

禪法要解經卷上

姚秦羅什譯

圖四

行者初來欲受法時師問五眾戒淨已若姪  
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

異刊

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  
一者觀死屍是爛不淨我身不淨亦復如是  
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  
者雖眼不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  
垢肪膈皮膜肌肉筋脉髓腦心肝脾腎肺膈  
腸肚胞膽痰癢生藏膿血屎尿諸虫如是等

種種不淨聚假名為身自觀如是所著外身  
亦如是觀若心惡厭姪欲心息則已若心不  
息當勤精進訶責其心作是念言老病死苦  
甚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必不作我今  
云何著是屎囊而生懈怠不能精勤制伏其  
心如此弊身賢聖所訶不淨可惡九孔流出  
而貪著此身與畜生同死俱投黑闇其所不  
應如是硬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  
大王無有怖畏諸羅漢所作已辦是我同伴  
已能伏心如奴畏主心已調伏具種種果六

通自在我亦應自調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  
心我若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  
伎樂盛自莊飾欲壞目連目連亦時即說偈言

圖四

二

汝身骨幹立	皮肉相纏裹	不淨內充滿
無一是好物	皮囊盛屎尿	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	如我所惡厭	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
汝脅肋著脊	如椽依梁棟	五藏內
不淨如屎糞	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	汝欲來燒我	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

淨觀者三品或初習行或已習行或以習行  
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人習行却身中一  
寸皮肉繫意五處頂上額上眉間鼻端心處  
如是等處任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

圖四

三

還極乃休息所緣如柱念則如鑊心喻獼猴  
亦如乳母常觀小兒不令墮落行者觀心亦  
復如是漸漸制心令任緣處若心久住是應  
禪法若得禪定即有三相身悉和悅柔軟輕  
便白骨流光猶如白朮心得靜住是為淨觀  
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

心心相應法生滅如毗琉璃甯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任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日鈍根者久久乃得如鑽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鑽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

郭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以止息心得快樂

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清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

四

四

定作是念已毀昔五欲見求欲者甚為可惡如人見狗散糞而生惡心如是種種因緣訶欲為過已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

如瘡如癰如箭入心三毒熾燃起諸闍諍嫉  
妬之烟甚可惡狀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  
黑雲翳日風力破散若姪欲蓋起心念五欲  
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清淨學道  
除剃鬚髮披著法服盡其形壽五欲情願求  
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瘡亦其患未瘥不  
可為樂復次欲染其心不見好醜不畏今世  
後世罪報以是之故應除姪欲已却姪欲或  
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具云何更增其惱如

圖四

五

人臨欲刑戮何有善人重增其苦又復行道  
之人應捨吾我愛慢等結雖不障生天而行  
道之人尚不應念何況瞋恚拔樂根本復次  
如水沸動不見面像瞋恚心盛不識尊卑父  
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姪欲瞋  
恚既止若得禪定則為快樂若未得禪樂情  
散愁憤心轉沉重憂鬱不了即知睡眠害心  
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睡眠如  
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煖法未有所  
得不應睡眠作是念已若睡眠不止者即應  
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爲大師所有妙法未曾有也我已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訶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爲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瞋恚各別爲蓋何故睡眠掉悔二合爲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爲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爲蓋眠既覺已心不專一馳念五欲行諸煩惱是名爲掉譬如獼猴得出羈閉自恣跳躑戲諸林木

圖四

六

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爲蓋問曰作惡能悔不應爲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爲蓋如是種種因緣訶掉悔蓋繫心緣中若心生疑即應令滅所以者何疑之爲法非如愛慢今世不生懽心後世令墮地獄又疑遮諸善法如歧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爲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寶知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若無所執而對強敵反以爲害我今未得修定智慧云何欲籌量諸法實相是不應亦復次外道非

佛弟子故應生疑我是佛弟子云何於佛而復生疑佛常毀些疑患是覆是蓋是遮是礙自誑之法如人既知刺害即應除避疑亦如是誑惑行者欲與疑慧而破實者譬如病疥癩之轉多身壞增劇良醫投藥疥痒自止行者如是種種諸法而生疑想隨事欲解疑心

圖四

七

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先以正念呵止五欲得未到地身心快樂柔和輕濡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及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復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

淨罪樂甚可憐愍初禪快樂內外遍身如水漬乾土中外沾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各

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味有餘著故是以覺觀滅結使亦滅復次本未曾得覺觀大喜以大喜故壞破定心以破定故應當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

圖四

八

說覺觀應滅不說初禪煩惱耶答曰初禪覺觀有二種一者善法相應覺觀二者愛等結使相應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任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應當進求

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以求二禪譬如風土能動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

圖四

九

離初禪結使何以不言離生答曰雖復離結使但住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尔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見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

喜淨妙衆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爲鹿樂今欲捨鹿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爲害譬如人知婦是羅刹則能捨離心不悔念喜爲狂惑鹿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入於三禪問曰此說一心念巧慧初禪二禪何故不說答曰第三禪者

身遍受樂心行捨法不令心著分別好醜是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

是名一念巧慧行樂入第三禪問曰如經說第三禪中二時說樂何等爲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爲第一之樂答曰三禪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

爲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鹿者名爲樂根細者名爲喜根二禪三禪樂受鹿者爲喜根細者爲樂根譬如熱極得清冷水持洗手面是名爲喜入大涼

圖四

十

池舉身沐浴是名受樂行者如是初禪覺觀動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老別復次樂受有四種欲界六識相應樂名爲喜根亦名樂根初禪四識相應樂名爲樂根亦名喜根二禪意識相應樂名爲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退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復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涅槃樂能捨禪樂而得三利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亦離欲時以斷苦今何以復言斷苦答曰有人言斷有二種一別相斷二惣相斷如須

圖四

十一

陀洹以道比智惣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尔答曰佛經所說離三禪時斷樂斷苦先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麁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唯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動故定心  
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  
動處故又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

圖四

十二

師調金融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第四禪  
已念一城衆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衆生慈  
心遍覆皆願得樂譬如水劫至時消水火珠  
滅不復現大海龍王心大發動從念生水出  
海溢漫及天注雨遍滿天下是時天地彌漫  
無不充溢行者亦亦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衆  
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衆生令得世  
間清淨之樂亦以所得禪定快樂持與衆生  
亦以涅槃苦盡之樂乃至諸佛第一實樂願  
與衆生以慈力故悉見十方六道衆生無不  
受樂問曰如阿毗曇說何等是慈三昧觀一  
切衆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衆生得樂答

曰初習慈心願令得樂深入慈心三昧已悉見衆生無不受樂如鑽燧出火初然細軟乾草火勢轉大濕木生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衆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

圖四

十一

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不能治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衆生云何觀苦者為實樂者為倒所謂顛倒無衆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衆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衆生以為實者衆生受樂應是顛倒而有衆生無衆生皆為是邊不應但有衆生以為顛倒復次慈三昧力故行者皆見衆生無不得樂如一切入觀禪定力故於緣境界轉青作赤何況衆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尔地獄云何答曰地獄衆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煞時逃避啼哭請求獄卒願見放捨若語赦汝得脫此苦者心亦可樂如是之等皆有樂分又復神通力故行慈之人種種教化令衆生得樂或隨所用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衆生得種種樂以是故不但與願亦實令得樂問曰行慈者得何功德答曰行慈者諸惡不

能加如好守備外賊不害若欲惱害反自受  
患如人以掌拍鋒掌自傷壞鋒無所害五種  
邪語不能壞心五種者一妄語說過二惡口  
說過三非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謗等不  
能毀也譬如虛空不受加害心和柔軟猶若

圖四

十四

天衣復次行者入慈虎狼毒獸虵之屬皆  
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  
衆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繫法心共生隨心  
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  
餘地緣無量衆生故名爲無量清淨故慈念

故憐愍利益故名爲梵行梵乘能到梵世名  
爲梵道是過去諸佛常所行道問曰云何修  
習慈心答曰若出家行者作是念我除剃鬚  
髮不存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在家  
行者作是念慈心力故於惡世中安隱無患  
於破法衆中獨隨法行於熱煩惱令心清冷  
如近聚落有清涼池

圖四

十五

復次行慈力故怨家毒患不能傷害如著革  
屣刺不能傷行者處於欲界多瞋怒害闔諍  
怨毒種種諸害慈心力故無能傷害譬如力  
士著金剛鎧執持利器雖入大陣不能傷壞  
復次是慈能利益三種人凡夫行慈除諸瞋  
恚得無量福德生於淨界世間福德無過是  
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

所說慈心共俱近脩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有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使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卧十三者省於言說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屠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荅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受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以隨意可得故心生歡喜復次行者作是念

圖四

十六

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買客賣持少物百千倍利心大歡喜復作是念如此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相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最為第一自思惟言我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以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

圖四

十七

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心修行喜心除破憂愁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安位寶藏歌舞戲笑者是名為喜若失此眾事者是名憂苦若無此三事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嘆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鞭撻又聞經說惡道

苦痛取是苦相觀一切皆苦而生悲心捨自  
捨憎愛亦觀衆生無有憎愛及取外衆生受  
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衆  
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  
甚悲念若子從困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  
四無量心中觀諸衆生亦如子想隨已所有  
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

衆生受諸苦痛取是相已而生悲心悲心力  
故見諸衆生悉皆受苦見受苦已願令衆生  
皆離是苦從悲三昧起若見衆生受樂得道  
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衆生皆得歡喜從此  
定起見衆生不苦不樂者不憂不喜者取是

十八末

相已而生捨心願令衆生不苦不樂不憂不  
喜以善修捨定力故悉見衆生不苦不樂不  
憂不喜得離煩惱熱復次若衆生有諸過豐  
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

禪法要解經卷上

圖四

涎唾連上反似胞膽下上音拋反下痰瘰下上音談捷下音  
反硬香反更脅肋下上許業反脊背音跡白下音何反  
箒同音鑽反子官訶衍下音濡下音毀下音皆下音瘡疥  
上蘇到反刑戮下音愁憤下音恃怙下音壘  
下音都都反羈閉下音跳躑下音疥痒  
下音養芥水漬下音沾洽下音脂炷下音溢漫  
下音莫官反鉞下音讒謗下音鎧下音賈  
客古上音邪徑下音鞭撻下音過豐下音賈