

修 习 止 观 坐 禅 法 要

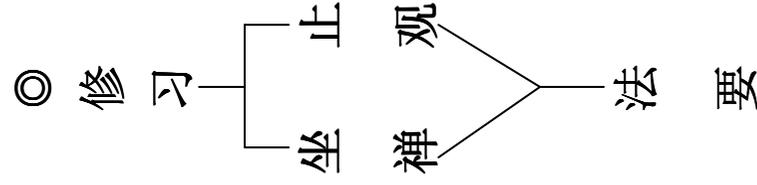
◎ 将 述 此 义 ， 大 科 分 四 ：

- 甲 一 、 解 释 标 题
- 甲 二 、 作 者 略 史
- 甲 三 、 随 文 释 义
- 甲 四 、 结 示 劝 修

今 初 。

甲一、解释标题 **品**

乙一、总释标题



乙二、别释止观窃

丙一、止观功德

- 一、《解深密经》云：「慈氏，若诸声闻、若诸菩萨、若诸如来，所有世间及出世间一切善法，应知皆是此奢摩他、毘钵舍那所得之果。」
- 二、《佛遗教经》云：「汝等比丘，若摄心者，心则在定。心在定故，能知世间生灭法相，是故汝等常当精勤修习诸定。」

若得定者，心则不散。譬如惜水之家，善治堤塘。行者亦尔，为智慧水故，善修禅定，令不漏失，是名为定。」

三、《大宝积经》云：「满设恒沙界，珍宝供养佛，不如一日中，出家修寂静。」

丙二、止观体性

「止」

「以善缘心，心一境性，诸三摩地，悉皆摄为奢摩他品。」

——《菩提道次第略论》——

「独处空闲，作意思惟。复即于此能思惟心，内心相续作意思惟；如是正行多安住故，起身轻安及心轻安，是名奢摩他。」

——《解深密经》——

「观」

「又凡拣择如所有性，尽所有性，诸善妙慧，悉皆摄为毘钵舍那品。」

——《菩提道次第略论》——

「彼由获得身心轻安为所依故，即于如所善思惟法内，三摩地所行影像、观察、胜解、舍离心相。即于如是三摩地影像所知义中，能正思择，最极思择、周鑿寻思、周鑿伺察，若忍若乐若慧若见若观，是名毘钵舍那。」

——《解深密经》——

丙三、止观差别

一、小止观——即今《修习止观坐禅法要》，亦名《童蒙止观》。

- 二、渐次止观——明止观浅深次第工夫，即《释禅波罗密》。
- 三、圆顿止观——明天台「圆顿妙观」，即《摩诃止观》。
- 四、不定止观——明止观浅深不定，能大能小，即《六妙门》。

甲二、作者略史

一、出生

——大师俗姓陈氏，世为颖川人，因晋时避乱，止于荆州华容。父起祖，于梁元帝时，封为益阳侯。其母徐氏，梦香烟五采，萦回入怀，又梦口吞白鼠，因是而孕。诞灵之时，红光耸霄，邻人见之以为失火，争而视之，并无火事。是师产生，欲烹宰作食，以为庆席，时火灭汤冷，为事不成，有二僧扣门曰，此儿道德所钟，必当出家，言讫而隐。

二、童年

师眉分八彩，目耀重瞳，有古帝王之相。至年七岁，喜往伽蓝，诸僧口授《普门品》一遍，即能成诵。年十五，值孝元之败，家国殄丧，亲属流徙，叹荣华之难久，痛凋离之易及，于长沙像前，发弘大愿，誓作沙门，荷负正法，为己重任。年十七，深厌家狱，思灭苦本，然二亲恩爱，不容听许，虽惟将顺，而寝哺不安，乃刻檀为像，披藏寻经，晓夜礼诵，念念相续。

三、出家

年十八，二亲殄丧，从兄求去，依果愿寺法绪法师出家。后诣大贤山，诵《法华经》、《无量义经》、及《普贤观经》，历涉二旬，三部究竟。进修方等忏，心

净行勤，胜相现前，见道场广博，妙饰庄严，而诸经像，纵横纷杂，身在高座，足躡绳床，口诵《法华》，手正经像，是后心神融净，爽利常日。逮受具戒，律藏精通，先世萌动，而常乐禅乐，快快江东，无足可问！

四、悟道

至年二十二，遥闻南岳慧思大师止光州大苏山，即往礼拜，思曰：「昔日灵山同听法华，宿缘所追，今复来矣！」即示「普贤道场」，为说「四安乐行」。于是精勤行道，经二七日，诵至「药王菩萨本事品」，云「诸佛同赞，是真精进，是真法供养如来。」身心豁然，寂而入定，持因静发。思师叹曰：「非尔弗证，非我莫识，所入定者，法华三昧前方便也；

所发持者，初旋陀罗尼也。纵令文字之师千群万众，寻汝之辩，不可穷矣！于说法人中，最为第一。」

五、弘法

思师造金字《大品般若经》竟，自开玄义，命师代讲，师纵无碍辩，唯三三昧及三观智，用以咨审，余悉自裁。思师手持如意，临席赞曰：「可谓法付法臣，法王无事也。」又云：「余老矣，久羨南岳，当往居之，愿尔宏扬大法，勿作佛法断种人。」既奉严训，不获从往，遂同法喜等二十七人，移至金陵。有僧法济，自矜禅学，倚卧问言：「有人入定，闻摄山地动，知僧诳练无常，此何禅也？」师曰：「边定未深，邪乘闖入，若取若说，定坏无疑！」

济惊起谢曰：「老僧尝得此定，向人说此，即失此定。」由是名闻朝野，声驰道俗。年三十八，因感徒众转多而得法转少，乃谢遣徒众，隐居天台，以期深入三昧，令法镜圆明，渊源流长。师初至头陀，一日入座，忽于后夜，大风拔木，雷振动山，诸魔鬼魅，一时俱现，状甚可畏，师安心空寂，诸魔自退，魔复作父母师僧之形，乍枕乍抱，悲咽流涕，师深念实相，体达本空，一心寂静，忧苦之相，寻复消灭，强摭二缘，所不能动。至此云开见日，万境洞明，妙慧深禅，法乐内充。后于天台山建立道场，并演说《法华玄义》、《法华文句》、及《摩诃止观》等三大部。台宗教观，由是

而完备，门庭从此而光辉，而天台一宗之教观，始卓然成立也。

六、入灭

年六十，应皇奉迎，演说《法华》，行至石城，乃云有疾，谓智越云：「大王欲使吾来，吾不负言而来，吾知命在此，故不须前进也。石城是天台西门，大佛是当来灵像，处所既好，宜最后用心。」语已右胁西向而卧，专称弥陀、般若、观音，唱《法华经》、《无量寿经》，以为最后闻思，时石佛倍大光明满山，直入房内，诸僧咸见。智朗请云：「伏愿慈留，赐释余疑，不审何位？歿此何生？」师云：「吾不领众，必净六根，损己利人，只登五品！」又云：「吾诸师友，侍从观音，皆来迎我。」言讫跏趺

