

正法念處經卷第七十

資十

元魏婆羅門瞿曇般若流支譯

身念處品第七之七

復次修行人觀諸眾生業之果報如此眾生應當啼哭如何乃作歌舞戲笑而不觀於放

逸眾生地獄受苦啼哭悲哀不知眾生愛網

資十

所縛以身口意作惡業故墮於地獄餓鬼畜生受大苦報憂悲啼哭受種種苦如其業行

墮活地獄黑繩地獄眾合地獄叫喚地獄大叫喚地獄焦熱地獄五種愛故愛於色聲香

味觸故爲之所縛流轉在於生死大海如是修行人觀竹岸住人已如實知外身

復次修行人隨順觀外身觀鬱單越復有何等可愛山林彼以聞慧或以天眼見鬱單越有一大山名曰心順縱廣一千由旬於此山

中常有緊那羅女於山峯中歌眾妙音河岸園林平處山谷多有華池有諸林園所謂哆多岐林次名龍林次名那梨岐羅林次名婆那娑林次名佉羅林次名菴婆林次名無遮林次名金毗羅林次名迦卑他林次名孔雀林次名俱翅羅林次名鸚鵡林次名河池林次名蓮華林次名優鉢羅林次名辛頭波利多林次名鳩羅婆迦林次名命命鳥林次名多羅林如是林中一切珍寶美妙之音一切人聞歡喜受樂癡愛所覆轉增愛火若有聞此緊那羅女歌頌之音百倍增長若有飢鹿食草在口聞此歌音不覺遺墮飛鳥在樹雙鳥遊戲啄食美果聞此音聲皆悉止住眾蜂聞聲不飲美味若有仙人在虛空中聞其歌音即住不行如是心順山中緊那羅女歌頌

之音甚可愛樂其山皆是毗瑠璃寶金銀爲石珊瑚爲樹真珠爲沙鉢婆羅池以玻瓈寶爲優鉢羅多有白鵝其色如貝復有諸鹿七寶莊嚴於園林中有俱翅羅孔雀命鳥其音可愛復有池水衆蜂莊嚴如是心順山中一切衆人若見若聞心生愛樂遍於山上一切男女歡喜戲笑心生悅樂此心順林復有第二可愛之事如須彌山所出光明上照二百由旬心順山中光明上照二千由旬其光白淨金樹光明以毗瑠璃山光力故皆作白色如須彌山王金色光明草來近之皆作金色如是心順山光令一切禽獸河池華樹皆作白色以心順山光明力故山有人住名曰白人光明亦白住在此山大力端嚴心常歡喜第一清淨妙香塗身華鬘莊嚴歌舞戲笑

愛樂音聲不生嫉妬無我所心亦無我慢一切光明皆作白色種種末香以散其身種種歌音聞之悅樂如意之樹出香美酒飲之無患隨其所念衣從樹出衣無線縷經緯之別種種飲食種種莊嚴種種衆鳥出妙音聲令人睡息復有妙音種種衆鳥令其覺寤種種華池生種種華如是白光明人受業果相如其所作上中下善業受樂成就復次修行者隨順觀外身觀此衆生云何現見他善業盡而就死苦云何不覺初不生苦於受生時父母精血於尿道中識生受胎業風所集和合動之七日一變名阿浮陀阿浮陀中以於先世不殺生故識心不滅不爛第二七日名伽那身煩惱癡識不壞不滅如是七七日名曰肉團住在胎中屎尿之間若母

動身若母飲食被壓辛苦如壓蒲萄復以業風吹動肉搏肉搏增長生於五胞所謂兩手兩足及頭復以業風所動增長生於膜衣從膜衣中有脉如筍上衝生臟若其母食冷食熱食或美不美從筍孔中入其齋中爲胎中命令其不死如是胎中受大苦惱若於胎中不死不壞爲尿月水之所穢汗十月住胎如在牢獄苦惱逼迫一切身分猶如山壓從胎中出既生之後風日所觸受大苦惱棄之於地隨意捨行自嗽其指指中生乳以自增長而得壽命增長嬰兒轉成盛年漸至衰老時風所滅衆生業故業藏流轉如業所作或善不善諸業成就如此衆生現見業法果報苦惱而猶放逸於生死中苦受之本所謂生也寒熱飢渴疲極病瘦愛別離苦怨憎會苦於

生死中生爲大苦破壞生具生死流轉無常苦空生滅無我云何鬱單越人而不覺知如此山谷園林華果河池蓮華一切皆當無常破壞歸於虛空如是衆生一切皆死生於天上天上命終隨其本業墮於地獄餓鬼畜生是修行者如是觀於業法果報見生死過於白光明人生悲愍心

復次修行者隨順觀外身鬱單越國復有何等可愛山林彼以聞慧或以天眼見鬱單越有一大山名俱賒耶舍縱廣千由旬有蓮華池名曰清涼縱廣五百由旬金色蓮華充滿其中無有泥濁於此池中多有衆蜂鵝鴨鴛鴦以爲莊嚴蓮華池中有天俱賒耶舍之華曼陀羅華林樹華果河谷園林清涼之池如前所說於俱賒耶舍山半山之中五百由旬

有八萬四千殿奇特可愛真金為殿白銀欄  
楯白銀為殿真金欄楯玻璃為殿毗瑠璃寶  
以為欄楯毗瑠璃殿玻璃欄楯青寶玉殿碑  
磔欄楯碑磔寶殿青因陀寶以為欄楯如是  
諸寶欄楯互相間錯鈴網彌覆歌舞戲笑妓  
樂音聲心常歡喜蒲萄蔓覆猶如天中善見  
大城天善法堂俱賒耶舍莊嚴大山亦復如  
是八萬四千殿園林河池樹林華果一切具  
足俱賒耶舍山中所住之人名曰雜色心常  
歡喜歌舞戲笑飲食樂故

復次修行者觀業果報如是衆生何故不見  
愛別離苦一切衆生恩愛別離行於異處不  
知一切皆當死滅隨業受報若有善業生人  
天中若不善業墮於地獄餓鬼畜生此雜色  
人心懷放逸不知猷足愛著色聲香味觸樂

卷十

五

為愛所縛愛河所漂欲火所燒而不覺知無  
常死滅入大黑闇不見老苦破壞少壯不見  
死火欲來燒人能令乖離一切親愛死如大  
火燒人命樹焚衆生林

復次修行者隨順觀外身鬱單越人以何業  
故生十山中何等十山一名僧迦賒山二名  
平等峯山三名勿力伽山四名白雲持山五  
名高聚山六名鬘莊嚴山七名因陀羅樂山  
八名歡喜持山九名心順山十名俱賒耶舍  
莊嚴山彼以聞慧或以天眼見此衆生前世  
善業生此山中不殺不盜不邪淫不飲酒行  
十善業生此山中

復次修行者觀業果報以何業故彼諸衆生  
色力形相勝餘衆生彼以聞慧或以天眼見  
此衆生正見行施心不諂曲不惱衆生直心

憐愍順法修行親近正法以是因緣身壞命終生於善道四天王天三十三天於彼命終生於此間此間命終生於彼處

復次修行者觀業果報此諸衆生以何業故而受勝報彼以聞慧或以天眼見此衆生以前世時於怖畏者施以無畏見人就死出於右門反縛而出將至塚間打惡聲鼓遣旃陀羅欲斷其命贖之令脫以是因緣身壞命終生於善道若四天王天三十三天若夜摩天復次修行者隨順觀外身此諸衆生以何業故於勝天中勝於餘天色相可愛衆人供養彼以聞慧或以天眼見此衆生於前世時樂聞正法聽佛正法聖法毗尼讀誦佛法乃至一偈讀誦思惟以聞一句正法因緣作轉輪王主四天下從此命終生於天上一返二返

貴十

六

乃至七返於六欲天謂四天處三十三天夜摩天兜率陀天化樂天他化自在天從天命終來生此間以善心故受於色聲香味觸樂還生天上天上命終先聞法故於未來世得初禪定生梵身天若梵衆天若大梵天復以聞法種子因緣力故於未來世得第二禪從此命終生少光天無量光天光音天復以聞法種子因緣力故於未來世得第三禪生遍淨天福德生天復以聞法修行因緣難問思惟於未來世得第四禪以離著智火燒煩惱樹生無量善天遍善天廣果天復以聞法因緣種子修行讀誦問難思惟爲邪見說令住正見盡一切有度於險難得緣覺道若發阿耨多羅三藐三菩提願則成無上正覺明行足善逝世間解無上士調御丈夫天人師佛

世尊以聞正法因緣力故聞正法者謂聞布施持戒以爲根本何以故此聞法者若在家出家聞布施果既了知已而行布施知布施果聞持戒果而持禁戒聞智慧果修習智慧聞已即得生天終得解脫是聞法者生天涅槃之種子也於一切施若資生施若無畏施若以戒施聞正法施最爲第一若聽正法第一持戒若聞正法爲他人說令捨不善令法增長是正法父

復次修行者隨順觀外身過鬱單越復有何等人住彼以聞慧或以天眼見鬱單越北有國縱廣二千由旬一名迦賒毗利縱廣三百由旬有河名迦賒毗梨人所住處亦名迦賒毗梨河池蓮華華果園林枝葉相覆如前所說過此國已有河名阿彌多其邊縱廣七百

由旬園林華池皆悉具足亦如前說阿彌多河邊有五國土一名天冠池國二名波羅賒池國三名鬘衣國四名孔雀音國五名山嚩住國天冠池國縱廣一百五十由旬波羅賒池國縱廣一百五十由旬其鬘衣國縱廣二百由旬孔雀音國縱廣一百由旬山嚩住國縱廣一百由旬復有十國一一國土各百由旬何等爲十一名拘登伽國二名持香國三名黑腹國四名轉目國五名山嶮岸國六名順行國七名四方國八名圓國九名髮覆國十名僧伽多國復觀此國河池園林華果具足亦如前說彼洲四方人面亦然如閻浮提人面像大洲上廣下狹鬱單越人面像大洲亦復如是觀鬱單越國一切洲渚山谷園林華果河池禽獸具足如是觀已如實知外身

復次修行者隨順觀外身過鬱單越國瞿陀  
尼國二國中間復有何等山林海渚彼以聞  
慧或以天眼見鬱單越國瞿陀尼國二國中  
間有一大海名曰普眼廣一萬由旬有一水  
眼廣一由旬龍勢力故過此大海有一大山  
名遊戲鬚縱廣十千由旬色如聚墨龍氣燒  
故過此山已有一大海名貝思彌縱廣一千  
由旬多有大魚堤彌魚堤彌鯢羅魚軍毗羅  
魚那迦羅魚如是等魚充滿海中其海甚深  
見者怖畏於此海中有樂住龍離於瞋恚過  
此大海有一大海名曰水雲縱廣十千由旬  
於此海中大波涌出或十由旬二十由旬三  
十由旬過此海已有一大洲名真珠蛤多有  
真珠若魚若龍於水中死棄於此洲其洲縱  
廣一千由旬過此洲已有一大山名曰寶山

縱廣正等五千由旬七寶山峯毗瑠璃等猶  
如第二須彌山王過此山已有甄叔迦林縱  
廣二千由旬種種園林華果具足過此林已  
有一大山縱廣五千由旬金蓮華池鵝鴨衆  
蜂出衆音聲過此山已有一大海縱廣十千  
由旬金色之水充滿其中出金色光海有金  
山名曰金水高五百由旬過此山已有瞿陀  
尼縱廣九千由旬有十億聚落一萬二千城  
第一大城其數五百如閻浮提有三百餘大  
城所謂波吒梨弗多城如是瞿陀尼大雲聚  
等五百大城其大雲聚城縱廣十二由旬四  
交街巷屋宅樓閣充滿城中住於中國第一  
大城名曰百門次名欄楯次名泥目羅次名  
光明次名山谷有如是等第一大城攝於中  
城復有大國名伽多支次名僧差那多國次

名摩尼國次名銀國次名藩國有如是等第  
一大國譬如閻浮提中第一大國謂迦尸國  
憍薩羅國摩伽陀國瞿陀尼國第一國土亦  
復如是次有中國謂尼棄羅國次名單持國  
次名遮都羅國次名俱蘭荼國次名鞞多婆  
國次名窟行國瞿陀尼界有如是等第一中  
國有二十五國攝一切國如閻浮提十八大  
國瞿陀尼國有五大河一名廣河二名均周  
師波帝河三名月力河四名樂水河五名僧  
咬那河如閻浮提四大河所謂恒伽河辛頭  
河婆叉河斯陀河瞿陀尼國有五大山何等  
爲五一名龍飛山二名三峯山三名珠門山  
四名百節山五名堅山如閻浮提中有四大  
山何等爲四一名雪山二名民陀山三名摩  
羅耶山四名難羅娑山瞿陀尼國有三大池

一名深岸池二名無間池三名放光池如閻  
浮提阿那婆達多池及瞻波池  
復次修行者隨順觀外身觀瞿陀尼何所受  
用彼以聞慧或以天眼見瞿陀尼多饒牛犢  
一切女人皆有三乳如閻浮提女人十月乃  
產瞿陀尼人亦復如是如閻浮提女人二乳  
流汁瞿陀尼女人三乳流汁亦復如是如閻  
浮提園林具足華果河池一切具足其果半  
味其華半香河水半味  
復次修行者隨順觀外身衆生何業生瞿陀  
尼以下中業生瞿陀尼彼以聞慧或以天眼  
見餘生處少戒少施少業少順法行云何少  
戒於前生處以貧窮故受雇持戒或畏刑罰  
非清淨心禮佛法僧親近國王得財布施以  
近王故不讀誦經施非福田貪邪見人謂爲

福田十善垢濁行不清淨業因緣故閻浮提  
死生瞿陀尼如是不知善不善故食半味食  
少智少慧貪著女人先業因緣生瞿陀尼一  
切衆生以業藏故由業故行業故流轉如其  
所作善不善業得如是果若作善業生人天  
中若不善業墮於地獄餓鬼畜生以業因緣  
得相似果如種種子譬如種穀得穀種麥得  
麥稗子生稗如以種子種於薄地收果減少  
若以種子種之良田多收果實如種赤稻不  
生餘物種豆得豆種甘蔗者則得甘蔗以田  
勝故得果亦勝如三種田一者福田施二者  
福田苦施三者苦施福田施者名之爲上福  
田苦施名之爲中苦施爲下除思功德譬如  
外三種田一者饒石亦多水衣名爲中田二  
者其水豐足無有草穢又無水衣亦無寇賊

十一

十一

名爲上田三者多有水衣草穢其水不調又  
多寇賊是名下田若諸田夫勤加功力則得  
果實此內外法以業藏故隨業流轉業轉而  
行各各勢力各各因緣各各受生瞿陀尼人  
不修淨業故生於此處命終自業流轉生死  
如是修行者觀外法業已如實知外身  
復次修行者隨順觀外身過瞿陀尼復有何  
等山河海渚彼以聞慧或以天眼見瞿陀尼  
國弗婆提國兩洲中間有一大海名清淨水  
縱廣一萬二千由旬清水盈滿多有螺貝提  
彌魚提彌鯢羅魚那迦魚摩伽羅魚軍毗羅  
魚失收摩羅魚魚亦青色過此海已有珊瑚  
山縱廣五千由旬毒害衆生住在山中過此  
山已有熱水海多有毒蛇毒蛇氣故令海水  
熱無有一衆生以蛇毒故衆生皆死以毒熱

故過此海已有一大海名曰赤海縱廣一萬五千由旬龍阿脩羅住此海下以飲食故互相瞋恚常共鬪諍有龍名曰摩多梨那有阿脩羅名僧伽多過此海已有一大洲名羅刹女國縱廣二千由旬有羅刹女名曰長髮住在此洲敢食火燒香華及肉一念能行二千由旬常求人便心常憶念是羅刹洲骸骨血肉狼藉穢臭充滿其洲過此洲已有一大洲名毗舍遮鬼女國縱廣五千由旬毗舍遮鬼名曰髮覆住在此洲過此洲已有一大山名曰饒山縱廣五百千由旬多饒樹林所謂那梨吱羅樹次名波那娑樹次名無遮果樹次名多羅樹次名多摩羅樹次名卑耶羅樹次名俱羅迦樹次名陀娑樹次名佉提羅樹次名提羅迦樹次名阿殊那樹次名迦曇婆樹

頁十

十二

次名泥茶羅婆樹次名佉殊羅樹次名菴婆羅樹次名卑未槃陀樹次名婆多利樹次名婆吒樹次名甄叔迦樹次名龍樹次名無憂樹次名斯隣陀樹次名吱多迦樹次名迦尼迦羅樹次名阿提目多迦樹次名那浮摩利迦樹次名波吒迦樹次名波吒羅樹次名迦卑他樹次名毗羅婆樹次名天木香樹次名波頭摩樹次名瞻波迦樹次名迦羅毗略迦樹次名青無憂樹次名鳩羅婆迦樹次名軍陀樹次名婆陀羅樹次名鳩吒闍樹多有如是種種果樹處處流泉捷闍婆王遊戲彼林過此山已有一大海縱廣五百由旬名曰乳水其水色味如乳無異海有大魚長五由旬住在海中過此海已有一沙山縱廣一千由旬無有林樹及諸藥草過此山已有一大海

名曰龍滿縱廣六千由旬海有諸龍名旃遮羅住此海中自相鬪諍樂注大雨過此海已有一大海名甦無陀羅縱廣二千由旬其水不動清淨湛然多有軍毗羅魚那迦羅魚失收摩羅魚螺貝之屬

第十

十三

復次修行者知業法果彼以聞慧或以天眼見如說處山河海渚林樹之處無有一處不生不死不生不滅一切恩愛無不離別無有一處非業故行無有一處而非業藏無有一處非業流轉受自業果或生或死無有山河海渚非生死處山河海渚無鍼鋒許非我生處百千千億億百千生死之中皆愛別離怨憎合會百千千億億百千生死之處墮於地獄餓鬼畜生無始無終貪瞋癡網之所繫縛流轉生死是故應當厭離生死勿生貪

著此生死者甚爲苦惱久受堅牢痛苦難忍老死憂悲苦惱愁毒一切有生必當墮落歸破壞門於生死中無有少常譬如日出無有少闇觀生死中亦復如是如是修行者觀外身如實知外身

復次修行者隨順觀外身過平等海復有何等山河海渚彼以聞慧或以天眼見弗婆提國縱廣八千由旬多有眷屬小洲具足聚落城邑河池林樹洲渚山窟行列樹林華果禽獸一切具足有六大山一名大波賒山二名新巒山三名孔雀集山四名獸谷山五名海高山六名眞珠巒山遍弗婆提如閻浮提有四大山如前所說大波賒山縱廣三千由旬於此山中有三大林其一林皆悉縱廣一千由旬一名須彌林二名流水林三名谷巒

林衆樹具足所謂呵梨勒樹次名平面樹次  
 名谷生樹次名枝等樹次名岸生樹次名石  
 生樹如閻浮提樹說住此山者名火髻人山  
 中有河名婆盧河次名流沙河次名陘流河  
 次名速流河次名龍水河次名光林河次名  
 征迦河第二大山名曰林鬘縱廣一千由旬  
 此山有林名鳩吒林次名林行林次名天木  
 行林次名煙林次名久乘林山中有河一名  
 多羅覆次名角圍河次名愛水河次名攝念  
 河次名煙笑河材鬘山中所住之人名俱知  
 羅

復次修行者觀第三山名孔雀聚縱廣千由  
 旬此山有四大林一名雲林二名百池林三  
 名高吼林四名真珠輪林復有大河所謂泥  
 均輪陀河次名大喜河次名愛林河次名先

流河次名吉河於孔雀聚山有住人名曰青  
 咽

復次修行者觀弗婆提有第四山名獸谷此  
 山有名闍知羅林次名可愛林次名彌伽林  
 華果具足亦如前說林中有河名涅茂迦次  
 名普笑次名歌羅羅林中有獸名曰調伏次  
 名普影次名毛獸次名見走次名爲馬次名  
 無道次名仙獸次名多羅頭拏次名好耳次  
 名象頭次名第一兒次名愛影次名兔毛次  
 名駝身次名黑尾次名白頭次名端正次名  
 蛇舌次名狗牙次名伽婆耶次名鉗婆次名  
 雄井井如是等獸闍浮提中或有或無獸谷  
 山中園林流池華果樹木一切具足亦如前  
 說一切林池如閻浮提住獸谷山人名曰速  
 力

復次修行者觀弗婆提國有第五山名曰海高縱廣一千由旬園林流池華果具足亦如前說此山有林名曰三滴林次名咽喉閉林次名山林林中有河名曰三角次名高喚次名石聲人住海高山者名遮株羅觀海高山已如實知外身

復次修行者隨順觀外身觀弗婆提有何等山彼以聞慧或以天眼見第六山名真珠鬘縱廣千由旬園林流池周遍具足種種華果禽獸具足亦如前說真珠鬘山出一大河名不見岸廣一由旬有人住於真珠鬘山名曰普眼如是弗婆提六山圍繞弗婆提國有三大城一名善門城二名山樂城三名普遊戲城一一大城廣三由旬中下之城有六十三有一中城名鳩吒舍次名大波舍次名普吼

城有如是等中城之中第一最大下城名一切負次名大音城次名曠野孔穴城有如是等小城之中第一最大復有三億五十萬三千五百五十六聚落第一聚落名迦尸摩羅次名水沫次名根村次名樹啼村次名一切人次名葉聚落次名毗頭羅次名波迦村次名毗吒聚落次名摩摩聚落次名刪提次名伽吒甕次名徒呵次名林聚落次名赤旋次名阿叉次名風吹次名鬘村次名頂樹次名黑飯有如是等第一聚落此等衆人其面圓資十滿像地洲形閻浮提人耳髮莊嚴鬱單越人眼爲莊嚴瞿陀尼人項腹莊嚴弗婆提人有十六脍莊嚴四天下人自身莊嚴復次修行者觀業果報衆生何業生弗婆提有上中下業彼以聞慧或以天眼見此衆生

先世不知業法果報以不知故施非福田或難乞求爾乃施與或勤苦求亦如前說以此業故名下品生若有衆生持中品戒若近國王法故不殺衆生非清淨心以此因緣身壞命終生於天上從天命終生弗婆提名中業生上入上業聞於正法受持讀誦爲他人說而生隨喜如說修行無有一法能度生死險道曠野如聞正法受持讀誦爲他人說諸施中勝所謂法施第一持戒謂聞正法聞正法智最爲第一正法者亦如前說觀弗婆提業果報已如實知外身

復次修行者觀弗婆提內復有何等山河海渚彼以聞慧或以天眼過弗婆提八千由旬見有大山名曰慈石縱廣三千由旬此山四面一萬由旬有微少鐵皆悉速赴走奔此山

第十

十七

過此山已有一大海七千由旬名曰波行圍繞五山猶如環釧何等爲五一名鐵口山二名大藏山三名多吒迦山四名蛇多山五名歡喜山過此山已有一大洲名陀吒迦曼荼縱廣三千由旬多有夜叉緊那羅住在此洲河池樹林華果具足甚可愛樂閻浮提中弗婆提中所有禽獸此洲悉有過此洲已有一大海名多星宿海中有山名憂陀延有十三峯繞此大海去須彌山不遠外道說言與閻浮提人善不善業爲增上緣善不善風於憂陀延山中出於星宿諸婆羅門外道論師失於業報不知真諦於人王所說言星宿諸曜所作非業果報是諸外道婆羅門論師邪見倒說星曜所作非業果報若星曜所作非業果報日月勝故善不善時節流轉一切時節

而有華果日月若勝何故日月為餘曜所覆  
所謂日莎婆奴月羅睺一切星宿為曜所覆  
曜為餘覆以是善不善故宿曜亦有善不善  
業是故善不善業衆生自業非星曜作

復次修行者隨順外身觀曜星宿見業果報  
非曜等作觀多星宿海已觀須彌山憂陀延  
山峯已如實知外身

復次修行者觀多星宿海縱廣七千由旬過  
此海已有諸神仙住在此洲山河樹林華果  
具足如閻浮提其洲縱廣三千由旬仙人夜  
叉之所住止一切如意樹華果具足過此洲  
已有大圍山及有大海三千由旬在閻浮提  
弗婆提二國中間如是大海名冷暖水縱廣  
三千由旬多有螺貝提彌魚提彌鯢羅魚那  
迦羅魚摩伽羅魚失收摩羅魚龜龍之屬住

實十

十八

大海中過此山海有一大海名曰赤海去閻  
浮提不遠縱廣五千由旬赤水滿中多有大  
魚其魚赤色互相食噉以魚血故令海水赤  
故名赤水過此海已有一大海名曰清水縱  
廣七千由旬山河具足多有大魚第一極深  
過此海已有一大海名曰寶渚縱廣三千由  
旬一切衆寶集在此渚金沙磔磔真珠珊瑚  
蘇摩羅寶種種具足有摩偷果名亂心毒生  
在樹上若閻浮提人取果食之七日如死若  
有飛鳥食之即死過此渚已有一大海名曰  
鹽縱廣七千由旬多有螺貝真珠蚌蛤提彌  
魚提彌鯢羅魚軍毗羅魚那迦羅魚充滿其  
中復有諸龍夜叉羅刹毗舍遮鬼皆住水中  
水下多有無量諸山此閻浮提洲五百小洲  
以為圍繞略說勝者所謂金地洲次名寶石

洲次名幢鬘洲次名迦那洲次名螺貝洲次  
名真珠洲次名圍洲次名光明洲次名翳沙  
波陀迦洲次名康白洲次名普賢洲次名心  
自在洲次名黑寶洲次名香鬘洲次名三角  
洲次名須摩拏洲次名賒那斯都洲次名阿  
藍迦洲次名楞迦洲有十二山羅刹所住次  
名彌留毗羅迦洲次名山住洲次名赤貝洲  
次名赤真珠洲次名雪旋洲次名沙塵繞洲  
次名無道洲次名五銅洲次名覆洲次名賒  
吉帝力洲次名女國洲次名饒樹洲次名翳  
沙波陀洲次名丈夫洲閻浮提界說如是等  
最勝小洲此閻浮提縱廣七千由旬周遍可  
愛如前所說  
復次修行者隨順觀外身觀日月光照何等  
處彼以聞慧或以天眼見日月光照須彌山

王四面四天下及照大海照須彌山王八萬  
四千由旬光照山側但周其半斫迦婆羅金  
剛之山周圍三十六億由旬難忍業火燒然  
金剛斫迦婆羅山乳海之水近則成酪轉近  
此山則成生酥漸漸復近則成熟酥漸漸近  
之為地獄火燒之磨滅是故不滿閻浮提等  
是修行者觀於欲界如實見之歇離欲意不  
見一處常不破壞不變易法於一切處無始  
生死自業果報因緣力故自業果報之所戲  
弄無有一處不生不死若百若千若百千返  
無量無邊生死無間觀內外身歇離欲愛於  
色聲香味觸心不愛樂如是那羅帝婆羅門  
長者聚落修行比丘修身念處不住魔境聞  
說如是念處已有衆多人破我見垢無上法  
中得法眼生說身念處無上之法若於山谷

若在山窟若在塚間若在露地若草積邊修  
學禪定無得放逸於命終時致有悔恨是我  
所教時諸比丘聞世尊說皆大歡喜於世尊  
說生信樂心歡喜奉行

正法念處經卷第七十

第十

二十

音釋

稗旁卦切草似穀者 甦孫徂切 積資四切儲蓄也