

止 观 门 论 颂

世亲菩萨 造
唐三藏法师义净奉诏译

若见女形相 佛说膨胀等 戒净有闻思 若人有镇染 少闻与众居 心乱有五缘 比丘依圣教 次依寂静处 应可住尸林 乞食见女人 多言多事物 树下草积中 习定缘境时 善取所缘境 根门皆摄敛 于前所取相 犹如浊池水 心垢烦恼水 心沈应策举 还应速收敛 若其心掉举 远离于沈掉 从此渐得住 此时用寻伺 不动摇明净 此相既生已 次知镇恚体 次以勤策念 次当除恶作 应知用□寻 见差别心喜 即是根本定 既获根本定 于此有伺时 既得初定已 虽得住此位 由其心有乐 退分胜进分 若定顺烦恼 由先善分别 于无常等相 于青膨等相 死尸风鼓腹	及以艳娇姿 纒除淫欲念 策励常修习 及昏沈睡眠 鄙事情欣乐 情随众境散 有过应说除 妨难并皆无 著粪扫衣服 应观为不净 此皆须远离 或居崖窟内 不太高太下 子细善观察 住念凝内心 形貌用心观 风吹令动摇 乱情风所吹 可观胜妙事 于旧境安心 应思厌恶事 应平等运心 取相影心安 次第应观察 如大丈夫形 欲爱等便除 本由贪染发 遣除昏睡心 善行安隐路 观其所取相 由此得轻安 善安于念心 更复作余修 心未能静住 仍于所缘住 尚有喜水漂 未能令住念 住分决择分 此名为退分 是决择道因 作苦等行解 观事有多途 穴处有浓流	愚人不了知 能随世尊教 系念观诸境 掉恶作并疑 爱身并受用 味著并沈掉 善取住心缘 然后息邪思 常求静息事 摄眼除邪意 恼乱缘来逼 观时应住此 不应极近远 闭目住心时 缘境现前观 膨胀女根边 观诸树影时 澄念观察时 如蛭饮血困 令意有堪能 令心寂静住 随情住舍中 明了中道行 定影即便生 此影望前观 即是系心人 欲爱既已除 既观差别相 寂静无障碍 即于心影内 次证于浆足 犹如欲至村 得他心宿住 犹如河有浪 次依二静虑 入第三定时 既证四静虑 静虑有四种 后胜为胜分 此定能招彼 若得此定者 如圣教修行 连跨并皆□	妄生淫染意 得胜果非余 斯为解脱因 此五遮修定 亦能遮定心 我慢重名闻 是为最初行 是比丘初业 断除淫染心 正心当取食 慧力应须忍 寂静可修心 于境使相应 犹如开眼见 念念令相续 可畏可嫌贱 不善分明住 暗昧不能住 水浇令使苏 调善皆随念 如钩斩象头 此时无过咎 正念灯持照 分明现前住 是为差别相 初定方便相 得离于镇恚 疑情即便息 能防于掉举 以伺细推求 安支次如是 及至村中者 神通天眼耳 非上地应知 寻伺皆止息 其心便静住 众过并皆除 修定者初知 自住住应知 名为决择分 是暖等道分 差别宜应识 说名为膨胀
---	---	---	---

不爱身口分	唯贪细滑身	对此染心人	令修如是观
若于死尸分	少有白脓流	余肉并多青	说此为青膨
睹色而生爱	斯名爱色人	对治以青膨	日亲之所说
死尸脓遍出	是谓脓流相	对彼爱香人	令观染心息
死尸腰烂断	名为断坏相	对彼爱全身	大仙尊为说
尸骸狐貉口	鸟啄有残筋	对治爱肌肤	为说食残相
手足诸支骨	随处皆分散	对贪支分人	说骨邪乱相
即于骨乱相	刀杖所分离	亦为爱全身	令观打乱相
尸骸被刀斫	或由口箭伤	流血遍残躯	名为血涂相
净洁香涂体	新庄著彩衣	于此起贪人	用斯为妙药
于境唯独爱	不许外人看	多虫口死尸	令观除恶念
骸骨皆销散	但唯牙骨存	于齿生贪著	令观齿骨相
若见新死者	识去有残形	乐著众生贪	令除娇态欲
屎尿及胰唾	合聚共成身	三十二种物	皮囊唤作人
发毛并爪齿	肝肚等相因	内扶三百骨	横缠九百筋
九孔流不净	垢污秽难陈	审观真可恶	智者不应亲
既观他女体	亦复察己形	于斯贪染因	理应当系念
不出三界狱	咸由欲染心	是故明智者	极善思其事
经多地狱苦	幸会得人身	喜得纵狂心	不修殊胜行
淫贪有多种	随生爱不同	一观并能除	谓是白骨观
色触形娇态	衣纓生染著	何药能除此	无过白骨观
先于足大指	定心缘作疮	破坏既脓流	肉皆随堕落
即观指骨形	由如白鸽色	其疮既渐大	肌肉尽皆除
作如是次第	身肉皆除尽	正念胜解成	但观其骨锁
若有片肉在	即名为乱意	况复纵心猿	驰求趣诸境
于多时系想	自知能善住	次渐及余人	总观为骨锁
渐宽至海际	满中皆白骨	此定既成已	舍广复令狭
略时从外舍	乃至唯身骨	还观足指端	是定心次第
或时片片舍	极至于顶骨	应知最后心	眉间摄令住
若作此修习	常生胜梵宫	不落随三涂	得生于五净
人间散心善	还流生死河	智人修定心	如救身衣火
即可舍诸缘	宜居静林处	勿使无常逼	虚死散心中
以般若净心	终获可爱果	如不愿有后	于胜道应修
剃发著袈裟	宜应修圣道	自余喧杂事	感为生死因

回向文

愿以此功德	庄严佛净土	上报四重恩	下济三涂苦
普愿尽法界	沉溺诸有情	悉发菩提心	尽此一报身
同生极乐国			

输入者：阎学新

【录自： 佛教经典系列】