

達摩多羅禪經序

圖二

夫三業之興以禪智為宗雖精麁異分而階藉有方是故發軔分途無亂轍革俗成務功不待積靜復所由則幽詣告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羣動以至一而不有廓大象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象待感而應是故化行天竺緘之有匠幽關莫闢罕闕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闇軌元匠孱焉無老其後有優波崛弱而超悟智絕世表才高應寡觸理從簡八萬法藏所存惟要五部之分始自於此因斯而推固知形運以以廢興自托神用則幽步無跡妙動難尋涉塵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惟寂其揆一耳而尋條求根者衆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昔事之風原夫聖旨非徒今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間無示若斯人者復不可以名部分既非名部之所分亦不出于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
 來之有遇感竒趣於若人捨夫制勝之論而
 順不言之辯遂誓被僧那至寂為已任懷德
 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

圖一

二

患達忿競之傷性齊彼我以宅心於是異族
 同氣幻形告踈入深緣起見生死際介乃闢
 九關於龍津超三忍以登位垢習疑於無生
 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雋禪訓之宗搜集經

要勸發大乘弘教不同故有詳略之異達摩
 多羅闡衆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不離
 如色則是如如不離色如則是色佛大先以
 為澄源引流固宜有漸是以始自二道開甘

露門釋四義以反迷啓歸途以領會分別陰
 界導以止觀暢散緣起使優劣自辨然後令
 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二乘
 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度伽遮羅淨迷

譯言修行道地

達摩多羅禪經卷上

東晉天竺三藏佛陀跋陀羅譯

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

圖一

三

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
 本願大悲力故不捨衆生為諸修行說未曾
 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
增益昇進成就決定盡生死苦究竟解脫兼
除衆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 修行於善根 先當知四種

退滅住昇進 決定諸功德 修行退滅時

令住法不生 亦不能昇進 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 如繫調御馬

二觸純相不見

心既止入息 思惟正憶念 冷暖與輕重
柔軟鹿澁滑 修行諦覺知 隨順善調適
於觸復不了 是說修行退 數一以為二
數二以為一 至九猶錯亂 是說修行退
若於修行退 更數從初起 十數滿足者
遠離諸過行 不修與過修 或有異修起

有此諸過生 是說修行退 修行若俱數

心懼生惑亂 惑亂若增長 是說修行退

氣息不通流 衝擊於鼻耳 頭頂悉苦痛

內或絞風起 息亂失其道 而彼不知治

身體極燒熱 其心生憤亂 四種既錯亂

依風極違諱 修行欲令息 而不善方便

不知對治法 是必疾退滅 修行緣入息

而反緣出息 修行緣出息 而反緣入息

於二心俱靜 是應修行果 寂止定意生

而復更求數 有此諸過謬 是皆修行退

惡喘而安般 則令念錯亂 由是錯亂念

修行心發狂 其心發狂故 不知應不應

圖二

四

於二無分別

是說修行退

修行數已成

修行方便道安般念退分第一竟

息去亦隨去

去已處處住

於彼善觀察

修行勝道退分第二

既觀令息還

還已起清淨

不善知六種

勝念已成就

懈怠竟沉沒

是則為退像

是說修行退

長短悉分別

遍身盡覺知

無堪於所求

不染汚無記

起諸煩惱退

身行漸休息

一切應決了

於此不善知

垢濁熱焰生

由是失正見

震掉或閃爍

是令修行退

身念衰
四勝竟

知喜亦知樂

浮飄塵澁滑

是五退減相

修行應分別

勤方便意行

受念衰
回勝竟

當復制心行

令不至掉亂

望遠絕所希

有見已墜落

還顧觀深險

又生欣悅心

還復攝令定

非是不定心

是皆退減相

長病誦止諍

多業遠遊行

定已心解脫

若不令心退沒

善修解脫者

於是漸衰退

身重與昏鈍

耽睡及沉沒

觀察無常斷

離欲與滅盡

則無有解脫

驚畏不欣樂

懈怠離所欲

不迴向修行

是名修行勝

自在心迴轉

如是十六行

不習過修習

是二俱為失

彼時解脫種

若於見與觸

不善識分際

見得亦復然

於是修行退

三昧雜不樂

亦焰皆消盡

無智令修退

修行上增進

不應緣於下

由是意憤亂

其心不恬靜

掉動失正念

緣下亦如是

不應上增進

若見二增進

一切諸瑞相

不顯現分明

修行如是觀

心任而等觀

任之則自成

還到修行處

欲見為甚難

諸根悉馳縱

隨欲向所緣

圖一

五

此四相似
法念衰

心念衰
四勝竟

邪意普流散
其身皆燒然
方便不精進
欲進劣無能
皆由無智故
疑悔及諸覺

樂著諸境界
如是燒然者
後則生悔恨
不趣喜勝處
是說修行退
意淡無滋味

形消意愁慘
是說為憂退
聞所應成就
或見勝不取
自念有越戒
是說修行退

諸過定意羸
是說修行退
不了住起緣
六界亦不善
貪欲瞋恚覺
及法心妄解

三昧漸消滅
心舉調順捨
無知故修退
亦愚六巧便
十想巧方便
一切次第度

心亂蓋所覆
不觀時非時
不知六時行
是說修行退
得向諸禪地
無知故修退

不觀處非處
淨味愚不了
心隨眾雜相
其心不趣向
起住與起緣
是令修行退

業報及正受
諸根到處道
是恐無智退
如是意迷惑
入出及方便
知法亦知義

禪定諸解脫
性欲不分別
於苦樂速道
必向退轉處
六法不成就
知時知節量

圖二

六

自知與知眾
是令修行退
親近不善友
受者心樂向
所止處及人
近令修行退

及知福伽羅
興起諸惡法
令是修行退
當知是不久
牀卧等眾具
喜隨諸雜相

於七愚不了
習行卑賤業
錯說違所應
必於修行退
斯皆非所樂
損滅所修慧

棄捨所緣處
散心隨外緣
遂失長養分
悅樂亦不生
三昧不復起
必於修行退

心不得真實
雖欲還彼處
其心不一定
所依不可樂
其心永不任
愛見慢增禪

修行捨本相
意終不復樂
身無復滋潤
身意俱錯亂
如是不任心
於緣心味著

有此累念生
或復極震掉
有此三過惡
他務意不閑
業與煩惱報
是令修行退

是說修行退
舉體皆煩壯
必於修行退
習近三退法
說是三障礙
方便想要行

身如利刺害
如蛇毒充滿
得未得服行
是說修行退
亦有解脫障
三摩提行地

於彼不觀察

是令修行退

方便想諸地

則於發趣退

二想俱當失

三昧行及餘

滅時作生想

而作生滅想

入時作出想

是說為顛倒

二想作住想

是則修行退

與此諸顛倒

出時作入想

二想作住想

是說修行退

若於住法中

興此諸顛倒

是說修行退

是說修行退

是說修行退

是說修行退

是說修行退

出時作入想

二想作住想

是說修行退

是說修行退

是說修行退

是說修行退

欲斷煩惱縛

相似諸相生

煩惱即時起

漂浪修行者

無量餘退過

自當廣稱說

圖二

七

相似諸相生

煩惱即時起

漂浪修行者

無量餘退過

自當廣稱說

煩惱即時起

漂浪修行者

無量餘退過

自當廣稱說

漂浪修行者

無量餘退過

自當廣稱說

無量餘退過

自當廣稱說

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

無見亦無覺

聞慧既已生

修行者善聽

不解方便求

應起思慧念

若數已成就

息去應隨去

不知隨順法

若數已成就

息去應隨去

不知隨順法

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

沒有安般念

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

勝道修止觀

相行念已成

不善非進法

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

有此五障礙

不進亦不退

是則住縛相

遠離非進道

亂光及黑闇

忍目身不現

譬然濁油光

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

而有軟相現

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

是相已成就

當知非所制

任彼去留相

能到最勝處 欲令湧作沒 或欲高為下
於去欲使來 於任不欲任 滅時欲不滅
終不如所欲 修行任生滅 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

圖一

八

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 而生功德想 染著妄想生
不復樂升進 不能趣勝法 住愚日增長
非我相似相 此等不迴轉 如是不迴轉

行者癡惑生 無智任所縛 繫著於彼處
樂著生諸過 是相今當說 介焰漸損壞
分離及交亂 破散叵和合 是則任縛相
於身不巧便 自生分離想 交亂惑塵碎
是為任所縛 守常無異相 眾色不次生
種種眾妙想 亦不次第起 流出而不任

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 諸曲及餘惡 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 如割含穗苗
是則任所縛 業始無方便 相現堅守持
過進心矜舉 如是任所縛 亦有修行者

圖二

九

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 彼為任所縛
獸心不增進 獸心不增進 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 任相已分別 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
有任縛比丘	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	任於住境界	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
細微煩惱起	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	已有妙樂故
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	無知翳心目
而自謂為智	修行無知障	不覺所應用
覺所應用者	於地能究竟	則能得不共

彼任共地中	種種垢所污	若使修行者
成就不共地	如是諸過惡	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	修行觀介焰	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	眾妙復顯現	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	已為眾所弃	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	隱過心憂悔
愚惑任所縛	橫自生罪累	失大功德海
味著現法樂	貪饕無點慧	棄捨後世累
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

圖二

十

如是甚難拔
熱迫而趣死
無智無勢起
業行諸煩惱
習近諸過惡
如箭旋虛空

懈怠心所欺
業行煩惱報
永為任所沒
繫縛斯等類
遠離善功德
蛇毒盛充滿

長夜沒任泥
為此三障覆
久遠積癡冥
迷亂不自在
令其意忽擾
蝮蠍惡龍處

臣海深無底
闇往而不見
住過多無量
是深不可量
持燈無放逸
縛諸無黠者

無擇大火聚
修行任所縛
升進德亦然
世間無知障
彼明終不滅
決定智境界

盲人近彼遊
其過亦如是
如海無涯底
真實慧為燈
善說任分過
究竟非我分

種種過所縛
惟佛能覺了
修行方便道升進分第五
比丘安般念
我今次第說
是故說修行

是縛非一相
當知業眾緣
能令智慧增
進復功德任
修行於鼻端

繫心令堅任
入息與出息
是初功德任
更求功德時
亦生功德任
善解安般性

軟鹿與澁滑
於彼所緣境
攝還義亦然
心轉於所緣
亦復制令滅
修行若止增

觸增則以見
修行緣不寂
滅除諸熱惱
勤方便迴轉
當知從息起
阿那力能起

專念諦思惟
繫心隨憶念
彼功德任已
任則生升進
是名住已進
功德及諸過

正觀依風相
憶念若不忘
復起方便求
升進等起時
進已功德任
息輕重冷暖

阿那攝般那
攝之令寂止
持風來入內
止令不復轉
修行觀若增
起之令從觀

得證與智證
寂止意攝來
掉踊不靜心
其身悉充滿
是種復增益
寂止善法分

亦攝持諸根
外散心數法
是故說阿那
心於所緣起
制之令從止
見增則以觸

二增俱相攝
身中清涼起
攝之令寂止
長養四大種
行者執四大
我所大惡刺

亦能按令出

息短而漸滅

修行心安靜

安般諸功德

出息與入息

衆物及字義

是故佛世尊

說名為阿那

復次般那相

我已略說竟

是種增故說

未曾相離用

是今當略說

毛孔諸竅處

先淨治息道

若為覺想亂

當習安般念

已能應於數

前出名般那

始由入風起

修行出息時

則除內貪著

於數若隨順

是則離不順

諸根隨所緣

心心法俱順

是亦說般那

志在無亂境

能攝諸亂想

先數從一起

出息歸於滅

乃入根本地

正受及命終

如是乃至十

修行順此數

便得功德住

斯由捨出息

修行出息滅

得入無想定

已得功德住

則能求升進

滅一切亂覺

滅盡三摩提

第四禪亦然

般那既已滅

佛說增上故數竟

數能滅一切

覺佛但言滅

次第阿那生

阿那時希望

說阿世婆娑

一切不亂者

以增上故也

內外出入息

我觀彼死者

定無有是相

彼息更生者

去則心影隨

決定善觀察

順是趣涅槃

觀有如是相

毒淤泥大地

此相似境界

修行出入息

隨到所起處

出入息所起

出息能攝意

不令隨所緣

猶如制象鈎

如是知升進

能離外貪著隨竟

安止極風處

名波世婆娑

出息有攝心義

捨除顛倒想

極上下風際

三摩提等起

三昧既已起

成就真實想

離自在及常

唯為空行聚

便得功德住

止門竟

修行止住已

本無所從來

去亦無所至

去來不可得

種種觀察風

先觀於本處

謂風所從起

亦不須更住

慧智明見此

離諸知作者

此處為云那

為一為二耶

冷暖悉觀察

出息無作者

見則墮顛倒

出息已過去

八種如前說

為惣觀諸大

惟在一種耶

彼則不可見

命斷諸息滅

過去亦復然

觀時悉俱有

以一增上說

修行觀風大

圖二

十二

造色從彼生
悲彼造色已
是風名依種
或說入在前
入者在於後
如其真實義

圖二

十三

惟心與心法
而彼有種大
報風及長養
出者在於後
皆有因緣故
慧者乃決定

依彼造色起
諸有入出息
是為三種風
或說出在前
彼作如是說
於齋處所起

彼悉緣風起
阿那般那念
思慧與修慧
一切時悉受
正念思慧生
阿那般那念

於觀有差別
分別有三種
於是安般念
名字為境界
當知彼緣名
所起修禪慧

次第今當說
所謂從聞起
比丘聞慧生
境界出入息
或時復緣義
悉已捨名觀

淨治毛孔道

此報風開毛孔故名出非出外

彼說出在前

毛孔已開淨

如人初生時

阿那入故起

是故說般那

此是真實義

割截不生苦

當知彼非受

以彼修行者

不患諸斷逼

於身復非受

識命若斷時

是則衆生數

必由命根起

世尊之所說

亦名根本依

是息既已滅

命則無所依

故說衆生數

阿那般那念

雖曰正思惟

而非真實行

一切所修觀

由此風義故

入者則在前

息風最先出

息風諸種大

謂受則不然

是故出入息

息則不迴轉

息則是身行

衆生所由轉

以能恃命根

緣風為境界

一切所修觀

惟緣諸法義

亦非相續緣

無癡智慧性

當知是慧性

則與餘共起

非彼最後禪

亦復是眷屬

欲使彼捨性

應當在八地

知彼安般念

依是處迴轉

最上頂四禪

當知近境界

說是等智行

亦名為捨性

捨根共俱生

欲色二有繫

身密無息故

說言惟眷屬

在於根本地

所言惟眷屬

惟在於五地

欲中間未至

彼雖有捨根

無有種種異

謂是安般念

是則佛所說

若使是捨性

無色無身依

或謂根本地

非是根本地

阿那般那念

如是說捨根

此定在五地

及有二眷屬

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

惟無有依風

出息與入息

是風名為依

以身極厚密

無依說二種

佛說出入息

四禪正受刺

亦言咽喉處

明知有所說

是彼眷屬故

亦以禪義攝

出息與入息

彼處定無有

修行觀出息

上際第四禪

已極風境界

於彼正憶念

云何我是心

於緣究竟末

或復更於上

少進重觀察

或即於彼住

不作餘方便

修行如是觀

則能除疑惑

修行極風際

是處善觀察

當知如是心

則名除疑觀觀門

於上觀察已

依風還止住

觀察所應已

復起餘所修

若彼觀風心

於還善決定

是說修行者

迴轉巧方便

如人遊聚落

所作訖已歸

修行如是觀

喜樂遂增長

已捨入息念

安處出息緣

亦捨出息念

安處入息緣

於數已究竟

息去亦隨去

如是一切種

亦名為迴轉

觀察所應相

相相而迴轉

種種眾事觀

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

次第任起處

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

如我知方便

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

圖一

十四

圖二

十五

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
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
種種想行義 今當說善聽 梯梯既起已心住
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 如應善守持 所住妙功德
澄淨無垢濁 具足無減少 清淨安隱住
純一普鮮明 凝定而不動 是緣由感有
時過復歸無 色想次第起 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 聖行修對治 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
自地已廣說 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 三念兼以修

圖二

十六

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	若任繫心處
是即自地相	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	是時近邊任
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	身心愛斯樂	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
蓮華象寶樹	摩麗諸器服	光焰極顯照
無量莊嚴具	慧說為勝道	功德任升進

圖二

十七

功德任升進	所起諸妙相	我今當具說
修行者諦聽	於上曼荼羅	純一起眾相
流光參然下	清淨如頰梨	其光交四體
令身極柔軟	又復從身出	漸漸稍流下
隨其善根力	遠近無定根	彼成曼荼羅
勢極還本處	根本種性中	其相三階起
功德任五相	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
任本種性已	流散徧十方 <small>十相</small>	功德十相上
<small>十想各生十相</small>	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	惟彼惣相任
諸雜既已無	寂靜行迴轉	此三曼荼羅
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	正受甚深妙
如是隨意者	是謂法自在	清淨繫心處

無法而不來 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
勝道功德住
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

圖二

十八

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 捨離有我相

常住不變易 如是顛倒行 一切悉遠離
惟作真實觀 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 當知是諸相
相以聖行名 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
當捨二出息
第二數成就
乃至越十出
次第至具足
如上十種法

促息使易覺
然後數入一
若於二方便
然後數入一
是說修行者
是則數究竟

方便令心生
究竟心不亂
猶不起決定
正念心不亂
十種數成就
於上更復捨

圖二

十九

增數非修行
成已應當捨
若復不成就
方便成數法
慧者心隨順
修行於六種

修行如是數
復進餘方便
應更如前說
便得決定分
六種如前說
疾生厭離想

是則數法成
修行於數法
還從初數起
數法已成就
修行正方便
不樂著生死

勤憂斷煩惱
當知是離欲
或說長在前
今當次第說
是說非所應
乃至未還間

修行心遠離
清淨決定分
或說短在前
謂出息始起
勢漸增進故
當知盡是長

一切有為法
如其決定義
說言短在前
息去漸久遠
謂短則不然

出息漸增長
說名長中短
增長至究竟
捨離餘求想
入息極短時
說名短中短

未到究竟處
一心勤方便
說名長中長
然後得決定
還到所起處
如是正思惟

是中所觀察
專念正思惟
觀已風迴轉
此則短中長
於是所觀察
修行善明了

已得決定分
出入身行息
譬如火熾然
光焰還漸短
勢盡乃歸滅
內外互立名

復進餘方便
修行如是覺
光焰則長遠
若更增益薪
四種風亦然
或二俱長短

滿身遍覺知
則為決定分
薪盡火將滅
光焰普周遍
或說於長短
如是種種說

如彼汲深井
說至復乏短
其去漸高遠
觀察依風相
猶如牽旋輪
來近則為短

瓶下轉就遠
譬如仰射空
勢極還自下
初遠然後近
屈伸互往來
息風迭出入

既攝令還上
矢發疾無礙
修行正思惟
長短義亦然
往遠名為長
長短亦復然

譬彼真諦觀
先長然後短
以違正受義
息風勢極遠
滿身遍覺知
以離毛孔故

圖二

二

修行安住彼
惟說長無短
彼以覺想力
勢羸故息短
消流勢不遠
第二依亦然

彼說健士夫
息風急迴轉
是喻說彼息
負重而上山
如彼劣方便
息微故不遠

先苦而後集
若初禪息短
是說則不然
第二禪息短
則依第三禪
此說諸三昧

不為覺想亂
不捨諸所依
能令息去長
甚深修多羅
餘處無來故
惟從其處起

負重而上山
既到安隱處
前短而後長
以身力方便
不自力負重
譬如壯夫射

觀息亦如是
第二禪息長
於彼初禪中
正受漸老別
最後身行息
隨順功德相

何故初禪中
由是故息長
第二捨諸依
佛說山頂泉
如彼山頂喻
是終不能遠

竭力令氣奔
其息乃調適
所說健士夫
是乃令息長
以無力方便
能令箭極遠

少力無方便
是說長短義
如是十六分
分別功德住
如彼所未說
如其決定分

修行微妙相
摩尼寶三昧
已說妙方便
一切如前說

是今我當說
謂介
煇也
說有六種因
成熱熱
亦壞
方便善觀察
復更有餘因

勢弱去則近
修行細微覺
悉名為決定
決定安般念
諸餘功德住
觀察風所起

則於是處現
當知此功德
根本決定分
修行勝道決定分第八
已說方便道
所攝決定分

修行善決定
身受與心法
是能成就果
修行決定相
是則能次第
種種成壞事

此喻應當知
一切諦明了
如方便升進
亦應如是說
是今我當說
根本極清淨

於彼究竟處
方便根本生
餘深正受相
勝道決定相

繫心處堅固
於是正觀察
成壞各三種
於是六種因
疾得諸漏盡
如是多無量

我今但略說

何等為修行

水種所壞相

盛火普周遍

世界俱洞然

於彼三昧地

謂七日死屍

毀變相已現

彼彼諸死屍

正觀思惟起

修行見此變

火壞決定相

青黑瘰癧壞

已壞膿血流

惡汁相澆漫

風大所壞相

今當次第說

如上諸種類

潰漏若分離

雜惡極臭穢

是悉水所壞

悉為風所壞

大地及須彌

分散若粉塵

內身俱亦然

乃至劫成敗

斯由水大力

一劫盡磨滅

是皆風大力

上際第四禪

水輪經沸涌

大地皆浸壞

從彼三禪際

下極風輪界

災風從彼起

其中皆散壞

周匝水來下

灌注極漂蕩

有物皆消盡

一切風所壞

智者見真實

如是正思惟

一切情識類

百穀及藁林

土地地所生

風壞決定相

云何彼修行

常起深憂猷

悉為水所壞

衆生水所壞

是皆依宿業

於前見苦法

隨憶念不忘

八苦大地獄

如上水災相

無垢決定說

此諸一切種

各增十六分

彼彼衆苦類

無量邊地獄

皆從三昧地

修行果所起

當知是決定

衆生生彼處

隨行受衆苦

我於此惡道

修行善繫心

安住三摩提

是能於所緣

未離或牽來

如八大地獄

誰能盡稱說

明見彼種相

此地熟時熟

亦義言此能壞
煩惱則見壞相

其中無量苦

難可得邊際

設人有百頭

充滿境界海

修行所見壞

水大決定相

頭各有百舌

欲說地獄苦

窮劫不能盡

火大所壞相

今當說善聽

識類非識類

如愚黠地經

唯佛善分別

我悉能究竟

斯亦如上說

及自見火然

一切皆消盡

無有能測者

輪迴苦毒海

往返無量劫

乃至劫成敗

世界悉灰滅

於彼火輪處

顛倒不善行

致此大苦果

自見宿命時

熾焰大火起

亦從二禪際

彌滿悉雨火

是痛曾悉經

修行憶本苦

便得順涅槃

圖二

廿二

聞真心增上	畜生不淨業	受癡不受果
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	悉曾受此苦	顧此而懷懼
心與獸患俱	修行深憂厭	則於苦決定
修行已如是	方便生獸離	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	深廣無涯底
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
業風吹東西	吹身今碎折	亦如狂飄起
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

圖二

共三

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
急持則自燒	明人知時捨	不為火所傷
樂著生死者	災焰常熾然	若能覺捨離
不為火所焚	譬諸恐怖處	亦如被燒舍
蚊蛇毒螫聚	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	譬如盛火然	貪愛熾如是
久處在天上	常為欲火焚	自憶忉利天
安處善法座	天女侍供養	無量極快樂
四園列寶樹	華果妙莊嚴	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	充實無盈患	受樂如大海

又處四勝堂	天女進音樂	嬌艷極姿態
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	偃卧聽音樂	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	百一衆雜寶	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	低頭內慙耻	悔責本宿業
令我致此苦	諸天阿脩羅	自守貪彼利
由是興諍怒	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
亦時最大苦	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

圖二

共四

千種樂自然	迦陵頻伽音	今則寂無聲
當知七日死	玉女悉捨去	餘天共從事
見已生熱惱	命終入地獄	唯有賢聖人
了達無常變	解脫生死苦	凡夫為燒然
腋下流汗出	衣服卒垢膩	見已大恐怖
是則淨業盡	華冠皆鮮嚴	而今忽萎熱
身體本光澤	一朝頓枯悴	常所愛樂座
今惡不復樂	是五惡瑞現	當知死時至
唯有見諦者	無此諸惡相	我今諸比丘
於是增厭患	<small>梵本中無此一偈</small>	諸天及天處
衰變不久住	明智修行者	見斯無常變
四寶須彌王	真金山圍遶	修行慧眼淨
見此悉融銷	又諸大鐵圍	周匝四天下
消壞非常相	行者見明了	修行於天上
如是觀察已	復於人道中	思惟正憶念
或時犯王法	斬截身首足	拷掠極楚毒
我悉遍經歷	親戚永別離	悲戀為墮淚
設集著一處	過於四大海	計我從本來

人所受身 白骨悉積聚 高廣喻須彌 人天所受苦 窮劫不能盡 觀察善明了 不能成道果 我雖棄恩愛 我雖棄恩愛

國二 共五

名曰捨所生 而不能免離 癡愛業父母 外假聖法衣 依止出家業 雖捨內貪著 何從得心樂 空失欲味歡

不得禪悅樂 於五無間業 未能定不起 未入決定聚 未沒生死淵 作者終不喪 侵彼肌體分 由此利養心

翳我善功德 深思刻骨苦 即時興厭離 未說諸惡趣 顛倒見所縛 不向平等路 牟尼一乘道 得生難得趣 諸根悉具足 俱佛興于世 又得聞正法 而不捨苦器 未度貪欲海 技刀五惡賊 是亦未摧滅 如是正觀時 修行向解脫 作是憂厭相

則便生決定 身為不淨器 三十一六充滿 譬如大地種 生育眾雜類 身為隱覆聚 亦常假澡浴 聚沫撮摩法 不久必當滅 譬如毒蛇篋 四大器亦然 八萬惡蟲舍 常共競侵食 是身為火宅 四百四病惱 種種苦不淨 一切內充滿 譬如故空舍

亦如丘塚間 坯器無堅固 說身亦復然 無量眾惡聚 虛妄非真實 顛倒起貪著 長夜嬰楚毒 將復處胞胎 數數受生苦 不見真實法 生死輪常轉 始受迦羅邏 次生泡肉段 漸厚成支節 五種胞胎苦 幽閉無日獄 生熱藏所迫 長養於行廁

臭悶不淨苦

出胎受生苦

輪轉老病死

是今當更說

一色種種觀

一一四種因

一切諸陰起

三相所迫切

觀色如聚沫

決定知因果

究竟身念處

受與心相應

受如水上泡

想如春時焰

衆行如芭蕉

觀時惟四體

因緣果無量

其相同種性

識種猶如幻

虛妄無真實

逼迫是苦相

修行思惟定

悉於所依現

心猶不調馬

因緣是集相

寂靜滅盡相

出要是道相

如幻如猿猴

無量因緣相

一切現所依

於此四聖諦

修行漸觀察

思惟十六行

二陰空無我

次合觀想色

想合受與識

解脫生死苦

略說一切法

自相及共相

行二亦如是

次第想色受

想色識亦然

明智決定義

修行正觀察

修行然慧燈

分別想受識

行三同想說

四五漸和合

正觀四真諦

能斷惡趣分

離諸受胎苦

思惟壞自相

惣緣五盛陰

七處三種觀

不復樂受身

嬰世之苦惱

捨除利養行

悅樂廣境界

還滅觀生滅

一念見真實

獨處修遠離

已能修厭離

不味生天樂

具足法念處

正觀陰種相

如化夢水月

沉復著人間

忍受諸苦痛

觀種如毒蛇

定慧轉增廣

彼則煖法生

其心極寂靜

陰為五怨賊

自覺貪欲患

長夜密侵害

惣見五陰相

自身欲火燒

三界盡熾然

六根如空聚

塵賊競來集

於此内外入

諸相三三昧

正向解脫門

初觀四聖諦

修行真實觀

見愛如大河

涅槃如彼岸

真實十六行

成就煖法已

增進真實觀

修行慧眼淨

觀法空無我

如是知真實

見佛身相好

無量諸功德

第一寂滅法

不樂處三有

明見諸法者

略說三成相

清淨離煩惱

聖衆功德海

甚深無涯底

及前說三壞

方便勤修習

次第相行義

種種微妙相

現身及境界

見已心歡喜

圖二

共六

圖一

共七

頂法具足相 增進生忍法 五趣現境界
惡道熾然滅 遊息清淨處 中住經生死
最上惟一心 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 鹿遊逼迫苦
空寂無衆生 不自在無我 苦種是因義

衆緣合為集 種八起 緣果名為緣
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 當如上所說
修行決定分 諸有明智者 應作正方便
信勤勿懈怠 常起欲慙愧 於諸梵行者
常當愛恭敬 自守修淨戒 威儀令安謗
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 所生悉過患 思惟善觀察
三有如火然 如彼重病人 信受醫方療
聞善知識說 觀察諦思惟 常以清淨心
繫身莫放逸 寂默少言說 冥坐思實義
丘壙林樹間 閑居修遠離 無事樂山巖

窟中露地坐 樹下敷草葉 如是清淨住
修行內思惟 勤習無休懈 專精求已利
遠離退住過 必能得升進 決定功德分
修行勤方便 具足諸善根 我以少慧力
略說諸法性 如其究竟義 十力智境界
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
雖覺壞皮色 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

圖二

共八

淨想仍不除 亦名修行退 修行愛欲增
 應往至塚間 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
 如彼塚間相 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 闍亂心不住 當於上繫心
 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
 今不至解脫 自免勤方便 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

圖元九

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
 愚形起姪亂 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 周匝見險岸 不識究竟處
 修行疾退沒 於身深愛著 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 是必復還起 已說諸修行
 不淨方便退 若於勝道中 退亦如前說

達摩多羅禪經卷上

圖二

絨反古咸 關反步 殺反士 縛反苦 又反又 儻反祖 峻
 庾反勇主 心懼反下其 絞反古 喘反昌 充反充 掉亂反上徒
 閃爍反上失 灑反下書 濁反對 蚊行反移 劇反奇 苦
 也沃反下上 焦反下上 穗苗反上音 孤舉反上陵 巨反不 可反可 鬚鬚
 下音下音 黠慧反上八 溺反上 的蝮蝎反上 許反上 福反下 涯底
 宜上音宜上音 竅反苦 咽喉反上音 抑反意 力梯反上 地禮
 帝反帝 邏反郎 賀反賀 知反箭 迭反徒 涓流反上 愁慘反下 澆漫
 上反上 古堯反反 恐怯反下 恬靜反上 從添反上 愁慘反下 澆漫
 下反下 莫官反反 史反史 裸形反上 蠱毒反上 古音反上 盛反上 苦
 成下音成下音 蛇反上 又反上 愚官反反 螫反上 姿態反下 他瞬反上 苦
 反下音反下音 亦上音亦上音 萎反上 烏為反上 枯悴反下 拷掠反上 略

撮摩反上七 坏器反上 嬰反當 一反一 泡反音 丘壙反苦
 也反尤 顧反下 軒反音 也反音 暫反音
 達摩多羅禪經卷上 二千末 圖二

達摩多羅禪經卷下二

圖三

東晉天竺三藏佛陀跋陀羅譯

修行方便道不淨觀住分第十
 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
 不曉智度法 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
 而便中路上 癡冥住所縛 猶如象繫樹
 骨想有堅相 其體密無間 不次行衆想