

唱三宝名，如入三昧，未时入灭，至于子时顶上  
犹暖。春秋六十，僧腊四十。

——糅合《天台智者大师别传》——

**甲三、随文释义**分二：初总论。二、分论。三、结论。今初。

乙一、总论分三：初总标佛法大纲。二、略述止观功德。三结示著述缘起。今初。

丙一、总标佛法大纲

诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。

丙二、略述止观功德

丁一、正明止观功德

若夫泥洹真法，入乃多途，论其急要，不出止观二法。  
所以然者，止乃伏结之初门，观是断惑之正要；止则爱养

心识之善资，观则策发神解之妙术；止是禅定之胜因，观是智慧之由藉。若人成就定慧二法，斯乃自利利人法皆具足。故《法华经》云：「佛自住大乘，如其所得法，定慧力庄严，以此度众生。」

#### 丁二、合释止观双运

当知此之二法，如车之双轮，鸟之两翼，若偏修习，即堕邪倒。故经云：「若偏修禅定福德，不学智慧，名之曰愚。偏学智慧，不修禅定福德，名之曰狂。」狂愚之过，虽小不同，邪见轮转，盖无差别。若不均等，此则行乖圆备，何能疾登极果。

故经云：「声闻之人定力多故，不见佛性。十住菩萨智

慧力多，虽见佛性，而不明了。诸佛如来定慧力等，是故了了见于佛性。「以此推之，止观岂非泥洹大果之要门，行人修行之胜路，众德圆满之指归，无上极果之正体也。」

### 丙三、结示著述缘起

若如是知者，止观法门，实非浅故。欲接引始学之流辈，开蒙冥而进道，说易行难，岂可广论深妙。 **杗**

乙二、分论 分二：初标章劝诫。 二、正示十章。 今初。

### 丙一、标章劝诫 **醅**

#### 丁一、警诫劝修

今略明十意，以示初心行人，登正道之阶梯，入泥洹之等级。寻者当愧为行之难成，毋鄙斯文之浅近也。

若心称言旨于一晌间，则智断难量，神解莫测；若虚构文言，情乖所说，空延岁月，取证无由，事等贫人数他财宝，于己何益者哉？

## 丁二、标列章名

具缘第一    诃欲第二    弃盖第三    调和第四    方便第五  
正修第六    善发第七    觉魔第八    治病第九    证果第十

今略举十意，以明修止观者，此是初心学坐之急要，若能善取其意而修习之，可以安心免难，发定生解，证于无漏之圣果也。

## 丙二、正示十章**要**

丁一、具缘第一分五：初持戒清净。二、衣食具足。三、闲居静处。四、息诸缘务。五、近善知识。今初。

## 戊一、持戒清净

### 己一、明持戒相状

夫发心起行，欲修止观者，要先外具五缘。第一持戒清净。如经中说：「依因此戒，得生诸禅定，及灭苦智慧。」是故比丘应持戒清净。

然有三种行人持戒不同：

一者若人未作佛弟子时，不造五逆。后遇良师，教受三皈五戒，为佛弟子；若得出家受沙弥十戒，次受具足戒，作比丘、比丘尼，从受戒来，清净护持，无所毁犯，是名上品持戒人也。当知是人修行止观，必证佛法。犹如净衣，易受染色。

二者若人受得戒已，虽不犯重，于诸轻戒多所毁损，为修

定故，即能如法忏悔，亦名持戒清净，能生定慧。如衣曾有垢腻，若能浣净，染亦可着。

三者若人受得戒已，不能坚心护持，轻重诸戒，多所毁犯，依小乘教门，即无忏悔四重之法；若依大乘教门，犹可灭除。

故经云：「佛法有二种健人，一者不作诸恶。二者作已能悔。」

## 己二、示忏悔方法

### 庚一、事忏

夫欲忏悔者，须具十法，助成其忏。一者明信因果。二者生重怖畏。三者深起惭愧。四者求灭罪方法，所谓大乘经中明诸行法，应当如法修行。五者发露先罪。六者断

相续心。七者起护法心。八者发大誓愿，度脱众生。九者常念十方诸佛。十者观罪性无生。

若能成就如此十法，庄严道场，洗浣清净，着净洁衣，烧香散华，于三宝前，如法修行一七、三七日或一月、三月乃至经年，专心忏悔所犯重罪，取灭方止。

云何知重罪灭相？若行者如是至心忏悔时，自觉身心轻利；得好瑞梦，或复睹诸灵瑞异相；或觉善心开发；或自于坐中，觉身如云如影，因是渐证得诸禅境界；或复豁然解悟心生，善识法相，随所闻经即知义趣，因是法喜，心无忧悔，如是等种种因缘，当知即是破戒障道罪灭之相。

从是已后，坚持禁戒，亦名尸罗清净，可修禅定。犹如破坏垢腻之衣，若能补治浣洗清净，犹可染着。

## 庚二、理忏

若人犯重禁已，恐障禅定，虽不依诸经修诸行法，但生重惭愧，于三宝前，发露先罪，断相续心，端身常坐，观罪性空，念十方佛。若出禅时，即须至心烧香礼拜，忏悔诵戒，及诵大乘经典。障道重罪，自当渐渐消灭，因此尸罗清净，禅定开发。

故《妙胜定经》云：「若人犯重罪已，心生怖畏，欲求除灭，若除禅定，余无能灭。」是人应当在空闲处，摄心常坐及诵大乘经，一切重罪，悉皆消灭，诸禅三昧自然现前。

## 戊二、衣食具足醮

### 己一、明衣法具足相状

第二衣食具足者，衣法有三种：

一者如雪山大士，随得一衣蔽形即足，以不游人间，堪忍



力成就。

二者如迦叶常受头陀法，但畜粪扫三衣，不畜余长。

三者若多寒国土及忍力未成之者，如来亦许三衣之外，畜百一等物，而要须说净，知量知足。若过贪求积聚，则心乱妨道。

## 己二、明食法具足相状

次食法有四种：

- 一者若上人大士，深山绝世，草果随时，得资身者。
- 二者常行头陀，受乞食法。是乞食法，能破四种邪命，依正命自活，能生圣道故。邪命自活者：一、下口食。二、仰口食。三、维口食。四、方口食。邪命之相，如舍利弗为青目女说。
- 三者阿兰若处，檀越送食。

四者于僧中洁淨食。

有此等食缘具足，名衣食具足。何以故？无此等缘，则心不安隐，于道有妨。

### 戊三、闲居静处

第三得闲居静处。闲者不作众事，名之为闲；无愤闹故，名之为静。有三处可修禅定：

一者深山绝人之处。

二者头陀兰若之处，离于聚落极近三四里。此则放牧声绝无诸愤闹。

三者远白衣住处，清淨伽蓝中。皆名闲居静处。

### 戊四、息诸缘务

第四息诸缘务，有四意：

