

## 主七和尚法語

略說發心學禪之行者，應須注意五法：

一、聞，二、厭，三、願，四、覺，五、勤。

一、聞者。願樂聞法，以自照心，引生正念，令心清淨。

二、厭者。由多聞正法故，覺慧明淨，於世間盛事能見過患，不生願樂。

三、願者。欣慕聖道，涅槃為最安隱，具勝功德，樂欲證得。

四、覺者。應自警覺：若人未能得證聖道，現行種種不淨思惟、惡不善業，恆為惡趣苦所隨逐，若能斷諸煩惱，究竟涅槃，是名無怖畏處。

五、勤者。於清淨證得及雜染斷滅中，遮止懶惰懈怠；精勤修習奢摩他、毗婆舍那，令心明靜、不散亂、不顛倒，隨順趣向悟入第一義諦。

下座：

出時調三事者：行人若坐禪將竟，欲出定時，應前放心異緣，開口放氣，想從百脈隨意而散，然後微微動身。次動肩、膊及手、頭、頸。次動二足，悉令柔軟。次以手遍摩諸毛孔。次摩手令煖，以揜兩眼，然後開之。待身熱稍歇，方可隨意出入。

若不爾者，坐或得住心，出既頓促，則細法未散，住在身中，令人頭痛，百骨節彊，猶如風勞，於後坐中煩躁不安。是故心欲出定，每須在意。此為出定調身、息、心方法，以從細出麤故，是名善入住出。如偈說：進止有次第，麤細不相違；譬如善調馬，欲住而欲去。

《法華經》云：此大眾諸菩薩等，已於無量千萬億劫，為佛道故，勤行精進，善入、住、出無量百千萬億三昧，得大神通。久修梵行，善能次第，習諸善法。

## 欲之過患

欲之定義：

**願望**，想得到滿足的意念。如：食欲、欲望。易經·損卦·象曰：山下有澤損，君子以懲忿窒欲。

欲者。謂於未得、已得，希求獲得及受用故。唯識論五曰：「云何為欲？於所樂境希望為性。勤依為業。」俱舍論四曰：「欲謂希求所作事業。」大乘義章二曰：「於緣欲受稱欲。」同七曰：「**染愛塵境，名之為欲。**」釋氏要覽下曰：「雜阿含經云：佛言：若眾生所有苦生，彼一切皆以欲為本。增一經云：欲生諸煩惱，欲為生苦本。梵語雜名曰：欲，刺者。」

欲其實是苦多樂少的，追求欲很苦，追求到了還要保持它亦是很苦，失掉了更苦，並且欲樂無知足，無厭足亦是很苦。

**貪欲者**。謂於妙五欲，隨逐淨相。欲見、欲聞、乃至欲觸；或隨憶念，先所領受，尋伺追戀。欲於不淨、苦、無常生滅之虛妄法中，占便宜，求樂受；是為顛倒！

## 欲軛

集異門論八卷三頁云：云何欲軛？答：如世尊說：苾芻當知；有諸愚夫無聞異生，於欲集沒味患出離，不如實知。彼於欲集沒味患出離不如實知故；於諸欲中、所有欲貪欲欲欲親欲愛欲樂欲悶欲耽欲嗜欲喜欲藏欲隨欲著，纏壓於心。是名欲軛。

## 欲貪

品類足論三卷二頁云：欲貪云何？謂於諸欲、起貪等貪，執藏防護，耽著愛樂；是名欲貪。

## 欲求

瑜伽九十六卷二頁云：又無明界所隨六處諸界爲緣，起無明觸。此無明觸以爲緣故；於諸境界，起不如理執取相好所有諸想。此想爲緣，於諸境界，發起希欲。希欲爲緣，起彼隨法多隨尋思。由彼隨法多隨尋思以爲緣故；發起思慕愁憂所作身心熱惱。身心熱惱以爲緣故；於諸境界種種品類思求差別，皆可了知。如是當知依欲求故，安立諸界。

## 欲愛

瑜伽六十七卷八頁云：又即此愛、界差別故；復有三種。謂欲愛、色愛、無色愛。若生欲界，希求欲界後有者；喜於已得所受用事，欣於未得所受用事，諸所有愛；是名欲愛。

## 欲尋思

瑜伽八十九卷九頁云：心懷愛染，攀緣諸欲，起發意言，隨順隨轉；名欲尋思。

諸所有妄分別（想倒：常樂淨我、取相執實）、貪（心倒：欲愛（常樂淨我愛）、欲貪）未斷、未知故。先爲欲愛之所燒惱（欲火焚身：五欲燒人，如逆風執炬；正起現前極燒惱故，非法因緣。）。欲愛燒故追求諸欲，追求欲故便受種種身心疲苦。雖設功勞（亦不保任）。若不稱遂，便謂我今唐捐其功，乃受劬勞無果苦。設得稱遂，便深戀著，守掌因緣，受防護苦（五欲增諍，眾多共有）。若受用時貪火所燒（五欲如大火坑，生渴愛故，得之轉劇，增長貪愛，如火益薪，其燄轉熾。），於內便受不寂靜苦（不自在苦）、（更加貪求，受無厭足所作苦）。若彼失壞，受愁憂（愁嘆憂悲）苦；由隨念故受追憶苦。又由是因發起身語及意惡行，招感種種苦報。……彼由如是，於現法中，受無量苦；無有對治諸漏蔽伏，而猶長養，令心沈沒成下劣性，如船破水漸盈溢，能招當來欲界生老病死惡趣等苦。如是等輩雜染過患，皆貪欲以爲因緣。

於諸欲恚求      或所期果遂      得已心定喜      至死而保愛

謂如有一恚求未來所有諸欲。爲獲得故發動方便。得已現前耽著受用。如是恚求及正受用所得諸欲。由此因緣生喜生樂。如是總名諸欲愛味。

諸樂欲眾生      若退失諸欲      其色便變壞      如毒箭所中

又彼恚求及正受用所有諸欲。於其所得所受用事若退失時。隨彼諸欲戀著愛味。愛箭入心如中毒箭。受大憂苦或致殞歿。如是名爲諸欲過患。

若遠離諸欲 猶如毒蛇首 彼於愛世間 正念能超度

又復毒蛇譬諸欲境。毒蛇首者。譬諸欲中所有愛味。若諸愚夫愛味諸欲貪著受用。如蛇所螫。若有多聞諸聖弟子。遠離諸欲所有愛味。如毒蛇首。終不愛染而受用之。廣說乃至。不生耽著。彼於諸色所有貪愛。乃至於觸所有貪愛。皆能調伏斷滅超度。如是名為諸欲出離。又諸欲自性略有二種。一者事欲。二者煩惱欲。

田事與金銀 牛馬珠環釧 女僕增諸欲 是人所耽樂

事欲有二。一者穀彼所依處。謂田事。二者財彼所依處。謂金銀等事。何以故。諸求穀者必求田事。諸求財者必求金銀等事。

求金銀等復有二種。一者事王。二者商賈。求穀求田方便須牛。求財事王方便須馬。求財商賈所有方便。若金銀等共相應者。謂諸寶珠。金銀異類不相應者。謂環釧等。此舉最勝。若買賣言說事務當知亦爾。積集如是財穀事已。受用戲樂所有助伴。謂諸女色。若未積集招集守護。及息利中所有助伴。謂諸僮僕。如是財穀積集廣大。於此處所耽樂不捨。如是一切皆名事欲。

攀緣沈下劣 變壞生諸漏 從此集眾苦 如船破水溢

煩惱欲者。謂於事欲隨逐愛味。依耽著識發生種種妄分別貪。又於事欲由煩惱欲。令心沈沒成下劣性。若彼事欲變壞散失便生諸漏。愁歎憂悲種種苦惱纏繞其心。彼由如是於現法中諸漏蔽伏無有對治。猶如船破水漸盈溢。招集當來生老病等種種苦惱。

若永絕諸欲 如斷多羅頂 棄捨諸愁憂 猶蓮華水滴

若於諸欲已得出離。便能永絕隨欲愛味發起貪著諸染污識。猶如斷截多羅樹頂不復生長。又彼事欲可愛可樂乃至可意。若變壞時於清淨識諸憂愁等一切苦惱皆不得住。如蓮華葉水滴不著。復次今當略辨上所說義。謂薄伽梵此中略示諸欲愛味過患出離三種自性。又顯愛味能為過患及彼出離所有功德。當知是名此中略義。

**哀哉眾生，常為五欲所惱，而猶求之不已。**

五欲如大火坑，生渴愛故，得之轉劇，增長貪愛，如火益薪，其燄轉熾。

五欲無樂，如狗嚙枯骨，令無飽滿。

五欲增諍，眾多共有，如鳥競肉。

五欲燒人，如逆風執炬；正起現前極燒惱故，非法因緣。

五欲害人，如踐毒蛇；障道因緣，賢聖遠離。

五欲無實，如夢所得；無常虛偽妄失之法，誑惑愚夫。

五欲不久，假借須臾，如擊石火；速趣壞滅。

五欲如假借莊嚴具，仗託眾緣。

五欲猶如樹端爛熟果，危亡放逸所依之地。

**習近諸欲有五過患：**

- 1 彼諸欲極少滋味，多諸苦惱，多諸過患。
- 2、又彼諸欲於習近時能令無厭、能令無足、能令無滿。
- 3、又彼諸欲常為諸佛及佛弟子、賢善正行正至善士以無量門呵責毀訾。
- 4、又彼諸欲於習近時能令諸結積集增長。
- 5、又彼諸欲於習近時我說無有惡不善業而不作者。

世人愚惑，於長夜中，由妙五欲積集長養，任運貪著，常為五欲所惱，而猶求之不已，至死不捨。常為五欲所使，名欲奴僕，受無量苦惱，而猶無厭、無足、無滿：

1. 受追求所作苦、
2. 受防護所作苦、
3. 受親愛失壞所作苦、
4. 受無厭足所作苦、
5. 受不自在所作苦、
6. 受惡行所作苦

此五欲法，與畜生同有。一切眾生，作此弊欲，沈墮三途。貪欲之人，去道甚遠。所以者何？欲為種種惱亂住處，若心著欲，能壞禪定，無由近道。

諸欲求時苦，得時多怖畏，失時懷熱惱，一切無樂處。諸欲患如是，以何能捨之？得深禪定樂，即不為所欺。

智者思之，如是諸欲，去來今世，於常常時，於恒恒時，多諸過患、多諸損惱、多諸疫癘、多諸災害！如是諸欲，令無厭足，是非法行惡行之因，增長欲愛，是諸放逸危亡之地，無常虛偽妄事之法，猶如幻化，誑惑愚夫！若現法欲、若後法欲、若天上欲、若人中欲一切皆是魔之所行，魔之所住。於是處所能生無量依意所起惡不善法：所謂貪瞋及憤諍等，於聖弟子正修學時能為障礙。如是觀已，心生厭惡，此為怨賊，當急除之。

問：此貪欲蓋，以何為食？答：有淨妙相，及於彼相，不正思惟，多所修習，以之為食。

淨妙相者：謂第一勝妙諸欲之相。若能於此遠離染心，於餘下劣，亦得離染。如制彊力，餘劣自伏。

此復云何？謂女人身上，八處所攝，可愛淨相。由此八處，女縛於男。所謂歌、舞、笑、睇、美容、進止、妙觸、就禮。

由此因緣，所有貪欲，未生令生，生已增長。故名為食。

問：此貪欲蓋，誰為非食？答：有不淨相，及於彼相，如理作意，多所修習，以為非食。

此復云何？謂青瘀等。若觀此身，種種不淨，雜穢充滿，名觀內身不淨之相。復觀於外，青瘀等相，種種不淨，名觀外身不淨之相。由觀此二不淨相故，未生貪欲，令其不生，生已能斷。故名非食。由於彼相如理作意故，遮令不生。多所修習故，生已能斷。