

## 四念住攝頌二十

菩薩戒弟子 廖誠麟 集頌

2007.1.15

### 《安般頌》

1 初緣入出息	及中間空位	取四觸處已	合全數為一
2 由此勝進算	一乃至十數	轉還數減一	內等安近住
3 捨算隨息行	知息長短相	調順寂靜住	知息遍全身
4 最極寂靜住	專注一趣止	任運等持觀	寂靜身行住

### 《五蘊頌》

5 觀五蘊四大	能造所造色	觸因緣生受	三界唯心想
6 心所行助伴	分別心意識	了知蘊自相	種種差別性
7 唯此五無他	無我相可得	復觀十一支	過未現內外
8 粗細劣與勝	遠近為分別	非一眾多性	蘊性不可得

### 《緣起頌》

9 持入出息念	觀所取能取	依身並緣身	復依心緣心
10 究此身與心	何依及何緣	身心依緣命	命依緣先行
11 行依緣無明	逆觀緣起理	順生死心已	轉念還滅觀
12 無明滅行滅	乃至身心滅	入出息亦滅	時悟入緣起
13 唯有諸蘊名	唯有諸行起	唯事及唯法	何物可當情

### 《四諦頌》

14 如實了緣生	既本無而有	即有已散滅	諸行無常故
15 常性不可得	生老病死法	執常便有苦	苦因若有生
16 不可得自在	遠離宰主者	不自生他生	不共不無因
17 生既不可得	証成空正見	無常苦無我	空行悟苦諦
18 諸因緣生法	其性即是苦	如病亦如癰	以貪愛為緣
19 無作即妄受	如此悟集諦	了知觀見住	貪愛無餘斷
20 一切法無性	無生亦無滅	法本來寂靜	自性般涅槃