

修訂日期: 2006/04/12 發行日期: 2007/3/7

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

資料底本: 大正新脩大正藏經 Vol. 32, No. 1655

原始資料: 蕭鎮國大德提供, 維習安大德提供之高麗藏 CD 經文, 日本 SAT 組織提供, 閻學新大德輸入, 北美某大德提供

## No. 1655

### 止觀門論頌一卷

世親菩薩造

三藏法師義淨奉 詔譯

若見女形相	及以艷嬌姿
愚人不了知	妄生姪染意
佛說臃脹等	蠲除姪欲念
能隨世尊教	得勝果非餘
戒淨有聞思	策勵常修習
繫念觀諸境	斯為解脫因
若人有瞋染	及昏沈睡眠
掉惡作并疑	此五遮修定
少聞與眾居	鄙事情欣樂
愛身并受用	亦能遮定心
心亂有五緣	情隨眾境散
味著并沈掉	我慢重名聞
苾芻依聖教	有過應說除
善取住心緣	是為最初行
次依寂靜處	妨難並皆無
然後息邪思	是苾芻初業
應可住屍林	著糞掃衣服
常求靜息事	斷除姪染心
乞食見女人	應觀為不淨
攝眼除邪意	正心當取食
多言多事務	此皆須遠離
惱亂緣來逼	慧力應須忍
樹下草[廿/積]中	或居崖窟內
觀時應住此	寂靜可修心
習定緣境時	不太高太下

不應極近遠  
善取所緣境  
閉目住心時  
根門皆攝斂  
緣境現前觀  
於前所取相  
臃脹女根邊  
猶如濁池水  
觀諸樹影時  
心垢煩惱水  
澄念觀察時  
心沈應策舉  
如蛭飲血困  
還應速收斂  
令意有堪能  
若其心掉舉  
令心寂靜住  
遠離於沈掉  
隨情住捨中  
從此漸得住  
明了中道行  
此時用尋伺  
定影即便生  
不動搖明淨  
此影望前觀  
此相既生已  
即是繫心人  
次知瞋恚體  
欲愛既已除  
次以勤策念  
既觀差別相  
次當除惡作  
寂靜無障礙  
應知用麤尋

於境使相應  
子細善觀察  
猶如開眼見  
住念凝內心  
念念令相續  
形貌用心觀  
可畏可嫌賤  
風吹令動搖  
不善分明住  
亂情風所吹  
闇昧不能住  
可觀勝妙事  
水澆令使甦  
於舊境安心  
調善皆隨念  
應思厭惡事  
如鉤斷象頭  
應平等運心  
此時無過咎  
取相影心安  
正念燈持照  
次第應觀察  
分明現前住  
如大丈夫形  
是為差別相  
欲愛等便除  
初定方便相  
本由貪染發  
得離於瞋恚  
遣除昏睡心  
疑情即便息  
善行安隱路  
能防於掉舉  
觀其所取相

即於心影內  
見差別心喜  
次證於樂定  
即是根本定  
猶如欲至村  
既獲根本定  
得他心宿住  
於此有伺時  
猶如河有浪  
既得初定已  
次依二靜慮  
雖得住此位  
入第三定時  
由其心有樂  
既證四靜慮  
退分勝進分  
靜慮有四種  
若定順煩惱  
後勝為勝分  
由先善分別  
此定能招彼  
於無常等相  
若得此定者  
於青臚等相  
如聖教修行  
死屍風鼓腹  
連跨並皆龕  
不愛身龕分  
對此染心人  
若於死屍分  
餘肉並多青  
靨色而生愛  
對治以青臚  
死屍膿遍出

以伺細推求  
由此得輕安  
定支次如是  
善安於念心  
及至村中者  
更復作餘修  
神通天眼耳  
心未能靜住  
非上地應知  
仍於所緣住  
尋伺皆止息  
尚有喜水漂  
其心便靜住  
未能令住念  
眾過並皆除  
住分決擇分  
修定者初知  
此名為退分  
自住住應知  
是決擇道因  
名為決擇分  
作苦等行解  
是煖等道分  
觀事有多途  
差別宜應識  
穴處有膿流  
說名為臚脹  
唯貪細滑身  
令修如是觀  
少有白膿流  
說此為青臚  
斯名愛色人  
日親之所說  
是謂膿流相

對彼愛香人  
死屍腰爛斷  
對彼愛全身  
屍骸狐貉噉  
對治愛肌膚  
手足諸支骨  
對貪支分人  
即於骨亂相  
亦為愛全身  
屍骸被刀斫  
流血遍殘軀  
淨潔香塗體  
於此起貪人  
於境唯獨愛  
多虫啜死屍  
骸肉皆銷散  
於齒生貪者  
若見新死者  
樂著眾生貪  
屎尿及洩唾  
三十二種物  
髮毛并爪齒  
內扶三百骨  
九孔流不淨  
審觀真可惡  
既觀他女體  
於斯貪染因  
不出三界獄  
是故明智者  
經多地獄苦  
豈得縱狂心  
姪貪有多種  
一觀並能除  
色觸形嬌態

令觀染心息  
名為斷壞相  
大仙尊為說  
鳥啄有殘筋  
為說食殘相  
隨處皆分散  
說骨邪亂相  
刀杖斫分離  
令觀打亂相  
或由鉞箭傷  
名為血塗相  
新莊著彩衣  
用斯為妙藥  
不許外人看  
令觀除惡念  
但唯牙骨存  
令觀齒骨相  
識去有殘形  
令除嬌態欲  
合聚共成身  
皮囊喚作人  
肝肚等相因  
橫纏九百筋  
垢污穢難陳  
智者不應親  
亦復察己形  
理應常繫念  
咸由欲染心  
極善思其事  
幸會得人身  
不修殊勝行  
隨生愛不同  
謂是白骨觀  
衣纓生染著

何藥能除此  
先於足大指  
破壞既膿流  
即觀指骨形  
其瘡既漸大  
作如是次第  
正念勝解成  
若有片肉在  
況復縱心爰  
於多時繫想  
次漸及餘人  
漸寬至海際  
此定既成已  
略時從外捨  
還觀足指端  
或時片片捨  
應知最後心  
若作此修習  
不落墮三塗  
人間散心善  
智人修定心  
即可捨諸緣  
勿使無常逼  
以般若淨心  
如不願後有  
刳髮著袈裟  
自餘誼雜事

無過白骨觀  
定心緣作瘡  
肉皆隨墮落  
由如白鴿色  
膚肉盡皆除  
身肉皆除盡  
但觀其骨鎖  
即名為亂意  
馳求趣諸境  
自知能善住  
總觀為骨鎖  
滿中皆白骨  
捨廣復令狹  
乃至唯身骨  
是定心次第  
極至於頂骨  
眉間攝令住  
常生勝梵宮  
得生於五淨  
還流生死河  
如救身衣火  
宜居靜林處  
虛死散心中  
終獲可愛果  
於勝道應修  
宜應修聖道  
咸為生死因

### 止觀行門七十頌