

分別禪波羅蜜前方便第六之一 台北，佛陀教育基金會印。
pp. 36 ~ 75.

行人若能通達如前所辨五種，明諸禪相，則內信開發。若欲安心習學，必須善知方便。今明修禪方便，大開為二：一者外方便，即是定外用心之法。二者內方便，即是定內用心之法。此二通言方便者，善巧修學之異名。行者於初緣中善巧修習，故名方便。若細論，外方便亦有通定內用，內方便亦有得定外用。今一往從多為論，應如上分別。

就明外方便，自有五種。第一、具五緣。第二、訶五欲。第三、棄五蓋。第四、調五法。第五、行五法。此五五凡有二十五法，並是未得禪時，初修心方便之相。

第一、具五緣者：一、持戒清淨。二、衣食具足。三、閑居靜處。四、息諸緣務。五、得善知識。此是修禪五緣也。

第一、持戒清淨者，開為三意：一、明有戒無戒。二、明持犯。三、明懺悔。

第一、明有戒無戒者，出家受得禁戒，故名有戒。即為三意：一、明發戒機緣不同，凡有十種。何等為十？

一、自然得戒，即佛是，其人無師自發。

二、自誓得戒，即迦葉是，本辟支根性，值佛出世，墮聲聞數中。其答佛言：佛是我師，我是佛弟子。乍是言已，即便發戒。

三、見誦得戒，即拘鄰五人，佛為轉四諦法輪，即悟初果，因而發戒。

四者、三歸得戒，于時未有羯磨，聞佛三說，即發戒品，以其根利故。

五、八敬得戒，即佛姨母。佛意不欲度女人出家，姨母苦求，佛令遙授八敬，即發具戒。

六者、論議得戒，即須陀耶沙彌，與佛論議。佛問其無常等義，事事能答。後佛問：汝家在何處？答佛言：三界皆空，世尊云何乃問我家處？佛語阿難：將還僧中，為受具戒。于時年始七歲。

七者、善來得戒，道機時熟，佛呼善來，即便得戒。

八者、遣使得戒，即半迦尸女，有好善容許，堪半迦尸國為人欲抄斷故，令遣使僧中代受戒，後還尼寺，為其受戒。

九、邊地如法人少，聽五人受得戒。

十、中國人多，十人受具戒。此為十種得戒相，今時多用十人羯磨得戒。此辯有戒相。

第二、正明戒之體相者，有二種教門不同。若小乘教，辯戒是無作善法，受戒因緣具足。若發得無作戒，爾後睡眠入定，此善任運自生，不須身口意造作，以

無作正為戒體。若薩婆多人，解無作戒是無表色、不可見無對。若曇無德人，明無作戒是第三聚非色非心法。諸部既異，雖不可偏執，約小乘教門，終是無作為戒體，其義不差。若大乘教門中，說戒從心起，即以善心為戒體。此義如楞路經說。有師言：摩訶僧祇部人云：無作戒是心法。

第三、明有戒相不同，即有二意：

一者，若約小乘，七眾發心受戒，作法不同，故得戒亦有優劣。如優婆塞、優婆夷，在家有五戒相。若本未入佛法男子女人，不殺父害母，不作逆罪，遇好良師，教歸依三寶，為受五戒，作法成就，即五戒無作起，名得五戒，從此名清信士女。

復次，明沙彌有十戒相，若和尚、阿闍梨二師，如法受人清淨歸依三寶，隨佛出家。若二師作法成就，即發無作，名得沙彌戒。

次明大僧有戒相，若作沙彌時不犯重過，清淨十師和尚阿闍梨，作羯磨如法成就，是名得大比丘具足戒。若沙彌尼、式叉摩尼、大戒尼，有戒相亦爾。七人本雖犯重，若遇良緣，謂作大乘方等懺悔，得相成就後受戒，亦得無作善發。異於上說，名不得戒，亦名無戒。

二者，若菩薩行人有戒無戒則不可知，所以者何？菩薩世世已來，或初發心時，值遇良緣受得戒故。

第二、明持犯，自有三意：一、略明持犯。二、歷別廣明持犯。三、明覆發。

就初總明持犯，有二：一者持相。二者犯相。

一、持相者：持者護持。如上所說，七種之人受佛禁戒，為十利故護持無犯。十利者如毗尼中說：「一、攝僧故。二、極好攝故。三、僧安樂住故。四、折伏高心人故。五、慚愧得安樂住故。六、不信令信故。七、已信增長信故。八、遮今世漏故。九、斷後世惡故。十、令梵行人久住故。」

行者一心敬慎不敢侵毀，如護浮囊，微塵不棄，故名護持。亦名兼持，如持油鉢之喻，是名持相。

二、明犯相者：犯名違犯，本受佛戒，欲出生死，願求解脫。今遇惡緣，不能自制其心，中途違返，若重若輕，故名違犯。復次，犯名犯觸，猶如服藥，誠忌斷食，不隨醫教而食惡食，犯觸藥勢，非唯不能愈病，翻致更增，或時至死。犯戒之相亦復如之，故名為犯。

第二、廣明持犯者，從初心至佛果，以明持犯，有十種：

- 一、持不缺戒，謂持初四重不犯。
- 二、持不破戒，謂對僧殘不犯。
- 三、持不穿戒，謂對下三篇不犯。
- 四、持無瑕戒，亦名不雜戒，謂不起諂心及諸惱覺觀雜念，亦名定共戒。
- 五、持隨道戒，即是心行十六行觀，發苦忍智慧，亦名道共戒。

六、持無著戒，即阿那含人，若斷欲界九品思惟盡，名斷律儀戒，乃至色愛無色愛等諸結使盡，皆名無著戒。

七、持智所讚戒，發菩提心，為令一切眾生得涅槃故持戒。如是持戒則為智所讚歎，亦可言持菩薩十重、四十八輕戒，此戒能至佛果，故為智所讚歎。

八、持自在戒，菩薩持戒，於種種破戒緣中而得自在。亦可言菩薩知罪、不罪不可得故，但隨利益眾生而持戒，心無所執，故名自在戒。

九、持具足戒，菩薩能具一切眾生戒法及上地戒。

十、持隨定戒，不起滅定，現種種威儀戒法以度眾生。

前四即是世間淨戒，亦得出世間戒，義具如前說，善應分別。中二是出世間淨戒，後四是出世間上上淨戒。若能如上所說受持是持戒相，異上所說即是犯相。是名從初心至佛果，淺深論持戒及犯戒相。故經言：「唯佛一人具淨戒，餘人皆名破戒者。」

復次，今明持戒者，但隨分隨力而修習令增進，漸漸清淨。若不爾者，不能生諸禪定。

復次，願行菩薩能以慧方便，從初發心一念之中，即具持十種戒。是故經言：「發心、畢竟二不別。」

第三、明覆發，就中自有二意：一者正明覆發，二者簡定。

云何名覆發相？行者持戒能發禪定，破戒即覆禪定。行者持世間淨戒故即發世

間禪，若持世間戒不淨即覆世間禪。出世間戒及出世間上上戒，持則發禪，毀則覆禪。類如是分別。

二者簡定覆發者，為眾生現在修禪不定故，應作四句分別。

一、自有雖犯戒而發定，持而不發。

二、自有破戒而不發定，持戒而發。

三、自有持戒、犯戒二俱發。

四、自有持、犯俱不發。

一、犯戒之人修禪定而發者，是過去習因善根深厚，今雖有罪，過去善根力強故，亦以現前修禪定、重慚愧為緣故。譬如負債，強者先牽，所以得有發定之義。

二、次持戒而不發定者，是人過去不種深禪定之因，今生雖復持戒修定，而不即發。三、俱發，四、俱不發，悉可類釋，故有四種不同。尋其根源，要因持戒而發，犯戒終無遮障。何以故？若過去經得禪定，即知過去以曾持戒發定，故成今世之習因，今生復以慚愧懺悔清淨為緣，是故得發宿世善根也。

第三、明懺悔中自有二意：一者先明運懺悔心，二者正明懺悔方法。

第一、云何名運懺悔之心？若人性自不作惡，則無罪可悔。行人既不能決定持戒，或於中間值遇惡緣，即便破毀。若輕若重，以戒破故，則尸羅不淨，三昧不生，譬如衣有垢膩不受染色，是故宜須懺悔。以懺悔故，則戒品清淨，三昧可生，

如衣垢汚，若洗清潔，染之可著。

行者如是思惟，若或不清淨，決須懺悔。是故經云：「佛法之中，有二種健兒，一、性不作惡。二、作已能悔。」今造過知悔，名健人也。夫懺悔者：懺名懺謝三寶及一切眾生，悔名慚愧，改過求哀。我今此罪若得滅者，於將來時，寧失身命終不更造如斯苦業。如比丘白佛：「我寧抱是熾然大火，終不敢毀犯如來淨戒。」生如是心，唯願三寶證明攝受，是名懺悔。

復次，懺名外不覆藏，悔則內心剋責，懺名知罪為惡，悔則忍受其報。如是眾多，今不廣說。舉要言之，若能知法虛妄，永息惡業，修行善道，是名懺悔。

第二、明懺悔方法，即為三意：一、正明懺悔法不同。二、明罪滅階降。三、明復不復相。

第一、正明懺悔法不同者：滅罪之由各有其法，如衣垢膩，若直以水洗終不可脫，皂蒸灰汁則能去之。滅罪之法，亦復如是。

今明懺悔方法，教門乃復眾多，取要論之，不過三種：

- 一、作法懺悔，此扶戒律以明懺悔。
- 二、觀相懺悔，此扶定法以明懺悔。
- 三、觀無生懺悔，此扶慧法以明懺悔。

此三種懺悔法義通三藏、摩訶衍，但從多為說，前一法多是小乘懺悔法，後二法多是大乘懺悔法。

初明作法懺悔者，以作善事反惡事故，故名懺悔。如毘尼中，一向用此法滅罪。何以故？如懺第二篇，二十眾作別住、下意出罪等羯磨作法成就，即名為滅。此不論見種種相貌，亦不論智慧觀空，故知但是作法懺悔。羯磨此翻作法，如是乃至下三篇，並是作法。此事易知，義如律中廣明，但未明懺悔四重法。別有最妙初教經，出懺悔四重法。彼經云：「當請三十清淨比丘僧，於大眾中，犯罪比丘當自發露，僧為作羯磨成就。又於三寶前作諸行法及誦戒千遍，即得清淨。」亦云令取得相為證，而說罪滅清淨。當知律中雖不出，經中有此羯磨明文，作法相貌如彼經中廣說。

二、明觀相懺悔者：行人依諸經中懺悔方法，專心用意，於靜心中見種種諸相。如菩薩戒中所說，若懺十重，要須見好相乃滅。相者，佛來摩頂，見光華種種瑞相已，罪即得滅。若不見相，雖懺無益。

諸大乘方等陀羅尼行法中，多有此觀相懺法。三藏及雜阿含中亦說觀相懺悔方法，謂作地獄毒蛇、白毫等觀相成就即說罪滅。此悉就定心中作，故觀相懺悔多依修定法說。

問曰：見種種相，云何知罪滅？

答曰：經說不同，罪法輕重有異，不可定判。今但舉要而明，相不出四種：

- 一、夢中見相。二、於行道時聞空中聲，或見異相及諸靈瑞。三、坐中觀見善惡，

破戒、持戒等相。四、以內證種種法門、道心開發等為相。此隨輕重判之，不可定說。在下至驗善惡根性更當略出。

問曰：魔羅亦能作此等相，云何可別？

答曰：實爾，邪正難別，不可定取。若相現時，良師乃識，事須面決，非可文載。是故行者初懺悔時，必須近善知識、別邪正之人。

復次，夫見相者，忽然而觀，尚邪正難知，若逐文作心求之，多著魔也。

問曰：若爾者，不應名觀相懺悔？

答曰：言觀相者，但用心行道，功成相現，取此判之，便知罪滅不滅。非謂行道之時，心存相事而生取著，若如此用心，必定多來魔事。

問曰：觀相懺悔，行法云何？

答曰：方法出在諸大乘方等修多羅中，行者當自尋經，依文而行。

三、明觀無生懺悔者，如普賢觀經中偈說：

一切業障海	皆由妄想生
若欲懺悔者	端坐念實相
眾罪如霜露	慧日能消除
是故至誠心	懺悔六情根

夫行人欲行大懺悔者，應當起大悲心，憐愍一切，深達罪源。所以者何？一切諸法，本來空寂，尚無有福，況復罪耶。但眾生不善思惟，妄執有為而起無明及

與愛恚，從此三毒，廣作無量無邊一切重罪，皆從一念不了心生。若欲除滅，但當反觀，如此心者從何處起？若在過去，過去已滅；已滅之法，則無所有；無所有法，不名為心。若在未來，未來未至；未至之法，即是不有；不有之法，亦無此心。若在現在，現在之中，剎那不住；無住相中，心不可得。

復次，若言現在，現在者為在內外兩中間耶？若言在內，則不待外，內自有故。若言在外，於我無過。復次，外塵無知，豈得有心？既無內外，豈有中間？若無中間，則無停處。如是觀之，不見相貌，不在方所。當知此心，畢竟空寂。既不見心，不見非心，尚無所觀，況有能觀？無能無所，顛倒想斷。既顛倒斷，則無無明及以愛恚。無此三毒，罪從何生？

復次，一切萬法，悉屬於心。心性尚空，何況萬法？若無萬法，誰是罪業？若不得罪，不得不罪，觀罪無生，破一切罪，以一切諸罪根本性空，常清淨故。故維摩羅詰謂優波離：「彼自無罪，勿增其過。當直爾除滅，勿擾其心。」又如普賢觀經中說：「觀心無心，法不住法，我心自空，罪福無主。一切諸法，皆悉如是，無住無壞。作是懺悔，名大懺悔，名莊嚴懺悔，名破壞心識懺悔，名無罪相懺悔。行此懺悔者，心如流水，念念之中，見普賢菩薩及十方佛。」故知深觀無生名大懺悔，於懺悔中最尊最妙。一切大乘經中明懺悔法，悉以此觀為主。若離此觀，則不得名大方等懺也。

問曰：觀無生懺悔，云何知罪滅相？

答曰：如是用心，於念念中即諸罪業念念自滅。若欲知障道法轉者，精勤不已，諸相亦當自現，觀此可知。如前觀相中所說善夢靈瑞、定慧開發等相，此中應具明。

復次，若行者觀心與理相應，即是罪滅之相，不勞餘求。故普賢觀經中言：「令此空慧與心相應，當知於一念中能滅百萬億阿僧祇劫生死重罪。」以此為證，若得無生忍慧，則便究竟罪源，此則尸羅清淨，可修禪定。

第二、明罪滅階降不同者：

懺法既有別異，當知滅罪亦復不同。所以者何？罪有三品，一者違無作起障道罪。二者體性罪。三者無明煩惱根本罪。通稱罪者，摧也，現則摧損行人功德智慧，未來之世，三塗受報則能摧折行者色心，故名為罪。

一、明作法懺悔者，破違無作障道罪。

二、明觀相懺悔者，破除體性惡業罪。故摩訶衍論云：「若比丘犯殺生戒，雖復懺悔，得戒清淨，障道罪滅，而殺報不滅。」此可以證前釋後。當知觀相懺悔，用功既大，能除體性之罪。

三、觀無生懺悔罪滅者，破除無明，一切煩惱習因之罪，此則究竟除罪源本。

第三、明復本不復本相者：

問曰：懺悔清淨得復本不？

答曰：解者不同，有言不復，如衣破更補，雖完，終不如不破。有言得復，如衣不淨，更洗淨，與本無異。有言有復有不復，如律中所明，初二篇不復，後三篇可復，初教經所明，作羯磨懺悔，四重悉復。今言不必定爾，應當對前三種懺法，還為三義：一者復義。二者過本義。三、增上過本義。今當借譬顯之：

一者作法懺悔，罪滅或復不復。如冷病人服於薑桂，所患除差，身有復不復。

二者觀相懺悔，非唯罪滅，能發禪定，此則過本。何以故？本無禪定故。如冷病人服石散等，非但冷除，亦復肥壯過本。

三者觀無生懺悔，非唯罪滅，發諸禪定，乃得成道，此為增上過本。如病服於仙藥，非直病除，乃得仙通，神變自在。此而推之，豈得一類。

問曰：有戒者可然，其無戒者云何？

答曰：無戒者當更受戒，或有因懺發戒，此如普賢觀經中所說。復次，若菩薩戒者，眾生世世以來，或已遇善知識，發菩提心，受菩薩戒。但於生死中顛倒造罪，妄失違犯，因今歸依三寶，重更練之，兼復懺悔清淨，用此本戒，亦發禪定。是故雖無事戒，菩提本戒或已有之。

復次，如摩訶衍論說：「尸羅樂言好善。好行善道，不自放逸，是名尸羅。或受戒行善，或不受戒行善，皆名尸羅。」

若不受戒行善名尸羅者，既有尸羅，豈不得發諸禪三昧耶？

問曰：若爾者何用受戒為？

答曰：不然。一為助道，二定佛法外相，豈可不依？

問曰：上來所說，初坐禪者必須懺悔，亦有不然？

答曰：不必一向，如妙勝定經所明：「但能直心坐禪，即是第一懺悔。」若於坐中有難轉，多不得用心者，必須懺悔。

第二、明衣食具足者，今明衣法有三種：一者，如雪山大士等學道，但畜一衣即足，以不遊人間，堪忍力成故，此上人也。二者，如迦葉等，常受頭陀法，但畜糞掃三衣，不須餘長，此是中衣法。三者，若多寒國土及下土不堪，如來更開畜百一物等，而要應說淨作法，知量知足。若過貪求，則於道有妨。

具足食法者，食有四種：若上人大士，深山絕人，果菜隨得，趣以支命。二者常行頭陀，受乞食法，是乞食法能破四種邪命。依正命自活，能生聖道，故名聖種。四邪命自活者，一、下口食。二、仰口食。三、維口食。四、方口食。此是邪命之相，如舍利弗為青木女說，是中應廣分別。三者阿蘭若受檀越送食。四者於僧中結淨食。有此等食名緣具足，是名衣食具足。若無此資身因緣，則心不寧，於道有妨。

第三、得閑居靜處。閑者，不作眾事名之為閑。無慣鬧故，名之為靜。此有三處，可修禪定。

一者：深山絕人之處。

二者：頭陀蘭若之處，離於聚落極近二里，此放牧聲絕，無諸慣鬧。

三者：遠白衣舍處，清淨伽藍之中，皆是閑居靜處也。

第四、息諸緣務者，緣務眾多，略說有四：

一、息生活緣務，所謂不作一切有為事業。

二、息人事緣務，所謂不追尋俗人，朋友親識斷絕往還。

三、息工巧技術緣務，所謂不作世間工匠、醫方藥咒、卜相書數算計等事。

四、息學問緣務，所謂讀誦聽學義論等，悉皆棄捨。

此為息諸緣務，所以者何？若多緣務，則於修定有廢，心亂難攝，不得定也。

第五、近善知識，有三種：

一、外護善知識，經營供養，善能將護行人，不相惱亂。

二、同行善知識，共修一道，互相勸發，不相擾亂。

三、教授善知識，以內外方便禪定法門，示教利喜。

是則略明五緣具足。

第二、訶五欲及棄五蓋者

經中說：「離欲及惡法，有覺並有觀。」離欲者，即是訶責五欲。惡法者，即是棄五蓋。言五欲者，即是世間上妙色聲香味觸等，常能誑惑一切凡夫，壞於善

事。若不明識過罪，訶責厭離，則諸禪三昧無由可獲。

一、訶色欲者：所謂男子女人，形貌端嚴，修目高眉，朱唇素齒，及世間寶物，青黃赤白，紅紫縹綠，種種妙色，能令愚人見即生愛，作諸惡業。如頻婆娑羅王以色欲故，身入敵國，獨在姪女阿梵婆羅房中。優填王以色染故，截五百仙人手足。如是等種種因緣，知色過罪，如摩訶衍中廣說。

二、訶聲欲者：所謂笙篳篥、箏笛、絲竹、金石音樂之聲，及男女歌詠讚頌等聲，能令凡夫聞即染著，起諸惡業。如五百仙人雪山中住，聞甄迦羅女歌聲即失禪定，心醉狂亂。如是等種種因緣，知聲過罪，如摩訶衍中廣說。

三、訶香欲者：所謂男女身香、世間飲食馨香及一切熏香等，愚人不了香相，聞即愛著，開結使門。如一比丘在蓮華池邊，聞華香氣，心生愛樂，池神即大訶責：何故偷我香氣？以著香故，令諸結使臥者皆起。如是種種因緣，知香過惡，如摩訶衍中廣說。

四、訶味欲者：所謂苦酸甘辛鹹淡等種種飲食，簡膳美味，能令凡夫心生染著，起不善業。如一沙彌染著酪味，命終後即生酪中，受於蟲身。如是等種種知味過罪，如摩訶衍中廣說。

五、訶觸欲者：男女身分柔軟細滑，寒時體溫，熱時體涼，及諸好觸，愚人無智，為之沈沒，起障道業。如獨角仙人因觸欲故，退失神通，為姪女騎頸。如是等種種觸欲過罪，如摩訶衍中廣說。

問曰：云何訶五欲？

答曰：訶欲之法，如摩訶衍中：「哀哉眾生，常為五欲所惱，而猶求之不已。此五欲者，得之轉劇，如火益薪，其焰轉熾。五欲無益如狗鬻枯骨，五欲增諍如鳥競肉。五欲燒人如逆風執炬，五欲害人如踐惡蛇。五欲無實如夢所得，五欲不久亦如假借須臾。世人愚惑，貪著五欲，至死不捨，為之後世受無量苦。」此五欲法，與眾生同有，一切眾生常為五欲所使，名欲奴僕。坐此弊欲，墜墮三塗。我今修禪，復為障蔽。此為大賊，當急遠之。

如禪經中說偈：

生死不斷絕	貪欲嗜味故
養怨入丘塚	廣受諸辛苦
身臭如死屍	九孔流不淨
如廁蟲樂糞	愚貪身無異
智者應觀身	不貪染世間
無果無所欲	是名真涅槃
如諸佛所說	一心一意行
數息在禪定	是名行頭陀

如是等種種因緣知五欲過罪，心不親近，如離怨賊。以遠離故，心無熱惱，欲

想不生，此為修禪之要。訶五欲相，如摩訶衍廣說。

第三、棄五蓋者：一者貪欲蓋。二、瞋恚蓋。三、睡眠蓋。四、掉悔蓋。五、疑蓋。

第一、棄貪欲者：前說外五塵中生欲，今約內意根生欲。所謂行者端坐修禪，心生欲覺，念念相續，覆蓋善心，令不生長，覺已應棄。所以者何？如術婆伽欲心內發，尚能燒身，況復心生欲火，而不燒諸善法？

復次，貪欲之人去道甚遠。所以者何？欲為種種惱亂住處，若心著欲，無由近道，如除蓋偈說：

入道慚愧人	持鉢福眾生
云何縱塵欲	沈沒於五情
已捨於五欲	棄之而不顧
如何還欲得	如愚自食吐
諸欲求時苦	得時多怖畏
失時懷悲惱	一切無樂處
諸欲患如是	已訶能捨之
得福禪定樂	則不為所欺

如是等種種因緣訶貪欲蓋，如摩訶衍中訶欲偈說。

第二、棄瞋恚蓋者：瞋是生諸不善法之根本，墜諸惡道之因緣，法樂之怨家，

善心之大賊，種種惡口之府藏。

復次，行者於坐時思惟：此人惱我及惱我親，讚歎我怨。思惟過去、未來亦如是，是為九惱。惱故生瞋，瞋故生恨，恨故生怨，怨故欲加報惱彼。瞋恨、怨惱、覺觀覆心，故名為蓋。當急棄之，無令增長。如釋提婆那，以偈問佛：

何物殺安隱	何物殺無憂
何物毒之根	吞滅一切善

佛以答言：

殺瞋則安隱	殺瞋則無憂
瞋為毒之根	瞋滅一切善

如是知已，當修慈忍以除滅之，令心清淨。如摩訶衍中佛教弟子訶瞋偈，是中應廣說。

第三、訶睡眠蓋者：內心昏暗名為睡，放恣支節，委臥垂熟名為眠。復次，意識昏冥名為睡，五情闇蔽昏熟名為眠，以是因緣名為睡眠蓋。阿毘曇中說為增心數法，能破今三世事，謂樂利樂福德，又能破今世後世實樂。如此惡法最為不善，何以故？餘蓋情覺可除，眠如死人無所覺識，以不覺故難可除滅。如有菩薩教睡眠弟子言：

汝起勿抱死屍臥 種種不淨假名人

如得重病箭入體	諸苦痛集安可眠
如人被縛將去殺	災害垂至安可眠
結賊未滅害未除	如共毒蛇同室居
亦如臨陣白刃間	爾時云何而可眠
眠為大暗無人見	日日欺誑奪人明
以眠覆身無所見	如是大失安可眠

如是等種種謂眠蓋，警覺無常，滅損睡眠，令無覆覆。若睡眠心重，當用禪鎮、禪杖等卻之也。

第四、棄掉悔者，掉有三種：一、身。二、口。三、心。

身掉者：身好遊走，諸雜戲謔，坐不暫安。

口掉者：好喜吟詠，誦說是非，無益談論及世俗言語等。

心掉者：心情放蕩，縱意攀緣，思惟文藝、世間才技，諸惡覺觀等，名為心掉。

掉之為法，破出家心。如人攝心猶不得定，何況掉散？掉散之人，如無鉤醉象，

穴鼻駱駝，不可禁制，如偈說：

汝已剃頭著染衣 執持瓦鉢行乞食

云何樂著戲掉法 放逸縱情失法利

既無法利，又失世樂，覺其過已，當急棄之。

悔者，若掉無悔，則不成蓋。何以故？掉時未緣中故。後欲入定時，大海前

所作，憂惱覆心，故名為蓋。

復次，悔有二種，一者因掉後生悔，如前說。二者如大重罪人，常懷怖畏，悔

箭入心，堅不可拔。如偈說：

不應作而作 應作而不作

煩惱火所燒 後世墮惡道

若人罪能悔 悔已莫復憂

如是心安樂 不應常念著

若有二種悔 若應作不作

不應作而作 是則愚人相

不以心悔故 不作而能作

諸惡事已作 不能令不作

如是種種因緣，訶掉悔蓋。心神清淨，無有覆蓋，常在善心，則寂然安樂。以是因緣，心得法喜。

第五、棄疑蓋者：以疑覆故，於諸法中不得定心。定心無故，於佛法中空無所獲。譬如人入寶山，若無有手，無所能取。

復次，通疑甚多，未必障定。今正障定疑者，謂三種疑：一者疑目。二者疑師。

三者疑法。

一、疑自者：若人作是念：我諸根暗鈍，罪垢深重，非其器乎？作此自疑，定法終不發也。欲去之者，無得自輕，以宿世善根難測故。

二、疑師者：彼人威儀相貌如是，自尚無道，何能教我？作是疑慢，即為障定。欲除之法，如摩訶衍中說：「如臭皮囊中金，以貪金故，不可棄臭皮囊。」行者亦爾，師雖不清淨，亦應生佛想。此事如摩訶衍中釋薩陀波淪求善知識具明，是中應廣說。

三、疑法者：世人多執本心，於所受之法不能即信，故不敬心受行。若心生猶豫，即法不染神。何以故？如訶疑偈中說：

如人在歧道	疑惑無所取
諸法實相中	疑亦復如是
疑故不勤求	諸法之實相
是疑從痴生	惡中之惡者
善不善法中	生死及涅槃
定實真有法	於中莫生疑
汝若懷疑惑	死王獄吏縛
如師子搏鹿	不能得解脫
在世雖有疑	當隨妙善法
譬如觀歧道	利好者應逐

復次，佛法之中，信為能入。若無信者，雖在佛法，終無所獲。如是等種種因緣，覺知疑過，當急棄之。

問曰：不善法塵無量，何故但棄五法？

答曰：此五蓋中即有三毒，等分為根本，亦得攝八萬四千塵勞門。所以者何？貪欲蓋即貪毒，瞋恚蓋即瞋毒，睡及疑此二蓋共為痴毒，當知即具三毒。掉悔蓋通從三毒起，即等分攝，合為四分煩惱，一中即有二萬二千，四中合有八萬四千。是故除此五蓋，即是除一切不善之法。行者如是等種種因緣，棄於五蓋，譬如負債得脫，重病得差。如饑餓之人得至豐國，如於怨賊中得自免濟，安隱無患。行者亦如是，除此五蓋，其心安隱，清淨快樂。譬如日月以五事覆翳，煙、雲、塵、霧、羅喉阿修羅手障，則不能照，人亦如是。

第四、調五法者：一者調節飲食。二者調節睡眠。三者調身。四者調氣息。五者調心。所以者何？今借近譬，以況斯法。如世陶師。欲造眾器，先須善巧調泥，令使不強不軟，然後可就輪繩。亦如彈琴，先應調絃，令寬急得所，方可入擘，出諸妙曲。行者修心亦復如是，善調五事，必使和適，則三昧易生。若有所不調，多諸妨難，善根難發。

第一、調食者：夫食之為法，本欲資身進道。食若過飽，則氣急身滿，百脈不通，令心閉塞，坐念不安。若食過少，則身羸心懸，意慮不固。此皆非得定之道。

復次若食穢濁之物，令人心識昏迷。若食不直身物，則動宿疾，使四大違反。此為修定之初，深須慎之。故云身安則道隆，經云：「飲食知節量，常樂在閑處，心靜樂精進，是名諸佛教。」

第二、調睡眠者：夫眠是無明惑覆之法，雖不可縱之，若都不眠，則心神虛恍。若其眠寐過多，非唯廢修聖法，亦復空喪工夫，令心暗晦，善根沈沒。當覺悟無常，調伏睡眠，令神道清白，念心明淨，如是乃可棲心聖境，三昧現前。

故經云：「初夜後夜，亦勿有廢。無以睡眠因緣，令一生空過，無所得也。當念無常之火燒諸世間，早求自度，勿睡眠也。」

第三、調身，第四調息，第五調心，此應合用，不得別說。但有初、中、後方法不同，是則入住出相有異。

第一、入禪調三事者，行人欲入三昧，調身之宜：若在定外，行住進止，動靜遲為，悉須詳審。若所作齷齪，則氣息隨齷，以氣隨故，則心散難錄，兼復坐時煩憤，心不恬怡。是以雖在定外，亦須用心，逆作方便。

後入禪時，須善安身得所：初至繩床，即前安坐處，每令安隱，久久無妨。

次當正腳：若半跏坐，以左腳置右髀上，牽來近身，令左腳指與右髀齊，右腳指與左髀齊。若欲全跏，即上下右腳髀置左腳上。次解寬衣帶周正，不令坐時脫落。

次當安手：以左掌置右手上，重累手相對，頓置左腳上，牽近身，當心而安。

正身：先當挺動其身並諸支節，作七八反，如自按摩法，勿令手足差異。竟即正身端直，令脊相對，勿曲勿聳。

次正頭頸：令鼻與臍相對，不偏不邪，不低不昂，平面正住。

次開口吐胸中穢氣，吐法：開口放氣，自恣而出，想身分中百脈不通處，教悉隨氣而出盡；閉口，鼻中內清氣，如是至三，若身息調和，但一亦足。次當閉口，唇齒纔相拄著，舌向上齶。次當閉眼，纔令斷外光而已。當端身正坐，猶如奠石，無得身首四支，竊爾搖動，是為初入禪定調身之法。學要言之，不寬不急，是身調相。

第二、初入禪調息法者，息調凡有四相：一、風。二、喘。三、氣。四、息。前三為不調相，後一為調相。云何風相？坐時鼻中息出入覺有聲。云何喘相？坐時雖無聲，而出入結滯不通，是喘相。云何氣相？坐時雖無聲，亦不結滯，而出入不細，是名氣相。息相者：不聲、不結、不躍，出入綿綿，若存若亡，資神安隱，情抱悅豫，此是息相。

守風則散，守喘則結，守氣則勞，守息則定。

復次，坐時有風氣等三相，是名不調，而用心者，則為患也，心亦難定。若欲調之當依三法：一者下著安心。二者寬身體。三者想氣遍毛孔，出入通同無障。若細其心，令息微微然。息調則眾患不生，其心易定，是名行者初入定時調息方

法。舉要言之，不澀不滑是息調相。

第三、初入定調心者，調心有二義：一者調伏亂念，不令越逸。二者當令沈浮、寬急得所。何等為沈相？若坐時心中昏暗，無所記錄，頭好低垂，是為沈相。爾時當繫念鼻端，令心住在緣中，無令散意，此可治沈。何等為浮相？若坐時心神飄動，身亦不安，念在異緣，此是浮相。爾時宜安心向下繫緣，制諸亂念，心則定住，此則心易安靜。舉要言之，不沈不浮是心調相。

問曰：心得有寬急相不？

答曰：亦有此事。心急相者，由坐中撮心用念望得，因此入定，是故氣上向，胸臆急痛。當寬放其心，想氣流下，患自差矣。若心寬相者，覺心志遊漫，身好萎弛，或口涎流，或時暗晦，爾時應當斂身急念，令心住在緣中，身體相持，以此為治。心有澀滑之相，推之可知，是為初入定時調心方法。欲入定時，本是從麤入細，是以身既為麤，息居其中，心最為細。以善方便，調麤就細，令心安靜，此則入定初方便也。

第二、住坐中調三事者，當一坐之中，隨時長短，攝念用心，是中應善識身息心三事調不調相。若坐時上雖調身意，而令身或寬或急、或偏或曲，低昂不俱，覺已隨正，每令安隱，中無寬急，平直正住。

復次，當坐之中身雖調和，而氣或不調。不調相者如上所說，或風喘或氣急，身中脹滿，當用前法隨治之。每令息道綿綿，如有如無。

復次，一坐時中身息雖調，而心或沉或浮，寬急不俱。爾時若覺，當用前法調令中適。此三事的無前後，隨不調者而調適之，令一坐之中，身息心三事調適，無相乖越，和融不二。此則能除宿患，障妨不生，定道可剋。

第三、若坐禪將竟，欲出定時，應前放心異緣，開口放氣，想息從百脈隨意而散，然後微微動身。次動肩胛及頭頸，次動兩足，悉令柔軟。然後以手遍摩諸毛孔。次摩手令暖，以掩兩眼，卻手然後開目。待身熱汗稍歇，方可隨意出入。

若不爾者，或得住心，出既斗促，則細法未散，住在身中，令人頭痛，百骨節強，猶如風勞。於後坐中，煩躁不安，是故心不欲坐，每須在意，此為出定調身息心方法。以從細出麤故，是名善入出住。如偈說：

進止有次第 麤細不相違

譬如善調馬 欲去而欲住

第五、行五法者，一、欲。二、精進。三、念。四、巧慧。五、一心。

一、欲者：行人初修禪時，欲從欲界中出，欲得初禪故，亦名為志，亦名為願，亦名為樂，是人內心志願好樂諸禪定故。

問曰：希望心生，於修禪中則為妨礙，云何以此為方便耶？

答曰：夫欲者，祇是大志成就願樂之心，故名為欲。不應於用心時，起希望憶想之念。若希望心起，則不澄靜。若心不澄靜，則諸三昧無由得發矣。

一、精進者，有二種：一、身精進。二、心精進。行者若能修十二頭陀，即是具足身心精進。如佛告迦葉：「阿蘭若比丘遠離二著，形心清淨行頭陀。」頭陀者有十二事：一、阿蘭若處。二、常行乞食。三、次第乞食。四、受一食法。五、節量食。六、中後不飲漿。七、著弊衣。八、但三衣。九、塚間住。十、樹下止。十一、露地坐。十二、常坐不臥。是名十二頭陀，如頭陀經中所明，是中應廣說。頭陀者，名抖擻，抖擻身心諸不善法故。若修禪時行此等法，是名不放逸行，具足身心精進，當知此人能得三乘聖果，何況世間禪定。

復次行者為修禪故，持戒清淨，棄捨五蓋，初夜後夜，專精不廢，譬如鑽火未然，終不休息，是名精進。如佛告阿難：「諸佛一心勤精進故，得三菩提，何況餘善道法。」

三、念者，如摩訶衍中說：「念欲界不淨，欺誑可賤，念初禪為尊重可貴。」此與六行意同，但立名異。六行觀者，一厭下苦、羶、障為三，即是觀欲不淨，欺誑可賤。攀上勝、妙、出為三，即是觀初禪為尊重可貴。

今釋六法，自可為二意：一、約果明。二、約因明。

先約欲界果明：言厭下苦、羶、障者，厭患欲界底下色、心羶重故。行者思惟，今感欲界報身，饑渴寒熱、病痛刀杖等種種所逼，故名為苦。羶者，此身為三十六物屎尿臭穢之所成，故名為羶，羶者醜陋故。障者，此身質礙不得自在，為山河石壁所隔礙，故名為障。

次約色界果：明攀上勝者，行者思惟，知色界樂為上勝故。如欲界樂為苦，色界樂為勝，得樂勝苦，故名上勝。妙者，受得色界之身，如鏡中像，雖有形色，無有質礙，故名為妙。出者，獲得五通，徹見障外等事，山壁無礙，故名為出。

二、明因中六行者：

先約欲界因明厭下苦羶障者：行者思惟，若於報身中所起心數，緣於食欲，不能出離。如經說：「一切眾生為愛奴僕。」故名為苦。羶者，緣欲界五塵，散動起惡，故名為羶。障者，為煩惱蓋覆，故名為障。

次約色界因明攀上勝妙出者：行者思惟，初禪上勝之樂，從樂內發，故名為上勝。貪欲樂從外五塵生，惱熱怨結，以為下劣不如。妙者，禪定之樂心定不動，而樂法成就，故名為妙。貪欲之樂心亂馳動，故名為羶。出者，心得出離蓋障至初禪，故名為出。亦如石泉不從外來，內自湧出。今因此六行釋於念義，意在可見。

問曰：今說佛弟子修禪，何用說凡夫六行觀法？

答曰：既說三界共禪，亦應知其所行之因。若佛弟子用八聖種，起十六行觀，離欲為念入初禪，則無過失。在下明無漏禪中，當廣分別。

四、巧慧者：籌量欲界樂、初禪樂得失輕重之相，今翻覆作一釋。言籌量者，即是用智慧思度之名。得失者，欲界樂為失，初禪樂為得，初禪樂無過失故為得，

欲界樂過失故名為失。亦可言初禪為失，欲界樂為得者。欲界樂麤故，計以為實，生重得心。初禪為失者，覺身空寂，受於細樂，似若無故，不可定取，失樂相貌，故名為失。言輕重者，欲界為輕，初禪為重。欲界輕者，五識相應所得樂迅速淺，故為輕。初禪所得樂重，意識相應，久住緣深，故名重，重者可貴寶重。亦得言欲界為重，初禪為輕者。欲界樂與煩惱俱，心累重故，故名重。初禪樂心累少，故名為輕。

次有師言：巧慧者，行人初修禪時，善識內外方便，巧而用之，不失其宜，疾得禪定，故名巧慧也。

五、一心者：行人已善能巧慧籌量，用心無謬，今但應專心守二而行，故名一心。如人欲行，善須識道路通塞之相，決定知己，即一心而去。故說非智不禪，非禪不智，義在此也。

釋禪波羅蜜次第法門 卷第三之上

分別禪波羅蜜前方便第六之二

第二、明修禪波羅蜜內方便，開為五重：一、先明止門。二、明驗善惡根性。三、明安心法。四、明治病患。五、明覺魔事。此五通稱內方便者，並據初發定時，靜細心中善巧運用，取捨不失其宜，因此必證深禪定，故名方便。

今於內方便中，以止為初門者，一切禪定功德，皆因制心息亂而發。故經云：「制之一處，無事不辦。」止為初門，則意在此也。

問曰：上來明外方便行五法中，已辨一心，何故重說？

答曰：不然。上但通論一心，未是具足分別微細止門之法。此中為令行者善知安心之本，廣明修止淺深麤細入定之相，重說無咎。

問曰：經中說二為甘露門，一者不淨觀門，二者阿那波那門，不說止為初門。今云何言止為初門？

答曰：不然。於諸禪中止為通門，通攝於別，別不攝通，故先教止。若止後入餘禪，則有通益。若依餘門則有乖違之過，治煩惱亦爾。

復次今明師有二種：第一師者已得道眼，觀機授法，必扶本習，善識對治。不

如舍利弗為二弟子說法，不知機故，金師之子，教不淨觀；浣衣之子，教令數息。違本所習，法則不起，遂生邪見。佛為轉觀，即悟道跡。第二師者無他心智，不得道眼，不識機根，其有來學坐者，唯當先教止門。心在定故，即發善惡根性。若因靜心發諸禪定，師即應教扶本而修。若都不發法門，或貪瞋痴等諸結使發，隨其多者，即教對治破之。遮道法滅，禪定則發。今止門為先者，即是第二師授法之正意。若異此說，則善惡根緣難可分別，妄授他法，必有差機之過。

就止門中自有四意：一者，分別止門不同。二者，立止大意。三、明修止方法。四、辯證止之相也。

一、分別止門不同，即為二意：一、約行論止。二、約義論止。

初約行明止，乃有多途，今略出三意，一、繫緣止。二、制心止。三、體真止。所以通言止者，止名制止，亦名止息。心起制之，不令流動，故名制。專心定志，息諸亂想，故名止。

今言繫緣止者，繫心鼻柱膺間等處，不令馳蕩，故名繫緣止。

制心止者：心若覺觀，即制令不起，故名制心止。

體真止者：體諸法空，息諸妄慮，故名體真止。

二、約義論止，亦有多途，今略出三意：一、隨緣止。二、入定止。三、真性止。

隨緣止者，隨心起時，悉有三摩提數，故涅槃經云：「十大地中定，名為下定。」

入定止者，證定之時，定法持心，心息止住，是入定止。

真性止者，心性之理，常自不動，故名為止。故思益經云：「一切眾生，即是滅盡定。」

今用此三義，成上三止：約隨緣任性有定，故說繫緣止；約果有定法，說制心止；由具性不動，說體真止。

第二、明立止大意者，自為四：一、明淺深。二、對治相破。三、隨樂欲。四、隨機宜。

一、簡別三種止淺深之相不同者：因羅入細，則有淺深之義。繫緣及制心既是事，故羅淺；體真入細，故為深細。

二、明三止對治相破，有二種：一者以深破淺。二者迴互相破。

以深破淺者：為破緣外之散心，故立繫緣止。制心止者，即破繫緣止，心非色法，豈可繫在鼻膺等處？若欲靜之，但當息諸攀緣，故令制心守一。體真止者，即破前制心止，心無形相，性不可得，云何可制？了心非心，不起妄念，無止之止，止無所止，乃名為止。有止之止，由依妄想，不名為止。此則以深破淺，反本還源，故立三止。二、迴互相破者：隨修止時，若有見生，即互取一止對治破之，細尋可解。

三、隨樂欲者，自有人樂安心境界，自有但樂制心，體真亦爾。若隨所樂以法教之則歡喜奉行，若乖其情則心不願樂。

四、對機宜者，未必隨樂，如有人樂欲體真而不入定，若暫繫心守境，即發諸禪，此應隨便宜而授法。

第三、明修止方法，亦為三意：一、修繫緣止。二、修制心止。三、修體真止。

一、先明修繫緣止法者：

略明有五處，一、繫心頂上。二、繫心髮際。三、繫心鼻柱。四、繫心膺間。

五、繫心在地輪。外國金齒三藏說此為五門禪。

問曰：身分皆可繫心，云何說五處？

答曰：此五處於用心為便，餘處非安定所。若脅肋等處皆偏，故不說。如頭圓法天，足方法地，膺是氣海，鼻是風門，髮際是修骨觀之所，故以為門。

令繫心頂上者，為心沈惰多睡故，在上安心。若久久，即令人浮風，乍如風病，或似得通欲飛，有此等過，不可恆用。

若繫心髮際，此處髮黑肉白，心則易住。或可發本骨觀，久則過生，眼好上瞻，或可見於黃赤等色，如華如雲，種種相貌，令情慮顛倒。

若繫心鼻柱者，鼻是風門，覺出息入息，念念不住，易悟無常，亦以扶本安般之習，心靜能發禪定。

若繫心膺下，膺是氣海，亦曰中宮，繫心在膺，能除眾病，或時內見三十六物，

發特勝等禪。

若繫心地輪，此最在下，氣隨心下，則四大調和，亦以扶本。修習不淨觀者，多從下起，因此繫心，或能發本不淨觀門。

約此五處為緣，令心不散，以辨修繫緣止，意在於此。譬如猿猴得樹，騰躍跳躑，若鎖之於柱，久久自調，心亦如是。若心停住，未入定前，復有一止，名凝心止。若得入定，身心泯然，任運自寂，即是入定止。

二、明修制心止者：

心非形色，亦無處所，豈可繫之在境？但是妄想緣慮，故須制之。心若靜住，則不須制之。但凝其心，息諸亂想，即是修止。

問曰：心非上下，有時若寬若急若沈浮，調適之法，其事云何？

答曰：心雖非上下，為治沈浮患故，上下安之，於行無失。若心浮動，可作意下著止之。若心沈沒，可上著止之。

復次若下著安心，利益眾多，略說有二：一、心易得定。二、眾病不生。

三、明修體真止者：

以正智慧體一切陰入界、三毒、九十八使及十二因緣等三界因果諸法，悉皆空寂。如大品經中說：「即色是空，非色滅空，色性自空。空即是色，色即是空。離色無空，離空無色。受想行識等一切諸法，亦皆如是。」所以者何？今現見陰

入界等諸法自性不有，何能生我人、眾生壽命等一切諸顛倒事？

云何知空？如過去所起一切煩惱業行為因，現在攬父母身分為緣，因緣和合，則有果報，有果報故，則有陰入界等一切諸法者。此業皆是何法，而能為果報，陰入等作因？若言過去善心即是業者，過去作善之心及心數法皆已滅謝，豈得為現在果報及陰入等法作因？

若言心非是業，因心作業，業隨心來者，心轉滅故，業亦應隨心轉滅；若業轉滅，豈能感今世果報及陰入等法？若業轉滅，當知業即不至現在。何以故？業不來故。若業不來而受報者，此報不名報，何以故？無業則報無所酬。

若言過去心雖滅謝，而次心續生，故業得隨心來者，亦應過去業雖滅謝，次業續生，故得至現在。若爾，即有大失。何以故？或時過去善心滅而惡心續生，今亦應過去善業滅而次惡業續生，此唯見惡業至現在，若爾，應感惡報，何得感善果耶？若言業來而不隨心者，此業應自有報，離心而受，今實不爾。

復次業若有相，即是有為。若是有為，必墮三相；若墮三相，即是生滅；若是生滅，即不至現在；過去既滅，當知本業亦滅，誰感此果？不可以新業始生，能感今果，當知業有相貌，此義不可。若言業無相貌而能感果者，此亦不然。所以者何？無相之法，即是無為，無為無業，何得感果？

復次無相之法，即是空義。空無生滅，豈得名業？若說空無相能感果者，三無為法亦應感果，既不得爾，云何而言業是無相而能感果？如是種種因緣，業不可

得，當知無有此業。若業不可得，云何言陰入界等一切皆從內業因生？亦不從外緣生者；若定從緣而有報者，則一切陰陽會時，皆應有果報、陰入界等一切諸法。若爾，則不待業持識來，方乃有生，故知非外緣生。

若謂因緣合故有果報陰入等法生者，若因緣中各有生，合時應有二生。若各無生，合時何得而有生？若謂離因緣而有生者，此事不然。從因緣故有生尚不可，何況無因緣而有生？若無因緣而有生者，則因果義壞，世間行善之人應得惡報，行惡之人應得善報，亦不應有修道，此即破於世間善惡因果，名大邪見。

當知陰入等一切諸法，不從內因有，亦不從外緣有，亦不因緣合故有，亦不無因緣有。

若非有，即是空。若於無所有空中計有者，當知但是無明顛倒，妄計為有。若了知顛倒所計之法一切悉皆虛誑，猶如夢幻，但有名字。名字之法亦不可得，則言語道斷，心行處滅，畢竟空寂，猶如虛空。

若行者體知一切諸法如虛空者，無取無捨，無依無倚，無住無著。若心無取捨、依倚、住著，則一切妄想顛倒、生死業行，悉皆止息。無為無欲，無念無行，無造無作，無示無說，無語無競，泯然清淨。如大涅槃，是名真止。此則止無所止，無止之止，名體真止。

故經偈云：

一切諸法中 因緣空無主
息心達本源 故號為沙門

第四、明證止者：

有二解不同，有師云：止無別證，但能為諸禪作前方便，若有所證，即屬餘禪。此義至下明善根發中，即是其事。二者有師言：止非但通發諸禪，亦自有別證之法，即是五輪禪。所以者何？諸餘法門悉別有安心修習之法，然後次第發禪不同。今明此止，但制心一處，則五輪自發。譬如淨水無波，則萬像悉現，止亦如是。

今明因止證五輪，五輪者：一、地輪。二、水輪。三、風輪。四、金沙輪。五、金剛輪。此五法門，悉是借譬立名，通名為輪者，轉也。如世輪若轉，離此至彼，禪中明輪亦爾。如地輪因離下地亂心轉至上地，故名為輪。乃至金剛輪義，亦復如是，轉至無學極果故。

一、地輪者，如地有二義：一者住持不動，二者出生萬物。行者因止若證未到地定，忽然湛心，自覺身心相空，泯然入定。定法持心不動，故名住持。因未到此地出生初禪種種功德，事同出生萬物。

二、水輪者，水有二義：一、潤漬生長。二、體性柔軟。行者於地輪中若證水輪三昧，即是發諸禪種種功德。定水潤心，自覺心中善根增長，即是潤漬義。因得定故，身心濡軟，折伏高心，心隨善法，即是柔軟義，故名水輪。

三、風輪者，如世間風有三義：一者遊空無礙。二者鼓動萬物。三者能破壞。

行者發風輪三昧亦如是。若因禪定發相似智慧，無礙方便，如風遊空，一切無礙。鼓動者，得方便道，即能擊發種種出世善根，功德生長。破壞者，智慧方便，能摧破一切諸見煩惱。若二乘人得此風輪三昧，即是五方便相似無漏解發。若是菩薩，即入鐵輪十信，是名風輪。

四、金沙輪者，金則譬真，沙喻無著。行者若發見思真慧，無染無著，得三道果。若是菩薩，即入三賢十地位中，能破一切塵沙煩惱，是名金沙輪。

五、金剛輪者，第九無礙道名金剛輪三昧。譬如金剛，體堅用利，能摧碎諸物。金剛三昧亦復如是，不為妄惑所侵，能斷一切結使，成阿羅漢。若在菩薩心，即是金剛般若，破無明細惑，證一切種智，亦名清淨禪。菩薩依是禪故，得大菩提果。

復次如輪，若無牛御終不自轉，五輪禪定亦復如是。雖當地各有諸妙功德，若不體真為導，無著熏修，則於地地有礙，便乖輪用。今行者善修體真無著，故能從初心轉至極果，輪用乃成。是以法華經云：「眾生處處著，引之令得出。」當知行者善修止門，則能具足五輪禪定，證三乘聖果。

第二、明驗善惡根性者。

行人既能善修止門，息諸亂想，則其心澄靜。以心靜故，宿世善根自然開發。若無善者，則發諸惡法，故經云：「先以定動，後以智拔。」止為初門，善惡二

事之中，必有其一。行者應當明識其相，取捨之間不乖正道，故須分別。今就善惡根性中，即為二意：一、明驗善根性，二、明驗惡根性。然論善惡發之前後，各逐其人，未必定前善而後惡也。

第一、明驗善根性，即為四意：一、列善法章門。二、正明善根發相。三、驗知虛實。四、料簡發禪不定。

一、列善法章門者，善有二種，一者外善，二者內善。

今就明外善中，善乃眾多，略出五種：一、布施。二、持戒。三、孝順父母師長。四、信敬三寶，精勤供養。五、讀誦聽學。略以此等五種善根，示表外善發相不同。所以悉屬外善者，原其本行，悉是散心中修習，未能出離欲界，發諸禪定無漏，故說為外善。

二、明內善者，即是五門禪：一、阿那波那門。二、不淨觀門。三、慈心門。四、因緣門。五、念佛三昧門。此五法門通攝一切諸禪，發諸無漏，故名為內善。

問曰：內善無量，何得但說五門？

答曰：五名雖少，而行通諸禪。所以者何？

一、阿那波那門者：此通至根本及特勝、通明等諸禪三昧。

二、不淨觀門者：此通九想、背捨、超越等諸禪三昧。

三、慈心門者：此通四無量等諸禪三昧。

四、因緣門者：此通至十二因緣、四諦等慧行諸禪三昧。

五、念佛門者：此通至九種禪及百八三昧。

復次，初數息門即是世間凡夫禪。次不淨門即是出世間禪，諸聲聞人所行。次慈心門即是凡聖二人為大福德修慈，入四無量心。次因緣門者，即是辟支佛人之所行。次念佛門功德廣大，即是諸菩薩之所行。此則略明五門次第淺深之相。復次五門禪定對治四分煩惱，四分煩惱出生八萬四千塵勞，當知五門亦能出八萬四千法門。此而言之，但說五門，則攝一切內善具足。數人所明初賢五停心觀發，與此有相關處。

第二、次明善根發相，亦還為二：一、明外善根發相。二、明內善根發相。

云何外善根發相？外善非一，今依前章門，略出五種：

初、明行者若坐中靜定，忽見種種衣服臥具、飲食珍寶、田園池沼車乘，如是等事；或復因心靜故，自能捨離慳貪，心行惠施，無所吝惜。當知此是過去今生布施習報，二種善根發相。

二、行者若於止靜定之中，忽見自身相好端嚴，身所著衣清淨如法，洗浴清潔，得好淨物；見如是等事，或復因心靜故，發戒忍心，自然知輕識重，乃至小罪心生怖畏，忍辱謙卑。當知此是過去今生戒忍習報，二種善根發相也。

三、行者若於坐中，忽見師僧父母，宗親眷屬著淨衣服，歡喜悅豫端嚴；見如是等事，或復以心靜故，自然慈仁恭敬，孝悌心生。當知此是過去今生孝順尊長