

南 華 大 學

宗 教 學 研 究 所

碩 士 論 文

聲 聞 佛 法 作 為 大 乘 佛 法 基 礎 之 探 究 —
以 《 菩 提 道 次 第 廣 論 》 為 中 心

The Study of the Mahāyāna Buddhism based on
the Śrāvakayāna Buddhism- A Case Study of Lamrim Chenmo

研 究 生： 曾 珮 宸

指 導 教 授： 黃 國 清 教 授

釋 如 證

中 華 民 國 106 年 12 月 29 日

南 華 大 學

宗 教 學 研 究 所

碩 士 學 位 論 文

聲聞佛法作為大乘佛法基礎之探究

—以《菩提道次第廣論》為中心

研究生：曾珮宸

經考試合格特此證明

口試委員：

蔡德勳

郭瓊瑛
黃國清

指導教授：

黃國清 釋如證

系主任(所長)：

黃國清

口試日期：中華民國 106 年 12 月 29 日

誌謝

在南華大學宗教學研究所一年半的學習中，本論文研究得以順利完成，首先要感謝指導教授黃國清老師與如證法師。有了黃老師不辭辛勞的啟發與教導，激發了我要在這學期順利完成論文的鬥志，適時的指點幫助我對於《菩提道次第廣論》的三士道總次第、《三主要道》或稱《聖道三要》、宗喀巴大師的思想等等，有更深入的了解，有助於強化論文的架構和完整性；還有如證法師、性端法師的指導，讓我對於依止法、增上我慢會障道、緣起性空的收攝等等，有所助益。

感謝二位口試委員蔡纓勳老師與郭瓊瑤老師，從不同的角度來看論文、在口試過程中提出的中肯建議與指導，使得論文能以更清晰的脈絡呈現。感謝林其賢老師在論文計畫審查時提出論文架構和注意事項的諸多指導。另外，也要感謝在南華大學，曾經給予授課、教導的老師：如證法師、如亭法師、如得法師、黃國清老師、覺明法師、何建興老師等等，由於老師們的教學，開拓我在佛學思想上的視野，看到更寬廣的佛學世界。另外，還要感謝依宸助理、郁瑩師姐、純季師姐在課務行政上的協助，以及宗教所同學們和護持的老師們，在課業與生活上的鼓勵，在此一併致謝。

特別感謝石錦祥同學，護持我在交通上的往返，得以減少舟車勞頓的辛勞，有助於課業上的學習。

最要感謝的是我的家人，以及很多同行善友的協助，在這兩年多來總是給予體諒和默默的支持著我，所以我才能有這個機會完成在南華大學宗教學研究所的課程學習。最後要感謝生命中、從不放棄我的--上師、諸佛菩薩、怙主，由於您的慈悲施予，給了我溫暖，由於您的慈悲攝護，讓我有突破困境、不斷前行的力量。因此願以此論文，

獻給我生命中的導師 日常老和尚、真如老師。

曾珮宸 寫於高雄 2018.01.19

聲聞佛法作為大乘佛法基礎之探究— 以《菩提道次第廣論》為中心

曾珮宸

摘要

佛正法是以教證二量為體，教量是三藏十二部，證量是戒定慧三學。所以佛陀說的教法，廣有顯密、大小、三藏十二部等無量差別；然其真正的宗要，本意是在對治煩惱。輪迴的根本就是我執無明，由此而分判自他、故起愛憎故而造業不斷，所以無始以來我們一直都是處於無明當中，在業與煩惱的牽引下，不由自主地造業而流轉生死，頭出頭沒的是無有出期，所領受的也無非就是三苦--是苦苦、是壞苦、是行苦。是故佛陀初轉法輪所講的是苦諦，首先是要知苦。世俗的喜樂也都是無常的，上上下下、起起伏伏，也就只有修持得到的喜樂，才會是恆常的。我們每一個人，從出生的那一刻開始，就無可避免地在走向死亡。生、老、病、死是指生命的無常；成、住、壞、空是指世界的無常。是故唯有證得由厭離輪迴苦的出離心、菩提心所攝持的空正見，才是真正能斬斷輪迴的根本。

大乘並不是完全異於聲聞乘的另類教法，相反地，大乘的教法是在聲聞教法的基礎上建立起來的。雖然自我解脫不是大乘行者的主要目標，但不貪著三有盛事的基本心態，和實修戒定慧三學的原理，卻是大乘教和聲聞教共通的原則；若不能具備，那便會失去大乘最根本的基礎。大乘道的不共、根本是在菩提心，而空正見(智慧)則是共道。所以諸菩薩應當發起一切道，應當了知一切道，謂所有聲聞道，所有獨覺道，所有菩薩道，而且是如是諸道亦應圓滿，亦應成辦諸道所作。《廣論》是藏傳佛教格魯派的創始人--宗喀巴大師，應許多修行者的祈請而著成的，終極目標是要引導學佛的弟子，依次漸修成無上菩提，徹底脫離生死輪迴之苦海，進而幫助一切有情眾生得到圓滿的佛果位。為讓各類根機的修行者都能在各自己的緣起點上找到下手處，和達到最終離苦得樂的本懷，本論文主要是以《廣論》三士道總次第的視角，來觀照聲聞佛法與大乘佛法的義理連結，說明三士道次第引導的重要性，和《三主要道》或稱《聖道三要》修行次第引導的必要性。希望本論文的研究能對我等欲修行大乘的凡夫在建立正確的知見上，能有所助益和啟發。

關鍵詞：宗喀巴、《菩提道次第廣論》、大乘佛法、聲聞佛法、聖道三要

The Study of the Mahāyāna Buddhism based on the Śrāvakayāna Buddhism- A Case Study of Lamrim Chenmo

TSENG, PEI-CHEN

Abstract

The excellent teaching of the Buddha is twofold: those teachings having a nature of scripture and those having a nature of realization. The scriptural collections contain the tripiṭaka (three collections), which is comprised of the the Sutra Piṭaka, the Discipline Piṭaka, and the Commentary Piṭaka. The realization collections contain Sila (Precepts, Discipline), Samadhi (Meditation), Prajna(Wisdom) of the three trainings. The Buddhist scriptures widely comprise the perfections and the Vajrayāna of the Mahāyāna, great and small vehicles, tripiṭaka. The real original to put the meaning of these instructions of the Buddha into practice is in order to clear away the afflictions.

Completely enveloped by the pitch-black darkness of ignorance, taking rebirth after rebirth in boundless samsara, and unceasingly tormented by the Three Sufferings, they are Suffering of Pain, Suffering of Change, Pervasive Suffering. Therefore, the beginning of the Buddha's turn is talking about the truth of Suffering—the faults of cyclic existence in terms of its origin. Consequently, if you fail to cultivate the remedy, you will be reborn in the future, since you only stop rebirth by cultivating the remedy. Unless you develop a determination to reject cyclic existence through meditating on its faults, you will not seek relief from the suffering of the appropriated aggregates. We are supposed to generate renunciation when we think of the sufferings of samsara. Through contemplating the state of your mothers in conditions such as these, generate a supreme mind of bodhichitta. But, even though you may be acquainted with renunciation and bodhichitta, if you do not possess the wisdom realizing the way things are, you will not be able to cut the root of samsara; therefore strive in the means for realizing dependent relationship.

The vehicle of the Mahāyāna is not completely independent from the vehicle of the pratyekabuddha and the Śrāvaka. On the contrary, the Mahāyāna is not a new ones, the Mahāyāna Buddhism is constructed by the Śrāvakayāna Buddhism. Many of the Buddha's statements pertain to the vehicle of the pratyekabuddha and the Śrāvaka. The self-liberation is not the final goal of the Mahāyāna's practitioners, you who are not attached to the joys of samsara, but diligently strive to practice Precepts, Samadhi, Wisdom of the three trainings, and to make your freedom and endowment meaningful, this is the common criteria for the mentioned above three vehicles. Otherwise, you get nothing in the fundamental of the Mahāyāna Buddhism. In order to enter the perfection vehicle of the Mahāyāna while you within bodhichitta, you do need the paths that are

explained in the Hinayana scriptural collections. If, in this way, even the wisdom that knows emptiness is not a specifically Mahāyāna path, it goes without saying that there are other shared paths as well. Bodhisattvas should produce all paths—whatever is a path of a Śrāvaka, a pratyekabuddha, or a buddha—and should know all paths. They should also perform the deeds of these paths and bring all of them to completion.

The master Je Tsong Kha Pa, the founder of the Tibetan Gelugpa, set knows very well about the esoteric and exoteric Buddhism. One of his important work is *Lamrim Chenmo* or “*The Great Treatise on the Stages of the Path to Enlightenment*”, which is not only systematizes the Tibetan Buddhism, but is a presentation of Shakyamuni Buddha's teachings that details the stages in the complete path to enlightenment. In this work he describes how the practitioners follow the ordered path, make Buddhahood their goal in order to extinguish all the sufferings of all living beings, and finally attain the state of Samyak-sambuddha, i.e. the Buddhahood. This thesis mainly investigates the views of all the scriptures of the Buddha are included within *the Paths of the Three Types of Persons* in *Lamrim Chenmo*, and the interactive relation between the meanings between the Mahāyāna Buddhism and the Śrāvakayāna Buddhism. This depicts that what is the important purpose of leading practitioners by means of *the Paths of the Three Types of Persons*. An essential feature of the *Lamrim Chenmo* is its division into three principal aspects: renunciation, bodhicitta and right view. In this short teaching, *Three Principal Aspects of the Path*, written by Je Tsong kha pa, describes the entrance for all fortunate ones desiring liberation. The welfare of living beings no matter a person who is various however in the beginning, middle, and in the end stage is what you should accomplish as well. Follow the teachings taught by the Buddha, build the construction of the immaculate right mindfulness and thought, add persons of great capacity under the influence of great compassion, get more the repetition of making use of coincidence of calm abiding, and special understanding then, come to the way of the liberation from life and the final nirvana. I hope this thesis is the gateway for fortunate ones establishing the right thinking and seeking liberation.

Keywords: Je Tsong Kha Pa, Lamrim Chenmo, Mahāyāna Buddhism, Śrāvakayāna Buddhism, and Three Principal Aspects of the Path

目次

第一章 緒論.....	1
第一節 研究動機與目的.....	1
第二節 文獻探討.....	6
第三節 研究方法.....	21
第四節 論文架構.....	23
第二章 從佛教的發展看聲聞佛法與大乘佛法的關係.....	25
第一節 從歷史的發展觀點來看聲聞佛法與大乘佛法的演進.....	25
第二節 從判教的觀點來看聲聞佛法與大乘佛法的演進.....	34
第三章 以《廣論》來探討聲聞佛法與大乘佛法的義理連結.....	47
第一節 《廣論》三士道的架構.....	47
第二節 顯示由三士門如次引導的原因.....	52
第三節 道次引導的目的.....	60
第四節 小結.....	67
第四章 下、中士道引導到上士道的實踐方法.....	68
第一節 下、中士道的實踐方法.....	68
一、下、中士道的義理.....	68
二、下、中士道的實踐方法.....	83

第二節 上士道的實踐方法.....	97
一、上士道的義理.....	97
二、上士道的實踐方法.....	107
第三節 共下、中士道做為上士道引導的基礎.....	118
一、聲聞佛法如何做為大乘佛法的基礎.....	119
二、聲聞佛法如何提升到大乘佛法的關鍵.....	129
三、聲聞佛法和大乘佛法的空性.....	139
第四節 小結.....	154
第五章 結論與建議.....	156
參考文獻.....	163
附錄.....	167
附錄一、《三主要道》或《聖道三要》.....	167
附錄二、《三十八攝頌》和《廣論》三士道次第的對照表.....	168

圖目錄

圖 2.1：佛教派別的分類圖	32
圖 2.2：三照五時五味之圖	37
圖 4.1：十二因緣和四支對應圖	77
圖 4.2：十二因緣之三世兩重因果圖	79

表目錄

表 2.1：五時說法和「牛乳五味」的譬喻對照表	37
表 2.2：五乘佛法的判釋	42



第一章 緒論

本章主要是對本論文「聲聞佛法作為大乘佛法基礎之探究—以《菩提道次第廣論》(以下簡稱《廣論》)為中心」的研究主題，以《廣論》為中心，闡述聲聞佛法作為大乘佛法基礎的探究，本章以下的各節就其研究動機與目的、文獻探討、研究方法、全文架構依次做總要的敘述。

第一節 研究動機與目的

輪迴的根本就是我執無明，由此而分判自他、故起愛憎故而造業不斷，所以無始以來我們一直都是處於無明當中，在業與煩惱的牽引下，不由自主地造業而流轉生死，頭出頭沒的是無有出期，所領受的也無非就是苦，是苦苦、是壞苦、是行苦。是故佛陀初轉法輪所講的就是苦諦，首先是要知苦。知苦才會希求出離而知離苦的方法、道路和途徑，所以我們首先要接受生命是苦的事實，一般我們會希望一切美好的事物都是恆常不變的，但事實上這一切卻都是無常的。其實也就只有究竟的實相，才是能超越恆常和無常的。這就像世俗的喜樂也都是無常的，上上下下、起起伏伏，也就只有修持得到的喜樂，才會是恆常的。我們每一個人，從出生的那一刻開始，就無可避免地在走向死亡。所以說，生、老、病、死是指生命的無常；成、住、壞、空是指世界的無常。萬事萬物無不在剎那生滅變化著，這本就是世間的必然現象。因為輪迴的旅程就是如此的無限漫長，所以我們不要把暇滿¹ 難得的人身，全部用來追逐今生的名聞利養，因為那些都是暫時的安樂、終究是無法敵過死亡的，所以應該要時刻警醒自己，儘管是富可敵國的權傾朝野，在面對死亡的無常時也是無能為力的，所以憨山大師曾說道：

生前枉費心千萬，死後空留手一雙；悲歡離合朝朝鬧，富貴窮通日日忙；休得爭強來鬥勝，百年好似戲文場；頃刻一聲鑼鼓歇，不知何處是家鄉。²

¹暇滿：暇是有時間聽聞佛法、修作善品，滿即具足修學佛法圓滿的資具。這必須要「離八無暇，和具足十圓滿」的條件，才可稱的上是「暇滿」。

八無暇者，如《親友書》云：「執邪倒見、生傍生、餓鬼、地獄、無佛教，及生邊地憊戾車，性為駘啞、長壽夭。於隨一中受生已，名為八無暇過患，離此諸過得聞暇，故當策勵斷生死。」

十圓滿是分自圓滿五，和他圓滿五。五自圓滿者，如《瑜伽師地論·聲聞地》云：「人、生中、根具、業未倒、信處。」因為這五種是屬於修行者自己所要擁有的條件，是修習正法的助緣，所以稱作自圓滿。五他圓滿者，如云：「佛降、說正法、教住、隨教轉、有他具悲愍。」因為這五種不屬於修行者本身所擁有的，但也都是修法的順緣，所以稱作他圓滿。〔《廣論》卷2，頁59-60。〕

²憨山大師：〈醒世歌〉。參見 <http://leomaggie.nidbox.com/diary/read/9439689> (參考日期 2017 年 07 月 02 日)

日常老和尚說：「佛法是唯一真正離苦得樂之道，此道雖分三乘，但究竟為一佛乘。」³ 三乘即聲聞乘⁴、緣覺乘⁵、菩薩乘⁶。聲聞乘即聲聞之人由聽聞佛陀聲教而觀四諦之理而證聲聞四果、出離生死，以達涅槃之法門。緣覺乘即緣覺無師獨悟而觀察十二因緣法而證辟支佛果，到達緣覺果之法門。菩薩乘即以悲智六度法門為乘，運載眾生，總越三界三乘之境，至無上菩提大般涅槃彼岸。聲聞乘、緣覺乘、菩薩乘，又稱為小乘、中乘、大乘，其中聲聞與緣覺合稱為二乘或總稱為小乘。一佛乘⁷ 就是發菩提心，最終的目標是成就佛果。但要想成佛並不是一蹴可成的，這是要從發心開始，然後生生不斷地去淨罪集資，所以說大乘佛法是一條增上生道。增上生道一定不能夠離開團體，一定要靠藉著團體，才能生生不斷地，以佛法做為內心取捨、行持的標準，慢慢地在捨惡取善的串修、斷證中去淨化身心。所以它所依靠的，必須是具有清淨傳承圓滿教證的師長，所緣的必須是具有同心同願的同修大眾，所以才能夠如法地去行持，依著次第去增長共業，自然就能感得佛陀的如持、依靠正主伴而得到圓滿的佛果位。⁸ 在印順導師的《成佛之道》中提到太虛大師的主張：正法時期，大乘行者是從聲聞乘轉變過來的。⁹大乘並不是完全異於聲聞乘的另類教法，相反地，大乘的教法是在聲聞教

³ 釋日常：福智法人事業主要依循的三大宗旨。參見 <http://buddhism.blisswisdom.org/index.php/2012-05-03-06-40-24/2012-05-03-07-07-17/itemlist/category/93-%E7%90%86%E5%BF%B5%E5%AE%97%E6%97%A8> (參考日期 2018 年 01 月 12 日)

⁴ 聲聞乘：聲聞之人由觀四諦(苦諦、集諦、滅諦、道諦)之理而出離生死，以達涅槃，故稱四諦法門為聲聞乘。〔《稱讚大乘功德經》、《法華玄論》卷 7、《大乘法苑義林章》卷 1 末〕(參閱「二乘」206) p.6499
聲聞：聽聞佛陀聲教而證悟之出家弟子。〔取自佛光大辭典〕

聲聞之人以「析空觀」觀於生滅四諦，破除見思煩惱，證真諦理，得離三界生死，如乘羊車出於火宅。〔《華嚴五教章》卷 1、《法華義記》卷 4〕

聲聞四果：小乘分四果羅漢。依阿含經、四分律等所載，四果是初果須陀洹(預流)、二果斯陀含(一來)、三果阿那含(不還)、四果阿羅漢。阿羅漢是聲聞四果的極果。

若有眾生，內有智性，從佛世尊聞法信受，慇懃精進，欲速出三界，自求涅槃，是名聲聞乘，如彼諸子為求羊車出於火宅。〔取自佛學大辭典〕

⁵ 緣覺乘：觀察十二因緣之理，到達緣覺果之法門，亦即指十二因緣之法。

緣覺：又作獨覺、緣一覺、因緣覺。指獨自悟道之修行者。即於現在身中，不稟佛教，無師獨悟，性樂寂靜而不事說法教化之聖者。聲聞與緣覺，稱為二乘；若共菩薩，則為三乘。〔取自佛光大辭典〕

若有眾生，從佛世尊聞法信受，慇懃精進，求自然慧，樂獨善寂，深知諸法因緣，是名辟支佛乘，如彼諸子，為求鹿車出於火宅。〔取自佛學大辭典〕

⁶ 菩薩乘：以悲智六度法門為乘，運載眾生，總越三界三乘之境，至無上菩提大般涅槃彼岸，如乘舶過海，故稱菩薩乘。〔《法華玄論》卷 7、《大乘法苑義林章》卷 1 末、《華嚴五教章》卷 1、《觀經疏玄義分傳通記》卷 2〕

菩薩：即菩提薩埵之略稱，譯成漢語的意思為「覺有情」，意即追求覺悟的有情眾生，使人覺悟的有情眾生。佛經中所舉出菩薩的異名有：開士、大士、尊人、聖士、超士、無上、自在、勇健、大道心成眾生、身業無失語業無失意業無失、身業清淨語業清淨意業清淨、身業無動語業無動意業無動等。從最初的發心發願，直到成佛為止，都可稱為菩薩，所以有凡夫菩薩與聖者菩薩的不同。聖者菩薩是指從初地到十地，加上等覺、妙覺，共有十二個階段。〔取自網路〕

若有眾生，從佛世尊聞法信受，利益天人，度脫一切，是名大乘。菩薩求此乘故，名為摩訶薩。如彼諸子，為求牛車出於火宅。〔取自佛學大辭典〕

⁷ 後秦·鳩摩羅什譯：《妙法蓮華經·方便品》卷 1：佛告舍利弗：「汝等當一心信解受持佛語。諸佛如來言無虛妄，無有餘乘，唯一佛乘。」「十方佛土中，唯有一乘法，無二亦無三，除佛方便說。」一乘法就是一佛乘的意思，就是引導你最終走上成佛之道。佛之教法，唯有法華經所說之一佛乘為真實之教法，而二乘或三乘(聲聞乘、緣覺乘、菩薩乘)之說，則僅為誘引眾生之方便說。〔取自佛光大辭典〕

⁸ 釋日常：福智法人事業主要依循的三大宗旨。

⁹ 釋印順著：《成佛之道》(福建廈門：南普陀寺慈善基金會印行，1996 年)，頁 263。

法的基礎上建立起來的。雖然自我解脫不是大乘行者的主要目標，但不貪著三有盛事的基本心態，和實修戒定慧三學的原理，卻是大乘教和聲聞教共通的原則；若不能具備，那便會失去大乘最根本的基礎。大乘道的不共、根本是在菩提心，而空正見(智慧)則是共道。所以諸菩薩應當發起一切道，應當了知一切道，謂所有聲聞道，所有獨覺道，所有菩薩道，而且是如是諸道亦應圓滿，亦應成辦諸道所作。其實大乘菩薩與二乘(聲聞、緣覺)之別，主要在於因地上的發心不同、心量的大小，大乘菩薩發菩提心、小乘行者發厭離心，因此兩者著重在不同的修行法門，大乘菩薩廣行六度四攝、小乘行者修四諦、觀十二緣起，結果是究竟所修證的果也就不一樣了，一是佛果，一是阿羅漢果。

佛正法是以教證二量為體，教量是三藏十二部，證量是戒定慧三學。所以佛陀說的教法，廣有顯密、大小、三藏十二部等無量差別；然其真正的宗要，本意是在對治惑或稱作對治煩惱。煩惱是根本，所以有無明；能對治無明的，就只有緣起了。故讚〈緣起贊〉為最殊勝的讚。佛陀說的如是教理，說其是甚深者，謂因其難測、難度，和難通達之義；緣起、性空兩者是互助無違，此為中觀宗所特別提倡的，而唯識學者尚且不太能接受，更何況是其他的小乘和外道了；所以才說成是甚深。¹⁰ 佛陀為了教化各種根器的所有眾生，隨著眾生根器有千差萬別，故佛陀也宣說了千差萬別的種種無量法門。故對三藏十二部等的八萬四千法門，若眾生也都要一一的去修持，相對於在末法時期的短暫人生來說，這是極為困難、甚至是根本就做不到的事情。因此為了接引眾生入於勝道，故將佛陀所有的佛經教義、言教等，以其心要訣竅歸納為三點，這就是佛法的三根本要義：出離心、菩提心、空正見，這也就是佛陀的至言、心要義。其中最主要的心要精華，就是「出離心」；而諸佛菩薩所讚之道，就是指唯一殊勝的「菩提心」；而凡是要欲求解脫的最勝大道，就是「空正見」，也就是無二正見智慧，因為欲求三有輪迴的解脫者，必須要依靠緣起性空的無二智慧。緣起性空的法義，是為破無明說；所以可以見聞除暗翳，故能速證聖慧眼。是故唯有證得由厭離輪迴苦的出離心、菩提心所攝持的空正見，才是真正能斬斷輪迴的根本。這也就是佛陀所要宣說的八萬四千法門之精要---《聖道三要》，這是宗喀巴大師造的《三主要道》或《聖道三要》或稱「菩提道三要」，全文共有十四個的偈頌，詳見於附錄一。¹¹ 《三主要道》這十四個偈頌的解釋，將在後續的第四章第三節的內文中有完整的說明。

《聖道三要》的第一偈「一切佛語心要義 諸聖佛子讚揚道 有緣求脫者津梁 我當隨力而宣說」。「一切佛語心要義」是指出離心，「諸聖佛子讚揚道」是指菩提心，「有緣求脫者津梁」是指空正見，這就是宗大師自己用很濃縮的方法說明的聖道三要一出離心、菩提心、空性見，因為聖道三要是當時對昂旺卻巴說的，這也是宗大師的發願--要儘量的去宣說這「三主要道」。第二偈「彼不貪著輪迴樂 為令暇滿不空過 勸依佛喜道諸賢 具清淨心善諦聽」是為希求解脫者說的，不貪著三有輪迴的快樂，即是不貪著增上生。我們所希求有二：一是增上生，一是

¹⁰宗喀巴大師著，達賴喇嘛講授：《緣起贊講記》(台北市：福智之聲出版社，2003年3月)。

¹¹宗喀巴大師造，達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉(美國洛杉磯：2004年)，參見 <http://www.dalailamaworld.com/topic.php?t=890> (參考日期2017年11月27日) 此〈聖道三要〉或〈三主要道〉是多聞比丘羅桑札巴(善慧名稱吉祥)為親侄昂旺卻巴(語自在稱)所作的教誡)。

決定勝。這希求解脫者要不貪著輪迴，而且要有如《四百論》所說的：(1)正住，(2)具慧，(3)希求。¹² 這是勸誡聽聞時，要正直不偏著、要具分辨正道(正理)、似道(邪理)的智慧，以及要有希求心才會去依法行持。如能依〈聖教三要〉這樣的次第，則暇滿人生才不空過。今先就《三主要道》的核心要義，即一切佛經心要義，就是指出離心，唯有在心相續中生起希求解脫之心，也就是要讓解脫的根本在心續中生起來，因為唯有此出離心能令我們精進修行，以求脫離輪迴，所以說成辦解脫輪迴的資糧，都是基於出離心才有的。生起出離心的方法，有思惟苦諦、思惟集諦、以及思惟十二緣起的道理等等，也就是在觀照自己的五蘊時，能了知生死的體相，若能了知生死的本質是苦，那在三有輪迴中所謂快樂的事情，那可真是一無是處，所以自然就會生起要希求捨離痛苦，以及要去寂滅苦因的出離心了。只要這想要出離三有輪迴的心生起一點來，這個也算是出離的意樂，但是僅僅生起想要這點出離的心是不夠的，如宗大師在《廣論》卷 7 中提到：

又此意樂如霞惹瓦說：若僅口面漂浮少許，如酸酒上所擲粉麵，則於集諦生死之因，見不可欲亦僅爾許。若如是者，則於滅除苦、集之滅，求解脫心，亦復同爾。故欲正修解脫道心，亦唯虛言。見他有情漂流生死，所受眾苦，不忍之悲，亦無從起，亦不能生有大勢力策發心意無上真菩提心，故云大乘，亦唯隨言知名而已。故當取此中士法類，以為教授之中心而善修習。¹³

又如霞惹瓦祖師說，這個「出離心」就只像是在酸酒上灑的些許粉麵，根本是無法完全覆蓋在酸酒的表面上的，有的也就只有少許漂浮在酸酒的表面上而已，那對於知道煩惱是生死的根本，而又希望能斷煩惱，出離生死的心也就只是少許而已。如果是這樣的話，那對於希求能滅除「苦諦」、「集諦」的「滅諦」的心和求解脫三有的心，也同樣只是少許而已。如此一來，還說我要正修解脫道，發出離心，都只是空話罷了！若是自己都還沒有生起出離心，看見其他的眾生，還漂流在生死當中，受三有輪迴的眾苦，希望能夠為他們解脫輪迴之苦的悲心，也是無法生起的，當然也就不可能會發起精勤為利他的真正菩提心了。沒有菩提心，若還說自己是大乘行者，想必也只是隨口說說大乘的名稱罷了吧！因此應當取這些共中士的法類，作為教授的心要而善修習之。這段就是引霞惹瓦祖師的教言來加以說明的，這種出離意樂之量，若以撒在酸酒上的一層粉麵比喻浮浮泛泛的出離意樂，了知不可欲之心量僅少許時，那對欲求正修解脫道的心，也只是虛言。故以此譬喻，如果只是對輪迴苦做一些思惟觀修，並不能生起真正想要斷除輪迴苦的心，所以唯有深刻認識輪迴的體性、輪迴苦的過患之後，才能真正生起想要希求解脫輪迴苦的心、想要修行斷除輪迴而證獲解脫的滅諦。再者，如果自己不能真正了知輪迴是苦的體性而引生出離心，那麼，也不能了知一切如母有情都正在遭受輪迴苦，所以也就不能生起希願一切有情皆離苦的悲心了，由於不能生起悲心，也就不能生起希欲無上佛果的菩提心。因此，修習輪迴的過患、輪迴是苦的體性，由此而引

¹²宗喀巴大師著，釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 1（台北：福智之聲出版社，2002 年 9 月），頁 28。《四百論》曰：「說正住具慧，希求為聞器，不變說者德，亦不轉聽者。」

¹³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 187。

生希求脫離三有輪迴苦之「出離心」。「出離心」能驅使我們精進於修行，並且所修的任何法都能如理、如量，因為是確實的害怕輪迴苦、害怕輪迴流轉，由此出離心的推動而去修行，修行的動機都是源於希求脫離輪迴之出離心，這是非常重要的！因為若不能對輪迴生起真實的出離心，那大悲心、菩提心等亦皆不可能生起。

《廣論》觀待所化而區分有下士道、中士道、上士道，此中，最後學習上士道就是學習菩薩道，因此，如果沒有透由學習下士道、中士道，也就無能了解苦的體性，也就無能產生出離心，進一步而言，也無能產生任運真實的悲，更不用說菩提心。那麼，唯有在了解輪迴苦的行相、體性之後，才會欲求修習脫離輪迴苦的方法，由此才能產生欲求遠離輪迴的希求解脫之心。當此出離心經由修習、串習而生起，以小乘道來說，就是進入小乘資糧道；以大乘道來說，經由出離心的生起——修習生起共中士道之量，就是能引生大悲、菩提心的前因。宗大師在《廣論》卷 3 中提到：

佛初發心，中集資糧，最後現證圓滿正覺，一切皆是為利有情，故所說法一切亦唯為利有情。如是所成有情利義，略有二種，謂現前增上生，及畢竟決定勝。¹⁴

《廣論》是宗喀巴大師（1357-1419）應許多修行者的祈請而著成的，終極目標是要引導學佛的弟子，依次漸修成無上菩提，徹底脫離生死輪迴之苦海，進而幫助一切有情眾生得到圓滿的佛果位。宗大師總攝了三藏十二部、一切佛語的精華扼要，並以阿底峽尊者開示三士道次第的《菩提道炬論》，即《菩提道燈論》，簡稱《道炬論》，以及文殊菩薩所傳的《三主要道》教授，融合為《廣論》的架構。文殊菩薩所傳的《三主要道》教授，即出離心、菩提心、空正見，是將大乘道的核心次第安立出來，使修行者能快速成就大乘。《廣論》將佛法帶給眾生的好處分為兩類：「現前增上生」及「畢竟決定勝」。前者是來生比今生好，一生比一生更好，透過學習佛法，不希求現世的安樂，希求後世的善趣、再得暇滿人身，故能斷惡修善、如理取捨生命諸多的問題，因此得以生生增上；後者則是修證空性、脫離生死，這也是要建立在前者生生增上的基礎上，方能得到究竟解脫果位，小乘的決定勝為阿羅漢果位，大乘的則是一切種智佛果位。為讓各類根機的修行者都能在各自的緣起點上找到下手處，和達到最終離苦得樂的本懷，本論文的研究目的主要有下面 4 項：

1. 主要是以《廣論》三士道總次第的視角，來觀照聲聞佛法與大乘佛法的義理連結，說明三士道次第引導的重要性，和《三主要道》或《聖道三要》修行次第引導的必要性。

2. 以《廣論》為中心，闡述聲聞佛法作為大乘佛法基礎的探究，此分為(1)下、中士道的義理與實踐方法，(2)上士道的義理與實踐方法，(3) 共下、中士道做為上士道引導的基礎，來做說明。在(3)共下、中士道做為上士道引導的基礎上，闡述修學聲聞佛法如何做為大乘佛法的基礎、修學聲聞佛法如何提升到大乘佛法的關鍵、修學聲聞佛法和大乘佛法的空性探究。

3. 對世尊三轉法輪、大乘是否是佛說，做簡要的分析 and 說明。

¹⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 66。

4.希望本論文的研究能對我等欲修行大乘的凡夫在建立正確的知見上，能有所助益和啟發。

故對修行菩提道之道次引導、修學聲聞佛法和大乘佛法的之間的連結和提升關鍵等等做探究和說明，倘若對此有完整認識，進而確立於心中，產生堅固不移的見解，那修行過程就能斷惡修善、生善法欲、發勤精進，也可以避免犯嚴重的謗法罪，造作難以想像的惡業，進而快速盡除修行路上的重重障礙；不論是在高的次第或低的次第，都會歡喜踏實地向上走，高成就者不會輕視低者，初階修行者也不用害怕自己沒路上去，次第雖有高低，僅先來後到而已，終究都能獲致圓滿果位。希望本論文的研究對我等欲修行大乘的凡夫能對大小二乘、三士道次引導、《三主要道》修行次第引導的重要性，能建立正確的知見，策勵我等欲修大乘者如何把握暇身好好修行一出離心、發菩提心趣入大乘、淨除罪障、積聚資糧、實證三主要道，功德增長廣大迴向無盡，有所助益和啟發。

第二節 文獻探討

本節的文獻探討是以當代學者的視角主要是用二個角度來看聲聞佛法與大乘佛法的關係，一是對聲聞佛法和大乘佛法的相關研究來做說明；二是以《廣論》在佛法中的價值地位來做說明。

一是對聲聞佛法和大乘佛法的相關研究來做說明：(一)~(六)。

(一) 王月清的〈論中國佛教倫理思想及其現代意義〉¹⁵

佛教倫理由原始佛教至大乘佛教有一個形成發展過程，不同時期有不同的內容和特色。原始佛教以人生問題為中心，認為人生皆苦，人生處於輪迴苦境是緣於無明和惡業，要解除煩惱、擺脫輪迴，必須勤修佛法、止惡行善。於是，佛教立「諸惡莫作、眾善奉行」為通戒，以規範佛教徒的言行，有關分別善惡的理論及指導修行生活的戒律也因此產生。原始佛教以後的部派佛教時期，作為佛教倫理的重要內容的佛教戒律日趨廣備。大乘佛教產生後，佛教倫理思想更為豐富，自利利他、自覺覺人成為大乘倫理精神的旗幟，以個人修習為中心的「戒定慧」三學被擴充為具有廣泛社會倫理內容的「菩薩行」，亦即大乘六度（布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧）、四攝（布施、愛語、利行、同事）。「眾生度盡方成正覺，地獄不空誓不成佛」，「我當為十方人作橋，令悉踏我上度去」的菩薩人格成為大乘佛教的道德楷模和理想人格，以「慈悲喜捨」四無量心、即世間求解脫成為佛門崇尚的修行解脫路徑。

佛教戒律是圍繞「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教」這一「通戒」的原則建立的。在戒律創建之初，戒和律是有細微分別的，戒是以自發之心守規範，律則含有他律規

¹⁵王月清：〈論中國佛教倫理思想及其現代意義〉，《普門學報》第7期（普門學報社出版，2002年1月）。

範的意思。律在一開始是專為出家人制定，在家信徒不得聽聞。後來，戒律用以泛指佛教為出家、在家信徒制定的一切戒規。佛教的戒規很多，五戒、八戒、十戒、具足戒等，表現了對不同修行層次的僧眾的道德要求。大乘佛教稱此為「聲聞戒」，大乘佛教對之雖也遵循，但另制大乘戒（菩薩戒）予以補充，在中土影響最大的有《梵網經菩薩戒本》、《菩薩地持經戒本》、《瑜伽戒本》。《梵網經菩薩戒本》中強調孝順、放生、戒殺、斷肉食的經文成為佛徒踐行的理據。

戒殺放生茹素的習俗一直影響至今，促進了人們積極的尊重生命的意識、保護環境的意識的形成，會通於當今全球倫理所倡導的「一種非暴力和敬重生命」的理念，為有效地對治全球環境污染、動物滅種、種族爭端、溫室效應等危機提供方略。

(二) 印順導師的〈大乘是佛說論〉¹⁶ 及《初期大乘佛教之起源與開展》¹⁷

印順導師主張不違「大乘是佛說」，實際上有兩重要點必須重視：(1) 〈大乘是佛說論〉所反對的「大乘非佛說」的內容實是——「因大乘非佛親說，故非佛法」的主張，側重強調「大乘是佛法」；(2) 《大乘是佛說論》不是為了闡述「大乘法是佛親說」，而是在論證「大乘法非佛親說，但仍是佛說，故是佛法」的主張。可見，印順導師的論證是從反對錫蘭等小乘修行者所主張的「大乘非佛法」觀點開始的。然而，印順導師所贊同的「大乘是佛說」，卻是基於「大乘非佛親說」的前提的。這種偏離大乘本位的論證從重新定義「佛說」開始。

印順導師對於大乘是佛說之立論，最主要是理的推論運用及大量之文獻依據。所謂理的推論：就是世諦流布中，利用緣起法的「三法印」來抉擇出佛法的真實義。同時也將此法則運用到大乘自身上，從各方面加以考究（如其起源、發展與流布），再以佛法的真義來審核對大乘之考究結果，從而論斷大乘之合法性。至於文獻依據，則是根據大量的初期大乘經典，了解其起源、發展與流布的情形，並以經上定義「佛說」的標準，來論定大乘是佛說。對於初期與後期大乘經之部類區分，近代學者大抵依中國譯經史之前後來推定。但導師除參考早期譯出之經典外，更比對了龍樹論上的引用。¹⁸ 所謂的龍樹論則指：龍樹《大智度論》、《十住毘婆沙論》所引的大乘經，今略加推考，以說明代表初期大乘參考早期所譯出之經典，¹⁹ 比對龍樹論所引用，再加以考察過濾，所得之結果（大約九十部左右）—代表了初期大乘經典，便成了論證大乘之文獻依據。在秉持著「不違反佛法之本，從適應現實中，振興純正的佛法」這樣的理念下，故導師論證大乘，並非為宗派而大乘，而是為抉發並弘揚佛法的真實義。在「大乘是佛說論」中，²⁰ 印順導師從「佛法的表現、佛法的流行、學派的分裂、經論的集出、思潮的遞代、大乘的內容」以及「什麼是初期的大乘經」？八個面向建立「大乘

¹⁶ 釋印順著：〈大乘是佛說論〉，《以佛法研究佛法》（北京：中華書局，2011年）。

¹⁷ 釋印順著：《初期大乘佛教的起源與開展》（新竹縣：正聞出版社，1981年5月出版）。

¹⁸ 釋如源：〈談印順導師對大乘是佛說之判攝要領〉，參見 http://www.fuyan.org.tw/8h/19.htm#_ftn50（參考日期 2017年11月19日）

¹⁹ 釋印順著：《初期大乘佛教的起源與開展》，頁24。

²⁰ 釋印順著：〈大乘是佛說論〉，《以佛法研究佛法》，頁102-133。

是佛說論」，其著述依教證（經典依據）、理證（邏輯推理）證成論義。²¹「使佛法能成為適應時代，有益人類身心的，『人類為本』的佛法。」²²

(三) 聖嚴法師和太虛大師、印順導師的人間佛教運動²³

聖嚴法師在主張：「在三聚淨戒的原則下，如何來考慮菩薩戒的時空適應，而予簡化並且認真實踐」的同時，便進一步的思考。並從日本佛教、藏傳佛教以及《大智度論》等教法中總理出十善戒的重要性。太虛大師是近代提倡十善戒的，印順導師也對十善與菩薩的關聯充分地支持，他說：「對佛有了充分的信解，就得從十善菩薩學起。以菩提心去行十善行，是初學菩薩，叫十善菩薩。十善正行，是以發大悲心為主的菩提心為引導，所以即成為從人到成佛的第一步。」聖嚴法師以十善法為菩薩戒是印漢藏諸大論師的共識，主張將十善律儀與三聚淨戒配合，視為菩薩戒的根本。此為人間佛教「從人間正行廣學菩薩行而成佛」的具體實踐。

印順導師曾描述人間佛教的奉行者是凡夫菩薩，這樣的凡夫菩薩，有兩點特徵：「具煩惱身、悲心增上」的人間佛教凡夫菩薩行者風儀。聖嚴法師弘揚禪法，又堅持弘揚漢傳佛教。從大乘三系的判教來看，應是屬於如來藏系的思想立場。但是，聖嚴法師多次自述，強調自己思想的根本立場是性空唯名的性空論：「佛性如來藏即是空性」，佛性即是空性。

聖嚴法師現在所弘傳的禪學，是屬於如來藏系統的思想，把佛法回歸到緣起性空的原點，不論在修行方法的指導和修行理念的疏通，最基本的立場是所謂的三法印：「無常、無我、寂靜。」三法印、緣起性空，是從根本佛教到大乘佛教一貫的佛教基本立場，聖嚴法師表示，為了解決如來藏是有我或無我的問題，採用層次化的教判方式，來做判定：

(1) 基礎佛法是素樸的《阿含經》所說四聖諦八聖道，是主張無常、苦、無我、空的，並以常、樂、我、淨四法為四顛倒。(2) 初期大乘佛教出現了《般若經》及《中論》，出現了《解深密經》及《唯識》的一系列論書，主張無自性、自性空、三性三無性，乃是由基礎佛法的緣起無常觀的積極開展而來。(3) 後期大乘佛教更出現了真常、真我、真心、真性，即是佛性如來藏的真如觀及法界觀，是以無我的空性為基調，亦是以空義的佛性及無我的如來藏為出發，為了「開引」諸派執我的外道，令使認同佛法、歸向佛法的無我，故說有真常的真我、不真空的佛性如來藏。其實，唯有空性，才是真常不變易的，佛性如來藏，只是空性的異名、假名，乃是為了適應、順應、投合執我外道之所好而設立的。所以《楞伽經》已說，如來藏不即是印度神學的梵我、神我。

²¹釋耀行：〈佛法本義不容歪曲——評〈釋印順佛教研究和佛學思想略觀——從反思的角度看〉〉，《弘誓雙月刊》第 145 期。

²²釋印順著，釋貫藏編：〈契理契機之人間佛教〉，《華雨集第四冊》（台北市：財團法人印順文教基金會，2013 年 6 月），頁 4。

²³聖嚴教育基金會學術研究部：〈聖嚴法師人間淨土思想立場的抉擇〉，《聖嚴研究：第二輯》（台北市：法鼓文化，2011 年 7 月）。

印順導師在〈契機契理的人間佛教〉中，也引《楞伽經》「開引計我諸外道」的觀點，同意人的根性不同，所以佛教確是有許多不同的方法接引眾生向佛法、向聲聞、向佛的解脫道而進修的。只要把握經說「佛性者實非我也，為眾生故說名為我」的原則，釐清並確保如來藏是方便說，而非究竟說的立場，這便可以不失卻「人間佛教」不神化的精神。這就是印順導師思想根源「攝取後期佛教之確當者」的基本原則。印順導師對漢傳佛教的天台宗曾有如此判語謂：中土的天台宗，從龍樹的思想而來，受時代思潮的影響，多少有妙有不空的氣息。但法法畢竟空，法法宛然有，較之他宗，仍與中觀義相近。可見，印順導師對如來藏的發展是有接納成例的。太虛大師以漢傳佛教為依歸，以如來藏為思想根據；印順導師以印度佛教為依歸，以性空為基本根據，兼攝如來藏；聖嚴法師則亦以印度佛教為依歸，以性空為根據，但高度同情如來藏。在取據上雖有差異，但共同的精神則完全相同，均是佛法在人間流傳，利濟人間。

今日所需要的，應該是開出第四期人間化的佛教。而聖嚴法師在被問及〈正確的佛教人生觀〉時說到，²⁴「老實修行，以戒為師」，因為我們都是帶著不完美的身心在人間活動，而以不完美的身心來看這個世界，這個世界絕對是不完美的。雖然如此，我們可以受報的心態接受我們的現實人生，以還願的心態、觀念改善我們的生命，這就是正確的佛教人生觀。受苦受難是受報，救苦救難則是還願。能夠在受苦受難中，還能夠救苦救難，那就是菩薩。以因果的觀念來面對現實，以因緣的觀念來努力以赴。

(四) 莊春江的《學佛的基本認識·大乘菩薩行》²⁵

大乘菩薩的思想，特別注重人我、群體的關係，與今日「人道關懷」的世界潮流吻合，對緣起法也有相對圓滿的發揮，可以說是佛法現代化最有利的機會，是學佛者不可忽視的一環。大乘菩薩行的開展，從經典與法門傳出的時間上來研判，應當是在佛滅三、四百年後才逐漸興起的，再加以大乘菩薩行的某些思想與主張，並不見於傳統第一次與第二次結集出來的經、律之中，可以說是後起而新興的，如此一來，不僅在大乘初興的時代，即使在今日，都還不免有「大乘非佛說」的質疑。到底「大乘」成佛的思想，是不是佛陀時代的教說？如果從歷史文獻來看，傾向於否定答案的可能性是非常高的，最起碼可以確定的是：「大乘」不是佛陀時代的主流思想。

「大乘非佛說」的質疑，不論是在過去或近代，所真正關切的重點，恐怕不是在佛說的與否，而是在否定「大乘是佛法」，因為在傳統上，各部派共傳第一次與第二次結集傳出的經、律當中，就有一部分是佛弟子間相互討論與教授的內容，可見得傳統上，不是只有佛陀的教說，才會被接受為佛法的，即使是佛弟子所說，如果合於「四大教法」（即「四大廣說」、「四大廣演」、「四大處」，後來無著菩薩將之歸納成「佛語有三相」的），合於「三法印」，而能引導人們趣向解脫的，也都被接受為佛法，而收錄在教界共同審定的經、律之中。那麼，

²⁴ 釋聖嚴講授：〈聖嚴法師--正確的佛教人生觀〉(2015年11月17日)。參見 http://dharma-yinlung.blogspot.com/2015/11/blog-post_17.html (參考日期2017年7月1日)

²⁵ 莊春江編著：〈大乘菩薩行〉，《學佛的基本認識》(2001年5月初稿)。

大乘菩薩行是不是佛法呢？我們當然也應以這樣的標準，從菩薩行的實質內容來檢證，而不是在是否為佛陀親口所說上面計較。

大乘菩薩行的特色是：「一切智智相應作意，大悲為首用，無所得而為方便」，也就是說「信願、慈悲、般若」是大乘菩薩行的三大行要。這個「般若」在大乘佛法中是要重於通達「諸法實相」的智慧，而不只是一般世間的智慧而已。「諸法實相」即是指「法性」、「實際」，也就是佛陀所證悟的涅槃。²⁶ 大乘「般若」一辭的深義，應該是與當時所出現一系列《般若經》思想，²⁷ 有密切關連的。《般若經》的思想，以主張「一切法皆空」為大流，以「法空性為涅槃的異名」。²⁸ 所以，如果以初期大乘時期的主流思想來理解，「諸法實相」就是指「一切法皆空」所通達體證，「一切法皆空」就是般若慧，也是大乘佛法所注重的「一實相印」、「一法印」²⁹。

大乘般若一切法皆空的「一法印」，看似與聲聞傳統的「三法印」有衝突，在繼《般若經》思想發展的龍樹菩薩《中論》思想，提出「不依俗諦，不得第一義」的主張，³⁰ 有重新重視現實世俗諦修學的傾向，所以多說「無自性空」。「無自性」的含意，依《中論》〈觀有無品〉前二頌，可以歸納為「非自有、非獨一、非常住」的意思，這樣的內涵，正是《阿含經》以來所常說到的「非我」。所以，不論是《般若經》中常見的「自性空」，還是《中論》裡所主張的《無自性空》，其實都是緣起法的不同偏重詮釋，和《阿含經》中常說的「非我、非我所」，乃至於傳統「三法印」的「無常、無我、涅槃」，都可以說是緣起法的面面觀，差別只在於說明的偏重不同而已。所以，大乘的「一實相印」，與聲聞的「三法印」，實在可以經由緣起、無我來貫穿與統一，兩者間密切相關，並沒有衝突。

(五) 呂澂先生《正覺與出離》³¹

文中揭示了聲聞乘佛法在正覺、出離問題上的狹隘性和局限性，在此基礎上總結了大乘佛法於正覺和出離問題上前後一貫的特點：即(1)大乘佛法探究人生問題，是從全面而非個體的角度出發，因此，大乘佛法雖如聲聞乘一樣強調「業」之作用，但更為強調的是「共業」

²⁶ 『鳩摩羅什所譯「諸法實相」的原語，到底是什麼呢？對這個問題作有體系研究的人，是中村元博士。他舉出「諸法實相」的原語有六種，即：dharmat ā（法性）、sarva-dharma-tathat ā（一切法如此地成立著，即法性）、bh ā ta（實際；法性名實，入處名際，即法性）、dharma-svabh ā va（法的自性，即法性）、prakṛti（自性，亦即法性）、tattvasyalakṣaṇa（是其相，緣起理法）。』摘自《佛光大辭典》第 4998 頁。

²⁷ 「『般若經』的次第集成，雖沒有精確的年代，但可作大略的推斷。原始般若：西元前五 0 年。下品般若除『隨知品』、『常啼品』等四品：西元 50 年。中品般若：西元 150 年。上品般若：西元 200 年」《初期大乘佛教之起源與開展》頁 701，釋印順著。

²⁸ 釋印順著：〈第三章 『般若經』——甚深之一切法空〉，《空之探究》（新竹縣：正聞出版社，2000 年 1 月初版）。

²⁹ 推測「一實相印」的名稱，可能是源於《華嚴經》的「離諸僻見，善觀諸法，得實相印」（大正藏 10·頁 97 中），《法華經》的「我以相嚴身，光明照世間，無量眾所尊，為說實相印」（大正藏 9·頁 8 中），《大智度論》的「佛說三種實法印，廣說則四種，略說則一種」（大正藏 25·頁 223 中）。

³⁰ 「諸佛依二諦，為眾生說法：一以世俗諦，二第一義諦。若人不能知，分別於二諦，則於深佛法，不知真實義。若不依俗諦，不得第一義，不得第一義，則不得涅槃。」《中論》（大正藏 30·頁 33 上）

³¹ 金易明：〈尋覓釋尊的真意——呂澂先生關於佛學基本問題闡述試探〉（2009 年 4 月 11 日）。參見 <http://www.fjdh.cn/wumin/2009/04/23445141111.html>（參考日期 2017 年 12 月 06 日）

之功效，即注重眾生之間的相互影響。這與聲聞乘僅注重個體的人生，其眼界的寬狹自不待評述；(2)大乘佛法雖與聲聞乘佛法一樣注重折伏煩惱，但認為煩惱產生於有情與世間的關係，人生無法避開其所面對的世間一切而獨立存在，所以消極避世是不可能完全做到的，包括悟道在內的一切修行實踐，都必須、而且只能在現實的世間之中進行，在煩惱中與煩惱搏鬥，以達到最終轉化煩惱為無煩惱。這一觀點體現了大乘積極入世、大隱於世的積極的折伏煩惱的態度和方法；(3)厭棄苦迫，是佛法一貫的觀點。大乘雖也同樣厭棄苦，但其與聲聞乘境界上的差別在於，從積極的厭棄中更進而產生無盡的悲心，即惻愴他人之苦而欲救拔的心理。自覺苦而他人卻不覺，自己能解除痛苦而別人卻不能，由此油然而生不忍之惻隱，即為悲心的開端；(4)大乘佛法與聲聞乘佛法，在對待現實世界的態度上可謂迥然相反，大乘佛法並不消極避世，而是積極理解現實世界的實際。所以表現出遵循「依義不依語」的原則，對待佛法及佛陀話語的靈活的、契機契理的運用，以求契合實際而發生真正的智慧，達到概念與實際的統一認識；(5)大乘佛法的悲心和智慧與所處的社會現實有著密切的聯繫，其最為突出的是關注印度社會所存在的種姓之不平等的弊端，適時契理契機地唱響了「一切眾生平等」與「一切眾生悉有佛性」的佛陀本旨，確認眾生在人格上和宗教信仰上的平等性。而此點又恰恰是聲聞乘佛教所不予關心注目的。

由上述五方面可見，大乘佛教自始至終將正覺建立在現實的基礎上，將出離建立在與世間的「俱而不染，即相涉而不相應」的關係上。與世間不相涉，則無法汲取世間的養分，無法紮根于現實的社會，佛教既會成為無本之木，或與世人凡夫無涉的蒼穹玄音，佛法的生命力必將枯竭，更無從談及救拔眾生於苦海的濟世之功能的發揮；但與世間相應，則無法超脫於世間的言說之構想、染相之取著、業惑之系縛。所以，《寶積經》說佛陀如蓮花，出於淤泥而不染於淤泥，充分說明了佛法與世間「相涉而不相應」的關係，非紮根於世間淤泥，蓮花則成無本之木，非出於世間淤泥，蓮花則成有染之物。

(六) 達賴喇嘛的「大乘是佛說」³²

達賴喇嘛在《般若與佛道次第》之〈佛法總綱〉中提到：

佛陀在印度三轉法輪：最初是在鹿野苑，從宣揚解釋四諦開始，初轉「四諦法輪」；之後在靈鷲山講說菩薩藏經，二轉「智慧度(般若)法輪」；然後在廣巖城等處、非固定的地方，三轉和二轉意趣相同的如來藏經及別於般若意趣的第三轉法輪。龍樹菩薩出世前就有人說「大乘非佛說」，後來龍樹菩薩等許多智者成立了「大乘是佛說」的論點。同樣的也有人說，密法不是佛說的，後來也有具量者成立它是佛說的。所以初轉法輪一定是了義經，³³ 有部、經部根本不承認第二轉法輪、第三轉法輪，認為那並不是佛陀說的。

如果當初佛陀在宣說大乘法時，如同宣說四諦法輪的方式，普遍地去宣說的話，那便不

³²達賴喇嘛：〈佛法總綱〉，《般若與佛道次第》(台北市：福智之聲出版社，2004年4月初版)，頁71-73。

³³達賴喇嘛講授：「了義經和不了義經是以所詮的內涵而做區分。如果所詮的內涵是勝義諦，也就是不需要依賴其他詮釋之究竟義、圓滿義，這種經典就叫了義經；如果所詮的內涵是世俗諦，是不究竟義，這種經典就叫不了義經。」參見《覺燈日光》第三冊，頁128-129。

需去證成「大乘是佛說」，也不會有什麼爭議了。之所以一直要去證明「大乘是佛說」，就是由於有這種「大乘非佛說」的爭論。這是因為佛陀在轉大乘法輪--菩薩經藏時，只是針對業清淨的所化機而轉，而非普遍的。如果佛陀沒有宣揚大乘的話，那麼在大乘中所提到的深廣道次第上，所謂的「一切遍智」是可以成辦、達成的，就無法成立了。然而以正理去思惟，觀察大乘典籍中所講述的宗義之建立，則對於所謂的「解脫是可以成辦的、達成的；所謂的一切遍智果位也是可以成辦的、達成的」這點，是能夠獲得具量之定解、定見的。除此之外，光是依照小乘教典中所說的去做的话，是會比較困難的，因為可能多少有些與「道」相違。

西藏仁波切也說過：³⁴ 佛陀初轉法輪是四諦法輪，大家均能了解、成立四諦道理，這是最主要基礎；佛陀在第二次轉法輪時，說的是無性法門，其中提及空性，如何對治最細的無明，必須了解佛陀所說的空性，我們才有辦法成立滅諦的第一個理由，有辦法安立空性便有辦法成立滅諦。所以佛陀二轉無性法輪，是說明佛陀所說的法，有了義及不了義，這第二法輪讓我們體會到，了義及不了義的道理；第三個法輪使我們了解到內心光明的法體，提及我們內心是光明的法體，如果我們有辦法安立這一點的話，就有辦法更進一步領會何謂道諦。佛陀講了這三部分，大都是顯的部分的道理，然後再引空性及內心光明不二的道理，講事部、行部、瑜珈、無上瑜珈最高的密的道理；好比從基礎慢慢上去，越講越高深，這是很好很善巧的方便。第二法輪及第三法輪，均是我們能了解解脫最好的道理，如果我們能了解此二法輪，便能了解解脫了。

因此，大乘菩薩經藏是以小乘典籍中所闡述為基礎，在此之上再做增廣而形成的，所以應對小乘教典中所講述的，都看成是如同大地一般，這些即如同前行、基礎，而後來所產生之一切功效皆是由這塊大地而來的。因此就不能說大乘法和小乘法是沒有關係的，而把它分成個別的兩部或兩類了。此外，在小乘教典中所說的所緣--「四諦十六行相」，以及能去緣這些的道「三十七道品」，以及大乘行者而言，也是全部都要修的，尤其是在聲聞經藏中所講述的別解脫律儀之行持，甚至可以算是教法的基礎和根本，非常重要！

在大乘裡面，可以分成顯教的波羅蜜多乘和密教的金剛乘，又因為有些佛教徒覺得沒有密乘，所以在此也有些爭議。這是由於佛陀在宣說密乘時所針對的是極稀少的所化機，都是業非常清淨的大乘行者的緣故。在「波羅蜜多乘」(顯教)中所講述的道之扼要處，即如同大地一般，這些在密教金剛乘中都是有的，並且對其所要成辦、成就的果，例如對法身、色身這兩個所成，是必須靠著方便、智慧雙修的方法來達成的，而密教正是在完全具足佛教顯教宗義的扼要處之上，具有其更殊勝、高深、廣博的特點。所以這不僅可以證明「大乘是佛說」的，並且是真的能夠產生其深廣的功效的。在西藏的佛法是很圓滿的，是可以利益眾生的，因為小乘、大乘及密乘皆具有。

一般人認為小乘及大乘是不相干，小乘排斥大乘，大乘排斥小乘，這是錯誤的。大乘的修持，先要了解大小乘共同的次第才可以。大乘分顯密二教，一般人不了解以為修密教不要

³⁴達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉。

了解顯教，這也是錯誤的。以大乘法的根本是菩提心，一般有自利希求和他利希求；大乘主要的是他利希求，自利希求是希求無上菩提，要生起無上菩提心之前，要有希求解脫之心，希求解脫心以前，要有四諦的修持，輪迴苦方面的修持；沒有這些修持，則無法生起斷除所知障的斷功德。如果修密法，一定要有菩提心，沒有菩提心是不可能修密法，而且沒有空正見也不行。一般經典宣說的方式，如密教經典提及顯教的基礎，這些是濃縮的解釋，因為學密之前要有顯教基礎。所以大乘、密教中沒有批評說小乘道，顯教中也未廣說，因此這是我們對小乘、大乘、密教均需要去了解的。

二是以《廣論》在佛法中的價值地位來做說明：(七)~(十四)。

(七) 印順導師的《成佛之道》³⁵ 與宗喀巴大師的《菩提道次第廣論》³⁶ 之比觀³⁷

西藏黃教教祖宗喀巴大師根據阿底峽尊者輾轉傳來的三士道的教法，於 1402 年著成《菩提道次第廣論》（以下簡稱《廣論》）。當今佛學泰斗印順導師依據民國年間太虛大師關於五乘共法、三乘共法和大乘特法層次建立的開示，³⁸ 而著成《成佛之道》（以下簡稱《成佛》）。其中，下士道即五乘共法，中士道即三乘共法，上士道便是大乘法。所以《廣論》與《成佛》有許多相同之處，但同中也有異。圓滿含攝一切教法而指示菩薩道之綱要，太虛大師以五乘共法、三乘共法、大乘不共法貫攝全部佛法，這與西藏宗喀巴大師，宗承印度的中觀與瑜伽，以「共下士道」、「共中士道」、「上士道」，而綜貫成佛的菩提道次第，恰好相合。太虛大師講《佛學概要》的時候說出，所以三級者：五乘共法、三乘共法、大乘不共法（亦名大乘法）。可見，《成佛》與《廣論》在能包容全部教法方面是一致的。

儘管二論在融攝全體佛法上具有一致性，但意趣仍有差別：《廣論》以出離心作為一個中心點，以念死作為下士道的入門，又以密法作為更高的歸趣；而《成佛》則以人間常道（追求人天勝樂）為五乘共法之入門，宣導由人生而直趨成佛。《廣論》以「三主要道」出離心、菩提心、清淨見為中心。修出離心者，是以念死為開始的，《成佛·序》中說：「由於佛法的重心在出世，出世是勝過世間一般的意思，這種以二乘為本的傾向，宗喀巴大師也不能免，所以它說的共下士道，把念死作為入道的要門。」《廣論》又把密法作為三士道之上的更高歸趣。以若入密，速能圓滿（福智）二資糧故。太虛大師曾說：「西藏之宗喀巴派，在菩提道次顯教上更安密宗，修學五部教律，於三士道次第為基，上士道之上穩建密宗。」

《成佛》是以人乘正行為入道之初門，開顯由人乘而歸趨佛乘之密要。《成佛·序》中說：「太虛大師深入佛乘，獨具隻眼，揭示了如來出世的真正意趣——教導人類，由人生而直趨佛道。所以著重薰修十善正行，不廢世間資生事業，依人乘正行而趣向佛乘，而不以厭離（念死）為初學的法門。」《成佛》說大乘道的心要是：菩提心、大悲心和法空慧。即是說修一

³⁵釋印順著：《成佛之道》。

³⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》。

³⁷釋如吉：〈《成佛之道》與《菩提道次第廣論》之比觀〉（1998 年 11 月 20 日），參見 <https://www.lama.com.tw/content/edu/data.aspx?id=1179>（參考日期 2017 年 11 月 19 日）

³⁸釋太虛講授：〈我怎樣判攝一切佛法〉，《太虛集》（中國北京市：中國社會科學出版社，1995 年 12 月）。

切法，要與菩提心相應，以慈悲心為上首，以法空慧為方便。有了這三心，一切善行都是大乘法。這三心是大乘的通行，這本是人類的特勝：憶念勝（智），梵行勝（願），堅忍勝（悲）。所以大乘法，本是著重依人乘而直入佛道的，所以也就揭示了：究竟無上的志願——菩提心；普遍平等的同情——慈悲；徹法源底的智慧——空慧，為大乘行必備的通德。因此，大乘法行，就是使人類特勝的德行淨化（俗稱昇華），使它融和進展而到達完成。成佛時，菩提心成法身德，慈悲心成解脫德，法空慧成般若德。如來的三德秘藏，不是別的，只是人生德行的最高完成。所以大乘的真義，實是人生的趨向於究竟，「即人成佛」的法門。

(八) 日常老和尚的《佛法要義（一）》³⁹ 與印順導師的《佛法概論》⁴⁰：

文中提到「三法印」中的「諸法無我」，向前可以延伸到諸行無常，向後可以延伸到涅槃，向上可以延伸到一實相。並且指出諸法中的法，是包括有為與無為二法。其中，有為即三界之內會輪迴生死的；無為即超出有為的聖人之法。因此，存在於世間的凡夫與聖人都具有無我這個特徵。而無我的「無」並非否定，要從無的相對「有」來理解無，即以「緣起有」來認識自性空。最後，作者提出緣是形成苦樂的關鍵，要離苦得樂則需要修行，修行則是根據「三法印」，《廣論》即是「三法印」的內涵開展。「三法印」內涵的開展，在釋印順的《佛法概論》中的〈第十二章、三大理性的統一〉提到，「三法印」的開展，如同大乘中提到的「無常故（無我）空」，一切法為眾緣生，法法平等畢竟空寂，法沒有自性、常住、獨存與實有等性質，這即是空性，經中稱為「法無我」。其中，法無我的「我」與有情執我的「我」，二者對於我的定義相同，都是實在的、常住的與獨存的，但後者的我附入意志的自由性，這是二者的不同之處。

(九) 日常老和尚的《學佛次第十二講（下）》⁴¹ 與達賴喇嘛的《慈悲與智見》⁴²：

無我中的「我」，可以從認識的角度，和一般人都能夠感受的角度來解釋。而「我」也具有三個特徵，如果承認有靈魂，就會認為我可做主，我與外面對立分開的，我是恆常不變的，或是認為我死了就不復存在了的這種斷見。因此，「三法印」中「諸法無我」，是指一切事物是緣起的，是無自性的，所以也稱為「性空」或是「無我」。關於「我」的特徵，在達賴喇嘛的《慈悲與智見》一書中也有相關論述。其中，達賴喇嘛更進一步指出，「我」雖然有上述的特徵，其實是無一真有。根據不同佛教宗派對各個層次之我的不存在，提出各種粗淺的無我到精細的無我主張。依據中觀應成派的主張，我不過是依五蘊假立之名。而且，由於心更加精緻與持續，所以我僅是依相續識假立之名。所以，所謂的無我，是從我的「依存性」而說的。既然是以依存性說自性空，那空就不是虛無的。而且，早期宗派提出我相及我見的主張，都比後期來的粗淺。其相徵是，當心不退轉的確定早期宗派無我的主張時，後期較為精細的無我主張依然可以運作。反之，當確定後期較為精細的無我主張後，較為粗淺

³⁹釋日常講授：〈如何以三法印鑑別正統佛法〉，《佛法要義（一）》（台北市：福智之聲出版社，2002年2月初版），頁03-26。

⁴⁰釋印順著：《佛法概論》（新竹縣：正聞出版社，1998年初版），頁155-165。

⁴¹釋日常講授：《學佛次第十二講（下）》（台北市：財團法人台北市福智佛教基金會，2012年1版），頁02-37。

⁴²達賴喇嘛，施郁芬、廖本聖譯：《慈悲與智見》（台北市：橡樹林出版社，2009年7月），頁181-191。

的我見主張則不可以運作。

(十) 李元光的《宗喀巴大師宗教倫理思想研究》⁴³

李元光先生的《宗喀巴大師宗教倫理思想研究》，主要是敘述宗喀巴大師宗教倫理思想的理論基礎是「三要道」：出離心、菩提心、空性正見。緣起法則即其倫理意義、緣起是萬事萬物的本質和本源、緣起有與法空無自性、諸法無我。故將宗喀巴大師的宗教倫理思想收攝成：一、人生唯苦是修出離心的基礎，二、慈悲利眾是以菩提心普度和拯救眾生，三、善惡倫理(眾善奉行、諸惡莫作)、生態倫理是修行的根本。面對二十一世紀人類文明的危機，對近現代文明進行反思，試圖探索出一條拯救現代文明危機之路。危機主要表現在三個方面：一是人與自然和諧關係的嚴重破壞,不斷遭受來自自然界的報復；二是人自身精神田園的荒蕪、心理失調、道德淪喪；三是各種文明相互激蕩，由此而生的各種戰亂和爭鬥等。循著大師們的這一理軌，把宗喀巴大師的宗教倫理價值觀的思想放在全球倫理(世界倫理、普世倫理；「己所不欲，勿施於人」)的背景下來研討，發現宗喀巴大師的宗教倫理思想，對解決人類文明危機有其獨到之處，期能實現：喚醒人們對自我生存狀態的深刻反思、佛教能成為全球倫理的基礎、醫治人類的心靈創傷，和超越生死圓滿生命，進而實現宇宙人生同天的境界。

宗喀巴大師的宗教倫理，體現了人的終極關懷，他的宇宙大融合的思想特質，首先表現在以緣起性空的智慧觀察宇宙眾生，徹底否定了人類自我中心主義，給“眾生平等一體”以強有力的理論證明，無論從廣度還是深度都遠遠超過了其他宗教。其次，他的宗教倫理思想中所具有的寬容、平等、和平的精神，也有助於實現終極關懷的至上目標——融合；特別是他的「道前修行倫理」和「三士道」修證倫理，能根據眾生的不同特點，建立三個不同層次又互相統一的倫理境界。

(十一) 印順導師的三心思想⁴⁴

印順導師在《契理契機之人間佛教》的書中提到：「人菩薩行的真實形象，以三心為基本；扼要的說，三心是大乘信願——菩提心、大悲心、空性見。」「依三心而修行，一切都是菩薩行。」初修菩薩行的，以三心而行十善為基礎，經說「十善菩薩發大心」。在大乘《空相應經》中，緣起即空性，空性即緣起，空性是真如等異名，不能解說為「無」的。這是依「緣起甚深」而通達「涅槃（寂滅）甚深」了。在菩薩行中，無我我所空，正知緣起而不著相，是極重要的。沒有「無所得為方便」，處處取著，怎麼能成就菩薩的大行！這三者是修菩薩行所必要的，悲心是更為重要！如缺乏悲心，古德傳來的什麼高明修法，什麼法門都與成佛的因行無關的。菩提心，大悲心，空性見——三者是修菩薩行所必備的，切勿高推聖境，要從切近處學習起！如經上說：「未能自度先度他，菩薩於此初發心」。⁴⁵ 所以菩薩是為了利他而自利，從利他中完成自利。為了救濟一切，提出非以無所得為方便，一切智智為目標不

⁴³李元光：《宗喀巴大師宗教倫理思想研究》(四川：巴蜀書社，2006年9月)。

⁴⁴釋印順著：〈契理契機之人間佛教〉，《華雨集第四冊》，頁65。

⁴⁵釋印順著：〈菩薩眾的德行〉，《佛法概論》，頁249。

可。

菩薩的修行六度，出發於三心，歸結於三心，又進修於三心的推移過程中，由立菩提願，動大悲心，得性空見一無所得，這即是無貪、無瞋、無癡三善根的擴展，乃至圓成佛陀的大菩提；也是依法、依世間、依自的德行的完成。所以成佛，即是擴展人生、淨化人生、圓滿究竟的德行，這名為「即人成佛」。印順導師主張在契理及契機的前提下，提倡人間佛教，但是重於《阿含經》據，修人菩薩行的人間佛教，「佛法」與「初期大乘」有良好的啟示。以自己所作而教人的，如『阿含經』說的：如修行十善，那就「自作」、「教他作」、「讚歎（他人）作」、「見（他人）作（而心生）隨喜」，這就是自利利人了。這是弘揚佛法的善巧方便！從自己所知所行而引人學菩薩行，利他的菩薩行是不出離於慧與福。所以從事於或慧或福的利他菩薩行，先應要求自身在佛法中的充實，以三心而行十善為基礎。總之，菩薩發心利他，要站穩自己的腳跟才得！

(十二) 釋如石的〈大乘起源與開展之心理動力〉釋疑⁴⁶

基本上同意 P.Williams 的看法，「大乘起源」目前沒有標準答案。宗教是人類文明表現的一環；不同的宗教，只不過是人類共同的宗教心理因素在不同時空、文化背景下所引發出來不同類型與層次的展現罷了。這種由避苦求樂和求知欲望昇華而成的「追求超越」、「追求圓滿」的宗教心理需求，在中東的時空因緣下形成了猶太教、基督教和回教，而在另一個不同時空的印度文化背景中，則自然促成了婆羅門教和大、小乘佛教。

在關於「菩提道三要」中提到，印順導師的三心思想與宗喀巴大師的三主要道思想的緣由和論證，使得宗大師所著的《廣論》以「出離心、菩提心和空性正見」作為大乘道的菩提道三要，見解獨到、也確實有其必要性。詳如下述。

自從佛法在世間流傳以來，以出離心修習戒定慧，一直是佛陀教法的主要核心。沒有出離三界的心靈動力，解脫道是不可能貫徹始終的。世尊入滅以後，某些悲心深重、具足大乘種姓的佛弟子，因為不能滿足於個人解脫的涅槃境界，基於已經甦醒的「追求超越」、「追求圓滿」的心理需求，嚮往著無上菩提，想要倣效佛陀圓成正覺，廣度眾生。於是，大乘佛法終於在眾緣和合的機運下逐漸形成了。然而，大乘並不是完全異於聲聞乘的另類教法，它是在聲聞教的基礎上建立起來的。雖然解脫不是大乘行者的主要目標，但不貪著三界的基本心態，和實修三學的原理原則卻是共通，不能不一一具備，否則便失去了大乘最根本的基礎。早期的「原始般若」已經顯示，般若思想是從出離的「阿蘭若行者」傳出來的。《小品般若波羅蜜經》也教誨菩薩居士要厭離五欲：「是菩薩若在居家，不染著諸欲。所受諸欲，心生厭離，常懷怖畏。」在彌勒注解《小品般若經》的《現觀莊嚴論》中，甚至連第四、五地菩薩都還須修習有關貪著世法的對治。

印順導師在《成佛之道》中，舉經論為證，成立「大悲心、菩提心和法空慧」為「學佛

⁴⁶釋如石：〈〈大乘起源與開展之心理動力〉釋疑〉(台北市：法光文教基金會，2002年3月)。

三要」，這也是有根據的，同時也提到：太虛大師主張，正法時期，大乘行者是從聲聞乘轉變過來的。⁴⁷ 這一點應該接近事實。西洋學者 P.Harison (1995)、R.A.Ray (1999) 和 G.Schopen (2000) 的研究也一致指出，初期大乘的主流是與出離、禁欲有關的禪修活動。對於這些由聲聞乘轉換跑道而入於大乘的行者而言，堅持「厭離心」其實並不困難；比較困難的，反而是堅持他們向來陌生的「大悲心」和「菩提心」。這兩種大乘心態非常重要，如果培養得不夠堅固，大有退轉成聲聞道的可能，所以不能不特別強調。退墮二乘，是大乘行者最禁忌的「魔事」，所謂：「當來世或有菩薩，捨深般若波羅蜜，反取餘聲聞、辟支佛經，菩薩當知是魔事。」這就是為什麼多數大乘經典只強調「大悲心」，而不強調「出離心」的主要原因了。

由此可見，《廣論》以「出離心、菩提心和空性正見」作為大乘的菩提道三要，的確是頗有見地的。宗喀巴注解過印藏最流行的《大品般若經》釋——《現觀莊嚴論》，也注解過月稱的《入中論》，他不太可能不了解《入中論》說：「大悲心與無二慧、菩提心是佛子因」的道理。⁴⁸ 那麼，他為何會在「三要」中加入「出離心」而去掉「大悲心」呢？

對聲聞乘入於大乘的行者而言，要堅持「厭離心」並不困難，同時《般若經》、《寶鬘論》和《入中論》所說的菩薩三因，本是奠定在「共二乘」的出離心的基礎上的。所以共二乘的「出離心」既是大乘必備的心態，理當把「出離心」列為菩提道必修的「一要」。再者「大悲心」是引生「菩提心」之因；有「菩提心」者，必然具足「大悲心」，但反過來卻不一定成立。既然「菩提心」已經包含了「大悲心」，所以多出來的「大悲心」，便很自然地被宗大師省略掉了，而合成了「菩提道三要」為出離心、菩提心和空性正見。由此可見，《廣論》以「出離心、菩提心和空性正見」作為大乘道的菩提道三要，的確是頗有見地的。宗喀巴大師不只在《廣論》中如此說，在《聖道三要》和《菩提道次第科攝》中，也都是說此三要。

(十三) 連英華的《讀懂《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐：學習廣論一定要知道的解脫道關鍵》⁴⁹ 和〈宗喀巴《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐〉⁵⁰

連英華在《讀懂《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐：學習廣論一定要知道的解脫道關鍵》之〈《菩提道次第廣論》之止觀思想〉，和〈宗喀巴《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐〉的摘述中提到：擬藉對宗喀巴大師所著《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐的研究，嘗試詮解《廣論》止觀之次第論述以駁異導正，確立止觀修學乃吾人安頓身心、解脫生死及成辦無上正等正覺之唯一真實可行。

⁴⁷釋印順著：《成佛之道》，頁 263。

⁴⁸月稱菩薩造，釋法尊譯：《入中論》，頁 1。參見 <http://book.bfn.org/books2/1835.htm> (參考日期 2017 年 12 月 13 日)

⁴⁹連英華：〈《菩提道次第廣論》之止觀思想〉，《讀懂《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐：學習廣論一定要知道的解脫道關鍵》(新北市：大千出版社，2013 年 8 月初版)，頁 115。

⁵⁰連英華：〈宗喀巴《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐〉(台北市：法光文教基金會，2013 如學禪師佛教文化博碩士論文獎學金得獎論文摘述，2014 年 1 月) 參見 <http://enlight.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-BJ013/bj013395608.pdf> (參考日期 2017 年 12 月 16 日)

宗喀巴大師明言《廣論》援引廣行派之教法，意即採用瑜伽行派經論所述修習止觀之法。所以《廣論》在止修之論述部分特別顯見瑜伽行派的思想。然而宗大師是秉持中觀應成派之見為依歸，故舉凡唯識論疏中非中觀應成派所認同之相關說法，其於《廣論》中皆予以排除。例如《廣論》所言之定學修持，源自於印度之中觀學派與瑜伽行派，對於瑜伽行派之相關經論，宗大師僅僅引用其中針對三摩地、奢摩他等禪定修持部份。於〈奢摩他〉篇皆未提及瑜伽行派之「唯識」、「三性」(遍計所執性、依他起性、圓成實性)、「佛三身」(佛法身、佛受用身、佛等流身)、五位道(資糧位、加行位、通達位、修習位、究竟位)等特殊概念，即可明之。由是足見宗大師對中觀學派思想之堅持。所以說廣論「觀」的修習，自始至終完全是中觀的空觀。再者，宗大師未於篇中提出對瑜伽行派有所批判之言論，亦顯示宗大師對於經論之研究與修證，宗大師乃抱持著全面性與客觀性之態度，確實是少數能夠融合理論思想與實踐方法之聖者。

綜覽《廣論》，宗喀巴大師依彌勒教法而修止，依月稱教法而修觀，涵容方便與智慧兩大教授，其無私指導道次第及善知識，助益行者易獲通達以得定解。其於〈奢摩他〉篇，採用唯識觀點論說修習正定之禪修要法，兼顧調伏外緣與清淨內心，俾使行者能消滅煩惱障礙以斷除三有之害。又復於〈毘鉢舍那〉篇，極力重申龍樹菩薩於《中論》所言之教義，以導正當時內外道行者對於修觀之誤謬認知。其展現破邪顯正之強烈意圖，主論唯有仰賴建立於中道正見基礎上之中觀智慧，才能徹底破除實有執著之壞聚見，堅持唯有依循佛陀之正理教法觀察諸法實相，才能獲致通達真實勝義之涅槃。

質言之，「安住修」與「觀察修」兩者於止觀實踐上乃是反覆交替、持續串習的。行者唯有透過了知整體之修習次第，以平等心實踐每一環環相扣之善法而不躐等偏廢，即使學了新法，亦須再度修持舊法，時時刻刻「修彼等時，亦當聰利，令心平等。」⁵¹ 精勤地訓練自己具備勤能修習之力，數數修習「安住修」，使專心一趣地安住於所緣，再藉由「觀察修」智慧以正理思擇破除執取所緣之顛倒妄想，淨修緣起空性、諸法如幻之真如，從而通達「止觀雙運」以證得勝義真實之智見。

(十四) 楊國寬的〈淺論宗喀巴大師止觀思想的特色〉⁵² 和〈宗喀巴止觀實修方法之研究——以《菩提道次第廣論》為主〉⁵³

西藏格魯派開創祖師宗喀巴是一個偉大的思想家，其思想是能掌握時代脈動，切中時弊，對當代社會面臨的困境，提供有效的思想引導，解決並提升心靈的證悟，使人們趨向正信、正見、正行，宗大師的止觀思想正具有這樣的特色。

「止」梵語為 samatha，漢語音譯為「奢摩他」或義譯為「寂止」；「觀」梵語為 vipasyana，

⁵¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 556。

⁵²楊國寬：〈淺論宗喀巴大師止觀思想的特色〉。參見 <http://buddhism.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-AN/an396247.pdf> (參考日期 2017 年 12 月 18 日)

⁵³楊國寬：〈宗喀巴止觀實修方法之研究——以《菩提道次第廣論》為主〉(博論，2015 年 7 月)。參見 <http://hdl.handle.net/11296/ff5g44> (參考日期 2017 年 12 月 18 日)

漢語音譯為「毘鉢舍那」或義譯為「勝觀」。止與觀是佛教的三大主題，其內容依次相當於定與慧。定慧之學，其前提必包含戒學，離開戒而修習定慧止觀之學是不可能的，所以，戒定慧三學是佛道實踐的總綱領，故宗大師主張「三藏未可偏廢，三學必須全修」。戒學是定學、慧學等一切功德的基礎，宗大師目睹當時藏地佛教戒律廢弛，故改戴「黃帽」以示重視傳授戒律的祖師之風，同時強調修學次第，主張循序漸進，先小後大，先顯後密，他的名著《菩提道次第廣論》(以下簡稱《廣論》)、《菩提道次第略論》(以下簡稱《略論》)、《密宗道次第廣論》等即在此前提下產生。

宗大師所處時代，正當我國元末明初，當時薩迦政權腐化，上層僧人位高權重、戒律廢弛、濫修密法，使西藏佛教面臨極大危機。後薩迦政權被帕竹政權取而代之，帕竹政權從第一代即力圖振作，雖然在制度上多所改革，但佛教內部極待一位足以號召西藏佛教各派的領袖出現，宗大師嚴守戒律，學術宏富，志向高遠，頗為符合帕竹政權的期待，故得到第五代帕竹第悉·扎巴堅贊(1374~1432)的極力支持，而最主要仍然是宗大師能夠以中觀正見掃除當時西藏各教派對中觀思想的誤解，重新提出一套供凡夫到成佛穩健的修學之道。其中，止觀思想結合龍樹中觀應成正見及彌勒、無著瑜伽行派廣大行，構成一個全面的修學體系是為關鍵。作者透過文本的解析，釐清若干對於止觀思想的誤解(把空性理解為斷空，認為要盡破一切緣起法才見空性，更嚴重的是全盤否定操守戒行的意義)，提出必須修習止觀的理由，就修行而言，止觀二者缺一不可，就次第而言，止是觀的基礎，應該先修止再進一步修觀。止觀是相輔相成、互相依賴的。對宗大師止觀思想與實踐理趣有進一步的了解，指明一定要依了義經典來尋求正見，而佛陀在經續中授記龍樹能離有無二邊、無誤解釋佛經甚深心要，應當依止龍樹的釋論，才能無誤地了解空性正見。宗大師在《廣論》中引用了《無盡慧經》中的經意：⁵⁴ 凡是宣講世俗、種種字句、有我(於無主宰中顯似主宰)等都屬於不了義經；凡宣講勝義、甚深難見難可通達、顯示空性(無主宰等解脫門)等都屬於了義經。⁵⁵ 作者並考察宗大師在整個佛教止觀思想發展脈絡中，所扮演的角色與定位--「抉擇空性正見」是其毗鉢舍那獨特之處，為其他止觀思想較少觸及。宗大師認為抉擇正見必須認識所破對象的重要性，宗大師說：「若未現起所破總相，則其破彼亦難決定是無顛倒故。」⁵⁶ 宗大師分析盲目破除的情況有兩種：一種是「所破太窄」，一種是「所破太寬」。如果「所破太窄」就會「有所

⁵⁴宗喀巴著，釋法尊譯，《宗喀巴大師集》第4冊《辨了不了義善說藏論》，頁52。

《辨了不了義善說藏論》卷3：「如彼經云：『何等名為了義契經？何等名為不了義契經？若有安立顯示世俗，此等即名不了義經若有安立顯示勝義，此等即名了義契經；若有顯示種種字句，此等即名不了義經。若有顯示甚深難見，難可通達，此等是名了義契經；若有由其種種名言宣說有我，有情，命者，養者，士夫，補特伽羅，意生，儒童，作者，受者，無主宰中顯似主宰，此等名為不了義經。若有顯示空性，無相，無願，無作，無生，不生，無有情，無命者無補特伽羅，無主宰等諸解脫門，此等是名了義契經。此即說名依了義經，不依不了義經。』」

⁵⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷17，頁402。

如《無盡慧經》云：「何等名為了義契經，何等名為不了義經？若有安立顯示世俗，此等即名不了義經；若有安立顯示勝義，此等即名了義契經。若有顯示種種字句，此等即名不了義經；若有顯示甚深難見、難可通達，此等是名了義契經。」

⁵⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷17，頁410。

餘存便墮有邊耽著實事，終久不能解脫三有。」⁵⁷ 意思是說，沒有真正破除該破除的因，自性的執著依然存在而墮入有邊，因而繼續長時流轉於三界之中；如果「所破太寬」就會「失壞因果緣起次第，墮斷滅邊，即由彼見引入惡趣」⁵⁸ 也就是連因果與緣起都不承認而落入斷邊，從而趨向惡趣空而趨向惡趣。這都是沒有正確認識正理所破除的對象所生的過患。

綜觀宗大師止觀思想中的實修方法特色，是融合「中觀見」及「廣大行」二大車軌，特別以「中觀見」做為慧觀抉擇的核心，透過「止觀雙運」之禪修，解明其主張「由凡夫到成佛解脫」的道次第實踐理論，特別闡明如何以慧觀之「見」融入止觀之「行」以達致「修行成佛」的目標。是故宗大師消解對空性的錯誤見解，扭轉西藏佛教衰頹局面，建立注重戒律、次第修行、止觀雙運、顯密圓融之全圓道次第。宗大師根據文殊菩薩開示之出離心、菩提心、空正見三主要道，結合阿底峽尊者《菩提道燈》之道軌依次建立下士、中士、上士之修學次第，連結到止觀並上接密宗道次第，次第井然，先顯後密，顯密圓融，為行者開出一條穩健的成佛之道。

綜合上述可知，本來在佛的時代，並沒有分什麼大乘和小乘，佛法是一味的，只是由於說法的對象不同，所說的内容和境界也有不同罷了。「大乘」不是佛陀時代的主流思想，所以才會有「大乘非佛說」的質疑，眾說紛云，這不論是在過去或近代，所真正關切的重點，恐怕不是在佛說的與否，而是在否定「大乘是佛法」，因為在傳統上，各部派共傳第一次與第二次結集傳出的經、律當中，就有一部分是佛弟子間相互討論與教授的内容，可見得傳統上，不是只有佛陀的教說，才會被接受為佛法的，即使是佛弟子所說，如果合於「四大教法」（即「四大廣說」、「四大廣演」、「四大處」，後來無著菩薩將之歸納成「佛語有三相」的），合於「三法印」，而能引導人們趣向解脫的，也都被接受為佛法，而收錄在教界共同審定的經、律之中。那麼，大乘菩薩行是不是佛法呢？是否也應以這樣同等的標準，即從菩薩行的實質内容來檢查和驗證，而不是在是否為佛陀親口所說上面做計較。因此在撰寫本文時，本人特別期望能夠對於宗大師所著作的《廣論》，在聲聞佛法與大乘佛法的觀點上，所提供引導的佛理及其實踐方法，作進一步的探討，以期能夠契入宗大師心意，為他為自都能開出一條增上的菩提道。

然而宗大師以《廣論》三士道的圓滿道次第架構，可將我們所有的問題做層次上的區分，並提供解決的佛理依據和實踐方法，因為宗大師所提供的理論依據和踐行之法也是以道次第的方式一以貫之的，因此彼此間的理路和修證都有其道之次第的前後關連。亦即，前前次第的佛理和實踐方法，是後後道次第的基礎。前面法類修持紮實，是後面法類修持的良好基礎。所以《廣論》是一部能夠實際幫助各種生命層次的人們解決各種問題的萬法寶典，如果能夠依著《廣論》的角度去思考所有的問題，以緣起性空的智慧觀察宇宙眾生，就可以找得到一條讓眾生走得上去的路，也就是能夠契入宗大師心意的一條路，相信這對於自我法身慧命的提升是會有所助益的，這也是宗喀巴大師造《廣論》之本意，希望提供給一切具善根者都能

⁵⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 17，頁 410。

⁵⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 17，頁 410。

找到恰當的契入點、下手處，但在發展過程中的不同階段，還是會有側重點擺放的巧妙不同，意即不同的修行階段會有不同的法類要專修的，透由多門淨罪集資，逐步踏上成佛的階梯，故這也是師長善知識、宗大師、佛陀對我們眾生不共戴天的功德。基於以上的理由，本文希望能夠從聲聞佛法與大乘佛法的角度上，透過以《廣論》為中心，將其三士道的架構對應到大小二乘的修行上，來說明三士道次第引導的重要性，意即以共下、中士道如何做為上士道引導的基礎上，來說明聲聞佛法做為大乘佛法的基礎的探究有其不共的殊勝之處，以期能對大小二乘、三士道次第引導的重要性建立正確的知見，提供給現代人一個善用暇身依道次第修習佛法的一個參考。

第三節 研究方法

本論文的研究方法，主要是以文獻研究法，根據本論文的研究目的及對聲聞佛法、大乘佛法等的相關課題，透由研閱佛典--《廣論》、《大般若波羅蜜多經》、《大智度論》、《法華經》、《中觀論》、《入行論》等諸多經典、佛學論著及搜尋網路資料等相關文獻資料，做整理、分類、綜合、比較、歸納與分析，從而對聲聞佛法、大乘佛法，以期能正確地了解掌握及做全面之理解。另用思想研究法，根據文獻研究所所得的成果，做歸納演繹、分析推理、綜合論述思想的研究等，進一步解析《廣論》對聲聞佛法作為大乘佛法的基礎，以期建立理論架構與闡明。

本論文所提「以《廣論》為中心」來探究聲聞佛法作為大乘佛法的基礎時，主要的《廣論》文本是以法尊法師所翻譯之《廣論》為主，⁵⁹這也是《廣論》最早的中譯本。因此本論文是以法尊法師的譯本為主，若義理解析有疑惑時，再參考各家註本作為參照、輔助判讀之用。在歷代祖師所著作的道次第教典之中，最具代表性的共有十一部：《廣論》、《菩提道次第略論》(以下簡稱《略論》)⁶⁰、《菩提道次第攝頌》或《四十五攝頌》、《菩提道次第攝受求加持頌》或《三十八攝頌》、《密宗道次第廣論》、《菩提道次第心論》、《菩提道次第淬煉真金》、《菩提道次第善說精髓》、《菩提道次第直授·趣入一切種智速疾道》、《菩提道次第安樂道論》、《菩提道次第文殊口授》。其中為宗喀巴大師所著作的就有六部之多，即《廣論》、《略論》、《菩提道次第攝頌》、《菩提道次第攝受求加持頌》、《密宗道次第廣論》、《菩提道次第心論》。其實宗大師所著的菩提道次第共分三種：廣論、略論與攝頌，因其內容有廣與略的分別。其中，又以《廣論》與《略論》是所有道次第教授的根本，這也是格魯派的重要依據。

在理解《廣論》文義時，直接參閱與《廣論》相關之釋本、註本，計有日常老和尚的《菩

⁵⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》。

⁶⁰宗喀巴大師造，釋如性譯：《菩提道次第略論》(台北市：福智之聲出版社，2012年5月)。

提道次第廣論手抄稿》全二十冊⁶¹，還有巴梭法王、妙音笑大師等所註解之廣論《四家合註入門》⁶²、《菩提道次第廣論四家合註·白話校註集》⁶³，第三世達賴喇嘛的道次第著作《淬煉精金》、祈竹仁波切的《甘露法洋》、達賴喇嘛的《覺燈日光一道次第講授成滿智者所願》全三冊⁶⁴、第一世帕繃喀仁波切開示的《掌中解脫—菩提道次第第二十四天教授》⁶⁵、釋智敏所集的《廣論集註》⁶⁶、弘一大師編的《南山律在家備覽·略編》⁶⁷、連英華的《讀懂《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐：學習廣論一定要知道的解脫道關鍵》⁶⁸、釋淨蓮的《菩提道次第廣論白話注釋》全五冊⁶⁹、劉小儂的《白話《菩提道次第廣論》》⁷⁰，和祈順來、海月《菩提道次第廣論(白話本)》⁷¹ 等等。

文獻研究法被廣泛用於各種學科研究中，其作用有：⁷²

- (一)能了解有關問題的歷史和現狀，幫助確定研究課題。
- (二)能得到現實資料的比較資料。
- (三)有助於了解事物的全貌。

「思想研究法」，是對「思想」進行理解與創造所使用的方法，其方法是運用合理有效的思想方法，以及各種研究方法，從事思想的理解與創造。「思想研究法」應用範圍很廣，任何思想之研究都需要思想研究法，各種學門所使用的研究方法都是某種思想研究法，如：哲學方法、科學方法、史學方法、文獻學方法、社會學方法、心理學方法等。⁷³ 學者吳汝均提出：「思想研究法即是透過哲學概念的分析來把握其思想的一種研究方法，故這種方法所注意的，不是文獻本身的表面意義，而是它背後的哲學內涵。」⁷⁴

思想研究法當中的哲學研究法，是透過哲學概念的分析來把握思想的研究，目的在穿透文獻本身的表面意義，進而直指研究背後的哲學內涵。本論文在研究中進行哲學研究法的透

⁶¹宗喀巴造論，釋法尊譯，釋日常述：《菩提道次第廣論手抄稿》(台北市：圓音有聲出版股份有限公司，2016年初版)。

⁶²宗喀巴造論，巴梭法王、語王堅穩尊者、妙音笑大師、札帝格西合註，哈爾瓦·嘉木樣洛周仁波切講記，釋性柏、釋如行等譯：《四家合註入門 壹》(台北市：福智文化股份有限公司，2016年6月初版)。

⁶³宗喀巴造論，巴梭法王、語王堅穩尊者、妙音笑大師、札帝格西合註，釋法尊譯論，釋如法、釋如密等譯註：《菩提道次第廣論四家合註·白話校註集 1》(台北市：福智文化股份有限公司，2016年6月初版)。

⁶⁴達賴喇嘛：《覺燈日光一道次第講授成滿智者所願》(台北市：商周出版社，2012年初版)。

⁶⁵第一世帕繃喀仁波切：《掌中解脫—菩提道次第第二十四天教授》(台北市：白法螺出版社，2007年再版)。

⁶⁶宗喀巴造論，釋法尊譯，釋智敏集註：《菩提道次第廣論集註》(台北：方廣文化事業有限公司，2014年)。

⁶⁷釋弘一編：《南山律在家備覽·略編》(台北市：福智之聲出版社，2012年3月)。

⁶⁸連英華：《讀懂《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐：學習廣論一定要知道的解脫道關鍵》。

⁶⁹宗喀巴造論，釋法尊譯，釋淨蓮述：《菩提道次第廣論白話注釋》(台北市：財團法人佛陀教育基金會，2011年初版)。

⁷⁰宗喀巴造論，釋法尊譯，劉小儂：《白話《菩提道次第廣論》》(台北市：橡樹林文化，2013年1版)。

⁷¹宗喀巴造論，釋法尊譯，祈順來、海月：《菩提道次第廣論(白話本)》(中國：青海民族出版社，2014年初版)。

⁷²〈論文的研究方法有哪些〉(2012年2月)。參見 <http://ntnumot.blogspot.tw/2012/02/blog-post.html?view=classic> (參考日期 2017年5月17日)。

⁷³王開府：〈思想研究法綜論——以中國哲學為例〉，《國文學報》第27期，1998年6月，頁147-188。

⁷⁴吳汝均：《佛學研究方法論》(上)(台北市：學生書局，1983年)，頁125。

析，首先結合文獻研究法，對文獻表面的文義進行解析之方式，去理解及詮釋《廣論》和《大般若波羅蜜多經》、《大智度論》等原經論點之字義認識，再透由思想研究法當中對哲學概念的分析，解析《廣論》對聲聞佛法作為大乘佛法基礎的思想，做深入的理解與探究，以期達到綜觀、直探思想背後所蘊藏之真義，進而建立實用的理論架構與做闡明。

第四節 論文架構

我們在第一章的緒論裡，第一節已陳述本論文的研究動機主要是為讓各類根機的修行者都能在各自的緣起點上找到下手處，和達到最終離苦得樂的本懷，故本論文的研究目的主要有：(1)主要是以《廣論》三士道總次第的視角，來觀照聲聞佛法與大乘佛法的義理連結。(2)以《廣論》為中心，闡述聲聞佛法作為大乘佛法基礎的探究。(3)對世尊三轉法輪、大乘是否是佛說，做簡要的分析 and 說明。(4)希望本論文研究能對我等欲修行大乘的凡夫建立正確的知見，有所助益和啟發。第二節文獻探討是以當代學者的視角，主要是用二個角度來看聲聞佛法與大乘佛法的關係，(1)是對聲聞佛法和大乘佛法的相關研究來做說明；(2)是以《廣論》在佛法中的價值地位來做說明。第三節是對本論文所採用的研究方法--文獻研究法和思想研究法，做了簡要的說明。第四節是論文架構，現就第二章以後的論文架構簡述如下。

第二章主要敘述從佛教的發展看聲聞佛法與大乘佛法的關係。在第一節敘述從歷史的發展觀點來看聲聞佛法與大乘佛法的演進關係，即佛陀在世時說法四十九年，講經三百餘會，大乘、小乘，南傳佛教、北傳佛教，漢傳佛教、藏傳佛教派別等的發展演進，及中觀、唯識如何受部派佛教的影響來做說明。第二節敘述從判教的觀點來看聲聞佛法與大乘佛法的演進關係。

第三章敘述主要以《廣論》來探討聲聞佛法與大乘佛法的義理連結。第一節就《廣論》的殊勝面--《廣論》三士道的架構，由對三士各自宣說自道圓滿的完整之道，來說明三士道中總攝一切至言之理，有次第的引導眾生由凡夫導向成佛之道。第二節顯示由三士門如次引導的原因。第三節說明道次引導的目的。第四節小結，透由對《廣論》三士道的架構，以道次第的觀點來探討聲聞佛法與大乘佛法的整體義理內涵，及其義理連結關係，收攝在要於《廣論》道總建立發決定解。

第四章以《廣論》三士道的道總次第，說明下、中士道引導到上士道的實踐方法，即是對聲聞佛法和大乘佛法的實踐依序做說明：第一節是下、中士道的實踐方法，第二節是上士道的實踐方法，第三節是共下、中士道做為上士道引導的基礎，即聲聞佛法如何做為大乘佛法的基礎、和聲聞佛法如何提升到大乘佛法的關鍵，和聲聞佛法和大乘佛法的空性，來做說明。第四節小結，收攝在《廣論》三士道的架構，如何實踐聲聞佛法與大乘佛法的義理，並指出聲聞佛法如何提升到大乘佛法的關鍵處，進而對道次引導的重要性，建立正確的知見。

第五章是結論與建議。本論文的結論以《廣論》為中心，說明聲聞佛法作為大乘佛法基礎之探究、殊勝的利益，次用三士道次說明聲聞佛法如何做為大乘佛法的基礎，和修學聲聞佛法如何提升到大乘佛法的關鍵，因此對欲修行大乘的凡夫，若對此建立正確的知見，則修行的過程就能斷惡修善、避免犯嚴重的謗法罪、勸發菩提心，早證菩提佛果位。同樣都是要修行才能有所成就，但由於聲聞乘和大乘的出離心、菩提心所能容納的心量不同，雖都努力修行，乃至因緣成熟時，即可覺悟證果的大小也有天壤之別。努力修行聲聞佛法的，只管自身的修行解脫，至多只能證阿羅漢果；而努力串修大乘佛法的，最終圓滿時是能證佛果成就無上菩提的。



第二章 從佛教的發展看聲聞佛法與大乘佛法的關係

本章依序會從佛教的發展看聲聞佛法與大乘佛法的關係，和來分節說明聲聞佛法和大乘佛法兩者之間的關係。在第一節說明從歷史的發展來看聲聞佛法與大乘佛法的演進關係，即佛陀在世時說法四十九年，講經三百餘會，大乘、小乘，南傳佛教、北傳佛教，漢傳佛教、藏傳佛教派別等的發展演進，及中觀、唯識如何受部派佛教的影響來做說明。第二節說明從判教的觀點來看聲聞佛法和大乘佛法兩者之間的演進關係。

第一節 從歷史的發展觀點來看聲聞佛法與大乘佛法的演進

回溯到二千五百年多年前，即公元前五百多年，釋迦牟尼佛原本是古印度迦毗羅衛國（今尼泊爾境內）的太子，原名為「喬達摩·悉達多」（意為「一切義成就者」），屬刹帝利種姓。父為淨飯王為釋迦族，母為摩耶夫人。在悉達多太子 19 歲時，有感於人世生、老、病、死等諸多苦惱，捨棄優越的王族生活，出家修行。經上說太子在游四門時候，路上所看到的老病死苦，和一個出家修道的比丘種種情景，這都是淨居天人，作瓶天子為了要幫助太子出家成佛，化現出來的，作為助道因緣。30 餘歲於尼連禪河畔菩提樹下體悟「緣起法則」的真理，成正等正覺，遂開啟佛教，弘法 49 年。⁷⁵ 根據古代傳說，世尊 29 歲出家，35 歲成道，之後遊行教化 45 年後，於八十歲入滅；⁷⁶一說遊行教化了近 50 年，主張世尊 19 歲出家，30 歲成道；⁷⁷ 另一說為 32 歲成道，弘法 49 年。悉達多太子成道後，因其父淨飯王為釋迦族，因而被尊稱為釋迦牟尼，義即「釋迦族的聖人」，釋迦是「能仁」義，牟尼是「寂默」義，佛是「覺悟」義；自覺覺他，覺行圓滿名「佛」。所以釋迦牟尼佛的稱謂可以說包含有能仁、能儒、能忍、能覺、能寂等多重意思。

在《轉法輪經》中說，佛成道後於鹿野苑為阿若憍陳如等五比丘三轉法輪，說四聖諦法，以示轉（初轉），教轉（二轉），證轉（三轉），三次宣說，度化五比丘，這時佛、法、僧三寶具足，世間有了佛教。龍樹《十住毘婆沙論》卷 5〈10 除業品〉中也提到：

轉法輪者，說四聖諦義，三轉十二相。是苦諦，是苦集，是苦滅，是至苦滅道，是名一轉四相。是苦諦應知，是苦集應斷，是苦滅應證，是至苦滅道應修，是名第二轉四相。是苦諦知已，是苦集斷已，是苦滅證已，是至苦滅道修已。是名第三轉四相。四相者，四諦中生眼、智、明、覺。有人言：聲聞乘、辟支佛乘、大乘，是名

⁷⁵元·元粹述：《四教儀備釋》（新纂卍續藏 冊 57，No. 977）卷 1，頁 608 下。

《四教儀備釋》卷 1：「如來四十九年說法。」

⁷⁶于凌波著：《原始佛教基本教理的探討》（高雄市：妙林雜誌社，2000 年 8 月初版），頁 3。

⁷⁷平川彰著，莊崑木譯：《印度佛教史》（台北市：商周出版，2002 年 10 月初版），頁 46。

法輪解說。是三乘義，名為轉法輪。⁷⁸

三寶中的佛就是佛陀（稱為 Buddha）；法是苦、集、滅、道四聖諦；僧是憍陳如等五比丘，這也就是最早的僧團。

在印度來說，自僧團成立，歷經發展、演變，到公元後十一世紀末葉佛教滅亡為止，為時約一千五百多年。印度的佛教大致可劃分為原始佛教、部派佛教、初期大乘佛教、後期大乘佛教、秘密大乘佛教(密教)的時代。⁷⁹ 原始佛教，指的是僧團成立至佛陀涅槃後一百一十年，毗舍離結集後，佛教開始分裂以前這一段時間而言。為時大約是自公元前五三〇年，至公元前三七〇年的一百六十年間。⁸⁰ 世尊捨王位、出家修行、體悟真理之後，遊行教化 49 年，⁸¹於公元前四百八十六年，八十歲大般涅槃。佛陀滅度後，僧團由大迦葉領導。大迦葉苦行第一，齒德俱尊，眾無異言。二十年後，大迦葉傳法於阿難。阿難這時已七十多歲，他多聞第一，眾人翕服。這以後，阿難傳法於末田地，末田地傳法於商那和修，商那和修傳法於優婆鞠多。佛經上說：「百年之間，五師相傳，法水一味。」僧團仍然維持著佛陀住世時的教風。但在佛陀滅度後一百一十年的時候，由於毗舍利城比丘的「十事非法諍」事件，導致教團開始了第一次的分裂，分裂為上座部和大眾部。由此為分水嶺，以後佛教所謂的「部派佛教」時代。近代學者稱未分裂前的教團為原始佛教，亦有稱佛陀住世時的教團為根本佛教。而分裂後的佛教，後世稱之為部派佛教。

佛滅後，佛陀成道以來 49 年所說的教說被蒐集起來，稱為「第一結集」(savgiti)，此時彙集「法」(Dhamma)和「律」(Vinaya)。當時雖然已經有文字，但還是以背誦來傳承聖教。「達磨」(教理)在傳承中逐漸整理成經典，彙集而成「經藏」(Sutta-pitaka)；「毗奈耶」(戒律)也經整理彙集而成「律藏」(Vinaya-pitaka)。經藏特別稱為「阿含經」(Agama 傳來)，意為傳承而來的古教。由於這些是靠記誦傳持，因此古來的教法免不了會因傳承者的理解與闡釋而附加、增廣，遭受改變。雖然其中也包含了弟子的解釋，決定將阿含經所包含的基本教理視為「原始佛教教理」。原始佛教的特徵，一言以蔽之，就是極具理性。例如《法句經》說：「世間諸怨事，不能以怨止；唯捨怨、止怨，乃萬古常法。」(Dhammapada 5)，除了道德規範外，還包含著切斷現實迷惑的理性洞察。⁸²

自古都將佛陀成道稱為「降魔成道」，即降伏惡魔後到開悟。惡魔是死神，也是欲望主宰者；而如果說開悟是克服死的恐怖、斷除欲望、獲得精神自由的話，那麼自然就只有處於開悟之中，才會和最厲害的惡魔奮戰。所以這其實是佛陀心中的交戰。世尊成道時已經降伏了惡魔，但是其後惡魔並非再也沒有出現過。開悟後，惡魔還是屢屢現身，試著誘惑佛陀。人間的佛陀無可倖免於食欲、睡眠、疾病等欲望、痛苦，但是這種惡魔的誘惑，佛陀一直都能

⁷⁸龍樹菩薩造，後秦·鳩摩羅什譯：〈10 除業品〉，《十住毘婆沙論》(大正藏 冊 26, No. 1521)，頁 45 下。

⁷⁹莊崑木譯：《印度佛教史》，頁 29。

⁸⁰于凌波著：《原始佛教基本教理的探討》，頁 3。

⁸¹元·元粹述：《四教儀備釋》卷 1，頁 608 下。

《四教儀備釋》卷 1：「如來四十九年說法。」

⁸²莊崑木譯：《印度佛教史》，頁 56。

擊退。

佛陀成道時證悟了什麼？這是極重要的問題。關於這一點，《阿含經》（Agama）有種種說明，宇井博士提出當中的十五種不同說法，⁸³ 其中大多是以依四諦說開悟、依悟十二因緣成佛，以及依四禪、三明而開悟等說法。但四諦說具有針對其他方面說法的形式，似乎難以將之視為成道內觀的原始形態。其次的十二因緣是緣起說的完成形式，其他還有更為簡樸的緣起說，因此應該不是原始的說法；但要注意的是，這個說法已經具備了成道內觀的形態了。正如宇井博士所說，第三的四禪、三明是成立較晚的教說；而且三明（三種智慧）最後的「漏盡明」和四諦說的內容相同。並且可以看出，緣起說與四諦說的思想具有共通點。亦即四諦、十二緣起、三明的內容有共通性。此外，在其他的說法中說，佛陀「悟了法」。佛陀開悟後，曾於樹下作如是思惟：「無可尊敬者，無可恭敬者，是苦。然觀此世間，於具足戒、定、慧、解脫、解脫知見，無有勝我者，是故我寧於自所悟法，尊敬、恭敬而安住。」。按其意義，四諦和緣起都是「法」；此「法」究竟代表什麼意思，可以從整個原始佛教的教理去探究、理解。因此似乎可以說，佛陀開悟的內容，可以從檢討原始佛教的根本思想來推斷。也就是說，佛陀悟了「法」，其內容可以從整個原始經典去推測得知的。

現在世界各地所傳的佛法，雖然目標與修行、儀式，有相當大的差距，但大體的說，都是從印度傳來的，因時地演化而形成的。印度的佛教，從西元前五世紀，釋尊成佛說法而開始，流傳到西元十二世紀而滅亡。從印度佛教的興起、發展而終於衰亡，印順導師把它劃分為：佛法、大乘佛法和秘密大乘佛法；這也就是聲聞四諦乘、菩薩波羅蜜乘、如來金剛（陀羅尼）乘。印順導師早期《印度之佛教》⁸⁴，⁸⁵和平川彰教授《印度佛教史》⁸⁶的著作中，將一千五百年的印度佛教思想史的變遷分為：

一、「聲聞為本之解脫同歸」，一般稱為原始佛教時期，指世尊在世，直至佛滅百年頃的一味佛教。特色是以聲聞為主的，也就是修聲聞行。主要以闡釋佛陀思想，藉由敘述佛陀的傳記與教團的成立，如本節上面所述的，呈現出原始佛教的情形。

二、「菩薩傾向之聲聞分流」，這就是部派佛教時期。原始佛教教團於佛滅百餘年後，分裂為上座部與大眾部，接著兩者又發生枝末分裂，進入了所謂的部派佛教時代。聲聞部派的所以分流，主要是釋尊前生的事跡，以「本生」、「譬喻」、「因緣」而流傳出來，也就是佛的因行—菩薩大行的成立。大眾部分出的部派，思想接近大乘，如被稱為「諸法但名宗」的一說部，與『般若』法門的「性空唯名」，是非常接近的，這是從聲聞為本的「佛法」，進展到「大乘佛法」的過程。從教理的立場來看，部派佛教被稱為阿毗達磨（論藏）佛教，與原始佛教的性質大不相同；因此區分為原始佛教與部派佛教。往後部派佛教還繼續存在一千年，

⁸³宇井伯壽：〈阿含 成立に関する考察〉，《印度哲學研究》第三・394 頁以下，49 頁。

⁸⁴釋印順著：〈契理契機之人間佛教〉，《華雨集第四冊》，頁 6-9。

⁸⁵釋超定：〈聲聞佛法與方等大乘〉（2000 年 10 月），參見 <https://yinshun.org/Enlightenment/2000/2000nov/2000nov1.htm> (參考日期 2017 年 5 月 17 日)

⁸⁶莊崑木譯：《印度佛教史》，頁 29-31。

其獨特教理的擴大，完成於最初三、四百年左右，當時約西元前後三百年。一般都說部派佛教共有十八部或二十部，但是實際上也許還有更多，而且這些部派的成立時間也不盡相同。部派佛教的教理，主要是錫蘭上座部與說一切有部，其他部派的教理只能知道其中一部分。至於經量部與正量部到了西元以後，成為十分盛大的部派，雖然好像也發展出完善的教理，但無從得知這些教理的詳細內容。總之，部派佛教存在了一千年以上，西元六七一年，義淨到達印度時，上座部、有部、正量部、大眾部等，都還很興盛。其後逐漸融入大乘佛教中，一起走向密教化，但並不清楚這時候部派佛教的實際情況。

三、「菩薩為本之大小兼暢」，從佛滅四世紀至七世紀是初期大乘佛法時代，龍樹性空大乘發揚的時代，所以以義理來說，初期大乘時代是「性空唯名論」、說一切法自性空、一切皆空說，是起源於南印度而流傳北方的。特色是以菩薩為主的，也就是修菩薩行。西元前後，與此部派佛教同時的，是新興的大乘佛教，這也可能是在西元前一世紀時，就已經有大乘經典的存在了。大乘佛教極力主張空的思想，這一點與阿毗達磨佛教大異其趣。空的思想業已存在於原始佛教，不過大乘佛教特別強調這一點。而且大乘佛教進而不站在學生的立場學習佛教，而是仰慕佛陀的行跡，主張想與佛陀站在同樣的立場去救度眾生。大乘佛教稱部派佛教為「聲聞乘」，聲聞有「弟子」的意思；因此大乘佛教就是從學習立場轉換為教導立場的佛教。所以大乘佛教採用稱呼佛陀修行階段的「菩薩」（求開悟者）來稱呼自己，並稱自己的教法為「菩薩乘」。此一聲聞乘與菩薩乘的對立，之後演變成小乘與大乘的對立。總之如此一來，從西元前一世紀左右起，許多大乘經典就由無名的菩薩所完成。一般認為，這段期間是自西元前至西元後的兩百年。

四、「如來傾向之菩薩分流」，從佛元七世紀至千年頃，大乘各教派興起是後期大乘佛法時代。以義理來說，後期大乘時代是萬法唯心說，有「虛妄唯識論」和「真常唯心論」。西元三、四世紀間興起的「虛妄唯識論」，是淵源於北方的。真常之「如來藏，我，自性清淨心」法門，融攝「虛妄唯識」而成於中（南）印度，完成「真常唯心論」的思想體系，如《楞伽》與《密嚴經》。後期大乘講真常本有的「如來藏，我，自性清淨心」，是起源於南印度而流傳北方的。在此時興起於西元二世紀後的中觀派思想、及其後興起的瑜伽行派——唯識思想、以及與之同時出現的如來藏思想等，接著還繼續發展成因明學。中觀派後來分裂為自續派(自立論證派)與應成派(歸謬論證派)，然後這兩派又與瑜伽行派結合，形成瑜伽中觀派等。於是中觀派或瑜伽行派的論師，同時也逐漸變成是密教的論師。但是在六、七世紀盛行、蓬勃發展的密教與後期大乘佛教之間的關係，就不甚了知了。

五、「如來為本之天佛一如」，佛元千年後，至佛教在印度滅亡的六百年，秘密大乘佛法為主流的時代。特色是以如來為主的，也就是修如來行。後期大乘時代的「真常唯心論」是佛德本有論，正是「秘密大乘」的理論基礎：眾生本有如來功德，才有成立即生成佛之「易行乘」的可能。密教的區隔方式是自稱為「密教」，並稱之前的大乘佛教為「顯教」，因此很明顯地，密教與大乘佛教是性質不同的。以思想的主流來說，如「大乘佛法」時期，「部派佛教」也還在發展中；「秘密大乘佛法」時期，「大乘佛法」也還在宏傳，只是已退居旁流了！

以下就各個層面來對大乘、小乘的相關論述做說明。佛陀(生於周昭王二十四年四月八日，於周穆王五十三年二月十五日涅槃)⁸⁷八十歲入滅，曾經為大眾講經說法四十九年，講經三百餘會，其究竟的意義在於破除我、法二執。我執是主觀的我，法執是客觀的宇宙。換言之，佛法的內容無非是剖釋人生即我，宇宙即我們所賴以生存的環境真相的法則。佛法認為，如果能認識到法與我的真相，就不會為自我和客觀環境所困惑，即可很快地轉迷成悟，從而離苦得樂，得到徹底的解脫。其實佛陀所說的「法」，即是宇宙的自然法則，是宇宙本有，並非似其他宗教所描述由某種神靈創造出來的。佛常說：「法本如是」，意指他說的法，在自然法則上本是如此，恰巧為釋迦牟尼佛至高無上的智慧所發現。佛發現了人生宇宙的奧秘，自然而然解脫成了「覺者」，佛並不因此獨善其身，轉而發願把這奧秘向眾生宣說，希望眾生依循教法學習修持，即可洞明奧秘，成為覺者，這就是世尊說法的本意。聖嚴法師在其著作《正信的佛教》中談及〈什麼叫作大乘和小乘？〉時提到，⁸⁸ 在佛陀的時代並沒有分什麼大乘(梵語：Mahāyāna)和小乘(梵語：Hīnayāna)，佛法是一味的，祇是由於說法的對象不同，所說的內容和境界也有不同罷了。佛陀對根器淺薄的聽眾，說做人的根本道理，持五戒，修十善，稱為人天乘；對於厭世觀念很濃的人，便說解脫生死的方法，稱為聲聞的小乘；對於根器深厚而有悲願化世的聽眾，便是菩薩的大乘。事實上，佛法共分五乘：人乘、天乘、聲聞乘、獨覺乘、菩薩乘。修上品五戒十善的生天，中品五戒十善的生人，綜合五戒十善，稱為人天道；聲聞是由於聽法修行而解脫生死的，獨覺是不由聽法、無師自覺而得解脫生死的，綜合聲聞獨覺，稱為解脫道；菩薩道是既求取解脫道而又不捨人天行的一種法門，所以大乘的菩薩道是解脫道與人天道的綜合。僅在人天道中修持五戒十善的人，尚是凡夫。證了解脫道，不再受生死的人才是聖人，因他們只顧自己乘著佛法而得解脫、只求「自我解脫」，不願回過頭來救度其他的眾生，所以稱為小乘(梵語：Hīnayāna)。菩薩是上求無上佛道而自己解脫生死，下化無量眾生而同離生死苦海，所以稱為大乘(梵語：Mahāyāna)。「乘」是指運載工具。大乘佛教能運載無數眾生從生死苦海的此岸到達涅槃究竟快樂境界之彼岸，救渡一切眾生真正離苦得樂、成佛。

佛教，在佛陀入滅之後約三、四百年之間，由於佛教內部的意見不同，所以分成兩大派系，年長而保守的一派稱為上座部，年輕而新進的一派稱大眾部。後來上座部的，向南傳，傳至錫蘭，他們多以印度南方的方言巴利語記錄經典，所以後來稱為巴利語系的佛教，另一派大眾部向北傳，雖沒有直接產生大乘佛教，但大乘佛教的產生，卻在大眾部盛行的區域。這是就大致上的區分，其實，從佛教的史蹟考察，最先傳至南方如錫、緬等地的，倒是梵文的大乘佛教，所以最先由海路傳入中國的南方佛教，便是大乘系的。至於向北方傳，便是小乘佛教的勢力範圍了。從佛教的分佈來說，通常說北傳的梵文系佛教--以中國為中心而至日本、韓國、蒙、藏的佛教，是大乘佛教；南傳的巴利文系佛教——以錫蘭為中心而至泰、緬

⁸⁷釋衍論：〈轉法輪〉，《指月集轉法輪》。參見 <http://www.masterhinlun.com.hk/Sakyamuni-2.htm> (參考日期 2017年6月6日)

⁸⁸釋聖嚴法師著：《正信的佛教-什麼叫作大乘和小乘？》(台北市：法鼓文化出版，2015年12月)。

等國的佛教是小乘佛教。其實，這是出於北傳佛教徒的區分法，南傳佛教徒根本否認這種區分法的正確性，因在《根本有部律》卷四十五及《雜阿含》二八·七六九均有大乘之名，那是指八正道的修持者；《雜阿含》二六·六〇四以行四攝法為大士，《增一阿含》卷十九明白載有大乘的六度。除了理論境界上的發揮，北傳佛教，超過了南傳佛教，在佛教生活的實踐上，北傳地區未必全是大乘的，南傳地區也未必全是小乘的。大乘佛教的源頭，是在釋迦世尊的時代，但在佛滅之後，很少受到比丘僧團的重視和弘揚，這段暗流一直流了四、五百年，才因部派佛教的紛歧複雜而有大乘佛教起而代興的時代要求，先後有馬鳴、龍樹、無著、世親等的蒐集整理與弘揚發揮，才產生了大乘佛教，這是以印度古代雅語梵文記錄的，所以稱為梵文系佛教。

大乘教徒所稱的「小乘」，從《大智度論》等看來，其中所破斥的似乎專指毗婆沙師，亦即說一切有部。在法顯的《佛國記》裡，將印度佛教分成大乘、小乘、大小兼學三者，將此與玄奘大師的《大唐西域記》比較，法顯似乎將部派佛教全體理解為小乘佛教。其實在法顯的《佛國記》中很好地記載了從西域至印度本土其時佛法流傳之多樣性，有崇小乘者、有尚大乘者，更有大小乘並行者，讓我們感受到文化演進中的多元性與區域性特徵，並沒有我們後來有所謂的大乘優於小乘之看法，而是因應在地的適應性。

玄奘《西域記》中的理解也和法顯一樣，他稱有部為「小乘教說一切有部」，稱正量部為「小乘正量部法」，稱大眾部系的說出世部為「小乘說出世部」等，都冠上「小乘」的名號，但有五處提到錫蘭上座部及其系統的上座部時，使用「大乘上座部」⁸⁹的語詞。所以玄奘似乎沒有把所有的部派佛教都視為小乘。不過只將大眾部系的說出世部冠以「小乘」一事，顯示大眾部系也被包括在小乘的範疇內。但說出世部的佛傳《大事》中，有許多具有大乘精神的思想。在義淨的《南海寄歸內法傳》中，也沒有明確區分大、小乘。首先，在日常衣食住的生活形式方面，因為大乘和小乘的出家者都受持律藏的戒律，過著三衣一鉢的生活，所以看不出大小之別；此外大小乘同樣修持四諦，只是「禮拜菩薩，讀大乘經者」，即是大乘，否則為小乘。而且雖說是大乘，也只提到中觀（*Madhyamika*）和瑜伽（*Yogacara* 瑜伽行派）兩派。⁹⁰

大體而言，可以認為以有部為中心的部派佛教被稱為「小乘」。「菩薩乘（*Bodhisattvayana*）和聲聞乘（*Wravakayana*）」的用語，若和大乘、小乘的用語比起來，那是更早的了。此菩薩乘成為大乘，聲聞乘的稱呼變成小乘，然而此聲聞乘也可視為是指部派佛教。大乘、小乘的「乘」（*yana*）是就教理而言。經由實踐教法，能夠從迷惑的此岸渡到覺悟的彼岸，所以把教義比喻為交通工具。大乘佛教和部派佛教在教理有不少歧異之處，但對立為大、小來稱呼的根本理由，大抵是自利和利他的差別。大乘佛教是「經由救濟他人，自己也被救」的自利利他圓滿之教，大乘所說的六波羅蜜的修行，顯示出如果沒有利他而自利的話，就不成立；這是由於相依而成立的緣起世界的道理。相對於此，有部和上座部的教理是以個人斷煩惱得解

⁸⁹ 莊崑木譯：《印度佛教史》，頁 217。

⁹⁰ 莊崑木譯：《印度佛教史》，頁 217。

脫為修行目的；然而如果得到解脫，認為「應作已盡」，唯有入涅槃，但並沒有把救濟眾生一事，視為完成修行的必要條件，即使自己得到解脫，也不用出來救濟眾生。這是因為聲聞乘是「弟子佛教」，全然依他人學習，沒有從學習的立場轉換為教導的立場。所謂聲聞，就是「學習者」的意思，同時也和部派佛教在解釋緣起時，把相依的法理解為固定的、孤立的（有自性）有關。

中國佛教之傳入，是在東漢時代，相當於耶穌紀元的初期。中國的佛教典籍，多是由梵文原本轉譯成的。中國的佛教，後來雖然盛行大乘，小乘的經論也譯得很多，重要的小乘佛典，中國都有譯本。經過魏晉南北朝而至隋唐的階段，乃是中國佛教的黃金時代，高僧輩出，中印交流也頻繁不絕。在那個階段，中國的佛教開了花也結了果，小乘大乘，一共開出十三個宗派，漸漸又被融攝為八個大乘宗派，那便是大名鼎鼎的天臺宗、華嚴宗、三論宗、唯識宗、淨土宗、律宗、禪宗、密宗。到了五代以後，由於政治的摧殘，以及社會環境的驅使，佛教便離開文化中心，進入山林之間，僧人自耕自食，義理的研究用不著了，所以只有不立文字教外別傳的禪宗，一枝獨秀。清末以來，總算由於楊仁山居士的振作，太虛大師的倡導，以及印光、弘一、虛雲等幾位大師和歐陽竟無（漸）等的弘化，中國的佛教，已略有了轉機，唯因百廢待舉，舉不勝舉，故到目前臺灣的佛教為止，應革應興的佛教事業，尚在娃娃學步的階段。事實上，天臺、華嚴的思想架構，也多出於中國高僧的自悟境界，在印度的佛教思想方面，並沒有足夠的依據。因此，中國真正的大乘精神，從未普及到民間，更說不上成為中國民間生活信仰的依歸了。所以也有人說：中國的佛教乃是大乘的思想、小乘的行為。⁹¹ 1940年，太虛大師訪問南洋回來後提出一個觀察：南方的教理是小乘，行為是大乘。中國則教理是大乘的最大乘，行為則實是小乘。所以太虛大師這麼說：「中國佛教所說的是大乘理論，但卻不能把他實踐起來。」⁹² 因此佛滅度之後的印度佛教，從大勢上說，可分為三個時期：

第一期是從佛滅後到三、四百年階段，是上座部佛教，以今日的錫蘭等地為代表。

第二期是從佛滅後三、四百年到五、六百年階段，發展了大乘的顯教，以今日的中、日等地為代表。

第三期是至佛滅後九百或一千年階段，開出了大乘密教，以今日的西藏為代表。

所謂顯教，是偏重於義理的研究闡述；所謂密教，是偏重於儀軌的遵行、咒文的持誦，特別信仰神力的加持。如果換一種方式來說明，那麼，第一期是聲聞化的佛教，第二期是菩薩化的佛教，第三期是天神化的佛教。

因此，佛教派別若以地理位置劃分，最初為南傳佛教和北傳佛教兩支，如圖 2.1 所示。

⁹¹聖嚴法師著：《正信的佛教-什麼叫作大乘和小乘？》。

⁹²聖嚴教育基金會學術研究部：〈聖嚴法師人間淨土思想立場的抉擇〉，《聖嚴研究：第二輯》。

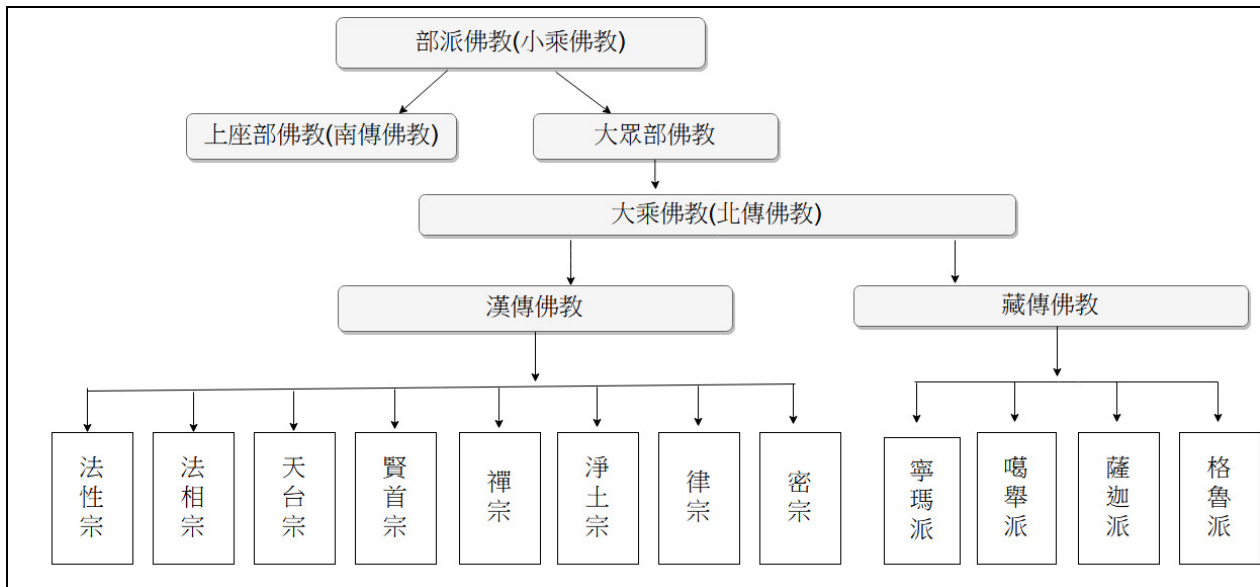


圖 2.1：佛教派別的分類圖

南傳佛教由古印度向南方傳播到斯里蘭卡、東南亞以及中國雲南等地以上座部佛教為主的流傳，被稱為「南傳佛教」，其經典多為巴利文所寫，現在流行於斯里蘭卡、緬甸、泰國、柬埔寨、寮國等地。北傳佛教主要由北方經絲綢之路向中亞、中國、朝鮮半島以及日本等國傳播，其經典多為梵文、各種中亞文字和中文。自藏傳佛教出現後，南傳、北傳佛教兩支的劃分漸漸退出，取而代之的是小乘佛教與大乘佛教，這是按教理劃分。小乘佛教的主要傳承者是「南傳佛教」，從教法傳統言，它屬於根本上座部一系，是佛教中迄今尚存部派中最古老的一支，因其學說最接近原始佛教，故向來以純正著稱，主要流傳於泰國、緬甸、斯里蘭卡、印度以南、柬埔寨、寮國等地。大乘佛教的主要傳承者是「北傳佛教」，其中的漢傳佛教流傳於印度以北、中國、不丹、錫金、尼泊爾、喀什米爾、越南、台灣、日本、韓國等地。晚期大乘佛教則傳入西藏和蒙古等地，成為藏傳佛教中的主要元素。漢傳佛教與藏傳佛教都屬於大乘佛教，主要流傳於中國、日本、朝鮮、越南、台灣、尼泊爾、西藏、蒙古、俄羅斯等地。小乘佛教一般是指稱聲聞乘佛教（梵語：Śrāvakayāna）、緣覺乘（梵語：Pratyekabuddha-yāna），因被認為小乘是包含貶義的，這在學者及佛教徒之間，是長期存有爭議的，因此部分現代學者改稱呼為南傳上座部佛教。甚而在 1950 年召開的世界佛教徒聯誼會明確規定對南傳佛教的稱呼，無論在西方或東方統一稱「南傳佛教」或「上座部佛教」或「巴利語佛教」，而不要再使用小乘的說法。⁹³ 有別於藏傳佛教之顯密並重，漢傳佛教即在過去中國佛教出現過許多派別，以顯宗為多，主要有八個大乘宗派（性、相、台、賢、禪、淨、律、密）和兩個小乘宗派（成實宗和俱舍宗）。其中大乘的八個宗派流傳較廣、影響較大，這就是通常所說的八大宗派。一是法性宗，又名三論宗。二是法相宗，又名瑜伽宗。三是天台宗。四是賢首宗，又名華嚴

⁹³ 〈關於禁止把南傳佛教稱為小乘佛教的提案〉（2009 年 2 月 23 日）。參見 <https://read01.com/jPzxnL.html>（參考日期 2018 年 1 月 13 日）

宗。五是禪宗。六是淨土宗。七是律宗。八是密宗，又名真言宗。其中傳至中國的性、相、律、密等宗，為承傳印度之宗派；台、賢、禪、淨等宗，則為創立之宗派，這本是「初期大乘」的方便道的思想，依印度佛教思想史來看，是屬於「後期大乘」的。藏傳佛教主要有寧瑪派(紅教)、噶舉派(白教)、薩迦派(花教)、格魯派(黃教)。究竟來說各宗派，都是趨向於無上佛陀的覺悟法海之中。

西元前後，釋迦牟尼佛圓寂後約百年時間，佛教徒中的一些人對教義、教規的理解發生了分歧，形成了上座部、大眾部兩大部派。隨後這兩大部派又不斷發生分化。大乘佛教就是從佛教部派的分化中產生的。佛教於公元一世紀左右進入「大乘佛法」時代，然依「佛法」而演化分裂的部派佛教，⁹⁴ 雖有興盛或衰落的不同，但還是存在的，還在弘揚發展中，這可從(西元五世紀初)法顯、(七世紀前半)玄奘、(七世紀後半)義淨等的見聞而知道的。部派佛教以寺院(附有塔、像)為中心，僧眾過著團體的生活。經長期的教化，適應不同地區的部派，擁有寺產、或有眾多的淨人，形成了相當穩定的教區。「大乘佛法」興起，無論是悲智的「難行道」，信願的「易行道」，都不可能完全取而代之。由於大乘重於「法」的闡揚，所以大乘的出家者，不能不先在部派的寺院中出家(受戒)。部派佛教的存在，不一定障礙大乘，從現實的大乘佛教來說，等於是大乘出家的先修階段。傳承「佛法」的部派佛教，經中多稱之為聲聞乘(梵語：Śrāvakayāna)；聲聞(梵語：Śrāvaka)，是從「多聞聖弟子」，因為是從佛親聞教法，聞佛聲教而來的名詞故稱為聲聞乘，以成為阿羅漢為最高的終極目標。由於部分傳統的部派，否定大乘是佛說，大乘者也就反斥「佛法」為小乘，此則含有輕蔑、貶抑的意義。「後期大乘」論師，弘揚不共聲聞，「佛法」本來所沒有(或恰好相反)的佛法，在互相論諍中，更多用「小乘」一詞。因此「小乘」就被當成是情緒化的對抗名詞，若以此來說，那不如就將之稱為聲聞乘要來得好些，也免得有諸多的爭議！

總之，大乘佛教思想大約是在公元 1-2 世紀發展出來的。針對部派佛教發展到後期過於理論化和教條化，大乘佛教提出了「探求佛陀的本懷，放棄枝末問題」的原則。有大乘佛教人士認為「部派佛教是保守的分析的學問佛教，大乘佛教是開放的、原則的生活佛教」。但是部派佛教信徒的對大乘的觀點則持有異議，繼續堅持著自己的傳統。聖嚴法師曾為解決如來藏是有我或無我的問題，提出採用層次化的教判方式來做釐定：(1)基礎佛法是素樸的《阿含經》所說四聖諦八聖道，是主張無常、苦、無我、空的，並以常、樂、我、淨四法為四顛倒。(2)初期大乘佛教出現了《般若經》及《中論》，出現了《解深密經》及《唯識》的一系列論書，主張無自性、自性空、三性三無性，乃是由基礎佛法的緣起無常觀的積極開展而來。(3)後期大乘佛教更出現了真常、真我、真心、真性，即是佛性如來藏的真如觀及法界觀，是以無我的空性為基調，亦是以空義的佛性及無我的如來藏為出發，為了「開引」諸派執我的外道，令使認同佛法、歸向佛法的無我，故說有真常的真我、不真空的佛性如來藏。⁹⁵

⁹⁴釋印順著：〈第六章 大乘時代之聲聞學派〉，《印度佛教思想史》(新竹縣：正聞出版社，2005年4月)，頁179。

⁹⁵聖嚴教育基金會學術研究部：〈聖嚴法師人間淨土思想立場的抉擇〉，《聖嚴研究：第二輯》。

第二節 從判教的觀點來看聲聞佛法與大乘佛法的演進

中國人知道有佛教，是在西漢武帝通西域之後。大量的佛經典籍大規模地傳入中國，大約是在東漢桓帝建和年間（公元 147 年後）安世高來華譯經之後。⁹⁶ 至此以後大約七百年，印度佛教通過佛僧譯經傳教，持續深入中國，影響了中國社會的宗教、哲學、政治、藝術和人民的日常生活，直到唐朝後期武宗會昌五年（公元 845 年）滅佛事件，這一狀況才有所改變。然而，佛教傳播短暫中斷之後，又在後世迅速復興，在中國文化史上，佛教扮演了一個非常重要的多功能角色。佛教於中國之發展，大體而言，經歷了(1)譯經、(2)格義、(3)判教、(4)創宗和(5)定祖的過程。⁹⁷

(1)「譯經」是將印度梵文經典翻譯成中國漢語文字，這是佛教傳入中國的起始點、立足點，也是佛教於中國發展所必備的基石。

(2)「格義」是用比較、類比的方法來解釋、理解跨文化背景的概念，是一種類比理解的方法。東晉時期，鳩摩羅什之來華譯經，開一代譯風，將大量大乘經論特別是中觀般若系譯出，佛教不其他教之獨特性愈來愈明顯，格義之弊顯露無遺，般若之學開始歸於龍樹菩薩「緣起性空」之中道觀。羅什弟子僧叡大師（亦道安弟子），評「格義」及由此形成的六家般若思想言：「格義迂而乖本，六家偏而不即。」⁹⁸ 可謂是對前期佛教發展的一大總結。遞經南北朝至隋唐時期，梵漢兼通人士不絕，佛教經典大量傳來，佛經義理漸為國人理解接受，佛教於中土之演進由是完全摒棄了格義一途，走向獨立發展之路。尤其隋唐之八大宗派成形，佛法即已完全被國人所消化吸收，以其本有的思想獨自發展，蔚為壯觀。

(3)「判教」是對所有佛經、一代時教作總的梳理、詮釋、定位的一種教相判釋，使眾多經典、無窮義理，了然分明，整然有序。判教是佛經廣譯、教理研發到一定時期必然產生的結局，可以說是義理之發達，興起判教；判教之興起，又整合了義理，使義理更精深、更完善、更系統。判教雖大興於中土，實起始於印度，而根源於佛陀，如《楞伽》之頓漸分、《華嚴》之三照論、《法華》之三車喻、《涅槃》之五味說等，皆是佛經自顯教相差別，以此而觀，即知判教實「義蘊於經」、「源自於佛」。佛法傳來中國後，教典之多、義理之繁，促使中土判教之必然興起、發達、成熟。北涼時期（401~439）之涅槃學者慧觀法師，以「二教五時」判一代時教，首開判教之風，隨之一發不可收拾，後來碩德大興判教學說。南北朝時期，不同學派如攝論師、地論師等，各自有了自己的判教體系，後人有「南三北七，義成百家」之評。此一時期之判教，可稱為學派之判教，未臻圓熟，是判教發展的初始階段。至隋

⁹⁶劉川：〈佛經翻譯家對中國文化之影響〉（2012年5月30日），參見 <http://blog.udn.com/acewang3005/6500867>（參考日期 2017年11月26日）

⁹⁷劉川：〈佛經翻譯家對中國文化之影響〉。

⁹⁸隋·吉藏撰：〈中論序疏〉，《中觀論疏》（大正藏 冊 42，No. 1824）卷 1，頁 4 下。

唐時期，在經典極為豐富、義理至為發達之基礎上，各宗大德開始對南北朝各學派之判教進行系統梳理，融會古今，縱觀得失，主依不同經典綜攝一代時教而各自形成系統完備的判教體系，判教思想臻於成熟，並因此而發展獨立成宗，宗派由是而形成。此一時期之判教可稱為宗派之判教，也是中土判教之成熟期。判教由北涼時期之興起，經南北朝之發展，至隋唐時期之成熟，歷時長達二百餘年，可見判教之不易，一則因佛所說教法之深廣難測，二則義理研習有一漸次發達過程，三則個人慧見修證有淺深不同，四則因依經不同而立場自異。以此可見，判教非一人一時之所能，乃集眾人之智識，觀諸說之異同，經漫長的整合，方臻圓熟。

(4)「創宗」是即依各自所主的正依經典、判教體系、相承祖師等而開創獨立的佛教宗派。如慧文、慧思、智者等依《法華經》，相繼開顯並建立自己的判教體系，發展而成天台宗，此為中國最早之一宗派，隨之形成三論、唯識、律宗、淨土、華嚴、禪宗、密宗等各大宗派。宗派興起，定祖即勢所必然。

(5)「定祖」是即確定宗派傳承、法脈延續的祖師譜系，師師相承，法法相續，以為本宗修行者修學之依準，如天台有九祖之說，禪宗有六祖之說，華嚴有五祖之說等，如是人法相輔，經釋相依，以「人正」而顯「法正」，依「祖釋」而探「經義」，免法統之混亂、學修之無據也。如《付法藏因緣傳》(或《付法藏》)中記載釋迦以後的傳承，龍樹列為第十三。《佛祖統紀》卷6：「智者觀心論云。歸命龍樹師。驗知龍樹是高祖師也。」⁹⁹按智者大師在《觀心論》說的：「歸命龍樹師」。可知智者大師是遙稟龍樹菩薩為天台之初祖的。¹⁰⁰

大乘雖有「依法不依人」之說，據實而言，人能弘法，法因人立。擇法之人，固當「依法不依人」；習學之士，則當依人以求法。人法並依，兩得無礙。如智者大師在《維摩經玄疏》中說的：「人若離法，則非能弘之人；法若離人，則非所弘之法。今人法相成，人是弘法之人，法是所弘之法。」¹⁰¹故於各宗言，「定祖」正為「弘法」，「依人」志在「依法」。

以上五點，可謂佛法於中土弘傳之大概。前二時為中土接納佛教之初始階段，後三時為佛法於中土之興隆時期。五時之中，後三時為根本。三時有先後，整然而有序，共成佛法中國化的核心內涵，因判教而立宗，因立宗而定祖，三位一體。然其中最重要者，無過於判教。判教是佛教傳入中國後必然興起的一種解讀整個佛法的特別方式，是對所有譯來之佛經作一總觀，梳理會通，各明其教，各判其位。判教之功大要有四：一是促使佛教義理研修之發達，二是形成各自獨立的宗派體系，三是顯彰佛陀出世之本懷，四是指引修行者清晰之修學路徑。有了完善之判教體系，才有後來之宗派及定祖。

通觀佛法於中國之弘傳，就宏觀的整體史實看，以上五個歷程，以判教為最重要，是中國古德在本有文化的基礎上，慧觀、判釋整個佛法的特別法眼。可以說：中國佛法之特質，

⁹⁹宋·志磐撰：〈東土九祖第三之一〉，《佛祖統紀》(大正藏 冊 49, No. 2035) 卷 6, 頁 178 上。

¹⁰⁰呂澂著：〈宗教的興起及其發展〉，《中國佛學源流略論》(台北縣：大千出版社，2003 年 1 月初版)，頁 247。

¹⁰¹隋·智顓(智者)大師撰：《維摩經玄疏》(大正藏 冊 38, No. 1777) 卷 5, 頁 554 中。

在判教；中國佛法之發達，在判教；佛法體系之完善，在判教；各大宗派之形成，在判教；確定祖師之依準，在判教；簡別法門之異同，在判教；學修佛法之門徑，在判教.....，判教之重要，由此可知。故了解佛法、學修佛法、弘傳佛法，最便捷者、最通暢者、最明瞭者、最系統者，無過於判教了。當研閱佛經，一一對照後，就會了解到，佛法之深廣，猶如汪洋大海，莫測邊際。而各經之所說，又彼此不一，甚至互相矛盾。疑慮叢生，自所難免。為解決此一根本問題，使人能一覽佛法之種種異說，而不致盲然無序，所以說判教即為一把鑰匙，可開啟佛法寶藏之門，可理順不同之說，使人一觀而井然有序，故可說「判教」是佛法弘傳演進中最重要的一環也不為過了。

佛在印度各國之間說法四十九年，談經三百餘會，所度的人、天眾更是無量數。其中有一千二百五十五人為恆常隨從佛的弟子。依天台宗智者大師的判教，將佛陀說法的這四十九年，判為五時說法如表 2.1，¹⁰² 按時間先後順序為華嚴、鹿苑、方等、般若、法華涅槃等五個時期，這又有「日照五時」、「牛乳五味」的譬喻說，來分別說明佛陀所教的法和所化的機。《華嚴經·性起品》給出的「日照」喻，即三照五味或稱華嚴四喻，如《法華經玄籤證釋》卷 1：

三照五味。佛祖統紀第三卷有三照五時五味圖。又云華嚴四喻。舊譯性起品云。譬如日出先照諸大山王。次照一切大山。次照金剛寶山。然後普及一切大地。妙玄合四為三。(合中二為幽谷)一高山。二幽谷。三平地。籤開三為五。高山。幽谷。食時。禺中。正中(後三從平地開出)。¹⁰³

《佛祖統紀》第三卷中，有三照五時五味圖，如圖 2.2 所示，日出「先照高山」，「次照幽谷」，「後照平地」；而照平地之日光，又分出來「食時」、「禺中(吃早飯)時」、「正中」三個時候，這叫「五時」。五時，就是「日出時、明照時、正照時、斜照時、返照時」。如來出世，猶如早晨日出，先照一切高山，次照小山，後照大地。然太陽不作是念：「我當先照高山，然後才照大地。」如《佛祖統紀》卷 3：

但山有高下照有先後。如來亦復如是。成就無量無邊法界智光。先照菩薩。次照緣覺。次照聲聞。次照決定善根眾生。隨應受化(三藏菩薩)然後普照一切眾生云云。¹⁰⁴

只因地有高下故照有前後。佛亦如是平等教化一切眾生，惟是眾生根有利鈍，故聞法各有不同，順序為菩薩、緣覺、聲聞、決定善根眾生，再來才是一切眾生。今佛出世，先說大方廣佛華嚴經之圓頓大教，惟是不契當時之機。世尊遂開方便門說小乘法。五味，就是「牛乳、酪、生酥、熟酥、醍醐」。《涅槃經·聖行品》以牛乳製作過程中依次形成的五種味道——乳、酪、生酥、熟酥、醍醐為比喻，與各種佛經相配，認為從牛出乳，譬如佛陀在成道後十二年內所說的三藏有相教；從乳出酪，譬如其後所說的《般若經》無相教；從酪出生酥，譬

¹⁰²釋衍論：〈轉法輪〉，《指月集》，參見 <http://www.masterhinlun.com.hk/Sakyamuni-2.htm> (參考日期 2017 年 6 月 6 日)

¹⁰³清·智銓述：《法華經玄籤證釋》(新纂卍續藏 冊 28, No. 592) 卷 1，頁 563 中。

¹⁰⁴宋·志磐撰：《佛祖統紀》卷 3，頁 148 上。

如《維摩經》、《思益經》等褒揚大乘、貶抑小乘的褒貶抑揚教；從生酥出熟酥，譬如會三歸一的《法華經》同歸教；從熟酥出醍醐，譬如明法身常住的《涅槃經》常住教。持這種觀點的主要是南方的成實師。

表 2.1：五時說法和「牛乳五味」的譬喻對照表

四教	經典	五味	教相
1. 頓教：	《華嚴經》	醍醐	頓（圓）教兼開別教
		牛	
		↓	
	《三藏》	1. 乳	戒、定
		↓	
		2. 酪	生滅四諦
		↓	
2. 漸教	《方等經》	3. 生蘇	無生、無量、無作四諦，對破小乘
	《小品般若經》	↓	
		4. 熟蘇	無生、無量、無作四諦，會小乘為大乘
		↓	
	《法華經》	5. 醍醐	一實無作四諦
	《涅槃經》		
3. 不定教			
4. 祕密教			

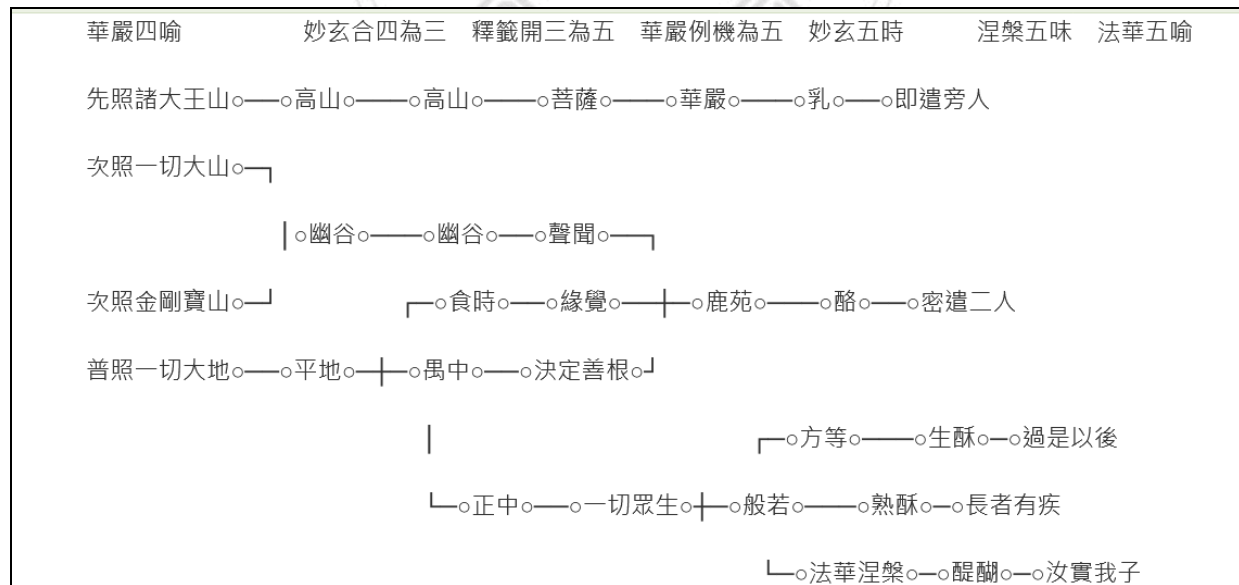


圖 2.2：三照五時五味之圖

依中國台賢(天台宗、賢首宗)的判教，佛世尊說法，先大乘妙法，因眾生根機淺劣，不堪

承受，不得不施以方便，宣說聲聞佛法而順應其機。所謂「華嚴最初三七日」¹⁰⁵，佛成佛後，三七日在法會上說華嚴經，聲聞人如聾若啞，「有眼不見舍那身，有耳不聞圓頓教」¹⁰⁶，即佛在菩提樹下證道時，就現千丈盧舍那身(圓滿報身盧舍那佛)，為法身大士演說大方廣佛華嚴經。二乘人見佛只是丈六老比丘相(佛的應化身)，所謂「有眼不見盧舍佛，有耳不聞圓頓教。」這是形容二乘人沒有大乘的根性，雖然在場，如同瞎子聾子一樣。因為二乘人的機緣尚未成熟，所以不聞大乘法，便違論受持大乘法了。即是此意。後來佛不得已才示現丈六劣應化身，即佛為應眾生之機類而現身，為眾生說法，此為下根的聲聞人說四《阿含經》。¹⁰⁷ 經長期的誘導啟發，最後才回小向大，會三歸一，廢權立實，歸入無上佛道。然而，依千六百年印度佛教思想史看，事實並不如此。五時八教的判攝，絕非世尊四十九年說法的過程，而是全盤佛教演進的實況。當然可以不同角度看問題，如以佛法初五百年是「小行大隱時期」，也即聲聞佛法興盛時代，不是沒有大乘和秘密乘，只因它不是思想主流，隱沒不行而已；一切佛法早在釋迦世尊在世時，就已經完整說盡了。這種主張，站在宗教信仰立場說，應該是正確的。如對傳統的中國佛教徒說，大乘經是佛滅五百年後，次第成立的；原始佛法聖典，唯有四阿含。這對於傳統與現代，信仰與學術，聞思與修行之間，如何抉擇取得平衡點，而不致產生「有信無智長愚痴」與「有智無信長邪見」的流弊，這是我等至感關切的問題。

依大藏經五大部的分類，除《華嚴經》、《般若經》、《法華經》、《涅槃經》之外的一切大乘經，統歸類於方等部。天台智者大師依《法華經》的精神，將釋迦世尊一生說法的內容，判釋為五個時期，相應於每一時，便有每一時所說的經典與所要度化的不同對象。這種把全部佛典，按照佛說的時間先後去劃分的處理，稱為「五時判教」。¹⁰⁸ 所謂判教，是「教相判釋」的略稱。天台智者大師在《法華玄義》中提到：「教者，聖人被下之言也；相者，分別同異也。」¹⁰⁹ 教就是對佛陀所說的各種教法；相就是予以分別與評判，所以教相就是判定佛陀的各種教法有其不同的意義與地位。

天台宗的學說，在宗觀上是依止於《法華經》，旁依於《涅槃經》、《小品經》(即《摩訶般若波羅蜜經》的簡稱)，再加以用中國儒道的思想來印證之，採「觀」、「教」並重，以此開拓出所謂的中國佛教的大乘精神。關於八教，這是從形式和內容兩方面分教為二種的，從形式上講的有「化儀四教」，也就是教化的方式，即頓、漸、秘密、不定。從內容上講的有「化法四教」，法是指教理，這是天台的獨特講法，指藏、通、別、圓四教。天台由三觀看出教的不同，把佛陀說法的位次分成有「通」(通三藏)、「別」(大別於小)、「圓」(圓滿)。「五時八教判釋」是由「化法四教」加上「化儀四教」，再與五時結合起來。事實上，重點只在「化法四

¹⁰⁵元·元粹述：《四教儀備釋》卷1，頁608下。

《四教儀備釋》卷1：「如來四十九年說法，總成五時，頌曰：阿含十二年、方等八年、二十二年般若談、法華涅槃共八年、華嚴最初三七日。」(新纂卍續藏 冊57, No. 977) 卷1，頁608下。

¹⁰⁶宋·宗鑑集：《釋門正統》(新纂卍續藏 冊75, No. 1513) 卷1，頁258上。

¹⁰⁷四《阿含經》：即四部《阿含經》；一《增一阿含經》、二《長阿含經》、三《中阿含經》、四《雜阿含經》。

¹⁰⁸〈開創中國特色的天台宗學說〉，參見 http://www.hkbuddhist.org/dharma/faq_85.html (參考日期 2016年8月12日)

¹⁰⁹隋·智顛說：《妙法蓮華經玄義》(大正藏 冊33, No. 1716) 卷1，頁683中。

教」，所以也稱之為「天台四教」。智者大師用四教配合諸經論，「藏教」是指小乘的《阿含經》(經律論)、「通教」是三乘共通的(如《般若經》)、「別教」是指《維摩》(特別顯示了大乘的優越)、「圓教」是指《華嚴經》、《涅槃經》和《法華經》。《華嚴經》是圓教兼別教；《涅槃經》也是圓教，但有通別半(小乘)滿(大乘)之說；《法華經》才是純圓教。¹¹⁰ 佛說法四十九年，總成五時，所謂的五時說法，是為華嚴最初三七日、阿含十二年、方等八年、二十二年般若談、法華涅槃共八年，略述如下：

第一、是華嚴時(日照高山時；乳味)，成佛後三七日說《華嚴經》。佛剛成道在菩提樹下為大菩薩及大乘根機的人，說佛自內證的道理，即《華嚴經》，但一般根機的人乃如聾如啞，不能領解。

第二、是鹿苑(三藏)或阿含時(日照幽谷時；酪味)，十二年說阿含經，度聲聞緣覺人。由於大乘教沒有達至應有的效果，佛反過來先說小乘四聖諦、十二因緣等淺易的教義，讓一般人去信受修行，所以便說《阿含經》。

第三、是方等時(食時；生酥)，八年說諸部大乘經，廣談藏、通、別、圓四教，化度不同根機的眾生。「廣談四教，均被眾機，說經既多，處亦不一，故約法立時也。」雖然說方等「廣談四教」，實則內容是大乘法，對「藏教」的「彈偏斥小，歎大褒圓」，從對有小乘基礎的人宣說大乘《方等經》，如《楞伽經》、《維摩詰所說經》等，以訶責貶抑小乘，讚揚推崇大乘的方法，引導小乘人走向大乘。

第四、是般若時(禺中時；熟酥)，二十二年說諸部《般若經》。佛說《般若經》諸部經典，泯除方等時大、小乘法各別的執著而成一味，彰顯諸法皆空的『實相中道』。

第五、是法華涅槃時(日正當午時；醍醐)，八年說《妙法蓮華經》。會通前四時期執有三乘的淺方便教，而顯究竟一佛乘的《法華經》終極理想，天台宗認為是圓滿之教。將入滅時，以一日一夜說《大般涅槃經》，顯寂滅為樂；昭示一切眾生皆有佛性，乃至一闍提人(即全無善根者)，亦有佛性。而《涅槃經》的歸趨亦在於顯一乘教義，故名法華涅槃時。《法華經》說一實無作四諦，為諸聲聞開佛知見，悉受記別；《涅槃經》亦說一實無作四諦即三種佛性，令諸聲聞見於佛性。

如來所說之法均蘊含相關形式、內容。判，判定如來說法的形式、儀式，歸納為化儀四教，即是頓、漸、秘密、不定。釋，解釋如來說法的內容，歸納為化法四教，即是藏、通、別、圓。如此總稱為五時八教。整體來說，五時的區別是：《華嚴經》顯佛所證的真義；《阿含經》以淺易的道理誘導小乘根器；《方等經》破小乘、顯大乘正理；《般若經》揚棄大、小乘偏執，顯實相空理；《法華經》總結釋迦說法的始終，乃會三乘方便說，歸於一佛乘的真實義；《涅槃經》解釋眾經，同歸佛性常住。天台宗則依佛陀說法的次第立為五時，如頌云：「阿含十二方等八，二十二年般若談，法華涅槃共八年，華嚴最初三七日」，¹¹¹ 五時說

¹¹⁰ 呂澂著：〈宗教的興起及其發展〉，《中國佛學源流略論》，頁 245-315。

¹¹¹ 元·元粹述：《四教儀備釋》卷 1，頁 608 下。

法的五時是指佛陀證悟真理成佛道後，於最初三七日宣說《華嚴經》；十二年宣說《阿含經》；而後進入第三時方等大乘，宣說《方等大乘經》，前後大約說了八年；再來是宣說《般若經》達二十二年之久；最後則是宣說《法華經》、《涅槃經》共八年。天台宗的智者大師將經典教義內容區分為藏、通、別、圓四教。依四諦理來言其所說教理，則藏教是言生滅四諦；通教言無生（無生滅）四諦；別教言無量四諦；圓教則說無作四諦。¹¹² 如此地機械劃分如來教法的次第，很難令今日佛學者同意。好在於這一「別五時」外，有「通五時」之說，靈活地會通五時之判。¹¹³ 也即是說：鹿苑阿含時，以《阿含經》思想為主流，其他《方等經》、《般若經》等為旁系。迨及般若時，則以《般若經》為主流，其他為旁系，而不是否定其他思想的存在。由此，《維摩經玄疏》之言以上頓、漸諸經所說之教相者，乃為：《華嚴經》為頓教（即圓教）而兼開別教方便，但未能同《法華經》之「三乘同得開佛知見」與明本跡。漸教五味之三藏教明生滅四諦；《方等經》說無生、無量、無作四諦，對破小乘之生滅四諦；《摩訶般若》說無生四諦，無量四諦之宣說菩薩歷劫修行，與無作四諦之會小乘法皆為大乘；《法華經》說一實無作四諦，為諸聲聞開佛知見，悉受記別；《涅槃經》亦說一實無作四諦即三種佛性，令諸聲聞見於佛性。如此，五味之解義亦與餘家之諸教判不同。由此得見，五時八教已經將佛在四十九年所說一切法，即全部佛經一攬而盡。

聲聞佛法與方等大乘，聲聞是佛世時代所有弟子的通稱；聲聞佛法，即包括原始佛教與部派佛教。方等，又作方廣，天台解釋「方等時」：「廣談四教，均被眾機，說經既多，處亦不一，故約法立時也。」雖然說方等「廣談四教」，實則內容是大乘法，對「藏教」的「彈偏斥小，歎大褒圓」，從「方等時」的代表作《維摩詰所說經》，可以一目了然。比之於天台的五時八教，賢首的五教十宗，似嫌疏略，不足以涵蓋佛教的全部思想。今日佛學者不贊同天台、賢首等古德的判教，主要是：古人以一切經典，都是佛陀成道後、入涅槃前的四十九年中宣說的；把佛法與佛說，看成同義。今人則不然，一切佛法，大小、空有、權實、顯密，乃是印度佛教一千六百年的演進史。如天台所判：藏、通、別、圓四教，藏教說阿含聖教屬於初期原始佛教與部派佛教的思想；通教，即是中期佛教，也是初期性空大乘的思想；別、圓二教是後期佛教，唯心大乘的思想。以聲聞與菩薩區分，初期藏教是聲聞道，後起的通、別、圓為菩薩道。

方等大乘經不同聲聞佛法之處，如《清淨毗尼方廣經》所說：「彼諸眾生，重第一義，非重世諦。」¹¹⁴ 第一義與世俗諦相對，依有明空，藉世諦入第一義諦；空有無礙，二諦並觀，乃是初期性空大乘的思想。在龍樹菩薩的《中觀》卷4〈24 觀四諦品〉中提到：

諸佛依二諦，為眾生說法，一以世俗諦，二第一義諦。若人不能知，分別於二諦，則於深佛法，不知真實義。若不依俗諦，不得第一義；不得第一義，則不得涅槃。¹¹⁵

¹¹²林志欽：〈天台智顛教觀思想體系〉，《中華佛學研究》第五期（2001年03月）。

¹¹³元粹述：《四教儀備釋》卷1，頁608下。

《四教儀備釋》卷1：「更有通五時收經如妙玄第十(二十六)。言八教者(止)然後出藏通別圓。」

¹¹⁴後秦·鳩摩羅什譯：《清淨毗尼方廣經》(大正藏 冊24, No. 1489)，頁1076中。

這道理很清楚，證得第一義，達到涅槃的境界，乃是我人學佛最終目標。而諸法畢竟空的第一義，不是靠空思冥想，不思善、不思惡，百物不思所能悟入的。務必從世俗諦一蘊、處、界的緣起假名，如實諦觀，在止觀相應，定慧雙運之下，才能證得。平等空性的體悟，豈是無信、無戒者所能成就的！就如龍樹菩薩所說的：「信戒無基，憶想取一空，是為邪空」，¹¹⁶ 這都是由於自作聰明，對於三寶的清淨功德不能生起淨信而來，反把邪見說空、撥無因果，故難免落入方廣道人，誹撥善惡、邪正、凡聖等世俗諦。須知慧學的成就，若離信、戒、悲、定，而專談高深現證無漏慧，即是妄想。而《清淨毘尼方廣經》，以世尊的教說：「一切言說皆是戲論，是差別說、呵責結使說。」¹¹⁷ 初期大乘不忘聲聞佛法，悟證的次第：「先得法住智，後得涅槃智，依俗契真實，正觀法如是。」¹¹⁸ 法住智是對於因果緣起的決定智，這雖然是緣起如幻的俗數法，如不能了解緣起的世俗相對性，假名安立性，而只是信解善惡、業報、三世等，就是世間正見，不名為智，但這世間正見卻是正見得道所必備的知見。法住智知流轉，知因果的必然性，涅槃智知還滅，知因果的空寂性；法住智知生滅，涅槃智知不生滅；法住智知有為世俗，涅槃智知無為勝義。「依俗」諦的緣起因果，而後「契」入緣起寂滅的「真實」，這是解脫道中「正觀法」的必然歷程，一定「如是」而決無例外的。修學佛法常有一種錯誤的傾向，就是不求法住智，但求涅槃智。這是因為不知道沒有修成法住智，涅槃智是不會現起的。提倡依世俗諦而入第一義的正觀，可見方等大乘與聲聞佛法，相距何等遙遠！所以大乘斥聲聞為自了漢，焦芽敗種；聲聞則以大乘非佛說回應，演成紛爭、對立的局面，也不足為奇了。

隨著判教理論的興起，漢傳大乘佛教認為，佛陀根據弟子的不同根性，因時因地，而給與不同的教法。不同的教派有不同的分法，主要有分成二乘、三乘、五乘等說法，如表 2.2 所示。聲聞是接受佛陀四聖諦教法的弟子，因為是從佛親聞教法，稱為聲聞乘，修習四聖諦的離苦和解脫之妙法，以成就阿羅漢果為最高目標。沒有親自遇到佛陀的教導，但靠自己的努力與智慧、無師自通，思維十二因緣而得到證果的，稱為獨覺乘或緣覺乘，以成就辟支佛果為其目標。這兩類佛教徒，偏於重視自己的清淨解脫和自我完善，但缺乏幫助他人解脫離苦而成就聖果之慈悲心，但求小果，故稱為小乘。大乘佛教則提倡佛弟子應當以佛陀為榜樣，以自利利他成就佛果為目標。發起幫助他人解脫和覺悟的菩提心是成佛的種子，這類佛教徒被稱為菩薩。菩薩道是成佛的真正道路，因此大乘又稱為菩薩乘。禪宗則分為三乘、小乘、大乘以及最上乘。密宗則把佛教分為小乘、大乘、金剛乘。小乘佛教是對大乘佛教所劃分的三乘教法中聲聞乘、緣覺乘的統稱。小乘佛教可以作為大乘佛教的基礎，所以小乘佛教是不應該被輕視的。

¹¹⁵龍樹菩薩造，梵志青目釋，後秦·鳩摩羅什譯：〈24 觀四諦品〉，《中論》(大正藏 冊 30，No. 1564) 卷 4，頁 32 下。

¹¹⁶釋印順：〈道在平時日用中〉《華雨集第四冊》，頁 269-280。

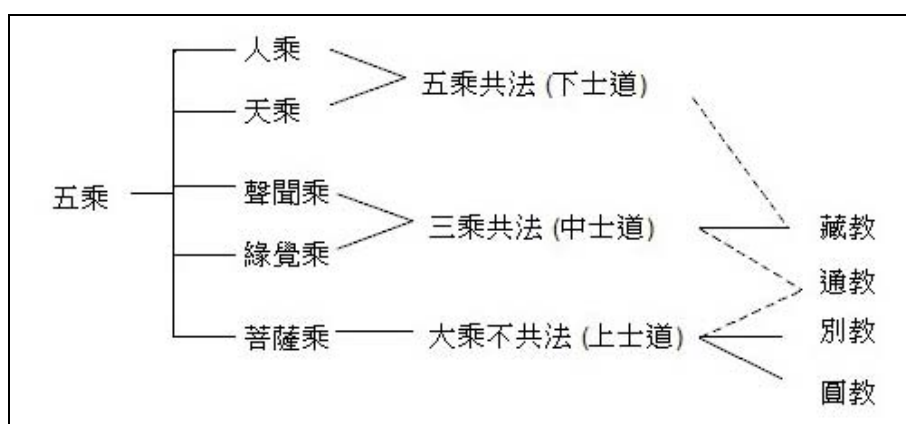
¹¹⁷後秦·鳩摩羅什譯：《清淨毘尼方廣經》，頁 1080 中。

¹¹⁸釋印順：〈第四章 三乘共法〉《成佛之道（增註本）》，頁 205-234。

佛法雖有分成五乘，或三乘(聲聞、緣覺、菩薩)，或二乘(大乘、小乘)，此皆是佛陀方便施設，其實但一佛乘耳，故《法華經》卷 1：「十方佛土中，唯有一乘法，無二亦無三。除佛方便說。但以假名字，引導於眾生，說佛智慧故，諸佛出於世。」¹¹⁹ 因一切眾生皆有佛性，皆堪成佛；然以根性不等，不得已曲為說二說三說五，而無非作究竟成佛之梯航。所以世尊四十九年說法，其中番番調停，次次陶鑄，待到法華會上，眾生機熟，即為開權顯實，會三歸一，然後一一法皆成佛法。吾人研習佛學，固當洞悉佛陀之真實用意，亦須明白佛陀之方便辦法。

民初太虛大師等，將此五乘佛法分判為三：¹²⁰ (1)為「五乘共法」，即人天乘，乃五乘共同必修法門。(2)為「三乘共法」，即聲聞、緣覺乘，乃大中小三乘共同必修法門。(3)為「大乘不共法」，即菩薩乘，惟獨大乘根性者所修法門，非中小乘、人天乘人所能共，以其尚未能信解故。明初西藏宗喀巴大師，則分為三道：一為「下士道」，猶如「五乘共法」。二為「中士道」，猶如「三乘共法」。三為「上士道」，猶如「大乘不共法」。此等皆屬簡略分判，蓋除世間法外，出世間法只略分為二，即大乘與小乘之別而已。若隋朝天台智者大師，則精密剖判為四教，即所謂「化法四教」：「藏教」為小乘教法，「通教」為通大小乘之教法，「別教」為大乘次第教法，「圓教」為大乘圓頓教法(如表 2.2)。此四教與五乘配當，則聲聞、緣覺合為小乘，即「藏教」，而人天乘亦攝在其中。菩薩大乘則細分為「別教」與「圓教」，亦即次第教與圓頓教二種，諸大乘經典中確常見有此二層次教法之異。而於大小乘間另立一「通教」，前通於小，後通於大，乃大乘之初門，亦為小乘利根者所可共稟，猶如大小乘間之過渡橋樑，佛經中(尤其方等部、般若部)多見有此一層次之教法。如此四教，足以委悉佛循循善誘之苦心，曲盡一代教網大、小、頓、漸、偏、圓、權、實之幽致。見眾生沒在苦海中，佛先以人天乘防其墮惡道，再以「藏教」小乘救其出苦海；終欲接入大乘，先以「通教」為其橋樑；不能頓入「圓教」，則先導以「別教」。由此而見佛之善巧方便，而天台智者大師是多麼地善解佛意了。

表 2.2：五乘佛法的判釋



¹¹⁹後秦·鳩摩羅什譯：《妙法蓮華經》(大正藏 冊 09, No. 262) 卷 1, 頁 8 上。

¹²⁰雪廬老人編，吳聰龍述記：〈方便五乘解脫〉，《佛學概要十四講表述記》(明倫期刊) 期 140。參見 <http://www.minlun.org.tw/3pt/3pt-1-18/9.htm> (參考日期 2017 年 12 月 15 日)

《法華經》卷 2〈3 譬喻品〉：

舍利弗！若有眾生，內有智性，從佛世尊聞法信受，慇懃精進，欲速出三界，自求涅槃，是名聲聞乘，如彼諸子為求羊車出於火宅；若有眾生，從佛世尊聞法信受，慇懃精進，求自然慧，樂獨善寂，深知諸法因緣，是名辟支佛乘，如彼諸子為求鹿車出於火宅；若有眾生，從佛世尊聞法信受，勤修精進，求一切智、佛智、自然智、無師智，如來知見、力、無所畏，愍念、安樂無量眾生，利益天人，度脫一切，是名大乘，菩薩求此乘故，名為摩訶薩，如彼諸子為求牛車、出於火宅。¹²¹

《妙華經》卷 1·〈2 方便品〉中，佛陀說：「我為眾生，以「三界火宅喻」為譬喻，說只有一佛乘。大家若能信受佛語，如實修行，那就能成就佛道。」眾生因為樂著五欲，難以信解究竟離苦智慧，故投其所好，以羊車、鹿車、牛車，譬若聲聞乘、緣覺乘、菩薩乘，方便誘引出離火宅，然後「等與大乘，不令有人獨得滅度」，直接以大白牛車接引至圓滿佛乘，優遊於寂滅智樂。三車（牛車、鹿車、羊車）分別代表三乘（聲聞乘、緣覺乘、菩薩乘）；大白牛車，則代表圓滿佛乘，即一佛乘。

佛陀也一直想以這個圓滿的教法來教導眾生，使得一切眾生都能成佛。佛陀說十方三世一切諸佛，真正出現的目的，說起來只有一乘大法，沒有什麼小乘、二乘、三乘。佛陀一直是如此的、沒有任何虛妄的，希望汝等要一心信解受持佛語，無有餘乘，只有一佛乘，除了佛陀是為了方便說法，這只是為要接引不同眾生，隨宜所用的方法，所以才把一佛乘法分別說成三乘法。¹²² 實際上，這就是佛陀以其智慧為適應眾生種種不同的根性，而真正宣說的內容是無量無邊的教法，故教法也有不同的層次、不同的內涵。所以佛陀告訴舍利弗說，佛陀的教法有深、也有淺，乃至於以任何方式，眾生只要跟佛法結個緣以後，最後也終因這個因緣而能成就佛果的。就如說：「乃至童子戲，聚沙為佛塔，如是諸人等，皆已成佛道。」¹²³ 又或者說：「或有人禮拜，或復但合掌，乃至舉一手，或復小低頭。」¹²⁴「若人散亂心，入於塔廟中，一稱南無佛，皆已成佛道。」¹²⁵ 乃至於像小孩子趴在地上聚那個沙說成是佛塔，或有人在塔廟禮拜、合掌、舉手、稍低個頭、隨口說聲南無佛等等的因緣，最後也都會成就佛道。總之，佛陀依個人的根性以種種方便法門、有次第的，引導我們眾生慢慢走上這條成佛之路。

其實大乘菩薩與二乘(聲聞、緣覺)之別，主要在於因地上的發心不同，大乘菩薩發菩提心、二乘行者發厭離心，因此兩者著重不同的修行法門，大乘菩薩廣行六度、二乘行者行四諦、觀十二緣起，結果究竟所修證的果也不一樣，一是佛果，一是阿羅漢果。在《大智度論》卷 18〈1 序品〉中，佛陀回答所提問的，什麼是諸法實相？

¹²¹後秦·鳩摩羅什譯：〈3 譬喻品〉，《妙法蓮華經》卷 2，頁 13 中。

¹²²後秦·鳩摩羅什譯：〈3 譬喻品〉，《妙法蓮華經》卷 2，頁 13 下。

¹²³後秦·鳩摩羅什譯：〈3 譬喻品〉，《妙法蓮華經》卷 2，頁 8 下。

¹²⁴後秦·鳩摩羅什譯：〈3 譬喻品〉，《妙法蓮華經》卷 2，頁 9 上。

¹²⁵後秦·鳩摩羅什譯：〈3 譬喻品〉，《妙法蓮華經》卷 2，頁 9 上。

眾人各各說諸法實相，自以為實。此中實相者，不可破壞，常住不異，無能作者。如後品中佛語須菩提：「若菩薩觀一切法，非常非無常，非苦非樂，非我非無我，非有非無等，亦不作是觀，是名菩薩行般若波羅蜜。」是義，捨一切觀，滅一切言語，離諸心行，從本已來不生不滅，如涅槃相；一切諸法相亦如是，是名諸法實相。¹²⁶

雖然，諸宗自有常用之語，就是諸法實相，大乘八個宗，小乘也有兩個宗，每一宗裡頭都說諸法實相，意思有淺深廣狹的差別。在中國，一般都是依大乘，《華嚴經》、《法華經》這些經論裡面所說的為多，多分都是說這些。「華嚴約於中諦，頻唱法界」，《華嚴經》說法界，法界就是諸法實相，法界就是真如、就是法性。「天台約於性具之妙有，盛鳴諸法實相」，《法華經》所說的。「所以然者以空中之真諦，為諸宗之通談」，許多宗，禪宗、法相宗，都是以空假中三諦裡面的真諦，諸宗都以這個為諸法實相。所以諸法實相空的意思很廣。但是天台家講妙有，性具之妙有。性具之妙有有隱現不同，隱而不現，那就是惠能大師所說的「何期自性，本自具足」，就說這個意思。本自具足，但是沒有。自性確實非物質、非精神、非自然，這三種現象都不可得，但是不能說它無，因為它能生萬法。能生萬法是妙有，不現的時候叫真空，叫真空不空，妙有非有，這是天台家所說的諸法實相。

《大智度論》卷 18：「於一切法不著故，應具足般若波羅蜜。」¹²⁷

想要對一切的法都不貪著，就要具足般若波羅蜜。三乘解脫涅槃道，也是皆從般若而得到的。六波羅蜜與《三十七道品》(即《三十七助道品》)的主要共同之處，是定與慧的修習；慧的成就必須要有定的輔助才成；有定而無慧也不能悟入實相。因此定慧等持就成為諸道品中能得解脫的關鍵。所以有廣略之別仍因「隨眾生願、隨眾生因緣，各得其道」，差別於「《三十七道品》但說涅槃法，不說波羅蜜，亦不說大悲」因此，菩薩雖不以此為主修法門，但並不表示《三十七道品》但屬小乘法，不能為菩薩所修學。從另一個觀點說：菩薩欲教化一切眾生故，須廣學無量法門；若要攝受度化聲聞行者就不能不學此法門，所以菩薩當然是要修學《三十七道品》。

因此，「聲聞人亦學般若波羅蜜得阿羅漢道；求辟支佛道人亦學是般若波羅蜜得辟支佛道，菩薩亦學是般若波羅蜜得入菩薩位」，此中的「般若波羅蜜」是約能證悟得諸法實相之體性的共同立場來談；三乘皆因般若波羅蜜故，徹見諸法之實相而永斷生死惑業之流轉，所以「體性法中無有差別者，以諸賢聖智慧皆是諸法實相慧」，一者是證悟實相，二者是斷絕根本生死之惑業，故不是不同的。般若波羅蜜之所以共三乘的理由：¹²⁸ (1)從世間趣向出世間道的整個過程而說，不論聲聞或菩薩皆為斷生死之事，而共同緣觀諸法的共相，最後必然趣入共證的果德--涅槃，所以說：「皆同事、同緣、同果報，以是故言無相違背」。(2)若就義理層面來論：般若波羅蜜是諸法實相的話，就應該是離文字相，超越能所對待的絕對境界，也就不能以常人的思量、分別來說明，因此不可能有所謂深淺、高低的差異。所以三乘聖者也因般

¹²⁶龍樹菩薩造，後秦·鳩摩羅什譯：〈1 序品〉，《大智度論》(大正藏 冊 25, No. 1509) 卷 18，頁 190 中。

¹²⁷後秦·鳩摩羅什譯：〈1 序品〉，《大智度論》卷 18，頁 190 上。

¹²⁸釋印定：〈試論《大智度論》中菩薩般若與聲聞般若〉，《福嚴佛學院學生論文集》。

若的觀照而悟入諸法實相同得解脫，同悟一實相。三乘共證得一實相。聲聞人學是般若波羅蜜，得阿羅漢道；求辟支佛道人學是般若波羅蜜，得辟支佛道；菩薩學是般若波羅蜜，得入菩薩位」的般若波羅蜜之不同含義。

因此大乘不共二乘的般若，大乘菩薩與二乘之別，(1)主要在於因地上的發心不同，大乘菩薩為利他發為利有情願成佛的菩提心、二乘行者為求自利發厭離心，因此兩者著重不同的修行法門，大乘菩薩廣行六度、二乘行者行四諦、觀十二緣起，結果究竟所修證的果也不一樣，一是佛果，一是阿羅漢果。在《大智度論》卷 53〈26 無生品〉中提到：

復有五種菩提：一者、名「發心菩提」，於無量生死中發心為阿耨多羅三藐三菩提故，名為菩提——此因中說果。二者、名「伏心菩提」，折諸煩惱，降伏其心，行諸波羅蜜。三者、名「明菩提」，觀三世諸法本末總相、別相，分別籌量，得諸法實相，畢竟清淨，所謂般若波羅蜜相。四者、名「出到菩提」，於般若波羅蜜中得方便力故，亦不著般若波羅蜜，滅一切煩惱，見一切十方諸佛，得無生法忍，出三界，到薩婆若。五者、名「無上菩提」，坐道場，斷煩惱習，得阿耨多羅三藐三菩提。如是等五菩提義。¹²⁹

(2)從契入實相的深廣說，利根的菩薩悟證實相是勝過二乘人的智慧，菩薩於煩惱能忍而不隨，其主要是由於知諸法實相，觀煩惱乃至功德皆無自性，故亦不貪、不瞋。菩薩有智力能斷煩惱，如擒賊於一處繫閉，對煩惱亦忍之而不斷。所以有如《大智度論》卷 79〈66 囑累品〉：

須菩提所行空行，欲比菩薩空行，百分不及一。問曰：法空、眾生空，復有何不盡，而言「百分不及一」？¹³⁰

所以說除佛外，諸菩薩空行也是勝於二乘的行者。但為何是不及百分之一？因為智慧分別利鈍，人有深淺故，皆名得諸法實相，但利根者得之了了。譬如為要破闇、故燃燈，若是大燈，那一定是大明亮。其實只要有燈先照亮，那就沒有所謂的些微的黑闇；若還是有黑闇的話，那表示燈就無用了。行空者也是如此，雖然都是得道，但因智慧有利、鈍之故，所以二乘行空者的無明就有些斷盡、有些斷不盡；而只有佛智，才能斷盡所有的無明。

(3)從目標導向說，大乘菩薩有慈悲心，度眾生心，為度眾生久住世間的願力故不求疾入涅槃，為了「不捨一切眾生」的悲願，對於煩惱能忍而不隨，留惑潤生度眾生，待至得無生法忍，方證實相斷諸結使。

《大智度論》卷 18〈釋般若相義第三十〉：

求佛道者，從初發心作願：「願我作佛度脫眾生，得一切佛法，行六波羅蜜，破魔軍眾及諸煩惱，得一切智，成佛道，乃至入無餘涅槃。」隨本願行，從是中間所有智

¹²⁹後秦·鳩摩羅什譯：《大智度論》，頁 438。

¹³⁰後秦·鳩摩羅什譯：《大智度論》，頁 618。

慧，總相、別相一切盡知，是名佛道智慧。是三種智慧盡能知，盡到其邊，以是故言「到智慧邊」。¹³¹

二乘人「無方便，無大誓莊嚴，無大慈大悲，不求一切佛法，不求一切種智知一切法」；卻只著重於「但厭老、病、死，斷諸愛繫」，而求取「直趣涅槃」是最大的差別處。菩薩的智慧，不像二乘人但求自我厭世而急證涅槃為滿足，菩薩依此三心（菩提心--大誓莊嚴；大悲心--大慈大悲；無所得--方便力）完成自利利他的偉大風範，可以說是以具足一切功德來莊嚴菩薩的智慧，以此三心互攝，並進而趣入圓滿的佛道，因此勝過二乘人的有量智慧。¹³²



¹³¹後秦·鳩摩羅什譯：〈釋般若相義第三十〉，《大智度論》卷 18，頁 191 中。

¹³²釋印定：〈試論《大智度論》中菩薩般若與聲聞般若〉，《福嚴佛學院學生論文集》。

第三章 以《廣論》來探討聲聞佛法與大乘佛法的義理連結

本章敘述主要以《廣論》道次第的視角來觀照聲聞佛法與大乘佛法的義理連結。第一節就《廣論》視角的殊勝面--《廣論》三士道的架構，由對三士各自宣說自道圓滿的完整之道，來說明三士道中總攝一切至言之理。第二節顯示由三士門如次引導的原因。第三節說明道次引導的目的。第四節小結，透由對《廣論》三士道的架構，以道次第的視角來觀照聲聞佛法與大乘佛法的整體義理內涵，及其義理連結關係，收攝在於《廣論》道總建立發決定解。

第一節 《廣論》三士道的架構

《廣論》這本書是宗喀巴大師寫的，宗大師總攝了三藏十二部、一切佛語的精華扼要，並以阿底峽尊者開示三士道次第的《菩提道炬論》，以及文殊菩薩所傳的《三主要道》教授融合為《菩提道次第廣論》或簡稱《廣論》或本論的架構。道次即道次第，是指道的引導次第而言。總攝起來可以分為三大分類：

第一大類為三分法，即三士道，分成下士道、中士道、上士道這三種架構。如《廣論》卷1：

此中總攝一切佛語扼要，徧攝龍猛、無著二大車之道軌。往趣一切種智地位勝士法範，三種士夫，一切行持所有次第無所缺少。依菩提道次第門中，導具善者趣佛地理，是謂此中所詮諸法。¹³³

《廣論》完整地含括了：(1)佛法精要；(2)龍樹菩薩和無著菩薩兩大傳承的規章制度；(3)成就佛果位所必備的制度規範；以及(4)圓滿具足上、中、下三種根器要修行的所有順序，應有盡有。所以依著具有大乘傳承之善知識的指導，循序漸進慢慢從道前基礎、共下士道、共中士道、上士道的菩提道次第學習，就可以達到究竟目標--成佛、利益有情眾生。

第二大類為二分法，即兩支，分外、內二支的這種分法，即外緣善知識，內緣暇滿。如《廣論》卷24：

今當略說道之總義，謂於最初道之根本，即是親近知識道理，故於彼上當善修鍊。次於暇身，若起真實取心要欲，彼從內策令恆修行，為生彼故當修暇滿。¹³⁴

現在略說佛道整個的、圓滿的綱要，就是所謂的「道之根本是親近知識軌理」，因為由依止善知識才能聽聞佛法，才能了解暇滿人身、三惡趣苦等等一切法義，因此「依止善知識」

¹³³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷1，頁2。

¹³⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷24，頁555。

是一切修道的根本，故需在親近善知識軌理上作善巧的修習。其次是對於修學佛法的所依身暇滿人身，若想要得到真實的修行心要，就要在擁有暇滿人身的時候去修習這個暇滿人身的義利，策發自己要從內心開始真實的去修行。

第三大類將主要的大乘道體分成三個部分，即三主要道，出離心、菩提心、空正見。第一個出離心，了知生死過患，所以一定要跳出生死輪迴、對生死輪迴絕對地厭惡，這個是佛法不共的第一個基礎。然後在這個出離心的基礎上面引發大菩提心，這是第二個主要的。得到了菩提心又要圓滿的話，那就一定要得到空正見。所以這三個也就是所謂的三主要道，即整個菩提道次第的三個主要的綱要。所以宗大師先寫《廣論》，因為涵蓋太廣了，所以後來又把那個《廣論》，節略成一個《菩提道次第略論》或簡稱《略論》，最後再特別把《廣論》當中的三個特別主要的內涵，總攝成為三主要道--「出離心」、「菩提心」和「空正見」。其實宗大師會寫《三主要道》這個偈頌，最主要也是因由文殊師利菩薩的加持，透由文殊師利菩薩，宗大師能夠了解《三主要道》最主要的精華。不管是顯教、密教、大乘或是小乘，一切佛法的精華，都可以統攝在《三主要道》或《聖道三要》十四個偈頌當中，內文在本章的附錄一。宗大師曾經在《三主要道》的第一偈當中有講到：

一切佛語心要義 諸聖佛子讚揚道 有緣求脫者津梁 我當隨力而宣說

這個偈頌最主要就是講到了出離心、菩提心以及空正見的內涵。對於第一偈這個偈頌，有兩種不同的解釋方式。第一種解釋方式，不管是出離心、菩提心或者是空正見，這三者皆是「佛陀一切至言心要義」，不僅僅是「佛陀一切至言心要義」，它也是「賢善佛子所讚道」，並且它也是「希求解脫行者之津道」，也就是《三主要道》能夠跟第一句、第二句以及第三句來作配合。本文在此是取第二種解釋方式，第一偈中的「一切佛語心要義」佛陀一切至言心要義是指出離心，「諸聖佛子讚揚道」是諸賢善佛子所讚道是指菩提心，「有緣求脫者津梁」希求解脫行者之津道是指空正見，這是宗大師自己用很濃縮的方法說明的《聖道三要》一出離心、菩提心、空性見，因為《聖道三要》那時是對昂旺卻巴說的，這也是宗大師的發願--要儘量的去宣說這「三主要道」。¹³⁵

以下就以第一大類的三分法--下士道、中士道、上士道的三種架構來做《廣論》的說明。「此中」就是指《廣論》，本論的內涵可分成四部分，第一部分是包含了一切佛語，不僅僅是釋迦世尊，十方三世一切諸佛無一例外，佛佛道同，所有十方三世佛所了解的正確的內涵，完全一樣，沒有一點缺少。本論並不是把佛所有的話都包含在裡頭，而是把佛語的精要都含攝在內。法是從佛世尊傳下來到廣行、深見這兩個大乘流派，而本論把廣行、深見這兩個大乘流派的傳承全部含攝了，因此這兩大車軌就是我們要學習的。這兩大流派，一個是龍樹菩薩傳的，一個是無著菩薩傳的，這是第二部分。這二大車之道軌是往趣一切種智地位（就是佛地）的勝士的法範，這是第三部分。第四部分就是把這個方法分三個次第，依著這個次第

¹³⁵ 甘丹赤巴仁波切講述：〈毗鉢舍那（第 1 講）緣起法會〉（2003 年 2 月 19 日），參見 <https://www.lama.com.tw/content/edu/data.aspx?id=6279>（參考日期 2017 年 11 月 19 日）

學的就是三種士夫：下士夫、中士夫、上士夫，依著這個次第修習的所有內涵（一切行持），沒有一點缺少。這整個走法含攝了菩提道所有的內涵，現在依照著次第排出一條路來，以這樣的菩提道次第門，引導具足善根的人。導具善者趣到佛地是本論的目標，依佛教誡好好淨除罪障、集聚資糧，這就是本論主要的整個內涵。

菩提道次第，¹³⁶ 是成就無上菩提必須經歷的過程，即是行者從凡夫到發大菩提心乃至證得無上菩提，中間修學佛法所必須經歷的過程，是由淺入深的漸次修行之道。修下士道不只為自求人天安樂，修中士道也不只為求自了生死，都是為上士道準備條件，所以都是菩提道的一部份，不過由於緩急、淺深、難易的不同，就不能不分出次第。在修學上士道之前，必須以共下士道、共中士道為基礎。三者之間，前者是後者的基礎，後者是前者的進階，由三士道構成一個完整的佛道，這是不論修或不修密教的行者都要修學的，故又稱三士道為「共同道」。在以三士道為主的修道次進程下，總攝《廣論》全書共分有四個結構：

- 一、道前基礎：親近善知識和思惟暇滿人身難得，作為三士道的前行基礎。親近善知識是修學一切佛法的基礎，要親近善知識才能趣入佛法，所以最先說。趣入佛法之後，就要思惟有暇又圓滿的人身難得，才能策勵自己，起大精進，修學佛法，所修學的，就是三士道。
- 二、下士道：思惟念死無常、思惟三惡趣苦、皈依三寶、深信業果。下士道是指脫離三惡趣、生人天善趣的法門。
- 三、中士道：思惟苦諦、集諦、十二緣起、解脫正道。中士道是指生出離心、希求解脫三有輪迴，斷煩惱證涅槃的法門。
- 四、上士道：發大菩提心、修菩薩行。修菩薩行又分為：總說六度四攝和別說修止觀法。上士道是指發菩提心，修菩薩行，證大菩提果的法門。

宗喀巴大師一生中所著的菩提道次第共分三種：《廣論》、《略論》與攝頌，因其內容有廣與略的分別。其中，又以《廣論》與《略論》是所有道次第教授的根本，這也是格魯派的重要依據，宗大師還把整個《廣論》最精要的修行步驟濃縮起來，集成三十八個偈頌，即《三十八攝頌》¹³⁷，那就是「總祈加持生諸功德」，由於它總攝一切修行綱要，而且每一個偈頌最後都是祈求加持，所以又叫《菩提道次第攝修求加持頌》，如附錄二所示。

為了引發行人對此三士道的決定信解，首先介紹三士道的內容，實際上已經完整的含攝了一切佛法的精要，從起修，一直到成佛為止，全部都包含在三士道裡面了，所以只要依次修學，一定能達到最後成佛的目標。接著是解釋三士道，為什麼要依這樣的次第，一步步的引導？為什麼不能從上士道開始起修？為什麼一定要從下士道，然後中士道，最後才是上士道，它的理由何在？清楚的了解三士道的內容以後，才能把握修行的重點。

佛初發心，中集資糧，最後現證圓滿正覺，一切皆是為利有情，故所說法一切亦唯為利有情。如是所成有情利義，略有二種，謂現前增上生，及畢竟決定勝。其中依

¹³⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》附錄，頁 595-597。

¹³⁷宗喀巴大師著，釋法尊譯：《三十八攝頌》或《菩提道次第攝修求加持頌》。

於成辦現前增上生事，盡其所說，一切皆悉攝入下士，或共下士所有法類。殊勝下士者，是於現世不以為重，希求後世善趣圓滿，以集能往善趣因故。」¹³⁸

每一位佛開始修行，都是先發菩提心，就是學佛修行的動機，絕不是為了自己，而是為了希望能夠解脫一切有情的生死，希望一切有情都能夠離苦得樂，這樣的發心叫做初發心。發心了以後，就要勤集資糧，積聚福德資糧和智慧資糧。菩薩精進行布施、持戒、忍辱，就是要積聚福德資糧，福德資糧圓滿，就能成就佛的報身和化身。菩薩精進修禪定、智慧，就是要積聚智慧資糧，智慧資糧圓滿，就能成就佛的法身。所以當二資糧圓滿時，最後在菩提樹下現證圓滿正覺而成佛。佛從初發心，就是要利一切有情，積集資糧時，也是要利一切有情，最後成佛，也是要利樂一切有情，所以從初發心，一直到成佛，只有一個目的，就是要利樂一切的有情。因此，佛在證道以後，所說的一切法，也同樣的只有一個目的，利樂一切的有情。但佛所說的一切法，到底包含什麼樣的內容，又如何達到利樂有情的目的呢？

成就一切有情的利樂義理，分為二種：就是屬於現前增上生的人天樂，以及屬於畢竟決定勝的小乘解脫樂和大乘的究竟涅槃樂。其中該如何依止修行，才能成辦現前增上生的人天樂，這所有的內容，都含攝在下士道，或共下士道的部分。下士道分為兩類，一類是下士，另外一類是共下士。所謂的下士，就是只要你能修十善業道，就能得人天果報，行十善業的目的，是為了現世的利益，所以稱普通下士。另一類的共下士，就不只是為求這一世的利益而已，現在行十善業道，是希求後世能得善趣，為了圓滿積集往善趣的因，所以行十善業，這類為了後世而修的下士，我們稱殊勝下士。殊勝下士中，包括了聲聞、緣覺小乘的修行者，和菩薩大乘的修行者。因為下士道，是中士道和上士道的基礎，所以不論是修中士的解脫道，還是修上士的成佛之道，都必須先修下士道作為基礎，因此下士道，是中士、上士道共同要修的，所以稱為共下士。阿底峽尊者在《道炬論》中提到：「什麼是下士道呢？就是以修十善業的方法，獲得人天的安樂，這種希求自己利義的修行者，就屬下士道。」

決定勝中，略有二種，謂證解脫僅出生死及一切種智位。其中若依諸聲聞乘及獨覺乘，盡其所說一切皆悉攝入中士或共中士所有法類。中士夫者，謂發厭患一切諸有，為求自利，欲得度出三有解脫，以趣解脫方便之道三種學故。¹³⁹

畢竟決定勝中，分為二種：一種是僅僅自己解脫生死，另一種是還能成就一切種智而成佛，是究竟的涅槃解脫。「畢竟」，是能解脫的意思。而解脫分為自利的解脫，和利他的解脫。自利的解脫，是聲聞、緣覺小乘所修的解脫道。利他的解脫，是大乘菩薩所修的究竟解脫道，不但能自我解脫，還能幫助眾生解脫。其中如何修四諦，證聲聞乘阿羅漢的果位，以及如何修十二因緣，證獨覺乘的辟支佛果位，所有修行的內容，全部都歸入在中士、或共中士道的部分。這種的中士道，是指從生死流轉當中，為求自利而解脫的小乘修行者。共中士道，是不但希望從生死流轉中求解脫，還希望發大乘心，為了利他而求解脫。由於中士道，

¹³⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁66。

¹³⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁66。

是上士道所共同要修的，所以稱為共中士。中士道主要修的，就是先發厭患三界的出離心，然後為求自利，急欲跳出三界生死而得解脫，能得解脫的方法，就是修習戒、定、慧三學。《道炬論》中說：「中士道所修的內容，就是苦、集、滅、道四聖諦。首先思惟苦諦，了知三界輪迴，只有苦沒有真正的快樂，因此生起想要出離三界的心，這就是『背棄諸有樂』。但是，三界的苦是如何產生的呢？是所有的惡業所成熟的果報，而惡業的造作，又是因為煩惱熾盛的緣故。所以，如何認識煩惱、遮止惡業，是集諦所有的內容，這就是『遮惡業為性』。當一切的煩惱都止息而達解脫時，就是證寂靜涅槃的『滅諦』，即是『若惟求自靜』。所有斷煩惱達解脫的方法，就是『道諦』。」

至於什麼是上士道呢？如覺嚧所造的《攝行炬論》中所說的：「尊長佛說依，密咒度彼岸，能辦菩提故，此當書彼義。」¹⁴⁰ 尊長佛說，依密教（密咒）和顯教（度彼岸），都能成就無上菩提，所以都屬上士道的範圍。大乘分顯教和密教，依之修行都可以成佛，故同是上士道的內容。

謂修種智方便有二，謂密咒大乘及波羅蜜多大乘，此二攝入上士法類。上士夫者，謂由大悲自在而轉，為盡有情一切苦故，希得成佛，學習六度及二次第等故。《道炬論》云：「由達自身苦，若欲正盡除他一切苦者，是為勝士夫。」¹⁴¹

要修一切種智（佛所成就的智慧）的方法有兩個，就是密教（密咒大乘），和顯教（波羅蜜多大乘）。也就是說，無論修顯教或是密教，都能成就佛果。所以，這兩者都攝入上士道內。所謂上士道，就是先發大悲心，再隨著任運而起的悲心，希望能夠拔除一切眾生的苦。為能除盡一切有情的苦而希願成佛，所以學習顯教和密教所共有的布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧六度，若是密教修行者，必須再加修不共顯教的生起次第、圓滿次第。《道炬論》中也談到，什麼是上士道：「由於共下士、共中士所修的內容，已經先了達了三界只有苦，沒有真正的快樂可言，也只有出離三界，才能從苦中真正解脫，以這種急欲除苦的心，擴展到每一位眾生身上，希望也能幫助眾生除盡一切的苦，凡是能生起為眾生拔苦的悲心，就是上士夫。」至於上士道所必須修的，如何成佛的方法和內容，包括顯教（波羅蜜多）和密教（咒），到了後面上士道的部分，會再詳細的說明。

另外，在《攝法擇分》中，¹⁴² 是以受戒的內容，來區分三士道的界限。

復有三士，謂有成就正受非律儀非非律儀所攝淨戒律儀，¹⁴³ 亦有成就正受聲聞相應淨戒律儀，亦有成就正受菩薩淨戒律儀。其中初者為下，第二為中，第三為勝。」¹⁴⁴

¹⁴⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 66。

¹⁴¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 66。

¹⁴²無著菩薩造，彌勒菩薩說，唐·玄奘譯：《攝法擇分》，《瑜伽師地論》（大正藏 冊 30，No. 1579）卷 51 至卷 80，凡 30 卷，謂之《攝法擇分》。

¹⁴³唐·玄奘譯：《瑜伽師地論》卷 9 中，業之差別有三：「律儀所攝業、不律儀所攝業、非律儀非不律儀所攝業」。復次，律儀所攝業有三種：「謂或別解脫律儀所攝業、或靜慮等至果斷律儀所攝業、或無漏律儀所攝業。」不律儀所攝業有十二種：謂「一屠羊。二販鷄。三販豬。四捕鳥。五置兔。六盜賊七魁膾。八守獄九讒刺。十斷獄十一縛象。十二呪龍。」「非律儀非不律儀所攝業者。謂除三種律儀業及不律儀類業。所餘一切善

所謂三士的名稱，在〈攝法擇分〉中有不同的分法：「第一類下士，是正受非律儀、非非律儀所攝淨戒律儀的修行者。『非律儀』就是『不是正式的戒』，因為是由於所行的十善業道，只能得人天果報，還不能出離世間，所以不能稱為戒律。戒律是必須具足出離心的。『非非律儀』就是『不是非律儀』，前面講過十善法因為不具足出離心，所以是『非律儀』，雖然不是正式的戒律，但它仍然有止惡的功能，這又和戒律的特質相同，所以又稱『非非律儀』。凡是行十善業道的修行者，我們就稱為下士。第二類中士，是正受聲聞小乘戒律的修行者。這時由於要求解脫，所以所持的戒律，都是和出離心相應的。第三類上士，是正受大乘菩薩戒律的修行者。這三士當中，下士是求人天果報，還不能解脫，所以是下品的持戒；中士為求解脫，是中品的持戒；上士發大悲心，為成佛利他而持戒，所以是最殊勝的持戒。」和這個義理相同的內容，在〈攝法擇分〉中，又說了很多種如何建立上、中、下士的道理。正如《道炬論》中所說，世親阿闍黎在《俱舍釋》中，¹⁴⁵也說明了三士的行相。

下士夫中，雖有二類，謂樂現法及樂後世，此是第二，復須趣入增上生無謬方便。¹⁴⁶

在下士道中，雖然分為兩類：(1)希求現世利樂者是為了現世利益而行十善業道的普通下士，和(2)希求後世利樂者是為了後世利益而修人天果報的殊勝下士。但是本論是屬於(2)希求後世利樂者，不僅如此，而且還必須是繼續學習已經相應於增上生正確方法者。

第二節 顯示由三士門如次引導的原因

依三士道的次第，來引導修行者的原因當中，分兩部分來說明：一是先顯示為何由三士道來引導的意義，二是依三士道次第引導的原因。

一、顯示為何由三士道來引導的意義

本論分三士道的目的，主要是希望能引導中、下士道的修行者進入大乘；同時強調修上士道的大乘修行者，也要以共中、下士道為基礎，作為入大乘的加行道。因此在顯示為何由三士道來引導修行者的意義上，會分成三點來做說明：¹⁴⁷

(一) 共下士、中士道是上士道支分的道理

不善無記業施性業者。」即既非如一般受五戒、八戒、十戒、具足戒等戒之律儀，亦非如立誓殺生而得惡戒等之不律儀（亦稱惡律儀），因其體不出善或不善，故稱「處中」。

¹⁴⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁67。

¹⁴⁵俱舍釋，即《俱舍論釋》，或作《俱舍釋論》(大正藏 冊29, No. 1559)，作《阿毘達磨俱舍釋論》。《俱舍論》、《俱舍論釋》皆為阿闍黎世親所造。宗大師於此特別闡明是俱舍釋中亦說三士之相。

¹⁴⁶釋如法、釋如密等譯註：《菩提道次第廣論四家合註·白話校註集1》。

¹⁴⁷釋如法、釋如密等譯註：《菩提道次第廣論四家合註·白話校註集1》，頁472-477。

本論雖說是分為上、中、下三士，但是上士道，並不是單獨成立的部分，而與其他中、下士道沒有關連。實際上，在上士道修習次第當中，也能含攝其餘中、下二士道的修習次第，沒有任何的缺少，所以中下二士道的修習次第，也是大乘道的支分。馬鳴菩薩在所造的《修世俗菩提心論》中說：

無害與諦實，與取及梵行，捨一切所執，此是善趣行。遍觀生死苦，斷故修諦道，斷除二種罪，此是寂靜行。亦應取此等，是出離道支。由達諸法空，生悲眾生流，無邊巧便行，是勝出離行。¹⁴⁸

行無害（不殺害一切的眾生）、諦實（說真實語，就是不打妄語）、與取（不偷盜）、梵行（不邪淫）、和捨一切所執（去貪），此是出生圓滿善趣身受用之因行，故就此上立為下士道，所以這就是下士道所要修的善趣行。徹底觀察生死輪迴的總別諸苦（思惟苦諦、集諦），斷生死苦故修真實的諦道（修道諦，證滅諦），斷除二種罪（斷除輪迴之因一業、惑二種罪，就能除盡煩惱，而證得生死解脫），此是成辦寂靜涅槃之因行，故就此上立為中士道，所以這就是中士道所修的涅槃寂靜行。修習上士道時，也應該取這共下、中士道的兩種修行，因為共下、中士道就是大乘解脫出離道的支分。藉由通達諸法皆空，及依此出生悲眾生流，要為一切眾生除苦的大悲心，而發起慈悲為根本之菩提心，而學六度萬行等無邊善巧方便之佛子行，是勝出離上士之行也，所以這就是上士道所修的最殊勝的出離行。因為這是為眾生而修出離心、求解脫道，所以是最殊勝的出離心修行。因為只是為得三有的安樂而修行的，是下士夫道。而一心為求自利而解脫生死的，是中士夫道。因此，三士道並不是為了引導修行者趣入下士夫道及中士夫道--不是為了引導修行者趣入只希求三有之安樂的下士夫道；也不是為了引導修行者趣入只希求自身安樂解脫生死輪迴的中士夫道。而是將部分的共下士道、共中士道作為上士道的道前基礎。所以，共下士道及共中士道是修習上士道的支分。意即三士道，並不是為了引導修行者修習下士道及中士道，真正目標是把共下士及共中士道作為上士道的前導，這就是把共下士、共中士含攝為上士道支分的道理。

(二)如共下、中士思惟而趣上士的道理

因此，如果像前面所說的生起了欲求心要的心，也就是生起了善法欲時，就必須要知道如何取修行的心要了，那就要如清辯論師所造的《中觀心論》中所說的：

誰不將無堅，如蕉沫之身，由行利他緣，修須彌堅實。上士具悲故，將剎那老死，病根本之身，為他安樂本。具正法炬時，斷八無暇暇，應以上士行，令其有果利。¹⁴⁹

誰不希望藉由行持利他的因緣，把像芭蕉樹幹或像泡沫一樣不堅實的肉身，修鍊成有如須彌山一樣的堅實。上士夫因為具有大悲心，所以能夠把剎那剎那不斷老死，而且又是一切病源的肉身，作為成就眾生利樂的根本。要把握具有正法火炬的時刻，淨除八無暇而常得暇滿人身，應該藉由上士道之行持，使這暇滿的人身獲得果利。宗大師的闡釋說：「也就是說，

¹⁴⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁67。

¹⁴⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁68。

應該這樣思惟，思惟說我的肉身並不堅實，就好像芭蕉樹幹和泡沫一樣，況且這肉身又是一切病苦的巢穴，也是老死等眾苦の根源。應以上士所有現行度諸晝夜，令其不空而趣大乘。¹⁵⁰ 應該不分晝夜地以上士の修持意樂發心、加行六度四攝等上士の佛子行，由成辦無上菩提之門，使得暇滿の人身不會空無果利，而趣入大乘道。」這是宗大師為已發取心要欲の修行者說明如何取心要了。

如前所說三士道の内容，知道為求人天安樂の下士道，和為求自利解脫の中士道，還不能圓滿成就佛道，所以應該視為共道の基礎，而發趣入上士道の大乘心，但如何才能生起大悲，進而發心趣入大乘呢？要發心趣入大乘道，應該如《中觀心論》中所說の内容，如理の來思惟。論中說：「我們要修的是真正の堅實，而不是修那個不堅實の。不堅實の就像芭蕉，芭蕉樹の中間是空の，一層層剝開後是中空の。不堅實の又像泡沫，隨時有破滅の可能。什麼是堅實の呢？須彌山是宇宙間最堅實の。我們這個身體，就如同芭蕉、泡沫一樣の不堅實，只有發大悲心，行六度の利他行，才是像須彌山一樣の堅實。所以在清辯論師所造の《中觀心論》中所說の，就是要我們經常思惟，這個四大假合之身，就像芭蕉、泡沫一樣の不堅實，而且是一切病、老等苦の根本生處，所以不應執著這個身體，而是應該像上士夫那樣の發心，日夜都能精進の行所有の菩薩行，這樣才不至於讓這個暇滿人身白白の空過。

(三) 斷除諍論，修習共中下士道為發起上士道前行の道理

既然希望修行者，都能發心行大乘道，為什麼不就直接由上士道來引導呢？

若爾，理應先從上士引導，云何令修共下中耶？謂修此二所共之道，即上士道發起前行。此中道理，後當宣說。¹⁵¹

所以，照理說應該先從上士道開始引導，直接發菩提心，行菩薩道，這樣成佛不是更快嗎？為什麼還要先修共下士道、共中士道呢？還說共下士、中士道，是大乘共同所必須修の，也是能發起上士道の前方便，這又是什麼原因呢？這其中の道理，接下來會作進一步の說明。

二、依三士道次第引導の原因

為什麼「依三士次第引導」の原因，分兩方面說明：一是正明原因；二是依此次第修の意義、道次引導の目的，在本章の第三節。本節就依三士道次第引導の原因來做說明。

依三士道の次第，一步步引導修行者，最主要の原因，是如此才能真正生起菩提心。而有無菩提心，是辨別小、大乘，最重要の標準。

如何能由小乘，轉而趣入大乘呢？就是真實の生起菩提心。發為利眾生願成佛、希望一切眾生都能離苦得樂の菩提心。如果能於身心相續中，生起此菩提心，就是大乘の菩薩。如《入行論》中所說：「若發大心剎那頃，繫生死獄諸苦惱，應說是諸善逝子。」¹⁵² 在發菩提

¹⁵⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁68。

¹⁵¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁68。

¹⁵²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁68。

心的這一剎那，雖然還繫縛在生死輪迴的苦惱中，也應該是菩薩了。「善逝」，就是佛，「善逝子」，就是佛子，指菩薩。如同太子是要繼承王位的，菩薩也是要繼承佛位，所以稱為佛子。就是說，在你發心的那一剎那，你就進入大乘了。所以，這時就獲得了「佛子」、或「菩薩」的名稱，也同時進入了大乘門。但是這個發心，希望能夠念念不退轉，能於身心相續中都不退失菩提心。如果這中間，因為碰到了障礙，或認為眾生難度，而退失了菩提心的話，就不能再稱為菩薩了。所以說，什麼時候退失了菩提心，什麼時候就從大乘門，又退回了小乘。因此，對於想要入大乘門的修行者來說，就希望能有很多方法，用來激勵自己發菩提心，使它不退失，而這個能發心不退的方法，就是先了解發菩提心，有什麼殊勝的利益。知道了菩提心殊勝的利益之後，就能真誠的來發心，不但發心的力量非常勇悍，而且還能慢慢地增長廣大。另外還必須修歸依、七支願行等，這些內容，是在開示菩薩道的次第的最殊勝的教典--《集學處論》和《入行論》中所說的。

發菩提心的殊勝利益分為二種：「現前增上生」，以及「畢竟決定勝」的勝利。

初中復二，謂不墮惡趣及生善趣。若發此心能淨宿造眾多惡趣之因，能斷當來相續積集。諸善趣因，先已作者，由此攝故，增長廣大，諸新作者，亦由此心為等起故，無窮盡際。畢竟利義者，謂諸解脫及一切種智，亦依此心易於成辦。若於現時、畢竟勝利，先無真實欲得樂故，雖作是言：此諸勝利從發心生，故應勵力發起此心，亦唯空言，觀自相續，極明易了。若於增上生及決定勝二種勝利發欲得者，故須先修共中下士所有意樂。如是若於二種勝利發欲得已，趣修具有勝利之心者，則須發起此心根本大慈大悲。此復若思自於生死安樂匱乏、眾苦逼惱、流轉道理，身毛全無若動若轉，則於其他有情流轉生死之時樂乏苦逼，定無不忍。¹⁵³

「現前增上生」的殊勝利益當中又可分成兩種，就是不墮惡趣，和能生人天善趣。如果發起真實菩提心，能夠淨除往昔所造作的眾多墮惡趣的因，也能夠斷除將來繼續積集墮惡趣的因。就如《入行論》中提到的菩提心利益，是能滅不定罪業的比喻：「覺心如劫火，剎那毀諸罪。彌勒諭善財，覺心德無量。」¹⁵⁴ 彌勒菩薩告訴善財童子，菩提心的利益是無限量的，如《彌勒解脫經》上說的：「菩提心能清淨罪業，就像燒劫的大火一樣，能燒盡所有的業障。」《華嚴經》中也宣說了許多其他有關菩提心的功德，比喻達 119 個之多：「善男子！菩提心猶如一切佛法的種子；它能長養所有眾生的善法，故如良田；能為一切世間所依止，故如大地；……猶如能放種種法光明的明燈；……它能破一切煩惱病，故如善見藥王；……能解一切生死縛，故如善知識；能令一切心歡喜，故如妙寶；……」¹⁵⁵ 至於能生人天善趣的因方面，往昔已經造作者，因為在菩提心的受持之下，能夠增長廣大；現前或未來新造作者，也因為基於菩提心的緣故，也能夠無窮無盡地增長廣大。就如《入行論》中提到菩提心的利益，

¹⁵³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 69。

¹⁵⁴寂天菩薩造，釋如石譯：〈第一品菩提心利益〉，《入菩薩行論》(台北市：福智之聲出版社，2008 年 2 月)，頁 6。

¹⁵⁵于闐國·實叉難陀譯：〈法界品〉，《大方廣佛華嚴經》(大正藏 冊 10, No. 279) 卷 78，頁 429 中。

是得果無盡的比喻：「餘善如芭蕉，生果即枯槁；覺心樹生果，不枯反增茂。」¹⁵⁶ 沒有菩提心攝持的善行，如芭蕉一樣，一旦結果後也就枯槁消失了，那有菩提心攝持的善行，結果後也不會枯掉，反而更加茂盛。沒有菩提心作基礎的善行都是有限量的善因，所以只能感生有限量的善果。成熟的善果一旦受用完了以後，就不再繼續感生其它的果報。但是，出於菩提心所做的善行就不同了。由於菩提心所緣的無上菩提和所要利樂的一切眾生都是無限廣大的，所以菩薩行所得的福德和果報，也會隨著菩提心的無限廣大而盡虛空、遍法界、生生不息。不但在未成佛以前可以獲得增上生的果報，還可以成為最終的成佛之因，而且果報是越來越增勝。

畢竟決定勝的發心利益，就是能達生死解脫，和究竟成佛，這些都是依於菩提心，才能更容易成就。雖然明瞭了發菩提心，現時和畢竟的二種殊勝利益，但是如果自己都還沒有生起，想要不墮惡趣、生善趣、解脫生死、究竟成佛的心，只是口中說說：「這些勝利，是由於發菩提心而有的，所以應該好好來發菩提心。」這樣的話，也只是說空話，因為連自己都還不想不墮惡趣，生善趣，也不想解脫、成佛，又怎麼可能幫助眾生不墮惡趣、生善趣、解脫、成佛呢？所以，應該先觀察自己的身心相續中，是不是已經真正生起了好樂之心。如果對於增上生和決定勝兩種殊勝的利益，已經發起欲得之心的話，就必須先修共下士、共中士中的所有意樂。什麼是共中、下士所有的意樂呢？首先是發不願墮三惡道之心，希望能得人天樂果，這是修習共下士道的意樂發心。其次是發不願墮輪迴之心，希望能得解脫果，這是修習共中士道的意樂發心。當有了共中、下士的所有意樂發心以後，才能進一步的趣向殊勝的大乘發心。也就是說，依於這個基礎發心之上，要再發大慈大悲的菩提心，才有了根本。這時才能真實的生起菩提發心，它的理由是，自身已深切地體會到，只要在三界輪迴中流轉，是沒有絲毫的安樂可言，每當想到眾苦的逼惱，莫不驚恐得寒毛聳立，而急於想出離得解脫。所以，這時看到其他的有情，依然還在生死中流轉，同樣的也為眾苦所逼惱，一定不能忍受，而希望幫助他們離苦得樂，出離得解脫。如《入行論》中說：「如果我們在想要利益一切有情之前，自己沒有先思惟三界之苦，而急於想跳出的話，是沒有辦法生起利他之心的。就好像在不真實的夢境裡，從來都沒有夢到過要利他，又怎能在真實的現實生活中，生起利他的菩提心。」¹⁵⁷

所以，在修習共下士道時，我們先思惟三惡道苦的內容，發起怖畏墮三惡道的心，才能斷除十惡業，行十善業，得人天果報。在修習共中士道時，我們思惟這個人天善趣，並不是真正的寂靜安樂，仍然只有苦而已，要徹底的除苦，除非跳出三界，得涅槃解脫。接下來，對於一切的親人家屬，一切的有情眾生，都是以自己希望離苦得樂，希望出離三界的心，來比度眾生的心，如此修習，便能生起希望給眾生快樂的慈心，和希望為眾生拔苦的悲心，大慈大悲的菩提心，就這樣產生了。所以說，修共中、下士所有的意樂發心，就是要引發真實

¹⁵⁶釋如石譯：〈第一品菩提心利益〉，《入菩薩行論》，頁6。

¹⁵⁷釋如石譯：〈第一品菩提心利益〉，《入菩薩行論》，頁8。

《入行論》云：「彼等為自利，尚且未夢及，況為他有情，生此饒益心？」

菩提心的前方便，並不是要引導趣入其他的方向。又在修共中、下士道時，思惟歸依和業果等內容，尤其重要。由於怕死後墮惡趣，所以要找一個能幫我們不墮惡趣的真實歸依處，歸依三寶是學佛修行的第一步，如果我們連正信三寶的心都還沒生起，菩提心更無從說起，所以首先要知道為什麼要歸依三寶，和歸依三寶殊勝的利益。但歸依三寶，是否就能保證不墮惡趣呢？當然不能！要真正不墮惡趣，還需要思惟業果的道理，了解正確的止一切惡，修一切善，才能遮止因惡業墮惡道。所以，如何淨除罪障，如何積聚資糧，就從深信業果的道理著手注意，另外還有七支行願等，也是修集福淨罪的方法。如果我們自己都還不能斷惡修善、集福淨罪，又如何發心幫助眾生斷惡修善、集福淨罪呢？所以，在我們修習共中、下士道時，應該了知，這些內容都是修菩提心的前行，也是讓我們身心能相續發心的前方便。關於共中、下士道中的所有內容，是修菩提心的前行，所以是發無上菩提心的一部份，這其中的道理，善知識在教導修行時，應當善於說明和譬喻，弟子對於這些理由，也應該獲得決定的信解。

不論修中、下士的任何一部份，在每次修時，都應加念：「我為修菩提心故」這一句，所以，對於能發菩提心的前行部分，應當非常重視，如果不如此，就會認為下、中士道，是獨立的部分，和上士道完全沒有關連。於是，在沒有正式修上士道之前，往往由於對共中、下士道是發菩提心的前行，這個見解沒有正確的認識，因此反而造成發菩提心的障礙。譬如說共中、下士道中強調修出離心，如果不了解出離心和菩提心的關連，以為出離就是要遠離紅塵，拋家棄子，放棄工作，捨下一切，躲進深山，這樣的心，反而障礙了菩提心的生起，因為你不再關心家人、朋友、國家、社會，和一切眾生，心捨眾生，又那來的菩提心呢？所以在修共中、下士時，我們隨時提醒自己，是為利益眾生而修，與發菩提心相應而修，這樣才不會在修共中、下士道時，因為菩提心的習氣未能種下，而失去了大利義。所以，凡是修法時，不忘加上「為了利益一切有情而修」這段話，如「為了利益眾生而修歸依、業果、苦諦、出離、解脫……等等。」對於這部分，應該加強殷重的修。

如果能如上面所說的，來修習共中、下士道的話，到了上士道時，不論任何的內容，如發菩提心，行六度四攝等，於身心的相續中，都能隨自己的心力，生起真實的菩提心。進入上士道以後，為了使菩提心能堅固的緣故，應受大乘不共歸依。就是不為自己，而是希望能拔一切眾生苦，為利眾生願成佛，以生起如此的大悲心來接受歸依以及願軌。願軌就是發願菩提心的儀軌，受了願軌以後，對於種種菩薩願菩提心的內容，就要盡心盡力地學習。發了願菩提心以後，就想到菩薩是怎麼利益眾生的？又是如何行菩薩道的？菩薩道的內容有那些？我一定要發願來學習六度、四攝等菩薩行。

真實生起了要學習菩薩行的心念以後，接下來就是受菩薩戒，表示自己是菩薩行者，開始正式的行菩薩道，這時便是行菩提心。既然受了菩薩戒，就應該捨命地護戒，不論是根本重戒，或者是微細的輕戒，都能勵力不犯，若有犯，也要如法懺罪、清淨對治。受菩薩戒後，應該精勤的學習布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧六度，尤其是學習禪定，又稱修止、修奢摩他。定介於戒、慧的中間，就是說明兩者都需要有定來攝持，無定難以持戒清淨，容易因放逸、失念、煩惱熾盛而破戒。無定也難以發智慧，沒有智慧便不可能斷煩惱障、所

知障，達最後解脫，可見禪定的重要性。修定，就是訓練心念，讓它能安住在所緣境上（所修的法門上）。道炬論中說，由定能發神通，這是說明定的功能之一，覺嚙在別的論中也說，定能開發智慧，由定而生慧，所以禪定是發慧的基礎，所以要開發智慧，也應該修禪定。毗鉢舍那，是修觀，屬慧學。奢摩他，是修止，屬定學。前面強調了修禪定的重要，為什麼又要修觀呢？目的是要斷除二種執著的束縛。原來眾生不能成佛解脫，就是因為有人我執和法我執。這兩種執著怎麼斷呢？就是要修毘鉢舍那（修觀）。等到見道時，般若無分別智現前，才明白一切本來無我，只因為有人、法執，才起了種種妄想分別執著，於是悟後起修，用見空性的智慧，斷除一切由人、法執而起的煩惱障、所知障，待二障除盡，就能證得無上菩提而成佛。所以，修觀的目的，是要真正通達空性，才有斷二執的智慧產生。

如《道炬釋》中所說，除了修止觀以外，學習戒律的內容部分，是屬於戒學。奢摩他，是禪定，屬於定學。毘鉢舍那，是修觀，屬於慧學。以六度來說，布施、持戒、忍辱、精進、禪定這前五度，是屬於善巧方便的部分，是福德資糧，是依世俗諦而建立，所有廣大的菩提道次第。能發起聞所成慧、思所成慧、修所成慧三種殊勝智慧的，是屬於般若的部分，是智慧資糧，是依勝義諦而建立，所有甚深的菩提道次第。總而言之，三士道的內容，以它的次第來說，是先修共下士道，再修共中士道，最後圓滿上士道。這樣的次第，不能顛倒來修。以它的數量而言，共有三士道，不能增加，也不能減少，這樣的數量，也不能增減來修。對於前五度所攝的方便，和第六度所攝的智慧方面，也要圓滿的來積聚福德、智慧二資糧，僅僅以一分來修，是無法成就無上菩提的，所以應該對三士道所有的內容，發起廣大決定的信解。了解了這些道理以後，我們就知道，想要越過諸佛的功德大海，這隻鵝王，是由雙翅的力量才能超過。這雙翅就是廣大方便，圓滿無缺的世俗諦翅；和善於了達人無我、法無我，這二種無我智慧的勝義諦翅。如果只是修取道中的一分，就無法圓滿二資糧，就好像折翅的鳥，是沒有辦法飛越大海的。如《人中論》中所說：「具備了清淨（白）的勝義諦（真），和廣大（廣）的世俗諦（俗），這兩個圓滿的翅膀，鵝王（比喻佛）列在眾生鵝（比喻眾生）前，秉承善風力（比喻圓滿二資糧），就能超過生死的大海，而達到成佛的彼岸。」

以上所有的共道次第，如果身心相續中都已生起，而決定入密乘的話，就能開始學習密教的部分。若能進入密教修習生起次第、圓滿次第，便能快速地圓滿福德、智慧二種資糧。若是無法真實生起菩提心，或是並非大乘種性，或是對密教沒有辦法產生信解，而不想趣入的修行者，只有先修習顯教的部分，依三士道的次第，依次修習，漸漸便能由略而中而廣。如果要入密乘的修行者，首先要依止善知識，這個善知識比前所說的善知識，還要殊勝。在密教的歸依，是四歸依，不同於顯教的三歸依，除了歸依佛、法、僧三寶外，還加上歸依上師，可見密教對上師的重視。歸依上師後，就要按照事師五十頌當中所說的去行，不要輕易違犯。在一切的小乘、大乘、金剛乘（密乘）裡面，唯有在金剛乘，特別珍重的來宣說上師的重要。接下來是接受灌頂，不論灌頂的人，或灌頂的法，都必須根源清淨，而灌頂的目的，是要成熟我們的身心，成為具器的弟子，能開始修習生起、圓滿二次第。這時所得的一切誓句（三昧耶，如誓言之類）和密宗戒律，應該審慎莫犯，寧願捨棄生命，也要如理護持。尤其是根本戒，如果破戒的話，雖說可以重新受戒，但是身心相續已經破壞，加持力也斷了，

任憑你怎麼精進修行，功德也難再生起了，所以應該勵力慎防不令初犯根本重戒。同時也應勵力防範其他的輕戒不犯，若有違犯，也應修懺罪，讓它懺除清淨，不令再犯。如此慎重護戒的原因，是三昧耶和密乘戒，是佛法的根本，也是修行成就的根本，根本不固，是不可能成就道果的。接下來，是學習密續部，可以學習下三部（事部、行部、瑜伽部）的有相瑜伽，或者是無上瑜伽部的生起次第瑜伽，選擇其中一個開始修學。以上的所學堅固了以後，就是說，修下部有相瑜伽的行者，在身心有所得之後，就轉入下部的無相瑜伽；修上部的生次瑜伽的行者，在身心有所得之後，就轉入無上瑜伽部的圓滿次第瑜伽，也是選擇其中一個繼續修學。《道炬論》中說，就是如此建立整個菩提道的體系。修行的次第，也是依此道，一步步的引導。阿底峽尊者，在其他的論典當中，也曾經是如此的宣說。如在阿底峽尊者所著作的《攝修大乘道方便論》中說：

欲得不思議，勝無上菩提，賴修菩提故，樂修為心要。已得極難得，圓滿暇滿身，後極難獲故，勤修令不空。¹⁵⁸

想要證得不可心思言議的殊勝佛果，只有依賴此菩提道的修習，能生起樂於修此菩提道的心念，是最重要的。既然已經獲得這個難得的暇滿人身，以後也很難再得到，所以應該精進修行，不讓它白白空過。又說：「就像在牢獄中的囚犯，如果有逃脫的機會，當然沒有比這個更迫切的事了，一定是以最快的速度從牢獄中逃出。同樣的，我們現今正沈淪在這個生死的大海中，若是有度脫的機會，也是沒有比這個更重要的事了，應當趕緊跳出這個三界的火宅。」又說：「從大乘的不共歸依開始，受願心儀軌，有了願菩提心為根本，再受菩薩戒，開始行菩提心，一步步的隨自己的能力，修行六度四攝等，這就是菩薩的一切行。」又說：「修前五度為方便，第六度為智慧，是修大乘的心要。修止得禪定，修觀得智慧，如此圓滿二資糧。」定資糧品中也說：

先固悲力生，正等菩提心，不著有報樂，背棄諸攝持。圓滿信等財，敬師等於佛，具師教律儀，善勤於修習。瓶密諸灌頂，由尊重恩得，行者身語心，清淨成就器。由圓滿定支，所生資糧故，速當得成就，是住密咒規。¹⁵⁹

先有堅固的大悲願力，才能生出殊勝的菩提心，布施時不望回報，厭離捨棄世間的財物，圓滿信、戒、聞、慚愧、捨（施）、精進、定慧等七聖財，恭敬上師等同佛，上師所教的戒律，一定精勤地修習守護。寶瓶灌頂、密灌頂……這種種灌頂，都是由上師的恩德，弟子的身、語、意，因此而得到清淨，堪為造就的法器，經由修習生起、圓滿二次第，所生的二資糧，能很快地圓滿成就，這就是密乘的法要。

¹⁵⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁72。

¹⁵⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁72。

第三節 道次引導的目的

本節主要是對道次引導的目的：對大小二乘、三士道次引導的重要性建立正確的知見。依三士道的次第引導修行者的意義、道次引導的目的，宗大師在《廣論》卷3中提到的，

若中下士諸法品類，悉是上士前加行者，作為上士道次足矣，何須別立共中下士道次名耶？¹⁶⁰

(問) 就像我們前面所說的，一切無非是要引導我們走上上士道，即如果中士、下士的法類是上士的前行，那就把中士、下士的法類作為上士的道次第就足夠了，為什麼要另外安立這個「共中、共下道次第」之名呢？若如此，於中下士時，只要說上士法類前行所須共道即可，但在上士、中士、下士別別章中，皆各自宣說觀待自道圓滿完整之道，此又為何？(答)《廣論》安立三士道來作引導有兩大目的，分述如下：

(一) 從摧伏增上我慢(自利)的觀點

一為摧伏增上我慢，謂尚未起共同中下士夫之心，即便自許我是大士。¹⁶¹

第一個安立三士各自之名的目的，是為摧伏增上我慢(自利)——在尚未生起與下士、中士夫共通的心量時，就自己覺得我是一個發菩提心的上士。

由於把增上我慢列為第一要摧伏，意即是若增上我慢不能摧伏，那後面的功德勝利益就不用再談了。因此在此有必要針對「慢」作詳細的說明。仗恃自己比別人優越，而產生輕視怠慢他人的心理和行為，就叫輕慢。在《瑜伽師地論》卷2提到有七種慢，即(1)慢、(2)過慢、(3)慢過慢、(4)我慢、(5)增上慢、(6)卑慢、(7)邪慢。¹⁶² (1)慢：對於能力比自己低下拙劣者，認為自己勝過他們，而心生驕慢。(2)過慢：對於能力與自己相等者，錯認為自己勝過他們而生驕慢；而對於能力勝過自己者，則又以為自己與其相等，不分高下，既是平等，又何須敬待而生怠慢心。(3)慢過慢：對比自己強的人，以為自己比他更強更勝而生輕慢對方的心態，就是慢過慢。(4)我慢：錯認五蘊一色、受、想、行、識和合而成的假體為真實的我，而產生我執我所，一切言行以自我為中心，強大的支配欲，處處要求別人配合自己，事事以自己的認知和感受為標準，完全忽略漠視別人的存在，就叫我慢。(5)增上慢：還沒有證得聖人之道，而認為自己已經得證者即是。(6)卑劣慢：別人勝過自己許多，但自以為只是差他少許而產生驕慢心理，就是卑劣慢。(7)邪慢：因錯誤偏邪的見解，造作了不利眾生，實無功德而有罪過的惡業，自己不但不覺知，還誤以為功德很大，恃以驕人就叫邪慢。¹⁶³ 由此可知，增上我慢

¹⁶⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁72。

¹⁶¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁72。

¹⁶²唐·玄奘譯：《瑜伽師地論》，頁289中。

《瑜伽師地論》卷2：「云何七種慢？謂慢、過慢、慢過慢、我慢、增上慢、卑慢、邪慢。」

¹⁶³淨一：〈不生輕慢心〉，《人乘電子報·修學道上》(2005年12月10日)第二期。參見<http://www.zgs.org.tw/epaperSystem/periodical/9412/paper3-2.htm> (參考日期2017年11月20日)

至少包含了七慢中的(4)我慢，和(5)增上慢。

所以說第一個，若由這樣的三士道來作引導會把我們的「增上我慢」摧伏掉。那麼平常只要我相還存在，這個慢一定在；因為慢是思惑，就算你破了薩迦耶見，這個慢的餘習都還在。這個我慢倒不一定是說，處處地方我對、你不對。而是說，當處處地方你「以我為主」的這種心情障礙著你，這個是我慢相。在這種情況之下，它那個慢有種種不同的形式出現，這個地方特別稱之為「增上我慢」。「增上慢」就是你還沒有達到這個真實的這種狀態，你以為達到了，把你的能力高估了，增加、超過了，這個叫做增上慢。那麼這個增上慢，說我們乃至於共下士、共中士的這一種心量，都沒有生起，都自己覺得我是一個大士。這個是第一個意義，想想共上士或者大士的意樂、心裡狀態，就是說要利益一切有情，所以要成佛，這個是無上大菩提心的特徵。而要生起這個心，必定要經過第一個，先自己了解這個世間一切，「這個世間」不但是我們在欲界，乃至於色界、無色界，任何的一件好東西，要認識它是痛苦的根本，因而產生絕大的厭離，然後推己及人，那個時候你才能夠看見那些人也和我一樣染著在世間，深深憐憫地去幫助他們，這個是共中士。現在我們連現世這種小小的欲樂都放不下，為這個現世的欲樂又忙這個、又忙那個，這個連希求後世的共下士都做不到，而我們居然說我們是大士，這個就是增上慢。

這個增上慢就是對於這個真正修學的次第內涵完全不明白，一點都不清楚，只曉得人家說：「哦，這個大乘佛法好！」「欸！那我當然好。」沒有一個人例外的，只要「我」在，一定有這個「我慢」。我慢都是把自己估得高高的，「哦，既然這個很高、很大，我當然高、當然大啊！」實際上你夠不夠這個高、大的量？不知道！所以這個叫增上慢心。有了這個增上慢心，就絕無可能修行了。所以現在把這個次第很清楚、很明白擺在那裡，你只要一衡量，覺得：「唉呀，不行啊！我連它幼稚園(道前基礎)的東西都不知道，小學(共下士)的東西都不知道，說大學(上士道)那真是荒唐極了！」這個我慢心就被催伏了。你這個慢心一催伏，你自然肯低聲下氣好好地去學。若你是自暴自棄的人，那就不用談了！我們真正修學的人，第一個障礙就是這個增上慢，總覺得自己懂得很多，總覺得是個大菩薩，總覺得是個了不起，所以就不肯學，那就完了！增上慢催伏了以後，然後一心去學，那就有機會依次第走上去。任何一個人都能夠這樣去做，那佛法也就興旺了。因為你能夠如法去做的話，那麼只要如法，這個佛法就能久住在這個世間了。

《法華經》卷 1〈2 方便品〉中提到，世尊在舍利弗三請說法後，願為無量眾生(無數百千萬億阿僧祇眾生)再次宣說一乘法時，此時與會中有比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷有五千人等，即從座起，禮佛而退席。「所以者何？此輩罪根深重及增上慢，未得謂得、未證謂證，有如此失，是以不住。世尊默然而不制止。」¹⁶⁴ 世尊說他們是因為罪根深重及增上慢之故，即有未得謂已得、未證謂已證的過失，所以世尊並未阻止他們離席。所以世尊又重說：「止

¹⁶⁴後秦·鳩摩羅什譯：〈2 方便品〉，《妙法蓮華經》卷 1，頁 7 上。

止不須說，我法妙難思。諸增上慢者，聞必不敬信。」¹⁶⁵ 不須對不敬信佛語者，說甚深微妙難以理解之法，因為增上慢者，即便聽聞也必定不會信受佛語，若不信受此法，無有是處。所以對如是增上慢人，認為他們退席也是好的。世尊要大眾諦聽、善思念之，而和一切十方諸佛一樣地為眾生分別解說一佛乘法。

在《大般若經》卷 428 中，天帝釋回報佛陀，諸菩薩摩訶薩行「世間」布施波羅蜜多的時候，若在佛所而行布施，便作是念：「我能布施給佛陀。」若對菩薩、獨覺、聲聞、孤窮、老病、道行、乞者而行布施，便作是念：「我能布施給菩薩乃至乞者。」這就是因為菩薩摩訶薩行布施時無方便善巧，才起了高慢心，是故不能迴向一切智智。「是菩薩摩訶薩無方便善巧故，雖行布施而起高心，不能迴向一切智智。」¹⁶⁶ 所以諸菩薩摩訶薩要行「出世間」布施波羅蜜多的時候，是要善修般若波羅蜜多，才能達成三輪體空「不得施者、受者、施物」之清淨、無相、無所得的布施，此即「是菩薩摩訶薩依止般若波羅蜜多而行布施故，能如實調伏高心，亦能迴向一切智智。」¹⁶⁷ 是故讚嘆般若波羅蜜多甚為希有，能調伏菩薩摩訶薩眾，使令不起高慢心，而能迴向一切智智。

所以宗大師於《廣論》卷 7 中說：「慢於現法最能障礙當生之道，及是當來奴賤等因，故應斷除。」¹⁶⁸ 憍慢在此生是成就道業的最大障礙，也是未來受生下賤奴婢的因。所以必須要斷除。斷除憍慢的道理，如《親友書》中說：「當數思惟老病死，親愛別離及諸業，終不能越自受果，由對治門莫憍慢。」¹⁶⁹ 應當不斷思惟老、病、死、愛別離、以及其他有漏業，也應思惟自己畢竟無法跳脫「自所作業，還自受果」的道理，由以上方便修習對治，不再憍慢。宗大師在《廣論》結分時，還說「我乃愚中最高為愚」，¹⁷⁰ 這也就是為什麼能夠策使宗大師達到最高成就的一大主要原因，時時都準備好要聞思修法義的具相佛弟子，「愚者知為愚」這是真正的智者，因為有一顆謙恭的心來學法，那可以得到很多人的歡喜，因此學法的違緣就消除了，順緣就集聚了。佛是最圓滿的、如實圓滿了知一切真相，但是因為我是愚中最愚，所以難免會有過失。因此我在佛菩薩、佛前懺悔。因為他自己曉得「我錯了」，那就會想辦法、肯改善，於是他就改善、慢慢向上進步。反觀愚的人，就是自己還覺得很懂，那你就完了！乃至於明明是愚，他自己還不曉得，這是無明真正可怕的地方，你根本不曉得「你在錯誤當中」、「無明大病當中」，甚而自己對錯誤還很執著。這個執著有兩種：一種是見解上面的，自以為對；還有一種是習性上面，就是覺得「唉呀，它就這個樣！」

宗大師尚且都是這樣，那我們如果覺得自己是智者的話，那就什麼都不用談了！如在修習業果時，以正法校對自相續，觀察自己的錯誤，若能至心了知者，是為智者。若與正法比

¹⁶⁵後秦·鳩摩羅什譯：〈2 方便品〉，《妙法蓮華經》卷 1，頁 6 下。

¹⁶⁶唐·玄奘譯：〈83 無事品〉，《大般若波羅蜜多經(第 401 卷-第 600 卷)》(大正藏 冊 07，No. 220) 卷 428，頁 150 上。

¹⁶⁷唐·玄奘譯：〈83 無事品〉，《大般若波羅蜜多經》卷 428，頁 150 中。

¹⁶⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 200。

¹⁶⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 200。

¹⁷⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 558。

對，若發現自相續中全不符順正法，那這就是我們的錯誤，是故根本是無法解脫的。自相續與業果校對，目的在於觀察是否符順。如果以正法校對自相續時，能夠真實了知完全不符順，那麼這就是智者。所以說，如果愚笨者知道自己愚笨，那麼他事實上是一位智者。如《集法句》中提到的：「若愚自知愚，是名為智者。」¹⁷¹ 如果以法校對自相續時，結果是與法完全背離的，那情況就有如揹負屍體一般，還妄自希為法者、智者、淨者、極頂者，其實是最下劣的愚痴者。如果愚笨者認為自己有智慧，可以說這種人是真正的愚痴。如《集法句》中提到的：「若愚思為智，說彼為愚癡。」¹⁷² 所以在觀自相續校對正法時，最起碼的態度是不要自認為對法已經了解，而成為下愚者。

所以在修行的時候，對念死無常的心念要生起，也必定要拿這個苦的道理來做策勵。如《廣論》卷3：「此中所修生死總苦，惡趣別苦，至極切要。謂若自思墮苦海理，意生厭離，能息傲慢。」¹⁷³ 苦的道理分兩部份：(1)一個是整個生死輪迴之苦是一無是處，(2)特別是惡趣之苦，這個是最重要，這也是修學佛法的宗要。想到眼前已經在生死輪迴當中，現在雖然得到人身，若能夠如理的思惟--將來是要墮落三惡道的道理，一定會心生恐怖萬分！所以一想到這裡，對所有的一切就會產生大厭離，一旦厭離心生起了以後，就能止息傲慢心，那眼前的這種問題就可以解決了。因為眼前所以不能解決，都是因為有個「我」。因為這個「我」，所以問題都來了。傲慢，把我總是看得高高的，總是瞧不起別人的，總是生貪、總是生瞋、總是生癡，如理的思惟--來生是要墮落三惡道的道理，那所有的這些問題就通通拿掉了，所有的情面、什麼放不下的事情，也通通去掉了。《入行論》中提到：「苦從不善生，如何定脫此？我晝夜恆時，理應思惟此。」¹⁷⁴ 其實修行也是為了要離苦得樂，關鍵不在說苦、樂；關鍵在懂不懂苦樂的真相，了解、不了解得到快樂、去掉痛苦的原因，這個才是我們真正重要要去關注的。相較之下，修行時的一點小苦，這還是堪受得了的；將來會下墮三惡趣的大苦，這才是絕對要避免的，所以才說真正重要的，是要多思惟三惡趣的大苦。佛說一切善，根本為信樂。信樂的根本則是要「恆修思業因果」。了知黑白業果之後，並不是就此為止，而是應當要數數修習，因為業果是極細微、不明顯的，所以是非常不容易獲得定解的。佛法講的是內明，是淨化自己，所以佛說自己未調伏而能調伏他人是無有是處。假如身口二業不調伏，便會造成未來的痛苦。未來的快樂與痛苦，固然是由身口二業造成，但最主要的是我們有沒有調伏內心。我們的內心若沒有調伏，那身口就會造成不善業。

修學佛法兩個必要的條件，第一個正知見，第二個精進行。正知見的確難，一旦有了正知見，前面的那些問題都容易解決。譬如我們平常看見的這些覺得做不到的事，一旦你有了正知見，那理路上面就很清楚了，不在難不難做，而在該不該做，所以是必然要去做到的。又如你一天到晚看人家不是，你了解了正知見的話，怎敢去看人家的不是，眼睛專門看著自己，就怕出一點點小毛病，因為現在在這個娑婆的惡世當中，一不小心就會因沒有調伏內心，

¹⁷¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷5，頁143。

¹⁷²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷5，頁142-143。

¹⁷³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁86。

¹⁷⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷5，頁142。

因貪瞋癡等煩惱而讓身口造惡業。透由聽聞是還沒有得到正知見，要如理思惟，等到思相應慧生起的時候，才有了正知見。有了正知見，還要精進行。因為若你懂得了、相應了，而不精進地去行持，那還是沒有用，在原地踏步，那目標根本沒有辦法完成。所以真正的求法，一定要精進勇悍！所以說，若你真正懂得了，二十四小時無處不在修行，二十四小時無處不在淨除罪障、積聚功德，修行就會是很容易的了。為什麼原因得不到？沒有正知見哪！沒有精進行啊！那我們要透由(1)摧我慢，(2)親近善知識，(3)聽聞正法，(4)如理思惟，這每一個並不是說分四個步驟喔！而是說你走到這四個當中的任何一個，你就在修行當中。所以大家覺得學法修行，真難的、最難的就是求到善知識，而求到善知識真正難的是「摧伏我慢」的這個東西，所以說第一個是要先摧我慢，你只要這個做到了，那找到了善知識，下面問題都解決了。因為慢山高處是無功德水的，若能折服慢心則值得歸敬之，因為能增長功德故。

(二) 從廣泛利益上等、中等、下等這三種所化機的人(利他)的觀點

二為廣益上中下心。廣饒益之理者，謂上二士夫，亦須希求得增上生及其解脫。故於所導上中二類補特伽羅，教令修習此二意樂，無有過失，起功能故。若是下品補特伽羅，雖令修上，既不能發上品意樂，又棄下品俱無成故。復次，為具上善根者，開示共道，令其修習，此諸功德，或先已生，若先未生，速當生起。若生下下，可導上上，故於自道非為迂緩。¹⁷⁵

第二個在各土章中宣說觀待自道圓滿完整之目的，就是為了要廣泛利益上等、中等、下等這三種所化機的人(利他)。廣泛利益的道理，是因上二士夫中，中士也必須希求獲得增上生，上士夫也必須希求其解脫。因此就被引導的上、中二類補特伽羅而言，教導令他們也修習此中、下二士意樂，不會造成延遲各自的道等過失，並且會發起希求脫離惡趣及輪迴的功德。若是對下等補特伽羅而言，應當為他們開示合其心量的完整之道，以成就與他們機緣相符的利益，否則雖令他們修習上品法類，也生不起上品意樂，又因捨棄下品，導致一無所成。另外，如果為具有上等善根者開示這個共通道令他們修習，則先前已生起，或者先前未曾生起的眾多功德也會迅速生起。因此，如果生起下下功德，可以導向上上道，所以不會拖延自己的道途。

「廣益上中下心」就是要廣泛地利益各式各樣的人，上等根性的人也好、中等根性的人也好、下等根性的人也好，都使他們得到好處。因為本論雖然是引導最上等的人，但是那個上等人同樣地需要得到共下士、中士，所以叫共中、下。所以把這個次第這樣安立，說下士、中士，這樣上去的話，對他來說並沒有過失，不但並沒有過失，而因為這樣的次第引導上面去，使他產生功德，得到增上的能力。順著這個次序，他才能夠一步、一步地爬上去，能力增上，然後呢如理修行的功德得到，步步上升。另有一種人心力比較差，心力比較差，你教他一下子教他修那個上品的話，「唉呀！這個不行，唉呀，我這個不行啊！」結果呢，上品嘛他沒辦法修，下品嘛你又沒有！好了！把這種人就摒棄在外頭了。《廣論》所以圓滿精彩是它

¹⁷⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁72。

能夠廣攝各式各樣的人。今天你把這個大法高高地提起來了以後，結果把那些人遺漏掉了，那你就不圓滿。所以它用這個方式次第引導，對於上品的人，正好讓他步步上升哪！不但沒有過失，而且讓他走上去是如理如法地走得上，順理成章；對下品的人呢，也能夠引導。它有這麼大的好處啊！所以這個是為什麼用共下、共中、共上引導的目的。

同時對於上士來說，不但是把我們引導上去，上士的目的是你自己上去了，還要引導別人。然後你自己這麼走過來了以後，你也曉得這個完整的路子以後，自己成功了，引導別人這個方法也完全善巧，你也能夠如理、一點不錯地引導別人。所以不管是自利、利他就非此莫屬，這個是《廣論》真正精彩的地方。

實際上我們總認為說，佛說出來的應該是一樣的，然而卻有這麼多不一樣的見解，主要的還是因為不懂得佛說的法理所致。如果佛說出來跟你想的完全一樣，那你也就是佛了，可是你卻是個凡夫，凡夫就是自以為是、習氣重、被無明煩惱所左右，所以對你來說是要用這個法對治，但對他來說卻是要用那個法來對治，譬如感冒是感冒、拉肚子是用拉肚子、外傷是外傷，因為症狀是完全不一樣，所以不可能用同一種藥來做治療的，所以自然而然會有不同的見解、千差萬別的內涵了。就像我們容易在大、小乘上爭論是非，大乘人說這個小乘是不理想的；小乘人說這個雖然是大乘，但空口說白話，也沒得用啊！《廣論》上的法是廣攝一切上、中、下根性的人之法，沒有一個遺漏，而每一個地方都有恰如其分相應的，所有的都包含在裡頭，沒有一點遺漏。所以這個諍論就沒有了。若為此吵了個半天，最後是大家一起下地獄。現在是每一個人找到了正確的方法，不但沒有諍論，找到了正確的方法，一同地遵循著不可變動的次序，走到最圓滿的這條道路上去。

佛涅槃圓寂了以後，第一年夏天，迦葉尊者結集大眾，把佛說第三藏十二部聚集起來，剛開始聚集起來，大家沒有什麼問題，所以這是正法時候(佛世，很多人證果)，大家聽見了，修行，個人找到了自己對症之藥，所以聽見了馬上去行持，儘管機是不同，說的藥是不同，找到自己相應的藥，解決自己的問題都來不及，所以佛說的法，儘管有千差萬別，每個人只忙他自己的，看好病要緊，沒爭論。過一些時候，慢慢慢慢的每人的根器不同了，這個風格、行持的方式，也不像最原始這麼純正了，大家談論，得到了佛法，不一定馬上去修，然後往往跟別人說，我這個好，你那個不對，自己弄了半天不一定行，反而拿這個東西，或者像照妖鏡看別人，或者要去拉別人，結果問題叢生。佛在那裡說了那麼多，他就說：「我呀多生多劫教你們哪，你們總是不能聽我的。所以佛雖然普遍的降下那個甘露雨下來，可是你們只能接受一點點。小草嘛吸收一點點，長一棵小草。中草嘛吸收多一點，長個中草。大草嘛吸收多一點，長個大草，乃至於樹也是如此。所以啊，雖然我是把最好的法給了你們，你們就轉了大圈子啊！」你們說，這個對我們有用嗎？有用。那地方我們就仔細反省一下，善知識給我們講了以後，我們是不是依教奉行了？我們聽了：「唉呀，不行啊！我現在是個凡夫，教我做這個，做不到啊！」那是什麼啊？你完全排斥在外頭。那就是我就是吸收我那一點點，說這是小草，或者是中草，或者是大草。

必須依次第引導內心的依據，《陀羅尼自在王請問經》中，以點慧摩尼寶師漸次洗磨摩尼寶的例子，結合法義而作宣說，因恐文字繁多，故此處不多引述。關於這樣的引導次第，龍樹菩薩也曾說：

「先增上生法，決定勝後起，以得增上生，漸得決定勝。」此說增上生道及決定勝道次第引導。¹⁷⁶

「必須先開示能獲得增上生(善趣所依身)的下士法類，此後才開示能生起決定勝(解脫及一切遍智)的方法--中士、上士的法類，是有其理由的。理由為何？因為當感果的時候，最初先獲得增上生人天身，之後在這樣漸次延續的所依身中，獲得決定勝--解脫與一切遍智。」這是說要依次第導入增上生道及決定勝道。一切遍智，即佛的智慧。聖者無著菩薩也曾提到：

又諸菩薩為令漸次集善品故，於諸有情先審觀察。知劣慧者，為說淺法，隨轉粗近教授教誡。知中慧者，為說中法，隨轉處中教授教誡。知廣慧者，為說深法，隨轉幽微教授教誡。是名菩薩於諸有情次第利行。¹⁷⁷

另外，菩薩為了使所化機逐漸真正修成善品，要先詳細的觀察所化機的根器。對於劣慧的有情，最初先宣說粗淺的法要，使之趣入先前未知的法義之淺顯教授，以及為了不忘先前已知的內容而說的教誡。當了知他們具備了中等的智慧，就為他們宣說中等的法教，使之趣入中等的教授與教誡；當了知他們具備了廣大智慧，便宣說甚深法義，使他們深入幽微的教授及教誡。這便是符合次第地利益那些有情。

聖天菩薩也在《攝行炬論》中，成立必須依次第先修習波羅蜜多乘的意樂，其後才進入密咒的軌理，並歸納其義涵而說：

諸初業有情，轉趣於勝義，正等覺說此，方便如梯級。¹⁷⁸

初修密宗之有情要進入勝義或勝義圓滿次第，圓滿的佛陀說此引導次第，即最初先宣說生起次第，其後宣說圓滿次第的這個巧妙方法，就如同藉著階梯之低階登上較高階的次第。正等覺，真正普遍平等的覺悟，亦即佛的覺悟。聖天菩薩在《四百論》中也說：

「先遮止非福，中間破除我，後斷一切見，若知為善巧。」此說道有決定次第。¹⁷⁹

非福，指非福業，即十不善業，指欲界眾生所造的惡業，會招來苦果的(即殺盜淫妄等)。最初先遮止非福業(十不善業)的下士法類，此後中間破除輪迴根本之我執的中士法類，其次在最後階段斷除一切惡見及其習氣種子的上士法類。若補特伽羅了知如是依次第修習之理的人，是為善巧。這是指道有確定的次第。敬母善巧阿闍黎也提到：

¹⁷⁶龍猛依怙，即龍樹菩薩，陳天竺三藏真諦譯：〈安樂解脫品 1〉，《寶鬘論》或《寶行王正論》卷 1，「先說樂因法，後辯解脫法，眾生前安樂，次後得解脫。」(大正藏 冊 32，No. 1656)，頁 493。

¹⁷⁷唐·玄奘譯：〈15 攝事品〉，《瑜伽師地論》卷 43，「又諸菩薩於諸有情先審觀察。知劣慧者為說淺法。隨轉麁近教授教誡。知中慧者為說中法隨轉處中教授教誡。知廣慧者為說深法隨轉幽微教授教誡。令其漸次修集善品。是名菩薩於諸有情漸次利行。」(大正藏 冊 30，No. 1579)，頁 531。

¹⁷⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 73。

¹⁷⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 73。

敬母善巧阿闍黎亦云：「如淨衣染色，先以施等語，善法動其心，次令修諸法。」¹⁸⁰

譬如要以染料將潔白無垢的衣裳染色時，先泡煮在色底中，其後逐步染成美麗的顏色一般，最初先以布施等福德資糧所表徵的下士、中士的眾多法語，令他們的心發起堪為法器的善妙本性，其後應導入透過無邊正理修持實性法的上士道。月稱大阿闍黎也引這段文為依據，成立道的次第是決定的。如《廣論》卷 3：

現見於道引導次第，諸修行者，極應珍貴，故於此理，應當獲得堅固定解。¹⁸¹

由於見到修行應當極為珍貴之引導道的次第，所以對於這個道理，應當獲得堅固的確切認知。

第四節 小結

《廣論》這本書是宗喀巴大師寫的，宗大師總攝了三藏十二部、一切佛語的精華扼要，並以阿底峽尊者開示三士道次第的《菩提道炬論》，以及文殊菩薩所傳的《三主要道》教授融合為《菩提道次第廣論》或簡稱《廣論》或本論的架構。廣論可以分成下士道、中士道、上士道的三種架構。循序漸進慢慢從道前基礎、共下士道、共中士道、上士道的菩提道次第學習，究竟目標是成佛、利益有情眾生。

《廣論》安立三士道來作引導有兩大目的。第一個安立三士各自之名的目的，是為摧伏增上我慢(自利)。第二個在各士章中宣說觀待自道圓滿完整之道的目的，就是為了要廣泛利益上等、中等、下等這三種所化機的人(利他)。

¹⁸⁰敬母善巧阿闍黎：《一百五十讚佛頌》卷 1：「初陳施戒等，漸次淨心生，後談真實法，究竟令圓證。」(大正藏 冊 32，No. 1680)，頁 761。

¹⁸¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 74。

第四章 下、中士道引導到上士道的實踐方法

本章以《廣論》三士道的道總次第，說明下、中士道與上士道的義理與實踐方法，即是對聲聞佛法和大乘佛法的義理與實踐依序做說明：第一節是下、中士道的義理與實踐方法，第二節是上士道的義理與實踐方法，第三節是共下、中士道做為上士道引導的基礎，即聲聞佛法如何做為大乘佛法的基礎、聲聞佛法如何提升到大乘佛法的關鍵和聲聞佛法和大乘佛法的空性，來做說明。第四節小結，收攝在《廣論》三士道的架構，如何實踐聲聞佛法與大乘佛法的義理，並指出聲聞佛法如何提升到大乘佛法的關鍵處，進而對道次引導的重要性，建立正確的知見。

第一節 下、中士道的實踐方法

在修共中士道--思惟苦諦、集諦、十二緣起、解脫正道，一切內容的時候，前面下士道中所說共法的部分--思惟念死無常、三惡趣苦、皈依三寶、深信業果，也要同時修，因為下士是中士的基礎，而這些都必須先建立在依著大乘善知識的指導和把握殊勝難得的暇身之基礎上，再加修下士不共的部分。本節主要是說明下、中士道的義理與實踐方法，分述如後。

一、下、中士道的義理

「道之根本是親近知識軌理」，意即親近善知識是修習佛道的根本，如《攝決定心藏》中說：「住性數取趣，應親善知識。」¹⁸² 只要是想要學佛修行的人(決定性種性的眾生)，都應該親近善知識。在所有的經論當中，談到的善知識德相雖各乘有其不同，故有多種類別之分。然本論所說的善知識，是指在三士所有的菩提道中，能漸次地引導，從下士、中士、進入上士，直至大乘佛地的善知識。又如鐸巴所集的《博朵瓦語錄》中說：「總攝一切教授首，是不捨離善知識。」¹⁸³ 總攝一切教授的根本，就是不捨棄、不遠離善知識。因為

能令學者相續之中，下至發起一德，損減一過，一切善樂之本源者，厥為善知識。

故於最初，依師軌理，極為緊要。¹⁸⁴

因為善知識是指導修行的人。他可以使學者在身心方面，因正確修善，而生起一分功德，因正確斷惡，而減少一分過失。如此，才能漸漸斷盡一切過失，圓滿一切功德而成佛。所以，

¹⁸²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷1，頁23。

¹⁸³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷1，頁23。

¹⁸⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷1，頁24。

從現世的長壽、財物、眷屬等安樂起，一直到成佛的究竟安樂為止，這一切善樂根本的來源，都是依止善知識來的。由此可見，最初學佛時，修習依止上師的軌理，非常重要。由依止善知識才能聽聞佛法，才能了解暇滿人身、三惡趣苦等一切法義，所以「依止善知識」是一切修道的根本。所以學佛修行要先找尋一位合格的善知識作為我們的上師，然後親近他、依止他。

《廣論》卷2：「故於最初修道之身，人為第一。」¹⁸⁵ 所以要了解最初修道的身，是以人身為最超勝的，人身是最第一的！這個人身是非常重要的。因為人身有三樣，無比珍貴的東西--勇健、念心、行淨。第一個「勇」是勇悍的勇，「健」是強健的健。第二個「念」是念心，第三個是「行淨」。我們現在真正要去修道，因為這個強大的業習氣的力量，使得我們大都陷在我們的業習氣當中，整天都跟著這個習氣在轉、無法自拔，我們是拿業習氣一點辦法都沒有，所以儘管理論上了解了一點佛法，說這個「不要貪、不要瞋、不要癡」，但真正對到我們所喜好的境界時，根本是擋不住的！佛法是一點用場都沒有。這時就需要這個勇悍的心！所以真正的集聚資糧位當中，精進心是最重要的。我們修行的時候，要勇於改過、勇於斷惡修善、勇於增上！不是要勇於聞過飾非！「念心」，這個是修行必不可少的東西。因為心太散亂所以我們無法修行，當你真正的進入定了以後，色界、無色界，此時若前面沒有修行，那在定當中又會是不能修行，所以要有思惟、抉擇的能力，一旦思惟抉擇了，就要堅持下去，不被外境所轉，這個要「念力」，這一個就只有「人」才具備。還有「行淨」，就是能辨別善、惡，能夠去惡、從善。所以勇健、念心、行淨這三個東西結合在一起時，才能夠真正把我們無始以來所積累的惡習改掉。

所以應當思惟，如今既然獲得此一暇滿人身，如果讓它空無果利，那是最為自欺、最為愚蒙的事了。況且無始劫以來，曾經數數墮於三惡道而無暇修行，這一世好不容易脫離了，若又白白浪費而又要墮入惡趣的話，那就好像被明咒蒙蔽而迷失本性一樣。所以一再強調「由此等門應數數修」¹⁸⁶，即對以上所說的道理應該常時不斷地反覆思惟修習，我現在得到了這樣珍貴、殊勝之身，怎麼可以讓它白過呢！實際上假定我們條件夠了，看見這個就會很警惕，萬一條件不夠，光是空空地過去已經非常可惜，實際上在空過的同時，又造了很多的惡業，這才是最可惜的事情。假定我現在讓它平白地過去，而沒有得到真實利益的話，還有什麼事情比這樣更自欺、更愚癡的呢！佛告訴我們業感緣起，一切都是業所感的，而業是自己造的。所以如果真正了解了「業」的法則，我們自然不願意浪費時間，一定會善巧地利用這個暇滿人身來改善自己的生命。所以應該像祖師、菩薩的行儀這樣好好地把握暇滿人身來修學善法，如敦巴也告訴懂哦瓦說「憶念已得暇滿人身乎？」¹⁸⁷ 所以懂哦就在每次修時必誦一遍《入中論》中的這一偈頌「若時自在轉順住，設不於此自任持，墮險成他自在轉，後以何事從彼出。」而為心要，應如是學。¹⁸⁸ 我們現在已經得到這個暇滿人身，應該隨順正法好好來修行。這

¹⁸⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷2，頁61。

¹⁸⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷2，頁61。

¹⁸⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷2，頁62。

¹⁸⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷2，頁62。

種的「自在」，就是指我們已經得到暇滿的人身。「轉順住」，就是能夠隨順正法而住，能夠隨順正法，好好來修行的意思。如果不能好好把握這個暇滿人身，就會墮入三惡道的險坑，而隨著地獄、餓鬼、畜生三惡道而轉，一旦墮入三惡道，就不知什麼時候能再脫離出來了。所以，心要常常憶念暇滿、思惟暇滿利大、暇滿人身難得，以此做為修行的心要，應該要從這個地方這樣來修學的。

如果恆常生於惡趣當中，那一定沒有機會修行，但就算在善趣也多半無暇修行，雖然看起來好像蠻好，實際上還是很危險。也就是說在六道之中，除非你得到暇滿的人身努力地增上，否則雖然不是惡趣也是險處，遲早一定會掉下去的。今生好不容易得以脫離惡趣，如果還不珍惜這個難得的機會好好修行，而讓它白白耗費，又回到原來無暇之處的話，簡直像木頭一樣！實際上比木頭還不如，木頭是無心，我們有心居然不能增上，難道是被咒蒙蔽了？這才是我們應該好好思惟的，這裡所說的「修」就是指思擇修。平常我們一天到晚動腦筋，動的都是跟無明相應的人我是非，這是不應該的，我們應該思惟上面的這些道理。

整個共下士道修行的次第，是先要生起下士的意樂心，什麼是下士的意樂心呢？就是發起希求後世之心，及依止後世安樂方便。發起希求後世之心，是不再為求現世的安樂，或眼前的利益為主，而是以後世為主。既然以後世為主，必然想到這一期的生命終將結束，因而思惟此世不能久住，一定會死。但是，死後將投生何處？是一個更讓人關切的問題。若是投生三善趣，便有暫時的安樂可言，倘若投生的是三惡趣，就只有無量無邊的大苦。所以，在思惟後世當生何趣，以及善惡二趣的苦樂差別以後，就希望能死後不墮三惡道，而得人天果報。以上是發起希求後世之心的內容。但是，要怎麼做才能不墮惡道，而得人天果報呢？首先要尋求能從惡道中救護我們的真實皈依處，那就是皈依三寶。就算是已經皈依三寶，如果惡業不斷，也仍然無法從三惡道中出離，所以唯有斷除十惡業，才能真正不墮惡道，也唯有行十善業，才能真正得人天果報，這些就是依止後世安樂方便的內容。

如同《廣論》卷3所提到的：「如是於其有暇身時，取心藏中有四顛倒，於諸無常執為常倒，即是第一損害之門。」¹⁸⁹ 雖然已經獲得了暇滿的人身，但是因為有四種顛倒，所以仍然無法從輪迴中解脫出來。是那四種顛倒呢？第一種顛倒，是「常倒」。是由執著一切「無常」法，以為是「常」來的。一切法本來是因緣所生，緣生則有，緣滅則無，但是因為我們對「無常」起了顛倒想，所以才會把一切原本是無常生滅的，認為是常住不滅，而起了種種的執著。第二種顛倒，是「樂倒」。由於對於三界輪迴中，只有苦沒有真正的快樂，起了顛倒想，所以才會認為在三界中，有快樂可以追尋，因此對種種安樂生起執著。第三種顛倒，是「我倒」。這是執著原來「無我」的一切法，以為有「我」。宇宙萬法，只是循著因緣的法則，呈現出生、住、異、滅；成、住、壞、空；生、老、病、死等種種現象，並沒有一個主體來主宰、安排、掌控，或者監視。由於我們對「無我」起了顛倒想，所以才會在一切「無我」的萬法上，以為有「我」，而起了「我執」與「法執」。第四種顛倒，是「淨倒」。就是對於原本「不淨」的

¹⁸⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁74。

身體等，執著以為是「清淨」的。我們的身體，實際上是由三十六種不淨物共同聚合起來的，呈現出暫時的生命現象，但是由於我們對於「不淨」起了顛倒想，所以才會把這個「不淨」的身體，認為是「清淨」的，而對它產生種種的貪著。這四種顛倒，就是讓我們一直無法出離三界的原因。因此，如何對治這四種顛倒，是我們修行最重要的課題。

上面所說，是未能修念死所有的過患，接下來說明，若能修習念死，有那些殊勝的利益。若是真能隨起「念死」之心，譬如說「我今天就會死」，或者「明天就會死」的話，只要是對佛法稍微有點理解的人就會明白，親屬和財物這所有的一切，死的時候都帶不走，如此在生前就能遮止對親屬和財物的貪愛，而更樂於修布施等真正堅實的善行。如果「念死」之心，平常就能生起的話，就會把一般人所追求的名聞、利養、恭敬等世間法，當作是像風扇吹空穀殼一樣，完全是虛妄，不實在的東西。它們只是讓我們在活著的時候，看不開、放不下，和欺誑我們的東西。如此思惟就能防止，為了汲汲營營於名聞利養等，而造下種種的罪惡行。倘若能夠每天「念死」，就知道死的時候，「萬般帶不走，唯有業隨身。」希望能不帶著惡業，墮入三惡道，因此就會在善妙業上非常的精進，殷重的積集資糧，修皈依三寶、清淨的戒律等一切的善行，以我們不堅實的四大假合之身，來修堅實的善妙業。

總之能修士夫義時，唯是得此殊勝暇身期中，我等多是久住惡趣，設有少時暫來善趣，亦多生於無暇之處。其中難獲修法之時。縱得一次堪修之身，然未如理修正法者，是由遇此且不死心。故心執取不死方面，是為一切衰損之門。其能治此憶念死者，即是一切圓滿之門。故不應執此是無餘深法可修習者之所修持，及不應執，雖是應修，然是最初，僅應略修，非是堪為恆所修持。應於初中後三須此之理，由其至心發起定解而正修習。」¹⁹⁰

總而言之，要修三士夫的菩提道，只有在得殊勝的暇滿人身期間才有可能。我們在過去世墮於惡道的時間比較長，就是偶而暫時生在善趣，也多會生在沒有佛法，如邊地，或長壽天等這些沒有閒暇修行的地方。如今，我們雖然生在難得的善趣，而且還是有閒暇修行的地方，但是仍然沒有辦法如理修習正法的原因，就是因為沒有「念死無常」的關係，所以很容易又把這個難得的暇滿人身空空度過。因此，「念死無常」的心念，若是無法生起的話，就會執取在「不死」方面，生前不但貪著世間，不能精進地斷惡修善，在死後也很容易再墮入三惡道。所以執取在「不死」方面，是一切衰損之門。如何來對治這個衰損之門，以及對「常」的顛倒呢？就是時時提醒自己會死，以「憶念死」來策發精進。如此才能從初步不墮惡道，進而得人天善趣，而到達最後的解脫，這些都是靠「念死」來成就的，所以說「念死」，是一切圓滿之門。因此，我們千萬不要誤以為，是因為沒有其他更高深的法門可以修了，才來修習「念死」；也不要認為「念死」只是在最初學佛的時候，偶爾修一下就可以了，不需要經過恆常的修習，這些都是錯誤的觀念。實際上，「念死」在修行的初期、中期、和後期都是相同的重要。在初期修下士道時，由於「念死」，才能生起希求後世的心，而得人天之果；

¹⁹⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁76。

在中期修中士道時，也是因為「念死」，才能生起出離心，而得解脫之果；在後期修上士道時，更是因為「念死」，才能生起大悲心，而成就菩提大果。所以，對於在初、中、後期都必須修習「念死」的道理，一定要發起決定的信解，而且是恆常、殷重、精勤的來修習「念死」。

先說明什麼叫做希求解脫的心，再進一步解釋，如何生起解脫之心的方法。如《廣論》卷6：

言解脫者，謂脫諸縛。此復業及煩惱，謂於生死是能繫縛。即由此二增上力故，若依界判，欲界等三；以趣分別，謂天趣等或五或六；依生處門，謂胎等四。即於其中結蘊相續，是繫縛之體性。故從此脫，即名解脫。欲求得此，即是希求解脫之心。又此解脫，非為惑業諸行生已息滅，以諸生法於第二時定不安住，不待修習能治等緣，則不須勵力，一切解脫便成過失。故若未生對治，當於未來結生相續。由其發起對治力故，結生相續即便止息。¹⁹¹

由於「業」和「煩惱」這兩種力量的相互增長，將我們牢牢的繫縛在六道生死中不得解脫。所以，想從這個繫縛中掙脫出來，就叫「解脫」。想要從這個繫縛中解脫出來的心，就是希求解脫之心。而這個解脫，並不是等煩惱和業已經形成了，再去斷除它。因為只要是因緣所生法，有緣就一定生，生後也不會永遠存在，依然隨因緣不斷地生滅。所以等它形成了，就一定會在三界中受生，這時再來想辦法對治，已經來不及了。因此，我們要努力的是，如何讓煩惱和業不生起，修一切的對治法使它不生，只要能不生，未來的結生便不再相續，就能切斷輪迴，永遠解脫了。

宣說四聖諦、十二緣起，主要原因是：希求獲得解脫的修行者，必須理解--所要斷除的煩惱、障礙是什麼？輪迴流轉的次第是什麼？透由理解四聖諦的道理，以及十二緣起之順次第流轉，令希求解脫者了知輪迴的過患，由此對輪迴生起厭離心，進而產生希求解脫之心。因為此目的而宣說。對一位希求解脫者而言，想要獲得解脫，首先必須生起真實的出離心--真實厭惡輪迴的希求解脫之心。能夠生起真實出離心，又必須先認識到輪迴的過患，先由認識到輪迴中的各種不圓滿，才有可能生起想要脫離輪迴苦與過患的心。因此，以「十二緣起」講說輪迴流轉的次第及過患，由此真實認識輪迴的過患，進而生起厭離輪迴希欲解脫的心。若是未見輪迴的過患，必定無法生起想要脫離輪迴的希求解脫之心，由是緣故而講說「十二緣起」等法。

了解什麼是希求解脫的心以後，發起解脫之心的方法有兩種：一是由思惟苦諦和集諦的內容；二是思惟十二緣起的道理。在第一種的方法中，分為思惟苦諦生死過患，以及思惟集諦流轉次第兩方面來說明。在第一方面，再分為顯示四諦先說苦諦的意趣，和正修苦諦兩者闡述。首先介紹顯示四諦先說苦諦的意趣。

由於集諦是苦的因，眾生因為有煩惱，才會造業，造了業，才會感受苦果；所以集諦是

¹⁹¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷6，頁153。

因，苦諦是果；集諦在先，苦諦在後。就如四百論中說的，這個三界的苦海，渺茫沒有邊際，愚癡的眾生，沉沒在其中，卻沒有絲毫的怖畏。因此，必須對這些愚癡的眾生，說明三界輪迴中，只有苦，沒有真正的安樂，以令生起厭離三界的心，所以佛在宣說四聖諦時，先說苦諦。

次知生死眾苦，皆由有漏業生，其業復由煩惱發起，煩惱根本是為我執，便知集諦。若見我執亦能止滅，誓願現證滅苦之滅，故於集後宣說滅諦。若爾，開示苦諦之後，即於解脫發生希求，苦諦之後應說滅諦。答云無過。爾時雖有欲解脫心，欣得寂滅眾苦之滅，然猶未明眾苦之因，未見其因定能遮止，故於解脫，不能定執為所應得，定當證滅。如是若執定當證滅，定當解脫，便念何為趣解脫道，趣向道諦，是故道諦最後宣說。¹⁹²

由於了知三界生死中所有的苦，都是業報來的，業又因為煩惱才造的，而煩惱的根本是我執，這是集諦當中所說的內容。除非斷除我執，才能不生煩惱，沒有煩惱，就不會造業而領受苦果。所以，希望能在這一世，去除我執，現證涅槃，徹底地滅苦，因此佛在宣說集諦之後，接著宣說滅諦。在開示了苦諦之後，就發起了希求解脫的心，所以在宣說苦諦之後，就應該直接說滅諦，這樣不是更能快速地證滅了嗎？回答是：佛說的次第，並沒有任何的過失。在了知苦諦的內容之後，雖然生起了欲滅眾苦、希求解脫的心，但是對於生苦的原因，並不能充分明瞭。若是不知道生苦的原因，又如何斷苦呢？無法斷苦，就沒有所謂的涅槃可證，更沒有所謂的解脫了。所以，應當先知道生苦的原因，才確定能斷苦證滅，達到解脫，確定能證得涅槃，才進一步尋求證得涅槃的方法，因此道諦最後宣說。

如是四諦，大小乘中皆數宣說，是為善逝總攝生死流轉，生死還滅諸扼要處。故修解脫極為切要，亦是修行大嚧柁南，故須如是次第引導學者。¹⁹³

四諦的內容，在大小乘中，佛都經常宣說，由於它總攝了生死流轉的原因，和生死還滅的方法，所以是修習解脫道最重要的內容，也是修行的總綱，因此，必須依這樣的次第來引導學者。

若未真實思惟苦諦，厭捨生死，則求解脫亦唯虛言，隨其所作悉成集諦。若未思集，善知惑業生死根本，猶如射箭未見鵠的，是即斷截正道扼要，遂於非脫三有之道妄執為是，勞而無果。若未能知應斷之苦集，則亦不明靜苦之解脫，故欲求解脫，亦唯增上慢耳。¹⁹⁴

如果沒有真實思惟苦諦，厭離生死，而說想求得解脫，都只是空話，終其一生所做的都成為輪迴之因的集諦。若是沒有思惟集諦的內容，知道生煩惱造業的根本原因在我執，就好像射箭的人，沒有看見目標一樣。因此，不能朝著斷我執這個目標的修行，就等於是截斷了

¹⁹²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 154。

¹⁹³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 155。

¹⁹⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 155。

解脫的正道。如果再妄執其他無法解脫的方法以為究竟，是徒勞而無果。所以，未能了知解脫道應斷的是苦、集二諦，就不可能明瞭斷苦的寂滅、和寂滅的方法了，說要解脫，也只是增上慢而已。

以上說明修習解脫道，必須依四諦的內容，而四諦的內容，又以苦諦為首先思惟的項目，所以接下來介紹正修苦諦的種類，在《廣論》卷 6 中有介紹。

在中士道思惟苦諦中，先思惟生死總別過患，對三界生厭離心。生死總苦分三：八苦、六苦和三苦。生死別苦謂六道別苦。八苦，即是生苦、老苦、病苦、死苦、怨憎會苦、愛別離苦、所欲求不得苦、五種取蘊總為苦(五取蘊苦；五陰熾盛苦)。「八苦之中，特於此初及於最後，須慙重修。故如前說，當以觀慧數數觀察而善修習。」¹⁹⁵ 在八苦當中，以最初的生苦、和最後的五取蘊苦最為重要，所以應當依照前面所說的內容，不斷地以觀察慧、善巧的思惟、觀察、修習。六苦，即是無定過患、無飽足過患、數數捨身過患、數數結生過患、數數高下過患、無伴過患。三苦，即是苦苦、壞苦、行苦。在「思惟八苦」之中，生死大苦始為根本，所以最初思惟的是「生苦」的部分，共分五方面介紹：

第一是出生時，便受無量眾苦。寒冷地獄的眾生從冰中出生，燒熱地獄的眾生從火中出生，餓鬼道的眾生從飢渴中出生，胎生的眾生有產門逼窄等苦，卵生的眾生成卵時苦、出卵時苦，須受兩重的痛苦。所以，無論是卵生、胎生、濕生、還是化生，初生時，都有無量猛利的苦受，隨著出生而來。如《廣論》卷 6：

眾苦所隨故生為苦者，謂諸有情那洛迦中，及諸一向唯苦餓鬼，並諸胎生、卵生。

如是四類，於初生時，便有無量猛利苦受，隨逐而生。¹⁹⁶

第二是只要出生，煩惱便隨著而來。一旦在三界中受生，身、口、意三業，總是和煩惱相應，自己的身心完全不能作主，不能自在。粗重，是煩惱的異名。三界的眾生，在出生時就帶著過去所有的煩惱習氣，這些煩惱習氣的種子，含藏在第八阿賴耶識當中，和我們一同受生，所以在現生中的種種行為，包括起心動念、說話、做事，這一切的身口意三業，都是由這些煩惱習氣的種子，而生出種種的現行來，實際上我們身心是完全不能作主的，只能隨著煩惱習氣轉，是無法自在的。¹⁹⁷ 三界一切眾生的種種行為，只是隨著不同煩惱的種類而轉。煩惱的種類，一般分為十根本煩惱（貪、瞋、癡、慢、疑、薩迦耶見、邊見、見取見、戒禁取見、邪見），和二十隨煩惱（忿、恨、覆、惱、嫉、慳、誑、諂、害、憍、無慚、無愧、掉舉、昏沉、不信、懈怠、放逸、失念、散亂、不正知。）。總而言之，我們的身心只能隨著這些煩惱造業，煩惱習氣的種子不斷生起，遇緣起種種的身口意現行，這些現行又回薰到第八阿賴耶識，成為未來煩惱習氣的種子，這樣的種子生現行，現行薰種子，不斷在串習增長煩惱習氣的種子，所以這些煩惱習氣的力量愈來愈強，使得我們的身心完全無法自在作主，心想行善，卻無法行善，心想止惡，卻反而為惡，全然不能止惡修善，也不能隨自己的心意

¹⁹⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 159。

¹⁹⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 156。

¹⁹⁷釋淨蓮述：〈中士道導讀〉，《菩提道次第廣論白話注釋（四）》。

自在而轉。如《廣論》卷 6：

粗重所隨故生為苦者，謂三界一切諸行，為煩惱品粗重所隨，無堪能性，不自在轉。三界有情諸行生起，皆為煩惱品類粗重隨逐。總之，由有生住增長煩惱種子隨逐流轉，故無堪能安住善事，亦不如欲自在而轉。¹⁹⁸

第三是既然出生，就有老、病、死等眾苦。在三界受生以後，由於有了生命，所以伴隨生命而來的衰老、病痛、死亡等苦便接踵而至。如《廣論》卷 6：

眾苦所依故生為苦者，謂於三界既受生已，由此因緣，便能增長老、病、死等無邊眾苦。¹⁹⁹

第四是身心煩惱，所以是苦。既然受生，便於樂境生貪，苦境生瞋，不苦不樂境生癡，這貪瞋癡三毒，以種種不同的方式逼惱身心，使身心苦惱，無法安樂，所以出生便是煩惱不斷，受苦不斷。如《廣論》卷 6：

煩惱所依故生為苦者，謂於生死既受生已，便於貪境、瞋境、癡境發生三毒，由此能令身心苦惱不靜，不安樂住，謂諸煩惱，由種種門逼惱身心。²⁰⁰

第五是不能隨自己的意願不死，所以是苦。有了生命就一定會死亡，生命的最後邊際就是死亡，儘管妳是多麼的不願，也不能逃避不死，只有拋下財產、地位，割捨親友，滿懷悲苦的離開。如《廣論》卷 6：

不隨所欲離別法性故生苦者，謂一切生最後邊際，咸不出死，此非所愛，此復能令唯受眾苦。²⁰¹

綜合前面五項，我們應當思惟，由於出生，所引發無量無邊的苦，不論是出生時的苦，還是身心無法自在的苦，老病死等苦，身心受煩惱逼迫的苦，或是最後死亡的苦，這些都是由生所引發的眾苦。如《廣論》卷 6：

故應思惟如是生時，眾苦俱生，粗重俱生，生復能引衰老、病等、煩惱、死亡，此亦能令受苦道理。²⁰²

在八苦當中，五取蘊苦是最重要的，因為這就是為什麼會輪迴生死的原因。透由思惟八苦的內容，不只是一要了解苦諦的內容，還必須進一步了解受苦的原因。究其因發現，只要行蘊不斷，就有生、老、病、死等痛苦的產生，於是受苦不斷、輪迴不斷。若能好好的思惟五取蘊的內容，了知如何切斷行蘊的作用，就能不再輪迴六道受苦了。也就是若能了解「五蘊」本空，所有身、心的作用都只是因緣和合而生，並沒有「我」的真實自性存在，只要證到「無我」，就不會再因為「我執」，起種種煩惱，因煩惱而造業，因業力而輪迴六道了。所以對

¹⁹⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 156。

¹⁹⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 157。

²⁰⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 157。

²⁰¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 157。

²⁰²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 157。

於五取蘊實無自性不了解，那麼對為什麼輪迴生死的原因也就無法體會，也就不會想發起真實想脫苦、出離三界的厭離心去真正斷除五取蘊的因，於是就無法真實地發起求解脫的心，對還在生死流轉當中的眾生，也就無法生起想要幫助眾生，趕快從苦中出離的大悲心了。所以無論是小乘想自求解脫的出離心，還是大乘想幫助眾生解脫的大悲心，都是以思惟「苦諦」為根本。如《廣論》卷 6：

若於生死取蘊自性，未能發起真實厭離，則其真實求解脫心無發生處，於諸有情流轉生死，亦無方便能起大悲。故隨轉趣大小何乘，然此意樂極為切要。²⁰³

如果想生起小乘的出離心，以及大乘的大悲心，就應當對於佛以上所說的清淨聖教，先有了正確的了解之後，再進一步的觀察、思擇、修習，經過長時間的薰修，一直到真實地生起出離心為止。這就是佛宣說八苦，希望眾生能藉由思惟苦諦，了解所有生死過患，以求發起解脫之心的所有密意，也是無著菩薩，經由善巧分別後，決定為眾生宣說、解釋的所有內容。如《廣論》卷 6：

發生此者，亦隨當從無垢聖語、如量解釋，先正尋求清淨了解，次須長時觀擇修習，引發其心猛利變動。故薄伽梵令知苦諦生死過患，宣說八苦，所有密意，如聖無著極善決擇而為宣釋。²⁰⁴

亦如博朵瓦祖師說的：

於六趣中，隨生何趣，其後發生病痛死等眾苦惱者，是病者病，是死者死，非彼不應，忽爾而起。是生死相，或生死性，住生死時，必不能越。我等於此，若起厭離，須斷其生，此須斷因。」當於前說，生、老、病、死等已生眾苦，如是思惟。」²⁰⁵

六道當中，不論生在那一道，一旦受生，接下來的就一定是老、病、死，一切的痛苦，就隨著受生，不斷地發生。這些苦惱不是突然發生的，是隨著『生』而來的，是一切眾生的生死相，只要還在輪迴，就無法超越。所以，如果對於這個輪迴之苦，真實地生起厭離，想解脫生死，就必須斷除『生』。如何不『生』，就須先截斷『生』的因。」因此，應該多多思惟前面所說生、老、病、死等八苦的內容，尤其是「生苦」所造成的所有過患，以及「行苦」與輪迴的關係，以求早日出離。

我們的蘊體是苦的體性、苦的本質、是輪迴的體性。思惟苦的時候，可分為三者：苦苦、壞苦、行苦。觀察輪迴苦，觀察輪迴是苦的體性，並不是於苦苦、壞苦之上作觀察，而是必須觀察行苦，因為苦苦、壞苦容易懂，行苦不易了知。觀察時必須思惟：苦的因是如何？如何產生苦？有情是依如何的因緣，而於輪迴中流轉受苦？對此，必須學習認識苦諦，苦諦與集諦的次第及因果，十二緣起法的六因、六果，具備這些基礎才能了解「輪迴是以苦為自性」，輪迴是「業及煩惱所感而以苦為自性」。所有的輪迴有情都是如「十二緣起」之理，都是以

²⁰³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 161。

²⁰⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 161。

²⁰⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 162。

「業及煩惱」為根本，被此二者控制而不自主的輪迴。如果對這一點能生起真實的決定，才能真正了解：輪迴是以苦為體性、此苦是如何。所以，並不只是在苦相上作認識，是必須認識：輪迴苦的因及緣，是被「業及煩惱」所驅使不由自主於輪迴中流轉。如此才是真正認識到輪迴的體性是苦，必須透過如此的方式才能了解。反之，未能具有如此的了解，那因為了解輪迴的體性是苦，而生起希求解脫之出離心就會是不可能的了。

十二因緣，如圖 4.1 所示，就是因為有無明，所以有「行」之造作；因為造業而入胎，故有入胎之識；因為入胎，名色就展開活動，它擴展、擴大，就產生了六入；胎兒的六根圓滿後就出世，然後與外面的境界接觸；根、塵、識和合產生觸的心理，有了觸就產生受，過去我們貪愛的業習就會引發出來，愛即生；愛加深就有取，使我們希求它再來、再有，就形成了有；有了將來的業，促使我們再來生，再來死。

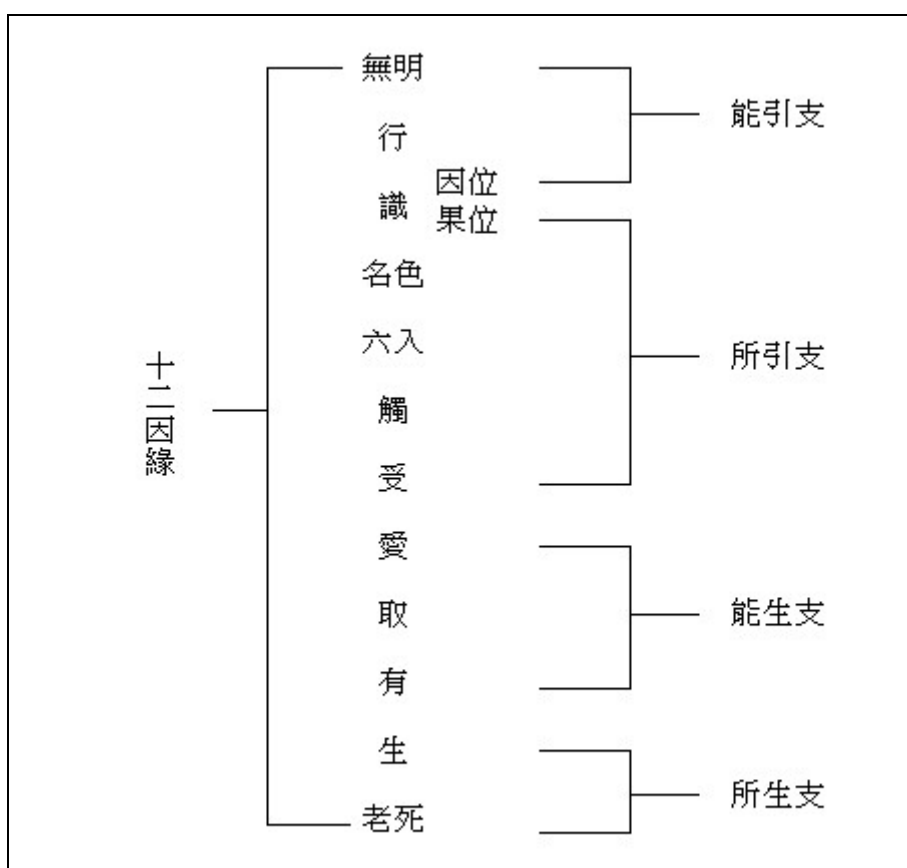


圖 4.1：十二因緣和四支對應圖

眾生從無量劫以來，因為「無明」，所以造集了能引輪迴的善、不善業，這些業報還沒有成熟，在未受報中間，又沒有修對治損壞、懺悔的方法，反而更以「愛」、「取」的來滋養，使得已造的業也因此而獲得增長廣大、增加造業的力量，因此才會如是因、感如是果而在善趣、惡趣中漂流輪迴了。如《廣論》卷 7：

諸阿羅漢昔異生時，雖造無數能引之業，然無煩惱解脫生死，若於是理獲決定解，

則於煩惱執為怨敵，於滅煩惱能發精進。²⁰⁶

而阿羅漢在過去生中，雖然也造集了許多能引輪迴的善、惡業，但是因為這一生已經證得「人無我」，了知並無「我」自性的存在，因此能不起「我執」，不因「我執」而生煩惱，由斷「愛」、「取」，不受後「有」，而解脫生死。由此可知，只要能斷煩惱，便不生「愛」、「取」，就能不取生死、解脫輪迴，所以，對於這個道理，數數思惟獲得決定的信解後，就應當知道煩惱是讓我們生死輪迴的最大怨敵，故而應該對如何斷除煩惱而發大精進。如樸窮瓦這位大善知識，就是從專門思惟十二緣起的内容，以淨修其心，即是要首先思惟十二緣起流轉三界的原因，再從因下手修對治，而達還滅脫離輪迴的目的，這便是依著道次第而修習的解脫道了。²⁰⁷

十二因緣顯示的是有情生命流轉的因果關係，圖 4.2 顯示的是十二因緣三世兩重因果圖。第一重因果：過去因形成現在果。過去因：無明是過去迷惑。行是過去造業。當中「無明」、「行」和「因位識」是過去世的二因，依此過去二因而生出「果位識」、「名色」、「六入」、「觸」、「受」等現在世的五果。第二重因果：現在因造就未來果。現在因：愛、取是現在迷惑，有是現在造業。未來果：生、老死是將來的苦果。即由現在世的「愛」、「取」、「有」再次種下未來世「生」、「老死」的果。現在有愛、取就會造業有，是現在的能生因，就會形成未來世的能引因，感得未來世就有生、老、死。所以過去因是過去世；現在果、現在因是現在世；未來果是未來世，總共有三世。由此產生三世之間「惑、業、苦」的因果輪迴關係，稱為「三世二重因果」。所以透由十二因緣中有三世兩重因果，揭示惑、業、苦的輪轉，因為迷惑造業，所以要承受業報之苦；我們在苦中又迷惑，迷惑又造業，造業又受苦，周而復始，沒法間斷與中止。

這十二因緣就是有情眾生的流轉生死的前因後果，它的流轉並不是直線式，而是一個輪轉。既是過去的無明，造成現在的受；現在的無明，就是愛、取；現在的愛、取，就是下一世的無明，它一直循環不息，周而復始。在十二因緣中，我們要知道有迷惑，因迷惑而造業；造業後我們就要受業的果報—苦果。在受苦果的當中，我們繼續迷惑，繼續造業，造業後又再受報，這樣的循環作用，稱為十二因緣的流轉，如圖 4.1 所示。

從無明到老死的十二支或者說能引因、所引果、能生因、所生果四支，需要以幾生才能完成？快則兩生圓滿，慢則三生圓滿。能引支與所引支二者之間，長則間隔無量劫，短則兩世就能生起，即之間沒有間隔其他世；能生支與所生支之間沒有間隔，一旦具足能生因——愛取三支，必然會引所生果位。因此，快則兩生就能圓滿一輪緣起。如於過去世滿二支半，謂「無明」、「行」及「因位識」(過去世二因，能引因、二支半，集諦所攝)，於現在世就能圓滿「果位識」、「名色」、「六入」、「觸」、「受」的果所引四支及半(現在世五果，所引果、四支半，苦諦所攝的引果苦諦)。而在現在世臨終以前圓滿「愛」、「取」及「有」三支(現

²⁰⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 186。

²⁰⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 186。

在世三因，能生因、三支，集諦所攝，現在的能生因愛、取，就是下一世的能引因無明)，就能圓滿未來世「生」、「老死」的果所生二支(未來世，所生果、兩支，苦諦所攝的生果苦諦)分故。以上所示，為從前一因(支)到後一位(支)層層演進，因果相連，十二因緣圓滿生命相續的說明。

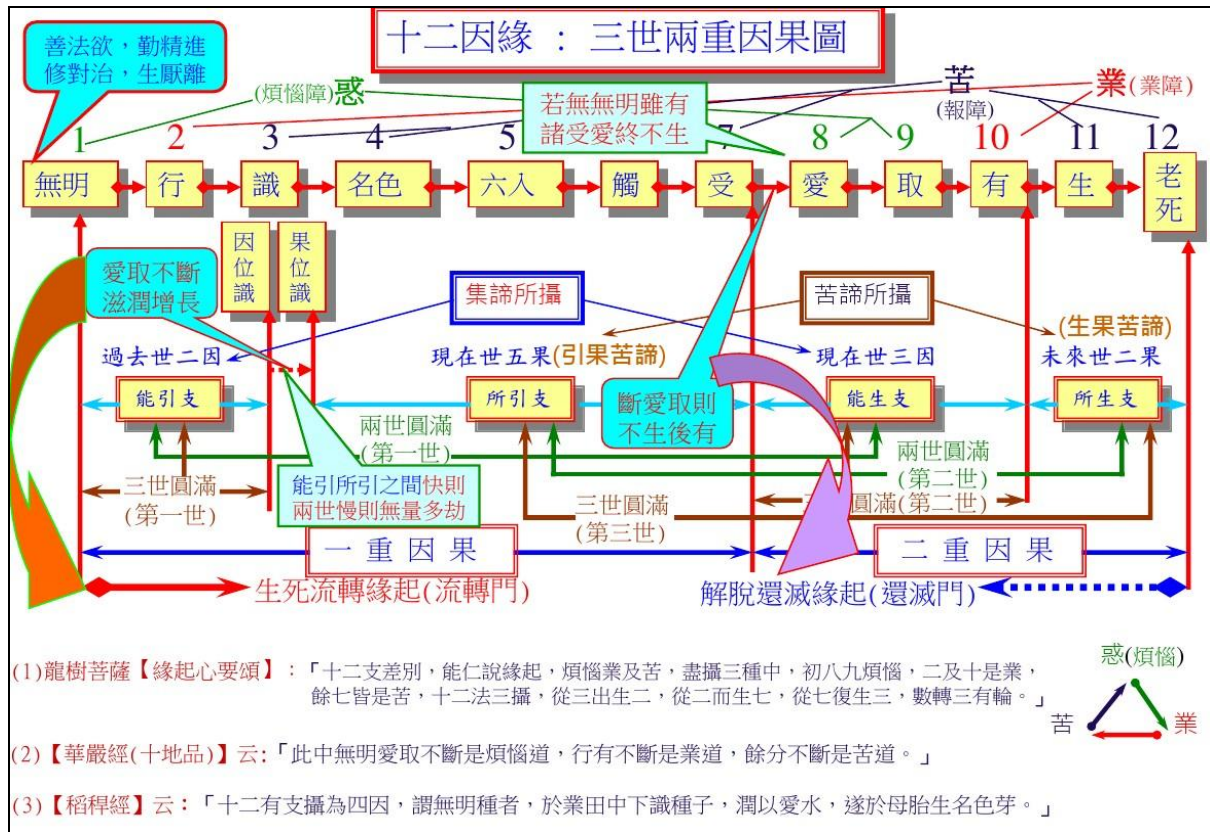


圖 4.2：十二因緣之三世兩重因果圖

一般在「能生因」的「愛」、「取」二支上，因於喜好、執著增盛，造就強而有力的執取不捨，使以前業行留下的潛在識種(因位識)得以增盛，再經愛、取不斷滋潤增長，當達到圓滿成熟階段時就成為新生命之生起力量「有」了。今由此「能生因」「愛」、「取」、「有」三者，使以往「無明」、「行」、「因位識」三支所產生的「能引因」，成為必定生起之狀態「所引果」「果位識」、「名色」、「六入」、「觸」、「受」。「所引支」即前「能引支」之所引生者。這就是生死流轉門、流轉緣起。相反地，若在今生透由如理如法的聞思決定，生起善法欲、勤精進、修對治、生厭離，若無無明，然雖有諸受、但愛終不生，故斷愛取則不生後有，那就能成辦解脫還滅門、還滅緣起。因此，若欲脫離三世輪迴，得到解脫之道，只有消滅生死根本的「無明煩惱」，唯有「無明滅則行滅，行滅則識滅，識滅則名色滅，名色滅則六入滅，六入滅則觸滅，觸滅則受滅，受滅則愛滅，愛滅則取滅，取滅則有滅，有滅則生滅，生滅則老死憂悲苦惱滅」，如此才能究竟解脫。以上的流程稱之為「還滅緣起」。十法界當中的緣覺聖者雖然生不逢佛世，但能夠從十二緣起的流轉、還滅現象了悟「非生非滅」的真理，因此稱為「緣覺」。如《廣論》卷 7 所說的：

如前所說從唯法因支，起唯法果支，由不了知生死道理，於彼愚蒙妄執有我，求我安樂，故造三門善、不善業，仍復流轉。故從三惑起二支業，及從彼業出生七苦。復從七苦而起煩惱，又從煩惱如前而轉。故三有輪流轉不息。龍猛菩薩云：「從三出生二，從二而生七，從七復生三，數轉三有輪。」若正思惟，由如是理，漂流生死，即是最勝厭離方便。」²⁰⁸

由前面的理路可知，十二緣起從因支的惑（煩惱）、業，到果支的苦，都是由於不能了知生死輪迴的道理，所以才會愚癡無明的妄執有一個「我」，又為了求我的安樂，而造下身、口、意三門的善、不善業，因此流轉生死。所以由「無明」、「愛」、「取」這三支煩惱，生起行、有二支業，又從行、有二支業出生識乃至老死的七支苦，完成一輪緣起之後，並沒有就此結束，又從苦起煩惱，從煩惱造業，從業感苦果，所以三有之輪不斷流轉，從來沒有停止。這是輪迴最主要的原因，也是修行希望斷除的內容。只有破除「無明」，才能真正了知一切是「無我」，當修證到「人無我」、「法無我」，才能不起因「我執」而有的「愛」、「取」，不起「愛」、「取」，就能不受後「有」，而徹底的跳出輪迴了。若是沒有「無我」的智慧，就會起了以為「有我」的「無明」，因而造了種種善、不善業；和因「愛」、「取」，造下後「有」業。再由「行」支所造的業，生出「識」、「名色」、「六處」、「觸」、「受」這五種苦果；以及由「有」支所造的業，生出「生」、「老死」的苦果。又從這七種苦果生出煩惱，再從「無明」、「愛」、「取」這三惑，造下「行」、「有」這兩種業，而出生「識」、「名色」、「六處」、「觸」、「受」、「生」、「老死」這七種苦果，如此三惑、二業、七苦不斷的輪轉，於是三界的輪迴便永遠流轉不息。龍樹菩薩在《緣起心要領》中提到：「從三惑出生二業，再從二業生出七苦，再從七苦生出三惑，眾生就是如此在三界中輪轉的。」若是能由這十二緣起的惑、業、苦三者，來思惟輪迴三界的原因，就能了知，如果不想受輪迴三界的苦，就必須不造二業的苦因，若要斷二業的苦因，又必須先斷三惑，才能不造二業，而生出七苦。所以思惟十二緣起的道理，是修出離心，使厭患三界、解脫輪迴的最殊勝的厭離方法。《大方廣佛華嚴經》卷 37 中提到：「此中無明、愛、取不斷是煩惱道，行、有不斷是業道，餘分不斷是苦道。」²⁰⁹ 十二緣起中的無明、愛、取支若不斷，那就是走在生起煩惱、惑道上；行、有支若不斷，那就是走在造業輪轉的業道上；若是其餘七支不斷，那就是走在流轉三界六道輪迴的受苦道上。這也就是要思惟十二緣起的三惑、二業、七苦。《稻稈經》說：「十二有支攝為四因，謂無明種者，於業田中下識種子，潤以愛水，遂於母胎生名色芽。」²¹⁰ 十二緣起支，含攝四個因，「無明」好比種子，「行」就如播種，將種子種在業「識」田中，加上「愛」水的滋潤，就於母胎中生出「名色」的苗芽來了。

佛說十二因緣是一大苦聚，學習十二緣起就是要明白苦在那裡，這樣才會想要從十二有支當中求得到解脫生死輪迴。十二因緣是佛教的基本道理，我們想要離苦得樂，就要學習佛

²⁰⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 185。

²⁰⁹于闐國·實叉難陀譯：〈十地品〉，《大方廣佛華嚴經》卷 37，頁 194 中。

²¹⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 185。

法，首先就得認識三寶、四聖諦及十二因緣。根據經典的記載，佛陀在菩提樹下覺悟時，就是觀這十二因緣。十二因緣又稱為十二緣起支。此十二支互相為因果，因為一個因緣升起，而造成另一個因緣也生起，故佛經中常說：「此有故彼有，此滅故彼滅。」²¹¹ 這句話的意思是：有這樣的東西生起，所以另外一樣東西也跟著生起；有這樣的東西消滅，另外一樣東西也跟著消滅。十二因緣說明有情流轉生死的前因後果，在此流轉中唯是煩惱、業行及苦果（即惑、業、苦）；它們相依，因緣生滅的相續流轉，使到我們感受到有個人生的過程，有一個生命在生死輪迴；實際上這其中無有主宰者、沒有作者、也沒有受者。佛陀教導我們觀察十二因緣時，如人口渴，發現一口井，但井水有毒，千萬不要喝它。這比喻愛、取如口渴，我們所喝的水就是業報，它有毒，喝了會被毒死，使得我們再來輪迴生死。如果我們不想要這些業報，就不要去愛、去取，這樣才能截斷生死的流轉。

「諦」：就是真理，諦實之理，它是實實在在的，絕不是虛妄的。「諦」有四種，「四諦」是苦、集、滅、道，說的是世間因果與出世間的因果。「苦」：「身心酬業，患累逼惱」。²¹² 過去造業，現在來酬償，造善業得善報，惡業得惡報，討債、還債、報恩、報怨。覺悟的人，在一生當中把這個東西擺脫掉，逆來順受，要求超越，人生就有意義。如果在一生當中不能把結業解除，就不能超越生死輪迴，所以千萬不要被世間名利誘惑。要警覺我們現在一天到晚想的是什麼？做的是什麼？拿五戒十善對照一下，我們能及格嗎？如果不及格就到三惡道，得不到人身，一世比一世苦。一定要警覺，身心的確是酬業，而我們自己又不會轉業，這就苦了。「患累逼惱」，這是說人生這一生的感受是苦；這是講「世間果」，先說果好懂，因為是現前的感受，人人能夠體會得到。「集」：有果必有因，集就是因。「起惑造業，招集來苦」，這裡面有三個字：「惑、業、苦」，這就是六道輪迴的原因、六道輪迴的道理--起惑、造業、受苦，受苦又迷惑，迷惑再造業、再受苦，永遠這麼輪迴。這是「世間的因」。

佛教導我們要覺悟。「應知」：世間的苦果應該要知道。「應斷」：招集苦報的業因應該要斷掉。能夠斷，當然就不受這個苦，就超越輪迴。苦集這兩條是世間因果，這是世俗諦的部份。出世間也先說果，果是滅。「滅」：滅煩惱、滅生死。「結業已盡」，滅盡了。「無生死累」：涅槃、寂靜、圓寂，都是滅的意思，把惑業苦滅掉，就能超越三界六道生死輪迴。這是「出世間果」。十二因緣有「流轉」、「還滅」二門。「流轉生死門」，相當於四諦的「苦集二諦」；「還滅涅槃門」，相當於「滅道二諦」。

這是比喻發起希求解脫意樂之量，應如入火宅決欲超出，以及墮牢獄欲從彼處逃之心量。又如《攝求大乘道方便論》：「如囚欲脫獄。」²¹³ 如犯從牢獄，若有能逃時，與餘事非等，速從彼處逃。希求解脫意樂之量，要就像囚犯非常害怕的處於牢獄中繼續遭受鞭刑虐待似的，一心想逃離牢獄，要如同此一般，我們現今投生於輪迴牢獄中，以所說的法理去觀察輪迴

²¹¹ 〈十二因緣〉。參見 <http://www.buddha.twmail.cc/share/viewthread.php?tid=725> (參考日期 2017 年 12 月 20 日)

²¹² 淨空法師講述，邱淑貞記錄：〈四諦十二因緣〉，《佛學十四講講記》第十一講。參見 <http://book.bfn.org/books/0411.htm> (參考日期 2017 年 12 月 20 日)

²¹³ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 187。

的過患、輪迴的苦，就會引生一定要脫離輪迴的心。所以，不論是觀修、發願、迴向等等，所修的一切善法皆是希願生起真實的出離心，希望能脫離輪迴而獲得解脫，也就是我一定要生起出離心，而且是非此不可，那麼在我們的心續中才有可能生起出離心。宗喀巴大師造《三主要道》，第一者就是出離心，唯有在心相續中生起希求解脫之心，解脫的根本就在心續中生起，因為，唯有此心能令我們精進修行脫離輪迴，成辦解脫輪迴的資糧，皆是基於出離心而有。

斷除輪迴的根本--業及煩惱，到底是由何法成辦？最殊勝者是心續中有「止觀雙運通達空性」，若是沒有，也必須依靠「慧學」--無我空慧，因為這是正對治生死輪迴的根本「我」執的；又，必須以「定學」為因而能生起慧學；又，必須依「戒學」為根本而能圓滿定學。所以，戒學是定學及慧學的根本基礎，唯有依戒學才能生起定與慧的功德，而能斷除業及煩惱。如《攝功德寶》中所說持戒的功德：「由戒斷諸畜趣體，及八無暇常得暇。」²¹⁴ 由於宿生持戒的功德，才能夠斷除這個會墮落畜生道以及八無暇的過患，而能常時獲得能修學佛法的有閒暇之身。也如《大涅槃經》當中所宣說戒的功德，

戒是一切善法之梯。戒是根本。戒是一切善法前導。戒畢竟斷一切罪惡及惡趣道。
戒如藥樹，治療一切罪惡病故。戒是險惡三有道糧。戒是甲劍，能摧煩惱諸怨敵故。
戒是明咒，能除煩惱諸毒蛇故。戒是橋梁，度罪河故。²¹⁵

戒是一切善法的階梯。戒是根本，就好像大地是樹木等的根本一樣。戒是所有一切善法的前導，就好像大商主是所有一切商人的前導一樣。戒是一切善法的勝幢，就好像帝釋天的幢一樣。戒能徹底究竟地斷除一切罪惡與斷惡趣道。戒好比一棵藥樹，因為它能夠治療所有一切的罪惡病。戒是在險惡的三有輪迴途中的必備資糧。戒是鎧甲利劍，因為它能夠摧滅煩惱怨敵。戒是橋梁，因為它能夠助眾生度過罪業大河。

所以在修行中「戒學」是非常重要的，不只是於修定、修慧的重要而已，對於一位希求解脫輪迴的修行者而言，乃至修習安住於菩薩地道的諸菩薩，以及修學密乘者，如果能以戒——受別解脫戒，以此為基礎而作修學的話，則是更為殊勝，尤其是「具足戒之比丘身」是最殊勝。如《莊嚴經論》中說的：

當知出家品，具無量功德，由是勝勤戒，在家之菩薩。」如是非但修行解脫，脫離生死，歎出家身，即由波羅蜜多及密咒乘修學種智，亦歎出家身最第一。出家律儀，即三律儀中別解脫律儀，故當敬重聖教根本別解脫戒。²¹⁶

應當知道出家眾具有無量功德，因此勝過精勤持戒的在家菩薩。因此，不但修行解脫，希求跳脫生死輪迴的小乘讚歎出家，即便是於波羅蜜多乘及密咒乘修學一切種智的大乘，也讚歎出家為最勝。此中所讚歎的出家律儀，就是三律儀當中的別解脫律儀。所以，應當敬重

²¹⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 2，頁 59。

²¹⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 195。

²¹⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 193。

聖教根本之別解脫戒。這是宗喀巴大師所說，修行解脫、修行菩薩乘、修習密乘，是以具別解脫戒之出家身為最第一殊勝身，因為依於具戒的緣故。由戒規範身心，遠離各種修行上的障緣，由有戒體功德 殊勝的緣故，修習任何善法的功德皆能生起，所以特別明示須以戒為根本。此戒亦即是定學、慧學的根本，依此能生起定學、慧學，而能斷除業與煩惱之過患。

二、下、中士道的實踐方法

因此在本節共下、中士道的實踐方法上，會分成三大部份：(一)道前基礎、(二)共下士、(三)共中士，來做說明。此等皆是以思惟暇滿人身的殊勝及難得、念死無常、三惡道苦等等，以此等為基礎才能生起。然若沒有透由學習下士道、中士道，那就不能了解苦的行相、體性，所以也就不能對三有生死輪迴產生厭離的出離心，那進一步就不能生出任運真實的大悲心，那就更不用說要生出菩提心了。所以在修共中士道--思惟苦諦、集諦、十二緣起、解脫正道，一切內容的時候，對前面的下士道中所說共法的部分--思惟念死無常、三惡趣苦、皈依三寶、深信業果，也應該要同時修，因為下士是中士的基礎，在這個基礎之上，而這些都必須先建立在依著大乘善知識的指導和把握殊勝難得的暇身之基礎上，再加修下士不共的部分。如果智慧具足，就可以按照下面所說的內容，好好的思惟、修習；若是慧力不足，就把以下所引經教的內容，暫時擱置一旁，先思惟、修習眼前相應的部分。

(一) 道前基礎的部份，依止善知識和修習暇滿的部份。

1. 「今當略說道之總義，謂於最初道之根本，即是親近知識道理，故於彼上當善修鍊。」²¹⁷ 現在略說佛道整個的、圓滿的綱要，也就是所謂的「道之根本是親近知識軌理」，因為由依止善知識才能聽聞佛法，才能了解暇滿人身、三惡趣苦等等一切法義，因此「依止善知識」是一切修道的根本，所以說修行的根本就是依師，故需在親近善知識軌理上作善巧的修習。「依止善知識」的法中，最主要的是必須修習對善知識的信心，以「意樂依止」、「加行依止」來如法修持「親近善知識」。此中，以意樂依止作修持親近善知識，如《廣論》中引《華嚴經》中說的以九種心，華嚴九心，來親近承事善知識，就能含攝一切親近善知識的扼要。此中第一是如孝子心、捨自自在，隨時觀察善知識的容顏，依照他的教導而行，絕對不隨自己的自在好惡而轉，如《現在佛陀現證三摩地經》中也說：「彼於一切應捨自意，隨善知識意樂而轉。」此亦是說，於具德前乃可施行，任於誰前不能隨便授其鼻肉。²¹⁸ 在任何情況之下，都應該捨棄自己的自在，隨順善知識的心意而行。這也是說，只有在具足德相的善知識面前才能這樣來做，在其他人的跟前，就不能隨便以孝子心來親近承事了。如《經莊嚴論》中說的，善知識十德，第一是「調伏」²¹⁹，也就是「戒」，調心、向內調伏自己的內心，捨惡取善，即是「諸

²¹⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 555。

²¹⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 1，頁 30。

²¹⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 1，頁 24。

惡莫做，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」²²⁰ 這是佛教最根本之法義，也是一切修法之核心。佛的遺教，教導後世的弟子，佛只說兩句話「以戒為師、以苦為師」。戒放在第一，因為沒有戒，佛法就滅掉。佛在世，以佛為師。佛入滅，以戒律為師。善知識必須具備調伏(戒)，因為若是連自己的煩惱都未能調伏的話，是不可能調伏眾生的。所以善知識要調伏眾生之前，必須先調伏自己身心的煩惱。而且必須是合於佛法所說的自我調伏內容，這才是圓滿成就的德相，也就是要依戒、定、慧三學，來調伏自身的煩惱。因此《廣論》中所說的自調伏相，就是佛陀時常在毗奈耶中所宣說的修行三決定義，即如《楞嚴經》說：「攝心為戒，因戒生定，因定發慧，是則名為三無漏學。」²²¹ 也就是指戒、定、慧三種無漏寶學。

除以意樂依止作修持之外，並應於加行依止上作親近善知識之修持。學佛應有的四個關鍵步驟--摧我慢、親近善知識、聽聞佛法、如理思惟。修「信」，就是要「摧我慢」，透由斷器三過、具六想等，讓自己具足弟子相、堪為聞法器，把善知識跟我之間的藩籬、障礙除掉，如此才能以清淨心來聽聞善知識所說的佛正法。在大乘的經典中說對善知識應起佛想，毘奈耶(戒經)當中也有同樣的說法。如《廣論》卷 1：「此諸義者，謂若知是佛，則於佛不起尋求過心，起思德心。」²²² 這其中的道理，是對依止的師長善知識若能生起是佛想，那就不會對佛生起尋求過失的心，而是生起思惟功德的心。這裡很清楚地指出，對於我們所親近依止的善知識，特別應該注意的就是，應當棄捨一切尋求過失的心，多思惟觀察修觀上師功德的心。因為執取善知識功德的就能得到成就，執著善知識種種過失的，就會因觀過而障礙自己故得不到成就。所以第一步要想修行的話，必定要懂得修行的道理；要想懂得修行的道理，一定要有善知識；要想依靠善知識，必定要把善知識跟我們之間的這個障礙除掉，所以一定要對所依止的善知識修信為根本、觀功生信、念恩生敬。所以那個時候，我們不能一點點說看善知識的過失，善知識就算有過失，我們也不能看，這個是依止善知識中很重要的！《廣論》卷 2：「總之，應勵力行，修師所喜，斷除不喜。」²²³ 既然弟子的成就，完全看他如何依止善知識來決定，所以我們就該依親近善知識時的加行內容，盡一切的恭敬、供養、承事善知識。總而言之，就是應該儘量行上師所喜的，斷除上師所不喜的。其中若能堅固的依教奉行，這就是最能令善知識真正歡喜的。所以說「依師」或「上師相應法」是我們修持的命根，因為我們隨時隨地都需要上師的加持，任何法門的修持都需要有上師的加持。

上師相應法，也就是尊長瑜伽教授，修習要如《廣論》卷 2：「若一二次修所緣境，全無所至。若是至心欲行法者，須恆親近無錯引導最勝知識。」²²⁴ 尊長瑜伽教授，即是上師相應

「如《經莊嚴論》云：「知識調伏靜近靜，德增具勤教富饒，善達實性具巧說，悲體離厭應依止。」是說學人須依成就十法知識。此復說為自未調伏而調伏他，無有是處。」

²²⁰失譯人名附後漢錄(220 年代)：《分別功德論》(大正藏 冊 25, No. 1507) 卷 2, 頁 34 下。

《分別功德論》卷 2：「法即上章：諸惡莫作、諸善奉行、自淨其意、是諸佛教法也。」

²²¹宋·思坦集註：《楞嚴經集註》(新纂卍續藏 冊 11, No. 268) 卷 6, 頁 493 上。

《楞嚴經集註》卷 6：「所謂攝心為戒。因戒生定。因定發慧。是則名為三無漏學。」

²²²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 1, 頁 32。

²²³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 2, 頁 36。

²²⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 2, 頁 40。

法。如果對於心識所攀緣的境界只修一二次是全無所至，即是完全沒有效果的。對於想要真心修法的人，必須常時親近能正確無誤地引導增上的最殊勝善知識，接受沒有錯謬的引導，才能依次增上，乃至得果。

2. 「次於暇身，若起真實取心要欲，彼從內策令恆修行，為生彼故當修暇滿。」²²⁵ 因為修學佛法的所依身就是這個所謂的暇滿人身寶。要得到這個暇滿人身真難哪！如今我們得到了，卻偏偏由於無始無明覆蓋，忙那些與修行不相干的事情。所以那個時候要修習這個暇滿人身的意義，從自己的內心去策發要開始真實的去修行。

如是修習「依止善知識」之後，應修習下士道，是為使心慢慢轉向佛法，故應先從思惟暇滿利大和難得兩方面加強修習，如此才有可能去真正修行的。因為是修習下士道，想到此世所得人身，是由於過去生守戒的功德、具足遠離「八無暇」、具「十圓滿」的暇滿人身，這是必須要具足眾多的、稀有難得的因緣才能獲得如此殊勝的暇滿人身寶的。無暇是因為生在這八處當中，是沒有閒暇來修行善業的，就如《親友書釋》中說：「此八處中，以無閒暇，修作善品，故名無暇。」²²⁶ 從思惟難得的因門當中，可分為總的和別的來作思惟。如《廣論》卷 2：

其中因門難獲得者，謂僅總得生於善趣亦須戒等修一淨善，特若獲得暇滿具足，則須淨戒而為根本，施等助伴，無垢淨願為結合等眾多善根。²²⁷

總的來說，要能生於善趣身必須以持守戒律為主，若是無法持戒清淨的話，是不能得到此暇滿人身的。以別的從暇滿三因來說，想要獲得暇滿具足的人身，除了必須清淨持戒為根本因外，還要圓滿因修六度布施等善行為助伴，再加上清淨無垢的大願力來避免三世怨，需要這種種的善根相結合，才能具足暇滿人身的因緣。但是現在能修集這些善因的人實在是稀少，所以不論是從總的、或是從別的來思惟觀察，暇滿人身都是屬於很難得到的。暇滿人身既是難得，但卻易失如閃電，故得暇身已應善修，不要入寶山空手而回，所以要珍惜善用非常難得、殊勝又稀有的暇滿人身寶。又以此暇滿人身能成辦大利益，能成辦自身所需的安樂。如，以下士道而言，以所獲得的暇滿人身而修行，能令未來生獲得人天善趣的果報，遠離三惡道；又不僅如此，以此暇滿人身而修行，能斷除對於輪迴所攝之安樂的貪著，這些都是以暇滿人身修行而能獲得。此等皆是以思惟暇滿人身的殊勝及難得、念死無常、三惡道苦等等，以此等為基礎才能生起。總之，要使暇滿人身能夠生起具足條件的取心要欲樂，必須考慮須修行、能修行、須現世修、以及須現在修等四種因素，使我們的心隨著正思惟法義來轉變成樂於精進修行的，如此才能夠生起具足諸相的取心要欲樂。最後的這兩因素(第三、第四)之目的就是要破除推延現在不用趣入修行的懈怠心，因此可以思惟作「應速修」，其主要的理

²²⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 555。

²²⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 2，頁 59。

²²⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 2，頁 65。

由就在於「何日死無決定」，所以說正因為要思惟何日死無決定，所以也要思惟「念死無常」。²²⁸ 所以實踐佛法也就是使我們的暇滿在產生大義利的時候了。

(二) 共下士的部份，若能讓心真的轉向到以後世為主，完全不顧著這一世，那時就算是已經達到真正發起下士道意樂之量了，這是為脫離三惡趣，生人天善趣。分述如下：

1. 「次若未滅求現法心，則於後世不能發生猛利希求，故當勤修人身無常，不能久住，死後流轉惡趣道理。」²²⁹ 若未滅除求現世安樂的心，那對後世就不能發生猛利的希求，則要修學人身無常，此世是不能久住的，若因忙現世，而造了惡業，那死後就會墮到惡趣。這就如禪宗常說的「生死事大，生死心切」。

不論我們在這一世能活多久，現世的一切圓滿在臨死時都成了幻境，就像睡醒後去回憶夢中所受的種種安樂境一樣，這些實際上是不存在的。然而眾生還在追尋這些虛妄不實的安樂，以為這些是真實存在的，等到最後這個死主來時，不管你在什麼地方、處在何種地位、擁有多少財富，閻羅王就是把你一刀斬斷，讓你也就是所謂的赤裸裸的來、赤裸裸的走。可是對於這一點，我們無感、居然不怕，完全不會生起怖畏這死亡有一天會到來，甚至還自覺在那兒挺快樂的，真是顛倒到幾點了！壽無可添，天是日日增歲月，人是日日減壽的，有些是面對老、病、死的逼害，這些死主怨敵的大勢力，逼得我們是無處可逃。伽喀巴大師曾說，若活在人世有六十年的時間，那除去飲食、睡眠、生病的時間，真正能夠修法的時間，實際上是不到五年的。²³⁰ 多思惟、想到死主一定會來，到時沒有任何的外緣能讓死主退却，也就是根本沒有辦法讓死主不來，如果能夠經常多思惟這些的話，就能生起決斷，發起要趕快精進修行正法的誓願。而且死是無定期的，根本不知何時會死，沒人知道你今天到底會不會死，總是執著在今日不會死的那一面，但是死緣極多、活緣極少，又諸活緣也可能成為死緣，於是日日執著不會死，於是乎造了惡業，現在若要對治以前的錯誤，就應該改成要執著「今日必死」的那一面，那就不會為籌備住現世間而造作不少的惡業，而會為求後世的義利，而把握當下的暇身去造善業。如果能夠經常多思惟這些的話，就能生起決斷，發起現在就要趕快精進修行正法的誓願。這些所貪著、汲汲營營的世間安樂具、親友、財富、地位、名譽光榮等等，死時也沒有一樣帶得走，只能自己孤獨一人前往他世，死時只有所造作的善惡業隨身而已，死時是除佛法以外，其餘皆無益。無常的心念才能生起，而不再貪著世間的種種，若是心中無法生起念死無常的心念，就會阻礙一切道法的成就，因為念死無常是修行的基礎，基礎不穩固，就沒有辦法修學一切佛法。如果能夠經常多思惟這些念死無常的道理的話，就能生起決斷，棄捨親友、財物、色身而要趕快精進修行正法的誓願。所以在念死無常的心，還沒有真實的生起之前，都應該不斷的透由思惟三根本--決定死、死無定期、死時除法而外餘皆無益，來修習的。其中透由思惟死無定期是最能變改心意的，故應勵力修持。若是能夠修習「念死」，每天都發起「今日必定會死」的心念，就能在活著的時候，捨下世間的一切，

²²⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 2，頁 64。

²²⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 555。

²³⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 80。

而積極的修習淨除業障，積聚資糧，為他世的義利做準備，每天都能這樣做，即使不死，也是天天在積集善法，就是死了，也能坦然面對，而不會畏懼死亡。²³¹ 鐸巴大師也說：

若能兼修積集資糧、淨治罪障，啟禱本尊及諸尊長，並發刻勤殷重思惟，雖覺百年亦不能生，然諸無常不安住故，略覺艱難即得生起。²³²

如果是覺得修行障礙重重，老是修不上路，或者修不相應，實際上是因為念死無常的心念沒有生起的緣故，如果能夠同時兼修積集資糧、淨除罪障，啟請本尊和上師的加持，並且即刻發起殷重思惟的心，那念死無常的心念雖覺艱難，也是能夠生起的。

所以修行的時候，念死無常的心念要生起，也必定要拿這個苦這個道理來做策勵。如《廣論》卷 3：「此中所修生死總苦，惡趣別苦，至極切要。謂若自思墮苦海理，意生厭離，能息傲慢。」²³³ 關於苦的道理分兩部份：一個是整個生死輪迴之苦是一無是處，特別是惡趣之苦，這個是最重要，這也是修學佛法的宗要。所以佛出世的時候，第一個說苦(苦諦)，然後再講苦因(集諦)。想到眼前已經在生死輪迴當中，現在雖然得到人身，若能夠如理的思惟--將來是要墮落三惡道的道理，一定會心生恐怖萬分！所以一想到這裡，對所有的一切就會產生大厭離，一旦厭離心生起了以後，那眼前的這種問題就都可以解決了。眼前所以不能解決，都是因為有個「我」。因為這個「我」，所以問題都來了。傲慢，把我總是看得高高的，總是瞧不起別人的，總是生貪、總是生瞋、總是生癡，所有的這些問題就通通拿掉了，所有的情面、什麼放不下的事情，也通通去掉了。修行是因為怕苦、要求安樂。苦是造了種種的不善的因，所結的這個不善的果。既然是造惡業才感得這樣的苦果的話，所以造惡業時會感到羞恥、覺得慚愧！而安樂是由於造了種種的善法而來的，所以對修善法應該要深生歡喜，我們眼前講修行，叫你去做卻提不起來，因為貪一點快樂所以提不起來。想想若因貪著現世的安樂而造種種的惡業，那死後是一定會墮到三惡道去的，會投生在種種痛苦不堪的處所，那誰還有心思來追尋快樂呢？那為什麼不有點覺醒呢？為什麼還貪著世間這些死時根本帶不走的東西，被世間的安樂所騙呢？那麼更進一步，因為你自己感受到生死輪迴的痛苦，自己要求快樂，然後推己及人，由量自心去推己及人，那個時候才生起悲愍心，由於悲愍生起大菩提心，所以就能夠由厭離而策發大菩提心，由這樣的次第一步一步上來。所以總結起來說，正式修行的時候，思惟為什麼要修行？是「由厭生死，希求解脫，由畏眾苦，發起猛利真歸依等，故是能攝眾多修要大嗚柁南。」²³⁴ 因為了解這個生死的痛苦，所以發起厭離三有，厭離這個生死，而要求得到解脫。要求得到解脫，所以要找到這個解脫的辦法，於是找到了三寶才是真實的歸依處，所以真正修行的下手處，就是從苦開始。念苦這一件事情包含了各式各樣、很多修行的重要的關鍵，也就是說修行的大要，主要的都在這個吃苦、了解苦、念苦當中，沒有苦就沒出離，因為有苦所以想跳出苦，那個時候才會策發這個厭離心，所以對這

²³¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 81。

²³²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 85。

²³³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 86。

²³⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 86。

個苦應該堅忍。其實修行也是為了苦、樂兩個字，關鍵不在說苦、樂；關鍵在懂不懂苦樂的真相，了解、不了解得到快樂、去掉痛苦的原因，這個才是我們真正重要的。相較之下，修行時的一點小苦，這還是堪受得了的；將來會下墮三惡趣的大苦才是絕對要避免的，所以真正重要的是要多思惟三惡趣的大苦。

2. 「爾時由生真心念畏，便能誠信三寶功德，安住皈依不共律儀，學其應學。」²³⁵ 因為見到世間的真相是痛苦的，此時念那個世間的可怕，相信深信三寶有救護堪能，唯一皈依的只有三寶，如是便能真誠地皈依淨信三寶功德，於是就能安住在皈依上，學習該學的共同律儀。

如果能像這樣想念死，並且想到死後一定會墮惡趣，就會生起怖畏，那才會去找能幫助我們從惡趣當中救拔出來的真實皈依處--三寶。如同《集法經》所說：「能斷有箭道，我教示爾等，如來是大師，爾等應須行。」²³⁶ 能夠斷除三有輪迴痛苦的方法，佛世尊已經教授給我們了。如來即是應皈依的大師，所以我們應該按照佛世尊所教授的方法修行。有箭，指三有(輪迴)之箭。佛世尊是我們皈依的大師，僧伽是皈依已真正修行時的助伴，我們實際正皈依的是法寶。因為如果能夠真實得到了法寶，就能知善惡業道理、如理取捨，這樣就可以解脫怖畏的緣故。法是以教證為體，究竟的法寶，也是通過行者最初修習時，逐漸地遠離一分的過失，修證一分的功德，透由這樣斷過、證德的二事，慢慢不斷加倍輾轉增上而安立的，並不是離開修法之外，忽然從他處無因無緣而得來的。如《廣論》卷 4：

是故歸依是於佛教能入大門。若有歸依，非唯虛言，則是依止最殊勝力，內外障緣不能違害，功德差別，易生難退，倍轉增長。故如前說，由於怖畏及由憶念功德等門，受持歸依，勵力不違歸依學處，是極扼要。²³⁷

因此皈依就是能趣入佛教的大門。如果有至誠恭敬的皈依，而不是只有嘴巴說說而已，那麼就是等於依止了最殊勝的力量，內外的一切障緣就都無法違害了。種種不同的功德也就很容易生起，而且很難會退失掉，同時還能夠加倍地輾轉增長。因此皈依也就如前面說過的，這要由怖畏三惡趣苦，以及憶念三寶功德而去受持皈依。而且皈依了之後，對於皈依學處要努力做到，而不去違犯皈依諸學處，這是非常重要的。如《廣論》卷 4：

故於此時，是須善巧善不善業及果差別，如理取捨而修正行，是為修法。若不久思二業及果，如理取捨，則不能遮諸惡趣因，縱畏惡趣，然亦不能脫此畏故。是故救拔果位惡趣，須於因時，糾治其意隨不善轉，此復依賴於諸業果得深忍信。²³⁸

所以想要不墮惡趣，就必須澈底了解善業、不善業，以及善業果報與不善業果報之差別。同時要如理地思擇取捨而正確修行，這才是修法。如果不長時思惟善不善業以及善不善果報，

²³⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 555。

²³⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 4，頁 116。

²³⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 4，頁 116。

²³⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 4，頁 117。

就不能如理取捨，也就不能遮止趣入諸惡趣的因了。縱使對惡趣有怖畏心，也不能解脫墮惡趣之怖畏。因此，為了能夠從墮惡趣果報中救拔出來，就必須在因地時，對治隨順不善業的意樂。關於這點又必須依賴對於業果有堅固勝解的信心、深忍信、勝解信。

3. 那麼再進一步，「次於業果當由多門引發堅固深忍信解，是為一切白法根本，勤修十善，滅十不善，相續轉趣四力之道。」²³⁹ 知道三界之內唯一依靠的是佛，正皈依的是法，而法的中心是如此因感如此果，這在世間就是業果正見，對造什麼業因會感什麼果報要由多門去引發堅固深忍的信解—深信業果是一切善樂所有根本、是一切白法的根本，所以眼前是勤修十善、滅十惡業，對往昔已造而未感果的惡業，要修四力懺悔、真實的去懺悔。這是共下士的部份，是求下一生能保持人身跟生天的。

若知苦果是從不善業所生，就該知道如何從這痛苦中解脫出來，所以我日日夜夜時時，都在思惟這個業果的道理。佛說如果能夠對於業果的道理，產生決定的信解，是一切善品的根本，因為深信業果，就能積極地行善，而這個善品的根本，是從恆常地思惟修習異熟果來的。既然清楚的知道了黑白業果的道理，就應該經常的修習，而不知道了便罷，因為業果的道理非常的深細，而且又不是眼前可以觀察到的，所以很難獲得決定的信解。所以對於佛所說的法教，應該生起決定的信心。如果對於業果的道理，不能獲得真正的信解，無論你修學任何的法，都等於是在修貪、瞋、邪見，必定不能得到佛所歡喜的決定信解。真正了解空性的人，一定知道空性是在緣起的有上面去體悟的，不會忽視緣起的存在，所以對於業果應該愈加的生出信心才對。

因為一切的諸法如水中月，像夢幻、泡影、陽燄、閃電一樣，看起來似乎是有，而實際上卻無。這一切因緣所生的法，依緣而現，是幻有，所以說看起來似乎有；但這假有的幻相，並不是真實存在的，所以說實際上卻無。六道眾生所作的業果也是相同。業果的自性是空，如水月空花般的無實，但業報展現時的苦樂果卻是有，如有夢幻陽燄等相。這一期的生命雖然已經結束，中陰身也了不可得，而繼續前往他世，但是往昔所作的諸業，都將依其黑白，一一成熟為果報，絲毫不會混亂，這其中的道理，非常的深細而且隱微難見，是只有在佛的真實行境當中，才能完全了知。《廣論》卷 5：「是故應於緣起二業，及諸因果發生定解，一切晝夜觀察三門，斷截惡趣。若不先善因果差別，縱少知法，然將三門放逸轉者，唯是開啟諸惡趣門。」²⁴⁰ 所以對於緣起的黑白二業，以及種種因果的道理，應該生起決定的信解，並且日夜不斷地觀察自身的身口意三門，不讓它有絲毫的違犯，這樣才能截斷惡趣之門。如果不先對於業果的種種差別，善巧的分別，知道什麼是該行、不該行，或者只是稍微了解，不能深入的探討，平日又將身口意三門隨放逸轉，不能防止造惡，這樣無異是開啟三惡趣門。

因此，對於前面所說的十種不善業，不可發起欲行之心，應該多多修習靜息十不善業之心，要從意念上根本斷除造惡的心。如果不能這樣來遮止惡行，即使是不願意，將來也必定

²³⁹ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 555。

²⁴⁰ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 5，頁 142。

遭受苦果，不管你前往何處，投生何道，都無法逃脫。所以，對於眼前似乎暫時能獲得少分安樂，但在受果報時，雖非所願，也難免會淚流滿面的不善業，還必須得忍受，這樣的業是不應該行的。對於在受果報時，能感得喜樂的善業，這樣的業是應該行的。在惡業現前的時候，不一定如當初造業時，我砍你一刀，現在你就反割我一刀，因為果報是異時而熟、異地而熟、異性而熟的。所以眾生的惡業，也許並不是當下受報，而是在他生來世才現起。這種種的惡業，各別領受種種的苦果，它的等流作用，就像鐵先生鏽，鏽再腐蝕其鐵，如果對於業果的道理不善觀察，就只有任由惡業，感得惡趣果了。故在一般修習時，對於業果都是最難修持的。因為業果的道理非常微細，應當仔細觀察，千萬不要讓它生起任何一個惡念，因為細微的惡業，也能感得廣大的果報，所以不得不謹慎。

總結以上種種業果的內容及差別，最主要的目的，是在於能用正知正念力，不斷地觀察善惡，在身口意三門上，知所取捨，儘量地遮止惡業，修行善業，這才是真正的修行，而不只是一味地念誦、持咒、修法，如果不能深信業果，平時依然放逸身心隨煩惱轉，身口意三門仍然繼續造業的話，即使是學得再高的法門，擅長談論甚深的空理，也無異是開關三惡趣之門，那就無人能救了。所以，要想觀察一位行者是否真正了達空性，完全看他能否深信業果，若是對於業果的內容不是很詳細的明白，平日也不以業果的內容觀察自身三門是否造業，這樣的人，並不是真實的修行者，自然也不是學者能依止的老師了。

現在已知想要遮止惡行，應該從思惟業果的差別，以及多多修習靜息惡業之心下手，但是對於已經造下惡業，如由於放逸以及煩惱熾盛等增上緣，還是不免犯下惡業，若是有所違犯，千萬不可隨意放置不理，必須依照佛所說的還淨方法，極力地懺除。對於犯了墮罪(遮罪)的懺罪法門，大小乘各有其不同，小乘有別解脫戒還出的方法，大乘有菩薩戒還罪的法門，金剛乘也有各別懺罪的儀軌。但對於犯了性罪的懺罪法門，就是要以四力對治法淨修，那就會都可以將性罪懺除清淨了。《開示四法經》中說：「慈氏，若諸菩薩摩訶薩成就四法，則能映覆諸惡已作增長。何等為四？謂能破壞現行、對治現行、遮止罪惡，及依止力。」²⁴¹ 佛世尊告訴彌勒菩薩說，如果菩薩摩訶薩能成就四法，就能夠遮止那些已經造作的惡業再增長了。那四法(四力對治法)就是能破壞現行的拔除力(追悔力)、能對治現行有消滅罪性功用的對治力、能遮止罪惡的防護力，以及修歸依菩提心的依止力。這四力對於一定要受報的順定受業都能遮止，何況是不一定要受報的順不定受業，當然是能淨除無餘了。這是因為這四力，具足了能斷除過去一切罪性，以及防止未來一切罪性再發生的功能。

(三)共中土的部份，若能從認識輪迴的體性是苦、輪迴的過患而生起一心想要脫離三有輪迴的心，那時就算是中土道意樂合量的「出離心」了。如果未能對生死輪迴生起出離心，那大悲心、菩提心等就不可能生起，所以出離心是佛法不共的第一個基礎，出離心也是三主要道中最主要的了。分述如下：

²⁴¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷5，頁144。

1. 「如是善修下士法已，當多思惟，若總若別生死過患，總於生死令心厭捨。」²⁴² 對前面的共下士法類善巧地修習以後，還要多思惟，雖然能夠跳出這個三惡趣之苦，但還在六道輪迴中，只要還在輪迴當中，即這個輪迴沒有脫離之前，就是被限制在這個生死苦輪當中。只要對三界還有一念貪著的，就恆常在三界當中流轉。所以必定要了解生死的真相是苦、思惟這個生死過患的行相，策發厭離心、要從生死輪迴跳出來，這就是佛法不共之法，佛法的超越基礎就在這裡。所以首先必須先認識苦，透由不喜歡苦，生起不願受苦的心，才去思惟觀察：苦是如何產生？苦從何處產生？於是就會去找苦的因及緣。進而發現到--苦原是由業及煩惱所產生的。而煩惱是從無明而生，無明我執才是引生煩惱的根本。再對此透由觀察了解到--無明是可以被斷除的。若能將無明煩惱等斷除，那苦因就會斷，如此就能獲得無苦之滅諦。由如是次第思惟--經由認識苦諦而欲斷除集諦，再認識由修習道諦就能獲得滅諦，那就能於心相續中真實生起想要斷除一切煩惱而獲得真實快樂之心。因此，對於一個想要獲得解脫的修行者來說，必須認識苦集滅道四聖諦的因果次第關係，如果不認識產生苦的因緣，也就無法生起想要離苦的心、想要斷除苦的心。如果不了知前面所說的道理，就無法真實任運產生欲求離苦的心，所以對於這方面的聞思修是極為重要，如果沒有透過聞思修，在心續中無法任運產生出離心，因此，必須了解苦諦與集諦之「流轉輪迴因果」，道諦與滅諦之「解脫還滅因果」。

所以想要生起中士希求解脫的意樂，就應當經常思惟：雖然得到人、天善趣，但是還不能脫離三界的苦，若是認為善趣就是安樂的、就足夠了，那這就是所謂的顛倒想。因為只要還在三界中輪迴，就沒有真正的安樂可言，雖然生在善趣，仍然可能因造惡而墮三惡趣，這就好比置身於懸崖旁邊，遲早一定會墮下懸崖，現在只是暫時在崖邊休息一下而已。雖然不斷地投生善趣，暫時得到種種的安樂，但是也經常由於造下惡業，而墮落惡趣，恆常領受種種的大苦。因此，只要是還在三界輪迴，都是不究竟的。就像在《弟子書》中說的：「諸常轉入生死輪，而於暫憩思為樂，彼定無主漸百返，漂流等非等諸趣。」故於善趣亦當厭患，猶如惡趣。²⁴³ 經常在生死輪中輪轉，不要把像暫時在崖邊休息的人、天善趣，當作是安樂，它終究會因為造惡業再墮三惡道的，只要是在沒有解脫輪迴之前，就一定是會漂流在善趣、惡趣之間的，這是絲毫不能自在作主的。所以不要把暫時的善趣當作是安樂，應該要生起希求解脫的心，把善趣也當作是惡趣一樣的厭惡。在《四百論》中也說：「諸智畏善趣，等同奈洛迦，不畏三有者，此中徧皆無。」²⁴⁴ 有智慧的修行者，都視善趣如惡趣一般的怖畏、想厭離。因此，在智者當中，沒有不怖畏三界的，故而急於想脫離的。《弟子書》中也說：

如如於諸趣中起樂想，如是如是癡闇極重厚，如如於諸趣中起苦想，如是如是癡闇極微薄。如如修習淨相極增長，如是如是貪欲極熾然，如如修習不淨極增長，如是如是貪欲極殄息。」此說從無始來，執著三有盛事為樂，增益串習諸淨妙相。能治

²⁴²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 555。

²⁴³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 152。

²⁴⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 152。

此者，若修苦性及不淨相，彼等便息，若不修習，便增癡貪，轉諸有輪，故修諸有過患為要。²⁴⁵

如果對於生死輪迴起安樂想，是愚癡性極重的人；若是對於三界流轉起苦想，就是愚癡性微薄的人。前者對於此樂想繼續串習增長，於是貪欲的火焰便燃燒得更熾熱；後者對於此苦想不斷地串習增長，因此貪欲的火焰，便能漸漸地熄滅。這是說從無量劫以來，眾生就是執著三界輪迴，以為安樂，才會繼續增長串習對三界的貪，這種貪愛，只有透由修習思惟苦諦和不淨相，才能真正的對治。若是修習對三界的苦性，就能對治以為有樂的顛倒想，而破除無明愚癡，增長智慧；如果不能夠修習苦想，便會使貪愛、愚癡繼續的增加，而不斷地輪迴生死。因此對治「樂」的顛倒，這要思惟、修習三界的過患，使生起厭離心，欲求解脫。還有把不淨以為清淨的「淨倒」，這可修習「觀身不淨」對治；至於把無常以為常的「常倒」，這可修習「觀心無常」對治；另外把無我以為我的「我倒」，這可修習「觀法無我」對治。對於上述的「樂倒」，這也可修習「觀受是苦」對治。

真實生起希求解脫意樂、出離意樂之量，如《廣論》卷 7：

如是由於苦、集二諦及其十二緣起支門，詳細了知生死體相，欲捨生死，欲彼寂滅及欲證得。雖才生此，亦是出離意樂，然唯爾許猶非止足，如《六十正理論釋》云：「處於無常熾然大火三地之中，如入火宅，決欲超出。」又云：「如囚欲脫獄」等。如前所引，謂如誤入熾然火宅及墮牢獄，不樂彼處，能生幾許欲脫之心，即當發生如彼心量，次後更須令漸增長。²⁴⁶

生起出離心的方法，可以從思惟苦諦、思惟集諦、以及思惟十二緣起的道理等，在觀照自己的五蘊，詳細知道生死的體相，如果能知道生死的本質是苦，根本就沒有快樂可言，那自然就會生起要跳脫生死輪迴，以及希望寂滅苦及苦因的出離心。希求解脫之心只要生起一點來，這也算是出離的意樂，但是不能以這樣少許的出離意樂而感到滿足。因為若僅僅生起想要出離的心是不夠的，就如月稱論師在《六十正理論釋》中所說的：「我們想要出離三界的心，就要像正處在無常大火猛烈燃燒的火宅當中，一刻也不能再停留是一樣的，這是任誰也是要拚了命似地衝逃出這火宅的。」又說：「也要像囚犯，急著想從牢獄中脫離一般的心量。」這些例子，都是比喻出離時的心量就好像以陷入烈火熾燃的火宅及陷於牢獄時，不喜歡留在那些地方，急欲要出離逃脫，即是此處所說應當發起的意樂之量。而且是發起之後，還必須要令此出離的意樂漸漸增長。再者，如果自己不能真正了知輪迴是苦的體性而引生出離心，那麼，也不能了知一切如母有情都正在遭受輪迴苦，所以，也不能生起希願一切有情皆離苦的悲心，由於不能生起悲心，也就不能生起希欲無上佛果的菩提心。因此，修習輪迴的過患、輪迴是苦的體性，由此而引生希求脫離輪迴苦之「出離心」。「出離心」能驅使我

²⁴⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 152。

²⁴⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 187。

們精進於修行，並且所修的任何法都能如理、如量，因為是確實的害怕輪迴苦、害怕輪迴流轉，由此推動而去修行，修行的動機都是源於希求脫離輪迴之心，這是非常重要的！

2. 「次觀生死從何因生，當識煩惱及業自性，發起真實樂斷之欲，便於真能解脫生死三學總道能引定解，特於所受別解脫戒當勤修學。」²⁴⁷ 因為感到了苦，說「它這個苦的因在什麼地方呢？」原來真正能夠繫縛我們流轉生死的一業跟煩惱，而以煩惱為上首。所以真正要斷煩惱必定要從因地上面斷起，這也就啟發那個真實要斷生死的所謂「善法欲」。由於如實地了知、信解佛所說的，所以「信為欲依」，要想解脫生死、得到解脫生死之樂，就要走上這個了脫生死的真實之道，便對真能解脫生死的戒定慧三學的總道，能引定解，努力從這個三學根本的戒上面，特別是要勤修所受的別解脫戒，就是所謂的律儀戒。這是共中士的部份。所以如果真正要修學佛法的人那必不可少的，這個基礎沒有，談佛法那都是空話，那都是空話！不管是哪一個，性、相、禪、淨，乃至於小乘。

本論提到斷除煩惱的次第方便，又如阿蘭若師所說的：

斷除煩惱，須知煩惱過患、體相、對治、生因。由知過患，觀為過失，計為怨敵。若不知過患，則不知為怨敵。故如《莊嚴經論》及《入行論》所說思惟。知煩惱相者，亦須聽對法，下至當聽《五蘊差別論》，了知根本及隨煩惱。於心相續，若貪、瞋念隨一起時，便能認識，此即是彼，他今生起，與煩惱鬥。²⁴⁸

若是想要斷除煩惱，就必須先了解煩惱的過患、煩惱的體相、對治煩惱的方法，以及煩惱發生的原因。因為知道煩惱的過患，就會透由觀察把煩惱視為是過失，就會把煩惱當作是怨敵。如果不知道煩惱的過患，就會不知道煩惱就是怨敵了。如果不能明白煩惱的過患，就不能觀察到煩惱所造成的過失，而將它視為怨敵來斷除煩惱了。因為若是不能了解煩惱的體相，就不能認識煩惱，當煩惱來時也就無從察覺到了。如果不能了解煩惱發生的原因和對治的方法，即使認識煩惱，也就無從拔除煩惱了。因此想要斷除煩惱，就必須依《莊嚴經論》以及《入行論》中所說有關煩惱的部分，來做多多的思惟了。若是想要認識煩惱的形相，就必須聽聞煩惱的對治法、學習《阿毘達磨俱舍論》，乃至《五蘊差別論》以了知分辨根本煩惱和隨煩惱的差別。「我」就是煩惱，所以每一個人都是煩惱的奴隸。當心相應在貪念、瞋念等煩惱一生起時，就能馬上知道這就是貪、這就是瞋，認得這就是安住在「我」心中的煩惱怨敵，只要煩惱一生起，我就應該與煩惱鬥、不能妥協。唯有如此，才能透由認識煩惱，進而對治煩惱。又如內鄔蘇巴所說：

現在於內與煩惱鬥，唯此為要。不鬥煩惱，戒不能淨。若爾不生伏斷煩惱定學、慧學，當須畢竟漂流生死。」又如前說認識煩惱，思彼過患，離彼勝利，以念、正知而為防慎。煩惱稍出，即應用矛數數擊刺。此復自心隨何煩惱生已無間，視如怨敵

²⁴⁷ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 555。

²⁴⁸ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 172。

與之鬥戰。若不爾者，初起忍受非理作意令其資養，成無可敵，唯隨彼行。如是勵力縱未能遮，亦當速斷莫令相續。應如畫水，莫如畫石。²⁴⁹

若不向內與煩惱鬥，則戒律不能清淨。之所以會違越學處，都是因為煩惱的力量所造成。因此要使戒律清淨，一定要向內與煩惱鬥，而且只有這個才是緊要的。如果隨著煩惱走，戒律很容易失壞。戒捉、定縛、慧殺--如果戒律不能清淨，就不會產生制伏煩惱的定學和斷除煩惱的慧學，如此就只能在生死當中漂流。而且應當如前面所說的，認識自相續中煩惱的體相，思惟煩惱的過患以及遠離煩惱的利益，以正念正知謹慎地防護，時刻觀察相續中有沒有煩惱。煩惱剛生出來，就要用矛反覆擊刺，要立即對治。而且自己內心任何煩惱最初生起時，就要立即視為怨敵，和它戰鬥。如果不如是而行，在煩惱最初生起時，若容忍煩惱認為沒關係，這樣非理作意是會將煩惱資養壯大，變成沒有對手時，只有隨煩惱而行。我們心中起煩惱應如畫水，不留存在心裡，而希求善法之心應如石上刻畫，永遠都不變，即行持善法，要持之以恆，不能改變自己行善的意樂和行為。如果是對善法，心態應當與對待煩惱時相反。煩惱不能如畫石般久留，而應如畫水般，生而即滅。修法則應如畫石，永遠留存在心中。

綜合上述，依著共下士、共中士道次第來修行實踐，對產生那些違品當修習以下的這些法類來做正對治，即對下面所提的每一個部分，都要拿相關法類來衡準自心，然後努力慢慢地補足所缺的那一部份。「修彼等時，亦當聰利令心平等，謂於引導修道知識，敬心微劣，則斷一切善法根本，故當勤修依師之法。」²⁵⁰ 所以照著這個道次第修上來的時候，要使這顆心達到，第一個要「聰利」，聰就是明白、不要暗鈍、遲鈍，利要勤、不要總是想做的就是提不起來、不是癡鈍的；第二個要「平等」，平等就是不偏於某一方面。照著《廣論》這個道次第來說，第一個要曉得修道根本重要的是要親近善知識，對善知識最重要的是要恭敬。如若對善知識的恭敬心不夠或微劣，如把尊長善知識看似一個凡夫，因為下至乃至於從善知識聽聞學習如理如法的一個四句偈，都要將善知識視之如佛般的恭敬，所以這樣是會切斷一切善法的根本的，那功德也就從無從生起了。所以對修道根本重要的師長善知識要勤修敬重、恭敬的。「如是若心不樂修行，當修暇滿，若著現法當修無常、惡趣過患以為主要。」²⁵¹ 若是心不喜好修行，那就要修習暇滿人身的難得又易失。若貪著現世的安樂，主要的就是要修習念死無常、死後墮到惡趣的過患。意即透由思惟暇滿、難得、義大以及念死無常的內容，能夠斷除對「今生」所生的貪著，也就是能遮止貪著現世的方便，就如宗大師在所造的《三主要道》中說：「修習暇滿難得壽無長，能斷貪著此生耽著樂。」²⁵² 此中即是將暇滿和無常二者合於一處修習的。「若覺漫緩所受佛制，當自思惟是於業果定解劣弱，則以修習業果為主。」²⁵³ 若對持守佛制的戒會覺得漫緩、馬馬虎虎，那在此時就是要以修業果為主，要多去思惟這個業果、由業感果的道理，使內心對業果道理產生強有力的確定見解。不過前面一步一步上來

²⁴⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 198。

²⁵⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 556。

²⁵¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 556。

²⁵²甘丹赤巴仁波切講述：〈毗鉢舍那（第 1 講）緣起法會〉。

²⁵³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 556。

的時候，我們單單對那業果容或不太清楚，現在把本論學圓滿了以後，我們可以整個地融貫起來。所以以最後的毘鉢舍那的空正見，用到前面的業果上面的話，那對這個業果的道理啊，是百分之一百地透徹，再沒有一點疑問。而那個時候你學起來，那就是非常明利！不肯學，我們什麼都不談；肯學，一定可以產生應有的效果！「若於生死缺少厭患，求解脫心則成虛言，故當思惟生死過患。」²⁵⁴ 若對於不能了解這個生死真正的真相，對生死輪迴也就引不起厭離心時，那求解脫要了脫生死、談大乘，也就成了空話。這時就要去思惟生死的過患。為什麼想厭離、要厭離呢？因為了解這個生死的過患、生死當中的種種不理想，所以才會產生出對那個生死輪迴的厭離心。其實只要真正地體會到，那是簡單極了！只要真正觀察一下的話，看看自心的起心動念就很清楚、很明白。所以我現在了解的法理，就算我行持還做不到，我必定要努力地去做，就把那個圓滿的心從現在開始，時時刻刻把那個圓滿的因行種下去，淨罪集資。

所謂的修道，可分為思擇修（觀修）、和不思議修（止修）兩種。如果是對善知識修淨信心，修暇滿人身義大、難得，修念死無常，修深信業果，修生死輪迴的過患，以及修菩提心等這些法類都必須用觀修、思擇修。因為這些內容是必須猛利、恆常地修習，才能漸修到心能轉變成如法義所指的質和量為止的。若是不能修到如法義所指的程度，也就無法滅除障礙正道的違緣過失，如不敬重法、謗法等。但心要生起到能轉向法，對境緣法，與法相應，那也就只能依賴數數串習思擇修了。這個道理，就如若對於所貪境，如果平時思惟而增長它的可愛相的話，那就會生起更猛利的貪了；對於自己的怨敵，若平時多思惟他的不悅意相，那就會生起更猛利的瞋恚來了。所以對於修習這些，應該思擇修的內容而言，不論所思擇的境相是明顯、還是不明顯，最重要的就是心必須猛利、恆常，才能變改心意，這也就是為什麼這些法類需要觀修、思擇修的理由了。

宗大師提到修共中士亦須修共下士所說共法，並且教誡行者，若慧力具足，思擇修這些法類時必須遠離掉舉昏沉，心所緣於一境漸次修習。如《廣論》卷 6：

修共中士一切所緣法類，如共下時所說共法，此亦應取。諸不共之修事，若有慧力，如下所寫皆當善修。若慧劣弱，可暫捨置所引教文，唯當修習應時義體。此等雖是思擇而修，然除應修諸所緣外，餘善不善無記等上悉不應散。當於所緣遮心掉等，亦莫令隨昏睡沈沒增上而轉，當令其識極為明淨，漸次修習。²⁵⁵

修習共中士道的一切內容時，像在共下士道時所宣說的一切共通法類，都應當包括在內。至於與共下士道不共通的修習內容，如果慧力足夠的話，就應該依照以下所宣說的內容好好修習。如果慧力微劣的話，可以暫時把所引的經典內容擱置，只要修習符合自己根機的內容即可。這些法類雖然需要思惟觀察而修，然而除了所緣的境應當修習之外，對於其他善法、不善法、以及無記法等都不應當散亂。對這些共下、共中士的法類都必須思惟觀察而修，而

²⁵⁴ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 556。

²⁵⁵ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 155-156。

且必須專心在所緣境上，心不攀緣其他境--其他的善法、不善法和無記法上。應當在自己所緣的境當中，遮止掉舉等行相，也不可讓自己的心隨著昏睡而沉沒，甚至漸漸增上。應當使自己的意識保持在非常明淨的狀態，在自己所緣的法類上照著次第修習。就像《入行論》中說：「雖長夜修行，念誦苦行等，若心散亂修，佛說無義利。」此說一切散亂善行，其果微少。」²⁵⁶ 這是說，由散亂心來修的一切善行，它的功德、果報都很小。另外如《修信大乘經》中說：「善男子由此異門，說諸菩薩，隨其所有信解大乘，大乘出生，當知一切，皆是由其不散亂心，正思法義之所出生。」²⁵⁷ 對善於修習大乘各種不同法門的菩薩，之所以能以淨信心來信解大乘、成就大乘，都是從不散亂心，正思惟佛法的義理而來的。「不散亂心」就是說除了所緣的善法之外，不攀緣其他的。「法」，是能詮佛法的義理之文；「義」，是所詮佛法的義理之義。這包括一切大乘經典中的文義。「正思惟」就是以觀慧，不斷地觀察、思擇。從《修信大乘經》這段經中明白揭示，不論修習任何的功德、善法，都需 (1)不散亂心和(2)正思惟法義兩者。所以說，要引發三乘的一切功德，都必須具備兩個條件：(1)是「止」，就是除了安住善所緣當中之外，心不攀緣其他，這樣專一的住在定中，或和定相應的法門中；(2)是「觀」，就是善於觀察、思惟一切的善所緣境，這樣才能生出根本智和後得智，或和慧相應的觀慧。就像《解深密經》中說的：「慈氏，若諸聲聞，或諸菩薩，或諸如來，所有世間及出世間一切善法，當知皆是此奢摩他、毘鉢舍那所得之果。」²⁵⁸ 佛告訴彌勒菩薩說，不論是聲聞乘、菩薩乘、或如來乘，所有世間及出世間的一切善法，應當知道都是修習奢摩他與毘鉢舍那所獲得的果報。由此可知如果沒有真實的止、觀，以及和止、觀相應的定、慧，一定是無法成就三乘一切功德的。宗大師宣說三乘一切功德，皆止觀之果，並引《解深密經》證成。

若能透由思惟共下士道之念死無常、思惟死後墮三惡趣受苦的道理，就能使我們的心轉向以後世為主、不再貪著現世，而希求來世能得善趣之身。這唯有勤修歸依三寶、以及對業果的道理產生定解，盡力地斷十惡業、行十善業，就能在來世得人、天之身的善趣果位。但是，只獲得人、天善趣之身是不夠的，還要進一步發起希求解脫的意樂，這須先從共下士希求人天善趣的意樂，到共中士希求解脫的意樂，為的是能夠厭離生死，獲得聲聞、緣覺的果位，這是求自我的解脫。然而由於不忍見到還有眾生漂流在三界的苦海中，因此發起想要救度他們脫離生死苦海的菩提心。所以修共下士，以及共中士的目的，是為了要引入上士道。如果自己都不想解脫，又如何能發起要幫助眾生解脫的心，因此必須先修習共中士希求解脫的意樂。

²⁵⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 156。

²⁵⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 156。

²⁵⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 156。

第二節 上士道的實踐方法

在修上士道--發大菩提心、修菩薩行、奢摩他、毘鉢舍那。上士道一發大菩提心，修菩薩行。因此，宗大師強調菩提心有二個主要的內涵：一、菩提心以利他為目的；二、菩提心為發願成佛。發菩提心是在出離心的基礎上，為救拔有情出於輪迴苦難。因此，犧牲自己的一切利益，以利益他人為主。因為下、中士是上士的基礎，在這個基礎之上，再加修上士的部分。上士道的修學內容主要有發大菩提心，修六度四攝行。發菩提心：宗大師在《廣論》主要分成四點來分別闡述：一、七因果教授；二、自他換教授；三、儀軌發心；四、六度四攝。本節主要是說明上士道的義理與實踐方法，分述如後。

一、上士道的義理

「上士道」包括：一、發大菩提心，二、修菩薩行。修中士道後，進一步就該想到：一切眾生沉沒生死苦海，只是自己解決生死，仍不能救度一切眾生；為救度一切眾生，自己必須成就無上佛果。由此發起菩提心，求受菩薩戒，學習六度、修學四攝，就是上士道。成佛的因是菩提心，止觀兼修才能明瞭見真實義，詳細抉擇清淨正見，究竟圓滿成就佛果。如《廣論》卷8：

如是恆長修習生死種種過患，見一切有如同火坑，欲證解脫息滅惑苦，由此希求策逼其意，學三學道，能得解脫脫離生死。又此解脫無所退失，非如善趣，然所斷過及所證德僅是一分，故於自利且非圓滿，由此利他亦唯少分，後佛勸發當趣大乘。故具慧者，理從最初即入大乘。²⁵⁹

中士道所修習的內容，是思惟生死輪迴的種種過患。如此恆常修習，一直到視三界如火宅，急著想要解脫三界、息滅輪迴的苦為止，這時再來學習戒定慧三學，以期脫離生死。修習中士道的結果，雖然能夠解脫三界，不像人天善趣還會退墮（福報享完，仍墮惡趣），但是還沒有斷除一切的過失（只斷見思，塵沙、無明仍在），圓滿一切功德（法身、般若、解脫三德未圓滿），這樣連自利都不圓滿，更何況要圓滿利他。所以佛在我們證得解脫之後，勸發菩提心趣入大乘。但是，有智慧的修行者，必定是一開始就發大悲心，不會想要自我解脫。雖然修大乘也需要出離心，但是和最初就發小乘心、一心希求解脫的情況不同。由於他知道大乘的殊勝，就像《攝波羅蜜多論》中所說：「無力引發世間利，畢竟棄捨此二乘，一味利他為性者，應趣佛乘由悲說。」²⁶⁰ 因為聲聞、緣覺沒有能力引發世間的利益，所以最後終究還是棄捨二乘的自求解脫，而以悲愍心來勸導眾生，趣入以利他為主的大乘。又說：「由

²⁵⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷8，頁203。

²⁶⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷8，頁203。

於已經知道世間的快樂、不快樂，都和夢境一樣的虛妄不實，也見到了眾生被無明愚癡所逼惱的過失，如果還捨棄利他的殊勝菩薩事業（菩薩以利生為事業），而一味地追求自利，實在沒什麼道理。」就是因為見到眾生還墮在輪迴的苦海當中，被無明蒙蔽了智慧的耳目，不知道如何取捨善惡，一直跌跌撞撞地不能避開險坑，所以具有大乘種性的菩薩，才會悲愍眾生，積極精勤地利他，希望能快速地幫他去除愚癡。當知此中，士夫安樂，士夫威德，士夫勝力，謂能擔荷利他重擔，唯緣自利共旁生故。故諸大士本性，謂專一趣注行他利樂。²⁶¹所以上士夫的安樂、上士夫的威德、上士夫的殊勝能力，就是能擔荷起利益眾生的利他重擔，若這個中、下士只知道自利的話，那就和畜生沒有什麼差別了。因此那個上士的大乘菩薩的心性，就是專心一意的以利樂他人為主的，所以這個才是真正的好樂與意樂所在。就像在《弟子書》中說的，²⁶² 這個中、下士若只知道自利的話，就好像是畜生一樣，單單為了自己的利益，只為自己求活，所以餓了見草就吃，渴了遇水就喝，這樣畜生也就心滿意足了。大乘菩薩卻不同，所有的威德、安樂、勝力，都建立在利益他人身上，就像太陽永遠不知疲累地照耀世界，大地永遠不知揀擇地負載萬物，菩薩無私忘我的精神也是如此，只知一味地利樂有情。如是見諸眾生眾苦逼惱，為利他故而發急忙，是名士夫亦名聰叡。²⁶³ 像這樣見到眾生被種種苦所逼惱，因而急切地精勤於利他行的菩薩，見到世間被無明所覆蓋、迷亂墮入苦火中的眾生，就像自己的頭髮著了火一般，於是奮不顧身地急忙救火，像這樣一心只為利他的菩薩，就被稱為上士夫或者聰慧的人。

是故能生自他一切利樂本源，能除一切衰惱妙藥，一切智士所行大路，見聞念觸，悉能長益一切眾生，由行利他兼成自利，無所缺少具足廣大善權方便。²⁶⁴

所以上士夫能這樣去利益別人，結果是能生出自他一切利樂的根源、是能去除一切衰惱的妙藥，除掉一切不好的事情，於是就能得到一切圓滿好的事情，所以這是一切智者所行的大道，能藉由六根見聞念觸、起心動念，無非是隨時長養、利益一切的眾生，在行利他的同時，兼又成就自利，像這樣圓滿具足廣大、方便、善巧的菩薩，就稱為聰慧的人。有此大乘可趣入者，當思：希哉，我今所得誠為善得，當盡所有士夫能力，趣此大乘。²⁶⁵ 既然知道有這麼殊勝的大乘門可入，在思惟其希有難得、又慶幸自己已經善得的同時，應發願盡自己的一切能力、一心一意趣入大乘。佛往昔行菩薩道，並未爭取自利，只是一味地利他，結果早已成就了自利究竟的法身。正如《攝波羅蜜多論》中所說：「淨慧引發最勝乘，能仁遍智從此出，此是一切世間眼，具足照了如日光。」由種種門觀大乘德，牽引其意起大恭敬，而當趣入。²⁶⁶ 清淨的智慧（空悲不二的智慧），能引發最殊勝的大乘，佛陀圓滿的智慧也是從這

²⁶¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 203。

²⁶²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 203。

《弟子書》中說：「易得少畜亦食，渴逼獲水亦歡飲，士夫此為勤利他，此聖威樂士夫力。日勢乘馬照世遊，地不擇擔負世間，大士無私性亦然，一味利樂諸世間。」

²⁶³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 204。

²⁶⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 204。

²⁶⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 204。

²⁶⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 204。

裡產生的，這個智慧是一切世間的耳目，就像日光圓滿普照大地一樣。總之，我們應藉由各種不同的方法，來觀察大乘的功德，以便恭敬地發心趣入大乘。

整個上士道修行的次第，分為三大部分：(一)是顯示能入大乘之門的唯一條件，就是發菩提心，(二)是如何發菩提心的方法，(三)發菩提心之後，應當修學的內容。

(一)入大乘之門的唯一條件，就是發菩提心。如《廣論》卷 8：

如是若須趣入大乘，能入之門，又復云何？此中佛說二種大乘，謂波羅蜜多大乘與密咒大乘，除此更無所餘大乘，於此二乘隨趣何門，然能入門唯菩提心。若於相續，何時生此未生餘德，亦得安立為大乘人。何時離此，縱有通達空性等德，然亦墮在聲聞等地，退失大乘。大乘教典多所宣說，即以正理亦善成立。故於最初入大乘數，亦以唯發此心安立，後出大乘亦以唯離此心安立。故大乘者，隨逐有無此心而為進退。如《入行論》云：「發菩提心剎那後，諸囚繫縛生死獄，然應稱為善逝子。」又云：「今日生佛族，今為諸佛子。」此說發心無間，即為佛子。²⁶⁷

該如何入大乘門呢？佛說只有兩種大乘，就是顯教和密教，除了這兩種之外，並沒有其他的大乘。但無論你是修學那種大乘，能入大乘之門的唯一條件，就是發菩提心。因此，看你什麼時候能夠相續生起菩提心，就算還沒有生起其他的功德，也稱你為大乘人；相對的，看你什麼時候離開菩提心，縱使你已經有見空性等功德，也仍然墮小乘、退失大乘。在大乘的經典裡面，也都是這樣宣說：什麼時候發菩提心，就什麼時候入大乘；什麼時候離菩提心，就什麼時候退失大乘。因此所謂的大乘，就是以菩提心的有無作為進退的標準。正如入行論中所說：「發菩提心的剎那，儘管你還繫縛在生死的牢獄之中，也稱為佛子。」又說：「今日生在佛族當中，就稱為諸佛之子。」這些都是說明，只要沒有間斷的發菩提心，就是佛子。龍樹菩薩說：「一切佛、辟支佛、聲聞想要解脫，一定要依解空的智慧。」這句話是讚歎般若空慧的殊勝。無論小乘或是大乘，想要證果，就一定要有證得空性的智慧，所以空性的智慧是大、小乘二子的母親。既然是共因，就不能用來做為判斷大乘、小乘的差別。若是想分辨二者的差別，就要依菩提心和廣行這不共因來判別。《寶鬘論》中也說：「在聲聞乘的教法當中，並沒有說到該如何發菩薩願、修廣行、以及迴向無上菩提等內容，又如何能成為菩薩呢？」此說不由見分，當以行分。²⁶⁸ 所以大小乘的差別不在見分（見空性的智慧），而在行分（發菩提心，行六度）。所以想修學大乘菩薩道的修行者，如果不以菩提心為最重要的教授，正確地修習，而只是知道一些表面的文句，口頭上唸唸，反而花大部分的時間、精力，去修其他的部分，這就是對大乘的知見太淺的緣故。

所謂的大乘，就好像你想生兒子，必須同時有父母這兩個條件。你想要圓滿菩提道，也

²⁶⁷ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 204。

²⁶⁸ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 206。

《寶鬘論》云：「諸聲聞乘中，未說菩薩願，大行及回向，何能成菩薩。」此說不由見分，當以行分。如是證空性慧，尚非大乘不共之道，況諸餘道，故若不以菩提心為教授中心而正修習，僅於起首，略憶文句，而於餘道微細一分，多殷重修，顯然於法知見太淺。由此可知，即使證得空性的智慧，都不能說是大乘不共之道，更何況是其他各道。

必須同時具備方便、智慧這二品。其中的方便，指的是發菩提心；其中的智慧，就是通達空性。如果只是想要解脫生死，就只要善修無我空性的智慧就可以了。若是要說自己是大乘行者，就必須修菩提心。正如彌勒菩薩所說的：「大乘菩薩就是以空性的智慧，使自己不墮在生死邊；同時再以大悲方便，使自己不墮在寂滅邊。」²⁶⁹ 因為只有空性的智慧，就容易墮在寂滅邊，這是小乘走的解脫之道，然而大乘的菩薩道，是要以大悲方便來斷除墮寂滅的過失。

是故吉祥阿底峽尊持中觀見，金洲大師持唯識中實相之見，然菩提心依金洲得，故為師中恩最重者。若有了解聖教扼要，觀此傳記，於道扼要有大了解。像阿底峽尊者持的是中觀見，他的老師金洲大師持的則是唯識見，學生的見地雖然比老師高，但阿底峽尊者，還是把金洲大師視為眾多老師之中恩德最大的，原因就在於「菩提心」的殊勝教授，是由金洲大師傳的。現在我們知道佛陀聖教的精要，再看阿底峽尊者的傳記，就能夠完全了解其中的奧秘。

(二)如何發菩提心的方法，1. 已種大乘善根的人說的-- 由四緣、四因、四力三種方法而發菩提心者，如《瑜伽師地論》所說的：²⁷⁰

(1)是由四種緣而發心者，①見佛，②聞法，③見眾生受苦，④見難發心，而發其心。

(2)從四因發心者，謂①種姓圓滿，②善友攝受，③悲愍有情，而④不厭患生死難行，依此四因而發其心。

(3)從四力發心者，謂由①自功力欲大菩提，由自己發心要證大菩提的，是名自力，②由他功力希大菩提，由他人勸發菩提心，而希求大菩提的，是名他力，③昔習大乘，今暫得聞諸佛菩薩稱揚讚美而能發心，過去曾經修習過大乘，現在偶然聽到諸佛菩薩稱揚讚美大乘的殊勝，因此發心，是名因力，④於現法中親近善士，聽聞正法，諦思惟等長修善法，在這一世，由於親近善知識，聽聞正法，詳細思惟、觀察、長時間修習善法之後而發心，名加行力。依此四力而發其心。

由此四緣、四因、四力三種方法發菩提心者，都是為已種大乘善根的人而說的，而對未種善根的一般有情眾生，必須依教漸修，才能發起菩提心。

2. 對未種善根的一般有情眾生，宣說修菩提心的次第是必須依教漸修，才能發起菩提心。這從阿底峽尊者傳來的，有兩種傳承：(1)是修阿底峽尊者所傳，七種因果的教授，(2)是依寂天菩薩著作中所說，自他交換的教授而說。

(1)七因果者，謂正等覺菩提心生，此心又從增上意樂，意樂從悲，大悲從慈，慈從報恩，報從念恩，憶念恩者從知母生，是為七種。²⁷¹ 所謂的七種因果，是包含六因一果。想要證得大菩提心這個果，必須從增上意樂生，而增上意樂又必須從大悲生，大悲再從慈心生，慈心

²⁶⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 207。

如慈尊云：「智不住三有，悲不住寂滅。」以慧遮止墮生死邊，以悲遮止墮寂滅邊，慧不能遮墮寂滅故。不墮有邊小乘有故，菩薩道者，正所斷除墮寂滅邊故。」

²⁷⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 208-210。

²⁷¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 210-211。

則由報恩生，報恩必從念恩來，念恩又從知母生。所以，從知母、念恩、報恩、慈心、悲心、增上意樂這六因，就能生出菩提心這個果來。「大乘道之根本即是大悲，諸餘因果是此因果道理」能生起大乘道的關鍵是大悲心，知母、念恩、報恩是大悲心的因，悅意慈、增上意樂、菩提心，則是大悲心的果。大悲之「悲」以拔苦為主要，「大」乃因遍一切眾生。因此七因果各支都是大悲心的因果道理，故大悲心是大乘道的根本，對於大乘來說，大悲心是菩提心的因，透過先生起大悲心，才能夠生起菩提心，所以大悲心在修習大乘的菩提道上，是初時重要、中時重要、後時重要的。要真正了解佛法的綱要。了解了以後，對這個綱要要產生決定不疑的見解這個最難，這個也是最重要。所以要積聚資糧，萬一見解還不夠的話呢，就應該看《華嚴經》等這種大經大論，先有確定的認識，然後照著這個認識努力的行持啊。正如馬鳴菩薩所說：「世尊的中心教授，就是菩提心，但只有佛明白它的精要，其餘的凡夫是無法知曉的。」

(2)第二種傳承是依寂天菩薩的教典而修。內容分三：①思惟能修自他交換的殊勝利益、及不能修自他交換的過患，②如果藉由修習，自他交換的心一定能生起，③修習自他交換法的次第。思惟能修自他交換的殊勝利益、及不能修自他交換的過患，正如《入行論》中所說：

「盡世所有樂，悉從利他生，盡世所有苦，皆從自利起。此何須繁說，凡愚作自利，能仁行利他，觀此二差別。若不能真換，自樂及他苦，非僅不成佛，生死亦無樂。」
謂當思惟，唯自愛執，乃是一切衰損之門，愛執他者，則是一切圓滿之本。²⁷²

一切世間所有的快樂，都是從利他中產生，一切世間所有的痛苦，都是從自利中生起。這麼淺顯的道理，又何須多說呢？但凡夫愚癡不明白這個道理，才會每天忙著自利，只有佛觀察到這兩者的差別，才能一心一意地行利他。若是不能將自己的快樂，和他人的痛苦真實交換，不但不能成佛，而且在生死輪迴中也沒有快樂可言。所以應當好好地思惟：只是貪愛、執著自己的利益（我愛執），是一切衰損之門，因為我愛執，所以生貪瞋癡等煩惱，造作殺盜淫等惡行，結果不是墮在三惡道，就是生在貧窮、下賤的人中，諸根不具、短命多病、常遭不如意等事，所以我愛執是一切衰損之門。相反地，若能貪愛、執著他人的利益（愛他執），則是一切圓滿之本，因為愛他執不但能成佛，就算是生在人中，也會有大權勢、大名稱、言威信、多長壽、智慧利等，所以愛他執是一切圓滿之根本。佛陀以前也是一個凡夫，但是他做到了，所以他能成佛。佛陀能做到，表示有人能做到，這就表示愛他執、自他換是能做到的。

我們的心如果可以串習、熟悉的話，那可以把別人的身體當成自己的身體，譬如說，雖然說自他換實際上不是把別人當自己，自己當別人，譬如說，我們這個身體好了，我們這個身體從受精卵來的，從父精母血來的。當這個受精卵透由我們的心識投入進去之後，經由不斷串習「這是我的身體」、「這是我的身體」，之後就真的變成我的了。實際上，這受精卵最初是父母的。所以從父母的東西經過不斷串習，也會變成是我的。另一方面，母親從懷孕之後，

²⁷²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷9，頁225。

她就會一直串習說，「這是我的小孩、我的小孩、我的小孩」，實際上這個根本就是個陌生人，那邊來的投胎也根本就搞不清楚，說不定是那個仇人來投胎的。但我們對於這個陌生人，透由不斷串習「我的小孩」、「我的小孩」之後，也就變成是我的小孩了。一旦變成我的小孩之後，那這小孩快樂，我就快樂，小孩痛苦，我就痛苦。所以我們是真的可以把心完全灌注在對方身上這樣子，只要是「我的小孩」、「我的身體」，所以自他相換這種修持法是可以透由不斷的串習力來做到的。²⁷³ 所以把愛自己的心去愛別人，把棄捨別人的心來棄捨自己，是可以做得到的，簡單的說就是把自、他做交換而已。如是善巧地思惟能修自他交換的殊勝利益、及不能修自他交換的過患，就能夠一心一意地好樂修習自他換法門，而且又明白只要修習，就能夠真實地生起自、他換了。依寂天菩薩教典而修的第二部分，是如果依上面所說的來思惟觀察，一定能生起修習自他交換的心。

(三)發菩提心之後，應當修學的內容。啟發菩提心以後，學菩薩行，成就菩提的資糧：依次是布施、持戒、忍辱，精進、靜慮、般若。得到真正的正知見，換句話說，能夠證入真如實相、空緣起；不同的派系用不同的名詞，可是內容是一樣的。我們大乘人應該成就的，叫無住的大般涅槃。所以能夠不在生死當中流轉，為什麼？是對於這個真實義——就是勝義諦——能夠認識。依勝義諦這個次第，智慧資糧圓滿了。這個成就了，所以他能夠不淪落在生死當中。「悲不住涅槃」是由了悟盡所有的智慧，依於世俗諦這個次第，也就是以福德資糧方便分所成辦的。所以這兩個具足了，他能夠在生死當中而不受生死的支配。如《秘密不可思議經》說：「智慧資糧的作用，是能斷除一切煩惱；福德資糧的作用，是能夠幫助一切有情同樣地解決這個問題。世尊，所以菩薩要修的，努力精勤兩樣東西，一個是福德資糧，一個是智慧資糧。」《聖虛空庫經》說：「由於智慧甚深道次，所以一切的煩惱都徹底地解決。由通達利他方便法的智慧，在三界當中濟度有情，卻是了無掛礙。」《聖解深密經》說：「佛絕不會說違背利益眾生，一直違背利益眾生的那些人是不可能成就無上菩提的。」《無垢稱經》上也說：

「何為菩薩繫縛解脫？若無方便攝取三有，是為菩薩繫縛；若以方便趣向三有，是為解脫。若無智慧攝取三有，是為菩薩繫縛，若以智慧趣向三有，是為解脫。方便未攝慧為繫縛，方便所攝慧為解脫；慧所未攝方便為縛，慧攝方便是為解脫。」如是廣說。是故欲得佛果，於修道時須依方便、智慧二分，離則不成。²⁷⁴

什麼是菩薩的繫縛和解脫？(1) 如果不以方便攝取三有，即是菩薩繫縛，就像那個菩薩被綁住一樣；如果以方便趣向三有，即是菩薩解脫。(2) 如果不以智慧攝取三有，即是菩薩繫縛；如果以智慧趣向三有，即是菩薩解脫。(3) 沒有以方便攝持的慧即是繫縛；以方便攝持的慧即是解脫。(4) 沒有以智慧攝持的方便即是繫縛；以智慧攝持的方便即是解脫。引經闡述何為菩薩繫縛與解脫，因此我們要得到圓滿的佛果的話，這方便、智慧兩樣都要學，而且要以方便攝持的慧，以慧攝持的方便，缺少一分則不能有所成就的。《伽耶經》說：「諸菩薩道簡單講包含兩種，就是方便與智慧。」《祥勝初品》也說：「智慧是母，方便是父。」這個就

²⁷³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 9，頁 225。

²⁷⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 10，頁 249。

是佛法的事業。因此真正修的時候，要具足所有方便(六度萬行)，也要俱足一切種的最勝空性，單單學空，對大乘道是一點關係都沒有。《寶頂經》說：「菩薩應當披上慈心的鎧甲安住於大悲中，引發具一切種的最勝空性而修持靜慮。什麼叫『具一切種的最勝空性』？所謂不離布施、不離持戒、不離忍辱、不離精進、不離靜慮、不離智慧、不離方便。」這在經上說得很明白。如《金剛經》云：「以無我相、無人相、無眾生相、無壽者相，修一切善法，則能成就阿耨多羅三藐三菩提。」對於上述《寶頂經》的經文，《寶性論》中解釋說：「這些能繪畫的畫師，是指布施、持戒、忍辱等。具一切種殊勝方便的空性，比喻為國王圓滿的身像。」在眾多的畫師中，有的畫那個頭啊，畫得惟妙惟肖，其他的不會；有的人會畫手，各有各的特長。那麼把那些人集在一塊兒的話，畫出來莊嚴的國王像，如果缺掉一樣東西的話就不行。而國王的圓滿身像比喻空性，諸畫師比喻像布施等等，如果布施等方便有所缺少，就像缺頭缺手的畫像，空性的證得就非圓滿了。

有的人執著說：「只要學空啊，其他都不要了，空當中具有一切。」這個不對！佛陀他親自斥破這件事。²⁷⁵ 世尊說：「倘若如此，則佛陀在菩薩因地當中，多生多劫行的布施等等，那豈不是錯了嗎？都應成損壞智慧、這實在是因為未能理解經義的緣故。」在《攝研經》中，世尊告訴彌勒菩薩：「菩薩要辦無上正等正覺，所以要廣行六度萬行，而愚人卻說：菩薩只要學空就行啦，何必修學其餘波羅蜜多。這種想法以及觀念，是破壞其他的六度。彌勒菩薩！你對此是怎麼想的。我往昔為迦希王時，為了救護鴿子而自割身肉布施老鷹，這樣做，難道就壞了智慧了嗎？」彌勒菩薩答：「不是！世尊！」世尊又說：「彌勒菩薩啊！我在因地當中學菩薩行的時候，為了要修集這個六波羅蜜，六度萬行相應的種種善根，做的這種事情，難道對我有損害嗎？」彌勒菩薩說：「不會有損害的！世尊！」世尊說：「彌勒菩薩！你也曾於六十劫中正修布施度，六十劫中正修尸羅度，六十劫中正修忍辱度，六十劫中正修精進度，六十劫中正修靜慮度，六十劫中正修般若度。」那些愚人卻說：「只要修一法「空」就能證悟菩提。」世尊以告訴彌勒菩薩來說明他在往昔也各經過六十劫修習六度而有現在的成就，並沒有悉成壞慧，未解了義。對那些認為只須修空性即可證菩提的這些人，因這些人的修行是有雜染的、是不能清淨諸行的。因此，如果說通達空性的人不必努力修持方便分，這就是毀謗說釋迦牟尼佛往昔的本生事蹟都是在未解了義(空性)時的行持了。

菩提心可分世俗及勝義菩提心兩種。世俗菩提心依性質、發心方式，分成有願心及行心二種。有關願心和行心的說法雖然很多，但只要是發起「為利眾生願成佛」的願心，就算還沒有行布施等六度，也沒有正受菩薩戒，都能稱為願菩提心；在正受菩薩戒之後，依然如此發願，這時的發心，就稱為行菩提心。在《修次初篇》中提到：「為利一切諸有情故願當成佛，初起希求是名願心。受律儀後修諸資糧，是名行心。」²⁷⁶ 為了要利益一切有情的緣故，願我將來能夠成佛，最初生起的這種希求心，稱為願心。受持菩薩律儀以後，開始修習積集種種資糧，就稱為行心。

²⁷⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 10，頁 250。

²⁷⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 224。

在這個位次上面，照次第從厭患生死苦、希求解脫生死輪迴，到生出離心，再推己及人以悲心一步一步上來，策發大菩提心，到這發了那個大菩提願心圓滿，就叫下品資糧位。大慈悲心是這樣的狀態，大慈悲心進一步要增上意樂，然後策發這個大菩提心，這時候還沒有受菩薩戒，這時就是到下品資糧位了。再進一步，發了這個願心後，知道不是發了心就夠的，現在要正式做到它，就要如理如量的去做，照著規則次第去做，開始就要受菩薩戒。從受菩薩戒開始，就進入中品資糧位，這時就叫行心了。所以下品資糧位往生的的是上品的下生，乃至於高一點的可以是上品的中生，如果進入中品資糧位，上品的中生，乃至於可以到上品的上生，就這樣。那還是世俗的菩提心，還沒有到勝義菩提心。如果是勝義菩提心，那就是初地菩薩位階，那十方淨土是你要那裡就到那裡去了。世俗菩提心於資糧道、加行道中清淨得生；而勝義菩提心於資糧道中為聽聞、於加行道中為體會、於見道中為證悟、於修道中為現前。如是發願菩提心與發行菩提心，即是世俗菩提心。如是發心後，在資糧道及加行道中長期修習，最終於見道位時對萬法實相，離戲本智空性如實證悟，此即勝義菩提心。

宗大師引用《略論》來說明止觀：

經說三乘一切功德皆是止觀之果，大小乘一切三摩地皆於止觀中攝。²⁷⁷

首先，《解深密經》上面告訴我們，不管是聲聞、緣覺、乃至於菩薩一佛乘，所有的功德都是由止觀而來；由止觀之因，感三乘勝果，所以不管是大乘、小乘的一切三摩地，都包含在止觀裡。以下先說明止觀的自性。

所言止者，謂內正住已，即於如是善思惟法，作意思惟，令此作意內心相續。如是正行多安住故，起身輕安及心輕安，是名為止。總之輕安所持，於善所緣心一境性之定，即止自性。²⁷⁸

止的特質是「內正住」，平常我們的心都是向外緣的，或者透過眼睛看，或者用耳朵聽，或者透過身體去感受，或者由於心識的落謝影子，在那裡東緣西緣，隨著外面的塵境、客塵煩惱而轉；現在是把心收攝回來，安住在「善思惟法」上。這個法一定是善的，對這個法作意思惟，這才是我們所要緣的對象。所以這個止絕對不是心裡糊裡糊塗，像大迷糊蛋一樣坐在那裡，而是要作意思惟，令這個作意的心能夠相續。我們現在心都在散亂當中，像猴子一樣，猴子一天到晚活蹦亂跳自己也不曉得，螞蟻等等也都是這樣，我們的心裡就是這種行相。如果內心行相是如理正確的，它能夠如你所欲的，安定地專注在所緣境上，在這種情況之下，會有一個特質生起-- 身輕安及心輕安。平常如果叫我們坐在那裡，不是坐得腰酸背痛，就是心裡面實在覺得坐不住，現在你真正學到跟它相應了以後，不但坐得住，而且是輕妙無比，叫你離開，你還捨不得。所以在戒當中，有一條就是修學菩薩行者，學定有一定的時限，不許超過。因為得到了定以後，身心輕安的快樂境界，世間無物可與相比，如果到那時候捨不得，就會因為這個貪婪心停在那裡，不能上進，所以真正學菩薩行的人不能如此。而我們現

²⁷⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》附錄之《菩提道次第略論》(止觀)，頁 561。

²⁷⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》附錄之《菩提道次第略論》(止觀)，頁 561。

在坐了一下就腰酸背痛，顯然是我們還不了解，也根本沒有得到定的關係。在生起身輕安及心輕安的時候就叫做止。總之它是輕安所持。平常我們的身心狀況叫粗重，總覺得叫你挺直地坐在那裡，一下子背不大舒服，腰撐在那裡，一下子彎下來也不舒服，人人都有這個感覺，身是如此，心也是如此。但得到止的時候，身體的感受輕快無比，就像飄在天空中的棉花，也像浮在水當中一樣。真正學定的時候，不要說得到根本定，內住心剛現起的時候（這在天台叫做持身法），自然有一種力量，能夠使你身心的感受跟以前完全不一樣。這是走下去第一步就會有的，你能夠越深入，這個感受會越來越好。我們現在只是先從字面上體會一下。由於這個力量所任持，讓你的身一動也不動，讓你的心安住在這個善所緣上面。譬如說我們現在念佛，要觀想佛，一旦觀起來了以後，不但佛像清清楚楚，而且身、心二方面會無比地安寧輕快，在這種狀態之下，什麼東西都動亂不了你。不要說得了根本定，只要得到了欲界定，乃至於念力現起來的時候，妄念就自然而然一點都生不起來，所以對於心裡面所緣的這一個境，就能夠安住在那裡一動都不動。到後來，你要起個妄念都沒辦法，就會這麼妙，而且身心是無比的輕快安樂，而這樣還不用到根本定就能得到。以上是止的自性。

觀自性者，經說彼由獲得身心輕安為所依故，捨離心相。即於如是善思惟法，內三摩地所行影像，觀察勝解。即於如是勝三摩地所行影像所知義中，能正思擇，最極思擇，周遍尋思，周遍伺察，若忍、若樂、若覺、若見、若觀，是名為觀。總謂安住止中，由觀察所緣之力，引生輕安所持之觀慧，即觀自性。²⁷⁹

經上說，觀一定先要有止的基礎，要有奢摩他為所依，所以慧是一定要由定而起的。定的特質就是身心輕安。因為身心輕安，所以能捨離心相。譬如在未到地定當中，會感覺到身體如雲如霧，好像什麼都沒有了，實際上並不是消失噢！而是內心當中平常的這種執著你不會再去執它了，所以那個時候就能善巧地運用。平常因為身心非常粗重，它就不聽你招呼，你也沒辦法。現在由於得到輕安相應，身心就能如你所願的，要它怎麼辦就怎麼辦。那時候要善巧地思惟觀察。「內三摩地所行影像」，在定當中叫做三摩地，三摩地一定也是有個所緣的，譬如數息，那麼你緣的是呼吸；如果觀佛，那你緣的是佛像等等，總有一個所緣的。安住在所緣上面，了然無動，當生起身心輕安時，這個就是定。在定當中，對你所緣的境相能夠如理地觀察叫觀察勝解。觀的特性，就是在前面所說的這個殊勝的定當中，對於所緣的法來簡擇那個對、那個不對，那個時候你才真正的能夠正思擇、如理取捨。之前儘管想去思惟觀察，可是有種種障礙，有的人想得頭痛得快裂開就是想不起來；有的時候雖然去想，腦筋卻不聽招呼；有時候想了半天，眼睛酸，身體累。而此時這種狀況都沒有了，所以思惟觀察的能力達到最高效果。而且「周遍尋思、周遍伺察」，這個時候才能夠普遍地去尋思、伺察。「尋」跟「伺」是兩種心理行相，「尋」是緣比較粗的行相，根據這個慢慢深細的、細細地一步一步深入叫「伺」。對於如理正確的思擇如果得到了深忍，產生的結果是除了了解這個東西的快樂之外，還有一個特別的跟法相應的樂。跟法相應有多方面：若覺、若見、若

²⁷⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》附錄之《菩提道次第略論》(止觀)，頁 561。

觀，就是對於以前不了解的現在了解了，以前不覺悟的現在覺悟了，這樣地去觀察總名叫做觀。

總之，一定先要安住在定當中。要曉得定的特質，你心一動的話，定就散掉了。通常修定時就不能觀；要想觀就不能定，散亂心的觀是沒有力量的。要真正深入所謂的正思擇、最極思擇，一定要心很深細，這一定要靠定的力量，所以學了定以後，再進一步去學觀。可是你得了定以後剛開始學觀的時候心就散亂了，這不要怕，慢慢來，這會有巧妙的方法的，先簡單說一下：得了定以後，你要去觀的話，那個心就定不住；要定，心就不能觀。不過因為你已經有過定的經驗，那個時候你全部的精神就用在觀上面，散亂也不管。不過剛開始觀的時候，譬如說我們要觀一個佛像，這是有個特別方法的，並不是說佛有三十二相，要一個一個去觀，或是八十隨形好，乃至於頭光三尺，身光六尺等等全都要去觀，不是的，剛開始的時候，在定心當中，就緣一個總的佛像，乃至於一個白毫相，全部精神緣在那裡，等到穩定了，再慢慢地把這個心擴大去觀察。前面那個看好了以後，定在那一點上是「定」，再進一步去觀心就亂了，那馬上又把它拉回來。先在定上面安住，然後再用那個定的心去觀，就這樣善巧的調整。總之，「觀」的特質，是依止著前面由輕安扶持的這個定的力量而去觀察所緣，練習久了以後，心就跟前面不一樣了，前面是一觀它就動、散，現在是當觀力愈深，定也越深。反過來，當定越深的時候觀力也越深，等到觀的時候，也能生起輕安，這個即是觀的自性。現在要我們腦筋定在那裡想，往往會想得頭痛得要命，等到真正能如法如理去觀的時候，那是無比地輕快，所以你觀得再久都不怕，這個力量最強而且最正確，所以才能夠真正找到問題的真相，徹底解決，這個就是「觀」的自性。

透過探索《廣論》止觀修學之整理，²⁸⁰ 諸如道前基礎之所緣法類為「親近善知識」、「思惟人身難得」，前者為止觀修習之基礎資糧，「思惟人身難得」及下士道之「思惟三寶功德」，則為修止時對治沈沒之光明想。下士道之「思惟生死無常」、「思惟三惡趣苦」(下士道之修學)，為修止時對治掉舉之法，「深信業果」則為觀修無我空性之必要信念。中士道之「思惟十二因緣」可斷除毘鉢舍那修習之我執無明。此中，清淨戒律乃為止觀修習首要持守之正因資糧。又如毘鉢舍那修習悟入真實之次第，即由「思惟生死過患」，令內心厭離輪迴，生起想脫離生死輪轉之出離心(中士道之修學)。然後仰賴通達無我之空性智慧以破除無明所引生之我執(上士道之修學)。承上足可確認《廣論》之止觀修習乃納攝於三士道之修學過程，而非僅始於上士道之修學。止觀修習貫串整個三士道之學程，足見止觀不僅是通達佛法教理之主要核心，更是唯一能夠滅除吾人諸苦煩惱、超脫三界而證悟涅槃之殊勝法門。佛教向以證得寂靜涅槃為終極究竟，然而西藏佛教所秉持之教理卻非以入涅槃為修行目標。行者發願行菩薩道且以利他為宗旨，不厭離紅塵，甚且乘願降生娑婆世間以傳承佛法為慧命志業。如《入中論》言：「大悲心與智慧(般若)和菩提心為菩薩的因，且大悲心為後二者之根本，因佛有大悲心故不入涅槃，在這苦的世界救度眾生。」

²⁸⁰連英華：〈宗喀巴《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐〉。

宗大師宣說要成就無分別定者，須於無邊善所緣境，皆要堪能如欲而住。又說止修之後必須觀修，無邊眾善才能增長廣大。如《廣論》卷 14：

如是成就無分別定，心於所緣不餘散者，義為令心於善所緣，成就堪能如欲而住。此復繫心於一所緣即能安住，欲令起時，須於無邊善所緣境如欲而轉，如通利溝引諸流水。故成止後，更須修集緣如所有及盡所有妙慧、施心、戒心、忍辱、精進、淨信及厭離等無邊眾善，滅無邊失。若唯安住一所緣境者，是未了知修止之義，不能增長廣大善行。如是若捨行品、觀品妙觀察慧，唯修三摩地心一境性，其利極小。又於無我義，若無觀慧引生恆常猛利定解，緣如所有性毘鉢舍那，唯久修習正奢摩他，僅能壓伏現行煩惱，終不能斷煩惱種子。故非唯修止，亦定應修觀。²⁸¹

因此，成就無分別禪定，令心專注於一所緣境而不散亂的意思，就是說令心能夠專注在善所緣境，成就可以任運而住於所緣境上。先讓能緣的心繫於一所緣境上而能夠安住，若能令心於無量無邊的善所緣境，也能夠任運安住，那就可以像暢通無阻的溝渠一樣，隨時都可以疏引流水了。所以，成就奢摩他無分別定之後，更應當修持能俱緣如所有性及盡所有性的勝妙智慧，也就是必須要修持布施心、持戒心、忍辱、精進、淨信及厭離等無量無邊的善行，滅盡無量無邊的過失。如果只是把心安住在一個所緣境，那是不了知修止的意義。因為只把心安住一所緣境，並不能增長廣大的善行。因此，如果棄捨行品與觀品的妙觀察慧，而只修習心一境性的三摩地，能夠獲得的利益極少。此外，對於無我的真實義，如果沒有透由觀慧引生恆常的猛利定解，不緣如所有性毘鉢舍那。儘管長久修習奢摩他無分別定，也僅能夠調伏現行的煩惱，畢竟無法斷除煩惱種子。所以不是只修止的奢摩他就夠了，也必須要修觀的毘鉢舍那。

二、上士道的實踐方法

《廣論》觀待所化機而三分法為下士道、中士道、上士道，此中最後學習的上士道也就是學習菩薩道。上士道是指發菩提心，修菩薩行，證大菩提果的法門。整個上士道修行的次第，分為三大部分：一、是顯示能入大乘之門的唯一條件，就是發菩提心，二、是如何發菩提心的方法，三、發菩提心之後，應當修學的內容。所以上士道的修學內容主要有發大菩提心、行菩薩行，其中修菩薩行又分為：總說六度四攝和別說修止觀法。因為入大乘之門的唯一條件，就是要發菩提心，這也是大乘和小乘的分界點。因為共下、中士是上士的基礎，意即在共下、中士的這個基礎之上，再加修上士的部分。因此在本節上士道的實踐方法上，會分成三大部份：(一)發大菩提心、(二)修菩薩行、(三)止觀，來做說明。

(一) 第一部份是發大菩提心，是具有利有情和願成佛二個主要的體性、內涵。

²⁸¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 14，頁 342。

1. 「如是善學中士法已，作意思惟，如自墮落三有苦海，眾生皆爾，應當勤修慈悲為本大菩提心，必令生起。」²⁸² 因為你從前面中士法類善巧地學習了解以後，還要多作意思惟，雖然所觀察到生死的過患，如自墮落在三有中覺得苦，所以推己及人，還要勤修種種的善巧方便，策發以慈悲心為根本的大菩提心，而且一定要令這個大菩提心生起，這個是大乘道的根本，也是大乘道的不共因，意即大菩提心的有無就是區分大乘和小乘的方法。發菩提心是建立在出離心的基礎上，為救拔有情出於輪迴苦難。三主要道的第一個、最主要的也就是出離心，策發對生死輪迴的厭離心，希求解脫三有輪迴，倘若無出離心，那就不會有發菩提心的可能了。

所以當你前面共下、中士法類這樣一步一步上來，思惟暇身難得易失、生死輪迴有種種禍害過失，所以一心想要求解脫生死，想從這種無明我執當中救脫出來，所以學習戒定慧三學，以期脫離生死輪迴。然而修習中士道的結果，雖然能夠解脫三界，不像修習共下士道雖得人天善趣還會退失，因福報享完，仍墮惡趣。但是修習中士道所斷的過失，以及所證的功德還不圓滿，這樣連自利都不圓滿，更何況要圓滿利他。所以有智慧的修行者，必定是一開始就發大悲菩提心，不會只想要自我的解脫。所以引發了要厭離這個生死苦以後，不等待這個苦的堅固，這時若對道的總體有了完整正確的認識的話，馬上把自己厭離三有的那個苦更進一步的轉過來，由緣自苦、改去緣一切有情眾生也同我一樣深陷在三有的苦海中，生起想要救拔一切有情眾生的大悲心，為了救度一切有情眾生所以發願我要成佛的心，這就是大菩提心、大乘的願菩提心，其實也只有成佛才能圓滿解決自他的問題。所以說發的這個大菩提心，是一定要以大慈悲為根本的，因為不忍眾生苦、要救拔眾生苦就是大悲的行相，進而且還是給予眾生真正究竟的快樂就是慈心的行相。大悲之「悲」以拔苦為主要，「大」乃因遍一切眾生。因為只有真正體會到自己在六道的苦，才會推己及人，本來緣自己一個人的苦，那是苦、但還不大，若緣盡法界一切眾生這麼多的苦，那時引發的苦的力量就很大，所以這個善法欲的推動的精進力量就大！所以那個大乘真正的出離心，跟小乘的出離心是無二無別，不過小乘是只管你自己，大乘是要為一切眾生，所以大乘這個緣眾生苦的，不管是質、不管是量，深廣程度都是小乘所不能比的。大乘的中心是在大菩提心，那麼修發了這個大菩提心後，還要滿這個菩提願的話，那麼一定要成佛，那時候才去學空正見，是破空的正見，最後發現沒有「我」的自性，證悟無我性慧的見道位，破了分別我執和分別法執，那時也就是明心見性、大徹大悟了。聲緣乘只證悟圓滿人無我，所以僅斷盡煩惱障，而未能斷一切所知障。所以從成佛的角度來說，先入聲緣乘求證阿羅漢果位，是迂曲、緩慢之道。因為證果入滅盡定一萬劫後，佛放光勸請回小向大，才趣入大乘，這樣成佛所經歷的時間，比最鈍根菩薩還要慢四十九劫。因此從這個角度來看，就算是真正為了自利起見，直走大乘、發菩提心成佛才是最好的直路，所以大乘的修行一定是依三主要道一出離心、菩提心、空正見的次第，一步一步依次增上、走上成佛之路的。

²⁸²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 555。

在修習菩提心的次第上，有兩種傳承：(1)是修阿底峽尊者所傳的，七種因果的教授。在修七因果教授之前要先修平等捨，即先要把對冤親的愛憎心調伏。正式進入七因果教授，就從知母念恩開始。如《廣論》卷 8：「七因果者，謂正等覺菩提心生，此心又從增上意樂，意樂從悲，大悲從慈，慈從報恩，報恩從念恩，憶念恩者從知母生，是為七種。」²⁸³ 所謂的七種因果，是包含六因一果。想要證得大菩提心這個果，必須從增上意樂生，而增上意樂又必須從大悲生，大悲再從慈心生，慈心則由報恩生，報恩必從念恩來，念恩又從知母生。所以，從知母、念恩、報恩、慈心、悲心、增上意樂這六因，就能生出菩提心這個果來。「大乘道之根本即是大悲，諸餘因果是此因果道理」能生起大乘道的關鍵是大悲心，知母、念恩、報恩是大悲心的因，悅意慈、增上意樂、菩提心，則是大悲心的果。大悲之「悲」以拔苦為主要，「大」乃因遍一切眾生。因此七因果各支都是大悲心的因果道理，故大悲心是大乘道的根本，對於大乘來說，大悲心是菩提心的因，透過先生起大悲心，才能夠生起菩提心，所以大悲心在修習大乘的菩提道上，是初時重要、中時重要、後時重要的。

(2)是依寂天菩薩教典中所說的，自他交換的教授而修。自他換教授的內容分三：①是思惟能修自他交換的殊勝利益、及不能修自他交換的過患；②是如果藉由修習，自他交換的心一定能生起；③修習自他交換法的次第。如《廣論》卷 9：「謂當思惟，唯自愛執，乃是一切衰損之門；愛執他者，則是一切圓滿之本。」²⁸⁴ 所以應當好好地思惟，只是貪愛、執著自己的利益（我愛執），是一切衰損之門，因為我愛執，所以生貪瞋癡等煩惱，造作殺盜淫等惡行，結果不是墮在三惡道，就是生在貧窮、下賤的人中，諸根不具、短命多病、常遭不如意等事，故是一切衰損之門；若能貪愛、執著他人的利益（愛他執），則是一切圓滿之本，不但能成佛，就是生在人中，也有大權勢、大名稱、言威信、多長壽、智慧利等，所以是一切圓滿之本。若是不能將自己的快樂，和他人的痛苦真實交換，不但不能成佛，而且在生死輪迴中也沒有快樂可言。從今天起我們要換一個人，換一種心態：放棄自己，排斥自己。把原本愛自己的心態轉向愛他人，那我們就過一種新的生活。無始以來我們都覺得別人的利益不重要，不用管的心態，也不放在自己心上。從今天起把只管自己，自私自利，貪著自己的心態，放在他人身上，這種換法，就稱為自他換。²⁸⁵ 所以自他相換這種修持法就是把愛自己的心去愛別人，把棄捨別人的心來棄捨自己，所以這是可以做得到的，就是你怎麼樣來把自他做交換而已。所以要思惟，我是能夠修這個法的、並且我也必須修這個法的，因為了解我愛執的過患和愛他執的勝利的時候，也要祈求上師三寶加持，令我能修自他相換法。

2. 「若無此心，其六度行、二次第等，皆如無基而建樓閣。」²⁸⁶ 如果沒有菩提心的話，那顯教講的六度-- 布施度、持戒度、忍辱度、精進度、靜慮度、般若度，還是密教所提的菩提心生起次第和圓滿次第，就像在沒有基礎上去建樓閣般。由共中士自己思惟苦，再推己及

²⁸³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 210。

²⁸⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 9，頁 225。

²⁸⁵達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉（美國洛杉磯：2004 年），參見 <http://www.dalailamaworld.com/topic.php?t=890>（參考日期 2017 年 11 月 27 日）

²⁸⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 555。

人，乃至於為了自己究竟圓滿，說非要發大菩提心求佛果，這個發大菩提心就是大乘的基礎，大菩提心就是大乘不共之因，那麼到這裡才算是進入到上士道了。因此若無菩提心攝持，那就不是上士道，也不是大乘道，所以這個不管是顯教、還是密教，也都是空話了。

佛說的只有兩種大乘，就是顯乘和密乘，除了這兩種之外，並沒有其他的大乘。但無論你是修學那種大乘，能入大乘之門的唯一條件，就是發菩提心。所謂的大乘，就好像你想生兒子，必須同時有父母這兩個條件。你想要圓滿菩提道，也必須同時具備方便、智慧這二品。其中的方便，指的是發菩提心，這是大乘的不共因；其中的智慧，就是通達空性，這是共因。如果只是想要解脫生死，就只要善修無我空性的智慧就可以了。如《廣論》卷 8：「故於最初入大乘數，亦以唯發此心安立，後出大乘亦以唯離此心安立。故大乘者，隨逐有無此心而為進退。」²⁸⁷ 什麼時候發菩提心，就什麼時候入大乘；什麼時候離菩提心，就什麼時候退失大乘。因此所謂的大乘，就是以菩提心的有無作為進退的標準。因此，看你什麼時候能夠相續生起菩提心，就算還沒有生起其他的功德，也稱你為大乘人；相對的，看你什麼時候離開菩提心，縱使你已經有見空性等功德，也仍然墮小乘、退失大乘。

所以這個菩提心，能攝大乘教授的一切扼要；是一切成就的大寶庫藏；也是超出二乘的大乘特別法；能策勵菩薩行廣大行最殊勝的依止，當知就是菩提心了。既然已經知道發菩提心的殊勝利益，就應當多多修習，要使菩提心能逐漸增長，就必須要做到勇悍歡喜，就像患渴已久的人，忽然聽到飲水的名字，是那樣的歡喜踴躍的心情。這個菩提心，是諸佛菩薩，經過多劫以來，以最希有的智慧、最深細的觀察，才在一切的法門當中，見到了唯一能快速成佛的方法。如《入行論》所說：「能仁多劫善觀察，唯見此能利世間。」²⁸⁸ 佛陀在多劫中經過了智慧甚深地觀察，唯見菩提心能廣大利益世間。

3. 「若相續中，略能生起菩提心相，當如儀受勤學學處，堅穩願心。」²⁸⁹ 有了這個菩提心以後，只要是略能生起菩提心的時候，就要像受持儀軌一樣去勤學這個大乘願菩提心的學處，讓不共皈依的大菩提願心非常堅固。這個大菩提願，不是發了大乘願菩提心以後就不修了，這是要一直繼續地修，一直修到成佛的。了解了這個道理，知道要發菩提心必須先修前面下、中土的共道，照著次第修了以後，隨自己的力量(隨力)盡心去做，讓內心發起真實菩提心。

為使菩提心產生強有力的力量，發了菩提心以後，要受發菩提心的願心儀軌。如大覺嚙阿底峽尊者所說的：「欲修令此生，應勵恆修習，慈等四梵住，應除貪及嫉，以儀軌正發。」若修心已，於其發心獲得定解，當行受此之儀軌。²⁹⁰ 想要讓菩提心生起，就應當精進、恆常地修習慈悲喜捨四無量心，也應除去貪愛和嫉妒心，依照儀軌正式發起菩提心。若是對於發心已經獲得決定的勝解，就應當正受菩提心的儀軌。一般受願心儀軌所得之體，並非菩薩戒。

²⁸⁷ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 204。

²⁸⁸ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 9，頁 237。

²⁸⁹ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 555。

²⁹⁰ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 9，頁 231。

受願心後應學的學處，願心學處，就如《廣論》卷9：「第二、得已守護不令失壞者，謂當知學處，故應宣說。此中分二：一、修學現法不退發心之因；二、修學餘生不離發心之因。」²⁹¹這兩科當中的所有內容。第二部分是已正受菩提心的儀軌者，就應當知道學處的內容，所以阿闍黎就會為其宣說，如何守護不令失壞，這分成兩部份，一是修學現法不退發心之因，分四：(1)為於發心增歡喜故應當修學憶念勝利；(2)正令增長所發心故應當修學六次發心，謂「諸佛正法眾中尊，乃至菩提我歸依，以我所修布施等，為利眾生願成佛。」²⁹²儀軌的譯文尚有幾個版本，如：「諸佛正法眾中尊，直至菩提我皈依，我以所行施等善，為利眾生願成佛。」又如：「諸佛正法賢聖三寶尊，從今直至菩提永皈依，我以所修施等諸資糧，為利有情故願大覺成。」直到成就無上正等菩提之前，我永遠皈依諸佛、皈依正法、皈依僧伽。我以所修布施等之善根，為了利益眾生而願成佛。早晚每次各修持三遍，六次發心主要是為修學不捨棄所發的願心和修學使所發的願心增長。(3)為利有情而發其心應學其心不捨有情；(4)修學積集福智資糧。二是修學餘生不離發心之因，分二：(1)斷除能失四種黑法：①欺誑親教師、阿闍黎、尊長、福田（包括父母在內）。②於他所造善事無悔處，令他心生追悔。③誹謗大乘有情。④對他人行諂誑，無正直心。(2)受行不失四種白法：對治四黑法，即是四白法：①對一切的有情不妄語②對一切的有情正直心③對一切的菩薩作佛想④安住善根成熟的有情眾生於大乘。《廣論》卷9：

如是自宗除捨願心，心捨有情，犯餘學處，乃至未具菩薩律儀，無依菩薩之罪犯，僅違所受中類善性學處，故是惡行，應以四力而悔除之。從得菩薩律儀之後，即犯違越律儀學處，如論所說還出罪法，依行即可，故即攝入行心學處，非為別有。然六次發心，是為願心不共學處。²⁹³

以佛的自宗來說，除了捨願菩提心、心棄捨有情必須重受之外，犯了其他的學處，在未受菩薩律儀之間，都不算犯菩薩墮罪，而只是違犯學處，但已算是惡行，只要以四力懺悔懺除就可以了。但是自從得了菩薩律儀之後，就算犯違越律儀學處，應當以論中所說的還出罪法，行懺除才可以，因為這時已經攝入行心學處的範圍，而不是指另外還有願心學處的內容。受菩薩戒之後，就不能用四力懺悔，而必須用菩薩戒還淨法懺。犯六次發心，則屬於願心的不共學處，因為行心學處的部分沒有。

(二) 第二部份是修菩薩行，也就是如法受行心律儀、菩薩戒之後，要行持六度四攝，即學習六度成熟自身與學四攝法等成熟有情，以及若犯了戒、那要如何去懺悔。

1. 「次當聽聞菩薩所有諸廣大行，善知進止，發生猛利樂修學欲。」²⁹⁴發了這個願心以後，進一步地去廣泛地聽聞，了解菩薩種種的應行、應止之處，透過如理思惟、進而策發這

²⁹¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷9，頁235。

²⁹²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷9，頁238。

²⁹³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷9，頁245。

²⁹⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷24，頁555。

個「猛利樂修學」的善法欲，再如法的去受持菩薩的行心律儀，照著次第去學修，由正知見的善法欲力量推動，以見導行的精進行、不懈怠、不怯退，因為歡喜所以越做越歡喜，漸漸將無始無明習性改成了善妙習氣，業障慢慢地淨除、資糧也就慢慢地積聚了，如是因感如是果，所以行成則能成就佛果。

在道的總體當中也特別強調要「精進行」這一點，因為要完成任何的事情都必須要靠精進行才有不斷前行的力量，而精進推動的力量就是善法欲，也就是猛利的欲樂。當修學佛法沒有力，即真正要去做的時候，就懶在那裡、癱在那裡，總是覺得找不到的原因就是這樣，想是想的，但是不知道那個善巧的方法，這是因為沒有照著次第去修學，所以都是在那兒空夢。你只要肯照著完整教法的次第去學的話，馬上見效！凡是照著次第修的人馬上立刻見效。「猛利樂修學」的善法欲就是自己心裡面那個迫不及待要去修學的那種心情。因為你照著完整教法的次第如法的去做了，自然而然在內心生起了一種「猛利樂修學」的善法欲，策發推動你向前行的力量，然後你去做，越做越高興、越做越歡喜，淨罪集資，能力不斷提升，然後興趣也越來越高，能力也越來越高，所以說照著次第去走，是越走越高、越走越上！

2. 「發此心已，當如法受行心律儀，學習六度成熟自身，學四攝等成熟有情。」²⁹⁵ 努力學願心學處以後，雖然已經發了菩提心，還要行菩薩道，這樣才能成佛，因為單單發心是不夠的。所以還要不斷地策勵自己，至心願意如法受行心律儀、去學菩薩學處。這個受行心律儀之後要行持的菩薩學處，包括六度四攝，六度是布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧，六度主要是為了調伏自己，真正利他是四攝：布施、愛語、利行、同事。由六度而完全把自己調好，自調伏好了，進一步要去利益別人是四攝，這才是菩薩應該行的。當心裡生起了這種要學的決心，這個時候才進一步去受菩薩戒。之前受的叫願菩提心，就是發願一定要學菩薩，但行為不一定馬上能相應，所以不能一開頭就受菩薩戒，應該先受願菩提心，在內心中種下菩薩的種子。那時候因為你沒受戒，所以萬一做不到，不會犯戒。我們受了願菩提心以後，經過前面這樣的次第去努力，當內心中有更強盛的認識跟力量之時，再去受菩薩戒。願只是內心這樣去想；行是要站起來去做，這兩個不一樣，這也是必須要照著次第修的。需那有想受菩薩戒而透由行心儀軌所得的戒體，就是菩薩戒了。

就如如果一位大乘的行者，他只發起了願心，雖然在發起願心的當下，能夠獲得廣大的福德，但是如果在發心之後，沒有更進一步的，以修學學處作為他修學大乘法的核心，「則定不能成佛」，因此必須要修學種種的菩薩行。如《廣論》卷9：

《三摩地王經》亦云：「故以正行而為堅實，何以故？童子若以正行而為堅實，無上正等菩提非難得故。」言正行者，謂成佛方便，即是學習菩薩學處故。《修次初篇》亦云：「如是發心菩薩，自未調伏不能伏他，如是知己，自於施等極善修學，若無正行不得菩提。」《釋量論》云：「具悲為摧苦，當修諸方便，彼方便生因，

²⁹⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷24，頁556。

不現彼難宣。」謂於他所，若有大悲須除他苦。又除彼苦，但有善心，願其離苦，猶非滿足，故應轉趣除苦方便。又若自不先趣方便，不能度他，故欲利他當先自調。又於自調，經說：「正行而為堅實。」其正行者，說：「受律儀已，學其學處。」故以正行為堅實者，於所行處無錯為要。²⁹⁶

就如在《三摩地王經》上說的：「發心之後，必須要以修學菩薩行，作為修學大乘法的核心，也就是一位大乘行者，在發心受戒之後，如果能夠如理的持守菩薩戒、行菩薩行，這時無上的正等菩提對他來說是並不困難的。」如果不繼續修學布施、持戒等種種的內涵，調伏自身的相續等學處的話，是絕對不能成佛。所以，對於殊勝的菩薩行應當要修學。所謂正行、修行，就是成佛的方便，即是學習菩薩的學處。在《修次初篇》中也說：「發心菩薩，了知己未調伏是不能伏他的，其後自身要非常善巧地修學布施等六度；一位發心的菩薩，他最主要的是行利他的事業。所謂的「利他」是指調伏他人，但如果想要調伏他人，必須先調伏自己，所以藉由布施、持戒等種種的內涵，調伏自身的相續，更進一步的，調伏他人而行利他；「正行」即受律儀已學其學處，若沒有修學菩薩學處的話，就得不到菩提果了。」《釋量論》中也說：「具足悲心之加行道菩薩，應精勤修習息滅眾苦之諸方便行，以是欲摧滅他苦之異生故。此因決定，以方便所生之苦、滅二諦及彼因之集、道二諦，是不現見事故。若自對彼不現見者，則難為他宣說故。故應知若自於義理未通達，則很難為他人宣說。」也就是說，如果對他有情發起大悲，必須滅除他有情的痛苦。然而，只有欲滅除他有情痛苦的善心，祈願他能離苦是不夠的，故應當趣入滅除痛苦的方便。此外，如果自己不先趣入除苦方便，就不可能度救度他有情。所以，想要饒益他有情，應當先調伏自己。關於調伏自己身心相續的部份，要如《三摩地王經》所說：「正行而為堅實。」經中所說的「正行」，也就是說「受律儀已，學其學處。」所以，「以正行為堅實」的意思，就是對於所修行之學處，最重要的是必須毫無錯謬。故當修摧苦方便，並且再依《三摩地王經》重申的當串修無錯謬之菩薩學處。

如是僅僅希求成佛的願心仍不足夠，必須進趣能夠成就菩提的方便。這一成佛方便必須沒有錯誤，因為對於錯誤之道無論如何努力，終究不會有成果，如同想擠牛奶卻扯牛角一般，白費辛苦。因此如《修次中篇》所說：「若於錯因殷重修習，雖極長時終不能獲所欲得果，譬如從角而搆牛乳。若不修行一切因者，亦不生果，如種子等隨缺一緣，亦不發生芽等果故。故欲得果，當依無錯一切因緣。」²⁹⁷ 如果針對錯誤之因殷重去修習，那怕經過極長時間持續勤修，也終究不能獲得想求的果，就如同從牛角中想擠出牛奶一般。再者，若不修習所需種種的因也不能生果，如同種子等等因緣如果缺少任何一分，還是不能產生芽等果實。因此，如果想得到甚麼樣的果報，就要依無錯的一切因緣來成辦。那麼，無錯、圓滿的成佛因緣（成佛之道）究竟是什麼呢？如《毗盧遮那現證菩提經》所說：「秘密主，一切種智者，從大悲根本生，從菩提心因生，以諸方便而至究竟。」其中大悲如前已說。菩提心者，謂世俗、勝

²⁹⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷9，頁245-246。

²⁹⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷10，頁247。

義二菩提心。方便者，謂施等圓滿。是蓮花戒大師所說。」²⁹⁸ 佛告訴金剛手菩薩說，一切種智是從大悲這一根本產生，是從菩提心這一因而出生，是以諸方便而到達究竟。此中所說無錯、圓滿的成佛因緣，即是「大悲」、「菩提心」、「方便」三者。蓮花戒論師對此解釋為：大悲即是所說的「具悲為摧苦」，具足這個大悲心要摧毀盡世間、盡法界一切有情的眾苦，菩提心是指世俗和勝義二種菩提心，方便是指布施等六度四攝圓滿。六度就是指菩薩能夠憑藉布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若這六種修行法門，得以從生死煩惱的此岸到達菩提涅槃的彼岸，證得圓滿的成就。四攝是菩薩攝受眾生的四種方法。菩薩為了究竟利益一切有情，令得離生死苦，便要攝受眾生歸向正覺的道路。但是，一般凡夫沉迷於生死欲樂，無明障重，受著種種業報的牽纏，若無善巧方便，很難喚醒人心，使之步上菩提大道。所以菩薩就以布施、愛語、利行、同事四種法門來攝受眾生。所以僅修智慧、方便一分是不能成佛的，大乘道的本質和修學的次第，必須是無誤的，在無誤的情況下，我們所修學的內涵，它的數量必須也要是圓滿的。成辦一切遍智（佛果）的根本是大悲心，並且更進一步的，由大悲策發起菩提心，透由修學種種的方便，使大乘道圓滿究竟。

3. 「尤當勤猛捨命防範諸根本罪，中下纏犯及諸惡作，亦當勤防莫令有染。若有誤犯，應勤還出。」²⁹⁹ 「勤」是勤勤懇懇，「猛」是勇悍猛利。尤當勤猛幹什麼？乃至於捨命也要「防範諸根本罪」。因為這個戒在任何情況之下，對小乘固然重要，對大乘是更重要，命可以不要，但這個戒是絕對不能有一點侵犯的！這根本罪是固然如此，乃至於對下手的中、下的地方也要勤勤懇懇。若能夠在小的地方努力防護、戰兢惕厲，平時一再串習捨惡取善以後，對大事情來的時候，心才能夠如理如法、不隨外境動搖了。這個同樣的，萬一不小心，因為我們無始的習氣很重，道理是懂得，要做到卻還差一截，若犯戒那就要勤勤懇懇地懺悔。所以當初學的時候，老師曾說：「你最後臨上床之前哪，要修一個什麼懺悔法。」現在想想真有道理，這個罪過絕對不要讓它留到明天，懺悔乾淨完了以後，然後你帶著這個佛號睡覺，真是妙不可言。

一旦受了行心菩薩戒、得了菩薩律儀之後，若有違犯、違越律儀學處，就應當要以論中所說的還出罪法去行懺除才可以，因為這時已經攝入行心學處的範圍了，也就是說受菩薩戒之後，就不能用四力懺悔悔過淨罪，而必須用菩薩戒去還淨法懺了。行心學處，在菩薩戒中攝集六度萬行而開了十八根本墮及四十六惡作。³⁰⁰ 因為誓受了戒律，受已違犯是有很嚴重罪業的，所以宗大師在《廣論》卷 9 中說：「若用儀軌受其行心，若於學處全不能學，則一切種決定不可。故有說云：龍猛與無著所傳律儀儀軌，於眾多人有可授不可授之差別者，是大蒙昧。」³⁰¹ 如果要以儀軌受行菩提心，若對學處完全不能修學，則在任何情況下，絕對不可為

²⁹⁸ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 10，頁 247。

²⁹⁹ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 556。

³⁰⁰ 釋如行，〈問題：請問《廣論》上士道中，受願心與受行心都算受菩薩戒嗎？〉，參見 <http://bwsangha.org/qanda/dharma/296-06011> (參考日期 2017 年 11 月 15 日)

³⁰¹ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 9，頁 234。

他傳授菩薩戒。所以有人說：龍樹和無著菩薩，在所傳菩薩律儀的儀軌當中，有可授、不可授的差別，這完全是弄不清楚的說法，因為不能學習學處的人，是絕對不能受菩薩戒的。但卻有一類人，對剛開始的初機者，鼓勵他們多多去受行心儀軌、受菩薩戒，像這樣完全不知道所有學處和根本罪的內容，也不曾宣說所學的差別，只是一味地受行心儀軌，那是最沒有意義的事情。所以《教授勝光王經》說：「若不能學施等學處，亦應唯令發菩提心，能生多福。」³⁰² 如果不能修學布施等學處，也應讓他發菩提心，如此能產生無比的福報。所以在任何情況之下，應當方便攝受，對於還不能修學布施等菩薩學處的人，可以依儀軌方便令發願心，但不可受戒、受行心，這是很明顯可受、不可受戒的差別了。這也就是說受戒以後，是一定要按所受的律儀去認真行持、守戒的，所以受戒與否必須要慎重才行。

(三) 第三部份是止觀，也就是六度當中的最後二度--靜慮度和般若度，也就是奢摩他和毗鉢舍那的部份。如《廣論》卷 24：

次當特學最後二度，故當善巧修靜慮法引發正定。又於相續當生清淨遠離斷、常二無我見，得彼見已，應住見上善知清淨修法而修，即於如是靜慮、般若立止、觀名，非離後二波羅蜜多，而為別有。故是正受菩薩律儀，學彼應學從中分出。³⁰³

特別是對這個六度當中的最後二度--靜慮度和般若度，或稱奢摩他和毗鉢舍那。止觀是要雙運的，而這個次第必定是從奢摩他上去的，所以要善巧修好這個靜慮法引發正定。這之後繼續地在相續當中生起清淨的正見，這正見是遠離斷、常二邊，這也就是無我正見，或稱大開圓解，或是大徹大悟。那麼得到了這個無我正見以後，就在這個無我正見上面，「善知清淨修法而修」，那個時候才去學修無我正見，以慧來攝持這個方便，那麼那個時候就圓滿解決。反過來說，要方便攝持慧。而這個次第是一步都不能亂，不但是這個裡邊的本質要不錯，量要圓滿，而且這個次第本身是不能錯的。若錯了以後，那質本身也弄不純，所以這個量也絕對不可能達得到！所以這個止觀，實際上就是這個六度當中的後二度--靜慮度和般若度。所以受了菩薩戒以後，就順著六度四攝的那個次第，清楚明白地照著這個次第、一步一步學上去了。

綜合上述，依著上士道次第來修行實踐，對產生那些違品當修習以下的這些法類來做正對治，即對下面所提的每一個部分，都要拿相關法類來衡準自心，然後努力慢慢地補足所缺的那一部份。如《廣論》卷 24：

若凡所作，皆為利益有情之心不猛利者，是則斷絕大乘根本，故當多修願心及因。若受佛子所有律儀，學習諸行而覺執相繫縛猛利，當以理智，破執相心一切所緣，而於如空如幻空性，淨修其心。若於善緣心不安住為散亂奴，則當正修安住一趣，

³⁰² 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 9，頁 234。

³⁰³ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 556。

是諸先覺已宣說者。以彼為例，其未說者亦當了知。總之，莫令徧於一分，令心堪修一切善品。³⁰⁴

再進一步進入大乘，若做一切事情有利他人的心不強的話，那是斷了大乘的根本，這時就要多修習大乘願菩提心和它的因了。這個大菩提心，一個為了利他，還有一個是為了自利。如果為了利他、要推己及人，那就從大菩提心的根本大慈悲心著手；如果為了自利心切，其實真正要想解決自己的所有問題，還非走這個成佛之路不可啊！否則的話呢，眼前雖然看似、覺得討了個巧，結果卻吃了大虧！所以這個真正的佛法之重心，就在那顆想利益有情之大菩提心的這個上頭，然後再進一步就去受學願心、行心。因為發了這個大乘菩提心，然後修願心、行心，但真的要去做的時候便覺得，這個願是倒是滿好的，做起來是這麼個困難法！這時就要修以無我的空正見來破掉一切我執的所緣，修如幻如化的空緣起，來淨修其心。若心散亂、於緣善的心不能安住，即被那個散亂所控制，就像散亂心的奴隸一樣，這時就要像已覺悟的聖者--佛、菩薩、祖師說的去學定，讓心能安住在一善所緣境上。那照這個方式，對於那些沒有說的部份也應該有所了解。最後的結論就是心不要偏、不要偏於一邊，要讓心有善法欲、能修學一切的善品。換句話說，眼前在因地當中要把握得住、一定要下究竟圓滿之因種。這個是最重要、最重要的一點！

平常我們說，現在大乘的中心是在大菩提心，那麼修了大菩提心，要想滿這個願一定要學空正見。因為我們做任何事情最重要的就是這個「欲」所推動的。壞事沒有好欲、貪欲做不成，好事沒有善法欲做不成。那麼這個欲的推動的力量就是這個「我」，我所做的一切無非是為了「我」才去忙的--我要好、我要樂，我要去掉苦、我不要苦。正因為如此，所以才會從世間而走到佛法，因為要找我的問題、解決找我的問題，找遍了世間找不到，只有佛法當中。所以找到了真正唯一的皈依之處，不是世間任何一個什麼人，而是大師，就是佛。結果還是為了「我」。那麼因為找到了大師，所以聽信大師的指導，才知道正皈依是法，原來要修學法，而法的中心在破那個自我執。到那個時候發現：原來「我」這個東西是沒有它的自性。當那個「我」的自性破掉了以後，原來「我」是個推動的力量，既然推動的力量是沒有了，那麼我覺得我的問題也就解決了！「好了、好了！」那就完了！這也就是小乘行者見證「無我慧」後就沈空滯寂了，因為他覺得問題解決了，儘管到那個時候還有什麼大的好處，因為推動的力量「我」沒有了，所以這時就像那個聲聞乘的聖者，儘管是幫忙佛陀轉大般若經的舍利佛尊者，然後須菩提尊者很多的這些聲聞的聖者，但是他們聽完了以後，講是講了，他們也是聽完了是聽，然後聽完了、講完了，他們還坐在那裡，不動，一直等到法華會上，他們也自己懊悔，說平常我也聽也講，但是我心裡面就沒有有一點好樂心，因為那推動的力量沒有了嘛！所以這樣就曉得了為什麼這個三主要道的次第一定要出離心、菩提心、空正見是這樣安立的。

所以對欲修大乘的行者而言，當你前面這樣一步一步上來引發了這個厭離這三有六道輪迴的苦以後，所以你若真正有了正確的認識以後、信得過佛經講的，那你不能等待那個緣自

³⁰⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 556。

己苦厭離得很堅固，要生起了出離心以後馬上把那個心轉過來。進一步的就轉過來，改去緣一切眾生，發大菩提心。發那個大菩提心，一定是要以大慈悲為根本，大悲的形相是看見這個眾生的苦，假定你沒有苦的體驗，那你當然看不出人家苦了，所以這一定要自己看到了苦，然後就再用到別人的身上。假定你不這樣，看見自己苦，生到很堅固了以後，那時候一天到晚覺得自己苦得受不了，那你只忙求自己苦的解決，一旦這個習性養成後、就很難改得過來，即便你見了道，那也絕對沒辦法。

其實這個習性，我們現在每一個人都是這樣，儘管你講你的，可是每一個人都以他的見解、以他的習性在做事情，我們現在這種習性還虛妄的很淺時若都扭轉得不過來，一旦你見到了聖道以後，這個力量是淨信心，所以凡是見道的聖者，到那個時候，即便是佛來告訴他，「某人啊！我以前說的錯了。」那管你現在說的！即便以前說的錯了，但我就信得過佛以前講的這個，所以這個叫淨信、叫不壞信，一旦他自己親身驗證了以後，任何人是都動他不了了。所以我們看禪宗的祖師也是一樣，當他一旦真正的見到那個東西以後，他也會這樣，就如這個馬祖的這個弟子的這個公案，他以前告訴他「即心即佛」，他現在說「非心非佛」，但他的弟子聽見了，就覺得馬祖這個老傢伙一天到晚騙人，我管他什麼「非心非佛」，我就是我的「即心即佛」，他還有弟子就覺得怎麼別的人對老師這麼恭敬，於是他就把那個話拿回去，他老師聽見了，「梅子熟也！對了對了」，對了那就是真正親自證見了以後，誰都動搖不了他，所以說你真正一旦到了那個已親身驗證的時候，連佛也奈何不了你的真正原因就在這裡。所以現在我們要趁早，開始修行的這個次第千萬不要弄錯，一弄錯你就只有走這個遠路。那麼你說：「這樣的話，那個苦的力量好像不堅固啊！」怎麼會不堅固啊？因為你真正體會到你的苦，推己及人，本來你看一個人的苦啊，那只是苦還不大，只有一個人，現在你看盡法界、虛空界的人這麼多苦，你那個時候引發的苦的力量，不曉得比你一個人身上要大多少！那個時候你才堅固的話，這個不但堅固啊，而且是量大得不得了；不但量大，而且那個大悲心之深廣的程度在這個上頭，所以那個大悲的真正的行相這樣啊！因為只有真正體會到自己在六道的苦，才會推己及人，本來緣自己一個人的苦，那是苦、但還不大，若緣盡法界一切眾生這麼多的苦，那時引發的苦的力量就很大，所以這個善法欲的推動的精進力量就大！所以那個大乘真正的出離心，跟小乘的出離心是無二無別，不過小乘的出離心是只管你自己，現在要為一切眾生，所以大乘真正緣眾生苦的這個出離心，不管質、不管是量，深廣都是小乘所不能比的。所以依三主要道出離心、菩提心、空正見的這個次第不但不矛盾，而且這才是正規的路子。

對欲修大乘的行者還要更進一步了解，不但解救別人，然後還要對自己來說，還非如此不可，否則就像小乘行者雖然覺得像是討了個巧(只忙要解決自己的苦)、省事(不用管他人的苦與否)，結果卻是吃了個大虧，原因前面已詳細敘述，這個是我們必定要了解的。所以真正的佛法的重心，就在這個「菩提心」上面，因為能夠這樣的任運的修習，那最後自然而然就走上證修空性這條路去，走上了這條路以後，大乘行者到那個時候以修的空正見，就不會像前面小乘行者修了空正見、證無我慧，把那個推動的力量「我」斷除掉了就沒力量再向上跨、不動了。大乘行者因為一天到晚，以大悲菩提心只為別人而忙，結果已經破空的正見建立起

來，一旦發現「我」沒有，「我」是沒有，但人都在-- 有情眾生深陷生死苦海。所以大乘行者因前面已發了世俗菩提心，那時雖然想幫忙別人，但是幫忙別人的能力有限，願心雖強，但因有這個「我」，「我」總歸是個障礙，在那個時候，雖有幫一切人的心，然後卻要拿我來去幫忙，這個「我」有種種的障礙。大乘行者一旦見了道以後，發現這個「我」沒有，這「我」的障礙拿掉了，而願心卻是一點都沒有動搖，所以那個時候大乘行者得到了空正見，由大菩提心的這個欲望是大，所以有人說空大是悲大，正是幫助你大大地又向上跨一大步。不像小乘行者修了空正見、證無我慧後會阻止你，因為小乘行者誤解以為空大悲大、所以你偏不要學悲，你只要學空，空大了就悲大，那就錯了，你如果是沒有先把大菩提心學好了，空一見的話，好了陷在那個地方，你就大不了了。

現在你還沒有證修空正見之前，先要幫助別人，所以你心裡面所有的想法都是在幫助別人，幫助別人然後進一步去修證空正見。結果到那個時候發現，前面你沒有修的之前幫助別人的時候：我這個東西給了別人，那我就沒了--苦，我受了苦那我就痛苦！到那時候發現原來空的，所以你自己身上的苦的感受空掉了，就是幫助別人那個心，因為這個別人還在生死輪迴當中啊！所以那個時候，你越證勝義是自然而然那個行持力量是越來越大，那個跟聲聞二乘是恰恰相反的理由也就在這裡。所以對大乘行者而言，這個見道以後修的功德，是尚未見道之前，所絕對不能比的原因就在這裡。

所謂大乘的不共，或者諸佛究竟意趣的這個中心，就是這個菩提心。大乘不管是你走顯教、密教，如在顯教當中有所謂的大乘八宗，也是沒有一個例外的，這個菩提心是基礎；然後更進一步說包括密宗在裡面的話，那密教的基礎也是這個菩提心。所以，實際上前面下士、中士、上士這部分，無論顯、密，是究竟一佛乘的究竟圓滿的意義、綱要，以及它的重心，以及它次第上來，統統已經圓滿地已經有一個說明了。

第三節 共下、中士道做為上士道引導的基礎

本節主要闡述共下、中士道如何做為上士道引導的基礎，由於在「第三章 以《廣論》來探討聲聞佛法與大乘佛法的義理連結」的「第二節 顯示由三士門如次引導的原因」、「第三節 道次引導的目的」已將共下、中士道做為上士道引導的義理做了說明，也收攝對於《廣論》道總的建立要發決定解，意即以《廣論》道次第的視角來連結聲聞佛法與大乘佛法兩者的義理及其內涵的關係。因此在此節，特將共下、中士道做為上士道引導的基礎，再分成三個觀點來做加強說明，一是聲聞佛法如何做為大乘佛法的基礎，二是聲聞佛法如何提升到大乘佛法的關鍵，三是聲聞佛法和大乘佛法的空性。

一、聲聞佛法如何做為大乘佛法的基礎

自從佛法在世間流傳以來，以「出離心」修習戒定慧，一直是佛陀教法的主要核心。沒有出離三界的心理動力，解脫道是不可能貫徹始終的。大乘並不是完全異於聲聞乘的另類教法，大乘它是在聲聞教的基礎上建立起來的。雖然解脫不是大乘行者的主要目標，但不貪著三界的基本心態，和實修戒定慧三學的原理原則卻是共通，不能不一一具備，否則便失去了大乘最根本的基礎。在《入中論》起首即說：「聲聞中佛能王生，諸佛復從菩薩生，大悲心與無二慧、菩提心是佛子因。」³⁰⁵ 月稱菩薩在《入中論》起首歸敬大悲心者，自利利他功德之源從此出故。聲聞者，謂小乘人聞佛說法聲，自證聖果。又聞菩薩乘法，但為他說，令彼修行證果，而自不修，亦名聲聞。中佛者，辟支佛也。佛謂覺悟真實，辟支佛覺悟宇宙緣起之真實，故亦稱佛。能王者，佛也。能謂能仁，能斷煩惱、出生死、伏四魔、度眾生故。以聲聞等亦具此義，故佛稱王，別於聲聞等。由佛轉四諦及十二因緣輪，而後有聲聞、緣覺（中佛、辟支佛），故聲聞、緣覺從佛出生。菩薩值佛轉法輪而發心，故菩薩亦從佛生。但諸佛因地皆曾作菩薩，故因位菩薩為佛親因。大悲心、無二慧及菩提心是大乘佛子的因種、菩薩三因。菩提心為菩薩因，大悲為菩提心因。在文獻探討中，如石法師關於「菩提道三要」中提到，印順導師的三心思想與宗喀巴大師的三主要道思想的緣由和論證，使得宗大師所著的《廣論》以「出離心、菩提心和空性正見」作為大乘道的菩提道三要，的確是頗有見地的。³⁰⁶

印順導師在《成佛之道》中，舉經論為證，成立「大悲心、菩提心和法空慧」為「學佛三要」，這也是有根據的，同時也提到：太虛大師主張，正法時期，大乘行者是從聲聞乘轉變過來的。³⁰⁷ 宗喀巴大師的《入中論善顯密意疏》是為注解《入中論》而寫的，³⁰⁸ 但宗大師卻在其《聖道三要》（出離心、菩提心和空性正見）中，加入了「出離心」而去掉「大悲心」，宗大師應不太可能不了解《入中論》所說的道理。對於要入大乘的聲聞乘行者而言，要堅持「厭離心」並不困難，同時《般若經》、《寶鬘論》和《入中論》所說的菩薩三因，本是奠定在「共二乘」的出離心的基礎上的。所以共二乘的「出離心」既是大乘必備的心態，理當把「出離心」列為菩提道必修的「一要」。再者「大悲心」是引生「菩提心」之因；有「菩提心」者，必然具足「大悲心」，但反過來卻不一定成立。既然「菩提心」已經包含了「大悲心」，所以多出來的「大悲心」，便很自然地被宗大師省略掉了，而合成了《聖道三要》或稱「菩提道三要」為出離心、菩提心和空性正見。由此可見，宗大師《廣論》以「出離心、菩提心和空性正見」作為大乘道的三主要道，是見解獨到、也確實有其必要性。由此可知，「出離心」是對修行要求解脫的大乘、小乘行者而言，都是必要且必備的修行條件。

在宗大師所造的《三主要道》或《聖道三要》的十四個偈頌文在本章的附錄一。第一偈「一切佛語心要義 諸聖佛子讚揚道 有緣求脫者津梁 我當隨力而宣說」「一切佛語心要義」

³⁰⁵ 釋法尊譯：《入中論》，頁 1。

³⁰⁶ 釋如石：〈大乘起源與開展之心理動力〉釋疑，頁 10-12。

³⁰⁷ 釋印順著：《成佛之道》，頁 263。

³⁰⁸ 宗喀巴大師造，釋法尊譯：《入中論善顯密意疏》（台北市：福智之聲出版社，1993 年 8 月初版），頁 4。

是指出離心，「諸聖佛子讚揚道」是指菩提心，「有緣求脫者津梁」是指空正見，這是宗大師自己用很濃縮的方法說明的聖道三要一出離心、菩提心、空性見，因為聖道三要是對昂旺卻巴說的，這也是宗大師的發願--要盡量的去宣說這「三主要道」。第二偈「彼不貪著輪迴樂 為令暇滿不空過 勸依佛喜道諸賢 具清淨心善諦聽」是為希求解脫者說的，不貪著三有輪迴的快樂，即是不貪著增上生。我們所希求有二：一是增上生，一是決定勝。這求解脫者要不貪著輪迴，而且要有《四百論》所說：(1)正住，(2)具慧，(3)希求。這是勸誡聽聞時，要正直不偏著、要具分辨正理歪理的智慧、要有希求心才會去依法實行。如能這樣，則暇滿人生才不空過。第三、四、五偈是出離心。第三偈「無真出離難止息 捨求有海安樂果 貪著有樂能縛身 是故首當出離心」是需出離心之因，第四偈「暇滿難得壽不留 修習能斷今世欲 業果不爽輪迴苦 數思能斷來世欲」是如何修出離心，第五偈「至於輪迴圓滿事 不生刹那之希願 晝夜恆求解脫心 生時即起出離心」是修出離心之量。真出離是要脫離被煩惱及業所縛，這些煩惱及業是依無明而生的，無明本身是個錯亂識，是顛倒識，會帶給我們許多災禍。所以我要生真出離心，要對輪迴、對增上生、對煩惱、對業，要生起出離心。如果沒有真的出離心，是無法止息，無法捨求今世的快樂。如是具足貪著今世的快樂，被現世安樂束縛的話，那是無法解脫輪迴的，因此我們首先要生起出離心。

業果不爽輪迴苦。說明業果是不爽的，如果惡業一直造，以後一定會受到苦果報。每個人都要得樂，不欲痛苦；我們因無明，不了解事相而造許多惡業，受這麼多痛苦。這無明及煩惱是我們最主要敵人；是毒藥，進入腹中無法取出。一般敵人我們可以逃避，可以遠離。但煩惱無法隔離，它一生起來，心中無法拿掉它，也因為它給我們受了種種痛苦，使我們一再輪迴。所以我們要思惟煩惱的過失，要真得生起出離心。出離心修習好的話，自然對三寶的信心會增長，更會了解法寶是什麼。宗大師在緣起讚中說，我們如對滅諦有更深的了解，同樣的我們對三寶的法寶，會有更深的認識。因此出離心是修菩提心的根本，是非常重要的。達賴喇嘛講到生起出離心之量時說道：³⁰⁹不只是口說輪迴過患，而要時時刻刻串習，如此串習，遇到緣時便會生起出離心。同時菩提心及對佛起虔誠心，均要修持到如此程度。要修持達到油然而生的情況，有四個階段：(1)是先要了解。(2)是自信心。(3)是只要思惟觀察，便能生起。(4)是不必靠思惟，直接遇到境便能生起，到達任運地步。我們無論修什麼法，均要修至任運地步。這是說明如何修持出離心。不論修什麼法，觀修及止修均是很重要的。所謂的修，是使你的心同境很接近，一直串習便是修。修可分二：一為觀修。一為止修。修虔誠心、慈心、菩提心，把心變成慈心、菩提心的修法。另一種是取境的修法，修無常、無我，這要到奢摩他及毗鉢舍那時說明。

這也就是說一切佛經心要義，就是「出離心」，唯有在心相續中生起希求解脫之心，解脫的根本就在心續中生起，因為唯有此心能令我們精進修行脫離輪迴，成辦解脫輪迴的資糧，皆是基於出離心而有。「出離心」能驅使我們精進於修行，並且所修的任何法都能如理、如量，因為是確實的害怕輪迴苦、害怕輪迴流轉，由此推動而去修行，修行的動機都是源於希

³⁰⁹達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉。

求脫離輪迴之心。修習共下士道，主要就是為要能獲得後世的人天勝位，然而只要沒有脫離輪迴，既使在人天善趣中享受安樂，一旦福報受盡，終究還是會再墮落惡趣，因此唯有對生死輪迴生起出離心、希求解脫才是求究竟的離苦得樂之道。修習在中士道時，要思惟苦諦、集諦、十二緣起等，都是為了成辦上士道的發願度眾，然而必須先生起希求解脫的出離心。³¹⁰如《廣論》卷 6：「厭捨生死一切事已，依此因緣而發大菩提心，引入上士。」³¹¹ 由於修學共下、共中士道，思惟念死無常、又有了苦的力量的推動，於是生起厭離生死輪迴之心，善用今世難得又死無定期的暇身造善，從希求自身的解脫生死，然而又看到、想到仍有許許多多的有情眾生和我一樣沈淪在三有的生死苦海中，故為欲救拔一切有情眾生而發起大悲心，進而發起大菩提心，故而趣入了上士道。所以如果沒有先自我厭離生死苦、求解脫的出離心，也就不可能生起不忍眾生苦的大悲菩提心了。就如《廣論》卷 3 所提到的：「是故此中非導令趣，唯以三有之樂，為所欲得下士夫道，及為自利唯脫生死，為所欲得中士夫道，是將少許共彼二道，作上士道引導前行，為修上士道之支分。」³¹² 所以若只是為得三有的安樂而修行的，就是下士夫道。若只是一心為自利而求解脫生死的，那是中士夫道。但若把這個共中、下士道作為導入上士道的前行的話，就共中、下士道就可以成為是修上士道之支分的部分了。

在修習共下士道時，雖然可以獲得人天善趣的殊勝果位，但是仍然沒有脫離行苦。行即遷流，行苦就是無剎那可以常住安樂之苦。所以平時應當就要這樣思惟--只要是一切有為法都是有漏法，漏就是有染污的煩惱所攝的、為惑業所染污的，故而造作種種六道輪迴的業，也就是尚未脫離三有的苦海的，都是行苦所攝，是沒有任何快樂可言的。因為在沒有解脫輪迴之前，就一定是在善趣、惡趣之間輪轉，所以是沒有絲毫能夠自在作主的、上上下下漂流在善趣惡趣間，而不止息的。所以，不要把暫時的善趣看作是安樂而樂此不疲，應該要生起希求解脫的心，就如《廣論》卷 6：「故於善趣亦當厭患，猶如惡趣。」³¹³ 要把善趣當作是像在惡趣一樣的厭惡。因為透由造下了惡業，來生會墮入三惡道，承受三惡道當中的苦；但是所造的善業，要是流轉生死的善業的話，實際上這種善業只會讓我們投生在善道。投生在善道，它只是暫時的脫離三惡道的苦，但是善道它的本質也是痛苦的。因為造下了善業，還是會在六道輪迴當中流轉，這是因為往昔所造的業以及煩惱所形成的。所以如果對人天善趣之本性執為安樂，這種執苦為樂實在是一種顛倒啊！所以在擁有暇滿人身時，在攝取修行心要的過程當中，一般會出現的四種顛倒，這四種顛倒又分成兩類：第一類是有為的四顛倒，二是無為的四顛倒。

第一類、有為的四顛倒，即凡夫的四倒有四種：(1)是「常倒」，於無常執常顛倒；(2)是「樂倒」，於諸苦執樂顛倒；(3)是「淨倒」，於不淨執淨顛倒；(4)是「我倒」，於無我執我顛倒。其中第一種顛倒「常倒」所造成的損害最嚴重，所以「執無常為常」是第一大損害、最嚴重的顛倒。就如同《廣論》卷 3 所提到的：

³¹⁰釋淨蓮述：〈中士道導讀〉，《菩提道次第廣論白話注釋（四）》。

³¹¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 152。

³¹²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 68。

³¹³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 152。

如是於其有暇身時，取心藏中有四顛倒，於諸無常執為常倒，即是第一損害之門。³¹⁴

「執無常為常」就是由執著一切「無常」法，以為是「常」的。一切法本來就是因緣所生法，緣生則有，緣滅則無，但是由於對「無常」起了顛倒想，所以才會把一切原本是無常生滅的，認為是常住不滅，故而起了種種的執著。我們一直無法出離三界的原因，其實就是因為執著在這四種顛倒上。因此，如何對治這四種顛倒，無疑是我們修行最重要的課題。如《阿毘達磨俱舍論》卷 19〈5 分別隨眠品〉說的：「四顛倒自體，謂從於三見，唯倒推增故，想心隨見力。」³¹⁵ 從於三見而立成四倒體，把邊見執為常見的常倒，把諸見取執為樂淨的樂淨倒，把有身見執為我見的我倒。其中，我倒也攝在我身見全中。我見是由我、屬我二門來轉的。對於無常計常的顛倒中有想、心、隨見三種顛倒。對於苦、不淨、無我也是如此的。

第二類、無為的四顛倒，即聲聞、緣覺二乘的四顛倒，如《佛性論》卷 2〈3 顯果品〉：

應知四倒者，於色等五陰實是無常，起於常見，實苦起樂見，實無我起我見，實不淨起淨見，是名四倒。³¹⁶

應該知道無為的四顛倒：(1)是把五陰色受想行識的五蘊，本是無常的執為常見，(2)是把本是苦的執為樂見，(3)是把本是無我的執為我見，(4)是把本是不淨的執為淨見。雖然已經獲得了暇滿的人身，但是因為有四種顛倒，所以仍然無法從輪迴當中解脫出來。

總之能修士夫義時，唯是得此殊勝暇身期中，我等多是久住惡趣，設有少時暫來善趣，亦多生於無暇之處。其中難獲修法之時。縱得一次堪修之身，然未如理修正法者，是由遇此且不死心。故心執取不死方面，是為一切衰損之門。其能治此憶念死者，即是一切圓滿之門。³¹⁷

總結起來，我們真正能夠修行，跳出這個生死苦海，整個的三界之內，只有一個機會--得到人身，而且要得到的是殊勝的暇滿人身，只有得到這個殊勝的暇滿人身才可以修習佛法。就是像我們現在，我們雖然沒有圓滿的，但是在還有隨順可以修習的暇滿人身的時期中了。更何況我們在三界六道輪迴中，大都是「久住惡趣」的，也就是長時期都輪轉在三惡道當中。那麼偶然有個機會來到人天善趣的時候，是暫時只來那麼一下時間的，而且是雖然來到善趣，特別是得到了人身，結果大都還是沒有辦法修學佛法的，或者是世智聰辯我慢邪見，或者生於無佛教、或者生於邊地，或者盲聾瘖啞等障的種種纏身之處、特別是有耳障和意障。想想那麼我們目前是三惡道都已經脫離了、不是邊地、也信得過佛法，然後又是六根具足。我們現在已擁有這麼好的暇滿人身寶，要好好地要造善才是珍重自己啊！所以這是需要多觀察、多思惟，才不會輕易地把這個生命、暇滿人身，就這麼地浪費掉了。因此在這樣難得有暇身

³¹⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 74。

³¹⁵世親菩薩造，唐·玄奘譯：〈5 分別隨眠品〉，《阿毘達磨俱舍論》(大正藏 冊 29，No. 1558) 卷 19，頁 100 中。

³¹⁶天親菩薩造，陳·真諦譯：〈辯相分第四中顯果品第三〉，《佛性論》(大正藏 冊 31，No. 1610) 卷 2，頁 798 上。

³¹⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 3，頁 76。

的機會當中，我們也有幸遇到了佛法，但遇到了以後卻還沒有辦法如理修行的主要原因，就是被這個不死的心所遮蔽住，認為不會死、不認為會死的心所遮蔽住。其實這個不死的心，不是我們想這死、不死的，覺得不死的其實是我們無始以來的習氣使然，也就是任運地就讓我們在這個覺得不會死的業習氣當中、流轉不息。因為總想著要為「我所執」--我的身體、我的事業、我的家庭、我的……，還要忙這個、忙那個，為著現世眼前很多的事情忙的是團團轉，還自認為這個才是最重要，於是這個也少不了、那個也少不了。這也就是所謂的「第九無暇」。雖然得到的是堪修的人身，也有機會遇到佛法、也修學佛法了，但這時代的人身都太忙於現世的「我」的種種了，忙到連學習佛法的機會都沒有、或常常為世間而失去學佛機會而不自覺，若如此那無疑就是在第九無暇當中了。雖然這所謂的第九無暇，不能說是不相信佛法，但是就是忙到沒時間去修學佛法，但這確實也說明了這個時代的實際狀況--要學佛真是難、不容易啊！所以現在這個時代真是所謂的第九無暇乎？因為每天都是忙眼前的事情，所以只要是心一直執取在「不死」的方面，那一天到晚是不會想到要去修行的，這也就是不能如理修習正法的原因，所以執取在「不死」的這個就是「一切衰損之門」。然若在此時，能想到、注意到，其實我們是連什麼時候會死都不知道，只要有這個「憶念死」的善巧方法，就能去對治這個無始以來一直執取在「不死」的心念上了，所以說要想著：「今天就要死！今天晚上就要死！馬上就要死了！」那自然而然也就不會去忙世間安樂的種種事情了。所以說能「憶念死」者，就是「一切圓滿之門」。意即對治這個執取不死的正確的善巧方法，就是想著死，當你能真「想著死」，那世間什麼事情你就都不會去管了，所以說「憶念死」才是對我們最有幫助的。所以三有一切的盛事、所有的好的事情，都是從有這個「念死」的概念上來的。

總而言之，要修三士夫的菩提道，只有在得殊勝的暇滿人身的期間才有可能。我們在過去世墮於惡道的時間比較長，就是偶爾暫時生在人天善趣，也多會生在沒有佛法，如邊地或長壽天等這些沒有閒暇修行的地方。如今，我們雖然生在難得的善趣，而且又還是有閒暇修行的人身中，依然是沒辦法如理修習正法的原因，就是因為沒有「念死無常」的關係，所以很容易又把這個難得的暇滿人身給空過了。因此，若是無法生起「念死無常」的心念的話，那就會執取在「不死」的方面了，生前不但貪著世間，不能精進地斷惡修善，在死後也很容易再墮入三惡道，所以說執取在「不死」方面就是一切衰損之門。因此要來對治這個衰損之門，以及對治「常」顛倒的方法，就是時時提醒自己會死，以「憶念死」來策發精進對治之。宗大師對於未修念死的所有過患，也和珍惜暇身一樣必須考慮的須修行、能修行、須現世修、以及須現在修等的四種因素相同，其中須現世修、以及須現在修也可以解為「應速修」。如此才能從初步的不墮惡道，進而得到人天善趣，而達最終的最後解脫，這些全都是靠「念死」來成就的，所以說「念死」才是一切圓滿之門。因為身為一個人的他要是能夠念死無常的話，他就會時時想到，我雖然能夠得到暇滿的人身，但是我是在一步一步的逼近死亡的關頭。透由思惟暇滿義大難得、未能修念死的種種過患，和修習念死的殊勝利益，我們自然會願意和渴望以現在這不堅實的四大假合之暇身，透由修行、斷惡、堅持修善，以獲取來生的善趣身

的。《攝功德寶》中有說的：「諸具貪生死意恆流轉。」³¹⁸ 凡是具有貪著生死安樂想法的人，永遠是要流轉於三有當中的。所以有一天，我一定也會面臨死亡的到來，死亡之後要投生、要轉世，為了好的來生我應該要怎麼辦？這時候就會考慮、就會去思惟來生這件事了。所以思惟到「來生」，思惟到「後世」的同時，這時候就會願意想辦法在「今生」好好的努力，所以念死無常的部分是相當重要的，也就是透由思惟暇滿、難得、義大以及念死無常的內容，能夠斷除對「今生」對現世所生的貪著。因此在《三主要道》就有講到：「修習暇滿難得壽無常，能斷貪著此生耽著樂。」所以對於修習佛法的我們而言，要常常思惟、觀察「我有貪著在現世安樂嗎？」「我有在念死嗎？」「我怕下墮三惡道嗎？我能忍受三惡道的苦嗎？」「我生善心否？」策勵自己要把握暇身造善，要精進修行，以出離三有、解脫生死苦。這是在修習共下、中士道時，要多去對比自心、在在憶念思惟的。

再者，如果自己不能真正了知輪迴是苦的體性而引生出離心，那麼，也不能了知一切如母有情也都正在遭受輪迴苦中了，所以自然也就不能生起希願一切有情皆離開痛苦的悲心，由於不能生起悲心，也就不能生起希欲無上佛果的菩提心。因此，修習輪迴的過患、輪迴是苦的體性，才能透由此而引生出希求脫離輪迴苦之「出離心」。「出離心」能驅使我們精進於修行，並且讓所修的任何法類都能如理、如量的也是源自於確實怖畏輪迴苦、怖畏輪迴流轉，才由此推動而去修行，所以不論是大乘、小乘修行的動機，都是源於希求脫離輪迴之出離心，這出離心是非常重要的！

宗大師用「前行四法」和「三主要道」來總攝一切佛經的法要的傳承教授。其中「前行四法」是指暇滿、無常、業果、輪迴苦。「三主要道」是指出離心、菩提心、空正見。其中修出離心的方法分兩種，(1)為遮止現世貪著的方便，(2)為遮止後世貪著的方便。³¹⁹ (1)為遮止貪著現世的方便，在宗大師所造《三主要道》說：「修習暇滿難得壽無長，能斷貪著此生耽著樂。」要能夠斷除對「今生」所生的貪著，就必須要思惟暇滿、難得、義大以及念死無常的內涵部分，此中即是暇滿和無常二者合於一處修習的。(2)為遮止貪著後世的方便，則要思惟業果和輪迴苦，在宗大師所造《三主要道》說：「業果實不虛誑輪迴苦，數思此義能斷後世欲。」不管所造的業是善業、或者是惡業，只要這種業它是輪迴之業的話，不管是善、惡之業，它都會因此而在輪迴當中流轉。所以並不是說你僅僅透由行善，就能夠跳脫生死輪迴的。因為透由造下了惡業，來生會墮入三惡道，承受三惡道當中的苦；所造的善業，要是流轉生死的善業的話，實際上這種善業只會讓我們投生在善道。投生在善道，它只是暫時的脫離三惡道的苦，但是善道它的本質也是痛苦的。為什麼造下了善業，還是會在輪迴當中流轉？也是必須要先思惟到苦諦以及集諦的內涵。現今所承受種種的痛苦，是因為之前所造的業以及煩惱所形成的。因為實際上不管造的業是惡業也好，或是善業也好，要是不仔細的去思惟的話，通常所造之業都是輪迴之業。縱使我們能夠投生在善道，能夠暫時的脫離三惡道的苦，

³¹⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 6，頁 152。

³¹⁹釋如祥：〈問題：為什麼「前行四法」和「三主要道」是宗大師不共的教授，這是傳承而來的嗎？〉，參見 <http://bwsangha.org/ganda/dharma/478-06089> (參考日期 2017 年 11 月 16 日)

但是實際上不管是人道也好，或者是善道也好，它都是輪迴當中的一部分。因此只要沒有跳脫生死輪迴，都是必須在輪迴當中流轉的。總而言之，只要沒有斷除內心的無明，所造下的業，通常大部分都是屬於輪迴之業。

講到了出離心，必須要先了解到何謂出離？要從什麼樣的方位，要從什麼樣的地方來獲得出離呢？這個時候必須要先了解何謂出離？所謂的出離，就是希望能夠跳脫輪迴以及輪迴之因。所謂輪迴的因，就是講到了「業」以及「煩惱」，所以如果想要跳脫生死輪迴，必須要跳脫輪迴之因，也就是斷除業以及煩惱。如果能夠透由思惟輪迴的過患，對於輪迴生起出離心，才有辦法跳脫生死輪迴；不然的話，要是我們的心相續中沒有出離心，那在遇到痛苦的當下，或許會暫時生起要出離的感受，但那是暫時的、並不是真正的出離心。所以從這當中，就可以了解到，出離心是大乘、小乘、顯教、密教一切佛法的根本。

因此必須要了解，只是想要跳脫生死輪迴，甚至只是想要斷除輪迴之因，就必須要先生起出離輪迴的出離心。因此佛陀在成道之後，剛開始為弟子們宣說了四諦法門，講到了苦、集、滅、道。剛開始的時候，先是為弟子們講到「此是苦聖諦」，為什麼在四諦當中，會先宣說苦諦的內涵，就是希望透由思惟苦的內涵，而在內心中生起出離。因為要是沒有以出離心為根本，是沒有辦法獲得解脫以及一切種智的果位。在四諦中可以分為兩個部分：第一個是「流轉」的次第，講到了「苦諦」以及「集諦」的內涵；第二個部分，由「跳脫輪迴」的次第，而講到了「滅諦」以及「道諦」。所以以流轉的次第而言，透由業果，也就是集諦而生起了苦諦，這兩者之間是有因果關係。相同的，滅諦以及道諦也是如此，如果想要獲得滅諦，必須要修學「道」的內涵。至於苦諦以及集諦這兩者，稱之為染污諦；而滅諦跟道諦，稱之為是清淨諦。

若能真的認識苦的因緣、體性等等，才會生起出離生死輪迴之心-- 我一定要獲得解脫，我再也不能忍受此苦了。所以我們想要生起出離心、想要獲得解脫，就一定要認識：我們是以何種的方式而輪迴流轉？輪迴流轉的次第又是如何？那要如何修行才能斷除輪迴求得解脫？對於這些一定要先有認識，若這些不認識，那希求解脫生死輪迴之出離心也就無從生起了。真實任運的希求解脫心是一種觀修經驗，此觀修經驗必須經由思慧而生起，此思慧又是必須經由聽聞之慧而生起，所以，是透由因位上的聞思修慧之次第的認識與觀修，而有「真實出離心」的果。因此，想要生起真實出離心的話，必須先對於生起出離心此法的因緣，多去聽聞、思惟、觀修，而在心續中生起經驗，不然的話，就會只是分別心總相的一個意念、觀想而已，因為修行是聞思修，如果對於上面所說的都不清楚，那麼修習時就不能真正的趣入所要修習的所緣境了。所以印光大師說：

諸佛以八苦為師，成無上道，是苦為成佛之本。又佛令弟子最初即修不淨觀，觀之久久，即可斷惑證真，成阿羅漢，則不淨又為清淨之本。³²⁰

³²⁰釋印光著：〈釋普通疑惑-論勝緣：苦為成佛之本〉，《印光大師文鈔菁華錄》，頁 103。

諸佛皆以八苦為師而成就無上的佛道，因為苦是成佛的根本條件。所以佛令其弟子最初就觀修不淨觀對治貪欲，即觀察自、他的身體皆污穢、不潔淨，觀修不淨觀久了，就可以斷惑證真，而成就阿羅漢果，所以說修不淨觀可以為清淨的根本。娑婆世界的苦是無量無邊的，但總的來說是不離八苦的範圍，無論何人皆會有這八種苦的。八苦就是所謂的生、老、病、死、愛別離、怨憎會、求不得、五陰熾盛(五取蘊)這八種苦。在「思惟八苦」之中，又以思惟「生死大苦」始為根本的。人能暫時解脫苦苦及壞苦，但真正想要解脫，想要有出離心，就必須要畏懼行苦。凡是有煩惱便是痛苦，不論被什麼煩惱攝持，都是痛苦；所以一定要對治煩惱，調伏煩惱，有這種出離心，才是真正佛教所說的出離心。只要有煩惱及業力所縛的話，就無法得到最究竟的快樂；所謂煩惱依於業力，這就是集諦中所要講的內容了。

因此千萬不要誤以為，是因為沒有其他更高深的法門可以修了，才來修習這個「暇滿」、「念死」、「無常」、「皈依」、「深信業果」、「生死苦」等的法門；也不要認為這些法門，只是在最初學佛的時候，偶爾修一下就可以了，而不需要經過恆常的修習，這些都是錯誤的觀念。如《廣論》卷3：

所修持，及不應執，雖是應修，然是最初，僅應略修，非是堪為恆所修持。應於故不應執此是無餘深法可修習者之初中後三須此之理，由其至心發起定解而正修習。³²¹

這些法門應該從初發心、中集資糧、最後現證圓滿正覺三個階段都必須要修習的。實際上，這些法門在修行的初期、中期、和後期都是同等的重要。在初期修共下士道時，由於思惟這些法門，才能生起希求後世的心，而得人天之善果；在中期修共中士道時，也是因為思惟這些法門，才能生起出離心，而希求得解脫之果；在後期修上士道時，更是因為思惟這些法門，看有情眾生如我一般在生死輪迴中受苦而生起大悲心、發菩提心，進而成就菩提之佛果。所以，對於在初、中、後期都必須修習這些法門的道理，是一定要發起決定的信解，而且是要恆常、殷重、精勤的來修習這些法門的。

總之，「出離心」能驅使我們精進於修行，並且所修的任何法都能如理、如量，因為是確實的害怕輪迴苦、害怕輪迴流轉，由此推動而去修行，修行的動機都是源於希求脫離輪迴之心。所以那個大乘真正的出離心，跟小乘的出離心是無二無別，不過小乘的出離心是只管你自己，現在要為一切眾生，所以大乘真正緣眾生苦的這個出離心，不管質、不管是量，深廣都是小乘所不能比的。所以依三主要道出離心、菩提心、空正見的這個次第不但不矛盾，而且這才是正規的路子。

以下就邪執的部份來做說明，意即要拿相關法類來衡準自心，然後努力地把不對(邪)的部份給倒正過來。如果有人持下面的說法。

³²¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁76。

若作是云，若於生死修習厭患，令心出離，則如聲聞墮寂滅邊，於生死中不樂安住，故修厭患，於小乘中可名為妙，然諸菩薩不應修此。³²²

有人這樣說，說在我們生死輪迴當中，修那個厭離心，因為經過了修習以後，就會生起很強盛希求解脫的出離生死輪迴之心。這就像聲聞或小乘行者不樂安住於生死輪迴當中，因為感覺到這是不可安樂的而墮在寂滅邊，所以努力地去修，對於生死盛事產生厭離，於是一心一意求解脫，這個對修小乘的人來說，是對的、是好的、是妙的。但是對菩薩或大乘行者，則說是不應該修習厭患生死的這一法門的。實際上這根本就是誤解經論，宗大師告訴我們，「然諸菩薩不應修此」的這個問題，就是把《不可思議秘密經》裡面的意義理解錯誤，³²³ 所以才會產生這樣的誤解。正確的應如《廣論》卷 7：

經說不應厭離生死，此義非顯由於惑業增上力故，漂流三有生、老、病、死，是等諸苦不應厭離。是顯菩薩為利眾生，乃至生死最後邊際，擐披誓甲學菩薩行。雖總眾生一切大苦，一一剎那降自身心，然不由此厭離怖畏，於廣大行勤發精進，於生死中不應厭離。³²⁴

宗大師說《不可思議秘密經》上面所說「不應厭離生死」，並不是說不應厭離由於惑業所生的漂流三有生老病死等這些痛苦。因漂流在生死當中的有兩種：(1)由於無明，不認得世間事實的真相，然後起惑、惑然後有煩惱而造業，由於煩惱跟業的輾轉增上的力量，所以感得漂流生死，這個是一種苦。(2)菩薩為利益眾生，他明明知道、也能夠修行，如實修行，感受到這惑、業的絕端痛苦，可是他不忍其他的眾生，如母有情，還流落在生死當中，所以他要到生死當中去救度這些如母的有情眾生。所以是同樣的在生死當中，可是在生死當中的原因根本就是不一樣的。《不可思議秘密經》上面所說「不應厭離生死」不是第一類(1)，不是因為像凡夫那樣地因無明而起惑，然後造業感得六道輪迴生死。而是第二類(2)，這個菩薩之所以不厭生死，是為了要利益眾生。所以「不應厭離生死」的真正涵義是在彰顯菩薩是為了饒益眾生，只要生死最後邊際還有眾生，菩薩始終擐披著誓願的鎧甲，修學菩薩行。雖然眾生的一切大苦全部都在剎那間落在自己的身心上，菩薩都不會因此而厭離怖畏。反而對這無邊廣大的眾生行菩薩行，勤發勇悍精進之心，故菩薩在生死輪迴當中不應當厭離生死。菩薩從開始一直努力，一直努力，到最後邊際。什麼是最後邊際？菩薩從資糧道、加行道、見道、修道（修道有十地），乃至到最後十地，乃至等覺菩薩--最後身菩薩，菩薩一直都是為了要利益眾生，乃至到最後邊際，只要是在沒有成佛之前，菩薩他有「眾生無邊誓願度」之弘願，而在生死輪迴當中披著誓願的精進鎧甲去救度芸芸的眾生。所以說菩薩他是為了救眾生，他明明曉得在生死輪迴當中是會有無盡的痛苦，這個痛苦的程度，那怕是所有的一切眾生的一

³²²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 188。

³²³《不可思議秘密經》云：「諸菩薩者，為欲成熟攝受有情，於生死中見大勝利，非於涅槃見如是利。」又云：「若諸菩薩，於生死行境生怖畏者，墮非行境。」又云：「薄伽梵，聲聞怖畏生死行境，菩薩返應周徧攝受無量生死。」

³²⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 188。

切大苦，這個痛苦是那樣的無量無邊，而且是每一剎那就有這麼多的苦，都要背到自己身上來，菩薩他也不怕苦，不會因為怕苦而厭離，反而更要發廣大的精進，要在生死輪迴當中去救度苦難的眾生，這樣才是菩薩「不應厭離生死」的真正原因。月稱論師也是這麼說的，儘管眾生的種種苦，在盡生死邊的每一剎那，從來沒有間斷地以各種不同的方式來損害自己的身心，然而菩薩並不因此而起怖畏。即使眾生一切的眾苦，在一時之間全部都降臨到自己的身上，菩薩也發願要盡未來際，發大勇猛、大精進，願意受生於三界中去利益眾生，這是因為菩薩了知此因果關係，所以在每一剎那所承受之一切眾生的苦，就等於是在每一剎那、剎那都在積聚能成辦一切種智所需之無量無邊的福德、智慧二種的珍寶資糧，利他又兼自利，因此菩薩才能心生歡喜地去忍受，而不會怖畏生死，反而甘心願意去忍受百千次的輪迴生死，甚至發願眾生不度盡，誓不出輪迴。《廣論》卷 7：

又於三有見為勝利之理者，即彼經說菩薩精勤義利有情，如於此事所發精進，如其心而獲安樂。故不厭患三有之義，是於生死，義利有情不應厭患，當於此事而發歡喜。若由煩惱及業增上漂流生死，眾苦逼迫，尚不能辦自己義利，况云利他。此乃一切衰損之門，較小乘人，極應厭患，極應滅除。若由大悲、願等增上，於三有中攝取生者，則應歡喜。此二不同。³²⁵

菩薩的「不應厭離生死」是因為看見到在三有，就是在生死輪迴當中有這樣的殊勝的利益，這個殊勝的利益就是菩薩他要救度眾生，這個利益是因為要救度眾生，而眾生在生死輪迴當中，所以菩薩必須跟眾生他們一起去救度他們。這是說，菩薩真正見到了這個義利有情的大利益，而不厭生死，並不是因為不了解生死的體相，像我們凡夫一樣無明顛倒、執著、放不下，而造種種惡業，這二者是完全不一樣的。在這種情況之下，菩薩他為了救眾生而發勤精進，不像我們現在連救自己都尚且不能發勤精進，那還能去救度眾生？所以必定要先站在自己是為了自己而發精進，習慣了以後，再推己及人，再這樣去做。現在我們做一點小事情，站在旁邊看看可以，真正要去做的時候，就是不願意去做，縮在後邊；當我們了解了這一點，眼前這一點小小的事情，正是訓練自己最好的機會，自己就會非常願意地站在前頭說「我去做」。當你慢慢地這樣從小地方做慣了以後，大的地方自然就行，否則這一點小小的一點苦難，大家就縮在後頭，偷偷地這麼就溜掉了，還自以為討了個便宜，那你說要救度眾生，就是坐在那兒說空話，這是毫無意思的。坐在那說空話很容易，就算跟人家辯論起來辯得個第一，誰都辯不過你，因為坐在那說空話。這個就變成沒有什麼意思了！這是我們要真實地去反觀自己的內心就能夠了解的。所以菩薩不厭患三有，就是看見這三有當中，菩薩能夠自己承擔他們的痛苦，救他們出來，有這樣大的利益，這樣才是真正不厭患三有的根本原因。菩薩就是這樣做的。

反過來說，假定說由於煩惱，然後由煩惱而造業，由於這個惑、業兩樣輾轉增上而漂流生死，在這種狀態當中自是有很大的眾苦逼迫，自己尚且都不能解決，更何況是要去利他，

³²⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 188。

所以由於無明而起惑造業而輪轉生死不息的這個問題就是一切衰損的根本，在這地方，小乘都能對由於無明而起惑造業而輪轉生死不息的這一點看得很清楚，更何況是大乘？小乘人只為救自己就要拼命，大乘人看見一切有情眾生都為這個無明所迷惑而發心要救一切人，自然是對這件事情一定會產生更大的厭患心，因為小乘人要淨除的對象只是你自己一個人，大乘人要淨除的對象是對所有的眾生，由於看見所有的眾生都被這個所迷惑，所以一定會對這個生起無量無邊的厭患，和滅除此之心。

所以就這個大乘人跟小乘人做個比較，對這個生死輪迴當中的厭患，大乘人是遠遠強過、遠遠大過小乘人的，怎能說小乘人在厭患生死輪迴，那對學大乘的不要厭患生死輪迴呢？其實現在有很多這種自命是大乘的行者，認為這個法類是小乘要修學的，我是學大乘的所以不要去修學這個屬於小乘的法類，實際上的內情是他或者根本不了解佛法，或者是十分貪著世間的種種安樂而放不下世間種種的名利地位，那麼再加上誤解《不可思議秘密經》上的經文，於是就拿這個做藉口，還自覺是大乘人，這造的可都是下地獄的因種。對於一點，對真正有心學佛的佛弟子的我們來說，都應該在這地方好好地反觀自心、自己策勵自己的，懂得了一點佛理是要法鏡自照、反省淨化自己的，不是要當照妖鏡去看別人的不是、過錯的。經典上面告訴我們，佛征服魔王不是去罵他，不是用他的法力，佛是用他的悲心。那自許是學大乘的我們要去救一切眾生，當然也是要用悲心了。為了要救度一切眾生，我們先把自己的生死問題解決了，然後再推己及人去幫助一切眾生度脫生死苦海。現在了解真正輪迴生死的因是這樣，不但要自己解決，還要幫忙一切眾生解決，這個就叫大悲（「悲」是以拔苦為主要，「大」乃因遍一切眾生。）；由於這樣的大悲、願力的強大力量，所以菩薩自己是不厭生死輪迴的，而進入生死輪迴去幫忙一切眾生、救度一切眾生度脫生死苦海的，故菩薩是用強大的願力而受生三有輪迴的這點是歡喜的。這和凡夫由於無明而起惑造業而輪轉生死不息的，是完全不一樣的。凡夫是為貪瞋癡三毒所使的業力而受生三有輪迴；菩薩是已經完全清楚三有的真相都是痛苦所攝的，菩薩是為了要救那些迷惑的眾生的願力而進入三有輪迴，所以菩薩的這個才叫不厭生死、「不應厭離生死」，這兩者的漂流生死是完全不一樣的。

二、聲聞佛法如何提升到大乘佛法的關鍵

世尊入滅以後，某些悲心深重、具足大乘種姓的佛弟子，因為不能滿足於個人解脫的涅槃境界，基於已經甦醒的「追求超越」、「追求圓滿」的心理需求，嚮往著無上菩提，想要仿效佛陀圓成正覺，廣度眾生。於是，大乘佛法終於在眾緣和合的機運下逐漸形成了。然而，大乘並不是完全異於聲聞乘的另類教法，大乘它是在聲聞教的基礎上建立起來的。雖然解脫不是大乘行者的主要目標，但不貪著三界的基本心態，和實修戒定慧三學的原理原則卻是共通，不能不一具備，否則便失去了大乘最根本的基礎。對於這些由聲聞乘轉入大乘的行者而言，堅持「厭離的出離心」其實並不困難；比較困難的是堅持他們向來陌生的「大悲心」和「菩提心」。但這兩種大乘心態是非常的重要、也須要特別的強調，因為「大悲心」和「菩

提心」如果培養得不夠堅固，大有可能會自大乘退轉成聲聞道。但退墮到聲聞乘，是大乘行者最禁忌和不樂見的「魔事」了，所謂：「當來世或有菩薩，捨深般若波羅蜜，反取餘聲聞、辟支佛經。菩薩當知，是為魔事。」³²⁶ 這就是為什麼多數大乘經典特別強調「大悲心」的重要原因了。

為幫助悟入龍樹菩薩的《中觀論》，故月稱菩薩造《入中論》，在《入中論》的起首：

聲聞中佛能王生，諸佛復從菩薩生，大悲心與無二慧、菩提心是佛子因。

悲性於佛廣大果，初猶種子長如水，常時受用若成熟，故我先讚大悲心。³²⁷

第一偈頌由佛轉四諦及十二因緣輪，而後有聲聞、緣覺（中佛、辟支佛），故聲聞、緣覺從佛出生。菩薩值佛轉法輪而發心，故菩薩亦從佛生。但諸佛因地皆曾作菩薩，故因位菩薩為佛親因。菩薩復為三法所生，謂大悲心、無二慧及菩提心。第二偈頌顯大悲心重要。分三段：初謂菩薩初發心時，喻如種子。菩提心為菩薩因，大悲為菩提心因。若無大悲唯求自了，終不發心趣佛果故。中謂修菩薩行時，要經三大阿僧祇劫，調伏無數剛強難調眾生，難忍能忍，難捨能捨，長時苦行，方成佛果。若非大悲心之任持，則菩提心有時退失。喻如種子在田中，若無日光水土，必霉爛腐壞，不能成長。後謂成佛果時，三身四智，圓滿具足，斷智二德，究竟成就，而不入涅槃，應機說教，任運度生，盡未來際，亦由大悲。若無大悲，應入涅槃，不須辛勤作利生事，喻如禾稼長成，忽遇冰雹，不能成熟，或不得受用。故大悲心初、中、後三時，皆最重要，為大乘佛法之中心。歸敬大悲心者，自利利他功德之源從此出故。所以這也是印順導師在《成佛之道》中，以經論為證成立「大悲心、菩提心和法空慧」為「學佛三要」的主要原因。「大悲心」是引生「菩提心」之因；有「菩提心」者，必然具足「大悲心」，但反過來卻不一定成立。所以發菩提心就是入大乘之門的唯一條件，也是關鍵所在。

因此，宗喀巴大師強調菩提心具有二點內涵：一、菩提心以利他為目的；二、菩提心為發我願成佛之心。發菩提心是在出離心的基礎上，為救拔有情出於輪迴苦難。因此，犧牲自己的一切利益，以利益他人為主。上士道的修學內容主要有發大菩提心，修六度四攝行。宗大師在《廣論》主要分成四點來分別闡述菩提心的部份：一、七因果教授；二、自他換教授；三、儀軌發心；四、六度四攝。

佛說只有兩種大乘，就是顯教和密教這兩種大乘。但無論是修學那種大乘，能入大乘之門的唯一條件，就是發菩提心。因此，什麼時候能夠於身心相續中生起菩提心，那就算是還沒有生起其他的功德，也可稱為大乘人；相對的，什麼時候離開了菩提心，縱使已經有修證見空性等的功德，也要退失大乘、而墮入小乘。如《廣論》卷 8：「故於最初入大乘數，亦以唯發此心安立，後出大乘亦以唯離此心安立。故大乘者，隨逐有無此心而為進退。」³²⁸ 什麼時候發菩提心，就什麼時候入大乘；什麼時候離菩提心，就什麼時候退失大乘。因此所謂的

³²⁶後秦·鳩摩羅什譯：〈魔事品第十一〉，《小品般若波羅蜜經》（大正藏 冊 8, No. 227）卷 5，頁 556 上。

³²⁷釋法尊譯：《入中論》，頁 1。

³²⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 204-205。

大乘，就是以菩提心的有無作為進退的標準。正如《入行論》中所說：「發菩提心的剎那，儘管你還繫縛在生死的牢獄之中，也稱為佛子。」又說：「今日生在佛族當中，就稱為諸佛之子。」這些都是說明，只要沒有間斷的發菩提心，就是佛子。

在宗喀巴大師所造的《三主要道》的十四個偈頌文在本章的附錄一。第六偈是需生起菩提心的原因，第七、八偈是生起菩提心的方法。第六偈「出離若無淨發心 執持修習終不成 無上菩提圓滿因 智者當發菩提心」是需生起菩提心的原因，意思是說我們雖然有很強烈的出離心，要想早日解脫的心，但是沒有菩提心輔助時，那不管我們修持什麼善業，不管怎樣修習，不可能成為無上菩提，也就是成佛的因圓滿因，因此，為求證得無上菩提的智者，應該當下發起菩提心。這前六句偈，可以體會到，原來真正的痛苦，都是從實執而產生。達賴喇嘛認為，這對自己是修出離心的最好法門，對他人則是悲心的修持。³²⁹ 第七偈「四大瀑流猛漂激 業繩緊縛難掙脫 既入我執堅鐵網 復被無明大闇蔽」，第八偈「無邊生死復生 三苦逼害恆相續 審思如斯眾慈母 當應引發殊勝心」。所謂我執是俱生薩迦耶見，薩迦耶見是由補特伽羅實執而產生，補特伽羅我執，就是法我執；這種法我執，就好比無明大黑暗，佈滿虛空的黑暗，什麼都看不見，這好比法我執。人我執從法我執產生，所以無明大黑暗。這表示我們無法解脫的法我執，甚於人我執，俱生的薩迦耶見。四大瀑流猛漂激，四大就是生死病死，瀑流譬喻輪迴一樣，我們現在這大瀑流當中，這大瀑流永無休止的流下去，而且不是慢慢的流，是很猛的漂流著，我們就在這大瀑流中，被業形成的繩子緊緊的綁住我們的手足，很難掙脫的；如果沒有業繩綁住的話，在瀑流中我們可以手足，盡量想辦法讓自己到達岸邊，獲得救護。所謂我執是俱生薩迦耶見，薩迦耶見是由補特伽羅實執而產生，補特伽羅我執，就是法我執；人我執從法我執產生，所以是無明大黑暗。這表示我們無法解脫的法我執，甚於人我執，俱生的薩迦耶見。我們有了四大瀑流，永遠都是痛苦，要離開痛苦，必須消滅以前所造的因，也就是實執，就是人我執、法我執，甚於俱生的薩迦耶見。《入行論》說：這是我們最主要的仇人。如果我們認識這一點，才可以瞭解要怎麼對治它。這對自己來說，可以學習出離心。我們本身感受這麼大痛苦，其他人也一樣，希望其他人都跟我早日離開這無明的大黑暗。這也是悲心的修持，發願修菩提心。

每位修行者要對聖道三要，有一定感受之後，再加上菩提心。菩提心，剛開始時要透過願心儀軌發起菩提心，發起菩提心以後，會覺得一定要去利益眾生，一定會想去行菩薩道，再經過行心儀軌去受菩薩戒，再去行菩薩行，這就是六度所攝的菩薩行，多的可以有十波羅蜜，總攝為方便品及智慧品。修大乘法的人，一定要雙運方便及智慧，然後經由雙運方便及智慧，成就果位；方便品證得色身果位，智慧品證得法身果位。方便及智慧雙運修行，才能成為真正的大乘修行者。³³⁰

一般開始聽到菩提心的利益，以及菩提心的定義時，會感覺這種心雖然殊勝，但是我無法做到的想法。這種想法是一定會有的，但我們不能灰心，我們要慢慢去嚐試，慢慢去串習

³²⁹ 達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉。

³³⁰ 達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉。

這種心，有一天我們會有一種把握，什麼把握？喔！假如我再繼續努力修持，我一定會證得的把握。這一天我們都會有的。阿底峽尊者說過，如太陽以及月亮的菩提心呀，為了要證得這菩提心，雖然需要千劫，我也不後悔。雖然需要千劫，我也會繼續修持下去。達賴喇嘛提到：我雖然未證得菩提心，但是我每一時刻都發願早日生起菩提心，在未死之前我會繼續發願，死後我也要繼續發願，無論何時，我都要繼續發願「我要生起菩提心。」³³¹ 因此，我們都要努力學習生起菩提心，這需要時時刻刻串習，如此串習，遇到緣時便會生起菩提心，要修持達到油然而生的情況，有四個階段：(1)是先要了解。(2)是自信心。(3)是只要思惟觀察，便能生起。(4)是不必靠思惟，直接遇到境便能生起，到達任運地步。我們無論修什麼法，均要修至任運地步。不論修什麼法，觀修及止修均是很重要的。所謂的修，是使你的心同境很接近，一直串習便是修。修可分二：一為觀修。一為止修。修虔誠心、慈心、菩提心，把心變成慈心、菩提心的修法。另一種是取境的修法，修無常、無我，這要到奢摩他及毗鉢舍那時說明。

這也就是宗大師提出希望修行者能依三士道次第引導，都能發心行大乘道，但不直接從上士道來引導，如在《廣論》卷3：「若爾，理應先從上士引導，云何令修共下中耶？謂修此二所共之道，即上士道發起前行。」³³² 所以照理說應該先從上士道開始引導，直接發菩提心，行菩薩道，這樣成佛不是更快嗎？為什麼還要先修共下士道、共中士道呢？還說共下士、中士道，是大乘共同所必須修的，也是能發起上士道的前方便。從修學前面的共下、中士道，了解、觀察到生死的過患，思惟生死輪迴原來這不是可愛、可樂的，而是有種種禍害過失。所有的眼前的這些就像火坑一樣地可怕，所以會覺得苦；那麼推己及人，有種種善巧的方便，然後策發大菩提心，而大菩提心的根本是在大慈悲心。所以不但是推己及人，為了別人，而且特別說明就是要圓滿你自己的問題，還非佛果不可！儘管你眼前討一點小便宜，可以證一個聲聞果，結果卻是走了遠路。菩提心是犧牲自己的一切利益，以利益他人為主。而就兩者：或者是直走大乘，或者是走小乘聲聞果的，這個兩乘修行者比較的話，聲聞果好像穩一點但因為是遠路，所以就聲聞乘真正所負擔的苦來說的話，卻反因走遠路而來得多很多；直走那個大乘的，遠比聲聞乘的人要省力得太多、太多了！所以從這個角度來看，就算是真正為了自利起見，直走大乘、發菩提心成佛才是最好的直路。

龍樹菩薩讚歎般若空慧的殊勝，說道：「一切佛、辟支佛、聲聞想要解脫，一定要依解空的智慧。」無論是小乘或是大乘，想要證果，就一定要證得空性的智慧，所以般若空慧是大、小乘二子的母親。般若空慧既然是共因，那就不能用來判斷大乘、小乘的差別。如《廣論》卷8：

故證空慧，不能判別大乘小乘，以菩提心及廣行而分判之。《寶鬘論》云：「諸聲聞乘中，未說菩薩願，大行及回向，何能成菩薩？」此說不由見分，當以行分。如是證空性慧，尚非大乘不共之道，況諸餘道。故若不以菩提心為教授中心而正修

³³¹ 達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉。

³³² 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷3，頁68。

習，僅於起首，略憶文句，而於餘道微細一分多般重修，顯然於法知見太淺。³³³

若是想分辨大、小乘二者的差別，就要依菩提心和廣行這不共因來判別之。《寶鬘論》中也說：「在聲聞乘的教法當中，並沒有說到該如何發菩薩願、修廣行、以及迴向無上菩提等內容，那又如何能成為菩薩呢？」所以，大小乘的差別不在見分（見空性的智慧），而在行分（發菩提心，行六度四攝）。由此可知，即使證得空性的智慧，都不能說是大乘不共之道，更何況是其他各道。所以，想修學大乘菩薩道的修行者，如果不以菩提心為最重要的教授，正確地修習，而只是知道一些表面的文句，口頭上唸唸，反而花大部分的時間、精力，去修其他的部分，這就是對大乘的知見太淺的緣故。

《廣論》的中士道，是修解脫輪迴之道。首先，先思惟下士道中的苦諦，可與下士道中的念死無常相比，對苦的感受已擴展到思惟八苦，令觀法更進一階段。其次，在中士道中更進一步探討所生苦的原因何在，詳細分析種種煩惱是如何生起，如何集業以及死後的流轉等，幫助行者深入觀見苦難的本質歷程；再次，從十二緣起中思惟世界之道，是中士道中最重要的部分，透過對十二緣起逐一進行闡釋，分析十二緣起之間的關係，闡述有關意識的形成及輪迴的過程，說明意識皆由無明而起，是一種見，加上識的熏習之後，與五取蘊的感覺、知覺相緣，從而生起輪迴，對佛教因果緣起觀有最為深入的闡述；最後，中士道中略論戒、定、慧來導引上士道，中士道重點地闡述了戒學，而定、慧二學則是在上士道中重點闡述。

所謂的大乘，就好像你想生兒子，必須同時有父母這兩個條件。你想要圓滿菩提道，也必須同時具備方便、智慧這二品。其中的方便，指的是發菩提心；其中的智慧，就是通達空性。如果只是想要解脫生死，就只要善修無我空性的智慧就可以了。如《廣論》卷 8：

總如生子俱須父母，道支圓滿亦須方便、智慧二品。特須方便上首發菩提心，智慧上首通達空性。設修一分而未全修，若唯希求解脫生死，於奢摩他須莫誤為毘鉢舍那，善修無我空性之義。然若自許是大乘者，是則必須修菩提心。如慈尊云：「智不住三有，悲不住寂滅。」以慧遮止墮生死邊，以悲遮止墮寂滅邊，慧不能遮墮寂滅故。不墮有邊小乘有故，菩薩道者，正所斷除墮寂滅邊故。³³⁴

若是要說自己是大乘行者，就必須修菩提心。正如彌勒菩薩所說的，大乘菩薩就是以空性的智慧，使自己不墮在生死邊；同時再以大悲方便，使自己不墮在寂滅邊。因為只有空性的智慧，就容易墮在寂滅邊，這是小乘走的解脫之道，然而大乘的菩薩道，是要以大悲方便來斷除墮寂滅的過失。所以這裡一再辨別，大乘的不共因是菩提心，智慧、空性都是共因，如果你沒有弄清楚的話，如果你沒先把那個真實的這個大菩提心的種子種下去，然後加肥料、太陽、水，那長的滿地的都是草，本來你要的是個大樹，現在長出來的是一點點的小花、小草，這是太划不來了，這是我們必定要了解的第一個。

是故吉祥阿底峽尊持中觀見，金洲大師持唯識中實相之見，然菩提心依金洲得，故

³³³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 206。

³³⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 206-207。

為師中恩最重者。若有了解聖教扼要，觀此傳記，於道扼要有大了解。³³⁵

像阿底峽尊者持的是中觀見，他的老師金洲大師持的則是唯識見，學生的見地雖然比老師高，但阿底峽尊者，還是把金洲大師視為眾多老師之中恩德最大的，原因就在於「菩提心」的殊勝教授，是由金洲大師傳來的。阿底峽尊者不是沒有菩提心，但他卻是這麼重視金洲大師傳承來的菩提心，因為你自己雖然體會到一點點，可是你自己體會的，憑我們自己體會能體會的少，因為傳承就是把佛、十方一切諸佛的經驗報告擺在這個地方，然後你利用他只要體會到一點點的話，你能夠擴大了解整個的總相，圓滿的傳承就有這個絕大的好處。雖然我走任何一條路，乃至於散亂心念一聲佛也可以走到成佛，可是這個中間路線、時間、所付出來的代價等等的話，那是完全不能相比的！他這個比例的數字不是一比一萬、一比一百萬，是一比天文數字，根本是無法比的呀！所以開始修行的這個次第千萬不要弄錯，一弄錯就只有走遠路了。傳承就是把佛、十方一切諸佛的經驗報告擺在這個地方，然後你利用他只要體會到一點點的話，你能夠擴大了解整個的總相，圓滿的傳承就有這個絕大的好處。因為有這個圓滿的師承，才對道的總體才能有圓滿的認識，所以我們從因第一步開始，就下圓滿之因，這樣步步上升是必然感得圓滿之果。

達賴喇嘛提到：假使我們證得菩提心，³³⁶ 立即圓滿我們福智二大資糧，如果生起菩提心時，自然可以淨除自己以前所造的一切罪業，這是希求淨除罪業的最好法門。利益他人，就是成就自利，這是很善巧的。倘若生起菩提心，不但無上菩提可以證得，而且在生起的剎那，不要說生起的剎那，就當思惟的剎那，我們對菩提心生起信心，當時的內心都會覺得很安穩，很快樂，有一種很殊勝的感覺。這種法門我該如何修呢？必須要修持他利希求，以及希求無上菩提的願心。我們必須依靠希求他利之心為因，再慢慢產生希求菩提之心，這才是真正的菩提心。但我們首先必須認識什麼是無上菩提，不只嘴裡唸唸而已，而心中至少要有一點感受，什麼是無上菩提；假如沒有這種感受，怎麼能有辦法想要利益眾生，讓他們得到究竟的佛果，所以首先我們必須要認識，什麼叫做圓滿正等正覺，這是很重要的。昨天我已經介紹四諦的滅諦，要好好去體會滅諦的涵意，不只是領悟而已，要內心有點感受，原來有個滅諦。有了這種感受，對了解無上菩提才有真正幫助。空正見，也就是緣起性空，性空緣起的道理；這對於了解無上菩提很有幫助。修持菩提心法門分二：自他換及七因果。

「大乘道之根本即是大悲，諸餘因果是此因果道理」能生起大乘道的關鍵是大悲心，知母、念恩、報恩是大悲心的因，悅意慈、增上意樂、菩提心，則是大悲心的果。因此七因果各支都是大悲心的因果道理，故大悲心是大乘道的根本，對於大乘來說，大悲心是菩提心的因，透過生起大悲心，才能夠生起菩提心，所以大悲心在修習大乘的菩提道上，是初時重要、中時重要、後時重要的。而大悲心則是以一切有情為所緣，不忍他們受苦為心理形象；大悲心又可以分為三種，在不忍一切有情受苦的基礎上，(1)覺得能離苦該有多好、(2)希望他們能

³³⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 207。

³³⁶達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉。

夠離苦、(3)由我來讓他們離苦，這三種行相，前兩種(1)(2)是共聲聞的，最後一種(3)則是菩薩不共的。³³⁷

以此菩薩不共的大悲心為因，生起一顆希願成佛的心，則是菩提心。在《現觀莊嚴論》說到：「發心為利他，欲正等菩提。」³³⁸ 意思就是，菩提心是以利他的欲求為因、成佛的欲求為助伴的一個心王。也就是當勇悍地想要親自令一切有情脫苦，生起這樣的大悲心，而尋求方法的時候，就會發現，唯有成佛才能成辦圓滿的自他二利，令一切有情究竟圓滿的離苦得樂，因而生起為利一切有情願成佛的菩提心。對於大乘來說，大悲心是菩提心的因，透過先生起大悲心，才能夠生起菩提心的。菩薩是為了利益眾生，不該厭離或害怕所要承擔他人的無量大苦。不但不應有此厭患心理，精進利他的菩薩，甚至還須樂此不疲。因此，如果有人對三界極為厭患，急欲出離，卻因大悲心而長處生死，勤利眾生；這種菩薩的確非常難得，值得讚歎。但若貪愛三界之心依舊，迷戀世間依依不捨，卻美其名為「利益眾生」，那便應該極力避免。

《阿彌陀經疏鈔》卷 3 中提到：「緣覺觀十二因緣而得開悟。雖十二支。而束之不出四諦。雖有利生之心，而亦未廣，故攝聲聞中也。」³³⁹ 緣覺(梵語辟支佛)，就是從觀修十二因緣而開悟的。十二因緣雖分為十二支，但歸納起來也離不開「四諦」。緣覺這一類人雖然也會度化眾生，但是跟阿羅漢一樣是不主動的。緣覺會先入定觀察你，若過去生中跟他很有緣分，那就度你；若過去生中跟他沒有緣，那就不度你了。緣覺不像菩薩慈悲心重，主動教化眾生；阿羅漢跟緣覺是不會主動教人的，所以緣覺、辟支佛屬於聲聞乘、小乘。所以在小乘法裡，「四諦」講的是根本法輪、「十二因緣」就是把四諦展開來詳細說明，也就是把四諦展開成為十二因緣，這兩種都是小乘人修行的方法。

宣說四聖諦、十二緣起，主要原因是：希求獲得解脫的修行者，必須理解--所要斷除的煩惱、障礙是什麼？輪迴流轉的次第是什麼？透由理解四聖諦的道理，以及十二緣起之順次第流轉，令希求解脫者了知輪迴的過患，由此對輪迴生起厭離心，進而產生希求解脫之心。因為此目的而宣說。對一位希求解脫者而言，想要獲得解脫，首先必須生起真實的出離心--真實厭惡輪迴的希求解脫之心。能夠生起真實出離心，又必須先認識到輪迴的過患，先由認識到輪迴中的各種不圓滿，才有可能生起想要脫離輪迴苦與過患的心。因此，以「十二緣起」講說輪迴流轉的次第及過患，由此真實認識輪迴的過患，進而生起厭離輪迴希欲解脫的心。若是未見輪迴的過患，必定無法生起想要脫離輪迴的希求解脫之心，由是緣故而講說「十二緣起」等法。

若依著三士道的次第修十二緣起，如《廣論》卷 7：

此復是說，思惟惡趣十二有支流轉、還滅，為下士類。次進思惟二善趣中十二有支流轉、還滅，為中士類。如是比度自心，推想曾經為母有情，亦皆由其十二支門漂

³³⁷釋性說：〈問題：請問大菩提心跟大悲心的差別是什麼？〉，參見 <http://bwsangha.org/qanda/dharma/861-060163> (參考日期 2017 年 11 月 19 日)

³³⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 209-210。

³³⁹明·袞宏述，《阿彌陀經疏鈔》(新纂卍續藏 冊 22, No. 424) 卷 3，頁 654 上。

流生死，發生慈悲，為利彼故，願當成佛，學習佛道，為大士類。³⁴⁰

另外，從思惟十二有支，因造惡業而流轉三惡趣，若能斷惡便可從三惡道中還滅的道理，是屬於下士道法類所修習的內容。如果進一步思惟十二有支因造善業而流轉人、天二善趣，只是斷惡修善，還是得流轉善趣，並不能解脫生死，因此，若要從輪迴中解脫，就必須具備了達「無我」的智慧，才能真正從三界的生死中還滅，如此思惟十二有支的道理，是屬於中士道法類所修習的內容。將自己想要解脫生死輪迴苦的心，將心比心、推己及人到一切曾經為我母親的如母有情身上，看他們同樣也都是因為十二有支而漂流在生死的苦海中，如今希望能為他們解脫三有輪迴之苦，因而生起慈悲之心，這是為了能利益一切的有情，而發願要成就佛道的大菩提心，而來學習大乘佛法，以如此的方式思惟十二有支的道理，以達自利利他誓願的，是屬於上士道法類所修習的內容。

佛說十二因緣是一大苦聚，學習十二緣起就是要明白苦在哪裡，這樣才會想要從十二有支當中求得到解脫生死輪迴。十二因緣是佛教的基本道理，我們想要離苦得樂，就要學習佛法，首先就得認識三寶、四聖諦及十二因緣。根據經典的記載，佛陀在菩提樹下覺悟時，就是觀這十二因緣。十二因緣說明有情流轉生死的前因後果，在此流轉中唯是煩惱、業行及苦果（即惑、業、苦）；它們相依，因緣生滅的相續流轉，使到我們感受到有個人生的過程，有一個生命在生死輪迴；實際上這其中無有主宰者、沒有作者、也沒有受者。「四諦」、「十二因緣」，這兩種都是小乘人修行的方法。佛教導我們要覺悟。「應知」：世間的苦果應該要知道。「應斷」：招集苦報的業因應該要斷掉。能夠斷，當然就不受這個苦，就超越輪迴。苦集這兩條是世間因果，這是世俗諦的部份。出世間也先說果，果是滅。「滅」：滅煩惱、滅生死。「結業已盡」，滅盡了。「無生死累」：涅槃、寂靜、圓寂，都是滅的意思，把惑業苦滅掉，就能超越三界六道生死輪迴。這是「出世間果」。

比如歸依、受戒都有儀軌，現在這裡是指發願菩提心的儀軌。所有這些都是以歸依為基礎，不過此處這個歸依叫做不共歸依。歸依有下、中、上三種，下士歸依是了解世間一切的事物，皆有其因果關係的必然性，而真正對這個內涵徹底圓滿究竟知道、做到的只有佛陀，所以歸依佛、佛指出來的法以及依法修行的僧，照著法去做，就能夠真正造善業得善果，這樣才可以改善我們生活在世間的品質，這樣的歸依是下士的歸依。進一步要跳出生死輪迴，這是中士的歸依。不僅僅為自己出離，還要幫忙一切眾生解決這個問題，這一種歸依的內涵跟下士、中士不一樣，所以叫不共歸依。以這樣的不共歸依，發願為利一切眾生求無上菩提，這個叫願菩提心。

受了願心儀軌，發了願以後，應該隨分隨力照著願心學處去學。就像歸依學處是歸依以後應該照著去做的，否則的話這歸依是沒有內涵的。歸依之中正歸依的是法，也就是說以前不知道佛法，所做的都是隨順著世間，正式歸依三寶了以後，一定要改變我們原來的的方法，

³⁴⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷7，頁186。

照佛告訴我們該走的方向去做，這叫做學處。學處又分成幾個等級，現在這地方的學處是指大乘願菩提心的學處而言。

關於這個道的整體，「此復若能修習下下，漸於上上增欲得心，聽聞上上而於下下漸欲修行，是最切要。」³⁴¹ 真正修學的時候，能夠從最下面的開始，下下是最基礎的地方開始，自然而然漸漸對上面的，漸漸增長這個欲得之心，這個善法欲就增長了。這個「欲得」很重要喔！因為一切的根本是欲，染污之法沒有欲也是行不通的，聖人之法沒有欲也是做不到的。所以染污之法的叫貪欲，若完全沒有貪欲、一點胃口都沒有，那再好的東西也引動不了你；聖人之法的叫善法欲，那說得再好也不會肯去做的。因為我們做任何事情最重要的就是這個「欲」所推動的。壞事沒有好欲、貪欲做不成，好事沒有善法欲做不成。那麼這個欲的推動的力量就是這個「我」，我所做的一切無非是為了「我」才去忙的--我要好、我要樂，我要去掉苦、我不要苦。之所以上不去的原因有很多，主要的就是因為罪業障礙在那裡，所以開始的時候若不淨除那個障礙，那個障礙就在那裡。所以一開頭的時候，下下最重要的地方就說要先懺悔、淨除業障。接著，因為業障淨除了、資糧集聚，能力增強，自然而然相應的法理就容易進入內心，漸能增長對法的淨信心了。所以次第是先從他力聽聞正法、自力如理思惟，再如理地去行持，這個染污淨除掉了，這個信心就清淨了，故能增長淨信。隨著淨信心增長，能力增加，那好樂心就慢慢生起來了。障礙既減少，好樂心又增長，能力又增長，了解對聽聞到上上的法理有其究竟圓滿、無上的勝利以後，想到只要付出一點代價就有這麼大的好處，於是就策發想修行的心，而且是從眼前下手處--下下，並不太困難處開始去行持的。所以這個關鍵是最切要的。所以就把那個首尾整個圓滿起來了！

宗大師在《廣論》的皈敬頌中曾說過：「今勤瑜伽多寡聞，廣聞不善於修要，觀視佛語多片眼，復乏理辨教義力。」³⁴² 好樂修行的人不樂廣聞佛法的教理，廣聞的人卻不懂得修行的要訣，對於佛法的認識只停留在片面的觀點，又沒有辨析教理的能力，大師的這四句話，幾乎是道盡了整個佛法發展的過程中所常見的弊病。而上述的格魯派的學習制度及方法，可以說正面地解決了「今勤瑜伽多寡聞」、「觀視佛語多片眼」、「復乏理辨教義力」的問題。但是不可諱言的，在學習完這些廣博的經論之後，能否找出一條適合眾人的實修次第，以及能否將所學的教理轉為實修的指導教授，這個問題依舊是存在的。正是因為如此，在《廣論》中才會提到一類修行者的看法：諸大經論只是增長見聞知識，以資談論的，要修行還得另找秘訣。這還是較為明顯偏差的看法，對於學習經論的人而言，就算學得非常相應，也難免會被一個問題難倒：學的這些東西在實際的修行上怎麼用？這些偏激的想法乃至不解的疑惑，其所導向的思路，就是要真修實用的話，諸大經論皆無所用之處。而這樣的思路，必定會使得諸佛菩薩所留下來的教典逐漸式微，最下也會造成聞思與修習二者相互危害。所以宗大師在《廣論》卷 24 提到：

³⁴¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 556。

³⁴²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 1，頁 1。

若於前者全無所有，專修心住，專樂見解，難至宗要，故須對於圓滿道體引生定解。

343

假定沒有對前面所說的那個圓滿道的次第有完整的認識，只是一心地想專修心住，想得到定而讓心不要散亂，那是沒有用的！或要想懂得很多道理而去廣學經論，只是專門在那些文字見解上面轉，也是沒有用的。所以《廣論》一開始就說「今勤瑜伽多寡聞，廣聞不善於修要，故離智者歡喜道」，有很多人要講修行的但不要聽道理的，那因沒有去聽所以不懂得，不懂得修行的道理，那修些什麼？修的是「我」啊！所以真正要修行的話，一定要把那個修習的內涵如理地、正確地認識，所以一定要去多聞，多聞就一定要靠善知識的引導。若又因無始的執著，聽見了就自以為懂了、懂了！而又不去修。所以廣聞的人又不善於修要，在見解上面空轉，還大講我這個對、你這個不對，這樣也不行。這個毛病就是所謂的專樂見聞。專修心住、專樂見解這兩種都是「難至宗要」，很難得到宗要，所以必須要對這個圓滿的道體的內涵「引生定解」。這個定解，和那個單單的見解是不一樣的，這個定解是由於如理聽聞，然後認真思惟，再在內心當中生起決定的一種力量，這個力量就會如理如實地推動去步步行持。所以這是以聞為根本，然後以根據所聞的正見做為行持的標準，故行、解相應，解在行處，行在解處，自然而然就因正果圓了！

以下就邪執的部份來做說明，意即要拿相關法類來衡準自心，然後努力地把不對(邪)的部份給倒正過來。如果有人持下面的說法。

倘若「修行布施時，心裡想著（我）在施捨這件財物」、「修行持戒時，心裡想著（我）在防止這項惡行」等諸如此類的善分別，都認為是執著三輪的法我執，那麼對已經證得法無我見的這些聖者而言，是應該在任何情況之下都要斷除法我執的，就像不應該再串習瞋恚、我慢等惡行一樣的，意即對瞋恚、我慢等都不再去做了。宗大師從諸已證得法無我見之聖者、菩薩，實際上仍要去行布施等事，來破斥他宗不須修習施等事的顛倒說法。就如《廣論》卷 10：

又若捨心念捨此物，及防護心防此惡行，如是等類諸善分別，一切皆是執著三輪法我執者，則諸已得法無我見，於一切種理應斷除，如瞋、慢等不應習近。又諸分別念此為此，一切皆是分別三輪法我執者，則思知識所有功德，及思暇滿，死沒無常，諸惡趣苦，淨修皈依，從如此業起如是果，大慈大悲及菩提心，修學行心所有學處，一切皆思此者為此，此從此生，此中有此功德過患而引定解。³⁴⁴

如果說「分別」這個是這個、「憶念」這個是這個，這一切都是分別三輪的法我執，意即都算是執著三輪的話，那麼從思惟善知識所有功德、思惟暇滿難得、思惟念死無常、思惟三惡趣苦、修習皈依、修習業果、修習慈悲心及菩提心、修學行菩提心的所有學處等等，以上的這些法門都是要透過思惟「此是此、此從此生、此中有此功德和過患」，這些都是經由思惟

³⁴³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 556。

³⁴⁴釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 10，頁 254。

而引發定解的，二者根本無有相違。這是宗大師為了破斥他宗的顛倒分別，故明白表述從依止善知識起乃至修學行心的所有學處，這一切都是須要去思惟分別的。如果這種跟善法相應的勝解漸漸增長的時候，卻被當成是「法我執」也增長了，那這種在認知上就是錯誤的見解、就是邪見。同樣的若無法對「法無我」增長定解，那對這些道次第的定解則將逐漸趨於微弱、下劣，這樣將行和見二者視如同寒熱般相違，這是對見、行二品根本沒有發生猛利、恒常的定解。就像在佛果位上面，安立會得到的法身跟色身是互不相違一般，修道的時候，對「二我(人我、法我)的執取，連極微塵許的戲論也要永遠離」要引發定解，和對於「此從此生，此中有此功德、過患」這樣的思惟也要引發定解，二者根本是無有相違的。如《廣論》卷 10：

此復依賴因位正見，決擇二諦之理。故以教理決擇生死涅槃一切諸法，於自本性無少自性立勝義量，與因果法各各決定無少紊亂，安立因果名言之量，此二互相，況為能損所損，實互為伴。獲此定解，其後乃為證二諦義，始得墮入獲得諸佛密意數中。³⁴⁵

此外，抉擇世俗諦與勝義諦的道理，又必須依賴在修因位時所獲得的正見，所以在因位當中，要很明白地把這個真俗二諦要分辨得很清楚。所以是以教理來抉擇生死與涅槃之一切諸法，對於自性來說是沒有一點點的自本性的，即生死輪迴與涅槃寂靜都是空無自性的，故安立這個叫作「勝義量」(真諦)。而由因果法則是各各決定，且是完全沒有少許的互相紊亂的，故安立這個叫作世俗因果「名言量」(俗諦)。「勝義量」和「名言量」這兩者實際上是互為助伴的，怎會是互相損害的關係呢？對於這個道理必須要獲得勝解之後，然後進一步才去修證、通達世俗和勝義二諦，若能如此這般才能得到佛圓滿的法、報化二身，即得到圓滿的佛果，這也才算得上是獲得了諸佛的密意了。這是宗大師略說勝義量與名言量的道理。

三、聲聞佛法和大乘佛法的空性

在世尊所教導之佛法的實踐上，止和觀是最核心之兩大必要修持。經由串習止觀而獲證奢摩他與毘鉢舍那，乃至通達止觀雙運而證悟涅槃，實踐止觀修持乃是趣入涅槃究竟之重大關鍵。止與觀是佛教的二十大主題，其內容依次相當於定與慧。定慧之學，其前提必包含戒學，離開戒而修習定慧止觀之學是不可能的，所以，戒定慧三學是佛道實踐的總綱領，故宗喀巴主張「三藏未可偏廢，三學必須全修」，宗大師說：《廣論》卷 1：

總佛一切教法聖教，三藏寶攝，故證聖教亦須攝入三學寶中。其中戒學，至言及釋數數讚為定慧學等，一切功德之所依處。故須先具戒學增上諸證功德。³⁴⁶

佛陀的一代正法，廣之雖有八萬四千，不外教、證兩種正法，而一切教量都攝在經、律、

³⁴⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 10，頁 254。

³⁴⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 1，頁 4。

論三藏之中，一切證量都攝在戒、定、慧論三學之中。戒定慧，此名三無漏學，以能斷煩惱，能了生死，故稱無漏(漏喻煩惱)。這可說是佛法的本體，若離此三，則非真正佛法。戒即戒律。修學佛法，則需持佛戒律，這是學佛的根本。因為持戒，才能防非止惡，清淨三業。三藏經典中，律藏即屬於戒學，故曰「律規三業」，規範三業，非戒而何。然戒有止持與作持，止持是消極的去惡，作持是積極的為善，所以戒也包括一切的善法。定即禪定，在於息慮靜緣，內須不打妄想，外要不亂攀緣，這卻是入道的樞紐。三藏經典中，經藏即屬於定學，故曰「經詮一心」，一心即是定。若能入定，自可引發本性的功德；譬如盆水，擾動則混濁不清，靜寂則光明映照，眾生的心水亦然，所以定也包括一切的神通功德。慧即智慧。智是決斷，慧是簡擇。這是學佛最終目的，開發智慧，就能去惑證理，所謂破諸煩惱，證真實理。三藏經典中，論藏即屬於慧學，故曰「論辨邪正」，辨析邪正，最能開發智慧。然智有實智、權智，達真實理是實智，用之權巧攝眾是權智，所以慧也包括一切的權智。須知，三學有其次第，必先持戒而後有定，若能入定自然開慧。故《楞嚴經》中，佛陀告訴阿難尊者說，你常聽聞到佛陀在毗奈耶中所宣說的修行三決定義，是所謂：「攝心為戒，因戒生定，因定發慧，是則名為三無漏學。」³⁴⁷

因為戒學是定學、慧學等一切功德的基礎，宗喀巴目睹當時藏地佛教戒律廢弛，故改戴「黃帽」以示重視傳授戒律的祖師之風，同時強調修學次第，主張循序漸進，先小後大，先顯後密，他的名著《廣論》、《略論》、《密宗道次第廣論》等即在此前提下產生。宗喀巴大師就是在戒法不振的時代中，宗大師嚴守戒律，學術宏富，以這樣的行誼、言教復興戒律。其實在這個娑婆世界，許多佛法弘揚之處，往往也都存在著戒法漸漸廢弛的現象，推究其本，無非有兩種原因，一者貪欲煩惱增上，二者無知邪解增上。所以宗大師之所以能夠振興戒法，實以在正理上破除了所有對戒律的無知、錯解，又能以調心教授令學者能漸次深信業果、調伏煩惱，以持淨戒。所以若能以宗大師圓滿的正理、教授入手，方能打下深厚的戒基；有了如此深厚的戒基，就能在此之上再建構起圓滿的修行成佛之道。

因為戒是無上菩提本，不管是哪宗、哪派，乃至於小乘開始，沒有一個例外，沒有一個例外，這個戒如果說你沒有這個基礎的話，根本沒有佛法，根本沒有佛法！戒為三寶舟航，如《四分律行事鈔資持記》卷 1 提到：「佛法二寶，並假僧弘。僧寶所存，非戒不立。如標宗中，順則三寶住持，違則覆滅正法。」³⁴⁸ 宗喀巴大師也說：「聖教根本別別解脫戒」³⁴⁹！大小乘皆讚歎出家，而出家律儀即別解脫律儀，故當敬重小乘的別解脫戒。中國唐代南山律僧道宣律祖(596-667)，以《法華》、《涅槃》經義，開權顯實，著作南山三大部——《四分律刪繁補闕行事鈔》、《四分律含註戒本疏》、《四分律隨機羯磨疏》；後來有北宋元照律師中興南山律宗，著作《資持記》、《行宗記》、《濟緣記》來解釋三大部，兩位祖師所著的六部論著統稱為南山六大部。民初高僧弘一大師，感嘆戒律衰敗，發願畢生弘揚南山律宗，

³⁴⁷宋·思坦集註：《楞嚴經集註》卷 6，頁 493 上。

³⁴⁸宋·元照撰：《四分律行事鈔資持記》(大正藏 冊 40，No. 1805) 卷 1，頁 160 下。

³⁴⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 193。

將南山六大部的精要，編輯摘錄而著《南山律在家備覽》，計有宗體、持犯、懺悔、別行四篇。對於受戒儀式過後，所產生的「戒體」（防惡止非的力量）之看法，南山律提出有三宗之別，即：實法宗（戒體是色法）、假名宗（戒體是非色非心）、圓教宗（戒體是心識的善種子）。所以，學習戒律，持守戒律，以令正法久住，是每一位僧眾的神聖使命！佛陀依大慈門而宣說毗尼，是為了讓眾生能從苦及苦因之中解脫出來。然而一般人提及戒律，多半想到嚴守清規，有諸多管束要求，視持戒為畏途。其實戒律包含了戒法、戒體、戒行、戒相的內涵，³⁵⁰ 想要持戒，必須先學戒，樹立正知見。

問：常人皆謂學律者應偏重行持，未審然否？（弘一大師）答：解如目，行如足，行持固重，而不知解義為尤要焉。若於律儀未能十分了解，而以臆見率爾行之，執非為是，謗是為非，他人不知，群起倣效，壞亂正法，其罪極大，古人謂惡紫奪朱即此意也。若於律儀果能十分了解，雖行不足，亦可對眾宣揚，續佛慧命，以正知正見接引後學，彼雖不行，而其學者或能行也。由是觀之，解義而行持不足，猶可弘護正法。雖行而解義未徹，不免誤入歧途，故曰解義為尤要也。³⁵¹

有人問：「普通人都說學律的人只要努力行持就好了，不必了解這些道理，是不是對呢？」弘一大師回答，其實了解就像眼睛一樣，行持像腳一樣。眼睛如果看不見，怎麼走？所以行持固然重要，因為你不走的話，單單看見也沒用，但是要曉得，了解內涵是尤其重要啊！這一定要依師承如理地學習，否則單單憑條文，以自己的意見，所謂依文解義，妄加忖度，隨隨便便照著去做，由於沒有辨別清楚它真正的是非內涵，往往會產生執非為是，實際上它不一定對，你卻把它看成對的；乃至於謗是為非，若它是對的，你看錯了，以為這個不對。你是學律的人，你這樣做，別人不曉得也跟著你走，結果是壞亂正法，這個罪過非常大！所以孔老夫子有一句話：「惡紫之亂朱也」，別的颜色不能亂朱，紫色看起來好像跟紅色一樣，就以為它是紅色，實際上錯掉了。所以佛在世的時候也說：真正能損害佛法的，不是外道天魔，而是佛弟子說相似法。你說他不懂，他好像很認真；你說他懂，實際上是相似法，這個是非常不好的。假定你對戒律的內涵意義能夠了解得十分清楚，只是你的行持不夠，在這種情況之下，你還是可以對大家講，而這樣宣說正法能夠續佛慧命，把佛法真正地弘揚開來。因為你以正知正見來接引後學，雖然自己不能做，但是學的人也許能行，這樣就能輾轉地弘傳開來。舉個例子：鳩摩羅什大師是南北朝時很了不起的祖師。當時那些君王的出身不一定有很高的水準，像姚秦的王就對鳩摩羅大師說：「像你這麼聰明的人，要把種留下來。」所以強逼他要收很多美女。鳩摩羅什大師為了弘揚佛法，就接受了。每次講法之前，他都會說：「譬如污泥當中出蓮花，你們只要看蓮花，不要看污泥。要依法不依人哪！」就是這個意思。由上面的說明跟例子來看，你能了解了正確的內涵，雖然自己的行持不夠，還是可以弘法的。反之，雖然看起來好像很認真地做，但是對意義內涵了解得不徹底的話，不免走到錯路上面，

³⁵⁰釋弘一編：〈宗體篇〉，《南山律在家備覽略編》，頁1。

³⁵¹釋日常講授：《菩提道次第廣論 淺釋》（五）。參見 http://www.theqi.com/buddhism/GL/GL5_5.html (參考日期 2017 年 12 月 20 日)

乃至於以盲引盲，這個很糟糕！所以弘一大師特別說解義尤其重要，這個是說明正知見的重要。不過我們也不要說：「那我得到正知見就夠了，行持不管了。」那完全錯了。正知見不容易得啊！本論前面一再強調說明，只是以律言律，我們一定要把握住這個重心。有了正知見以後，照著去行持，這樣一步一步地深入的話，自行、化他等等才會產生正面的功效。

宗大師指出要依了義經典來尋求正見，

為當依止何等釋論，謂佛世尊於多經續明了授記，能解深義聖教心藏，遠離一切有無二邊，曰聖龍猛遍揚三處，應依彼論而求通達空性見解。³⁵²

佛陀在經續中授記龍樹菩薩能遠離有無二邊無誤解釋佛經甚深心要，應當依止龍樹菩薩的釋論，才能無誤地了解空性正見，遠離常、斷二邊，這也是宗大師以龍樹菩薩的中觀見為依歸的原因。中觀宗主要依據《無盡慧經》開示諸法最究竟的實性，也就是空性的法類，稱為了義經，而開示世俗諦的法類，稱為不了義經。所以當你前面共下、中士法類這樣一步一步上來，思惟暇身難得易失、生死輪迴有種種禍害過失，所以一心想要求解脫生死，想從這種無明我執當中救脫出來，所以學習戒定慧三學，以期脫離生死輪迴。然而修習中士道的結果，雖然能夠解脫三界，不像修習共下士道雖得人天善趣還會退失，因福報享完，仍墮惡趣。但是修習中士道所斷的過失，以及所證的功德還不圓滿，這樣連自利都不圓滿，更何況要圓滿利他。所以有智慧的修行者，必定是一開始就發大悲菩提心，不會只想要自我的解脫。所以引發了要厭離這個生死苦以後，不等待這個苦的堅固，這時若對道的總體有了完整正確的認識的話，馬上把自己厭離三有的那個苦更進一步的轉過來，由緣自苦、改去緣一切有情眾生也同我一樣深陷在三有的苦海中，生起想要救拔一切有情眾生的大悲心，為了救度一切有情眾生所以發願我要成佛的心，這就是大菩提心、大乘的願菩提心，其實也只有成佛才能圓滿解決自他的問題。若像小乘行者為求自己解脫，出離心加上空正見，就慢慢解脫；大乘行者要求無上菩提，在修空正見的同時，必需菩提心來幫助空正見。

大乘的中心是在大菩提心，那麼修發了這個大菩提心後，還要滿這個菩提願的話，那麼一定要成佛，那時候才去學空正見，是破空的正見，最後發現沒有「我」的自性，證悟無我性慧的見道位，破了分別我執和分別法執，那時也就是明心見性、大徹大悟了。聲緣乘只證悟圓滿人無我，所以僅斷盡煩惱障，而未能斷一切所知障。所以從成佛的角度來說，先入聲緣乘求證阿羅漢果位，是迂曲、緩慢之道。因為證果入滅盡定一萬劫後，佛放光勸請回小向大，才趣入大乘，這樣成佛所經歷的時間，比最鈍根菩薩還要慢四十九劫。因此從這個角度來看，就算是真正為了自利起見，直走大乘、發菩提心成佛才是最好的直路，所以大乘的修行一定是依三主要道一出離心、菩提心、空正見的次第，一步一步依次增上、走上成佛之路的。佛之所以為佛，跟二乘不一樣，二乘——好！證了果，停在那裡；佛的話，永遠以這個法相應地這樣地行持。

宗大師在宣說戒的功德時，引《大涅槃經》說：戒是所有一切善法的前導，

³⁵²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 17，頁 401。

戒畢竟斷一切罪惡及惡趣道。戒如藥樹治療一切罪惡病故。戒是險惡三有道糧。戒是甲劍能摧煩惱諸怨敵故。戒是明咒能除煩惱諸毒蛇故。戒是橋梁度罪河故。³⁵³

戒能徹底究竟地斷除一切罪惡與斷惡趣道。戒好比一棵藥樹，因為它能夠治療所有一切的罪惡病。戒是在險惡的三有輪迴途中的必備資糧。戒是鎧甲利劍，因為它能夠摧滅煩惱怨敵。戒是明咒，因為它能夠滅除煩惱毒蛇。戒是橋梁，因為它能夠助眾生度過罪業大河。戒律有聲聞戒和菩薩戒，中國的律宗，是依聲聞律部中的《四分律》由南山道宣律師一系所立的律宗。就戒條戒相說，有五戒、十戒、具足戒之分。五戒是出家、在家佛弟子受持的戒，十戒、具足戒是出家弟子受持的戒。菩薩戒有在家菩薩戒、出家菩薩戒。出家菩薩戒如《梵網戒經》有十重四十八輕戒，在家菩薩戒如《優婆塞戒經》有六重二十八輕戒。又總攝菩薩戒為三聚，三聚是三類的意思，稱為三聚淨戒。一是攝律儀戒，是戒相，是「諸惡莫作」；二是攝善法戒，是「眾善奉行」；三是饒益有情戒，是「利益一切眾生」。四分律雖屬小乘戒，但其文義通於大乘，自古就有「分通大乘」的說法。中國盛行大乘，以大乘教義解釋律藏，攝小入大，就是大乘戒的組成部分，出家菩薩三聚淨戒中的攝律儀。戒就是以聲聞戒為基礎的。如殺、盜、淫、妄四根本戒，是大小乘共同遵守的。對於律學的研究，最重要的是善於分辨開、遮、持、犯。在出家戒條中，本來是不得觸犯的，但在某種情況下可以開許，這叫開。在通常情況下又不得違犯的，就叫遮。在某種情況下，若不知是持戒還是犯戒，這就需要研究律學，律師根據律藏分辨清楚確定開、遮、持、犯的界限。在聲聞戒中除四根本戒（殺、盜、淫、妄），或者還加十三僧殘（尼戒是八根本十七僧殘）必須嚴格遵守，不得違犯外，其他絕大部分的戒條，在特殊情況和必要情況下是可以開許的。例如「非時食」戒，通常過午就不吃東西，而在勞作以後就可以吃東西。但如何開許，要依戒律來判定。可見佛教戒律不是死板的，除根本性戒外，都是具有靈活性的。

所謂聲聞菩提，³⁵⁴ 就是聲聞人聞佛音聲之法教開示，知有涅槃本際不滅，觀察了悟四聖諦等解脫正理，因而斷了見惑、思惑，死後入無餘涅槃的菩提分法；也就是說，聲聞是以四聖諦為主旨，四念處為觀行法門，乃至八正道為實行方法，因此斷了三縛結（欲界煩惱之我見、疑見、戒禁取見），成為初果須陀洹，二果就是薄貪瞋癡，三果就是斷了五下分結（欲界身見、戒取、疑、貪欲、瞋恚），不再染著欲界的五欲而成了阿那含，乃至斷盡五上分結（色界貪，無色界貪、掉舉、慢、癡），成為四果的阿羅漢，捨壽後就可以入無餘涅槃，永遠在三界消失。由於聲聞人聽聞佛的音聲開示，觀察自他有情蘊處界，以及覺悟蘊處界虛妄而斷了我見、我執、我所執，捨壽後入無餘涅槃之菩提法，名為聲聞菩提。由此可知：聲聞聞佛音聲法教，因而斷了煩惱障的現行——見惑、思惑，但不斷煩惱障習氣種子隨眠——不斷三界愛的煩惱障習氣，也不斷無始無明隨眠所知障，由於畏懼未來世再受生死之苦，以及受生後

³⁵³釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 195。

³⁵⁴為三種菩提之一。菩提，指果上之智慧。聲聞果之智慧為聽法之結果，與緣覺、佛之智慧分別由思惟、無師自修而得者不同，稱為聲聞菩提。優婆塞戒經卷一「三種菩提品」（頁 1038 上）：「若得菩提，名為佛者，何以故，聲聞、辟支佛人不名為佛？（中略）聲聞之人，從聞得故，不名為佛；辟支佛人，從思惟已少分覺故，名辟支佛；如來無師，不依聞思，從修而得，覺悟一切，是故名佛。」〔出生菩提心經〕

可能因為自己的無明再度現起而造下惡業，而不斷枉受生死輪迴之苦；因此心得決定終不改易，願意於捨壽後自我消失，願意將自己的蘊處界滅盡，不再於三界現身意。這樣修行的人，包括出家人及在家人，名為定性聲聞人。為什麼？因為定性聲聞人懼怕生死輪迴苦，但相信佛語開示，知道入無餘涅槃以後並不是斷滅空，還有無餘涅槃的本際存在，不是捨壽後不受後有就成為什麼都沒有的斷滅空，所以於此生此世很精進地修行，將自己的我見、我執、我所執斷盡，於內無恐懼（知道有個無餘涅槃本際存在真實不滅）、於外無恐懼（願意將虛妄的自我消失、願意將自己的蘊處界消滅），捨壽時入無餘涅槃，成為無餘涅槃本際獨處於都無六塵的極寂靜境界中。由於聲聞阿羅漢捨壽後可以入涅槃，名為證涅槃。又聲聞人依佛所說的四聖諦等法修行，究竟這些法的真實內涵是什麼？聲聞人依這些法究竟斷了哪些結使？證了哪些果位？等等，有必要加以說明，才不會使學人因為對聲聞解脫道無知及錯會而多走了許多冤枉路，乃至妄稱已經成佛成聖而陷於萬劫不復的地步。

所謂四聖諦，乃是苦聖諦、苦集聖諦、苦集滅聖諦、苦集滅道聖諦，亦名為苦聖諦、集聖諦、滅聖諦、道聖諦，簡稱為苦、集、滅、道，乃是聲聞人觀察自他有情五蘊、六入、十二處、十八界都是剎那剎那生滅不已的虛妄法，所以是無常，無常是苦，苦是空，空是無我，簡稱為無常、苦、空、無我，因此斷了三縛結，成為初果須陀洹；乃至斷了五上分結，成為四果的阿羅漢，於捨壽時願意自我消失、願意將自己的蘊處界消滅而入無餘涅槃。

「斷盡證果」：不斷盡不能證果，一定要斷盡才能證果；八十八使、八十一品，一品都不能留。而斷的順序一定是先斷見惑八十八使，八十八使見惑斷盡，小乘就證初果。能把八十八使見惑斷盡就得保障，雖然不出三界，在六道輪迴裡，決定不墮三惡道。所以小乘證得須陀洹之後，在六道裡面只有人天兩道，不會墮三惡道，而且從此以後天上人間七次往來，一定證阿羅漢果。³⁵⁵ 菩薩五十一個位次等級，我們現在還不能算初信一年級。見惑八十八使斷盡才算是一年級，標準從這邊算起，這是圓教初信位的菩薩。圓教七信位的菩薩相當於阿羅漢，因為思惑也斷盡。「聲聞斷事，緣覺斷習」：習是習氣。習氣很難講，古人常常用酒瓶來作比喻。把酒瓶裡的酒倒掉，倒得很乾淨，裡面也洗得很乾淨、擦得很乾淨，確實沒有酒了，聞聞還有味道，那就叫習氣。阿羅漢見思煩惱確實斷盡，但還有習氣在。緣覺的功夫比阿羅漢高，連習氣都沒有，都斷掉。

小乘之阿羅漢及辟支佛，因已去除「見思惑」³⁵⁶，所以他們能斷除「煩惱障」，又因「塵沙惑」及「無明惑」仍未去除，尚要遭受「所知障」；故雖無「我執」，但「法執」仍在；所

³⁵⁵淨空法師講述：〈四諦十二因緣〉，《佛學十四講講記》第十一講。

³⁵⁶「惑」為煩惱之別名，指身心惱亂之狀態。惑有二惑、三惑之分：

1. 二惑：見惑、思惑。概括三界煩惱之通稱，此二惑為正受三界生死之因，斷此二惑，始脫離三界，故凡夫有二惑。斷有次第，先斷見惑，次斷思惑。

(1)見惑：見解上之妄惑，諸妄見也。見可分五：身見、邊見、邪見、見取見、戒禁取見。

(2)思惑：思想上之妄惑，凡夫對世間事物而起之妄惑。思可分五：貪、嗔、痴、慢、疑。

2. 三惑：惑也可分三類。天台宗統收一切之妄惑為三類。

(1)見思惑：將見、思二惑合一而稱。斷此二惑，即離三界，聲聞、緣覺以之為涅槃。故見思惑乃凡夫之惑。菩薩更進一步而斷後二惑，此即聖人之惑。

以證得的是一切智果位(主要以了知法的總相「性空」去修證空性的),聲聞、緣覺之智也,了知一切諸法總相「空相」之智,證得「無我慧」。至於大乘菩薩,若以「十地」來說,在第八地以前,菩薩能將煩惱障和「粗略」的所知障淨除,可惜「無明惑」未破盡,故尚會遭受輕微之所知障(習氣)的影響;而在第八、九、十地的菩薩,才能將「細微」的所知障和習氣淨除。其實,俱生我執³⁵⁷,須八地菩薩方能斷除;而俱生法執³⁵⁸,須成佛方斷;故唯有證得「阿耨多羅三藐三菩提」之佛果,才能完全地斷盡「煩惱(事)³⁵⁹、所知(理)³⁶⁰」二障。煩惱障和所知障二障是同一煩惱之兩面觀,煩惱障以我執為根本,所知障以法執為根本。若由作用之特徵而言,煩惱障乃障礙涅槃之果,而所知障乃障礙菩提之業。所以大乘菩薩證得的是道種智果位(主要以了知法的別相「緣起」去修證空性的,因要善觀緣起、修六度四攝度眾生,布施、持戒、忍辱、叫做福德門,精進、禪定、般若蜜就是智慧門,所以六度就是要福慧雙修。),菩薩之智也,也稱是道種慧、道相智,即了知一切諸法別相之智,別相即種種差別(緣起)之道法。一切種智果位(通達法的總別相「性空緣起、緣起性空」去修證空性的),佛智也,即通達總相與別相之智,化道斷惑的智慧,³⁶¹ 合一切智及道種智二者,故名一切種智,就是佛智境界、佛果位。³⁶²

總上所說:³⁶³ 如何生起出離心、生起出離心的觀修思惟方法、四聖諦無常等十六行相。以中士道的修學而言,最主要是:首先必須經由聽聞學習而了解如何生起出離心,後在自心續中串習、修習出離心,當自心續中生起真實出離心時,即是進入小乘資糧道;後再以比量觀修無常等十六行相,生起止觀能力而入加行道;後再繼續串習觀修,當現量證此等法時,即是進入見道;再經由斷除見道所斷而進修道,於修道中修行斷除「修道所應斷」,直至證

(2)塵沙惑:指菩薩教化眾生之障。當菩薩教化眾生,必須通達如塵如沙無數之法門,但學力不足,未能融通此無量無邊之法門,自在教化,謂之塵沙惑。

(3)無明惑:又稱障中道之惑,即障覆中道實相之根本無明,為一切生死煩惱之根本。

參見 <http://vajrayana.asso.fr/Chinois/Theories-C/worries-C.htm> (參考日期 2017 年 12 月 19 日)

³⁵⁷ 俱生我執:執五蘊假和合身之見聞覺知作用,認為此中常有一主宰的人我者,名為我執。我執有“俱生”及“分別”二種:先天法爾而有者,為「俱生我執」;後天由分別力所生者,為「分別我執」。

參見 <http://vajrayana.asso.fr/Chinois/Theories-C/worries-C.htm> (參考日期 2017 年 12 月 19 日)

³⁵⁸ 俱生法執:無始以來,熏習成性,常於一切法,妄生執著者,名「俱生法執」。此種法執,非由分別而起,乃有生俱來的。參見 <http://vajrayana.asso.fr/Chinois/Theories-C/worries-C.htm> (參考日期 2017 年 12 月 19 日)

³⁵⁹ 煩惱障:屬事障,由“我執”而生。煩惱障即見、思二惑的總稱,行者若見思惑未破,則不能脫出三界,仍流轉生死。簡單來說,煩惱障是指貪、嗔、痴等一切諸惑,因擾亂眾生身心,而障礙涅槃之果,故名煩惱障。參見 <http://vajrayana.asso.fr/Chinois/Theories-C/worries-C.htm> (參考日期 2017 年 12 月 19 日)

³⁶⁰ 所知障:屬理障,由“法執”而生。行者由於無明惑故,迷妄於所知之境界,覆蓋正知見,而成中道種智之障礙。簡單來說,行者對於世出世法,認其為“有”,執之太過,成為法塵,則障礙菩提妙智,使不能了知諸法實相,故名所知障,又作智障。參見 <http://vajrayana.asso.fr/Chinois/Theories-C/worries-C.htm> (參考日期 2017 年 12 月 19 日)

³⁶¹ 佛陀以無漏清淨的智慧破除根本無明(無明惑),斷盡見、思二惑,圓滿菩提,成就佛道,始能成為「三覺圓,萬德滿」的聖者,所以也稱為「阿耨多羅三藐三佛陀」,意即證得無上正等正覺者。參見 <https://kknews.cc/zh-tw/culture/3irl68.html> (參考日期 2017 年 12 月 20 日)

³⁶² 三智:(1)一切智,聲聞緣覺之智也。(2)道種智,菩薩之智也。(3)一切種智,佛智也,一切種智地位就是佛智境界,也稱佛地,即佛果位。指《大智度論》卷 84〈釋三慧品〉所說的,參見《佛光大辭典》。(參考日期 2017 年 12 月 19 日)

³⁶³ 倉忠仁波切:〈略述:出離心、三學戒定慧、四聖諦〉(2015 年 6 月 24 日)。參見 <http://cn.t-karuna.com/jiehuodayi/2015-06-24/220.html> (參考日期 2017 年 12 月 19 日)

得阿羅漢果。修道中都是以前前為基礎而修行，以中士道的修行而言，是以下士道獲得人天善趣為基礎，並在此之上觀修行苦，進而修習四聖諦無常等十六行相，依次增上。因此，此中最主要必須先認識到行苦等，以及認識能產生苦果之煩惱的對治品，以及對治煩惱所獲得的果、斷除煩惱後所獲得的解脫。此等是必須認識的法。產生苦的因是業與煩惱，對治業與煩惱的殊勝法，即是以現證四聖諦無常等之道而斷除，從而生起見道等等道之功德；能夠生起見道等等功德，則又是必須依於出離心的策發而能生起精進修行。

龍樹菩薩說：一切佛、辟支佛、聲聞想要解脫，一定要依解空的智慧。這句話是讚歎般若空慧的殊勝。³⁶⁴ 無論小乘或是大乘，想要證果，就一定要證得空性的智慧，所以般若空慧是大、小乘二子的母親，故是共因。龍樹菩薩曾說何謂解脫？有辦法永遠離開煩惱就是解脫。雖然有業，但沒有煩惱的緣，便不會產生果，凡遠離煩惱，便是解脫。至於如何解脫，便是問題了。我們造業由煩惱而生，煩惱由非理作意而生，非理作意是由內心實執幻想而生。如何滅除實執幻想，以藏人來說，他們根據經論有一句話，反覆思惟空性就可以剷除幻想；這經論是由梵文翻譯，梵文本身的意義，是說在空性中斷除煩惱。有這兩種斷除實執幻想，這是庫乃的喇嘛所說的。³⁶⁵ 我們要怎樣脫離實執的幻想，在佛經中談到，中觀的一部論講到輪迴是由意識而生。這意識並非一般所說的意識，是一種實執的意識，這種實執的所緣是一般事物，所見到是這些事物自性的存在，所緣的是實執的東西，如房子、桌子等。假如我們以另一種正見來說，同樣的緣起這一點，如思惟到是沒有自性的話，那有自性的相，當然就斷除了，有自性相的實執也會斷除。我們要斷除實執，則必須了解空性，即無我。要了解無我，必須先了解什麼是要斷的我，必須要斷的我。月稱菩薩曾說過，不依其他法而獨立存在的我，是要斷的。有人說我們所看到的一切，如房子、桌子，均認為它由其境上產生的，是自相存在的；不能把桌子變成房子，桌子必需具桌子的條件，才能成為桌子，所以桌子是由境上產生的，不需要靠其他產生，這種自相存在我們均能見到、體會到的。認為有的東西，是否自相存在，我們要繼續觀察。

關於自性的有，是否真的有，我們要仔細觀察，當我們發覺假使有自性，會有許多缺點。那末，我們堅持認為這是有自性，這是無自性的東西。當我們了解無自性後，才會慢慢了解到一切法均無自性。那確確實實由顛倒執及錯誤的意識，而認為它是有自體，我們便能體會到，原來真正最細微的煩惱在擾亂。既然沒有而我認為他是有的錯誤意識，這種意識一定有辦法破除，因為我有辦法了解真正的法相是什麼？真正的法性是什麼？原來是無自性的。有自性執著同無自性執著，兩者不可能互存，這是對立的東西。無自性的空正見，是有辦法對治有自性的實執，因此最微細的煩惱，是可以針對調伏的，這是第一點。

第二點，內心是光明法體，本具一切功能，接觸外境的功能，這並非誰創造出來的。像我們內心一定會接觸外境，這功能是本具的，為什麼法相是無自性的，而內心無法接觸到？是因為錯亂識錯誤的實執擾亂的關係，內心無法體會真正的法性；如果有辦法以空正見的智

³⁶⁴ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 8，頁 206。

³⁶⁵ 達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉。

慧，加上內心本具的功能一起修持，則我們有辦法得到佛陀的智慧。既然有辦法知道斷除煩惱的方法，我們而努力學習道諦，這才值得的。《釋量論》曾提及：慈心及悲心和實執所現的是不同的，不是正對立的，是有自性的，慈悲心不是無自性的，見到眾生的痛苦，無法正對治實執，我們並不能只依慈悲心來斷除實執。實執的對治力，只有空正見；但真正傷害實執最有益的，是了解空正見的現量，即我們所說的聖道。

在證得證空現量以前，要先證得證空比量，在證得證空比量以前，必須體會一些空性的道理，必須具有伺察識，在具有伺察之前，必須對空性產生一種疑惑，要先感覺到底有無自性的疑惑，才會產生完全無自性的伺察識；在未有疑惑之前，我們必須了解何謂自性，必須體會到，見到的是自性，自性的百分之百決定意識，決定是自性有的，再漸漸經由無自性的道理，領悟之後，才會慢慢產生疑惑，有了疑惑再慢慢的觀察，發現原來有自性的話，有許許多多的缺點，無自性才是正確的，才會產生決定性的伺察識，以伺察識慢慢觀修，觀修成量，這種量稱為證空比量。還是有模糊的相，稱為二相，二相有自性有的相及義共相，這種相透過修持會慢慢消失，這種相完全消失之後，便證得證空現量，這便是聖道。證空現量會慢慢增長的原因，是由方便品的關係，為求自己解脫，出離心加上空正見，就慢慢解脫；要求無上菩提，在修空正見的同時，必需菩提心來幫助空正見。

在宗喀巴大師所造的《三主要道》的十四個偈頌文在本章的附錄一。第九偈至十三偈是修空性，第九偈「不具通達實相慧 雖修出離菩提心 終不能斷生死根 應勤通達緣起法」是說明修空正見的原因。法相的性質，並不是根識現量，它的性質是法本有體性，就是實相，最究竟的性質就是空。實相同空性意思一樣，所以涉及二諦道理；外道也講二諦，佛教四部論師也講二諦，但是他們二諦的安立都不同的，我們所說是中觀的主張，二諦是異體同一性。無論任何法均為互依而產生的緣起，因為是互依的關係，所以本身是無自性的，是空的相，是緣起的相；每一法均具有這二種相，因此認識此二種相的智慧，各有個別名詞，即思察真實慧及思察名言慧。因為眾生根性不同，佛陀所說也分很多種；「無我」也有分為粗分及細分。佛陀所說經典有些完全依詞義安立，有些是不依詞義安立。所以佛說：我所說的法，不必完全依虔誠心來相信，必須像煉金一樣，觀察後再相信。因此，不能百分之百依佛陀所說的詞義來相信安立，所以成立四不依法：依法不依人，依義不依語，依智不依識，依了義不依不了義。依法不依人是佛陀所說的，不要依詞義就相信，主要是佛陀說的內涵，是法的內涵而非詞義，所以依義不依語，因為不依詞義，所以要依了義，依正理所安立的內涵，所以不依不了義。我們要了解什麼是了義或不了義，必須依空正見，也就是依靠智，所以依智不依識。

龍樹菩薩說：一切法無真實有，無真實存在。以中觀應成派來說，從境上所見到的，假如是存在的，那就不需依其他法而獨立存在，也不需因緣，因為他本身就在境上存在了。事實上不是如此，一切法必需依其他法而存在，這是緣起相。佛陀在經上說：此有故彼有。以及龍樹菩薩的論常提及緣起相，以及因果相等。《鄔波離請問經》上說：「種種可愛妙花敷，

悅意晶宮相輝映，其意未曾有作者，皆從分別心上生，分別假立諸世間。」³⁶⁶一切法均是世間的假相，它不是境上自相的存在。我們見到的是實有相，那是最深的我，最細微的我執。龍樹菩薩說，緣起便是無自性空，因為無自性，所以空的法是由緣起而成立。一切法是互依的，不依的法就是不存在了。不依的法沒有的，不依的真實也不會存在了，這是斷了常邊、有邊；因為是空，必需依其他法而成立，是緣起法，是有的，所以斷了斷邊、無邊，稱之為中觀、中道。

《中論》說：「未曾有一法，不從因緣生，是故一切法，無不是空者。」即是緣起性空，性空當然也不是真實了。我們對外面的事物產生的實執，是可以斷掉的，但我們對性空而產生正念，就覺得那是實執的話，如果這樣認定的話，那是無法改變的邪見。一切法必需完全依靠其他法成立的關係，因為境上本身沒有存在的條件，所以本身沒有自性，也沒有真實的存在。這種「我」沒有的話，就是最深細的空性，也就是「無我」。所以我們了解性空，一定要了解緣起的道理，認識性空的話，便會體認到緣起性空，性空緣起的道理，這樣不會墮常邊及斷邊，則我們可以很快的積聚福智二資糧；以緣起法的概念積聚福德資糧，以性空的概念，積聚智慧資糧。

月稱論師說，如果名言上有自相的話，則無法安立一切聖法，無法安立所破四生，在迦葉問佛經中的諸法自性空，也無法安立。月稱論師說過，了解外間事物的量，這是錯亂識，因它所現的量，見到一切法，均從自己那方面而產生，事實不是。所以說一切法唯名言安立，為分別心安立，不是說只有名言的存在，也不是除了名言以外，名言所詮的意思也沒有，一切法均要依名言來安立。經說一切法如虛空，虛空是遮自己所遮而成立遮遣分而已，是沒有自相的，一切法是依自己的因緣而成立，所以這些法是無自相的。以應成派來說，執著一切法從自己方面而產生，如同所現而執著，事實上是如此的事，即是所謂無明。如果無法了解空性，則最細微的無明無法斷除；因為無法了解空性，輪迴的根本--細微的無明就無法斷除，所以應勤通達緣起法；緣起法是可以把現分現為緣起，而緣起法可以現為現分。證得緣起法之識，是無法直接害到無明，要認識細微的無自性，要靠緣起法的理由去了解它，能依緣起法了解最深的空性，性空緣起最正確的是無自性。一般空性在自續派、應成派、及唯識派見解均不同，一般空性唯遮所破。成立空性的原因是緣起，所以一切法是無自性的。依緣起法而了解無自性，這「緣起」「性空」要雙修，互相運用，因為性空所以是緣起有，因為緣起所以是自性空。

第十偈「能見世出世間法 果隨因行永不誣 能滅實執諸所緣 此乃正入佛喜道」世間、出世間的因果，如是因感如是果，是不錯謬的法。要真正了解緣起的道理，以緣起理破無明所執，要了解一切法均是無自性的，這樣才入了佛喜道。第十一偈「現分緣起不欺誑 空分遠離實執意 若時二者別現見 爾時仍昧牟尼旨」現分和緣起法在同一境上，不去思惟緣起不欺誑的話，則會妨礙法不是空的，如果不了解一切法無自性的話，則無法生起一切法是緣起不欺

³⁶⁶ 月稱論師造，釋法尊譯，益西彭措堪布 著疏：《入中論日光疏》(2001 年 9 月 15 日)。參見 <http://www.ucchusma.idv.tw/vajrapani/rzlrgrs.htm> (參考日期 2018 年 1 月 12 日)

誑，兩者無法同時用在一境上。若時二者別現見，兩者無法融會在一起，無法雙運，果真如此，那你仍未得到佛陀的旨意。第十二偈「唯見緣起全不誣 即滅實執取境相 若時同起非更迭 乃圓成正見觀察」能依了解緣起的心，了解法是緣起的話，自然了解這法是無自性的，也很容易了解法是緣起的，要依互助去滅實執所取的境，實執是執著一切法有自相的境。同時觀察一切法均是無自性，一切法均是緣起法，而且了解這些法不是遮其所斷，而是它本身是屬於遮所斷的本性當中，等於自性空的意思，就是說不存在很自主的自性當中。第十三偈「此復現相除有邊 及以性空除無邊 若知現空顯因果 不為邊執見所奪」在下部來說，現相只能除無邊，無法除有邊；性空只能除有邊，無法除無邊。應成派則不同，現相可以除有邊，因為這些法是心識所顯現的，可以了解一切法無自主的存在，就斷了有邊。因為自性空，所以它的有是相依而有，就可以斷掉無邊。如果可以這樣了解，自然不會被邊執所影響，而且大小的因果，可以很自然的了解一切均是相依存在的。第十四偈「如是聖道三關要 若得如實通達時 子應依靜勤精進 發奮速即修究竟」聖道三要具足顯教及密教的一切基礎，我們為了要了解顯、密教，要了解這聖道三要，而且要去修持，為了修持所以我們要去了解，要證得聖道三要，所以應該要很精進。依靜是到深山清淨地方修持，希望可以得到最究竟的意樂。

宗大師引用《解深密經》：「眾生為相縛，及為粗重縛，要勤修止觀，爾乃得解脫。」³⁶⁷說明必須修習止觀的理由，其中「粗重」是指著留在我們心續上的一種煩惱習氣，能障礙向上功德。「相」指的是現行的煩惱，也就是粗分的煩惱，意指縛在生死是唯在我執。《般若波羅蜜多教授論》指出：「粗重」必須透由修學毘鉢舍那來斷除，「相」則通過修學奢摩他來遮止。

《莊嚴經論》云：「正住為所依，心安住於心，及善思擇法，應知是止觀。」止觀必須俱修，如夜間觀畫，須燈明亮，復無風動，方能明了見諸色相，隨缺其一便不明顯。如是觀甚深空性，亦須無倒了解真實之慧，及隨欲安住之止，方能明了見真實義。《月燈經》云：「由止力無動，由觀故如山。」³⁶⁸

《莊嚴經論》上說：「如果我們的心如理如法地安住，心就不會緣著外境亂轉，這個是止，然後根據這個止善巧思惟觀察一切法，這是觀。」真正學的時候止觀要一起修，就像我們晚上看東西一樣，一定要有二個條件：要很亮的一盞燈(觀的力量)，那盞燈如果在風中閃來閃去的話也不行，所以還要一點風都沒有(止的力量)，你才能夠見到種種的色。現在我們在無明長夜當中，什麼都看不見，要正確地了解，也必定要光明，而這個光明不能動搖，一動搖就看不清楚。不動搖是止，而光明是觀。所以說「隨缺其一便不明顯」。我們之所以顛倒的原因是了解事情的真相，即所謂的真如性，由於不了解，所以產生種種的執著。現在我們要真正了解的話，要觀甚深的空性，同樣需要這個像光明一樣無倒了解真實的智慧。首先要沒有錯誤地了解，然後根據這個了解深入觀察，最後現證真實義。所觀的法一定要經過聞、思、修決擇，最後再用止觀的觀力徹底的明證，所以一定須要「隨欲安住之止」，也就是當

³⁶⁷釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 14，頁 337。

³⁶⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》附錄之《菩提道次第略論》(止觀)，頁 561-562。

你全部精神要擺在這個上面時，它能聽你招呼。現在我們的心念就是不聽招呼，不要說觀甚深空性，連做一點最簡單的小事情，譬如唸一聲佛、拜一下佛，心裡面就會胡思亂想，不能像我們所希望的那樣。所以要觀甚深空性，絕對少不了「止」。那麼有了止，又經過聞、思了解了真實的內涵，再去觀察，最後就能如理如量地親見真實，所以說根據「止」及「觀」方能明見真實義。《月燈經》上說由止的力量使心不動搖，就像無風的燈一樣，以這個心去如理觀察，如實證知，那時面對一切境界，就像山王一樣，真正的如如不動，所以說「由觀故如山」。

宗大師安立自宗是必須止觀雙修的，如在《廣論》卷 24：

若未得無我了義正見，其身一切修行，皆未趣無我，故須先得無我正見。又此非唯了知便足，於正修時，當憶其見而復觀察，於所觀義應善修習。又於無我義須二種修，謂不觀察住與觀慧思擇，非以一分便為滿足。³⁶⁹

宗大師說，修無我正見之行者，如果沒有證得無我的了義正見，他身心相續之任何修行，都沒有辦法趣入無我，所以必須先證得無我的了義正見。此外，只是了知無我義是不夠的，在正修無我正義的時候，應當憶持先前獲得的正見，而不斷地思惟觀察，而且應當只對於所觀察的無我義如理地數數修習。同時對於無我義的修習，必須具備止住修和觀察修，若只修習兩者之一是不夠的。宗大師引《入行論》宣說修止觀之次第：「當知具止觀，能摧諸煩惱，故應先求止，不貪世修成。」故當先求修止。³⁷⁰ 宗大師先引《入行論》宣說修止觀之次第來策勵我們：「具足了止觀，就能夠摧伏一切煩惱。我們要解決痛苦，而痛苦的根本在煩惱，推伏煩惱必定要學止觀，學的時候先要學止，再依止起觀。那麼要學止一定要不被世間的這些東西所轉，所以一定要離欲不貪世，如果對世間有一點染著的話，止則無成，所以一定要不貪世間的一切。」所以是要先修成了止，由止修觀，止觀成就，破除煩惱得解脫。

宗大師引宣說獲得正見是奢摩他、毘鉢舍那的生因，並破斥他宗認為觀察修是分別心之觀點。如《廣論》卷 24 提到的：

雙修止、觀之理者，於無我義，若無決斷定見，則不能生毘鉢舍那功德，以說此見是彼因故。又說未聞彼見聖教障彼觀故。《解深密經》云：「世尊，此奢摩他、毘鉢舍那，以何為因？慈氏，清淨尸羅、聞、思所成清淨正見，以為其因。」又云：「於諸聖教不隨欲聞，是毘鉢舍那障。」《那羅延請問經》說「由聞生慧，慧斷煩惱」等，如前所引，多宣說故。從彼正見生毘鉢舍那之理，謂初決擇時，由多教理觀察決擇。既決擇已，不以觀慧數思擇修，唯止住修，猶不能生，故成奢摩他後，正修觀時，當觀察修。此有一類，初雖不許全不觀察，然以聞、思決擇之後於正修

³⁶⁹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 541。

³⁷⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》附錄之《菩提道次第略論》(止觀)，頁 562。

時，謂觀察修諸分別心皆是相執，不如是修，是許分別皆是相執，及諸異生離分別識而修無我，前已廣破，不應道理。³⁷¹

必須止觀雙修的理由，如果對於無我正見沒有獲得決斷的定見，就不能生起證得毘鉢舍那的功德。因為無我正見是毘鉢舍那的因，而且如果沒有聽聞無我正見的教授，就會障礙證得毘鉢舍那。正如《解深密經》當中，彌勒菩薩請問世尊說：「世尊！生起奢摩他與毘鉢舍那的因是什麼？」世尊回答：「彌勒！持戒清淨與聽聞、思惟所決擇的清淨正見是奢摩他與毘鉢舍那的生因。」是故以清淨戒律及聞思所成的正見為因而產生奢摩他與毘鉢舍那。《解深密經》當中又說：「不好樂聽聞諸聖教是毘鉢舍那的障礙。」《那羅延請問經》中也說：「由聽聞而生慧，由慧而斷煩惱」等等的這些皆如前所說。從修無我正見生起毘鉢舍那的理由，因當初決擇無我正見的時候，是由眾多的教典和正理思惟、觀察，而作成決擇的。一旦決擇無我正見之後，如果不以觀察慧數數思惟、決擇而修習此一正見，只有止修的話，是生不起毘鉢舍那的。所以，成就奢摩他之後，在修毘鉢舍那時，必須以正理數數觀察而修。有一些人對於毘鉢舍那的修法，他們認為不承許初修的時候，完全不以正理觀察而修。然而，透由觀察而聞思決擇正見之後。他們認為如果在正修毘鉢舍那的時候，還繼續以正理作觀察修，那就成為分別心。可是這些分別心都是實執的相執，所以不這樣由觀察而修毘鉢舍那。自宗破斥說：你們的觀點是認為一切分別都是實執的相執，又認為一切凡夫都必須離分別識而修無我正見。對於你們這種觀點，前面已經多次加以破除，因此，以認為「觀察修是分別心之觀點」的這種方式來修毘鉢舍那是不合理的。宗大師說多聞乃慧無上因，故教誡行者應棄「修時不須多聞」之顛倒解，如《廣論》卷 13：

是故聖道最勝命根謂擇法慧。慧無上因，謂於無垢經論勤求多聞，以諸教理善為成立。然諸欲修法者，尚不能知聞為必須者，是由於修時不能定解必須觀慧思擇而修，反顛倒解不須多聞過失所致。故自愛者應棄此過猶如惡毒。³⁷²

所以「擇法慧」是聖道最勝命根。慧謂於法能有所簡擇。能生智慧的無上因，是在於對無垢經論要勤求多聞，讓許多教理都可以充分證成且善為成立於心。然而對那些想要修法的人，還不能了知多聞是必要之因，這是由於「對於修行時，是必須觀慧思擇修不能生起定解，反而顛倒理解成不必多聞」之過失所致，因此，珍愛修行的人應該像除惡毒般地棄捨這種「修時不須多聞」的過失。為何正見能產生「毗鉢舍那」呢？在最初開始抉擇正見時，是以大量教理抉擇正見，但是在抉擇之後亦要以觀慧屢屢觀察修習此正見，因為僅憑安住修是不能生起「毗鉢舍那」的。所以，在成就「奢摩他」之後必須繼續觀察修習此正見。試想當你們把繩子誤認作毒蛇而產生恐懼時，必須引生認知盤繞之物是繩而非蛇的定解來把錯謬恐懼的苦惱斷除。同樣道理，你們錯執二我是實有並由這種錯誤產生輪迴生死之苦，所以必須以教理引生定解，斷定我執的境並不存在，知悉我執純屬錯亂，然後修習這種實義把非理分別滅除。若能滅除非理分別，便能滅除所有一切由它而起的生死輪迴之苦。所以，這就是「中觀正理

³⁷¹釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 541。

³⁷²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 13，頁 327。

聚」等教典經由觀察種種「境」來破除「我」、「我執」的道理。《四百論》上說：「若看見「境」沒有「我」，便能滅除三有的種子。」³⁷³ 因此，《修習次第論》上、中、下三篇皆說於成就「奢摩他」後，在正修時必須大量從事觀察修。所以《入中論》說：「瑜伽士先要破除「我」」的意思是指在正修時應修習觀察思擇。因為瑜伽士進行這種觀察思擇是為了獲得「奢摩他」或「毗鉢舍那」，而不是說在未獲得「奢摩他」之前，不必尋求正見的理解。還有，在「靜慮波羅密多」之後的「般若波羅密多」才開示正見觀察的意思就是要行者依照這種次序，在獲得靜慮之後仍要觀察兩種無我。

假如未獲得無我了義正見，自心於任何修習之中便不能趣向無我，所以必須首先取得無我正見，又只是了解並不足夠，在修習時必須憶念正見並加以觀察，而且對於已觀察的意義必須進行修習。對於無我的意義必須具備兩種修習方式，這就是「安住而不觀察」止修(不思擇修)與及「以觀慧進行思擇」觀修(思擇修)，單憑其中一者並不足夠。所以，當你們已抉擇正見後，便要令自心專住於「法無自性」的結論之上，假如自心略起動搖，便會失去它所安住的正見，若你們這時令心住於這種無分別的狀態便不是修習空性。所以，你們必須修習分別觀察，必須監察自己的作意是否安住於正見之上，然後便要在修習之中保持這種正見。因為雖然先前的聞思已經抉擇正見，但是仍須串習已抉擇的事情。就如同宗大師在《廣論》卷 2 所提的總的共同修法的方式：

所言修者，謂其數數於善所緣，令心安住，將護修習所緣行相。蓋從無始，自為心所自在，心則不為自所自在，心復隨向煩惱等障，而為發起一切罪惡。此修即是，為令其心，隨自自在，堪如所欲住善所緣。此復若隨任遇所緣即便修者，則於所欲如是次第修習爾許善所緣境，定不隨轉，反於如欲善所緣境堪任安住成大障礙。若從最初令成惡習，則終生善行悉成過失，故於所修諸所緣境、數量、次第，先須決定。次應發起猛利誓願，謂如所定，不令修餘。即應具足憶念正知而正修習，如所決定，令無增減。³⁷⁴

所謂「修」的意思就是修行者他不斷地在善的所緣境上，不斷地使自己的心安住在上面，並且進行守護修習所緣境的行相。因為從無始以來，自身一直被心控制，可是心不但不受自我控制，反而隨著煩惱等障礙而造作身、語、意種種罪障惡業。那麼，這裡所說的修就是為了使修行者的心能夠隨著自我控制主宰，能夠依照自己所希望而安住在善的所緣境上面。其次，如果遇到任何相應的境就隨便修持的話，那麼即便對於自己希望的境修習了相當的數量，善的所緣境也一定生不起來。相反的，對希望能夠安住在善的所緣境上面，將會形成很大的障礙。如果一開始修行就養成「若隨任遇所緣即便修者」的壞習氣，那麼終其一生所造善行，全部都會變成過失。所以對於所欲修行的種種所緣境、數量與次第等必須先有確切的認知。然後應該發起強而有力的誓願，說自己必定依照前面所認知的所緣境、數量和次第去修行，絕對不會中途修行其他的。也就是應該具足正念正知而正確的修習。一開始就依照完整認知

³⁷³ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》附錄，頁 605。

³⁷⁴ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 2，頁 45。

的內涵去修行，修行過程不作任何變動。

所以對先前的聞思已經抉擇的正見，還是要不斷地串習已抉擇的事情。因為行者對所抉擇的意義愈加猛力持久，明確堅定，他對正見的定力亦會更加猛力持久，明確堅定，因為定解的力量愈強盛堅固，所以說必須以許多理由、不同的角度來串修思維這些事情，這時可以運用許多「能破」和「能立」來進行思維。又如在「修道」所斷除的煩惱，須由修習(見道時所現證的)空性才能斷除，單憑「見道」是不能斷除這些煩惱的。若在成就「奢摩他」後修習「毗鉢舍那」時，只是修持觀察修，便會令先前的「奢摩他」失壞，假如不重新修習便會喪失「奢摩他」，這樣就如前文所說，沒有「奢摩他」便不能引生「毗鉢舍那」。所以必須共同修習從前的住心奢摩他及新近的毗鉢舍那，也就是說，在修習「毗鉢舍那」之後，便要對「觀察修」所得出的意義修持「安住修」的身心輕安。這樣修習便能達成專緣無我的「止觀雙運」。這也就是宗大師對修空觀的抉擇：

修觀，是為引生聖慧，對治煩惱，所以最重要的是修緣空性（或名無我）的觀。正確的修法，要先求通達無我的正見，然後於正修觀時，就緣所通達的無我義而修觀察。到了由觀察力引生輕安，其觀即成。³⁷⁵

以下就邪執的部份來做說明，意即要拿相關法類來衡準自心，然後努力地把不對(邪)的部份給倒正過來。如果有人持下面的說法：「修空就是修諸法真理，諸法真理離是絕非，所以只要攝心不散，不起任何思念，無分別住，就與真理自然契合；不須先學空見，然後學空。」他們有的人這樣說：「若先觀察所執的境，再來斷除能執的心，如狗被人拋石塊打擊，追逐石塊，不勝其煩。若攝心不散，不令起分別，一切分別即從自內心斷除，如狗咬拋石塊人的手，他就不能拋石塊了，這才是扼要的辦法。」³⁷⁶ 這是修空觀的最大歧途，而且目前尚有不少人都持此錯誤的見解在學定、修空觀。

宗大師對此抉擇甚詳：(1)若不分別住便是修空，那悶絕、睡眠、無想定等，應該都是修空。(2)若不起是非分別便是修空，眼等五識都不起是非分別，應該也是修空。(3)若攝心一處不起分別便是修空，一切修止的時候，應該都是修空。

這說明修空觀的人，必須先認清所執的境，再依正理通達所執境空，才能斷除妄執。若但不分別住，決不能斷任何煩惱。本論喻之為：如於暗中誤認繩為蛇，生起恐怖，必須用燈燭來照，看清繩不是蛇，恐怖才能除去，若不看清，恐怖終不能去。這一切都說明必須先觀察所執的「我」等境空，才能斷除「我」等妄執，不是閉上眼睛，一切不分別，便是修空。

宗喀巴大師指出，(1)即使最上品加行道(世第一法)的凡夫菩薩，尚且是以分別思維修習空性，所以凡夫能以無分別心修習空性的說法不能成立。若認為行者不必以正理遮破我執的「境」而獲得正見，只要攝持自心，不讓心意流散於二我之上，這樣便是修習無我的意義，又或認為異生凡夫是以無分別識修習無我。這些說法皆是遠遠偏離了教、理之道。(2)即使你

³⁷⁵釋法尊譯：《菩提道次第廣論》附錄，頁 604。

³⁷⁶釋法尊譯：《菩提道次第廣論》附錄，頁 604-605。

們已經獲得正見，但是在保持正見時仍須由憶念前所抉擇的正見意義來修習空性。純粹令自心住於無分別的混沌狀態並非修習空性。自宗所說「全不分別」的意思是指攝心安住於所修境而不從事許多「這是這個，這不是這個」的觀察。自宗決不同意「全不分別」的意思是指「遠離分別」。(3)「正見觀察」只是憶念正見，然後只是在正見之上進行「安住修」。若說這就是修習空性便不合道理，因為在空性之上進行「安住修」只是「奢摩他」，而沒有修習「毗鉢舍那」亦即「觀察修」的方法。所以，這只是一分(片面)的修法，並不能修習止觀雙運。

第四節 小結

本章以《廣論》三士道的道總次第，說明對下、中士道如何引導到上士道的義理與實踐方法，即是對聲聞佛法和大乘佛法的義理與實踐方法分成三節做說明：第一節是下、中士道的義理與實踐方法，第二節是上士道的義理與實踐方法，第三節是共下、中士道做為上士道引導的基礎，即聲聞佛法如何做為大乘佛法的基礎、聲聞佛法如何提升到大乘佛法的關鍵和聲聞佛法和大乘佛法的空性，來做說明。收攝在以《廣論》三士道的架構可以實踐聲聞佛法與大乘佛法的義理，並且可以將聲聞佛法提升到大乘佛法的關鍵處，進而對道次引導的重要性，建立正確的知見。

在修共下士、共中士道時，應該了知這些內容是讓身心能相續發心的前方便，都是修上士道發菩提心的前行，所以是發無上菩提心的一部份。不論修中、下士的任何一部份，在每次修時，都應加念：「我為修菩提心故」這一句，所以，對於能發菩提心的前行部分，應當非常重視，如果不如此，就會認為下、中士道，是獨立的部分，和上士道完全沒有關連。譬如說共中、下士道中強調修出離心，所以在修共中、下士時，我們隨時提醒自己，是為利益眾生而修，與發菩提心相應而修，這樣才不會在修共中、下士道時，因為菩提心的習氣未能種下，而失去了大利義。所以，凡是修法時，不忘加上「為了利益一切有情而修」這段話，如「為了利益眾生而修歸依、業果、苦諦、出離、解脫……等等。」對於這部分，應該加強殷重的修。如果能如上面所說的，來修習共中、下士道的話，到了上士道時，不論所修是何種的內容，如發菩提心、行六度四攝、止觀等等，都能於身心的相續中，隨自己的心力，生起真實的菩提心。因此從這個角度來看，就算是真正為了自利起見，直走大乘、發菩提心成佛才是最好的直路，所以大乘的修行一定是依三主要道一出離心、菩提心、空正見的次第，一步一步依次增上、走上成佛之路的。

每位修行者要對聖道三要，有一定感受之後，再加上菩提心。菩提心，剛開始時要透過願心儀軌發起菩提心，發起菩提心以後，會覺得一定要去利益眾生，一定會想去行菩薩道，再經過行心儀軌去受菩薩戒，再去行菩薩行，這就是六度所攝的菩薩行，多的可以有十波羅蜜，總攝為方便品及智慧品。修大乘法的人，一定要雙運方便及智慧，然後經由雙運方便及智慧，成就果位；方便品證得色身果位，智慧品證得法身果位。方便及智慧雙運修行，才能

成為真正的大乘修行者。



第五章 結論與建議

佛陀是徹底了知世間一切真相的人，是不但了知而且如實真正證得的人。所以只有佛陀才是有圓滿無缺的認識，且已圓滿、無過失的親自證得，因此佛陀所說的教言才是真正的質正、量圓、次第無誤的，如理如量、百分之百地可靠的。在《法華經》卷1〈2方便品〉中，佛陀告訴舍利弗，「十方佛土中，唯有一乘法，無二亦無三，除佛方便說。但以假名字，引導於眾生，說佛智慧故，諸佛出於世，唯此一事實，餘二則非真，終不以小乘，濟度於眾生。」

³⁷⁷ 佛陀說十方三世一切諸佛，真正出現的目的就是只為說一佛乘法，因為沒有什麼小乘、二乘、三乘。除一佛乘外的這些法門，只是佛陀以其無量無邊的智慧，為了方便接引不同根器的眾生，而宣說各種不同的應機法門，如宣說三乘之法來引導眾生，令眾生的善根經過漸次的引導而成熟、漸成大乘種性，再宣說大乘法要，這是佛陀以其無盡的方便、無有疲厭地平等度脫一切眾生，而成就佛道。這在《大般若經》卷478〈83無事品〉中，佛陀以告訴善現的方式，說明佛陀為要濟拔眾生而有施設的種種差別、聲聞四果和三乘法的緣由，也說明一切法皆實無自性，皆是緣起性空、性空緣起的：「無性法中不可施設諸法有異，無業、無果亦無作用。但諸愚夫不了聖法毘奈耶故，不如實知諸法皆以無性為性，愚癡顛倒發起種種身、語、意業，隨業差別受種種身。依如是身品類差別，施設地獄、傍生、鬼界、若人、若天乃至非想非非想處。為欲濟拔如是愚夫愚癡顛倒受生死苦，施設聖法及毘奈耶分位差別，依此分位施設預流乃至獨覺、菩薩、如來。然一切法皆以無性而為自性，無性法中實無異法，無業、無果亦無作用，無性之法常無性故。」³⁷⁸ 佛陀希望我們要一心信解受持佛語，無有餘乘，只有一佛乘，就如同在《法華經》卷2〈3譬喻品〉，佛陀知三界無安、猶如火宅「三界火宅喻」，有提到：「我為眾生，以此譬喻，說一佛乘。汝等若能，信受是語，一切皆當，得成佛道。」³⁷⁹

《般若經》中也提到，菩薩應當發起學習一切道的欲求，所謂『法門無量誓願學』，意即要徹底了解聲聞、獨覺(緣覺)、菩薩等三乘修學、現證的修持方法，才能成辦菩薩所求事的方便，因為具足這樣的資糧能力的話，就能去成辦以度化不同根器的眾生。」所以宗大師對於當時有主張學習大乘佛法的人，不需要學習劣乘(小乘；即聲聞乘與獨覺乘)之佛法內容的說法，明白破斥這是違背聖教的說法，這是錯誤的見解。如《廣論》卷1：「故有說云：是大乘人故，不應學習劣乘法藏者，是相違因。」³⁸⁰ 大乘之所以稱為大，是因為要解決一切人的問題。所以真正講修持的時候，要先想到因、果，或說業感緣起的道理，若自認為是大乘人就不要學習小乘法門的話，那這個因就不對了，所以才說這是相違「因」。大乘分顯密

³⁷⁷後秦·鳩摩羅什譯：〈2方便品〉，《妙法蓮華經》卷1，頁8上。

³⁷⁸唐·玄奘譯：〈83無事品〉《大般若波羅蜜多經》卷478，頁420中。

³⁷⁹後秦·鳩摩羅什譯：〈2方便品〉，《妙法蓮華經》卷1，頁15上。

³⁸⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷1，頁9。

二教，修密教之前先要有顯教的基礎，大乘也要以小乘為修持的基礎，所以有必要先了解大小乘共同的佛法內容。大乘法的基本是菩提心，一般有自利希求和他利希求；大乘主要的是他利希求，自利希求是希求無上菩提，要生起無上菩提心之前，要有希求解脫之心，希求解脫心以前，要有四諦的修持，輪迴苦方面的修持；沒有這些修持，則無法生起斷除所知障的斷功德。聲聞乘(小乘)只證悟圓滿人無我，所以僅斷盡煩惱障，而未能斷一切所知障。所以從成佛的角度來說，先入聲聞乘求證阿羅漢果位，是迂曲、緩慢之道。因為證果入滅盡定一萬劫後，佛放光勸請回小向大，才趣入大乘，這樣成佛所經歷的時間，比最鈍根菩薩還要慢四十九劫。因此從這個角度來看，就算是真正為了自利起見，直走大乘、發菩提心成佛才是最好的直路，所以大乘的修行一定是依三主要道一出離心、菩提心、空正見的次第，一步一步依次增上、走上成佛之路的。是故唯有證得由厭離輪迴苦的出離心、菩提心所攝持的空正見，才是真正能斬斷輪迴的根本。

一般學佛的修行者，從努力修行，至因緣成熟時，就可覺悟證果。在佛教的證悟中，可分為小乘的果位與大乘的佛果。小乘的果位有四果；大乘菩薩的果位稱為地，菩薩十個果位稱為十地，真正圓滿菩薩六度萬行，完成的證悟果位，稱為佛果。小乘又稱為聲聞乘，就是聽聞佛法而覺悟的人，他們之所以被稱為小乘人，是因為他們心量小，只求自己解脫。佛教的主要目標，是要上求佛道，下化眾生，既是除了自己修行解脫證果外，還要引導其他眾生解脫生死輪迴，走上涅槃之道。根據《俱舍論》中說：在小乘的聲聞四果中，修行者因為根器與因緣的不同，快者三生，慢者則六十劫方可覺悟證阿羅漢果，證悟的果位有：初果須陀洹、二果斯陀含、三果阿那含、四果阿羅漢。

釋迦牟尼佛是人修成的，不是神，也不是仙。菩薩也是人，也不是神仙。「佛」是古印度梵語音譯過來的，意思是「智者、覺者」。換句話說，「對宇宙人生的真相徹底覺悟了，一絲毫的疑惑都沒有」，這個人就稱之為佛。「菩薩」也是梵語的音譯，意思是「對宇宙人生的真相正在求覺悟者」。菩薩也有相當程度的智慧和覺悟，但還沒圓滿，若圓滿即稱為佛。原來佛、菩薩、辟支佛、阿羅漢，都是佛教學位的名稱，就像學校博士、碩士、學士等名稱。佛教的最高學位是佛，其次是菩薩，再其次是辟支佛，最低是阿羅漢，總共四個學位。

我們各人所具的本性，原是萬德萬能，與佛無異，只因一念無明，為煩惱習氣所縛，才輪迴六道，沉淪苦海。雖然如此，但我們的佛性終無損減，人人皆可成佛，所以佛經上說：「眾生是未覺的佛，佛是已覺的眾生」。七佛通戒偈：「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教」，³⁸¹ 可見這是一切諸佛通行的教化，這也說明了佛法講的是內明，是淨化自己，透過持守戒律，廣修善法，淨化心念，而使身口意三業清淨。所謂「諸惡莫作」，是說凡妨害眾生，事無大小，皆不可去做；而「眾善奉行」，則是說凡利益眾生，事無大小，皆當為之。這兩句合起來，也就是戒學中止持和作持的旨意。至於「自淨其意」一句，則是要使意業清淨無染；而禪定正是清淨意業的功夫，智慧卻是清淨意業的效果。所以佛法的本體和作

³⁸¹隋·智顛說：《妙法蓮華經玄義》，頁 695 下。

用，恰可互相配合。《百業經》中說：「縱經百千劫，所作業不亡，因緣會遇時，果報還自受。」³⁸²《涅槃經》〈遺教品〉也說：「深思行業善惡之報，如影隨形，三世因果循環不失，此生空過後悔無追。」³⁸³這說明了一、業因不滅。二、不論時間久暫，遇緣則起現行。三、自作業，自受果。「假使經百劫」，不管你過去生，多少時間，百千萬億年，「所作業不亡」，你所做的行為沒有亡，沒有消失，「因緣會遇時，果報還自受」，我們所做的行為，在物理世界也好，精神世界也好，一切做過的事都有記錄的。這就是假使經百劫，所作業不亡，沒有忘失過，永遠存在，所以這個叫「一切有」，不是「一切空」。因緣會遇時，就受這個果報，生死是這樣來的。這也印證了佛經上說的：「欲知前生事，今生受者是。欲知來生事，今生作者是」。阿底峽尊者的弟子阿蘭若師很明確地告誡弟子內鄔蘇巴說，若有人問及以何教授作為中心時，不是你們回答的「已能發起神通，或者能見本尊。」「然實應說於業因果漸漸決定，於所受戒清淨護持。」故修之成就，當知亦是無明等惑漸趨輕微。」³⁸⁴而是回應以「於業因果決定，於所受戒清淨護持」為教授中心。所以修行的成就，應該說是無明等惑業漸漸轉趨輕微。故要忍耐斷除煩惱而發起精進的苦行以換得大安樂，是極為應理之事。《海問經》中，世尊回答海龍王要於善法觀察思擇，才能斷墮惡趣之因。諸菩薩由一種法，能斷生諸險惡惡趣、顛倒墮落的。

「一法云何？謂於諸善法觀察思擇，作如是念，我今若何度諸晝夜。」若能如是觀相續者，諸先覺云：此因果時，校對正法，全不符順，於此乃是我等錯誤，全無解脫。校對業果，是觀順否，若以法校自相續時，全無符順，而能至心了知如是，是為智者。³⁸⁵

在修習業果時，以正法校對自相續，觀察自己的錯誤，若能至心了知者，是為智者。意即與正法比對，若發現自相續中全不符順正法，這就是我們的錯誤，是故根本無法解脫。自相續與業果校對，目的在於觀察是否符順。如果以正法校對自相續時，能夠真實了知完全不符順，那麼這就是智者。《入行論》中提到：

「苦從不善生，如何定脫此？我晝夜恆時，理應思惟此。」又云：「能仁說勝解，一切善品本，又此之根本，恆修異熟果。」謂既了知黑白業果，非唯了知即便止住，應數修習，以此是為極不現事，極難獲得決定解故。³⁸⁶

世尊曾說：「一切善法的原始動機都是信樂和希求。」而希求嚮往和信樂佛法的根本動力，就是要經常思惟因果報應的道理。佛說一切善，根本為信樂。信樂的根本則是要「恆修思業因果」。了知黑白業果之後，並不是就到此為止，而是應當要數數修習，因為業果是極細微、不明顯的，所以是非常不容易獲得定解的。佛法講的是內明，是淨化自己，所以佛說

³⁸² 晉美彭措法王講，索達吉譯：《百業經白話譯釋：(31)小駝背一餓死母親 聖者受報》(台北：福智之聲出版社，2005年10月)，頁131-139。

³⁸³ 唐·若那跋陀羅譯：〈1 遺教品〉，《大般涅槃經後分》(大正藏 冊12，No. 377) 卷1，頁901上。

³⁸⁴ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷7，頁201。

³⁸⁵ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷5，頁142-143。

³⁸⁶ 釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷5，頁142。

自己未調伏而能調伏他人是無有是處。假如身口二業不調伏，便會造成未來的痛苦。未來的快樂與痛苦，固然是由身口二業造成，但最主要的是我們有沒有調伏內心。我們的內心若沒有調伏，那身口就會造成不善業。世尊也是依緣起法安立，緣起的道理，是萬法的現象，本來存在的，而非某種因果改變它，或者某人創造，本有的法性，因為是一切法的緣起相。所以佛陀詳細的依一切法的緣起安立，依緣起法慢慢改善，這就稱為道。道雖有許多種，但最主要的只有三種，意即依此聖道三要修行，內心的功德便能增長，缺點會漸漸減少，最後達到解脫或成佛的目的地。

佛陀為了利益眾生，說了八萬四千法門，因為我們的煩惱有八萬四千種，對治這麼多煩惱，必需說這麼多法門；但八萬四千法門中，最主要的只有三種--出離心、菩提心、空正見，故稱為聖道三要、三主要道。眾生的利益，有暫時的增上生，以及最主要的解脫；解脫分為個人解脫及佛果位。求個人解脫要有兩種，方便品及智慧品；方便品就是出離心，但必須依空正見才能解脫，也就是智慧品。以大乘來說，菩提心即是大乘發心，這是方便品的一部分；智慧品便是空正見，主要的是以方便品辨別是小乘或大乘。

我們修行之前要聽聞，如果不聽聞，即使很想修，也不知方法，就無法修行；有些是廣聞不修行，學的均會成為煩惱的助緣，學了佛法反而是生起煩惱心，無法把所學的用來修行，如果這樣做就是錯誤，如天成魔。³⁸⁷ 所以現在我們學了佛以後，第一件事情是從依止善知識開始，把握暇滿人身，這是道前基礎；要念死無常、思惟三惡道苦、皈依三寶、深信業果、懺悔，這是下士道。這要先催我慢才能去依止善知識，要從他那聽聞正法，聽聞正確的方法以後，自己的行持應該從懺悔開始。因為要離苦得樂，所以我皈依三寶，接著要如法去行持，可是無始劫來造的惡業，如果不先懺悔懺掉的話，惡業是會感果的。所以四力懺悔當中最重要的是破現行。破現行是要多起追悔，因為我們平常這個現行，都是我們一般習慣的，也就是我們愛好的，為世間安樂不知造了多少的惡業。現在要用知見來破除，所以深深追悔以前所好樂的，以前以為這個有好處的，然後這樣不斷在佛前懺悔，這樣才有可能扭轉得過來。懺悔若能達到最得利的，就是可以把這個昔業根本拿掉了，那它就不會再現起了；就算沒能到這個境界，等到你真正地懺悔現起的時候，你也對以前一向歡喜的，以為天經地義的，也會因自己心裡面有了正確的認識，乃至於你會不再歡喜而排斥它了。所以對於往後、來生不想去的地方，就不要再有那種業習氣。只要能有些慚愧、懺悔的心，那麼所造作的業，就不會究竟完全是黑業，而變成是雜染業，所以常懷著慚愧、懺悔的心就是對我們造業的最佳保護了。其實只要內心感到不快樂，這便是煩惱，這時就要有警覺心了；而斷除這種惱害心的，就是要解脫。所以要去鬥煩惱！但只求得這種解脫仍是不夠的，因為以前留下的習氣還在，這會障礙我們了解法相；為要了解一切法相，我們必須斷除這種習氣，慢慢地串修成清淨的內心，也就成了法身。要了解解脫的話，必需體會何謂滅諦；滅諦是洗去內心的污垢，因此了解四諦的內容是很重要的。因此佛陀初轉的法輪就是四諦法輪，一切佛法的基礎，也是由四諦安立，因此了解四諦，便算是真正了解佛法了。依因果緣起的法則，一句話：業！造什

³⁸⁷ 達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉。

麼業就感什麼果，如果能對「共下士道」所闡明的業果法則生起定解，就能常造善業、少造惡業，終至止惡行善，而求得人天果報。

宗大師於所著的《廣論》結分時，還說「我乃愚中最为愚」，³⁸⁸ 這也就是為什麼能夠策使宗大師達到最高成就的主要原因之一，時時都準備好要聞思修法義的具相佛弟子，「愚者知為愚」這是真正的智者，宗大師在觀自相續校對正法時，最起碼的態度是不要自認為對法已經了解，而成為下愚者。宗大師正因為有一顆謙恭的心來學法，那就可以得到很多人的歡喜，因此學法的違緣消除了，順緣也就集聚了。佛是最圓滿的、如實圓滿了知一切真相，但是因為我是愚中最愚，所以難免會有過失，因此我在佛菩薩、佛前懺悔。因為無量劫所造的苦因--惡業未盡，即使生到最高的天「非想非非想天」，福報享盡後還須墮落輪轉為苦，鬱頭藍弗就是個典型的公案，他修成了無色界中最高的非想非非想天，八萬大劫在定樂當中，最後死了以後是墮落到畜生道當中。無想天中報盡墮人道者，然多無記憶力，以第六識心心所壓伏已久故，所以阿羅漢畏無想天如牢獄也。³⁸⁹ 換句話說：下士道指點我們業的理路，讓我們了解業的特徵，但我們凡夫因為無明，故仍在輪迴中受苦，也就是「迷」、「不覺」。因為不了解「第一義愚(真實義愚)」和「業果愚」。前者是不了解性空之理，後者是不了解緣起相循的因果關係。³⁹⁰ 佛法的甚深義理，性空所以緣起，緣起所以性空，兩者是分不開的。阿底峽尊者諄諄教誨，並且要我們認真學習的，就是緣起。經論上告訴我們：「寧起有見如須彌山，勿起惡取空見如芥子許。蓋空見撥無因果，能斷五乘善根故也。」³⁹¹ 雖然因緣的深義大得像須彌山，只要如理如法一步步地走，定會走到山頂，獲得目標；相反地，如果忽視誤解空見，那就永無成功之日。因為用空見去亂撥無因果，這是會斷了成就五乘的善根的。龍樹菩薩曾在《中論》提醒我們：為什麼我們對佛說的道理會知見稠林呢？原因很簡單，我們的知見一直在「空」上轉，錯誤的執著使我們不了解性空的真義，不能看見真如本性，不能跳出輪迴之苦。因此，為達究竟圓滿佛果，只修習下士道是不夠的，而是要以此為基礎進入中士、上士。

「中士道」要思惟苦諦、集諦、十二有支，乃至思惟解脫生死正道。修道證果這一條路困難重重，若無強盛的推動力，是會半途而廢、終至一事無成，所以我們要先認識苦，感到苦的逼迫性、策發修學、求解脫三有輪迴苦，因此中士道說明的就是四諦：苦集滅道，也是依因果安立的。集諦為因，苦諦是果，道諦是因，滅諦是果。佛為眾生說明總別苦相令起厭離，進而研求苦因。那麼，苦的範圍若依三種受相的不同，分為苦苦、壞苦、行苦--遇到苦的事當然苦，這是「苦苦」；遇到快樂的事耽溺於樂受中，但這種感受既不真實、又不長久，當樂受變壞時便痛苦無比，這是「壞苦」；遇到不苦不樂的捨受中，因為遷流變動，無常所隨逐，感到不安穩，這是「行苦」，就像有一句話說的「花好月圓」變成「人去樓空」的這種狀況。

³⁸⁸釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 24，頁 558。

³⁸⁹宗喀巴大師造，釋能海講授，任定詢筆記：《菩提道次第論科頌講記》(台北市：福智之聲出版社，2002 年 9 月)，頁 17。

³⁹⁰釋法尊譯：《菩提道次第廣論》卷 7，頁 181。

³⁹¹明·智旭著：《靈峰滿益大師宗論》(嘉興藏 冊 36，No. B348) 卷 6，頁 360 上。

痛苦的力量在後面推動著我們往前進；圓滿的果在前面牽引著我們向前衝，如此一推一拉，大家努力地修學，滅盡惑、業、苦三種雜染，證得究竟寂滅的涅槃。小乘解決自身的問題尚且要厭離心，大乘要度眾生當然也是修厭離心，依著次第的必要性，由修習中士道進入到修學上士道。「上士道」包括發大菩提心和修菩薩行。修中士道後，要想到：一切眾生沉沒三有生死苦海，只是自己解決生死，還是不能救度一切眾生；所以為救度一切眾生，自己必須先成就無上菩提佛果。由此大悲的驅動發起菩提心，求受菩薩戒，學習六度、修學四攝，就是上士道。大乘成佛的因就是菩提心，為使這個因究竟圓滿，故要止觀兼修才能明瞭見真實義，詳細抉擇清淨正見。以上三士道次第的部分不是孤立無關，而是脈絡貫穿的，是成就無上菩提必經的過程。如果從知見來說：「聞、思、修慧」，聞慧、思慧、修慧；從行持來說：「戒、定、慧三學」，都有它必然的修學次第。

在修共下士、共中士道時，應該了知這些內容是讓身心能相續發心的前方便，都是修菩提心的前行，所以是發無上菩提心的一部份。不論修中、下士的任何一部份，在每次修時，都應加念：「我為修菩提心故」這一句，所以，對於能發菩提心的前行部分，應當非常重視，如果不如此，就會認為下、中士道，是獨立的部分，和上士道完全沒有關連。譬如說共中、下士道中強調修出離心，所以在修共中、下士時，我們隨時提醒自己，是為利益眾生而修，與發菩提心相應而修，這樣才不會在修共中、下士道時，因為菩提心的習氣未能種下，而失去了大利義。所以，凡是修法時，不忘加上「為了利益一切有情而修」這段話，如「為了利益眾生而修歸依、業果、苦諦、出離、解脫……等等。」對於這部分，應該加強殷重的修。

修學佛法，以遠程看，究竟的是成佛，但成佛須經過三大阿僧祇劫的時間，大家一聽這數字，心就冷了半截，實際上，真正的問題，不在時間的長短而在內容的好壞。若是壞事，即使一剎那也如坐針氈；若是好事，即使長時期也值得等待，三天、三年、三大阿僧祇劫，甚至無量阿僧祇劫也不怕啊！因此並不是一口氣立刻修得佛道、證得佛果，而是要步步增上，這就是廣論教授最美妙的地方。以近程的利益來看，假若能深入學習佛法，並且運用得當，即能改善生活的品質，擺脫命運的束縛，明朝袁了凡先生的「立命之學」即是明證。

《廣論》乃通學顯密的宗喀巴大師總攝三藏十二部經之要義編著而成，其循法龍樹菩薩、無著論師傳承的道軌，據「三士道」根機之高下，由初淺引導至高深的修習漸層，廣引諸多經論言說如何在通往了悟生死的解脫道上及證悟佛果的菩提道上精進持修，始自道前基礎之建立，經下、中、上三士道進修理路，乃至奢摩他、毘鉢舍那之止觀修持，言及之處無不鉅細靡遺。此大論如理闡述修習佛法的根本、體性、思維與實踐，次第開展戒學，定學與慧學之修持進程。如此內容架構縝密完備的佛法修學著述，不僅在西藏前無所見，綜觀顯密各宗現存之經論亦無出其右者。所以《廣論》漢譯本將梓行而問世之初，太虛大師為之作序：「迄今欲扶掖以經論律儀，亦尚無以樹立其基礎，而借觀西藏四五百年來之黃衣士風教（指格魯派、宗喀巴大師），獨能卓然安住，內充外弘，遐被《康》、《青》、《蒙》、《滿》而不匱，為之勝緣者雖非一，而此論力闡上士道必經中下士道，俾趣密之士，亦須取一切經律論所詮

戒定慧遍為教授，實為最主要原因。」³⁹²

本論文為讓各類根機的修行者都能在各自的緣起點上找到下手處，和達到最終離苦得樂的本懷，已以《廣論》三士道總次第的視角來觀照聲聞佛法與大乘佛法的義理連結，闡述聲聞佛法作為大乘佛法基礎的探究，並對世尊三轉法輪、大乘是否是佛說，做簡要的分析 and 說明。希望本論文的研究對我等欲修行大乘的凡夫能對大小二乘、三士道次第引導的重要性等有完整認識，進而確立於心中，產生堅固不移的見解、建立正確的知見，那修行過程就能斷惡修善、生善法欲、發勤精進，避免犯嚴重的謗法罪、勸發菩提心，早證菩提佛果位。

在《法華經》卷 1〈2 方便品〉中，佛陀告訴舍利弗，「我本立誓願，欲令一切眾，如我等無異。」³⁹³ 佛陀的本懷希望一切眾生皆和他一樣的成就無上菩提佛果。這是什麼樣的心量，諸佛希望一切眾生都成佛，都和他一樣，不能不如他。這「一切眾生」當然包括我們在內，就是佛教終極的目標。佛陀希望每個學生都拿到博士學位。佛與一切眾生平等，所謂：「生佛平等。」是「生、佛」，不是「佛、生」，佛把眾生的地位抬上來了，眾生第一，佛在下面，眾生與佛平等。《梵網經》中說：「汝是當成佛，我是已成佛，常作如是信，戒品已具足。一切有心者，皆應攝佛戒，眾生受佛戒，即入諸佛位。」³⁹⁴ 諦信佛語，相信自己本具有成佛的佛性，我們應當發奮努力、乘此大乘，因為人生難得今已得，佛法難聞今已聞，大善知識難遇今已遇，今生不向此身度，更向何生度此身？確信「當知善知識，如寶不可捨」，《三十八攝頌》(附錄二)裡的第一偈「萬善根本從師出，能生利樂如良田，依止違法善根斷，如理事師求加持」，該如何把握暇身好好修行，即便是微不足道的一點點小事，一旦發心良善、善法欲推動，所感得的善果，不但迅速而且一定會是無比的豐厚--淨除罪障，發願回向要積聚成佛所需要的三大阿僧祇劫的成佛資糧。所以真正去實踐斷惡修善--對已生的惡，要令其懺悔斷除；對未生的惡，要令其不再生起；對已生的善，要令其增長無盡；對未生的善，要令其生起，利益眾生才是正途、積聚無惱害福，故平時要多串修念死無常，實證三主要道，成就依止法，讓暇身不空過，才不辜負佛世尊真誠的教誨和期望。阿彌陀佛！

³⁹²釋法尊譯：《菩提道次第廣論》序，頁 2。

³⁹³後秦·鳩摩羅什譯：〈2 方便品〉，《妙法蓮華經》卷 1，頁 8 中。

³⁹⁴後秦·鳩摩羅什譯：《梵網經》(大正藏 冊 24，No. 1484) 卷 2，頁 1004 上。

參考文獻

一、經典(依譯著者年代排列)

- 後秦·鳩摩羅什譯：〈魔事品第十一〉，《小品般若波羅蜜經》(大正藏 冊 8, No. 227) 卷 5。
- 後秦·鳩摩羅什譯：《清淨毘尼方廣經》(大正藏 冊 24, No. 1489, 2002 年 11 月)。
- 後秦·鳩摩羅什譯：《妙法蓮華經》(大正藏 冊 09, No. 262)。
- 後秦·鳩摩羅什譯：《梵網經》(大正藏 冊 24, No. 1484)。
- 龍樹菩薩造，後秦·鳩摩羅什譯：《大智度論》(大正藏 冊 25, No. 1509, 1999 年 12 月)。
- 龍樹菩薩造，後秦·鳩摩羅什譯：《十住毘婆沙論》(大正藏 冊 26, No. 1521)。
- 龍樹菩薩造，梵志青目釋，後秦·鳩摩羅什譯：《中論》(大正藏 冊 30, No. 1564)。
- 婆須密舅法救菩薩撰，後秦·竺佛念譯：《出曜經》(大正藏 冊 4, No. 0212)。
- 于闐國·實叉難陀譯：《大方廣佛華嚴經》(大正藏 冊 10, No. 279)。
- 失譯人名附後漢錄(220 年代)：《分別功德論》(大正藏 冊 25, No. 1507)。
- 龍樹菩薩造，陳·真諦譯：《寶鬘論》或《寶行王正論》(大正藏 冊 32, No. 1656)。
- 天親菩薩造，陳·真諦譯：《佛性論》(大正藏 冊 31, No. 1610)。
- 隋·吉藏撰：《中觀論疏》(大正藏 冊 42, No. 1824)。
- 隋·智顓(智者)撰：《維摩經玄疏》(大正藏 冊 38, No. 1777)。
- 隋·智顓說：《妙法蓮華經玄義》(大正藏 冊 33, No. 1716)。
- 世親菩薩造，唐·玄奘譯：《阿毘達磨俱舍論》(大正藏 冊 29, No. 1558)。
- 唐·玄奘譯：《大般若波羅蜜多經(第 401 卷-第 600 卷)》卷 478 (大正藏 冊 07, No. 220)。
- 無著菩薩造，彌勒菩薩說，唐·玄奘譯：《瑜伽師地論》(大正藏 冊 30, No. 1579, 2005 年 1 月)。
- 唐·若那跋陀羅譯：《大般涅槃經後分》(大正藏 冊 12, No. 377)。
- 宋·元照撰：《四分律行事鈔資持記》(大正藏 冊 40, No. 1805)。
- 宋·志磐撰：《佛祖統紀》(大正藏 冊 49, No. 2035)。
- 宋·宗鑑集：《釋門正統》(新纂卍續藏 冊 75, No. 1513)。
- 宋·思坦集註：《楞嚴經集註》(新纂卍續藏 冊 11, No. 268)。
- 法稱(寂天)菩薩造，宋·法護等譯：《大乘集菩薩學論》(宜蘭：中華印經協會，2009 年 8 月)。
- 元·元粹述：《四教儀備釋》(新纂卍續藏 冊 57, No. 977)。
- 明·祿宏述，《阿彌陀經疏鈔》(新纂卍續藏 冊 22, No. 424)。
- 明·智旭著：《靈峰蕩益大師宗論》(嘉興藏 冊 36, No. B348) 卷 6, 頁 360 上。
- 清·智銓述：《法華經玄籤證釋》(新纂卍續藏 冊 28, No. 592)。
- 敬母善巧阿闍黎造：《一百五十讚佛頌》(大正藏 冊 32, No. 1680)。
- 宗喀巴大師造，索達吉堪布譯：《三主要道》。
- 宗喀巴大師造，達賴喇嘛講授：《緣起贊講記》(台北市：福智之聲出版社，2003 年 3 月)。
- 釋弘一編：《南山律在家備覽.略編》(台北市：福智之聲出版社，2012 年 3 月)。
- 寂天菩薩造，釋如石譯：《入菩薩行論》(台北市：福智之聲出版社，2008 年 2 月)。
- 宗喀巴大師造，釋如性譯：《菩提道次第略論》(台北市：福智之聲出版社，2012 年 5 月)。
- 宗喀巴大師造，日宗仁波切釋論，釋如性譯：《菩提道次第略論講記》，(台北市：福智之聲出版社，2014 年 04 月初版)。
- 宗喀巴大師造，釋能海講授，任定詢筆記：《菩提道次第論科頌講記》(台北市：福智之聲出版社，2002 年 9 月)。
- 宗喀巴大師造，釋法尊譯：《菩提道次第廣論》(台北市：福智之聲出版社，2002 年 9 月)。
- 宗喀巴大師著，釋法尊譯：《三十八攝頌》或《菩提道次第攝修求加持頌》。
- 宗喀巴大師造，釋法尊譯：《入中論善顯密意疏》(台北市：福智之聲出版社，1993 年 8 月初版)。

二、專書(以譯著者姓氏筆畫排列)

- 于凌波著：《原始佛教基本教理的探討》(高雄市：妙林雜誌社，2000年8月初版)。
- 呂澂著：《中國佛學源流略論》(台北縣：大千出版社，2003年1月初版)。
- 呂澂著：〈雜阿含經刊定記〉，《內學》(1924年第一輯)，頁108-109。
- 宇井伯壽：〈阿含 成立に關する考察〉，《印度哲學研究》第三·三九四頁以下，四九頁。
- 李元光著：《宗喀巴大師宗教倫理思想研究》(四川：巴蜀書社，2006年9月)。
- 吳汝均著：《佛學研究方法論》(上)(台北市：學生書局，1983年)。
- 莊春江著：《阿含經隨身剪輯》，(桃園市：圓光出版社，1996年4月1版)。
- 莊春江編著：《學佛的基本認識》(莊春江，2001年5月初稿)。
- 平川彰著，莊崑木譯：《印度佛教史》(台北市：商周出版，2002年10月初版)。
- 連英華：《讀懂《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐：學習廣論一定要知道的解脫道關鍵》(新北市：大千出版社，2013年8月初版)。
- 晉美彭措法王講，索達吉譯：《百業經白話譯釋》(台北市：福智之聲出版社，2005年10月)。
- 第一世帕繃喀仁波切著：《掌中解脫—菩提道次第第二十四天教授》(台北市：白法螺出版社，2007年再版)。
- 達賴喇嘛：《般若與佛道次第》(台北市：福智之聲出版社，2004年4月初版)。
- 達賴喇嘛：《覺燈日光一道次第講授成滿智者所願》(台北市：商周出版社，2012年初版)。
- 達賴喇嘛，施郁芬、廖本聖：《慈悲與智見》(台北市：橡樹林出版社，2009年7月)。
- 楊惠南著：《印度哲學史》，(台北市：東大出版社，2012年7月初版)。
- 楊惠南著：《佛教思想發展史論》，(台北市：東大圖書股份有限公司，1993年6月初版)。
- 聖嚴教育基金會學術研究部：〈聖嚴法師人間淨土思想立場的抉擇〉，《聖嚴研究：第二輯》(台北市：法鼓文化，2011年7月)。
- 釋太虛講授：〈我怎樣判攝一切佛法〉，《太虛集》(中國北京市：中國社會科學出版社，1995年12月)。
- 釋日常講授：《佛法要義(一)》(台北市：福智之聲出版社，2002年2月初版)。
- 釋日常講授：《學佛次第十二講(下)》(台北市：財團法人台北市福智佛教基金會，2012年1版)。
- 釋日常講授：《菩提道次第廣論》淺釋(五)。
- 釋印順著：《成佛之道》(福建廈門：南普陀寺慈善基金會印行，1996年)。
- 釋印順著：《印度佛教思想史》(新竹縣：正聞出版社，2005年4月)。
- 釋印順著：《佛法概論》(新竹縣：正聞出版社，1998年初版)。
- 釋印光著：《印光大師文鈔菁華錄》。
- 釋印順著：《《大乘廣五蘊論》講記》，(新竹縣：財團法人印順文教基金會，2015年12月初版)。
- 釋印順著：《佛法概論》(新竹縣：正聞出版社，2009年8月)。
- 釋印順著：《初期大乘佛教的起源與開展》(新竹縣：正聞出版社，1981年5月出版)。
- 釋印順著：〈大乘是佛說論〉，《以佛法研究佛法》(北京：中華書局，2011年)，頁102-133。
- 釋印順著：《空之探究》(新竹縣：正聞出版社，2000年1月初版)。
- 釋印順著，釋貫藏編：《華雨集第四冊》(台北市：財團法人印順文教基金會，2013年6月)。
- 釋印順著：《印度佛教思想史》(新竹縣：正聞出版社，2005年4月)。
- 寂天菩薩造，釋如石譯，久美多杰堪布講授：《入菩薩行論講記》。
- 宗喀巴大師造論，釋法尊譯，劉小農：《白話《菩提道次第廣論》》(台北市：橡樹林文化，2013年1版)。
- 宗喀巴大師造論，巴梭法王、語王堅穩尊者、妙音笑大師、札帝格西合註，哈爾瓦·嘉木樣洛周仁波切講記，釋性柏、釋如行等譯：《四家合註入門 壹》(台北市：福智文化股份有限公司，2016年6月初版)。
- 宗喀巴造論，巴梭法王、語王堅穩尊者、妙音笑大師、札帝格西合註，釋法尊譯論，釋如法、釋如密等譯註：《菩提道次第廣論四家合註·白話校註集 1》(台北市：福智文化股份有限公司，2016年6月初版)。
- 宗喀巴大師造論，釋法尊譯，釋日常述：《菩提道次第廣論手抄稿》(台北市：圓音有聲出版股份有限公司，2016年初版)。
- 宗喀巴大師造論，釋法尊譯，祁順來、海月：《菩提道次第廣論(白話本)》(中國：青海民族出版社，2014年初版)。
- 宗喀巴大師造論，釋法尊譯，釋淨蓮述：《菩提道次第廣論白話註釋》(台北市：財團法人佛陀教育基金會，2011年初版)。
- 宗喀巴大師造論，釋法尊譯，釋智敏集註：《菩提道次第廣論集註》(台北市：方廣文化事業有限公司，2014年)。

釋星雲著：《星雲大師文集》用世系列之《佛教叢書 10—人間佛教》(高雄：佛光出版社)。
森下大圓著，釋星雲譯：《觀世音菩薩普門品講話》(高雄：佛光出版社，1998年7月)。
水野弘元著，釋惠敏譯：《佛教教理研究：水野弘元著作選集(二)》，(台北市：法鼓文化事業股份有限公司，2000年7月初版)。
釋聖嚴著：《正信的佛教》(台北市：法鼓文化出版，2015年12月)。
釋聖嚴著：《印度佛教史》，(台北市：法鼓文化，1999年12月初版)。

三、論文

王月清：〈論中國佛教倫理思想及其現代意義〉，《普門學報》第7期(普門學報社出版，2002年1月)。
王開府：〈思想研究法綜論--以中國哲學為例〉，《國文學報》第27期(1998年6月)。
林志欽：〈天台智顛教觀思想體系〉，《中華佛學研究》第五期(2001年03月)。
郭鎧銘：〈試論「菩薩僧團」——以「人菩薩行」為出發之立論〉，《印順導師與人菩薩行學術研討會論文集》。
連英華：〈宗喀巴《菩提道次第廣論》之止觀思想與實踐〉(台北市：法光文教基金會，2013如學禪師佛教文化博碩士論文獎學金得獎論文摘述，2014年1月)參見<http://enlight.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-BJ013/bj013395608.pdf>(參考日期2017年12月16日)
雪廬老人編，吳聰龍述記：〈方便五乘解脫〉，《佛學概要十四講表述記》(明倫期刊)期140。參見<http://www.minlun.org.tw/3pt/3pt-1-18/9.htm>(參考日期2017年12月15日)
楊國寬：〈宗喀巴止觀實修方法之研究——以《菩提道次第廣論》為主〉(博論，2015年7月)。參見<http://hdl.handle.net/11296/ff5g44>(參考日期2017年12月18日)
釋如石：〈〈大乘起源與開展之心理動力〉釋疑〉(台北市：法光文教基金會，2002年3月)。
釋印光著：〈釋普通疑惑-論勝緣：苦為成佛之本〉，《印光大師文鈔菁華錄》。
釋印定：〈試論《大智度論》中菩薩般若與聲聞般若〉，《福嚴佛學院學生論文集》。
月稱論師造，釋法尊譯，益西彭措堪布著疏：《入中論日光疏》(2001年9月15日)。參見<http://www.ucchusma.idv.tw/vajrapani/rzlrgrs.htm>(參考日期2018年1月12日)
釋耀行：〈佛法本義不容歪曲——評〈釋印順佛教研究和佛學思想略觀——從反思的角度看〉〉，《弘誓雙月刊》第145期。

四、網路資料

甘丹赤巴仁波切講述：〈毗鉢舍那(第1講)緣起法會〉(2003年2月19日)。參見<https://www.lama.com.tw/content/edu/data.aspx?id=6279>(參考日期2017年11月19日)
宗喀巴大師造，第十四世達賴喇嘛講授：《聖道三要》(美國洛杉磯：2004年)，參見<http://www.dalailamaworld.com/topic.php?t=890>(參考日期2017年11月27日)
倉忠仁波切：〈略述：出離心、三學戒定慧、四聖諦〉(2015年6月24日)。參見<http://cn.t-karuna.com/jichuodavi/2015-06-24/220.html>(參考日期2017年12月19日)
嘉察仁波切講授：〈六般若蜜多〉(2012年3月在新德里，應弟子請法)。參見<http://www.liuxingshe.com/qt/625814.html>(參考日期2017年5月17日)
淨一：〈不生輕慢心〉，《人乘電子報·修學道上》(2005年12月10日)第二期。參見<http://www.zgs.org.tw/epaperSystem/periodical/9412/paper3-2.htm>(參考日期2017年11月20日)
淨空法師講述，邱淑貞記錄：〈四諦十二因緣〉，《佛學十四講講記》第十一講。參見<http://book.bfn.org/books/0411.htm>(參考日期2017年12月20日)
楊國寬：〈淺論宗喀巴大師止觀思想的特色〉。參見<http://buddhism.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-AN/an396247.pdf>(參考日期2017年12月18日)

劉川：〈佛經翻譯家對中國文化之影響〉 (2012年5月30日)。參見 <http://blog.udn.com/acewang3005/6500867> (參考日期 2017年11月26日)

憨山大師：〈醒世歌〉。參見 <http://leomaggie.nidbox.com/diary/read/9439689> (參考日期 2017年07月02日)

釋日常：福智法人事業主要依循的三大宗旨。參見 <http://buddhism.blisswisdom.org/index.php/2012-05-03-06-40-24/2012-05-03-07-07-17/itemlist/category/93-%E7%90%86%E5%BF%B5%E5%AE%97%E6%97%A8> (參考日期 2018年01月12日)

寂天菩薩造，釋如石譯，久美多杰堪布講授：《入菩薩行論講記--菩提心利益》。參見 <http://www.kathok.org.tw/10/bp/%E5%85%A5%E8%8F%A9%E8%96%A9%E8%A1%8C%E8%AB%96-%E7%AC%AC%E4%BA%8C%E8%AC%9B.pdf> (參考日期 2017年5月17日)

釋如吉：〈《成佛之道》與《菩提道次第廣論》之比觀〉 (1998年11月20日)。參見 <https://www.lama.com.tw/content/edu/data.aspx?id=1179> (參考日期 2017年11月19日)

釋如行：〈問題：請問《廣論》上士道中，受願心與受行心都算受菩薩戒嗎？〉。參見 <http://bwsangha.org/qanda/dharma/296-06011> (參考日期 2017年11月15日)

釋如祥：〈問題：為什麼「前行四法」和「三主要道」是宗大師不共的教授，這是傳承而來的嗎？〉，參見 <http://bwsangha.org/qanda/dharma/478-06089> (參考日期 2017年11月16日)

釋如源：〈談印順導師對大乘是佛說之判攝要領〉。參見 http://www.fuyan.org.tw/8h/19.htm#_ftn50 (參考日期 2017年11月19日)

釋性說：〈問題：請問大菩提心跟大悲心的差別是什麼？〉，參見 <http://bwsangha.org/qanda/dharma/861-060163> (參考日期 2017年11月19日)

釋衍論：〈轉法輪〉，《指月集轉法輪》。參見 <http://www.masterhinlun.com.hk/Sakyamuni-2.htm> (參考日期 2017年6月6日)

釋超定：〈聲聞佛法與方等大乘〉 (2000年10月)。參見 <https://yinshun.org/Enlightenment/2000/2000nov/2000nov1.htm> (參考日期 2017年5月17日)

釋聖嚴講授：〈聖嚴法師--正確的佛教人生觀〉 (2015年11月17日)。參見 http://dharma-yinlung.blogspot.com/2015/11/blog-post_17.html (參考日期 2017年7月1日)

釋慈怡主編：《佛光大辭典》。參見 https://www.fgs.org.tw/fgs_book/fgs_drser.aspx (參考日期 2017年12月19日)

〈十二因緣〉。參見 <http://www.buddha.twmail.cc/share/viewthread.php?tid=725> (參考日期 2017年12月20日)

〈三十八攝頌~廣論大綱架構〉 (2016年10月12日)。參見 <http://csafz0706.pixnet.net/blog/post/395639473-%E4%B8%89%E5%8D%81%E5%85%AB%E6%94%9D%E9%A0%8C~%E5%BB%A3%E8%AB%96%E5%A4%A7%E7%B6%B1%E6%9E%B6%E6%A7%8B> (參考日期 2017年11月20日)

〈開創中國特色的天台宗學說〉。參見 http://www.hkbuddhist.org/dharma/faq_85.html (參考日期 2016年8月12日)

〈煩惱障〉。參見 <http://vajrayana.asso.fr/Chinois/Theories-C/worries-C.htm> (參考日期 2017年12月19日)

〈論文的研究方法有哪些〉 (2012年2月)。參見 <http://ntnumot.blogspot.tw/2012/02/blog-post.html?view=classic> (參考日期 2017年5月17日)。

〈關於禁止把南傳佛教稱為小乘佛教的提案〉 (2009年2月23日)。參見 <https://read01.com/jPzxnL.html> (參考日期 2018年1月13日)

附錄

附錄一、《三主要道》或《聖道三要》

佛陀所說八萬四千法門的精要---《聖道三要》，也就是宗喀巴大師造的《三主要道》或《聖道三要》或「菩提道三要」之十四個偈頌：³⁹⁵

- 1、一切佛語心要義 諸聖佛子讚揚道 有緣求脫者津梁 我當隨力而宣說
- 2、彼不貪著輪迴樂 為令暇滿不空過 勸依佛喜道諸賢 具清淨心善諦聽
- 3、無真出離難止息 捨求有海安樂果 貪著有樂能縛身 是故首當出離心
- 4、暇滿難得壽不留 修習能斷今世欲 業果不爽輪迴苦 數思能斷來世欲
- 5、至於輪迴圓滿事 不生剎那之希願 晝夜恆求解脫心 生時即起出離心
- 6、出離若無淨發心 執持修習終不成 無上菩提圓滿因 智者當發菩提心
- 7、四大瀑流猛漂激 業繩緊縛難掙脫 既入我執堅鐵網 復被無明大闇蔽
- 8、無邊生死生復生 三苦逼害恆相續 審思如斯眾慈母 當應引發殊勝心
- 9、不具通達實相慧 雖修出離菩提心 終不能斷生死根 應勤通達緣起法
- 10、能見世出世間法 果隨因行永不誣 能滅實執諸所緣 此乃正入佛喜道
- 11、現分緣起不欺誑 空分遠離實執意 若時二者別現見 爾時仍昧牟尼旨
- 12、唯見緣起全不誣 即滅實執取境相 若時同起非更迭 乃圓成正見觀察
- 13、此復現相除有邊 及以性空除無邊 若知現空顯因果 不為邊執見所奪
- 14、如是聖道三關要 若得如實通達時 子應依靜勤精進 發奮速疾修究竟

³⁹⁵達賴喇嘛講授：〈聖道三要〉。

此〈聖道三要〉或〈三主要道〉是多聞比丘羅桑札巴(善慧名稱吉祥)為親侄昂旺卻巴(語自在稱)所作的教誡。

附錄二、《三十八攝頌》和《廣論》三士道次第的對照表

《菩提道次第攝修求加持頌》或《三十八攝頌》和《廣論》三士道次第的對照表 ³⁹⁶

南無第二法王無上悲智雲山善巧賢慧普聞 文殊應化根本大師宗喀巴尊足下 恭敬頂禮 伏乞一切時處垂攝護 菩提道次第攝修求加持頌				
1	萬善根本從師出 依止違法善根斷	能生利樂如良田 如理事師求加持	親近善士	道前基礎
2	一切時處普攝護 但觀功德毋尋過	諸善知識真佛身 並念大恩求加持	親近善士	道前基礎
3	殷重敬信為意樂 殊勝供養作加行	身命財物如救修 唯令師喜求加持	親近善士	道前基礎
4	八難既離十圓滿 後恐此身難再得	小大顯密總能修 願受心要求加持	暇滿	道前基礎
5	死仇決定終須到 死時世事均當捨	容或今日便降臨 速修妙法求加持	念死無常	道前基礎
6	無始所集不善業 若墮當受寒熱等	死墮惡趣不自由 思苦難忍求加持	三惡趣苦	共下士道
7	能除眾怖作依怙 虔皈三寶受學處	真實不虛無他方 總別遵行求加持	皈依三寶	共下士道
8	黑白業感苦樂果 別於無始所集罪	各別應受勤止作 四力對治求加持	深信業果	共下士道
9	此生勤修白業因 自性之苦不能越	一得人天賢善身 願出輪迴求加持	思惟苦諦	共中士道
10	有海漂流不自由 業復依於煩惱起	作此惡劇是感業 著誅感仇求加持	思惟集諦	共中士道
11	業感增上成流轉 難此當得無漏樂	結生相續繫縛堅 勤希解脫求加持	出離心	共中士道
12	為脫有苦依三學 生願持解脫戒	出家身德佛所稱 如護眼珠求加持	解脫正道	共中士道
13	但求解脫難可得 願修能滿二利行	惜於自利且未圓 入大乘道求加持	入大乘門	共中士道
14	恩怨中庸今雖現 不應處妄分愛憎	思量各各無決定 勤修捨心求加持	平等捨	上士道
15	生死流轉無其始 故知有情皆是母	入胎受生亦無初 願生斯見求加持	報母	上士道
16	今生愛我母為最 思此厚恩未能報	眾母愛護亦如是 憶念母恩求加持	念恩	上士道
17	若知有恩猶捨棄 是故圖報當拔苦	似我下劣更有誰 並與勝樂求加持	報恩	上士道
18	有恩母等乏安樂 願諸有情皆得樂	我以身財善根施 一切圓具求加持	修慈	上士道
19	母等眾生苦所逼 縱有餘殃我代受	苦因苦果願盡離 勤修悲心求加持	修悲	七重因果教授
20	一切世間諸有情 我應決定如是作	獲無漏樂斷苦根 願速堪能求加持	增上意樂	七重因果教授
21	任運成辦自他利 以此為利有情事	世尊而外更有誰 願速成佛求加持	菩提心	七重因果教授
22	自他於苦皆不欲 他之求樂亦如我	願得安樂此心同 自他等視求加持	自他換教授	七重因果教授
23	愛自即成眾苦因 生佛差別從此出	愛他則是萬善根 自他相換求加持	自他換教授	七重因果教授
24	以我善樂諸因果 如風去來行取捨	他苦因果盡無餘 由此發心求加持	自他換教授	七重因果教授
25	為令發心長不退 斷四黑法依白法	念其勝利日六修 如理勤行求加持	願心學處	上士道
26	成就利他發弘誓 進受大戒起大行	為速圓滿此誓願 勤勇修學求加持	行心(菩提戒)	上士道
27	身命資具三世善 從心變現以布施	各隨所願施有情 捨心增廣求加持	布施度	上士道
28	別解脫等諸律儀 若違若性微細罪	捨命不犯眾惡行 羞恥防護求加持	持戒度	上士道
29	人及非人四大種 斷除瞋恚不與較	所作損惱多相逼 觀眾忍受求加持	忍辱度	六度
30	既為利他求菩提 於諸難行無怯後	無量艱辛經劫海 著精進續求加持	精進度	六度
31	念知堅固除沉掉 身心於善有堪能	心緣一境生輕安 隨意得止求加持	靜慮度	六度
32	以分別智觀法性 復從輕安發深觀	即由觀力引輕安 願生此慧求加持	般若度	六度
33	由施攝眾成眷屬 以身作則現同事	說如法語示利行 四攝利他求加持	四攝法	六度
34	已修共道成法器 為入秘密勝上乘	當求具德阿闍黎 受四灌頂求加持	金剛乘	金剛乘
35	所受真言諸密戒 不守決當墮地獄	若善守護易成就 捨命珍護求加持	金剛乘	金剛乘
36	密部肝心二次第 一日四座無間斷	違精要已起勇進 依師教修求加持	金剛乘	金剛乘
37	示茲妙道善知識 願持正法久住世	如理薰修同行入 內外災息求加持	發願迴向	金剛乘
38	願我生生遇明師 十地五道功德滿	飽餐妙法甘露味 速疾證得金剛持	發願迴向	金剛乘

³⁹⁶ 〈三十八攝頌～廣論大綱架構〉 (2016年10月12日)。參見 <http://csafz0706.pixnet.net/blog/post/395639473-%E4%B8%89%E5%8D%81%E5%85%AB%E6%94%9D%E9%A0%8C~%E5%BB%A3%E8%AB%96%E5%A4%A7%E7%B6%B1%E6%9E%B6%E6%A7%8B> (參考日期 2017年11月20日)