

- 一、息治生緣務。不作有爲事業。
- 二、息人間緣務。不追尋俗人朋友親戚知識，斷絕人事往還。
- 三、息工巧技術緣務。不作世間工匠技術醫方禁咒卜相書數算計等事。
- 四、息學問緣務。讀誦聽字等悉皆棄捨。

此爲息諸緣務，所以者何？若多緣務，則行道事廢，心亂難寧。

#### 戊五、近善知識

第五近善知識。善知識有三：

- 一、外護善知識。經營供養善能將護行人，不相惱亂。
  - 二者同行善知識。共修一道，互相勸發，不相擾亂。
  - 三者教授善知識。以內外方便禪定法門，示教利喜。
- 略明五種緣務竟。

丁二、訶欲第二 分二：初明五欲過患。二、示訶欲之法。今初。

戊一、明五欲過患 分二：初總標。二、別明。今初。

己一、總標

所言「訶欲」者，謂五欲也。凡欲坐禪，修習止觀必須訶責。五欲者，禪世間色聲香味觸，皆能障礙一切凡夫，今生愛著。若能深知過罪，即不親近，是名「訶欲」。

己二、別明

庚一、明色欲過患

一、訶色欲者：所謂男女，形貌端嚴，修目長眉，朱唇素齒及世間實物，青黃赤色，紅紫縹綠，種種妙色，能令愚人見則生愛，作諸惡業。如頻婆娑羅王，以色欲故，身入敵國，在姪女阿梵婆羅房中。優填王，以色染故，截五百仙人手足。如是等種種過罪。

## 庚二、明聲欲過患

二、訶聲欲者：所謂箏篴、箏笛、絲竹、金石、音樂之聲，及男女歌聲、鐘磬、錘磬、瑟、琴、尺八、琵琶、羯鼓、篳篥、胡琴。如五百仙人、五百人，聞甄陀羅女歌聲，即失禪定，心醉狂亂。如是等種種因緣，知聲過罪。

## 庚三、明香欲過患

三、訶香欲者：所謂男女身香，世間飲食馨香，及一切薰香等，愚人不了香相，聞即愛著，開結使門。如一比丘，在蓮花池邊，聞華香氣，心生愛樂，池神即大訶責，何故偷我香氣？以著香故，令諸結使，臥著皆起。如是等種種因緣，知香過罪。

## 庚四、明味欲過患

四、訶味欲者：所謂苦、酸、甘、辛、鹹、淡等，種種飲食，肴膳美味能令凡夫，心生染著，起不善業。如一沙彌，染著酪味，於命終後，生在酪中，受其虫身。如是等種種因緣，知味過罪。

## 庚五、明觸欲過患

五、訶觸欲者：男女身分，柔軟細滑，寒時體溫，熱時體涼及諸珍鬘，與人無齒，愈之沉沒，甚礙道業。如一角仙，因觸欲故，遂失神通，爲姪女騎頸。如是等種種因緣，知觸過罪。

### 戊二、示訶欲之法

如上訶欲之法，出「摩訶衍論」中說。復云：「哀哉眾生，常爲五欲所惱，而猶求之不已！」

此五欲者，得之轉劇，如火益薪，其燄轉熾。五欲無樂，如狗舐痔。五欲增譁，如鳥競肉。五欲燒人，如逆風執炬。五欲害人，如踐毒蛇。五欲無實，如夢所得。五欲不久，假借須臾，如擊石火。智者思之，亦如怨賊。世人愚惑，貪著五欲至死不捨，後受無量苦惱！此五欲法，與畜生同有，

一切眾生，常爲五欲所使，名欲奴僕，坐此弊欲，沉墮三塗。我今修禪，復爲障蔽；此爲大賊，急當遠之！如禪經中偈說：

生死不斷絕	貪欲嗜味故	養冤入丘塚	虛受諸辛苦
身臭如死尸	九孔流不淨	如廁虫樂糞	愚貪身無異
智者應觀身	不貪染世樂	無累無所欲	是名真涅槃
如諸佛所說	一心一意行	數息在禪定	是名行頭陀

丁三、棄蓋第三分三：初正明棄蓋之法。二、問答釋疑。三、歎德勸修。

戊一、正明棄蓋之法

己一、棄貪欲蓋

所言蓋者：謂五蓋也。

一棄貪欲蓋：前說外五塵中生欲，今約內意根生欲。謂行者，端坐修禪，心生欲覺，念念相續，覆蓋善心，

令不生長，覺已應棄。所以者何？如術婆伽，欲心內發，尙能燒身，況復心生欲火，而不燒諸善法。復次，貪欲之人去道甚遠。所以者何？欲爲種種惱亂住處，若心著欲，無由近道。如除蓋偈說：

入道慚愧人	持鉢福眾生	云何縱塵欲	沉沒於五情
已捨五欲樂	棄之而不顧	如何還欲得	如愚自食吐
諸欲求時苦	得時多希畏	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	即不爲所欺

### 已二、棄瞋恚蓋

二棄瞋恚蓋：瞋是失佛法之根本，墜惡道之因緣，法樂之怨家，善心之大賊，種種惡口之府藏。是故行者，於坐禪時，思惟此人現在惱我，及惱我親，讚歎我冤，思惟過

去，未來亦如是，是爲九惱。故生瞋恨，瞋恨故生怨，以怨心生故，便起心惱彼，如是瞋恚覆心，故名爲蓋。當急棄之，無令增長！如釋提婆那，以偈問佛：

何物殺安穩    何物殺無憂    何物毒之根    吞滅一切善  
佛以偈答曰：

殺瞋則安樂    殺瞋則無憂    瞋爲毒之根    瞋滅一切善  
如是知己，當修慈忍，以除滅之，令心清淨。

### 己三棄睡眠蓋

三棄睡眠蓋：內心昏闇，名爲睡；五情闇蔽，放恣支節，委臥睡熟，爲眠；以是因緣，名爲睡眠蓋。能破今世後世，實樂法心，及後世生天及涅槃樂，如是學法，最爲不善，何以故？諸餘蓋情，覺故可除，睡眠如死，無所覺識，以不覺故，難可

除滅。如諸佛菩薩，訶睡眠弟子偈曰：

汝起勿抱臭屍臥	種種不淨假名人
如得重病箭入體	諸苦痛集安可眠
如人被縛將去殺	災害垂至安可眠
結賊不滅害未除	如共毒蛇同室居
亦如臨陣兩刃間	爾時云何安可眠
眠爲大暗無所見	日日欺誑奪人明
以眠覆心無所見	如是大失安可眠

如是等種種因緣，訶睡眠蓋，警覺無常，減損睡眠，令無昏覆。若昏睡心重，當用禪鎮杖卻之。

## 己四、棄掉悔蓋

第四棄掉悔蓋：掉有三種：

- 一者「身掉」：身好遊走，諸雜戲謔，坐不暫安。
- 二者「口掉」：好喜吟詠，爭競是非，無益戲論，世間語言等。
- 三者「心掉」：心情放逸，縱意攀緣，思惟文藝、世間才技、諸惡覺觀等，名爲「心掉」。

掉之爲法，破出家心。如人攝心，猶不能定，何況掉散？掉散之人，如無鉤醉象，穴鼻駱駝，不可禁制。如偈說：

汝已剃頭著染衣      執持瓦鉢行乞食

云何樂著掉戲法      放逸縱情失法利

既失法利，又失世樂，覺其過已，當急棄之！

悔者，悔能成蓋，若掉無悔，則不成蓋。何以故？掉時未在

緣中故。後欲入定，方悔前所作，憂惱覆心，故名爲蓋。但悔有二種：一者，因掉後生悔，如前所說。二者，如作大重罪人，常懷怖畏，悔箭入心，堅不可拔。如偈說：

不應作而作	應作而不作	悔惱火所燒	後世墮惡道
若人罪能悔	悔已莫復憂	如是心安樂	不應常念著
若有二種悔	若應作不作	不應作而作	是則愚人相
不以心悔故	不作而能作	諸惡事已作	不能令不作

如是等種種因緣，訶掉悔蓋，令心清淨，無有覆蓋。

### 己五、棄疑蓋

五棄疑蓋者：以疑覆心故，於諸法中，不得信心，信心無故，於佛法中，空無所獲。譬如人入於寶山，若無有手，無所能取。然則疑過甚多，未必障定，今正障定。疑者，有三種：