

修訂日期: 2009/04/22 發行日期: 2009/5/9

發行單位: 中華電子佛典協會 (CBETA) <http://www.cbeta.org>

資料底本: 卍新纂續藏經 Vol. 55, No. 908

原始資料: CBETA 人工輸入, CBETA 掃瞄辨識

No. 908

禪門要略

天台大師 出

夫人修禪學慧法門。先明方便。後明正觀。方便者凡有五種。初具五緣。一者衣食具足。二者持戒清淨。三者閑居靜處。四者息諸緣務。五者親近善知識。五緣若闕則妨安心。若無善知識則不知遮障。為此義故須具五緣也。

二呵五欲者。謂色。聲。香。味。觸也。此五種能生行人欲樂之心。貪愛無足。若不呵却則妨正業。故須呵却。

三棄五盖。此五盖者。一貪欲盖。二嗔恚盖。三睡眠盖。四掉悔盖。五疑盖。此五若棄捨。心則得安也。此五在心則纏覆不明。

四調五事者。一調食不飢不飽。二調眼令不節不恣。此二就定外調之。三調身。四調息。五調心。此三就定內調之。調身者。令不寬不急是調身相。次調息者。令息出入綿靜細。如有如無。資神安禪。守之心易得定。舉要言之。不澁不滑是調息相。次調心者。若多覺觀浮動。須繫念在齊中。制諸亂想。若心沈昏。頭低睡熟無記者。當繫鼻端。令心在緣無分散意。舉要言之。不沈不浮是調心相。次復正於坐中。若覺身息心三事不調者。即須用前法調之。三事若調禪定可獲。次欲出定時。應前放心異緣。次開口放氣。想從百脉隨意有散。次微微動身。次動肩脾手頭頸等。次動兩足膝等。次以手遍摩諸毛孔。次按兩掌令暖掩兩眼。然後開眼。待身汗燥方可隨意。若不爾者令人作病。

第五行五法者。謂欲。精進。念。巧慧。一心是也。釋云。欲者。欲離世間一切妄想顛倒。欲得一切禪定智慧諸法門也。精進者。持戒清淨。初中後夜專精進修習無上道法[卅/七]。念者。念世間法治生產業。一色一香無非佛法也。巧慧者。思惟世間陰界入等。一一皆入如實。令魔界即佛界。為佛事如薩陀波倫也。一心者。既知世法即是出世法。應當專修定慧二法。令與法性相應。心如金剛無能壞者。故名一心也。此上並是坐禪。約出入略示此法。夫欲發心學道。先須問路。路有通塞。法有是非。心有邪正。今且約坐禪示其相。餘則可解。塞路者。苦集為塞。道滅為通。無明十二因緣為塞。無明滅為通。六蔽為塞。六度為通。若有三塞。破之令通也。次簡邪正者。一若為利養破戒等事發心學禪者。此發泥梨心。行地獄道。二若求名聞望他稱譽而學禪者。是發諂曲心。行鬼道。三若為眷屬徒眾多檀越等。是發飛走心。行畜生道。四若為勝他妬忌者。是發醜陋心。行修羅道。五若為此生謝後恐失未來人身。兼持戒

而發心學禪者。是發欲界下心。行人道。六若為求今世後世自然果報。兼修十善。是發欲界上心。行天道。七若為捍伏於他復層自舉。狼踞唐視令物歸仰者。是發魔羅心。行第六天道。八若為求今世後世禪定靜樂者。是發梵心。行色天道。九若為求世智辨聰無事不知者。為此學禪者。是發外道心。行無想行天道。十若為思惟世間生死牢獄甚可厭患。出世涅槃清淨寂滅甚可欣樂。為此發心欲速出三界者。是發無漏心。行二乘道。非心無量。略示十種非心耳。前九是世間心。是生死心。後一是出世心。是涅槃心。是聖人心。是解脫心行者。汝學修道應善識邪正。莫浪發心。二乘出世間尚簡是非。況前諸心妄謂為是。若欲與理相應者。但首作人事。莫強知他事。即是更相憎恨世世相憎。非但此生無道無果。累及後生。能閉口合掌塞耳端坐修心者。是出世聖人。若不爾者。餓鬼畜生之道難得免離也。

次明修止觀者。先約坐中修者。行人於坐中為亂想覺觀修三止。一名繫緣止止者。謂繫心鼻端隔齊間等處。繫緣守境。令念心不散。二名制心止止者。隨心不起。即須制之不馳散也。此二是事止耳。三體真止止者。隨心所念。一切諸法即須體之。知悉從緣生。從緣生之法無有自性。既知無性即不取著。以不取故妄念心息。是名為止。止心不動名為無為。無為者即諸法本源。若能安本源則一切妄想生死業行即皆空寂。即泥洹道。真法實也。略明三止竟。次作觀者。謂正觀中道諸法實相智慧也。行者於坐禪中。隨心所緣一切諸法。若善法。若惡法。若無記法等。隨所緣念念不住。雖如上體真而不止者。即當反觀所起之心從何處生。從過去生耶。現耶。未來耶。若從過去生者。過去已滅云何能生。若從現在生者。現在念念不住云何能生。若從未來生者。未來未至云何能生。三世求生畢竟不可得。當知此心但有名字。名字之法本自無生。無生故。無滅故。無滅即是中道第一義諦觀也。又檢此心為有為無。若心無者。云何有念。心若是有者。應當自有。何須緣發始有心生。當知此心非有非無。即是中道正觀也。

復次。於禪中沈昏睡熟頭低無記者。即須修觀。分別法相。對治沈病。若於坐禪中心散動越逸攀緣萬境。即須用止除亂想。一心念之。若修止時心安快樂。即應修止。又修止時能破睡散。即應修止。又修止時豁豁欲想清淨。即應修止。又修觀時心地靜樂。即宜修觀。又修觀時道心鬱起。即宜修觀。又修觀時能破煩惱惡見。即宜修觀。觀若有益即常修觀。止若有益即常修止。行者善須斟酌。巧用止觀調心。令妄念不起。即是善能用心。有少道理也。

次明歷緣對境。修止觀者歷緣有六。謂行。住。坐。臥。言語。作務也。對境亦有六。謂六根對六塵也。緣與境合有十二事。初就行中修止觀者。行者欲行之時。即應思惟。我今為何事故行。若為惡事無益等事。即不應行。若為善事利益等事。即應行。行中修止觀者。即應知因於行故。則有一切善惡等法。今推此行及諸法悉是虛妄。求實叵得。妄念不起。是名為止。復作是念。由心運身。故有去來及行中一切法。

令及觀此行中之心。不見相貌來處去處。無生無滅。當知行者及一切法畢竟空寂。是名為觀。於行緣中修止觀既然。餘五緣例爾。次對境修止觀者。見色之時。即知如幻如化。不起貪染。心安寂然。是名為止。當及觀見色之心從何而生。為從眼根生。為從色塵生。為根塵合生。為離根塵生。若見色從眼生者。未見色時心應已生。若從色塵生者。何關我耶。若從合生者。檢此根塵為各有心。為各無心。若有心能生心者。合時應有兩心。若各無心能生心者。無有是處。若離根塵有心生。亦無有是處。當知見色之心本自無生。但有名字。名字性空。畢竟無實。是名為觀。於眼見色時修止觀既然。餘五根對五塵例爾。

次於禮佛中修一心三觀者。觀一念禮佛之心。即空即假即中。觀心即空是禮報佛。觀心即假是禮應佛。觀心即中是禮法佛。一禮即三禮。一佛即三佛。雖三而一。即一而三。是名圓禮。亦名不思議禮佛。又誦經旋遶歷緣對境與心動念皆例如此。用三觀也。問。一心三觀有何功用。答。即空觀破四住惑。即假觀破塵沙惑。即中觀破無明惑。一心三觀。三諦圓破五住。五住煩惱破即三身顯。四住破即報身顯。塵沙破即應身顯。無明破即法身顯。又三觀成故即三德滿。中觀成即法身滿。假觀成般若滿。空觀成即解脫滿。三德滿故名秘密藏。佛及眾生悉入其中。畢竟無所有。永寂如虛空。若然者。云何復言有一切法佛以假名字引導諸眾生。復次泥洹真法實眾生從種種門入。令粗依一理。略出此法。示初心行人。不可執此為是餘者為非。若得此意者。則千車同轍萬流咸會也。一切諸法體性平等。眾生身內法身佛盡虛空遍法界。一切行人常念。觀四大五陰空無所有。名為道。

禪門要略(終)