

七爲習行謂多事八爲愛身九爲輕謂非法語十爲貪謂多欲十一爲不好善處居謂惡人中行道者當斷是十一因緣得道疾

內身觀章句經一卷

法觀經一卷

西晉竺法護譯

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爲數已得行爲第一禪

佛言坐禪當三定何等爲三定一者身定二者口定三者意定痛痒止爲身定聲止爲口定意念止爲意定念止者爲受行常念道聲止者斷四惡痛痒止者爲不隨貪意在內已身定口定意定當立戒身意持持者爲一切

無所犯又身意持名爲治治者意持意行三十七品經故經言所不識所不能止爲息中不識意去時不能止意去如是當精進行出力守正坐叉手佂頭持意內著心中隨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爲不可佛言數息意令息數不互何意令意爲玄行

佛言已三定戒應律爲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爲四守當精不離是爲勤力夜半日出日中晡時是名爲四止讀經經行旋塔内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徊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爲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

圖六 佛言自觀身有時當觀他人身當觀身者爲校計當觀他人身者爲自觀身意著當觀他人身死敗有時可自觀身亦可觀他人身著當觀他自觀者爲自觀身意不著可觀他人

八 身亦爲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爲自見身肥白好不可觀他人身亦爲見他人身肥白好端正膩眉赤絜見肥當念腫脹見白念死人骨見膩眉念死人欲壞時色轉青黑見赤絜念血皆當壞販何等可貪

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臘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爲地人生從穀精氣穀爲地意爲種精氣爲水雨便合生身故求一衣一食是爲養氣護

主人身爲本無故滅盡無常得道便知身非身念身不必要當死敗意爲人種便守意一心癡人不守意護冤神但養四柯爲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冤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余皆當過去是爲非常

人不自計多念萬端皆不爲一以是爲苦身死索牽萬物亦尔滅是爲已復生生復苦便作善惡行種哉未知所趣是爲非身道人行道當爲斷人不知四非常終不得道以自計

圖六九

身視諸死敗知人物皆無所有意便守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爲化成皆當腐落腦如凝米粥皆當臭敗眼但有窍水皆當汁出空堦耳但有肉垢皆穿漏鼻口涕唾皆流棄消壞舌咽喉肺腑肝心中

惡血肝膽鬲脾著胃腎著脊胃中有未消食
大腸有屎小腸胞有屎發便腹少增減身死
氣盡皆當脹壞爛腸胃屎尿相燒躋臭處
可惡下有尻肉兩脰兩足肥肉稍盡筋脈壞
敗骨鎖節節解墮脰脰確正白髀骨如車輪
尻骨與脊骨相連脊與肋骨相連肩骨與肘
臂手相連皮草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爲死
人身健正直不復搖風去身冷火去黃汗從
九孔流出水去死不復食地去三四日色轉正
青膿並從口鼻耳目中出正赤肌肉壞敗腸胃生虫
土明地水火風空皆非我所意汝從無數世
還自食皮草消腐骨顏正白久久轉黑作灰
巴來亦爲人作妻子奴婢亦作畜生牛馬虫
象勤苦重負亦爲人所屠剥膾炙今爲人復

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虫
還自食皮草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
巴來亦爲人作妻子奴婢亦作畜生牛馬虫
象勤苦重負亦爲人所屠剥膾炙今爲人復

興

十

如是自身亦如是皆當滅盡是爲空出息盡
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息意便守意
意不出身爲道人待在外爲萬物念在內爲
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

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爲安隱人不知
非常然不去貪亦不離薜荔道世間所有如是
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
生死中爲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夭折生死五道
從六衰起人生心意本自善無有貪愛痛痒
思想生死識爲耳目鼻口所欺目光視色耳
聲音鼻知香口知味身知寒溫龐細心爲作
十事成五陰意爲識合爲六衰因作善惡行

種哉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
洹間所以守意者音爲識主行故惡六衰爲
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定五陰
六衰乃止三定者口無所知爲口定身無所
知爲身定意無所復念爲意定佛言道有四
要界持禁封乃得出何等爲四一爲識苦不
復向萬物是爲得出三惡道啓二者知身非
身便壞身不復受是爲從人得出門第六天
上啓三者知非常意不復向是爲得出十八
天啓四者知空滅空是爲得出二十八天啓
空滅乃爲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

法觀經一卷

圖六

禪要呵噦經

惡一故燒古堯溪壑各反趺夫踝玄瓦脛胡
 反腔蒲米膀苦化頸居領胡感腕烏貴肘
知柳膊傳肋助作脆取歲駛史使

內身觀章句經

鹽艷跑踐上音盜疑魚陵顙樓顙頤上於割
 悅上嚙各下吾龍喉上郎彊其兩葦用鬼脊
悅二字音跋口刀髀蒲米肩臂下正作縫

逢餓編所禁口啄早音脾頻弥脣脣迷欺

殆待下音虺許鬼孚芳無革厄責

肥白房非繁息慮四柯下音窈反培坎肺
 膽上芳吠反僧正作膾燒臯上古堯反脰
定上胡苾頻必薜荔上蒲開反夭折上於確角

身健頂下他

圖六