

菩提道次第广论 宗喀巴大师造 法音法师讲述

2006年9月14日

妙音讲堂开讲
第四十二讲

一般礼拜时，应具三种意乐——第一拜顶礼现前三宝。第二拜顶礼现前的法及法师及十方三宝。第三拜祈愿上师三宝的教化，我能了知而依教奉行。礼拜时以此三种作意很重要，在色拉寺学习时，师长常如是叮咛，礼拜现前法及法师主要为法的来源，重视法故亦应重视说法者，乃至重视听法者，因此法从恭敬中求，恭敬法师非是损失却是功德的来源。同理，心量广大，对当下有缘的法及法师作礼拜，依师教授而闻法，同时作意礼拜十方的法及法师，虽不是亲自前往礼拜，但如此作意发愿，福报会增长。透过对十方法及法师的恭敬，祈能教化摄受，以法缘而言，此对我们帮助甚大。

最后调心为重，藉由听闻以佛法改变我们的身口意——趣向善良、具足智慧。每个念头如此安立，祈求眼前的法及法师及十方的法及法师，能够悲悯摄受我如法听受、如实了知，透过闻思修学，得到内心的相应，真实离苦得乐，以此为动机即能清净不会偏差，福报亦能广增，契合学佛意趣。

在此提示拜佛时如是缘念，修学菩提道次第教授，如宗大师所说——

| 动机清净纯正，一座如实了知听闻道次第功德是不可思议的，透过文字及文义的了解，慢慢安立佛所说的正知正见，依着正知正见产生正行，即名修行。修行即修心，修心才是根本，外在行为再好也是枝末，如种子腐烂一样。修心不可能马上成就，需要次第、方法及内容，所以，听闻是为了了解次第与内容，透过讲说、听闻的了解，增长修行与道业。

今日主题为下士道 || 念死无常；各宗各派于念死无常解释甚多，佛经所讲念死无常简释没有广说，我们依着祖师大德的论典学习，以格鲁派宗大师对念死无常的定义 || 第一、无常有两种（粗分、细分）无常，当下忆念粗分无常，属于下士道所摄。第二、不修习念死无常的过失有六（不舍现世、不去常执、心不修法、不清净修法、不贯彻修法、忧悔而死）。相反的，修习念死无常的功德是易舍现世、去常执、心转向修法、修法时可以清净修法、贯彻修法、安乐而死。从功过对比，产生非修不可。第三、要发何种心修习念死无常，不是以怕死而养生求长寿，有生必有死，这是法尔缘起、业果异熟，因此念死无常的意乐，要想有生必有死，生命的灭失不能掌控，因此害怕往生之前，没有累积广大的修行跟善行，这样的心修习念死无常才正确，怕的是没有道粮（意识上安立善业习气的正法功德）面临来世而无法远行，让我们临终不颠倒，投生比较好的中阴，来世生生增上以此为主。

念死无常既然重要，应如何修习念死无常呢？宗大师不共口诀 || 三根本九因相三决定。所谓三根本 || 第一、我决定必死，理由是死主必来，所以我决定必死，第二、我自己的寿命有减无增，不能增添也不

能回头，因此决定必死，如瀑布流水、牧羊人赶羊、屠夫屠宰畜生、如织布一般可以现见的，比喻寿命有减无增，决定必死，第三，唯生之际也无暇修法，决定必死，小时不懂学法，一生几乎一半时间睡觉、吃饭、工作，真实修行时间不多，从这三个理由之上，忆念自己决定必死，产生修法决定。今天研讨的内容为第二根本——死无定期，我们看文：

（第八十一页十行）

若日日中，能起是念，今日必死，下至能念多分是死，则能修作所当趣赴后世义利，不更筹备住现世间，若未生起如意乐，于现世间见能久住，便筹备此，而不修作后世义利。譬如若念久住一处，则计设备住彼所须，若念不住当他往者，则当备作所趣之事，故日日中，定须发起必死之心。

每天当中要生起今天是最后一天，日日死日，今日必死，每天这么想的话，就会准备，因为你会想就要往生了，还有什么好留恋。当然不是放下一切世间法，而是如何准备来世，佛法是建立在前生后世上的，如果没有前生后世，一切佛法都不能建立，佛法讲的是三世因果观，不只有这世的因果，来世还有因果，如果想我今天就要死的话，就会造来世的因缘，以何能力去面对来世，不会一直筹备现世，如果生不起重视来世，今生为顺便的话，会认为我还可以久住，所做一切都以今生为主。以念无常做准备，心才能转向佛法及善行，来世才有利益，如果你的人生就像旅馆，不管你住几天，你不可能去大肆装潢准备的。

我在色拉寺时，住在师长家，花园里有很多花朵，师长天天浇花，我当然不做这些，只是想师长怎么都做这些赏花悦目的事，师长好像知道我的意乐，有一次跟我说：你是有国家的人，我有国家也不能回去，

印度就是我的第二故乡，我到印度快四十几年了，从二十几岁到六十几岁，黄金岁月都过去了，你随时都可以走，我不能走，我不让自己好过一点行吗？师长也许有其它意乐，主要你不把今生当家的话，只是住宿学习佛法而已，就会觉得这一切跟你都没关系，就不会想要当成家一样去布置久住，大概我们都和师长一样，以今生为主要吧！

噶当派的大德说过要如鸟飞空，以出家人而言，只有三衣一钵，就能如鸟一般，随时可以飞起来，没有任何沾染，对临终而言，除非你对受用不执着，否则就成了痛苦的因缘，因有久住的想法就会设备，以今生的目标为主要而努力，不会想来世的，想来世不是抛下今生，业会报的主要观察，在于业造完就变成业习气而存在，业是不断不常的，比如，我们做完布施之后的第二刹那，布施不见了，表示布施无常，可是业有感果能力的，因为它是善业，可是这都是因而已，等到碰到缘的时候才会感果，缘何时引发业成熟，不知道，所以业造完就会变成业习气的种子，所以所谓业力，就是业有感果能力，业力放在意识上，不是唯我上，也就是放在心上，心不会断，会一生一生延续，由前世我造业，来世去受报，业造之后不会完全不断，自他会变灭叫无常，就会有感果能力。

善业力感善业果报是决定的，所以生前要累积，不是要你放掉今生的意思，可以在世间法中去过日子，但是要做一点善事善行，以佛法的角度及内容指导你做善心善行，佛法不离世间觉，在世间的生活中，不能一心只为今生，要为来世启发善心，这才是有准备的意思，每天都要发起谛实的心——死无定期，每天都是最后一天，明天或来世哪一天

比较快来临，我们都无法预料，临睡等于临终，师长常说让每一天都没有后悔，身口意该忏悔的去忏悔，该随喜的随喜，该鼓励的鼓励，每天都是人生最后一日，每日都修法，每日临醒都正念发愿，正念检讨有必要，常想无常是坏灭体性，有什么值得那么的在意，把一切都占为己有是违背无常定律，要无常的因缘当中，多造作善因缘善，可是要随缘，因为无常所以要接受变化。

比如各位养孩子，好好跟孩子造作善因缘，可是尽力之后就要随缘，因为他是无常的，不是要你什么都不做，这部分要透过念死无常修习，让每天不后悔而修行。

（第八十二页一行）

此中分三。思瞻部洲寿无定者，总之俱卢寿量决定，诸处者各各于自能住寿量，虽无决定，然亦多数能得定限。

此中指忆念死无定期的三个理由：第一、南瞻部洲寿期无定，人道地方有十二处（四大洲、八小洲），我们是南瞻部洲的娑婆世界，寿量不定，而北俱卢洲寿量一千岁，不用耕种就可得受用，他们所造的善业比较好，可是因为定业不会想修行，这世北俱卢洲下一世欲界天，再下一世就到三恶道去，因为定业所以很难策发出离心，即使圣者菩萨也不太可能去，属于八无暇之一。诸处者指东胜神洲、西牛贺洲寿量虽没有一定，可是大部分是有定限的，而最没有定限是南瞻部洲。

总的一切有为法，未来都没有一定次第，很难预测未来如何，很多事情都是看因缘配合，不是有能力就能和合的，要有一些因缘才能成熟，各别而言，每个人的寿命也是无定，希望活很久可是你不能决定，南瞻

部洲的有情，外在身体受伤害，心里受创痛，寿量何时结束是无法决定的。

瞻部洲寿无定准，劫初寿数，经无量年，今后须以满十岁为寿长际，即于现在老幼中年，于何时死，皆无定故。如是亦如俱舍论云：「此中寿无定，未十初无量。」

看待其它三洲而言，南瞻部洲的寿量太无定了，**劫初寿数**（最早期南瞻部洲的人道）因为他们是化生、无量寿、五根具足、身遍光芒、随顺的相好装饰、以心乐（意触）替代饮食、可以飞行天空等，这是劫初人道的七种特色。释迦牟尼佛在人间降世时的人寿平均一百岁，每一百年减一岁，已经过二千五百年所以是减二十五岁，所以现在人道平均七十五岁，往下减到最低的人寿十岁，

集法句云：「上日见多人，下日有不见，下日多见者，上日有不见。」又云：「若众多男女，强壮亦歿亡，何能保此人，尚幼能定活，一类胎中死，如有产地，又有始能爬，亦有能行走，有老有幼稚，亦有中年人，渐次当趣没，犹如堕熟果。」

应当作意所见所闻，若诸尊重，或友伴等，寿未究竟，忽由内外死缘，未满心愿而死。念我亦定是如是法，应数思惟应令发生必死之心。

（第八十二页九行）

思惟死缘极多，活缘少者。谓于此命有多违害，谓诸有心及诸无心，若诸魔属，人非人等，众多违害及旁生类，损此身命，

亦有多种。彼等如何违害之理，如是内中所有诸病及外大种违损之理，皆应详思。

复次自身由四大种成，彼等亦复互相违害，诸大种界若不平等，有所增减能发诸病，而夺命根，此诸违害，是与自体，俱生而有，故于身命无可安保。

如是亦如大涅槃经云：「言死想者，谓此命根，恒有众多怨敌围绕，刹那刹那渐令衰退，全无一事能使增长。」

（第八十三页一行）

宝鬘论亦云：「安住死缘中，如灯处风内。」亲友书亦云：「若其寿命多损害，较风激泡尤无常，出息入息能从睡，有暇醒觉最希奇。」四百论亦云：「无能诸大种，生起说名身，于诸违云乐，一切非应理。」

现是五浊极浓厚时，修集能感长寿久住大势妙业，极其稀寡，饮食等药，势力微劣，故皆少有能治病力，诸所受用，安然消后，能长身中诸大种分，势用亏减，故难消化，纵能消已亦无大益，资粮寡集，恶行尤重，念诵等事，势力微劣，故延寿等极属难事。

又诸活缘，亦无不能为死缘者，为不死故，求诸饮食房舍伴等，此复由其受用饮食太多太少及不相宜，房舍倒塌，亲友欺侮，是等门中而成死缘，故实不见有诸活缘，非死缘者。

（第八十三页九行）

复次存活即是趣向于死没故，活缘虽多，然无可凭。宝鬘论云：

「死缘极众多，活缘唯少许，此等亦成死，故当常修法。」

（第八十三页十一行）

思惟其身极微弱，故死无定期者。身如水沫，至极微劣，无须大损，即如名曰芒刺所伤，且能坏命，故由一切死缘违害，是极易事。

亲友书云：「七日燃烧诸有身，大地须弥及大海，尚无灰尘得余留，况诸至极微弱人。」如是思后，不见死主何时决定坏其身命，莫谓有暇，应多立誓，决从现在而修正法。

（第八十四页一行）

如迦尼迦书云：「死主悉无亲，忽尔而降临，莫想明后行，应速修正法，此明后作此，是说非贤人，汝当何日无，其明日定有。」

瑜伽自在吉祥胜逝友庆喜亦云：「国王所借身，无病衰乐住，尔时取坚实，病死衰无畏，病老衰等时，虽念有何益。」

三根本中极重要者，厥由思惟死无定期，能变其心故应励修。

（第八十四页五行）

第三思惟死时除法而外，余皆无益之三者。如是若见须住他世，尔时亲友极大怜爱而相围绕，然无一人是可随去，尽其所有悦意宝聚，然无尘许可得持住，俱生骨肉尚须弃舍，况诸余法。

菩提道次第广论 宗喀巴大师造 法音法师讲述

2006 年 9 月 21 日

妙音讲堂开讲
第四十三讲

有一位师长一直在山上遁世苦修，一次上山拜访师长，提到一些修行的经验，有西方团体邀请师长去讲授菩提道次第广论，师长回答不去，我问师长为何如此回答，师长说既然不是想真实修行多讲无义，这是师长的观点，其实他并不是不说，还是有对一些依止他的弟子做教说，理由是弟子依止上师，上师有责任对弟子作教法的诠释及指导修行，所以师长说因为他们天天有修持，所以我的讲说变成有意义跟价值，如灯火正燃烧，把灯油加入就会更炽燃。换句话说：如果你本身有付出修持上的加行跟投入，在经由师长的一些教法提示，透过原本的修行及教法知见的指导，会成为修行的增上因缘，如果都没有，顶多也只是安立正法习气，因为没有透过修行经验的累积，所以教法听闻本身利益不大，意义就不大。

有人基于安立正法习气的观点而去说法，如师长的观点则是必修而学，不修不学的心态及知见来学习佛法，这是比较正统及较高实修的层次。我们也是应如此安立，广略由个人因缘，以清净动机为调心而修行，为修行所以要学习，能如此就会有解行合一的模式来学佛，否则就是解

行分家，这样效果一定不好，即便我们的条件不是很好，但是法义就是要调心的，所讲的都是你的问题，很深很广的部分我们不能相应及掠摄，基本上还是触及到我们的问题，所以法义跟我们生活及内心的安立不是没关系的。

事实上是主要的方便，每个人都想离苦得乐，所以依正确的方法来承办，佛法是指向心地的改造跟工程的加行次第，我们要有这种认识之上，随份随力把佛法用在生活中，如我们所学道次第的内容，透过一些了解之后去集摄，思惟后记住再加以串习。如无常就是要我们认识无常的实相，我们就要多想我是无常的，因为无常的关系，所以我该怎么办，这些都可以想一想。

看到一些事，就要忆念到无常，从生活中境界上看到无常的真理，让自己产生定解一切的外相印证佛说的真理，更肯定无常的真理之上，去证它决定它，慢慢生起证无常的心，对一切事情的看待，就会以无常观来看待，才能有效的离开痛苦，督促自己的心转向佛法的修行，总之，佛法要去实用才有利益，边学边思惟边串习边运用，如此才能改造心及趣入离苦得乐的方便，否则学的少又没有运用，其实佛法的利益在你的身上是看不到的，希望不要让心与佛法分两边，尽量将所学的法义去让它心法结合，这部分要慢慢增上。

无常的修学是初、中、后都很重要，所以要先明白什么是无常的意义，包括所谓的粗分无常指春夏秋冬、生老病死这些粗糙的变异。所谓细分无常指有为法它会刹那刹那变灭，第一刹那在第二刹那就不存在。

当下所提是粗分无常，观修及证悟无常之前，必须先行决定修不修习的功过，如修习无常法慢慢可以去除常执、舍现世、心趣入修法、修法较清静、会贯彻完成、因为无常推动你去断恶修善、累积资粮，所以临命终时会安乐而死，这是事实，有准备比较有能力面对，相反不修无常就也有这些过失。

那如何发起念死不常的心呢？就是害怕。不是害怕我生前拥有的一切（身躯、外在的亲友、财富、权利等）都离我而去，因心中不舍而怖畏，而是怖畏因为无常，我面临我的临终跟来世，到底我在生前有多少的心力跟加行在法上，比如三士道教法的累积，功德在心上有多少串习，如果没有就要害怕。如何正修行之理，佛经讲很多重点，实修的话，祖师们的著作也很多，如宁玛派的《普贤上师言教》及噶举派的《解脱庄严宝论》，都谈到无常的修行之理，宗大师在广论以三根本九因相三决定来做为正修行无常之理，要将它熟记而且跟自己结合，师长说善法刻在心版上，恶法要如画水。

三根本九因相其实就是你的问题，要结合「我」，我决定必死的——我的生命没有因缘让它不死，决定死主必来，第二，我的寿命是有减无增的，一天一天步向死亡，是真实决定无法回头，第三，就算我为了工作为了生活，没有很多时间修行也一定会死亡，产生我既然决定必死，那我必须决定修法，产生修法决定的心。

第二要思惟我的死无定期——我的生死是死无定期的，因为总的南瞻部洲的寿期是无定的，只要死亡业力因缘成熟，我就会随时离开这人

世，第二，死缘极多活缘极少，自己的活缘便成别人的死缘，所以死无定期，第三，我身心都很微脆，心可以马上痛苦快乐，身可以立即死亡，小小因缘只要成熟没有不死的，想想情况如此产生如是思惟，应该产生立即修法决定。

第三要忆念我临命终时，除了佛法余皆无益，临命终时弥留之际，恩爱的亲友不可能随我们共去来世，只能独生独死，生前为他们造业辛苦累积的财富，临命终时，一毛也带不走，必须放下舍弃，甚至从结生到断气之前，我们为它一生一世日日夜夜珍爱照顾的身躯，都变成尸体烧了，因此只有心上所安立的正法善业习气有所帮忙，产生唯一修法决定。各位要结合是自己的问题想，想一次没有用的，要多想才能转心，才能有一些征兆产生，以下会谈到：

（第八十四页七行）

是故现法一切圆满，皆弃舍我，我亦决定弃舍彼等，而赴他世。复应思惟，今日或死，又应思惟，尔时唯法是依是怙，是示究竟所有道理。

既然第三根本是思惟除了佛法之外，余皆无益（亲友、财富、身躯都要放舍），所以应该现法（今生）的一切圆满（受用、身躯、财富、亲友、饮食、助伴）都会弃舍我而去，天下没有不散的宴席，死无定期，没有一法临命终时不弃舍的，再怎么不舍，现世圆满顾不得我，我顾不得它，最后彼此互相弃舍，有一颂：人间匆匆迎众务，不觉人命日夜去，如灯火中灭燃其，茫茫六道无定趣，为得解脱出苦海，云何安然不惊怖。轮回中生起怖畏，督促我们准备道粮去远行，又说：人生不精进，

喻如树无根，采花至日终，能得几时鲜，人命亦如是，无常须于间。又有佛经说：人命极无常，犹如拍手声。不是恐吓你，而是应该思惟也许今天就死了明天就没了，这是死无定期的观点，思惟只有得救之因的正法，才是依止处才是怙主，这展示究竟的道理意要想一想，心中有佛法的人，会明白有生必有死，生前有修习佛法、归依三宝、断恶修善、累积资粮，就可以依法有能力迎接死亡，如一人掉入水中，抓住救生圈一样的道理。

临命终时会会有很多幻觉、不舍、痛苦以及错乱心，如果心中没有一些正法习气的话，会很危险的。法宝是正归依处的理由在此，有归依三宝、断恶修善，可以让你不堕三恶道，如果有灭道二谛的话，可以不堕轮回，所以佛宝跟僧宝是助缘，目的由佛说法，由僧修行当榜样，目的是帮助你心中生起法宝，诸佛依法宝成就，众生也比依法而离苦得乐的，所以法要很重视，忆念无常如念佛、持咒、拜忏、忏悔、供养、布施、修法、禅坐，这一切就是把你内外的恶行跟恶心减少，善行跟善心增长，这就是依法而行。

阿含经说：应作法依止，自依止，莫作他依止。一切都是为了让你心中生起法依止的缘（助伴）。举个例子：各位到某寺院拜忏，寺院的庄严硬件，会场的布置，法师的梵呗声，一切一切还不是为了忏悔净罪吗？这才是目的，不是有道场就会解脱，是靠缘的和合之上，产生法的能力跟法的修行，让自己有能力面对，生前多所串习，临命终时随彼而转。看看我们今生这模样习气，心中想的只有烦恼，行为只有恶行，可以看

出我们前世一定不是很相应佛法，所以学佛不是很积极，无心时意愿不强，有心时智力不够，学了之后又我慢不调心，从果去推因，真的可看出我们前世不是很好，引业虽感得人身，满业的依报，出世间善根蛮微劣的。师长不是这样，很小就出家，生生世世发愿，一样是人，为什么有所差别呢？各位一定要重视法，既然今生的果报可以推知前世的因不是很好，今生的因要造作来世才会好，至少生前有困境去缘念应对，更重要是临命终时，粗想心念现起之际，重近串习的果报各位知道的，重业先感的情况下，如果都没有一些法门及佛法的依止，而且修学佛法又以世间八风烦恼心等，剩下能拿到后世的严格讲起来没那么好。

迦尼迦书云：「能生诸异熟，先业弃汝已与新业相系，死主引去时，当知除善恶，余众生皆返，无一随汝去，故应修妙行。」

能生诸异熟，能感的异熟果以我们今生而言，就是往昔的十二因缘第一支无明推动你造福业（断恶行善），持戒的因感得人道的引业，一些善的满业感得不同满业这就是异熟果，异熟果成熟只有蒙受一途，不可能改变的，如今生当人就必须当人，异熟果靠业力而结束，前世的业力如剑射空中最后就会掉下来，比喻前世造业感得多少寿期、福报如何、期间多少寿用、如何受用之理，业力有决定关系，当业报尽时，就会身心分家，以现在还是依身心假立生活、造未来业，往昔异熟的业果感报到何时靠前世业因缘的能力，以了凡四训的故事，是因为他造了一些现法受的业，事实上业力报尽时，一定身心分家，与前世的业报相离是死亡，因为前世感报得业能力尽了。

连续你今生的心跟来世的身是靠今生的业，心的续流投生哪一道、

什么样的众生及眷属，都跟今生有关系，所以业是连续今生的心跟来世的身，我们只是因隔阴之迷不知道，事实上就是如此，新业相续今生跟来世。**死主引去时，当知除善恶**，临命终时，业决定一切，善恶业感善恶果是决定的，生前累积多少善恶业就安立多少善恶业习气感得多少善恶业果报，**余众生皆返**，一切有情包括上师也无能为力，虽可以修法超荐等都是助缘不是决定因素，佛有悲心为什么地狱不空，因为业报佛力也不能改变的。**无一随汝去，故应修妙行**，人身最重要的是苦乐，一生最重要的是生跟死，胜是好好的活好好的死亡，这是重要的准备课题，充分的认识生死再去修行是很需要的，密乘就是以生死的行相修行的。总之，要修善法行，善行变成修行要有佛法摄持，身口意的善行要真正成为符合佛说的功德修行要有佛法内容，否则不一定。

吉祥胜逝友亦云：「天王任何富，死赴他时，如敌刳于野，独无子无妃，无衣无知友，无国无王位，虽有无量军，无见无所闻，下至无一人，顾恋而随往，总尔时尚无，名讳况余事。」

吉祥胜逝友也说：任何的财富宝聚在临命终时，死亡往赴来世时，完全没有利益性甚至更贪执而堕三涂，师长说：不善巧的话，依着生前所拥有的东西而起贪心、操心，临命终时更执着而颠倒，出家在家都一样，很现实的问题。**独无子无妃，无衣无知友**，没有孩子及王妃陪伴，**无国无王位，虽有无量军，无见无所闻，下至无一人，顾恋而随往**，国土王位都没用，一无所有，无量的军队都没有一人可以跟你到来世，区来世时，今生的衣食名声无用，师长说：国王放下政权，乞丐放下拐杖，各放下不同所拥有的赶赴来世。

生前如何有财富也不过是三餐，睡觉也是一个床，不管生前拥有什么，死时都要放下一切，所以不想无常而真实修法的话，所谓住持、律师、禅师、法师都是空名。说明：常伴亲友还别离，勤聚财物终捐弃，是客且遗身先去，舍现世是佛子行。临命终时，亲友、财富、身躯无益，因此唯一修法决定，以出家而言，随个人种性发心及准备道心，有了道念道心才谈得上，因为出家是换心、换名、换衣，主要换心（出离心）。师长说：应该准备赴来世的时候，其它没有什么好准备的。师长因为觉悟到这一点，所以他天天都在准备，很多有修行的上师，临终时很安详不慌乱，不论何种死法，举个例子：耶喜喇嘛在纽约心脏病往生，以医学看都没有生命征兆，可是身边的人说他还在身体里没有死，还在身体里修行，一位瑜伽师有修行者，他们是很安详面临死亡，死王时还是一直运用生前所修所串习的法义，贯注在临终去面对来世，这些例子蛮多的。

前不久我一位七十多岁的师长刚生病往生，他看得很开心很安详不慌乱，他知道只有三宝只有法才能得救，让我们知道只有法有用，有修没修差太多了，

（第八十四页十二行）

如是思惟有暇义大而实难得，及虽难得然极易坏，念其死亡，若不勤修后世，以往毕竟安乐，仅于命存引乐除苦者，则诸旁生有大势力，尤过于人，故须超胜彼等之行，若不尔者，虽得善趣，仍同未得。

想一想有闲暇有因缘修行的身躯，义大是可以创造很大利益，让生

命比较充实、人生有能力面对困境、临命终时有法义面对重业、来世可以感得增上生继续修行，这些都是义大，靠这个暇身来承办。它是难得而易失，很快像闪电一样消逝，死无定期而难得（果难得、因难得），因为它本身有十八要件当然难得，总的是得暇身的三因（布施、持戒、发愿）。

既然得到难得义大的暇身，又很容易面临无常，不勤修来世利益准备道粮的话，仅仅是尽形寿只为今生做离苦得乐的事情，这样的话，畜生也有这样的能力，就是：守护眷属、降服怨敌。这部分畜生比我们还行，麻雀筑巢比我们都厉害，如果只是为这些，其实没有什么差别，**故须超胜彼等之行**，超胜畜生道的行持（修法调心、无害利他）**若不尔者，虽得善趣，仍同未得**，如果不这样做，即使我们得人身在善趣，等同未得，如果逆内心的念头只有想着今生一世的财富、亲友、衣食、名声等等，最多也不过一百年，有依心假立的我去轮回相续，轮回的我不是只有一世，今世人道轮回的我，来世狗道轮回的我，都是我在轮回，我根本都没有断过，靠业力相续而有，有依心假立的我会相续，长远的下一世怎么办？不能只为今生一百年的我去造业而已，恶业的果报会报在来世轮回的我上，只是我们不知道，所以不会怕，业报是丝毫不爽的，应依得善趣之时，修得善趣资粮是比较有智慧的作法，不能只为今生活着，要创造一点来世道粮，否则等同未得。

如果为了来世道粮而造善业，今生也会比较快乐，如我们有皈依三宝有修行就会比较快乐，来世如何虽不知道，至少我们相信佛说的圣言

量，可是当下现见得到的学佛、修行、调心相应、无害利他，过的不是会比较快乐吗？这是现世报，智者要知道取舍，相反的，一直害他而得善趣又如何呢？

如入行论云：「畜亦不难办，为是小利故，业逼者坏此，难得妙暇满。」以是此心纵觉难生，然是道基，故应励力。

入行论说：畜生道也不会很困难承办这些利益，**业逼者坏此，难得妙暇满**，可是今生如果只由业所自主的话，就会害灭我们今生难得的暇满身，我们应想长远。**以是此心纵觉难生**，因此念死无常的心是摧灭今生贪着的主要方便，没有念死无常的心在心中生起，心很难转向法义的修行，就算有也只是善根而已不会恒长，**然是道基，故应励力**，它是道的基础，督促你、鼓动你、推动你心转向法，就是深刻的念死无常。才能放下今生的一切以来世为主励力修行，有修行的人都会忆念死无常。

博朵瓦云：「除我光荣者，即是修习无常，由已了知，定当除去亲属资具等，现世一切光荣，独自无伴，而往他世，除法而外，皆无所为，不住现世，始得生起，乃至心中未能此，是乃遮阻一切法道。」

噶当派的祖师博朵瓦说：自傲、自恃今生所贪求的一切就是指光荣，去除我的自傲、自恃今生所贪求的一切，是修学念死无常。有修死无常会知道有生必有死，得失苦乐随因缘而转，可以由此了知定当去除现世一切所得到的助缘，为了今生所得到的一切都是，可以去除这种贪着，**独自无伴，而往他世，除法而外，皆无所为**，一个人临命终时，独生独死，去来世除了佛法之外，其它都没有大利益。生前临终能帮助自

已度过难关获得利益的，还是只有心法有否相应，其它没有帮忙反而障碍，当然菩提眷属可以在法上帮你，主要还是自己要心法结合，**不住现世，始得生起，乃至心中未能此，是乃遮阻一切法道**，心转向法，不会只贪着现世而已，忆念无常之理才可能生起，要有舍现世的心才有舍下来世的心，要有舍下来世的心才有舍下对轮回涅槃的心，这是有次第的，心中没有无常想的话，就会遮止心中一切法道的生起。

令已得暇满人身变成没有意义的心，是于现法放逸散乱，这是主因，要修无常法来对治。因为对自己的无常深刻的思惟跟证悟，绝不会一直不断的沾着追逐无常不死的现世利益，会去追求永恒坚实的利益，所以依此修法方便来勤修，一切一切想投入修法方便来自于无常忆念的推动，把今生的顺缘都变成累积来世道粮的因缘，不要变成操心不舍的因缘。**铎巴亦云：「若能兼修积集资粮净治罪障，启祷本尊及诸尊长，并发刻勤殷重思惟，虽觉百年亦不能生，然诸无常不安住故，略觉艰难即得生起。」**于迦玛巴请求另易所缘境时，重述前法。请其后者，则云后者全未能至。

祖师语录铎巴说：假如我们很努力要净罪集资及祈祷本尊及上师，很久都生不起功德的话，这时候倒不如去忆持无常（生死无常、死无定期），开始虽觉得艰难，可是还是可以生起的，换句话说，忆念无常比较有能力推动你修行，如果为了要福报想修行也不坚固，因为是善法欲所摄，本身对生命没有内在深刻实相的体验，所以比较不会坚固，会变成有福报就做，没福报就不做。如果忆念无常有福报、没福报都要做的，念死无常不能真心思惟，其它的大法很难入心，唯修念死无常的法也是

大法，它让你的心转向出世间法。

迦玛巴请求他的师长修别的法，不要一直修无常的所缘行相，因为他觉得老生常谈，他的师长还是一样告诉他无常法，因为其它的法很难推动他入心。告诉我们一定要深修实修无常法才可以改变我们的心，还是要从无常法修起，相信无常法也是大法，不相信，无常法，其它的法也是小法，整个三士道的修行让你不会浪费时间、不拖延、不消极，取决于你真心修习暇满无常二法，就算你正工作也可以持咒或作四皈依，多少会紧张也会有不一样的想法，如工作时持咒、睡醒、睡前想一下佛法，比较有机会跟佛法相应，这很重要。以成就的第一步而言，总是要将心放一点在出世间法上，都是靠无常法的忆持推动你想要如此做，没有的话就成为文字，有如此忆持修习就是你自己的东西。

（第八十五页八行）

如是自心若能堪任，应如前说而正修习。若不堪者，则随其所称，取三根本九种因相，观现法中所有诸事，犹如临杀饰以庄严，应当乃至意未厌离，数数修习。

以上所说自心如果堪能的话，就将前面所述取来归纳而正修行，如果不堪能就随之能力，取三根本九因相重点式的方式去修习，就如我们刚才所讲的你不能记很多，至少三根本九因相要记起来，而且要结合自己。观现法中所有诸事，犹如临杀饰以庄严，因为常执为今生的名闻利养而造罪，就如要被处死还去装饰有何用处，要明白现法永无止境，所以贪着永无止境，现法没有很大利益而且没有真实性，问题是你将今生的眷属、财富、名位视为功德的话，很难摧灭对今生贪着，不会为来世

努力，越贪今生越没有来世，越重视来世，今生一定活的更好，为来世所以今生好好改变你的身口意行为，这是为来世的意思，不是叫你不要生活。

所以为来世改变你今生身口意行为，今生一定过的比较快乐，会障碍的放舍，可是也会帮助你今生过的好一点，各位不要误解为来世是和今生对立，因为如果没有今生也没有来世，来世是靠今生累积资粮而有来世的，只是心不要只贪着今生。**应当乃至意未厌离，数数修习**，没有想今生的现法不是很主要的，而且也没有一点厌离的话，一定要一直一直修，修一次不够，一定要一直想一直修，如何知道你有没有相应无常，你不会随便浪费生命在世间法上，对修行不会随便拖延时间，比较积极有殷切感，会想追求来世的利益，这才是有无常相应的征兆。如果念半天无常法，还是贪着现世的话，就是文字游戏心没入法，这跟盖很大的寺院跟很大的头衔都没有关系，主要是心念要转动。

若经论中，何处有说亲近知识暇满无常，诸法品类，皆应了知，是彼彼时所有行持，取而修习，乃能速得诸佛密意。余处亦当如是了知。

宗大师说假如下座时要看一些佛经论典，所观阅的佛经论典中，哪一部分说到依止之理，如《华严经》有提到善财童子五十三参，《般若经》中的常啼菩萨依止法称论师，密勒日巴传记依止马尔巴，中国的禅宗二祖依止初祖，都可以结合依师之理，暇满而言，佛经都有说到，经论所说是我们当下所学的，**是彼彼时所有行持，取而修习**，道次第当中的所有行持，意思是必须将所有经论内容结合集摄在道次第当中而取修，不

可以认为佛经与道次第分开讲，这就麻烦了，我们不能广学佛经，至少学阐述佛经教法的道次第，同时看佛经要会结合道次第，比如阿含经、华严经。这些经典里面所讲的某些是讲依师、暇满、无常、四圣谛等，你要会去结合它，如此才能经论跟教授合一，重点不是在明了法义，在于相应法义，以此为主，将道次第当一个蓝图去学比较好，离开道次第没有经论，离开经论也没有道次第，这是决定的。**乃能速得诸佛密意，余处亦当如是了知**，这样修习的话，很快就会了解佛陀密意，依道次第来学佛、学法、学经，学经必须结合道次第的哪一段，这在其它地方也有讲到，所以，总说舍现世不是什么都不要，而是不能将心思都只放在今生不过一百年的利益上，因为要以根本安乐为主要，结合佛经当下所讲的无常，多多的体会去证悟它，以无常的心好好推动你贯彻修行。

以上以讲完念死无常，我想道理大家都可以听授也可以接受，可是知道做不到也不相应，心中一直殷重想及认定，有了解却无觉受，各位是这个层次吧？总结起来，法是很好，可是听者与讲者很差，因为不是经验教授，如果是经验教授就不会这样，经验教授要有条件——讲者跟听者两造都要有决心、有闲暇、有意愿、有希求、又精进，把身心放在法上，讲者所讲的就是要修，不修就不要讲，修到某个阶段再问讲者怎么回事，有否证悟应证一下，改变缺点再往下讲，这样才会有效果，我们现在只是听听讲讲，所以很难，要能有相应一定要听完之后去思惟，思惟到一个程度再来学下一个法，否则听那么多为了什么，所以不是法的问题，是两造的修行方式跟形态，都要有时间跟希求，以效果而言。

各位要思惟一下，所讲的都是你的问题。

（第八十五页十二行）

第二思惟后世当生何趣，二趣苦乐者。如是决定速死未没故，于现法中无暇久居，然死而后亦非断无，仍须受生，

佛法从这里开始算——想来世。要思惟当生何趣，二趣是善趣恶趣的苦乐，我说过想无常不是怕死，而是不知怎么样死，及死后去哪里怎么报应，所以要想一下来世，既然有来世，对自己来世不知道去哪里一定很慌张忧苦，所以要想想来世的苦乐，想想现世当中也没有能够长住久安，每个人都想长生长寿，事实上都违背所愿，**然死而后亦非断无，仍须受生**，死了以后不是一了百了，也不是死了如灯灭，业力有它的作用力，由业连续今生跟来世，所以生多少次就死多少次，生生死死不要说没有来世，我觉得业力有作用的话就有来世的，有人说我根本就不怕死，那是邪见跟没有碰到临命终时，就算不信业果的人临命终还是会害怕的，很多没信佛的人还是很害怕的，不信业因当然就会愚痴，以为什么都可以做什么都不怕，事实上也不是学佛的人更倒霉，学佛的人信业力才有来世果报，不学佛的人不信业力所以没有来世业力果报，信有不信也好，来世有没有业力会报，不是以相不相信去判断的，是真的就有。

从今生可以看到来世，不论好坏主要是随行自己的业，少分是俱作缘，主要是自己造的主因是业，如自己身体得影子，如影随行到感报。除了你对治忏悔，否则业有业力业有感果的能力，佛教是跟业有关，不是创世主的问题，佛法主要是讲业果观因、缘果报的，业有业力配合因

缘就会成熟感果，有为法如此，外在的稻谷稻芽如此，内在的投生也是如此。尊贵的 大悲尊者说：有来世理由比较多比较合理，没来世理由比较少，因为有没有来世是隐义法度是现量法，必须透过比量或圣言量来证明。

举个例子：这个小小婴儿有前世，既然前世今生就来世，既然今生就有来世，所以只要证明有前世就有来世。婴儿有法，他有前世，以他有心故！婴儿有法有心，以他有心识续流故，今天婴儿的心来自于他结生续流的心，因为心一定有前心的，心是刹那刹那续流相续的，这一刹那的心来自前一刹那的心，一直往前推婴儿的心来自胎儿的心，胎儿的心来自中阴身的心，中阴身的心来自前世的死有，所以心识续流会相续故，就有前世了，既有前世就有来世，从心识可以推明比量来证明有前世，还有从习气会呼吸会吃饭，生来就没人教会呼吸，那是前世习气的关系，一样的家庭孩子都不同的个性，怎么说明因怎么来的，缘或许后天环境教育，而未教育以前来自前世习气不同故。

所有佛教建立在前生后世上的，没有前生后世观的话，可以不要学佛。佛法讲三世因缘观，所以解脱成佛是从三世因果上讲的，否则一世因果，今生快乐就好何必辛苦学佛，所以要想想前生后世蛮重要的，一定有的不可能没有。业力如影随行，一直到感报为止，因为心跟轮回无始无终，心念像流水一直相续不会断灭，所以有来世。

此复唯除二趣之外无余生处，谓生善趣或是恶趣。于彼中生，非自自在，以是诸业他自在故，如黑白业牵引而生。

既然有来世，不是解脱就是轮回，不解脱只有轮回，轮回只有善趣

跟恶趣，自己不能选择只由业力作主，任何苦乐皆随行它的因，换句话说：心上有否安立正法及善业习气，它的来世投生会有不同，一切会有善恶业决定，我们只是不知道感果方式。举个例子：你会感得某对父母、某个家庭、汉人、藏人或西洋人、哪个地方、是男是女、排行第几、出生后得到什么照顾、什么想法，业报怎么来的，什么时候的因缘感得这样的果报，造何业缘跟这对父母有关系，这些都是业力。会感得千差万别的业力只有佛知道。

各位今天穿什么衣服、拿几本书、用什么眼光看我，都是业。我跟各位说过：一位法师无意间打死一只蚂蚁，后来蚂蚁投生一只猴子，猴子在山崖跳来跳去推石头把他砸死了，当初法师无意杀生，猴子也无意杀生，当初你以什么方式意乐加行，对对方作什么样的行为，所以现在就让对方以什么样的方式意乐加行，让你得到什么样的果报，这就是业的果报。我们只是不知道过程，所以才说怎么会这样，其实本来就这样，你只能在蒙受往昔业因的果报当下造新的业因，比如：我被打死的时候作消业想，然后忏悔业障，悲悯众生，在受旧业果当中造新业因叫修行。如果再造新业因以后还是会再感不好的果报，因为每个人都想离苦得乐，只能该报的去承受，承受当下作消业想，认定因果的道理要很信仰业果，深信业果之上作消业想，业报观之上在旧的业报当中去创造新业因叫修行。如果你又创造新恶业因，就不叫修行，你又负债了，以后要还。

如果修出离心、修菩提心、修空正见、依特别福田力（如净土法门），如此所造的业是随顺集谛，不是增生集谛，那是解脱成佛的因，虽不具

相因为没入道，但不会是轮回因。举个例子：如果你菩提心摄持造善行，那不是轮回因是解脱因，所以还是看你法的力量，刚刚说过善行变修行要靠法的力量，否则做太多还是造轮回善引业跟善满业而已。

学佛要认识佛法，告诉你修行内容，下士道比较不够，皈依断恶修善是需要也是基础，要增上不轮回要刚刚提的四个法类（三主要道及净土法门），这一切都以意乐为主。

如是我若生恶趣者，当为何等，故应思惟诸恶趣苦。如龙猛依怙云：「日日恒应念，极寒热地狱，亦应念饥渴，憔悴诸饿鬼，应观念极多，愚苦诸旁生。断彼因行善，瞻部洲人身，难得今得时，励断恶趣因。」

既然随业流转，任何苦乐都随行于因的话，各位要知道，虽然生已归死，死已后生，但恶业的果报是三途，烦恼的果报是轮回，我爱执的果报是不能成佛。我如投生恶趣，会受什么苦呢？以龙树菩萨依怙所说：每天应想一下，寒冰地狱、热地狱是大有情地狱，八寒、八热加上近边、孤独地狱就是十八地狱。

应念饥渴、憔悴（饿鬼道），还要忆持很多愚痴的旁生（畜生），要断恶因要行善，南瞻部洲的人身很难得，难得已得应该要励力断恶修善。南瞻部洲的人是最好的人道，因为心见道在人天，苦多乐少比较有出离心，有出离心比较会学佛，这是它的优点。好好想一想你都快要死了，死时就以业流转，以恶业流转就要到三恶道报到了，怎么办？所以趁现在还没往生三恶道以前，多想三恶道的痛苦以及果报之上，趁还在人道

的当下好好修行，所以这一切是将来的三恶道，不是现在的三恶道，让你害怕而皈依三宝奉行业果，因为明明我现在是人道，主要说明来世堕三恶道，这样的苦有什么情况，畜生道可以现见，饿鬼、地狱只能听圣言量证成。不管是现见的苦或佛说的苦，我们想一想害怕之上，以还没感三恶道苦的人身多所修行，来世就可以不堕三途，主要是要皈依三宝奉行业果。

问：请问何谓法依止、自依止、莫作他依止中的自依止是什么意思？

答：以自己当自己的怙主，自造自受，以自己为主，自心跟法结合叫自依止，不是依止上师或外在的三宝为主要，是自己要修行为主叫自依止。外在的上师或三宝也很难救你的，你要自己修行的意思。法依止是正法才是得救之因的意思。

问：

答：不接电话不跟别人来往，那时候就是我要修行的时间，因为我们该做的时间有多少，剩下的有多少时间，时间怎么安顿，多少内容，比如半小时或一小时，这是我的修行时间，就不会去做别的事，放下所有的事，以牵引力而言，这些时间已经不多不容易了，这时候就是我修行的时间，因此其它事情就放掉。我不认为你很迫切，你应该提醒自己这是懈怠跟散乱，事实上，你想修的心有，加行上没有止观，所以沉没掉举懈怠也有，因为杂所以一座修行时间已经不多，质量又不是很好，包括有时候自己的习气及习惯性的动作，如想喝水又站起来或想睡觉，这时候

你要提念，这时候我的魔业又来了，障碍习气又来了，这是障碍我修行不能成遍的原因，要这样想然后忏悔，让自己就是不要起来，如果你认为很辛苦，就把一座的时间减少，那一座就是不起来让质量好一点，起来就处罚自己，心一直要忏悔察觉对治，或是起来走一走再来修，宁愿修质量好一点，不要让自己假修行名目，事实上效果不好而修行。

座少时间多质量好一点，或者要忏悔自己的习气好重没有很殷切，一方面没止观一方面习气的关系，对法的忆持力没那么欢喜也不熟悉内容也不多，这要检讨一下。对治来讲就是要察觉忏悔，修法的习气有些不会这样，有人前世或今生累积一段时间之后会很欢喜，质量也不错，我们是没得止观，至少你要察觉不要让它一直过去要会抓回来，正知正念修行的法力跟精进心要殷切一点，这是自己的问题。

问：

答：不要耽心法师不说法，要耽心法师说法而迷惑，这问题我认同，有些有情需要种种子的，安立佛法习气，结缘式的引导，有些属于增上式的引导，有些是属于圆满式的引导，各有不同的层次跟教法及学习方式，总是如金字塔一样，底下种因缘的比较多，我认同很多菩萨明明知道只有这样是种因缘的价值而已，但是众生的根器如此，因此他示现跟大众一样来为众生说法也有，这叫合光同尘，这部分要很随喜，也有法师是迷糊的，不知佛法内容，把方便当究竟

就去宏扬，当然也有少分功德，利益不是很大，但是对适合当下根器者是有利益性的，这部分有需要也要肯定。

我们师长所说的是不修不学，为修而学的心态来讲的，这是少数师徒才会有这种情况，这是比较高层次的说法。以我们师长所讲的方式是从结缘的到入出世间的教法怎么说，到最后怎么证悟的过程，它是有个层次的。多数的人要变成质量非常好不容易，包括师长也是，弟子也是，量多以质来讲，大部分都比较不理想，以灌顶而言有它的意义跟条件，为什么要灌顶的理由之后怎么增上，那都有内容的，现在不谈佛法的流布而是要看法器，师长有些修证广大知解教法，这是知识的功德一般，弟子有要是法器，否则也都是结缘而已，现在不是法的问题，而是你会不会修的问题，程度到了没有的问题，这样的人比较少。佛弟子佛法的学习跟修行要提升，不能只满足结缘式的修行，量有质要照顾到，因为正确性纯正性很需要的。

菩提道次第广论

宗喀巴大师造

法音法师讲述

2006年9月28日

妙音讲堂开讲
第四十四讲

佛经说：「有情异熟难思议，世间一切从因生」。这句话指情器世界的众生果报都很不可思议，所谓不可思议是很难测知了解，即便我们不了解正报、依报的感果，其实都是来自各自的果，以及相顺因缘所生；从整体的一切世间现象都是如此。个别上，有情心的苦乐是由因缘产生，苦乐跟我们有很大的关系，众生的天性要乐不要苦；佛教的教法跟修行建立在如何以智慧跟方便，告知众生离苦得乐的方法。佛教的特质在于有前生后世，没有前后世的安立，大概一切佛说跟功过都不能成立，所以佛教是指三世因果观；特别讲六道轮回及三恶道果报，这是最基础的佛教教义，要充分的认识并且相信。

为什么会有六道轮回呢？刚才提到由「因」生。有情的异熟果投生于哪一道以及如何过活，什么样的好坏条件，都跟众生的业有关系。这部分只能依佛说而相信，即便不能以五根所接触，至少可以用第六意识去推知。以修行来讲，我们是很差的人，透过一些真实的修行，我们会发现自己内心有一些改变与调整。以我们这么差的人，稍为修一下都有感觉的话，推而广之，我们接触到的祖师大德，他们的修行经验及证悟

情况，可以推知是有的，以及往昔的诸佛菩萨也一定有的。

十法界的六凡四圣而言，声闻、缘觉、菩萨、佛，他们不可思议的功德，我们都只有赞叹跟仰慕，他们如何成办呢？就是经由修道证果而有，透过完美的修道证果，把心变成善良、慈悲、智慧，所以感得这样的果报是合理的话，往下推地狱、饿鬼、畜生他们受的苦有没有存在，我们可以从有情如果好好的修道证果，可以感得三乘菩提的话，那有情如果起贪瞋痴三毒，会蒙受三恶道的痛苦，也应该是有的吧！我们一定要相信善恶果报及三世因果是有的，当然我们没有亲见只是信佛说，也大概可以推知。总之，每个人都想离苦得乐，每个人都好好去过今生所剩下的人生，如法以正念去面对自己的临终，感得比较好的中阴，继续生生增上，来世碰到更好的因缘，透过佛法的修学让自己的身口意改善，心跟法相应、趣向善良，会比较有福报，人生也会比较多的善缘，来世的果报一定是很好的，我们要深信这部分。学佛是很积极而且可以帮助我们克服困难，前提就是如前所说——要相信前生后世、因果果报。依着佛说好好修行，修行并非要你离家出走，而是要你修心，修心就是将心垢慢慢去除，将心的功德慢慢增长，这样的过程跟结果就是修行。如果可以这样掌握的话，各位得到的暇身就变成有意义有价值，来世一定可以增上。

一般讲，我们学菩提道次第，主要是三士道。祖师说：「学下士道必须要中三恶道痛苦的箭，一心想拔出的心情来学；学中士道就如中轮回痛苦的箭，一心想拔出而学；学上士道就如中我爱执自利作意的箭，一

心想拔除而学」。殷切体会每一种道次所要对治的是自己三恶道的痛苦及我爱执的痛苦。我们已经探讨过依师是外缘，暇满是内缘，在具足内外因缘之上，以自己的佛性来听师教说闻法而修行，修三士道的法类，第一个就是念死无常，即使得到这么好的暇身也不久住，因为死无定期也不会一了百了，会随业而流转，依善业得善果善趣、恶业得恶果恶趣，今生当人是轮回的善趣，但是下一世根本不保证，今生所造作的烦恼跟恶业都没有忏悔，往昔也造作很多感得三恶道的恶业习气也都没有报，所以不保证一但断气之后，只能以业力感得三恶道的中阴，投生三恶道而轮回受苦。想想自己下一世的三涂苦，这样有什么好处呢？除了自己三恶道的痛苦之外，还有一切众生三恶道的痛苦，如此才会如实皈依三宝、奉行业果、断恶修善。就会想离苦得乐，因此好好思惟三恶道痛苦，这不是恐吓也不是骗你的，它是徧知一切的【佛】所教说，我们要深信。看文：

（八十六页第三行）

此中所修生死总苦，恶趣别苦，至极切要。

我们要思惟轮回的蕴界处，依着烦恼跟业力的关系，一世又一世流转相续，今生当人身，来世当狗身一直不停的轮转。思惟轮回的总苦在中士道教法，五蕴生死的续流是一个延续一个感受的痛苦，也就是六道总的痛苦，特别是恶趣个别的痛苦，要多门数数思惟，因为不想痛苦不会想得乐的，不知苦焉知乐，要离苦才能得乐，不离苦怎么得乐，要好好思惟知苦为苦，知苦的过患想厌离，找苦因去截断才不会感苦果，所

以要修行。不管是念佛或其它法行道理是一样的。

世尊最初宣说苦集灭道四圣谛，四圣谛应该是集苦道灭，因先说果再说，世尊先讲果而因后说，是因为要顺着有情不思惟苦不会厌离，不
厌离不找苦因，不找苦因不会想修行，所以一定要先宣说苦，这很重要。
谓若自思堕苦海理，意生厌离能息傲慢。由见苦是不善果故，于诸恶罪极生羞耻，不乐众苦故，而乐安乐。由见安乐是善果故，于修善法深生欢喜，由量自心而悲悯他，由厌生死希求解脱，由畏众苦，发起猛利真归依等，故是能摄众多修要大 椀南。

这是思惟痛苦的五德，**谓若自思堕苦海理**，自内反思自身的烦恼跟业让自己堕落，没人推你。师长说：如果我不造地狱的业，全世界的人把我抓起来也不能让我到地狱受苦；如果我造地狱的业，我一人的力量就去了。所以要反思自己堕轮回海的道理，要知苦离过患，当下而言，三恶道是纯苦。以下是五个功德：^一**意生厌离**，思惟痛苦让你内心会生起厌离是很合理的，见功德而希求是很正确的，没有厌离就不会想修行，因为你沾着贪爱怎么可能呢？所以苦德第一功德是意生厌离。^二**能息傲慢**，自己常觉得他人不及我，我非常了不起，一切都蛮圆满的。如果突然苦厄痛苦时，本来很贡高，这时我慢会降一些些，也慢不起来。

所以富贵学佛难，因为没有很多痛苦，一直看不到真相就会忘了自己，相反的，苦多乐少反而好学佛，烦恼比较不会那么炽盛，我慢是因为自身顺利才贡高，如果发现原来自己有那么多缺点有什么好慢的。^三**由见苦是不善果故，于诸恶罪极生羞耻，不乐众苦故，而乐安乐，痛苦来**

自恶业的果报，自己痛苦来自恶因所产生，所以会想既然现在蒙受恶果是过去恶因的果报，以后我不想要痛苦就不会想造恶因。^四由见苦是不善果故，于修善法深生欢喜，因为不喜欢痛苦喜欢安乐，安乐来自于善果，所以对于修善法会欢喜，乐于行善来自于痛苦的推动，好比生病希望痊愈，要痊愈就要吃药，同理就会想找乐因造善行。^五由量自心而悲悯他，由自己的痛苦类推自己内心而悲悯别人亦复如是，如果我轮回到三恶道受苦，众生也和我一样这么痛苦，自身厌离生死过患而希求解脱，这是大悲心比度于他，自己的痛苦想一想别人亦复如是起悲悯，会厌离生死想解脱，会因为怕苦而皈依三宝，做很多善行。总之，由苦能生怖畏而信三宝起皈依真心修行等等，各位到寺院上供下施就是为积福净罪，基本上就是残缺不圆满，所以找方法解决及依止，推动你摄持多方面的关要，透过痛苦的深刻思惟，确实可以让你投入修行，以上是苦的五德。

世尊是以苦为师，教主未成佛之前是一位太子，四门出游见到生老病死苦，就舍家出家，示现告诉我们，没有苦就不会真正想出离，世尊舍家代表持戒，六年苦行代表禅定，转法轮代表智慧，世尊的行持告诉我们要修戒定慧三学。痛苦确实可以推动我们往前去修行。师长有一次告诉我：我就是因为病苦才闭关的，如果今天我身体很好就忙不完，哪可能想那么多佛法，因为痛苦害怕就想找依怙，依怙就想修行。这是师长很实际的话。

临命终时，身体如乌龟脱壳，八大溶次大分解，心会有很多幻觉慌乱，贪着不舍，除非有善念，俱舍论说除非重近串习，临终往哪一道取

决于临终粗想现起，现行心念去投生的，临终苦不堪言，只是不能表达。修行人会知道，以佛教经典教义所说苦以知道一二，临终者自己完全感受得到，内心世界很难表达的。

，如是亦如入行论云：「无苦无出离，故心汝坚忍。」又云：「复次苦功德，厌离除憍傲，悲悯生死者，羞恶趣善行。」

如寂天菩萨所造的入行论说：没有痛苦不会出离，心要由自苦深刻思惟而忍许出离。经过痛苦的思惟心要忍许出离。以天道而言，过于散乱欢乐，并不想修行，即使过去生是修行人，因为隔阴之迷，又碰到恶缘起退心不想修行，南瞻部洲的众生好修行是因为苦多乐少，苦乐兼杂报（花业）。太苦会退失，太乐会妄念放逸，如果苦乐兼杂，有善根的人就会出离去寻找圆满的方法。又说：苦有五德——^一厌离、^二除骄傲、^三悲悯生死者（悲悯有情，由自己生死中受苦的经验，推广他方有情亦复如是起悲悯）、^四羞恶（不敢造恶业）、^五趣善行（造善事）。苦有五德，有苦有一切，痛苦不用无耐，因为只会苦上加苦，因为心思模式颠倒邪见，不能以正确如法的心看待痛苦，从痛苦中看到苦的五德而增上修行，有苦才有苦的断除，才有四圣谛，也才有三宝救护出三恶道及轮回苦，可以除涅槃执着的痛苦，所以安立解脱成佛。

告诉我们痛苦的深刻思惟可以导出整个佛道，三宝有能力救护，自身却不回头思惟三宝的教法，就如阳光普照大地，自身躲在山洞中，如何得到阳光的暖意，阳光没有分别的。不能思惟佛的教悔，再好的条件都很难，如饭煮好却都不吃，谁也无能为力，自身要有想学的心情，否则再好的因缘都没意义，有时太顺境也是障碍，如果透过对痛苦的深刻

思惟，充分认识不圆满的意义，体会的过程蛮辛苦时，如此自身才会去珍惜，才会感觉付出是真实，学佛是快乐的事，但是学佛要有所付出，世尊宣说痛苦不是强加你身上，是告诉你实况，告诉我们痛苦及痛苦的因，如果没有宣说对治道会让我们更痛苦，可是世尊先告诉我们如实认识苦的实相，告诉我们以苦为乐了，以及痛苦的因为何？这是自己的问题，之后如何对治才宣说灭道二谛，所以我们才有希望，不是只告诉我们苦而已，还告诉我们离苦之道，离苦之道修行之前要先了解苦是什么才会厌离。

又云：「我由畏怖故，将自奉普贤。」此诸苦德，入行论中虽依自身已有之苦增上而说，然其当受众苦亦尔。以是因缘，思恶趣苦。

又说：我因为害怕痛苦，我将自己今生完全普遍修善行，来世可以得到普遍的善乐。这里的普贤不是普贤菩萨，藏文是「滚伦桑玻」，也是滚桑的意思，是普遍善行的意思。痛苦的功德好好思惟可以让我们断恶修善，自己是自己的怙主一切苦乐没有创世主，因此现在已经感得苦的果报而言，依自己当下受的痛苦去思惟害怕自己将来将受的果报，举个例子：如果明天的你会被关起来，今天的你会操心害怕吧！表示将来要受的苦今天的你是蛮在乎，只是因为无知所以没有去思惟而已。当下所受的异熟苦果，将来将受的异熟苦果就要好好想一想，现在害怕痛苦是要截断未来不要承受，所以以此因缘可以进一步思惟我的来世三恶道痛苦。现在我虽人道也还没蒙受三恶道苦，可是几乎快接近了，这部分可以想一想，以次第上而言，先有厌离轮回别苦的三恶道痛苦之出离心，

才有厌离轮回总苦的出离心，三恶道痛苦都不能如实生起出离，不可能生起出离轮回总苦的。所以要解脱，思惟三恶道的苦是下士道的基础。

由痛苦的思惟产生修行，为此缘故思惟自己当来受三恶道痛苦。

（第八十六页十行）

其中分三^一思惟地狱所有众苦^二旁生所有众苦^三饿鬼所有众苦。

初中分四^一大有情地狱^二近边地狱^三寒冰地狱^四独一地狱。
今初

思惟三恶道痛苦不分东方、西方、天南、地北，众生不论信不信都有六道轮回，业力、果报、六道轮回不管信不信都有的，因为是事实。在此先讲一个公案：在康区有一座寺院，一天下午有位西藏人要找住持，侍者回答：住持不在，因为住持又去乡下吓唬老太婆了（说法内容为三恶道苦故）。以西方而言，因为没有学佛传统，讲依师之理及三恶道痛苦，他们会觉得迷信，不太适合。可是不是时间地域的关系，这些痛苦确实存在，我们只是无知不认同罢了，不能以不见就说没有，很多看不到的东西还是有的，相反的所见到的不一定有，因为你看错也不少，没看到的更多。

三恶道以畜生道比较可以现见，粗糙可以看到，细分的不能沟通（如何跟狗讲话等），地狱、饿鬼数目最多，受苦最重，时间最长，也是众生恶业感果最重的地方，有没有存在是极隐义法，法有分三：显见分（可看见）、隐义法（无常空性看不到，依佛说来证成，以正理安立）、极隐义法（以业果甚深难思议，今生投生哪一家，当谁的孩子，穿什么衣服

等)。过程、感果及结局如何而有？我们只知是恶业及善业而已。关于何时造及何种心情而造、对谁而造、造的当下动机如何？我们都不会知道，只有问【佛】。

以有、无修力而言，占卜、占星相会有错误，神通力不会错误，感果过程只有靠圣言量，因为是极隐义法。如同地狱、饿鬼、畜生怎么感报，我们根本无法知道，只能依佛说而相信。《四百论》说：「要义不欺故，以理可比知」。此意指：佛陀的话可以成立且不欺诳的话，其它的话可以模拟成立去接受。举个例子：解脱、空性、四圣谛主要教法成立，而透过我们去观察主要佛说合理、可接受，则佛说其它法如业果，我们虽无法证悟，但可以以此类推。所以佛说有三恶道，我们要取信；第一思惟：我将去的三恶道痛苦而害怕求出离求救护；第二思惟：我的如母有情三恶道的痛苦，一心想求救护而想成佛。忆念三恶道痛苦主要法类就此两类，前者属于发起自己的皈依心、奉行业果，后者是生起大乘道的主要因素。我们千万不要有看节目般的数数目，有几层有几种地狱而已，其实那就是你要去的地方，就算不想自己，可知道有多少亲人正堕在那里吗？不说前世亲人，今生亲人也许正堕在那里，你不想他们很痛苦而想救他们吗？这思惟可推动你想修行。思惟三恶道痛苦产生怖畏而寻求离苦之道，推而广之，我的如母有情也在那里受苦而去救拔。

谓从此过三万二千踰缮那，下有等活地狱。从此渐隔四千四千踰缮那下，而有余七。

这是大有情地狱，从此（根据瑜伽师地论及俱舍论所提是指金刚座底下）往下三万二千踰缮那（由旬）有一等活地狱，隔四千有一黑绳地

狱，往下越来越深。业世界会间隔的，比如我们看不到饿鬼道，饿鬼道看不到我们，这是业界。中阴生跟我们没有关联，这也因业界阻隔的关系，所以有业就有依报、正报。如何形成？由心造业感得这一切的呈现，由心造善、造恶，感得善业、恶业，以罪心现出这一切而去受报，不能以我们的想法看这一切；举个例子：佛经讲色界十七天、无色界四天、欲界六天在哪里？连科学家也找不到，可是你不能说没有，因为宇宙天文科学还无法找到。佛是徧智三世而说，以我们的智慧如何能比，这一切还待发觉领域。由共同众生共同所现见的世界叫业界。

如是八中，初等活者，谓彼有情，多共聚集，业增上故，种种苦具次第而起，互相残害，闷绝躑地，次虚空中，发如是声，汝诸有情可还等活。次复？起，如前残害，由是当受无量众苦。

第一有等活地狱，一直不会死一起活过来叫等活。很多众生都聚集在一起，因为业力的关系，会有很多刀剑兵器，有情各自拿兵器互相仇视、杀害，互相残杀之后倒地不起，虚空中就发声：你们还可一起活过来，所以有情就会一起又活过来又互相拿刀仇视残杀，如此又死又生，业力不尽不会报完，等活是八热地狱中最轻的受报处，想一想我将要去那里，我的母亲也在那里，我们会是什么心情呢？举个例子：六世朝灵鹫山时，看到整个灵鹫山的阶梯是般若经迭起来的，不敢往上走，看不到的人都爬上去。虽然现场只是很小的一块丘陵地，如何容纳当时佛讲经时的二千五百人，师长说：可以的。业清净者，所感得的世界是不一样的。所以，中阴身我们也看不到，可是一定有的，等活地狱的业报就是如此，想一想你如果如此业报，天天杀来杀去的苦不苦。

投生等活地狱的因：「猛力瞋心的业。」「杀害有情的业。不忏悔不遮止的话会去那里受报的。

二黑绳者，其中所生诸有情类，谓多当受如是众苦，诸守狱卒，以黑绳拼，或为四方，或为八方，或为种种非一纹画，如其所拼，如是以刀，或斫或割。

第二有黑绳地狱（以黑绳在罪报身上画线割解），投生在其中的有情都当受以下的众苦，地狱使主现牛鬼蛇神的样子，以黑绳将你绑成四方或八方，而且在身上不只一处画上很多线，并在一起以线割锯你的身体。

投生黑绳地狱的因：「对三宝及父母瞋心。」「让众生造恶行（逼令众生造恶业）。

三众合者，谓彼有情，或时展转而共集会，尔时狱卒驱逐令入，如二犄头铁山之间，从此无间两山合迫，尔时从其一切门中，血流涌注，如是如诸羊马象狮及如虎头，合迫亦尔。又集会时，驱逐令入极大铁槽，压迫全身，如压甘蔗。又集会时，有大铁山从上而堕，于铁地基若斫若剖，若捣若裂，如是等时，血流涌注。

第三是众合地狱（众山和合），有情有时辗转共聚，狱卒将有情赶往两座山的里面，善的形状如羊头铁山，两座山就如挤榨甘蔗一般的压迫在一起，有情的七孔、身体血流涌注，还有如羊头、马头、象头、狮头等山也是一样合迫在一起。又有一种集会情况，把有情赶到很大的铁槽里，压迫全身如榨干蔗一般，又有一种集会时，很大的铁山从上而坠下，将有情压在地上，全身压扁血流涌注，这是众合地狱。

投生众合地狱的因：犯了很重的杀、盗、淫、妄等业的果报。

四号叫者，谓彼有情，寻求宅舍，即便趣入大铁室中，始纔入

已，火便炽起，由是燃烧。五大号叫者，多与前同，其差别者，谓其铁室层匝有二。

第四是号叫地狱，因为外面太苦，有情想离苦得乐，找一个地方避一避，就如下雨我们想找一地方躲雨一样，结果因为业力故，进入一座很大的房子里面，一进入之后火就燃烧，有情痛苦不已而号叫。

第五是大号叫地狱，有两层大铁屋，不好逃。有一些行为，以众生来取乐及活生生剥皮烧煮让众生痛苦的跳来跳去，地狱情况亦复如是。时间长、痛苦号叫不已。

投生号叫、大号叫地狱的因：生前将鸡鸭放在燃烧的铁笼里，鸡鸭痛苦号叫也不管它们，将香料灌入它的口中，活活的将它折磨到死，内心一点慈心都没有。当初以何方式残害对方，将来对方就以何方式来残害你，很合理形态不同罢了。当我们在痛苦时都认为为什么是我，其实当初已经做过了，因为没忏悔，一定感果。

六烧热者，谓彼有情为诸狱卒，置于众多踰缮那量，极热烧燃，大铁？中，展转烧，犹如炙鱼，炽燃大铁地上，或仰或覆，以极炽然炎热铁椎，或打或筑。

第六是燃烧地狱，狱卒将有情放在面积很大（踰缮那量）的大铁锅中，如煎鱼一般，极炽燃炎热的铁椎，从下往上刺入贯穿，七孔热火焚烧，这是一种受苦之理（烧热）；又放在炽燃的大地上，或仰或俯，以燃烧的铁锤打有情，以燃烧地狱故。

投生热地狱的因：对三宝、父母及大多数的有情做杀害的业报。十恶业道中，地狱的业报杀业最重。以业本身而言，由前而后，身三口四

的业最重。

七极热者，谓以三尖大铁？，从下贯入左右二锋，彻左右髀，中从顶出，由是因缘从口等门，猛焰炽生。又以炽燃炎热铁鑊，徧裹其身。又复倒掷，炽燃涌沸弥漫灰水大铁镬中，其汤涌沸，上下漂转，若时销烂皮肉血脉，唯余骨瑯，尔时漉出，置铁地上，待其皮肉血脉生已，还掷镬中，余如烧热。

第七是极热地狱，以三尖三孔的大铁？由有情的下方及左右一起插入贯穿，由头顶刺出，身上多孔烧炎炽盛，这是一种受苦方式，令一种受苦方式：以炽燃的甲冑包裹身体，将地狱有情颠倒抓起，丢入沸腾的大铁锅，就如榨东西一般，榨到剩下皮肉骨头时，再将有情捞起漉出放在铁地上，因为业力关系，长出皮肉后又放进烧榨，直到业尽。

投生极热地狱的因：自意杀害声闻、缘觉、阿罗汉、菩萨，特别是杀害有德者（三乘行者）的果报。以我们而言，比如杀母亲，母亲已是阿罗汉，这样的业最重。

八无间者，谓自东方多百非一踰缮那地，猛火炽燃，即从其中腾焰而来，由此渐坏，彼诸有情，皮肉筋骨，直彻其髓，徧身一切猛焰炽燃，烧如脂烛，所余三方，悉皆如是。四方火来，于彼合杂，所受苦痛，无有间隙，唯因号哭叫苦声音，知是有情。

第八是无间地狱，从东方很大的广大由旬地，猛火从四方烧过来，因为火炽盛，烧到有情的皮肉筋骨，乃至烧至骨髓都烧不死，东方是这般情形，西南北亦复如是，四方猛火合烧，痛苦没有间隙，因为痛苦太长无间断，只有听有情号哭凄惨叫苦的声音，才知道里面有有情在。无间的定义，在地藏经有五种说法：^一受苦无间，^二直接感果，^三时间无间，

^四寿命无间，^五身形无间。一人受苦，多人也受苦，一般讲，他世不间隔、立即感果叫无间。

又于盛满炽燃铁炭大铁箕中，而为揃簸。又命登下热铁地上。诸大铁山。又从口中拔出其舌，以百铁钉，钉而张之，令无皱褊，如张牛皮。

又在盛满炽燃的大铁箕中，让有情在上面走动，有令有情在热铁地上，从有情的口中拔出舌头，以很多铁钉钉住，撑开如牛皮般。

又置铁地令其仰卧，以大铁钳，钳口令开，炽燃铁丸，置其口中。有以洋铜而灌其口，烧口及喉，彻诸腑脏，从下流出。所余诸苦，如极烧热。

又令有情仰卧在铁地上，以大铁钳将炽燃的铁丸放入有情的口中，洋铜灌口，烧口及喉，彻诸腑脏，从下流出。这些苦包括无间地狱，主要以前者为主，受苦无间不知有人只听到声音。

投生无间地狱的因：「颠倒谤法。」^一对上师、佛、菩萨起瞋心。^二邪见（不认同前生后世的邪见）。

此但略说粗显苦具，非余种种众多苦具而不可得，如是所住，住处之量及诸苦等，是如本地分中所说录出。

以上八热地狱，从等活到无间地狱，主要「受苦的情况」跟「因」要好好思惟，虽然我们是人道，可是很多众生还在那里受苦，苦的情况，宗大师只是粗糙讲一下，很多的苦千差万别说不尽，住处的量及受苦的情况都来自无着菩萨所造《瑜伽师地论》的本地分。

（第八十八页`八行）

此诸大苦，要经几时而领受者，如亲友书云：「如是诸苦极粗暴，虽受经百俱胝年，乃至不善未尽出，尔时与命终不离。」谓其乃

至受业力未尽以来，尔时定须受彼诸苦。

接着是时间（苦剧而长时）。这些的苦因为业力的关系，会受很大的痛苦跟很长的时间，会从地狱出来是因为往昔的善业习气成熟才可能，因为地狱、饿鬼是纯苦、要造善业很难，如果是菩萨在地狱会修行，虽不小心堕地狱，由忆念地狱苦而起厌离心，因为有修行力故，所以是拍球地狱。如亲友书说：「这些痛苦粗暴猛力，虽经很长的时间，乃至恶业果报还没报尽以前，不会舍寿死亡。」佛力不思议、业力不思议。业力感果能力没报尽以前含遍跟寿命一样的长时受苦。

此复人间五十岁，是四天王众天一日一夜，以此三十为一月，十二月为一岁，此五百岁是四天王众天寿量。总此一切为一日夜，三十日夜为一月，此十二月为一岁，此五百岁是为等活地狱寿量。

以欲界六天（四天王天、忉利天、夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天）最低层是四天王天，而人间五十岁是四天王天的一天，以人道三十天为一个月，十二月为一年，以四天王天的岁寿是五百岁而言，人道是九百万年。总此一切为一日夜，以四天王天的一日一夜为一天，一年为十二月，四天王天的五百岁是等活地狱的寿量。（此部分 师父没特别说明，是否是九百万年乘以五百岁之意？因为总此（前所说明的人道九百万年为四天王天的五百岁）一切为一日夜，有全部加总的意思。）

如是人间百岁二百四百八百千六百岁，如其次第是三十三，乃至他化自在诸天，一日一夜，其寿量者，谓各自天千岁二千四千八千万六千岁。如此次第，是从黑绳，乃至烧热一日一夜。以各自岁，从千乃至一万六千。

如是人间百岁二百四百八百千六百岁，这是次第增加，如其次第是

三十三，指兜利天，乃至他化自在天的一日一夜，前已谈到人道五十年为一日一夜算起，现以一百年、二百年一直增长算起为一日一夜，人道一千六百岁为他化自在天的一日，人道的五十岁为四天王天的一日，从四天王天到他化自在天诸天的寿量，一千岁至一万六千岁这些次第为黑绳地狱至烧热地狱的一日一夜。

俱舍论云：「人中五十岁，是欲界诸天。下者一日夜，上者俱倍增。」又云：「等活等六次，日夜与欲天，寿等故彼寿，数与欲天同，极热半无间中劫。」本地分中亦同是义。

以寿命而言，俱舍论说：「人道的五十岁，四天王天的一天，往上诸天寿量倍增。」又说：「等活等六次指极烧热地狱依六种次第，依次第递增，极热（无间地狱）是一中劫。」以成、住、坏、空而言，共有四劫，各有二十中劫，共八十劫为一大劫。「成劫」开始形成有情及山河大地，「住劫」时贤劫千佛会降临，坏劫有二十中劫，之前的十九中劫开始从地狱先空（依业力未尽，再往他方世界地狱继续受报，或业力尽往生人道，他方世界也有六道。），依次往上到火劫时，初禅天的众生都没有了。到水劫坏二禅以下，因为有喜乐。风劫时坏三禅以下，因为有呼吸。第四禅天不会坏，因为没有地摄风。所以为一中劫，从无间地狱至四禅天以下都坏光。空劫只有虚空而住，再从混沌开始循环——成住坏空一轮。

（第八十九页四行）

近边者，谓八种大那落迦，一一各有四墙四门，其外皆有铁城围绕，其城亦复各有四门，一门外，有余四四，有情地狱。谓煨坑。尸粪臭泥，恶臭如尸。利刀道等。无极大河。

近边地狱指十六油蒸地狱，八种热地狱，各有四墙四门，一门各有

四门，近边地狱以受苦性质，主要有四种（煨坑、尸粪泥、利刀道、无极大河。）

其中初者，谓有煨坑，没其膝许，彼诸有情，为求舍宅，游行至此，下足之时，皮肉及血，并皆销烂，举足之时，皮等还生。

最初为煨坑（似未烧完的灰烬），有情为逃避受苦跑到此处，不知地下有煨坑，脚踏下去时，皮肉及血都销烂，脚一抬起皮肉又还生，继续受苦，一道一道的游循受苦。

投生近边地狱的因：邪命生活、纵火烧山、恣杀虫兽。

第二者，谓即与此无间，相邻有秽粪坑，臭如死尸，彼诸有情，为求舍宅游行至此，颠陷其中，首足俱没，其粪泥内，多有诸虫，名曰利？，穿皮入肉，断筋破骨，取髓而食。

与煨坑无间相邻的粪尸泥，臭如死尸，有情至此掉下去，里面有虫吃有情的肉与血，断筋破骨，取髓而食。

第三者，谓与此泥无间相邻，有多利刀，仰刃为路，彼诸有情，为求舍宅，游行至此，下足之时，皮肉筋血，悉皆刺截，举足之时，复生如故。与此无间，有剑叶林，彼诸有情，为求舍宅，游行至此，遂趣其阴，纔坐其下，众多叶剑，从树而落，斫截其身，一切支节。

这是利刀道的受苦之理，与粪尸泥无间相邻，道中多利刀，仰刃为路，有情至此，皮肉筋血皆被刺穿，以业力故，脚一抬起又复合。还有树叶如剑的剑叶林，有情到此想稍歇一下，坐在树荫下乘凉，而树叶掉下来就如剑一般，截断有情的身躯，如此无间断的受苦。

是诸有情，便即躡地，来诸厘狗，？制脊？，而噉食之。从此无间，有铁设拉末梨林，彼诸有情，为求舍宅，游行至此，遂登其上，当登之时，诸刺向下，欲下之时，复回向上。由是贯

刺一切支节。

有情被剑刺倒在地，狗就跑来吃有情的身体，在此还有一座铁设拉末梨林，有情至此往上登，铁剑树叶朝下，往上走被割，往下走，铁剑树朝上，一样被割。假如你生前对有情贪爱，被你贪爱者会显现在树上方呼唤你往上，当你往上时，刀叶就往下刺向你，然后被你贪爱者又会显现在树下呼唤你，你又往下，刀叶又往上刺，你就会被割解，有所执着就会有此痛苦的果报，这是因为业力的原故。

次有大鸟名曰铁？，上彼头顶，或上其膊，探啄眼睛而噉食之，是等同刀剑苦害，故合为一。

也有铁鹰铁鸟抓有情的眼睛而噉食，类似为剑树林的痛苦，所以合而为一。以上是煨坑、尸粪泥、利刀道为近边地狱的其中三种受报。地狱众生分四种——八热、八寒、近边、孤独。以上已讲完八热地狱，苦因、受苦形状、寿量等，还有一部分近边地狱，一定要结合自身来思惟自己及有情所受的三恶道痛苦。

问：我们如果依此修三恶道苦，对方不接受呢？

答：不接受你还是要修，因为你修真正得利益是你自己，对方不接受是因缘不到及自己能力不足，对方没善根等等。

问：

答：不能认为是行业就可以合理没罪，因为是杀生而且为了贪着金钱及糊口而起杀心，有人吃有人杀，所以才有共业。刻意为我而杀，虽没亲手杀，吃它也有罪。

菩提道次第广论 宗喀巴大师造 法音法师讲述

2006 年 10 月 5 日

妙音讲堂开讲
第四十五讲

在色拉寺学习时，师长曾说：「众生无边。」南瞻部洲的娑婆世界有六道，它方无量世界国土也有六道，所以在无量无边的国土都有无量的六道众生，都是依有情无始以来，自己的引业、满业所感报。因为众生无边，无始以来，诸佛以此降临世间度化众生，当然还有无量众生尚待度化，基于众生都有佛性，众生毕竟会成佛；因为业力的关系，让有情依自己的业力感得总的共业果报及各别的别业果报。师长常说：轮回只有轮回的善趣、恶趣，轮回善趣有情数目少，轮回恶趣有情数目多。因为无始生世的轮回，暂时投生在善趣的有情，心中还有投生恶趣的业习气。同理，即使投生三恶道的众生，数量无边，长劫受苦，但是轮回生死无边故！心中还是充满投生善趣的善业习气；业习气是主因，如果没有忏悔，只要遇俱作缘即可感果，这是千真万确、毋庸置疑。

看待众生的福报跟业缘，以无数生世能够自主转世的「仁波切」而言，都仍投生无定、怨亲无定，何况以我们不能自主的轮回者。在轮回当中，怎么会有决定呢？决不决定都是业的关系，业是决定会报，要常

思惟不到一百年的今生，很多的人事物不要太执着，执着不但解决不了事情，只会苦上加苦。如何以有限的今生岁月，透过闻思修学教法，累积佛法的福报，生起佛法的智慧，实际的面对一切人事物，当以佛法的见行，面对顺逆境人、事、物，就已经在累积福慧资粮，对自己的临终跟无穷的来世一定有帮忙。

佛法的福报跟法的果报，有时看不到，如将钱存入银行，会有本金跟利息，可以随时提领；比喻福慧的业因缘有种下，只要加入成熟的缘，一定会感果，也许临终或来世。每个人都爱自己，都希望快乐过日子，临终没有颠倒具足正念，来世越增上，如果还再轮回里，每个人都希求善的引、满业果报。这部分要靠身口意三门造作佛法的业行，如此才能真实调心累积福慧资粮，能够生起相应功德，必须对法义多思惟串修，主要来自了解跟听闻，为了真实改造自己的身口意，才必须调心累积福慧资粮，透由听经闻法加以思惟法义及串习，让内心产生佛法力量，若干时候，心境与业相会不一样，就已经种下福慧资粮的果报，有此希求就必须作此加行，光有信心、祈愿、勉强是不够的，一定要精进加行，让每一天过有法义的生活也比较快乐，日日、月月、年年、临终、生生世世就会完全不一样，否则学佛对自身有没有功用、利益性多大就不一定了。业是自造自得的，一切的人、事、地、物都只是缘，自身不接受，有缘也没用，自己要有自愿取受，自觉修行的想法，慢慢的几年之后，在心思续流上安立法的善习气才是得救之因，要深思忆持及精进累积。

当下所研讨的三恶道内容，根据本生论及俱舍论的观点来诠释，以

重点式的方式来忆念我的生命无常，很快会面临死亡，死亡后不会一了百了，还会依业力而投生，业只有善业跟恶业，所以只能感得善趣跟恶趣，我自身心中恶业比较多，所以堕恶趣的机会比较大，因此趁自己未往生之前，多思惟下一世很可能以自己的恶业力量，以三毒为动机造十恶业道，感报投生在三恶道受苦。因此，思惟将来投生的地方是三恶道，三恶道的苦有哪些，以及无始以来对我有极大恩泽的如母有情，很多都正在三恶道受苦，所以好好思惟三恶道苦，思惟自己的三恶道苦产生怖畏，生起皈依心寻求出离之道，如断十恶业（堕三饿道的主因）。忆念如具恩母有情正在三恶道受苦，心生不忍想要救拔而好好学三士道次第，自己要具有功德及能力才可以度化众生，所以对三涂苦的思惟，对自利可以避免造业行受苦果，利他而言，可以起悲心度化有情。

三恶道（刀涂——地狱、血涂——饿鬼、火涂——畜生），以地狱而言，有十八地狱，有八热地狱——等活、黑绳、众合、号叫、大号叫、烧热、极烧热、无间。还有四种近边地狱——塘煨、尸粪泥、利刀道、无极大河。我们已讲完前三种近边地狱，以下是第四种：

第四者，设拉末梨，无间相邻，有广大河，名曰无极，沸热灰水，弥满其中。彼诸有情，为求舍宅，堕中煎煮，上下漂没，如以豆等置大镬中，以水弥满，猛火煎煮。其河两岸，有诸狱卒，手执杖索，及以大网行列而住，遮不令出，

第四设拉末梨（铁棘林），是利刀道的一种，无间相邻，有广大河叫无极。滚热的灰水弥漫其中，近边地狱有情为离苦得乐逃避到此，却受到煎煮，在弥漫的灰水中如豆子一般，有情放入大铁锅里用猛火煎煮，

苦不堪言，河边两岸有业力所感的狱卒，拿着木棍跟绳索与很大的网，让有情无法逃出，身受极大的苦受，心想出离也没有能力，这是业力所感的受苦之理。

或以索？，或以网漉仰置炽燃，大铁地上，问何所欲，彼若答曰，我等今者竟无觉知，然甚饥渴，便以极热烧然铁丸置其口中，及以洋铜而灌其口。

再以索网将有情漉起，仰躺在炽燃的河边大铁地上，狱卒问有情：在里面被极热灰水，煎煮甚久，今放于大铁地上，有何想法及想要的？有情回答：现已苦到无感觉，只感到很饥渴。狱卒就以热铁丸洋铜灌口，让有情解饥渴。洋铜铁丸吃入只会烧坏内脏，生起极大痛苦。人道稍为一点损伤就抹药疗伤，地狱可不是如此；地狱有情他们也有觉受也想离苦得乐，这些纯苦果报，不会麻木或习惯，只会苦不堪言。即使人道一位重病者，生病很久也不会习惯而且还会很痛苦，这是我们可以同理的。

假如是你的亲人及最爱的有情，怎么办？你的内心想法会不一样的。思惟我的母亲在地狱道受苦，会感受一种推动你学习佛法的力量，因为那些人对你有恩泽，以佛经论思惟受苦之理，地狱受的是有口难言的纯苦，我们心中怎么能忍受呢？

此等皆如本地分说，其中复说近边，独一，二中寿量，无有决定，然其能感如是苦业，乃至未尽，尔时即当于如是处，恒受诸苦。

宗大师

以上八热、近边共十二种地狱众生，以何因感得何处所、受报之因为何。皆来自无着菩萨所著作的《本地分》，其中谈到近边及孤独地狱的

寿命没有一定，而八热地狱众生的寿命是一定，时长（恒长）而苦剧（猛力）。寿命不定指投生此处所的众生，每个人的寿命都不一定之意，好比人道寿命一百岁，可是不决定一样。依苦的业因感得苦果，业不报尽不会结束，后悔哀求也无益，

曾问过师长：圣者菩萨去何处？师长回答：有六种地方圣者菩萨不会去的（无色界、无想天、道还天、北俱庐洲、地狱道、
。）师长又说：去也没用，因为圣者菩萨所做，均有利益性才做，没利益性不做，业报不尽难得善业增上。

（第九十页八行）

八寒地狱者。谓从八大有情地狱，横去一万踰缮那外，是有比处。即从此下三万二千踰缮那处，有寒疱狱。次下各隔二千二千踰缮那处，有余七焉。

八寒即八种寒冰地狱，从八热地狱横向而去一万由旬之外，从此而下三万二千由旬以业力投生此处，最上方是寒疱地狱，以下各隔二千二千由旬，还有其它七种。

其中疱者，为遭广大寒触所触，一切身分悉皆卷缩，犹如疮疱。疱裂之中，所有差别，谓疮卷皱，如泡溃烂。 嘶蛄。郝郝凡。虎虎凡者，是以叫苦声音差别，而立其名。

八寒地狱有两种痛苦——冻到长疱、动到裂开。前两种为寒疱，天寒地冻，身体的支节、器官犹如疮疱卷缩，长时苦剧。第二是疱裂，因为疮疱卷缩而如泡溃烂，此痛苦不可思议，业不报尽不会死亡。 嘶蛄。郝郝凡。虎虎凡都是指牙齿颤抖的声音。前三组是疱裂，后三组是被冻牙齿颤抖叫苦的声音而有差别，以有情受苦情况跟叫苦声音安立名字。

裂如青莲者，谓遭广大寒触所触，其色青瘀裂五或六。裂如红莲所有差别，谓过青已，变为红赤，皮肤分裂，或十或多。裂如大红莲所有差别，谓其皮肤，变极红赤，分裂百数，或更繁多。如是次第，处所量齐，及诸苦等，皆是依于本地分说。

后三者而言，如青莲者，指遭无尽广大寒风吹触，身体青瘀裂为五瓣或六瓣。裂为红莲指从青瘀变为红赤，火烧及冰冻至极都会如此，裂开十瓣或者更多。最严重如大红莲，皮肤变为极赤红，分裂百瓣或更多。如是八寒地狱受苦果报及受苦处，都依次第而有，受苦的寿量及受苦情况，来自无着菩萨《本地分》所说，无着菩萨也依佛经而说，我们只能相信圣者所说。

寒冰地狱的业因果报：^一于佛像、佛经刮金盗衣（盗佛宝物）。^二夺取僧衣与饮食及夺取父母衣食（僧伽与父母为所缘境）。^三践踏佛经（将佛经放于污秽处）。^四断见（不信因果）。能让地狱空的方法——教化众生行善法。换言之，教化众生三士道，众生本身实际修行。所以佛经、法宝要恭敬。

本生论云：「断无见者于后世，当住寒风黑暗中，由此能销诸骨节，谁欲自利而趣彼。」此说住于黑暗中，

本生论说：「断无见者——减损邪见、拨无因果、没有凡圣、没有前生后世、一向认定合理再告诉他人，于后世当堕寒风黑暗中（寒冰地狱），一人孤零零在寒冰雪地中，如果爱自己，谁会去彼地呢？」住于黑暗指寒冰地狱。

有一回住山上关房，下雪又停电，铁皮的泥土屋，有棉被有瓦斯也没用，真的冷的受不了，只能早睡晚起，坐着修躺着也修，没人没电，

一想起那次的闭关，真的冷的受不了，再思惟到寒冰地狱的有情呢？我觉得很惭愧，所受的一点点冷算什么呢？为什么减损邪见、断无因果会堕寒冰地狱，凡是邪见有三种过患，因为比瞋心还严重，第一、憎三恶道。第二、坏乱教法。第三、断解脱命根。所以好好的听经闻法，今生安立一些佛陀教法正见习气，来世入邪见机会比较小。

弟子书中亦云：「无比严寒侵骨力，徧身栗战而缩屈，百疮起裂生诸虫，嚼抓脂髓水淋漓，寒迫齿战毛发竖，眼耳喉等悉寒逼，身心中间极蒙蔽，住寒地狱苦最极。」

弟子书也说：「地狱的苦业报，无比严寒侵骨力，天寒地冻全身颤抖，疮裂生虫痛入骨髓，极冻寒迫到毛发直竖，所有器官都受寒逼，身心都被蒙蔽，一人独住寒冰地狱极大苦受。」想一想无数的母亲堕在这里，自身也可能堕这地方，他们有觉知、有我想、有佛性，想离苦得乐，我如果去到那里怎么办？如此果报因为极隐义法（五根无法现知、心无法推理），乍看难以相信，只有依圣言量取信。

（第九十一页五行）

受如是苦经几时者，谓乃至未尽如是恶业。此又如是本地分云：「生寒地狱有情寿量，当知望于诸大有情地狱有情，次第相望各近其半。」

八种寒冰地狱的有情异熟痛苦及苦况，需要多少时间？业感未尽果报不会消除。业感果方式有二种，一者为业力感报完业才消。本地分说：寒冰地狱众生寿命，当知望于诸大有情地狱有情指相较于八热地狱众生，次第相望各近其半指次第相比较，人间二十五年是天道一天，八热地狱的一半，等活地狱一半寿命是疮寒地狱寿量。

俱舍释中引经说云：「诸苾刍，譬如此间摩羯陀国，纳八十斛胡麻大箬，以诸胡麻高盛充满。次若有人经越百岁，取一胡麻，诸苾刍，由是渐次容八十斛胡麻大箬，速当永尽，然我不说生寒冰中诸有情寿，而能永尽。诸苾刍，如二十疱，如是乃为一疱裂量，广说乃至。又诸苾刍，如其二十裂如红莲，如是裂如大红莲量，其一亦尔。」谓乃至尔许寿量受苦。

世亲菩萨所造《俱舍论》中引佛经说：「诸比丘，譬如此间指印度的摩羯陀国（比哈省一带）以充满高盛的八十斛胡麻，有一人每百年取一颗胡麻。比丘们，如此渐次将胡麻取完，可是我（佛陀）不说生寒冰地狱的寿命可以永尽，诸比丘，长二十疱，为一疱裂（第二寒冰地狱）的量，以此类推，又诸比丘，如二十种大红莲受苦时间，是一大红莲的量。」这是长疱、冻裂无尽寿量之苦。

从此中可看出佛的慈悲，金刚座就是在比哈省，印度很贫穷的地方，佛总是在众生越苦的地方越度化有情，而且佛教不是专门度化有钱人，虽说百川纳大海，不分种姓，但佛法总是在最需要的众生身边，如果以富不富有判断有没有佛法，这是邪见。以三世因果而言，各有各业报。

想想人道稍冷就多穿衣服，外面冷就开暖气，有时还保养一下，如果到寒冰地狱时还能保养吗？能够在生前有福报、有智慧、有因、有缘、有心来忆持法义是庄严，因为病时、老时、到那时都太晚了。我们趁生前能够思惟，而遮止「因」是对的，这不是吓唬，而是真有这样的果报。

（第九十一页十一行）

独一地狱者，谓于寒热地狱近边。本地分说人间亦有。事阿笈摩，亦说住于近大海岸，犹如僧护因缘中说。

孤独地狱即是独一地狱，位于八寒八热地狱旁，《本地分》也说人间

也有孤独地狱众生，此地狱果报特别，某时造善、某时造恶，所以将来感报某时没事，某时有事，师长说过树木也有孤独地狱，有说「人间地狱」一词，其实是人道就不是地狱，六道是相违的，以假名安立当下的因或行相（如非洲难民，一念瞋心起等说法），并非真的地狱，即是人道就不可能为地狱众生。

树木为孤独地狱是具相的，孤独地狱山间海边都有。有一个公案：有一商人入大海采宝，上岸见一庄严豪宅，多位出家众共聚一块，一起食用丰盛斋饭，邀约商人一起用斋，商人说时候还早，为何要如此早用斋，出家众说一定要先用。等商人斋毕走出豪宅，躲在近处偷窥，到晚上看到用斋时庄严的豪宅，变成一座铁屋，住在里面的出家人拿着杯盘化成的兵器互相残杀，隔天又变成一庄严豪宅，最后问佛为何如此，佛说：这些出家人就是孤独地狱的果报，在迦舍佛时，有比丘出家之后，白天和平相处，夜晚就拿兵器互相斗争，以此业力感得相顺果报。业力不可思议，很多不同的业报形相，我们不会知道，只有受报。

俱舍释亦云：「如是十六有情地狱，是由一切有情共业增上而成。独一地狱，或由众多，或二或一，别业而成。此等形相差别非一，处所无定，若河若山，若旷野处，若所余处，若于地下，悉皆有故。」如是能感于彼等中受生之因，如下当说。

俱舍释说：「八寒八热众生以共业而成，孤独地狱则是由个别因缘或众多因缘而成，处所不定，山间、海边、旷野都有，或是地下也有。」能感彼等（四种地狱道）投生业因，如下说明。

（第九十二页一行）

极近易为，于日日中亦集多种，先已集者现有无量，是故不应

安稳而住，应思此等深生畏怖，与彼中间唯除隔绝，悠悠之息而无余故。

地狱有情受此果报及造作者是谁？是否因有情六识受无明习气染污损害，才妄见颠倒执取地狱境界吗？不。是彼有情的无明习气发起而造恶业，由恶业力感得地狱境界；总说地狱道苦报跟境界，都为有情的恶心所造。是罪心所造的境，不是心所现的幻境。地狱不是颠倒妄见而是具量而有，以恶心造恶业感得恶果。以临命终所现的境是幻觉，中阴身也有地水火风幻觉，以唯识而言，有能见业，没有受用业（如走过富有人家的门口，只有能见业没有受用业。）**极近易为**，以十恶业道我们极容易造作，每日都积很多恶业因，师长所说：心想只有烦恼，行为只有恶行。往昔已作、现在所造的恶业都未感报，**是故不应安稳而住**，因此不应安隐而住，不应如已证阿罗汉果一般安然。

应思此等深生畏怖，与彼中间唯除隔绝，悠悠之息而无余故，思惟十八地狱痛苦而起怖畏，从今生的人道与来世的三恶道，乃至断气之间都不曾间隔。

如是亦如入行论云：「已作地狱业，何故安稳住。」亲友书亦云：「诸作恶者唯出息未断之时而间隔，闻诸地狱无量苦，如金刚性无所畏。见画地狱及听闻，忆念读诵造形相，尚能引发诸恐怖，况诸正受猛异熟。」

寂天菩萨所造《入行论》说：「无始以来以猛力三毒（贪——饿鬼感。瞋——感地狱。痴——感畜生。）造了地狱业道（十恶业道），已造作为何还安隐呢？」已造未忏悔，新造又未忏，怎么办？《亲友书》说：「造恶业之人因生前串习故、业力故、众业所感故，生前以何法多所串习，

临命终时随彼法而转。一息不来就到地狱受苦，不用买票、不用做车、也不是相隔几千公里，只在断与未断气之间，听到地狱无量之苦，心还安然如金刚心的无所谓，见到地狱图像或听闻地藏经所讲内容，尚会感到恐怖，何况正受异熟果怎会不怕呢？」

师长说：如果没有忏悔跟修行的话，造大善大恶者易先感果（以感果方式——如「本有」造很大恶业，「死有」现起时，会感得三恶道中阴身「中有」，断气后，化生「生有」为地狱道众生。）一般而言，死亡净光心，红白菩提流出要三天以上。

生死苦中，诸恶趣苦，极难忍受，其中复以地狱诸苦极难堪忍，于一日中，以三百矛，无间猛刺，所有痛苦，于地狱中，微苦少分，亦莫能比，诸地狱中，有以无间苦为至极。

生死苦（轮回苦）中，恶趣苦最难忍，以人道一天用三百茅刺你，跟地狱少分痛苦都无法比拟，所以人间的痛苦是地狱的安乐，而地狱中以无间地狱为最苦（时间、形色、受苦、寿命等无间）。

亲友书云：「如于一日安乐中，永尽诸爱为乐主，如是一切众苦中，无间地狱苦极粗猛，此间日以三百矛极猛贯刺所生苦，此于地狱轻微苦，非喻非能及少分。」

亲友书说：「如于一日安乐中，永尽诸爱（断尽烦恼障时）为怙主，苦当中以地狱苦为最苦，此中人道以三百茅刺的所有苦，与地狱轻微痛苦都无法相比。」，此中告诉我们何者最苦？何者为乐？透过精进心生起对治道，将心垢断除时的解脱与涅槃为最乐（解脱之乐），涅槃妙乐殊胜在于寂灭为乐，二乘阿罗汉虽因佛劝请回小向大入大乘，虽也发菩提心、学菩萨行、想成佛，因为过去生证阿罗汉果，有等持寂灭习惯，会常不

自主等持寂灭，缺失是障碍慢成佛（无法累积福报）。

人间的火热烧烫，较之地狱的猛火还是冰凉的。以前在色拉寺学佛时，天气炎热，一日到师长家中，问师长为何不开电扇？师长回答：「是有点热，可是比起热地狱，认为这样是热，太无知了。一口气不来就到热地狱，现在的热还没有到不能忍受的时候。」

能感如是众苦之因。唯是自内三门恶行，如是知己应尽士夫力用策励，轻微恶行，莫令染着。即前书云：「此诸不善果种子，即身语意诸恶行，汝应尽力而策励，纵其尘许莫令侵。」

五浊恶世持戒，功德不可思议，因为不好造善业，造善业三行也不圆满故，以十恶业道所感得的果报，三门恶行指很猛力粗重恶行，因害怕受苦应尽可能去遮止，小善必做，小恶不犯，犯了未感果前要忏悔，佛很慈悲才告诉我们忏悔法门，新业尽可能造善，旧业要靠忏悔。亲友书说：「此不善种子都是地狱因，都是自身三门的恶行，不是他人所给，所以应尽力策励自身，即使很小的恶也不被染污。」往昔已造励求忏悔，将生过失令其不造。

以上讲说完十八种地狱受苦情况，乍看不可信的受苦之理，但是常说调心调心，心调不调有关系，由心调伏可成佛，由心不调害众生，感得地狱受苦很合理；十法界（六凡四圣）来自十种心，感得十种果报（由心造业），四圣者的心调伏，感得好的果报，我不能接受，六凡因心不调伏轮转蒙受地狱果报，极为合理。一切依心造业而有。

（第九十二页十二行）

思惟旁生苦者。谓旁生中诸涿羸劣者，为诸强力之所杀害。又为人天资生之具，自无自在，为他驱驰，遭其伤杀捃打损恼。

以异熟苦而言，地狱为最、饿鬼次之、畜生较轻；宗大师之所以把旁生苦当第二，因愚痴难学佛，以修行而言，畜生道难修行（愚痴苦故）。

思惟旁生苦，旁生中诸涿羸劣者指弱肉强食，为诸强力之所杀害，为强者所杀害，不管同不同类亦然，大欺小，同类也怕，不同类也怕，心害怕不安，一直被怕伤害的心折磨，以狗而言，人道伤害可以逃，同类伤害跑不掉；第一、旁生中诸涿羸劣者，为诸强力之所杀害指互相吞噬苦。第二又为人天资生之具，自无自在，为他驱驰，遭其伤杀殴打烦恼指使役杀害苦。

本地分说，与诸人天共同依止，无别处所。俱舍释云：「旁生谓诸水陆空行，其处根本是谓大海，余者皆从大海散出。」

本地分说：人天善居，包括陆、海、空。俱舍论释说：「畜生道以大海中为最，其它从大海散出，数量、种类、受苦情状各异。」要牢记受苦之理、处所为何、投生旁生道之因。

亲友书亦云：「旁生趣中遭杀害，系缚打等种种苦，诸离寂静净善者，互相吞噉极暴恶。有因真珠及毛骨，由肉皮故而死亡，无自在故由他驱，足手鞭钩及棒打。」其中初颂，显示总苦，其第二颂，显示别苦。

亲友书说：「畜生道受苦之理，第一旁生趣中遭杀害，系缚打等种种苦指杀害之苦（人道或同道的杀害），诸离寂静净善者，互相吞噉极暴恶指生道的体性以愚痴为根本（愚痴苦），以上为总苦（共同所受的苦）。

有因真珠及毛骨，由肉皮故而死亡，足（马）手（髦牛）鞭（驴子）钩（大象）及棒打（一般牛）指五种畜生道，」其中初颂，显示总苦，从遭杀害到吞噉极暴指总苦。其第二颂，显示别苦，从有因真珠到棒打指各

别苦；如鸡、鸭、老虎、牛、羊等。如果人没有善心，运用智慧杀害生灵，绝不是畜生道所能比喻，恶心的话，人类是万物浩劫原凶，有人类世界不能和平，未来科技发达、心灵很痛苦，这是共业，自身会感得相顺因缘。

言打等中，等摄驱驰及穿鼻等，此是依于由人非人作杀害等。互吞噉者，是约傍生众同分中，所为损害。寂灭净善者，谓能证得涅槃善法。远离此者，显极愚蒙，不堪道器。从足踢使，至以棒打，而为驱使，五事如次，谓马水牛驴象牛等。

棒打中等同驱使及穿鼻，受人非人所杀害，互相吞噬指受畜生道同类所损害。有一位出家人不清净受用信施，来世转为一条大鱼，供养者转世为大鱼身上小虫吃大鱼的肉。因为远离善法所以愚痴且不堪为道器，以人到再如何苦、如何老、如何病，总会念一句佛号。畜生道除少分善根因缘外，大部分都不堪为法器，尊者阿底峡入藏时，同体大悲身边有一只狗，尊者也无法救它，上师有大悲心及意愿，也无法改变，一旦披毛带角时，自身能做什么？只能依业力运作它的生活。

此等是如亲友书释中所说，其余尚有生于黑暗及以水中，老死于彼，负重疲劳，耕耘剪毛，强逼驱使。又以非一，杀害方便，苦恼而杀。又受饥渴，寒暑逼恼。又由猎士，多方恼害，应于此等，常悬畏惧，思惟众多苦恼道理，厌患出离。

亲友书说：其余尚有生在黑暗当中及水中，老死、负重、剪毛、驱使、种种杀害情况，因为业增长广大故，未来还报身上只会苦上加苦。又受到饥渴、热冷、及猎杀的种种痛苦，这些还属次要，主要是愚痴无法听闻三宝。总之，旁生苦有五种 | 一愚痴。二受冷热苦。三受饥渴苦。

^四使役杀害苦。^五互相吞噬苦。 尊贵大悲尊者说：「思惟地狱、饿鬼苦不能现见，思惟畜生道苦可以现见。我们如果忽视它，以看戏心态讲半天，根本不可能有受苦，要信解自身投生畜生道，病无医院、吃无定食、睡处风吹雨打、被同类不同类欺侮。太多的痛苦折磨，只有厌离及断恶修善。」

讲三恶道苦及旁生苦的目的，要能熟记种类、受何异熟苦、寿量如何、以何因缘产生，以此产生怖畏而修行。

不厌离三恶道苦就不厌离轮回苦，粗分痛苦都不厌离，细分痛苦更不可能厌离，所以思惟三恶道苦是基础，更进一步，多少的如母有情在此中受苦，自身不能忍受而生猛力心修行。

其寿量者，俱舍论云：「旁生长经劫。」谓寿长者，能达劫量，短则无定。

前已谈受苦之因、受苦之理、受苦项目，此处谈受苦之量（寿量），寿量与命根（凡是有暖气或心识所摄持者）同义。没有暖气及心识就断了命根。俱舍论说：「畜生道最长的经过一劫数。」**寿长者，能达劫量**，人寿最低四十岁，每百年减一岁，再往上增到无量寿，一增一减为一劫；佛经中提到畜生道可以发菩提心受菩萨戒的只有龙族，虽可受戒却不能出家（只有人道），受用虽大毕竟还是畜生身。**短则无定**，如浮游般朝生暮死，旋生旋灭。师长说：「以对象不以意乐而言，杀身体越庞大的畜生罪越重，杀身体越小的畜生罪越轻。」畜生道共同特质是愚痴，可是有其差别性，因为往昔习气及诸恶业，寿量及受苦之理都跟业有关，畜生道胎湿卵化四种都有，主要是湿生跟卵生居多。

畜生道到此以讲授完毕，我们不要以看节目的心情，饿鬼、地狱不学佛的人不知道，学佛的人有时也不信，我们只能依圣言量来承许，畜生道我们可以现见，所受的苦我们也知道，假如我们是它，我们怎么办？既然不想投生三恶道受苦的话，必须断除投生畜生道的因——愚痴及伤害有情。

菩提道次第广论卷三终

菩提道次第广论 宗喀巴大师造 法音法师讲述

2006年10月19日

妙音讲堂开讲
第四十六讲

菩提道次第广论卷四

基于众生不同根器，世尊宣说各种不同调心法门，以各种不同方式来学习佛法，总归而言，学佛目的无非透过佛法创造法业，让身口意跟法相应，而且自造自受。

尊者阿底峡德高望重，虽年纪老迈仍百事自来，对一些微细法行（供水、礼拜等）都自己做，弟子说：「师长年迈又德高望重，弟子可替尊者做微细法行。」尊者说：「你可以替我吃饭吗？」告诉我们业自造自得。

佛法很实际，也会产生力量，一般善有两种——加行所得之善（依后天正确方法精进，依善心造善行得善果。）—生力所得之善（以生俱来，无始所安立的习气，任运而有善心、善行、善业跟善果。）尽可能造作后天加行所得之善；以纯正动机，认识学习佛法方式内容，安立正法习气而学习，透过学习来修行，修行而调心，运用在生活中改变身心，可以安立来世正法习气，让今生正行造作善行，符合学佛意趣。

佛法内涵是净化内心的修心方便，心种类很多，有利益性为善心，损害心为恶心，无记心无害也无利，学佛主要让利益善心生起，遮止损

害恶心不生，也就是所谓四正勤（已生善令增长、未生善令生起、已生恶令遮止、未生恶令不生。）佛法不是外在建设，而在于内心建设为主，靠心依法修行而承办，学佛就是将心不好的品类对治，让心好的品类生起。佛法如镜，见照自心污垢。佛法不是照妖镜，专学佛法看他人过失，而自赞毁他，如此已违背自净其意意趣。

常啼菩萨说：「修行力量必须具足毒箭穿心之念。」下士夫心中，如中毒箭非拔不可之心，忆念自己三涂苦祈求救拔而学下士道次。中士夫心中，如中毒箭非拔不可之心，忆念轮回苦而学习中士道次。上士夫心中，要如中毒箭非拔不可的意志，忆念一切自他有情苦而学不共上士道次。学佛要先认识苦，今生等流果、异熟果、增上果的苦，来世三恶道、三善道的苦，以此基础之上忆念有情苦，从苦的认识，才能找到快乐，因为痛苦所以希求快乐，所以要有乐因的方便（佛法的闻思修学）。从中认识学佛不是很遥远，越为来世而学，今生越有好处。佛法可以帮助来世，也一定可以帮助今生，如法在今生生活，一定有益来世，当下可克服困难，临终不会失念，来世有修行经验跟正念，两者相辅相成，是累积佛法的开始。学佛不容易可是很值得，不要困难就放弃，点滴累积、不求速成、边净罪集资、边学法行，来世继续增上。

缘起的外缘靠上师慈悲教化，内缘靠自身已得暇满人身，自觉而投入修行劝取心要，

所谓心要指共下、共中、不共上士道次，共下士道有四法类——忆念自己粗分无常，忆念自己来世三恶道痛苦，由忆念三恶道痛苦产生怖畏而皈依三宝，由皈依三宝而奉行业果，由奉行业果而以四力忏悔往昔恶业，从今以后尽可能造作善业。如此法行感得下世人天善趣的方便，当下提到死无定期很快就面临来世，以业决定来世（善业得善趣、恶业得恶趣），因恶业多，因此思惟以业力感得三恶道蒙受痛苦，而有所警觉怖畏而遮

止及寻求救护，一心皈依三宝好好学佛。

思惟三恶道苦有二：「思惟自身将感得三恶道痛苦，产生怖畏寻求出离造作法业。」思惟对我有深恩正在三恶道受苦的如母有情，所受痛苦我怎能忍受，一心想救拔所以好好学佛。思惟自苦而怖畏，思惟他苦心生不忍而好好学佛。

已研讨过八寒八热地狱，就异熟果痛苦而言，饿鬼比畜生道还苦，广论先谈畜生道，后谈饿鬼道，理由在于畜生道（愚痴）对修学佛法有很大的障碍。宗大师说：「心最大的痛苦是愚痴，身体最大痛苦是死亡。」畜生道的愚痴很难蒙受三宝摄受，因此将畜生道苦列为第二。接着是饿鬼道苦，主因是悭吝不舍，阻碍他人不要布施，瞋恨布施。

师长谈过如果人临命终时，很排斥食物，家人又要他吃，病者仍一直排斥的话，死后堕入饿鬼道，因为不想吃为因，就受长劫饥渴苦。所以亲人有此情况，不想吃就不要勉强，否则会让亲人堕饿鬼道。

有个公案：有一位近代仁波切的出家弟子，生前贪着金钱，死后堕饿鬼，仁波切以神通力看到这位弟子堕饿鬼道，一天堕饿鬼道的弟子跟仁波切说他很苦，找不到任何东西吃，仁波切叫侍者烧沾粑粉类似烟供来喂食他，结果这位饿鬼道法师都无法靠近，最后只能用很破烂的陶瓶装烟香，才让此饿鬼道弟子饱食一番，这是近代真实故事。业就是如此，没有业去受用名贵的容器与食物，人道亦然；咽喉患病，再好的东西也无法下咽，饿鬼道确实存在。

（第九十四页一行）

思惟饿鬼道苦者。谓诸习近上品悭者，生饿鬼中，彼复常与饿渴相应，皮及血肉悉皆枯槁，犹如火炭，散发覆面，口极干焦，舌常舐略。

有情以业力故，投生饿鬼时，过于熟悉靠近造作上品（很猛力）悭

贪业（不喜布施也不障碍他人布施，宁愿财物损坏还舍不得用），自身业报所得财物，除非用法不当，否则自己享用没罪，因为没有害众生，可惜在于不能以福报转投资。享用（自己还愿意用）跟悭贪（自己都不舍用）不同，上品悭贪对自他都不好，基本上，造恶业才会投生三恶道，不共烦恼在于贪瞋痴。投生饿鬼道有三十种，共同的业是常与饥渴相应，业很微妙，造作如何业行就得何果报，皮肉都干枯如火炭，散发覆面、口极干焦，常用舌舔舐。

鬼道有福报大小之分，大部分是饥渴苦的异熟果，以善根而言，一般福报善根是世间有漏福，主要福报是具足希求佛法的出世间善根为最善。

此中有三，于诸饮食有外障者，谓彼若趣泉海池沼，即于其处，为余有情持剑枪矛，遮其泉等不令趣近，及见其水变为浓血，自不乐饮。

饿鬼道分三类，此中指外障（外在有障碍遮止而不得受用）饿鬼道，因为长劫饥渴一直找不到食物，忽然见到清澈的池沼，因为长时疲倦饥饿，依然拖着身躯往池沼，因为业力故，岸边有大力鬼王持剑矛，不让饿鬼有情靠近，这是求不得苦，以偷盗而言，偷贫穷者的资具，罪重于偷富有者财物，因为对贫穷者的任何资具都是命根。何种果报面临何种应对都是有因有缘，即使疲惫饥渴仍徒劳而返，那样的痛苦与失望是猛剧求不得苦。

第二类不但被挡，池水也变为浓血，自不乐饮，这是业力所使，以水见为浓血。以业力而言，过去造作感得如是受用的业，不但有现见业而且有受用业，以佛陀的马麦之灾，转化成天厨妙供，这是功德力与业行的关系。人间也有饥荒没有受用的事例，但不是饿鬼道，而是类似饿鬼的受苦之理，毕竟是人道，饿鬼道苦犹胜于人道苦。

于诸饮食有内障者，谓有其口细如针孔，口或如炬，或有颈癭，或腹广大，纵得饮食无他障碍，自然不能若食若饮。

此是内障饿鬼道，饿鬼有情的咽喉如针孔细或如炬火有颈癭，或肚大如山，食物难寻，即使找到也难吞咽，入口不会饱足（肚大如山）。佛教有施食法行，自有它的缘起，是很好的财布施。最好结合菩提道次第意乐，遍观鬼道有情到此好好受用；当我们体会到苦，最好结合施乐受苦，饿鬼道的苦，身不由己，因业力所感没有功德，批星戴月追求佛法受苦是福报是庄严；两者意义不同。不会转念，受苦是苦谛，有佛法，会转念者，受苦是福报。

于诸饮食自有障者，谓有饿鬼名猛焰鬘，所有一切若饮若食，悉皆燃烧，有名食秽，食粪饮溺，及有唯能饮食不净，生熟臭秽，有损可厌，或有唯能割食自肉，不能受用净妙饮食。

饮食自障名猛焰鬘，一切饮食到口中成猛火或炭，不得受用。饮食不净名食秽，如屠宰场一些不洁净物，生熟臭秽，有其损害性及其形状味道都不好，甚至割自肉而食都不能饱食。没有受用妙净饮食之业力。当业力不好时，增上果也不好，好看的食物未必好吃及洁净，饿鬼道本质及形状都不妙净。以上所谈为内障、外障、及自障饿鬼道有情。

（第九十四页八行）

是等处所如俱舍释云：「诸饿鬼王名为琰魔王国，于此瞻部洲下过五百踰缮那而有，从此展转散居余处。」

是等处所指鬼国，如《俱舍释》说：「饿鬼道处所为琰魔王国，在南瞻部洲下过五百由旬，以本处为主而展转散居各处。」

亲友书亦云：「于饿鬼中须依近，欲乏所生相续苦，无治饥渴寒热劳，怖畏所生极暴苦。或有口细如针孔，腹等山量为饥逼，下劣捐弃不净物，尚不具寻求力。有存皮骨裸形体，如枯枝叶多罗树，有于夜分口炽燃，受用口中烧燃食。有下种类诸不净，

脓粪血等亦无得，面互相冲有受用，颈癭成熟所生脓，诸饿鬼中于夏季，月炎冬季日亦寒，令树无果诸饿鬼，略视江河亦当干。」其中初颂显示总苦，所余诸颂显示别苦。

亲友书说：「饿鬼道有欲乏（求不得）所依相续之苦，无能力解决寒热饥渴之苦，怖畏所生极暴苦，因此怖畏长时受苦及他有情阻挡受用，咽喉如针、肚大如山，下劣捐弃不净物，尚不具寻求力，所得都是不净物及努力寻求还得不到，有存皮骨裸形体，如枯枝叶多罗树，饿到裸形体，皮肤如枯叶多罗树，有于夜分口炽燃，晚上不但无法清凉，反而口中炽燃，受用口中烧燃食，所食的都是燃烧的饮食（猛焰），有下种类诸不净，纵使下劣低贱的饮食也不可得，脓粪血等亦无得，面互相冲有受用，颈癭成熟所生脓，课堂未授，请师补充，诸饿鬼中于夏季，月炎冬季日亦寒，冬季日光与月光都很冷，身不堪受，令树无果诸饿鬼，略视江河亦当干，因为没福报，果树也没有果实，所见河水也干枯。」

有一公案：「有一鬼母，有两个鬼子，住在鬼国中，到人间寻找食物，非常饥渴，五百年才得到一口痰。一回，鬼母遇目建连尊者，告之尊者其丈夫到人间寻找食物，请尊者代为找寻丈夫带饮食速回。」想想自己的孩子，一天没得吃，我们就受不了了，何况他们也是众生、有佛性、有感受、想快乐不要痛苦，但是业力如此。以人间也有饥渴处，情况类是如此。其中初颂显示总苦，所余诸颂显示别苦，其中第一句显示总苦，所有余句显示别苦。

劳为食故，徧处驰求。畏谓由见，执剑杵索诸士夫故，而起怖畏。下劣捐弃，谓随意弃。夜分者，谓至夜间其口烧燃。口中烧燃者，谓随所食皆烧其口。受用谓食。眼如恶毒之所燃烧，甘凉泉河，悉当枯竭。

此中说明别苦，为饮食疲惫到处寻找而求不得，即使见到食物旁却有执剑杵有情而生怖畏不敢靠近。异熟果很低劣时，如果没有佛法，被

欺侮时会退却且不容易生我慢，基本上，人道、天道、鬼道、畜生道，福报区别大小，互相欺凌而生怖畏。

下劣捐弃，谓随意弃指他人不要物，舍弃才能得。夜间其口烧燃，随所食皆烧其口，指不易得饮食，所得又不能饮用，眼睛猛炽燃烧，因为业力故，所见甘凉泉河都是枯竭。

业有能见业、受用业、看不到也不得受用三种；如一样的家庭不一样的果报（别业），当初慳贪让有情不得受用，反射自身也什么都没有，业未报尽，只能一直蒙受其苦。

又于一类显示猛焰，火炭充满。又于一类显为脓河，种种秽虫弥满流注，是释中说。

又一类显现河中显现干涸或充满火焰不能受用，又一类显现浓血与秽虫弥满流注，如《亲友书》所说。

弟子书亦云：「猛渴遥见无垢河，欲饮驰趣彼即变，杂发青污及烂脓，臭泥血粪充满水，风扬浪洒山清凉，檀树青荫末拉耶，彼趣猛焰遍烧林，无量株杌乱杂倒。若奔畏浪高翻滚，泡沫充溢大水藏，彼于此见热沙雾，红风猛乱大旷野。此住其中望云雨，云降铁箭具炭烟，流飞炽炎金刚石，金色电闪降于身。热逼雪纷亦炎热，寒迫虽火亦令寒，猛业成熟所愚蒙，于此种种皆颠倒。针口无量由旬腹，苦者虽饮大海水，未至宽广咽喉内，口毒滴水悉干销。」

《弟子书》说：「猛力饥渴遥见无垢河水，倍极辛苦往彼处走，河水却变成杂发青污，充满烂脓、臭泥血及粪水，见风扬浪洒山清凉的檀树青荫末拉耶时，到彼处变成猛焰遍烧林，无量杂草丛生的树林，水如浪高翻滚，泡沫充满的大水藏，见到如阳焰的热沙雾，猛风旷野中非常的饥渴，希望下雨时，云中下了具炭烟的铁箭，雨如金钢石般的落下，闪电降于身，内身因热火炽燃，雪也成炎热，因内心寒迫，火亦如寒冰，

此是猛业所颠倒成熟。内障而言，咽口如针，肚大如山，即使饮入海水亦不得受用，因滴水不能入喉，解不得饥渴之苦。」

如此异熟乍看事不关己，却是真实业力所感，人怕鬼，其实，鬼比人更苦，因不闻三宝名，异熟果是长劫饥渴，难积福慧资粮，业不尽不会舍报；善法不能累积，异熟感报不尽。人道再苦也会有因缘念一佛名，鬼道虽长劫猛力蒙受异熟，但最苦还是不闻三宝名。人道再怎么没得吃，总是还有社会救济，有苦难时，还能互相帮忙，最可贵还有三宝可依止，试想自身如在彼处如何蒙受彼苦，忆念有多少对我有恩泽的有情此时在彼处受苦，饿鬼道不远，它是真实存在，一切业决定。

（第九十五页十二行）

其寿量者，本地分及俱舍论说，鬼以人间一月为一日，乘此自年能至五百。

鬼道三十天为人道一日，人道一月为鬼道的一日乘以一年至五百年，以饿鬼道而言，亦非定寿。

亲友书云：「常无间息受众苦，由其恶行间业索，系缚一类有情寿，五千及万终不死。」其释说为一类饿鬼寿量五千，或有一类寿量万岁。

《亲友书》说：「没有间断受众苦，恶行坚固为业绳索所系索，系缚一类有情寿命为五千年或一万年，一直到业尽方休。」一切由业所决定，业来自自己的恶行，想想自己或亲眷如堕饿鬼道，寿命长时受苦如何能忍受呢！人道还有苦尽甘来，但饿鬼道却苦无尽期。

本地分说，三恶趣中身量无定，由其不善增上力故，大小非一。

无着菩萨所著《本地分》说：三恶道的身体、高低、大小无定，一般言，人道的身高不是很高，畜生道则不定，饿鬼是很高大的，而地狱道的身高很高，天道亦然，两者为两极化，地狱道身体高，受苦长，天

道身体越高，福报越大。由其善品不善而堕地狱，中品不善堕饿鬼，下品不善堕畜生；换言之，以往昔的大小业因，感得包括身量等等一切不同果报。

若思如是恶趣众苦，应作是念，现在探手煇煇之中住一昼夜，或于严冬极寒冰窟裸而无衣，住尔许时，或数日中不用饮食，或蚊虻等，嘶咬其身，尚且难忍，何况寒热诸那落迦，旁生互相吞噉，是等众苦，我何能忍。度现在心，乃至未能转变心意，起大怖畏，应勤修习。若虽知解，或未修习，或少修习，悉皆无益。

前所言种种三恶道痛苦，总结于此是重点——细思了知，我将感得恶趣，投生何类、受何种苦、以何因而得，如此恶趣众苦情境，不可以眼不能见而以为虚假，因在世间诸多眼不能见者，实际上是存在的，也都出于佛经所说，佛根本不用妄语，故当信其有，不可信其无。以业力故，此些苦是真的有。

以观待而言，生前于人道时，手伸入火坑里一整天，或住其寒冰中身不着衣，以此冷热之苦，我们应无法忍受片刻的。甚至几天不得饮食、蚊蚁咬我们的身体，都无法忍受了，何况寒、热的地狱，畜生道互相吞噬等等的苦，我们又如何忍受呢？度现在心，「度」是指返观、推策、比度现在的心，透过心上思惟，有何觉受，到底是以看节目、文字游戏、或感同身受，乃至心未起怖畏时，让心转向法，不以今生俗事一直造恶业，应勤修断恶道的因（断十恶业），即使了知之上而不修习，或少修习亦不得利益，应起大怖畏——今生一切如一日梦境般，醒来面临的是三恶道，心能不起怖畏吗？

师长说过，人间的热如地狱的冰一般凉爽，两者无法比拟。有一次，师长身体违和，师自言快往来世了，我与师说：你不是计划五年要回家

乡吗？师长说：不能作主了，我快走了。我又与师说：那有何关系，今生您心中安立多少《现观》的习气，而且教化众生，自身饱学又有修行，您去来世也不过是等于回家罢了。师长说：不，看起来，我恶趣习气较多，佛法习气较少，因无始轮回故。这是师长的谛实语。

另一公案：有位密宗行者，平时对弟子说自己有修有证，所以往香巴拉或任一净土，随时可去，倒是可怜弟子们要一直受轮回苦。一日，这位上师要往生了，弟子们就祝愿上师往净土，这位上师居然害怕起来，直说净土如何去得了，我宁愿跟你们一样，最好不要死。

从师长的回答与公案里，让我们去反思，以师长的回答，可看出师长有佛法，因为他相信无始生死以来的业力。今生所造的业力，为一组，果待感，今生所报的果是前世的因，为一组，各报各的，不能相抵，可以减轻不感异熟，抵销却很难。所以此中才提到少修习不可以，一定要常思惟常修行，如集学论说，一位重病者，只吃一次药是没有效果的。何况以今生我们的所思都是烦恼，所行都是恶行居多，造善业也不是很甘愿，心要改变一定要持续学习，只要不间断学习就有希望，以上是宗大师的教诫。

如事阿笈摩说，庆喜妹家二甥出家，教其读诵，彼读数日，懈怠不读，附与目犍连子，仍如前行。庆喜嘱曰，应令此二意发厌离。目犍连子引至昼日所经处所，化为有情大那落迦，彼等闻其喷斫截等声，遂往观视，观见斫截所有众苦，又见彼处有二大镬，涌沸腾然。问云此中全无入者耶，报云阿难陀有二甥，既出家已，懈怠废时，死后当生此中，彼二惶恐，作如是念，设若知者，现或置入，次返目犍连子处，详白所见。目犍连子告云，二求寂，若此过患，若余过患，悉是由其懈怠所生，当发精进。彼二遂发精进，若未食前，忆念地狱，则不饮食，若于食后而忆念者，即便呕吐。

事阿笈摩公案说：庆喜（阿难）的妹妹有两位孩子出家，教导读诵，都常懈怠玩乐，后交由目犍连教化，仍如前懈怠，阿难即说如此不可为，定要让两位生起厌离起精进。目犍连以神通变化，白天所经过处，化成热地狱，让此两者听到砍杀、烧煮因缘的声音，既好奇的往前看，见旁有一大锅子正在燃烧，即问：怎么没人在里面？回答：阿难陀两位出家的外甥懈怠荒废时日，死后当在此锅中。两位外甥听后很惶恐，回来告知目犍连他们所见到的情形。目犍连即告诉他们：两位出家有情，（求寂指沙弥。藏文名「给敦」，意指求善、求寂，意思为求解脱、寂灭之乐的意思。）所见到或未见到的过患，皆由不精进及放逸（该作而不具警觉力）懈怠（不喜行善、喜造恶行）所生起，由此造恶业。两人听此言，未饮食前，忆念到地狱诸苦即不敢饮食，若已饮食而忆念起地狱诸苦，马上呕吐，这是很好的善根才会如此。

贪如阿难陀，瞋如指鬘尊者，虽有很大的三毒，听佛教化马上得度，是因为因缘已经成熟了，如前者一想就呕吐即是很定解，以我们都只是慢慢安立习气，要信不信的，怕也不怕的感觉，此是没定解的行相，善根亦有所差异。

有引至余昼经行处，于余一处，化为诸天，彼由闻其琵琶等声，岁往观视，见有天宫，天女充满而无天子，问其无有天子因缘，答云，阿难陀有二甥，既出家已，发勤精进，彼二死后，当生此中，彼二欢喜，还白目犍连子。教曰，二求寂，若此胜利，若余胜利，悉从勤发精进而生，应发精进。次发精进受圣教时，见如前引，真实相应经中宣说，从诸善趣而生恶趣。

这是正面的引导，将此两人平时常走之地，变化成天道有情处所，奇花异草、琵琶乐声，听得悦耳即往前一探，见一天宫，天女充满而无天子，即问为何无有天子，回答因阿难陀两位外甥生前精进，死后就可至此处享受，两人就很欢喜，告知目犍连所见之事，目犍连告之两位沙

弥，这些都是从精进而有，因为精进是百法的根本，因此定发精进才是因精进而受持世尊或长老所说的圣教，见如前所引，《真实相应经》所宣说——善善趣生恶趣之理；即以恶业故。

问云圣者，我等若从人天之中死后复生三恶趣耶。告云二贤首，乃至未能断诸烦恼，尔时于其五趣生死，如驴骡理，应须轮转。彼二厌离，作是白云：今后不行烦恼行，惟愿为说如是正法。目犍连子为说法已，证阿罗汉。

问圣者（目犍连）地狱我们害怕到呕吐，天道则为精进的果报，如果从人天死后仍堕恶道吗？告知（二贤首指腻称或尊称之意；类似仁者。）如不断分别及俱生烦恼种子的话，不断集谛仍得五趣的苦谛轮回，烦恼是缘，业是因，有烦恼的话，恶业会感果且又造新业，没烦恼旧业不感、新业不造，因此忏悔业障如儿戏，应是忏悔烦恼才是。心中三毒因都还在，也只是暂时不感果，佛教是涅槃法，不断烦恼，不算真正的佛法，有烦恼就有业障，除滋润旧业亦会造新业，故应修习断烦恼之道——先认识烦恼过患、生起之理、能断道、好好修证、配合福慧资粮双修而断障证果，此是主要。

故如集水轮一般，上上下下轮转，两位外甥心中即起厌离，发愿以正法为修习断烦恼之道，目犍连即为两者说法，即证阿罗汉果。

证果是以初果、二果……等证成，但以利根言，当生入见道从初果入四果。证身闻的阿罗汉果最快三世，最慢时间则不定。

是故能灭懈怠，能发精进，勤修正道，策发其意，令希解脱，及证解脱。其根本因者，谓赞修苦。纵有大师现住世间，于此教授，更无过上而可宣说，即于此中，发生下中士夫意乐，次第极显。净修心量，亦是乃至未起如是意乐以来，应须恒常励力修习，

因此应以苦为师，破除贪着世法，心力广大精进、不退心、推延、懈怠，喜善行于法道，依精进勤修正道，将师长所正确圆满之教授，励力闻思修学，转化内心于善法欲，令心厌背三有苦、希求解脱乐，亦言；

修解脱道、证解脱果。从最初学时之懈怠，至生起顺缘之精进，对于实修而得的解脱道果，根本因在于——皆以苦推动——知苦（有漏法）为苦性，让自己生厌离。

思惟我一旦堕三恶道，只能长劫造苦因受苦果，无法造乐因得乐果，如此不断深深思惟；对已造恶真心忏悔，对未造、将造、立造善业而不瞋心，如此才不会坏善根，且多做防护力并回向——已造恶真心忏悔、未造令造善而不起瞋，多所防护三门，广大回向——此乃修行之理。

纵有大师现住世间，即使佛陀住世亦宣说此法，透过知苦为苦策发厌离，寻找苦因励勤断除，离苦得乐须先知苦为苦而厌离。厌离三涂苦为下士夫意乐，厌离轮回苦为中士夫意乐，进一步思惟自己三恶道苦而求救护，更进一步思惟我的如母有情堕三恶道受苦而起悲心欲救拔而学佛，故次第很明显，为深思三涂苦之前，要恒时不断修习，由衷的畏苦精勤修习，如是三门易趋善行善法，亦因思惟三涂苦而怖畏寻求离苦之道，不只修习一此为足，内容与其中之量透过勤修不断累积。

今日所研讨为饿鬼道之苦，包含内、外二障，饿鬼道所有障碍皆引经俱论证成，总结，由不善业感得不善果报，如前所说好好思惟果报的痛苦，观待于人道的我们，小小的痛苦都不能忍受，何况堕于饿鬼道，因此心能生怖畏而修行——修行来自听闻、了知、多所修习。文中引用两位外甥的公案，宗大师亦叮咛以苦为师——下士道需拔自身三恶道痛苦的毒箭，中士道需拔自身生死苦的毒箭，上士道需拔一切有情苦的毒箭；故有苦有出离、有苦有悲心、有苦有菩提。

问：请问悭贪与节俭有何不同？

答：节俭是不随便乱花钱，悭贪是吝啬，两者法的行相不同，悭贪是烦恼心所之一，节俭是美德，两者不能混为一谈。

菩提道次第广论 宗喀巴大师造 法音法师讲述

2006年10月26日

妙音讲堂开讲
第四十七讲

第四十七

皈依偈（月称菩萨造）云：「佛法及僧伽，欲求脱者归。」意指具足四生果位的佛宝，大乘亲证空性所摄持的法宝，具足灭道二谛的僧宝，为想出离轮回苦、得解脱果位者的皈依处；有情的天性都要乐不要苦，苦乐是有为法，需由相顺因缘所生，换言之：由业果力，乐因得乐果，苦因得苦果，故能如实离苦得乐，即需承办去苦因得乐因的方便——佛法。何谓佛法？即是三士道；何谓三士道？具足舍现世之心所摄持，一心皈依三宝、奉行业果、四力忏悔，依此可得下世人天果位——下士道次；具足出离心摄持而修戒定慧三学之解脱道，依此出离轮回得解脱——中士道次；一心为利他成佛而学佛，因此发菩提心学菩萨行（六度四摄）——上士道次。

最初生起皈依三宝、修学三宝学处（奉行奉行业果、断恶修善）；之所以不能断恶修善起因在于烦恼，有烦恼即会让旧业感果及不断造作新恶业，故初为遮止恶行、奉行善行。真正能根断恶行，须断除恶心（烦恼），所以，断烦恼要明了它的性相、总类、生起之因、生起次第及其过患，才能有能力断烦恼，此中一切教法来自中士道教授。佛法为涅槃法——即解脱繁烦恼及出轮回之意；来自了知烦恼及其对治之道，当具足

断烦恼之道时，已属出世间道。烦恼不断，苦不会断，即使有些微的乐也是暂时不究竟的，故三苦无间断逼迫有情，一定要认识烦恼去根断之；能根断烦恼之道即为道谛；灭除烦恼的功德即为灭谛。要言之，能让有情真实离苦得乐，只有在心中生起灭道二谛的法宝，反之，好的上师、好的团体、佛陀亲临，都无法有任何帮助；因上师、团体、佛陀都是外缘，明白学佛即学「法」，「法」是十方诸佛成佛主因，亦为众生离苦得乐的主要方便，故学佛即学法，否则不得救护。

心中具足法宝（灭道二谛）即不堕三恶道，以此修习圆满就能解脱轮回，进一步成就佛果；初为断恶修善，进而断烦恼与烦恼习气（所知障）。要言之，法宝为主要，是正皈依处，依此我们可得救，因断恶修善，当心中真实透过修行生起随顺法宝，让来世不惰三恶道；心中生起亲证空性的灭道二谛，来世可以此解脱、出轮回苦，以法宝生功德得救护。佛宝与法宝只是帮我们生起得救因缘，上师亦复如是，故法宝为重。

思惟能自主宣说法宝者为佛宝——佛陀经由往昔百千万劫修行，断除所有过失、圆满一切功德而得佛果，以大悲愿力不舍有情，观机逗教，宣说契机契理的法门，常转法轮，利益众生，此即法宝，故法宝由佛说；僧宝则是依着佛转法轮的法义进而实修者，严格言之，须圣者以上，即心中具有法宝的有学位修行者称为僧宝。僧宝心中的法宝修持圆满时，即成无学位的僧宝——佛宝。以佛所宣说的法宝为主，由佛宣说教法起修行即为僧宝，一切的修行都是为生起法宝，凡是欲求解脱者，对佛法僧之三皈依境，由知其功德生净信，由净信承办心中意趣——断烦恼、离苦得乐，故应实修。

佛陀所教说的法义及修行之理与离苦得乐的方便，我们要具信心。佛为不妄语者，信僧伽为修行的榜样与助伴，以此皈依三宝之上而依教奉行，解脱才不是空言，因此，皈依很重要。

上回谈过三恶道苦，必须以苦为师（厌离三涂苦而寻求出离道），先知苦为苦生厌离，有厌离才会寻找离苦之道，如知病为病，才会找病因，才会如实服药，去除病苦。已谈过我们非常有可能堕三恶道，以此痛苦思惟之上，以今生所剩之人生岁月，于生前身口意以佛法依教奉行，生活中以佛法调心与行持，这是主要。看文：

内钁嚟巴亦云：「应观能生彼中之因，先作未作，现作未作，为念不念，当来应作，若先已作，或现正作，或念后时，而当作者，则当生彼。若生彼中，尔时我当何所作耶，我能忍乎。作是念已，作意思惟，必须令其脑浆炎热，起坐惶惶，无宁方便，随力令发畏怖之心。」

内钁嚟巴说：「透过前所谈的三恶道痛苦，应思惟堕三恶道的因（十恶业），观察以往有没有作，现在有没有作，进而思惟往后会不会作——以前已作否、现在正作否、未来当作否？若往昔已作或现正作此恶业，进而往后还是会作的话，一定感得投生于恶道。如果断气之后堕三恶道，受尽痛苦时，我该怎么办？我能忍受吗？返观思惟，即不生局外人之想，很贴切实际的与己有关，当思惟自己堕恶道后，再也不能造乐因得乐果，只有苦因与苦果，生起慌张坐立不安的感觉，如临场感的感同身受，心中畏惧，因此尽可能让自己发起畏惧堕三恶道受苦之心。」

业是决定的，除非对治，否则业有感果能力，思惟一下——心上想的是恶念、口中所说只有恶语，行为只有恶行，能不堕恶道吗？佛法的学习要结合——我的依师、我的暇满、我的三恶道苦、我的皈依——才不至于让佛法成为只是学问罢了，他人有否修行，不是要点，自身有否修行才是最重要的，因为是自己的问题。看到动物被虐待感到可怜，如果你是被虐待者呢？那是可悲，因为一切已来不及了！思惟所做都是为不堕三恶道受苦，还是只是想得到今生利益即可；今生所做可帮助来世

增上还好，否则只是为今生利益享受而让来世脩三恶道受苦，如此行为是不具智慧的愚者。苦是修行的好因缘及督促者——思自苦欲出离，思他苦生慈悲。故出离心与慈悲的功德，皆来自于知苦为苦而生怖畏之故。**此是切要，现得善身，若如是思，能净先作，未来减少。先所作善，由猛欲乐，发愿令转增长繁多。诸当新作堪能趣入，则日日中能使暇身具足义利。**

如此关要（畏三恶道苦）来自今生所得妙善暇身，以此思惟自身的三恶道苦，可以对治忏悔，如此可以净化往昔待感的业因，未来不会再造作，因为心中不生下士道的功德，下世定堕三恶道，这与自己有切身关系。因为害怕痛苦，故想找快乐，所以需承办乐因，如此快乐才可能转增，以前所造善业透过忆念三恶道苦而发愿，让之前所造善业增长广大（回向、随喜），对未来也可新造善行，则让今生的暇身，在每个当下具有义利价值。

故云：现为积福时，非损福报时。我们无始以来有诸多感报三恶道的因之业习气，如由神通者告知我们的话，我们会起大怖畏的；以生起次第——初生粗分出离心（出离三涂苦）、进而生起细分出离心（出离轮回苦）、最后生起大出离心（出离一切众生苦），每日累积即为随顺串习，深思自己的三涂苦，恍然醒悟一生辛苦迷恋追求的亲眷、名位、享受、财富、职业、友伴、身躯，临命终时用处不大，以佛法看自己的下一世，帮助的只有依暇身尽力断恶修善，只有思惟来世怎么办，才不至于迷惑于不到一百年的今生，所作所为以来世为主，因为方法正确故今生也快乐，反之，今生不快乐来世也不会有保障的。

若于现在不思彼等，堕恶趣时，虽求从彼畏怖之中，救护依处，然不能得。尔时于其应不应作，无慧力故，不能取舍。

如果不趁心有自由、身可堪能有意愿时，一旦堕入恶道就晚矣，想

从三涂苦的怖畏中欲求救护的依止处，则已不可得。因为愚痴流转，应作不应作皆不知取舍，因愚昧所以痛苦，宗大师说：「心的主要障碍是愚痴，身的主要障碍是死亡」愚痴不除，智慧难生，智慧不生，福报难增，福报不增，乐果不存；根本而言，以开智能为主。如果我们日日想的只有烦恼、作的只有恶行的话，几乎是靠近三涂了，一旦入恶趣，以往的业习气，因纯苦故甚难翻身，因无智慧取舍力，只有受报一途。虽众生有佛性，恶趣却难修行；时间而言，三恶道的痛苦为最，人身之苦为短；以质量而言，三恶道痛苦大而广，人身的痛苦较短，智者依此应有所取舍。

如入行论云：「若时能行善，然我未作善，恶趣苦蒙蔽，尔时我何为。」又云：「谁从此大畏，能善救护我，睁其恐惧眼，四方觅归依，见四方无依，次乃徧迷闷，彼处非有依，尔时我何为。故自今归依，诸佛众生怙，勤救众生事，大力除诸畏。」此仅粗分，广如念住经说。定须观阅，数数观阅，于所观阅，应当思惟。

入行论说：「若偶而投生善趣，返观并未造作善行，只有堕恶趣由纯苦所障蔽，到那时我该如何。」又说：「谁能从深广无边的苦受当中来救护我，睁着恐惧的眼睛四处寻求皈依救护处，当四方都无依护处时，只有不断的受业报及愚蒙之苦，心中惶惶不安而忧愁，无真正可救护处，到那时我该怎么办，所以应皈依众生的护主（佛），佛陀身口意的佛行事业，具有大力救轮回有情出苦。」投生善趣表示有善根，今天的我不是明天的我，同理；今生的我不是来世的我，可是，今生的我需对来世的我负责。因今生如何造业，来世会受报的，故的善趣就是要对来世负责时，因恶趣是受纯苦，心只有苦受很难得到救护的，所以因畏惧下世堕三恶道而需寻求皈依，学佛者最起码需防患下世不堕三涂，理由是三涂苦是

最大的苦苦，一旦堕三涂即难持续长久学习佛道，因此佛道长远，不解脱即轮回，轮回只有善趣与恶趣，堕恶趣难修行，所以要皈依三宝奉行业果，不论有否修行总是想离苦得乐，来世才有安乐可言。

事实上，没有真正的知苦畏苦，很难真正厌离苦，故亦无真正的皈依、发心及真正的佛道，故虽是粗分亦应多思惟三恶道苦，将所剩人身用于修习佛法，三宝虽有大力救护也只是外缘而已，得救护的因还是靠自己；佛虽有调伏众生的悲愿跟能力，但亦需众生具有堪能调伏的因缘及条件；就如种子本身有长芽的能力，但一直不遇阳光水份的缘，即不生苗芽，换言之，阳光水份都具备，没种子如何长芽；阳光普照大地，自身背着阳光，当然无法接触阳光的暖意，故从认识苦的思惟上推动寻找救护，自身要有所觉悟，一心依止三宝而依教奉行。

此些说法虽是粗分，广的部分于《念住经》有诸多说明，只要有关于此部分的经典都可好好观阅，将所观阅的法义多加了解、思惟、产生力量。下士道有四法类；忆念自己死无常、忆念自己三恶道苦、忆念自己的皈依、奉行自己的业果。现已讲授生死无常及三涂苦的思惟，机制在于因无常所以很快面临死亡，大概以业力投生恶趣，思惟道三恶道受苦情景，心生怖畏故寻求救护而皈依三宝。

第二习近后世安乐方便分二·^一趣入圣教最胜之门净修皈依·^二一切善乐所有根本发深忍信。初中分四·^一由依何事为归依因·^二由依彼故所归之境·^三由何道理而正归依·^四既归依已所学次第。今初

第二习近后世安乐方便分两点；第一、入佛教之门最殊胜为净修皈依，道根本在于依师理，修学佛法的开始在于舍下现世，故入佛教之门需净修皈依，修习任一法门不能缺少者为皈依与发心，尊贵 大悲尊者说：

「邪道引入正道的方便为皈依法门，劣道引入圣道的方便为发心法门。」
皈依、发心是佛教主要教法与功德处。

第二、一切善乐所有根本发深忍信；指深信业果而奉行业果，师长说：「想学佛法者，心中要重视三点——皈依、依师之理、奉行业果。学再多佛法、跑再多道场、如果不如理依师、未有皈依心、业果不重视，只有如天成魔、利反成损，无有能力安立道法习气。」贾曹杰尊者说：「行者心中没有皈依，心不转动，虽精勤闻思修正法，即有大名声，利益不大。」世人亦都以外相看待居多，实是以内在功德为主，否则一切成虚假颠倒，不依法判断则永处轮回。故具有皈依心与业果想很重要。而一切善乐指增上生与决定胜，今生的安乐是顺便，因一切的善乐来自深信业果而奉行，既然有来世怕堕三涂，想投生善趣继续修学佛法，投生来世善趣的方便为皈依三宝及奉行业果，入佛门以皈依心，以四点说明——
第一、由依何事为归依因；何为皈依之因，一般都知道怖畏与净信，此处将其内涵加以明说；以下士皈依是怖畏自身三涂苦，净信三宝能救，中士皈依则怖畏自身轮回苦，净信三宝能救而皈依，上士道为怖畏众生的苦，而信三宝能救而皈依三宝，密乘皈依则怖畏凡庸相的显现跟执着，依着怖畏的对象内容不同而安立不同的皈依，主要以怖畏与净信为皈依因。第二、由依彼故所归之境，指认识皈依境为何，亦即正行皈依之意。第三、由何道理而正归依，指以何方式正行皈依三宝，此为最要。第四、既归依已所学次第，指皈依之后需学何学处。

所谓皈依即是口的念诵文词，心中有一心依赖意的支分（有部的见地）；一心透过对三宝功德了知之上起一心依赖之信心，不管所有一切苦乐顺逆境，一切唯有三宝为依止、依赖、净信、祈求救护为皈依心；一心净信三宝的心之意（中观宗见地）。了解净信心所是完全不变动、永远依止净信的想法，此即是皈依。

因虽多种，然于此中是如前说，于现法中速死不住，死没之后，于所生处亦无自在，是为诸业他自在转。

诸多皈依因，主要为怖畏与净信；今生无法久住死无定期，无常死没之后，以业力投生，无法自主决定，随着自身烦恼与业的驱动感报受苦。

其业亦如入行论云：「如黑暗依阴云中，刹那电闪极明显，如是佛力百道中，世间福慧略发起，由是其善唯羸劣，恒作众罪极强猛。」

《入行论》第一品的菩提心品说：「广大无涯的黑暗当中，乌云密布，暗夜当中的闪电刹那即过，短瞬间的光明即没入长久的黑暗当中，以佛陀加持力与佛行事业力量，于百千世或百千万劫中，世间凡夫的福慧才稍可累积，猛力善行亦偶而发起，故善业非常微弱，却恒常猛力造众罪。」以我们恒时造恶业来比喻长久处于黑暗当中，佛陀的力量如闪电，照亮瞬间让我们得以累积福慧资粮，我们想的只有烦恼，造的只有恶行，观待而言，如实亲近三宝而依教奉行者稀有。

诸白净业势力微劣，诸黑恶业至极强力，故堕恶趣，由思此理，起大怖畏，次令发生求依之心。

思惟自身情况如此——因造善业之三行不圆满（动机清净、加行猛力、后行随喜与回向）故善业微弱，恶业多故善业的力量无法显现，当然堕三恶道是极可能的，因断善修恶、因此离乐得苦；譬如一汤匙的盐巴放入一小杯水会很咸，又一汤匙的盐巴放入大海中根本没有味道。思惟至此，心生怖畏而欲求救护，亦如因病而想就医。

犹如陈那菩萨云：「安住无边底，生死大海中，贪等极暴恶，大鲸嚼其身，今当归依谁。」

唯识派祖师陈那菩萨说：「安住于无底的生死轮回海里，以三毒为主的烦恼甚为粗猛，生死中的苦、集二谛如大鲸般吞噬与折磨身心，思惟

其痛苦生怖畏而能皈依谁。」有三宝的皈依是幸福的，即使未修心中有了三宝依止，总是比较有寄托，能依教奉行更是勇气无边、无所怖畏，如何面对老？如何面对死？心中有否依止皈依了呢？

总为二事，由恶趣等自生怖畏，深信三宝，有从彼中救护堪能。

由二个因中；思惟恶趣及轮回而生怖畏；深信三宝有能力从彼中（恶趣）救护。此中提及应怖畏轮回的总别之苦及三恶道痛苦而生怖畏，见三宝有能力救护而净信皈依三宝，此是完全信赖的心情，如此即可得大悲加持。反之，无净信与怖畏心即不得加持界救护。

佛陀已离所有怖畏，断尽所有苦及苦因，但佛陀了知生起皈依三宝必具足皈依与信心，故佛陀亦有皈依心，因佛陀已具足常乐我净。佛陀了知三宝是所修非所断，佛有皈依的善心（圆满佛智为本质的皈依心），**故若此二，唯有虚言，则其归依亦同于彼，若此二因，坚固猛利，则其归依亦能变意，故应励力勤修二因。**

故此二（怖畏、净信）如是徒托空言，皈依亦复如是；如上述二因为真实，皈依亦可真实具足猛力精勤，转变心力，数数忆念为苦所自在，一心为脱苦而皈依法宝，具足信心才有善心之皈依，因此勤求皈依二因，不论是下士道皈依（畏惧三涂苦）、中士皈依（畏惧轮回苦）、上士皈依（畏惧一切有情苦），一定要常思惟否则力量不大。

佛陀见与行称为「证」，故应如实皈依三宝；心中于一切时处忆念唯佛见知我、能救护我而净信（分三：信信——不知三宝功德只凭善根于三宝生依赖。解信——通达了知三宝功德之上，忆念功德而生信心。实信——不求三宝救拔，而是欲证得三宝果位而皈依三宝。）以密续非常重视上师相应法（观自身与上师之身口意合一），大乘皈依而言，以实信为主，亦即为证三宝功德而皈依三宝，故皈依极为重要与殊胜，多忆持思惟自身苦因而生起皈依心。生起皈依证量的大小，取决于信心大小而定，

有公案提及「犬牙长舍利」一例，可看出信心重要，如能以智慧摄持为圆满。要言之，一为怖畏、一为净信。无因无果想生起善的皈依心，怖畏与净信是需要的。

（第九十九页一行）

第二由依彼故所依之境分二^一正明其境^二应归依此之因相 今初

第二、依净信心与怖畏而所皈依境分二：一为正式显明皈依境为何；二为应如何皈依之理。信心有二——由习惯而有的信心、由了解而有的信心，以后者为坚固，而能有善的皈依心生起，一定须了知三宝为何及善知三宝功德，如此较具力量。以今时如果对三宝功德不了知认识，应为迷信居多。

如百五十颂云：「若谁一切过，毕竟皆永无，若是一切种，一切德依处。设是有心者，即应归依此，读此恭敬此，应住其圣教。」

百五十颂说「若有永离一切过失者，一切情况下为一切功德圆满的依止处，佛为断证圆满，有心的智者应如是皈依，应赞扬称颂离垢具德者，见佛陀功德之上亦应安住其圣教。」以我们的过失有：一念无明、二障、三毒、四倒见、五盖、六蔽、八风、十恶业；从恶心、恶行、恶心习气，一应俱全，全部含盖。佛陀为断德善士（断尽所有过失）；透过对治力将心垢习气完全断尽者称为断德（佛智）善士，亦为灭谛之意。佛心徧知一切法，故无有不徧知，然佛陀亦有不回答时，即以不答为答是最好的回答；因佛徧知所以明了不回答为适当。心垢断尽为二障，功德完全生起为福慧资粮，断德（二障断尽）、证德（福慧圆满），唯有佛具足。

能将有情三毒过患及断三毒之道如是宣说详尽，唯有佛教。因真正的不害行应建立于调心之上，以佛教之断恶修善为最详尽，故应依止三

宝，赞扬称颂离过具德及见世尊功德之上，安住其圣教；因为具足无上大菩提与断尽一切过失者所说教法是可承许的。

谓若有一，能办是依非依慧者，理应归依，无欺归处佛薄伽梵，由此亦表法及僧宝，如归依七十颂云：「佛法及僧伽，是求脱者依。」

如果可分辨何者为可依止，何者不可依止的智慧；亦即知道取舍。如此具慧者理应皈依，以正住而言；即先理解而不排斥，理解其功德之后，以具慧判断可依止否，依止无欺诳之皈依处，要言之，佛宝既然堪能皈依，佛所说教法（法宝）与依佛宝所说教法而修学者（僧宝）亦可皈依。归依七十颂（月称菩萨造）说：「具四身果位的佛陀、灭道二谛的法宝，如理持戒的僧伽（四位以上出家众，亦名为假名法宝），亦可认许为皈依处，，如实具足法宝，于说法者与修学佛法之人，是欲求解脱轮回者的依止处。」

佛为不说妄语者；佛已断二障（妄语之因）、佛已断十恶业（妄语为语业过失）、佛具大悲（说妄语为不具大悲相），以此理由安立佛为无欺诳处之真实语者。故即使佛说妄语亦为观机逗教。以功德生起应先皈依法、僧、佛（来源次第）；以了知次第应为佛、法、僧（生起次第），以世间三宝流布住世次第——佛、法、僧；以三宝皈依之思惟或自身必得三宝果位功德之生起次第——法、僧、佛，住世三宝——佛经、佛塔、佛相、出家众及传说教法者，自身成为僧宝亦应具有法宝，因具有法宝者为僧宝（具有圣道者为圣者，不分在家众与出家众）。成为佛宝亦应法宝圆满，故理应了知法宝之上，透过僧宝为助伴及对佛宝的信心，有此三宝即可皈依与成佛，故个人证悟次第以法宝为先；譬如四圣谛之苦集灭道，由苦有苦因（集谛）的思惟，进而修学灭道二谛的获得；此灭道二谛即是法宝。

法僧佛观点为要；尊贵 大悲尊者于讲经中，即常由法宝引导皈依三宝契入修学佛法应正知而行不应迷信，此部分不思惟串习，对三宝的观念不会坚固的。世间一切珍宝都无法比得到三宝还珍贵，因为三宝为一切生世无欺诳的救护处——真正的护主、最好的亲眷。

（第九十九页五行）

应归之相分四，初者谓自即是，极调善性，已能证得无畏位故，若未得此则如倒者依于倒者，不能从其一切畏中救护他故。第二者谓于一切种，度所化机，善方便故，此若无者，纵往归依，亦不能办所求事故，

此处以佛宝为主，以应归之相（应皈依的理由）分四点：以具四益（自离怖畏、于离他方便有善巧方便、具足大悲心、不论损益皆平等饶益）来称扬教主佛陀。

第一、自身调心已圆满，证得破四魔、断二障、证得无住涅槃的甘露果位。假如自身未证得果位亦即颠倒者依止颠倒者，自身都溺水如何救他人脱困，故不能从一切的畏惧中得到救护，因为自身仍处怖畏里；反之，世尊自己离怖畏，故可令有情离开怖畏。

第二、佛陀不但自离怖畏，于离他怖畏（度一众生）有善巧方便（观机逗教、让有情心法结合），佛观众生应以何身得度，随其身而度化之；如普门品中应以何身得度即现何身度化——以身口意功德巧方便度众，来自于佛有遍知一切的圆满佛智。自身的个性、业力、想法及差别相，以适合方式度之为巧方便。否则皈依他方既不能成办所求一切义利；故依止处应有能力（智慧）及热情（悲心），佛陀如实了知，不会引导众生入相似法，佛陀亦知业果真谛，故引导有情离苦得乐，让有情得断证功德、成熟众生，此为加行（能力——智慧）圆满。

第三者谓具大悲故，此若无者，虽趣归依，不救护故。第四者谓以一切财而兴供养，未将为喜，要以正行而修供养，乃生喜

故，此若无者，则定顾视先有恩惠，不与一切作归依处故。

第三、具大悲，能力强却无心帮忙亦无义，自身无清净意乐，想帮众生是有限的，此为意乐圆满具大悲心。

第四、以平等心利益一切有情，即使损害佛陀亦利益之，如以财物供养佛，佛也不会很欢喜，不重视世间的名闻利养，而以得成就之行持（依教奉行）而行供养，为佛所喜，表示佛喜有情如法相应，非以利养恭敬，以此动机纯正，不应利益而帮忙，在乎利养恭敬，而不在于依教奉行；即成先有恩惠、利益才帮助，为贪心所摄的慈悲心，此为有所求的付出，

世尊为任一有情都不放舍，亦对一切众生皆平等舍，
总之自正解脱一切怖畏，善巧于度他方便，普于一切无其亲疏，大悲徧转，普利一切有恩无恩，是应归依处，此亦唯佛方有非自在天等，故佛即是所归依处。

总之，「自正解脱」，指自身正行解脱、现行解脱，心中已离二障（怖畏处），换言之，脱离一切苦及苦因、自离怖畏。于度一切正处怖畏有情有善巧方便，故于离他有巧方便，《宝性论》云：「佛说诸法如医疗病，对机易说施設」——诸佛出世总总方便，劝令众生成熟有情，因为佛智故，能观机逗教。佛已无所谓亲疏爱憎，虽于名言中有怨亲，但因大慈悲心故，即使敌人亦要乐不要苦，所以舍一切执敌为恶的想法，将一切怨敌执为亲人，平等慈爱一切众生。了知具四益功德之上，以佛为唯一究竟归依处而起信心，不是自在天神。「集量论」说：「皈依为量利诸趣，导师善士救护者。」佛为堪能皈依之具量士夫，因为具有四种功德——利诸趣（大悲心、意乐圆满），导师为亲证空性的智慧（加行圆满），善士（佛果圆满），救护者（转法轮、利他圆满）。皈依如此意乐圆满的大悲心，家行圆满证空性的智慧，果德圆满的佛德，转法轮的利他圆满

——故佛为众生可皈依处。越定解佛功德越觉佛无欺诳，是自身不具信心、不懂佛法，都是自身的问题。

问：

答：具相与造作的说法，比如内心思惟三恶道苦会生怖畏，想就生起，不想就无感觉，这是造作之量。透过常串习，任一时处都怖畏三恶道痛苦，如此是具相之量。感同身受而有怖畏心，透过法义质量的思惟所产生的觉受，有持续性且不必刻意修即可生起为非造作具量者，具相皈依来自具相之因。

问：

答：所谓随顺法宝指轮回的善业，如轮回的福业、不动业应都是随顺法宝，造善业会得随顺法宝，善业是让自身不堕三恶道之因，故为随顺法宝（轮回所摄）。有皈依心摄持的十善业道奉行与无皈依心摄持的十善业道奉行，两者业报是不一样的，皈依心摄持之十善业道可同时指向解脱，否则只能往善趣。出离心、菩提心、空正见此三法如果能具相造作生起，当下所造的业即不是轮回业。十善业道为随顺法宝，具相法宝为灭道二谛。

菩提道次第广论 宗喀巴大师造 法音法师讲述

2006年12月21日

妙音讲堂开讲
第四十八讲

第四十八讲

随喜能继续研讨圆满无误的成佛道次，亦如祖师大德所训示，讲说听闻正法需安立清净动机，以为利有情愿成佛的菩提心为动机是最殊胜的，以菩提心摄持行十善行，修学道次第亦应如是。以此意乐研讨对内心调伏、烦恼减少、善根增长会有所帮忙。今日的命题为皈依三宝，属于共下士理念及承办来世利益的方便，佛法最基础的安立是以今生为辅、以来世为主，由此展转增上希求解脱与利他成佛，佛道次第而言，外缘具足具相善知识的慈悲摄受与教法，因此需依止师长；内缘依过去世的福德所感得暇满人身而修行（佛道次第——三士道次第），如房子有三层，最下层为下士道次第，所修内容为念死无常及念自身的三恶道苦，生起不以今生为主，以来世义利为主的心，但只有希求来世的心亦不足，更进一步思惟得到来世义利的方便为何，即是皈依与奉行业果。以做为一位佛弟子与大乘行者，具足皈依心与奉行业果是需要的，皈依的内容有很多，下士道皈依为怖畏自身的三恶道苦而深信三宝能救而皈依三宝；中士道皈依为怖畏自身的轮回苦深信三宝能救而皈依三宝；上士道皈依为怖畏自身与众生的苦及苦因深信三宝能救而皈依三宝，及密乘归依。以上都是需要透过修行，明了皈依种类与量，透过了知三宝功德之上，

具足皈依之因而对佛法僧三宝，心中产生三宝为究竟皈依处，一切时处生起一心依赖的净信心所，此才是为皈依之意。皈依不是盲信，需正信具慧，能生正信具慧来自于了解，不懂佛教教主与外道教主有何差别的话，信心不会坚固的，尽可能了解内道三宝有何功德，从见功德深信三宝是唯一可皈依的处，之前需生起皈依之因（怖畏与净信），进一步了知三宝有何功德，法由佛说，依法得解脱，故希求解脱者，三宝的皈依不可少，于三宝功德要确信与认知。以佛宝功德称为具四益教主（自离怖畏、离他怖畏有善巧方便、具足大悲心平等利益有情、不论有否利益均饶益有情），佛具足能力有善巧方便，意乐清净以大悲心平等利益有情，故可做为众生的皈依处。

由如是故，佛所说法，佛弟子众皆可归依。由是若于摄分所说此诸理上，能引定解，专心依仰，必无不救，故应至心发起定解。

佛具如上四种功德（四义教主），因具足让有情皈依的理由与能力之原故，佛教所说法的方便与佛弟子众（僧宝）亦可皈依，既然说法者圆满可以皈依，所说的法及学习教法者亦可皈依，《摄分》说：此中道理引申定解、坚固认定三宝的特质，由定解三宝功德产生信心，此信心产生来自于深刻了解，如此能得三宝救护，亦如守法者可得国家保护。了知三宝功德而有信心，发起定解为先，生起救护为后，如此必得三宝救护；自身信心要能与佛陀的大悲智慧互相双运，这是两造的事，一定要对三宝功德产生定解，否则难矣。

由能救自二种因中，外支或因，无所缺少，大师已成，然是内支，为能实心持为归依，而苦恼故。

让自身获救的两种因——自身的信心、诸佛菩萨的悲心，如铁钩与铁环，师长教诫不能当铁丸或铁球，比喻佛的智慧如钩，众生信心如环，

外在的三宝一直都存在着，世尊所说教法与依着教法修行的僧宝都仍存在世间（佛的四身功德、佛寺、佛经、四众弟子等），如果本身信心未生，学法成戏论，即使佛陀或善知识降临身边亦难得度，佛虽具大悲善巧，不是法器的话，暂时不会被救的，否则地狱早已空，个人也力需各自承受，众生业已感异熟，只有受报一途，佛陀想救也救护不得的，因业力超过佛力，但是祈求佛依然有福报，诸佛的加持力无有远近，佛具能力与悲心，众生又有欲求心才能相应。

举例，在佛世时，阿难当侍者之前的善星比丘（当佛十三年侍者），不精进修行，却视世尊是为利养而与众生结缘的伪君子当侍者依然如此。另一例；提婆达多精通三藏、心不调伏、常与世尊作对，很明显，世尊功德圆满，自身不具得度因缘，非世尊过失，此过患要慎之而行。并非于大善知识旁就得相应，主要取决于信心，一棵健全的种子，具足长芽的能力，但如无沃土下种，一样无法长芽。佛确实具足大悲心让众生成佛的智慧力与度化能力，如果众生的三毒深重，佛法的利他种子如何下种，佛非创世主，自身善根须先成熟为要。

弥勒菩萨所造《现观庄严论》说：「如天虽降雨，种坏不发芽；诸佛虽出世，无根不获善。」降雨不会选择地方，地上如无种子，如何长芽？比喻诸佛出世间，众生没有信心与善根，不可能得加持救护与利益。外缘不是主因，学不好是自身问题居多，学佛过程虽辛苦，只要有动力与愿力，祈求三宝才能有所相应。

是故应知，虽未请求，由大悲引，而作助伴，复无懈怠，无比胜妙真归依处，现前安住为自作怙，故应归此。

菩萨虽无人请求，只要众生具信心，仍依大悲心推动而当众生的助伴，永无懈怠，无比胜妙之皈依处于此。依于两造，得不得度在于自己。《宝性论》说：「佛是永无止境的皈依处，佛是恒长的皈依处，佛是不变

的皈依处，佛是究竟的皈依处。」

你信佛，佛度你，不信佛，佛还是想度你。你对佛有信心或瞋心，佛都会度你的，不会观待你的行为而度不度，但以得度因缘而言，有信心则较具足得度因缘，佛也许对瞋心者更悲悯，因此，佛为究竟皈依处，常观想佛于现前安住（观想修）——对于礼拜、供养、发愿、修行、忏悔、临终极为有益（常观三宝于前方），以三宝作为依护、救护处而皈依。（第一百页一行）

赞应赞云：「自宣我是汝，无怙者助伴，由大悲抱持，一切诸众生。大师具大悲，有愍愿哀愍，勤此无懈怠，有谁与尊等。汝是诸有情，依怙总胜亲，不求尊为依，故众生沉溺。若正受何法，下者亦获利，能利他诸法，除尊非余知。一切外支力，尊已正成办，由内力未全，愚夫而受苦。」

赞应赞说：我（佛）为汝等三界轮转众生的助伴（救护），以大悲心的意乐事业，徧缘法界有情——诸佛无量慈悲，徧入众生心海中——佛以大悲心堆动，永不放弃任何一位众生，众生有不同的种性、信解、修行、果报，佛即以种种善巧无懈怠，依着众生不同的种性、信解而教化之，佛度众生如一月普映千江水（千江有水千江月），只要众生善根成熟，佛不会逾时度化的，好比只要地上有千江，天上明月即显现，谁能与佛等同（佛行事业无等伦），佛陀是最不会变心的亲友，尽管如此，众生仍不以佛为依止，故众生仍沈溺于三有。如果能正行受持任何法义，接受佛陀的教化，即使最钝的根器依然可得利益，利益众生的法药（教义），除世尊之外，无人能徧知的。

佛世时于费舍离城，有三个灾难——夜叉害人、瘟疫、饥荒。佛使阿难念「真实语三宝经」即除。佛经是真实不虚的，但是佛世时的有情，善根强、功德力大、信心足与福报较大，配合殊胜佛经而念，当然效果

自然不同。产生功德必须有相等条件的，世尊的大悲与能力都以具足成办，众生的信心、恭敬与善根不具足，故愚夫有情轮回受苦。

佛法之所以殊胜，在于佛徧知佛弟子现前、究竟的根性、心思、业力，因此于不同种性之有情，宣说不同教法；以佛经而言，有性宗、相宗、了义、不了义，都是有命题与其价值，即使不了义亦有所需，为引导众生成就更高学习的方便。故过去无量诸佛降临世间，都具足大悲心，末法众生仍无法被救护，是自身愚蒙无法具足被救护的条件，非三宝过失。龙树菩萨所造《六十正理论》说：「无余阿罗汉时，未断无漏智，依无漏智，由佛劝请，回向大乘，一心信解大乘教法，依大乘教法而修，依然可以成就佛果。」由此表征，佛有悲心能力，众生虽也有佛性，却因自身条件、精进微劣而不得成就。

（第一百页五行）

第三由何道理而归依者。摄决择中略说四事。^一知功德^二知差别^三自誓受^四不言有余而正归依。 初知功德而归依者，须能忆念归处功德其中有三。^一佛功德^二法功德^三僧功德
今初 分四

第三正行如何皈依三宝，何谓皈依与皈依之因、三宝可救护之理，皆于前已研讨。今探讨正行修皈依之理，《摄决择分》中略说有四点：^一知功德 | | 了知三宝功德而皈依三宝，^二知差别 | | 知三宝之六差别，^三自誓受 | | 从今以后，尽未来世，心中承诺立誓发愿，三宝为生生世世的究竟皈依处，^四不说与三宝有别之正皈依。

分别说明皈依境佛法僧有何功德，具有广闻智慧而了知生定解三宝功德而随念三宝，与不了解三宝只有相信三宝的力量，两者有如天壤之别；当师长直接教化时所生的信心是直接且强烈的，同理，对三宝无知，

信心是有限的，如能对三宝了知之上说明其特质与特色，所启发的信心为纯正。

从依师之理（观师如佛先了解佛功德，有助依师之理信心增长）、了知三宝功德，特别是法宝及菩提心（为利有情愿成佛），以此三者先行确立而了解三宝功德而皈依甚为重要。

以佛法僧而言有二种程序：以世间来源为佛法僧（佛宝先存在，透过佛宝说法，再由僧宝修法），以生起次第为法僧佛（法宝先生起，成就僧宝，透过修行成为佛宝）以皈依法僧佛而生起法僧佛，再者佛的身口意为体一相异，佛身（僧宝）佛语（法宝）佛意（佛宝），故佛的身口意即是三宝。如观阿弥陀佛时，弥陀外相为僧宝，弥陀放光说法为法宝，弥陀大悲大智的意功德为佛宝，总集三宝皈依境为阿弥陀佛，此中的力量是不相同的。

（第一百页八行）

身功德者。谓正思念诸佛相好，此亦应如喻赞所说，而忆念之。

身功德即是三十二相八十随好，好好忆念佛陀之万德庄严，以三十二相为主要，八十随好为次，共一百一十二种，相好庄严的色身功德之因来自福德资粮，共同因为持戒，不共因是各自之因，如迎送上师所感之相为千幅轮相。龙树菩萨在《中观宝鬘论》说：「集摄所有众生的善行，才成就佛陀一毛孔的功德；集摄佛陀一切毛孔的功德，才成就佛陀一个随好功德；集摄八十随好功德，才成就三十相之一相功德；集摄三十相的功德，才成就一个白毫功德；集摄百千倍的白毫功德而成为一顶髻功德；集摄十万倍的顶髻功德，成就一妙音功德。」故佛陀的相好功德积集福报甚多，不能只言修空性为足不修福报，应以福慧双修为要。以此比喻的赞文忆念佛身功德。

如云：「相庄严尊身，殊妙眼甘露，如无云秋空，以星聚庄严。」

能仁具金色，法衣端严覆，等同金山顶，为霞云缚缠。尊怙无严饰，面轮极光满，离云满月轮，亦莫能及此。尊口妙莲花，与莲日开放，蜂见疑莲华，当如悬索转。尊面具金色，洁白齿端严，如净秋月光，照入金山隙。应供尊右手，为轮相殊饰，由以手安慰，生死所怖人。能仁游行时，双足如妙莲，印画此地上，莲华何能严。」

世尊无比殊胜的庄严色身，普放光芒，佛光遍照有情，以慈悲甘露眼垂顾众生去除热恼，洁净如月，所有星聚庄严如顶严，一切世出世间的圣者都无法比拟，能仁具有金色身普放光芒，出家法衣庄严覆盖佛身，等同金山顶为霞云所围绕，世尊无妆饰而面轮光满，世间皎洁的明月亦无法比拟（观不厌足、目不暂舍）。尊口如妙莲，口说妙语，蜂见尊口疑为莲花而绕悬，因佛心清净而相圆满，世尊面金澄，齿洁白端正，非常庄严，以轮辐相抚慰有情，或放光或神变力来加持有情，安慰有情离开怖畏，佛陀游行时，双足如莲华，行走于地上时，莲华如何能比拟。

佛陀托钵游化时，看到他的人不但不起烦恼且烦恼越来越少，这是无增三摩地的定功德圆满故，当时佛世，佛游化时，众生大都皈依稽首顶礼。三世诸佛如何发心，如何行菩萨道与为众生说法，菩萨、阿罗汉、声闻、缘觉如何做修行的法行，凡夫又如何造作善行，包括阿弥陀佛因位时的菩萨善行及果位时于西方净土度化众生的情况，都可由佛一毛孔展现一切。这是由于佛多少时劫累积福慧二资粮所感得一毛孔可展现清不清净的修行与法行，告诉我们修行须付出代价辛苦而得，因为佛是身心合一、智慧为本质的无漏蕴身（如意法身、金刚不坏身）。

不管去到何处寺院，一定先至大殿礼佛，将主尊的一尊或三尊佛看待极重，想为真实世尊，具相好庄严，由外观到内，佛具四身果位，悲智功德具足，誓愿成就如佛陀一般而礼敬具足圆满功德的世尊，如此忆

念佛功德而礼拜，功德才能增长。

由于往昔佛无数的愿力与悲心，无漏智慧现为色身，而色身因所化机的众生不同而有所改变，佛色身之所以不同取决于——佛的愿力与有情的业力因缘故。

（第一百页十三行）

语功德者。谓随世界，所有有情，同于一时，各各一异类请问，能由刹那心相应慧，悉皆摄持以一言音，答一切问，彼等亦能各随自音，而生悟解。

佛以一音演说法，众生随类各得解，语功德可于世界不同有情，同时举出不同问难，佛可以刹那心相应智慧，一音普答一切问，去除一切不同疑惑，众生可以随各自音声、因广中劣根器而有所不同，有疑问者提问，佛既徧知一切，为何有时不回答（圣默然）？不回答是因全知（以无分别心不回答为回答）。

（第一零一页一行）

应思惟此希有道理，如谛者品云：「若诸有情于一时，发多定语而请问，一刹那心徧证知，由一音酬各各问。由是应知胜导师，宣说梵音于世间，此能善转正法轮，尽诸人天苦边际。」

应好好思惟如谛者品说：「有情同一时间发出不同音声请问佛陀不同问题时，佛陀可以一心亲证二谛的智慧（徧证知），以智慧了知，一音说法回答众生所有问题，故导师（佛陀）以正法智慧随众生根器善转正法轮，众生随念正法，权说实说让众生离苦得乐，此为语功德。」

又如百五十颂云「观尊面可爱，从彼闻此等，极和美言音，如月注甘露。尊语能静息，贪尘如云雨，拔除瞋毒蛇，等同妙翅鸟。摧坏极无知，翳障如日光，由摧我慢山，故以等金刚。」

百五十颂说：「观尊面可爱」，面如满月，「从彼闻此等，极和美言音」，圆满之口中宣说法音，如月光注甘露入众生心海中，「尊语能静息，贪尘

如云雨」，世尊的教诲与法语如法云普降，熄灭贪心的灰尘而得到寂静，比喻佛陀度化阿难陀的公案。「拔除瞋毒蛇，等同妙翅鸟」，瞋心如毒蛇，佛法如妙翅鸟，比喻佛陀度指鬘尊者（央鸠摩罗）的公案。「摧坏极无知，翳障如日光」，佛对极愚痴的众生也如日光般慈悲度化，比喻佛陀度周利盘陀伽的公案。「由摧我慢山，故以等金刚」，如金刚般摧毁我慢众生，比喻佛度化波斯匿王的公案。众生的粗猛烦恼（贪瞋痴慢）世尊均以法语慈悲摄受教导众生熄灭烦恼。

菩提道次第广论 宗喀巴大师造 法音法师讲述

2006年12月28日

妙音讲堂开讲
第四十九讲

第四十九讲

以正确意乐作为研讨菩提道次第教授的动机，佛教的动机分三品：下士意乐（下品）为自身下世不堕三涂受苦，感得有漏的人天果报而修行数下品动机。进而想到轮回的过患而生厌离希求解脱，修学证得解脱道属于中士意乐（中品动机）。最为殊胜的是发心为饶益有情宜先成佛，以此菩提心所摄持所造作的一切善行属于上士意乐（上品动机）。道次第的教授可以引导众生成佛，因此随顺于所学教授之义，应刻意发起上品动机来作为讲说听闻的安立。

皈依法类广大，基于皈依因不同而有所不同（下士道皈依、中士道皈依、上士道皈依、密乘皈依、因皈依、果皈依），承前所研讨为下士道皈依法类——思惟自身暇身无常，死后不会如灯灭，如没有解脱则依业力投取轮回生死，轮回只有善趣恶趣，以我们恶业为多，可能堕恶趣，故思惟自身来世的三恶道苦，生起怖畏而寻求救护，深信唯有三宝能救，此为下士道皈依之因。

此皈依因虽重要但仍不足，更应了知三皈依境，缘三宝起皈依心，依教奉行得以救护，到底三宝为何？三宝功德何在？三宝堪能为皈依境的理由为何？已研讨过有四点：以佛宝而言，佛宝已自离一切怖畏，断

尽二障，同时离他有情的怖畏有善巧方便，悲智具转，佛具足等无差别的大悲心，完全不观众生的利养恭敬，完全施予救护。基于此四种特质，故佛堪能皈依，由此堪能皈依的佛所说的教法及修习教法的僧伽也堪能皈依。

正行皈依之理——了知三宝的差别功德及了知三宝差别，立誓永远以三宝为皈依，从今以后不再以世间神祇为皈依境。首先探讨了知三宝差别而皈依——一心净信三宝为究竟皈依处，一心产生依赖的净信心所。已谈过佛身功德，熟知报身与化身，具足三十二相八十随好，佛一毛孔可运现无量法行，常赞佛相好庄严，身色金澄，观不厌足，目不暂舍，佛的身心为体一（佛心等于佛身），佛身为智慧本体所现的一种外相，诸佛大悲心的本体，外相即现为观世音（实为诸佛大悲之体性），不能观佛身观成有漏五蕴身，以大乘观点，佛身完全以智慧为本质，为无漏色身以智慧为体，故应忆念佛身功德。佛语功德为一音说法随类得解，一音普答一切问，佛同时可以六十之妙音宣说各种法门，不管了不两义，皆随众生根器而观机逗教，众生具足贪瞋痴慢，佛依然具足巧方便而度化。见义故无欺，无过故随顺，善缀故亦解，尊语具善说。且初闻尊语，能夺闻者意，次若正思惟，亦除诸贪痴。庆慰诸匮乏，亦放逸者归，令乐者厌离，尊语相称转。能生智者喜，能增中者慧，能摧下者翳，此语利众生。」应如是念。

「见义故无欺」，能见到佛陀教化都具有意义亦不空过，佛语无欺诳，山河大地变异，四圣谛永不变，世尊的特质在于自主的为众生展示解脱成佛道果，故为无欺诳。「无过故随顺」佛语无过失堪能随顺而行，佛智徧知一切，无有障碍，故所宣说的教法都无任何过失，「善缀故亦解」，善于编缀亦于调伏，意境高远易于理解，「尊语具善说」，指向调烦恼让有情生善行，「且初闻尊语，能夺闻者意」最出听闻世尊教诲即可心动相

应（心动掉泪、沉浸法喜中或随文作观），「次若正思惟，亦除诸贪痴」，先听闻再正思惟（如理作意），除（压伏）贪瞋痴等烦恼，「庆慰诸匮乏，亦放逸者归」，佛陀教法可慰藉人心，放逸者亦可归趋于佛说，「令乐者厌离，尊语相称转」，令好乐轮回者厌离生死，世尊法语不多不少，宣说正法以佛智为增上缘，对方广说、略说，世尊都可徧知，「能生智者喜，能增中者慧」，能生让智者欢喜之语，亦能增长智能，「能摧下者翳，此语利众生」，对下根器者可去除愚痴障碍，如此教法可饶益有情利益众生，应如是思惟世尊的教诲有以上诸多特质。

如果具足希求心，在尊者座前听法受其教授，应能如实生起法义觉受，以大乘观点分有方便意趣（非佛陀意趣是为佛应机而说）与究竟意趣，经典是佛说，但是是应个别所化而教说，故经典意思非佛陀的意思，佛说《解释密经》，也说阿含经与般若经都为佛说，但经典是依有情的种性、业力、信解、智慧、根器不同，应机所说法，让有情不落断见，教化有情累积福报成熟善根，法器成熟时再引导了义见地，佛经是可以观察的，不观察反而是愚痴。佛于经典中亦提示过：「比丘不应因恭敬我而相信我，应好好观察我所教说而相信我。」佛的不了义说或方便说即使非如实语都无有过失，但为了开智慧不能愚痴故才需观察抉择。所有宗教都无有过失的，虽见地上有其圆不圆融的差别，但宗教都有其价值，劝化世人修心修善，需尊重不同根器而安立不同宗教，故都应恭敬不能党类，佛因往昔修证圆满以大悲愿力故可善说（一、善巧方便说、圆融教说，二、可让有情心法结合。）所谓「善」指愿修所闻义。

听法初应将动机调好，再将心静下来观想，安立意乐之后，具足闻法德相之上养成法乳。耳识听受、眼识瞻视、意识缘念都必须具足才好，「能夺闻者意」于两造都须有条件，庆慰诸匮乏，佛说不是满足物质而是去除内心匮乏为主，愚痴者可作法供养，为度化者令度化，为解脱者

令解脱，为安慰者令安慰，为涅槃者令涅槃，以放逸者归可结合下士道的不堕三涂，令乐者厌离可结合出轮回苦的中士道次，世尊度有情不会超过时间，只要被度化者根器成熟。

佛法是可以观察、思惟、串习、生起经验改善内心具足法喜，这是佛法的特质，如果没有具相上师如理引导，未具正知见与习惯性熏染，会得少为足，一等于一切，要圆满了知就难了，具有正住心、具慧心听受佛语都会因贤善之道心生欢喜。智者心欢喜表示认同，中根器者可开发智慧，下根器者可除愚痴，宗大师说：「心的障碍主要为愚痴」，总言之，佛主要为众生说法目的，是让有情离颠倒、愚痴，开发智慧累积福报及取舍而利他，故佛陀最殊胜的事业为语事业，虽处末法，《广论》亦是佛陀的语事业，佛法靠传持，僧材好好受教育，佛法可以广为流布，佛法还在，应好好把握。

（第一零一页九行）

意功德分二。智功德者，谓于如所有性，尽所有性，一切所知，如观掌中庵摩洛迦，智无碍转，能仁智徧一切所知。除佛余者，所知宽广，智量狭小，悉不能徧。

法称论师有一赞佛偈：「灭除妄结网，甚深广大题，普放普贤光，敬礼妙法身。」意为智慧法身，法身另一解释为佛的灭谛（无住涅槃），不论智慧法身、佛智或无住涅槃，都已灭除二障，具有广大遍知一切的智慧体性，可普现一切智慧光芒，遍照有情心中，故礼敬如此妙法身。所以佛陀的主要功德在于意功德。

意功德不只有悲智，但以悲智为主，智能功德于如所有性（胜义谛），尽所有性（世俗谛），一切所知品皆为二谛所摄，佛可以一心同时遍知一切所知品，如庵摩洛迦果（内外清澄的果实），佛智具有两种智慧——尽所有智、如所有智，以佛智可宣说各种法门，智慧无有障碍可具转，所

知品存在佛智即遍知，让有情离苦得乐且能如实遍知，所谓转法轮是以大悲心为意乐，以佛智为增上缘，要转法轮要有两条件——知对方根器、依根器讲何法。佛心已清净（染净无别），但会现不清净，因众生不清净故，所知品（了知的法）一成立，佛心即遍知，佛智是遍知一切所知品，除佛之外的有情，所知的境虽广大，能知的智慧却狭隘，佛智却遍知一切无余，如师长所说：「凡是存在的，佛一定知道，如果佛不知道的，一定不存在」。

如赞应赞云：「唯尊智能徧，一切所知事，除尊余一切，唯所知宽广。」

又云：「世尊堕时法，一切种生本，如掌中酸果，是尊意行境。诸法动非动，若一若种种，如风行于空，尊意无所碍。」应如是念。

如赞应赞说：「唯世尊的智慧遍知无余，一切所存在的法，除世尊之外，一切有情所知品宽阔广大，能知智慧太过狭隘（狭隘智慧不能遍知所知品）。」又说：「世尊的智功德是遍住在一一切时一切法上，一切行相之下都可如掌中庵摩洛迦果一般，本即遍知一切无碍，一切法是佛陀的心所行境（心所可了知），一切法动（有情）非动（无情），或者一或者多，如风行于空，一切无碍、遍知无余。」佛智特质——以阿耨多罗三藐三菩提，即为于一切法正等正觉之意，亦即佛同时对一切法或个别一个法，都已经去除一切法或某个法的所有邪见与怀疑，因此佛陀可以遍知无碍。于《普贤行愿品》中的「顺众生」所言：不管一切存在一多，如风行于风一切无碍，尊意无所碍（遍知无余），如此忆念佛功德。

总言，十方三世佛，没有佛智不遍知之法，任佛智遍知，佛身即遍知，任佛智存在，佛身即存在，佛为身心双运，只要净信心，佛即会降临，因一切法存在于一切的方所（空间与时间）上，有法就有佛的遍知，

有法就有佛智，有佛智就有佛身，故一切时处都有佛，道理于此，应如此思惟了知，除了可防止造恶也易于提念于皈依境。佛法安立无欺诳处在于意功德，因为佛断证功德已究竟圆满，以佛的能力教化众生证道，又具有大悲心，所以圆满无碍。

悲功德者，如诸有情为烦恼缚，无所自在，能仁亦为大悲系缚无所自在，是故若见诸苦众生，常起大悲恒无间断。

此为世尊的悲功德，凡夫众生为烦恼所自在，因为苦谛来自集谛，故烦恼是不关门的，二乘行者为我执所自在，世尊为大悲心所系缚，无所自在，不得来世间以大悲心行持菩萨行，以大悲心故，轮回有两种情况：一为业力故不得自在无奈而来。一为欢喜大悲心不染轮回过失而渡化众生。所有佛功德最主要是大悲心，没有大悲心没有一切，亦为生起四圣子（声闻、缘觉、菩萨、佛）的主因，世尊以大悲心而说法；即使二乘行者，为其说二乘教法，经过修行证果，亦为佛的大悲心所给；同理，菩萨行者，佛为其说大乘道，以大悲心推动说大乘法，因听闻起修成为菩萨，故菩萨亦由大悲心而生，直至成佛亦是由佛大悲心说法的关系，故大悲心为四圣子之母，如果没有佛大悲心摄受，我等有佛经可听受吗？佛菩萨没有亲疏爱憎、远近之分，也许对造恶者更生悲心，故应思惟没有大悲无有一切，真正的道场在大悲心上，道场才是真正的上师。

在印度，见一入寺院礼佛者，出了寺院却对乞丐咆哮，当下体会非常深，两造都在告诉我教法，没有大悲心没有一切；入寺礼佛，出寺对弱者轻蔑伤害行，所礼的佛是希望我等对众生慈爱，可是却对众生恶言相向，如此礼佛有何意义呢？如果没有悲心的话，根本无法了解佛陀本怀。

（第一零二页一行）

如百五十颂云：「此一切众生，惑缚无差别，尊为解众生，烦恼长悲缚。为应先礼尊，为先礼大悲，尊知生死过，令如此久住。」

如百五十颂说：「（此部分录音空白，请 师补述），成佛主因利他根本在大悲心，「尊知生死过」指世尊以大悲心让众生明白轮回过患久住生死不已，一者为世尊明白众生在轮回中的过失，所以起大悲心，故世尊久住世间，常化众生。两者都可融通。

即使佛有大悲心亦得观因缘而来，否则我们将佛来观成魔的话，而伤害他，佛怎忍心让你因毁谤佛法僧而堕落造业呢？反观自身太没善根福报，所以佛菩萨不敢靠近我，如果我资粮具足，自然感得佛菩萨渡化因缘，故不是埋怨无奈，而是如何圆满我的因缘为重，一定要渴求且自己成熟自己的条件。孩子无恶不作，母亲的慈悲亦无处可施，我等不听佛陀教化，佛有大悲心亦难。

谛者品亦云「若见痴黑暗，常常覆众生心，陷入生死狱，胜先发悲心。」

谛者品也说：「无始以来，三毒炽盛无明闇蔽，常覆盖众生心，众生心为烦恼所获，心垢所染，陷在火宅似的轮回生死狱中，三界六道的轮转地，以及轮回过程当牢狱，胜先（佛陀）启发大悲心。」

入行论所说：「众生心求乐，而不作乐因，则从惑业求，佛见生悲悯。」众生一直离乐得苦，造业不断，佛当然会起悲悯心。

又云：「若见欲蔽意，大爱常耽境，堕爱贪大海，胜者发大悲。见烦惑众生，多病忧逼恼，为除众苦故，十力生大悲。能仁常起悲，终无不起时，住众生意乐，故佛无过失」应随忆念。

又说：「世尊见众生心被障蔽住，内心具足污垢，众生以大爱（猛力贪着）于所缘境，因为贪爱轮回于生死大海中，胜者（战胜四魔的佛）缘着有情启发悲心，见众生被烦恼所惑，如十二因缘般的病障及内心的心病，忧恼逼迫不已，因此见众生受苦造作苦因，为除众生苦故，十力

（佛智）生起大悲心，能仁（世尊）无有不悲时，因为众生仍在痛苦中，「住众生慈悲」佛心大慈悲，常入众生心海中，所以佛无过失，佛已圆满，是众生自己的过失。」应常忆持佛的功德。一切苦众生都是佛的大悲境，佛法是无害之法，佛陀是慈悲教主，亦说大悲教主与大悲教法。

龙树菩萨于《中论》赞佛说：大悲悯众生，宣说空性义。佛法的道理是佛以大悲为体性，知道众生要乐不要苦，却颠倒离乐得苦，因此宣说空性教法而让众生修行，此为赞佛悲智功德而赞佛。陈那论师说：佛陀是可皈依者，因为佛陀可以救化众生，佛陀具有佛智，佛的因已圆满，在于意乐已圆满，此意乐即为大悲心。由因的悲智成救佛的圆满果德，故可渡众生亦可依止。

《四百论》说：「能仁观见诸烦恼，但离烦恼不离人。」亦即能仁毕竟不见众生过，能仁但见众生烦恼过。佛永不放弃众生，只是弃舍众生烦恼，如果佛会看过失，我们早就被佛放弃了，因为佛看到我等被烦恼系缚甚为可怜，故宣说破烦恼之理，总言之，佛的大悲心功德说不能尽，一切一切都是以大悲心所推动而利益众生。以上所说为佛意功德，主要为悲智具转。

（第一零二页六行）

业功德者。谓身语意业。由其任运无间二相。而正饶益一切有情。

此为佛事业，有身事业（身放光、毛孔明现一切法行、以圆满像加持我等、见于佛像生起善心……。）、语事业（以佛经方式传持与宣说正法……。）、意事业。

「任运无间」指不用刻意造作自然而有以及没有间断，以《宝性论》说：凡夫心具有佛性，故可入众生当中加以度化，之所以众生可得度，因众生有佛性，以及佛具足圆满功德，此为众生在佛事业中可得度的两

种特质——众生有佛性、佛具足圆满功德。

佛等持、后得一味，可以任运无间利他，如摩尼宝珠没心念，但只要你祈求它会让你满愿，佛亦复如是。当初转经轮时很用力，但是一旦转动就很任运的道理一样，佛并不刻意度谁，只要你的因缘具足时，佛会以他俱生的悲智力量度化你，且不逾时，故众生能否被救条件有二：趣入佛的利他事业，自身善根成熟。想要被阳光普照，也须你走到有阳光之地。

此复由于所化之别，堪引化者，能仁无不令其所化会遇圆满，远离衰损，定作一切我应作事。

基于所度众生根器的差别，凡是有情根器成熟堪能教化的话，世尊会度化及让其远离损害。如引猫出来亦须学猫叫一般，因为众生根器故，佛为满众生愿而示现与众生一般相来度众生，佛与上师都具两种面貌——本地风光与众生心上所现——众生心上所现者为佛度化众生所现之相；如佛现青蛙时，虽是具蛙身，但不是青蛙，是佛陀；《普门品》中所说诸多不同示现，即是此理。

如百五十颂云：「尊说摧烦恼，显示魔谄动，说生死苦性，亦示无畏所。思利大悲者，凡能利有情，此事尊未行，岂有此余事。」赞应赞云：「尊未度众生，何有是衰损，未令世间会，岂有此盛事。」应忆念之。

百五十颂说：「世尊说摧灭烦恼之道，显示众生四魔谄动之理（苦因苦果），说生死的苦性（苦谛）也展示四无所畏，一心欲利有情的世尊，凡是可以利益有情，世尊不会不做，世尊除了利他余者无他。」赞应赞说：「世尊以大悲心度众生，令有情离开衰微，世尊以其利他事业，以世间集会宣说正法，因为利他让有情离开衰损，直至圆满盛事。」从此而知，有情的圆满盛事来自于佛的事业，应多多思惟。

所谓四无所畏——处众宣说出离道无所畏、宣说断障无所畏……等，佛可于诸多大德前说出自身的证量，不怕与彼辩证及讲说圆满修行之理，一定有众生才会有佛，有佛才有佛的利他事业，《四百论》说：「诸佛所动作，都非无因缘，乃至出入息，亦为利有情。」佛的行住坐卧都是有其因缘，甚至呼吸都是利益众生，如我们不也是以呼吸法作施乐受苦吗？

以往于色拉寺学习时，常如是思惟：有虚空处即有刹土，亦有十方世界，有刹土就有众生，有众生就有痛苦，有痛苦就有苦因，此些都是我要度化者，故观虚空发愿。夜观虚空，我等何其渺小，其次思惟自身虽无佛智遍知，而十方刹土中的有情都在，只要有众生都是我要度化的，要能如是发心，不能只缘于一家一眷，那是当机众没错，但心量要遍缘整个宇宙法界有情，如此观星修心、借境练心亦有功德。

色拉寺可容纳一千多位法师的寺院，非常庄严，师长教诫我：「不可看外相，之前未盖看到的是一遍荒地，盖寺之后，缘着寺愿可以旋绕，见无情物会起恭敬心，每日上殿修行，都是世尊化现以此方式让众生心趣入佛法，不是佛的化现又是什么呢？」。

总言之，善根的启发含遍是佛事业的趣入，佛身口意的变化，谁众生的根器而启发众生，意事业主要为大悲心，大悲心含遍趣入众生心中，可能示现一邪见的凡夫来度化你，基于有情不同根器与需要，佛都以慈悲心来度化，如是思惟决定，一者不会谤法，一者与佛也比较靠近。我等有善果来自善业，善业来自于善行，善行来自于善心，善心来自于善法，善法是善知识所说，善知识为佛所化现，以此类推，不是佛行事业又是为何呢？今起一念，想上供下施是佛事业在加持我等，佛事业遍一切时处，无庸置疑。

（第一零二页十一行）

此是略说念佛道理，若由种种门中忆念，亦由多门能发净信，

若能数数忆念思惟，则势猛利常恒相续，余二宝德，亦复如是。

以上简略忆念佛功德道理，如皈依三宝就须先了知皈依境三宝的功德，数数思惟从种种法门忆念佛宝功德，为了能引发净信，故须了知功德且常常思惟之，「则势猛利常恒相续」，势猛指质而言，利常指量而言，而所谓质与量就是净信心，如此净信心续也才能恒长猛力相续，佛宝功德如是，于佛所说的法宝与修学者的僧宝功德，亦可如是模拟。如果肯定佛宝功德，对于佛所说的法与修学法宝者也会具信心的，因为圆满来自于信智合一。

《入中论》说：「佛本身长劫加持寿命，不入涅槃一直日夜无间赞叹佛，也赞叹不尽佛功德。」确实无法圆满描述佛的功德，故菩萨与二乘行者，无法遍尽与表述佛功德，如巨鸟乘风飞翔时，无法飞遍虚空，翅膀力量衰微而停止。非佛功德有尽，而是二乘行者与菩萨智力不足。此法源根据来自于《入中论》月称菩萨说：「我以自身力量无法叙说佛的少分功德，我是依龙树菩萨所教授而说。」佛法越明了而结合内心思惟道次第，就越信解佛说，唯有佛可堪信，如果没有真实皈依净信，所谓皈依的文词也是文字游戏。以上如何皈依三宝须先了知三宝功德之上，忆念三宝功德中的佛功德已讲述圆满。

问：我们是凡夫如何知道是佛呢？

答：最好修清净观，如贾曹杰尊者所说：「一堆火焰在燃烧着，上面铺一层灰土，当脚踏上时即会糜烂。」意指谁也不知谁是菩萨、谁是佛，只能尽可能不观过失，如果为了度他你可以观过失，但是你是烦恼心的话，最好修清净观而不去观过才是。

问：何谓四无所畏？

答：自说证德圆满无所畏、自说断德圆满无所畏、向他宣说出离道无所畏、辩证无所畏。

问：

答：可多学阎浮提六庄严论典及宗大师所著论典，特别是具相祖师所造的论，可理解佛语教化的内容，会更了解佛法圆满与深广的道次，才能明白佛以语功德度化众生，佛说是可观察、可理解、可思惟、可觉受、可证悟，以佛经与深广二道具量祖师所著作的论典教授，以及宗大师与尊者所著述的论典去理解佛说，才能更彰显佛说的内容与价值。

问：

答：有时经太广，也因观机逗教，靠具相祖师菩萨为我等抉择，较易理解佛经。以我个人经验，经由阅读师长或祖师的教诲，对于佛说的意义会越肯定，如果要分析教法的话，三藏三学都是教法，一为能诠三藏、一为所诠三学。

教正法为语功德（佛所说），证正法属于意功德。

问：

答：内支很广泛，堪能救护本身要具足能救护的三宝，为何不被救护，在于本身的条件因缘，比如：三宝教诫我等依教奉行，我等也没有做到，如学大乘佛法要相应的话，要能发菩提心，可是我等没有，贪着不舍现世，动机不清净，甚至邪见，烦恼炽盛，不具信心，懈怠……等等，一切三士道的相违品我等都具足，只能靠佛启法，当下所讲的「内支」指信仰、信心，佛有大悲的外支，你要有信心的内支，信心与悲心合和之上，可以得救。广说的话，则须具有学佛条件的。恒长忏悔可具足内支，因为我等业障蛮重的，忏悔时意乐要清净，所缘要广大，为了让自身具足法器调心而好好学佛，本身智能、福报、希求、精进、信心，此部分都是自身要具足。未来见佛相即忆念佛功德而看佛相，进而为得到佛功德所以我信仰佛的心生起为最。

