



亲友书释

麦彭仁波切·造论

索达吉堪布·翻译

译作
6



南无本师释迦牟尼佛



龙 树 菩 萨



全知麦彭仁波切

COMMENTARY ON NAGARJUNA'S

LETTER TO A FRIEND

亲友书释 ——白莲鬘

麦彭仁波切·造论

索达吉堪布·翻译

版本：2023年12月

目 录

圣者龙树菩萨传	001
亲友书释科判	042
亲友书	054
亲友书释	072

圣者龙树菩萨传

雍怎益西坚赞·著

索达吉堪布·译

诸位大德都曾用“彻见甚深义之圣者龙树菩萨”之美称向尊者表示过由衷的赞叹！

圣者龙树菩萨，是于过去无边无量劫中发心，并于众多无量劫中精勤不断地积累二资，又于不可言说的世间界中利益无量众生，为了此间刹土佛法的兴盛而应世化现的。

佛陀也曾亲口授记过有关圣者龙树菩萨降临于此娑婆世界，并广弘佛法的内容。

有关佛陀授记龙树菩萨为此间刹土佛法之兴旺而出世，并依照发心在佛陀示现涅槃，佛法趋于衰落的生死存亡之际，及时应化出世，并广弘佛法的经过（，在众多经续中都有所记载）。

关于发心的具体情形，在《大云经》中描述道：“于无量无边大劫之前，转身为一号称‘大精进龙’之圣主大国王，并面谒龙灯如来。尔时，于龙灯如来座前以无量供品广作供养，且抛洒一撮无价之宝并厉立宏愿：于未来世释迦如来教法没落之时，吾将出家，三次发大法音，为正义而舍己之身寿。”经中的文字，绘声绘色地描述了（圣者当初）发心立誓于此刹振兴佛法的经过。

遵照当初的发心，在本师大能仁释迦佛住世期间，一位被誉为“举世见而生喜之离车子¹童子”也诞生于世，释迦佛在如海般众多的眷属当中，极力称叹这位童子的广大功德，并预言道：在我涅槃后四百年之时，（他）将转世为圣者龙树且广弘佛法。

《楞伽经》中云：“南方碑达国，有吉祥比丘，其名呼曰龙，能破有无边，于世弘我教，善说无上乘，证得欢喜地，往生极乐国。”

《文殊根本续》云：“于吾灭度后，四百年之时，比丘龙出世，于教信且利，证得欢喜地，住世六百年。彼圣者修成，孔雀佛母²咒，且通诸经论，无实甚深义。弃身离世后，往生极乐刹。

1 离车子：又译离遮毗族，古代印度一氏族名。

2 孔雀佛母：五部陀罗尼之一。

最终决定得，正等觉果位。”

《金光明经》中也对“举世见而生喜之离车子童子”予以了高度赞叹，并进一步指出，该童子也即后来的大圣者龙树菩萨。

《入中论注疏》中引用《圣大云经一万二千颂》中的内容说道：“阿难，吾灭度后，满四百年，此‘举世见而生喜之离车子童子’转身为比丘，其名曰龙，广弘我教法。后于极净光世界成佛，号智源光。”

《大法鼓经》云：“举世见而生喜之离车子童子，于大师灭度后，人寿八十岁，教法衰微时，转生为名含大师德号之比丘，广弘圣教，满百岁后往生极乐世界。”

《时轮金刚后续》中，也对该大圣者利益正法及众生的丰功伟绩做过授记。

以上所列举的，只是众多授记中的代表而已。圣地印度的智者一致公认：有关授记大圣者龙树的经续多达百种。

至于大圣者龙树的出生年月，从佛陀描述如来灭度后，受持佛教者们出世情形的正量语中便可一见分晓。

《悲华经》中云：“有问：如来灭度后，何人当受持正法？阿难，迦叶比丘与汝二人，当于四十余年中受持吾之正教。”

正如此等授记所言，在佛陀示现涅槃之后，

上座大迦叶、阿难尊者与上座优波离³三者，将佛陀言说的所有三藏教义进行了结集。第一次结集不但抑制了正法在世间界的衰落，并且令佛法更加兴旺昌盛。

其后，大迦叶尊者趋入涅槃，阿难尊者一如既往地护持正法长达四十年之久，并令正法越发兴盛。自此依次直至大善见尊者之间的七代付法藏师⁴，都为正法的经久不衰、繁荣光大做出了不朽的功勋。

之后，正值佛陀灭度百年之际，以暴行比丘⁵为首的众多人等，肆无忌惮地鼓吹宣扬“如

3 优波离：释迦牟尼佛十大弟子之一。初次结集口诵律藏的上座，故说为持律第一。

4 七代付法藏师：传承释迦牟尼教法的最初七代祖师：饮光（迦叶尊者）、庆喜（阿难尊者）、麻衣（奢搦迦尊者）、小护（近护）、有愧、黑色和大善见。

5 暴行比丘：又名毗舍离比丘。

法（持有）金银”等违背戒律的十非事。使白法方的天尊们不由得哀叹道：“佛法遭遇了重创啊！”并在极度的忧伤中哀号不已。悲号声响彻了整个赡部洲、四大王天以及三十三天等上天界。

正当白法方的天尊们深陷忧愁哀伤境地而不能自拔之际，魑魅魍魉中却此起彼伏地回荡着一片片欢声笑语。

（于此危急关头，）依照往昔的发心与愿力，阿育王横空出世。以其为施主，聚集上座耶舍等七百阿罗汉，励力灭除邪说，以大悲善逝所宣之律藏为准则而进行了第二次结集。

此时，白法方的天尊们才心满意足地发出了欢畅的笑声。

随着五浊恶世的来临，众生福报日渐衰退，与佛法戒律相抵触的各种邪说大行其道，尤其是声闻十八部的分裂，导致教内各派固执己见，纷争不合现象比比皆是。大家都师心自用地认为：“只有自宗才是真理的持有者，其他宗派的见解都是愚痴荒谬之说。”

无休止的激烈争斗，蹉跎了宝贵的光阴，也使如理如法闻思戒律、专心致志修持禅定的修行者数量骤然陡减。

在声闻乘的众多学说言论中都公然宣称：“大乘佛法并非佛所宣说！”随着异端邪说的广为流传，佛法陷入了低迷的谷地。

以大悲世尊的发心与愿力，终于使莫衷一是的人们得到并睹见《哲哲国王梦兆授记经》：“迦

叶佛告曰：哲哲王，汝之梦兆乃释迦佛教法历程之先兆。”

关于哲哲国王的梦境，在《佛说给孤长者女得度因缘经》中描述道：“于迦叶佛时，施主哲哲王偶感十梦：一者梦见有一象王从窗牖出，身虽得出，然尾为窗碍；二者梦见有一渴人并随其后；三者梦见以一升珍珠贸易于等量沙尘；四者梦见栴檀香木与常木等值；五者梦见悦意园中华果茂盛，忽为他人不予而掠；六者梦见大香象为诸小象刁难；七者梦见有一猕猴身有粪秽，将其所染污于他众；八者梦见猴王灌顶加冕大典；九者梦见整块布匹，为十八人各各执夺，各人手中所获均完整不破；十者梦见有多人众聚集一处，互相斗争论竞是非。

此等十梦令大王颇感忧患，生大怖畏。遂问

于迦叶佛，佛言：‘如所得梦非汝王有损。乃未来世中人寿百岁，真实圆满正等觉释迦牟尼遗法中，不净比丘弟子虽出家已，心犹贪着殿堂名利不能解脱，则为如王所梦有一象王从窗牖出，身虽得出，然尾为窗碍者所兆；如王所梦有一渴人并随其后者，（是彼遗法中有诸比丘，）虽身居庙堂，然未听受他人说法之兆；如王所梦以珍珠贸易沙尘者，是乃彼时声闻诸众为得饮食而与他人说法之兆；如王所梦栴檀香木与常木等值者，是乃彼时有诸声闻诸众，以佛经典，视同世间外道典籍之兆；如王所梦悦意园中华果茂盛，忽为盗匪所掠者，是乃彼时不习听闻诸众，以僧伽受用，施予谄媚诸在家众之兆；如王所梦大香象为诸小象刁难者，（是彼遗法中）有诸恶性比丘，压服彼等持戒有德比丘诸众之兆；如王所梦有一猕猴身有粪秽，将其所染污于他众者，是彼

遗法中有诸破戒者，毁谤持戒有德比丘之兆；如王所梦见猴王灌顶加冕大典者，是彼遗法中愚痴无德比丘，反为僧中上首之兆；如王所梦整块布匹，为十八人各各执夺，各人手中所获均完整不破者，是乃释迦佛教法分十八部，虽复如是而佛教法亦未破坏之兆；如王所梦有多人众聚集一处互相斗争论竞是非者，是释迦遗法以互相争斗竞辩而趋至隐没之兆。’ ”

得见此经之后，声闻十八部前嫌尽弃，进入了同心合力、携手并肩的阶段。他们终于明白：各教派之间，只是各自上座的方言有所不同，服饰打扮有细微差异而已。除此之外，在遵从佛陀训导、精勤修持三学、成就解脱果位方面，是完全一致的。闻思修行之风又开始恢复，佛法也因此而进入了一个全盛时期，这就是世人所称的第

三次结集。

其后，佛教又逐渐趋向于衰落，特别是大乘佛教，更是呈徒有虚名、日薄西山之势。在佛陀涅槃四百年之际，大圣主龙树菩萨终于诞生于世。

龙树菩萨的降生地，为印度南方的碑达巴。当时，一位当地的大婆罗门⁶正苦于膝下无子。一天，他在梦中得到授记：如果向一百位婆罗门做法宴斋食，就会得到一个儿子。心急如焚的婆罗门赶紧照办，不久，一个男童⁷终于在期待的目光中出生了。

（令人扫兴的是，）相士却预言道：虽然

6 龙树菩萨之父。

7 龙树菩萨。

婴儿的面相很贤善，但他的寿命却只有七天。

（听到这一消息，原本欣喜若狂的父母一下子被打入了冰窟。不知所措之际，他们连忙）向相士讨教，希望能找到一个化解之方。（相士回答说：）“如果能向一百位婆罗门做法宴斋食，就会将寿命延至七个月；如果能向一百名比丘做法宴斋食，寿命就能增至七年。除此之外，就再也没有其他办法了。”（听完相士的回答，）黔驴技穷的父母也只好遵循此策。

随着七年期限的逼近，做父母的实在不能忍受眼睁睁地看见亲生儿子的尸体出现在自己跟前，经历白发人送黑发人的遭遇。不得已，只好将（年幼的龙树）和仆人逐出家门。

（主仆二人从此浪迹天涯，四海为家，经历了漫长而艰难的漂泊历程，）他们先朝拜了羯沙

流波坭⁸，随后又流落到那烂陀寺的罗睺罗门前。

（历经沧桑的龙树心事重重，百感交集地）以婉转悠扬、令人心碎的腔调唱起了吠陀经。（哀怨的诵经声打动了）大婆罗门，他将菩萨童子请进了家中，并关切地询问事情原委。

（龙树菩萨）只得将自己的身世原原本本地娓娓道出。（大婆罗门听完后，出乎意料地回答说：）如果能够出家，就能免遭此难。（山穷水尽的龙树）连忙答应了将来出家的安排。

（大婆罗门罗睺罗）在坛城中授予（龙树菩萨）无量寿佛摧伏死主灌顶，并嘱咐他务必精进持诵密咒，特别是在第七年的最后一个晚上，更是要通宵达旦彻夜念诵。依此良策，终于使他摆脱了死主的围困。

8 羯沙流波坭：梵文译音。意为空行，观音菩萨一古化身立像。

8岁那年，他削发出家，不久便对一切世间学科，以及大小乘的所有经典通达无碍。

之后，他拜见了早已心灰意冷的父母。（意外的重逢，使二老喜出望外、信心倍增。）

他又向大婆罗门请求，希望能将其余的吉祥密集等众多密法予以传授。（一直对他暗中欣赏的）大婆罗门于是欣然将续部、耳传窍诀及教诫倾囊相赐。

随后，他又在亲教师前得受近圆戒，法号具德比丘。尊者以这种勇于进取的方式，在那烂陀寺圆满地听受了三藏四续的所有传承。最主要的是，由于历世以来一直受到至尊文殊菩萨的摄受，尊者此生也在文殊菩萨化现成天子形象的智宝菩萨前恭聆了所有显密胜法，并将本师释迦牟尼

尼佛于此世间宣说的一切显密秘密奥义彻底了达于心。

此时，一场严重的饥荒正在四处蔓延，很多地方都呈现出一片赤地千里、饿殍遍野的悲凉景象。那烂陀寺僧众们的生存也面临着前所未有的困厄。（于此危急关头，）长老罗睺罗贤任命龙树菩萨担当那烂陀寺安居执事的重任，令其负责僧众们的饮食起居。

（受命于危难之际的）龙树菩萨慷慨应命。他在寺庙中以点金剂将大量红铜变为黄金，（并以此黄金）从无有饥荒的地区换回了稻谷、青稞等所有生活资具，使该寺僧众在十二年的饥馑中没有受到丝毫困扰。

随着时间的推移，失毁戒律的行为日益猖

獯，并开始遍布各地，佛教内部的律藏受到了极其沉重的打击。（嫉恶如仇的龙树菩萨）不忍心（看到衰落场面的出现），于是将失坏戒律的数千僧人毫不留情地予以摈除，又为具缘诸众广为阐演三藏妙法，尤其是将律藏胜法作为彰扬重点。

有如当年世尊在鹿野苑初转法轮敷演四谛妙法一般，当时的智者，将龙树菩萨三次出大妙法音中的第一次——兴利除弊、激浊扬清，整治戒律衰败之行，共称为“戒律大法音”。

此时，魔王波旬出世，并化现成名为“行乐比丘”的僧人。他撰写了大量污蔑诋毁大乘佛法的论典，使大乘佛教的见解与行为都面临着极大的威胁。龙树菩萨力挽狂澜，将各种讨伐邪说、遏恶扬善的理证广为传播，使荒谬邪见遭到了致

命的迎头痛击，终致奄奄一息，甚而一蹶不振。

尊者乘胜追击，又向各道各阶层的具缘者广宣三藏妙法。一次，有两位少年也加入了闻法者的行列。（令人惊奇的是，）在他们周围，弥漫着一股浓郁而沁人心脾的芬芳，及至尊者身前，香味忽然消失。（尊者）问其原委，两位童子回答道：“我们是安止龙王的儿子，来到人间就需用果协喀檀香⁹护身。”（龙树菩萨）又问道：“能给我一些这种檀香吗？”（龙子回答道：）“待我们请示父王之后（，才能答复于您）。”

随后，（二位龙子赶紧返回龙宫）向龙王禀报。（龙王回答说：）“如果龙树阿阇黎能光临龙宫，我们将予以供奉。”

9 果协喀檀香：马拉雅山所产的一种白旃檀。

（得知龙王的条件之后，具有远见卓识的）龙树菩萨瞻瞩到令龙界无量所化诸众能培植善根，以及迎请《般若十万颂》等经典的诸多必要，于是应邀前往龙宫。

以安止龙王等大力龙王为首的无数行善龙众，在向尊者供养了数不胜数的供品之后，便抓住时机祈求传法。

（诸龙之请正中尊者下怀，）龙树菩萨因势利导，向龙王及其眷属细致入微地解说了善妙佛法。（深感受益匪浅的）众位龙王（舍不得尊者就此离去，）便极力挽留尊者能常驻龙宫。

（尊者）婉言相拒道：“我此行的目的，是为了筹集修建千万佛塔的檀香¹⁰，以及迎请各类

10 檀香：此处藏文原文本为粘泥，在布顿仁波切所著的《佛教史大宝藏论》中也有“药叉泥”之说，但结合上下文内容及其他资料，故改为檀

经函，实在没有空闲久住龙宫。不过我可以答应你们，将来我一定会重返龙宫的。”

众龙王（见劝说无效，遗憾之余，）只好将大量檀香、《般若十万颂》以及众多《陀罗尼经》恭送于尊者，令其携至人间。为了确保龙树阿阇黎能再次光临龙宫，诸龙王（心生一计，强烈）提出：“我们必须扣留经函后面的一小部分以作为质押。”

因为从龙宫迎请的《般若十万颂》的《常啼菩萨品》及《胜法品》缺漏，所以（后人）便将《般若八千颂》的最后两品，替换到《般若十万颂》中，因此，广略《般若经》最后两品的内容是完全相同的。

香，塑斟酌。

（回到人间）之后，龙树菩萨便利用从龙宫收集的珍贵檀香，建造了千万佛塔等（各种所依）。因为这一切都得益于龙王的大力协助，所以，尊者从此便被世人尊称为“龙树菩萨”（龙猛菩萨）。

随后，尊者又前往里喀惹¹¹，并利用点金术之所得广作布施。一对婆罗门老夫妇因得到大量（尊者）恩赐的黄金，而生起了无与伦比的信心，老婆罗门自愿担当起侍从的职责，并在尊者前闻听了佛法，死后转生为后来赫赫有名的大阿阇黎——龙菩提。

在龙树菩萨的带领下，星星点点的佛塔如雨后春笋般拔地而起。

11 里喀惹：印度一地名，盛产甘蔗。

一次，正当他准备将一块酷似铃铛的岩石变为黄金，一位度母化现的老妇人语重心长地提醒道：“只有修持佛法，才是事关重大的要举。你应当到吉祥山去修行。”（为了表达感激之情，）他在当地恭造了《度母修法仪轨》。

之后，龙树阿阇黎在印度中土六大城市的所有主要方位，又兴建了不胜枚举的佛殿、佛塔。并为演说佛法的各大上师修建了众多供养处。

他还为感召而至的瞻部洲大多数希求趋入佛法，并寻求法义者广赐深妙法义，特别是佛陀亲口所宣的那段教言：“深寂离戏光明无为法，犹如甘露法性吾已得，为谁宣说亦不可证悟，故当无言安住寂林中。”

因为世人极难彻底领会《般若经》之珍宝法

义——实相空性，真实无谬的通达者绝无仅有。大多数人在听到此理后都惊恐不已，继而弃置不理。有的人虽然生起了信解，却将无有自性之义执著为单空，从而堕入了断边。

但是，如果不能晓悟空性之义，就无法行进于解脱与证达一切智智之道。（龙树菩萨）意识到这点后，为大悲心所驱使，情不自禁地发出了（令世人）通晓诸法实相均为缘起，在胜义中丝毫自性也不可成立，在名言中黑白业果无爽不欺，但二者之间却并不相违的中观贤妙道之大法音。

以“不生亦不灭……能说是因缘”等偈颂为内容，尊者撰写了《中观根本智慧论颂》及其支分——其他理集诸论¹²。如实地将往昔世尊在

12 中观六论。

灵鹫山赐演的《般若经》珍宝法义，在瞻部洲大力彰显，昭然示众，再一次发出了大乘妙法之音。智者们都一致公认这次壮举，为大圣者龙树菩萨于瞻部洲所发三次大法音中的“第二次出大法音”。

考虑到更多所化诸众的利益，尊者决定起身前往北俱卢洲。途中偶遇一名孩童，尊者因孩童的“则达嘎”手纹，而授记此孩童将成为国王，随后又继续上路赶往北俱卢洲。

到达目的地后，尊者将衣服挂在衣杆上，然后开始沐浴。当他人准备将衣服取走时，尊者一反常态地高声疾呼：“那是我的！”不明就里的当地人便因此而将尊者称为“我所者”。

当北俱卢洲调化众生的事业圆满，尊者重返

故土之时，曾被尊者授记将掌管王位的孩童已经成为了一名国王¹³。尊者于是在乐行国王的供养殿中居住了三年，并尽心竭力地广弘精妙佛法。

遵循至尊度母的指点，尊者去往南方的吉祥山。在当地，他主修精髓妙法，并为以大弟子圣天、佛护等众多受持佛法大德为主的无边无量之人与非人众生，精勤不倦地惠赐了深广妙法。一如佛陀再次亲临人间一般，使正法更加欣欣向荣、蒸蒸日上。

为了令佛法永不衰落、恒常住世，尊者在金刚座建造了石网栏¹⁴与多达几百座的佛塔，还对

13 乐行王。

14 石网栏：依照印度的风俗，建造石网栏可以起防止大象的侵扰，起护卫的作用。至今，在金刚座仍可看到许多石网栏废墟。据《印度佛教史》记载：“金刚座的菩提树遭受大象损害时，在菩提树背后立两块石碑，因而多年无事。以后又被损害，在石碑上各立一手执棍棒的摩诃迦罗骑狮像，多年出生饶益。又被损害，于是周围用石格子围绕起来，外面建立一百零八座有神像的塔”。

吉祥米积塔¹⁵进行了装饰，又为诸位僧众修建了为数可观的经堂。并嘱托马哈嘎拉等护法承担起（守护正法的）事业，督促赞扎嘎、增禄天母等诸位财神，务必恭敬承侍供养护持正法的诸位大德及其眷属，以各种方式促进了正法的进一步繁荣兴旺。

尊者后半生的主要精力，都投入到在南方吉祥山如同世尊重返人间一般广转显密之轮上面。特别因撰著《赞法界论》等论著，而被人们共称为“第三次出大法音”。犹如佛陀当年三转法轮一样，将无以数计的所化之众引入了大乘之道，使佛陀演说的了义经典之义稳如泰山、坚如磐石，不为他人所摧。

15 吉祥米积塔：《红史》注释中说道：“吉祥米积塔，为印度东方靠近缅甸的林参城中心的一座佛塔。建造了围墙。”此废墟至今尚在。据《印度佛教史》记载：“……给吉祥米积的塔建立围墙，围墙内建立一百零八座佛殿。”由此可见，龙树菩萨当年所做的装饰，主要是修建围墙和佛殿。

为了后世所调诸众的利益，尊者在一生中撰写了数目惊人的阐释三藏四续密意之论典，包括以理证之道宣说趋入佛法圆满精华大乘道之圆满菩提道次第的《中观宝鬘论》、以教证而建立此道的《经集论》、结合道次第精要与佛陀教言的《稻秆经释》，包括《赞至尊了义文殊》等在内的《赞颂集》《密集略修》《经部修法集锦》《菩提心释》《圆满次第之五次第论》《中观根本慧论颂》《六十正理论》《细研磨论》《七十空性论》《回诤论》《亲友书》《百智论》《令众生愉悦之十一颂》《八粗堕》《普贤行愿品合并本释》《梦境如意宝语》《布施语》《出世语》《八加行》《智树论》《规范论》《养生篇》等阐释经续密意的论典，另外还有《显密道次第》《四续本尊修法》等异彩纷呈、不拘一格的论著。

龙树菩萨的此等壮举，使佛法越发兴盛，也使魔王波旬及其眷属火冒三丈、嫉妒万分，甚至到了不堪忍受的境地。他想不出其他高招，只好钻入乐行王后的胎腹中（伺机作恶）。不久王后临产，生下一名为“具力”的太子。

（时光飞逝，斗转星移，具力太子在优越的环境中一天天长大了。一天，）母后将一件世间珍稀难得的无缝衣赠予（爱子，太子告诉母后：）“我现在先把它收藏起来，等到有朝一日我继位登基、治理江山之时再穿它。”母后无奈地告诉儿子：“你的父王与龙树阿阇黎已经成就了等寿金丹术，在阿阇黎没有圆寂之前，你父王是不会死去的。你这辈子恐怕没有希望继位执政了。”

（母后的一席话，使）具力太子生起了极大

的忧伤，他抑制不住内心的失望，禁不住悲从中来、号啕大哭。母后连忙安慰道：“你用不着哭泣，（我倒有一个主意。）因为阿闍黎是一位安住于广大菩萨行境界的菩萨，如果你向他索要头颅，他必定会慨然施予的。（如果他圆寂，）你的父王也会因此而命终。这样一来，你就可以稳坐王位了。”

（听完母后的“高见”，具力太子踌躇满志、跃跃欲试，）他迫不及待地赶到龙树菩萨身前，提出了索要头颅的要求。

大圣者龙树菩萨思索到：“大悲世尊在因地时，也曾行持过布施头颅等菩萨难行。我也应当如此追循佛陀的足迹，继承佛陀的事业。为了慑服魔王波旬，为了利益后代众生，为了诸大佛子能生起勇气，我应当行此布施。”想到这里，尊

者爽快地答应了索要头颅的要求。

（王子喜不自禁，立刻挥起）宝剑向尊者的头颅砍去，然而头颅却并没有被砍掉。尊者和蔼地向目瞪口呆的王子解释道：“往昔我在刈割茅草时，曾割断过一只小虫的脖颈，因为这个罪过，所以用吉祥草便可以砍断我的头颅。”王子遵言而行，果然如愿割断了尊者的头颅。

此时，只见殷红的鲜血化为了白色的乳汁，龙树菩萨的头颅吟出了振聋发聩的一段自白：“我今往生极乐刹，将来亦入此身体。”

王子担心头颅会重新复原，便将其扔到了一由旬以外的地方。因为龙树菩萨已成就了金丹术，所以其法体与头颅都化为了顽石。（令人惊讶的是，法体与头颅）不但没有随着时光的流逝

而风化，而且因岁月的递增，二者之间的距离也在一步步缩短。等到将来重新复合之时，（复合后的新法体）就会像龙树菩萨住于尘世一般，对众生具有不可估量的利益。

因为大尊者龙树菩萨长久以来获得了登地菩萨的自在成就，才能在布施头颅时，做到临危不惧、欢天喜地。这一切，也是在向世人宣告尊者的得地之相。

《入中论》云：“且如佛子闻求施，思维彼声所生乐，圣者入灭无彼乐，何况菩萨施一切。”正如在得地之后，布施头颅不但不会有痛苦，而且会生起超胜于比丘一禅等持的欢喜与大乐的说法一样，龙树菩萨已经获得登地果位的成就，是在佛经中已经明示，世人也是有口皆碑的。

其共同部分的示现，是在吉祥山修持长达两百年，地道功德辗转增上，最终获得了共称的七地果位。

在得到一地果位之后，即能获得于一百个世间界中化身为一百位祖师，并同时于一百位佛陀前化为一百尊身体聆听佛法等十二种一百功德。

因为此等功德在获得二地果位之后，更会上递递增。由此可想而知，尊者所拥有的功德也是不可思议的。

关于尊者的不共同示现，在《明炬论》中描述道：“大阿闍黎龙树菩萨在获证真如法义后，于世间界畅演各别自证金刚持之大等持。既拥有超离于人天之安乐，拥有超离于外道、声闻以及缘觉的禅定与等持之安乐，也获得了远离生灭的

具有一切殊胜的如来之身。其身见而无厌，并具有十力以及十无畏等佛之功德严饰，前往极乐刹土，以拥有八种功德自在而住于世。”以上内容说明，龙树菩萨此生依靠密集之道，已经现证了双运金刚持的果位。

大圣者龙树菩萨还培养了举不胜举、出类拔萃，对佛陀所宣说的了义不了义之八万四千法门，在以无垢理证善加辨析之后，能够受持与弘扬准确判别佛陀密意旨要的持法意子。其中公认的有四名意子与三名近意子，一共为七名主要弟子。

龙树菩萨的四位意子分别为：亲覲文殊菩萨的释迦莫扎、谒见度母的那嘎博得、获证八地果位的圣天论师、目睹过观音菩萨金颜的玛当嘎巴。三位近意子分别为：佛护论师、清辩论师与

马鸣论师。

诸大弟子中不可抗衡、无与伦比的，当数圣天论师。圣天论师（在一生中）撰写了大量无有稍许错谬之垢、如理抉择龙树菩萨密意的显密论典。他依照龙树菩萨的意趣，撰著了阐述引导世人趋入甚深广大道次第之圆满无垢理证之道的《中观四百论》、宣说以密集金刚为主的两种无上道次第之究竟密要的《摄行灯论》以及指不胜屈的其他论典。

圣地印度的智者，都心悦诚服地将被誉为“龙树阿闍黎父子”的龙树菩萨与圣天论师，共称为一切智智的量士夫。往昔的中观论师们，都将这两位阿闍黎的论著，恭称为“母中观”，以作为（一切中观见解的）究竟源泉。

关于释迦莫扎阿闍黎，有这样一种传说：

《圆满次第之五次第论》中的前两部分，是龙树菩萨恩准该尊者写成的。虽然尊者的其他论著已经流失，但这位阿闍黎为众多有缘者广弘龙树菩萨善妙主张（的事迹，必将传颂千古、流芳百世）。

所谓“那嘎博得”，也就是指龙菩提阿闍黎。他依靠龙树菩萨的窍诀，成就了金刚虹身。尊者居于吉祥山等修行处，摄受了无以数计的空行勇士、空行母及有缘人。据尊者的传记记载：在噶当派前期，这位阿闍黎（化为幻化身），亲自为噶当派的众多大善知识，传授了大量窍诀与教诫。

大成就者秋多吉¹⁶曾三番五次与（该尊者）

16 秋多吉：法金刚。

会晤，共同商议有关金刚乘的教言。在四世班禅洛桑却吉坚赞¹⁷为扎什伦布寺和合塔竣工开光之时，龙菩提阿阇黎与大成就者秋多吉双双降临，并肩居于塔顶为佛塔开光，还向班禅洛桑却吉坚赞赐传了窍诀与教诫。该阿阇黎还撰写了《密集坛城仪轨》，包含《直指三身道用》在内超凡绝伦的《安立次第》，以及浩如烟海的其他著作。

玛当嘎巴是将龙树菩萨的耳传窍诀圆满授予大成就者帝洛巴的接力者。此外，尊者还为五湖四海的有缘者鞠躬尽瘁地阐显了甚深妙法。

佛护阿阇黎出生于（印度）南方丹巴拉境内

17 洛桑却吉坚赞（1567-1662）：译言善慧法幢。为四世达赖和五世达赖喇嘛近圆戒师，扎什伦布、色拉、哲蚌三寺寺主。曾与五世达赖商同在固始汗未入西藏、清军未入北京之前，分别遣使沟通关系，为后来格鲁派干预西藏政治创造条件。1645年，受固始汗封为“班禅博克多”称号；1647年，又受清顺治帝封为“金刚上师”名号。后被追认为第四世班禅额尔德尼。

的昂巴则瓦¹⁸。趋入佛门后，尊者毅然出家并受持近圆戒。通过废寝忘食地修学三藏四续，终于使他圆满地通达了自他宗派如海般浩瀚宽广的见解。

在依止龙树菩萨足下后，他又如饥似渴地聆听了深广无垠的各种显密要诀。经过龟勉精勤地修习，真实修成了至尊文殊菩萨本尊。以道次第的行持，最终抵达了至高无上的巅峰之位。

为了使佛教能够蓬勃发展，他将龙树菩萨的甚深密意——究竟深奥的缘起之理，以千变万化、不拘形式的生动道理进行揭示，为世人写出了惊世骇俗的《中观根本慧论释》，也即为众人所称道的《佛护中论释》。在所有解释《中论》的论典中，此论如同宝幢之顶般显得极为不同凡

18 昂巴则瓦：意即天鹅嬉戏。

响。包括月称菩萨与至尊宗喀巴大师，都异口同声地对其赞不绝口。此外，该阿阇黎还撰写了种类繁多的阐释显密奥义的论典。

清辩论师则是为了昭示甚深中观之道，而特意化现为龙树菩萨之首要弟子形象的。至于这位大圣者是须菩提¹⁹化身的说法，已经是举世公认、无可非议的事实。该阿阇黎为了彰显龙树菩萨之善妙主张，撰写了阐释《中论》含义的《般若灯论》，另外还撰著了五花八门的其他论著。

《般若灯论》的诞生，首创了中观自续派的见解。（提出这种被认为是不究竟见解的原因，）完全是因为龙树菩萨诠释佛陀密意的中观究竟之见极难证达，为了逐步引导所调诸众，给（彼等）提供一种领悟的手段而采用的善巧方

19 须菩提：也即善现。释迦牟尼佛十大弟子之一，为解空第一。

便。²⁰

龙树菩萨住于人间长达六百年之久，在世期间为佛法做出了不可磨灭的贡献。在他一生的前、中、后三个阶段，层出不穷地栽培出了遍布四海的弟子。其中晚年的所有主要持法弟子中，堪称顶饰的当数月称阿阇黎。

据往昔的佛教历史记载：在龙树菩萨前往极乐刹土之际，曾感慨万分地说道：“关门弟子乃月称，终结之法说无生。”至于这位尊者²¹如何在佛教领域大显身手的情形，下文将详细地为诸

20 该传记中有关马鸣论师的内容遗缺，此处作一补充。马鸣论师，为古印度四大士之一。佛灭度后约六百年，生于西印度。父亲狮子密是大名医，母亲名为宝成。自幼学习婆罗门四吠陀经、四吠陀支、四吠陀节及六业等，又随父学医。信奉异教，精通有常之论，曾驳倒西印度佛教学者，使之改信异教以毁佛法。之后游历至南印度，与龙树菩萨弟子圣天论师辩论内外之宗，终因败负而改信佛教，为龙树师弟弟子，精通内学及诸异教诗韵之学，更名三宝仆从。著《佛本生行传一百八赞》，以忤破佛之业；因马解其语，故号马鸣。另著有《医学八支大论》《入八支论》《八支集要自注》等众多著作。

21 月称菩萨。

位和盘托出。

龙树菩萨在六百年中，忠心耿耿地护持正法。据说，一旦将来其法身与头颅重新拼合以后，尊者还将为瞻部洲众生的利益进一步做出贡献。最终于极净光世界圆证佛果，号智源光如来。

因此，希求修持菩提道次第的诸众，应当至诚祈祷圣者龙树菩萨，严格奉守尊者的教诲：从依止具相善知识直至获得双运佛果之间，为获取于显密圆满道之定解，以教证理证，而以巨大之精进勇猛不断地修持！

以上文字节选自雍怎益西坚赞撰写的《菩提道次第传承上师传》。

甲申年四月初十（2004.5.28）

译于喇荣

亲友书释科判

全论分四

[甲一] 名义 072

[甲二] 译礼 072

[甲三] 论义 073

[乙一] 初善首义 073

[丙一] 以立誓句劝勉闻者 073

[丙二] 以谦虚方式教诫理当听受 074

[丁一] 以词句而谦虚 074

[丁二] 以意义而谦虚 074

[乙二] 中善论义 075

[丙一] 宣说增上生与决定胜道之基础——信心 075

[丁一] 略说随念所信之对境——佛陀等六者 075

[丁二] 广述后三随念 076

- [戊一] 随念天尊 076
- [戊二] 随念布施 077
- [戊三] 随念持戒 078
- [丙二] 道之本体 078
 - [丁一] 略说 079
 - [丁二] 广说 079
 - [戊一] 布施 079
 - [戊二] 持戒 080
 - [己一] 所护之戒 080
 - [己二] 断除彼之违品 081
 - [己三] 行持同品不放逸 082
 - [己四] 以比喻说明不放逸之利益 083
 - [戊三] 安忍 084
 - [己一] 教诫断除嗔恨之因 084
 - [己二] 断除怀恨之果 085
 - [己三] 旁述心之特点 085
 - [己四] 断除嗔恨之缘——粗语 086

[戊四] 精进 087

[己一] 教诲精进之对境 087

[己二] 教诫表里如一之精进 088

[戊五] 禅定 088

[己一] 加行 088

[庚一] 断除违品散乱 088

[辛一] 断除对境之散乱 089

[壬一] 以转变内想之方式禁护根门 089

[癸一] 教诫防护根门不贪他女人 089

[癸二] 教诫护根门防止其他欲妙 090

[癸三] 未护根门之过患 091

[癸四] 佛陀赞叹护根门 092

[壬二] 以知对境之法相方式而断除贪执 093

[癸一] 了知欲界主要贪欲之女身而断贪 093

[癸二] 了知总贪欲之理而断贪 094

[辛二] 断除世间八法之散乱 095

[壬一] 对治 095

[癸一] 真实对治 095

[癸二] 宣说具对治之功德与不具对治之过患 095

[壬二] 所断 096

[癸一] 教诫断除真实世间八法 096

[癸二] 教诫断除彼之果——罪业 097

[子一] 真实宣说 097

[子二] 需断彼之理 098

[辛三] 断除财物之散乱 098

[壬一] 总说财物取舍之分类 099

[壬二] 别说断除无义琐事 099

[壬三] 能断之对治 100

[癸一] 对治之功德 100

[癸二] 未对治之过患 101

[辛四] 断除受用之散乱 101

[壬一] 断除贪妻 102

[癸一] 应舍 102

[癸二] 应取 102

- [壬二] 断除贪食 103
- [壬三] 断除贪眠 105
- [庚二] 修行同品四无量 106
- [己二] 正行——教诫修四禅 106
- [己三] 后行 107
- [庚一] 总说弃恶从善 107
- [辛一] 宣说善恶轻重 107
- [辛二] 教诫具足对治不善之广大善法 108
- [庚二] 尤其断除等持障之法 109
- [戊六] 智慧 110
- [己一] 略说信等五根之道本体 110
- [庚一] 宣说应取之信等 110
- [庚二] 以对治所断方式遣除骄矜 111
- [己二] 广说正念等智慧 111
- [庚一] 宣说有寂一切善资根本即是智慧 111
- [辛一] 增上生与决定胜之根本——世间正见 112
- [辛二] 决定胜之根本——出世间正见 113

- [庚二] 真实宣说具智慧之道 114
- [辛一] 别说重要之见 114
- [壬一] 抉择无我 114
- [壬二] 观察我之所依蕴 114
- [辛二] 真实之道 115
- [壬一] 宣说道之违品——三结 115
- [壬二] 道之顺缘——精进 116
- [壬三] 修学道之本体——三学 117
- [癸一] 总说三学 117
- [癸二] 别说慧学 118
- [子一] 说明出离染污品之理 118
- [丑一] 厌离此生之方法 118
- [寅一] 略说 118
- [寅二] 广说 119
- [卯一] 思维寿命无常 119
- [辰一] 思维死期不定而修无常 119
- [辰二] 思维必死无疑而修无常 120

- [辰三] 思维他理而修无常 120
- [辰四] 此等之摄义 121
- [卯二] 思维暇满难得 121
- [辰一] 总说转生普通人身难得之理 122
- [巳一] 宣说转生为人难得之理 122
- [巳二] 谴责依此人身造罪 122
- [辰二] 别说具四轮之人身 123
- [巳一] 总说四轮 123
- [巳二] 分说善知识 124
- [辰三] 思维远离违缘八无暇之理 125
- [丑二] 厌离一切轮回之方法——思维轮回过患 126
- [寅一] 略说 126
- [寅二] 广说 127
- [卯一] 宣说现似快乐不可信赖之理 127
- [辰一] 不可信赖之理 127
- [巳一] 亲怨不定故不可信赖之理 127
- [巳二] 无有满足故不可信赖之理 128

- [巳三] 后际不定故不可信赖之理 128
- [巳四] 高低不定故不可信赖之理 129
- [午一] 国政不可信赖之理 130
- [午二] 悦意友伴不可信赖之理 130
- [午三] 美妙住处不可信赖之理 131
- [午四] 安乐行境不可信赖之理 131
- [午五] 丰厚受用不可信赖之理 132
- [午六] 庄严威光不可信赖之理 133
- [辰二] 知此而教诫行善 134
- [卯二] 宣说痛苦巨大之理 134
- [辰一] 当知轮回乃痛苦之自性 135
- [巳一] 地狱之苦 135
- [午一] 略说 135
- [午二] 广说 135
- [未一] 当知痛苦 136
- [申一] 真实痛苦 136
- [申二] 思维何故产生之理 138

[酉一] 思维生时 139

[酉二] 思维生而难忍之情景 139

[戌一] 总思维 139

[戌二] 别思维 140

[戌三] 思维比喻 140

[酉三] 思维感受长短 141

[未二] 教诫断除彼因 141

[巳二] 旁生之苦 142

[午一] 总痛苦 142

[午二] 散居旁生别苦 143

[巳三] 饿鬼之苦 144

[午一] 略说 144

[午二] 广说 144

[未一] 痛苦 144

[申一] 真实痛苦 145

[申二] 感受时间 147

[未二] 苦因 147

- [巳四] 天人之苦 148
- [午一] 略说 148
- [午二] 广说 148
- [巳五] 非天之苦 150
- [辰二] 知后为避免转生需精勤 150
- [巳一] 需避免转生之理由 151
- [巳二] 因此为避免转生当猛厉精勤 151
- [子二] 说明善入清净品之理 152
- [丑一] 当诚信解脱果 152
- [丑二] 实修因之道谛 153
- [寅一] 宣说见道 153
- [卯一] 宣说道之本体七觉支 153
- [卯二] 宣说别相与寂止相联甚深智慧瑜伽 154
- [辰一] 略说 154
- [辰二] 广说 155
- [巳一] 宣说所净颠倒趋入实相之未授记见 155
- [巳二] 宣说对治清净实相缘起之义 157

[午一] 真实缘起 157

[午二] 赞评彼之优点 158

[寅二] 宣说修道 159

[卯一] 宣说道之本体八正道 159

[卯二] 宣说彼为道之理 160

[卯三] 教授彼道主要为见四谛之智慧 160

[丁三] 教诫实行彼等之义 161

[戊一] 以劣身亦能成就之理赐安慰 161

[戊二] 以简要实修之理赐安慰 162

[戊三] 以力所能及实修之理赐安慰 162

[乙三] 末善尾义 163

[丙一] 教授随喜与回向 163

[丁一] 回向 163

[丁二] 彼之果 164

[戊一] 暂时道果 164

[戊二] 究竟佛果 165

[丙二] 以摄上述道果诸义而教诲 165

[甲四] 尾义 166

[乙一] 著跋 166

[乙二] 译跋 167

亲友书

龙树菩萨·造论

索达吉堪布·翻译

梵语：色哲达累卡

藏语：西波张耶

汉语：亲友书

顶礼文殊童子！

为令堪德善妙者，希福我依佛尊说，

稍许集成圣梵音，汝当恭敬而谛听！

佛像纵然以木雕，无论如何智者供，

如是我诗虽拙劣，依妙法说勿轻蔑。
于大能仁之众教，王汝虽先已精通，
犹如石灰依月光，岂非较前更美妙？
如来殷切而告言：佛陀妙法与僧众，
施戒天尊六随念，各功德资常忆念。
身语意门当常依，奉行十种善业道，
杜绝一切醇美酒，欢喜贤妙之维生。
知财动摇无实质，如理施比丘梵志，
亲朋贫者为他世，施外无余胜亲友。
汝戒未失无缺憾，未混未染当依之，
戒如动静之大地，一切功德之根本。
施戒安忍精进禅，如是无量智慧度，
圆满趋向有海岸，成就如来正等觉。
何者孝敬父母亲，彼族具梵阿阇黎，
供养彼等今名扬，他世亦转善趣中。

损害盗夺与淫行，妄语贪酒非时餐，
喜高广床与歌唱，舞蹈花鬘皆当断。
随行罗汉之戒律，若具此等八斋戒，
持长净转欲天身，当赐善男善女人。
悭吝谄诳贪懈怠，贪欲嗔恨增上慢，
及以种貌闻韶华，权势而骄视如敌。
佛说不放逸甘露，放逸乃为死亡处，
是故汝为增善法，当恒敬具不放逸。
何者昔日极放逸，尔后行为倍谨慎，
如月离云极绚丽，难陀指鬘见乐同。
如是无等忍苦行，汝莫令嗔有机乘，
断嗔获得不退果，此乃佛陀亲口说。
我为此人相责骂，殴打击败夺吾财，
耿耿于怀起冲突，断除怀恨即安眠。
当知心如于水面，土石之上绘图画，

其中具惑如初者，诸求胜法如末者。
佛说语言有三种，称心真实颠倒说，
犹如蜂蜜鲜花粪，唯一当弃最末者。
今明后明至究竟，今暗后暗至最终，
今明后暗至终点，今暗后明至圆满。
如是四种类型人，国王当做第一种。
当知人类如芒果：外似成熟内未熟，
内成熟外似未熟，内外未熟内外熟。
切莫眼瞧他妻室，若睹亦随其年龄，
作母女儿姊妹想，若贪真观不净性。
当如闻子宝藏命，守护动摇之内心，
犹如猛兽毒刀刃，怨敌烈火厌欲乐。
一切欲妙生祸殃，佛说如同木鳖果，
世间人以其铁镣，缚轮回狱当断彼。
知伏六根诸对境，恒时动摇不稳固，

沙场胜敌此二者，初诸智者真勇士。
当观少女身背后，臭气显露九孔门，
如肮脏器难填满，皮饰遮掩亦不净。
如麻风病虫蠕动，为得乐受皆依火，
非但不息苦更增，当知贪欲与彼同。
为见胜义于诸法，如理作意而修习，
与之相同具功德，他法少许亦无有。
族貌闻虽具全士，然离慧戒非受敬，
何者具此二功德，彼无他德亦应供。
知世法者得与失，乐忧美言与恶语，
赞毁世间此八法，非我意境当平息。
汝为沙门婆罗门，师客父母王妃眷，
亦不应造诸罪业，地狱异熟他不分。
有者所造诸罪业，纵未即时如刀砍，
然死降临头上时，罪业之果必现前。

佛说信心与持戒，多闻布施净知惭，
有愧智慧圣七财，了知余财无实义。
赌博以及看聚会，懒惰依附恶劣友，
饮酒夜晚入村落，断毁名誉之六法。
佛说一切财产中，知足乃为最殊胜，
是故应当常知足，知足无财真富翁。
智者痛苦如财多，少欲之人非如是，
一切龙王头数目，所生痛苦如是多。
性如联敌刽子手，轻凌夫君如恶女，
微财不放如盗匪，当弃此等三妇人。
随顺自己如姊妹，情投意合若挚友，
仁爱自己似慈母，听从如仆敬若神。
了知饮食如良药，无有贪嗔而享用，
非为骄横体健朗，唯一为使身生存。
贤明君主勤度过，白昼上夜及下夜，

睡时亦非徒无果，于中夜具正念眠。
恒常真实而修持，慈悲喜舍四无量，
纵然未证正等觉，亦得梵天无量乐。
以断欲行喜乐苦，四种禅定次第生，
梵天光明遍净天，广果天之四天界。
恒贪不具对治法，功德主田之事生，
五种善恶更为重，故当精勤行大善。
数两盐转少水味，非能改变恒河水，
如是当知微小罪，无法摧毁大善根。
掉举后悔与害心，昏睡贪欲及怀疑，
当知此等五种障，乃夺善财之盗匪。
信心精进与正念，等持智慧胜法位，
当勤于此称力根，乃为顶位之本体。
病老死及爱别离，如此业即我所造，
如是反复思维者，彼对治门不骄矜。

若求善趣与解脱，理当修习世正见，
若持邪见纵行善，亦具难忍之苦果。
当知人本无安乐，无常无我不清淨，
未忆念此之众生，四颠倒见即祸根。
当悟经说色非我，我不具色非依存，
色亦不依我而住，如是余四蕴皆空。
当知蕴非随意生，非时节及自性生，
非体自在非无因，乃由无明业爱生。
理应了知戒禁取，萨迦耶见及怀疑，
结缚有中此三者，阻塞解脱城市门。
解脱依赖于自己，他人不能作助伴，
具足广闻戒定者，应当精勤修四谛。
理当恒常勤修学，殊胜戒律及慧定，
二百五十余分戒，真实摄此三学中。
自在忆念所属身，如来所示一捷径，

彼当策励勤守护，丧失正念诸法亡。
寿命多害即无常，犹如水泡为风吹，
呼气吸气沉睡间，能得觉醒极稀奇！
身际成灰干腐烂，终究不净无实质，
当知一切皆坏灭，各自分散之自性。
大地山王与海洋，终为七烈日所焚，
有情化为尘无余，弱小人身岂堪言？
如是无常与无我，无依无怙无存处，
轮回无实如芭蕉，人君汝心当厌离。
大海漂浮木轭孔，与龟相遇极难得，
旁生转人较此难，故王修法具实义。
谁以宝饰之金器，清除肮脏呕吐物，
转生为人造罪业，与之相比更愚蠢。
身处随圣之境地，依于殊胜之正士，
已发宏愿积大福，此四大轮汝具足。

依止真实善知识，梵行圆满能仁说，
是故当依诸大德，依佛多士得寂灭。
执持邪见转旁生，投生饿鬼堕地狱，
无有佛教于边地，转成痴哑野蛮人，
长寿天生任一处，此等即是八无暇，
远离此等得闲暇，为不转生当精进。
智者于此求不得，病老死等众多苦，
根源轮回当生厌，亦应倾听彼过患。
父转成子母成妻，怨敌复次成亲友，
是故流转轮回者，无有少许确定性。
每一众生所饮乳，胜过四大海洋水，
今仍流转投异生，未来所饮更过彼。
过去每世所遗骨，堆积一处超山王，
地土抟成枣核丸，其量不及为母数。
帝释堪称世间供，以业感召亦堕地，

纵然曾为转轮王，于轮回中复成仆。
纵然长期于天界，享用婀娜之天女，
复堕地狱遭碎断，感受极难忍受苦。
长久居于山王巅，随足起伏极惬意，
复沦糖煨尸粪泥，同熏难忍之苦味。
与诸天女相倚喜，美丽乐园共嬉戏，
复将为诸剑叶林，斩断手足与耳鼻。
或入曼陀妙池沼，天女金花艳彩容，
舍身步入无滩河，炽门难挡受热浪。
欲天界中大乐者，梵天离贪得安乐，
复成无间狱火薪，不断感受痛苦也。
获生日月自身光，照耀一切世间界，
死后复至黑暗处，伸展自手亦不见。
如是知成罪恶后，当撑三福之明灯，
独自趋入日月光，无法遣除之暗处。

屡屡造罪之众生，复合黑绳极烧热，
众合号叫无间等，诸地狱中恒受苦。
有被压榨如芝麻，另有碎成如细粉，
有者以锯割之，有以难忍利斧劈。
有于沸腾溶液中，灌注炽烧之铜汁，
有被炽燃铁戈刺，周身缠绕利荆棘，
有被铁齿之猛犬，撕扯双手仰向天，
利喙飞禽尖爪鸦，持执身已不由己。
有以各种昆虫类，万数黑蝇蜂触食，
遍体鳞伤实难忍，辗转反侧出哀号。
有者置于火烬堆，不断被焚口亦张，
有于铁制巨锅中，身成小团被烹调。
诸作罪业之恶人，断气受苦存活时，
闻诸地狱无量苦，毫不生畏如金刚。
即便见闻地狱图，忆念读诵或造形，

亦能生起怖畏心，何况真受异熟果？
所有一切安乐中，灭尽三有堪乐王，
如是一切痛苦中，无间狱苦最难忍。
于此一日中感受，三百短矛猛刺苦，
彼较地狱最微苦，难忍之分亦不及。
如是剧苦极难耐，百俱胝年亲感受，
乃至恶业未穷尽，期间必定不离命。
诸不善果之种子，即身语意造恶业，
尽力不染纤尘许，汝当如是而精勤。
旁生生处亦遭杀，捆绑殴打各种苦，
弃离趋寂诸善法，相互啖食极难忍。
有因珍珠有因毛，血肉骨皮而遭杀，
毫无自由受人打，鞭抽铁钩等役使。
饿鬼所欲不遂意，屡生痛苦不可转，
饥渴寒热疲畏惧，所生极其难忍苦。

有者口小如针眼，腹如山丘饥所缠，
虽得少许不净物，然无享用之能力。
有者裸体皮包骨，瘦骨嶙峋如干薪，
有者夜晚口燃火，投火飞蛾吞入口。
有者劣种排脓血，粪等脏物亦不得，
相互殴打从喉中，出生肿瘤化脓食。
诸饿鬼界春季时，月亮亦炽冬日寒，
树木不生诸果实，仅望一眼河亦干。
连续不断受痛苦，有为所造罪业索，
紧紧束缚之众生，五千或万年不死。
如是一切诸饿鬼，一味获得种种苦，
彼因爱财如命士，非圣吝啬佛所说。
天界虽具大安乐，死堕痛苦大于彼，
如是思维高尚士，不贪终尽之天趣。
身色变得极丑陋，花鬘枯萎不喜座，

衣染污垢身体上，前所未有汗汁流。
天境天人已出现，天界死堕之五相，
犹如地上临终者，所示一切之死兆。
由天界中死堕者，设若善根毫无余，
后不自主而投生，旁生饿鬼地狱处。
非天嗔恨天福故，心中生起大痛苦，
虽具智慧以趣障，无法现见真实谛。
轮回自性即如此，天人地狱饿鬼畜，
生于何趣皆不妙，当知乃为多害器。
头或衣上骤燃火，放弃一切扑灭之，
精勤趋入涅槃果，无余比此更重要。
以戒定慧趣涅槃，寂灭调柔无垢染，
无有穷尽无老死，得离四大日月果。
正念择法及精进，心喜轻安及等持，
等舍此七谓觉支，证得涅槃之善资。

当知无慧无禅定，无有禅定亦无慧，
何者定慧兼有之，轮回海成蹄迹水。
所谓十四无记法，世间日亲所言说，
于此等法莫思索，依之非令心寂灭。
无明生行行生识，由彼中生名与色，
由名色中生六处，从中生触能仁说。
触中生受彼生爱，由爱生取彼生有，
从有出生若有生，出忧病老求不得，
死与畏等剧苦蕴，生灭则令一切灭。
此缘起乃佛语藏，弥足珍贵最甚深，
何者若能真见此，已睹真如佛法身。
正见正命与正勤，正念正定与正语，
正业正思八圣道，为获寂灭当修此。
此生即苦称谓爱，爱即彼之集谛因，
灭尽此等即解脱，能得即八圣道支。

事实如此故为见，圣者四谛恒精勤。
未抛舍财诸俗人，了知取舍越惑河，
现前圣法之彼等，亦非从天而降临，
非如庄稼由地出，昔随惑转之异生。
离畏何须更繁述，有益窍诀此义藏，
汝当调心世尊说，心乃诸法之根本。
如是奉劝汝教言，纵是比丘难尽行，
随力能修其一德，当令人生具实义。
随喜诸善三门善，为得佛果普回向。
如是以此善福蕴，汝于无量生世中，
拥有天人世间福，犹如圣者观自在，
摄受数多苦难众，出世除老病贪嗔。
犹如阿弥陀佛尊，世间怙主寿无量。
戒慧施生净大名，遍及虚空大地上，
人类天众妙龄者，喜乐生爱定寂灭。

尽息惑缠苦有情，坏生死证如来性，
超离尘世名亦息，证得无惧无罪果。

阿闍黎圣者龙树劝勉挚友乐行王的《亲友书》撰著圆满。

印度堪布遍知天萨瓦匝德瓦，大罗匝瓦万得即噶瓦拜则²²于前弘时期翻译并校对审订。

22 噶瓦拜则：国王赤松德赞时西藏著名三大译师之一。

亲友书释

——白莲鬘

麦彭仁波切·造论

索达吉堪布·翻译

智慧宝剑之威光，根除愚暗之藤树，
能赐二智之光明，文殊上师予庇护！
佛典深广之意趣，如实诠解圣龙树，
亲友书释白莲鬘，遵师言著请乐受。

圣者龙树菩萨所著的《亲友书》分四：一、

名义；二、译礼；三、论义；四、尾义。

甲一、名义：

梵语：色哲达累卡

藏语：西波张耶

汉语：亲友书

由于未直接会面而是以书信的方式寄予亲密挚友乐行王的，因而称为“亲友书”。

甲二、译礼：

顶礼文殊童子！

在远离一切过患（文）²³、具足二利之福德（殊）、身体无有老衰（童子）的文殊师利童子前作礼，这是译师所作的顶礼句。

23 文中出现的比正文字号稍小的括号内容，是对个别专业术语的解释说明。

甲三（论义）分三：一、初善首义；二、中善论义；三、末善尾义。

乙一（初善首义）分二：一、以立誓句劝勉闻者；二、以谦虚方式教诫理当听受。

丙一、以立誓句劝勉闻者：

为令堪德善妙者，希福我依佛尊说，
稍许集成圣梵音，汝当恭敬而谛听！

（作者龙树菩萨）²⁴ 以呼唤的语气称道：被人们誉为堪当听闻圆满功德自性妙法之法器者呀，造论者我为了让你的心希求福德，而将出自具有六十种梵音之如来所演说的经藏如意宝中的意义稍许汇集成这些具有圣者梵音的声律偈颂，你理所应当洗耳恭听。

24 文中与正文字号相同的括号内容，是因藏汉行文方式有异，译者为连贯前后文所添加，以便于读者更好地理解本书。

丙二（以谦虚方式教诫理当听受）分二：

一、以词句而谦虚；二、以意义而谦虚。

丁一、以词句而谦虚：

佛像纵然以木雕，无论如何智者供，
如是我诗虽拙劣，依妙法说勿轻蔑。

比如说，佛尊的身像即便是以最下等的木质材料雕塑，无论如何肮脏不堪，智者都会以头顶戴供养。同样，我的诗歌语句等虽然拙劣晦涩，但是依靠深奥的妙法所说，因而劝告国王你不要轻蔑藐视，应当欣然接受。

丁二、以意义而谦虚：

于大能仁之众教，王汝虽先已精通，
犹如石灰依月光，岂非较前更美妙？

对于大能仁佛陀的圣教，初中末善的诸多经义，虽说国王您本人先前就已通达无碍，然而就像白色石灰所制的白漆等凭依外缘皎洁月光的映衬，难道不是比以前更加洁白、美妙吗？

乙二（中善论义）分二：一、宣说增上生与决定胜道之基础——信心；二、道之本体。

丙一（宣说增上生与决定胜道之基础——信心）分二：一、略说随念所信之对境——佛陀等六者；二、广述后三随念。

丁一、略说随念所信之对境——佛陀等六者：

如来殷切而告言：佛陀妙法与僧众，
施戒天尊六随念，各功德资常忆念。

力胜四魔的如来谆谆教诫说：“随念佛陀、

妙法、僧众、布施、戒律与天尊六者。”其中佛陀任运自成自他二利；妙法二谛毫无错谬；僧众具足智慧与解脱；布施是财富圆满之因；净戒是功德之本；天尊是自己的见证或者说依之通过实修增上生之法而获得殊胜果位。显而易见，每一随念都是功德资粮，因而要常常随念。

丁二（广述后三随念）分三：一、随念天尊；二、随念布施；三、随念持戒。

戊一、随念天尊：

身语意门当常依，奉行十种善业道，
杜绝一切醇美酒，欢喜贤妙之维生。

七种善业与三道此十种指的是身体戒杀、断不与取与不邪淫三种，语言杜绝妄语、离间语、粗语与绮语四种，意断绝贪心、害心与邪见，而

应当恒常秉持正见。虽说不是自性罪，但能使诸根威力减退的各种各样美酒也要一并杜绝。此外，对于无害于他众并不会成为放逸之因的善妙的生计（指正命）也要兴趣盎然、满心欢喜而从事，依此可获得天界的殊妙之果。

戊二、随念布施：

知财动摇无实质，如理施比丘梵志，
亲朋贫者为他世，施外无余胜亲友。

认识到一切受用都是无常的本性，动摇不定、无有可信赖的实质。无论多么富足，仍然贪得无厌，不知满足，而对于具德的对境比丘、婆罗门、受苦的贫穷者等以及一切相饶益的亲朋好友们，断除不清净的布施而以清净的心态与物品，如理如法进行供施，为了来世，再没有比布

施更为殊胜的亲友了。

戊三、随念持戒：

汝戒未失无缺憾，未混未染当依之，
戒如动静之大地，一切功德之根本。

（大王）你所持之戒远离了破戒的过患，无有失损；并且成为破戒之对治的支分完整无缺，极为殊胜或广大；勤于寂灭之果而未混杂世间俗道；也未沾染破戒之因的烦恼——恶劣发心等，具足清净戒律的四种功德，因而理当继续依止、持受。就像运行活动的人类等以及静止不动的山川、房屋等赖以生存的依处是大地一样，戒律是增上生、决定胜一切功德的根本。

丙二（道之本体）分三：一、略说；二、广

说；三、教诫实行彼等之义。

丁一、略说：

施戒安忍精进禅，如是无量智慧度，
圆满趋向有海岸，成就如来正等觉。

以权巧方便而布施、持戒、安忍、精进、禅修加之以不可估量的博大智慧，为三轮体空的智慧所摄持而趋向究竟，希望大王在自相续中圆满修行此六度，抵达三有大海之彼岸，成就如来正等正觉果位。

丁二（广说）分六：一、布施；二、持戒；三、安忍；四、精进；五、禅定；六、智慧。

戊一、布施：

何者孝敬父母亲，彼族具梵阿阇黎，

供养彼等今名扬，他世亦转善趣中。

孝敬父母双亲之人的家族中也会不离堪为世间应供的梵天与阿阇黎，对他们供养，结果现世中会以感恩图报等功德而使名声远扬，以后的他世中也将转生到善趣中。

戊二（持戒）分四：一、所护之戒；二、断除彼之违品；三、行持同品不放逸；四、以比喻说明不放逸之利益。

己一、所护之戒：

损害盗夺与淫行，妄语贪酒非时餐，
喜高广床与歌唱，舞蹈花鬘皆当断。
随行罗汉之戒律，若具此等八斋戒，
持长净转欲天身，当赐善男善女人。

戒律的分支：断除杀生、不与取、行淫与妄语。颂词中的“损害”是指杀生，“盗夺”即是不与取。不放逸的支分：戒酒。禁行的分支：贪执非时即过午的餐食，喜爱高广大床，口中唱歌、身体舞蹈、佩带花鬘等形形色色的装饰品。以上八种一概予以断除。如此追随往昔的诸位圣者阿罗汉如何护戒而守护，具足以上八关斋戒，那么以所谓的长净将投生为欲天的悦意身体，根本不会转为黄门等劣身，因此理当为善男子、善女人赐予或传授斋戒。

己二、断除彼之违品：

悭吝谄诳贪懈怠，贪欲嗔恨增上慢，
及以种貌闻韶华，权势而骄视如敌。

不愿意施舍财物，极度悭吝；覆藏私过的

狡猾；装腔作势显出一副有功德的模样，虚伪诳行；对受用及与女人淫行的欲乐十分耽著；从不奉行取舍，懈怠懒惰；本不具有功德而自以为具有，即是增上慢；对于有漏的称心对境贪得无厌，对与之相反不悦意的对境满怀厌恶；以国王婆罗门的高贵种族、端严的容貌、博学内明外明的广闻、青春年少与显赫的权势而骄傲自满，趾高气扬，想到自己的特长而自我陶醉、沉迷耽著。上述的这些（戒律之违品）要一并视如怨敌般。

己三、行持同品不放逸：

佛说不放逸甘露，放逸乃为死亡处，
是故汝为增善法，当恒敬具不放逸。

大能仁佛陀亲口告诫我们说：修持善法，

护心防止有漏法的不放逸（将到达）无死涅槃的甘露之处，而放逸无度的下场则是死亡之处的轮回。经中云：“不放逸为甘露处，放逸则是死亡处，不放逸者不死亡，放逸之人恒死殆。”因此说，大王你为了使善法日益增上，务必要恒常恭敬善法，具足不放逸。

己四、以比喻说明不放逸之利益：

何者昔日极放逸，尔后行为倍谨慎，
如月离云极绚丽，难陀指鬘见乐同。

某位补特伽罗以往曾经肆无忌惮、为所欲为，后来改邪归正，行为谨小慎微，就像月亮拨云而出一样极为庄严，如贪者难陀，为邪知识所欺而杀了九百九十九人的愚者指鬘，被恶友所左右的嗔者具见——未生怨王竟然残杀了自己的父

亲，具贪嗔的能乐为了与别人行淫居然杀死自己的亲生母亲，但后来他们相续依于对治法，前两者获得阿罗汉果位，未生怨王成为菩萨，能乐则转生天界而见谛。

戊三（安忍）分四：一、教诫断除嗔恨之因；二、断除怀恨之果；三、旁述心之特点；四、断除嗔恨之缘——粗语。

己一、教诫断除嗔恨之因：

如是无等忍苦行，汝莫令嗔有机乘，
断嗔获得不退果，此乃佛陀亲口说。

由于无有与安忍这样的苦行相提并论的，因而你从一开始就万万不要让嗔恨有机可乘，断除嗔恚将获得不退果位，佛陀金口玉言如此说道：

“诸比丘，断除嗔恨，汝将成不退果。”

己二、断除怀恨之果：

我为此人相责骂，殴打击败夺吾财，
耿耿于怀起冲突，断除怀恨即安眠。

我遭受对方此人直接恶语谩骂，暗中殴打，不择种种恶行手段而令我一败涂地，此人还抢夺我的财产。如果往日的宿怨一直怀恨在心，势必会引起身语冲突，倘若能摒除这种怀恨，那么内心远离苦恼，从而便可无忧无虑、心安理得地入眠。

己三、旁迷心之特点：

当知心如于水面，土石之上绘图画，
其中具惑如初者，诸求胜法如末者。

要明白的是，众生之心的状态如同在水面、

土上、石上画的花纹一样，有不稳固、稳固、极稳固的差别。其中烦恼纷涌的心如同第一——水面的图画一样，欲求趋入正法的一切殊胜善心则好似最后一种——石头上刻的图案一般一成不变，最为胜妙。

己四、断除嗔恨之缘——粗语：

**佛说语言有三种，称心真实颠倒说，
犹如蜂蜜鲜花粪，唯一当弃最末者。**

佛陀亲口教诫说：语言分为三种，即随顺而说称心如意之语，如理如实而说的真实语，相违或不知而颠倒胡说之语，所有人们的此三种言词依次称为如同甜美的蜂蜜、绚丽的鲜花与肮脏的粪便之语。其中，唯一要弃之千里的就是最后一种。

戊四（精进）分二：一、教诲精进之对境；
二、教诫表里如一之精进。

己一、教诲精进之对境：

今明后明至究竟，今暗后暗至最终，
今明后暗至终点，今暗后明至圆满。
如是四种类型人，国王当做第一种。

“今明后明至究竟”是指今生也幸福快乐后世也享受安乐的有情；“今暗后暗直至最终”即指今生苦不堪言，后世也是迈向痛苦之处；“今明后暗至终点”是指今世安乐无比，后世痛苦不堪；“今暗后明至圆满”是指今生虽然饱尝痛苦，但后世却踏上幸福之路。这四种补特伽罗中，国王你应当力争做从光明到光明的第一种人。

己二、教诫表里如一之精进：

当知人类如芒果：外似成熟内未熟，
内成熟外似未熟，内外未熟内外熟。

应当清楚认清或明确：人也像芒果一样有内外成未成熟四类，内在未成熟，但从外表看来似乎已经成熟；内在已成熟，而外观似乎尚未成熟；内在未成熟，外表也显出未成熟的本相；内在成熟，外观也表现出成熟。

戊五（禅定）分三：一、加行；二、正行；三、后行。

己一（加行）分二：一、断除违品散乱；二、修行同品四无量。

庚一（断除违品散乱）分四：一、断除对境之散乱；二、断除世间八法之散乱；三、断除财

物之散乱；四、断除受用之散乱。

辛一（断除对境之散乱）分二：一、以转变内想之方式禁护根门；二、以知对境之法相方式而断除贪执。

壬一（以转变内想之方式禁护根门）分四：
一、教诫防护根门不贪他女人；二、教诫护根门防止其他欲妙；三、未护根门之过患；四、佛陀赞叹护根门。

癸一、教诫防护根门不贪他女人：

切莫眼瞧他妻室，若睹亦随其年龄，
作母女儿姊妹想，若贪真观不净性。

万万不可故意观瞧他人的妻子。如果自然而然看见，也要根据年龄，如果比自己年长，那么就作母亲想；若较自己年轻，则作女儿想；与自

己同龄，则作姊妹想，切莫贪恋。假设未能避免已经产生贪恋，则真实观想她们的身体本是不清净的自性。

癸二、教诫护根门防止其他欲妙：

当如闻子宝藏命，守护动摇之内心，
犹如猛兽毒刀刃，怨敌烈火厌欲乐。

应当像护持听闻、亲子、宝藏与生命一样防护一刹那也不安住、荡荡悠悠的那颗心，诸如：在闻法时必须全神贯注聆听所闻之义，如果心不在焉，一味散乱，当然听不到所要听的句义，因而务必要聚精会神、专心致志于法音上；慈母担忧心爱的幼子跑到悬崖等危险地带而常常以正念来巡视；（具宝藏者）由于担心大宝藏被盗匪等携走而白天黑夜守护；（每个众生）时时刻刻都

是全力以赴保护自己的性命。应当了知防护心就像这些比喻一样。

若问：那么，如何以正念作哨兵来防护这颗心呢？要像对待凶猛的毒蛇、剧烈的毒药、锋利的刀刃、残忍的仇敌、熊熊的烈火一样厌恶欲乐。

癸三、未护根门之过患：

一切欲妙生祸殃，佛说如同木鳖果，
世间人以其铁镣，缚轮回狱当断彼。

若想：如果没有厌恶欲妙，后果将如何呢？所有欲妙都能产生祸害，招致大罪，佛陀说一切欲妙就像木鳖果一样，据《念住经》中记载：木鳖果是生长在西方海岛上的一种树木，它的果实

虽然香甜可口，可是上午食用，下午就会命归黄泉。因此，必须舍弃此等欲妙。否则，世间人们将不由自主地被欲妙的铁镣束缚在轮回的牢狱中。

癸四、佛陀赞叹护根门：

知伏六根诸对境，恒时动摇不稳固，
沙场胜敌此二者，初诸智者真勇士。

应当了知，眼等六根各自的对境色法等一切，恒常动摇不定，瞬息万变，能力胜此而如如不动之人与能在沙场上攻克敌军的勇将这两者中，初者——诸位智士才是当之无愧的真正英雄。其原因是：所谓的英雄是坚强稳固的称号，意味着不随他众所转，仅仅在疆场上战胜敌方并不难做到；由无始以来不断熏染、根深蒂固的习

气所牵，真正能够做到“心不随根转，根不随境转”的凡夫是不会有，因而人胜伏对境的难度要超过战胜敌人的千倍。总而言之，沙场胜敌在旁生中也有，而胜伏根境这一点就连帝释天王也难得做到。

壬二（以知对境之法相方式而断除贪执）分二：一、了知欲界主要贪欲之女身而断贪；二、了知总贪欲之理而断贪。

癸一、了知欲界主要贪欲之女身而断贪：

当观少女身背后，臭气显露九孔门，
如肮脏器难填满，皮饰遮掩亦不净。

凭借自己的智慧从另一侧面来观察青春年少女人的身体，臭气难闻，九种孔门暴露在外，如同不止一种、具有屎尿血等三十二种的不净物容

器一般，无论享用多少饮食也难以填满，如此这般肮脏污秽的器具即便有皮肤遮掩，并佩带金银珠宝装饰品、穿着衣裳等，但还是要从另一面来审观，意思是说分别剖析身体与装饰而通达女身的本性。

癸二、了知总贪欲之理而断贪：

如麻风病虫蠕动，为得乐受皆依火，
非但不息苦更增，当知贪欲与彼同。

例如，患有麻风病者遭受皮下蠕动癞虫的不断骚扰，为了求得乐受都会依靠火，以此似乎使那些癞虫稍稍不动，可是，这种办法非但不能止息疾病，反而会引起更大的痛苦。应当明白的是，贪执欲妙非但不能熄灭，反而会愈来愈强，有增无减。

辛二（断除世间八法之散乱）分二：一、对治；二、所断。

壬一（对治）分二：一、真实对治；二、宣说具对治之功德与不具对治之过患。

癸一、真实对治：

为见胜义于诸法，如理作意而修习，
与之相同具功德，他法少许亦无有。

为了照见无常、苦、空、无我的胜义实相，对于一切万法要如理如实作意串修诸法的实相。可与此相等被叹为观止具有功德的其余法少许也不存在，因为只有此对治法才能击败内心的怨敌。

癸二、宣说具对治之功德与不具对治之过患：

族貌闻虽具全士，然离慧戒非受敬，
何者具此二功德，彼无他德亦应供。

任何人即便门第高贵、相貌庄严、广闻博学面面俱到，如果不具备如理思维意义的智慧与如法而行的戒律，则并不能堪为应敬处。某人具足心行如理如法的智慧与戒律这两种功德，就算他无有种姓高贵等其余所有功德也可堪为应供处。

壬二（所断）分二：一、教诫断除真实世间八法；二、教诫断除彼之果——罪业。

癸一、教诫断除真实世间八法：

知世法者得与失，乐忧美言与恶语，
赞毁世间此八法，非我意境当平息。

作者以呼唤的口吻称道：通晓世间道理的大王，谋得受用与未得受用，身心快乐与痛苦，耳闻美言与恶名，当面赞叹、暗中诋毁，此等即是所谓的世间八法，因为所有世间俗人都住于此、依于此、用于此、无法摆脱此等世间八法之故。此八法并非是具有殊胜法理之我的行境，非为我所应耽著的，一定要平息赞叹等这一些，不为八风所动。

癸二（教诫断除彼之果——罪业）分二：

一、真实宣说；二、需断彼之理。

子一、真实宣说：

汝为沙门婆罗门，师客父母王妃眷，
亦不应造诸罪业，地狱异熟他不分。

大王你不仅为了自己，哪怕是为了供养处比

丘、婆罗门、天尊、亲友贵客、父母、王妃以及眷属也绝不能造罪业，否则，自己感受地狱的异熟果报时其他人一丝一毫也不能分担。

子二、需断彼之理：

有者所造诸罪业，纵未即时如刀砍，
然死降临头上时，罪业之果必现前。

有些作恶多端、罪大恶极之人虽然没有像（身体）被利刃所砍割（即刻血流不止）那样，立即感受果报，但死亡临头时他的罪行恶业之果——痛苦都必定会丝毫不爽地现前，就像鸟飞翔在空中的身影一样²⁵。

辛三（断除财物之散乱）分三：一、总说财

25 鸟类飞翔在空中时身影不见，但无论落于何处便会显现。

物取舍之分类；二、别说断除无义琐事；三、能断之对治。

壬一、总说财物取舍之分类：

佛说信心与持戒，多闻布施净知惭，
有愧智慧圣七财，了知余财无实义。

能仁佛陀说：信心、持戒、多闻、布施，观待自己无垢的知惭、观待他人的有愧与智慧是圣者七财。应当认识到：依此财产可以遣除自他暂时与究竟的贫穷，意义重大，而其余普通财产则是无常欺惑性的，并成为束缚之因，所以并无实义。

壬二、别说断除无义琐事：

赌博以及看聚会，懒惰依附恶劣友，

饮酒夜晚入村落，断毁名誉之六法。

尤其是，通过下棋等方式进行赌博，观看众人聚会等使身心散乱，懈怠懒惰、依附恶友、痛饮美酒、夜间游逛他处，此等相当于导致恶趣果报之因，今生中也是名声扫地之因，因此务必杜绝此六种行为。

壬三（能断之对治）分二：一、对治之功德；二、未对治之过患。

癸一、对治之功德：

佛说一切财产中，知足乃为最殊胜，
是故应当常知足，知足无财真富翁。

人天导师佛陀说：所有的财产之中，知足少欲是最为殊胜、无与伦比的，因此应该恒常知足

少欲。如果知道满足，那么即使无有金银等财产，也可以堪为享受真正富裕之果的富翁，因为真正的财富就是令人得以满足。

癸二、未对治之过患：

智者痛苦如财多，少欲之人非如是，
一切龙王头数目，所生痛苦如是多。

被人们称为相续寂静调柔、财物丰足的诸位智者，因积累、守护、毁尽这些财产也历经同样多的辛酸，而清心寡欲的人们并不会这么含辛茹苦。例如，富裕十足的龙王有多少财富，顶上的蛇头就有同样多数目，因而龙王们有多少蛇头，就会有那么多蛇头中所生的热沙等损恼的苦痛。

辛四（断除受用之散乱）分三：一、断除贪

妻；二、断除贪食；三、断除贪眠。

壬一（断除贪妻）分二：一、应舍；二、应取。

癸一、应舍：

性如联敌刽子手，轻凌夫君如恶女，
微财不放如盗匪，当弃此等三妇人。

秉性恶劣犹如联合怨敌杀人的刽子手一般；对自己的丈夫轻视凌辱，就像横行霸道的恶毒女人一般；甚至对微不足道的财物也不放过，如同无所不偷、无所不抢的盗贼土匪一般。国王必须弃离以上所说的这三种妇人。

癸二、应取：

随顺自己如姊妹，情投意合若挚友，

仁爱自己似慈母，听从如仆敬若神。

（国王你）应当迎娶的四种妻子：即如同姊妹般随顺自己，夫唱妇随；好似亲密的挚友一般情投意合，心心相印；犹如慈爱的母亲般诚心诚意利济自己；如同仆女般对自己言听计从，任凭指使，是不失各自种姓之因，因而对待自己敬若本种姓的天神一般。

壬二、断除贪食：

了知饮食如良药，无有贪嗔而享用，
非为骄横体健朗，唯一为使身生存。

明确认识到饮食就像良药一样，药物应当恰到好处，根据病情适量，如果过多过少，就会事得其返，达不到效果。同样的道理，应当了知食

量，而无有贪嗔之心享用饮食，这是总说。

分别而言，并不是为了饱食终日、自高自大而用餐。意思是说，费尽心机以食物来强健身体，为了张弓射箭等力大无穷、体魄强壮的骄矜而用餐；为了青春常驻而进食即为了韶华之骄矜而食；为了心情舒畅、健康无病、万寿无疆等而享用食物，这些都是为了骄矜而食。

再者，心里想为了依靠营养丰富的佳肴而增强体力，如此一来身强力壮，便可享受他者的女人或者加害仇敌等为非作歹，有此种颠倒妄想纯属为了专横跋扈而大吃大喝。

此外，也不应为了依靠富有营养的美食等使自己膘肥体胖，结实健朗。实际上这也是耽著骄气十足与身强体壮而横行霸道残害别人。因而，

以嗔恨吃喝绝非用餐的真正目的，而要唯一为了使修行正法的所依身体生存而进食。

壬三、断除贪眠：

**贤明君主勤度过，白昼上夜及下夜，
睡时亦非徒无果，于中夜具正念眠。**

贤明的君主，在整个白日里应当神清气爽而杜绝沉睡的现象，并且将夜晚也分成三时，上下夜不眠而度过。即使在夜半更深入睡时也不是无有果，即是指处于等舍无记的状态中，而是心想为了保证修法的身体住留理当睡眠，心里具备这种正知正念而在上、下夜之间的中夜进入梦乡。为了在当时能将无记的睡眠转为善法，白日里也要心心念念不离一切善法，如果一心专注遣除黑暗的光明想、具有很快起床的念头而入眠，那么

以发心力可将睡眠变成善举，而当真正酣睡时无有这种意乐也可以。

庚二、修行同品四无量：

恒常真实而修持，慈悲喜舍四无量，
纵然未证正等觉，亦得梵天无量乐。

如果常常认真精勤修持愿一切众生快乐的慈心、愿彼等远离疾苦的悲心、愿其具足安乐的喜心与无有亲怨一视同仁的舍心此四无量心，即便是没有证得至高无上的佛果，也将获得梵天世界的无量安乐。

己二、正行——教诫修四禅：

以断欲行喜乐苦，四种禅定次第生，
梵天光明遍净天，广果天之四天界。

修持殊胜寂止禅定之方法：以对治支寻伺而断除希求淫行损恼等，获得功德支寂静所生之喜乐、安住支一缘住心证得一禅境界。同样，依靠以内等净断除寻伺而获得具喜乐之二禅心，以行舍与知念断除喜而获得仅具乐之三禅心，以念清净与舍清净断除乐受而获得具有舍受的一缘四禅心。所有四禅均断除一切痛苦与意苦受。依靠如是断除此等所断之因——四禅定依次转生到大梵天、光明天、遍净天与广果天中。

己三（后行）分二：一、总说弃恶从善；二、尤其断除等持障之法。

庚一（总说弃恶从善）分二、一、宣说善恶轻重；二、教诫具足对治不善之广大善法。

辛一、宣说善恶轻重：

恒贪不具对治法，功德主田之事生，
五种善恶更为重，故当精勤行大善。

无论是善法还是恶业，恒常造作、以强烈耽著而作、无有摧毁此业的对治法、功德的根本或福田三宝等以及总的田中居于首位的饶益之田与痛苦之田，由此所生的五种善业与不善业与其余业相比，更为广大（指行善）、更为严重（指造罪）。因此，务必要精勤杜绝滔天大罪，奉行齐天洪善。

辛二、教诫具足对治不善之广大善法：

数两盐转少水味，非能改变恒河水，
如是当知微小罪，无法摧毁大善根。

比如，一两盐能够转变少量水的味道，而

无法改变恒河的大水，同样的道理，我们应当知晓：以所造微乎其微的恶业不可能有害于力量强大的广博善根。

庚二、尤其断除等持障之法：

**掉举后悔与害心，昏睡贪欲及怀疑，
当知此等五种障，乃夺善财之盗匪。**

心散乱于对境的掉举以及对以前所造之事等追悔莫及的后悔、陷害他众的害心、心内收的昏愤以及极度内收之睡眠、慕求有漏的悦意欲妙、对道果等满腹怀疑，应当了知此等五障是趁人不备偷窃以及明目张胆掠夺善财的“盗贼”与“土匪”。在此，掉举与后悔二者合而为一，因为它们同是动摇之法故；昏沉与睡眠二者作为一个，是因为它们同是神志不清的状态。

戊六（智慧）分二：一、略说信等五根之道本体；二、广说正念等智慧。

己一（略说信等五根之道本体）分二：一、宣说应取之信等；二、以对治所断方式遣除骄矜。

庚一、宣说应取之信等：

信心精进与正念，等持智慧胜法位，
当勤于此称力根，乃为顶位之本体。

希求善法的信心、欣乐而为的精进、不忘失前面所缘境的正念、一缘专注所缘之义的等持、辨别法理之智慧，此五种也是加行道胜法位的本体，对此，应当精勤而行。忍位时，称为五力，暖位时称为五根，成为加行道顶位智的也只是这五种，而别无其他。

庚二、以对治所断方式遣除骄矜：

病老死及爱别离，如此业即我所造，
如是反复思维者，彼对治门不骄矜。

患病、老朽、死亡、爱别离这些痛苦之因——业无非是由自己所造的，因此我是痛苦之因果的罪魁祸首。反反复复思维如是道理之人，通过对治此所断，而根本不会生起我具备等持与智慧等的骄慢之心。或者说通过对治种姓等骄矜而遣除自满的心态。

己二（广说正念等智慧）分二：一、宣说有寂一切善资根本即是智慧；二、真实宣说具智慧之道。

庚一（宣说有寂一切善资根本即是智慧）分二：一、增上生与决定胜之根本——世间正见；

二、决定胜之根本——出世间正见。

辛一、增上生与决定胜之根本——世间正见：

若求善趣与解脱，理当修习世正见，
若持邪见纵行善，亦具难忍之苦果。

假设不求善趣与解脱，也就另当别论。如果想获得善趣与解脱，那么务必要修习所了达的业果等无有欺惑之世间正见。任何一位补特伽罗，倘若执持“业果不存在”的邪见，那么表面无论怎样修福行善，终究无济于事，必将感受无间地狱那难以堪忍的异熟痛苦。对此，咒威贡波尊者的注释中这样写道：“若有人说：‘如果执有邪见而发放布施也感受难忍异熟果是不合理的。’这里的意思是指邪见的严重果报足可以压服微小的善果，使得无法感受善果。”荣敦大师则认

为：心怀邪见者以前所行的布施等一切善举也将招致极为悲惨、不堪设想的难忍报应，因为以邪见能将一切善业斩草除根之故。

辛二、决定胜之根本——出世间正见：

当知人本无安乐，无常无我不清淨，
未忆念此之众生，四颠倒见即祸根。

从人作为所化的角度来说，我们应当清楚地认识到：人类本来无有安乐可言而是痛苦的本性（苦），不可能住留二刹那，因而必定是无常的自性（无常），作者我本不存在（无我），身体是肮脏不堪的自性（不净）。没有常常忆念如是之义的众生，反而执持净乐常我的四种颠倒之见，实际上这是祸害的根源。

庚二（真实宣说具智慧之道）分二：一、别说重要之见；二、真实之道。

辛一（别说重要之见）分二：一、抉择无我；二、观察我之所依蕴。

壬一、抉择无我：

当悟经说色非我，我不具色非依存，
色亦不依我而住，如是余四蕴皆空。

应当了悟经中所说的“色非我”的含义。意思是说，色与我不是一体。同样，我与色之间也不是像天施具有瓶子一样具有关联，也就是说，我和色法相互不是以“我依于色”或“色依于我”的异体方式而存在。同理，其余的受想行识四蕴也均是以我而空的。

壬二、观察我之所依蕴：

当知蕴非随意生，非时节及自性生，
非体自在非无因，乃由无明业爱生。

应当了知，本为空性的我之所依蕴也并非时而由我所生、时而由他所生、时而有因所生、时而无因随心所欲而生，也不是由时节中所生，不是由主体或自性之因中生，又不是由自之本体我所生，非由自在天等常存的作者所生，也并不是无因的断边。那么，它到底是由什么产生的呢？实际上蕴是由因无明、缘业以及爱相互联合而产生的。

辛二（真实之道）分三：一、宣说道之违品——三结；二、道之顺缘——精进；三、修学道之本体——三学。

壬一、宣说道之违品——三结：

理应了知戒禁取，萨迦耶见及怀疑，
 结缚有中此三者，阻塞解脱城市门。

应当明确，颠倒的戒禁取见、对于自身五蕴颠倒视为我的萨迦耶见²⁶、于道果之法疑团重重的怀疑，致使（众生）束缚在三有中的此三结足能封锁住解脱城市之门。

壬二、道之顺缘——精进：

解脱依赖于自己，他人不能作助伴，
 具足广闻戒定者，应当精勤修四谛。

解脱依赖于自己的含义是这样的：自己如果没有修行正道，那么其他任何人都不可能作为怙主、向导等助伴。具足最初广闻经论的闻慧、净

26 萨迦耶见：坏聚见。

持戒律、一缘安住之禅定的人，必须要修持解脱道的本体即了知苦谛、断除集谛、现前灭谛、修持道谛四圣谛。

壬三（修学道之本体——三学）分二：一、总说三学；二、别说慧学。

癸一、总说三学：

理当恒常勤修学，殊胜戒律及慧定，
二百五十余分戒，真实摄此三学中。

与外道等相比有过之而无不及，因而被称为殊胜的戒律、殊胜的智慧与殊胜的禅定，我们理所应当常常修学此戒定慧三学。而其他二百五十条戒律等大小乘中所说的所有学处完全可归摄于此三学中。

癸二（别说慧学）分二：一、说明出离染污品之理；二、说明善入清净品之理。

子一（说明出离染污品之理）分二：一、厌离此生之方法；二、厌离一切轮回之方法。

丑一（厌离此生之方法）分二：一、略说；二、广说。

寅一、略说：

自在忆念所属身，如来所示一捷径，
彼当策励勤守护，丧失正念诸法亡。

作者称呼道：自在王，随身正念是佛陀为诸位欲求解脱道者所指明的唯一必经之路，佛言：“诸比丘，能清净一切众生、能超离不悦痛苦、能辨别如理之法、能现前涅槃之唯一途径即此身正念也。”如是随身正念要通过集中精力而守

护，因为失去这种正念者一切法都将毁于一旦。

寅二（广说）分二：一、思维寿命无常；
二、思维暇满难得。

卯一（思维寿命无常）分四：一、思维死期不定而修无常；二、思维必死无疑而修无常；三、思维他理而修无常；四、此等之摄义。

辰一、思维死期不定而修无常：

**寿命多害即无常，犹如水泡为风吹，
呼气吸气沉睡间，能得觉醒极稀奇！**

在人生中，内外的害缘多之又多，就像被风吹动的水泡绝不会恒常停留，可以说瞬息即逝。如此看来，呼吸之间酣然入眠，在此期间没有一命呜呼，还有机会醒来实在是太稀有了！

辰二、思维必死无疑而修无常：

身际成灰干腐烂，终究不净无实质，
当知一切皆坏灭，各自分散之自性。

（每个人的）身体最终必将被火所焚，化为灰迹，或者终将干枯，到最后无疑会变成污秽不堪、腐烂变质的尸体，没有丝毫实质可言。而身体大小支分等也必定坏灭，糜烂殆尽，化为微尘。因此，从现在起就务必要认识到一切身体本是各自分散、支离破碎的自性。

辰三、思维他理而修无常：

大地山王与海洋，终为七烈日所焚，
有情化为尘无余，弱小人身岂堪言？

如是显现的坚不可摧牢不可破的广垠大地、

妙高山王以及汪洋大海，有朝一日也将被七个炽热的太阳所焚毁，而依于山川湖泊大地的这些有情都同样连灰尘也无一余留，弱不禁风的人身必然沦亡这一点就更不言而喻了。

辰四、此等之摄义：

如是无常与无我，无依无怙无存处，
轮回无实如芭蕉，人君汝心当厌离。

里里外外、林林总总的万法，均是无常、无我的本性，对于无有救苦救难的皈依处、无有竭力相济的怙主、无有赖以生存的住所、好似空虚无实的芭蕉树一般的轮回，人中之尊——贤明的大王你应当心生厌离。

卯二（思维暇满难得）分三：一、总说转

生普通人身难得之理；二、别说具四轮之人身；
三、思维远离违缘八无暇之理。

辰一（总说转生普通人身难得之理）分二：

一、宣说转生为人难得之理；二、谴责依此人身造罪。

巳一、宣说转生为人难得之理：

大海漂浮木轆孔，与龟相遇极难得，
旁生转人较此难，故王修法具实义。

在大海的水面上漂浮不定的有孔木轆与海底中的龟颈相遇实在是难之又难，可是从旁生界解脱而获得人身与之相比，就显然更为困难，因此大王你应当勤修正法，使已得的人身具有实义。

巳二、谴责依此人身造罪：

谁以宝饰之金器，清除肮脏呕吐物，
转生为人造罪业，与之相比更愚蠢。

如果有人用镶嵌着松石等奇珍异宝饰品的金器来清理排除肮脏不堪的呕吐物，那当然会被众人贬低为“蠢人”。然而投生为人为非作歹，无恶不作之辈与前者相比，就更是蠢上加蠢、愚不可及了。

辰二（别说具四轮之人身）分二：一、总说四轮；二、分说善知识。

巳一、总说四轮：

身处随圣之境地，依于殊胜之正士，
已发宏愿积大福，此四大轮汝具足。

身处随同生起圣道之境——天界、人道中

（安止顺境），依止殊胜大德（依止正士），自己善加发愿修解脱道（发宏誓愿），其因即是往世中曾经积累广大福德（积大福德），也就是说能令自由自在修行正法或者趋向圣道不可缺少、如车轮般的此四大轮，国王你理当全部具备。

已二、分说善知识：

**依止真实善知识，梵行圆满能仁说，
是故当依诸大德，依佛多士得寂灭。**

依止善知识能使梵净行得以究竟，“梵净”是指涅槃，“行”是指道，这是能仁亲口所宣说的。阿难尊者启白：“世尊，此善知识与善友乃梵行之半。”世尊告言：“汝莫出此言，此乃圆满梵净行也。”因此，理应依止殊胜正士，其必要是，就像依止圆满正等觉佛陀后诸多士夫可以

获得寂灭果一样。

辰三、思维远离违缘八无暇之理：

执持邪见转旁生， 投生饿鬼堕地狱，
无有佛教于边地， 转成痴哑野蛮人，
长寿天生任一处， 此等即是八无暇，
远离此等得闲暇， 为不转生当精进。

持有诽谤因果的邪见；转为旁生；投生饿鬼；堕入地狱；无有佛教也就是说佛未出世或佛虽已出世但未听闻佛教于边鄙之地投身为野蛮人；虽生于中土，但意根愚痴、成为哑巴；转生为无想的长寿天人。无论是转生在此八处的任何一处，均无有空闲修法，因而以上这些是八种过患之处，远离八无暇处而得到闲暇之身，为了从今之后不再投生轮回必须要精勤修法。

丑二（厌离一切轮回之方法——思维轮回过患）分二：一、略说；二、广说。

寅一、略说：

智者于此求不得，病老死等众多苦，
根源轮回当生厌，亦应倾听彼过患。

如果有人想：为什么必须要避免转生轮回呢？

贤良的智者，（人生的痛苦可谓言之不尽，）所谓的“求不得”是指本来渴望美食妙衣却求而不得，而且每一个众生终究难免一死。就眼前来说，也是有疾病缠身、垂暮老朽等多种多样的痛苦，因而应当对这所有苦难根源的轮回深恶痛绝。下面紧接着要讲述其中的部分过患，（大王）也要洗耳恭听。

寅二（广说）分二：一、宣说现似快乐不可信赖之理；二、宣说痛苦巨大之理。

卯一（宣说现似快乐不可信赖之理）分二：
一、不可信赖之理；二、知此而教诫修善。

辰一（不可信赖之理）分四：一、亲怨不定故不可信赖之理；二、无有满足故不可信赖之理；三、后际不定故不可信赖之理；四、高低不定故不可信赖之理。

巳一、亲怨不定故不可信赖之理：

父转成子母成妻，怨敌复次成亲友，
是故流转轮回者，无有少许确定性。

前世的父亲转生为自己的儿子，母亲变成自己的妻子，往日的冤家对头也会成为密切亲友，相反，亲戚朋友也有反目成仇的，由此可见在流

转轮回的过程中，无有丝毫可以信赖的固定性。

已二、无有满足故不可信赖之理：

每一众生所饮乳，胜过四大海洋水，
今仍流转投异生，未来所饮更过彼。

我们应当了知，每个补特伽罗所饮用过的乳汁，已远远超过了四大海洋的水，然而仍旧不为满足，未得圣道之前还要随异生之道而流转投生，这样一来势必还会较前更多地饮用，因为轮回无始无终之故。

已三、后际不定故不可信赖之理：

过去每世所遗骨，堆积一处超山王，
地土抟成枣核丸，其量不及为母数。

每个有情孑然一身，曾经遗留下的骨骸如果堆积一处，足以超过妙高山王，如果仍旧一如既往不精勤修道，那么将来必然会抛下更多的遗骸。此外，将大地的土粉抔成枣核丸许，其数量也无法计算众生互为母亲之数，这只能作为胎生的比喻。世尊曾言：“诸比丘，譬如，某士夫将此大地之土抔成枣核丸，说‘此为我母，此为我母，此为他母’而丢弃，诸比丘，此大地之土早已穷尽，而转为众人之母却非如是。此乃我说。”这是从众生屡屡结生的角度而言的。

已四（高低不定故不可信赖之理）分六：
一、国政不可信赖之理；二、悦意友伴不可信赖之理；三、美妙住处不可信赖之理；四、安乐行境不可信赖之理；五、丰厚受用不可信赖之理；六、庄严威光不可信赖之理。

午一、国政不可信赖之理：

帝释堪称世间供，以业感召亦堕地，
纵然曾为转轮王，于轮回中复成仆。

天王帝释堪为世间应供处，然而以业力所牵最终也会一落千丈，堕入人间或旁生等处，人中君主转轮王，往昔的善业无余穷尽时，在流转轮回的过程中也会变成低三下四、卑躬屈膝的奴隶。

午二、悦意友伴不可信赖之理：

纵然长期于天界，享用婀娜之天女，
复堕地狱遭碎断，感受极难忍受苦。

即便曾经在漫长的岁月中，于天堂尽情享受拥抱抚摸妩媚多姿、婀娜可爱的天女的安乐，然

而也会下堕地狱而遭受夹在山间、被利刃碎尸万段、铁狗利齿撕扯、忍无可忍的痛苦。

午三、美妙住处不可信赖之理：

长久居于山王巅，随足起伏极惬意，
复沦煊煨尸粪泥，同熏难忍之苦味。

尽管以往于天界千年的长久时间里，居于须弥山巅的三十三天上，在珍宝大地上随足起伏，快乐无比，但以业力而感沦落到煊煨坑、尸粪泥中的痛苦该是有多么难以忍受。心中对此理当慎重思考。

午四、安乐行境不可信赖之理：

与诸天女相倚喜，美丽乐园共嬉戏，
复将为诸剑叶林，斩断手足与耳鼻。

或入曼陀妙池沼，天女金花艳彩容，
舍身步入无滩河，炽门难挡受热浪。

印度释论中说所谓的“倚”是依偎的同义词。尽管曾经一度与貌美可人的天女互相依偎、心花怒放、舒心悦意，在美丽的乐园中游戏嬉乐，然而当福报享尽时，所得到的将会是被那人毛骨悚然的剑叶林斩断手足、耳鼻的结局。或者，纵然与容颜艳丽、光彩夺目、头饰金莲的天女共相步入缓缓流淌、妙不可言的天界池塘中，也会再度踏入恶趣地狱热浪冲天、炽热难忍的无滩河。

午五、丰厚受用不可信赖之理：

欲天界中大乐者，梵天离贪得安乐，
复成无间狱火薪，不断感受痛苦也。

尽管拥有天境极为广大妙乐、威德显赫的梵天由于远离了欲贪而获得安乐，但也同样会再次成为无间地狱的火薪，接连不断地感受剧苦。

午六、庄严威光不可信赖之理：

获生日月自身光，照耀一切世间界，
死后复至黑暗处，伸展自手亦不见。

转生为太阳、月亮天子的自身与无量殿的万丈光芒可以普照一切世界，可是他们也会沦入岛屿等暗无天日、伸手不见五指、漆黑一片之处。有幸得到如此这般美妙庄严之处的有情们也无有恒常住留的自由，感受痛苦的时刻终会来临，当从各自处所下堕时，必将投生到这般恶劣之地，因而对此切莫执迷不悟，一味执著。而要静心深思：未得圣道而转生到那些善妙之处的众生，

往昔的引业一旦穷尽，以后世之业感会下堕到彼等恶趣中。

辰二、知此而教诫行善：

如是知成罪恶后，当撑三福之明灯，
独自趋入日月光，无法遣除之暗处。

认识到流转轮回如此罪大恶极后，就要撑起布施、持戒、修行所生的这三种福德之明灯，以其光芒足可遣除恶趣的浓重黑暗。为什么呢？自己只身一人进入连日月的光明也无法遣除的轮回无边暗处时，如果离开了福德的光芒，那么难忍的痛苦实在难以承受。

卯二（宣说痛苦巨大之理）分二：一、当知轮回乃痛苦之自性；二、知后为避免转生需精

勤。

辰一（当知轮回乃痛苦之自性）分五：一、地狱之苦；二、旁生之苦；三、饿鬼之苦；四、天人之苦；五、非天之苦。

巳一（地狱之苦）分二：一、略说；二、广说。

午一、略说：

屡屡造罪之众生，复合黑绳极烧热，
众合号叫无间等，诸地狱中恒受苦。

三门屡次三番造罪业的一切有情，将在复合地狱、黑绳地狱、极热地狱、众合地狱、号叫地狱与无间地狱等所有寒热地狱中恒常受苦受难。

午二（广说）分二：一、当知痛苦；二、教

滅断除彼因。

未一（当知痛苦）分二：一、真实痛苦；
二、思维何故产生之理。

申一、真实痛苦：

有被压榨如芝麻，另有碎成如细粉，
有者以锯割之，有以难忍利斧劈。

在众合地狱的有情，有些被铁臼压挤成像芝麻一样，另有些在火红炽热的铁磨上被磨碎成细粉状。黑绳地狱的有些众生被锯割，有些被锋利的斧头劈砍。

有于沸腾溶液中，灌注炽烧之铜汁，
有被炽燃铁戈刺，周身缠绕利荆棘，

有些众生在无滩河岸边等处，被用熔化沸腾

的铜汁灌入口中，有的众生在热地狱中，被燃烧熊熊烈火的铁戈刺身，全身上下缠缚着密密麻麻的荆棘。

有被铁齿之猛犬，撕扯双手仰向天，
利喙飞禽尖爪鸦，持执身已不由己。

有些众生在剑叶林中，被具有铁质獠牙的凶猛恶狗拼命撕扯而惊慌失措、丧魂落魄，不由得双手向上，仰面朝天。以业力所感根本不由自主，被其他具有锐利铁喙的飞禽以及尖爪的乌鸦携走。

有以各种昆虫类，万数黑蝇蜂触食，
遍体鳞伤实难忍，辗转反侧出哀号。

有的众生在近边地狱中，身体中出生的昆虫以及外界所成的甲壳虫，形形色色、种类各异，

还有数以万计的黑色蜂蝇不断吮食，导致这些众生的身上伤痕累累，那些虫蝇的喙稍稍接触，就实在无法忍耐，痛苦不堪，身体禁不住辗转反侧，口中也是大呼小叫。

有者置于火烬堆，不断被焚口亦张，
有于铁制巨锅中，身成小团被烹调。

有些热地狱的有情，在炙热的火烬堆里连续不断地被焚烧，结果只有张口的力气。有些则在火红铁质制成、火焰熊熊的大锅中，整个身体缩成一小团，就像煮饭一样被烹调，真是苦不堪言。

申二（思维何故产生之理）分三：一、思维生时；二、思维生而难忍之情景；三、思维感受长短。

酉一、思维生时：

诸作罪业之恶人，断气受苦存活时，
闻诸地狱无量苦，毫不生畏如金刚。

造作深重罪业的恶人气绝身亡之后立即就会感受难忍的痛苦²⁷，可是在他活着的时候，听到地狱的无量无边或不堪设想的痛苦，却无动于衷，丝毫也不生畏惧，他的心简直就像金刚一样坚硬。

酉二（思维生而难忍之情景）分三：一、总思维；二、别思维；三、思维比喻。

戌一、总思维：

即便见闻地狱图，忆念读诵或造形，

27 他今生和后世受苦之间仅有一息之隔。

亦能生起怖畏心，何况真受异熟果？

哪怕是仅仅亲眼见到地狱的图画，或者耳闻地狱的故事，自己心里忆念那番情景，阅读有关地狱的描述以及塑建形象逼真、栩栩如生的造型，也能令人不寒而栗、胆战心惊，更何况说自己真正感受那难忍的异熟果报了？

戌二、别思维：

所有一切安乐中，灭尽三有堪乐王，
如是一切痛苦中，无间狱苦最难忍。

在所有的安乐中，要属无余灭尽三有解脱之果最为快乐，堪为快乐之王，同样，一切痛苦中，无间地狱之苦最为难忍。

戌三、思维比喻：

于此一日中感受，三百短矛猛刺苦，
彼较地狱最微苦，难忍之分亦不及。

在此人世间，一日之中不间断感受三百短矛猛烈刺入该是多么的痛苦，然而，这种痛苦与所有地狱中最轻微的痛苦相比，就连它的一分也不及，或者说根本无法与之相提并论、同日而语。

酉三、思维感受长短：

如是剧苦极难耐，百俱胝年亲感受，
乃至恶业未穷尽，期间必定不离命。

刚刚讲述的这般极其难耐的痛苦即便感受百俱胝年，但是乃至不善业之因未穷尽之期间绝不会有生命止息的可能，而将一直受苦。

未二、教诫断除彼因：

诸不善果之种子，即身语意造恶业，
尽力不染纤尘许，汝当如是而精勤。

作者谆谆地教诫道：上述的这所有不善业果的种子即是杀生等身恶业、妄语等语恶业、贪心等意恶业所有弥天大罪。因此，大王你要尽心尽力一尘不染，全力以赴而精勤。

已二（旁生之苦）分二：一、总痛苦；二、散居旁生别苦。

午一、总痛苦：

旁生生处亦遭杀，捆绑殴打各种苦，
弃离趋寂诸善法，相互啖食极难忍。

只要属于旁生界的范畴，就免不了要遭受他众的宰杀，用锁链等束缚，用鞭子等抽打，还

要遭受人非人残害的种种苦痛，舍弃了获得寂灭涅槃的解脱道善法的散居旁生等，均具有互相残食、极难忍受的异熟果或痛苦。

午二、散居旁生别苦：

有因珍珠有因毛，血肉骨皮而遭杀，
毫无自由受人打，鞭抽铁钩等役使。

有些水生动物等因为自身的珍珠而死亡，羔羊等因为毛而被宰，大象等因为骨、血、肉而遭杀，虎豹等野生动物因为皮而丧命。其它的马匹等身不由己遭人脚踢、水牛等被用手捶、驴子等用鞭子抽、大象用铁钩束缚及棒棍等殴打、牦牛等也遭受打击。由此可见，旁生无一不遭役使、饱尝苦痛。

已三（饿鬼之苦）分二：一、略说；二、广说。

午一、略说：

饿鬼所欲不遂意，屡生痛苦不可转，
饥渴寒热疲畏惧，所生极其难忍苦。

投生为饿鬼所欲求皆不遂意，由此所生的痛苦无有间断或者接连不断，根本不可逆转，还要遭受饥饿干渴、冬季严寒、春季酷热的折磨，为了饮食而到处游荡，疲惫不堪，有时因为见到手持兵刃之人等而恐怖不已，真实苦不堪言。

午二（广说）分二：一、痛苦；二、苦因。

未一（痛苦）分二：一、真实痛苦；二、感受时间。

申一、真实痛苦：

有者口小如针眼，腹如山丘饥所缠，
虽得少许不净物，然无享用之能力。

有些饿鬼口细得像针眼一样，而肚皮却大如山丘，难以填满，而经常遭受饥饿逼恼，即便得到少许鼻涕等肮脏无用丢弃的不净物，也不具有食用的能力。

有者裸体皮包骨，瘦骨嶙峋如干薪，
有者夜晚口燃火，投火飞蛾吞入口。

有些饿鬼整个身体只剩下外面的皮肤与内在的骨骼，瘦骨嶙峋，赤身裸体，干瘪得好似达拉干薪一样。另有些饿鬼每日夜晚都是口中燃火，即使吃些食物也只不过是吃那些投入如火焰一般口中的飞蛾而已。

有者劣种排脓血，粪等脏物亦不得，
相互殴打从喉中，出生肿瘤化脓食。

也有个别身为低贱种姓的饿鬼，甚至连脓血、大便等肮脏不堪的不净物也得不到手，于是乎满怀嗔怒、手握铁锤等相互残害，最终也只能食用喉中所生长的肉瘤流出的脓来维持生命。

诸饿鬼界春季时，月亮亦炽冬日寒，
树木不生诸果实，仅望一眼河亦干。

整个饿鬼的国度中，在本来酷热的春季，月亮竟然也变得炎热难耐，令这些饿鬼们十分苦恼，而在冰天雪地的冬天，太阳居然也显得异常寒冷。本来是郁郁葱葱的妙树，然而当饿鬼看见时，却忽然间所有的果实都不复存在，并且只要看一眼也会使整个江河干无一滴。

申二、感受时间：

连续不断受痛苦，有为所造罪业索，
紧紧束缚之众生，五千或万年不死。

如是接连不断感受痛苦，以造作弥天大罪的坚硬业力锁链紧紧束缚的有些饿鬼有情，寿命长达五千年，也有一万年不死而一直受苦的。

未二、苦因：

如是一切诸饿鬼，一味获得种种苦，
彼因爱财如命士，非圣吝啬佛所说。

这样的所有饿鬼一味得到的就是饥渴等各种各样的痛苦，导致如此痛苦的因就是总认为自己一无所有、爱财如命之人相续中具有的非圣者之法的吝啬，这一点是正等正觉佛陀所说。《摄

集经》中云：“吝啬转生饿鬼处，投生为人亦贫穷。”

巳四（天人之苦）分二：一、略说；二、广说。

午一、略说：

天界虽具大安乐，死堕痛苦大于彼，
如是思维高尚士，不贪终尽之天趣。

有幸转生到善趣欲天中虽然具有尽情享受一切圆满受用的大安乐，可是以他们的业力所感，死堕之际的痛苦却远远超过了以前的所有快乐。思维此理之后诸位高尚之士绝不能为了这不稳固、终究穷尽的善趣安乐而爱恋不已。

午二、广说：

身色变得极丑陋，花鬘枯萎不喜座，
衣染污垢身体上，前所未有的汗汁流。

所有天人即将死亡之时，身体的色彩变得极其丑陋；以前无论在自己的坐垫上安坐多久，也不会心生厌烦，而在当时却闷闷不乐；美丽的饰品花鬘也变得枯萎凋谢；天衣上沾染污垢；身体的腋下等部位出现前所未有的汗水。

天境天人已出现，天界死堕之五相，
犹如地上临终者，所示一切之死兆。

善趣诸天人预示着死堕的五相，凡是居于天界中的诸位天人都会出现，就像地上的人们临死时会出现预兆的死相一样。

由天界中死堕者，设若善根毫无余，
后不自主而投生，旁生饿鬼地狱处。

不仅如此，而且对于从天界死堕的所有天人来说，假设投生善趣之因的善根一无所剩，那么此后必然身不由己地下堕到旁生、饿鬼、地狱任意一趣感受痛苦。

巳五、非天之苦：

非天嗔恨天福故，心中生起大痛苦，
虽具智慧以趣障，无法现见真实谛。

阿修罗由于嫉妒心的等流业驱使，自然而然对天人的福报生起嗔恨，极度痛苦，因为以嫉妒而萌生苦恼之故。非天的众生尽管具有智慧，但由于异熟障或趣障致使依靠它们的身份无法现见真谛。

辰二（知后为避免转生需精勤）分二：一、

需避免转生之理由；二、因此为避免转生当猛厉精勤。

已一、需避免转生之理由：

轮回自性即如此，天人地狱饿鬼畜，
生于何趣皆不妙，当知乃为多害器。

刚刚讲过的轮回自性或过患就是如此，因而无论是转生到天界、人间、地狱、饿鬼、旁生任何一趣，都不是贤妙的投生处，转生到彼处就意味着已陷入忐忑不安、恐怖不已、多苦多难等危害众多之途。所以要认清这一点。

已二、因此为避免转生当猛厉精勤：

头或衣上骤燃火，放弃一切扑灭之，
精勤趋入涅槃果，无余比此更重要。

如果有人头上或衣服突然失火，那么他必然不顾一切、动作迅速奋力扑灭，而了知轮回过患的有智之士为了消灭轮回的火灾更要将舒适享乐抛之脑后，为了避免再流转三有轮回，甚至会放弃扑灭火灾而奋不顾身不惜生命地精进勤勉，因为再没有比推翻轮回更为重要的事了。

子二（说明善入清净品之理）分二：一、当诚信解脱果；二、实修因之道谛。

丑一、当诚信解脱果：

以戒定慧趣涅槃，寂灭调柔无垢染，
无有穷尽无老死，得离四大日月果。

以因之戒定慧三学如意宝，而趣入涅槃果位。所谓的“涅槃”，是指息灭痛苦、不存在三有的结缚之业，故为调柔、无有烦恼之染垢、无

有生老病死之果位，所以永无穷尽，远离外道所假立的地水火风日月无情的解脱而获得大乐。或者说，“寂灭”是指无余涅槃，“灭尽”有漏之蕴，调柔则指有余涅槃，诸根调顺。二者都无有烦恼，因而无有垢染……如是解释也可以。

丑二（实修因之道谛）分二：一、宣说见道；二、宣说修道。

寅一（宣说见道）分二：一、宣说道之本体七觉支；二、宣说别相与寂止相联甚深智慧瑜伽。

卯一、宣说道之本体七觉支：

正念择法及精进，心喜轻安及等持，
等舍此七谓觉支，证得涅槃之善资。

见道时，不忘失所缘的正念、辨别诸法的

智慧、精勤取舍的正勤、舒心悦意的正喜、身心堪能的轻安、心一缘安住的等持、远离沉掉的等舍，此七种称谓觉支。所谓的觉是指涅槃，支则指随同彼而成为修行之方便。或者说，证悟无我的智慧是菩提之本体支，自性之正念是彼之依处支，精进则是出离支，喜乐是功德支，剩余三者则是无烦恼支。因此，此七菩提支是获得涅槃的善资。

卯二（宣说别相与寂止相联甚深智慧瑜伽）

分二：一、略说；二、广说。

辰一、略说：

当知无慧无禅定，无有禅定亦无慧，
何者定慧兼有之，轮回海成蹄迹水。

应当清楚地认识到，无有辨别万法的智慧，

就会无有殊胜解脱之因的禅定，因为需要入定于以智慧所证悟的意义中之故。无有禅定也同样不会有真实解脱道的智慧，因为只有从入定心中出生如实了达真实义。所以说，如果任何一位补特伽罗定慧或止观圆融双运、兼而有之，则漫无边际的轮回大海也容易渐渐干涸成牛蹄迹的水洼一样，具有止观的补特伽罗有这种力量，因而不难使轮回大海干枯。

辰二（广说）分二：一、宣说所净颠倒趋入实相之未授记见；二、宣说对治清净实相缘起之义。

巳一、宣说所净颠倒趋入实相之未授记见：

所谓十四无记法，世间日亲所言说，
于此等法莫思索，依之非令心寂灭。

我与世间是常、无常、既常亦无常、非常亦非无常，此为前际四边，世间与我为有边、无边、既有边亦无边、非有边非无边，此为后际四边，如来涅槃后现、不现、既现亦不现、非现非不现，此为涅槃四边，身体与命是一体或异体，这些即是所谓的十四种未授记之法，在世间中，殊胜导师日亲²⁸郑重地说：“对于此等问题，不要去思维是此是彼的道理。因为依此并不能使他们心趋寂灭，反而会使他们更加愚钝、大失所望。”此处所谓的“无记法”，意在对于这些外道所问的我是常有，就事物本体（差别事）角度而言，当然是无我，而从（现相）差别法的角度来说，无所授记。如果遮破我，根本不会有任何意义（，对方必定认为实际上并不是这样而否认），佛陀正是考虑到这一点，才没有对此等提

28 日亲：佛陀。

问予以答复。

已二（宣说对治清净实相缘起之义）分二：

一、真实缘起；二、赞评彼之优点。

午一、真实缘起：

无明生行行生识，由彼中生名与色，
由名色中生六处，从中生触能仁说。
触中生受彼生爱，由爱生取彼生有，
从有出生若有生，出忧病老求不得，
死与畏等剧苦蕴，生灭则令一切灭。

那么，该如何思维缘起法呢？由尚未证悟无我之奥义的无明中出生行（也就是种子），由行中引生识，识中生受、想等四名与凝酪等色，名色中生眼等内六处，境、根、识三者聚合而生六触，这是能仁佛陀所说。触中生苦乐等受，受中

出生取舍之爱，爱中出生为之而奔波之取，从中生能行之有，有中出生后世之生，有生必有忧、病、老、求不得、死、畏、悲哀、意苦等巨大苦蕴。如果无明灭尽，则行灭尽，直至生灭尽之间。如果生已灭，则自然灭尽忧等这所有痛苦。

午二、赞评彼之优点：

**此缘起乃佛语藏，弥足珍贵最甚深，
何者若能真见此，已睹真如佛法身。**

刚刚所说的这一缘起是佛陀所有广博浩瀚语藏之中最为珍贵之甚深奥义，恰似摩尼宝王一般。何者如果真正现见了这一缘起道理，那么就证明他通过智慧眼已经亲眼目睹了佛陀法身真如觉性本体。

寅二（宣说道）分三：一、宣说道之本体八正道；二、宣说彼为道之理；三、教授彼道主要为见四谛之智慧。

卯一、宣说道之本体八正道：

正见正命与正勤，正念正定与正语，
正业正思八圣道，为获寂灭当修此。

以前在见道中已证悟之义完全断定，为正见；断除邪命养活，为正命；精进修道为正勤；念念不忘为正念；一缘安住为正定；将所证悟之义传授他众为正语；圣者戒杀等为正业；说法等语言以正确发心驱使，为正思。上述此等即为八正道。依靠此八正道能断除所断，现前解脱，因而为圣道。其中正见是彻底断定支；正思是令他理解支；正语、正业与正命三者是能令他众诚信支；剩余三者是净障支，故称为支。为了获得涅

槃当修此八正道。

卯二、宣说彼为道之理：

此生即苦称谓爱，爱即彼之集谛因，
灭尽此等即解脱，能得即八圣道支。

生是苦谛的事相，能导致于有生爱著，而爱是能形成生之因——集谛。集谛范围极其广大、形形色色、接连不断，从中生有，而从根本上灭尽苦集这二者即得解脱，而能获得解脱之道也就是八圣道。

卯三、教授彼道主要为见四谛之智慧：

事实如此故为见，圣者四谛恒精勤。

为了能现见刚刚讲过的四圣谛的真如性，恒

常当精进修道。

丁三（教诫实行彼等之义）分三：一、以劣身亦能成就之理赐安慰；二、以简要实修之理赐安慰；三、以力所能及实修之理赐安慰。

戊一、以劣身亦能成就之理赐安慰：

未抛舍财诸俗人，了知取舍越惑河，
 现前圣法之彼等，亦非从天而降临，
 非如庄稼由地出，昔随惑转之异生。

如果心里有我一个在家俗人根本不可能现见圣谛的想法，所谓的“未抛舍财”是指未抛弃妻儿、财宝等，身居红尘的诸位在家人实际上如果了知取舍也完全能够越过烦恼的江河。已现前殊胜果位之法的佛陀与大阿罗汉们也并不是像雨水一样从天而降，也不是像庄稼那样从地而生。

其实，这些圣者往昔都必定是受烦恼左右或随烦恼所转的异生凡夫。因此，自己如果也能同样修道，那么毫无疑问能摆脱烦恼的束缚而如实现量生起诸圣者的果位。

戊二、以简要实修之理赐安慰：

离畏何须更繁述，有益窍诀此义藏，
汝当调心世尊说，心乃诸法之根本。

对于没有别人攻破、无所畏惧者（指国王）来说，又何须繁冗复杂的赘述，大有裨益的窍诀精华义仅此而已。大王你要调伏内心，世尊佛陀也说：心是一切法的根本。如言：“内心调柔最善妙，内心调柔引安乐。”

戊三、以力所能及实修之理赐安慰：

如是奉劝汝教言，纵是比丘难尽行，
随力能修其一德，当令人生具实义。

上述对大王你所陈述的这些教言，实际上就是抛弃一切俗世的比丘也难以完全做到，更何况说整日国务繁忙的你了。然而，应当在力所能及的情况下，修行其中一分善行，依此功德能令来之不易的人生具有实义。

乙三（末善尾义）分二：一、教授随喜与回向；二、以摄上述道果诸义而教诲。

丙一（教授随喜与回向）分二：一、回向；二、彼之果。

丁一、回向：

随喜诸善三门善，为得佛果普回向。

满心欢悦而随喜其他圣者凡夫所做的一切有漏无漏善根，三门所行的一切善法，为了利他获得佛果而普皆回向，这是大乘的无上修行，因而你应当身体力行。

丁二（彼之果）分二：一、暂时道果；
二、究竟佛果。

戊一、暂时道果：

如是以此善福蕴，汝于无量生世中，
拥有天人世间福，犹如圣者观自在，
摄受数多苦难众，出世除老病贪嗔。

如是依此三轮清静而回向的广大善根福蕴，大王你在修道的过程暂时于生生世世中，投生人天世间，成为君主，具自在享有修道的福报。学道期间，要像圣者观音菩萨的行为一样，悲悯摄

受不可计数的苦难有情，以大慈大悲辗转降生于世，遣除众生的老病、贪嗔等一切罪过。

戊二、究竟佛果：

犹如阿弥陀佛尊，世间怙主寿无量。

愿你在究竟无学位时，于自己所建的刹土中成为世间怙主，就像无量光佛一样，乃至轮回未空而存在期间，长久住世，寿达无量。

丙二、以摄上述道果诸义而教诲：

戒慧施生净大名，遍及虚空大地上，
人类天众妙龄者，喜乐生爱定寂灭。
尽息惑缠苦有情，坏生死证如来性，
超离尘世名亦息，证得无惧无罪果。

由智慧、持戒、布施中展现的无有罪垢的广大名声，遍布或普遍传扬在天界虚空以及地上人间，使得整个人类的人们与天界的诸天人们决定远离依靠妙龄（人）天少女产生身心喜乐的贪恋，愿息灭烦恼痛苦所缠绕的可怜有情的坏灭、出生、死亡，而获证如来正等正觉相好庄严的他利色身、自利寂灭法身，超越世间分别念之境甚至生等之名称也息灭，胜伏死亡等损害，无有老衰的危机，不具病等损恼，获证无所畏惧、永不衰灭、一尘不染之殊胜果位。

甲四（尾义）分二：一、著跋；二、译跋。

乙一、著跋：

阿闍黎圣者龙树劝勉挚友乐行王的《亲友书》撰著圆满。

乙二、译跋：

印度堪布遍知天萨瓦匝德瓦，大罗匝瓦万得即噶瓦拜则（国王赤松德赞时西藏著名三大译师之一）于前弘时期翻译并校对审订。

科判之结文：

何者入定之心间，品享无等最寂味，
除三有疾妙甘露，由圣喉瓶中流出，
为令自他心相续，播植善法之良种，
于此摄义自新撰，此善回向胜菩提。

为三学清净之大善知识札巴嘉村（称幢）吉祥贤等个别大德宣讲时，玛德布玛拉（即麦彭仁波切）撰写，愿广弘佛教如意宝。

深广智云悲雷声，威力雨令三地喜，
 佛语深广之百川，集一智德之龙王。
 稀有善说青莲园，依文殊师智朝阳，
 重新绽放白莲鬘，供养明智蜂喜享。
 彼生无垢之善根，愿令普获正见目，
 依于四谛取舍舟，度有海慈解脱洲。
 愿利乐本佛教宝，恒常不衰永存世，
 持教久住讲修兴，自成二利增吉祥。

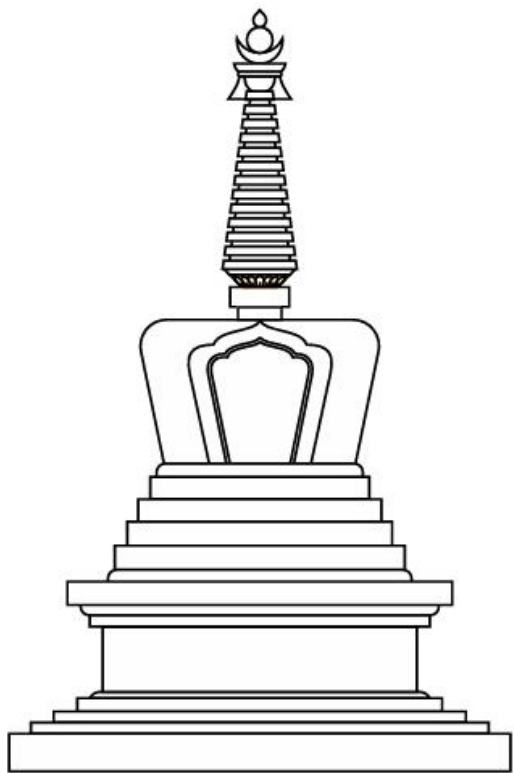
此释，根据堪为雪域唯一语狮子的麦彭嘉扬
 南嘉嘉措所造科判及颂词脚注，革萨里嘉扬罗珠
 嘉措于西庆静处胜乐吉祥寺整理成文。善哉！

2005年8月1日

译毕于色达喇荣圣地

〇〇 相关阅读

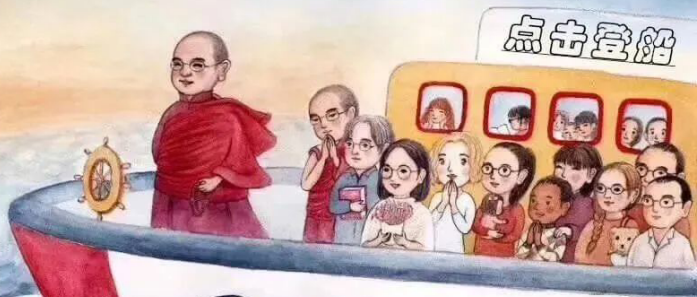
- ▶ 索达吉堪布全集 10 | 译作 《格言合集》
- ▶ 索达吉堪布全集 35 | 课程 《格言宝藏论讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 36 | 课程 《水木格言讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 37 | 课程 《君规教言论讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 38 | 课程 《二规教言论讲解(2003年版)》
- ▶ 索达吉堪布全集 39 | 课程 《二规教言论讲解(2006年版)》
- ▶ 索达吉堪布全集 40 | 课程 《亲友书讲解(1997年版)》
- ▶ 索达吉堪布全集 41 | 课程 《亲友书讲解(2008年版)》
- ▶ 索达吉堪布全集 42 | 课程 《弟子规讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 43 | 课程 《孝经讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 44 | 课程 《论语讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 74 | 课程 《功德与过患》





同生九品莲华
越过三有大海

点击登船



莲

华

化

生