

大明太宗皇帝御制藏經贊

朕惟如來為一大事出現演三

藏十二部之玄言所以指教垂

義者尚矣自其言流于中土翻

譯其義以化導群類非上根圓

智之士鮮能以通之而得其要

者或寡矣天治心

道心也者虛靈明

該貫萬理而無所

多聞必由於藏海

於一心以是修證超乎圓妙常

住不動無有所蔽此誠末世之

津梁迷途之明炬也朕撫臨大

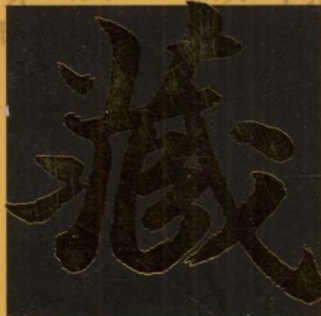
統仰承鴻基念皇考皇妣生育

之恩垂緒之德劬勞莫報乃遣

使往西土取藏經之文刊梓印



贊以願轉



施以資為薦揚之典下界一切

生靈均沾無窮之福如是功德

有不可名言若夫世之由迷惑

真交纏故業茫然而莫之所歸

者不究竟於斯亦莫能得其體

而返其真也推是心以濟拔流

來慈悲之

于卷首且

如來演義諦

世界恆河沙

化導於群類

有漏諸微塵

歷阿僧祇劫

迷妄執空華

一切了明徹

法音遍克周

一一皆具足

咸得成正觀

有一弗徹者誓不成佛陀

我今念眾生是故廣演說

深心奉塵刹俱願澄菩提

上報二重恩下濟諸途苦

昔登無上覺欲漏盡消除

成就勝妙心以拯諸末劫

廣此密因義布施於竺乾

頻伽大梵音

如十方擊鼓

有耳皆獲聞

堅固無動轉

世尊為證明

功德不可說

永被於生靈

永樂八年三月初九日

佛藏

上海世紀出版股份有限公司上海書店
時代出版傳媒股份有限公司黃山書社

第六〇冊目錄

修習止觀坐禪法要	二卷	隋智顗述	(途一——二)		一
止觀義例	二卷	唐湛然述	(途三——四)		二〇
大乘止觀法門	四卷	陳慧思說	(途五——八)		三八
諸法無諍三昧法門	二卷	陳慧思說	(途九——十)		七二
大般涅槃經玄義	二卷	隋灌頂撰	(滅一——二)		九一
大般涅槃經疏	十八卷	隋灌頂撰唐湛然再治	(滅三——十五)		一一二
涅槃玄義發源機要	四卷	宋智圓述	(土六——九)		三九一
法華經安樂行義	一卷	陳慧思說	(土十)		四三〇
金光明經玄義	二卷	隋智顗說灌頂錄	(會一——二)		四三七
金光明經玄義拾遺記	六卷	宋知禮述	(會三——八)		四五三
金剛般若經疏	一卷	隋智顗說	(會九)		五〇三
天台四教儀	一卷	宋諦觀錄	(會十)		五一五
金光明經文句	六卷	隋智顗說灌頂錄	(盟一——六)		五二九
金光明經文句記	六卷	宋知禮述	(盟七——何八)		五八二
菩薩戒義疏	二卷	隋智顗說灌頂記	(何九——十)		六九四
觀音玄義	二卷	隋智顗說灌頂記	(遵一——二)		七二〇

觀音玄義記	四卷	宋知禮述	(遵三——六)		七四二	
觀音義疏	二卷	隋智顗說灌頂記	(遵七——八)		七八四	
觀音義疏記	四卷	宋知禮述	(遵九——約二)		八〇六	
佛說觀無量壽佛經疏	一卷	隋智顗說	(約三)		八四二	
觀無量壽佛經疏妙宗鈔	六卷	宋知禮述	(卷第一至卷第二)	約四——五		八五四

修習止觀坐禪法要序

述一

宋餘杭郡沙門元照述

天台止觀有四本一曰圓頓止觀大師於荊州玉泉寺說章安記爲十卷二曰漸次止觀在瓦官寺說弟子法慎記本三十卷章安治定爲十卷今禪波羅蜜是三曰不定止觀即陳尚書令毛喜請大師出有一卷今六妙門是四曰小止觀即今文是大師爲俗兄陳鍼出實大部之梗槩入道之樞要曰止觀曰定慧曰寂照曰明靜皆同出而異名也若夫窮

萬法之源底考諸佛之修證莫若止觀天台大師靈山親承永止觀也大蘇妙悟悟止觀也三昧所修修止觀也縱辯而說說止觀也故曰說已心中所行法門則知台教宗部雖繁要歸不出止觀含止觀不足以明天台道不足以議天台教故入道者不可不學學者不可不修奈何叔世寡薄馳走聲利或膠固於名相或混肴於闇證其書雖存而止觀之道蔑聞於世得不爲之痛心疾首哉今以此書流通于世將使聞者見者皆植大乘緣種

況有修者證者則其利尚可量耶予因對校乃爲叙云時紹聖二年仲秋朔序

修習止觀坐禪法要卷上一名堂止觀

隋天台止觀禪寺沙門智顗述

諸惡莫作諸善奉行自淨其意是諸佛教若夫泥洹之法入乃多途論其急要不出止觀二法所以然者止乃伏結之初門觀是斷

惑之正要止則愛養心識之善資觀則策發神解之妙術止是禪定之勝因觀是智慧之由藉若人成就定慧二法斯乃自利利人法皆具足故法華經云佛自住大乘如其所得法定慧力莊嚴以此度衆生當知此之二法如車之雙輪鳥之兩翼若偏修習即墮邪倒故經云若偏修禪定福德不學智慧名之曰愚偏學智慧不修禪定福德名之曰狂狂愚之過雖小不同邪見輪轉蓋無差別若不均等此則行乖圓備何能疾登極果故經云聲

聞之人定力多故不見佛性十住菩薩智慧力多雖見佛性而不明了諸佛如來定慧力等是故了了見於佛性以此推之止觀豈非泥洹大果之要門行人修因之勝路衆德圓滿之指歸無上極果之正體也若如是知者止觀法門實非淺故欲接引始學之流輩開瞭冥而進道說易行難宣可廣論深妙今畧明十意以示初心行人登正道之階梯入泥洹之等級尋者當愧爲行之難成毋鄙斯文之淺近也若心稱言旨於一晌間則智斷難

量神解莫測若虛構文言情乖所說空延歲月取證無由事等貧人數他財寶於已何益者哉

具緣第一 訶欲第二 棄蓋第三

調和第四 方便第五 正修第六

善發第七 覺魔第八 治病第九

證果第十

今畧舉此十意以明修止觀者此是初心學坐之急要若能善取其意而修習之可以安心免難發定生解證於無漏之聖果也

具緣第一

夫發心起行欲修止觀者要先外具五緣第一持戒清淨如經中說係因此戒得生諸禪定及滅苦智慧是故比丘應持戒清淨然有三種行人持戒不同一者若人未作佛弟子時不造五逆後遇良師教受三歸五戒為佛弟子若得出家受沙彌十戒次受具足戒作比丘比丘尼從受戒來清淨護持無所毀犯是名上品持戒人也當知是人修行止觀必證佛法猶如淨水易受染色二者若人受得戒已雖不犯重於諸輕戒多所毀損為修定故即能如法懺悔亦名持戒清淨能生定慧如水曾有垢膩若能浣淨淨亦可著三者若人受得戒已不能堅心護持輕重諸戒多所毀犯依小乘教門即無懺悔四重之法若依大乘教門猶可滅除故經云佛法有二種健人一者不作諸惡二者作已能悔夫欲懺悔者須具十法助成其懺一者明信因果二者生重怖畏三者深起慚愧四者求滅罪方法所謂大乘經中明諸行法應當如法修行五

者發露先罪六者斷相續心七者起護法心八者發大誓願度脫眾生九者常念十方諸佛十者觀罪性無生若能成就如此十法莊嚴道場洗浣清淨著淨潔衣燒香散華於三寶前如法修行一七三七日或一月三月乃至經年專心懺悔所犯重罪取滅方止云何知重罪滅相若行者如是至心懺悔時自覺身心輕利得好瑞夢或復觀諸靈瑞異相或覺善心開發或自於坐中覺身如雲如影因是漸證得諸禪境界或復豁然解悟心生善識法相隨所聞經即知義趣因是法喜心無憂悔如是等種種因緣當知即是破戒障道罪滅之相從是已後堅持禁戒亦名尸羅清淨可修禪定猶如破壞垢膩之衣若能補治浣洗清淨猶可染著若人犯重禁已恐障禪定雖不依諸經修諸行法但生重慚愧於三寶前發露先罪斷相續心端身常坐觀罪性空念十方佛若出禪時即須至心燒香禮拜懺悔誦戒及誦大乘經典障道重罪自當漸漸消滅因此尸羅清淨禪定開發故妙勝定

經云若人犯重罪已心生怖畏欲求除滅若除禪定餘無能滅是人應當在空閑處攝心常坐及誦大乘經一切重罪悉皆消滅諸禪三昧自然現前第二水食具足者水法有三種一者如雪山大士隨得一衣蔽形即足以不遊人間堪忍力成故二者如迦葉常受頭陀法但畜糞掃三衣不畜餘長三者若多寒國土及忍力未成之者如來亦許三衣之外畜百一等物而要須說淨知量知足若過貪求積聚則心亂妨道次食法有四種一者若上人大士深山絕世草果隨時得資身者二者常行頭陀受乞食法是乞食法能破四種邪命依正命自活能生聖道故邪命自活者一下口食二仰口食三維口食四方口食邪命之相如舍利弗為青目女說三者阿蘭若處檀越送食四者於僧中結淨食有此等食緣具足名水食具足何以故無此等緣則心不安隱於道有妨第三得閑居靜處閑者不作眾事名之為閑無憒鬧故名之為靜有三處可修禪定一者深山絕人之處二者頭陀

蘭若之處離於聚落極近三四里此則放牧聲絕無諸憤鬧三者遠白水往處清淨如藍中皆名閑居靜處第四息諸緣務有四意一息治生緣務不作有為事業二息人間緣務不追尋俗人朋友親戚知識斷絕人事往還三息工巧技術緣務不作世間工匠技術醫方禁咒卜相書數算計等事四息學問緣務讀誦聽學等悉皆棄捨此為息諸緣務所以者何若多緣務則行道事廢心亂難攝第五近善知識善知識有三一外護善知識經營

供養善能將護行人不相惱亂二者同行善知識共修一道互相勸發不相擾亂三者教授善知識以內外方便禪定法門示教利善畧明五種緣務竟

訶欲第二

所言訶欲者謂五欲也凡欲坐禪修習止觀必須訶責五欲者是世間色聲香味觸常能誑惑一切凡夫令生愛著若能深知過罪即不親近是名訶欲一訶色欲者所謂男女形貌端嚴脩目長眉朱脣素齒及世間寶物青

黃赤白紅紫縹綠種種妙色能令愚人見則生愛作諸惡業如頻婆娑羅王以色欲故身入敵國在姪女阿梵婆羅房中優填王以色添故截五百仙人手足如此等種種過罪二訶聲欲者所謂笙篳篥笛絲竹金石音樂之聲及男女歌詠讚誦等聲能令凡夫聞即染著起諸惡業如五百仙人雪山住聞甄陀羅女歌聲即失禪定心醉狂亂如是等種種因緣知聲過罪三訶香欲者所謂男女身香世間飲食馨香及一切薰香等愚人不了香相

聞即愛著開結使門如一比丘在蓮華池邊聞華香氣心生愛樂池神即大訶責何故偷我香氣以著香故令諸結使卧者皆起如是等種種因緣知香過罪四訶味欲者所謂苦酸甘辛鹹淡等種種飲食肴膳美味能令凡夫心生染著起不善業如一沙彌塗著酪味命終之後生在酪中受其蟲身如是等種種因緣知味過罪五訶觸欲者男女身分柔輭細滑寒時體溫熱時體涼及諸好觸愚人無智為之沉沒起障道業如一角仙因觸欲故

遂失神通為姪女騎頸如是等種種因緣知觸過罪如上訶欲之法出摩訶行論中說復云哀哉衆生常為五欲所惱而猶求之不已此五欲者得之轉劇如火益薪其熾轉熾五欲無樂如狗啣枯骨五欲增諍如烏競肉五欲燒人如逆風執炬五欲害人如踐毒蛇五欲無實如夢所得五欲不久假借須臾如鑿石火智者思之亦如怨賊世人愚惑貪著五欲至死不捨後受無量苦惱此五欲法與畜生同有一切衆生常為五欲所使名欲奴僕

坐此弊欲沉墮三途我今修禪復為障蔽此為大賊急當遠之如禪經偈中說

生死不斷絕 貪欲嗜味故 養寬入丘冢 虛受諸辛苦 身臭如死尸 九孔流不淨 如廁蟲樂糞 愚人身無異 智者應觀身

不貪滌世樂 無累無所欲 是名真涅槃 如諸佛所說 一心一意行 數息在禪定 是名行頭陀

棄蓋第三

所言棄蓋者謂五蓋也一素貪欲蓋前說外

五塵中生欲今約內意根中生欲謂行者端坐修禪心生欲覺念念相續覆蓋善心令不生長覺已應棄所以者何如術婆伽欲心內發尚能燒身況復心生欲火而不燒諸善法貪欲之人去道甚遠所以者何欲為種種惱亂往處若心著欲無由近道如除蓋偈說入道慚愧人持鉢福眾生云何縱塵欲沉沒於五情已捨五欲樂棄之而不顧如何還欲得如愚自食吐諸欲求時苦得時多怖畏失時懷熱惱一切無樂處

諸欲患如是 以何能捨之 得深禪定樂 即不為所欺

二棄嗔恚蓋嗔是失佛法之根本墜惡道之因緣法樂之怨家善心之大賊種種惡口之府藏是故行者於坐禪時思惟此人現在惱我及惱我親讚歎我寬恩惟過去未來亦如是是為九惱故生嗔恨嗔恨故生怨以怨心生故便起心惱彼如是嗔覺覆心故名為蓋當急棄之無令增長如釋提婆那以偈問佛何物殺安樂 何物殺無憂 何物毒之根

吞滅一切善 佛以偈答言 殺嗔則安樂 殺嗔則無憂 嗔為毒之根 嗔滅一切善

如是知已當修慈忍以滅除之令心清淨三棄睡眠蓋內心昏闇名為睡五情闇蔽放恣支節委卧睡眠熟為眠以是因緣名為睡眠蓋能破今世後世實樂法心及後世生天及涅槃樂如此惡法最為不善何以故諸餘蓋情覺故可除睡眠如死無所覺識以不覺故難可滅除如佛諸菩薩訶睡眠弟子偈曰汝起勿抱晁寢卧種種不淨假名人如得重病箭入體諸苦痛集安可眠如人被縛將去殺災害垂至安可眠結賊不滅害未除如共毒蛇同室居亦如臨陣兩刃間爾時云何安可眠眠為大闇無所見日日欺誑奪人明以眠覆心無所見如是大失安可眠如是等種種因緣訶睡眠蓋警覺無常滅損睡眠令無昏覆若昏睡心重常用禪鎮杖却

之四棄掉悔蓋掉有三種一者身掉身好遊走諸雜戲詭坐不暫安二者口掉好喜吟詠競諍是非無益戲論世間語言等三者心掉心情放逸縱意攀緣愚惟文藝世間才技諸惡覺觀等名為心掉掉之為法破出家人心如人攝心由不能定何況掉散掉散之人如無鈎醉象穴鼻駱駝不可禁制如偈說汝已剃頭著染衣執持瓦鉢行乞食云何樂著戲掉法放逸縱情失法利既失法利又失世樂覺其過已當急棄之悔者悔能成蓋若掉無悔則不成蓋何以故掉時未緣中故後欲入定時方悔前所作憂惱覆心故名為蓋但悔有二種一者因掉後生悔如前所說二者如作大重罪人常懷怖畏悔箭入心堅不可拔如偈說不應作而作 應作而不作 悔惱火所燒後世墮惡道 若人罪能悔 悔已莫復憂如是心安樂 不應常念著 若有二種悔若應作不作 不應作而作 是則愚人相不以心悔故 不作而能作 諸惡事已作

不能今不作

五棄疑蓋者以疑覆心故於諸法中不得信心信心無故於佛法中空無所獲譬如有人入於寶山若無有手無所能取然則疑過甚多未必障定今正障定疑者有三種一者疑自而作是念我諸根闇鈍罪垢深重非其人自作此疑定法終不得發若欲修定勿當自輕以宿世善根難測故二者疑師彼人威儀相貌如是自尚無道何能教我作是疑慢即為障定欲除之法如摩訶衍論中說如臭

皮囊中金以貪金故不可棄其臭囊行者亦爾師雖不清淨亦應生佛想三疑法世人多執本心於所受法不能即信敬心受行若心生猶豫即法不染心何以故疑障之義如偈中說

如人在歧路 疑惑無所趣 諸法實相中 疑亦復如是 疑故不勤求 諸法之實相 是疑從癡生 惡中之惡者 善不善法中 生死及涅槃 定實真有法 於中莫生疑 汝若懷疑惑 死王獄吏縛 如師子搏鹿

不能得解脫

在世雖有疑

當隨喜善法

譬如觀歧道

利好者應逐

佛法之中信為能入若無信者雖在佛法終無所獲如是種種因緣覺知疑過當急棄之問曰不善法廣塵數無量何故但棄五法答曰此五蓋中即具有三毒等分四法為根本亦得攝八萬四千諸塵勞門一貪欲蓋即貪毒二瞋恚蓋即瞋毒三睡眠及疑此二法是癡毒四掉悔即是等分攝合為四分煩惱一中有二萬一千四中合為八萬四千是故除

此五蓋即是除一切不善之法行者如是等種種因緣棄於五蓋譬如負債得脫重病得差如飢餓之人得至豐國如於惡賊中得自免濟安隱無患行者亦如是除此五蓋其心安隱清涼快樂如日月以五事覆翳烟塵雲霧羅睺阿修羅手障則不能明照人心五蓋亦復如是

調和第四

夫行者初學坐禪欲修十方三世佛法者應當先發大誓願度脫一切眾生願求無上佛

道其心堅固猶如金剛精進勇猛不惜身命若成就一切佛法終不退轉然後坐中正念思惟一切諸法真實之相所謂善不善無記法內外根塵妄識一切有漏煩惱法三界有為生死因果法皆因心有故十地經云三界無別有唯是一心作若知心無性則諸法不實心無染著則一切生死業行止息作是觀已乃應如次起行修習也云何名調和今借近譬以況斯法如世間陶師欲造眾器先須善巧調泥令使不疆不悞然後可就輪繩亦

如彈琴前應調絃今寬急得所方可入弄出諸妙曲行者修心亦復如是善調五事必使和適則三昧易生有所不調多諸妨難善根難發一調食者夫食之為法本欲資身進道食若過飽則氣急身滿百脉不通令心閉塞坐念不安若食過少則身羸心懸意慮不固此二皆非得定之道若食穢觸之物令人心識昏迷若食不宜之物則動宿病使四大違反此為修定之初須深慎之也故經云身安則道隆飲食知節量常樂在空閑心靜樂精

進是名諸佛教二調睡眠者夫眠是無明惑覆不可縱之若其眠寐過多非唯廢修聖法亦復喪失功夫而能令心闇昧善根沉沒當覺悟無常調伏睡眠令神氣清白念心明淨如是乃可棲心聖境三昧現前故經云初夜後夜亦勿有廢無以睡眠因緣令一生空過無所得也當念無常之火燒諸世間早求自度勿睡眠也三調身四調息五調心此三應合用不得別說但有初中後方法不同是則入住出相有異也夫初欲入禪調身者行人

欲入三昧調身之宜若在定外行住進止動靜遲為悉須詳審若所作羸鏖則氣息隨羸以氣羸故則心散難錄兼復坐時煩憤心不恬怡身雖在定外亦須用意逆作方便後入禪時須善安身得所初至繩牀即須先安坐處每令安隱久久無妨次當正脚若半跏坐以左脚置右脚上牽來近身令左脚指與右脛齊右脚指與左脛齊若欲全跏即正右脚置左脚上次解寬衣帶周正不令坐時脫落次當安手以左手掌置右手上重累手相對

頓置左脚上牽來近身當心而安次當正身先當挺動其身並諸支節作七八反如似按摩法勿令手足差異如是已則端直令脊骨勿曲勿聳次正頭頸令鼻與臍相對不偏不邪不低不昂平面正住次當口吐濁氣吐氣之法開口放氣不可令羸急以之絲絲恣氣而出想身分中百脉不通處放息隨氣而出閉口鼻納清氣如是至三若身息調和但一亦足次當閉口唇齒纔相拄著舌向上嚅次當閉眼纔令斷外光而已當端身正坐猶如

箕石無得身首四肢切爾搖動是為初入禪定調身之法舉要言之不寬不急是身調相四初入禪調息法者息有四種相一風二喘三氣四息前三為不調相後一為調相云何為風相坐時則鼻中息出入覺有聲是風也云何喘相坐時息雖無聲而出入結滯不通是喘相也云何氣相坐時息雖無聲亦不結滯而出入不細是氣相也云何息相不聲不結不羸出入綿綿若存若亡資神安隱情抱悅豫此是息相也守風則散守喘則結守氣

則勞守息即定坐時有風喘氣三相是名不調而用心者復為心患心亦難定若欲調之當依三法一者下著安心二者寬放身體三者想氣徧毛孔出入通同無障若細其心令息微微然息調則眾患不生其心易定是名行者初入定時調息方法舉要言之不澀不滑是調息相也五初入定時調心者有三義一入二住三出初入有二義一者調伏亂想不令越逸二者當令沉浮寬急得所何等為沉相若坐時心中昏暗無所記錄頭好低垂

是為沉相爾時當繫念鼻端令心住在緣中無分散意此可治沉何等為浮相若坐時心好飄動身亦不安念外異緣此是浮相爾時宜安心向下繫緣臍中制諸亂念心即定住則心易安靜舉要言之不沉不浮是心調相其定心亦有寬急之相定心急病相者由坐中攝心用念因此入定是故上向胃臆急痛當寬放其心想氣皆流下患自差矣若心寬病相者覺心志散慢身好逶迤或口中涎流或時闇晦爾時應當斂身急念令心住緣中

身體相持以此爲治心有澀滑之相推之可知是爲初入定調心方法夫入定本是從麤入細是以身既爲麤息居其中心最爲細靜調麤就細令心安靜此則入定初方便也是名初入定時調三事也二住坐中調三事者行人當於一坐之時隨時長短十二時或經一時或至二三時攝念用心是中應須善識身息心三事調不調相若坐時向雖調身竟其身或寬或急或偏或曲或低或昂身不端直覺已隨正令其安隱中無寬急平直正住

復次一坐之中身雖調和而氣不調和不調和相者如上所說或風或喘或復氣急身中脹滿當用前法隨時治之每令息道綿綿如有如無次一坐中身息雖調而心或浮沉寬急不定爾時若寬當用前法調令中適此三事的無前後隨不調者而調適之令一坐之中身息及心三事調適無相乖越和融不二此則能除宿患妨障不生定道可剋三出時調三事者行人若坐禪將竟欲出定時應前放心異緣開口放氣想從百脉隨意而散然

後微微動身次動肩膊及手頭頸次動二足悉令柔軟次以手徧摩諸毛孔次摩手令暖以拊兩眼然後開之待身熱稍歇方可隨意出入若不爾者坐或得住心出既頓促則細法未散住在身中令人頭痛百骨節強猶如風勞於後坐中煩躁不安是故心欲出定每須在意此爲出定調身息心方法以從細出麤故是名善入住出偈說

進止有次第 麤細不相違 譬如善調馬 欲住而欲去

法華經云此大衆諸菩薩等已於無量千萬億劫爲佛道故勤行精進善入住出無量百千萬億三昧得大神通久修梵行善能次第習諸善法

方便行第五

夫修止觀須具方便法門有其五法一者欲欲離世間一切妄想顛倒欲得一切諸禪智慧法門故亦名爲志亦名爲願亦名爲好亦名爲樂是人志願好樂一切諸深法門故故名爲欲如佛言曰一切善法欲爲其本二者

精進堅持禁戒棄於五蓋初夜後夜專精不廢譬如鑽火未熱終不休息是名精進善道法三者念念世間爲欺誑可賤念禪定爲尊重可貴若得禪定即能具足發諸無漏智一切神通道力成等正覺廣度衆生是爲可貴故名爲念四者巧慧籌量世間樂禪定智慧樂得失輕重所以者何世間之樂樂少苦多虛誑不實是失是輕禪定智慧之樂無漏無爲寂然閑曠永離生死與苦長別是得是重如是分別故名巧慧五者一心分明明見世

間可惠可惡善識定慧功德可尊可貴爾時應當一心決定修行止觀心如金剛天魔外道不能沮壞設使空無所獲終不回易是名一心譬如人行先須知道通塞之相然後決定一心涉路而進故說巧慧一心經云非智不禪非禪不智義在此也

正修行第六

修止觀者有二種一者於坐中修二者歷緣對境修一於坐中修止觀者於四威儀中亦乃皆得然學道者坐爲勝故先約坐以明止

觀畧出五意不同一對治初心麤亂修止觀所謂行者初坐禪時心麤亂故應當修止以除破之止若不破即應修觀故云對破初心麤亂修止觀今明修止觀有二意一者修止自有三種一者繫緣守境止所謂繫心鼻端臍間等處令心不散故經云繫心不放逸亦如猿著鎖二者制心止所謂隨心所起即便制之不令馳散故經云此五根者心爲其主是故汝等當好制心此二種皆是事相不須分別三者體真止所謂隨心所念一切諸法

悉知從因緣生無有自性則心不取若心不取則妄念心息故名爲止如經中說云

一切諸法中 因緣空無主 息心達本源故號爲沙門

行者於初坐禪時隨心所念一切諸法念念不住雖用如上體真止而妄念不息當反觀所起之心過去已滅現在不住未來未至三際窮之了不可得不可得法則無有心若無有心則一切法皆無行者雖觀心不住皆無所有而非無剎那任運覺知念起又觀此心

念以內有六根外有六塵根塵相對故有識生根塵未對識本無生觀生如是觀滅亦然生滅名字但是假立生滅心滅寂滅現前了無所得是所謂涅槃空寂之理其心自止起信論云若心馳散即當攝來住於正念是正念者當知唯心無外境界即復此心亦無自相念念不可得謂初心修學未便得住抑之令住往往發狂如學射法久習方中矣二者修觀有二種一者對治觀如不淨觀對治貪欲慈心觀對治瞋恚界分別觀對治著我數

息觀對治多尋思等比不分別也二者正觀觀諸法無相並是因緣所生因緣無性即是實相先了所觀之境一切皆空能觀之心自然不起前後之文多談此理請自詳之如經偈中說

諸法不牢固 常在於念中 已解見空者一切無想念

二對治心沉浮病修止觀行者於坐禪時其心闇塞無記賸費或時多睡爾時應當修觀照了若於坐中其心浮動輕躁不安爾時應

當修止止之是則畧說對治心沉浮病修止觀相但須善識藥病相對用之一一不得於對治有乖僻之失三隨便宜修止觀行者於坐禪時雖爲對治心沉故修於觀照而心不明淨亦無法利爾時當試修止止之若於止時即覺身心安靜當知宜止即應用止安心若於坐禪時雖爲對治心浮動故修止而心不住亦無法利當試修觀若於觀中即覺心神明淨寂然安隱當知宜觀即當用觀安心是則畧說隨便宜修止觀相但須善約便宜

修之則心神安隱煩惱患息證諸法門也四對治定中細心修止觀所謂行者先用止觀對破麤亂亂心既息即得入定定心細故覺身空寂受於快樂或利便心發能以細心取於偏邪之理若不知定心止息虛誑必生貪著若生貪著執以爲實若知虛誑不實即愛見二煩惱不起是爲修止雖復修止若心猶著愛見結業不息爾時應當修觀觀於定中細心若不見定中細心即不執著定見若不執著定見則愛見煩惱業悉皆摧滅是名修

觀此則畧說對治定中細心修止觀相分別止觀方法並同於前但以破定見微細之失爲異也五爲均齊定慧修止觀行者於坐禪中因修止故或因修觀而入禪定雖得入定而無觀慧是爲癡定不能斷結或觀慧微少即不能發起真慧斷諸結使發諸法門爾時應當修觀破析則定慧均等能斷結使證諸法門行者於坐禪時因修觀故而心豁然開悟智慧分明而定心微少心則動散如風中燈照物不了不能出離生死爾時應當復修

於止以修止故則得定心如密室中燈則能破暗照物分明是則畧說均齊定慧二法修止觀也行者若能如是於端身正坐之中善用此五番修止觀意取捨不失其宜當知是人善修佛法能善修故必於一生不空過也復此第二明歷緣對境修止觀者端身常坐乃爲入道之勝要而有累之身必涉事緣若隨緣對境而不修習止觀是則修心有間絕結業觸處而起豈得疾與佛法相應若於一切時中常修定慧方便當知是人必能通達

一切佛法云何名歷緣修止觀所言緣者謂六種緣一行二住三坐四卧五作六止六言語云何名對境修止觀所言境者謂六塵境一眼對色二耳對聲三鼻對香四舌對味五身對觸六意對法行者約此十二事中修止觀故名爲歷緣對境修止觀也一行者若於行時應作是念我今爲何等事欲行爲煩惱所使及不善無記事行即不應行若非煩惱所使爲善利益如法事即應行云何行中修止若於行時即知因於行故則有一切煩

惱善惡等法了知行心及行中一切法皆不可得則妄念心息是名修止云何行中修觀應作是念由心動身故有進趣名之爲行因此行故則有一切煩惱善惡等法即當反觀行心不見相貌當知行者及行中一切法畢竟空寂是名修觀二住者若於住時應作是念我今爲何等事欲住若爲諸煩惱及不善無記事住即不應住若爲善利益事即應住云何住中修止若於住時即知因於住故則有一切煩惱善惡等法了知住心及住中一

切法皆不可得則妄念心息是名修止云何住中修觀應作是念由心駐身故名爲住因此住故則有一切煩惱善惡等法則當反觀住心不見相貌當知住者及住中一切法畢竟空寂是名修觀三坐者若於坐時應作是念我今爲何等事欲坐若爲諸煩惱及不善無記事等即不應坐爲善利益事則應坐云何坐中修止若於坐時則當了知因於坐故則有一切煩惱善惡等法而無一法可得則妄念不生是名修止云何坐中修觀應作是

念由心作念疊脚安身因此則有一切善惡等法故名爲坐反觀坐心不見相貌當知坐者及坐中一切法畢竟空寂是名修觀四卧者於卧時應作是念我今爲何等事欲卧若爲不善放逸等事則不應卧若爲調和四大故卧則應如師子王卧云何卧中修止若於寢息則當了知因於卧故則有一切善惡等法而無一法可得則妄念不起是名修止云何卧中修觀應作是念由於勞乏即便昏闇放縱六情因此則有一切煩惱善惡等法即

當反觀卧心不見相貌當知卧者及卧中一切法畢竟空寂是名修觀五作者若作時應作是念我今為何等事欲如此作若為不善無記等事即不應作若為善利益事即應作云何名作中修止若於作時即當了知因於作故則有一切善惡等法而無一法可得則妄念不起是名修止云何名作時修觀應作是念由心運於身手造作諸事因此則有一切善惡等法故名為作反觀作心不見相貌當知作者及作中一切法畢竟空寂是名修

畢竟空寂是名修觀如上六義修習止觀隨時相應用之一一皆有前五番修止觀意如上所說次六根門中修止觀者一眼見色時修止者隨見色時如水中月無有定實若見順情之色不起貪愛若見違情之色不起嗔惱若見非違非順之色不起無明及諸亂想是名修止云何名眼見色時修觀應作是念隨有所見即相空寂所以者何於彼根塵空明之中各無所見亦無分別和合因緣出生眼識次生意識即能分別種種諸色因此則

香時修止者隨所聞香即知如燄不實若聞順情之香不起著心違情之臭不起嗔心非違非順之香不生亂念是名修止云何名聞香中修觀應作是念我今聞香虛誑無實所以者何根塵合故而生鼻識次生意識強取香相因此則有一切煩惱善惡等法故名聞香反觀聞香之心不見相貌當知聞者及一切法畢竟空寂是名修觀四舌受味時修止者隨所受味即知如於夢幻中得味若得順情美味不起貪著違情惡味不起嗔心非違非順之味不起分別憶想是名修止云何名舌受味時修觀應作是念今所受味實不可得所以者何內外六味性無分別因內舌根和合則舌識生次生意識強取味相因此則有一切煩惱善惡等法反觀緣味之識不見相貌當知受味者及一切法畢竟空寂是名修觀五身受觸時修止者隨所覺觸即知如影幻化不實若受順情樂觸不起貪著若受違情苦觸不起嗔惱受非違非順之觸不起憶想分別是名修止云何身受觸時修觀應

閑坐林樹間
斯樂非天樂
斯樂非安隱
動止心常一
種種諸法中
寂寂滅諸惡
人求世間利
求利無厭足
自以智慧明
皆以等觀入
懺怕得一心
名衣好牀褥
衲衣在空閑
觀諸法實相
解慧心寂然

三界無倫匹

修習止觀坐禪法要卷上

音釋

女	外	胸	蔑	鍼
教	目	輪	無	諸
切	心	悶	結	源
不	風	也	切	梗
靜	也	膩	汨	槩
	肥	汨	規	古
授	肱	蹴	方	杏
授	而	度	語	切
亂	詔	浣	具	聲
也	求	胡	云	居
縹	治	管	般	
青	匹	寂	淡	膠
白	色	道	榮	熟
也	憤	閭	那	唇
帛	閭	朝	北	看
瑩	古	憤	切	

[illegible]

修習止觀坐禪法要卷下

途二

善根發第七

行者若能如是從假入空觀中善修止觀者則於坐中身心明淨爾時當有種種善根開發應須識知今畧明善根發相有二種不同

一外善根發相述二所謂布施持戒孝順父母尊長供養三寶及諸聽學等善根開發此是外事若非正修與魔境相濫今不分別二內善根發相所謂諸禪定法門善根開發有三種意第一名善根發相有五種不同一息道善根發相行者善修止觀故身心調適妄念止息因是自覺其心漸漸入定發於欲界及未到地等定身心泯然空寂定心安隱於此定中都不見有身心相貌於後或經一坐二坐乃至一日二日一月二月將息所得不退不失即於定中忽覺身心運動八觸而發者所謂覺身痛癢冷暖輕重澀滑等當觸發時身心安定虛微悅豫快樂清淨不可爲喻是爲知息道根本禪定善根發相行者或於欲界共到地中忽然覺息出入長短徧身毛孔皆

悉虛疎即以心眼見身內三十六物猶如開倉見諸麻豆等心大驚喜寂靜安快是為隨息特勝善根發相二不淨觀善根發相行者若於欲界未到地定於此定中身心虛寂忽然見他男女身死死已脛脹爛壞蟲膿流出見白骨狼藉其心悲喜厭患所愛此為九想善根發相或於靜定之中忽然見內身不淨外身脛脹狼藉自身白骨從頭至足節節相柱見是事已定心安隱驚悟無常厭患五欲不著我人此是背捨善根發相或於定心中

見於內身及外身一切飛禽走獸衣服飲食屋舍山林皆悉不淨此為大不淨善根發相三慈心善根發相行者因修止觀故若得欲界未到地定於此定中忽然發心慈念眾生或緣親人得樂之相即發深定內心悅樂清淨不可為喻中人怨人乃至十方五道眾生亦復如是從禪定起其心悅樂隨所見人顏色常和是為慈心善根發相悲起喜心發相類此可知也四因緣觀善根發相行者因修止觀故若得欲界未到地身心靜定忽然覺

悟心生推尋三世無明行等諸因緣中不見人我即離斷常破諸執見得定安隱解慧開發心生法喜不念世間之事乃至五陰十二處十八界中分別亦如是為因緣觀善根發相五念佛善根發相行者因修止觀故若得欲界未到地定身心空寂忽然憶念諸佛功德相好不可思議所有十力無畏不共三昧解脫等法不可思議神通變化無礙說法廣利眾生不可思議如是等無量功德不可思議作是念時即發敬愛心生三昧開發身

心快樂清淨安隱無諸惡相從禪定起身體輕利自覺功德巍巍人所愛敬是為念佛三昧善根發相復次行者因修止觀故若得身心澄淨或發無常苦空無我不淨世間可厭食不淨相死離盡想念佛法僧戒捨天念處正勤如意根力覺道空無相無作六度諸波羅蜜神通變化等一切法門發相是中應廣分別故經云制心一處無事不辦二分別真偽者有二一者辨邪偽禪發相行者若發如上諸禪時隨因所發之法或身搖動或時身

重如物鎮壓或時身輕欲飛或時如縛或時逶迤垂熟或時煎寒或時壯熱或見種種諸異境界或時其心闇蔽或時起諸惡覺或時念外散亂諸雜善事或時歡喜躁動或時憂愁悲思或時惡觸身毛驚豎或時大樂昏醉如是種種邪法與禪俱發名為邪偽此之邪定若人愛著即與九十五種鬼神法相應多好失心顛狂或時諸鬼神等知人念著其法即加勢力令發諸邪定邪智辯才神通感動世人凡愚見者謂得道果皆悉信伏而其內

心顛倒專行鬼法惑亂世間是人命終永不值佛還墮鬼神道中若坐時多行惡法即墮地獄行者修止觀時若證如是等禪有此諸邪偽相當即却之云何却之若知虛誑正心不受不著即當謝滅應用正觀破之即當滅矣二者辨真正禪發相行者若於坐中發諸禪時無有如上所說諸邪法等隨一一禪發時即覺與定相應空明清淨內心喜悅澹然快樂無有覆蓋善心開發信敬增長智鑒分明身心柔軟微妙虛寂厭患世間無為無欲

覺知魔事第八

出入自在是為正禪發相譬如與惡人共事恒相觸惱若與善人共事久見其美分別邪正二種禪發之相亦復如是三用止觀長養諸善根者若於坐中諸善根發時應用止觀二法修令增進若宜用止則以止修之若宜用觀則以觀修之具如前說畧示大意矣

梵音魔羅秦言殺者奪行人功德之財殺行人智慧之命是故名之為惡魔事者如佛以功德智慧度脫眾生入涅槃為事魔常以破

壞眾生善根令流轉生死為事若能安心正道是故道高方知魔盛仍須善識魔事但有四種一煩惱魔二陰入界魔三死魔四鬼神魔三種皆是世間之常事及隨人自心所生當須自心正除遣之今不分別鬼神魔相此事須知今當畧說鬼神魔有三種一者精魅十二時獸變化作種種形色或作少女老宿之形乃至可畏身等非一惱惑行人此諸精魅欲惱行人各當其時而來須善別識若於寅時來者必是虎獸等若於卯時來者必是

兔鹿等若於辰時來者必是龍鼈等若於巳時來者必是蛇蟒等若於午時來者必是馬驢駝等若於未時來者必是羊等若於申時來者必是猿猴等若於酉時來者必是雞鳥等若於戌時來者必是狗狼等若於亥時來者必是豬等子時來者必是鼠等丑時來者必是牛等行若若見常用此時來即知其獸精說其名字訶責即當謝滅二者堆剔鬼亦作種種惱觸行人或如蟲蝎緣人頭面攢刺熠熠或擊握人兩腋下或作抱持於人或言

說音聲喧鬧及作諸獸之形異相非一來惱行人應即覺知一心閉目陰而罵之作是言我今識汝汝是閻浮提中食火臭香偷臘吉支邪見喜破戒種我今持戒終不畏汝若出家人應誦戒本若在家人應誦三歸五戒等鬼便却行匍匐而去如是若作種種留難惱人相貌及餘斷除之法並如禪經中廣說三者魔惱是魔多化作三種五塵境界相來破善心一作違情事則可畏五塵令人恐懼二作順情事則可愛五塵令人心著三非違非

順事則平等五塵動亂行者是故魔名殺者亦名華箭亦名五箭射人五情故名色中作種種境界惑亂行人作順情境界者或作父母兄弟諸佛形像端正男女可愛之境令人心著作違情境界者或作虎狼獅子羅刹之形種種可畏之像來怖行人作非違非順境者則平常之事動亂人心令失禪定故名為魔或作種種好惡之音聲作種種香臭之氣作種種好惡之味作種種苦樂境界來觸人身皆是魔事其相眾多今不具說舉要言之若

作種種五塵惱亂於人令失善法起諸煩惱皆是魔軍以能破壞平等佛法令起貪欲憂愁嗔恚睡眠等諸障道法如經偈中說欲是汝初軍 憂愁為第二 飢渴第三軍 渴愛為第四 睡眠第五軍 怖畏為第六 疑悔第七軍 嗔恚為第八 利養虛稱九 自高慢人十 如是等眾軍 壓沒出家人 我以禪智力 破汝此諸軍 得成佛道已 度脫一切人 行者既覺知魔事即當却之却法有二一者