

236 經

(二三六) [0057b03]

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，尊者 舍利弗晨朝 著衣持鉢，入舍衛城乞食。

乞食已，還精舍，舉衣鉢，洗足已，持 尼師壇 ①，入林中，晝日坐禪。

時，舍利弗 從禪覺，詣世尊所，稽首禮足，退坐一面。

爾時，佛告舍利弗：「汝從何來？」

舍利弗答言：「世尊！從林中晝日坐禪來。」

佛告舍利弗：「今入何等禪住？」

舍利弗白佛言：「世尊！我今於林中
入空三昧②禪住。」

佛告舍利弗：「善哉，善哉，舍利弗！汝今
入上座③禪住而坐禪。」

若諸比丘欲入上座禪者，當如是學：

「若入城時、若行乞食時、若出城時，當作是思
惟：『我今眼見色，頗起欲、恩愛、愛念著
不？』」

「舍利弗！比丘 作如是觀時，

2-1

若眼識於色有愛念染著者，彼比丘為斷惡不善
故，當勤欲方便，堪能繫念修學。

譬如有人，火燒頭衣，為盡滅故，當起增上方便，勤教令滅。

彼比丘亦復如是，當起增上勤欲方便，繫念修學。

2-2

「若比丘觀察時，若於道路、若聚落中行乞食、若出聚落，於其中間，眼識於色，

無有愛念染著者，彼比丘願以此喜樂善根，日夜精勤，繫念修習，

是名比丘於行、住、坐、臥淨除乞食，

是故此經名清淨乞食住。」

佛說此經已，尊者舍利弗聞佛所說，歡喜奉行。

【校勘】

- ㉑ 「壇」，大正藏原為「檀」，今依據宋、元、明三本改作「壇」。
- ㉒ 「座」，大正藏原為「坐」，今依據高麗藏改作「座」。

【註解】

- ① 尼師壇：坐時或臥時墊在身下，以保持衣服乾淨的長方形布。又譯為坐具、敷具。
- ② 空三昧：觀五陰無常、本空，而入的定境。
- ③ 上座：對出家年數較多者的尊稱。這裡引申指高級的意思。

【對應經典】

- 《增壹阿含經》卷四十一〈馬王品 45〉第 6 經。
- 南傳《中部尼柯耶》〈六處品 5〉第 151 經乞食清淨經。

【讀經拾得】

本經中佛陀教導比丘如何在入世應對的行、住、坐、臥間，收攝心念，無有愛念染著，以作為入禪定的準備。

當今社會的應對更為複雜，更需要在平日自淨其意，修習禪定才能有成就。

對於在家居士而言，可在齋日受持八關齋戒，練習一日一夜學阿羅漢，「身在家、心出家」的修習。