

三主要道論
宗喀巴大師 造
索達吉堪布 譯

頂禮諸至尊上師！

我隨己力而宣說，欲解脫者之津梁，諸佛經典精華義，一切菩薩所贊道。
不貪三有之安樂，為使暇滿身具義，勤依佛悅之正道，具緣者當喜諦聽！
無有清淨出離心，求有海樂無寂法，貪執世間束縛眾，故當首先尋出離。
人生難得壽無常，修此可斷今生執，無欺業果輪回苦，修此可斷後世執。
修後於諸輪回福，剎那不生羨慕心，日夜欲求得解脫，爾時已生出離心。
倘若於此出離心，未以菩提心攝持，不成菩提樂因故，智者當發菩提心。
思為猛烈四瀑沖，難擋業索緊束縛，困於我執鐵網內，無明黑暗所籠罩，
輾轉投生三有中，不斷感受三大苦，成此慘狀諸慈母，是故當發殊勝心。
不具證悟實相慧，縱修出離菩提心，亦不能斷三有根，故當勤證緣起法。
誰見輪涅一切法，永無欺惑之因果，滅除一切所緣境，此人踏上佛喜道。
何時分別各執著，無欺緣起之顯現，遠離所許之空性，爾時未證佛密意。
一旦無有輪翻時，現見無欺之緣起，斷除一切執著相，爾時見解即圓滿。
了知以現除有邊，以空遣除無有邊，緣起性空顯現理，不為邊執見所奪。
如是三主要道論，自己如實通達時，當依靜處而精進，速修永久之佛果。

此乃多聞比丘羅桑筍巴(宗喀巴)對侄兒阿旺筍巴之教言。

譯於二 000 年十月