

氣？一、吹。二、呼。三、嘻。四、呵。五、噓。六、。此六種息，皆於唇口之中，想心方便，轉側而作，綿微而用。頌曰：

心配屬呵腎屬吹    脾呼肺    聖皆知  
肝臟熱來噓字至    三焦壅處但言嘻

有師言：若能善用觀想，運作十二種息，能治眾患。一、上息。二、下息。三、滿息。四、焦息。五、增長息。六、滅壞息。七、暖息。八、冷息。九、衝息。十、持息。十一、和息。十二、補息。此十二息，皆從觀想心生。今略明十二息對治之相：上息治沉重；下息治虛懸；滿息治枯瘠；焦息治腫滿；增長息治羸損；滅壞息治增盛；暖息治冷；冷息治熱；衝息治壅塞不通；持息治戰動；和息通治四大不和；補息資補四大衰。善用此息，可以治眾患，推之可知。

有師言：善用假想觀，能治眾病。如人患冷，想身中火氣起，即能治冷。此如雜阿含經治病秘法七十二種法中廣說。

有師言：但用止觀檢析身中四大病不可得，心中病不可得，眾病自差。

如是等種種說，用觀治病，應用不同，善得其意，皆能治病。當知：止觀二法，若人善得其意，則無病不治也。但今時人根機淺鈍，作此觀想，多不成就，也不流傳。又不得於此更學氣術休糧，恐生異見。金石草木之藥，與病相應，亦可服餌！

### 己二、鬼神業報病治法

若是鬼病，當用彊心加咒以助治之。若是業報病，要須修福懺悔，患則消滅。此二種治病之法。若行人善得一意，即可自行兼他，況復具足通達。若都不知，則病生無治，非唯廢修正法，亦恐性命有虞，豈可自行教人。是故，欲修止觀之者，必須善解內心治病方法，其法非一，得意在人，豈可傳於文耳！

### 己三、結示治病十法

復次，用心坐中治病，仍須更兼具十法，無不有益。十法者：一、信

，二、用，三、勤，四、常住緣中，五、別病因法，六、方便，七、久行，八、知取捨，九、持護，十、識遮障。云何謂信？謂信此法必能治病。何爲用？謂隨時常用。何爲勤？謂用之專精不息，取得差得度。何爲住緣中？謂細心念念依法，而不異緣。何爲別病因起？如上所說。何爲方便？謂吐納運心緣想，善巧成就，不失其宜。何爲久行？謂若用之未即有益，不計日月，常習不廢。何爲知取捨？謂知益即勤，有損即捨之，微細轉心調治。何爲持護？謂善識異緣觸犯。何爲遮障？謂得益不向外說，未損不生疑謗。若依此十法，所治必定有效不虛者也。

丁十、証果第十 分二：初明初心証果之相。二、明後心証果之相。今初。

#### 戊一、明初心証果之相

##### 己一、修體真止成就空觀

若行者如是修止觀時，能了知一切諸法，皆由心生，因緣虛假不實故空；以知空故，即不得一切諸法名字相，則「體真止」也。

爾時上不見佛果可求，下不見眾生可度，是名「從假入空觀」，亦名二諦觀，亦名慧眼，亦名一切智。

若住此觀，即墮聲聞辟支佛地。故經云：「我等若聞淨佛國土，教化眾生，心不喜樂。所以者何？一切諸法，皆悉空寂，無生無滅，無大無小，無漏無爲。如是思惟，不生喜樂。」當知若見無爲入正位者，其人終不能發三菩提心。此即定力多故，不見佛性。

### 己二、修方便隨緣止成就假觀

若菩薩爲一切眾生，成就一切佛法，不應取著無爲，而自寂滅。爾時應修「從空入假觀」。則當諦觀，心性雖空，緣對之時，亦能出生一切諸法，猶如幻化，雖無定實，亦有見聞覺知等相差別不同。行者如是觀時，雖知一切諸法，畢竟空寂，能於空中修種種行。如空中種樹。亦能分別眾生諸根，性欲無量故，則說法無量。若能成就無礙辯才，則能利益六道眾生，是名「方便隨緣止」。乃是「從

空入假觀」，亦名平等觀，亦名法服，亦名道種智。住此觀中，智慧力多故，雖見佛性而不明了。

### 已三、修息二邊分別止成就中觀

菩薩雖復成就此二種觀，是名方便觀門，非政觀也。故經云：「前二種爲方便道，因是二空觀，得入中道第一義觀。」雙照二諦，心心寂滅，自然流入薩婆若海。若菩薩欲於一念中，具足一切佛法，應修「息二邊分別止」，行於「中道正觀」。

云何修正觀？若體知心性非真非假，息緣真假之心，名之爲正。諦觀心性非空非假，而不壞空假之法。若能如是照了，則於心性通達中道，圓照二諦。若能於自心見中道二諦，則見一切諸法中道二諦，亦不取中道二諦，以決定性不可得故，是名「中道正觀」。如《中論》偈中說：

因緣所生法      我說即是空      亦名爲假名      亦名中道義

深尋此偈意，非惟具足分別中觀之相，亦是兼明前二方便觀門旨趣。

當知「中道正觀」，則是佛眼，一切種智。若住此觀，則定慧力等，了了見佛性。安住大乘，行步平正，其疾如風，自然流入薩婆若海。行如來行，入如來室，著如來衣，坐如來座，則以如來莊嚴而自莊嚴。獲得六根清淨，入佛境界，於一切法無所染著，一切佛法皆現在前。成就念佛三昧，安住首楞嚴定，則是普現色身三昧。普入十方佛土，教化眾生；嚴淨一切佛刹，供養十方諸佛，受持一切諸佛法藏，具足一切諸行波羅密，悟入大菩薩位，則與普賢文殊爲其等侶。常住法性身中，則爲諸佛稱歎授記。則是莊嚴兜率陀天，示現降神母胎，出家，詣道場，降魔怨，成正覺，轉法輪，入涅槃。於十方國土究竟一切佛事，具足真應二身則是「初發心菩薩」也。

《華嚴經》中：「初發心時，便成正覺。」「了達諸法真實之性，所有慧身不由他悟。」亦云：「初發心菩薩，得如來一身，作無

量身。」亦云：「初發心菩薩即是佛。」

《涅槃經》云：「發心畢竟二不別，如是二心前心難。」

《小品經》云：「須菩提！有菩薩摩訶薩，從初發心，即坐道場，轉正法輪，當知則是菩薩爲如佛也。」

《法華經》中，龍女所現珠爲証。

如是等經皆明初心具足一切佛法。即是《小品經》中阿字門，即是《法華經》中爲令眾生開佛知見，即是《涅槃經》中見佛性故住大涅槃。已略說初心菩薩因修止觀証果之相。

### 戊二、明後心菩薩証果之相

次後心菩薩証果之相：後心所証境界，則不可知。今推教所明，終不離止觀二法。所以者何？如《法華經》云：「殷勤稱歎諸佛智慧。」則觀義，此即約觀以明果也。《涅槃經》廣辯百句解脫以釋大涅槃者，涅槃則止義，是約止以明果也，故云「大般涅槃，名常寂定」。定者

即是止義。《法華經》中雖約觀明果，則攝於止，故云「乃至究竟涅槃，常寂滅相，終歸於空。」《涅槃經》中雖止明果，則攝於觀，故以三德爲大涅槃。此二大經雖復文言出沒不同，莫不皆約止觀二門辨其究竟，並據定慧兩法以明極果。

### 乙三、結論

行者當知，初中後果皆不可思議！故新譯《金光明經》云：「前際如來不可思議，中際如來種種莊嚴，後際如來常無破壞。」皆約修止觀二心以辨其果故。

《般舟三昧經》中偈云：

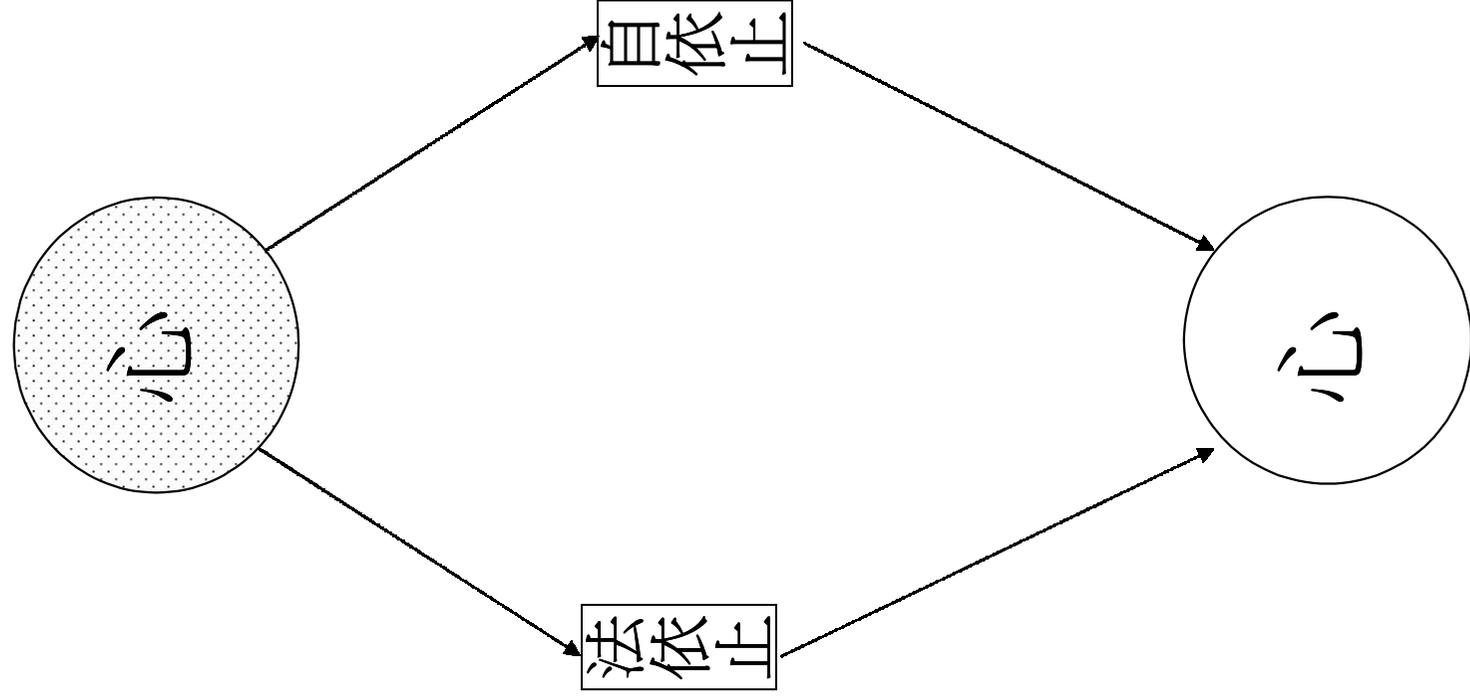
「諸佛從心得解脫，心者清淨名無垢；

五道鮮潔不受色，有學此者成大道。」

誓願所行者：須除三障五蓋。如或不除，雖勤用功，終無所益！

——《修習止觀坐禪法要》講表竟——

# 甲四，結示勸修



——《修習止觀坐禪法要》講表竟——