

## 《三主要道论》

[宗喀巴大师](#) 造

[索达吉堪布](#) 译

顶礼诸至尊上师！

我随己力而宣说，欲解脱者之津梁，  
诸佛经典精华义，一切菩萨所赞道。  
不贪三有之安乐，为使暇满身具义，  
勤依佛悦之正道，具缘者当喜谛听！  
无有清净出离心，求有海乐无寂法，  
贪执世间束缚众，故当首先寻出离。  
人生难得寿无常，修此可断今生执，  
无欺业果轮回苦，修此可断后世执。  
修后于诸轮回福，刹那不生羡慕心，  
日夜欲求得解脱，尔时已生出离心。  
倘若于此出离心，未以菩提心摄持，  
不成菩提乐因故，智者当发菩提心。  
思为猛烈四瀑冲，难挡业索紧束缚，

困于我执铁网内，无明黑暗所笼罩，  
辗转投生三有中，不断感受三大苦，  
成此惨状诸慈母，是故当发殊胜心。  
不具证悟实相慧，纵修出离菩提心，  
亦不能断三有根，故当勤证缘起法。  
谁见轮涅一切法，永无欺惑之因果，  
灭除一切所缘境，此人踏上佛喜道。  
何时分别各执著，无欺缘起之显现，  
远离所许之空性，尔时未证佛密意。  
一旦无有轮翻时，现见无欺之缘起，  
断除一切执著相，尔时见解即圆满。  
了知以现除有边，以空遣除无有边，  
缘起性空显现理，不为边执见所夺。  
如是三主要道论，自己如实通达时，  
当依静处而精进，速修永久之佛果。