

## 《菩提道次第广论·卷七》释·第97讲

释法音法师于2009年6月4日讲授

正文：P192<sup>+</sup>6~194<sup>+</sup>1

复应愿以粗劣衣钵乞活知足，于远离处净自烦恼，为他供处，

不但发愿出家，且期许自己出家后，外在受用能衣食淡薄、或以托钵化缘维生，能远离尘嚣，身心安住于僻静阿兰若处，以闻思修正法来净治烦恼，如是修持才堪为他人的供养处。

补述：

知足、不知足、少欲、多欲的行相差别是：

已得不欲再得为知足、已得欲求再得为不知足；未得不欲得为少欲、未得欲得为多欲。亦即，出家后为了能令内心清净、道业增上，最好对于外在物质能少欲知足，才是净治烦恼之道；乞食主要是能令自去除分别心，减少贪着，此外也令有情有累积福德、增长善根的因缘。

如《七童女因缘论》云：「愿剃除发已，守持粪扫衣，乐住阿兰若，何时能如是。目视轭木许，手执瓦钵器，何时无讥毁，于家家行乞。何时能不贪，利养及

### **恭敬，净烦恼刺泥，为村供施处。」**

如援引七童女悟道传记之《七童女因缘论》说：祈愿能剃除须发、发愿出家，而出家后，外相能着粪扫衣，不锦衣华食，身心喜住于僻静的阿兰若处修行，何时才能圆满本愿——剃度、出家、静修？不仅于此，当行走时，视线以不超过牛担轭木的距离，至村落托钵乞食时，何时才能不令他人讥毁轻蔑，即使受人轻蔑，内心也不随之浮动，并能以无诸分别，一家沿着一家托钵行乞？同时，又何时才能远离世间八法，不贪图恭敬与利养，依法来净治如荆棘、泥沼的烦恼，以托钵乞食的头陀行令有情能广施供养，并为众生的福田供养处？

### **补述：**

粪扫衣：指佛世时出家众的福田衣，是以被丢弃的废布加以拼补而成，这也是十三陀头行之一，如树下座、粪扫衣、一座食、冢间住、三跪一拜、行脚等外相的头陀行。

事实上，外相戒行清净，内心具足正法，依道修行的静处者，即堪称真正殊胜的佛弟子；其修行方式，在正法渐趋衰微之际，尤其显得珍贵。

### **又应希愿，用草为座，卧无覆处霜露湿衣，以粗饮食而能知足，及于树下柔软草上，以法喜乐存活寝卧。」**

不但如此，并希愿以草皮为座，不以高床而卧，居住在风霜露宿的树下；除

了简衣之外，并以粗劣饮食，身心安坐在柔软的草皮上修法，心中唯有法乐，不乐世乐，一切行住坐卧皆如是而行。

### 补述：

阿底峡尊者曾说：「何处损害心，即远离何处，常时居住于，善根增长处。」是说只要能损害善根之处，再怎么不舍，都必须远离；只要能增长善根、增上道法之处，再怎么艰辛，都必须趋近，使内心依于教说来串习调心，恒常依法念而安住。又说：「何处有戏论、何处有争执、何处生烦恼、刹那亦不住。」意即一刹那也不住于言不及义、戏论、斗争、生烦恼源等损害之处，因为一旦有烦恼，心即不寂静。

此外，噶当派的宗规是，比丘必须具二条件，即：

- 1.少物、淡薄、知足，不积聚财物，如鸟飞空，唯一之道即是修行。
- 2.须自愿欲求取七圣财：闻、舍、戒、定、惭、愧、慧。亦即听闻、布施、持戒、修定、内惭、外愧、开发智慧。

「何时从草起，着衣霜湿重，以粗恶饮食，于身无贪着。何时我能卧，树下柔软草，如诸鹦鹉绿，受现法喜乐。」

### 提要：

本颂之义如前。

承前所述，惟愿出家后能坐、卧于草上，住于风霜露宿之下，以托钵行乞或粗劣饮食维生，于染污有漏身无诸贪着。我又何时能徜徉于树荫下的柔软草地上，思惟、观察法义，沉浸、现起法喜之乐？

**补述：**

若以共中士道修行而言，于身贪着则成轮回因，因为身为苦谛，若贪着苦谛即成造集谛之因，必然续造轮回业而轮转三有。故应于身无贪着，以法乐为主，安贫而乐道；此外，对于物质的追求应：少欲、少事、少希望住；而于佛法事业功德的追求应：多事、多欲、多希望住，永不饱足。

有说声闻乘法须具四圣种的修行，即：1.随得衣、2.随得食，3.乐断障碍、4.乐修正道。也就是，不论是出家或是居家，若欲具备圣种特质者，应随遇、随得而安，且好乐于修道、断障，必能渐得究竟解脱。

**房上降雪，博朵瓦云：「昨晚似于七童女因缘所说，心很欢喜，除欲如是修学而无所余。」**

又有一回，夜里屋上降雪，博朵瓦尊者一早起来便说，昨晚的屋上降雪的景象，犹如《七童女因缘经》所说的情况，我心极欢喜能以此种方式修行，除此之外，就不再有多余的希求了。

**补述：**

有说：依前贤行传，当取作后学众生的修行之道。是说由祖师们的修持行仪的传记当中，可作为后世学人最佳的身、语修行的指导。如《现观庄严论》也说：缘觉以身姿对众生宣说教法，由自体悟，这些都是以身教说法。

出家应尽可能做到无隔宿资粮，因为这样，不但可断除积聚财物之过，也可减少贪着；事实上，若真想修行，外在的物质并非修行的主要条件，更迫切的是，令自速疾生起无常想、来日无多，如何如理依师学教，励力精勤修行才是第一要务。

又应希愿，住药草地流水边岸，思惟水浪起灭无常，与自身命二者相同，以妙观慧灭除我执，三有根本能生一切恶见之因，背弃三有所有欢乐，数数思惟依正世间如幻化等。

提要：

以器世间为所缘，结合自身思惟修习解脱无我之道。

进而，也应祈愿能安住于有流水岸边的草坪上，由观水浪的波动与聚沫，通达外在器世间的无常、不久住。一切有为，皆归坏灭，与自相续的身命如水动、聚沫一样的刹那刹那生灭，情器世间无有二致。如是思惟，不仅观察情器世间的粗分有为法的无常；更进一步，应以证无我的妙观察慧来断除俱生我执，因为俱生我执不但是轮回三有的根本，也是生起一切恶见而导生苦果之因，故应厌背三

有一切有漏的欢乐盛事，欲求出离。由此数数思惟一切情器世间的依报、正报、苦、乐等，只不过是虚假如幻，没有微尘许的自性，名言假立罢了。

### 补述：

一般而言，静态上座修时，应自内思惟正法；下座动态修时，以上座所修的法义结合外境；如上座修证无常，而下座时则以上座所证无常的心，运用结合我等及器世间的山河大地的实况，其无常亦复如是。

此外，就修证次第而言，于《释量论》与《大智度论》皆同说：「故从知无常而知苦，从知苦而知无我」之义，也就是说，先由了知无常的身心为苦性，继而了知苦性的身心为自性空，由证无我即可渐断无明。

修学整体佛教可从无常契入，即从粗分无常契入为共下士道修心，从细分无常契入为共中士道、上士道修心。若为刹那刹那细分无常的有漏身心则为行苦，行苦的本质即为苦性，其根本因即无明我执，无明我执是颠倒的，故是无我；由证成了无明我执为颠倒，即可证得无我的智慧，依此证悟渐次修习，当断尽人我执时，即得涅槃果，不再相续苦果。

### 妙观察慧有分：

现行遮止——如最初获得了知的智慧，此在一般凡夫众生只能现行压伏无明我执。

正行对治——如已得分别心为本质的三慧随一、或无分别心为本质的修慧，此

在有学四位，已具对治或正对治无明我执之力。

完全根断——一般而言，如以缘无我的修道金刚喻定断尽无明我执，此在无学道时已得阿罗汉的功德，诸漏已尽、诸苦已息。

无论如何，若对无我义生起决定定解，即不易生烦恼。

又当修习如幻观：如镜中人的影像现人而不是真人，故为虚假；如水中月影现月而不是真月，故为虚假；如梦中人现人而不是真人，故为虚假；如谷响现声而只是回音，故为虚假；如魔术师变化象马但非象马，故为虚假。如上种种比喻说明诸法皆为自性本空、虚假如幻而有。当行一切善行时，应以如幻观来累积福德资粮，才能生起所谓常游毕竟空的境界。

另外，也有所谓四般若，即：

1.自性般若：指空性，界限在一切法。

2.教般若：指如实阐述空性义或成佛之道的经典，如《般若经》，界限从未入道至佛地。

3.道般若：指大乘菩萨道，界限从大乘资粮道至第十地菩萨的最后心。

4.果般若：指佛智，界限唯在佛地。

由四般若的安立而可推知：应证自性般若、应闻思教般若、应修习道般若、应现证果般若，这是成佛之道。此中，最基本的即自性般若，因为若不具空性的究竟实相，便不能成立后三般若的缘起；也因为有自性般若，才可经由修习道般

若而断除二障，才得以证得果般若的无住涅槃。显然地，此一基、道、果的建立是一贯相顺的，缺一不可。

「何时住水岸，药草满地中，数观浪起灭，同诸命世间。破萨迦耶见，一切恶见母，何时我不乐，三有诸受用。何时我通达，动不动世间，等同梦阳焰，幻云寻香城。」

**提要：**

再次显明舍家出家的最终目的，乃是以出烦恼家为要。

意即，自内期许何时才得以如前所述安住于有流水岸边的草坪上，由观水浪的波动与聚沫，觉悟情器世间皆具生住异灭的无常性；进而由思无常而观无我，以无我慧来断除俱生我执。因为无明我执是一切恶见之母，导生种种苦果之因，故应祈愿能早日厌背三有一切受用及圆满盛事，欲求出离；由此深刻思惟而通达一切情器世间的实况，皆如梦境、如阳焰、如幻、如云、如海市蜃楼没有真实的存在，虚假如幻。

此等一切皆是希愿，作出家身，作此诸事。

如上所说种种譬喻，无非都是为了能令出家后，依于出家身如法、如理作出家的事行。



补述：

宗大师说：真正的成就之道来自于刻苦勤修的僧伽之路。引申而言，不论是在家或是出家，真正欲求修行，即应闻思修学正法。

伽喀瓦云：「若能以大仙行，住苦行山间，始为文父真养子。」

《修心七义论》作者伽喀瓦大师说，若出家后，能在戒行清净之上而依于佛陀教诫，身离嚣闹、心离分别，清净淡薄安住于静僻山间修行，这才堪称为释迦牟尼佛之子。

补述：

祖师有说：所谓出家即应舍离四种农事；所谓比丘即应舍离贪欲；所谓菩萨即应远离自利；所谓静修者即应远离尘嚣。又说：修行者的生活，应取决于僧伽之中，明日之事不于今日作，今日作今日事，除修学正法外，不为他务所染，视善知识如佛，心能自主调伏，此名真比丘。亦即，于僧伽中生活，没有个人的生活，将每天当作最后一天，即日日是终日，日日是好日。

佛教乃是中道的宗教，要能符合中道的修行，并非只从外相上判定，故应苦乐适中。

霞惹瓦亦云：「于诸在家事忙匆时，应披妙衣往赴其所，令彼念云出家安乐，

### 则种未来出家习气。」

噶当派祖师霞惹瓦尊者也说：出家后前往在家居士处所，应于居士家务忙碌、无有空闲时前去，令彼见自己一身的庄严清净幢相，令生忆念、欣慕出家自在安乐之心，如是则能种植在未来世出家的习气。

勇猛长者请问经亦云：「我于何时能得出离苦处家庭，如是而行，何时能得，作僧羯摩，长净羯摩，解制羯摩，住和敬业，彼当如是爱出家心。」

《勇猛长者请问经》也说：我何时才能舍离世间家务及出离苦处烦恼家，何时才能行持「戒法三事」——即布萨、结夏、解夏，安住六和合敬，好乐成办佛法事业而欣乐出家。

### 补述：

六和合：指见地、戒行、行持、生活、资具、财物等皆须和合共享。

祖师曾说：「三苦暗夜，除遣极难，覆蔽一切殊胜功德，大道有情常迷此苦，更见出家梵行，乃释迦狮子之无上胜仪，三世诸佛皆依此而成正等正觉，称赞出家，呵责在家。」是说，由三苦之业，覆蔽一切胜妙功德，我等皆迷惑于此，若能依于梵行如理修道出离，这才是释迦世尊的无上圣法，三世一切诸佛悉皆依此而成就无上正等正觉，故赞许出家，严呵在家。

**此说在家菩萨应如是愿。此之主要为慕近圆，**

虽然也有在家菩萨，但须发愿出家为胜。此中，主要的是近趋圆满解脱的比丘近圆戒。

**补述：**

慕近圆：指欣慕于接近圆满解脱者，即比丘戒。

在家菩萨即使具有菩提心，但因所依身差别，功德仍劣于出家僧，以僧为佛法的主要执持者故。

七众弟子：比丘、比丘尼、沙弥、沙弥尼、式叉摩那尼、优婆塞、优婆夷，前五为出家众，后二为在家居士；此中，以比丘戒为七众弟子的最高品戒，故功德为七众中最胜者。

**《庄严经论》云：「当知出家品，具无量功德，由是胜勤戒，在家之菩萨。」**

弥勒菩萨《庄严经论》说：当知出家因为戒品高又为律仪摄持，功德无量倍增，也依此理由，而超胜于在家菩萨；即使在家菩萨勤守律仪与清净持戒，其功德仍不及出家菩萨。

**如是非但修行解脱，脱离生死叹出家身，即由波罗蜜多及密咒乘修学种智，**

## 亦叹出家身最第一。

承前所说，若以中士道次修行，不但可为个人解脱、出离生死，也因为舍俗趣泥洹，希有难思议，故赞叹出家殊胜；纵然是为得佛智而修大乘显乘或密乘之道，也一致称扬赞叹出家的所依身为最胜。

### 补述：

尊贵大悲尊者说：密续传时轮金刚灌顶的阿阇黎有三种，即居士身、沙弥身、比丘身，三者皆可传授；但是，此中却是以比丘身最殊胜，修行时也以出家身为最殊胜。

## 出家律仪，即三律仪中别解脱律仪，故当敬重圣教根本别解脱戒。

出家律仪指三律仪中的别解脱律，所以应特别敬重圣教根本的别解脱戒。

### 补述：

莲花生大师曾说：首先，为了将佛教的根本植入西藏，故主要传持戒法，因为戒法喻如稻种；进而，为了将佛法的稻穗植入西藏，故译传大乘显乘，因为大乘显乘喻如由稻种茁长成稻穗；最后，密乘喻如稻种成熟饱满时，故说戒法为根本。

对此，尊贵大悲尊者所著有关比丘戒的开示中又说：

唯一愿求真实利益虚空一切如母有情的大悲，并且具足各三种断德、证德的

佛的功德宝藏，其最胜的遍尽无余的持有者，乃是无上教主释迦狮子所宣说的教法。此教法大别为二：教正法与证正法；证正法是为增上三学，其中增上戒学不仅是无量福德的基石，诸佛教法的精华亦且蕴涵于斯。何处有受持比丘律仪者，诸佛教法即住世，彼处佛亦恒常安住，如大悲世尊云：

「一切时与处，具持戒比丘之净地，必具明，具光，彼处必有佛，彼处吾亦不忧急。」文中主要说明，只要有比丘清净持守戒律，佛教则住世。

又无着菩萨的教说，则显明出家应具十法行，即：1.身受用法。2.语说教法。3.意思惟法。4.断财而缘法。5.正直无谄诳。6.清净无烦恼。7.具悲心。8.断八风住静处。9.恒以闻思修慧入法性(学空性义)。10.恒常受用断恶修善的白法，此称僧，反之为俗。

律仪：指经由依于正式或具相的仪轨，在一位、二位或三位以上的阿阇黎前，正受羯摩所得的承诺守护之心。

三律仪：指别解脱戒、菩萨戒及密宗戒。

## **第二修何等道而为灭除者。**

第二，欲求灭除轮回生死根本的遁世者，应修出世间的三学道。

如《亲友书》云：「或头或衣忽燃火，尚应弃舍灭火行，而当励求无后有，因无余事胜于此。应以戒慧静虑证，寂调无垢涅槃位，不老不死无穷尽，离地水火

## 风日月。」应学宝贵三学之道。

如龙树菩萨《亲友书》说：即便是头或衣服突然着火，虽极危急，却不急于灭火，而对于精勤修学断除生死根本无明、不受后有之道，应当视为更急迫于救头燃，因为再也没有较于断生死流更为重要之事了。此中，应以戒学为基础，静虑为增上，开发慧学为主，如是修学便能证得无漏、寂静、究竟的常、乐、我、净之涅槃果，从此便能远离有漏五蕴的生、老、病、死苦，及脱离四大及染污情器世间的正报、依报。这是说为能真正获得根本安乐，应精勤修学如珍宝的三学解脱道。

### 补述：

不论佛说了义或不了义的教授，皆直接、间接导向涅槃果而说，只是开合不同，犹如众河终归汇集大海一般。《杂阿含经》说：「涅槃者贪欲永尽、瞋恚永尽、愚痴永尽、一切诸烦恼永尽，是名涅槃。」简言之，涅槃即无烦恼之义。

此外，虽外道也修三学，然与内道不同之处，在于内道的三学为增上三学，外道所修则为下劣三学；之所以有胜劣之别，是因为修学内道三学必须以欲求断尽烦恼的出离心摄持，具足无我见，能引导指向出世间功德，外道则无，其超胜于外道三学的理由即在于此。

所谓三学道，主要是指调心而说。一般佛说教法有二种，一者为得短暂增上生，二者为得究竟决定胜，后者主要是指大乘不共的增上三学道，因为六度也能

含摄于三学之中，如前三度为戒学，精进度通三学，静虑度为定学，智慧度为慧学。另外，经律论三藏的命题主要也是阐述三学。

如何以三学结合三藏、六度行、除三毒、息三苦、得方便？简述如下：

戒学由律藏诠释；若结合修习六度，即为布施、持戒、忍辱、精进；依戒可压伏贪、息灭外在散乱、遮恶行、压伏烦恼。由修前四度所摄的福业的戒学，则不堕三涂、止息苦苦、投生善趣的欲界天。因此，修习戒学为出恶趣的方便。又说：戒如平地，由此出生诸善，也如执持斧头的健壮的有情。

定学由经藏诠释；若结合修习六度，即为精进与禅定；依定可压伏瞋、息灭内在散乱、遮恶心、令烦恼不现行；由修静虑度所摄的不动业的定学，则可止息坏苦、投生上二界。因此，修学定学为出欲界的方便。又说：定如房舍，由此获得安息，也如执持斧头的粗壮臂膀。

慧学由论藏诠释；若结合修习六度，即为精进与智慧；依慧可断痴、息灭一切散乱、根断烦恼；由修智慧度所摄的证无我慧，则可止息行苦、出轮回。因此，修学慧学为出三界的方便。又说：慧如虚空，不可坏灭，也如以锋利斧头正砍轮回根本。

总之，由闻思三藏的教法，修证三学的证法，当教证二法修学圆满时，即得解脱、涅槃。

又如佛陀示现十二法行，也涵摄于三学之中，如：示现舍家、出家，表征行

者须持戒学；示现六年苦行，表征行者须修定学；示现转法轮，表征行者须修慧学。由此可知：世尊的十二法行也是阐述三学道。此外，八圣道亦涵摄于三学之中，亦即：正见、正思惟、正精进为慧学所摄，正语、正业、正命为戒学所摄，正念、正定则为定学所摄。

常言，学佛必须舍三心，即：依于下士道修心而生起舍现世心；依于中士道修心而生起舍轮回心；依上士道修心而生起舍自利心。此中，关键还是修学三学舍轮回心，如是才能承先启后，引导至大乘的究竟佛果。

其中三学，数定有三。初看待调心次第数决定者，谓散乱心者令不散乱，是须戒学，心未定者为令得定，谓三摩地或名心学，心未解脱为令解脱，是谓慧学，由此三学，诸瑜伽师一切所作，皆得究竟。

其中戒定慧三学数目为三是决定的，不可多亦不可少，因为看待调心次第而言数目决定，也就是：

令心不散乱者——即以戒为师，为了令心不贪着外在物质、不散乱于外境，如是可对治外在粗分散乱，故为能压伏烦恼，须修戒学。

令心得专注者——即制心一处，为了令内心不散乱、能一心不乱，如是可对治恶分别、昏沉、掉举，故为令烦恼不现行，须修定学。

令心得解脱者——即修学慧学或缘空性的三摩地，如是可根断烦恼种子，故为



令得解脱，须修慧学。

因此，诸瑜伽师由修习三学，不论是为了自利解脱或圆满利他，皆可依此得到究竟。

### 补述：

修习三学道主要是为了根断烦恼，证得究竟解脱；若只修习戒定二学，则唯能压伏烦恼或令烦恼不现行，如石压草，无力根断无明种子，故为断尽一切烦恼必须主修慧学。

总之，令心不调伏者为烦恼，主因为愚痴；为此，依戒遮止恶行，依定增长智能，依慧圆满解脱，故看待调心的初中后次第，三学数目决定。

### 重点思考：

- 1.何谓知足、不知足、少欲、多欲的各别行相？
- 2.噶当派宗规，比丘必须具哪二条件？
- 3.如幻观之义为何？
- 4.何谓四般若？界限为何？
- 5.出家主要是指出哪一种家？
- 6.无着菩萨说，出家应具哪十法行？
- 7.何谓三律仪？

8.三学如何结合三藏及六度？

9..修习三学，可息灭哪三苦？

10.修习三学，如何对治烦恼？是能得何种所得的方便？其果为何？