

修 習 止 觀 坐 禪 法 要

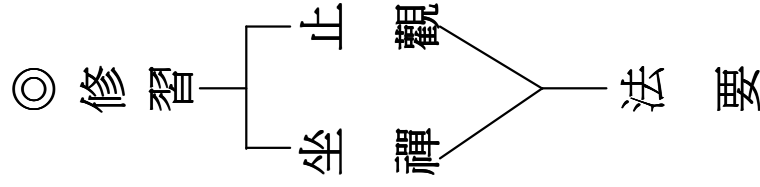
◎ 將 述 此 義 ， 大 科 分 四 ：

- 甲 一 、 解 釋 標 題
- 甲 二 、 作 者 略 史
- 甲 三 、 隨 文 釋 義
- 甲 四 、 結 示 勸 修

今 初 。

甲一、解釋標題

乙一、總釋標題



乙二、別釋止觀

丙一、止觀功德

- 一、《解深密經》云：「慈氏，若諸聲聞、若諸菩薩、若諸如來，所有世間及出世間一切善法，應知皆是此奢摩他、毘鉢舍那所得之果。」
- 二、《佛遺教經》云：「汝等比丘，若攝心者，心則在定。心在定故，能知世間生滅法相，是故汝等常當精勤修習諸定。」

若得定者，心則不散。譬如惜水之家，善治隄塘。行者亦爾，爲智慧水故，善修禪定，令不漏失，是名爲定。」

三、《大寶積經》云：「滿設恆沙界，珍寶供養佛，
不如一日中，出家修寂靜。」

丙二、止觀體性

「止」

「以善緣心，心一境性，諸三摩地，悉皆攝爲奢摩他品。」

——《菩提道次第略論》——

「獨處空閒，作意思惟。復即於此能思惟心，內心相續作意思惟；如是正行多安住故，起身輕安及心輕安，是名奢摩他。」

——《解深密經》——

「觀」

「又凡揀擇如所有性，盡所有性，諸善妙慧，悉皆攝爲毘鉢舍那品。」

——《菩提道次第略論》——

「彼由獲得身心輕安爲所依故，即於如所善思惟法內，三摩地所行影像、觀察、勝解、捨離心相。即於如是三摩地影像所知義中，能正思擇，最極思擇、周尋思、周伺察，若忍若樂若慧若見若觀，是名毘鉢舍那。」

——《解深密經》——

丙三、止觀差別

一、小止觀——即今《修習止觀坐禪法要》，亦名《童蒙止觀》。

- 二、漸次止觀——明止觀淺深次第工夫，即《釋禪波羅密》。
- 三、圓頓止觀——明天台「圓頓妙觀」，即《摩訶止觀》。
- 四、不定止觀——明止觀淺深不定，能大能小，即《六妙門》。

甲二、作者略史

一、出生

大師俗姓陳氏，世為潁川人，因晉時避亂，止於荊州華容。父起祖，於梁元帝時，封為益陽侯。其母徐氏，夢香煙五采，縈迴入懷，又夢口吞白鼠，因是而孕。誕靈之時，紅光聳霄，鄰人見之以為失火，爭而視之，並無火事。是師產生，欲烹葷作食，以為慶席，時火滅湯冷，為事不成，有二僧扣門曰，此兒道德所鍾，必當出家，言訖而隱。

二、童年

師眉分八彩，目耀重瞳，有古帝王之相。至年七歲，喜往伽藍，諸僧口授《普門品》一遍，即能成誦。年十五，值孝元之敗，家國殄喪，親屬流徙，嘆榮華之難久，痛凋離之易及，於長沙像前，發弘大願，誓作沙門，荷負正法，爲己重任。年十七，深厭家獄，思滅苦本，然二親恩愛，不容聽許，雖惟將順，而寢哺不安，乃刻檀爲像，披藏尋經，曉夜禮誦，念念相續。

三、出家

年十八，二親殄喪，從兄求去，依果願寺法緒法師出家。後詣大賢山，誦《法華經》、《無量義經》、及《普賢觀經》，歷涉二旬，三部究竟。進修方等懺，心

淨行勤，勝相現前，見道場廣博，妙飾莊嚴，而諸經像，縱橫紛雜，身在高座，足躡繩床，口誦《法華》，手正經像，是後心神融淨，爽利常日。逮受具戒，律藏精通，先世萌動，而常樂禪樂，快快江東，無足可問！

四、悟道

至年二十二，遙聞南嶽慧思大師止光州大蘇山，即往禮拜，思曰：「昔日靈山同聽法華，宿緣所追，今復來矣！」即示「普賢道場」，為說「四安樂行」。於是精勤行道，經二七日，誦至「藥王菩薩本事品」，云「諸佛同讚，是真精進，是真法供養如來。」身心豁然，寂而入定，持因靜發。思師歎曰：「非爾弗証，非我莫識，所入定者，法華三昧前方便也；

所發持者，初旋陀羅尼也。縱令文字之師千群萬眾，尋汝之辯，不可窮矣！於說法人中，最爲第一。」

五、弘法

思師造金字《大品般若經》竟，自開玄義，命師代講，師縱無礙辯，唯三三昧及三觀智，用以諮審，餘悉自裁。思師手持如意，臨席讚曰：「可謂法付法臣，法王無事也。」又云：「余老矣，久羨南嶽，當往居之，願爾宏揚大法，勿作佛法斷種人。」既奉嚴訓，不獲從往，遂同法喜等二十七人，移至金陵。有僧法濟，自矜禪學，倚臥問言：「有人入定，聞攝山地動，知僧詮練無常，此何禪也？」師曰：「邊定未深，邪乘闖入，若取若說，定壞無疑！」

濟驚起謝曰：「老僧嘗得此定，向人說此，即失此定。」由是名聞朝野，聲馳道俗。年三十八，因感徒眾轉多而得法轉少，乃謝遣徒眾，隱居天台，以期深入三昧，令法鏡圓明，淵源流長。師初至頭陀，一日入座，忽於後夜，大風拔木，雷振動山，諸魔鬼魅，一時俱現，狀甚可畏，師安心空寂，諸魔自退，魔復作父母師僧之形，乍枕乍抱，悲咽流涕，師深念實相，體達本空，一心寂靜，憂苦之相，尋復消滅，強二緣，所不能動。至此雲開見日，萬境洞明，妙慧深禪，法樂內充。後於天台山建立道場，並演說《法華玄義》、《法華文句》、及《摩訶止觀》等三大部。台宗教觀，由是

六、入滅

而完備，門庭從此而光輝，而天台一宗之教觀，始卓然成立也。

年六十，應皇奉迎，演說《法華》，行至石城，乃云有疾，謂智越云：「大王欲使吾來，吾不負言而來，吾知命在此，故不須前進也。石城是天台西門，大佛是當來靈像，處所既好，宜最後用心。」語已右脅西向而臥，專稱彌陀、般若、觀音，唱《法華經》、《無量壽經》，以爲最後聞思，時石佛倍大光明滿山，直入房內，諸僧咸見。智朗請云：「伏願慈留，賜釋餘疑，不審何位？歿此何生？」師云：「吾不領眾，必淨六根，損己利人，只登五品！」又云：「吾諸師友，侍從觀音，皆來迎我。」言訖跏趺