見諦。當婆羅門麻堪底嘎放火燒宮時，她們卻無法騰空遠飛。紺色女說：「自作自集之業如果自己不
673 負責，還有誰來負責?」於是像飛蛾撲火一般，全部墜入火中燒死。只有一個叫「勝隆」的婢女由水溝逃脫，而她卻沒有絲毫神通。[21]

聖生王帶兵攻打釋迦族的時候，當時釋迦族有七萬七千人已得預流果，但全部無法躲過此劫而被殺。只有一些未作此業的人，在釋迦摩訶那摩（大名）潛入水裡的時候逃脫[22]。洛惹噶城被土雨淹沒時，國王、大臣和百姓全部遭殃，只有兩名大臣逃出[23]。這些也都是不遇未造業的例子。

---

[20] 詳見《毘奈耶雜事》。

[21] 詳見《毘奈耶雜事》。

[22] 根據《毘奈耶雜事》中的記載，大屠殺發生前，釋迦族首領摩訶那摩說服聖生王，在其潛入水裏的時候，不得殺害釋迦族人。聖生王同意後，摩訶那摩故意將自己綁在水下的樹枝上溺斃。

[23] 該城國王，過去曾迎聖者修法，後王惑於讒言。以塵穢潑聖者身而驅之，故有埋城之果。又其城中有以塵撲比丘之習俗，惟二長者非之，是故後得逃脫。

བ་ཆུང་དུའང་སྤྱོད་པའི་ཐག་བཅད་བྱ་གསུངས།

གསུམ་པ་ལམ་མ་བྱས་པ་དང་མི་འཕྲད་པ་ནི། དམག་སོགས་ཀྱི་སྐབས་འགའ་ཞིག་གིས་ང་ལ་མཚོན་སྣུང་གང་ཡང་མེད། མི་མདའ་མང་པོ་ཐེབས་བྱུང་ཡང་སྐྱོན་མ་བྱུང་ཟེར་ནས་ཡ་མཚན་པར་འཛིན་མོད། དེ་ཡང་ལམ་མ་བྱས་པ་དང་མ་ཕྲད་པ་ཡིན། འགའ་ཞིག་དང་པོར་མཚོན་གྱིས་མ་ཐུབ་ལ། ཕྱིས་བསད་པར་གྱུར་པ་ན། ཁ་ཅིག་གིས་མཚོན་སྣུང་ཉམས་པ་ཡིན་ཟེར་ཡང་། དེ་ནི་ལམ་འབྲས་མ་ཤེས་པའི་རྟགས་བསྟན་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་མིན་པར་སྔར་ལམ་དང་མ་ཕྲད་ལ། ཕྱིས་ཀྱི་དེ་ལམ་དང་འཕྲད་པ་ཡིན། ལམ་དང་མ་ཕྲད་ན་མེར་བསྲེགས་ཀྱང་མི་འཚི་སྟེ། སྔར་ཁྲིམ་བདག་མི་སྐྱེས་ཞེས་པ་མའི་རོ་དང་མཉམ་དུ་མེར་བསྲེགས་ཀྱང་མ་ཤི་བར། ཕྱིས་དགྲ་བཅོམ་ཐོབ་ཚུལ། གོང་གི་གསེར་གྱི་གླང་པོ་མ་སྐྱེས་དགྲས་འཕྲོག་སྐབས་ལན་བདུན་གྱི་བར་ས་འོག་ཏུ་ནུབ་ནས་མ་སྐྱེས་དགྲ་ལ་ཕན་མ་ཐོགས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཤར་པའི་བཙུན་མོ་སྔོ་བསངས་མས་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ལ། འཁོར་བུད་མེད་ལྔ་བརྒྱ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བདེན་པ་མཐོང་བ་ཡིན་ཡང་བྲམ་ཟེ་མ་དུས་ཁྲིམ་ལ་མེ་སྦར་བ་ན་རྒྱང་རིང་པོར་འཕུར་དུ་མེད་པར་ཚུང་ཟད་ཙམ་འཕུར་ཏེ། སྔོ་བསངས་མས། རང་གིས་བྱས་ཤིང་བསགས་པའི་ལས་རང་གིས་བདག་གིར་མི་བྱེད་ན་སུས་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་དེ་ཕྱི་མ་ལེབ་མེ་ལ་ལྡིབ་པ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་མེ་ནང་དུ་ལྡུང་སྟེ་མེས་ཚིག་ཅིང་། བྲན་མོ་སྐྱུར་མཆོག་ཅེས་པ་ཛུ་འཕྲུལ་མ་ཐོབ་ཀྱང་ཆུ་ཁྲུང་ནས་བྲོས་ཏེ་ཐར་ཚུལ། འཕགས་སྐྱེས་པོས་ཤཱཀྱ་དམག་དྲངས་པ་ན། ཤཱཀྱ་བདུན་ཁྲི་བདུན་སྟོང་པོ་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་ཞུགས་ཐོབ་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་ཡང་མ་ཐར་བར་བསད་ཅིང་། ལམ་མ་བྱས་པ་འགའ་ཞིག་ཤཱཀྱ་མིང་ཆེན་ཆུར་ནུབ་པའི་རིང་ལ་བྲོས་ནས་ཐར་པ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་སྒྲ་སྒྲོགས་ས་ཆར་གྱིས་ནོན་ཏེ་རྒྱལ་བློན་འབངས་བཅས་ནོན་པ་ན། བློན་པོ་གཉིས་ཐར་པ་སོགས་ཀྱང་ལམ་མ་བྱས་པ་དང་མ་ཕྲད་པ་ཡིན།

壬四、已造業不失

674 經中說：

> 「縱然經百劫，所作業不失，
> 因緣會遇時，果報還自受。」

我們所作的業不會隨著時間的變遷而變舊，也不會逐漸變小而消失。微小而久遠的業終有一天也會成熟。例如，聖「小隆」雖已證阿羅漢果，但卻乞化不到食物，偶然得到的食物，也因爲種種原因而失去，最後在臨終時食灰糊而去世。[24]

長者「吉祥生」相續中的順解脫分善根極其微小，連阿羅漢們都觀察不到，仍然能生果。他以前受生爲蒼蠅的時候，爲一堆動物乾糞的氣味所吸引，盤旋在糞堆上，隨著水的流動，偶然地繞塔轉了一周，從而積下這一善根。另如一頭豬被狗追逐而繞塔一周，死後生於天上。

聖生王屠殺釋迦族時，薄伽梵本人也示現背痛之相[25]。這是因爲佛過去受生爲漁夫的兒子時，見眾漁夫生吃兩大尾活魚而心生隨喜之報。聖生王後來死於火災，儘管當時他正處身在湖的中央。

佛陀曾爲一個名叫「受苦」的裸體外道授記說，他將身患飲食不消化的病
675 症去世。那個裸體外道雖然預先作了斷食，仍然因爲無法消化糖、水而死去。

吉祥龍猛雖然得到「長壽持明」的成就，但因爲宿世割草時，不小心將一隻螞蟻連腰斬斷，於是此生因爲他人前來乞討頭顱而去世。

雖然目犍連在佛的聲聞弟子中爲「神通第一」，卻遭到那些手持棍棒、頭挽髮髻的順世外道亂棒痛擊，全身骨肉被打得像爛泥一樣。事後舍利弗問他爲

---

[24] 詳見《百業經》。
[25] 《毗奈耶雜事》。

བཞི་པ་ལས་བྱས་པ་ཆུད་མི་ཟ་བ་ནི། མདོ་ལས། ལུས་ཅན་དག་གི་ལས་རྣམས་ནི།། བསྐལ་པ་བརྒྱར་ཡང་ཆུད་མི་ཟ། །ཚོགས་ཤིང་དུས་ལ་བབ་པ་ན། །འབྲས་བུ་སྨིན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། ཡུན་རིང་ནས་རྙིང་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆུང་ནས་མེད་པར་འགྱུར་བ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པར། ཆུང་ཞིང་ཡུན་རིང་བ་ཡང་ནམ་ཞིག་འབྲས་བུ་སྨིན་པར་འགྱུར་ཏེ། འཕགས་པ་སྒྲུར་ཆུང་དགྲ་བཅོམ་ཐོབ་ཀྱང་བསོད་སྙོམས་མ་རྙེད་ཅིང་། རྙེད་པ་རྣམས་རྐྱེན་གྱིས་མེད་པར་གྱུར་ནས་གཤེགས་ཁར་ཐལ་སྐྱོ་བཞེས་ཏེ་སྐུ་འདས་པའི་རབས་ལྟར་དང་། ཁྱིམ་བདག་དཔལ་སྐྱེས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་དགེ་རྩ་དགྲ་བཅོམ་པས་མཐོང་མི་ནུས་པ་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་ཆུང་དུས་ཀྱང་འབྲས་བུ་འབྱིན་པ་སྔོན་དཔལ་སྐྱེས་ཁོ་རང་སྦྲང་བུའི་སྐྱེ་བ་བླངས་སྐབས་དུད་འགྲོའི་ལྕི་སྦྲང་སྐམ་པོ་ཞིག་གི་དྲི་ལ་འཁོར་ནས་བསྐྱོད་པ་སྦྲང་ཆུས་ཁྱེར་ནས་དེའི་ཞོར་དུ་མཆོད་རྟེན་ཞིག་ལ་སྐོར་བ་ཐེབས་པ་ཙམ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ཡང་། ཕག་ཅིག་ཁྱིམ་དེད་དེ་མཆོད་རྟེན་ལ་སྐོར་བ་འཁོར་བ་ཤི་ནས་ལྷར་སྐྱེས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་འཕགས་སྐྱེས་པོས་ཤཱཀྱ་པ་རྣམས་ཁ་བཏགས་པ་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་རང་ཉིད་ཀྱང་སྐུ་རྒྱབ་བསྐྱུང་བའི་ཚུལ་བསྟན། དེའང་སྔོན་ཉ་པ་མང་པོས་ཉ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཤིག་གསོན་ཟ་བྱས་སྐབས་ཉ་པའི་ཕྲུ་གུས་ཡི་རང་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཞིང་། འཕགས་སྐྱེས་པོ་ཆུའི་དཀྱིལ་དུ་བསྡད་ཀྱང་མེས་ཚིག་པའི་རབས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གཅེར་བུ་བ་སྡུག་བསྔལ་འགྱུར་མ་ཁུ་བའི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་ཏེ་འཆི་བར་ལུང་བསྟན་པ་ན། ཁོས་ཟན་བཅད་ཀྱང་ཆུ་དང་བུ་རམ་མ་འཛུ་བར་ཤི་བ་དང་། དཔལ་མགོན་ཀླུ་སྒྲུབ་སྐུ་ཚེའི་རིག་འཛིན་བརྙེས་ཀྱང་སྐུ་ཚེ་སྔ་མ་ཞིག་ཏུ་རྩྭ་གཅོད་པའི་ཞར་ལ་འབུ་གྲོག་མ་གཅིག་སྐྱེ་ཆད་པའི་ལས་ཀྱིས་དབུ་སྙོང་བ་བྱུང་སྟེ་སྐུ་འདས་པ་དང་། ཉན་ཐོས་མོཽདྒལ་གྱི་བུ་རྫུ་འཕྲུལ་ཅན་གྱི་མཆོག་ཀྱང་ཀུན་ཏུ་རྒྱུ་དབུག་ཐོགས་སྐྱི་ཤུད་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུག་པས་བརྡུང་སྟེ། ཤ་ཧྲོག་ཧྲུས་ཧྲོག་འདམ་བུ་ལྟར་བཅོམ་པ་ཞེས་སྐུ་ལུས་ཚང་མ་འདམ་རྫ་བརྡུང་བ་ལྟར་བྱས་པའི་ཚེ་ཤཱ་རིའི་བུས་

何不顯神通，目犍連回答說，因爲受到業力的障蔽，當時對自己的神通連想都沒想到，更不要說運用神通了。這是因爲他宿世曾對母親口出惡言，業不唐捐，故而感受此報。[26]

所以，如果不能以「四力」懺悔、防護來清淨惡業果，直到「最後有」[27]時，惡業還是緊咬不放。善、惡二業一旦造業，不會不感果而自動消失，因此我們的取捨工作務必做得微細而又微細。具體情況可參閱《賢愚經》、《百業經》、《百喻經》和律典等。

在修上述兩節時，應當思惟如何懺罪和如何使善根免受瞋心摧毀之法，必
676 須下定決心如理取捨業果[28]。這四節對生起業果的深忍信十分重要。當產生取捨業果的願望時，爲便於入手，可以將粗顯的善、惡業概括在黑、白雙十業道中加以思惟，而且如《入中論》中所說：

「若諸異生、諸語生，[29]若諸自力證菩提，[30]
及諸佛子決定勝，增上生因戒非餘。」

這十種善資糧業道，對未人道的人來講，是獲得樂趣身的基礎；對聲聞、獨覺種姓的人來講，是證得聲聞、獨覺菩提的基礎。因此，一開始在下士道中，守護取捨黑、白業果的戒律是格外重要的。

辛二、分別思惟

分別思惟分三段：（壬一）思黑業果；（壬二）思白業果；（壬三）附帶開

---

[26] 同上條。
[27] 住於現世還未入滅的阿羅漢，尚有宿世所感的所依身存在。
[28] 即在修「不遇未造業」一節時，應當思惟如何懺罪之法；在修「已造業不失」一節時，應當思惟如何使善根免受嗔心摧毀之法。
[29] 語生指聲聞。
[30] 指獨覺。

མོཾདྒ་ལ་ལ་'' རྫུ་འཕྲུལ་མི་སྟོན་པ་ཅི་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པར། དེ་སྐབས་ལས་ཀྱིས་ནོན་པས་བརྫུ་བ་ཙམ་ཡང་མ་དྲན་ན་འཕྲུལ་བ་ལྟ་ཅི་གསུངས་ཚུལ། དེ་ཡང་སྐུ་སྐྱེ་སྔ་མ་ཞིག་གི་སྐབས་མ་ལ་ཚིག་ངན་སྨྲས་པ་རྒྱུད་མ་ཟློས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན།

དེས་ན་ལས་ངན་པའི་འབྲས་བུ་ནི་སྟོབས་བཞིའི་བཤགས་སྡོམ་བྱས་ཏེ་དག་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། སྲིད་པ་ཐ་མ་པར་གྱུར་པ་ནའང་ལས་ཀྱིས་མི་གནོད་བ་སོགས་ཞིབ་པར་མཛངས་བློན་དང་། མདོ་སྡེ་ལས་བརྒྱ་པ། རྟོགས་བརྗོད་བརྒྱ་པ། འདུལ་བ་ལུང་སོགས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། ལས་དགེ་སྡིག་གཉིས་བསགས་ཟིན་ནས་འབྲས་བུ་རྒྱུད་ཟློས་ཏེ་མེད་པར་འགྱུར་བ་མི་སྲིད་པས་བླང་དོར་ཕྲ་ཞིང་ཕྲ་བ་ནས་བྱེད་དགོས་གསུངས། དེས་ན་ཕྱི་མ་འདི་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སྡིག་པ་བཤགས་པ་དང་། དགེ་བ་ཕོང་ཕྲིས་མི་འཛོམས་པའི་ཐབས་བསམ་སྟེ། ལས་འབྲས་ཀྱི་བླང་དོར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱེད་པར་ཐག་བཅད་དགོས། ས་བཅད་འདི་བཞི་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྐྱེད་པ་ལ་གཙོ་ཆེ་བས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་འབྲས་ལ་བླང་དོར་བྱེད་འདོད་པ་བྱུང་བའི་ཚེ་བླང་དོར་བྱ་ས་འཇུག་པ་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་དགེ་སྡིག་ཆེ་ཡོང་རགས་པ་ཙམ་བསྟུས་ཏེ་ལས་ལམ་བཅུ་བཅུ་བསམ་པ་ཡིན་ཞིང་། འཇུག་པ་ལས་ཀྱང་། སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་དང་གསུང་སྐྱེས་དང་། །རང་བྱང་ཆུབ་ལ་བདག་ཉིད་ངེས་རྣམས་དང་། །རྒྱལ་སྲས་རྣམས་ཀྱི་ངེས་པར་ལེགས་པ་དང་།། མངོན་མཐོའི་རྒྱུ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལས་གཞན་མེད། །ཅེས་པ་ལྟར་དགེ་བའི་ཚོགས་ལས་ལམ་བཅུ་ནི་ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་གི་མངོན་མཐོའི་རྩ་བའི་རྟེན་དང་། ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དེའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྩ་བའི་རྟེན་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བླ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྩ་བའི་རྟེན་ཡིན་པས། ཐོག་མར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུའི་སྐབས་འདིར་དཀར་ནག་གི་ལས་འབྲས་ལ་བླང་དོར་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྲུང་བ་གལ་ཆེ། དེས་ན།

གཉིས་པ་སོ་སོར་ཕྲེ་སྟེ་བསམ་པ་ལ་གསུམ། ནག་པོའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ།

示具力業門。

677 **壬一、思黑業果**

此分三節：（癸一）正明黑業道；（癸二）輕重差別；（癸三）示彼等之果。

癸一、正明黑業道

既然業果是如此的重要、又是那樣的微細，我們對業果所做的取捨基礎又是什麼？當知粗顯的善、不善業可概括爲十種，《俱舍論》中說：

「攝其中粗顯，善不善如應，說爲十業道，」

不僅出家人要對此作取捨，就是在家居士也要這樣作。所以，過去隆睹喇
678 嘛曾特別出資，將發露懺悔十不善文刻成袖珍本廣爲散發。又如《入行論》中所說：

「眾生欲除苦，奈何苦更增；
愚人雖求樂，毀樂如滅仇。」

我們雖然想得到快樂，但卻不知修善——快樂的因；雖然不想受苦，卻不知斷罪——痛苦的因，反而像對待仇人一樣，將想要的快樂毀滅。我們的取捨完全顛倒了。

有些人認爲自己愚笨，聽不懂什麼是十不善，但我們可以學會二、三十首歌舞段子，怎麼會聽不懂十不善呢？我們並不是單純因爲沒有學過或不懂正法而墮惡趣，而是因爲知而不修，所以，實修佛法很重要。

所應斷除的十不善爲：

「身業者三種，口業有四種，
意業復有三，懺悔十不善。」[31]

十不善業中屬身業的有三種：殺生、不與取、欲邪行；屬語業的有四種：妄語、離間語、粗惡語和綺語；屬意業的有三種：貪婪心、瞋恚心和邪見。每

[31] 引自《金光明經》與宗喀巴大師所造的《金光明懺》。

དཀར་པོའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ། ཞར་ལ་སྦྱོར་ལྡན་གྱི་ལས་ཀྱི་སྒོ་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་པའོ། ། དང་པོ་ལ་གསུམ། ནག་པོའི་ལས་ལམ་དངོས་དང་། ལྕི་ཡང་གི་ཁྱད་པར། དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་ལས་འབྲས་གལ་ཆེ་ལ་ཕྲ་ཞིང་ཞིབ་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། དེ་ལ་བླང་དོར་བྱ་སའི་གཞི་གང་ཞེ་ན། མཛོད་ལས། དེ་ལས་ཆེ་ལོང་བསྡུས་ནས་ནི། །དགེ་དང་མི་དགེ་ཅི་རིགས་པར། །ལས་ཀྱི་ལམ་ནི་བཅུར་གསུངས་སོ། །ཞེས་དགེ་མི་དགེ་རགས་པ་རྣམས་བཅུར་བསྡུས་ཏེ་གསུངས་པར་བཤད་ལ། འདི་ནི་རབ་ཏུ་བྱུང་བར་མ་ཟད། ཁྱིམ་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་བླང་དོར་བྱ་དགོས་པས། སྤར་ཀློང་རྡོལ་བླ་མས་མི་དགེ་བཅུའི་མཐོལ་བཤགས་པར་ཐུང་བཀོས་ཏེ་བཀྱི་བ་སོགས་མཛད། དེ་ཡང་སྤྱོད་འཇུག་ལས། སྡུག་བསྔལ་འདོར་འདོད་སེམས་ཡོད་ཀྱང་། །སྡུག་བསྔལ་ཉིད་ལ་མངོན་པར་རྒྱུག །བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་གཏི་མུག་པས།། རང་གི་བདེ་བ་དགྲ་ལྟར་འཇོམས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་ཅག་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་བདེ་བའི་རྒྱུ་དགེ་བ་སྒྲུབ་མི་ཤེས། སྡུག་བསྔལ་མི་འདོད་ཀྱང་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་སྡིག་པ་སྤོང་མི་ཤེས་པར་གང་འདོད་པའི་བདེ་བ་དེ་ཉིད་དགྲ་ལྟར་འཇོམས་པས་བླང་དོར་གོ་ལོག་ཏུ་སོང་། །ཁ་ཅིག་བློ་དམན་པས་མི་དགེ་བཅུ་ངོ་མི་ཤེས་སྙམ་ན། རང་རེ་གཞས་དང་གླུ་བསླབ་ན་ཉི་ཤུ་སུམ་ཅུ་རེ་ཙམ་ཤེས་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་པས་མི་དགེ་བཅུ་ཡང་ངོ་སྤྲད་ན་ཤེས་མི་ཐུབ་པ་མི་སྲིད། རང་ཅག་ཆོས་མ་བསླབ་པ་དང་མ་ཤེས་པ་ཁོ་ནས་ངན་འགྲོར་སོང་བ་མིན་ཅིང་། ཆོས་ཤེས་ཀྱང་ལག་ལེན་མ་བྱུང་བས་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བས་ཆོས་ལག་ལེན་བྱེད་པ་གལ་ཆེ།

དེས་ན་སྤང་བྱ་མི་དགེ་བ་བཅུ་ནི། ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། །ངག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དག་དང་། །གང་ཡང་ཡིད་ཀྱི་རྣམས་གསུམ་པོ། །མི་དགེ་བཅུ་པོ་སོ་སོར་བཤགས།། ཞེས་པ་ལྟར། ལུས་ཀྱིས་སྲོག་གཅོད་པ། མ་བྱིན་པར་ལེན་པ། འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་སྟེ་གསུམ། ངག་གི་རྫུན། ཕྲ་མ། ཚིག་རྩུབ། ངག་འཁྱལ་ཏེ་བཞི། ཡིད་ཀྱི་བརྣབ་

一種業又各有四種因素：事、意樂、加行和究竟。

679 **（一）殺生**

殺生的「事」為除自己之外的其他有情，例如：被屠宰的羊。「意樂」中又分想、動機和煩惱三部分。「想」為無誤地知道所殺的對象；「動機」為想要去殺；「煩惱」為三毒中的任何一毒：以瞋發起的，如仇恨怨敵而用武器將對方殺死；以貪發起的，如愛著羊的肉、皮等而宰羊；以癡發起的，如外道等故意殺生以血肉祭祀，以為這樣做沒有過失而大肆向別人宣揚。「加行」為使用毒藥、武器、咒語等各種手段。所謂殺生，並不一定就是用刀將對方捅死，用惡咒和巫術也能殺生。「究竟」為對方在自己之前死去。如果這四種因素全部具備，殺生業道即告圓滿。[32]

教唆別人殺和自己親自殺沒有區別，如《俱舍論》中說：

680 **「軍等若同事，皆成如作者。」**

假設有八個人殺一頭羊，這罪業並不是由八人分攤，而是每個人均犯有殺一頭羊的全部罪行。又以軍官為例，當他指揮許多士兵殺人時，如果總共殺了一千個人，每個士兵所造的罪業大小與各自所殺人數成正比，而軍官則造下屠殺一千個人的全部罪業。

在前藏地區，社會風氣還算不錯，但在邊遠地區，似乎有出家人找人代宰牲畜的習慣，屠宰者和教令屠宰者二人都各造一殺生罪。如果只是自己動手，

[32] 關於業與業道的區別，詳見《俱舍論》。宗喀巴大師的《菩提道次第廣論》中說：「思惟是業而非業道；身、語所有七支是業亦是業道，思行處故：貪欲等三業道非業。」

སེམས༔ གནོད་སེམས། ལོག་ལྟ་གསུམ་སྟེ་བཅུའོ། །དེ་རེ་རེ་ལའང་གཞི། བསམ་པ། སྦྱོར་བ། མཐར་ཐུག་བཅས་བཞི་རེ་ཡོད་པས། དང་པོ་སྲོག་གཅོད་ཀྱི་གཞི་ནི། གསད་བྱའི་ལུག་ལྟ་བུ་རང་ལས་གཞན་པའི་ཕ་རོལ་པོ་ཡིན་པ་དང་། བསམ་པ་ལ་འདུ་ཤེས། ཀུན་སློང་། ཉོན་མོངས་གསུམ་ལས། འདུ་ཤེས་ནི་དེ་ལ་དེར་འདུ་ཤེས་ཤིང་མ་འཁྲུལ་བ་དང་། ཀུན་སློང་ནི་གསོད་འདོད། ཉོན་མོངས་ནི་དུག་གསུམ་ག་ཡོད་དེ། ཞེ་སྡང་གིས་བསད་པ་ནི། དགྲ་ལྟ་བུར་ཁྲོས་ཏེ་མཚོན་བརྡེག་པས་ཤི་བ་དང་། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ནི། ཤ་དང་ལྤགས་པ་སོགས་ལ་ཆགས་ཏེ་ལུག་གསོད་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཏི་མུག་གིས་ནི། མུ་སྟེགས་པ་སོགས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཆེད་དུ་བསད་པའི་ཤ་ཁྲག་གིས་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པ་ཉེས་པ་མེད་པར་སེམས་ཤིང་སླ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། སྦྱོར་བ་ནི་དུག་མཚོན་རིག་སྔགས་སོགས་ཅི་རིགས་པས་བྱས་པ་སྟེ། སྲོག་གཅོད་ཐེར་བ་གྲི་བཙུགས་ཏེ་བསད་པ་ཞིག་ངེས་ཅན་དུ་མི་དགོས་པར་མཐུ་དང་ངན་སྔགས་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་འགྲུབ། མཐར་ཐུག་ནི། རང་གི་སྔ་རོལ་དུ་ཤི་བ་སྟེ། དེ་དག་ཚང་ན་སྲོག་གཅོད་ཀྱི་ལས་ལམ་རྫོགས་པ་ཡིན༔ གཞན་ལ་གསོད་དུ་བཅུག་ནའང་རང་གིས་བསད་པ་དང་ཁྱད་པར་མེད་དེ། མཛོད་ལས། དམག་ལ་སོགས་པ་དོན་གཅིག་ཕྱིར། །ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་པོ་བཞིན་ལྡན། །གསུངས་པ་ལྟར་མི་བརྒྱད་ཀྱིས་ལུག་གཅིག་བསད་ན། དེའི་སྡིག་པ་བགོ་བཤའ་བྱེད་དུ་མེད་པར་མི་རེ་རེ་ལ་ལུག་རེ་བསད་པའི་སྡིག་པ་ཆ་ཚང་རེ་འབྱུང་། དམག་དཔོན་ལྟ་བུས་དམག་མི་མང་པོ་བཏང་སྟེ་གསོད་པའི་སྐབས། མི་སྟོང་ཕྲག་གཅིག་བསད་ཡོད་ན། དམག་མི་སོ་སོ་ལ་རེ་རེས་ཇི་ཙམ་རེ་བསད་ནུས་པའི་སྡིག་པ་རེ་རེ་དང་། དམག་དཔོན་ལ་མི་སྟོང་ཕྲག་གཅིག་བསད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྡིག་པ་ཆ་ཚང་རེ་འོང་། དབུས་ཕྱོགས་འདིར་མིག་ལྟོས་བཟང་ཡང་ཕྱོགས་ཕན་ཚུན་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བས་ཀྱང་མི་གཞན་རོགས་སྐྲན་པ་ཨམ་ཞིག་ཡིན་ཐེར་ནས་གཞན་ལ་ཕྱུགས་གསོད་དུ་འཇུག་པ་སྣང་མོད། དེས་ནི་གསོད་མཁན་དེ་དང་། གསོད་དུ་འཇུག་མཁན་གཉིས་ཀར་སྲོག་གཅོད་ཀྱི་སྡིག་པ་རེ་རེ་

則只有一種罪；所以，與其連累幫忙的人造罪，還不如單獨自己一人動手。雖然有些人認爲，如果自己沒有親手殺，就沒有殺生罪，然而事實上教唆他殺的人不僅有罪，而且罪過更大。

（接著，帕繃喀大師詳細講述了《某些僧人的午餐實景——顯實明鏡》[33]中，有關僧人和山羊、綿羊、牛三者的故事：）以前，有一些比丘和沙彌將一頭山羊、一頭綿羊和一頭牛拴在牆邊，準備屠宰，山羊對其他兩個說：「他們準備要殺我們了。」牛聽了不以爲然，說道：「他們每天都唸皈依，又雙手合掌、閉起眼睛，唸著『願一切有情具足安樂和安樂因』等等的，我想他們不至於要殺我們。』綿羊也附和說：「對呀！他們都是佛弟子，在入教的時候，
681 同意要守護皈依學處，而主要的學處就是不傷害有情，所以，我想他們肯定不會傷害我們。」牠們在那裡商談良久。到了晌午時分，有位作屠宰勾當的在家人來到那些僧人面前。山羊發現了，便仔細傾聽他們的談話。屠夫一再推脫道：「我今天不得空，你們還是找別人幫忙吧。」但是比丘堅持說：「我們要些食物當午飯，你今天一定要把那三頭牲畜宰了。」屠夫沒法，只好同意。山羊將牠所聽到的話告訴了另外兩個，山羊、綿羊和牛都傷心地哭泣起來。這時候，比丘手裡提著念珠走了過來，一邊不停地念『皈依偈』和『嘛呢』，一邊檢查哪一頭牲畜長得肥壯。他們三個齊聲對比丘說：出家人不可殺生，也不可教唆別人殺生，又說：「最好是不要殺我們，如果一定要殺，就請比丘您自己動手

[33] 全稱爲《僧人與山羊、綿羊、牛三者之史話‧某些僧人午餐實景——顯實明鏡》，作者是喀爾喀堪布‧昂旺洛桑克珠（語自在善慧智成，1779～1838）。

འོང་ཞིང་། དེ་ལས་རང་གིས་ལག་བསྟར་ཏེ་བསད་ན་སྡིག་པ་གཅིག་ལས་མི་འོང་བས། སྡིག་པ་སྟོན་མ་གསོག་མཁན་རོགས་མི་སྤྲོ་བར་རང་གཅིག་པུས་གསོད་པ་དགའ་བ་ཡོད།

དེས་ན་རང་རེས་དངོས་སུ་མ་བསད་པས་སྲོག་གཅོད་ཀྱི་སྡིག་པ་མེད་བསམ་མཁན་ཡོད་ཀྱང་། སྡིག་པ་ཡོད་པས་མི་ཚད་ད་དུང་གསོད་དུ་བཅུག་པ་སྡིག་པ་ཆེ། སྔོན་དགེ་སློང་དགེ་ཚུལ་འགའ་རེས་ར་ལུག་གླང་གསུམ་རྣ་སྐོར་དུ་བཏགས་ཏེ་གསོད་པར་ཉེ་བ་ན། ར་རེས་གཞན་གཉིས་ལ་བདག་ཅག་གསུམ་གསོད་པར་འདོད་འདུག་ཅེས་སྨྲས་པར། གླང་གིས་འདིས་ཉིན་རེ་བཞིན་སྐྱབས་འགྲོ་གསུང་ཞིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱུ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་སོགས་ཕྱག་ཐལ་མོ་སྦྱོར་ཞིང་སྨྲུན་བཙུམ་ནས་གསུང་གིན་འདུག་པས་མི་གསོད་ཟེར། ལུག་གིས། ཁོང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སློབ་མ། བསྟན་པ་ལ་ཞུགས་ཚེ་སྐྱབས་འགྲོའི་བསླབ་བྱ་བསྲུང་བར་ཁས་བླངས། བསླབ་བྱའི་གཙོ་བོ་སེམས་ཅན་ལ་གནོད་འཚེ་མི་བྱེད་པ་ཡིན་པས་རང་ཅག་ལ་གནོད་པ་མི་བྱེད་ཐག་ཆོད་ཟེར་བ་སོགས་མང་པོ་གླེང་། ཉི་དྲོས་ཙམ་ལ་མི་ནག་བཤན་པ་གཅིག་བཙུན་པའི་རྟར་འོངས་པ་ར་རེས་མཐོང་སྟེ་ཉན་པས། བཤན་པ་རེས་དེད་མི་ཁོམ་པས་གཞན་ལ་གསུངས་རོགས་ཞེས་ནན་ཏན་ཞུས་ཀྱང་། དགེ་སློང་གིས། ཁོ་བོ་ལ་གྲུང་ཚིགས་ཀྱི་རྒྱུ་ལག་ཐོགས་པོ་ཡོད་པས། ཁྱེད་རང་གིས་འདི་གསུམ་དེ་རིང་རང་ཅིས་ཀྱང་གསོད་རོགས་གྱིས་ཞེས་ཨུ་ཚུགས་ཀྱིས་སྨྲས་པ་ན། བཤན་པ་དེས་ཁས་བླངས་དགོས་པ་བྱུང་སྟེ་གསོད་རྒྱུ་ཐག་ཆོད་པ་ཐོས་ནས་གཞན་གཉིས་ལ་སྨྲས་ཏེ་དེ་གསུམ་སྐྱུ་ངན་གྱིས་མཆི་མ་ཤོར་བཞིན་ཡོད་པའི་སྐབས། དགེ་སློང་དེས་ལག་པས་འཕྲེང་བ་འདྲེན་ཅིང་། སྐྱབས་འགྲོ་དང་མ་ཎི་བགྲང་བཞིན་པར་ར་ལུག་གླང་གསུམ་ཤ་རྒྱགས་མི་རྒྱགས་བལྟ་བའི་ཕྱིར་འོངས་པ་ན། དེ་གསུམ་གྱིས། བཙུན་པས་སེམས་ཅན་གསོད་མི་རུང་བ་དང་། གཞན་ལའང་གསོད་དུ་འཇུག་མི་རུང་ཚུལ་སོགས་མང་པོ་བརྗོད་དེ། རབ་ན་བདག་ཅག་གསུམ་མི་གསོད་པ་དང་། གལ་ཏེ་གསོད་ན་དགེ

吧！」比丘不答應。最後屠夫來了，用細皮繩將他們三個的前、後蹄綑綁起來，用大錘子敲破牛的腦袋，用利刃將山羊和綿羊的胸膛剖開，把手伸進去，用尖利的指甲掐斷他們最寶貴的命根動脈，這三頭動物經受了不可思議的痛苦。十方諸佛聽見牛的慘叫聲，於是宣告：「在某某地方，空有出家相的某某，教人
682 殺害母親有情，那就是被殺的有情發出的哀鳴！」法幢傾頹，魔幢高豎，諸佛菩薩對此都感到極爲失望。

這種人乃是佛教的敗家子！我們要謹慎防範，避免殺生，這很重要。我的依怙大寶上師看到能斷除殺生的人特別地感到喜悅。當我訪問康區的時候，成功地改變了索·旃檀寺等寺院常年殺生的習慣，我想這也許是我此生在佛法上得到的最大成就吧！

（二）不與取

不與取的「事」爲屬於他人的財物。「意樂」三支中，「想」爲不錯亂；「動機」爲想要不與而取；「煩惱」爲三毒中任何一毒：以瞋發起的，如搶劫仇人的財物；以貪發起的，如見到別人的財物合自己的意，便將之竊走等；以癡發起的，如某些外道宗派聲稱「梵志窮時可行竊」，認爲偷別人的財物沒有錯。至於「加行」，不與取並不一定就是夜裡行竊，出家人一人取兩份袮錢、作官

སློང་རང་གིས་གསོད་པར་ཞུས་ཀྱང་མ་གནང་བའི་མུས་ནས། བཤན་པ་སླེབས་ཏེ་དེ་གསུམ་གྱི་ཀང་ལག་འབྲེང་ཐག་གིས་བསྡམས། ཐོ་བ་ཆེན་པོས་བསྣུན་ཏེ་གླང་གི་ཀླད་པ་བཅོམ། གྲི་རྣོན་པོས་ར་ལུག་གི་བྲང་སྟྲགས་གཤགས་ཏེ་ཁོག་པར་ལག་པ་བཙུག །སེན་མོ་རྣོན་པོས་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པའི་སྲོག་རྩ་བཅད་པ་སོགས་སྡུག་བསྔལ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་མྱོང་། གླང་གིས་ཉམ་ཐག་པའི་སྐད་བཏོན་པ་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གསན་ཏེ། ཡུལ་འདི་འདྲ་ཞིག་ན་བཙུན་པའི་གཟུགས་བརྙན་འདི་ཞེས་བྱ་བས་མ་གཏན་སེམས་ཅན་གསོད་དུ་བཙུག་པའི་སྡུག་སྐད་འདོན་པ་རེད་ཅེས་ལུང་བསྟན་ཅིང་། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་བསྙིལ། བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་བསྒྲེངས༑ སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་ཐུགས་མུག་པ་བྱུང་བ་སོགས་བཙུན་པ་དང་ར་ལུག་གླང་གསུམ་གྱི་འབེལ་གཏམ། བཙུན་པ་འགའ་ཞིག་གི་གྱུང་རྐྱེན་གྱི་དེ་ཉིད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ལས་བྱུང་པ་ལྟར་རྒྱས་པར་སྤེལ་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ནི་བསྟན་པའི་ཆོས་རྐྱེན་པ་ཡིན་པས་སྲོག་གཅོད་ལ་འཛེམ་པ་གནད་ཆེ། བདག་གི་༸སྐྱབས་མགོན་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་གཞན་སྲོག་གཅོད་སྤང་བ་བྱུང་ན་དགེས་རྗེས་གཞན་ལས་ལྷག་པ་གནང་གི་ཡོད། ཁོ་བོས་ཀྱང་ཁམས་ལ་འགྲོ་སྐབས་སོག་ཙནྡན་དགོན་པ་སོགས་ཀྱིས་ལོ་ལྟར་གསོད་པའི་སྲོག་གཅོད་ཀྱི་རྒྱུན་ཆེན་པོ་མང་པོ་གཅོད་ཐུབ་པ་བྱུང་སོང་བ་ཆེ་འདིའི་ཆོས་དྲག་ཤོས་ཡིན་སྙམ་པ་ཡོད་གསུངས།

གཉིས་པ་མ་བྱིན་ལེན་ལ། གཞི་ནི་གཞན་གྱིས་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་ནོར། བསམ་པ་ལ་གསུམ་ལས། འདུ་ཤེས་ནི་མ་འཁྲུལ་བ། ཀུན་སློང་ནི་མ་བྱིན་བཞིན་དུ་ལེན་འདོད། ཉོན་མོངས་ནི་གསུམ་ག་ཡོད་དེ། ཁོང་ཁྲོས་དགྲ་བོའི་ནོར་འཕྲོག་པ་དང་། ཆགས་པས་གཞན་གྱི་ནོར་ཐར་ཡིད་འོང་དུ་མཐོང་སྟེ་འཇབ་བུས་བརྐུ་བ་སོགས་དང་། གཏི་མུག་ལ་ཕྱི་རོལ་པའི་ཆོས་ལུགས༑ བྲམ་ཟེ་རྒྱུད་ཆེ་རྐུ་བ་ཆོས་སུ་བཤད། ཟེར་བ་ལྟར་གཞན་གྱི་ནོར་བརྐུ་བ་ཉེས་མེད་དུ་འཛིན་པ་ལྟ་བུའོ། །སྦྱོར་བ་ནི། མཚན་མོར་འཇབ་ནས་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་ངེས་པར་མི་དགོས་ཀྱི།

的徵收不合理的罰款、作買賣的對顧客短斤缺兩等等都是不與取。寺院裡訂有各種懲罰辦法，如強制作大禮拜等，目的也在於防止這類過失發生。

683 簡言之，我們最容易犯不與取的一種情形是：爲了得到某種別人不想給的財物，便想出各種欺詐的方法，迫使他人不得不拿出那件東西，從而占爲己有。又如，他人將價值一分銀子以上的物品或用品，委託我們保管或借給我們使用，時間久了，主人已忘記此事，自己卻唯恐主人記得，最後生起此物歸我所有之心，這也是偷盜。（帕繃喀大師指出，此事對沙彌而言，是「近他勝罪」，對比丘而言，則爲「他勝罪」。）

（三）欲邪行

欲邪行的「事」，對在家人而言，爲產門之外的「非道」；懷孕或持八關齋戒期間的「非時」；在上師或佛塔附近的「非處」；對象爲母親等的「不應行」。對出家人而言，任何形式的性行爲都是欲邪行。「想」必須是沒行錯認欲邪行的對象，但對出家人來說，不論錯還是不錯，均犯非梵行「他勝罪」。「煩惱」爲三毒中的任何一種；「動機」爲想作邪行。「加行」爲二根和合等。「究竟」爲由此生起快感。

684 ### （四）妄語

妄語的「事」有八種：眼見或未見之事物；耳聞或未聞之事物；鼻、舌、身三種識所了別、領受或未了別、未領受之事物；意識知道或未知之事物。說

གླུ་པ་ཁ་ཅིག་གིས་འགྲེད་ཉིས་ལེན་བྱེད་པ་དང་། དཔོན་པོས་མི་འོས་པའི་ཉེས་ཆད་འགེལ་བ། བྲི་ལོག་སྲང་ལོག་གིས་ནོར་གཏོང་ལེན་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱང་མ་བྱིན་ལེན་ཏེ། འདུས་སྡེ་རྣམས་ནས་ཆད་པ་གཅོད་པ་ན། ཕྱག་འཚལ་བ་སོགས་བྱེད་དུ་འཇུག་པའང་དེ་འདྲའི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན། མདོར་ན། ཕ་རོལ་པོས་བློས་མ་ཐོངས་ཀྱང་རང་ལ་ནོར་རྫས་དེ་དང་དེ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པས། གཡོ་སྒྱུའི་ཐབས་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་བསྟན་ནས་ཁོས་མི་སྟེར་རང་དབང་མེད་པར་བྱས་ཏེ་རང་ལ་ཐོབ་པ་བྱུང་བའང་མ་བྱིན་ལེན་དུ་འགྲོ་བས་འདིར་རང་རེ་ལ་ཧ་ཅང་འབྱུང་ཉེན་ཆེ། དེར་མ་ཟད་གཞན་གྱི་རྫས་དང་ཡོ་བྱད་ཞོ་གང་ཡན་གྱི་རིན་ཐང་ཚང་བ་གཞན་ལ་བཙོལ་བའམ་སྦྱི་གཡར་བགྱིས་ནས། ཕྱིས་ཡུན་རིང་པོ་ལོན་པ་ན་བདག་པོ་དེས་བརྗེད་པ་དང་། རང་གིས་ཀྱང་དེས་བརྗེད་པར་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ་པས་ཆོད་བལྟས་ནས་བརྗེད་པར་ཤེས་ཏེ། མཐར་ཐུག་རང་ལ་ཐོབ་བློ་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་ཡང་བརྐུ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་དགེ་ཚུལ་ཡིན་ན་ཕམ་འདྲ་དང་། དགེ་སློང་ཡིན་ན་ཕམ་པ་བྱུང་ཟིན་པ་ཡིན་གསུངས།

གསུམ་པ་ལོག་གཡེམ་གྱི་གཞི་ནི། ཁྱིམ་པ་ཡིན་ན་མངལ་སྒོ་མ་གཏོགས་པའི་ལམ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྦྲུམ་མ་དང་བསྙེན་གནས་ཀྱི་སྐབས་སོགས་དུས་མ་ཡིན་པ་དང་། བླ་མ་དང་མཆོད་རྟེན་གྱི་དྲུང་སོགས་གནས་མིན་པ་དང་། མ་ལ་སོགས་པ་བགྲོད་བྱ་མིན་པ་རྣམས་དང་། རབ་བྱུང་གིས་ནི་མི་ཚངས་སྤྱད་ཚད་ལོག་གཡེམ་དུ་འགྲོ། འདུ་ཤེས་ནི་ལོག་གཡེམ་ལ་མ་འཁྲུལ་པ་དགོས་པ་དང་། མི་ཚངས་སྤྱོད་ཀྱི་ཕམ་པ་ལ་འཁྲུལ་མ་འཁྲུལ་འདྲ་བར་གསུངས། ཉོན་མོངས་ནི་དུག་གསུམ་ག ། ཀུན་སློང་ནི་ལོག་པར་སྤྱོད་འདོད། སྦྱོར་བ་ནི་དབང་པོ་གཉིས་སྦྱར་བ་སོགས་དང་། མཐར་ཐུག་ནི་བདེ་བ་མྱོང་བ་ན་རྫོགས་པ་ཡིན་གསུངས།

བཞི་པ་རྫུན་ནི། མིག་གིས་མཐོང་མ་མཐོང་དང་། རྣ་བས་ཐོས་མ་ཐོས། སྣ་ལྕེ་ལུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་གསུམ་གྱིས་བྱེ་བྲག་ཕྱེད་མ་ཕྱེད་དམ། མྱོང་མ་མྱོང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས

妄語的對象爲能言、解義的人。「意樂」三支中，「想」的例子是，自己曾經見過的事物，想作改變而謊稱未見過；「動機」爲想要這麼說；「煩惱」爲三毒中的任何一種，「加行」爲口說妄語，或是雖不說話、但用表情或姿勢來撒謊。「究竟」爲對方瞭解意思。

（帕繃喀大師同時指出，如果企圖行凶的人來詢問被害者的所在，我們不可老實回答，而應該儘量引開他的話題，如說「今晚我要到某某地方去」等等。）

（五）離間語

離間語的「事」可以是和合的人，也可以是不和合的人。「想」爲不錯亂；「動機」爲意欲離間；「煩惱」爲三毒中的任何一種。「加行」爲企圖離間和合
685 者或阻止不和者和解，而對他們進行挑撥離間，不論是實話還是妄語，全都是離間語。某些人把這種行爲看作是功德，事實上，這不僅沒有功德，而且還有很大的過失，所以不可以說離間語。「究竟」爲對方理解你所說的意思。如果對方因爲離間語而關係破裂，此業道即成圓滿；假如對方不理解而沒有造成不和，這便成綺語而非離間語。

（六）粗惡語

粗惡語的「事」有兩種：一、使自己憤怒的有情，二、刺、角等非有情。「想」爲不錯亂；「煩惱」爲三毒中的任何一種；「動機」爲想說粗惡語。「加行」爲批評他人戒律、家族、身體等方面的缺點。實說和妄語均犯，例如，稱

ཉམས་སུ་མྱོང་བའམ་རྣམ་པར་ཤེས་མ་ཤེས་བརྒྱད་དང་། སྣ་བའི་ཡུལ་ནི་མིའི་འགྲོ་བ་སྣ་ཤེས་དོན་གོ་བའོ། །བསམ་པ་ལ་འདུ་ཤེས་ནི། མཐོང་བ་ལ་མ་མཐོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་གཞན་དུ་བསྒྱུར་ཏེ་སྨྲ་བར་འདུ་ཤེས་པ། ཀུན་སློང་ནི་དེ་ལྟར་སྨྲ་འདོད་པ། ཉོན་མོངས་ནི་དུག་གསུམ་ག །སྦྱོར་བ་ནི་ངག་གིས་རྫུན་ཚིག་སྨྲ་བའམ། ཚིག་མ་སྨྲས་ཀྱང་མགོ་བོའི་དབྱིབས་སོགས་ཀྱིས་རྫུན་བྱེད་པ་ཡོད། མཐར་ཐུག་ནི་ཕ་རོལ་པོས་དོན་གོ་བའོ། །གསོད་པར་འོངས་པ་དག་གིས་གསད་བྱ་གང་ན་ཞེས་དྲི་བ་ལྟ་བུ་ལ་དྲང་པོར་བཤད་དུ་མི་རུང་བས། དེ་འདྲའི་དོགས་པའི་གནས་ཡོད་པ་དག་ལའང་། འདི་ནས་མི་འདི་འདྲ་ཞིག་སོང་ངམ་ཟེར་ན། བདག་དོ་ནུབ་ཆེ་གེ་མོ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་གཏམ་མ་འབྲེལ་བ་བཤད་པས་བརྗེད་དུ་གཞུག་པའི་ཐབས་སོགས་བྱ་དགོས་གསུངས།

ལྔ་པ་ཕྲ་མ་ལ། གཞི་ནི་མཐུན་པའམ་མི་མཐུན་པ་ཅི་རིགས། འདུ་ཤེས་མ་འཁྲུལ་བ། ཀུན་སློང་དབྱེ་འདོད་པ། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ག །སྦྱོར་བ་མཐུན་པ་དབྱེ་བ་དང་མི་མཐུན་པ་མི་འདུམ་པར་འདོད་པ་སྟེ། འདི་ལ་བདེན་པ་དང་རྫུན་གྱིས་ཕྲ་མ་བྱས་པ་གང་ཡིན་ཡང་ཁྱད་མེད། ཁ་ཅིག་གིས་འདི་དག་ཡོན་ཏན་དུ་བརྩི་ཡང་འདི་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པར་མ་ཟད། སྐྱོན་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་བྱར་མི་རུང་། མཐར་ཐུག་ནི་ཚིག་དེའི་དོན་གོ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཕྲ་མའི་ཚིག་སྨྲས་པས་ཕ་རོལ་པོ་གོ་ནས་རྒྱབ་འགལ་དུ་གྱུར་ན་ལས་ལམ་རྫོགས་ལ། ཚིག་དེ་མ་གོ་བར་མི་མཐུན་པ་སོགས་དབྱེ་བར་མ་སོང་ན་ཚིག་ཀྱལ་པར་འགྲོ་བ་ལས་ཕྲ་མ་བྱས་པར་མི་འགྱུར།

དྲུག་པ་ཚིག་རྩུབ་ཀྱི་གཞི་ནི། མཆར་སེམས་སྐྱེ་བའི་གཞིར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་དང་། ཚེར་མ་སོགས་སེམས་ཅན་མིན་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད། འདུ་ཤེས་མ་འཁྲུལ་བ། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ག །ཀུན་སློང་ནི་སྨྲ་འདོད་པ། སྦྱོར་བ་མིག་ཞར་བ་ལ་ཞར་བ་ཞེས་བརྗོད་པའམ། ཞར་བ་མིན་པ་ལ་ཞར་བ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་བདེན་རྫུན་གང་ཡང་རུང་བས་ཕ་རོལ་པོའི་རྒྱུད་ཁྲིམས་དང་

一隻眼睛瞎掉的人爲「獨眼龍」和稱正常人「獨眼龍」，兩者均犯。如果用意是在傷對方的心，儘管語調柔和，仍然犯粗惡語的過失。「究竟」爲對方解義。因爲此處必需要有「解義」這一條，所以對非有情的四大等說粗惡語，業道不會圓滿。

686 **（七）綺語**

綺語的「事」爲沒有意義的事情。「想」爲知道想要說的事，不論有沒有對象，心裡想到什麼隨口說出，便是綺語正行；「動機」爲想說綺語；「煩惱」爲三毒中的任何一種。「加行」爲談論王室、戰爭等事。

現在我們這些出家人，在寺院巡禮道散步的時候，喜歡很多人聚在一起，討論有關政府、漢地、印度等方面的新聞。雖然綺語在十不善業中是最輕的，卻是浪費人生的「無上方便」。（帕繃喀大師又指出，有些出家人上殿時就喜歡講廢話，隨後又相互到寮房中串門、整天閒聊，每天就這樣瞎混過去。我們應當像阿底峽尊者所說：「眾中觀自語」[34]，即便只有一個朋友在場，也要謹慎小心不說綺語。其他如講故事、談論外道典籍等，均屬綺語。再者，除欲邪行之外，若教唆他人作其餘六種身、語不善業，自己也犯業道。）[35]

687 **（八）貪婪心**

貪婪心的「事」爲他人的財物和用具，例如，在逛市場的時候，見到愜意的東西而生起想佔有的強烈欲望。「想」爲知道發生貪婪心的事爲何。貪婪心

---

[34] 參閱本書「第九天」。

[35] 《菩提道次第廣論》中介紹了對教他欲邪行是否犯業道的兩種意見：「《攝分》中說，教他邪行，教者亦生欲邪行罪。《俱舍釋》說，如此則無根本業道，前或意說非根本罪，然須觀察。」

རིགས་དང་ལུས་ཀྱི་སྐྱོན་སོགས་ནས་བརྗོད་པ་སྟེ། ཕ་རོལ་པོའི་སེམས་ལ་གནོད་ན་སྙན་པར་སྨྲ་ཡང་ཚིག་རྩུབ་སྨྲས་པའི་ཉེས་པ་འབྱུང་། མཐར་ཐུག་ནི་དེས་དོན་གོ་བའོ། །འདི་ལ་དོན་གོ་བ་དགོས་པས་སེམས་ཅན་མིན་པའི་འབྱུང་བ་སོགས་ལ་སྨྲས་ཀྱང་ལས་ལམ་མི་རྫོགས།

བདུན་པ་ངག་འཁྱལ་གྱི་གཞི་ནི། དོན་མེད་དང་ལྡན་པའི་དོན། འདུ་ཤེས་ནི་གང་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་དོན་ལ་དེར་འདུ་ཤེས་པའོ། །འདི་ལ་ཡུལ་ཡོད་མེད་གང་ལྟར་ཡང་གཏམ་ངན་ཚད་བྱུང་རྒྱལ་དུ་སྨྲས་ན་དངོས་གཞི་འབྱུང་། ཀུན་སློང་ནི་སྨྲ་འདོད་པ། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ག །སྦྱོར་བ་ནི་རྒྱལ་པོ་དང་དམག་ལ་སོགས་པའི་གཏམ་སྨྲ་བ་དང་། ད་ལྟ་རང་རེ་གྲྭ་པ་ལྟ་བུས་ཀྱང་དགོན་པའི་གླིང་བསྐོར་འགྲོ་བ་ཙམ་གྱི་ཚེ་མི་མང་པོ་ཞིག་འདུས་ནས། སྡེ་པ་གཞུང་དང་། རྒྱ་ནག་དང་། རྒྱ་གར་སོགས་ཀྱི་ཐེ་གཏོགས་མང་པོ་གླེང་མོ་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། ངག་འཁྱལ་འདི་མི་དགེ་བ་བཅུའི་ནང་ནས་ཆུང་ཤོས་ཡིན་ཡང་། རང་རེའི་མི་ཚེ་སྟོང་ཟད་དུ་གཏོང་བའི་ཐབས་ལྷ་ན་མེད་པ་སྟེ། ཚོགས་གྲལ་ཚུན་ཆད་དུ་ངག་འཁྱལ་གྱི་གཏམ་འདྲི་བ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲྭ་ཤག་ཕན་ཚུན་དུ་འཚོགས་ཏེ་ཉིན་སྣང་དོན་མེད་ཀྱི་སྐད་ཆ་མང་པོ་བཤད་པས་དུས་འདའ་འགྲོ་བ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འོང་། དེས་ན་རྗེ་བོ་ཆེན་པོས། མང་པོའི་ནང་དུ་ངག་ལ་བརྟག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྲོགས་གཅིག་ཡོད་ཚུན་ཆད་ནས་འདི་ལ་གཟབ་དགོས་གསུངས། གཞན་ཡང་། སྒྲུང་དང་། ཕྱི་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་བཤད་པའང་ངག་འཁྱལ་ཡིན། ལོག་གཡེམ་མ་གཏོགས་པའི་ལུས་ངག་གི་མི་དགེ་བ་དྲུག་ག་གཞན་ལ་བྱེད་དུ་བཅུག་པས་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་ལས་ལམ་དུ་འགྱུར་བར་གསུངས།

བརྒྱད་པ་བརྣབ་སེམས་ཀྱི་གཞི་ནི། གཞན་གྱི་ནོར་དང་ལོ་བྱད་དེ། དེ་ཡང་དཔེར་ན་ཁྲོམ་ལྟ་བུར་འགྲོ་བ་ན་ལོ་བྱད་ཡིད་དུ་འོང་བ་མཐོང་ནས་བདག་ལ་འདི་འདྲ་བྱུང་ན་སྙམ་དུ་ཞེན་པ་ཟུག་པ་བཞིན་བྱུང་བའོ། །འདུ་ཤེས་ནི། བརྣབ་སེམས་འབྱུང་བའི་གཞི་དེ་ལ་དེར་འདུ་ཤེས་པ།

的動機、加行和究竟等都必須在一念之上加以安立，其「動機」就是想把財物等歸自己所有；「煩惱」爲三毒中的任何一種；「加行」爲這種念頭變得強烈而希望爲我所有；「究竟」爲此念更爲強烈，決定設法將財物等弄到手。我們對自己的財產也會產生貪婪。在拉薩集市遊逛的時候，貪婪心能生起十萬次之多。此時，心中不要隨意胡思亂想，而應思惟財物猶如幻化、沒有真正的價值來加以對治。

（九）瞋恚心

688 瞋恚心的「事」和「煩惱」等與前面粗惡語中所說的相同。「動機」爲想要使用殺害、毆打等手段使對方受到傷害，或是希望對方遭到不幸。「加行」爲在此事上努力。「究竟」爲生起決定。

（帕繃喀大師告誡說，我們修息、增、懷、誅事業法，如果不是出於好的動機、不是純粹爲了利益聖教和眾生，很有可能淪爲貪婪心和瞋恚心等，所以一定要小心。）

（十）邪見

邪見的「事」必須是真實存在的，例如業果、四諦和三寶等。如果認爲這些事不存在就是邪見，聲稱它們不存在即是誹謗。例如，外道「足目仙人」因爲貪戀自己的女兒，想與她發生性行爲，而寫了十萬頌的論著，否認有前、後世，並且臆造了六十餘種邪說。「想」是認爲以有爲無的毀謗是正確的，其他二支與前面所說相同。「加行」爲發起毀謗。「究竟」爲決定否定。雖然我們較

འདིའི་ཀུན་སློང་། སྦྱོར་བ། མཐར་ཐུག་རྣམས་བྱེད་ལས་སེམས་གཅིག་གི་སྟེང་ནས་འཛོག་དགོས་པས། ཀུན་སློང་ནི་ནོར་སོགས་དེ་དང་དེ་བདག་གིར་གྱུར་ན་སྙམ་པ། ཉོན་མོངས་ནི་དུག་གསུམ་ག །སྦྱོར་བ་བསམ་པ་དེ་ལས་ཤུགས་དྲག་ཏུ་སོང་ནས་བདག་གིར་བྱེད་འདོད་པ། མཐར་ཐུག་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཤུགས་དྲག་ཏུ་སོང་ནས་རྒྱུ་ནོར་སོགས་དེ་དང་དེ་ཡོང་ཐབས་བྱེད་པར་ཐག་བཅད་པའོ། །རང་གི་ནོར་ལ་འདང་བརྣབ་སེམས་སྐྱེ་བ་ཡོད་ཅིང་། རང་ཅག་ལྷ་སར་ཁྲོམ་བསྐོར་ལྟ་བུ་ཞིག་འགྲོ་བ་ནའང་བརྣབ་སེམས་འབུམ་ཕྲག་ཙམ་སྐྱེ་བས་དེ་ལྟར་བྱུང་སྐབས་རང་གི་ཡིད་ལ་གང་བྱུང་དྲན་དུ་མི་འཇུག་པར་སྒྱུ་མའི་ནོར་རྫས་ལ་སྙིང་པོ་མེད་པར་བསམས་ནས་གཉེན་པོ་བསྟེན་པ་དགོས་གསུངས།

དགུ་པ་གནོད་སེམས་ཀྱི་གཞི་དང་ཉོན་མོངས་སོགས་སྔར་ཚིག་རྩུབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་ལ། ཀུན་སློང་གསོད་བརྡུང་སོགས་གནོད་པ་སྐྱེལ་འདོད་དམ། ཕ་རོལ་པོ་གྱུད་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ་པ་སོགས་དང་། སྦྱོར་བ་ནི་དེ་ལ་བརྩོན་པ། མཐར་ཐུག་ནི་དེར་ཐག་བཅད་པ་ཡིན། རང་རེའི་ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་ལས་སྦྱོར་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱང་ཀུན་སློང་བཟང་པོས་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། བརྣབ་སེམས་དང་གནོད་སེམས་སོགས་སུ་འགྲོ་ཉེན་ཡོད་པས་གཟབ་དགོས་གསུངས།

བཅུ་པ་ལོག་ལྟའི་གཞི་ནི། ལས་འབྲས་བདེན་བཞི་དཀོན་མཆོག་སོགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས། དེ་མེད་པར་བལྟ་བ་ལོག་ལྟ་དང་། མེད་པར་སྨྲ་བ་སྐུར་འདེབས། དེ་ཡང་ཕྱི་རོལ་པའི་དྲང་སྲོང་ཀཎ་མིག་གིས་རང་གི་བུ་མོ་ལ་ཆགས་ཏེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་སྤྱོད་འདོད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་སྔ་ཕྱི་མེད་པར་བཤད་པའི་གཞུང་ལུགས་འབུམ་ཕྲག་དང་། ལྟ་ངན་དྲུག་ཅུ་སོགས་རང་བཟོ་བྱས་ནས་བརྩམས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། འདུ་ཤེས་ནི་སྐུར་བ་འདེབས་པའི་དོན་ལ་བདེན་པར་འདུ་ཤེས་པ་ལས་གཞན་འདྲ། སྦྱོར་བ་ནི་སྐུར་བ་འདེབས་པར་རྩོམ་ཞིང་། མཐར་ཐུག་ནི་མེད་

難生起這一業道的正行，但福報差而受惡友影響的人則容易犯邪見。所以要小心警惕、認清惡友的真面目，這很重要。

689 **癸二、輕重差別**

（一）因體性故業重

身、語七種業道中，以殺生爲最重，前者依次比後者重，後者依次比前者輕。其原因是：這些業所引起對方的痛苦，依次由重到輕。例如，我們每一個人愛惜生命的程度要勝過愛惜資具，所以殺生和不與取所造成的對方痛苦有大小之別。意的三種業道與此相反，前者依次比後者輕，後者依次比前者重。

（二）因意樂故業重

由極爲猛力的煩惱意樂所造的業較爲嚴重。例如，粗惡語在體性方面較輕，但如果極端憤怒地辱罵別人爲「老狗」，這一粗惡語則變成重業。

690 **（三）因加行故業重**

以殺生爲例，使用各種殘酷手段將對方折磨致死的業較爲嚴重。再者，殺害體形龐大的動物罪業較重，例如殺害大象比殺死蟲子的業爲重。其原因在於體力龐大的動物所受的痛苦也大，所以在加行方面成爲重業。某些地方的人們喜歡將蛙、雞、蟲子等放在火上活活烤死，這在體性和加行二方面都是很重的業。

（四）因事故業重

即便只是對上師、阿闍黎、菩薩、僧伽和父母等殊勝福田怒目而視，也是極爲嚴重的罪業。

（五）因久作故業重

691 以綺語爲例，因爲經常犯的緣故會成爲重業。

（六）因無對治故業重

連一種善業都不做的人，其相續中的罪業將極爲沈重。

པར་ཐག་བཅད་པའོ། །འདི་དངོས་གཞི་རང་རེར་ཙུང་འབྱུང་དཀའ་ཡང་། བསོད་ནམས་དམན་པ་སྡིག་གྲོགས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་བ་དག་ལ་ཡོང་ཉེའོ། །དེས་ན་དེ་དག་ལེགས་པར་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་འཛེམ་བག་བྱ་བ་གནད་ཆེ་གསུངས།

གཉིས་པ་ལྡི་ཡང་གི་ཁྱད་པར་ལ་དྲུག་ལས། ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་ལྡི་བ་ནི། ལུས་ངག་གི་བདུན་ལས་སྲོག་གཅོད་སོགས་སྔ་མ་སྔ་མ་ལྡི་ལ། ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཡང་། དེའི་རྒྱུ་མཚན། དེ་དག་གི་ཚེ་ཕ་རོལ་པོ་ལ་སྡུག་བསྔལ་ཆེ་ཆུང་ཇི་ཙམ་ཡོད་པའི་རིམ་པས་ལྡི་ཡང་བྱུང་བ་སྟེ། དཔེར་ན་དེང་ཚོ་རང་གཞན་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྲོག་ལ་གཅེས་ཤིང་ཞེན་པ་ཇི་འདྲ་བྱེད་པ་དེ་ཙམ་ཡོ་བྱད་ལ་མི་བྱེད་པས་སྲོག་གཅོད་དང་མ་བྱིན་ལེན་གཉིས་ལ་ཕ་རོལ་པོ་ལ་སྡུག་བསྔལ་ཆེ་ཆུང་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡིན། ཡིད་ཀྱི་གསུམ་སྔ་མ་སྔ་མ་ཡང་ལ། ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ལྡི་བ་ཡིན། བསམ་པའི་སྒོ་ནས་ལྡི་བ་ནི། བསམ་པ་ཉོན་མོངས་ཤིན་ཏུ་དྲག་པོས་བྱས་པ་སྟེ། ཚིག་རྩུབ་ལྟ་བུ་ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་ཡང་ཡང་ཁོང་ཁྲོ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོས་ཁྲི་ཀན་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ལྡི་བ་ལྟ་བུའོ། །སྦྱོར་བའི་སྒོ་ནས་ལྡི་བ་ནི། སྦྱོར་བ་གསོད་སྟངས་ངན་པ་སྡུག་ལས་སྔ་དགུ་བཏང་ནས་བསད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཡང་འབུ་བསད་པ་བས་གླང་པོ་ཆེ་བསད་པ་སྡིག་ལྡི་བ་ལྟ་བུ་དང་། འགྲོ་གཟུགས་བོང་ཆེ་བ་དག་གསོད་པ་སྡིག་ཆེ་བའང་ལུས་སྟོབས་ཆེ་བའི་ཚོད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཆེ་བས་སྦྱོར་བའི་སྒོ་ནས་ལྡི་བར་འགྲོ། ཡུལ་འགའ་ཤས་ན། སྦལ་པ་དང་། ཁྱིམ་བྱ། འབུ་སོགས་མེར་བསྲེགས་ནས་གསོད་པ་ལྟ་བུར་ནི། ངོ་བོ་དང་སྦྱོར་བའི་ལྡི་ལུགས་གཉིས་ཀ་ཚང་། གཞིའི་སྒོ་ནས་ལྡི་བ་ནི། བླ་མ་སློབ་དཔོན་བྱང་སེམས་དགེ་འདུན་ཕ་མ་སོགས་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་མིག་ཡོག་བལྟ་བ་ལྟ་བུའང་སྡིག་ལྡི་བ་ཡིན། དུས་རྟག་ཏུ་བྱེད་པས་ལྡི་བ་ནི། ངག་འཁྱལ་ལྟ་བུ་དུས་རྟག་ཏུ་འབྱུང་བ་དེ་ལྡི་བའོ།། གཉེན་པོ་མེད་པས་ལྡི་བ་ནི། དགེ་བ་སྣ་གཅིག་ཀྱང་མི་བྱེད་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སྡིག་པ་ཤིན་ཏུ་ལྡི།

只具備上述一種業重因素，乃至六種全備都有可能，例如：以暴烈的瞋恚心對菩薩怒目相向或以各種殘酷手段折磨動物致死者，具備了兩種因素；懷著強烈的貪欲心吟唱歌曲者，具足一種因素；又如，經常造罪又不做善事的屠夫，以強烈的憤怒，使用各種殘酷手段，折磨父母等致死，則是六種全備。由此可見，我們所造的罪無罪不重，常被沉沉的重業壓在身上。

癸三、示彼等之果

692 業果有三種：（子一）異熟果；（子二）等流果；（子三）增上果。等流果又分領受等流果和造作等流果。所以任何一種十不善業，都可以使我們領受這四種果。

子一、異熟果

重大的不善業感生地獄；中等不善業感生餓鬼；微小不善業感生畜生。

以殺生爲例，殺生的異熟果能使我們受生在地獄中。雖然有朝一日從地獄解脫，其領受等流果又會使我們短壽多病；其造作等流果使我們從小便以殺生爲樂。其增上果體現在外部環境上，亦即飲食、藥物等效用微弱。（帕繃喀大師又特別指出，一切不善果之中以造作等流果最爲不利。例如與生在地獄、身體與烈火無法區分相比，生在人中、卻樂於殺生者情況更糟，因爲殺生的等流果能不斷地把我們引入惡趣，所以，應當盡力改正不善的造作等流，而培養善的造作等流。）

693 **子二、等流果**

不與取等其他九種不善業的領受等流果依次是：（2）不與取：受用匱乏；（3）欲邪行：不能保有妻子和奴婢；（4）妄語：不受他人信任；（5）離間語：

དེས་ན། ལྷི་བ་གཅིག་འཇོམས་པ་ནས་དྲུག་ཀ་འཇོམས་པའི་བར་ཡོད། བྱང་སེམས་ལ་ཁོང་ཁྲོ་ཆེན་པོས་མིག་ལོག་བལྟས་པ་དང་། སྡུག་ལས་སྣ་དགུ་བཏང་ནས་དུད་འགྲོ་བསད་པ་ལྔ་བུ་ལ་གཉིས་ཚང་། ཆགས་སེམས་དྲག་པོས་བླུ་བླངས་པ་ལྔ་བུ་ལ་གཅིག་ཚང་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྡིག་པ་ཧྲག་ཏུ་བྱེད་ཅིང་དགེ་བ་མི་བྱེད་པའི་བཤན་པ་ལྔ་བུས། ཕ་མ་སོགས་ལ་ཁོང་ཁྲོ་དྲག་པོས་སྦྱོར་བ་སྡུག་ལས་སྣ་དགུ་བཏང་ནས་བསད་ན་དྲུག་ཀ་འཇོམས། དེས་ན། རང་རེ་ལ་མི་ལྷི་བ་མེད་པའི་སྡིག་པ་གང་ལྷི་ལྷིས་ཧྲག་ཏུ་ནོན་ནས་ཡོད།

གསུམ་པ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་བསྟན་པ་ལ་རྣམ་སྨིན། རྒྱུ་མཐུན། བདག་འབྲས་གསུམ་ལས; མི་དགེ་བ་བཅུ་པོ་དེ་དག་གང་བྱས་ཀྱང་འབྲས་བུ་གསུམ་པོ་དེ་ནས་རྒྱུ་མཐུན་ལ་མྱོང་བ་རྒྱུ་མཐུན་དང་། བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་གཉིས་སུ་ཕྱེ་བའི་འབྲས་བུ་བཞི་བཞི་མྱོང་དགོས། དེ་ཡང་མི་དགེ་བ་ཆེན་པོས་དམྱལ་བ། འབྲིང་གིས་ཡི་དྭགས། ཆུང་ངུས་དུད་འགྲོར་སྐྱེ་བས། སྲོག་གཅོད་ལ་མཚོན་ན། རྣམ་སྨིན་གྱི་འབྲས་བུས་དམྱལ་བར་སྐྱེ། ནམ་ཞིག་དེ་ལས་ཐར་ནས་མིར་སྐྱེས་ཀྱང་མྱོང་བ་རྒྱུ་མཐུན་ཚེ་ཐུང་ཞིང་ནད་མང་བ་དང་། བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་བྱིས་པའི་སྐབས་ནས་བཟུང་སྲོག་གཅོད་པ་ལ་དགའ་བ། བདག་འབྲས་སྣོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལ་འབྱུང་སྟེ། བཟའ་བཏུང་དང་སྨན་ལ་སོགས་པ་མཐུ་ཆུང་བ་འོང་། རང་རེ་དམྱལ་བར་སྐྱེས་ཏེ་ལུས་དང་མེ་དབྱེར་མེད་དུ་འདྲེས་ནས་སྡོད་པ་ལས། མིའི་ནང་དུ་སྐྱེས་ཏེ་སྲོག་གཅོད་ལ་དགའ་བ་འདི་ངན་ཏེ། འདིས་སླར་ཡང་སྲོག་གཅོད་ཀྱི་རྒྱུན་མཐུད་དེ་ངན་འགྲོར་འཁྱེན་པས། འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ནས་ཁ་གནག་ཤོས་ནི་བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་འདི་ཡིན་པས་རང་རེས་མི་དགེ་བའི་བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་འགོག་ཐབས་དང་། དགེ་བའི་བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་ཡོང་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་གསུངས། མ་བྱིན་ལེན་སོགས་མི་དགེ་བ་ལྷག་མ་དགུ་པོས་རིམ་བཞིན། མྱོང་བ་རྒྱུ་མཐུན་ལོངས་སྤྱོད་དབུལ་བ་དང་གཞན་དང་ཐུན་མོང་དུ་འགྱུར་བ། འཁོར་གཡོག་དང་ཆུང་མ་བསྲུང་མི་ཐུབ་པ་དང་། གཞན་

親友稀少，喪失僕從等；(6) 粗惡語：經常領受別人強硬的語氣；(7) 綺語：所說的話常不受重視，言不威肅；(8) 貪婪心：達不到目的；(9) 瞋恚心：容易害怕；(10) 邪見：迷於正見。

有些造罪的人壽命很長、運氣也很好；一些修法的人卻壽命短促、罹患重病，不幸的事很多，這是宿世的其他因果所造成。每當有不如意事，我們常會認爲是自己或他人一時的行爲不當所造成的，其實並非如此，這些事情往往是前世的業所造成。

其他九種不善業的造作等流果，以不與取爲例，某些人因爲前世造不與取的業，所以現世從從小就喜歡偷雞摸狗，小到一根針也要偷，像貓和老鼠那般善於行竊。其他幾種比較容易理解，其中貪婪心、瞋恚心和邪見三者的造作等流果，分別爲貪、瞋、癡三者相應地增長。

子三、增上果

694 其他九種不善業的增上果分別是：(2) 不與取：收成稀少，經常發生霜雹和乾旱等災害，乳、酪等奶製品產量稀少；(3) 欲邪行：被迫住在滿布污泥濁水的地方；(4) 妄語：周遭多騙子；(5) 離間語：被迫住在地勢崎嶇不平的地方；(6) 粗惡語：出生在多朽木、荊棘的地方；(7) 綺語：果樹不按時結果，或在不當的季節成熟；(8) 貪婪心：所有盛事漸漸衰微；(9) 瞋恚心：戰爭和瘟疫傳播頻繁；(10) 邪見：水和礦藏資源消失。

已經聽聞和瞭解不善果報情況，還要故意造作十不善業，就像眼明之人往懸崖跳。

某些地方以前有很多收成，現在卻沒有了，這絕不只是因爲土地失肥的關

གྱིས་བདེན་པར་མི་འཛིན་པ་དང་། མཛའ་བཤེས་ཉུང་བ་དང་འཁོར་གཡོག་སོགས་དང་འབྲལ་བ། གཞན་གྱིས་མི་སྙན་པར་སྨྲ་བ་དང་། གཞན་གྱིས་རང་གི་གདམ་ལ་ཆ་མི་འཇོག་པའི་ཚིག་མི་བཙན་པ་དང་། དོན་མི་འགྲུབ་པ་དང་། འཇིགས་སྐྲག་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ལ་སྐྱོངས་པ་རྣམས་འབྱུང་། སྡིག་པ་བྱེད་པ་དགའ་ཞིག་ཚེ་རིང་བ་དང་ལམ་འགྲོ་ཆེ་ལ། ཆོས་བྱེད་པ་འགའ་ཞིག་ཚེ་ཐུང་བ་དང་ནད་སོགས་ཡོང་རྒྱུ་མང་བ་ནི་སྐྱེ་བ་སྔ་མའི་རྒྱུ་འབྲས་གཞན་དང་གཞན་གྱི་ཡིན། རང་ཅག་ལ། འཇིག་རྟེན་འདིར་མི་འདོད་པ་བྱུང་བ་རྣམས་ཚེ་འདིར་འགྲོ་ཉེས་འདུག་ཉེས་སོགས་རང་གཞན་གྱི་འཕྲུལ་རྐྱེན་ཞིག་གིས་བྱས་སོ་སྙམ་པ་འོང་མོད། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་ཕལ་ཆེར་ཚེ་སྔ་མའི་ལས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན། བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་ནི། མ་བྱིན་ལེན་གྱིས་ཚེ་འདིར་ཡང་འགའ་ཞིག་བྱིས་པ་ཆུང་དུ་ནས་ཁབ་རྩུན་ཆད་ཀུ་བ་དང་། བྱི་བ་དང་བྱི་ལ་སོགས་ཀུ་བྱེད་པ་ལ་མཁས་པ་ལྟར་མ་བྱིན་ལེན་ལ་དགའ་ཞིང་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེས་མཚོན་ནས་གཞན་རྣམས་གོ་སླ། བརྣབ་སེམས་གནོད་སེམས་ལོག་ལྟ་གསུམ་གྱི་བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་ལ་ཆགས་སྡང་རྨོངས་གསུམ་འཕེལ་བ་ཡིན། བདག་འབྲས་ནི། མ་བྱིན་ལེན་སོགས་ཀྱིས་རིམ་བཞིན་ལོ་འབྲས་ཉུང་ལ། སད་སེར་ཐན་པ་སོགས་ལྡང་ཞིང་། བཞོན་འོ་ཞོ་ཉུང་བ་སོགས་དང་། འདམ་རྫབ་ལྡན་ལྡིན་སོགས་ཡོད་སར་གནས་དགོས་པ་དང་། བསླུ་བྲིད་བྱེད་མཁན་མང་བ་དང་། ས་ཕྱོགས་མི་སྙོམས་པར་སྡོད་དགོས་པ་དང་། སྡོང་དུམ་དང་ཚེར་མ་མང་བའི་གནས་སུ་སྐྱེ་བ་དང་། ཤིང་འབྲས་དུས་སུ་མི་ཆགས་ཤིང་། ཡང་ན་དུས་མིན་དུ་ཆགས་པ་དང་། ཕུན་ཚོགས་ཐམས་ཅད་འགྲིབ་འགྲོ་བ་དང་། དམག་འཁྲུག་དང་ནད་ཡམས་མང་བ་དང་། ཆུ་དང་རིན་པོ་ཆེའི་འབྱུང་ཁུངས་ནུབ་པ་རྣམས་ཡིན། དེ་ལྟར་མི་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་རྣམས་འབྱུང་ཚུལ་ཐོས་ཤིང་ཤེས་ཀྱང་ད་དུང་མི་དགེ་བཅུ་ལ་ཤེས་བཞིན་དུ་འཇུག་ན། མིག་ལྡན་གཡང་ལ་མཆོང་བ་དང་འདྲ། ས་གཞི་དག་ཀྱང་འགའ་ཤས་སྔར་ལོ་ལེགས་པ་ལ། དེང་སང་མི་ལེགས་པ་ཡང་ས་བཅུད་ཤོར་བ་

係，而是業力使然。在劫運良好的時代，土地廣闊而豐饒；但終會逐漸退化，變成充滿溝壑和懸崖的地方。

壬二、思白業果

695 此分二節：（癸一）正明白業道；（癸二）示彼等之果。

癸一、正明白業道

單是不作十不善業，並不意味著白業道圓滿。爲使白業道圓滿，必須先認識十不善；其次將之視爲過失，防止造這些不善業作爲加行；最後生起決定防護的斷除心作爲究竟。

以斷除殺生的善業爲例，殺生有事、意樂、加行和究竟四種因素，以斷除宰羊的白業爲代表，羊即是此業的「事」；視殺羊爲過失，認爲殺之不可而想要斷除殺生者，爲此業的「動機」，這一動機轉趨強烈後，視殺羊爲過失之心，促成斷除殺生的努力，爲斷除殺羊白業的加行；決定斷除殺羊爲業道圓滿，因視殺羊爲過失而防止殺生的「思」達到圓滿所發起的身業，即是斷除殺羊白業的正行或「究竟」。

在可能發生不與取——竊盜或搶劫的時候，意識到「這些財物是痛苦和罪孽的根源，不可以爲了財物去作這種壞事，那是惡趣的因」，即是發起斷除此業的「動機」；努力斷除此業爲「加行」；決定斷除爲業道圓滿。其他斷除欲邪
696 行等白業道均可以此類推。

癸二、示彼等之果

白業道的果也有三種：

子一、異熟果

སོགས་གང་ཡང་མིན་པར། ལས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན། བསྐལ་པ་བཟང་པོའི་སྐབས་ས་གཞི་ཡངས་ཤིང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་། རིམ་གྱིས་འགྲིབ་སྟེ་དམ་གྲོག་དང་གཡང་ས་ལས་མེད་པ་དེ་འདྲར་འགྱུར་འགྲོ་བའི་སྐབས་ཡོད།

གཉིས་པ་དཀར་པོའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ་ལ་གཉིས། དཀར་པོའི་ལས་ལམ་དངོས་དང་། དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། མི་དགེ་བཅུ་མ་བྱས་པ་ཙམ་གྱིས་དཀར་པོའི་ལས་ལམ་མི་རྫོགས་ཏེ། དཀར་པོའི་ལས་ལམ་ཚང་བ་ལ་མི་དགེ་བ་བཅུ་པོ་དངོས་གཟུང་། དེ་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་བལྟས་ཏེ་ཡང་དག་པར་སྡོམ་པའི་སྦྱོར་བ་དང་། བསྡམ་པ་མཐར་ཕྱུག་པའི་སྤོང་སེམས་ཀྱི་སྟེང་ནས་འཇོག་དགོས། དེ་ཡང་སྲོག་གཅོད་སྤོང་བའི་དགེ་བ་ལྟ་བུར། གཞི། བསམ་པ། སྦྱོར་བ། མཐར་ཕྱུག་བཞི་སྟེ། དཔེར་ན་ལུག་གསོད་པ་སྤོང་བའི་དཀར་པོའི་ལས་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། ལུག་ནི་དེ་འདྲའི་ལས་ཀྱི་གཞི་ཡིན། ལུག་གསོད་པ་ཉེས་དམིགས་སུ་མཐོང་ནས་དེ་གསོད་དུ་མི་རུང་སྙམ་དུ་གསོད་པ་སྤོང་བར་འདོད་པ་ཀུན་སློང་། དེ་ཕྱུགས་ཚེ་རུ་སོང་སྟེ་ལུག་གསོད་པ་ལ་ཉེས་པར་མཐོང་ནས་གསོད་པ་ཡང་དག་པར་སྡོམ་པ་ལ་བརྩོན་པའི་འདུ་བྱེད་ནི་ལུག་གསོད་པ་སྤོང་བའི་དཀར་པོའི་ལས་ཀྱི་སྦྱོར་བ་དང་། གསོད་པ་སྤོང་བར་ཐག་བཅད་པ་ན་ལས་ལམ་རྫོགས་པས། ལུག་གསོད་པ་ཉེས་དམིགས་སུ་མཐོང་ནས་གསོད་པ་ཡང་དག་པར་བསྡམས་པའི་སེམས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་ལུག་གསོད་པ་སྤོང་བའི་དཀར་པོའི་ལས་དངོས་སམ་མཐར་ཕྱུག་ཡིན། མ་བྱིན་ལེན་བརྒྱ་འཕྲོག་ལྟ་བུའི་སྐབས། སྤྱག་བསྡུལ་དང་ཕུང་ཀྲོལ་གྱི་གཞི་ནོར་རྫས་འདིའི་དོན་དུ་ངན་འགྲོའི་རྒྱུ་བྱ་བ་ངན་པ་འདི་འདྲ་བྱེད་མི་རུང་སྙམ་པ་ཀུན་སློང་། ལས་དེ་སྤོང་བ་ལ་བརྩོན་པ་སྦྱོར་བ། སྤོང་བར་ཐག་བཅད་པ་ན་ལས་ལམ་ཚང་བའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལོག་གཡེམ་སོགས་འོག་མ་རྣམས་ལའང་རིགས་འགྲེའོ། །

གཉིས་པ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྣམ་སྨིན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི།

大、中、小善業的異熟果，分別感生上界天、欲界天和人。

子二、等流果

等流果分領受和造作兩種。領受等流果依次爲：長壽、受用廣大、與妻子和睦相處、言辭有威懾力、與友親睦等。造作等流果，例如某些大德的轉世化
697 身，一生下來便自然地表現有出離心和悲心。

子三、增上果

此即飲食和藥物效用力大等，與上述十不善的增上果正好相反，所以容易理解。

壬三、附帶開示具力業門

此分四節：

（一）由福田門故力大

對普通凡夫、父母、沙門、在家和出家菩薩、佛、上師所作的佈施，後者依次要比前者力量更大。

將三界所有的有情都關進監獄、挖掉眼睛，也比不上對菩薩怒目而視的罪
698 更爲深重；[36]比起將三界的有情放出監獄、施予眼睛，信仰菩薩、合掌恭敬的
功德更大[37]。如比丘殺畜生犯的是「墮罪」，害人性命犯的卻是「他勝罪」。

（二）由所依門故力大

經中說，未受戒與受戒二者所作的善差別極大，造不善業也一樣。出家人犯細小「惡作」的罪，比在家人胡作非爲造全部十不善業要來得重[38]；受菩薩律儀的人和受密宗律儀的人所犯的過失，一一比前者更爲嚴重。

有些人聽說受戒後所犯的罪要比不受戒所犯的罪大，便不敢受戒，這種態度完全錯誤，《入中論》中說：

「增上生及決定勝，其因除戒定無餘。」

---

[36] 出自《入發生信力契印經》。
[37] 出自《入決定與不定行契印經》。
[38] 出自《治罰犯戒經》。

དགེ་བའི་ལས་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་དུས་རིམ་བཞིན་ཁམས་གོང་གི་ལྷ་དང་། འདོད་ལྷ། མི་སོགས་སུ་སྐྱེ་ལ། གཉིས་པ་རྒྱུ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གཉིས་ལས། མྱོང་བ་རྒྱུ་མཐུན་ནི། ཚེ་རིང་བ། ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ། ཆུང་མ་དང་མཐུན་པ། གདམ་ལ་ཆ་འཛིན་པ། གྲོགས་མཐུན་པ་སོགས་ཡིན། བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་ནི། དམ་པའི་སྐྱེ་སྤྱུལ་སོགས་འགའ་ཞིག་སྐྱེས་ཙམ་ནས་ངེས་འབྱུང་སྙིང་རྗེ་རྣམས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་བ་ལྟར་དང་། གསུམ་པ་བདག་འབྲས་ནི། བཟའ་བཏུང་དང་སྨན་གྱི་ནུས་པ་ཆེ་བ་སོགས་ཏེ་གོང་གི་མི་དགེ་བ་བཅུའི་བདག་འབྲས་རྣམས་ལོག་བཟློག་པ་ཡིན་པས་གོ་སླ་གསུངས།

གསུམ་པ་ཞར་ལ་སྟོབས་ལྡན་གྱི་ལས་ཀྱི་སྒོ་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་པ་ལ་བཞི་ལས། ཞིང་གི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ་ནི། ཕལ་པ་རང་ག་བ་དང་། ཕ་མ། དགེ་སློང་། བྱང་སེམས་ཁྱིམ་པ་དང་རབ་བྱུང་། སངས་རྒྱས། བླ་མ་རྣམས་ལ་སྦྱིན་པ་བཏང་བ་རྣམས་སྔ་མ་སྔ་མ་ལས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་། ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཞོན་[illegible]་བཙུག་སྟེ་མིག་བཏོན་པ་ལས། བྱང་སེམས་ལ་མིག་ལོག་བལྟ་བ་སྡིག་པ་ཆེ་ལ། སྔ་མ་དེ་དག་བཙོན་ར་ལས་བཏོན་ཏེ་མིག་སྦྱིན་པ་བས། བྱང་སེམས་ལ་དད་པས་ཐལ་མོ་སྦྱོར་བ་བསོད་ཡོན་ཆེ་བ་དཔེར་ན། དུད་འགྲོ་བསད་ན་ལྷུང་བྱེད་ལས་མི་འབྱུང་བར་མི་བསད་ན་ཕམ་པ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །

རྟེན་གྱི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ་ནི། སྡོམ་པ་མ་བླངས་པ་དང་བླངས་པ་གཉིས་ཀྱི་དགེ་བ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་མདོ་ལས་གསུངས་ཤིང་། མི་དགེ་བའང་དེ་དང་འདྲ་སྟེ། ཁྱིམ་པས་མི་དགེ་བ་བཅུ་ཀ་འབྱོལ་ཏོག་ཏུ་སྤྱོད་པ་ལས་རབ་བྱུང་གིས་ཉེས་བྱས་ཕྲ་མོ་ཙམ་བྱས་པ་སྡིག་ལྕི། དེ་བས་བྱང་སེམས་དང་། དེ་བས་ཀུང་སྔགས་ཀྱི་སྡོམ་ལྡན་གྱིས་ཉེས་པ་བྱས་པ་ཤིན་ཏུ་ལྕི། ཁ་ཅིག་གིས། སྡོམ་པ་ཞུས་ན་སྡིག་པ་ཆེ་ཟེར་ནས་སྡོམ་པ་ལ་འཛེམ་མོད། དེ་ནི་གཏན་ནས་མ་ཡིན་ཏེ། འདུག་པ་ལས། མངོན་མཐོའི་རྒྱུ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལས་གཞན་མེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་

爲了後世得到合適的身體，現在一定要受戒、守戒。否則，只作布施會受
生成龍類的畜生。不僅如此，受律儀的人，其善業之流將連續不斷；受「非律
儀」的人[39]，其不善業之流也將持續不斷。例如，以屠宰或賣酒爲生的人，在
699 睡眠和談笑的時候，罪業仍不斷地增長。設想有兩個人，一人具有不殺生的律
儀，另一人沒有。在未作殺生的某一段時間內，兩人雖然都沒有殺生，但是不
受戒的人並沒有不殺生的善根，而受戒的人，不殺生的善根每天都在增長。同
樣的，受了近事律儀、沙彌律儀、比丘律儀的人，即使沒有刻意修善根，在睡
覺的時候，所受的五戒、三十六戒和二百五十三戒的善根仍在增長。受菩薩律
儀者所獲得的善根，比上述所有人還要更多，不可勝數，《入行論》中說：

「即從彼時起，縱眠或放逸，
福德相續生，量多等虛空。」

具有密宗律儀的人，其善根的增長數量相較之下，更大上一百倍、一千倍。
所以說，什麼戒也不受的人，只有經過特別修習才會有善根；而受戒的人其善
根每天都在不停地增長。因爲受戒有很大的利益，所以不要對受戒作狹隘短淺
700 的邪分別。即便是在家人，也應受長淨、近事和菩薩律儀。

罪分「**性罪**」和「**遮罪**」二種。「性罪」在因、體性和果方面各有特徵。從因上講，其直接動機必然是由不善發起的；從體性上講，其本身與罪不善同

[39] 從事屠宰、捕魚、狩獵、偷盜、行刑、看守等作爲謀生手段，參閱《俱舍論釋》。

ཐེ་མའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་པ་ལ་ད་ལྟ་སྡོམ་པ་ནོས་ཏེ་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྲུང་བ་ངེས་པར་དགོས། དེ་མེད་པར་སྦྱིན་པ་བཏང་བ་ཙམ་གྱིས་དུད་འགྲོ་ཀླུ་ལྟ་བུར་སྐྱེ། དེར་མ་ཟད་སྡོམ་པ་ཁས་བླངས་ན་དགེ་བ་རྒྱུན་མི་འཆད་ལ། སྡོམ་མིན་ཁས་བླངས་ན་མི་དགེ་བ་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་འོང་སྟེ། ཡུལ་གྱི་ནཔན་པ་དང་། ཆང་འཚོང་མར་ཁས་བླངས་པ་ལྟ་བུར་གཉིད་ཉལ་བ་དང་། རྩེད་མོ་རྩེ་བའི་གནས་སྐབས་ཚུན་ཆད་དུ་སྡིག་པ་འཕེལ་བ་རྒྱུན་མི་འཆད། སྲོག་གཅོད་སྤོང་བའི་སྡོམ་པ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་གཉིས་མཉམ་དུ་བསྡད་དེ་སྲོག་མི་གཅོད་པར་གནས་པའི་སྐབས་སྲོག་མི་གཅོད་པ་ཙམ་དུ་མཚུངས་ཀྱང་། སྡོམ་པ་མེད་པ་དེ་ལ་སྲོག་གཅོད་སྤངས་པའི་དགེ་བ་མི་འབྱུང་ཞིང་། སྡོམ་ལྡན་དེར་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་དེ་སྤངས་པའི་དགེ་བ་འཕེལ། དེ་བཞིན་དུ་སྡོམ་ལྡན་དགེ་བསྙེན་དང་། དགེ་ཚུལ་དང་། དགེ་སློང་རྣམས་ཀྱིས་དགེ་རྩ་ཆེད་དུ་མ་བསྒྲུབས་ཀྱང་ཐ་ན་གཉིད་ཉལ་བའི་སྐབས་ཚུན་ལ་རིམ་བཞིན་ལྔ་དང་། སོ་དྲུག་དང་། ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་རྩ་གསུམ་གྱི་དགེ་བ་འཕེལ་ལ། དེ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་ལྡན་ལ་ནི། དགེ་བ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཚད་དེ༑ སྤྱོད་འཇུག་ལས། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་གམ། །བག་མེད་གྱུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་ཤུགས༑ །རྒྱུན་མི་འཆད་པ་དུ་མ་ཞིག །ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཡིན། སྔགས་སྡོམ་ལྡན་པས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་བརྒྱ་འགྱུར་སྟོང་འགྱུར་གྱིས་ལྷག་པ་འཕེལ་འགྲོ། དེས་ན་སྡོམ་པ་གང་ཡང་མ་བླངས་པ་དེས་དགེ་རྩ་ཆེད་མངགས་བསྒྲུབ་ན་མ་གཏོགས་མི་འབྱུང་ལ། སྡོམ་ལྡན་ལ་ཉིན་ཞག་རེར་ཡང་དགེ་བ་དང་གེས་འཕེལ་བའི་ཁེ་སང་ཆེན་པོའི་ཁྱད་ཞུགས་པས། བློ་ཆུང་གི་ལོག་རྟོག་མི་བྱེད་པར། ཁྲིམ་པས་ཀྱང་གསོ་སྦྱོང་། བསྙེན་གནས༑ བྱང་སྡོམ་སོགས་ལྡན་པར་བྱེད་དགོས།

ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་། བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་ནི། རྒྱུའི་ཁྱད་པར་དངོས་ཀྱི་ཀུན་སློང་མི་དགེ་བས་ཀུན་ནས་བསླང་ཞིང་། ངོ་བོའི་ཁྱད་

體；從果上講，其本身能夠產生不可愛異熟。不論是否受戒，任何人只要觸犯此事即生性罪。「遮罪」，即是與佛的規定相違背的業障。從因上講，其直接動機可以是由善心或無記心發起的；從體性上講，其本身與無記同體；從果上講，其本身並不能產生不可愛異熟。

如果動機與蔑視戒律等不善心相關，而犯單純遮罪，那麼性罪和遮罪這兩種罪墮都有。如果單由無記心動機犯過，則只有違犯佛制之「墮」，而無性罪之「罪」。例如，比丘殺了一頭動物，他便犯殺生之性罪之「罪」，以及殺生墮罪之遮罪之「墮」，罪墮二者俱有。像這樣的罪墮二者，體性爲一 ，反體爲異。所以，雖然「四力對治」能夠完全清淨這類罪墮一體的「罪」，但要清淨罪墮一體的「墮」，則非得作「還淨法」不可；反之，雖然還淨法能清淨「墮」，但爲了清淨「罪」，還是要靠「四力對治」來懺悔。

由於別解脫律儀是受自於親教師、軌範師和僧伽，所以必須在僧伽或比丘
701 前舉行「還淨」儀規；違犯菩薩律儀的過失，必須在上師和佛菩薩面前懺悔清淨；違犯密宗律儀的過失，必須在曼荼羅天眾面前懺悔清淨。[40]

[40] 格魯派中只有下密院和上密院固定舉行菩薩律儀與密宗律儀的懺悔儀軌；對大多數人而言，一般是在受灌頂和自入時重受。

པར་རང་གི་ངོ་བོ་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ། འབྲས་བུའི་ཁྱད་པར་རང་གི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་རྣམ་སྨིན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་འབྱིན་ནུས་པ། སྡོམ་པ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་སུས་ཀྱང་གཞི་དེ་ལ་ཞུགས་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྡིག་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་འཇོག་ཅིང་། གཉིས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཅས་པ་ལས་འགལ་བའི་ལས་སྒྲིབ་གང་ཞིག །རྒྱུའི་ཁྱད་པར་དངོས་ཀྱི་ཀུན་སློང་དགེ་བའམ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསླང་ཞིང་། ངོ་བོའི་ཁྱད་པར་རང་གི་ངོ་བོ་ལུང་མ་བསྟན་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ། འབྲས་བུའི་ཁྱད་པར་རང་གི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་རྣམ་སྨིན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་འབྱིན་མི་ནུས་པ་ཞིག་ལ་འཇོག །བཅས་རྐྱང་གི་ལྟུང་བ་ལ་རྒྱུའི་ཀུན་སློང་བསླབ་པ་ལ་ཁྱད་གསོད་ཀྱི་བསམ་པ་སོགས་མི་དགེ་བ་དང་འབྲེལ་ན་བཅས་པ་དང་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྡིག་ལྟུང་གཉིས་ཀ་འབྱུང་ཞིང་། ཀུན་སློང་ལུང་མ་བསྟན་རྐྱང་པས་བྱས་པ་ཡིན་ན་བཅས་འགལ་གྱི་ལྟུང་བ་ལས། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྡིག་པ་མི་འབྱུང་བ་ཡིན། དགེ་སློང་གིས་དུད་འགྲོ་བསད་ན་སྲོག་གཅོད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྡིག་པ་ཞིག་དང་། དུད་འགྲོ་བསད་པའི་ལྟུང་བྱེད་ཀྱི་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ལྟུང་བ་ཞིག་བཅས་སྡིག་ལྟུང་གཉིས་འབྱུང་ ། དེ་འདྲའི་སྡིག་པ་དང་ལྟུང་བ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྡོག་པ་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པས། དེ་འདྲའི་ལྟུང་བ་དེར་གཉེན་པོ་སྟོབས་བཞི་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་དེས་ནི་ལྟུང་བ་དེ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་སྡིག་པ་དེ་ལྷག་མ་མེད་པར་འདག་ནུས་ཀྱང་། དེ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་ལྟུང་བ་ནི་ཕྱིར་བཅོས་ཀྱིས་དག་པར་མ་བྱས་བར་དུ་མི་འདག །ཡང་ལྟུང་བ་ཕྱིར་བཅོས་ཀྱིས་དག་པར་བྱས་ཀྱང་སྡིག་པ་དེ་གཉེན་པོ་སྟོབས་བཞིས་མ་བཤགས་ན་མི་འདག །སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་པ་ནི་མཁན་སློབ་དགེ་འདུན་དང་བཅས་པ་ལས་བླངས་པས་དགེ་འདུན་ནམ་དགེ་སློང་གི་མདུན་དུ་ཕྱིར་བཅོས་བྱ་དགོས་ཤིང་ ། བྱང་སྡོམ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་དེ་བླ་མ་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཀྱི་དྲུང་དང་། སྔགས་སྡོམ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་དེ་དཀྱིལ་འཁོར་པའི་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་བཤགས་པས་དག་པར་བྱ་

（帕繃喀大師最後指出，我們在供養、積福等修廣大善根的時候，至少受了「大乘長淨律儀」[41]再來修，功德會更大。）

（三）由事物門故力大

以布施和供養爲例，法施比財施殊勝、修行供養比財物供養殊勝等等。

（四）由意樂門故力大

702 例如，以菩提心爲動機，即使只唸一遍《二十一度母讚》或供養一盞燈，善根的力量也會很大，甚至超過非以菩提心爲動機的十萬盞燈供養。

上述四節，簡要開示了什麼是應斷的主要不善業、什麼是應修的主要善業。對此若能善巧修習，花很小的力氣就能積聚廣大的善根，並使不善業的造作降到最低。所以，我們應該認真學習上述要點。

比丘以菩提心爲動機修「六加行」等法，其所依、意樂、境、事四種力大全部具備。

以下是一些與業有關的其他說明：

業有「能引業」和「能滿業」之分。「能引業」的善業能引善趣，惡業能引惡趣。「能滿業」則不一定：善能引業將我們引入善趣後，決定特殊生存環境的能滿業既有善的、也有不善的；惡能引業將我們引入惡趣後，能滿業也可以有善，惡兩種，所以共有以下四種情況：第一，例如轉輪王等人，一生榮華富貴享用不盡；第二，例如一輩子勞苦度日的窮人；第三，例如地獄；第四，例如嘉旺（佛王）父子[42]的馬、騾及愛犬等。

此外，有一業引多生的情況，例如譏罵別人像青蛙一句話，能感五百世受生爲青蛙之報；反之，也有多業引一生的情況。[43]

---

[41] 戒條與八關齋戒相同，但以菩提心爲動機，且不食肉。

[42] 指達賴喇嘛和班禪喇嘛，歷史上班禪多爲達賴之師。

[43] 此係無著《阿毘達磨集論》中的說法，經部與有部不同意此說，參閱《菩提道次第廣論》卷五。

དགོས། རང་རིས་མཆོད་འབུལ་ཚོགས་གསོག་ལྟ་བུ་དགེ་རྩ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱེད་པའི་སྐབས། མ་མཐའང་ཐེག་ཆེན་གསོ་སྦྱོང་ལྟ་བུའི་སྡོམ་ལྡན་དུ་བྱས་ནས་བྱེད་ན་ཕན་ཡོན་ཆེ་བ་འོང་གསུངས། དངོས་པོའི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ་ནི། ཟང་ཟིང་གི་སྦྱིན་པ་ལས་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་དང་། ཟང་ཟིང་གི་མཆོད་པ་ལས་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་པ་ལྷག་པ་སོགས་སོ། །བསམ་པའི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སྒོ་ནས་སྒྲོལ་མ་ཚར་གཅིག་བཏོན་པའམ། མར་མེ་གཅིག་ཕུལ་བ་ཡང་དགེ་བ་སྟོབས་ཆེན་པོར་སོང་སྟེ། སེམས་དེས་མ་ཟིན་པར་མར་མེ་འབུམ་ཕྲག་ཕུལ་བ་ལས་ལྷག་པ་ཡིན། ས་བཅད་འདི་རྣམས་ནི། དགེ་མི་དགེ་རྣམས་ལས་གཙོ་བོར་འཛེམ་དགོས་པ་དང་། བསྒྲུབ་དགོས་པ་རྣམས་བསྡུས་ཏེ་སྟོན་པ་ཡིན། དེས་ན་བསྒྲུབ་མཁས་པོ་བྱུང་ན་ཚོགས་ཆུང་དུས་དགེ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདུས་པ་དང་། མི་དགེ་བ་ཡང་ཆུང་དུ་བཏང་བའི་ཚུལ་ཡོད་པས་དེ་ཤེས་དགོས། དགེ་སློང་ཞིག་གིས་བསམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སྒོ་ནས་སྒྲུར་ཆོས་ལྟ་བུ་ཞིག་བཏང་ན་ཧྲེན་བསམ་པ་ཡུལ་དངོས་པོ་སྟེ་སྟོབས་ཆེ་བ་བཞི་ཚང་།

གཞན་ཡང་། ལས་ལ་འཕེན་རྫོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། འཕེན་བྱེད་ལ་དགེ་བས་བདེ་འགྲོ་དང་། མི་དགེ་བས་ངན་འགྲོར་འཕེན། རྫོགས་བྱེད་ལ་ངེས་པ་མེད་དེ། འཕེན་བྱེད་དགེ་བས་འཕངས་ནས་རྫོགས་བྱེད་དགེ་བས་རྫོགས་པ་དང་། མི་དགེ་བས་རྫོགས་པ་གཉིས། འཕེན་བྱེད་མི་དགེ་བས་འཕངས་ནས་རྫོགས་བྱེད་མི་དགེ་བས་རྫོགས་པ་དང་། དགེ་བས་རྫོགས་པ་གཉིས་ཏེ་མུ་བཞི་ཡོད། དང་པོ་ནི། འཁོར་ལོས་སྒྱུར་རྒྱལ་ལྟ་བུ་མི་ཚེ་སྐྱིད་ཀྱིས་སྐྱེལ་བ་རྣམས་ཡིན། གཉིས་པ་ནི། མིར་སྐྱེས་ཏེ་ངལ་སྡུག་གིས་ཚེ་ཡོལ་བའི་དབུལ་པོ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི། དམྱལ་བ་པ་ལྟ་བུ། བཞི་པ་ནི། ν རྒྱལ་དབང་ཡབ་སྲས་སོགས་ཀྱི་ཆིབས་རྟ་ཆིབས་ཐྲེལ་དང་། གཟིམ་ཁྱི་ལྟ་བུ་ཡིན། ཡང་། གཞན་ལ་སྦྲུལ་པ་འདྲ་ཞེས་ཚིག་ངན་གཅིག་ཙམ་སྨྲས་པའི་འབྲས་བུར་སྦྲུལ་པའི་སྐྱེ་བ་ལྔ་བརྒྱ་ལེན་དགོས་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ལས་གཅིག་གིས་ལུས་དུ་མ་འཕེན་པ་དང་།

703 業還有「決定受」、「不決定受」、「作而增長」與「作不增長」等區別。「決定受」業中，按照受果的時間，可分三類：第一「現法受」，由於福田和意樂的特別，現世所造業的果報，在現世即可領受；第二「順生受」，在下一世領受果報；第三「順後受」，在第三世以後成熟受報。（帕繃喀大師建議說，有關這些內容的詳細情況，大家應參閱《道次第》廣、略論等著作。）

庚二、思惟業果別相

對不善果心生恐懼之後，若能遵守斷十不善的戒，如理修習十善，後世一定不會墮入惡趣而獲得天人之身。然而，僅止如此還不足以成辦解脫和一切智，只有獲得具足八種異熟功德的殊勝善趣身，在修行方面才會有與眾不同的進步，所以，必須設法獲得具足八種功德的身體。宗喀巴大師說：

704 **「若未獲得眾德身，欲修勝道亦難達，故應學此圓滿因。」**

此處分三方面來講：（辛一）異熟功德；（辛二）異熟作用；（辛三）修異熟因。

辛一、異熟功德

八種異熟功德爲：（1）長壽；（2）形體端嚴；（3）種族高貴；（4）有大權勢；（5）言辭威肅；（6）聲譽卓著；（7）男性；（8）身心健壯。[44]

[44] 此八德出自《瑜伽師地論菩薩地》。

དེ་བཞིན་དུ་ལས་མང་པོས་ལུས་གཅིག་འཕེན་ཚུལ་སོགས་ཡོད། ལས་དེ་ལའང་སྨྱོང་བར་ངེས་པ་དང་། མ་ངེས་པ། བྱས་ལ་བསགས་པ་དང་། བྱས་ལ་མ་བསགས་པ། བསགས་ལ་མ་བྱས་པ་སོགས་དང་སྨྱོང་ངེས་ཀྱིས་ལས་ལའང་འབྲས་བུ་སྨྱོང་བའི་དུས་གསུམ་སྟེ། མཐོང་ཆོས་སྨྱོང་འགྱུར་ནི། ཞིང་དང་བསམ་པའི་ཁྱད་པར་གྱིས་ཚེ་འདི་ལ་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཚེ་འདི་ལ་སྨྱོང་བའོ། །སྐྱེས་ནས་སྨྱོང་འགྱུར་ནི། ཚེ་གཉིས་པ་ལ་སྨྱོང་བའོ། །ལན་གྲངས་གཞན་ལ་སྨྱོང་འགྱུར་ནི་ཚེ་གསུམ་པ་ཕན་ཆད་དུ་སྨྱོང་བ་ཡིན། འདི་དག་ཀྱང་ཞིབ་པར་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་སོགས་ལས་ཤེས་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ་ལས་འབྲས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསམ་པ་ནི།

དེ་ལྟར་མི་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་སྨྱོང་བ་ལ་འཇིགས་ཤིང་སྐྲག་ནས་མི་དགེ་བཅུ་སྤོང་གི་ཁྲིམས་བསྲུང་། དགེ་བ་བཅུ་ཚུལ་བཞིན་བསྒྲུབ་ན། ཕྱི་མར་ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་བར་ལྷ་མིའི་ལུས་རྟེན་ཙམ་ཐོབ་པ་ཙམ་འཐོབ་ནུས་ཀྱང་། རང་རེས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྒྲུབ་པ་ལ་དེ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་མངོན་མཐོའི་རྟེན་ཁྱད་པར་བ་རྣམ་སྨིན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྡན་ཞིག་ཐོབ་ན་ལམ་བསྒོམས་པའི་ས་ཚོད་གཞན་དང་མི་འདྲ་བས། ངེས་པར་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་རྟེན་ཞིག་འཐོབ་དགོས་ཏེ། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས། ལམ་མཆོག་སྒྲུབ་ལ་མཚན་ཉིད་ཚང་བའི་རྟེན།། མ་རྙེད་བར་དུ་ས་ཚོད་མི་འོང་བས། །དེ་ཡི་མ་ཚང་མེད་པའི་རྒྱུ་ལ་བསླབ། །ཅེས་གསུངས། དེ་ན་འདི་ལ་གསུམ། རྣམ་སྨིན་གྱི་ཡོན་ཏན། དེའི་བྱེད་ལས། དེའི་རྒྱུ་བསྒྲུབ་པའོ། དང་པོ་ལ་བརྒྱད། ཚེ་རིང་བ། གཟུགས་བཟང་བ། རིགས་མཐོ་བ། དབང་ཕྱུག་ཆེ་བ། ཚིག་བཙུན་པ། དབང་ཆེ་བར་གྲགས་པ། སྐྱེས་པ་ཉིད་ཡིན་པ། ལུས་སེམས་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་རྣམས

正如世俗上農事作得好、收成也會好，依靠宿世所造的妙業，我們現在才會有人身和受用等等，這是必然的道理。又如農夫並不以今年的秋收爲滿足，還要爲來年的秋收而忙碌一樣；如果我們不去想後世，或是雖有考慮但只是一味地害怕，那是沒有用的；而且只是修普通善趣的因，也成不了大事。所以，我們必須要修善因，以得到殊勝人身，修行正法，換句話說，就是應設法獲得具有長壽、形體端嚴等八種異熟功德的人身。

辛二、異熟作用

705 第一，**長壽功德**，可使我們長期修習利益自他的善根，使修法獲得圓滿。

第二，**形體端嚴功德**，可使他人一見便深受攝伏，就像阿底峽尊者一樣。

第三，**種族功德**，可使他人接受自己的教導。

第四，**有大權勢**，即財富廣大、眷屬眾多之意，先用財物吸引有情，再以正法成熟有情，作廣大的利他事業。

第五，**言辭威肅功德**，可使他人產生信任感。

第六，**聲譽卓著功德**，可以保證我們所有的教導能迅速、確實地貫徹，如同國王的旨諭一般。

第七，**男性功德**，可以使我們不怕處身在大眾之中，也能獨自住在僻靜處修法等，不易遭受障礙和影響。

第八，**身健壯功德**，可以使我們像密勒日巴那樣，以苦行來修習難修之法；心健壯功德，可以讓我們對利益自他之事不生厭煩，並因勇猛堅固

706 而獲得分別觀察慧力，由此迅速發起神通。

སོ༔ །དེ་ཡང་དཔེར་ན། འཇིག་རྟེན་ན་ཞིང་གི་སོ་ནམ་ལེགས་པ་ལས་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་འབྱུང་བ་བཞིན་རང་རེ་རྣམས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་ལས་བཟང་པོའི་མཐུ་ལས་ད་ལྟ་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་སོགས་གང་ཡང་མ་བསླུས་ཙམ་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། འདི་ལོའི་སྟོན་འབྲས་བྱུང་ཙམ་གྱིས་མི་ཕན་པར་ཕྱི་ལོའི་སྟོན་ཐོག་གི་སོ་ནམ་ལ་བརྩོན་དགོས་པ་བཞིན། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ལ་ཝེ་མི་སླམ་པ་དང་། ཕྱི་མ་ལ་བསམ་བློ་གཏོང་མཁན་ཡིན་ཡང་འཇིགས་ཏེ་བསྡད་པས་མི་ཕན་ཞིང་། མངོན་མཐོ་ཐལ་པ་ཙམ་གྱི་རྒྱུ་བསྒྲུབ་པས་ཀྱང་གང་ཡང་མི་འོང་བས་ཆོས་སྒྲུབ་པའི་ལུས་རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་འཐོབ་པའི་རྒྱུ་བསྒྲུབ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཚེ་རིང་བ། གཟུགས་བཟང་བ་སོགས་རྣམ་སྨིན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྡན་ཞིག་དགོས།

གཉིས་པ་དེའི་བྱེད་ལས་ནི། ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ཀྱི་དང་པོས་རང་གཞན་གྱི་དོན་དགེ་རྩ་ཡུན་རིང་དུ་བསྒྲུབ་པས་ཆོས་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད། གཉིས་པས་ནི། མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་གདུལ་བྱ་འདུ་ཆེ་བ་ཇོ་བོ་རྗེ་ལྟ་བུ་ཡིན། གསུམ་པས་རང་གིས་ཇི་ལྟར་བསློབ་ལྟར་གཞན་གྱིས་ཉན་པ་དང་། བཞི་པ་དབང་ཕྱུག་ཆེ་བ་སྟེ། དཔལ་འབྱོར་ཆེ་ཞིང་འཁོར་མང་བས་ནི། སེམས་ཅན་རྣམས་ཐོག་མར་ཟང་ཟིང་གིས་དབང་དུ་བསྡུ། མཐར་ཆོས་ཀྱིས་སྨིན་པར་བྱས་ཏེ་གཞན་དོན་རླབས་ཆེན་བྱེད་ནུས་པ་དང་། ལྔ་པས་ནི། གཞན་གྱིས་བདེན་པར་འཛིན་པར་བྱེད། དྲུག་པས་ནི། རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ལྟར་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཇི་ལྟར་བསློབ་པ་ལས་མི་འདའ་བར་མྱུར་དུ་སྒྲུབ་པ། བདུན་པས་ནི༔ འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་མི་འཇིགས་ཤིང་། དབེན་པར་གཅིག་པུར་གནས་ཏེ་ཆོས་སྒྲུབ་པ་སོགས་ལ་བགེགས་དང་བར་ཆད་ཉུང་བ། བརྒྱད་པས་ནི། ལུས་སྟོབས་ཆེ་བས་ཧ་མེད་ལ་ལྟར་དཀའ་ཚེགས་ཆེན་པོས་སྒྲུབ་དགོས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་དཀའ་སྤྱད་ཀྱིས་སྒྲུབ་ནུས་ཤིང་། སེམས་སྟོབས་ཆེ་བས་རང་གཞན་གྱི་དོན་གང་ལའང་མི་སྐྱོ་ཞིང་སྤྲོ་ཤུགས་ཆེ་ལ་བརྟན་པས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་སྟོབས་ཐོབ་ནས་མངོན་ཤེས་མྱུར་དུ་འཆར་བའི་རྒྱུ་བྱེད་པ་སོགས་འབྱུང་།

辛三、修異熟因

有人心想：「雖然這些功德對修法會有幫助，但我恐怕不大可能會有這些功德吧？」然而這絕對是有可能的。正如農夫知道秋天會結出果實而在春天播種一樣，如果在此生中能修這八種異熟功德之因、並結合清淨願，後世一定會得到這些善果。因爲只要條件具足，果就會出生，這是自然的規律。

這八種因分別是：

長壽之因：對有情不加傷害和殺戮；放生；贖命救生，如買魚放入池中；施食；釋放囚犯；爲病者施藥及看護病人等。

形體端嚴之因：修忍辱；爲「所依」供養明燈；新造或修葺三種「所依」；重新塗金和彩繪；供養新的佛裝；布施別人新衣和飾物等。

種族高貴之因：無論是在家還是出家，不可因自己的功德、種族、戒律、
707 智慧、眷屬、地位等而生起憍慢心；克服所有的慢和過慢，保持謙虛；恭敬上師、親教師、軌範師和僧伽等殊勝福田。

尤其對出家眾而言，應當恭敬比自己戒臘年長的比丘，當戒臘少的人向我頂禮、表達敬意的時候，應該明白：這是別人恭敬我們的學處，應予以接受。傳授比丘律儀儀軌中所說的軌矩，也適用於受戒後的其它場合。雖然還有其它禮遇活佛、頃則等上層人士的風俗[45]，但是尊重戒臘和敬禮等軌矩於佛陀在世時就存在，我們應該如法遵行。

---

[45] 僧人在寺院中通過捐獻財物而獲得的上層職位，分全寺、札倉、康村三級。

གསུམ་པ་དེའི་རྒྱུ་བསྒྲུབ་པ་ནི། ཆོས་བྱེད་པ་ལ་དེ་དག་བྱུང་ན་ལེགས་མོད། དེ་འདྲ་ཞེ་ཡོང་སྙམ་ན། དེ་ངེས་པར་འོང་བ་དཔེར་ན་ཞིང་པ་ཆོས་སྟོན་ཀར་འབྲས་བུ་འོང་བར་ཤེས་ནས་དཔྱིད་དུས་ས་བོན་བཏབ་པས་སྟོན་ཀར་འབྲས་བུ་ངེས་པར་འོང་བ་ལྟར། རང་རེས་ཀྱང་ད་རེས་རྟེན་འདི་ལ་རྣམ་སྨིན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་རྒྱུ་བསྒྲུབས་ནས་སྨོན་ལམ་རྣམ་དག་གིས་མཚམས་སྦྱར་ན་ཕྱི་མར་འབྲས་བུ་ངེས་པར་འོང་ངོ། རྒྱུ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་སོ། །དེ་ལ་བརྒྱད་ལས། ཚེ་རིང་བའི་རྒྱུ་ནི། སེམས་ཅན་ལ་གནོད་འཚེ་དང་སྲོག་གཅོད་སྤོང་བ། ཚེ་ཐར་གཏོང་བ། ཉེཙུ་འདོན་པ་ལྟ་བུ་སྲོག་བླུ་ཞིང་འཚེ་བ་ལས་སྐྱོབ་པ། ཟས་སྦྱིན་པ། བཙོན་ལས་བཏོན་པ། ནད་པ་ལ་སྨན་སྦྱོར་ཞིང་ནད་གཡོག་བྱེད་པ་སོགས་སོ།། གཟུགས་བཟང་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ནི། བཟོད་པ་བསྒོམ་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་རྟེན་ལ་མར་མེ་གསལ་པོ་འབུལ་བ་དང་། རྟེན་གསུམ་གསར་བཞེངས་དམ། རྙིང་པ་ཆག་གྲུམ་སོགས་ལ་ཉམས་གསོ་དང་། གསེར་དང་ཚོན་གྱིས་གསོ་བ། ན་བཟའ་གསར་པ་འབུལ་བ། གཞན་ལ་གོས་རྒྱན་གསར་པ་སྦྱིན་པ་སོགས་ཡིན། རིགས་མཐོ་བའི་རྒྱུ་ནི། སེར་སྐྱ་གང་ཡིན་ཡང་ཡོན་ཏན་དང་། རིགས། ཚུལ་ཁྲིམས། ཤེས་རབ། འཁོར། གོ་ས་སོགས་ཀྱི་ཁེངས་སེམས་མི་བྱེད་པར། ང་རྒྱལ་དང་ཆེ་བའི་ང་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་དམན་ས་གཟུང་། བླ་མ་སློབ་དཔོན་མཁན་པོ་དགེ་འདུན་སོགས་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་རྣམས་ལ་ཤིན་ཏུ་གུས་པ་བྱེད་པ་དང་། རབ་བྱུང་ཆོས་རང་ལས་བསླབ་པ་རྒན་པ་རྣམས་ལ་གུས་ཤིང་། བསླབ་པ་གཞོན་པས་རང་ལ་ཕྱག་དང་བཀུར་སྟི་བྱེད་པ་སོགས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བསླབ་པ་ལ་གུས་པས་དང་དུ་ལེན་དགོས་པ་དགེ་སློང་གི་སྡོམ་པ་འབོགས་ཚོག་སྐབས་བྱུང་བ་དེ་འོག་མ་རྣམས་ལའང་འདྲ་བ་ཡིན། སྤྲུལ་སྐུ་དང་ཆོས་མཛད་སོགས་ཀྱི་ལུགས་སྲོལ་ཡོད་ཀྱང་བསླབ་པ་རྒན་པ་ལ་བསྟི་ཞིང་གུས་པ་བྱ་དགོས་པ་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་དུས་ནས་ཡོད་པས་དེ་དག་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་དགོས། ད་ལྟ་གཞུང་ས

甘丹頗章政府高層十分熟悉的「十六條清淨法規」[46]中，包含有許多極其重要的規定：例如，尊敬長輩，孝敬父母等有恩之人或有德之人，幫助貧窮和患病的人等等。如果大家都能遵守這些法軌，將有助於全體大眾的幸福安樂。
708 （帕繃喀大師隨後舉了一個律經的例子，以前有四頭動物，人稱「和合四兄弟」[47]，長幼有序、彼此恭敬。因爲牠們遵守這一規矩，所以給迦尸全境帶來了幸福。[48]既然畜生也能做到長幼有序，我們這些修法的出家人不是更應該做得到？如果大家都能做到這一點，一定會更快樂。）

受用豐富之因：重新彩繪三所依和供養新衣；布施飲食、飾品、衣服等給乞討者；縱然無人乞討，我們也應盡力對饒益田、功德田與受苦的有情上供下施。

言辭威肅之因：說話謹慎，努力斷除語不善業。

聲譽卓著之因：恭敬供養親教師、軌範師、三寶、父母等殊勝福田，以及比自己年長的人；發願自身獲得種種功德。

男性之因：喜歡男身；不喜女事，視女身爲過患，對此心生厭惡，「但望自己永不得女人身」；消除欲得女身的想法；唸誦大菩薩的名號，例如：

「智無上、光頂，如是願智慧，
根寂、文殊前，我今恭敬禮。」[49]

[46] 以前由藏王松贊干布制定的在家道德規範：1.敬信三寶；2.求修正法；3.報父母恩；4.尊重有德；5.敬貴尊老；6.利濟鄉鄰；7.直言謙遜；8.照顧親友；9.追蹤上流、情誼長久；10.飲食有節、貨財安分；11.追認舊恩；12.及時償債、秤斗無欺；13.慎戒嫉妒；14.不聽邪說、自持主見；15.溫言寡語；16.勇擔重任、度量寬宏。

[47] 大象、猴子、山兔和羊角雞。

[48] 詳見《毘奈耶事教》。

[49] 引自寂天的《集學論》，據說此頌出自《文殊佛土莊嚴功德經》，藏譯本中但有長行，漢譯本中僅提及文殊之名，未見其他。

དགའ་ལྡན་ཕོ་བྲང་པ་ཆེན་པོའི་ཆབ་སྲིད་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་མི་ཆོས་གཙང་མ་བཅུ་དྲུག་ཅེས་པའི་ནང་དུ་འང་རྒན་གཞོན་བསྟེ་འཇོག་གི་བཀུར་སྟི་དང་། ཕ་མ་སོགས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བའི་ཡུལ་རྣམས་དང་། ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་ཞིང་ལ་སྤྱི་ཞུ་བྱེད་པ། དབུལ་ཕོངས་དང་ནད་པ་ཉམ་ཐག་ལ་ཕན་གདགས་པ་སོགས་ཧ་ཅང་གནད་ཆེ་བ་མང་པོ་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་ཡུལ་སྤྱིའི་བདེ་སྐྱིད་ལའང་ཕན་ཏེ། སྔར་མཐུན་པ་སྤུན་བཞིས་རྒན་གཞོན་གོ་རིམ་ལྟར་བཀུར་སྟི་བྱས། ཁྲིམས་བསྲུངས་པས་ཀ་ཤིའི་ཡུལ་ན་བདེ་སྐྱིད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་བྱུང་ཚུལ་འདུལ་བ་ལུང་སོགས་ནས་གསུངས། དེ་ལྟར་མཐུན་པ་རྣམ་བཞི་ལྟ་བུ་དུད་འགྲོས་ཀྱང་རྒན་གཞོན་བསྟི་འཇོག་བྱས་པ་ལ་དེ་འདྲ་བྱུང་ན། ངེད་ཅག་རབ་ཏུ་བྱུང་སོགས་ཆོས་པ་ཚོས་དེ་འདྲ་བྱ་དགོས་པ་ལྟ་ཅི་སྨོས་ཏེ། བདེ་སྐྱིད་ལྷག་པར་དུ་འབྱུང་གསུངས།

ལོངས་སྤྱོད་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ནི། རྟེན་གསུམ་ལ་ཆོན་དང་ན་བཟའ་གསར་པ་འབུལ་བ། སློང་མོ་པ་ལ་བཟའ་བཏུང་རྒྱུན་གོས་སོགས་སྦྱིན་ཞིང་། མི་སློང་ཡང་ཕན་འདོགས་ཀྱི་ཞིང་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་ཞིང་དང་། སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར་བ་རྣམས་ལ་ཡར་མཆོད་མར་སྦྱིན་གང་ནུས་བྱེད་པའོ། །ཚིག་བཙུན་པའི་རྒྱུ་ནི། ངག་བག་དང་ལྡན་པར་བྱས་ཏེ་ངག་གི་མི་དགེ་བ་རྣམས་ནན་ཏན་དུ་སྤོང་བ་དང་། དབང་ཆེ་བའི་རྒྱུ་ནི། མཁན་སློབ་དང་། དཀོན་མཆོག །ཕ་མ་སོགས་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་དང་། རང་ལས་རྒན་པ་སོགས་ལ་གུས་ཤིང་མཆོད་པ་དང་། རང་ལ་ཡོན་ཏན་སྣ་ཚོགས་འབྱུང་བར་སྨོན་ལམ་འདེབས་པ་སོགས་སོ། །སྐྱེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་ནི། སྐྱེས་པའི་རྟེན་ལ་དགའ་བ་དང་། བུད་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་མི་དགའ་བར་ལུས་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་བལྟས་ཏེ། སྐྱེ་བ་འདི་ལྟ་བུ་མ་བླངས་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ་དུ་དེ་ལ་ཡིད་འབྱུང་བ་དང་། བུད་མེད་ཀྱི་ལུས་འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་རྣམས་བཟློག་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་བླ་མ་འོད་ཀྱི་ཏོག །དེ་བཞིན་སྨོན་ལམ་གླུ་གྲོལ་དང་། །དབང་པོ་ཞི་དང་འཇམ་དབྱངས་ལ། །བདག་ནི་གུས་པས་ཕྱག་འཚལ་ལོ༎

此外，不說尊貴對象的壞話，解救將遭閹割的有情等；

身心健壯之因：他人因生理或心理原因無法完成的事，代爲完成；幫助他
709 人；不捶打他人；惠施飲食等。

如果發願得到具足八種功德的身體，成爲修善之器，將來就會成爲像阿底峽尊者、前輩法王等人一樣；如果不發淨願，這種身體反而會變成造集不善的工具。例如，邊地國王縱然獲得具足八種異熟功德之身，但這樣的人身只會被用來造集力量強盛的不善業。所以，我們應當努力發願，使之成爲修善工具，這很重要。

（帕繃喀大師最後總結說，雖然「無常」法類等在初、中、後三個階段都很重要，但在下士道中，修持的基礎或正行即是此處所說的「業果取捨」。）

庚三、思業果已如何進退之理

分兩部分：

710 **（一）總開示**

在座上修的時候，應當不斷思惟業果道理；座與座之間，則應保持正念、正知和不放逸，對業果作正確的取捨。我們應該效法格西奔：他用黑、白石子來計算所作的善、惡二業，以提醒自己斷惡修善。

《入行論》中說：

「苦從不善生，如何解脫此，
我晝夜恒常，理應思惟此。」

又說：

「能仁說勝解，一切善品本，

ཞེས་བྱང་སེམས་ཆེན་པོ་དེ་དག་གི་མཚན་བརྗོད་པ།   ཡུལ་གཉན་པོ་ལ་ངན་སྨྲས་མི་བྱེད་པ། ཕོ་དབང་གཅོད་པ་ལས་ཐར་བར་བྱེད་པ་སོགས་སོ།   །ལུས་སེམས་སྟོབས་ཆེ་བས་རྒྱུ་ནི། གཞན་གྱིས་ལུས་དང་བསམ་པ་སོགས་ཀྱིས་མི་ནུས་ཤིང་མི་ལྡོགས་པའི་ལས་རྣམས་རང་གིས་སྒྲུབ་པ་དང་། གཞན་གྱི་གྲོགས་བྱེད་ཅིང་། གཞན་ལ་བརྡུང་གདག་མི་བྱེད་པ་དང་བཟའ་བཏུང་སྦྱེར་བ་སོགས་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་རྟེན་དེ་དགེ་བའི་སྣོད་དུ་འགྱུར་བའི་སྨོན་ལམ་བཏབ་ན་ཇོ་བོ་ཆེན་པོ་སོགས་དང་།   སྔོན་གྱི་ཆོས་རྒྱལ་གོང་མ་རྣམས་ལྟར་འབྱུང་ཞིང་། སྨོན་ལམ་བཟང་པོ་མ་བྱུང་བར་མི་དགེ་བའི་རྟེན་དུ་གྱུར་ན་མཐའ་མིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྟར་རྣམ་སྨིན་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་ལུས་དེ་འདྲ་ཐོབ་ཀྱང་དེས་མི་དགེ་བ་སྟོབས་ཆེན་སྒྲུབ་པ་ཡོད་པས།   དེ་ལྟར་མ་སོང་བར་དགེ་བའི་རྟེན་དུ་འགྱུར་བའི་སྨོན་ལམ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། དེས་ན་མི་རྟག་པའི་ཆོས་སྐོར་སོགས་ཀྱང་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ལ་གལ་ཆེ་མོད།   སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུའི་སྐབས་འདིར་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐིལ་དངོས་གཞི་ལྟ་བུ་ནི་ལས་འབྲས་ལ་བླང་དོར་ལག་ལེན་བྱེད་པ་འདི་ཡིན་གསུངས།

གསུམ་པ་ལས་འབྲས་བསམས་ནས་འཇུག་ལྡོག་བྱ་ཚུལ་ལ་གཉིས།

སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། །བྱེ་བྲག་ཏུ་སྟོབས་བཞིས་སྦྱོང་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ཐུན་གྱི་སྐབས་དགེ་སྡིག་གི་རྣམ་གཞག་ཡང་ཡང་བསམས་པ་དེ་ཐུན་མཚམས་སུ་དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་ཀྱིས་བླང་དོར་བྱེད་པ་དགེ་བཤེས་འབན་གྱིས་དགེ་སྡིག་གཉིས་ལ་རྡེའུ་དཀར་ནག་གིས་རྩིས་རྒྱག་མཛད་ནས་སྤང་བླང་མཛད་པ་ལྟར་བྱ་དགོས། དེ་ཡང་སྤྱོད་འཇུག་ལས། མི་དགེ་བ་ལས་སྡུག་བསྔལ་འབྱུང་། །དེ་ལས་ཇི་ལྟར་ངེས་ཐར་ཞེས། །ཉིན་མཚན་རྟག་ཏུ་བདག་གིས་ནི། །འདི་ཉིད་འབའ་ཞིག་བསམ་པར་རིགས། །ཞེས་དང་། དགེ་བའི་ཕྱོགས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །རྩ་བ་མོས་

又此之根本，恒修異熟果。」

我們首先應該瞭解黑白業果，然後在平時保持正念、正知和不放逸。造殺生、妄語等惡業的端倪一出現，應立刻停止。對於微細的惡業，也應懺悔、防
711 護，《親友書》中說：

「先時雖放逸，後若改勤修，
猶如雲翳除，良宵睹明月。
孫陀羅難陀，央具理摩羅，
達舍綺莫迦，翻惡皆成善。」

我在前面講「加行法」的時候說過，即便像貪欲深重的難陀、殘害九百九十九人的央具理摩羅、害死已得不還果父親的達舍，和殺死親生母親的綺莫迦之輩也能淨罪，既然過去造集的罪業可以清淨，所以一心專修懺悔、防護極爲重要。

簡言之，在下士道這個階段，修持的關鍵總要就在重視業果。阿底峽尊者對此也十分注重。

（帕繃喀大師接著講了以下這個故事：以前潘域有個人喜歡唸《百拜懺悔經》，但是他曾將出售《十萬頌般若經》得來的錢用於私人用途。死了之後，立即被閻羅鬼卒牽往地底，到了閻羅法王面前。由於他沒有說出實話，法王於是出示業鏡，鏡內顯示了出售《般若經》的人、買主、用於交換的豆子、以及
712 小孩撿拾灑出來的豆子的情景。這下他才無法抵賴。就在將被扔進大銅鍋的時候，他想起皈依《百拜懺悔經》，於是又起死回生。博朵瓦聽說後，建議此人將這段經歷告訴別人。）

某些人以爲，自己在這個世界上所造的罪業，如果不爲軌範師、親教師或官員所知，就不會有麻煩。然而，佛所說的業果定律是絕無欺誑的真實教誡，《三摩地王經》中說：

「設月星處皆墮落，具山聚落地壞散，

པར་ཐུབ་པས་གསུངས། །དེའི་ཡང་རྩ་བ་དྲག་ཏུ་ནི། །རྣམ་སྨིན་འབྲས་བུ་སྒོམ་པས་སོ། །
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དཀར་ནག་གི་ལས་འབྲས་ཞིབ་པར་བྱས་ནས་རྒྱུན་དུ་དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་
བསྟེན་ཏེ། སྡིག་གཅོད་དང་རྟེན་སོགས་བྱེད་པར་ཉེ་བ་ན། དེ་མ་ཐག་ཏུ་མཚམས་བཞག །
ཕྲ་མོ་བྱུང་བ་དག་ཀྱང་བཤགས་སྡོམ་བྱེད་ན། བཤེས་སྤྲིང་ལས། གང་ཞིག་སྔོན་ཆད་བག་མེད་
གྱུར་པ་ལ། །ཕྱིས་ནས་བག་དང་ལྡན་པར་གྱུར་དེ་ཡང་། །ཟླ་བ་སྤྲིན་བྲལ་ལྟ་བུར་རྣམ་མཛེས་ཏེ།།
དགའ་བོ་སོར་ཕྲེང་མཐོང་ལྡན་བདེ་བྱེད་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་སྦྱོར་ཆོས་ཀྱི་སྐབས་ནས་
ཀྱང་བཤད་པ་ལྟར། འདོད་ཆགས་ཅན་གཙུག་དགའ་བོ། སོར་ཕྲེང་ཅན་མི་དགུ་བརྒྱ་དང་དགུ་
བཅུ་གོ་དགུ་བསད་པ་དང་། མ་སྐྱེས་དགྲ་ཡབ་ཕྱིར་མི་འོང་བ་བསད་པ་དང་། བདེ་བྱེད་ཀྱིས་རང་
གི་ཨ་མ་བསད་པ་ཡང་སྡིག་པ་དག་པ་བཞིན་དུ་སྔར་སྡིག་པ་བསགས་པ་རྣམས་འདག་པར་འགྱུར་
བས་བཤགས་སྡོམ་ལ་ཆེག་དྲིལ་བྱེད་པ་གནད་ཆེ། མདོར་ན་སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུའི་སྐབས་འདིར་
ཉམས་ལེན་གྱི་འགག་སྡོམ་ལྟ་བུར་ལས་འབྲས་ལ་རྩིས་ཆེན་པོ་བྱ། འདི་ལ་ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་ཀྱང་
རྩལ་དུ་འདོན་པར་མཛད། སྔོན་འཕན་ཡུལ་ན་མདོ་སྨེ་ཤུང་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱ་པ་ཁ་ཏོན་བྱེད་པ།
འབུམ་གྱི་ཀླུས་ཟློས་པ་ཞིག་ཤི་མ་ཐག་ཏུ་གཤིན་རྗེའི་སྐྱེས་བུས་ས་འོག་ཏུ་ཁྲིད་དེ། གཤིན་རྗེ་ཆོས་
རྒྱལ་གྱི་མདུན་དུ་སླེབ་པ་ན་ཁྲོས་རྫུན་སྨྲས་པས། མི་ཡོང་བསྟན་ཏེ། འབུམ་ཚོང་མཁན་དང་།
ཉོ་བ་པོ། རིན་སྤྲད་མ་སྦྱངས་པ་དང་། དེ་འཁོར་བ་བྱིས་པས་འབུ་བ་ཚུན་གསལ་བས་བུ་ཐབས
མ་རྙེད་པར་ཐངས་མོ་ཆེར་འཛུད་པ་ན། ཤུང་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱ་པར་སྐྱབས་འགྲོ་བྱས་པས་ཤི་བ་ལས
ལོག་པ་བྱུང་། པོ་ཏོ་བས་ལོ་རྒྱུ་འདི་གཞན་ལ་ཟློས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་ཚུལ། དེས་ན་འཇིག་
རྟེན་འདི་ནས་རང་གིས་སྡིག་པ་བསགས་པ་མཁན་སློབ་དང་དཔོན་པོ་སོགས་ཀྱིས་མ་མཁྱེན་པས
སྐྱོན་མེད་སྐྱོམ་པ་བྱེད་ཀྱང་། མདོ་ཉིད་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། ཟླ་བ་སྐར་མར་བཅས་པ་གནས
ལྷུང་ཞིང་། །རི་དང་གྲོང་དུ་བཅས་པའི་ས་གཞི་ལ། །ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་རྣམ་པ་གཞན་གྱུར་

虛空界亦變餘相，然尊不說非諦語。」

最細微的善、惡業也不會喪失感果的能力，所以必須要如理地取捨。但由於無始以來惡習深厚，難免會沾染上少許罪惡，這時候，應該如法地修持「四力對治」的懺悔、防護。

（二）別以四力淨罪之法

這方面的內容已經在「加行法」一章敘述過了，但因爲四力淨罪極其重要，依正行科判次序，在此再簡略地講一遍。

四力中的「破壞力」，即是對過去所造的罪業發起強烈的追悔心。這在四
713 力之中破壞力最爲重要，具備此力，其他三力自然隨之而來。此力的生起，端
賴我們對業果的深忍信。

如前所說，「遍行對治力」主要是《集學論》中所講的六種，其他凡是爲了淨罪目的而作的善事，都構成「通行對治力」。

「遮止罪惡力」，即是生起今後縱有生命危險也不再犯的防護心。雖然很難從一開始就永遠戒除一切惡行，但可以從較容易根除的惡行下手；對於難斷的惡行，則應每天生起「今日不犯」的防護心。

「依止力」即是皈依、發心，這也是爲何在「金剛薩埵修誦」和《墮懺》等頌文的篇首，先說皈依、發心的緣故。

我們從無始以來造集的罪業，每一種都多得像國王庫藏一樣。然而，如「加行法」時所說，如果所修的四力懺悔、防護十分有力，縱使定業也能清淨。

ཀྱང་། །ཕྲོད་ནི་མི་བདེན་པ་ཡི་ཚིག་མི་གསུང་། །ཞེས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གསུངས་པ་ནི་བདེན་པའི་བཀའ་ནམ་ཡང་བསླུ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེས་ན་དགེ་སྡིག་ཕྲ་མོའང་ཆུད་ཟོས་སུ་མི་འགྲོ་བས་བླང་དོར་ཚུལ་བཞིན་བྱེད། འོན་ཀྱང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འདྲིས་དྲགས་པས་སྡིག་པས་ཅུང་ཟད་རེ་གོས་ནའང་གཉེན་པོ་སྟོབས་བཞིའི་བཤགས་སྡོམ་ཚུལ་བཞིན་བྱ་དགོས།

གཉིས་པ་ཁྱད་པར་དུ་སྟོབས་བཞིས་སྦྱོང་བའི་ཚུལ་ལ། གོང་དུ་སྨྲོས་ཚོས་སྐབས་ཞུས་ཟིན་ཀྱང་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཞིང་ས་བཅད་ཀྱི་དངོས་ཟིན་ལྟར་མཚམས་འདིར་ཡང་བསྐྱར་མདོ་ཙམ་ཞུ་ན། འདི་ལ་ཡང་བཞི་ལས། རྣམ་པར་སུན་འབྱིན་པའི་སྟོབས་ནི། སྔར་བྱས་ཀྱི་སྡིག་པ་ལ་འགྱོད་སེམས་ཤུགས་དྲག་བྱེད་པ་སྟེ། སྟོབས་བཞི་ནས་གལ་ཆེ་ཤོས་འདི་ཡིན། སྟོབས་འདི་བྱུང་ན་འོག་མ་རྣམས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འོང་། དེ་ཡང་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་རག་ལས། གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་སྟོབས་ལ་སྔར་ཞུས་ཟིན་པ་ལྟར་གཙོ་བོ་བསླབ་བཏུས་ནས་གསུངས་པ་དྲུག་དང་། །གཞན་ཡང་སྡིག་པ་འདག་པའི་ཕྱིར་དུ་དགེ་སྦྱོར་གང་བྱས་རྣམས་གཉེན་པོ་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་སྟོབས་སུ་འགྲོ། ཉེས་པ་ལས་སླར་ལྡོག་པའི་སྟོབས་ནི། ཕྱིན་ཆད་སྡིག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་བྱེད་སྙམ་པའི་སྡོམ་སེམས་བསྟེན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དང་པོ་ནས་ཉེས་སྤྱོད་ཚང་མ་གཏན་དུ་སྤོང་ཐུབ་པ་དཀའ་ཡང་། རྩ་བ་ནས་སྤོང་ཐུབ་པ་རྣམས་རྩ་བ་ནས་དང་། དེ་ལྟར་མི་ཐུབ་པ་རྣམས་ཀྱང་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་དེ་རིང་ཡང་མི་བྱེད། དེ་རིང་ཡང་མི་བྱེད་སྙམ་པའི་སྡོམ་སེམས་བསྟེན་པ་ཡིན། རྟེན་གྱི་སྟོབས་ནི། སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱེད་པ་ཡིན་པས། རྡོར་སེམས་བསྒོམ་བཟླས་དང་། ལྟུང་བཤགས་སོགས་ཀྱི་དབུར་ཡང་སྐྱབས་སེམས་འབྱུང་བ་དེའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན། རང་རེར་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྡིག་པ་ལྷ་རི་རི་ནས་རྒྱལ་པོའི་བང་མཛོད་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་། སྟོབས་བཞིའི་བཤགས་སྡོམ་ཤུགས་ཅན་བྱུང་ན་མྱོང་ངེས་ཀྱི་ལས་ཀྱང་འདག་ནུས་པ་སྨྲོར་

此外，如果能修習《集學論》中所說的「虛空藏懺法」、配合頂禮的《墮懺》、文殊怙主大宗喀巴散集中收錄的《勝金光明經懺悔文》等，那是再好不過了。

（帕繃喀大師指出，在懺悔的最後，應想到通過修法，自己的罪業已完全
714 清淨，並以罪之三輪無所緣來加以印定[50]，這將大大增強淨罪法的功效。）

對罪業抱無所謂的態度和一味害怕都是不足取的。對初業行人來說，最要緊的修法就是懺悔。所以《準提陀羅尼經》中所說的淨罪之相尚未持續明顯地出現之前，應當長時間猛力懺悔。

如我先前已述，出家人在上殿或前去辯經院的時候，在聞思求學的時候，甚至在立宗辯論的時候，如果是抱著懺罪、積福的心，這一切活動都將成爲淨罪、積福的途徑。再者，由於觀察經義就是觀察修，所謂的「修」不一定要另外再跑到山洞裡端身正坐。如果上殿只是爲了領取酬金，聽聞只是爲了在辯論中擊敗對手，這些行爲也都不會成爲正法的修行。所以辯論之時，不應只是視同學爲敵方作答辯，也應把自心當作敵方來立宗。以此爲例，我們出家人可以將任何日常活動轉成修法，只要將這些活動看作是修法即可，不需要額外再修。對在家白衣來說，才需要在世間俗務之外，另外找時間勤修正法。

然而，不管在家也好、出家也好，十善是每個人所應當奉行的。我的上師說，往後的中士道等內容，即是業果修法的開廣。

關於業果的實修，例如將虱子放在指甲上準備掐死的時候，應當要想到這

[50] 淨罪之人、所淨之罪、淨罪之事三者均無自性。

ཆོས་སྐབས་ཞུས་པ་ལྟར་ཡིན། གཞན་ཡང་བསླབ་བཏུས་ནས་གསུངས་པའི་ནམ་སྙིང་གི་བཤགས་པ་དང་། ལྟུང་བཤགས་བརྒྱད་ཕྲུག་དང་འབྲེལ་བ། གསེར་འོད་དམ་པའི་བཤགས་མདོ་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་འབུམ་ཐོར་བུའི་གྲས་སུ་བཞུགས་པ་སོགས་ལྟར་བྱས་ན་མཆོག་ཡིན། བཤགས་པ་བྱས་པའི་མཇུག་ཏུ་སྡིག་པ་ལྷག་མེད་དུ་དག་སོང་སྙམ་པ་དང་། མི་དམིགས་པའི་རྒྱས་འདེབས་བྱས་ན་སྡིག་པ་འདག་ཚབས་ཆེ་གསུངས། སྡིག་པ་ལ་སྣང་ཆུང་བྱེད་པ་དང་། འཇིགས་དྲགས་ནས་བསྡད་པ་གཉིས་ཀས་མི་ཕན་པར། རང་ཅག་ལས་དང་པོ་བས་བཤགས་པ་བྱེད་པ་འདི་རང་གནད་ཆེ་བས་སྐུལ་བྱེད་ཀྱི་གཟུངས་ལས་གསུངས་པའི་སྡིག་པ་དག་པའི་རྟགས་གསལ་པོ་ཡང་ཡང་མ་བྱུང་བར་དུ་བཤགས་པ་ཞུགས་དྲག་ལ་རྒྱུན་རིང་བ་བྱ་དགོས། སྔར་ཞུས་པ་བཞིན་གྲྭ་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱིས་ཚོགས་ཆོས་ར་འགྲིམ་པ་དང་། ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར། རྟགས་གསལ་ཁྲབ་སྐོར་གཅིག་རྩོད་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་བསགས་སྦྱང་གི་དོན་དུ་བྱས་ན་སྡིག་སྦྱང་དང་། ཚོགས་གསོག་ཏུ་འགྲོ། གསུང་རབ་ལ་དཔྱད་པ་བྱས་པ་དེ་དཔྱད་སྒོམ་ཡང་ཡིན་པས། སྒོམ་ཞེས་པ་ཡོགས་སུ་བྲག་ཕུག་ཏུ་ལུས་གནད་བཅའ་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད། དེ་ལྟ་མིན་པར་འགྱུར་ཕོགས་དོན་གཉེར་དང་། གཞན་ཚར་གཅོད་པའི་ཆེད་ཙམ་དུ་ཐོས་པ་བྱས་ན་ཆོས་སུའང་མི་འགྲོ། དེས་ན་རྩོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཚེ་ཡང་ཕྱིར་རྒོལ་ལ་དམ་བཅའ་བ་དེ་ཁོ་ནར་མི་བཟུང་བར། རང་རྒྱུད་ལ་ཕྱིར་རྒོལ་བྱས་ཏེ་དེའི་སྟེང་དུ་རྟགས་བཀོད། དེས་མཚོན་ནས་རང་ཅག་རབ་བྱུང་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་རྒྱུན་ཆོས་བྱེད་བཞིན་པ་དེ་ཉིད་བསམ་པས་ཆོས་སུ་སྒྱུར་བ་ལས་ལྷག་པའི་ཆོས་བྱེད་པར་ཡོགས་སུ་འགྲོ་མི་དགོས། གཞན་ཁྲིམས་པ་སྐྱ་བོ་འཇིག་རྟེན་པ་དག་ནི་ཡོགས་སུ་ཆོས་ལ་བརྩོན་དགོས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དགེ་བཅུ་ནི་ཁྲིམས་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་ལག་ལེན་ལ་བཀར། སྐྱེས་བུ་འབྲིང་སོགས་ཕྱི་མ་རྣམས་ཀྱང་ལས་འབྲས་ཀྱི་ལག་ལེན་འདི་རྒྱ་ཆེ་རུ་སོང་བ་ཡིན་ཞེས་བདག་གི་བླ་མས་གསུངས། ལག་ལེན་ལ་འགེལ་ལུགས་ཀྱང་ཤིག་ལྟ་བུ་གསོད་པར་ཉེ་ནས་སེན་མོའི་སྟེང་དུ་

715 是不對的，將之放生；謊話要說出口的時候，提起正念，管住自己的舌頭。以此爲例，罪惡從小處盡力斷起，善業從小處點點滴滴逐漸累積。

有些人以爲，犯一些小罪沒有大礙，因爲懺悔就可以清淨。然而，從未造罪和造罪之後再懺悔清淨，二者間差別極大；就像從未斷過腿的與斷了之後再接合痊癒，兩者間有很大的區別一樣。雖然強烈的懺悔、防護能使罪業淨治，免受異熟果，但因犯罪而造成的另一種嚴重傷害卻是逃避不了的：即獲得地道的時間將被延遲達數劫之遙。

「菩提道次第」教授講到這裡，在聽了「暇滿」、「無常」、「惡趣苦」、「皈依」與「業果」等法類之後，如果以成辦後世利益爲主，想著從現在開始要爲來世做點事，並對現世的虛榮不再在意，下士道次第的證德便初露端倪。即便能生起這樣的心，仍然要再接再厲、不斷修習。宗喀巴大師曾說：

「然須今堅固，故此生已，仍須勵力，善爲修習。」[51]

所以，這也就是爲什麼我說：在「菩提道次第」中，證德的「端倪」是從
716 這裡開始生起的原因。

（隨後，帕繃喀大師又廣略適中地將上述內容重講一變，並簡要地開示了修習所緣的方法：先修「加行法」，向頂上上師祈禱後，依次思惟業果總相、別相等各科。因爲「思業果已如何進退之理」一科是日常的實際運用，所以此處不需修習所緣。）

在座間，應如我先前所說，不斷地閱讀《賢愚經》、《百業經》、《百喻經》、

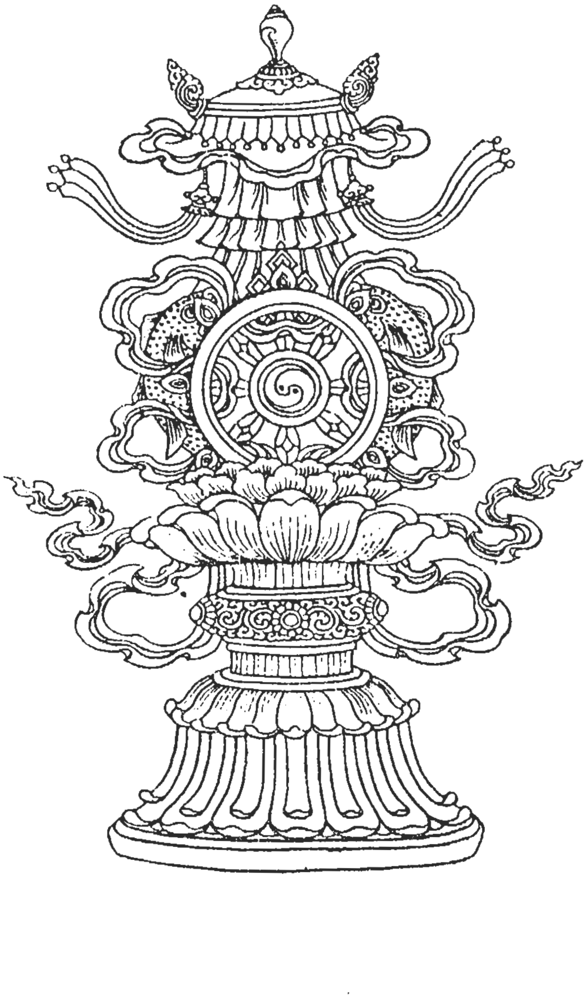
---

[51] 引自《菩提道次第廣論》。

བཞག་ཟིན་པ་ནའང་འདི་མི་རུང་སྙམ་ནས་སྤྱོད་ལ། རྫུན་ཞིག་བཤད་པར་རྩོམ་པ་ནའང་དྲན་པས་ལྕེ་ནས་མ་ཤོར་བར་བཟུང་བས་མཚོན་ཏེ་སྡིག་པ་ཆུང་ངུ་ནས་སྤོང་གང་ཐུབ་དང་། དགེ་བ་ཆུང་ངུ་ནས་བྲི་གསོག་ཕུལ་གསོག་བྱས་ཏེ་བསྒྲུབ་དགོས། ཁ་ཅིག་གིས་སྡིག་པ་ཕྲན་བུ་བྱས་ཀྱང་བཤགས་པ་བྱ་ཆོག་པས་སྐྱོན་མེད་སྙམ་ན། སྡིག་པ་དང་པོ་ནས་མ་བྱས་པ་དང་། བྱས་ནས་བཤགས་པས་དག་པ་གཉིས་ཁྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། དང་པོ་ནས་རྐང་པ་མ་ཆག་པ་དང་། ཆག་ནས་འཆིང་སོགས་བྱས་ཏེ་འབྱོར་བ་གཉིས་ཁྱད་པར་ཆེ་བ་ལྟར། སྡིག་པ་བྱས་པ་རྣམ་སྨིན་མྱོང་མི་དགོས་པ་ཙམ་གྱི་བཤགས་སྡོམ་ཤུགས་དྲག་བྱས་ཏེ་སྦྱོང་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡང་། ས་ལམ་ཐོབ་པ་ལ་ཏ་ཙང་རྒྱུད་ཐག་བསྲིང་བ་བསྐལ་པའི་ཡུན་ཙམ་དུ་འགོར་འགྲོ་བའི་གནོད་ཚབས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་འོང་། དེ་ལྟར་བཤད་པ་དེ་དག་ཞུས་པ་ན། སྔར་ཚེ་འདི་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་ཕྱི་མ་དོན་གཉེར་གྱི་བློ་ཞར་བྱུང་ཙམ་ཡང་མེད་པ་ལ། ད་རེས་དལ་འབྱོར། མི་རྟག་པ། ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ། སྐྱབས་འགྲོ་དང་ལས་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་སྐོར་རྣམས་ཐོས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ད་ནི་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་དོན་ཞིག་བསྒྲུབ་དགོས་པ་འདུག་སྙམ་དུ་དེ་ཕྱིན་ཆད་ཕྱི་མ་དོན་གཉེར་གཙོ་བོ་དང་། ཚེ་འདིའི་སྣང་ཤས་ཞར་བྱུང་ཙམ་དུ་སོང་ན། སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུའི་ལམ་རིམ་གྱི་རྟོགས་པའི་སྣེ་དང་པོ་སྐྱེས་པ་རེད། དེ་ལྟར་སྐྱེས་ཀྱང་ད་དུང་ཡང་ཡང་གོམས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས། འོན་ཀྱང་བརྟན་པར་བྱེད་དགོས་པས་དེ་བྱུང་ནས་ཀྱང་འབད་དེ་སྦྱང་བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།། དེའི་ཕྱིར་ངས་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་འདིར་རྟོགས་པའི་སྣེ་དང་པོ་ཆོས་གྲལ་འདི་ནས་སྐྱེ་འོང་བྱ་བའང་དེ་ཡིན་གསུངས། དེ་ནས་འབྲིང་དུ་སློབ་ཏེ་བཤད་པ་མཛད། སྐྱོང་ཚུལ་མདོར་བསྟན་ལ། སྐྱོར་ཆོས་སྟོན་དུ་བཏང་། བླ་མ་སྤྱི་བོར་བཞུགས་པ་ལ་གསོལ་འདེབས་བྱས་ནས། ལས་འབྲས་སྤྱི་ཁྲི་ཁྲག་རྣམས་ས་བཅད་བཀྲམ་སྟེ་བསམས། འཇུག་ལྡོག་བྱ་བ་ནི་རྒྱུད་གྱི་ལག་ལེན་ཡིན་པས་འདི་ར་དམིགས་པ་སྐྱོང་མི་དགོས། ཐུན་མཚམས་སུ་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སྟོན་པའི་སྐོར་

《念住經》和四部律典等開示業果道理的經典。

མདོ་མཛངས་བླུན་དང་། ལས་བརྒྱ་པ། རྟོགས་བརྗོད་བརྒྱ་པ། དྲན་པ་ཉེར་གཞག །འདུལ་བ་ལུང་སྡེ་བཞི་སོགས་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་མཛལ་དགོས་པ་སྔར་གོང་དུ་ཡང་མདོ་ཙམ་ཞུས་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས།། ||



第十四天 思輪迴苦

718 （帕繃喀仁波切引用法王宗喀巴大師所造的兩個偈頌，即「身命動搖猶如水中泡」等[1]，先簡略地開示了前行改正動機之法，接著回顧了前面講過的科判，並重述了「獲得後世安樂正方便業果法類」的內容。）

丁二、於共中士道次第修心

此科分爲兩部份：（戊一）發起求解脫心；（戊二）抉擇趣解脫道自性。

戊一、發起求解脫心

分兩方面：（己一）思惟輪迴總苦；（己二）思惟輪迴別苦。

如果按照先前所說的共下士道次第來修習，受持斷十不善的戒律，便能暫時解脫惡趣之苦而受生於某一善趣之中。然而，不應以此爲足！譬如，對於一個月之後將被處決的罪犯來說，鞭笞、火漆等日常的刑罰縱然減輕了，最終還

[52] 《毘奈耶分別》、《毘奈耶事教》、《毘奈耶雜事》、《毘奈耶上分》。

[1] 引自《功德之基頌》，全文見本書第Ⅰ冊附錄一，528～531 頁。

༄ སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་བློ་སྦྱོང་བ།

༄ ཉིན་བཅུ་བཞི་པར། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་། ལུས་སྲོག་གཡོ་བ་ཆུ་ཡི་ཆུ་བུར་བཞིན། །ཞེས་སོགས་ཤློ་ཀ་གཉིས་འདྲེན་པར་མཛད་ནས་སྔོན་འགྲོ་ཀུན་སློང་བཅོས་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་དང་། སྔོན་དུ་ཇི་ལྟར་སོང་པའི་ས་བཅད་རྣམས་གསུངས་ཏེ༔ འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་དངོས་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྐོར་ལ་བསྐྱར་བཤད་མཛད།

ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་བློ་བསྐྱེད་པ།

གཉིས་པ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པར་བློ་སྦྱོང་བ་ལ་གཉིས། ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་བློ་བསྐྱེད་པ་དང་། ཐར་པར་བགྲོད་པའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པའོ༔ ༔

དང་པོ་ལ་གཉིས། འཁོར་བ་སྤྱིའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་དང་། སོ་སོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པའོ། །དེ་ཡང་སྔར་བཤད་པའི་སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་རིམ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་དགེ་བཅུ་སྤོང་གི་ཁྲིམས་བསྲུང་ན་གནས་སྐབས་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་ལས་ཐར་ཏེ་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་བ་ཞིག་འབྱུང་ཡང་། དེ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་སྟེ། དཔེར་ན་མི་ནག་ཅན་ཟླ་གཅིག་ནས་གསོད་ཁྲུར་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་གཞན་གྱིས་ངོ་ཆེན་ཞུས་ཏེ། ཟླ་ལྔག །ལ་ཐིགས་སོགས་ཉིན་བསྟར་གྱི་

719 是難逃一死；同樣的，如果不能徹底從輪迴中解脫，善妙能引業一旦竭盡，必將再入惡趣，正如《入行論》中所說：

「數數來善趣，數數享諸樂，
死後墮惡趣，常受難忍苦。」[2]

因此，如果想截斷今後的痛苦之流，就應當設法徹底從輪迴中解脫。這也是爲什麼要在中士道中發起求解脫心的原因。

發起求解脫心的方法有兩種：一、由思惟四諦自性之門而發起；二、由思惟十二緣起之門而發起。

所謂「解脫」[3]，即是從繫縛中脫離之意。譬如從繩索綑綁等束縛中掙脫時，便可說「解脫了繩索的束縛」。我們被業煩惱的繩索綑綁在有漏取蘊上的情況與此類似[4]。具體說來，因受業與煩惱的控制，以「界」而言，在三界中
720 結蘊；以「道」而言，在六道或五道中結蘊；以「生處」而言，在胎生等四生
[5]中結蘊——這就是「束縛」的本質。從這種束縛中脫離，便是此處所說的「解脫」。

就一般而言，「輪迴」一詞是指在上至有頂[6]、下至無間地獄[7]之中受生流轉的意思。未學過經論的人，談到輪迴，以爲是從這一家轉生到另一家，或是在六道中流轉，這是一種依文解義的說法而非輪迴的本意。雖然某些學者主張在輪迴中數數結生等爲輪迴之義，但應以嘉卻・格桑嘉措的定義爲最正確：有漏取蘊的受生相續爲輪迴。所以，截斷業煩惱所控制的後有結生之流，即是解

---

[2] 引自《入行論》第九品。

[3] 此處與小乘涅槃同義。

[4] 「漏」指煩惱，有漏即具有煩惱之意；「取」亦指煩惱；「蘊」爲色、受、想、行、識五蘊。「有漏取蘊」的含義詳見本章之末，簡言之，即五蘊係由自因業煩惱所生。

[5] 胎生、濕生、卵生與化生。

[6] 即作爲三有之頂的無色界第四天——非想非非想天。

[7] 見第Ⅰ冊 465~466 頁。

ཁྲིམས་ཀྱི་ཉེས་པ་རེ་ཞིག་ཡང་དུ་སོང་ཡང་། ཕྱུགས་གསོད་ཀྱུ་ལས་མ་ཐར་བ་བཞིན་དུ་འཁོར་བ་འདི་ལས་གཏན་ནས་ཐར་བ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། སྤྱོད་འཇུག་ལས། བདེ་འགྲོར་ཡང་དང་ཡང་འོང་སྟེ། །བདེ་བ་མང་པོ་སྤྱད་སྤྱད་ཀྱང་། །ཤི་ནས་ངན་སོང་སྡུག་བསྔལ་ནི། །ཡུན་རིང་མི་བཟད་རྣམས་སུ་ལྷུང་། །ཞེས་པ་ལྟར་ནམ་ཞིག་ལས་བཟང་པོའི་འཕེན་པ་ཟད་ནས་སླར་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བར་ཐག་ཆོད་པ་ཡིན། དེས་ན་ཕྱིན་ཆད་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུན་གཅོད་པ་ཞིག་འདོད་ན་འཁོར་བ་འདི་ལས་གཏན་ནས་ཐར་བ་ཞིག་བྱ་དགོས། དེ་ལ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་སྐབས་འདིར་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་བློ་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ལ། དེ་བསྐྱེད་ཚུལ་ལ། བདེན་བཞིའི་རང་བཞིན་དང་། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་བསམ་པའི་སྒོ་ནས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་ཡོད། དེ་ལ་ཐར་པ་ཞེས་པ་ནི་བཅིངས་པ་ལས་གྲོལ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་ཐག་པ་ལ་སོགས་པས་བསྡམས་པ་ལས་ཐར་བ་ན། དེ་ལས་ཐར་བ་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་རང་རེ་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོའི་སྟེང་དུ་ལས་ཉོན་གྱི་ཐག་པས་བཅིངས་པ་ཡིན། བཅིང་ལུགས་ནི། དེ་གཉིས་ཀྱི་དབང་གིས་ཁམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་འདོད་ཁམས་སོགས་ཁམས་གསུམ་དང་། འགྲོ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་རིགས་དྲུག་གམ་ལམ་རྒྱུད་ལྔ་དང་། སྐྱེ་གནས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་མངལ་སྐྱེས་སོགས་བཞི་ལ་ཕུང་པོ་ཉིང་མཚམས་སྦྱར་བ་ནི་བཅིངས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་དེ་ལས་གྲོལ་བ་ནི་ཐར་པ་ཡིན། སྲིད་པ་འཁོར་བ་ཞེས་པའི་དོན་སྲིད་རྩེ་ནས་མནར་མེད་ཀྱི་བར་ལུས་བླངས་ནས་འཁོར་བ་ལ་བྱེད། སློབ་གཉེར་མ་བྱས་པ་ཚོས་འཁོར་བ་ཟེར་དུས་ཁྲིམ་དེ་འཁོར་བ་ཡིན་སྙམ་པ་དང་། རིགས་དྲུག་གི་གནས་དེ་འཁོར་བ་ཡིན་སྙམ་དུ་སེམས་པ་སྣྲས་བརྗོད་རིགས་ཙམ་དུ་ཆུང་ཡང་དེ་འཁོར་བ་དངོས་མིན་ལ། མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་འཁོར་བར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཉིང་མཚམས་སྦྱོར་བའི་ཆ་སོགས་ལ་བཞེད་པ་ཡོད་ཀྱང་།

ν རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོའི་སྐྱེ་བའི་རྒྱུན་གྱི་ཆ་ལ་བཞེད་པ་ལྟར་ལེགས། དེའི་ཕྱིར་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་ཡང་སྲིད་དུ་ཉིང་མཚམས་སྦྱོར་བའི་རྒྱུན་ཆད

脫輪迴。

此外，就像一名囚犯想要脫離監獄，首先要生起想脫離的心，如果不曾想過監獄的過患，就不會生起這種心念；同樣的，如果沒有希求解脫輪迴之心，也不可能勤修解脫之法；而要生起求解脫心，就一定要如《四百論》中所說，對輪迴生起厭惡之感：

「諸智畏善趣，等同諸地獄。」

也就是說，應當思惟輪迴的痛苦。具體的思惟方法可分兩種，一是由四諦之門思惟，一是由十二緣起之門思惟。這裡先講第一種方法：

721 薄伽梵在波羅奈斯地區初轉法輪[8]時，對賢者五弟子說：「諸比丘！此是苦聖諦！此是集聖諦！此是滅聖諦！此是道聖諦！」

佛陀講了三遍四諦[9]，共計十二相，稱爲「四諦法輪」。所謂「諦」，是指諸聖者如實所見、真實不虛，故名爲「諦」(真實)。

按照因果的順序，理應先說集諦，然而佛陀卻將四諦的次第顛倒過來，先說苦諦，這裡面有重要關鍵：爲了使度化的對象對痛苦生起厭離，所以佛陀先開示苦諦，如果對苦不起厭離，自然也就不會起斷除苦因之心；祈求離苦之心一旦生起，化機便會勤修離苦之道。所以，佛陀此說，是爲了化機修持的需要，想求解脫的人應將四諦作爲取捨的主要對象。

722 至尊彌勒在《相續本母論》中，談到知苦之後當斷苦因等，以譬喻說明道：

「如病應知斷病因，當得樂住應依藥；

---

[8] 佛陀一生所說的正法：初轉「四諦法輪」，二轉《般若經》等「無相法輪」，三轉《解深密經》等「善辨法輪」。

[9] 上述引文爲第一遍，明四諦之「體」；第二遍講四諦之「應作」；「此苦聖諦，是所應知！此集聖諦，是所應斷！此滅聖諦，是所應證！此道聖諦，是所應修」：第三遍講四諦之「果」：「此苦聖諦已知！此集聖諦已斷！此滅聖諦已證！此道滅諦已修！」

པ་ནི་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བ་ཡིན། དེ་ཡང་བཙོན་པ་བཙོན་ཁང་ལས་ཐར་བ་ལ་དེ་ལས་ཐར་འདོད་སྐྱེ་དགོས། དེ་ལ་བཙོན་ར་འི་སྐྱོན་མ་བསམས་ན་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ། འཁོར་བ་ལས་ཐར་འདོད་མེད་ན་ཐར་བའི་ཐབས་ལ་མི་བརྩོན་ཞིང་། ཐར་འདོད་སྐྱེ་བ་ལ། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། མཁས་པ་རྣམས་ལ་མཐོ་རིས་ཀྱང་། །དམྱལ་བ་དང་མཚུངས་འཇིགས་བསྐྱེད་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འཁོར་བ་ལ་སྐྱོ་ཤས་སྐྱེ་དགོས། དེ་ལ་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་དགོས།

དེ་བསམ་ཚུལ་ལ་བདེན་བཞིའི་སྒོ་ནས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བསམ་ཚུལ་གཉིས་གསུངས་པ་ལས། འདིར་དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་འཆད་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཐོག་མར་ཡུལ་ལྷ་ར་ཎ་སིར་འཁོར་ལོ་དང་པོའི་སྐབས་འཁོར་ལྔ་སྡེ་བཟང་པོ་ལ། དགེ་སློང་དག །འདི་ནི་སྡུག་བསྔལ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །འདི་ནི་ཀུན་འབྱུང་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །འདི་ནི་འགོག་པ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །འདི་ནི་ལམ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ།། ཞེས་སོགས་བདེན་བཞི་ལན་གསུམ་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་སུ་བཟླས་ཏེ་བསྐོར་བའི་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་གསུངས། བདེན་པ་ཞེས་པ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་གཟིགས་པ་བཞིན་བདེན་པས་ནི་དེ་ལྟར་བརྗོད། དེ་ཡང་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཀུན་འབྱུང་སྔོན་དུ་གསུངས་དགོས་ཀྱང་། འདིར་བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་ལྡོག་སྟེ་སྡུག་བསྔལ་བདེན་པ་སྔོན་དུ་གསུངས་པའི་གནད་ནི། རིམ་བཞིན་སྡུག་བསྔལ་ལ་ཡིད་འབྱུང་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་དང་པོར་སྡུག་བསྔལ་བསྟན་ཏེ། དེ་ལ་ཡིད་འབྱུང་མེད་པར་དེའི་རྒྱུ་སྤོང་འདོད་མི་འབྱུང་བས་སོ། །གྲོལ་བ་ལ་ཐོབ་འདོད་དང་པོར་སྐྱེས་ནས་དེའི་རྒྱུར་ལམ་ལ་བརྩོན་པར་འགྱུར་བས་ན། འདི་གདུལ་བྱའི་ཉམས་ལེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་གསུངས་པས། འདི་བཞི་ནི་ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱང་བླང་བྱ་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པས་རྒྱུད་བླ་མ་ལས་སྡུག་བསྔལ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་མེད་པར་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་དཔེས་གསུངས་ཏེ། ནད་ནི་ཤེས་བྱ་ནད་ཀྱི་རྒྱུ་ནི་སྤང་བྱ་ལ། །བདེར་

苦因彼滅如是道，應知應斷應證修。」

大意是說：就像生病的時候，先要認識病因，然後才能服藥以斷病因。第五世達賴喇嘛則以水爲喻：

「如同露營忽遭水淹，起尋水源欲作堵截。」[10]

因此，想要修習解脫苦病的方法，先要生起希求遠離苦因的心，此心生起需先探究苦因，而探究苦因又需要先瞭解所受的痛苦，宗喀巴大師說：

「若不思惟苦諦失，終不能發解脫欲，
若不思惟集流轉，則不能斷輪迴根，
應厭三有希出離，了達輪迴繫縛因。」[11]

四諦依次各有四種別法：無常、苦、空、無我[12]；因、集、緣、生；[13]滅、靜、妙、離[14]；道、如、成、出[15]。

有漏取蘊有苦、樂、捨三種受，除有漏苦苦外，我們對其他兩種受並不知其爲苦。例如過去有位咒師曾對妻妾們說：「如果不是因爲怕你們傷心，我隨
723 時都可以去持明剎土。[16]」後來咒師生病，瀕臨死亡的時候，眾妻妾說：「咒師啊！您現在馬上就可以去持明剎土了，我們可難過了！」咒師卻答道：「唉，我是無法留在這裡了，否則我寧可與你們長廝守，也不願去持明淨土！」或者

[10] 詳見《文殊口授》。

[11] 引自《道次第攝頌》。

[12] 不淨五蘊剎那生滅故名「無常」；不自在故名「苦」；非與我相關故名「空」；非構成我故名「無我」。此爲苦諦四相。

[13] 一般之「我愛」爲能生不淨五蘊故名「因」；一般之「後有愛」能招感五蘊故名「集」；特殊之「後有愛」爲產生五蘊之助緣故名「緣」；「入胎愛」能直接產生五蘊故名「生」。此爲集諦四相。

[14] 三有繫縛已斷故名「滅」；遠離諸苦故名「靜」；最勝無上故名「妙」；永不復生故名「離」。此爲滅諦四相。

[15] 導向涅槃故名「道」；確切不移故名「如」；決定成辦解脫故名「成」；不復退墮故名「出」。此爲道諦四相。

[16] 密宗淨土。

གནས་ཐོབ་བྱ་སྨན་ནི་བསྟེན་པར་བྱ་བ་ལྟར། །སྡུག་བསྔལ་རྒྱུ་དང་དེ་འགོག་པ་དང་དེ་བཞིན་ལམ།། ཤེས་བྱ་སྤང་བྱ་རེག་པར་བྱ་ཞིང་བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། རང་རེ་ནད་ཀྱིས་ན་བའི་སྐབས་དེའི་རྒྱུ་ངོས་བཟུང་ནས། རྒྱུ་དེ་གཅོད་པའི་ཕྱིར་སྨན་བསྟེན་པ་བཞིན་ཡིན། འདི་ལྟ་པ་ཆེན་པོས་ཆུ་ལ་དཔེར་མཛད་དེ། ཐང་བདེ་བར་ཉལ་བའི་ཚེ་འོག་ཏུ་ཆུ་ཤོར་བ་དང་། དེ་གང་ནས་ཤོར་བ་དེ་ནས་བཀག་འདོད་སྐྱེ་བ་བཞིན་ཡིན་པར་གསུངས། དེས་ན་སྡུག་བསྔལ་གྱི་ནད་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་ལ་བརྩོན་པ་ལ་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་དང་བྲལ་འདོད་དགོས་ལ། དེ་སྐྱེ་བ་ལ་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་རྩད་གཅོད་པ་དགོས། དེ་འབྱུང་བ་ལ་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར་བ་དེ་ཉིད་ཤེས་དགོས་ཏེ། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། སྡུག་བདེན་ཉེས་དམིགས་བསམས་ལ་མ་འབད་ན། །ཐར་པ་དོན་གཉེར་ཇི་བཞིན་མི་སྐྱེ་ཞིང་། །ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་མ་བསམས་ན། །འཁོར་བའི་རྩ་བ་གཅོད་ཚུལ་མི་ཤེས་པས། །སྲིད་ལས་ངེས་འབྱུང་སྐྱོ་ཤས་བསྟེན་པ་དང་། །འཁོར་བར་གང་གིས་བཅིངས་པ་ཤེས་པ་གཅེས། །ཞེས་གསུངས། བདེན་བཞི་རེ་རེ་ལའང་རིམ་བཞིན་མི་རྟག་སྡུག་བསྔལ་སྟོང་པ་བདག་མེད་བཞི། རྒྱུ་ཀུན་འབྱུང་···རྐྱེན་རབ་སྐྱེ་བཞི། འགོག་པ་ཞི་བ་གྱ་ནོམ་ངེས་འབྱུང་བཞི། ལམ་རིགས་པ་སྒྲུབ་པ་ངེས་འབྱིན་བཞི་སྟེ་ཁྱད་ཆོས་བཞི་བཞི་ཡོད། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ལ་ཚོར་བ་བདེ་སྡུག་བཏང་སྙོམས་གསུམ་ལས། ཟག་བཅས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་གྱི་སྡུག་བསྔལ་མ་གཏོགས་གཞན་གཉིས་ལ་སྡུག་བསྔལ་ཡིན་པར་མི་ཤེས་ཏེ། སྔར་སྔགས་པ་ཞིག་གིས་ཁོ་རང་གི་བུ་སྨད་རྣམས་ལ། ཁྱོད་ཚོ་སྡུག་པ་ལས་ང་རང་ལྷ་རིག་འཛིན་ཞིང་དུ་འགྲོ་ཆོག་ཆོག་ཡིན་ཟེར། རྗེས་སུ་སྔགས་པ་དེ་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་ཏེ་འཆི་ལ་ཉེ་བ་ན། བུ་སྨད་ཚོས་སྔགས་འཆང་ལགས་ཁྱེད་ལྷ་རིག་འཛིན་ཞིང་དུ་ཐེབས་ཆོག་ཆོག་རེ་ད་དེ། དེད་ཚོ་སྡུག་བྱུས་པས; སྔགས་པ་ན་རེ། ང་ལ་སྐྱོད་པའི་དབང་མེད་པ་མ་གཏོགས་དབང་ཞིག་ཡོད་ན་ལྷ་རིག་འཛིན་ཞིང་དུ་འགྲོ་བ་ལས་ཁྱོད་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་སྐྱོད་རྒྱུ་བྱུང་བ་རང་དགའ་ཟེར་བ་ལྟར་དང་།

像阿雜惹麻努的故事[17]。我們視輪迴爲快樂而貪著，根本不知輪迴的本性是苦。

知道痛苦的原因爲「集諦」之後，便應斷除集諦。「集諦」有兩種：「業集
724 諦」與「煩惱集諦」。遠離痛苦的果即「滅諦[18]」，能獲得「滅諦」的方法即「道諦」，需修持「道諦」才能得到「滅諦」。

關於知苦，《道次第廣論》中開示有八苦、六苦、三苦等，這裡將八苦攝入「人苦」、將三苦歸入「周遍行苦」來講。此處講輪迴總體的六苦：

己一、思惟輪迴總苦

思惟輪迴總苦分六節：

庚一、無定過患

我們雖然偶爾能受生於善趣，但在輪迴中受生之後所領受的無非是苦，因爲輪迴的快樂完全不可信賴。以人的前半生與後半生爲例，怨仇與親友、父母與子女等角色經常可以在同一生中互換位置。以前有戶人家，戶長的父親經常
725 以屋後池中之魚爲食，死後受生成水池中的魚。母親因爲戀家而變成家犬。與他的妻子通姦的仇人在被殺之後，因爲貪戀其妻而投生爲他的小孩。後來，他捕殺父親所轉生的魚。吃魚肉時，母親所轉生的狗跑來啃食魚骨，遭他鞭打。他又常常將仇人投胎的兒子抱在懷中。舍利弗見到這一情形，口說一偈：

「食父鞭母，仇人抱懷，
妻吞夫骨，輪迴可笑！」[19]

《親友書》也說：

---

[17] 此人係一工匠，住熱振寺助修阿底峽像，某月圓日因戀鄉而泣，他人問道：「若汝現可成佛或晤汝妻，當擇何者？」彼答：「寧擇吾妻。」

[18] 雖然滅諦被稱爲「離繫果」，但因其爲非因緣所生之無常法，所以不是真正的果。儘管它是基於現證無我之道產生的，但它本身是無爲法的一種。

[19] 這一故事引自《速道》，另一種說法與此稍異，見之於《大辨業經》，主角爲目犍連而非舍利弗。

ཨ་ཙ་ར་མ་ནུའི་གདམ་རྒྱུད་ལྟར་རང་ཅག་གིས་འཁོར་བ་ལ་ སྙིང་པོ་འདུག་སྙམ་ནས་ཆགས་པ་ལས་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་མི་ཤེས། སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་སྤང་དགོས།

ཀུན་འབྱུང་ལ་ལས་ཀྱི་ཀུན་འབྱུང་དང་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་གཉིས་ཡོད། སྡུག་བསྔལ་དང་བྲལ་བའི་འབྲས་བུའི་ཆ་ནི་འགོག་བདེན་དང་། འགོག་བདེན་དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་ཆ་དེ་ལམ་བདེན་ཡིན། འགོག་བདེན་ཐོབ་པ་ལ་ལམ་བདེན་ཉམས་སུ་བླངས་ནས་ཐོབ་དགོས། དེས་ན་སྡུག་བསྔལ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ལ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་གསུངས་པའི་སྡུག་བསྔལ་བརྒྱད་དང་། དྲུག་དང་། གསུམ་བསམས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་ལས། བརྒྱད་མིའི་སྡུག་བསྔལ་དུ་བསྟུས། གསུམ་ཁྱབ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་དུ་བསྡུས་ཏེ། འདིར་འཁོར་བ་སྤྱིའི་སྡུག་བསྔལ་བསམས་པ་ལ་ས་བཅད་དྲུག་ལས། དང་པོ་ངེས་པ་མེད་པའི་ཉེས་པ་ནི། རེ་ཞིག་བདེ་འགྲོར་སྐྱེས་ཀྱང་། འཁོར་བ་འདིར་སྐྱེ་བ་ཞིག་བླངས་ཕྱིན་ཆད་སྡུག་བསྔལ་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་ཏེ། འཁོར་བའི་བདེ་སྐྱིད་ལ་ཡིད་བརྟན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་ཚེ་སྔ་ཕྱི་ལ་མཚོན་ན། དགྲ་གཉེན་ཕ་མ་སོགས་གོ་ལྡོག་སྟེ་འགྱུར་ནས་འགྲོ་བ། སྔར་མི་ཚང་ཞིག་གི་ཕ་རྒན་དེས་དུག་ཏུ་ཁང་རྒྱབ་ཀྱི་རྫིང་གི་ཉ་ཟོས་པ་ལས། ཕོ་ཤི་ནས་དེའི་ཁང་རྒྱབ་ཀྱི་རྫིང་དུ་ཉར་སྐྱེས་ལ། མ་དེ་ཁྱིམ་ལ་ཆགས་པས་མི་ཚང་དེ་གའི་ཁྱིར་སྐྱེས་ཤིང་། ཆུང་མ་ལ་བྱི་བྱས་པའི་དགྲ་བསད་པ་ཆུང་མ་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་དེའི་བུར་སྐྱེས་ནས་ཡོད་པ་ལས། ཕྱིས་ཕ་དེའི་བུས་ཕ་ཉ་ལ་སྐྱེས་པ་དེ་བཟུང་ནས་བསད་དེ། དེའི་ཤ་ཟ་བའི་ཚེ། མའི་སྐྱེས་བ་ཁྱི་དེས་ཉ་རུས་ཟ་བ་ན་བུ་དེས་བརྡུང་བ་དང་། དགྲའི་སྐྱེས་པ་བུ་ཆུང་དེ་པང་དུ་ཁྱུར་ཞ་གཟིགས་ནས་ཤཱ་རིའི་བུས། ཕ་ཤ་ཟ་ཞིང་མ་ལ་འཛོག །བསད་པའི་དགྲ་བོ་པང་དུ་ཁྱུར། །ཆུང་མས་ཁྱོ་ཡི་རུས་པ་འཆའ། །འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་གད་མོ་བྲོ། །ཞེས་གསུངས། དེར་མ་ཟད་བཤེས་སྤྲིང་ལས།

「父轉為子母為妻，怨仇眾生轉為親，
及相反事而死歿，故輪迴中全無定。」

我們通常假設怨敵、親友的關係是永恒的，然而事實並非如此。即便是在同一世的前後半生中，親友往往也可能變成怨家，仇人也可能成為親人。貧富
726 的情況也是如此，昨日的富人可能因為遭到搶劫而變成今日的窮人，類似的事件我們時有所聞，一切事情無一不是在剎那變化之中。

（在詳細敘述了長者吉祥生的本生故事之後[20]，帕繃喀大師說：）

看過了長蛇盤繞的女屍、眾多蟲子啃食的大樹，又看到一人被眾多面貌猙獰的閻羅鬼卒捶打、摩羯魚殘遺骨骸堆積如山遮蔽日光，目犍連為吉祥生解釋說：「那條蛇是某個貪戀自己體貌的婦人的轉世，大木頭是濫用僧伽木料、無所顧忌者的轉世，被鬼卒捶打的人是某個獵人的轉世，摩羯魚骨骸則是你本人前世所遺留下來的。」

吉祥生的過去世曾是國王，臣僚請示如何判決一名罪犯，當時他正忙著下棋，隨口說了一句：「按王法辦」，此人就遭處斬。等棋下完之後，國王詢問此事如何處置，臣僚們報告說已遵旨處決。國王雖然極為懊悔，卻仍然因為殺害此一罪犯之罪而長久受生為摩羯魚。有一天，有艘船險些被牠吞入口中，船上的商人驚恐地唸誦「皈依佛」，摩羯魚聞聲閉口，不再吞食，以致餓死，海中諸龍將牠的屍體送到海邊。像這樣前世為國王，後來變成摩羯魚，又變成人等，

[20] 詳見《賢愚因緣經》。

ཕ་ནི་བུ་ཉིད་མ་ནི་ཆུང་མ་ཉིད། །སྐྱེ་བོ་དགྲར་གྱུར་པ་ཡང་བཤེས་ཉིད་དང་། བཟློག་པ་ཉིད་དུ་
མཆི་བས་དེ་སྐད་དུ། །འཁོར་བ་དག་ན་ངེས་པ་འགའ་མ་མཆིས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན།
རང་རེ་དགྲ་གཉེན་སོགས་རྟག་པར་དེ་ཉིད་དུ་ངེས་པ་བཞིན་བྱེད་མོད་ཀྱང་ངེས་པ་མེད། ཚེ་འདིའི་
ཚེ་སྟོད་ཚེ་སྨད་ལའང་གཉེན་དགྲར་འགྱུར་བ་དང་། དགྲ་གཉེན་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་དང་།
ཕྱུག་དབུལ་ཡང་དགྲས་འཕྲོག་པ་སོགས་ཀྱིས་ཁ་སང་གི་ཕྱུག་པོ་དེ་དེ་རིང་སྤྲང་པོར་འགྱུར་བ་
སོགས་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་བཞིན་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་འགྱུར་འགྲོ །ཁྱིམ་བདག་དཔལ་སྐྱེས་
ཀྱི་རབས་རྒྱས་པར་གསུངས་ནས། བུད་མེད་ཅིག་གི་རོ་ལ་འཁོར་བའི་སྤྲུལ་དང་། ཤིང་ཀེཙྪ་པོ་
ཞིག་སྲོག་ཆགས་མང་པོས་ཟ་བ། མི་གཅིག་ལ་གཤིན་རྗེའི་སྐྱེས་བུ་མགོ་བརྒྱན་མི་འདྲ་བ་མྱང་
པོས་བརྡེག་པ། ཆུ་སྲིན་གྱི་རུས་སྒྲོམ་རི་རྒྱུད་ཙམ་ཉི་མའང་སྒྲིབ་ཐུབ་པ་ཞིག་རྣམས་མཐོང་བ་ལས།
མཽདྒལ་བུས། དང་པོ་ནི་རང་གི་ལུས་ལ་ཆགས་པ་བུད་མེད་ཅིག་གི་སྐྱེ་བ་དང་། གཉིས་པ་ནི་
དགེ་འདུན་གྱི་ཤིང་ལ་བག་མེད་དུ་སྤྱད་པ་དང་། གསུམ་པ་ནི་རྗོན་པ་ཞིག་གི་སྐྱེ་བ་དང་།
བཞི་པ་ནི་དཔལ་སྐྱེས་རང་གི་སྐྱེ་བ་སྔ་མའི་རུས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྔར་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ལ་བློན་པོ་
རྣམས་ཀྱིས་མི་ནག་ཅན་ཞིག་ཞལ་ལྕེ་ཇི་ལྟར་གཅོད་དྲིས་པར་རྒྱལ་པོ་མིག་མང་རྩེ་བ་ལ་ཡེངས་ནས
ཡོད་པས་ཁྲིམས་ལུགས་ལྟར་ཆོད་ཅིག་ཅེས་པའི་གཏམ་ཞིག་ཤོར་བས། དེའི་རྐྱེན་གྱིས་མི་ཞིག་
བསད། སླར་མིག་མང་ཟིན་ནས་རྒྱལ་པོས་དེ་ཇི་ལྟར་བྱས་དྲིས་པ་ན། བློན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་
བསད་ཟིན་ཚུལ་བརྗོད་པར། རྒྱལ་པོ་ཤིན་ཏུ་འགྱོད་པ་སྐྱེས་ཀྱང་། མི་ནག་ཅན་དེ་བསད་པའི་
སྡིག་པས་ཆུ་སྲིན་དུ་སྐྱེས་ནས་ཡུན་རིང་སོང་། ནམ་ཞིག་ན་ཁོའི་ཁར་རྒྱ་མཚོར་གྲུ་གཟིངས་ཀྱིས་
བགྲོད་པའི་ཚོང་པ་འགའ་ཞིག་སླེབ་ཏུ་ཉེ་བ་ན། ཚོང་པ་རྣམས་སྐྲག་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་
འགྲོ་བྱས་པའི་སྒྲ་ཆུ་སྲིན་དེས་ཐོས་པས་ཁ་བཙུམ་སྟེ་ལྟོགས་གྲིར་ཤི་བ། དེའི་རོ་རྒྱ་མཚོའི་རླུ
རྣམས་ཀྱི་མཚོ་ཁ་དེར་བསྐྱལ་བར་གསུངས་ལ། དེ་ལྟར་དང་པོར་རྒྱལ་པོར་སྐྱེས། དེ་ནས་ཆུ་

輪迴無定的情況便是如此。

727 **庚二、無飽足過患**

色對蝴蝶有致命的吸引力，麋鹿、蜜蜂、大象分別對聲、香、觸有特別的貪愛，因而常招來殺身之禍[21]。輪迴的快樂就像喝鹽水一樣，飲用再多也不會滿足。例如，一個有一兩銀子的人，會想：「假使能得到十兩銀子，我就滿足了。」可是等到他有了十兩銀子，又希望能得到一百兩；等到有了一百兩，又想得到一千兩。得千思萬，無有止境，永遠也無法滿足。《廣大遊戲經》中也說：

「國王當知若有人，悉得天界之欲樂，
以及人間諸妙欲，此仍不足復追求。」

以人天的快樂爲例，我乳大王雖能統治四洲及天界，仍然不知滿足，最後福報享盡，復墮南瞻部洲，留下遺囑告誡世人，沒有任何過患更重於欲望深而不知足[22]。

728 同樣的，一個征服者征服了一個地方，便想再征服第二個地方，佔領再多的上地仍然不覺滿足，擁有再多，仍然想要擴充基業，不辭勞苦，夙夜匪懈。不能知足，即便累積再多財富，也與乞丐無異。以前印度有個窮人名叫「蘇蒽達」，在偶然的機會下得到一塊無價之寶，他想把這塊寶物送給最貧窮的人，幾經思量，最後獻給了明勝王，他說：「國王啊！因爲您從不知足，所以您是最貧窮的人！」我們縱然欠缺財物，如果能知足，便是富翁。《親友書》中說：

「若能少欲知滿足，雖乏諸財仍富有。」

眾生怙主藏巴嘉蒽也說：

「知足者之家，富翁臥門旁，欲深者難知。」

[21] 詳見世親所造《五欲塵過患釋》一文，該論頌曰：「鹿象蛾魚蠅，五類被五害，一害況恒常，近五何不害？」

[22] 參見《賢愚因緣經》。

སྲིན་དུ་གྱུར། ཡང་མིར་གྱུར་པ་སྐྱེ་དེས་པ་མེད་ལུགས་དེ་ལྟར་ཡིན།

གཉིས་པ་ངོམས་པ་མེད་པའི་ཉེས་པ་ནི། ཕྱེ་མ་ལེབ་གཟུགས་དང་། རི་དྭགས་སྒྲ་དང་། བུང་བ་དྲི་དང་། གླང་ཆེན་རེག་བྱ་ལ་ཆགས་པས་ཕུང་བ་ལྟར་འཁོར་བའི་བདེ་སྐྱིད་འདི་ནི་ལན་ཚྭའི་ཆུ་འཐུང་བ་བཞིན་ཇི་ཙམ་བྱུང་ནའང་ངོམས་པ་མེད་པ། དཔེར་ན། དངུལ་སྲང་གང་དོ་ཙམ་ལས་མེད་པ་ཞིག་ལ། སྲང་བཅུ་ཙམ་བྱུང་ན་བསམ། དེ་བྱུང་བའི་ཚེ་ན། ཡང་བརྒྱ་བྱུང་ན་བསམ། དེ་བྱུང་ན་སྟོང་བྱུང་ན་བསམམས་ནས་ཇི་ཙམ་བྱུང་ན་ཡང་མི་ངོམས། མདོ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས་ཀྱང་། རྒྱལ་པོ་ལྷའི་འདོད་པ་གང་ཡིན་དང་། །མི་ཡི་འདོད་པ་བཟང་པོ་གང་ཡིན་དང་། །འདོད་པ་དེ་དག་མི་གཅིག་གིས་ཐོབ་ཀྱང་། །དེས་ཀྱང་མི་ཆོག་དེས་ཀྱང་ཡང་འཚོལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལྷ་མིའི་བདེ་སྐྱིད་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན། རྒྱལ་པོ་ང་ལས་ནུས་གླིང་བཞི་ལྷ་གནས་དང་བཅས་པར་དབང་བ་བྱུང་ཡང་མ་ངོམས་པར། མཐར་བསོད་ནམས་ཟད་ནས་འཛམ་གླིང་འདིར་མར་ལྷུངས་པའི་སྐབས་ཁ་ཆེམས་བཞག་པ་བཞིན་འདོད་པས་མི་ངོམས་པ་ལས་སྐྱོན་ཆེ་བ་མེད། དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་གཅིག་ལ་དབང་ན་ཡུལ་གཉིས་ལ་དབང་བྱེད་དུ་ཡོད་ན་སྙམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཇི་ཙམ་ལ་དབང་བྱུར་ཡོད་ཀྱང་མི་ངོམས་ཤིང་། ཇི་ཙམ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ཞིག་བྱུང་ཡང་ད་དུང་བྱུང་ན་བསམམས་ནས་དེའི་དོན་དུ་ངལ་རྩོལ་ཆེན་པོས་འབད་སྒྲུབ་བྱེད་དགོས་པ་འོང་། ཆོག་ཤེས་མེད་ན་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཇི་འདྲ་ཞིག་འཛོམས་ཀྱང་སྡུག་པོ་དང་ཁྱད་མེད་དེ། སྟོན་རྒྱ་གར་ན་དབུལ་པོ་དེས་པས་ནོར་བུ་རིན་ཐང་བྲལ་བ་ཞིག་རྙེད་པ་སུ་དབུལ་བ་དེ་ལ་སྤྲོད་དགོས་ཞེས་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་ཕུལ་ནས་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཆོག་ཤེས་མེད་པས་དབུལ་ཤོས་ཡིན་ཞུས་ཚུལ། ནོར་རྫས་མེད་ཀྱང་ཆོག་ཤེས་ཡོད་ན་དེ་ཕྱུག་པོ་ཡིན་ཏེ། བཤེས་སྤྲིང་ལས། ཀུན་ཏུ་ཆོག་ཤེས་མཛོད་ཅིག་ཆོག་མཁྱེན་ན། །ནོར་མི་བདོག་ཀྱང་ཡང་དག་འབྱོར་བ་ལགས། །ཞེས་དང་། འགྲོ་མགོན་གཙང་པ་རྒྱ་རས་པས། །ཆོག་ཤེས་ཅན་གྱི་སློ་ཁང་ན། །ཕྱུག་པོ་སློ་ཉལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་

相反的，如果不知足，就永遠不會有滿意的一天，所以說，不知足是最大的過失。

庚三、數數捨身過患

729 不管受取什麼樣的身體，都不能信靠。《親友書》中說：

「雖得天界大欲樂，以及離貪梵天樂，
後當仍墮無間獄，成火薪木苦恆連。
或生天上居日月，自身光照遍世間，
此後至於黑闇中，自手伸展亦不見。」

雖然我們過去受取過無數梵天、帝釋等身，但都沒有絲毫利益，後來又受生在無間地獄或變成奴隸等；雖然我們曾偶爾生爲日、月天子，以身體的光明照耀四大部洲，死後卻生在洲與洲之間不見天日的地方，伸手不見五指。

天人的受用我們以前樣樣都享受過，然而任何受用都無法保信。我們曾經在天界多番享用鑽石鋪成的寶座、珍寶砌成的宮殿，現在卻依然只有坐皮墊的分；因此，即使受生爲帝釋，到頭來同樣一無所有，受生爲帝釋又有什麼意義？

雖然我們曾受生在天界，與眾天子、天女長時期共相娛樂，死後卻墮入地

དེ༑ ༑འདོད་པ་ཅན་གྲིས་མ་རྟོར་བར་ཡོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོག་ཤེས་མ་བྱུང་ན་ངོམས་པའི་མཐའ་མེད། དེས་ན་རྟོག་ཤེས་དང་ངོམས་པ་མེད་པ་འདི་སྐྱོན་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་གསུངས༑

གསུམ་པ་ལུས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འདོར་བའི་ཉེས་པ་ནི། ལུས་ཇི་ལྟར་བླངས་ཀྱང་ཡིད་བརྟན་མེད་དེ། བཤེས་སྤྲིང་ལས། ལྷ་ཡུལ་འདོད་བདེ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་དང་། །ཚངས་ཉིད་ཆགས་བྲལ་བདེ་བ་ཐོབ་ནས་སླར། །མནར་མེད་མེ་ཡི་བུད་ཤིང་གྱུར་བ་ཡིས། །སྡུག་བསྔལ་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་བསྙེན་འཚལ་ལོ། །ཉི་མ་ཟླ་བ་ཉིད་ཐོབ་རང་ལུས་ཀྱི། །འོད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དག་སྣང་བྱས་ཏེ། །སླར་ཡང་མུན་ནག་སྨག་ཏུ་ཕྱིན་གྱུར་ནས། །རང་གི་ལག་པ་བརྐྱང་བའང་མི་མཐོང་འགྱུར། །ཅེས་སྟོན་ཆད་ཚངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་སོགས་ཀྱི་ལུས་གྲངས་མེད་པ་བླངས་ཀྱང་དོན་གང་ཡང་མ་བྱུང་ལ། སླར་ཡང་མནར་མེད་སོགས་དང་། ཡང་བྲན་སོགས་སུ་སྐྱེས་པ་དང་། སྐབས་སྐབས་སུ་ཉི་མ་དང་ཟླ་བའི་ལྟར་སྐྱེས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་འོད་ཀྱིས་གླིང་བཞི་གསལ་བར་བྱེད་ཀྱང་། དེ་ནས་ཤི་འཕོས་ཏེ་གླིང་བར་གྱི་མུན་ནག་ཏུ་སྐྱེས་ཏེ་རང་གི་ལག་པ་བརྐྱང་བསྐུམ་ཙམ་ཡང་མི་མཐོང་བར་གསུངས་པ་དང་། ས྄ེར་ལྷ་མིའི་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱང་འདི་ཡོད་མ་སྦྱོང་ ཞེས་ཟེར་རྒྱུ་མེད་པ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་ལོངས་སྤྱོད་སྦྱོང་ཡང་ཡིད་བརྟན་མེད་དེ། སྔོན་ཆད་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་ནས་གདན་དུ་རྡོ་རྗེ་ཕ་ལམ་སོགས་གདིང་། ཁང་པ་ཡང་རིན་པོ་ཆེ་འབར་ཞིག་ལས་གྲུབ་པ་ལ་ལན་མང་པོར་ལོངས་སྤྱད་ཀྱང་། ད་ལྟ་ཀོམ་གདན་སོགས་ལས་མི་འདུག་པ་འདི་བཞིན་ཡིན་ལ། བརྒྱ་བྱིན་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སླར་དབུལ་པོར་གྱུར་ན་བརྒྱ་བྱིན་དུ་སྐྱེས་པ་དེས་མ་ཕན་པ་ཡིན༑ གཞན་ཡང་། མཛོ་རིས་བུ་མོའི་ནུ་མ་རྐྱེད་པ་ལ། །རེག་པས་བདེ་བ་ཡུན་རིང་སྤྱོད་ནས་སླར། །དམྱལ་བ་ཐག་གཅོད་དབྲད་པའི་འཁྲུལ་འཁོར་གྱི། །རེག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བསྙེན་འཚལ་ལོ། །ཞེས་སོགས་ལྟར་སྔོན་ཆད་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་ཏེ་ལྷའི་བུ་མོ་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་བདེ་བ

獄，被可怕的地獄鬼卒包圍，受盡苦難；雖然我們曾無數次享用過天界的無死甘露，死後卻受生在地獄中喝沸騰的鐵汁；雖然我們曾作過轉輪王等，統治過
730 億萬臣民，擁有七政寶等[23]，如今，事過境遷，非但當時的奢華榮耀蕩然無存，甚且還因貪著欲塵永不知足而造下罪業，墮入惡趣，這不全是過患嗎？

有位上師臨終時，別人請他口授遺囑，他反覆著說：「輪迴之事毫無意義！」我的依怙主大寶上師常舉這個例子。同樣的，我們在這個輪迴中，無論受取怎樣的身體、獲得再好的富樂受用，也都沒有意義。

當我們受生爲轉輪王時，腳上穿的鞋子，價值超過這世上所有的財富，儘管如此，又有什麼利益？國王與乞丐遊歷於中有險道的時候，一切平等，沒有孰優孰劣之分。所以，我們應該謹記京俄瓦之言，慎重其事：「覺窩敦巴[24]！從無始以來，什麼樣的身體我們都已受取過，以前沒有修過的大乘法，這一次自當好好修了！」

庚四、數數結身過患

我們過去在地獄中受生，喝過的烊銅比海水還要多，倘若不能斬斷輪迴的生死之流，將來要喝的烊銅還會更多。《親友書》中說：

731 **「雖取地丸如柏子，數母邊際未能盡。」**

《除憂經》中也說：

「數於地獄中，所飲諸烊銅，

[23] 七政寶即：1.輪；2.珠；3.妃；4.臣；5.象；6.馬；7.將軍。

[24] 指京俄瓦之師仲敦巴・傑維炯乃。

ཡུན་རིང་སྡོད་ནས། དེ་ལས་ཆེ་འཕོས་ཏེ་དམྱལ་བར་སྐྱེས་ནས་ལས་མཁན་འཇིགས་སུ་རུང་བས་མཐའ་བསྐོར་ཏེ་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་བ་དང་། ལྷའི་འཆི་མེད་ཀྱི་བདུད་རྩི་ལ་སྤྱད་སྤྱད་ཀྱང་། དེ་ལས་འཕོས་ཏེ་དམྱལ་བའི་ཁྲོ་ཆུ་ཁོལ་མ་འཐུང་སར་སྐྱེ་དགོས་ཚུལ། སྔོན་ཆད་འཁོར་ལོས་བསྒྱུར་རྒྱལ་སོགས་བྱས་ནས་འབངས་མི་ཁྲིམ་འབུམ་ཕྲག་མང་པོ་དང་རྒྱལ་སྲིད་སྣ་བདུན་སོགས་ལ་དབང་བསྒྱུར་ཡང་། ད་ལྟ་དེ་སྐབས་ཀྱི་ལག་རྗེས་ཕན་ཐོགས་པ་གང་ཡང་སྣོན་རྒྱུ་མེད་ཅིང་། ད་དུང་སྔར་ཞུས་པ་ལྟར་འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་པ་གོང་འཕེལ་དུ་སོང་ནས་ངོམས་པ་མེད་པར་དེའི་དོན་དུ་སྡིག་པ་བསགས་ནས་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བས་ཉེས་དམིགས་དེ་ལྟར་ཡོད། བདག་གི་ཕ་སྐྱབས་མགོན་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ནས། སྔར་བླ་མ་ཞིག་འདའ་ཁར་གཞན་གཅིག་གིས་ཞལ་ཆེམས་ཞུས་པར། འཁོར་བའི་བྱ་བ་ལ་སྙིང་པོ་མེད་ཅེས་པ་ལན་མང་པོ་བསྐྱར་ཏེ་གསུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་གསུང་གིན་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་ཡང་འཁོར་བ་འདིར་ལུས་ཇི་འདྲ་ཞིག་བླངས་ཏེ་དཔལ་འབྱོར་ལོངས་སྤྱོད་བཟང་པོ་ཇི་ཙམ་ཐོབ་ཀྱང་དེ་སྔོན་ནང་བཞིན་ལས་སྙིང་པོ་གང་ཡང་མི་འབྱུང་། སྔར་རང་ཅག་འཁོར་བསྒྱུར་གྱི་རྒྱལ་པོར་སྐྱེས་སྐབས་ཀྱི་ལྷམ་གཅིག་པུ་ལའང་འཇིག་རྟེན་འདིའི་འབྱོར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རིན་ཐང་མི་ཆོད་པ་ཙམ་གྱོན་མྱོང་བ་མང་པོ་བྱུང་ཡང་མ་ཕན། རྒྱལ་པོ་དང་དབུལ་པོ་གཉིས་ཀྱང་བར་དོའི་འཕྲང་འཁྲིམ་པའི་ཚེ་བཟང་ངན་མི་འབྱུང་བར་འདྲ་མཉམ་ཡིན། དེས་ན་སྨན་སྡེ་བའི་ཞལ་ནས། ཇོ་བོ་སྔོན་པ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཅི་འདྲའི་ལུས་ཞིག་བླངས་བ་ལ། ད་རེས་བཞིན་དུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་བྱེད་མ་མྱོང་བས་འབྱུང་དགོས། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་གཟབ་དགོས་གསུངས།

བཞི་པ་ཡང་ཡང་ཉིང་མཚམས་སྦྱོར་བའི་ཉེས་པ་ནི། བཤེས་སྤྲིང་ལས། མ་ཡི་ཐུག་མཐའ་རྒྱ་ཤུག་ཚི་གུ་ཙམ། །རི་ལུས་བགྲངས་ཀྱང་ས་ཡིས་ལང་མི་འགྱུར། །ཅེས་དང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་། ཡང་དང་ཡང་དུ་དམྱལ་བ་ན། །ཐངས་ཞིག་བསྐོལ་བ་གང་འཐུངས་

雖大海中水，非有爾許量。」

經中又說：

「**生諸犬豕中，所食諸不淨，**
其量遠超過，須彌山王量。」

我們以前生爲豬、狗的時候，吃過的穢物堆起來比須彌山王還要高，今後若不能斬斷輪迴後際，所要吞下的穢物將會更多。《除憂經》中又說：

「**又於輪迴中，由離諸親友，**
所泣諸淚滴，非海能爲器。」

我們過去因與父母、子女、兄弟等親愛離別悲傷哭泣所流下的淚水，比大
732 海裡的水還多，如果現在還不能斬斷輪迴後際，所流的眼淚還會更多。經中又說：

「**由互相鬥諍，積所截頭首，**
如是高聳量，出過梵世間。」

我們以前與仇人打鬥，被仇人砍下的頭顱，堆積起來比彌山王還高，今後若不能斬斷輪迴的生生之流，落地的頭顱肯定比以前更多。又如經中所說：「**爲蟲極飢虛，所噉諸糞土，於大乳海中，充滿極高盈。**」

我們過去在污泥中受生爲蟲的時候，吃過的骯髒糞上，縱然以大海爲容器也無法容納，如果還不能從輪迴中解脫，今後所要吞食的糞上還會更多。又如龍猛所說：

「**一一所飲母之乳，其量過於四海水，**
異生相續輪迴者，更飲乳水多於彼。」

པ༔ ༔རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་ཆུ་ལ་ཡང་། །དེ་ཡི་ཚད་ཙམ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྔོན་ཆད་དམྱལ་བར་སྐྱེས་ནས། ཟངས་ཞུན་ཁོལ་མ་འཐུང་བའང་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ཆུ་ལས་མང་ཙམ་བཏུང་ཟིན་ཀྱང་། ད་དུང་འཁོར་བའི་སྐྱེ་རྒྱུན་གཅོད་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། དེ་ལས་ཀྱང་ལྷག་ཙམ་འཐུང་དགོས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཁྱི་དང་ཕག་ཏུ་གྱུར་པ་ན། །མི་གཙང་བ་ནི་གང་ཟོས་པ། །རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་ལྷུན་པོ་ཡི། །ཚད་ལས་ཤིན་ཏུ་ལྷག་པར་འགྱུར། །ཞེས་སྔོན་ཆད་ཁྱི་དང་ཕག་ཏུ་གྱུར་ནས་མི་གཙང་བ་ཟོས་པ་ཡང་རི་རབ་ལས་ཆེ་ཙམ་ཞིག་ཟ་མྱོང་མོད། ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་འཁོར་བའི་ཕྱི་མཐའ་གཅོད་མ་ཐུབ་ན། དེ་ལས་ཀྱང་ལྷག་ཙམ་ཟ་དགོསཿཧྲང་། མཛའ་བཤེས་རབ་ཏུ་བྲལ་བ་ཡིས། །འཁོར་བའི་གནས་སུ་གང་དུས་པ། །མིག་གི་མཆི་མའི་ཐིགས་པ་ཡི༔ ༔སྣོད་དུ་རྒྱ་མཚོའང་རུང་མ་ཡིན། །ཞེས་སྔོན་ཆད་ཕ་མ་བུ་སྤུན་སོགས་དང་བྲལ་ནས་དུས་པའི་མཆི་མ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་ཀྱང་ལྷག་ལ། ད་དུང་ཡང་འཁོར་བའི་ཕྱི་མཐའ་ཆོད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། དེ་ལས་མང་བ་ཞིག་དུ་རྒྱུ་བསྡད་ཡོད། ཕན་ཚུན་དག་ཏུ་ཐོད་པའི་ཕྱིར། །མགོ་བོ་བཅད་པ་གང་ཡིན་པ། །སྤུངས་ན་དེ་ལྟར་མཐོ་བ་ནི། །ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་ཐལ།། ཞེས་སྔོན་ཆད་འཐབ་མོ་བྱས་ཏེ། དགྲས་རང་གི་མགོ་བོ་བཅད་པ་སྤུངས་ན་རི་རབ་ལས་ཀྱང་མཐོ་ལ༔ ཕྱི་ནས་ཀྱང་འཁོར་བའི་སྐྱེ་རྒྱུན་འདི་གཅོད་མ་ཐུབ་ཕྱིན་སྔ་མ་བས་ལྷག་པ་ཞིག་གཅོད་ངེས། སྲིན་བུར་གྱུར་ཅིང་རབ་བཀྲིས་པས། །ས་ལུད་ཟོས་པ་གང་ཡིན་པ། །འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེ་ནང་དུ།། དེ་ཡིས་བཀང་ན་ཤིན་ཏུ་འགེང་། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་ཅག་འདམ་རྫབ་ཀྱི་སྲིན་བུར་སྐྱེས་ཏེ་མི་གཙང་ས་ལུད་ཟོས་པ་མཐའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་སྣོད་དུ་བསགས་ཀྱང་མི་ཤོང་བའི་ཚོད་ཙམ་ཟོས་ཟིན་ལ༔ ད་དུང་འཁོར་བ་ལས་མ་ཐར་ན་དེ་བས་མང་ཙམ་ཟ་དགོས་པ་དང་། ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས། རེ་རེས་རྒྱ་མཚོ་བཞི་བས་ལྷག་པ་ཡི། །འོ་མ་འཐུངས་ཏེ་ད་དུང་སོ་སོ་ཡི། །སྐྱེ་བོའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་འཁོར་བ་བས། །དེ་བས་ཆེས་མང་ཉིད་ཅིག་བཏུང་འཚལ་ལོ། །ཞེས་པ་ལྟར་སྔོན་

我們在輪迴中不斷受生，喝過的母乳比四大海還多，如果今後仍無法消滅輪迴生死，又將飲下更多的母乳。

733 如前面下士道中所說，我們每死亡一次，與在惡趣中每受生一次，都會有那麼多痛苦與恐懼，今後在無數類似的生死中所將遭受的痛苦與懼怕就更不必說了。蠍子讓我們毛骨悚然，可是以前我們也曾受生爲蠍子，那些蠍身堆積起來，將與須彌山一樣高，若不能斬斷輪迴的生死之流，未來所受的蠍子之身必定比以前更多。

庚五、數數高下過患

律典中說：

「積集皆銷散，崇高必墮落，
會合終別離，有命咸歸死。」

財物如何積聚，終歸是會銷散；再高的權位，終歸要墮落；聚合的盡頭是離別；生命的盡頭是死亡；這是有爲法的「四邊際」。

734 輪迴中的任何盛事，最終都逃不出衰敗的命運。格西桑浦巴[25]因此說：「在此輪迴中，須多番仰覆，對此實感不安。」

不僅如此，經過多番努力才掙來的房屋，財富等，可能被冤家搶走，也可能因爲自身亡故而不知所終。現在我們師徒眾人雖然相聚在一起，但在數年之後也終必分離。嘉卻•格桑嘉措曾經說過：「身居高位不多時，他人足下成奴僕。」[26]

《親友書》中也說：

[25] 又名俄•勒貝喜饒（善智，十世紀晚期到十一世紀初期），噶當派早期大師之一，師事阿底峽尊者約十年，1073 年遵從師命，在拉薩河下游地區建寺。

[26] 引自《聖大悲觀自在前讚嘆祈請文•降利樂雨》。

ཚད་འཁོར་བ་འདིར་ལུས་ཡང་ཡང་བླངས་ཏེ་མའི་ནུ་ཞོ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བཞི་བས་ལྷག་ཙམ་བཏུང་ཟིན་ཅིང་། ད་དུང་འཁོར་བའི་སྐྱེ་བ་བཟློག་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། དེ་ལས་ཆེ་སྨང་བ་ཞིག་འཐུང་དགོས། སྔར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུའི་སྐབས་བསམས་པ་ལྟར་འཆི་བ་ཐེངས་རེ་དང་ངན་སོང་དུ་སྐྱེས་བ་ལན་རེ་ལའང་སྡུག་བསྔལ་དང་འཇིགས་པ་དེ་ལྟར་ཡོད་ན། སླར་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེས་ཤི་སོགས་གྲངས་མེད་སྟོང་ཐེངས་ལ་སྡུག་བསྔལ་དང་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ལྟ་ཅི་སྨོས། ཏེད་ཙོས་ད་ལྟ་མཐོང་ནའང་སྐྲག་པ་སྐྱེ་བའི་སྡིག་པ་རྣ་ཅན་གྱི་ལུས་བླངས་པའང་སྤྱངས་ན་རི་རབ་དང་མཉམ་པ་ཙམ་དུ་ཡོད་ལ། སྐྱན་ཚད་ཀྱང་འཁོར་བ་འདིའི་སྐྱེ་རྒྱུན་ཆོད་པ་ཞིག་བྱ་མ་ནུས་ཀོ། སྡིག་པ་རྣ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བའང་དེ་ལས་མང་ཙམ་པ་ཞིག་ལེན་ངེས་གསུངས།

ལྔ་པ་ཡང་ཡང་མཐོ་དམན་དུ་འགྱུར་བའི་ཉེས་པ་ནི། འདུལ་བ་ལུང་ལས། བསགས་པ་ཀུན་གྱི་མཐའ་འཛད་ཅིང་། །མཐོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མཐའ་ལྟུང་འགྱུར། །ཕྲད་པའི་མཐའ་ནི་འབྲལ་བ་སྟེ། །གསོན་པའི་མཐའ་ནི་འཆི་བ་ཡིན། །ཞེས་ནོར་རྫས་བསགས་པའི་མཐར་འཛད་པ་དང་། མཐོན་པོའི་མཐར་ལྟུང་བ། འདུས་པའི་མཐར་འབྲལ་བ། སྐྱེས་པའི་མཐར་འཆི་བ་སྟེ་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཐའ་བཞིར་གསུངས་པ་ལྟར་འཁོར་བའི་ཕུན་ཚོགས་ཇི་འདྲ་བ་ཞིག་ཐོབ་ཀྱང་མཐའ་རྒྱུད་པས་མ་བསྟུད་པ་མེད་པས་ན། དགེ་བཤེས་གསང་ཕུ་བས། འཁོར་བ་འདིར་གན་བུབ་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་འདི་ཉམས་ལ་རེ་མ་བབས། ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེར་མ་ཟད་རྩོལ་བ་དུ་མས་བསྐྲུབས་བསྐྲུབས་པའི་གནས་ཁང་འབྱོར་བ་སོགས་ཀྱང་། ཡང་ན་དགྲས་འཕྲོག་གམ། ཡང་ན་བདག་པོ་རང་ཉིད་ཤི་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་སྟེ་མཐའ་མི་འཁྱོལ། རང་རེ་བློ་སློབ་སོགས་ད་ལྟ་མཉམ་དུ་འཛོམས་པ་འདི་རྣམས་ཀྱང་ལོ་ཁ་ཤས་ཤིག་སོང་མཚམས་ནས་ངེས་པར་འབྲལ་ཏེ་འགྲོ། ༈རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས། །མཐོ་བ་ཉིད་ཀྱང་མི་རིང་དུས་སུ་རྐང་པས་བསྣུན་འོས་བྲན་དུ་འགྱུར། །ཞེས་དང་། བཤེས་སྤྲིང་ལས། བརྒྱ་བྱིན་འཇིག་རྟེན་མཆོད

「即成帝釋世應供，由業力故復墮地，
即成轉輪聖王已，復於輪迴爲奴婢。」

縱然高貴如梵天、帝釋之輩，也會有這種下場；至於更低一級，如我們這個世界上的榮華富貴等，也沒有什麼真正的價值。傑・貢唐巴說：**「名譽地位枯樹上，愈往上攀愈危險，細而折斷奈何之，住於樹下胡不可？」**[27]

即使不談前生來世，此生中的權勢地位也並不可靠，例如因失勢而下獄等。以前的第司・桑結嘉措（佛海）[28]，曾主持制定政府多項政教法規，擁有
735 極大的權勢、財富與聰明才智，後來因爲與拉藏汗[29]結仇而被斬首，首級在堆隆赤橋橋頭示眾多日，無人敢出面處理，妻小等也被流放邊疆；拉藏汗王後來也命喪準噶爾軍之手。

庚六、無伴過患

我們從母親胎中出生的時候，是獨自一人；中間成長、衰老過程中患病與受苦時，也是一個人獨自承受；死亡的時候，也像是從酥油中拔毛一般，獨自一人去世，除自己之外沒有同行的友伴。

736 《入行論》中說：

「生時獨自生，死時還獨死，
苦分他不取，何須作障親？」

宗喀巴大師也說：

「不可保信三有眾圓滿，見過患已……」[30]

意思是說，輪迴中的任何快樂與盛事都是不可保信的，所以，輪迴中沒有永遠可靠的朋友。

---

[27] 引自貢唐・貢卻丹貝准美之《研習顯密經論學處・寶鬘》。

[28] 其生卒年代爲 1653～1705；第司系代理達賴喇嘛執政的最高行政長官，設置於第五世達賴時期。桑結嘉措於 1679 年擔任第司，管理政教，維修擴建布達拉宮，建造五世達賴靈塔，並創建藏醫學校於藥王山，在曆算、醫學等方面著述極豐。

[29] 蒙古和碩特部首領，固始汗（1582～1654）之孫。固始汗於 1643 年協助五世達賴建立甘丹頗章政權，並自任藏王，開蒙人任藏王之例。

[30] 引自《功德之基頌》。

འོས་བསྒྱུར་ནས་ནི། །ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ཕྱིར་ཡང་ས་སྟེང་ལྷུང་། །འཁོར་ལོས་སྒྱུར་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་ནས་ཀྱང་། །འཁོར་བ་དག་ཏུ་ཡང་བྲན་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཐོ་བ་ལ་ཚངས་པ་བརྒྱ་བྱིན་སོགས་ཀྱང་དེ་ལྟར་འགྱུར། དམའ་བ་ལ་རང་རེ་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཁྲབ་གོས་བྱུང་བ་སོགས་ལའང་སྙིང་པོ་མེད་དེ། རྗེ་གུང་ཐང་པས། མིང་གོ་ས་སྙམ་པོའི་ཤིང་སྡོང་ལ།། རྗེ་མཐོ་རྗེ་མཐོར་འཛོག་ཆེས་ན། །ཁྲས་ནས་ཆག་པ་ཨ་ཙ་མ། །ཀྱིད་པ་རུ་བསྟོད་ན་ཆོག་པ་ལ།། ཞེས་པ་ལྟར་ཚེ་སྟེ་ཕྱི་མ་ཟད། ཚེ་འདིར་ཡང་ཡིད་བརྟན་མེད་པར་རྒྱལ་པོ་བཙོན་ཁང་དུ་སྡོད་དགོས་པ་སོགས་ཡོད། སྔར་སྟེ་སྲིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་གཞུང་ས་མཆོག་གི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལུགས་སྲོལ་མང་པོ་གསར་དུ་འཛུགས་པ་པོ། སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་མཁྱེན་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དེ་ཡང་མཐར་རྒྱལ་པོ་ལྷ་བཟང་དང་འཁོན་ནས་མགུལ་ཤོར་ཏེ་དབུ་ཡང་སྟོད་ལུང་ཁྲི་ཟམ་ཁར་ཉིན་མང་པོར་ལུས་པ་སུས་ཀྱང་བདག་སྐྱོང་བྱ་མ་ཕོད་པ་དང་། སྲས་དང་བཙུན་མོ་སོགས་ཀྱང་ས་མཐར་སྐྲང་འབྲུམ་དུ་འགྲོ་དགོས་བྱུང་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་ལྷ་བཟང་ཡང་རྗེས་སུ་ཇུན་གར་གྱི་དམག་བྱུང་སྟེ་བཀྲོངས་པ་སོགས་ལྟར་ཡིན་གསུངས།

ཉུག་པ་གྲོགས་མེད་པའི་ཉེས་པ་ནི། དང་པོར་ཨ་མའི་མངལ་སྒོ་ནས་སྐྱེ་བའི་སྐབས་ཀྱང་རང་གཅིག་པུར་སྐྱེ། བར་དུ་ན་ཚ་ལྟ་བུའི་སྡུག་བསྔལ་བྱུང་ནའང་རང་གཅིག་པུས་མྱོང་། མཐར་ཤི་བའི་ཚེ་ཡང་རང་གཅིག་པུ་མར་གྱི་དཀྱིལ་ནས་སྐྲ་བཏོན་པ་ལྟར་ཤི་འགྲོ་བ་ལས། གྲོགས་བྱ་མཁན་མེད་དེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། སྐྱེ་བ་གཅིག་པུར་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་། །འཆི་ནའང་དེ་ཉིད་གཅིག་འཆི་སྟེ། །སྡུག་བསྔལ་སྐལ་གཞན་མི་ལེན་ན། །གེགས་བྱེད་མཛའ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས། ཡིད་བརྟན་མི་རུང་སྲིད་པའི་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི། །ཉེས་དམིགས་རིག་ནས། ཞེས་གསུངས་པའང་འཁོར་བའི་བདེ་སྐྱིད་དང་ཕུན་ཚོགས་ཇི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ཡང་ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་དོན་ཡིན་པས་འཁོར་བའི་མཛའ་བཤེས་འདི་ལ་ཕུགས་བརྟན་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་……………………

以這樣的認知來思惟輪迴中無休無止的痛苦，當能感受到一種失望沮喪的心情。因此，不管總的輪迴是否有邊際，都應當設法結束自身的輪迴。想結束輪迴之苦，就應如前面所說，設法斬斷輪迴的生死之流。

己二、思惟輪迴別苦

此分二節：（庚一）思惡趣苦；（庚二）思善趣苦。

737 **庚一、思惡趣苦**

這些內容在前面下士道中已經談論過了，就像患酒病者對酒已倒足胃口，不想再喝酒，這裡就不再多談。

庚二、思善趣苦

此分三節：（辛一）思惟人苦；（辛二）思惟非天苦；（辛三）思惟天苦。

有人以爲：「前面所講的惡趣之苦是那麼痛苦，若是生在人天之中，痛苦不就少了嗎？」當知在輪迴中受生，縱然獲得人天增上之身，仍脫離不了痛苦。

辛一、思惟人苦

738 受生爲人雖然極爲難得，但除了可得修法之利外，人身仍具有巨大的痛苦。此分七節，首先爲「思惟生苦」。

壬一、思惟生苦

因爲胎障等的關係，我們對以前所受的「生苦」已忘得一乾二淨，但以後如果再獲人身，還是得承受所有的生苦。從入胎到出胎之間的胎臟五位[31]，以及身體支分發育的每個階段中，各有一種痛苦。首先當心識進入精血中央時，身體像乳酪狀尚未成形，會產生像在地獄大銅鍋中被燒煮的痛苦；而後長出五

[31] 人體在母胎內發育過程的五個階段：1.羯羅藍（凝酪）；2.遏部曇（膜皰）；3.閉屍（血肉）；4.鍵南（堅肉）；5.缽羅奢佉（支節）。懷孕的前四周爲前四位，從第五周開始爲第五位。

ལུགས་དང་། དེ་ཡང་མཐའ་མེད་ཚུལ་ལ་བསམས་ན་ཡིད་ཐང་ཆད་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད་པས། སྤྱིར་གྱི་འཁོར་བ་ལ་མཐའ་ཡོད་མེད་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཡང་། རང་གི་འཁོར་བ་འདིའི་མཇུག་རྫོགས་ཐབས་ཤིག་བྱ་དགོས། རང་གི་འཁོར་བ་མཐའ་ཅན་དུ་བྱས་ཏེ་སྡུག་བསྔལ་ལ་མཐའ་ཡོད་པ་ཞིག་བྱེད་འདོད་ན། སྔར་ཞུས་པ་ལྟར་འཁོར་བའི་སྐྱེ་རྒྱུན་གཅོད་ཐུབ་པ་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ་སོ་སོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ལ་གཉིས།

ངན་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་དང་། བདེ་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པའོ།། དང་པོ་ནི་ཆང་ནད་ཅན་ཆང་ལ་ཞེན་པ་ལོག་པ་བཞིན་སྔར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུའི་སྐབས་བསམས་ཟིན་ནས། གཉིས་པ་བདེ་འགྲོའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ལ་གསུམ། མིའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ། ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ། ལྷའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་བདུན་ལས། སྐྱེ་བའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ནི། སྔར་བཤད་པའི་ངན་སོང་གི་སྡུག་བསྔལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། འོ་ན་ལྷ་དང་མིར་སྐྱེས་ན་སྡུག་བསྔལ་ཅུང་ཆུང་ངམ་སྙམ་ན། འཁོར་བ་འདིར་སྐྱེས་ཕྱིན་མཐོན་མཐོའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་ཀྱང་སྡུག་བསྔལ་འབའ་ཞིག་ལས་མ་འདས་ཏེ། རང་ཅག་མིར་སྐྱེས་ཀྱང་ཆོས་བྱས་ན་དོན་ཆེ་བ་མ་གཏོགས་གཞན་སྡུག་བསྔལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། སྔར་སྐྱེ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཇི་ལྟར་མྱོང་ཚུལ་མངལ་གྲིབ་སོགས་ཀྱི་རྐྱེན་གྱིས་ཚང་མ་བརྗེད་ཟིན་པས་ད་ལྟ་མི་དྲན་མོད། ཕྱིས་ནས་མིའི་སྐྱེ་བ་ཞིག་ལེན་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་དེའི་ཚེ་སྐྱེ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཆ་ཚང་མྱོང་དགོས། དེ་ཡང་མའི་མངལ་དུ་ཞུགས་པ་ནས་བྱིར་མ་བཙས་པའི་བར་ལ་མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་ལྔ་དང་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་རེ་རེ་སྐྱེ་བའི་སྐབས་སུ་སྡུག་བསྔལ་རེ་ཡོད་དེ། དང་པོ་ཁྲུ་ཁྲིག་གི་དབུས་སུ་རྣམ་ཤེས་ཞུགས་པའི་སྐབས་ལུས་ཀྱི་ཚོར་དེ་ཙོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་མེད་ . . . .

支分的芽胞時，便產生像被刑具迸開的痛苦；各支分生成時各有一種特別的苦；每當母親喝下熱的飲料、轉動身體或躺臥等時，將產生如在熱水中燒煮、狂風吹散、大山壓迫的痛苦。此時的情況如《弟子書》中所描寫的那樣：

「難忍臭穢極逼切，狹窄黑闇遍蔽覆，
住胎如入奈洛迦，身屈備受極重苦。」

739 如果現在要我們鑽進一只裝滿各種穢物的鐵瓶中，塞上蓋子住上一天，根本無法忍受；然而我們卻必須在狹窄、黑闇、肮髒、惡臭的母胎中待上九個月零十天。此後，當胎兒生起五想[32]、厭惡住在胎內，渴望從胎門出生時，則如《弟子書》中所說：

「此如堅硬壓油具，漸次壓迫方得生。」

所受的痛苦像是從網眼中被拉扯出來。出產道時有如牛被剝皮之苦；縱然在柔軟的褥墊上，也像被拋到荊棘上一樣；風吹在身上，有如刀劍刺割；被母親抱起時，則像麻雀被老鷹啣走般生起莫大的恐懼。

此外，我們前世如智慧等所有功德，完全被障蔽住，什麼都記不得，吃、睡、行、坐等基本動作都得重新學起。

修生苦的時候，不能有隔岸觀火的心態，要想到自己將來必然會遭遇生

---

[32] 五想：1.胎爲穢處；2.氣味惡劣；3.如同牢獄；4.黑暗幽閉；5.起出胎欲。

པས་དེའི་ནང་དུ་རང་གི་རྣམ་ཤེས་ཞུགས་པ་ན། དམྱལ་བའི་ཐང་ས་པོ་ཆེའི་ནང་དུ་འཚོད་པ་ལྟ་བུའི་སྡུག་བསྔལ་དང་། དེ་ནས་ཡན་ལག་གི་འབུར་མགོ་ལྟ་དོན་པ་ན། རྒྱང་ཤིང་གིས་བརྒྱང་བ་ལྟ་བུའི་སྡུག་བསྔལ་དང་། ཡན་ལག་རྣམས་རེ་རེ་དོད་པ་ནའང་སྡུག་བསྔལ་ལྷག་པོ་རེ་རེ་ཡོད། ཨ་མས་བཏུང་བ་ཚ་མོ་འཐུང་བ་དང་། འགྱུལ་བསྐྱོད་བྱེད་པ། ཉལ་བ་སོགས་ཀྱི་ཚེ་ཚུ་ཚན་དུ་འཚོད་པ་དང་། རླུང་གླི་འཁྲིར་བ་དང་། རི་ཆེན་པོས་ནོན་པ་ལྟ་བུའི་སྡུག་བསྔལ་མྱོང་། དེ་དག་གི་སྐབས་ཀྱང་སློབ་སྤྲིང་ལས། ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་དྲི་ང་མི་གཙང་བཙེར་བས་འགགས། །རབ་ཏུ་དོག་པ་མུན་ནག་ཐིབས་པོར་འདུག་པ་ཡི། །མངལ་གནས་དམྱལ་བ་ལྟ་བུའི་ནང་དུ་དེ་ཞུགས་ནས། །ལུས་ཡོངས་བསྐུམ་ལ་སྡུག་བསྔལ་ཆེན་པོ་མནག་དགོས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དཔེར་ན། རང་རེ་ལྟུགས་ཀྱི་བུམ་པ་མི་གཙང་བ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་བཀང་བ་ཞིག་ཏུ་བཙུག་ནས་ཁ་དམ་དུ་བཅད་དེ་ཉིན་གཅིག་ཙམ་བཞག་ན་སྡོད་ཚུགས་ཐབས་ཡེ་མེད་པ་ལྟར་མའི་མངལ་དོག་ཅིང་མུན་པ་གནག་ལ། མི་གཙང་དྲི་ང་བའི་ནང་དུ་ཟླ་བ་དགུ་དང་ངོ་བཅུའི་རིང་སྡོད་དགོས། དེ་ནས་འདུ་ཤེས་ལྡ་ཤར་ཏེ་མངལ་ནང་དུ་སྨྲུགས་བྲོ་བའི་རྣམ་པས་ཕྱིར་ཐོན་འདོད་བྱུང་ནས་མངལ་སྒོ་ནས་ཕྱིར་སྐྱེ་བའི་སྐབས་ཀྱང་། སློབ་སྤྲིང་ལས། དེ་ནི་རིམ་གྱིས་ཏིལ་མར་བཙིར་སྤྲུད་སྤྲ་བ་ཡི། །བཙིར་བ་ལྟར་བྱས་དེ་ནས་ཅི་ཞིག་ལྟར་ཏེ་བཙས། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་གི་ལུས་འཇུར་མིག་ནས་དྲངས་པ་ལྟ་བུའི་སྡུག་བསྔལ་དང་། བཙས་པའི་སྐབས་བ་གླང་གི་པགས་པ་དམར་བཤུས་བྱས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སྔན་ཇི་ཙམ་འཇམ་པའི་སྟེང་དུ་བཞག་ཀྱང་ཚེར་དོང་དུ་བསྐྱུར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཕྱི་རོལ་གྱི་རླུང་གིས་རེག་པ་ན་གྲི་མཚོན་གྱིས་བཏེག་པ་ལྟ་བུ་དང་། མའི་ལག་པས་བཟུང་སྟེ་ཁྲིར་བ་ན་བྱེའུ་ཁྲས་ཁྲིར་བ་ལྟ་བུའི་འཇིགས་སྐྲག་ཆེན་པོ་འབྱུང་། གཞན་ཡང་ཚེ་སྔ་མའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འགྲིབ་ནས་ཤེས་རབ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པར། ཟ་ཉལ་འགྲོ་འདུག་ཚུན་ཆད་གཞི་ནས་སློབ་དགོས་པ་ཡོད། སྐྱེ་བའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ནའང་གཞན་ལ་ཕར་ལྟད་མོ་བལྟ་བ་ལྟ་བུ

苦，像是親身經歷一般感受深刻，按照《阿難入胎經》中所描述的痛苦來作思惟。

740 （帕繃喀大師指出，有人以爲生苦已經受完了，所以似無大礙，但是要知道，在斬斷輪迴後際之前，光是生苦這一種苦就有無量無邊，極難忍受。）

壬二、思惟老苦

《廣大遊戲經》中說：

「老令妙色成醜陋，老奪威德奪勢力，
老奪安樂作毀呰，老奪光澤而令死。」

老來有盛色衰退、氣力衰退、諸根衰退、受用境界衰退與壽量衰退等苦[33]。諸根與智慧等逐漸減弱，身軀佝僂如弓、皮膚失去光澤、坐起艱難、頭髮蒼白、皺紋滿布，好像一具醜陋的行屍走肉，正如傑•密勒日巴所說：

「一者站起如拔橛，二者行走如捕鳥，
三者坐下如袋墜，此三湊合時若至，
老嫗當愁幻身衰。」

741 以及：

「一者外皮起皺紋，二者內剩嶙峋骨，
三者盲聾兼昏聵，此三湊合時若至，
老嫗皺眉示苦相。」[34]

這一切都是我們在輪迴中徘徊所產生的過患。

噶當派格西噶瑪瓦[35]說：「年老漸至，尚可忍受，當下降臨，其苦難

[33] 五種老苦詳見《菩提道次第廣論》與《瑜伽師地論攝抉擇分》。
[34] 引自《密勒日巴十萬道歌集》。
[35] 法名喜饒沃（智光，1057～1131）。

མ་ཡིན་པར་རང་ཉིད་དེ་ལྟར་དུ་སྐྱེ་ངེས་པ་དང་། སྐྱེས་པ་བཞིན་གྱི་ཉམས་བཏོན་ཏེ་དགའ་བོ་མངལ་འཇུག་གི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་སྡུག་བསྔལ་རྣམས་བསམ། ཁ་ཅིག་གིས་སྐྱེ་བའི་སྡུག་བསྔལ་སྒོང་ཚར་བས་སྐྱོན་མེད་སྙམ་པ་འོང་ཡང་། འཁོར་བའི་ཕྱི་མཐའ་མ་ཆོད་ཀྱི་བར་དུ་སྐྱེ་བའི་སྡུག་བསྔལ་གཅིག་པུ་མཐའ་མེད་པར་སྒོང་དགོས་པས་བཟོད་དཀའ་ཚུལ་སོགས་གསུངས།

ན་བའི་སྡུག་བསྔལ་ནི། མདོ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། ན་བའི་གཟུགས་སྡུག་གཟུགས་ནི་མི་སྡུག་བྱེད། །ན་བས་གཟི་བརྗིད་འཕྲོག་ཅིང་མཐུ་སྟོབས་འཕྲོག །ན་བས་བདེ་བ་འཕྲོག་ཅིང་བརླས་པར་བྱེད། །ན་བས་འཆི་བྱེད་ན་བས་མདངས་ཀྱང་འཕྲོག །ཅེས་སོགས་ལྟར། གཟུགས་བཟང་པོ་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ། མཐུ་སྟོབས་ཉམས་པ། དབང་པོ་ཉམས་པ། ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་ཉམས་པ། ཚེ་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་སོགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཏེ། དབང་པོ་དང་ཤེས་རབ་སོགས་རིམ་གྱིས་འགྲིབ། ལུས་ནི་གཞུ་ལྟར་གུག །མདངས་ཉམས། ལངས་འདུག་དཀའ་ཞིང་། སྐྲ་དཀར་གཉེར་མ་མང་བ་སོགས་ཞེན་ཏུ་མི་སྡུག་པ་སྐྱེ་བ་འཕོས་པ་ལྟ་བུ་འབྱུང་སྟེ། ཛེ་མེད་ལའི་ཞལ་ནས། བརྟོད་ཕུར་འདོན་པའི་ལྡང་ལུགས་དང་གཅིག །བྱ་ལ་འཇབ་པའི་འགྲོ་ལུགས་དང་གཉིས། །ས་ཏོ་ཅན་པའི་སྡོད་ལུགས་དང་གསུམ། །གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམ་པའི་དུས་ཚོད་ན། །ཨ་ཕྱི་སྒྲུ་ལུས་རྒྱུད་པའི་ཡིད་ཕམ་མ། །ཞེས་དང་། ཕྱི་པགས་པ་འདུས་པའི་གཉེར་མ་དང་གཅིག །ནང་ཤ་ཁྲག་ཟད་པའི་རུས་འབུར་དང་གཉིས། །བར་གླེན་ལྐུགས་འོན་ལོང་ཐོམ་ཡོར་དང་གསུམ། །གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམ་པའི་དུས་ཚོད་ན། །ཨ་ཕྱི་མི་སྡུག་སྟོན་པའི་ཁྲི་གཉེར་མ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འཁོར་བར་གནས་པའི་སྐྱོན་རེད། བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་ཀ་མ་བའི་ཞལ་ནས། རྒས་པ་ཁད་ཀྱིས་ཁད་ཀྱིས་འོང་བས་དྲག །དུས་གཅིག་ལ་འོང་ན་བཟོད་ཐབས་མེད། ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན། ཏོ་ཉུབ་

忍。」今晚我們以少壯之身入眠，明早起來如果發現自己諸根已不明利、身體老態龍鍾，我們如何能忍受？所以，應該趁現在諸根、智慧、身體等還沒有衰壞的時候趕緊修法。否則，當老苦煎迫、形同死亡、諸根衰敗、坐起惟艱時，還談什麼修法呢？貢唐・丹貝準美說：

「老如灌頂水，從頂善灌注。
742 頭髮白如螺，然非黑垢淨，
閻羅唾沫箭，白霜降使然。
額紋如角環，然非少肥紋，
已逝壽量數，時使所記存。」

以及：

「鼻涕滴不斷，然非珍珠串，
光彩韶華冰，已遭烈日化。
齒髮漸掉落，然非換新齒，
此生食將盡，收食具時至。」

又說：

「臉醜色憔悴，然非猴面具，借貸韶華還，醜陋本色現。
頭顱搖不停，然非責他過，因遭死杖擊，腦顫苦難忍。
彎腰道上行，然非尋遺針，此乃失記憶，韶華寶之狀。
起時用四肢，然非仿牛行，因腿難支身，而需借用手。
743 坐時聲砰然，然非擺官態，年歲擔沈重，壓身失平衡。

＊＊＊

གཞོན་ནུ་བཀྲག་མདངས་ལང་ཚོ་དང་ལྡན་བཞིན་དུ་ཉལ་ནས། སང་ནམ་ལངས་པ་ན་དབང་པོ་མི་གསལ་བ་དང་། ལུས་རྒྱས་ཤིང་འཁོག་པ་སོགས་དེ་ལྟར་གྱུར་འདུག་ན་བསྒྲུན་ཐབས་མེད། དེས་ན་ད་ལྟ་དབང་པོ་དང་ཤེས་རབ་དང་ལུས་སོགས་མ་ཉམས་པའི་དུས་འདིར་ཆོས་བྱ་དགོས་ཀྱི། ཕྱིས་ནས་རྒས་པའི་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་ནོན་ཏེ་མི་ལུས་འཐོས་པ་བཞིན་དུ་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་འགྱུར། དབང་པོ་ཉམས་ཤིང་ལངས་འདུག་ཙམ་ཡང་མི་ཐུབ་པར་གྱུར་ན། དེའི་ཚེ་ཆོས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་། གང་ཐང་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེས་ཀྱང་། རྒས་པ་ཨ་ཧྲི་ཧྲིའི་རྒྱུས། |མགོ་ནས་དབང་རབ་བསྐྱུར་བ་འདྲ། |སྐྲ་ལོ་དུང་ལྟར་དཀར་བ་འདི། |ནག་ནོག་ཐྲི་ས་དག་པ་མིན།། འཆི་བདག་མཆིལ་མའི་ཀྲུང་མདའ་དེ། |བ་མོའི་ཟིལ་གྱིས་བབས་པ་ཡིན། |དཔྲལ་བའི་རྣ་གཉེར་ཁྲིག་ཁྲིག་འདི། |བུ་ཚུང་རྒྱུག་པའི་ཞོ་གཉེར་མིན། |ཚེ་ཚད་ལོ་མང་འདས་པའི་གྲངས།། དུས་ཀྱི་པོ་ཉས་བྲིས་པ་ཡིན། |ཞེས་པ་དང་། སྣ་རྒྱུ་ཐིགས་ཐིགས་འབབ་པ་འདི། |སྨུ་རིག་དོ་ཤལ་བསྒྲར་བ་མིན། |གསལ་འཚེར་ལང་ཚོའི་ཆབ་རོམ་དེ། |གདུང་བྱེད་ཉི་མས་བཞུས་པ་ཡིན།། སོ་ཡི་ཕྲེང་བ་ལྷུང་བ་འདི། |སྐྱེ་འདོད་སེའུ་བརྗེས་པ་མིན། |ཚེ་འདིའི་ཁ་ཟས་ཚང་བ་ཡིས། |ཟ་བྱེད་ལག་ཆ་བསྡུས་པ་ཡིན། |ཞེས་དང་། བཞིན་རས་བསྡུས་ཤིང་མདོག་ངན་པ། |སྤྲེའུའི་འདྲ་འབག་གྱོན་པ་མིན། |གཡར་པོའི་ལང་ཚོ་ཕྱིར་ཁྲིར་བས། |མི་སྡུག་རང་མདོག་བསྟན་པ་ཡིན། |མགོ་བོ་ཡུག་ཡུག་བྱེད་པ་འདི། |གཞན་གྱི་བྱ་བར་འཕྱོ་བ་མིན། |མཐར་བྱེད་དབྱུག་པའི་སྟེ་ཐོག་པས། |མི་བཟོད་སྐྲད་པ་འདར་བ་ཡིན། |ལམ་ལ་ཁ་གཏད་བསྒྲུར་བ་འདི།། རྒྱ་ཁབ་བོར་ནས་ཚོལ་བ་མིན། |ས་ལ་ལང་ཚོའི་ནོར་བུ་དང་། |དྲན་པ་སྟོར་བའི་རྣམ་འགྱུར་ཡིན། |ལངས་ཚེ་སུག་བཞི་འཛུག་པ་འདི། |ཕྱུགས་ཀྱི་ལད་མོ་བྱས་པ་མིན། |བྱིན་པས་ལུས་པོ་མ་ཐེག་པའི། |རམ་འདེགས་ལག་པས་བྱེད་པ་ཡིན། |སྡོད་ཚེ་ཆེམ་གྱིས་ལྷུང་བ་འདི། |གྲོགས་ལ་འཁང་ར་བྱེད་པ་མིན། |སྤྲོ་དགའི་སེམས་ཀྱི་དཔུང་ཐག་དང་། |ལང་ཚོའི་ཟུངས་ཐག་

雙手抖不斷，然非慳吝財，因恐閻羅來，盡奪一切物。
飲食極少量，然非惜食物，消化力弱故，老人憂脹死。
身著輕薄衣，然非輕裝舞，體力減弱故，衣亦成負擔。
喘息長呼嘆，然非吹咒氣，呼吸沈重相，消逝空中兆。
頻頻改計劃，然非無主見，爲老魔所逮，不能隨心意。
諸事皆忘失，然非示浮誇，身根衰敗故，記憶慧力失。」[36]

當知，白頭髮、皺紋的出現，就像是事業閻羅執行死刑的信號。

此外，因懼怕死亡生起的惶恐不安也不知有多痛苦!

壬三、思惟病苦

744 《廣大遊戲經》中說：

「譬如冬季大風雪，草木林藥奪光榮，
如是病奪眾生榮，令根色力皆衰損。」

患病會使身體素質變壞，使我們受到身心苦惱的長期折磨，對平素愉悅的事情失去興趣，而被迫承受不想要的痛苦，更有將要喪命的憂傷之苦[37]。正如

[36] 以上三段引自《與經驗老者之對談》。
[37] 參閱《菩提道次第廣論》與《瑜伽師地論攝抉擇分》。

ཆད་པ་ཡིན། །འགྲོ་ཚེ་ཡོམ་ཡོམ་འཁྱོར་བ་འདི། །མི་ཆེན་གོམ་སྟབས་བྱེད་པ་མིན། །ན་ཚོད་ཁྱུར་པོ་ཧ་ཅང་རང་། །ལྷི་བས་ཡོ་དྲང་ཤོར་བ་ཡིན། །ལག་པ་ཡབ་ཡབ་འདར་བ་འདི། །ནོར་ལ་ཧབ་ཤ་བྱེད་པ་མིན། །ལག་པར་འོང་ཚད་ཅིག་ཅར་དུ། །གཤིན་རྗེས་ཕྱོགས་ཀྱིས་དོགས་པ་ཡིན། །བཟའ་བཏུང་ཉུང་ཤས་སྐྱོད་པ་འདི། །ཟས་ལ་སེར་སྣ་བྱེད་པ་མིན། །ལྟོ་བའི་མེ་དྲོད་ཉམས་པ་ཡིས། །མི་གཉན་སྐྱེལ་གྱིས་དོགས་པ་ཡིན། །གོས་ཆུང་སྲབ་བདེ་གྱོན་པ་འདི། །ཡང་ཆས་བྱས་ནས་འཁྲབ་རྒྱུ་མིན། །ནང་གི་ལུས་སྟོབས་ཤོར་བ་ཡིས། །གོས་ཀྱང་ཁྱུར་དུ་སོང་བ་ཡིན། །སྐྱིད་དབུགས་ཚང་ཞིང་ཕུ་འདེབ་པ། །གཞན་ལ་སྡིགས་ལྷག་བརྡེག་པ་མིན། །དབུགས་ཀྱི་རྒྱུ་བ་བྲིང་བྲིང་འདི། །ཉམ་འཁར་ཡལ་འདོད་སྤྲོ་ལྷུས་ཡིན། །བྱ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་འགྱུར་བ་འདི། །ཅོལ་ཆུང་གང་དྲན་བྱེད་པ་མིན། །རྒས་པའི་གདོན་གྱིས་ཟིན་པ་ཡིས། །རང་འདོད་དབང་ནི་མེད་པ་ཡིན། །ལས་དོན་ཐམས་ཅད་བརྗེད་པ་འདི། །སྣང་ཆུང་ཧར་རྒྱག་བྱས་པ་མིན། །རྟེན་གྱི་དབང་པོ་ཉམས་པ་ཡིས། །དྲན་རིག་ཤེས་པ་རྡིབ་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་སྐྲ་དཀར་དང་གཉེར་མ་བྱུང་བ་སོགས་ལས་ཀྱི་གཤིན་རྗེས་གསོད་རྟགས་བསྒྲུབ་པ་ལྟར་ཡིན། གཞན་ཡང་འཆི་བས་འཇིགས་པའི་ཡིད་མི་བདེ་བ་སོགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་མང་དུ་ཡོད།

ན་བའི་སྡུག་བསྔལ་ནི། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། དཔེར་ན་དགུན་སྨད་རླུང་དང་ཁ་བ་ཆེ།། རྩ་ཤིང་གེལ་པ་ནགས་སྨན་མདངས་ཀྱང་འཕྲོག །དེ་ལྟར་ནད་འདི་འགྲོ་བའི་མདངས་འཕྲོག་ཅིང་།། དབང་པོ་གཟུགས་དང་སྟོབས་ནི་ཉམས་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟར། ལུས་ཀྱི་རང་བཞིན་འགྱུར་བ༑ སྡུག་བསྔལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་འཕེལ་ཞིང་དེ་ལ་ཤས་ཆེར་གནས་པ། ཡུལ་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་ཡིད་དུ་འོང་བ་མི་འདོད་པ། ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་སྤྱད་དགོས་པ། སྲོག་དང་འབྲལ་བར་འགྱུར་བས་ཡིད་མི་བདེ་བ་སོགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཏེ། ལུས་ཀྱི་སྟོབས་ཤོར་

「身力盡失口鼻枯」[38]等所描述的，縱然是壯年男子，也禁不起疾病折磨，他將輾轉病榻，體力消失、光澤減弱。若欲開廣，則應思惟罹患各種疾病的痛苦，例如，死的時候有劇烈的「解支節」苦，以致連遺囑也無法立下的情形。（帕繃喀大師隨之講了悉達多太子因目睹病、老、死等而修行解脫的故事。）

壬四、思惟死苦

《廣大遊戲經》中說：

「若死若歿死歿時，永離親愛之眾人，
745 **不還非可重會遇，如樹落葉同逝水。」**

死亡使我們與各種享受、親人、眷屬、身體等圓滿可愛的事情分離；死時將有劇烈的身心疾苦。《教誡國王經》中說，死時沒有其它辦法可以阻止，這在前面講「念死」的時候已經講過了。

壬五、思愛別離苦

我們與自己的上師、弟子、兄弟、朋友、父母、親屬等一起親熱地開懷暢飲，歡聚結束時，總覺得難以分離；至於失去權力地位、財物受用等的痛苦就更大了。即便是出家人，也有因失去戒律而感到的憂苦等，還有其它各種各樣的愛別離苦。這些並非我們個人所遭到的不公平待遇，而是輪迴中本來就有的徵相。

746 **壬六、思怨憎會苦**

「怨憎」是指不稱心的人或事，例如：碰到怨家而被打劫，遇到病魔而受折磨發瘋等，以及與人發生口角，或觸犯王法、遇到強盜等，無數的事件都可能招來怨憎會苦。

---

[38] 引自班禪洛桑卻堅之《解脫中有險難啓請》，全頌爲：「地水火風依次攝，身力盡失口鼻枯，煖微氣塞氣喘時，起強善心求加持」。

ཁ་སྣ་བསྐམས་ཤིང་བརྗེས། །ཞེས་སོགས་ལྟར་སྐྱེས་པ་དར་མ་ཞིག་ཡིན་ཡང་མལ་ས་ན་ལྟུང་། ལུས་ཀྱི་སྟོབས་ཤོར་ཞིང་བཀྲག་མདངས་ཉམས་པ་སོགས་དང་། རྒྱས་པར་ན། ནད་རེ་རེ་བཞིན་གྱིས་མནར་ལུགས་བསམ་སྟེ། གནད་གཅོད་དྲག་པོ་བྱུང་ནས་མཐར་ཁ་ཆེམས་ཙམ་ཡང་འཇོག་མི་ཐུབ་པའི་ཚུལ་སེམས་པ་དང་། རྒྱལ་བུ་གཞོན་ནུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཀྱང་ན་གྲས་འཆི་བ་སོགས་གཟིགས་ནས་བསྒོམས་ཏེ་ཐར་པ་ལ་གཤེགས་ཚུལ་སོགས་གསུངས།

འཆི་བའི་སྡུག་བསྔལ་ནི། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། འཆི་དང་འཕོ་དང་འཆི་འཕོ་དུས་བྱེད་པ༑ །ཕངས་ཤིང་སྡུག་པའི་སྐྱེ་བོ་རྟག་ཏུ་འབྲལ། །ཕྱིར་མི་འོང་ཞིང་ཕྲད་པར་འགྱུར་མ་ཡིན།། ཤིང་ལས་ལོ་འབྲུལ་འདྲ་ཞིང་ཀླུང་རྒྱུན་མཚུངས། །ཞེས་པ་ལྟར། ཡོངས་སྤྱོད་དང་། ཙ་འཛིང་༑ འཁོར། ལུས་རྣམས་སྡུག་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་འབྲལ་བ་དང་། འཆི་ཚེ་སྡུག་བསྔལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་དྲག་པོ་སྐྱོང་བ་སོགས་དང་། འཆི་བ་བྱུང་ཚེ་ཐབས་གཞན་གྱིས་བཟློག་པའང་མི་ནུས་པར་རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་འཆི་བ་དྲན་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན།

སྡུག་པ་དང་བྲལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ནི། རང་གི་བླ་སློབ་མཆེད་གྲོགས་ཕ་མ་མཛའ་བཤེས་སོགས་གཅེས་ཤིང་ཕངས་པ་ཇ་ཡོར་གང་ཐུབ་པའི་ཚེའང་འབྲལ་མི་ཕོད་ཙམ་བྱེད་པ་དེ་དག་དང་། གོ་ས་སྟོབས་འབྱོར་ནོར་ཡོངས་སྤྱོད་སོགས་དང་བྲལ་བ་དང་། རབ་བྱུང་ཡིན་ཡང་འགའ་ཞིག་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བྲལ་བ་ལྟ་བུའི་སྡུག་བསྔལ་སོགས་སྣ་ཚོགས་ཡོད། དེ་དག་ཀྱང་རང་རང་སྔེར་ལ་མི་འོས་པ་ཞིག་བྱུང་བ་མིན་གྱི། འཁོར་བ་པ་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པའི་རྟགས་ཡིན།

མི་སྡུག་པ་དང་ཕྲད་པའི་སྡུག་བསྔལ་ནི། མི་སྡུག་ཅེས་པ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་སྟེ། དགྲ་སོགས་དང་འཕྲད་དེ་བརྡུང་འཕྲོག་བྱེད་པ་དང་། ནད་གདོན་དང་ཕྲད་ནས་མནར་གཅོད་སྐྱོ་བ་སོགས་དང་། ཁ་མཆུ། རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ། རྐུན་པོ་དང་ཕྲད་པ་སོགས་སྡུག་བསྔལ་ལ་མཐའ་

一旦產生惡緣，我們便身陷糾紛之中，身心疲苦不堪，這也是輪迴中的固有過患。以毛驢爲例，身患鞍瘡卻仍須背負重擔，這是牠的業力使然，而人則沒有這種痛苦。格西博朵瓦語錄中說：

「不論我們受生在六趣中哪一趣，一旦受生，便有病、死等苦，該病者病，該死者死，任何不應該發生的事不會突然出現，這是輪迴的定義或本性。只要我們在輪迴中，就逃不出這個局面；如果對此感到厭惡，就應斷除生死；要斷生死，就須斷除生死之因。」

因此，如果我們不想再受輪迴之苦，就應當設法從輪回中解脫出來。

747 **壬七、思求不得苦**

求不得苦，即是因生活所迫而不得不忍受寒冷、炎熱、疲勞、恐懼等苦。例如，當我們有要事求助於某位官員，起初總是滿懷期盼，克服種種困難去面見官員，最後卻往往大失所望。

有些人以爲，擁有土地的人一定很快樂，其實有土地的人也一樣有苦：農民一早就要到田裡耕作，白天要忍受烈日燒炙、冷風吹襲、灰土裹身；播種之後，又要收割；作物送入倉庫之前，還要擔心收成遭到霜凍、冰雹、霉爛、乾旱等破壞；稼穡之後又擔心收成可能欠佳，苦惱一樁又一樁接續不斷。

農民以爲商人很快樂，但商人要拋下自己的父母、配偶、兒女，將自己的性命懸挂在靶子上（意爲不顧一切地幹下去），跋山涉水奔波於大江南北；晚

མེད༔ ཀྱིན་ངན་བྱུང་ན་བྲེལ་བའི་དཀྱིལ་དུ་འཐུམ་སྟེ་ལུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་ངལ་དགོས་པ་ཡང་འཁོར་བར་གནས་པའི་སྐྱོན་རང་ཆས་སུ་བྱུང་བ་སྟེ། ཕོང་བུ་ལྟ་བུར་སྐལ་རྨ་བཟོ་བ་དང་། ཁལ་ལྕི་མོ་ཁུར་དགོས་པ་ཚུན་ཁོ་རང་གི་ལས་དབང་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པས་ཡིན་གྱི། མི་སྐྱིད་པ་ཞིག་བྱུང་བ་མིན། དགེ་བཤེས་པོ་ཏོ་བའི་གསུང་ལས། རིགས་དྲུག་གང་དུ་སྐྱེས་ཕན་ཆད་ན་ཚ་དང་འཆི་བ་ལ་སོགས་པའི་སྡུག་བསྔལ་འབྱུང་བ་ནི་ན་རྒྱུ་ཅིག་ན་བ་ཡིན། འཆི་རྒྱུ་ཅིག་འཆི་བ་ཡིན་གྱི། དེ་ལ་མི་འོས་པ་ཞིག་གློ་བུར་དུ་བྱུང་བ་མིན། འཁོར་བའི་མཚན་ཉིད་དམ་རང་བཞིན་ཡིན༔ འཁོར་བར་གནས་རིང་ལ་དེ་ལས་མ་འདས། རང་ཅག་དེ་ལ་ཡིད་འབྱུང་ན་སྐྱེ་བ་སྤོང་དགོས༔ དེ་ལ་རྒྱུ་སྤོང་དགོས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་རང་ཅག་འཁོར་བའི་སྡུག་བསྔལ་སྤོང་བར་མི་འདོད་ན་འཁོར་བ་ལས་ཐར་ཐབས་བྱེད་དགོས་གསུངས།

འདོད་པའི་དངོས་པོ་བཙལ་ཀྱང་མི་རྙེད་པའི་སྡུག་བསྔལ་བསམ་པ་ལ། འདི་ན་བཀྲེས་སྐོམ་དང་འཚོ་ཐབས་ལ་བརྟེན་པས་ཚ་གྲང་ངལ་འཚེགས་སོགས་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་སྡུག་བསྔལ་བ་སྟེ༔ དེ་ཡང་དཔེར་ན། དཔོན་པོ་ལ་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཞུ་བ་ནའང་། དང་པོར་འབྱུང་གི་རེ་བའི་སེམས་ངལ་དང་དཀའ་ལས་བྱས་ཀྱང་། རྗེས་ནས་དོན་དེ་མ་བྱུང་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། འགའ་ཞིག་གིས་ལོངས་སྤྱོད་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ཞིང་ས་ཡོད་མཁན་ཚོ་སྐྱིད་སྙམ་ན༔ ,དེའང་སྡུག་བསྔལ་བ་ལས་མ་འདས་ཏེ། ཞིང་པའང་ཞིང་ལས་ཀྱི་ཕྱིར་ཞོགས་པ་སྔ་བར་ཐོ་རངས་ནས་ལངས་ཏེ་ལས་བྱེད། ཉིན་མོར་ཉི་མས་ཚིག་བཞིན་ལྷགས་རླུང་གིས་གདུངས་བཞིན་ཐལ་པའི་དཀྱིལ་དུ་འགྲོ། ཞིང་ཁར་ས་བོན་བཏབ་ཟིན་ནས་འབྲུ་བསྡུས་ཏེ་སྣོད་དུ་བླུགས་མ་ཟིན་བར་སད་སེར་བཙའ་ཐན་སོགས་ཞིང་ཁ་ལ་དགྲ་འབྱུང་དུ་དོགས། སོ་ནམ་ལྷུས་ཀྱང་ལོ་ཐོག་མི་འབྱུང་དོགས་པའི་སྡུག་བསྔལ་རྒྱུན་ཆད་མེད། ཞིང་པས་ཚོང་པ་ཚོ་སྐྱིད་སྙམ་ན། ཚོང་པ་ཡང་རང་གི་ཕ་མ་བཟའ་ཟླ་བུ་ཕྲུག་ཐམས་ཅད་བཞག་ནས་སྒྲོག་འབེན་དུ་བཙུག་སྟེ་མི་ཡུལ་ས་མཐར་

上也無法安然入眠。有些商人非但得不到利潤，反而還要蝕本；遇到上匪強盜，更有喪命之虞。

同樣的，沒錢的人有沒錢的苦：窮人老是擔心今天飽了明天吃什麼，常有
覓不到食物的痛苦；有錢的人有有錢的苦：富人老是擔心自己的財物被乞丐乞
748 討、被別人借貸、被作官的強奪，甚至擔心被貓鼠等偷竊，常有無法積攢財富、
保護財產之苦，擔心破財之苦及他人索求之苦等。

木匠、裁縫師等以手藝維生的人，總是擔心招致東家不滿、領不到工資或是日常必需品，常起我慢、嫉妒等心，經常偷一些木片、布片等零碎材料，卻又無法藉此積攢到足夠的財貨。

雖然我們是出家人，但如果不能少欲知足、專注於正法，便難免有四處奔波趕拜經懺之苦。

作官的以爲當個平民百姓很快樂，但平民也有平民的苦：食不裹腹、衣不蔽體，不能主宰自己的財產，又常因納稅、支差、口角、爭鬥等事耗去大半財物。有些人連飯都吃不飽而在山溝中流浪乞食；有些人家裡已無糌粑可食，卻仍免不了要繳交稅賦、遭逢意外之災或官府懲處等厄運。總之，日日夜夜有數不清的煩惱事，一生就這樣在困苦中度過。

老百姓反過來以爲當官的很快樂，其實不然，如《四百論》中所言：

「上流爲心苦，平庸從身生，

འཕྲུམས༔ མཚན་མོ་ཡང་གཉིད་ལོག་པ་བདེ་ཞིག་ཀྱང་ཉལ་མི་ཐོད། ལ་ཀླུང་རྩ་འཕྲང་སོགས་བཏགས༔ འགའ་ཞིག་ཚོང་བྱས་ཀྱང་ཁེ་སྤོགས་མ་བྱུང་བའི་སྐྱེང་དུ་མ་རྩ་ཡང་བརླག་ཤོར་བ་སོགས་དང་། དགྲ་ཇག་ཆོམ་རྐུན་སོགས་ཀྱིས་སྲོག་ཚུན་ཆད་འཕྲོག་པས་སྡུག་བསྔལ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུ་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་མེད་ནའང་མེད་པའི་སྡུག་བསྔལ་ཡོད་དེ། དབུལ་པོས་དེ་རིང་འདི་ཟོས་ནས་སང་ཉིན་ཅི་ཟ་སྙམ་དུ་དེ་ལ་བློ་མི་བདེ་བར་ཟས་དེ་འཚོལ་དུ་འགྲོ་ཞིང་། བཙལ་ཀྱང་མི་རྙེད་པའི་སྡུག་བསྔལ། ཡོད་ན་ཡོད་པས་སྡུག་བསྔལ་ཏེ། ཕྱུག་པོ་ནོར་ཟས་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྲུང་པོས་སྐྱོང་ནས་ཁྲེར། གཞན་གྱིས་གཡར་ནས་ཁྲེར། དཔོན་པོས་འཕྲོགས་ཏེ་ཁྲེར། ཐ་ན་བྱི་ལ་དང་བྱི་བ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་དགྲ་བྱས་ཏེ་ཁྲེར་བས་དེ་ལ་གསོག་བསྲུང་མི་ནུས་པའི་སྡུག་བསྔལ། བརླག་དོགས་པའི་སྡུག་བསྔལ། རྣ་བ་ཚ་བའི་སྡུག་བསྔལ་སོགས་ཡོད། ཤིང་བཟོ། ཆོམ་བཟོ་ལྷ་བུའི་ལག་ཤེས་ཀྱིས་འཚོ་བ་ཡང་ལྟོ་གོས་བླ་སོགས་གྲ་མི་འགྲིགས་པ་དང་། མི་མ་མགུ་བའི་དོགས་པ། ང་རྒྱལ་ཕྲག་དོག་སོགས་དང་། ཤིང་དུམ་ཙམ་དང་། ལྷན་པའི་ཚལ་བུ་ཚུན་ཆད་བརྐུ་བ་དང་གསོག་མི་ཐུབ་པའི་སྡུག་བསྔལ། རང་ཅག་རབ་བྱུང་ཡིན་ཡང་འདོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་ཀྱིས་ཆོས་གཤའ་མ་ཁོ་ན་བྱེད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་སྐྱུ་རིམ་གྲོང་ཆོག་ཚུན་ཆད་སྡུག་བསྔལ་ཡིན། དཔོན་པོས་བལྟས་ན་འབངས་ཚོ་སྐྱིད་སྙམ་པ་ཡོད་ཀྱང་། འབངས་ཚོ་ཡང་སྡུག་བསྔལ་ལས་མ་འདས་ཏེ། ལྟོ་སྐྱུ་ལ་གོས་ཧྲུལ་བ། རང་ནོར་ལ་རང་དབང་མེད་པར་ཁྲལ་ཨུ་ལག །ཁ་ངན་བརྡུང་གཏག་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་ཟད། འགའ་ཞིག་ལྟོ་ཟ་ལོང་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ཕུ་མདའ་བར་གསུམ་དུ་དེད་འགྲོ་བ། འགའ་ཞིག་རྩམ་པ་ཟ་རྒྱུ་མེད་ཀྱང་ཁྲལ། ཆག་སྒོ། ཉིས་ཆད་དྲག་པོ་བབ་པ་སོགས་མཐོང་ན་ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་སེམས་ཁྲལ་དང་། མི་ཚེ་ངལ་སྡུག་གིས་སྐྱེལ་དགོས་པ་ཡོད། འབངས་ཀྱིས་དཔོན་པོ་ཚོ་སྐྱིད་སྙམ་པ་བྱེད་ཀྱང་དེ་འདྲ་མེད་དེ།།

བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། མཆོག་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཏེ། །ཐ་མལ་རྣམས་ལ་ལུས་སྐྱེས་སོ།།

749 **二苦日日中，能壞此世間。」**

縱然是統治一方的國王，國運一旦不濟，便要遭受臣民的唾罵。他要爲這個國家排憂解難，要擔心能否戰勝敵國，要擔心能否保護同胞，要擔心律法能否懾服民眾，要擔心權力是否會喪失等等的痛苦。

我們出家人每日僅食一餐，事務卻極繁重。總之，如俗話說：「有財大如馬，其苦亦如斯。」我們初次與別人打交道，會禮貌的說些客套話，熟悉了以後，所講的大都是彼此的困難。

嘉卻‧格桑嘉措曾說：

「貴賤僧俗男女眾，服飾姿態雖有異，
苦伴終生無不同，悲夫諸友此共相。」[39]

儘管人們在外表上的穿著打扮等有高低之別，實際上都一樣在受苦。我們也許苦於沒有稱心的住處、沒有資財、沒有朋友等問題，但擁有最好的住宅、最貼心的朋友、最富裕的受用，難道就不痛苦了？即便更換了成千上百名僕
750 人、弟子與朋友等，也照樣不會滿意，依然不覺稱心。不論與誰作伴，全是痛苦的朋友；不論受用何物，如品茗等，全是痛苦的受用；不論住在何處，如寺院等，都是痛苦的住所。我們現在也許不滿意住在大寺院，想要搬到別處；一

[39] 引自《內心憂悔歌》。

སྡུག་བསྔལ་གཉིས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་འདི། །ཉིན་རེ་ཉིན་རེ་འཇོམས་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ལུང་པ་དེའི་གྲྭ་མ་འགྲིགས་པ་དང་། སྐད་ཆ་མི་
སྙན་པ་ཕལ་ཆེར་དེའི་རྩར་ཁྱེར་ནས། ཡུལ་དེའི་སྡུག་བསྔལ་གྱི་ཁུར་ལེན། དགྲ་མ་ཐུལ་གྱིས་
དོགས༑ གཉེན་མ་འཁྲུངས་ཀྱིས་དོགས། ཁྲིམས་མ་ནོན་གྱིས་དོགས། དབང་ཤོར་གྱིས་
དོགས་པ་སོགས་དེ་ལྟ་བུའི་སྡུག་བསྔལ་ཡོད། རང་རེས་ཀྱང་ཐ་ན་གྲུང་ཚིགས་གཅིག་ལས་མ་
བཟོས་ནའང་ལས་ཀ་མང་པོ་ཞིག་གི་ངལ་བ་བྱེད་དགོས། མདོར་ན་ནོར་རྡོ་ཙམ་ཡོད་ན་སྡུག་
བསྔལ་ཡང་རྡོ་ཙམ་ཟེར་བ་ལྟར། དང་པོར་འཕྲད་སྐབས་མི་སུ་འདྲ་ཡིན་ཡང་སྐད་ཆ་སྙན་མདོག་
ཁ་བ་རེ་ཤོད་ཀྱང་། ཕར་ཙམ་འདྲིས་ནས་གྲྭ་མ་འགྲིགས་པ་ཤ་སྡིག་སྡུག་སྐད་ཅེར་ཅེར་བྱེད་པ་རེ་
ལས་མེད། ༥རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། མགོ་དམན་སྐྱ་བརྩུན་ཕོ་མོ་སུ་
འདྲ་ལ་བལྟས་ཀྱང་། །ཆ་ལུགས་རྣམ་འགྱུར་ཕོ་སློབ་ཆེ་ཆུང་ཙམ་མ་གཏོགས། །སྡུག་གིས་མི་ཚེ་
སྐྱེལ་བ་མཉམ་མཉམ་དུ་འདུག་པས། །སྐལ་མཉམ་གྲོགས་མཆེད་རྣམས་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་འདི་སྐྱོ་བ།།
ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཕྱི་རོལ་གྱི་གོས་དང་ཆ་ལུགས་སོགས་བཟང་ངན་ཙམ་ལས། དོན་དུ་སྡུག་
བསྔལ་མྱོང་བ་མཉམ། ད་ལྟ་རང་ཅག་ལ་སྤྱོད་ཚམས་མི་འགྲིགས་པ་དང་། ཀ་ཅས་མ་འབྱུང་བ་
དང་༑ གྲོགས་ཀྱིས་མ་འབྱུང་བ་སོགས་སྣ་ཚོགས་ཡོང་བ་དང་། གནས་དང་། གྲོགས་དང་།
ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་ནང་ནས་དྲག་ཤོས་རེ་བྱུང་ཡང་སྡུག་བསྔལ་ལས་མ་འདས་ཏེ། གཡོག་དང་།
དགེ་ཕྲུག །གྲོགས་སོགས་བརྒྱ་སྟོང་ཙམ་རེ་བརྗེས་ཀྱང་མི་འགྲིགས་པ་ཤ་སྟག་ལས།
ཡིད་དང་མཐུན་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་དེ་ཡང་གྲོགས་སུ་དང་འགྲོགས་ཀྱང་སྡུག་བསྔལ་གྱི་གྲོགས་
ཡིན་པའི་རྟགས་རེད། ཛ་རྩུན་ཆད་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་གང་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱང་སྡུག་བསྔལ་གྱི་ལོངས་
སྤྱོད་ཡིན། དགོན་པ་སོགས་གནས་གང་དུ་གནས་ཀྱང་སྡུག་བསྔལ་གྱི་གནས་ཏེ། ད་ལྟ་རང་རེ་
དང་པོར་གྲྭ་སར་གནས། དེར་སྐྱིད་པོ་མ་བྱུང་ནས། གཞན་ཞིག་ཏུ་སོང་ན་ཨེ་དྲག་གི་རེ་བས་