目

录

序　　论.....1

一、归敬颂.....6

二、本论内容及造论意趣.....9

三、本论作者及殊胜传承.....12

1. 氏族圆满.....15

2. 求学经历.....16

① 博通世法.....17

② 得受灌顶.....18

③ 出家求道.....19

3. 成就功德.....21

① 具足戒学.....21

【别解脱戒】.....22

【菩萨戒】.....23

【金刚乘戒】.....25

【如法守护】.....26

② 具足定学.....27

③ 具足慧学.....28

4. 所作事业.....29

① 于印度所作.....29

② 于西藏所作.....30

5. 造论条件.....32

① 三种圆满.....32
② 本尊摄受.....34
③ 传承圆满.....35
④ 传法弟子.....37
四、本论之殊胜.....38
1. 会通一切经教互不相违.....40
2. 显示一切经教皆为教授.....45
3. 易得佛密意.....51
4. 自能灭除极大恶行.....53
五、说听轨则.....57
1. 闻法轨则.....57
① 思惟闻法之胜利.....57
② 于法及说法者生起承事.....64
③ 闻法轨则.....68
【除三种过】.....68
【依六种想】.....71
2. 说法轨则.....88
① 思惟说法之胜利.....88
② 于大师及法生起承事.....93
③ 以何意乐及加行而说.....94
【说法之意乐】.....95
【说法之加行】.....98
④ 观机而说.....99
3. 完结时共作轨则.....101

正论　修学引导次第.....105

第一章 依止善知识为入道根本.....108

第一节 选择善知识与修习依止法.....110

一、所依善知识之相.....111

1. 具　戒.....114

2. 具　定.....116

3. 具　慧.....117

4. 教富饶.....118

5. 通达真实.....119

6. 德胜于己.....120

7. 善说法.....122

8. 具悲悯.....124

9. 精　进.....126

10. 断疲厌.....126

二、能依弟子之相.....131

1. 质　直.....132

2. 具　慧.....134

3. 求法义.....135

三、依止之法.....137

1. 意乐依止.....138

① 净信为本.....138

② 念恩生敬.....145

2. 加行依止法.....152

① 内外财供.....155

② 身口给侍.....156

③ 依教奉行.....157
四、依止的胜利.....159
五、不依止的过患.....162
六、总明其义.....165
第二节 略示修法.....168
一、加行修法.....169
1. 洒扫住处.....170
2. 陈设供养.....172
3. 身具威仪，至诚修习皈依.....174
4. 观想资粮田.....176
5. 依七支供集资净障.....178
① 礼敬支.....182
② 供养支.....185
③ 忏悔支.....190
④ 随喜支.....193
⑤ 请转法轮支.....195
⑥ 请住世支.....197
⑦ 回向支.....198
6. 三事求加.....203
二、正行修法.....204
1. 总说修法.....204
2. 修习依止法.....206
三、结行修法.....209
四、未修中间.....212
1. 守护根门.....215
2. 正知而行.....216

3. 于食知量.....217
4. 悟寤瑜伽.....220
五、破斥二种妄见.....225

第二章 于有暇身劝受心要.....237
第一节 暇满人身的重大意义.....237
一、何为暇满人身.....238
1. 离八无暇.....238
① 人中四种无暇.....239
② 非人四种无暇.....240
2. 具十圆满.....242
① 自圆满.....242
② 他圆满.....243
二、暇满人身的重大意义.....245
三、思惟人身难得.....251
第二节 三士道的建立及生起决定.....260
一、三士道的建立.....260
二、道次第引导之相.....269
三、三士道建立原理.....287

目

录

第三章 共下士道修心次第.....1
第一节 念死无常.....3
一、不念死的过患.....3
二、念死的胜利.....7
三、发何种念死心.....12
四、修念死之法.....13
1. 思惟定死.....14
① 死王必来而无法避免.....14
② 寿量无增而日减.....16
③ 生前无暇修法而死必决定.....21
2. 思惟死期无定.....23
① 人寿无定.....25
② 死缘甚多，活缘甚少.....26
③ 身极危脆，死期无定.....29
3. 死时除佛法外余皆无益.....31
第二节 念三恶趣苦.....36
一、思惟恶趣苦的意义.....38
二、思惟地狱苦.....41
1. 大有情地狱苦.....42
2. 近边地狱苦.....50
3. 寒冰地狱苦.....55

4. 孤独地狱苦.....57
三、思惟傍生苦.....62
四、思惟饿鬼苦.....64
第三节 皈依三宝.....71
一、皈依之因.....72
二、思惟皈依境的殊胜.....74
1. 抉择应皈依之境.....74
2. 明可皈依之相.....76
三、如何修习皈依.....88
1. 知三宝功德.....90
① 佛功德.....90
【身功德】.....91
【语功德】.....93
【意功德】.....95
【事业功德】.....100
② 法功德.....105
③ 僧功德.....107
2. 知三宝差别.....108
3. 自誓皈依三宝.....109
4. 不皈依余处.....112
四、皈依后应学之次第.....114
1. 各别学处.....114
① 遮止学处.....115
② 奉行学处.....117
【敬佛像】.....118
【敬佛经】.....121

【敬僧宝】.....123
2. 共同学处.....125
① 随念三宝功德.....125
② 勤行供养.....126
③ 随念大悲.....132
④ 启白三宝.....132
⑤ 既知胜利，勤修皈依.....133
⑥ 守护不舍.....138
【附：皈依共修】.....142
第四节 深信业果.....144
一、思惟业果总相.....146
1. 业决定之理.....146
2. 业增长广大.....149
3. 业不作不得.....151
4. 业作已不失.....152
二、十不善业道.....154
1. 杀 生.....158
2. 不与取.....161
3. 邪 淫.....163
4. 妄 语.....165
5. 离间语.....168
6. 粗恶语.....169
7. 绮 语.....170
8. 贪 业.....172
9. 嗔 业.....173
10. 邪 见.....174

三、依不善业论业果轻重.....177
1. 依《本地分》说六种业果轻重.....177
2. 依四门力大说业果轻重.....180
① 田门力大.....180
② 依门力大.....184
③ 物门力大.....188
④ 意乐门力大.....189
四、十不善业果报差别.....191
1. 异熟果.....192
2. 等流果.....193
3. 增上果.....194
五、依十不善业说十善业.....196
六、业的种类.....199
1. 引满差别.....199
2. 定不定受差别.....201
3. 决定受差别.....202
七、完美人生的因果差别.....203
1. 异熟的功德及业用.....204
2. 异熟之因有八.....207
八、不善业的认知及对治.....213
1. 总说对治.....214
2. 四力净修之法.....220
① 能破力.....221
② 对治现行力.....222
③ 遮止力.....226
④ 依止力.....227

九、下士道发心之量.....232
十、除邪分别.....233

第四章 共中士道修心次第.....236
第一节 共中士之发心（出离心）.....238
第二节 思惟轮回之苦（苦谛）.....242
一、先说苦谛的密意.....243
二、思惟轮回总苦.....252
1. 思惟八苦.....257
① 生　苦.....257
② 老　苦.....259
③ 病　苦.....262
④ 死　苦.....264
⑤ 怨憎会苦.....265
⑥ 爱别离苦.....266
⑦ 求不得苦.....267
⑧ 五取蕴苦.....268
2. 思惟六苦.....271
三、思惟轮回别苦.....275
1. 三恶趣之苦.....275
2. 人道之苦.....276
3. 阿修罗之苦.....278
4. 天道之苦.....279
① 欲天之苦.....279
② 上界天之苦.....283
第三节 思惟流转次第（集谛）.....285

一、烦恼发生之相.....285
1. 正明烦恼.....288
① 贪.....288
② 嗔.....289
③ 慢.....290
④ 无　明.....291
⑤ 疑.....292
⑥ 坏聚见.....293
⑦ 边执见.....294
⑧ 见取见.....295
⑨ 戒禁取见.....295
⑩ 邪　见.....296
2. 烦恼生起次第.....297
3. 烦恼的过患.....300
二、业积集增长之相.....305
1. 业的认识.....305
2. 业如何增长.....307
三、死亡与结生相续之相.....309
1. 死　缘.....309
2. 死　心.....310
3. 暖从何收.....315
4. 死后成中有之理.....316
5. 生有结生之相.....321
第四节 中士道发心之量与上士发心差别.....326
一、发心之量.....326
二、除邪分别.....328

第五节 抉择解脱道之自性（道谛）.....332
一、依何身灭除生死.....334
二、修何道而为灭除.....339

目

录

第五章 上士道修心次第.....1
第一节 菩提心的殊胜.....3
一、大乘教法的殊胜.....3
二、菩提心在大乘中的不共地位.....9
第二节 菩提心如何发起.....18
一、七因果修法.....18
1. 大悲为大乘根本.....21
① 大悲在大乘修行初期的重要.....21
② 大悲在大乘修行中期的重要.....23
③ 大悲在大乘修行后期的重要.....25
④ 大悲是修习七因果的核心.....28
【从知母至慈心以成其因】.....28
【从增上意乐及发心以成其果】.....32
2. 于有情修平等心.....35
3. 七因果修习法.....41
① 于一切有情修悦意之相.....41
【知 母】.....41
【念 恩】.....43
【报 恩】.....47
② 正修此心.....52
【修 慈】.....52

【修　悲】.....57
【修增上意乐】.....61
【修求菩提之心】.....63
4. 发心特征及差别.....65
二、自他相换修法.....67
1. 自他相换的意义.....68
2. 自他相换的成立及原理.....70
3. 自他相换的修习次第.....74
① 去除障碍.....74
② 正明修法.....81
4. 此心发生之量.....89
三、受持菩提心仪轨.....89
1. 从何处受.....90
2. 以何身受.....90
3. 菩提心受持轨则.....92
① 净地设像陈供.....92
② 启白与皈依.....95
③ 宣说学处.....99
④ 积集资粮.....100
⑤ 净修其心.....101
⑥ 正行仪轨.....101
⑦ 结行.....107
4. 如何守护菩提心.....109
① 于此世发心不坏之因.....110
【忆念发心胜利】.....110
【不舍愿心而令增长】.....118

【时刻不舍有情】.....121
【积集福智资粮】.....122
② 于他世不离菩提心之因.....123
【远离能坏的四黑法】.....123
【受持不坏的四白法】.....128
5. 犯已还净法.....134
第三节 菩萨行的安立.....135
一、菩萨行的两大内容.....137
1. 破斥错误观点.....137
2. 方便与慧，随学一分，不得成佛.....145
① 依无住涅槃说明.....145
② 依经典说明.....147
③ 批驳错误观点.....151
【破斥通达空性即无须修方便】.....151
【破斥不分别即具足六度】.....154
【破斥一切分别皆属法我执】.....158
【一分道品而不足】.....166
二、菩萨行的安立.....170
1. 六度的安立.....172
① 获得暇满人身.....174
② 自利利他.....178
③ 圆满利他.....181
④ 总摄大乘.....183
⑤ 具足方便.....185
⑥ 成就三学.....187
2. 六度的安立次第及原理.....189

① 生起次第.....189
② 胜劣次第.....190
③ 粗细次第.....191
第四节 广说菩萨行.....192
一、布施学处.....193
1. 布施自性.....193
2. 布施差别.....194
3. 身心生起之法.....196
二、持戒学处.....205
1. 戒之自性.....205
2. 戒之差别.....206
3. 身心生起之法.....210
三、忍辱学处.....218
1. 忍辱自性.....218
2. 忍辱差别.....220
3. 身心生起之法.....221
① 思惟忍与不忍的得失.....221
② 忍辱修习的原理.....233
四、精进学处.....241
1. 精进自性.....241
2. 精进差别.....241
3. 身心生起之法.....243
① 思惟精进胜利与懈怠过患.....243
② 精进的修习.....246
五、静虑学处.....252
1. 静虑自性.....252

2. 静虑差别.....253
3. 身心生起之法.....255
六、智慧学处.....255
1. 智慧自性.....256
2. 智慧差别.....256
3. 身心生起之法.....258
七、学行四摄以利他.....268

