

## 《修禪要訣》補充資料

(一)如《唯識論》卷1：「如人依鬼毘舍闍等是故失心。或依自心是故失心。或有憶念愛不愛事是故失心。或有夢見鬼著失心。或有聖人神通轉變前人失心。如經中說。大迦旃延比丘。令娑羅那王見惡夢等。又毘尼中有一比丘。夜蹈瓜皮謂殺蝦蟇死入惡道。」(CBETA, T31, p. 69, b12-17)。

(二)《諸佛境界攝真實經》卷3〈8 持念品〉：「先作金剛降伏半跏趺坐。端身正念。以右足押左足。持真言時。住心凝寂。口習真言。唯自耳聞。勿令他解。心中觀想一一梵字。了了分明無令錯謬。持習之時不遲不速。是即名為金剛語言。」(CBETA, T18, p. 281, b27-c3)

(三)《緇門警訓》卷1：「然後結加趺坐。先以右足安左髀上。左足安右髀上。或半趺坐亦可。但以左足壓右足而已。次以右手安左足上。左掌安右掌上。以兩手大拇指面相拄。徐徐舉身前向。復左右搖振。乃正身端坐。」(CBETA, T48, p. 1047, b17-21)

(四)《南海寄歸內法傳》卷3：「五天之地。道俗多作經行。直去直來唯遵一路。隨時適性勿居鬧處。一則痊痾。二能銷食。禹中日昃即行時也。或可出寺長引。或於廊下徐行。若不為之身多病苦。遂令脚腫肚腫臂疼髀疼。但有痰癢不銷。並是端居所致。必若能行此事。實可資身長道。故鷲山覺樹之下。鹿苑王城之內。及餘聖跡皆有世尊經行之基耳。闊可二肘長十四五肘高二肘餘。壘甃作之。上乃石灰塑作蓮花開勢。高可二肘闊纔一尺。有十四五表聖足跡。兩頭基上安小制底。量與人齊。或可內設尊容為釋迦立像。若其右繞佛殿旋遊制底。別為生福本欲虔恭。經行乃是銷散之儀。意在養身療病。舊云行道。或曰經行。則二事總包無分涇渭。遂使調適之事久闕東川。經云觀樹經行。親在金剛座側。但見真迹未覩圓基耳。」(CBETA, T54, p. 221, b22-c9)

(五)《薩婆多部毘尼摩得勒伽》卷6：「云何經行。比丘經行時有上座在前者當白。不得搖身行。不得大駛駛。不得大低頭縮。攝諸根心不外緣。當正直行。行不能直者安繩。」(CBETA, T23, p. 604, b17-20)

(六)《十誦律》卷57：「經行法者。比丘應直經行不遲不疾。若不能直當畫地作相隨相直行。是名經行法。」(CBETA, T23, p. 422, c21-23)

(七)《瑜伽師地論》卷12：「無相心三摩地。不低不昂。乃至廣說。云何名為不低不昂。違順二相不相應故。又二因緣入無相定。一不思惟一切相故。二正思惟無相界故。由不思惟一切相故。於彼諸相不厭不壞。惟不加行作意思惟。故名不低。於無相界正思惟故。於彼無相不堅執著。故名不昂。」(CBETA, T30, p. 337, b18-24)

(八)《大乘本生心地觀經》卷4〈3 厭捨品〉：「爾時世尊告長者言。善男子。應當修習無相正觀。無相觀者。能伏妄想。唯觀實性不見十相。一切諸法體本空寂。無見無知是名正觀。若有佛子安住正念。如是觀察。長時修習無相無為。妄想猛風。寂然不動。聖智現觀。證理圓成。」(CBETA, T03, p. 309, a22-28)

(九)《十住毘婆沙論》卷4〈8 阿惟越致相品〉：

「一切若無相	一切即有相	寂滅是無相	即為是有相
若觀無相法	無相即為相	若言修無相	即非修無相
若捨諸貪著	名之為無相	取是捨貪相	則為無解脫
凡以有取故	因取而有捨	誰取取何事	名之以為捨
取者所用取	及以可取法	共離俱不有	是皆名寂滅

」(CBETA, T26, p. 39, c21-p. 40, a1)

## 經行

(十)《瑜伽師地論》卷 24：「問於經行時從幾障法淨修其心。云何從彼淨修其心。答從惛沈睡眠蓋及能引惛沈睡眠障法。淨修其心。為除彼故。於光明想善巧精懇。善取善思善了善達。以有明俱心及有光俱心。或於屏處或於露處往返經行。於經行時隨緣一種淨妙境界。極善示現勸導讚勵慶慰其心。謂或念佛或法或僧。或戒或捨或復念天。或於宣說惛沈睡眠過患相應所有正法。於此法中為除彼故。以無量門訶責毀訾惛沈睡眠所有過失。以無量門稱揚讚歎惛沈睡眠永斷功德。所謂。契經應頌。記別諷誦。自說因緣。譬喻本事。本生方廣。希法及以論議。為除彼故。於此正法聽聞受持。以大音聲若讀若誦。為他開示思惟其義。稱量觀察。或觀方隅。或瞻星月諸宿道度。或以冷水洗灑面目。由是惛沈睡眠纏蓋。未生不生已生除遣。如是方便從順障法淨修其心。」(CBETA, T30, no. 1579, p. 412, a5-23)

(十一)《瑜伽師地論》卷 24：「於晝夜分在自別人所經行處往反經行。非於他處非不委處。非不恣處非不與處而輒經行。非身劬勞非身疲倦。非心掉舉所制伏時而習經行。為修善品為善思惟。內攝諸根心不外亂而習經行。不太馳速不太躁動。亦非一向專事往來而習經行。時時進步時時停住而習經行。如是於自所居住處自院自房自別人處僧分與處。非於他處非不委處。非不恣處習經行已。」(CBETA, T30, no. 1579, p. 416, a26-b5)