



大眾閱藏經典彙編（5.5 版）
CBETA2018 版

第二十二冊：居士戒律、聲聞禪修經典（一）

大眾閱藏經典彙編（5.5 版）彙編說明

佛教經典分經律論三藏，佛陀一生言教就保存在經藏中，閱藏讀經仿佛得預法會，親聆聖音，是學習佛法最直接的途徑，具足無量功德。能遍閱三藏，把一代聖教盡數熏入八識田中，直至成佛永為道種，更是古今眾多佛子的畢生心願。但人們往往以為閱藏是一項高不可攀的工程，要棲身藏經樓、多年足不出戶方能成功，廣大普通佛子只能望洋興嘆。大眾閱藏的目標是通過合理規劃及輔助工作降低閱藏難度，讓普通人也能閱藏，也能讀完大藏經、讀懂大藏經！

《大正藏》收入從印度傳來的經律論三藏 1692 部，其中有居士不能閱讀的聲聞律藏 72 部、未受灌頂者不能閱讀的密教經 618 部，又有很多佛經有重複翻譯。把不能閱讀和重複翻譯的暫時擱置，則只需要讀經藏 338 部，居士可讀律藏 83 部，雜藏 40 部，論藏 133 部。經“365 壇法界普供養閱藏祈福大法會”數千人集體測試，1 年就可以通閱 338 部經藏和 83 部律藏，而且每天只需讀 5 小時左右。讀完不成問題。

不僅能讀完，還要能讀懂。為了能讀懂，我們對全部經藏作了詳細分類並按從易到難、由淺入深排序。先讀比較容易懂的事緣經，再讀人天乘，再讀聲聞乘經，再讀初機大乘經，最後讀講般若、深密等法義的大乘深經。在家可讀戒律分為居士戒和菩薩戒，居士戒適合在人天乘經之後讀，菩薩戒適合在初機大乘經之後讀。《大寶積經》和《大集經》本身包含多部佛經，為最大限度減少重複、增進理解，勘同和分類深入到了其中每一部經。

本版彙編（5.5 版）按從易到難、由淺入深的順序把全部經藏和居士可讀律藏編成 100 冊。順次讀下來，前一多半都能讀懂，難懂的是部分大乘深經。對這部分做更細緻的分類和排序，也可讓人多懂一些。大眾閱藏官網網址：<http://www.yuezang.org>;

本彙編採用 CBETA 2018 版電子佛典。CBETA 為中華電子佛典協會（Chinese Buddhist Electronic Text Association）的簡稱，成立於 1998 年，免費提供電子佛典資料庫供各界作非營利性使用，其發佈的電子佛典資料庫可在網路上下載。編輯過程中我們也做了一些校勘，有修改處在頁底加校勘記說明。

佛經安置須知

- 一、經典應恭敬放在清淨高處以及其他書籍的上面，不可隨意扔放床上、座椅上等不淨處。
- 二、凡經書等法寶閱畢，可輾轉流通，贈送其他道友，不可任意燒毀或丟棄。
- 三、如手捧或裝于口袋攜帶時，不得低於腰部，不可挾腋下。
- 四、不得口吹經上灰塵，應以專用淨布拭去。
- 五、不可在經典所在的地方，有種種污穢行為。

讀誦佛經須知

- 一、經典乃三世諸佛之師，如來法身舍利，亦當作真佛看，不可作紙墨等看。禮誦持念，種種修持，皆當以誠敬為主。
- 二、不可躺著看經書，以口水沾指翻經頁，不可以汗手觸經。
- 三、經書上不可塗寫。不得一邊散心雜話，一邊看經書。
- 四、中斷不看時，應夾放紙條、書簽做記號。不可折頁、折角，或經書面朝下作“人”字形擱置。

保甯勇禪師示看經警策文

夫看經之法後學須知：當淨三業。若三業無虧，則百福俱集。三業者，身、口、意業也。

（一）端身正坐，如對聖容，則身業淨也。

（二）口無雜言，斷諸嬉笑，則口業淨也。

（三）意不散亂，屏息萬緣，則意業淨也。

內心既寂，外境俱捐。方契悟於真源，庶研窮于法理，可謂水澄珠瑩，雲散月明。義海湧于胸襟，智岳凝於耳目。輒莫容易，實非小緣。心法雙忘，自他俱利。若能如是，真報佛恩。

閱藏儀軌

零、閱藏準備：

- 一、關閉手機，淨手等
- 二、準備經本、法器等
- 三、焚香後，靜坐 5 分鐘清淨身口意三業準備閱藏

壹、前行：

一、頂禮三寶（三拜/三問訊）

二、淨三業真言

唵，娑嚩，婆嚩秫馱，娑嚩達摩娑嚩，婆嚩秫度憾。（三遍）

三、發願（三遍）

稽首禮諸佛 及法比丘僧 我今為自利 亦利諸有情
與諸善同修 正聞大藏經 傳承三聖學 令正法久住

四、稱佛號 南無本師釋迦牟尼佛（三稱）

五、開經偈 無上甚深微妙法 百千萬劫難遭遇 我今見聞得受持 願解如來真實義

貳、正行：深入經藏 慎勿放逸

叁、結行：

一、補闕真言 南謨喝啰怛那，哆啰夜耶。佉啰佉啰。俱住俱住。摩啰摩啰。虎啰，吽。賀賀，蘇怛拏，吽。潑抹拏，娑婆訶。（三遍）

二、七佛滅罪真言 離婆離婆帝。求訶求訶帝。陀羅尼帝。尼訶囉帝。毗黎你帝。摩訶伽帝。真陵乾帝。娑婆訶。（三遍）

三、回向 閱藏功德殊勝行 無邊勝福皆回向 普願沉溺諸眾生 速往無量光佛刹 十方三世一切佛 一切菩薩摩訶薩 摩訶般若波羅蜜

祈願 佛日增輝 法輪常轉 僧寶紹隆 國道遐昌

祈願 一切善業 三寶加被 順緣具足 廣度群生

四、三皈依 自皈依佛 當願眾生 體解大道 發無上心

自皈依法 當願眾生 深入經藏 智慧如海

自皈依僧 當願眾生 統理大眾 一切無礙 和南聖眾

五、禮謝三寶（三拜/三問訊）

（注：此閱藏儀軌可以根據需要增加香贊、別回向等）

目 录

佛說禪行三十七品經.....	1
禪行法想經.....	3
身觀經.....	4
佛說內身觀章句經.....	6
十一因緣章.....	10
菩薩訶色欲法經.....	11
法觀經.....	12
佛說治意經.....	17
小道地經.....	18
禪要經.....	21
禪法要解卷上.....	25
禪法要解卷下.....	43
陰持入經卷上.....	56
陰持入經卷下.....	66
佛說大安般守意經.....	76
佛說大安般守意經卷上.....	78
佛說大安般守意經卷下.....	90
坐禪三昧經卷上.....	103
坐禪三昧經卷下.....	125
修行道地經卷第一.....	148
集散品第一.....	148
修行道地經五陰本品第二.....	150
修行道地經五陰相品第三.....	151
修行道地經分別五陰品第四.....	152
修行道地經五陰成敗品第五.....	152
修行道地經卷第二.....	167
慈品第六.....	168
修行道地經除恐怖品第七.....	170
修行道地經分別相品第八.....	171

修行道地經卷第三.....	187
勸意品第九.....	187
修行道地經離顛倒品第十.....	193
修行道地經曉了食品第十一.....	194
修行道地經伏勝諸根品第十二.....	196
修行道地經忍辱品第十三.....	197
修行道地經棄加惡品第十四.....	197
修行道地經天眼見終始品第十五.....	198
修行道地經天耳品第十六.....	199
修行道地經念往世品第十七.....	200
修行道地經知人心念品第十八.....	200
修行道地經地獄品第十九.....	202
修行道地經卷第四.....	212
◎勸悅品第二十.....	212
◎修行道地經行空品第二十一.....	213
修行道地經卷第五.....	229
神足品第二十二.....	230
修行道地經數息品第二十三.....	233
修行道地經卷第六.....	249
觀品第二十四.....	249
修行道地經學地品第二十五.....	253
修行道地經無學地品第二十六.....	259
修行道地經無學品第二十七.....	260
修行道地經卷第七.....	263
弟子三品修行品第二十八.....	263
修行道地經緣覺品第二十九.....	269
修行道地經菩薩品第三十.....	271
達摩多羅禪經卷上.....	281
修行方便道安那般那念退分第一.....	282
修行勝道退分第二.....	286

修行方便道安般念住分第三.....	289
修行勝道住分第四.....	290
修行方便道升進分第五.....	295
修行勝道升進分第六.....	303
修行方便道安般念決定分第七.....	307
修行方便勝道決定分第八.....	312
達摩多羅禪經卷下.....	325
◎修行方便道不淨觀退分第九.....	325
◎修行方便不淨觀住分第十.....	327
修行方便道不淨觀升進分第十一.....	328
修行方便道不淨決定分第十二.....	333
修行觀界第十三.....	335
修行四無量三昧第十四.....	342
修行觀陰第十五.....	344
修行觀入第十六.....	347
修行觀十二因緣第十七.....	350

佛說禪行三十七品經

後漢安息國三藏安世高譯

聞如是，一時佛遊於舍衛國祇樹給孤獨園。

佛言：「諸比丘！若能彈指間，惟行自身身止觀，外身身止觀，內外身身止觀，分別念解世間癡惱，是為精進，為如佛教，非是愚癡食人施，何況能多行者，撮取其要；若彈指間，止觀痛，若止觀意及止觀法，內外分別念，解世間癡惱，皆如上說，何況多行者；**是故可念行四意止。**」

佛言：「諸比丘！若彈指間，惟行未生惡法不令生，勸意治行，精進攝意，是為精進行禪，為如佛教，不是愚癡食人施，何況多行者，撮取其要；若彈指間，惟行已生惡法即得斷，若惟行未生善法便發生，及已生善法立不忘，增行得滿，勸意治行，精進攝意，皆如上說，何況多行者；**是故可念行四意斷。**」

佛言：「諸比丘！若彈指間，惟行欲定斷生死，惟神足，是為最精進行禪，為如佛教，不是愚癡食人施，何況多行者，撮取其要；若彈指間，惟行精進定，若惟行意定及戒定斷生死，惟神足，皆如上說，何況多行者；**是故可念行四神足。**」

佛言：「諸比丘！若彈指間，惟行信根，以見四喜之事，不離佛亦法與眾及戒，是為精進行禪，為如佛教，不是愚癡食人施，何況多行者，撮取其要；若彈指間，惟行精進根，以見四意斷；若惟行念根，以見四意止；若惟行定根，以見四禪；若惟行慧根，以見四諦，皆如上說，何況多行者；**是故可念行五根。**」

佛言：「諸比丘！若彈指間，惟行信力，從得四喜之事，令無能壞，是為精進行禪，為如佛教，非是愚癡食人施，何況多行者；若彈指間，惟行精進力，若念力，若定力，若慧力，皆如上說，何況多行者；**是故可念行五力。**」

佛言諸比丘：「若彈指間，惟行念覺意，以念所當念，以愛念，以正念，為善法念，得志不忘，是為精進行禪，為如佛教，不是愚癡食人施，何況多行者，撮取其要；若彈指間，惟行法解覺意，其意經分別解、隨順解；若惟行精進覺意，其身精進，意亦精進；若惟行愛覺意，知所當愛，令意得喜；若惟行止覺意，令身休止，意亦休止；若惟行定覺意，令意住念亦住，志不亂，不邪念；若惟行護覺意，為護行知所念，知安身，令見道護惡念，安隱行事，事皆如上說，何況多行者；**是故可念行七覺意。**」

佛言：「諸比丘！若彈指間，惟行正見，以知古知始知終，知內知外，知苦知習知盡知道，知佛知法知比丘眾，知學行事如六合，所習所取，歡樂變失，及其歸趣，知不貪之德，是為正見，為精進行禪，為如佛教，不是愚癡食人施，何況多行者，撮取其要；若彈指間，惟行正思，為思出家、思不諍、思不殺；若惟行正語、不妄語、不兩舌、不惡口、不形笑；若惟行正命，不以貪生活，不恚 huì 生活，不以癡生活；若惟行正業，不殺、不盜竊 qiè、不邪淫；若惟行正治，以修治四意斷之事；若惟行正念，以受行四意止，亦惟行正定，以思念四禪事，事皆同如上說，其彈指間功德如是，何況多行者；**是故可念行八正道。**」

佛說是已，皆歡喜受。

佛說禪行三十七品經

禪行法想經

後漢安息國三藏安世高譯

聞如是：

一時，佛遊於舍衛祇樹給孤獨園。

佛告：「諸比丘！」比丘受教，從佛而聽。

佛言：「諸比丘！若以彈指間，思惟死想，念有身皆死，是為精進行禪，為如佛教，不是愚癡食國人施也，何況多行者！取要言之，若念不淨想、穢食想、一切世間無有樂想、無常想、無常為苦想、苦為非身想、非身為空想、棄離想、却姪想、滅盡想、無我想；身死為蟲食想、血流想、臙 pāng 脹想、青腐想、糜爛腥臭想、髮落肉盡想、一切縛解想、骨節分散想、骨變赤白枯黑亦如鳩色想、骨糜為灰想、世間無所歸想、世間無牢固想、世間為別離想、世間闇 àn 冥想、世間難忍想、世為費耗不中用想、世為災變可患厭想、一切世間歸泥洹想。

「諸比丘，若以彈指間念此諸想之事，皆為精進行，為奉佛教，不是愚癡食人施也，何況能多行！是故可念行法想。」

佛說是已，皆歡喜受。

禪行法想經

身觀經

西晉月氏國三藏竺法護譯

聞如是：

一時，佛在舍衛國祇樹給孤獨園。

是時佛告諸比丘：「是身有肌膚 fū 髓血肉，含滿屎 shǐ 溺 niào，自視身見何等好？常有九孔惡病；常不淨常流，可足慚。常與冤家合，為至老死；亦與病俱，何以不惡？身會當墮、會當敗，以棄屍地中不復用，為狐狼所噉，何以見是不慚？誰說貪婬？如佛言：少可多罪，自心觀是。如屠杆屠机為骨聚；如然熾火；如毒藥痛為旋，癡人喜，為喜不自知。何以不畏羅網？貪婬為癡，財錢穀 gǔ 金銀牛馬奴婢，人為命故求。命在呼吸，本命亦自少，極壽百餘歲；亦苦合會。觀是，誰為可者？

「如時過去，便命稍少，命日俱盡；如疾河水，如日月盡，命疾是過去，人命去不復還，如是為不可得。人死時命去，設使若干財，索天下奇物亦一切有，死時對來亦不樂；亦不可厭；亦不可樂；亦不可自樂無餘。但可自作善。所自作善，所應自然。若以知會當死，當有何等樂？

「人可墮貪婬，設使久壽，設使亡去會當死。何以意愛俱樂部？何以故？不念自靜，極意受悅。兒已死啼哭，不過十日，過十日已後，便稍忘之。愛兒婦亦爾！為家室親屬知識亦爾！

「以勤苦治生致財物，自愛身命綺好，人死時皆棄所有，身僵在地，下入於土，但為陰去，生隨行受形人；譬如樹果實已見，如是為有人意墮有中，天下一切果物，一人得不自足，若得一分，當那得自厭無有數？三十五樂自樂遍之，當為何等益？

「人已逢苦索受罪人意，為是所好，謂有所益，不欲受靜索為毒虵自身，如少多亦爾！如多少亦爾！如病為大小亦苦；譬如

骨無有肉，狗得齧 yǎo 之不厭。如是欲狗習，是亦難得，已得當多畏之。是習所不久，人亦墮惡。如人見夢，已寤不復得，貪姪亦如是。劇 jù 夢如夢為有樂，如黑虬如鈎餌肉；如樹果實，實少味多，亡為增結，為惡作本，道家常不用。

「是人在天上舍樂，亦天上色樹；亦在端正好苑園；亦得天上玉女。已得天人，不厭天上五樂，今當那得厭天下樂耶？」

「為取二百日骨，骨百二十段為筋纏；為九孔常漏；為六十三種；為百病極；為肉血和；為生革肌；為中寒熱風；為尿溺 niào 為千蟲，皆從身起，中亦有千孔。亦有劇 jù，為親已壞他，為從是不淨出；從鼻中涕出；從口涎 xián 唾出；從腋下汗流出；從下孔處尿溺 niào 出，如是皆從身出劇。塚 zhǒng 間死人，誠可惡劇。舍後可惡處，身所有不淨如是，為不淨種，為從是本來如金塗餘物，為衣故香粉脂澤赤絮紺黛 dài；為癡人見是為是意亂。如畫 huà 瓶赤如坑覆草，人所抱愛後會悔。」

比丘聞經跪拜受，道教如是。

身觀經

佛說內身觀章句經

失譯人名在後漢錄

一切一其心，	皆聽美言訓，
佛所從得道，	且聽我彼經。
彼空亦不斷，	有行皆非常，
夫行不敗壞，	佛以講授經。
深微難見事，	非章原之句，
通彼能敷演，	是以故為師。
從本以存本，	有造法之積，
從慧以除棄，	上士所講說。
所從因緣有，	有行皆無有，
亦有前世除，	無知彼諸行；
亦如欲演身，	日親之所講，
大災患無數，	皆以歸流身。
刪定如本文，	所演眾要言，
靡麗五字句，	明誓以勸勉。
以頌文具足，	偶字音商備 bèi，
若花實雜糅，	皆聽彼我誨。
身非人非命，	不丈夫非士，
若體若不艷 yàn，	斯事都無彼。
夫身造而有，	以有即敗亡，
無強皆歸命，	如沫蹈踐碎；
無強則無常，	無常即無樂；
無常亦為苦，	非身身非我；
身非常亦苦，	非彼應為身。
若體艷我有，	身都無可有；

若以都無體，	有存亦有亡。
慧者以本末，	何彼已有體？
若以無主者，	不得以自由，
有校計若此，	何彼體我有？
斯體身為空，	體我有為虛，
應因緣為有，	非身逝心造，
非眾人身造，	亦非自身造，
都無身有造，	亦身無不造。
以身無造者，	從彼為得諦。
亦非都骨節，	
從前世方來，	亦非天造身，
非神所化城，	非無行無本，
無因為自有，	是身有所由，
有事亦有物。	有本有所起，
稍稍為生有，	本以癡亦愛，
心與愛有漏，	亦有縛亦結，
行二品為漏。	斯為本亦餘，
世與受因緣，	以由彼斯身，
以漸能致有。	初始有精沫，
精沫為轉凝，	足為生兩兩，
以兩為轉厚，	以序有四體，
為生頭第五，	若干骨積聚，
從行為用成，	頭九為髑髏，
頰è頤 zhuō為二骨，齒根三十二，	
齒三十二骨，	頸為與耳本，
鼻為與上腭，	心與頸嚨 lóng喉，
凡為骨八十。	頰 jiá車與頸四，

咽亦為骨四，左臂與右臂，
凡有骨五十。若其斯左脇 xié，
應有十三肋；亦斯右脇然，
應有肋十三，斯為四十八。
三三三相連，二為二相連，
其餘不相連，身者以為彊。
如束葦 wěi 無彊，脊膂 lǚ 三十二，
尻 kāo 與腰為三，若其斯左髀 bì，
骨為二十五；右髀為亦然，
為骨二十五；肩髀有骨四，
凡三百二十。敷演名之諦，
佛以日斷嗣，彼段悉以聚，
諸根為以縫，非瘡而裹之，
肉血以塗搽，如木機關縷，
為如幻師幻。骨機關亦然，
以筋纏縛成，合聚骨若此，
以為是形體。愚者莫不著，
智者而不著。生革以隱蔽，
九孔為大瘡，周匝為滲漏，
不淨腐臭處，口喙 huì 如為孔，
滿之以諸穀，是身為若此。
以進若干腑，毛髮與爪齒，
塵埃亦皮革，骨節亦骨髓，
為凡筋與脈 mài，胃與心亦脾，
大腸亦小腸，肝與肺亦腎 shèn，
脂膿亦大便，淚與唾亦汗，
鼻涕膏亦血，寒熱肪小便，

nǎo 之與 膜， 皆以沈沒彼，
如泥塗老牛， 如其成不知。
身之內與外， 夫城骨與牆，
肉血為塗嚴， 為怨所破壞。
恒為以內外， 彼央若干百，
以為貪其肉， 其外亦災害，
皆以多尤彼， 斯身腐敗壞。
譬如久故城， 晝夜供侍之，
壞如已復壞， 如坎與空聚；
恒盜賊俱止， 取之欺殆人，
身為毒虺 huǐ 穴， 夫毒虺劇毒；
恒于身居止， 喜怒毒奸弊，
孚不和大毒。 正使滿百歲，
恒以和安隱， 忿則無反復，
須臾復不安。 斯身為災禍，
嫌而有恐懼， 如虎遊荒澤，
有畏多恐怖。 諸念為以仰，
為一切苦器， 亦為諸劇事。
斯身主為受， 沈於苦之法，
一切諸病宅， 為老死之法。
身為增恩愛， 苦以寒與熱，
或風而不和， 是則病如生。
為敗壞諸根， 失疾賊害人，
老死竿 zé 厄人， 如雪聚得火，
疾而為解釋。 斯若此無數，
身之多災禍， 吾所演一切，
未能已備 bèi 具。 要以為諸苦，

腐身為不實， 多因緣以成，
大耶以為軀。

佛說內身觀章句經

十一因緣章

佛言：「行者有十一因緣，滅道制令人不墮惡道，當不識者，謂萬物。一為大會，謂人眾；二者多食，謂諸美，亦謂過飽；三者為多行，謂多業；四為多喧，謂多語；五為多睡眠；六為會聚，謂禪中；七為習行，謂多事；八為愛身；九為輕，謂非法語；十為貪，謂多欲；十一為不好善處居，謂惡人中。行道者當斷是十一因緣，得道疾。」

菩薩訶色欲法經

後秦三藏鳩摩羅什譯

女色者，世間之枷鎖，凡夫戀著，不能自拔。女色者，世間之重患，凡夫困之，至死不免。女色者，世間之衰禍，凡夫遭之，無厄不至。行者既得捨之，若復顧 gù 念，是為從獄得出，還復思入；從狂得正，而復樂之；從病得差 chài，復思得病。智者怒之，知其狂而顛蹶 jué，死無日矣！

凡夫重色，甘為之僕，終身馳驟 zhòu，為之辛苦。雖復鉄 fū 質 zhì 寸斬，鋒鏑 dī 交至，甘心受之，不以為患。狂人樂狂，不是過也。行者若能棄之不顧 gù，是則破枷脫鎖，惡狂厭病，離於衰禍，既安且吉，得出牢獄，永無患難。

女人之相，其言如蜜，而其心如毒，譬如：停淵澄鏡，而蛟龍居之；金山寶窟，而師子處之；當知此害不可近。室家不和，婦人之由；毀宗敗族，婦人之罪。實是陰賊，滅人慧明；亦是獵圍，𪔐 xiǎn 得出者。譬如高羅，群鳥落之，不能奮 fèn 飛；又如密網，眾魚投之，剗 kū 腸菹¹ zū 肌；亦如暗坑，無目投之；如蛾赴火。是以智者知而遠之，不受其害；惡而穢 huì 之，不為此物之所惑也。

菩薩訶色欲法經

¹校勘記：“菹 zū”，大正藏底本為“俎 zǔ”字，根據【明】版本的“菹”及文義改為“菹”。(菹:的異體字是“菹”。菹 zū: 剁成肉醬，切碎)。(剗: 挖，剖開。從中間破開再挖空)。

法觀經

西晉月氏國三藏竺法護譯

佛言：「第一、何以故數息？用息輕易知故。以世間人皆貪身，未能捨身守意，又身中事難分別，皆不信本無意不止。何以有故說空意？顛倒習息見有無，故先說息；稍稍解人意，上頭為數，已得行為第一禪。」

佛言：「坐禪當三定。何等為三定？一者、身定；二者、口定；三者、意定。痛痒止為身定，聲止為口定，意念止為意定。念止者，為受行常念道；聲止者，斷四惡；痛痒止者，為不墮貪。意在止已，身定、口定、意定，當立戒身意持。持者，為一切無所犯，又身意持名為治。治者，意持意行三十七品經故。」

經言：「所不識，所不能止，為息中不識，意去時不能止意去。如是當精進，行出力守，政坐、叉手、低頭、持意，內著心中，墮自生滅。當識意去時，已識當能止，便不墮蓋。蓋在戲疑聽六根，如是為不可。」

佛言：「數息意今息數不互，何意念意為互行。」

佛言：「已三定，戒應律，為道法，愛行道。」故經言：「貪道法行道，已坐行道。上夜後夜，驚意守食，時至禺中，日西至夕，名為四守。當精不離，是為勤力。夜半、日出、日中、晡時，是名為四正。讀經，經行，旋塔內外；自觀身體，內視五滅，外從頭至足，從足至頭，一一觀視，斯何等有？皆當臭敗，節節解墮。本無所有來作，去亦滅盡無所有。反覆迴念，用數心，意復不解。眼見死人，諦念從頭至足，若坐、若起、若飯食，常念著心中，用堅其心，是為數念。出息入息念滅時，已覺息滅盡時無所有；校計思惟，知人物皆當復盡。意止已定，便知空。」故經言：「一者、勤力；二者、數念；三者、思惟。」

佛言：「自觀身，有時當觀他人身，當觀身者為校計。當觀他人身者，為自觀身意著，當觀他人身死敗。有時可自觀身，亦可觀他人身。可自觀者，為自觀身意不著；可觀他人身，亦為觀他人身意不著。有時不可自觀身，亦不可觀他人身。不可自觀身者，為自見身肥白好；不可觀他人身，亦為見他人身肥白好、端正、膩眉、赤絮。見肥當念臃脹，見白念死人骨，見膩眉念死人欲壞時色轉青黑，見赤絮念血皆當壞敗，何等可貪？」

「是意自觀身有三十二物者，計髮、毛、爪、齒、骨、皮肉、五藏十一事，屬地；淚、涕、唾、膿血、肪髓、汗、小便七事，屬水；溫熱、主消食二事，屬火；風有十二事；是三十二物皆從地、水、火、風出。何等為地？人生從穀 gǔ 精氣，穀為地，意為種，精氣為水雨，便合生身故。求一衣一食是為養氣護主。人身為本無，故滅盡無常，得道便知身非身。念身不久，要當死敗；意為人種，便守意一心。癡人不守意，護魂神，但養四柯，為色味所欺。謂身是我計，不知惡一切從身起；飯食貪味，便墮苦；往來生死不脫，卒逢惡對，魂神空去，趣善惡之道；身死墮地，日夜消腐。亦本無所有，但意行，故化成身；死皆歸土，萬物亦爾，皆當過去，是為非常。」

「人不自計，多念萬端，皆不為一，以是為苦，身死索棄；萬物亦爾。滅是為已復生，生復苦，便作善惡行種栽，未知所趣，是為非身。道人行道當為斷。人不知四非常，終不得道。以自計身，視諸死敗，知人物皆無所有，意便守止，得行歡喜；已得行，心便安。不離五者，其心一是道。」

佛言：「念身，觀頭髮、腦。念髮本無所有來，作為化成皆當腐落；腦如凝米粥，皆當臭敗；眼但有窅 jiào 水，皆汁出空埵 xiàn；耳但有肉，垢皆穿漏；鼻口涕唾，皆流棄消壞；舌、咽喉、肺、肝、心，心中惡血；肝、膽、膈 gé、脾著胃；腎著脊；胃中有未

消食；大腸有屎；小腸泡有尿。發便腹少增減，身死氣盡，皆當臃脹壞爛，腸、胃、屎、尿相澆 jiāo 潰 cuán，臭處可惡。下有尻 kāo 肉、兩脛、兩足，肌肉稍盡，筋脈壞敗，骨鎖節節解墮。脛脰 tǐng 確 què 政，白髀骨如車輻。尻骨與脊骨相連，脊與肋骨相連，肩骨與肘臂手相連，皮革消腐，節節解墮。頸骨與髑髏相連，肉血消盡，磨磨但有骨。氣出不報為死人，身挺 tǐng 正直不復搖，風去身冷，火去黃汁從九孔流出，水去死不復食，地去三四日，色轉正青，膿血從口鼻耳目中出正赤，肌肉壞敗骨正白，久久轉黑作灰土。視郭外臭死人，死人骨如是，自身亦如是，皆當滅盡是為空。出息盡時便知空，知空便知身空。何以故？知命近在息空故。」

佛言：「是意當先觀思惟，滅念待自意便守意。意不出身為道人，待在外為萬物。念在內為思，識欲滅念待，當念物非常敗，皆非我所，我亦非物主。意念死時，持何等去？持善、持一、必持經，多作多樂故。」

佛言：「是汝物持去，其餘一切，皆非我所。意當識念：何等恩愛會當別離，各自消腐，念之但亂人意，墮人罪，要當還身守淨，趣泥洹道。」

「佛從一心至九道，念四色皆當消滅。謂人死四、五日，欲臭壞，色轉正青；五日、六日，膿血從口、鼻、耳、目中出正赤；後肌肉壞敗，腸胃生蟲還自食，皮革消腐，骨顏正白，久久轉黑作灰土。明地、水、火、風空，皆非我所意。汝從無數世以來，亦為人作妻子、奴婢，亦作畜生、牛、馬、蟲、象，勤苦重負，亦為人所屠、剝、膾、炙 zhì。今為人，復所人作妻子、奴婢，亦取畜生屠、剝、膾、刺、斫 zhuó，自在身死，皆當復受。行道！汝寧見死人不？氣絕便無所知，身挺正直便臭壞可惡，諦念便畏不欲見。何以故不怖一心？一心令人上天得泥洹道。佛知九道皆

空，無所有故，還就一心。行道入急滅念，待無所他知，便至拘深國，行拘深俱在所，見用不在故不見。」

佛言：「意欲貪念非常敗，姪當念對，瞋恚念等心，愚癡念本，一切行非常，無為安隱。人不知非常，終不去貪，亦不離薜荔道。世間所有如夢耳，夢飯食見好，寤便不見。世間所有如是，生便死，適成便壞，要皆歸空，當何等可貪？人有妻子、財產亦爾。何以故？人治生得錢利時，若家室合會喜樂，譬如飛鳥聚會，亦皆無常，一旦別離，亦便不見。正使有憂恐萬苦，意在生死中，為日積罪。黠人自約少欲，趣求一衣一食，從定意行，不求地止，常還身守淨，斷求念空。」

問曰：「行道守意根本從何起？」

佛言：「天地成後，人從十五天上來下，壽無有天逝，生死五道從六衰起。人生心意本自善，無有貪愛、痛痒、思想、生死、識，為耳、目、鼻、口所欺。目光視色，耳聲音，鼻知香，口知味，身知寒溫粗細，心為作十事，成五陰；意為識合，為六衰；因作善惡行種栽，從是便有老、病、死，生五道。求道欲斷生死故，自守意，止目色，止耳聲，止鼻香，止口味，止身如，斷六衰，行觀懷心念，坐禪滅意識。得道者，五陰悉滅；知本無，便念空想、空徑向泥洹。問所以守意者？意為識主行故惡，六衰為禍行，種五道根本。道人精思，自守四意，欲止無邪，念識思想走。何道人欲滅念識思想，當一切行非常，斷身十事。身、口、意三者，從五陰六衰乃止。三定者，口無所知為口定，身無所知為身定，意無所復念為意定。」

佛言：「道有四要，界持啟封乃得出。何等為四？一為識苦，不復向萬物，是為得出三惡道啟；二者、知身非身，便壞身不復愛，是為從人得出門第六天上啟；三者、知非常意，不復向，是為得出十八天啟；四者、知空滅空，是為得出二十八天啟。空滅

乃為墮道故。」

經言：「行道覺者得出，謂覺苦空非身非常。得出者，謂得出四要界，得第一禪。上七天無有身景。何以故？行道壞身故。」

法觀經

佛說治意經

失譯人名今附西晉錄

佛言：「安般守意具行如法已，欲次第學，如如佛說為在天下得明，如陰解月出立，身立意立，坐臥亦爾。已比丘立意，如是前後會有所益；已前後有所益，使不復見恠 guài 意；已止意亦守六衰；常守莫中止，便知無為身。若一切有意常守身，止不願，亦不願有，亦不疑有，亦不疑無有，次第行在所疑，便蚤得度生死；若驚意，知定喜淨，時時法觀，能得度老病。如是可病驚，精進道人自意，生老結能得斷，今世能得苦盡，已警為聽，所睡為覺，警勝臥已，警無有畏。已精進曉睡，日夜為學，已求甘露，便得滅苦。人有是有利從歸佛，為中夜常意在佛，已覺得覺，佛弟子常爾。若中夜常念法，僧聚亦爾，行戒亦爾，布施亦爾，身護亦爾，行禪亦爾，不侵人亦爾，定意亦爾，爾空亦爾，已覺能覺，佛弟子常爾，若中不墮思想。」

問曰：「何等為便知無為身？」

師曰：「泥為無為身。」

「何等為次第行？」「謂今所到，便當除、次除，是為次第行。」

「何等為時時法觀？」「謂六入來時，當即時校計，是為時時法觀。」

「何等為道人自意？」「謂教人精進，當先自意行，身自守、意自守，自為福中，天上福未滿故，自守福已滿便得禪。」

佛說治意經

小道地經

後漢天竺三藏支曜譯

道人求息，所以不得息者，有四因緣。何等為四？一者、怯其善，不曉護戒自欲身；二者、以不護戒便黠意不生，以黠意不生便不知身，以不知身意便惑；三者、不解經，以不解經便不了了，以不了了意便疑；四者、不數校計命福日盡，心自可。用是四因緣故不得息。

道人求息，欲得息者，要當知坐行二事：一者、喘；二者、息。亦在二因緣：一者、為生；二者、為死。何等為喘？何等為息？所起意生為喘，意止為息。何等為生？何等為死？意滅為生，意起為死。要當先知是因緣，當那得分別知因緣所從起盡。

事在四對。何等為四？一者、不知食、多食、不學、不制，貪味過足；二者、意隨色，不諦校計多求自欲，為種苦本；三者、警意蓋起，多睡眠失本念耶，向夢中種栽；四者、疑惑便惡日增，便兩舌墮非，妄瞋恚，身口不相應。為是故，不墮禪棄，當那得近禪？

常數思惟喘息生滅起盡，當持何等意思惟分別？亦在四因緣：一者、近善知識；二者、識受語不妄；三者、貪誦經，晨夜習意；四者、守戒莫離法。息易得。

身有四病：或時地多，身不得安；或時水多，身不得安；或時火多，身不得安；或時風多，身不得安。此四得安，乃得身止。

意有四病：一者、癡多，意不得止；二者、瞋恚多，意不得止；三者、婬多，意不得止；四者、疑多，意不得止。四事不安，意不得止。

息亦有四病：或時多求，息不得止；或時念多，息不得止；或時歡喜多，息不得止；或時喘多，息不得止。道人行道，離是

因緣，便得定意。

若身臃腫疥瘡肥盛，欲坐身不得安；或時食多，便火起，身不得安；或時飲多，便水起，身重目澁 sè，身不得安；或時食多已復食，貪味過足，不學不制，便風起不得安，亦謂少食。

若癡多，不宜數入眾人群聚，當先誦經，不宜多聞好自守。若瞋恚多，不宜居家若少所有。若婬多，不宜觀伎樂及諸好色。若疑多，不宜數聞好言善語，常自守思惟責對。若求多，常當念不常，坐起著意。若念多，常當行證我所念皆為苦本。若歡喜多，計不得久，苦在後，當病制。若喘歎 xī 多，常當和心，不宜數出龐 cū 語，坐作罪。道人行道不識是因緣，終不近道；當能制此，點意稍增，道易得。

道人求向道，要當知過去念事以過去，莫復念。何以故？復知為種故。譬如種穀，種稻便念當收稻，種豆便念當收豆。何以故？為生故。念亦如是，以種念便生，一切聚在十方，待殃福當受要，不得脫苦。墮殺便種殺，栽盜為種盜，栽婬為種婬，栽兩舌為種兩舌，栽惡口為種惡口，栽妄言為種妄言，栽綺語為種綺語，栽嫉為種嫉，栽瞋恚為種瞋恚，栽疑為種疑栽為。是故數數為念復增念，難得離苦。

當持何離是眾苦？要當禪棄，為不復種是十惡故，雖有餘種會當盡。何以故？譬如種穀，雖多得收，不復種種，但稍稍飯。雖久，飯不止，會有盡時。禪棄亦爾。何以故？不復種故。以墮禪棄，罪稍稍滅。何以故？稍稍禪棄為福，福以生，萬惡皆竟。但種道栽念，道以生便有點，以有點便能活人，亦能自活。

道人求向佛道，今世欲曉了知行意者，要在三念：有過去念、未來念、現在念；有福念、有罪念。或時，若讀經行禪，忽念久事曾為人所辱，若侵人墮好色，便因念生意，為作頭足，復增罪不能自制，從是因緣得罪為苦本，是為過去罪念。或時，從禪中

若讀經，忽生善念，念素所行苦樂，思惟知不常，是為**過去福念**。

或時安靜，忽亂念生，念作非常，便失本念。貪姪多求，便作不死念，是為未來罪念。或時，若得安靜，便善念念裁，當從是因緣增點，是為**未來福念**。

端在家居自守持戒，便邪念生，當作是念，多畜六畜更增憂失戒，是為現在罪念。以自家居自守持戒，復增善念常欲離，是為**現在福念**。

求向佛道，當先曉是罪福，乃可增點。若求羅漢，一切斷，是為求向佛道。但欲增福多點求羅漢，但欲墮禪滅惡，其點在後。**求佛增福要當多聞；點要當諷經。**欲知其要在護戒，護戒便能解經，便能福人亦能自福。

道人求向佛道，今世欲解菩薩行意者，要當復知是三戒：第一、當知持戒亦守戒；第二、當知不犯戒亦能戒；第三、當知戒曉戒能戒亦護戒。

第一當知持戒者，若人有妻子，居家常齋不失，是為持戒；一身無妻子，自守不邪向，是為守戒。

第二當知不犯戒者，若人眼視耳聽，能不墮聲色亦餘一切，是為不犯戒。為道寒苦，復為人所辱，能不失本念，是為耐戒，亦應忍辱。

第三當知戒者，知某人持某戒，是為知戒。曉戒者，知某人樂道，為父母宗親知識所非嫉，不數數於眾人中曉說戒。能戒者，當知人能應何業，隨力所任授與，能使不失，若增若減應病與藥，是為能戒。護戒者，一切當護，附順當得其意，離惡知識當有護意，欲說十方人非人。若在伎樂、若在姪色，能教多少說善言，能不亂意，復令有福，是為護戒。求向佛道菩薩行業者，要當知是，乃能脫人亦能自脫，復能業人亦能自業。

佛說小道地經

禪要經

失譯人名在後漢錄

訶欲品第一

行者求道欲修定時，爾時法師應隨根相行四攝道，示教利喜、廣淨信戒。淨信戒已，次除六欲。所謂：色欲、形容欲、威儀欲、言聲欲、細滑欲、人相欲。著上五欲，令觀可得不淨之相。著人相欲，令觀骨人分分斷相。觀彼全尸，能斷二欲：威儀欲、言聲欲。若觀壞屍，悉斷六欲。

可得不淨，有二種觀：一即死屍臭爛不淨，我身不淨亦復如是。如是觀已、心生厭患。取是相已，至閑靜處，山澤塚間、空舍樹下，自觀不淨，處處可得。繫心身中不令馳散。二者聞法憶想。分別自觀身中三十六物：髮、毛、爪、齒、涕、淚、涎、唾，汗、垢、肪肪sān、皮、膜、肌、肉，筋、脈、髓、腦、心、肝、脾、腎，肺、膈、腸、肚、胞膽、痰、癰，生藏、膿、血、尿、屎、諸蟲。臭穢不淨聚以為身，往來五道熾然眾苦，猶如浮屍隨流東西，所至之處物皆可憊。

又念我身，以骨為柱、以肉為泥、筋纏血澆，如瘡如毒，皮毛九孔以為門戶，腸胃胞膜以為庫藏，妬慢惡心謂以為身，貪求無厭猶如溪壑。是故行者除三欲想，受信施時，如火毒想，救諸蟲想，繫死屍想，涎沫、齒垢、污滋味想，我無空慧壞白淨想，貪愛因緣成惡露想。如是思惟，慚愧具足，能度生死、為世福田。

若觀骨人，二足甲骨、指骨、跖骨、踝骨、脛骨，膝骨髀骨、胯骨、腰骨，脊骨、頸骨、頭骨、頷骨，兩手甲骨、指骨、掌骨，腕骨、臂骨、肘骨、膊骨，胸骨、心骨、齒骨、肋骨。左右思惟皆如目見，所著外身亦如是觀。三百二十骨相拄在內，皮囊九孔

惡漏於外。如是觀身，猶如死屍為鬼所起，行來語默常是死屍，即於我身作死屍想、青瘀想、腫脹想、膿爛想、破壞想、血塗想、食殘想、蟲出想、骨鎖想、分離想、腐敗想、世界眾生無可樂想。

若心恐怖，應作因緣虛妄空觀，猶如幻化無所有觀，第一義空清淨智觀。若心懈怠，當自責言：「老病死苦甚為至近，命如電逝須臾難保！人身難得、善師難遇、佛法欲滅、正言似反，如曉時燈雖有無用！惡人出家助俗毀法，貪婬邪濁令道衰酢，惡法增長大闇àn 將至，破定因緣眾患甚多。內諸煩惱、外魔魔民，鬼疫行災世間空荒，惡對揚謗諸惱萬端，八苦輪迴晝夜無捨，我身可哀屬當斯禍。於煩惱賊未有微損，於禪定法未有所得，雖服法衣猶思欲味，內實虛空俗人無異，諸惡趣門一切皆開，諸善法中未入正定，於諸惡法未畢不作。我今云何著是屎囊而生憍恣，不能精勤制伏其心？如此弊身賢聖所呵，不淨可憊九孔流出。若貪此身與畜生同，死投大黑闇，當復何依？今得人身不能出要，若生惡趣，解脫何由？」

如是鞭心，還攝本處，又時勸發，令心喜悅。「解脫法王慧命常住，神通光明恒照五道。直說道教易解易行。既是我師，我得歸命，香華讚嘆，心安喜悅。如依天帝遊空無畏，諸大菩薩、阿羅漢等，皆我同伴。以能伏心如猫制鼠，諸根調順，六通自在。我亦如是，應自伏心，求出生死。如囚在獄，四顧牢密，唯有廁孔更無異路；如人中毒唯糞能治，更無餘藥。」**思惟是已、諦觀不淨，復作是念：**「初習行時心多進退，八法惡風吹破我心；我若得道心安若山，上妙五欲尚不能壞，何況弊欲？」如大目連得羅漢已，婦將伎人盛自莊飾欲壞目連。目連爾時為說偈言：

「汝身骨幹gàn 立， 皮肉相纏裹，
不淨內充滿， 無一是妙物。
皮囊盛屎尿， 九孔常流血，

如鬼無所直，何足以自貴？
汝身如行廁，薄皮以自覆，
智者所棄遠，如人捨廁去。
若人知汝身，如我所惡厭，
一切皆遠離，如人避屎坑。
汝身自嚴飾，香花以瓔珞，
凡愚所貪愛，智者所不惑。
汝是不淨聚，集諸穢惡物，
雖服珍妙衣，如莊嚴廁舍。
汝脇 xié 肋著脊，如椽 chuán 依梁棟，
五藏在腹內，不淨如屎篋 qiè。
我觀汝不淨，猶如五色糞，
飾以珠瓔珞，外好如畫瓶。
若人欲染空，終始不可著，
汝欲來嬈我，如蛾自投火。
一切諸欲毒，我今已滅盡，
五欲已遠離，魔網已壞裂。
我心如虛空，一切無所著，
正使天欲來，不能染我心。
墮俗生世苦，命速猶電光，
老病死時至，對來無豪強。
無親可恃怙，無處可隱藏，
天福尚有盡，人命豈久長？
最脆不過命，如風吹浮雲，
浮雲壞甚速，形命不久連。
身死魂靈散，當知非我身，
勉時力精進，難得不過人。

生死不斷絕， 貪欲嗜味故，
養怒益丘塚， 唐受諸辛苦。
身臭如死屍， 九孔流不淨，
如廁蟲樂糞， 愚貪身無異。」
雖明在宮中， 五欲色味間，
志意不甘樂， 常思幽隱禪。

晝夜觀牕 chuāng牖 yǒu，有天叉手言：

「時至今可行， 眾伎皆睡眠。
世間不足樂， 恒與憂惱俱，
恩愛正合會， 當復之別離。
家室轉相哭， 不知死所趣，
慧人見苦諦， 是故行學道。
世間歡日少， 憂惱甚太多，
安由得此苦， 自作不由他。
俗人樂恩愛， 道以為怨家，
富貴是苦本， 如鳥墮網羅。
人命甚速駛， 五馬不能追，
殘命日減盡， 各各自思惟。
恩愛正合會， 夫盛當有衰，
是故自拔出， 得道當來歸。」

禪要經

禪法要解卷上

姚秦三藏鳩摩羅什等於長安逍遙園譯

行者初來欲受法時，師問五眾戒淨已，若婬欲多者，應教觀不淨。不淨有二種：一者惡厭不淨、二者非惡厭不淨。何以故？眾生有六種欲：一者著色、二者著形容、三者著威儀、四者著言聲、五者著細滑、六者著人相。著五種欲者令觀惡厭不淨，著人相者令觀白骨人相，又觀死屍若壞若不壞，觀不壞斷二種欲：威儀、言聲，觀已壞悉斷六種欲。習不淨有二種：一者觀死屍臭爛不淨，我身不淨死屍一等無有異也。如是觀已心生惡厭，取是相已，至閑靜處，若樹下、若空舍，以所取相自觀不淨，處處遍察繫心身中不令外出，若心馳散還攝緣中；二者雖不眼見，從師受法憶想分別，自觀身中三十六物不淨充滿，髮、毛、爪、齒、涕、淚、涎、唾、汗、垢、肪、肪sān、皮膜、肌肉、筋、脈、髓、腦、心、肝、脾、腎、肺、胃、腸、肚、胞、膽、痰、癰、生藏、膿、血、屎、尿、諸蟲，如是等種種不淨聚，假名為身。自觀如是，所著外身亦如是觀。若心厭惡婬欲，心息則已，若心不息當勤精進，呵責其心作是念言：「老病死苦其為至近，命如電逝，人身難得、善師難遇，佛法欲滅如曉時燈，有破定法眾患甚多，內諸煩惱、外有魔民，國土飢荒、內外老病，死賊其力甚大壞習禪定，我身可畏，於諸煩惱賊中未有微損，於禪定法中未有所得，雖服法衣，內實空虛俗人無異，諸惡趣門一切皆開，諸善法中未入正定，於諸惡法未能必不為惡，我今云何著是屎囊而生懈怠，不能精勤制伏其心？如此弊身賢聖所呵，不淨可惡九孔流出，而貪著此身，與畜生同死，俱投黑闇甚所不應。」如是鞭心思惟自責，還攝本處。又時亦復應令心悅，作是念言：「佛是一切智人，直說道教易解易行，是我大師，如是不應憂畏，如依大王無有怖畏；諸阿羅漢所作已辦，是我同伴，已能伏心如奴隸主，心已調伏具

種種果六通自在，我亦應自伏其心求得此事，唯有此道無復異路。」如是思惟已還觀不淨，復自欣歡作是念言：「初習道時，諸煩惱風吹破我心，我欲得道，上妙五欲尚不能壞，何況弊者？如長老摩訶目犍連得阿羅漢道，本婦將從伎樂、盛白莊嚴飾，欲壞目連。目連爾時說偈言：

「『 汝身骨幹gàn立， 皮肉相纏裹，
不淨內充滿， 無一是好物，
韋wéi囊盛屎尿， 九孔常流出，
如鬼無所直， 何足以自貴？
汝身如行廁， 薄皮以自覆，
智者所棄遠， 如人捨廁去。
若人知汝身， 如我所厭惡，
一切皆遠離， 如人避屎坑。
汝身自嚴飾， 華香以瓔珞，
凡夫所貪愛， 智者所不惑。
汝是不淨聚， 集諸穢惡物，
如莊嚴廁舍， 愚者以為好。
汝脅xié肋著脊， 如椽chuán依棟住，
五藏在腹內， 不淨如屎篋qiè。
汝身如糞舍， 愚夫所保愛，
飾以珠瓔珞， 外好如畫瓶。
若人欲染空， 終始不可著，
汝欲來嬈我， 如蛾自投火。
一切諸欲毒， 我今已滅盡，
五欲已遠離， 魔網已壞裂。
我心如虛空， 一切無所著，
正使天欲來， 不能染我心。』」

行者如是思惟決定堅固，住心本緣不畏眾欲。若利根者，一心精勤，遠至七日心得定住；中根者，乃至三七；鈍根者，久久乃得。如攢酪成酥，必可得也。若不任習行，是身雖復久習種種方喻，空無所得，譬如攢水終不成酥。

問曰：

何事不中？

答曰：

若犯禁戒不可懺者，若邪見不捨、若斷善根，及三覆障，所謂厚利煩惱、五無間罪、三惡道報，如是等罪不應習行。又摩訶衍中，菩薩利根，有實智慧福德因緣，不同其事，若不任習行，當誦經修福起塔供養，說法教化行十善道。

問曰：

云何當知得一心相？

答曰：

心住相者身軟輕樂，瞋恚愁憂諸惱心法皆已止息，心得快樂未曾所得勝於五欲，心淨不濁故身有光明，如清淨鏡光現於外，如明珠在淨水中光明顯照，行者見是相已心安喜悅。譬如渴人掘地求水已見濕泥得水不久，行者如是，初習行時如掘乾土，久而不止得見濕相，自知不久當得禪定。

一心信樂精勤攝心轉入深定，作是念已毀訾五欲，見求欲者甚為可惡，如人見狗不得好食而噉臭糞，如是種種因緣呵欲為過，心生憐愍受五欲者，自心有樂而不知求，反更外求不淨罪樂。行者常應精進，晝夜集諸善法助成禪定，諸障禪法令心遠離。集諸善法者，觀欲界無常、苦、空、無我，如病、如瘡、如癰 yōng、如箭入心，三毒熾然起諸鬪諍、嫉妬相甚為惡厭。如是觀者，是名初習禪法。若習法時，中間或有五蓋覆心，即應除滅，如黑雲翳 yì 日風力破散。若婬欲蓋起，心念五欲即應思惟：「我今在道，

自捨五欲，云何復念？如人還食其吐，此是世間罪法，我今學道，除剃鬚髮被著法衣，盡其形壽，五欲情願永離永斷，云何還復生著？甚非所宜。」即令除滅，如賊毒蛇不令入室，以其為禍甚深重故。復次五欲之法，眾惡住處。無有反復，初時尚可，久後欺誑受諸苦毒，嫉妬恚怒無惡不作，如囊盛眾刀以手抱觸左右傷壞。復次設得五欲猶不厭足，若無厭足則無有樂，如渴飲漿，未及除渴不得有樂，猶如搔疥 jiè，其患未差 chài 不可為樂。復次欲染其心不見好醜，不畏今世後世罪報，以是之故除却婬欲。

已却婬欲或生瞋惱，瞋惱心生即應除却。眾生可念：處胎已來無時不苦，眾苦備 bèi 具，云何更增其惱？如人臨欲刑戮，何有善人重增苦痛？又復行道之人，應捨吾我愛慢等結，雖不障生天而行道之人尚不生念，何況瞋恚拔樂根本。復次如水沸動不見面像，瞋恚心生不識尊卑父母師長，乃至不受佛教。瞋為大病，殘害無道猶如羅刹，當以思惟慈心消滅瞋恚。

婬欲瞋恚既止，若得禪定則為快樂；若未得禪樂，情散愁憤心轉沈重，瞪 dèng 瞢 méng 不了，即知睡眠害心之賊，尚破世利，何況道事？睡眠法者與死無異，氣息為別，如水衣覆水不覩面像，睡眠覆心不見好醜，諸法之實亦復如是。即時除却，應作是念：「諸煩惱賊皆欲危害，何可安眠？如對賊陣，鋒刃之間不應睡眠。未離老病死患，未脫三惡道苦，於道法中乃至暖法未有所得，不應睡眠。」作是念已，若睡猶不止，即應起行冷水洗面，瞻視四方仰觀星宿，念於三事除滅睡眠不令覆心：一者怖畏，當自思惟，死王大力常欲為害，念死甚近如賊疾來無可恃怙，又如拔刀臨項，睡則斬首。二者欣慰，當作是念：「佛為大師，所有妙法未曾有也，我以受學。」自幸欣慶，睡心即滅。三者愁憂，當復念言：「後世展轉受身經歷，苦痛毒害無邊無量。」如是種種因緣呵睡眠法，如是思惟睡眠則止。

若掉悔蓋起，應作是念：「世人欲除憂、求歡喜故而生掉戲，今我苦行坐禪求道，云何自恣放心掉戲？甚所不應。佛法所重攝心為本，不應輕躁縱心自放。如水波動不見面像，掉戲動心不見好醜。」悔如禪度中說。

問曰：

貪欲恚疑各別為蓋，何故睡眠、掉悔二合為蓋？

答曰：

睡雖煩惱，勢力微薄，眠不助成則不覆心，掉戲無悔不能成蓋，以是故二合為蓋。譬如以繩繫物，單則無力，合而能繫。復次睡眠心法因睡心重，以心重故身亦俱重，因睡微覆眠覆轉增遮壞道法，是故二合為蓋。眠既覺已心不專一，馳念五欲行諸煩惱，是名為掉。譬如獼猴得出羈 jī 閉，自恣跳躑 zhí 戲諸林木。掉亦如是，已念五欲行諸結使，身口意失而生憂悔，作是念言：「不應作而作，應作而不作。」是故掉悔相因二合為蓋。

問曰：

作惡能悔，不應為蓋？

答曰：

如犯戒自悔，從今以往不復更作，如是非蓋。若心作罪常念不息，憂惱亂心故名為蓋。如是種種因緣，呵掉悔蓋。繫心緣中。若心生疑即應令滅。所以者何？疑之為法非如愛慢，今世不生歡心，後世令墮地獄，有疑遮諸善法，如岐路猶豫不知那進，便自止息。行者如是，本所習法疑不復進，即知疑患遮覆正道，當疾除却。復作是念：「佛為一切智人，分別諸法，是世間法是出世間法，是善是不善、是利是害，了了分明，今但受行不應生疑，當隨教法不應拒違。復次佛法妙者，修定智慧如實如法；我無是智，云何自心籌量諸法？如人手執利器，乃可與賊相禦 yù，若無所執而對強敵反以為害；我今未得修定智慧，云何欲籌量諸法實相？」

是不應然。復次外道非佛弟子故應生疑，我是弟子云何於佛而復生疑？佛常毀訾疑患，是覆是蓋、是遮是礙、自誑之法。如人既知刺客即應除避；疑亦如是，誑惑行者，欲與疑慧而礙實智。譬如病疥搔之轉多身壞增劇，良醫授藥疥痒自止；行者如是，種種諸法而生疑想，隨事欲解疑心轉多，是以佛教直令斷疑，疑生即滅。」如是種種呵疑，當疾除却。行者如是思惟除捨五蓋集諸善法，深入一心，斷欲界煩惱得初禪定，如佛經說，行者離欲惡不善法，有覺有觀離生喜樂入初禪。

問曰：

得初禪相云何？

答曰：

如先以正念呵止五欲，未得到地，身心快樂柔和輕軟，身有光明。得初禪相轉復增勝，色界四大遍滿身故柔和輕軟，離欲惡不善一心定故能令快樂，色界造色有光明相，是故行者見妙光明照身內外。行者如是心意轉異，瞋處不瞋、喜處不喜，世間八法所不能動，信敬慚愧轉多增倍，於衣服飲食等心不貪著，但以諸善功德為貴、餘者為賤，於天五欲尚不繫心，何況世間不淨五欲？得初禪人有如是等相。復次得初禪時心大驚喜，譬如貧者卒得寶藏，心大歡喜作是念言：「初夜中夜後夜，精勤苦行習初禪道，今得果報如實不虛，妙樂如是。而諸眾生狂惑頑愚，沒於五欲不淨非樂，甚可憐愍。」初禪快樂內外遍身，如水漬乾土內外霑洽，欲界身分受樂不能普遍，欲界婬恚諸火熱身，入初禪池涼樂第一除諸熱惱，如大熱極入清涼池。

既得初禪，念本所習修行道門，或有異緣，所謂念佛三昧，或念不淨、慈心觀等。所以者何？是行思力令得禪定轉復深入，本觀倍增清淨明了。行者得初禪已進求二禪，若有漏道，於二禪邊地厭患覺觀，如欲界五欲五蓋令心散亂，初禪覺觀惱亂定心亦

復如是；若無漏道，離初禪欲，即用無漏初禪呵責覺觀。

問曰：

如初禪結使亦能亂心，何故但說覺觀？

答曰：

初禪結使名為覺觀。所以者何？因善覺觀而生愛著，是故結使亦名覺觀，始得初禪未有餘著。復次本未曾得覺觀大喜，以大喜故壞敗定心，以破定故先應除捨。復次欲入甚深二禪定故除却覺觀，為大利故而捨小利，如捨欲界小樂而得大樂。

問曰：

但說覺觀應滅，不說初禪煩惱耶？

答曰：

覺觀即是初禪善覺觀也。初禪愛等亦名覺觀，以惡覺觀障二禪道，是故宜滅。以善覺觀能留行者令心樂住，是故皆應當滅。尋復思惟，知惡覺觀是為真賊，善覺觀者雖似親善亦復是賊，奪我大利故，當進求滅二覺觀，覺觀惱亂如人疲極安眠眾音惱亂，是故行者滅此覺觀已求二禪，譬如風土能濁清水不見面像，欲界五欲濁心如土濁水，覺觀亂心如風動水，以覺觀滅故內得清淨，無覺無觀定生喜樂入於二禪。

問曰：

云何是二禪相？

答曰：

經中說言，滅諸覺觀，若善若無記，以無覺觀動故內心清淨，如水澄靜無有風波，星月諸山悉皆照見，如是內心清淨故，名賢聖默然。三禪、四禪雖皆默然，以二禪初得，為名有覺觀語言因緣，因緣初滅故得名默然。定生喜樂妙勝初禪，初禪喜樂從離欲生，此中喜樂從初禪定生。

問曰：

二禪亦離初禪結使，何以不言離生？

答曰：

雖復離結，但依定力多故，以定為名。復次言離欲者則離欲界，言離初禪未離色界，是故不名離生，如是等是二禪相。行者既得二禪，更求深定，二禪定有煩惱覆心，所謂愛、慢、邪見、疑等壞破定心，是二禪賊遮三禪門，是故當求斷滅此患以求三禪。

問曰：

若爾者，佛何以故說離喜行捨得入三禪？

答曰：

得二禪大喜，喜心過差心變著喜生諸結使，以是故喜為煩惱之本。又復諸結使無有利益不應生著，喜是悅樂甚為利益滯著難捨，以是故佛說捨喜得入三禪。

問曰：

五欲不淨罪，喜則應當捨，是喜淨妙眾生所樂，云何言捨？

答曰：

先已答生著因緣則是罪門。復次若不捨喜，則不能得上妙功德，以是故捨小得大，有何過也？行者進求三禪，觀喜知患憂苦因緣所可喜樂，無常事變則生憂苦。復次喜為麤樂，今欲捨麤而求細樂，故言離喜更入深定求異定樂。云何三禪相滅喜？捨此妙喜心不悔念，知喜為害，譬如人知婦是羅刹，則能捨離心不悔念，喜為狂惑麤法非妙，第三禪身受樂，世間最樂無有過者，聖所經由，能受能捨無喜之樂，以念巧慧身，則遍受入於三禪。

問曰：

此說一心念慧，初禪二禪何以不說？

答曰：

第三禪者，身遍受樂心行捨法，不令心著分別好醜，故言一心念慧。復次三禪中有三過：一者心轉細沒、二者心大發動、三

者心生迷悶。行者常應一心念此三過，若心沒時，以精進智慧力還令心起，若大發動則應攝止，若心迷悶應念佛妙法還令心喜，常當守護治此三心，是名一心行樂者入第三禪。

問曰：

如經，第三禪中二時說樂，何等為二樂？

答曰：

前說受樂，後說快樂。

問曰：

有三種樂：受樂、快樂、無惱樂。以何樂故三禪名為第一之樂？

答曰：

三樂上妙皆勝下地，但以受樂第一，說名樂地，究竟盡故；餘二樂者上地猶有，此中不以為名。

問曰：

喜樂無喜樂，有何差別？

答曰：

樂受有二種：一者喜根、二者樂根。喜根喜樂，初禪二禪所攝；樂根無喜樂，三禪所攝。復次欲界初禪樂受，麤者名樂根，細者名為喜根；二禪、三禪樂受，麤者為喜根，細者為樂根。譬如熱極，得清冷水持洗手面，是名為喜；入大涼池舉身沐浴，是名受樂。行者如是，初禪覺觀故樂不遍身，二禪大喜驚故不能遍身，三禪無障礙故樂遍其身，是名差別。復次樂受有四種：欲界六識相應樂，名為喜根亦名樂根；初禪四識相應樂，名為樂根亦名喜根；二禪意識相應樂受名為喜根；三禪離喜故，意識相應樂受，名為樂根。行者既得三禪，知上三樂，一心守護常恐畏忘失，則為是惱；是故樂復為患，當求離樂。譬如人求富貴之樂，求時既苦，得時無厭則復為苦，得已守護亦復為苦。有人以求樂為苦

故捨，或有得樂無厭覺苦故捨，或有既得守護為苦故捨。行者患樂亦如是，求初禪樂，以覺觀惱亂故捨，二禪大喜動故捨，三禪知樂無常難守故捨，以是故，當捨此樂求於四禪安隱之地。

問曰：

行者依禪定樂捨於欲樂，今依何等而捨禪樂？若捨禪樂得何利益？

答曰：

行者依於涅槃樂能捨禪樂，得三利故，所謂羅漢、辟支佛、佛道，是故捨禪定樂，行於四禪安隱快樂，以三乘道隨意而入涅槃。

問曰：

云何知是第四禪相？

答曰：

如佛說四禪相，若比丘斷樂斷苦先滅憂喜，不苦不樂護念清淨入第四禪。

問曰：

斷三禪樂應爾，離欲時已斷苦，今何故復言斷苦？

答曰：

有人言，斷有二種：一別相斷、二總相斷，如須陀洹，以道比智總斷一切見諦結使。是事不然。何以故？佛說斷苦斷樂先滅憂喜，若欲界苦，應說先斷苦憂喜，而不說者，以是故知非欲界苦；以三禪樂無常相故則能生苦，是故說斷苦。又如佛說，樂受時當觀是苦，於三禪樂生時，住時為樂滅時為苦，以是故言斷樂斷苦。先滅憂喜者，欲界中憂，初二禪喜者。

問曰：

欲界中有苦有憂，離欲時滅，何以但說斷憂，不說斷苦？

答曰：

離欲時雖斷二事，憂根不復成就，苦根成就，以成就故不得言滅。

問曰：

若三禪中樂，生住時樂、滅時為苦，今說初禪二禪中喜，何獨不爾？

答曰：

佛經所說，離三禪時，斷樂斷苦無滅憂喜，初禪二禪不作是說。

問曰：

佛何因緣不作是說？

答曰：

三禪中樂，於三界中受樂最妙，心所著處，以其著故無常生苦，以喜麤故不能遍身，雖復有失不大生憂，以是故佛經不說也。不苦不樂者，第四禪中雖有不苦不樂受，捨者捨三禪樂，行不苦不樂受不憶不悔。念清淨者，以滅憂喜苦樂四事故念清淨。

問曰：

上三禪中不說清淨，此中何以獨說？

答曰：

初禪覺觀亂故，念不清淨，譬如露地風中然燈，雖有脂炷，以風吹故明不得照；二禪中雖一識攝，以喜大發故定心散亂，是故不名念清淨；三禪中著樂心多，亂此禪定故不說念清淨；四禪中都無此事故言念清淨。復次下地雖有定心，出入息故令心難攝，是中無出入息故心則易攝，易攝故念清淨。復次第四禪名為真禪，餘三禪者方便階梯，是第四禪譬如山頂，餘三禪定如上山道，是故第四禪，佛說為不動處，無有定所動處故，有名安隱調順之處，是第四禪相。譬如善御調馬隨意所至，行者得此第四禪，欲行四無量心隨意易得，欲修四念處修之則易，欲得四諦疾得不難，欲

入四無色定易可得入，欲得六通求之亦易。何以故？第四禪中不苦不樂，捨念清淨調柔隨意，如佛說喻，金師調金洋鍊如法，隨意作器無不成就。

問曰：

行者云何得慈心無量？

答曰：

行者依四禪已，念一城眾生願令得樂，如是一國土、一閻浮提四天下、小千國土、二千國土、三千大千國土，乃至十方恒河沙等無量無邊眾生，慈心遍覆皆願得樂。譬如水劫盡時消水火珠滅不復現，大海龍王心大發動，從念生水出海盈漫，及天澍雨遍滿天下，是時天地彌漫無不充溢。行者亦爾，以大慈水滅瞋恚，消慈火珠，慈水發溢漸漸廣大，遍至無量無邊眾生，悉蒙潤澤常出不斷，或聽說法增益慈心，譬如大雨無不周普，行者慈念眾生，令得世間清淨之樂，亦以所得禪定快樂持與眾生，亦以涅槃苦盡之樂乃至諸佛第一實樂，願與眾生，以慈力故，悉見十方六道眾生無不受樂。

問曰：

如阿毘曇說，何等是慈三昧，觀一切眾生悉見受樂？又經中說慈心三昧，遍滿十方皆見受樂，云何但言願令眾生得樂？

答曰：

初習慈心願令得樂，深入慈心三昧已，悉見眾生無不受樂。如鑽燧出火，初然細軟乾草，火勢轉大濕木山林一時俱然；慈亦如是，初入觀時，見人受樂願與苦者，慈力轉成悉見得樂。

問曰：

眾生實無得者，云何皆見得樂而不顛倒？

答曰：

定有二種：一者觀諸法實相、二者觀法利用。譬如真珠師，

一者善知珠相貴賤好醜，二者善能治用。或有知相而不能用，或有治用而不知相，或有知相亦能治用。行者如是，賢聖未離欲者，能觀法相四真諦等而不能用，不行四無量故，如凡夫離欲行諸功德，能有利用生四無量心，不能觀實相故；如俱解脫阿羅漢等，能觀實相，具禪定故生四無量。四無量者得解之法，以利用故非為顛倒。復次佛法之實無有眾生，云何觀苦者為實，樂者為倒？所謂顛倒，無眾生中而著我相，若常若無常，若邊若無邊等，是為顛倒。行慈之人知眾生假名，如輪等和合名之為車，是故行者，慈心清淨則非顛倒。復次若無眾生以為實者，眾生受樂應是顛倒，而有眾生無眾生皆為是邊，不應但有眾生以為顛倒。復次慈三昧力故，行者皆見眾生無不得樂如一切入觀，禪定力故於緣境界轉青作赤，何況眾生皆有樂相而不見也？如貴賤貧富禽獸之屬，各自有樂互相憐愍，貴者之患貧者所無，貧者之患貴者所無。

問曰：

餘道可爾，地獄云何？

答曰：

地獄眾生亦有樂分，遠見刀山灰河，皆謂林水而生樂想，見樹上女人亦生樂想，又我心顛倒故愛樂其身，若欲殺時逃避啼哭、請求獄卒願見放捨，若語赦汝，得脫此苦心亦可樂，如是之等皆有樂分。又復神通力故，行慈之心種種教化令眾生得樂，或隨所有而能與之，及身口行助成利益，如諸佛菩薩深心愛念壞諸惡趣，實令眾生得種種樂，以是故不但願與，亦實令得樂。

問曰：

行慈者得何功德？

答曰：

行慈者諸惡不能加，如好守備 bèi 外賊不害，若欲惱害反自受患。如人以掌拍矛，掌自傷壞矛無所害。五種邪語不能壞心，五

種者：一妄語說過、二惡口說過、三不時說過、四惡心說過、五不利益說過。譬如大地不可破壞，種種瞋惱讒 chán 謗等不能毀也。譬如虛空不受加害，心智柔軟猶若天衣。復次行者入慈，虎狼毒獸蛇虺 wán 之屬皆不能害，如入牢城無能傷害，得如是等無量功德。

問曰：

慈德如是，何者名慈法？

答曰：

愛念眾生皆見受樂，是心相應法行陰所攝名為慈法，或色界繫或不繫，心數法、心共生、隨心行、非色法、非是業、業相應、業共生、隨業行、非報生，是應修、得修、行修，應證、身證、慧證，或思惟斷或不斷，或有覺有觀，或無覺有觀，或無覺無觀，或有喜或無喜，或有出入息或無出入息，或賢聖或凡夫，或樂受相應，或不苦不樂受相應，非道品先緣相後緣法，在四禪亦餘地，緣無量眾生故名為無量。清淨故、慈念故、憐愍利益故，名為梵行梵乘，能到梵世名為梵道，是過去諸佛常所行道。

問曰：

云何修習慈心？

答曰：

若行者作是念：「我除剃鬚髮，不在飾好破憍慢相，若稱此者宜應行慈；今著染衣，當應行慈令心不染，食他之食不虛受施。如經所說，若有比丘，漸修慈心則隨佛教，如是不虛食人信施。」復次若出家若在家行者作是念：「慈心力故，於惡世中安隱無患，於破法眾中獨隨法行，於熱煩惱令心清冷，如近聚落有清涼池。」復次行慈力故，怨家毒害不能復害，如著革屣 xǐ 刺不能傷，行者處於欲界，多瞋怒害，鬪諍怨毒種種諸害，慈心力故無能傷損，譬如力士著金剛鎧執持利器，雖入大陣不能傷壞。復次是慈能利

益，利益三種人，凡夫行慈除諸瞋恚，得無量福生於淨果，世間福德無過是者。求聲聞、辟支佛者，欲界多瞋慈力能破，及餘煩惱則亦隨滅，得離欲界漸出三界，如佛所說，慈心共俱近修七覺。大乘發心為度眾生，以慈為本。如是慈心，於三種人無量利益。又習慈初門，又十六行令速得慈，又使牢固，亦常修行：一者持戒清淨、二者心不悔、三者善法中生喜、四者快樂、五者攝護五情、六者念巧便慧、七者身離心離、八者同行共住、九者若聽若說隨順慈法、十者不惱亂他人、十一者食知自節、十二者少於睡眠、十三者省於言語、十四者身四威儀安隱適意、十五者所須之物隨意無乏、十六者不戲論諸法行。是十六法助慈三昧。悲者觀眾生苦，如地獄、餓鬼、畜生、世間刑徒飢寒病苦等，取其苦相故悲心轉增，乃至樂人皆見其苦。

問曰：

云何以樂為苦？

答曰：

樂是無常，樂無厭足從因緣生，念念生滅無有住時，以是故苦。復次如欲天受樂，如狂如醉無所別知，死時乃覺；色無色界眾生，於深禪定愛味心著，命終隨業因緣還復受報，如是眾生當有何樂？於地獄三惡道，是舊 jiù 住處，天上人中猶如客住，暫得止息，以是因緣故，佛但說苦諦無有樂諦，是故一切眾生無不是苦。眾生可愍不知實苦，於顛倒中而生樂想，今世後世受種種憂惱而無厭心，雖暫得離苦還復求樂作諸苦事，如是思惟，見諸眾生悉皆受苦，是為悲心。餘悲心義如摩訶衍論四無量中說。

喜者行人知諸法實相，觀苦眾生皆為樂相，觀樂眾生皆為苦相，如是諸法無有定相隨心力轉，若諸法無有一定相者，成阿耨多羅三藐三菩提尚無有難，何況餘道？隨意可得故心生歡喜。復次行者作是念：「我因少持戒精進等便得離欲，逮諸禪定無量功德。」

念諸善功德故心生歡喜，譬如賈客齎 jī 持少物百千倍利，心大歡喜。復作是念：「如是法利皆由佛恩，佛自然得道與人演說，隨教修行得如是利益。」是時心念十方諸佛，身有金色相好莊嚴，及十力等無量功德法身，因是念佛心生歡喜。復次佛法於九十六種道中，最為第一，能滅諸苦能趣常樂，心生歡喜。又復分別三種佛法：一者涅槃無量常相，是究竟不壞法；二者涅槃方便八直聖道；三者十二部經宣示八道。如是念法心生歡喜。復次能知如是實相，行於正道離諸邪徑，是為正人，所謂佛弟子眾於一切眾中為第一。自思惟言：「我已在此眾中，是我真伴彼能益我。」以是因緣故心生歡喜，願令眾生悉皆歡喜。定力轉成故，悉見眾生皆得是喜。

捨者行人如小懈極心暫止息，但觀眾生一相不觀苦樂，喜相猶如小兒，若常愛念憍恣敗壞，若常苦切怖畏羸 léi 瘦，是故有時放捨不愛不憎。行者如是，若常行慈喜心則放逸，以喜樂多故，若常行悲心則生憂惱，以念苦多故，是故行捨莫令苦樂有過。復次行者入道得禪定味，分別眾生好醜，是善是不善，善者恭敬愛念，不善者則生輕慢，如人得大珍寶輕慢貧者，見有寶者恭敬愛念，破是二相故而行捨心。如經中說，修行慈心除破瞋恚，修行悲心除惱眾生，修行喜心除破愁憂，修行捨心除破憎愛。但觀眾生得解脫故隨心所作，如人觀林不觀樹也。又如世人寒時得溫、熱時得涼，資生隨意者，是名為樂；若得官位寶藏歌舞戲笑，是名為喜；若失此眾事者，是名憂苦；若無此三事者，是名為捨。行者亦如是具有四心，自身受樂願及眾生，心既柔軟，見一切眾生悉得是樂；又復見諸天上世間豪貴，取其樂相願及眾生，心既柔軟，見一切眾生悉得是樂；修行慈時心生大喜，以此大喜願與眾生，或從定起禮佛法眾讚歎供養，亦得心喜願與眾生，及取外喜願與眾生，或時自見其苦老病憂惱飢寒困苦，欲令眾生離是苦

惱，我能分別籌量，心忍猶尚苦惱，何況眾生無有智慧忍受眾苦，何得不惱？則生悲心。復見外人刑戮 lù 鞭撻 tà，又聞經說惡道苦痛，取是苦相觀一切皆苦，而生悲心。捨者自捨憎愛，亦觀眾生無有憎愛，及取外眾生受不苦不樂者，從第四禪乃至非有想非無想處，及欲界無苦無樂時，取是相已觀一切眾生，亦都如是無苦無樂。復次如貴人唯有一子，愛念甚重心常慈愍，世間諸樂願令悉得，自能得者亦皆與之。其子或時遭諸惱患，父甚悲念，若子從因得免，其父大喜，心生喜已，即便放捨任子自長，父得休息。行者如是，於四無量心中，觀諸眾生亦如子想，隨己所有樂事，及取世間種種諸樂，願令得之，慈定力故悉見一切皆是樂者。行人從慈心起，若見眾生受諸苦痛，取是相已而生悲心。悲心力故見諸眾生悉皆受苦，見受苦已願令眾生皆離是苦，從悲三昧起，若見眾生受樂得道入涅槃者，取是相已而生喜心。欲令彼得而彼自得，心識柔軟悉見眾生皆得歡喜。從此定起，見眾生不苦不樂者、不憂不喜者，取是相已而生捨心，願令眾生不苦不樂、不憂不喜，以善修捨定力故，悉見眾生不苦不樂、不憂不喜，得離煩惱熱。復次，若眾生有諸過釁 xìn，捨而不問，若恭敬愛著不以為喜，是為捨心，如是等四無量義，如摩訶衍中說。

禪法要解卷上

淨觀者三品：或初習行，或已習行，或久習行。若初習行，當教言：「破皮却不淨，當觀白骨人，繫意在觀不令外意，外念諸緣攝之令還。」若已習行，當教言：「心却皮肉，具觀頭骨不令外念，外念諸緣攝之令還。」若久習行，却身中一寸皮肉繫意五處：頂上、額上、眉間、鼻端、心處，如是等處住意在骨不令外念，外念諸緣攝之令還。當復觀心，若心疲極捨諸外想注念在緣，譬如獼猴被繫在柱終日馳走，鎖常攝還極乃休息。所緣如柱，念則

如鎖，心喻獼猴。亦如乳母，常觀小兒不令墮落，行者觀心亦復如是，漸漸制心令住緣處，若心久住是應禪法。若得禪定即有三相，身悉和悅柔軟輕便，白骨流光猶如白珂，心得靜住是為淨觀，是時便得色界中心，是名初學禪法門。若定得勝心，則不如制之令住，是名一心。若能一寸中住，便得遍却，不得但觀赤骨人。得此觀已，棄赤骨人觀白骨人，不令外念，外念諸緣攝之令還。心若清淨住於骨觀，骨邊白光遍身中出，如天清明日光極淨。此光既出，以心目觀了了見之，因光力故見骨人中相，似諸心心相應法生滅，如毘瑠璃筒中水流，是時心息得樂，姪人欲樂不足喻也。外身觀亦復如是，如是一身觀，次第轉多，乃至閻浮提；復從一閻浮提，還至一寸，心得自住，是為不淨中淨三昧門。復次此身空骨以薄皮覆，有何可樂？甚可患也。

禪法要解卷下

姚秦三藏鳩摩羅什等於長安逍遙園譯

若行者欲求虛空定，當作是念：「色是種種眾苦具，如鞭杖割截殺害飢寒老病苦等，皆由色故。」思惟如是則捨離色得虛空處。

問曰：

行者今以色為身，云何便得捨離？

答曰：

諸煩惱是色因緣，又能繫色，是煩惱滅故則名離色。復次習行破色虛空觀法則得離色。復次如佛所說，比丘觀第四禪五陰，如病如癰 yōng 如瘡如刺，無常苦空無我，如此等觀則離第四禪五陰，以餘陰隨色故但言離色。所以者何？色究竟盡故。復次行者觀色，分分破裂則無有色，如身有分，頭足肩臂等各各異分則無有身；如頭眼耳鼻舌口鬚髮骨肉等分分令異，則無有頭；如眼者四大四塵身根眼根十事和合白黑等，肉團 tuán 名為眼，各各分別則無有眼，地等諸分各亦如是。

問曰：

眼根四大所造，不可定色，云何分別？

答曰：

四大及四大造淨色和合故名為眼，若除是色則無有眼。又此淨色雖不可見，以有對故有分，有分故無眼。復次能見色者，是名為眼；若除四大及四大造色則無眼。若無眼能見色者，耳亦應為眼。若眼是色法，一切色法有處有分故，應可分別，若可分別則為多眼。若言四大所造眾微塵為眼者，不應一眼；若都非眼亦無一眼。若言微塵為眼者，是亦不然。何以故？若微塵有色則有十方，不名為微塵；若非色者則不名為眼。復次微塵體定有四分：色、香、味、觸，是眼非四事。何以故？眼是內入攝，四為外入攝，以是故不得以諸微塵為眼。如佛說眾事和合見色假名為眼，

無有定實；耳鼻舌皮肉骨等亦如是破。是為破內身相。外色宮殿財物妻子等，亦皆如是分別破。如佛告羅陀：「從今日當破散色、壞裂色，令無有色。」能如是分別，是名離色。復次如佛說，若比丘欲離色，度一切色相，滅一切對相，不念一切異相，入無量虛空處。度一切色相者，是可見色；滅一切對相者，是有對不可見色；不念一切異相者，不可見無對色。復次度一切色相者，青黃赤白紅紫等種種色相；滅有對者，聲香味觸等；不念一切異相者，大小長短方圓遠近等。如是離一切色相，得入虛空處。

復次行者繫心身內虛空，所謂口鼻咽喉、眼耳胸腹等，既知色為眾惱，空為無患，是故心樂虛空，若心在色攝令在空，心轉柔軟，令身中虛空漸漸廣大，自見色身如藕根孔，習之轉利，見身盡空無復有色。外色亦爾。內外虛空同為一空，是時心緣虛空無量無邊，便離色想安隱快樂，如鳥在瓶瓶破得出，翱翔虛空無所觸礙，是名初無色定。

行者如虛空中受想行識，如病如癰如瘡如刺，無常苦空無我，更求妙定則離空緣。所以者何？知是心所想虛空欺誑虛妄，先無今有已有還無。既知其患，是虛空從識而有，謂識為真。但觀於識捨於空緣，習於識觀時，漸見識相相續而生，如流水燈焰，未來現在過去識，識相續無邊無量。

問曰：

何以故佛說識處無邊無量？

答曰：

識能遠緣故無邊，無邊法緣故無邊。復次先緣虛空無邊，若破無邊虛空，識應無邊，行者心柔軟故能令識大乃至無邊，是名無邊識處。

問曰：

是識處具有四陰，何以故但說識處？

答曰：

一切內法識為其主，諸心數法皆隨屬識，若說識者則說餘事。復次欲界中色陰為主，色界中受陰為主，虛空處、識處識陰為主，無所有處想陰為主，非想非非想處行陰為主。復次三法：身、心、心數法。欲界、色界以身為主，心隨身故，若無身已心力獨用。心有二分：一分緣空、一分自緣，是故應有二處：空處、識處。但初破色故虛空受名，破虛空故獨識為名。心數法亦有二分：一分想、一分行，是故亦應有二處：想無所有處、行非想非非想處。復次緣識故得離虛空處，以是故雖有餘陰，但識受名。

行者得識處已，更求妙定，觀識為患，如上說。復次觀識如幻虛誑屬諸因緣而不自在，有緣則生、無緣則滅，識不住情亦不住緣亦不住中間，非有住處非無住處，識相如是。世尊說言：「識如幻也。」行者如是思惟已，得離識處。復次行者作是念，如五欲虛誑，色亦如是；如色虛誑，虛空亦爾；虛空虛誑，識相亦爾。是皆虛誑，而眾生惑著即謂諸法，空無所有是安隱處，作是念已即入無所有處。

問曰：

虛空處、無所有處，有何差別？

答曰：

前者心想虛空為緣，此中心想無所有為緣，是為差別。行者入無所有處已，利根者覺是中猶有受想行識厭患，如先說；鈍根者則不能覺。復次離無所有處因緣有三見：有見、無見、非有見非無見。有見，從欲界乃至識處；無見，即是無所有處；非有非無見，非想非非想處。是無見應當捨離。何以故？非想非非想雖細尚應捨離，何況無所有處，作是念已離無所有處。

問曰：

如佛法中亦有空無所有，若是為實，云何言邪見應當捨離？

答曰：

佛法中為用破著故，說不以為實；無所有處謂為是實，邪見愛著故。是中眾生受定果報已，隨業因緣復受諸報，以是故應捨。名雖相似，其實各異。復次行者作是念：「一切想地皆龜可患，如病如癰如瘡如箭，無想地則是癡處，今寂滅微妙第一處，所謂非想非無想處。」如是觀已，則離無所有處想地，即入非有想非無想處。

問曰：

是中為有想為無想？

答曰：

是中有想。

問曰：

若有想者，何以但下七地名為想定耶？

答曰：

此地中想微細不利，想用不了故不名為想。行者心謂是處非有想非無想，是故佛隨其本名，說是名非有想非無想處。鈍根者不覺是中有四陰，便謂涅槃安隱之處，生增上慢，壽八萬劫已還墮諸趣。是中四陰雖微深妙，利根者則能覺知，覺知己患厭作是念：「此亦和合作法，因緣生法虛誑不實，如病如癰如瘡如箭，無常苦空無我，亦是後生因緣，應當捨離，以其患故當學四諦。」

問曰：

捨餘地時，何以不言學四諦？

答曰：

前以說如病如癰如瘡如箭，無常苦空無我，便為略說四諦，但未廣說。復次餘地無遮無難，凡夫有漏道亦能過故。而此世間之頂，唯有聖人學無漏道乃能得過。譬如繩繫鳥脚，初雖得去繩盡攝還。凡夫人亦如是，雖過餘地，魔王不以為驚；若過有頂之

地，魔王大驚如繩斷鳥去。以是故，離餘地時不說四諦。有頂地是三界之要門，欲出要門當學四諦。

問曰：

云何為四諦？

答曰：

苦諦、集諦、滅諦、道諦。苦有二種：一者身苦，二者心苦。集亦二種：一者使，二者惱纏。滅亦二種：一者有餘涅槃，二者無餘涅槃。道亦二種：一者定，二者慧。復次苦諦有二種：一者苦諦，二者苦聖諦。苦諦者惱相故，所謂五受陰名為苦諦。苦聖諦者，以知見故修道，是名苦聖諦。集諦有二種。一者集諦，二者集聖諦。集諦者出生相，所謂愛等諦煩惱名為集諦。集聖諦者，以斷故修道，是為集聖諦。滅諦有二種：一者滅諦，二者滅聖諦。滅諦者寂滅相，所謂四沙門果，是名滅諦。滅聖諦者，以證故行道，是為滅聖諦。道諦有二種：一者道諦，二者道聖諦。道諦者出到相，所謂八正道，是名為道諦。道聖諦者，以修故行道，是為道聖諦。

復次諦有二種：總相、別相。總相苦者，五受陰；別相苦者，廣分別色陰受想行識陰。總相集者，能生後身受；別相集者，廣分別愛等諸煩惱及有漏業五受陰因緣。總相滅者，能生後身愛盡；別相滅者，廣分別八十九種盡。總相道者，八聖道；別相道者，廣分別從苦法忍乃至無學道。若不通達四諦者，則輪轉五道，往來生死無休息時。以是因緣故，行者應念老病死等一切苦惱皆由有身，譬如一切草木皆從地出。如經中說，十方眾生所以有身，皆為受苦故生。譬如毒食，若好若醜皆為殺人；若無身心者，死苦則無所寄。如惡風摧折大樹，若無樹者則無所壞。如是略說身心受苦之本，如虛空風之本，木是火之本，地是水之本，身是苦之本。復次如地常是堅相，水常為濕相，火常為熱相，風常為動

相，身心常為苦相。所以者何？以有身故，則老病死飢渴寒熱風雨等苦常隨逐之；以有心故，憂愁怖畏瞋惱嫉妬等苦常隨逐之。若知現在身苦，過去苦亦爾，如現在過去身苦，未來亦爾。譬如見今穀種生穀，比知過去未來亦皆如是。又如現在火熱相，比知過去未來火亦熱。如是若無身心，前則無苦、今亦無苦、後亦無苦。當知三世苦痛皆從身心而有，是故應觀苦諦。如是心生厭患，是苦因緣，唯從愛等諸煩惱生，非天非時非自然亦非無因緣，若離煩惱則不有生。當知世間皆從愛等煩惱生，如人造事皆欲以為先，以是故諸煩惱是苦因緣。復次由愛水故受身，若無愛水則不受身，如乾土不能著壁，以水和之則有所著。復次因諸煩惱是故受身種種不同，如多欲者受多欲形，多瞋患者受多瞋恚形，多癡者受多癡形，煩惱薄者受薄煩惱形，見今果報異故，知昔因緣各別，來世隨煩惱受身差別亦如是隨業受身。若不為瞋恚則不受毒蛇形，一切餘形亦如是。以是故當知愛等諸煩惱一切苦因緣，苦因緣盡故則苦盡涅槃，涅槃名離欲，斷諸煩惱常不變異，是中無生無老無病無死，無愛別離苦怨憎會苦，常樂不退。行者得涅槃滅度時都無所去，名為寂滅。譬如然燈，膏盡則滅不至諸方，是名滅諦。

得涅槃方便道，定分有三種，慧分有二種，戒分有三種，住是戒中修行定慧。所謂於四諦中慧能決了，是名正見；隨正見覺法發起，是為正思惟。是名慧分二種。正定、正念、正精進，是名定分三種。正語、正業、正命，是名戒分三種。住淨戒故，諸煩惱芽不令增長，勢力衰薄，如非時種芽不增長，諸煩惱力來，定分能遮，如大山堰水，水不能破壞。譬如呪術能禁毒蛇，雖復有毒不能害人，定分亦如是。慧能拔諸煩惱根本，如夏水暴漲，岸上諸樹無不漂拔；行此三分八道真直正路，能滅苦因，畢竟安隱常樂無為。

若方便初習其門則有十事：一者心專正，種種外事來壞不能移轉，如四邊風起山不傾動。二者質直，聞師說法不見長短，心無增減隨教無疑，譬如入稠林採木直者易出曲者難出，如是三界稠林，直者易出、曲者難出，佛法中唯直是用、曲者遺棄。三者慚媿 kuì，是第一上服最妙莊嚴，慚媿為鉤制諸惡心，有慚有媿真為是人，若無慚媿畜生無異。四者不放逸，一切善法之根本，如世間放逸失諸利事，行者放逸失涅槃利，當知放逸如怨如賊，心常遠離，當知不放逸如君父師長，應遵承不捨。五者遠離，因此遠離成不放逸，若近五欲諸情開發，先常身離聚落，次心遠離不念世事。六者少欲，資生之物心不多求，多求故則墮眾惱。七者知足，有人雖復少欲，樂著好物則敗道心，是故智者趣足而已。八者心不繫著，若弟子檀越知識親里，若問訊迎送多營多事，如是等者毀敗道故不應繫著。九者不樂世樂，若歌舞伎樂，良時好日選擇吉凶，一切世事悉不喜樂。十者忍辱，行者求道時，當忍十事：一蚊虻侵害，二蛇虺 wán 毒螫 shì，三者毒獸，四者罵詈 lì 誹謗，五者打擲加害，六者病痛，七飢，八渴，九寒，十熱，如是惱事，行者忍之莫令有勝，常勝此事。

復次如人識知病相，知病因緣，知除病藥，得看病人，隨意所須不久當差 chài。行者如是，知實苦相，知苦因緣，知苦盡道，知得善師同學，如是不久得安隱寂滅。

問曰：

以得非想非非想處入深禪定，唯有上地結使微薄，心已柔軟，不應種種因緣種種譬喻觀是四諦，似若不信？

答曰：

非但為有頂者說，總為一切有頂之人，但觀無色界四陰無常苦空無我，如病如瘡如箭入心，無常苦空無我，皆是因緣虛誑作法，觀涅槃上妙安隱快樂，非為作法真實不虛，滅三毒三衰，身

心苦滅，常呵四陰及其因緣，則名苦諦集諦，讚歎涅槃及涅槃道，是名盡諦道諦。

行者得四禪、四無色定，心已柔軟，若求五神通，依第四禪則易得，若依初禪二禪三禪雖復可得，求之甚難得亦不固。所以者何？初禪覺觀亂定故，二禪喜多故，三禪樂多故，與定相違，四如意分皆是定相，唯第四禪無苦無樂無憂無喜，無出入息，諸聖所住快樂安隱，是故行者當依第四禪修四如意分。所謂欲定行法成就如意，精進定、心定、思惟定行法成就如意，依是住者無事不得。

問曰：

云何欲定行法成就如意？

答曰：

欲名欲於所求之事，定名一心無有增減，行法名信念巧慧喜樂等助成欲定，因欲為主，得定故名為欲定；精進定、心定、思惟定亦如是。行者觀欲莫令有增有減，莫令內多攝、外多散，柔軟平等調和堪用，猶如彈琴調其緩急，隨作何曲。精進、心、思惟亦爾，如行者學飛，欲飛是名欲；攝諸散心集助行法，是名精進心；能舉身離身心龐重睡掉等，心則輕便，以心輕故能舉其身，是名心；籌量欲精進心多少，能舉身未能壞內外諸色味，是名思惟。依四如意分，能具足一切功德，何況五通！

問曰：

五神通何者先生？

答曰：

隨所樂者為先。

問曰：

若爾者，何以變化神通在初？

答曰：

五神通多為眾生。所以者何？如慧解脫阿羅漢，既得阿羅漢作是念言：「有眾生多鈍根者，不信道事輕慢佛法，我得難事漏盡神通，如何不起神通教化眾生而令墮罪？又佛大悲利益眾生，我為弟子，應以神通助益眾生。然諸眾生多以現事而得利益，神變感動貴賤大眾無不傾伏，餘通無有是者。」以是故變化神通在初。

問曰：

天身火大多故身有光明，亦能昇虛疾去；鬼神風大多故身則輕疾，無所觸礙；龍身水多故心念生水，亦能變動；人身地大多故輕動相少，云何能飛？

答曰：

以人身地種輕動相少故，求學神通，如天如神何用通為？如地雖重，以水力故地則為動，如是心力故能舉其身。譬如獼猴從高墜落而不傷身，人墮則傷，以獼猴心力輕疾強故無損；當知身通如是，心力強故。又如人能浮，雖在深水而不沈沒，心方便力故能持其身；以是故當知，人身雖重，心力強故身飛虛空。

問曰：

如是可信云何當學？

答曰：

若行者住於第四禪，依四如意分，一心攝念觀身處處虛空如藕根孔，取身輕疾相，習之不己，身與心合，如鐵與火合，滅身龐重相，但有輕疾身；與欲、精進、思惟及助行法合，欲等善行力故，身則隨逐如火在鐵輕軟中用。又復色界四大造色，在此身中與身和合，令身輕便隨意能去。如人服藥，令心了了身則輕便。譬如色界四大造色明淨，在此身故眼則明淨。如人學跳，習之轉工絕於餘人，如鳥子學飛漸漸轉遠；身通如是，初得之時，或一丈二丈，漸能遠飛。是變化神通有四種：一者身飛虛空如鳥飛行，二者遠能令近，三者此滅彼出，四者猶如意疾，彈指之頃有六十

念，一念中間能越無量阿僧祇恒河沙國土，隨念即至。用是神通身得自在，一身能為多身，多身能為一身，大能為小、小能為大，重若須彌、輕如鴻毛，如是等所作如意。

復次，菩薩得是身通，一念之頃度恒河沙國土，然眾生見菩薩到彼，而菩薩不動於本處，於彼說法教化，此亦不廢。或有天人著常顛倒，可以神通度者，現燒三千大千國土，而眾生見三千大千國土焚燒破壞，而國土無損。有眾生心生憍慢，現作手執金剛杵，從金剛中出火，見者怖畏歸伏禮敬。有人樂著轉輪聖王身，即現轉輪聖王而為說法，或現釋提桓因、或現魔王、或現聲聞辟支佛、或現佛身，隨所樂身而為說法。菩薩或復在虛空中結加趺坐，從身四邊悉放種種光明而為說法。或時眾生樂雜色莊嚴，即為現三千大千國土七寶莊嚴幢幡華蓋百種伎樂，處中說法。或令三千大千國土為一海水，青蓮紅華覆蓋水上，於上說法。或坐須彌山上，以梵音聲說法，普聞諸國。或時眾生不見其形，但聞說法之聲。或作乾闥婆身，伎樂音聲令其心悅，然後說法。或現龍王雷電霹靂，而以說法。如是種種因緣方便，而現神變開引眾生。

問曰：

是神通變化諸物，云何而不虛妄？

答曰：

行者先知諸法虛誑如幻如化，譬如調泥隨意所作，如福德之人尚能夏有雪、冬生華、河不流，又如仙人瞋怒令虎狼師子變為石身，何況神通定力而不變物？復次一切物中各有氣分，取其分相神力廣之，餘者隱沒。如經說，有比丘神力心得自在，見有大木欲令為地即皆是地。所以者何？木有地分故。若水火風亦如是。若作金銀種種寶物，隨意悉作。何以故？木有淨分故。

問曰：

物變如是，化無本末，其事云何？

答曰：

有言虛空中四大所造微塵，化心力故令諸微塵合成化人。譬如人死，或生天上或生地獄，罪福因緣故，和合微塵為化亦如是等是物變化神通相。

若行者欲求天耳，亦以第四禪為本，修四如意分，如上所說，調柔其心，屬念大眾音聲，取種種聲相，所聞之聲常當想念，若心餘緣攝之令還，常當一心修念，即於耳中得色界四大所造清淨之色，是名修習天耳。以是天耳，聞十方無量國土音聲，所謂天聲、人聲、龍聲、阿修羅聲、乾闥婆聲、栴陀羅聲、摩睺勒聲，及畜生、餓鬼之聲，地獄苦痛龜細大小音聲等，皆悉聽聞。菩薩定心轉深，乃聞十方諸佛音聲，從佛聞法而不取相，以法為真法為最上，而依深義不依於語。云何深義？所謂知諸法空、無相、無作，不生邪見。於義亦不得義，不可得中亦無得相，是依深義不依語言。復次行者依了義經不依非了義經。了義經者，若能依義，一切諸經皆是了義，義畢竟空不可說相故。是以諸經皆是了義。若不依義，是人於諸經皆不了義。所以者何？以無深智，隨逐音聲故。是音聲實相亦入深義，俱不可說，是名分別了義經不非了義經。復次行者依智而不依識。何以故？行者知是識相，從因緣和合生，無有自性，無色無對不可見，無知無識虛誑如幻。如是知識相，識即為智，是故依智而不依識。行者雖復生識，若識若智而不生著，知識如相，識即為智相，以是智相為眾生說。復次行者依法不依人。何以故？若佛法中實有人者，無有清淨得解脫者，而一切法無我無人，但隨俗故說有人有我，以是故行者依法不依人。所謂法者諸法之性，法性者無生性，是無生性者畢竟空，是畢竟空者不可說者是。何以故？以語說法，法中無語、語中無法，語則是無語相，一切語言非語言相，以是故經說，無示無說是名佛法。行者以天耳聞諸佛法，若人若法不生著見，若

分別二相非為佛法，若無二相則是佛法。行者依止天耳力故，聞甚深之法，以教化眾生，是名天耳神通。

若行者欲得他心智，先自觀心，取心生相、住相、滅相，亦知心垢相淨相、定相亂相等，復觀心所緣垢淨近遠多少等。自取內外心相已然，緣觀眾生色，取欲相心、瞋相心、慢相心、慳相心、嫉相心、憂相心、畏相心、語言音聲種種所作相心等，作是念：「佛如我心，生時住時滅時，彼亦如是。」自知心所緣，他亦如是。我心有如是色相語言所作相，他亦如是。常修學心相，如是習已得他心通，是時但緣他心、心數法，如明眼者觀淨水中魚，有大小好醜悉皆見之；雖有水覆，以水淨故不以為礙。行者如是，知他心通力故，眾生雖身覆心而能見之，既得心通，或時在大眾說法，先知其心，知是眾生以何深心、行何法、何因緣、有何相、喜何事，知自心清淨故，知眾生心亦可清淨。如淨鏡中隨所有色，若長若短方圓麤細等，如本相現不增不減。所以者何？鏡清淨故。鏡雖不分別而顯其相。行者亦如是，自心清淨故，諸法無一定相，常清淨故。眾生心心數法皆悉知之，若眾中多婬欲者，即知其心，為說離婬欲法，患癡亦如是。何以故？心實相無染無瞋無癡。若眾中求聲聞乘者，亦知其心而為說法；雖為說法，知法性亦無有小。求辟支佛道者，亦知其心而為說法；雖為說法，知法性亦無有中。若求大乘者，亦知其心而為說法；雖為說法，知法性亦無有大。行者如是，等隨眾生心而為說法，亦不分別心相；雖分別三乘說法，而不壞法性；不壞法性故悉知一切眾生心所行。雖自用心知他心，於彼此心無逆無順，亦知一切眾生心心相續如水流。如知心性，法性亦如是，以他心智知眾生心而為說法，則不害也，是名知他心智神通。

若行者欲知宿命，先自覺知今所經事、向所經事，轉至昨夜、昨日、前日，如是一月，從今歲乃至孩童，譬如行道，到所至處

思惟憶念所經遊處。如是習已，善修定力故，憶念生時、處胎時，知某處死、此胎生，知是一世二世三世乃至百世千萬無量億世。以宿命智，自知己身及他恒河沙劫所經由事，悉皆念知。以宿命事教化眾生，作如是言：「我某處，如是姓字、如是生、如是壽命、所經苦樂。」亦說彼所經之事。行者以宿命力故，知是眾生先世罪福因緣，所謂種聲聞因緣、辟支佛因緣、佛因緣，隨其因緣而為說法。復次行者宿命智力故，自知從諸佛種善根不迴向阿耨多羅三藐三菩提，今當迴向阿耨多羅三藐三菩提。行者亦知過去諸法滅時無所去，知未來世諸法生時無所從來。雖知過去世無始，不生無始見；雖觀未來世眾生滅入涅槃，亦不生邊見。行者念宿命時，增益諸善根，及滅無量世罪因緣。何以故？知一切法無新相、無故相。得如是智慧已，觀一切有為法及所經生死苦樂，如夢中所見，以是故於生死中心不生厭，於一切眾生而起悲心，知一切法皆是作相，作是念：「如我千萬億無量劫往來生死，皆為虛妄非實；一切眾生來往生死皆亦如是。若無四大四陰者，是則為實，四大四陰亦畢竟不生。」復次行者以宿命智憶念，曾為轉輪聖王，所受之樂無常磨滅，釋提桓因樂亦無常磨滅，有諸國土清淨莊嚴，及諸菩薩諸佛上妙之色，轉於法輪皆悉無常，何況餘事？念如是已心厭遠離。行者依宿命智入無常空，觀一切諸法皆空無常，而眾生顛倒故著。為是眾生故而生悲心，行是悲心，漸漸得成大悲。得大悲已，十方諸佛念是菩薩、讚歎其德，是名宿命神通。

若行者欲求天眼者，初取明光相，所謂燈火明珠、日月星宿等。取是明相已，若晝日則閉目，夜則無在念上明相如眼所見。常修習明念，繫心在明不令他念，若去攝還心得一處。是時色界四大所造清淨之色在此眼中，是名天眼，以天四大造故，名為天眼，又諸賢聖清淨眼故，名為天眼。行者得是天眼已，諸山樹木、

鐵圍、須彌及諸國土，都無障蔽、以無礙眼，能見十方無量阿僧祇諸佛及莊嚴國土。爾時行者能知一切佛為一佛，又見一佛為一切佛，以法性不壞故。如見佛相，自見身相亦如是。自身相淨故，一切法相亦如是。如見佛清淨。弟子亦爾，無有二相。及十方無量國土眾生，若地獄、畜生、餓鬼、人、天，除無色者，生死好醜皆悉見之，皆知十方六道眾生業因緣及果報：是眾生以善業因緣故生天人中，是眾生以不善業因緣故生三惡道中。行者於天眼中得智慧力故，雖見眾生不生眾生想，一切法無眾生想故；雖見業及果報相續，亦入一切法無業無果報中。雖天眼見一切色，以智慧力故亦不取色相，是色悉皆空故。復次若障若不障、近遠上下，無不悉見。行者見色界諸天清淨微形者，而彼不見，乃至大天亦復不見，如是等種種神通義，如摩訶衍神通義中廣說。

禪法要解卷下

陰持入經卷上

後漢安息國三藏安世高譯

佛經所衍²，亦教誡，皆在三部，為合衍。何等為三？一為五陰，二為六本，三為所入。

五陰為何等？一為色，二為痛，三為想，四為衍，五為識；是為五陰。

色陰名為十現色入，十現色入為何等？一、眼，二、色，三、耳，四、聲，五、鼻，六、香，七、舌，八、味，九、身，十、樂；是為十現色入。是名為色種。

痛種為何等？痛種為身六痛：一、眼知痛，二、耳知痛，三、鼻知痛，四、舌知痛，五、身知痛，六、心知痛；是為身六痛，

²校勘記：“衍”：《陰持入經》2卷中共出現125次，在【宋】【元】【明】【宮】中是“行”字。

名為痛種。

思想種為何等？思想種為身六思想：一、色想，二、聲想，三、香想，四、味想，五、更想，六、法想；是為身六思想，名為思想種。

行種為何等？行種名為身六更：一、色所更，二、聲所更，三、香所更，四、味所更，五、觸所更，六、法所更；是為身六更，是名為行種。

識種為何等？識種名為身六識：眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、心識；是為身六識，是名為識種。

名為五陰種，當知是。是從何知？為非常、苦、空、非身。從是知亦有二知：一為慧知，二為斷知。從慧知為何等？為非常、苦、空、非身，是為從慧知。從斷知為何等？愛欲已斷是為從斷知。

陰貌為何等？積為陰貌，足為陰貌；譬如物種名為物種，木種名為木種，火種名為火種，水種名為水種，一切五陰亦如是。

有十八本持，十八本持為何等？一、眼，二、色，三、識，四、耳，五、聲，六、識，七、鼻，八、香，九、識，十、舌，十一、味，十二、識，十三、身，十四、更，十五、識，十六、心，十七、法，十八、識，是名為十八本持。

已知是，從何知？為非常、苦、空、非身，是為知。從是知亦有二知：一為、從慧知，二為、從已斷知。從慧知為何等？為非常、苦、空、非身，是為從慧知。從斷知為何等？愛欲已斷是為從斷知。彼為具足，具足為何等？或言無有餘具足，已無有餘，令眼明見明。

一衍者，說是已為斷眼本、耳本，遍說如是，卒名為本持；譬是人為多熱，如是名遍，譬喻是為具足。

亦有十二入，何等為十二？自身六，外有六。自身六，為何

等？一為眼、耳、鼻、舌、身、心，是為自身六入。外有六，為何等？色、聲、香、味、更、法，是為十二入。

一切從何知？為非常、苦、空、非身，是從是知，亦有二知：一從慧知，二從斷知。從慧解知為何等？為非常、苦、空、非身，是為從慧知。從斷知為何等？愛欲已斷是為從斷知。

何等為入？解從是致名為入，從入解；譬從金入名為金地，從銀入名為銀地，如是各各應是譬喻所從所入，是從是有，如是從所意念，有行罪苦法如是。從所致，是名為從是入。亦有從是入，譬如王有入所有名，是亦如是。

為有四諦：苦、習、盡、道。苦名為要，語身亦念；習名為要，癡亦所世間愛；盡名為要，慧亦解脫；道名為要，止亦觀。

亦有三十七品經法：四意止、四意斷、四神足、五根、五力、七覺意、賢者八種道術，是為三十七品經法。過去佛亦有是，現在佛亦有是，未來佛亦有是。辟支佛亦從是得度世道，佛弟子亦從是，是為度世無為道。

四意止為何等？或見比丘，自身身身相觀行止，外身身身相觀行止，內外身身身相觀行止，盡意念以却世間癡心不便；自痛痛痛相觀行止，外痛痛痛相觀行止，內外痛痛痛相觀行止。盡意念以却世間癡心不便；自意意意相觀行止，外意意意相觀行止，內外意意意相觀行止，盡意念以却世間癡心不便；自法法法相觀行止，外法法法相觀行止，內外法法法相觀行止，盡意念以却世間癡心不便。

何等為從四意正斷？或比丘有未生弊惡意法發，方便令不生，勸意不捨方便，行精進攝制意，捨散惡意，是為一斷意；已生弊惡意發，清淨法欲斷，勸意求方便，行精進攝制意，捨散惡意，是為二斷意；未生清淨法勸意發，方便令生，行精進攝制意，捨散惡意，是為三斷意；已生清淨法，令止不忘、令不減、令行，

不啻 chī 令衒足發方便，衒精進攝制意，捨散惡意，是為四意正斷。

何等為四神足？或有比丘，為欲定斷生死，隨衒增神足，惡生死猗，却欲猗盡猗，是為一神足精進定；斷生死，隨衒增神足，惡生死猗，却欲猗盡猗，從不便意生遣離去，是為二神足；意定斷生死，隨衒增神足，惡生死猗，却欲猗盡猗，從不便意生遣離去，是為三神足；戒定斷生死，隨衒增神足，惡生死猗，却欲猗盡猗，從不便意生遣離去，是為四神足。

四意止、四意斷、四神足，為已說具。

何等為五根？信根、精進根、念根、定根、慧根，是名為五根。彼根應何義根為根義？屬為根義，可喜為根義，不為同事為根義，是名為根義。

何等為五力？信力、精進力、念力、定力、慧力，是名為五力。彼力應何義？無有能得壞為力義，有所益為力義，有膽為力義，能得依為力義，是名為力義。

有七覺意，何等為七覺意？一、念覺意，二、法分別觀覺意，三、精進覺意，四、愛可覺意，五、猗覺意，六、定覺意，七、護覺意；是名為七覺意。

有得道者八種道衒，何等為八？一、直見，二、直衒，三、直語，四、直治，五、直利，六、直方便，七、直意，八、直定；是名為八道衒。

八種道衒為墮合三種：一、戒種，二、定種，三、慧種。彼所直語、直業、直治，是名為戒種；彼所直方便、直念、直定，是名為定種；彼所直見、直衒，是名為慧種。皆從是教誡，令不啻 chī 教誡、令不啻教意、令不啻慧教誡。

彼戒種比丘，為拔瞋恚亦慈 è 本、為散瞋恚結、為合恚瘡、為識苦痛、為度欲界。

彼定種比丘，為拔慳慈 è 本、為散欲結、為合欲瘡、為知樂痛、

為度色界。

彼慧種比丘，為拔癡慧本、為散癡結、為合憍慢瘡、為知不樂不苦痛、為得度無有色界。是為三種比丘。止為拔三慧本、散三慧使、合四瘡、知三痛、度三界。

何等為十二種？從求如求等生，從癡因緣令有衝，從衝令有識，從識令有名字，從名字令有六入，從六入令有致，從致令有痛痒，從痛痒令有愛，從愛令有受，從受令後有，從有令有生，從生令有老死憂悲苦，不可心致癡ñāo，如是具足苦種，為致習。癡已盡便衝盡，已衝盡便識盡，已識盡便名字盡，已名字盡便六入盡，已六入盡便致盡，已致盡便痛痒盡，已痛痒盡便愛盡，已愛盡便受盡，已受盡便有盡，已有盡便生盡，已生盡便老死盡，已老死盡，憂悲苦不可心癡ñāo 便盡，如是具足苦種便得盡。

彼癡名為不知四諦如有，不解不見、不相應不受、不解不解根，是名為癡。

彼癡因緣衝為何等？為六望受。何等為六？色聲、香、味、觸、法。是為身六望受，是名為衝。

彼衝因緣識為六身識，眼、耳、鼻、舌、身、心，是名為六身識。

彼識因緣名字，字為色，名為四不色陰，痛想衝識是為名。色為四大本，謂地、水、火、風是。上為名，是四為色，是二相連共為名字。

彼名字因緣身六入受：眼、耳、鼻、舌、身、心，是名身六入受。

彼六入因緣身六思望：眼、耳、鼻、舌、身、心，是名為身六思望。

彼思望因緣身六痛：眼、耳、鼻、舌、身、心，是名為身六痛。

彼痛因緣六身愛：色愛、聲愛、香愛、味愛、觸愛、法愛，是名為六身愛。

彼愛因緣受為四受：一、欲受，二、見結受，三、戒願受，四、身結受，是名為四受。

彼受因緣有為三有：一、欲界，二、色界，三、無色界，是名為三有。彼有因緣生，為上五陰、六持、六入。已有如有，生聚，已往墮致分別根，已入得有，是名為生死。

為何等名？為人人所在，在所往。已往壞已過，死時是命，亦根已閉塞，是為死。上本為老，後要為死，是故名為老死。

癡相為何等？為冥中見冥。如有不解，令從是致墮行相處。

衝相為何等？為令後復有，是為衝相。上從是發起，令從是致墮識處。

識相為何等？為識物、識事，是為識相，令從是致墮名字處。

名字相為何等？為俱猗，是為名字相，令從是致墮六入處。

六入相為何等？為分別根，是為六入相，令從是致墮思望處。

思望相為何等？為相會更生，是為思望相，令從是致墮痛處。

痛相為何等？為更覺，是為痛相，令從是致墮愛處。

愛相為何等？為發往，是為愛相，令從是致墮受處。

受相為何等？為受持，是為受相，令從是致墮有處。

有相為何等？令墮若干處，是為有相，令從是致墮生處。

生相為何等？為已有五陰，是為生相，令從是致墮老處。

老相為何等？為轉熟是為老相，令從是致墮死處。

死相為何等？為命根盡，是為死相，令從是致墮苦處。

苦相為何等？為身急，是為苦相，令從是致墮不可處。

不可相為何等？為心意急，是為不可相，令幹從是致墮悵悵憂。

悵悵相為何等？為憂五陰，令從是致墮愁癡nǎo處。

悲愁相為何等？口出聲言，令致悲癡nǎo 慳 mēn，慳為癡，癡亦為慳。

九絕處，為一切慳è衞令部伴，從流行。

為有二本從有結罪，為三慳è本，亦有四倒。

彼二本罪癡為何等？一為癡，二為墮有愛，名為二本。

三慳本為何等？一為貪欲，二為瞋恚，三為癡惑，是名為三慳本。

有四倒，四倒為何等？非常念常，是為思想倒、為意倒、為見倒，是為一倒；計苦為樂、非身為身、不淨為淨、思想意見倒，如上說，是名為四倒。

彼癡名為不解四諦：不慧、不見、不相應、不解受為慳，是為癡。

彼有愛為何等？為所世間欲發往不捨，是為有愛，是名為二本。彼欲貪本為何等？為所在所種貪，為奇珍寶，為奇財產，為奇嚴事，為有嫉在奇。貪可貪欲，可往愛相，愛哀相，往不捨，是為貪慳è本。

是本為誰？為所有貪，為身非法衞，口非法衞，心非法行，亦餘俱相連。慳è種所作，意念是法本，是故名為貪慳本。

彼瞋恚非法本為何等？為在人為在衞，恚相恚，不忍不識，因緣瞋瞋恚發評諍，念不可，說不可，所念說不好令意却，是為恚非法本。是本為誰？為非法本，所身罪、所言罪、所心罪，亦餘所相連意念，為是法本，是故為瞋，名為非法本。

彼癡惑非法本為何等？不知四賢者諦如有，不解不見、不相應不解，受非法，或隨或受、或在或不識、或癡冥在冥。蔽覆令冥、令無眼、令慧壞，知盡不能致無為度世，是癡惑非法衞本。是本為誰？為惑非法，身衞作、口衞作、心衞作，亦所共相助非法，意所念非法本，是名為惑非法本。

彼當知，倒亦當知，所倒當知，從所倒當知是。

彼有一倒，從一倒為四倒，從所有為三倒。何等為一倒？為對或受，非常為常，苦為樂，非身為身，不淨為淨，是為一倒。

何等為四倒？所有身、痛、意、法，是為四倒。

何等為三倒？一為想，二為意，三為見，是為三倒。

使彼所可意根相連著，若色若像為受想，是為欲想。

以為有欲想，相隨久不斷，在意念是為欲念種。

若彼所想分別受，是名為想倒。

彼惑意不如有受，所從不應受解，是名為意倒。

所以受不捨在意，念在色，不淨意計淨，聽可意念已快所見受往，是名為見倒。

彼所見已為相分別，應當為十二倒。何等為十二？在身有三，在痛有三，在意有三，在法有三。有四想倒，意倒亦有四，見倒亦有四；亦為在入因緣相會色，令為十二倒。身三、痛三、意三、法三合為十二倒。為如是六，為七十二倒。

從本得因緣，起隨因緣，多少無有量，不可數，在人無有數，無有數倒。

彼五陰為四身有，從所有色陰是屬身；從有痛陰是屬痛身；從有識陰是屬意身；從有想陰亦銜陰，是屬法身。從有是五陰，令受四身因緣有。

彼身不淨計淨，是為身倒；彼痛苦計為樂，是為痛倒；彼意非常計為常，是為意倒；彼法不為身計為身，是為法倒。為欲正四倒故，佛為現四意止為說分別。

彼為身身相觀銜止，為不淨意念淨倒得解；彼為痛痛相觀為苦計為樂倒得解；彼為意意相觀非常計為常倒得解；彼為法法相觀非身計為身倒得解。

彼冥中冥如有不解是為癡相；令墮所倒處，欲得往是為愛相；

令從是受色為身，故令欺奇，是為貪相；令墮不與取，所可不如意是為恚相；令墮殺處，為不解事，是為癡惑相；令受邪墮邪處，為作彼所銜法不却受相是為；令墮有常想，不知身、軀、物為更相會相，令計樂想為墮身處，為不解所法相為有身想；令墮是為是我所處為墮，受色像相，令計是為淨想；令從是墮，不攝守根處，是為九品。為已分別，為一切不可銜非法伴已說。竟是，多聞者能解，不多聞者卒不解；是為慧人能解，不慧卒不解；是銜者能解，不隨行不解。

有◎九絕處，令一切淨法部墮聚合。何等為九？一、止，二、觀，三、不貪，四、不恚，五、不癡，六、非常，七、為苦，八、非身，九、不淨，是為九。

彼止名為意止，在處能止、已止、正止、攝止、不失止、不志、心寂然，一一向念是名為止。

何等為觀？觀名為了陰、為了持、為了入、了名字、了從本生、了從本法已生、了苦、了習、了盡、了道銜、了從善慧è從是法生，了增復增、了白黑，了是可隨、不可隨。如有分別，為挖、不挖、為下、復下、為念、復念、為思觀、為識、為慧、為眼、為謀、為滿、為解、為慧、為明、為欲、為光、為敢不離、為觀法、為覺意、為直見、為道種，是名為觀。

亦有若干二輩觀：一為淨觀，二為不淨觀，三為清淨觀，四為不清淨觀，五為黑觀，六為白觀，七為可銜觀，八為不可銜觀，九為罪銜觀，十為殃福觀，十一為縛觀，十二為解脫觀，十三為有所益觀，十四為失無所益觀，十五為往觀，十六為還觀，十七為受罪觀，十八為除罪觀，是故名為觀。

亦為二因緣令有是說止，為一切天下人有二病。何等為二？一為癡，二為愛。是二病故，佛現二藥。何等為二？一為止，二為觀。若用二藥為愈二病，令自證。貪愛欲，不復貪念，意得解

脫，癡已解，令從慧得解脫。◎

陰持入經卷上

陰持入經卷下

後漢安息國三藏安世高譯

◎彼愛欲藥為何等？為止。愛已解，意亦解，意已解，病便愈。

彼癡藥為何等？為觀。癡已却解，從慧解脫為病愈。

如是佛說，如是二法，當知一為字，二為色。二法當捨：一為癡，二為愛。

二法當自知：一為慧，二為解脫。二法可銜：一為止，二為觀。

彼止已行令識色，已識令愛得捨，愛已解意便得解脫，自證知。止已行滿足便得捨癡，已得捨癡便從慧得解脫，自證知。

若比丘已二法自知字亦色，已二法捨癡亦愛，如是齊是便無所著，應行畢。欲度世，是為尚有餘無為未度，已無為竟，命已竟畢，便為苦盡，令後無苦。

彼以有是陰，亦持亦入，已盡止寂然，從後無陰亦持亦入，無相連不復起，是為無餘。已得度世無為，畢是為二無為種。

彼不貪清淨本為何等？為三界中不得、不望、不求，是名為不貪清淨本。

是本為誰？為不貪身清淨、言清淨；亦餘相連清淨法意所念為本，是為不貪清淨本；亦有清淨本，佛說為八種行，是清淨本。彼為三清淨道種，是為不貪本。何等為三？一為、直方便治。二為、直念。三為、直定。是為三清淨道種本，是故名為不貪清淨本。

彼無恚不犯法本為何等？若忍所銜，未來為不出恚忍因緣，為不恚不恚不受殃，無恚無瞋亦不瞋，無怨亦不想怨，是為無恚不犯法本。是故名為無恚不犯法本。

亦有三清淨道種：一、無恚不犯法本為正語，二為正業，三

為正致利。是為三清淨道種，是故名為無恚不犯法本。

彼不惑清淨本為何等？為從慧見四諦如有，如有應受清淨，不愚不惑，不隨惑亦不墮惑。慧明明相見，從清淨法，是為不惑清淨本。

是本為誰？為不惑清淨，所身銜、所言銜、所心銜，亦所相連清淨法，為意思惟相念所法本。

亦為從二清淨道種，為不惑本：一為直見，二為直銜。是為從二清淨道種本。是故名為不惑清淨本，是為三清淨、為八種道，已份在所隨應非常，為如是。

彼非常想為何等？一切所銜是非常想，所想計知是為受，是為非常想。

亦從有世間八法。何等為八？有利無利、名聞不名聞、有論議無論議、若苦若樂。為意不墮不受，從若干思不受，止護觀，思惡得止，是名為非常想。

彼苦想為何等？為一切世間行，是為苦所想覺知受，是名為苦想。

從是要為何等？望苦想為已習、已增，所念已多，為貪已足，為不墮貪，為意不受不墮，相牽不墮、不念。若干意護觀為已，惡為得止，從是思望致是要。

彼非身想為何等？為一切法不計身不墮身，為想知想受，是名為非身想。

從是為何等？望致非身想已，為念思，為已增，令是是自計我，為是為意不受捨若干態 tòi，不受跲為觀，癡 huì 惡得止，是為從是要致。

彼惡不淨想為何等？為一切世間銜為不淨，所想自知受，是名為不淨想。

從是想為何等？望致不淨想已，為念為思為已增，令世間五

樂意却捨意，不牽不受不復墮，若干念以得護，為癡hui惡得跬，是為從是要致。彼為四思想念行，何以故？令知五陰，故佛說是分別，見彼不淨想銜，為令色陰從是解，彼苦想銜，令痛陰從是解，彼非身想銜，令思想陰亦銜陰從是解。

彼非常想銜，令識陰從是解。

彼從止銜，令愛從是解。

彼從觀銜，令癡從是解。

彼從不貪，為捨貪。

彼從不恚為捨恚。

彼從不惑為捨癡。

彼從非常想，令解有常。

彼從苦想，為解樂想。

彼從非身想，為解身想。

彼從不淨想，為解淨想。

彼從止攝意能得還，是為止想，令從是止禪。

彼從一切法寂然，能得解受，是為觀想，令止跬一切知。

從欲能得還想，是為不貪相，令還不與取止。

已後不復生癡，是為無有恚想，令從殺還得止。識事亦物是為不惑相，為令得止，止所世間、所銜為、所法能受相，是為非常想。

令知從生，亦知從滅，識為是處。

為世間銜，作世間更，所所識想是為苦，為所思想，是為痛種處。

一切所法不住想，是為非身想，是為思想。

是已見身屍已壞，青臙為受是相，是為不淨思想。

從是為悔却，令寂然止。是為九品處，已分別說。

見為一切無為部，說具足是為誰？知多聞、少聞不為慧者。

不慧不為常意在經，為意相連生。為從不分別觀；令不得非常想，不受非常想；令從是墮五樂；令五樂覆蓋，從所應衍失；令不解苦想；令墮五陰受入；令為意計是身。若干本非一本，不捨不觀，令不墮非身想，為意在顏色。

樂計是身為淨，不計是皮膚覆，令不墮不淨想，不住受、止。是想不信令無有想，不受喜。為從是四種已除，墮得無為種處。

佛說信根，比丘欲見知，當求在四溝港種為清淨法，不捨方便相，令致清淨，從清淨發起令墮四意止。

佛說精進根，比丘欲見知，當在四意斷。過去所更，相念不忘，為從不忘發生墮四意止。

佛說念根，比丘欲見知，當觀在四意止。為一意想，是為定從不惑起，令墮四禪處。

佛說是比丘欲知定根，當知在四禪，從本校計為慧，如有能得持，從是發起令墮四諦。

佛說慧根，比丘欲見，當在四諦。為有四輪：好郡縣居輪、依慧人輪、自本正願輪、宿命有福輪。彼為道德共居相，是為好郡縣居，令得賢者依止處，以得道德依猗相，是為依慧人。從是為墮有正願處，以得正願相，是為身正願，令墮福處。從清淨行有所入相，是名為福，令致墮五樂處。

彼為戒法十一本：一為色持戒無悔，二為已不悔令得喜意，三為已有喜令愛生，四為已意得愛為身得猗，五為已身得猗便得樂，六為已意得樂便得正止，七為已意得正止便知如有，八為已知如有便寂然，九為已寂然便得離，十為已得離便得解脫，十一為已得解脫便見慧。有慧便知生死已盡，道術已畢，所作術已竟，不復還受苦。

戒相為何等？至命盡持戒，令從是致無悔。身不增罪相為無悔，從是致喜令得喜處。可意相為喜，令致愛處。喜足相為處，

令致有猗處。從衞為是為得猗相，令致樂處。已無癡nǎo為樂相，令從是致定處。意隨使不忘為定相，令致如有慧處不惑；如有相隨相，是為寂然處。若知非身是為寂然相，令從是致相別離處。不近會為相別離，為從是致解脫。已為非法衞不受殃，是為解脫相，令致解脫慧見。

為有四道德地，何等為四？為四行者福。彼若如有知智，是為見地；為得道迹，是為得道福；彼如有如有知是為惡却離，是名為薄地，為有往來福；彼以惡却為不用，是名為相離地；彼已相離，是為不復還福，是名為欲竟地，無所著。

亦衞者福是何義？為道弟子有八種道衞，是名為衞者。為是是福，是故名為衞者福。何以故？為衞清淨為名，是為清淨福，是為道德。有八種清淨道衞，為是是福，是故名為清淨福。

彼為應得道迹，云何已諦相應道，弟子便斷三縛結？彼為三縛結為何等？一為知身非身，二為無疑，三為不貿易衞戒。已斷是三縛結，道弟子便墮道迹，不復墮惡道、畢竟道七更天上，亦人間已更，所在往來便斷苦，從苦得解，是名為見地，為得道迹福。

彼何等為令意墮是身，亦知是身？癡為以不聞，為世間人不見覺者，亦不從聞者、受教戒聞者，亦為未分別。現正法為意念，是色為身。遍覩色為身，是色亦為身，色亦是我身，痛想衞識，亦如上說。已如是得觀，便受五樂，令為受是身，為墮身，令意念我為是，我為以是著，相連不得自在，牽相隨如是有所忍，所可為意為可受，已受見隨衞，是為邪見，墮受是身。

彼為見是五邪，令墮疑無有。何等為五？若為所色為見，是身比前，更、想、行、識亦爾，是為五邪見，令墮無有。後有餘十五，令墮常。如是見是身已斷，便六十二邪見已捨；令不墮常、非常。已非常、常為捨，便道弟子無倒邪見，但為度世。

直見為何等，令不墮邪見身？若道弟子為聞，為直見，見通經家，為已受度世無為；為已解度世法，不復見是色為身，遍睹色為身。是色亦為身色，色亦是我身，痛想行識已不見，如是便解三結使。何等為三？一為不見是身，二為不患，三為不疑。

已如是，道弟子為無疑，在佛亦無疑，為信為喜為佛，如是如來、無所著、正覺，慧行已足為樂，為世間已解，無有過，是法馭法隨為師，為教天上天下，為佛最上。是得信不疑，為隨是法術，為在法無結無疑、為信為喜。

佛說是法，現可學可致，現自更見，已解為慧。為是所貪飢渴相近已斷，隨已斷，空無所應得。愛已壞、已離已盡，為無為。以是第二。

無結、無疑，得法隨法術，為同學聚、為無結無疑，已有受有喜。如是受得道弟子，為學聚，正受術為如應受。戒已立，定已定，慧已得解脫，已成解脫慧，已現已致，是為佛弟子術者。

聚為四人，從術四雙，名為八人道術。為世間所重所尊，為無有比，可祠可事可恭，為福地無過，是天亦人所事，是為第三。

已為無疑法，隨法術一切術為苦。已無疑結，已受已喜，從愛為習，苦亦從愛習。已無疑結、已受已解，已喜已愛盡，是為苦盡；便無疑無結，已得是受，便得喜已愛盡，是為苦盡。無疑結，已解受便得喜，為八種道術。

從是受術令苦盡，便不疑，不疑不復結，墮解得喜。

若本有疑不解，在佛不解，在法不解，在術者聚；若本有疑，在苦在習、在盡在道，術所惑所不解，隨志所疑惑。是如是云何是瘡？為是已解本已斷，樹不復住，已散不復現，從來本法不復生。

彼持術戒轉摸貲為二輩：一為渴愛墮，二為不解避。持術戒轉摸貲，為意向從是術戒攝守，從是當為得天亦天比，當為天上，

彼字為甲，玉女當為是俱相樂共居。如是望，如是可，如是思，結相見意向，是為渴愛。

雖持衞戒，為墮摸貿，彼為不解持衞戒。轉摸貿為何等？戒衞者為轉貿。戒轉貿為何等？為意生從戒得淨，從戒得解脫，從戒得要，為從苦樂得度，或意生從願得度，是為不解持衞戒轉摸貿。

何因緣為不解轉摸貿？意生從被服，亦從願得度世，從苦樂得却離，為從是二業被服，亦願為摸。何等為摸？為是二戒被服願，意計從是得解脫，從是得要，從是得過苦樂，從是苦樂為得無為。從是不正計法，不從是解脫，意計從是解脫，不正計為是正，隨是衞如是有，忍可意望結見，是從是為解，是為不解持戒轉摸貿，是為二結。

得道弟子已捨，為無有本已斷。樹已拔不復現，從後不復生，是法便為已淨。戒如得道戒，隨衞不為破、不為穿、不為失、不為悔。但有增如，慧者可，無有能奪，為得從是致定，是為三縛結。

道弟子為已斷，已墮道迹，不復墮惡法，必度世，在七往來天上亦人中；往來期畢，便得出苦要。

有四相應，何謂四相應？一為已解相應，二為已斷捨相應，三為自證相應，四為增滿相應。彼道德弟子，從苦為已解相應；從習為已斷捨相應；從盡為自證相應；從道為增滿相應。彼為止觀俱隨行，一處一時一意。

本來有是有意，令為作四事。何等為四？一為苦，從苦已解為苦相應。二為習，從習已斷捨為習相應。三為盡，從盡自證為盡相應。四為道，從道增滿令道相應。何以故從苦已解相應？何以故從習已斷捨相應？何以故從盡已自證相應？何以故從道已增滿相應？為有譬喻。如水中沫行上至竟，為有四衞。從是岸邊，

致度岸邊，度就，斷脈。是亦如是，止觀雙俱行，一處一時一意，上要至竟，為成四事。譬如日出，上至竟，為現作四事：致明、壞冥、現色、現竟。譬如船渡，捨是岸邊、致渡岸邊、致物、斷脈。止觀亦如是，雙發行，為一處一時一意，上要至竟，為作四事：為解苦如應相燭，為斷習如應相應，為盡自證如應解相應，為街道要如應相應。何以故？為苦從更解相應；習從斷解相應；盡從苦證解相應；道街要解相應。止觀亦如是，雙相連行，一處一時一意，止上要至竟，為街竟四事：為苦更，為習斷，為盡自證，為街道滿。

譬如然燈燭，上至竟為作四事：為作明、為去冥、為現色、為却疑。止觀亦如是，為作四事：為識苦、為斷集、為盡自證、為街道滿。譬如然燈上至竟，為有四義：為現明、為去冥、為現色、為盡膏炷。止觀亦如是，雙隨行，一處一時一意止至竟，為作四事：為識苦苦相應，為斷習習相應，為盡自證盡相應，為街道滿道相應。

何以故為識苦苦相應？何以故為斷習習相應？何以故為盡自證盡相應？何以故為街道滿道相應？為從誰應？為從止觀。

何等為應？應云何持？意繫觀。已意繫觀，便見五陰苦，彼所意繫是為止，已見五陰為苦是為觀。

彼所為五陰相近，可發往欲著，願得相往不捨習所，是已斷已盡。止觀道亦如是，令是道德四諦，一處一時一意上至竟，為令四諦相應。

如是道，道德弟子為是法相法，已應是名為見地；已得道脈，至道迹跬，為復止觀，令是欲恚使縛為復除。得道弟子為往來受，以是街足，已從往來便壞苦本，是為薄地；便已竟往來福已來得在德止；復增止觀，令餘愛欲恚所使為畢捨，欲恚未畢捨，使結令畢已畢，為得道弟子，便解下五結已畢。

何等為五？一為見身是非，二為解疑，三為不惑不貿戒，四為不望，五為不患，是為五結。已畢，便得道弟子，不復還世間，彼度世不復還是世間，是名為却地，是為不還福。已致得止不還福，復增翅止觀，令為解捨上五結。

何等為五？一為色欲，二為不色欲，三為癡，四為憍慢，五為不解。已上五銜足，為已捨五結，便無所著，已度世無有漏，已竟從正得解脫，是為畢地。無所著尚有妙無為，為捨畢已，世間命根盡，亦世間苦盡，不復生苦。彼以為是陰持入已盡寂然，不有陰持入，不相連不復發，是名為已畢無為。為已說諦相應、亦說份相應、亦說地、亦說福說斷，說罪說離、說二無為，為一切如是說。佛已更度世畢，若人欲度世，當銜是彼。

何等為九次第思惟正定？為四禪，亦無色正四定，亦已盡畢定，為九次第正定。

彼第一禪已捨五種，隨正五種。已捨五種為何等？為五蓋：一、愛欲，二、瞋恚，三、睡眠，四、不了悔，五、為疑。是為五種。上禪已捨。

彼愛欲蓋為何等？愛欲名為所為，五樂愛著，發往可求，隨願發不捨使發起，是名為愛欲蓋。

彼瞋恚蓋為何等？為若人為發行挖，癡恚相恚非法本所使所從起，是名為瞋恚蓋。

彼睡眠蓋為何等？睡為身跂、為意跂，為身止、為意止，為身癡、為意癡，為身重、為意重，為身不便、為意不便，為身不使、為意不使，是為睡。眠為何等？為意相，從令眠動相動，令不作事，是為眠。上頭為睡，後為眠，是共名為睡眠蓋。

彼不了悔蓋為何等？為身不止。悔為何等？為所念可不可不得悔。是上頭為不了，後為悔，是共名為不了悔蓋。

彼疑蓋為何等？若不信佛、不信法、不信銜者聚，不解苦、

習、盡、道比，結使亦從發，是名為疑蓋。

亦有五疑：有縣聚疑、有發教疑、有道分別疑、有欲術定疑、有得道福疑。如是是為說定疑，是為五蓋。

蓋說為何等？蓋為却對，為却一切清淨法。却云何？愛欲為却清淨，瞋恚為却等意，睡為却止，瞋為却精進，五樂為却術亦止，結為却不悔，疑為却慧，不知本從起，為却解明。

陰持入經卷下

佛說慧印百六十三定解

當知舍利弗！如來之身為無身、無作、無起、無滅、無從有、未曾造、無合、無遊、無至、無知、無習、都清淨、無畜、無憎、無行、無止、無生、無報、無見、無聞、無臭、無嘗、無更、無識、無曉、無喻、無知忍、無志、無思。非意、離意、意平無平、去意。無所與、無五道五道斷要具、無閨、無惱、無有、無畏、無可無不可、無業、無成、無言、無現不現。非明非冥、非滅不滅、離滅已滅、為淨極淨。彼淨不用、非悅非愛、非負離負已住應於無處、非逝非亡非沒、非法非無法、非土非無土、非盡無有盡捨盡、無怒、離於天、離於嚮、離於說、離於思。非合非不合、非極非不極、非去非不去、非二非不樂。無彼受、無所視、無相、離相、不求相，明、安徐、無著、離著造信。亦無二稱，如為審如審，如義不負人，度無度，除無除，救無救，說無說，二無有等，無比等、與空等、無處等、無生等、無得等。無休息離息、已寂而寂、滿寂、散解、心善行轉至要，一切報斷，成具甚真身，明質淨。無自惟、無所行，行解無解無應，不齊、不長、不圓、不方、不讚陰、不稱種、不譽入、不是數、不致數、不復生、不可見、不有知、亦不死。不世因無不因，身然不跌無有居處，非終、非始、非念、非憂、非事、非諍、非惡相、非滅度、非滅訖、非所造、非不遊。

佛說大安般守意經

康僧會序

夫安般者，諸佛之大乘，以濟眾生之漂流也。其事有六，以治六情。情有內外：眼、耳、鼻、舌、身、心，謂之內矣；色、聲、香、味、細滑、邪念，謂之外也。經曰諸海十二事，謂內外六情之受邪行，猶海受流；餓夫夢飯，蓋無滿足也。心之溢盪，無微不浹；怳惚髣髴，出入無間；視之無形，聽之無聲；逆之無前，尋之無後；深微細妙，形無絲髮。梵釋仙聖所不能照明，默種于此化生乎。彼非凡所覩，謂之陰也，猶以晦暝種夫深芬，闔手覆種，孳有萬億，旁人不覩其形，種家不知其數也。一朽乎下，萬生乎上，彈指之間，心九百六十轉；一日一夕，十三億意。意有一身，心不自知，猶彼種夫也。是以行寂，繫意著息，數一至十；十數不誤，意定在之；小定三日，大定七日，寂無他念，怕然若死，謂之一禪。

禪，棄也，棄十三億穢念之意。已獲數定，轉念著隨，蠲除其八。正有二意，意定在隨，由在數矣！垢濁消滅，心稍清淨，謂之二禪也。

又除其一，注意鼻頭，謂之止也。得止之行，三毒、四走、五陰、六冥，諸穢滅矣，熒然心明踰明月珠。姪邪污心，猶鏡處泥穢垢污焉；偃以照天，覆以臨土；聰叡聖達，萬土臨照。雖有天地之大，靡一夫而能覩，所以然者，由其垢濁。眾垢污心，有踰彼鏡矣！若得良師剗刮瑩磨，薄塵微暄，蕩使無餘；舉之以照，毛髮面理，無微不察；垢退明存使其然矣！情溢意散念，萬不識一矣。猶若於市，馳心放聽，廣採眾音；退宴在思，不識一夫之言。心逸意散，濁翳其聰也。若自閑處，心思寂寞，志無邪欲，側耳靖聽，萬句不失，片言斯著，心靖意清之所由也。行寂止意，

懸之鼻頭，謂之三禪也。

還觀其身，自頭至足，反覆微察；內體污露，森楚毛豎，猶覩膿涕。於斯具照天地人物，其盛若衰，無存不亡。信佛三寶，眾冥皆明，謂之四禪也。

攝心還念，諸陰皆滅，謂之還也；穢欲寂盡，其心無想，謂之淨也。得安般行者，厥心即明，舉明所觀，無幽不覩。往無數劫，方來之事，人物所更，現在諸刹，其中所有；世尊法化、弟子誦習，無遐不見，無聲不聞；怵惚髣髴，存亡自由；大彌八極，細貫毛釐。制天地，住壽命；猛神德，壞天兵；動三千，移諸刹。八不思議，非梵所測；神德無限，六行之由也。

世尊初欲說斯經時，大千震動，人天易色，三日安般，無能質者。於是世尊化為兩身，一曰何等、一尊主，演于斯義出矣。大士、上人、六雙、十二輩，靡不執行。

有菩薩名安清，字世高，安息王嫡后之子。讓國與叔，馳避本土；翔而後集，遂處京師。其為人也，博學多識，貫綜神摸、七正、盈縮、風氣、吉凶、山崩、地動、鍼砭諸術。覩色知病，鳥獸鳴啼，無音不照。懷二儀之弘仁，愍黎庶之頑闇。先挑其耳，却啟其目，欲之視明聽聰也。徐乃陳演正真之六度，譯安般之祕奧。學者塵興，靡不去穢濁之操，就清白之德者也。

余生末蹤，始能負薪，考妣殂落，三師凋喪；仰瞻雲日，悲無質受；眷言顧之，潛然出涕。宿祚未沒，會見南陽韓林、潁川皮業、會稽陳慧。此三賢者，信道篤密，執德弘正；烝烝進進，志道不倦。余從之請問，規同矩合，義無乖異。陳慧注義，余助斟酌，非師所傳，不敢自由也。言多鄙拙，不究佛意，明哲眾賢，願共臨察；義有舛謬，加聖刪定，共顯神融矣。

佛說大安般守意經卷上

(此經多隨字，除數息相隨之隨，餘皆他本作墮)

後漢安息三藏安世高譯

佛在越祇國舍羈 jī 瘦國，亦說一名遮匿迦羅國。時佛坐行安般守意九十日，佛復獨坐九十日者，思惟校 jiào 計，欲度脫十方人及蜎飛蠕動之類。復言我行安般守意九十日者，安般守意，得自在慈念意；還行安般守意已，復收意行念也。

安為身，般為息，守意為道。守者為禁，亦謂不犯戒；禁者，亦為護；護者，遍護一切無所犯。意者，息意，亦為道也。安為生，般為滅，意為因緣，守者為道也。安為數，般為相隨，守意為止也。安為念道，般為解結，守意為不墮罪也。安為避罪，般為不入罪，守意為道也。安為定，般為莫使動搖，守意莫亂意也。

安般守意，名為御意至得無為也。安為有，般為無。意念有，不得道；意念無，不得道；亦不念有亦不念無，是應空定，意隨道行。有者謂萬物，無者謂疑，亦為空也。安為本因緣，般為無處所。道人知本無所從來，亦知滅無處所，是為守意也。

安為清，般為淨，守為無，意名為，是清淨無為也。無者謂活，為者謂生，不復得苦，故為活也。安為未，般為起。已未起，便為守意；若已意起，便為守意；若已起，意便走，為不守，當為還，故佛說安般守意也。安為受五陰，般為除五陰，守意為覺因緣，不隨身口意也。

守意者，無所著為守意，有所著不為守意。何以故？意起復滅故。意不復起為道，是為守意。守意莫令意生，生因有死，為不守意；莫令意死，有死因有生，意亦不死，是為道也。

安般守意有十點，謂數息、相隨、止觀、還淨四諦，是為十點成，謂合三十七品經為行成也。

守意，譬如燈火，有兩因緣：一者、壞冥；二者、見明。守

意：一者、壞癡；二者、見黠也。守意，意從因緣生，當緣因緣莫著，是為守意也。守意有三輩：一者、守令不得生；二者、已生當疾滅；三者、事已行當從後悔，計億萬劫不復作也。守與意各自異，護十方一切覺對不犯是為守，覺彼無為是為意，是守意也。

守意中有四樂：一者、知要樂；二者、知法樂；三者、為知止樂；四者、為知可樂；是為四樂。法為行，得為道。守意六事為有內外：數、隨、止是為外，觀、還、淨是為內。隨道也，何以故？念息相隨，止觀還淨，欲習意近道故。離是六事，便隨世間也。數息為遮意，相隨為斂liǎn意，止為定意，觀為離意，還為一意，淨為守意。用人不能制意，故行此六事耳。

何以故數息？用意亂故。何以故不得？用不識故。何以故不得禪？用不棄習盡證行道故也。數息為地，相隨為犁，止為輓è，觀為種，還為雨，淨為行，如是六事，乃隨道也。數息斷外，相隨斷內，止為止罪，行觀却意，不受世間為還，念斷為淨也。意亂當數息，意定當相隨，意斷當行止，得道意當觀，不向五陰當還，無所有當為淨也。多事當數息，少事當相隨，家中意盡當行止，畏世間當觀，不欲世間為還，念斷為淨也。

何以故數息？不欲隨五陰故。何以故相隨？欲知五陰故。何以故止？欲觀五陰故。何以故觀陰？欲知身本故。何以故知身本？欲棄苦故。何以故為還？厭生死故。何以故為淨？分別五陰不受故。便隨黠慧八種道得，別為得所願也。行息時為隨數，相隨時為隨念，止時為隨定，觀時為隨淨，還時為隨意，淨時為隨道，亦為隨行也。

數息為四意止，相隨為四意斷，止為四神足念，觀為五根、五力，還為七覺意，淨為八行也。得息不相隨，不為守意；得相隨不止，不為守意；得止不觀，不為守意；得觀不還，不為守意；

得還不淨，不為守意；得淨復淨，乃為守意也。已念息，惡不生，復數者，為共遮意，不隨六衰故。行相隨為欲離六衰，行止為欲却六衰，行觀為欲斷六衰，行還為欲不受六衰，行淨為欲滅六衰。已滅盡，便隨道也。

數息欲遮意，息中有長短，當復遮是長短意也。何以故守意？欲止惡故。惡亦可守，亦不可守。何以故？惡已盡，不當復守也。

數息有三事：一者、當坐行；二者、見色當念非常不淨；三者、當曉瞋、恚、疑、嫉、念過去也。數息亂者，當識因緣所從起，當知是內意。一息亂者是外意過，息從外入故；二息亂者是內意過，息從中出故。三、五、七、九屬外意，四、六、八、十屬內意。嫉、瞋恚、疑，是三意在內；殺、盜、婬、兩舌、惡口、妄言、綺語，是七意及餘事屬外也。得息為外，不得息為內。息從意生，念息合為一，數息至盡數，為一亦非一，意在內，息未盡故。譬如數錢，意在五，數為一也。數息所以先數入者，外有七惡，內有三惡，用少不能勝多，故先數入也。數息不得者，失其本意故。本意，謂非常、苦、空、非身。失是意墮顛倒故，亦為失師。師者，初坐時，第一入息得身安便次第行；為失其本意，故不得息也。數息，意常當念非常、苦、空、非身，計息出亦滅，入亦滅。已知是得道，疾當持非常恐意。得是意，即得息也。入息、出息所以異者，出息為生死陰，入息為思想陰；有時出息為痛痒陰，入息為識陰。用是為異，道人當分別是意也。入息者為不受罪，出息者為除罪，守意者為離罪。入息者為受因緣，出息者為到因緣，守意者為不離因緣也。數息不得，有三因緣：一者、罪到；二者、行不互；三者、不精進也。入息短，出息長，無所從念為道意，有所念為罪；罪惡在外，不在內也。數息時，有離意為喘息長，得息為喘息短，不安行息為長，定為短。念萬物為長息，無所念為短息。未至十息，壞復更數為長息，得十息為短

息。得息為短，何以故？止不復數故。得息亦為長，何以故？息不休，故為長也。喘息長自知，喘息短自知：謂意所在為自知長短，意覺長短為自知，意不覺長短為不自知也。

道人行安般守意欲止意，當何因緣得止意？聽說安般守意，何等為安？何等為般？安名為入息，般名為出息，念息不離，是名為安般。守意者，欲得止意。在行者、新學者，有四種安般守意行，除兩惡十六勝，即時自知，乃安般守意行，令得止意。何等為四種？一為數，二為相隨，三為止，四為觀。何等為兩惡？莫過十息，莫減十數。何等為十六勝？即時自知喘息長；即自知喘息短；即自知喘息動身；即自知喘息微；即自知喘息快；即自知喘息不快；即自知喘息止；即自知喘息不止；即自知喘息歡心；即自知喘息不歡心；即自知內心念萬物已去不可復得，喘息自知；內無所復思，喘息自知；棄捐所思，喘息自知；不棄捐所思，喘息自知；放棄軀命，喘息自知；不放棄軀命，喘息自知。是為十六即時自知也。

問：何等為莫過十數、莫減十數？報：息已盡未數是為過，息未盡便數是為減。失數亦惡，不及亦惡，是為兩惡。至二息亂為短息，至九息亂為長息，得十息為快息。相隨為微，意在長便轉意：「我何以故念長？」意在短，即時覺不得令意止，止為著。放棄軀命者，謂行息。得道意，便放棄軀命；未得道意，常愛身故，不放棄軀命也。息細微為道，長為生死，短息動為生死，長於道為短，何以故？不得道意，無知見，故為短也。數息為單，相隨為複，止為一意，觀為知意，還為行道，淨為入道也。數時為念，至十息為持，是為外禪；念身不淨隨空，是為內禪也。禪法惡來不受，是名為棄。閉口數息，隨氣出入，知氣發何所，滅何所。意有所念，不得數息；有遲疾、大小，亦不得數；耳聞聲亂，亦不得數也。數息，意在息，數為不工，行意在意乃為止。

數息，意但在息，是為不工。當知意所從起、氣所滅，是乃應數因緣盡，便得定意也。守意者，念出入息，已念息不生惡，故為守意。息見因緣生，無因緣滅；因緣斷，息止也。數息為至誠，息不亂為忍辱。數息氣微，不復覺出入，如是當守一念止也。息在身，亦在外，得因緣息生，罪未盡故有息；斷因緣，息不復生也。

數息以為隨第二禪。何以故？用不待念故，為隨第二禪也。數息為不守意，念息乃為守意。息從外入息未盡，息在入意，在盡識，在數也。十息有十意為十絆，相隨有二意為二絆，止為一意为一絆。不得息數為惡意不可絆；惡意止，乃得數，是為和調可意絆也。已得息棄息，已得相隨棄相隨，已得止棄止，已得觀棄觀，莫復還；莫復還者，莫復數。息亦使意，意亦使息也；有所念為息使意，無所念為意使息也。息有四事：一為風，二為氣，三為息，四為喘。有聲為風，無聲為氣，出入為息，氣出入不盡為喘也。數息斷外，相隨斷內，數從外入為斷外，亦欲離外因緣，數從中出為欲離內因緣。外為身離，內為意離；身離、意離是為相隨，出、入息是為二事也。數息為欲斷內外因緣。何等為內、外？謂眼、耳、鼻、口、身、意為內，色、聲、香、味、細滑、念為外也。行息為使意向空，但欲止餘意。何以為向空？息中無所為故也。數息意走不？即時覺者，罪重意輕，罪引意去疾，故不覺也。行道已得息，自厭息意，欲轉不復欲數，如是為得息。相隨止觀亦爾也。知出入息滅，滅為得息相；知生死不復用，為得生死相。已得四禪，但念空為種道栽。

行息已得定，不復覺氣出入，便可觀。一、當觀五十五事；二、當觀身中十二因緣也。

問：息出入，寧有處不？報：息入時是其處，出息時是其處。數息身坐，痛痒、思想、生死、識止不行，是為坐也。念息得道，

復校計者，用息無所知故。

問：念息得道，何以為無所知？報：意知息，息不知意，是為無所知。人不能得校計意，便令數息，欲令意定。雖數息，但不生惡。無有黠智，當何等行得黠慧？從一至十，分別定亂，識對行藥；已得定意，便隨黠慧，得校計為墮觀也。

問：何等為數？報：數者謂事。譬如人有事更求，是為數罪。道人數福，何以故正為十？一意起為一，二意起為二，數終於十，至十為竟，故言十數為福。復有罪者，用不能壞息，故為罪；亦謂意生死不滅，墮世間已，不斷世間事為罪也。六情為六事，痛痒、思想、生死、識，合為十事，應內十息；殺、盜、姪、兩舌、惡口、妄言、綺語、嫉妬、瞋恚、癡，應外十息，謂止不行也。

問：何等為十六事？報：十事者謂數，至十六者，謂數、相隨、止、觀、還、淨，是為十六事，為行不離，為隨道也。

問：數息念風為隨色，何以應道？報：行意在數不念色，氣盡便滅，墮非常、知非常為道也。道人欲得道，要當知坐、行二事：一者為坐，二者為行。

問：坐與行為同、不同？報：有時同，有時不同。數息、相隨、止、觀、還、淨，此六事有時為坐，有時為行。何以故？數息意定是為坐，意隨法是為行；已起意不離為行，亦為坐也。

坐禪法，一不數二，二不數一。一數二者，謂數一息未竟便言二，是為一數二，如是為過精進；二數一者，謂息已入二甫言一，是為二數一，如是為不及精進。從三至四、五至六、七至八、九至十，各自有分部，當分別所屬；在一數一，在二數二，是為法行，便墮精進也。

有三坐墮道：一為數息坐，二為誦經坐，三為聞經喜坐，是為三也。坐有三品：一為味合坐，二為淨坐，三為無有結坐。何等為味合坐？謂意著行不離，是為味合坐。何謂為淨坐？謂不念

為淨坐。何等為無有結坐？謂結已盡為無有結坐也。息有三輩：一為雜息，二為淨息，三為道息。不行道，是為雜息；數至十息不亂，是為淨息；已得道，是為道息也。息有三輩：有大息，有中息，有微息。口有所語，謂大息止；念道，中息止；得四禪，微息止也。

問：佛何以教人數息守意？報：有四因緣：一者、用不欲痛故；二者、用避亂意故；三者、用閉因緣，不欲與生死會故；四者、用欲得泥洹道故也。譬喻說日無光明者，有四因緣：一者、用有雲故；二者、用有塵故；三者、用有大風故；四者、用有烟故。數息不得，亦有四因緣：一者、用念生死校計故；二者、用飲食多故；三者、用疲極故；四者、用坐不得更罪地故。此四事來皆有相：坐數息，忽念他事失息意，是為念校計相；骨節盡痛，不能久坐，是為食多相；身重意瞪瞞，但欲睡眠，是為疲極相；四面坐，不得一息，是為罪地相。以知罪，當經行；若讀經文坐，意不習罪，亦禍消也。

道人行道當念本。何等為本？謂心意識是為本。是三事皆不見，已生便滅，本意不復生，得是意為道意；本意已滅，無為痛更因緣生便斷也。定意日勝，日勝為定意。有時從息得定意，有時從相隨得定意，有時從止得定意，有時從觀得定意，隨得定因緣直行也。

行息亦墮貪，何以故？意以定便喜故。便當計出息、入息、念滅時，息生，身生；息滅，身滅。尚未脫生死苦，何以故？喜已計，如是便貪止也。數息欲疾，相隨欲遲；有時數息當安徐，相隨時當為疾。何以故？數息意不亂當安徐，數亂當為疾，相隨亦同如是也。第一數亦相隨，所念異，雖數息，當知氣出入，意著在數也。數息，復行相隨。止觀者，謂不得息；前世有習，在相隨止觀。雖得相隨，止觀當還從數息起也。數息意不離，是為

法離，為非法數息，意不隨罪，意在世間，便墮罪也。數息為不欲亂意故，意以不亂復行相隨者，證上次意知為止。止與觀同，還與淨同也。行道得微意當倒意者，謂當更數息。若讀經已，乃復行禪微意者，謂不數息及行相隨也。

佛有六潔 jié 意，謂數息、相隨、止、觀、還、淨，是六事能制無形也。息亦是意，亦非意。何以故？數時，意在息為是；不數時，意息各自行，是為非意。從意生息已，止無有意也。人不使意，意使人。使意者，謂數息、相隨、止、觀、還、淨。念《三十七品經》，是為使意；人不行道，貪求隨欲，是為意使人也。

息有垢，息垢不去，不得息。何等為息垢？謂三冥中最劇者，是為息垢。何等為三冥？謂三毒起時，身中正冥，故言三冥。三毒者：一為貪婬，二為瞋恚，三為愚癡。人皆坐是三事死，故言毒也。數息時，意在數息；未數時，有三意：有善意、有惡意、有不善不惡意。

欲知人得息相者，當觀萬物及諸好色，意不復著，是為得息；相意復著，是為未得，當更精進。行家中意欲盡者，謂六情為意家，貪愛萬物皆為意家也。相隨者，謂行善法，從是得脫，當與相隨；亦謂不隨五陰、六入、息與意相隨也。

問：第三止何以故止在鼻頭？報：用數息、相隨、止、觀、還、淨，皆從鼻出入，意習故處，亦為易識，以是故著鼻頭也。惡意來者斷為禪，有時在鼻頭止，有時在心中止；在所著為止。邪來亂人意，直觀一事，諸惡來，心不當動，心為不畏之哉也。止有四：一為數止，二為相隨止，三為鼻頭止，四為息心止。止者，謂五樂六入，當制止之也。

入息至盡鼻頭止，謂惡不復入至鼻頭止；出息至盡著鼻頭，謂意不復離身行向惡，故著鼻頭；亦謂息初入時，便一念向不復轉，息出入亦不復覺，是為止也。止者，如如出息、入息，覺知

前意出，不覺後意出。覺前意為意相觀，便察出入息見敗，便受相畏生死，便却意，便隨道意相也。莫為相隨者，但念著鼻頭，五陰因緣不復念，罪斷意滅，亦不喘息，是為止也。莫為相隨者，謂莫復意念出入，隨五陰因緣，不復喘息也。

第四觀者，觀息敗時，與觀身體異息，見因緣生，無因緣滅也。心意受相者，謂意欲有所得，心計因緣會當復滅，便斷所欲不復向，是為心意受相也。以識因緣為俱相觀者，謂識知五陰因緣，出息亦觀，入息亦觀；觀者謂觀五陰，是為俱觀。亦應意意相觀，為兩因緣，在內斷惡、念道也。觀出息異、入息異者，謂出息為生死陰，入息為思想陰；有時出息為痛痒陰，入息為識陰。隨因緣起便受陰，意所向無有常，用是故為異，道人當分別知。是亦謂出息滅，入息生；入息滅，出息生也。無有故者，謂人意及萬物，意起已滅，物生復死，是為無有故也。非出息是入息，非入息是出息；非謂出息時意不念入息，入息時意不念出息，所念異故言非也。中信者，謂入道中、見道因緣、信道，是為中信也。

第五還棄結者，謂棄身七惡；第六淨棄結者，為棄意三惡，是名為還。還者，為意不復起惡；惡者，是為不還也。還身者，謂還惡。得第五還，尚有身亦無身。何以故？有意有身，無意無身，意為人種，是名為還。還者，謂意不復起惡；起惡者，是為不還，亦謂前助身，後助意。不殺、盜、淫、兩舌、惡口、妄言、綺語，是為助身；不嫉、瞋恚、癡，是為助意也。還五陰者，譬如買金得石，便棄捐地不用；人皆貪愛五陰，得苦痛便不欲是，為還五陰也。何等為便見滅盡處，謂無所有是為滅處。

問：已無所有，何以故為處者？無所有處有四處：一者、飛鳥以空中為處；二者、羅漢以泥洹為處；三者、道以無有為處；四者、法在觀處也。

出息、入息受五陰相者，謂意邪念，疾轉還正以生覺斷，為受五陰相。言受者，謂受不受相也。以受五陰相，知起何所，滅何所。滅者，為受十二因緣，人從十二因緣生，亦從十二因緣死；不念者，為不念五陰也。知起何所、滅何所，謂善惡因緣起便復滅，亦謂身，亦謂氣生滅。念便生，不念便死，意與身同等，是為斷生死道。在是生死間，一切惡事皆從意來也。今不為前、前不為今者，謂前所念已滅，今念非前念；亦謂前世所作，今世所作，各自得福；亦謂今所行善，非前所行惡；亦謂今息非前息，前息非今息也。

為生死分別者，為意念生即生，念滅即滅。故言生死，當分別萬物及身。過去、未來福為索盡。何以故？盡以生便滅，滅便盡；已知盡，當盡力求也。

視上頭無所從來者，謂人無所從來，意起為人；亦謂人不自作來者，為有所從來；人自作自得，是為無所從來也。生死當分別者，謂知分別五陰，亦謂知分別意生死。人意為常，知無有常，亦為分別也。

後視無處所者，為今現在不見罪人在生死，會當得，無有脫於罪故。言後視無有處所，未得道迹不得中命盡，謂已得十五，意不得中死；要當得十五，意便墮道，亦轉上至阿羅漢也。中得道亦不得中命盡，為息意身，凡三事，謂善惡意要當得道迹，亦復中壞；息死復生，善意起復滅，身亦不得中死也。

何等為淨？謂諸所貪欲為不淨，除去貪欲是為淨。何等為五陰相？譬喻火為陰，薪為相也。從息至淨，是皆為觀；謂觀身相隨止觀還淨，本為無有。內意數息，外意斷惡因緣，是為二意也。

問：何以故不先內外觀身體，反先數息、相隨、止、觀、還、淨？報：用意不淨故不見，身意已淨，便悉見身內外道。

行有十九行，用人有十九病故，亦有十九藥。觀身念惡露，

是為止貪婬藥；念四等心，是為止瞋恚藥；自計本何因緣有，是為止愚癡藥；安般守意，是為多念藥也。

內外自觀身體。何等為身？何等為體？骨肉為身，六情合為體也。何等為六情？謂眼合色，耳受聲，鼻向香，口欲味，細滑為身，衰意為種，栽為癡，為有生物也。

內外身體所以重出者何？謂人貪求，有大小，有前後。謂所欲得當分別觀，觀者見為念，念因見觀者為知也。身觀止者，坐念起，起念意不離，在所行意所著為識，是為身觀止也。出息、入息念滅時，何等為念滅時？謂念出入氣盡時，意息滅。出息、入息念滅時，譬如畫空中，無有處生死，意道意俱爾也。出息、入息念滅時，亦不說息，意息說滅時。出息、入息念滅時，物從因緣生，斷本為滅時也。

內外痛痒見觀者，為見痛痒所從起，便觀是，為見觀也。內外痛痒者，謂外好物為外痒，外惡物為外痛；內可意為內痒，內不可意為內痛。在內為內法，在外因緣為外法；亦謂目為內，色為外；耳為內，聲為外；鼻為內，香為外；口為內，味為外；心為內，念為外。見好細滑，意欲得，是為痒；見麤惡意，不用是為痛。俱墮罪也。痛痒觀止者，若人臂痛，意不作痛，反念他一切身痛如是，以意不在痛，為止痛；亦可念，亦不可念，念痛無所著。自愛身，當觀他人身；意愛他人身，當自觀身，亦為止也。

內外痛痒所以重出者何？謂人見色愛有薄厚，其意不等觀，多與少異故。重分別觀道，當內觀有癡，當外觀以自證也。身心痛痒各自異，得寒熱、刀杖痛極，是為身痛；得美飯、載車、好衣，身諸所便，是為身痒。心痛者，身自憂，復憂他人及萬事，是為心痛；心得所好及諸歡喜，是為心痒也。意相觀者，有兩因緣，在內斷惡念道。一者，謂五樂六衰當制斷之。觀者自觀身，身不知麤細，以得乃覺，是為意意相觀。意意相觀，息亦是意，

數亦是意；數時觀息，為意意相觀也。意觀止者，欲婬制，不為欲瞋恚制，不怒欲癡制，不作欲貪制，不求諸惡事，一切不向，是為觀止；亦謂以知《三十七品經》，常念不離為止也。出息、入息盡定便觀者，盡謂罪盡，定謂息止意。定觀者，謂觀止還淨也；盡止者，謂我能說是、曉是、遍更是，是為盡止也。所起息，若布施作福一切善法，已起便滅，更意念耶？向習罪行亦無數，古世今世，意不如是相隨；他人亦爾，已知覺，當斷已斷，為內外意意觀止也。

內外法法者，內法謂身，外法謂他人；有持戒法，有不持戒法，是為內外法法也。內法謂行黠不離《三十七品經》，一切餘事，意不墮中，行道得道，是為內法。外法謂墮生死，謂生死行，便得生死。不脫一切，當斷已斷，為內外法觀止也。法觀止者，一切人皆自身為身，諦校計非我身。何以故？有眼有色，眼亦非身，色亦非身。何以故？人已死，有眼無所見，亦有色無所應。身如是，但有識亦非身。何以故？識無有形，亦無所輕止，如是計眼、耳、鼻、舌、身、意亦爾，得是計為法觀止，亦謂不念惡為止。念惡為不止，何以故？意行故也。

佛說大安般守意經卷上

佛說大安般守意經卷下

後漢安息三藏安世高譯

出息入息自覺，出息入息自知；當時為覺，以後為知；覺者謂覺息長短，知者謂知息生滅、麤 cū 細、遲 chí 疾也。出息入息覺盡止者，謂覺出入息欲報時為盡，亦計萬物身生復滅。止者，謂意止也。見觀空者，行道得觀，不復見身。便墮空無所有者，謂意無所著；意有所著因，為有斷六入，便得賢明。賢謂身，明謂道也。知出何所、滅何所者，譬如念石出、石入，木石便滅。五陰亦爾，出色入痛痒，出痛痒入思想；出思想入生死，出生死入識，已分別是，乃墮《三十七品經》也。

問：何等為思惟無為道？報：思為校計，惟為聽，無謂不念萬物，為者如說行，道為得，故言思惟無為道也。思為念，惟為分別白黑。黑為生死，白為道。道無所有，已分別無所有，便無所為，故言思惟無為道。若計有所為、所著，為非思惟。思亦為物，惟為解意；解意便知十二因緣事。亦謂思為念，惟為計也。斷生死得神足，謂意有所念為生，無所念為死。得神足者，能飛行故，言生死當斷也。

得神足有五意：一者、喜；二者、信；三者、精進；四者、定；五者、通也。四神足念不盡力得五通，盡力自在向六通，為道人四神足，得五通盡意可得六通盡意，謂萬物意不欲也。一、信；二、精進；三、意；四、定；五、黠，是五事，為四神足。念為力者，凡六事也。從信為屬四神足念，從喜、從念精進、從定、從黠，是為屬五根也。從喜定，謂信道；從力定，謂精進；從意定，謂意念定；從施定，謂行道也。為種故有根，有為之事皆為惡，便生想，不能得勝。謂得禪是因為力，亦謂惡不能勝善意。滅復起，故為力。力定者，惡意欲來，不能壞；善意故，為力定也。

道人行道未得觀，當校計得觀。在所觀意不復轉，為得觀。止惡一法，為坐禪；觀二法，有時觀身，有時觀意，有時觀喘息，有時觀有，有時觀無，在所因緣當分別觀也。止惡一法，觀二法，惡已盡，止觀者為觀道。惡未盡不見道，惡已盡，乃得觀道也。止惡一法為知惡，一切能制不著意為止，亦為得息想隨止。得息想隨止，是為止惡一法。惡已止，便得觀故。為觀二法，為得四諦，為行淨。當復作淨者，識苦棄習，知盡行道，如日出時淨，轉出十二門故。經言：從道得脫也。去冥見明，如日出時，譬如日出多所見，為棄諸冥。冥為苦，何以知為苦？多所罣礙，故知為苦。何等為棄習？謂不作事。何等為盡證？謂無所有。道者，明識苦、斷習、盡證、念道。識從苦生，不得苦，亦無有識，是為苦也。盡證者，謂知人盡。當老病死證者，知萬物皆當滅，是為盡證也。譬如日出作四事：一、壞冥，謂慧能壞癡；二、見明，謂癡除獨慧在；三、見色萬物，為見身諸所有惡露；四、成熟萬物，設無日月，萬物不熟；人無有慧癡，意亦不熟也。上頭行俱行者，所行事已行，不分別說，謂行五直聲，身心并得行也。

從諦念法，意著法中；從諦念法，意著所念是便生是，求生死得生死，求道得道。內外隨所起意，是為念法。意著法中者，從四諦自知意生，是當得，是不生，是不得，是便却，意畏不敢犯。所行所念常在道，是為意著法中也。是名為法，正從諦本起，本著意。法正者，謂道法。從諦，謂四諦。本起著意者，謂所向生死萬事，皆本從意起。便著意，便有五陰所起。意當斷，斷本五陰便斷。有時自斷不念，意自起為罪，復不定在道為罪，未盡故也。意著法中者，諦意念萬物，為墮外法中，意不念萬物，為墮道法中。五陰為生死法，三十七品經為道法。意著法中者，謂制五陰不犯，亦謂常念道不離，是為意著法中也。

所本正者，所在外為物本，為福所；在內總為三十七品經，

行道非一時端故。言所本者，謂行三十七品經法，如次第隨行，意不入邪為正，故名為所本正。所本正，各自異行，以無為對本，以不求為對正；以無為為對無為，以不常為對道，以無有為對亦無有所、亦無有本、亦無有正，為無所有也。定覺受身，如是法道，說謂法定。道說者，謂說所從因緣得道。見陰受者，為受五陰。有入者，為入五陰中。因有生死陰者，為受正；正者，道自正，但當為自正心耳。人行安般守意，得數，得相隨，得止，便歡喜，是四種。譬如鑽 zuān 火見煙 yān，不能熟物，得何等喜？用未得出要故也。

安般守意有十八惱，令人不隨道：一為愛欲，二為瞋恚，三為癡，四為戲樂，五為慢，六為疑，七為不受行相，八為受他人相，九為不念，十為他念，十一為不滿念，十二為過精進，十三為不及精進，十四為驚怖，十五為強制意，十六為憂，十七為忽忽，十八為不度意行愛，是為十八惱。不護是十八因緣不得道，以護便得道也。不受行相者，謂不觀三十二物，不念三十七品經，是為不受行相。受他人相者，謂未得十息，便行相隨，是為受他人相。他念者，入息時念出息，出息時念入息，是為他念。不滿念者，謂未得一禪，便念二禪，是為不滿念。強制意者，謂坐亂，意不得息，當經行、讀經，以亂不起，是為強制意也。精進為黠，走是六事中，謂數息、相隨、止、觀、還、淨，是為六也。何等為喘？何等為息？何等為氣？何等為力？何等為風？喘者，為意息，為命守，為氣，為視聽風，為能言語，從道屈伸力，為能舉重瞋恚也。要從守意得道，何緣得守意？從數轉得息，息轉得相隨，止觀還淨亦爾也。

行道欲得止意，當知三事：一者、先觀念身本何從來，但從五陰行有，斷五陰不復生；譬如寄託須臾耳，意不解，念九道以自證。二者、自當內視心中隨息出入。三者、出息入息念滅時。

息出小輕念滅時，何等為知無所有？意定便知空，知空便知無所有。何以故？息不報便死，知身但氣所作，氣滅為空，覺空墮道也。故行道有三事：一者、觀身；二者、念一心；三者、念出入息。復有三事：一者、止身痛痒；二者、止口聲；三者、止意念行，是六事疾得息也。要經言：一念謂一心，近念謂計身，多念謂一心，不離念謂不離念。身行是四事，便疾得息也。坐禪數息，即時定意，是為今福；遂安隱不亂，是為未來福；益久續復安定，是為過去福也。坐禪數息不得定意，是為今罪；遂不安隱亂意起，是為當來罪；坐禪益久遂不安定，是為過去罪也。亦有身過、意過：身直數息不得，是為意過；身曲數息不得，是為身過也。坐禪自覺得定意，意喜為亂意，不喜為道意。坐禪念息已止便觀，觀止復行息。人行道，當以是為常法也。

佛說有五信：一者、信有佛有經；二者、去家下頭髮求道；三者、坐行道、四者、得息；五者、定意。所念不念為空，難不念為空。何以故念息？報曰：息中無五，色貪、婬、瞋恚、愚癡、愛欲，是亦為空也。可守身中意者，謂意在身觀，是為身中意。人不能制意，故令數息，以黠能制意，不復數息也。

問：何等為自知？何等為自證？報：謂能分別五陰是為自知，不疑道是為自證也。

問曰：何等為無為？報：無為有二輩：有外無為，有內無為。眼不觀色，耳不聽聲，鼻不受香，口不味味，身不貪細滑，意不志念，是為外無為；數息、相隨、止、觀、還、淨，是為內無為也。

問：現有所念，何以為無為？報：身口為戒，意向道行，雖有所念，本趣無為也。

問：何等為無？何等名為？報：無者，謂不念萬物；為者，隨經行指事稱名，故言無為也。

問：設使宿命對來到，當何以却？報：行數息、相隨、止、觀、還、淨，念三十七品經能却。

難：宿命對不可却，數息行三十七品經何以故能却？報：用念道故消惡。設使數息、相隨、止、觀、還、淨不能滅惡，世間人皆不得道；用消惡，故得道。數息、相隨、止、觀、還、淨，行三十七品經尚得作佛，何況罪對，在十方積如山，精進行道，不與罪會。

問曰：經言作是何以故不會？報：用作是故也。數息為墮十二品。何謂十二品？數息時，墮四意止；息不亂時，為墮四意念斷，得十息；有時為墮四神足，是為墮十二品也。

問：何等為念三十七品經？報：謂數息、相隨、止、觀、還、淨，行是六事，是為念三十七品經也。行數息，亦為行三十七品經。

問：何以故為行三十七品經？報：數息為墮四意止。何以故？為四意止，亦墮四意斷，用不待念，故為四意斷；亦墮四神足，用從信，故為神足也。數息為墮信根，用信佛意喜，故生信根；亦墮能根，用坐行，故為墮能根；亦墮識根，用知諦，故為識根；亦墮定根，用意安，故為定根；亦墮黠根，用離癡意解結，故為黠根也。數息亦墮信力，用不疑，故為信力；亦墮進力，用精進，故為進力；亦墮念力，用餘意不能攘，故為念力；亦墮定力，用一心，故為定力；亦墮黠力，用前分別四意止、斷、神足，故為黠力也。

數息亦墮覺意。用識苦，故為覺意；亦墮法識覺意，用知道因緣，故為法覺意；亦墮力覺意，用棄惡，故為力覺意；亦墮愛覺意，用貪樂道，故為愛覺意；亦墮息意覺，用意止，故為息意覺；亦墮定覺意，用不念，故為定覺意；亦墮守覺意，用行不離，故為守覺意也。

數息亦墮八行，用意正，故入八行。定意、慈心、念淨法，是為直身；至誠語、軟語、直語、不還語，是為直語。黠在意，信在意，忍辱在意，是為直心。所謂以聲息，是為十善墮道行也。數息亦墮直見，用諦觀，故為直見；亦墮直行，用向道，故為直行；亦墮直治，用行三十七品經，故為直治；亦墮直意，用念諦，故為直意；亦墮直定，用意白淨，壞魔兵，故為直定，是為八行。何等為魔兵？謂色、聲、香、味、細滑，是為魔兵。不受是為壞魔兵。

三十七品應斂 liǎn，設自觀身，觀他人身，止婬，不亂意，止餘意；自觀痛痒，觀他人痛痒，止瞋恚；自觀意，觀他人意，止癡；自觀法，觀他人法，得道，是名為四意止也。避身為避色，避痛痒為避五樂，避意為避念，避法不墮願業治生，是名為四意念斷也。識苦者，本為苦，為苦者，為有身。從苦為因緣起者，所見萬物。苦習者，本為苦，從苦為因緣生。盡者，萬物皆當敗壞。為增苦習，復當為墮八道中。道人當念是八道，是名為四，為四收苦，得四神足念也。信佛意喜，是名為信根。為自守行法，從諦身意受，是名能根，為精進；從諦念遂諦，是名識根，為守意；從諦一意，從諦一意止，是名定根，為正意；從諦觀諦，是名黠根，為道意，是名為五根也。

從諦信不復疑，是名信力；棄貪行道從諦自精進，惡意不能敗精進，是名進力；惡意欲起當即時滅，從諦是意無有能壞意，是名念力；內外觀從諦以定，惡意不能壞善意，是名定力；念四禪從諦得黠，惡意不能壞黠意，是名黠力。念出入盡復生，是名為五力也。

從諦念諦，是名為覺意。得道意，從諦觀諦，是名法名法識覺意；得生死意，從諦身意持，是名力覺意；持道不失為力，從諦足喜諦，是名愛覺意；貪道法行道行道法，從諦意得休息，是

名息意，覺已息安隱，從諦一念意，是名定覺意；自知意，以安定從諦自在，意在所行從觀，是名守意覺；從四諦觀意，是名為七覺意也。

從諦守諦，是名直信道；從諦直從行諦，是為直從行念道；從諦身意持，是名直治。法不欲墮四惡者，謂四顛倒。從諦念諦，是名直意不亂意；從諦一心意，是名直定。為一心上頭，為三法意行，俱行以聲身心，如是佛弟子八行，是名四禪，為四意斷也。第一行為直念，屬心，常念道；第二行為直語，屬口，斷四意；第三行為直觀，屬身，觀身內外；第四行為直見信道；第五行為直行，不隨四惡，謂四顛倒；第六行為直治，斷餘意；第七行為直不墮貪欲；第八行為直定正心，是為八行。佛、辟支佛、阿羅漢所不行也。

第一行為直念。何等為直念？謂不念萬物，意不墮是中，是為直念；念萬物，意墮中，為不直念也。四意止者：一意止為身念息，二意止為念痛痒，三意止為念意息出入，四意止為念法因緣，是為四意止也。

道人當念是四意止：一者、為我前世愛身，故不得脫；二者、今有劇怨家。何以故？所欲者愛生，當斷已斷，為外身觀止也。四意止者，意止者，意不在身為止意，不在痛痒為止意，不在意為止意，不在法為止意。隨色誠便生，是為不止也。

問：人何以故不墮四意止？報：用不念苦、空、非身、不淨故，不墮四意止。若人意常念苦、空、非身、不淨，行道者常念是四事不離，便疾得四意止也。

問：何等為身意止？謂念老、病、死，是為身意止。何等為痛痒意止？謂所不可意，是為痛痒意止。何等為意意止？謂已念、復念，是為意意止。何等為法意止？謂往時為行，還報為法，亦謂作是得是，是為法意止也。

四意止有四輩：一者、念非常意止；二者、念苦身意止；三者、念空有意止；四者、念不淨樂意止，是為四意止。一切天下事皆墮身痛痒、墮法，都盧不過是四事也。四意止者：一者、但念息不邪念；二者、但念善不念惡；三者、自念身非我所，萬物皆非我所，便不復向；四者、眼不視色，意在法中，是名為四意止也。

道人當行四意止：一者、眼色，當校計身中惡露；二者、意歡喜念樂，當念痛痒苦；三者、我意瞋他，人意亦瞋；我意轉他，人意亦轉，便不復轉意；四意者，我意嫉他，人意亦嫉；我念他人惡，他人亦念我惡，便不復念，是為法也。身意止者，自觀身，觀他人身。何等為身？欲言痛痒是身，痛無有數；欲言意是身，復非身有過去，意未來意；欲言法是身，復非身有過去未來法；欲言行是身，行無有形，知為非身。得是計，為四意止也。意不墮色念，識亦不生，耳、鼻、口、身亦爾。意不在身為心，意不在痛痒，意不在念，意不在法為心也。

問：誰主知身意痛痒者？報：有身，身意知；痛痒，痛痒意知；意意，意意知；有飢，飢意知；有渴，渴意知；有寒，寒意知；有熱，熱意知。以是分別知也。身意起身意，痛痒意起痛痒意，意意起意意，法意起法意。四意止，謂意念惡，制使不起，是為止也。四意止亦隨四禪，亦隨四意止。隨四意止為近道，不著惡便善意生；四禪為四意定，為止意也。

行道有四因緣：一、止身；二、止痛痒；三、止意；四、止法。止身者，謂見色念不淨；止痛痒者，謂不自貢高；止意者，謂止不瞋恚；止法者，謂不疑道人行。四意止，意起念生，即時識對行藥，得一意止，便得四意止也。

四意定：一者、自觀身，亦復觀他人身；二者、自觀痛痒，亦復觀他人痛癢；三者、自觀心，亦復觀他人心；四者、自觀法

因緣，亦復觀他人法因緣。如是身，一切觀內外因緣、成敗之事，當念我身，亦當成敗，如是是為四意定也。人欲止四意，棄為外，攝為內；已攝意為外，棄為內也。觀他人身，謂自觀身不離他，便為觀他人身苦，觀他人身為非痛痒，意法亦爾也。自貪身，當觀他人身；念他人身，便自觀身，如是為意止。

問：意見行何以為止？報：意以自觀身貪，便使觀他人身，為意從貪轉故應止；若意貪他人身，當還自觀身也。

有時自身觀，不觀他人身；有時當觀他人身，不當自觀身；有時可自觀身，亦可觀他人身；有時不可自觀身，亦不可觀他人身。自觀身者，為校計觀他人身，意不止，須自念身為著，便轉著他人身。觀他人身為見色、肥、白、黛眉、赤脣 chún，見肥當念死人脹，見白當念死人骨，見眉黑當念死人正黑，見朱脣當念血正赤。校計身諸所有，以得是意便轉，不復愛身也。

觀有內外，嫉、恚、疑當內觀，貪、婬當外觀。貪當念非常敗，婬當念對所有惡露。如自觀身婬，當念四斷意也。觀有兩輩：一者、觀外；二者、觀內。觀身有三十六物，一切有對皆屬外；觀無所有為道，是為內觀也。觀有三事：一者、觀身四色，謂黑、青、赤、白；二者、觀生死；三者、觀九道。觀白見黑為不淨，當前聞以，學後得道；未得道，為聞得別，為證得，為知也。觀有四：一者、身觀；二者、意觀；三者、行觀；四者、道觀，是為四觀。譬如人守物，盜來便捨物；視盜人已得觀，便捨身觀物也。

觀有二事：一者、觀外諸所有色；二者、觀內謂無所有。觀空已得四禪，觀空無所有，有意、無意、無所有，是為空，亦謂四棄得四禪也。欲斷世間事，當行四意止，欲除四意止，當行四意斷。人墮貪，貪故行。四神足飛，但有五根無有五力，不能制，但有五力無有五根，不生。得四神足，尚轉五力，能制上次十二

品。四意斷，不作現在罪，但畢故罪，是為四意斷也。畢故不受新，為四意止，故畢新止，為四意斷，故竟新斷，為四神足。知足不復求守意，意為畢，生為新，老為故，死為身體壞敗為盡也。四意斷，謂常念道。善念生便惡念斷，故為斷息道；善念止便惡念生，故為不斷也。四意斷者，意自不欲向惡是為斷，亦謂不念罪斷也。

四神足：一者、身神足；二者、口神足；三者、意神足；四者、道神足。念飛，念不欲滅，不隨道也。四伊提鉢，四為數，伊提為止，鉢為神足。欲飛便飛，有時精進坐七日便得，或七日，或七歲也。得神足可久在世間，不死有藥：一者、意不轉；二者、信；三者、念；四者、有諦；五者、有點，是為神足藥也。得四神足，不久在世間，有三因緣：一者、自厭其身臭惡，故去；二者、無有人能從受經道，故去；三者、恐怨惡人誹謗得罪，故去也。神足九輩，謂乘車馬，步疾走，亦為神足；外戒堅亦為神足；至誠亦為神足；忍辱亦為神足也。行神足當飛意。

問：何為飛意？報：有四因緣：一者、信；二者、精進；三者、定；四者、不轉意。何等為信？信飛行。何等為精進？飛行。何等定？飛行。何等為不轉意？謂著飛行不轉意也。身不欲行道，意欲行便行，神足如是，意欲飛即能飛也。

五根，譬如種物，堅乃生根，不堅無有根。信為水雨，不轉意為力，所見萬物為根，制意為力也。信根中有三陰：一為痛痒，二為思想，三為識陰。定根中有一陰，謂識陰也。

五根、五力、七覺意，中有一陰者，中有二陰者，中有三陰者，有四陰者，皆有陰。

問：是道行，何緣有陰？報：以泥洹無陰，餘皆有陰也。七覺意，上三覺屬口，中三覺屬身，下一覺屬意。何等為覺？念念為覺，念念為得，覺得是意，便隨道也。外七覺意為墮生死，內

七覺意為隨道。內七覺意者，謂三十七品經；外七覺意者，謂萬物也。覺者為識事，便隨覺意也。有覺意便隨道覺，有覺意墮罪覺。三十七品經便正意，是為隨道；覺善惡，是為墮罪也。

問：何等為從諦身意持報？謂身持七戒，意持三戒，是為身意持也。從諦意得休息，從四諦意因緣休；休者為止，息為思，得道為受思也。貪樂道法，常行道為愛覺意，持道不失為力覺意，已得十息身安隱為息覺意，自知已安為定覺意。身意持，意不走為持，從諦自在，意在所行，謂得四諦。亦可念四意止，亦可四意斷，亦可四神足，亦可五根、五力、七覺意、八行，是為自在意。

在所行從諦觀者，為三十七品經要。是為守意覺者，謂諦不復受罪也。八行有內外，身為殺、盜、婬，聲為兩舌、惡口、妄言、綺語，意為嫉、妬、癡。是上頭三法，為十事在外，五道在內也。從諦守諦，從為神，守為護，謂法不犯罪。諦為道，知非常、苦、空、非身、不淨為直見；非常人計為常，思苦為樂，空計為有，非身用作身，不淨計為淨，是為不直見也。何等為直見？信本因緣，知從宿命有，是名為直見。何等為直治？分別思惟，能到善意，是為直治。何等為直語？守善言，不犯法，如應受言，是名為直語也。何等為直業？身應行不犯行，是名為直業也。何等為直治？隨得道者教戒行，是名為直治也。何等為直精進？行行無為，晝夜不中止，不捨方便，是名為直精進方便也。何等為直念？常向經戒，是名為直念。何等為直定？意不惑亦不捨行，是名為直定。如是行，令賢者八業行具，已行具足，便行道也。八直有治、有行，行八直，乃得出要，身不犯戒，是為直治。慧、信、忍辱是為行身，意持是名為直治。謂無所念為直，有所念為不直也。

十二部經都皆墮三十七品經中，譬如萬川四流，皆歸大海。

三十七品經為外，思惟為內。思惟生道故為內；道人行道，分別三十七品經，是為拜佛也。三十七品經亦墮世間，亦墮道。諷經口說是為世間，意念是為應道。持戒為制身，禪為散意。行從願，願亦從行。行道所向，意不離；意至佛，意不還也。

亦有從次第行得道，亦有不從次行得道。謂行四意止、斷、神足、五根、五力、七覺意、八行，是為從次第。畏世間惡，身便一念從是得道，是為不從次第。道人能得三十七品行意，可不順從數息、相隨、止也。身口七事，心、意、識各有十事，故為三十七品。四意止、斷、神足屬外，五根、五力屬內，七覺意、八行得道也。泥洹有四十輩，謂三十七品經并三向，凡四十事，皆為泥洹。

問：數息為泥洹，非報數息、相隨，鼻頭止意有所著，不為泥洹，泥洹為有不？報：泥洹為無有，但為苦滅，一名意盡。

難：泥洹為滅。報：但善惡滅耳。

知行者，有時可行四意止，有時可行四意斷，有時可行四神足，有時可行五根、五力、七覺意、八行。諦者，為知定亂。定為知行，亂為不知行也。

問：何以故正有五根、五力、七覺意、八行？報：人有五根，道有五根；人有五力，道有五力；人有七使，道有七覺意；行有八直，應道八種。隨病說藥，因緣相應。眼受色、耳聞聲、鼻向香、口欲味、身貪細滑，是為五根。何以故名為根？已受當復生，故名為根，不受色、聲、香、味、細滑，是為力，不墮七使為覺意，已八直為應道行。五根堅意，五力為不轉意，七覺為正意，八行為直意也。

問：何等為善意？何等為道意？報：謂四意止、斷、神足、五根、五力，是為善意；七覺意、八行，是為道意。有道善，有世間善。從四意止至五根、五力，是為道善；不姪、兩舌、惡口、

妄言、綺語、貪、瞋、癡，是為世間善。諦見者，知萬物皆當滅，是為諦見；萬物壞敗，身當死，以不用為憂，是為諦觀。意橫意走，便責對得制，是為除罪；諸來惡不受為禪。

一心內意十二事智慧，七為數，八為相隨，九為止，十為觀，十一為還，十二為淨，是為內十二事；外復十二事，一為目，二為色，三為耳，四為聲，五為鼻，六為香，七為口，八為味，九為身，十為細滑，十一為意，十二為受欲，是為外十二事也。術闡者為智，凡有三智：一者、知無數世父母、兄弟、妻子；二者、知無數世白黑、長短，知他人心中所念；三者、毒以斷，是為三也。沙羅惰怠者，為六通智：一為神足，二為徹聽，三為知他人意，四為知本所從來，五為知往生何所，六為知索漏盡，是為六也。

佛說大安般守意經卷下

此經按經首序及見經文，似是書者之錯，經注不分而連書者也。義當節而注之，然往往多有不可分處，故不敢擅節，以遺後賢焉。

坐禪三昧經卷上

姚秦三藏鳩摩羅什譯

導師說難遇，	聞者喜亦難；
大人所樂聽，	小人所惡聞。
眾生可愍傷，	墜老死嶮路；
野人恩愛奴，	處畏癡不懼。
世界若大小，	法無有常者；
一切不久留，	暫現如電光。
是身屬老死，	眾病之所歸；
薄皮覆不淨，	愚惑為所欺。
汝常為老賊，	吞滅盛壯色；
如華鬢枯朽，	毀敗無所直。
頂生王功德，	共釋天王坐；
報利福弘多，	今日悉安在？
此王天人中，	欲樂具為最；
死時極苦痛，	以此可悟意。
諸欲初軟樂，	後皆成大苦；
亦如怨初善，	滅族禍在後。
是身為穢器，	九孔常流惡；
亦如那利瘡，	絕治於醫藥。
骨車力甚少，	筋脈纏識轉；
汝以為妙乘，	忍著無羞恥。
死人所聚處，	委棄滿塚間；
生時所保惜，	死則皆棄捐。
常當念如是，	一心觀莫亂；
破癡倒黑暝，	執炬以明觀。

若捨四念止，心無惡不造；
如象逸無鉤，終不順調道。
今日營此業，明日造彼事；
樂著不觀苦，不覺死賊至。
忽忽 cōng 為己務，他事亦不閑；
死賊不待時，至則無脫緣。
如鹿渴赴泉，已飲方向水；
獵師無慈惠，不聽飲竟殺。
癡人亦如是，懃修諸事務；
死至不待時，誰當為汝護？
人心期富貴，五欲情未滿；
諸大國王輩，無得免此患。
仙人持呪箭，亦不免死生；
無常大象蹈，蟻蛭 zhì 與地同。
且置一切人，諸佛正真覺；
越度生死流，亦復不常在。
以是故當知，汝所可愛樂；
悉應早捨離，一心求涅槃。
後捨身死時，誰當證知我；
復得遇法寶，及以不遇者。
久久佛日出，破大無明暝；
以放諸光明，示人道非道。
我從何所來？從何處而生？
何處得解脫？此疑誰當明？
佛聖一切智，久遠乃出世；
一心莫放逸，能破汝疑結。
彼不樂實利，好著弊惡心；

汝為眾生長，當求實法相。
誰能知死時，所趣從何道？
譬如風中燈，不知滅時節。
至道法不難，大聖指事說；
說智及智處，此二不假外。
汝若不放逸，一心常行道；
不久得涅槃，第一常樂處。
利智親善人，盡心敬佛法；
厭穢不淨身，離苦得解脫。
閑靜修寂志，結跏坐林間；
檢心不放逸，悟意覺諸緣。
若不厭有中，安睡不自悟；
不念世非常，可畏而不懼。
煩惱深無底，生死海無邊；
度苦舡 chuán 未辦，安得樂睡眠？
是以當覺悟，莫以睡覆心。
於四供養中，知量知止足，
大怖俱未免，當宜懃精進；
一切苦至時，悔恨無所及。
衲衣樹下坐，如所應得食；
勿為貪味故，而自致毀敗。
食過知味處，美惡都無異；
愛好生憂苦，是以莫造愛。
行業世界中，美惡無不更；
一切已具受，當以是自抑。
若在畜獸中，啗 xián 草為具味；
地獄吞鐵丸，燃熱劇迸鐵。

若在薜荔中， 膿吐火糞屎；
涕唾諸不淨， 以此為上味。
若在天宮殿， 七寶宮觀中；
天食蘇陀味， 天女以娛心。
人中務貴處， 七饌備 bèi 眾味；
一切曾所更， 今復何以愛？
往返世界中， 厭更苦樂事；
雖未得涅槃， 當懃求此利。

學禪之人初至師所，師應問言：「汝持戒淨不？非重罪惡邪不？」若言：「五眾戒淨，無重罪惡邪。」次教道法。若言：「破戒。」應重問言：「汝破何戒？」若言：「重戒。」師言：「如人被截耳鼻不須照鏡，汝且還去，精懃誦經，勸化作福，可種後世道法因緣，此生永棄。譬如枯樹，雖加溉灌不生華葉及其果實。」若破餘戒，是時應教如法懺悔。若已清淨，師若得天眼、他心智，即為隨病說趣道之法；若未得通，應當觀相，或復問之：「三毒之中何者偏重？婬欲多耶！瞋恚多耶！愚癡多耶！」

云何觀相？若多婬相：為人輕便，多畜妻妾，多語多信，顏色和悅，言語便易，少於瞋恨，亦少愁憂。多能技術，好聞多識，愛著文頌，善能談論，能察人情，多諸畏怖。心在房室，好著薄衣，渴欲女色，愛著臥具，服飾香華，心多柔軟，能有憐愍，美於言語，好修福業，意樂生天，處眾無難。別人好醜 chǒu，信任婦女，欲火熾盛，心多悔變，憙 xǐ 自莊飾，好觀綵畫，慳惜己物，僥 jiǎo 倖 xìng 他財，好結親友，不憙獨處。樂著所止，隨逐流俗，乍驚乍懼，志如獼猴，所見淺近，作事無慮，輕忘所為，趣得適意，憙啼憙哭。身體細軟，不堪寒苦，易阻易悅，不能忍事，少得大喜，少失大憂，自發伏匿。身溫汗臭，薄膚 fū 細髮，多皺 zhòu 多白，剪爪治鬚，白齒趣行，憙潔 jié 淨衣。學不專一，好

遊林苑，多情多求，意著常見。附近有德，先意問訊，憙用他語，強顏耐辱，聞事速解，所為事業，分別好醜，慙傷苦厄，自大好勝，不受侵歎líng，憙行施惠，接引善人，得美飲食，與人共之，不存近細，志在遠大，眼著色欲，事不究竟，無有遠慮。知世方俗，觀察顏色，逆探人心，美言辯慧，結友不固，頭髮稀疎 shū，少於睡眠，坐臥行立，不失容儀。所有財物，能速救急，尋後悔惜，受義疾得，尋復憙忘。惜於舉動，難自改變，難得離欲，作罪輕微。如是種種是姪欲相。

瞋恚人相：多於憂惱，卒暴懷忿，身口麤 cū獷³guǎng，能忍眾苦，觸事不可，多愁少歡，能作大惡，無憐愍心，憙為鬭訟。顏貌毀悴，皺眉眄 miǎn 睞 lài，難語難悅，難事難可。其心如瘡，面宣人闕，義論強梁，不可折伏，難可傾動，難親難沮，含毒難吐。受誦不失，多能多巧，心不懶墮，造事疾速，持望不語，意深難知。受恩能報，有能聚眾，自伏事人，不可沮敗，能究竟事，難可干亂，少所畏難，譬如師子，不可屈伏，一向不迴，直造直進。憶念不忘，多慮思惟，誦習憶持，能多施與，小利不迴，為師利根。離欲獨處，少於姪欲，心常懷勝，愛著斷見，眼常惡視。真實言語，說事分了，少於親友，為事堅著，堅憶不忘，多於筋力，肩胸殊大，廣額齊髮。心堅難伏，疾得難忘，能自離欲，憙作重罪。如是種種，是瞋恚相。

愚癡人相：多疑多悔，懶墮無見，自滿難屈，憍慢難受，可信不信，非信而信。不知恭敬，處處信向，多師輕躁，無羞搪突，作事無慮，反教渾戾。不擇親友，不自修飾，好師異道，不別善惡，難受易忘，鈍根懈怠。訶謗行施，心無憐愍，破壞法橋，觸事不了，瞋目不視，無有智巧，多求悵望，多疑少信。憎惡好人，破罪福報，不別善言，不能解過，不受誨喻，親離憎怨，不知禮

*校勘記：“獷”，大正藏為“獷 kuàng”字，據【元】【明】【宮】版本的“獷”及文義改。

節，憊作惡口。鬚髮爪長，齒衣多垢，為人驅役，畏處不畏，樂處而憂，憂處而喜，悲處反笑，笑處反悲，牽而後隨，能忍苦事，不別諸味，難得離欲，為罪深重。如是種種，是愚癡相。

若多姪欲人，不淨法門治；若多瞋恚人，慈心法門治；若多愚癡人，思惟觀因緣法門治；若多思覺人，念息法門治；若多等分人，念佛法門治。諸如是等種種病，種種法門治。

第一治貪欲法門

姪欲多人習不淨觀，從足至髮不淨充滿，髮毛爪齒、薄皮厚皮、血肉筋脈、骨髓肝肺、心脾腎胃、大腸小腸、屎尿洩唾、汗淚垢垢、膿腦胞膽、水微膚 fū、脂肪腦膜，身中如是種種不淨。復次不淨觀者：觀青瘀癰脹、破爛血流、塗漫臭膿、噉食不盡、骨散燒焦，是謂不淨觀。

復次多姪人有七種愛：或著好色、或著端正、或著儀容、或著音聲、或著細滑、或著眾生、或都愛著。若著好色，當習青瘀觀法，黃赤不淨色等亦復如是！若著端正，當習癰脹身散觀法；若著儀容，當觀新死血流塗骨觀法；若著音聲，當習咽塞命斷觀法；若著細滑，當習骨見及乾枯病觀法；若愛眾生，當習六種觀；若都愛著，一切遍觀，或時作種種更作異觀。是名不淨觀。

問曰：「若身不淨如臭腐屍者，何從生著？」

若著淨身，臭腐爛身亦當應著；若不著臭身，淨身亦應不著。二身等故。若求二實，淨俱不可得，人心狂惑為顛倒所覆，非淨計淨。若倒心破，便得實相法觀，便知不淨虛誑不真。復次死屍，無火無命無識、無有諸根，人諦知之，心不生著；以身有暖、有命有識、諸根完具，心倒惑著。復次，心著色時謂以為淨，愛著心息即知不淨。若是實淨應當常淨，而今不然。如狗食糞謂之為淨，以人觀之甚為不淨，是身內外無一淨處。若著身外，身外薄

皮舉身取之，纔 cái 得如棕是亦不淨，何況身內三十六物？復次，推身因緣種種不淨，父母精血不淨合成，既得為身常出不淨，衣服床褥亦臭不淨，何況死處？以是當知，生死內外都是不淨(此下經本至二門初)。

復次，觀亦有三品：或初習行、或已習行、或久習行。若初習行，當教言作破皮想，除却不淨，當觀赤骨人，繫意觀行，不令外念；外念諸緣，攝念令還。若已習行，當教言想却皮肉，盡觀頭骨，不令外念；外念諸緣，攝念令還。若久習行，當教言身中一寸心却皮肉，繫意五處：頂、額、眉間、鼻端、心處。如是五處住意觀骨，不令外念；外念諸緣，攝念令還，常念觀心，心出制持。

若心疲極，住念所緣，捨外守住。譬如獼猴被繫在柱，極乃住息。所緣如柱，念如繩鎖，心喻獼猴。亦如乳母，常觀嬰兒不令墮落。行者觀心亦復如是，漸漸制心令住緣處。

若心久住是應禪法，若得禪定即有三相：身體和悅柔軟輕便，白骨流光猶如白珂，心得靜住。是為觀淨。是時便得色界中心，是名初學禪法得色界心。心應禪法即是色界法，心得此法，身在欲界，四大極大，柔軟快樂，色澤淨潔 jié，光潤和悅，謂悅樂。二者、向者骨觀白骨相中，光明遍照淨白色。三者、心住一處是名淨觀，除肉觀骨故名淨觀。如上三相皆自知之，他所不見。上三品者，初習行，先未發意；已習行，三四身修；久習行，百年身學。

第二治瞋恚法門

若瞋恚偏多，當學三種慈心法門：或初習行、或已習行、或久習行。

若初習行者，當教言慈及親愛。云何親及願與親樂？行者若得種種身心快樂，寒時得衣，熱時得涼，飢渴得飲食，貧賤得富

貴，行極時得止息，如是種種樂願親愛得，繫心在慈不令異念；異念諸緣，攝之令還。

若已習行，當教言慈及中人。云何及中人而與樂？行者若得種種身心快樂，願中人得，繫心在慈，不令異念；異念諸緣，攝之令還。

若久習行，當教言慈及怨憎。云何及彼而與其樂？行者若得種種身心快樂，願怨憎得，得與親同，同得一心，心大清淨，親中怨等，廣及世界，無量眾生，皆令得樂，周遍十方，靡不同等。大心清淨，見十方眾生皆如自見，在心目前，了了見之，受得快樂，是時即得慈心三昧。

問曰：「親愛中人願令得樂，怨憎惡人云何憐愍復願與樂？」

答曰：「應與彼樂。所以者何？其人更有種種好清淨法因，我今云何豈可以一怨故而沒其善？復次思惟：『是人過去世時或是我親善，豈以今瞋更生怨惡？我當忍彼，是我善利。』又念行法，仁德含弘，慈力無量，此不可失。復思惟言：『若無怨憎何因生忍？生忍由怨，怨則我之親善。』復次瞋報最重，眾惡中上無有過是，以瞋加物其毒難制，雖欲燒他實是自害。復自念言：『外被法服，內習忍行，是謂沙門，豈可惡聲縱此變色慙心？復次，五受陰者，眾苦林藪受惡之的，苦惱惡來何由可免？如刺刺身，苦刺無量，眾怨甚多，不可得除，當自守護，著忍革屣 xǐ。』如佛言曰：

「『	以瞋報瞋，	瞋還著之；	瞋恚不報，	能破大軍。
	能不瞋恚，	是大人法；	小人瞋恚，	難動如山。
	瞋為重毒，	多所殘害；	不得害彼，	自害乃滅。
	瞋為大瞋，	有目無覩；	瞋為塵垢，	染污淨心。
	如是瞋恚，	當急除滅；	毒蛇在室，	不除害人。』
	如是種種，	瞋毒無量；	當習慈心，	除滅瞋恚。
	是為慈三昧門。」			

第三治愚癡法門

若愚癡偏多，當學三種思惟法門：或初習行、或已習行、或久習行。

若初習行，當教言生緣老死，無明緣行。如是思惟，不令外念；外念諸緣，攝之令還。

若已習行，當教言行緣識、識緣名色、名色緣六入、六入緣觸、觸緣受、受緣愛、愛緣取、取緣有。如是思惟，不令外念；外念諸緣，攝之令還。

若久習行，當教言無明緣行、行緣識、識緣名色、名色緣六入、六入緣觸、觸緣受、受緣愛、愛緣取、取緣有、有緣生、生緣老死。如是思惟，不令外念；外念諸緣，攝之令還。

問曰：「一切智人是有明，一切餘人是無明，是中云何無明？」

答曰：「無明名一切不知。此中無明能造後世有，有者無、無者有，棄諸善、取諸惡，破實相、著虛妄。如〈無明相品〉中說：

「『 不明白益法， 不知道德業；
而作結使因， 如火鑽燧生。
惡法而心著， 遠棄於善法；
奪眾生明賊， 去來明亦劫。
常樂我淨想， 計於五陰中；
苦習盡道法， 亦復不能知。
種種惱險道， 盲人入中行；
煩惱故業集， 業故苦流迴。
不應取而取， 應取而反棄；
馳闇àn 逐非道， 蹴 cù 株而躡 bì 地。
有目而無慧， 其喻亦如是，
是因緣滅故， 智明如日出。』

「如是略說，無明乃至老死亦如是。」

問曰：「佛法中因緣甚深，云何癡多人能觀因緣？」

答曰：「二種癡人：一、如牛羊；二、種種邪見、癡惑闇蔽，邪見癡人。佛為此說，當觀因緣以習三昧。」

第四治思覺法門

若思覺偏多，當習阿那般那三昧法門。有三種學人：或初習行、或已習行、或久習行。若初習行，當教言一心念數，入息出息，若長若短，數一至十。若已習行，當教言數一至十，隨息入出，念與息俱，止心一處。若久習行，當教言數、隨、止、觀、轉觀、清淨。阿那般那三昧，六種門十六分，云何為數？一心念入息，入息至竟數一，出息至竟數二。若未竟而數為非數，若數二至九而誤，更從一數起。譬如算人，一一為二、二二為四、三三為九。

問曰：「何以故數？」

答曰：「無常觀易得故、亦斷諸思覺故、得一心故。身心生滅無常，相似相續難見；入息出息生滅無常，易知易見故。復次，心繫在數，斷諸思諸覺。思覺者：欲思覺、恚思覺、惱思覺、親里思覺、國土思覺、不死思覺。欲求淨心入正道者，先當除却三種麤 cū 思覺，次除三種細思覺，除六覺已，當得一切清淨法。譬如採金人，先除麤石砂，然後除細石砂，次第得細金砂。」

問曰：「云何為麤病？云何為細病？」

答曰：「欲、瞋、惱覺是三名麤病；親里、國土及不死覺是三名細病，除此覺已，得一切清淨法。」

問曰：「未得道者結使未斷，六思覺強從心生亂，云何能除？」

答曰：「心厭世間，正觀能遮而未能拔，後得無漏道，能拔結使根本。何謂正觀？」

「見多欲人求欲苦，
失之憂惱亦大苦，
欲無常空憂惱因，
譬如毒蛇入人室，
不定不實不貴重，
如六神通阿羅漢，
『汝不破戒戒清淨，
欲結毒蛇滿心室，
既知身戒不可毀，
汝是出家求道人，
父母生養長育汝，
咸皆涕泣戀惜汝，
而心常在欲覺中，
常樂欲火共一處，
得之守護是亦苦；
心得欲時無滿苦。
眾共有此當覺棄；
不急除之害必至。
種種欲求顛倒樂；
教誨欲覺弟子言：
不共女人同室宿；
纏綿愛喜不相離。
汝心常共欲火宿；
何緣縱心乃如是？
宗親恩愛共成就；
汝能捨離不顧念？
共欲嬉戲無厭心；
歡喜愛樂不暫離。』
「如是種種呵欲覺，如是種種正觀除欲覺。」

問曰：「云何滅瞋恚覺？」

答曰：

「從胎中來生常苦，
若念瞋惱慈悲滅，
汝念慈悲瞋惱滅，
若持淨戒念瞋恚，
譬如諸象入水浴，
一切常有老病死，
云何善人念眾生，
若起瞋恚欲害彼，
是故常念行慈悲，
若人常念行善法，
是中眾生莫瞋惱；
慈悲瞋惱不相比。
譬如明闇ān 不同處；
是人自毀破法利。
復以泥土塗全身；
種種鞭笞 chī 百千苦。
而復加益以瞋惱？
未及前人先自燒；
瞋惱惡念內不生。
是心常習佛所念；

是故不應念不善， 常念善法歡樂心。
今世得樂後亦然， 得道常樂是涅槃；
若心積聚不善覺， 自失己利并害他。
是謂不善彼我失， 他有淨心亦復沒；
譬如阿蘭若道人， 舉手哭言賊劫我。

「有人問言誰劫汝？答言財賊我不畏，我不聚財求世利，誰有財賊能侵我？我集善根諸法寶，覺觀賊來破我利；財賊可避多藏處，劫善賊來無處避。如是種種呵瞋恚，如是種種正觀除瞋恚覺。」

問曰：「云何除惱覺？」

答曰：「眾生百千種， 諸病更互恒來惱；
死賊捕伺常欲殺， 無量眾苦自沈沒。
云何善人復加惱， 讒 chán 謗謀害無慈仁？
未及傷彼被殃身。 俗人起惱是可恕，
此事世法惡業因， 亦不自言我修善。
求清淨道出家人， 而生瞋恚懷嫉心；
清冷雲中放毒火， 當知此惡罪極深。
阿蘭若人興嫉妬， 有阿羅漢他心智，
教誡苦責汝何愚， 嫉妬自破功德本？
若求供養當自集， 諸功德本莊嚴身；
若不持戒禪多聞， 虛假染衣壞法身；
實是乞兒弊惡人， 云何求供養利身？
飢渴寒熱百千苦， 眾生常困此諸惱；
身心苦厄無窮盡， 云何善人加諸惱？
譬如病瘡以針刺， 亦如獄囚考未決；
苦厄纏身眾惱集， 云何慈悲更令劇？

「如是種種呵惱覺，如是種種正觀除惱覺。」

問曰：「云何除親里覺？」

答曰：「應如是念：世界生死中自業緣牽，何者是親，何者非親？但以愚癡故，橫生著心計為我親，過去世非親為親，未來世非親為親，今世是親過去非親。譬如鳥栖，暮集一樹，晨飛各隨緣去。家屬親里亦復如是，生世界中，各各自異心，緣會故親，緣散故疎，無有定實，因緣果報，共相親近。譬如乾沙，緣手團tuán握，緣捉故合，緣放故散。父母養子，老當得報，子蒙懷抱養育故應報，若順其意則親，若逆其意是賊。有親不能益而反害，有非親無損而大益，人以因緣故而生愛，愛因緣故而更斷。譬如畫師作婦女像還自愛著，此亦如是，自生染著，染著於外。過去世中汝有親里，今世於汝復何所作？汝亦不能益過去親，過去親不益汝，兩不相益，空念之為是親非親，世界中不定無邊。如阿羅漢教新出家戀親弟子言：『如惡人吐食更欲還噉，汝亦如是！汝已得出家，何以還欲愛著，是剃髮染衣、是解脫相？汝著親里不得解脫，還為愛所繫，三界無常流轉不定，若親非親，雖今親里久久則滅，如是十方眾生迴轉，親里無定是非我親。』人欲死時無心無識，直視不轉，閉氣命絕如墮閻àn坑，是時親里家屬安在？若初生時先世非親，今強和合作親，若當死時復非親，如是思惟，不當著親。如人兒死，一時三處父母俱時啼哭，誑天上父母妻子，人中亦為誑，龍中父母亦為誑，如是種種正觀除親里覺。」

問曰：「云何除國土覺？」

答曰：「行者若念是國土，豐樂安隱多諸好人，恒為國土覺繩所牽，將去罪處。覺心如是，若有智人不應念著。何以故？國土種種過罪所燒時節轉故，亦有飢餓身疲極故，一切國土無常安者。復次，老病死苦無國不有，從是間身苦去、得彼處身苦，一切國土去無不苦。假有國土安隱豐樂，而有結惱心生苦患，是非好國

土；能除雜惡國土、能薄結使令心不惱，是謂好國土。一切眾生有二種苦：身苦。心苦。常有苦惱，無有國土無此二惱。復次有國土大寒，有國土大熱，有國土飢餓，有國土多病，有國土多賊，有國土王法不理。如是種種國土之惡心不應著，如是正觀除國土覺。」

問曰：「云何除不死覺？」

答曰：「應教行者，若好家生、若種族子，才技力勢勝人，一切莫念。何以故？一切死時，不觀老少貴賤、才技力勢。是身是一切憂惱諸因緣，因自見少多壽，若得安隱，是為癡人。何以故？是謂憂惱因。依是四大、四大造色，如四毒蛇共不相應，誰得安隱者？出息期入，是不可信。復次人睡時欲期必覺，是事難信。受胎至老，死事恒來，求死時節言常不死，云何可信？譬如殺賊，拔刀、注箭常求殺人，無憐愍心。人生世間死力最大，一切無勝死力強者，若過去世第一妙人無能脫此死者，現在亦無大智人能勝死者，亦非軟語求、非巧言誑可得避脫；亦非持戒精進能却此死。以是故當知，人常危脆不可怙恃，莫信計常我壽久活，是諸死賊常將人去，不付老竟然後當殺。」

「如阿羅漢教諸覺所惱弟子言：『汝何以不知厭世入道？何以作此覺？有人未生便死，有生時死者，有乳哺時、有斷乳時、有小兒時、有盛壯時、有老時，一切時中，間死法界。譬如樹華，華時便墮，有果時墮，有未熟時墮。是故當知，勤力精進求安隱道，大力賊共住不可信。此賊如虎巧覆藏身，如是死賊常求殺人。』

「世界所有空如水泡，云何當言待時入道？何誰能證言汝必老可得行道？譬如嶮岸大樹上有大風，下有大水崩其根土，誰當信此樹得久住者？人命亦如是，少時不可信。父如穀 gǔ 子，母如好田，先世因緣罪福如雨澤，眾生如穀，生死如收刈 yì。種種諸天子人王智德，如天王佐天鬪破諸阿須倫軍，種種受樂，極高大

明，還沒在黑闇。以是故，莫信命活，言我今日當作此，明後當作是。如是正觀種種，除不死覺。

「如是先除麤思覺，却後除細思覺，心清淨生得正道，一切結使盡，從是得安隱處，是謂出家果。心得自在，三業第一清淨，不復受胎，讀種種經多聞，是時得報果。如是得時，不空破魔王軍，便得第一勇猛名稱。世界中煩惱將去，是不名健；能破煩惱賊，滅三毒火，涼樂清淨，涅槃林中安隱高枕，種種禪定、根、力、七覺，清風四起，顧念眾生沒三毒海，德妙力如是，乃名為健。如是等散心，當念阿那般那，學六種法斷諸思覺，以是故念數息。」

問曰：「若餘不淨、念佛、四等觀中，亦得斷思覺，何以故獨數息？」

答曰：「餘觀法寬難失故，數息法急易轉故。譬如放牛，以牛難失故，守之少事，如放獼猴易失故，守之多事，此亦如是！數息心數不得少時他念，少時他念則失數，以是故初斷思覺應數息。」

已得數法，當行隨法，斷諸思覺，入息至竟，當隨莫數一；出息至竟，當隨莫數二。譬如負債人，債主隨逐，初不捨離。如是思惟是入息，是還出更有異？出息是還入，更有異？是時知入息異、出息異。何以故？出息暖、入息冷。

問曰：「入出息是一息。何以故？出息還更入故。譬如含水水暖，吐水水冷，冷者還暖，暖者還冷故。」

答曰：「不爾！內心動故有息出，出已即滅。鼻口引外則有息入，入故息滅，亦無將出亦無將入。復次，少、壯、老人，少者入息長，壯者入出息等，老者出息長，是故非一息。復次，臍邊風發相似相續，息出至口鼻邊，出已便滅。譬如⁴囊中風，開時

校勘記：“ ”在《坐禪三昧經》中共有5處。【元】【宮】本用的是“鞞bài”：皮鼓風箱。【明】本用的是“鞞bài”：古代用來鼓風吹火的皮囊，俗稱“風箱”。

即滅。若以口鼻因緣引之則風入，是從新因緣邊生。譬如扇，眾緣合故則有風。是時知入出息因緣，而有虛誑不真、生滅無常。如是思惟，出息從口鼻因緣引之而有，入息因緣心動令生，而惑者不知以為我息。」

息者是風，與外風無異，地、水、火、空亦復如是！是五大因緣合故生識，識亦如是，非我有也！五陰、十二入、十八持亦復如是！如是知之，逐息入息出，是以名隨。

已得隨法當行止法。止法者，數隨心極，住意風門，念入出息。

問曰：「何以故止？」

答曰：「斷諸思覺故，心不散故。數隨息時，心不定、心多劇故；止則心閑少事故，心住一處故。」

念息出入，譬如守門人門邊住，觀人入出。止心亦爾！知息出時，從臍、心、胸、咽至口、鼻。息入時從口、鼻、咽、胸、心至臍。如是繫心一處，是名為止。

復次心止法中住觀。入息時五陰生滅異，出息時五陰生滅異，如是心亂便除却，一心思惟令觀增長，是名為觀法。

捨風門住離龕觀法，離龕觀法知息無常，此名轉觀。觀五陰無常，亦念入息出息生滅無常。見初頭息無所從來，次觀後息亦無跡處，因緣合故有，因緣散故無，是名轉觀法。

除滅五蓋及諸煩惱，雖先得止觀，煩惱不淨心雜，今此淨法心獨得清淨。復次，前觀異學相似行道念息入出，今無漏道相似行善有漏道，是謂清淨。復次，初觀身念止分，漸漸一切身念止，次行痛心念止，是中非清淨，無漏道遠故。今法念止中，觀十六行念入出息，得煖 nuǎn 法、頂法、忍法、世間第一法，苦法忍乃至無學盡智，是名清淨。

是十六分中，初入息分六種安那般那行，出息分亦如是！一

心念息入出若長若短，譬如人怖走上山，若擔負重、若上氣，如是比是息短；若人極時得安息歡喜，又如得利、從獄中出，如是為息長。一切息隨二處：若長、若短處，是故言息長息短。是中亦行安那般那六事，念諸息遍身，亦念息出入，悉觀身中諸出息入息，覺知遍至身中乃至足指，遍諸毛孔如水入沙；息出覺知從足至髮，遍諸毛孔亦如水入沙。譬如 鬲囊入出皆滿，口鼻風入出亦爾！觀身周遍見風行處，如藕根孔亦如魚網。復次，非獨口鼻觀息入出，一切毛孔及九孔中，亦見息入息出。是故知息遍諸身，除諸身行，亦念入出息。

初學息時，若身懈怠、睡眠、體重，悉除棄之！身輕柔軟隨禪定心受喜，亦念息入出，除懈怠、睡眠、心重，得心輕柔軟，隨禪定心受喜。

復次入息念止中竟，次行痛念止；已得身念止，實今更得痛念止，實受喜。復次已知身實相，今欲知心心數法實相，是故受喜，亦念息入出受樂；亦念息入出是喜，增長名為樂。復次初中生悅是名喜，後遍身喜是名樂。復次初禪、二禪中樂痛名喜，三禪中樂痛名受樂。受諸心行，亦念息入出。諸心生滅法、心染法心不染法、心散法心攝法、心正法心邪法，如是等諸心相名為心行。心作喜時亦念息入出，先受喜，自生不？故作念心故作喜。

問曰：「何以故故作喜？」

答曰：「欲治二種心：或散心、或攝心。如是作心得出煩惱，是故念法心作喜。」

復次，若心不悅勸勉令喜，心作攝時亦念息入出，設心不定強伏令定。如經中說：「心定是道，心散非道。」心作解脫時亦念息入出，若意不解強伏令解。譬如羊入蒼耳，蒼耳著身，人為漸漸出之。心作解脫諸煩惱結，亦復如是！是名心念止作解脫。

觀無常亦念息入出，觀諸法無常、生滅、空、無吾我，生時

諸法空生，滅時諸法空滅，是中無男、無女、無人、無作、無受，是名隨無常觀。

觀有為法出散亦念息入出無常，是名出散。諸有為法現世中出，從過去因緣和合故集，因緣壞故散，如是隨觀，是名出散觀。

觀離欲結亦念息入出，心離諸結，是法第一，是名隨離欲觀。

觀盡亦念息入出，諸結使苦在在處盡，是處安隱，是名隨盡觀。

觀棄捨亦念息入出，諸染愛煩惱身心五陰諸有為法棄捨，是第一安隱。如是觀是名隨法意止觀，是名十六分。

第五治等分法門

第五法門治等分行，及重罪人求索佛，如是人等當教一心念佛三昧。念佛三昧有三種人：或初習行、或已習行、或久習行。

若初習行人，將至佛像所，或教令自往諦觀佛像相好，相相明了，一心取持。還至靜處，心眼觀佛像，令意不轉，繫念在像，不令他念；他念攝之，令常在像。若心不住，師當教言：「汝當責心：『由汝受罪，不可稱計，無際生死，種種苦惱，無不更受。若在地獄，吞飲洋銅，食燒鐵丸；若在畜生，食糞噉草；若在餓鬼，受飢餓苦；若在人中，貧窮困厄；若在天上，失欲憂惱。常隨汝故，令我受此種種身惱心惱、無量苦惱。今當制汝，汝當隨我。我今繫汝一處，我終不復為汝所困更受苦毒也。汝常困我，我今要當以事困汝。』」如是不已，心不散亂，是時便得心眼見佛像相光明，如眼所見無有異也。如是心住，是名初習行者思惟。

是時當更念言：「是誰像相？則是過去釋迦牟尼佛像相。如我今見佛形像，像亦不來我亦不往。」如是心想見過去佛，初降神時震動天地。有三十二相大人相：一者、足下安平立。二者、足下千輻輪。三者、指長好。四者、足跟廣。五者、手足指合縵網。

六者、足趺高平好。七者、伊尼延鹿躡shuàn。八者、平住手過膝。九者、陰馬藏相。十者、尼俱盧陀身。十一者、一一孔一一毛生。十二者、毛生上向而右旋。十三者、身色勝上金。十四者、身光面一丈。十五者、皮薄好。十六者、七處滿。十七者、兩腋下平好。十八者、上身如師子。十九者、身大好端直。二十者、肩圓好。二十一者、四十齒。二十二者、齒白齊密等而根深。二十三、四牙白而大。二十四者、頰jiá方如師子。二十五者、味中得上味。二十六者、舌大廣長而薄。二十七者、梵音深遠。二十八者、迦蘭頻伽聲。二十九者、眼紺青色。三十者、眼睫jié如牛王。三十一者、頂髮肉骨成。三十二者、眉間白毛長好右旋。

復次八十種小相：一者、無見頂。二者、鼻直高好孔不現。三者、眉如初生月紺琉璃色。四者、耳好。五者、身如那羅延。六者、骨際如鉤鎖。七者、身一時迴如象王。八者、行時足去地四寸而印文現。九者、爪如赤銅色薄而潤澤。十者、膝圓好。十一者、身淨潔jié。十二者、身柔軟。十三者、身不曲。十四者、指長圓纖xiān。十五者、指紋如畫雜色莊嚴。十六者、脈mài深不現。十七者、踝深不現。十八者、身潤光澤。十九者、身自持不委陀。二十者、身滿足(三月受胎二月生)。二十一者、容儀備bèi足。二十二者、住處安(如牛王立不動)。二十三、威振一切。二十四者、一切樂觀。二十五者、面不長。二十六者、正容貌不撓色。二十七者、脣chún如頻婆果色。二十八者、面圓滿。二十九者、響xiǎng聲深。三十者、臍圓深不出。三十一者、毛處處右旋。三十二、者手足滿。三十三者、手足如意(舊言內外握者是)。三十四者、手足文明直。三十五者、手文長。三十六者、手文不斷。三十七者、一切惡心眾生見者皆得和悅色。三十八者、面廣姝shū。三十九者、面如月。四十者、眾生見者不怖不懼。四十一者、毛孔出香風。四十二者、口出香氣眾生遇者樂法七日。四十三者、

儀容如師子。四十四者、進止如象王。四十五者、行法如鵝王。四十六者、頭如磨陀羅果(此果不圓不長)。四十七者、聲分滿足(聲有六十種分，佛皆具足)。四十八者、牙利。四十九者、(無漢名故不得出也)。五十者、舌大而赤。五十一者、舌薄。五十二者、毛純紅色色淨潔 jié。五十三者、廣長眼。五十四者、孔門滿(九孔門相具足滿)。五十五者、手足赤白如蓮華色。五十六者、腹不見不出。五十七者、不凸腹。五十八者、不動身。五十九者、身重。六十者、大身。六十一者、身長。六十二者、手足滿淨。六十三者、四邊遍大光，光明自照而行。六十四者、等視眾生。六十五者、不著教化不貪弟子。六十六者、隨眾聲滿不減不過。六十七者、隨眾音聲而為說法。六十八者、語言無礙。六十九者、次第相續說法。七十者、一切眾生目不能諦視相知盡。七十一者、視無厭足。七十二者、髮長好。七十三者、髮好。七十四者、髮不亂。七十五者、髮不破。七十六者、髮柔軟。七十七者、髮青毘琉璃色。七十八者、髮絞上。七十九者、髮不稀。八十者、胸有德字手足有吉字。

光明徹照無量世界，初生行七步，發口演要言，出家勤苦行，菩提樹下，降伏魔軍，後夜初明，成等正覺，光相分明，遠照十方，靡不周遍，諸天空中，弦歌供養，散華雨香，一切眾生，咸敬無量，獨步三界，還顧轉身，如象王迴，觀視道樹，初轉法輪，天人得悟，以道自證得至涅槃。

佛身如是，感發無量，專心念佛，不令外念；外念諸緣，攝之令還。如是不亂，是時便得見一佛、二佛乃至十方無量世界諸佛色身，以心想故皆得見之，既得見佛又聞說法言。或自請問，佛為說法解諸疑網。既得佛念，當復念佛功德法身，無量大慧，無崖底智，不可計德。**多陀阿伽度**⁵(多陀秦言如。阿伽度言解，亦言實

⁵此段经文中，括号内的字，有对前面字词的解釋。共修讀誦時，括号内的字可不讀。括号内的古代反切法读音，已标注现代拼音。

語，又言諸餘聖人安隱道來佛如是來；復次更不來後有中) **阿犁** lí呵(阿犁秦言賊。呵言殺。佛以忍辱為鎧、精進為堅牢、禪定為弓、智慧為箭，殺憍慢等賊，故名殺賊) **三藐** miǎo **三佛陀**(三藐秦言真實。三佛陀言一切覺。覺苦因習、涅槃因道，正解見四實不可轉，了盡無餘，故言真實覺一切) **鞞** pǐ **伽** qié **遮羅那**(鞞伽秦言明。遮羅那言善行。明三明也，行清淨之行，以之獨成無師大覺，故言明善行也) **三般那**(秦言滿成) **宿伽陀**(秦言善解，亦名善自得，又言善說無患) **路伽憊** bèi(路伽秦言智。智者知世因知盡道，故名世智。世智知世也) **阿耨多羅**(秦言無上。善法聖智示導一切，大德無量，梵魔眾聖莫有及者，何況能過佛尊德大？故言無上) **富樓沙曇藐**(富樓沙秦言大丈夫。曇藐言可言、可化丈夫、調御師。佛以大慈大悲大智故，有時軟美語、有時苦切語，或以親教，以此調御令不失道，故名佛為可化丈夫、調御師法也) **舍** shē **多提婆魔菟** nóu **舍喃** nán(秦言天人師。盡能解脫一切人煩惱，常住不退上法) **佛婆伽婆**(過去未來現在，行不行知行盡不盡，一切諸法菩提樹下一切了了知，故名佛婆伽婆。言：有大名聲。復次婆名女根。婆名吐。永棄女根，故女根吐也)。

爾時，復念二佛神德，三四五佛乃至無量盡虛空界，皆悉如是。復還見一佛，能見一佛作十方佛，能見十方佛作一佛。能令一色作金、銀、水精、毘琉璃色，隨人意樂悉令見之。

爾時惟觀二事：虛空佛身及佛功德，更無異念，心得自在意不馳散，是時得成念佛三昧。

若心馳散念在五塵，若在六覺者，當自勗 xù勉，剋勵其心，強制伏之！如是思惟人身難得、佛法難遇，故曰：「眾明日為最、諸智佛為最。」所以者何？佛興大悲，常為一切故，頭目髓腦救濟眾生，何可放心不專念佛而孤負重恩？若佛不出世，則無人道、天道、涅槃之道；若人香華供養，以骨、肉、血、髓起塔供養，未若行人以法供養得至涅槃。雖然猶負佛恩，設當念佛空無所獲，猶應勤心專念不忘，以報佛恩，何況念佛得諸三昧智慧成佛，而

不專念？

是故行者常當專心令意不散，既得見佛請質所疑，是名念佛三昧。除滅等分及餘重罪。

坐禪三昧經卷上

坐禪三昧經卷下

姚秦三藏鳩摩羅什譯

爾時，行者雖得一心，定力未成，猶為欲界煩惱所亂，當作方便，進學初禪，呵棄愛欲。云何呵棄？觀欲界過，欲為不淨，種種不善；當念初禪，安隱快樂。

觀欲云何知欲無常？功德怨家，如幻如化，空無所得，念之未得，癡心已亂，何況已得，姪欲纏覆？天上樂處，猶不常安，何況人中？人心著欲，無有厭足，如火得薪，如海吞流。如頂生王，雖雨七寶、王四天下、帝釋分座，猶不知足。如那睺沙（姓也），轉金輪王，為欲所逼，墮蟒蛇中。又如仙人，食果衣草，隱居深山，被髮求道，猶復不免，欲賊所壞。欲樂甚少，怨毒甚多。著欲之人，惡友相近，善人踈遠。欲為毒酒，愚惑醉死；欲為欺誑，走使愚人，疲苦萬端，不得自在。唯有離欲，身心安隱，快樂無極。欲無所得，如狗齧 yǎo 枯骨。求欲勤勞，極苦乃得，得之甚難，失之甚易。如假借須臾，勢不得久，如夢所見，恍惚即滅。欲之為患，求之既苦，得之亦苦，多得多苦。如火得薪，多益多熾，欲如搏肉，眾鳥競逐。以要言之！如蛾赴火，如魚吞鉤，如鹿逐聲，如渴飲鹹 xián 水。一切眾生，為欲致患，無苦不至。是故當知，欲為毒害，當求初禪，滅斷欲火。行者一心精懃信樂，令心增進，意不散亂，觀欲心厭，除結惱盡，得初禪定；離欲盛火得清涼定，如熱得蔭，如貧得富。是時便得，初禪喜覺，思惟禪中，種種功德，觀分別好醜 chǒu，便得一心。

問曰：「修行禪人，得一心相，云何可知？」

答曰：「面色悅澤，徐行靖正，不失一心，目不著色，神德定力，不貪名利，擊破憍慢，其性柔軟，不懷毒害，無復慳嫉，直信心淨，論議不諍，身無欺誑，易可與語；柔軟慚愧，心常在法，懃修精進，持戒完具，誦經正憶，念隨法行，意常喜悅，瞋處不

瞋；四供養中，不淨不受，淨施則受，知量止足；寤起輕利，能行二施，忍辱除邪，論議不自滿，言語訖 xiǎn 少；謙恪 kè 恭敬上中下座，善師善知識常親近隨順；飲食知節，不著欲味，樂獨靜處，若苦若樂，心忍不動，無怨無競，不喜鬪 dòu 訟。如是等種種相，得知一心相。」

此覺、觀二事，亂禪定心，如水澄靜，波蕩則濁，行者如是，內已一心，覺觀所惱，如極得息，如睡得安。是時次第無覺無觀，生清淨定，內淨喜樂，得入二禪。

心靜默然，本所不得，今得此喜。是時心觀，以喜為患，如上覺觀，行無喜法，乃離喜地，得賢聖所說樂，一心諦知念護得入三禪。

已棄喜故，諦知憶念樂護，聖人言樂護，餘人難捨，樂中第一，過此以往，無復樂也。是故一切聖人，於一切淨地中，說慈為第一樂。樂則是患。所以者何？第一禪中心不動轉，以無事故，有動則有轉，有轉則有苦，是故三禪以樂為患。復以善妙捨此苦樂，先棄憂喜除苦樂意，護念清淨得入第四禪。不苦不樂護清淨念一心，是故佛言：「護最清淨第一，名第四禪。」以第三禪樂動故，名之為苦，是故四禪除滅苦樂，名不動處。

漸觀空處，破內外色想，滅有對想，不念種種色想；觀無量空處，常觀色過；念空處定上妙功德。習念是法，逮得空處。

念無量識處，觀空處過，念無量識處功德。習念是法，逮得識處。

念無所有處，觀識處過，念無所有處功德。習念是法，便得無所有處。

念非有想非無想處，若一切想其患甚多，若病若瘡，若無想，是愚癡處。是故非有想非無想，是第一安隱善處。觀無所有處過，念非有想非無想功德，習念是法，便得非有想非無想處。

或有行者！先從初地乃至上地，復於上地習行慈心，先自得樂破瞋恚毒，次及十方無量眾生。是時便得慈心三昧。悲心憐愍眾生之苦，能破眾惱，廣及無量眾生。是時便得悲心三昧。能破不悅，令無量眾生皆得喜悅。是時便得喜心三昧。能破苦樂，直觀十方無量眾生，是時便得護心三昧。二禪亦復如是，三禪四禪除喜。

次學五通，身能飛行變化自在。行者一心欲定、精進定、一心定、慧定。一心觀身，常作輕想，欲成飛行，若大若小(以欲定過為大，以欲定減為小)，此二俱患，精進翹勤，常能一心，思惟輕觀，如能浮人，心力強故，而不沈沒；亦如猿猴，從高上墮，心力強故，身無痛患。此亦如是，欲力、精進力、一心力、慧力，令其廣大，而身更小，便能運身。

復次觀身空界。常習此觀，欲力、精進力、一心力、慧力極為廣大，便能舉身。如大風力，致重達遠，此亦如是！初當自試，離地一尺二尺，漸至一丈，還來本處。如鳥子學飛，小兒學行，思惟自審，知心力大，必能至遠。學觀四大，除却地大但觀三大，心念不散，便得自在，身無罣礙，如鳥飛行。當復學習，遠作近想，是故近滅遠出。

復能變化諸物，如觀木地種，除却餘種，此木便變為地。所以者何？木有地種分故。水、火、風、空，金銀寶物，悉皆如是。何以故？木有諸種分故。是初神通根本。

四禪有十四變化心：初禪二果：一者、初禪。二者、欲界。二禪三果：一者、二禪。二者、初禪。三者、欲界。三禪四果：一者、三禪。二者、二禪。三者、初禪。四者、欲界。四禪五果：一者、四禪。二者、三禪。三者、二禪。四者、初禪。五者、欲界。餘通如《摩訶衍論》中說。

世尊弟子習學五法門志求涅槃，有二種人：或好定多，以快

樂故。或好智多，畏苦患故。定多者，先學禪法，後學涅槃。智多者，直趣涅槃。直趣涅槃者，未斷煩惱亦未得禪，專心不散直求涅槃，越愛等諸煩惱，是名涅槃。

身實無常、苦、不淨、無我，以心顛倒故常、樂、我、淨。以是故事事愛著其身，是則底下眾生。行者欲破顛倒故，當習四念止觀：觀身種種，多諸苦患。從因緣生故無常，種種惱故苦，身有三十六物故不淨，以不得自在故無我。習如是觀，觀內身、觀外身、觀內外身，習如是觀，是謂身念止。

身實相如是！何故於此，而起顛倒愛著此身？諦思惟念，身邊樂痛，以愛樂痛故著此身，當觀樂痛實不可得。云何不得因衣食故致樂？樂過則苦生，非實樂故。如患瘡苦，以藥塗治，痛止為樂。以大苦故，謂小苦為樂，非實樂也。復次以故苦為苦，新苦為樂。如擔重易肩，而以新重為樂，非實常樂也。如火性熱，無暫冷時。若是實樂，不應有不樂。

或曰：「外事是樂，因緣不必是樂，或時樂因、或時苦因。若使心法與愛相應，爾時是樂；與患相應，爾時是苦；與癡相應，不苦不樂。以此推之，可知有樂無樂。」

答曰：「無也。婬欲不應是樂。何以故？若婬欲在內，不應外求女色，外求女色當知婬苦。若婬是樂，不應時時棄，若棄不應是樂。於大苦中，以小苦為樂也。如人應死，全命受鞭，以是為樂。欲心熾盛，以欲為樂，老時厭欲，知欲非樂。若實樂相，不應生厭。如是種種，因緣欲樂相，實不可得，樂失則苦。佛言：『樂痛應觀苦，苦痛應觀樂，如箭在體，不苦不樂應觀生滅無常。』是謂痛念止。」

當知心受苦樂、受不苦不樂。云何心？是心無常，從因緣生故。生滅不住，相似生故，但顛倒故，謂是為一。本無今有，已有還無，是故無常。觀知心空。云何為空？從因緣生，有眼有色，

可見憶念，欲見如是等，和合眼識生。如日愛珠，有日有珠，有乾草牛屎，眾緣和合，於是火生。一一推求，火不可得，緣合有火。眼識亦爾，不住眼中，亦非色中住，不兩中間住，無有住處，亦復不無。是故佛言：「如幻如化」。現在心觀過去心，或苦、或樂、或不苦不樂，心各各異各各滅，有欲心、無欲心亦如是，各各異各各滅，觀內心、觀外心、觀內外心亦如是。是名心念止。

復次觀心為屬誰？觀想、思惟、念欲等諸心相應法不相應法，諦觀其主，主不可得。何以故？從因緣生故無常，無常故苦，苦故不自在，不自在故無主，無主故空。前別觀身、痛、心法不可得，今更總觀四念止中主不可得，離此處求亦不可得。若常不可得，無常亦不可得；若常應當常苦常樂，亦不應忘；若常有神者，無殺惱罪，亦無涅槃；若身是神，無常身滅，神亦應滅，亦無後世，亦無罪福。如是遍觀無主，諸法皆空不自在，因緣合故生，因緣壞故滅，如是緣合法，是名法念止。

若行者得法念止，厭世間空老病死法，都無少許常樂我淨，我於此空法復何所求？應當入涅槃最善法中住。建精進力，得深舍摩陀故(深舍摩陀者，住心一處名也，此土無是名)。是時得深舍摩陀，住第四法念止中，觀諸法相，皆苦無樂，無樂是實，餘者妄語。苦因愛等諸煩惱及業，是非天、非時、非塵等種種妄語中生，是煩惱及業出生，此苦是苦。

入涅槃時一切滅盡，非色、無色界及世界始世界始，(外道謂一切有法之初，色為世界始，外道謂涅槃也。以此有始，能化作萬物，即名造化也)等種種妄語，能滅此苦。正見等八直是涅槃道，非餘外道苦行，種種空持戒、空禪定、空智慧。何以故？佛法中戒、定、慧三法合行能入涅槃，譬如人立平地，持好弓箭，能射殺怨賊，三法合行亦如是！戒為平地，禪定為快弓，智慧為利箭，三事備 bèi 足，能殺煩惱賊，以是故外道輩不得涅槃。

行者是時作四法緣，觀緣如射博。觀苦四種：因緣生故無常，身心惱故苦，無一可得故空，無作無受故無我。觀習四種：煩惱有漏業和合故集，相似果生故因，是中得一切行故生，非相似果相續故緣。觀盡四種：一切煩惱覆故閉，除煩惱火故滅，一切法中第一故妙，世間過去故出。觀道四種：能到涅槃故道，不顛倒故正，一切聖人去處故跡，得脫世愁惱故離。如是觀者得無漏相似法，名為煖 nuǎn 法。云何名煖？常懃精進故名煖法。諸煩惱薪，無漏智火燒，火欲出初相，名為煖法，譬如鑽 zuān 火，初鑽煙 yān 出，是名煖，是為涅槃道初相。

佛弟子中有二種人：一者、多好一心求禪定，是人漏道。二者、多除愛著好實智慧，是人直趣涅槃入煖法中。有煖相者深得一心，實法鏡到無漏界邊(鏡中像似面，界邊非中故以為喻)。行者是時大得安隱，自念：「我定當得涅槃，見此道故。」如人穿井得至濕泥，知當得水不久；如人擊賊賊已退散，自知得勝意中安隱；如人怖死，人欲知活不？當先試之以杖打身，若隱胗脈起者，知是有煖，必可得活；亦如聽法人思惟喜悅心著，是時心熱，行者如是有煖法，故名有煖，亦名能得涅槃分善根。是善根法有十六行四諦，緣六地中一智慧一切無漏法基，野人能行安隱(於無漏踈，故名為野人，案梵本爾，先言凡夫人，非)，是名有煖法。

增進轉上，更名頂法，如乳變為酪。是人觀法實相，我當得苦脫，心愛是法是為真法，能除種種苦患及老病死。是時，思惟此法誰說？是佛世尊！從是得佛寶中信心清淨大歡喜悅。若無此法，一切煩惱誰當能遮？我當云何得實智慧少許明？從是得法寶中信心清淨大歡喜悅。若我不得佛弟子輩好伴，云何當得實智慧少許明？從是得僧寶中信心清淨大歡喜悅。是三寶中得一心清淨合實智慧，是頂善根，亦名頂法，亦名能得涅槃分善根。如《波羅延經》中說：

「佛寶法僧寶， 誰有少信淨；
是名頂善根， 汝曹一心持。」

云何為少信？於佛、菩薩、辟支佛、阿羅漢邊為少，於野人邊為多；復次，此可破可失，是故名少。如《法句》說：

「芭蕉生實死， 竹生實亦然！
驪有子則死， 小人得養死。
破失非利故， 小人得名譽；
白淨分失盡， 乃至頂法墮。」

復次，未斷諸結使，未得無漏無量慧心，以是故名少。

復次。懃精進一心入涅槃道中，更了了觀五陰、四諦十六行。是時，心不縮不悔不退，愛樂入忍，是名忍善根。忍何等？隨四諦觀行，是名為忍。是善根三種：上、中、下三時。

云何名忍？觀五陰無常、苦、空、無我，心忍不退，是名忍。

復次，觀諸世間盡苦空無有樂，是苦因習愛等諸煩惱，是習智緣盡，是名上法，更無有上。八直道能令行人得至涅槃，更無有上。如是信心不悔不疑，忍是名忍。是中更有忍，種種結使、種種煩惱疑悔，來入心中不能令破，譬如石山種種風水不能漂動，是故名忍，是事得名真好野人。如佛說《法句》中：

「世界正見上， 誰有得多者？
乃至千萬歲， 終不墮惡道。」

是世間正見，是名為忍善根。

是人多增進，一心極厭世界行，欲了了四諦相，作證趣涅槃，如是一心中，是名世間第一法。一時住四行：無常、苦、空、無我，觀一諦，苦法忍共緣故。何以故？觀欲界五受陰，無常、苦、空、無我，是中心忍入慧，亦是相應心心數法，是名苦法忍。身業、口業及心不相應諸行，現在未來世一切無漏法初門，是名苦法忍(法無漏法忍信受也)。

次第生苦法智。苦法忍斷結使，苦法智作證。譬如一人刈 yì，一人束，亦如利刀斫竹得風即偃，忍智功夫故，是事得辦。欲界繫見苦，斷十結得得，爾時異等智得，無漏智未得，無漏慧得。是時成就一智(等智未來成就)，第二心中成就法智、苦智等智，過第三心、第四心成就四智：苦智、法智、比智、等智。習、盡、道法智中，一一智增，離欲人知他心智成就增；苦比忍、苦比智斷十八結，是四心苦諦能得。習法忍、習法智斷欲界繫七結；習比忍、習比智斷色、無色界繫十三結。盡法忍、盡法智斷欲界繫七結；盡比忍、盡比智斷色、無色界繫十二結。道法忍、道法智斷欲界繫八結；道比忍、道比智斷色、無色界繫十四結。道比智是名須陀般那(下子上子)，實知諸法相。

是十六心能，十五心中利根名隨法行，鈍根名隨信行。是二人未離欲，名初果向。先未斷結，得十六心，名須陀般那。若先斷六品結，得十六心，名息忌陀伽迷(秦言一來)。若先斷九品結，得十六心，名阿那伽迷(秦言不來)。先未離欲，斷八十八結故，名須陀般那；復次無漏果善根得得，故名須陀般那。利根名見得，鈍根名信愛。思惟結未斷，餘殘七世生，若思惟結三種斷，名家家三世生。聖道八分、三十七品名流，流向涅槃，隨是流行，故名須陀般那，是為佛初功德子。惡道得脫，三結斷，三毒薄，名息忌陀伽迷。復次欲界結九種(上上、上中、上下、中上、中中、中下、下上、下中、下下)，見諦斷、思惟斷。

若凡夫人，先以有漏道，斷欲界繫六種結，入見諦道十六心中，得名息忌陀伽迷。若八種斷，入見諦道第十六心中，一種名息忌陀伽迷果向呵那伽迷。

若佛弟子得須陀般那，單斷三結，欲得息忌陀伽迷，是思惟斷欲界繫九種結、六種斷，是名息忌陀伽迷八種斷；是名一種息忌陀伽迷果向阿那伽迷。

若凡夫人先斷欲界繫九種結，入見諦道第十六心中，名阿那伽迷；若得息忌陀伽迷進，斷三種思惟結，第九解脫道，名阿那伽迷。

阿那伽迷有九種：今世必入涅槃阿那伽迷，中陰入涅槃阿那伽迷，生已入涅槃阿那伽迷，慇求入涅槃阿那伽迷，不慇求入涅槃阿那伽迷，上行入涅槃阿那伽迷，至阿迦尼吒入涅槃阿那伽迷，到無色定入涅槃阿那伽迷，身證阿那伽迷行向阿羅漢阿那伽迷。色、無色界九種結，以第九無礙道金剛三昧破一切結，第九解脫道盡智修一切善根，是名阿羅漢果。

是阿羅漢有九種：退法、不退法、死法、守法、住法、必知法、不壞法、慧脫、共脫。濡智濡進行五種法退，是名退法。利智利進行五種法不退，是名不退法。濡智濡進利，厭思惟自殺身，是名死法。濡智大進自護身，是名守法。中智中進、不增不減處中而住，是名住法。少利智慇精進，能得不壞心解脫，是名必知法。利智大進，初得不壞心解脫，是名不壞法。不能入諸禪，未到地中諸漏盡，是名慧解脫。得諸禪亦得滅禪諸漏盡，是名共解脫。

有阿羅漢，一切有為法常厭滿足，更不求功德，待時入涅槃。有阿羅漢，求四禪、四無色定、四等心、八解脫、八勝處、十一切、入九次第、六神通，願智阿蘭若那三昧(秦言無諍。阿蘭若言無事，或言空寂。舊言須菩提常行空寂，行非也，自是無諍行耳！無諍者將護眾生，不令起諍，於我耳起諍，如舍利弗、目連夜入陶屋中宿，致拘迦離起諍者是也)，超越三昧熏禪三解脫門及放捨(放捨者，三脫門，空、無願、無相。空無願無相，即十二門念，反著者也)，更作利智慇精進，入如是諸禪功德，是名得不退法、不壞法。

若佛不出世，無佛法無弟子時，是時離欲人辟支佛出。辟支

佛有三種：上、中、下。下者本得須陀般那、若息忌陀伽迷。是須陀般那於第七世生人中，是時無佛法，不得作弟子；復不應八世生，是時作辟支佛。若息忌陀伽迷二世生，是時無佛法，不得作弟子；復不應三世生，是時作辟支佛。有人願作辟支佛，種辟支佛善根，時無佛法，善根熟，爾時厭世出家得道，名辟支佛，是名中辟支佛。有人求佛道，智力進力少，以因緣退(如舍利弗是也)，是時佛不出世，無佛法亦無弟子，而善根行熟，作辟支佛，有相好若少若多，厭世出家得道，是名上辟支佛。

於諸法中智慧淺入，名阿羅漢；中入名辟支佛；深入名佛。如遙見樹，不能分別枝；小近能分別枝，不能分別華、葉；到樹下盡能分別知樹枝、葉、華、實。聲聞能知一切諸行無常，一切諸法無主，唯涅槃善安隱。聲聞能如是觀，不能分別深入深知；辟支佛少能分別，亦不能深入深知；佛知諸法分別究暢，深入深知也。

如波羅奈國王，夏暑熱時處高樓上坐七寶床，令青衣磨牛頭栴檀香塗身，青衣臂多著釧 chuàn，摩王身時釧聲滿耳，王甚患之！教次第令脫，釧少聲微，唯獨一釧寂然無聲。王時悟曰：「國家、臣民、宮人、嫖女，多事多惱亦復如是！」即時離欲獨處思惟，得辟支佛。鬚髮自落、著自然衣，從樓閣去，以己神足力出家入山。如是因緣，中品辟支佛也。

若行者求佛道入禪，先當繫心專念十方三世諸佛生身，莫念地水火風、山樹草木、天地之中有形之類，及諸餘法一切莫念。但念諸佛生身處在虛空，譬如大海清水中央金山王須彌；如夜闇中然大火；如大施祠中七寶幢。佛身如是，有三十二相、八十種好，常出無量清淨光明，於虛空相青色中，常念佛身相如是，行者便得十方三世諸佛悉在心目前一切悉見三昧。若心餘處緣，還攝令住念在佛身，是時便見東方三百千萬千萬億種無量諸佛。如

是南方、西方、北方、四維、上下，隨所念方，見一切佛。如人夜觀星宿，百千無量種星宿悉見。

菩薩得是三昧，除無量劫厚罪令薄、薄者令滅。得是三昧已，當念佛種種無量功德，一切智、一切解、一切見、一切德，得大慈大悲自在，自初出無明殼 què，四無畏、五眼、十力、十八不共法，能除無量苦，救老死畏，與常樂涅槃。佛有如是等種種無量功德，作是念已自發願言：「我何時當得佛身、佛功德，巍巍如是？」復作大誓：「過去一切福、現在一切福，盡持求佛道，不用餘報。」復作是念：「一切眾生甚可憐愍，諸佛身功德巍巍如是，眾生云何更求餘業而不求佛？」譬如貴家盲子墮大深坑，飢窮困苦食糞食泥。父甚愍之，為求方便，拯之於深坑，食之以上饌。行者念言：「佛二種身功德甘露如是，而諸眾生墮生死深坑，食諸不淨。以大悲心，我當拯濟一切眾生，令得佛道度生死岸，以佛種種功德法味悉令飽滿，一切佛法願悉得之。聞誦持問、觀行得果，為作階 jiē 梯，立大要誓被三願鎧，外破魔眾內擊結賊，直入不迴。如是三願比無量諸願，願皆住之，為度眾生得佛道故。」如是念、如是願，是為菩薩念佛三昧。

行菩薩道者，於三毒中若婬欲偏多，先自觀身：骨肉皮膚 fū、筋脈流血，肝肺腸胃、屎尿涕唾，三十六物、九想不淨，專心內觀不令外念；外念諸緣，攝之令還。如人執燭入雜穀 gǔ 倉，種種分別豆、麥 mài、黍 shǔ、粟 sù 無不識知。復次觀身六分：堅為地分、濕為水分、熱為火分、動為風分、孔為空分、知為識分。亦如屠牛，分為六分，身首四支，各自異處。身有九孔，常流不淨，革囊盛屎，常作是觀，不令外念；外念諸緣，攝之令還。若得一心，意生厭患，求離此身，欲令速滅，早入涅槃。是時當發大慈大悲，以大功德，拔濟眾生，興前三願：「以諸眾生，不知不淨，起諸罪垢，我當拔置於甘露地。復次，欲界眾生樂著不淨如狗食

糞，我當度脫至清淨道。復次，我當學求諸法實相，不有常不無常、非淨非不淨，我當云何著此不淨？觀不淨智從因緣生，如我法者當求實相，云何厭患身中不淨而取涅槃？當如大象度駛流水窮盡源底，得實法相滅入涅槃，豈可如獼猴諸兔畏怖駛流趣自度身？我今當學如菩薩法，行不淨觀除却姪欲，廣化眾生令離欲患，不為不淨觀所厭沒。」

復次，既觀不淨則厭生死，當觀淨門繫心三處：鼻端、眉間、額上。當於是中，開一寸皮，淨除血肉，繫心白骨，不令外念；外念諸緣，攝之令還，著三緣中，恒與心鬪 dòu。如二人相撲，行者若勝，心則不如，制之令住，是名一心。

若以厭患，起大悲心，愍念眾生，為此空骨，遠離涅槃，入三惡道，我當勸力，作諸功德，教化眾生，令解身相空，骨以皮覆，實聚不淨，為眾生故，徐當分別此諸法相。有少淨想，心生愛著；不淨想多，心生厭患；有出法相，故生實法。諸法實相中，無淨無不淨，亦無閉亦無出，觀諸法等，不可壞不可動，是名諸法實相(出過羅漢法也)。

行菩薩道者，若瞋恚偏多，當行慈心，念東方眾生，慈心清淨，無怨無恚，廣大無量，見諸眾生，悉在目前。南西北方、四維上下，亦復如是。制心行慈，不令外念；外念異緣，攝之令還。持心目觀，一切眾生，悉見了了，皆在目前。若得一心，當發願言：「我以涅槃，實清淨法，度脫眾生，使得實樂。」行慈三昧，心如此者，是菩薩道。住慈三昧，以觀諸法，實相清淨，不壞不動，願令眾生，得此法利。以此三昧，慈念東方一切眾生，使得佛樂，十方亦爾！心不轉亂，是謂菩薩慈三昧門。

問曰：「何不一時總念十方眾生？」

答曰：「先念一方，一心易得，然後次第，周遍諸方。」

問曰：「人有怨家，恒欲相害，云何行慈，欲令彼樂？」

答曰：「慈是心法，出生於心，先從所親；所親轉增，乃及怨家，如火燒薪，盛能然濕。」

問曰：「或時眾生，遭種種苦，或在人中、或地獄中，菩薩雖慈，彼那得樂？」

答曰：「先從樂人，取其樂相，令彼苦人，得如彼樂。如敗軍將，怖懼失膽 dǎn，視彼敵人，皆謂勇士。」

問曰：「行慈三昧有何善利？」

答曰：「行者自念：『出家離俗，應行慈心。』又思惟言：『食人信施，宜行利益。』如佛所言：『須臾行慈，是隨佛教，則為入道，不空受施。』復次身著染服，心應不染，慈三昧力，能令不染；復次我心行慈，於破法世我有法人，非法眾中我有法人，如法無惱，慈定力故。菩薩行道，趣甘露門，種種熱惱，慈涼冷樂。如佛所言：『人熱極時，入清涼池樂。』復次被大慈鎧、遮煩惱箭，慈為法藥、消怨結毒，煩惱燒心、慈能除滅；慈為法梯，登解脫臺；慈為法船，渡生死海，貧善法財，慈為上寶；行趣涅槃，慈為道糧 liáng；慈為駿足，度入涅槃；慈為猛將，越三惡道。能行慈者，消伏眾惡，諸天善神，常隨擁護。」

問曰：「若當行人得慈三昧，云何不失而復增益？」

答曰：「學戒清淨，善信倚樂，學諸禪定，一心智慧，樂處閑靜，常不放逸，少欲知足，行順慈教，節身少食，減損睡眠，初夜後夜，思惟不廢，省煩言語，默然守靜，坐臥行住，知時消息，不令失度，致疲苦極，調和寒溫，不令惱亂，是謂益慈。」

「復次，以佛道樂涅槃之樂與一切人，是名大慈。行者思惟：『現在未來，大人行慈，利益一切，我亦被蒙，是我良祐，我當行慈，畢報施恩。』復更念言：『大德慈心，愍念一切，以此為樂，我亦當爾，念彼眾生，令得佛樂、涅槃之樂，是為報恩。』

「復次慈力，能令一切，心得快樂，身離熱惱，得清涼樂；

持行慈福，念安一切，以報其恩。復次慈有善利，斷瞋恚法，開名稱門，施主良田，生梵天因，住離欲處，除却怨對，及鬪諍根。諸佛稱揚，智人愛敬，能持淨戒，生智慧明，能聞法利，功德醍醐，決定好人，出家猛力，消滅諸惡。罵辱不善，慈報能伏，結集悅樂，生精進法，富貴根因，辦智慧府，誠信庫藏，諸善法門，致稱譽法，敬畏根本，佛正真道。

「若人持惡向，還自受其殃。五種惡語：非時語、非實語、非利語、非慈語、非軟語。是五惡語不能傾動，一切毒害亦不能傷，譬如小火不能熱大海(此下應出優填王持五百發箭)。如《毘羅經》中優填王阿婆陀那說，有二夫人：一名無比，二名舍迷婆帝。無比誹謗舍迷婆帝。舍迷婆帝有五百直人，王以五百箭欲一一射殺之。舍迷婆帝語諸直人，在我後立。是時舍迷婆帝入慈三昧，王挽弓射之，箭墮足下。第二箭還向王脚下。王大驚怖，復欲放箭。舍迷婆帝語王言：『止止。夫婦之義是故相語，若放此箭當直破汝心。』王時恐懼，投弓捨射，問言：『汝有何術？』答言：『我無異術。我是佛弟子，入慈三昧故也！』

「是慈三昧略說有三種緣：生緣、法緣、無緣。諸未得道，是名生緣。阿羅漢辟支佛，是名法緣。諸佛世尊，是名無緣，是故略說慈三昧門。」

行菩薩道者，於三毒中若愚癡偏多，當觀十二分，破二種癡：內破身癡，外破眾生癡。思惟念言：「我及眾生俱在厄難，常生、常老、常病、常死、常滅、常出，眾生可憐，不知出道，從何得脫？」一心思惟，生老病死從因緣生。當復思惟何因緣生？一心思惟，生因緣有、有因緣取、取因緣愛、愛因緣受、受因緣觸、觸因緣六入、六入因緣名色、名色因緣識、識因緣行、行因緣無明。如是復思惟，當何因緣滅生老死？一心思惟，生滅故老死滅、有滅故生滅、取滅故有滅、愛滅故取滅、受滅故愛滅、觸滅故受

滅、六入滅故觸滅、名色滅故六入滅、識滅故名色滅、行滅故識滅、癡滅故行滅。

此中十二分，云何無明分？不知前、不知後、不知前後，不知內、不知外、不知內外，不知佛、不知法、不知僧，不知苦、不知習、不知盡、不知道，不知業、不知果、不知業果，不知因、不知緣、不知因緣，不知罪、不知福、不知罪福，不知善、不知不善、不知善不善，不知有罪法、不知無罪法，不知應近法、不知應遠法，不知有漏法、不知無漏法，不知世間法、不知出世間法，不知過去法、不知未來法、不知現在法，不知黑法、不知白法，不知分別因緣法，不知六觸法，不知實證法。如是種種不知不慧不見，闇^{àn}黑無明，是名無明。

無明緣行。云何名行？行有三種：身行、口行、意行。云何身行？入息出息是身行法。所以者何？是法屬身，故名身行。

云何口行？有覺有觀，是作覺觀已，然後口語，若無覺觀則無言說，是謂口行。云何意行？(痛名世界人所著三種痛，痛應為受，受則隨界受苦樂，上界所無，故宜言受想出家所患也)。痛想是意法，繫屬意故，是名意行。復次欲界繫行、色界繫行、無色界繫行。復次善行、不善行、不動行。云何善行？欲界一切善行，亦色界三地。云何不善行？諸不善法。云何不動行？第四禪有漏善行及無色定善有漏行。是名行。

行因緣識。云何名識？六種識界：眼識乃至意識，是名六識。

識因緣名色，云何為名？無色四分：痛、想、行、識，是謂名。云何為色？一切色四大及造色，是謂色。云何四大？地、水、火、風。云何地？堅重相者地，濡濕相者水，熱相者火，輕動相者風。餘色可見，有對無對是名造色。名色和合，是謂名色。

名色因緣六入。云何六入？內六入：眼內入乃至意內入，是名六入。

六入因緣觸。云何觸？六種觸界：眼觸乃至意觸。云何眼觸？眼緣色生眼識，三法和合，是名眼觸，乃至意觸亦如是！

觸因緣受。云何受？三種受：樂受、苦受、不苦不樂受。云何樂受？愛使。云何苦受？恚使。云何不苦不樂受？癡使。復次樂受生樂，住樂滅苦；苦受生苦，住苦滅樂；不苦不樂受，不知苦不知樂。

受因緣愛。云何愛？眼觸色生愛，乃至意觸法生愛。

愛因緣取。云何取？欲取、見取、戒取、我語取。

取因緣有。云何有？三種有：欲有、色有、無色有。下從阿鼻大泥梨。上至他化自在天，是名欲有，及其能生業。云何色有？從下梵世上至阿迦尼吒天，是名色有。云何無色有？從虛空乃至非有想非無想處，是名無色有。

有因緣生。云何生？種種眾生處處生出，有受陰得持得入得命，是名生。

生因緣老死。云何老？齒落、髮白、多皺 zhòu、根熟、根破、氣噎，身僂 lǚ拄 zhǔ杖行步，陰身朽故，是名老。

云何死？一切眾生處處退、落、墮、滅、斷、死，失壽命盡，是名死。先老後死，故名老死。

是中十二因緣，一切世間非無因緣邊、非天邊、非人邊，非種種等邪緣邊出。菩薩觀十二因緣，繫心不動不令外念；外念諸緣攝之令還。觀十二分生三世中：前生、今生、後生。菩薩若得心住，當觀十二分空無有主。癡不知我作行，行不知我從癡有，但無明緣故行生。如草木種從子芽出，子亦不知我生芽，芽亦不知從子出，乃至老死亦復如是！是十二分中，一一觀知無主無我，如外草木無主，但從倒見計有吾我。

問曰：「若無吾我、無主、無作，云何去來言說死此生彼？」

答曰：「雖無吾我，六情作因、六塵作緣、中生六識，三事和

合故觸法生，念知諸業，由是去來，言說從是有生死。譬如日愛珠，因日、乾牛屎，和合方便故火出。五陰亦爾，因此五陰生，後世五陰出，非此五陰至後世，亦不離此五陰得後世五陰，五陰但從因緣出。譬如穀子中芽出，是子非芽亦非餘芽邊生，非異非一，得後世身亦爾！譬如樹未有莖節、枝葉、華實，得時節因緣華葉具足，善惡行報亦復如是！種子壞故非常、非一；芽、莖、葉等生故不斷不異；死生相續亦復如是！」

行者謂法無常、苦、空、無我，自生自滅。知因愛等有，知因滅是盡，知盡是道。以四種智知十二分，是正見道。眾生為縛著所誑，如人有無價寶珠，不別其真，為他欺誑。是時菩薩發大悲心，我當作佛，以正真法化彼眾生，令見正道。

問曰：「如《摩訶衍般若波羅蜜》中言：『諸法不生不滅，空無所有，一相無相，是名正見。』云何言無常等觀名為正見？」

答曰：「若《摩訶衍》中說『諸法空無相』，云何言無常、苦、空等不實？若言不生不滅空是實相者，不應言無相。汝言前後不相應。復次佛說四顛倒，無常中常顛倒亦有道理，一切有為無常。何以故？因緣生故。無常因、無常緣，所生果云何常？先無而今有，已有便無。一切眾生皆見無常，內有老、病、死，外見萬物凋落，云何言無常不實？」

問曰：「我不言有常為實、無常為不實，我言有常、無常俱是不實。何以故？佛言：『空中有常、無常，二事不可得，若著此二事，是俱顛倒。』」

答曰：「汝言不與法相應。何以故？言無法，云何復言二俱顛倒？一切空無所有，是為實不顛倒。若我破有常著無常，我法應破而不實，我有常顛倒，破故觀無常。何以故？無常力能破有常，如毒能破餘毒，如藥除病，藥亦俱去，當知藥妙能除病故。若藥不去，後藥為病，此亦如是！若無常法著，應當破，不實故。我

不受無常法，云何破？佛言：『苦是四真諦中言實苦，誰能使樂？苦因是實因，誰能令非因？苦盡是實盡，誰能令不盡？盡道是實道，誰能令非道？如日或可令冷，月或可令熱，風可令不動，是四真諦終不可動轉。』汝於《摩訶衍》中不能了，但著言聲。《摩訶衍》中諸法實相，實相不可破、無有作者。若可破可作，此非摩訶衍。如月初生，一日二日其生時甚微細，有明眼人能見，指示不見者。此不見人但視其指，而迷於月。明者語言：『癡人！何以但視我指？指為月緣，指非彼月。』汝亦如是！言音非實相，但假言表實理。汝更著言聲，闇於實相。」

行若得如是正知見，觀十二分，和合為因果二分：果時十二分為苦諦，因時十二分為習諦，因滅是盡諦，見因果盡是道諦。四種觀果：無常、苦、空、無我。四種觀因：集、因、緣、生。

問曰：「果有四種但名苦諦，餘者無諦名也？」

答曰：「若言無常諦復疑，苦諦亦疑，無我諦亦疑，一種難處。復次，若言無常諦無咎，空非我諦亦無咎。若無常苦空無我諦，於說為重故，是故於四說一。」

問曰：「苦有何異相，於三中獨得名？」

答曰：「苦是一切眾生所厭患，眾生所怖畏，無常不爾！或有人為苦所逼，思得無常，無有欲得苦者。」

問曰：「有人欲得捉刀自殺，針灸苦藥入賊，如是種種非求苦也？」

答曰：「非為欲得苦，欲存大樂，畏苦故取死。苦為第一患，樂為第一利，以是故離實苦得快樂，是故佛以果分，獨名苦諦，非無常、空、無我諦。」

是於四諦中了了實智慧不疑不悔，是名正見。思惟是事種種增益故，是名正覺。除邪命攝四種邪語，離餘四種邪語，攝四種正語，除邪命攝身三種業，除餘三種邪業，名正業。離餘種種邪

命，是名正命。如是觀時精進，是正方便。是事念不散，是名正念。是事思惟不動，是名正定。正覺如王，七事隨從，是名道諦。

是事一心實信不動，是名信根。一心精懃求道，是名精進根。一心念不忘失，是名念根。心住一處亦不馳散，是名定根。思惟分別無常等覺，是名慧根。是名增長得力，是名五力。

問曰：「八正道中皆說慧念定等，根力中何以重說？」

答曰：「隨入行時初得小利，是時名為根。是五事增長得力，是時得名為力。」

初入無漏見諦道中，是功德名八正道。入思惟道時，名七覺意。初入道中觀念身痛心法常一心念，是名四念止。如是得善法味四種精懃，是名四正懃。如是欲精進定慧初門，懃精進求如意自在，是名四神足。雖名四念止、四正懃、四神足、五根等，皆攝隨行時初後少多行地緣，各各得名。譬如四大，各各有四大，但多得名。若地種多，水火風少處，名為地大。水火風亦如是！如是三十七品中各各有諸品，如四念止中有四正懃、四神足、五根、五力、七覺、八道等。

如是觀十二分、四諦行、四念止、四正懃、四神足、五根、五力、七覺意、八正道，其心安樂。復以此法度脫眾生，一心誓願精進求佛。是時心中思惟觀念：「我了了觀知此道，不應取證。」有二事力故未入涅槃：一者、大悲不捨眾生，二者、深知諸法實相。諸心心數法從因緣生，我今云何隨此不實？當自思惟，欲入深觀十二因緣，知因緣是何法。復更思惟，是四種緣：因緣、次第緣、緣緣、增上緣。五因為因緣，除過去現在阿羅漢最後心，餘過去現在心心數法，是次第緣。緣緣、增上緣，緣一切法。復自思惟言：「若法先因緣中有，則不應言是法因緣生；若無，亦不應言因緣中生；生有半無亦不應因緣生；云何有因緣？若法未生，若過去心心數法失，云何能作次第緣？若佛法中妙法無緣涅槃，

云何為緣緣？若諸法實無性，有法不可得；若因緣果生，因此有彼，是說則不然；若因緣中各各別、若和合一處，是果不可得，云何因緣邊出果？因緣中無果故。若因緣中先無果而出者，何以不非因緣邊出果？二俱無故。果屬因緣，因緣邊出，是因緣不自在屬餘因緣，是果屬餘因緣。云何不自在？因緣能生果，是故果不從因緣有，亦不從非因緣有，則為非果。果無故，緣與非緣亦無也！」

問曰：「佛言十二因緣，無明緣諸行，汝云何言無因果？」

答曰：「先以被答，不應更難，若難者更當答。佛言眼因色緣癡邊生邪憶念，癡是無明，是中無明，何所依住？若依眼邪？若色中、若識邪？不應依眼住。若依眼住，不應待色，常應癡。若依色住，不應待眼。是則外癡，何豫我事？若依識住，識無色、無對、無觸、無分、無處。無明亦爾，云何可住？是故無明非內、非外、非兩中間，不從前世來，亦不住後世，非東西南北、四維上下來，無有實法，無明性爾。了無明性，則變為明，一一推之，癡不可得。云何無明緣行？如虛空不生不滅、不有不盡，本性清淨。無明亦如是，不生不滅、不有不盡，本性清淨，乃至生緣老死亦爾。」

菩薩如是觀十二因緣，知眾生虛誑繫在苦患，易度耳。諸法若有實相難可得度，思惟如是則破愚癡。

若菩薩心多思覺，常念阿那波那，入時出時數一乃至十，一心不令馳散。菩薩從此門得一心，除五蓋欲行。

菩薩見道應行三種忍法：生忍、柔順法忍、無生忍。

云何生忍？一切眾生或罵或打或殺，種種惡事，心不動轉、不瞋、不恚，不唯忍之而更慈悲，此諸眾生求諸好事願一切得，心不捨放。是時漸得解諸法實相，如氣熏著。譬如慈母愛其赤子乳哺養育，種種不淨不以為惡，倍加憐念欲令得樂。行者如是，

一切眾生作種種惡、淨不淨行，心不增惡不退不轉。復次十方無量眾生，我一人應當悉度使得佛道，心忍不退、不悔、不却、不懈、不厭、不畏、不難，是生忍中一心繫念。三種思惟不令外念，外念諸緣攝之令還，是名生忍。

云何柔順法忍？菩薩既得生忍，功德無量，知是功德福報無常，是時厭無常自求常福，亦為眾生求常住法。一切諸法，色無色法、可見不可見法、有對無對法、有漏無漏、有為無為、上中下法，求其實相。實相云何？非有常非無常、非樂非不樂、非空非不空、非有神非無神？何以故非有常？因緣生故。先無今有故，已有還無故，是故非有常。云何非無常？業報不失故，受外塵故，因緣增長故非無常。云何非樂？新苦中生樂想故，一切無常性故，緣欲生故，是故非樂。云何非不樂？樂有受故，欲染生故，求樂不惜身故，是非不樂。云何非空？內外入各各受了了故，有罪福報故，一切眾生信故，是故非空。云何非不空？和合等實故，分別求不可得故，心力轉故，是故非不空。云何非有神？不自在故，第七識界不可得故，神相不可得故，是故非有神。云何非無神？有後世故，得解脫故，各各我心生不計餘處故，是故非無神。如是不生不滅、不生不滅、非有非無、不受不著，言說悉滅、心行處斷，如涅槃性，是法實相。於此法中信心清淨，無滯無礙，軟知軟信軟進，是謂柔順法忍。

云何無生法忍？如上實相法中，智慧、信、進增長根利，是名無生法忍。譬如聲聞法中煖 nuǎn 法、頂法，智慧、信、精進增長得忍法，忍者忍涅槃、忍無漏法，故名為忍。新得、新見，故名為忍。法忍亦如是。時解脫阿羅漢不得無生智，增進廣利轉成不時解脫得無生智。無生法忍亦如是，未得菩薩果得無生法忍，得菩薩真行果，是名菩薩道果。是時得般若三昧，於眾生中得大悲，入般若波羅蜜門。爾時諸佛便受其號，墮生佛界中，為諸佛

所念，一切重罪薄，薄者滅，三惡道斷，常生天上人中，名不退轉。到不動處，末後肉身盡入法身中，能作種種變化，度脫一切眾生，具足六度供養諸佛，淨佛國土教化眾生，立十地中功德圓滿，次第得阿耨多羅三藐三菩提，為菩薩禪法中初門。

行者定心求道時，	常當觀察時方便；
若不得時無方便，	是應為失不為利。
如犢未生聲gòu牛乳，	乳不可得非時故；
若犢生已聲gòu牛角，	乳不可得無智故。
如鑽 zuān 濕木求出火，	火不可得非時故；
若折乾木以求火，	火不可得無智故。
得處知時量已行，	觀心方便力多少；
宜應精進及不宜，	道相宜時及不宜。
若心調動不應勇，	如是勇過不得定；
譬如多薪熾大火，	大風來吹不肯滅。
若能以定自調心，	如是動息心得定；
譬如大火大風吹，	大水來澆無不滅。
若人心軟復懈怠，	如是厭沒不應行；
譬如少薪無焰火，	不得風吹便自滅。
若有精進勇猛心，	如是轉健得道疾；
譬如小火多益薪，	風吹轉熾無滅時。
若行放捨止調縮，	設復發捨失護法；
譬如病人宜將養，	若復放捨無得活。
若有捨想正等心，	宜時懃行得道疾；
譬如有人乘調象，	如意至湊無躓 zhì 礙。
若多婬欲愛亂心，	是時不應行慈等；
婬人行慈益癡悶，	如人冷病服冷藥。
婬人心亂觀不淨，	諦觀不淨心得定；

行法如是相應故，
若多瞋恚忿亂心，
瞋人觀惡增恚心，
若人瞋怒行慈心，
行法如是相應故，
若多愚癡心闇淺，
二行增癡無益故，
人心癡闇觀因緣，
法行如是相應故，
譬如金師排扇炭，
忽忽急 不知時，
金融急 則消過，
非時水澆金則生，
精進攝心及放捨，
非時方便失法利，
譬如藥師三種病，
應病與藥佛如是！

如人冷病服熱藥。
是時不應觀不淨；
如人熱病服熱藥。
行慈不捨瞋心滅；
如人熱病服冷藥。
不淨行慈悲行法；
如人風病服麴藥。
分別諦觀癡心滅；
如人病風服膩藥。
用功非時失 bài 法；
或時水澆或放捨。
未融便止則不消；
非時放置則不熟。
應當觀察行道法；
若非法利為非利。
冷熱風病除滅故；
姪怒癡病隨藥滅。

坐禪三昧經卷下

修行道地經卷第一

西晉三藏竺法護譯

集散品第一

厥元由顯興，	灼灼踰日光，
德積甚巍巍，	勝於帝王種。
諸天及神仙，	專精暴露成，
多學博眾義，	咸皆禮最安。
天人龍鬼神，	在世而精進，
奉迎於世尊，	三界無等倫。
濟以無比慧，	生死懼了除，
佛正法眾僧，	是三德無踰。
當觀此道眼，	諦說平等法，
意採宣尊教，	猶如出甘露。
或有專修行，	觀察於世俗，
眾鬧若干種，	生死之不安。
沈溺于世根，	猶朽車沒泥，
不能自拔濟，	當從經典要。
亦如採諸花，	愍世是故演，
專聽修行經，	除有令至無。

於是當講修行道經。生死老病憂結啼哭，諸不可意眾惱集會，專修行者在家出學，欲令究竟清淨之法，志不轉還遂至甘露，眾患為絕。其無救護無所依仰，唯當棄捨一切諸求，是故修行欲離惱者，常當精進奉行此經。即說頌曰：

墮生老死而憂惱，	身心所興有眾苦，
欲得濟度不復還，	學修行道莫有厭。

何謂無行？何謂為行？云何修行？云何修行道？

其無行者，謂念淫怒欲害親屬，諸天國土弊友毀戒，習惡龜cū言聽于不善，不好學問自輕自慢，興有著想起邪計常，貪樂有身所居之處，習近女色放逸懈怠，而著情欲不離怒癡，多緣眾求人捨遠避，縱恣自是放心睡疑，失于精進常懷恐怖，根門不定追逐眾事，多於言語無有節度，思樂長路反論邪說，樂說戾事順逐非法，遠于道義是謂無行；此於無為而不可行。於是頌曰：

瞋恚貪欲念害命， 常有樂身不淨想，
邪智反順若干瑕， 佛說是輩不可行。

何謂可行？不起瞋恚不念加害，親近善友奉戒清淨，言輒以道受教學問，不自輕慢念計無常，苦空非身處於可居，不習女色除其放逸，常志精進滅於塵勞，少食知節救攝身行，宿夜覺悟斂心不忘，無有狐疑不懷恐怖，寂定根門無有眾緣，所說輒正平等解脫，樂于閑居所觀如諦，所未獲法當以懷來，諸可逮法堅持不忘，歡心採取法化之要，於諸衣食而知止足，志存經道而無厭極，習計非常，不樂世間穢食諸想也。無為之道所為寂然，如是輩法近於無為，是謂可行。行在何許？謂之泥洹。於是頌曰：

戒淨志樂無我想， 唯聽經義隨善友，
所見審諦如教行， 佛說此則無為道。
諸可所趣眾法念， 定若干意無苦厭，
是為講說德所聚， 攝定諸根是謂行。

何謂修行？云何為行？謂能順行，修習遵奉，是為修行；其修及習，是謂為行。

何謂修行道？專精寂道是為修行道。其彼修行而有三品：一曰凡夫，二曰學向道，三無所學也。所謂凡夫修行，新學舊學未成，為此輩說修行道經；其不學者，以為通達，何所復論。彼所以謂，修行道地經寂然而觀。云何寂觀？趣於沙門四德之果。云

何四德？謂為有餘泥洹之界。云何有餘？謂其當至無為之界。云何當至無為之界？謂眾苦本一切除盡。是故行者欲捨一切劇苦之惱，常當專精不興異行，不傷教禁修建寂觀；假使行者毀戒傷教，不至寂觀，唐捐功夫。譬如有人鑽木求火，數數休息而不專一，終不致之，既不獲火唐勞其功；其懈怠心欲求無為，譬猶亦然。於是頌曰：

常得寂然行於定，	當捨憍慢及輕戲，
以奉修行莫毀失，	譬如冥夜開目行。
如是行者見所趣，	智慧若斯精進前，
奉于正化未曾懈，	乃至靜漠無為道。
徹觀眾玄微妙事，	觀採大德所說教，
此經洪訓名寂觀，	吾鈔眾經以演說。

修行道地經五陰本品第二

從若干經採明要，	立不老死甘露言，
耳所聽聞明者行，	清淨之慧除垢冥。
入於寂然若日光，	譬如月行照眾星，
已獲度世當受教，	是盛無量如秋月。
恭奉羅漢而稽首，	能仁如空頭面禮，
歸命巍巍獲甘露，	除世根芽種種欲。
生若干種之果實，	欣樂憂感為諸枝，
佛解五陰而本無，	當觀眾經從其原。

修行道者，當復觀身五陰之本。色、痛、想、行、識，是謂五陰也。譬如有城若干家居，東西南北合乃為城。色亦如是，亦不一色為色陰也；痛、想、行、識亦復如此。非但一識名為識陰，彼有十入，或色觀法，是為色陰也。八百痛樂名之痛陰，想、行、識陰各有八百，乃名為陰。解五陰本亦當如斯。於是頌曰：

色痛想行識， 五陰之所起，
譬如有大城， 若干家名色。
非一色為色， 凡有十色入，
痛樂有八百， 想行識亦爾。
慧人解此法， 若干乃名陰，
分別知非一， 行者之所念。

修行道地經五陰相品第三

合集眾事而相連， 用離慧言捨佛教，
習於愚癡不了了， 譬如有樹多枝葉，
其五觚生而分布， 無巧便種亦如是，
當了五陰為若斯， 點人解慧明知此。
所以生長有姓地， 所講法言如蜜塗，
比丘譬蜂採華味， 猶若蓮華之開剖。
其慧覺了勝日出， 佛復超越勝蓮花，
佛之清潔無所著， 是故稽首歸命尊。
其相淡然達無礙， 寂寞無想而得定，
未曾有退還墮落， 而以救濟至無為。
秉意將導而示現， 教訓群萌如已行，
以愍傷吾是故說， 乃為當來眾生類。

其修行者當解五陰相。云何各知五陰之相？有光明為色，有像相亦復為色，手所獲持亦名為色，若示他人亦復是色也。習樂為痛，不樂、不苦亦復是痛，是為痛想也。識相為想，若男、若女及餘眾物，是曰思想。有所造作名之為行，若作善行、若作惡行，亦不善惡，是謂為行。曉想為識，善、不善、亦非有善亦非不善，曉是為識。如是各了五陰之相。於是頌曰：

色者不安多瑕穢， 佛說經教實如應，

如其所言隨順行， 分別五陰若干相。

修行道地經分別五陰品第四

而以甘露滅盛火， 消除五陰諸苦本，
其慧光明喻日光， 三界普奉吾亦歸。
佛能仁尊深慧力， 解了清淨之智點，
順其所知而現義， 採佛法教隨應說。
當分別解聽其講， 今者導彼順定意，
別了五陰本所興， 博引眾義善思之。

其修行者當分別了五陰行本。何謂曉了五陰之本？譬如四衢墮貫真珠，有人見之，意中欣然欲往斂取。其人目見真珠之貫謂應色陰，愛樂可意是謂痛陰，初始見之識是貫珠名為想陰，其人生意欲取貫珠是為行陰，分別貫珠是為識陰，如是五陰。如是五陰，如一貫珠一時俱行，造若干行，若從心出，如一貫珠同時俱興，退從五陰。一切諸人亦復如是，目所見色五陰皆從，如是耳聲、鼻香、舌味、身更、心法，心中四陰為無色陰。如是為別五陰之本。於是頌曰：

無極之德分別說， 如其所講經中義，
貪欲者迷不受教， 吾今順法承其講。

修行道地經五陰成敗品第五

明智之無世尊要， 調順無低獲其際，
已超境界無邊岸， 稽首世尊稱無量。
所講猶日明， 照弟子若茲，
了知于塵勞， 除畏如萎華。
其覩諸起滅， 了五陰成敗，

願稽首彼佛，聽我說尊言。

修行道者當知五陰成敗之變。何謂當知五陰成敗？譬若如人命欲終時，逼壽盡故，其人身中四百四病前後稍至，便值多夢而覩瑞怪，而懷驚恐；夢見蜜蜂、烏鵲、鷗鷺住其頂上，覩眾住堂在上娛樂，身所著衣青、黃、白、黑，騎亂駢 máo 馬而復鳴呼；夢枕大狗，又枕獼猴，在土上臥；夢與死人、屠魁、除溷 hùn 者共一器食，同乘遊觀；或以麻油及脂醢酏自澆其身，又服食之，數數如是；見蛇纏身，倒掣入水；或自覩身歡喜踊躍，拍髀戲笑；或自覩之華飾墮灰，以灰盆 bèn 身復取食之；或見蟻子，身越其上；或見嚼鹽 yán，狗犬、獼猴，所見追逐各還嚙 niè 之；或見娶婦，又祠家神，見屋崩壞，諸神寺破；夢見耕犁，犁墮鬚髮；或時牙齒而自墮地，又著伍白衣；或見己身裸 luǒ 跣 xiǎn 而行，麻油塗身，宛轉土中；夢服皮草弊壞之衣；夢見他人乘朽敗車，到其門戶欲迎之去；或見眾花甲煎諸香，親屬取之以嚴其身，先祖為現顏色青黑，呼前捉拙 yè，數作此夢；遊丘塚間拾取華瓔，及見赤蓮華落在頸，墮大河中為水所漂；夢倒墮水五湖九江，不得其底；或見其身入諸叢 cóng 林，無有華果，而為荊 jīng 棘 jí 鉤壞軀體，以諸瓦石鎮其身上；或見枯樹都無枝葉，夢緣其上而獨戲樂，在於廟 miào 壇而自搏舞；或見叢樹，獨樂其中欣欣大笑，折取枯枝束負持行；或入冥室，不知戶出；又上山嶽 yuè 巖穴之中，不知出處；復見山崩，鎮己身上，悲哭號呼；或見群象忽然來至，躡蹈其身；夢見土塵盆其身首，或著弊衣行於曠野；夢見乘虎而暴奔走，或乘驢狗而南遊行；入於塚間收炭爪髮，自見其身戴於枯華，引入大山，閻王見問。於是頌曰：

處世多安樂，命對至乃怖，
為疾所中傷，逼困不自在。
心熱憂惱至，見夢懷恐懼，

猶惡人見逐， 憂畏亦如是。

其人心覺已，心懷恐怖身體戰慄 lì，計命欲盡，審爾不疑：「今吾所夢自昔未有。」以意懔故，衣毛為豎，病遂困篤震動不安，譬如猛象、群眾普至踏蹈芭蕉，病轉著床其譬如；窮迫無計便求歸醫，昆弟、族親見困如此，遣人呼醫，所可遣人；體多垢穢，衣被弊壞，或手爪長戴裂繖 sǎn 蓋，其足履決木跂 jī 屣破，乘朽壞車，顏色正黑兩眼復青，而數以手摩挲 wěn 鬚髮；所可駕牛，或青或黑，又有正白。急急呼醫捉來上車。於是頌曰：

人行遊觀時， 唯樂無益事，
放恣於所欲， 未曾念於醫。
體適有疾病， 困篤著床席，
然後乃請醫， 欲令療其疾。

於時其醫以意察之，病者必死。所以者何？見此怪應，視來呼人服色、語言、持壞繖蓋、鬚爪毛亂，又其日惡，若四日、六日、十二日、十四日，以此日來者皆為不祥，醫即不喜，以觚星宿，失於良時，神仙先聖所禁之日。醫心念言：「雖值此怪星宿吉凶，或可治療。所以者何？雖有病者方便消息，本命未盡想當除愈，若對至者不能令差 chāi。以是言之，不必在善日星宿吉凶，是故慧人，不從曆日而求良時。神仙常言：『當求方便。』或風寒病，命未盡者，儻有橫死，是者可治。設命應盡，無如之何；雖爾，往而治之，猶勝不行。」醫念此已，即起欲去。於是頌曰：

譬如有二人， 俱發行入海，
或有到彼岸， 或而中斷絕。
墮于疾病海， 其譬亦如是，
儻時從病差， 而有更死者。

於是其醫，已到病家，則有惡怪，便聞殤 xiōng 聲，亡失、焚燒、破壞、斷截、剝撥 bō、掣出、恐殺、曳 yè 去、發行、拘閉，

當以占之，不可復療，以為死已。南方狐鳴，或聞烏梟 xiāo 聲，或見小兒以土相盆 bèn，而復裸立相挽頭髮，破甕 yīng 瓶盆及諸器物；見此變已，前省病人，困劣著床。於是頌曰：

醫則占視病者相， 驚怖惶惶而不安，
或坐或起復著床， 煩懣 mèn 熱極如燒皮。

醫覩如是，便心念言：「如吾觀歷諸經本末，是則死應：面色惶懍，眼睫為亂，身體萎黃，口中涎出，目冥昧昧，鼻孔騫黃，顏彩失色，不聞聲香，脣斷舌乾，其貌如地，百脈正青，毛髮皆豎，捉髮掐 tāo 鼻，都無所覺，喘息不均，或遲 chí 或疾。」於是頌曰：

面色則為變， 毛髮而正豎，
直視如所思， 舌強怪已現；
病人有是應， 餘命少少耳，
疾火之所圍， 如焚燒草木。

復有異經，說人終時，諸怪之變：設有洗沐，若復不浴；設燒好香、木槿、栴檀、根香、花香，此諸雜香，其香實好，病者聞之，如燒死人骨、髮、毛、爪、皮膚、脂、髓、糞除之臭也，又如梟 xiāo、鷲、狐狸、狗、鼠、蛇、虺 huǐ 之臭也。病者聲變，言如破瓦，狀如咽塞，其音或如鶴、鴈、孔雀、牛、馬、虎、狼、雷、鼓之聲；其人志性，變改不常，或現端政，其身柔軟，或復龐 cū 堅，身體數變，或輕、或重而失所願。此諸變怪，命應盡者，各值數事，不悉具有。於是頌曰：

覩見若干變， 眾惱趣逼身，
志懷於恐怖， 遭厄為若斯。
人性敗如此， 身變不一種，
猶如竹葦實， 自生自然壞。

今我所學，如所聞知，人臨死時，所現變怪：口不知味，耳

不聞音，筋脈縮急，喘息不定；體痛呻吟，血氣微細，身轉羸瘦，其筋現龜；或身卒肥，血脈隆起，頰車垂下，其頭戰掉，視之可憎，舉動舒緩；其眼童子，甚黑於常，眼目不視，便利不通，諸節欲解，諸根不定；眼口中盡青，氣結連喘。諸所怪變，各現如此。於是頌曰：

其病惱無數， 血脈精氣竭，
如水嚙樹根， 當愍如拔栽。

於時醫心念言：「有如此病，必死不疑。」古昔良醫，造結經文，名曰：於彼除恐、長耳灰掌、養言長育、急救多髯 rán、天又長蓋、大首退轉、焦 qiáo 悴大白、最尊路面、調牛、岐伯、醫徊、扁鵲，如是等輩，悉療身病。於是頌曰：

於彼之等類， 尊法梵志仙，
正救所有果， 及餘王良醫。
此為主成敗， 博知能度厄，
愍以經救命， 猶如梵造法。

復有其醫，主治耳目，名曰：眼眴動搖、和鬪 dòu 鈴鳴、月氏英子、篋 qiè 藏善覺、調牛目金、禿 tū 梟 xiāo 力氏、雷鳴，是上醫名，主治耳目。於是頌曰：

眼眴醫之等， 造合藥分明，
除疾之瑕冥， 如日滅諸冥。

復有瘡醫，治療諸瘡，名曰：法財稚 zhì 弟、端政辭約、黃金言談，是為瘡醫等。於是頌曰：

其有能療治， 百種之瘡痍，
能除眾厄疾， 如以脚平地。
法財所以出， 於世造經書，
正為治瘡病， 令眾離患難。

復有小兒醫，其名曰：尊迦葉耆域、奉慢速疾，是等皆治小

兒之病。於是頌曰：

譬如有蒼頭，	捐務除貢高，
故生於世俗，	愍傷治小兒。
此尊迦葉等，	行仁以正法，
哀念童幼故，	則作於醫經。

復有鬼神醫，名曰：戴華、不事火，是等辟除鬼神來嬈人者。

於是頌曰：

諸宿轉周行，	人生猶亦然，
主有所恐怖，	而多有危害。
造立是經者，	悉為解其患，
如佛以正法，	除愚令見明。

正使合會此上諸醫，及幻蠱道并巫呪說，不能使差，令不終亡。於是頌曰：

造作罪塵勞，	勤苦懷眾惱，
病痛亂其志，	多垢命日促。
為病所漂沒，	死證見便怖，
天帝諸神等，	不救安況吾。

醫心念言：「曼命未斷，當避退矣！」便語眾人：「今此病者，設有所索飯食美味，恣意與之，勿得逆也！吾有急事而相捨去，事了當還。」故興此緣，便捨退去。於是頌曰：

命欲向斷時，	得病甚困極，
與塵勞俱合，	罪至不自覺。
怪變自然起，	得對陰熱極，
正使執金剛，	不能濟其命。

是時病家大小男女，聞醫所說，便棄湯藥及諸呪術，家室、眷屬、宗黨、比隣、親厚、知識，悉來聚會，圍遶病者，悲哀啼哭，觀念病困。譬如屠家群中捕猪，牽欲殺之，餘猪悉聚驚怖，

側耳聽聲，惶遽愕視；譬如猛虎群中搏牛，餘牛見之，驚怖而走，或入山巖，或投深谷，又入樹間，跳騰哮吼；譬如魚師持網捕魚，餘魚見之，怖散沈竄 cuàn 石岸草底；又如蒼鷹臨其眾鳥，有所齟 jué 取，餘鳥見之各散飛去。其人如是，無常對至，其身壞散，家室、親屬念當別離，悲哀若斯。命臨欲斷，閻王使者自然來至，其到見縛鐵箭所射，上生死船罪所牽引，即欲發去。家室繞之，放髮悲慟 tòng，塵坌其面目，哀泣歎息，涕淚流面，皆言：「痛哉！奈何相捨？」椎 chuí 胸鬱 yù 懣⁶ wèi，稱歎病者若干德行，心懷懊惱。於是頌曰：

人其疾苦困， 身冷消離熱，
室家悉聚會， 舉聲而悲哀。
造業更苦樂， 如蜂採華味，
心遂受憂感， 并惱一宗門。

其人疾病如是身中刀風起，令病者骨節解。有風名科，斷諸節解；有風名震，令筋脈緩；有風名破骨，消病人髓；有風名滅，變其面色，眼、耳、鼻、口、咽喉皆青，出入諸孔斷絕破壞，剝 pí 剝其身；復有一風名曰止脇，令其身內及膝、肩、脇、背、脊、腹、齊、大小之腸、肝、肺、心、脾并餘諸藏，皆令斷絕；有風名旋，令其肪血及大小便、生藏熟藏，所食不通，寒熱悉乾；有風名節間，令諸支節，或縮或伸，而舉手足欲捉虛空，坐起煩憤，有時笑戲，又復大息，其聲懇 kěn 惻，節節以斷，筋脈則緩，髓腦為消，目不見色，耳不聞聲，鼻不別香，口不知味，身冷氣絕，無所復識，心下尚煖 nuǎn，魂神續在，挺直如木，不能動搖。於是頌曰：

其刀風起時， 身動多不安，
眾緣普皆至， 悉不自覺知。

⁶校勘記：“懣”，大正藏為“懣mào”字，據【宋】【元】【明】版本的“懣”及文義改。（懣 wèi：心不安的樣子）（鬱：同“郁”，忧愁，愁闷）。

身遭若干惱， 命乃為窮盡，
譬如弓弩弦， 緩急不可用。

爾時彼人其心周匝所有四大，皆為衰落，微命雖在如燈欲滅。此人心中有身意根，其生存時所為善惡，即心念本殃福吉凶，今世、後世所可作為，心悉自知，奉行善者面色和解，其行惡者顏貌不悅。其人心喜，面色則好，當知所歸，必至善道；其面色惡，心念不善，則趣惡道。如有老人而照淨鏡，皆自見形，頭白、面皺 zhòu、齒落、瘡痍、塵垢、黑醜 chǒu、皮緩、脊偻 lǚ、年老戰疚 yòu (音又)；設見如是，還自羞鄙，閉目放鏡；吾已去少！衰老將至，心懷愁憂，已離安隱，至於窮極。素行惡者，臨壽終時，所見惡變，愁慘恐怖，深自剋 kè 責：「吾歸惡道，定無有疑。」亦如老人照鏡，見身知為衰至。於是頌曰：

金寶等所作， 巧拙成不同，
設有行惡者， 沈沒於深淵。
已沒雖更生， 顧視無所依，
如為水所漂， 臨死亦若斯。

其有行善，為有三輩，攝身、口、意，淨修眾德，以法為財，臨壽終時，心懷喜踊：「吾定上天。」譬如賈客遠行治生，得度厄道多獲財利，還歸到家心悅無量；又如田家犁不失時，風雨復節多收五穀 gǔ，藏著筥 chuán 中意甚歡喜；如困病得愈得畢償債，中心踊躍亦復如是。猶蜂採花以用作蜜，積德亦爾，其意大悅：「我定上天！」於是頌曰：

其有學正士， 積累行真法，
以度於眾患， 自致得明道。
譬如閑居者， 高山望其下，
彼人命盡時， 見善道若斯。

爾時其人命已盡者，身根識滅，便受中止；譬若如稱，隨其

輕重或上或下，善惡如是。神離人身住於中止，五陰悉具無所乏少。死時五陰不到中止，中止五陰亦不離本也；譬以印章以用印泥，印不著泥亦不離之；如種五穀苗生莖實，非是本種亦不離本；如是人死精神魂魄，不齊五陰亦不離本也。隨本所種各得果報，其作德者住善中止，履行惡者在罪中止，唯有道眼乃見之耳。

處於中止而有三食：一曰觸軟，二曰心食，三曰意識。在中止者，或住一日極久七日，至父母會隨其本行，或趣三塗、人間、天上。行惡多者，在中止中，見大火起，圍遶其身，猶如野火焚燒草木，塵雨其形，見烏、鵲、鷲、惡人之類，爪齒皆長面目醜陋，衣服弊壞頭上火然，各執兵仗為所撾 zhuā 棒，矛刺刀斫心懷恐懼；欲求救護遙見叢樹，走往趣之，爾時即失，中止五陰。入刀劍樹泥犁之中，墮地獄者，神見若此。於是頌曰：

迷惑如醉象， 違失聖法教，
染濁如潦水， 心憤亂若斯；
常捐於正道， 放心入邪徑，
此人遭眾苦， 命終墮地獄。

行小惡者，見火煙 yān 塵繞滿其身，及為師子、虎、狼、蛇虺 huǐ、群象所逐，又見故渠、泉源、深水、崩山、大澗 jiàn，心懷怖懼 jù，赴趣其中，爾時即失，中止五陰。墮畜生處，見是變者，知受獸身。於是頌曰：

習癡捨慧便， 或醉墮冥道，
惡口常龜言， 喜行撾捶人，
又為犯罪殃， 樂為不善事，
如是無慈者， 生於畜獸中。

罪若微者，周匝四面有熱風起，身體鬱 yù 蒸自然飢渴，遙見人來皆持刀杖、矛戟 jǐ、弓箭而圍遶之，望見大城意欲入中；適發此心，即失中止所受五陰。生於薜荔，其見如是變，當知墮餓鬼

中。於是頌曰：

剛弊喜譖 zèn 人， 遠戒不順法，
犯禁穢濁事， 貪 7 tiè而獨食；
墮於膿血處， 飢餓煩惱極，
當知此輩人， 定入為餓鬼。

清修德善，涼風四來其風甚香，若干種熏雨其身上，諸妓樂音相和而鳴，瞻視園觀、樹木、花果，而悉茂盛；發意欲往，即時便失，中止五陰，精神自然上忉利天。於是頌曰：

習法歸聖道， 種福業生天，
妓樂以自娛， 遊諸花樹間，
美豔 yàn 玉女眾，端正光從容，
常觀心欣悅， 居止太山頂。

行不淳一，或善或惡，當至人道。父母合會，精不失時，子應來生。父母德想而俱同時等，其母胎通無所拘礙，心懷喜躍而無邪念，則為柔軟而不慳 lǒng 悞 lì，無有疾疹堪任受子；不為輕慢亦無反行，順其正法不受濁污，即捐一切瑕穢之塵。其精不清亦不為濁，中適不強，亦不腐敗，亦不赤黑，不為風寒眾毒雜錯，與小便別，應來生者，精神便趣。心自念言：「設是男子不與女人共俱合者，吾欲與通。」起瞋怒心恚彼男子，志懷恭敬念於女人，瞋喜俱作，便排男子欲向女人；父時精下，其神忻歡，謂是吾許。爾時即失中止五陰，便入胞胎。父母精合，既在胞胎倍用踊躍，非是中止五陰，亦不離之。入於胞胎是為色陰，歡喜之時為痛樂陰，念於精時是為想陰，因本罪福緣得入胎，是為行陰，神處胞中則應識陰，如是和合名曰五陰。

尋在胎時，即得二根，意根、身根也。七日住中，而不增減；又二七日，其胎稍轉，譬如薄酪；至三七日，似如生酪；又四七

校勘記：“ ”，【明】【聖】，版本是“饕”。(饕 tiè: 貪，貪食。)

日，精凝如熟酪；至五七日，胎精遂變，猶如生酥；又六七日，變如息肉；至七七日，轉如段肉；又八七日，其堅如坯；至九七日，變為五胞 pào，兩肘、兩髀 bì 及其頸項，而從中出也；又十七日，復有五胞，手腕、腳腕及生其頭；十一七日，續生二十四胞，手指、足指、眼、耳、鼻、口，此從中出；十二七日，是諸胞相，轉成就；十三七日，則現腹相；十四七日，生肝、肺、心及其脾、腎；十五七日，則生大腸；十六七日，即有小腸；十七七日，則有胃處；十八七日，生藏、熟藏起此二處；十九七日生髀及躄 shuàn、腸、骸 hái、手掌、足趺、臂節、筋連；二十七日，生陰 yīn、臍 qí、乳、頤 yí、項、形相。二十一七日，體骨各分，隨其所應，兩骨在頭，三十二骨著口，七骨著項，兩骨著髀，兩骨著肘，四骨著臂，十二骨著胸，十八骨著背，兩骨著臑，四骨著膝，四十骨著足，微骨百八與體肉合，其十八骨著在兩脇 xié，二骨著肩，如是身骨，凡有三百而相連結，其骨柔軟如初生瓠 hù；二十二七日，其骨稍堅，如未熟瓠；二十三七日，其骨轉堅，譬如胡桃，此三百骨，各相連綴，足骨著足、膝骨著膝、踝骨著踝、髀骨著髀、臑骨著臑、脊骨著脊、胸骨著胸、脇骨著脇、脣骨著脣，項、頤、臂、腕、手、足諸骨轉相連著，如是聚骨猶若幻化，又如合車骨為垣牆，筋束、血流、皮肉塗裹，薄膚覆之，因本罪福，果獲致此，無有思想依其心元，隨風所由牽引舉動。於是頌曰：

其五骨積聚， 隨心輕放恣，
在身現掣頓， 猶如牽拽蛇；
前世所造行， 善惡所興法，
譬如人行路， 或平或荊棘。

二十四七日，生七百筋，連著其身；二十五七日，生七千脈，尚未具成；二十六七日，諸脈悉徹，具足成就，如蓮華根孔；二十七七日，三百六十三筋皆成；二十八七日，其肌始生；二十九

七日，肌肉稍厚；三十七日，纔有皮、有像；三十一七日，皮轉厚堅；三十二七日，皮革轉成；三十三七日，耳、鼻、脣、指、諸膝節成；三十四七日，生九十九萬毛孔，髮孔猶尚未成；三十五七日，毛孔具足；三十六七日，爪甲成。三十七七日，其母腹中，若風起，有風開兒耳、目、鼻、口；或有風起，染其髮毛，或端正，或醜陋；又有風起，成體顏色，或白、赤、黑，有好、有醜皆由宿行；在此七日中，生風寒熱，大小便通。於是頌曰：

是身筋纏裹， 諸血脈所成，
不淨盛腐積， 水洗諸漏孔；
虛覆心使然， 巧偽而合成，
機關如木人， 求之甚難得。

三十八七日，在母腹中，隨其本行，自然風起。宿行善者便有香風，可其身意柔軟無瑕，正其骨節令其端正，莫不愛敬也；本行惡者則起臭風，令身不安不可心意，吹其骨節令僂邪曲，使不端正又不能男，人所不喜也；是為三十八七日。九月不滿四日，其兒身體、骨節，則成為人。於是頌曰：

人在身九月， 則具諸體脈，
骨節皆成就， 滿足無所乏。
腹中漸自辦， 稍稍而成長，
期至悉具足， 如月十五日。

其小兒體而有二分：一分從父，一分從母。身諸髮、毛、頰、眼、舌、喉、心、肝、脾、腎、腸、血，軟者從母也；爪、齒、骨、節、髓、腦、筋、脈，堅者從父也。於是頌曰：

人體相連綴， 皆由父母生，
若干之節解， 因緣化成立。
依而致顏色， 悉當為衰耗，
眾材合起車， 計體猶亦然。

作前有二事， 立身譬若斯，
因從父母報， 然後乃得生。

其小兒在母腹中，處生藏之下、熟藏之上，男兒背外而面向內，在左脇也；女子背母而面向外，處在右脇也。苦痛臭處污露不淨，一切骨節縮不得伸，捐在革囊腹網纏裹，藏血塗染所處逼迮，依因屎尿瑕穢若斯。其於九月此餘四日，宿有善行，初日、後日發心念言：「吾在園觀亦在天上。」其行惡者謂：「在泥犁世間之獄。」至三日中，即愁不樂，到四日時，母腹風起，或上或下，轉其兒身，而令倒懸，頭向產門。其有德者，時心念言：「我投浴池，水中遊戲，如墮高床華香之處也！」其無福者，自發念言：「吾從山墮，投於樹岸、溝坑、溷 hùn 中，或如地獄、羅網、棘上、曠野、石澗、劍戟之中！」愁憂不樂。善惡之報，不同若此。於是頌曰：

如投燒熱火， 亂煙來圍繞，
放逸果所致， 處形若沸湯。
苦樂之所由， 皆因罪福成，
在在生所作， 受身各如是。

其小兒身既當向產，又墮地時外風所吹，女人手觸煖水洗之，逼迫毒痛猶如瘡病也。以是苦惱恐畏死亡，便有癡惑是故迷憤，不識本來去至何所也。適生在地，血纏臭處，鬼魅來繞，姦 jiān 邪所中，飛屍所觸，蠱道、癩鬼，各伺犯之。如四交道墮一段 duàn 肉，烏鴟 chī、雕狼各來爭之，諸邪魅鬼欲得兒便，周匝圍遶亦復如是。宿行善者邪不得便，設宿行惡眾邪即著。兒初生時因母乳活，稍稍長大因食得立。於是頌曰：

在於胞胎時， 遭若干苦惱，
既生得為人， 其痛有百千。
諸根已成就， 因出危脆身，

有生必老死，是為最不真。

兒已長大揣 tuán 哺養身，適得穀gǔ氣其體即時，生八十種蟲。兩種在髮根：一名舌舐 shì，二名重舐。三種在頭，名曰：堅固、傷損、毀害。一種在腦，兩種在腦表：一名蝥zhé味 zhòu，二名耗 hào 擾 rǎo，三名憤亂。兩種在額：一名卑下，二名朽腐。兩種在眼：一名舌舐，二名重舐。兩種在耳：一名識味，二名現味英。兩種在耳根：一名曰赤，二名復赤。兩種在鼻：一名曰肥，二名復肥。兩種在口中：一名曰搖，二名動搖。兩種在齒中：一名惡弊，二名凶暴。三種在齒根，名曰：喘息、休止、掙 zuó 搥 miè。一種在舌，名曰甘美。一種在舌根，名曰柔軟。一種在上斷 yín，名曰來往。一種在咽，名為嗽 sòu 喉。兩種在瞳子：一名曰生，二名不熟。兩種在肩：一名曰垂，二名曰復垂。一種在臂，名為住立。一種在手，名為周旋。兩種在胸：一名額坑，二名廣普。一種在心，名為班駁 bó。一種在乳，名曰湮 dòng 現。一種在臍，名為圍繞。兩種在脇：一名為月，二名月面。兩種在脊：一名月行，二名月貌。一種在背胸間，名為安豐 fēng。一種在皮裏，名為虎爪。兩種在肉：一名消膚，二名燒樹。四種在骨，名為：甚毒、習毒、細骨、雜毒。五種在髓，名曰：殺害、無殺、破壞、離骸、白骨。兩種在腸：一名蜚 qiāng 蜚 láng，二名蜚蜚 zuǐ。兩種在細腸：一名兒子，二名復子。一種在肝，名為嘔 yín 喋 chái。一種在生藏，名曰帔 pèi 收 mǐn。一種在熟藏，名為太息。一種在穀道，名為重身。三種在糞中，名曰：筋目、結目、編髮。兩種在尻 kāo：一名流下，二名重流。五種在胞，名為：宗姓、惡族、臥寐、不覺、護 hù 汁。一種在髀，名為撾 zhuā 杖。一種在膝，名為現傷。一種在踝 huái，名為鍼 zhēn zuǐ。一種在足指，名為焦然。一種在足心，名為食皮。是為八十種蟲，處在人身，晝夜食體。於是頌曰：

從頭髮下至足， 遍中蟲消食人，
計念之為瑕穢， 譬喻比如濁水。
從己生反自殘， 如刀怨患害人，
常來齧 niè 傷其身，若流水侵兩岸。

其人身中，因風起病，有百一種，寒、熱、共合，各有百一，凡合計之，四百四病，在人身中。如木生火，還自燒然；病亦如是，本因體興，反來危人。及身中表八十種蟲，擾動其身，令人不安，豈復況外諸苦之惱也！計身如是，常有憂患，凡夫之士自謂為安，不聞不解。所以者何？不見諦故。於是頌曰：

髮毛諸爪齒， 心肉皮骨合，
精血寒熱生， 髓腦脂生熟，
諸寒涕唾淚， 大小便常漏，
非常計不淨， 愚者謂為珍。

計念人身，覆以薄皮，如合棗 zǎo 奈，皮甚薄少耳！以為蓋之，人而不知，假使脫皮如困鈍肉，何可名之為是人身？骨節相拄 zhǔ 如連鐵鎖，諦見如是尚不足蹈，況復親近而目視之！於是以偈而歎頌曰：

計本為瑕穢， 譬如臭爛屍 shī，
亦如諸塵垢， 體蟲俱復然；
亦如畫好像， 會當歸腐敗，
以諦見本無， 安可附近之。

計人在世所作禍福，不盡其壽，亦有中夭而死傷者。譬如陶家作諸瓦器，或始破者，向欲刀治坏時破者，或墜 zhuān 上破、或下時破、或著地破、或拍時破、或坏燥破、或陶中破、或熟破者、或移時破者、或用破者，設使不用久久會破也！人亦如是，有初發意向來未至死者，或有二根胎如生酪，有如熟酪、息肉、段肉，具足六情，或不具足而有死者；向欲生時，又適墮地；一日、百日、一歲、十歲學業死者；二十、三十、四十、五十，從

一歲死至到百歲，雖復長壽會當歸盡也！如是五陰計本皆空，展轉相依，須臾有起、須臾有滅，舉足、下足而皆無常。愚癡之人，不聞不知反計有身，從少至老皆謂我所，呼為一種，不知非常之變也！

修行道者思惟計之，從是致是，無是則無。何謂從是致是者？因本之行所作殃福，故致死亡而在中止。至于胞胎精神處之，形如薄酪、息肉、段肉，稍至堅肉因有六根，六根具足則便出生，從少小身及至中年，乃到老、病當復歸死，其五陰轉於生死之輪，常如川流無有休息，一切皆空譬如幻化，如是顛倒至于老、病、死。譬如有大城西門失火，從次燒之乃到東門，皆令灰燼 jìn，計東門火非是初火也！然其焦燃不離本火也！人亦如是，從本因緣隨其禍福，當觀如此從是有是也！何謂無是則無也？無有凶福及餘塵勞則不歸死，已不歸死不在中止，設無中止何從有生？已不有生，其老、病、死何由而有也？計生死流本末如此，修行道者當觀五陰所從成敗。於是頌曰：

明識諸慧義，	心淨如月盛，
秉志而專一，	愍哀三界人。
如蓮花於水，	甘美柔軟上，
口之所宣說，	聽者則欣達。
分別演本起，	了之歸滅盡，
能仁悉究竟，	以愍眾生故。
吾從佛經中，	省採而鈔取，
因佛之講說，	故造修行經。

修行道地經卷第一

修行道地經卷第二

西晉三藏竺法護譯

慈品第六

賈人行曠野， 飢渴於厄道，
導師救護之， 將至水果處。
以無為之道， 消滅諸垢毒，
積安得等心， 稽首佛世尊。
本船在巨海， 向魚摩竭口，
其船入魚腹， 發慈以濟之。
向沒之頃間， 度人及珍寶，
知無數百千， 終始之苦樂；
超越諸先聖， 其德如太山，
道智踰日光， 奉願稽首慧。

修行道者當棄瞋恚，常奉慈心；或有行者但口發願令眾生安，不曉何緣救濟使安？雖有此言柔軟安隱，不為慈心平等定故。修行道者莫為口慈，或修行者發意念慈，欲安一切眾生之類，有此慈心亦為佳耳，非是道德具足之慈也！欲行大道，莫興此慈。於是頌曰：

設使學道士， 心口言念慈，
則自眇 xiǎn 安隱，亦獲薄福祐。
譬如師治箭， 失墮火燒之，
安能使其箭， 成就而可用。

修行道地，建大弘慈，當何行之？設修行者在於暑熱，求處清涼然後安隱；在水 bīng 寒處，求至溫暖然乃安隱；如飢得食，如渴得飲；如行遠路疲極甚困，而得車乘然後安隱；如見住立而得安坐；如疲極者得臥安隱；如人裸形得衣弊蓋；如身有垢沐浴澡洗，心大忻歡隱定寂然。若干種苦各得所便，身志踊躍得諸安故，執心不亂所可愛敬，親親恩愛父母、兄弟、妻子、親屬、朋友、知識，皆令安隱；一切眾生諸苦惱者，亦復如我身得安隱，

十方人民悉令度脫身心得安，欲使二親宗族中外，悉令安隱。次念凡人等加以慈，普及怨家無差特心，皆令得度如我身安。設使前念十方人民，中念怨家其心儻亂，初始之心不能頓等怨家及友中間之人者，當作是觀：我所懷結憎於怨家，此心已過今已棄捨，更甚愛之念如父母及身妻子，亦如宗親敬之如是，不復懷恨。察其本源五道生死，或作父母、家室、妻子、兄弟、朋友，但其久遠不復識念，以是之故不當懷怨。於是頌曰：

當發行慈心，	念怨如善友，
展轉在生死，	悉曾為親族。
譬如樹生華，	轉成果無異，
父母妻子友，	宗親亦如是。

修行道者心自念言：「假使瞋恚向於他人，則為自侵也！如木出火還自燒身；若如芭蕉，生實便枯，如驪懷駒 jū，還自危身。吾亦如是，設懷瞋恚自侵猶然。有起瞋恚向他人者，儻用此罪，墮於蛇虺 huǐ或入惡道。」諦觀如是，不當懷惡，若憎於人當發慈哀。於是頌曰：

其有從瞋恚，	怨害向他人，
後生墮蛇虺，	或作殘賊獸。
譬如竹樹劈，	芭蕉驪懷妊，
還害亦如是，	故當發慈心。

其修道者當行等慈，父母、妻子、兄弟、朋友及與怨家，無遠無近，等無憎愛，及於十方無量世界，普以慈向未曾增減。有如此行乃應為慈。於是頌曰：

其行慈心者，	等意無憎愛，
不問於遠近，	乃應為大慈。
等心行大哀，	乃至三界人，
行慈如是者，	其德踰梵天。

其修道者成具慈心，火所不燒，刀刃不害，毒亦不行，眾邪不得便。於是頌曰：

刀刃不能害，	縣官及大怨，
邪鬼諸羅刹，	蛇虺 huǐ 雷霹靂，
師子并象虎，	及餘諸害獸，
一切不敢近，	無能中傷者。

修道習慈行當如是。夜寐安隱，寤已歡然，天人宿護未曾惡夢，顏色和悅衣食不乏。生於梵天所在之處，常端正好，眼目白黑分明，身體柔軟少於疾病，而得長壽諸天恭敬；所趣得道佛所稱歎，消於塵勞速不退轉，以獲安隱至無餘界，而得寂度皆由慈心。於是頌曰：

其有行慈者，	端正衣食豐，
眾人皆宗仰，	長壽明如日。
臥覺行止安，	神天悉擁護，
生梵諸天敬，	世尊所稱歎。

是故修道當行慈心。於是頌曰：

其行慈心向一切，	除諸瞋害是謂慈，
今吾已現眾德本，	觀察佛經而抄說。

修行道地經除恐怖品第七

諸所當覺了，	分別悉解之，
觀諸過去佛，	明達為若斯。
用正等覺故，	是故號為佛，
明智及天龍，	莫不歸命奉。
教化諸部界，	除去眾瑕穢，
化惡窈冥者，	令心獲光明，
得安脫諸苦，	除去眾恐怖，

願稽首彼佛， 歸命於最勝。
佛降於不調， 象吼如雷震，
秉志聲普聞， 悉出永蒙度。
愚癡而自恣， 奔走如暴雨，
象名為檀鉢， 以制伏貢高，
及諸龍神王， 懷毒眼出火，
佛以善化救， 其身常寂然。
解脫而無礙， 今吾願稽首，
歸命寂然勝， 世尊之足下。
覩魔懷恚毒， 變化普為火，
戴山齎兵仗， 持刀及矛戟，
蛇虺 huǐ 擎大樹，欲來危世尊，
諸鬼神普至， 不懼亦不懼。
其毛如錐刀， 周匝而圍繞，
計數甚眾多， 不以為恐懼，
亦未曾驚疑， 而無諸愚癡，
已棄諸畏難， 願歸命最勝。

其行道者，若在閑居及於屏處，儻懷恐怖，衣毛為豎，當念如來功德之善，形像顏貌及法眾僧，思其戒禁分別解空，知為六分、十二因緣，奉行慈哀。假使恐怖，若念此事，無所復畏。於是頌曰：

或以恐怖而躄地， 不能自正立於法，
教令堅住持戒法， 如風吹山不能動。
譬如彼蜂採花味， 吾抄諸經亦如是，
其文甚少所安多， 欲除恐怖故講是。

修行道地經分別相品第八

本失於寶珠，	墮之于大海，
即時執取器，	耗海求珠寶。
精進不以懈，	執心而不移，
海神見如此，	即出珠還之。
適興此方便，	休息意天王，
超至大寶山，	不以為懈倦。
能究竟本無，	稽首無所著，
所願而不轉，	歸命禮最勝。
如龍王蟠結，	端坐亦如是，
求道以精進，	大力起得佛。
獨步於七日，	能忍化女人，
稽首彼至尊，	信見而不轉。

其行道者，心設自念：「在於生死不可稱計，習婬、怒、癡已來甚久，人命既短又復懈怠，安能一生除盡諸瑕乎？」若有此念，當作是觀：譬如故舍初無居者，若干之歲冥不燃燈，執火而入冥即消索也！雖為久習塵垢眾毒，以有智慧諸瑕則滅。所以者何？智慧力強愚癡劣故。於是頌曰：

欲求道義莫懈怠，	以得法利離衰耗，
承佛光明之智慧，	除婬怒癡悉永盡。

誰能奉斯順道如是？唯有信者、精進、智慧，無諂有志，爾乃順行。何謂為信？見知萬物皆歸無常，所可受身悉為憂苦，三界悉空，一切諸法計皆無我，解如此者是謂為信。於是頌曰：

其行修道者，	計知世不安，
萬物盡非常，	其受身皆苦。
三界悉為空，	一切法無我，
所在能受行，	是故謂有信。
設有吾我想，	則為顛倒人，

能解了悉空， 即當知是佛。
獲致甘露道， 覺了如是者，
無有能動搖， 此乃謂為信。

修行道者，何謂精進？假使行者專精空無，心不捨離，是謂精進。設野火燒稍來近座，并燒衣服上及首目，心當念言：「火燒我頭，正使焦燃骨肉皮膚，令我身死終不捨行。所以者何？雖燒吾身為不足言，其內體中婬、怒、癡火，展轉生死三惡道中，燒我身來無央數世，未得究竟至於道德；雖燒一身不足為救，但當力濟婬、怒、癡火，已得滅度不復退還，已無有身，則無內外諸火之患。此婬、怒、癡不可輕滅，譬如以糠欲消銅鐵，終不能也！」執心堅強一切方便，乃可除盡婬、怒、癡病。於是頌曰：

其有專精於道德， 當爾之時莫惜身，
譬如有象洗其身， 沐浴適淨復臥土。
假使急厄來及已， 雷電霹靂不以驚，
譬如萎華人不惜， 捐棄塵勞當如是。

修行道者，何謂智慧？曉了寂定時，知當觀時，知察慧時，知受法時，了知定意正受之時，亦知遲疾從定起時；分別己心所有善惡，譬如良醫知腹中病也！當制其心莫令放恣，譬如健象墜向溝井，將養之者，以御抑之，不令墮落，修行道者制斷外著，亦當如是。知心因緣，諸想所奉，譬如明者知食所便，又如宰人知君主意，所嗜可否也！了知方便，一切解脫，進止所趣，猶如金師別金好醜。

設行道者離於明智，不了道趣心懷恐懼，以是為非，以非為是，則不成慧；其行道者設得一禪至第二禪，則自畏懼謂為失禪，不知轉寂也！心自念言：「咄哉！迷設。」本有善應，而念反失，心便移走也！在歡喜悅離於定意，則自限心而不得前，懷疑如此便為失禪，謂成不成，謂不成為成。云何了知禪定之意？專心秉

志入第一禪心在滅定，適作是行入第二禪。所以迷者，久習俗事，未知正諦及諸漏盡，用不了諦，志在所漏故也！求第二禪不能制心，則不具禪，是故行者當知此非也！設行者明，不作是迷，則不失禪，斯謂智慧。於是頌曰：

假使曉了身諸法，則知其意所歸趣，
方便制止心所趣，譬如鐵鉤調白象。
其有明了解定意，分別寂觀亦如是，
常以智慧無猶豫，住於道德如法教。

修行道者云何不邪？謂不諛諂，其心質直，專精行道，敦信守誠。設使在行而不為行，諸所塵勞不可之事，悉向法師說其瑕疹。譬如病者而有疾苦，悉當為醫至誠說之。法師觀察行者志意，應所乏短為其說法。於是頌曰：

行者懷質直，其心無諛諂，
承受法師教，斷諸塵勞垢，
安隱善清淨，專精勤修道，
奉經如佛教，遵法猶戰鬪 dòu。

假使行者情欲熾盛，為說人身不淨之法。有三品教：一曰身骨如鎖，支拄相連；二曰適受法教，便觀頭骨；三曰已了是觀，復察額上，係心著頭。

假使瞋怒而熾多者，為說慈心，慈有四品：一曰父母宗親，二曰中間之人無大親疎 shū，三曰凡人眾庶，四曰以得是行等施慈心。護於怨家仁心具足，則除九惱及與橫瞋。分別此義，雖有親厚則遠離之。

何謂九惱而橫瞋者？一曰心自念言：「此人本曾侵枉我。」二曰：「此人後儻侵我。」三曰：「今復欺我。」四曰：「過去之時，枉我親友。」五曰：「後儻復侵我親友。」六曰：「於今現復欺我親友。」七曰：「其人前時敬我怨家。」八曰：「後儻復敬。」九

曰：「於今現復敬之。」雖有是心悉當棄捨。何能令人不侵己身？但當自守不侵人耳！是我宿罪不善之報，致此惡果也！吾親友本亦有罪，故致此患也！及吾怨家素與彼人宿舊親親，又有福德令人敬耳！三品九惱不足懷恨。

何謂橫瞋？未曾相見，見便恚之。即當思惟：「此人未曾侵枉我身，今亦無過復且無失，何故懷惡視他人乎！其發惡心橫加於人，還自受罪，譬如向風揚塵還自坌身也！」修行道者不能滅恚令不起者，此輩之人不入道品，如坏盛水不能致遠也！能制恚者如水澆火，則無所害，是應修行入於道律；以是之故雖遭苦惱，刀鋸截身，莫起瞋恚，如燒枯樹無有恨心，況復瞋恚向精神者！於是頌曰：

等觀於己身，	凡人怨無異，
棄捐諸九惱，	立志不橫瞋。
制心不懷恨，	如枯樹無恚，
修行道地者，	如是無瑕穢。

修行道者設多愚癡，當觀十二因緣分別了之；從生因緣而有老死，設不來生則無終始。於是頌曰：

不癡則無生，	已除老死患，
覩本無有始，	何從致衰盡？
原因六情興，	多亂故致癡，
從癡有結網，	轉成愚冥癡。

修行道者設多想念，則為解說出入數息，喘息已定，意寂無求。於是頌曰：

數息求止及相隨，	覩正諦想心便止，
本性淨者奉如是，	獨坐多想不成行。

修行道者設多憍慢，為說此義：人有三慢，一曰言我不如某，二曰某與我等，三曰我勝於某。有念是者，為懷自大，當作此計：

城外塚間，棄捐骨鎖，頭身異處，無有血脈，皮肉消爛，當往觀此貧富、貴賤、男女、大小、端正、醜陋，枯骨正等，有何殊別？本末終時，肉衣、皮裹、血潤、筋束，衣服、香花、瓔珞其身，譬如幻化巧風所合，因心意識周旋而行，至於城郭、國邑、聚落，出入進止。作是觀已，無有憍慢。本無觀者見於塚間及一切人，等而無異。於是頌曰：

其有豪富貴， 乘駕出城遊，
及散棄塚間， 計之等無異。
閑居處樹下， 若有作是觀，
執心而行道， 慢火不能燒。

法師說經，觀察人情，凡十九輩。以何了知？分別塵勞，爾乃知之。何謂十九？一曰貪婬，二曰瞋恚，三曰愚癡，四曰婬怒，五曰婬癡，六曰癡恚，七曰婬怒愚癡，八曰口清意婬，九曰言柔心剛，十曰口慧心癡，十一者言美而懷三毒，十二者言龜心和，十三者惡口心剛，十四者言龜心癡，十五者口龜而懷三毒，十六者口癡心婬，十七者口癡懷怒，十八者心口俱癡，十九者口癡心懷三毒。於是頌曰：

其有婬怒癡， 合此為三毒，
兩兩而雜錯， 計便復有四；
口柔復有四， 口癡言癡四，
世尊之所說， 人情十九種。

何而知人有貪婬相？文飾自喜調戲性急，志操忽忽性如獼猴而多忘誤，智詐淺薄無有遠慮，舉動所為不顧前後，造作不要多事恐怖，多言喜啼易詐易伏，安隱易解不耐勤苦，得小利入大用歡喜，忘失小小而甚憂感，聞人稱譽歡喜信之，伏匿之事悉為道說，體溫多污皮薄身臭，毛髮稀疎 shū 多白多皺，不好長鬚白齒起行，喜淨潔衣好著文飾，莊嚴其身喜於薄衣，多學伎術無所不通，

數行遊觀常喜含笑，綺飾奉戒性和敬長，見人先問巧黠妍雅，性不佞戾慚愧多慈，分別好醜取與交易，柔和多哀多所恩惠，於諸親友放捨施與，所有多少不與人爭，所惠廣大，觀顧身形所作遲緩，了知世法悉能決斷，若見好人敬而重之，覺事翻疾，工於言語黠慧言和，多有朋友不能久親，少於瞋恚尊敬長老，臥起行步而不安詳，雖學于法愛欲財物，親屬朋友捨不堅固，結友不久，聞色欲事即貪著之，說其惡露尋復厭之，易進易退。以是之故為貪婬相。於是頌曰：

卒暴輕舉如獼猴，	常歡喜笑又喜啼，
得利大喜失甚憂，	多於言語易降伏，
志惑忽忽而驚恐，	自喜易詐信人語，
志性多忘無遠慮，	好按戒法而有慧；
貪視於色志善施，	綺顧其身敬朋友，
舒緩體溫為多污，	喜信慚軟而有勇；
於法財色及親友，	不可便踈 shū 尋即悔，
諸所造學即能得，	雖疾知之速忘失；
花飾莊嚴其衣服，	所作不要而敬老，
智者敬之有學志，	通達能明而和解；
常喜出城行遊觀，	美於言語亦樂聽，
利口便辭能分別，	所處臥坐不忍久。
柔軟性至誠，	輕事不顧後，
志卒不耐苦，	朋友好惠施；
憎長鬚喜短，	自喜然而臭，
巧黠多皺白，	奉戒慧無礙；
見人先問訊，	衣薄面齒淨，
有慈易從事，	起行不惜財；
別知人行慈，	易教不佞戾，

佛說性如是，為應貪婬相。

當何以觀瞋恚之相？解於深義不卒懟 duì 恨，若怒難解無有哀心，所言至誠惡口麤獷 guǎng⁸，普懷狐疑不尋信之，喜求他短多寤少寐，多有怨憎結友究竟，仇讎 chóu 難和所受不忘，無有怨驚人怖不懼，多力反復不能下屈，多憂難訓，身體長大、肥項、大頭、廣肩、方額、好髮，勇猛性強難伏，所可聽受遲鈍難得，既受得之亦復難忘，若失法財所欲親友，永無愁顧難進難退。以是知之為瞋恚相。於是頌曰：

志性剛強深解義，	普疑於人求長短，
少於睡眠難屈伏，	性矇難學亦難忘；
能忍勤苦叵觸近，	無所畏錄不卒瞋，
身口相應難諫曉，	勇猛有力而剛強；
少恐𡇗 xiǎn 友多怨憎，	少安有反身廣大，
所可作為不追悔，	棄法財反不顧念；
一捨所親不思之，	未曾還變亦不伏，
勤力精進修大事，	佛說是輩為瞋相。

云何察知愚癡之相？謂性柔軟喜自稱譽，無有慈哀破壞法橋，常而閉目面色憔悴，無有點慧愛樂冥處，數自歎息懈惰無信，憎於善人常喜獨行，寡見自大作事猶豫，不了吉凶不別善惡，若有急事不能自理，又不受諫，不別善友及與怨家，作事反戾弊如虎狼，被服弊衣身體多垢，性不自喜，鬚髮蓬亂不自整頓，多憂嗜臥多食無節，人倩使之而不肯作、不倩不使而更自為，當畏不畏、不當畏者然反畏之，當憂反喜、當喜反憂，應哭而笑、應笑而哭，設有急事使之不行，適去呼還不肯反顧，常遭勤苦強忍塵勞，有所食噉不別五味，言語多笑喜忘重語，嚙 niè 舌舐 shì 脣 chún 然而

⁸校勘記：“獷”，大正藏為“𧢲 kuàng”字，據【元】【明】【宮】版本的“獷”及文義改。下同。

噤 jìn 齟 xiè，行步臥起未曾安隱，舉動作事無所畏難、不知去就。
佛說是輩為愚癡相。於是頌曰：

弱顏愚無慈，	強顏而自舉，
眼目不視眴，	焦悴數歎息；
獨行然無信，	嫉賢及懈怠，
常憂多狐疑，	不別諸善惡；
體面多塵垢，	不知善惡語，
作事多憤鬧，	不能自究竟；
所倩使不肯，	不使而反行，
當畏而不畏，	不畏而反畏，
應喜而反憂，	應憂而反喜，
當哭而反笑，	當笑而反哭；
貪飲食無飽，	不別反怨讎 chóu，
志性喜佞戾，	無慧遭苦惱；
鬚髮常蓬亂，	無信喜居冥，
不別知五味，	多臥如虎狼；
寡見而貢高，	齧 niè 舌而舐脣，
弄口而喜斷，	所語而多笑；
臥處而不安，	諸急事難進，
呼還而突前，	性爾為癡相。

何謂婬怒癡相？向所說婬、怒、癡是也！婬癡、怒癡相亦如是。其與一切塵勞合者，是謂婬怒癡相。於是頌曰：

其處於塵勞，	與婬怒俱合，
當觀婬怒相，	是為癡無慧。
一切前所說，	貪欲諸垢穢，
有婬怒愚行，	則知不離癡。

何謂口欲心欲者？語言柔軟順從不違，身所不欲不加於人，

言念輒善安隱可意。譬如好樹，其華色鮮果實亦美，口欲心欲亦復如此。於是頌曰：

其語常柔和，	順從言可人，
言行而相副，	心身不傷人。
譬如好花樹，	成實亦甘美，
佛尊解說是，	心口之姪相。

何謂口欲心怒者？口言柔軟而心懷毒，如種苦樹，其花色鮮成果甚苦，言柔懷毒亦復如是。於是頌曰：

其口言柔軟，	而心懷毒害，
視人甚歡喜，	相隨而可親。
口言而柔順，	其心內含毒，
如樹華色鮮，	其實苦若毒。

云何知口欲心癡者？言語柔和其心冥冥，不能益人亦不欺損。譬如畫瓶，視表甚好裏空且冥，口欲心癡亦猶如此。於是頌曰：

口言有柔和，	而心懷冥癡，
當知此輩人，	口姪而心愚。
觀其口如慧，	心中冥如漆，
外好如畫瓶，	其內空且冥。

何謂口欲而心怒癡？所言柔軟念善少 xiǎn 少，性不調順，或復念惡、有時不念，善惡不別，其性難知。譬如甜藥雜以鹹 xián 苦不可分別，其有口欲而心怒癡，亦復如此。於是頌曰：

其有口言欲，	心懷諸怒癡，
譬如醍醐蜜，	雜以辛苦鹹。

何謂口戇而心姪者？語言剛急中傷於人，眾所憎惡不欲見之，無有敬者；譬如父母訶教子孫，雖口剛急而心猶愛；譬如瘡醫破洗人瘡，當時大痛，久久除愈心甚歡喜。其有口剛而心姪者亦復如是。於是頌曰：

有現口言急， 而心懷姪欲，
譬如夏日熱， 其光照冷水。

何謂口剛而心怒者？口言龐獍 guǎng，所可懷念，無有慈善不欲人利。譬如苦藥復和以毒，設飲病人吐之不服，設飲消時則害人命，其口剛急而心怒者亦復如是。於是頌曰：

其口言急無親敬， 心念弊惡而懷毒，
常喜侵枉於他人， 當觀此輩行雜毒。

何謂口龐而心癡者？言常剛急惡加於人，舉動所作心不自覺，不念人善亦不念惡。譬若有賊拔刀恐人而不能害，如是行者知為口急而心愚癡。於是頌曰：

口言剛急心不害， 喜恐於人無所加，
譬如拔刀無所施， 口龐心癡亦如是。

何謂口龐心懷三毒者？口言剛急或善於人，又復加惡，乍念不善亦不能惡。譬如大吏捕得盜賊，其下小吏恐責其辭，又復有吏誘進問之，其次小吏鞭杖拷之，又復有吏不問善惡亦不拷責，是謂口龐而懷三毒者。於是頌曰：

口言而剛急， 其心懷三毒，
志性如是者， 不善不為惡；
行跡若斯者， 名之中間人，
勤苦及安隱， 是事雜錯俱。

何謂口癡而心欲者？無所別知，人與共語都無所解，不曉善惡義所歸趣；心常自念：「當何以益加於人也！」至於趣事，如所思念不失本要。譬如冥夜興雲降雨，其口癡心欲亦復如此。於是頌曰：

其有口癡而心姪， 口所言說不了了，
如龍興雲而不雷， 口癡心姪亦如是。

云何為口癡心剛？不能施善亦不加惡，常心念言：「以何方便

中傷於人？」設得便者輒危害人。譬如以灰覆於炭火，行人躡上便燒其足，口癡心怒亦復如是。於是頌曰：

口癡而心剛， 不柔無惡言，
常懷惡加人， 不念人善利。
所言不了了， 藏惡在於心，
如灰覆炭火， 設躡燒人足。

何謂口癡而心懷冥？不能以善加施於人，亦不加惡，心亦不念他人善惡，無所增損。所以者何？無勢力故。譬如火滅以灰覆之，若持枯草及爇zào牛屎，積著其上手觸足蹈，無所能燒而不成熟。所以者何？無所堪任。口癡心冥亦復如是。於是頌曰：

其口有癡愚， 而心懷闇冥，
都不能念惡， 亦不能念善，
不能成辦事， 亦不不為能，
如暴中炊煮， 無所能成熟。

何謂口癡心懷三毒？口無所犯不益於人，少所中傷晝夜思念：「以何方便中傷於人？」又復心念：「云何饒人？」或心念言：「不損益人。」譬如故瓶盛淨不淨，而蓋其口不見其裏，發口則現，口癡心懷三毒亦復如此。於是頌曰：

作性喜反戾， 口言不了除，
而懷姪怒癡， 盛滿以臭穢。
譬如大故瓶， 受諸淨不淨，
不能益於人， 亦都無所損。

其為法師，以此十九事，觀察人情而為說法。其姪相者云何解說？為講法言：「習欲多者墮於地獄、餓鬼之中，然後得出復作姪鳥、鸚鵡、青雀及鴿、鴛鴦、鵝、鶩、孔雀、野人、獼猴；設還作人，多姪放逸輕舉卒暴。仁當察此曼及人身，觀知罪垢，惡露不淨，莫習姪欲。」於是頌曰：

其多習婬色， 憍慢速目燒，
在人若畜生， 地獄餓鬼中，
生彼還自害， 塵勞火見燒；
欲令解脫此， 隨行故說是。

設多瞋者隨其行跡，而為說法：「犯眾瞋恚墮於地獄、餓鬼之道，從惡處出當作毒獸、鬼魅、羅刹、反足、女鬼、溷 hùn 鬼之類，又作師子、虎、狼、蛇虺 huǐ、毒蟲、蚊虻、蚊蜂、百足之蟲；設從此道還在世間，形貌醜陋人所不媚，常當短命而多疾病，身體不完。以是之故，殃罪分明。常奉慈心，除其瞋恚。」於是頌曰：

人多懷瞋恚， 眾共所憎惡，
坐是墮惡道， 多病不安隱，
墮鬼及毒獸， 既作人下賤；
能行慈心者， 即除瞋恚冥。

設多愚癡為說此法：「蒙冥興盛，死墮地獄、餓鬼之路，若在畜生則作癡獸，謂牛、羊、狐、犬、驪、驢、猪豚 tún 之屬；設還人道，性不決了，少眼根弱，當多疾病六情不完，生於夷狄野人之中，從冥入冥。」以是教之觀十二緣，除愚冥本。於是頌曰：

多習愚癡者， 諸根不完具，
生於牛羊中， 然後墮地獄；
假使修學人， 願度此惡道，
欲得脫其冥， 當觀十二緣。

設多婬怒當行二事：觀其不淨，又奉慈心。若多婬癡為講二事：空無及慈。設怒癡盛，為說二事：導以慈心，并了癡本。於是頌曰：

行慈觀不淨， 攻治婬怒癡，
教色諸愚者， 十二緣不明。
若人瞋恚盛， 及癡甚除冥，

當為講慈心，十二因緣本。

若有口婬而心欲者，為說無常空寂之義也；心怒口恚唯講慈仁也；口癡心冥講十二緣。其餘四種眾病備具：一者口婬心懷三毒，二者口怒恚癡具，三者口愚內懷三垢，四者有人淳懷三毒。其解法師，當為此輩說法教化，令其寂然觀因緣本。所以者何？是輩種類塵勞淳厚，積諸罪殃而自纏裹，雖為現法不見聖諦，唯當教之諷誦勸進，緣是之故專在誦務，塵勞轉薄，雖不獲道，可得上天。於是頌曰：

其有行犯婬，而心瞋恚癡，
當教諷誦經，及勸使為福；
塵勞雖興盛，緣是除罪蓋，
因斯之方便，然後得生天。

譬如有人修治樹園，地高下之，坵墟平之，溉灌以時，拔去荊棘、穢草、蘆葦，邪生諸曲、橫出不理皆落治之，棄著垣外令其順好；樹木無礙，根生滋茂，皆悉護之令不折傷。以是之故，樹木轉大花實興盛。其修行者受法師教，除婬怒癡欲想諸穢，以是之故，行遂長成至于得道。於是頌曰：

其樹木曲戾，邪出不順生，
荊棘諸瑕穢，悉落治令政。
以若干方便，修理乃得成，
修行治法樹，奉經亦如是。
除諸婬怒癡，受師百千教，
滅去諸瑕穢，如園師修樹。

法師說經，察以四事。何謂為四？一曰博學而得至道；二曰懷來以道，其於學問不能論義；三曰博學道德未得成就；四曰無知無道。復有四法：一曰初由法師從其啟受知義解法；二曰雖解其義不能微妙；三曰分別淺法不能至深；四曰不知其義亦不曉了。

如是學法，所習唐苦。譬如兩人俱不曉泅，墮深水中，欲相免濟反更溺死；如盲牽盲欲有所至，中道迷惑竟不能達；不知義者亦不曉慧，而欲說法欲有所救，亦復如是。於是頌曰：

譬如人博學，	眾善無央數，
已得度無極，	若人越大海。
若人淨如諦，	而無有智慧，
但可取其要，	不能獲深義。
若習入道者，	隨順不違律，
以能敬受教，	如有反復。
譬如近尊者，	必當獲大利，
其學修行道，	所求義必進。
但解進其義，	而不能微妙，
如人食空羹，	而無有飯具。
從師諮受義，	不了妙如是，
不能解大道，	不至正真慧。
設使不入道，	不能分別說，
則不解於慧，	無義不了了。
如盲欲御盲，	不能致所趣，
無義亦無慧，	譬之亦其然。

其修行者計有三品：一曰或身行道而心不隨，二曰或心行道而身不從，三曰修道身心俱行也。何謂身行而心不隨？假使行者結跏趺坐，政直端心，譬如柱樹未曾動搖，而現此相內心流逸，色、聲、香、味、細滑之念，所更不更而普求之。其心放逸不得自在，譬如死屍 shī 捐在塚墓，虎、狼、禽獸、飛鳥、狗犬貉爭食之，身定內亂亦猶其然，斯為修行道德地者身定心亂。於是頌曰：

結加趺端坐，	不動如太山，
其心內迷散，	情猶象墮淵；

如是修行者，身定而心亂，
譬若樹狂花，不成果而落。

何謂修行道地者？有心在道而身不從，身不端坐成四意止，是時心定而身不安。於是頌曰：

假使心性自調和，住四意止無他相，
是時則名四意止，雖身不定心不亂。

修行道地，何謂身心而俱定者？身坐端正心不放逸，內根皆寂，亦不走外隨諸因緣也！當爾之時，身心端定都不可動，以此知之身心等定。於是頌曰：

其身心俱定，內外不放逸，
寂然加趺坐，如柱定難傾。
見於生死諦，如水漂岸樹，
身心而相應，疾成道得果。

修行道地，專精於道而不動轉，如是寂滅速至泥洹。於是頌曰：

講說若干之要義，如乳石蜜和食之，
其無諛諂能承法，則以佛教自調順。

修行道地經卷第二

修行道地經卷第三

西晉三藏竺法護譯

勸意品第九

修行道地，以何方便自正其心？吾曾聞之：「昔有國王，選擇一國明智之人以為輔臣。爾時國王設權方便無量之慧選得一人，聰明博達其志弘雅，威而不暴名德具足。王欲試之，欲知何如？故以重罪欲加此人，勅告臣吏盛滿鉢油，而使擎之從北門來至於南門，去城二十里園名調戲，令將到彼，設人持油墮一滸者，便級其頭不須啟問。」於是頌曰：

假使其人到戲園， 承吾之教不棄油，
當敬其人如我身， 中道棄油便級頭。

「爾時群臣受王重教，盛滿鉢油以與其人。兩手擎之甚大愁憂，則自念言：『其油滿器，城里人多，行路車馬，觀者填道，譬如水定而風吹之，其水波揚；人亦如是，心不安隱。』退自念言：『無有一人而勸勉我言莫恐懼也！是器之油擎至七步，尚不可詣，況有里數耶？』此人憂憤不知所湊，心自懷懼。」於是頌曰：

覩人象馬及車乘， 大風吹水心如此，
志懷怖懼不達， 安能究竟了此事？

「其人心念：『吾今定死，無復有疑也！設能擎鉢使油不墮，到彼園所爾乃活耳！當作專計，若見是非而不轉移，唯念油鉢志不在餘，然後度耳！』於是其人安行徐步。時諸臣兵及眾觀人，無數百千隨而視之，如雲興起圍繞太山。」於是頌曰：

其人擎鉢心堅強， 道見若干諸觀者，
眾人圍繞而隨之， 譬如江海興大雲。

「當爾其人擎鉢之時，音聲普流莫不聞知，無央數人皆來集會，眾人皆言：『觀此人衣，形體舉動，定是死囚。』斯人消息乃

至其家，父母、宗族皆共聞之，悉奔走來，到彼子所號哭悲哀。其人專心，不顧二親、兄弟、妻子及諸親屬，心在油鉢無他之念。」於是頌曰：

其子啼泣淚如泉， 若干種泣哭嘆父，
心懷怖懾不省親， 專精秉志而持鉢。

「眾人論說相令稱噉 jiào，如是再三。時一國人普來集會，觀者擾攘喚呼震動，馳至相逐蹙地復起，轉相登躡間不相容，其人心端不見眾庶。」於是頌曰：

眾人叫喚不休息， 前後相逐不容聞，
而擎油鉢都不觀， 如雹雨空無所傷。

「觀者復言：『有女人來，端正姝好，威耀光顏一國無雙，如月盛滿星中獨明，色如蓮華行於御道，像貌巍巍姿色踰人，譬如玉女，又若忉利天王之后字曰護利，端正姝好，諸天人民莫不敬重。於今斯女昭昭如是，能八種舞，音聲清和聞者皆喜。』」於是頌曰：

舉動而安詳， 歌舞不越法，
其心懷歡喜， 感動一切人。
歌頌聲則悲， 其身而逶迤，
不疾亦不遲， 被服順政齊。
七種微妙音， 奇述有五十，
三處而清淨， 宮商節相和。
身從頭至足， 莊嚴寶瓔珞，
語言而美雅， 猶若甘露降。

「爾時其人一心擎鉢，志不動轉亦不察視。觀者皆言：『寧使今日見此女顏終身不恨，勝於久存而不覩者也！』彼時其人雖聞此語，專精擎鉢不聽其言。」於是頌曰：

巧便而安詳， 其舞最巧妙，

一切人貪樂， 譬如魔之后，
能動離欲者， 何況於凡夫；
來往其人邊， 擎鉢心不傾。

「當爾之時有大醉象，放逸犇走入於御道，眾人相謂：『今醉象來，踏蹴吾等而令橫死，此為魑魅化作象形，多所危害不避男女；身生瘡痍其身龜澁，譬若大髒毒氣下流，舌赤如血其腹委地，口脣如垂行步縱橫，無所省錄人血塗體；獨遊無難進退自在，猶若國王遙視如山，暴鳴哮吼譬如雷聲，而擎其鼻瞋恚忿怒。』」於是頌曰：

大象力強甚難當， 其身血流若泉源，
踏地興塵而張口， 如欲危害於眾人。

「其象如是，恐怖觀者令其馳散，破壞兵眾諸象犇逝，一切觀者而欲怖死，能拔大樹踐害群生，雖得杖痛無所畏難。」於是頌曰：

壞眾及群象， 恐怖人或死，
排撥諸舍宅， 犇走不畏御。
名聞於遠近， 剛強以為德，
憍慢無所錄， 不忍於高望。

「爾時街道市里坐肆諸賣買者，皆懷收物蓋藏閉門，畏壞屋舍人悉避走；又殺象師無有制御，瞋惑轉甚，蹈殺道中象、馬、牛、羊、豬、犢之屬，碎諸車乘星散狼藉。」於是頌曰：

諸坐肆者皆蓋藏， 傷害人畜碎車乘，
覩見如是閉門戶， 狼藉如賊壞大營。

「或有人見，懷振恐怖不敢動搖，或有稱怨呼嗟淚下，又有迷惑不自覺知，有未著衣曳之而走，復有迷誤不識東西，或有馳走如風吹雲，不知所至也！中有惶懼以腹拍地，又人窮逼，張弓安箭而欲射之，或把刀刃意欲前撈，中有失色恍惚妄語，或有懷

瞋其眼正赤，又有屏住遙觀歡喜，雖執兵仗不能加施。」於是頌曰：

於斯迷怖懾， 亦有而悲涕，
或愕無所難， 又有執兵仗，
愁憤蹙地者， 邈絕不自知，
獲是不安隱， 皆由見醉象。

「彼時有人曉化象呪，心自念言：『我自所學調象之法，善惡之儀凡有八百，吾觀是象無此一事，吾今當察從何種出？上種有四，為是中種、下種耶？』以察知之，即舉大聲而誦神呪。」於是頌曰：

天王授金剛， 吾有微妙語，
能除諸貢高， 羸劣能令強。

「彼人即時舉聲稱曰：『諸覺明者無有自大亦不興熱，棄除恩愛承彼奉法，修行誠信之所致也！象捐貢高伏心使安。』說此往古先聖二偈言：

「『 姪洸及怒癡， 此世三大憍，
 誠道無諸垢， 眾熱為以消。
 用彼至誠法， 修行亦如是，
 大意供象王， 除惑捨貢高。』

「爾時彼象聞此正教，即捐自大降伏其心，便順本道還至象廐，不犯眾人無所憍害。其擎鉢人不省象來亦不覺還。所以者何？專心懼死無他觀念。」於是頌曰：

見象如暴雨， 而心未曾亂，
其雨雖止已， 虛空亦不悅。
其人亦如是， 不省象往還，
執心擎油鉢， 如藏寶不忘。

「爾時觀者擾攘馳散東西走故，城中失火燒諸官殿及眾寶舍、

樓閣、高臺，現妙巍巍展轉連及，譬如大山無不見者，烟皆周遍火尚盡徹。」於是頌曰：

其城豐樂嚴正好， 宮殿屋舍甚寬妙，
而烟普熏莫不達， 火熾如人故欲然。

「火燒城時，諸蜂皆出放毒齧 niè 人，觀者得痛驚怪馳走；男女大小面色變惡，亂頭衣解寶飾脫落；為烟所熏眼瞳淚出，遙見火光心懷怖懾，不知所湊；展轉相呼父子、兄弟、妻息、奴婢，更相教言：『避火離水，莫墮泥坑，爾乃安隱。』」於是頌曰：

愁憂心懷不自覺， 家室親屬及僕從，
乘諸象馬悲哀出， 言有大火當避捨。

「爾時官兵悉來滅火；其人專精一心擎鉢，一涕不墮，不覺失火及與滅時。所以者何？秉心專意無他念故。」於是頌曰：

有眾人迷惑， 如鳥遇火飛，
其火燒殿舍， 烟出如浮雲，
頭亂而驚怖， 避烟火馳走；
一心在油鉢， 不覺火起滅。

「是時五色雲起天大雷電。」於是頌曰：

既興大霧非時雨， 風起吹雲令純陰，
虛空普遍無清天， 猶暴象群雲如是。

「爾時亂風起吹地興塵，沙礫瓦石填於王路，拔樹折枝落諸華實。」於是頌曰：

風起揚塵而周普， 興雲載水無不遍，
暴風忽冥不相見， 雷電俱降無不驚。

「彼時大雲而焰掣電，霹靂落墮，孔雀皆鳴，天便放雨墮於諸雹；雖有此變其人不聞。所以者何？專念油鉢。」於是頌曰：

其放逸象時， 猶如大雲興，
墮雹失火風， 拔樹壞屋舍。

其人不覩見， 何善誰為惡？
不覺風雲起， 但觀滿鉢油。

「爾時其人擎滿鉢油，至彼園觀一滄不墮。諸兵臣吏悉還王宮，具為王說所更眾難，而人專心擎鉢不動，不棄一滄得至園觀。王聞其言則而歎曰：『此人難及，人中之雄！不顧親屬及與玉女，不懼巨象、水火之患、雷電霹靂。吾聞雷聲愕然怖懼，雖有啟白不省其言，或有心裂而終亡者，或有懷駒而傷胎者。人民所立悉不自覺，雖遇眾難其心不移，如是人者無所不辦，心強如斯終不得難，地獄王考，能食金剛！』其王歡喜立為大臣。」於是頌曰：

見親族泣涕， 及醉象暴亂，
雖遭諸恐難， 其心不移易。
王覩人如此， 心堅定不轉，
親愛而弘敬， 立之為大臣。

「爾時正士其心堅固，雖遭善惡及諸恐難，志不轉移得脫死罪，既自豪貴壽考長生也！」修行道者御心如是，雖有諸患及姪、怒、癡來亂諸根，護心不隨攝意第一，觀其內體察外他身，痛痒、心、法亦復如是。於是頌曰：

如人擎油鉢， 不動無所棄，
妙慧意如海， 專心擎油器。
若人欲學道， 執心當如是，
意懷諸德明， 皆除一切瑕。
若干之色欲， 而興於怒癡，
有志不放逸， 寂滅而自制。
人身有病疾， 醫藥以除之，
心疾亦如是， 四意止除之。

心堅強者志能如是，則以指爪壞於雪山，以蓮華根鑽穿金山，則以鋸斷須彌寶山。其無有信不能精進，而懷諛諂放逸喜忘，雖

在世久終不能除婬、怒、癡垢。有信、精進、質直、智慧，其心堅強，亦能吹山而使動搖，何況而除婬、怒、癡也！故修行者欲成道德，為信、精進、智慧、朴直，調御其心專在行地。於是頌曰：

直信而精進， 智慧無諛諂，
是五德除瑕， 離心無數穢。
採解無量經， 自覺斯佛教，
但取其要言， 分別義無量。

修行道地經離顛倒品第十

功德住覺高巍巍， 猶如學術依靜居，
智慧川流善寶形， 願稽首禮大山王。
從天上來下， 知趣而不惑，
佛生不胞胎， 不入亦不出，
不更諸苦惱， 不著不顛倒，
德重無所著， 歸命度生死。

修行道者或懷懈怠，謂法微妙難曉難了不可分別。當識苦本，斷除諸習，證於盡滅，修念道術。譬如有人而取一髮破為百分，還續如故令不差錯，是事甚難不乎？答曰：「甚難！甚難！」可以幻化諸藥神呪續髮如故，泥洹之道不以此事而成立也！雖不能致於道證者，當有方便。於是頌曰：

常健精進向脫門， 欲覺了此難復難，
勤力勸樂而無退， 如深穿地得泉水。

當作是觀：「速疾成就莫如泥洹，不從他求自因心致，從他人得乃為難耳！由己勤獲何所難乎？」當作斯計，唯以諦觀誘進其心，如誘小兒呼之至前，來取手物而食噉之；小兒來至，一一擘指而無所得。世人如是所見顛倒，無常謂常，苦謂為樂，非身謂

有身，空謂為實。捨四顛倒作本無觀，爾乃為順佛之教誡。於是頌曰：

人不曉本無，	常計樂謂淨，
譬如以捉捲，	用以誘小兒。
於是人顛倒，	而有吾我想，
當為現光曜，	如冥中燃燈。

吾有頭髮不能常久，亦非淨潔，弗安無我；以是觀之一切皆然。勸發其心如明眼人，執炬而行入於空室，觀之無人亦無所觀，審諦見者亦復如是。察色之本，見無常、苦、無吾、非身，虛妄見者而反自縛。解空觀者有何難乎？現可見聞得道迹者、往還、不還及無所著，得平等覺。此等斯人，吾亦是人；此等成道，我身何故獨不獲乎？修行道者勸心如是，捨四顛倒專於行地。於是頌曰：

髮毛爪骨肉，	及諸像色形，
眾來惑心法，	五陰之所亂；
無常苦不安，	無我不清淨，
身如空丘舍，	明者觀如是。

修行道地經曉了食品第十一

佛在巴質樹，	天帝奉百味，
又在舍衛城，	波斯匿供養，
比蘭若設飯，	麥飯雖甘味，
皆等意受之，	稽首無所著。
雖食此飯已，	弗著不以色，
亦不造憍慢，	棄捐諸貢高，
所在受供養，	如越大曠路，
不以為甘美，	是故稽首禮。

爾時修行當觀飯食。設百種味及穢麥飯，在於腹中等無有異，舉食著口嚼與唾合，與吐適同；若入生藏，身火煮之，體水爛之，風吹展轉；稍稍消化，墮於熟藏，堅為大便，濕為小便，沫為涕唾，藏中要味以潤成體；此要眾味流布諸脈，然後長養髮、毛、爪、齒、骨、髓、血、肉、肪、膏、精氣、頭腦之屬，是外四大養內五根，諸根得力長於心法，起婬、怒、癡。欲知是者，是揣食之本，由是而起。於是頌曰：

計無央數諸上味， 墮在腹中而無異，
於體變化等不淨， 故行道者不貪食。

雖當飯食不求於肥，趣欲支命。譬如大官捕諸飛鳥，皆剪其翅閉著籠中，日擇肥者以給官厨。時諸飛鳥日日稍減，中有一鳥心自念言：「肥者先死，若吾當肥亦死如前；設不食者便當餓死。今當節食，令身不肥亦莫使羸，令身輕便出入無礙，不為宰人所見烹害，羽翼可得漸漸生長，若從籠出便可飛逝，從意所至。」修行道者亦計如是，食趣安身令體不重，食適輕便少於睡眠，坐起、經行、喘息安隱，𡇗 xiǎn 大小便，身依於行，婬、怒、癡薄。

其修行者當作是觀：「吾不貪身除諸情欲，此身非要骨鎖相支，今此身中但盛不淨無有堅固。譬如怨家無益羅網，常懷怨賊而傷親友，當消息之，供養奉事譬如王者。當以如何？遵承佛教，坐起經行令無災患，常觀污露具知多穢，將養其命趣得行道，如有親屬不可棄捨；身亦如是，沐浴、飯食、衣被、蓋形，如愛一子常將護之，不令寒溫飢渴之苦，非為蚊虻、蚤 zǎo 蝨 shī 所齧 niè。如有逆賊收閉牢獄，獄吏考治若干種榜：『卿為前後劫盜誰物？家居所在？盜何所藏？與誰同伴？魁師黨部耶？』五毒治之，氣絕復蘇，即自思惟：『以何方便得脫榜笞？』心便開解，對獄吏首：『遠計某國大長者子名曰禁戒，前後所偷皆著彼所，居止其家共行竊盜，是吾伴侶。』獄吏聞之，收長者子，與前賊共同一牢中俱

繫鐵絆 bàn。時長者子家有餉來，便自獨食不分與賊。賊大瞋怒張目嚙 niè 齒，汗出嘆息欲興惡意，令長者子不濟其命，況乃獨食：『今我自在則當逼之，不獨飲水，何況獨食！』其長者子少小驕樂，不忍須臾不行左右，欲至舍後便報賊言：『共至廁上。』其賊報言：『在卿所至，吾不能行。』時長者子逼急窮極，謂其賊言：『無過於子，子橫牽吾閉在刑獄；今欲小起反不相從乎？設不共繫終不相報。吾假相犯卿便說之，以當省過而謝其罪。』時賊答曰：『子實無過吾橫相牽。卿眷屬多，欲自免罪，不見考治蒙得飲食故相枉耳！仁有餉來而反獨食，永不相分故不相從。』時長者子則報賊言：『解子所恨，從今以往終不相失；若有餉來先當飯子，然後自食。曼我命存，願到舍後使身氣通。』賊乃隨之。

「後日餉來，便勅婢使：『所持飯來先奉親厚，所食之餘爾乃給我。』時婢奉教輒如其言，使人還歸具啟長者。長者聞之心懷恚怒，明日詣獄謂其子言：『卿生豪族，反與逆賊惡人從事而與親厚，都不覺知此橫牽汝閉在牢獄。』其子報言：『父所言是，不敬此人以為親厚也！具知是賊耳！我欲小行逼不相從，身重、腹脹、眼反、耳聾，頭痛、背裂、脅肋欲拔，胸懷氣滿、喘息欲斷，心意煩亂迷不自覺，諸節欲解、骨體疼痛，命欲窮絕，惡對在上，汗出短氣。而賊語我：「卿能隨吾，如病從醫，爾乃可耳！先以飯我，然後自食，吾當相從。」用貪身命故為親厚也！』」

如長者子具知此賊為怨家也！用窮逼故，於外示現若如親厚，而內疎 shū 薄，知四大寄非常之物，四事增減輒無安隱，如蛇虺 huǐ 毒，如幻、野馬、水月、山響，解身如是；其行道者亦復解此，曉知五陰皆為怨賊，趣以衣食將養其體令不危害，夙夜專精如救頭然，非以懈廢得成道德，至於無為，度于三界始終之患。

修行道地經伏勝諸根品第十二

其修行者姪、怒、癡薄，設不習塵無所燒害，未成道德非見聖諦自謂獲矣！如是行者自誠心意，放之在於色、聲、香、味、細滑之念，著於五陰，所作未辦。設心不隨五陰蓋者，則知得道；若其心亂隨諸情欲，即還恐懔當更精進。如牧牛者牧牛于澤，其牛犇突踐他禾穀，牧牛者恐怖其主覺之，牽將歸家以杖捶治。明日復出還在牧上，陽如不視，知復犯他禾稼不也？時牛心念：「牧者不見。」復食他苗。其主見之便復撻榜，牛後恐畏不敢復犯。行者如是自誠五根不隨情欲，則知道成也！若從六衰即還自制，觀三塗之苦生死之難，晝夜精勤勝前萬倍，所未獲者當令成就，已得成就令不放逸。

修行道地經忍辱品第十三

設使有人撻罵行者，爾時修道當作是觀：「所可詈詈但有音聲，諦惟計之皆為空無，適起即滅。譬如文字其名各異，一一計字無有罵聲；譬如一盲目無所見，正使百盲亦無所覩。罵亦如此，一字不成，正百千字亦悉空無。」設使父母、家室、親里，共稱譽我亦復皆空。當作是觀：「譬如夷狄異音之人，雖來罵我，譬如風響，是聲皆空。」

修行道地經棄加惡品第十四

假使行者坐於寂定，人來撻捶，刀杖瓦石以加其身。當作是觀：「名色皆空，所捶、可捶悉無所有，本從何生？誰為瞋者？向何人怒？我宿不善得致此患。設無名色無緣遭厄，我若欲瞋報其人者，眾怨甚多不可悉報；譬如毒蛇及與百足，蚤 zǎo 蝨 shī、蚊虻、蚊蜂之屬，是輩燒人無以加報。假使能除外諸憂患，安能辟除其內體中四百四病、八十種蟲！以是之故當伏內心，滅諸垢穢

寂定其志，故謂修行。」

修行道地經天眼見終始品第十五

其修行者假使睡眠，當念無常不久趣死。想於眾苦生死之惱，澡手盥面瞻視四方，夜觀星宿以自御心，棄捐懈怠不思臥寐；若睡不止當起經行，假令不定當移其坐。想欲見明，雖心中冥，思惟三光令內外明。於是頌曰：

當念生死苦， 觀罪覩四方，
省視外光影， 內心求照明。
滅壞睡眠冥， 若日消除闇，
如是雖閉目， 所見踰開者。

其修行者，常思見明，晝夜無異；分別大小、是非、所趣，遠行普學無所不博。思惟如是，則得道眼所見平等，無有彌延及淨居天。於是頌曰：

雖為眠日常如開， 禪定所見踰天眼，
普視世間眾生類， 徹達天上無不見。

其修行者已成道眼，悉見諸方三惡之處。譬如霖雨一旦晴除，有明眼人住於山頂，觀視城郭、郡國、縣邑、聚落、人民、樹木、花實、流水、源泉、師子、虎、狼、象、馬、羊、鹿及諸野獸，行來進止皆悉見之。於是頌曰：

譬如明鏡及虛空， 霖雨已除日晴明，
有淨眼人住高山， 從上視下無不見。
又觀城郭及國邑， 其修行者亦如是，
覩見世間及禽獸， 地獄餓鬼眾生處。

修行如是覩三千界，見人生死善惡所趣，是之名曰所達神通。於是頌曰：

雖有甘露無上味， 見三千世德踰彼，

其修行道隨佛教，疾得神通無罣礙。
佛皆普見一切淨，愍傷眾人故說此，
決終始根令速度，以無極義而分別。

修行道地經天耳品第十六

識慧為轂寂應緣，無所罣礙順正道，
其有轉此道法輪，稽首轉輪大聖族。
察省若干之伎樂，設有悲哀心正等，
聞諸天人地獄聲，叉手稽首尊淨性。

其修行者適成天耳，便得徹聽亦無煩惱。譬如有人掘地求藏，本規索一并得餘藏；行者如是，本求天耳徹聽隨從，悉聞天上世間之聲。於是頌曰：

計彼修行者，興法以善權，
精勤得天眼，覩天上世間；
徹聽自然生，所聞亦無限，
如人地求藏，自然得餘寶。

譬如夜半眾人眠寐，一人獨覺上七重樓，於寂靜時聽省諸音，妓樂歌舞、啼泣悲哀、搥鼓之聲；修道所見亦復如是，心本寂靜，遙聽地獄啼嗥酸苦，見聞餓鬼及與畜生、天上、世間妓樂之音，是為天耳神通之證。於是頌曰：

如夜眾庶皆眠寐，一人起上七重樓，
靜心而聽一切人，妓樂歌舞之音聲；
其修道者亦如是，天耳徹聞諸音聲，
其三界諸形色，悉曉了知其語言。
從無央數大經義，我得其餘服甘露，
譬如人病服良藥，今演世尊天眼教。

修行道地經念往世品第十七

智慧為牙善根元， 經法成華德為果，
解脫示現立不動， 今吾歸命佛大樹。
從億百生殖善根， 昔無限世寂梵行，
識百千億本宿命， 佛覺意強歸心定。

假使修行，心自念言：「吾從何來致得人身？」以天眼視明心徹觀，本生為人若在非人？譬如有人，從一縣邑復至一縣，識前往反坐起之處也！修行如是，自念本生所歷受身、名姓、好惡、壽命長短、飲食、被服，皆悉識之。彼沒生此，此終生彼，如是之比，知無央數所更生死。是號曰識本宿命神通。於是頌曰：

以天眼觀曰修行， 知無數劫所歷生，
皆見過去可受身， 譬如乘船自照面。
佛所生處悉識念， 吾觀諸經而鈔取，
是為號曰昔所更， 以慧之心採至要。

修行道地經知人心念品第十八

不可計哀宣， 知眾所趣念，
自觀心所思， 是非定放逸。
志所懷至意， 解了無量智，
而除諸瑕穢， 願歸尊最勝。

其修行者以天眼視人及非人，是非、善惡、端政醜陋，徹觀心行所明窈冥，喜瞋恚者其心如斯，志和悅者當所趣矣。於是頌曰：

天眼之徹視， 見諸人非人，
觀察眾顏色， 亦觀心所念。
知其意本元， 何緣獲此行，

其修道悉省， 懷瞋及和悅。

譬如有人坐於江邊，見水中物魚、鼈、黿、鼉及無央數異類之蟲。修行如是，覩眾生心所念善惡，了了無疑，是名神通知他人心所念善惡。於是頌曰：

覺眼明了心清淨， 因修道行而獲斯，
知他心念所思想， 猶如見樹根枝葉。

譬如賈客欲得水精之珠，便入江海則得此寶，并獲真珠、金剛、珊瑚、磤磬、馬瑙。修行如是，棄于睡眠專心在明，則得天眼并獲天耳、神足，自知己所從來，見他人本，是故修行當習覺明。於是頌曰：

如以一事入江海， 而獲無數大珍寶，
修行如是除睡眠， 天眼聽飛識本末。
修行若斯志寂定， 今吾所宣如佛教，
見無量色踰天眼， 覩眾生心念是非。
其忍辱力踰於地， 柔軟安和過於水，
秉志堅固如須彌， 越於人民超虛空。
深慧過於江， 如海無瞋恨，
其德莫能及， 願稽首最勝。
其心而懷道， 諸天所嗟歎，
執心而一定， 非以為歡喜。
彼調柔等意， 非以所增減，
明德無輕戲， 吾願稽首禮。

假使修行心有輕戲，便當思惟愁感之法：「會當歸死未得度脫，無常之法非歡喜時，所有恩愛會當別離。」於是頌曰：

無數諸川流， 滿若耶汜 fàn 水，
未度死河法， 耗亂反歡喜。
無量之恩愛， 不久當別離，

非常之惡對， 各追隨罪福。

其修行者心自念言：「吾儻命終，不成道德亦未向道，或恐犯逆，不隨法教入于三塗，不得免濟無底之患，墮眾邪見得無迷惑？復更胞胎，將無積骨若如太山！或恐斷頭血如江海，或值涕泣淚如五河，與父母別，妻子無常，兄弟死亡，憂惱無量。」於是頌曰：

尚未得成道， 不斷恐死原，
當更百千難， 當復入胞胎。
未除憂感根， 遇眾無量惱，
不得歸聖道， 三塗自然開。

修行自念：「宿夜恐懼，儻墮禽獸非法之處，常懷害心轉相奪命，無有羞恥 chǐ 從冥入冥，已墮此患難復人身。一錢投海求之可得，已失人身難得於此。」於是頌曰：

貪姪所蓋怒癡冥， 欲杖所驅無羞慚，
以入畜生之雲霧， 而墮此苦復人難。

行者自念：「我身將無墮於餓鬼？曾聞其人執持瓦器，盛以涕唾、膿血及人穢吐以為飲食，遍行乞匄 gài。」於是頌曰：

以不淨之器， 瓦杆 yú 而不完，
盛膿血涕唾， 服之如飲水；
貪饕 tiè 常鬪諍， 殞 xiōng 罪之所致，
作行如是者， 則墮餓鬼道。◎

◎

修行道地經地獄品第十九

修行自念：「我身將無墮於地獄？曾聞罪人適共相見，則懷瞋恚欲還相害，手爪鋒利若如刀刃、自然兵杖、矛戟、弓箭、瓦石也！當相向時，刀戟之聲若如破銅，兵仗碎壞，刀矛交錯若如羅網，罪人見此心懷愁憂。」於是頌曰：

是輩諸罪人， 在地獄相害，
意欲得兵仗， 應心皆獲之。
刀刃持相害， 如水羅網動，
猶夏日中熱， 刀刃炎如是。

或有恐怖不自覺知，又有稱怨而懷毒恚，欲相害命以此為樂，遂興爭鬪 dòu，轉相推撲還相傷害，節節解之頭頸異處，或刺其身血流如泉，刀刃在體痛豈可言？刀瘡之處火從中出，或身摧碎，譬如亂風吹落樹葉，有臥在地身碎如蔑，須臾之間身復如故。於是頌曰：

挽髮相掬 chā 蹋 tà，展轉相牽曳，
罪人會共鬪， 苦惱無央數，
恐怖更相加； 當爾時大戰，
譬若拔叢樹， 相推壓如是。

爾時罪人須臾平復，涼風四來吹令如故也！守獄之鬼水灑 sǎ 人上，已活且起，過惡未盡故使不死，聞獄鬼聲即起如故。於是頌曰：

以水灑其身， 涼風來吹之，
爾時獄罪人， 又聞守鬼言：
「罪人身壞碎， 即活而有想，
塵勞罪未盡， 當復受考治。」

爾時罪人住轉復相見即懷瞋恚，口脣戰慄 lì 眼赤如血，腸胃脫落戰鬪 dòu 如故；結怨以來其日固久，身體傷壞，墮地流血譬如濁泉，身體平復復從地起，相害如故。於是頌曰：

墮於地獄中， 勤苦不可言，
相害懷大恐， 宿罪之所致。
數數而見害， 還復活如故，
惡意反相向， 種罪無休息。

於此世間人，喜造為殺害，
在於想地獄，受罪如本行。
是故同行入，久長處罪獄，
相奪命無數，死復生如故。
住世犯罪者，墮於想地獄，
譬如芭蕉樹，適壞旋復生。

罪人若墮黑繩地獄，彼時獄鬼取諸罪人，排著熱鐵之地，又持鐵繩及執鐵鋸，火自然出拼直其體，以鋸解之，從頭至足令百千段，譬如木工解諸板材。於是頌曰：

守獄之鬼受王教，鐵繩拼身以鋸解，
其鋸火然上下徹，撲人著地段段解。

守鬼又以斧斫其身，斤鑿 záo 并行，譬如木工斫治材木，或令四方而有八角，治罪人身亦復如是。於是頌曰：

守鬼罪人惡行會，斧鑿 záo 斤鋸及與繩，
劈解罪囚如木工，譬如有人新起屋。

時獄守鬼火燒鐵繩互槩 gài 其身，截肌破體徹骨至髓，脇 xié、脊、髀、脛、頭、頸、手、脚各令異處。於是頌曰：

考治百種痛，在於黑繩獄，
皮剝以斧解，見斫如起舍，
各支解其身，血出如流泉，
骨肉別異處，酷痛叵具言。
閻王之守鬼，破其身如此，
彼過罪未盡，膿血流若斯。

其有墮在合會地獄，罪垢所致，令罪人坐鐵釘釘其膝，次復釘之盡遍其體，身碎破壞骨肉皆然，諸節解脫各在異處，其命欲斷困不可言；自然有風吹拔諸釘平復如故，更復以釘而釘其身，如是苦惱不可計數百千萬歲。於是頌曰：

以無央數百千釘， 從空中下如雲雨，
碎其人身若磨麵 miàn，本罪所致遭斯厄。

次雨鐵椎及復鐵杵，黑象大山鎮其身上，如擣 dǎo 甘蔗，若
竿 zé 蒲萄，髓腦、肪膏、血肉不淨皆自流出。於是頌曰：

黑象鐵杵大石山， 竿以鐵輓 kuáng 碎其身，
見地獄鬼皆懷懼， 破碎其身如甘蔗。

以鐵輓 kuáng 輪而竿 zé 其身如壓麻油，置著臼 jiù 中以杵擣 dǎo
之。於是頌曰：

獄吏無慈仁， 以鐵輓杵臼，
困苦於罪人， 如竿麻油人。

爾時罪人遙覩太山，見之怖走入廣谷中，欲望自濟而不得脫，
適入其谷轉相謂言：「此山多樹當止於斯。」時各怖散在諸樹間，
山自然合，破碎其身。於是頌曰：

以積眾罪殃， 己之本所造，
彼時諸罪人， 悉入於山谷；
適入山谷已， 彼山自然合，
碎罪人身時， 其聲甚悲痛。

害牛羊猪鹿飛鳥， 既無加哀奪人命，
在合會獄痛無數， 危他人身獲此惱。

又遙見火燒，罪人謂言：「此地平博，草木青青譬如琉璃，當
往詣彼，爾乃安隱。」即行逆火坐樹木間。四面火起圍繞其身，
燒之毒痛嗥哭悲哀，東西南北走欲避此火，輒與相逢不能自救。
於是頌曰：

爪髮自然長， 色變燒炙痛，
風吹體舌乾， 見獄吏怖懼。
無數眾罪人， 為焰之所燒，
煙熏火燔之， 如蛾入燈中。

又復遙見鐵葉叢樹，轉相謂言：「彼樹甚好，青草流泉，共行詣彼。」無數百千諸犯罪人，悉入樹間或坐樹下，或有住立或睡臥寐。熱風四起吹樹動搖，劍葉落墮在其身上，剝皮截肉、破骨至髓、傷脇胸背、截項破頭。於是頌曰：

多所依信害眾生， 墮于地獄謂有活，
熱風四起落鐵葉， 譬入于鬪傷如是。

爾時鐵樹間便有自然烏鵲、鷗鷺，其口如鐵，以肉血為食，住人頭上，取眼而食，破頭噉腦。於是頌曰：

彼人前世時， 依信而害生，
以鐵落身上， 解解而斷截。
烏鷗甚可畏， 四面來擊人，
住頭而脫目， 發腦而食之。

於是鐵葉大地獄中，便自然生眾狗，正黑或有白者，走來喚吼欲擊罪人。罪人悲哭避之而藏，或有四散或怖不動，狗走及之，便捉罪人，斷頭飲血次噉肉髓。於是頌曰：

張口齒正白， 吼鳴聲可畏，
吐舌而舐脣， 強逼傷害人，
以刀傷其身， 鳥獸所食噉，
苦毒見惱害， 坐依信殺生。

爾時罪人為狗所噉，烏鳥所害，恐怖忙走，更見大道分有八路皆是利刀。意中自謂：「生草青青，有若干樹，當往詣彼。」行利刀上截其足趺，血出流離。於是頌曰：

其人受經律， 破壞於法橋，
見有順戒者， 而強教犯戒。
逐之入長路， 刀刃截其足，
足下皆傷壞， 窮極不自在。

爾時遙見諸刺棘樹，高四十里刺長尺六，其刺比緻自然火出。

罪人心念：「彼是好樹，種種花實。」皆共往詣到鐵樹間。於是頌曰：

遙見鐵樹葉， 枝柯甚高遠，
利刺生皆鋸， 或上或向下。
其罪人及見， 謂為是果樹，
宿命罪所致， 殃垢之所犯。

爾時有羅刹，顏貌可畏爪髮悉長，衣被可惡頭上火出，捉持兵仗來撾罪人，勅使上樹；罪人恐懼，淚出交橫悉皆受教，其刺下向皆貫彼身，傷其軀體血出流離。於是頌曰：

體大色如炭， 麤獷惡目張，
獄王使持杖， 皆撾擊此人。
前世積罪殃， 愚喜犯他妻，
自言我宿過， 血流刺傷身。

爾時罪人為守鬼所射，箭至如雨啼泣悲哀，呼使來下刺便上向，貫軀如炙，復喚使上；罪人叉手皆共求哀，歸命惡鬼願見原赦。於是頌曰：

從刺樹上來下已， 獄王守鬼逆刺害，
為箭所射而叉手， 求哀可愍欲免罪。

時獄守鬼聞見求哀，益以瞋怒復重撾刺，更遣使上，體悉傷壞啼嚔還上。於是頌曰：

獄王守鬼而撾刺， 求哀欲脫鬼益怒，
時諸刺貫身悉傷， 勅使還上復如故。

彼鐵樹邊有二大釜猶若大山，守鬼即取犯罪之人，著鐵釜中，湯沸或上或下，譬如人間大釜之中，煮于小豆而沸上下；又於鑊湯若千萬億年，考治毒痛。於是頌曰：

設得為國長， 橫制於萬民，
以至地獄界， 考治百億年。

墮于鑊湯中， 在釜而見煮，
以火燒煮之， 譬若如煮豆。

從鐵釜脫，遙見流河，轉相謂言：「彼河洋洋而有威神，水波興降，眾花順流，兩邊生樹，其葉青青蔭彼河水，底皆流沙其水清涼，往詣飲水洗浴解疲。」兩邊生棘罪人不察，入彼河水悉是沸灰。於是頌曰：

其人前世害水蟲， 血肉皆落遺骨腦，
本謂涼水反沸灰， 甚深而熱沸踊躍。

罪人墮在沸灰地獄，髮毛、爪齒、骨肉各流異處，骸體筋纏隨流上下；適欲求出，守鬼鉤取臥著熱地，風起吹之體復如故。獄鬼問曰：「卿所從來，欲何所湊？」罪人答曰：「不審去來，計從若干百千億歲飢不獲食。」以飢渴故，守鬼取鉤，鉤開其口，以燒鐵團，又以洋銅注其口中，燒罪人咽，腹內五藏悉爛，腸胃便下過去，毒痛甚不可言。過惡未盡故不死也！

去河不遠有二地獄：一名曰叫 jiào 喚，二名大叫 jiào 喚。以鐵為城，樓櫓百尺埤 pí 坨 nì 嚴牢，悉以鐵網覆蓋其上。罪人相謂：「此城大好，共往觀之。」適入中已，心自念言：「已脫恐難，無復眾惱。」歡喜跳躑 liáng 皆稱萬歲，或面拍地或仰面臥，或睡眠擗破傷面者。四垣從外自然有火，燒諸樓櫓埤 pí 坨 nì，眾網及門悉然，城內皆火燒罪人身，展轉相見譬如然炬，猶若掣電亦如散火，焚體毒痛譬如火箭射象，叫 jiào 喚苦痛叵言；積百年已東門乃開。時無央數百千罪人，悉走趣門，適至便閉，相排墮地如大樹崩，轉相鎮壓若如積薪。過惡未盡故令不死。於是頌曰：

至恐怖懼叫喚獄， 求救護故而到彼，
如大積薪以火燒， 罪人如是相積燒。
若斯燒毒痛， 叫喚走四散，
常畏於獄鬼， 恐怖而懷懼。

若受於所寄， 抵突不肯還，
閉在叫喚獄， 惡罪受毒痛。
受無央數之苦酷， 為火所燒甚困厄，
遭無量惱不可言， 罪人叫喚大叫呼。

爾時罪人脫出叫喚獄，次入阿鼻摩訶地獄，守鬼尋即錄諸罪人五毒治之，挖其身體如張牛皮，以大鐵釘釘其手足及釘人心，拔出其舌百釘釘之，又剝其皮從足至頭。於是頌曰：

挖身如牛皮， 鐵釘而釘之，
兩舌之所致， 鐵釘壞其舌；
剝身皮曳地， 若如師子尾，
如是計數之， 受苦不可量。

於是守鬼錄取罪人駕以鐵車，守鬼御車以勒勒口，左手執御右手持杖，撻之令走東西南北；罪人挽車疲極吐舌，被杖傷身破壞軀體，而皆吐血躡地傷胸。於是頌曰：

罪人駕之以鐵車， 獄鬼驅之令犇走，
撻撈其身而吐血， 如馬戰鬪被矛瘡。
若無有信輕善人， 自犯罪惡謂應法，
凶罪引之入阿鼻， 受無央數諸苦毒。

阿鼻地獄自然炭火至罪人膝，其火廣大無有里數。爾時罪人發於邪念，反從曲道謂是好地，即入火中燒其皮肉及筋血脈，適還舉足平復如故。於是頌曰：

時炭火然至于膝， 既自廣長復風吹，
罪人行上然爛皮， 捨正入邪罪如斯。

得離此獄，去之不遠有沸屎獄，廣長無數其底甚深，罪人見之謂是浴池，轉相語言：「彼有浴池，中有青蓮五色之華，當共往洗飲水解渴。」悉皆入中沈沒至底，中有諸蟲，其口如鐵鍼 zhēn，以肉為食，鑽罪人身壞破肌膚，從足鑽之乃出頭上，眼、耳、鼻、

口皆有蟲出。本罪未竟故令不死。於是頌曰：

罪果所致受毒痛，	爾時罪人阿鼻獄，
苦痛噉 jiào 喚而懊惱，	挖其身體鐵釘之。
沸屎臭不淨，	廣長無數量，
惡露皆在彼，	其底而甚深。
犯罪無一善，	墮此閻王獄，
斯諸罪人輩，	鍼 zuǐ 蟲噉之。
在炭火獄及阿鼻，	并一切瑕沸屎中，
墮於流河罪所興，	宿殃所致故不死。

於是有二獄名燒炙 zhì、煑 pǔ 煮，彼時守鬼取諸罪人段段解之，持著鏃 ào 上以火熬之，反覆鐵鑊 chǎn 以火炙之。於是頌曰：

已到于大苦，	在燒炙煑煮，
罪中殃差者，	則識本行惡。
以刀段段解，	破壞令無數，
用鑊燒炙之，	著鏃 ào 上熬之。
在燒炙煑煮，	可惡為瑕惱，
無數人見酷，	如厨作肉羹。
設害於賢者，	投之大火中，
其犯戒壞法，	洪象見蹈踐；
作人性剛弊，	常喜害眾生，
所食無所擇，	生城守獄鬼。

修行道者心自念言：「吾身將無以此之比，墮八罪獄及十六部？又吾前世無數生來更斯惡道，假令不能究竟聖道，當復入中。譬如有人犯於逆惡，王勅邊臣明旦早時矛刺百瘡，日中刺百，向冥刺百；彼人一日被三百瘡，其身皆壞無一完處，體痛苦惱甚不可言。雖有此痛，比地獄惱，百千萬億無數之倍不可相喻。地獄之痛甚苦如是也！」於是頌曰：

自犯眾惡牽致斯， 毒痛見考而可憎，
觀此苦惱當諦思， 常勤精進速成道。

其修行者立是學地，當除歡喜堅固其心，若志輕舉當自制止，
譬如御者將御馳車。於是頌曰：

喻若燒炭火， 未曾有休息，
常遭此苦痛， 晝夜酷無量；
以利諸矛戟， 見刺百倍痛，
計此眾惱害， 不比獄毛痛。

其修行者心自念言：「吾身今者未脫此患，不當歡欣。」如是
自制不復輕戲，若斯立者，則能專行入于善法。行者爾乃戰慄驚
恐，夙夜不違其法。於是頌曰：

觀衰耗若斯， 如樹果自傷，
且觀罪塵勞， 積之如太山。
見是穢濁苦， 人犯墮惡道，
專精在修行， 棄歡及調戲。
觀於惡道窈冥苦， 而佛經法照如日，
以厭眾患順講此， 依鈔經卷除輕慢。◎

修行道地經卷第三

修行道地經卷第四

西晉三藏竺法護譯

◎勸悅品第二十

承慧得度眾，	道成清為流，
其智常飲此，	服以法甘露。
厥水而無盡，	猶穿漏不斷，
願歸智慧種，	道德已具足。
其以羸弱者，	承學意自達，
造度定意使，	立志法禪思。
其佛天中天，	行權善方便，
現無量智慧，	身心歸稽首。

假使修行發羸弱心，心自念言：「我得善利，脫乎八難，得閑居自在。吾已逮遇一切智師而有歸命，其法無欲，眾僧具成；吾已梵行種道，而有成者，或向道者。眾人墮邪我順正道，餘人行反吾從等行；今吾不久為法王子，天上、人間難戒德香，不匿其功德得不惱熱，爾乃安隱服解脫味，日當飽滿獲救濟安，度於惡路無有恐懼，乘于寂觀入八道行，到無恐難趣泥洹城。」以是自勸，遵奉精勤。於是頌曰：

修行設羸弱，	常僥遇法利，
吾得歸世尊，	正法及眾僧。
方便歡喜心，	以勸羸弱意，
常專思遵奉，	是謂為修行。
初學及道成，	人雜如叢樹，
以離於邪徑，	便立在正路。
戒德以為香，	譬如林樹熏，
忽然而解脫，	得道則普現。

而從佛生經法樹， 因眾要鈔如採華，
正法須臾有懈怠， 欲令自勉故說是。◎

◎修行道地經行空品第二十一

各自名人物， 悉知其本號，
曉眾生微苦， 如蓮花根絲。
以審諦觀故， 無有吾我想，
人上不計身， 願禮無著尊。
其光照於世， 如炬明冥室，
厥心之所覩， 一切無固要。
我歸命彼覺， 其心行平等，
察諸天及人， 普見如空無。

設修行者有吾我想而不入空，則自剋責：「吾衰無利用心罣礙，不順空慧樂吾我想。」憂感自勉誘心至空，或誠其志誘之向之，因至本無三界皆空，萬物無常。有是計者，諫進其心令不放逸。於是頌曰：

其不解空有我想， 志則動起如樹搖；
勸誘厥心向空無， 不久當獲至本淨。

譬如國王而有俳兒，其俳母終，持服在家，王欲聞說使人召之。王欲相見，俳自念言：「吾有親老適見背棄，今王嚴急，若不往者，當奪我命，或見誅罰；母雖壽終，無他基業，宜當應之，不違尊命。」陽作俳戲得王歡心，強自伏意制於哀感，不復念母則自莊嚴，和悅被服便往奉現，外陽嘲說令王歡喜，退自思念遭於母喪，心中悲感如火燒草，嗚呼，痛哉！何忍當笑。適罹重喪竊畏國王，即制哀心如水澆火；遂復俳戲稍忘諸憂，戲笑益盛令王踊躍。其修行者亦當如是，誘進道心，使解空無除吾我想，因是習行遂入真空。於是頌曰：

譬如王有佻，身遭重憂喪，
陽笑除憂感，心遂歡喜悅。
修行亦如是，稍誘心向空，
照耀近慧明，志定不動轉。

是故行者當順空教設誠其心，或中亂者起吾我想，則自思惟：「譬如有人合集草木以用作棧，欲渡廣河，其水急暴漂而壞棧。吾誘進心從來積日，勤苦叵言亂志卒起，違其專精有吾我想。」於是頌曰：

譬如合集草木棧，山川江河漂之壞，
愛欲之河急如是，意念于寂則向空。

「譬如夏月熱焦草木，得霖雨時，便復茂生五穀豐盛；吾思惟空則無吾我，設不思惟便興身想。」於是頌曰：

譬如於彼霖雨時，諸枯草木悉茂生，
設使修行思惟空，則捐吾我無想念。

修行自念：「吾所以坐，欲求滅度，實事叵求，設有我者可方求之，而我本空無有吾我。今欲分別身之本無，我何所是？寧有身乎？」於是頌曰：

其處我想解乃覺，常諦觀之為本無，
設使隨俗不自了，若如冥中迫于盲。

其修行者退自思惟：「有身成我，衣食供養有餘與他，是為吾我，計本悉空。假使有難，先自將護然後救他；若捨身已，復有餘患，則當追護；人一切貪皆由身興，無復他討。是故知之，身為吾我。」於是頌曰：

諸貪財色皆為身，設有恐難先自護，
永不顧人唯慕己，是故俗人為吾我。

修行自念：「當觀身本六事合成。何謂為六？一曰地，二曰水，三曰火，四曰風，五曰空，六曰神。」何謂為地？地有二事：內

地、外地。於是頌曰：

地水火風空， 魂神合為六，
身六外亦六， 佛以聖智演。

何謂身地？身中堅者，髮毛、爪齒、垢濁、骨肉、皮革、筋連、五臟、腸胃、屎穢不淨。諸所堅者是謂身地。於是頌曰：

人身積之若干種， 髮毛爪齒骨皮肉，
及餘體中諸所堅， 是則謂為內身地。

彼修行者便自念言：「吾觀內地是我身不？神為著之與內合乎？身合為異吾我別乎？」當觀剃頭下鬚髮時，著於目前一一分髮，百反心察何所吾我？設一毛我，安置餘者？若毛悉是，斯亦非應為若干身。又除鬚髮從小至長亦難計量，若持著火燒其髮時，身便當亡。髮從四生：一曰因緣，二曰塵勞，三曰愛欲，四曰飲食。計是非身則無吾我，鬚髮眾緣合我適有。一髮墮地，設投於火，若捐在廁，以足蹈之於身無患，在於頭上亦無所益；以是觀之，在頭在地，等而無異。於是頌曰：

頭上雖多髮， 增減亦無異，
設除及與在， 亦不以為憂。
諦觀察是已， 則無有吾我，
是故分別了， 各各無有身。

假使彼髮為吾我者，如截葱薤⁹xiè後則復生。以是計之，當復有我。所以者何？其葱薤 xiè者自毀自生，一切皆空非吾無我。假使鬚髮與神合者，如水乳合猶尚可別，設使鬚髮有吾我者，初在胎中受形識時，都無髮毛，爾時吾我為在何許？後因緣生，以是知之，髮無吾我，髮生不生，若除、若在，計無有身。以是觀之，草苗及髮一無有異。於是頌曰：

⁹校勘記：“薤 xiè”，大正藏為“薤 fěi”字，據【宋】【元】【明】【宮】版本及文義改。（薤：一種蔬菜類植物，名為亞實基隆蔥）。下 2 處同此。

假使鬚髮有吾我， 便當可見如葱薤，
身猶芻草剗斬之， 觀體與草等無異。

其修行者思惟如是：「本無有吾，今不見我。」曉了若斯不懷狐疑，如髮無我一切亦然。髮毛、爪齒、骨肉、皮膚悉無所屬，諦觀如是，地無吾我，我不在地。於是頌曰：

身髮種類無吾我， 分別體內百千段，
於中求之無有身， 譬如入水而求火。

其修行者心自念言：「吾求內地都無吾我，當察外地。儻有吾我，依外地耶？」何謂外地？與身不連，龐強堅固離於人身，謂為土地、山巖、沙石、瓦木之形，銅、鐵、鉛、錫、金、銀、鍮石、珊瑚、虎魄、車磔、馬瑙、琉璃、水精、諸樹、草木、苗稼、穀物，諸所積聚。於是頌曰：

山巖石瓦地樹木， 及餘諸所有形類，
其各離身眾殖生， 是則名曰外地種。

其修行者觀於外地，則知內地無有吾我。所以者何？內地增減則有苦安；尚無有身，何況外地當有體耶？設有破壞斷截燒滅，墾掘剝裂不覺苦痛，寧可謂之有吾我乎？故外內地皆無所屬，等而無異。於是頌曰：

譬如內地無吾我， 何況在外而有者；
以觀無我等無異， 省之同空而不別。

何謂為水？水為在我，我為在水？水有二事：內水、外水。何謂內水？身中諸軟，濕膩、肪膏、血脈、髓腦、涕淚、涎唾、肝膽、小便之屬，身中諸濕是謂內水。於是頌曰：

肝膽諸血脈， 及汗肪之屬，
涕淚諸小便， 身中諸濕者；
散體有柔軟， 與神不相連，
通流遍身中， 是謂為內水。

其修行者，涕唾在前諦觀視之：以木舉之我著此乎？假使依是日日流出，棄捐滅沒將定在外，不計是我，亦不護之。假使木擎有吾我者，盛著器中以何名之？如是觀者諦知無身。所以者何？計於形體無有若干，以此之比水種眾多，水則無我，內外亦爾。於是頌曰：

假使我如水， 水消我則滅；
如身水稍長， 我者亦應爾。
如棄體中水， 不貪計是身，
諦觀如是者， 則無有吾我。

其修行者復更省察：已見內水無有吾我，當觀外水為有我耶？我依水乎？何謂外水？不在己者，根味、莖味、枝葉花實之味，醍醐、麻油、酒漿、霧露、浴池、井泉、溝渠、澇水、江河、大海、地下諸水，是謂外水。於是頌曰：

地上諸可名水者， 及餘眾藥根莖味，
與身各別不相連， 是則謂之為外水。

其修行者諦觀外水分別如是。而身中水尚無吾我，有所增減令身苦痛，何況外水而有身乎？設有取者於己無損，若有與者於身無益。以是觀之，此內外水等而無異。所以者何？俱無所有。於是頌曰：

身中諸水無吾我， 設有苦樂及增減，
如是外水豈有身， 苦樂增減而無患。

今當觀察諸火種：火有我耶？我著火乎？何謂為火？火有二事：內火、外火。何謂內火、身中溫暖諸熱煩滿，其存命識消飲食者，身中諸溫此為內火。於是頌曰：

身中諸煖消飲食， 溫和存命諸熱者，
是則體分及日光， 斯謂名之為內火。

其修行者當作等觀：身中諸溫或熱著頭，或在手足、脊脇、

腹背。如是觀者各各有異，計人身一不應有我，諦視如是則無所屬，是為內火。於是頌曰：

分別計人身， 心察火無我，
所處若干種， 各各不見我。

其修行者便自思惟：「吾求內火則無有身，當觀外火為有我乎？我依火耶？」何謂外火？與身不連，謂火及炎溫熱之屬，日月星宿所出光明，諸天神宮、地岸、山巖、鑿 záo 石之火，衣服、珍琦、金銀、銅鐵、珠璣、瓔珞及諸五穀、樹木、藥草、醍醐、麻油、諸所有熱是謂外火。於是頌曰：

日月炎火及星宿， 下地諸石光熱者，
及餘一切諸溫暖， 是則名曰為外火。

其修行者思惟外火所觀如是，則知外火不可稱數。火有二事：有所燒煮、火在草木不焚草木。所處各異，設外火中有吾我者，則不別異。以故知之外火無身，亦不在彼，內火、外火俱而無異。所以者何？等歸于空。於是頌曰：

所以有此火， 唯燒熱炊熟，
山巖諸石子， 所積聚如是。
各各所在異， 熾然不一時，
外火為若斯， 是故知無我。

今當觀察：諸所風氣為有我耶？我在風耶？何謂為風？風有二事：內風、外風。何謂內風？身所受氣上下往來，橫起脇間、脊、背、腰風，通諸百脈骨間之風，掣縮其筋力風；急暴諸風興作動發則斷人命，此謂內風。於是頌曰：

載身諸風猶機關， 其斷人命眾風動，
喘息動搖掣縮體， 是則名曰為內風，

其修行者當作是觀：「此內諸風，皆因飲食不時節起及餘因緣；風不虛發，風若干種，步步之中各各起滅，於彼求我而不可得。

以是言之，求於內風而無吾我。」於是頌曰：

人身動風及住風， 計若干種從緣起，
此各殊異非有我， 是故內風而無身。

其修行者心自念言：「今求內風則無有我，當復察外。」何謂外風？不與身連，東西南北暴急亂風、飄風、冷熱多少微風、興雲之風、旋嵐動風、成敗天地及持水風，是謂外風。於是頌曰：

四方諸風及寒熱， 旋嵐之風亦成敗，
持雲塵清并飄風， 是則名曰為外風。

其修行者觀風如是，則自念言：「外風不同，或大或小或時中適；或時盛熱持扇自扇，若有塵土而拂拭之；急疾飄風，則逝驚人；旋嵐之風立在虛空，天地壞時拔須彌山，兩兩相搏皆令破壞，舉下令上，飄高使墮，相搥chēng碎壞皆使如塵。計身有一無有大小，外風既多又復大小，觀內、外風等無差特。所以者何？俱無所屬。」於是頌曰：

若使執扇除汗暑， 人身中風及旋嵐，
虛空眾風亦無我， 是則名曰為外風。

其修行者皆能分別了此四大；雖爾未捨，不解身空所在作為，輒計有身亦言有吾。以觀本無，計內四種及外四種俱等無異。色、痛、想、行、識則為猗內亦無所猗。所以者何？其心意識而不在內，痛、想、行、識亦不與身四大相連。於是頌曰：

當觀察此四種分， 其無慧者常懷疑，
色痛行識不連內， 安當相著外四種。

其修行者假使狐疑，當觀本原能解其根，則知如審。譬如種樹而生果實，非是本子亦不離本；一切如是，因獲四大，如有五陰，則在胞胎成心精神，形如濁酪則生息肉，稍稍而成小兒之身，從少小身便至中年。是若干種本從胎起，既成就身，非初合身亦不離初，始從胎精稍稍成形，至于中年精神所處，四大種之變漸

漸日長；以觀本無則無有我，等無差特四種法爾，精神所處漸漸成軀，其無精神亦轉長大。於是頌曰：

內由心生實， 如樹從子出，
心如樹因果， 外種亦如是。
其身法亦然， 因心念眾想，
厥外種無意， 安能有眾想。

譬如外種或有出金，後有工師或出銅鐵、或出鉛錫、或出銀者，或出鍤石、車磔、馬瑙、琉璃、水精、珊瑚、虎魄、碧英、金剛、金精眾寶，其於外種出如是輩琦瓚珍異。計身內種胎中始生，若二肉搏名為眼相，其目中光有所見者名曰為睛，目中黑瞳因于內睛得見外形，內外相迎然後為識。識何所興？謂痛、想、行；若如從目生痛、想、行，耳、鼻、口、意亦復如是。內外諸種等亦無異，從內諸種心痛、想、行，本從內起不由于外。於是頌曰：

有護於外種， 用出金銀故，
內種亦如是。 二肉搏成眼，
從眼根覩色， 因色而成識，
由心起眾想， 內自在號識。

其修行者儻有是疑：所謂內種頗有踰者，所謂內中之內。或自覺言：「朦瞶之人不聞不了，其心反耶入於貢高，所見身者則是吾所，我為有體我或在內，觀他人身亦如是也！所覩如斯不能起踰。佛解人身四大，五陰及諸衰入，因號之身。我所、他人，計此內外凡俗言耳！如俗所言吾欲從之，設不從者儻有諍訟，學道之人未曾計形。」於是頌曰：

我寧有勝乎， 能超內我耶？
愚騃亦如是， 無慧隨邪見。
言語有增減， 凡俗所說耳，

智慧除如是，分別無特異。

其修行者見知了了成清淨慧，設使內種是我所者，常得自在當制訶之，進退由人所以知之。無我者何不得自在？感於衰老鬚髮白白，爪長、齒落、面皺、皮緩，顏色醜變、筋脈為緩，肉損、傷骨、風寒熱至，相錯不和膿血濁亂，計外四大亦復如是。或有掘地山崩谷壞，地、水、火、風或增或損。用不自在是故無身，由此知之，內外諸種無吾非我。於是頌曰：

生老病死至，猶尚不自在，
外地亦如此，崩掘常增減。
內眾事成身，外種亦若干，
如實正諦觀，則知無吾我。

修行自念：「我心云何？」從久遠來，四大悉空反謂我所。譬如夏熱清淨無雲，遊於曠澤遙見野馬，當時地熱如散炭火，既無有水，草木皆枯，及若沙地日中炎盛。或有賈客失眾伴輩，獨在後行上無傘蓋，足下無履體面汗出，唇口焦乾熱炙身體，張口吐舌劣極甚渴，四顧望視其心迷惑，遙見野馬意為是水，謂為不遠似如水波，其邊生樹若干種類，鳧、鴈、鴛鴦皆遊其中。「我當至彼自投坑底，復出除身垢熱及諸劇渴、疲極得解。」爾時彼人念是已後，盡力馳走趣於野馬，身劣益渴遂更困頓，氣乏心亂即復思惟：「我謂水近，走行有里，永不知至，此為云何？本之所見實是何水？吾自惑乎？」遂復進前，日轉晚暮，時向欲涼不見野馬，無有此水，心即覺之：「是熱盛炎之所作耳！吾用渴極，遙見野馬，反謂是水。」於是頌曰：

遙見日盛炎，謂是流水波，
以渴困極故，意想呼是河。
時暮遂向涼，更諦察視之，
乃知是野馬，吾惑謂為水。

修行自念：「吾本亦然，渴於情欲追之不息，著終始愛還自焦然，迷守疑想、癡網所蓋，野馬見惑；吾從久遠唐有是心，貪著于我謂是吾所。今已覺了所覩審諦，身所想見斯已除矣！」今覩六分無有吾我，觀一毛髮永不見有，況於體中毛孔諸物；解身一毛有若干說，況當講論一切地乎！於是頌曰：

自觀其身謂有我， 愚渴見炎亦如是，
知此六分非我所， 有是心者諸合德。

其修行者當復思惟：「愚者不明，發心生想是吾斯我。」彼意所念，眾想邪行；初起謂念，後起謂行；思是然後，心中風動令口發言，倚四大身計吾有我。是事皆空無吾、無我，唯是陰種諸入之根，是故有身因號名人。男子、丈夫、萌類、視息，載齒之種志從內動，因風有聲令舌而言。譬如大水高山流下，其震動暢逸行者聞之；亦如深山之嚮，呼者即應；人舌有言本從心起，亦猶如是。於是頌曰：

依倚諸種想眾法， 本從邪思起意念，
因長成身有言說， 出若干義如山川。

其修行者當復自念：「是四種身無吾、無我，轉相增害。」譬如有人財富無數而有四怨，四怨念言：「此人大富財寶不訾，田地舍宅器物無量，奴婢僕使無所乏少，宗室親友皆亦熾盛。吾等既貧復無力勢，我輩不能得報此怨，當以方便屈危斯人，當以何因成其方計？常親近之乃可報怨。」爾時四怨詐往歸命，各自說言：「我等為君趨走給使以當奴客，所欲作為願見告勅。」其人即受，悉親信之令在左右。四怨恭肅晚臥早起，悚慄叉手諸可重作皆先為之，不避劇難。爾時富者見彼四怨恭敬順從，清淨言和卑下其心，意甚愛之，謂此四人：「是吾親親，莫踰卿者。」所在坐席輒歎說之：「是吾親友，亦如兄弟子孫，無異是輩所興，有可作為，吾終不違。」有是教已，食飲同器出入參乘。於是頌曰：

親近無數便， 除慢不逆命，
卑下如家客， 順意令歡喜。
怨安能行此， 是等為本讐 chóu，
在世有嫌結， 依之如親友。

爾時富者親是四怨心未曾踈 shū，然後有緣與斯四人，從其本城欲到異縣。自共竊議：「此人長夜是我重讐 chóu，今者在此墮吾手中，既在曠野無有人民，此間前後所傷非一也！今斯道路離城玄隔去縣亦遠，前後無人邊無候望，亦無放牧、取薪草人、射獵之者也！今正日中，猛獸尚息，況人當行！今垂可危。」於時四怨捉富者髮，挫之著地，騎其胸上，各陳本罪。一怨言曰：「某時殺我父。」第二人言：「卿殺我兄。」第三人言：「汝殺我子。」第四人言：「汝殺我孫。今得卿便段段相解，當截其頭解解斬之，自省本心曾所作不？皆思惟之。今汝亡命至閻羅獄。」爾時富者爾乃覺耳：「是我怨家反謂親親，初來附吾吾愛信之，食飲好樂不為憐惜視之如子，吾所欲得悉著其前，久欲害我我不覺耳！今捉我頭撲之在地陳吾萬罪，截吾耳鼻及手足指、剝皮、斷舌，今諦知卿是我仇怨。」於是頌曰：

其人相隨來， 怨家像善友，
口軟心懷毒， 如灰覆盛火。
現信無所持， 剝吾如屠羊，
其人心乃覺， 是怨非親友。

修行如是等觀此義：「吾本自謂地、水、火、風四事屬我，今諦察之，已為覺知，是為怨家骨鎖相連。所以者何？身水增減，令發寒病有百一苦，本從身出還自危已也！若使身火復有動作，則發熱疾百一之患，本從身出還復自危也！風種若起，則得風病百一之痛也！地若動者眾病皆興。是為四百四病俱起也！是四大身皆是怨讐 chóu，悉非我許誠可患厭，明者捐棄未曾貪樂。」於

是頌曰：

火本在於木， 相揩還自然，
四種亦如是， 不和危其身。
明人常諦觀， 省察其本原，
是內四大空， 此怨何為樂？

其修行者自思惟念：「吾觀四種，實非我所。當觀空種為何等類？空者有身？身為有空？」何謂空種？空有二事：內空、外空。何謂內空？身中諸空，眼、耳、鼻、口、身、心、胸、腹、腸胃、孔竅臭穢之屬，骨中諸空眾脈潤動；是輩名為內空也！於是頌曰：

如蓮華諸孔， 體空亦如斯，
骨肉皮動潤， 身內空無異。

其修行者當作斯觀：「身中諸孔皆名曰空，不從此空而起想念，不與空合。所以者何？意從心起，意意相續本從對生，其意法者當自觀心，觀他人心，心無亦空，無所依倚；以三達智察去、來、今皆無所有，若干方便省於內空永不見身，是故內空而無吾我。」於是頌曰：

觀於內種何所在， 永不得我如毛塵；
是故身空心意識， 譬如冥影但有名。

其修行者當作是觀：「已見內空悉無所有，當復觀外為何等類？為有我？我依之耶？」何謂外空？不與身連，無像色者，而不可見，亦不可獲，無有身形不可牽制，不為四種之所覆蓋；因是虛空分別四大，而依往反出入進退，上下行來，屈申舉動，下深上高；風得周旋火起山崩，日月星宿周匝圍繞，得因而行是為外空。於是頌曰：

不見其色像， 能忍無罣礙，
眾人因往還， 屈申及動作；
眾水所通流， 日月風旋行，

山崩若火起， 是謂為外空。

其修行者諦觀如是：「而身內空尚非吾所，況復外空而云我乎？」執心專精，內外諸空等無有異。所以者何？無有苦樂故也！不可捉持無有想念，已無心意，無有苦樂，不當計我。於是頌曰：

是身中諸空， 計體了無我，
何況於外空， 當復計有所？
察於內外空， 悉等無差異，
以不與苦樂， 離於諸想念。

今當觀察：心神之種，心有我，我依心神耶？何謂心神？心神在內不在外，心依內種得見外種而起因緣。神有六界：眼、耳、鼻、口、身、心之識也！彼修行者當作是知：目因色明，猶空隨心，以是之故便有眼識。於是頌曰：

因內諸種大， 及外眾四分，
如兩木相鑽， 火出識如斯。
耳鼻身口意， 分別成六事，
色為罪福主， 是名曰諸識。

其眼識者不在目裏，不在外色，色不與眼而合同也，亦不離眼。從外因色，內而應之，緣是名識。於是頌曰：

譬如取火燧， 破之為百分，
而都不見火； 觀火不離木，
其諸識之種， 計之亦若斯。
因六情有識， 察之不可分。

譬如有王上在高樓，與群臣百僚俱會。未為王時在於山居為仙人子，群臣迎之立為國王，未曾聽樂，聞鼓、箜篌、琴瑟之聲，其音甚悲，柔和雅妙得未曾有，顧謂群臣：「是何等聲其音殊好？」於是頌曰：

如仙人王在閑居， 來在人間聞琴聲，

其王爾時問群臣：「是何音聲殊乃爾？」

群臣白王：「大王未曾聞此音耶？」於是頌曰：

群臣報王曰：「王未曾聞耶？」

如王見試者，臣不宣惡言。

王告群臣言：「吾身本學，久居雪山為仙人子，其處閑居，與此差別以故不聞。」於是頌曰：

王以本末為臣說，止在閑居法為樂，

遊于獨處故不知，不能分別此音聲，

爾時傍臣前啟王言：「大王欲知，是名曰琴。」於是頌曰：

王未曾聞此，不解音所出，

臣言人中尊，是者名曰琴。

王告傍臣：「便取琴來，吾觀之何類？」即受勅命則持琴來。

王告之曰：「吾不用是，取其聲來！」傍臣報曰：「是名曰琴，當興方便動作功夫乃有聲耳！何緣舉聲以示王乎！」於是頌曰：

其王有所問，群臣尋答曰：

「其聲不可獲，無有自然音。」

王問群臣：「興何功夫而令有聲？」群臣白王：「此名曰琴，工師作成既用燥材，加以筋纏以作成竟；復試厥音，令不大小，使其平正。」於是頌曰：

治用燥材作斯琴，覆以薄板使內空，

復著好絃調其音，然後爾乃聲悲和。

臣啟王曰：「鼓琴當工巧節相和，不急不緩，不遲不疾，知音時節，解聲麤細，高下得所。又既曉賦詠歎詠之聲，歌不失節習於鼓音；八音、九韶、十八之品，品有異調，其絃之變三十有九。」於是頌曰：

其音而悲和，宣暢聲逸殊，

四部聲柔軟，能歌皆通利。

曉了詩賦詠， 若如天伎樂，
得如是人者， 鼓琴乃清和。

群臣白王：「如斯師者，調琴絃聲爾乃悲快，如向者王之所聞，聲已滅盡矣不可復得。設人四方追逐其音，求之所在而不可獲。」王謂群臣：「所謂琴者，無益於世，無有要矣！是謂為琴，令無數人放逸不順，為是見欺迷惑於人。取是琴去，破令百分棄捐于野。」於是頌曰：

若干功夫成其音， 是為虛妄迷惑俗，
假使無鼓聲不出， 煩勞甚多用是為？

其修行者作是思惟：「譬如彼琴，興若干功爾乃成聲；眼亦如是，無風寒熱，其精明徹，心不他念，目因外明，所覩色者無有遠近，色無細微亦不覆蓋。識非一種，因是之緣便有眼識。」於是頌曰

如琴若干而得成， 聲從耳聞心樂之，
無有眾病目睛明， 設無他念名眼識。

所從因緣起眼識者，其緣所合無常、苦、空、非我之物，因從眼識而致此患。設有人言：「有常樂命，是我所者。」是不可得，此為虛言，安可自云：「眼識我所。」以是知之，身無眼識也！眼識無常，心諸所想亦復如是。審諦觀者知其根本，一切諸法皆非我所。譬如御車摘取芭蕉之樹一葉，謂之為堅，在手即微，次第摘取至其根株無一堅固，亦不有要安能令剛也！修行如是，從初發意時，觀其毛髮：「為是我所？為在他所？」審觀如是，察其髮頭，一切地種、水、火、風、空，并及精神視察無身。

如吾曾聞：「日入夜冥，有人獨行而無有月光，遂至中半，遙察見樹，謂之為賊，如欲拔刀、張弓、執戟，危我不疑，心懷恐怖不敢復前，舉足移動志甚愁感惱不可言；天轉向曉，星宿遂沒日光欲出，爾乃覺知非賊是樹。」其修行者當作是觀：「我自往昔

愚癡所蓋，謂有吾身及頭、手足、脇脊、胸腹諸所合聚，行步、進止、坐起、言語，所可作為。稍稍自致，學問曉道智慧聰明，愚癡之冥遂為淺薄，爾乃解了無有吾我，骨鎖相連、皮革裹纏，因心意風，行步、進止、臥起、語言有所作為。」於是頌曰：

有人冥行路， 望見樹謂賊；
愚人亦如是， 見身計有我。
明無吾我人， 積眾事成體，
骨鎖諸孔流， 因心神動風。

吾曾聞之：「昔有一國，諸年少輩遊在江邊而相娛樂，以沙起城或作屋室，謂是我所各各自護，分別所為令不差錯，作之已竟。中有一子，即以足觸壞他沙城，主大瞋恚牽其頭髮，以拳打之舉聲大叫：『某壞我城，仁等願來助我治罪！』眾人應聲，悉往佐助而撻治之，足蹈其身：『汝何以故，壞他人所作？』其輩復言：『汝破他城，當還復之。』共相謂曰：『寧見此人，壞他城不？其有效者，治罪如是。』各自在城而戲欣笑勿復相犯。」於是頌曰：

小兒作沙城， 觸之皆破壞，
戲笑而作之， 謂為是我所。
各各自懷心， 是吾城屋界，
而已娛樂中， 如王處國宮。

「爾時小兒娛樂沙城，謂是我所將護愛之，不令人觸。日遂向冥各欲還歸，其心不戀，不顧沙城，各以手足蹋壞之，去而歸其家。」於是頌曰：

小兒積沙以為城， 在中娛樂盡黃昏，
日適向冥不戀慕， 即捨其城歸還家。

其修行者當作是觀：「吾未解道，計有吾我，恩愛之著，普護身色，老病將至，無常對到，忽盡滅矣！今適捨色心無所樂，以智慧法分別散壞四大、五陰。今已解了，色、痛、想、行、識諸

入之衰，皆非我所，如今五陰非身所有，過去、當來、現在亦然。」其觀生死以如是者，便能具足得至脫門，欲求空者順行若斯。於是頌曰：

其有習欲者，	不捨恩愛著，
普自將護身，	如人奉敬親。
若離於情欲，	如月蝕光伏，
知身如沙城，	不復計吾我。

其修行者見三界空，不復願樂有所向生。何謂無願而向脫門？所有境界姪怒癡垢，假使起者制而不隨，是謂無願而向脫門。無想如是。已了是者，謂三脫門。其修行者所以專精，唯欲解空。於是頌曰：

三界不見我，	所覩皆為空，
安能復求生？	一切不退還。
設心常思念，	無想無願空，
如在戰鬪中，	降伏除怨賊。
觀五陰本無，	依倚在人身，
過去及當來，	現在亦如是。
積聚勤苦身，	一切悉敗壞，
明者觀五陰，	如水之泡沫。
若得無想願，	覩三界皆空，
致三脫安隱，	悉度眾苦惱。
見吉祥不遠，	如掌中觀文，
是謂為沙門，	無有終始患。
省察覺佛諸經法，	為求解脫永安隱，
義深廣演說總哀，	令行者解多講空。

修行道地經卷第四

修行道地經卷第五

神足品第二十二

其心清淨如流泉， 與比丘俱猶德華，
免苦慧安若涼風， 長養佛樹願稽首。
應時得寂定， 如山不可動，
明觀等如稱， 除瑕令無穢。
以經義寂觀， 照曜現世間，
斂心自歸命， 稽首三界尊。

其修行者，或先得寂而後入觀，或先得觀然後入寂；習行寂寞適至於觀便得解脫，設先入觀若至寂寞亦得解脫。

何謂為寂？其心正住，不動不亂而不放逸，是為寂相；尋因其行心觀正法，省察所作而見本無，因其形相是謂為觀。譬如賣金，有人買者，見金已後不言好醜，是謂為寂；見金分別知出某國銀銅雜者，識其真偽紫磨黃金，是謂為觀。如人刈 yì 草，左手獲草，右手鎌 lián 刈，其寂然者如手捉草，其法觀者如鎌截之。於是頌曰：

其心無瑕穢， 不動名曰寂；
若心遍省者， 斯號謂法觀。
手捉草應寂， 鎌截之為觀，
以是故寂然， 微妙得解脫。

其修行者，觀人身骸在前在後等而無異，開目閉目觀之同等，是謂為寂；尋便思惟，頭頸異處手足各別，骨節支解各散一處，是謂為觀。此骨鎖身因四事長，飲食、愛欲、睡眠、罪福之所緣生，皆歸無常、苦、空、非身，不淨朽積悉無所有，是謂為觀。取要言之，見而不察是謂為寂，分別其無是謂為觀。於是頌曰：

見諸骨鎖不察省， 心不濁亂是謂寂；
分別其體頭手足， 發意欲省是謂觀。

其修行者，何因專精求入寂然？無數方便而逮於寂，今取要言而解說之。因二事致：一惡露觀；二曰數息，守出入息。何謂為不淨觀？初當發心慈念一切皆令安隱，發是心已，便到塚間坐觀死人，計從一日乃至七日，或身臃脹其色青黑，爛壞臭處為蟲見食，無復肌肉，膿血見洩，視其骨節筋所纏裹，白骨星散甚為可惡，或見久遠若干歲骨，微碎在地色如縹碧；存心熟思，隨其所觀行步進止，臥起經行懷之不忘，若詣閑居寂無人處，結跏趺坐，省彼塚間所見屍 shī 形，一心思惟。於是頌曰：

欲省惡露至塚間， 往到塚間觀死屍，
在於空寂無人聲， 自觀其身如彼屍。

其修行者，設忘此觀復往重視，還就本坐作無常觀，出入進止未曾捨懷，夙夜不懈一月一秋，復過是數專精不廢，經行、坐起、寢覺、住止，若獨若眾常不離心，疾病強健當以著志，不但以此無常、苦、空、非身為定也。所觀如諦不從虛妄。於是頌曰：

察因緣觀若忘者， 重到塚間觀視之，
不但專觀無常苦， 不轉其心省如見。

如在塚間所見屍形，一心思念初不忘捨，觀身亦然；觀死人形及吾軀體等無差特，若見他人男女大小，端正好醜裸形衣被，莊校瓔珞若無嚴飾，一心察之死屍無異，用不淨觀得至為寂。爾時修行常察惡露，譬如眾流悉歸于海。於是頌曰：

我身死屍及大小， 見其惡露等無異，
心常專精未曾捨， 譬如眾流入巨海。

爾時修行心自念言：「已是自在，心不違我，不復為惑。」即時歡喜以能甘樂致於奇特，豎立秉志不復隨欲；若見女人，謂是骨鎖非為好顏，察知審諦本所習欲以為瑕穢，離於情色不造眾惡，是第一禪。棄捐五蓋具足五德，離諸思想，遠眾欲惡不善之法，其心專念靜然一定，而歡喜安行第一禪，是謂為寂淡然之法。求

之若此因惡露觀。於是頌曰：

志自在如弓， 心心相牽挽，
觀女人皮骨， 制意不隨欲。
離瑕心清淨， 身脫於眾惡，
在世得自在， 歡喜得禪定。

是第一禪續在穿漏諸漏未盡，如是行者住第一禪故為凡夫；計佛弟子故立在外，未盡應入室；如外仙人遠離於欲終始不斷，非佛弟子。修行如是，求第一禪甚亦難致，其餘三禪稍前轉易，譬如學射，遙立大准，習久乃中，習不休息工則析毛；初學一禪精勤乃致，其餘三禪學之則易。於是頌曰

其學第一禪， 精勤甚難致，
其餘三禪者， 方便遂易坐。
譬如學射法， 初始甚難中，
已能中大准， 閉目破一毛。
若第一禪寂然致， 故是凡夫當訶教，
非佛弟子在界外， 已離愛欲似仙人。

其修行者，已得自在順成四禪，欲得神足，觀悉見空，省諸節解，眼、耳、鼻、口、項、頸、脇、脊、手、足、胸、腹及諸毛孔若如虛空。作是觀已，自見其身解解連綴如蓮花本，猶根諸孔觀如虛空，然後見身譬如革囊；漸察如是，便離形想唯有空想；已得空想無復色想，或習空想續見其體，但無所著也！欲觀身者則自見之，欲不觀者則亦不見；欲觀虛空則而見之，欲不觀者則亦不見。體心俱等，意在其內如乳水合，心不離身身不離心，堅固其志，以心舉身令去其座專心在空，如人持稱，令稱鎚等，正安銖兩，斤平已後手舉懸稱。修行如是，自擎其形專心念空。於是頌曰：

其有修行者， 神足飛如天，

觀身諸骨節， 毛孔皆為空；
已離不計吾， 專念想樂空，
如大稱量物， 舉身亦如是。

其修行者，習行如是便得成就，初舉身時去地如蟻，轉如胡麻，稍如大豆，遂復如棗。習舉如此至于梵天，乃到淨居諸天之宮，通徹須彌無所拘礙；入地無間出而無孔，遊於空中坐臥行住，身上出火身下出水，身上出水身下出火；從諸毛孔現若干光，五色之耀如日明照；能變一身以為無數，化作牛、馬、龍、象、驪、驢、駱駝、虎、狼、師子無所不現；發意之頃，普遊佛界旋則尋逮，是神足界通達之變。是神足者因四禪致，其四禪者因不淨觀、數息致之，是故修行當念惡露、數息思定。於是頌曰：

因習學輕舉， 如風無罣礙，
身踊至梵天， 悉觀諸天宮。
飛行在虛空， 如雲無禁制，
入地如入水， 在空如處地。
從身自出火， 若如日光明，
身下雨其水， 如月降霜露。
專精得神足， 自在無所礙，
欲得捫梵天， 自恣何況餘。
欲至他方界， 輕舉即能到，
釋擲金剛疾， 往返亦如是。
自在而變化， 能見無數形，
如釋娛樂幻， 樂神足亦然。
遊于佛經甘露池， 亦如大象入華泉，
總說其義如本教， 故歎詠是致神足。

修行道地經數息品第二十三

其威神耀如日光， 德炎巍巍過天帝，
顏色端正如月滿， 消除眾冥滅諸垢。
口說法言如甘露， 出語殊妙歎十善，
篤信合俱歸最尊， 願稽首佛無等倫。
觀採諸經如入海， 以獲禪定無穿漏，
敢可計數佛弟子， 是故稽首最勝安。

其修行者自惟念言：「何謂無漏至第一禪？何謂名之世尊弟子？」若修行者在禪穿漏，當發是心：「我得一禪故為穿漏，以穿漏行第一之禪得生梵天；在上福薄，命若盡者，當墮地獄、餓鬼、畜生及在人間。」計此之輩雖在梵天，諦視比丘，不免惡道、凡夫之類也。所以者何？未解脫故。於是頌曰：

設使始學得漏禪， 其修行穿如漏器，
雖生梵天當復還， 如雨綵衣其色變。

譬如國王，有一大臣而犯重事，先考治之，五毒並至，却乃著械閉在深獄，令衣弊衣，給以麤食，草蓐為床，莫令家人得入相見，使房近廁臭穢之處。吏受教已，即承王命考治如法。其人往時有小功夫施恩於王，王思念之，遣告獄吏放出其人，恣之四月自在娛樂，與眷屬俱而相勞賀，竟四月已還著獄中。於是頌曰：

譬如有臣犯王法， 王念故恩使出獄，
恣意所欲相娛樂， 然後還閉著獄中。

獄吏受教如王勅告。其人得脫沐浴服飾，與諸群從俱出遊觀，五欲自恣，雖相娛樂心退念之：「今與群從五欲自恣，云何捨是當還就獄，三時歎息。當復考治著於弊衣，麤食臥草與小人俱共止一處，何一痛哉！當為蚤 zǎo、蝨 shī、蚊、虻見食，在中可惡，夏則盛熱，冬則慘寒，鼠夜鳴走冥冥如漆，垢穢不淨流血覆地，頭髮遼亂考治百千，或有劓耳而截鼻者，或斷手足穢濁不淨，若在塚間惱不可言，當與此輩瑕穢俱處。」於是頌曰：

竟夏四月其臣念， 與親愛俱而歡樂，
夏當還獄諸考治， 遭厄之惱不可量。

「當復更見諸罪繫囚，其犯禍者作事不道，而姪、盜、竊、劫人男女，焚燒人家及諸穀積，以毒害人，喜行輕慢，或殺男女及為屠牛，掠諸丘、聚、縣、邑、城郭，念國家惡。當復見此五毒撈 péng 笞 chī，手脚耳鼻為血所塗，或見斫頭，瘡痍裂壞膿血漏出；或被重考身體腫起，無數之蠅 yíng 皆來著身，在地臥極若如鴻鵠 zhū；或新入獄，面目手足悉爛傷腫，煌煌焦悴愁不可言，住不敢動；或羸瘦而骨立，顏色醜陋譬如餓鬼；或久在獄，以氣肥腫頭亂爪長；或有在中日日望出；或有自念：『我在獄中無有出期。』不復悵 yì 悵。其新來者或見絞殺、或考、或擊，或口受辭、或以結形，或與死人同一床褥，或牽出之臥著溷 hùn 上，或行道地不大見考。」於是頌曰：

惡人甚眾多， 瑕穢可憎惡，
與愚而俱止， 譬如與屠膾。
啼呻哭淚下， 苦如鬼同家，
是大臣愁憂， 何忍重入獄。

「此諸罪囚在刑獄中，各各談說國王盜賊；或說穀米飲食之屬，華香伎樂男女之事；或說山海行故之事；或說他樂搏掩之事；或嗟歎王所積之行；或說王惡治國不政，賊來攻伐如是失國；或言王崩當有新立，而出大赦；夫人懷軀如是在產，獄囚得脫；若城失火多所焚燒，獄門得開我等則脫；或共議言，若見瑞怪烏鵲來鳴；倚獄門、住獄戶，作聲夢見上堂及上高山又入龍宮，墮蓮花池乘舟渡海，自觀不久免一切苦。」於是頌曰：

諸犯王法者， 談語自勸勉，
聚會心歡喜， 希望得解脫。
如群牛投谷， 墮厄井如是，

時大臣思此，無福人甚愁。

時臣思念：「我當云何而復聞此盜賊言談？」或有相教：「若獄吏問當作是答，極重考治不過二七日，體轉狎習不復大患。假使取身段段解之，刀在頂上，勿妄出言我犯斯過，莫說其處藏匿之家，勿牽引人某是伴黨，或誘問者復莫信之。獄卒恐汝慎無為伏，若見考治勿得驚懼。」於是頌曰：

展轉相勸勉，教人下辭法，
思念獄吏問，以何答其言。
大臣眷屬俱，復念獄眾苦，
習於諸五欲，而心懷憂惱。

獄囚相謂：「卿等不見，人捨父母、兄弟、親屬，不惜身命遠其本國，行於荊棘、竹木、叢樹、坵荒、嶮難，不顧其身入海求財。吾等不歷勤勞之苦而致寶物，以是之故當忍考掠，令不失財使他人得。」於是頌曰：

賊劫他人財，所獲非己有，
念當不惜命，失財更遭厄。

臣自念言：「吾何忍見獄卒住前叫囑 huān 呼之。」而自說言：「我以織女三星陂蘭宿生，屬地獄王，二十九日夜中半生。卿不聞吾初墮地時，國有眾患擾動不安，興諸怪變，空有崩音地為震動，東西望赤四方忽冥，鵄、鷲、烏、鵲、狐、狼、野獸、鷄 chī、梟 xiāo 在塚間生噉人肉，鬼神、諸魅、鳩桓、溷 hùn 鬼、反足、女神悉共欣悅：『此獄卒生，正為我等。假使長大多害男女從在獄塚間，我等當得死人血肉及脂髓腦以為食飲，以是之故吾等護子令壽命長。』我初生時以有此救故不畏人。」於是頌曰：

無有慈哀言剛急，其人無故懷怨結，
念獄卒言臣意悲，雖快娛樂憂此惱。

獄卒說言：「吾有便手無所不搏，無有比倫安有勝乎？吾身前

後以此便手，殺無央數男子、女人，又斷手、足、耳、鼻及頭，以手挑眼不用刀刃；住立諸囚擎博撝 lì 擲 nái，毬 cū 弼 jiàng 懸頭，竹箴勉窟，在於榜床五毒治之，布纏其指油塗火燒，膏灌髮上放火然之，草纏其身以火焚之，嚮嚮割體問其辭對，決口截唇剝其面皮，口嚼其指譬如噉菜，若鞭榜人竹杖革鞭，獄卒喜踊以針刺指，繩絞脇腹纏頭木梢。」於是頌曰：

臣不念樂恐還獄， 如是考治甚可畏，
獄卒數來說刑罪， 有此憂者不為安。

獄卒又言：「我無憎愛，不喜遊觀聽歌音聲。設有死罪榜鼓兵圍詣於都市，吾悉斬頭；雖有勇猛軍陣督將豪貴高尊，畏我便手猶碎象牙；剛強逆賊、輕慢善人、我皆絞頸；父母、兄弟、親屬涕泣求哀一時，吾不聽之；又一子父嚙 huān 呼跳躐 liáng 乃如虎鳴，吾折伏之令無有聲。」於是頌曰：

臣與群從相娛樂， 思念獄卒說罪刑，
譬如人飲淳清酒， 或有醉喧又歡喜。

獄卒又言：「吾有惡氣，眼中毒出張目視人，胸裂頭劈譬如冰 bīng 裂，男女見我莫不懷懼，雖有人形作鬼魅行。」在於獄戶說是已竟，便即還去。甫當更是眾惱之患，雖在宮殿五欲自娛，安以為樂？於是頌曰：

如是之苦惱， 不淨瑕穢困，
誰當以歡欣， 安隱無憂患？
如罪囚臨死， 求花戴著頭，
從王得假然， 當復還受榜。

其修行者自惟念言：「從梵天還當歸惡道，在胞胎中，處熟藏上生藏之下，垢污不淨五繫所縛。」於是頌曰：

修行得漏禪， 獲此適中半，
則生在梵天， 不能久常安。

心中念如是， 命盡歸惡道，
如人假出獄， 限竟還受考。

譬如小兒捕得一雀執持令惱，以長縷繫足放之飛去，自以為脫不復遭厄，欲詣果樹清涼池水，飲食自恣安隱無憂，縷遂竟盡牽之復還；續見捉惱如本無異。修行如是，自惟念言：「雖至梵天當還欲界，勤苦如是。」於是頌曰：

譬如有雀繩繫足， 適飛縷盡牽復還；
修行如是上梵天， 續還欲界不離苦。

修行自念：「我身假使得無漏禪，爾乃脫於勤苦畏道，號曰佛子。所在飲食不為癡妄，以脫猶豫在于正道，得第一禪，徑可依怙入正見諦。」於是頌曰：

已得第一禪， 無垢廣在行，
猶終始難脫， 當精進得道。

修行自念：「觀眾善惡乃致一禪，本從骨鎖而獲之耳！其形無常、苦、空、非身，因四事生。」於是頌曰：

其第一禪因身致， 解四大成一心行，
無常苦空脫吾我， 觀如是者常精進。

修行思惟所用察心，其心之本亦復非常、苦、空、非身，以四事成，皆從因緣轉相牽引，而由禍福心想依之，形歸無常、苦、空、非我，從四事成；如我受斯五陰之體空無所有，十二因連，去、來、今者亦復如是。欲界諸陰，色界、無色之界，陰想若斯，悉為羸弱，見三界空，其根本深及邪無正，震動然熾。覩無陰者皆為寂然，志在恬怕趣於無為，無他之念逮於泥洹。爾時心行和順不剛，修行於是以見審諦便成阿那含，不復動還，究竟解脫欲界之苦。於是頌曰：

其心思想悉和順， 志所依倚因厥身，
了五陰本去來今， 皆見空無謂聖賢。

修行自念：「我身長夜為五陰蓋，臭處、不淨所見侵欺。」譬如搏掩兇逆之子，取瓶畫之，中盛不淨封結其口，以花散上、以香熏之，與田家子：「汝持此瓶至某園觀，中盛石蜜及好美酒，住待吾等，我各歸家辦作供具相從飲食，堅持莫失，顧卿勞價。」田家子信，抱瓶歡喜，心自念言：「今當自恣飲食娛樂。」至其園觀不得令蠅 yíng 而住其上，遂待經時過日中後，腹中飢渴怪之不來，憂感難言。日欲向暮，上樹四望不見來者，下樹復持，須留眾人遂至黃昏，心自念言：「度城門閉，眾人不來，今此石蜜美酒畫瓶已屬我矣！當以賣之可自致富，先應嘗視。」便淨澡手開發瓶口，則見瓶中皆盛不淨，爾乃知之：「諸博掩子定侵欺我。」修行如是，已覩聖諦乃自曉了，從久遠來為是五陰所侵欺。於是頌曰：

生死載眾身，	五陰所侵期，
常更歷苦樂，	謂有我人壽。
修行五樂欺，	然後自見侵，
如人得畫瓶，	發之知不淨。

譬如導師有饒財寶，為子迎婦，端正姝好無有不可，甚重愛敬不失其意，須臾相離自謂如終。爾時國中道路斷絕，計十二年無有來者，後多賈客從遠方至，住在比國休息未前，道師語子：「卿往詣彼市買來還。」子聞父教，愁憂不樂如箭射心，語親友言：「卿不知我親愛于妻，今父告我遠離捨之，當行賈作。適聞是命我心僅裂，今吾當死，自投於水，若上高山自投深谷。」於是頌曰：

年少親敬婦，	愛欲甚熾盛，
思父之教命，	志懷大憂感；
心惱而欲死，	云何離愛妻？
其子意甚痛，	如捕山象羆。

親友聞言即報之曰：「所以生子典知家門，四向求財以供父母，

假使不勞以何生活？設在天上尚不得安，況於人間耶！」既聞父命，得眾人諫，即悲淚出，兩手椎胸，便嚴發行。於是頌曰：

親友知識悉共諫，則受父教莊嚴行，
為欲所傷如被箭，心懷思婦甚恨恨。

心常念婦未曾離懷，往至買裝即尋還國，行道歡喜：「今當見之，如是不久也！」朝暮思婦，適到家已，問婦所在。於是頌曰：

賈作治生行往返，心常懷念所重妻，
已到家中先問之，吾婦今者為所在？

其婦念夫心懷愁憂，宿命薄祐，稍得困疾命在呼吸，而體即生若干種瘡，膿血流出，得寒熱病復得癰疾，水腹乾竭、上氣體熱、面手足腫，無央數蠅 yíng 皆著其身，披髮羸瘦譬如餓鬼，臥在草蓐衣被弊壞。於是頌曰：

其夫一心獨所愛，宿命之殃而薄祐，
得無數疾臥著床，離於好座而在地。

於是夫入家，問人吾婦所在？婢既慚愧淚出悲泣而報之曰：「唯賢郎婦在某閣上。」尋自上閣見之，色變未曾有也！此顏醜惡不可目覩，諸所愛欲恩情之意永盡無餘，無絲髮之樂，悉更患厭不欲復見。於是頌曰：

觀察顏色不貪樂，譬如屍 shī 死捐塚間，
羸瘦骨立無肌肉，如水沒沙失色然。

其修行者亦復如是，患厭愛欲，發污露觀，求致寂然。於是頌曰：

其修行者已離欲，厭於五樂亦如是，
如人見婦病眾瘡，無央數疾臥著床。

何謂修行數息守意求於寂然？今當解說數息之法。何謂數息？何謂為安？何謂為般？出息為安，入息為般；隨息出入而無他念，是謂數息出入。何謂修行數息守意能致寂然？數息守意有

四事行，無二瑕穢，十六特勝。於是頌曰：

其修行者欲求寂， 當知安般出入息，
無有二瑕曉四事， 當有奇特十六變。

何謂四事？一謂數息，二謂相隨，三謂止觀，四謂還淨。於是頌曰：

當以數息及相隨， 則觀世間諸萬物，
還淨之行制其心， 以四事宜而定意。

何謂二瑕？數息或長或短是為二瑕。捐是二事。於是頌曰：

數息設長短， 顛倒無次第，
是安般守意， 棄捐無二瑕。

何謂十六特勝？數息長則知，息短亦知，息動身則知，息和釋即知，遭喜悅則知，遇安則知，心所趣即知，心柔順則知，心所覺即知，心歡喜則知，心伏即知，心解脫即知，見無常則知，若無欲則知，觀寂然即知，見道趣即知。是為數息十六特勝。於是頌曰：

別知數息之長短， 能了喘息動身時，
和解其行而定體， 歡悅如是所更樂，
曉安則為六， 志行號曰七，
而令心和解， 身行名曰八，
其意所覺了， 因是得歡喜，
制伏心令定， 自在令順行，
無常諸欲滅， 當觀此三事，
知行之所趣， 是十六特勝。

何謂數息？若修行者坐於閑居無人之處，秉志不亂數出入息，而使至十從一至二，設心亂者當復更數一二至九，設心亂者當復更數，是謂數息。行者如是晝夜習數息，一月一年至得十息心中亂。於是頌曰：

自在不動譬如山， 數出入息令至十，
晝夜月歲不懈止， 修行如是守數息。

數息已定當行相隨。譬如有人前行，有從如影隨行；修行如是，隨息出入無他之念。於是頌曰：

數息意定而自由， 數息出入為修行，
其心相隨而不亂， 數息伏心謂相隨。

其修行者已得相隨，爾時當觀。如牧牛者住在一面遙視牛食；行者若茲，從初數息至後究竟，悉當觀察。於是頌曰：

如牧牛者遙往察， 群在澤上而護視，
持御數息亦如是， 守意若彼是謂觀。

其修行者已成於觀，當復還淨。如守門者坐於門上，觀出入人皆識知之；行者如是，係心鼻頭，當觀數息，知其出入。於是頌曰：

譬如守門者， 坐觀出入人，
在一處不動， 皆察知人數。
當一心數息， 觀其出入意，
修行亦如是， 數息立還淨。

何謂數長？適未有息而預數之，息未至鼻而數言二，是為數長。於是頌曰：

尚未有所應， 而數出入息，
數一以為二， 如是不成數。

何謂數短？二息為一。於是頌曰：

其息以至鼻， 再還至於臍，
以二息為一， 是則為失數。

何謂數息而知長？其修行者，從初數息，隨息遲疾而觀察之，視忖其趣；知出入息、限度知之，是為息長。數息短者亦復如是。於是頌曰：

數息長則知， 息還亦如是，
省察設若此， 是謂息長短。

何謂數息動身則知？悉觀身中諸所喘息；入息亦如是。何謂數息身和釋即知？初起息時，若身懈惰而有睡蓋，軀體沈重則除棄之，一心數息；數息還入亦復如是。何謂數息遭喜即知？若數息時歡喜所至；息入如是。何謂數息遇安即知？初數息時則得安隱；息入如是。何謂數息心所趣即知？起數息想，觀諸想念；入息如是。何謂心柔順數息即知？始起息想，分別想念而順數息；息入亦爾。何謂心所覺了數息即知？初起息想，識知諸觀而數息；息入如是。何謂數息歡悅即知？始數息時，若心不樂，勸勉令喜以順出息；入息如是。何謂心伏出息即知？心設不定，強伏令寂而以數息；入息如是。何謂心解脫即知？若使出息意不肯解，化伏令度而數出息；入息如是。何謂數息見無常即知？見諸喘息皆無有常是為出息；入息如是。何謂出息無欲即知？見息起滅，如是離欲，是為觀離欲出息即知；入息如是。何謂觀寂滅數息即知？其息出時觀見滅盡，是為觀寂出息即知；入息如是。何謂見趣道數息即自知？見息出滅處，覩是以後心即離塵，以離無欲棄於三處志即解脫，將護此意是為數息。出息入息如是，為十六將勝之說。

行者所以觀出入息，用求寂故令心定住，從其寂然而獲二事：一者凡夫，二者佛弟子。何謂凡夫而求寂然？欲令心止住，除五陰蓋。何故欲除諸蓋之患？欲獲第一禪定故。何故欲求第一之禪？欲得五通。何謂佛弟子欲求寂然？所以求者欲得溫和。何故求溫和？欲致頂法；見五陰空悉皆非我所，是謂頂法。何故求頂法？以見四諦，順向法忍。何故順求法忍？欲得世間最上之法。何故求世最上之法？欲知諸法悉皆為苦，因得分別三十七道品之法。何故欲知諸法之苦？欲得第八之處。何以故？志第八之地，其人

欲致道跡之故。

何謂凡夫數息因緣得至寂然？心在數息，一意不亂無有他念，因是之故，從其數息得至寂然，從其方便諸五陰蓋皆為消除。爾時其息設使出入，常與心俱緣其想念；入息如是。若出入息觀察所趣是謂為行，心中歡喜是謂忻悅，其可意者是謂為安，心尊第一而得自在是為定意，始除五蓋心中順解從是離著。何謂離著？遠於眾想愛欲不善之法行也！如是念想歡喜安隱，心得一定除斷五品，具足五品因其數息，緣致五德得第一禪。已得第一禪習行不捨，一禪適安堅固不動，欲求神通志于神足，天眼洞視、天耳徹聽，知從來生、知他心念恣意自在。譬如金師，以紫磨金自在所作瓔珞、指環、臂釧、步瑤之屬，如意皆成；已得四禪自在如是，此為五通。

何謂佛弟子數出入息而得寂然？其修行者坐於寂靜無人之處，斂心不散，閉口專精觀出入息，息從鼻還轉至咽喉，遂到臍中，從臍還鼻。當省察之，出息有異、入息不同，令意隨息，順而出入，使心不亂，因是數息志定獲寂。於是中間永無他想，唯念佛、法、聖眾之德，苦、習、盡、道四諦之義，便獲欣悅，是謂溫和。如人吹火熱來向面，火不著面但熱氣耳！其火之熱不可吹作，當作是知溫和如斯。

何謂溫暖法？未具足善本，凡有九事：有微柔和、下柔和、勝柔和，有中、有中中、有勝中，有上柔和、有中上、有上上柔和。知彼微柔和、下柔和，是謂溫和之善本也！其中下、中中、中上是謂法頂之善本也！其下上、中上、上上柔和是謂為諦柔和法忍。上中之上是謂俗間之尊法也！是九事善本之義，故是俗事諸漏未盡。修行若得溫和之行，執數息想因此專念，息若還者意隨其息，無他之念；若息出者知息往反，心入佛、法及在聖眾，苦、習、盡、道如在溫和。

其心轉勝是謂頂法。若如有人住高山上觀察四方，或上山者或有下者，或入聖道或入凡夫地。其修行者已得頂法，入凡夫地甚可憂之。譬如山水流行瀑疾起曲橫波，有人欲渡，入水而洄欲至彼岸，迴波制還令在中流，既疲且極遂沈波水沒在其底；其人心念定死不疑，岸邊住人代之憂惑。修行如是，已得明師，夙夜覺悟結跏趺坐，麤衣惡食坐於草褥，困苦其身；作行如是反為生死流波所制，投于恩情不能專一，沒於終始眾想流池，安得道明？是故行者當代憂愁。譬如導師多齎財寶，歷度曠野嶮厄之路，臨欲到家卒遇惡賊亡失財物，眾人悵悵也！當為修行懷憂如是。譬如田家耕種五穀，子實茂盛臨當刈 yì 頃，卒有雹霜傷殺穀實，唯有遺草，其人憂愁；修行如是，已得頂法，入凡夫地當為悵悵。

得頂法已而復墮落，或遇惡友念於愛欲，不淨為淨、淨為不淨，喜遠遊行不得專精，或遇長疾或遇穀貴，飢匱困厄不繼糊口，或念家事、父母、兄弟、妻息、親屬，或坐不處憤鬧之中。已得頂法未成道果，衰老將至心遂迷惑，忽得困病命垂向盡，曾所篤信佛法、聖眾、苦、習、盡、道永不復信；當習于定而反捨之，當觀不觀精進更懈，本所思法永不復起，以是之故從其頂法而退墮落。

何謂頂法而不退還？如曾所信日信增益，如本定心遂令不動，所觀弗失，常察精進轉增于前，所思念法專精不捨，以是之故不退頂法。

修行如是，因其專精而心想一，各各思惟究竟之法，初未曾動不念新故，如是即知出息有異、入息不同；出入息異令其心生，見知如此無所畏想，是謂為中中之上而得法忍。心無所想而作是觀：「前意、後意未曾錯亂，分別察心云何往反？」是謂上中之下柔順法忍。設使其心，愛於專思志不移亂，是謂上中柔順之法。其忍何所趣順？趣順四諦如審諦住，心以如是遂至清淨，是謂為

信；雖爾獲此未成信根。以得是信，身口心強，是謂精進；尚未能成精進之根。志向諸法，是謂有心；未成念根。以心一志，是謂定意；未成定根。其觀諸法分別厥義，是謂智慧；未成慧根。計是五法，向于諸根，未成道根；有念有想尚有所在，而見有遶未成定意。是謂上中之上世俗尊法。

其修行者當知了之，色起滅處，痛、痒、法、意。觀起滅本，察其因緣過去、當來；行無願定，隨入脫門察生死苦；計斯五陰即是憂患，無有狐疑。爾時則獲解苦法忍。

已見苦本，便見慧眼，除于十結。何謂為十：一曰貪身，二曰見神，三曰邪見，四曰猶豫，五曰失戒，六曰狐疑，七曰愛欲，八曰瞋恚，九曰貢高，十曰愚癡。棄是十結已獲此心，則向無漏入於正見，度凡夫地住于聖道，不犯地獄、畜生、餓鬼之罪，終不橫死，會成道跡，無願三昧而行正受，已向脫門。未起惡法則不復生，諸惡自盡；未起法念當使興發，所興善法令具足成；心已如足隨其所欲，是謂自恣；令志專一，是謂自在定意。從是次第信、念、精進、觀察、護命，是謂為信；思惟其行，是謂自恣三昧；專精于道而獲神足，假使修行身、口、心強，是謂精進定意之法。志專心識，是謂意定。欲入道義，是謂察誠定意。以是之緣致四神足。已獲神足，是謂信根；身心堅固，謂精進根；所可思法，是為意根；其心專一，是謂定根；能分別法而知所趣，是謂智慧根。以是之故具足五根。

其信溫和，是謂信力，精進力、意力、寂意力、智慧力亦復如是。

成就五力能及諸法，則心覺意；分別諸法，是謂精求諸法覺意；身心堅固，是謂精進覺意；心懷喜踊得如所欲，是謂忻悅覺意；身意相依，信柔不亂，是謂信覺意；其心一寂，是謂定覺意；其心見滅姪、怒、癡垢，所志如願，是護覺意。以是之故七覺意

成。

設使別觀諸法之義，是謂正見；諸所思惟無邪之願，是為正念；身意堅固，是為正方便；心向經義，是為正意；其心專一，是為正定。身意造業是三悉淨，爾乃得成八正道行。此八正道中，正見、正念、正方便，計是三事屬觀；其正意、正定是二事則屬寂然。是觀、寂二，如兩馬駕一車乘行。

若無漏心不專一法，遍入三十七品之法，以是具足此三十七法，便解知苦；如是之比，即得第二無漏之心。

爾時思惟：「如今欲界五陰有苦，色界、無色界同然無異。」是謂知苦隨忍之慧則成就，建第三無漏之心。

已得是行，用見苦故，除十八結已，過色界，超無色界，順宜慧者即得第四無漏之心。

已獲四無漏心，便度三界勤苦之瑕，即自了之：「吾已度患，無有眾惱，為得度苦。」則自思惟：「苦本何由？恩愛之本而生著網，從久已來習此恩愛遭患于今，永拔愛根則無眾惱。」已離恩愛欣樂可意，何從而有？是謂解習斷除法忍，是為第五無漏之心。

除於欲界諸所習著，則捐七結，便為知拔欲界諸患，是謂第六無漏之心。

修行自念：「色界之本，本從何興？諦觀其元，從欲而起。」樂出恩愛可意而悅，是為第七無漏之心。

以有此行度於色界，其無色界十二諸結心隨習慧，是為第八無漏之心。是謂八義佛之初子。

爾時心念：「吾見三界以除苦習，於欲無愛，是謂安隱。」則樂寂滅可意甘之，是為滅盡法慧之忍，斯為第九無漏之心。

已獲此義見本滅盡，於欲界除七結之縛，是為第十無漏之心。

則自念言：「若不著色及無色界，此謂為寂。」是為第十一無漏之心。

則除十二諸結之疑，已度此患即得滅盡之慧，是為第十二無漏之心。

爾時自念：「得未曾有！」如佛、世尊解法乃爾，因斯道義，知欲界苦，則棄捐之。知從習生，則離於習，得至盡滅，因此得入法慧道忍，是為第十三無漏之心。

爾時以道觀於欲界則棄八結，去是然後會當獲此興隆法慧，是為第十四無漏之心。

應時心念得未曾有，以是道行解於色界、無色之苦，而除諸習證於盡滅，是為第十五無漏之心。

道從其志除十二結，於色、無色界除是結已，則興道慧，是為第十六無漏之心。

應時除盡八十八諸結，當去十想結。所以者何？如從江河取一滸之水，究竟道義如江河水，其餘未除如一滸水，即成道跡會至聖賢。七反生天、七反人間，永盡苦本。其修行者，以是之比拔眾惱根，斷生死流，心則欣悅；已度三塗不犯五逆，離於異道遇其所知，不從外道悵望榮冀。眾祐之德不更終始，七反之患未曾犯戒，見無數明晝夜歡喜。譬如有人避飢饉地至豐賤國，脫嶮得安，繫獄得出，如病除愈心懷喜踊。修行如是，因安般守意則得寂滅，欲求寂然習行如是。於是頌曰：

覺了睡眠重懈怠， 分別身中息出時，
修行息入念還得， 是謂身息成其行。

修行道地經卷第五

修行道地經卷第六

西晉三藏竺法護譯

觀品第二十四

眉間白毛相，其明踰日光，
猶鵠飛空中，遠近無不見。
其身如師子，超越天帝象，
肩胸而廣姝，願稽首佛尊。
臂肘平正而滿足，世尊之臍如水洄，
髀膝踳shuàn腸若金柱，當歸命佛而稽首。
其目長好如蓮華，體著毛髮猶孔雀，
心常住止在寂然，我願歸命超眾仙。

其修行者，何謂為觀？若至閑居獨處樹下，察五陰本見如審諦。苦、空、無常、非身之定，色、痛、想、行、識身則本無，五十五事無可貪者亦無處所。於是頌曰：

以行忍辱得法觀，察五陰本所從興，
覩見過去來現在，分別喻說五十五。

何謂五十五事？是身如聚沫不可手捉，是身如海不厭五欲，是身如江歸於淵海趣老病死，是身如糞明智所捐，是身如沙城疾就磨滅，是身如邊土多覩怨賊，是身如鬼國無有將護，是身如骨背肉塗血澆，是身如髓筋纏而立，是身如窮士淫怒癡處，是身如曠野愚者為惑，是身如嶮道常失善法，是身如塽冢百八愛所立，是身如裂器常而穿漏，是身如畫瓶中滿不淨，是身如溷hùn九孔常流，是身如水瀆悉為瑕穢，是身如幻以惑愚人不識正諦，是身如蒜燒毒身心，是身如朽屋敗壞飲食，是身如大舍中多蟲種，是身如孔淨穢出入，是身如萎華疾至老耄，是身如露不得久立，是身如瘡不淨流出，是身如盲不見色本，是身如宅四百四病之所居止，

是身如注漏諸瑕穢眾垢所趣，是身如篋毒蛇所處，是身如空拳以欺小兒，是身如塚人見恐懼，是身如蛇瞋火常燃，是身如癲國十八結所由，是身如故殿死魅所牽，是身如銅錢外現金塗皮革所裹，是身如空聚六情所居，是身如餓鬼常求飲食，是身如野象懷老病死，是身如死狗常覆蓋之，是身如敵心常懷怨，是身如芭蕉樹而不堅固，是身如破船六十二見為之所惑，是身如姪蕩舍不擇善惡，是身如朽閣傾壞善想，是身如喉痺穢濁在內，是身無益中外有患，是身如塚而無有主為姪怒癡所害，是身無救常遭危敗，是身無護眾病所趣，是身無歸死命所逼，是身如琴因絃有聲，是身如鼓皮木裹覆計之本空，是身如坏無有堅固，是身如灰城風雨所壞歸老病死。以是五十五事觀身瑕穢，是身欺詐懷無反覆，不信親厚哀之反捨無有親疎 shū；譬如夢、幻、影、響、野馬忽然化現；若如怨家常恭敬之，奉事供給而求可意，沐浴、櫛梳、飲食、衣被、安床、臥具隨所便宜，牽人向窮、老、病、死患。於是頌曰：

常飲食此身， 五欲令自恣，
求安如親友， 諦省是怨仇。
無救無所護， 常懷無反復，
牽人至患害， 入生老病死。

人死已後，皆當爛壞，犬獸所食，或有見燒枯骨散地。因無數法，當觀斯身，譬如癰瘡，若如箭鏃在體不拔，猶若死罪都市之處。察體眾惱，生在終沒；有所貪著，名曰為色；觀身為軟，所遭安危，名曰痛痒；有所了知，名曰為想；心念為行；分別諸趣，名曰為識。於是頌曰：

計之眼色主所觀， 是身獲致因本緣，
柔軟之等以成行， 以無色心察眾德。

譬如江河邊有潢池，眾象入中澡浴飲水，食噉池中青蓮芙蓉莖華，則復退還。其時跡現在於泥沙大小廣長，有射獵人、牧牛

羊者、擔薪負草道路行者，見其足跡言：「大群象經過此地。」雖不見象但覩其跡，則知群象經歷是間。無想之陰、痛痒、行、識，所更為軟，想、行、識然。於是頌曰：

如江河邊地， 沙中有行足，
以見象遊跡， 如有群象過。
如是計細滑， 至于法識念，
多所而照現， 起滅之因緣。

如是無色眾想之念，皆依倚色，然後有色法；譬如兩束葦相倚立。於是頌曰：

無色多所倚， 有色依無色，
如枝著連樹， 名色亦如是。

其無色法依有色分別，有色則亦無倚無色之著。如先有鼓然後出聲，聲之與鼓各異不同，鼓不在聲聲不在鼓；名色如是各異不合，轉相依倚乃有所成。其無色陰不得自在，非己力興。譬如二人，一人往盲，一人生跛，欲詣他國。盲者目冥，永無所見，不知所趣；跛無兩足，不能遊行。盲者謂跛：「吾目無見，有足能行，而目甚冥不識東西；卿又跛掘不能行來，既有眼明，見其進退，行步所趣。今我二人，轉共相依欲詣他國。」跛騎盲肩則而發去，非跛威力，非盲之德。色法如是，非獨能立；無色亦然，展轉相依。於是頌曰：

思惟諸法非獨成， 其有色法無色然，
在於世間轉相依， 譬如盲跛相騎行。

其名色者轉相依倚，譬如鼓音，如弓絃箭，而相恃怙不合不別。萬物如是，從因緣成，無有力勢不得自在，悉從緣起見事乃興。修行若斯，而察法本知有起滅，本無所有忽自然現，則復滅沒；無生則生，無起則起，皆歸無常。於是頌曰：

五陰常屬空， 依倚行羸弱，

因緣而合成， 展轉相恃怙。
起滅無有常， 興衰如浮雲，
身心想念法， 如是悉則壞。

其修行者，常以四事觀其無常：一曰所生一切萬物皆歸無常，二曰其所興者無有積聚，三曰萬物滅盡亦不耗滅，四曰人物悉歸敗壞亦不盡滅。以是之故，不生者生，不盡者盡。見諸萬物，當作是察起滅存亡；以斯觀者無所不知，悉能覩見靡所不了。於是頌曰：

人物雖有生， 不積聚不滅，
亦不捨眾形， 雖沒而不滅。
雖終相連續， 皆從四因緣，
觀萬物如是， 超越度終始。

假使修行專自思念：「東西南北所有萬物皆歸無常，擾動不安，適起便滅莫不趣空；始生已來，無常之事，老、病、死患常逐隨身。」作是觀者，不著三處，不樂四生，無住五識。其心不入九神所居，設使更生則除三結：一曰貪婬，二曰犯戒，三曰狐疑。則成道跡趣於無為，譬如流江會歸于海。於是頌曰：

觀萬物動起， 念之悉當過，
愛欲之所縛， 一切皆無常。
欲得度世者， 悉捨諸欲著，
是名曰道跡， 流下無為然。

其修行者所觀如是，自察其身則是毒蛇。假引譬言：若城失火，中有富者為眾導師，見舍燒壞甚大愁憤，心自念言：「作何方計出中要物？」則退思之：「吾有一篋，中有眾寶，在某屋藏，好明月珠、上妙珍物而皆盛滿，價數無極，其餘無計。」心懷恐懼適欲前行畏火見燒，貪於寶物不顧身命，突前入火至寶藏篋，邊有蜣篋。爾時導師既畏盛火烟熏其目，心中憤憤不自覺知，不諦

省察，誤取蚌篋挾之走出，賊隨其後追欲奪之。適見賊追則而馳走，賊逐不置遙咄呼言：「如是及卿傷害殺汝，設使捨篋便有活望，假令不捨命在不測。」導師見賊逼之欲近，念失財寶又不濟命，則更思之：「我當解篋取中要者，以著懷中，置餘退去，爾乃安隱。」則開篋視唯見毒蛇，乃知非寶是蛇蚌耳！修行如是，已逮道諦，見一切形皆猶毒蛇，以是之故得至于觀；欲求觀者當作是察。於是頌曰：

譬如熾火然，	人遽出要器，
反挾於蚌篋，	謂是珍寶物。
發篋見弊惡，	毒蚌盛滿中，
其時便即棄，	爾乃知非寶。
修行計如是，	諦觀計本無，
以解於四諦，	覩身如四蚌。
作是行諦觀，	常思念道德，
以逮得無為，	除苦乃獲安。
自度入脫門，	免他諸瑕穢，
是故分別說，	觀察無常法。

修行道地經學地品第二十五

勇猛於善力，	面光如金華，
神足超疾風，	自遊所至方。
身德成無極，	調順能忍辱，
佛樂戒定安，	眾歸願稽首。
行步庠序無冥塵，	其德無底所願安，
佛無等倫常無著，	願歸命尊莫能喻。
佛執巧便法為弓，	以此降伏邪怨敵，
除盡塵勞眾瑕垢，	願歸命佛一心禮。

其修行者已得道跡，見諸五樂皆歸無常，不能盡除。所以者何？用見色、聲、香、味、細滑之念。於是頌曰：

已得成就為道跡， 思智慧解五樂無，
覩愛欲界如怯馬， 心不著色續未斷。

譬如梵志子淨潔自喜，詣於舍後卒污其指，行語金師：「指污不淨，以火燒之！」金師諫曰：「勿發是心，有餘方便除此不淨，灰土拭之，以水洗之，設吾火燒卿不能忍，火之毒痛自觸其身更甚于前。」梵志子聞即懷瞋恚，便罵金師：「莫以己心量度他人，自不能忍謂人不堪。吾無所欲，用手有垢不敢行路，畏人觸我。吾儻近人，而身有學三經之本及知六藝，學於談語了知所應，能相萬物，分別其義次第章句；識於三光天文地理；學六十四相，知人祿命、貧富、貴賤、安處、田宅；曉百鳥之語，預知災變，覩彼他國多有怨賊欲危此土；當時日災、風雨失度有變星出，美人青絳，別于男女、牛馬、雞羊之相；預知五穀旱澇貴賤，識其星宿進止舉動，別其水旱衰耗多少，占有大水若所破壞；見日月蝕出入之變，若有懷軀別其男女；曉知軍法戰鬪之事，深知古今；覩了五星熒惑所處，十二之時晝夜百刻；能曉醫道，風寒、熱病、瘡瘍、少小以何療之；知日月道所從由行，其色所變皆為何應；山崩、地動、星隕之怪，諸宿所屬而奉天神。古人學術皆能別之無不開通，占彗星出當計何瑞！曷因不淨著吾手指，勿得停久，當隨我言除其指穢也！」金師聞之，燒鉗正赤以鑷彼指，年少得熱痛不能忍，掣指著口。金師大笑，謂年少言：「卿自稱譽聰明博學，採古知今無不開通，清淨無瑕，於今云何持不淨指含著口中？」年少報曰：「不遭痛時見指不淨，適遇火毒即忘指穢。」道跡如是，本長夜習在愛欲瑕，須臾之間離於情欲，適見好色姪意為動。所以者何？諸根小制未得盡定。於是頌曰：

已見色欲本所習， 雖使解義至道跡，

頭戴想華續聞香， 如江詣海志欲然。

道跡自念：「我身不宜習于婬欲如餘凡夫。」說情欲穢樂於無欲，滅盡然熾，習污露觀晝夜不捨。習如是者，婬、怒、癡𡇗 xiǎn，得往來道，一返還世，斷勤苦原。已得往還，於諸愛欲無起清淨，婬怒癡薄，心尚未斷因有惱患。譬如男子有婦端正面貌無瑕，以諸瓔珞莊嚴其身，夫甚愛敬，雖有是色，婬鬼非人也！唯人血肉以為飲食。有人語夫：「卿婦羅刹，肉血為食。」夫不信，人數數語之，夫心遂疑意欲試之。夜佯臥出鼾聲如眠，婦謂定寐，竊起出城詣於塚間，夫尋逐後，見婦脫衣及諸寶飾却著一面，面色變惡口出長牙，頭上焰燒眼赤如火，甚為可畏，前近死人，手摑其肉口齧 niè 食之。夫見如是，爾乃知之非人是鬼，便還其家臥於床上，婦便尋還來趣夫床，復臥如故。其夫見婦莊嚴瓔珞面色端正，爾乃親近；假使念之在於塚間噉死人肉，心即穢厭；又懷恐怖，得往還道。若見外形端正殊好，婬意為動；設說惡露瑕穢不淨，婬意為滅。於是頌曰：

變化人身如脫鎧， 作婬鬼形詣塚間，
便噉死屍 shī 如食飯，夫爾乃知是羅刹。

得往還道者，心自念言：「吾於欲界三結已薄，其餘𡇗 xiǎn 耳！逮望聖諦見愛欲之瑕，多苦少安不宜習欲。如凡眾庶志在情欲，若如蒼蠅 yíng 著於死屍 shī。吾何方便除婬、怒、癡，令滅無餘，得盡漏禪，然後安隱如淨居天？」於是頌曰：

已得於往還， 修行一反生，
則見欲不可， 習之未永斷；
婬欲火雖熾， 不能危其心，
以作惡露觀， 增欲如羅刹。

譬如有人在於盛暑，不能堪熱，求扇自扇，慕水洗浴。往來如是，見婬、怒、癡以為甚熱，念求不還道。於是頌曰：

成二吉祥道，行未永除欲，
以得無漏禪，行即梵天同。
其身諸有熱，水冷以除之，
往求不還道，獲此則清涼。

爾時修行作惡露觀，永脫色欲及諸怒癡，諦見五陰所從起滅，滅盡為定。知見如是，便斷五結而無陰蓋，得不還道。不退還世，以脫愛欲，無有諸礙姪鬼之患。於是頌曰：

以脫愛欲疾病困，常惡露觀除諸患，
永離恐畏遠苦安，成不還道等第三。

即獲清涼無有眾熱，若覩色欲常見不淨，則知瑕穢。譬如遠方有估客來，若當疲極；二十九日冥無月光夜半來到，城門復閉繞至南牆，下有汪水天雨之潦也！解裝住邊，死屍人形、鷄、狗、象、畜、蛇、蟲之屬，悉在水中或沈或浮，百千萬蟲跳躒liáng身中，髮毛浮出，城內掃除及漏穢水悉歸此汪。於是頌曰：

譬如城傍有大水，不可目察況飲者，
遠方人來值門閉，眾共止住此池邊。

時眾人中或有遠客，初未曾至於此國土，不識是非，疲極既渴，脫衣入洗，恣意飲水飽滿臥出。於是頌曰：

其人初來詣此國，入於水浴除諸熱，
祭祠水神飲解渴，甚大疲極因臥寐。

明日早起天向欲曉，疲解覺已，見於水中惡露不淨，或有捨走閉目不視，或自覆鼻又欲強吐，爾乃知水垢穢不淨。於是頌曰：

已得第三道，見欲樂不安，
入禪定無患，覩欲如瑕水。

爾時修行樂於禪定省于愛欲，如彼估客惡不淨水。譬如嬰兒自取屎弄，年小長大捨前所戲，更樂餘事；年適向老悉捨諸樂，以法自樂。修行已得不還之道，亦復如是，見諸生死五道所樂，

猶小兒戲也，轉更精進欲脫終始，不樂求生。於是頌曰：

譬如有小兒， 在地弄不淨，
年遂向長大， 捨戲轉樂餘。
修行亦如是， 求獲度三界，
爾時遂精進， 具足成四道。

譬如遠國有眾估人，從東方來止城外園。時彼城中有一諂人多端無信，詐作飲食、華香、異服，往詣導師前問起居，多賀遠至，道路無他，飢渴日久，始乃奉面，今與小食垂哀見受。導師即納，又有更啟：「寧可入城，吾有大舍，中有好殿具足細滑，舍有井泉，溷 hùn 廁別異，諸樹行列器物備有，願屈威光枉德入城。」說此欺竟，即捨之去。於是頌曰：

有人懷諂欺， 見遠眾估客，
奉迎供導師， 飲食後說曰：
「吾身有一殿， 高大樂巍巍。」
其人無誠信， 詐語便捨去。

爾時城中有大長者，悉聞彼人詐欺導師，即自出迎謂導師言：「莫信彼人居止其堂。穢濁澇水在其堂後，屎尿惡露普流趣前，以是之故不可止頓。」導師聞之答長者曰：「堂雖有臭可設方便，燒香散華以除其穢。」於是頌曰：

長者懷親念， 故往詣導師，
語之斯堂邊， 有臭穢不淨。
導師聞此言， 則反答之曰：
「雖臭施方便， 燒香散眾花。」

爾時長者謂導師曰：「當復有難，諸弊惡蟲皆在其中，以肉血脈而為飲食，假使飢者穿卿囊裏齧 niè 壞裝物。」導師答曰：「吾當給之，隨其所食令不穿物。」於是頌曰：

多有弊蟲處在堂， 須肉血脈而為食；

「我能供給隨所乏。」 導師以此答長者。

長者報導師：「其堂四角有四毒虻，兇害喜諍不可近附，以何方便而安此虻？」導師答曰：「吾能曉之，施藥神呪令無所犯。」於是頌曰：

有四毒虻在其堂， 弊惡懷害欲相危，
以若干藥及神呪， 能除毒虻所懷結。

於是長者復謂導師：「又有大難，牆之故基如是當崩，壁垣傾危不可依怙。」導師答曰：「設有此難吾不能處，亦無方便令不崩危。所以者何？儻有危敗，有失命之難。」於是頌曰：

設堂久故欲崩壞， 假使傾覆不可護。

導師則報長者曰： 「有是恐懼吾不處。」

彼時導師具聞說堂諸難之瑕，又自目覩，心即遠離不肯居之也！不還如是，聞世尊教審知聖諦，不樂生死終始之患。於是頌曰：

已得不還離眾苦， 修行則求無量安，
不慕生死如毛髮， 譬如導師不處堂。

解喻：堂者，謂人身也。穢濁水者，謂九瘡孔常出不淨。蟲滿水者，謂身中八十種蟲，常食軀中肉血骨髓者也。平地治牆者，謂供養身給以飲食。其四虻者，謂身四大地、水、火、風。堂朽故危晝夜欲崩者，謂老、病、死。其修行者，晝夜方便欲免眾難。其導師者，謂不還道。修行專精聽世尊教，覩於三界皆見熾然，目所察形悉歸無常不離朽敗，譬如導師見大堂危。於是頌曰：

虻蛇而懷毒， 弊惡叵觸近，
各處在四角， 謂人身四大。
朽敗欲傾危， 謂身有增減，
常遭眾苦惱， 老病死窮道。
城中諛諂人， 以喻漏禪智，

其人入貪欲， 恩愛之罣礙。
持禁戒長者， 謂師無著哀，
常救濟修行， 使度眾苦難。
譬如大估客， 中有導師者，
佛子服甘露， 以得無著道。
師為行者講， 苦空非常身，
諦觀於三界， 擾動而不安。

當求一心至無學地，諦見無著。於是頌曰：

佛愍眾生演， 能濟一切苦，
吾察佛諸經， 歎說無學地。

修行道地經無學地品第二十六

其王放醉象， 兇害牙甚利，
諸龍懷毒氣， 皆化令調伏。
救護眾恐難， 逮得常自在，
十力佛無終， 吾禮及弟子。
諸天龍神奉大聖， 吉祥人民皆歸命，
悉以恭敬得度脫， 眾聖所宗願稽首。

其修行者已在學地不樂終始，已無所樂不貪三界，超色、無色，斷一切結；志念、根、力及諸覺意，見滅為寂是謂永定。觀觀如是，離色、無色，遠戲、自大。於是頌曰：

心已住學地， 曉了諸學意，
制於生死畏， 滅恐無所樂。
眾患盡無餘， 所見如審諦，
除戲及自大， 消癡亦如是。

修行自念：「當知今時已成羅漢得無所著，諸漏永盡修潔梵行，所作已辦棄捐重擔，逮得己利生死則斷，獲平等慧超出溝塹，鋤

去穢草無有穿漏，成聖賢幢已度彼此。」於是頌曰：

修行住學地，	不動成聖道，
已逮得已利，	度苦常獲安。
盛熱山源竭，	永盡無流水，
奉敬離調戲，	是謂無所著。

已斷五品為人中上。於是頌曰：

已斷於五品，	具足成六通，
蠲除諸塵勞，	如水浣衣垢，
而離生死患，	依度得安隱，
是謂為政士，	最上無塵埃。

斯謂阿羅漢得無所著，應服天衣處于神宮，遊居紫殿飲食自然，百種音樂常以樂之，歡喜踊躍便從坐起，口宣揚言：「今者吾身為十力子，逮得是者，天上、世間一切眾祐；其奉敬者，增益天種損阿須倫。」於是頌曰：

巍巍四德成六通，	忍辱之慧求最上，
順於佛教致究竟，	是故講說無學地。

修行道地經無學品第二十七

方便勝眾苦，	永脫諸恩愛，
已離生死惱，	滅盡於塵勞。
如日出除雲，	尊離諸愛冥，
歸命佛聖道，	無痛長安隱。
已度諸入界，	如人出牢獄，
譬如紫磨金，	在火而無損。
至定泥洹寂，	未曾愛於身，
佛以逮甘露，	吾願稽首禮。

其修行者住於有餘泥洹之界，畢故不造不復受身，而心專一

未曾放逸，在諸色、聲、香、味、細滑，離一切著無復取捨，窮盡苦根。於是頌曰：

已得度無為，	永都無所欲，
立於有餘地，	畢故不造新。
不在色聲香，	諸味細滑斷，
譬之若蓮花，	不著于塵水。
諸根為已定，	不隨諸入惑，
如金不雜鐵，	永與生死別。
無有因緣著，	爾乃長安隱，
是謂閑居行，	滅盡勤苦根。

譬如燒鐵令其正赤，以鎚鍛之，其上垢除稍稍還冷，不知其火熱之所湊也！修行如是，設至無餘泥洹之界而滅度者，漸漸免苦，是故此經名曰修行。於是頌曰：

若如以鎚鍛燒鐵，	火焰忽出便復滅，
其修行法亦如是，	以得滅度不知處。
譬如天雨而有泡，	其泡適壞不知處，
設有行者得滅度，	永不可知其所湊。
諸天神仙龍人民，	不見度者何所至，
其修行者非常空，	聰明智慧得滅度。
假令行者以獲斯，	計于甘露莫踰是，
爾乃覺了長安隱，	已得滅度令無餘。
其佛世尊說是喻，	如鎚鍛鐵火炎出，
以漸向於滅度者，	永不可知神所趣。
已得滅度道，	平等解如是，
佛智慧明者，	其神安不動。
已濟諸瑕穢，	生死自大離，
獲致彼無欲，	清淨淡如淵。

其有奉行是道地教，漸得解脫至於無為。於是頌曰：

其求無為欲滅度，永離濁亂逮甘露，

當講說斯修行經，從佛之教冥獲炬。

其有說此經，假使有聽者，

佛當示其路，常安無窮極。

學如是者便得究竟，修行道地心如虛空，五通自然不懼終始，永若燈滅。

修行道地經卷第六

修行道地經卷第七

西晉三藏竺法護譯

弟子三品修行品第二十八

巍巍佛德尊， 威神不可量，
道法隨時化， 度脫諸十方。
覩見生死瑕， 為現法橋梁，
毀訾終始苦， 嗟嘆于泥洹。
分別弟子快， 而順示厥行，
稍稍而開導， 乃至于大安。

若有修行，見終始患，地獄之毒、畜生之惱、餓鬼之苦、人中憂憤、天上無常，不可堪矣！展轉周旋譬如車輪，生、老、病、死、飢、渴、寒、暑，恩愛之別，怨咎集會，愁惻之痛，叵具說言。從累劫來與父母違，兄弟離闊，妻子之乖，涕泣流淚超于四海，飲親之乳踰于五江四瀆之流；或父哭子或子哭父，或兄哭弟或弟哭兄，或夫哭妻或妻哭夫，顛倒上下不可經紀，種勤苦根愚癡之元。修行見然皆患厭之，但欲免斯生死之病，晝夜精進，不捨道義求於無為。自見宿命從無量劫往反生死，設積身骨過須彌山，其髓塗地可遍天下，三千世界計死若周，其血流墮多於古今天下普雨。修行自察如是之厄，千萬劫說猶不可竟，故棄捨家除髮去鬚，專精求道不慕世榮，若如明者不貪屍形。於是頌曰：

修行見終始， 地獄之苦惱，
畜生餓鬼厄， 天下世間別；
生死之展轉， 譬如于車輪，
父子兄弟乖， 妻息子離感；
涕哭淚流下， 超于四海水，
飲親之乳湮， 踰於五江河。

修行故捨家， 專精為道法，
不慕時俗榮， 如明者捨毒。

修行自念：「我身或來不可稱限，不自覺知合會離別，憂鬱之痛譬如劇醉不可了之，枉說趣語自為審諦，恩愛之著譬如膠漆不能自濟，則行精進遠俗近道。」譬如有人遠遊他國賈作求利，至彼未久興大疾病，死亡者眾十不遺一，死屍狼藉臭處叵言，既無良醫又無好藥可以療之。其人恐怖悔詣彼國，設不來者不遭此難，夙夜反側愁不可言：「設我病瘳，一還本國無有還時。」其人適遇得一大醫，飲藥鍼 zhēn 灸，疾稍稍愈氣力強健，即反本土與家相見，自陳值厄困不可言，從今以後終不敢行，不至彼土。一衣一食何所求耶？唯欲自寧，安知餘人也！後念若聞彼土之名，戰慄惶懼，不欲出舍而守其身。弟子如是，見五道苦，姪、怒、癡、病、生死無息，夙夜專精坐禪念道，得世尊教，諮嗟泥洹，毀訾終始，是為良醫。飲之好藥疾則除者，謂佛法經去三毒也。死屍狼藉者，謂五陰六衰。悔至其國者，自惟念言：「從累劫來周旋生死，恩愛之著猶心多端，不見苦諦、習、盡、道諦；已得道證，畏苦厭身早般泥洹，不能還教固在然熾，須佛世尊示本無一，乃當進前得不退轉進却自由。」於是頌曰：

譬如有人遠行賈， 至於彼國遭疾病，
眾人死亡十遺一， 死屍狼藉無藏者。
心自悔恨至其國， 吾何不遇值此殃，
則得良醫療其疾， 便還本土難復行。
畏生死患亦如是， 覩於五道周旋苦，
自責本咎不覺道， 終始辛苦甚憂惱，
一心精進求泥洹， 欲度世間諸怖驚，
惡終始困猶死屍， 專志而向無為城。

修行恐懼：「或當命盡不得度脫，還歸三塗難得拔出，不當懈

怠計有吾我，如世凡人與三寶乖窈窈冥冥。」譬如昔者，有眾賈人遠行治生，更歷曠野無人之處，行道疲極便眠睡臥，亦不持時、不嚴兵仗。大賊卒至而無覺者，不施弓矢為賊所害，中有力者便走得脫，飢困歸家。更復設計求強猛伴，復順故道行賈求利，每冥息寐，持時行夜，嚴正弓箭。賊見如是不敢前格，知之難當便自退去。窈窈冥冥者，謂為癡網，因癡致行而生識著，名色、六入，更樂、痛、愛、受、身、生老病死，愁憂啼哭，痛不可意。行治生者，謂修行也。疲極臥寐者，謂不曉了非常、苦、空、非身也。無行夜者，謂不思惟深經之義也。兵仗不嚴者，不遵大慈、大悲之慧，趣欲自救，不念眾生也。賊來見危者，謂坐禪思不入空靜，而為五陰、六衰所迷，墮四顛倒，非常謂常，苦謂有樂，非身謂有身，空謂有實，命盡生天，福[湏*易]還世，不離三塗也。強者力走得脫歸家者，謂得羅漢也。即求強伴更治生者，謂至泥洹，知羅漢限不至究竟，見佛受教，更發大意为菩薩也。與眾為伴相隨行者，謂六度無極諸等行也。兵仗嚴正持時行夜者，謂大慈、大悲，分別空行，不著不斷也。賊退還者，謂不起法忍無罣礙慧，觀三界空不畏生死，一切四魔皆為之伏也。於是頌曰：

修行恐命盡，	或入三惡道，
不復計吾我，	歸命於三寶。
猶昔有賈人，	遠行求財利，
睡眠而臥寐，	為惡賊所害。
中有強健者，	盡力走得脫，
歸家說遭厄，	今乃得安耳，
已得羅漢道，	乃自知為限，
不能入生死，	以泥洹為礙。
更合強猛伴，	嚴兵時行夜，
賊見不敢前，	便退歸本土。

在於無為界， 知泥洹為限，
則發菩薩意， 行大慈大悲。
分別深空行， 不著無所斷，
周旋度生死， 無有三界難。

修行奉法，入四等心無大慈悲。譬如小龍能雨一縣而不周遍，雖為人民潤不足言，羅漢行道四等如是。若如海龍普雨天下無所不潤，菩薩大人慈大悲，普及眾生無所不濟。佛天中天見心如是，便為現限莫踰泥洹，稍稍進之至于大道知本迷惑。喻有一人而有三子，父少小養至令長大，衣食、醫藥未曾令乏。父轉年長氣力衰微，謂諸子言：「汝輩不孝，生長活汝使成為人，吾既年老，不欲供養報乳育恩，反逼我身求財衣食，何緣爾乎？當告縣官治殺汝等。」子聞父教即懷恐怖，歸命於父：「我輩兄弟愚癡所致不識義理，不顧父母恩養之德，愛重望深不自察非，今聞嚴教即當奉命，遵修孝道超凡他人，夙夜匪懈無辱我先。」時彼諸子各行治生，入海採珍得諸七寶供給父母，至孝巍巍唯念二親不自顧身，獲大光珠名曰照明，即往奉父。父見明珠頭白更黑，齒落更生，為大長者遠近歸仰，是謂父慈子則為孝也！為弟子行無有大慈。父有三子者，謂心、意、識也。養長子者，謂姪、怒、愚癡著於三界也。衣食之者，謂五陰、六衰、十二因緣縛也。子長續求供養者，謂諸情欲不知厭足也。父恐欲詣縣官告者，謂覺非常欲斷六入。子受其教奉行孝道者，謂歸命佛。三子更孝順者，布施奉戒智慧之元也。入海得七寶者，至七覺意成羅漢道也。遂至孝者，知弟子限至泥洹界，更發大意为菩薩道。得照明珠父更少者，現在定意見十方佛無所罣礙也。於是頌曰：

昔者有一人， 而生有三子，
養育令長大， 故求父衣食。
父告於三子： 「吾又年老極，

汝當供養父； 既大索吾力，
告言汝向官， 榜笞以五毒。」
子聞父之命， 則奉行孝道，
入海求七寶， 供奉于尊父，
又得照明珠， 父則更年少。
三子心意識， 情欲不知足，
父訶更孝順， 謂施戒道慧。
遵於七覺意， 成羅漢泥洹，
受佛大深教， 更發菩薩心，
道德甚巍巍， 覩見十方佛，
不礙四大身， 猶空無所拘。

譬如昔者而有一鼈，從海出遊至於岸邊，有一大狐追之欲危其命。鼈覺狐來藏頭四足覆於甲下，狐住待之：「設出頭足我當搏食。」鼈急不動，狐極捨去。鼈還詣於大神龍王，說其本末，求為龍王身，乃無所畏。能制五陰，不為魔嬈，得泥洹道。得為龍者，入菩薩道，不畏四魔，救濟眾生。於是頌曰：

如鼈縮頭足， 不畏羅漢然，
得飛為龍神， 菩薩亦如是。

譬如有人遠行求財，涉於寒暑謂得大利，或處遇賊亡失其業。又有明人自於本土造方便計，利入無量供給四方，積功累德。計無常、苦、行空、非身，觀外萬物成敗之事，或得禪定成羅漢道，更從發意求為菩薩。或有達者，知四大空無有內外，行大慈悲加哀十方，雖有所度為無所度，道無遠近解慧為上，得平等覺無去來今若如虛空。於是頌曰：

如人遠賈作， 弟子亦如是，
積功觀惡露， 察萬物非常；
菩薩如明人， 求利不遠遊，

無生死泥洹， 得成平等覺。

其修行者恐畏生死，惡三界難，畏苦厭身不了本無，趣欲越患不念眾生。譬如軍壞諸羸劣人，唯欲自救不濟危厄。有此心者，佛則為說除三毒之惱，泥洹為快，離冥就明。譬如導師將大賈人遠涉道路，於大曠野斷無水草，賈人呼嗟，謂塗悠悠安能所至，永為窮矣！時彼導師聰明博學亦有道術，知於賈人心之所念厭患涉路，則於中道化作一國，城邑人民土地豐樂五穀平賤，賈人大喜轉共議言：「一何快乎！本謂彌久，何時脫難到于人間？適有此念便至此城，當復何懼。」時眾賈人便住彼土，快相娛樂飲食自恣，從意休息。如欲厭之城郭則沒，不見國土。賈人皆怪何故如此也？導師答曰：「卿等患厭，謂道懸曠永無達矣！吾故化城國土人民使得休息，見汝厭之故則沒之！」佛言如是，弟子之行畏終始苦謂生死惱，懼三界患早欲滅度，故為示之。羅漢易得誘進使前，度於生死而盡三垢，得無為道自以為達成就具足。臨滅度時，佛則住前現于大道：「是未為通發無上正真之道也，得無所從生法忍至一切智，乃為達耳！」譬如有國遭於三厄。何等為三？一曰盜賊，二曰穀貴，三曰疾病。眾人流散走到他國，久後國安，或有往還者，或有恐怖三難之患永不可反。佛言國者，謂三界也。遭三厄者，謂三毒垢也。捨詣他國，謂羅漢也。國安還者，謂菩薩以得無所從生法忍一切深慧，還入三世度一切也。遭於三厄而不還者，羅漢以得無為，懼三難處，而不能還度脫眾生也！於是頌曰：

譬如眾賈人，	行於大曠野，
疲極恐不達，	導師化城郭。
眾人住休息，	安止有日月，
知其心厭已，	便沒不復現。
佛世尊如是，	見畏生死難，

便為現無為，	使度三界苦。
臨般泥洹時，	為示大道化，
令逮無從生，	廣濟於一切。
又譬如大國，	卒遭三厄患，
各散詣他國，	國安還不還。
畏生死之難，	是謂為弟子，
還國不以恐，	菩薩化十方。
權慧方便化，	皆令得其所，
譬如大船師，	往返無休息。
佛世尊如是，	法身來往返，
周旋於一切，	如日光普現。

修行道地經緣覺品第二十九

其從緣覺而不自了，既發無上正真道，不與善友而受真法，專自反行。假使奉教六度無極而皆有想，欲得尊號三十二相、八十種好，威神尊重；不了善權，佛現色身反謂有身，便墮緣覺。如有男子欲見大海，遊到陂池及眾江河，於彼求寶而獲水精、小明月珠，自以逮得金剛尊光。從菩薩心而還退者，不曉如來無出入法，空而無形，道無三世去、來、今也；而謂見空以為定矣，而不了知適空之行；適度三界不能進前，上不及佛復踰弟子，中道而止。譬如有人欲見天帝而覩邊王，則謂是帝；欲學正覺意有齊限，不解深慧還墮緣覺，亦如是也！若有斯心，佛便導示緣覺之法。

譬如長者，年又老極其子眾多，有大殿舍柱久故腐，中心火興；諸子放逸淫於五樂不覺此災，父時念言：「此舍久故柱心火然，轉恐柱摧壞殿鎮之，當奈之何？」欲作方便誘化使出令免火難，父則於外作諸伎樂，使人呼諸子：「各當賜汝象馬、車乘、摩尼之

珠。」諸子遙聞伎樂之聲，又被父命，悉馳出舍往詣父所，父則各賜諸子寶車、好乘，等而不偏。諸子白曰：「向者尊父呼我等出，各賜異珍，今者何故所賜一等？」長者告曰：「吾殿久故，柱中心腐而內生火，吾恐柱摧鎮殺汝等，故作伎樂呼汝輩出，吾心乃安。皆是我子等愛念之，故悉與之珍寶車乘。」佛言其故殿舍，謂三界也。柱腐欲壞者，謂三毒之患周旋生死。柱內火然，謂眾想念也。長者，謂如來也。諸子放逸，謂著三界欲也。作伎樂者，謂佛說罪福。呼諸子出各賜與者，現三道教也。諸子悉出父等與寶者，為現大乘無有三道，臨滅度時乃了之耳！於是頌曰：

譬如有長者，	諸子甚眾多，
五樂自迷惑，	著於故殿舍，
柱腐而欲壞，	中心而生火，
父恐殿舍崩，	鎮殺其諸子。
因作眾伎樂，	出子等賞賜，
佛世尊如是，	從緣覺意成。
臨滅度之時，	佛則往其前，
為現一法教，	大乘等無異。

修行發意欲求大道，不了本無，著佛色身三十二相、八十種好、人中之尊。譬如有人，聞四方帝號轉輪王，主四天下而有七寶，諸子千人力皆勇猛；城廣且長，東西四百有八十里，南北二百八十里也；中有大殿方四十里，四寶床座。人民熾盛，五穀豐熟，快樂無極，伎樂之音有十二部，夫人、嫫女八萬四千，諸國治王八萬四千，象馬車乘其數亦然。王有四德，何謂四德？長者、梵志、凡庶、小民皆敬聖帝，如子奉父；王愛念之，猶母哀子；王所教化，則受奉行；遠近歸命，如人仰天依地得活。復有四德：無寒無熱，初不飢渴，生未曾病，本祐所致。其人聞之欲往見帝，慕其聖教便發進行，於道疲勞見一異道，則順入中覩一大城，人

民熾盛，樹木、流水，樂不可言，謂是城郭為聖帝邦，便止其土。又斯雖樂，鬼神之處，其人不覺也！時有天王名曰休息，即覩其人為解說之：「此非聖帝處也，是鬼神國也！」轉輪聖王威德巍巍，爾乃欣然親近奉從。若有發意學菩薩道，不了深義不分別空，世間無佛；出入閑居處於樹下，觀察萬物非常、苦、空，身不久立，不解本無，以得緣覺自以為成。臨般泥洹佛在前住，為現大法深妙之教，十二因緣本無有根也！曉本末空，無去、來、今，大慈大悲不見三界，無泥洹想乃成正真，度脫一切也！於是頌曰：

譬如有人求聖王，	及見一城謂是邦，
諸小國王憶轉輪，	在中娛樂謂大通。
休息天王往見之，	則為解說此鬼土，
非為大帝轉輪王，	爾乃驚怖自知非。
便發往詣大帝邦，	見威神德大巍巍，
吾冥不解久迷惑，	則奉聖王常侍從。
欲學大道不了了，	還墮緣覺亦如是，
然後受佛深微行，	乃至無上正真道。
光光佛威德，	其德濟眾生，
等心加一切，	除三毒之名。
永脫生死苦，	道因智慧成，
清淨如日光，	徹照三界冥。

修行道地經菩薩品第三十

其修行者因自思惟：「人在生死譬如車輪，反覆上下而不離地，終始若斯，往返之患不離三界，皆是本癡不了本無，謂有四大猗之為諦。復如有人見師化幻而謂是人，不知化成；愚人如是，貪著吾我計有身命，不曉其體地、水、火、風。」譬如有人遠出欲遊行詣他國，素聞道難，常懷懼心畏於盜賊，四向望候遙見諸塢

眾石草木，謂有大賊數千百騎，當奈之何？各走馳散不知所湊。中有導師呼語眾人：「勿得便捨，至劇難處而無水漿，或值窮厄不濟身命，或困乏極爾乃來還，往返既久加復疲勞，悉失財物當何依怙？裸匱飢凍反當求恃，而從豪富歸命舉假。且自安心共相率化，遣人探候，設無賊者徑可進前，假使有來堅志共戰當令走壞。所以者何？一人欲死十人不當，十人欲死百人不當，百人欲死千人不當，千人欲死萬人不當，萬人欲死天下縱橫。」眾人受教不復馳散，皆住嚴待遣人探竊，唯見草木瓦石之屬，永無盜賊。眾人忻歡爾乃進前，皆謂導師天下無雙，智慧明達誠非世有；舉動進止，輒從其命不敢違失。菩薩大人修行如是，為一切導解三界空，一切如化，五陰猶幻，不惡生死而滅其身，開化十方為示正路。嗟嘆菩薩深遠無侶，周旋三界度脫生死，弟子既小志常懷懼，趣欲滅身不及一切，又不究竟當復還退。從發意始，明人因此聞菩薩教，皆發無上正真道意也！於是頌曰：

菩薩大士為修行，	了一切空身如化，
因緣合成得是體，	坐心不正追逐邪。
譬如賈人遠遊行，	遙見樹木謂是賊，
心各懷懼而馳散，	導師解之心乃安。
菩薩如是解本無，	為一切師廣說法，
示弟子等大道深，	如日光出無浮雲。

菩薩學道稍稍漸前至無極慧，因六度無極分別空行，積功累德無央數劫乃得佛道。譬如有人少小仕進，始為困貧轉得大富，求為丞尉遂成令長，進二千石稍到州牧，四征公卿大臣，轉至帝王、轉輪聖王、天帝、梵尊。為菩薩道次第學者亦譬如，稍稍發意布施、持戒、忍辱、精進、一心、智慧，縛制六情除去三毒陰衰之蓋，向空、無想、無願之法，至不退轉，近成具事一生補處。猶如磨鏡洗治平鐵，稍稍令細遂復發明；稍稍習行六度無極，

積功累德不可計劫，自致得佛開度十方。於是頌曰：

如人少仕進，	至尉及令長，
二千石州牧，	四征至公卿，
大王并轉輪，	日月天帝釋；
菩薩亦如是，	稍稍積功德，
奉六度無極，	行是得至佛，
開化十方人，	悉令至大安。

菩薩學定專精一心，稍去眾垢進化其志。譬如有人欲行入海，日月行前而往不退，雖遭飢寒未曾動移，不計遠近勤勞之厄，行不休息遂至海邊，合人上船入海採寶，雖知三難不以為懼。到大龍王所居之宮，從求如意上妙明珠欲給窮乏，龍王與之，言：「施一切，勿得愛惜。眾人蒙光而不耗減。」其人得珠蒙恩忽還，以至一國無不得安。菩薩如是，等心行道欲濟眾生，慈、悲、喜、護，一心念佛，其所在方，專精向之未曾懈廢，七日、十日、三月、一載不為俗想，一心向佛并化眾生，乘摩訶衍無極之教，見十方佛，受教得定，三昧不動為一切講。譬如從龍王得如意珠廣及眾人。

譬如有人而聞天上有好玉女端正姝好，意欲往見無有神足，夙夜思想臥起不忘，積有年歲未曾他念，便於夢中得往見之，坐起進止。菩薩如是，一心思惟向某方佛，積年不息，得三昧定，行不偽懈，累劫不厭，自致得佛；菩薩行道大慈、大悲哀加一切。

昔有一人其目不明，不見日光，心中憂悒：雖有日明，我眼盲冥不能覩也！當奈之何？求得神師飲之甘露，內病即除，其眼精徹得覩日光，察八方上下及諸人民。初發大意，六入、五陰、三毒未除，不能得見十方諸佛；從成就菩薩受法深教，行四等心，解三界空，便得三昧見十方佛，從定意起救濟眾生。譬如珍寶著水精上，如以其器受於瑠璃，瑠璃之色令器同像。菩薩如是，一

心念佛無有他志，即得定意見十方佛，因佛威神本德所致見佛世尊。於是頌曰：

譬如有人行入海，	未曾懈廢乃至耳，
合人乘船至龍王，	從求大寶如意珠，
以施一切莫不蒙。	菩薩如是行四恩，
大慈大悲行大道，	一心精進三昧門。
如人聞天有玉女，	夙夜思惟夢得見，
菩薩如是等精進，	見十方佛無不遍。
又如目冥思日光，	良醫治之眼即明，
菩薩如是專向佛，	未曾休息不退轉。
如以珍寶著水精，	展相光耀無不照，
菩薩如是三昧定，	從佛受教遍教化。

菩薩積功累德欲度一切，視之如父，視之如母，視之如子、視之如身，等而無異。為五道人勤苦無量不以為劇，雖歷五道生死之患、地獄之苦、餓鬼之毒、畜生之惱、天上世間終始之厄，心不迴動；行大慈悲、四恩無厭，救濟十方免眾想念。譬如彼月初生之時，若小羊角，日日稍大遂至成滿，光明普照眾星獨輝。次第學道為菩薩法，布施、持戒、忍辱、精進、一心、智慧，經無數劫勤苦之行，身心相應言行相副，念十方人若如父母無有親疎 shū。譬如種樹稍稍生芽，後生莖節、枝葉、華實，漸行如是；從初發意便喜向佛，以獲悅心休息惡道，成就六度無極之法，入善方便、不起法忍、一切佛慧，則轉法輪示現滅度，分布大法後生蒙恩。

猶如有人欲立大屋，先平其地漸興根基，稍累其牆令至高大，以材木覆梁柱牢堅，以瓦瓦之塗治仰泥，作悉成了而污灑 sǎ 之，白壁赤柱儼然巍巍；然後請會親族、門室、善友、鄉黨無不周遍，飲食作樂無不欣歡。菩薩如是，積行無量不以勤苦而有厭懈，觀

彼眾生展轉五道，終始周旋如磨不定，發大慈悲無蓋之慧欲救一切，猶若如空無所不覆；道德以成，現處三界示於色身，三十二相、八十種好令眾見悅，為十方人而師子吼，一切聞聲莫不歸伏，各從本心成三乘行。於是頌曰：

初發意菩薩，	慈念諸十方，
如父母子身，	等心無希望。
漸漸發行迹，	如樹芽至莖，
枝葉節華實，	種者功不唐。
菩薩亦如是，	稍稍奉行道，
功德以成滿，	平等最吉祥。
猶若起大屋，	平地始基牆，
累之令高大，	覆蓋正圓方。
請會親鄉黨，	飲食作樂倡，
菩薩救眾生，	度脫以道光。

何謂超行？適發道意至不退轉無所從生，具足成就至阿惟顏。俱行菩薩何緣獨爾？解三界空、五陰無處，四諦無根緣想而生，十二之因以癡為元；觀察癡元亦無處所，有所著求則名之癡。慧者了無，譬如幻師還觀化人不見有人。菩薩如是，省三處空猶如野馬、夢幻、芭蕉、深山之嚮，但可有名而不可見。昔有一人自於夢中見有國中多諸人民，王大嚴急，群臣奉事不敢失意，五穀平賤、衣被、綵色、倡伎、娛樂。其人覩之，欣然為觀往見國王，王便立之以為大臣，賜與官職、僕從、田宅、七寶，踊躍無量。又自見身復入地獄、餓鬼之中，化為驢身在輩中鳴；忽然上天，七寶宮殿玉女相娛。從夢便覺不覩所獲，則自解了五道如夢，一切本無而不可得，分別此慧則不退轉至無處所，權慧具足明學大道。觀心如幻，五陰、六入若如群臣，色、聲、香、味、細滑之法，五道所有，皆如彼人所夢覺也！見無所見亦無夢想，是謂超

越至無極慧不緣次第。於是頌曰：

人身及五陰，	觀之無處所，
四諦十二緣，	一切悉如化。
如其夜夢見，	一國大快樂，
為王作大臣，	伎樂而豪富。
入地獄餓鬼，	為驢輩中鳴，
天上七寶殿，	相娛寤不見。
慧者觀三界，	五陰悉如夢，
以了無處所，	逮得不起忍。
道法無遠近，	猶空無所處，
心空解本無，	忽如日大光。
當爾時之慧，	無得無所失，
道無去來今，	覺乃本無一。

何謂超行？人本一故，用不解之便起吾我，適著便縛，以縛求脫；不著無縛，何誰求脫？譬如五事而住虛空，雲、霧、塵、煙、灰，不能為彼虛空作垢。心本如空，五陰之毒喻如五事，不蔽心本曉了無形，慧無罣礙入深法忍，不以次第。譬如有人曾為凡人，家既困乏行詣佛所，遂檀越食，發一好心：「我身宿罪不能布施，今得貧厄，衣不蔽形，食不充口，又不作福，因佛求食；我設有財，廣施供佛及諸聖眾，給足窮乏。」爾時世尊及與聖眾各自罷去，乞士自責：「吾本薄祐不能興德，獲斯困匱。」思惟是已，臥蔭樹下，日已差中餘蔭皆移，所臥樹下其影不轉，體諸垢坌悉為除去，自然有威。時國王崩，當得賢人以為君主，募一國中無不周遍，獨見乞士有超異德，樹蔭覆之若如大蓋，往啟群臣詠其威德。人民咸喜嚴駕奉迎，立為國王。以得帝王，普興德化，供佛眾聖。

人在生死五道之苦，五陰、六入、十二因緣，聞佛深法本無

之慧，大慈大悲加於一切，雖欲度人不見有人，度無所度不見吾我，三界如響一切無我，等猶虛空，則超入慧不退轉法，無所從生阿惟顏事，名之有德亦無所獲。譬如日出眾冥皆索，還成平等無所適莫，不見有縛亦無所脫。譬如金山自然無作，曉求金者輒如得之不以為難。人本清淨而無垢穢，覺了此慧便入道門而無罣礙，猶空自淨無有淨者。於是頌曰：

如人久困貧，	乞食從眾聖，
便自還剋責，	吾宿積罪冥。
便發恭敬意，	慈念于眾生，
若得為帝王，	給施於萬姓。
則臥於樹下，	其影蔭彼形，
使者啟群臣，	悉往而奉迎，
立之為國王，	事佛及眾聖。
菩薩亦如是，	超越解本淨，
德高為巍巍，	度脫諸群生。
五事不污空，	心淨如寶英，
救濟五道厄，	使除終始冥，
如月十五日，	星中而獨明。

昔有一人欲往見佛，知為云何身形何像？所說何趣？阿難遙見前白佛言：「此遠來者為是何人？」佛言：「阿難！未曾有人。」其人徑前欲得覩佛，而不見之。佛身忽然永不在座。人自思惟：「故來覩佛而不見之。」察念何謂？便自解了：「世尊法身本無有形，用吾我人而現此身。譬如深山人呼響應，因對有聲；法身無處，何緣欲見？」適思此已，便逮無所從生阿惟顏，了無內外普等若空，超入正覺。於是頌曰：

昔有人發意，	欲見佛世尊，
其尊何等類？	說法義云何？

阿難問何人？ 佛言未曾有。
尊身忽不現， 怪之何所湊？
便自解了慧， 佛身無所遊，
空體慧住道， 示現無不周，
道法如嚮應， 等心無怨讐 chóu，
解義若斯者， 如空莫不覆。

發意菩薩欲救一切，觀四大身因緣合成，若如幻化。譬如假物，則非我所有亦非他人。猶如合材機關木人因對動搖，愚者覩之謂為是人；慧明察之合木無人，一切三界皆空如是。色、痛、想、行、識、十二因本無有往返，若水中影無有形名，如是行者超入法城。於是頌曰：

初發意菩薩， 解四大本空，
視生死泥洹， 一切覩皆同。
譬如借他物， 當還所取供，
不計吾我人， 除去諸矇矓。
不見心意識， 道明越海江，
三界如幻化， 菩薩受諷誦。
五道猶野馬， 眾惡悉佛種，
勸化諸未解， 法身不轉動。

或有慧人自然發意：「如來之行，不因言說而至正覺，如日大光一時普遍，解空義者無道俗觀，等如虛寂永不可名。譬如曠野污淥之中無有下種，自然有生青蓮、芙蓉、莖華；菩薩如是，在恩愛中，三界之難忽然慧解，不見生死、不住泥洹，教化一切令至大安。」於是頌曰：

於是發意為菩薩， 分別空義解本末，
以入道法無所乏， 智慧具足神通達。
猶如蓮華生污泥， 發如來意成菩薩，

開化一切眾生類， 等住法門為正覺。
華生泥中清淨好， 四種之色喻四等，
超越次第阿惟顏， 勇猛力伏首楞嚴。

菩薩修道，譬如飛鳥飛行空中無所觸礙，以空為地不畏於空。菩薩如是，發意之頃便入道慧，善權方便不以為乏，心等如空無所住止，不離生死、不樂泥洹，俱不增減。譬如五種綵色各異皆因草木，草木根生悉因從地，地下有水，水下有風，風因空立，如是計本悉無所有；若如浮雲忽有氣來，況無所至！菩薩如是，解三界空喻之如風，無所住止，計有吾我便有三處，不見有我安計有彼？不明無冥無淨不淨，便入本無亦無出入。

譬如昔者有一小蟲，心懷金剛住於海邊，閻浮大樹高四千里，樹則震動不能自安。樹神問之：「卿何以故震動不安？」樹報之曰：「蟲住我上所以不安。」神又問曰：「金翅大鳥立於仁上何故不動？小蟲處上而獨戰慄？」樹報之曰：「此蟲雖小腹懷金剛，吾不能勝，是故搖動。」其小蟲者，謂發意菩薩也。其大樹者，謂三界也。樹動不安者，謂發意菩薩超至深慧達阿惟顏，三千大千世界為六反震動。其金翅鳥住上不搖，謂諸弟子四道雖成，無所能感也！於是頌曰：

譬如小鳥住大樹， 戰慄不安五枝散，
菩薩大士亦如是， 超行成就動三千。
其心堅固如金剛， 度脫一切生死患，
弟子猶如金翅鳥， 處在三界無所感。

菩薩解慧，入深微妙不從次第，猶如有人卒立為帝，凡夫之士曉了本無，心等如空而無處所至阿惟顏。昔者虛空忽有藥樹，枝葉普覆八隅上下，其氣照下，諸毒草木惡氣悉除，長育天下，諸有好人大小悉安；地高為平，卑者則高，天下太平無有溪谷及與山陵，七寶自然，雨墮甘露，人民大小莫不以歡：「吾本有福以

離眾患，出入行步無所畏難，無有惡獸盜賊之苦，藥樹自然蒙者皆安；風雨時節五穀豐熟，面色和悅，衣食化至無有眾惱。」猶如大樹忽然生空，普照天下；若有凡夫在生死中，卒解深慧，至真本無而無罣礙。氣照天下者，謂彼菩薩放大光明以成為佛，除一切人婬、怒、癡垢也。長育令安，謂使四輩奉行道義也。令高下平者，使五道人皆獲平等慧。七寶自然者，謂七覺意也。雨甘露者，謂講菩薩法也。人民安隱五穀豐滋，謂終始斷逮五神通，遂至大義阿惟顏住。於是頌曰：

如人卒立為國王，	菩薩大士亦如是，
曉了深慧至無極，	得成佛道度十方。
猶如虛空生大樹，	根株枝葉四分布，
照於八隅上下方，	地高下平五穀滋。
人在生死凡夫身，	忽解深法惠流布，
令十方人度三塗，	等心一切雨甘露。

修行道地經卷第七(丹藏促為六卷)

達摩多羅禪經卷上

東晉天竺三藏佛陀跋陀羅譯

夫三業之興，以禪智為宗，雖精麤異分而階藉有方，是故發軔分途塗無亂躐，革俗成務功不待積；靜復所由，則幽詣造微，淵博難究。然理不云昧，庶旨統可尋。試略而言：禪非智無以窮其寂，智非禪無以深其照。然則禪智之要，照、寂之謂，其相濟也。照不離寂，寂不離照；感則俱遊，應必同趣。功玄於在用，交養於萬法。其妙物也，運群動以至一而不有，廓大像於未形而不無，無思無為而無不為。是故洗心靜亂者，以之研慮；悟徹入微者，以之窮神也。

若乃將入其門，機在攝會，理玄數廣，道隱於文。則是阿難曲承音詔，遇非其人，必藏之靈府。何者？心無常規，其變多方；數無定像，待感而應。是故化行天竺，緘之有匠；幽關莫闢，罕闢其庭。從此而觀，理有行藏，道不虛授，良有以矣。

如來泥曰未久，阿難傳其共行弟子末田地，末田地傳舍那婆斯。此三應真咸乘至願，冥契于昔，功在言外；經所不辯，必闡軌無匠，孱焉無差。其後有優波崛，弱而超悟，智紹世表，才高應寡，觸理從簡。八萬法藏，所存唯要；五部之分，始自於此。因斯而推，固知形運以廢興自兆，神用則幽步無跡。妙動難尋，涉麤生異，可不慎乎？可不察乎？

自茲已來，感於事變，懷其舊典者，五部之學，並有其人。咸懼大法將頽，理深其慨，遂各述讚禪經，以隆盛業。其為教也，無數方便，以求寂然；寂乎唯寂，其揆一耳。而尋條求根者眾，統本運末者寡；或將暨而不至，或守方而未變。是故經稱滿願之德，高普事之風，原夫聖旨，非徒全其長，亦所以救其短。若然，五部殊業，存乎其人。人不經世，道或隆替，廢興有時，則互相

昇降。小大之目，其可定乎？又達節善變，出處無際；晦名寄跡，無聞無示。若斯人者，復不可以名部。分既非名，部之所分亦不出乎其外，別有宗明矣！

每慨大教東流，禪數尤寡，三業無統，斯道殆廢。頃鳩摩耆婆宣馬鳴所述，乃有此業；雖其道未融，蓋是為山於一簣。欣時來之有遇，感奇趣於若人，捨夫制勝之論，而順不言之辯，遂誓被僧那至寂為己任，懷德未忘，故遺訓在茲。其為要也，圖大成於未象，開微言而崇體；悟惑色之悖德，杜六門以寢患；達忿競之傷性，齊彼我以宅心。於是異族同氣，幻形造跡；入深緣起，見生死際。爾乃闢九關於龍津，超三忍以登位；垢習凝於無生，形累畢於神化。故曰無所從生，靡所不生，於諸所生，而無所生。

今之所譯，出自達摩多羅與佛大先。其人西域之俊，禪訓之宗；搜集經要，勸發大乘。弘教不同，故有詳略之異。達摩多羅闡眾篇於同道，開一色為恒沙。其為觀也，明起不以生，滅不以盡，雖往復無際，而未始出於如。故曰：「色不離如，如不離色；色則是如，如則是色。」佛大先以為澄源引流，固宜有漸，是以始自二道，開甘露門；釋四義以反迷，啟歸塗以領會。分別陰界，導以正觀；暢散緣起，使優劣自辯。然後令原始反終，妙尋其極。其極非盡，亦非所盡，乃曰無盡，入于如來無盡法門。非夫道冠三乘，智通十地，孰能洞玄根於法身，歸宗一於無相，靜無遺照，動不離寂者哉！

庾伽遮羅浮迷，譯言修行道地。

修行方便道安那般那念退分第一

前禮牟尼尊，	熾然煩惱滅，
流轉退住者，	度以升進道。
修行微妙法，	能離退住過；

亦滅一切惡， 成就諸功德。

佛世尊善知法相，得如實智慧，滅煩惱盛火，出熾然之宅，乘諸波羅蜜船，度無量苦海。以本願大悲力，故不捨眾生，為諸修行，說未曾有法，度諸未度，令得安隱，謂二甘露門。各有二道：一、方便道，二曰、勝道。清淨具足，甚深微妙，能令一切諸修行者出三退法，遠離住縛，增益升進，成就決定，盡生死苦，究竟解脫，兼除眾生久遠癡冥。

佛滅度後，尊者大迦葉、尊者阿難、尊者末田地、尊者舍那婆斯、尊者優波崛、尊者婆須蜜、尊者僧伽羅叉、尊者達摩多羅，乃至尊者不若蜜多羅，諸持法者，以此慧燈，次第傳授，我今如其所聞而說是義。

我今如所聞，	演說修行地，
方便勝究竟，	如其修所生。
修行於善法，	先當知四種：
退滅住升進，	決定諸功德。
修行退滅時，	令住法不生，
亦不能升進，	是今當略說。
先當起等意，	習行慈心觀，
須臾止瞋恚，	令暫息不行。
煩惱暫止息，	次當淨尸羅，
尸羅既清淨，	三昧於中起。
三昧已修起，	觀察應不應？
善知應不應，	修向所應作。
既向所應作，	專念繫心處，
已能樂彼處，	正觀依風相。
正觀依風時，	其心猶馳亂，
止心在入息(安般者二種：一見，二觸鈍根不見)，	

如繫調御馬。
思惟正憶念，
柔軟龜澁滑。
隨順善調適。
是說修行退。
數二以為一，
是說修行退。
更數從初起；
遠離諸過行。
或有異修起，
是說修行退。
心據生惑亂，
是說修行退。
衝擊於鼻面，
內或絞風起；
而彼不知治，
其心生憤亂。
依風極違諍。
而不善方便，
是必疾退減。
而反緣出息；
而反緣入息。
是應修行果。
而復更求數，
是皆修行退。
則令念錯亂；
修行心發狂。

心既止入息，
冷暖與輕重，
修行諦覺知，
於觸復不了，
數一以為二，
至九猶錯亂，
若於修行退，
十數滿足者，
不修與過修，
有此諸過生，
修行若俱數，
惑亂若增長，
氣息不通流，
頭頂悉苦痛，
息亂失其道，
身體極燒熱，
四種既錯亂，
修行欲令息，
不知對治法，
修行緣入息，
修行緣出息，
於二心俱淨，
寂止定意生，
有此諸過謬，
急喘而安般，
由是錯亂念，
其心發狂故，

不知應不應，	於二無分別，	
是說修行退。	修行數已成，	
息去亦隨去；	去已處處住，	
於彼善觀察。	既觀令息還，	
還已起清淨。	不善知六種，	
是說修行退。	長短悉分別，	
遍身盡覺知，	身行漸休息，	
一切應決了。	於此不善知，	
是令修行退(身念處四勝竟)。		知喜亦知樂，
勤方便意行；	當復制心行，	
令不至掉亂(受念處四勝竟)。		次分別知心，
修行正觀察；	又生欣悅心，	
還復攝令定。	非是不定心，	
定已心解脫(心念處四勝竟)。		善修解脫者，
不令心退沒；	若入退減分，	
則無有解脫。	觀察無常斷，	
離欲與滅盡，	出息入息滅，	
是名修行勝(此四相似法念處)。		如是十六行，
自在心迴轉。	覺觸之所獲，	
見得亦復然。	若於見與觸，	
不善識分際；	是過應當知，	
無智令修退。	修行上增進，	
不應緣於下；	緣下亦如是，	
不應上增進。	若見二增進，	
心住而等觀，	任之則自成，	
還到修行處。		

方便道安般念退分第一竟。

修行勝道退分第二

勝念已成就，	懈怠竟沈沒，
是則為退像，	無堪於所求。
不染污無記，	起諸煩惱退，
垢濁熱炎生，	由是失正見。
振掉或關鑰(以灼反)，浮飄龜澁滑，	
是五退減相，	修行應分別。
望遠絕所憙，	有見已墜落，
還顧覩深嶮，	是皆退減相。
長病誦止諍，	多業遠遊行，
彼時解脫種，	是五退減因。
信戒聞捨慧，	於是漸衰退。
身重與昏鈍，	耽睡及沈沒，
是五應當知，	修行退轉相。
恐怯多猶豫，	驚畏不欣樂，
懈怠離所欲，	不迴向修行。
不習、過修習，	是二俱為失，
彼時解脫種，	於是修行退。
三昧離相樂，	爾炎皆消盡；
龜澁四大種，	還從身內起。
掉動失正念，	由是意憤亂，
其心不恬靜，	斯從行者生。
一切諸瑞相，	不顯現分明，
修行如是觀，	欲見為甚難。
諸根悉馳縱，	隨欲向所緣；
邪意普流散，	樂著諸境界。

形消意愁慘，	其身皆燒然；
如是燒然者，	是說為憂退。
方便不精勤，	後則生悔恨；
聞所應成就，	欲進劣無能。
不趣喜勝處，	或見勝不取，
皆由無智故，	是說修行退。
自念有越戒，	疑悔及諸覺，
意淡無滋味，	是說修行退。
諸過定意羸，	三昧漸消滅，
心亂蓋所覆，	是說修行退。
心舉調順捨，	不觀時非時，
不了住起緣，	無智故修退。
不知六時行，	六界亦不善，
亦愚六巧便，	是說修行退。
貪欲瞋恚覺，	十想巧方便，
得向諸禪地，	及法心妄解，
一切次第度，	無知故修退。
不觀處非處，	業報及正受，
禪定諸解脫，	淨味愚不了；
諸根到處道，	性欲不分別，
心隨眾雜相，	是悉無知退。
於苦樂速道，	其心不趣向，
如是意迷惑，	必向退轉處。
起住與起緣，	入出及方便，
六法不成就，	是令修行退。
知法亦知義，	知時亦知量，
自知與知眾，	及知福伽羅，

於七愚不了，	是令修行退。
興起諸惡法，	習行卑賤業，
親近不善友，	令是修行退。
錯說違所應，	受者心樂向，
當知是不久，	必於修行退。
所止處及人，	床臥等眾具，
斯皆非所樂，	近令修行退。
喜隨諸雜相，	損減所修慧；
棄捨所緣處，	心不得真實。
修行捨本相，	散心隨外緣，
雖欲還彼處，	意眾不復樂，
遂失長養分，	其心不一定。
身無復滋潤，	悅樂亦不生；
所依不可樂，	身意俱錯亂；
三昧不復起，	其心永不住；
如是不住心，	必於修行退。
愛見慢增禪，	於緣心味著，
有此累念生，	是說修行退。
身如利刺害，	或復極振掉，
舉體皆煩壯，	如蛇毒充滿，
有此三過惡，	必於修行退。
得未得服行，	他務意不閑，
習近三退法，	是說修行退。
業與煩惱報，	說是三障閼，
亦有解脫障，	是令修行退。
方便想惡行，	三摩提行地，
於彼不觀察，	是令修行退。

方便想諸地，	三昧行及餘，
所聞隨惴望，	則於發趣退。
生時作滅想，	滅時作生想，
二想俱當失，	是則修行退。
若於住法中，	而作生滅想，
興此諸顛倒，	是說修行退。
入時作出想，	出時作入想，
二俱作住想，	是說為顛倒。
欲斷煩惱得，	修行正方便，
由彼得力故，	相似諸相生。
相似相既生，	修行心隨轉，
煩惱即時起，	是說修行退。
退過諸駛水，	漂浪修行者，
隨我力所能，	少量退法海。
無量餘退過，	是深非所惻；
諸深明智者，	自當廣稱說。

勝道中退分竟。

修行方便道安般念住分第三

如我力所能，	演說退過已，
今當說住過，	修行者善聽！
若於入出息，	無見亦無覺，
不解方便求，	是則初門住。
聞慧既已生，	應起思慧念；
不善解次第，	愚癡住所縛。
若數已成就，	息去應隨去；
不知隨順法，	是說修行住。

如佛問比丘：「誰習安般念？」
有一比丘答：「是念我修習。」
「汝有安般念，不言汝無有，
復更有勝妙，牟尼說當修，
方便道安般。」

念住分第三竟。

修行勝道住分第四

勝道修正觀，	相行念已成；
不善升進法，	是則住所縛。
愛著所緣境，	進業心懈怠，
由是縛所縛，	不能至勝處。
或有不可動，	非軟亦非堅；
或強極牢密，	亦如金剛像；
有此五障閼，	不進亦不退，
是則住縛相，	遠離升進道。
亂光及黑闇，	忍自身不現；
譬燃濁油光，	亦如翳目視。
光明不顯發，	背捨諸喜樂，
寂止息樂分，	彼終不復生。
猶如堅實物，	而有濡相現；
或時修行者，	住相亦復然。
相非隨所欲，	而起隨欲想；
雖欲令隨意，	終不從所樂。
謂相非所留，	而欲強制持，
如是違反念，	則為住所縛。
是想已成就，	當知非所制。

住彼去留相，	能到最勝處。
欲令涌作沒，	或欲高為下，
於去欲使來，	於住不欲住，
滅時欲不滅，	終不如所欲。
修行住生滅，	所行常轉進，
諸法相已成，	終不捨自相，
若不捨自相，	自相則顯現。
薄皮覆不淨，	令不見身穢，
威儀及眾具，	利樂翳身苦。
相似次第生，	前後續無間，
隱蔽非常相，	令不見身變，
施作服用受，	攝持吾我相。
能憶念本事，	隱身非我觀，
是諸相似相，	修行不分別。
於彼起愛樂，	而生功德相，
染著妄想生，	不復樂升進。
不能取勝法，	住過日增長；
非我相似相，	此等不迴轉；
如是不迴轉，	行者癡惑生。
無智住所縛，	繫著於彼處，
樂著生諸過，	是相今當說。
爾炎漸損壞，	分離及交亂，
破散叵和合，	是則住相縛。
於身不巧便，	自生分離想；
交亂或塵碎，	是為住所縛。
守常無異想，	眾色不次生；
種種眾妙想，	亦不次第起。

流出而不住，	其身漸消滅；
相或來復去，	修行不增長。
寂止既不生，	於身無長養；
心不起悅樂，	是說不淨捨。
彼不清淨捨，	所見不鮮白，
亦不能升進，	亦復不退轉。
如戲沙門像，	少時生悅樂。
譬如借衣服，	亦如夢所見。
為命不清淨，	諂曲及餘惡，
聚落知識所，	自顯其功德。
覆藏諸過惡，	犯罪不發露；
及餘一切縛，	垢污修行者。
髣髴有事相，	而便起實想；
未熟謂為熟，	未滅想已滅；
方便不等滿，	而欲求升進；
如部含穢苗，	是則住所縛。
業始無方便，	相現堅守持，
過進心矜舉，	如是住所縛。
或有修行者，	而起斷常見；
是見令心亂，	則為縛所縛。
或有修行者，	身身細微觀；
彼為住所縛，	厭心不增長。
厭心不增進，	不能離貪欲；
若不離貪欲，	何從有解脫？
解脫不成就，	終不得漏盡；
不斷諸漏者，	則無實智慧。
於彼身念處，	住相已分別，

受心法念處，	如是應廣說。
修行心不悅，	彼喜亦不生；
身無寂止樂，	當知是住相。
修行所受獲，	信戒聞捨慧；
常守其少分，	是則為住相。
有住縛比丘，	往到阿難所，
迷於所住相，	是今當略說。
得無相三昧，	六年住所縛，
樂欲聞所說，	常隨逐阿難。
不能進所業，	亦復不退轉，
住於住境界，	不得解脫道。
不來亦不去，	解脫已而住，
住已復解脫，	解脫已還縛。
或有修行者，	住在不退地，
微細煩惱起，	而不能覺知，
不覺煩惱故，	不能到勝處。
於地無分別，	亦無有退過，
地諸過不起，	如是止於住；
或於住分中，	而失眾妙相。
眾妙相雖滅，	意猶順彼地；
意順彼地時，	餘分樂相生。
已有少樂故，	心依寂止住，
因其寂止心，	自謂作已作。
安止不具足，	不得具足果；
無智翳心目，	而自謂為智。
修行無智障，	不覺所應用；
覺所應用者，	於地能究竟。

彼住共地中，	種種垢所污，
若使修行者，	成就不共地，
如是知過患，	彼終不為縛。
不識煩惱過，	愚癡無實智；
於禪覺吉安，	猶如象繫樹。
修行觀爾炎，	莫知所起處；
從其所依出，	而自不能知。
不涌亦不沒，	不見相所起；
亦不知滅處，	過亦無過是。
所說諸障礙，	皆是堅住相，
謂不由彼住，	斯非明智說。
興造諸過患，	若干因緣縛；
能用諸對治，	眾妙復顯說。
所尊不恭敬，	亦不捨憍慢；
自隱覆其過，	不向明者說。
我年既衰老，	已為眾所棄，
或能失利養，	令我生苦惱。
心常懷憂畏，	深慮長歎息；
我後當死時，	將欲作何計？
隱過心憂惱，	愚惑作所縛；
橫自生罪累，	失大功德海。
味著現法樂，	貪餐黠無慧，
棄捨後世果，	興此諸過惡。
如是諸住縛，	所起各各異；
修行無怯劣，	能治所應治。
怯劣無方便，	自謂無由進；
是則甚難拔，	如象溺深泥。

如是甚難拔，	懈怠心所欺；
長夜沒住泥，	熱迫而趣死。
業行煩惱報，	為此三障覆；
無智無勢起，	永為住所沒。
久遠積癡冥，	業行諸煩惱，
繫縛斯等類，	迷亂不自在。
習近諸過惡，	遠離善功德，
令其意勿擾，	如箭旋虛空。
蛇毒盛充滿，	蝮蠍惡龍處，
巨海深無底，	無澤大火聚；
盲人近彼遊，	闇往而不見，
修行住所縛，	其過亦如是。
住過多無量，	升進德亦然；
如海無涯底，	是深不可量。
世間無知障，	真實慧為燈；
持燈無放逸，	彼明終不滅。
善說住分過，	縛諸無黠者；
決定知境界，	究竟非我分。
種種過所縛，	是縛非一相；
當知業眾緣，	唯佛能覺了。

修行方便道升進分第五

比丘安般念，	功德住升進，
能令智慧增，	我今次第說。
功德住已進，	進復功德住，
是故說修行，	功德住升進。
修行於鼻端，	繫心令堅住，

專念諦思惟，	正觀依風相。
入息與出息，	繫心隨憶念；
憶念若不忘，	是初功德住。
彼功德住已，	復起方便求，
更求功德時，	住則生升進。
升進等起時，	亦生功德住，
是名住已進，	進已功德住。
善解安般相，	功德及諸過，
息輕重冷暖，	軟麤與澁滑。
阿那攝般那，	是攝持諸根，
於彼所緣境，	攝之令寂止；
外散心數法，	攝還義亦然，
持風來入內，	是故說阿那，
心轉於所緣，	止令不復轉，
心於所緣起，	亦復制令滅。
修行觀若增，	制之令從止；
修行若止增，	起之令從觀。
見增則以觸，	觸增則以見，
得證與智證，	二增俱相攝。
修行緣不寂，	意寂止攝來，
身中清涼起，	滅除諸熱惱。
掉踊不靜心，	攝之令寂止，
勤方便迴轉，	其身悉充滿。
長養四大種，	當知從息起；
是種復增益，	行者報四大。
阿那力能起，	寂止善法分；
我所大惡刺，	亦能拔令出。

息短而漸滅，
是故佛世尊，
復次般那相，
毛孔諸竅處，
前出名般那，
修行出息時，
心心法俱順，
出息歸於滅，
正受及命終，
修行出息滅，
滅盡三摩提，
般那既已滅，
阿那時惛望，
我觀彼死者，
彼息更生者，
毒淤涅槃蛇，
出息能攝意，
猶如制象鉤，
捨除顛倒想，
離自在及常，
本無所從來，
去來不可得，
慧智明見此，
出息無作者，
出息已過去，
命斷諸息滅，
安般諸功德，

修行心安靜，
說名為阿那。
是今當略說。
先淨治息道，
始由入風起。
諸根隨所緣，
是亦說般那。
乃入根本地；
斯由捨出息。
次第阿那生，
第四禪亦然。
次第阿那生，
說阿世婆娑。
定無有是相；
觀有如是相，
此相似境界。
不令隨所緣；
名波世婆娑(出息有攝心義)。
成就真實想，
唯為空行聚。
去亦無所至；
亦不須與住。
離諸知作者；
見則墮顛倒。
彼則不可見；
過去亦復然。
出息與入息，

眾物及字義，我已略說竟。
是種增故說，未曾相離用，
若為覺想亂，當習安般念。
已能應於數，則除內貪著；
於數若隨順，是則離不順。
志在無亂境，能攝諸亂想，
先數從一起，如是乃至十。
修行順此數，便得功德住，
已得功德住，則能求升進，
滅一切亂覺，佛說增上故(數門竟)。
數能滅一切，覺佛但言滅；
一切不死者，以增上故也。
內外出入息，去則心影隨，
決定善觀察，順是趣涅槃。
修行出入息，隨到所起處(出入息所起處同在臍)，
如是知升進，能離外貪著(隨門竟)。
安止極風處(極上下風際)，
三摩提等起，三昧既已起，
便得功德住(止門竟)。修行正住已，
種種觀察風，先觀於本處，
謂風所從起。此處為云那，
為一為二耶？冷暖悉觀察，
八種如前說。為總觀諸大？
唯在一種耶？觀時悉俱有，
以一增上說。修行觀風大，
造色從彼生，唯心與心法，
依彼造色起，非彼造色已，

而復有種大。

諸有入出息，
報風及長養，
或說入在前，
或說出在前，
皆有因緣故，
如其真實義，
於臍處所起，

外)；

由此風義故，
毛孔已開淨，
如人初生時，
息風最先出，
息風諸種大，
當知彼非受，
以彼修行者，
是故出入息，
識命若斷時，
是則眾生數，
息則是身行，
亦名根本依，
是息既已滅，
以能持命根，
阿那般那念，
雖曰正思惟，
一切所修觀，
於觀有差別，

是風名依種，
是為三種風。
出者在於後；
入者在於後，
彼作如是說。
慧者乃決定。

淨治毛孔道(此報風開毛孔故名出，非出

彼說出在前。
入者則在前；
阿那入故起。
是故說波那(此是真實義)；
割截不生苦。
謂受則不然。
不患諸斷逼；
於身復非受。
息則不迴轉；
必由命根起。
世尊之所說；
眾生所由轉。
命則無所依；
故說眾生數。
緣風為境界；
而非真實行。
彼悉緣風起；
次第今當說。

阿那般那念，	分別有三種：
所謂從聞起，	思慧與修慧。
於是安般念，	比丘聞慧生，
一切時悉受，	名字為境界。
境界出入息，	正念思慧生；
當知彼緣名，	時或復緣義。
阿那般那念，	所起修禪慧，
悉已捨名觀，	唯緣諸法義。
當知近境界，	無有種種異，
亦非相續緣，	說是等智行。
謂是安般念，	無癡智慧性；
亦名為捨性，	是則佛所說。
當知是慧性、	捨根共俱生。
若使是捨性，	則與餘共起。
欲色二有繫，	無色無身依。
非彼最後禪，	身密無息故。
或謂根本地，	亦復是眷屬。
說言唯眷屬，	非是根本地。
欲使彼捨性，	在於根本地；
阿那般那念，	應當在八地。
所言唯眷屬，	如是說捨根，
知彼安般念，	唯在於五地。
此定在五地，	依是處迴轉；
欲中間未至，	及後二眷屬，
最上頂四禪。	彼雖有捨根，
無有於彼身，	淨治毛孔道。
第四及眷屬，	彼中說二種：

報生與長養，
出息與入息，
以身極厚密，
佛說出入息，
亦言咽喉處，
是彼方便故，
出息與入息，
修行觀出息，
已極風境界，
云何我是心？
或復更於上，
或即於彼住，
修行如是觀，
修行極風際，
當知如是心，
於上觀察已，
觀察所應已，
若彼觀風心，
是說修行者，
如人遊聚落，
修行如是觀，
已捨入息念，
亦捨出息念，
於數已究竟，
如是一切種，
觀察所應相，
種種眾事觀，
唯無有依風。
是風名為依；
無依說二種。
四禪正受刺；
明知有所說，
亦以禪義攝。
彼處定無有，
上際第四禪。
於彼正憶念：
於緣究竟未？
少進重觀察；
不作餘方便。
則能除疑惑。
是處善觀察，
則名除疑觀(觀門竟)。
依風還止住；
復起餘所修。
於還善決定；
迴轉巧方便。
所作訖已歸；
喜樂遂增長。
安處出息緣；
安處入息緣。
息去亦隨去。
亦名為迴轉。
相相而迴轉；
次第轉亦然。

善於迴轉者，	說此迴轉義，
當知是迴轉，	修行智慧處。
從彼方便起，	勝道現在前，
聞慧念已度，	次第思慧生。
已捨欲界行，	然後入修慧；
是悉名迴轉，	世尊之所說。
從彼未至地，	次第入初禪，
乃至第三禪，	其轉亦如是。
第四禪眷屬，	若彼有風者，
是亦應迴轉，	入於根本地。
從彼起巧便，	次第住起緣；
入出與優波，	此六悉迴轉。
捨共方便地，	共地現在前；
捨共方便地，	不共現在前；
捨不共方便，	不共現在前。
緣相方便地，	展轉究竟地，
是名上迴轉，	明智所稱說。

(聖人、凡夫共有法，名為共地。從緣至緣，名為轉諸相。諸方便、諸地次第轉，亦如是也。)

如我智方便，	已說迴轉義；
無垢清淨念，	今當次第說。
如令彼修行，	須臾抑止蓋，
是則為清淨，	不淨非所應。
若已成就數，	能捨內貪著，
此義應當知，	慧者觀清淨。
隨順已成就，	能捨外貪著，
如是正思惟，	智者念清淨。

比丘心已住，	不為亂所亂，
如是不動念，	修行智清淨。
若已於風際，	觀察離疑惑，
不復更求息，	是則為清淨。
念地悉已竟，	所依諸過惡，
不為則清淨，	是說須臾頃。
阿那般那念，	方便道所攝；
功德住升進，	是義我已說。

方便升進第五竟。

修行勝道升進分第六

功德住升進，	及餘方便攝，
修行一切地，	共地不共地。
功德住升進，	彼依勝道起，
種種相行義，	今當說善聽。

梯埽既已起(心住處名)，修行心愛樂；

如是愛樂心，	巧便功德住。
慧者善方便，	起意勤修行，
如其功德住，	是則巧方便。
將入微妙境，	勿隨流注想，
慧者攝心住，	如應善受持。
所住妙功德，	澄淨無垢濁，
具足無減少，	清淨安隱住。
淳一普鮮明，	凝定而不動；
是緣由感有，	時過復歸無。
色相次第起，	種種眾相生；
修行正思惟，	身心生喜樂。

於是功德住，	具足攝止觀；
既能起身樂，	心亦正安隱。
自地亦他地，	功德住升進，
是今當略說，	修行應分別。
修行三摩提，	巧便隨順念；
智者開慧眼，	說名為功德。
心足處安立，	說名功德住；
聖道修對治，	說名功德進。
對治諸聖行，	功德住升進；
隨地過惡心，	所起悉能除。
修行勤精進，	功德利增廣，
信戒聞捨慧，	無貪恚癡根，
欲精進慚愧，	除喜不放逸，
悅樂念定捨，	正智餘善法，
如是一切種，	自地離諸垢。
其功德住立，	即隨地對治，
是由精進力，	助善長養心。
何於彼地中，	種數不攝受；
功德住升進，	自地以廣說。
自地善根力，	他地功德生，
修行最勝義，	此相今略說。
自地既增上，	餘勝淨法生；
當知是功德，	他地而升進。
無量行方便，	一切諸度法，
種種對治相，	他地功德起。
謂於初念處，	三念兼已修；
煖來及頂忍，	世間第一法。

見道思惟道，	無學道亦修；
諸禪與神通，	無量無色定。
正法道品分，	究竟漏盡智；
背捨一切入，	妙願智清淨。
身念善根力，	乃起是諸法；
微妙功德相，	一切隨順生。
若住繫心處，	是則自地相；
其相起在身，	亦現亦復觸。
有時說近果，	有時說非近；
或復有與果，	或空無所與。
所謂近果者，	是相近邊住；
若彼果不近，	當知是相遠。
若使現而觸，	是即與果相；
雖現而不觸，	空相無功德。
譬猶無果樹，	華繁而無實。
如人冷渴逼，	遠見有水火；
彼終不起觸，	但見相亦然。
空無功德故，	於身無快樂；
喜悅極增長，	息樂及寂止，
身心受斯樂，	是說與果相。
功德及餘法，	自地與他地，
升進相迴轉，	四種俱亦然。
一切升進相，	殊妙種種印，
蓮花眾寶樹、	摩麗諸器服、
光炎極顯炤，	無量莊嚴具。
慧說為勝道，	功德住升進，
所起諸妙相，	我今當具說。

修行者諦聽！	於上曼荼邏，
淳一起眾相，	流光參然下，
清淨如頗梨；	其光充四體，
令身極柔軟，	又復從身出。
漸漸稍流下，	隨其善根力，
遠近無定相。	彼成曼荼邏，
勢極還本處。	根本種性中，
其相三階起。	功德住五相，
功德進五相。	不壞功德二，
半壞功德二，	盡壞功德一。
復還繫心處，	住本種性已。

流散遍十方(十相生)，功德十相上(十相各生十相)，

各復一相現，	又於流散邊，
生諸深妙相；	於彼深妙際，
復生深妙相。	上下輪諸相，
亦復如是現。	於彼三階處，
種種雜相生，	自相各已滅，
唯彼總相住。	諸雜既已無，
寂靜行迴轉，	此三曼荼邏，
境分猶不移。	順本功德住，
自體如前說。	入息三摩提，
遍充滿下方；	出息三摩提，
遍充滿上方。	二俱滿十方，
正受妙甚深，	如是隨意者，
是謂法自在。	清淨繫心處，
無法而不求，	既生有長養，
成就諸功德，	如天曼陀樹，

曼陀池生長。 功德住升進，
種種眾妙相， 是義我已說，
修行善守持。

勝道升進第六竟。

修行方便道安般念決定分第七

已說升進法，	所攝諸功德；
修行決定分，	是今次第說。
善於出息念，	入息俱亦然。
出入諦思惟，	分別具明了；
此則決定分，	世尊之所說。
一切諸善根，	各各盡自相，
最勝無上智，	說名為決定。
彼諸修行者，	安住決定分，
出息入息時，	正觀無常相。
息法次第生，	展轉更相因；
乃至眾緣合，	起時不暫停。
當知和合法，	是性速朽滅；
法從因緣起，	性羸故無常。
一切眾緣力，	是法乃得生；
虛妄無堅固，	速起而速滅。
非常毒所毒，	其性不久住，
修行如是觀，	此則決定念。
譬如運行天，	息變疾於彼；
決定無常想，	修行趣涅槃。
非出息未滅，	而有入息生；
非入息未滅，	而有出息生；

如是諦觀察，	修行決定分。
麤澁利刺生，	種種苦逼相；
謂息出與入，	一切時迫切。
於息能覺了，	具足眾苦相；
如是諦思惟，	說名為決定。
自相無堅固，	寂滅空無我；
因緣力所起，	從緣起故滅。
捨利有我相，	常住不變易；
如是顛倒行，	一切悉遠離；
唯作真實觀，	是名為決定。
非我無牢固，	亦無有自在；
非彼出入息，	曾有覺知相；
諦知無我故，	是說為決定。
當知是智相，	相似聖行名；
此則為方便，	非彼真實行。
比丘安般念，	雜想覺所亂；
既亂心不悅，	應當從數起。
或從入息數，	或從出息數，
思亂覺觀想，	由是究竟離。
慧者於入息，	繫心行數時，
一入數為一，	不雜數出息，
專念不亂數，	如是乃至十。
捨彼十出息，	從此得決定；
此則說具足，	成就根本數。
更有餘數法，	修行方便起。
若於根本數，	不能起決定，
促息使易覺，	方便令心生。

當捨二出息，	然後數入一；
定意心不亂，	第二數成就。
若於二方便，	猶不起決定，
乃至越十出，	然後數入一。
正念心不亂，	次第至具足，
是說修行者，	十種數成就。
如上十種法，	是則數究竟；
於上更復捨，	增數非修行。
修行如是數，	是則數法成；
成已應當捨，	復進餘方便。
修行於數法，	若復不成就，
應更如前說，	還從初數起。
方便成數法，	便得決定分；
數法已成就，	慧者心隨順。
六種如前說，	修行正方便，
修行於六種，	疾生厭離想，
不樂著生死，	勤憂斷煩惱。
修行心遠離，	一切有為法，
當知是離欲，	清淨決定分。
或說長在前，	或說短在前，
如其決定義，	今當次第說。
謂出息始起，	說言短在前，
是說非所應，	勢漸增進故。
息去漸久遠，	乃至未還間，
當知盡是長，	謂短則不然。
出息漸增長，	未到究竟處，
是中所觀察，	說名長中短。

一心勤方便，	專念正思惟，
增長至究竟，	說名長中長。
觀已風迴轉，	捨離餘求想，
然後得決定，	此則短中長。
入息極短時，	還到所起處，
於是所觀察，	說名短中短。
如是正思惟，	修行善明了，
已得決定分，	復進餘方便。
滿身遍覺知，	出入身行息，
修行如是覺，	則為決定分。
譬如火熾然，	光炎則長遠；
薪盡火將滅，	光炎還漸短；
若更增益薪，	光炎普周遍；
勢盡乃歸滅；	四種風亦然。
或說於長短，	內外互立名；
或二俱長短，	如是種種說。
如彼汲深井，	瓶下轉就遠；
既攝令還上，	訖至復之短。
譬如仰射空，	矢發疾無閼，
其去漸高遠，	勢極還自下。
修行正思惟，	觀察依風相，
初遠然後近，	長短義亦然。
猶如牽旋輪，	屈伸互往來，
往遠名為長，	來近則為短；
息風迭出入，	長短亦復然。
譬彼真諦觀，	先苦而後集；
觀息亦如是，	先長然後短。

若初禪息短，	第二禪息長，
以違正受義，	是說則不然。
於彼初禪中，	息風勢極遠；
第二禪息短，	正受漸差別；
滿身遍覺知，	則依第三禪；
最後身行息，	以離毛孔故。
此說諸三昧，	隨順功德相，
修行安住彼，	不為覺想亂。
何故初禪中，	唯說長無短？
不捨諸所依，	由是故息長。
彼以覺想力，	能令息去長；
第二捨諸依，	勢羸故息短。
甚深修多羅，	佛說山頂泉，
涓流勢不遠，	餘處無來故。
如彼山頂喻，	第二依亦然，
唯從其處起，	是終不能遠。
彼說健士夫，	負重而上山，
竭力令氣奔，	息風急迴轉，
既到安隱處，	其息乃調適；
是喻說彼息，	前短而後長。
所說健士夫，	負重而上山，
以身力方便，	是乃令息長。
如彼劣方便，	不自力負重；
以無力方便，	息微故不遠。
譬如壯夫射，	能令箭極遠；
劣力無方便，	勢弱去則近。
此喻應當知，	是說長短義。

修行細微覺，	一切諦明了，
如是十六分，	悉名為決定。
如方便升進，	分別功德住，
決定安般念，	亦應如是說。
如彼所未說，	諸餘功德住；
是故我當說，	如其決定分。
觀察風所起，	根本極清淨；
修行微妙相，	則於是處現。
於彼究竟處，	摩尼寶三昧；
當知此功德，	方便根本生。
已說妙方便，	根本決定分，
餘深正受相，	一切如前說。

方便決定分竟。

修行方便勝道決定分第八

已說方便道，	所攝決定分；
勝道決定相，	是今我當說。
修行善決定，	繫心處堅固(謂爾炎也)；
身受與心法，	於是正觀察。
說有六種因，	是能成就果，
成壞各三種(成熟熟亦壞也)，	
修行決定相。	於是六種因，
方便善觀察；	是則能次第，
疾得諸漏盡。	復更有餘因，
種種成壞事；	如是多無量，
我今當略說。	何等為修行？
水種所壞相，	謂七日死屍，

毀變相已現。 彼彼諸死屍，
青黑瘀爛壞； 已壞膿血流，
惡汁相澆漫； 潰漏若分離，
雜惡極臭穢。 是悉水所壞，
內身俱亦然， 乃至劫成敗，
斯由水大力。 水輪極沸湧，
大地皆熾壞； 從彼三禪際，
周匝水來下； 洪注極漂蕩，
有物皆消盡。 一切情識類，
百穀及叢林， 土地地所生，
悉為水所壞。 眾生水所壞，
是皆依宿業， 如上水災相，
無垢決定說。 此諸一切種，
皆從三昧地， 修行果所起，
當知是決定。 修行善繫心，
安住三摩提， 是能於所緣，
明見彼種相。 此地熟時熟，

(亦義言壞，此地能壞煩惱時見壞相。)

充滿境界海。 修行所見壞，
水大決定相， 火大所壞相，
今當說善聽。 識類非識類，
斯亦如上說。 及自現火然，
一切皆消盡； 乃至劫成敗，
世界悉灰滅。 於彼火輪處，
熾炎大火起； 亦從二禪際，
彌滿悉雨火。 盛火普周遍，
世界俱洞然； 於彼三昧地，

正觀思惟起。
火壞決定相，
風大所壞相，
如上諸種類，
大地及須彌，
一切盡磨滅，
上際第四禪，
災風從彼起，
一切風所壞，
如是正思惟，
云何彼修行，
於前見苦法，
八苦大地獄，
彼彼眾苦類，
眾生生彼處，
我於此惡道，
如八大地獄，
其中無量苦，
設人有百頭，
欲說地獄苦，
如愚黠地經，
我悉能究竟，
輪迴苦毒海，
顛倒不善行，
自見宿命時，
修行憶本苦，
闇冥心增上，

修行見此變，

今當次第說，
悉為風所壞。
分散若粉塵，
是皆風大力。
下極風輪界，
其中皆散壞。
智者見真實；
風壞決定相。
常起深憂厭？
隨憶念不忘。
各增十六分，
無量邊地獄，
隨行受眾苦。
未離或牽來，
誰能盡稱說，
難可得邊際。
頭各有百舌，
窮劫不能盡。
唯佛善分別；
無有能測者。
往返無量劫，
致此大苦果。
是痛曾悉經；
便得順涅槃。
畜生不淨業，

受癡不愛果，	種種苦報身。
九萬九千種，	形類各別異。
空行水陸性，	蚊行蠕動類，
隨業各受生，	宛轉此劇處，
一切諸畜生，	展轉相殘食。
我以愚癡故，	悉增受此苦；
顧此而懷懼，	心與厭患俱。
修行深憂厭，	則於苦決定；
修行已如是，	方便生厭離。
又復自憶念：	餓鬼無量苦，
咽細如針孔，	巨身如沃焦，
於此無數劫，	飢渴極熱惱，
見天降甘雨，	欲飲成炭火。
如彼四大海，	深廣無崖底，
飲之令悉盡，	不能止飢渴。
裸形被長髮，	狀燒多羅樹，
於中甚久長，	受此種種苦。
業風飄東西，	吹身令碎折；
亦如狂飈起，	摧破久枯樹。
我積慳貪行，	不習惠施業，
故生餓鬼處，	受此諸苦痛。
三昧境界地，	修行思惟起，
種種別觀察，	便得不放逸。
雖未斷煩惱，	見此眾苦迫，
楚毒深憂懼，	極厭生死苦。
既厭能離欲，	如觀掌中寶；
貪欲既已離，	便速得解脫。

譬如香美食，	其中有蠱毒；
種種生死味，	雜苦亦如是。
亦如篋盛蛇，	有人負自隨；
若能覺棄捨，	不為毒所中。
身亦復如是，	四大為毒蛇；
智者能捨離，	不為彼所害。
如愚執火炬，	急持即自燒；
明人知時捨，	不為火所焚。
樂著生死者，	災炎常熾然；
若能覺捨離，	不為火所焚。
譬諸恐怖處，	亦如被燒舍，
蚺蛇毒噉shì聚，	生死畏過是。
譬猶空聚落，	又如彼虛器，
諸法空無我，	真實性亦然。
此三惡道中，	如是苦無量，
雖天有喜樂，	是亦為大苦。
譬彼盛火然，	貪愛熾如是，
久處在天上，	常為欲火焚。
自憶忉利天，	安處善法坐；
天女侍供養，	無量極快樂。
四園列寶樹，	花果妙莊嚴；
隨意五所欲，	一切曾悉受。
時乘白龍象，	遊觀諸浴池；
縱意林流間，	迴顧彌日夕。
食必須陀味，	飲則甘曼陀；
充實無疑患，	受樂如大海。
又處內勝堂，	天女進音樂，

妖艷極姿態，	光色曜心目；
妙音六萬種，	常聞美軟聲；
耳目隨彼轉，	令我心醉冥。
諸天發微歌，	聲與絃管諧，
偃臥聽音樂，	寤寐皆喜悅，
諸根迴五欲，	猶如旋火輪。
須彌山王頂，	安處快自在，
百一眾雜寶，	間錯莊嚴地；
諸天共娛樂，	經歷甚久長。
觸彼五境界，	發動五情根，
一切悉奇特，	皆是快樂因。
諸天共器食，	隨福有差別；
見此異色時，	心則生憂惱。
如是極愁慘，	猶如地獄苦。
食此不淨飯，	低頭內慚恥，
悔責本宿業，	令我致此苦。
諸天阿修羅，	自守貪彼利，
由是興爭怒，	畏死大恐懼。
或為天給使，	或復極貧窶，
我雖生天上，	無異惡道苦。
於彼恒樂處，	衰死二五相；
是相及命終，	爾時最大苦。
方欲恣所樂，	五衰忽然至；
若見是相時，	愁怖不自安。
天眼卒便瞬，	浴已水著身，
一切妙境界，	其心不喜樂。
千種樂自然，	加陵頻伽音；

今則寂無聲，
玉女悉捨去，
見已生熱惱，
唯有賢聖人，
解脫生死苦。
腋下流汗出，
見已大恐怖，
華冠常鮮嚴，
身體本光澤，
常所愛樂坐，
是五惡瑞現，
唯有見諦者，
我今說比丘，
諸天及天處，
明智修行者，
四寶須彌王，
修行慧眼淨，
又諸大鐵圍，
消壞非常相，
修行於天上，
復於人道中，
或時犯王法，
拷掠極楚毒，
親戚永別離，
設集著一處，
計我從本來，
白骨悉積聚，

當知七日死。
餘天共從事；
命終入地獄。
了達無常變，
凡夫為燒然，
衣服卒垢膩；
是則淨業盡；
而今忽萎熟；
一朝頓枯悴；
今惡不復樂；
當知死時至。
無此諸惡相，
於是增厭患(梵本中無此一偈)。
衰變不久住；
見斯無常變。
真金山圍遶，
見此悉融消。
周匝四天下，
行者見明了。
如是觀察已，
思惟正憶念。
斬截身手足，
我悉遍經歷。
悲戀為墮淚；
過於四大海。
人中所受生，
高廣喻須彌；

流迴三惡道，	楚毒無過者。
人天所受苦，	是亦多無量，
欲廣分別說，	窮劫不能盡。
三昧境界地，	思惟所生果，
觀察善明了，	修行深憂厭。
我雖捨家業，	不能成道果；
自謂為出家，	未出生死獄。
我雖棄恩愛，	名曰捨所生，
而不能免離，	癡愛業父母。
徒自為人子，	不從佛法生；
外假聖法衣，	力不離癡惑。
捨彼五欲利，	依止出家業，
而於佛法中，	不獲少功德。
雖捨內貪著，	而不得出要；
四念未成就，	何從得心樂？
剃髮毀形好，	而不捨憍慢，
空失欲味歡，	不得禪悅樂。
於五無間業，	未能定不起；
譬如無舟梁，	而欲越深水。
未入決定聚，	復無生天業，
無明覆心眼，	永沒生死淵。
應勤業所務，	無有無作果，
作者終不喪，	修行宜善思。
常受人信施，	侵彼肌體分；
謂我有功德，	自顧空無實。
由此利養心，	翳我善功德；
深思剋骨苦，	即時興厭離。

未脫諸惡趣，
不向平等路，
得生難得趣，
值佛興于世，
而不捨苦器，
拔刀五惡賊，
如是正觀時，
作是憂厭相，
身為不淨器，
譬如大地種，
身為隱覆聚，
聚沫撮摩法，
譬如毒蛇篋，
八萬蟲中舍，
是身為災宅，
種種苦不淨，
譬如故空舍，
坏器無堅固，
無量眾惡聚，
顛倒起貪著，
將復處胞胎，
不見真實法，
始受迦羅邏，
漸厚成肢節，
幽閉無日獄，
長養於行廁，
出胎受生苦，

顛倒見所縛，
牟尼一乘道。
諸根悉具足，
又得聞正法，
未渡貪欲海，
是亦未摧滅。
修行向解脫；
則便生決定。
三十六充滿；
生育眾雜類。
亦常假澡浴，
不久必當滅。
四大篋亦然，
常共競侵食。
四百四病惱；
一切內充滿。
亦如丘塚間，
說身亦復然。
虛妄非真實，
長夜嬰楚毒。
數數受生苦，
生死輪常轉。
次生泡肉段，
五種胞胎苦。
生熟藏所迫；
臭悶不淨苦。
輪轉老病死，

一切諸陰起，	三相所迫切。
觀色如聚沫，	受如水上泡，
想如春時炎，	眾行如芭蕉，
識種猶如幻，	虛妄無真實。
逼迫是苦相，	因緣是集相，
寂靜滅盡相，	出要是道相。
於此四聖諦，	修行漸觀察，
思惟十六行，	解脫生死苦。
略說一切法，	自相及共相，
明知決定義，	修行正觀察。
修行然慧燈，	正觀四真諦，
能斷惡趣分，	離諸受胎苦，
不復樂受身，	嬰世之苦惱。
捨除利養行，	獨處修遠離。
己能修厭離，	不味生天樂；
況復著人間，	忍受諸苦痛。
觀種如毒蛇，	陰為五怨賊；
自覺貪欲患，	長夜密侵害。
六根如空聚，	塵賊競來集，
於此內外入，	修行真實觀。
見愛如大河，	涅槃如彼岸；
修行慧眼淨，	觀法空無我。
如是知真實，	不樂處三有。
明見諸法者，	略說三成相，
及前說三壞，	方便勤修習，
次第相行義，	是今當更說。
一色種種觀，	一一四種因，

決定知因果，	究竟身念處。
受與心相應，	觀時惟自體，
因緣果無量，	其相同種性，
修行思惟起，	悉依所依現。
心猶不調馬，	如幻如猿猴，
無量因緣相，	一切現所依。
二陰空無我，	次合觀想色，
想合受與識，	行二亦如是。
次第想色受，	想色識亦然，
分別想受識，	行三同想說。
四五漸和合，	思惟壞自相，
總緣五盛陰，	七處三種觀。
悅樂廣境界，	還滅觀生滅，
一念見真實，	具足法念處。
正觀陰種相，	如化夢水月，
定慧轉增廣，	彼則煖法生。
其心極寂靜，	總見五陰相，
自身欲火燒，	三界盡熾然。
諸相三三昧，	正向解脫門，
初觀四聖諦，	真實十六行。
成就煖法已，	增進真實觀，
見佛身相好，	無量諸功德，
第一寂滅法，	清淨離煩惱。
聖眾功德海，	甚深無崖底，
種種微妙相，	現身及境界。
見已心歡喜，	頂法具足相。
增進生法忍，	五趣現境界。

惡道熾然滅，	遊息清涼處，
中住經生死，	最上唯一心。
先觀無量苦，	次見苦種生，
種轉增廣大，	漸見苦集滅，
滅已然後觀，	八聖平等道。
變滅無常相，	麤澁逼迫苦，
空寂無眾生，	不自在無我。
苦種是因緣，	眾緣合為集；
種生故說起，	興果名為緣。
苦集盡故滅，	滅靜說寂止；
清淨離三有，	覺說為妙出。
徑路是道相，	平直說正義；
進向謂之趣，	乘出故說乘。
四諦十六行，	具足真實觀，
忍法次第生，	世間第一法。
聖行正受地，	得是三決定，
見道思惟道，	次第漸究竟。
一切微妙相，	各各隨地起，
成就實智慧，	具足諸功德。
當知上所說，	修行決定分，
諸有明智者，	應作正方便，
信勤勿懈怠，	常起欲慚愧。
於諸梵行者，	常當愛恭敬；
自守修淨戒，	威儀令安諦。
假使得利養，	少欲知止足；
易滿亦易養，	適身知量食；
亦如人膏車，	不為貪味故。

曉了一切有，
思惟善觀察，
如彼重病人，
聞善知識說，
常以清淨心，
寂嘿少言說，
丘壑林樹間，
無事樂山巖，
樹下敷草葉，
修行內思惟，
專精求己利，
必能得升進，
修行勤方便，
我以少慧力，
如其究竟義，
所生悉過患；
三有如火然。
信受醫方療；
觀察諦思惟。
繫身莫放逸；
宴坐思實義。
閑居修遠離；
窟中露地坐，
如是清淨住，
勤習無休懈。
遠離退住過，
決定功德分，
具足諸善根。
略說諸法性，
十力智境界。◎

達摩多羅禪經卷上

達摩多羅禪經卷下

東晉三藏佛陀跋陀羅譯

◎修行方便道不淨觀退分第九

如我力所能，	已說安般念，
修行不淨觀，	次第應分別。
不淨方便觀，	思惟念退滅，
明智所知相，	是今我當說。
修行初方便，	自於身少分，
背淨開皮色，	觀其所起相。
雖暫壞皮色，	不力勤方便；
淨想還復生，	說名修行退。
不能起所應，	重令皮色壞；
淨想仍不除，	亦名修行退。
修行愛欲增，	應往至冢間，
取彼不淨相，	還來本處坐。
所見諸死屍，	我身亦復然；
一心內觀察，	如彼冢間相。
彼為我作證，	由是得真實，
已得真實相，	不復起邪想。
如是方便修，	慧眼猶不淨；
當知是顛倒，	無智癡冥聚。
若於足指緣，	闇亂心不住，
當於上繫念，	觀察求升進。
於上壞色處，	其心復馳亂；
當力勤精進，	方便離退過。
勿為煩惱染，	令不至解脫，

自勉勤方便，	疾得到涅槃。
自於身壞相，	繫念無分散，
日夜勤修習，	莫令煩惱起。
修行微妙想，	世尊之所說，
常能守護想，	是終不退減。
具足觀內身，	其念已堅固；
次應觀外緣，	漸習令增廣。
於外已周滿，	堅固三摩提，
當知是不久，	次第盡諸漏。
如王無器甲，	安足不堅固，
而欲禦怨敵，	必為彼所害。
修行於自身，	愚癡未決定，
而欲觀外緣，	是必於行退。
我已說比丘，	無黠故修退，
更有餘退過，	今當說善聽。
當知修行退，	沒在癡冥故，
或為盛煩惱，	業行所障蔽。
有人因色欲，	而起煩惱退，
於彼美艷色，	癡愛覆正念。
種種上衣服，	文彩發光澤，
瓔珞莊嚴具，	金銀眾妙寶，
於先俗所樂，	修行還顧戀，
因此動欲想，	當知是必退。
形相計端嚴，	處處著姿好；
一切身肢節，	妄想起貪欲；
身體諸肢節，	細滑柔軟觸；
憶此本所更，	欲火還復熾。

或泣或言笑，	歌舞相顧盼；
綵服貫珠環，	文繡莊嚴具；
來去若容止，	流轉行者心；
顧念是威儀，	欲起令退轉。
有人情欲深，	不專在四種，
愚癡增煩惱，	遇形起姪亂，
是則極惡欲，	疾令修行退。
由是諸愛欲，	迷亂失正念；
相與想明了，	是終不退轉。
諦自見內身，	次外善觀察，
境界廣增滿，	周匝見嶮岸，
不識究竟處，	修行疾退沒。
於身染愛著，	怖畏不能進；
修行生疑怖，	是必疾退滅。
若欲離疑怖，	於身修厭患，
厭患想已生，	其心猶馳亂；
當知修行者，	是必復還退。
已說諸修行，	不淨方便退；
若於勝道中，	退亦如前說。◎

方便不淨退分竟。

◎修行方便不淨觀住分第十

我已略分別，	不淨退滅分，
如其住過相，	今當次第說。
修行煩惱業，	增長內充滿，
不曉知度法，	愚癡縛令住。
自於身少分，	背淨壞皮色，

不知升進法，	煩惱增故住。
或有漸升進，	遍身見壞相，
不能求外緣，	樂觀內身住。
若於外境界，	修行心樂進，
欲去應隨去，	方便勿令住。
未見究竟處，	而便中路止，
癡冥住所縛，	猶如象繫樹。
骨想有堅相，	其體密無間，
不次行眾想，	亦不求升進。
又無厭離心，	亦不能決定，
修行雖成就，	不淨奇特道。
不能起勝想，	令其身柔軟；
若不柔軟身，	流覺則不生；
不能生流覺，	是說修行住。

不淨觀方便道住分竟。

修行方便道不淨觀升進分第十一

已說不淨觀，	方便道住過；
若於勝道中，	住應如前說；
今當次第說，	不淨升進法。
先總相思惟，	繫念不淨緣；
次住身少分，	正觀察自相。
自在及外緣，	二種說無量。
行者於內身，	自在三摩提，
勤習正方便，	周滿究竟處。
外緣無量者，	境界普周遍，
而於彼正受，	不能數自在。

又自觀內身，是亦說無量。
謂於自身處，種種眾多色，
筋連與肉段，其數各五百；
提賴與捷大，是皆有六種。
提賴似果，捷大似癰，盡在腹內。
三十六種物，三百二十骨；
節解九百分，九十千種脈；
宣氣通諸味，三萬六千道；
身中諸毛孔，九十九萬數；
身內侵食蟲，戶有八十千；
內血外精氣，是二共和合。
先得迦羅邏，身根與命根，
是身不淨起，出自迦羅邏。
結業之所起，愚惑生樂著；
二種重煩惱，愛恚癡冥心。
謂初受生時，興二顛倒想：
於內生愛欲，於外起瞋恚。
男有如是想，女則上相違。
不淨迦羅邏，迦羅邏起泡，
從泡生肉段，漸厚成支節，
出胎名嬰兒，轉次為童子，
如是漸增長，盛壯謂中年，
年逝形枯悴，朽耄日衰老，
識滅壽命終，身壞白骨現，
青毀節節離，消碎盡磨滅，
如是十五種，修行觀自相。
始從迦羅邏，次第衰老死；

七日漸毀變，
宿世曾修行，
出生至老死，
白骨青赤相，
骨瑣及羸朽，
彼諸修行者，
有從因觀察，
成就深妙慧，
觀察迦羅邏，
四大和合淨，
無量極微種，
當復更觀察，
日日漸變異，
無復有來去，
容止悉已滅，
死屍漸漸異，
青等諸不淨，
臃脹膿爛潰，
種種諸蟲出，
觀察本所著，
離散在處處，
乃至灰滅盡。
先從迦羅邏；
次第諦觀察。
肢節皆離散，
腐壞盡磨滅。
思惟不淨念，
或果方便學；
能了是相義。
乃至一切分，
造色五情根。
一切從彼起；
死後次第相。
乃至於七日，
視瞻笑語言，
捨離威儀姿。
其色日毀變；
如是次第現。
流漫極臭處，
見已離色欲。
已壞食不盡；
能滅全具欲。

上言端正非其本，亦應言全具。

自見枯朽骨，
久故極龜澁，
腐碎若塵塵，
成就如是相，
五欲亦五壞，
無復滋潤相，
能離細滑欲；
磨滅無所有。
遠離有形欲(有形不必患是眾生)；
隨病而對治，

相對真實相，
色變若離散，
羸朽及磨碎，
此則自身中，
修行正憶念，
已說二無量，
修行不自在，
於是不淨念，
正觀開慧眼，
作想有二種，
俱開解思惟，
第三性無垢，
不想不開解，
起身寂止樂，
心亦寂靜樂，
滋潤身柔軟，
二俱不柔軟，
彼二不寂靜，
是說色有中，
不淨觀一智，
根本及未至，
依住一界身，
化生既命終，
身淨無餘穢，
唯觀彼生滅，
胞胎所生身，
於身起淨想，
修行正觀察。
威儀容止滅，
是名五種壞。
無量諸境界；
悉能得自在。
自在及境界；
亦已分別說。
聞思與修慧，
是說有三種。
時復不想住；
或時非開解(解即開也)。
離垢清淨住；
是慧修禪起。
餘二則不能；
是名為修慧。
此則寂靜相；
當知非寂靜。
一則安隱住；
修禪所起慧。
依止十地起；
亦說欲中間。
境界於欲色；
即滅無不淨。
不能起厭患，
變易無常相。
則有死屍形；
不淨觀對治。

不求止貪欲，	思惟習厭患；
更有淨對治，	不作厭患想。
方便淨解脫，	智者開慧眼，
謂於不淨緣，	白骨流光出。
從是次第起，	青色妙寶樹，
黃赤若鮮白，	枝葉花亦然。
上服珠瓔珞，	種種微妙色，
是則名修行，	淨解方便相。
於彼不淨身，	處處莊嚴現，
階級次第上，	三昧然慧燈。
從彼一身出，	高廣普周遍，
一切餘身起，	莊嚴亦如是。
此則淨解脫，	方便不淨觀，
若能須臾頃，	修習此勝觀，
是則順佛教，	堪受一切施，
世尊所稱歎，	三界良福田。
說餘一切相，	功德亦復然，
白骨青瘀想，	成就心厭離；
因是不淨念，	方便度諸地。
所謂身念止，	受心法念處，
煖來及頂忍，	世間第一法，
見道及修道，	乃至漏盡智，
因是方便度，	一切功德地。
從初身念觀，	乃至究竟處，
佛說不淨念，	一切諸種子。
世尊說貪欲，	利入深無底，
正受對治藥，	當修厭離想，

一切餘煩惱， 悉能須臾治。
我已說不淨， 方便升進法，
餘有勝道進， 相行如前說。

不淨念升進分第十一竟。

修行方便道不淨決定分第十二

不淨升進分， 相義我已說，
今當說修行， 不淨決定分。
不為惡戒縛， 亦非業煩惱，
心不背解脫， 歡喜常志樂。
如是隨順生， 麤澁四大滅。
柔軟寂止樂， 三昧於中起，
從定生智慧， 修行能厭患。
厭想已修起， 則能離有愛；
思惟離有愛， 解脫實智生。
已生解脫智， 於縛得解脫，
從是得無為， 究竟離三有，
是說名修行， 成就決定分。
天王五威相， 觀相壞煩惱，
漏過漸衰薄， 由是究竟滅。
人王有五相， 獸王相亦然；
諸地相明了， 說名為決定。
動身四顧視， 奮威暢大音，
自在獨遊步， 師子王威相。
於此十五相， 修行生決定，
能令彼地中， 一切諸垢滅。
繫念三摩提， 出諸煩惱縛；

惡露不淨想， 能生厭離心。
青瘀等諸想， 修行善決了；
更有餘三想， 明想及觀想，
第三說空想， 修習寂滅慧。
淨色及自身， 所起諸煩惱，
貪欲瞋恚癡， 從是正觀滅。
此一一諸想， 各三想眷屬，
能除貪欲等， 結縛使惱纏。
是諸一切想， 明審善觀察；
是名修行者， 決定不淨想。
久故朽白骨， 踈 shū 瘠 jí 羸相現，
破碎若塵塵 méi (音昧)，一切悉磨滅。
從下次第起， 方便壞所依，
淨慧之所說， 修行決定相。
無量深妙種， 一切普周遍，
彼決定真實， 生如金翅鳥，
次起清淨地， 平坦極莊嚴。
勇猛寶師子， 牛王若龍象，
此諸未曾類， 處處決定相。
始因不淨生， 亦從不淨長；
初起迦羅邏， 住於不淨中。
觀彼七日住， 念頃不暫停，
修行善明了， 是則說決定。
如是一切分， 悉能知相義，
明見彼真實， 念念有生滅。
因習諸骨想， 修行覺意生；
能起覺支想， 說名為決定。

彼諸修行者，	分別三種想：
或有始習行，	或已少習行，
或有久修習，	是悉近決定。
隨彼智慧力，	趣向有差別。
初業者始起，	少習心已住，
久學能趣緣，	是說三種修。
初業名始種，	第二為長養，
最後能捨離，	說名為決定。
不淨有二種，	或共或非共，
如前三眷屬，	是離共不淨。
聞思與修慧，	三種不淨念，
於此一切種，	修行諦明了；
善分別離欲，	是說名決定。

不淨決定分第十二竟。

修行觀界第十三

安般不淨念，	退住與升進，
決定真實相，	悉已分別說；
修行界方便，	廣略差別相，
甚深微妙義，	今當次第說。
有因先修習，	安般不淨念，
然後觀諸界，	安樂速究竟；
自以方便度，	此苦難成就。
頂上兩眉間，	繫念令不亂；
寂止潤澤生，	三摩提增長。
所依已柔軟，	三昧安不動；
擾亂不淨心，	智者悉調伏。

已隨調伏心，
是處起明想，
初從一髮始，
於一見自相，
次第三十六，
佛說三十六，
或時彼諸界，
猶如明眼人，
時復有逆順，
一界藉其下，
次第相連持，
雜色不雜色，
止心在一處，
處處安置已，
一髮為百分，
復於一分中，
次於空界上，
修行見無垢，
譬如水上泡，
是處觀諸界，
水濕地堅強，
虛空無障礙，
青黃赤白綠，
於此眾雜色，
虛空堅固相，
難沮喻金剛，
於上曼荼羅，
安住修行處；
一切身分現。
如其相憶念；
然後總眾髮。
自相總亦然；
各各有住處。
合聚內觀察；
開倉見五穀。
超越次第觀。
餘種悉處上，
一一知其相，
周滿悉觀察。
境界遍十方；
依是勤修習。
思惟正憶念；
分別五種界。
識相別觀察。
清淨妙相生，
明淨無障翳。
各各見自相，
風動火燒熱；
別知是識相。
及與頗梨色，
修行具足觀。
彌廣周遍住，
金剛慧能壞；
則有熟相現。

譬如火熾然，能破彼堅固。
或見生疑怪，其心大恐怖；
明者能決定，增益諸功德。
已壞虛空界，能起升進相，
融壞若流注，復碎如塵塵；
修行見真實，則生解脫相。
空界既已壞，上諸界亦然；
是則壞相上，有餘壞相起。
若復餘一種，於上觀諸界，
次第普周遍，俱壞如前說。
觀察六六種，六三及四二；
如是六十二，世尊略說界。
色壞有三種，剎那世極微；
無色唯二種，無為無壞相。
修界不淨念，則能捨貪欲；
順界方便觀，是治我慢藥。
觀界四無量，除滅瞋恚毒(一無常頃名剎那)。
阿難說是言：當修五念處。
世尊告之曰：更有第六念。
髮毛爪齒骨、筋肉厚薄皮、
肪𦵏sān 髓腦膜、脾腎心肝肺、
胞胃大小腸、屎尿膿涕唾、
垢污諸血淚、黃白及痰癢，
三十六不淨。觀察三種界，
是中濕相水，火熱地堅強，
諸有形色處，內外飄動相。
出入息語言，通利等迴轉；

一切總說五，
眼耳鼻舌身，
山巖室宅中，
如是一切種，
於彼六情根，
如是多無量，
佛言應當知，
不觀陰界相，
一切內外界，
從是意行處，
六觸及四處，
愛慢諸煩惱，
是身眾微合，
非我非眾生，
佛告羅睺羅，
如是六種界，
修習六巧便，
色處悉具足，
彼種所依處，
對治與所治，
身中諸界種，
譬如養毒蛇，
四大生造色，
和合相間錯，
不淨方便觀，
安般方便念，
若彼修行者，
是相名風界。
毛孔咽喉空，
內外無障礙；
悉名為空界。
所生諸識種；
總說名識界。
六界非有我。
計我及我所，
是處意迴轉。
三受十八種，
世尊之所說。
悉於是中起；
虛妄空無主；
迷惑計真實。
觀界悉無常；
說從六處起。
六時各觀一；
無色唯識界。
相行地境界；
如實知分數。
還自生苦惱；
終為彼所害。
即共造色住；
還為四大壞。
先於造色起；
要從四大始。
增廣二方便，

四大及造色，	和合等觀察。
始入根本處，	彼先壞造色；
入已然後觀，	所因四大壞。
定慧漸增廣，	念處具成就；
和合總觀察，	一切悉寂滅。
彼三十六物，	臭穢壞磨滅；
此三與十想，	修行增厭離。
佛說是根本，	能及一切惡。
四十九種法，	三昧於中起，
修行諦觀察，	自身及欲界，
無量不淨種，	穢惡悉充滿。
眾苦所逼迫，	盛火極熾然；
無常變壞相，	見已生厭離。
色界相似種，	微妙相顯現；
深樂求出離，	增進厭患想。
有覺亦有觀，	離欲生喜樂；
寂然入初禪，	內外悉清淨。
所依及境界，	如練真金像；
自身處梵世，	於中極娛樂。
又見五支相，	身及境界現；
第二滅覺觀，	內淨心一處。
從定生喜樂，	四支身內現；
所依及境界，	譬如真珊瑚。
第三處離喜，	行捨念慧除；
身受樂三昧，	五支相明了。
所依青琉璃，	清淨甚微妙；
緣少身無量，	諸相次第起。

第四斷苦樂，	憂喜先已滅；
不苦不樂捨，	念淨三摩提。
如是四支相，	現身及境界；
出息入息滅，	所依極淳白。
過色滅有對，	是說入空處；
過空相識定，	過識無所有。
過是無所有，	非想非非想；
善知諸界相，	不味亦不縛。
清淨四梵行，	高廣無有量；
慈悲普周遍，	喜捨亦復然。
根本四禪中，	修起五神通；
三昧現在前，	繫心觀自身。
作輕及軟想，	漸舉不令動；
境界現在前，	離地如胡麻；
稍進如大麥，	轉次高四指。
此床至彼床，	漸漸能隨意；
飛行及變化，	自在無障礙；
是名修行者，	微妙神通力。
繫心於自身，	禪定現在前；
諦取外音聲，	如其實皆聞。
繫心於自身，	禪定現在前；
觀他心所念，	一切皆悉知。
繫心於自身，	禪定現在前；
自憶念此生，	從胎及中陰；
漸見前身事，	乃至百千劫；
一切諸所更，	如實憶念知。
繫心於自身，	禪定現在前；

觀察眾生類，生死及形色，
隨其業果報，中陰五道生。
修行天眼淨，一切如實見；
根本諸地中，無量餘功德；
修行心自在，一切悉具足。
所謂八背捨，勝處一切入，
背捨相有五，不淨與淨相、
色相、煩惱、識，略說是五相。
勝處先自身，內色外少色；
若好若醜一，外多二亦然。
內無有色想，外觀少多色；
二俱若好醜，是前四勝處。
後四內無色，外青黃赤白，
一切入四大。四色與空識，
觀外及內身，一相無差別。
諸辯妙願智，無諍三摩提；
逆順與超越，無量三昧門。
明智決定觀，具足五種滿。
一身二境界，定相普周遍；
第三憶念滿，修行喜厭捨；
第四諸地滿，十處相明了；
三乘根具足，是說第五滿。
界方便成就，久遠癡冥滅，
能令意清淨，無垢如虛空。
如是諸功德，一切悉究竟。

觀界第十三竟。

修行四無量三昧第十四

修行者若欲廣修慈心，先當繫心所緣，漸習令無量。滅除過惡心，不諍競，亦無怨結，無恚清淨。謂於親、中、怨三種，九品眾生，無量無數，安處十方，盡三分際，淳一樂行。唯除國土世界，於眾生世界周普總緣，成就遊行，修慈方便，先等心思惟，總緣一切眾生，令心堅固，滅除瞋恚而起慈心，是名總觀慈無量三昧。

如是總觀，猶為瞋恚所縛者，當於上親修別相慈，次於中親、下親、中人、怨家，次第修習九品慈心，漸離瞋恚，心生愛念，與種種樂具。與是樂已，然後於一切眾生起法饒益心，修三種慈：廣大慈、極遠慈、無量慈。捨除瞋礙，住仁愛心，隨其所應功德善根，一切佛法皆悉與之，謂與種種法樂，修種種慈，先與出家樂，次與禪定正受樂，次與菩提樂，次與寂滅樂。彼修行者本曾所更及所未更，種種樂具，自得、他得，清淨善根，乃至無上寂滅，究竟無為，隨其修行，意所想念，無量法樂等，與眾生相現在前。樂想起已，一一觀察，以相自證，便得決定。猶如明鏡，因物像現；慈三昧鏡，亦因樂事，種種樂相，悉現在前。

或時修行為瞋恚所亂，作是思惟：「我從本來，由是瞋恚，多所殺害，興諸罪逆，入於惡道，於大地獄，還受苦毒；或作蜂蠆、蜈蚣、毒蛇、惡龍、害鬼、羅刹，如是種種毒害之類，今不除滅，復見燒迫。」以是方便，能止瞋恚。又復思惟：「罵者、受者，彼我無常，須臾不住，二俱過去。惡聲已滅，後起二人無故共諍。又今二人念念即滅，虛妄無實，誰罵誰受？何為顛倒與空共鬪？計我耳根，從虛妄顛倒煩惱業起，彼人舌根，亦復如是，因緣生滅，誰罵誰聞？」修行如是思惟時，瞋恚縛解，能修慈心，離垢清淨。如佛說：「修慈者於四念處能得決定，修習增廣，成就無量法門，勝妙道果，不復退還。」是則三種方便大慈。若已離欲，

更修淨妙離欲慈心，深心饒益，增廣無量，得真實果。因此功德具足，所願究竟涅槃。所以者何？一切諸佛說慈為無畏，慈為一切功德之母，慈為一切功德鑽燧，慈能消滅凶暴諸惡，是故修行當勤方便，修離欲大慈。

悲無量者，如慈境界怨親中人，悲亦如是，次第修習。如佛言曰：「饒益眾生，說名慈心；除不饒益，說名悲心。」若先於眾生起饒益心，以種種樂，具悉施與之，然後觀眾生，唯見受樂，是名慈心；若先觀眾生受無量苦，起除不饒益心，然後見眾生除不饒益；除不饒益已，受種種樂，非與樂也，是名悲心。見淨相是慈，見虛空相是悲；樂行是慈，苦行是悲，是則差別。謂修行者見諸眾生兇暴爭怒、殘賊殺害，共相逼迫，無有覆護。如是見已，而起悲心，為作覆護。又見眾生，斬截身、首、耳、鼻，肢體苦痛無量，無能救者，修行見已，而起悲心。又修行住悲心時，見五趣眾生苦痛熾然，無量燒迫，深起悲心，興救護想。如是修行悲無量善根生時，無量功德相現。若見此眾生受無量苦而不起悲，是則極惡無善根人。如是大悲，一切諸佛，本所修習，由是究竟一切智海；行者若能具足修習，當知不久，必到是處。

喜無量者，謂修行於慈境界，以六思念等諸善功德，無量佛法，及自身成就戒定智慧，一切功德，饒益眾生，自樂他樂，盡皆與之。見一切眾生得法樂已，其心歡喜；其心歡喜，則憂感滅；憂感滅已，一向欣悅，踊躍歡喜，念言快哉，永使安樂。於一切眾生歡喜時，見有樂相，輕微明淨，成就此相，名為喜無量三昧。如佛說：「修集喜等，乃至識處。」

捨無量者，捨怨親已，等緣中品，此唯是眾生，無有差別。離慈悲喜，唯作眾生行近、境界近相，是故世尊說捨。種種捨各自有相，捨無量不與彼同，謂平等清淨，離苦樂相。捨相似相現，是名捨無量三昧。世尊說修捨無量，乃至無所有處。已略說四無

量相，餘種種甚深相，行者應次第修習。

修行觀陰第十五

若修行者，久積功德，曾習禪定，少聞開示，發其本緣，即能思惟，觀察五陰，了達深法，滅除生死；猶如大風飄散重雲，亦斷一切魔所樂法。觀五陰義，今當說。修行者，內自思惟，欲渡煩惱海，起離欲，生潤澤，自身快樂，龜澁四大滅。隨順四大生，攝諸亂意，能趣究竟，成就智慧。若根本觀處，堅固明淨，能起三昧，離諸亂想，滅除煩惱，諸微妙相，於是悉現。如淨妙瑠璃，如水淨泡。行者見此明淨無垢相起，善念守持，心不放逸；既不放逸，則熟相起；熟相起已，壞相現；壞相現已，唯起法想，一切寂滅。如是修行法相，具足成就，得增上厭離意；堅固精進，不可動轉，得甚深三昧、堅固三昧、不動三昧。修行住是三昧，能起五種明淨三昧，遍照五道：月光三昧、日光三昧、淨瑠璃三昧、練金光三昧、無垢頗梨三昧。因此五種明淨三昧，復生光耀三昧、遍光耀三昧、無量光耀三昧。

復次，修行者因五種壞相能壞諸緣：一曰穿、二曰剝、三曰裂、四曰壞、五曰滅。以是五壞相，壞一切法。修行五種三昧壞境界，悉清淨已，次復生五種三昧相：師子王三昧、龍王三昧、金翅鳥王三昧、牛王三昧、象王三昧。心無放逸故，起此雄相。修行住此獸王三昧，各隨其類，一切悉攝。又三昧力、男女十相起，隨類相攝，一切眾生，於是悉現。若能分別此諸三昧相而不恐怖，是則名曰於一切諸法自在功德。

復次，修行者於明淨境界觀察陰流從一處出，分為二分。如是觀已，還合為一。一一流中，復見五相；相各別異，布列境界；布列境界已，還合為一。色如聚沫，受如水泡，觀想如炎，行如芭蕉，觀識如幻，是五虛妄，欺誑之相。修行如是觀已，其身安

隱，柔軟快樂。復觀流所起處，無垢相現，如水淨泡，漸漸增長，充滿其身。修行心不放逸，專念受持；持已，淨相增廣，周遍覆身，如明淨泡，離諸過惡。更勝妙智生，乃壞是相；是相既壞，彼流流下，遠注無量，如淨頗梨，極知境界；極知境界已，從彼攝還，成曼荼羅。更有異相，充滿本處，然後流至十方無量世界，至十方已，各住自相。爾時修行明見無量色種，猶如山水漂積聚沫；一切受相，如大雨滂沱；種種諸想，如春時焰；行如芭蕉，無有堅實；觀六識種，猶如幻化。如是種種虛妄，但欺誑愚夫，是名修行觀陰自相。觀陰自相已，復以智慧，自照其身，專念觀察。觀察時，見周匝熾然，相起身處，其內有種種雜華、淨妙、珍寶，周匝遶身；又自見身種種雜寶、諸功德相，微妙莊嚴。修行見是諸相已，慧眼開廣，自顧其身，周遍觀察；觀察已，復外觀陰相，盛火熾然，即生厭心，勇猛精進，欲度生死無邊苦海。修行於五陰熾然相厭離已，離欲相、解脫相、涅槃相、一切功德相，次第起現。

復次，修行者具七處觀，觀五陰、苦、集、滅、道。復觀因愛生五陰，厭患出離，如是於真諦中，方便種子慧生。於是七處，善修三種觀義，自相觀成；成就決定堅固已，然後得無垢息止修慧；是慧起已，境界平正，淳一無雜。復次，得勝妙無垢思慧決定觀，五陰興衰，念念磨滅，見真實相。譬如毒飯，食者必死；修行觀五陰三相，所雜亦復如是。一念生，一念苦，即一念時，亦生、亦住、亦滅。彼念生時，即與苦俱生。是故一念，一念即壞。修行觀五陰如是，生滅破壞，虛偽無常過惡，即起無常行、苦行、空寂行、無我行、穿漏法、不實法、速朽法、破壞法。如是無常義，如修多羅廣說，乃至百句。修行盡行如是諸相，知諸法真實，便得解脫。以賢聖地三昧想行，觀此非常相，便起深憂厭，見有為過患，不樂三有。

復次，修行者若觀生則非滅，若觀滅則非生，如是則不生聖行；要一心一相，正向解脫，然後智生，是決定聖行。聖行既起，一切法相寂滅無餘，癡愛煩惱及諸罪垢，能轉苦陰者，皆悉除滅。滅已，其心調伏，是見五陰無我亦無我所。以無常諸行觀察苦陰，觀察苦陰有八苦逼迫，於八苦相成就八行。所謂如病、如癰、如刺、如殺、無常、苦、空、無我，四是聖行，四非聖行，於苦陰決定，觀其真實。如是四諦十六聖行，是則修行煖法初相，於真諦地，得真實慧。觀察苦陰如燒鐵丸，亦無堅固，向涅槃，背生死；不貴有，不樂生。譬如群獸，獵師圍逼，以怖急力故，超勇奔出。修行如是，見生死熾然，大苦圍迫，以厭智力，超出無礙。

復次，修行者思慧生時，煖法種起；息止修慧生時，煖種增長，到煖自地，煖相滿足。息止修慧生時，頂法種起；煖法生時，頂種增長；到頂自地，頂相滿足。煖法生時，忍法種起；頂法生時，忍種增長；到忍自地，忍相滿足。

復次，於五陰悅可，名為煖法。煖法觀五陰，於三寶悅可，名為頂法。頂法觀十八界，於四諦悅可，名為忍法。忍法觀十二入，俱觀三種，隨彼善根，一增上故，說有差別。是一切盡觀真諦，但忍於真實觀增，煖法想增，頂法信觀喜增，忍法智慧增。

復次，修行有三種緣，謂上、下、諸方。三種善根，依此三緣，各一增上，故說(悅可本云出設)。

復次，三種修煖依厭離頂，依觀喜忍，依平等捨，亦隨彼善根一增上，故說當知一種修盡，成就三法。

復次，修行當知！譬如有人有五怨賊，拔刀隨逐，常欲加害；前後五陰轉相煎逼，亦復如是。佛言：「欲求阿鼻三磨耶(此是見道名也)，當作達磨摩那斯伽邏。」常觀真實義，以聖行刀斷除陰賊，莫如劣夫，不能執杖，為彼所害。乃至一切賢聖，皆應勤修如是正觀，為現法樂故，為後世作大明故，斷一切苦本故，饒益眾生

故。沉於凡夫，空無所得，而自放逸，不勤修習。

觀五陰竟。

達磨摩那斯伽邏：達磨，法，謂世間第一法也。摩那斯伽邏，謂一經心，譯者義言思惟。

修行觀入第十六

六入各於境界縛無智眾生，貪欲心故，常起淨想。修行當知，於諸根境界，防制非法，攝心所緣，繫令不動，正觀六入。譬如空村，離我我所不定義，是入處義、牽下義，是入處義能將眾生入惡道。又內入相，如燒鐵鏟，如極利劍，亦如利刀。佛言：「若觀此相，則能捨離。」復次，觀外入惡賊劫善珍寶。若修行捨正念，開諸入門，馳縱六境；六境惡賊劫奪淨戒，失諸功德。如鳥無兩翼而欲飛空，人無兩足而欲遠遊。修行如是，毀淨戒功德故，止、觀兩翅永不復生，欲出生死是終不能。如破瓶盛水，須臾不住，破戒比丘，亦復如是，三昧法水，念頃不住。如天德瓶守護不壞，常出珍寶，隨意無盡；修行如是，不毀淨戒，則常出生聖功德寶。輕壞德瓶，珍寶即滅；若破戒瓶，則永失法寶。譬人截鼻，照鏡不自喜樂，破戒比丘，亦復如是，內省其身，心不自悅。百穀藥木，依地而生，諸善功德，悉依淨戒。如栴檀塗身，能除熱惱；淨戒清涼，能止欲火。如如意寶珠，隨所著處，熱時清涼；淨戒如是，於煩惱火中，能息熾然。犯戒比丘自惟罪深，身逝命終，必入惡道，心常憂悔，死時恐怖；淨戒之人，心常歡喜，生無憂悔，死時安樂。淨戒為梯，能升慧堂。戒為莊嚴具，亦為善戍衛；戒能將人至於涅槃；戒為良地，生十善種子。教誡師水，隨時溉灌，信根則生，無漏陰為幹，四如意為芽，慈心為枝條，少欲知足為柯葉，七覺意為華，解脫智為果，寂滅法為甘露。戒香流出，一切普熏。賢聖鳥王，棲宿其間；悲為重陰，清涼廣覆；

辯才法師為蜜蜂王，和聲相顧，嘗採精味。其樹修直，堅固貞實，無有虛偽、諂曲、腐病，是則名曰功德大樹。諸修行者欲趣涅槃，背三世苦，向解脫城，漸次發行諸善功德，息彼樹下，飲法甘露，止三渴患，其身安隱，能至涅槃。

復次，戒有眾多數，或一、二、三、四，或七，或十二，或二十一。若念念須臾頃，則有無量戒種。道共、定共、俱生戒，正語、正業、正命，與心迴轉。觀此諸戒，其相各別，或淳淨無垢，或輕薄明淨；如是無垢戒相，現於境界。修行於依緣念三處觀察戒相，若塗香柔軟，離垢悅樂，明淨潔白，是所依中相；若其地平廣，妙華寶器，嚴飾之具，眾寶滑澤，是名修行境界中相。譬如犛牛護尾，一毛著樹，守樹而死，不令毛斷。比丘護戒，亦復如是，一微之戒，守死不犯；妙相嚴身，眾好具足，猶如秋月，停照虛空。修行三昧，觀此淨相已，乃至命終，無復憂悔，亦無熱惱，不復恐怖，安悅歡喜，踊躍增長，生寂止樂，龜澁四大滅，如是等名修行憶念中相。復次，三種中更有雜相，憍亂障礙，失念意不住。請求悔過，不善惡業，守死不為，夢中無犯，增益持戒。佛說：「戒為花鬘塗香，莊嚴眾具；香風一方來是世界香，諸方來是戒德香。」或身無手、足、眼、耳、鼻、舌，一切肢節，悉不兒具；或身沒塵埃；或觀察自身，離諸塵垢，澡浴塗身，名衣上服，是名修行。於依緣憶念觀察，尸羅種種，雜相威儀。定共、道共三種戒，悉已於中說此三種戒，更有無量諸深妙相，明智者當廣演說。

修行已觀淨戒，欲破諸入山者，當修二法，所謂止、觀。先當觀離惡悅樂，充滿其身，龜澁四大滅，柔順四大生，趣寂止樂，一心不亂。自於內身繫心於入相，當善守護入相所起處。觀察時，白淨相起，比丘見此相，當善守護，如佛所說。譬如伏雞善護其子，必得成就；比丘修行，亦復如是，專精守護，乃得成就；十

二修果，相現分明。修行善守護時，離諸放逸；修果成就，境界淨妙，離諸垢污。明如寶珠，亦如懸水，境界廣滿，身處少分，周遍遠流，然後來還。還已，一相現，復分為二分，還合為一，成曼荼羅境界。安住平正，普現眾相，猶如眾星光耀布列，然後乃壞。壞已，各各流出，還合為一；復周遍遠流，充滿諸方；充滿諸方已，復還安隱堅住；住已，熟相現；熟相現已，有種種眾相，周遍彌廣，微妙器服，諸奇特相悉現。境界內入空聚，外色、聲、香、味、觸及三世三種法，善、不善、無記，一切悉現，觀其真實。

復次，外六入如賊，內六入如空聚，亦說內外入為此彼岸。此十二入諸勝妙相，增廣無量，佛說修多羅中廣說。

復次，修行者，於此境界熟相起，起已復壞，間間有斷離相，斷離相流注極遠，停住一處。如寶瓶盛水，然後還開，漸見寂滅；寂滅已，復有諸餘一切功德相生。諸入門中常雜相流出，各各出已，復於一處，成曼荼羅。曼荼羅上，復有自相起；起已復熟，熟已不久寂滅。然後修行復加專精，更現清淨微妙禪相，現已如前，次第寂滅。

復次，修行於諸入中更有種種妙相，於繫心處決定相起，名髻中明珠喻三昧。修行自觀身作二分，眾寶藏上有寶蓮花；修行自見身在蓮花上，眾寶妙花，莊嚴圍遶。復次，如世尊修多羅說六眾生喻，行者於此具足觀察。所謂眼為狗，走逐五色村；耳為鳥，隨空聲起；鼻為毒蛇；隨逐香穴；舌為野干，貪五味死屍；身為輪收磨羅，常樂入觸海；意為猿猴，常樂遊縱三世法林。若六種眾生，繫著一處，不能自在，各遊所樂。修行如是，以三昧正念，繫縛六根，不令自在馳散所緣，然後以清淨智觀法真實。癡冥凡夫六境中，貪著悵望無量惡法，如是正觀，悉能除滅一切眾生樂著境界，自起障礙，不至涅槃。是故修行欲壞生死、趣涅

槃者，當降伏諸根，遠離境界。

修行觀十二因緣第十七

已說諸對治及所治，愚癡對治，是應分別。一切諸佛所說緣起，滅除癡冥，生如實智。有甚深微妙隨順功德，今當略說，令諸修行功德增益，滅除愚癡。觀察緣起，遠離斷、常二邊諸想，知因緣和合，有為法生；亦能降伏迷醉外道，牽令隨順，第一空法，慧眼明淨，無明悉滅。修行觀緣起有四種：一名連縛、二名流注、三名分段、四名剎那。

連縛有六種：一曰生、二曰分、三曰趣、四曰生門、五曰剎那、六曰成壞。生者從死陰，次起中陰；中陰次起生陰。中陰眾生，無明昏亂，愚癡所盲，造作有業。中陰眾生，見男女和合，無明增故，生顛倒想，或生害想，或生愛想；欲與女俱者，於男生害心，然後自見與彼和合。爾時欲心迷醉，是名愛起身；見和合不淨，謂為己有，是名慢起身；因母飲食而得增長，令身敷起，是名食起身；四大與迦羅邏俱生得報身，是名四大起身。

結業為方便，二支既過，次第識種生，是名種子識。始處迦羅邏時，其心沈沒，少所識知，識不明利，是名為生得迦羅邏。已識明利故，是名為識，是名生連縛也。分段者，從迦羅邏，次起胞、肉段、堅厚、肢節、嬰兒、童子、盛、壯、衰分、老分次第生，是名分連縛也。趣者，謂遍至諸趣，修行觀諸趣相，是名趣連縛也。生門者，謂四生相續，輪迴不絕，是名生門連縛也。剎那者，觀五陰，念念相續，生滅不斷，是名剎那連縛也。成壞者，一切境界起滅，劫數始終，修行觀此成壞相續，名為成壞連縛也。是則修行觀緣起連縛也。

流注者，謂修行觀剎那流至怛剎那，乃至羅婆摩睺路妬，是名流注迦羅邏分。流注七日，胞、肉段、堅厚，乃至衰老分，是

名流注。起分、住分、起緣分、入分、出分、方便分，一切正受，巧便流注，次第起盡，名流注。諸趣迴轉，如旋火輪，是名流注。如是一切無量流注，是則修行觀緣起。流注分段者，修行觀察，從分至分，故說分段能如是知，則於緣起成就。

謂無明增上，猶如盲人無有見相，如大黑冥，遠離光明；或於前無見，或於後無見，是則偏盲；若前後無見，是二俱盲；若離二盲，則捨癡冥，得明淨慧眼。如是苦集滅道，佛法僧寶無知，是名十種癡；十種癡滅，名為十種慧。佛說無明為初因，種三種業。若修行不知無明過患，則種三種業。業起已，從是生識，諸識如幻，種種悉現；從識相續，起名色，於彼一身，而有二相。譬如虛軟沮爛之物，內有諸蟲，令外動搖；亦如野蠶，初作繭膜；名色二相，亦復如是。乃至諸根未成，說為名色二相；諸根既開，名為六入。諸根始開，未有所作，於觸愚癡，不知適與不適。如雨滂注水，水則泡起；情塵生觸，亦復如是，外刺刺身，觸從中起。亦如然燈油炷所成，是名修行觀爾炎觸相。觸相起已，次第生受。譬如水泡，三種相現，若分別諸根，則有五受。受起已，次生渴愛。譬如舌舐蜜塗刀刃，愛增諸煩惱名為取。取次生有，有三種業，業起當來果，故名為有。已種生而未受，名為未來生，生已熟，謂為老死。二支說未來生時，生相增上。佛說識分、未來識生時，名為生；名色、六入、觸、受，名為老死。前生愛、取、有能集今有故，於此生為過去。愛取是煩惱分，故說為無明；有則是行。現在三支能種來生、過去二枝，轉生死輪。彼眾生輪轉，以無明覆故。八現在，二過去，二未來世差別故，如是分別，當知轉時，一切皆十二。

復次，更有餘分因緣，今當說。從迦羅邏、胞、肉段、堅厚、肢節、嬰兒、童子、壯年、衰分、老死分，於是十種分觀察緣起。復次，於起住起緣入出方便分，乃至餘一切分，悉觀緣起。復次，

是事起故是事起，謂彼眼色能起眼識，三事和合，觸生受、想、思，是名修行異種觀緣起。復次，修行方便，觀諸入緣起，以明淨境界，自向觀諸入門；如是見已，各觀自相處，破諸入山，無量積聚；熟相現已，流注十方。極智境界，到彼觀察，明智升進者，修住巧便。爾時聞、思、修慧，熟相、壞相，次第而起，諸餘升進，義如前入處說。復次，是事有故是事有；是事起故是事起。謂修行者，先壞內身，次觀外色；猶如照鏡，因物像現。如是所依相起，外相亦起也。

復次，修行於諸不淨觀其緣起，先於方便處，繫念令堅固，然後於肢節分解，觀其緣起。起明相已，無明相壞。依脚骨、有躡shuàn骨、髀骨、跨骨、肩骨、頸骨、頭骨，充滿十方，有漏業相普現，於下諸雜不淨相，階級次第起。

復次，修行觀四因能生眾苦：展轉因、隣近因、周普因、不共因。復次，修行觀果從生因、生從有因、有從取因，如是乃至行從無明因。行是果，亦是因；從因推果，還至老死亦如是。若於無明求因，必大恐怖，而起斷見。無智闇冥，餘明甚微，猶如螢火。如是猶復求因不已，自見唯與大黑闇俱。世尊說言：「由不正思惟，眾生若與是俱，則輪轉生死。」無明縛故，有輪常轉。無明為本，餘支所作，各有相現。一切有支輪，無明最自在。自在力所轉，如奴屬其主，是無故是不作，是滅故是不轉，當知餘枝皆如是說。

死有四種：漸漸死、頓死、行盡死、剎那死。又說三種無常：一、剎那無常，二、分段無常，三、種類無常。修行了此無常，則遠離四魔，破壞無明，明相顯現。如明淨燈，能消眾冥，乃至老死滅，諸明相起，亦復如是。破壞無明，諸積聚已，成就一相，淨妙境界。行者身體柔軟光澤，光澤已，身極明淨，如明鏡像；如是相現明淨，觀己身內眾物，各各自相，一切顯現。如是觀成

就，名曰於界得度。何以故？有五種癡，五種對治相。一、界，二、入，三、陰，四、卑賤，五、垢污，是名五種癡。或觀界得度，或復觀陰、觀入、觀彼增功德、觀第一義而得度者，是名五種對治也。

復次，修行者入快淨琉璃三昧，於明淨境界觀緣起支。觀緣起枝時，便生易見想如說。阿難白佛言：「緣起易見？」佛告阿難：「十二緣起甚深無底，難見難知。汝欲毀壞我三阿僧祇劫甚深微妙難得之果，云何欣悅而說是言是深妙觀？我今當度，汝當隨我觀佛境界。佛境界海浮漂，外道無智闇冥，二邊愚癡，離爾炎境界所不能入。聲聞、辟支佛雖能少入，不得其底。」爾時世尊說是語已，即入甚深微妙爾炎住三昧自在正受。正受境界有三師子王，師子王上各有七寶池，七寶池中各有七寶蓮華，七寶蓮花上皆有坐佛，放大光明，極聲聞境界，然後乃住。是諸聲聞從初發心至最後身，所種善根及諸緣起一切悉現。從是復起三師子王，師子王上各有七寶池，七寶池中各有七寶蓮花，七寶蓮花上皆有坐佛，放大光明，極辟支佛境界，然後乃住。諸辟支佛從初發心乃至究竟，所種善根及諸緣起一切悉現。從是復起無量師子王，師子王上各有七寶池，七寶池中各有七寶蓮花，一一花上皆有坐佛，普放光明，極菩薩境界，然後乃住。是諸菩薩從初發心至金剛座，所修善根、一切功德、若業、若果及諸緣起，一切悉現。從是復起無量師子王，師子王上各有七寶池，七寶池中各有七寶蓮花，一一花上皆有坐佛，放大光明，普照佛法，甚深緣起，一切悉現。

爾時佛以神力示阿難佛之境界已，語阿難言：「爾炎中更有無量無邊諸佛境界，佛智所行，如是甚深微妙境界，云何欣悅而言易見？汝智淺不及，謂為易見耳。如上爾炎境界無量諸法現在前已，然後乃壞，一切皆空，清淨寂滅；寂滅已，復觀勝妙。爾炎起佛法身，漸漸廣大，周滿十方；無量法寶，充滿法身。法身光

明，無有邊際，不共智慧，所行境界。一切佛法甚深緣起，悉現在前，然後乃壞，一切皆空，清淨寂滅，無有處所；猶如虛空，無所依止。如寶入手，名為得寶；修果如是，名決定相。阿難！如來境界不可思議，我今為汝示少少耳。」阿難見佛境界，歡喜踊躍，白佛言：「甚深。世尊！世尊爾炎境界，難得其底。若我先知如來境界如是深妙者，寧使我身碎如胡麻，要當究竟佛法彼岸。」

如是一切名修行觀緣起。分段 duàn 剎那者，三世一剎那，一剎那三世。法未起名未來，起時名現在，已起名過去。一剎那生即一剎那，苦與無常俱故。當知眾行，剎那頃不住，亦無所從來去，亦無所至，雖轉亦無所去，去亦無積聚。一剎那起，一剎那滅；剎那如一念，一念如剎那。前剎那聚已滅，滅時與後起。隨順四緣具足；後剎那起，修行境界。觀一剎那間，有無量微塵；無量微塵，一一剎那，次第相續，猶如連珠。譬如四善射人，俱放四箭。有一人健行，箭未至地，能就空中接取四箭，不令落地。地神迅疾復過於是，虛空神疾過於地神，日月天疾過虛空天，如是健行天疾倍過日月。當知諸行無常，迅過於是，不可譬喻。如修行觀迦羅邏七日止分有無量剎那，當知餘一切分亦如是。如是觀已，離諸愚癡，增益明慧，如是無量，名修行觀緣起剎那。

復次，修行初入正受，名為連縛境界，增長名為流注方便境界，安住名為分段境界，漸滅名為剎那。

復次，已說四種別相觀緣起，佛說總緣起，今當說二支種、二支熟、二支起、二支牽、所種二支、生長二支、成就二支、受二支、作人二支、田二支、寄者二支、所寄二支。受寄者是說名有支。修行觀緣起，或五陰，或四陰。五陰欲色界，四陰無色界。無常、空等諸行，於陰決定真實。決定真實已，決定相現在前。是事有故是事有，是事起故是事起，是事無故是事無，是滅故是不作。譬如有鑽有燧，有人方便煙火，乃出因薪熾然。亦如因樹

有蔭，因日有光，因燈有焰，皆從緣起。無明不言，我能生行；行亦不言，我從無明生。當知一切有支皆如是，是空法、寂滅法、無所有法，作者不可得。但有無明諸行和合，有漏法生。受為軸，轉有支輪，生諸結縛。諸結中愛支增，諸縛中取支增，諸使中識支增，諸纏中無明增。向生結增，受生縛增，諸識漂利使增，於境界愚癡煩惱增。如是煩惱業縛能轉生果，有輪常轉漂。無智眾生隨義增故，說有差別，當知諸分皆有結縛使纏。

復次，修行六種觀十二緣起，於十二支隨順義說。謂安般念觀業支、有支，以出息、入息是身行，覺觀是口行，想思是意行，是故安般念是彼對治。界方便觀，觀識支、生支，識增上故處胎，識於諸界增上說七識界，是故界方便觀是彼對治。陰方便觀，觀名色支、老死支，是故陰方便觀是彼對治。破諸入出方便觀，觀六入支、觸支，是故入方便觀是彼對治。緣起方便觀，觀無明支、受支，是故緣起方便觀是彼對治。何以故？受及無明是諸煩惱根本，是故智慧是彼對治；愛、取二支染著淨故，不淨是對治。

復次，修行觀十二緣，或時從因度，或時從果度，或從無明行乃至老死，或觀識乃至老死，或三事和合生觸、觸生受、受生愛、愛生取乃至老死，或從愛、取、有、生、老死，或從老死乃至無明，或觀老死乃至識，如《佛城喻經》說。

復次，修行於四念處觀十二支各增上：身念處觀六入支，受念處觀受支，心念處觀識名色支，法念處總觀餘支。說此義已，而說讚偈曰：

方便治地行，	乃至究竟處，
無上法施主，	說是傳至今。
我從彼勝聞，	撰說深妙義，
章句莊嚴集，	欲令法久住。
佛法深無底，	修行亦無邊，

以我少智力， 宣揚無量法。
是深非所測， 如蚊嘗大海；
唯彼已度者， 然後乃究竟。

六十二界：六種、六情、六塵、六識、六界、六覺，謂貪、恚、癡三不淨覺；反是，三淨覺也，苦、樂、不苦不樂、憂、喜、捨六。

三：欲、色、無色界，又色、無色、滅界三世法，軟、中、上法，善、不善、無記法，學、無學、非學、非無學四。二者：食非食、漏無漏，依欲、依出要，有為、無為。

三十六不淨次第：髮、毛、爪、齒、薄皮、厚皮、筋、肉、骨、髓、脾、腎、心、肝、肺、小腸、大腸、胃、胞、屎、尿、垢污、淚、涕、唾、膿、血、黃白痰、癰、肪𦵏sān、腦膜。

剎那數：百二十剎那名一怛剎那，六十怛剎那名一羅婆，三十羅婆名一摩睺路妬，三十摩睺路妬名一日一夜。一歲中唯二時二日，三十摩睺路妬晝夜等。

謂羯提月白分，八日八月名羯提，後半月名為白分。陞舍佉月白分，八日二月名陞舍佉，後半月名白分。此二時二日，晝夜各十五摩睺路妬；從是後，羅婆流，或晝減夜增，或夜減晝增，名為流晝夜等，各三十摩睺路妬。

(謂羯提月白分八日，陞舍佉月白分八日。羯提月者，謂七月十六日，至八月十五日，是八月名後半月，名白分；陞舍佉月者，正月十六日，至二月十五日，是二月名後半月，名白分。此二時二日，晝夜各三十摩睺路妬；從是後，羅婆流，或晝減夜增，或夜減晝增，名為流。)

達摩多羅禪經卷下



愿以此功德
消除宿现业
增长诸福慧
圆成胜善根
所有刀兵劫
及与饥谨等
悉皆尽灭除
人各习礼让
一切助印者
展转流通者
现眷咸安乐
先亡获超升
风雨常调顺
人民悉康宁
法界诸含识
同证无上道

普为助印及读诵受持辗转
流通各佛经者回向偈

