



# 沙弥五十颂释

麦彭仁波切·著

索达吉堪布·翻译

译作  
21



南无本师释迦牟尼佛

# 沙弥五十颂释

麦彭仁波切·造论

索达吉堪布·翻译

版本：2023年12月

# 目 录

沙弥五十颂释科判	003
沙弥五十颂	007
沙弥五十颂释	017

# 沙弥五十颂释科判

## 全论分四

[甲一] 论名 018

[甲二] 译礼 018

[甲三] 论义 019

[乙一] 礼赞立誓 019

[乙二] 真实论义 019

[丙一] 教诲出家后当护学处 020

[丙二] 广说护持方法 021

[丁一] 上午事宜 021

[丁二] 平时学处 028

[戊一] 略说 028

[戊二] 广说 029

[己一] 根本戒 029

- [庚一] 杀生 029
  - [辛一] 真实杀生 029
    - [壬一] 以身杀生 029
    - [壬二] 以语杀生 031
    - [壬三] 以方便杀生 032
  - [辛二] 杀生同分 033
    - [壬一] 粗堕 033
    - [壬二] 恶作 033
- [庚二] 不与取 034
  - [辛一] 真实不与取 035
  - [辛二] 盗取各类财物 038
- [庚三] 非梵行 040
  - [辛一] 真实学处 040
  - [辛二] 护持方法 042
- [庚四] 妄语 043
  - [辛一] 真实妄语罪 043
  - [辛二] 其他语罪 047

[壬一] 宣说当断妄语等语不善业 047

[壬二] 旁述当行沙门四法 048

[壬三] 未说之其他语罪亦须断除 049

[己二] 细微戒 049

[庚一] 不放逸支 050

[辛一] 分说所断之酒 050

[辛二] 戒酒之必要 050

[庚二] 禁行支 052

[辛一] 舞鬘等 052

[辛二] 高广大床 055

[壬一] 断除两种高广大床 055

[壬二] 旁述舞鬘等之必要 055

[辛三] 过午进餐 056

[壬一] 宣说非时 056

[壬二] 宣说应时 057

[壬三] 宣说是否成恶作 057

[庚三] 断受金银 058

[辛一] 真实宣说 058

[辛二] 可受情况 058

[辛三] 真实可受者 059

[庚四] 宣说不摄于彼中之其他取舍 060

[辛一] 断除自相续罪业等 060

[辛二] 恭敬他人等 062

[丁三] 午后所做 063

[丁四] 结尾 067

[甲四] 末义 068

[乙一] 作者 068

[乙二] 译者 068

# 沙弥五十颂

龙树菩萨·造论

索达吉堪布·翻译

**顶礼遍知佛陀！**

怙主佛与法，圣僧前顶礼，  
沙弥诸仪轨，简要而宣说。  
释迦狮子教，起信而出家，  
稳固诸戒律，当护如自身。  
下夜时起床，天亮前诵经，  
洗脸刷牙后，敬礼圆满佛。

于师住处门，手当轻缓叩，  
入内上师前，恭敬问安等。  
询问需做事，为坛城等做，  
滤器等观水，上中底次第。  
若无滤器等，手掬叶置瓶，  
大小水生众，长时细观察。  
悲者于诸汁，应当详察用，  
有含生过滤，莫害诸生灵。  
草粪木材等，使用任何物，  
应当无含生，持戒者断杀。  
当备垫水土，牙木除垢剂，  
清洗钵盂等，做师所需事。  
持戒者知时，于师前顶礼，  
恭敬而合掌，请上师用餐。  
洗手后如理，默言知食量，

为遣饥病食，思此而进餐。  
用餐同时饮，可用之水后，  
为增布施德，诵布施二偈。  
有窍诀坐禅，精勤而诵经，  
通达戒轨者，精进行善法。  
未失持戒心，故意未错谬，  
自或令他众，杀生失毁戒。  
于具或破戒，如是患病者，  
莫说闻苦恼，定死之语言。  
以药密明咒，派往死亡处，  
依靠种种法，杀他人失戒。  
旁生地狱众，饿鬼或天人，  
若杀则获得，坠恶趣粗堕。  
具戒者想杀，身语作预备，  
众生虽存活，亦成三罪业。

石棍拳打击，此外他损害，  
莫害牦牛等，勿骑马匹等。  
沙弥自令他，思盗强暗中，  
无误他人处，盗取五玛夏，  
或四分之一，嘎夏巴货币，  
据己有破戒，加行犯恶作。  
盗芜菁根果，树茎叶皮水，  
水生旱生花，田庄稼地基。  
窃船木与税，如是船费用，  
无足之舍生，两足多足众。  
持戒者盗心，偷人财宝等，  
价值若足量，则失毁戒律。  
钵等若被盗，则当讲佛法，  
或以应价买，否则成恶作。  
正常具戒者，以贪男根入，

无损三门中，乐受则失戒。  
男女或石女，强迫压制中，  
感受安乐者，彼将失戒律。  
以欲乐男根，宁入毒蛇口，  
莫毁身戒律，此乃佛所说。  
纵为蛇所杀，具戒成利益，  
破戒则痛苦，亦障获佛果。  
言说见本尊，听彼声交谈，  
本尊至我处，我亦往彼前。  
说见寻香龙，瓶腹大腹行，  
夜叉食肉鬼，人非人耶等。  
若言我已得，禅通四无量，  
预流等四果，已经趋入道。  
他知为妄言，获得胜功德，  
正常无我慢，若说失戒律。

除得胜功德，此外诸妄语，  
均成多罪业，依之向下堕。  
勿说离间语，分开亲密友，  
切莫言绮语，以及粗恶语。  
他骂不还骂，他怒不还怒，  
他打不还打，寻过不还报。  
欲守戒智者，勤断诸语过，  
了知此理后，当护诸言语。  
磨粮与酵母，所配粮食酒，  
根花及果实，配成汁酒粉。  
知依彼能醉，利己者不饮，  
若饮失正念，具戒成放逸。  
放逸失戒律，故当忆佛言，  
酒能增罪业，不饮草尖许。  
歌舞与乐器，持戒者莫为，

不以香涂身，不敷旃檀等。  
姜黄红花等，化妆不应当，  
花鬘与头饰，持戒者莫系。  
莫以金等饰，装饰于自己，  
冰片等眼药，目不痛不涂。  
一尺高木床，象牙等饰床，  
虽低妙床榻，不应睡卧等。  
歌舞等表演，生起傲慢境，  
断除骄傲支，称为持戒者。  
正午已过后，至次黎明前，  
佛说为非时，具戒者不食。  
黎明至中午，期间可进餐，  
利己持戒者，应时当用餐。  
非时想应时，何时亦不食，  
若遵医生嘱，患者无罪业。

纯净金即金，所谓银纯银，  
若诸施主施，持戒者不受。  
想我不可纳，寻觅可受者，  
如是深思后，令他人取受。  
若为三宝尊，梵行诸道友，  
虽然触金银，亦无诸罪业。  
所谓贪为障，此是佛所说，  
声称不障碍，沙弥莫愚说。  
倘若仍言说，当断其僧财，  
摈出经堂外，尔后如尸体。  
放逸大笑等，思死而不为，  
打呵欠手等，捂口当慎重。  
老打喷嚏礼，幼说愿无病，  
俗人打喷嚏，应当祝长寿。  
上师所在前，不应丢鼻涕，

唾液用牙木，如是不坐垫。  
师前不来去，亦莫脱衣装，  
老等持戒者，恭敬说敬语。  
洗手清净后，瓶等不染尘，  
滤器过滤水，观察可取受。  
不依师莫住，僧众坐垫等，  
无正念勿坐，具正念无过。  
刷牙与饮水，去解大小便，  
界内礼佛像，不请示无过。  
持戒者其他，所有一切事，  
若不请示师，为则犯恶作。  
已礼佛塔等，持戒者禀师，  
不睡于其后，清洗上师足。  
自洗双足后，于上下夜时，  
勤奋不睡眠，彼为实语者。

起床光明想，作狮子卧式，  
具正念善心，如是速清醒。  
依此所说行，烦恼速灭尽，  
获得胜菩提，精进而奉行。

一切有部沙弥五十颂，阿闍黎龙树撰著圆满。印度  
堪布莫纳瓦玛与译师智部翻译校正而抉择。

# 沙弥五十颂释

麦彭仁波切·造论

索达吉堪布·翻译

**梵语：阿雅莫拉萨瓦阿德瓦德西日玛内绕嘎热嘎**

**藏语：帕巴月塔加有白玛魏给策累哦雪巴**

**汉意：圣一切有部沙弥颂**

**喻索德！**

礼拜功德之根本，别解脱戒开创者，  
为持沙弥之学处，撰写注释宝鬘论。

在此讲述详细宣说沙弥戒看待时间情况之开遮道理的五十颂。

全文分四：一、论名；二、译礼；三、论义；四、末义。

甲一、论名：

梵音：阿雅莫拉萨瓦阿德瓦德西日玛内绕嘎热嘎，译为藏音帕巴月塔加有白玛魏给策累哦雪巴，意思是说，根据承认所知五事或三时均存在、远离烦恼圣一切有部的观点而宣说对上师精勤承侍以及诵经等历经苦行的沙弥五十颂。

甲二、译礼：

**顶礼遍知佛陀！**

这是译师所作的顶礼句。对彻知相合戒律的细微因果等万法的佛陀前顶礼膜拜。

甲三（论义）分二：一、礼赞立誓；二、真实论义。

乙一、礼赞立誓：

怙主佛与法，圣僧前顶礼。

沙弥诸仪轨，简要而宣说。

救度众生脱离恶趣与轮回痛苦的怙主以如所有智与尽所有智了知万法究竟二利的佛陀、教法与证法、有学无学道的圣者僧众前敬礼。从如海圣教中撷取关于沙弥取舍的一切仪轨，依照教义简明扼要地加以宣说。

乙二（真实论义）分二：一、教诲出家后当

护学处；二、广说护持方法。

丙一、教诲出家后当护学处：

释迦狮子教，起信而出家，  
稳固诸戒律，当护如自身。

所谓的“释迦”是种姓，由于能胜伏外道、烦恼以及敌对者而称为“狮子”，依靠对释迦佛所宣说的四谛业因果等教法与证法的清净信、欲求信、诚挚信而剃除须发，身披袈裟，弃离家庭，出家为僧，这一句宣说了出家人的四圆满。绝对是依赖信心，此为意乐圆满；削发剃须后身披袈裟为戒律圆满；舍离俗家为住处圆满；出家为僧是事业圆满。修行圆满是指乃至有生之年以恭敬心与恒常心身语意稳固具足正知、正念勤护四种自性罪以及酒等六种佛制罪的戒律，做到纤

尘不染而守护，就像为了保护树木不遭毁坏要在外面用围墙与绳索围绕一样。如果不犯根本戒，好似围墙与绳索般的所有细微学处都不失毁，才能称得上是戒律稳固。应当像对自己的身体尽力断除违缘、成办顺缘那样守护学处。

丙二（广说护持方法）分四：一、上午事宜；二、平时学处；三、午后所做；四、结尾。

丁一、上午事宜：

下夜时起床，天亮前诵经，  
洗脸刷牙后，敬礼圆满佛。

一夜分为五时，下半夜黎明时起床，在天亮之前讽诵契经等经论，善根回向众生。用无有生灵的水与牙木洗脸刷牙。之后在断证究竟圆满、

觉醒无明睡眠、彻知万法的佛陀前身语意三门恭敬礼拜，再做其他法行。

于师住处门，手当轻缓叩，  
入内上师前，恭敬问安等。

对于堪布或依止师等上师住处的门，应当以手轻轻叩敲而开。进入室内后毕恭毕敬向上师顶礼，问候上师身体是否安康、晚上是否睡好、心情如何等。

询问需做事，为坛城等做，  
滤器等观水，上中底次第。

其后除了礼拜、转绕佛塔以及大小便之事外，请问上师上午有何事需要做，这些事是否要做？如果上师吩咐，则在供台或坛城上供养花、

香等，尽心尽力去做。用滤水器和螺碗等明净的器皿来观察水，按上下顺序首先观察上面，再观察中间，最后观察底部。

若无滤器等，手掬叶置瓶，  
大小水生众，长时细观察。

假设没有滤水器等，则用手捧水来观察或者将树等植物的叶子放在水瓶里来观察。对于眼睛所能见到的大大小小所有水中含生，如果长久观察就会导致双眼麻木，看不见，如果时间过短只是笼统而观，也发现不了。因此，需要时间长短适度，清清楚楚、认认真真、反反复复地观察，直到确定没有生灵为止。

悲者于诸汁，应当详察用，  
有含生过滤，莫害诸生灵。

酸奶汤等食品的汁液中以前虽然没有含生，但苍蝇等可能会突然落入，因而具有悲心者对此要仔细观察有无生灵，认定没有方可享用。假设有含生，那么就要用五种滤水器等中任意一种仔细过滤，使含生不死。在此过程中务必做到不伤害任何含生。害了多少众生，就会出现相同数量的恶作。所以，不盖水器等口，或者将水中生存的众生放在干地上，或者将干地的生灵抛至水中等凡是有害众生的行为都必须断除。观察水时，诸如今天清晨观察，那么明天早晨之前可以使用，自己虽然未作观察，但有五种可使用的水。

（一）观察一寻周围之水：到湖泊等中央刚刚没膝处观察有无含生，如果无有，则是观察一寻周围之水，可以享用。（二）井水等：观察井等器具，确信无有含生。（三）具功德比丘之水：具有功德的比丘观察过而取来的水。（四）僧众

之水：经过精心过滤放置，供僧众使用的水。

（五）可信赖之水：诸如山坡、悬崖口流下或者地下冒出的水。

**草粪木材等，使用任何物，  
应当无含生，持戒者断杀。**

在干地铺草、用牛粪清洗房屋、伐木以及挖地等，总而言之自己无论使用任何物品，在取这些物品时，务必做到其中没有含生。断除自相续身语意罪恶的持戒者必须要戒除杀生。在供灯时应当做灯罩（以防止飞蛾扑火丧命），精勤做诸如此类之事。

**当备垫水土，牙木除垢剂，  
清洗钵盂等，做师所需事。**

在上师清晨洗漱的地方，应当铺设坐垫，准备洗脸水、土以及牙木，在解手处备用卫生用品，在印度用小牛的粪与土混合抟成丸子或者土碱、瞿麦等作为去污剂。清洗上师的钵盂、衣物以及清扫住处等，总之，凡是上师需要做的事都应当尽力而为。

持戒者知时，于师前顶礼，  
恭敬而合掌，请上师用餐。

具有戒律者事先承侍上师完毕，明确了知早餐的时间后在堪布上师前作礼，如前一样身语意三门恭敬，双手合掌请上师用餐。

洗手后如理，默言知食量，  
为遣饥病食，思此而进餐。

接下来，自己洗手、漱口、洗钵，之后不东张西望，每口进食不多不少，做到如理如法。进餐过程中默默不语，饭量多少适度。如果为了心力强大、相貌端严而用餐，则成了不善业，如果不吃就会软弱无力，无法行善，若为了承受得起奉行善法而用餐则是善业，如是这两者都不是，那就成了无记状态。因此为了避免饥饿的病态、身体衰弱、无法行善而享用食物。一边如是观想，一边用餐。

用餐同时饮，可用之水后，  
为增布施德，诵布施二偈。

在进餐的同时饮用经过观察可用的水，吃喝完毕，紧接着用净水漱口，清洗钵盂，为了遣除施主的不幸、增上布施的广大福德而念诵一遍布施偈文，并为嘎哦龙王、尼嘎龙王等再诵一遍布

施偈。

丁二（平时学处）分二：一、略说；二、广说。

戊一、略说：

有窍诀坐禅，精勤而诵经，  
通达戒轨者，精进行善法。

如果具备修行等窍诀，则为对治贪心修不净观，对治嗔心修慈爱心，对治痴心修缘起法，对治分别妄念修呼吸法的禅定。如果无有窍诀，那么就勤奋地诵读三藏经典。通达沙弥十戒等三门的戒律以及四威仪的仪轨，首先必须要通晓如理取舍，仅仅通晓尚不足够，还要进一步身体力行，极为精进地奉行长净等善法。

戊二（广说）分二：一、根本戒；二、细微戒。

己一（根本戒）分四：一、杀生；二、不与取；三、非梵行；四、妄语。

庚一（杀生）分二：一、真实杀生；二、杀生同分。

辛一（真实杀生）分三：一、以身杀生；二、以语杀生；三、以方便杀生。

壬一、以身杀生：

未失持戒心，故意未错谬，  
自或令他众，杀生失毁戒。

昔日世尊在哲则地方为比丘传讲并赞叹不净观修法，比丘们通过修此法而对肮脏不堪的身

体生起厌恶之心，结果有的比丘服毒、有的用利刃刺杀自身、有的跳下悬崖、有的自缢身亡等。一位比丘对持杖比丘说：“尊者，如果您杀了我，法衣奉送与您。”于是持杖比丘就将他杀了，随后去乐河边洗刀。当时有一位天子魔不接触水面而坐在水上，他以赞叹的口吻对持杖比丘说：“你这样做增长了许多福德。”如此一来，持杖比丘一方面贪图法衣一方面想到这是福德之事，于是将匕首挟在腋下，在前往经堂的途中连续杀了六十位比丘。到了十五日诵戒时，世尊问阿难：“是何缘故比丘数量大减？”阿难如实呈白。世尊以多种方式严厉谴责了这种恶行。由于见到十种功德而制定了不准杀人的戒条。未失未舍戒律、未因疯狂等失去理智之人怀有某种目的以害心杀天施而未误杀供施，自己亲手或者唆使他人用利刃等刺杀人或胎儿，如果正行圆满，则

已从根本上失毁了戒律，成了他胜罪。

## 壬二、以语杀生：

于具或破戒，如是患病者，  
莫说闻苦恼，定死之语言。

对具戒者说：“你如此这般守持清净戒律，如果死去，一定会趋入善趣，你自杀吧。”听者依此因缘而死。或者对破戒者说：“你如果活着，只会增长罪业，不如死了好，你干脆自杀算了。”此外，对罹患疾病者说：“你无论活多久，都只是受痛苦折磨而已，还是自尽吧。”无论是谁，听到这类话，苦不堪言，很可能会死去。因而万万不可言说置人于死地的话语。如果说了，对方以此因缘而死，则犯根本戒。

壬三、以方便杀生：

以药密明咒，派往死亡处，  
依靠种种法，杀他人失戒。

用药致死的公案：施主力部有两个儿子，长子德巴、次子尼德，德巴出外经商，弟弟尼德使他的妻子怀孕，之后尼德到紫达园出家。尼德的朋友用药杀死了胎儿，结果此事传得满城风雨。佛陀问尼德：“你是否做了如此之事？”尼德回答：“未真实做，但欣然随喜了。”于是世尊规定了今后若做如此之事，则犯堕罪，制定了不准以药杀人这一戒条。沙门以杀心在饮食等中加毒或将致死的药物给予男人、女人或石女，或者依靠勇士的密咒、勇母的明咒诛杀，或者将他们派遣到险地、烈火、猛兽、毒蛇等危及生命之处，通过身语的种种方法，具足基、意乐、加行、究

竟杀害他人，则失毁戒律，犯根本戒。

辛二（杀生同分）分二：一、粗堕；二、恶作。

壬一、粗堕：

旁生地狱众，饿鬼或天人，  
若杀则获得，坠恶趣粗堕。

无论是牦牛等旁生，寒、热、近边、孤独地狱的众生，饿鬼，还是欲界、色界的天人，沙门以杀心杀之，则犯堕入恶趣的粗堕。

壬二、恶作：

具戒者想杀，身语作预备，  
众生虽存活，亦成三罪业。

持戒身份者心里有想杀他众的动机，身体抛石头等，口中也说“杀杀”之类的话，如此做了准备，即便那个众生没有死亡仍旧活着，但是此人也已犯了身语意三种罪业。

石棍拳打击，此外他损害，  
莫害牦牛等，勿骑马匹等。

虽然没有杀心，但以嗔心用石头、木棍、拳头连连殴打其他众生，此外，打耳光或用鞭子抽打，或者在酷暑之时扔到热的地方、严寒时节扔到冷的地方诸如此类的损害，以及让马牛等驮东西，残暴殴打等凡是损害众生之事都要杜绝。沙门也不应当骑马骑象而行。

庚二（不与取）分二：一、真实不与取；  
二、盗取各类财物。

辛一、真实不与取：

沙弥自令他，思盗强暗中，  
无误他人处，盗取五玛夏，  
或四分之一，嘎夏巴货币，  
据己有破戒，加行犯恶作。

昔日，世尊住于王舍城嘎兰达嘎地方时，一位陶师出家，名为具财比丘。这位比丘在王舍城的寺院中搭起一座茅棚居住。当他去城中化缘时，当地的牧童等人将他的茅棚拆毁，并把草木拿走。具财比丘不得不重新建一座茅棚，结果又被拆毁，反复数次，最后他生起烦恼，索性建造了一座十分美观的红色陶瓷茅棚。当时，世尊出游发现了这座茅棚，于是问：“这是谁人的？”答言：“是具财比丘的。”世尊说：“如此一来，诸外道徒必会讥笑于我，将它毁掉。”诸比

丘依教奉行拆除了这座茅棚。具财比丘不禁暗自思量：王舍城主管木材的长官与我关系甚密，我应当建一座木房。想好后，他便去对管木材的官员说：“国王已开许，你还是将木料给我吧。”那位官员说：“既然国王已答应，那你就随使用吧。”就这样，具财比丘将王舍城修复破损之处所伐的许多木材都运走。守城的官员看见后禀报波斯匿王。国王招来具财比丘问道：“你怎么可以盗窃呢？”具财回答：“本来是不可以，但国王开许了。”波斯匿王大惑不解地说：“什么时候开许了？”“曾经在你的父王为你举行登基仪式之时说：‘在我的境内，若无人给就不敢享用草木和水的比丘、婆罗门可随意使用。’那犹如狮吼般的金口玉言难道您不记得了吗？”国王解释道：“那是指非别人所属的，不是指的所属物。”具财振振有词地说：“如果不属于任何人

的，那国王还有何必要开许呢？”国王大怒，呵责道：“本来，这个盗窃的比丘应当判决死刑，但是这次就赦免了，从今以后绝不准再做如此之事。”说完将他放了。佛陀听到此事后，以多种方式加以谴责，由此制定了不准偷盗的戒条。

沙弥自己或者蛊动别人不是以清净心而是怀着盗取之心，以直接强行暴力、暗中偷偷摸摸以及谄诌狡诈等方式，毫无错误地从他人处夺取或盗窃五玛夏嘎金子或四分之一嘎夏巴等价值的财物据为己有，生起得心时，就已从根本上破了戒律，成为他胜罪。嘎夏巴的四分之一相当于五个玛夏嘎，一个玛夏嘎是八十个海贝的量。莲花戒尊者说它的价值量在印度相当于一两银子，也有些人说相当于一两银子的八分之一。从本地盗取则需观待当地当时的价值，如果具足，才是破

根本戒。不具足正行而以盗心在加行时事先做准备，则为恶作。

辛二、盗取各类财物：

盗芨菁根果，树茎叶皮水，

水生旱生花，田庄稼地基。

偷盗芨菁等的圆根，香附子等植物的根，诃子等的果，果树等树，苦参等的茎，树等的叶子，桦树等的皮，洗漱、饮用等的水，水生或旱生的花，盗取田地的范围，以争论或围围墙等方式偷田地，干旱时阻断别人田地的水而引到自己的田中，或者在涝灾时，阻断自己田地的水引到别人的田中，从而使自己的庄稼五谷丰登，令别人的庄稼受害遭殃。窃取诸如建房、经商时的地基。

窃船木与税，如是船费用，  
无足之舍生，两足多足众。

心想偷船，于是顺着水流向上，平着或向下而盗取，将船埋在地下而不被发现。盗窃柴等木材、该交的税收不交。同样，该付的船费不付，偷无足的蛇等、两足的人鸟以及多足的马牛等众生。

持戒者盗心，偷人财宝等，  
价值若足量，则失毁戒律。

持戒者以盗心无论窃取别人的金银财宝等任何物品，如果价值已具足，则犯根本戒。“等”字还包括用网罟等捉拿。自己以害对方的心态盗取也犯根本戒。若以对二者均无利无害的心态毁坏或焚烧，则犯粗堕。如果以悲心毁坏，则犯恶

作。以不利二者的心态舍弃，则犯粗堕。以悲心舍弃，则犯恶作。价值不足量等也将构成粗堕等。

钵等若被盗，则当讲佛法，  
或以应价买，否则成恶作。

不与取的同分，钵盂与法衣等生活资具被盗贼窃取走时，如果通过讲经说法能使对方归还，则当传法。或者以该付的价钱买回。否则，如果强行取回，则犯恶作。

庚三（非梵行）分二：一、真实学处；二、护持方法。

辛一、真实学处：

正常具戒者，以贪男根入，

## 无损三门中，乐受则失戒。

世尊住于嘎兰嘎地方城中。当时，施主贤施出家为僧，母亲对他说：“孩子，在你的家中父母有丰厚的财产，我们都已年迈，如果我们二人离开人世，国王将没收全部家产，你即使不能还俗，也要留下种子。”他以前的妻子在月经期间，梳妆打扮，与其作了不净行。不久，佛陀宣说三毒的过患，贤施回想起所造的罪业，十分懊悔，闷闷不乐，诸比丘问其缘由，他将事情的原委一五一十地坦白了。有人向佛陀启白，世尊以多种方式严厉地谴责了贤施，之后制定了断非梵行的戒条。

心态正常未失理智的具戒者，以贪欲心驱使将堪能的男根放入无有腐烂、昆虫进入等损害伤口、可以享用的三门中任何一门中，最终身心感

受到触乐时，则失毁戒律，犯根本戒。

男女或石女，强迫压制中，  
感受安乐者，彼将失戒律。

男人、女人或石女压迫软弱无力的沙门，强行将其男根放入他们三门中的任意一门中，当他得到乐受时，则犯根本戒。

辛二、护持方法：

以欲乐男根，宁入毒蛇口，  
莫毁身戒律，此乃佛所说。

贪图乐受者宁可将堪能的男根放入极其凶残的毒蛇的口中，也不能舍弃护身的戒律，这是圆满正等觉佛陀所教诲的。

纵为蛇所杀，具戒成利益，  
破戒则痛苦，亦障获佛果。

假设被毒蛇所害而死，但对持清净戒律者来说也会有利，因为以此阻止了自己破戒之门，后世将转生到善趣中。失毁戒律者则痛苦不堪，因为后世要投生到三恶趣中，并且也将障碍获得佛果，无有成佛之机会。

庚四（妄语）分二：一、真实妄语罪；二、其他语罪。

辛一、真实妄语罪：

言说见本尊，听彼声交谈，  
本尊至我处，我亦往彼前。

世尊住在广严城猴池岸边。当时，该地出现

了严重的饥荒，甚至到了父母也不给孩子食物的地步。此时，具有神变的诸位比丘及长老们便前往北俱卢洲等富饶昌盛的其他地方取来食物，不仅自己享用，也供养他人。尔时渔夫出家的五百比丘没有获得神变，并且孤陋寡闻，因而无法做到这样。他们想出宣扬各自功德以得利养的主意。于是互相宣传功德，说什么“这位比丘已得预流果等四果，这位比丘已成就世间道果，这位能讲三藏”，以诸如此类的欺人之谈得到饮食，身体也变得强壮起来。他们夏季过后回来，前去顶礼世尊，首先遇到了阿难。阿难满腹怀疑地问他们：“其他比丘都因缺乏食物而体力衰弱，你们为何如此身强力壮？”这些比丘也如实说了。阿难又问：“你们是有这样的功德而说的，还是没有而说的？”他们回答：“没有而说的。”诸比丘都说他们这种做法不应理。佛陀听到此事

后，以多种方式加以呵责，并制定了断妄语的戒条。

所谓的妄语是指言说已亲眼见到了本尊的身相，已亲耳听到了那位本尊所说的话语，我与本尊相互交谈，无论说这三者中的任何一种都犯根本戒。此外，妄说诸位本尊来到了我所住的地方，我也到那位本尊跟前去了。

说见寻香龙，瓶腹大腹行，  
夜叉食肉鬼，人非人耶等。

再有，说见到了寻香、瓶腹等鬼、螺护等龙王、多闻天子等夜叉、大腹行、食肉鬼以及饿鬼、人非人耶各种形象，“等”字还包括听到声音，与之交谈，它们来到了我的面前，我也去了它们的跟前。无论说其中任何一种都犯根本戒。

若言我已得，禅通四无量，  
预流等四果，已经趋入道。

如果口口声声地说，我已经获得了一禅等四禅，天眼等六通，慈心等四无量，无漏预流果等四果，已经趋入加行道等涅槃之道，诸如此类的所有功德。

他知为妄言，获得胜功德，  
正常无我慢，若说失戒律。

妄说上述的谎言，他人已懂得其义，则犯妄语罪。分别而言，心态正常、无有增上慢者如果说获得这类功德的话语，则失毁戒律，犯根本戒。

从前，一位沙门住在静处，结果依靠世间道

摧毁了烦恼，后来加以观察，觉得未生烦恼，于是心里认为我已断除了烦恼口中也如是言说。当他再度返回城里时，见到女人、怨敌等又生起烦恼，于是便去请问佛陀：“我是否说了上人法妄语？”因此佛陀教诫言：“除增上慢者外，今后即便已得如是功德也不应言说。”沙门如果以隐晦的方式说“有人见到了天龙等，不是我”，则犯粗堕。如果说“非人不能加害诸位圣者，也不能害我”，则犯根本戒。

辛二（其他语罪）分三：一、宣说当断妄语等语不善业；二、旁述当行沙门四法；三、未说之其他语罪亦须断除。

壬一、宣说当断妄语等语不善业：

除得胜功德，此外诸妄语，

均成多罪业，依之向下堕。

除了说如上所述的获得如是殊胜功德以外，无论说任何妄语，均不是福德，反而会增上许多罪业，依之将下堕三恶趣感受痛苦。

勿说离间语，分开亲密友，  
切莫言绮语，以及粗恶语。

以嗔恨等方式令情投意合的密友分道扬镳的所有离间语，无论是真是假，都不能传扬，也不应说无稽之谈等毫无必要的绮语，以及刺伤他人心的粗语。

壬二、旁述当行沙门四法：

他骂不还骂，他怒不还怒，  
他打不还打，寻过不还报。

对于别人出言不逊所说的“吃你父亲的肉、种姓下贱”等恶语，不反唇相讥；对于粗言相骂，也不还口；别人轻侮或揭露过失，也不报复；遭到他人用石头、木棍等殴打，也不还手。作为沙门必须行持此四法。

壬三、未说之其他语罪亦须断除：

欲守戒智者，勤断诸语过，  
了知此理后，当护诸言语。

想珍重戒律、守护学处的智者，应当尽心尽力杜绝说国王、强盗、经商等类闲言碎语，断除一切语言的过患，懂得这一道理后，就应当严谨守护所有语言。

己二（细微戒）分四：一、不放逸支；二、

禁行支；三、断受金银；四、宣说不摄于彼中之其他取舍。

庚一（不放逸支）分二：一、分说所断之酒；二、戒酒之必要。

辛一、分说所断之酒：

磨粮与酵母，所配粮食酒，  
根花及果实，配成汁酒粉。

酒有许多种类：青稞等粮食磨碎，与酵母配合而成的粮食酒；青稞等制成的青稞酒；甘蔗等根所酿的蜜酒；那累给等花所制的酒；用葡萄等果汁做的酒粉。

辛二、戒酒之必要：

知依彼能醉，利己者不饮，

## 若饮失正念，具戒成放逸。

知道其中粮食酒与酒粉两种能迷醉人后，想利益自己的持戒者丝毫也不能饮用。如果饮酒，则会丧失念念不忘取舍学处的正念，由此持戒之人会变得放逸无度。

## 放逸失戒律，故当忆佛言， 酒能增罪业，不饮草尖许。

如果放逸，则会失毁戒律。例如，从前，有人为了捉弄一位小居士而带来一壶酒、一只羊、一个女人，对他说：你要么喝酒、要么杀生、要么与女人作不净行，这三件事必须做一件。那位居士心想，相比之下，饮酒要比其他两件事好些，于是喝了酒，结果烂醉如泥，放荡不羁，既杀了羊，又与女人作了不净行，从根本上失毁了

戒律，成了他胜罪。因此，应当时刻忆念佛陀所说的教言。佛曾说：“凡皈依我者草尖露珠许酒亦不饮不灌，设若饮用，则彼非我声闻，我亦非彼本师。”饮酒不仅只是恶业，而且还是增上许多罪业之因，戒酒后连草尖许的酒也不能饮。如果是具足色、香、味、迷醉能力的酒，则必须断除，如果病人不喝酒就会危及生命，也要将酒熬开，使其不具酒味、失去醉人能力再饮。

庚二（禁行支）分三：一、舞鬘等；二、高广大床；三、过午进餐。

辛一、舞鬘等：

歌舞与乐器，持戒者莫为，  
不以香涂身，不敷旃檀等。

世尊住在王舍城，波斯匿王为高山龙王与悦意龙王建造经堂。在举行开光仪式之时，从南方来了一些舞蹈家，六位恶行比丘做什么，他们就模仿，最后六恶行比丘怒不可遏。在另一时，为了加害表演的舞蹈家，他们居然跳起舞来。所有的人不看舞蹈家而去观看六群比丘。结果舞蹈家得不到钱财而断了生活来源，于是诽谤起僧众来。佛以此因缘制定了断除舞蹈的戒条。因此，纵情高声、手舞足蹈、弹奏吹打铙钹等乐器，持戒者在非时之际均不可做。

世尊住在王舍城竹园嘎兰嘎地方。当时，正值经堂开光，六群比丘化妆饰鬘，以此因缘佛制定了不准佩戴花鬘的戒条。

沙门不能为了香气扑鼻而在身体上涂沉香等香水，也不能敷旃檀等妙香。

姜黄红花等，化妆不应当，  
花鬘与头饰，持戒者莫系。

姜黄、藏红花以及朱砂等化妆品不可涂抹在身上，额前也不能画红点。各种花穿成朵的花束头饰以及颈鬘的装饰品，持戒者一律不能系戴。

莫以金等饰，装饰于自己，  
冰片等眼药，目不痛不涂。

对于金银、珍珠、珠宝、松石、珊瑚等人们共称为漂亮的装饰品，持戒沙弥不能用来装饰自己的头部、手足等。朱砂、藏红花、冰片等配制的的所有眼药，自己的双目不痛时，不能涂在眼睛上。为了身色美丽、生起贪爱而照镜子，照玻璃门以及沐浴水中加妙香等都不应为。

辛二（高广大床）分二：一、断除两种高广大床；二、旁述舞鬘等之必要。

壬一、断除两种高广大床：

一尺高木床，象牙等饰床，  
虽低妙床榻，不应睡卧等。

不应在木质等高过一尺的大床上以及象牙、砗磲等制成，或者以这些为装饰的，即便是很低的美观床榻上睡坐等。讲经说法坐在珍宝床上也是开许的。坐在上面时，应当无有贪心而具足无常观。在边地以及严寒地带用皮革做睡衣与坐垫也有开许。

壬二、旁述舞鬘等之必要：

歌舞等表演，生起傲慢境，

断除骄傲支，称为持戒者。

贪求歌舞、乐器、卧具、坐垫以及花鬘等，依之会产生骄傲自满的情绪，如果断除歌舞等傲慢支，则可堪为守持清净戒律的具戒者。

辛三（过午进餐）分三：一、宣说非时；二、宣说应时；三、宣说是否成恶作。

壬一、宣说非时：

正午已过后，至次黎明前，  
佛说为非时，具戒者不食。

南瞻部洲正午过后直至黎明之间，佛陀说非为进餐的时间。黎明分为破晓、将晓、拂晓三时，这里的“黎明”是以未到将晓为准。

壬二、宣说应时：

黎明至中午，期间可进餐，  
利己持戒者，应时当用餐。

除非时以外，黎明至本洲正午之前，未过午期间可以进食。以利益自己的正知而成为能守护戒律之因，沙门需在可用餐之应时享用饮食。

壬三、宣说是否成恶作：

非时想应时，何时亦不食，  
若遵医生嘱，患者无罪业。

本来不是用餐之时而作用餐之时想，如此任何时候也不能享用饮食。如果医生嘱咐患者等说：你若不吃饭就活不了或者会倍感痛苦，所以一定要吃饭。病人遵照医嘱而吃无有罪业。此

外，前往一由旬距离的途中以及饥荒逼迫时得到饮食而享用是开许的。

庚三（断受金银）分三：一、真实宣说；二、可受情况；三、真实可受者。

辛一、真实宣说：

纯净金即金，所谓银纯银，  
若诸施主施，持戒者不受。

纯净的金子是经过锤炼的黄金，所谓的银子是指纯银。其中“纯”字已排除了假的金银。施主们如果奉送这些，持戒者不应接受。若接触铅、锡等，则犯恶作。

辛二、可受情况：

想我不可纳，寻觅可受者，  
如是深思后，令他人取受。

假设正值无有衣物等生活窘迫之时，施主们给予金银，心想自己不能持受，但此物品可以作为缺少的衣物、断绝生活的食物、病人的药物的资本，应当寻找一位可接受的人，的的确确如是考虑后，可让其他居士或在家人接受。

辛三、真实可受者：

若为三宝尊，梵行诸道友，  
虽然触金银，亦无诸罪业。

如果以塑佛像、写经典、供僧众的想法为了三宝与同持梵行的诸位道友，沙门自己接触金银也不犯粗堕或恶作。因此，以“供养我，我也是

供养三宝上师”的心态接受也无罪业。如果为了三宝，为了积累福德，需要经商谋利，自己也不能亲身去做，应当寻找其他在家人来做。

庚四（宣说不摄于彼中之其他取舍）分二：

一、断除自相续罪业等；二、恭敬他人等。

辛一、断除自相续罪业等：

所谓贪为障，此是佛所说，  
声称不障碍，沙弥莫愚说。

像尼嘎的弟子沙门策玛坚与供施二人一样的任何沙弥，如果对于圆满正等觉佛陀所说的享受五欲妙障碍善趣与解脱的言教不以为然，反而说“不会障碍，我明白他的意思”，对此应当以温和语谴责，如果起不到作用，则以白四羯磨制止

说：“沙弥，你不要说这样愚蠢的话语。”

倘若仍言说，当断其僧财，  
摈出经堂外，尔后如尸体。

如果依旧无法制止，沙弥仍然这么说，则应当断其享用属于僧众的法财资具，摈出经堂。从此以后，彼沙门甚至连同室过夜的其他沙门都没有，更何况说与行为、资具、见解相同的梵行道友了，因此成了尸体一般。此外，尸体无有任何功德，同样，如是之人失毁善法，故如尸体。

放逸大笑等，思死而不为，  
打呵欠手等，捂口当慎重。

出家人应当寂静调柔，恒时思维死亡无常，对于不雅观的行为跳跑等，心不放在善法方面，

放逸散漫，开怀大笑等行，一概不为。打呵欠、打呃时，由于形象极不庄严并会发出臭气，因而要用手或衣服等捂口，必须谨慎注意。

辛二、恭敬他人等：

老打喷嚏礼，幼说愿无病，  
俗人打喷嚏，应当祝长寿。

戒腊与智慧都远远胜过自己的年老僧人打喷嚏时，自己口中一边说“顶礼”一边躬身礼拜。戒腊不如自己的年轻僧人打喷嚏时，则应当说：“愿您健康无病。”在家人打喷嚏时，则应当说：“祝您长命百岁。”

上师所在前，不应丢鼻涕，  
唾液用牙木，如是不坐垫。

此外，在堪布等具足功德的上师与佛塔等前，不能擤鼻涕、吐痰、吐口水、丢牙木，也不能用完牙木丢弃，如果这样丢，则成了呵责处，是不恭敬、傲慢的表现。若用牙木，也要用袖子遮掩自己的口而用。同样，上师起身，来去时，也不能坐在垫子上。

师前不来去，亦莫脱衣装，  
老等持戒者，恭敬说敬语。

在上师面前，无缘无故不可来来去去，也不能只穿下装，不着上衣或者脱掉上衣，只穿下装。对于比自己年长、同龄以及年轻等有智慧的持戒者，身心应当恭恭敬敬，口中言说敬语。

丁三、午后所做：

洗手清净后，瓶等不染尘，  
滤器过滤水，观察可取受。

自己手洗净后，还要将水瓶、瓷罐等清尘除垢，做到无有含生。清晨使用的水也应如前所说一样经过认真过滤，观察无有含生方可受用。

不依师莫住，僧众坐垫等，  
无正念勿坐，具正念无过。

出家后五年或十年之前不依止上师不可随便居住，即便在无有任何沙门的地方住一日，也无有开许。因此，在无有堪布等上师的地方，不得居住。假设自己所来到地方无有堪布等上师，那么也要依止具有功德的比丘或者精通戒律、能对治烦恼的沙门才可居住。僧众的卧具坐垫床与法座等不可随便使用，无有敷具，不具备无常、

痛苦、无我、寂灭的正念不能坐，否则，罪业十分严重。具足如是正念者，坐等使用则无罪业。

刷牙与饮水，去解大小便，  
界内礼佛像，不请示无过。

此外，用牙木刷牙、洗手洗脚、喝水饮料、解大小便、在界限内顶礼佛像等事不请示堪布上师，也无罪业。

持戒者其他，所有一切事，  
若不请示师，为则犯恶作。

除此之外，持戒者裁剪法衣、念诵经典以及修行等其他事宜都应当请示上师，倘若诸如此类的所有事未请示堪布等上师，随意而为，则做一件，犯一个恶作。

已礼佛塔等，持戒者禀师，  
不睡于其后，清洗上师足。

傍晚，沙门已顶礼完佛塔、佛像，便到堪布等上师前禀报说：“我初夜与黎明不睡。”之后用净水为上师洗脚。

自洗双足后，于上下夜时，  
勤奋不睡眠，彼为实语者。

请示上师自己初夜黎明不睡若得到开许，则用水洗双脚，一夜三时中上夜与下夜精进而行善，不睡眠。上师吩咐说做这件事，便依教奉行，毫不违越，应当知道他是诚实语者，如果不依教奉行，则成了明知故犯妄语。

起床光明想，作狮子卧式，

## 具正念善心，如是速清醒。

中夜时分，不要无所忆念而睡，应当作意迅速起床之想以及光明普照之想，右侧狮子卧式而入眠。如是具足速起与光明之想等正念，在临睡时也具备观想三宝等善心，这样入睡，梦境也会善妙并且可以很快醒来。如是很快醒来后，下夜黎明时起床到天亮之前做上面所说的诵经等法行。

### 丁四、结尾：

依此所说行，烦恼速灭尽，  
获得胜菩提，精进而奉行。

如果如理行持以上所说的一切取舍，则能现见缘起性，如此一来，自相续的所有烦恼迅速可

断除、灭尽，获得三菩提中无上殊胜菩提。想到将获得如是之果，便要具足恭敬精进与恒常精进恒时勤守取舍学处。

甲四（末义）分二：一、作者；二、译者。

乙一、作者：

一切有部沙弥五十颂，阿闍黎龙猛撰著圆满。

承认一切所知具足五事的一切有部沙弥取舍学处的《沙弥五十颂》是由大阿闍黎龙猛菩萨撰著圆满。

乙二、译者：

印度堪布莫讷瓦玛与译师智部翻译校正而抉择。

本文是由印度堪布莫讷瓦玛与译师智部翻

译、校正并抉择。

青春年少树苗上，智慧青莲初开你，  
无垢戒律甘露润，愿其芳香飘十方。  
利乐善资增上缘，一切功德之根本，  
善说别解脱戒律，佛说乃佛与教法。  
是故欲解脱诸众，希求正道善缘者，  
首先精进学此文，尔后深入如海戒。  
愿此为主三世善，得传承师之密意，  
法盛大德久住世，众生一同获佛果。

经至尊全知嘉灿活佛之侍者、恭敬上师与佛法之智者、释迦比丘扬炯尊者依师吩咐而劝请，  
释迦形象比丘曼达达玛歌德于火虎年在吉祥增善  
静处根据文殊麦彭仁波切所造科判与注解而写成

文字，释迦比丘钦则罗珠记录。以此愿满具德师徒之意愿，并成为广泛、持久弘法利生之因。芒嘎朗！

## ○○ 五部大论相关阅读

### 戒律：

- ▶ 索达吉堪布全集 20 | 译作 《事师五十颂释》
- ▶ 索达吉堪布全集 21 | 译作 《沙弥五十颂释》
- ▶ 索达吉堪布全集 22 | 译作 《大乘斋戒功德》
  - 《大乘斋戒功德》
  - 《斋戒功德相关公案》
- ▶ 索达吉堪布全集 23 | 译作 《赞戒论浅释》
- ▶ 索达吉堪布全集 24 | 译作 《三戒论释》
  - 《三戒论释》
  - 《建立三戒一体论》
- ▶ 索达吉堪布全集 1 | 课程 《赞戒论讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 2 | 课程 《沙弥五十颂讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 3 | 课程 《三戒论讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 4 | 课程 《事师五十颂讲解》

### 俱舍：

- ▶ 索达吉堪布全集 26 | 译作 《俱舍论释》

- ▶ 索达吉堪布全集 27 | 译作 《智者入门论》
- ▶ 索达吉堪布全集 5 | 课程 《俱舍论讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 6 | 课程 《俱舍问答》

## 因明：

- ▶ 索达吉堪布全集 28 | 译作 《解义慧剑论释》
  - 《解义慧剑论释》
  - 《因类学》
- ▶ 索达吉堪布全集 29 | 译作 《量理宝藏论释》
- ▶ 索达吉堪布全集 30 | 译作 《释量论·成量品释》
- ▶ 索达吉堪布全集 31 | 译作 《前世今生论》
- ▶ 索达吉堪布全集 7 | 课程 《解义慧剑讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 8 | 课程 《量理宝藏论讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 9 | 课程 《释量论·成量品讲解》

## 中观：

- ▶ 索达吉堪布全集 4 | 译作 《入行论智慧品释·澄清宝珠论》
- ▶ 索达吉堪布全集 32 | 译作 《定解宝灯论浅释》
- ▶ 索达吉堪布全集 33 | 译作 《中论释》
- ▶ 索达吉堪布全集 34 | 译作 《中观庄严论释》

- ▶ 索达吉堪布全集 35 | 译作 《中观宝鬘论广释》
- ▶ 索达吉堪布全集 36 | 译作 《中论释·显句论》
- ▶ 索达吉堪布全集 10 | 课程 《中观四百论讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 11 | 课程 《定解宝灯论讲解（1994年版）》
- ▶ 索达吉堪布全集 12 | 课程 《定解宝灯论讲解（2003年版）》
- ▶ 索达吉堪布全集 13 | 课程 《中论讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 14 | 课程 《中观庄严论讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 15 | 课程 《缘起赞讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 17 | 课程 《中观零散教言讲解》

## 般若：

- ▶ 索达吉堪布全集 39 | 译作 《现观庄严论释·白莲花之瓔珞》
- ▶ 索达吉堪布全集 40 | 译作 《现观庄严论疏·弥勒言教》
- ▶ 索达吉堪布全集 41 | 译作 《现观庄严论略义》
- ▶ 索达吉堪布全集 42 | 译作 《现观庄严论总义》
- ▶ 索达吉堪布全集 18 | 课程 《现观略义讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 19 | 课程 《现观总义讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 20 | 课程 《现观庄严论讲解》

