

能海上師全集

趙樸初題



第二輯

三學講錄



能海上師全集第二輯

三學講錄



能海上師全集編輯委員會

名譽主任：趙樸初
顧問：大吉活佛 聯波活佛 隆蓮法師
主任：清定上師
副主任：請佛法師 貞意法師 任杰
主編：智敏法師
副主編：倪維泉
編委：寂度法師 昌明法師 萬法法師
仁善法師 海信法師 曹碩文
鄭頌英 陳智泰

能海上師全集第二輯

三學講錄

編輯 能海上師全集編委會

校對 陳智泰 洪迪昌

出版 上海佛學書局

地址 常德路四一八號

郵編 二〇〇〇四〇

印刷 上海場南印刷廠

佛歷二五四一年十一月印

公元一九九七年十一月印

上海市新聞出版局內部資料準印證
編號(九五)第一八八號

本編中，凡楷體文，即是「講錄」，不另標「講錄」二字。其餘之黑體及宋體，即是「講錄」所敷釋之《戒定慧基本三學》原文，且與原文中相應各篇之字體相同，有助於讀者尋繹。

另在《舍利弗阿毗曇論禪定品學記講錄》中，有較小之「細圓體」數處，係「傳抄善知識」之附筆。

編校例白

一九九六年十月

徵求海公譚著啓事

敬啓者：海公譚著，流散各處，時日既久，收集不易。已承隆蓮、昌明、寂度、萬法、仁善諸師慷慨贈書，特此鳴謝。今尚缺少《華嚴經十地品講錄》、《增一阿含學記》、《大小持戒健度講記》等書，以及海公函件墨寶照片等，深望有珍藏者，或割愛捐贈，或賜借復印，或展轉探求，以期成就全書，圓滿無缺。來信請寄上海佛學書局轉交。此啓。

能海上師全集編輯委員會

一九九七年十一月

三學講錄目錄

一、菩提道次第科頌講記		一
二、律海十門制戒緣起十義門講義		一六五
三、定道資糧頌講錄		一七〇
四、舍利弗阿毗曇論禪定品學記講錄		二七八
五、慧行習練刻意成念記講錄		三五四

宗喀巴大師顯密修行次第科頌講記

乙亥年十月能海上師在華北居士林講

弟子任定詢筆記

菩提道次第攝修求加持頌講記

《菩提道次第》，即三十七道品，爲修行的工具，若僅講法相，則不起作用。又西藏贊《菩提道次第》，名曰完全次第。完全者指兼顯密言，次第者指配合恰好言。次第之妙，唯修行人方能領略，其妙處如機器然，第一輪動，其餘各輪皆動。其次第大概，加持總頌中，已略標明。如第一頌歸依師，第二三頌歸依廣般若；第四頌歸依深般若；以下「能成衆德之體具恩師」二頌爲前導；「身命動搖猶如水中泡」二頌爲下士道；「受用無厭一切衆苦門」二頌爲中士道；「如我淪落生死固如是」二頌爲上士道；「心趨倒境動搖能作止」一頌爲止觀；「共同道熟密器成就已」三頌爲密乘。以後數頌爲回向。

講《菩提道次第》前，須先講加持總頌。此頌一方面表明求加持，一方面使了

知《菩提道次第》大綱，如《妙法蓮華經》中《普門品》等是明加持之理，此頌乃修加持之用，無加持不能成就故。禪宗恐人執著，不過不談加持，實則亦不離加持。念佛持咒亦然，總須說明求加持之目的。否則護法神中（除離欲者）有未離欲者，以屢次漬請，既到又不說明何意，便不護佑。普通誦經持咒等，但請佛菩薩及護法降臨，多不啓白，每易招魔。不知啓白爲一種表明求加持之願，最爲重要。故此先啓白宗喀巴大師。

南無第二法王、無上悲智、雪山善巧、賢慧普聞、文殊應化、根本大師、宗喀巴尊足下、恭敬頂禮，伏乞一切時處、普垂攝護。

南無，印度音。其義無量。謂皈依、崇尚、敬禮、信順、愛慕、欽仰、不離、求救、賜與等諸義，不能具說。總則清淨三門，皈依供養誠求三輪加持無餘獲得而已。

第二法王，謂釋迦牟尼佛爲法王，宗喀巴大師爲釋迦後之第二，故曰法王第二也。自釋迦佛滅度後，各宏法師，因衆生根機不同，或宏顯而不宏密，或宏密而不宏顯，至性相兩宗亦然，求一平等宏揚並能起大作用者，厥爲宗喀巴大師。大師在《大般若經》中，已曾授記（如說《般若經》盛行于東北。西藏即在印度東北也），固非偶然也。宗喀巴大師生時，衣胞所埋處，生一菩提樹，此樹一葉一阿字，該處僧衆恐人攀折，築牆圍護之，此樹另出別幹，又築牆圍護之。如此大師大

悲心所表現。

宗喀巴大師爲文殊菩薩應化，智慧無比，每日讀生書十七篇，皆能熟記。又一日看百十卷，（現在一日看百十卷者尚有其人）其敏速如是。至其著述有十八函之多。所著無序跋等文，皆重要佛法。合弟子等所撰述，共計三十八函。此三十八函，爲根本要籍，其餘解釋此三十八函各書亦甚多，約百函左右，統攝三藏十二部性相顯密，真法門之寶庫也。

具德根本無上大寶師

安住於我頂尖蓮月輪

大恩難得門中隨攝引

身口意三悉地使我成

大恩難得云云分二：一、大恩難得，二、法門難得。頌中門字即法門。身悉地，謂得法報化三身；口悉地，謂得四無礙辯才；意悉地，謂得大悲大智大願。

接引無比教王薄伽梵（釋迦佛）

補處菩薩至極不敗尊

如來授記聖者無著師

佛佛子三恭敬作白啓

莊嚴南洲善巧天親主

獲得中道聖者解脫軍

住入信地解脫勝軍師

世間眼目三尊作白啓

接引無比教王薄伽梵以下，請宗喀巴大師代請佛加持。此叙廣般若派之傳承。西藏廣般若派，即中國相宗，謂相宗傳承之根本，歷代自釋迦佛以下，師師相

次遞傳以至宗喀巴大師，其中無間斷也。補處即一生補處菩薩。謂釋迦佛後，一生補處菩薩彌勒，當相繼成佛，故曰補處，言補佛之處也。不敗謂不爲煩惱所敗。天親菩薩，造大小乘論各五百部，稱爲千部論主。故以莊嚴南洲贊之。《現觀莊嚴論》註者甚多，宗喀巴大師取無著、天親、勝解脫軍、勝軍四子註，故廣般若派中自彌勒後，亦叙此數人。

無比善說滅諸戲論主（釋迦佛）

普攝衆智勝者妙吉祥

觀甚深義至聖龍樹師

妙說頂嚴三尊作白啓

此叙深般若派之傳承。西藏深般若派，即中國性宗，謂性宗傳承之根本，歷代自釋迦佛以下，師師相次遞傳以至宗喀巴大師，其中無間斷也。以上三啓白，名師瑜伽，是爲求加持之境，並表明《菩提道次第》各派傳承之歷代。無著菩薩祖述彌勒菩薩，傳廣般若派；龍樹菩薩祖述文殊菩薩，傳深般若派。又文殊菩薩以下兩派，一、惟是名言派，二、一切法無自性派。（能海法師是一切法無自性派）

能成衆德之體具恩師

如理依止道之初步正

善觀察已恒時奮殷勤

作大恭敬依止求加持

此《菩提道次第》之依止法。謂一切法從依止上師所出，故首修依止法。師喻寶庫之鑰匙，始能開寶庫也。衆德謂因上戒定慧三學，果上斷智悲三德。初步正，

謂依止之初步得到善知識，則以後所修，不致誤入邪網也。求加持，謂自力不足，求佛菩薩不思議力之密助。此依止法，根據於《大般若經》及《現觀莊嚴論》等。

偶一獲此圓滿有暇身

最極難得大事了知竟

日夜恒時決擇心堅固

生起相續不絕求加持

此頌合前「能成衆德之體具恩師」即依止法，共爲三士道之前導。圓滿謂十圓滿。有暇謂八有暇。（十圓滿等，見《瑜伽師地論》。）

身命動搖猶如水中泡

迅急滅壞必死應思惟

死已如影隨形黑白業

引起後果決定獲不異

如是知已一切諸惡業

細而又細亦復令斷離

衆善資糧究竟能修成

恒常具足殷勤求加持

此兩頌爲下士修法，下士唯求樂。說見《俱舍論頌》（後詳）。頌中大旨，謂黑白業果之性是空，黑白業果之報不空。所謂空者，空一切法之自性，其相不空。但有轉業之法，而無消業之法，如多修善業滲和，則惡業重報轉輕，若消滅之則不能也。

受用無厭一切衆苦門

世間滿足深險罪業坑

堅意遠離解脫安樂永

義樂廣大生起求加持

即此清淨出離慧引起

正知正見大大不放逸

聖教根本別別解脫戒

堅持修行能作求加持

此中士修法，中士唯離苦也。有畏黑白業因果心，方爲下士；有決定出離心，方爲中士。（下士即凡夫，中士即小乘；凡夫爲煩惱所敗，小乘爲悲心所敗。）受用無厭，謂欲界有情，依財色名食睡粗五欲而生，離之則死，此世間受用，在凡夫地位，雖不能一時遽爲謝絕，但宜縮小範圍，足以支持生命即可，切不可無厭，一味五欲自恣。世間福樂滿足，苟無厭離之心，勢必造業則受苦，故喻深坑。不過，世間滿足，在中士視之則如深坑，下士視之，或以爲幸福耳。解脫，謂離一切苦之涅槃四德，如涅槃非無常故曰常，涅槃無三苦八苦曰樂，涅槃無我故曰我，涅槃非染污故曰淨。此四爲出離生死之四德，衆生不了，反執此世間現象苦空無常等爲常樂我淨，故流轉生死，不得出離也。所宜注意者，涅槃四德爲常樂我淨，即是解脫。能解脫世間無常等，就是常樂我淨，不是另外求一個常樂我淨。若另外求一個常樂我淨，乃是束縛，不是解脫。

別別解脫戒，謂七衆之戒。衆生根機各別，欲令各各解脫，不能以一法而度之。如貪大者戒貪，瞋大者戒瞋，佛之制戒，皆爲對治煩惱也。修行無戒，如無基之牆，所謂空中樓閣，不能實現也。

如我淪落生死固如是

一切父母衆生陷溺亦如之

見已解脫諸趣擔負荷

發起菩提勝心求加持

僅唯發心不受菩薩戒

或受不修亦難成菩提

能善觀已佛子三聚戒

起大精進受學求加持

此上士修法，上士恒勤求，自苦他安樂。故觀自苦，亦觀衆生苦，自離苦，發

菩提心，令衆生亦如是。

《菩提道次第》分三科。(一)三士前導，(二)下士中士上士修法，(三)修正觀法。大綱如是，以後即密乘。

此三士修法，不可偏廢。以要言之，上士不離中下士所修法，否則無基礎，既不知中下士修法，遇中下機，亦無以度生。中士亦非不發上士大菩提心，彼外道猶講利生事，何況中士，中士雖二乘，當然亦修上士大乘利生行，不過遇違緣而退心，故名爲中士。又不修下士法，亦不能修中士行，連黑白業果未決定，下士之基礎不堅也。現在許多修行不易成就者，原因雖多，最重要者，皆越中下士之行而不肯修，是以修行者宜首先修習下士法，認定黑白業果，於其中間細細觀察，了知緣生之法，能增長極大智慧。如此觀察純熟，直至大乘行菩薩道時，亦肯捨頭目手足也。彼許多但言菩薩道，而不能行菩薩行者，皆不觀察黑白業果之過

也。如能詳細觀察，不但能出離，且可漸漸得後得智，如佛之知處智力，皆是由昔洞悉觀察黑白業果而然也。昔阿底峽尊者當圓寂時，弟子求開示無上玄妙殊勝法門，尊者但告以了知業果爲要。不了知業果，終屬門外漢，欲求成佛，無有是處。若能知業果，能信業果，能修業果，便是無上玄妙，仍是自己的玄妙，不是門內的玄妙，故古大德成就，其功夫亦從下士入手。

然雖三士法按次而修，苟無定功，依然不能起大作用。故修三士法後，尤宜修正觀法，此即所謂次第也。《菩提道次第》又分兩大段，前爲上段，後爲下段即止觀修法。

心趨倒境動搖能作止

且於正義如理起尋思

由是引發止觀雙運道

速急相續生起求加持

此加持定。正義謂依《因明論》，尋思謂觀想。先止，次觀，有止有觀，而後止觀雙運。止觀通顯密，《菩提道次第》中，說止觀處甚多。

共同道熟密器成就已

一切乘中最勝金剛乘

堪能士夫契入正習修

決定穩速入道求加持

此密乘之次第也。共同道，謂以前深廣般若及依止法，並三士修法止觀等，皆爲顯密共同所修之道也。宗喀巴大師未出世前，多不修前三士法，至大師始令

兼修，否則不名完全次第，故曰共同道。密器成就，謂成就密法之器，須修三士法後，認定業果，通深廣般若，發菩提心，行菩薩願。扼要言之，修三士法後，又要分證全證空觀，方堪稱密器。密乘喻如獅子乳，須琉璃盛之，不可用瓦瓶等，否則必壞，故云密器成就也。

修密乘有應注意者三：一堪能。謂有大精進。密乘事相繁細，堪能受持也。二契入。謂器與法合也。三正習修。謂不亂次第，按步進修也。穩速者，謂依前三士顯教法，再學密乘，最爲穩當，而且迅速。若不依前法，單學密乘，雖速而不穩。宗喀巴大師教弟子密、顯二教不可離開，故曰決定穩速入道求加持也。總之，依前修三士道以學密乘，又依密乘中次第俾有條不紊，則安穩無誤，而且迅速也。此頌大旨，謂若修顯教而不修密乘，應修至止觀而止，以後諸法可以不修。若修密乘，則顯教中三士道等，決不可不修，蓋三士道爲修行基礎，無基礎則無成就之餘地。宗喀巴大師以前，不修前三士道而徑入密乘者有之，自宗喀巴大師樹立法幢以來，無前不可也。

此時二種悉地成就體

無諂誑心決定獲得已

宣說清淨誓語三昧耶

勝於生命守護求加持

此密乘戒。二種悉地，謂生起次第、圓成次第。成就體謂戒，無戒不能成就

故。密乘最重戒，宜作佛在上說戒觀想。誓語即三昧耶。

密乘戒，一半是顯教戒。持三聚戒不可犯。若犯顯教戒，即犯密教戒。又戒的大要，即一別解脫戒，二菩薩戒，三密乘戒。

此後密部心要二次第

勝義瑜伽四次不動搖

凡諸津要觀行務精勤
準如師教修行求加持

二次第謂生起次第、圓成次第。瑜伽謂相應。四次謂每日修四次也。準如師教修行求加持者，謂不可憑自意修，亦不可憑他師說修，且不可無師傳而修，故曰準如師教也。

宗喀巴大師顯密修行次第科頌講記

《菩提道次第》淵博，修者不易入門，此表爲便每日修持之法，對於初學者，令知其中津要，對於廣學者，免感無邊之苦，故初修由略而廣，如廣本乃聞之法，若修者皆略頌，以易起正思維故。

歸敬頌

諸佛正法賢聖僧

直至菩提永歸依

我所以修諸善根

爲利有情願成佛

此頌前二句是皈依三寶，後二句是發菩提心。諸佛，謂證三身之一切佛果。正法有二，（一）教之正法，謂名句文身。（二）證之正法，謂果上所證之正法。賢聖僧，謂三賢十聖之僧寶。善根謂六波羅密等。根者能生長義，願成佛者，願即大願，詳言之，即成佛之大願。成佛之大願非爲自利，蓋爲度衆生脫離輪回而成佛，故云爲利有情願成佛也。

此頌每日多誦最好。西藏任何儀規之首，皆有此頌。此爲修行之根本故。

修行次第（分五大科）（初）三士前導（二）下士修法（三）中士修法（四）上士修法（五）密乘修法。所宜注意者，此五科是修行法，不是單講學理。三士見《俱舍

論頌》「下士唯求樂，中士唯離苦，上士恒勤求，自苦他安樂。」三士前導，導者謂導衆生入道之門，前導者即修三士法之前方便也。密乘即三士修法總持的特別法。

（初）三士前導 分二

（甲初）有暇資圓之信樂 分二

（乙一）得八有暇

暇者閑暇也。謂有暇時可以聞法修法也。八有暇者，謂衆生不受逼迫，得有暇時以聞法修法者，有八種也。反之即無暇。故八無暇亦名八難。中國有《八無暇經》。

云何爲八？試叙如次：

（丙一）非三惡道

三惡道，謂惡趣中有三：（一）地獄，唯有苦受。（二）餓鬼，又有二：一、唯苦受者，二、大力餓鬼有捨受者。（三）畜生，此亦唯有苦受。三惡道中，終日爲苦所迫，雖願聞法而無從，故曰無暇。反之即非三惡道，則得有暇時點。

（丙二）非盲聾暗啞

盲者不能視，聾者不能聞，暗啞者不能讀誦。此四者對於佛法，不能聽聞讀

誦，故名爲無暇。按西藏聲子亦有聽經者，雖彼不能聞，以聽經者衆，亦可得到加持，故亦在大衆中占一位次，然究與不聞等，仍可云無暇也。反之非盲聾啞，則障礙去而得到暇時點。

(丙三)非世智邪辯

世智邪辯，又名世智辯聰。此類有二：(一)世間知識分子，具有種種學問，而我慢特甚，不肯研求佛法中深理，甚有肆意誹謗者。又外道典籍，亦多持之有故，言之成理。然繩於佛法，終非正道，亦徒逞一時之辯才而已。(二)佛法內道中分子，但以佛法爲世間學問研究之資而不修行(不斷煩惱)，佛喻此類爲井邊之渴死者(或云井邊乾死的人)。此世智邪辯爲聞法之大障，非此則爲有暇。

(丙四)非正法滅盡時

正法滅盡，謂佛不出世時。現值末法，過萬年後正法滅盡，則無佛法可聞也。故非正法滅盡時，爲有暇之一。

(丙五)非北洲

北洲即俱盧洲，爲四天下之一。此洲人有我執，而無我所執，以衣食自然，安樂無苦，故無競爭，而我所有之觀念亦淡。人壽千年，死後生天，以過於逸樂故，不肯勇猛精進以求佛法，故佛法不行於此處。佛及羅漢，有乘神通去者。但不能

教化也。

(丙六)非無想天等

無想天，在色界修無想定者所居之天也。（小乘有部與經部，攝之於第四禪廣果天，不立別處。上座部於廣果天之上，另立無想天。）此無想天，又名無想報，生於此處，五百大劫中，第六識心心所都滅，如枯木死灰。一類外道，誤認此爲涅槃。（按無心定有二：（一）滅盡定，係佛弟子一種禪定。（二）無想定，即外道禪定。此無想天即外道修無想定者捨報所生之處也。）不知五百劫後，定力一謝，從前埋伏第八識中煩惱種子，依然起現行也。無想天中報盡墮人道者，然多無記憶力，以第六識心心所壓伏已久故。所以阿羅漢畏無想天如牢獄也。等字攝邊地及下賤。非此則爲有暇矣。

以上六種。皆爲有暇。第一非三惡道、開之爲三，即成八有暇。

頌

地獄鬼畜生

盲聾暗啞等

世智邪辯才

正法滅盡時

北洲無想天

是名爲八難

難聞佛法故

無此稱有暇

(乙二)得十圓滿(十圓滿見《瑜伽師地論》) 分二

(丙一)依內五種 分五

(丁一)衆同分圓滿 生在人中，得丈夫身等。

衆同分，爲《百法明門論》中二十四不相應法之一。衆同分謂衆之同類也。如天與天同分，人與人同分。生在人中，即人中衆同分。得丈夫身等，即是圓滿。等字攝自由不下賤。

（丁二）處所圓滿 生在人中，得四衆處等。

四衆謂比丘，比丘尼，優婆塞，優婆夷。有四衆之處爲中國，否則不爲中國。故中國不一定在何處也。如印度雖爲佛誕生地，但近來印度民族，多不聞佛法，偶有他國僧人游履該處，兒童已不知僧爲何許人。故印度現在亦等於邊地，而非中國矣。（現在一般知識階級中時髦，每以印度之亡，歸咎佛教，不知印度久無佛教，且印度國教係婆羅門，並非佛教也。）生在中國，而非生在邊地，故曰處所圓滿。

（丁三）依正圓滿 生處中國，不缺根支，性不頑囂，解善惡語，堪能受法。

依正圓滿，謂依報正報圓滿。依報圓滿，謂生處中國。正報圓滿，謂不缺根支。

解善惡語，謂認識善惡。不解善惡者有二：（一）太聰明。（此非真聰明，乃一種狂慧，如顛倒是非之類。）（二）太愚痴。故堪能受法，解善惡語一端頗爲重要也。

(丁四)無業障圓滿 於現生中，不自教他，曾作五無間罪。

五無間罪，謂：(一)殺父，(二)殺母，(三)殺阿羅漢，(四)出佛身血，(五)破羯摩轉法輪僧。此大業障也。現生中不曾自作五無間罪，亦不曾教他作五無間罪，故云無業障圓滿。

(丁五)無信解障圓滿 於現生中，必不成就五無間罪，不於惡處而作信解。

不於惡處而作信解，謂不於無因果處而起信解也。換言之，即不撥無因果也。

以上為內五種圓滿。

頌 衆同處所依正圓

現生不作五無間

無諸邪見信業果

如是五種內圓滿

(丙二)依外五種 分五

(丁一)大師圓滿 遇大師出世。

大師謂佛，遇佛甚難。今值大師出世，故云圓滿。

(丁二)世俗正法施設圓滿 值大師教法。

世俗正法即十二部經。七佛中有四佛說十二部經，有二佛不說十二部經，但

說偈以示化，如「諸惡莫作，衆善奉行」等。衆弟子依之悟道。今值大師說十二部經。故云圓滿。

(丁三)勝義正法流轉圓滿 值大師弟子等，依法證得諸果向等增上功德。

勝義正法，對世俗正法而言，謂所證之境界也。諸果向謂四果四向也，此四果四向皆能證道者，即皆能親證勝義正法者。今值果向親能證勝義之諸聖者在世，故云圓滿。

(丁四)正行不滅圓滿 世俗正法，猶在未滅；勝義正法，未隱未斷。

世俗勝義謂俗諦真諦之正法也。全部佛法，不外兩種。一曰教一曰證。世俗正法，猶在未滅，即教猶存在；勝義正法，未隱未斷，即證道者猶有其人。故云圓滿也。

(丁五)隨順資緣圓滿 即衣食卧具湯藥等緣。

衣食卧具湯藥爲修行之四緣。四緣不具足，則助道缺乏，修行頗難。今者四緣悉備，想見獲法者之多，故云圓滿。

附法師《皈依發心頌》得十圓滿中外五種標目，以資對照，當易了解。

(一)佛出世，與此(丁一)項相當。(二)說正法，與此(丁二)項相當。(三)法

流傳，與此（丁三）項相當。（四）法住世，與此（丁四）項相當。五、資緣具足，與此（丁五）項相當。

以上爲外五種圓滿。

頌 大師世俗勝義法

教猶住世證未隱

四種資緣悉具足

如是名爲外圓滿

（甲二）人道方便 分四 （乙一）親近善士（乙二）聽聞正法（乙三）如理作意（乙

四）法隨法行

（乙一）親近善士 分三

（丙一）親近之功德勝利 分三

（丁一）得法流甘露，滋養慧身。

得法流甘露，謂得到傳承利益。以教言，一席話勝讀十年書。以證言，不同盲修瞎練，以致入魔，且可去疑心。有疑問時，立即請師解釋，更得修行上種種經驗方法。

（丁二）得有形無形之攝護，不墮邪險。

攝者謂善知識以財或以法攝受，令身心得自在。護者如不令近惡友，及不令

入邪網。有形攝護，如呵斥懲罰；又如師之身口意表業，可作模範皆是。無形攝護，即所謂加持。此加持有二：（一）證道者之加持，即以神通攝護；（二）未證道者之加持，雖未得神通，但以功德回向弟子，亦等於加持。又有不易修成之法，而竟能修成，此亦師無形中加持。邪者謂邪見、邪命以求資財。險者謂破見、破戒。

（丁三）指示道途之曲直險易，無迂回遲緩，不入疑怖之林，穩速抵家。曲謂有障，易謂平易，即不令險。精進太過，易生退志。經此指示，循正道而行，自無此虞。故能穩速抵家。抵家，喻證道也。

以上三種功德勝利，皆由親近善士所致。

頌 諸佛諸祖勝法流

現前恩師二攝護

示初中後道險易

穩速至家唯賴師

（丙二）所親近之德

所親近，指善知識言。所親近之德，即善知識所具之德。此擇師法爲彌勒菩薩所說。見《莊嚴經論》。善知識所具之德大約有十種：

（丁一）調伏 與戒相應者。

調伏總說，十二部經皆爲調伏，別說，即指戒爲調伏。此調言指與戒相應者。與戒相應，不必完全不犯戒，但大戒不犯，犯小戒能慚愧懺悔者即是。

(丁二)寂靜 與定相應者。

何以知其定，觀其態度安祥，三業不妄動，即可推測而知其有定力。雖未得定，亦必與定鄰近也。

(丁三)惑除 與慧相應，伏斷煩惱者。

能斷煩惱，方是真慧，不是有學問能文章乃謂之慧。

(丁四)德增 戒定慧具，不缺不減者。

不缺者，謂戒定慧如鼎三足，缺一不可，缺者缺乏也。不減者，減即退墮，不減即不退墮。大旨謂戒定慧三學平行，如戒中具定慧，定慧中具戒。德增即功德互相增上之義。

(丁五)有勇 益他無畏無倦者。

他謂弟子。無畏謂弟子有詬病，能以直言斥非，而無所畏懼。無倦謂精進教弟子，而無厭倦也。以要言之，即是用嚴格訓育弟子，不是一味姑息者。

(丁六)經富 有多聞者。

此多聞有二：(一)多學的多聞而能不驕不欺者，(二)親近善知識的多聞。

(丁七)覺真 了實義者。

謂知一切法無我，了解真諦，明深般若之理。

(丁八)善說 不顛倒者。

謂善說法，初中後善，不違因明之宗因喻，與法印相合。（即三法印。一諸行無常，二諸法無我，三涅槃寂靜。）所宜注意者，善說不是口能辯論，但所說合三法印，即是善說；雖訥口亦是善說；甚至如達摩面壁不說，亦是善說。

(丁九)悲深 無希求者。

謂悲威兼施，不求名利恭敬也。

(丁十)離退 於一切時恭敬說者。

問：「擇師十種條件，若能具九種，而獨不能持戒，是否可以依止？」宗喀巴大師云：「不可依止」。反之，九種不具，但能持戒，亦可暫依止。若有戒有悲，可終身依止。蓋末法時代，觀師全具十德，而後依止，殊非易事。然全具既難，分具亦可，不過須具第一之戒及第九之悲。以有戒可學，有悲可攝受。有戒無悲，短期依止，未嘗不可，若無戒，雖具後之九德，亦決不可依止。何以故？無戒則一切不能成就故。以上十種爲所親近之德。

頌 調伏寂靜斷伏惑

覺真善說悲願廣

若無全具此十德

德增有勇阿含富

離退十德堪依止

應具悲心與調伏

《大般若經》有魔事品及不和合品。不和合等是宜戒的。《華嚴經·入法界品》，善財童子五十三參。參善知識是宜學的。前言擇師十條件，是初修擇師當以爲標準者。五十三參，其中多有大有權示現的菩薩，參此等善知識、有善財童子決擇力方可。

(丙三)能親近之事 分二(丁一)意樂(丁二)加行

(丁一)意樂 分三

(戊一)信 常觀功德故。

此謂弟子事師之法。既皈依爲師，當具堅固信心，以觀師之功德。觀法有

四：

(己一)小功德中觀大功德。

(己二)少功德中觀多功德。

(己三)有比功德中觀無比功德。

(己四)現見功德中觀不現見功德。

(戊二)敬 常念恩德故。

念恩德方便有三：

(己一)流轉生死，賴師救度。

(己二)教授教誡之利益。

(己三)得師法乳，以師作母想，則法身增長。

對於師功德(戊一、信項所說)、恩德(戊二、敬項所說)，宜自己作成頌，以爲贊嘆。

(戊三)無退 不思不見一切過失故。

蓋魔事起，師弟間往往起大反對，不信不敬之心生，於是即退，此是疑心的魔事。甚至前生外道種子發現，對三寶且觀過失，何況對師。然則何以救之，曰有三法：(一)作示現想，不是真過失。(二)師雖有過，但能懺悔，即善知識。縱不懺悔，亦善知識，以不文過故。(三)看見過失(除犯根本戒外)，不可生遠離心。且宜知道觀師過失，與己無利益。故不可如此。此是一段功夫，過此一段歷程，則以後修行比較容易矣。又如此觀想，則內有意樂，外始有加行之可言。

(丁二)加行 分二

(戊一)以身命財力修供養

身命供養爲內供養，即內財供養，財力供養爲外供養，即外財供養。身命供養較財力供養尤難。如本師釋迦佛往劫時，爲半偈捨身，(即「生滅滅已，寂滅爲樂」半偈)即其一例。不過身命供養，初修行人辦不到，亦不必如此，恐生退心，但

此等道理却不可不知道。

(戊二)以如教修行供養

此即所謂法供養，爲供養中之最殊勝者。

以上意樂加行二種，爲能親近之事。

頌 常思功德常念恩

不見不思師過失

內外供養法供養

加行意樂事師事

(乙二)聽聞正法

聽聞正法，亦入道方便之一。約有九種，此九種即聞慧也。試略叙如後。

(丙一)不驕慢 不執財色知見故。

驕慢，慢謂對他心舉，驕由自心起，驕慢皆煩惱心所，大概多由執財色知見，遂起現行。如不執財力之富、不執色力之強、並不執自己知見、自足自恃、而不求多聞，如此則驕慢自去，此聽法者所宜注意者也。

(丙二)不蓋障 不爲五蓋所覆故。

五蓋謂貪、瞋、疑、睡眠、掉悔。聞法時宜對治五蓋，而不爲所覆。

(丙三)恭敬 說法師作大師想，佛法難得聞想。

大師謂佛，聞法時，對於說法師作大師想，即對於說法師作佛想。想佛坐蓮

華上說法，我亦坐蓮華上聽法。所最宜特別注意者，即聽法時，宜作父母冤親及六道衆生，皆圍繞共同聽法想，此是大乘心。若作一人聽法想，便是小乘心。法無大小，大小在人。佛法難聞，謂曠劫難遇，今幸得列法會，預聞正法，應生希有想。例如《菩提道次第》一書，其出現距今約五百七十餘年，蒙藏民族，久沾法雨，而內地人於今始聞，故聽此法者，亦應生希有難遭之想也。

(丙四)不怯 聞諸聖者難行難忍，不怯不弱。

謂觀菩薩捨財之難行，當思財爲王賊水火刀兵之所共，實非我有，如此觀想，則難行者亦能行矣。又觀菩薩捨身之難忍，當思身爲不堅，身如聚沫，一觸即壞，如此觀想，則難忍者亦能忍矣。再或發願我現在當初發心時期，雖不能如大菩薩作難行難忍事業，而勇猛精進，矢志不移，將來必有滿願之一日，所謂盡未來際，我願無盡是也。

(丙五)不貪 不爲稱贊、名聞、好奇、貪多，學而不修行。

佛法重在實行，與世間夸多奢靡、自矜博雅者不同，稱贊名聞好奇之心，與腳踏實地修行之心，恰恰相反，故宜力戒。總之，能修則學，不修不學，所學必修，故不宜貪多也。

(丙六)及時 爲自他利，請法應時。

謂觀衆生根機，應說何法，即請求何法。又觀師於何法通利，即請師說何法。總之爲自他均得實在利益而已。

（丙七）不求過 不觀說法人過失。

謂法師說法時，容有辭不達意處，亦不應觀彼過失。按《瑜伽菩薩戒》三十四云：「於說法師，故思輕毀不深恭敬，嗤笑調弄。但依於文，不依於義，是名有犯。」云云。可知求法師過失，便是犯戒。又《大般若經》魔事品及不和合品，以師弟間不和合爲魔事，凡此皆學佛者所宜注意及之，而不可或犯者也。

（丙八）依義 善達法義，不泥文言。

四依中有依義不依語，謂聽法者當依法義，不依文言也。如佛云：「殺父殺母不墮五無間。」此乃寓言，不能依文字起解。此蓋表無明爲父，貪愛爲母，能一刀殺盡，則不受後有也。如世間父母爲緣父母（父母爲子之增上緣），無明貪愛爲親父母（親即親因，以後有之親因即無明貪愛，能生後有，故喻爲父母），此等語若不求其義之所在，而拘泥文言以解釋之，則大錯而特錯矣。

（丙九）喻 佛如醫王，法如妙藥，自爲將死之病人。

佛法就是藥方，佛就是大醫王。衆生有何等病，即用何等藥方以治之，是爲對症下藥，此喻最妙。而尤要者在自己認爲將死之病人，如此則求醫之心切，而

醫所與之藥亦必發生信仰心，而肯服下，否則諱疾忌醫，則不治之症矣。此喻言人對說法者及法，均當起尊重心，而願樂欲聞也。

以上九種，皆屬聞慧。

頌 不倒不覆善持瓶

不怯不貪能及時

不求過失依於義

醫王良藥及病觀

(乙三)如理作意

作意爲遍行五心所之一，如理則非顛倒。此如理作意，約有四種，皆思慧也。試叙如後。

(丙一)樂法、正思、稱量、觀察、精密攝持。

云何樂法？謂於五根五力起樂欲。云何正思？謂如理思維，非邪思維。詳言之，即不執世間爲常樂我淨四倒之思維，而起三寶功德合法印之思維。云何稱量？謂依因明之宗因喻三支比量，決定道理，稱量者，比量也。云何觀察？謂於一理上前後觀察，並以此觀彼，力求不違法印。云何精密攝持？謂依前四如量觀察，而後作爲極精密之攝持。所謂極精密攝持者，即將經過正思等各法，作成簡單頌句，久久念誦，則生智慧，此是智慧，亦即修慧。現世有利益，來世亦有利益，何以故，以有種子印在第八識田中，將來可發現行故。

（丙二）十四無記及離言境，不作邪思。

十四無記即外道十四難問，佛不答之。無記謂無記別，即不答之意。云何十四：（一）世界及我爲有常耶。（二）世界及我爲無常耶。（三）世界及我爲亦有常亦無常耶。（四）世界及我爲非有常非無常耶。（五）世界及我爲有邊耶。（六）世界及我爲無邊耶。（七）世界及我爲亦有邊亦無邊耶。（八）世界及我爲非有邊非無邊耶。（九）死後有神去耶。（十）死後無神去耶。（十一）死後亦有神去亦無神去耶。（十二）死後亦非有神去亦非無神去耶。（十三）後世身是神耶。（十四）身異神耶。此十四難問，無此事實，故佛皆不答，何以故？諸法常、無此理，諸法斷、亦無此理故。譬人問，構牛角得幾升乳，是爲非問，故不答也。十四無記，既是無理的戲論，當然不可對此起思維，以如此思維，便屬邪思也。

離言境，即不在相上求，若於真如法性上執著起觀，或於語錄所說之境上起修，此皆非故。昔有一人赴齊，途中過橋時詢此橋之材料工程，屢詢不休，費時既久，而午齋已過。佛法如橋，了生死如赴齊，但借法以了生死而已，不必徒在法上研究無關重要的種種法相，以致自誤。況離言境，言語道斷，本實相無相。若作邪思，見種種境相，便易入魔，所謂「凡所有相，皆是虛妄」是也。故對於離言境，亦不可起邪思。

(丙三)未知求知，已知無忘。

此與世間法所說「日知其所無，月無忘其所能」相同。

蓋未知求知，方能日日有增進。至於已知者，則以不忘爲要，知而復忘，等於未知，故不可也。如宗喀巴大師，每日讀生書十七篇，皆能背誦，即是未知求知。已知無忘，方便多門，如能將所學者各種，均編成偈頌，則簡而易記，亦一法也。

(丙四)不了達理，仰推如來，不生疑謗。

如來境界，凡夫境界，兩者相差懸遠。以故在凡夫地位，對於如來最深最甚深的境界不能了達時，每易生疑，或者因疑起謗，罪過甚大。當此之時宜如何？曰：仰推如來境界廣大深遠，非具縛凡夫所能窺測，侯功夫精進，由地前而地上，著著前進，當然有明了之一日；且如來是實語者不妄語者，所言皆爲現量的等流。如此仰推，方無疑謗之咎，其要在於強信。（可參考《瑜伽菩薩戒本》）

以上四種皆屬思慧

頌 於所聞法樂正思

稱量觀察依於義

默說大說諸密義

不思議處不思議

未知義求正了知

先了知義無忘失

於甚深理不能達

仰推如來非我境

(達摩面壁九年，名爲善說般若，此即默說。《華嚴經》談佛境界，重重無盡，此即大說。)

(乙四)法隨法行

法隨法行，分三項，皆修慧也，試叙如後。

(丙一)如所求所受之法，身語意業，無倒次第修學。

身語意無倒，謂身禮拜、語誦讀、意觀想，三業皆如法也。次第謂知轉變調和，依師所說，善巧修學。

(丙二)於佛制止身語意業，決不造作，誤作，速爲懺除。

佛制止，指戒言。戒不可犯，然凡夫地位，每易違犯，則如之何？曰宜預防，決不令犯；如或有犯，亦宜速速懺悔，俾令消滅。故佛說有二健兒，即(一)不犯戒，(二)犯已能速懺悔是也。

修行方便法門，固屬無量。然世親菩薩有一最要緊的話，曰「住戒修行」。故學者對於(丙二)項應特別注意。

(丙三)於佛令修身語意業，如教次第精勤修學，有未能者，發慚愧心，設忘失，當補作。

次第修學，謂首修暇滿，久之自能止惡修善，此後再修親近善知識，以及聞

思修等等，凡此皆修之前方便也。自表面觀之，雖似普通常談，實則循序而修，積久必發起大作用，不過當作用未起時，人不覺殊勝，故往往忽略視之耳。昔宗喀巴大師曾發願，謂「凡念誦《菩提道次第》者，久則不知者皆能知。」有此加持力，學者努力虔修，則所獲效果，當然如操左券也。

以上三種皆屬修慧。

頌 如所求法如所受

身語意業無倒轉

於佛所止不造作

佛令修行勤精進

入道方便中，除（乙一）項外，其（乙二）項聽聞正法是聞，（乙三）項如理作意是思，（乙四）項法隨法行是修。

合而言之，即聞思修三慧。

（貳）下士修法

《菩提道次第》於三士前導方便後，即應分說三士的修法。所宜注意者，三士非各別立，彼此絕不相關。蓋下士即上中下士中的下士。換言之，即大乘的小乘。上士法亦合中下士各修法而成就的。概括言之，下士可說是初步，中士可說是中步，上士可說是最後步。茲先從下士修法說起，約分爲四：（初）念無常，（二）觀

惡趣，(三)歸三寶，(四)明業果。

(甲初)念無常

無常大鬼，常咬有情。有情刹那刹那的變遷，便是許多的死。無論念佛、參禪及學密法、閉關或坐茅棚，須前三月作無常觀，此就已修過無常觀者言；若從未修此等觀想者，當於閉關等之前約一二年預修方好。否則心不真切，雖閉關及坐茅棚，亦等兒戲。蓋心如小兒，須以無常等觀作夏楚，威嚇他，警策他，他方能聽從教訓。此念無常修法，分四：

(乙一)凡有情必死之決定

有情必死，非無故嚇人之言，此是從學理及事實可以證明者。云何從學理證明？姑以因明學上宗因喻三支判斷之，如人必有死(宗)，爲生物故(因)，諸見生物皆必有死，如牛馬(同喻)，諸不死者，都非生物，如金錢(異喻)。云何從事實證明？自有人類以來，求一長生不死者有乎？無有也。總之，人生脆弱，死緣最多，生緣最少，其未遽死者，非生緣關係，不過抵抗死緣稍延殘喘耳，結果未有不死者。不死者即阿彌陀佛，亦即長壽佛。人欲不死，除修淨土法門往生極樂，別無辦法。此生老病死一期之四相，在人世間決定如是，無可諱言者，此證之事實上，又無可疑者也。

（乙二）死不定何時來

北俱盧洲壽量決定，餘洲人壽量雖不決定，然大概相差不太懸遠。唯閻浮提洲人壽量極無定準，劫初壽無量者亦有，將來十歲反爲長壽之最大限。即如現時，或老或壯或少，何時當死，誰也不能預知。《俱舍論》云「此洲壽不定，後十初巨量。」此死不定何時來之情狀，實乃此洲所獨有，所謂「死王何時來，不先與我信。」是也。

（乙三）死至時無可拒止

死王即無情的魔王，無論如何，總無法可以避免。不肖固死，賢者亦死；愚夫固死，智者亦死；弱者固死，强者亦死；庸衆固死，英雄亦死；秦始皇漢武帝信方士、求長生，結果仍不免一個陵墓爲他的長眠之所。是死王之來，雖帝王之力，亦無可如何者也。

（乙四）死後不定何趣受生

死不定可畏，死後何趣受生，毫無把握，則大可畏。言念及此，不禁如冷水澆背，毛骨悚然矣。所當知道者，死後歸何趣，不是上帝主宰之，亦不是閻羅王主宰之，乃是自己業力主宰之。蓋十法界皆是心造，欲知死後趣何道，宜自己立一表，看每日所起觀念，何道觀念最多，死後即趣何道，以此檢查，便可預知，此誠監督

自己策勵自己之絕妙法門也。以上乙一、乙二、乙三、乙四四種，爲修無常觀所不可缺之條件。蓋人生必有死，是盡人皆知者，特以日日不死，而常心遂生，常心一生，於是僅注意於生活問題，而忘却死亡問題。換言之，即於生活問題作預備，而於死亡問題不作預備，迨至死王突如其來，弄得手忙腳亂，此誠爲最可憐憫之事，故下士修法首先念無常，此實吃緊爲人處。

頌

有情決定死

死來無定期

死至不可拒

死後何所歸

(甲二)觀惡趣

惡趣，即餓鬼、畜生、地獄三惡趣，亦名三惡道。不信輪回而懷斷見者無論已，即確信有輪回、確知三惡趣之可畏，假使不作觀想，久之淡然若忘。以故修行者對於惡趣必時時作觀想，觀想一起則畏心生，畏心一生而勇猛進修之志方堅。下士修法，所以次於念無常、必作此觀也。此項觀想，約分爲四：

(乙一)游履何道自無主宰

何道即六道的道，此處宜縮小範圍，指三惡道而言，尤覺警策。蓋生死道中有二，(一)由於願力者，(二)由於業力者。前者可以自己主宰，所謂「乘願而來」者是也，後者不能自己主宰，所謂隨業受生者是也。既自己無主宰，便是被業牽

纏，便是相縛，亦便是不能解脫。此是總觀察。依次分觀三惡趣：

(乙二)獄中寒熱等苦

地獄譯言苦器，有八寒八熱等種種不同，與世間監獄大異，其苦不可言狀。於此有一問題，大地獄獄卒，與罪人同在獄中，何以罪人感苦，獄卒不感苦？不知此獄卒，非真獄卒，即自心所變現。如生前殺人，此影相印在阿賴耶識，及死後，此殺人的影相即變成被人殺的影相，故獄卒是自心所變現也，此就唯識道理談因果。至小地獄亦有獄卒，此獄卒或世上嫉惡如仇的人所充，與前說的獄卒不同。龍樹菩薩有言：「人每日觀地獄相，畏懼心必生，如此則修行較易。」此處觀獄中寒熱等苦，即是此意。

(乙三)餓鬼饑渴等苦

餓鬼饑渴苦，由種種障所成。(一)內障，如吃飯時，飯變成火等。(二)外障，如欲飲食時，而飲食之物，有人看守不能取得。(三)自體障，如針口及臭口餓鬼。概括其類言之，約有三種。(一)無財鬼。即有內障、外障，自體障者。(二)少財鬼。如世所傳土地等。(三)多財鬼。即有勢力的餓鬼，在世上啖血食者。又夜叉、羅刹等，亦屬鬼類。觀此等苦，實足發人猛省，是亦方便之一也。

(乙四)畜生饑餓互食鞭打負重殺害等苦

凡有情生前作下品五逆十惡者感此道生，與作上品五逆十惡者感地獄道、作中品五逆十惡者感餓鬼道合計之，即三惡趣。畜生範圍甚廣，（就形體言，羽毛鱗介等；就依處言，水陸空等；就陸地言，有土內山林人所畜食等；就晝夜言，有晝行夜行等；就強弱言，差別甚速；就壽命言，長短無定；就勝劣言，罪福迥異；就出生言，胎卵濕化；就趣報言，遍五道中。）然即其受苦情狀觀之，不外饑餓苦、互食苦、鞭打苦、負重苦及殺害等苦，時時作此觀想，則從冥入冥之懼心不得不生，此亦觀苦回頭之一方便也。以上四種，爲作惡趣觀者四條件，此亦修下士法所不可忽視者。

頌 地獄寒熱苦無間

餓鬼腹饑頭火燃

畜生互食打殺苦

自無主宰隨業牽

（甲三）歸三寶

三寶即佛法僧。前已作無常及惡趣觀，則對於無常及惡趣，生一種厭心，自對於三寶，生一種欣心；對於無常及惡趣，生一種捨心，自對於三寶生一種取心。欣厭取捨，雖似分別，而在下士修法中，實爲必要，否則悠悠蕩蕩，空度時日，幾同麻木矣。此項大概可分爲四：

(乙一)決定 除三寶外，無人無法，可作究竟之皈依。

決定者，言對於三寶之皈依，發生一種決定心也。在凡夫地位，開口講自立，講自由，明明一種增上緣，反斥爲依賴，此種欺人之談，我慢的餘留耳。苟悟吾人當有最尊重最寶貴之信賴，方能仗此救援力，超出生命覆盆之外，得到解脫。當然對三寶生信仰心，不可不經審察，或猶豫中變，有退墮之虞。故欲心中決定，須從兩方面觀察之：(一)人的方面觀察：至親者莫如父母，父母愛子心，雖不亞於佛的慈悲，然無佛的不思議的方便法門，此無可如何者也。至尊者莫如國王，國王雖有大權，至死魔來逼，自己猶不能營救，又焉能了人的生死，此又無可如何者也。下此者若兄弟妻子朋友，更不待言矣。此就人一方面觀察，除三寶外，無可作究竟皈依，有斷然者。(二)法的方面觀察：外道學說，亦謂所說爲涅槃，因由之可作得涅槃果，然非不徹底，即屬錯誤，甚至從其道墮坑落塹者有之，此絕對不可皈依者也。其他宗教，或教人行善去惡，藉以脫離苦海，推其結果，不過得到天乘而止，福報一盡，依然墮落，視爲佛法五乘中之一部分則可，欲作究竟皈依則不可也。此就法一方面觀察，除三寶外又無可作究竟皈依，有斷然者。經此兩番觀察，歸依三寶之心，自不得不決定，決定之心既生，防護之，增長之，不唯不致退墮，且可養成一種正信。

(乙二)信樂 知三寶有實德能，堪作究竟解脫自他苦縛之皈救處。

信者信仰，樂者意樂，謂於諸法實事理中，深信其爲實有而隨順忍可；復於三寶真淨德中，深信而生喜樂；又於一切世出世善，深信其有力、能得樂果、能成聖道，而起希望之欲。既對於實德能三者發生信樂心，當然信三寶爲堪作解脫自己苦縛之歸救處，及解脫他人苦縛之歸救處。此信樂心，即十一善心所中第一善心所，所謂「信爲道源功德母」者是也。

(乙三)受皈 受皈之法，準上二義，無諂誑驕慢，下坐從師受得。(千里內無僧，得佛前受，後遇僧時，即速補受。)

諂誑，謂假相。驕慢，謂不尊師。從師受，謂稱己名，三白羯摩等。以上決定、信樂、受皈三項，總括之有半頌。

頌 決定信樂歸三寶

無諂誑驕從師受

(乙四)行持

受皈之後，繼以行持，此最重要，即所謂「依教奉行」是也。大概分二：

(丙一)別學 分二

(丁一)應止者有三：(戊一)永不皈依天神外道

(戊二)不惱害一切衆生

(戊三)不與外道共住

此三能壞皈依體，故應止。

頌 不歸天神外道等

不惱不害於衆生

不與外道人共住

違此三法失皈依

(丁二)應持者有三：

(戊一)永皈依於如來

(戊二)永皈依於正法

(戊三)永皈依於僧衆

戊一、戊二、戊三即三寶。永皈依，謂直至菩提永皈依，故應持。

頌 歸敬如來是我師

歸敬正法證教體

現前僧衆四果等

直至菩提永皈依

(丙二)共學(共學對別學而言)

分六

(丁一)常念三寶殊勝功德

如對三寶中佛寶，常念佛如醫王，及三智十力，並智斷悲等各功德；對三寶中法寶，常念法如妙藥，並三藏十二部顯密性相或教或證之功德；對三寶中僧寶，常念僧寶如病者之看護，並住持三寶等之功德。此處有宜注意者，即念三寶時，不可稍加雜念，一加雜念，他生便有障礙。

(丁二)報三寶恩故，凡諸受用，先當以事、以意恭敬供養。

報四種恩中有報三寶恩，既知恩報恩，當然應供養，供養有二：(一)以事供養，(二)以意供養。前者謂種種供品，後者謂觀想，然皆當以恭敬心行之，是爲至要。總之，兩種供養中，事的供養不易滿願，意的供養易得十波羅密。於此有一問題，或謂事的供養是實在的，意的供養，是假想的，何以假想的供養，反得到十波羅密？答曰：不知汝所說事的供養是實在的，亦可說是假想的，何以故？萬法唯識，同爲心所變現故。

(丁三)發四宏願，晨夕各作三次。

四宏願即(一)衆生無邊誓願度。(二)煩惱無盡誓願斷。(三)法門無量誓願學。(四)佛道無上誓願成。此四願晨夕各作三次，即每日六次也。

(丁四)凡有興作，或有所求，皆先呈白現前三寶(除世間常事)。

除世間常事外，如(一)有興作，(二)有所求，必須先呈白現前三寶，藉以決擇。如西藏僧人修護法天女法而卜卦，即其一例。大概西藏風俗，持戒精嚴的大德，往往不藉卜卦以決當行與否，但以戒律爲標準，合乎戒律者當行，不合戒律者不當行，此一類也。神通具足的大德，其事之如何，藉神通力本可預知，但不欲以神通示人，藉卜卦以判斷其事，此又一類也。普通則卜卦之風盛行，此即皈依

三寶誠心所表現，故必須呈白，此乃共學中行持之一種，與流俗卜卦以占吉凶，徒懷求福免禍心理者不同。

(丁五) 了知三寶利樂，晨夕各作三次皈依。

利樂謂三寶加持衆生的利樂，晨夕各作三次皈依，即每日作皈依六次也。

(丁六) 守護三寶，如人愛命，雖游觀等時，亦不失念。

失念爲八大隨煩惱之一，失念者失其守護三寶之正念也。游觀等時，爲最易疏忽之時，亦即容易失念之時，於此而不失念，可謂善於守護矣。如人愛命，正喻守護心之至誠。

以上六種，共學中所應行持者。

頌 常念三寶勝功德

於諸衆生發宏願

晨夕三次作歸依

恩德無邊應供養

凡所興求白三寶

守護歸戒如愛命

(甲四) 明業果

業果者，即由業力所感之果報也。惑業苦三如惡叉聚（惡叉聚樹名，子必三顆同蒂，喻惑業苦三，同時具足）。惑即因，業即增上緣，苦即苦報。有是因，有是

緣，必感是果，絲毫不能紊亂，亦絲毫不能避免。人苟能深明業果的道理，不必政法的干涉，自然能自己管束自己而已，而不致有不正之行爲矣。故下士修法明業果一項，尤爲重要也。約分爲四：

(乙一) 認業果決定

業果決定，即業果雖可以轉變，而不可以消滅，法爾道理如此，故云決定也。忍即可，謂此決定之理忍可於心而不疑也。又分爲二：

(丙一) 五果

五果者謂所感之果，有五種也，(一)異熟果，(二)等流果，(三)增上果，(四)士用果，(五)離繫果。試分釋如次：

(丁一) 異熟果

由善惡等有記之業，而得無記之果(無記者，即不能記別爲善爲惡也)，因果相望不同(果是無記，因是善惡，果與因不同)，故曰異熟。如上品十惡，能感地獄之異熟身，中品餓鬼，下品畜生，十善天人。若在人中，最優勝者：壽量、形色、族姓、自在，一切圓滿，信言威肅、大勢名稱、男性、大力、一切具足。(地獄餓鬼畜生的異熟身，及天與人的異熟身雖苦樂各異，而均屬無記。至十惡爲惡因，十善爲善因，因有善惡，而果屬無記，因果不同，故云異熟。)凡此皆異熟也。

頌 因由善惡業 果屬於無記 異時及異類 變異等果熟

由頌文釋之，此異熟二字有三義：

(戊一)異時而熟

異時而熟如稼穡待秋。質言之，即前世造因，今世或後世感果。因果前後不同時，故云異時而熟。

頌 因果不同時 非如刀砍傷

(刀砍是因，傷是果，此因果同時者，非如刀砍傷，則異時矣。)

有生報後報 要待緣而熟

於此有一問題，世每見人有行善者，當時未必得善報，有作惡者當時未必得惡報，以是故往往引起一種懷疑而謂因果無憑，不知此種謬解，弊在不知異時而熟的道理，如知異時而熟的道理，則了然作惡於今生，必報於來生或後後生，決無幸免也。

(戊二)異類而熟

異類而熟，如瓶盆待泥團，陶師轉繩，多緣始成。此喻業因或善或惡，而果則屬無記。性質不同類，故云異類而熟也。

頌 人作善惡業 天獄等受報 或因口作業 受報在身等

又手足作業 而餘處受報 勿謂報有差 報主不變易

於此有一問題，世每疑異類而熟，如甲今生造業，使來生乙受報爲不合理者，此不知異類而熟的道理，所以起疑，如知異類而熟的道理，則疑念釋然矣。如口造業（罵人），使身受報（受刑）；手足造業，勞動以得食品，使口受報（此食品令口吃）。造受之類雖不同，而同是一人，非甲造乙受也。今生來生關係亦如是。

（戊三）變易而熟

變易而熟如桃李變紅，此最易了解，不煩詳釋。

頌 木水盡成炭 炭無火成灰 舊種壞 新種生

果縛斷 子縛生 報有先後 果須變易

於此亦有一問題，謂今生造業，或來生受報，或後後生報，果報雖不變，似未免太緩，此不知變易而熟的道理使然，如知變易而熟的道理，則無此疑矣。如今生異熟果未滅，來生異熟果不生，必此滅彼方生，是爲變易，雖欲不緩而不能也。然亦有變易甚速者，如雲南猓猓，欲報仇時，念咒使己變虎，以啖仇人，即其一例。（現在人不能速變者，我執太甚故。）

（丁二）等流果 由前之善心，而轉生後之善心，由前之惡心，而益生後之惡心，無記亦然。謂出惡趣已，雖生人中，猶招同等類流之惡果，以十惡業次第配

之：壽命短促，受用匱乏，妻不貞良，多遭毀謗，親眷乖離，聞違意聲，他不受語，貪瞋痴惑，比餘增勝。

等流果謂因果前後相同，平等流類也，與異熟果不同。異熟果則因與果異，等流果則否。異熟果指身世言。等流果指心言。又爲前異熟之餘果，未受完之報，於等流上受之，而要以異熟果爲報主也。在人生，所招同等流類之惡果，以十惡業次第配之。如壽命短促，爲殺報之等流；受用匱乏爲盜報之等流，妻不貞良，爲淫報之等流。（以上三者爲身業所招）多遭毀謗，爲妄語報之等流；親眷乖離，爲兩舌報之等流，聞違意聲，爲惡口報之等流，他不受語，爲綺語報之等流。（以上四者爲口業所招）貪瞋癡惑，爲貪瞋癡惑報之等流。（以上三者爲意業所招）此十惡等流餘報也，異此者爲善流，可以類推。

頌 善惡或無記 同等類相續 以十惡對觀 善流則異此

（丁三）增上果 此由正報所感之依報也。譬如多殺生者，外器世間，飲食藥果，微小無力，不予取者，常值旱潦，果實鮮少，欲邪行者，污泥糞穢，心所不樂；若妄語者，農事船業，虛而不實，少興盛等；離間語者，地不平坦，高下難行；粗惡語者，地多株杌，荆棘瓦礫等；若綺語者，果不結實，或非時結實等；貪心者，一切勝事，年月日夜，轉衰微等；瞋心者，多有疫癘災害兵戈等；邪見者，於世間

勝妙生源，漸見隱沒等。

增上果，謂外器世間一切環境之依報，對異熟之正報而言（異熟果由廣義言，正報依報，均攝在內。此就狹義言，故云異熟之正報。），依正二報不相離，正報如何依報則如何。世人不察，終日在依報上造業，不知欲改善依報，必先改善正報，否則徒勞，且招過患。（欲解決宇宙問題，必先解決人生問題，亦復如是。）如多殺生者，外器世間、飲食藥果、微小無力等十種，就是表明正報依報之密切關係。此中前九種易於了解，至邪見者於世間勝妙生源漸見隱沒等，則須略釋之。如昔大地初成，猶未有人，光音天人，乃飛至此，群食地肥（因食地肥，後不能飛），覺其味美，遂生貪心，因收畜地肥，以備食用；地肥後遂不生，以尚有福報，地上又生香稻，群又生貪心，恐他人奪取，令人防守（兵始此），以爲自己部落之用；後香稻亦不生，不得已乃自行種植以食。此皆邪見使然也。（按現世人滿之說，即由貪心生的妄想。由此妄想，遂致滅他國滅他種，以求自國自種發展，卒之互相爭斗而世界大亂，亦邪見使然也。否則，幫助而不起貪心，則福德日增，天下太平矣。）

以上爲增上果大概之意義。

頌

增上謂外緣

是正報所依

世人不了此

緣劣怨他人

(丁四)士用果 總依造作之力而得者，如力田之於谷麥，加行之於道果。

(餘從略)

士即士夫，用即作用，士用果者，謂士夫作用之因果。如種瓜得瓜，種豆得豆，不待隔世即能成果。此與異熟不同，異熟果合三世而言，士用果單就現世而言。現在科學上種種制造，不外因果律，此因果律即士用果，亦即現世因果。人以現世因果爲目所見，故多信之；至根據三世之異熟果，凡夫既無宿命通，又無天眼通，三世因果以不能目見故，遂致懷疑。此僅知一部分之因果（士用果），而不知全部因果之過也。

(丁五)離繫果 依涅槃之道力而證顯之者，涅槃離諸繫縛，故云離繫。

(餘從略)

離繫非因果，以涅槃是所顯得，非所生得故，茲亦名果者，是假施設言。

合士用果及離繫果，有半頌。

頌 士用造作力 離繫道所顯

(上之正義，今未具引，詳見《瑜伽》、《顯揚》、《毗婆娑》、《俱舍》等論，參考則《楞嚴》文最妙。)

(丙二)四報

報與果不同，果如受報之人，報爲受苦樂之境。茲約報時差別，約分爲四：

(丁一)現報 此生作業，此生受報。

(丁二)生報 此生作業，來生受報。

(丁三)後報 此生作業，後後生受報。

(丁四)不定報 此生作業，不定現、生、後何生受報。

以上四報，約攝其義以爲頌

頌 或此生現報 或報在來生 或後後生報 或不定何生

引滿諸緣異 故報時差別 報快禍福淺 報遲禍福深

罪報要求急 福報回衆生

引滿諸緣異者，引即引業，亦曰真異熟；滿即滿業，亦名異熟生。如生人道中，是爲引業；人道中各各不同，有富者、有貧者、有貴者、有賤者、有智者、有愚者、有賢者、有不肖者、有壽者、有夭者、有形體完具者、有形體殘缺者，是爲滿業。引業爲真異熟，指第八識言，言一期中無轉變也；滿業爲異熟生，指前六識言，前六識在一期中，有間斷轉變，故不名真異熟，而名異熟生者，言從真異熟而生也。如人（真異熟）之貧富貴賤智愚賢不肖等，不能離人而有也。引業的緣，與滿業的緣，或具或不具，故受報有四種不同也。

阿羅漢受現報，以阿羅漢超出三界，不受後有故。我們最好在三寶前呈白，往昔所造之業，皆於今生受之，以今生在人道中，人道較惡道苦稍差，有暇懺悔，又有三寶力加被，且如此修，能堪違緣。至於福報宜回向衆生，回向衆生，即菩提心。扼要言之，罪報要求今生受，一受則此債已還，罪業消除；福報不要求今生受，一受則福報享盡，以後便難也。明了五果四報，爲忍業果決定。因果決定後，始知一大藏經，皆說因果，及一切現相，亦無在非因果。（此即因果的人生觀，及因果的世界觀。）知此因果的道理，不唯不敢作害人事，亦不敢生害人想。十二因緣談因果方式，十法界談因果方式，《楞嚴經》卷八情想升沈等談因果方式，今所說五果四報亦談因果方式，合觀之，則信心及出離心，自能決定。

（乙二）黑白業之取捨 分二

（丙一）十善應取。

（丙二）十惡應捨。

十不善之過患：惡名流布，智者所呵，樂少苦多，遠善近惡，死時生悔，後墮惡道，世世積集，久則難治，從冥入冥，常在三途，難得出離；又自不護愛，自樹敵幢，安布苦具，坑陷機關，相易淫殺，自賊其身，累及父母，妻子朋黨，連類災害，又毒藥雖少，久則殺身，負債雖少，漸漸滋息。十惡應捨，十善當取。云何爲善？

反十惡故。

十善是根本白法，反之爲十惡，即黑法。犯者爲性戒。十善完備而悲心薄弱者爲天人，十善完備而悲心廣大者爲佛。

從冥入冥，語本《阿含經》頌，有四句云：「從明入明（可出輪回），從明入暗，從暗入明，從暗入暗。」此四句中，從明入明，是對於黑白業最善取捨者；從暗入明次之；若從明入暗則誤；從暗入暗則大誤，是不善取捨之極者也。

毒藥雖少，久則殺身，此即「勿以惡小而爲之」之意。所宜注意者，宗喀巴大師云「小事受大果報」，如受戒菩薩所供三寶之物，雖較普通人所供者少，而果報則甚大；反之受戒菩薩過失，雖較普通人過失輕，而所得罪則反重，此就心言（能）。又所供者爲三寶，較供普通人，其福德殊勝，不可思議，此就境言（所）。

以上明黑白業取捨之大概。

頌 已作業不失

未作業不得

業果若不定

便成無因果

業果若決定

衆生不成佛

當知業可轉

如二水相投

熱多冷從熱

冷多熱從冷

智者善觀察

作業知取捨

已作業不失，未作業不得者，所謂「佛說作不壞，不作則不遇。」是也。無一現象不是因果，是三決定見中之一。（一、求一個衆生不是過現父母者沒有。二、真

諦實相中，求一絲毫安立的東西沒有。三、俗諦緣起上，求一點非因果者沒有。是爲三決定見。）如說業果不定，便同撥無因果，故因果是有定的，非不定的，此一理也。又業果若決定，衆生不成佛，如此則凡夫畢竟終是凡夫，不能由凡夫地位進修到佛地位，何以故？業果決定故。然何以由凡夫成佛的數過恒沙，若此則何以會通？答曰，因果不能消滅（即決定），然可以轉變（衆生能成佛），如二水相投，冷熱各自有因果，不能消滅，但熱水多了，則冷水從熱，反之冷水多則熱水從冷，是可以轉變也。以業果可以轉變，故下士修法中，有黑白業取捨之必要。由前忍業果決定，及黑白業取捨觀之，有應注意者一事，即人當捨報，一生所造善惡業悉皆現前，何以如是？以人生時，五根五識逐境，忙個不了，第六識亦隨之忙個不了，從前舊業，無暇想起，及捨報時，五根五識作用不起，第六識仍起作用，但是獨頭意識，生時之忙，如看新報紙（五根五識所見聞，報告第六識，第六識閱覽），至捨報時，五根五識已不起作用故，已無報告，第六識獨在室中，不得不翻閱舊報，此即往昔善惡一齊現前時也。設平日對於黑白業不知取捨，俾混雜印入八識田中，一旦捨報，善惡業勢必爭相現前，殊爲危險，我們在下士地位者，誠不可不加以注意也。

於此有一問題，業之或善或惡，應當知取捨，知取捨是自己先明白其爲善爲

惡，而後加以取捨，如自己不知，是否受報？答曰，亦受報。如門外一火坑。故不知自己造罪者亦受報，此其故，佛爲阿難曾言之。觀此則對於教人認可業果決定及修十善等，是宗喀巴大師血泪勸人語。以學佛者，大心因決定要發，不過未成佛前，在此長期中，須永保持人天身是爲至要，故業果的道理及十善的修行，決不可忽略也。

以上爲下士明黑白業之取捨法。以下爲轉業法。

(乙三)除黑業四力 云何四力？(一)滅現行罪力，(二)滅過現罪力，(三)令罪不現行力，(四)依止力。現依次分釋於後：

頌 滅現行罪依律制

令罪不生精修戒

滅過現罪法又六
依師三寶息諸惡

(丙一)滅現行罪力 依律制諸法，現前懺除。

現行罪，謂現前正造之罪，依律制懺除。謂在家菩薩，向在家菩薩或出家者前懺除；若出家人，則向出家人前懺除；菩薩戒犯者，亦可向同受菩薩戒者前懺除；別解脫戒犯者，在七衆前懺除，先向比丘前懺，乃至向優婆夷懺。最好是不覆藏，向衆一懺悔，則罪自易消除也。以上滅現行罪等四句，爲滅罪之總頌。

(丙二)滅過現罪力 分六 (丁一)依讀誦甚深經典力(丁二)依持誦密咒

力(丁三)依觀佛菩薩形象力(丁四)依禮拜供養造塔像及施等力(丁五)依稱贊佛菩薩功德名號力(丁六)真空信解力 試分詮如次：

(丁一)依讀誦甚深經典力

甚深經典，如《大般若經》等，讀誦是經，爲滅過現罪力之最大者。《大般若經》共六百卷，都十六分。(分一名會。大般若經初分至第五分，如汪洋瀛渤，大義都陳；第六分至第十分，如江漢支流；第十一分至第十六分，爲六度之各別。如欲周觀，當觀前五分，然前五分但詳略異而義實同。初分爲一類，極詳；第二分第三分爲一類，稍略；第四分第五分爲一類，極略。又《金剛經》在第九分，《般若波羅密多心經》爲般若部別經。以上係《大般若經》易檢表，附此以備參考)。西藏人幾乎家家有大般若經，有終身誦讀者，其不能誦讀者，亦請一部在家中供養，或求人代誦。蓋般若爲佛母，是佛之慧命，能全誦者最好，否則誦金剛經亦可。又學《菩提道次第》者，亦宜誦《大般若經》，以《菩提道次第》根據大般若經故。況密乘之體爲大般若，而密乘即體上之用，誦讀此經，當然有法義加持，不思議加持，護法願力加持。昔佛曾發願，謂「若有學大般若經不退者，特別加持之。」亦可知誦讀此經之重要矣。不過誦讀之效力，西藏人多知之，內地人對此猶未甚注意而忽略之。

(丁二) 依持誦密咒力

密咒消除罪障有不可思議的大力，無論現在罪障及過去罪障，均能疾速消滅。而最不可思議者，唯百字明，此咒通大小顯密，而尤能除滅犯戒之罪。

(丁三) 依觀佛菩薩形像力

此力亦不可思議，過現罪障，均速能除盡。如觀佛及菩薩像放光加持，則一切黑業，無形中當即消滅。

(丁四) 依禮拜供養造塔像及施等力

禮拜之力、供養之力、造塔像之力及施等之力，均能滅除過現罪，若能依之以求懺除，當然有不可思議之效。

(丁五) 依稱贊佛菩薩功德名號力

稱贊佛菩薩之功德及名號，皆能消除過現罪障，且稱名與持咒同，何以故，咒是總持，名亦總持故。

以上各種既皆能消滅過現罪障，得此殊勝法門，當然每日立爲定課，以策勵進修，決不可或涉懈怠。所宜注意者，凡誦經念咒稱贊功德名號及造塔像並布施禮拜等，皆宜作與父母冤親六道衆生同修的觀想，如此不唯屬大乘心，其功德亦無量。

（丁六）真空信解力

一切法本空，以無自性故。特此理甚深，不易了解，亦不易生信。苟能於真空道理，有正確的了解，有決定的信仰，則過現罪障，自能速除。所謂「罪業如霜露，慧日能消除。」及「覓罪性了不可得」是也。

以上滅過現罪六種，前五屬事懺，後一屬理懺。然理懺須證到真空，又有福氣者，方覺易易，故理懺雖不可思議，而事懺亦不可廢。

頌 事懺誦經持密咒

觀像禮拜供養力

造塔造像及布施

稱贊佛僧名號等

若能了達真空理

名爲理懺滅罪根

（丙三）令罪不現行力

精嚴學修戒學。

戒學爲佛教三學（戒定慧三學）之一，謂在家者，五戒、八戒、菩薩戒，及出家者沙彌戒比丘戒等。佛將滅度時，囑弟子以戒爲師。戒是調伏義，謂調練三業（身口意），制服諸非也；又清涼義，謂惡能令身心熱惱，戒能令身心安道，故云清涼，即六度中尸羅波羅密也。戒學遮止罪惡現行，其力量之大可以想見。如前說事懺理懺，使懺悔後而無防護之決心，仍屬空言，防護以後不復犯，是令罪不現行最重要法門。此防護不復犯之法門，即戒也，是以當精嚴學修也。

（丙四）依止力 依賴三寶師尊，有形無形止惡修善。

前項令罪不現行是遮止力，此項是依止力。三寶即佛法僧，師等即僧、法師，依賴三寶師尊，即所謂四皈依也。有形謂身語表業，無形謂加持力，此二者皆能令行者止惡修善也。

以上四力，為除黑業法門，既可以消前惡業，亦可防後之惡業不令復生。

（乙四）破邪見

邪見為根本煩惱之一，其過患最大。彼世人不明業果，及一切悍然不顧者，原因雖多，而邪見實為總因，故不得不破之也。約言之，可分為三：

（丙一）破毀謗戒乘 謗別解脫戒等（頌見上士修法戒波羅密）。

別解脫戒，謂別別解脫之戒，（此別解脫戒，《俱舍論》有八種：即在家之近事男近事女五事，近住八事，出家之正學六事，勤策男勤策女十事，比丘比丘尼一切事。瑜伽則七種，無八種中之近住戒。接近住戒一日夜捨。近事男等，即優婆塞優婆夷；勤策男等，即沙彌沙彌尼；正學即式叉摩那。）戒乘本極重要，但眾生根機不同，所好亦別，有好修定及慧者往往輕戒。又有重菩薩戒輕別解脫戒者，更有重密教戒輕其餘戒者，此皆犯謗毀。戒定慧須合修方是。

又別解脫戒中五戒，在家者有特別開許處，如受不殺戒當守而不犯，若充法

官軍人及執刑事職務者，稍有不同；又如受不邪淫戒，當然不許犯淫，然夫妻除外，餘可類推。故在家五戒，有特別開許處。八關齋戒，與比丘戒同，絕對不許開。印度有酒果（果味如酒），酒草（其性如酒），皆不許吃，現時爛草，即酒草之類，亦宜戒也。

有人說：「我本良心作事，不必受戒。」不知世所謂良心，特各處一種習慣，未必是真正良心，良心是否真正辨不清，既不可靠，自當以戒為標準。既學戒後，始知前所謂功德者，乃是過失，前所謂過失者，乃是功德。故戒不可不學，若不學而反毀謗，不唯錯誤，其罪過亦大。此等邪見，固不可不先破之也。

（丙二）破惡取空 執無因果等。

撥無因果，為邪見中為害最大者，所以名為惡取空也。按《中觀論疏》云：「初明不知三法者。（一）不知空。小乘人雖得人空，執諸法是有，不知本性空也。（二）空因緣者。謂說空之意，佛為治有病，是故說空，若復執空，佛所不化。（三）空義者。外人不解安處此空，佛說第一義為空，不言世諦亦空，汝不應聞空，謂失因果罪福。」蓋在俗諦上不可說空，只可說一切現相無自性，在俗諦說空，便是撥無因果，便是惡取空。此惡取空有二：（一）現世為邪師友所誤，（二）前世邪見種子發現。故此種邪見不可不力為破除也。

頌

世人執虛妄

而興門爭苦

如來說空義

爲救此苦等

若復又執空

是名佛不救

由空義錯解

無因果罪福

殺生貪飲酒

妄語言自證

乃至偷盜等

皆從我執生

非真無我執

口談說玄妙

心實生愁城

我執諸緣困

由我執滅壞

慧眼觀一切

無罪無非罪

我執立無基

若我執未壞

肉眼觀世間

無罪福因果

此何異牛馬

(丙三)開示愚癡不畏罪

此等愚癡亦爲邪見所攝，以不知世間有因果事也。彼見人學佛，往往笑爲多事，這種不畏罪之人，誠爲最可憐憫者。彼之心理及狀態，幾同麻木，如勸彼學佛，即使不遽反對，亦必謂俟一切糾紛完解，再云學佛。此與說病好了，再去吃藥何異，故見此類人不可不開示之，俾明了因果的道理也。

頌

自安穩快樂

現前皆如意

游玩衣食美

任情依強勢

不畏福漸盡

亦不慙他人

謗三寶戒定

大笑憫人愚

不及時行樂

自苦或迷信

福盡而衰現

種種橫逆生

人死財消散

慘痛無所依

王臣被抄沒

苦境過常人

萬緣不隨己

思往倍傷心

前途茫無計

行樂更增悲

以上念無常、觀惡趣、歸三寶、明業果，爲下士修法之四要件。雖云初步，實爲基礎，不可以其近而忽之也。（海上師嘗謂宗喀巴大師勸人明業果、行十善，是一種血泪語，亦自發願將來到西藏後，以通俗的世間面貌，用教科書方式，另組織一種下士修法。又謂在家菩薩，亦應加上世間正當的佛法初步的最要基礎，實爲挽回現在世道人心提倡道德教育之不二法門。我們如依教奉行，庶不負法師開示苦心，亦是一種法供養也。）

（叁）中士修法

前言下士修法，此言中士修法。下士求樂，中士求離苦；下士觀業果，中士觀空。中士雖較下士有不同之點，然下士法，中士亦非不修，不過修後，另有注重處耳。何以故，《菩提道次第》，原是一貫故。

中士修法大概言之。約分兩種：（初）四諦，（二）三十七助道品。（附十二緣起頌）

（甲初）四諦

諦者實也。四諦者，所謂四者皆實理也。云何四諦？一苦諦（世間果），二集諦（世間因），三滅諦（出世間果），四道諦（出世間因）。總之中士修法，不外知苦

斷集，慕滅修道，此其大略也。試釋如次：

(乙一) 苦諦四相

中士亦修苦諦，不過較下士所修苦諦爲細。四相如下所列：

(丙一) 苦苦 分三 惑業自在所成故苦。(如三苦、八苦、六道等苦，觀苦因由。)

略叙如次：

(丁一) 三苦

(戊一) 苦苦 生、老、病、死、怨憎會等苦。

(戊二) 樂苦 愛別離苦、求不得苦。

(戊三) 行苦 五取蘊苦。

苦苦易斷，樂苦不易斷，以不知是苦，反以爲樂而營求故。

世間樂，即苦苦變相。在家菩薩，對於樂苦，宜努力觀察修行，如此方爲中士。

行苦即十二因緣，亦即集諦。在集諦上修行，最易得力，不過行苦唯學佛者始能知。

五取蘊苦，即行苦，數取趣亦行苦。

(丁二) 八苦 分八

即生苦、老苦、病苦、死苦、怨憎會苦、愛別離苦、求不得苦、五蘊取著轉盛苦，此八苦須一一作觀。茲說明生苦觀。

(戊一) 生苦觀 分四

(己一) 生由苦中引出 謂地獄有情純苦，餓鬼及餘受苦有情，多由苦受引生，從苦生苦，苦由苦生。

人在苦境中，因不能忍，遂欲擺脫苦境，而造種種惡業，因之愈苦。故云從苦生苦。故不當把生看好，何以故？生是苦故。

(己二) 生爲衆苦所依止處 是住持老病愁憂無常等之基址故。

於此有一問題，即苦從何時起是也，此有兩說：

(一) 從入胎起。胎名胎獄，一入胎即同入獄，故苦從入胎起。

(二) 從出胎起。環境之苦，心接觸後方知，墮地第一聲即是呱呱的哭聲，故苦從出胎起。

二均有理，此皆從時間上觀察也。世上頌揚語每說萬歲，似乎多說一歲，即多享一歲幸福者，不知生是苦海，萬歲云云，不過把生苦延長而已。

時間上觀生苦即如上說，若從空間上觀察之，生爲苦所依止，生即是苦的戲

臺，諸苦即戲臺上各各扮演的角色。故看戲即是看己，且不必看戲，看自己即是看戲。由此言之，無生苦則其他諸苦皆無由安立也。

修生苦則煩惱不起，即定。得定不修觀，則不起作用，又觀生苦，則人生問題可以解決。

外道亦有知苦樂者，惜不知生苦，所以求長生。

(己三)生爲煩惱所依止故 若生此世，便有煩惱隨生，逼迫身心，難安樂故。

有生即有煩惱，欲滅煩惱，須證無生。

(己四)生爲死因 雖非所欲，總不能免故。

生死是對待名詞，有生必有死，猶之有東必有西，有長必有短。是故世無長生之理，何以故？有生必有死故；世有不死之理，何以故？無生則無死故。

頌 生爲苦之因 衆苦所依聚 老病諸愁憂 無常等住地

煩惱復隨生 逼迫身心等 生爲死之因 無生何有死

(戊二)老苦觀 分五

(己一)盛色衰減 腰弓、頭白、髮落、面皺，不可愛樂。

(己二)氣力衰減 坐立艱難，言詞訥鈍，行動遲緩。

(己三)諸根衰減 眼根於色，不堪明辨，乃至念力多忘。
(己四)受用衰減 飲食難消，餘欲亦減。
(己五)壽量漸短 如少水魚。
從盛色、氣力、諸根、受用、壽量、各方面觀察之，則老苦自見，常觀老苦，則易起修行之精進心。

頌 老苦復可憐

盛色日衰減

腰弓頭似銀

面皺不樂看

念力多忘失

命根快欲斷

壽者復多憂

久憂長不死

(戊三)病苦觀 分五

(己一)身體病壞 肉瘦皮枯。

(己二)憂苦增長 四大不調，逼惱其身，日夜愁惱。

(己三)不堪受用 於可意境，不良於病，不堪受用，所欲威儀，無能振作。

(己四)強令受用 於不樂境，諸藥食等，唯強受之，乃至火燒、針刺、粗猛觸等，亦須忍受。

(己五)命根斷絕 恐命不永，所生諸苦。

常觀病苦乃業報所現，誰也不能免，只有懇祈佛力，可以稍減，則求加持之

心自切。

頌

四大不均平 逼惱身心苦 肉瘦皮乾枯 動止不自由
威儀難振作 受針灸等痛 樂境欲不與 時時斷命憂

(戊四)死苦觀 分二

(己一)受用離別 難捨田宅財用，朋翼眷屬，自身可愛。

(己二)命終時苦 將捨受時，萬苦交煎。

觀死苦如生龜脫殼，苦愁萬狀。人所最難捨者，唯此所愛之自身，而此自身，亦必捨去，其餘田宅眷屬朋翼，更無論矣，其苦為何如耶？

頌

死苦痛捨離 一切携不去 極可愛自身 眷屬良朋翼

田宅諸財物 勢位巧文藝 父母諸妻子 不能相偕去

(戊五)怨憎會苦 仇怨相會，恐其報怨、治罰、惡名、逼命等苦。

頌

若仇怨相逢 怖報怨治罰 惡名聲逼命 避免苦復生

以上生、老、病、死、怨憎會五苦，為苦苦。

(戊六)愛別離苦 親愛眷屬生別離等，發起憂惱、愁嘆、悲哭、愛戀、迫

心等苦。

頌

由世境所迫 親愛眷屬離 發起愁憂惱 悲哭等痛心

(戊七)求不得苦 農不獲實，商不獲利，高位無階，求聞不達，心灰意冷，惱喪難堪。

頌

農種不獲實

商賈而失利

欲高位無階

求聞事反違

或心灰意冷

惱喪等難堪

或苦思計較

欲求不得苦

以上二苦爲樂苦。前之苦苦易斷，樂苦難斷，何以故？苦苦易知，人多避之，樂苦難知，人反趨之矣。問樂中何以有苦？曰世間之樂，是相對樂，非絕對樂，樂中含有苦難，故名樂苦。如世間得財者，似樂矣，然有守財之苦，得名者似樂矣，然有保名之苦，所謂「觀受苦」，可知樂中含有苦性也。苦苦易知，樂苦難知，唯修道人始知之，外道容或有者，然知而不能詳盡，且無方便法門，故亦不能解脫也。總之世間無樂，唯涅槃爲樂，世間一切樂，皆是苦之變相，並非真樂，人苟能感覺到樂苦，則與中士相近矣。

修樂苦以後，再修行苦。行苦即集諦，在集諦上觀察，比較能得力，此行苦亦即五蘊取著轉盛苦。

(戊八)五蘊取著轉盛苦 分五

五蘊謂色蘊、受蘊、想蘊、行蘊、識蘊。內色(身)、外色(山河大地)，皆屬色蘊；眼對色等有領納義爲受；取境安名爲想；行即思，凡決定造作及流注，皆爲行

蘊；了別一切名相爲識。蘊者聚義，謂聚集和合，非一端也；又覆藏義，謂覆藏智慧，使難顯現也。五蘊與五取蘊之別：如現在身心名爲五蘊，即前世的五取蘊，依前五蘊所造之業，取著現在五蘊，前爲能取，現爲所取。又現在五蘊造業，取得未來的五蘊，名五取蘊，現在變爲能取，未來成爲所取。如是相續不斷，碾轉熾盛，日盛一日，愈轉愈苦，是名五蘊取著轉盛苦。蓋雖修苦觀而不止業流，則業流不止，故日盛一日。（按禪家說的前後際斷，教下說的業海停流，亦可免五蘊苦，否則取著轉盛。）常觀五取蘊苦，則易生勇猛精進之心，此修行者所宜知也。

（己一）引後有苦器 謂依五取蘊身心、能引以後諸苦。

（己二）現成苦器 謂能依此受老病等。

現成苦器者，即現在未受苦時，不過一種苦器，苦器者謂身是裝苦之器具也。

（己三）苦苦器 粗重現苦（即生老等苦）。

苦苦器者，即正受苦時之苦器也。

（己四）壞苦器 暫時隨順自己、與樂和合之將來苦。

壞苦即樂苦，謂愛別離後即苦，或現在受樂中即含苦性。

（己五）行苦性 由先惑業自在之一切行爲，而有此身器。以此身器，

復又引起死、中、後有等行，猶如連鎖。果縛未脫，子縛復生。流轉之中，數數捨身，數數受生，損益不定，勝劣無憑，獨來獨往，而受如上生等諸苦，無有厭棄，不求止息，聽其流浪，受困無窮，豈不哀哉！豈不哀哉！

頌

貪著於五蘊

流轉苦增盛

引後有無窮

成現在苦器

亦盛苦苦器

雖暫時隨己

與樂境共生

捨離苦復起

引起死中後

猶連鎖無盡

果縛未脫離

子縛已早生

流轉盡六道

數數取捨身

積骨過須彌

乳汨勝海深

損益業不定

勝劣趣無憑

獨來亦獨往

無人作伴侶

長劫受重苦

復不作厭棄

亦不求停息

應風浪起止

行苦謂補特伽羅之苦。補特伽羅即數取趣，謂天人六道，數數趣生也。死中後有：謂死時斷氣之刹那爲死有，死後生前爲中有，現在身心爲粗五蘊，中有身心爲細五蘊，非肉眼所見，屬於化身。（中有身不是上帝及閻王所主，仍是自己習氣所主，自己是何等習氣，即成何等中有。）如天道及阿修羅地獄餓鬼，不經中有，頃刻即生彼道，縱經中有，亦一刹那間耳，唯人與畜生，皆經中有身。中有身之苦即行苦，行苦之理不了解，不能修中士法。蓋欲滅行苦，非證阿羅漢不可。阿羅漢證果時，謂「我生已盡，梵行已立，所作已辦，不受後有。」不受後有，則行苦

滅矣。故修中士法，宜常觀察行苦，觀察行苦，即觀察六道苦。前七苦就人道言，此行苦，就六道言。

(丁三)六道等苦

六道苦即行苦，以輪轉不息故。

頌

諸天戰爭時	斷肢殞命等	劣天被驅擯	死住不自在
修羅多嫉妒	熱惱而興鬥	截肢或斷命	雖智不見諦
人苦謂生等	苦迫如獄鬼	或修羅畜生	似天而速壞
畜弱肉強食	困饑渴獵等	耕負任打殺	但念水草淫
餓鬼業由貪	內外自體障	人間月爲日	壽命五百年
地獄中輕苦	勝刺三百槊	寒熱等無間	壽命同天量
由何當觀苦	自觀趣解脫	若不觀他苦	悲心無所出
父母在獄中	或墮於鬼畜	盼我救拔他	安可自受樂

諸天戰爭三句，指欲界天，有勢力之天，驅擯功德較小之劣天，亦是苦。死住不自在句，指色無色界天，臨命終時，五衰相現，知死而起恐懼，名不自在。以上天道之苦。

修羅有天福而無天德，見天享福，生嫉妒心，而思奪取之，於是戰鬥，而感截

肢或斷命之苦。雖智不見諦，謂修羅雖有智慧，但不見諦，不明佛法，如世人有學問而不信佛法，殆從修羅中來。以上修羅之苦。

人道中受苦，如六道中苦，大概皆具足。又世人有福氣有學識，且亦講世俗上道德，並不損害他人，平平安安，享一世之幸福，是爲人中之天，故若似天。然數十年光陰轉瞬皆空，結果仍不免一死，故云速壞，是亦苦也。以上人道之苦。

畜生有弱肉強食之苦，有困餓渴及獵等之苦，又有耕負任打殺之苦，除此種種不自在苦外，並無他長，但念水草淫欲而已，此最可憐憫者。以上畜生道之苦。餓鬼之苦，由慳貪來。內障謂有報作障，如美味入口，變成臭味等；外障謂見水欲飲而有人守護，不令取飲等；自體障謂咽如針孔之細，食物入口，不得下吞等。人間一月爲其一日。壽命五百五千或一萬，隨業而定，以譬鬼道之苦。

地獄中苦，萬死萬生，無片刻休息，壽命之長，與天同量。此苦報之最劇者，蓋行上品十惡等所感也。以上地獄道之苦。

觀苦有二利益：（一）觀自苦故，生起出離心，所謂「由何當觀苦，自觀趣解脫」也。（二）觀他苦故，生起菩提心廣度一切。所謂「若不觀他苦，悲心無所出」也。且法界有情，皆自己過現父母，苟能觀苦，則起救濟之心，勇猛懇切，所謂「唯願我今現身皆代受，盡未來際無息無止期」也。

觀六道苦，其中有福氣、不持戒、不修定，生修羅中；有福氣、能持戒，生欲界天；有福氣、能持戒又能修定，生色界等天；無福及戒定，但有道德，生神仙中。此六道中比較屬善道者，然仍在輪回之中，不能出離，故仍是苦。至三惡道，不待言矣。故必觀苦，而後厭離之心方能生起也。若下士但觀三惡道苦，於人天不起厭離想；此中士觀六道苦，則人天亦起厭離。所謂行苦，即在六道中行也。故念佛宜有欣厭心，欣者欣淨土之樂，厭者厭穢土之苦也。故念佛人尤宜修苦觀。何以故？不觀苦則厭離心不深切故，如四川有人念佛功深，見佛來接，反貪戀世間向佛請假，則誤矣。

（丙二）苦無常 剎那生故，從緣生故，故無常。

無常爲苦諦四相之一，何以無常？曰剎那生故，從緣生故。此緣生即十二因緣生，以不自生，不共生，不無因生，故緣生也。

（丙三）苦空 他義之主宰無，故空。

觀苦因由，則苦之他義無主宰，無主宰故空，以是故對於世間不如意的環境，不起執著，以環境無自性，皆因緣和合而生，無施苦者故。能引發空、無相、無願三解脫門之行，掃除常人怨天尤人之心理。

（丙四）苦無我 自性之主宰不成就，故無我。

自性對他義而言，不唯他義無主宰，即自性亦無主宰，所以無我也。觀苦苦則生厭離心，可以自利；觀苦無常，則生堪忍心而不畏苦，可以度生；觀苦空則觀環境無自性，是無施苦者；觀苦無我，即觀察自己無自性，是無受苦者。

環境是惑業苦三者所造成，世每羨堯舜時代，不知堯舜時代，亦不免三苦八苦，何以故，其環境造成，仍是惑、業、苦三者故。

（乙二）集諦四相

苦諦爲世間之果，集諦爲世間之因。集者集聚也，謂惑業等之集聚也。其相有四：（一）集因，（二）集集，（三）集生，（四）集緣。試略釋之：

（丙一）集因（惑） 猶如疾病，是生諸苦之因故。

惑、業、苦三，以惑爲因，以業爲緣，苦即因緣所生之果。集因指惑，謂集聚一切無明煩惱之種子，故集諦爲苦果之因。此苦之體也。

（丙二）集集（業） 猶如瘡疽，諸苦漸次漸次發生故。

惑是苦因，然無助惑者，猶可不致結苦果，有業以助之，則苦果成矣。集集指業言。集集者言其叢集之也，雖有引業滿業之不同，而其助惑以成苦果者則一。此苦之用也。

（丙三）集生（苦） 猶如忽被痛刺，諸苦猛烈生故。

苦是世間之果，集生指苦言，謂其苦已發生而成果也。自己如罪人，惡業所感之苦果如牢獄。此苦之相也。

(丙四)集緣(上三者之助) 猶如罪人之邏卒，守至死，有時更逼迫令其於三界中作餘緣之能作者故(今人稱爲環境)。

緣如今人所稱之環境，喻之如圈，如石投水，水上即有圓輪之紋似圈。此投石，彼亦投石，而水上之圈圈互相交貫，彼此結業，糾纏不已，無法抑止，亦猶是也。集生如投石，集緣如水上圈，此苦之緣也。

頌

初煩惱發生	次積業增長	若死若結生	於中相續等
成流轉之因	由惑業二者	然以惑爲主	若無水土潤
業種芽不生	離苦亦無困	又雖無先業	新惑取後蘊
貪瞋痴等惑	一一極可怖	貪如麪入油	如蜂如魚等
毒食刀上蜜	淫女軟賊等	瞋恚心粗猛	猶如不治火
損害於自他	焚燒功德林	無明貪瞋等	壞自他壞戒
衰損失利譽	鬥諍增惡死	他生墮八難	使我大憂苦
住於我心中	以我作奴婢	驅我歷萬險	引我到深淵
樂我亦損我	忍苦反受呵	如是煩惱怨	百倍世間仇

世仇有等限

此仇常悠悠

善觀施對治

勿任此心遊

此頌前四句，謂集因，集集，集生，集緣。

集生、集緣，不必管他，宜從惑業上用功。惑業二者又宜先從惑上用功。惑者何？即集因也。

下士在戒上用功，即在業上用功；中士在惑上用功，戒雖不可缺，而重者卻在定。禪宗亦在定上用功，然必先有戒方可。煩惱中以貪爲最，瞋亦由貪起。貪著於心，不易拔除，如油入麵，無法取出；如蜂食蜜，足被蜜沾；如魚吞餌，口被鉤挂；又如有毒之食，不知誤食而受害；食刀上之蜜，易於受傷亦然；甚至如淫女之諸種誘惑，軟賊之暗中移物，皆令人不覺察而墮於陷阱者。

瞋心似火，損害爲性，所有積聚功德，一刹那間可以燒盡也。所謂「一念瞋心起，八萬障門開。」衆生墮地獄之因雖多，瞋實爲其最重者。無明甚細不可見，於貪瞋上始見，貪瞋從無明出。如現在聞法大衆，此時貪瞋雖未現行，然能生貪瞋之無明仍在，故無明藏於身中，即未醒之貪瞋，終日隨身無刹那離也。可知無明即睡在心上的煩惱，故煩惱又名隨眠。壞自他壞戒，謂我貪彼物，彼瞋我行，彼此俱壞，戒亦隨破，故害他害自。

鬥爭增惡死，增惡謂於惡中增上也。樂我亦損我，謂如得財而失命。忍苦反

受呵，謂辦事忍辱，雖種種艱辛，反受呵責。世仇有等限，謂受報即了。煩惱之仇，無有了期，故云常悠悠也。

總之，分說在斷煩惱，總說則在斷我執。如能斷煩惱及我執，修任何法皆可成功，是爲正知見。祖師有無煩惱可斷說，是特從般若上立論耳。

所宜注意者，無論外道見無一定，即學佛者所見亦無一定，設問學佛者目的何在？百人所答，個個不同。然則目的究何在？曰在斷煩惱。此是一種修行上的總法，否則學佛法而不斷煩惱，便是附在佛法上的外道。

又有在境上修行者，或見種種現相，而不知斷煩惱，此非真正佛道。人人在煩惱中而不能除去，由於不能真認識煩惱。煩惱最重者即無明，參禪亦不過要斷無明，欲見無明，須於貪瞋等上見之。有人問大德：「何謂無明？」大德呵之，其人怒，大德云：「此即無明！」無明煩惱在心中不易排遣，故云住地。現在各種學問多是助長貪瞋等煩惱的學問，是以學佛者能斷集因以除煩惱，方爲正見。所患者有正見而不修行，遇境仍被轉耳。

(乙三)滅諦四相

滅諦爲出世間之果，其相有四：(一)滅，(二)解脫，(三)妙善，(四)定生。此滅諦之四相皆是實理，故名曰諦。略釋如次：

(丙一)滅 滅之自性之相者，即無我相是也。謂即斷煩惱之離故。(因體)
(正在工作之剎那)。

證阿羅漢，則一切煩惱全行除去，故云滅。滅即滅諦四相中之一也，此滅之因。

(丙二)解脫 即苦寂盡之離是也。(大經說為寂靜遠離) 此滅之果。

(丙三)妙善 即真阿練若，以樂淨為自性能成之離，於無明愛死等苦蘊究竟寂靜之中，於無我性及解脫及阿練若及空性等之相無與願無，及於現行性之所作亦無(境)。

此果之境。阿練若喻本性涅槃。妙善即涅槃境，即無為法。若在境上求妙善非真妙善。總之不可在境上求妙善，而當在心上斷煩惱，煩惱斷則妙善顯現矣。妙善是顯得非生得，何以故？無為法非造作故。如談玄妙而不斷煩惱，終是假玄妙，如造假花，相雖似而非真。

(丙四)定生 決定出生之相者，即空無願無相之能作是也。如次的如其所有決定出生，離因性三者之成就，及離與斷，凡此決定出生殷勤之現行能作之成就，及斷離等(行或用)。

此離繫三行，能作成就三法，詳道諦中，滅諦之用即道諦也。

頌

滅謂滅我相

斷煩惱之離

解脫言苦盡

妙善阿練若

是境是能作

空無願無相

能作成就者

名決定出生

(乙四)道諦四相

滅諦既爲出世間之果，然果必有因，即道諦是也。故道諦爲出世間之因，其相有四：(一)道，(二)道品，(三)道成辦，(四)道決定獲。此道諦之四相，皆是實理，故名曰諦。略釋如次：

(丙一)道 發趣菩提涅槃之道，根本智之能作。能謂功能，作爲作用，根本智能證真如。在小乘則阿羅漢，在大乘則可齊七地。

(丙二)道品(三十七) 於現在煩惱種子之習氣，能作斷離之加行法，依不顛倒之理念隨順之，爲建立佛法不可離之修行方法。

道謂力，品謂方法，又名三十七方便，即規矩準繩之意。不顛倒之理念，謂四念處。隨順謂四正勤、四如意足。

(丙三)道成辦 心之住理現證，能於三學之加行等成辦。道成辦謂成辦戒定慧之加行。

(丙四)道決定獲 修行解脫之法時，能作盡苦之道，於此諸法之加行能作。

道決定獲，謂中士修離苦，依前三學工具而行之，決定獲道。觀苦諦是苦，集諦流轉亦苦，故決定生厭離心。觀滅諦清淨涅槃爲可得樂，故修道諦。前之苦集爲境，滅爲果亦爲行，道是行。菩提道次第所以爲佛法獨一無二者，其中並無希有，皆經論中常理，不過將經論之義，取而條貫之，以起作用耳。

苦集滅是境，但滅一方面是境，一方面又是果。道諦是行，最重要者爲道諦。三十七道品，加在戒定慧上修。

道諦四相：一道，如聰慧學生；二道品，如辦學校方法；三道成辦，如教科書；四道決定獲，如上課。

頌 道者趣菩提

體智之能作

道品多屬用

順理諸方便

戒定慧等學

心住理能行

由修解脫行

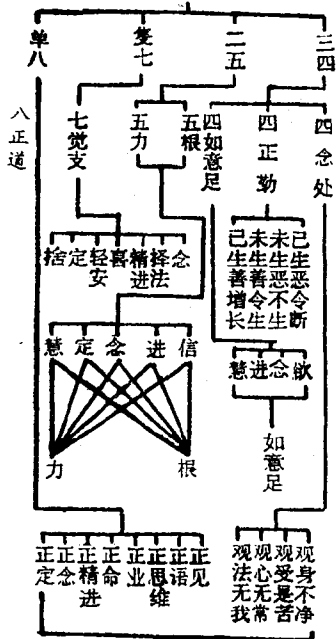
能生盡苦智

四諦法爲總法，無論念佛參禪學密學教皆不可離。

(甲二)三十七助道品

此三十七助道品，爲明了方便起見，分爲：(乙一)三四，(乙二)二五，(乙三)只七，(乙四)單八，四種。茲列略表如次。

(甲)(一)三十七助道品



(乙)一三四

三四者，即四念處、四正勤、四如意足是也。略釋如次：

(丙)一四念處 分四

四念處是智慧，即四法印。一切教法，皆可攝於四念處，故四念處頗為重要。云何為四？即觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我是。分詮如下：

(丁)一觀身不淨

觀身不淨，謂二根和合、種子不淨，胎中住處不淨，生時生處不淨，現身九孔常流不淨，死後白骨不淨。此所以有身如行廁之喻也。初修於定中觀，在家斷邪

淫者宜觀此，出家修梵行者，更宜觀此。自觀不淨，推及其他，亦皆不淨。不修此觀，欲念若起，則禪定不易得，此觀成就，初觀能轉自心，以後有神通力，能令他人轉少爲老、轉美爲醜。如釋迦佛得道時，魔王令魔女來擾，佛以不淨觀令彼魔女轉少爲老，各自自視，互相驚哭，遂即散去，故見貌美者，不觀其外相，但觀想內容不淨，乃降服貪淫之妙法也。

現在美學，誤不美以爲美，是不知觀身不淨法。

（丁二）觀受是苦

世間之樂，樂中有苦。在世間求無苦之樂，無有是處。何以故？苦樂對待故。印度有一老修行，一日吉祥天女至，凡見此女者有種種吉祥；旋黑女兒又至，自言是吉祥天女之妹，頃刻不離，凡見此女者，有種種不吉祥。以彼二女不相離，老修行遂皆拒絕之。此二女復至他家，他家留之，忽而吉祥之事迭至，忽而不吉祥之事迭至。以此推之，可知世間苦樂亦如一母所生，頃刻不離，唯苦樂皆拒之門外，方能成功。換言之，離苦樂之樂，方爲真樂。

（丁三）觀心無常

謂第六意識無常，剎那即變，過去現在未來三心不可得，三心相續不斷不常，如河水本無動，以波浪流轉而動，綫中無布，以經緯相貫而成布，故非決定之

無，亦非能見之有。

過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得，三心不可得，是修行入手處，與參話頭同。

所宜特別注意者，第六意識如水中之浪，剎那剎那不停，如倖而人仍不是死，如此觀察，則易見真心。

(丁四) 觀法無我

無我有二：(一)內，(二)外。一切內法無我，謂於五蘊中覓我不可得；一切外色無我，謂於地水火風四大，覓我亦了不可得。世間之相，流轉遷變，並無自性，亦無實法，無我云云，亦復如是。以上觀身離瞋，身解脫；觀受離貪，境解脫；觀心離癡，慧解脫；觀法得智慧，我解脫。

四念處觀法，約分爲二：一定中觀，二隨時隨處觀。如此修習，數月可起作用，利根數日可起作用，然成功雖速，易得易失，須久修習方好。

身對境即受，心對境即法，故四念處攝一切法。

四念處即正知正見，修此則不致招魔。

(丙二) 四正勤

四念處是境，四正勤是行。云何爲四？即已生惡令斷，未生惡令不生，未生

善令生，已生善令增長是也。詮如次：

（丁一）已生惡令斷

謂時時懺悔，祈消宿業。

（丁二）未生惡令不生

已生惡令斷，是懺悔；未生惡令不生，是持戒。謂既能持戒，對於衆生起慈心悲心，自不起惡念矣。

（丁三）未生善令生

謂修行出世善，六度四攝，具慈悲心，祈三寶加持父母及衆生同離苦海皆是。

（丁四）已生善令增長

謂增修出世善，修四正勤。初修儀規，於理上修，次於事上修。初斷惡，惡不斷則善不生，善生則惡斷，斷惡增善謂菩薩。

（丙三）四如意足

四念處是慧，四正勤是戒，四如意足是定。足者行也，加上定功即如意足，一名神足，依定修行，一日千里，故云神足。無論四念處、四正勤，皆宜在定中修行，固不只四如意足然也。云何爲四？即一欲、二念、三進、四慧是也。詮如次：

(丁一)欲

欲者願也，謂歡喜心。凡作一事，皆起願欲歡喜心。

(丁二)念

念者，時時不忘之謂，如禪念話頭、淨念佛號、密念本尊皆是。總之修任何法，即繫念何法，心常在念，而無雜想，一涉雜想則不易成就也。

(丁三)進

進謂精進。精進與正勤稍不同，精進則一門深入。

(丁四)慧

四如意中之慧，不是由定生慧之慧，是一種選擇。

四念處是慧，四正勤是戒，四如意足是定，此戒定慧三學，宜合修爲要，一家則不成功。戒若無定，雖修三千威儀，八萬細行，境若現前，仍不免犯戒。慧若無定，雖通三藏，而究竟之義不達。定中無慧無戒，亦同世間定。故宜合修也。正勤在定中修，如勤念過，心反散亂，故又以四如意足之定調劑之。

四念處，四正勤，四如意足，是基本法。此三四不外戒定慧，無論何法，皆戒定慧所攝。

二五者，五根、五力是也。略釋于下：

(內一)五根

五根五力皆修四念處等之果，五根即菩提。分詮如下：

(丁一)信根

根者增上義，由能生長善法故名爲根。云何信根？信者謂於三寶四諦等，能深忍樂，一種清淨性，名之爲信。由此信而生諸善法，故曰信根也。

(丁二)進根

進即精進，由此生諸善法，故曰進根。既有信根，則精進心生起，久之則進根得矣。

(丁三)念根

於諸憶持，名之曰念；由此生諸善法，名曰念根。既有進根，即念念不忘，久之則念根即得。

(丁四)定根

專注所緣，名之曰定；由此生諸善法，名曰定根。既有念根，即念念在定，久之則定根得矣。

(丁五)慧根

簡擇得失，名之曰慧；由此生諸善法，名曰慧根。既有定根，定中簡擇，則慧根當然可得。

(丙二)五力

不可屈伏名爲力。五力者即前五根之力也。分詮於下：

(丁一)信力

即若天若魔乃至諸煩惱皆不能屈伏，所以稱力。信力即信根之力，無別體也。

(丁二)進力

進力即進根之力，亦無別體。

(丁三)念力

念力即念根之力，亦無別體。

(丁四)定力

定力即定根之力，亦無別體。

(丁五)慧力

慧力即慧根之力，亦無別體。

第一步生五根，第二步生五力。凡修何法，得到五根，再進一步修行，即得五

力。

定是外道、凡夫、小乘、大乘共修的路，但各各目的不同，此宜特爲注意。

在定中所生身上種種等現象，（按：前八觸，後八觸，共十六觸。）雖有是事實，佛法不許說，恐其觀身是淨，及生我執。

五力最要，力即法輪之轉，種種方便從此生。又五根五力中的定根範圍最寬，不僅在習定時爲定，無論入定出定，凡一切不動搖者皆是定所攝。

根謂法，力謂類。如見有情苦爲法，見己苦而推及人之苦爲類。

五根是八法，五力是八類。三四爲體，五根五力爲用。

（乙三）只七

即合念、擇法、精進、喜、輕安、定、捨七種，名爲七覺支。所云只七者，前四念處、四正勤、四如意足，有三個四種，五根五力，有二個五種，此七覺支，只有一個七覺支，故云只七也。覺謂菩提，支謂支分。有七種菩提支分，循此修行，可得阿耨多羅三藐三菩提之果。前四如意足，是起定之因，此七覺支，是得正定之方便。略詮如下：

（丙一）念覺支

其境明記，名之爲念。謂去不正念，生起正念，防護定心，持念不捨，時時緣

所修之法，故名念覺支。何以故？念覺支即覺法所依止也。

(丙二) 擇法覺支

觀察得失，名之爲擇。擇指慧言，以慧擇法，循是修行，可出三界，否則永墮在衆生數內，隨業流轉。行者若懈怠、昏沉、放逸時，宜速修此擇法覺支以對治之。何以故？擇法覺支，其自體即是覺也。

(丙三) 精進覺支

熾然修善名爲精進。行者先修決擇，既決擇已，當然能起精進。何以故？精進即是覺之出離支也。

(丙四) 喜覺支

於意適悅，名之爲喜。謂以精進心修法，任修何法，皆能生歡喜心，蓋得法之利益故也。

(丙五) 輕安覺支

身心調暢，名爲輕安。謂妄念已息，輕安自得。

(丙六) 定覺支

專注所緣，名之爲定。即心不外馳也。

(丙七) 捨覺支

遠離沉掉，平等寂靜，名之爲捨。合上輕安與定，此三皆是覺之無染支。又捨謂止。如修儀軌中，有修止處，有修觀處。

七覺支，即菩提支，欲得菩提，須先得定。七覺支中念，譬如警察，防護定心者即念。

又七覺支指在定時言，即正修，亦即是定；與後八正道，指出定時言者相對。七覺支是定，八正道即是戒。

(乙四)單八

即合正見、正語、正思維、正業、正命、正精進、正念、正定八種，名爲正道。所云單八者，前四念處、四正勤、四如意足，有三個四種，五根、五力，有二個五種，此八正道，只有一個八種，猶七覺支，只有一個七種，故云單八也。

八正道之正即戒。七覺支攝於定，八正道攝於戒。云何名正？曰因果不錯名正。茲略詮於下：

(丙一)正見

正見者，不墮邪見、邊見、戒禁取見等。以戒言正，以見言見。合說，以下七種皆攝於正見，有正見而後始能生以下七種也。

(丙二)正語

發話語言，不隨口四之惡，故云正語。此正語亦由正見而來。

(丙三)正思維

正思維者，不唯不當思維者不思維，即十四無記，亦不思維，故云正思維。換言之，即第六意識不起顛倒想是也。

(丙四)正業

凡佛弟子，當作正當營業，一切害人營業及傷風敗俗之淫業等，皆不當作，故曰正業。

(丙五)正命

命者生活所依，謂依正命生活，不依五種邪命生活也。

(丙六)正精進

謂合乎戒律之精進也。

(丙七)正念

謂修何法，即念何法，不夾雜他念。如修淨土者專念佛號，參禪者專參話頭，各有各應專注之念，此則合念於純一也。

(丙八)正定

定爲外道凡夫小乘共修之定，但目的不同，正定云者，謂非邪定也。

七覺支是根本智，屬真諦；八正道是後得智，屬俗諦。

以上三十七道品，如木工之用具，各有各用。又於三十七道品中，隨拈一法皆能起作用，若全起作用，則見道矣。三十七道品中四念處爲總境，餘皆攝此四念之中。中士修行，從別解脫戒上修，把三十七道品，亦加在戒上修。

《菩提道次第》即起三十七道品作用之方便。三十七道品可攝一切法，亦即總持，大小乘所共修，密教亦不能外，密即總持也。

頌（總說）

三十七助道	四念處正勤	及四如意足	五根五力等
七覺八正道	略爲四念處	開則三十七	更廣復無盡
不以一種藥	而止衆病故	餘無量修法	皆攝在此中
念隨順正智	緣中得止住	以念持此法	對治四顛倒
（四念處）	不同世間勤	於法欲求證	黑白之止行
（四正勤）	止住一緣中	失勤多散亂	令心調柔故
（四如意足）	能攝心安穩	或以淺深論	或以軟利名
（五根力）	調柔生五根	念集善遮惡	中三沉令起
（七覺支）	七覺支修用	得法心安穩	漸至涅槃城
（八正道）	後三輕安等	心散時令定	慧根力擇法
	於法觀不謬	八正道戒見	正見四念處

正語離口邪

正思維諦理

正業正命者

除一切邪命

正精進四勤

進根力進覺

正念念處等

念根力念覺

正定如意足

定根力定覺

念處正修法

正勤行不謬

攝心稱神足

根調柔名根

轉深說名力

入無學實智

說名菩提支

於法見不謬

王道之金繩

稱云八正道

頌中七覺支修用，謂修行之作用。七覺支是根本智，證真諦；八正道是後得智，證俗諦。實智謂深般若，八正道謂廣般若。中三沉令起，謂昏沉時，起擇法、精進、喜之功用，後三謂散亂時，起輕安、定、捨之功用。涅槃城謂菩提，在解脫名涅槃，在智慧名菩提。無學爲小乘阿羅漢、大乘十地。聖法見謂正見。王道之金繩謂戒。總言四諦爲境，三十七道品爲行。下士修法，首修三皈，明業果。中士爲得清淨涅槃，由別解脫戒入手。在家依五戒八戒，出家依沙彌比丘諸戒，持戒時宜合三十七道品修，又宜定中修，此三十七道品爲大小乘之所共也。

附五種邪命（比丘營不如法事而爲生活，謂之邪命，有五種）。

（一）詐現異相 於世俗之人，詐現奇特之相，以求利養者。

（二）自說功德 自說己功德，以求利養者。

（三）占相吉凶 學占卜而說人之吉凶，以求利養者。

(四)高聲現威 大言壯勢而現威勢，以求利養者。

(五)說所得利以動人 於彼得利，則於此稱說之；於此得利，則於彼稱說之，以求利養者。

(附)十二緣起頌

十二緣起，謂無名緣行、行緣識、識緣名色、名色緣六處、六處緣觸、觸緣受、受緣愛、愛緣取、取緣有、有緣生、生緣老死。此十二支，互爲因緣，故謂爲緣也。普通謂聲聞修四諦，緣覺修十二緣起，其實四諦亦攝十二緣起。以此由集諦修起，緣覺根利，已明苦諦故。又十二因緣轉，即是苦諦，明此即知苦諦之理，故對世間順違等境，能以慧觀察，不爲動搖，而隨之流轉。聲聞法與緣覺法，是一非二，特教下爲方便計，判爲聲緣耳。此頌出《俱舍論》。

無我唯諸蘊

煩惱業所爲

由中有相續

入胎如燈焰

無有實我，唯色受想行識之五蘊假我。若爾，此蘊即應從此世轉至餘世。然蘊體是剎那即滅，無輪轉用故。要因數習惑業之作用，令中有蘊入胎相續，猶如燈焰。

按無我謂緣覺根利，悟十二因緣而證無我，十二緣起，即發明無我之理者。

未證無我，永遠流轉三界，一證無我便出輪回。聲聞乘中阿羅漢證無我，緣覺亦證無我，故聲聞緣覺合名二乘，同爲中士所宜修也。蘊是剎那即滅，心即相續。又，無我唯諸蘊一頌，是三支式，無我是宗，煩惱等是因，燈焰是喻。

四有輪轉

本有 即現在身之五蘊。

死有 命終剎那之五蘊。

中有 死後生前之五蘊。

生有 中有入胎之五蘊。

此謂人死，雖捨粗蘊，而從死至生，四有之細蘊，相續不斷。故前蘊造業，後蘊受報。外道不信輪回者，每謂甲造業，乙受報，爲不合理，不知中有相續，不是兩人也。

如引次第增

(生老等)

相續由惑業

更趣於餘世

故有輪無初

如業所引，次第轉增，諸蘊相續，果縛未盡，子縛復生，故無最初作者，唯有惑業苦，作十二支輪，旋回不息，無始無作。

按引如井中汲水之輪，不休息狀，喻生時惑業，死後中有身相續也。無初謂一有一齊有，無最初作者，謂無我人衆生壽者。此利根之悟也。

如是諸緣起

十二支三際

前後際各二

中八據圓滿

或在名色位命終，唯歷二位，乃至取位命終，但歷七位。欲界具八支者爲圓滿，色界無名色支，無色界無名色及六處。

按緣者相集相引義，亦即依他起之依義。十二支謂緣起之支有十二也。三際謂前中後三際，即過去現在未來三世也。前後際各二，謂前際有無明及行二支，後際有生及老死二支也。中八據圓滿者，謂中際之識支，乃至有支八位，爲人類之最圓滿者。以色界天不入胎，無名色支。無色界天，既不入胎，亦無根境識三者和合，故無名色支及六處支也。以下詳明十二緣起之理，亦即十二緣起之性相。

宿惑位無明

——無明——

（先世煩惱，至今果熟，總謂無明，即不明妄明義。
智不及愚與煩惱愚）

按宿惑謂往劫業之種子。無明無始，從熏習而起，從因緣而生。「智不及愚」謂一切種冥，「煩惱愚」謂諸冥。種冥爲無明種子，無明之根。觀無明於未起將起時，如睡時觀如何睡着一般，若能觀着，覓得無明之根，可以除滅矣。

宿諸業名行

——行——

宿生福、非福、不動等業，至今果熟，總名爲行。

按福業、謂能得樂報之緣；非福業、謂能得苦報之緣；不動業、謂定業，能得四禪天四空天報之緣。果熟，謂現在之根身、及山河大地之器世間，皆異熟果也。以上無明及行，爲過去世，屬於前際。

識正結生蘊——識——於母胎等，正結生時，剎那五蘊。

按識即第八阿賴耶識。中有身、色質微細，兼有神通，剎那間可以投生，識即被牽引，結生其處。

六處前名色

——名色

結生之後，六處生之前，中間諸位，皆名名色（羯刺藍等五位）。

按結生謂入母胎時，精血識三者結合而生也。羯刺藍等五位者，一血泡、二肉團、三肢分、四皮、五骨。名色：名屬心法，色屬色法。質言之，即指精神肉體也。

從生眼等根

三和前六處

——六處——眼等已生，至根境識未和合位，名六處。

按六處謂六根。但有六根，未與境識和合，不能起作用。

於三受因異

未了知名觸

——觸

從出胎至三歲，於根境識三和合起用，然未了苦樂諸受，名觸。

按諸不了別苦樂及不苦不樂之三受，但有俱生，無分別。

在淫愛前受

——受

四五歲已去，十四五已來，已了三受差別，雖起衣食等貪，未起淫貪，名受。

按六七歲後，漸次對於事物有識別苦樂感受，此時有分別矣。

貪資具淫愛

——愛——

十六七已去，貪妙資具，及淫愛現行，未廣追求，名愛。

按謂十六七歲後，對於資具淫愛，生種種強盛愛欲之念也。

爲得諸境界

——取——

爲得種種上妙境界，周遍馳求，名取。

遍馳求名取

按謂二十歲以後，愛欲愈盛，不克自主，馳驅諸境拼命取求所欲，結果不過名利場中誤盡一生耳。

有謂正能造

——有——

因馳求故，積集能牽當有果業，名有。

牽當有果業

按依五取蘊馳求諸境，造種種業，藉前世之果縛，引後世之子縛。以上自識支至有支，共八支，屬現在世中際。

結當有名生

——生——

由此業力，從此捨命，正結當有，名生。
(當有之生即今識位)

按謂依現在業力，牽引識於未來受生也。

至當受老死

——老死

生刹那乃至當來受支，總名老死，如是老死，即今世名色等四支。

傳許約位說

傳許世尊，唯約分位，說諸緣起，有十二支。（此天親菩薩揀

別說。）

四種緣起：

此四種謂觀俗諦。

（一）刹那緣起

於刹那中，由貪等行，具十二支。

（二）連續緣起

無間相續義，鄰次相屬義，謂同類異類因果，無間相屬而起。

連續者，謂第八識種子熏現行，現行熏種子，互為連續也。同類謂等流果，異類謂異熟果。

（三）分位緣起

於無際中唯取三際十二五蘊。

謂本無時間，假立三世也。

（四）遠續緣起

久遠相續無始。

連續緣起，指中間相續言；遠續緣起，指無始相續言。

從勝立支名

問：若支支皆具五蘊，何緣但立無明等名？

答：以何支中何法勝，故立何名。

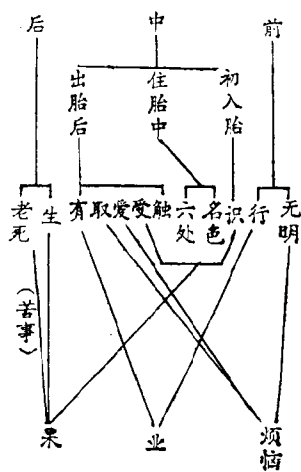
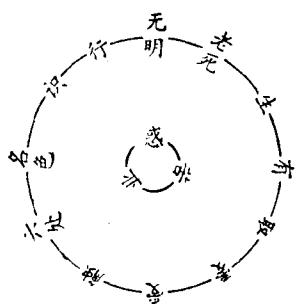
謂十二支中，雖皆具諸法，但何法較勝，即立何法以爲名也。

於前後中際

爲遣他愚惑

爲生不知來，死不知去，現在不知何等是我，此我云何？我誰所有？我當有誰？或執無因，如斷見等；或執邪因，如大自在等。佛爲救此愚者，說十二支。

按生不知來謂前際，死不知去謂後際，現在不知何等是我謂中際。此我云何，謂五蘊。我誰所有，謂無主宰。我當有誰，謂一切山河大地，皆我所變現。總之一切現象，非無因，非邪因，乃和合而生，即緣起，故假定三世以除邪執也。



三煩惱二業

七事亦名果

略果即略因

由中可比二

由中際之廣，可比前際之因，後際之果，故略。

按三煩惱，謂無明、愛、取三支。二業，謂行、有二支。七果，謂識、名色、六處、觸、受、生、老死七支。由中可比二，謂由中際可比前後二際也。

從惑生惑業

惑生惑：愛生取；惑生業：取生有，無明生行。

按愛支取支皆惑也，愛生取，故云惑生惑。取支、無明支屬惑，有支、行支屬業，故云惑生業。

從業生於事——業生事：行生識，有生生。

按事即果。行支、有支屬業，識支、生支屬果，即事。故云從業生於事。

從事事惑生

——事生事：識生名色，生生老死等；事生惑：受生愛。

按識支、名色支、生支、老死支、皆屬事，識生名色，生生老死，故云事生事。受支屬事，愛支屬惑，受支生愛，故云事生惑。

有支理唯此

謂十二有支之理，唯此惑業苦之所流轉也。

以上爲十二緣起，十二緣起即集諦，緣覺爲聲聞中利根，苦諦已經了解，故修行從集諦入手。

十二緣起中無明，即衆生體，衆生有明時，有不明時，但有不明，即爲無明，無明無起點，從熏習來，即從緣生，緣生故無起點，無明指個個不同的無明而言。

十二緣起即四諦，流轉即苦集二諦，還滅即滅道二諦，觀緣起即俗諦觀。

以上中士修法竟，以下爲上士修法。

（肆）上士修法

修法分四，（一）修平等捨心，（二）修菩提願心，（三）六波羅密，（四）四攝法。

按上士修法必兼中下士修法，否則不明業果之理及無我之理，一遇違緣，易生退墮。唯修中下士後，再修上士法，則不致退轉，所謂阿毗跋致是也。如但慕上士之名，輕中下士之行，而不由根本修起，是名輕毛菩薩，則大乘之實利難得；若明業果之理及無我之理，則一切惡不作，一切善奉行，不唯自利，而且利他，即上士行也。上士無別法，即中下士修至究竟之法也。大乘法有二：一發菩提願，二行菩薩行。菩提願非至上士地位方發，在下士初修時，即宜發此心，不過至上士位，方能辦到耳。發菩提心爲願心，行六波羅密爲行心。上士修法三段中：第一段修平

等捨心，爲修行初步，亦即大乘前導。第二段修菩提願心，與前修平等捨心，爲發菩提心兩大派。前一派修平等捨心，是寂天菩薩派，即深般若也；此一派修菩提願心，是無著菩薩派，即廣般若也。第三段波羅密爲正修。試略釋如後。

（甲初）修平等捨心

修平等捨心，爲寂天菩薩說；修菩提願心及波羅密，爲無著菩薩說。合修此二說，即上士行。修三十七道品，得著五根五力，即平等捨心。平等捨心，即大般若中如地之菩提心。捨謂捨怨捨親平等平等，捨親易，捨怨難，故宗喀巴大師特提爲首修。此平等捨心，約分爲三：（一）怨親不定想，（二）自他易地想，（三）等皆如母想。

（乙一）怨親不定想

怨或爲親，親或爲怨，原無一定，宜如此作觀想。

頌 昔日之仇怨

聞名生憎怖

後復爲良友

無彼反不樂

順我者曰親

逆我即爲仇

或從無我觀

或以仇爲友

親謂與我有利益，使我身心安樂者。逆我者反是。無我觀謂五蘊中覓我了不可得。

怨親不定。順我即親，逆我即仇，純以我爲標準，即是我執。破此我執，方能得到平等捨心，其修法第一步，即宜作怨親不定的觀想也。

(乙二) 自他易地想

自他易地說，即世間聖人所謂恕道，若非定中有功夫，則亦口頭上高調耳。至上士自苦他安樂，較世間自他易地說又進一步，此純出大悲，非有一點利譽心，唯慈母愛子，方可喻之。

頌 自他易地觀

亦世聖所教

若不從定修

則但墮言說

上士恒勤求

自苦他安樂

若慈母愛子

非他利譽故

自他易地觀，謂己所不欲，勿施於人。又自他無分別想，所謂禹思天下有溺者，猶己溺之也；稷思天下有饑者，猶己饑之也。此大乘之要義。慈心悲心，自利利他，始能成佛。否則但求自利，則成阿羅漢也。

(乙三) 等皆如母想

宜分爲四種觀想之。

(丙一) 無量輪迴中父母，即是衆生。

(丙二) 現在生活我之父母，即是衆生。

(丙三) 使我了知解脫之父母，即是衆生。

(丙四)作悲田使我成佛之父母，即是衆生。

按此謂觀一切衆生，皆父母也。

(甲二)修菩提願心 分三 (乙一)引言 (乙二)正觀 (乙三)結語

(乙一)引言並發心之法喻及方便總說

頌 大般若佛母 諸佛佛子生 由圓頓次第 證果貴初心

發心利他故 樂正等菩提 如地金月火 大藏寶源瀛

金剛山藥善 如意日美音 王庫藏大路 乘騎流無盡

樂聞聲河雲 二十二種等 贊發心性相 餘處復廣明

行假無三世 一多大小平 悲圓菩提滿 發心佛即成

發心證果二無別 由是中間發心難

發心非難難常繼 常繼方便應當說

《大般若經》一名《佛母經》，言佛從般若若生也。又一問題，菩薩是佛生，故名

佛子；佛是誰生？曰是菩薩生。如文殊菩薩智慧最高，爲諸佛師；又菩薩由圓頓

次第菩提心生，菩薩爲佛之因。故佛是菩薩生。

由圓頓次第者，四宏願即圓頓菩提心。《華嚴經·賢首品》即說圓頓菩提心者。說圓頓又說次第，似相矛盾，不知非矛盾，次第即圓頓中次第。如圓輪有十二

齒，譬如圓頓；其輪轉時，一齒一齒次第而轉，譬如次第；然一齒轉時，餘齒皆隨之而轉，譬如圓頓中次第。可知初地心，即十地心，故圓頓中有次第，次第中又有圓頓。彼但講圓頓而略次第者，未免籠統非是。

又學顯者不學密，或學密者不學顯，譬如輪齒不足十二。佛說成佛不難，發菩提心難，即發圓頓菩提心難，此心一發，決定成佛。又圓頓次第，圓頓即發心，次第即修行。

證果貴初心，即因該果海之義。換言之，即因果不二也。發心利他樂正等菩提者，上句說利他，下句即求成佛是說自利。此二句說菩提心體相最爲完備，蓋自他兼利不可偏廢也。

有一種人但說利他不說自利，不知自己無能力，且不能自救，又焉能救他。但求自利者，流於小乘；但求利他者，是菩薩中之狂妄者。須自他兼利方是，此普通說也。若對此人說自利，對彼人說利他，則又對機說矣。

如地者，此喻菩提心。如大地載物，平等攝受，即對於衆生，不起差別，普度含攝也，此用功之初步。

如地之菩提心，即初地所發菩提心。以地一切皆載，並不簡擇，此即平等心。能如此修即可登初地。如地心若缺乏，則處處障礙。

如金者，以金喻菩提心，大意謂須鍛煉，宜在違緣上修。如但順緣，唯護我執；若違緣上修，如金之鍛煉，則可斷我執也。

又如金者，喻貴重，即指戒言。有人不敢受戒，恐受後或犯。不知犯戒較不受戒者亦勝，如金器雖壞，仍然是金，較銅鐵價值自高也。

如月者，以月喻菩提心，謂之清涼，能解熱苦。如月菩提心，能除煩惱之苦也。

又如月者，即喻悲心菩提。

如火者，以火喻菩提心，即喻智慧菩提，能壞、能長、能熟，皆火之功能。能壞，喻滅煩惱，滅罪之法，無有過於般若者；能長，喻功德增長如太陽之光能使萬物長養；能熟，喻善法成熟，如生物不可食，必須成熟方可。火有此功能，菩提心亦復如是。

又如火者，即燒我執義。無論善的我執，惡的我執，皆宜燒斷。地金月火四種，即初地所發菩提心，圓頓次第菩提心一修，即登初地。

如大藏寶源者，是二地菩提心，即戒也。有戒則一切功德，如大藏源，方起大作用，此最重要。大藏喻一切法器皆有，寶源（如得到寶之脈絡）喻功德。

如藏者，藏即海。一喻菩薩求法無厭；二喻菩薩能容，如海能容一切物，即忍

菩提心也。

如金剛者，此以金剛喻菩提心。謂金剛有不壞義，即不爲二障所壞故，即精進菩提心。

如山者，此以山喻菩提心。如須彌山，除佛出世時，餘時皆不動搖，即定菩提心。

如藥者，此藥喻菩提心。阿伽陀藥，有病無病皆可服，喻有般若，無不利益，服此藥則不死，有般若則成佛，即般若菩提心。

如善者，善即善知識。有菩提心，則行種種善，止種種惡，如善知識之指導及監督然。又依菩薩戒而行，即最好之善知識，此謂方便菩提心。

如意者，如意即如意寶，輪王方有，此寶能生出一切寶，菩提心亦然。如意寶能隨所願，如發何願，即滿何願，此謂願菩提心。

如日者，以日喻菩提心。謂能生長一切善法，除一切黑暗，與前如火喻不同，如火喻能燒義，如日喻能照義，謂智慧菩提心。

如美音者，以美音喻菩提心，即四無礙辯才也。

如王者，王爲人中勝，謂菩提心爲一切法中勝，喻十地菩薩灌頂，一切法自在。如庫者，庫謂庫藏。喻得菩提心，如得庫藏中之寶。

如大路者，喻十地位如得平坦大路，自無歧途之慮。但資糧位及初地，皆有此功德，不過至十地位，方能圓滿耳。

如乘騎者，喻在大路上行，並非步行，如乘騎然，此騎即輪王馬寶，喻其速也。

如流無盡者，謂發大菩提心，如普賢十大願王，世界無盡，衆生無盡，我願無盡，蓋大悲心也。盡未來際，度化衆生，十地方能如是。

如樂聞聲者，謂以四悉檀說法，既能契機，衆生自然樂聞。

如河者，謂佛說法四十九年，如一條河然，河雖是一，而河兩岸之地勢，曲折不同，佛說法隨機，原無一定，亦如河隨地勢也。

以上三者，指佛地菩提心言。

以上發菩提心，共二十二種喻：即（一）地（二）金（三）月（四）火（五）大藏（六）寶源（七）瀛（八）金剛（九）山（十）藥（十一）善（十二）如意（十三）日（十四）美音（十五）王（十六）庫藏（十七）大路（十八）乘騎（十九）流無盡（二十）樂聞聲（二十一）河（二十二）雲。若就初修第一步說，即應先修地金月火四菩提心，蓋此即初地菩提心也。二十二喻，均爲贊嘆發菩提心之性相。行假無三世者，行即二十四不相應行法，以行法隨順世間建立，無實體故，名爲假法，假法無始無終，中

間不住，三世平等，故無三世。行法既假，如一數爲假定，假定即無，一既無，則無二乃至無多，故無大亦無小，平等平等。總之成佛在菩提心圓滿，並非於時間長短等計算也。何以故？時間即不相應行之假法故。

問時間既假，何以又說三阿僧祇成佛？曰：是對驕慢者說，若對於怯弱者說，則又說即身成佛，總之對治悉檀耳。

然則成佛之說，時間長短不一，果無一定標準乎？曰：有。即視其悲心及菩提心是否充足圓滿。此心一充足圓滿，即是成佛，不計時間也，即初地所發的如地等心。

問：何謂圓滿菩提心？曰：一個衆生不捨。

發心證果二無別，指圓頓菩提心，故云無別，蓋因果不二也。

發心非難難常繼。問：何以不能常繼？曰：無方便故。若依宗喀巴大師菩提道次第而修，絕無退轉。由下士而中士而上士，是最好方便。

(乙二)正觀 分六

(一)知母，(二)念恩，(三)報恩，(四)悲心，(五)慈心，(六)增上心。試分說如次：

(丙一)知母 (決定盡法界之有情，無一非三世之父母。)

頌

恒發意觀想

日夜各三次

信六道九有

恒河沙衆生

盡法界有情

皆過現父母

以長劫輪迴

當知如演劇

又現生活我

衣食等增上

毒蛇諸惡人

於我不相違

爲作解脫因

賢聖知識等

一切惡有情

及諸仇怨類

悲田六道衆

能長菩提因

成佛之父母

亦一切有情

六道謂天、人、阿修羅、地獄、餓鬼、畜生。九有謂欲界一有、色界四有、無色界四有，共爲九有，即分三界爲九也。謂此恒河沙衆生，皆是過現之父母，故知母一科，即是發初地菩提心。

觀一切衆生皆是父母，即無一個不是父母者，如此決定，方能修行成佛。此

科實最爲重要，若知父母之心不發，以後修行便難。

或疑衆生繁多，容有一個不是父母者，故以演劇喻之。在此長劫中演劇，彼

此互替以成眷屬，一切自皆有骨肉關係，故云皆是父母也。

現生活句，喻社會中人，皆於我有恩，即父母也。毒蛇諸惡人，皆能禍我者，不禍我，則恩同父母。賢聖，謂諸佛菩薩，惡有情及仇怨，皆違緣，有違緣則易起悲觀，得解脫。故佛云：「提婆達多爲我成佛之因。」

悲田六道衆者，對三寶爲敬田，對父母爲恩田，對六道爲悲田，六道即田，悲

即種子，菩提種子，須有悲田，始能下種也。《普賢行願品》云：「因於衆生而起大悲，因大悲心而成正等正覺。」故衆生爲成佛之父母也。

知母一科，看一切衆生皆父母，則煩惱易斷，是爲不可思議解脫法門。

發知母心，不唯易斷煩惱，且可斷習氣。

修知母科，其成功有經長時的，有經短時的，須視發菩提心淺深廣狹程度如何。

修知母科，日夜各三次，然亦可自定次數及時間，若遇忙時，每日每時最少修行一刻鐘，或十分鐘亦可，不可再少。所宜注意者，在定中修，不可散亂在名句文上修。又須修五根五力，現在世方能起作用。且種子既有，來世遇緣，作用發起亦易。若不向根力上修，僅在文字上討論，則悲矣。西藏修菩提心，往往有修至十餘年者，功失既深，故一灌頂，即時得到悉地，且根力既堅固，則成不退菩薩。

（丙二）念恩（應觀無盡悲流。）

頌 父母生養教 悲流恒無盡 隨子生憂喜 慈愛過己身

觀今思既往 恩念正等齊 縱使兩肩負 何能報萬一

過去父母，意想不到，故觀現世父母，易起報恩之心。現世父母恩流無盡，推之過去父母，其恩亦同等也。

縱使兩肩負、何能報萬一者，言父母恩深，報不盡也。兩肩負云者，見《本事經》，經曰：「假令有人，一肩荷父，一肩擔母，盡其壽量而不暫捨，供給衣食醫藥種種所需，猶未足報父母深恩。」

（丙三）報恩（不知報恩，實世間之大無慚愧者。）

頌 母流轉三有

正法多不聞

況在地獄中

或墮鬼畜生

盼子作救援

子自安不聞

雖人頭而畜

不如鴉羊等

由不聞正法

不遇善知識

今在佛前誓

願盡度慈親

前念思一科，以父母恩說不盡，故略言大概，各人自己想父母養育之深恩，則報恩之心，愈不容己。

修報恩一科，宜深責備自己，生大慚愧心也。慚愧心一起，其力甚大，如田中有肥料。故修行時，唯報恩一科最易起慚愧心。

母流轉三有，必思速速極力救濟，未墮者預為防避，已墮者急為拯拔，是以欲報父母恩，須即身成佛，愈快愈好，不可等到三阿僧祇劫。密乘令修行者即身成佛，無他，正是急於救父母，以報深恩之意也。

《大般若經》云：「唯佛知恩，唯佛報恩。」蓋佛法建立在孝上，佛法根本即是孝，換言之即報恩主義也。

(丙四)悲心 (決定代受彼苦。)

頌 嗚呼師尊三寶大慈悲

父母有情罪障惡業等

不聞正法八難並三途

險厄愁憂無量一切苦

充滿有情界及器世間

諸惡果報齊降密如雨

惟願現今我身皆代受

盡未來際無息無止期

父母有情罪障惡業等句，指因中苦言；不聞正法八難並三途句，指果上苦言；充滿有情界，指心苦言，器世間指身苦言。惟願現今我身皆代受，此願字即普賢大願。前言菩提心圓滿，就是普賢菩薩。普賢菩薩，即佛的內行，亦即是願。故願代受苦，爲十大願王之一也。

普賢菩薩，代表佛行，學佛者當以普賢菩薩自任。普賢菩薩是佛長子，能負一切責任，宜作一切菩薩皆幫我忙想，終須自己負責任，故父母有情一切苦，皆願一身代受也。

悲心一成就，自能負責任，悲心能對治一切違緣，且是對治違緣的總法。是以悲心一起，能除一切障礙，能生一切功德。

悲心即四無量中悲心。

若怕代受苦，則我執愈甚，不知果能救濟他人，而代爲受苦，則自己之苦自

忘，以我執斷故也，是以救濟他人之苦，正是消除自己之苦。

修行甚難，老修行皆從耐字做起，此就見道前說，若至見道位，則容易矣。人每以苦時甚長，往往不能耐，不知所謂苦，其劇烈時祇此頃刻，此一點耐過去，以後便容易。

（丙五）慈心（決定施以己之利樂。）

頌 凡我三時善根諸利樂

願悉無餘施供衆有情

有情惱我罵咒打殺等

觀若生身父母悉順承

善根謂三學、三慧、六度、四攝等；利樂謂出世之利樂；無餘施供，即一切布施，不留其餘。如此則慈悲心圓滿，我執自斷。

有情惱我二句，如此觀察，即能斷一切煩惱。修悲心慈心，智慧自生，如此方是真正智慧。若無慈悲心輔助，則成邪智慧，以所有智慧全用在自身上，我執太重故也。

（丙六）增上心（決定成佛心，作報恩之究竟。）

頌 父母究竟離苦得安樂

要當成佛一切乃堪能

萬德莊嚴釋迦妙法王

無緣大悲寶庫觀世音

無垢大智涌泉妙吉祥

摧伏魔軍無餘秘密尊

大悲恩流諸祖諸師等

自他成佛唯願垂加被

密乘不待成佛，即能救濟父母。我們凡夫雖無能力，但求三寶加被，我們仗此不思議加被之力，自能救父母，故修皈依觀即刻能救濟父母，消滅一切苦，但須常發大菩提心方可。念佛亦能即刻救濟父母，以佛力加被故也。是以欲救父母苦，仗三寶加被力，即刻便能消除。尤須自己成佛，並一切功德回向父母，使父母早成佛，方能究竟離苦得安樂。

萬德莊嚴釋迦妙法王等句，是求佛菩薩加被，欲救父母即刻除苦者，宜如此念誦，如此修行。入觀時若專心念，加被力便不可思議。

無緣大悲寶庫觀世音句，是表悲德；無垢大智涌泉妙吉祥句，是表智德；摧伏魔軍無餘秘密尊句，是表斷德。

(乙三) 結語

頌 所緣盡有情

次第總別修

行相須明了

決定心不動

智悲德速圓

伏滅諸我見

成佛之始基

亦頓超十地

所緣盡有情句，即一個有情不捨。次第總別修句：總修，即每日數次修（終身修），別修，即先修知母科，以後依次再修各科。行相須明了句，行相在大乘上說，即是見分，與所緣二字指相分者對言。決定心不動句，不動即無想定，此處所

說不動，却非無想定，但如理作意而動，動即不動，此即是觀。心緣一境是定，緣多境是觀，此大略說也。實則緣一境亦是觀，若不觀但是死定也。智慧德速圓，伏滅諸我見，成佛之始基，亦頓超十地，總言成就之速。顯教從因上修，密教從果上修。即身成佛，就是想自己是佛，如此則煩惱自不起。修淨土者，想自己即阿彌陀佛，往生成功更快，亦此義也。

所宜特別注意者，想自己作本尊，必須持戒，否則有危險。四川有人如此，曾被鬼打，即明證也。

(甲三)六波羅密

六波羅密者：(一)施波羅密，(二)戒波羅密，(三)忍波羅密，(四)精進波羅密，(五)靜慮波羅密，(六)般若波羅密。波羅密即彼岸。六波羅密或開爲十，菩提道次第則說六波羅密，名數不同，其內容無異，不過開合關係而已。

(乙一)施波羅密 分三 (丙一)施種類 (丙二)施功德 (丙三)對治施障

(丙一)施種類 分四 (丁一)內施 (丁二)外施 (丁三)無畏施 (丁

四)法施

(丁一)內施 分二

(戊一)捨頭目手足，施給衆生，如釋迦佛在因位行菩薩行時，捨身喂虎

是。

(戊二)以頭目手足承事三寶，或與他人代勞是。

(丁二)外施

謂身外之物亦有二：

(戊一)施錢財妻子眷屬。

(戊二)能捨一切而出家，亦謂之施。

內施即內財施。云何內財？身目等是。外施即外財施。云何外財？錢財妻子等是。所宜注意者，妻財不定給與他人爲施，但不執著亦是施。

(丁三)無畏施

謂人有危急時，我以無畏之精神，保護救濟而度脫之，除其障礙患難，俾得安穩無恐。如觀世音菩薩之於衆生，凡有水火等災難，一聞其聲音，即施以無畏而普度之，娑婆世界，皆稱觀世音菩薩爲施無畏者。

(丁四)法施

法施者，謂說法布施，初中後善，於法說法，於非法說非法，乃至利人排難解紛之語亦謂法施，所謂慈心與樂，說法即是與樂之一也。

六度四攝皆有布施。六度中布施，偏於自利方面；四攝中布施，偏於利他方

面。

王、賊、水、火、不肖子，財產爲此五家所共，與其爲五家所耗散，何如布施以利有情之爲愈。世人多不明此理，往往失之慳吝，殊足憫也。

凡布施宜隨時施，不可俟諸異日，此特宜注意。又初學者布施，不妨計因果，至功夫深時，宜以大菩提心而行布施，自不計果報如何也。

布施三輪體空，是純粹的慈悲心，不可以空而反不布施。

頌 頭目妻財施

令他無恐懼

慈願說善法

正言至一語

(丙二) 施功德 分五

(丁一) 滅滅守護苦。

(丁二) 滅滅追求苦。

(丁三) 斷貪心及滅當來由貪所生諸苦。

(丁四) 心志歡喜，無不足之憂愁。

(丁五) 當來財富自在，究竟滿足檀度。

頌 斷守護追求

貪心當來苦

歡悅心志光

無不足憂愁

當來大財富

亦安然自受

不與五家共

最後滿檀度。

滅滅守護苦者，謂自己所有財產，恐其喪失，不得不守護，但一言守護，便有

許多苦惱發生，如不自由，即其例也。

減滅追求苦者，前守護指已得財產言，此追求指未得財產言。已得之財產，必須守護之，未得之財產，又要追求之，日日爲財產忙碌。換言之，即日日爲財產做奴隸，均苦也。如能布施，則我已有之財產，還要布施於人，未得之財產，又何必勞心追求乎，故云減滅追求苦也。

斷貪心及減當來由貪所生諸苦者，貪心是因，由貪所生諸苦是果，有是因必有是果。布施則不然，謂既有布施之心，自無貪著之念。貪心之因一去，由貪所生諸苦，自然不生矣。

心志歡喜、無不足之憂愁者，謂歡喜布施，則不憂不足也。

當來財富自在究竟滿足檀度者，謂現在布施之因，成未來財富之果，而能圓滿檀波羅密。

以前世布施之因，得後世財富之果，此財名爲堅牢財，當然不爲王賊水火不肖子五家之所耗散，餘義如前釋。

（丙三）對治施障 分四

（丁一）先未串習障

（丁二）施物乏少障

(丁三)耽著上妙悅意財物障

(丁四)深樂施果障

頌

若先不習施

今世有不捨

觀功德過失

多少廣串習

施物不如意

由前慳貪盜

若不勵力施

困窮且日極

不以上妙施

得果難悅意

又執持妙寶

生險死不去

樂計思果報

如販籬子息

不了三輪空

不得波羅密

先未串習障者，串謂相續不斷，習謂練習，以先世未曾時時練習，故有此障。施物乏少障者，謂有布施之心，但以缺少財物爲其障礙。耽著上妙悅意財物障者，謂自己所愛之物，不願施人之障。深樂施果障者，謂施時計較有利益否，或利之大小及得果如何之障。初施當知果報，但不可計其果報，宜以慈心悲心隨時隨處而施。總之以菩提心而施。六度皆依菩提心，不唯布施。何以故？菩提心是體，六度是用故。勵力謂常常布施，時時不忘施波羅密之念。妙寶謂如傳家之寶。生險死不去者，謂其所愛之物，死後其靈猶守之，甚至有守千萬年不去者，名爲守財鬼，此等繫念之堅，所以能生死流轉也。三輪空謂施之人、所施之物、受施之人，一一體空。換言之，即當施時，不見能施之人、所施之物、受施之人，此謂無相施，始能到彼岸也。

(乙二)戒波羅密 分三 (丙一)戒體 (丙二)戒相 (丙三)破邪見

(丙一)戒體 分四

(丁一)由慈悲心，爲欲利益安樂無量衆生，決定受行菩薩之行。

(丁二)從他正受。

(丁三)受已無犯。

(丁四)雖犯還淨。

頌

由大慈悲心

利樂盡有情

時空等無盡

受諸菩薩行

從他受如律

護持謹無犯

雖犯速還淨

是名爲戒體

(丁一)項謂無著戒體衆生本具，非所造作。(丁二)項謂有著戒體，如律正受。(丁三)項謂受戒以後，不可或犯，以致失戒體。(丁四)項謂雖偶犯戒，宜速速發露懺悔，則戒體復元。

以上四種前一種是無作的戒體，後三種是有作的戒體。若無慈悲心，而僅受戒，是名字菩薩，故受戒必須有慈悲心。時空等無盡，謂菩薩戒盡未來際，非如別解脫戒中，或有僅至盡形壽而止也。

(丙二)戒相 分二

(丁一)性戒 分十

(戊一)身三：殺、盜、淫。

(戊二)口四：兩舌、惡口、妄言、綺語。

(戊三)意三：貪、瞋、癡。

(丁二)遮戒 菩薩三聚戒 分三

(戊一)律儀戒

《瑜伽》卷四十云：律儀戒者，謂諸菩薩所受七衆別解脫律儀：即是比丘戒、比丘尼戒、正學戒、勤策男戒、勤策女戒、近事男戒、近事女戒。

(戊二)攝善法戒

《瑜伽》云：攝善法戒者，謂諸菩薩受律儀戒已，所有一切爲大菩提，由身語意積集諸善，總說名爲攝善法戒。

(戊三)饒益有情戒

即四攝法：布施、愛語、利行、同事。

頌 戒相說性遮 性謂十惡等 遮言三聚戒 如來金口制

律儀攝七衆 各各別解脫 不得別解脫 大戒築無基

瑜伽虛空藏 重戒總十八 攝善三十四 饒益戒十二

性戒者，謂性質上本自是戒，不待佛制而已然也。如殺盜淫等十惡，即是性

戒。性戒不能持，爲三惡道。性戒圓滿或不圓滿，爲人道。性戒圓滿，猶有我執，爲天道。性戒圓滿，且無我執，是阿羅漢。性戒圓滿，又有大悲心，即是佛。

遮戒者，止惡爲遮。應行不行，遮其不行，亦爲遮。

律儀戒有許多評論，彌勒菩薩謂律儀戒，即七衆別解脫戒。世間戒如一個章程，不論人能守與否而束縛之；佛戒不然，佛弟子有七衆，則有各各戒條，故云別解脫戒。

攝善法戒者，謂衆善奉行，積集福德資糧也。

饒益有情者，謂依四攝法饒益衆生也。

性戒謂本性就是戒，雖不受戒，犯者亦有罪。遮戒又謂止戒。止不行等，故云止戒。遮戒必受戒後犯者始有罪。大戒築無基，大戒即菩薩戒，故欲受菩薩戒，必先受別解脫戒，以其爲大戒基礎也。

瑜伽虛空藏者，《瑜伽師地論》重戒有四種，即四他勝處法。《虛空藏經》、國王根本罪五種，大臣根本罪五種，初發心菩薩根本罪八種。合《瑜伽師地論》及《虛空藏經》兩者校勘之，去其相重者，約共十八種重罪。

（丙三）破邪見 分二

（丁一）辨定共道共與律儀戒。

(丁二)辨無律儀戒，菩薩戒則不具支。

頌 定共得定生 道共得果向 如法受便生 唯制戒律儀

大般若云 未見聖諦 未證實際 所有犯者 或有因緣

易可還淨 若見聖諦 證實際已 異見深重 難可還淨

若不具律儀 菩薩戒缺支 雖有方便儀 難興真作用

由戒增我執 恃己輕他犯 無悲不勸攝 不嚴責皆非

定共戒，謂與定共生之戒，定能止惡故。道共戒，謂證初果不起煩惱，得道以後，與道共行之戒；律儀戒謂七衆別解脫戒。

有重定共戒道共戒而輕律儀戒者，不知無律儀戒，則定共戒道共戒亦不能得。

辨無律儀戒、菩薩戒則不具支者，謂在佛前受戒，不受律儀戒，則菩薩戒不完備，故云不具支。

道共得果向者，如佛在世時，大迦葉未受戒，六群比丘謂佛云：「迦葉非比丘，未受戒。」佛云：「彼證阿羅漢煩惱不起，不用受戒。」謂具與道共之戒也。或曰：「得阿羅漢不必受戒，禪宗六祖何以受戒？」曰：「爲利生故，特受戒以作模範，否則恐有藉口不受戒者也。」

未受戒而先修定慧，如得阿羅漢及七地則可。否則有定慧而無戒，罪障不能還淨。如渡河然，未到彼岸而不要船，則必沉溺，故宜先受戒而後修定慧。

易可還淨者，還淨謂懺悔後便能還淨也。如未證道，或可懺悔；如已證道，往往執持異見，不易懺悔，則還淨難矣。若不具律儀，菩薩戒缺支數句，謂在佛前受菩薩戒而不受別解脫戒，則菩薩戒不完備，或但學定慧，不學戒學，皆是。故宗喀巴大師於三學中，特重戒學也。縱定慧甚深，無戒功德，不能到彼岸，以無戒如無筏、無依之故。是以大小乘及密乘，皆以戒為基礎也。小乘別解脫戒，唯護自己，不計人非；大乘菩薩戒則異是：（一）護自戒，（二）護他戒。即責彼犯戒者以慈心悲心攝受之，令得還淨也。

（乙三）忍波羅密

前面講布施持戒，亦須有忍波羅密，方堪任難行苦行，否則不能圓滿一切功德。忍者謂忍一切違緣障礙也。昔宗喀巴大師大弟子吉草仁波卿云：「我有三天無違緣，不能修忍波羅密。」喻如田無雨水，不能長養菩提苗。約分為三。此忍中僅言三者，以三者能攝一切忍也。

（丙一）耐他怨害忍

怨害最難忍，於此能忍，則一切容易矣。約分為五：

(丁一) 宿生親善想

(丁二) 隨順法無我想

(丁三) 無常想

(丁四) 應令彼安樂想

(丁五) 攝受想

頌 宿生親善想

諸法無我觀

彼此剎那異

最後皆當死

或令彼安樂

攝受爲己任

况怨親不常

自他或異地

宿生親善想者，謂將一切怨有情觀於對面，加持彼作親善想；隨順法無我想者，謂一切法無我，如夢幻泡影；又隨順法無我，於未證無我者，尤宜隨順之。

無常想者，謂種種責打加身，此苦剎那過去，故無常。

應令彼安樂想者，謂將怨有情當父母想，自欲彼安樂也。

攝受想者，謂對於怨有情我須教化之，當以種種方法攝受，忍即攝受方法中之一也。故佛對於提婆達多，彼雖累次作違緣而佛亦累次施以教化也。

(丙二) 安受衆苦忍 分五

(丁一) 爲求菩提，受持戒法，衣食粗少，威儀行乞，種種勤劬等苦能忍。

(丁二) 於世八法能忍(利、衰、毀、譽、稱、譏、苦、樂)。

(丁三)爲供事師尊三寶，尋求正法，獨處寂靜，思維觀察，如理治心，修習止觀等苦能忍。

(丁四)在家士農工商等苦能忍。

(丁五)爲利他故，種種勞慮、愁憂、譏謗、追求、諍持、身心疲勞等苦能忍。

頌

若持戒求法

衣食等劣少

威儀諸劬勞

四依杜多行

又利衰毀譽

苦樂稱譏等

供事師三寶

求法處靜寂

如理調治心

止觀諸禪定

在家習士農

工商事王等

利他諸勞慮

愁憂受謗毀

追求於財法

不染之忿諍

身疲心厭倦

若退若難行

當觀苦性空

而果報決定

爲求菩提云云者，謂修行求大菩提，所有一切苦皆能忍受也。於世八法能忍者，八法即利、衰、毀、譽、稱、譏、苦、樂。八法又名八風。八法、就能成就方面說，以世間即八法所成立；八風、就能破壞方面說，謂如風能摧壞樹木房屋等。宗喀巴大師謂禪家修行不在境上修（不在玄妙上修），而在八法上修，可知八法在修行上最宜注意也。

由此推之，八法現前，如能覺照，自不爲所動。如利樂之境現前，當觀可畏而不貪著；衰苦之境現前，當觀無常而不煩惱；譽稱最易動心，故最難忍，宜於此處

特別加意防範；至於毀譏若來，當作宿業觀，自能平心靜氣，可以消除衆愆。若修二無我觀，須於此八法上用功。何以故？斷我法二執，除忍八法外，無下手處故。爲供事師尊三寶云云者，此西藏例，如行者顯密成就，堪能教授，其師授以格西位（漢地法師位），先在諸小廟辯論，辯論以後，例應供衆，西藏三大寺，人達數千，即供粥所費，亦在數千元左右，若資財不具欲供衆者，必有多方尋求募化之苦，否則雖受格西位，不供衆不能稱堪布。格西爲西藏語，漢譯善知識善教授，此供衆方能稱堪布。堪布爲西藏語，漢師所定。蓋不能供衆者必資財缺乏者，必福氣薄弱，若遽令充堪布，往往折壽早卒，故加以限制也。

尋求正法之苦不能忍受，則不能修慧資糧；獨處寂靜不能忍，則不易閉關；修持思維觀察不能忍，則文義不了解；如理治心不能忍，則心馳外逸；修習止觀不能忍，則不克得禪定。如是諸苦皆能忍受，則近道矣。

在家士農工商等苦能忍者，士農工商各事業，在家學佛者不可將職業拋棄，亦不可酬應故事，雖事務甚忙，亦可忙里偷閑，去學佛法，並將職業上所有一切行爲盡回向在佛法上，則世間事亦無非佛事矣。

爲利他故種種勞慮云云，此謂行菩薩道時，所受種種諸苦，堪能忍受也。

（丙三）得法忍 分四

(丁一)功德忍

(丁二)證得忍

(丁三)修行方便忍

(丁四)自他神通忍

頌 功德多聞等

於道有契證

當深隱勿揚

重寶防窺竊

修行諸方便

自他神通等

顯示不顯示

依戒觀器行

功德忍者，謂修行者，多聞持戒，或建立三寶，作種種功德宜隱勿顯，否則輕則招患，重則終身不能成就，故對於功德，最當忍也。

證得忍者，謂修證功夫，不能發泄，否則功夫不能前進。蓋功德宜忍，證道尤宜忍，終不可向人宣說。無故向人宣說，不唯不能成就，且有罪過。

修行方便忍者，方便謂次第，如菩提道次第，即方便中之一。在西藏亦不隨人而說，須視其根機，可說則說。至因果布施等，則可隨人而說。

自他神通忍者，神通於定中得，得定雖有神通，然不可無故賣弄。如師有神通，不必示人，或自有神通，尤不當顯露。蓋神通顯示，犯別解脫戒，不顯示犯菩薩戒。度生時，須對機，宜顯示方顯示，故平時宜忍也。西藏托言打卦，即掩飾自己神通不欲人知之法。

修忍最重要，故忍波羅密有專書。忍上無功夫，一切不能成功，雖博學，亦不過研究而已。故修行人宜於此科特爲注意也。

(乙四)精進波羅密 分二

(丙一)云何精進 分四

(丁一)離染精進 一切煩惱未生不生，已生令斷。

(丁二)引白法精進 一切善法未生令生，已生令住，令不忘失，增長廣大。

(丁三)淨業精進 能令三業惡行清淨。

(丁四)增長智精進 能集積聞思修慧。

頌 令諸煩惱斷不生 白法引伸復廣大

三業惡行令消除 集積聞思修精進

離染精進者，謂斷黑法之精進也。

引白法精進者，白法即一切善法，與惡法名黑法者相對。

淨業精進者，此謂懺悔精進也。

增長智精進者，智慧有三：即聞慧、思慧、修慧。能時時向聞思修上加行，則智自然增長，故云增長智精進也。

(丙二)如何精進 分五

(丁一)被甲 如法持戒等。

(丁二)加行 次第進修等。

(丁三)有勇 不懈不倦等。

(丁四)不退 不畏障難等。

(丁五)無已 無有間斷等。

頌 以戒爲堅甲 加行依次第

臨敵勇不懈

雖傷亦無退

精進復無間 貫諸波羅密

距果遲或速

凡聖所由分

被甲即被甲精進，謂戒爲堅甲也。

加行精進者，謂觀時力，當修何法，依次而修也。

有勇精進者，謂見貪瞋癡之敵人，能以不懈倦之精神與之奮鬥也。

不退精進者，謂與三毒戰時，雖有種種違緣，而決無退也。

無已精進者，謂三毒煩惱雖斷盡，仍以無間斷之功用，斷三毒之習氣，令盡

無餘。

精進中不退，大德謂修成的無有，耐成的則有，耐字即不退也。此修行人宜特別注意處。精進中無已，如破賊然，不以賊逃走，而使中止不追討，自慶太平，

否則賊能改名換姓，乘不備而來，煩惱亦然。如吃素者，每一素飯，值數十元，此便是改名換姓的煩惱。故必斷絕根株，方可歇手，無已之義即在於此，此亦修行人宜特別注意處。

(乙五) 靜慮波羅密

靜即止，謂奢摩他；慮即觀，謂毗鉢舍那。約分爲三：

(丙一) 現法樂住靜慮 分二

(丁一) 遠離分別、掉舉、愛味、泯一切相。

謂入定時，非分別即掉舉，或耽著禪味，或唯止不觀，如此等相皆當遠離也。

(丁二) 能生輕安、寂靜、不染。

頌 離分別掉舉 愛味泯一切 生輕安寂靜 於法不染著

輕安、謂身輕安，忘身若失；心輕安，不掉舉昏沉，不住色聲香味觸。寂靜，謂意無攀緣，心一境性。不染，謂不起一切煩惱也。

(丙二) 能引功德靜慮 能引十力等功德。

頌 十力無畏等 如次而引生

斷煩惱功德爲止，生十力功德爲觀；止觀爲靜慮之體，饒益有情爲靜慮之用。

(丙三)饒益有情靜慮 分十二

(丁一)於諸衆生有義利事，爲作助伴。

(丁二)於有苦者，除苦。

(丁三)於顛倒者，如理正說。

(丁四)於有恩者，知恩報恩。

(丁五)於怖畏者，能作救護。

(丁六)於喪失者，能解愁憂。

(丁七)於有匱乏者，施與資財。

(丁八)於諸大衆，善能匡御。

(丁九)於諸有情，善隨心轉。

(丁十)於實有德，贊美令喜。

(丁十一)於有過者，能正調伏。

(丁十二)爲現神通，喜怖引攝。

頌

作助伴除苦

於迷正開解

有恩知報恩

恐畏者救護

善解他憂愁

施匱乏匡御

於一切有情

常善心隨轉

贊善正調伏

現神通喜怖

皆從靜慮生

別世間粗鹵

以上三靜慮中前二靜慮，爲自增上生無漏功德；後一靜慮之十二種，爲利他時之差別智。又前二靜慮是體，後一靜慮是用。又八項中匡御二字，匡即是助人，御是自作。

(乙六)般若波羅密 分三

(丙一)三種般若(名相) 分三

(丁一)文字 即是名句文身。

身，謂依止。名句文之依止，爲能詮之體相、所詮之義理。

(丁二)觀照 行深般若波羅密多時，照見五蘊皆空(參看《智論·百波羅密品》、《華嚴·梵行品》及《三論》等)。觀照是行，爲能觀。

(丁三)實相 不生亦不滅，不斷亦不常，不一亦不異，不來亦不去。(詳解

在《中觀論》)

實相爲觀緣時所觀之境，爲所觀。

頌 文字名句文 能詮之俗境 觀照攝於行 諸智之能作

實相謂真境 親證或疏緣

(丙二)二智(體用) 分二

(丁一)真智 即實相般若。

真智謂不顛倒。

(丁二) 俗智 即緣一切五明處，而起成物利生之智。

頌 能照實相者 說爲深般若 廣般若俗智 起菩薩萬行

五明者聲明、因明、醫方明、工巧明、內明也。五明中工巧明是與樂，醫方明是拔苦，聲明即文字，爲宏揚佛法之用；因明即論理學，爲建立佛法之用；四者屬俗諦，內明具真俗。真諦是本，俗諦是用，菩薩依五明而學，是謂度生之智。

(丙三) 三慧(得因) 分三

(丁一) 聞慧 由依止善士、聽聞正法而生得之慧。

修三士前導即聞慧。

(丁二) 思慧 如理作意而生得之慧。

此謂從聞而思所生之慧。

(丁三) 修慧 依聞思加行而證得之慧。

此謂由聞而思、由思而修、由修而證所得之慧也。

頌 如是諸般若 悉由三慧成

(附) 入般若法門

入般若法門，即最小範圍的菩提道次第。

分說則般若說二十二年，實則四十九年唯說般若，以一切法無不從般若流出，亦無不還歸般若。

大般若如與人同高的大像片，由初分以次遞至第八分，漸漸縮小，乃至心經如二寸像片，然與大般若大像片全同。論者謂十六會是各各說的，不知原是一個。大般若二十二年說的在此，心經二十二年說的亦在此。欲入般若法門，宜從種種方向說明：即（一）何謂般若？（二）以何故學般若？（三）何等入應學般若？（四）應如何學般若？（五）依止何人學習般若？（六）如是學修般若之果若何？

（一）何謂般若

姑以名義、體性、義相、理相、聲緣、菩薩、佛、及總說各項說明之。

（1）名義

頌

般若謂正知

遠離顛倒類

般若者真見

不觀夢幻實

不住色生心

合集流注等

般若者純淨

我相塵垢離

名義者，即般若之名，及名中所含之義也。般若謂正知；般若者真見；般若者

純淨。此正知、真見、純淨，是般若三要件，即般若名義，通真通俗。

先有顛倒，後起煩惱，凡夫一時正知，一時不正知，如隔日即不能正知，即是缺般若第一要件。

合集流注，謂不住合亦無集，不住流亦無注，此皆一切法之假相，實相中無此。

合集相是小乘所見，大乘則不見合集相。以一切法表面雖似集合，實則稀疏，並非合集，此即法法不相到之理。又流注相雖有，流注體則無。觀一切境不見有合集流注相，即是般若。

(2) 體性

頌

體有真及俗

真體離言思

親證或疏緣

俗體謂經論

大經卷六百

論莊嚴中觀

餘復無量種

各各名句文

真體離言思、親證或疏緣：真體的疏緣，即三要中正知、真見、純淨，而非親證。親證真體則離言思。般若不能說出，如鹽中鹹、醋中酸、糖中甜不能說出一樣。

俗諦謂經論等句：大般若分兩科：一深般若，二廣般若。共六百卷。前八會，或說深般若，或說廣般若，雜說以補偏救弊，恐衆生著於空有二見。九會單說

深般若，即《金剛經》，深般若最重要。《理趣品》專談密乘，世人不信密乘者，不知密乘即大般若理趣品所說，密乘是總持修法。第十一會至第十六會，專說各各六度的般若。又前五度是廣般若，後般若深般若。深般若的法相即性，廣般若的法相即相。《現觀莊嚴論》釋廣般若，《中論》釋深般若。惜《現觀莊嚴論》一書，中國未譯。譯佛教典最好者，即玄奘、義淨、菩提流支、曇無讖各師。玄奘法師所譯各經論皆好，大般若經尤爲善巧。又《現觀莊嚴論》註者甚多，宗喀巴大師取無著、世親、勝解脫軍、勝軍四子所註。由上略引觀之，可知餘無量名文，皆釋般若矣。（西藏名深般若，即中國所謂性宗；西藏名廣般若，即中國所謂相宗。）

（3）義相

頌

三智或八法

廣七十義等

八不四無生

二種無我等

義相謂法相。八法即：（一）法身，（二）圓加行（圓即總），（三）邊次加行（邊次即內容，如六度等），（四）頂加行（頂即由初地至十地），（五）剎那加行，（六）一切智，（七）道種智，（八）一切種智。三智分爲八法，又分爲七十義，是爲廣般若。八不四無生，即能修之三法（見《中論》），是深般若。二種無我，即補特伽羅無我、法無我，謂所證明之果，即菩提及涅槃二轉依是也（二種無我是果，與八不四無生法者相對。）。

(4) 理相

頌

初發菩提心

至究竟成佛

諸道地因果

衆旨趣所因

義相即法相，理相即旨趣。謂初發心修資糧道、加行道、見道、修道、以至成佛爲究竟道也。諸道地謂五道（即由資糧道至究竟道）、十地（即由初地至十地）。衆旨趣謂理相也。如但了理相，則不起作用。

(二) 以何故學般若

姑以聲、緣、菩薩、佛、總說四頌叙明之。

(1) 聲緣

頌

依色等無常

證得無我體

得聲緣解脫

永別世間苦

佛云欲成佛菩薩，須學般若，乃至二乘及三士道皆學般若，以般若爲一切諸佛之母。聲緣欲離世間苦，佛示以中士道。依色等謂依蘊處界等；無常謂無常、苦、空、無我四法，即聲緣觀色等無常、色等無我，故證無我體。聲緣解脫爲果，別世間苦爲報。

(2) 菩薩

頌

依於一切乘

定出離成辦

有情攝非攝

能作道種智

一切乘謂小乘、大乘、顯、密、性、相等。(一切乘，即大乘。言無所不攝，故云大。若非一切乘，便是破碎大乘，所得佛果，亦是自派說的佛果，不是一切種智的佛果。)修大乘者，應了一切乘，否則不到一切種智。佛爲菩薩之究竟，菩薩道未至究竟，不得名佛。決定成辦，謂願力決定，負度生之全責。如普賢菩薩十大願王，依一切乘而成辦之。有情攝非攝者，謂菩薩攝受有情有力能到、或不能到。如初地菩薩攝百，二地則千，以次地地遞增。初地攝百，非願不到，乃力不能耳。此有數因：或捨心未圓發有怨親想，或如地之菩提心未圓滿，或福報不具足，皆不能攝一切有情也。道種智，謂菩薩所證分別智。(先有根本智，而後方有差別智——後得智，如先有燈光，而後因燈光所照，方能尋出各種差別之物。)

(3) 佛

頌 依諸法無生

盡空際有情

悲流恒無盡

證正等菩提

諸法無生，謂證總法，攝一切法智圓滿，二障斷盡。悲流無盡，謂悲圓滿。正等菩提，謂阿耨多羅三藐三菩提。

(4) 總說

頌 廣大菩提城

般若能爲導

千盲等億劫

終不能得至

廣大菩提城，謂深、廣、見、行，般若爲慧目。如但有前五波羅密而無般若，雖

有福資，無慧目前導，亦無大作用也。如千盲欲至菩提城，雖經多劫，終不能到也。由發菩提心、三士前導、及前五波羅密之廣般若、第六度之深般若、無不具足，始克達到。可知般若之重要無比矣。佛說十六會：自初會至第八會雜說般若，第九會說金剛經等深般若，第十會理趣分完全講密乘（廣言即藏語頓確金剛，漢譯大樂金剛）。第十一會至第十六會講廣般若或六波羅密。佛一代說法，無非從般若流出。般若本無可言說，強為比喻，即是恰到好處。如寫字好，即寫字般若，持戒清淨，即持戒般若，非另有一法為般若也。然如何恰到好處耶？這個恰到好處須具三要件：一、大悲，二、無我，三、依前五度。如此則能恰到好處也。

（三）何等人應學般若

姑以下士、中士、上士、外相四種說明之。

（1）下士

頌 爲了知苦樂

悉究竟皈依

明黑白業道

趨吉而避險

了知苦樂，謂世間之苦樂與佛法所謂之苦樂不同。世間以受用豐足為樂，缺少資糧為苦。佛法謂世間之苦，雖苦不為苦，造業墮惡道為苦；世間之樂，雖樂不為樂，出生死輪迴得涅槃乃為樂也。下士趨吉避險之道，即明了黑白業果之道，亦即明了苦樂之道。

(2) 中士

頌

觀無常衆苦

決定求出離

依諦緣等法

得無我涅槃

衆苦謂三苦、八苦。無常，即無常、苦、空、無我四法印之無常。無常衆苦，謂無常所以苦也，此中士決求出離所觀察諸境。其修法即依四諦、十六心、十二緣等，由是證得無我解脫。

(3) 上士

頌

平等觀有情

若父母子女

不畏不入流

自苦他安樂

平等謂捨心，觀一切有情若父母子女，非捨一切怨親等心者不能也。不畏，謂度生不畏生死。不入流，謂不入三流。三流者，一欲流、二有流、三無明流。言雖不畏生死，然亦不入三流也。總之，大願所在，自苦他安樂而已。此自苦他安樂，正是上士的品格地位。

(4) 外相

頌

堪學般若人

有三種徵相

初聞般若理

內心數悅樂

喜極流涕泪

身毛作豎立

或能依教行

堪授實諦義

授般若學之人，對於學般若者，應須揀擇，因許多非器不能學，以其或墮頑空、惡取空，故有三種徵相以爲試驗：(一)內心悅樂，(二)喜極流涕，(三)身毛

豎立。此三爲初聞般若之相，或由往昔熏習之種子發現而然，或由智慧悟解而然。三種徵相皆特別無上。智慧能領會般若者，三種全具固好，若僅具一種，亦堪學般若。至三種皆不具，但能依教修行，亦可漸學。前三是經上所說，後一是宗喀巴大師所開。

(四)應如何學般若

姑以應捨、應學、聞、思、修、生善諸項說明之。

(1)應捨

頌

若一類有情	依於自種性	聞般若深義	於理觀錯倒
佛大事因緣	及俱有諸法	未得正了知	生二種過失
不善巧空義	而墮於惡取	或於自性無	而執自性有
於現實因果	一切作損減	顛倒壞世間	不善捉蛇者
或於色等法	如幻化喻品	增益壞勝義	妄認空花實
如是執斷常	落有或落無	隨一墮惡趣	學者應遠離

自種性謂往劫有邪見顛倒執著種性，或現世所起邪見等種性。於理觀錯倒者，理指道理，觀指修行，錯謂無因果，倒謂誤解一切法。

大事因緣，謂佛說法四十九年，爲令衆生成佛，開示悟入佛之知見，即大般若。俱有諸法，俱謂相隨不離，俱有法又名隨行法，又名附帶法，又名眷屬法，於任何法中，皆有俱有法。如六度、四攝、菩提道次第，爲成佛之俱有法。

正了知，謂完全次第了知。二種過失，謂墮空有二邊。

不善巧，謂不知真諦之義而墮惡取，不知俗諦之義而墮有邊。如房子爲磚瓦等合成，本無實體，但有名相。若謂房子定無，則壞俗諦；謂房子定有，則壞真諦。執有執無，皆爲非是。

現實因果，謂現有之因果。一切損減，謂執一切法空。顛倒壞世間，謂以顛倒邪見，壞世間之相也。

不善捉蛇者，是喻語，謂惡取空，爲空所傷，猶不善捉蛇，爲蛇所傷也。色等法，謂色聲香味觸法，本如幻化，增益之以爲實有。空花妄認爲實，是壞勝義諦也。

墮無則執斷見，墮有則執常見，此二爲惡趣之因，故應遠離也。

(2) 應學

頌

人生實難得

正法尤難遇

此身如聚沫

無常大鬼吞

日夜衆苦逼

相續恒無盡

壞井毒蛇泉

智者熟思之

分別熱渴想

求水飲鹹海

由鹹轉增渴

由渴飲更多

鹹海水可涸

此渴莫能已

求五欲自娛

癡人亦如是

涅槃界清涼

無諸渴熱惱

尋求善知識

隨行般若教

相續無盡，謂生死相續，應觀行苦。壞井毒蛇泉，喻世人貪世間名利，慧命即爲所傷，如貪飲毒蛇泉之水，生命即壞也。人生實難得，智者善思之，此二頌觀苦諦。

煩惱由分別熱渴而起，熱渴喻貪瞋癡，熱渴者不知尋涅槃甘露，而求五欲毒泉，故愈欲止渴，愈不能止渴，如渴飲鹹海水然。分別熱渴想下二頌，是集諦。涅槃界清涼半頌，是滅諦。尋求善知識半頌是道諦。

(3) 聞

頌

不驕慢障蓋

恭敬不怯弱

不貪應時請

依義不求過

佛如大醫王

般若阿伽藥

我如待死人

得法藥以生

謂聞法無驕慢蓋障，自思如待死之病人，求佛大醫王，而治以般若之阿伽陀藥。阿伽陀藥能治百病，喻般若能斷一切煩惱也。

(4) 思

頌

於法樂正思

善稱量觀察

攝持精密義

諸默說大說

秘密深隱義

勿以世智忖

於諸離言境

不加邪思議

未知義求知

已知無忘失

甚深理不達

仰推如來境

謂於諸法性、相、顯、密，如理思維，不加邪思及邪議也。

(5) 修

頌

如所求所受

三業無倒轉

佛止不造作

令行勤精進

謂於善知識前，所求所受之法，凡關於身口意三業者，皆依次而修，絕不倒轉。佛所令止者不作，佛所令行者精進。

(6) 生善

頌

能依此善學

無錯不倒反

行空不住空

了空不作證

由正空見生

亦不壞餘義

欲學修不斷

轉起勤施與

於戒能正受

受已能住持

復相續而轉

解空性大悲

發生大忍持

聖者諸所作

能學能修行

恒常力精進

靜慮解脫生

乃至究竟邊

般若悲皆具

皆迴向有情

依此善學，謂依此般若而善學。無錯不倒反（即次第，次第最重要。），謂依菩提道次第修習，不錯不倒。由三士前導親近善知識起，漸次修至上士，於其中無越級而修，則菩提心之輪，自易動轉，六波羅密，亦易行修矣。行空不住空，謂菩

薩行空爲用，住於因果而不住惡空。此行空不住空，禪宗處處注意者在此。

了空不作證，所謂此是學時，不是證時，如果大地平沉，此際仍當作觀，不可證空也。

由正空見生者，謂由般若見而生。亦不壞餘義者，謂不壞前五度波羅密。欲學修不斷者，謂已得正空見，還要時時修學而不間斷。轉起勤施與者，謂證般若後起用。質言之，即得般若後，重行五度等以增福也。有施之因，則於人道享福報，有福報之憑藉，方易修行。但修行必依戒律，而不致墮惡趣。於戒能正受者，即於師前正受戒律。受已能住持者，即受戒已能住於淨戒，持而不犯，設或有犯，懺悔復原，故相續而轉。解空性大悲二句，謂解空性及大悲，方能得大忍持。聖者諸所作，謂諸佛及菩薩之難行苦行。能學能修行，謂不以難苦而自阻。恒常力精進，謂如此常常精進而修止觀。無止觀不能生般若。但有般若無大悲，固無度生之行；有大悲無般若，亦無度生之智。二者皆須具足也。

般若大悲，自是至究竟邊後方能圓滿，究竟者，即到彼岸之義。迴向有情，謂修六度皆爲一切有情。前五波羅密爲般若波羅密助伴之俱有伴，故無前五度，則第六度無作用也。五度如電燈、電車、電報等，般若如電，將般若置之五度中，猶將電置之電燈、電車、電報中。如此大作用方起，非五度外別有一個般若也。

(五) 依止何人學習般若

頌

具調伏寂靜

惑除三德增

有勇阿含富

覺真善論議

悲深離退息

十德堪依止

復解般若理

圓滿之教義

得方便善巧

能作之正士

完全次第知

如法引隨行

調伏謂戒，寂靜謂定，惑除謂慧，有勇以下十德之師，堪能依止學習般若。圓滿教義，謂深廣皆具。能作之正士，謂師不但知，而且能行，具依次第如法引導也。

(六) 如是學修般若之果如何

頌

若善修學人

了證般若理

不執蘊處界

諦緣諸度等

流轉還滅法

智照皆如幻

度一切苦厄

知色空義故

是心無罣礙

亦無諸恐怖

離顛倒夢想

得究竟涅槃

乃至大菩提

悉由佛母生

能聞如是法

福慧無比倫

一切有爲法

如夢幻泡影

如露亦如電

應作如是觀

了證般若理，謂了解修證般若之理，聞思爲了修證。蘊、處、界，謂五蘊、十二處、十八界，諦、緣、度，謂四諦、十二緣起、六度，以上皆不執著，善能學。流轉法

謂蘊、處、界、有爲法。還滅法謂諦、緣、度、無爲法。智照如幻，謂照見五蘊皆空之義。知色空義，謂知色有，無自性，知空無，有作用，即行空不住空之空義。住空有罣礙，住有亦有罣礙，了知色即是空，即無罣礙。爲色罣礙，爲空罣礙，皆不自在。若無罣礙自無恐怖，亦自能遠離顛倒夢想，而得究竟涅槃矣。

如夢幻泡影、如露亦如電，謂過去如夢、現在如幻、身子如泡、業果如影、世事如露、剎那如電。此六喻有爲法不實，不可貪著。應作如是觀，謂應起般若正見，而修無爲法也。

(甲四)四攝法

總說

頌

六度成自利

四攝能益他

成佛勝資糧

上士應善尋

難行菩薩道

見聞驚怖生

當念諸菩薩

其初亦如我

若先作願欲

漸漸小小行

串習時分多

不加功任運

施同前勸學

自亦隨順轉

是爲愛樂語

利行及同事

(出莊嚴經論)

(乙二)布施

如前六度中說，而偏在攝他。謂攝受眷屬，令修善行，須彼歡喜，應以資財，饒益其身，既歡喜已，教令必從，乃令修道。

頌 施相同度說 而意在攝他 令彼心歡悅 成就聞法器

(乙二)愛語

於所化機，開示諸度，謂以可愛語，除其無知，斷其疑惑，令其正受法義，此中復分順世語及正法語。

頌 愛語除無知 斷疑受法義 或順世間言 或依正法語

(乙三)利行

如所教義，令所化機，如實修行，或令正受，未成熟者，令其成熟，已成熟者，令得解脫。又應行難行利行有三：(一)少善根者，(二)大財位者，(三)習外道者。

頌	利行令實修	所教衆法義	未成令成熟	已成令解脫
	若善根弱小	大財勢名位	曾習外道類	勤勞多方引

(乙四)同事

教他所修，自亦應修，與彼同學，不語之語，自身能行，他必從之，自身不行，強令他行，諍訟無益，故當同事。

頌

同事自能行

恒常力精進

雖不教彼修

相習亦隨轉

口說正教理

自身不能行

諍訟難益他

調人勸調己

(伍)密乘修法 分五

(一)密義略釋，(二)密器之鑄成，(三)擇師法，(四)受學密乘戒，(五)修行要道。試依次說明之如後。

(甲初)密義略釋 分八

即：(一)尊貴密，(二)微細密，(三)普遍密，(四)隱顯密，(五)總持密，(六)發心密，(七)次第密，(八)無知密是也。

(乙一)尊貴密

尊者，諸曼荼拿，如帝王宮，不可盡人遊觀；貴者，密符印契，如傳國璽，不可凡人皆持，故見爲密。

金剛乘即密乘。密義略釋，即密乘大意。以前三士道，爲顯密共同道。學密乘者，須先修共同道，修起五根五力，有作用時，方堪爲密器成就。此略釋八種中，前七爲正義，後一爲破邪義。曼荼拿爲本尊住處，攝受修行之所。又曼荼拿謂身、土、法合一。曼荼拿亦淨土，淨土不盡是曼荼拿，廣大曼荼拿，即攝一切曼荼

拿。大灌頂時始入曼荼拿。如結緣灌頂，任何人皆可。若正修灌頂，非密器成就不能授。灌頂是決定成本尊，故十地爲灌頂位，謂決定成佛也。密符印契，謂總持身口意三密一切之印。如修何本尊，其中印契，各各不同，要之皆爲表法。如無戒者，未懺悔者，或密器未成就者，均不能傳授，故不能盡人皆得也。

(乙二)微細密

法界緣起，種子相續，三輪各各不思議用，及三業互用，如是如是，細微細微，世人不知，密教中詳示修學方規，漸令開曉，以常人粗心缺學，不善了知，故以爲密。

前尊貴密謂事密，此微細密謂理密。密乘之佛相壇城及大儀軌，皆表法界緣起，即心所緣境。法界無緣起，由無生阿字轉變而起，即唯心不思議力業用所現故。種子相續，謂種子熏現行，現行熏種子，種子又自相熏，即淨種子熏淨，染種子熏染，相續不斷。三輪謂身輪，如手結印是；音輪，如誦咒是；意輪，如種種觀想是。三業互用，謂身能起口意作用，口能起身意作用，意能起身口作用。又三業同時起作用，亦謂三業互用。如是如是，細微細微者，謂密乘中生起次第，即密藏院所譯爲起分者。顯教但講法界緣起，密乘即於此中起作用也。

(乙三)普遍密

真如道理，普能含攝，遍入無間，圓裹十方，貫徹三世，如大白傘蓋，即是一切性空，法界、法性、不虛妄性、不變異性、平等性、離生性、法定、法住、實際、虛空界、不思議界、無爲、菩提道，名異體同，凡夫日用而不自覺，教中處處指引，故說爲密。

前微細密表俗諦，此普遍密表真諦。謂阿字觀、如儀軌首念觀空咒（喻桑巴瓦勢打等），念畢觀空，初事空，次理空，空中阿字變成如何如何，謂阿字爲不生義，一切法不生而生，所謂緣生。最要者，緣起中不可忘性空，性空中不可忘緣起。以上由真如道理起，至菩提道止，其中雖有各各名，名異而體則同也。

（乙四）隱顯密

如一法上，法法具足，此顯彼隱，此隱彼顯，衆生顧此失彼，不觀隱微，執取一端，故見爲密。不知顯是密之顯，密是顯之密，有則雙存，無則並遣。若不知顯，則不了密之性相；若不知密，則不悉顯之作用。故密固密，顯亦密；顯固顯，密亦顯。以不知故，均覺爲密。

能見者爲顯，不見者爲密。佛法上有顯密，世法亦如是。顯爲性相，密爲作用。凡夫不了，唯執一方，執顯失密，執真廢俗，不知波即水，水即波，二者無別。然於一法見一切法，此非初學者所能，唯地上菩薩始克證之。故菩薩之智名道種。

智，謂隨拈一法，皆能一法上明了種種法也。

（乙五）總持密

隨舉一法，持一切法，無不具備。如發心功德，萬善齊張；阿字義門，諸惡盡滅；乃至戒定慧度攝等行，聞思修法境行果事，無量諸法，攝於一法之上，功用齊起，無不圓具。此唯善習者能知，故稱爲密。

（乙六）發心密

由其了解上說圓頓境義，並知下文次第力用之法，深明發心成佛因果、理事一貫之義相作用，而起發菩提心之次第修行，有異乎平常斷惑證真之力用，超越時間，因果同時，如是發菩提心之用，世人不知，或知而不信，或行不如法，故稱爲密。

謂有前五密之境，始發心。發菩提心，即與諸佛齊等，生如來家。

所謂佛心，即不捨一衆生之念。如此發心，則煩惱易斷，而無一怨有情，故悲心充滿法界也。

（乙七）次第密

次第者，方便善巧之謂。云何善巧？由理事圓融，諸法齊修而不紛亂，並能與各各相應同時具足之微妙次第作用，以得諸法善巧，故能二智速圓，二障易

除，果道立成，有進無退，魔不能擾。庸常莫知，故稱爲密。

方便謂悲，善巧謂智。二智速圓，謂境善巧；二障易除，謂對治善巧；果道立成，謂時劫善巧；有進無退，謂資糧善巧；魔不能擾，謂師資善巧。試分詮五種如次。

（丙一）境善巧

謂了前五者密義故（二智速圓）

真俗、根本、後得。緣真如故無分別，緣自境故後得智。

了解五密義：謂了尊貴密，曼荼羅密符印契爲事密，依事顯理，謂理寄托於事。印度西藏常有廢事密而修理密，則失密法之作用，以密法爲事理合修，不能偏一故。但有事而能攝理，唯理不能兼事，故不能輕事密（輕視事相，在密教爲犯戒，又要知事相是幻化），然亦當知事密如夢幻泡影。次入微細密，了知法界緣起、種現相續，而明普遍密真如無生之義，又了知隱顯密，性相顯密唯一無二，即總持密，謂總持一切真俗而發圓頓菩提心，即爲境善巧。

（丙二）對治善巧 分二（二障易除）

（丁一）能治善巧 即斷惑之作用殊妙，由其信解、歸依、發心、教乘次第力故（道品等），得深厚之加持故，信解自心不思議力故，信解真空理故，具足持

戒力故，信解業不思議因果力故，信解法界緣起力故。

(丁二)所治善巧 即能治能知微細惑故，諸障不障故，衆魔不擾故，遣除退墮別具方便故，困苦愚昧能解救故，由能治力强，諸惑猶點雪入爐，惑不我害故，方便衆多，難除之習氣易除故，能令智等資糧，速得圓滿。

微細惑，智不現行之微細煩惱，此謂痼疾。所謂粗煩惱易治，細煩惱難知。密乘中斷煩惱，唯特別治習氣，（密乘注重對治習氣，如內地禪宗。）以先修共同道時，粗煩惱已斷，至入密乘，但除細惑。修行者粗煩惱斷後，每每自謂無煩惱，實則細煩惱猶存。於是本尊對於自謂無貪者，以極順緣加持之，引起他貪種子，俾知細煩惱猶存，而後方努力以求斷除；對於自謂無瞋者，以極違緣加持之，引起他瞋種子，俾知細煩惱猶存，而後方努力以求斷除。此是先鉤起煩惱而後斷之之方便。其他或現忿怒相，或現雙身相，皆是此法門，此謂以毒攻毒，若用此法不善巧，反受其害。諸障不障，方便法多，如降伏、增益、敬愛、息災等法，可除障而亦不爲衆魔所擾。遣除退墮別具方便，謂相應時，謂護法及本尊，有護持故。愚昧解救，謂修白文殊法，可以開智。能治力强，謂前之真空信解力等，所治煩惱，能使速斷。如鴻爐點雪，惑不我害，喻如蛇無頭，不能毒人，以能治力强故。方便衆多，謂有何習氣，即有何方便除之。智等，謂一切智、一切種智、道種智三智也。

(丙三)時劫善巧(果道立成)

時屬假法，無起無盡，中間不住，三世無從安立。論云：無方距果遠，果近善方便。成佛時劫遠近，視方便如何耳。

假法、屬不相應行法(參考百法明門論)。三大阿僧祇劫成佛者，乃對治之方便。如了知一切法無自性，即慧資糧；悲心圓滿，即福資糧。成佛無定時，福慧雙足即成佛。非於時上計也。

又三大阿僧祇劫成佛，及立地成佛，二說皆是，然亦皆不可執著。如果煩惱障所知障一切斷盡，當然成佛，不關時間之長短。何以故，時間是假法故。

(丙四)資糧善巧(有進無退)

謂由善對治，二空易證，解方便故(如普賢供雲等法)，福資易成。

二空易證，謂人空法空。解方便，謂如普賢供雲等，此即意供養，亦即觀想供養，能令施波羅密圓滿，事供養能去慳貪之心，有斯二種，則福資易成。此但就供養而言，推之前五波羅密，皆具善巧方便故。

(丙五)師資善巧(魔不能擾)

謂求如量師，得法流甘露，滋養慧身；得有形無形之攝護，不墮邪險；指示道途之曲直險易，無迂回遲緩，不入疑怖之林，穩速至家故。

如量師謂性相顯密具足，堪爲人師。（如量師是程度極高之師，此等密教師，頗不易易，與前具十資格者亦不同。）顯教喻家業田產，密宗喻家主，謂家主善用家產，即密宗善起顯教之用。法流甘露，謂直承上師之法乳，有承傳之力。攝者，或以財或以法攝受。護者，謂以無畏施種種防護。有形攝護，謂現身語意種種威儀等；無形攝護，謂加持力，此於信仰恭敬供養中得。不墮邪險，謂對於佛法，不起斷善根之事；對於外道，不起破見破戒之事。度衆生須有捷徑之法，如依菩提道次第而修行，則實速而無險也。

（乙八）無知密

不解密義，認同妖術，不親知識，妄評是非，顯密異轍而觀，或執此以謗彼，劣慧愚迷，故見爲密。

（甲二）密器之鑄成 分四

（乙一）具足修持菩提

又分爲二。即願心與戒行，如次。

（丙一）願心

頌 未修菩提心

他人不若己

怨親了了別

愛憎心不平

若佩法王璽 自他同害困

云何密器，謂有願心戒行，具了解深般若，始堪承受密法，爲密乘之器。喻獅子乳須盛以琉璃瓶，否則必壞。願心戒行二者，爲菩提心元素，亦爲密乘元素。如常修上士道中知母六分，即菩提願心。修此願心，須修平等捨心，怨親無別，同體而觀，否則自他均受害困也。

(丙二)戒行

頌 無戒行無力 不堪有所涉 如不火之器 仍無異土坯

三聚戒不全 漏池難蓄水 根基既壞殘 密戒無由生

三聚戒，謂七衆別解脫律儀戒、攝善法戒、饒益有情戒，三聚戒不全，謂無別解脫戒，則菩薩戒不生，密戒亦不起。故修密乘者，須修菩薩之願心，及菩薩之戒行。若但有願無行，無作用；但有行無願，無力。此就願行二者言，若單就行言，無戒、行亦無力也。

(乙二)學習完全次第 深修 廣行 般若之教理

頌 不知深般若 圓成難修學 不學廣般若 生起艱於行
如醫師藥匠 不解醫科理 雖終身勤劬 不獲勝利譽

無方更教他 害人亦害己

深般若若不知，則圓成次第難學；廣般若若不知，則生起次第難行。方便，謂依菩提道次第。修成密器後入密乘，則如理無礙，人已俱無害也。

(乙三)分全證得空理而持生之密乘信願

頌 不解空無我 信願皆不實 由他信心生 可由他不信

執我若芭蕉 安可作梁柱 堂殿功未完 不風雨而傾

廣大堅實法 必安金剛地 未親受加持 信願不堅固

信由他可毀 不堪有緣違 修行力復鮮 寶山未親見

空無我，指人我空、法我空言。執我若芭蕉，喻我無實，猶芭蕉之無實也。金剛地，謂一切法無我無自性。如未全證空理，亦須分證空理，始生密乘之信願。總之，教理不明，作用難起。《大般若》第四分第五分、及《菩提道次第》，此二者為學密教者不可缺之最少限度。又禪宗重解空性，學密教最相宜。

(乙四)總頌

頌 菩提心戒心 深廣般若理 證空加持力 二者之信願

合三分則六 缺一器非善

缺一器非善，謂於六者缺一，即非善密器。

(甲三)擇師法

約分爲三。即(一)揀除者，(二)應具者，(三)總法則。如次：

(乙一)揀除者 分四

(丙一)多忿恚而不具悲心

(丙二)貪名聞利養而無厭足

(丙三)恃己傲慢而無防護

(丙四)諂曲而不正直

擇師時，如具上四種，即宜揀除，而不依止。

(乙二)應具者 分十

(丙一)住調伏

頌 勸止要中律

不越顯密戒

住調伏謂住戒也。

(丙二)具三慧

頌 二教聞思修

三慧具不缺

二教謂顯密教，三慧謂聞慧、思慧、修慧。

(丙三) 有忍力

(顯密)

頌 於功德及證

修行諸方便

神通等甚深

秘藏不顯現

修行方便，謂《菩提道次第》。神通不現，謂雖有神通，不輕易顯示也。

(丙四) 性沉毅

頌 作業性堅忍

重諾事不掉

謂秉性沉毅，能耐堅忍，凡所作業，務必有成，總不使有始鮮終也。

(丙五) 善傳授

頌 於觀機施教

具方便善巧

次第若登高

初中後不謬

善傳授者，先令由菩提道次第之下、中、上士修起，後入密乘。所謂登高必自卑，此即善巧方便也。

(丙六) 具悲心

頌 爲報酬佛恩

令正法不淪

不忍心攝受

非利養恭敬

謂具大悲心之師，爲正法不斷，故以不忍之心，攝受弟子也。

(丙七) 善論議

頌 依顯密法相 能遮表抉擇 開合不違量 旁通復中理

論議中有遮詮（猶現在論理學所謂否定），有表詮（猶現在論理學所謂肯定）。性宗度生時，多用遮詮；相宗度生時，多用表詮。決擇時，或開或合，不違因明之比量，即使觸類旁通以爲引申，亦復能中理，此之謂善論議。

（丙八）精曼茶

頌 於密教事相 善精密了辦

曼茶謂壇城，如壇城中何門，其中如何建造，及密教中手印等，皆以表理，事明理亦明，必須善了辦，尤須精密也。

（丙九）解加行

頌 種種陀羅尼 修行助道等 一一皆具足 實習之修智

謂有實修之智慧，故能解了諸陀羅尼，及助道等法也。

（丙十）根調寂

頌 雖不具相好 內德實充盈 外儀亦可表 慈威而調純

言少言必當 見者生欽敬

外儀可表，謂見外相煩惱輕，即現諸根調寂，而知內德充盈也。

以上擇師十德，若顯教但具一二即可，密乘擇師，非全具不可也。如此十德

雖難尋，若密器成就之人，自易獲得，或本尊示現，或由他緣會合。其所難者，難得密器成就耳。或有善知識障，不易尋師，然密器成就，此障亦易除也。

(乙三)總法則

頌

得師先共住

親近經多旬

若不互觀察

皆得越法罪

功德要求全

密乘無開許

師德若不全

悉地無堪能

若得真依怙

終身應依止

依止勿乖法

乖法地獄淪

當視之如佛

悉地現身證

互觀察，謂師觀察弟子三月，乃至六年後，始可傳法，弟子觀師亦復如是，始往依止，否則師弟俱墮也。功德求全，謂密乘擇師應具十種功德，不同顯教，但具一二可往受教，以密無開許故。悉地，謂成就，若無具德之師，則悉地無由出也。終身依止，謂既得具德之師，須常常依止，以多依止，則悉地速成故。勿乖法，謂密乘有依止師之法，勿相違也。依止師有許多受益之處，如經書法器等可以承受，又具德師常有護法神護持，則弟子亦蒙加被也。

(甲四)受學密乘戒

頌

求得如量師

進應受密戒

自他力皆強

悉地現身獲

越誓險中險

現前生苦受

乃至殺自他

死復墮燒煮

如量師，謂具德之師，若得具德師，即應進受密戒，有師有戒始克現身成就。越誓，謂越誓句，即三昧耶，又謂願戒。密乘犯戒立地受苦，墮燒煮，謂墮地獄。

(甲五)修行要道 分二

(乙一)依止

頌

成悉地由師

是執金剛說

一切實了知

全賴師悅樂

戒初事師頌

應學應當作

總意樂加行

智者慎勿忽

執金剛，謂大日如來。事師頌，謂受戒之前，當依事師五十頌本行持。事師無別法，如事父母同，有智慧之人，切勿輕忽事師之法，以師出悉地故。

(乙二)修行

頌

由密器鑄成

復得無上師

戒體善取持

依止並如法

達解二藏理

三密事精能

附修諸要則

一一咸若命

次第復完全

穩速得現證

現身定成佛

經言非空論

戒體，謂無諂誑心，從師前受，始得戒體。二藏，謂生起次第圓成次第。三密，謂身口意三密。精能，謂精通生圓二次第。附修法，如施食等。現證謂見道。經

言非空論，謂依金剛乘修法，現身決定成佛，非空言耳。

結願：

頌

稽首禮三身

聖言並現證

具戒勤修者

諸乘得果聖

願大慈加護

我及父母身

悉發金剛願

入廣大教乘

能次第進修

能穩速登聖

自他魔陣中

凡入皆必勝

速殄滅魔軍

娑婆土成淨

復相續無間

如來三身證

此謂依《菩提道次第》修學圓滿之總結發願。自稽首禮三身至諸乘得果聖爲三寶。謂修滿金剛乘後，於三寶前發願，懇求加持護念，我及六道父母衆生，皆入金剛乘，而穩速登聖也。自魔，謂煩惱魔、五陰熾盛魔、他魔，謂病魔天魔等，此謂依《菩提道次第》進修，則凡入自他魔陣，皆必獲勝。所謂轉娑婆爲淨土，即身證得佛之法報化三身也。

菩提道次第科頌講記終

律海十門制戒緣起十義門講義

第一，皈依敬緣起頌。內分四目：（一）皈依三寶求加持自他慧心，（二）學戒所爲，（三）尊者起問，如來說因緣，（四）尊者請佛制戒。

（一）「稽首禮諸佛，及法比丘僧」者，即是皈依三寶。吾人凡爲一著述，首先須皈依三寶求加持，令自他及本法之違障消除。謂自己的慧心增長，於此律藏法義無礙，撰集圓滿並且發揚正意，不違佛制；次令他有情慧心增長，若聽若誦，此法皆能通達無礙，且能依法起修，得證聖果，住持正教；次令本書無障，速急圓滿，且能永久流通，見聞隨喜，皆成佛道。是爲皈依之意也。

（二）學戒所爲「我今學毗尼，令正法久住」，謂我今學此律藏，無他所欲，唯爲令如來之戒法久住世間，宏演流布，使其不絕也。

（三）尊者請問，佛說因緣。別解脫戒，乃是希有之法，亦是秘密之藏。無量諸佛出世，鮮有如來說此秘藏。如今賢劫七佛，四佛皆不說此法，唯三佛說也。並且當來彌勒成佛，只有龍華三會說一偈，即可度生，不須廣演十二分教也。所以戒經云：「別解脫戒難得聞，經於無量俱祇劫，讀誦受持亦如是，如說行者更難遇。」吾儕今遇，何其幸哉。若不勵學修持，實乃辜負世尊之大悲，尤負自己入道

初志，豈非愚哉。世有智者，熟肯如此耶。

今此制戒緣起，是佛與五百大阿羅漢游蘇羅婆國，受毗蘭若婆羅門請三月安居，因天魔蔽其心，故中間不供飲食，並且世甚饑饉，乞食難得，唯販馬人供給馬麥，佛及弟子，皆得飽足。時有目連尊者，欲將諸比丘詣鬱單越取自然粳米，以充比丘饑乏。佛言止，汝今有神通可爾，後來無神通之弟子，宜如何也。此足見佛之制戒悲心，亦表後來弟子必然走之路程。爾時舍利弗尊者，即請問昔佛正法住世久暫因緣，佛即舉前六佛正法傳演之事，廣如經說。

（四）尊者請佛制戒 舍利弗因聽說前六佛法住因緣，深恐世尊若不疾急制戒，正法不得久住，未來衆生以何得度也。由此可見尊者之悲心、制戒之宏利也。佛言「時至我自知」，謂戒之一事，非同經論、有請即說，而戒是事緣，無事緣起不能制戒。設制者，未來衆生，必怨世尊對弟子無事強立制，令人惱不得自在。若弟子有漏，乃發生後，才能依事制戒。然制戒之前，先明結戒十義，攝取於僧、乃至正法久住也。

第二，制戒十義。 二百五十戒，每戒皆具十義，從攝取於僧乃至正法久住，由此可見制戒之重要。今人稱爲小乘，實可悲也。經云菩薩觀衆生痛苦，愍正法數故，發無上心，行菩薩行，乃至捨命護持正法。今人頗於正法無知無解，輒言我

是大乘，而棄捨如來正法，實乃獅蟲，非實菩薩也。

(一)攝取於僧 共有三義。未得戒者令其得戒，已得者令住戒中，和合共住。凡是比丘，皆有攝取於僧的責任，是住持正法的根本原則。有人不願爲師，以爲清高，而實是正法滅相；但有人以此爲利，不依佛制，亦是滅法之相。僧者梵言僧伽，即六和相親之團體。在小範圍來說，只是比丘團體，再放即四衆，再放即全國、全世界、和三千大千世界。佛弟子皆應懷普度衆生攝取衆生之念。但比丘比餘衆宏法的責任尤重，所以不能將比丘看爲小乘，佛亦在比丘之數故也。

(二)令僧歡喜 謂如法羯磨，六和相親，四緣調順，師弟法和，如水乳合，非同世間放逸嬉戲貪欲之樂。

(三)令僧安樂 安者以戒生定，定生輕安，安發妙樂，由樂進道，道生離苦，是出世之法樂也。

(四)未信者信 比丘以二百五十戒莊嚴身心，世人見之，無不尊仰，猶如滿月，法潤四方，世間一切無譏毀者。由信樂故，入佛法門，勝於說法神通教化，如馬勝尊者調伏驕王。

(五)信已增長 比丘由持戒功德，學修道力，令新得戒者，親領慈教，薰染德塵，漸漸乃見僧行內德，尤勝外表。

(六)難調者調 惡見之人，於罪無忌，非他法能調，唯別解脫是戒德，戒封症下藥，無病不治。以僧衆之威力，硬調剛強難調之惡見比丘，故曰難調者調。

(七)慚愧者安 慚愧是大善地的心所，一切善法，由此而生。如無慚愧，一切惡法，熾然而生。故修行人，若具慚愧，非唯今世安樂，且後世及永久安樂也。又慚者忻慕之心所也，謂心對善士或善法、生無限的敬誠，愛樂習之；愧者厭惡之心所也，謂心對惡友或惡法、起無限之痛悔，尤對自己作之惡業、猛利對治，更不復造。由此善業進，惡業消，永離苦痛，近得涅槃之妙樂也。

(八)斷現有漏 漏者煩惱也。由煩惱故令諸衆生流落三界，恒受現後衆苦。今由威德戒力，能止現行三業之漏染，令此現身身心安穩、現苦解脫也。

(九)斷當有漏 謂由保解脫戒，現身三業有漏解脫，進入定共、道共二戒，能令未來諸漏永盡，得無上涅槃，永不流落三界，發願度生也。

(十)正法久住 若能作到前九條之事，如來正法，即得久住，如此佛□(原抄本缺 校者附註)欲令正法久住者，定學別解脫戒。否則輒言我是大乘，棄捨根本學處，致使如來正法殄滅，自他同陷輪回，誠乃大妄語人，誰有智者而不畏也。

復次，如來正法有二，謂教正法及證正法。教正法即是相教，從攝取於僧至慚愧者安等七條，爲律儀相教之法，亦是教正法；第八九二條屬斷惑證果事，即

證正法。由教證二法永久不滅，即正法久住也。

定道資糧頌講錄

能海上師講授

壬午年（一九四二年）正月
上旬於蓉南近慈寺金剛道場

弟子隆蓮筆記

前言

前講比丘戒畢，茲續講定道資糧頌。戒防身口，猶有迹象可尋，定爲心學，尤精微而難顯。誠以心之爲物，不可見，不可取，不可觸着，不可舉示，最難對治。世尊四十九年說法，不外爲此一事，令欲由戒學進窺心學，此定道資糧頌，實爲津梁，故續講之。

於講本頌之先，且略談內地之心學。內地心學，自達摩東來以前，先有天台，後有賢首，禪宗則自六祖而後，尤爲發煌。宗風之興替，與世運隆污同一轉移。降及近代，言台宗者，惟寧波諦閑老人於觀宗寺振其墜緒。賢首一宗，幾於絕迹。如寶光寺等處，雖曾數度數講華嚴，然八十卷之大文，僅消正文，亦須二三年之歲月，而學者又多見異思遷，此二三年之中，聽者已數易其人，求能始終聽講，已爲難得，何言修證。至於禪宗，因舉世競趨學教之途，更復成廣陵散。一者領導乏其

師資，二則學者根器陋劣，無篤信守道之士，淺嘗輒止，何能成就。高旻寺來果和尚，有鑒於此，故限定住禪堂三年爲期，用意固佳，然學者望望然去之矣。至淨土一宗，固特與東土有緣，於在家修行事多無暇者，尤爲契機。但今之學念佛法門者，僅守一卷小品彌陀，便謂已足，未免狹隘。夫小品彌陀，乃正修之觀境，欲由此一門而得成就，前後次第方便必須俱學，則《大品彌陀》《觀無量壽經》不可不讀。夫九品往生，修行各別，若志求上品，勤修衆善，惟依一句洪名，縱得往生，花開見佛，更須百千萬劫，乘願再來，惡道衆生，何能待乎。次則最近研究佛學者多尚唯識，惟成聞慧，偏廢思修，曠日累年，不求內心，輒舉三大阿僧祇方能成佛果以自慰。夫佛說三大阿僧祇，非同世間時日可比。校內生徒，學年既滿，即爲卒業。唯執文字，尚不能入加行道，遑論見修無學。三大阿僧祇，何時方爲究竟，於六道父母衆生，悲心無乃太薄乎。至於密宗，固已早來內地，然其教不傳。今大藏中密乘經典雖多，儀軌及二種次第均尚闕如。北京雍和宮，雖有蒙古喇嘛建立道場，如法修行，然與內地僧伽完全隔絕，自爲風氣，影響殊小。漢僧之學密法者，近人以大勇法師爲最早，能海（上師自稱）亦與同時，而動機略異。勇法師最初志學密乘，適有日本僧人來華，爲贊日本密法殊勝，遂相偕東渡，殊至日本後，備歷艱苦，戒亦幾於不保，所得亦少。因日本密法傳自東土，所謂東密者，其初祖僅留三

閱月，所得僅有念誦儀軌之一部分；所謂台密者，其初祖亦僅留華二三年，歸日後，於密法中有不能解者，則以台宗教義解之，故稱台密。勇師既不滿於日本之密法，遂歸國，嗣從雍和宮白尊者聞西藏密法之殊勝，遂決意入藏求密法。

能海入藏之因緣，復異於彼，內學院歐陽居士有弟子名黃某者，少年穎悟，志學梵文，得梵文彌陀經一卷，與中文對較觀之，久之遂通其義。後於俄國公使館有秘書通藏文，教其學藏文以爲學梵文階梯，彼既研究藏文，乃從雍和宮所藏文經論中舉其內地尚無譯本者，譯其標題，列爲目錄，其所譯書目，流來成都，適余出家未久，見之，遂興求法之念。時同戒者有永光師、傳品師、果瑤師、果玉師四及巡視師即恒亮師一人，與余同志，遂相偕行。至打箭爐，從降巴格西學不久，即到里塘，值有軍事，不能前進，遂阻于彼處，就一老格西學經。老格西問以欲學念誦乎，答欲求略知法相及翻譯經論。老格西既不能漢語，余等亦不通藏語，問答全仗翻譯。老格西既知余等之志，遂留余等授以澤馬朗登，問澤馬朗登何義，老格西亦未爲余等道之，但言極好而已。余等遂從老格西學，從藏文拼音加、卡、迦、額始，學至數月，仍不知澤馬朗登何義，唯誦其音，如持咒然，同人多不能耐。聞某寺有明板漢藏對照之經典，亟往求觀，主者初秘不以示，繼獲見之，僅書首之序、書末列監刻臣工之名、及經名標題係漢文而已，乃大失望，幸有所

漢文經籍，聊可自修而已。久之，傳品師與巡視師先回內地，果玉師果瑤師亦回打箭爐。余覺修行中間有須就先師佛源法師請益之處，亦擬外出。殊此志方萌，即得見先師圓寂之消息，余乃大慟。蓋余入藏時，恐師不許，未及面辭，心中常歉然也。師初慮余知見不正，誤入歧途，嗣知余入藏之見尚無大謬，常來書溫慰，今余雖不及見面請益，亦決志回內地一行，並擬至打箭爐，勸果玉果瑤二師仍入藏。殊行至打箭爐，二師已外出。余念及同行六人，已有四人外出，余若再去，殊失檀越之望，遂仍留打箭爐，從降巴格西學《菩提道次第》、《俱舍論》、《現觀莊嚴論》、《比丘戒》等，亦學澤馬朗登，始知爲因明也。三數年後，始依老格西學，乃略知修行途徑。勇法師亦在此，時勇法師居未數月，即欲西進，求老格西打卜，言西進甚好。勇法師至甘孜，仍阻於軍事，遂在甘孜圓寂。余仍依老格西，頻聞贊嘆拉薩殊勝。問可到拉薩否，則言未可。後老格西方勸余往拉薩，求老格西及降巴格西打卜，均吉。余乃先回四川一行，籌辦資金，時民國十七年也。余既籌備就緒，復轉打箭爐，同行者二十余人，慈親法師等在焉。既至，均留打箭爐學藏語，遂同永嚴永光永輪師出發。時道路仍阻兵旅，漢人不能通過。德格老格西教余等改裝負背篋，持長矛，作藏中苦力狀前進，以爲可免人眼目。殊出門後，藏人遇者，皆呼甲米（言漢人也），始知僞裝不能掩護，乃晝伏叢薄中，旦繞小道前進，但德格

爲必經之道，心中恒懸懸。一日打尖，遇壯夫持矛來就余等釜中煮菜共飲，爲余等言，彼知道能繞過德格至昌都，余等隨行，又慮其爲暴客，恒遣其前行而隨其後。越山爬嶺，皆人迹不到處。行多日，糧盡，還不知昌都在何處。壯夫偕永光師購糧，遂負其行囊逸去，永光師只身回。余等既失向導，問道於土著，知距昌都尚遠，乃耐心問路前行。時余等久經跋涉，膚色都變，人不復以甲米目之，故得暢行，直達拉薩，訪知康薩仁波欽。

釋科目標題

茲講定道資糧。定道之有資糧，猶遠行必具資斧，資斧不具，雖數百里途程，猶不可達，況修定之事，欲達成就之境，較之升云漢覽日月，猶爲遙遠者。資糧有福德智慧二種。無福德資糧，如遠行無資斧；無智慧資糧，如遠行不識途徑。關於前者，戒律儀屬之；關於後者，《菩提道次第》屬之。此書所列，即二者所不攝之一切習定必具之資糧也。

先講比丘戒，其用在防護身口粗習氣，其於佛法中之作用，即所以攝取於僧、乃至令正法久住而已，欲出生死成佛道，非僅此一支便爲已足。佛說法四十九年，言定居多，以出世正因，非此不能成就也。故戒定慧三學，如手五指，但有

一指，不能取物，五指駢生，亦不能取物，必相得益彰，始各成其妙用。無定之慧，是爲世智，遇境隨緣，顛倒不免；無戒之定，易入歧途，魔障橫生，危難甚多，偶得境界，亦如蠱牙穿木，偶成文字，於得於失，無濟於事；無定之戒，一暴十寒，始勤終怠，不能持久。必三學俱修，循序漸進，則如上就型，決能成器，楷模既具，型式無乖也。

將釋頌文，先明科別。

(初)門類大別 明禪境之大略。正詮定學，具見下集各篇所明，唯略陳觀境，使學者粗知名相。

(二)發心正邪 爲習定初基，最須觀察。

(三)內外圓滿資糧 觀暇滿難得，始能生殷重心，精勤不懈。

(四)決定出離心資糧 明定須離世間八法，其心乃定。

(五)戒律儀資糧 明別解脫戒於習定之用。

(六)根律儀資糧 調柔諸根，悉令如律。若儒家所說四勿，亦根律儀所攝，但儒家僅言非禮勿視，而不詳其何者非禮，何者勿視，何者應視，遇不應視而不得不視者，又如何？此皆根律儀所詳者也。此二科爲本篇之正文。

(七)於食正觀資糧 具前二資糧，內尚有特易引生障者，即爲飲食。欲界衆

生依段食住，此根難斷，雖久修行人，亦多因此事爲障。或揀精粗，或嫌遲早，妨礙正修。出家二衆，能過午不食，亦可於半日中暫息食欲，最應力行。在家居士，驟難行之，亦應時時持八關齋戒，養成習慣。西藏有觀音法，減食法，依法修行，間日一食，行之既久，數日不食亦不爲苦。俟將儀軌譯出照修，於習定之益大矣。

(八) 牯寤瑜伽資糧 減少睡眠，遠離沉沒，策勤精進。

(九) 時存正知資糧 總攝以前各支，時存正知，亦即正見。時人多謂某也有正見，或就某人求正見，夫正見者在心內，豈可舉以授人乎。

(十) 杜多行資糧 杜多，亦譯頭陀，亦譯抖擻，即發起增上精進之意。

(初) 釋門類大別

(甲一) 禪派

(乙一) 總分二派頌

震旦禪派二 次第非次第 次第依教觀 非次一心禪

震旦梵語，義翻文物，以中國爲文殊菩薩所化文物之邦也。「禪」，具云禪那，即止觀雙運。有云我修禪不修止觀，謬甚。

禪派：五天竺禪派，千差萬別，西藏以接壤故，求法者衆，皆承受之。速阿底

峽尊者時，法流極爲紊亂，尊者乃廓而清之，法傳白衣弟子仲登杰。尊者爲彌陀化身，仲登杰則觀音化身也，是爲薩迦派。逮其末流，白衣離處寺院，娶妻生子，略同日僧，梵行比丘，幾於絕迹。我宗喀巴大師，始於薩迦教中出家，革除舊習，中興佛法。其最大之成就，一爲復興戒學，一爲建立修行次第。今中國佛法混亂，略同西藏當時，大師之二種成就，亦正吾人今日所急需也。

禪派雖多，總分爲二，一依次第，一非依次第。依次第者，依三藏十二部教典所示，次第而修觀。非依次第者，即達摩祖師所傳之一心禪也。

達摩祖師爲觀音化身，非不明次第也。以當時中國佛法，競尚文字，補偏救弊，故特以此一門，攝受衆生。達摩示寂，有人見其擔一履西去，啓棺視之，惟存一履。蓋菩薩示現，僅留佛法之片面，未可知也。

(乙二)別示

(丙一)一心禪頌

靈山拈花笑	心心相印傳	證教海精髓	第一義悉檀
惟論見佛性	絕次第言談	攝上根上知	喻如天龍雨
我說二種通	宗通及說通	說者授童蒙	宗爲修行者

「靈山拈花笑」者，直指心源也。若非汝心，花於何有，隨舉一法，法法皆然，乃至柏樹子、乾屎橛，莫非此意。

「心心相印傳」，如遇故人，冥然神會，不假言論，二心默契。六祖以前，無非如此，逮後人根器陋劣，乃假話頭以爲方便，念佛法門，亦從此流出，惟多得彌陀加持。至於密乘，亦非不修此法，最切要者，即在生起次第修法身時，尤不可少。五代達賴，著有一書名遇事生心。所謂心者，即般若空慧，於一切境，皆能以慧眼觀之是也。

「第一義悉檀」，悉言普，檀言施。佛說法普施衆生，有四悉檀：（一）世界悉檀。如說修行，則獲世間善利；（二）對治悉檀。隨衆生心行差別而說；（三）爲人悉檀。隨衆生根器差別而說；（四）第一義悉檀。惟佛與佛乃能知之。

「惟論見佛性」，僅就見諦果位而言，不涉前後。

「絕次第言談」，教授傳承，端賴師資調伏，不假文字。

「攝上根上智」，根智釋如後。二祖乃至五祖，均深通三藏，六祖乃示現此宗普攝群機者也。

「喻如天龍雨」，天龍降澍大雨，壞陵谷，漂廬舍，令人恐怖。外道聞真空理，憂怖驚恐亦如是。法水橫流，入海悉平，佛法大海，本相如是，更何恐怖乎。

「我說二種通」，引楞伽經。通謂轉根，下者轉上，鈍者轉利。根若不可轉，則聞思修慧皆無用矣。

禪獨稱「宗」者，以達摩東來之時，諸宗林立，統攝諸尊，歸於一尊，故獨以宗名也。

「童蒙」，言初修行者，必假次第，故曰「說者授童蒙」。已知次第，學有根底，方能言下頓悟，如畫龍點睛，破壁飛去。故曰「宗爲修行者」也。且如世間學科學者，必由中學而大學而研究院，已有專門學識，然後偶觸尋常物事，即有發明。牛頓見蘋果墮地，發明地心吸力，餘人見者，何不能發明乎。故今人輒不甘自居童蒙，欲自列於修行者，是猶出母胎欲與壯夫爭長也。

上所論一心禪者，於密法修法身，應用境理事三者俱修。直至中土，初則理事均修，六祖時已惟就事修矣，然當時利根者多，故易成就，後衆生根漸陋劣，乃參話頭，後又更就話頭求解，指月繩蛇，去道愈遠。夫西來意者，乃活潑潑之般若，執定境者已非，安立知見者尤謬，故現在馳逞機鋒，皆在禁制之列。然本道場於修行之中，即無處不寓此意，若其正修教觀，即在生起次第；一心，即在圓成次第中。

（丙二）次第禪分二頌

次第禪總二 世間出世間

(丁一)世間禪頌

觀下地粗劣 忻樂上地靜 若定若上生 久住於觀行
從欲至非想 世間九次第

世間謂欲天、四禪、四空九地，外道修禪，世間修福，均得生此。不斷生死，故名世間。

欲界六天：

(一)四天王天 在須彌山周圍，如中國所謂洞天者是。天人皆長壽，自在受樂，或以持戒修福，或以修定而生，業盡還墮。

(二)忉利天 在須彌山頂，持戒修福更圓滿者生之。(以上二者為地居天)

(三)夜摩天 又稱時分天，日月居其下，天人宮殿隨身，身有光明，以花冠開合為晝夜。

(四)兜率天 藏語暖登，意為歡喜。內院同淨土，宗大師即往生於彼，外院即有外道。

(五)化樂天 報得能自化現一切樂具。

(六)他化自在天 一切受用，隨意令他化現。

欲界天，有飲食之欲，受觸食，非段食；有睡眠之欲，唯有昏沉，非真睡眠；有男女之欲，亦地地漸上漸輕。(以上僅論其依正二報略言，欲詳見《瑜伽》、《俱舍》、《毗婆》等，學者可自求之，至其禪支於後更解。)

色界天：

初禪梵行特勝，以戒勝故，亦成定力。大梵天爲主，梵輔天爲臣，梵衆天則其人民也。

二禪光勝，光即法身體，亦即空相。初爲少光天；光熾然盛者，爲無量光天；最勝，光音天，光中出音，能達諸佛刹土。

三禪淨勝，淨者自心清淨，即是空理。如前次第，爲少淨天，無量淨天，遍淨天。

四禪無雲天，雲者障也。福生天，廣果天，諸佛說密法，乃修密行者未成就多在此。

廣果天上有無煩天，無熱天，就清涼言也。喜見天，觀見下地過失，起清淨心。色究竟天，爲佛化身常說法處。大自在天，威勢福業定力均極增盛，煩惱亦勝，有大權威，有護法，亦有大魔。

別有無想天，爲一類修定者所生。彼輩以一切不想爲禪定，與重眠悶絕無異，雖間亦有引生四大輕安之觸，而由此養成心之習慣，致老修行成爲無作用之別名，或有譏爲行尸走肉之標幟，其所感之報，即生無想天。彼天亦名長壽天，爲八無暇之一，雖佛出世，放光說法震動三千大千世界，彼亦不知不覺。然其定力如仰天射箭，力盡還墮，仍流轉六道，即生人中，其人雖慈祥愷悌而性善忘，極難學佛法。

無色天：

惟有定心（或云細色）。初空無邊處，二識無邊處，三無所有處，即心之作用亦不緣矣。自此而上，有二途：出世間定者，即由此入滅盡定，是爲阿羅漢最後定。若世間定，即入非想非非想處，其境雖有，心不明利，恍兮惚兮。習禪之人最易墮入此種細昏沉中，非善修生圓次第者，不能考驗也。喇嘛仁波卿以《菩提道次第》、《止觀》、《生圓次第》、《現證莊嚴論》合講，最勝無上，欲如是講，教者、學者均尚須預備也。此種細昏沉，常隨逐一切定境，通常自以爲十二分鐘在定中者，實則只有最初一分鐘，餘時均在此細昏沉中也。顯教亦有對治之法，即順逆出入是也。

雖修世間，欲得色界定，亦須先轉變欲界身之四大。若但講不做，於實何補。

偶因福業上生，猶人之中彩票也。

(丁二)出世禪頌

由親近善士 聰慧具堪能 知苦思斷集 修道趣涅槃
得有學智見 繼續修聖道 見修所斷斷 自離繫涅槃
永超越三界 是爲出世禪

出世禪異於世間禪者，端在發心。世間禪厭下欣上，不出三界，猶如城中人聞警報，則出城暫求安全，解除，又復入無已。出世禪則離欣厭。

「由親近善士，聰慧具堪能」是資糧道。教流不斷，次第猶存，有十德正士作證之人，攝引自身，復具能達四諦之義意、與決定出離心及菩提心，是爲堪能。

「知苦思斷集，修道趣涅槃」是加行道。知世間苦，求斷苦因，修戒定慧，究竟出離三界。此四諦分爲十六行觀，若對境能起，是即正念。若於苦不知不畏，或行善則畏苦退怯，作惡則悍然不顧，前者應觀苦空而不觀，後者不應觀苦空而觀，是皆顛倒故。所謂見者，於此境爲正，於他境爲倒，不可不察。「得有學智見」爲見道，「繼續修聖道」爲修道。見道如技始通，修道則更加熟練，補不足、斷煩惱，皆修事。

「見修所斷斷，自離繫涅槃」：見道所斷煩惱：（一）爲身見。於身愛着，是不得出離之因，故打七者要將衣袍放章歇前告假，以示拚捨此身，決定取證也。（二）爲疑。即主意多，或謂病弱恐不堪能、或憂將來、多方計較皆是。（三）戒禁取。即習俗移人，習非成是，凡事不合聖教，而畏世間非笑，不能改革，皆是。學者於此即宜致意。自離繫者，謂惟依禪力，不仗福德也。

（甲二）禪科頌

共菩提無量

八背捨解脫

八勝處十遍

禪空滅盡定

「共菩提」者，共謂大小顯密共通，菩提謂三十七道品，是佛法之總綱。一切方便皆由此出，順此則是，逆此則非。有與相違者，則無上密，然彼爲就一時一事方便對治煩惱。猶如漁者，服砒可潛水中多日不死，出水則死，不入水人服砒，必死無疑。無上密、猶砒之用也。三十七道品：

初、「四念處」

即是正見。對境時，心能住於是處，即爲正念，故又稱念住。循此修習，如人練其眼根，眼根既利，視物則明矣。不練心，惟求正見，如無目人，雖戴眼鏡，亦復何用。

（初）觀身不淨。

戒修行人臨境、恐見盛壯端嚴、生身淨想也。即此頭顱，剖

皮視之，惟有血肉，除其血肉，即與本尊頭冠不異。比丘練不淨觀，求難提斷命，厭之甚也。更觀身中即是行廁。九不淨觀，應時修習。且因此身始爲饑寒等苦，爲脫此苦百計營求，一切不得自在。要言之，身者自性不淨，亦能引生不淨（煩惱也）。

（二）觀受是苦。不知諸受皆苦，妄冀求樂，爲求故，反種苦因，不出輪迴。修世間定者，爲味著定樂也，乃至殺盜淫妄，莫不爲求快心適意，世界大戰，亦由此起。應於樂境當前，觀知其苦，苦受來時，思惟業果，忍受現報，不造後來苦因。修行之人，尤應深觀其苦。輪迴繫執，業果隨逐，目前苟安，轉瞬難保驢胎馬腹，三途可畏。如此正知，則出離心易生也。

（三）觀心無常。世計執，皆由恃我可信，其信我者，又信其刹那遷流之心。夫過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得，即此現前之心，亦不過是過去未來中暫宿逆旅之過客，執爲主人，已爲不可，況遍計過去未來之心，何可保信。貪求無厭，隨事諦觀，尤爲顯而易見其無常也。

（四）觀法無我。我是有自性、有主宰義。即此主宰，便是我執之根。依此修習爲生慧之總法。然無我之義，非隨波逐浪，隨人起倒。依戒定慧爲方便而求出離，方便如尸杖喻、筏喻等。

此四念，好高驚遠者，多以為卑無高論，不屑修習。夫最高之法，尚有過於無我者乎，廢此而求知見，縱有知見，亦與事實無關。學者於此下手，時存正知，顛倒習氣自漸消除，出世正因自然生起。古來教觀，如天台宗亦以四念住、五停心為入手法門也。

昨講卅七道品，外道經論與佛法之大差別，即外道經論中，絕無有如此嚴整完備之修行系統；再者，外道修行之究竟，亦非永久離繫之解脫；故雖間以觀苦斷集，而與佛所建立之四諦，相去懸遠。三十七菩提分法，為佛法全體大組織，猶學校教育之課程標準也。四念住為入般若之門，不由此，雖得解脫，亦不能得解脫知見，猶機器房中工人，雖日行其中，而不知其構造原理，故不能說示他人。欲求頓悟不依次第者，常坐此病。或空學無果，或誤入歧途，即偶有成就，亦只知其然，不知其所以然。今修四念處，無論在定出定，應事接物，皆由此用心，自漸能入於大般若，否則所得般若，但有空言，不能起行也。

次、「四正勤」

謂已生惡令斷，未生惡令不生，未生善令生，已生善令增長。世人勤苦，就出世法言，皆非正勤，以不能出生死苦故。宗喀巴大師常言，農人畢生耕作，積其一生耕種所獲，不知其量，然彼所食有限，死時仍一粒不能將

去。其餘積金錢衣物、乃至作園林甲第者，莫不猶是勤苦成功之道，所以造成五欲自恣、造作衆惡之資具，佛眼觀之，皆可悲愍。出家弟子，不耕而食，不織而衣，應思所以報施主恩，即發起正勤，自出生死，亦度彼出生死，如是思維，何敢放逸。今道場中人，如有欲出外稍得休息者，切勿萌此想，休息自有定時，要依戒律，即迦提月中是也。此外，如在家居士，自不能與比丘相提並論，但亦應隨時受持八關齋以爲練習。

已生惡令斷者，或已萌念，或作加行，即應懸崖勒馬，回頭是岸，若徘徊瞻顧，必墮罪淵。

未生惡令不生者，一念未萌之先，預爲防制。親近善友，念誦經咒，誦戒安居，皆是方便。

未生善令生，已生善令增長者，十善三學，一切善法，先由聽聞正法，如理作意，令其生起，更令其增長，純熟是也。

此四正勤斷惡修善，爲持一切大小顯密戒之總法，不同於精進、惟對一事一法而言也。

三、「如意足」

或謂屬定，或謂屬通。非定則通不能發生，非通則定不能

增上。宗喀巴大師自言，我五十餘歲於三寶始生大信，無通則真信尚不生，遑言定乎。初學戒人即有通，惟除依止師及少數同學前，不可說，說即失通，或起魔事，聞他人說，亦應爲隱秘。此如意足就神通言，神足通攝。依於此足，五道易行。言如意者，就定而言，以定心力，千里萬程，剎那可到也。

(一) 欲 謂修定之意樂，爲定之主要資糧。初修定人如不知定之功德，則如小兒持重寶不知珍貴，力不能勝，必半途而廢，以外緣牽引之力大也。應觀古人習定公案，明其功過得失之相。有陝西賈客游寶光寺，偶隨衆僧禪堂坐香，遂憶起十餘年忘失之賬單。以此推之，多生屢劫善根種子，定中必能引發，固無疑義。又佛世有彌猴學比丘坐禪，但有其威儀，亦證初果。念誦亦能引發，且不忘失，然不如心之捷速，能二者兼修，則相得益彰矣。修習純熟之後，儀軌鈴杵，均可放下，心中自有一部手印，不依事相，專在定上修習矣。本道場中，修行有一定之次第，依之修習，欲不得定亦不可得，如林加麴，決定成酒。況此間坐法，不似一般禪堂，但具威儀，並無艱苦。若能認清此爲出生死成菩提之唯一法門，生起大歡喜心，欲探其實，雖極重難負，亦必力持至家，決不中途而棄也。故此爲定道唯一資糧，無此，習定即出勉強，欲成甚難。

(二) 念 念佛、念法乃至念阿彌陀佛、參話頭，皆是念。念佛者，如念上師、

念文殊、念本尊是。念法者，如修五字真言、念菩提心、十大願、咒輪咒義皆是，時時提撕，念念不忘。若初不能心念，則依儀軌念誦，使心法和合，如麴投米中、精華升發，則有爲無漏之正念善法，自然生起。本道場中，所以出去之人不准回堂者，即以此種功課一經排定，必須一戰成功，來一人必成就一人，若時來時去，猶如逆旅，如樹始萌，而移其根，炊將熟而息其爨，何能成就。在此有本尊三寶之加持，尚不能安心行道，出外更必入歧途矣。在家居士事多，修持尤易間斷，若遇事緣爲障，應有方便應付，最大方便，即是精進，起稍早，睡稍遲，事無不辦矣。然此過度精進，只可暫時用以克服困難魔障，不可以爲常法。若遇事緣，不得不中止時，心念絕不可放捨，如慈母之念幼子，刻刻不忘幼子，若爲母棄，則不能生存矣。故密法所謂胎藏，亦即是念，如鷄孵雛，綿綿密密，四加行中謂之暖位，喻如鑽火，木暖烟生，不可停息，如心沉沒，應念佛、法及修行功德，以爲對治。

(三)進 修定得益，更生精進心，於此尤宜謹慎，善養其定。如外道發觸生喜，輒生執着，不更前進，且多退失。念誦得加持，善根發現，或定中夢中有所見，不可泄露，若泄露，必退失；或有因此而過勤精進，如貧人得寶，喜極不眠者，亦必生障。然生障亦是加持。若一帆順風，不經逆境，則智慧不生。如養尊處優之人，橫逆若來，則不堪險阻艱難也。故得加持時，當修法忍法空以爲對治。加持之

象，爲於三寶倍生信敬，起慈悲增上、法空慧增上、斷惡修善、難行能行，是正得加持，餘皆無關。若放逸增長，即是着魔。神足所趣之處爲定、觸，爲得定之前相，非正所求也。

(四)慧 即抉擇，所以判別是非違順取捨也。此四如意，雖有先後次第，亦應同時兼修。若有慧無決心，隨人轉移，欲之一支，即不能起。欲養成抉擇之慧，應先讀《賢愚因緣經》一類教典、及前賢傳記，明功過得失之分。本道場承宗喀巴大師之法，修十三尊之法，略者有五尊，再略三尊，一大樂金剛，攝無我慧多；二瑜伽大教王，攝戒分多；三大威德，攝定分多。今修三尊亦不能，則唯修大威德，然修前後必有次第，否則如小舟重載，未有不覆沒者。本道場初修十三尊，用聚巴法，亦爲息災故。專修大威德者，因開珠杰問宗大師說大威德有五殊勝，爲他尊所無也。初擬外壇修一尊，內壇修十三尊，今有兼修者，是則不可。本道場以穩健之修法，先修《菩提道次第》與千頌中譯《菩提行經》合修，並依五字真言以修各種資糧。於中願資糧尤爲重要，以彼即一切密法成就之相也，若無此願，則修大威德威猛相何爲哉。以下士道爲方便，作上士道之資糧，即本道場修行之綱要也。

茲所講三十七道品，爲成就無上菩提之資糧，如作屋之必有木石也。四念

處、四正勤、四如意足，是配戒定慧之三學，其於佛法中，如鼎之三足，不可增減，三者互爲增上，相得益彰。由慧出生之戒爲三昧耶戒，出生之慧爲金剛慧，即此金剛杵所表，通真俗二諦也。

四、「五根」

根力爲依四念處等而修成之分果。根如種子，耕耘灌溉，則轉成力。

（初）信根 此所謂信，非人云亦云之淺信，乃依三學修行，真知三寶功德，而發生之信心也。就大乘言，爲菩提心發後之十信位，就小乘二十二根言，則爲衆生本具之種子，非必皆正信也。真信三寶之心，最可貴，此信若發，修行不易退墮，縱退亦能繼續。《菩提道次第》中，皈依三寶，修有專科，是又在四念處等以前之修法，若於三寶生大歡喜，即爲暖位，必證涅槃也。

（二）精進根 修行之道，勇猛精進易，持久難，專一尤難。若次第完備，依前四念處等持久專一而修，依自己久修經驗，自能前進不懈，即或中斷，亦易繼續。

（三）念根 此根成就，則於所修法門，若少修或間斷，則感不安。其修法要於本尊及咒時時在念，忙亂之中，尤應提起念頭，無論作何事時，均可念咒。內地毗尼亦修，念之初應受持。或嫌作事時心難專一，不知心雖不專，口念亦好，熏習

既久，則專修之時，一往坦途，無復阻礙。欲清淨方修，一生那有閒日哉。

（四）定根 泛言定，即對佛法決定，不爲外道轉移，於所修法門，有認識，明次第，不疲厭，不動搖，雖曰歸元無二，謂方便有多門，只可以慰非轉換法門不可之人。夫人命短促，能經幾多波折，健步疾馳，夜以繼日，猶患不及，況迂回曲徑乎。余年廿六始遇師，三十始出家，常苦來日之短，每發願以十餘年坐山修靜，終不可得，今已五十七，去花甲不遠矣。人生七十，謂之古稀，今人六十已爲上壽，除幼稚衰病，餘無多，修行者亟宜警策，不可見異思遷，亦不可貪多務廣，如人行道，行囊重，則負累難行，少則輕捷易進，俟到達目的地時，服用所需，自可任意多辦。余入藏時，途中因負行李過重，日只行十餘里，亦困乏不堪，後於途中往見一善知識，衆皆謂瘋喇嘛，彼遂向余等索所携之物，凡所必需者皆索去，行李重量減三分之二，以後即能按站前行矣。到拉薩，喇嘛仁波卿將余所携之漢文經籍，皆束之高閣，只與《小品般若》、《摩訶般若》各一部，以爲學《現證莊嚴論》之助，藏文經亦只數部，反復玩索，令學者但將《菩提道次第》與戒律精研熟練，自有大受用，再將大儀軌學習通利，以後方易進修圓成次第，以後功課，只有加多，不患少也。

（五）慧根 慧即決擇。今修此法門，其勝利何在？次第如何？修法如何？

均應認識。佛處處教弟子要能抉擇，因凡事均有是非二面，不抉擇則易墮顛倒，能遇事練習，此根自起。今坐中諸人，能學此法，機緣不易，故要能擇別取緊要密切有關之法門修習，若普通講經普攝群機者，非本道場所應采之辦法也。

以上五根，互爲增上，五即一，一即五也。

五、「五力」

力爲從根發生之作用。根爲種子，力爲種熟；根爲萌芽，力爲枝幹；不退爲根，發揮功能爲力。

(一) 信力 信增上，不惟不間斷不動搖，且能從己之信念，轉移他人。

(二) 精進力 精進增長，則得方便善巧，不爲外緣間斷，亦易復續持久不變，且能轉令他人發起精進。

(三) 念力 念根增長，忘念時少，即或失念，亦易提起，且觀境明了，定中定外，皆住正念，一切境中，均能觀察。

(四) 定力 定根久久修，則成習慣，或遇外境牽引，務須努力放下，又緣境外馳，又放下，頻頻練習，定力成矣。

(五) 慧力 若有此力，則難抉擇之事，亦能正確判斷。然此力必由定中引生。若難決之事，或遇病緣，但須通身放下，一心修定，難題自迎刃而解，病亦不

藥自愈，若學法求文字義理之開解，更勿論矣。

六、「七覺支」

覺即菩提，此即依定而求菩提之七法，亦是總略之止觀，不明乎此，遂習廣大止觀法，必不能得問津矣。

(一)念覺支 七覺支所以治修定之沉掉二過，此支通治沉掉。四念處之念爲慧，四如意足之念爲戒，八正道之念爲定，五根五力之念，於定生起歡喜及經驗，合此諸念，即成念覺支。

(二)擇法覺支 此下三支，皆專治昏沉。所謂昏沉，粗者爲睡眠，細者爲對於定境不明了。此支爲觀修定功德，不修定之過失。若修定決定成，彌猴尚且能成，修定必有利益，賈人亦能憶起忘失之單據。如是觀察，生決定好樂心，又觀亂心放逸過失，沉沒之心，自能振起。

(三)精進覺支 於遇障礙時，以勤勇克服之。

(四)喜覺支 此支爲輕安之前導，修定之時，如身有喜觸，自不沉沒，如人有極喜事，即徹夜不眠。

(五)輕安覺支 此下三支，專治掉舉。忽如忘我是輕安，於我及外境能放下，則心掉舉易引輕安。掉舉生時，即緣先所得輕安之境以爲對治。

(六)定覺支 此爲轉細之輕安。真定要初禪始得，禪以前，名未到地定，即欲界輕安也。息外攀緣，妄想不起，但仍有入定出定住定之相。

(七)捨覺支 此則雖在定，而無入定出定住定之相。定如人始着衣，心如我着衣也。捨則如人着衣多時，心不復於衣作想也。

七、「八正道」 自「念處」至「正道」七聚，各能攝卅七道品，而其用不同，譬之學校，念住爲科目，正勤爲規則，如意爲宗旨，根力爲學業，覺支爲專修之學科，正道則以前各支之應用也。

(一)正見 四念處皆是正見，益以如意足之慧、五根之慧根、五力之慧力、七覺支之擇法、合成此支。故正見亦諸法和合，當體即空，若執有一正見，即是法執也。

(二)正語 屬語業，依於正見而發語。

(三)正思維 與三學相應不顛倒之思想，此屬意業。

(四)正業 謂聖弟子乃至思擇力故，除越邪命之身惡行及身三惡行，於餘身惡行非所行處，不守威儀，隨情逸身，應作不作、游閒睡眠、若身往來不敬不禮、如是等修行不作，所得無漏乃至遠離無表身業，是名正業。

(五)正命 如法養命。所謂如法者，出家人不爲五種邪命，不以世俗技術自活，如法受供。在家人如務正業者是。

(六)正精進

(七)正念

(八)正定 凡與前支語不違者爲正。

「無量」者，爲四無量心。任何儀軌，必修四無量，以不修則障緣多起，福德不增，煩惱不斷，羅漢果不得而成也。佛言：以一念清淨心修四無量，三世諸佛不能說其功德，以世界無量，衆生無量故。有某太守嗜魚，漁者百計取魚以獻，後移他州，他州之魚皆怖，及發心戒殺，不復食魚，是州之魚皆喜。又如警報來時，全城人皆懼，警報解時，全城之人皆喜，可喻此理。由此心力，能除諸障，以能消衆生怨對故，成佛必具之菩提大悲，亦由此養起也。所緣之境，應遍一切有情，遠一有情，則不成無量心矣。其緣怨親平等，如不能一時遍緣，則次第緣之，其法有二：一依羅什法師、智者大師之次第，先緣上品親如父母師長，次緣中品親如兄弟朋友，次緣下品親如子女弟子，次下品怨即睚眦小怨，次中品怨害己身者，末上品怨如殺父母之仇等，其後緣者，因初修力弱，緣之則熱惱生故。二依宗喀巴

大師修父母在左右，怨家在前，其餘有情在後。此法雖難，然斷煩惱甚速，若怨家在後者，恐其爲害也。

慈爲與樂，自身得樂時，憶一切有情皆得。

悲爲拔苦，自身受苦時，願一切有情之苦，我皆代受。

喜治嫉妒，於一切之樂，深生隨喜。

捨則等視怨親，無有偏私。怨親本無自性，犯而不校，逆來順受，勿執一時恩怨，自忘成佛大事。若不修四無量心，則恩仇了了，睚眦必報，仇心爲障，何能得定乎。

「八背捨解脫」者，不通外道之禪支也。解脫者，謂解下地之繫縛乃至究竟解脫三界之繫縛。初未能驟即解脫，即以八背捨爲初步。出家離五欲，在家呵五欲。如銀錢戒，本道場必須建立。各部分各舉一人執掌，一人發菩提心，衆人得護淨戒，亦得解脫。相傳有老參上座畢，堅蓄積得白鋸一錠，懷藏不稍離，於打七中登廁，忽墮廁中，不及舉出。七日靜中，念念不忘，七期既畢，欲尋取，恐人以慳嗟，愧惱不敢語人，久之形體消瘦，寺人苦問所苦，乃囁嚅自陳，爲竭廁出之，有蝦蟇抱其金不去，蓋其積想所成也。不捨五欲，可畏如此。即此八背捨，已攝盡一切禪

法，唯未學密法者，不易了解耳。

一、內有色相觀外色解脫 內有色者，如觀自身卅字、蓮花、光明等觀。外色者，謂觀父母衆生等。此爲不淨解脫。如修三皈依觀，自他皆白骨，外內均不淨也。解脫者，解脫三界欲貪也。

二、內無色觀外色解脫 內無色者，如觀十方護輪，護輪入宮殿，宮殿入明妃，明妃入本尊，乃至那打入空觀。外色者，如觀光明，藍色等。此爲淨不淨雜觀，但觀外不淨也。如無上密中凡有佛母者，均修不淨觀也。

三、淨解脫身作證具足住 淨者，不雜不染，凡密法中修一尊者，是，如釋迦文殊是。身作證者，初觀本尊在對面，次降頂上，次下住入心間，最後自成本尊。具足住者，謂所觀圓滿，如觀本尊，由目而面、而耳、而五佛冠、而頂髻、頂上嚴身及手足、全身纓絡、月輪、蓮花，無不顯。

（以上三支，攝盡一切修法。顯教經論，雖處處說，而不學密法，仍茫然不解所謂，今依儀軌點出，但不可向未受傳承者說，說則犯三昧耶戒。）

四、空無邊處解脫 如三皈依觀由內身、屋宇、乃至山河大地、十方世界，無不皆空，如此修者，爲增長法身所不可少。禪爲理修，此爲事修，理事合修，法身速成，以破我執最利故。內空則我執根本之身，現無處安放，外空則我所執無處

安放。

五、識無邊處解脫 修空無邊處成就時，即必轉入此定。如修破瓦成就時，覺渺茫無把握處，如欲死之感覺，因諸境既空，則得大解放，久在繫縛之心，不慣此解放之境，故須從細境繫而觀光明，即心力也。

六、無所有處解脫 緣識亦無之境。

七、非想非非想處 如前已釋，茲不再贅。

八、滅受想定身作證具足住 世間有情，著於受故，求樂避苦，種種追求，故受爲我執之根；外道顛倒亂想，爲法執之根；故受想爲生死根本。欲出生死，必以此定力拔之。此乃前之七支成熟所起作用所成，其修法至細。必須先知細昏沉而去之，所得之定，方能認識受想，再修清淨背捨，方得此定。如何斷除細昏沉之法，在顯教經論，亦說順逆升降等法，但徒知名稱，不知體相，亦復無益。詳細方法，在生圓次第中。如十三尊曼荼羅層層互攝之修法，滅受想定時之細昏沉，非此細觀境，不能振起之也。

「八勝處」者，八解脫所生，前粗後細，前難後易，前不自在，後得自在。解脫中之觀境，有時觀此見彼，此則觀何境即成何境也。若觀境不隨自心，必須努力

使其隨自心轉，再不能者，可轉換觀境，必使其成就自在也。初二兩支屬八解脫第一支。三四二支屬八解脫第二支，餘四屬八解脫之第三支。外色少者，謂觀少數有情，外色多者，觀多有情也。青黃赤白者，如觀曼荼羅輪圍，東南西北，各有定色也。此中或惟觀一色，或觀多色，勝處成就，則隨觀何色時，即見何色。修時於外境亦有關係，如修白文殊，則衣服房屋乃至食物，皆用白色，他色亦如是。

「十遍處」者，又解脫勝處之所引生也。遍處者，謂所觀之境，大則遍滿法界，小則無微不入，如修廣大日輪，是廣百萬踰繕那，故言遍也。修月輪者，修白色與水大，修日輪，則修赤色與火大也。

以上明禪境，以下明禪心。世間禪以欲界定及四禪四空爲九次第，出世禪以「四禪四空及滅受想定」爲九次第。（禪空者爲四禪四空八根本定，參閱附講第一頁《俱舍頌》）

（四禪空八根本定頌之頌文見《戒定慧基本三學》第一九一頁 校者附識）

「靜慮」即禪，「各二」者，生得與修得二。「於中生」者，世間品已說。「善」，謂此定心求自他解脫，無有染污，不同外道之定有不善心，不同無想定是無記心也。「二境」謂不雜亂。「伴」謂同時心所，即正知正念不放逸是也。「五蘊」謂修定

之身心也。

初禪五支：尋、伺、喜、樂、定。定如上釋，尋伺皆推求之作用，惟尋粗而伺細，「尋」如路遇舊識，追憶姓名，「伺」則如貓伺鼠，屏息狙伏，待機而動，一發即中，藏文謂之尖心，若善用之，則定成矣。一切念咒觀想，無非此定力，乃至禪宗門下念佛是誰等話頭，亦是練習尋求。身是色法，非念佛者。念佛是誰，即尋求念佛之心也。若以心不動爲禪，乃是大錯。「喜」爲身發之觸，如冷熱轉動，乃至見聞色香等奇境，或通達難忍之理皆是，此乃尋伺引發諸根之作用，非動亂心可發。宗門亦有此境，恐生我執，故不許說。此觸亦有善不善，執着則善者成不善，改正之，則不善亦成善也。「樂」者，較喜爲尤勝，身生輕安，忽如忘我，在境中，順樂則起樂，不順樂，則起空，是時之心，與風火和合，已轉成色界四大矣。「定」，離五欲而生之心一境性。

二禪四支：內淨、喜、樂、定。「內淨」者，遠離尋伺，不爲外境轉動，如水澄清，渣穢既去，雖加動蕩，亦不渾濁，此由加持力引生加持，又由信根力得也。

三禪五支：捨、念、慧、樂、定。「捨」，謂行捨，習定已久，不須用力，欲修即成。「念」，謂定中之念。「慧」，謂斷煩惱之慧。「樂」，謂無比勝妙之樂。諸佛受樂，皆受三禪樂，大樂金剛亦指此樂也。

四禪四支：捨、念、中受、定。「中受」、即不苦不樂，得大自在，與行捨有別，詳細，以後生圖次第再講。（四禪共有尋、伺、喜、樂、定、內淨、捨、念、慧、樂、中受，共十一支）

「四蘊」者，除色蘊，由空中有三近分。「後色起從心」，謂無色界生下界時，由心有細色種爲色蘊種子。「昧劣」者，謂心觀力弱也。

「本等至」者，等至即定，初名等引，中名等持，已至地者，名爲等至。本者，爲百千三昧根本也。「味」謂對定境之愛着。「後味淨二種」者，後謂非想非非想處，非出世間，故有漏。

「淨謂世間善」者，謂此諸定由持戒、四無量心、深信等所引生也。

此禪定法門者，佛之親宣，佛在世時，由舍利弗集爲《舍利弗阿毗曇論》、目犍連造《法蘊足論》等釋之，後交由五百尊者抉擇決定，以《大毗婆沙》釋之，世親菩薩根據《毗沙》參考經部而成《俱舍》。學者欲得禪法之詳，可於諸論自求之。

釋滅受想定者，附講第二頁一頌。（頌文見《戒定慧基本三學》第一九二頁 校者附識）

「使恒行染污」，謂我執。唯識家言第七我執有四煩惱：

（一）我癡 正理尋求，我不可得，仍覺有我，是故曰癡。亦稱無明。

(二)我見者，見利則趨，遇害則避，執着有我，受苦樂故。

(三)我愛顧形自憐，衣務輕暖，食欲肥甘，百計將護，故曰我愛。

(四)我慢於勝己者謂己可及，於等己者喜己堪與匹敵，於不及者生鄙夷是也。

「諍根」，謂想。思想者，同居必爭故，是爲法執。「生死因」者，謂受。是爲我執。「滅」者，以智炬滅無明也。

(甲三)修禪之果頌

除惑願智滿 神通正等明

「除惑」謂斷煩惱，無始惑垢，非定水不能洗故。「願滿」者，隨所發之願，要七地以上，三明既發，方漸圓滿，至十地具足圓滿，方得成佛。「智滿」者，一切智、道相智、一切相智，要由定生故，否則雪山六年，豈非無義受苦耶。

「神通」有六：初神通。或生得、或修得、或業感、或咒力、或藥力得。二他心通。有生得、或咒力得。天眼、天耳、宿命通。有生得、或報得。漏盡屬三明，唯佛得也。神通之用，在修定時得通，則倍生信心而成功速。若欲以示現於人，或以求名利，反墮地獄。通未究竟，有時爲鬼神所弄，如說八月十五天地混沌之類是也。

且煩惱未斷，得天眼天耳他心等通，尋常不見之逆境，皆了然現前，反增痛苦，故護法神亦爲障，不許得通也。

「正等明」，謂三明。宿住知過去，死生知未來，漏盡知現在。

（甲四）禪用頌

引百千三昧 十力四無畏 唯佛不共法 皆從禪定生

「十力」者：

一、知是處非處智力 是處謂是，非處謂非，即判別是非之力。此支總攝下文九支。

二、知三世業報智力 佛制戒，即依此智力。業果不可思議，戒律中，有吾人認爲不關緊要之事，而犯罪甚重者；有吾人認爲嚴重之事，乃戒律中治罪甚輕者。以佛智力所見因果，非吾人所知也。

三、知諸禪三昧智力 爲定之智力，一切三昧入住，佛無所不知故。

四、知種種根智力 衆生種種根性不同，佛因此智力，能應機施教，今之教人者，無此智力，故唯有以總持法門遍攝諸機。

五、知種種解智力 知衆生根力意樂。

六、知種種界智力 知衆生種性。

七、知一切至處道智力 知衆生修行造詣深淺，五道十地等。

八、知宿命無礙智力 天人聲聞，宿命通有限，佛之宿命通智，盡過去際無限齊。

九、知天眼無礙智力 一般天眼有限，佛之天眼無限。

十、知永斷習氣智力 有此智力，過去一切習氣滅盡不生。

「四無畏」者：一等覺無畏，二漏盡無畏，三說障道法無畏，四說出離道無畏。

如是一切功德，皆由禪定引生。禪定成功，須要真實修證，若但學不修，但記名相不知體性，即得一知半解，定力亦終不能成就。今既得此師師相授次第完備之法門，可不珍重修習耶。本道場唯一限定唯一習定之法，即從念誦入手。人命無常，各須努力，不可妄冀便宜，須知即所謂一脚踏到底之頓教，其中仍須經同一次第，無非遲速不同，如飛機與步行者，自成都至重慶，其所經地段無不皆同也。

(二) 釋發心資糧

(甲一) 依世間邪僻心修禪之類頌

發心遵智者	揀邪明正義	爲利養修禪	多屬地獄心
名稱墮鬼神	眷屬墮畜生	勝他修羅心	若怖畏惡道
息諸不善業	多屬人類心	若善心安樂	多屬欲天心
得勢力自在	多屬魔羅心	欲利智捷疾	多屬外道心

發心不正，決無成就，茲依智者大師教授，分別邪正。此中所言邪心，各各皆有一分世間定。世間之定，出世間定，修法雖不同，發心尤爲主要之差別。亂心發願，感果猶緩，定中發願，感果極速。發心不正，將來感惡道之果，現在招修行之障，極宜慎之。此頌務須熟讀記誦。

以上亦皆稱爲世間定

希清淨梵處	屬色無色心	無悲心正智	邪僻二邊行
若住此心修	道之初步錯	知見愈超妙	距果路更遙

「無悲心正智」者，無利生大菩提心與法空正智，於法空理，不惟不能證知，亦不能信解。

「邪僻」，獨行己意，雖遇善友，不能引轉也。定中尤不起僻執。散心執着，如和土作坯，猶可改轉；定中執心，如陶器經火後，其形不可復易矣。

「二邊」，謂偏空偏有，此障定道，不得速成。

「道之初步錯」者，猶南轅而北轍也。

（甲二）出世間二利心修禪頌

發心利他故 樂正等菩提 未度者令度 未解令解脫

未安者令安 未證滅令證 宏願無窮極 知願無自性

摧我慢大山 除極細習氣 方便不捨悲 修禪清淨意

「知願無自性」者，離驕慢也。「摧我慢大山」者，慢爲苦因，世人之苦，多由好勝生起，慢如大山障道，惟定能摧之。「極細習氣」者，我執也。「方便」謂禪定次第。廣言之，十波羅密皆方便也。

（三）釋內外圓滿資糧

（甲一）內分五種

（乙一）善得人身頌

善得人身難 丈夫根成就 或得女人身 非諸黃門等

修定既久，則生懈怠，念圓滿難得，所以發精進力也。此段從《菩提道次第》
《瑜伽師地論》集出。

「善」者優勝也。人身難得，圓滿三身，尤難得。

「諸黃門」等，不得受具足戒，即不能具修佛之法門，今得丈夫身，或得女人身而發大乘心，即是女身丈夫，亦能具足修行佛法。人身中，得南瞻部洲人身尤難，北俱盧洲人壽千歲，受用殊妙，不勞而獲，與極樂世界略同，但不聞佛法，即聞亦不能接受。東西二洲，壽命較短，受用較劣，聞法亦偶能信受，旋即退失，終無成就。唯南洲人壽命短促，始念無常；依報下劣，始知厭苦。其心剛強難調，然若善用之，能及現身成就，證大般若，亦恃此難調之心也。

（乙二）生處中國頌

生聖處中國 四衆賢善域 不墮篋戾車 邊方邪見地

「中國」謂佛法僧三寶所住之地。釋迦之世，以五印度爲中國。今印度惟有壞塔猶存，爲佛寶之遺迹。中國僧侶着袈裟，印度兒童已不知爲何物矣。故有三寶處，最爲難得。試觀今日中國數十省中，真講修證者，究有幾何？以前高旻觀宗

等處，今皆淪於戰區，成都以前亦盛行三寶之說，今舉國之內，能如成都之各叢林尚可見如來幢相者，亦不可多得矣。具足四衆文明之邦，謂「善域」。「篋戾車」，謂邪見外道盛行之地。外道不與佛法爲敵者，如三教一家之說等，尚可趨向佛法，其餘與佛教立於反對地位者，若生其地，非爲邪教強力所制不可。「邊方」謂三寶不備之地。「邪見」謂無因果等。世界三災，以致將來人類絕滅，由此等邪見。

(乙三) 諸根不缺頌

不愚鈍頑騃 盲聾暗啞等 不缺諸根支 解語能精勤

「愚鈍」謂不近佛法，不起作用，隨人轉移。「頑」謂剛強難調，如水浸石，終不可入。性「騃」謂醉生夢死，糊塗過日，「盲」則不能看經典觀相好。「聾」則不能聞法。「暗」者不能說法問答。「啞」者既不能說，亦不能聞。缺根支者，不得受具足戒。以上皆聞法之障，若無此障，則能學法。「解語」者，謂解佛法是非義理。世間智慧。若耳根鈍者，應多念文殊咒，可得加持通利，聞一知十。「能精勤」者，謂能勤修也。

(乙四) 無諸業障頌

害父母羅漢 破僧出佛血 不已作當作 現生障登聖

五無間罪，現生若作，現生不得證果。此五罪，吾人現生雖未作，但相似之罪，在所難免。弑父母之罪雖無，但自孩提以及成人，不無觸忤之處，此即能爲道障，切須懺悔。弑阿羅漢之事雖無，但對出家現羅漢相者，起瞋恚心，即其近似，此心爲障，欲見其真阿羅漢，亦不可得。破僧之事雖無，但對僧團生不歡喜，即是此類，其感果，即與僧衆無緣。或以慢心，或以積習，不敢入僧團。若能於僧衆中生歡喜心，禮拜供養贊嘆，其福甚大也。世有三力不可思議，佛力、法力、僧衆力也。在家人與僧衆有緣，得皈依處，亦蒙大利。若害群之馬，衆中不容，與衆無緣，欲望成佛，豈有無衆生之佛土哉。出佛身血者，惡心壞佛相，即是此類，苦報不惟及身，且及眷屬鄰里。川省漢州新都金堂毀佛相之後，即遭戰禍，蓋護法惱恨捨離，則大魔出現也。已作者，痛切懺悔，亦可免墮惡道，能懺則當來之作，益可防止。「聖」謂須陀洹果以上。

(乙五) 正信不邪頌

淨心信佛說 法及毗奈耶 邪見背因果 惡法不生信

「淨」謂不爲名利，離前說種種邪發心而發菩提出離心。

(甲二) 次外五種

（乙一）值佛出世頌

經無量大劫 修難行苦行 二資糧圓滿 成無上菩提

「經無量大劫」，顯佛出世難，人壽百年增減一歲，自八萬四千歲，減至十歲，十歲又增至八萬歲爲一小劫，二十小劫爲一中劫，四個中劫爲一大劫。「修難行苦行」者，理即此閻浮提、無芥子許土、非佛往昔捨身流血處。

（乙二）說十二分教頌

經重頌記莚 諷頌自因緣 喻本事本生 方廣希論議

「經」謂長行契經。「重頌」者佛說法竟後，攝其義爲頌，一爲便攝持，二爲利後來未聞弟子，三爲便於修行。如此功德，不惟世間外道散亂心者不能說，即地上菩薩亦不能也。如《華嚴》《法華》，屬於此類。「記莚」者，惟說因果，歷歷不爽，又稱戒經。如琉璃王滅釋種，佛說其即生必墮地獄，及授記乃至，王乘船入海以避，大山猝發，遂陷其內。如此類不勝舉。「諷頌」，惟有頌，無長行。如《密嚴》《真實名經》等是，大率屬於總持法也。「自說」者，或觀當機，或闡妙理，無問自說。如《小品彌陀》是。「因緣」說戒緣起。「譬喻」者，以顯深義。如佛性以金水爲喻，菩提心、月爲喻等，以實法不可說故。「本事本生」者，由此事說及他事，此生論及他

生。如《賢愚因緣經》等。如佛說過去世，有象猴兔鳥相友善，誓行十善，修和敬法。時在大樹下，鳥謂此樹之種，是我啣至，免謂我見其萌芽，猴謂我曾升其顛，象謂我來樹已成蔭矣，以此爲長幼，出則象負猴、猴負兔、兔載鳥而行，國中和祥豐穰安樂，國王臣民，各以爲己功，爭莫決。有習禪老人，爲彌陀化身，爲說此事，國人往伺之，果見四物層負而行。佛說此象阿難，猴目連是也，兔舍利弗是，鳥即我是也。藏人僧俗，皆圖此事懸挂以爲吉祥。藏人禮節，得甘旨悉奉家中最長者，長者略食，又授次長者，以至遍及家人，無不一一分授，所以養慈悲心也。寺中行茶，上座所得淨酥油，中座所得茶油各半，下座所得唯茶而已。或以爲不平等，不知此乃平等之甚，以下座無不次遞躋於上座地位也。「方廣」者，廣謂廣大，方謂方便，具足五道十地等無不完備。如《華嚴》《圓覺》《楞嚴》皆是。「希有」謂殊勝。如《法華經》等，惟論佛性，多數密乘經皆是。「論議」者，謂佛及弟子天人等辯論之經。

(乙三)教法久住頌

佛轉正法輪 爾後經多時 正行正法具 次第作證理

「正法輪」，大乘謂十二分教（即經之文體有十二種，一經具備多種。），小乘

九分契經。「正行」謂如法修行。「正法」謂經藏。「理」謂修行次第所證之理。佛滅度久，經藏爲興爭之具，久之爭論亦漸消沉，正行亦沒滅。如禪宗坐禪堂之風規，今惟於打七偶可一見，傳戒正行，今尚可見，而著衣持鉢之相，今不可於街道復見矣。次第既失，修行籠統，不能證果。今有菩提道生圖次第等法流傳，乃極難得之事，若無次第，雖有三藏經典，如冰糖有屋大，舐之面面皆甜，其如吃不下何。

(乙四)作證隨轉頌

能證正法者 了知修學人 如所證隨轉 作教授教誡

「能證正法者」，謂善知識內證功德。內地大德具足者有之，但非肉眼凡夫所見，次第之法有無，則不可知也。喇嘛仁波卿如能來，此支即可圓滿，惜衆生福薄，遽爾圓寂。或謂多請西藏大德來，即有利益，不知真善知識，如有其一，即爲已足，若皆如我者，雖多何用。衆人自心發願，自感得大善知識前來攝受也。「了知修學人」者，謂善知識對弟子根機有認識，則施教恰當。西藏大德，親近善知識，有以十六年擇師，依事師五十頌之規範觀察十種功德，展轉熏習，方成師資。今若見人即拜，學常不輕菩薩固好，但攝上二三百師傳，如浴池中履，不可復著

升大雅之堂矣。如師所證，隨之而行，如轉桔槔，層相吸引。

(乙五)他所哀愍頌

他謂施主施 淨命諸資具 衣食住病藥 四緣不差違

施主在家亦有，藏人居家，稱當家人爲施主。

修圓滿者，防心懈怠故。已得者應生歡喜，不圓滿者，應發願求加持。

總上十頌，攝歸三義：（一）修行身難得，（二）次第法難聞，（三）善知識難遇。

佛說得人身者，如袋上沙，失人身者如地上沙，得人身者如牛迹水，失人身者如大海水。今幸得人身，又得聞此數千年未有之次第法門，極爲可貴。余前求法之時，有所得，即喜極忘寢，即今所修《上師供養法》，便具次第作證之理；又講定者雖有，講定道資糧者，今則未聞，惟老天台家尚言之，今聞此法，更應重視。

(四)釋決定出離心資糧

(甲一)自求出離頌

決定出離心 涅槃爲上首 不因引他信 遠利養名稱

此科爲正修定道資糧之始基，修定必具者，出離心，菩提心、正見。菩提爲究竟旨趣，出離心爲中間旨趣。蓋未能自度，焉能度人，從井救人，二俱陷溺，要功德圓滿，煩惱清淨，方能度生。發心度生，乃是願力，藉衆生緣發增上心，乃衆生度我，故曰衆生爲佛父母也。故修定者應將出離心常挂眼前。

「不因引他信」二句，即遠離發心資糧中一切邪發心也。

知世苦無常 滿欲溺更深 遠離衆憤鬧 障蓋惡尋思

若謂現前三災流行，無量諸苦，應善觀察，雖苦無常，不得苟延殘喘，故應觀無常，一息不來變爲隔世。若遇順緣，觀之是障。修行之人要以逆境磨礪之，魔作障難，即是增上緣也。開主杰修行不遇違緣，則曰我田中無水，何從得果乎。故遇苦要能堪忍，遇樂要知怖畏。

「遠離憤鬧」者，謂住阿蘭若、五欲不盛之處。蓋五欲鈎牽引人增長習氣，修行人必應閉門潛修，不可遊行。「遠障」，謂能認清違緣，凡爲道障者，能對治之，不致被阻折回。「蓋」謂覆蔽，如人瞋心覆蔽，與人斗諍，友好勸之，反曰汝不助我斗，反勸我乎。蓋有五：睡眠、貪、瞋、疑、掉，其餘飲食蓋，則不知其若干過，蓋要能覺。「惡尋思」謂犯戒尋思，尤以四根本爲要，當將四根本攝修心要中關於戒條

者抽去，令在家二衆誦習。遠離惡尋思，又應在遠離障之前也。

此等善思惟 得思所成智 由此殷重行 得修所成智

「思所成智」者，思謂思惟，智謂決擇力，能斷煩惱生信心者也。「修所成智」，則真能止惡修善而得。

見生死過失 見涅槃功勝 發真正勝解 入諸諦現觀
證有學解脫 亦稱云見道 由是長加功 證無學解脫

「見」謂生死過失，涅槃功德。「涅槃勝」者，常樂我淨，正與生死相反。常者，永無生死流轉，樂者，無世間諸苦，我者，無我即我，無變動故，淨者，身心清淨安穩。即大衆坐此聽經，亦得大自在，況證涅槃乎。「勝解」，謂決定無疑。「諸諦現觀」，謂四諦十六行觀。「見道」，謂見解脫。「無學解脫」謂羅漢與佛。

（甲二）度他出離頌

以此爲人說 是名饒益他 以此作聞思 是名饒益自
以真修實踐 是建立正法 是供養如來 亦自證大樂
離衆苦邊際 寂然永清涼 得二空無我 是究竟解脫

「以此爲人說」者，依此頌所說，教人起出離心。

「建立正法」者，要建立各人心上之法幢，否則綿帛彩緞之幢雖多，徒礙人之行動耳。「大樂」者，究竟悉地，證本尊位也。「離苦邊際」，彼岸也。「寂然永清涼」，配我樂常淨涅槃四種功德也。「得二空無我」由定得也。真修實證，普度父母衆生，此心若無，定道難望也。

（五）釋戒律儀資糧

此科與下科爲正生定資糧。定之種子，非同豆麥之種可以手授，非藉如是方便，不能引生。余初意，本擬三部戒律繼續講畢，但既講別解脫戒後，因欲求戒不壞而能生勝用，必有賴於定學，故即講此書，戒定相因相成，如前已說，茲不再贅。

（甲一）總綱

（乙一）不虧戒本頌

不虧身語業

無缺不穿漏

止持心明了

精密作守護

（乙二）隨順威儀頌

若行住坐卧

四種威儀路

能隨順世間

不越世間理

亦隨順毗尼

不越毗尼制

世間無譏毀

賢良諸善士

同法持律人

亦不作呵斥

謂若衣服事

便利用水等

楊枝入聚落

乞食受用事

盥鉢安置事

洗足敷設事

凡此諸所作

不違越毗尼

本科所說多屬出家弟子之事，在家居士，多做不到，亦不須做，而佛亦不許做。今聽此段，應觀出家功德，生起恭敬。如不能依此而行之出家人，愍其多遇障緣，代爲回向，不可執此以爲準繩，對彼生起輕慢心。自身生起忻慕出家之心，初地菩薩功德之一也。世人俗累未清，冒昧出家至生悔，固是不可，若出家之心亦不敢發，亦未免過於怯弱。故於別解脫戒，應生歡喜心，發動人爲佛子孫、天人師表，鬼神見者，無不禮拜，威儀不整，令彼不喜也。如跑馬山老格西日夜不離衣，極可爲法，如法受持、加持不斷之衣，却魔之力，勝於鐵甲也。「便利」如百衆學戒中說。

「用水」不可浪費，因傾棄污水，龍王作淨，不勝其勞，亦應愍念打水之人辛苦。余在西藏時，每晨用水半木碗，約二口半，以二口漱口，以半口洗手，即爲已足。入聚落，着衣脫履，種種威儀，律中極詳。凡入聚落乞食方法（乞食之風，內地不可得見，惟願能建立，使世人日日得見如來幢相。），乞食歸受用，如何分食？

有餘如何？不足如何？律中詳細說。

「盪鉢安置事」，或作鉢囊，或作鉢床，或於壁間作孔以安鉢，作法甚多。「敷設」謂敷設床座，地上、床上、樹下，法各不同。此言一日從早至晚之細行。

（乙三）如律善行頌

及善品加行	正法求受持	讀誦書寫事	尊長和敬業
參覲作侍承	病者起慈心	殷重若父母	盡力作供事
宣白法加行	慈悲詳告語	請問或聽受	翹勤無倦滿
有智同梵行	身力修敬事	贊善勵精勤	樂爲他說法
靜處結跏坐	繫念正思維		

「及善品加行」者，品謂多種。或問近慈何不作？六加行即抹地板供品等，以之回向即加行，以此積集資糧，即可以成道業、消罪除障成菩提。總之，令身心終日在正法輪中而已。

書寫儀軌，最爲有益，惟須恭敬，寫錯則另換貼補更正。喇嘛仁波卿近年作品，均不許刻，令學者自寫。余等從降巴格格學，每日所講，均憑手寫之。「病者起

「慈心」，慈者謂與樂。試觀佛制戒，多爲病人特開，無不令其滿願，八福中，看病第一，若昏迷罵詈，亦應作除障想，不應嫌厭。「宣白法加行」者，白法謂一切善業，人有問者，詳爲說之。僧團中任務者，新舊交替時，對職守所關之事，若存私不說，故意陷他於錯誤，彼令大衆不歡，陷之者，亦有過失也。本道場各寮口之人，均應一秉此意和衷共濟而行，無更立規矩。有治人無治法，世間法亦言法令嚴，盜賊多也。

「翹勤無倦滿」者，如聽法，作如是念，我已聽過多次，勿須再聽，即不得加持，得加持，事半功倍，久熏則種堅牢。道宣律師九次聽講別解脫戒，可爲法也。「有智同梵行」者，謂有智、尤須有梵行，若無品行，不當恭敬。

「身力修敬事」者，如三大寺中之道道，孔武有力，暴戾不文，人不敢正眼觀之，若犯事，以楊枝二大捆鞭之，楊枝斷盡，亦不呼痛。遇有服勞之事，如出坡搬柴等，則樂於帶頭，效力工作，能力極大。余所住之空室中，道道甚多，相傳道道多處，格西亦多，以勞心勞力分工治事也。

「結跏坐」，學法威儀，身亦安樂，得定易且速，恒時注意，勿舒脚坐。

(乙四)遠離五家頌

倡伎淫女家 酤酒王大臣 博奕諸下賤 五處勿遊行

此五家對佛法大有損害，比丘慎勿近之。

(乙五)畏罪懺悔學戒頌

於微小罪失 而生大怖畏 犯已速還淨 勿由此因緣
障輕安觸證 漸近諸惡行 而入於惡趣 或爲師佛見
天龍智眼觀 輕笑作呵斥 惡名惡稱頌 遐邇流布聞
現法當來毀 終必惡趣淪 阿含十七事 正學善思尋

「於微小罪失，而生大怖畏」者，不矜細行，終累大德，芥子許纖，亦沉水底。修行人造業，墮落尤速，以雜業少故。然墮落雖速，出離惡道亦較不修行人爲尤速，第恐惡道轉身來時，佛法已無矣。「障輕安觸證」者，障謂環境煩惱二者，觸爲冷熱風動等，證謂或見光明相好等奇境，如夜行時見電光，雖不可恃以前進，然可藉以辨所行不越正途，故此等皆爲通慧前相。今人修行者多，成就者少，或言人根陋劣，夫五官百骸，今古不殊，根未嘗鈍，以不知其障因緣所在也。「或爲師佛見，天龍智眼觀」者，往昔遙見二比丘論議，善神圍繞歡喜，旋見散去，即有衆鬼來集，揶揄唾其面。其人後問比丘，比丘言：我曹先說戒定慧事，後說王賊水火世間雜事，未見他異也。一言一動，鬼神鑒察如此，故犯罪覆藏，如橘樹中蟲

穴，其深莫測，而其矢在穴外，人仍知其有蟲也。往昔滑稽影片，一小兒入地窖中，誤觸酒桶，其栓脫落，酒溢於地，急拔他桶之栓塞之，他桶酒出更多，如是拔此塞彼，終至狼狽不堪，手足無措。爲覆罪故，更犯他罪，亦犯類故。覆罪者欲蓋彌彰，有效之遮蓋，惟有懺悔也。「終必惡趣淪」者，如我前於某寺如意寮所見，蜀僧身染惡疾，臭穢難近，地獄相現，追悔莫及，令彼念佛，亦無堪能，泪下如雨，甚可憐憫也。

（甲二）十種虧損戒頌

虧損於尸羅 有十種因緣 若不入此數 圓滿具堪能

（乙一）無出離心頌

不爲自調伏 寂靜大涅槃 由王賊等害 債主怨家逼
不活諸畏懼 求出家受具

「由王賊等害」，如或爲避兵役、或曾負命債、或爲混衣食者是。出家時如此發心者，既聞法後，仍可發起正當之解脫心，矯其前失。

（乙二）戒羸行緩頌

若性無羞耻 惡性戒體羸 學處行緩慢 沉下不堪能

「沉下不堪能」者，謂雖知善惡，於止作不能力行，或因循護短，與犯戒之事接近，如人常行險處，終必顛墮。

(乙三)惡性浮散頌

若心太浮散 堅執持惡取 非處強惡作 放浪輕蔑人
惱害心含恨 非是強言是 自勝難引轉 浮散不堪能

「自勝難引轉」者，剛愎不受善也。於犯戒行，常引菩薩戒以爲解釋。須知菩薩戒，以別解脫戒爲基礎。若爲利他而開，亦有限制，若以圖己利，則誠所謂我不入地獄誰入地獄也。以地獄正爲此等人而有故。

(乙四)愚不畏罪頌

由放逸懈怠 毀犯不作淨 不於先所犯 發起猛利心
後當不更犯 隨順尸羅行 取睡眠爲樂 偃卧脅倚等
不惜光陰去 懶惰不堪能

此放逸支，由於不念無常不畏惡趣，懈怠邪僻，不知光陰之寶。於無常頌時刻念誦，憶起惡趣之苦，則精進心油然而生矣。

(乙五)邪願邪行頌

邪願修梵行 希生天安逸 着利養恭敬 無怙不堪能

(乙六)違世出世軌頌

行住諸威儀 常事善品行 違越世間理 不順毗尼行
軌則有虧損 出離不堪能

「常事善品行」者，常事即世間事。佛法緣生，細行有虧，即大法不能成就。雖未出家，亦是佛子。在家二衆爲菩薩代表，出家爲佛代表，一言一動應爲世人表率。今有極有研究之在家菩薩說理，說空有，天花亂墜，而烟癮不除，問其何故？曰不慣，問誰不慣？曰我不慣，即此不慣便是習氣，亦是我執安放處也。出家人亦有不顧行檢者，自命老修行，手持烟管，頻入茶肆，天上地下，無所不談，令衆見者起惡心，罪過甚大。

(乙七)邪命頌

大欲不知足 難養亦難滿 衣食住病藥 非常法追求
詐現奇特相 顯己勝功能 矯示諸根寂 或作凶悖相
強口驕傲聲 修飾名字美 執持種姓尊 求多聞持法
爲名利宣傳 佛說弟子論 謂爲己心成 或方便現相

求衣服資具 多求不厭美 無匱着弊衣 希他好施與
所求不稱遂 研磨粗鄙語 聞者難忍受 強迫苦求索
得財物劣少 施主前毀棄 作諸欺詐言 贊此或輕彼
種種苦研逼 求四緣利譽 諸非法追取 虧尸羅邪命

「無匱著弊衣」者，留以布施則可，有人問時，應言我有好衣，今爲作事或爲舒適故著弊衣，若不問及不言。「希他施與」，即不應作。「得財物劣少，施主前毀棄」者，檀越所施，爲令僧喜，彼可得福，僧歡喜，施者亦喜，均增福報。余等初至跑馬山，有人施物，輒拒不受，言我自有，降巴格格見之，大爲詫異，言何故出此？三大寺中有人供梅子許大一搏之酥油亦雙手接受，言汝何故不自享？初見怪其鄙，後始知理應如此也。五種邪命，障出離，亦障弘法，吾人雖不爲邪命而近似邪命難免，喇嘛仁彼卿常教人於有人無人處省察，若無人時倦怠倚卧，人來時即正襟危坐，即攝邪命。此吾人多生習氣，必去之，見道始快，得聞慧亦快也。

（乙八）過奢受用頌

從他所獲得 若法若非法 四緣食服等 及一切資具
已精益求精 美更欲增美 廣求堅藏護 愛玩貪無已

不見其過失 習定無堪能

「愛玩貪無已」者，如某國師，戒行極高，一切無貪著，唯一玉鉢，係帝所賜，甚貴之。有宿怨，願求報復，終不得間。護法神與怨言，國師常在空定中，故汝覓之不得，彼有所寶之玉鉢，汝若觸之，彼即出定矣。鬼如其教，使鼠觸鉢作聲，師果出定，爲鬼所執，問誰所教，鬼具述之，師擲鉢於地碎之，仍入定，鬼遂不得間矣。

余前在印度卧病，萬念皆灰，惟有嘎烏及中藏名香數束，發願朝禮四大名山供養者，念念不忘。後貴州浙江人朝印度者，以香托之，復以嘎烏贈與某同參，彼堅執不受，謂來此養病贈物者多矣，及其病愈，皆索去，余頻講，彼乃受之，余病愈，嘎烏果仍屬我矣。

(乙九)過事苦行頌

復又一類人	好自行苦行	不依律法制	無量苦逼身
食住同畜類	蓬垢若囚人	毀身學外道	自作教他行
不發輕安喜	於定無堪能	種種戒禁取	不生戒功能

此言不依戒律，縱事苦行，亦不發輕安喜觸之功能，即苦何益，學者應思之。

(乙十)內穢外淨頌

內懷實腐壞	外現清淨行	無慚愧羞耻	不顧出家行
毀犯於重禁	習諸惡法行	不真實懺悔	而修戒定慧
人糞作旃檀	假花無果實	終當墮惡趣	此十種常思
不虧於尸羅	乃堪得定慧		

內外圓滿是戒德薰習所成，出家人荷擔如來家務，須戒行無虧，修行則易成就，若是裝模作樣希求利養名聞，不自慚愧，不知羞耻，此即出家人之大弊。

(甲三)佛贊戒德頌

如世尊宣說	尸羅名根本	能持任建立	世出世間善
引涅槃功德	亦譬如大地	尸羅名莊嚴	老少服常美
尸羅名薰香	順逆普飄揚	遐邇俱周流	芬馥可衆心
尸羅名塗香	鬱蒸諸毒除	尸羅名妙行	不入險惡道
健速亦安穩	直至涅槃城	尸羅名律儀	清淨妙善法
亦防護息險	淨潔遠離性		

「如世尊宣說」以下引讚嘆戒德之文，用意與毗尼達順觀同。

「能持任建立」者，如造屋之有棟梁也。「亦譬如大地」者，出生一切功德也。「順逆普飄揚」者，異於世間之香，逆風遠處不聞也。「芬馥可衆心」者，能令衆生未信者信，信已增長，不同世間之香，令人耗氣損力。此言利他功德。

「鬱蒸諸毒除」者，印度塗香，令身清涼遠蚊蚋，持戒之人去煩惱熱，惡友魔怨望而畏避，此言持戒功德。「妙行」謂有善巧行於正道也。「險道」者，謂犯戒必墮惡道故。「健速亦安穩」者，安穩即不行險道。健速言不紆回周折。能制戒者，唯佛一人，每條皆有無量關係，能持一戒，即生無量功德，八關戒、五戒亦復如是。金剛經處處言空，處處言持戒修福。所言空者，空我法二執耳，若不持戒，不能證大般若，乃至不能受持佛法，處處經中廣說。現生不能成佛，姑求其次，亦要能見道，或修得暖位，最下亦要能保持人皮。若每一條戒，曲爲附會佛方便開許，又益以自心方便開許，自入歧途，去道遠矣。行頭陀行，決定見道。雪山，亦即是無上頭陀行，亦是別解脫戒最高理想，在家居士不能做到，但起一念歡喜心，亦斷除無量習氣。「律儀」者，儀謂儀則，是規矩。律者如國家立法，有強制性，不容更易；又律喻音律，簫管琴瑟，尺度有定，不差累黍，而發之音自然合律，若使斷琴一弦，塞簫一孔，必不成音；又律謂合和，調協方出妙音，三學均修，始成道業，又律謂中和，不過不及。一部戒律即佛手制樂譜，何容違越乎。

(甲四)善觀三業

(乙一)觀身語意業頌

欲學修易成	觀三業最要	此身語欲作	或正作作已
覺悟善觀尋	我今此所作	若是益自他	增長戒定慧
諸善性所攝	能感樂異熟	不生起衆苦	不妨於餘善
應速勤勵行	反是宜即止	過去行爲緣	或未來現在
而生起念慮	應以正意觀	若是損自他	妨失戒定慧
諸惡性所攝	招感苦異熟	不生起衆善	亦礙餘善業
應嚴行責止	如利刃斷絲	勿少與方便	稍縱則難制
反此應勵行	勿緩待忘遺		

「觀三業」者，欲防護戒，必須常運智慧，觀察自身行爲，即此便是用功。若但制心不想，成功亦墮於無想定，阿羅漢畏之甚於地獄。

觀察之法，上焉者，欲作以前觀察最好。於坐靜後，默想以後應作之事，然後下坐。顯密念誦每段之前，舉腔即是令衆人預想以後應念之文，有餘裕時間，發心念畢，又有回向，是即於作後觀察。如是一事不空過，隨時修行機會也。欲作之

時、能分別善惡，謂之覺悟，正作之時、要能觀察，已作之後、要能追憶自省。「能感樂異熟」，言將來總報。「妨於餘善」者，有雖不生苦而妨餘善法者，應分別輕重緩急而定取捨。「應速勤勵行」者，見義勇爲，不可延宕。余等初到拉薩，言修行應緩進，喇嘛即訶責。作善如哺嬰兒，少少與乳，但期不死，豈有能長成者乎。善念稍縱即逝，略一遲延，自心即變矣。「生起念慮」者，念謂反省過去，慮謂策勵將來，發起第六意識作用也。「應嚴行責止，如利刃斷絲」者，如已發起作惡之心，未作時應覺悟，懸崖勒馬，正作時，應即中止，於已作之過失，應設法補救。人犯戒，皆由內心煩惱，感招外魔加持，故應痛自呵罵。智者大師二十五方便，亦言呵五欲。過去老修行有自呼其名，自己鞭打者。禪堂中打香板，亦有此作用。善知識於弟子痛下撻椎，即是慈悲。余數年前尚能打人，今則精力不濟，於此事以告假。但各人要須痛自鞭策，於惡念應快刀斬亂麻，不可躊躇。若自原諒自己方便，無病作病想，不可開作可開想，第二念與第一心出主意，結果總是我執戰勝。

(乙二)引佛教羅怙羅偈

汝今羅怙羅 於身語意業 應數正觀察 念諸佛聖教
 羅怙羅汝應 學是沙門業 若能於此學 唯勝善無惡

羅怛羅即羅睺羅，佛愛一切衆生如羅睺羅，此即父子相傳心法，仍不外由戒生，三業納於正軌，則轉成三密，成就三身功德，故不能目爲膚淺。若聽衆中有一人能如此發心，則我蒙益多矣。「沙門」義爲勤息，謂精勤修善，息滅煩惱。

「勝善無惡」者，勝、謂勝者。能勝煩惱，唯佛一人。善、謂其次四果等位。無惡、謂最下亦要能懺悔。

(乙三)尸羅次第清淨之法，要由戒生定頌

若如法思擇	此業益自他	此自他無利	是名善觀察
若一分攝斂	不作不與便	誤犯不由己	加行或本罪
能發露懺除	乃至無持犯	不方便加行	清淨心安住
尸羅若清淨	功德無量聚		

「攝斂」者，謂稍有慚愧顧忌，較之肆無忌憚者，略勝一籌也。「能發露懺除」者，如佛問阿難，人失足墮火坑中，是否被燒？阿難言，當被燒。佛言誤犯之罪，仍感苦果，亦如是。故誤犯之罪，仍須懺悔。往昔所造與犯而不知之罪，無由發露懺悔，則佛前懺，如內地禮梁皇懺水懺等皆是。若犯罪自見其罪，於人前發露懺悔，當下即無。墮罪，即一二人前亦可懺除。受懺之人，以後如見犯者有再犯之趣

向，應隨時警告。故懺罪最好在師長或有德者前，受懺者應與作加持令其以後不犯，如此一度發露之後，若再犯又再發露，受懺者不勝其煩，懺罪亦自激發其慚愧矣。「乃至無持犯，不方便加行」者，言決無犯戒之事，更不須持也。今人動輒言善不善一齊放下，不知起心動念，惡多善少，若除去犯戒之心，其餘皆是善法，悉可令心清淨，何必放下。放下亦極容易，不易放下者，唯我執煩惱。若總言放下，必致初萌之善念，完全絕迹，僅餘煩惱習氣。根本罪自己不方便，而加行方便，更不可，蓋自己方便加行，根本罪恐難保矣。

（甲五）戒清淨之十種功德頌

（乙一）

若具戒士夫	自觀戒清淨	便得無憂悔	無悔生歡喜
歡喜生輕安	輕安受勝樂	由樂而心定	心定如實知
如實見諦理	於諸有爲法	能起厭離意	離染得解脫

「憂」者，犯罪之人覆藏於心，憂墮惡趣故。「歡喜」者，少欲之人，常知滿足，與世無爭，恬然自得，非世間得失心之喜也。依戒調心，自然生定。如以黏土，久經搗和，柔軟如酥，隨作何物無不就範；捨戒求定，如以砂石滓穢之土，強欲搏和成器，必不可能，即勉強造成，亦不可入窑煅煉也。故初入道場之人，不教觀想，亦是此理。「輕安」爲觸，謂冷熱轉等，要必身心安樂，方爲善相，如我所見瘋喇

嘛，是暖觸成就者，坐土穴中，冰天雪地，不以爲苦。苦觸時，發現苦相，熱如火炙，冷如瘡作，或覺重物壓頂，全身毛孔如針刺，或心跳等，由於病或由宿業，應暫停止，改修他法。欲生輕安，必須身心安樂。若有恐怖惡道之心，乃邪見等心，不安樂，云何能生輕安。若生輕安，不可執着，執着則不能前進，必致退失；若不執着，自然漸得佳境。如人登樓，上級更有一級，若捨一級，又升上級，不捨則於一處不能前進矣。

「勝樂」謂出世間初禪以上之樂。「見諦理」，謂以十六行觀見四諦理，再由法智引起類智，舉一毛遍大千，納須彌於芥子，故「於諸有爲法，能起厭離意」。

能自知自見 我已得解脫 乃至當涅槃
次第而生起 無戒不能成 如來五分身

「能自知自見，我已得解脫」者，謂解脫知見。於過去知得解脫之次第，於未來知當證涅槃也。此即如來五分法身，亦稱法性身，若非深定，何由生起。然戒又由定生，若但因福業感得之定，如蟲蝕木，偶成文字，不能常也。

中國舊習禪宗法門，方便雖多，不外掃空我法二執。如將心來與汝安一句話頭，即是人我二空無餘。一切公案，此不過是以前宗門機鋒，皆是應症與藥之對

治悉檀。呵佛罵祖，無非般若流出之機用，藥不對症，則庸醫殺人，陷自他於地獄，故不許從此下手，恐入此途。至於禪宗所習境界，亦攝入密法修，西藏所謂甲拉堪布無見，不惟密法呵斥，即禪宗六祖亦訶斥之也。五代達賴所著□□□□□□□□□□，（原抄本缺 校者附註）即禪宗禪法與菩提次第合修之道，故此乃顯密公共經由之途徑。前此西藏大德不明內地佛法情形，遊學西藏之漢僧，亦少深明教理之人，故有如是隔閡。大衆如能過境，當下了知無自性無我，是即真參實學也。世間禪異於出世間禪者，第一無傳承，第二無完備之道品。如道家初祖爲老聃，二代爲何人，則不知矣。至於道藏，尤係拾佛法之唾餘，拉雜成篇，佛爲某，孔子爲某，全出杜撰。佛法則不然，譬如臨濟宗，傳至能海四十四代，喇嘛所傳之法，至於余二十八代，歷代傳承不絕，祖師之名號，修行成就，皆有記載可考。彼無傳承者，則是師心自用，雖亦令人向善，而盜法重罪，犯者尚不知淪落何處也。

次則卅七道品，內道共法，獨與外道不共。外道經論所言修法，以卅七道品之規矩繩之，或缺支分，或無次第，優劣顯然。有人以爲卅七道品乃修行初步，講後即束之高閣，不屑依此修行，不知直至成佛中間，一切修行，不可將此須臾離也。連日重複溫習前日所講，大衆或厭余之嘵嘵辭費，不知此等老僧常談，正要

衆位在余上坐時，不待開口便知余要如此如此說，則練純熟可得受用矣。

邪發心十種，吾人悉皆具有，惟力之大小不同，力大則能引現行，危險甚大。出離心決定發，方能成羅漢。三界染污，一塵不着，方能成佛。世豈有不出離之佛哉。修定爲令衆生生信，固是善心，但非善巧。若能真實持戒修行，即能利益衆生。桃李不言，下自成蹊，無待宣傳也。若再夾雜名利之心，即入惡道。比丘戒，未受大戒者不許看，以看後不能遵行，即生罪過。

邪命以取名利，此心或者無有，惟矯現威儀，希人恭敬，在所難免，惟應以一味老實，對治邪曲之心，則是初學入門處也。惡念初萌，急宜斷除，若與商量，總有可作之理由也。發心學四如意，即起修定，如拉東洋車，下陡坡欲止不能，必達目的地也。

(乙二) 若具戒士夫 臨終觀業行 無罪不悔恨 善稱遍方域

必往人天趣 隨願生淨土

「臨終觀業行」者，犯戒之人臨終惡趣相現，犯戒時所求之樂，已成過去，故惟有悔恨。持戒之人，無如此事。一文將不去，惟有業隨身，故釋迦世尊、宗喀巴大師常教人念無常，須將死字挂在眉頭。《無常頌》攝盡菩提道次第中修無常之

法，應須勤念。「善稱遍方域」者，一念持戒，十方佛菩薩天龍護法悉知悉見，若恐人不知者，爲世間愚夫，何必求彼知耶。「隨願生淨土」者，必要持戒，否則諸上善人俱會一處，雖彼慈悲不加鄙夷，亦自愧形穢也。

(乙三) 寢恬身心調 遠離諸熱惱

(乙四) 日夜諸天護 不爲鬼魔嬈

(乙五) 於他凶暴類 一切惡有情 不懷恐怖心 驚狂顛倒行

「寢恬身心調」者，無憂悔，亦無惡夢。「不懷恐怖心」者，俗諺所謂爲人不作虧心事，夜半敲門心不驚也。每條有五位護戒神，比丘有二百五十戒，即一千二百五十，故雖坐古廟叢林塚間，但一念戒，諸惡悉退。跑馬山老格西，四十餘年坐靜，晝夜不離衣，以衣爲戒相，見衣即念戒，雖魔怨亦敬愛持戒之人也。如遇警報，依佛說，有危難應避，但避向何處，香港乎，南洋群島乎，無處安樂刹也。若不避，心不驚，心不惶，亦可不走，死生有命，不在趨避也。屢次空襲，佛子死於炸彈，未之聞也。若受輕傷，正見加持，否則豈止輕傷而已哉。

(乙六) 又諸惡有情 或仇怨惡友 雖得其暇隙 不害反相親

「諸惡有情」謂鬼狐等擾亂行人者。歷代祖師，降伏鬼畜飛仙之事迹甚多，如

大坪開山祖師松月，初到時，遍地毒蛇，以其戒行與慈悲之感化，今大坪之蛇，均馴狎可玩。祖師日煮烏子以爲餐，猿爲掘烏子，虎爲守竈，烏子未熟，虎以吻捂釜蓋，不聽師食，其感應如此。長毛之亂，有老僧習定得通慧，知有宿怨在賊中，賊且至，遣林人皆去，已獨留守，端坐待死，以其無我，亦不畏怖。賊至見老僧，初不以爲意，後爲宿業所感，惡心忽發，以此僧如此不知畏懼，應死，却入殺之，見其慈悲之相，又回去，反覆再三，僧乃喚賊小名，賊怪之，老僧爲說其鄉里身世，皆合，賊大敬信，僧乃爲言宿世合資貿易，我圖財殺汝，今既相遇，夫復何言，賊言，今殺汝，汝後亦當殺我，遂捨。賊黨從僧住，終身爲良民。惡鬼魔天，常俟行人便隙。舍利弗入定，魔擊其頭，出定頭痛，佛言汝爲惡魔所擊，非戒定力，頭破爲七分矣。魔鬼雖專與修行人難，然亦愛持戒之人，如竊賊，並不願與竊賊共住，恐其盜己之物也，父雖作惡，仍必教其子行善也。

(乙七)

藥叉諸鬼神 一切非人類 不俟其便隙 而常作護佑

(乙八)

求法無艱難 四緣不勞獲 王臣諸長者 商主衆黎庶
皆敬重尊仰 樂於作護助

持戒之人，特爲佛所護念，故必證涅槃。有二種人，爲佛特所攝護，一發菩提

心人，二持戒人。發菩提心者，如佛長子，荷佛家業，佛法寶藏秘鑰，無不付囑；持戒者，如誠慤幼子，雖尚無擔荷之力，終久必能擔荷，以其樸實誠篤故，亦使守寶藏司管鑰。唯犯戒，如敗家覆宗之子，唯恐竊寶浪用，作諸惡行，故神通智慧，皆障不令生也。

(乙九)

若願當轉生 刹利大族姓 婆羅門居士 長者富貴家

欲天色無色 兜率彌陀土 十方淨佛刹 隨願定往生

(乙十)

若發願欲證 無上大涅槃 由戒清淨故 離欲得現證

尸羅策三業 防護能調伏 學處亦制止 毗尼言滅惡

律法善斷持 木叉得解脫

「防護」者，戒如持戈，如宿衛之兵也。近日二衆來聽講者多女居士，在女衆

院聞甚苦擁擠，亦有利益。孩提之童，三年然後免於父母之懷，故人之關係密切，無過母子，正以其相擠之久也，乃至某也同學，某也同鄉，某爲外國人，某爲本國人，關係之疏密，皆以接觸之觀念多少爲正比例，人熟則感情自然生起，犬不吠常見之人也。常住本發心供養，但力有未能，假如每人修三間獨院不相往來，不如擠之功德多也，經此一擠之後，素無一面之人，以後而成好友，途遇則問詢，有

事則互助，道經其門則留坐，凡此功德，非擠不生也。余從喇嘛聞法，每座皆滿，室內不容盤腳坐，已坐五點鐘，九點鐘放外一次，又講至十二點鐘，多數人不敢離坐，携坐墊自隨，以承便穢，以出外則不能擠入也。故現在雖擠，各人應發希有想，互相遷就，如《法華經》說，讓人聽經，其福甚大。比丘尼有戒律，應一人睡上半夜，一人睡下半夜，或均端坐靜養，暫行頭陀行，功德亦大。有未在此近處住者，來往亦勿嫌遠。釋迦世尊因中爲求一句一偈，身剗千孔以然燈，貴法也。余往時在北平從張先生聽講，相去廿里，每日往返二次，亦不覺其遠也。若坐車，車錢不可太少，虧苦人，亦不可太多，使別人不易雇車。路上食物，應覓清淨僻淨之處，途中勿逗留，華服珍飾不宜佩帶，錢亦不宜多帶，防盜竊，念誦勿過高聲，妨礙同住者，無事勿外出，到寺中來，時間不可太早過遲，各寮屋不許去，會我，要在客堂中招呼，若無親屬男子同路，應在客堂請人引導。比丘男居士不可到女衆院去，我亦不敢去。男居士要會人，此間派小沙彌到女衆院請來在客堂中會。此等規矩，皆依戒律，非我創立，若尊重佛語，則三寶興旺也。出家二衆，對在家二衆作父母想，以施我四緣資具以修行也；在家二衆對出家二衆作佛想，以彼學佛且守護三寶，使人天眼目不失也。應照此作去。

或謂菩薩度生，不應求出離，不知煩惱未斷而言度生，境界所牽，總是拖泥

帶水，欲斷煩惱修定，非發出離心不能成也。若常觀三業之念頭提不起，修定念頭更提不起矣。

(六) 釋根律儀資糧

「根律儀」即儒家四勿之意，而微細過之，以彼唯止惡，此則又能生定也。依戒防心，久之習慣，諸根純熟，則不假用力，自有止惡修善之功能也。

(甲一) 修此三業所依法，非此不能轉根頌。

依止戒律儀	能防護意根	不流逸倒惡	色聲香味等
及能正修行	意根如律住	不虧根本戒	隨順威儀行
遠離於五家	常怖畏小罪	露罪具勇心	出離意堅決
不虧十種行	念如來贊喻	善觀三業行	尸羅次第淨
護戒諸功德	毀犯墮何地	學修誓爲首	刻刻觀淨命

「意根」謂隨行意識，於五根上各有由意識分出之了別能力也。「防護」者，謂於起心動念處，覺了是非，辨別欲作之事，是否合於戒律也。平常人總覺自己是天下唯一最好之人，若一用功，總覺自己是最壞之人，何以故，以自心唯自能了知故。其每日所起念頭，若有物可以測其善惡，如寒暑表之測溫度者，惡之度數

必超過善之度數百千倍也。「不流逸倒惡」者，倒如常樂我淨四倒。惡謂身口意十惡。流逸謂根隨逐各支起顛倒想，如於山起山想，則臺榭蕩令人神往。若以修行觀之，任何名山，無非土石樹木聚積而已。江湖之水與廚中水缸之水無異；海洋之水與鹽汁無異；五色彩繪，貌物逼真，無非一幅之紙；贊毀之聲，閉口即已寂然；芝蘭之香，飄散歸於何處；珍饈之味，病者食之，味同嚼蠟，世尊食馬麥與天饌無異。故外境無非幻妄，不可攀緣隨逐也。「不虧根本戒」者，防護之道，於應止應作者，但以不違戒爲準則，不必問其所以然。研究學陳，尋章摘句，境界現前，仍不濟事也。於戒要生希有心，於惡趣生怖畏心。金剛經云，應如是住、如是降伏其心。應依戒住、以戒防心及降伏其心，應生如律心，不可善惡一齊放下，善心放下不易提起，惡心縱放下，過緣又自然生起，若同放下，其後必唯惡無善也。修定之時，善心一齊放下者，令其稍得休息之意，非真要人放下也。「常怖畏小罪」者，水滴石穿，當慎其微也。罪不懺悔又生罪，如人刀買債，利上加利，無清償之望。「露罪具勇心」者，佛說二種健兒，一不犯罪，二犯已能懺悔。「毀犯墮何地」者，見罪見墮也。「學修誓爲首」者，修法初不能實行，能發誓願亦好，但發願不可推得太遠，太遠則遙遙無期矣。「淨命」者，不作五種邪命，在家人謀生活，不違國法、因果、及世間譏嫌也。

（甲二）修正念力頌

依此正修行 常常不離念 恒久如是作 復委細所作
無間且殷重 再再熏修久 即得不忘念 正念常現前、
由此任持力 有大勢功能 制伏色聲等 說爲修正念

「正修行」者，不過不及也。「恒久如是作」者，如犬久繫，渴欲解脫，雖解脫後，仍無所事，不過出外空跑一趟，而總以得一放爲樂。修行人久則厭煩，亦猶如是。故今年加提月，亦要與大家一次解放，但出去要將戒律條件記着，隨時提起，則跑一趟無事，又可回來，否則恐不能返本道場矣。

「委細」者，謂護戒委曲求全，細、謂纖毫不苟。細字唯喇嘛仁波卿可謂嘆觀止矣，惜不能來此，若能來此，將戒律講後，各人觀其行持，即雖不言，而能以身教也，大衆好生發願。「任持力」者，一步盼一步，生起堪能也。「有大勢功能」者，初時諸根不敢與境多起交涉，後有能力降伏色聲等。

（甲三）明正念之作用

（乙一）初喻五頌

眼與色爲緣 於中生眼識 眼識等無間 生分別意識

此分別意識 對可愛色色 將生染着心 不可愛色色

將生憎恚心 起非理分別 前念增上力 能防護此心

平息諸煩惱 令心住正理 若耳鼻舌身 不失念亦爾

「可愛色色」，上色字作物質。「將生染着心」者，染謂我執尚未成煩惱。「起非理分別」者，如見人美宅，即起愛好之心，我亦願有同樣之宅，或彼屋尚有缺乏點，我日後作屋，當更臻完善，若無錢，當與人借，乃至買彩票等。有人安居中一妄想，繼續三月不斷者。「前念增上力」者，前念即修行之正念，妄想方起，而將正念提牢，妄想自然打斷，由此念力，定不求而自成。若不如此，欲強得定，如見拳師以手擊人，即欲斷其手以易我之手，假如以彼手續我臂上，反不如自手之有力也。或問修行時或數日煩惱少，後來煩惱又多，是何故？數日煩惱少者，外境無觸發機會故，此如小兒熟睡不啼，驚醒又啼矣。無智無戒以爲防護，開門揖盜，煩惱安得不來。若明炬執杖之硬賊，尚可提防，軟賊飾作家人，其將認賊作子，於未來時盼其來，來時歡迎之不暇，既來遂水乳和合，安之若素，有雜念，煩惱安得不多耶。妄想生時，有時第一座修定之妄想，於第二座又繼續起，此種長篇文章，即對治妄想之初步，對治之法，即正意住所觀之境是也。

(乙二)次、第六識頌。

意法互爲緣 生分別意識 剎那及隨念 計度廣推尋
 於可愛色法 將生染着心 不可愛色法 將生憎恚心
 亦依前念力 能防護非心 停息諸煩惱 捨心正念住

佛與衆生本無差別，然佛之所以爲佛，衆生之所以爲衆生者，是在本性之迷與悟而已。本性迷則意識中皆煩惱，故須時時防護其意識，遇可愛不可愛時，均不染着，亦不憎恚，提起正念，則煩惱不起，久久熏習，智慧自然增長矣。

(甲四) 解防護意頌

云何能防護 謂對色塵境 聲香味觸法 不取其行相
 及諸隨好等 不依彼諸相 心起惡尋思 令正念流漏

「法」即正意住所觀之境是也。「不取其行相」者謂將境界放下。「隨好」者，如於人取其衣服容止特長等。

(甲五) 急治流漏頌

由忘失正念 或煩惱熾盛 雖不起於相 不起諸隨好
 仍起惡尋思 使正意流漏 急修戒律儀 縛殺諸苦佈

(甲六) 策根頌

復於眼所識 應警策眼根 不令人雜染 意等亦如是
再於諸境界 深見其過失 涅槃諸功德 刻刻應念知

「縛殺諸苦怖」者，謂觀犯戒者如世間犯罪之人，應受縛殺等極大痛苦，拷訊、縛繫、斬殺、血肉狼籍之狀，亦不淨之一種，大威德所挂人首念珠，現種種苦怖相，皆犯戒人之首也。應思我若犯戒，即彼新首，懸挂與彼無異，並應求本尊護法加被，於夢中示現犯戒苦極惡趣境界，引生怖畏，如目連尊者與弟子示現之類。

(七)釋於食正觀資糧

世皆云穿衣吃飯不犯條款，又云有道無道穿吃要。誠然，欲界衆生，皆依食住，積習難斷，然於食若無正觀，即爲道障，既障將來之成就，亦障入道之方便。或零碎雜食不能放下，或求精美，或貪多無厭，更有以出家人一切嗜好皆已斷除，須於飲食稍與解放，以爲煩惱尋一發泄之道，故叢林中多有崇尚多食主義之現象，聞近慈寺一粥一齋，過午不食，多人望洋興嘆，不敢問津，皆以飲食之故。

(甲一)總說

食時應正觀 段食諸過患 深生厭惡想 然後作吞咽

觀食過患生厭惡想，凡閉關前，皆應專修，至少三日。

(甲二) 觀段食過患

(乙一) 正食，觀可厭惡頌。

一者正受食 色香味觸美 齒舌作咀嚼 雜爛和唾津
變爲可厭惡 涎液入喉咽 色香妙味失 成糞吐臭穢

「成糞吐臭穢」者，如醉人所吐，廁中所積，堆盤滿碗，無非是糞，如是觀之，於美食不起勝解，以任何惡食，終優於糞吐故，且此事亦非虛想，若無碗中之糞，則廁中之糞何自來乎。

(乙二) 食已過患頌

二者食啖已 一分作消變 入血肉筋脉 骨髓皮膜間
化衆多品類 種種不淨質 諸蟲競食取 作增長養育
更餘成便穢 展轉趨下穴 遍身諸毛孔 皆出衆蟲糞
朝朝勤洗滌 不免腥膻氣 又飲食因緣 生無量疾苦
癰疽疥癩癰 嗽噎寒熱等 種種病難緣 皆由味觸生

努力加餐，爲中國之成語，似乎非多食不能營養，實則飲食養人，不在太多。

內地一碗之飯，在藏地，即數人共食，亦可養身。今努力加餐不能消化，又以藥力助之，久之非藥不能消化，遂成胃病，更有嗜好肥甘厚味致生癰疽等病者，所謂百病從口入也。鄉村農人多長壽者，以飲食簡單，亦不貪多食，既合衛生，亦惜福報。長壽之法，惟福未盡壽盡者，可能延壽，福盡者，不死亦必遭受窮困也。

(乙三) 追求之過失頌

三者追求患 不避寒熱苦 自策勵劬勞 奔驅歷衆險
無數苦較計 謀略卑賤行 所求不諧遂 顰眉懷憂悲
拊胸作傷嘆 悲哭悶絕等 心掉亂痴狂 是積取諸患

農人之星披月戴，商家之日夜計算，勞身焦思，不惜身命，唯利是求。如重慶碼頭附近輪船上殘飯，多棄河中，魚爭趨之，漁者即就其處捕之至易。世人追求飲食，歷艱涉險，何異於是。

(乙四) 防護之過患頌

四者防護過 作業得諧遂 獲飲食資糧 復生大憂苦
王賊等侵奪 火焚水漂蕩 散壞他欺昧 意外諸虧失

今之物價飛漲，即由防護食物而成。

(乙五)親愛因食成怨頌

五者親變怨	由飲食因緣	父子起鬥諍	況兄弟朋友
非親平常人	互相作譏毀	展轉興鬥訟	聚族以相諍
以手足器械	彼此加毒害	能飲血食人	勝羅刹餓鬼

父子起鬥爭者，一家之人或欲儉、或欲豐、或好濃、或好淡而諍起矣，乃至世界戰爭，亦由麵包問題。

(乙六)欲心無厭之害頌

六者無厭足	如諸國王等	據國都大邑	不安享喜足
樂征戰兵戈	擊鼓吹角貝	揮刀放毒矢	車馬互冲馳
使血肉橫飛	傷身或致死	達多人泥犁	亦由五百鼎

南無寺老格西，於某年除夕偶然絕糧，夜聞山下爆竹聲喧闐，忽憶歲除矣。問侍者有供品否？答言：不惟無他供品，即麵袋亦纖塵不着矣。問有柴有水否？答此二物尚不乏。遂汲水生火，擦供杯，水沸，即以沸水爲供，集諸弟子供曼茶，回向如儀。諭諸弟子云，汝等觀城中之人，現在奔馳來往，準備無關之事，不知忙碌如何，更有負債之人，不敢歸家，或遇債主索討鬥爭，其苦更甚，如我等之

清閒度歲，此福誠不可多得矣。試令吾人處老格西之境界者，不下山向檀越家求索或示意望其供養乎。

(乙七)被食所縛之患頌

七者不自在 爲王臣所使 討攻堅牢城 遭鎔銅鐵彈
冒矢石鋒刃 傷身或致死 倡優卑下苦 貪食而忘耻

(乙八)惡行苦果之怖頌

八者起惡行 三業作諸罪 死時重病逼 受無量苦困
臨終獄境現 山岩倒石懸 見平生惡行 悔怖而捨命

(甲三)正知之義頌

以段食支身 令修集梵行 思如上過患 食時如食子

「食時如食子」者，佛觀一鉢水八萬四千蟲，咽咽、皆父母衆生之肉也。

(甲四)求施方軌頌

念施主財利 求積大艱險 以養親屬供 悲心而奉我
爲求勝果故 如割皮肉痛 刺血拔毛苦 我安然享供

焉可不修行 以報施主恩 令彼獲勝果 大利樂光榮
 月喻往施家 盪滌身心淨 安住於慚愧 離驕慢邪命
 不自舉輕他 得施心喜悅 他得亦隨喜 又往施主家
 不望彼必施 恭敬多非少 妙好不緩遲 縱彼不惠施
 終不起怨害 瞋恚嫌恨心 勿因此因緣 虧戒落惡趣

「月喻往他家」者，月喻，經云托鉢之法，每日乞一家，多至九家，於一街中先從一邊次第乞已，又從另一邊轉回次第而乞，不可缺一家，如月輪一月一圓故。一生幾見月當頭，唯不欣逢歲中秋，若得夜夜月圓好，……。詩人亦喜月，故以月為喻也。「怨害」者，觀自己福德戒行必有缺，故彼不惠施也。

（甲五）受食方軌頌

說食分四種 段觸思識食 養命起正行 而受用段食
 要不苦耽著 安住出家姓 勿令身飽滿 充悅過時食
 使諸根掉舉 意躁擾不安 引貪欲淫逸 嬉戲倡蕩行

「使諸根掉舉」者，如今人晚餐後即上街坐汽車兜風，即是飽食躁擾現象。

又數數飽食 食啖諸肥膩 色香味俱美 精妙希有食

謂能補益身 勇健體充實 無病常少壯 不衰朽長命
不生諸病患 多力能角戲 以香水沐身 塗香服細軟
飽食樂游觀 耳目近倡伎 作樗蒲圍棋 拍毬擲石戲
「補益身」者，非必肥膩精美，凡善食，皆能補益也。

在家二衆，於國家社會有益之事，應努力從事，不可廢棄，若無餘暇修行，惟有減少無益之宴會往返，但不廢棄世間之禮而已，不可流連忘返。

臨食若饑渴 競啖自存護 耽嗜亦饕餮 難養亦難滿
增饑羸重疾 非法以追求 愛染貪無厭 迷悶癡受用
藏護起奮諍 身沉心遲鈍 氣息出入艱 極重睡眠纏
「饕餮」者，獸名，嗜食不知飽，獵者盛陳酒食，饕餮即呼其儔侶，群聚而食，有飽滿而死者，其餘仍貪食不捨，必皆脹死而後已。

(甲六) 結頌

多聞聖弟子 觀食衆過患 愍念身中蟲 爲道而食啖
非時不受食 不食非所宜 不極多極少 不消則不食
不貪染驕逸 離樂苦二邊 正法以追求 知量知知足

「聖弟子」者，聖謂初果以上。在家修行，亦可證果，若證阿羅漢果，即現出家相矣。比丘依戒律應日中一食，不得非時而食。明夜元霄，有人主張吃湯圓，明日必須出坡，可從權隨俗，以如此方不違戒律矣。

修禪者亂攝機鋒、瞎猜話頭、制心悶坐，皆所不許，須於事物上依二次第正修。世間有身執我執，故着樂不能出離。定不可捉摸，定道資糧可捉摸，由定道資糧練習，堪能習定，方能制伏煩惱。定如拳師之點穴，定道資糧如拳師練力之法，雖知點穴之法，無力不能制敵也。已發之願，未滿之前，不可捨棄，退失本願，福報亦退也。定正所引生之智慧，以能斷煩惱爲驗。若先不能知不能作者，習定後能知能作，是定附帶作用，非正引之智慧也，若執其爲慧，便走入知解邪路。欲入關者，應先修於食正觀，至少三日正修，對食物不可太多太好，而一見美食，自試能否不貪，不貪而食粗惡之食，驗其能否不瞋。

人之於食求精美者，以爲粗糲之食不能營養故，實則飲食爲病，食物本身之關係尚少，食者心喜，關係甚大。若有瞋心、疑心、怖畏心，食之未有不致病。反之若能正觀細嚼緩咽，則粗食亦能養身。若修大威德觀口如竈，火焰飛騰，雖毒物，習食之，亦不能爲害也。或疑少食不足養身，實不盡然，平人三日五日不食亦不致死，且不治之病，多以絕食療之。往年五臺山有胡居士子笏患便燥，曾辟谷四

十餘日，初食熱清之粥，後日食類似觀音泥之食粉少許，末後每日惟食加持過極小丸藥一粒，其病竟愈。修斷食法者，應觀地獄餓鬼貧乏之苦，更爲有益。

西藏所修絨勒之法，或依文殊、或依觀音爲本尊，每年四月中集衆修，間日斷食，一日有修一次者，有繼續修至八次者，在家人多參加。此法修過，間或一二日不食，亦不覺其苦。今饑饉盛行，此法尤宜學習。

今人有不講定道之資糧而言境甚高者，恐是往昔福報，不可學也。學者或修三皈依觀而以難修，畢一座即疲極頭痛，蓋由此心一向放逸自由，今欲強其作按步就班之工作，如不羈之馬，不能駕馭也。若畏其難，仍同舊法，僅口念誦，聽心馳散，何時能將心納入正軌矣。

(八) 釋恬寤瑜伽資糧

障定之法，知其爲障而不能除者爲障，不知者名蓋。恬寤瑜伽爲除蓋障之正法。即時警覺之藏語、隨身佩帶之佛像匣子曰嘎烏，其音相同，亦不忘三寶時時在念之意。若有恬寤之資糧，修定易速成就。

(甲一) 總意頌

若佛聖弟子 欲速急證道 超越得勇勢 剛決不可制

應策勵其心 精勤無間斷 成辦佛所行 恬寤時相應

「超越」者，如學校天才生之越級升班，非有大善根大精進不能也。得定之得初禪，亦間可得二禪，既得二禪，還修初禪，則易成就。「剛決」者，恬寤之原動力，即四神足。於法決擇無疑，故能一往直前，如暴虎馮河。

恬寤言警惺 日夕恒覺悟 三業諸法行 不背於三學

「日夕恒覺悟」者，晝夜如未眠故。

(甲二)順障法修心

(乙一)時存正念不順五蓋頌

日出至日沒 經行或宴坐 端身存正念 順障法修心
淨妙順貪欲 忿恚順瞋蓋 黑暗順昏睡 親屬國土覺
不死諸尋思 追憶往昔事 戲樂受用等 三世無記疑

「順障法修心」者，障為貪瞋等煩惱，法謂所緣境，順障法者，謂能引生煩惱之境界也。境不順障，煩惱雖不現行，種子仍在，日後遇緣，一觸即發。修行要煩惱各斷除之，如兵之殺賊，若兵惟向無賊處行，則失其作用矣。兵久不用，見小敵亦怯，故風吹鳥語皆為定障，以未順障法修之故。陀羅尼門之修法為世人所不了

解者，亦在於此。此爲大般若正法，迅速成就之法門，然若煩惱未滅，戒未成就而修此法，必墮地獄，如不善咒蛇而弄蛇，必爲蛇所螫殺而死。

（乙二）五蓋之對治

（丙一）對治睡眠蓋頌

昏沉睡眠蓋	對治修光明	面東坐露地	薄衣被量食
經行身禮懺	供侍三寶尊	造像嚴佛土	寫經刊印行
廣修事瑜伽	上供下施與	光明治暗略	福增障自泯
觀淨妙聖境	自導勸贊勵	慶慰逢三寶	觀三寶功能
念戒施天等	依教廣推尋	訶責於昏沉	睡眠諸過罪
思無常惡趣	念父母師訓	善友檀信恩	慚愧起精進
論議三藏理	正法聽聞持	大聲音讀誦	爲人說宣示
觀星月方隅	冷水灑面洗	蓋未生不生	已生遣令去

「修光明」謂光明觀在頭上，或在心間。「面東」者，東方空氣清新，故西藏寺宇皆東向，然東向者天暗較早，故宗喀巴大師制令南向，今多向南也。「露地坐」者，應在不受風雨之地，二腿及腦後應覆好，腿冷則不能坐，腦後冷則不能得定。

「量食」者，太少食亦令人心悸也。「經行」者，應於閒靜無人處立標，遠近、視行者體力而定，從經行到此端復走到彼端，應小立而再右轉走回，如是周而復始，行時知行，住時知住，則身之習氣可除，亦能除病。禪堂中跑香亦與此法相近，但其用意在於打斷坐禪者之長篇妄想，稍有不同耳。「禮懺」者，禮拜之法甚多，如甘孜人禮拜之墊子，可高與案齊，拜者手撫面，着其上，即名一禮，余初見不知其為何事，然若虔誠，亦是禮拜也。至磕大頭，能強身生暖，與習氣功無異。普賢行、亦以禮拜爲首也。今之修行者，或命僕使作供養，已惟回向，不如自作之感福報也。「造像」，初時勿贈送相識者，必特於道路送不相識者，或有來者與之。「福增障自泯」，若報得之障，可以福報消之。「觀淨妙聖境」者，若修定勉其始終而不明了，應觀夢中定中所見前相。

(丙二)對治欲貪頌

若貪欲蓋纏	對治修背捨	變壞作脍脰	觀青瘀膿爛
衆蛆蟲食啖	血塗白骨觀	筋鎖及鎖骨	各各正意思
說貪欲過患	無量呵責門	贊離欲功德	三藏諸言論
聽聞善受持	通利決擇精	對境生力用	不生生遣除

「不生生遣除」者，謂未生煩惱令不生；若遇殊勝境，已生煩惱令遣除；沉下種子亦自引起而斷之。故現淫怒癡者，乃以淫怒癡爲射擊之鵠的，在淫怒癡中練習戒定慧之能力也。若即以淫怒癡爲究竟，是乃多生種子，何須修練乎。

（丙三）離瞋蓋頌

瞋蓋修慈意 無怨敵損惱 次第遍諸方 起無量勝解
修忍解真空 念無常因果 決擇經論言 諸得失功過

（丙四）離掉悔蓋頌

掉悔內住心 制止念一處 數息存正知 餘如前條理

「掉悔」者，或於過去事故放不下，或於現前打不過，或於未來事妄想計度，於修定時想出種種迂闊可笑之主意，此類人時有所聞。「制止念一處」者，如緣心中一點，是即內有色少也，然久制心一處亦成病。外色一點□□□□（原抄本缺 校者附註）「數息存正知」者，正知即住於息上，心止即不數矣，《小止觀》《六妙門》具說此法。

（丙五）離疑蓋頌

云何遠疑蓋 離十四無記 問橋求始末 石女兒角乳

正觀去來今	唯見其有法	唯見有事義	有無知有無
因果不錯謬	無事不增益	實有不減損	了無常苦空
正士能敬信	於佛無疑惑	勝解四諦理	恭敬和合僧
自觀不卑劣	亦不輕鄙人	聞法揀功過	亦如前者論

(乙三) 結勸

諸蓋不堅執	棄捨如便吐	如蒙重耻辱	使心染惱苦
慧羸害善品	佛聖賢並訶	天龍等輕恨	同梵行棄唾

「十四無記」見附講中。「石女兒角乳」者，諸法如幻，若求其實在自性，如石女兒角乳，不可得故。

「正觀去來今」者，正謂不雜我執，去來今者，因果遷流也。六因五果，其相至繁，今但就五果略談其相：（一）異熟果，人有人身，犬有犬身，此身爲業感中心，報主乃往業所感之總相也。（二）等流果，等謂相似，流謂剎那相續，非斷非常，等流果即習氣，如造殺業者多瞋，造盜業者多貪。（三）增上果者，業報氣分相投而感得之環境，人畜六道各各不同。欲改造環境，必先改造異熟，如軸轉各輪自動，否則強求改環境，反尋苦惱。如《百喻經》言，有驢見小犬見憐於主，俟主人出，

亦學小犬撲主人懷而媚之，反遭縛執鞭打，蓋異熟之於環境，如投石於水，必起渦紋，無法避免，惟有由心上轉變，了知一切法空，苦於何有，更能不造感苦異熟之業，則徹底改造矣。（四）士用果，謂有情各人能力發生之作用，如世間所見，人謂之因果。（五）離繫果，謂解脫涅槃。

如是因，如是果，如作醬之不成糖，非定非不定，非作非不作，法爾如是，即是緣生之理。

惟其無定性，故能緣生。灰麵無定性，故可作麵條，亦可作饅頭，則麵條與饅頭成定性矣。假使灰麵中有麵條定性，則決不可作饅頭，有饅頭定性，亦不可作麵條，故若非性空，則性已定，非緣生也。「事義」，謂事間差別事及法理。「有無知有無」者，有自性之理無而知其無，無自性之理而知其有也。「無事不增益」者，無自性不執為有性也。「實有不減損」者，如法因果有，不執為無也。

自「正觀去來今」以下七句頌文，即正修慧之觀察處，世人於與自心合之事，即無執有，於不合自心之事，即有亦執為無也。如是邪倒，非此莫除也。

修行不可求速效，無量劫來煩惱種子，虛空不容，豈卒爾之間，便欲除盡。跑馬山降巴格西坐靜廿餘年，納摩寺老格西坐靜四十餘年，康薩仁波卿坐靜廿餘年，其成就並非與生俱來，實皆苦修而成也。今人閉關極多，三年心尚未純，第三

年又作出關想矣。一出關時，便自心以爲所作已辦，何能成就乎？必有剛決堅持之心，不問收獲，但問耕耘，自能有成。

呵五蓋者，如《法句集經》、《攝要經》，在家居士亦宜看，但持一偈，亦可證道，如單方亦可治病也。

五蓋中唯疑蓋難除，貪瞋易覺知故，睡眠掉舉爲止觀專治故，疑謂對上師三寶乃至對一切人，乃事物之疑。今人輒曰防人之心不可無，此言真誤人不淺，然真正一任因果，何必疑，若處處多疑，修定時心上下不定，則受害深矣。定中應如理思惟，持尋十四無記，驚怖發狂者時有所聞，決定不可想。「有法」者，謂有爲法，有爲法謂色心、心所及心不相應行，有相用可思者是。無爲法謂空、擇滅、離言詮者是。又有漏法無漏法，有漏法謂五蘊（精神物質）、十二處（心境）、十八界（種子），無漏法謂四諦（苦集滅道）、緣（十二因緣）、度（六度，即六波羅密），即此便是「事」，事經佛說，則爲「法」，「義」者，事之理也。事現起之因果有、而自性則無。譬如講經，如是鳴鐘集衆、禮拜念誦數講回向，次第因果不紊，故成其爲法會，而不同茶坊酒肆，而此中無有纖毫真實。若鐘聲，其實鐘聲今在何處，若言講經真實，經聲不聞，字字轉變，我但閉口，此音即無，若禮拜真實，則跪者不能起，直者不能坐，人應與銅鐵鑄成者無異。一切法自性實無，莫不如是。然作用現相

不能說無，若說無作用現相，便成事間相違，無因無果，墮惡趣空。如大雄殿炖牛肉而談玄理者，數見不鮮。如我知某某執如是見，癱迷半年，人事不知始死，是殆護法使其達到善惡不知之目的歟。所謂空者，謂空我執五欲。《入中論》以前五度引入般若，亦恐人墮惡趣取空也。其破唯識者，乃更進一步破障中觀見之細執耳，詳如《三論廣疏》說。龍樹菩薩贊佛偈云：「不生亦不滅，不斷亦不常，不一亦不異，不來亦不去。」此即文殊劍，禪宗所謂佛來也斬，魔來也斬之手段也。八不增不減，因緣不壞，即中觀正見，雖有派別，乃各人看法不同之小差異也。何以但言不而不言是？蓋以般若離言，無由詮表，強立言說，惟有以遮處之，遮斷，即辟出一條路來，但解執着，不立一法，若立法者，即非禪宗。如有人來至寺中，欲求出路，但將各路截斷，遇着即打，但留一條通出山門，彼自會尋路出去，不但人能得路，狗亦能得路，若曲爲解說路徑，終難明白，不如一打之直捷了當也。如畫日輪，可染一紅圓表之，畫月輪則不可染，以烘雲托月之法爲之，染青染綠，俱非是故，染白色者，與紙色無別故，於是惟有四周染以蔚色留一圓于白底，則月輪皎然顯現矣，今人執有某種見者，皆以青綠染月輪之類也。此七句頌應常常當作話頭念，因此數語已將真俗二諦之理攝完。修行無處不應用，至一舉鈴杵，即有真俗二諦也。

「了無常苦空」者，無常、苦、空、無我四法印，爲十方諸佛同說之法，若違此四法印，即非佛說，如印之判真僞，故曰法印。與此相違即四顛倒，疑與惡見，即從其中而生。「正士能敬信」下六句，信上師、信三寶、信自、信他也。正士者，不倒爲正，持戒爲正。信者信師所說法，若不信師、不得成就也。信三寶者，信師信三藏教典也。尊重僧制，敬和合僧也。余初到納摩寺見老格西求開示，但叮嚀信三寶，言之再三，初聞甚以爲疑，以爲我學佛多年，且已正信出家，遠道求法，豈尚不信三寶？不知以宗喀巴大師之智慧，精進至五十餘歲，作緣起贊時，猶言我今始真信佛說矣。凡夫俗子，累生外道邪見種子，積習深厚，不痛切懺悔，何能發起深信乎。於僧中見有過失，令改善固佳，若不能者，爲發願回向，令其改惡遷善，於極不肖者，尤應生悲愍心，不應憎惡。佛說三不可測，僧力居一，如佛世有居士請僧，但供有威儀上座，而輕少年新進，一日請僧，來時皆耆宿，食畢皆現小沙彌相，蓋沙彌得果得通矣，居士因不敢輕慢幼僧。今時得果之僧雖少，然其內證功德，吾人無從得知，即無修證，僅守護三寶，亦有功德，不可輕也。「自觀不卑劣」者，起無上菩提心故。「亦不輕鄙人」者，衆生皆有佛性故。聞人言近慈寺功課太緊，患吐血病者甚多，若果因行道學法而吐血，是乃極好現相，足見衆人善根厚故，以有吐血者，必有成就者，即使因病而死，死亦光榮，與戰死等，以抗魔軍怨

敵故。余所懼者，道場中有睡死脹死之人，是則吃貴世間之米矣。

(甲三)養息頌

長養身大種 轉起修行力 於善品加行 能相續增進

「長養身大種」者，動作則身中四大種有消耗，諸蟲亦時有死亡，以時寢息，即所以補充其消耗與死亡也。

初後夜修行 中夜獅子卧 右脅重累足 卧身莫動掉

「動掉」者，由左脅而卧，食管不接，消化力集中上部之故。

(甲四)正念頌

善巧住光明 聞思修所起 法義趣向門 睡夢常隨轉
法相若現前 夢意起隨觀 若正意睡眠 亦能增定慧
若煩惱現前 正覺知速慍 起坐急動身 莫隨彼顛倒

「住光明」者，觀佛上師或本尊在己頭上，自己卧其座下，佛上師或本尊摩頂加持自己，在其三門所出大光明中而卧。「法義趣向門」者，法義之要點，夢中六根不馳外境，轉思惟於法義，於此時間得開悟者甚多。如遠客還鄉，去家既近，頻

夢眷屬，不久自然真得相見也。

(甲五)臨卧策心法頌

卧時先策心 不下劣怠惰 常勇悍惺寤 警心如野鹿

思明旦早起 倍發勤精進 卧身不違儀 卧時不減增

一分正睡眠 身心俱堪能 後夜應時起 順障法修心

睡時，或觀光明，或觀法義，或二者俱觀，視各人之精力而定，正意睡眠，則煩惱與魔夢之事俱不生起矣。「警心如野鹿」者，野鹿卧時，首尾相啣而卧，其最後之一鹿，顧見背後更無他鹿，恐獵人從後來撲捉，即越過群鹿，至爲首之鹿前而卧，其先鄰接而卧之鹿，覺背後之鹿不在，又警起而前移，如是次第展轉，鹿群終夜警醒，不得安卧。無常大鬼，隨時伸臂捉人，人亦應如野鹿之警醒也。

西藏聚巴中人卧時，皆和衣枕鉢，即念誦之處而卧，所占不過一卧具地，更無捷椎節制，睡時僧值師將燈撥暗，即各各入睡，應起時，僧值師將燈光撥大，其中警醒者，即起身，鄰座有未醒者，輕觸使醒，一時全聚巴之人俱起，各有一小瓶貯水，附布一小塊在瓶中，吸水一口漱口畢，吐於布上，略擦雙目，就舉腔念誦。似吾人之迂緩整衣束帶，精進修行所不應也。「應時起」者，真修行人有護法警起

之，如四頭四臂馬哈嘎那，及黃色當已却甲，皆司睡起。

(九)釋時存正知資糧

復次正知住	謂往還瞻睹	屈伸用衣鉢	飲食啖嘗等
行住坐卧儀	精進恬寤事	語默解勞睡	一切存正知
五處不應往	唱令酤酒家	淫女國王家	旃茶羅下賤
又誹謗三寶	邪見難迴者	應往刹利家	婆羅門居士
長者僚佐家	財富家商主	雖往應觀時	不太遲太早
彼家有遽務	戲樂營構等	世間弊穢法	忿爭鬥亂時
暴亂惡象馬	惡牛犬車乘	不與共道行	不入雜鬧叢
蹈棘刺逾垣	越坑塹山崖	不溺深險水	不履踐糞穢

下賤家何以不應去，以其心毒故，又護識嫌故。或有謂爲教化彼去應去，然須自己有大神通方可。誹謗三寶者家不應去，如一切異教團體，是輩或爲生活或爲慢心所障，邪見難回，去時於彼無益，於己有損。如西醫院，中醫病亦不宜去。有出家到基督教學校讀書者，尤爲不可，若爲教化於彼方可去。應到刹利家去時，亦唯托鉢或作三寶事，不作餘世間俗事。「弊穢法」謂婚嫁等事。

月喻往施家	自得不高心	受用不愛染	已往正往時	戲笑諸妓樂	諸障壞梵行	衰老年朽邁	頭腹手足腫	身形萎不起	或有夭喪死	送死出殯喪	不搖身搖頭	若入施主家	交足太廣狹	持鉢依學處	往來制伏心
慚愧離驕傲	他得不妒嫉	不耽嗜饕餮	所見衆色相	角力歌舞等	能起惡尋思	傴僂憑杖行	皮膚色萎黃	諸根極闕鈍	一日或多日	衆哀哭圍繞	搖臂及擲跳	於座審觀坐	斜坐倚柱壁	受食不違儀	勿掉舉過急
盪滌自身心	乃至知量受	迷悶堅執着	應觀不應觀	母邑盛妙年	若此等色類	上氣身戰掉	瘡癰疥癩癰	缺支體手足	身肉及內臟	悲怨痛別離	携手叉腰行	不許座勿坐	法服必齊整	經行閑定處	躁動身勞倦
遠利養恭敬	終不作邪命	一一能正知	當正知分判	形色並美好	是所不應觀	疾苦重病人	遍身紅腐爛	是等所應觀	衆鳥獸啖食	順梵行應觀	聳肩放言論	不放身翹足	幢形益衆生	勿礙他作爲	皆不作經行

爲專修善品 思維攝諸根 意不隨散亂 勿但事往還
時進而時停 行已跏趺坐 身形不倚斜 左右肩平整
頭不作傾仰 眼下視鼻心 唇齒舌自然 息出入無知
「息出入無知」者，謂修息漸得輕安，忽如忘身，如有春椎或鐘表聲，亦可繫心於彼音聲而住。

端身發正願 安住於背捨 若初夜後夜 晝日分亦爾
中夜如法息 光明正念知 後夜速恬寤 宴默或思維
或語論誦讀 遠離世典籍 綺飾巧文詞 無能引義利
若出家十年，佛法通利，許每日以四分之一時間學外典也。

如來所說法 極甚深甚深 空性相應理 及諸緣起義
殷重復無間 攝受令堅住 爲成就修行 非利養稱敬
於如是諸法 說誦善通利 智慧善觀察 見理善了意
「極甚深甚深」者，極甚深謂性空，甚深謂緣起，諦、緣、度、蘊、處、界等法也。
「說誦善通利」者，謂辯說如三大寺之依因明而辯論是，誦謂讀誦，利謂能背誦也。「見理善了意」者，了知密意也。

不習近喧雜 多業多言論 若言必稱量 合理而正直
 寂靜順彼心 樂勤宣正法 晏默善思尋 於自有契證
 遠離增上慢 下劣差別證 心不生喜足 得證必無退

「若言必稱量」者，不說非分之話，又於三學中各有應說之話，不得執此謗彼。「契證」者，契謂如理，證謂證果。「心不生喜足」者，應思維更殊勝之境界及佛之功德，並應發願令他人亦得我之所得，不可起勝人之心。

時時習止觀 樂斷樂修證 無間殷重行 寒熱皆策進
 爲解勞寢息 當於隱蔽處 衣身須臾息 久則損善品
 如是正知住 現生無罪犯 惡作後悔等 習久自趨定

「時時習止觀」者，止謂攝心一處，觀謂觀心所緣，應時時練習，步步進修，不放逸間斷。「樂斷樂修證」者，斷謂斷煩惱，修謂修斷煩惱之法。「隱蔽處」者，不當風、不見人處，腦後亦應覆好。「久則損善品」者，解勞寢息，只宜一刻鐘，多至半點鐘，再過則非睡二點鐘不能醒，所修之善品，以睡而受損矣。

(十) 釋杜多行資糧

(甲一)總贊功德頌

杜多功德行 如來所贊嘆 能少欲知足 持戒生勇猛
不爲自營謀 不繫念外施 斷愛滅身執 歡喜易入禪

杜多行有三種，有外現頭陀相，內無頭陀行者，內地間有，或見有披長髮或挽作髻，外身着衲衣而內着不服之服，作種種奇形怪狀者，是有作頭陀行亦現頭陀相者，是爲普通行頭陀者；最上者，內秘頭陀行，外不現其相，是惟於喇嘛仁波卿見之矣。佛昔授記，行頭陀行者多，則正法住世，以戒淨則定易生，空慧易發故。繫心不得定者，即是五欲故，修行應從此下手。不能全作者，作一二種亦好。前列九種資糧均匯歸此篇，以戒爲定之主要資糧，而頭陀行爲別解脫戒之指歸也。其所以不制戒者，非大力大智不能行故。大迦葉傳佛心印，而以頭陀第一見稱，提婆達多破僧五事佛不許者，非常人所能故也。

「少欲知足」爲四阿含總義，亦爲頭陀行之要義。圖安逸多欲不知足，爲生死之因。十惡業皆由欲起，故三惡有情均無大罪，無非爲欲而已，修行不能起作用，病亦在此，非機不宜或環境不宜也。衛生過於注意，反致病。阿含經有喻，言有母猴哺二子，一子見憎於母，不得食亦不得撫愛，自己四出覓食，反發育強健；一子

爲母猴所鍾愛，凡有可食之物，即以飼之，患其身垢穢，時抱就水洗，又患其冷，復置日中曬之，未幾即死。蓋忍寒熱食粗糧處人所不堪，皆所以養成吾人身體中之抵抗力，以後無論何種環境，均能生存也。

糞掃但三衣 乞食一坐食 善量不餘食 蘭若樹下坐
露地坐塚間 隨處作止息 常坐而不卧 隨得食十三

(甲二)別示行門

(乙二)糞掃衣頌

糞掃百衲衣 得失無憂喜 護身離貪染 少營盜不取
勝行無疑事 超懷增定慧 佛贊人欣慕 不得受他施
於冢間巷市 道路雜穢區 糞除他捨擲 牛鼠嚙壞等
便穢膿血污 覆尸剪剩餘 淨潔洗浣竟 縫染而受持

「百衲衣」既可御寒亦可御熱。着衲衣者，在印度惟許加一下裙，若在內地，唯許加一褲，若衲衣之內襯以其餘衣服，即失衲衣之意，寒天雖亦稍覺太薄，亦不至凍死，若修定火大增長者，全不覺冷也。衲衣雖穢垢，大率不臭，亦不生蟻虱，久着穢垢，且可御風雨也。「無疑事」者，於別解脫戒衣事中，不疑犯不犯也。

洗糞掃衣之法，先用泥洗，再放黑泥中浸之，洗浸三次再染，便與衲衣同色，用香草或柏枝熏過，然後用之，衲衣不許用白色綴補，亦不許雜色補也。

(乙二)但三衣頌

見長衣過失 淨施守護事 少營造離蓄 知足無顧戀
如法佛所許 不得受四衣

「長衣」者，於多寒國土如中國者，此戒不得不開，但僅取御寒而已。有餘者，應放他處，不作己有想，減少繫心之事。若爲人保管，亦應負責，善爲守護。

(乙三)乞食頌

乞食心自由 不希好供膳 不妨礙自業 悅人盼他請
非法人共坐 心馳散四方 除懈怠驕慢 善人行無疑
又次第乞食 平等普益他 離憎嫉游狎 疾馳應召喚
寡言遠家宅 滿月人瞻仰 養身離食過 勝行佛所許

乞食不能辦到，亦應僧中食。以前印度請僧者，食畢即爲說法，或咒願。在中國，似是齋主嫌咒願說法簡單，遂請誦經，而僧之受請者，亦變相爲趕經懺矣。托鉢，無論天晴下雨，得不得，均必須去，故除懈怠。乞食法度甚嚴，蓋化緣之事，稍

差毫厘，便涉邪命。如本道場有人許供養，遲不送來，千萬不可去問，亦不可向人說拈据現憂苦相。常供施者，亦不可對彼常希供施，園中之竹，屢伐之，亦不生育矣。亦不可展轉勸人布施，被勸者，口不便言，心中不願，彼此均無利益。即到不得已時，一二日不吃飯亦無關係，修學戒之人亦遣散，有力量時，又繼續修，不得已可以各人回小廟，後有緣時又聚集。故以余觀之，絕無不得了之事。化緣之事，自有護法菩薩負責，我等但負起學修責任，分內之事畢矣。余前次由藏回川，到清溪縣，路費已盡，惟餘龍洋一元，同路有戒兄二人，捐子數人，迫不得已，實行托鉢，在家人有與玉麥餅一塊半塊者，有與扁豆一碗者，行不數家，已得食物一袋，歸至店中煮熟，與捐子同食之，尚有餘，欲携去，捐子言諸位患無食，前途已爲預備矣，余曰然，日日乞食，到達打箭爐，未用一文川資。乞食時亦遇憎罵者，笑避之而已。余自經此，生大歡喜，知能乞食，則無往不可也。

(乙四)一座食頌

一坐一次食 不多不減少 不貪不淨施 省事無諸病

(乙五)善量食頌

過食身睡重 羸劣懈怠增 增腹事病苦 障精進善行

節量食有度 常準不取餘 知食事過患 除水及藥等

但有足食之想，自然不饑，如人瞋惱時，或忙迫時，皆不知饑也，况修禪定得力者乎，若饑不能忍，飲糖水一二口即止。比丘多病體弱者，大率多久卧之過，胃吐血亦食多壓迫而出也。

(乙六)不餘食頌

爲斷於想望 食後不餘食 護身宿食消 息事營緣少

(乙七)阿蘭若頌

都市多喧雜 紛擾意難寂 對塵心生染 五欲生死泥
淨地阿蘭若 人天皆歡喜 不狎近俗流 靜寂禪心生
避市不太遠 太遠乞食難 四肘五百弓 閒靜處所住

「五欲生死泥」者，泥謂康藏薦處草地之浮泥，見似路地，誤踏入，愈陷愈深，有滅頂之險。「阿蘭若」義爲正修行處，正謂持戒，又謂真阿練若，指真修定之處所境界也。「人天歡喜」者，行人住阿練若，則無陷五欲之險，故護法歡喜，如小兒不在危險處遊戲，乳母歡喜也。狎近俗流，則引發習氣，故不可近。

(乙八)樹下坐頌

比丘樹下坐 不修治積蓄 求索長貪愛 守護亂禪心
不交游世俗 斷美室妒嫉 除危朽空腐 鬼神蛇等依

蛾媚有僧，厭寺中煩囂，自作茅蓬，患盜，始畜犬，盜仍來不已，約二三人爲伴，又苦生活不敷，遂漸招攬游客，徑窄，游客不便，遂開鑿之使廣，更作指路碑示其道路，客來嫌設備不周，不得已集僧四出化緣，購置器具，事日益多，結果某僧只得捨茅棚而去。

(乙九)露地坐頌

露地無依著 天地爲大廬 除懈怠睡眠 脫離衆繫縛
隨意無追慕 野鹿自在遊 身心少過患 無往不自若

露地無依著者，依樹尚有爭也。

(乙十)塚間坐頌

我受塚間坐 念死觀不淨 離慢計財能 知身空無我
伏畏惡欲愛 離貪住處病 精進少睡眠 人非人敬慕

不得作房屋 不置鉢器等 坐處不當風 塚間擲物遠
明相還伽藍 不受餘住處 不食魚肉肴 乳酪麻拌味
塚間坐，初去若畏怯，可以數人同去，各坐處相距語聲相聞目不相見處，則適宜，若聚坐一團，則無益也。

(乙十一)隨處坐頌

隨處皆堪坐 不樂人所貪 幽美寂靜地 華飾樂安居
亦不避煩亂 喧雜臭穢地 極寒奇熱所 諸怖諸不宜
喝日迎風雨 烟熏處卑濕 蚊蚤能供養 隨處能修行

(乙十二)但坐不卧頌

除懈怠睡纏 昏卧不知起 寂靜堪定慧 故但坐不卧

但坐不卧，最上如菩提樹下世尊之坐法，其次則倦時可稍向背後一倚，再次則向二側面倚，若垂頭入睡，能致病，非所宜也。初修者，不能辦到但坐不卧，且先多習慣和衣而卧。

頭陀行十二種不能全作，僧中食、隨處坐、住阿蘭若、但三衣，人人可學也，

此爲比丘戒之總持法，戒之無上方便，修定最要資糧。聞法後，能觀自過，趨向於此，即有修定基礎矣。貌現之頭陀行、宜戒。有衲衣者，宜穿在內，外以衣覆之。蓄長髮者，乃住山權宜，衆中不許。佛制，在僧伽藍中，髮長至多二指，入市，只長至一指半。康薩仁波卿處境華貴，外人觀之如達官顯者，而內秘頭陀行，隱德極多，外人不知也。圓寂前，患一腿腫，始終跌坐，不舒脚。平時隨得食，坐靜則食有定，絲毫不假借，終身不用管家，此爲一般大喇嘛所不能者，是蓋仁波卿歷代相承之家風也，能海愧不能學，唯知羨慕贊嘆而已。

全書第一科唯論見佛性者，即後文去疑蓋中「正觀去來今」以下七句所說，即修禪正宗。次第非次第者，修有差別，證無差別也。第二科發心要，度衆生苦，解其五欲之縛，安住三學之內，究竟證得涅槃。第三科觀圓滿，難得，生起出離心。第四科次於出離心生起於戒定慧欣樂精進。第五科將一切戒匯入其中，若有持戒之十種障，即應力改。第六科依善觀三業，使戒起作用，以戒爲標準，糾正根本之趨向。第七科於食應知過患，應如法受食。第八科正修定時，覺蓋要有智，去蓋要有力。第九科爲前七科之總。第十科杜多行爲全書之歸納（宿）。以上所講爲修定基礎，不依此行，決不能修密法也。

壬午年正月十八日成都近慈寺金剛道場數講圓滿。以上所記，僅就

上師特別提示有關修行之要點記錄，文氣未能貫串，閱者請參照頌文。

弟子隆蓮恭記

舍利弗阿毗曇論禪定品學記講錄

能海上師講授

一九六〇年一月三十一日
於五臺山清涼橋吉祥寺

弟子隆蓮筆記

《舍利弗阿毗曇論》有四分：

初、〈問分〉 有十品。分三十門問答法相總義。青年好學者，如得師傳授，識其津要、熟習，則於法相易入。

二、〈非問分〉 有十一品，第九禪定品，即今所講。

三、〈攝相應分〉 即是對法，須於問分明明晰，方能攝持。此佛在世時教義之精要，後世師資授受，因對機不同，作法雖變，教義內容不越此也。

四、〈序分〉 其中亦有定品。 禪定品重在與道合（道即是方便慧），定品重在定學之教理。定之名相，有二百五十種，此又與大般若諸三昧門不同。彼經文義多；本論是事相，尤爲定學根本。即此可見論主智慧之大也。

〈非問分〉十一品中：

初、〈多界品〉（問分亦有界品，惟論十八界。）衆多廣分別名界，此中亦攝世間知識，是爲體法。

二、〈業品〉爲體法之作用，與《俱舍·業品》同。

三、〈人品〉詳識佛菩薩聲聞緣覺凡夫分位差別，有一百餘種。

四、〈智品〉見及方便等俱屬之，詳細差別，有一百數十種。

五、〈緣品〉十二因緣等，有十數種。

六、〈四念處品〉

七、〈四正勤品〉

八、〈四神足品〉接近禪定。

九、〈禪定品〉專明四禪，爲修行之切要。

十、〈道品〉攝十一支道，爲戒定之關鍵，明修禪廣大因緣。

十一、〈煩惱品〉修定旨趣，爲斷煩惱，能斷煩惱，方名正道。定境雖自詡甚高，而臨事大謬，非正道也。煩惱是所斷之標的，智是所證果。

〈問分〉是法相之精要，〈非問分〉是修行之精要，其中要義處，多爲《俱舍》所無，天親之學，亦從此出。但以當時學者不能接受，故隱其義以應時機，本論方是世尊教義原始之相也。

禪定名與定品不同者，定品攝一切定，禪則專明四禪止觀。有止有觀，方得名禪。四空定不得名禪，以止多觀少，定慧不等故；欲界唯有覺觀，更不得名禪，以未得止故；唯四禪方得名禪。《大毗婆沙》卷八十釋靜慮名云「能斷煩惱，方得名禪也」。「五蘊俱生」，簡四空無色不具五蘊也。「能爲所依」，謂有現在五蘊身也。「四支五支」：初禪三禪各有五支，二禪四禪各有四支，共十八支，除去重復者，實有十一支，此十一支，華嚴般若所說百千三昧，皆在其中，生圓次第，一學即入，三皈依觀，亦在其內。四支乃至忍智等功德全具，方名靜慮。定唯得名「射」，不具此衆多功德。四禪功德全，佛及無學阿羅漢，皆從此出，義通真俗。

學此禪定品之緊要學程，當學之書籍，有下列數種：

一、《集異門論》 舍利弗承佛命而造，以十六門反覆問，辦法數同異，自一數起，增一平列修行之根本法，猶如詞典，亦有頌可攝持。

二、《大小持戒捷度》 較禪定品文稍略，攝密教意生身之意義，乃禪定品所無。此書每日應讀，此是律藏之總結，亦是後序。今所念從食知止足至四禪一段文，與禪定品義同，此是經文。

三、《四阿含》中佛說四禪之文。經中佛各處所說，方式多，舍利弗匯集其全而成此論文，學過此論，看經文更易解。

四、《律辯識阿舍》 由此方能識煩惱。

五、有智慧者，如依現在觀境修不能攝持，即修《三皈依觀》初步較易，此中攝四禪基礎，從此方能與定品啣接，否則不能得十一禪支之氣息也。

六、《菩提道次第》下士道及中士道。今所講者，即是廣大之中士道。此分應參考《俱舍論》根、業、智、定諸品，《俱舍》文略，《舍利弗毗曇》義廣，此論通不過者，可以俱舍爲助，俱舍頌文扼要，能解決礙難。四禪頌，收在《定道資糧頌》內，初學宜多讀，於要義亦能攝持。上座應以《法蘊足論》攝持。學過《舍利弗毗曇》，方知《法蘊足論》之妙。

此爲講《禪定品》需要準備同一體系之要籍，若講此論，同時閱讀其他無關之書，則墮入迂回之路矣。

論主舍利弗功德，《阿舍經》中有數品專說。阿毗曇即阿毗達磨，義爲對法，《法蘊足論》引《大毗婆沙》一段文爲序，廣明阿毗達磨之義。此是佛說深細般若，亦是甚深無比之義。初學此論僅略學，自西藏回，方知珍貴，今又學二年，仍未學好，僅節取緊修切要之點，以備展轉傳演，組織未完善決定，雖無大錯，而挂一漏萬，不得精要之失則有之，題名學記，亦非定品也。

「皈依頌」，皈依釋迦教主。「求證解十一支」，是述記者所發願。書中頂格是

本論文，低一格是註釋，論文每日應讀。

因緣具足，……第四禪行。

是此品總序。修何種定，各有必具之因緣，修定不得好處，皆由因緣不具。（今年有興革之事，皆令人先學習，亦爲準備因緣也。）戒定慧三學，互爲因緣，三學合講，則能講通，得其互爲利用之道。一日講三座，宗大師用此法，康薩仁波卿亦用此法，但恐聽者過勞，不能接受。有些經論未先學，不能講通。環境、學識、條件皆是因緣，緣具則成就順易迅速，善於講通應用。三學全備，爲佛之總教。非因非緣，謂聞思學修，互不關聯。所學非所用。佛所教組織完全，乃是因是緣。坐待其成者，不備資糧。以單獨一法者，欲持一法門便望得定，如單幹戶，收獲甚少。

因緣分二，助行及正行。須助行因緣較多，正行亦因緣，知者甚少。正行六處，須要因緣。諸法從緣起，止觀亦如是。論主深悟緣起，故造論處處明此義。如世間機器，缺一齒輪，則全部機輪，皆不能動轉；或發動力小，亦不能動。禪定亦爾，缺緣無力，皆不能生也。助緣十三，缺一不可。此是實事，不可妄冀超越，另尋

捷徑。緣不具者，應令具，具者應令增長。助行亦即正修，如几案未放平穩，其上不可置物也。

正行因緣分二，斷五蓋，是斷行因緣。斷修必並進，有修無斷，欲一坐即得定，心如猿猴，不易調也。當求使汝不得定者是何物。五蓋不去，如家中有賊，須逐賊去，才煮飯吃，否則得好處反長五蓋。斷五蓋，即是修。斷遍知，證遍知，是二而一。應棄捨者，必須老實棄捨。屋中廢物塞滿，好家具搬不進去。想二者並存，乃不可能之事。此事旁人無能爲力，在各人自覺。世間瑣事應捨。法相法義難記，應養成記的習慣，不能記是未安心記。

（此段說一般的通病，應切實修行，才有收獲，重要重要！）

今日所講，要點是修定要有因緣。觀法只是因緣之一，不可希望有某種法，一修即得定。世間一切事，非具緣不成。甚深禪定，豈可僥幸無因而致。緣具則成佛，無人能礙。緣不具則不成，尚待誰礙。

（不明此理，多不重視，修學不成，怨天尤人。）

本品所明，是戒定講通之法，即是正宗《阿含》。《辯識》唯是條文，正宗阿含，文義無量，《大小持戒捷度》，亦是正宗阿含。通達定學，戒亦增長，二者合修，隨時憶念，隨時可以用功，此多方攝修之法也。

舍利弗依緣起偈悟道，故凡所說法，皆依緣起之理。此偈是佛真身舍利。今社會建設，亦善於應用緣起。不但一切有爲法由緣起，聖法亦由緣起，所謂佛種從緣生也。修禪定之因緣，亦有廣中略。所得禪定，亦隨之有廣中略。得四禪之因緣，以本論所說十三種爲扼要。因緣具備，時間機會，調和適當，定道必成，無待占卜。若因緣不具，得些微好處，多由加持力得。一起之後，更不再現。故不可偷懶貪便易，必以自力具備諸緣。或誤以四緣資具圓滿爲修定因緣，受用圓滿，是修定障礙，不惟無益而反有害。故於俗諦條件，應將就隨緣過去，於論所示修定因緣，應求具備。助行十三種因緣，皆可總攝於戒。

於中攝諸根門，即根律儀。老禪和有參學者，眼目大都收攝得好。眼與心連，眼目動，則身上之動機亦隨之而變，有訓練之軍人，眼目不妄動也。

飲食知足一科，下文廣開。飲食，男女，睡眠，三者之欲不斷，不能得色界定也。

別明助行因緣，論文分十三門。

第一，釋云何愛護解脫戒？

有三要點：謂（一）隨順戒，（二）不放逸，（三）以戒爲門爲足爲因。以此戒者，即依靠戒，如人持杖，依之能行。持戒以隨順及不放逸爲二大科，愛護別解脫戒，從威儀上見，此是愛護解脫戒之總要。

愛即歡喜心，由愛然後能生信。父母多信子女之言，以愛故。《大毗婆沙》有愛敬納息，廣明愛之差別。凡夫之愛，從無明起，因無明而求明，多聞廣學，見戒功德，而起愛樂之心。此愛從明出，不從無明。人於戒，漠不關心，即是無愛樂。如茶碗香爐等，愛故護惜，不愛則棄之不顧。愛護戒是學戒之正見，應首先建立。「隨順戒」是作法，依戒而行，聽命於戒，雖所不欲，亦勉爲其難，即是放下我執。若不隨順，率意而行，自有主見，則不能學戒。「不放逸」謂能勉力爲之。

門者，入禪之方便。**足者**，能至四禪之行。**因者**，是四禪之始基。**善法者**，四禪所攝善法甚繁，須能攝持。**威儀**謂身口意行事之表現。

正宗阿含導入涅槃。涅槃非有非無，此理難解。涅槃即解脫，如人被縛，但解其縛，即名解脫，別無何物，可名解脫，故涅槃非有；而縛未解時，有束縛之苦，解縛，則無此苦，二者差別，故涅槃非無。凡夫煩惱所縛，自縛者多，他縛者少。不惟自縛，又緊催其結。於佛法中有一分受用，即得一分解脫。四禪次第解脫，涅槃爲究竟解脫。學戒定者，以涅槃爲究竟目標。

別解脫，亦譯爲保解脫，佛所保證，依戒而行，必得解脫也。別別解脫者，七衆別別解脫，是總說。別別戒條，對治別別煩惱。廣分別之，其數無量。但求個人解脫，隨依一法，或四句偈，皆可證果。爲度衆生，則非三學完全不可（參考《律海心要·毗尼達順觀》）。戒之威力，能壓伏惡業煩惱。經論但說煩惱應斷，不說對治別別煩惱之法，律中廣說。最初解脫謂是往涅槃道發軔之始。三學歸結涅槃。《俱舍論》云涅槃爲第一，此義最應牢記。善法者，善惡各各所見不同。歐州昔有一國，其民老弱無用者則殺之，以爲當然；或見人病劇求死不得則殺之，以爲免其痛苦。佛法則不然，雖病急瀕死，亦不能嘆譽勸死也。善惡依戒爲準，則有一定之標的。

釋隨順戒之義。初謂信戒，信從聞思修出，若不加學修之功，但依本有之出離心，其力甚小。尊重戒者，尊重佛制故。奉持者，奉謂發殷重心求受，持謂如所受隨行。善知，謂於戒多聞。善見，即正見不倒。善學，謂得次第，依功德光論師所立四阿含先后。善方便，謂知對治之法，貪衣服者常持糞掃衣，貪飲食者常乞食等，應病與藥。贊稱戒者，有實事經驗可指，不但空言頌揚。能斷習氣，即戒功德，令人不安者，即習氣也。

犯戒者，不應恨之若寇仇，此非獎勵犯戒，以但痛恨彼，於彼無益，但恨他人犯

戒，不知自身亦不健全。他人犯戒，則視爲死有餘辜，自己犯戒，則一切寬宥，如遇大赦，最爲不可。嚴持而行，即隨時檢查自身，痛恨自己之習氣。

不反者，謂不諉戒。背者逃避。諉者，謂指責某一條戒不好應改等。嫌者，何用說是雜碎戒爲，以爲儀式，嫌其煩瑣。厭者，不習慣，久則生厭。輕視者，如說戒是有爲法不究竟等。精進具力者，學戒要付出氣力。本註解應每日讀誦，有如上諸病應速改。

釋不放逸。

（初）應憶持條相。須讀廣頌、總頌及戒本，令能背誦。二祖求達磨初祖斷無明，覓無明不可得，初祖說是即已斷無明。此由彼師弟俱造詣甚高故。若在常人，恍恍蕩蕩，如何斷得煩惱，必須依戒條相，方能辯識煩惱。（二）臨事能辯。若只誦條文，臨事不識，不能依戒而行。經律所說，與己行事，互不相涉，徒誦空文，亦於事無益。（三）能作方便。即對事有辦法，開遮明了，故能決斷。此由戒所生之智慧也。犯戒之境現前，或預先避逸，或避重就輕，皆在臨事經驗。（四）不隨境沾附。謂由多修根律儀，心不隨境轉，能自主宰。

釋以戒爲門者，根本阿含爲攝僧。但爲人人修定之因，《辯識阿含》已甚詳盡，故最初注重《辯識阿含》。定改心之習氣，戒改身之習氣。身定然後心定。故修定必以戒爲門也。

護持威儀行，是謂愛護解脫戒，是舍利弗釋此科之總歸結。佛釋波羅提木叉以四義，謂攝持住處、威儀、行根、面首（解見根本阿含頌）。攝持住處，謂攝取於僧，是具大悲心者之事，故宗大師說無悲心者，不能學戒也。威儀者，或有人以爲裝模作樣。初學非裝不會，在見人前裝，次在無人時，對鬼神亦裝，隨時裝上十年，成爲習慣，即不裝自成矣。威儀攝一切戒，凡犯戒，皆威儀也。行根者，謂三業之行動及六根皆如法。面首者，慈悲表現，誠中形外。三十二相，是如來之面首。復次，不怒之威者，諸根如律之威，入定方見。初修覺屋響，初修歡喜心力強，屋不能容故。佛上升虛空七多羅樹，凡修定成就，皆能飛騰，以戒攝持，定力更大，有力故有威。阿羅漢，他人不敢害，佛能降魔，皆定威力也。贊佛，三業皆可贊，敬禮即是身業贊佛。達磨九年面壁，即以身業說法。贊戒即是口贊，威儀即以身贊也。

第二，釋成就威儀行。

分三科，（一）明非威儀行 去非威儀行，即成就威儀行。威儀非威儀，從三

業善惡上分別，此是戒之總持。辯識阿含，是戒之分別。無分別，不能識相；無總持，不能攝修。總別皆不可少，皆所應學。不善亦攝無記，非理謂邪見邪思維。能障礙定者，一切掉動、無義勤苦、食不知量，皆是障定之身業。非理所引語業，謂一切邪論。障定語業，謂一切無義談論。老修行一人坐山，偶有人來，可說三天三夜，絮絮不休。不善意業，最能障定。非理者，謂一切邪知邪見論。歌舞伎樂，一次觀聽，影響可二年不減，亦能引障定意業。密教住處經堂，必令莊嚴整潔，亦爲引生善意也。

(二)明威儀行 即非威儀行之反，反復重說，是注重之意。反正對觀，易生智慧。成就者，謂純熟習慣。初果(或初向)以上之四果向，皆名有學，阿羅漢果名無學。從初發心受別解脫戒，乃至未得初果，皆非學非無學，一切威儀細行，此中皆攝。一切聞思修慧，皆善意業所攝。此三業一切善行，即攝一切戒律。

(三)明恭敬與謙謹 恭者，警肅慎畏，警謂警惕，無有懈怠；肅謂端肅，爲語如儀；慎謂戒慎；畏謂恐懼。臨深履薄，惟恐錯失。敬者，內信廉直。敬由內信而發。廉者無染污，直者無諂誑。《大毗婆沙·愛敬納息》應參閱。和尚即師傳，法身所由出生故。軌範師即引導人。生年上座有二種，謂先受具，或滿十年廿夏以上，世俗上座謂爲衆所推；法性上座謂合於法，兼生年與德行也。真正法性上座，

應如佛所說偈。正念謂常有覺照，心不散亂。心若解脫，亦形於顏面。未滿十夏者，應先學上座功德，若十夏方學，則時間不及矣。對上座應恭敬，對下座應謙謹。驕者貢高，滿者自恃。一切好事好物讓人，是佛法規矩。衆生心，總想好的歸自己，不好的與別人，欲反此而行，甚爲難事，能反此而行，即入道之門也。常在人前，如先進勞模，上座應爭取。

敏，由熟練而來。燃一香，點一燈，皆可見熟練與否。上座不熟練，爲下座所笑。增上威儀，應如薄拘羅尊者，八十年未曾倚壁等，一切行儀，可爲人模範，佛嘆爲未曾有。

第三，釋行已行處。

分二。（一）捨離非已行處，（二）行四念處。

非已行處，論說有三。1六處，

2五欲，3非威儀行。

《瑜伽》等說五處不應行，有國王大臣家等，此中不說。舍利弗所說，重在防男女譏嫌。六處不行，十三僧殘以下皆遮止。已謂比丘，尼反此

應知。五欲專指意業說。坐酒店中，雖不飲酒，有飲酒譏嫌，譏嫌即是魔事。行已行處所示，即正宗阿含所攝。《瑜伽師地論》有尋有伺地。無尋唯伺地。無尋無

伺地。聞所成地。思所成地。修所成地。皆正宗阿含，其中不攝別解脫戒條相。故辯識非威儀行，必須從別解脫戒條相學。或謂此是教條，不攝合正宗阿含，則別解脫戒唯是條文，引入正宗阿含，則能生定慧，非教條也。捨離謂已成習慣，正捨離謂方便力捨離，緣捨離謂自身不捨離，借助於他緣。如新戒出行必有伴，即借他緣捨離一切非威儀行也。不親近謂心想亦斷捨。非已行處，久行成習，必須時刻注意捨意。自謂三寶處、有三學處、持戒僧團。正所行處，謂四念處。此次講四禪，只講教理，正下手修法，當從身念處教起；受念處，從廿一種受修；心念處，觀心有無煩惱；法念處，觀斷五蓋之法。四念處，應隨時在念。身念處成就，以上的功德皆能迅速成就，勿視為小事。本論道品十一支，第一支即廣明身念處，身念處能攝一切法，亦攝甚深般若。

第四，釋愛護微戒懼如金剛。

佛涅槃不久，即有人欲廢微細戒，後經結集僧衆決定，佛未制者不許新制，佛已制者，不許違越。枝分謂皆一二三根本所分出。法捷度中所說，似皆小事，實則關係法輪甚大。

客舊比丘法不行，則僧團不能和合，法輪如何動轉。作客如法，主人歡喜，亦是有參學之表現。客比丘法，當如拭棹布，隨主人安置，教移何處，即移何處。因比丘見客來應歡迎，作事應放下迎客，或覓人來招待，乃至送客去，律中皆細說。清涼橋人，以前對客乏殷勤心，現在稍好，仍缺秩序及聯系。對客應平等，勿太現高低，禮節上有上下座之分，飲食住處當平等，俗語亦說「在家不會迎賓客，出外方知少主人」，非但知客師對客應客氣。能如佛教而行，即是道氣。

栽樹造林等，關於勞動之事，多攝於勞動健度。勞動時，對白衣不應喘氣擗蹙現苦相，損人信心。造房舍有定則，不得由工匠鋪排。九宮道所修寺廟，多不如法，以其不學不知也。喇嘛建築多如法，或由學知或習慣，習慣亦傳承也。文殊院、寶光寺，修造如法，以有學處故。

稱微細戒者，以其能斷微細我執故。若不學微細戒，微細我執尚不能識，如何能斷。或謂應從根本上斷煩惱，根本煩惱，非率爾可斷。如伐樹，粗幹非一刀可斷，先芟其枝葉，根幹漸亦枯萎。微細煩惱難知，最能障礙修行。細戒若護，粗大者，自不易犯。佛問小鐵沙入水即沉，大鐵艦入水何故不沉，以有方便故。小罪亦墮，以無方便，罪雖小，積多即成重故。不墮之方便，即是畏懼懺悔。比丘折樹枝，墮伊鉢羅龍身，以見錯無畏懼故。微細戒不護，於修三學行二利均爲障，不僅障

定，亦障一切善行福德智慧。般若離言，佛以慈悲方便比喻，爲衆生說；般若無相，如來內智，從行事見。根本阿含，見佛臨事善巧。儀軌次第，亦是辦事，亦從戒律中出，不依次第，事一定辦不好，有缺漏。以前初到康定，以爲老格西降巴仁波卿皆幼小出家，不懂世間法，不如我等有社會經驗，及見安福寺辦大法會，傳戒灌頂，井井有條，方知不然，生大慚愧。所謂社會經驗，不過從習慣上來，粗枝大葉，有時可用，以環境有變易故。老格西他們作事，先有戒律依據，又有傳授，事臨又先演習，故雖甚繁之事，亦有條不紊。根本阿含，不說智慧，即於微細事上見佛智慧。內地僧團，以前依靠禪堂，一切細行，下至端一茶碗，亦有法度。如法者，一見知爲老修行。後來既不學律，禪堂規矩亦廢，故舉動粗疏，未得事上用心故。

愛護微細戒，入修之門，必先善學，臨時善於辯識，察於機先，早爲之備，遇障難事，善能方便解決。**恐懼**是敬慎之意，不是畏難，時時虛心，慎防違犯，勿起驕慢，以爲我有智有能。尊即三寶善知識。根枝具尊者喚龍，「賢者遠去」，龍都聽命而去。以受戒以來，從未犯戒，輕重等持故。支者是微細戒也。薄拘羅尊者，八十年無病，無病由業障輕，亦由律生活，即是養生之道。《中阿含經》中，佛說一心學，亦令人長壽。多病，是由於別解脫戒無修習也。功德光論師細事必依羯磨，此皆我等所應效法。薄拘羅八十年未曾倚壁。西藏法座無有靠背，以指許粗木棍撐

起，上覆莊嚴皆不可依靠，倚之即倒。比丘必持澆水囊，飲不澆之水，多令人發痧。生病多由飲未澆之水，若未備澆水囊，亦應以布蒙器物之口澆之。

第五，釋受持於戒。

有人但贊戒而不受，遍閱五部律，守禮教，世人皆贊之，以爲遠勝於不知戒律之比丘也。但既不受戒，即不能起攝取於僧之作用，以事相不知故。且此見即是壞戒之見，以爲我不受戒，勝彼受戒者，即是壞受戒之法。彼不如啣烟竿坐茶館比丘。彼雖未學戒持戒，求受戒是好心，不過彼只具出離心，未起出離行。不受戒者，出離心出離行二者俱無。求戒心即是戒體，此種子後來必起作用。金器雖壞，體終是金。未發出離心，雖行爲謹飭，如銅器雖好，終無金質。後人以之爲法，以爲不受戒人，勝於受戒者，如轉變，能令正法隱沒。受已能持，必須學戒。「受」與「持」是戒法要點。

不離一切戒者，受出家戒時，非即捨在家所受五戒。受具足已，亦不捨先所受沙彌戒。八關齋雖一晝夜爲限，不受八關齋日，亦應憶持。如月初則星稀，月光映奪，星體非無，受比丘戒已，仍有沙彌等戒體。故一切戒應學應持。既受之戒，不

應輕捨。或謂捨戒勝於犯戒，乃無可奈何之語也。

受菩薩三聚戒，必以別解脫戒爲基礎。受總持戒（即密戒），亦須持一切戒。若受菩薩戒，便以別解脫戒爲小乘自利之事，或不了密乘種種秘密方便，以爲受學密乘者，便可不依別解脫戒，將壞處當成好處，皆是大錯。後藏有跳戲，名阿俱那母，每年到前藏供養，達賴喇嘛不敢受，以之供僧，在錯青堪子演出三日，僧俗皆往觀。有人勸我去，我請示康薩仁波卿，仁波卿說，沒有看過，也可以去看，但受八關齋居士着不着，比丘仍應憶持居士時所受戒，此是捫齋。我因此終未看過阿俱那母。

「不離」是心。「持」是行動。常住一切戒 即安住戒中，成爲習慣也。親近於戒者，看書聽講，於戒學聞思修，皆是親近。羯磨不參加，即是不愛戒。羯磨是法根，比丘亦由白四羯磨得戒而後成爲比丘也。瑕者，偷戒盜戒，以相似法而亂正法。如某處傳戒，將新戒跪烈日中燃燈，供人參觀，是其一例。懈即是不緊張。不恭敬者，如取水者瓶口不對水管，或瓶塞未去不知。無勇者，畏戒繁多難學，不學就到死，又有何好處。生生世世作宰相的兒子、狀元的父親，百千萬劫，常常如此，也無意味，還是不如阿羅漢自在。學一點就長一點智慧。未見道前難，見道後即容易。現在怕難，惡趣一眨眼就去了，沒有商量。說閻王判官算賬，皆是假設比

喻，自己惡業牽引，一筋斗就栽下去了，還要誰來算賬。所以龍樹菩薩大智慧，還要畫出惡趣圖，呈在自己的對面隨時修，我們倒比龍樹菩薩解脫。應思維惡趣苦，生起畏惡趣心，不應畏難。亦應念父母在惡趣中，起大悲心，發起精進。缺者，由嫌繁煩故，應作不作，或有留限。如持不殺戒，留出某人或某物要殺，吃素又吃素酒，或佐以蝦米皮蛋，出家又留一套西服，或說蚊子不打，臭蟲要殺，皆是留限。戒所應斷，應當乾脆，一刀兩斷，不應稍留。或自改制，以爲家風，家風亦須順戒。違戒之事，相習成風，視爲當然，正法即由此隱沒。

第六，釋云何捨邪命行正命？

離五邪命，即遠一切盜罪，異學即外道。亦有受歸戒者，如青羊宮道士，亦從草堂寺受五戒。諛即俗所謂與人戴高帽子。有神通，知吉凶，亦不許說，何況占卜。此五邪命，總在非法以求利養。以少求多報者，如送人一斤蘑菇，便化緣二百元。以此在家人說和尚的東西不好吃，比世俗人貪心更大，白衣門口寫上僧道無緣，謹防惡犬。久之習下流，不以爲耻，愈趨愈下。不俗不僧者，如佛說驢入牛群之喻，自稱我亦是牛而無角（威儀不像比丘），鳴聲亦不像牛（不能說佛法）。有五

邪命，必具六種過失。舍利弗所釋，應當細學。

跋地羅帝偈，《中阿含》有四卷文解釋應觀，此爲念無常之要，任修何法，先誦此偈，心易入理。過去種子，支配現在未來，力量甚大。過去享受名位，執着不捨，引起未來國土親里等覺，一開不可制止，最亂禪定。回到家鄉，俗人各有各事，久住令人嫌厭，無甚好處。現在剎那不住，不可握，禪堂令人放下，即是教放下這等心，非令放下正念，正念放下，就無可捉摸了。應慕聖人行，以有漏身，修無漏道。轉有漏成無漏。常念云何精進滅生死大苦災患，此即守護根門之法。

第七，釋云何善知識？

善知識之相，《菩提道次第》十德，依彌勒菩薩《莊嚴經論》說，初學較易知，本論所說更深。此中言**持戒**，即道次所說「調伏」。**賢善**，即餘九種功德。以此標準，擇善知識，亦以此自勉。後浪推前浪，自己應爲後人作善知識故。**貢高與驕慢**有別，驕由染自法，慢對他心舉，皆自無實德，或是實有功德，而顯示陵人。貢高是實有功德，不顯示驕慢而內懷自滿，心中有所執持，《慧行刻意》說名隱暗魔，本論名之爲「恃」。或從身起，或從神通足等等功德起，本論所說有三十八種。功

德應有，但不可恃，恃即從此出生煩惱。若恃功德，以爲我與衆不同，執持丟不了，旁人不知道，自己憂氣。從前文殊院有一法師。在金山高旻參學甚久，回文殊院來，以爲要選他作和尚，後來和尚交了別人，他口雖不言，心不高興，以此吐血而死。自恃太過，多中此病。儒家尚說人不知而不愠，何況佛弟子。《阿含經》中，佛多處說恃之過患。目犍連以通力見鬼神地獄，旁人不信問佛，佛言實有，我亦見之，但不能說耳。恃之相甚多，見《中阿含經》中。功德不應恃，仍然求功德，不可放逸。有功德不炫揚登報，內心形迹不留，有若無，實若虛。故本論所說，師德甚深。**忍辱**即成**自調**，調謂順戒，攝義甚廣。舍利弗教忍之法甚多，總爲修四無量心，消滅瞋恚，起慈悲心，於上中下座皆能和合。能如此學，十德轉深，否則對人對事，處處使人不安，復何功德之有。

一切功德，究竟歸趣爲涅槃。**滅**即斷煩惱。**入涅槃**，即是入解脫道。以此自修，方能以此救人。若由他力強迫，不能得解脫知見，亦不能教他也。舍利弗所示，簡略扼要。善知識之相，斷煩惱，歸趣涅槃解脫，是爲最要。背捨者，未能盡斷，先漸遠離，若犯知悔。使謂十使。結謂九結。解脫一切惑縛，乃至次第究竟，名曰涅槃，《中阿含經》特重此點。最初**自滅**甚難，要由聞思修僧團善友之力。本具出離心有限，須聞思熏習，方能引發自心動機。說法如拭鏡，去其塵垢，若與法背遠，雖有

善知識，亦難爲力也。

欲離欲上欲字，是五別境心所之欲。別境有染淨，此淨善法。欲亦即四如意足之一。下欲字是應斷之貪欲，總爲三界貪。**欲盡**，即生起離欲之盡智。盡智，即是擇滅方便，希求離貪瞋癡，是修行大綱目也。**應染處不染**，謂本分應受，亦不染着。**應癡處不癡者**，如說四禪非我現在所應得，即是以爲應癡處，雖尚未得，應先多聞學習，即是不癡。**應止處不止者**，有所得，應輟轉更求上進，不應得少爲足。雖得身念處，未證無學，仍應更求增上，勿謂已證身空無我，便是所作已辦，縱成無學果，仍有應補學之事。觸受謂輕安樂等。共昧定謂味着禪樂。觸受初起似好，執即成病。外道守鼻梁，久則目紅，甚至脫皮。守臍下者，病較少，皆是執着成病。凡起禪觸，堅穩之後，即應捨，勿執着。故說**應受處不受**。此復所說，皆具應取應捨雙面，即是成壞。盜戒者，即於戒鑽空子，道理雖說得通，事實上沒有守戒，故學戒只准學一部。有部特別慈悲明顯，四分文略，久學方能得其空隙。如說貪，十三資具不爲貪，許作餘食法等，對病人老人多種開許，於可開之處亦不開，即是應染不染應受不受，如迦旃延尊者，國王供象馬金寶等，亦不受也。

身語意業清淨，能否包含**正命清淨**，應對（問分）看。

信信初信字，是信種子，第二信字，是信增長。究竟信是無學位之信。**慚愧正與驕**

慢相反。具次第，應如《菩提道次第》廣說。專一者，所學不可複雜，要相順成爲一套。四念處攝一切道。由八正道方能入真智慧，由七覺支方能領會八正道，由四念處，方能成就七覺支八正道也。

善知識一科，亦成就要點。道之總相，應修應斷之事，此諸要點，應以小冊記錄，勞動時亦隨身攜帶，不可因恐遺失，便放在一邊，永不見面。《慧行刻意》、《大小持戒捷度》，未講亦應先看。貢高放逸等是所應斷，忍辱自調等是所應修，知修不知斷，所修終不成。修應從斷入手，發大乘心欲教他滅煩惱，必須先能自滅煩惱，然後能隨順熾然利他。道之旨趣，在實爲自己斷煩惱。入手修法，從離五蓋始。五蓋後三者，即愚癡攝。貪嗔癡即五蓋。欲離者，謂於斷煩惱，希求愛樂，不以爲憂苦。盡，能盡一種煩惱，即於此一煩惱得盡智，非一切煩惱斷盡，方得盡智也。應染處不染，正說是無學以後之事，由修行極純熟，故能與衆不同。應止處不止者，特別是對治法，如在戲院中修定，戒所制止，亦非初學者所可行也。

三業，在《業品》（智品）廣說。《藥師經》說：末世衆生，多修定慧而不持戒，或雖持戒而見不清淨。見不清淨者，於佛所制，猶有懷疑。戒惟依制行，無決擇討論餘地。佛在世時，有一比丘，向佛說不能持非時食戒，佛置不答，後佛又說牛功德，彼又如白佛，如是者三次。如是以爲雜碎戒可以不要者，不止一人。或以爲七

衆待遇不平等者，亦是此類。或見清淨而威儀不淨（不像出家樣子）。或威儀淨而養命不淨。**正命清淨**尤難，是內在的功德。一切有情，皆依食住。食即是命。世間營擾，皆爲養命。大者非法惡行，小者，凡不如法生活，皆非正命。緬甸老修行，中後漿亦不飲。食能維持生命而已，此外飲食，皆非正命。端坐即可休息，軟榻安卧，非所宜也。四緣具足，求多求美，皆非正命。邪命皆由難斷之習氣。金剛習氣斷，方是正命。配五斤細糧得六斤歡喜，即非正命。不占便宜，遵守世間法度，皆正命事。《藥師經》所說四事，最爲持戒綱要，藥師即釋迦戒體也。

信心等爲應求之七聖財，窮研學教者，若乏七聖財，即不能學教也。佛說學教令人長壽，以得法樂故。應防者：一、不可生逼強記，致成胃病、肺病、勞病。如機器久用，生熱則鐵損，不擦則塵垢，應以時調節修理。遇難事不可求速，如汽車上坡則應緩開，下坡好路方疾駛，自無拋錨事故。二、應先修定。念誦即是修定。恭敬作觀供養，即所以修福。儀軌中不解之義，由學教漸次了知。又由念誦得加持，學教無障。三、不放冷，一曝十寒。勞動中間，亦應互相談論，引起記憶。諸青年者，如新汽車，亦應善於駕駛，可多用幾年，開車應稍緩，但不可因緩而成怠。

八正道 即是佛道，修行之歸結。導者，師導，有善知識，亦唯導入八正道。南針惟示方向，此則委曲指示能到之途徑也。歸者，一切佛法之總持，八正道所

不攝者，即所捨，非佛法之總持也。次者，次第，猶如旅程。錫蘭、緬甸講八正道，有先後次第。實際每一事皆應具八正道。行者，聖人之行。八正道法相廣解，見《大毗婆沙》，此註就《法蘊足論》錄要。

正見 常解簡略，依文解義。正即不邪不倒，正見，即於三寶因果、是處非處、不起倒見。信三寶，尤以信自性三寶爲要。初學應先認識此義，否則深義不起作用。慧根慧力，五根五力所攝。力或有或無，根是種子，無不具有。擇法生忍，由忍成見，二法對比，決其是非，擇法生慧。正覺者，對境最初刹那發動，種子不錯。不癡者，以三慧法學聖教，總以善順不逆爲體，謂順出世法也。依四諦、五道及八正道，爲思維標準。入門學修，以四諦爲基礎，於講受戒禪度時已講。五道學已，方知自己分位，我等今在預流支資糧道。修四諦十六行觀，方入加行道，《菩提道次第科頌》四諦十六相應讀。

無漏作意者，有漏身心，修無漏善法。簡去有漏作意，即無漏作意。所有於法簡擇以下，是正見之修法。正見必透過此次第，然後能出，心經亦是其模型。

簡擇者，辯法體相；極簡擇者，異門分別；最極簡擇者，多門分別；此三是所用之法。由簡擇而得解了法之自相，由極簡擇而等了法之共相，由最極簡擇而近了法之現量，此三是所得智慧。

機謂對境，點即慧利，對境速能明辨，由經簡擇等修習故。聰者，耳根通利，聞一知十，能以一言答多問。覺明慧行者，見即知，知即行，不因循推延，如火燒手，見即知避。後三者是作用，歸結正見之體，正指覺明慧行。然無前八德，亦不能成就此德也。

學法相應細學，學一個，明了一個，學得多，都不清楚，作用甚小。如《集異門》二三頁，細學可學二三年。西藏初學辯論者，喀朵嘎馬，即以一年學，學此法者，不許輕易爲人說。大座機廣，皆不許教，惟親傳弟子一二人，師師相授而已。若所授非人，無戒攝持，以此法爲利器，法說非法，非法說法，能爲佛法及僧團內大害。在家人稍知教理，便輕視比丘，亦是破廣義僧，僧攝七衆故。故法相辯論之法，較別解脫尤爲秘密。以此之故，此法流傳不廣。根本乘法相諸論，依文解義者，皆束之高閣，以爲無用。故後來學者，必仗師傳，方能得其門徑。四種修定中之「勝分別慧」，非學過法相不能得。學法相，是爲修定準備資料，非爲辯論考格西，便爲究竟。以此修定，方能得真正般若。法相要經過定中修，方能開善智慧。「諸漏永盡」之功德，亦從此出。智慧生，煩惱滅，是同時之事。斷證遍知，乃同時得也。由最極簡擇，從多方面觀察，而漸悟入諸法真理。宗大師說，須由集量論悟入真如。經細密法相而悟入真如，非空談，亦非籠統依此

而說也。學法相者，當次第分學，不能全部同時學。如梳亂髮，當分股先後梳。藏人不梳頭，每梳一次，極大痛苦，不縛於柱上不能，梳畢即逃去，以不知分股梳也。佛法如大山，不可以短繩而盡繞。一大甌窩窩頭，不能一頓吃完。現在不能多講法相，若多講，則將爲講禪定品之障，以耽誤講禪定品時間也。討論要點在討論自相共相，討論常無常。須就一事一法上討論。無常義，通一切有爲法。若泛論則不得要領。通達自相共相，即通達法相。西藏小沙彌學辯論，白雲是白的、白雪是白的敢說，白紙是否白的就不敢說，因爲師傅未教過的就不敢學。初學就從這樣一點一滴學起，一天學一個二個至多三個，精進不怠，積久自然貫通。學一個就修一個，無文化亦能學，先自己不能說，聽別人辯論，久久亦薰習漸熟。（此段是學法修行之要領）

九毗鉢舍那，初三種是入道之根本法，其體遍在一切經。簡擇、了法之自相，極簡擇、了法之共相差別，即是對法，最極簡擇、了法之相互關係。了者，現前如見，簡擇之所得。等了者類智，近了者近於正智。如第二月，雖非真月，亦見在天，非見明月在水，方向不錯，近求可得，不至汲井而求月。點者，速疾智。睿者，明敏。此八是得見方便，第九方是正見。如是簡擇等，是修有覺有觀入初禪所必須。至第二禪，雖捨覺觀，法相法義，仍留以有用。正用毗鉢舍那在第三

禪，如秋月扇置於箱中，來年夏日有用。未得三禪，不能起弘法利生作用。利生放下，不恃，滅度衆生而實無滅度者，方得四禪。此次第大綱應隨時在念。人以四禪爲小乘，好像一文不值，送我也不要，實大錯誤。

正思維 與正見不同。正見由正思維入。未得止觀，非依止觀起，惟名正思維，不名正見。止觀由辯論入，由辯生慧知見。解射方便是定之要點，即用心之方便，以九住心爲總。了法者，於定中如理思維，得勝分別慧，了法之自相共相，非僅辯論決定。得第三禪方能如實簡擇。持者，行持，經過實驗。辯者，難解之點能明辯，如「應染處不染」等是。觀者，作觀，即解射方便。術者，密法方便。光者，發生光明。此是正見生起所依。正思維不爾，推求尋覓，世間科哲學亦有，學佛法但講考據，亦同世間學問。若止於推求尋覓，則唯是有尋有伺地攝。

正語 非惟離語四惡，要在語業未發動之前修正語。目犍連尊者指示用功要點，特爲深細。正者，依四諦八正道爲要。正語依正思維正見起。思擇即思維正見，依聖教量思擇，未得止觀，亦成正見。由修正語，斷語惡行，而得無漏。無漏者，離欲惡煩惱也。漸遠離者，非可頓斷，必須漸修。若自詡智慧大，妄言頓斷，應斷之處及能斷方便皆不知，云何下手？制者，國制、佛制、僧制之所制止。約者，經過開會，決定不許。防護者，如堤塘蓄水，不令泛溢。逾越者，不受限制約

束，不依次第。無表者，未發語前，先有思維，發言先有腹稿，經常說話，亦先心中有思想，然後發爲語言，此意中之言，即是無表之語業。於此無表語業先注意，無表正語，表亦正，且能發通，不於此修，出言失當，然後懺悔，不成正語矣。

正業者，惟指身業。正思維是意業，正語是語業。故業雖有三，此中惟說身業。餘惡行者，十惡不攝，如手印錯誤，念誦顛倒是；凡斷修不如法，威儀不振作，皆此中所攝，其數無量。悉能遠離，方名爲正。身業未動，亦先有無表。凡將行動，必先有思想計劃，此即無表。正業重在依別解脫戒，餘者作一切世出世善，不如法，不依次第，亦非正業，是所應斷。如栽樹挖窠窠不如法，或將樹秧曬幾天才栽，皆名餘身惡行。

正命者，所斷非唯五邪命。康沙仁波卿說在斷修上起者較多，凡有所恃，皆要沾邪命氣味。康沙仁波卿常如是修，我等有時忘念，即墮此中。戒依條件有開遮，正命則完全嚴格彈墨綫。薄拘羅八十年不病，恐未必能，不過彼雖病，亦不因病輕開戒條，故稱不病。佛常乞食，不受檀越送食，正命嚴格應如是。

正勤者，勤謂不懈，進如躍進。勇健者有力，如力爭上游，非健者，高山不能上也。猛熾如火熾然，不可向遁，魔不能礙。大威德現威猛相，即表精進也。勵意者，

自己勉勵，不息者，持久有恆。皆修行重要條件。

正念 依於諦道，諦道從聞思修得。念緣曾習境，即是經驗。須有諦道聞思修經驗，方有正念。隨念者，隨境引起，即是聯想。專念者，心專注一境，即是止觀。憶念者，追憶昔境。不忘等者，念境既熟，不念之念，即是「思持辯觀」之持。念之體，即不忘不失。不失法性，由於練習。《集異門論》可各請一部，請上座講，學一個算一個法相，如儲蓄攢錢。明記者，念清楚，亦由熟練。人憶己父兄，鬚眉畢現，觀本尊則不能，熟不熟之分也。法相應設方便，令其明記。「刻意」即令明記。有條理、細密、能憶及久遠，故曰明也。正者謂依律儀，應念者取，不應念者捨，不可以完全無念爲正念。

正定 者，依於諦道，故不同於外道定。其次第有九住心，前八爲入定方便，第九心一境性，方是定體。《菩提道次第廣論·止觀》、《瑜伽師地論》、密乘諸論，於九住心皆有廣解。今簡略說明：如初住觀佛像是心住。前後剎那繼續住心同一佛像是等住。心馳他境，如馬脫繮，應復牽回，繫於原處。心馳不遠，即能引回，名近住。心與所緣佛像、定力，三者結合，如射擊，人目、槍尖、靶子，三點在一綫上，名爲安住。此四者是一組。心中不足，緣境昏暗名散，不散即是射力。亂者，觀境混淆，如觀白毫，又雜眼鼻，即是亂。對治散亂，即是修定。久久成

習，即能攝心，令心繼續住於境上，平等持心，名等持。最後心能住於一境，名心一境性。各種觀法，皆爲令得心一境性。心一境性，後當廣解。

爲善知識之道，佛弟子皆應學。世間百工技藝，從師學者，皆操其師之業。佛爲人天導師，佛弟子不學教化衆生，云何爲佛弟子？爲善知識之要，本論分善知識與善識。

善知之法，是五法蘊，衣食知足。

五法蘊是八萬四千法藏之總，廣義即《法蘊足論》。

戒蘊

之綱要四：（一）戒，條相守護。（二）見，隨順不逆。（三）攝一切巨細之戒，

見於行儀。（四）正命，不偷戒。戒之作用，攝持威儀、住處、行根、面首。住處，

即僧團，攝取於僧等結戒十義，出於大悲，即大乘利他之道。威儀，應一切行儀

學佛，恭謹不苟，如新入戒堂，此即利生之始。行根者，諸根律儀。引禮師等教，

只能教攝眼根，餘耳根等是否放逸，他人不知故。若能攝眼根，亦漸能攝心，儒

家亦說「其心正，則眸子瞭焉」，眼與心連故。面首者，對人接物，慈悲和悅，悲

心流露，非由諂媚。若暴戾愁苦，使人見之不安。對治之法，當對人含笑先言。

定之綱要三：（一）助行因緣。《大小持戒捷度》、《定道資糧頌》、《瑜伽師地論》

等皆應學，不要因緣修定，是外道法。(二)正行因緣。不修即無習慣，習慣亦是因緣，初由勉強，漸次趨入，雖非真定，由此攝心。如小兒無乳，有玩具亦可止啼也。(三)廣大定道支。自修身念住起，乃至八萬四千三昧，三昧雖多，皆就證境立名，根本由四禪變化而出。

慧

之差別，本論開有二百餘種，總要爲三慧，一聞二思三修。此三者，非定各別起，亦可同時起。如聽經時，聞說法者是聞慧，決擇是非是思慧，決心依法修行是修慧。三者亦可不同時起。水邊林下、糞聚邊、講堂上、挖樹子、息氣，皆可思維，下決心修，即是修慧之開始。慧之體即三種簡擇。苦於無簡擇資料，最好明年講《集異門論》，能記住，即是慧根，簡擇之資本。力者，所起之作用。學人謂從受皈依戒入預流支起。皈依亦是涅槃爲體，即離結使。聖心即無漏解脫心，世間是有漏，無漏即聖心。聖道謂三寶之學。以有漏身心修無漏道，亦名聖心。堅信即隨信行。堅法即隨法行。堅之意義，較重於隨，一信之後，始終不疑，名堅信。於法久學不厭不息不退，名堅法。如《菩提道次第略頌》及《現證莊嚴論》說，但此間不說大乘四諦觀法。見學人謂見道者。修學人謂修道位之有學。修道有九無間九解脫，其四諦觀修之法，詳見《現證莊嚴論》。四禪成阿羅漢向，從此以上直至滅盡定，方得阿羅漢果。欲得無學果證者，自預流支以上，皆

爲證無學果而修行也。趣者，歡喜愛樂，於法自然趣向。如牛逐水草，是初入法能學之相。趣入慧道之因，如生起三慧之條件。重擇法謂再再辨析。覺即作意，此是人不可見處。禪宗用功，即於此下手，能覺即有覺照。了達是擇法等之結果。自相者一事一法。他相者，構成此法之種種條件，即是衆緣。衆緣和合而成此法，則衆緣之他相隱，而成此法之共相。如簽筒是自相，竹片木簡等是他相，由竹片木簡等合名簽筒，無實簽筒，竹片插於筒中作簽，即隱其竹片之相，不名竹片而名爲簽。我是自相，四大之身、三際之心、假合而成。身心五蘊是共相，一一蘊爲自相，又各有共相。共相是緣起，自相爲假名，是爲聞慧之總要。思者，即重決擇。念者，如念儀軌，由久習故，法數法相，漸能了達。辯者，內心思考，自爲問答決擇。觀者，最極決擇，深觀攝不攝等，是爲思慧之次第。自在智慧即機點通達等。知見者，由比量而得「等了」，近於現量即「近了」，由聞思而起正見。「解了」者，九住心是入定次第，此是正入定用心方便。方便即因緣，修定心與所緣境及行相三點結合，如射擊之人、所射之靶與槍尖三點應結合。方便者，用心之善巧，如射擊時隨日光風向不同，而瞄準之法亦異。解射方便，即修止觀。術者，密乘修法爲助，如幻化師，神通遊戲。焰者，如《大小持戒毘度》說燈焰喻。光相者，如服鮮潔白衣喻。照耀者，本尊光明等。此中攝一切

顯密教修定之要，宗大師完全取出應用，其根據在此。若止取一支一節，是外道修定法也。是爲修定之次第。能者功能。三慧之作用，以漏盡爲歸結。慧眼者，五眼所攝，慧眼無眼，猶清涼橋無橋也。無癡者，無明漸少，由明生故無明滅也。

解脫 有二種三解脫。初三解脫：身解脫者，凡夫受戒即得，由五欲縛脫，故煩惱亦脫。在家塵界多，欲揩上背簍子來五臺山住，不可能也。心解脫者，從修四加行乃至阿羅漢向所得之止。坐一寸香，有一寸香所得解脫。阿羅漢向，方斷盡五順下分結。見道唯斷身見、戒禁取、疑。戒禁取者，即是偷戒。斷惑非是頓斷。何時方斷，現在能斷一分，即少一分。慧解脫者，無學果所得。斷瞋，方入色界出欲界，猶有上界貪。色界貪，修根律儀所斷，如七共欲染等。大梵天有慢及覆。三解脫各攝餘二，但有深淺不同。

解脫知見，即是般若。修行非般若，修行所獲之得，方是般若。正修未得，尚須再修，故修非般若，而般若從修出。是三學之方便善巧成就，由三學之共相所成。如戒學，威儀住處等出。方便善巧，從經驗出。後人不依學修經驗，故難得可靠之善方便。五成熟解脫想，是令解脫易成熟之方便。（一）無常想。觀一切有爲，無非變壞之法。（二）無常苦想。死即苦，勿謂年輕，死來無定期，死已何

所之，應思。（三）苦無我想。無我則一切能放下，能解除身見，方有主宰。能有無我想，方可受具足戒。（四）厭逆食想。臨食悉當作糞穢想。（五）死想。死以功德對治。人死，功德永遠不滅。大家種樹，人死，樹子不死。建設國土莊嚴道場，即此是敵死之法。如人老厭生活，穿衣服要很久時間，吃完一頓飯很累，便想捨壽。但有希望就好，想看樹長大，想學阿毗曇，心有趣向，便可留壽，《中阿含經》說學法相是長壽之道也。

五解脫處：（一）聽聞。讀誦、辯論，亦此中攝。（二）讀誦，大聲讀。益處多。西藏弟子，常在師傅門外大聲讀誦。師聞，鬼神亦聞。書不能記，由於未讀，或只隨衆讀，未自己一人讀，應自己單獨一字一行。標點科分，皆助記憶。眼耳心口，皆工力。（三）爲他宣說。亦攝辯論。（四）靜地思維。乃至睡夢中，亦法義隨轉。（五）隨一定相。各人所修止觀法門。此五法見《集異門論》，隨依其一，皆能入道，五者全備，更爲完善。若心有隨一定相，雖亦能攝心，止是哄小孩不哭。全部應用，是宗大師家風。

衣食知足謂離逸樂及自苦之邊。若學教極高，而於食知足足不留意，此問題不解決，其他問題皆難解決。《瞿尼師經》說十一事，無事比丘應學，我等更應留意。畜生論，謂談衣食受用等事，如畜生惟思水草。知時者，謂知安居、迦提月、食

時非時等。善時，謂何時托鉢、何時禪誦等，善能調節適宜。坐謂坐之威儀及非應坐處不坐。上座坐處、憤鬧處，非所應坐。入白衣家坐威儀，如白衆學等所明。律毗曇雜細阿含，亦攝餘三。息者，數息。解脫者，三解脫門或八解脫。漏盡智通者，得漏盡之經驗。

識者，知而能行，實踐經驗，成爲識種，再世仍有作用。**慈者**，四無量心之首，雖有智慧，若無慈悲，不能運用。故所具善知持戒，乃至衣食知足等功德，應與慈偕行，方能攝取於僧，成就大乘利他功德。若只爲自己打算，無慈悲利人願行，知識雖多無用，小遇障緣即墮落，以福薄故。如行泥滑之路，二人扶持，則不易傾跌，智之須福扶持，亦如是。今僧歡喜安樂，應從事實上表現，關心三寶力薄弱，則於事實上生不起多大作用也。**重行慈者**，再再實行，涵養學修，非止一時一事。**究竟行慈者**，於難行處，能堅持貫徹。智慧能照顧到此，福增智亦增。福如舟，智如帆，舟小帆大，遇風則有傾覆之險。《菩提道次第》再再激發菩提心，故舍利弗將善知與善識平列提出，使人注意。恭敬之要點，在不恃。若知**共行慈**是親近善知識與自己成就之要點，含義甚廣，應再再攝修，非僅了知而已。

第八，釋云何善親厚？

善親厚是學修之善友，非泛泛之交。**薄己厚他**，不可只顧自己利益，如是之人，必無善友。《阿含經》說五種親厚，甚為不易。你的東西當如我的，我的也當如你的，是親厚意。若你的東西，當如我的東西，我的東西你碰不得，如何能成親厚。交友當選擇，道不同志不合，強合無益。若志道同合益友，應主動聯系團結。**堅信人**即隨信行者。自乏簡擇，隨人轉移，入道易，退轉亦易。有繫者，三界所繫。**堅法人**即隨法行者。世人或慕功德，或附名聞，交友攀高，與己程度相去太遠，或見彼行事，不解密意而生疑慮，或見彼精進難行而生怖畏，或倚彼名德而生貢高，有如是等過失，故應與同等之人而作親厚。人若無友，德業無所觀摩，疾病無人瞻視，過失無人匡諫。如獨樹遇風則易摧，叢樹則難折，應謙己自下，主動團結人，方能得善友。若待人來求我，難得益友。但不可夾名利心，如某白衣與印光法師圓瑛法師通信，持諸大法師信函，銜耀於人，以求邪命，大為不可。

於善知識及善親厚，應隨順、不離、相親近。**隨順者**，將順其意，只要不是壞事，自己習慣脾氣，皆可犧牲。**不離者**，不應如井蛙，坐井觀天，順自偏小之見，不應如穿花蝴蝶，暫停即去，不得精華，無所收獲。應如大鵬，高視遠見，亦應如蜂，

吸取精要，能作房釀蜜；勿如狗矢蜂，鑽一土冢，只顧藏己一身。親近者，以善知識善友如所緣境，能從彼學得善巧方便，難事亦成不難。交友之道，應注意，不可粗略。

第九，釋善衆。

善衆謂依止僧團大衆。前依學修次第說，此依學修內容說。實則前後皆具，二者隱顯互見也。法向者，宗旨所歸。法類者，所學品類。法次，修學次第。法行，所起隨法之修行。四者隨彼善衆，同見、同業、同行、不背，名心向彼。彼所作事，我皆隨喜贊助，彼所敬愛者，我亦敬愛之，名傾向彼。如卸煤，應衆人協助，不應令一人盡受辛苦，若困難無人協助，則起疲厭，以後大衆之事，無人肯發心矣。若不如法，應設法勸令改，若彼不改，則不應親近矣。此所教是日用尋常之要，如吃飯不可少。故交友不可爲結伴黨、仗勢力，應從學修上着眼。

第十，釋攝諸根門。

根是增上義、生長義，由根爲門，而與境觸，而生受。由受故有苦樂憎愛。依情者，隨己習氣，不依理智。主見即我見，主觀。愛即無明，亦名爲漏，由此起一切苦。持即是十二因緣之「有」，所愛者，即欲取爲己有，於彼自在。附者，如衛星環繞地球，展轉不捨。色塵境於眼有吸力，根之沾附於欲，如跳蚤被膠沾，即難得脫。不覺不知如火箭上所載之狗，逐火箭去甚速而不自覺。流入識行者，成爲經驗種子。眼根如是，耳等過患亦然。中陰尋香受生，隨鼻根之習氣也。嗜酒者，爲酒缸中蟲，舌根習氣也。使心不流者，不沾附隨逐於境也。

護根律儀之法，應依戒律儀，方知應捨不應捨及攝護之方便。不護根門，不能入定。《辯識阿含廣頌》文多，若不能背，亦應念誦，每段念一百遍，五十遍，再念第二段。只憑條文力量不够，一碰就掉。背不得，每天念，初修入道，除此別無善法，久修薰習成種，則六根有力。平時不修，臨事無覺照，與未學戒之人無異。六根之中，意根最利。三際推尋，構種種境，較放電影，尤爲迅速，如是令心掉舉不定。對治之法，依《跋地羅帝偈》，三際一齊放下，應依佛法及戒條，於意所緣，知應取應捨。興衰即是八風。本處謂正所修學，油瓶倒了不扶，即指令心在所修本處言。

護微念者，微念，即遍行別境等，謂防心於善惡未發之前。解射者，所修止

觀，時時在念。念善成就行者，建立三寶，自成學修，一切善行，擔荷不怠。又微行者，戒所養成之習慣。射分者，所修正觀用功之點。刻意者，有力必使成念之方便。願望者，未來應修善法之計劃。一生一期，一年一月，各有預計，剋期成就，不可盲無目的，虛度時日。

攝諸根門，初修不易，學了就不難。如學寫字，初時塗鴉畫蚓，久亦端正。人生無常，旦夕禍福，不可預料，如石頭打傷脚者，在未打前剎那，彼豈知有此災患，勿謂我可無事，石頭掉在你頭上，亦是難保之事。學戒學定，是一大事因緣，自身有障應懺悔，利他事，應發心做。

第十一，釋飲食知足。

伙食不調好，於定無緣，因緣不具也。生產關係亦大，百病從口入。本論對調食之道言之特詳，應善學得密意。四食，已於《集異門論》廣說。段食者，分段而食，體是四大，有形段可見。粗者，如畜牲食草豆之類。細者，人所食人參燕窩維他命等。與欲界諸天食較，人食又爲粗。觸食者，六根對境所起觸。思食者，思想。識食者，六識了境。常人七日不飲水段食則死。五臺山有坭，喇嘛以之爲藥丸，能

斷食乃至一百日。從前胡居士有便秘病，我爲譯出儀軌，善財洞海喇嘛爲護持入定出定方便，七七日圓滿，其病遂愈。修此法者，斷食則消化器官萎縮，出定之時，應先飲湯浸潤，不可驟食沾滯之物，停食成病難治。何故多日不食能不死，以除段食之外，尚有其餘之食養命也。通身毛孔吸收，空氣中亦有養料，每日吃一丸藥，數杯水，水中亦有養料。知此理，則不致一頓不吃便緊張以爲有餓死危險，能將飲食一關打破。但常人餓上一二日，心中要慌，以身體不停生起燃燒，不食則如燒空鍋，故心難過，所以先練習一天不吃。啞吧齋法，間天不吃，有儀軌修法。西藏在家人，如此練習亦多。能如是則先從思想上解決了飲食問題，偶遇匱乏，不致着急。修定先解決此問題，然後心能定。金山高旻缺糧之時，過堂喝碗白開水，亦能度過。有特殊的思想，就能將想吃的心壓住。愛戲的人看戲，即能忘飲食。欲界以上，皆以禪悅爲食。欲界人，生起喜觸，亦能養身。知四食之理，則於飲食，隨得受用，不多食，少食不以爲苦。起足食心，即飽也。

過飽生昏沉，過饑生跳動，再加不會用功，繫念飲食，更坐不穩。非時者，不應食時，如午後。非食者，不應食之物，如葷腥、生冷硬物。醫方明，比丘應知，爲治自身病也。

對治飲食過患之法，本論所說有十三種。

不掉食

適量多少，自生掉舉。西洋人晚飯特別講究，勞乏終日，夜間又以歌舞耗其精力，半夜又進飲食，人身非金石，如何不病。從前有錢人多少花廳，或要挑某個飯店，食處不定，食品隨時變更，好尚新奇，食物變，氣息亦變，如服毒藥，能令人死，是變之甚者，食雜則不易得定。那摩寺老格西，終年吃同一飲食，我等初去不知，供養調和及難得食品皆不受。平時住叢林，一隨衆飲。若坐靜專修，應知此理，飲食務須單純爲宜。

不貢高食

食求豐美，多從驕慢而起。

不爲養身食

修定是另一股勁，不求身剛強，補藥多半無益有損，於定道不宜。成都有李居士，開西藥房，老太爺常吃新出補藥，如維他命等，以服勤故，需養料少，不食亦不饑，久之腸胃縮小，不能食，身弱無力，以藥力故，亦不死，痛苦萬狀，無藥可治。法師常食銀耳牛奶，老年多得噎病。貴藥非養人之物，好吃補藥，皆由不念無常。人必有一死，死二次不要，一次免不了。身強好事，轉增煩擾。老病體弱，必不得已服藥，不可常服，慣則無效。熱藥提神，尤不可吃。趕經懺和學講經法師，以參茸等刺激，如火上澆油，五蓋貪欲增盛難治，甚至因此犯戒還俗。有病須服者，應由醫生決定，不可習以爲常。

自掉乃至嚴飾身，此

四、世間所謂衛生之理，佛法另有衛生之道，與此不同。

但欲令身住者，

謂飲食僅爲維持生命不死，如食子肉，不起貪樂。

不起瞋患者，

緣饑生苦，由身中蟲不安故。飲食愛不愛吃，亦由身中蟲

之習慣，可轉變。大家吃玉莢，現在亦成習慣，好吃不好吃，不在物本身，任何美食，日日食之亦厭。佛食馬麥，亦成爲甘露味。美味，即是刺激舌根，味素、糖精皆是鹼類，食不知量則病，病則任何美味亦不好吃。見他得美飲食，如已享受，不生憎嫉，應修慈心喜心。

欲修梵行者，

受食但爲支身，能修聖道，此外更不過分追求。

憎愛金剛

即堅固我執，我執不易見，從憎愛上見。四大色身是我所，想

吃之心即我執，此習氣難除。故九龍崗吃爛洋芋，就有人發脾氣要走，若得壞飲食，便說此物太不能吃，是非人生活，於是生憎；若得好飲食，便想以後再吃，於彼生愛。此堅固我執，修內慧行刻意方知，而於飲食上易見。若將此堅固我執轉移在三學上，亦名金剛。

不求利者：

起邪命者，多爲飲食，於食知止足，自離邪命，於此等關頭皆

能打破。四大不習慣，雖能生病，但習慣可以調養轉移，今日食過度，明日即應減食，宿食未消，又照常食量食，病必增劇，知足少營，爲進道之要。那摩老格西，除夕日，惟飲白開水，處之泰然。告侍者言，除夕俗人營辦飲食，追討債欠，各各紛

擾甚苦，豈能如我等飲白開水安閒靜坐。老格西在那摩寺住四十餘年，非無困難，以有智慧，則任何困難能度過也。老格西以精進第一著稱，從拉薩磧長頭到五臺，十餘年始達。住十方堂每日禮大寶塔，又若干年始回藏。在那摩寺四十餘年，能安穩住者，加行因緣具足故。我去時老格西已年八十餘，親近三年，惟講一《朵麻儀軌》，所言皆一生經驗，遇重要處則反復再三。有前人經驗，少走許多彎路；全憑自己試驗，得到經驗時，已經吃虧了。若不能將飲食放下，就修不成定。樂速通行，四通行之一。初修根鈍，三五年不得利益，是苦遲通行。久修漸慣，則能迅疾，爲苦速通行。再久則不以爲苦，如勞動久則成習慣，不以爲難，名樂遲通行。再久久更善巧快利，名樂速通行。飲食之關能過，即修行能樂速成就。

第十二，釋勤精進不睡眠。

障礙法即五蓋等惡不善法。如獅子卧者，獅子卧而不睡，防小蟲入其耳鼻。精進之人慎防微細煩惱，亦應如是。初修睡眠多，是往昔生中入蟄之習氣，要經過精進警策，習氣方能轉移。成都昌圓法師，四十餘晝夜拜經，疲極倒地，此後睡眠遂少。除病外，比丘正規，惟中夜四小時，是應休息之時間。

第十三，釋離障礙法。

障礙法即五蓋。當參考《大小持戒捷度》斷除五蓋文。《大小持戒捷度》全文，每日應念，是四分律藏之總持，能攝一切戒，七衆所共學也。今當略釋每日聽講時所念諸根律儀下之文。

修集者，謂修聖戒，日有精進，漸次積集。**著即五欲五蓋。**雖視色者，雖護眼根，然當顧者，仍然瞻視。**劫者**，沾附，爲境牽引而去。**觸者**，根與境接觸。入者，領納接受。**鞣即纏繩**，以喻正念，根若放逸，攝之令回。**鞭者**，正知，若懈怠不注意，當策之令警。**馬即自心**，當制令調馴。從前北京宣武門外發生車差，一差二三日，車馬連接數里，車上人不得下，在車上過夜，今路寬，交通秩序好，已無此現象。發生車差原因，由於駕車者不聽崗警指揮，前車已發生事故，後車不肯繞道避開，總想從旁梭，過去一個，碰上一個，從此久久不得解決。心若不受駕馭，隨世俗習氣羈絆，亦復如是。

食知知足，本論已詳。**無有增減者**，食有定量，不要好吃就多吃。**無事者**，無五欲五蓋。**精進恬寤者**，所修隨時在念。佛像盒子名恬寤，常念與佛不離。不淨之地不行，行已行處也。睡勿伸足，令足冷也。勿托腮，手心有熱。手勿置心上，

多惡夢。右脅卧者，飲食易消。若但右脅卧身痛，是睡時過久，當起坐，或者經行。

念無錯亂者，修四念處。四諦之理，不可空談無着，應放在具體事物上修。初步即在身上修身念處，觀身無常、苦、無我、不淨，三皈依觀有入手修法。**內身**，自己現前假合之身。**外身者**，過去未來之身、及他人之身。**內外身**，二者皆有。慳貪、憂惱，皆是蓋。**常爾一心者**，常念所修不離。如人行遠道，若走捷路，不與大隊共行，設遇危難，無人救助。能不掉隊，則無危險。修行亦如是，不離所修，即行已行處，如鷄孵卵，念念不忘。栽樹子勞動亦不忘正念，五解脫處中，有隨一定相，亦能成就解脫也。

斷除五蓋，是助緣，亦是正修。手中端着大磐石，就無法端茶碗。五蓋不丟，無法修定，亦如是。修定亦為斷蓋。**阿蘭若即靜地。樹下住**，亦有廊下坐者。從前北京戒台寺，有一老修行，終年廊下坐，木凳上有一草席，別無他物。斷除貪蓋修不淨觀，斷除瞋蓋修四無量，各種斷蓋之法，即是道。修慈悲心，即能消除怨對。或謂我除彼不除，奈何？但汝瞋恚解除，彼不解除，不關汝事。惟州李小峰，曾在金山高旻住禪堂數年，後學三皈依觀甚歡喜，有同事某與之有宿嫌，每日上下班必相遇，皆避面而行，依三皈依觀，將怨家仇人放在面前，為作加

持，久之，遇其人即不復掉頭相避，但其人見李小峰仍不顧，一日其人無心回顧見李，李對之舒顏含笑，彼人亦不得已點頭招呼，以後相逢，便都不掉頭了。掉悔中惡事應悔，好事若悔，則無功德。惡事不作，好事不悔，則無悔。掉舉對治之法就是放下。有疑則不住於善法，信心不生故。

斷貪如脫奴者，人有所貪，即爲彼奴役，追求財色，是自己委身爲奴，斷貪脫奴，比放假舒服得多。嗔如負債者，嗔起斗争殺害，皆是對人不起，如負人債，常畏見面索償。對治嗔恚修四無量心，不唯釋怨對，且能度他，故如還本之外復有餘財養活妻子，慈悲心是另一套本錢也。睡眠如病者，多睡面腫，飲食不消，如人患病。修定必經過一度嚴重睡眠蓋。中峰國師在五臺見文殊，令回西天目修行，睡眠多，有孤樹懸絕壑上，坐其上修定，睡則有顛墮之危，初時能警心不睡，久之習慣不懼，仍睡，遂顛墮，韋陀接之得免於難，自此方斷睡眠，故西天目大殿奉韋陀。西藏治睡眠，與以美食，令多日安卧不許起，重者睡之百日，則睡眠蓋愈。掉舉如繫閉牢獄者，獄中之人，怖罪憂讒，掉悔最多故。斷疑如度曠野者，生信則於生死曠野無所畏故。疑由少慧，生慧應依聞思修。勿恃自己學問經驗多，便無可疑。道高一尺魔高一丈，不如法學修，學問經驗多，愈多疑也。

離此五蓋，方能起離生喜樂而入初禪。上文每段末皆說其心安樂，即喻初禪離生喜樂。未斷諸蓋，令心染污，染污即爲諸蓋沾附，令人糊塗。諸蓋之中，特提欲，以彼是生死故。覺觀是初禪修法入手處。佛所教禪法，與後禪宗不同者，禪宗方法簡單，惟參一句話頭，如「念佛是誰」等，佛所教之法全備。依四諦之理，於身受心法事上修。四念處中，先修身念處。身者自身，四諦之法，即在自身上修。淺者爲覺，深者爲觀。若出障，即是五蓋。蓋爲障，即斷蓋，蓋斷然後能起覺觀。蓋不斷，苦集滅道擺在面前不知也。此三者須結合，簡單一法，不能成就四禪。

論中說五蓋過患，舍利弗先引佛說，五蓋是損智慧法，以彼即是無明故。五蓋不去，智慧之水，反滋煩惱，正修枯竭。自己聽經不懂，爲他宣說，如隔靴搔癢，不能洽心，慧行不能增進，四阿含經義，如一盤散沙，不能攝持，更不能得超勝禪證。

次舍利弗自釋五蓋名障礙義，經中所說簡單，實不簡單。能起多種纏縛，是障之首。令人身心不安，修定不昏沉便妄想，此中一混，便是幾十年。結者，自不願解之煩惱。五鈍使者，貪、瞋、癡、慢、疑。五利使者，身見、邊見、邪見、見取、戒禁取。利使是上級，鈍使是下級。發號施令，使人入罪，衆生聽命於十使，較奉聖

旨，猶有過之。有五蓋者，必爲十使所使。

清白明了，即是覺觀，五蓋是所應覺。慧行刻意，先修五蓋，先知道名字，境界現前能識。清淨法，是應修的善法，如兄弟朋友，障礙法，即五蓋，如盜賊，應當辨別，不可引盜賊打兄弟，故須事先覺察，勿令障礙擴充不可收拾。簡單之法，如人丹等不能治大病，完備之法，須努力修，費工夫，不容易。價錢大，方能得特效藥。此論助行正行，皆有因緣，條件甚多，即是特效藥也。上文所說助行因緣十三法，應好生念修。正行因緣，分斷修二科，斷仍是斷五蓋，蓋未斷，如盜賊塞途，則道不能行也。離五蓋，定即成就。故斷修同時，如秤二頭，低昂時等。前助行十三法，即正修之粗者，漸次歸入正修。本論四禪，內容複雜，複雜然後條件完備。攝之者，《菩提道次第》，《三皈依觀》則更簡單，儀軌組織之，則成特效藥，爲真完備。分兩够，然後能除病。蓋不去，則三學修不成。四禪是禪，亦是道。本論說有次第，亦有方便善巧，合二者成就一心，是佛法要點，亦佛從自己經驗所得之方法，故無缺點，無過失。若不依此學，百千三昧，皆於我等不相干，後談法空，多墮惡取邪見。儀軌是特效藥，不能解義，先背誦。佛說五解脫處，大聲讀誦，是其一，五種具備，易入四禪，但是一種，亦能成就解脫。病人當遵醫囑，我等不可不遵佛說。佛法之廣如大海水，誰亦不能吸盡，蚊蚋之細，蛟龍之大，各飲飽其腹也。

大科第二，明正行因緣，分二：一斷，二修。斷中分二：初斷五蓋，二離欲惡不善法。

若不能斷蓋離欲，隨依一觀法起修，亦有能起初禪者，然與外道所得定無大差別。修初禪從斷蓋入，由離蓋而生身心喜樂，得一心，即是初禪。四禪之開端，皆在初禪中，故初禪即包含一切禪法。《楞伽經》等說「初地即爲入」，初禪即佛法總道。道、次第、法相、定，皆在其中。知此即名「相見道」。如行路者已知里程。十三助行因緣，是行程之始，有雖知里程而不行、或行而緩慢、或乏缺路費、或患病脚痛，但知路程，終久則到。相似見道，亦是佛所贊嘆。故此次學禪定，品要求不高，只能知道就行了。

斷五蓋

云何斷？舍利弗云離、滅、沒、除。斷難頓斷，先求不與五蓋俱，名離。先須於起五蓋之境及五蓋之相認識。認識五蓋過失，知道離蓋的方便。認識與遠離的方便，都要根據別解脫戒。因此別解脫戒與定就結合起來了。滅者，暫時能離，遇境五蓋又起。於戒不忘，能辨識內惑外境，有多種方便，令罪不生，能勝蓋障。

沒者，能滅則蓋障不起現行，種子潛伏，如魚藏石隙，沒於水底。除者，潛伏之魚，以香餌引升之，細碎之魚，以密網羅捕之，悉令淨盡，如殺敵人，復澆洋油，焚其尸體，永無後患，所謂夜不關門。戲院中修定，即是用香餌引魚，但要有離滅方便，方能不出事。五蓋過失，即《大小持戒捷度》所說如奴負債等。不擾者，五蓋種子無力，不能擾定也。滅諦理謂空無我等。離、滅、沒、除，是斷蓋之總次第。

五蓋是心垢，心體本淨，為煩惱所染而垢污，若境淨，則心亦易淨，故須得善教善友善衆，藉之為境而洗除之。如衣有垢，必於淨水中洗，若以濁水洗之，其垢愈甚。

離欲惡不善法

離欲惡不善法中，先明離所離之欲，欲者五欲，一般謂即五塵境，此中特指明五塵非真欲，對五塵境所起之貪方是欲。求那即是極微，析之無體，唯有功能，水濕火熱，地堅風動，四大唯是功能。如電燈，吾人只知開之即能照明，電之本體不能舉以示人也。如是微塵，多緣和合而起，極為複雜，剎那生滅，迅速變壞，體非常住，此理與現代科學發明頗合。勝論數論學者，印度今尚有之，其說已於陳

那《因明論》中破訖。數論所說求那物質，佛教亦承認，但分之即無自性，皆緣起有，此物質外境，佛法說非欲，對彼貪着之心方是欲。於外境求離欲，是外道法。佛法但令心離欲，心不染着，則於外境無關也。色是欲境，體是無性，彼非是欲，對境所起貪着之心，方是真欲。於五欲境沾附愛染名貪，再再染着名重貪。欲即是漏，有漏皆苦。於彼過患不見，雖見而不肯離，如蠶自縛名堪忍。繫着即是牽纏。

惡不善法謂身口意惡行。別解脫戒制身口惡行，諸根律儀制意惡行。戒重身口，定重意業。初修於定中不說意業，粗身口惡行斷，意之細惡行亦斷，身口聽命於意也。三業入正者，入於菩提涅槃之正道也。微細相續轉變差別名業道（參考《俱舍論》十三卷九頁）。五十一心，是心之作用，心如日，心所如日光。無緣者，八風由內識種起，不必待外境為緣也。**非受法**謂此識種未起現行，不受苦樂報，於修定時，亦是應斷之惡不善法，此就斷種子說，故僅僅修戒不夠，必須修定，但不依戒，則現行尚不能滅，種子更不能滅。凡夫隨煩惱轉，視為當然，四禪覺觀微細之理，不修如何能知，能聞此理，亦是世間希有之事。此法修行，不限定坐時方用心。昔祖訶人，坐着只是一團死肉，要會用心覺察煩惱，與之遠離。不坐不行，死坐亦不行，道理和次第，應先知道，然後用功，方有下手處。

佛說、離欲應在內心欲染上治，有人因此遂認爲外境事上無關係。外境打得過，就無關係；打不過，不是沒關係。有人說在床上與女人共卧一夜無欲心，云何後犯根本戒？有無欲心，要自己才知道，一次二次對境能離染境，更嚴重了能不能離？只在心上斷，五欲境不能認識。應從心境雙方用力。離之法，離、滅、沒、除，應如滅諦四相次第修。修覺觀之綱要，即對五蓋起覺觀。念經即修覺觀，勿以爲無益耽擱時間，粗略憶念是覺，再再細修是觀。初修必須念誦，宗喀巴大師傳派所組成儀軌，將觀修要點分門別類列出，隨文觀想是覺，擇要提出專修是觀。緬甸、錫蘭亦有念誦修觀之法，即四阿含要義之纂集、四禪四諦八正道十二因緣等理，組織雖不同，方法則一。《俱舍論》卷一云：「如佛世尊處處散說阿毗達磨，大德迦多衍尼子等諸大聲聞結集安置，猶如大德法救所集無常品等鄔陀南頌。」此《俱舍》應與經論合修之理。世親菩薩曾提出，後人未注意。四阿含中各人修行相應之法，應各各錄出專修。

《俱舍·業品》隨《世品》文來，世間六道差別，非由創世主尊等所造，乃由業生。思爲意業，思所作，爲身語業。五遍行中思心所名思，無表及思皆名道，以隨心轉故。如殺是身業，從殺乃至受報中間隨轉者，皆名道。《俱舍》說，世間論中說業與業道同，彼論中說者，世親說只是粗業，若以《舍利弗毗曇》，業之名相，有百

餘種，有粗業欲界繫，此中所說十不善業道屬之；有細業色界繫，定中不能起殺等粗業故；有微業無色界繫，無色無身口二業故。四禪通三界，欲界身亦能起色界定故。身口七支是業，亦是業道。定中七支不起，而所作業不失，即由微細相續轉變不斷，此即名業道。對別解脫戒說，唯就七支說名業道，以唯七支有身口作用現行故。對定說，意業亦名業道，道即微行，亦即遍行。世親二義均取。別解脫戒制在七支，意業隱微，制令不犯，是意功能。外道問佛，佛弟子便無三毒邪？佛言雖有三毒而不起作用，如蛇雖有毒，以咒力制伏，即不爲害。白四羯磨，受戒不敢犯，三毒即不能爲害。戒雖只制身口，亦暗制意業，如不得以手擬人，即制瞋也。戒、制三惡現行，定、重要去三惡業種子。戒定合修，則成就速。

復次貪欲 等，是現行煩惱，對境而起。當先學《慧行刻意》，事前覺察，預爲之防。如爐中紅炭不捉，不待思考而能。臨境界現前，當以別解脫戒辯識防制，最下亦應能記略頌，方能粗知取捨，若自作方便以爲善巧，顧此失彼，才脫於火，又入於水，不可以世智應付也。臨時不能防，事後方知，應深挖拔除煩惱根本。不可輕視小罪。針入水則沉，鐵船入水不沉，是有無方便差別，佛說喻應思。

（著重深思）

復次邪見等是惡不善法，此是智慧垢膩。垢如灰塵，拂之可去，膩者積穢，洗

之難除。邪正之分，以四法印爲準。諸行無常，於有爲上執常，即是邪見。諸法無我，事事爲我打算，即爲邪見。有漏皆苦，修定爲斷漏，即斷苦也，不爲斷漏修行，即是邪見。涅槃寂靜，涅槃即解脫。有人說，涅槃是哄人的，沒有那個東西。涅槃常樂我淨，是比喻，本來沒有東西，繩解了，人就能走路，却不是哄人的。俗情求道，即是以世俗利害關係而修行。想當法師，受人恭敬供養；想當老和尚，住退院寮，清閑享受。無三學趣向，皆名俗情求道，當依《慧行刻意》逐條專意刻修，於內外魔事能辯識有主見，要點在覺察我執內魔。不問修定不修定，時時覺照。勞動時亦可用功。作任何世間法，皆不可離佛法。不久要去挖糞，糞即是煩惱，此事即是除煩惱。集中者，心力集中，即是定也。

離欲惡不善法之方便，即是有覺有觀，覺觀之法，總攝於此書。聽講之後，應讀誦論文，看註解，每個字涵義甚多，勿厭煩，想求簡單之法，法簡即不能開智慧。對治之法，擇其尤甚者而先滅之，滅已便勿再近。戒烟者，不可靠烟盤，戒酒者，不可陪人飲。

正住者，三學已所行處。定道定境即是自己所修，如四禪修定，或三皈依觀。定力即是射力。依止即自心歸宿處。隨俗情即順人情，不可作的事，別人勸又去作了。

以上一大套是下手修定之法，是釋迦佛老方法。與坐起守某一點的方法不同，彼是單方，此是精煉之西藥也。學者應將腦中過去未來現在妄想丟掉，求文殊加被，方能接受。能知大概，亦爲希有。此法是古物，能知即成識古物者也。

七聖財：信、戒、慚、愧、聞、施、慧，或信、戒、聞、慚、愧、捨、慧，或信、戒、慚、愧、多聞、智慧、捨離。

以上斷法之因緣竟。

以下正修之因緣者，即是正修四根本定。今初，

初禪總相分三：

第一，有覺有觀。

覺之義有三：（一）如夢覺，（二）能簡擇，（三）正語前之覺心。此是粗義。觀之義，謂緣定境作意，安住于定，簡擇諸法等於正思維。覺淺而粗，觀深而細。如覺飛來名覺，如觀鳥飲啄名觀。覺觀即尋伺。尋伺通世間，覺觀唯在定道。本道場修行方法，即由覺觀入。初知名覺，深究名觀。覺觀必依念誦。由念誦攝文字爲根本，覺觀方有依據。由念誦起微行，微行者，不可見之細心行也。行即轉變，念一次，心上起一次轉變，熏種成熟，如樹上果從青轉紅，非頓然突變。轉變隱微，人所不覺，熏習久則起作用。修覺觀，初禪方有入手處。達摩來時，中國人多學教，不修定。覺觀方法，多不能用到定上，故不用初禪，直用二禪法，教將教理放下，從內淨信修起，成就之人甚多，此大菩薩應機施教也。傳至後世，由未寧

教，不知法相，不能直入二禪；又不成就人。本論所說，是釋迦老方法。宗大師菩提道次第，亦同此意，非隨自意樂施設。離生喜樂。云何能離？其方便隱於行覺觀之內，後當別明。

第二，離生喜樂。

外道法，不知從離欲等而生喜樂，偶爾生起，旋即退失，亦無作用，勉強持久，或反成病。佛教修離之法，自十三助行因緣乃至八忍八智（參考《現證莊嚴論》）皆是行，是方便智，是成就。由離生樂，如《大小持戒捷度》說如奴負債等喻，由離五蓋及欲惡不善法而生喜樂，是佛定道正軌。以枯坐無想爲定，是外道見。

第三，釋初禪五支相。

初舉五支名，知入有次第，不可躁急求速，佛非率爾可成也。

次釋覺、明，即無明之對治。儀軌中不解之處，聽講便明白，即是覺。僅聞不足，又加以思修，思想轉變，生起覺悟，始是真覺。社會主義學習，亦爲令生覺

悟，轉變思想也。勿以爲出家應清閑養道，何苦還要如此操心。此是修行之要，不只是學問也。

次釋觀者，與九種毗鉢舍那所說，又是另一方式。心行者，久修由粗入細，純淨不雜，善得方便，於法愛樂。由種熏種，醞釀轉變，微細難知，非深定不見。雖不可見而非斷絕。若修行人於本修不復繫念，決心放捨，於彼微行，即成中斷。但念不放捨，未修之時，亦有微行。若修禪人不知此理，則其修行必墮於生硬勉強。津液者，離生增長，乃至觸證初起。身四大轉變起暖等名觸。心通達諦理，知無常苦等名證。外道唯在觸上用功，佛法則二者兼備。有觸無證，同外道法；有證無觸，身無堪能，不能安坐。觸證初起，身心輕健，五蓋煩惱減少，是其微相。微觀者，心行、順行、微行、津液等，轉更深細。義相是教理，觸證是定相，二者必兼備。伏流即種熏種。如前天開會之事，現在又能憶念，不憶之時，彼在何處，即是伏流。勞動之時，仍有所修之伏流也。

次釋喜踴躍者，人欣喜時心舉不能抑制之相。佛法之喜，由離世憂苦而生，不同世人尋樂，轉增疲苦。喜即是觸，或覺身壯大，或覺身輕舉，或忽如忘身，其相非一，皆初起觸之相。

樂忍者，心於義理認可。小學生算出算術難問題，學者寫成一篇杰作，我等

聞蘇聯人民現在每日勞動四小時，我國重工業建設成就，我等亦可學蘇聯人民，心理上所生之樂受、名樂。

一心 正念正知，從覺觀出。不沉不掉，從喜樂出。等引等持，從微行出。心一境性，是所得果。四禪皆以得定爲主，定從喜樂生，無喜樂則心不安住，不能得定。喜樂從覺觀生，故覺觀是入初禪主因。

今講本論，是爲修行，不是只講書。若只當講書，佛法修行與勞動割裂開來，所得成就，只是理路清楚而已。一遇事打岔，佛法就跑了，等於沒有。（通病應注意）覺觀廣義，攝佛四十九年所說一代時教，內容太廣，還要能將教理會在覺觀上修，初步甚難。總略言之，教理總歸四諦，修四諦所依之處，即四念處。初修依身念處，細身即受心法皆攝。身念處在《舍利弗毗曇》中，即十一支道之第一支。認識煩惱，最初依別解脫戒，《辯識阿含》及《舍利弗毗曇·煩惱品》，助以四無量心修法，斷除嗔垢，爲定道掃清道路。卅七品，則爲始終修行所需。中間五部法相皆可加入。預行，應先學《集異門足論》，不經此，教理不能清楚。從覺觀入手修行之法，無人深研。天台、賢首、禪宗，皆別創一法，唯此論是佛原始老辦法，僅能聽聞增長知識，亦已難得，況能依法修行。今講四禪，即是佛教法之總體，如永字八法是書法之總，四禪是定道之總，故稱根本禪。《大小持戒捷度》是律經，內容與

本論大同。四阿含中、佛多處說四禪，對機施教，隱顯互見，論主會歸本論，故本論文最完備。助行因緣十三種及正行因緣斷修分別，尤爲論主慈悲特別提出。學者欲求乎上，僅得乎中，故選此書從廣大門入，庶學者雖有所忘失，亦有一分收穫也。

爲後世之人不能廣學，宗喀巴大師始組織《菩提道次第廣論》。禪法之要在止觀。三士道與止觀合，即《菩提道次第》覺觀之內容。根本四禪內，中觀在二禪階段修；三禪廣開，即《現證莊嚴論》內容；四禪是前三禪之總束。《菩提道次第》則將中觀置于最後止觀章中。

覺觀內容，以佛四十九年說法爲廣，以《菩提道次第》爲中，以本論爲略。總結言之，覺觀通聞思修之慧，先預備十三助行因緣，分攝三學，總歸於戒，故覺觀以戒爲先。學法從念誦廣頌起，將書縫一小布袋，佩帶身上，隨時有空就讀，求其能背。若只隨便看看，如水瓢上寫字，不久即脫落。分段讀誦，不可求速。初僧殘，次諸墮罪，觀已病所在，針對使之斷除，如是起覺觀，二三年即有力。背不得，多看多念，水瓢寫字，脫了又填，久久亦成痕迹，如是將法建立在心上，即八正道之正思維也。

修定之法，本論及《大小持戒捷度》所說四種觀想，能攝一切生圓次第。廣大

生圓次第，宗喀巴大師所提出者廿一種，聚巴所修三種，本道場所修一種，（能修三種者亦可修）悉攝其中。不知根本禪法，修至高深處，易入歧途。知此，則不致走錯路，以後學生圓次第，隨專修何法均可。四禪觀想，每天可全修一次或數次，現在不用，以後有用。

已修覺觀，然後捨覺觀，方能入二禪。若未經覺觀直入二禪，非真二禪，自不能入三禪。廣大教理及利生之法，皆在三禪。三禪念智，從奢摩他毗鉢舍那出，非同覺觀只是有漏心。聞思修慧三禪之樂，是意身受法樂，非同二禪樂。三禪念智之相，論自釋云「如諸聖人解」云等。（見四十九頁）

「顯示」云等，是利生之作用。由修行力、功德流露不能掩覆，名「顯示」。若於初禪未修覺觀，於法又囿圖吞棗，無所補益，在三禪中即不能起用。四根本定有大乘法，在三禪中埋沒於小乘，是世之大錯。

「顯示」等，是利生之要領，詳見《現證莊嚴論》。「如諸聖人解」即是須審察所證與聖人解合否。此即上文所謂還滾水口，修行須回顧檢查，密法中處處用此法。自初禪至三禪，如造屋自奠基結構雕琢已就，四禪總結，只加以髹漆瑩飾而已。覺觀、是四禪基礎，皆不可少。開悟才學，已來不及。二禪開悟，即懶學法相，如考取格西後即無心再學五部也。本論於此等病，悉皆防治。三學齊修雖不易，

但盡此一生做去，一生不成，發願二生繼續再修，願力堅定，最多十六生必成就，此密法中依果向分位說。實際但得初禪，以後進修即易。楞伽說「初禪即爲入」。四禪即八地，初禪即初地，得初禪即得具四禪功德，四禪要點皆已具備故。通經教者、多不肯修定，修定者、多不好學，呆坐無覺觀，煩惱不能識，養病無異，不死不活，故世人皆以和尚爲無用。不愛修定者，以爲坐起多妄想昏沉，不如鑽研教理，反無沉掉，久學無所獲，不知下手方便，喜樂不生，空理理想，無實事會通，久則生厭，以爲佛法不過如此，遂捨此他求，甚至退而學於外道有之，尤爲危險。應覺觀與離生喜樂兼顧合修，以得一心爲究竟。初禪有覺有觀，中間經過無覺唯觀，到無覺無觀，方入二禪。此在《瑜伽師地論》爲有尋有伺、無尋唯伺、無尋無伺三地。二禪與禪宗同而不同。禪宗越過初禪，直入中觀。二禪經過初禪，由覺觀一心經驗生內淨信，又由厭覺觀求息心，然後利用此機會而入二禪，故此世間外道、小乘大乘、諦、緣、度等，悉皆遮破入於中觀，將初禪一套丟完，無覺無觀，方入二禪。捨二禪提起念知，於定中最極決擇，而起近了，解決初禪覺觀未解決之疑難，諸曰如聖人解。《現證莊嚴論》「堅穩自行，及隨順熾然利他」；十三助行因緣及離欲惡不善法，是堅穩自行；三禪以前隨力教人，是隨順利他；三禪方能熾然利他。四禪回顧檢查疏通結滯，離欲最極清淨，故說爲着鮮白衣等。以上總說

四禪，有智者於此得益，方能發起覺觀。《集異門足論》未學過，一面講四禪理趣，一面又講名詞，初學者即混淆不清。不死，我們就盡學，活一二百歲，就學一二百歲，我說，有人聽我就講，你們說，有人講我就聽，就合作起來了。修長壽法可以留壽，所以不用開快車，覺觀喜樂，弄清一個法相，就起一個作用。覺觀是慧，喜樂是定，離生是戒，初禪五支，即攝三學。由覺修觀，喜樂縱不生，覺觀必增上。喜樂差別，後當廣明。

已釋初禪五支之相。

次釋禪有七義，

明禪之始末中間次第究竟目標。禪與定不同，定唯一心，禪須具五支。七義者：

一、捨心垢名禪。

謂能離蓋及欲惡不善法，改轉煩惱習氣。定之功力，不在境界上看，在捨心垢上看。不捨者，依戒對治。所治心垢，不能盡述，皆詳於戒律中。如緣捨者，依四無量心對治瞋等，密法妥巴寶瓶等皆緣捨者。外緣事境，謂世間外緣及攝僧方便等。

一戒可治多事。如「非時不入村」，爲賭博制，非但防止賭博，亦防非時食。家等七共欲染只七事，十三僧殘、九十波逸提皆在其中。制非時食，則卅捨墮中所犯者少矣。由戒、捨欲惡不善法，此是正禪法。

二、能斷煩惱名禪。不但方便捨離，能根本除斷種子，即是盡智。捨如病人痛苦稍減，斷如病愈。如戒烟者，戒烟丸也不用吃，方名爲斷。入定能坐多少天，雖亦是定，但得力與否，要看煩惱斷未斷，作事錯不錯，臨境能否辨識，事先能否覺察。人說老修行脾氣大，實際要能斷煩惱，方得名老修行。微細煩惱，如《舍利弗毗曇》所說煩惱品卅八種恃、七共欲染等，是此中緊要學修科目，此多見於《中阿含》，舍利弗集出之，依此審察觀覺，能照見微細我執，由斷煩惱力，測知定力深淺。

對治力是外緣方便，定力是內緣。

三、得現世樂行名禪。

由捨離斷除之力，有二、三年，或不定時間，即生出定境喜觸。由事定而心定，故安靜樂住，必由依戒離蓋而生。若不依此次第、偏重現法樂住，同外道法強令起觸，後必出病，無法可治。由戒生定者，安穩無弊，如水有堤，則不橫流。否則、道高一尺魔高一丈，得樂後比常人煩惱更盛，犯戒者甚多。古來聰明人多中此病，故煩惱未斷，戒不嚴密，縱將得定，護法神亦遮止也。

修一點行，煩惱來的力更猛，俗稱業識種子發。勿謂年老，年老犯戒者甚多，有修行人犯者更多。如上海人年九十餘、六十餘歲方還俗，皆由從前修行唯在功德苦行上着力，未從斷煩惱下手。

四、明了熾盛淨名禪。

得現法樂住以後，不可便以爲無修無證。若不得進修方便，或出禪病不知對治，便廢先所修，還作世間俗務，不犯戒養老吃素酒打小牌，猶是品德高者，甚者，一反從前所爲，已先所痛恨之惡事亦爲之。故得現法樂住已，應有方便前進，求更明了清白；若不能，當回顧從前修法，從頭再修，求其病患所在。如大雲新雨之後是佛所說觀境之喻。夏日鬱熱，快雨初止，風雷已息，園林如洗，車馬未出，塵埃未起，鳥獸潛伏，萬籟無聲，霖雨無雲，內心煩熱洗淨，此境常思，攝心於境，覺觀漸息，此是二禪前相。

五、甚深妙義，專著智慧。

住謂於所得明了熾盛等能把握。妙義者，難達之密意，若不通達，必求通達而後已。比較覺觀更深之毗鉢舍那，是二禪之基礎也。

六、初禪中心、心所法，是惡法種子斷除後、由定力所生之善法。受即正受。

想即正思維。見等即正見。解脫謂由定所起之心解脫。除即輕安，信謂於定生信愛樂。以如是等善法成就正念，念是正修，正念成就，即能生智慧。隨色即無表色。

七、心住、正住方爲禪。

前六者皆修禪之次第，不名爲禪，是隨禪法，如前五度不名般若。心住是前六所得之果，是禪之體，方名爲禪。若有第一、第二、第三必起。起已應乘勢深入，不可鬆手，所謂打鐵趁熱也。有由加持得者，亦應乘加持力繼續進修，求更光明廣大。若得境界，僅僅生信，更不進修，饑來吃飯困來眠，應更問生死已了否？若未了，應說得定後應如何？下文云「護持威儀住行微行」，**護持威儀住者**，於戒更加謹嚴，不可自詡老法師老和尚，旁人亦來捧場，便放縱自便。應將自己學處，更清理整頓，嚴護威儀，愛護微戒懼如金剛。如是，佛必加被，護法歡喜。**行微行者**，如鷄解卵，驅去復來，念念不忘，終有鷄卵出殼。若母鷄捨念，卵即變壞。得一心已，於本所修定相，應繼續時時繫心，有微細念不斷不捨，於初得定之因緣方便，所依之事，所住處所，乃至坐處方法姿勢，皆不可輕易更動。順先得定方法，不捨本修，繼續深入。雜者令純，粗者令細，淺者令深，然後能不退失，更引起殊勝定境。

以上七義，是初禪之始終要點、主要目標及中間方便次第。如人出門，五支是所求目的；七義是遭遇境界，捨心垢是第一站；斷煩惱是第二站；現法樂住，如到東臺，道路漸平易，飲食亦更好；入禪明了熾盛，如到太原，可坐火車，交通便利；住甚深妙義，如去參觀，見所未見。

心定是禪體，即是正知正念不放逸。順者，不隨我見，但隨順行。信欲者，由信所生之善法欲。不放逸，於晝三時、初夜後夜、一心覺觀。心住者，不沉不掉。有細昏沉，當善對治。午旦睡醒，淨水洗面，東方黎明，鳥獸未起，如於東臺頂，可望天津海，當於空曠處仰望長空，善取清明之相；或於中夜獨起，皓月當空，萬籟無聲，群動俱息，善取清涼寂靜之相。隨時觀之，以爲對治。護持之法，戒不可懈弛，當較新戒，尤爲敬慎。定不可放捨，不拘作何事，均繫念不忘，否則對定即失壞。如有智女人，雖出外勞動，家中嬰兒，隨時在念，工餘即回家乳兒，工作不廢，兒亦育大。無智女人，出外勞動，家中有兒，不復在念，收工之後，人約往臺山，便往臺山看戲，打牌消夜，乃至夜深不得回家，次日歸家，兒餓啼已死。此說勞動之時，於己所修，應隨時繫念。勞動之外，有空就修，勿爲無義之事所牽，將佛法置之度外。多親近：於本修不捨，復於同法、同行、善知識、善友、善衆、應親近不離，得其策勵匡扶之力，於所修成受想等心心數法，常伴不離，如與大衆結伴同行，不掉隊，必無危險，即《大小持戒捷度》所說「常爾一心」也。

以下示離生喜樂之法喻行相。

「若比丘」乃至「無有減少」，示離生喜樂。喜樂之相，差別甚多，身長大，輕舉，全身機能轉動，猶如觸電，調適愉悅。

先明身者，六十二見、身見爲首，如王如帥，餘見皆依彼起。如說此是補藥，則趨之恐後，說此是砒霜鋸水，則避之唯恐不及，一切趨樂避苦，皆唯身見之命是聽。身見去，即得初果。佛利用衆生身見，教弟子依身起修，外道則執此爲最勝，便不得出離。對治身見之時，身執應捨。生現法樂住時，身是所應依也。身者、各各衆生由不同惑業所感四大五蘊積聚而成。五蘊非我，五蘊之外無我，猶磚瓦木石非房屋，離磚瓦木石亦無房屋也。佛教羅睺羅及阿難常觀此義。衆生執我，多執有身外之我，身是我之所有，我是身之主宰，外道稱此爲真我，唯識家說是第七識。若身是我所有，當聽命於我，我不欲死，彼應不死，我不欲病，彼不應病，然實不爾，故知實無主宰此身之我，唯是虛妄想像，三量之中非量所攝。依五蘊安立假我，是比量攝。但初修不依此身、喜樂不起，定道難入，故依此幻身修行。離幻妄之欲蓋，能生智得果，緣起不虛。又此身者，正指比丘，亦攝七衆；以出世解脫無漏之心求別解脫戒，依戒離世間垢，究竟趣入涅槃聖道之身也。

同此性者，同一解脫性也。

遍滿眼等諸根者，外道生觸唯在身內，佛法則遍諸根境。如能觀法師常見極

樂境界，李小峰在太原聞五臺山上念經鼓，施劍翹數次聞異香，此外，或口中出甘美之味，身上跳動，或覺輕舉，五根皆有之。眼根變，則所見亦變。望遠鏡顯微鏡中所見不同，只是二片玻璃差別。又所見因意識而不同。如莊子說：極美女，唯好色者見爲美，女人見之妒嫉，嬰孩不識者見之畏怯，犬見則吠，魚鳥見之則逃矣。此意識轉變也。中峰見文殊淨土七寶莊嚴，此又由信心加持之力而起根認識之轉變。風息即出入息，修定正作用在此。脉風修法，已在三皈依觀法中總示端緒。無有減少者，得已護持之法，即護持威儀住、行微行。念不減少，定即無減少，當時時護念不失。今講此論，即爲便於大家勞動中用功。明日去勞動，即驗大家是否能行微行。

浴師、作擗，是離生喜樂之喻。**澡豆**，俗名皂角，以喻覺觀。所依之教法，廣則三藏，中則《菩提道次第》，略則本書也。細治者，喻教觀不可粗略，須經再再研磨煉修。器者，即是修行者身心。教法須在身心上起作用，不可法自法，人自人，互無交涉。善受者，如法求受。如所需物品，應或買或乞而得，非由盜竊或便宜拾得。**濯水**喻修定。有澡豆不洗者，聞而不修也，無澡豆、雖洗不淨者，少聞、無聞、盲修瞎練，終無成效也。雜揉捶練者，教觀禪定須調和，且須努力經久勤修。規範者，即是戒。如作餅餌，有麵有水，尚須人工技巧，事事如法，揉麵之板，太高太

低，安放不穩，揉麵之人，有病無力，其麵即不能調融適度，或雖調融，而沾以鼻涕，搔牛糞塵灰，人亦見而惡之。技術善巧，手續不錯，廚師有力，清潔無穢，此戒之事也。教觀是慧，禪定是定，規範是戒，三者不離，缺一不可，必須謹記。塑像調泥，其理亦爾。

不經定水調和，則法義不能融會，不起作用。欲界、法多定少，四空、定多法少，惟四禪定慧均等。定慧二足長短不齊則跛，世人每好益其所長而忽其所短，致跛者益跛。止觀均等，是定之要點。

水不見水者，不見之修定，即是微行。此段文應熟讀善觀。

此下分釋津液遍滿四相。

初生、正生、起、正起、觸證、名津。

生不可見，起可見，真諦中觀無生，而有緣生。三學爲緣和合，即有觸證生起，微行漸變，故隱微難知。竈中之火，如何令釜中水熱，不可見也。火是自相，柴竈風匣是他相，生火時則成共相，觸證是自相，三學是他相，生觸證時，則是共相。動機如釜中之水，始見融化，雖不覺暖，有暖之動機也。起則如水有暖覺。

漸開微行、未能增廣、名液。

初得觸證，再坐即不復起，人多遂廢棄不修，不知觸證起後，雖不再現，但如前續修，有不可見之微行也。鷄卵非一日孵出，蒸籠氣滿，饅頭方熟。等無間緣，即繼續不斷。增上緣即助緣。潛行即微行。處者、六處，支者、四肢，此部分起觸證而未廣也。

喜樂增廣，未到彼岸，名遍。

多分起而未周遍。外道之定，無法增廣，以唯定無慧故。三學不調和則緣不具，緣具則能增廣。不可今日一坐，明日不起觸證，便以爲此法不兌現也。

喜樂到彼岸名滿。

除毛髮爪齒以外，身分喜樂充滿也。

如是四相，通于四禪，是禪之總。若無喜樂觸，則證法義之智慧不充實，故得喜樂是修行必經之路，此理難言。古人所說，或就個人證境，或說一喻，或說一偈，以致學者無法得入。觸相多不明說，防外道盜取也。

水者，喻身中動機也，久則四大轉變，氣充實而爲風爲光，光明內外照，則成通慧，由觸發通，由光明開慧，不許說者，恐於此生執著，故先修而後又破斥。外道之法，即以佛法竊取點滴。此法不許遍傳，恐混成外道故。三皈依觀，應參看。

「如農夫初以水溉田」等爲喻，還滾水□者，求既到彼岸，復從水來之處流出也。喻以自修得之境，回觀初所學教觀，是否相合也。以皮住血，謂應隨文生解

也。

比丘亦如是等，法與喻合。味定者，貪着定味，於所得喜樂，執着不捨。修定生喜樂觸，爲成就止觀。了生死，如人出門，半途饑渴不能前進，稍息打尖，仍須動身，若貪此處飲食好，便停留不走，如何能到目的地。貪味，是有漏定總相，亦是外道定病根，執着久修，身上動機阻滯，不惟不能升進，且必出病患，每與修外道者言之，彼皆毛骨悚然。

「如世尊說」以下是論文。有罵者，即有生住異滅四相。緣生者，禪定亦緣生法。盡法者，緣生法必有盡，謂可與日月天地同壽者，日月天地亦有滅壞也。我所謂身，非我有者，謂無主宰此身之我。身是四大，異於四大之我，即俗所謂靈魂。但有四大無靈魂，即是死尸，但有靈魂無四大，即名爲鬼。我非死尸，亦非鬼也。五蘊假合而立名，我及我所皆無我，此是大般若之理。雖不應執實，但不經觸證，即無法修定。如實人念憶念者，如實曾得定人所起之念，以彼爲所憶念之境而修也。如渡河須舟梁，不應以舟爲家，亦不應將橋梁抬走。不知觸證之法，則修行費時，久而難成，若執觸證爲最勝，則成外道。佛說此等法門，別別對機，集而出之，則成各種生圓次第。其根本散在經論中，經論不顯明說，恐生執故，故此法門不可隨便宣說。

除身災等者，

顯修禪所得果報，

若於助行因緣留意，則於修行中間及究竟，無身災等病，有亦能愈。十三助行因緣中，將善知識、善親厚、善衆三者合爲一，即成十一，依此能得身不災，心不災等果。若助行因緣不具，則有身災心災等病。

一、愛護別解脫戒。種惡業因，由修定故，感報尤速，或令重報輕受。故於定境中，或事實環境上，遇痛苦刺激之境，或定中身發熱燒，或遇不測災禍，或暴病，皆是災。應努力修定，回憶自己於戒違犯之處，志心懺悔，則能消滅。若不知此理，惟在外緣醫藥上求滅苦，終難滅除。

二、缺失威儀。殘墮以下所攝，皆令人慚耻不安之事。

三、不行已行處，魔易壞戒，無保護故。捨離三學而不自知，諸苦所逼，進退失據，故應預爲約束堤防，勿令魔得其便。

四、持炬逆風而行，必須敬慎。老於修行者，則能察於隱微，防微杜漸，非如是不能成道，護法亦有幫助。荷池旁入定，嗅香，則爲守護神所呵，白衣着點墨，

則易見也。

五、焦者，白色變黑。清淨出離心受戒之時，潔白無染，墮犯戒黑法中，則如焦炭無用。

後六法中：一、斷邪命之內容，《大小持戒捷度》中所說甚多，應讀誦，戒條亦含在其中。自不愛者，行邪命者，必隱覆，自亦耻其所爲故。

二、不得修行方便，三學不能益，坐定不得好處，智慧不開，故不樂。

三、不攝諸根者，自己爲六根惹禍，定難調適。

四、禪觸自在名輕安，調食調眠方起。

五、知禪定之益，能信解，即是暖。

六、除者，輕安名除。除五蓋亦名除。

如是等苦，應知其真正因緣，勿徒於外境事上尋求。不求利者，謂不求世利，謂享受邪命、名譽地位等上面放下，得輕安樂，則不復貪世利，如牛食好料，則不復貪草。發好心，有善根，得加持，如法久修，必能得暖。暖必證涅槃。此是修定最初要求。修行之辦法，要各人說方便，不由勉強。政治學習，勞動生產，與修持的時間，應適當安排。全寺應有全寺之計劃，個人應有個人之計劃，是中國人，就應該知道中國政治，不知道政治，在全國人民當中，自己另一搞法，是要不得的。

勞動就是實踐，學習和勞動要達到總計劃的指標，不能落在別人後面。勞動爲了建設五臺山，是我們應該做的事，不要把勞動不當成佛法，建設五臺山，就是三寶事，對國家人民有好處，對我們自己更有好處。樹栽好了，以後我們修房子燒柴都方便。牲口養好，就省了人的勞力，自己方便，也便利後來的修行人。政府幫助我們規劃準備，我們生產就便宜，這就是政府給我們的大施主。勞動中能一心，起得起微行，進步快。此次講經，就是爲了大家勞動時間用，不會用，就勞動，福氣培起，經教禪定都會來。累了回來就坐，說累了就能坐，是外行話，說明他一次都沒坐過，只要坐五分鐘，就恢復了疲勞，至少可以坐半點鐘不昏沉，然後休息。一回來就睡，是自己安心要睡，是通常習慣。禪定品講到此處，勞動中用，二三年够用了，不精進的人，一生也修不完。受戒毘度講過，不會亂傳戒了。參觀令人思想轉變正確，比書本學習快，你們要去參觀都去，我也快要去開會了。二禪以上因大家準備材料不够，待以後學過《集異門論》，再講本書。

一九六〇年二月廿五日圓滿

慧行習練刻意成念記講錄

海公上師講授

弟子隆蓮筆記

慧行刻意之書種類甚多，約可攝爲三類：一、明斷煩惱之津要，二、明斷我執之津要，三、明大乘利他功德修習之津要。茲所講者，名曰《慧行習練刻意成念記》，屬於第一類。欲斷煩惱，必先認識環境，境界現前，對之有正確之認識，不起顛倒，即無煩惱。若於境不能正知，境界能令人顛倒，即環境便是魔事。本書自始至終廣論魔事，實即教人認識環境。天台小止觀亦言：每日十二時中各有專司之魔，若呼其名、彼即速避。猶如竊賊夜入人家，但聞主人言有賊，即當遁去，不敢行竊，以主人既有警覺，必有防備也。本書列舉魔之名相作業，令修行人於一魔事，皆能無倒認識防避對治，彼諸魔等自不能爲障害，故能降伏四魔，作用甚大。

慧者何，般若如是也。般若無相，寓於六度萬行，故曰慧行。若廢行而談慧，則慧亦無所用。故學本書者，必於《菩提道次第》等書，曾略聽聞修習，然後此書所言之理，處處有寄托。《菩提道次第》爲成就菩提之方便次第，慧行刻意即爲此方

便之善巧運用。正與本書合修之法，則爲《上師供》。《上師供》總攝大般若經第一會至第六會。第七會、攝於發明無我之慧行，第八會、攝於發明如夢幻等喻之慧行，第九會能斷般若，即正是本書所攝，本書亦即金剛經之註解。須菩提問云何應住、云何修行、云何降伏其心，本書即如是應住、如是修行、如是降伏其心之詳細說明。得此書，則金剛經之註釋可以不作。蓋本書多出自《大般若·魔事品》，益以師師相傳之傳承經驗，較之臆度揣測之解釋，大有優劣之別矣。

本書學修之時間，在學《定道資糧》以後。《定道資糧》最後，有覺魔一科，即是此書。覺魔即是認識環境，修定者無此不能得定，修慧無此不能斷煩惱，修細止觀者非此不能令心調柔，應事接物無此不能圓融方便。沙彌堂、應先學了知五花箭，學戒堂、應學了知四魔總相，加行堂、正應學修，金剛院、於此尤應努力。修二次第時可與此合修；若修二次第時於此未多修習，於修畢二次第後亦可專修此法。

「習練」者，修習義。若徒讀誦曉了文義，而未修習純熟，於應事接物時，即不能得心應手運用自如。故慧行刻意、有專修之儀軌。《上師供》、即總修慧行刻意之儀軌也。「刻意」是喻，言此慧行教授，應銘刻於心，使其深入而不忘也。「成念」者，即是刻意，銘刻於心，臨境不忘，則念成矣。此念即是正念，有正念方有正

知，故慧行刻意，又名正知正念之建築也。

「歸依十方」乃至「隨方攝引」者，歸敬上師，即是修慧行刻意儀軌之總攝也。修慧行刻意，全仗自力。依儀軌而修，即盡分激發運用自他二種之力也。此一段文，亦即《上師供》之縮本。

修《上師供》者，應先修皈依發心四無量心，次由菩提道次第、發起欲度父母衆生之意樂，觀自他苦、刺激其心，思如何方能解脫父母衆生之苦，心中略帶焦慮，然後憶念現法可以救度乃自成上師。《上師供》是修上師成就，亦即佛本尊之成就，三無分別故。此時心中由愁憂轉成幸樂，令觀境更加顯明，放光遍照十方，如三皈依之修法，加持父母衆生，與己身均成清淨，無惑業苦，身相廣大，恒常成就上師之身。次皈依、發心、加持供品、迎請福田聖衆而作供養。

「供養支」，是本儀軌之正修。「四種甘露」，是四部灌頂，即發心供養，「隨欲寶藏」，是戒之供養，「殊勝純潔心田」者，是十善心、菩提心、與解脫心供養，「大慈悲」者，喻如雨也。「淨業」者，成就之供養，「空旗」者，說般若法之供養，「普賢供雲」等者，以功德爲供養也，一切功德以供佛爲提綱，「天饌

「淨食」者、無上菩提供養也；「茶」者、加持，亦是法次第之供養；「甘露」者、內供成就之供養；「悅意妙齡」是後世之成就；「俱生障除」等者、是無上菩提成就之供養；「藥」者、斷煩惱之供養。此一科、是教相之慧行，「功德生源」一段、是實際功德之慧行。教相如習字之帖，功德則練習成就寫字之技能也。「福田正土」一段，則總攝菩提道次第之慧行、無我之慧行、悲心之慧行、以是而爲供養，故稱爲無上供養也。

「福田正土」一頌、爲與上師不二之修法，是慧行之總；亦是解脫涅槃之成就。頌文即顯常樂我淨四德，安樂是樂，解脫是淨，自在是我，隨護是常也。「偶一獲此」二頌，是下士道之慧行。「衆善資糧」者，攝《現觀莊嚴論》所說十七種資糧及生圓二次第也。「業及煩惱」等二頌，是中士道之慧行。「有流」者，謂色無色界之細沉掉也。「一切痛苦有情若我母」以下六頌，是上士道之慧行，亦即斷我執與悲心之合修。「差別非有」者、即平等心，如母與子，無自他之差別也。「復次極尊」等五句頌，正是修大悲無我之刻意，應勵力修。「罪業果熟」以下五頌，是修違緣之慧行；「五力」者：一彈射力，即向上奮發勇猛精進之力，欲成此力，佛菩薩之大行、及祖師之傳記應多看；二白淨種子力，謂十善六度等功德；三拔取力，謂依止上師，得其拔濟；四修力，

謂修慧行刻意、或成就定力、或發通慧等；五願力，謂遇違緣時，若有自利利他之大願，亦能忍受。如依此五力而忍受違緣，方爲修違緣加持；若徒忍受違緣，無此五力，雖受衆苦，麻木不仁，亦何益乎？

「熾然意樂」者，歡喜奮發之心。人莫不喜自尊，惟利人者最爲尊高。無上。試觀世間，能利益人者，則人尊之如父母；損人而自私者，則人防之如賊。我今得此無上菩提心，爲一切衆生之父母，與諸佛同一鼻孔出氣，應當如何歡喜！消除違緣之法，則有四加行：一積集資糧，二洗除罪障，三魔怨之施與，四空行護法之供施。供施之目的有二：一求違緣之消除，二求違緣之施設。「慧行誓戒」者，無行之慧，如鏡中火，雖有光明，不能燒物。各各慧行，別有誓戒，應善止作。「御取捨風」等者，是與密法合修之法。「深淨菩提心」者，「深」謂不簡淺，「淨」謂絕無我執，即金剛經之精義也。「唯一解脫道」者，具足應言唯一迅疾解脫道。「佛子淨戒」，即別解脫戒、與密戒結合者，於淫怒癡等境而練習別解脫戒，如教師於練習拳術時必有對手，其技方可應敵也。「身器受用」以下六頌，爲六度之慧行，即大般若第十一會至十六會。「外內諸法」一頌，明幻化義，即大般若第八會。「生死涅槃」一頌，明無自性義，即大般若第七會。「現時金剛」以下攝密法，即大般若第十會義。是故上

師供一書，正攝大般若全經。

慧行未實證、爲正知正見，實證即是般若度。「串修」者，或依六度次第串修，或般若數數串修。「正確」者，謂前五度之功德一切不捨，皆悉會歸般若也。「引合大樂」者，與密法合也。「勝義」是行，「虛空」是慧，「平等」者，二互不違，如水與波；波上看皆是波，水上看皆是水，水外無波，波外無水，色空不異之理也。正確串修者，是實證，非徒言說也。「生死涅槃空」即二十空也。「殊恩承傳大海諸教示」者，上師動靜語默無非教示，不僅語言文字教授教誡也。「生死中陰聖者三身得」指生起次第。「幻化」謂二幻化身，即圓成次第。圓成次第之初門，即是生起次第。「心間八葉」一頌，指圓成次第。「獨德」者，內觀境也。「諸道未竟」一頌，是往生法。此所云「五力」，是上師供往生法不共之五力：一白淨力。即法威力。於六度努力常修，方能預知時至，早爲預備。死魔之可畏者，或非時暴死，令修行人措手不及；或極大痛苦所逼，失其正念；或昏沉悶絕，不能自主，雖有修定之力，亦無從施展。若由法威力故，預知死時，則能從容不迫，預爲之備，斯可謂於死自在，即能對治死魔矣。若人自知將死，於數月前，即應盡力懺罪。懺罪之法，莫過於僅留最少資生之具，餘罄其所有，悉以供養三寶，使其希望心斷，無常念切，善心自

生，罪障自淨。如是一切放下，有於未死前，即得大安穩解脫者。二戒威力。若人受有完備之三聚戒，於得戒時壇場之印象，應常憶念，熟記於心，臨終憶念此境，亦能助其往生。三願力。菩提心不懈不弛。尤重者不離上師之願，應特別修，此即第四拔取力也。第五向上彈射力。即是破瓦。此之修法甚多，不能盡述。「總之生土生生」一頌，爲第四力之特修。生土者，謂上師生何刹土，我亦往生。生生者，謂族姓眷屬等圓滿，有十六種，我亦與上師不離。「若凡依怙」一頌爲總結。「覺等」者，謂諸道次第等功德也。以下屬於修定之法，與慧行刻意不相繫屬。從略。

「此爲聖教」乃至「亂之心故」 序此書之緣起。
 「着取色受」，即是着取環境及苦樂。「小鈎」者，言此書文略而用大也。

「復次諸發」乃至「堅固以來」 顯應學此法之人。

此法爲資糧道至加行道之樞紐，捨此必不能成加行道，頂位不能不退，忍位不能不認識故。

「于其中間」乃至「天魔」

爲總列四魔之名。

「今初煩惱」乃至「之障礙也」

略釋煩惱魔。

「無我」者、如《俱舍論》第九破我品及五代達賴所造頌等所說。「起我倒」者、如於夢中，無山河大地，見山河大地，即是爲倒。「此因緣」者、即習氣力；由此力故，壓伏六識，令內門轉，由貪瞋痴慢疑五根本煩惱力，使心粗細遍行纏縛。「粗」謂十惡，「細」謂不善作意、及種子等流熏習之力、並及忽然過去之境不能記憶者。「不思議力」者、即緣起力，因緣和合，法爾有如是勢力。習氣力之能作倒引，如水在灘上、自有能動之力，欲於水中求此動力又不可得，習氣力，亦如是，故曰不思議。「趣入邪途」者、謂如夢眠力故，令諸衆生，見諸可悲可樂之夢境，雖無其事，而能令衆生或啼或笑；習氣力故，令諸衆生，於世間種種幻妄之境，希求恐怖，亦復如是。

二「五蘊魔」乃至「作障礙也」

略釋五蘊魔。

五蘊即是有情各各色心；故蘊魔非他，即各各有情自己身心相續是也。依此五蘊，復能造業，感當來之五蘊，故名「取蘊」。不起作用，惟名五蘊。十二有支中、

愛取有位之五蘊，即五取蘊。取蘊惟有漏，五蘊通無漏。無漏五蘊有二種：一、法五蘊，謂戒、定、慧、解脫、解脫方便。二、即色受想行識而已。照見五蘊皆空者，依此五蘊，有老少貴賤智愚思想各各差別，遂於中生起我執，我執爲魔之首，五蘊是其臣佐也。「無漏聖道」即是涅槃。由於五取蘊計度故，取着色受等境，謂此乃要緊事，聖道是分外事空事，故背涅槃，於彼能爲障礙也。

「三死魔者」乃至「作障礙也」

略釋死魔。

世人皆諱言死，而莫能免於死。修行之人，恒念了生死，即求所以對治死魔也。死魔於道能作障礙者，謂修行人，雖已有了生死之定慧力，於其死時，由魔怨業力故，令其不得自在，或暴死、或痛苦所逼、或昏沉迷悶失其正念；命終以後，復能於中有位中，施種種倒引之力，令其趣入邪途。是名死魔。

「四天魔者」乃至「退悔手道」

略釋天魔。

魔王亦有自稱佛弟子者，蓋凡心偏見左，皆是魔也。「極喜」「自在」等，是魔王之名。「妻子」者，謂與彼不離者也。又私心即是妻子。悉地成熟，分初中後。初修善法之時，爲障者多是業報怨家，天魔不爲障；天魔爲障，多在悉地將成未成

之際，令其功虧一簣。「界限」者，謂成敗關頭、最極緊要之時也。初修心力強，魔不能爲害也。「五花箭」者，皆煩惱所攝，謂諸魔王，有神通力，由見修行人內心有煩惱故，即投之以相當煩惱之箭：一、我慢行箭，多中三學增上修行精進之人。二、欲貪行箭，多中有定慧而缺戒之人，如鬼神告伏藏，即是財貪之箭。三、瞋忿行箭，多中持戒學教而缺定慧之人。四、愚痴行箭，謂少得爲足，安於下愚之卑劣慢，極難引轉。五、嫉妒行箭，亦中三學增上之人。由彼功德高於衆人，常爲他所尊仰，故人有勝於己者，即不能堪忍，而起嫉妒。箭者即是資助煩惱之外緣加持力也。「補特伽羅」者，指未得阿羅漢果以前，煩惱未斷盡，皆可被射也。「已成菩提」者，謂初果以上之成就也。成就之機會，一生不可多得。行人爲五花箭射已，於現時所居之環境，嫉視之心特盛，雖以小因緣事，於將成之悉地，亦能敝屣棄之。故此等天魔之力，最爲可畏。世間毒箭所中，尚可就醫療治，惟此箭所中，受傷者自以爲美觀、自在、光榮，不中此箭，反憂傷愁嘆，以不得花箭所中爲可惜，雖有良醫欲爲拔取醫治，而彼受傷者諱疾忌醫，不可治療也。此五花箭。爲慧行之總，要須經過修習之功，方能認識。不學此，雖學佛法，是魔順民，於魔無抵抗力也。

「彼別眷屬」乃至「各有不同」 別彼眷屬名。

「守護」二字、應作不離，不離謂常爲擾害也。

「一門爭行魔」乃至「如想成辦也」 釋前三種。

「相近」是遷就義。「喧嘩紛擾」亦有於佛事上作成者，如於修靜慮者、令廣修六度，是其倒引也。「睡眠」由於不精進。「無聞」、或不聞、或聞而不信也。欲成辦功德，應有勇敢，一鼓作氣，令魔措手不及。若稍因循，魔即得便而爲阻撓，令善心弛緩。若不能當下作成，則須有期其必成之決心，貫徹到底，方能免於魔擾。布施等如是，求法亦然。

「四變邪想魔」乃至「出家功德也」 釋第四種魔。

愛戀違道世法，出家兒今受其害者多矣。彼變邪想魔、爲言出家人應自食其力，不可仰給於人，故應作營商田業等事；不知比丘號稱乞士，乞士而不求人，即非所以爲乞士矣。或有出家而入普通大學者，亦是邪途。世間人入大學，皆由小學中學循序而進，故能成就世俗學問技能。出家人幼年於世俗學問既無根底，縱入大學亦是劣等學生，終無成就也。出家人佛法未嫻，而學文字書法，徒善書法，

有入軍營爲司書生者，結果染一身習氣，潦倒終身，比比皆是。佛法非不許人學外明世典，但須於佛法有基礎以後，方四分學內，一分學外，至少須先求五部法相通利（通謂能了解，利謂能背誦也）。

「復次既受」乃至「障礙中斷也」

示此四魔之果。

「暴惡類」等、謂諸未離欲護法者也。此等有情，性極好善惡惡，見諸行人功德退失，故爲作損害也。欲得定者，必先令心歡喜安穩，若生恐懼，即能障定。若見可怖境界當懺悔，懺悔之法，莫妙於誦戒，戒誦完時，行人當自覺身心與前有異。在家佛弟子，或自作共作八支布薩法，亦可於出家人誦戒完後，入說戒堂中聽誦菩薩戒等，其功德亦相等。見美境而生驕者，病尤難治，是隱暗魔所攝。受此魔者，心中橫梗一團，復不肯告人，藏於心中，暗地歡喜。凡修行人精進修行，見佛現相等，大概初見是真，一見之後生起驕慢，真佛不現，魔即幻作種種淨境現前。若能持細戒，尚不爲害，但長我慢種子；若戒粗略，亦受小病；若無戒，則成大病矣。受此病者，應向上師善友前陳述且修護法。

「彼諸魔業」乃至「可速成也」

此言對治之法。

魔從心起，有內心之魔，方能招致外魔，如磁吸鐵，是故心捨即捨。能覺魔，即是佛。此乃全仗自力，現身成就之法也。

上來天魔五花箭，學密法者應與五部曼荼及托巴合修。其眷屬四魔與曼荼中守護四門四尊合修。魔之總爲我執，開之爲五花箭，再開之爲不離世間四魔，再開之則有三類十六種之差別。

「魔之差別」乃至「三隱暗魔」

總標三類之名。此三類皆由蘊等四

魔開出也。

「二外魔分六」乃至「學識功德魔」

總標六種外魔之名。

「一怨親瞋愛魔」乃至「重要信心」

「於怨生瞋」者，差別極多，如雨不和合品所說，是瞋忿箭所中，令心不平。「於親生貪」者，如眷戀鄉里親屬小廟等，令心牽動，亦是修行之致命傷。「棄法如杖」者，謂上山須杖，若上山者中途折回，則棄其杖，今修行人爲魔所阻不欲上進，故棄所修之法毫無愛惜，如下山者之棄其杖也。處僧團中，應互相將就體諒。

執事之人，有時輕重之間或失其平，亦應諒解。不輕不重，恰到好處，惟佛能之。佛出世時，汝既無緣值遇，今與凡夫共住，惟有練習堪忍。僧團中如有缺點，應認為自己責任，悄悄補起。於「法事」生信心者，謂於修學次第之安排，應生信心。「重要」者，謂一生成就所繫也。

「二倒引鬼」乃至「最爲扼要」

倒引鬼之引人，有其次第。於初學者，則爲不信三寶之倒引。若稍有善根者，教之不信三寶，自不可能，則誘其先不信一種。如有說言：「佛法固是應皈敬處，僧寶中持戒修行者亦應皈敬，但犯戒無行者，何必敬之。」此語乍聽似極有理。人聞此說之後，每見出家人，即起一觀察過失之心，是即壞三寶之初步。後有說言：「某種佛法好應學，某種不應學。」是即壞法寶。有說此語，後覺悟痛悔者，有不及悔而遽死者，吾見者多矣。佛法自己所學的，就是最好的；未學的好不好，不要去說，分宗派即是魔也。佛法無不好，但要應機應時有次第耳。壞佛寶者亦有之，如引一二句語錄，如來頂上行，一棒打殺與狗子吃等，是總壞佛寶；或執三身中惟法身是真佛、三十二相等非佛，是壞一分佛寶；說惟自性如來是真，實則惟皈敬其我執大魔而已。於佛法中，或說只有唯識才對，後來於唯識中，又說只有

某一派唯識才對，結果連玄奘法師也不對，只有你才對，豈不可嘆！倒引之第二步，則爲壞戒。壞戒不可得，第三步則壞依止。總令師弟兩不和合，錯過機會。是爲菩薩最大魔事，能令佛法斷絕。第四則障入僧團。第五則於修六度等善法中，而爲倒引。魔之目的，就在令人退悔。若修行人修某一種善法，特別精進，魔即順水推舟，令其於此法中生出病患，起退悔心。如於好布施者，即令其盡施所有，乃至貧困不堪，而生退悔。於此有應簡別者，若修行人有大智大力，能始終無悔，則罄所有以行施，亦無不可，蓋六度均須到最後最難之境，難行能行，波羅密方爲圓滿。如須達太子，最後魔牽其子女而去，施波羅密方圓滿，所謂最後施也。如安徽某州有蓮花庵，有一老修行人募修此庵，與朝山者結緣，發願遇有朝山者，必買豆腐供養之。如是歷年無間，有時無錢則典其褲。一日、此修行人復典其褲以供客，市豆腐而歸，途遇胡文忠公，適風吹其衣，文忠見僧人無褲，以爲必非善類，執而問之，此僧爲道所以，文忠爲之痛哭曰：「雖士大夫不能也」，爲市田數百畝以爲常住，故最後之施，乃爲無上之施。使此僧尚留一破褲，亦不足以感胡文忠也。若無是毅力，應先練習捨心，勿爲過量之施令生退悔。但亦勿省力。「施與煩多」者，謂行法施者不依次第傳承，又無正修，而以施食等法，招致諸餓鬼等，而爲損害。如所見常放焰口者，初即因鬼神加持獲得名利，得名利則長無明、

起驕慢，一切功德皆失。既得名利，焰口亦不放，鬼神瞋恨，衰損遂接踵而至矣。「體識不安」者，謂令行人燒身刺血等。「自懲治」者，謂依佛本尊三學之力。「大力非人」謂諸護法也。對治之法，第一應堅信三寶。第二應信戒。某大戒不敢犯，細戒不敢言能持，惟信戒之心，則可質之如來而無愧。信戒即能治壞戒之倒引也。第三於三學應平等受持。第四應行依止法。師弟互相遷就（遷就之限度依戒）。既依止已，應觀功德，不應觀過失，如入法界品說。次應親近畏友；諂諛之友，極爲可怕。第四應親近有傳戒安居誦戒等法之僧團；再次修行六度，應合度，勿過操切。「倒引」者，倒謂反善，引謂與行人接近，能令人不覺，是癡所攝。不爲其惑，即是般若。金剛經所以破六度中之倒引，本書亦然也。「惡友」者，能令人壞三寶、壞戒、壞因果，凡與我慢隨順者，皆惡友也。經云：寧墮地獄，勿遇惡友。地獄之苦，猶有出期；惡友引人，造業受報，其苦無盡。不遇惡友，須常發願。那摩寺老格西常教我等發願，勿遇惡友，設遇、願彼勿發言，設發言、勿說邪知見語，設說、願我不聞，設聞、願我不信，若萬一被其所惑，願我速能覺悟改悔，常如此啓白，則能遠離惡友之害矣。「生是生非」者，謂多方生事而爲阻撓也。

三「遭取惡師」乃至「善知識住」

「更多方便」者、謂擅改三學及僧制也。或謂近慈寺有何新法，近慈寺實無新奇之法，皆是陳法，以皆是佛法故，佛法無人能改。宗喀巴大師不過根據佛法，依末世衆生機，施設應機之教法。宗喀巴大師之法、即佛法之縮影。若有人言佛法有可改進，是謂後人之智慧能超乎佛之上，當知此是魔說也。「方便遠離」者、謂親近惡友，如入鮑魚之肆，久之則爲彼所同化，故應速遠離，但應有方便，謂不令彼生惡感也。對治之法，依善知識及清淨如法之僧團住爲要。善知識十德，如前已廣說。惡友之相，則不信三寶因果、壞四法印等是也。惡師伴之力，又強於倒引魔矣。

「四雜想福德」乃至「應棄捨也」

「雜」謂不如法，「想」謂貪求，於有爲法起希求，是其總相。初修行人，難免希求有爲法。有爲法中，惟希求於戒，有功德無過失，當知希求其他事功，皆利小而害大也。「棄捨」者、謂依法遣除，若無力遣除，應易地避之。

「五貪執衣食」乃至「而爲精要」

此則惟貪受用，不顧父母衆生義利，其心尤爲下劣，是癡所攝。

「六學識功德」乃至「應隱藏也」

此諸功德，非不應求，但應識歸趣。若爲自度度人，是所應學，若爲求名利，即是魔事，學咒求感應亦然。凡學修要有次第，使成一套。若無次第，如修理鐘表匠，筐中零件雖多，終不能配成一具鐘表也。聞思修慧，爲正法不減，是所應學。佛法若無人學，即斷滅矣。「得堅固」者，謂定力堅固，或信心堅固。「龜之支分應隱藏」者，中國人亦言「如龜藏六」，盡收攝六根，方能得定也。若向外馳求，雖得虛名，必吃大苦也。

「若於此等」乃至「離聖教矣」

「外表」謂後三種魔。此等事精熟，則遠離佛法。故應守禪和子老家風，不可矜奇立異也。

「二內魔分六」乃至「執二錯失魔」

總標六種內魔之名。

「一我執我執魔」乃至「熏習爲要」

此魔爲魔之總。我，謂我慢，我執，謂有我之感覺。魔者，即此二種習氣，亦即無明。其作用是五花箭中之慢嫉，其體即是愚癡。應觀其極可鄙厭，隨時懲治。以此習氣，無始熏習，極難除去；須久久施功，方能滌除也。叢林下不許說「我」字，

應自稱某名，說「我」即打，即是打此大魔。佛法高明之人，說法作文時，於此尤應注意也。

「二煩惱隨增」乃至「爲大扼要」

「五眷屬」者，謂貪瞋慢疑惡見五根本煩惱也。煩惱之相，除《俱舍論》已講外，應看《成實論》。初修者，應讀比丘日誦四根本戒攝修心要。

「三沾滯分別」乃至「而爲扼要」

對治之法，應觀此身無常，早遲必壞，無法愛惜。若發善願，修諸善法，願若真切，必無苦也。

「四懈怠失正」乃至「精進爲要」

懈怠是大隨煩惱，遍於一切染法，如藥中之甘草，能和衆藥也。「荊棘」者，謂好吃好耍等成惡不成善，爲地獄因，故名惡事。「掩智慧目」者，謂不勤聞思。若平時精進，忽然懈怠，即是此魔。對治之法，應觀功德，多懺悔。

「五疑心多心」乃至「而爲精要」

依次第方能生正見，若於次第無決定，隨心取捨，而自心又未必合理，故成

魔事。「無專尊修習」者，謂所修不成套，危險甚大。縱無危險，成就亦極緩。

恩師降巴格西常云：一切依戒的主意，不要依你的主意，並且要有上師印證。若不依師，曾見有學法數十年，反捨戒而爲沙彌者，以爲比丘戒不能持故，此猶向上有慚愧者也。故應以五年學戒，一下學成，如以武火煮物一次煮熟，再於三學應平等學修，爲高深之探尋，故佛說至少要十年依止也。

「六執二錯失」乃至「正見爲要」

此魔最細。二者，謂內心外境也。未了心境一如，皆此所攝。執有自性之阿賴耶，亦是此魔。對治之法，應修大般若。若會得庭前柏樹子即是祖師西來意，便無此魔矣。以上六種，可別修，亦可合修，亦可就自身特有者爲正對治之修法。

「三隱暗魔」乃至「失道悲愍魔」

總標六種隱暗魔。

「一貪執宗派魔」乃至「等偏執見」

康薩仁波卿於對治此魔，修行特別得力，故能攝受各宗各派之人，而化除其

橫梗之成見。或問康薩仁波卿，紅教好否？師答言好。問何故好？答：開珠仁波卿如是說故。開珠仁波卿論各宗得失，皆分別列舉其是非。蓋各宗均有可采之處，以皆是佛弟子故。故評各宗不能一概抹殺其優點。開珠仁波卿指各宗之失，亦皆能洞中其癥結，使其心悅誠服。故好歹非不應分，但不應加我執耳。至初學者，先惟應專學自宗，至精熟已，方廣學他宗，抉擇分別。但雖知其短，非時亦不輕說。於他宗不勉強附和，亦不應輕事批評也。

「二我慢執魔」乃至「輕毀藐視」

此魔大般若經中廣說。夫般若無所見，執有所見，非魔而何？八萬四千法門，皆有作用，執已見而謗餘法，亦魔事也。

「三腹行無方」乃至「有情無別」

「腹行」謂傍生也。若修行人，安於下愚，不以為愧，無見、無說，自謂圓融，是癡所攝，墮傍生類。若外謙而內精進，則非此所攝也。

「四證相傲心」乃至「生醉傲心」者，是驕所攝。

「五信心疲勞」乃至「不喜聞思」

謂但有信心，不知等學三慧。或勤聞思，雖知解脫之道而不如法修行；或惟修而不聞思，盲修瞎練。二者皆徒勞無果，是癡之一分。

「六失道悲愍」乃至「變更受持」

此是癡所攝，最爲誤人。己之學修未成，自以爲悲愍故，而作利他之事。如傳戒、作阿闍黎、灌頂、燒護摩、送往生等，於人利少，於己害多，或有因此而夭折者，不可不懼也。

「復次修法」乃至「廣求智慧魔」

總標六度魔事之名。

由愚癡故，雖修善法，即善法而亦成魔事。如《瑜伽師地論·菩薩地·菩薩戒品》等、及《顯揚聖教論》皆有指示，名爲菩薩魔事。錯失，亦名過失，《金剛經》亦即對治六度魔事，但其文深細，非熟於大般若者不知。但《金剛經》之對治魔事，在斷我執上立論，若有我人衆生壽者等相而行六度，即是金剛經之所對治。餘諸書亦有談此旨者，但不明耳。本書集歷代之承傳經驗而成，故極爲可貴。

「一布施擾亂」乃至「障礙中斷等」

「修靜慮時」者，謂專修靜慮將成未成之時。除修定外，如學教、譯經、念誦、乃至修其他重要專修之法時，皆應放下一切，專注一心，令其成就。縱是好事，非現專修，亦應放下。若長期十餘年修定者，到相當時機，經善知識之許可，為改換環境，引發定心，亦可間修其他善法。若修定時，為他說法，或有於關門上教人者，亦非所宜。若希報酬，過失尤大，決定出魔障。如是所得之錢財，縱以建設三寶，三寶亦不受也。講經惟為開發衆生正知正見，他不懂令他懂了，就是講經的目的。有於講經法會中化緣者，禁之不可，令人惟有暗中憂懼。講經就講經，化緣就化緣，二事決不可攪在一處。至於行施，出家衆不許親手行施，律有明文。佛制比丘行乞，為令抑其慢心；今於他行施，必對他起慢。對出家衆，謂我能施，彼不能，亦起慢。又施難普及，施此不施彼，彼不得者，必對汝起怨，過失甚多。若施出家衆供僧，則是佛制所許。若出家人有力行施，亦應委托在家人辦理，不得自作。往年北京有出家人辦醫院，不久即停辦，勢必然也。彼主張出家人兼管慈善事業者，以為必如此方能立足於社會，不知出家人自有立足之道，不在此也。定中一切皆應放下，如四聖種，即戒亦放下矣。是自己已到剋期取證之程度，依止上師之指示而開戒，非輕易妄開。

「二難行苦行」乃至「生命而成障」

如拔髮、燒身、翹足等苦行，及其他太過艱苦，皆能令人身心不安，不能得定。且其事非衆人所能，若強衆人行之，人不能堪，則不能令彼受調伏。但亦不應過求安適，爲五欲所縛，亦不能得定也。

「三尊高堅忍」乃至「天折身命也」

有病時若達法空無我，不假醫藥，亦能自愈。如其不能，則不得不假醫藥之緣，以醫藥爲四緣之一，不可盡廢也。若遭輕毀，應懺悔，或師友前陳述，不可鬱結於心。

「四精進疲乏」乃至「行顛倒故」

精進須依次第，次第要有傳習，如調琴然，不緩不急，如虎啣子，輕重適度。若無關緊要之事，竭心力而爲之，非所宜也。

「五著現靜慮」乃至「不勵力也」

謂於境界上住足，得少爲足。於身心慧三解脫中，稍得心解脫，更不進求慧解脫也。

「六廣求智慧」乃至「聞思爲要」

智慧非不應廣，但應有條貫，且須精當。條謂成套有系統，貫謂相互能貫通，精當謂能攝其要領。學一法，須於其名銓、旨趣、究竟旨趣，隨行次第，能得要領。否則多聞而散亂無歸宿，錯亂收取，雜亂運用，徒爲煩惱之肥料，增長我慢，可惜精力也。由不善巧，故於三慧而生過失，故應歸入慧行刻意以爲對治。欲三慧有條貫而精當，則不可無承傳也。

「總上言之」乃至「巧遠離之」

總結六度。

身心爲自解脫所依，亦爲令衆生解脫之所依。若忍所難忍，爲無義利之犧牲，是別解脫戒所不許，亦密戒所不許也。魔必依善法而壞善法，如土匪誘人共同行劫，先必不自承是匪，必僞作平常善良之狀，乃能與人接近也。於此類魔，應依菩薩戒防護，六度善巧，亦能對治。

以上所說種種魔相，爲慧行之總綱，亦是教理玄談。以下三科爲事相，能攝前之教理。若於此三科修熟，遇境能起作用，即是般若。初魔入之因，是內心煩惱，能引致魔事者，次魔之作業，即是外境，則魔已至前，與修行人接觸，後魔加持相，則已受其害矣。

「今者爲諸」乃至「悉皆應斷」

示魔入之因。

一、不精進，爲魔入之總因。成佛皆由精進，墮地獄皆由懈怠，如往常所說。

二、智慧小，謂只看自己，不顧利他。

三、煩惱盛，應努力持戒、懺悔、修違緣及慧行刻意。

四、分別大，謂計劃久遠之事，而未來之事、未必盡如所料。人非不應觀因果，但應觀正當之因果，觀察到適當之限度而已。

五、心緒多，謂掉動大。

六、無善知識攝持，盲目亂撞最爲危險。

七、教授不深，如水瓢背上寫賬。時間短，如一般學校，三年二年畢業，有何把握。或謂應目前需要，然目前需要房屋，樹木未長成，仍不能強以之造房屋。勉強造成，風一吹便倒，有何用處。應以五年學戒，戒學成，即得方便。得方便者，雖未成佛成阿羅漢，而行事與佛與阿羅漢相等不遠。如飛機上不許吸煙，不吸煙就完事，不必問其所以然也。

八、惡友者，謂不依戒定慧，惟對我好者是也。

九、貪執大，謂多欲不知足。

十、滯貪，謂不護根門，對治之法，依戒或密法。

十一、酒，於修定者決不宜，於出家衆，額魯巴家風，亦絕對不許。至於肉食，西藏喇嘛，有修行者，決不自言我欲食何物，何況自索食肉。至於印度出家人，既乞食資生，俗人皆肉食，自不能強索素食，障人之施。而不食肉者，乞得肉食，亦揀出棄之。至於內地，一切僧團皆不許食肉，成爲僧制；僧制重如佛制，自不應違犯。若於僧中，暗地食肉，其罪極大，亦爲護法所不喜。菩薩頭目腦髓尚能捨，何況犧牲區區飲食，自應以不食爲是。況所食縱是五淨肉，究竟亦是造業，不過是淨肉則因果稍輕而已。若通達無我，如往昔祖師，死牛爛馬，無不可食，又當別論。如其不能，則因由自作，果必自受，你吃他可以，他吃你，你甘願否？藏人到內地，亦多因肉食之故，與社會僧團生障，不能入僧團，甚爲可惜。爲護僧制，己之慈悲心，及社會之好心，出家人必素食，在家者雖不能，佛弟子至少每月亦應有數日素食。

十二、智廣志卑，謂有才無德，或量大願大而不實行也。

十三、小想，謂惟知自利。

十四、小事尚作不起，而起大我慢。

十五、爲自求清淨而處練若，大般若經說是魔事，若真爲斷煩惱則非魔事。

十六、若爲營名利，而處商場城市是魔，若爲度生非魔。

十七、處官宦者，與達官貴人往返送禮，皆所不應。有要事往其家，亦應速去，不可久留。若貪其供養，則遭施墮，如下江所謂謀孫兒是也。若修頭陀能隨地坐者，去始無妨。補特伽羅互不合地者，如土豪盜賊之所居。

十八、若受持佛法，不問大乘小乘，自利他利，盲無目的，蠢蠢如蟲，是無宗願。有學法相數十年而結果皈依外道者，中此病也。

十九、教授，謂所依止。譬喻，謂有獨一少分之法。佛贊嘆少分之法，謂惟修此便能成就，是權便說，非謂其餘之法皆可棄也。

二十、慧不堅，謂少聞思。

二十一、大般若言夢，其他亦有言夢之經，夢非全不可憑，但夢境可轉，不應爲所誑。

二十二、兆相隨心所變各有習慣，但不應貪執。

二十三、智弱，謂關頭打不過。羞怯，謂隱匿魔，應請問善友，發露懺悔。若心不樂，應易住處。

二十四、若有苦，應求三寶護法。

以上二十四種，乃魔事之因，由內心所生。若不能一次修，可分四次或六次修熟，對境能觀察，不待過後方知。特別於自己之病患，能爲正對治。若攝受弟子

者，且須能觀弟子之病而對症與藥。學法師者，對於自身尤須有覺照，否則如病人賣藥，其誰信之。往年有法師講戒，細行偶爾不檢，遂爲聽衆所驅逐，因此一二十年無人敢講戒。講慧行刻意，比講戒猶難，比二種次第猶爲秘密。藏人修此法者，雖兄弟不相告。講此法亦一二日即迅速講完，以魔障甚大也。

「復次開示」乃至「悉應斷之」

示魔之作業。

一、「德相具足」者，德謂十德，又特於己之所學，若戒若定，功德特爲殊勝者。相謂事相，一事必具一事之相。若師是比丘，則戒是比丘之相，威儀、又爲戒之德相。佛法有三事，爲外道所不能盜竊：謂威儀、因明、及真般若。魔之所壞有三事：謂戒、見、威儀。魔之壞戒，必先壞戒相，戒謂條件，相謂威儀。若有威儀，魔即不能壞戒。蓋威儀具足，則無學者能令有學，無定者能令有定，以決能逼成善法也。由威儀相傳，佛法即不變。威儀不具，如說法不如法，人坐已立，皆大違佛旨。要威儀具足，方可爲學者之楷模也。

往年隨康薩仁波卿由茅棚騎馬回哲蚌寺，以某所著之靴，不合僧制，脫之又不能騎馬，捨馬步行又不能追及，絕無辦法中，上師乃命某覆頭而行，以免人知是哲蚌寺比丘。問：此豈非覆藏乎？曰：較之悍然不畏人者，稍勝一籌。若無因

緣，應隨時戒儀整飭，尚不愧於屋漏。人雖不見，有護法見，勿令護法神見而瞋責。比丘六念有念天，天即護法神也。

二、弟子無堪能者，謂無信、不受教、諂誑虛妄。反此則爲有堪能。

三、學不合者，如禪淨等分，見不合者，謂邪正等別，行不合者，謂事業各異。此中見爲最要，邪見之伴，決不應共住。

四、近慈寺道場，人多視爲畏途，或以爲念誦太多，或以爲飲食太壞，又過午不食，我已老邁，或多病體弱，決不能堪此苦，只有二世再來，如此皆是魔想。實則近慈寺生活並不甚苦，若太苦，大眾豈能支持至今乎？以視金山高旻之精進，近慈遠不及也。昔在跑馬山學法時，每日絕無閑暇，且隨時皆作雙層之工作，豈有近慈寺之暇逸哉。

五、津要次第者，謂何時應學何法，各有要點，不容錯亂。

六、雜心說法者，謂不純一，若法極精熟，方可會通而說。如宗喀巴大師於一座之上講五種法，康薩仁波卿於一座之上講三種法，非常人所能也。慢者，謂驕傲不觀他人。說法應小心。昔有比丘問法於佛，佛不即答，入室靜坐，然後答之。弟子問佛何故不即答？佛言恐後世比丘，輕易爲人說法，故爲示表率如此。若辯論時應隨問隨答，講經必須先靜坐，至少三四十分鐘，方爲如法。

七、若已爲人師而無德者，應速預備，或令弟子依止他有德者，已但助之學修亦可。

八、友伴無信心，不恭敬三寶，是魔業。

九、與無識者，不應說深義，徒勞無益，爲之說公案可矣。

十、不修望成就，希圖便易，天下豈有便宜之事？希圖得頭彩，亦不能不買彩票也。

十一、習咒劃水治病是魔事。工巧中如建築、縫衣、造飲食，出家人亦應學；房舍衣事藥事，律中所制也。

十二、比丘應托鉢或僧中食。以法存活，佛所不許；營種植，廢修行害成就，亦所不許；在家則在所不禁。然以法存活，在家人尤其不可也。

十三、五邪命，謂詐現異相、自說功德、占相吉凶、高聲現威、稱述他施以動人，此五邪命，若以之博取利養，即犯根本。其邊罪尤極易犯：凡出奇別衆，皆現異相所攝；乃至背人懈弛，對人矜持，皆是此類；若疲乏時，威儀不整，應於護法前請假；自說已德，或互相稱述，或他人贊已，默不遜謝，皆是一類邪命。占相等技能，往昔有修行者多有之，如聞人多者，見人便知其心性身世，但不以之營利不犯。

十四、爲弟子念經，望其富饒而供養我，是此類攝。

十五、依止損害三寶害戒害衆生之惡人惡境，已必受災。

十六、世間戲論，愈說愈遠，曠時廢業。如近世有談禪者，禪本不可談，而彼等好談，談久無聊，更佐之以酒，復伴之以琵琶三弦，豈不大可怪也。

十七、喧嘩擾亂，謂無秩序。

十八、依止，謂求依止，或爲他作依止也。

十九、若於行放逸時，不能依戒正知。

二十、行放逸者，謂群聚無正事。至少亦能引起世間譏嫌。飲酒食肉固非，素食者好造作飲食，亦非也。

二十一、五邪命，是外境；八法，是內心計較。此二種同爲修行最扼要者，應特修。八法，謂利衰等。若於利上計較，佛法必不成。毀譽應看自己實際之行事：若已實無過失，他人非毀，則爲消我之罪；譽之過失，若有實德，亦招致謗毀，增加困難，成就迂緩；若無實德盜虛譽，危險尤大。修行乃與魔作戰，非兒戲之事，應嚴守秘密家風。世有實無功德，虛飾其詞登報宣傳，何其愚也。

二十二、事業太多，技能太多，皆有過失。一人之精力有限，應量力爲之。過多則有時不免將事做壞，且與自身壽命有妨。人非金石，機器用久亦壞，應慎之。

也。

二十三、藏地有一座坐者，惟坐一座，終身不坐餘座，以易得定也。

二十四、議論如法之事，應依羯磨法，庶不致議論多而成功少。

二十五、心緒多，思慮多，一事無成，是修行之大忌也。

總凡與戒不順者，皆應斷之，則爲遠離魔業。

魔之加持有二，共相易知，以其皆表現於外，有事實可見也。

「一共相者」乃至「魔加持相」

自相續者，謂自身心。前五煩惱，謂貪瞋癡慢疑。見屬於不共之加持，惟般若能斷也。煩惱大、屬於根性，貪行瞋行，各各增上，自內而發。熾盛者，即五種花箭，自外而至，令五煩惱發起現行，特別猛厲。生緣者，謂生起之事實也。煩惱熾盛，非依止善友、大僧團、或已有大善根力，不易治也。

一、若無依止，不依次第經驗，盲目猛進，致損健康，或惟於身體安全上計較，皆能失定。無別緣者，謂非爲正法或利他之事也。

二、熱病等，謂四大不調。多緣，謂調治之法。

三、失正念者，謂應作之事，忘失不作，錯過機會。故將作之事，先應修刻意，

令勿失念。饒益有情靜慮所說十二種事，皆此中所攝也。

四、坐山、閉關者，在一環境中住久之時，常有無故不樂之現象。是由惡業煩惱、或天魔宿怨之加持，應求善知識開導，修喜心，思維功德，修菩提心，再不能治，應移住處。若心憂則沉沒，如敗軍之將，不可言勇，未見敵而先懼，無力修行也。

五、自殺，亦殺有情，成大殺罪。若比丘自殺，則是殺阿羅漢，若發菩提心者自殺，則是殺一菩薩。日本人剖腹抽腸以爲勇，蓋由日人多食魚，魚魔之加持也。

六、非時捨血肉，亦近於自殺。

七、藥王焚身等，乃登地得忍菩薩之事，以其證身虛妄，無痛苦故。若凡夫之人，斷割身支，豈非令佛痛心之事。比丘燃燈，起於明時；以賊亂故，非此無以嚴區別，且燃燈於身無大損，故相沿不妨。梵網經所謂燒身臂指等，亦是指地上菩薩，凡夫則觀想而已。

八、失菩提心，謂開性罪。爲正法而開性罪，口不許言也。

九、邪行，謂反戒之事。

十、諸法，謂三學。三學住世，三寶決不壞。捨此而他圖、欲住持三寶，如人被擊、不護其頭目而護其足也。是故名爲無遠大之見者。

十一、世間資具，必不能圓滿，若希冀圓滿，即魔業。

十二、外受用，謂虛名。世人要人送對聯送匾，乃至自己墊錢作，皆是此心。內有情，謂師弟友朋眷屬等。

十三、忍辱與無慚愧不同。合道而行，不畏人言，是忍辱；不合道而行，不畏人言，即無慚愧。印度有無慚外道，謂惡事盡管作，但須自無慚愧，即不爲罪。然臨命終時，業境現前，知前所作惡，皆枉自造孽，必不免愧悔也。

十四、語言無方，謂無歸趣。

十六、善行心不趣人者，謂於善行，亦勉強能作，但存苟且偷安之心，以能逃避不作爲幸。

十七、違緣多，應修四加行，及告護法之法。

十九、說夢善惡，是大般若義。若妄語斷盡，則夢兆決定可憑。但於夢境不應執實耳。若不解夢善惡，或不開示弟子夢之善惡，皆魔加持。

二十一、自贊毀他，必招失敗，亦增煩惱，且能因之賈禍。世間明哲保身，亦不爲此事也。

二十二、瞋墓場者，謂疑心地方不清淨，或於其地修降伏法，招致鬼神瞋怒，皆是魔事。

二十三、說法之過失，如《瑜伽》《顯揚》《法華》廣說。

二十五、驚怖法相，謂於法相，怖其廣博，不敢趣入；量論，謂因明集量論等。學將成時，心生棄捨，是魔加持。

二十六、威勢謂名譽。

原本無「十五」「十八」「二十」「二十四」等項之講錄 校者附註

以上魔加持相二十六種，若有其一，已中魔害，應速回頭，勿令到不可收拾之境。若漫不加察，深中其毒，少則犧牲數年光陰，多則斷送一生修行，甚者，乃至多生多世受其害。對治之總法，以持戒無倒精進爲可靠。若能如是，必能趣入於定。蓋緣生之理，法爾如是。條件具備而且堅實健全，必能成就。法數法相法性，皆條件也。條件具備，必無魔障，有之，依慧行刻意之法，亦能認知對治。

「二不共相」乃至「作中斷也」

前共相者，修行不修行之人皆有之，乃外界之事；不共相者，乃定中所見，惟修行人有之。各種禪經，四部密法，廣談其事。此所謂不共者，仍是一切修定着魔之共相也。初業過於精進，失之生強，作用不生，故學修必有一定年限。若如舍利弗目犍連上根利器，又不在此例矣。

「馬馬聲」謂鬼語等類。修禪定者，或於腦後，或於耳畔，或於臍間臍下，如有人告語，禪堂中遇有此事，不許說，說即打，此叢林老家風，乃多年經驗而得也。「異生特別教授」謂教衆生之法。「利夢」謂吉祥之夢。「微細神通」如知過去未來之事等。若依因明法相之理稍詰問之，則必不能自圓其說。「無生死」者，謂着空見。見意生有情，如楞嚴五十種陰魔所說，虛空現字，亦有於燈上、鏡中、牆上現種種境者。「開示食肉怖懼」者，如提婆達多者是。佛教人不食肉，爲令長養悲心，然三界衆生，互相殘食，有此習氣，由來已久，若必強其即斷，即拒初機之人於千里外，不得趣入佛法。然佛亦未教衆生食肉，不過不肯因此事將衆生關在山門外耳。若無堅持之心，強其不食，後來悔心一生，則以前之功德亦全歸烏有。佛爲將護初修行者，故於長齋者有五肉五油之開許；不能長齋者，又有月齋六齋十齋之法，以保全其對於素食功德之信心。俗人言：元旦持齋一日當一年，即此意也。佛教人斷肉食，如斷小兒乳，必以糖果等飼之，非強其所難能也。

以上所舉加持之相，修正定者，亦有此相。不起慢心，即非魔事，若起慢心，即是魔事。定中一二次見佛，乃修行人常事，不足以此驕人。惟於死時，可以所見告人，令人生信。若早說，招致魔事，功德退失，引人誹謗三寶，罪過極大。此等魔事，多起於精進修行之人。

疑心猶豫，由於沉沒，心緒不寧，不安於現狀而起，起則沉沒更增。如犯戒者，若心沉沒，無懺悔之勇氣，必自暴自棄，多造衆惡，死時方悟，悔之無及。縱使犯罪，無不可懺悔者，罪雖大，佛之慈悲更大。（此非教人輕於犯戒，乃教人勇於懺悔也。）或有自謂根機太鈍，遂無進取之心，不識鐵杵亦可磨針，無必不可造就之材也。如六祖大師，五年舂米，其智可及，其愚（此即大智）不可及也。無慧應多培福，福報積起，自能開智慧，舂米坐香，其用功一也。

「以上魔之」乃至「從何而生耶」

總結加持相。

對治我慢之法，應觀彼如病如癰如箭。疑心由愚癡起，應多聞思了達空理，爲總對治。「如夢」等，如大般若第八會所說，有十八種深喻。過去如夢，非有非無。現在如幻，緣會故有。亦如陽焰，令人起顛倒想，奔走馳逐，終無所獲。毀譽之來，如空谷響，敬人者人亦敬之，侮人者人亦侮之也。影像者，謂表無表色，皆自心現。如觀戲劇，人立桌上，謂之升天，人行椅上，謂之過橋，皆自心之所增益也。外國人不解中國戲，其心中無升天過橋等想也。此帶質境，皆由自心構畫而成，若於繩起蛇想，想作死蛇便聞其臭；想作活蛇，便見其動。實則繩既非蛇，其臭與動，更屬虛妄也。心如鏡面，現種種色，皆影像也。又外境皆是業之影，業如

人身，影之長短邪正，隨身而異。未入涅槃，難逃業果，如人行日月之下，影必相隨，惟入暗處，影方消滅也。空華，謂世間諸法，非有見有；如病目者，見空中華，空華雖妄，於病目者，非無所見。世間見有之法，強說爲無，彼必不信，徒勞唇舌。目病既愈，即如前之所見，皆非實有，如諸如來，即能了達諸法皆空也。尋香城者，海市蜃樓，或謂乾達婆所造，實則日光空氣，曲折所顯，如空中虹也。謂有癡人，見此空中樓閣，向往趣求，窮足力以奔赴之，而彼幻境，遙在海中，遠不可及。路人見者，不明所以，信癡人言，亦隨之奔走，以盲導盲，舉國若狂，癡人力竭，倒斃路中，猶指示後來之人曰：彼中有佳境也。衆生馳逐於三界中，追求虛妄之境，生死相續，前仆後繼，亦猶是也。

消滅魔之方便。

「初以法空」乃至「不得方便」

但知空理，未修空定，臨境之時，必仍手忙足亂。要必於空理先有認識，然後可依之起修。念佛是誰？即所以摧破我執。萬法歸一，一歸何處，一即是空。世間之法，皆是多緣會合，決無一也。又一即是心，心過去未來現在不可得。無自

性，即萬法皆無自性也。法空定能隱山河大地，即空護輪，故能消魔。

所障空，無我故，能障之魔亦空，隨煩惱動無自在故。能障所障空，障法安得不空。自心分別者，謂第六意識，隨念過去，分別現在，計度未來也。障等三處，是自分別之所幻化，固無實性，此能幻化之分別心，亦無實性。譬如幻師，以幻術力，令諸觀者，見牛入甕，牛入甕之事，世人知其非實（喻能障所障障法），而幻戲既終，幻師牽牛負甕而去，世人則於牛與甕，見而爲實有（喻分別心）。實則以佛法分析之，牛爲五蘊，甕是泥土，仍無實性。故能幻化者，其體亦空，以當體即空之理，即能治魔，若留一毫實執，即是魔立足處也。

分別心者何？習慣是也。經過之事，事過境遷，了不可得。惟留此習慣，即能變現世間種種現相，故分別亦是幻化。法性者，如是因如是果，十如之理，法爾如是。幻化雖妄，然以妄引妄，能成世間，因果決定。如迴光鏡，重重影現，莫知其端，而有條不紊。世人聞警報就跑，見麵攤就吃，昏昏擾擾，隨境遷移。然跑警報萬人空巷，而解除後各返其家，決不入他人之門。法性法爾，亦猶如是。捨法性外，亦無發生顛倒之處，故幻化即是法性，無獨立於法性外之顛倒。而魔礙者，乃世間之波紋。畫山水者，要有波瀾曲折。大修行人之傳記，皆無數波折之記錄。若無波折，則傳記無可記矣。除魔礙外，顛倒之法性，亦不可得，故魔礙即是法性。

若無魔可降，亦不能顯成佛之莊嚴。《賢愚因緣經》，皆兩兩對照，有愚者之愚，方顯賢者之賢。故魔也者，佛法之莊嚴也。鏡不拭不明，不遇魔障不能開智慧也。法界者心也。魔出入住，皆在人心。由希望恐懼太大，故幻起魔事。心經云：無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，即是此意。世人見人跌倒，見人被打，從而笑之，並不以為苦，若無我執，觀自如他，何苦之有？魔不過與人以苦厄，人能如是，則一切苦厄，所不能困，魔將奈何？凡事本菩提心做去，不問收獲，但問耕耘，失敗乃成功之母，發心即成佛，百折不回，終有成就之日，但如法如律行之，何憂何懼？若能會通魔本非魔，則能用魔，而不為魔所用。般若經云：空性空故，魔不得便。此治魔之根本方法，應細細念熟。

二「以慈心」乃至「由此敗矣」

羅漢稱為降魔，降盡自己之魔為羅漢；能降衆生之魔，為菩薩；降盡衆生之魔則為佛。故佛稱大阿羅漢。羅漢所修禪定科目中，有四無量，即所以降魔也。無始生死，怨家業債無量，阿羅漢要令業海乾枯，不修四無量，何由枯業海乎？慈悲心者，是大護輪，捨令盡泯怨親，喜令遠離嫉慢，故能治魔。但須修於平時，臨時則來不及矣。三皈依觀，攝有四無量，應依彼修習。「對方」者，謂敵方，即是魔

也。「如索繫縛」者、謂以慈悲力，於怨對作利益，使彼一日不能離汝，則魔怨爲汝所縛矣。然此猶有權術，出於造作，是爲初發心者說。若心已趣向，則應觀如父母，不應作繫縛想也。

「三以勝信」乃至「持咒應精進」

勝，謂勝解。有勝解之信心，知其所以然而信，故非迷信。信爲內在之心，恭敬爲外表之相。佛以慈悲爲體，故有求必應，如父母之愛子。若不知此理而信，視佛如鬼神之能禍福人，則是迷信也。若無信敬之心，則魔隨時可乘隙而入。緣起力者，魔是緣起力，故可以緣起力消滅之，即是般若之力也。咒力即是諸佛菩薩願力，以佛菩薩護法神等有如是之願，念若干咒必有若干感應，故持咒應記數，然後能測驗感應之力，既知有感應，則能生起歡喜精進一心也。咒力須養成於平時，其力方雄厚。但急時念咒，亦非無效，各人自有經驗。如夢魔時，持佛號或持咒，噩夢即醒，此經驗大率多數人皆有之，惜世人多不覺察耳。智者云：儀軌如刀，咒如鋼；慧行刻意，即是磨刀之工夫。

「四特具大」乃至「自然消滅」

凡遇障緣，皆是福薄，以福薄則作事難成故。寫經讀經消滅者，是藉法力。如後藏女人，常三五成群，念過街經，在人家門外坐下，主人或有所祈求，布施以兩個銅板，亦有感應，何論其他。修儀軌而出障，應配合大般若經念誦。修補塔寺之功德，塔勝於寺。以塔高顯，多人所見故；人不能入內居住，惟以供佛，是清淨福田故；如法裝藏開光，風從其處吹過，得其加持，蟲鳥觸者，皆蒙福利故；塔大建築堅固，不易毀滅，常爲衆生瞻仰故。惟造塔寺，能轉現業，以塔寺既成，即能利益衆生，現前即起作用，故現前即感報；承事僧衆，感福尤大。若修行吃力，逮於僧中尋少許事做，得一分力，即能上進。蓋修行不外因果。因果如秤稱物，差之毫厘，即以低昂。故細微之福，有大關係；出家人應深明此義，勿謂我無錢，作不起，但買五元錢鹽，投在僧食羹中，亦有作用。再不能者，護法三寶前多禮拜，燒香施食，乃至起一懇切懺悔心，均能積福。是故僧中作事，勿存僥幸苟免之心，若以此心作事，雖作事之因果不滅，而無發心之功德矣。發心之功德，比作事重要，要人作事積福，不過要人藉事發心。若存苟免之心，殊可惜也。

「五以自己」乃至「能爲礙矣」

凡屬善舉，無不有魔，俗所謂好事多磨是也。隨念修無常等者，即是般若。不

念無常因循懈怠，則善舉難成矣。

「六以常修」乃至「不得便也」

「瑜伽」，即相應法，不問念佛、參禪、誦儀軌，但與行人相應者，即是相應法。「四威儀相應」者，即時存正知。古德所謂，吃飯就吃飯，睡覺就睡覺，事雖淺近，極不容易做到。常人妄念紛飛，吃飯時打妄想，睡覺時輾轉反側，何嘗能應？要於一切魔事，略有辦法，方能隨事正知。「空性上正知而住」者，謂空亦不住也。「自心相續清淨」者，謂過去未來現在三世之心，皆清淨也。

「如攝頌云」乃至「不入邪分別」

「一切具正知」者，謂一舉一動，於初中後，皆應正知。未作前，當知此事應作不應作；作時，知此事應如何作；作已，知復應作何事也。「諸行」謂心所。「心無亂」者，謂順正知正念，心緣一境。心有生滅而不亂，如河流雖有波動，而不泛溢也。「作淨」者，謂一切所作清淨，不犯戒，無煩惱，如天台智者之教。「衣淨」者，衣服雖敝舊，應整潔。「蘭若淨」者，謂住處應勤掃除整理。「敝屣王冠」，是解脫心。「希踐法王位」，是菩提心。「不依賴餘」，是大我慢。「無財則無賊」者，謂無得失心。

則無魔也。雖有修有證，而不執修證；但問修行，不問成就，魔亦何能爲乎？無權勢則無怨仇，如佛弟難陀，好勇鬥狠，出家即得大解脫。「無倒分別」者，謂無顛倒之分別，如八法五欲等。

此書是修正念之法，刻意即是養成堅固之念也。學者應於前列諸條件中，觀自己病在何處？先寫出特別修習。若能如是，則可謂刀在手，斬殺自由，以斷決是非，不問他人故。要能有正念方能有正知。如醫者，先須熟記湯頭證狀藥性，臨症方能處方，若不記湯頭藥性，徒望氣觀色診脉問病，豈能治病乎？學慧行刻意不熟修成念，不如念得一二種儀軌，尚可當得藥攤上抓醫也。故須按前列條件，一條一條修熟。此乃真正額魯巴大手印，務應珍重秘密。各人秘密用功，不可告人，告人則修不成矣。

[G e n e r a l I n f o r m a t i o n]

书名=三学讲录 第二辑

作者=能海上师全集编委会

页数= 3 9 8

S S 号= 1 1 3 5 3 4 5 8

出版日期= 1 9 9 7 年

封面

书名

版权

前言

目录

一、菩提道次第科颂讲记

二、律海十门制戒缘起十义门讲义

三、定道资粮颂讲录

四、舍利弗阿毗昙论禅定品学记讲录

五、慧行习练刻意成念记讲录