【菩提道次第二】

雪歌仁波切講授　潘信慧翻譯

2003/09/14

寂天菩薩在《入菩薩行論》當中說過一個偈頌「既得此暇身，若我不修善，自欺莫勝此，亦無過此愚。」可能大家都很熟悉，意思是不可當傻瓜。當下我們具足學法的條件，以所得的所依身來說，我們遠離了八無暇。亦即既遠離了地獄，也非投生在畜生道、餓鬼道或長壽天，我們所得到的是個真正可學法的人身；不但如此，我們所處的環境也不是沒有佛法的地方，或出生在當地雖有佛法，卻聽聞不到法的邊地；而且也沒有墮入邪見或是處在充滿邪見的地方，再者，五根也都很俱全，我們已經得到最圓滿的學佛條件。既然已經得到這麼好的有暇身，可以用來修學佛法，如是人身比超過百萬億價值的珍寶更爲珍貴。所以，擁有這麼殊勝的人身寶，卻不知道好好用於求法，就實在太愚笨了。

人身之所以珍貴，就是因爲我們生爲人身的當下，可以學法。在我們這一生、這一年、這個月、這個星期、今天，乃至此刻當下，我們都有學法的機會，因此，這個人身十分珍貴。我們今天之所以說它珍貴，主要是說當下具有學法的因緣。

即使我們手中擁有如意寶，也只能利益到此生而已。現代人都很喜歡錢，縱使我們賺到了幾億的錢財，這些錢財也只能讓我們這一生得到利益而已，等到一口氣斷了之後，還是兩手空空的走向來世。如果當下我們以十分鐘的時間努力修持，這樣的善業可以使我們生生世世都受益，而且使我們一生比一生更接近佛果位，是一件具有珍貴價值的大事。

相反的，我們大都沒認清人身的價值，沒好好利用它，總以爲還有比能夠求法的人身還更珍貴、更值得追求的。我們可能虛擲一整天，卻一點

也不覺得可惜。而如果同樣的一天，也許去玩了股票、期貨，在這一天的買賣當中虧了一百萬，恐怕這一整天都會吃不下、睡不著，難過得要命，不斷的嘆氣，真的是很顛倒。因此，我們千萬別再愚笨至此了。

像這樣的偈頌，在很多經論當中都有，我們最好能夠早上起來就去思惟一遍，自我勉勵一番。也可以把這一類的文意寫下來，貼在自己房間的牆上，早上起來時，就先勉勵一下自己。

我們要去思惟人身是如此的珍貴，具足那麼完備的求法條件，當下覺知到人身的價值是如此珍貴，在這樣的基礎上，像我們剛剛在唸〈皈依發心偈〉時，就好好去思惟，把自己求法的動機調整正確，有正確的動機來聽聞佛法的話，一定可以有很好的結果，這樣的一席聽法就會帶來很大的益處。

上一堂課提到科判「爲明法源清淨故，釋作者之重要」、「爲於教授生敬信故，釋法之重要」、「於具足二種重要之法，應如何聽受講說」及「如何是以正教授引導弟子之次第」。在「爲明法源清淨故，釋作者之重要」這個部份，已經介紹過作者的出生地、種族的殊勝和作者本身具足教功德的殊勝，今天要解說的是作者在證功德方面的殊勝。

我們就依著文一字一字的唸下來，這樣的帶法，不曉得大家的感覺怎麼樣。其實真正帶課，是要這樣帶才好的，如果我們把整部道次第讀過，來日自己再讀這部論或向別人講說時，就能完整。如果大家不照著文依次的學，而只是由我把大意講給大家聽，就不可能有那樣的效果。當然，只是講大意，可能大家聽起來會比較輕鬆，可是，絕不會有完整的效果。如果我們能夠依文完整的來解說，雖然現在比較辛苦一點，但是未來確實有它的效果。而且，沒有依照論典而只照自己意思講解，在西藏也沒有這樣的講課方式，以這樣的方式講課是不好的，授課的老師會被批評爲「都是自己在胡說八道，自己愛講什麼就講什麼，沒有依據」。

上課前，最好自己能在家裡預習，先了解一下文中的意思能懂多少，

到了課堂上，再看看師長又補充講解了什麼，好好的思惟自己懂了些什麼，以及對實修有何助益、真正有能力實修的有多少，解、行這兩者是非常重要的。

我爲了這件事也思考了一、兩天，雖然照著課文講下去，大家可能會比較辛苦，不過，經過考慮還是覺得應該要照著課文講才好。

阿底峽尊者本身所得功德當中提到兩點，先是知見廣博獲教之功德，再是如理修行獲證之功德。我們自己在學習的過程當中，應該以阿底峽尊者爲典範，也應該先好好聞思經論，隨後依照所聽聞的法去實修；科判中，先示阿底峽尊者的教功德，後示其證功德，如此的前後之分，正是告訴我們應該聞而後思，思後應修的道理，我們要懂得其中的深義。

透過實修才真正能獲得實證的功德，而實證亦不出三種範圍，即戒、定、慧三德，而此三種證德的證得亦有其次第，而非突然證得的。這個次第就是三學—戒學、定學、慧學。有關戒學的部份，就是別解脫戒、菩薩戒和密乘戒三種。戒學所講的就是規矩，也就是我們外在身的行爲及語的行爲本身必須有一個規矩；事實上，身、口二門的種種造作如果是不善業的話，它是屬於粗分的煩惱，如果具有這種粗分的煩惱，還想要去學習佛法，不可能會有一個很好的結果的。所以，一開始我們一定要先調伏身、語這兩部分的粗分煩惱，這是戒學的部份。如果能做到這一點的話，慢慢的我們的心才能比較寧靜下來，心寧靜下來就屬於定學的部份，透過這樣子心一境性的修持，才能修慧，戒、定、慧三學才可能有所獲得。舉個例子來說，如果我們現在到一個很紛擾的市場裡，在那裡打坐、觀修，根本不可能修得成什麼的。

請看文第五頁倒數第二行，「**丙二、證功德者。以三藏靈文能攝盡一切佛教，故證之功德亦以戒定慧三學攝之。**」在所有真正實際的修持上來講，都是總攝在三學裡面，道理爲何呢？因爲佛所說的教法都總攝在經、律、論三藏裡面，當然佛的教法是我們要去實修的，實修的部分就總攝在三學裡面。所以，三藏和三學之間有很密切的關係。戒學的實修方法就在律藏

裡面，故律藏中所宣講的就是如何去實踐戒學，經藏所闡釋的內容就是如何去實踐定學，論藏就是如何去實踐慧學的部份，三學與三藏之間的關係就是如此。

「故證之功德亦以戒定慧三學攝之」，阿底峽尊者圓滿了戒定慧三學的實修，意即圓滿實踐了佛陀所說教法。

接著看文，「**戒學者定慧一切功德之所依，千經萬論之所讚者也，欲求證得定慧，先須具足淨戒為增上緣。**」我們要如何生起三學的證量呢？首先一定要先生起戒學的證量，之後才有定學、慧學。

接著看文第六頁第一行，「**於此有三**」，戒學部分可以分成三種，「**初具足殊勝別解脫戒者**」，這就是講阿底峽尊者先是具足別解脫戒，再慢慢漸進而上，最後能夠持守密乘戒。

「**尊者於受得比丘戒後，愛護其戒，如犛牛愛尾。守護輕細猶且捨命不渝，於諸重禁夫復何說。大持律上座之稱，於焉起矣。**」在西藏高寒地區的犛牛，十分珍惜自己的尾巴，隨時都將尾巴高舉向著天空，就怕尾巴碰到其他東西，所以就一直舉得高高的，不讓它去碰到別的東西。阿底峽尊者在守護戒律上，就像犛牛一樣小心翼翼的守護牠的尾巴，因爲他對戒律如此嚴密守持的緣故，最後不論是在那爛陀寺或是濟迦麻囉喜囉寺，都榮獲大持律上座的美譽。

文中「**具足菩薩戒者，**」意思並非全具三種戒之後才能進入定學的修持。文中雖云阿底峽尊者全具三乘戒律，並廣爲聞思修聲聞、般若和密乘等三乘教典，但以聲聞乘而言，有其三學之實修步驟；以般若乘而言，亦有其三學之實修步驟；同樣的，以密乘而言，亦有其三學之實修步驟。因此，我們並不須疑惑自己是否於戒學上亦需全具三種戒，才能進入定學的修持。亦即持守別解脫戒，有以其爲基礎而生起之定慧，而持守菩薩戒，亦有以其爲基礎所生起之定慧，同樣的，持守密乘戒，亦有以其爲基礎所生起之定慧。

接著看文，「**次，具足菩薩戒者，尊者於修習慈悲為本菩提心之教授，雖曾多所參學，別經久時，特依金洲大師修習由彌勒文殊降及無著寂天輾轉傳來最勝教授，於自他相換之菩提心隨得生起。由願入行而受學處，廣修諸行，毫無違越。**」阿底峽尊者於菩提心的修持上，持守了許多菩提心的學處，別說是願心八戒和行心十八根本戒，就是其他師長所說的相關戒律亦皆持守；尤其是以十三個月的時間搭船，尋訪金洲大師，跟隨金洲大師學習菩提心的教授，於心續中圓滿生起菩提心，並圓滿了諸多菩提心的學處。

菩提心的教授有兩種，一是廣行派，一是大行派（加持派）。這裡提到的「由彌勒文殊降及無著寂天輾轉傳來最勝教授」，這部份要分開來看，就是由彌勒菩薩傳到無著菩薩，由文殊菩薩傳到寂天菩薩。由文殊菩薩傳到寂天菩薩的部份，就是自他相換的生起菩提心的方法。廣行派則是從彌勒菩薩傳到無著菩薩，這是七重因果教授的生起菩提心的方法。

「由願入行」，菩提心有願菩提心和行菩提心兩種，一定要先有願菩提心，才能有行菩提心的生起。我們一般在念誦「爲利有情願成佛」，希望爲利有情而成佛，僅止於發願，這是願菩提心。行菩提心則不僅僅是個願望而已，而是真正下定決心去實踐爲利有情而努力修持以成佛。「由願入行而受學處」，就是不僅僅發願，而是承諾願守戒行持學處，這就比如我們持守菩薩十八根本墮和行持各種菩薩學處等；因此，受持菩薩戒就已非願菩提心，而是行菩提心了。

接著看文，「**後具足金剛乘戒者，以具觀自身成本尊之生起次第，及金剛心圓滿次第之三摩地，隨成瑜伽之尊。特別於所制禁戒無所違越，諸三昧耶如理守護。**」阿底峽尊者不僅謹慎持守共大乘的菩薩戒，同時也具足密乘戒，三種戒都非常圓滿。密乘戒的部份，這裡提到生起次第和圓滿次第皆屬無上瑜伽，意即阿底峽尊者，依生起圓滿二次第之禪定而進入本尊瑜伽。可見阿底峽尊者對於密乘戒的十四根本墮也都非常謹慎守護。

接著看文，「**如上三種禁戒，非僅受時暫起勇進，亦於受後各別隨行，**

終不違犯。設有違越，亦疾各依還淨儀軌除罪清淨。」阿底峽尊者對於以上三種禁戒（別解脫戒、菩薩戒和密乘戒），他不僅勇於受戒，並且勇於實踐、持守。而我們不同於阿底峽尊者的是受戒時很勇猛，但守戒時就顯得一點兒也不勇猛了。阿底峽尊者非常謹慎持守禁戒，很少會有違越。縱使有違越的地方，也都會儘速的作懺悔的儀軌，讓罪染能夠盡速清淨。而比丘戒和沙彌戒等出家戒律本身是很細微的，如果行者又同時具有菩薩戒的話，往往會爲了利益其他有情的緣故，而難免違越比丘戒或沙彌戒，阿底峽尊者對於這一類的小小違越，也都能夠盡速且謹慎的將罪染清淨。

接著進入定學，請看文，「**具足定學有二，一共者，得止中心之堪能。二不共者，證得最極堅固之生起次第。又修禁制之行六年或云三年。**」在定學功德上，阿底峽尊者雙俱共與不共的定學。只要不屬密乘法，都名之爲共學，聲聞乘和般若乘都是共學，密乘則爲不共學。共學的定謂之「心堪能性」，而密乘修定則有其不同的方式，先是觀自身（能依）爲本尊身，所在的房屋（所依）則觀想爲無量宮，身邊的人則觀想爲淨土當中的補特伽羅，觀想自己所在處所即淨土。以聲聞乘和般若乘修定的定義來講，定就是心堪能性，使心能專注於一境，也就是心一境性，如此一來，我們就可以去駕馭我們的心，讓心能夠聽我們的話，要心怎麼做，心就怎麼做，這是共學部份的定。在不共學（密乘）方面，就是以生起次第爲定學，就像剛剛說的那樣，將自己的身觀想爲本尊身，而將自己所處的環境觀想爲清淨的國土，而阿底峽尊者於此二種定學都已極爲穩固。

文中說到阿底峽尊者「又修禁制之行六年或云三年」，「禁制之行」在藏文中是「明禁之行」。也就是阿底峽尊者修不共三摩地時觀想所處的環境是無量宮，也就是清淨土，觀想自己是本尊，所以，所見的外在一切境相都是清淨相。譬如，本來是不能吃住使用的，在他眼中都轉化爲可以吃住使用的，內外一切皆清淨。也就是他心中所現，眼中所見及自身的行爲都不同於他人，都是非常清淨的相狀，這樣的修學就稱之爲「明禁行」。阿底峽尊者這樣修了六年或三年，生起密乘的定學。其實，我們絕對可以猜測出來，以阿底峽尊者如此精進的修持，別說六年，即使只是三年，也絕對

能生起密乘定學的。

接著看慧學的部份，「**具足慧學有二，一共者，謂得止觀雙運之觀行三昧。二不共者，成就圓滿次第之殊勝三昧。**」依奢摩他而修毘缽舍那是共同慧學的部份，「觀行三昧」即是勝觀、慧學，此即最殊勝的慧，諸如證得無常之慧，證得補特伽羅無我之慧，證得空性之慧（四諦、無常等十六行相的空性）等。

不共慧學的部份，阿底峽尊者成就圓滿次第的殊勝慧學。我們無始以來就具有俱生慧，俱生慧是一種極微細的心識，此心識極其明利，這種微細心識不是我們平時有能力使用的，而是到達圓滿次第時，此俱生慧方能發揮其效能，以此微細心識了知境之空性，此俱生慧又稱爲光明，也就是俱生光明，這是在密乘圓滿次第時方能成就的慧學，此種智慧自是極微細最殊勝的智慧。

阿底峽尊者具足教、證二德之後，就開始行利他事業，就如同科判中所云，知見廣博獲教功德、如理修持獲證功德，之後才是於佛教中所作事業。也就是阿底峽尊者在自己獲得教功德和證功德之後，才開始行利生益教的事業。所以，我們也要反觀一下自己，當我們想要去教導別人的時候，自己是不是要先學一學呢？在教導別人之前，一定要自己先改變，才有能力去教導別人。如果我們自己不會游泳，一下水就溺水的話，想要去救人，那根本就是不可能的事，一定要自己有辦法從水中爬到岸上來，才能把別人救起送上岸來。如果我們自己本身都會溺水了，卻想把別人救上岸，那根本是不可能的事，不但救不了對方，而且，淹死的不只是一個人，而是兩個人了。

阿底峽尊者在具足教、證二德，也就是具足了戒、定、慧三學之後，在佛教中所作的利生事業，請看文。「**乙三於佛教中所作之事業分二，丙初於印度所作，丙二於西藏所作。**」在西藏所作的部份，之前有稍微介紹過了。在印度所作的部份，也就是阿底峽尊者曾經三次戰勝外道，請看文。「**於金剛座大菩提寺，曾經三次制諸外道令受佛教。復於內宗上下諸部，有未**

達及邪解疑惑等垢者，洗除令淨，增長正法。各派對之，均極愛敬，不分部類，視同頂髻。」阿底峽尊者的教證二德都非常圓滿，在這樣的基礎上，別說是教內，即使針對外道的典籍和外道辯論，也是每次都能折服對方，因而美名遍於四方；在當時，辯論是一件非常重大的事，因爲辯贏的那一方可以將對方的弟子全部帶走，故說阿底峽尊者廣益教法。

接著請看阿底峽尊者在西藏所作的利生事業，「**丙二於西藏所作者。藏人迎請入藏宏法，雖經多次，均未邀允。嗣當藏王菩提光秉政時，復迭派使臣延聘尊者，乃蒙降臨。**」阿底峽尊者入藏弘法的因緣，即在西藏所作的利生事業，在《廣論》中講得比較詳細，這裡比較簡略一點，我就以《廣論》及《阿底峽尊者傳》中的典故來說明。

藏王菩提光和藏王智慧光兩人是侄叔關係，智慧光藏王執政時，派了二十一位西藏境內頂尖優秀的學子赴印度學梵文，爲什麼要這麼做呢？因爲在此之前雖有蓮華戒論師和靜命論師將正法傳入西藏，可是，經過歷史的演變，朗達瑪藏王幾乎摧毀了整個教法，他引進印度各類非佛教的教法，使得西藏境內充斥種種相似法，使真正修持的人無所適從，佛教顯得十分衰微和混亂。爾後，智慧光藏王看到這種情況，心中極爲不忍，想要重新弘揚教法，於是選派二十一人到印度求法。他想，若要能重振教法，一定要請到優秀的老師，也要有很好的翻譯，所以就選派了二十一位學子到印度去學習梵文和經論。希望在這些學子學成之後，再請幾位老師到西藏來教，然而，不幸的是，最後只有兩人存活，其餘都爲法捐軀了。

現在到印度或其他國家，較諸早期實在輕鬆、幸福多了。過去從西藏到印度，可能要跋山涉水好幾個月的時間，現在到印度，只要數小時的飛機就到了。講到弘揚教法，就要效法菩提光藏王的方式，尋找幾位優秀、聰明的學子去學，之後，再延聘好的師長，只要有好的師長、好的翻譯，就得以弘揚教法了。

當時派去的二十一人只有兩人存活下來，這兩人就是仁欽桑布及磊格協繞。雖然只是兩人，卻在教法上有著很大的貢獻，如今許多經論，大都

是他們兩人翻譯的。從這一段歷程，可見得爲了重振教法，種種人力、物力的耗費，充滿許多艱辛；例如赴印度的行程中，跋山涉水，處處都是危機，森林裡有各種野獸，說不定在夜晚就被野獸吃了，誰都沒把握能活到第二天，而在渡河的時候，也潛在各種危機。而所經過的地域，當地首領會不會殺了他們？或是會不會讓他們順利通過？這些都是問題，另外還有水土不服的問題，因此，在整個求法的行程上，可謂是步步艱辛的。

在經歷第一次這一段艱辛過程之後，第二次智慧光藏王又派遣了八個人去，主要爲首的是嘎尊建，當然另外還有一些挑夫同行。他們也經過了一段艱辛歷程，最後還是請不到印度的班智達到西藏去；當然他們都異口同聲的說要整頓西藏的佛教，一定要迎請阿底峽尊者，若是邀請其他班智達，是無法重振西藏教法的。例如存在於顯、密之間的種種疑惑、紛爭，也都不可能得到解決；而且西藏境內充斥著許多虛有其名的班智達，有些只懂得一點教法或是略微有一些證量而已，就裝成是具有教證二德的班智達一樣。因此，赴印學者們經過多方訪查，包括濟迦麻囉喜囉和那爛陀二寺的住眾，大家都異口同聲的向藏王智慧光說：「只有阿底峽尊者才能重新整頓西藏的教法。」因此，他們唯一想迎請的就只是阿底峽尊者而已。

可是，當時藏王智慧光幾乎已耗盡所有資財了。因爲兩度派遣學子赴印學習，途中得經過許多小國，而每經過一個國家，就要向當地的國王奉獻黃金，請求讓他們通過，爲了求法，得不惜任何花費。而到了那爛陀寺，也得供養堪布、寺院，請求能夠住下來學習。所以，這兩次派人赴印求法，幾乎耗盡智慧光所有的財產，可說是一貧如洗了。但爲了迎請阿底峽尊者，智慧光親自四處募款。

在藏王智慧光募款的過程中，到了一個名爲卡洛的地方，這個地方的人，包括國王都非常排斥佛教，當他們得悉智慧光募款是爲了要迎請阿底峽尊者以重振西藏佛法，於是，就將藏王智慧光關起來，並要脅西藏付款贖回智慧光。智慧光的姪子菩提光就開始設法周旋，經過談判，卡洛國王強索需等同智慧光身量大小的黃金才肯放人，菩提光只得設法盡速募足黃

金，當他募到足夠數量的黃金時，卡洛國王又要求再多一個頭部的黃金。當時，智慧光跟菩提光說：「罷了！不要再去做這種無謂的事情了！我頂多也只能再活十年而已，不要把錢財用在這種事情上，你將這些黃金用於重建教法上吧，去迎請阿底峽尊者重振教法，不要爲了我而浪費這些黃金！」

我們要先了解戒定慧生起的次第，在戒學部份，我們眼前能做的就是守好別解脫戒中的在家五戒。當然，我們可以依力持守其中的一戒、數戒或全部；閱讀阿底峽尊者的傳記，心態上應以阿底峽尊者爲典範。而在菩薩戒方面，也許不會犯到菩薩戒中的根本戒，但也要盡量不去傷害其他眾生，包括家人、鄰居在內，我們在跟人相處時，在語言、態度上都要注意，不要因此傷害到人。

傳記中，西藏王的做法，也許我們的中心也可以如此效仿，未來也應該挑選資質最好、最聰明的小孩，送去求法，這也是我們可以從傳記中學到的。這方面的費用，我想中心裡人多，大家同心協力來做，應當是能實現的。