

菩提道次第略论

宗喀巴 著



菩提道次第略论

宗喀巴大师造

大勇法师译讲·智湛居士笔录

法尊法师补译·严定恭校·尘空治润

昂旺朗吉堪布校



南无本师释迦牟尼佛



南无弥勒菩萨



南无大智文殊师利菩萨



龙树菩萨，大乘中观思想的奠基者。生于佛灭后约七百年，南印度毗达婆国人，属婆罗门种姓。初习小乘教典，后在雪山一带得大乘经典，系统阐述并确立了中观的思想理论，对汉传及藏传很多宗派有较大影响。龙树菩萨著述极多，有“千部论主”之称，西藏所传为122种，汉译为22种，如《中论》、《十二门论》、《大智度论》、《十住毗婆沙论》等。



无著菩萨，大乘唯识思想的奠基者。生于佛灭后九百年，北印度富娄沙富罗城人。初习小乘，在说一切有部出家，后从弥勒菩萨学习《瑜伽师地论》等，集众宣说，将大乘唯识思想广传四方，是唯识宗的实际创立者。著有《显扬圣教论颂》、《大乘庄严经论》、《摄大乘论》、《大乘阿毗达磨杂集论》等重要作品，并提出一套完整的修行实践方法，是宗喀巴大师阐述菩萨行的重要理论依据。



月称论师，大乘中观派的重要代表之一。出生于南印度萨曼多婆罗门种姓，少年出家，精通佛护一系的中观学说，曾任那烂陀寺住持。他继承并发挥了龙树的中观无自性学说，在方法论上，以破显宗，被称为“随应破派”或“应成派”。其学说经由阿底峡尊者而完整传入西藏，在藏传佛教地区影响广泛。本论作者宗喀巴大师亦以应成派思想为了义，大力弘扬，并尊月称为本宗传承祖师之一。



阿底峡尊者（982—1054），原名月藏，法名燃灯吉祥智。出生于东印度萨霍尔王室，曾任那烂陀寺、超岩寺住持。受古格王意希沃、绛曲沃殷重礼聘，至藏地弘法12年，1054年卒于聂塘，终年72岁。尊者摄显密要义，合为修行次第，著有《菩提道炬论》等20多种著作，另有诸多译著，奠定了藏传佛教后弘期的发展，被尊为噶当派祖师。《道炬论》为本论重要依据，故宗喀巴大师有“《道炬论》之作者，即是本论作者”之说。



宗喀巴大师（1357~1419），藏传佛教格鲁派创立者。出生于青海湟中，童真入道，广学多闻，戒行谨严。25岁即已通达诸多经论及律藏、五明等。31岁时，为振兴戒律，改戴持律者所戴黄色僧帽，故所创宗派又有黄教之称。36岁开始讲经收徒，并系统研习密法。他以中观为正宗，月称为依止，以噶当派教义为立说之本，综合显密教法建立修学体系。一生著述甚多，尤以《菩提道次第论》影响最为广泛，有《广论》、《略论》、《摄颂》三部。

《菩提道次第略论》序

缙云老人太虚

华夏密乘中兴，暨西藏佛法内流，大勇实为前矛。勇原籍四川巴县，姓李名锦章。民国八年夏，与大慈大觉同日从余落发，方二十七龄尔。受戒参禅江天寺，及住静五台山。迨十年秋，余讲法华于宛平，来依座下。时有日本东密老宿觉随者，屡以唐代传日本真言大法还奉华土，聒余赴日承受，余闷然未应，勇喜跃往。卒于十二年冬，领高野金山穆韶阿闍黎两界大法归，为东密畅传中国始。十三年夏，勇学雍和宫白普仁喇嘛金光明法，起求法西藏意，创藏文学校。余武昌佛学院毕业僧法尊等，转平随学，而白喇嘛法会遂风行南北。翌春余在平讲经，班禅国师初自后藏至，通汉藏蒙僧之邮者，则白与勇也。春杪，多杰觉拔格西突来藏校，余赠汉僧衣帽披戴之。不久，格西之名大噪，藏中显密法亦盛传内地。而勇组西藏学法团，率大刚、法尊、恒演、观空、严定、超一、密悟等，亦于是冬抵康。然阻滞康定，刻苦修学。勇竟于十八年冬遽顺无常，才盈苾刍戒十夏而已。怀达之拉

萨，渴求之悉底，势必期之再世。次年果转生康地，顷已成求寂，由大刚导学哲邦，庶夙愿可满欤。勇出家十载中所遗文笔，略有散见，成书者仅译讲之菩提道次第略论。近年继志精勤者，显学密修，固迈进未已，而此筭路褴褛之创译，尤适机要。惜阙止观章，今得法尊补足之，并由严定阅校藏籍，尘空整治笔录，并加以条晰，勒成六卷，不惟学院可资为讲册，而诸欲探究西藏宗喀巴大师之学者，亦堪获一简易门径。兹由汉藏教理院钁板流布，因叙大勇往行，以谕后昆。至论义则略广如文，寻览者当自得之。

中华民国三十一年六月八日

写在前面

戒幢佛学研究所编辑部

2004年秋，戒幢佛学研究所预科学员入学之初，即在所长济群法师指导下研修《菩提道次第略论》，这也是法师该年第二次开讲《道次第》。在上半年的研究生课程中，法师根据本论的思想纲领，分别围绕《菩提道次第论修学要领》、《菩提道次第论实修理路》、《道次第中的菩提心》几大主题对本论作了提纲挈领的阐述，为时三周。其后，法师又将本论纳入研究所预科班的基础课程，以一年时间对全论进行了详细解说。尤其是对三士道各环节修学原理所作的剖析，深入浅出，环环相扣，闻之豁然开朗。

《略论》虽结构清晰，然文约义丰，初学者难以深入其堂奥。而繁琐的科判，也成为现代人学习本论的障碍。法师在研修本论的过程中，根据《道次第》的核心思想，编写了适合现代学人的简明目录，作为内部资料提供给本所学员。我们深感这一目录对学修《略论》帮助极大，可使学人在短时间内把握本论的思

想脉络，并在进入每一阶段学习时不至忘失道之整体。故祈请法师公开发布，供四众弟子修学参考。

时隔四年，法师当年所讲的114集“菩提道次第略论系列讲座”音视频文件已在信众中广为流传。在他的积极倡导下，越来越多的信众都将《道次第》作为修学必备基础，反复听闻，精心研读。为配合大众学修的需要，“戒幢佛学研究所”特将本论印刷流通。在制作过程中，我们除将法师编写的现代目录插入其中，正文内容也根据昂旺朗吉堪布在《菩提道次第略论释》中所做的校订略加调整（补入部分见括号内），以期为大家提供一个更为清晰易读的版本。

最后，感谢参与本书校对及捐赠净资的四众弟子。愿以此功德，普及于一切，我等与众生，皆共成佛道。

2008年7月7日

注：“菩提道次第略论系列讲座”音视频文件可在网络收看下载。

地址为：<http://www.jiqun.com/dispfile.php?id=4752>

需要光盘者可与西园寺“法宝结缘处”联系，联系方式见书末。

菩提道次第略论

宗喀巴大师造

大勇法师译讲·智湛居士笔录

法尊法师补译·严定恭校

尘空治润·昂旺朗吉堪布校

序 论

一、 归敬颂	1
二、 本论内容及造论意趣	2
三、 本论作者及殊胜传承	3
1 . 氏族圆满	3
2 . 求学经历	3
3 . 成就功德	4
4 . 所作事业	6
四、 本论之殊胜	8
1 . 会通一切经教互不相违	8
2 . 显示一切经教皆为教授	9
3 . 易得佛密意	10
4 . 自能灭除极大恶行	10
五、 说听轨则	11
1 . 闻法轨则	11
2 . 说法轨则	17
3 . 完结时共作轨则	19

正论——修学引导次第	21
第一章 依止善知识为入道根本	22
第一节 选择善知识与修习依止法	22
一、所依善知识之相	22
二、能依弟子之相.....	26
三、依止之法	27
1 . 意乐依止	27
2 . 加行依止法	29
四、依止的胜利	30
五、不依止的过患	31
六、总明其义.....	31
第二节 略示修法	32
一、加行修法	32
二、正行修法	36
1 . 总说修法	36
2 . 修习依止法.....	36
三、结行修法	36
四、未修中间	37
1 . 守护根门	37
2 . 正知而行.....	38
3 . 于食知量	38
4 . 恬寤瑜伽.....	38
五、破斥二种妄见.....	39

第二章 于有暇身劝受心要	42
第一节 暇满人身的重大意义	42
一、何为暇满人身	42
1 . 离八无暇	42
2 . 具十圆满	43
二、暇满人身的重大意义	43
三、思惟人身难得	45
第二节 三士道的建立及生起决定	47
一、三士道的建立	47
二、道次第引导之相	48
三、三士道的建立原理	52
第三章 共下士道修心次第	54
第一节 念死无常	54
一、不念死的过患	54
二、念死的胜利	55
三、发何种念死心	56
四、修念死之法	56
1 . 思惟定死	56
2 . 思惟死期无定	59
3 . 死时除佛法外余皆无益	61
第二节 念三恶趣苦	62
一、思惟恶趣苦的意义	62
二、思惟地狱苦	63