

# 《修習止觀坐禪法要》補充講表

◎附表十九：

○如是從假入空觀中

◆如是：即指上來正修中，所修之種種止觀而言。從假入空觀：謂從有為之假，入無相之空，如無常觀、體空觀。

○善修正觀者，則於坐中身心明淨，爾時當有種種善根開發，應須識知。

◆善修正觀的作用（約第六識、第八識而言）（信解）（行）（證）

◆第六識作用：《大乘止觀法門》云：「由意識能知名義，能滅境界，能薰本識，令惑滅解成，故須意識也。」

◆第八識作用：《八識規矩頌》云：「受熏持種根身器，去後來先作主公。」

△第八識之特性：「恒轉如暴流」

「恒」：謂此識無始以來，一類相續，常無間斷。——表俗諦……非斷

「轉」：謂此識無始以來，念念生滅，前後變異。——表真諦……非常

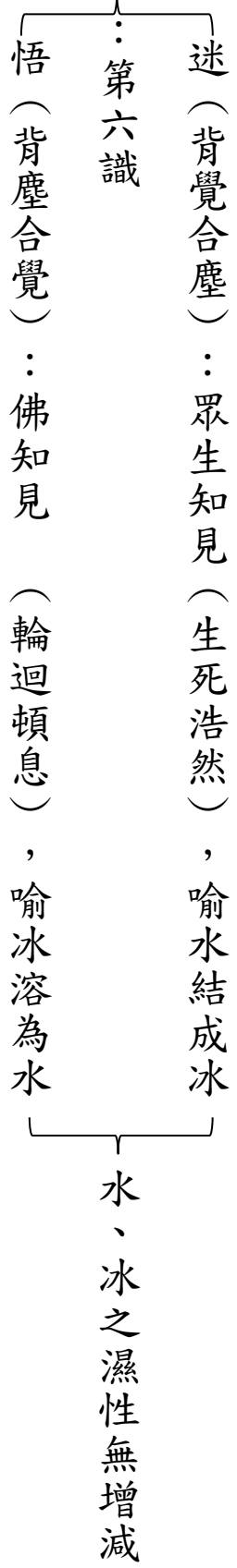
中道

○第六識與第八識相互關係：辨明第六識迷悟之作用

※《觀普賢菩薩行法經》云：「一切業障海，皆由妄想生。」（一念迷，生死浩然）

※《佛說觀無量壽佛經》云：「諸佛正徧知海，從心想生。」（一念悟，輪迴頓息）

◆一念：第六識



○行者善修止觀故，身心調適，妄念止息……都不見有身心相貌。

◆若修習止觀，無諸妄念。泯然澄靜，身體猶如雲影，虛豁清淨，罔罔光明，然見有身心之相，雖未忘身心之相，卻如身同浮雲，心若微影，內外輕安，是名欲界定相。

◆從是欲界定相，後復加功用行，更進一步，至此一心凝然湛寂，所謂以有相轉成無相，於中忽然虛徹，不見有身首床眠，如太虛空，寂然安隱，不見有身世依正，此時身相頓空，而其煩惱性障猶在。欲界垢染色境俱空，未來禪定得發，尚未能入初禪根本定，故為未到定相。當知念佛參禪者，亦能得此未到定境界，但須識之，不可執著。

○即於定中忽覺身心運動八觸而發者，所謂覺身痛痒冷煖輕重澀滑等。

◆當知此八種觸境，於禪定隨發一二不定，即非同時而發，亦非八觸全發。每見行者，因發八觸而退失功夫，行人不了，以為魔境發現，故退道心。

○當觸法時，身心安定，虛微悅豫，快樂清淨，不可為喻。是為知息道根本禪定善根發相。

◆若八觸發過之時，身心即得寂然虛明，清淨快樂，不可以譬喻而比況之，以其禪定之樂，別有一種勝味，迥非人間五欲之樂可比也，是名息道。如是欲界未到定之相，此由行人修止觀故，發如是相。

◆根本禪：即色界之初二三四禪也，此四雖為世間禪定，而為一切禪之根本。

○隨息特勝善根發相：特勝即指十六特勝法門。

◆十六特勝法門，根據《法界次第》卷上是指：1.知道息入，2.知道息出，3.知道呼吸的長短，4.知道息遍全身，5.除去身體各種粗相感覺，6.感受歡喜，7.感受快樂，8.感受各種心念行為，9.心自然歡喜，10.攝持心念不動，11.心靈感受解脫，12.觀照無常，13.觀照出離三界、散失過現未的心念，14.觀照離欲，15.觀照識心寂滅，16.觀照棄捨（生死）。

○九想善根發相：九想即九想觀：青、腫、壞、血、膿、蛆、散、骨、燒

○背捨善根發相：背捨即八背捨。背謂違背，捨即棄捨。背棄三界之五欲，捨卻諸有之著心，所以稱為背捨。

◆八背捨即是：(一)初背捨：內有色相，外觀色。(二)二背捨：內無色相，外觀色。(三)淨背捨。(四)虛空處背捨。(五)識處背捨。(六)不用處背捨。(七)非有想非無想背捨。(八)滅受想背捨。若修此觀，能發無漏智慧，斷三界見思惑盡，證羅漢果，即名八解脫。