

心誠觀法』。

第三節 淨心誠觀法

一 概要

學道者以明自己爲根本，高祖以衆生多滯心病未能至法源，爲發慈悲託與其弟子慈忍，末代初學應教以理觀。此即『淨心誠觀法』，計有三十篇，初二十五篇彰明自利，後之五篇顯示利他，爲今律家必讀之書。

記主元照在序文中說：「……淪歷諸有，沈屈已靈……縱令聽習，多墮邪痴……奔逐名聞，封著知解。……走覓菩提，曲見邪心未嘗正直，野猿騰躍，家犬遲迴。勞我聖師，提耳垂誨。曲留妙藥，的指病根，囊括兩乘，津通萬行……斯文乃以觀示修……須信、從真起妄，舉體現前，達妄即真，不從他得，淨心之要」。

『會正記』主允堪宗師以三卷『發真鈔』解釋之，初曰：「此誠觀者，正以學人多滯心病，未至法源，故我大師運以慈悲，救此倒執，統開二道，所被三機。始爲自利門，終說大行。前二十五篇爲自利，後四篇顯利他，群經無不總括。其來者咸證上乘，由此觀者，了達萬有性相，事理因果行位，無智不顯。又遍閱八萬法門，五千經卷，才能知其全要，由得其門，得觀祖宗之善。所謂一字含千理，是此事也。一切法是自心爲本，心若明淨，諸法因之顯了，善達此理時，則知見無滯處」。此中明小乘自利，此誠觀所被三乘人，俱納於其行，三乘共行之法門表立爲小乘之習，大乘所表，小乘不堪，故暫表小乘。大能兼小，故解說大乘之菩薩依行並無任何妨礙。茲列舉三十內容。

1. 釋名 淨心誠觀法之語義。
2. 序宗 斷財色。
3. 五停 五停心觀。
4. 校量 校量心行，不注解義。

5. 自慶 佛教說人身難得有六義。
6. 善根 諦觀出世善根，不著世善。
7. 破戒 爲世榮所賊，畜八不淨，破八不淨。
8. 邪命 表假持戒，破邪命之譽。
9. 誑佛 去破戒之相，勿誑佛。
10. 造過 屏處造過，在人前權不如法，於屏處如鬼。
11. 解脫 厭離女人十惡，女人以苦爲根本。
12. 食緣 食緣是血汗所產生，衣食傷殘諸蟲類。
13. 流轉 六道流轉受報無窮，正求出離。
14. 不動 苦樂如空華，樂斷生死。
15. 過患 觀身、口之相是苦惱過患。
16. 心濁 不可爲作善得名利。
17. 二報 食著生死依正二報，障礙衆生解脫。

18. 結使 諦觀結使煩惱，以五停心觀對治之。
19. 緣生 凡夫之十八界增長貪瞋癡，真正學人另有十八界。
20. 安般 以十種假相觀修安般禪。
21. 相資 善是諸惡之師，惡是萬善之資。
22. 因果 觀察十八種之造因成果。
23. 止劫 善守戒賊，防止魔賊之劫。
24. 二諦 不貪世間虛假而得第一義諦。
25. 心行 警惕晚出家者易於所陷之心行。
26. 菩提 修六度、修三空門、修四攝、四無量。
27. 教化 利他即自利，發菩提心，應病與藥。
28. 佛性 佛性是中道，作如是觀。
29. 福田 觀智慧差別而種福田不同。
30. 受持

此中大分爲五段

1. 淨心誠觀法之語義 釋名篇。
2. 身心自利之基 由序宗篇至善根篇之五篇。
3. 威儀持戒之根本 由破戒篇至食緣篇之六篇。
4. 心行精進之重要 從流轉篇至心行篇之十三篇。
5. 菩薩之二利 從菩提篇至福田篇之四篇。
6. 流通分 受持篇。

此六段中，初二十五篇，即從第二段至第四段說明淨化身心自利。第五段說明菩薩之二利，他二利。今略述各段之概要，並敘明高祖述作之意義。

『淨心誠觀法』卷上說：「淨心者，於汝現行煩惱諸部過患，教修對治，令汝即時隨分解脫，垢染漸滅，心轉明淨，發生定慧。起於大乘清淨信心，趣向菩提種性住處。以今微因，後感當果。是故教汝察病對治，興隆功業，修入信境，成決定根力」。此說證智斷惑之必要，於賢聖位上所證之理，遠非下地凡夫所及

。爲此，必須淨除惑業之塵，漸漸磨練佛性是爲淨心，此心若淨則衆生界淨，衆生既淨佛土則淨。這是高祖佛教觀之根本論題。

又示佛制戒之根本義，在『淨心誠觀法』卷上說：「始除煩惱，令戒清淨。戒既完具，定復清淨，以戒、定淨，令智慧淨，智既淨已，顯自身源」。自身之源是佛性，以此義爲淨心之根本義。誠者，識知對治之初門方法，去除塵之根本惡業。知病、守心、慎口、勵己、修道離過，故名爲誠。觀者，察也，此誠與佛法是相應或不相應，詳細思量墮道之過患與名字句偈，確實如心所解，方得誠之本意。又能隨順止、觀二門，止屬定，觀屬慧，止是靜，觀是明，在因時名止觀，在果時名定慧。止觀二門以定爲始，定爲慧之初，由此一切禪支道品從定慧生長。又、此二從戒而起。但是定、慧中含攝有戒故稱爲觀。

法者、禁斷煩惱，止諸惡業，加功用行，故名住於不退之心。以下諸篇，均冠加此「淨心誠觀法」之五字。

本『淨心誠觀法』與天台大師『次第禪門』十二卷相比較，可用『智度論』

卷八十七說：「先粗後細，先易後難，漸漸學習，次第而行。」『次第禪門』初傳日本是由宗祖鑒真和上，此書可與『淨心誠觀法』同時併修之。

一 身心目利之基

序宗 首先以入道為端緒，於身口意三業中，應該先斷粗染根本之財、色二種。不貪財時，即無諍訟迎合人意。不貪色時，心無熱惱。淨化五欲，捨離著心，成就無漏善根，得入賢聖位。謂今學者解法之人，仍然貪著財色，與諸漏相應。「惡業繫縛，墜三惡道。既非道人，又非白衣，無所名也」。此等諸人專習舌辯、文章華綺，知而故犯，無解脫之時。實在只是解義口言而已，不救苦業，不得清淨。一切苦之因果，八萬四千之障道，以財、色為本，一切樂之因果以戒、定為本。若能斷者即真菩薩行者，真持戒者。因此二種過能壞世間內外親族、朋友，所以先斷財、色，名為奉律，後聽經論是入道之次第也。

五停心 貪、瞋、痴、慢、散亂名為五妄。欲除根本粗過，先修觀行，修五停

心觀，息止五過。

多貪——不淨觀

瞋恚——慈悲觀

愚痴——十二因緣

我慢——界分別觀

散亂——數息觀

此種觀行是思量中之七方便法，為大、小乘人初入道時通修之觀。有二要點：一、佛教入道之次第，首先以對治粗重之貪等五種煩惱，二、瞭解法義，說法之人，為求名利，知而故犯，不畏佛戒，見他人持戒而生憎謗。能止此過，順於佛道，故名淨心。

校量 校量心行優劣為誠，凡夫解義皆由聽學開始。然而知法又犯四重，畜人不淨財，食噉酒肉，無何羞恥，不畏後世之五誠，須宜校量之。

「古德（杜順）講『華嚴經』要疏唯有一卷，後弟子（智儼）作疏三卷。然

而今時（唐代）講者僅十地品一品作疏十卷，各逞功能，競顯華詞，文字浩博，唯徒求名，著於文字。法是離文字，言語道斷。例如一斛水解入一升之乳，看似乳色，食即無味。諦思講論，人情測佛，決無益處。」此是破斥唐代不行修之講說，比況今日，應該信受此誠。

白慶 人身難遇今幸得，自應營求善利，持誠修道。其難得難遇有六：得人身難、流通大乘正法難、正法信樂難、六根具足難、出家修道難、受禁戒難。若不觀察此種六難事，即便放逸，深障聖道，難得已具得，故當勤精進！

善根 觀世相如虛空，方能力克出離，榮名利養並非實有。愚人所求榮達、榮華、名聲，能將其捨離，即為真正修道出世之人。「觀世如夢幻，窮真道成聖」。

二 威儀是持戒之根本

以上說明總括之心得，以下述說威儀持戒，舉出具體實例而警惕之。

破戒 僧尼不修五篇之禁制名為破戒，誠耽著俗務不修出世之道。僧尼雇用僕人，居住大宅，調度珍奇，備用美食美酒，常居一寺成為眾首訴量僧事，誇耀與上流人士交遊，其衣五色鮮明，時常剃髮等，稱現代之僧風則是真破戒，以此稱為禿居士，名披袈裟賊。如該書偈嘆云：「可怪凡夫人，積聚貪瞋痴，破戒而無羞恥，輕賤木叉珍，追求忙如火……恃怙濃血身，放逸著五欲，何時出苦津？」身壞之後沉溺三途，適宜地謹慎法之過惡，能善思念之！

邪命 於人之前，威儀整肅莊嚴，實際上不是為道而是妄計活命。清淨住處，嚴飾道場，著衣剃髮威儀整齊，如符合律相；然其內心常求名利，望受他人請喚，希求受恭敬尊重。度人、畜養徒眾，作為師首願希他人依止。雖坐禪床，常念世間五欲之事等，三業不淨，名為邪命。

誑佛 以邪心，著我、我所，稱讚自己有道，勝於他人，誣聖誑佛。說自己有殊勝慈悲、布施、精進、智慧，對如上行法者警誡。真正修道者為得平等法，以法眼明朗，能淨智障，不著空有。

造過 執相強恃，欺凡誑聖，不畏遠天而起慢，人近可羞，故會起懼，而於屏處造過爲誠。於屏處三業、四儀悉不如法，故於人前似人，屏處如鬼也。故『淨心誠觀法』云：「大千世界在佛之毛孔中，豈容屏處造過，聖賢不知。是故菩薩有八萬威儀，聲聞戒有三千威儀，汝應修集威儀庠序，屏、露二處，一等用心」。

解脫 誠觀女人十惡，如實厭離解脫法。女人十惡者：一貪姪無量，二嫉妬心如毒蛇，三詬曲詐親，四放逸，五口多惡業，六厭背夫主，七多懷詬曲，八貪財不顧恩義，九欲火燒心，十臭惡不淨。能觀行而能遠離名爲淨心。

食緣 衣服、食物、住房、醫藥之四事是檀越之施與，食是耕種勞苦之所賜，一鉢食物要付出一鉢血汗。衣服亦同。房舍是工作人之勞苦及施主費大財力。念食即是苦，故節身而食，舍衣即殺命，故著糞掃衣，念房舍臥具即從苦緣生，故志樂頭陀，不虛受信施。

四 心行精進之重要

流轉 以下十三篇所說明諦觀心行之各種相。流轉生死無盡，受報無窮，受六道之報，生死無邊。書中誠說：「十五姿容言可愛，但四十已去自陳索，縱使生天八萬劫，不免無常墮溝壑，凡夫暫樂忘大苦，受大苦時復忘樂。所受苦樂皆空華，本來祇是情迷錯，迷解悟道獲神通，永斷生死名真樂」。

不動 由於被八風所動，一切衆生自心不安，大智之人則不被動。其八風及動之相是：一得「利」便悅，二「衰」惱便憂，三「毀」辱即瞋，四「譽」談即喜，五逢「苦」懷感，六遇「樂」生逸，七「稱」讚情歡，八「譏」刺抱恨。此毀、譽聲一，妄起二業，造三資因，報四趣果。然而，十界仍以緣合故生，而悟性空故滅，體解生滅，即無嫌恨。無諸熱惱，故名淨心。

過患 既已息除外在之非，今當察知內在身心之患。特別觀察人身之相。一人身上有九萬九千毛孔，八萬戶蟲充滿遍身，合成不淨濃血，而由九孔流出穢物。

賢聖爲捨離，如除惡病，故名觀身。其心相在一念之間，有九十刹那，生住異滅，猶如電光。八萬四千塵勞，一百八種煩惱，若進入數息觀，心所漸息，還歸一眞清淨心中。此清淨心名爲佛性，觀眞常之法身，無心之心，無相之相，是名淨心。然而，若專注於定，不修智慧，則是小乘，不是大慧。平等修習定慧，方知佛性之體也。

心濁 凡夫是內愚外智善詐，所作不實，虛譽爲求揚名，說己功德，專心爲得利，名爲心濁。但聖賢密行，內智外愚，凡夫無有戒定，現戒定之相。隱匿垢過，外顯清白，說己功德。此爲無刀大賊。名利俱空，正入平等，能捨名利，是爲淨心。

二報 誠觀三界衆生計著自身及所住之境。衆生貪此依、正二報，障礙解脫，不但於無色界、色界、欲界之天趣乃至涅槃終極起大驕慢，於此人中亦執常樂我淨。諦觀常起厭離，脫離生死依、正二報，漸證法身。

結使 一切生死障道之苦業，皆因煩惱結使，此有五鈍、五利之十結使，使是

通於三界九十八種之惑，欲斷結使，即修五停心觀法對治之，若觀空、離相，結使斷除，身心寂靜，入眞解脫。

緣生 六根、六塵、六識名十八界。能生諸業，長養任持故名爲根。金污淨心，觸身成垢故名爲塵，能了前境而起分別故名爲識。根、塵互相涉入，生起假緣，故無眞實性。衆生不達，謂內識、外塵有常樂我淨。著三十二相名貪色，願聞說法名貪聲，願上香供養名貪香，願證大乘教理，諸法實相名貪味，願得清淨法身名貪觸，願成一切智名貪法。說此是學人之十八界。此十八雖是妄，但出生珍寶，若能觀解緣和義，則不生亦不老，應作如是觀。

安般 坐禪之要法有十種：一託靜處，二厚敷草蓆，三緩帶衣裳，節食、少欲，四結跏趺坐、閉目合口，端身平視，五年少腹飽數出息，年老腹飢數入息，六當觀出息去鼻遠近，入到何處，七數息數，有異念者更從一數，八置一明珠、觀珠，九對治煩惱，諸天歡喜，十以修定故，增長智慧，永離三塗苦。

此根本是安那般假相觀。安那是入息意，般（波）那是出息意，緣此出、入

二息能對治散心之病，故爲諸定之初門。但不觀相，故名假觀。應當受行，成戒定根。根性明利名爲淨心。凡夫修行學道之法，唯心自知即可，向他人說明反生誹謗心。諸觀少言說，人以修德爲重。遠離群衆，端坐思維。天台宗亦說此爲三世諸佛入道之初門。荆溪以此讀爲「若觀此息，一心三諦是圓教法」，數息爲中道妙觀，以實相三諦之法體，知此三諦名爲三觀，一代五時之法門，可配當爲五停心，想同此心故。

相資 善人是不善人之師，惡人是萬善之資。衆生能度佛，佛復度衆生。諸惡有五逆、十惡、五重、八重禁、破正法輪等。菩薩以此爲大福田。何以故？同體大悲故。能於三塗五趣，以大悲心代諸衆生受苦，引導、救濟令得安樂。因此功德，菩薩道成，即謂衆生亦能度佛。又佛性由人弘顯，若無信力、聞思修等，諸佛菩薩雖具慈悲亦難得成。爲得此心，對罪惡可賤衆生唯起哀愍，不生瞋罵下劣之心。又見上行清淨好人，也不應偏重別請供養。何以故？善惡一如，性俱空故，二見平等。常觀空寂，入三解脫門。如說：「眞妄水共波，波者即是水，水者

即是波。」表示一體無二、自他並非二相。

因果 成佛之基，假衆生爲本，利益他人，須明因果。造因感果，數如恒沙，唯佛才能盡知。種諸善根，收獲善果，所行之善，悉皆迴向無上菩提，成就解脫善。

止劫 能守戒名爲戒財，不被六塵之賊所奪名爲止劫。生死之苦，誠心貪受塵境爲因。如同劫賊來時堅固關鎖，修行者住於禪觀守心而閉根門，若能梵行完全無缺，不退菩提，諸波羅蜜增長不退。六塵實如狂賊，妄情亦同惡馬。加年禪之禁勒，修戒、定之德，安住三空之門。

二諦 二諦者，世諦及第一義諦。世諦是世間之各種相，無解脫之時。第一義諦者，不是虛妄之事，而是眞實平等，無變無遷，亦非對待，湛然凝寂。能觀世諦如幻如化，無有實性。

心行 此是誠晚出家者，有十種罪過。主要是因世間之所有習俗特強而我執意見太多。這是對中年出家者之慈忍所說，故特別強調。

以上二十五篇是爲淨化身心自利所述說之修行。

五 菩薩之利

自利之行「如鳥欲遊空，要長力養毛翅」，先要自求養德，具足自修之力方能利他。不能救自己之病，何能救諸人之疾，然而大心修行須以觀佛性爲修行之因行。

菩提 先發大心願，『華嚴經』中三千行法最初以菩提心爲所依，如通途說菩提有種種體相之德，但此大心修行要經衆多之堪苦與忍行。雖見苦相，悉皆甘受，諸佛於人中得道，諸天著樂，趣道心緩，故愈應精進，若退心時則應憶起自身過去無量劫來之苦，應修慈悲爲本。本著慈悲，菩薩不染三界，不厭三界，求無爲之道，亦不住無爲，常處生死而無生死，不住二邊及中道，常以四弘誓願，四攝等饒益衆生。解說偈曰：「迷道者令其見道，無明者令其得明，慧手執金鉞，決膜療群盲……弘誓要期已，道心勿退散」。

教化 敘述利他教化之要，以慈悲爲最重要，念三界苦，方便善巧，應機誘引人天二乘，以破相之六度，緣修十地爲大乘，終住真空之理，達至言語道斷，心行處滅，應當隨力修集無緣之慈悲。自勸、勸他，爲大乘法不惜身命財物，爲一衆生，經多年月設多方便，多說佛法使令悟解。縱有成果，勸誡不墮我人衆生壽者之著。

佛性 說明佛性是群生之本具，明其佛性因經五道故名不一，然此是一性故名不二，在妄時性隱故名非有，妄消時性顯故名非無，不隨二邊爲中道，中亦不滯而說不著中法故曰佛性。

福田 觀果之佛智，經云：滿大千界衆生智不及一須陀洹智，滿世界須陀洹智不及一斯陀含智，乃至不還果、阿羅漢果、辟支佛果不及菩薩智，十地菩薩智不及如來一念智，是故應一心求佛智慧。又福田業亦同，供養如來一食，其果報無量。應該珍惜淨戒，莫令欠犯。因戒淨故易得禪定，定心清淨，生起智慧，福德具足，成就一切種智。如來不思議神力亦從五停觀生，從三十七道品生，從四無量

心生，從六度生，從大乘十地生。應知諸佛智力神力從斷財色、而由五停心次第而生。

受持 最後附囑受持說明流通分，本章對告大眾及慈忍，念及父母七生師僧累劫義深恩重，敘述師念弟子之要義，是真實之語，此文字之一字中含有無量義，宜應垂淚，誠以想發，生遭難時，如見世尊。凡經論誠義有二種：一、順理，如來秘藏之境，補處菩薩難知。二、順情，文義易解，使令心悅。相欲似淺，因斯入深，如『淨心誠觀法』云：「譬如大海初入沒踝，漸進無涯，底不可得。如七日嬰兒未消上饌，庸野田人豈乘蹇輿，未食便餐必被噎塞，非棄強乘智者呵責。但佛法大海，無智莫入，實臺千仞非階莫升，始入道門，未修戒定，越學空宗，佛不隨喜。積世鄙夫輒持國璽，王若見者，必當重罰。要從五停除惱證聖。」

此是高祖說佛教修道觀根本，本章是述作其要點。最後又說：「吾甚疾劣，宿不保安，儻不見汝，此當遺囑，旨不殷勤，如誠淨心。」此段文同時可當為末法時代佛徒之遺誡看，以上是『誠觀法』三十章之概要。

第四節 四位五十二位廣略

〔本文〕 問：攝論四位五十二位廣略相違。云何相攝？答：四位即攝五十二位，願樂位中攝四十心。信、住、行、向。見位攝彼初地全位，或是入心，以彼入心是見道故。修位二地已後乃至七地，或金剛心，究竟位攝八地已上乃至佛地，或唯佛果。然攝論中，法雲、妙覺以為究竟。第十地是因圓滿，妙覺地即果圓滿。等覺即是因圓滿也。願樂位中，四十心位是初僧祇，初地至七第二僧祇，八地已上乃至等覺第三阿僧祇。滿於三大阿僧祇劫即得究竟無上菩提。

〔通解〕 問：『梁攝論』之四位與五十二位廣略有何不同？如何相攝？答如下表：

