

修菩提道次第初修法門

修「菩提道次第」初修法門

慧幢尊者

敬禮而且皈依與十方佛、菩薩沒有分別的最勝師長足下的淨蓮！

敬禮為大梵、帝釋等三界領袖所敬仰，而得到一切妙善的師長本尊！

對於想求正法、至心地修法的人們，謹以悲心宣說修正法的規矩，並以經、論和師長的教授莊嚴；智者所悅意的教授，應當一心恭敬而聽！

—

三世諸佛為體的喇嘛仁波切（注一）說：

當此獲得寶貴暇滿人身的時候，必須做取心要的事情。這必須觀察：我自己的思想和畜生的思想有什麼差別？畜生是想不饑不寒享受快樂，假若我自己除此也沒有別的，那就和畜生沒有差別了。故取心要是極重要的啊！

關於「取心要」，首先需要不貪著現世的享樂。「秘密總續」說：「由希求他世，多修習淨信，智者可入壇，不求現世果；若貪著現世，不得他世利，若求他世益，現世果亦大。」

傳說唯一本尊最勝師父覺噶（注二）臨終時，瑜伽者卡次確問道：「覺噶去世了，我修行嗎？」答：「那是壞事，丟開吧！」「那麼，講說嗎？」答覆還是這樣說。「那麼，一面講說一面修行嗎？」答話仍然這樣。最後問：「那麼，幹什麼呢？」答：「且第諾統！」（注三）他把這話放在心裏，就在惹真寺的柏樹林裏住著，跟野獸沒有差別，不和任何人晤面，就這樣度過一生。

又有一個比丘在繞塔，敦巴仁波切說：「覺噶瓦！繞塔固然是可喜的，若修一種法，比這更可喜。」他以為是喜歡禮拜，就去拜佛，但敦巴還是那麼說。如是，他去唸經和修定，敦巴也還是那樣說。他請問：「那麼，做什麼好呢？」連答三次：「且第諾統！」

敦巴仁波切對於這世間的一切享受都是棄捨了的。有一次，因為街上請吃飯，他教功德自在說：「今天你到那裏去吧！我因為想作一個棄捨世間享受的樣子，所以去不成。」他說著穿一件破舊的衣服，披一件大氅，褪出兩膊，把兩袖搭在左右肩上。有時走進柏樹林裏，有時拿了一根籐杖支著下頷，口唸：「世間智者利與衰，苦樂毀譽及稱譏。世間八法非我

境，一切當作平等觀。」有時又唸：「我今求解脫，不須利敬縛。」他這樣走來走去地唸，有時全唸，有時唸一點，有時唸一半。在他，並不需要那樣做，這是為的教導後人。瑾哦瓦也常常唸這個頌文，而等觀八法。

因此，對於現世快樂時就歡喜，痛苦時就不悅等一切觀念事情，應像去毒一樣地斷除。其理由是：因為善、不善業全是心的作用，單身、語業是無記性；那個時候，希求現世的快樂、稱譽和利敬，不喜歡痛苦、毀譽和無利敬；故一切事情全是由貪、瞋、痴發動起來的，所以業大部份都是不善的。由於不善業所發動的務農、經商、放利息、打架吵嘴、降伏仇怨、保護親人和聞、思、修等任何一切事情，都將純粹地成為生死的和惡趣的因了。

因此，「集法句經」也說：「意為法前導，意速意為主：如由極毒意，造作身語業，彼能令得苦，如輪斷頭例。又如以淨信，發為身語業，彼能令得樂，如蔭相隨例。」

由三毒惡意所作令生苦果的例子，如那兩個乞丐中，有一個因為忿恨地說：「這些僧人的頸子應該用輪子輾斷！」不到許久，他睡在路邊上，被車輪輾斷了頭。另一個因為對於眾眾有清淨的信心， he 說：「應該拿天的甘露來供養他們！」因而引生了大福，就是：他上午睡在樹蔭下，其蔭下午還沒有移動，得到大商主王的灌頂。

還有，一般想來，殺生大都是罪惡的；但是大悲商主（注四）殺了人，因為是由大悲心

發動的，非但不成爲罪，反而成了積聚資糧的殊勝方法。此等經教中說的很多，而從世間來看也是顯而易見的，如以輕蔑態度施人飲食，不但得不到歡喜，反而會令人家不高興；若以淨信或悲心等行布施，就能使別人感到最大的歡喜。

既然現見這一切都是心的差別，就不應該對於現世的快樂發生貪著；萬一發生了，也應努力地斷除。這是一件極其重要的事。

阿底峽也說：「比方草木，若根是毒的，枝和葉也是毒；若根是藥，枝葉也成爲藥。這樣，在貪、瞋、痴的根本上作什麼事也是不善的。」

格西敦巴請問阿底峽：「由於希求現世的快樂和利養恭敬等，而造作諸業，有什麼果報？」答：「果報也只有那樣。」「後世有什麼？」「有地獄、餓鬼和畜生！」

格西敦巴瓦說：「用八法的思想造作一切，如得到四種可愛的果報，現世只有那果報，後世全沒有利益；如果得到四種不可愛的，那就在現世也沒有好處。」

龍樹菩薩也說：「貪、瞋、愚痴三，生業爲不善；無貪，無瞋、痴，所生業爲善。」
經裏面說：「心能導世間，心不能見心；善業或罪業，皆由心集起。」

「入行論」說：「虎、獅、象及熊、蛇同諸仇怨；地獄守護者，如敵諸羅叉，若能縛於心，此一切皆縛；若能調伏心，此等皆調伏。若不知心秘，爲諸法中主，欣得樂除苦，無義

仍流轉。除此防心禁，諸禁戒何為！」

既是這樣，無論做什麼事，先應考察發起的心，是最緊要的。

由希望現世的快、樂、名譽三者出發而作耕種，乃至修行的事，都叫現世的補特伽羅，跟畜生沒有差別。

由希求後世人、天等出發而修法或作世間事的，叫做下士，他所造的一切業，也純粹是生死流轉的原因。

自己想解脫生死，由於厭離和恐怖一切生死中事而修行佛法，純粹是善業，是解脫生死的因，他叫做中士。

不但為了自己解脫，也為了解脫一切有情而所作的一切，皆是成佛的因，他叫做大士或上士。

可見上、中、下三士，也唯是依著心建立的。

因此，在心上面應該有所取捨，而且最初最初，必須斷除現世的一切樂欲，這是一切佛法的開端。若不能拋棄現世的樂欲，則連佛教徒的名字也不會產生。如前所述，由貪現世的樂欲所做的事，大都是行之非法而不是如法。譬如馬沒有獅子的相，不能叫作獅子。故棄捨現世的樂欲乃是佛法的開端，是佛教的首要，是佛法的根本，是預備的第一步。

正理自在說：「佛法修持一無成，汝愚自矜為佛徒；修法首須捨世樂，當觀自身有或無！」喇嘛耶貢巴說：「現在，要收縮貪戀故鄉的後繩，背棄親屬，對於錢財當依靠知足以對治；這是捨事的第一建議。」

因此，若欲知道以前修未修佛法，現在能不能修佛法，當觀對於家鄉、親屬、飲食、財物等現世的盛事心捨了沒有捨？瑪巴囉札瓦說：「孩子！如果未能捨此世樂，而把它與佛法混合起來，那就喪失了正法！兒思生死苦，我縱化百舌，經過俱胝劫，講說生死性，亦不能窮盡，故不應失壞，我所說正法。」傳說這是賜給傑尊彌拉回家鄉去的臨別贈言。

傑尊彌拉也說：「子若至心修正法，若從心底生淨信，若能不顧現世樂，若更真實隨我行，當知親屬乃魔使，勿執諦實斷牽纏；財食正是魔守卒，親密極壞勿愛著；五欲魔境是魔繩，決定繫縛捨貪戀；童朋誠為魔王女，決定誑惑應善防；故鄉亦是魔王獄，極難解脫應速逃。總當棄捨一切死，現時放下最有益，人聞我說即修行，彼誠具有法善根。」達波那傑說：「世間一切樂欲現象像惡人似地不能長久；幻身像借物似地迅即壞滅；財物虛幻的誘騙是痛苦之因；故鄉的魔獄是能繫縛者。誰要是耽著這些，就要流轉生死！生死的核心是我執，應當根除。」

三

博朵瓦仁波切說了關於棄捨世樂的九個故事：「死握、拴橛、牽畏水、牛鞦、伊難、生皮裹、張弓、箭遠及百說。」

「人臨終的拳裏，如果握住像針線般的東西，死後就無法解脫。同樣地，把現世的快樂抓得很緊，無法離開它，佛法就修不成功。」

「被拴在橛子上的小牛，牠見了母親，急欲跑去，最初還能隨著一弓長的繩子走動，後來被繩子拖住打轉轉，等到繩子整個地在橛子上纏起來以後，牠除了把下巴擋在橛子上，再不能使牠的身子轉動了。同樣地，最初固然想跑去修一點佛法，但是，因為沒有拔掉貪著現世間吃的、穿的等等的橛子，所以後來只落得一個無法轉動。」有一個叫做啥歇的格什，因為他是由於攬亂羣眾而死的，所以格西敦巴就說：「我的啥歇如果死在三年之前，就是死一個三藏的法師，可是他晚死了三年。」這是說，他的橛子就是寺院。若能拔掉大、小、中三種橛子，佛法就沒有不成功的。野牛若能闖破牛毛線織成的網，則蜘蛛的網，更不能障礙了。

「驅牛、馬等渡河，初莫猶豫，如果不然的話，牠們一害怕水，牽起來就不肯走，你往

那邊拉，牠還往這邊奔咧！小牛不願意喝水，雖然把牠的嘴按下水去，但牠挨到一點就會搖擺起來。同樣地，如果不嚴厲地一下子斷了現世的貪著而修佛法，那末，後來就不能斷貪著，你往那邊勸，他還往這邊辯咧！而他前所學的，也將變得完全沒有。」

「牛的鞚韁如果太緊了就會裂傷牠，駄子也就不穩。同樣地，因為不放鬆世樂，自、他都繫於痛苦，如果知道，而且能夠鬆弛世樂，一定有所成就；但人們聽來總不適合。」

「所謂『伊難』，即關於音調等的引發，最初那個『伊』字很難引發，如果起頭能夠引得悠揚響亮，那末，後來就很容易了。同樣地，對於修法的人來說，在最初，心棄捨現世樂欲是困難的，這只要放下一次，以後的也就容易；那最親愛的也就是五欲。如果以為不是這樣，儘可以反駁，咱們都是西康人，內伙子不用客氣。」一般修行人如能棄捨世樂，佛法修不成，絕無是處；然而這是很困難的。對於這，敦巴雖然傾注全力地、誠懇地宣示，但咱們總覺得此法庸劣，而別求一種「高上」的，最後，只落得一無所成。

「又：一個人用生皮裹起來，他起初似乎鬆鬆地，但由於皮子乾枯，就將無法活動地發生緊逼的痛苦，若用一把利刀豁然劃開，他才頓生快樂。同樣地，像『集法句經』所說：『聖說寶、莊嚴、子女所有貪，較諸鐵、木、草，所作縛非緊。聖說五欲縛，似鬆而難脫。』只要對於現世的五欲有了貪著以後，起初像似鬆鬆地，但是，到了緊要關頭，就簡直不能擺脫

地連自己的戒律也可能拋棄了。因此，關於割斷現世的貪著，必須用一把鋒利智刃而有厚重信割的刀。總之，那五欲裏面，衣服飲食兩種是最厲害的，其中衣服佔四分之一或五分之一，唯這飲食的貪著最難割斷。」

「打仗的時候，因為有盜不便張弓而脫鞋子是無用的，必須脫盜才行。」

「傳說：目標擺在面前，而把箭射到遠處去；賊子逃到樹林去了，而進到草原去尋覓；鬼在東，而送於西。這樣全是白費。法未修成是因為沒有棄捨世樂所致，是因為好高騖遠所致。」現見這是頂正確的。現在大多數義學者、頭陀行者或普通修行的人都愛討論什麼是風入中脈的障礙，這種人只知探求很高很高的東西；其能夠研究這樣達到扼要的人，比白天的星宿還要稀少！我有這樣的想法：地上菩薩的斷證暫時我修不到，與其求彼，若能求我自己必不可少的東西，則更高興了！我覺得，像他們這類的人，實在跟這個譬喻相同：現在自己是一個因饑餓而瀕臨死亡的人，到了樂於施捨的富翁家裏，不取目前必不可少的飲食，而拿那些希望將來有利益的金、銀之類的東西。

「所謂『百說』，就是指西康人們，講起話來，動則百句，雖然揮舞千塵，而事情只是一個，歸納所說的話，一句就可以了。同樣地，無論作聞、思、修三者哪一種，他的佛法沒有生起，完全是由貪著現世的快樂所致。」

士夫們！他這些話很可使我們了解：現在濁世想修佛法的人們，無論說怎樣博達聖言、多習經典，但是，如果一下總合起來，那就是說：「對於我，目前應該修和應該斷的，沒有別的，就是需要努力令心棄捨現世的享受。」士夫們！這一著真是需要的，別的什麼也沒有用啊！

四

還有貝母雞、門檻和狐與猿的故事。

所謂貝母雞，傳說是這樣：在峽原的河這邊，黃鼠狼咬著貝母雞的脖子，貝母雞驚飛到河那邊，黃鼠狼說：「雖然捉到一隻肥如鼈牛的貝母雞，但跟家鄉祖宗離遠了！」同樣地，因為現在的近視而專門享受五欲，就畢竟遠離了善趣和解脫等。

所謂門檻，即：人們只知探詢從這裏去印度百個由旬以外的危險處，而不提防門檻的危險，因而往往跌在那裏死了。同樣地，因為只知探求地上菩薩的斷、證功德，沒有提防耽著世樂的危險，遂墮落其中而受三惡趣的痛苦。因此，飯匙（注五）捏得薄固然好，但應該留心匙的根根。

所謂狐和猿，就是：狐善於躲藏，連一塊小石頭的背後，也能隱伏；猿善於爬樹，就是

茅草，也能攀緣；捨利猻善於掩蓋，僅在一個馬尾似的岩穴中，也能潛匿。同樣地，這現世的近視也很會躲藏、會攀緣、會掩蓋，一個人哪怕他具備學問、戒德、菩提心三者，或聞、思、修三者，或自己以為所應捨的都捨了，但是，仍可能成為一個現世的近視者。

五

還有：月亮、畜勝、不俱有。

傳說：在爍地方的山谷裏，一個人死了兒子，說是被月亮損害的，於是 he 說：「我要報月亮的仇。」十四晚上，月亮出現在大地的山頂上，他心想月亮就在那裏；十五晚上，他帶著弓箭剛奔到山頂，哪知月亮跑到那邊去了。於是 he 說：「喂！一定是這些放牛娃給了月亮的信。」同樣地，我們雖然天天在修佛法，但我們的聞、思、修等任何所作，仍與佛法毫不相干漸漸地遠去了。因此，霞惹瓦說：「對於現世起常執的人，縱然有一百種功德，也還是在向一個過失的底下鑽，到後來，是什麼利益也不會有的。由此，貪戀現世的快樂而不顧現世的利益的人，與畜生無異，縱使抉擇佛地以內的事，也沒有用。」博朵瓦說：「人們只顧現世的吃喝問題，而不顧將來的問題，在他們，死的恐怖比饑餓的恐怖簡直小到沒有。」

如果認為會享受現世一切，就是精明強幹，則畜生還有比我們超過的。傳說野鼠能在窩

上造天窗，蛇進來了，牠就跑到那個天窗去，回頭咬著蛇的腰部以至於殺死。還有，哲的札矯地方，烏鵲報貓頭鷹的仇；嘉那個地方的鼈牛，禿頭的和有角的作鬥爭；喜雀追烏鵲而請援兵等都是。至於保護親屬和子女等呢？畜生也比較善巧；現見牠們在一個月，父子就能一般大。看吧！老鼠、燕子、蜜蜂等，都很會儲蓄，也很有技巧。因此，如果唯現世的利益是圖而不能發現別的，那麼，所謂「士夫」或「人」的名義就完全失掉了。

現世享樂不捨而又能修行佛法，二者是不能俱有的；絕不可能把一張羊皮割去一塊作別的質料而同時又做成水袋。薩本達說：「用很大的方便使現世的享樂不失，同時又希望畢竟安樂的解脫，這種愚痴的貪求，簡直頑笨到極點！因而應該努力放下現世來修行菩提。」法王子也說：「仁波切！往昔修積百福所成的這個暇滿所依的身子，將來是很難得到的；因此，應該用作渡出廣大苦海的船，不要把它無意義地躡蹋了。」法王塞巴說：「要把佛法和現世的『欲心所』弄成平等無二，誰也做不到，那些希望做到的人，無疑是在自己欺誑自己；誰碰見了我，除此所說，也再沒有別的；因此，各宜隨處勤修身語之善。」這是法王塞巴在關房門上貼的告示。「寶積經」裏也說：「一切法如緣，唯隨欲所轉，何人發何願，如彼果得成。」「入行論」也說：「佛說『勝解』是，一切善品根。」佛除了說自己把心椿釘在哪裏，就能得到與所希望、所理解和所思願相同的果報以外，從未說因為偶然修一點下劣

的事，就能成就殊勝法。現見三種士夫、三乘等等一切，也唯是欲和發心的差別。所以，如果我們把心樁釘在現在的五欲上面，而在那上面去欲求、理解，為它操心，而在那上面去怎樣好就怎樣作，那末，僅僅將來的利益還不會實現，何況菩提呢！這樣，將來墮地獄之類，也是因有過去的業和臨終時心中熱騰騰的猛利的貪欲，才頓然去到地獄的火中的。現見一切雜染事情，都是由猛利的欲望多多地積業而成功的。因此，不棄捨這現世的五欲是完全沒有辦法的。

文殊菩薩對宗喀巴說得好：「如果不首先發出離心厭患整個生死，則聞、思、修等任何所作，一切不外生死和惡趣的因；故生起次第、圓滿次第等雖然高深，但必須暫時擱下來，未生出離心，絕不放棄任何努力使它生起。」措普那札瓦說：「如果不知道生命像水泡一樣，不至心地念無常，雖能修很多善品，也是現世的工具；如果不知道名利虛幻，不拋棄偉大感，別人縱然認為頂好，也是現時八法的奴隸；如果不能毅然拋棄現世的享受，無論努力作怎樣地善事，將來也只能空拳赤身地去，咳！那時將何以往後世呢？如果不了解生死的過患，沒有捨棄五欲，則無論吹得怎樣厲害，也是現時詭誑虛偽之流。」阿底峽也說：「我的貢巴仁卿喇嘛說是要修行，但如果修的時候這樣想：因為修行，可以招來很多匹布和整包整包的茶等等，那末，怎麼修也是罪行；如果修的時候這樣想：我要出離生死海的邊際，要播

下大菩提的種子。那末，僅僅這一想的福報，虛空也就容納不下了。」法王子說：「仁卿祝！為了現世的親朋和仇怨而發起貪和瞋，而積集財產和招聚眷屬，但是，眷屬和財產是不能隨行的，只有業、果和苦痛要自己獨自去感受。大梵、帝釋、轉輪聖王等雖然得到世間的樂果，但並不堅固，而且沒有死後不墮惡趣的把握；因此，你應該努力厭患生死啊！」這是他對自己的教誡，我們大家也必須了解它。

甲瓦·漾滾巴說：「總而言之，士夫們！人們只喜歡高深的法門，不滿意低下的法門；什麼空呀空呀、無呀無呀、高呀高呀，非常喜歡，而不樂意與補特伽羅修證的程度相稱的法門。法是大圓滿沒有用，必須補特伽羅到了大圓滿的程度。這類人，說法值馬價而有餘，其人則值狗價而不足。單是法說得到家，而自己並不修行，這就和把戲的歌唱、鸚鵡的吟誦沒有差別。我們所需要的是一：對於法門，了解一個、了解兩個，就要拿來修行，知道一個、知道兩個，就要結合到自己的相續（身心——譯者注）。我們所不需要的是：法沒有在自己的相續出現；心與法像糌巴粉和水不相合一樣；在法和補特伽羅的中間存在了很大的空隙，連人也可以穿過；佛法像肺煮在鍋裏漂來漂去地在嘴巴上面浮著：因為這是完全不能得到法的利益的。有很多人非常彆扭，桀傲不馴地毫不聽話，到那個時候，他們是絕不能達到佛法的要求的。我呢！是把『且第諾統』作為修行的中心的啊！」

甲塞仁波切說：「關於佛法解脫道上的障難，再沒有比專門作「現世圓滿」的這個壞觀念大了；因此，應該徹底地斷掉它。聞、思、修三者，無論修哪一種，如果滲雜了這個壞觀念，就如百味飲食滲雜一些嘔吐的髒東西似地，無疑會把好的變成壞的。師、徒、朋友、親屬們相互諍鬥，而且不以一切罪惡、痛苦、惡名為可恥，反花很大的辛苦去追求享受，完全是被這個壞觀念驅策得沒有主宰；為了摧毀別人的盛事而盡身心努力地諍鬥，結果弄得自、他、現、後兩俱失敗，就是因為他的心裏鑽入了這個惡念魔；雖然手執聖教明炬，但仍在利益、恭敬、眷屬等事情上面諍鬥而走向罪惡的懸崖，只是因為他的眼睛被這個惡念翳障住了；多財雖能布施，但仍舊是為了追求名譽和眷屬等，使很大的布施只感得微劣的果報，這仍是被這個惡念霜所摧殘；雖然努力地持戒，但仍被名聞、利養等繩索綑綁起來而不走解脫的道路，那能繫縛於生死牢獄裏面的枷鎖，也決定是操縱在這個惡念手裏；雖然長久地修定，但仍由貪瞋自讚毀他而諍鬥，越修奢摩他，心越不寂靜，也是由有這個惡念溝渠的源頭所致；雖然大家都知道病、魔、賊、仇人等等是佛法的障礙，但如果自心是有堪能的，那末，這一切都將成為助伴，而這個惡念呢？才是決定障礙佛法的。現世的圓滿是很難成就的，即使成就了，自己也沒有自由享受的決定，而決定要到來的，卻是我自己的死亡。死的時候，財產、眷屬等是毫無所用的，而且因為要和它們離開，反而加倍地痛苦。我們必須如

此地深思熟慮，用最大的方便斷除對於現世的貪欲。」

六

「且第諾統」這個法門真是個深而又深的法門。所謂「深」，是指心難測度，慧難通達，是拔除痛苦、成就安樂的方法，其重要性在別的法門裏沒有，這才叫做深；且第諾統這一法門呢？正是難測度難通達的。

在印度，無論在唯識宗以下的那一個實事師面前，如果你說一切無實、自性空，他一定這樣想：「啊呀！這般的胡說，真是瘋狂了。」同樣地，一切貪著現世的受持十部聖教的格什、為千百個眾生禮拜的上師，能唸誦四部續典作百個灌頂的開壇師、以閉關和坐靜度時而修本尊和風脈的瑜伽師、大手印和能寂大圓滿的修持者，這些人，說來雖然像雷一般地響亮，但是，他們並沒有了解和通達這個法門。如果說必須捨掉現世的一切享受和快樂，他們心裏一定不能容忍，一定這樣想：「啊呀！這簡直是打胡亂說！」他們對此法門畏懼、恐怖和驚駭。如果發現別人棄捨現世的享受，他們還要說：「這種人真是愚痴，父母親戚等任何人的話都不聽，而甘願窮困潦倒地漂泊，只能把他算做傻瓜和不可栽培的人，我們以為，聞、思、修等等一切，任何作什麼，不能在現世受苦，而要在人羣中算一個很快樂的人，要

成為人的模範，物質要富裕，不希望於人、不伸手、不乞求；奶茶、清茶、肉、酥油和糕點要多多堆積，可資享受。這樣才是佛教徒和智者。」這說明他們想成為一個被人稱揚和非常快樂的人，自己這樣努力，也這樣教別人，他們以為，能夠這樣，才是男子漢大丈夫，才是真正智慧人。大德們尚且如此，其餘出家人的心不能接受這個甚深法門，就不必說了。

現在，一般人對於脈、風或空性等法門感到興趣，雖然三五成羣地專門談它，對於它的修持努力的也很多，但是，對於「且第諾統」的法門感到興趣的人，實在太少，如果對他們講說應該放下眼前的親屬、田地、房屋和財物等現世享受的法，那麼，他們將如驢頭挨了棍子一般，心裏昏昏地、鼻子酸溜溜地簡直不高興聽，簡直不樂意修。現見如此，這並不是妄談，如果有願意修的，不妨請來試試，咱們都是內伙子，不必客氣！

眾生依怙說得好：「現在一般法師、律師、禪師，也不過是想有現世的法師、律師之名，閉關修行的人在門楣上寫些字，表示修行人不會客，也無非是想有現世的禪師之名；行布施，也只是希望得到現世的樂善好施的美名。這譬如把糌巴粉拋到水裏，毫不相干。甚至作一點點供養，也希望別人看見。任憑作什麼事，都有這個無所不想的觀念來參加，任何善行，都是在追逐名呀！名呀！「名」像個騎士，它牽著我們的一切。因此，士夫們！我們必須用槍戳穿攀緣現世的觀念，如果不戳穿它，那麼，一切習教、持律、說法和參禪，都不能

關閉三惡趣的門，都不能迴避三惡趣的苦；而這樣的法師、律師和禪師有什麼用處呢？如果失掉了總義，就是畢生住叢林，老來還放不下世樂，一個勁貪著寺廟和廟產，造一些爭奪擾眾的罪惡，但終於只能把寺廟或廟產作為遺產丟下，獨自去到無間地獄的火中；這完全是由於大家不思惟無常所致。總之，如果死無常沒有在自己的相續上生起來，就是「集密」大法，也未為深；自身生起死無常時，哪怕三句皈依，也是很深的。土夫們！一般人老是追求高深的法門，結果墮落懸崖，真是可憐！死無常的念頭沒有生起時，縱有很深的教授，也只能成為內外顛倒。」

從前祖師們說：「且第諾統」這一法門，需要四依止、三金剛和出、入、得三事。

初四：一、心極法依止；二、法極窮依止；三、窮極死依止；四、死極空窟依止。

三金剛：一、事前無牽累金剛；二、事後無愧悔金剛；三、智慧與自己併行金剛。

後三：一、出於人羣；二、入於狗伍；三、得到聖位。

這一切，若能了解經中所說世尊是怎樣地出家、怎樣地修六年苦行、弟子們是怎樣地出家等等情況，就會明白上述這些話的重要，就會明白「且第諾統」是最深深的、中心的法門。

剛才說的四依止等十法，它們的名字叫做「十秘財」。只要能把它們放在心上，那麼，

就能除世間的錯亂，能竭貪欲的大海，能摧八法的高山，能傾煩惱的堡壘，能壞惡業的船筏，能達對治法門的康莊大道；因此，它們實在是最殊勝的秘財。下面還要廣說，請好好地理解它！

七

由此看來，「且第諾統」這個法門，我們的心很難測透它的底，一般人很不容易通達，是秘密的地方，這就是所謂甚深、秘密、無上的法門了。

還有，既然獲得利益安樂的方法，在別處沒有而唯這個法門有，那麼，還是這個法門深，比別的法門殊勝卓越；這個法門能使我們並不多費力氣地成辦現世快樂、後世快樂和三種菩提，乃至一切。

有人以為：修「且第諾統」不是要拋盡現世的快樂嗎？怎樣能成辦現世的快樂呢？你這個話是實在的。諺云：「平常的樂事不願意享受，大的樂事又沒有份，若能分享高級的樂事就使人墮落懸崖」。又這樣傳說：「存心求幸福安樂，反而沒有快樂；不存心進求，一任自然，反而有快樂。」難道不是說修行人不希望感應，感應也不棄修行人嗎？難道不是說佛陀所以有偉大名聲，其根本也在於能滿五欲嗎？

章巴甲惹說：「快樂睡在修行人的門前，饕餮之徒是不會發現的；『且第諾統』睡在對治者的門前，貪瞋之輩是不會感覺的；心意安泰在為斬草除根的人看門，患得患失者不會知道；富翁在為知足的人看門，貪戀五欲者不會接近。」朵瑾·尚敦伯說：「追求現世的快樂是痛苦的，如果能把現世的快樂交給風，就能生畢竟的快樂。」霞柏港巴也說：「我說：『如果真正信任我，我就使你們快樂。』弟子們說：『那麼，我就信任你吧！』我說：『但是，我也沒有別的方法，沒有別的教授，只有教你們且第諾統！』」漾霞·播港巴說：「貪求現世的五欲，是我們現在和將來一切痛苦的因，所以必須拋棄現世五欲的經營；現世五欲經營大的時候，心裏就不會快樂，結果還不知『伊於胡底』。在那種情形下面，只有罪、苦、惡名三者同時來了。因此，必須遮止這多種多類的欲念；遮止各種五欲的觀念，就是快樂的開始。因此，要使現在、將來都得快樂，就必須表示心裏面什麼也不貪和什麼也不積聚。但是，不求利養，利養反好；不要名譽，名譽反大；不圖稱讚，稱讚反廣；不想眷屬，眷屬反多。如真心修法就需要守窮，而且要能窮到死的最後；誰能生起這種觀念，天、鬼、人三者是絕不能使他困窘的。耽著五欲、追求五欲的人，是在自討下賤、自作痛苦，別人譏嫌，自己也苦惱，將來還要墮惡趣。」

杰確巴說：「能授『現世五欲』於風，才能叫做『厭離行者』。一個人什麼也不需要

時，他的名稱一定遍揚於大地；能為佛法犧牲生命時，他的名譽一定會由風來傳播。」

龍樹阿闍黎也說：「搔疥癢固然舒服，但沒有疥更舒服。這樣，有世間五欲固然快樂，但沒有五欲更快樂。佛法是勝妙的道理。佛法能令世間快樂，能令世間歡喜，此世他世都不欺誑。行為合於佛法，當國王也快樂，並能出生像廣大頂髻一般的名稱遍揚十方，就是阿闍黎們也要給你敬禮；你當國王能依照佛法行事而不是為名，那就有很好的結果，除此別求是不會有利益的。」這是一段教授國王的話，意思是，你如果能依照佛法拋棄現世的五欲，那麼，現世的利養、恭敬、聲譽和名稱等，隨你所欲，一切皆成；這樣，你攝持王位，對於自他一切才能有益；除此，如果你另外把心樁釘在五欲上面去，那麼，你哪怕掌握國政，也沒有利益。

聖天阿闍黎在「中觀四百論」裏也說：「誰若不能洞見這世間而為他人說法，那就是愚蠢；假使人們跟著他走，就會極長時間地被他欺騙。」這是說：能好好地修佛法，就在現世，也會比別人快樂。若連這一點都不知道，那就是個呆子或愚夫，他是會自他俱害的。因此，好好地修佛法，就能夠掌握快樂的關鍵。此事極為重要。

寂天阿闍黎在「集學論」的開頭說：「由獲不散殊勝法，未得諸樂定能得，已得諸樂永不失，並得菩薩無盡樂，無等圓滿諸佛位。」

薄伽梵也說：「若欲求諸樂，當盡捨五欲，若盡捨五欲，即得最勝樂；若隨五欲轉，永無滿足時，智遮五欲時，即能得滿足；五欲不能滿，智遮能滿足，具智滿足人，不隨三有轉。」

聖者無著也說：「享受佛法的智慧生活的快樂，簡直不能和享受吃喝、女人、歌舞等五欲的快樂相提並論。」這話怎樣講呢？因為吃喝等等享受的快樂是：一、不是充溢全身的；二、要靠外緣，不能隨欲即得；三、不遍三界；四、不能引聖財；五、受用有盡；六、易遭仇怨等破壞；七、不能帶往後世；八、無論怎樣享受，也不會滿足；九、能引現、後一切痛苦；一〇、像搔癩的快樂似的，僅僅是以暫時息苦而名為「樂」；一一、能引貪等煩惱；一二、能導致殺生等罪行。享受佛法所生的快樂是最殊勝的：一、充溢全身；二、從心所欲；三、三界都有；四、能獲聖財；五、受用不盡地增長；六、仇怨等不能毀滅；七、現在和將來都可帶走；八、能畢竟滿足；九、不引現在和將來的苦；一〇、不是假名安立為樂；一、能摧毀煩惱；一二、能摧毀惡行。

格西奔恭甲聽說將有齋主來拜會，就把佛供作得好好的；但他即時檢查自己的意樂，發現自己這樣做是為的齋主的情面，為的希望齋主讚嘆莊嚴，他即撒上一把灰，說：「比丘不應該作假啊！」怕當巴聽見這件事，他說：「在西藏，供養三寶的，奔恭甲的那把灰才是頂

好的。」有人在甲拉康寺供酪，奔恭甲聽到行堂師給前幾排舀酪的聲音，心中想：看這情形，到後面來我們會得不到了。但是，他跟即提起正念來，說：「就想到你的嘴！」並且把他的木碗扣起來。「快盛酪呀！」行堂師叫他。說：「壞念頭剛才喝過了！」不肯受酪。他的資具本來很少，但是，他罄其所有地獻給甲拉康寺而去討口修行。

傳說：有一個時期，在寰宇那個地方的上部發生了戰亂，出了很多盜賊，人們都紛紛地收藏東西；可是奔恭甲聽說了，他除了一個破水瓶和一件袈裟以外，別無一物，他把那件袈裟搭在臂上，把那個水瓶提在手裏說：「我的收拾就是這樣，除此，還有什麼可作呢？」博朵瓦聽到這個故事，稱讚說：「奔恭甲的收拾才對哩！」同時帶一件普魯給奔恭甲，對大眾說：「他要死了，需要裹屍，我們不死，所以不需要！」是的，修行人必須像他這樣，如果預先要準備許多糌巴、茶和酥油，佛法是不會修成的。傳說咱迦瓦也說：「我們也應該盡量學一學奔恭甲的那種收拾啊。」

奔恭甲自己說：「我作白衣的時候，雖然帶著像刺也似的弓箭，佩著兩三把刀，但仍然感到仇人多，不夠防禦；因為我一個人能敵四十人，街上的人們就給我安個綽號叫做『嚇四十』。我雖然白天上山行劫，夜來村裏行盜，但肚子仍然不飽。現在呢？我丟掉了防身武器，仇人反倒一個也沒有；我連吐口水在石頭上的事情都不作，但肚子也能飽；不管發生什

麼饑荒，誰個富有，我都可以去大伙吃；在從前，我的嘴得不到飲食，現在是飲食找不到我的嘴，吃不完，喝不盡，《佛法真實》這個念頭接二連三地湧現著。」

「迦濕彌羅國的釋迦吉祥來西藏的時候，藏中格西們都備馬到哦日去請求印證，我想，他們一生多聞，尚且要去，我未曾多聞，更需要去了。但是，咳！多聞的目的是什麼呢？還不是為的減輕煩惱嗎？而我的煩惱已經在減輕了，他們多聞而未減輕煩惱，這是由於只在口上說一說所致；很明顯，現在我自己這樣就可以了，難道我現在還想當一個格西嗎？難道我還想做個大修行人、做個首領、做個上座嗎？」

傳說他在跟煩惱鬥爭時，如果生起五欲的心，就用右手拉著左手說：「你阿！奔恭甲！」並用很多惡言詞呵斥，自己制罰自己，如果煩惱減少了，他就說：「比丘！楚丞甲瓦！」並且扯著右手，一個勁地高興。

我們試想一想看，他是強盜土匪出身，竟能拋棄現世五欲而如此努力地得到那種快樂，難道還不值得加以注意嗎？

博朵瓦也說：「只要認真修佛法，就在現世，也可以跟別人不同；我當白衣時，挖了三次金礦，可一錢金子也沒得到，如今每天都有很多兩金子湧來！在角瓦隆巴地方，再沒有比康壘巴的快、樂和名譽三者大的了，在離薛地方，再沒有比瑾哦瓦快樂的了；這都是從如法

修行得來的成就。」又說：「瑾哦瓦在最初求學的時候，沒有糌巴，僅僅吃一點活蔬，裙子沒有東西補，就使硝皮來補它，故有『瑾哦果嚮景』之稱；然而，現在瑾哦瓦卻能這樣想了：所有南瞻部洲的人，我都能養活他們。」

這樣，像彌擎、扎波、郭倉巴等人，最初當白衣時，都是苦得不成話，後來入了佛門，因為能拋棄現世五欲，就比一般黔首的人還要快樂得多。

這樣，如果想一下過去師長們的傳記，就沒有一個不是那樣的。

我們更應當拿他們來想一想：我也是一個男子漢大丈夫，如果能拋棄現世五欲而沒有快樂，根本是不會的，不能棄捨現世五欲而有快樂，也是根本不會的。既是這樣，我為什麼事情不拋棄現世五欲呢？現世一切五欲像搽糞的石頭似地亟應去掉！

漾滾巴說：「應當斷現世的五欲，讓衣食缺乏一些，讓身命沒有牽累，多多思惟傳承師長們的傳記，發起披甲精進和忍苦耐勞的心，長時間地住在山上去修行；這樣，佛法自然會從内心底下生起。」

喇嘛耶貢巴說：「與其閱讀很多一般人的貌似的言論，不如拿諸佛菩薩的傳記作基礎，看他們從始至終是怎樣地修行；如果這樣做，那才真是最好、最誠實的啊！」

博朵瓦說：「如果不了解這個法門，自己就會像東施效顰一樣地在很短的時間裏，表現

許許多不同樣子的惡行。」又說：「如果能了解這個法門，自己就會不作一切惡行，就自然知道回頭來修功德。」

有人向格西盯巴瓦請教授時，他說：「我沒有什麼教授，不過因為我是一個很能幹的師父的徒弟，所以尚能教你得到一點好處。」

杰確巴也說：「心裏沒有負擔的快樂是無比的，不作無意義的事情的順利是無比的，心無所求地坦然而住的利益更是無比的。」

薩本達說：「一切自由得快樂，一切隨他就痛苦。快樂第一為發心，財中最勝為布施，最上名稱為不誑。具慧欲圖現世樂，修行佛法亦得成；應觀正士與盜匪，所有圓滿諸差別。」

相尊耶瓦說：「要凍死就讓它凍死，要餓死也讓它餓死。如果存著這種觀念去埋頭苦幹地修法，既不一定凍死，也不一定餓死。」

相啦郎·多傑罔取也說：「頭幾天住在山洞裏挨餓，漸漸地會有牧童開始給乾糧，最後，街上的人聽說了，也會送供養來的。」

「治罰犯戒經」說：「舍利弗！我的聖教不會因過失而鬥諍，我的弟子們不會為衣食而辛苦。因此，舍利弗！大家儘可以精進地修佛地的功德，用不著貪求世間的財利。舍利弗！」

看吧！我說對於瑜伽行的比丘們，有成千俱胝的天眾在想用一切安樂去努力地、精進地供養。舍利弗！這樣的供養和承事，人間是作不到的。」又說：「舍利弗！那些隨如來出家和精進修法的比丘瑜伽行者，由於少欲的諸天、少欲的人和少欲的一切有情的布施，他們的鉢和衣是絕不會沒有的。」

「悲華經」說：「往昔薄伽梵發心時說：『在我的教法裏，只要能夠受持四指袈裟，若不如願得到飲食，則我欺誑佛陀，誓不成佛！』又說：『假使一切在家的士夫們僅在拇指上耕田，我的出家弟子們也不會被生活所困。』」

瑾哦仁波切也說：「即使我們被衣食的生活所迫，但因為能夠深心耐窮，就仍然是信士們的供養處。因此，最主要的享受是無貪，我們用不著積聚什麼東西。別人無論怎樣譏嫌我們，只要自己心不作假，終於是會使大夥發生好感的。因此，名稱的最可靠的基礎是威儀沒有過失，所以用不著故作嬌態。」

格西卡熱巴說：「現世的衣食，無論怎樣作也夠，只是求不到死後的菩提果；明天死，還是後天死，我自己不知道，因此，應當迅速地求菩提才是。雖然不事稼穡，也未積累資具但是，修行人凍死的或餓死的，以前見得有、聽得有嗎？以後也是永遠不會看見和聽見的。」

博朵瓦說：「雪哪怕下到九天九夜，而百靈鳥仍然能夠毫不困難地找到容身之處。同樣地，地方無論怎樣不安寧，佛法無論怎樣地損減，但如果真正修行佛法，是可以得到僻靜的地方、居住的地方和成就佛法的地方的。」

章巴甲惹說：「棄捨現世五欲不貪著眼前的享受，就是最好的布施；無論作什麼都為有情，就是最好的饒益眾生；對任何境界都能知足，就是最好的富翁；到任何地方都能適可，就是最好的家鄉；在任何處所都能睡覺，就是最好的寢室；修證有了厭離朋友的心，就是最好的朋友；修行能堅持到底，就是最好的男子漢；自己能得自在，就是最好的勢力；心不隨貪瞋的勢力，就是最好的悲心；不起『非理作意』，就是最好的持戒；心具修證，就是最好的空行攝持。」

甲塞仁波切說：「最勝的懺罪是能棄捨現世五欲。」

傳說滾幫札甲的弟子格西卡熱巴是一個功德和福報都很大的人，他生了癩，用什麼方法也無效驗，有一個晚上，他想：有這個病，無論如何也要被逐出人羣去，現在我應當作一個真正的逐放者，把所有財產都拿來作善事，跑到那畿末山的山坳裏去住，吃的，向過路人乞討，這樣專唸「嘛呢」。就在那晚上，他夢見自己被水漂著，由一個白色人從水中救出來擺在畿末的山坳裏，身上滴了很多水；他醒來時，果然臥具都濕透了，癩病也因此完全得到消

除。

「且第諾統」，的確是使我們的修證未生者得生，和已生者不退失地增長的唯一無二的方法。

祝青蔚波說：「未生向上心，如月被日蔭；此由執實境，諸仁應斷貪。」

章巴甲惹說：「修正已生起，然而沒有主人來管它。好像富翁被風飄、獅子逐狗伴、寶珠墮泥中一樣。因此，我們非常需要厭離世間五欲的這個主人。」

如果能夠遮止現世的一切貪著，修其他一切佛法都將毫不困難地一轉趣就可以了；如果沒有遮止貪心，任何修證雖然似乎生起在，但它一定很快地失去，這種情形，我們見的聞的太多了，同時，還有理論成立。

眾生依怙說：「未割五欲皮，信定等上德，雖然似生起，一刻即消失，若有厭離心，功德必堅固，一切佛正法，定於相續上，生起與堅住，並不斷增長，生所有道心，易如從空取，譬如播種然，如已播此種，其他諸道心，皆極易引生。」有些人倒是真心修法，他們有信心，有厭離心，心量也大，住也住得下去，觀想也有把握。但正當此時，因為沒有生起很好的禪定，便灰心地想：我雖然這樣修持，但還不能成功，於是完全放棄不修。這就恰如章巴甲惹所說「修證已生起，然而沒有主人來管它，像獅子逐狗伴一樣。」如果沒有生起像前

面說的那種且第諾統的心。一切樂善絕無發生之處，如果生起能使隨心隨意地得到一切樂善的厭離心，諸佛菩薩都要善為稱讚。這個心很難在眾生們的相續上生起，如果能稍稍生起一點，就應該自己歡喜慶幸。不張開腿來使勁站住的人，是自己不知道自己薄福。

博朵瓦說：「有人說，雖然沒有牙齒，但也要用牙齦來啃。我們的心如果不肯趣向法，但不管怎樣也要修法，道心就會生起來，佛法也就會生起來。在現世裏，最低限度要修『願心』以下的佛法，願心以上的一時修不到，也要播一點『願將來能修』的種子；如果用這樣修行的方法常播『願種』，就將獲得如得『大印』般的巨大利益。」這是說，應從厭離現世五欲或修無常來配合發菩提心以下的修行，而那發心以上的奢摩他和毗鉢舍那等雖然沒有生起，然而可以播下種子，如果能夠播下願力的種子，那就是死了，也沒有關係，也能像得「大印地位」般地獲得巨大的利益。

又說：「福報大小的差別，並不是因為財產的多寡，而是自己相續上面『不顛倒智』生起和沒有生起這兩件事情來區別的。」這是說，我們不以富於現世的圓滿為有福，而是以生起厭離心等的不顛倒智為有福。

甲塞仁波切說：「內心相續上如果有佛法，那就是究竟的積聚資糧；如果能憶念哪天死沒有決定，就是究竟的聰明人；如果能止惡修善，就是究竟的誠直；如果能愛戴一切眾生，

就是究竟的高尚；如果能知足、有智慧就是究竟的富貴；如果在任何上面也不貪著，就是究竟的快樂。」能夠這樣思維，就能遮止對於現世一切五欲的貪著，由於這個厭離現世五欲的心的發展，就能對於整個生死發生厭離，到那時，就可以叫做掌握了解脫道的方針了。如果沒有這個厭離心，無論有什麼，也不能掌握到解脫道的方針；必須有厭離心，才算是入了佛教徒的團體。

八

假使有這樣的想法：棄捨現世五欲的功德和不棄捨的過失既如上述，那麼，棄捨的辦法是怎樣呢？關於這個問題，章巴甲惹說得有：「關於棄捨現世五欲，需要這些條件：一、跟平常人的心理不一致地獨特；二、遠離家鄉；三、專門對五欲修灰心意冷；四、降低自己的地位，而且不顧任何人的情面；五、經常監視『遮止對治』的修習；六、不要計執人言人語，應該以『說了就是了』的觀念泰然置之；七、任何東西，哪怕被飛吹光了，也不發生痛苦；八、讓這一世窮苦，像乞丐般的以至於死；九、經常地唸誦『無所需求』的猛咒；一〇、自己的鼻繩要自己牽住；一一、修行像祥雲圍繞般地容易。」又說：「誰想棄捨現世五欲，他就：一、必須使身心勤勞，並有一種像闢開石頭一樣的最大的決斷；二必須表面上什

麼都可以，而骨子裏像老牛的脖子似地極難扭轉；三、必須像鹿子害怕射擊牠的傷處似地怖畏喧雜；四、必須像逃犯跳崖似地毫無籌劃；五、必須像寡婦養孤兒似地刻苦。」

總之，關於棄捨五欲的欲，無著菩薩說有兩種：「一、事欲，二、煩惱欲。」（佛教大藏經第三十五冊瑜伽師地論第十九卷佛教書局版本第一七八頁）諸出家人，於此二者皆當遠離。事欲就是：家鄉、田地、房屋、父母等親屬和財、穀等一切攝受事；必須遠離這一切事欲而出家，才合於經中所說「從家到非家名為出家」的真義。

這樣，既然這棄捨世間五欲的條律是全部在世尊的教法中，是出家人所應該作到的，那麼，自己只要能夠看一看前人怎樣作就知道了。但是現在的有情，智慧低劣，如果不分別來講，是不會懂得的，因此，我們必須像前面章巴甲惹所說的那樣來詳細解說。

九

關於棄捨現世五欲，有十九個學處。

第一、遠離家鄉，這是頭等重要的。

在家鄉，有發生貪心的對象——親戚、田地、房屋和財物等，有發生瞋心的對象——仇怨等，因而就只能成天隨貪心瞋心的力量而不會修成佛法。自己即使不起貪瞋，但它們會來

惹你貪瞋的。親戚找你給他們的現世生產幫忙，假使你不作，他們就會因不滿而造罪；仇人唯念舊惡地由三門（身語意——譯者）來作損害。這樣，在人在己，都會引生罪惡和痛苦。但是，如果能夠遠離家鄉，就不會有這樣的過患了。

博朵瓦說：「遠離生長地，遠離諸親屬，及諸煩雜事，如理作意者，解脫即非遙。」又說：「遠離生長地方，跟親屬斷絕關係，棄捨一切沒有加持分別的實物，這三者是惹真寺的規約，後來的人們對此很覺困難。」

「勸發增上意樂經」裏也說：「哪裏有戲論或諍吵，最好跑到百個由旬以外去；哪裏有煩惱，雖須臾頃，也不應住。一切想得利益、想得功德的出家人，不要用瞋心作諍鬥吧！你們既然沒有田地，不做莊稼活，也不經商，何必為點什麼財物而起這許多諍鬥呢！你們沒有妻室，沒有子女，沒有家庭、親眷、僕婢，更沒有權利，何必諍鬥呢！」

章巴甲惹也說：「煩惱從家鄉生，不遠離家鄉的是沒有心臟的人；修持要作對治，不依靠對治的是沒有心臟的人；一個人有沒有佛法是由違緣來區別的，不願意有違緣的是沒有心臟的人。我們必須做到：遠離家鄉以後，縱然聽說家鄉被風帶走了，也不追悔；捨，盡捨於師長，哪怕挨餓挨到死，也不追悔；渴，渴死在水中，哪怕依止師長的時間最短，也不追悔。能背棄家鄉，對治的因緣就因此和合；能見世間的樂果為鬼魅，信心的因緣就因此和

合。能棄世間五欲，布施的因緣就因此和合。歸擺來說：「若不遠離家鄉，貪瞋就會相續不斷，所以應當遠離家鄉；若不拋棄世間的俗務，善業加行就不會生起，所以應當拋棄俗務；若不把一切財物付之於風，親屬的牽纏就不能斷，所以應當把財物交給風。」

甲塞仁波切說：「家鄉的害處是大的，它使我們：激如沸水地貪愛親屬，熾如烈火地瞋恨仇類，痴如冥夜地忘乎取捨；因此要遠離家鄉。」

傑·惹達瓦說：「隨便住在什麼地方，如果這個地方能使我們增長顯耀感，能使我們的身心被利養恭敬的繩索所縛，能使我們因妒忌別人而發生苦惱，那麼，哪怕是一剎那的時間，我們也不能住在那個地方。」

甲塞仁波切說：「出家人把自己的親屬的恭敬承事拋棄了，如果又貪圖外人的恭敬承事，那就失掉且第諾統的意義；如果拋棄了家鄉、親友和財產，又被好名心所縛，那就等於割斷鐵鎗，又被麻繩拴住。」

這是說，雖然不是家鄉，如果能增長自他的煩惱，那就不管什麼地方，也應該離開，我們應該住處無定。

博朵瓦說：「應該以討口來度過一輩子，必須修習少欲，使心不憂惱，不能老在一個環境住著，不能固定一個地方，應該像太陽月亮似地到處遊行；朋友、施主等處非久留之地，

不要像牛一樣把脖子上的肉交給誰來扼住。」又說：「坐無臀痕，行無足跡，鞋鼻子一打轉，出家人的『財產』就必須自己完全帶走；如果說我現在要走了，這些東西和這些拿來寄存，這個和這個需要用牛來馱，這是絕不成功的。如果一個地方與佛法最相違背，因為住在那裏不能適宜而資長罪惡，那就必須離開；如果把佛法弄掉了，地方雖然沒有失，那是毫無益處的。『月燈經』說：『隨處常無我所執，隨處畢竟不執我，猶如麒麟住世間，比丘似風虛空行。』『念住經』說：『日午而乞食，不為來日積，果腹即知足，如是者比丘。』既是要這樣，如果對佛法有損害，就必須立刻地離開。」

克尊·永魯祝說：「一個地方住久了，就是產生貪瞋的因；熟人朋友多了就能增長新期比之見；東西積多了，身語就斷善行；在沒有熟人的地方漂流不合理嗎？應該把這種頂知己的話向自己心裏邊去問一問。」又說：「但是，常常地東跑西跑是追悔之因，能在一個地方穩穩當當地住下來，才可以增行善行。」又說：「頻頻地搬遷是危害善行的霜雹。」這說明：或行或止，怎樣都可以，完全要以善行增長不增長作為標準。

博朵瓦說：「什麼是隨順處，什麼是朋友呢？由菩提心引生三增上學，什麼地方能令增長，那就是隨順處，什麼人能幫助增長，那就是朋友；同此相反的，就不是隨順處和朋友。又說：「如像開一些『柴兵』來同火作戰，對於火是毫無損害的，任何痛苦和損害，只要

對於佛法沒有損害而且還有幫助，就不必離開那個地方。」

十

第二、遠離親屬。

不管是在什麼地方，與親屬斷絕關係是非常重要的。

章巴甲惹說：：「若於人事往還修厭患，就是斷絕親屬關係的表現；若於人事往還圖周旋，就是陷在貪瞋的泥沼中的表現；若知世間一切欲事都是錯亂的，就是厭離的表現；若執一切為諦實，就是善行溜脫的表現。」

必須指出：斷絕親屬關係是需要的。但同時需要不放棄一切有情而修悲心；我們是需要斷絕身、財的庸俗關係，而不是需要斷絕給有情作利益的崇高事業的關係，如果不這樣作，那佛法是絕對修不成功的。

最初要離開親屬去出家的時候，如果能啟白父母等等而得到他們的允許，那是很好的，但如果他們畢竟免不了恐怖、絕望和暴躁等等，那麼，不管怎樣，自己也不能退失勇氣；從世尊起直到現在，一切修佛法的人，不管親屬們是怎樣地流著眼淚，都是毅然棄走的，這好像存在很大的因緣一樣。」

甲塞仁波切說：「親屬們的熱愛是迫切地鼓勵你進求現世的五欲圓滿；他們愚痴地追求現世五欲，希望別人也追求，結果是為貪求五欲的利益而歸於損害；我們必須為求解脫而用且第諾統的辦法努力修甚深的道，為利益他們而與他們遠離，去到寂靜處珍惜地、精進地進行。」

正理自在說：「五欲似仇敵的中堅，親屬如繫縛的繩索，希望偉大像魔鬼入體；顯耀感不要太大了，迦瑪巴！」

杰確巴說：「在家鄉上面容易動貪瞋，有厭離心的男子漢應該急急跑出來；在親屬上面容易生憂惱，想修佛法的男子漢應該淡薄情面；在財物上面容易生得失，有厭患心的男子漢應該索然棄捨；在甘美飲食的上面容易起貪欲，有決斷的男子漢應該淡然舉行。對這沒有知足、永不滿意的親屬，肯去將護，就會漸漸地多起來，多起來好嗎？不好，越多越有憂惱，所以，最好能斬斷親屬的關係。這是心腹話，應該握在心裏。」

巴熱瓦說：「在親屬間，儘管親屬關係是相等的，但是，對於富有的就花言巧語、奴顏婢膝奉承，對於貪窮的就視為窮鬼而加以鄙薄；在五濁惡世，人們只趨炎附勢，要求一個正直的親屬是很難的。」

十一

第三、拋棄眷屬。

如像遠離親屬一樣，對於眷屬和弟子等貪著也應斷除。

「入行論」說：「若貪諸有情，畢竟障真理，亦壞厭離心，最後起憂惱；專心對眷屬，無益度此生，剎那纔親愛，須臾又成仇；益語令人忿，難令凡夫悅，愚憎可喜處，自亦無利益；彼等不受語，忿故諸惡趣，我若依賴他，終唯歸失敗；總歸一言盡；彼既無益我，我亦無益彼，故應離凡愚。」

「集法句經」說：「和那些像仇人一樣的愚夫同行共住是很痛苦的，最好是不聞、不見、不依賴那些愚夫。」

法王子說：「過去諸佛沒有調伏得了，大力的菩薩也調伏不了的這些有情，你若加以呵責，他便憎恨，若加以稱讚，他便驕傲，若比他高，他便嫉妒，若與他等，他便起角逐計較心，若比他低劣，他便起我慢粗恶心；雖說順法語，他也起貪瞋。像這樣的凡愚眾生，目前我實在調伏不了，且來調伏我自己的心吧！」雖然經上說佛法最主要的就是「利他」，但那是說，我們必須知道所化的根力、種性、習氣、資糧和過去、未來的實際，而且還要不貪瞋自

己，才能調伏所化；如果還在追求自己的名、利、快樂和稱譽，又沒有神通而去利他者，將等於無翼之鳥而想在空中去翱翔一樣，成為利他不成、自利也失壞的原因。雖然經上說講法、聽法是受持聖教，但那是說，作為一個格什，自己必須有出離心和戒律清淨作為基礎，然後才能對心性硬直，為求法益和具足智慧的弟子宣說三藏；如果為貪求現世的名利而攝受眷屬，對那沒有信心，不求法益的人說法又不講究修持，正是發生貪瞋的原因，這種講說和聽聞實為生死流轉的繩索。」

章巴甲惹說：「若想快樂，就得獨居，因為獨居沒有這些擔慮；吃得再多，也不須跟誰分，再少，也不須將護誰，所以快樂。凍也好，餓也好，因為只有一個人，所以都是快樂的。」這個意見太真實了，現見一般出家人把苦、樂置於財寶和物質之上。事實上，一個出家人需要借債的並不多，而人多了不需與借債的也是少有。

格西卡熱巴說：「貴莫貴於信敬的眷屬，苦莫苦於壞人的首領；不要把持高官祿位，而應以低劣的位置自處啊！」又說：「心距離得很遠，你教訓他，他心裏不舒服，自私心重，增長有漏這樣的眷屬和佣人，最好沒有；我這個人的弟子是智慧和精進，它們對於成辦我所需要的一切利益，毫無厭倦。」

巴熱瓦說：「有財有勢時，這些黑頭人就聽任差使，不能作損作益時，雖用恩來將護，

他們也要背地毀謔，五濁惡世要想得到眷屬的好處是很難的；自己一個人的飲食，誰也會作，兩手是最難分離的弟子，詭詐的媚態，我不需要，自己一個人行動是最舒坦的了；苦行的飲食無窮無盡，自己一個人的生活隨處都可以看到；自己一個人的衣服怎麼也可以暖和，內在猛利火的暖氣又深又大；自己一個人的住處怎樣都好，沒有主人的茅篷，住起頂舒適。」

十二

第四、不說相似法。

似是而非地講說、聽聞和教唸經等利他行為，必須完全斷除。

眾生依怙說：「就我們這一般老修行來說，穿一件破舊補綴的大袍，提一串念佛珠，關房裏鳥的痕跡也很清楚，修行到這步田地，去為決定沒有好處的少年出家眾說法，雖然這樣作，但格西·巴傑卿波是不贊成的，我也只是感覺到他們也許是瘋了吧！」

章巴甲惹說：「希望沒有下種的秋實，那是餓死鬼；希望未到時機的利他，那是徒勞。」

博朵瓦說：「首先成熟自相續，初發業者應當作，利他為首佛未許；心除利他無別想，

身語切勿現前作。」

錯羅也說：「如果不知道自己究竟的路線（成佛），任何地方推作堪布，實際上只是一個沒有工資的僕人，這個枯燥的空名是多可憐啊！」

傑喏達巴說：「不管什麼時候，只要還沒有得到不為『八法』外緣所動的堅固心，除了專門地調伏自己的相續，不能去作因為利他而結果既未利他又失自利的事。」

（注一）黃教祖師宗喀巴，青海人。

（注二）阿底峽尊者，印度人。

（注三）意思是「心丟開現世的五欲」。

（注四）印度習慣上對於「菩薩」的尊稱。

（注五）吃糌巴時，將就糌巴捏成的用以舀油的匙子。

