

內觀雜誌第 84 期【2012 年 5 月】

內觀雜誌第 84 期

【本期重點】：(1) 阿含經專題研究：《沙門果經》和《阿摩晝經》的道次第、(2) 最上乘論。

第 84 期內容：

(1) 阿含經專題研究教材：《沙門果經》和《阿摩晝經》的道次第：

《長部》第 2 經：沙門果經。

《長阿含經》第 20 經：阿摩晝經。

(2) 最上乘論。



《沙門果經》和《阿摩晝經》的道次第

說明：

(1) 南北傳阿含經中的聲聞道次第，最長的經文出現在：

《長部》第 2 經：沙門果經。

《長阿含經》第 20 經：阿摩晝經。

此處摘出這些經文作項目的比對。

(2) 道次第的項目可以參考《瑜伽師地論》的十二劣緣和一勝緣。

十二劣緣：

1 自圓滿、2 他圓滿、3 善法欲、4 正出家、5 戒律儀、6 根律儀、
7 於食知量、8 若初夜後夜常勤修習覺寤瑜伽、9 正知而住、10
樂遠離、11 清淨諸蓋、12 依三摩地。

一勝緣：

依四諦法教增上所有教授教誡他音和如正理所引作意。

(3) 可以看出《沙門果經》中額外多出「滿足」這一項。勝緣則分為八項。

● 《長部》第 2 經：沙門果經的道次第

○世尊如次曰：

2 他圓滿

○大王！**如來出現於世**，是應供、等正覺、明行足、善逝、世間解、無上士、調御丈夫，天人師、佛、世尊。如來是含括天界、魔界、梵天界、此世界、沙門、婆羅門、天、人之眾[生]，開示自己之證悟。如來宣說初善、中善、後亦善，具足文義之教法及無比圓滿清淨之梵行。

3 善法欲

○居士或居士子，或其他族姓子，聽聞如來之教法；**聽聞此法已，對如來得信仰，而彼如是熟慮**：『在家多障礙、塵道，出家之生活是自由自在。住在家者，不容易一向修圓滿清淨如螺細光耀之梵行。然，即令我剃除鬚髮，著袈裟衣，出家而為無家者。』

4 正出家

而後，彼捨棄財產及親族，剃除鬚髮，著袈娑衣，出家而為無家者。

○如是正出家已，安住具戒，堅牢防護別解律儀，軌則、所行皆得圓滿，於微小罪見大怖畏，受學一切所有學處。

具足清淨之身業語業，過清淨生活，戒具足，守護諸根門，圓滿具足正念正智。

5 戒律儀

○大王！如何為比丘戒具足耶？

大王！於此有比丘，捨殺生，離殺生，不用刀、杖，有羞恥之念，充足慈悲心，憐愍利益一切生物、友善而住。此為比丘戒之一份。

捨不與取，離不與取，取所與物，期望所與，無何等之盜心，自清淨而住。此為比丘戒之一份。

捨非梵行而修梵行，離染污濁，離淫欲法。此為比丘戒之一份。

○沙門瞿曇捨妄語、離妄語，語真實、不外真實，誠實可信賴，不欺世間，此為比丘戒之一份。

捨兩舌，離兩舌，不此處聞往彼處告以離間此等諸人，亦不彼處聞來此處告以離間此等之諸人。如是和合離間者，親密者更令親密，愛和合、好和合、喜和合、持和合。此為比丘戒之一份。

捨惡口，離惡口，凡語無過失、樂耳、悅意、感銘、眾人所愛。此為比丘戒之一份。

捨綺語，離綺語，語適時，語真實，語法，語義，語律儀，語應明確、有段落、適義、可銘記於心。此為比丘戒之一份。

○離採伐諸種之植物，[日中]一食，夜不食，離非時食；

遠離觀劇、歌謠、舞、樂之娛樂；

離持華鬘、香料、塗香之化裝；

離使用高床、大床；

遠離受蓄金銀；

遠離受生穀物；

遠離受生肉；

遠離受婦人、少女；

遠離受男、女之奴僕；

遠離受牝牡之山羊；

遠離受雞、豬；
遠離受象、牛牝牡之馬；
遠離受耕田荒地；
遠離差使、仲介所為之事；
遠離買賣；
遠離欺瞞秤、升、尺[之計量]；
遠離賄賂、詐欺、虛偽之邪行；
遠離傷害、殺戮、捕縛、劫奪、竊盜，強盜。

此為比丘戒之一份。

○有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。專心住於採伐諸種植、樹木，例如從根生、從幹生、從節生、從芽生、第五為從種子生者。

遠離如是諸種植、樹木之採伐。此為比丘戒之一份。

○有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。專心住於享樂積蓄物，例如食物之積蓄、飲物之積蓄、乘具之積蓄、衣服之積蓄、臥具之積蓄、香類之積蓄、財物之積蓄等。

遠離如是享樂積蓄物。此為比丘戒之一份。

○有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。專心住於觀[聽]娛樂。例如觀劇、歌謠、舞樂、表演、古譚、手鈴、鳴鉢、銅鑼、摩術奇境、賤人之竹棒戲、象、馬、水牛、牡牛、山牛、山羊、牡羊、雞鶉之鬥技、棒擊、拳鬥、角力、模擬戰、利兵、配兵、閱兵等之娛樂。

遠離如是等巡迴演藝之娛樂物。此亦為比丘戒之一份。

○有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。專心耽住於賭博之放逸處。例如八目碁、十目碁、無盤碁、踢石、擲骰、棒打、占手痕、拋球、葉笛、鋤戲、倒立、風車戲、升戲、車戲、弓戲、字戲、測意戲、模擬殘傷戲等。

遠離如是等之賭博放逸處。此亦為比丘戒之一份。

○有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。專心住於享用高廣大床等。例如過大之床座、獸形之腳臺、覆以長羊毛之織物、有文彩之白氈、繡花圖繪之床墊、於兩邊有垂緣、單側有垂緣、鑲綴寶石、絹布之被蓋、大毛氈、象覆、馬掛、車衣、羚羊皮、迦達利鹿皮之殊勝敷物、寶蓋、上下之紅枕等。

遠離享用如是等之高廣大床。此亦為比丘戒之一份。

○有某沙門、婆羅門，受食信施而生活，專心住於裝飾之放逸處。例如塗身、按摩、沐浴、鏡、眼塗[色]料、華蔓、塗香、臉粉、面油、手環、髮飾、手杖、藥袋、刀劍、蓋傘、彩履、頭巾、寶珠、拂塵、白衣、長袖等。

遠離如是等任何裝飾之放逸處。此亦為比丘戒之一份。

○有某沙門、婆羅門、受食信施而生活。專心住於無益徒勞之論。例如王論、盜賊論、大臣論、軍兵論、恐怖論、戰爭論、食物論、飲料論、衣服論、臥具論、華鬘論、香料論、親族論、乘具論、村里論、鄉鎮論、都市論、國土論、婦女論、英雄論、路邊論、井邊風傳論、祖先論、種性論，世界起源論、海洋起源論、如是有無之論爭。

遠離如是等無益徒勞之論。此亦為比丘戒之一份。

○又有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。專心住於諍論。例如「汝不知此法、律、我如此法、律，汝如何如此法、律耶？」
「汝是耶行者，我是正行者，」「我言[前後]相應，汝言不相應。」「汝應言於前者而言於後，應言於後者而言於前。」「汝無細慮而[自]言返復。」「汝之立論，墮於負處。」「為解汝負說而尋思，若能者即自解！」

遠離如是等任何諍論。此亦為比丘戒之一份。

○有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。專心住於差使者、傳信之行作。例如國王、大臣、剎帝利、婆羅門、居士、童子[令]：
「汝來此處、往彼處，汝來持此、持此往彼。」

遠離如是任何使者、傳信之行為。此亦比丘戒之一份。

○又有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。而於欺瞞、饒諛騙詐。

遠離如是饒諛騙詐。此亦為比丘戒之一份。

○又有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。彼等依無益徒勞之橫明(畜生)而過邪命生活。例如占卜手足之相、占前兆[吉凶]、占夢、占體[全身]相、占鼠所咬、火護摩、杓子護摩、穀皮護摩、糠護摩、米護摩、熟酥護摩、油護摩、口護摩、血護摩、肢節明、宅地明、剎帝利明、濕婆明、鬼神明、地明、蛇明、毒藥明、蝎明、鼠明、鳥明、鴉明、命數豫言，防箭咒、解獸聲法等。

遠離如是等任何無益徒勞之橫明。此亦為比丘戒之一份。

○又有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。[彼等依無益徒勞之橫明而過邪命生活。]例如占珠相、杖相、衣服相、劍相、矢相、弓相、武器相、婦人相、丈夫相、童子相、童女相、象相、馬相、水牛相、牡牛相、山羊相、羊相、雞相、鶉相、蜥蜴相、耳環相、龜甲相、獸相等。

遠離如是無益徒勞之橫明。此亦為比丘戒之一份。

○又有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。彼等以占無益徒勞之橫明以過邪命生活。例如占「王應進車、王不應進車。」「內部諸王當迫進、外部諸王當退卻。」「外部諸王當迫進、內部諸王將退卻。」「內部諸王當勝利、外部諸王將敗退。」「外部諸王當勝利、內部諸王將敗退。」「此人當勝利、此人將敗退。」

遠離如是等無益徒勞之橫明。此亦為比丘戒之一份。

○又有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。彼等以占無益徒勞之橫明過邪命生活。例如占：「應有月蝕、應有日蝕、應有星蝕、日月應行正道、諸星宿應行正道、諸星宿應行非道，流星應損落、應有天火、應有地震、天鼓將鳴、應有日月星宿之昇沈明暗。如是之果報，應有月蝕……[乃至]……如是之果報，應有日月星宿之昇沈明暗。」

遠離如是無益徒勞之橫明。此亦為比丘戒之一份。

○又有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。彼等以占無益徒勞之橫明過邪命生活。例如占：「應有多雨、應無雨、應有豐收、應無收穫、應來太平、應無恐怖、應有疫病、應有健康。」[並占]記號、計算吉凶數、作詩、順世論爭。

遠離如是任何無益徒勞之橫明。此亦為比丘戒之一份。

○又有其沙門、婆羅門，受食信施而生活。彼等以占無益徒勞之構明過邪命生活。例如占：娶、嫁、和睦分裂、貸入、貸出、[以咒術令]開運、遇禍、墮胎、啞口、不能言、[舉手]不下、耳聾、問鏡、問童女、問天神、拜太陽、奉祭大[梵天]、口吐火、奉請吉祥天等。

遠離如是任何無益徒勞之橫明。此亦為比丘戒之一份。

○又有某沙門、婆羅門，受食信施而生活。彼等以無益徒勞之橫明過邪命生活。例如許願、還願、對地基作咒、得精力[有子]、失精力[無子]、相宅地、對宅地撒[祭物]；漱口、沐浴、

供犧牲、吐藥、下劑、上吐、下瀉、頭痛藥、點耳、洗眼、灌鼻、眼藥、藥油；眼科醫、外科醫、小兒科醫、與根本藥、草藥、瀉藥等。

遠離如是任何無益徒勞之橫明。此亦為比丘戒之一份。

○大王！此比丘如是戒具足者，無論於何處，由戒之護持故，皆不見怖畏。大王！恰如一灌頂之剎帝利制伏怨敵，無論於何處，皆不見怖畏。比丘而戒具足者，由戒之護持故，無論於何處，皆不見怖畏。具足此聖戒蘊，彼之內心，感受無垢純淨安樂。

大王！如是比丘乃戒具足。

6 根律儀

○大王！又比丘如何防護諸根門耶？

大王！茲有比丘以眼見色時，不執取[總]相，不執取別相。彼若放逸不防護，而隨著貧愛、憂悲、過惡、不淨法，即攝御眼根，防護眼根，令達眼根之防護。

以耳聞聲時……乃至……以鼻嗅香……乃至……以舌味味……乃至……以身觸觸……乃至……以意知法時，不執取總相，不執取別相。彼若放逸不防護，而隨著貪愛、憂悲、過惡、不淨法，即攝御意根，以防護意根，令達意根之防護。彼依此聖具足諸根之攝御，感受內心無垢純淨之安樂。

大王！比丘如是攝護諸根門。

9 正知而住

○大王！又如何比丘具足正念正智耶？

大王！茲有比丘於進、於退以具正智，於瞻前、於顧後亦具正智。又屈伸手足時、持下衣、上衣及鉢時，飲食嘗味時，大小便時，行住坐臥時，覺醒時，語時，默時，皆具正智。

大王！比丘如是具足正念、正智。

【+1】滿足

○大王！又比丘如何為滿足耶？

大王！茲有比丘，滿足其護身之衣及其養體之施食，[彼]往何處，唯持此等[衣、鉢]而往。大王！猶如有翼之鳥，飛往何處，亦只持其翼而飛。大王！比丘如是滿足其護身之衣及養體之施食，往何處，唯持此等而往。

大王！比丘如是滿足。

10 樂遠離

○具足此聖戒蘊、聖諸根之防護、聖正念正智、望之滿足，選[住]空閑處、樹下、山岳、峽谷、巖窟、藪林、露地、塚間、槁堆。彼乞食而歸，食已而結跏趺坐、端身安住，現起深正念。

11 清淨諸蓋

○彼對世間，捨棄貪欲、無貪欲心而住，由[離]貪欲令心淨化。捨棄害心及瞋恚，不害心而住，利益慈愍一切生物有類，由[離]害心及瞋恚令心淨化。

捨棄昏沈及睡眠，脫離昏沈、睡眠而住，光明想而正念正智，由[離]昏沈、睡眠令心淨化。

捨棄掉舉及惡作，心輕而住，內心寂靜，由[離]掉舉、惡作令心淨化。

捨棄疑，脫離疑而住，於淨法無有疑，由[離]疑令心淨化。

○大王！猶如有人，以負債而營事業，其事業繁榮，得還清負債之本金，尚有剩餘，得以養妻。爾時，彼思惟：「我曾負債以營事業，事業繁榮，得還清負債之本金，尚有剩餘，得以養妻。」而彼其喜亦悅樂。

○大王！猶如有人，為重病所惱，不喜食物，而消失體力。然，其後，彼脫離其疾病，喜得食物，以恢復體力。爾時，彼思惟：「我曾為重病所惱，不喜食物，而消失體力。然今，我脫離疾病，喜得食物，恢復體力。」而彼其喜亦悅樂。

○大王！猶如有人，繫禁於牢獄，彼其後健全安樂，又不減損彼之財物，得解放此牢獄。爾時彼思惟：「我雖嘗繫禁於牢獄，但今健全安穩，又不減損我之財物，得解放此牢獄。」而彼喜其所悅樂。

○復次，大王！猶如有人為奴隸，不隸屬自己而隸屬他人，不得如自己所欲而往；然後彼得解放奴隸之境遇，隸屬自己，不隸屬他人，獨立自由，任自己所欲而往。爾時，彼思惟：「我曾為奴隸，不隸屬自己而隸屬他人，不得如自己所欲而往；今我得解放奴隸之境遇，隸屬自己，不隸屬他人，獨立自由，得任自己所欲而往。」而彼其喜亦悅樂。

○復次，大王！猶如有人，財豎富裕，不能踏行曠野之道以求食，於危險[怖畏戰慄]。然後，彼出此曠野，安穩無難，而安達無怖畏之村落。某時，彼思惟：「我為財豐富裕，不能跨行

曠野之道以求食，於危險[怖畏戰慄]，然今，我出此曠野，安穩無難，安達無怖畏之村落。」而彼其喜亦悅樂。

○大王！比丘捨離此等之五蓋，以觀自己猶如負債者、如疾病者、如囚獄者、如遇奴隸之境、曠野之路者。

大王！然，比丘捨離此等之五蓋，以觀察[自己]，猶如無負債、無疾病、出獄、自由、安穩者。

12 依三摩地（分四）

【1】初禪

○觀察自己，捨離彼五蓋者，而生歡喜，生歡喜者而身經安；身經安者而覺樂，覺樂者而心得三昧。彼遠離諸欲、惡不善法，有尋、有伺，離生喜、樂，入初靜慮具足安住。彼由離生喜樂，以流潤充滿盈溢周遍其身；以由離生喜、樂，無不普洽其全身。

○大王！猶如浴室之熟練助浴者，或其弟子，撒洗粉於銅盆，注入水滴而混合，洗粉潤濕，由潤濕而溶化，其內外具潤濕而周遍不遺漏。

大王！比丘如是由離生喜樂，流潤充滿盈溢周遍其身；以由離生喜樂，無不普洽其全身。

大王！此亦沙門[修行]現世之果報，比前者更為殊勝微妙。

【2】第二禪

○大王！更有比丘，尋伺寂靜，於內等淨，心一趣性，無尋、無伺，定生喜樂，第二靜慮具足安住。彼以由定生喜樂，流潤充滿盈溢周遍其身；以由定生喜樂，無不普洽其全身。

○大王！猶如有深池湧出水，於此[水池]，無東方之流入[口]，無西方之流入[口]，無北方之流入[口]，無南方之流入[口]，兩天神時時與驟雨，而且，由此深池湧流冷水，以冷水充滿盈溢、周遍流潤此深池；無不以冷水普洽此深池。

大王！比丘如是以由定生喜樂，充滿盈溢、周遍流潤其身；以由定生喜樂，無不普洽其全身。

大王！此亦沙門[修行]現世之果報，比前者更殊勝微妙。

【3】第三禪

○大王！更有比丘，遠離喜貪，安住捨、念，及以正知，身領受樂，聖所宣說：捨、念具足、安樂而住，第三靜慮具足安住。彼無喜樂，充滿盈溢、周遍流潤其身；無喜樂，無不普洽其全身。

○大王！猶如於青蓮池、紅蓮池、白蓮池中，有青蓮、紅蓮、白蓮生於水中、長於水中、浸於水中，吸引水底之營養，由頂上至根，受冷水所充滿、盈溢、周遍之流潤，冷水無不普洽青蓮、紅蓮、白蓮。

大王！比丘如是以喜樂，充滿盈溢、周遍流潤其身：以喜樂無不普洽其全身。

大王！此亦沙門[修行]現世之果報，比前者更殊勝微妙。

【4】第四禪

○大王！更有比丘！究竟斷樂，先斷於苦，喜憂俱沒，不苦不樂，捨、念清淨，第四靜慮具足安住。彼以純淨心，遍滿其身而坐，其純淨之心，無不普洽其全身。

○大王！猶如有人，從頭至足，被覆白淨之衣而生，其白淨衣，無不普洽其全身。

大王！比丘以如是純淨之心，遍滿其身而坐！以純淨之心，無不普洽其全身。

大王！此亦沙門[修行]現世果報，比前者更為殊勝微妙。

13 勝緣（分八）

【1】傾注於智見

○如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且在安住不動之狀態時，比丘之心，傾注於智見。彼如次知：「我此身是由色所成、四大種所成、父母之所生，飯粥所長養者，是無常、破壞、粉碎、斷絕、壞滅之法。我之識與此相關連、依此而存在者。」

○大王！猶如琉璃寶珠，美麗而玉質優異，為八面之[結合]體，善磨精製而光耀，清澄無濁，具足一切美相，濃青色、或濃黃色、或赤色、或純白色、或淡黃色，以通此等之[質色]，具眼者以此置於手中而善觀察：知「此琉璃寶珠，美麗而玉質優異，為八面之[結合]體，善磨精製而光耀、清澄無濁、具足一切美相，濃青色、或濃黃色、或赤色、或純白色、或淡黃色，以通此等[之質色]。」

大王！如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且在安住不動之狀態時，比丘之心傾注於智見。而彼如次知：「我此身是由色所成、四大所成、父母所生、飯粥所

長養者，是無常、破壞、粉碎、斷絕、壞滅之法。又我之識與此相關連、依此而存在。」

大王！此亦沙門[修行]現世之果報，比前者更為殊勝微妙。

【2】傾注於化作意所成身

○如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，**傾注於化作意所成身**。而且彼由其色身，化作意所成，而有一切[大]肢小肢及不異其自己之身。

○大王！猶如有人，由文奢草，取拔其莖，彼思惟：「此是文奢草，此是莖。文奢草與莖是相異。但由文奢草取拔草莖。」

大王！猶如有人，由鞞拔取刀，彼思惟：「此是刀，此是鞞。刀與鞞是相異。但刀由鞞拔取也。」

大王！猶如有人，蛇由蛇皮蛻出，彼思惟：「此是蛇、此是蛇皮也。蛇與蛇皮是相異。但蛇由蛇皮薄出也。」

大王！如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，傾注於化作意所成身。而且彼由其色身，化作意所成，而有一切[大]肢小肢及不異其自己之身。

大王！此亦沙門[修行]現世之果報，比前者更殊勝微妙。

【3】傾注於種種神通

○如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，**傾注於種種神通**，而彼證得種種神通。一身而[化為]多身，多身而[合為]一身，或現身、或隱身；通過壁、透過牆，穿過山無有障礙，猶如於空中；出沒於大地，猶如於水；行於水上不沈，猶如於地上；趺坐、經行於空中，猶如有翼之鳥；有如是威德，能以手捫摸日月，以身到達梵天界。

○大王！猶如熟練之陶師或其弟子，能整泥土，任其所欲，完成製作種種容器。

大王！猶如熟練之象牙師或其弟子，能整列象牙，任其所欲，完成製作種種象牙之[彫刻]物。

大王！猶如熟練之彫金匠或其弟子，能整彫黃金，任其所欲，完成製作種種容具。

大王！如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，傾注於種種之神通，而彼證得種種之神通。一身而[化為]多身，多身而[合為]一身，或現身、或隱身；通過壁、透過牆、穿過山無有障礙，猶如於空中；出沒大地，猶如於水；行於水上不沈，猶如於地上；趺坐、經行於空中，猶如有翼之鳥；有如是神力、大威力，以手能捫摸日月，以身到達梵天界。

大王！此亦沙門[修行]現世之果報，比前者更殊勝微妙。

【4】傾注於天耳界

○如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心**傾注於天耳界**。而彼清淨超越人間[耳界]，以天耳界，聞人天兩界遠近雙方之音聲。

○大王！猶如有人行於道路，彼得聽大鼓聲、小鼓聲、螺貝、腰鼓、銅鑼之聲，而思惟：「彼是大鼓聲、小鼓聲，彼是螺貝、腰鼓、銅鑼之聲！」

大王！如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動狀態時，比丘之心，傾注於天耳界。而以清淨超越人間[耳界]，以天耳界，聽聞人天兩界及雙方遠近之聲。

大王！此亦沙門[修行]現世之果報，比前者更殊勝微妙。

【5】傾注於他心智

○如是心寂靜、純淨，無煩惱，遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，**傾注於[他]心智**。而以自己之心，徹[見]其他眾生及他人之心。如次證知之：

證知有貪欲心，為有貪欲心。

證知離貪欲心，為離貪欲心。

證知有瞋恚心，為有瞋恚心。

證知離瞋恚心，為離瞋恚心。

證知有愚癡心，為有愚癡心。

證知離愚癡心，為離愚癡心。

證知是統一心，為是統一心。

證知是散亂心，為是散亂心。

證知是廣大心，為是廣大心。

證知非廣大心，為非廣大心。

證知是有上心，為是有上心。
證知是無上心，為是無上心。
證知是有定心，為是有定心。
證知是無定心，為是無定心。
證知是解脫心，為是解脫心。
證知非解脫心，為非解脫心。

○大王！猶如好裝飾之男女，或家有青年男女，於潔白清澄之鏡或水鉢，細觀自己所反映之顏貌。若掛耳環時，如掛耳環，不掛耳環時，知不掛耳環。

大王！確實如是，心寂靜、清淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動狀態時，比丘之心，傾注於他心智。而以自己之心，徹[見]其他眾生及他人之心。如次證知之：

證知有貪欲心，為有貪欲心。
證知離貪欲心，為離貪欲心。
證知有瞋恚心，為有瞋恚心。
證知離瞋恚心，為離瞋恚心。
證知有愚癡心，為有愚癡心。
證知離愚癡心，為離愚癡心。
證知是統一心，為是統一心。
證知是散亂心，為是散亂心。
證知是廣大心，為是廣大心。
證知非廣大心，為非廣大心。
證知是有上心，為是有上心。
證知是無上心，為是無上心。
證知是有定心，為是有定心。
證知是無定心，為是無定心。
證知是解脫心，為是解脫心。
證知非解脫心，為非解脫心。

【6】傾注於宿住隨念智

○如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，**傾注於宿住隨念智**，而隨念彼於宿世之種種住處，猶如一生、二生、三生、四生、五生、十生、二十生、三十生、四十生、五十生、百生、千生、十萬生、幾壞劫、幾成劫、幾成壞劫：『於彼處，我有如是名、

生於如是種族、如是階級、取如是食、享受如是苦樂、有如是壽量。我由其處死而生於他處，於此我有如是名、生如是種族、如是之階級、取如是食、享受如是苦樂、有如是壽量。而我由彼處歿，生來此處。」具如是形相、境遇，隨念種種宿世之住處。

○大王！猶如有人，從己之村落到其他之村落，又從其村落往其他之村落，又由此村落，回來自己之村落，爾時，彼自隨念：「我由此村落到某村落，於彼如是住、如是坐、如是語、默。我由此村落，往其他之村落，於彼如是住、如是坐、如是語、默。而我由其村落，回來自己之村落。」

大王！實如是心寂靜、純淨，無煩惱，遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，傾注於宿住隨念智。而彼隨念於宿世種種住處，猶如一生、二生、三生、四生、五生、十生、二十生、三十生、四十生、五十生、百生、千生、十萬生、幾壞劫、幾成劫、幾成壞劫：「於彼處，我有如是名、生如是種族、如是之階級、取如是食、享受如是苦樂、有如是壽量。我由其處歿，生其他之處；於彼，我有如是名、生如是種族、如是之階級、取如是食、享受如是苦樂、有如是壽量。而又由彼處歿，生來此處。」具如是形相、境遇，隨念種種宿世之住處。

大王！此亦沙門[修行]現世之果報，比前者更殊勝微妙。

【7】傾注於生死智

○如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，**傾注於生死智**。而彼以超越人界之天眼，觀察眾生，見眾生之死而又生；證如眾生應其所為之業，[而有]貴賤、美醜、幸福、不幸福。即：『諸賢！此等眾生具身、語、意之惡業，誹謗聖者，以懷邪見，得邪見業；彼等於身壞死後，生於惡生、惡趣、地獄。諸賢！此等眾生具身、語、意之善業，不誹謗聖者，以懷正見，得正見業；彼等身壞死後，生於善趣、天界。』如是，彼以清淨超越人界之天眼，觀察眾生，見眾生死而又生；證如眾生應其所為之業，[而有]貴賤、美醜、幸福、不幸福。

○大王！猶如有眼者，立於四衢街道中之高樓，見諸眾人出入某家，又往來於車道、人道，或生於四衢街道之中。彼思念：

『此等諸眾人出入其家，往來於車道、人道，或生於四衢街道之中。』

大王！如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，傾注於生死智。而彼以清淨超越人界之天眼，觀察眾生，見眾生死而又生；證如眾生應其所為之業，[而有]貴賤、美醜、幸福、不幸福。

大王！此亦沙門[修行]現世之果報，比前者更殊勝微妙。

【8】傾注於漏盡智

○如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，**傾注於漏盡智**。而彼如實證知：此是苦；如實證知：此是苦之集；如實證知：此是苦之滅；如實證知：此是到達苦滅之道；如實證知：此是漏之滅；如實證知：此是到達漏滅之道。如是知、如是見故，其心解脫欲漏、解脫有漏、解脫無明漏，而於解脫，解脫之智慧生，證知：生已盡、梵行已修、應作已作、更不再生。

○大王！猶如有峽谷，無染污而澄明、淨潔之水池，有眼者立其岸，見牡蠣之殼、砂石、礫、及群魚之或動、或止，彼思念：

『此水池，實是澄明，清淨而無染污；於此，有牡蠣之殼。砂石、礫、及群魚之或動、或止。』

大王！如是心寂靜、純淨，無煩惱、遠離隨煩惱，柔軟、恆常活動，而且安住在不動之狀態時，比丘之心，傾注於漏盡智，而彼如實證知：此是苦；如實證知：此是苦之集；如實證知：此是苦之滅；如實證知：此是到達苦滅之道；如實證知：此是漏；如實證知：此是漏之集；如實證知：此是漏之滅；如實證知：此是到達漏滅之道。如是知，如是見故，其心解脫欲漏、解脫有漏、解脫無明漏，而於解脫，解脫之智慧生，證知：生已盡、梵行已修、應作已作、更不再生。

大王！此實沙門[修行]現世之果報，比前者更殊勝微妙。大王！：此沙門[修行]現世之果報，其他絕無有比此更殊勝之沙門[修行]現世之果報。」

● 《長阿含經》第 20 經：阿摩晝經的道次第

2 他圓滿

○佛告摩納：「若如來出現於世，應供、正遍知、明行足、為善逝、世間解、無上士、調御丈夫、天人師、佛、世尊，於一切諸天、世人、沙門、婆羅門、天、魔、梵王中，獨覺自證，為人說法。上語亦善、中語亦善、下語亦善，義味具足，開清淨行。

3 善法欲

○若居士、居士子及餘種姓，聞正法者即生信樂，以信樂心而作是念：我今在家，妻子繫縛，不得清淨純修梵行；今者寧可剃除鬚髮，服三法衣，出家修道。

4 正出家

○彼於異時，捨家財產，捐棄親族，剃除鬚髮，服三法衣，出家修道。

5 戒律儀

(a)與出家人同捨飾好，具諸戒行，不害眾生。捨於刀仗，懷慚愧心，慈念一切，是為不殺。(b)捨竊盜心，不與不取，其心清淨，無私竊意，是為不盜。(c)捨離淫欲，淨修梵行，殷勤精進，不為欲染，潔淨而住，是為不淫。(d)捨離妄語，至誠無欺，不誑他人，是為不妄語。(e)捨離兩舌，若聞此語，不傳至彼；若聞彼語，不傳至此；有離別者，善為和合，使相親敬；凡所言說，和順知時，是為不兩舌。(f)捨離惡口，所言麤獷，喜惱他人，令生忿結，捨如是言；言則柔濡，不生怨害，多所饒益，眾人敬愛，樂聞其言，是為不惡口。(g)捨離綺語，所言知時，誠實如法，依律滅諍，有緣而言，言不虛發，是為捨離綺語。(h)捨於飲酒，離放逸處。(i)不著香華瓔珞。(j)歌舞倡伎不往觀聽。(k)不坐高牀。(l)非時不食。(m)金銀七寶不取不用。(n)不娶妻妾，不畜奴婢、象馬、車牛、鷄犬、豬羊、田宅、園觀，不為虛詐斗秤欺人，不以手拳共相牽拽，亦不舐債，不誣罔人，不為偽詐。捨如是惡，滅於諍訟諸不善事，行則知時，非時不行。量腹而食無所藏積，度身而衣趣足而已，法服應器常與身俱，猶如飛鳥羽翮隨身，比丘無餘亦復如是。(a)摩納！如餘沙門、婆羅門受他信施，更求餘積，衣服飲食無有厭足；入我法者，無如此事。(b)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，自營生業，種植樹木，鬼神所依；入我法者，無如是事。(c)摩納！如

餘沙門、婆羅門食他信施，更作方便，求諸利養，象牙、雜寶、高廣大牀、種種文繡、綰縵被褥；入我法者，無如是事。(d)摩納！如餘沙門、婆羅門受他信施，更作方便，求自莊嚴，酥油摩身，香水洗沐，香末自塗，香澤梳頭，著好華鬘，染目紺色，拭面莊嚴，鑲紐澡潔，以鏡自照，雜色革屣，上服純白，刀仗、侍從、寶蓋、寶扇、莊嚴寶車；入我法者，無如此事。(e)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，專為嬉戲，碁局博奕，八道、十道、百道，至一切道，種種戲笑；入我法者，無如此事。(f)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，但說遮道無益之言，王者、戰鬥、軍馬之事，羣僚、大臣、騎乘出入、遊園觀事，及論臥起、行步、女人之事，衣服、飲食、親里之事，又說入海採寶之事；入我法者，無如此事。(g)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，無數方便，但作邪命，諂諛美辭，現相毀譽，以利求利；入我法者，無如此事。(h)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，但共諍訟，或於園觀，或在浴池，或於堂上，互相是非，言：『我知經律，汝無所知；我趣正道，汝向邪徑；以前著後，以後著前；我能忍汝，汝不能忍；汝所言說，皆不真正；若有所疑，當來問我，我盡能答。』入我法者，無如此事。(i)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，更作方便，求為使命，若為王、王大臣、婆羅門、居士通信使，從此詣彼，從彼至此，持此信授彼，持彼信授此，或自為，或教他為；入我法者，無如此事。(j)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，但習戰陣鬥諍之事，或習刀仗、弓矢之事，或鬥鷄犬、豬羊、象馬、牛駝諸畜，或鬥男女，及作眾聲：貝聲、鼙聲、歌聲、舞聲，緣幢倒絕，種種伎戲；入我法者，無如此事。(k)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，行遮道法，邪命自活，瞻相男女，吉凶好醜，及相畜生，以求利養；入我法者，無如是事。(l)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，行遮道法，邪命自活，召喚鬼神，或復驅遣，或能令住，種種[示*厭]禱，無數方道，恐嚇於人，能聚能散，能苦能樂，又能為人安胎出衣，亦能咒人使作驢馬，亦能使人盲聾瘖瘂，現諸技術，叉手向日月，作諸苦行以求利養；入我法者，無如是事。(m)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，行遮道法，邪命自活，為人咒病，或誦惡術，或為善咒，或為醫方、鍼灸、藥石，療治眾病；入我法者，無如是事。(n)摩納！

如餘沙門、婆羅門食他信施，行遮道法，邪命自活，或咒水火，或為鬼咒，或誦剎利咒，或誦鳥咒，或支節咒，或是安宅符咒，或火燒、鼠嚙能為解咒，或誦別死生書，或讀夢書，或相手面，或誦天文書，或誦一切音書；入我法者，無如是事。(o)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，行遮道法，邪命自活，瞻相天時，言雨不雨，穀貴穀賤，多病少病，恐怖安隱，或說地動、彗星、日月薄蝕，或言星蝕，或言不蝕，如是善瑞，如是惡徵；入我法者，無如是事。(p)摩納！如餘沙門、婆羅門食他信施，行遮道法，邪命自活，或言此國勝彼，彼國不如；或言彼國勝此，此國不如；瞻相吉凶，說其盛衰；入我法者，無如是事。

6 根律儀

(a)但修聖戒，無染著心，內懷喜樂。目雖見色而不取相，眼不為色之所拘繫，堅固寂然，無所貪著，亦無憂患，不漏諸惡，堅持戒品，善護眼根。

(b)耳、鼻、舌、身、意亦復如是。

(c)善御六觸，護持調伏，令得安隱。

(d)猶如平地駕四馬車，善調御者，執鞭持控，使不失轍。

(e)比丘如是，御六根馬，安隱無失。

7 於食知量

(a)彼有如是聖戒，得聖諸根，食知止足，亦不貪味，趣以養身，令無苦患而不貢高，調和其身，令故苦滅，新苦不生，有力無事，令身安樂。

(b)猶如有人以藥塗瘡，趣使瘡差，不求飾好，不以自高。

○摩納！比丘如是，食足支身，不懷慢恣。

又如膏車，欲使通利以用運載，有所至到。

比丘如是，食足支身，欲為行道。

8 若初夜後夜常勤修習覺寤瑜伽

○摩納！比丘如是成就聖戒，得聖諸根，食知止足，初夜後夜，精進覺悟。又於晝日，若行若坐，常念一心，除眾陰蓋。彼於初夜，若行若坐，常念一心，除眾陰蓋；乃至中夜，偃右脅而臥，念當時起，繫想在明，心無錯亂；至於後夜，便起思惟，若行若坐，常念一心，除眾陰蓋。

9 正知而住

○比丘有如是聖戒具足，得聖諸根，食知止足，初夜後夜，精

勤覺悟，常念一心，無有錯亂。

○**云何比丘念無錯亂**？如是比丘內身身觀，精勤不懈，憶念不忘，除世貪憂；外身身觀、內外身身觀，精勤不懈，憶念不忘，捨世貪憂。

受、意、法觀亦復如是，是為比丘念無錯亂。

○**云何一心**？如是比丘若行步出入，左右顧視，屈申俯仰，執持衣鉢，受取飲食，左右便利，睡眠覺悟，坐立語默，於一切時，常念一心，不失威儀，是為一心。

譬如有人與大眾行，若在前行，若在中、後，常得安隱，無有怖畏。摩訶！比丘如是行步出入，……至於語默，常念一心，無有憂畏。

10 樂遠離

○比丘有如是聖戒，得聖諸根，食知止足，初夜後夜，精勤覺悟，常念一心，無有錯亂。**樂在靜處**、樹下、塚間，若在山窟，或在露地及糞聚間。至時乞食，還洗手足，安置衣鉢，結跏趺坐，端身正意，繫念在前。

11 清淨諸蓋

○除去慳貪，心不與俱；
滅瞋恨心，無有怨結，心住清淨，常懷慈愍；
除去睡眠，繫想在明，念無錯亂；
斷除掉戲，心不與俱，內行寂滅，滅掉戲心；
斷除疑惑，已度疑網，其心專一，在於善法。

○譬如僮僕，大家賜姓，安隱解脫，免於僕使，其心歡喜，無復憂畏。

○又如有人舉財治生，大得利還，還本主物，餘財足用，彼自念言：我本舉財，恐不如意，今得利還，還主本物，餘財足用，無復憂畏，發大歡喜。

○如人久病，從病得差，飲食消化，色力充足，彼作是念：我先有病，而今得差，飲食消化，色力充足，無復憂畏，發大歡喜。

○又如人久閉牢獄，安隱得出，彼自念言：我先拘閉，今已解脫，無復憂畏，發大歡喜。

○又如人多持財寶，經大曠野，不遭賊盜，安隱得過，彼自念言：我持財寶過此嶮難，無復憂畏，發大歡喜，其心安樂。

- 摩納！比丘有五蓋自覆，常懷憂畏亦復如是。
- 如負債人、久病在獄、行大曠野，自見未離。

12 依三摩地（分四）

【1】初禪

- 諸陰蓋心，覆蔽闇冥，慧眼不明，彼即精勤捨欲、惡不善法，與覺、觀俱，離生喜、樂，得入**初禪**。
- 彼已喜樂潤漬於身，周遍盈溢，無不充滿。
- 如人巧浴器盛眾藥，以水漬之，中外俱潤，無不周遍。
- 比丘如是得入初禪，喜樂遍身，無不充滿。
- 如是，摩納！是為最初現身得樂。所以者何？斯由精進，念無錯亂，樂靜閑居之所得也。

【2】第二禪

- 彼捨覺、觀，便生為信，專念一心，無覺、無觀，定生喜、樂，入**第二禪**。
- 彼已一心喜樂潤漬於身，周遍盈溢，無不充滿。
- 猶如山頂涼泉水自中出，不從外來，即此池中出清淨水，還自浸漬，無不周遍。
- 摩納！比丘如是入第二禪，定生喜、樂，無不充滿，是為第二現身得樂。

【3】第三禪

- 彼捨喜住，護念不錯亂，身受快樂，如聖所說，起護念樂，入**第三禪**。
- 彼身無喜，以樂潤漬，周遍盈溢，無不充滿。
- 譬如優鉢花、鉢頭摩華、拘頭摩花、分陀利花，始出淤泥而未出水，根莖枝葉潤漬水中，無不周遍。
- 摩納！比丘如是入第三禪，離喜、住樂，潤漬於身，無不周遍，此是第三現身得樂。

【4】第四禪

- 彼捨喜、樂，憂、喜先滅，不苦不樂，護念清淨，入**第四禪**。
- 身心清淨，具滿盈溢，無不周遍。
- 猶如有人沐浴清潔，以新白疊被覆其身，舉體清淨。
- 摩納！比丘如是入第四禪，其心清淨，充滿於身，無不周遍。
- 又入第四禪，心無增減，亦不傾動，住無愛恚、無動之地。
- 譬如密室，內外塗治，堅閉戶扃，無有風塵，於內燃燈無觸

燒者，其燈焰上怙然不動。

○摩訶！比丘如是入第四禪，心無增減，亦不傾動，住無愛恚、無動之地，此是第四現身得樂。所以者何？斯由精勤不懈，念不錯亂，樂靜閑居之所得也。

13 勝緣（分八）

【1】第一勝法

○彼得定心，清淨無穢，柔濡調伏，住無動地，自於身中起變化心，化作異身，支節具足，諸根無闕，彼作是觀：此身色四大化成彼身，此身亦異，彼身亦異，從此身起心，化成彼身，諸根具足，支節無闕。

○譬如有人鞘中拔刀，彼作是念：鞘異刀異，而刀從鞘出。又如有人合麻為繩，彼作是念：麻異繩異，而繩從麻出。

○又如有入篋中出蛇，彼作是念：篋異蛇異，而蛇從篋出。又如有人從篋出衣，彼作是念：篋異衣異，而衣從篋出。

○摩訶！比丘亦如是，此是**最初所得勝法**。所以者何？斯由精進，念不錯亂，樂靜閑居之所得也。

【2】第二勝法

○彼已定心，清淨無穢，柔濡調伏，住無動地，從已四大色身中起心，化作化身，一切諸根、支節具足，彼作是觀：此身是四大合成，彼身從化而有，此身亦異，彼身亦異，此心在此身中，依此身住，至化身中。

○譬如琉璃、摩尼，瑩治甚明，清淨無穢，若以青、黃、赤縵貫之，有目之士置掌而觀，知珠異縵異，而縵依於珠，從珠至珠。

○摩訶！比丘觀心依此身住，至彼化身亦復如是，此是比丘**第二勝法**。所以者何？斯由精勤，念不錯亂，樂獨閑居之所得也。

【3】第三勝法

○彼以定心，清淨無穢，柔濡調伏，住無動地，一心修習**神通智證**，能種種變化，變化一身為無數身，以無數身還合為一；身能飛行，石壁無礙；遊空如鳥，履水如地；身出烟焰，如大火[艸*積]；手捫日月，立至梵天。

○譬如陶師善調和泥，隨意所在，造作何器，多所饒益。

○亦如巧匠善能治木，隨意所造，自在能成，多所饒益。

○又如牙師善治象牙，亦如金師善煉真金，隨意所造，多所饒

益。

○摩納！比丘如是，定心清淨，住無動地，隨意變化，乃至手捫日月，立至梵天，此是比丘**第三勝法**。

【4】第四勝法

○彼以心定，清淨無穢，柔濡調伏，住無動地，一心修習，證**天耳智**。彼天耳淨，過於人耳，聞二種聲：天聲、人聲。

○譬如城內有大講堂，高廣顯敞，有聰聽人居此堂內，堂內有聲，不勞聽功，種種悉聞。

○比丘如是，以心定故，天耳清淨，聞二種聲。摩納！此是比丘**第四勝法**。

【5】第五勝法

○彼以定心，清淨無穢，柔濡調伏，住無動地，一心修習，證**他心智**。彼知他心有欲無欲、有垢無垢、有癡無癡、廣心狹心、小心大心、定心亂心、縛心解心、上心下心，至無上心皆悉知之。

○譬如有人以清水自照，好惡必察。

○比丘如是，以心淨故，能知他心。摩納！此是比丘**第五勝法**。

【6】第一明

○彼以心定，清淨無穢，柔濡調伏，住無動地，一心修習**宿命智**證，便能憶識宿命無數若干種事，能憶一生至無數生，劫數成敗、死此生彼、名姓種族、飲食好惡、壽命長短、所受苦樂、形色相貌皆悉憶識。

○譬如有人，從己村落至他國邑，在於彼處，若行若住，若語若默，復從彼國至於餘國，如是展轉便還本土，不勞心力，盡能憶識所行諸國，從此到彼，從彼到此，行住語默，皆悉憶之。

○摩納！比丘如是，能以定心清淨無穢，住無動地，以宿命智能憶宿命無數劫事，此是比丘得第一勝〔**第一明**〕。無明永滅，大明法生，闇冥消滅，光曜法生，此是比丘**宿命智明**。所以者何？斯由精勤，念無錯亂，樂獨閑居之所得也。

【7】第二明

○彼以定心，清淨無穢，柔濡調伏，住無動處，一心修習見**生死智證**。彼天眼淨，見諸眾生死此生彼、從彼生此、形色好醜、善惡諸果、尊貴卑賤、隨所造業報應因緣皆悉知之。此人身行惡，口言惡，意念惡，誹謗賢聖，信邪倒見，身敗命終，墮三

惡道；此人身行善，口言善，意念善，不謗賢聖，見正信行，身壞命終，生天、人中。以天眼淨，見諸眾生隨所業緣，往來五道。

○譬如城內高廣平地，四交道頭起大高樓，明目之士在上而觀，見諸行人東西南北，舉動所為皆悉見之。

○摩訶！比丘如是，以定心清淨，住無動處，見生死智證。以天眼淨，盡見眾生所為善惡，隨業受生，往來五道皆悉知之，此是比丘得**第二明**。斷除無明，生於慧明，捨離闇冥，出智慧光，此是見眾生**生死智證明**也。所以者何？斯由精勤，念不錯亂，樂獨閑居之所得也。

【8】第三明

○彼以定心，清淨無穢，柔濡調伏，住無動地，一心修習**無漏智證**。彼如實知苦聖諦，如實知有漏集，如實知有漏盡，如實知趣漏盡道。彼如是知、如是見，欲漏、有漏、無明漏，心得解脫，得解脫智：生死已盡，梵行已立，所作已辦，不受後有。

○譬如清水中，有木石、魚鱉水性之屬東西遊行，有目之士明了見之：此是木石，此是魚鱉。

○摩訶！比丘如是，以定心清淨，住無動地，得無漏智證，乃至不受後有，此是比丘得**第三明**。斷除無明，生於慧明，捨離闇冥，出大智光，是為**無漏智明**。所以者何？斯由精勤，念不錯亂，樂獨閑居之所得也。

最上乘論

五祖弘忍著

凡趣聖道悟解真宗，修心要論，若其不護淨者，一切行無由取見；願善知識如有寫者，用心無令脫錯，恐誤後人。

夫修道之本體，須識當身；心本來清淨，不生不滅，無有分別，自性圓滿。清淨之心，此是本師，乃勝念十方諸佛。

問曰：何知自心本來清淨？

答曰：《十地經》云：眾生身中有金剛佛性，猶如日輪，體明圓滿，廣大無邊；只為五陰黑雲之所覆，如瓶內燈光，不能照輝。譬如世間雲霧，八方俱起，天下陰闇。日豈爛也，何故無光？光元不壞，只為雲霧所覆；一切眾生清淨之心，亦復如是。只為攀緣妄念煩惱諸見，黑雲所覆，但能凝然守心，妄念不生，涅槃法自然顯現。故知自心，本來清淨。

問曰：何知自心本來不生不滅？

答曰：《維摩經》云：如、無有生，如、無有滅。如者、真如佛性，自性清淨。清淨者，心之原也。真如本有，不從緣生。又云：一切眾生，皆如也，眾賢聖亦如也；一切眾生者，即我等是也；眾賢聖者，即諸佛是也。名相雖別，身中真如法性，並同不生不滅。故言皆如也。故知自心本來不生不滅。

問曰：何名自心為本師？

答曰：此真心者，自然而有，不從外來，不屬於修。於三世中，所有至親莫過自守於心。若識心者，守之則到彼岸。迷心者，棄之則墮三塗。故知三世諸佛以自心為本師。故《論》云：了然守心，則妄念不起，則是無生，故知心是本師。

問曰：何名自心勝念彼佛？

答曰：常念彼佛不免生死；守我本心則到彼岸。《金剛經》云：若以

色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來。故云：守本真心勝念他佛。又云：勝者只是約行勸人之語，其實究竟果體平等無二。

問曰：眾生與佛真體既同，何故謂諸佛不生不滅，受無量快樂，自在無礙。我等眾生，墮生死中，受種種苦耶？

答曰：十方諸佛悟達法性，皆自然照燎於心源，妄想不生，正念不失，我所心滅，故不得受生死。不生死故，即畢竟寂滅。故知萬樂自歸。一切眾生迷於真性，不識心本，種種妄緣，不修正念故，即憎愛心起。以憎愛故，則心器破漏；心器破漏故，即有生死；有生死故，則諸苦自現。《心王經》云：真如佛性，沒在知見；六識海中，沉淪生死，不得解脫。努力會是，守本真心，妄念不生，我所心滅，自然與佛平等無二。

問曰：真如法性，同一無二；迷應俱迷，悟應俱悟。何故佛覺性，眾生昏迷，因何故然？

答曰：自此已上，入不思議分，非凡所及；識心故悟，失性故迷；緣合即合，說不可定；但信真諦，守自本心。故《維摩經》云：無自性、無他性，法本無生，今即無滅。此悟即離二邊，入無分別智。若解此義，但於行知法要，守心第一。此守心者，乃是涅槃之根本，入道之要門，《十二部經》之宗，三世諸佛之祖。

問曰：何知守本真心，是涅槃之根本？

答曰：涅槃者，體是寂滅，無為安樂；我心既是真心，妄想則斷；妄想斷故，則具正念；正念具故，寂照智生；寂照智生故，窮達法性；窮達法性故，則得涅槃。故知守本真心，是涅槃之根本。

問曰：何知守本真心，是入道之要門？

答曰：乃至舉一手爪，畫佛形像，或造恆沙功德者；只是佛為教導無智慧眾生，作當來勝報之業，及見佛之因。若願自早成佛者，會是守本真心。三世諸佛，無量無邊，若有一人不守真心得成佛者，無有是處。故《經》云：制心一處，無事不辦。故知守本真心，是入道之要門也。

問曰：何知守本真心，是《十二部經》之宗？

答曰：如來於一切經中，說一切罪福，一切因緣果報；或引一切山河大地草木等，種種雜物，起無量無邊譬喻；或現無量神通，種種變化者；只是佛為教導無智慧眾生，有種種欲心，心行萬差。是故如來隨其心門引入一乘。我既體知眾生佛性，本來清淨，如雲底日，但了然守本真心，妄念雲盡，慧日即現：何須更多學知見，所生死苦。一切義理及三世之事，譬如磨鏡，塵盡明自然現。則今於無明心中學得者，終是不堪。若能了然不失正念，無為心中學得者，此是真學。雖言真學，竟無所學。何以故？我及涅槃，二皆空故。更無二無一，故無所學。法性雖空，要須了然守本真心；妄念不生，我所心滅。故《涅槃經》云：知佛不說法者，是名具足多聞。故知求本真心，是《十二部經》之宗也。

問曰：何知守本真心，是三世諸佛之祖？

答曰：三世諸佛，皆從心性中生。先守真心，妄念不生，我所心滅，後得成佛。故知守本真心，是三世諸佛之祖也。上來四種問答，若欲廣說何窮！吾今望得汝自識本心是佛，是故殷懃勸汝。千經萬論，莫過守本真心是要也。吾今努力按《法華經》，示汝大車寶藏明珠妙藥等物，汝自不取、不服、窮苦奈何！會是妄念不生，我所心滅，一切功德，自然圓滿，不假外求，歸生死苦。於一切處，正念察心，莫愛現在樂，種未來苦；自誑誑他，不脫生死。努力努力！今雖無常，共作當來成佛之因；莫使三世虛度，枉喪功夫。《經》云：常處地獄，如遊園觀；在餘惡道，如己舍宅。我等眾生，今現如此，不覺不知，驚怖煞人，了無出心。奇哉奇哉！若有初心學坐禪者，依《觀無量壽經》，端坐正念，閉目合口，心前平視，隨意近遠；作一「日」想，守真心念念莫住，即善調氣息。莫使乍麤乍細則令人成病苦。夜坐禪時，或見一切善惡境界，或入青黃赤白等諸三昧，或見身出大光明，或見如來身相，或見種種變化；但知攝心莫著，並皆是空，妄想而見也。《經》云：十方國土，皆如虛空，三界虛幻，唯是一心作。若不得定，不見一切境界者，亦不須怪。但於行住坐臥中，常了然守本真心，會是妄念不生，我所心滅。一切萬法不出自心，所以諸佛廣說，如許多言教譬喻者，只為眾生行行不同，遂使教門差別。其實八萬四千法門，三乘八道位體，七十二賢行宗，莫過自心是本也。若能自識本心，念念磨鍊莫住者，即自見佛性也。於念念中，常供養十方恆沙諸佛。《十二部經》，念念常轉。若了此

心源者，一切心義自現，一切願具足，一切行滿，一切皆辦，不受後有。會是妄念不生，我所心滅，捨此身已，定得無生，不可思議。努力莫造作，如此真實不妄語，難可得聞，聞而能行者，恆沙眾中，莫過有一。行而能到者，億萬劫中，希有一人。好好自安自靜，善調諸根，就視心源。恆令照燎清淨，勿令無記心生。

問曰：何名無記心？

答曰：諸攝心人為緣外境羶心小息，內鍊真心；心未清淨時，於行住坐臥中，恆懲意看心，猶未能了了清淨、獨照心源，是名無記心也。亦是漏心，猶不免生死大病，況復總不守真心者；是人沈沒生死苦海，何日得出？可憐！努力努力！《經》云：眾生若情誠不內發者，於三世縱值恆沙諸佛無所能為。《經》云：眾生識心自度，佛不能度眾生。若佛能度眾生者，過去諸佛恆沙無量，何故我等不成佛也？只是情誠不自內發，是故沉沒苦海。努力努力！勤求本心，勿令妄漏。過去不知，已過亦不及；今身現在，有遇得聞妙法，分明相勸，決解此語，了知守心，是第一道。不肯發至誠心，求願成佛，受無量自在快樂，乃始轟轟隨俗貪求名利，當來墮大地獄中，受種種苦惱，將何所及。奈何奈何！努力努力！但能著破衣飡羶食，了然守本真心，佯癡不解語，最省氣力，而能有功，是大精進人也。世間迷人不解此理，於無明心中，多涉艱辛，廣修相善，望得解脫，乃歸生死。若了然不失正念，而度眾生者，是有力菩薩。分明語汝等，守心第一，若不勤守者，甚癡人也。不肯現在一生忍苦，欲得當來萬劫受殃，聽汝更不知何囑？八風吹不動者，真是珍寶山也。若知果體者，但對於萬境起恆沙作用，巧辯若流，應病與藥，而能妄念不生，我所心滅者，真是出世丈夫；如來在日，歎何可盡！吾說此言者，至心勸汝，不生妄念，我所心滅，則是出世之士。

問曰：云何是我所心滅？

答曰：為有小許勝他之心，自念我能如此者，是我所心，涅槃中病，故《涅槃經》曰：譬如虛空，能容萬物，而此虛空不自念言：我能含容如是。此喻我所心滅，趣金剛三昧。

問曰：諸行人求真常寂者，只樂世間無常羶善，不樂第一義諦真常妙善；其理未見，只欲發心緣義，遂思覺心起，則是漏心；只欲亡心，

則是無明昏住。又不當理，只欲不止，心不緣義，即惡取空，雖受人身，行畜生行；爾時無有定慧方便，而不能解了，明見佛性。只是行人沉沒之處，若為超得到無餘涅槃，願示真心。

答曰：會是信心具足，志願成就，緩緩靜心，更重教汝；好自閑靜身心，一切無所攀緣，端坐正念，善調氣息；懲其心不在內、不在外、不在中間，好好如如，穩看看熟，則了見此心識流動，猶如水流，陽焰曄曄不住。既見此識時唯是不內不外，緩緩如如，穩看看熟，則返覆銷融，虛凝湛住。其此流動之識，颯然自滅。滅此識者，乃是滅十地菩薩眾中障惑。此識滅已，其心即虛，凝寂淡泊，皎潔泰然；吾更不能說其形狀。汝若欲得者，取《涅槃經》第三卷中〈金剛身品〉及《維摩經》第三卷〈見阿閼佛品〉，緩緩尋思，細心搜檢熟看，若此經熟，實得能於行住坐臥，及對五欲八風，不失此心者，是人梵行已立，所作已辦，究竟不受生死之身。五欲者：色聲香味觸。八風者：利衰毀譽稱譏苦樂。此是行人磨鍊佛性處，甚莫怪今身不得自在，《經》曰：世間無佛住處，菩薩不得現用。要脫此報身，眾生過去根有利鈍，不可判；上者一念間，下者無量劫。若有力時，隨眾生性，起菩薩善根，自利利他，莊嚴佛土。要須了四依，乃窮實相。若依文執，則失真宗。諸比丘！汝等學他出家修道，此是出家，出生死枷，是名出家。正念具足，修道得成，乃至解身支節，臨命終時，不失正念，即得成佛。

弟子上來集此論者，直以信心依文取義，作如是說，實非了了證知。若乘聖理者，願懺悔除滅；若當聖道者，迴施眾生，願皆識本心，一時成佛。聞者努力，當來成佛，願在前度我門徒。

問曰：此論從首至末，皆顯自心是道，未知果行二門，是何門攝？

答曰：此論顯一乘為宗。然其至意，導迷趣解，自免生死，乃能度人。

直言自利，不說他利，約行門攝。若有人依文行者，即在前成佛。

若我誑汝，當來墮十八地獄，指天地為誓，若不信我，世世被虎狼所食。

最上乘論一卷終

《內觀雜誌》

行政院新聞局登記證局版北市誌字第 313 號

1995 年 10 月 1 日創刊

發行人：李雪卿

編輯：內觀雜誌編輯組

宗旨：弘揚佛法的義理和介紹內觀法門

聯絡：320 中壢市郵政信箱 9-110

網站：www.insights.org.tw

<http://140.115.120.165/forest/>

