

佛子行三十七頌
自我教言
親友書略釋

天津放生基金會



龙树菩萨

《亲友书》略释

龙树菩萨 造颂
大唐三藏法师义净 译
索达吉堪布 释讲

顶礼吾等大师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇士！

顶礼大恩传承诸上师！

无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇，

我今见闻得受持，愿解如来真实义！

为救度一切众生，请大家发无上的菩提心！

释题名：《亲友书》是龙树菩萨为他的亲友——乐行国王传讲的教言。因为当时他们没有碰面，所以此论是用书信来传授，以此而名为《亲友书》。在汉文大藏经中（大正藏 32 册 P745—751），此论又名《劝诫王颂》《劝发诸王要偈》、《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》（龙树菩萨与乐行国王的故事，详见《大圆满普贤上师言教·第四业因果引导》）。

作者简介：龙树菩萨开创了两大车轨中的中观深见妙乘。本师释迦牟尼佛在《楞伽经》中亲自授记说：“南

方白达地区中，具德比丘有盛名，彼名称中呼作龙，能破有无二边执……。”是已得一地的大菩萨，在《文殊根本续》、《时轮后续》、《大云经》、《大鼓经》等大乘经续中也有明显的授记：“佛涅槃后四百年（有说六百年、五百年等），他在印度南方广弘大乘佛法，并得一地菩萨的果位，最后往生极乐世界。”还是其他经典中说，他得七地菩萨的果位。龙树菩萨造了许多关于显、密宗方面的论典，《亲友书》是其中的一部。我们学习佛法，应该依靠诸佛菩萨的经论教言，不应依靠凡夫以分别心所造的论。学习此论与龙树菩萨亲自为我们讲法没有任何差别，为什么呢？因为我们听了龙树菩萨的教言，只要懂得了其中的意义，则与尊者为我们亲自讲法又有何不同呢？

译者简介：义净三藏，唐朝人，原籍山东，十四岁出家，后到印度求法，在那烂陀寺求学二十余年（此处有两种说法）。后来从印度带了很多经典回国，在长安等处进行翻译，译著很多，如《华严经》等，成为中国佛教史上四大翻译家（鸠摩罗什、真谛、玄奘、义净）之一，在翻译佛经方面作出了巨大贡献。他的传记在《大唐西域记》、《高僧传》里有比较详细的记载。义净法师当年在那烂陀寺求学时住过的房屋遗址至今还在。

本论分三：初义；论义；后义。初者又分二：立誓句与作者谦虚语。

初者（立誓句）：

具德我演如如教，为生福爱而兴述，

真善宜应可审听，此颂名为圣祇底。

此颂表明龙树菩萨对国王写信的目的。“具德”是尊称，此处指乐行国王。国王，你是具足功德者，我今于此演说如来之教言，其目的是为了让你国王你对佛法生起不共同的信心和福德。如果对佛法生起信心、爱乐，则肯定会产生很多福德，对你今生和来世都有很大利益，所以我在这里很欢喜地讲述一些教言，善者国王你应该好好听闻。“圣祇底”是梵语音译，一种颂词的形式（或译音为伽陀），指属六十种梵天妙音之一。

二者（作者谦虚语）分二：词句上的谦虚；意义上的谦虚。

初者（词句上的谦虚）：

随何木等雕佛像，诸有智者咸供养，

纵使我诗非巧妙，依正法说勿当轻。

无论是什么材料做的佛像，比如木头雕刻的佛像，虽然不如黄金、白银做的佛像那样高贵，但它毕竟是佛的代表身像，所以智者一定会供养。以此为例，龙树菩萨谦虚地说：我写的这部《亲友书》，虽然诗词并不巧妙，不太悦耳，但所依靠的是真正的佛法，所以希望国王你不要轻视，不要觉得没什么好看的就弃于一旁。

此为谦虚词。因为若一地菩萨作的诗词不巧妙，那

谁作的会更巧妙呢？难道凡夫所作的诗词会很巧妙吗？那是不可能的。正如寂天菩萨在《入行论》开头说：“此论未宣昔所无，诗韵吾亦不善巧，是故未敢言利他，为修自心撰此论。”在座的四众弟子！我（堪布）的汉语言水平虽不是很高，表述得也不好，但我是依靠龙树菩萨的金刚语来宣讲，所以你们也应该恭敬，不要轻视。因为木头所做的佛像，也应恭敬，那么我所说的语言虽不太悦耳好听，但宣说的是佛菩萨的金刚语的缘故，所以在座者应该好好听受。

二者（意义上的谦虚）：

王虽先解如如教，更闻佛语增胜解，

犹如粉壁月光辉，岂不鲜明益殊妙。

国王，虽然你以前已经理解通达了如来的许多教法，如果你继续听闻，则对增上你的信心、大悲心与智慧会更加起到促进的作用。我现在所宣说的是佛的教言，你再仔细听闻，则会更加增上对佛法的胜解。比如白色的墙壁，其色彩本来已经很鲜明，如果在此粉壁上，再映上十五夜晚皎洁的月光，那它的色彩难道不是更显得鲜明和美妙吗？同样，在座的各位，你们本来对佛法已经有所通达，如果再听一听龙树菩萨的教言，则也会如粉壁上照射月光一样，智慧更为增胜。

二者论义分二：道的基础；道的本性。初者（道的基础）分二：略说六种随念；广说后三种随念。

初者（略说六随念）：

佛法并僧众，施戒及与天，

——功德聚，佛说应常念。

六种随念法，在弥勒菩萨《现观庄严论》中讲的较广，另在麦彭仁波切尊者的《智者入门》中也有所阐述。六种随念，即是随念佛、随念法、随念僧、随念施、随念戒、随念天。修这六种随念中的任何一种都聚集着巨大的福德，虽然都是资粮，但从反体来讲却又各自不相同，所以，本师释迦牟尼佛在经教当中告诉我们，有信心者应该常常去忆念。

为什么要常忆念呢？因为六随念处每一个都具足殊胜功德，每忆念一次，我们都能得到无边的福慧，常常随念，就能使我们的正见和修行稳步增长。在这六种随念中，佛是我们的追随、皈依处；法，是我们所行持的方向与标准，如果没有随念佛法，我们就失去了所修；僧众，是我们修行过程中，乃至菩提间不分离的道友，也应恒常随念。以上是随念佛法僧三宝。不论是出家人还是居士们都应该经常念诵《随念三宝经》，经中对三宝功德讲得很清楚。我（堪布）以前也是再三讲过念诵这部经的重要性，你们有些把此经做为自己的日常功课来念，有些好象觉得这部经已经陈旧了，没有再念的必要，如果觉得念诵这部经是一种负担，那么不念也可以。但反过来说，做为一个皈依三宝的佛弟子，不随念三宝，

那又去随念什么呢？所以我们应该恒时随念三宝，对自己的今生后世都会有不可思议的利益。接下来是随念“布施”，布施有无量的功德，众生都希求今世或来生的资财受用圆满，得到这些圆满的殊胜方便就是布施，佛在《贤愚因果经》中详说过这类因果。所以应该随念布施，并且尽力加以实行。戒律，是所有功德的基础。失去持戒的功德，也就同时失去了其它的一切功德，为了其它功德的生长，严谨持戒的地基实属必需。清净戒律则来源于对戒律经常地随念，所以应该随念戒。随念天就是随念天尊，天尊有两种含义，一种指我们现在修持十善业，将来不堕恶趣，生到天界享受欲天的安乐，此亦称为随念天尊；另外一种指的是智慧天尊，如文殊菩萨、观世音菩萨等，这是我们修法中必须依靠的，所以应该随念。这六种，每一种都具足如是的功德，所以佛在经中告诉我们应如是恒常随念。下面广讲后三种随念，即随念天、随念施与随念戒。

二者（广说后三种随念）分三：随念天；随念施；随念戒。

初者（随念天）：

十善诸业道，身语意常亲，
远离于诸酒，亦行清净命。

十种善业是身口意的善业。十善业即是身不杀、不盗、不淫，因为杀生、偷盗、淫欲是身体造的罪业，所

以不杀、不盗、不淫则为身的三种善业；语的四种善业，不说妄语，不说离间语，不说绮语与不说粗语；及意的三种善业，不起贪心，不起嗔心，不起邪见。此处“亲”即是依止的意思，也就是要求三门经常行持十种善业，以此则会远离不善，获得安乐。

在行持十善业的基础上，还应远离饮酒，并行持清净正命，抛弃五种邪命。饮酒有很多的过患，虽然饮酒不是自性罪，但是饮用之后会生起一切过失。释迦牟尼佛教诫我们说，如果谁饮酒，则不是我的弟子。因此，龙树菩萨在些论中，也遮止饮酒。如果自己集一生之力行持善法，清净自活，则今生当中一切可得到圆满，来世享受人天福报，尤其是生于三十三天、梵天等天界中，安住天尊座上，尽享世间的种种安乐。此为人天乘道。

这一颂是以宣说升天堂的因——十善法等，推出依此行持必能得升天堂的果——随念天。很多论典中在表达某些意义时，并不直接叙述，而是用因上说果，或是果上说因的方法，此颂便是以因说果的例子。

二者（随念施）：

知财体非固，如法施比丘，
仙师及贫贱，来世为亲友。

我们修行人应该知道世间的一切财富，其本体是没有什么坚固的，它的本性是无常。如果有财物施舍却没有去布施，那这些财物从某个角度来说已白白浪费

了，弄不好反成为自己堕落的因。以前转轮王的财富可以和天人相比，这是布施的果报，但因一切是无常的缘故，他们死的时候，这些财富自己也无法享受了。所以在我们有能力之时，应该如理如法地去布施。首先，应对比丘作布施，（本来对待上面的殊胜境叫供养，对于下面的对境叫布施，但供养、布施都有“给予”的意义，所以这里对比丘、上师等也可以叫布施。）为什么要布施比丘呢？因为清净比丘是能圆满福德的殊胜福田，在比丘前应作各类所需的广大布施能积累起巨大的福德。

“仙”指仙人。在古印度有很多人为追求解脱而勤修善法，他们在静处精修禅定，具足四禅五通，并引导他人修习十善法而生于天界，在世间来说也很了不起，所以也应对仙人布施。上师是三世佛的化身，圆满一切功德，与上师结缘，能种下究竟解脱的种子，乃至现世得到解脱，又因为上师是一切功德的来源，对我们有无比的恩德，所以极应供养。贫贱者需要帮助，也能帮助修行人生起悲心，圆满资粮，布施贫者既然能够圆满二利，当然应该去布施贫者了。

今世如法布施比丘、仙人、上师、贫贱者等，就相当于为自己来世结交了最好的亲友。为什么这么说呢？因为今生对“福田”和“悲田”如法布施，来世果报成熟，各种各样的财富和顺缘自然无勤涌现，到时候自己的口袋里不要愁找不到财物，而是要担心财物找不到口

袋可装了。布施就如同富裕而又慷慨的亲友一样，随随便便可赐予你很多财物，任何一个世间亲友都不能与之相比。总之，今生如法地布施，定会换来后世财富的圆满。对于此理大家都应该已经通达了！龙树菩萨是一千三百多年前的圣德，他所采用的语言表达方式也许和现在有所不同，但因为历代高僧大德的正确传承，现在我们因上师的恩德，领会尊者的真意可说是毫不费力。

三者（随念戒）：

众德依戒住，如地长一切，

勿冗瘦杂怖，佛说应常习。

一切功德依戒而住，我们修行者，居士有居士戒，出家人有出家人的戒，戒律非常非常地重要。就象万物生长依靠大地，没有大地，则万物无由生长一般，如果一个人没有持戒，则任何功德都生不起来。藏地的高僧大德在讲戒律功德的时候，都经常引用龙树菩萨的这一颂做教证。一切功德依靠戒生长，依靠戒安住，若具足清净的戒，则一切功德自然而然会增长。如果我们闻思阅读过戒律方面的经论，知道了持戒的功德与破戒的过患，则会对持戒产生兴趣，即使没有他人督促，自己也会护戒如眼。《戒赞》的作者丹增洛若堪布，是华智仁波切的一个弟子，一生当中持戒非常清净。在《密宗虹身成就略记》中也记载了他的事迹，最后尊者向东方跨七步，然后说：“我是乌金莲花生，无生无死之佛陀，

菩提心体离偏袒，沙门八果离虚名。”说完就显示圆寂了。对他作的《戒赞》我们都感到非常稀有，里边大大赞叹了持戒的功德，亦讲了戒为一切功德的来源。为了增长自己持戒的信心，大家应该多看一些持戒功德方面的经论。“勿冗瘦杂怖”指持戒时须避免的四种情形。

“勿冗”，即不要犯根本戒；“勿瘦”即不要减弱对治力，因为守戒必须要有强有力的对治，如果对治力薄弱，烦恼粗猛现前时则不可能继续守戒；“勿杂”指不要染有世间八法的心念而持戒。比如今生当中出家守戒，只为了让别人认为自己很庄严，或者为了治病而出家守戒等，守戒与世间法相杂不应理，应该舍弃；“勿怖”，即在持戒时不要有怖畏心，哪怕遇到生命危险，也要以大无畏的精神继续守戒。在文革期间，佛法遭到损害，当时没有一个赞叹戒律的人，那时几乎所有出家人都还俗了，但是法王如意宝和几个老比丘，仍然是不畏艰险，清净持戒。法王如意宝后来说：“我们现在有这么好的条件和环境，如果还不能守戒，则太可怜了。”有一些出家人到汉地去后，说自己家里人不理解，所以在家里穿俗装，回来时穿僧装，这方面我不太高兴，也专门呵斥了他们。在文革期间，法王如意宝没有脱下僧衣。你们家里人不理解就让他们不理解吧，没什么大不了的。要想家里人对你们出家真正理解，是很难的事情，所以你们出家后回去，千万不要因为家人不理解而脱下僧

衣，出家人到不理解佛法的人群当中时，让他们感到奇怪是很正常的事，不要为了适应他们的胃口，损毁自己的尊严。在这个末法时代当中，不管他们说什么，对你而言是没有过失的，他们诽谤你，你没有任何过失，你不要为了使他们不生邪见，就去还俗，你这种想法实际愚笨无比，赶早丢开！

做为一个佛弟子，不论居士还是出家人，都必须持守净戒。法王如意宝说：现在有很多人自称是很了不起的密宗瑜伽士，但从戒律方面看，实际他连居士戒也没有，怎么可能有不具足戒律的密宗大成就者，怎么可能会有这种“大瑜伽士”呢？这种人就如天空中生长的鲜花一样，说得漂亮，实际没有。在末法时代当中，虽然持清净戒律比较困难，但应该想到，人生非常的短暂，在这短暂的人生之中，如果没有持守清净戒律，任何功德无法积累不用说，后世还要感受恒久艰难的痛苦啊！如果我们当中有些人以前因为心不清净导致了行为上的不如法，那么，现在就应该尽量制止恶行，努力严持戒律。

凡夫人持戒，首先确实有些困难，在我们学院中几千人能严持净戒，如果是对治力薄弱的话，守一天的戒也很困难。但是逐渐逐渐严格要求自己，在持戒时，做到“勿冗瘦杂怖”时间久了也就不会很困难，因此佛说对于守戒应该常常串习。以前很多的高僧大德，就是

一辈子这么守戒的。法王如意宝说：“守戒中困难大，功德也会大，尤其对我们修行者，更应对困难不畏惧，一心誓守净戒。”

二者（修道的本体）分三：略说六波罗蜜多；广说六波罗蜜多；结尾赞叹。

初者（略说六波罗蜜多）：

施戒忍勇定，慧不可称量，

此能到应修，渡有海成佛。

此颂为略说六度。“施”指的是布施波罗蜜多；“戒”指持戒波罗蜜多；“忍”即为忍辱波罗蜜多；“勇”指精进波罗蜜多；“定”指禅定波罗蜜多；“慧”为般若波罗蜜多。每一度都有无量无边的功德，所以说为“不可称量”。六度是大乘佛法的总集，沉溺在六道轮回大海中的众生，想要超越轮回大海，必须依靠六波罗蜜多这艘殊胜的大船。只要我们登上这艘船，就可以很顺利地圆满渡过三有轮回大海，到达究竟彼岸，登上佛果的宝洲。

二者（广说六波罗蜜多）。分六：布施度；持戒度；忍辱度；精进度；禅定度；智慧度。

初者（布施波罗蜜多）：

若孝养父母，其家有梵王，

现招善名称，来世生天堂。

因为父母对自己恩德很大，所以应该孝养。谁人恭

敬孝养自己的父母，则他已具足了梵天、帝释等天人的福报，很多天人也会经常加以保护。此人今生自然会招感善妙名声和圆满财富，来世不堕恶趣，生到三十三天等胜妙天宫，成就帝释梵天的果位，享受无量的安乐和福报。除了对父母孝养外，藏文中还提到了对上师应恭敬供养。

提到“天堂”，很多人都以为是外道的说法，实际在佛教中也是承认的。众生持戒修善，修习四禅八定的福德成熟时，即可往生六趣中的天界。如今世间上很多人学佛只是为了升天堂，你对他讲好好学佛可以升天堂，他特别高兴，让他成佛他却听不懂，确实，升天堂也可以，但如果把升天堂当成究竟的归宿，那也就显得目光太短浅了。

二者（持戒波罗蜜多）分四：所护的戒；断除违品；修持不放逸；以喻说明不放逸。

初者（所护的戒）：

杀盗淫妄说，耽食爱高床，
断诸酒歌舞，华彩及涂香，
若女男能成，此八支圣戒，
欲界六天上，长净善当生。

因为当时乐行国王是在家的居士，所以龙树菩萨为他讲解八关斋戒。菩萨告知国王应护戒：不能杀生，不能偷盗，不能邪淫，不能说妄语。这四条为根本戒，不

仅出家人，居士也不能犯。八关斋戒中，除了四根本戒外还有四条支分戒：即不“耽食”——不非时食；不坐高广大床；断饮一切酒；歌舞、华彩及涂香，这里合为一条，意为在言语方面不能唱歌，身体不能跳舞，也不能故意去观、听；“华彩”即花鬘项链及耳环、戒指等各种饰品，“涂香”，指在脸上所用白色、兰色、红色等各种颜色的香料化妆品等。这些容易使人增上贪欲，所以都应舍弃。在我们学院的出家人不必说了，就是来这里学法的女居士们，什么耳环、项链、戒指等很多装饰、化妆品都舍弃了，接近于出家人，非常好。

如果善男善女能持守这八关斋戒，六欲天的福报都会得到。女众以此持戒福德，能转不净女身为男。而且以等流善果能在欲界天中修习善法，以长期亲近善法的缘故，善根能得以增长。

二者（断除违品）：

慳谄诳贪怠，慢淫嗔氏族，

多闻年少娇，并视如怨贼。

守戒时有十三种烦恼违缘。第一种是“慳”，指既不愿意供养，也不愿意布施，非常吝啬；“谄”即假作亲热、奉承他人或自己本来有一些过失，但不愿意在别人面前忏悔，只想尽量隐瞒；所谓“诳”是以种种手段诳惑、欺骗他人，如自己本无功德，却假说吹嘘自己得到了功德；“贪”，这里指对人以外的物质财富生贪；

“怠”即懈怠，对善法缺乏精进；“慢”是自己本来没有任何功德，反而觉得自己很了不起，在身体和语言上表示出傲气来。（骄和慢有一点儿差别，慢是还要在自己身体和语言方面表现出来。）“淫”，指贪执内有情，对某某人生起贪爱心；“嗔”，指凡对自己不满意的对境生起嗔恨心。

以上是从烦恼而言，下面讲五种骄傲。“氏”的骄傲，氏在古汉文中，指官职、地位，如中国古代有“泰龙氏”、“御龙氏”等官职。有些人大权在握，便心生傲意烦恼；“族”骄傲，比如认为自己是国王种姓，是领导的子女，种姓家族很高贵，很了不起！“多闻”的骄傲，比如认为自己学了很多年的法，现在不论是显宗，还是密宗我都懂，我可以说是多闻第一，很了不起啊！

“少年”的骄傲：即自恃青春年少，年青有为；“娇”的骄傲，娇是美貌的意义。啊！我长得这么漂亮，恐怕没有再象我这样好看的了！等等之类的心理。对待前面的八种烦恼和这五种骄傲，我们需象对待敌人一样谨慎，只要稍一生起就应如临大敌，马上远离或加以消灭。如果让它们占上风，则自己的戒律很难得以护持不失。

三者（修持不放逸）：

说无生由勤，有死因放逸，

勤能长善法，尔可修谨慎。

“无生”，在藏文中有“甘露”之义，亦指“涅槃”