

## 【电子禅】附录(6篇)

【电子禅】从电子角度禅悟世界，用电子技术传播禅学  
——欢迎参观电子禅网站：<http://www.dianzichan.com>

【电子禅】网络版包括：

一、电子禅悟集[5] 二、大象诗集[90] 三、大象新编寓言集[55]  
四、大象佛理初探集[51] 五、大象网谈精华集[69] 六、附录[6]

以上除附录外均为大象学佛心得，敬请各位大德批评指正。

南无阿弥陀佛^^ [版权释放，欢迎转载]

佛子大象2003年10月于香港合十

### 目录

- 【电子禅】附录[1]：佛陀的格言 1
- 【电子禅】附录[2]：般若波罗蜜多心经 2
- 【电子禅】附录[3]：发胜义菩提心法 3
- 【电子禅】附录[4]：佛学基础知识“四禅八定” 3
- 【电子禅】附录[5]：佛说父母恩重难报经 10
- 【电子禅】附录[6]：大藏治病药 15

【电子禅】附录[1]：佛陀的格言  
摘自『觉者的生涯』

为了众生的幸福和快乐，难道我不应该去探索真理吗？

我唯一的希望就是要发现人生的真理

无论道路多么艰难曲折，我将努力发现这条无上正道，以此来为现世或来世众生谋福利

在这大千世界中，我的双脚走到那里，那里就是我的家

我已披上出家人的袈裟，我将利用一切时间和精力求证菩提

在解脱的道路上，没有捷径可走，也没有轻松可言

我战胜了一切欲望，激情和懒惰，所以我的生活轻松得如同绒丝

世界充满了各种各样的痛苦，根源就是贪，贪的熄灭即是苦的终止

无知是世间诸恶之根源，这就叫无明

我是通过既不折磨自己又不伤害别人的八正道，即中道之法，证得无上涅槃的寂静常乐

住在豪华的楼房或狭窄的马棚对我来说并没有什么分别

我的王国是觉悟的王国。。。。。。我们没有等级，种姓高低之分

如果一个人具有真正的荣誉，这种荣誉是不会被玷污的

是水重要，还是生命？

我从来没有把来寻求我帮助的人拒之门外

人们能得到的无上快乐就是帮助孤苦零丁的人，使他们得到幸福

我的僧团是为芸芸众生而设立的，并不是专门为那些高高在上的贵族种姓的

把水倒在底朝天的船背上是没有任何意义的

不执着一事一物，也不被一事一物所束缚。。。无牵无挂，这就是求证极乐的唯一途径

犹如飞镖弹回，他们会自伤其身

好梦噩梦都是你意识的作用

年轻人，你们认为你们对我的侮辱与这袋金币是等价的吗？

嗔恨之火燃烧着人类世界，唯有慈爱才能给予冷静的安抚。。。慈爱是第一善德

我所能做的，就是了解世界的本质，并向众生宣示解脱之道。。。即使我涅槃了，我的教导仍然是世间的甘露法雨。

孩子，战胜了自我感情的人确实是慈祥可爱的，他们对万事万物无贪无嗔，以平等之心对待一切。

### 【电子禅】附录[2]：般若波罗蜜多心经

唐三藏法师玄奘译

观自在菩萨行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空。度一切苦厄。舍利子，色不异空，空不异色。色即是空，空即是色。受想行识，亦复如是。舍利子，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。是故空中无色，无受想行识，无眼耳鼻舌身意，无色声香味触法。无眼界，乃至无意识界。无无明亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽。无苦集灭道，无智亦无得。以无所得故，菩提萨埵，依般若波罗蜜多。故心无挂碍，无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿罗多罗三藐三菩提。故知般若波罗蜜多，是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒。能除一切苦，真实不虚。故说般若波罗蜜多咒，即说咒曰。揭谛揭谛，般若揭谛，般若僧揭谛，菩提萨婆訶。南无观自在菩萨摩訶萨，南无观自在菩萨摩訶萨。

### 【电子禅】附录[3]：发胜义菩提心法

观想：自己面前虚空中，明观一切佛菩萨为自己发心印证。如是充满虚空边际众有情，（接皈依法）无始以来，以至今日，无一不曾为己身父母。为父母时，如今生父母，珍视爱护，食令先偿，衣为先著，以慈悲之心培养成长，恩德深重。此一切具恩父母，沦没于生死苦海波涛中，极重贪嗔痴之所障蔽，不知取舍正道与邪道，远离能示正道之善友，更无救护依怙帮助之善德。虽希望皈依，然如盲无导，漂游苦海，随波逐流，此一切父母，今正处于轮回之处。独我一人，怎能解脱？故我当为利一切有情，发起殊胜菩提心。修学往昔佛子菩萨广大事行。于轮回中，若有情未得道者，当勇猛精进。

念已当诵：

呜呼，种种境界水月幻化相

轮回相续漂转诸有情

本觉光明界中休息故

四无量中今发菩提心

〔尽力多诵〕，观想资粮土圣众，生深重诚敬。一切圣众，依次化光融入中间三皈总集上师身中。上师又化光融入己身心。仗此因缘皈依境，诸尊众胜义菩提心，于自身心朗然升

起。遂发愿：

菩提心胜宝，未生今生起。  
生起令不坏，上上得增长。  
敬礼起坐。

顶礼上师，顶礼佛，顶礼法，顶礼僧。

## 【电子禅】附录[4]：佛学基础知识“四禅八定”

四禅八定与灭尽定

一、各种禅定的差别：

佛教很注重戒、定、慧三无漏学。任何人若想修行，首先必须持戒。如果连戒律都不愿意守持的话，要想解脱是很困难的。持了戒后要修定，因为平时我们的心很散乱。散乱的心使我们迷失，迷失就不能清楚观察世间的真相。有了定，就可以深入的观察世间的真相，即苦、无常、无我和空，这就是智慧。因此，戒、定、慧是有一定的次序。有些人可以不必受戒就修定，而且修出成绩来，那是因为他有宿世善根，一般人还是要按照戒、定、慧的次序来修。那么，什么是禅定呢？

禅定是由梵文（D h y a n a）翻译过来的，音译是禅那，意思是静虑：既是心定下来观察思维；也就是以所观的境，令心专注不散，称为“定”；“观”既是作种种的观行。禅定包含“止”和“观”，“止”（S a m a t h a）和“观”（V i p a s y a n a）都是由梵文翻译过来的。一个人修任何的禅定，一定离不了止和观，不然的话，他修的禅定会偏向外道。

佛陀说我们这个世间可分成三界：欲界、色界和无色界。欲界有种种欲望，且没有定心；色界和无色界都要依靠定力进入。我们在欲界里修禅定，其中一个目的就是要离欲界而进入四禅八定，乃至进入灭尽定。

我们要进入四禅八定之前，必须先修习一些在欲界里的基本的定，真正来讲有欲界定和未来禅两种。修欲界定先要坐禅，再坐禅的过程中，我们可依心态的不同而分成几个步骤：

(一)、粗心住：

开始静坐的人，心很散乱，越做杂念越多，控制不了；同时坐得腰酸骨痛，身体不正直，歪来歪去，因为平时我们的身体弯曲惯了；有些人的身体不会歪斜，是因为他用精神去控制，把身体矫正，这是有心去造作（故意去做）的；呼吸又不太顺畅；我们得用数息观、不净观、慈悲观等等方法使心定下来。过了一个时候，身体会慢慢调好，呼吸也渐渐顺畅起来，心念也就越来越细幼。这种定称为粗心住。进入粗心住时，杂念减少。然而，杂念少并不等于定，只是不再胡思乱想罢了，但是心念还会在六根（眼、耳、鼻、舌、身、意）门头跑来跑去。

(二)、细心住：

这时候的心念已经很微细，身体不必用心力调正，自动平衡，已经习惯了，而且坐久也不疲倦，这就是所谓的持身法。所有有静坐经验的人，如果静坐半个钟头、一个钟头后身体就很疲倦，那就是还没进入粗心住，当进入粗心住，在进入细心住时，身体就自动的调正，而且坐久也不疲劳。如果继续坐禅，深入定的话，就能进入真正欲界的禅定——欲界定。

(三)、欲界定：

平时我们要用心将妄念捉回来，进入欲界定后，不必加以控制，妄念也不会生起，而且心念自动平稳，不必用心力去调整它，此时心任运不动。进入这种定后，就能够整天坐禅。以上三种定还不能称为真正的禅定，只能称为普通的定。

#### (四)、未来禅：

进入欲界定后，继续修下去，到了某个时候，忽然间你感觉到失去身体的感受，看不到欲界的身体，感觉到整个身心不见掉。这种感受是在静坐时发生的，而不是睁开眼睛来看。有了这种感受之后，身体就不会因失调而生病。因此，一个坐禅的人，若要身体没病，至少要达到第四步骤，既是进入未来禅。

但是，有些人静坐时，心无所知地昏昏沉沉，他也以为自己的身体不见掉，这不叫做未来禅，而是他的心念不知去了哪里？若要达到未来禅，必须达到欲界定，既是心不必控制，自动的静下来；在这之前，必须完成第二步——细心住，就是身体不必调整，自动的平衡，所以我们修习禅定要从粗心住、细心住、欲界定一步一步地进入。

为什么第四步骤称为未来禅呢？因为他就要进入真正的禅定了。由于此未来禅尚在欲界，所以又称为欲界未到地定。所谓真正的禅定，既是初禅、二禅、三禅、和四禅。

##### ①、初禅：

一个人进入欲界未到地定后，继续修出离欲界心；如果他的定力越来越深，原本静下来的身体，慢慢地会感觉到又再动起来。这种动触有八种不同的感觉，即冷、暖、动、痒、涩、滑、轻、重；最普通的就是感觉到身体动起来。这时候，他的心已离欲界，那就要进入初禅了。

有此感觉之前，必须先要静坐几天，或是坐禅相当久时间后，有很深的定力，在定中感觉到身体不见了；满满地又感受到身体再度动起来，就会产生一种触的快乐，也就是身心内外感受到很舒服，很宁静。初禅以上不须分段食，故无鼻、舌二识，唯有眼、耳、身、意四识。进入初禅者没有鼻、舌二识，所以鼻子嗅不到外面香、臭等气味；舌头也感觉不到甜、酸、苦、辣等味道。这时候，他已舍离欲界里的五欲，不再贪财、色、名、食、睡。他也能除掉贪、瞋、睡眠、掉悔和疑，这五种烦恼遮盖住我们的智慧，使我们生起坦、瞋、痴，所以被称为五盖。

初禅有五种特点，称为五支，即觉、观、喜、乐、一心。

觉：身体接触外境的感受。此时的知觉是初禅的心态，并非欲界的知觉。

观：内心的观察。觉与观也翻译成“寻”与“伺”。它们的差别是：觉是对境比较粗的心念；观是内心比较细的观察心念。

喜：内心欢喜的感觉。

进入初禅者，第一次发现自己已经进入初禅，出了欲界，全无欲界的烦恼，在定中内心很喜欢，那就是喜。

乐：身体的五根所感受的快乐。

比如：冲凉后身体感受到舒服的感觉；在坐禅时，进入初禅的时候，身体会有很舒服的感觉，那就是乐。所以进入初禅也称为“离生喜乐”，意思即是因为出离（欲界）的心生起喜欢与快乐的感觉。

一心：心在定境中保持不动。一心也翻译成“心一境性”。

##### ②、二禅：

当一个人进入初禅后，继续修下去，就会发现觉、观的心念很粗，所谓“觉”就是对境物的感受；“观”就是起种种的思想。比如说你感觉到身体上有发生变化，你生起思想，知道它在坐什么，这就是觉、观。这种觉、观就是我们的

心念在想东西；这样的想念很粗，他又想把这个粗的心念舍弃，因为它也是一种烦恼。当他把觉、观的心念（寻、伺）舍起后，就会慢慢进入无觉无观（又称为无寻无伺）。这时，他的心静如水，处在清明的状态，内心一片平静，很清净，这叫内静，与初禅的觉身宁静有所不同。

由于二禅是无觉无观，他的内心再也不去思维和判断所接触的境界，不起语言的分别，因此这种定也叫“圣默然定”。一个人进入二禅之后无眼、耳、身识，唯有意识。二禅有四支，即内静、喜、乐、一心。

内静：内心平静，感觉到内心很清净，再也没有语言的构思了。

喜：离开了觉、观，离开了语言，内心欢喜。

我们内心一念一念的想，虽然口没说，但是，是以语言的方式来想东西：印度人用印度话来想；华人用华语或其他方言来想。初禅有觉有观，是用语言来想东西；而二禅离开了语言的想象，发现没有语言的烦恼，他觉得很高兴，称为“喜”。

乐：身体宁静与内心平静，他感觉到很快乐。

喜与乐的差别：身体感受乐后，内心起欢喜。

一心：也就是“定”。进入二禅（定）的人，定在二禅的定境中，保持内心的平静。

### ③、三禅：

当他继续修到三禅，心远离喜的躁动，就会进入更深的定，他会感受到另一种乐；初禅是舍离欲界而快乐，故称为“离生喜乐”；二禅是默然之“定生喜乐”，三禅之乐称为“离喜妙乐”。此定中之乐是与外境无关，是由内心发出的快乐。由于三禅以上没有乐受，故经中常说世间之最乐是在三禅。

当一个人进入三禅后，唯有意识在产生作用。三禅共有五支，即舍、念、智、乐、一心。

舍：舍掉喜心。

念：念念分明。

智：有正知。“正知”即是以真正的智慧观察事物的真相，又称为“智”。四禅中的修行者，都能很正确的观察到这个世间，称为正知；而我们凡夫是靠过期的回忆来判断事情。

乐：因舍离二禅的烦恼而感受快乐。因三禅以上没有乐受，故世间最乐是三禅乐。

一心：他定在三禅的定境中。

### ④、四禅：

进入三禅后，修行者继续修下去，就会发现三禅所感受到的快乐还是一种苦患，他要心无牵挂，连快乐都要舍离。如此，他的意念清净到极点，呼吸完全停顿，心完全不动，因此四禅也称为“不动定”。初禅至三禅的心念一直处在动中，进入四禅后，心如明镜不动，清净明朗；心念不动并不表示心没作用，而是它能停留在一个境界里，观那个境而心不动。在四禅中，唯有意识在产生作用。

这四种定都还在色界，没有舍离色身。如果一个人进入四禅，他所修学一切事皆随意成就，乃至他要修神通，立刻就能够修成五神通；定能发神通，然而在

四禅中修学是最快有成就的。这里的神通并不是象一些人与鬼神的感应，这是内在自发的能力，因为心定，所以能够发通。

四禅共有四支，即不苦不乐、舍、念清净、一心。

不苦不乐：内心不是喜，也不是乐。

舍：舍掉三禅的乐。

念清净：已经没有妄念，但动起念头也可以，全由个人做主，称为念清净；我们凡夫的妄念纷飞，它时时刻刻生起；妄念生起后，我们的心随境转，做不了主。

一心：心定在四禅的定境中。

有些外道，想要修行证得涅槃，但是没有智慧，以邪见的智慧，用心把“想念”压住，使它不生；当他真正修成“无想定”后，把烦恼心压制住，色界的烦恼还在，所以他死后就生到色界的无想天。进入无想定后第六识（意念）的心就没生起，他不知道还有更微细的心念在作用，所以他以为这就是涅槃。佛弟子都不要修学这个“无想定”，因为他们都不要进入无想天，所以进入此天者都是外道。

以上四种禅定还是没有舍离色界。如果修行者觉得有色身很麻烦，想舍弃它，那么就要修习更深的禅定，如：空无边处定、识无边处定、无所有处定和非想非非想处定。

#### ①、空无边处定：

一个人若想把色身舍掉，他须把种种色想灭掉，既是灭掉色想与有对想；色想是因眼识而生起的；有对想是由鼻、舌、身与耳识而生起的。在四禅中做“空”想，既是没有色（物质）与欲（欲望），而把一切都观空，当他这个“空”想完成后，他就远离色地而进入空无边处定——出色界。他感受到没有色法，故空；没有所谓的边沿，所以称为“空无边处定”。进入此定，并不表示他的心没有任何作用，反之，他还有受、想、行、识的作用。

#### ②、识无边处定：

修行者继续修习禅定时，他会发现空无边处定的空想也是一种苦，因为他是一种想，表示他还有心念。要减少这种想，他需要思维现前的心念，观察现前的心识作用，保持心识的知觉，念念不离知觉的心，而一心缘识。这个心识也会产生作用，使他发现无量无边过去和未来的心识，这就是所谓的识无边处定了。进入此定者抛弃了“空”想，只保持现前一念知觉的心识，实际上，识无边处定还是有想，只是这种想很细微，与空无边处定的空想不同；它们之差别是：空无边处定中的想是故意作“空”想；而识无边处定中的想是抛弃“空”想，进入另一种定——识无边处定；因为它观察现前的心识作用，是有细微的想，并非无想。

（注：识与想的区别：五蕴中的色、受、想、行、识中的识是心的知觉作用；想是法尘，既是心的念头。）

#### ③、无所有处定：

如果继续修下去，修行者会发现心识还在那边产生作用。而生起讨厌之心，因此想舍弃它，想进入无所有处定。那就是他认为：如果有一个地方完全没有心识作用，这种定才是最安稳，最快乐的。它就观想这种定，并非作“空”想，也不是依识，而是他一心念无所有。在定中，他或认为他没有想了，但实际上并非如此，而是他的心念非常细微，意识中的法尘就是无所有的法尘。

在无所有处定中，其他的想不生起，没有种种的心想的相，不分别所有的东西，只是分别无所有，一心定在无所有的法尘中。第六识还在产生作用，集中在

观想无所有法，所以称为无所有处定。

#### ④、非想非非想处定：

修行者继续修下去，又会发现这个心念很粗，他不要一切有、无所有，既是有想、无想他都不要。因为空无边处定是空想；识无边处定有作识想；无所有处定他认为无想，实际上是有很微细的想；他以为在无所有处定之前的定都是有想，而只有无所有定才是无想。他是要进入没有“想”，也没有“无想”，既是非想非非想处定。在无所有处定时，他还有一个定境，但进入非想非非想处定后，连定境都消失了。但是第六识还有非常细微的作用，但是他不知道，乃至他有第七、第八的心识在作用。

南传佛教中，认为我们只有六个心识，当一个人进入非想非非想处定后，第六识还有很微细的作用，就是大乘佛教中所指的第七识。一般上这很微细的第六识心执著第八识称为第七识——恒行的心识。

进入四禅定者，只是降服眼、耳、鼻、舌、身识，并没把它们灭掉，而是进入那个定境时，粗重的烦恼当时不生罢了。

灭尽定：

修行者继续修下去，会发现已经没有心识生起，但是还有“我”的存在，因此想舍弃这个我，那就是说，他想舍弃第七识的恒行心。（唯识宗说，我们有八种心识的作用，第七种叫第七识——末那识，他执著第八识为我。我们的前六识是可以停顿的，在还未解脱之前，末那识却一直在作用，所以称为恒行，依司机是永恒的造作，念念生灭不已。）如果他能使恒行的心识暂时不生，就能进入灭尽定，弃除了“我执”。“灭尽”之意既是灭尽了一切六识的心，乃至灭尽执著第八识称为“我”——“我执”的心。唯有三果或以上的圣者能进入此灭尽定，它的特点既是无“我执”，断除了一切烦恼；但是在修行的过程中，第三果的圣人还待降服一些微细的烦恼，只能够暂时进入灭尽定，在定中没有“我执”，但是当他出定后，我执之心再度生起；阿罗汉果圣者破除了我执，在灭尽定中无我执，出离此定后也没有我执。所以只有佛、阿罗汉和三果圣人有能力进入灭尽定。

至于大菩萨是否也能进入此定呢？根据经典有两种说法：有些经论说可以，另一些却说不可以；大乘唯识宗等都认为修菩萨道者绝对不能进入灭尽定，因为能进入此定者出定后没有烦恼，过去的“业因”没有烦恼为“缘”引发，就再也不来三界受生，不能继续修集福德因缘，乃至成佛。

空无边处定、识无边处定、无所有处定和非想非非想处定，这四种定都是一层一层的进入，已经出了色界，称为“无色界定”。在佛法中我们将这个世间分为三界，又称为九地，既是欲界称为散地；色界和无色界称为定地，要进入此二界，必定要依靠禅定；但是在欲界中，比如要进入兜率天、忉利天等就不须靠定力，只要积极努力的修集各种的福德因缘即可。

## 二、简介修习禅定之方法：

根据南传的《清净道论》中共有四十种修习禅定方法，它们是：十遍、十不净、十随念、四梵住（四无量心）、四无色、一想和一差别。修习禅定应从数息入手，比较稳当；因为各种禅定的修行适合不同根器的众生，比如修不净观，能够破除淫欲，但是有些人瞋心重，修不净观到一个时期后，会对身体产生厌恶的心理，结果想自杀，这种人就不适合修不净观。所以修习各种禅定的方法应该根据个人的烦恼所在而修，并不是人人都能够修习相同的方法。但是其中两种禅定方法，比较适合大多数的众生，它们是不净观与数息观。

我们的心很散乱，坐禅时数呼出吸入的气息，慢慢降服我们的散乱心而进入定；我们是烦恼重的欲界众生，要修禅定进入色界，就要舍离欲界的种种欲望，

而在此中最严重的烦恼是色欲，所以我们应该修不净观来对治它，所以数息观与不净观被和称为二甘露门，它们是要修学禅定的初步。比如说一个人修慈悲观，但心散乱，想东想西，这是很难有成就的，所以他应该先修数息观把散乱的心定下来；又如一个人的心已经有相当的定力，但是他的瞋心重，那他就应该修慈悲观。

在修学禅定的过程中，我们应该去参访有学问得导师以解除疑问，请给予援助和开导或启示，亲身体验一段时期，适合我们根器的方法就是好的，不适合的就应该放弃；除非那个教导者有宿命通与他心通，他知道我们过去业的因缘，与现在贪、瞋、痴心烦恼之所在，能以正确和适合的方法教导我们，这样修习禅定就会很快有成就。如果遇不到这类导师，最好是从数息观、不净观那儿着手，然后再修四念处。

### 【电子禅】附录[5]：佛说父母恩重难报经

姚秦三藏法师鸠摩罗什奉 诏译

香赞炉香乍热，法界蒙薰，诸佛海会悉遥闻，随处结祥云，诚意方殷，诸佛现全身。南无香云盖菩萨摩訶萨（三称）南无本师释迦牟尼佛（三称）

开经偈

无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇。

我今见闻得受持，愿解如来真实意。

如是我闻，一时佛在舍卫国只树给孤独园，与大比丘二千五百人，菩萨摩訶萨三万八千人俱。尔时，世尊引领大众，直往南行，忽见路边聚骨一堆。尔时，如来向彼枯骨，五体投地，恭敬礼拜。阿难合掌白言：『世尊！如来是三界大师，四生慈父，众人归敬，以何因缘，礼拜枯骨？』佛告阿难：『汝等虽是吾上首弟子，出家日久，知事未广。此一堆枯骨，或是我前世祖先，多生父母。以是因缘，我今礼拜。』佛告阿难：『汝今将此一堆枯骨分做二分，若是男骨，色白且重；若是女骨，色黑且轻。』阿难白言：『世尊，男人在世，衫带鞋帽，装束严好，一望知为男子之身。女人在世，多涂脂粉，或薰兰麝，如是装饰，即得知是女流之身。而今死後，白骨一般，教弟子等，如何认得。』佛告阿难：『若是男子，在世之时，入於伽蓝，听讲经律，礼拜三宝，念佛名号；所以其骨，色白且重。世间女人，短於智力，易溺於情，生男育女，认为天职；每生一孩，赖乳养命，乳由血变，每孩饮母八斛四斗甚多白乳，所以憔悴，骨现黑色，其量亦轻。』阿难闻语，痛割於心，垂泪悲泣，白言：『世尊！母之恩德，云何报答？』佛告阿难：『汝今谛听，我当为汝，分别解说：母胎怀子，凡经十月，甚为辛苦。在母胎时，第一月中，如草上珠，朝不保暮，晨聚将来，午消散去。母怀胎时，第二月中，恰如凝酥。母怀胎时，第三月中，犹如凝血。母怀胎时，第四月中，稍作人形。母怀胎时，第五月中，儿在母腹，生有五胞。何者为五？头为一胞，两肘两膝，各为一胞，共成五胞。母怀胎时，第六月中，儿在母腹，六精齐开，何者为六？眼为一精，耳为二精，鼻为三精，口为四精，舌为五精，意为六精。母怀胎时，第七月中，儿在母腹，生成骨节，三百六十，及生毛乳，八万四千。母怀胎时，第八月中，生出意智，以及九窍。母怀胎时，第九月中，儿在母腹，吸收食物，所出各质，桃梨蒜果，五谷精华。其母身中，生脏向下，熟脏向上，喻如地面，有山耸出，山有三名，一号须弥，二号业山，三号血山。此设喻山，一度崩来，化为一条，母血凝成胎儿食料。母怀胎时，第十月中，孩儿全体一一完成，方乃降生。若是决为孝顺之子，擎拳合掌，安详出生，不损伤母，母无所苦。倘儿决为五逆之子，破损母胎，扯母心肝，踏母跨骨，如千刀搅，又彷彿似万刃攒心。如斯重苦，出生此儿，更分晰言，尚有十恩：

第一． 怀胎守护恩；

第二． 临产受苦恩；

第三． 生子忘忧恩；

第四. 咽苦吐甘恩;

第五. 回乾就湿恩;

第六. 哺乳养育恩;

第七. 洗濯不净恩;

第八. 远行忆念恩;

第九. 深加体恤恩;

第十. 究竟怜愍恩。

第一. 怀胎守护恩 颂曰

累劫因缘重，今来托母胎，月逾生五脏，七七六精开。

体重如山岳，动止劫风灾，罗衣都不挂，装镜惹尘埃。

第二. 临产受苦恩 颂曰

怀经十个月，难产将欲临，朝朝如重病，日日似昏沈。

难将惶怖述，愁泪满胸襟，含悲告亲族，惟惧死来侵。

第三. 生子忘忧恩 颂曰

慈母生儿日，五脏总张开，身心俱闷绝，血流似屠羊。

生已闻儿健，欢喜倍加常，喜定悲还至，痛苦彻心肠。

第四. 咽苦吐甘恩 颂曰

父母恩深重，顾怜没失时，吐甘无稍息，咽苦不颦眉。

爱重情难忍，恩深复倍悲，但令孩儿饱，慈母不辞饥。

第五. 回乾就湿恩 颂曰

母愿身投湿，将儿移就乾，两乳充饥渴，罗袖掩风寒。

恩连恒废枕，宠弄才能欢，但令孩儿稳，慈母不求安。

第六. 哺乳养育恩 颂曰

慈母像大地，严父配於天，覆载恩同等，父娘恩亦然。

不憎无怒目，不嫌手足挛，诞腹亲生子，终日惜兼怜。

第七. 洗濯不净恩 颂曰

本是芙蓉质，精神健且丰，眉分新柳碧，脸色夺莲红。

恩深摧玉貌，洗濯损盘龙，只为怜男女，慈母改颜容。

第八. 远行忆念恩 颂曰

死别诚难忍，生离实亦伤，子出关山外，母忆在他乡。

日夜心相随，流泪数千行，如猿泣爱子，寸寸断肝肠。

#### 第九. 深加体恤恩 颂曰

父母恩情重，恩深报实难，子苦愿代受，儿劳母不安。

闻道远行去，怜儿夜卧寒，男女暂辛苦，长使母心酸。

#### 第十. 究竟怜愍恩 颂曰

父母恩深重，恩怜无歇时，起坐心相逐，近遥意与随。

佛告阿难：『

我观众生，虽绍人品，心行愚蒙，不思爹娘，有大恩德，不生恭敬，忘恩背义，无有仁慈，不孝不顺。阿娘怀子，十月之中，起坐不安，如擎重担，饮食不下，如长病人。月满生时，受诸痛苦，须臾产出，恐已无常，如杀猪羊，血流遍地。受如是苦，生得儿身，咽苦吐甘，抱持养育，洗濯不净，不惮劬劳，忍寒忍热，不辞辛苦，乾处儿卧，湿处母眠。三年之中，饮母白血，婴孩童子，乃至成年，教导礼义，婚嫁营谋，备求资业，携荷艰辛，苦百倍，不言恩惠。男女有病，父母惊忧，忧极生病，视同常事。子若病除，母病方愈。如斯养育，愿早成人。及其长成，反为不孝。尊亲与言，不知顺从，应对无礼，恶眼相视。欺凌伯叔，打骂兄弟，毁辱亲情，无有礼义。虽曾从学，不遵范训，父母教令，多不依从，兄弟共言，每相违戾。出入来往，不启尊堂，言行高傲，擅意为事。父母训罚，伯叔语非，童幼怜愍，尊人遮护，渐渐成长，狠戾不调，不伏亏违，反生瞠恨。弃诸亲友，朋附恶人，习久成性，认非为是。或被人诱，逃往他乡，违背爹娘，离家别眷。或因经纪，或为政行，荏苒因循，便为婚娶，由斯留碍，久不还家。或在他乡，不能谨慎，被人谋害，横事钩牵，枉被刑责，牢狱枷锁。或遭病患，厄难萦缠，困苦饥羸，无人看待，被人嫌贱，委弃街衢。因此命终，无人救治，膨胀烂坏，日暴风吹，白骨飘零。寄他乡土，便与亲族，欢会长乖，违背慈恩，不知二老，永怀忧念，或因啼泣，眼暗目盲；或因悲哀，气咽成病；或缘忆子，衰变死亡，作鬼抱魂，不曾割舍。或复闻子，不崇学业，朋逐异端，无赖粗顽，好习无益，斗打窃盗，触犯乡闾，饮酒樗蒲，奸非过失，带累兄弟，恼乱爹娘，晨去暮还，不问尊亲，动止寒温，晦朔朝暮，永乖扶侍，安床荐枕，并不知闻，参问起居，从此间断，父母年迈，形貌羸羸，羞耻见人，忍受欺抑。或有父孤母寡，独守空堂，犹若客人，寄居他舍，寒冻饥渴，曾不知闻。昼夜常啼，自嗟自叹，应奉甘旨，供养尊亲。若辈妄人，了无是事，每作羞惭，畏人怪笑。或持财食，供养妻儿，忘厥疲劳，无避羞耻；妻妾约束，每事依从，尊长瞠呵，全无畏惧。或复是女，适配他人，未嫁之时，咸皆孝顺；婚嫁已讫，不孝遂增。父母微瞠，即生怨恨；夫婿打骂，忍受甘心，异姓他宗，情深眷重，自家骨肉，却以为疏。或随夫婿，外郡他乡，离别爹娘，无心恋慕，断绝消息，音信不通，遂使爹娘，悬肠挂肚，刻不能安，宛若倒悬，每思见面，如渴思浆，慈念后人，无有休息。父母恩德，无量无边，不孝之愆，卒难陈报。』

尔时，大众闻佛所说父母重恩，举身投地，抚胸自扑，身毛孔中，悉皆流血，闷绝地，良久乃苏，高声唱言：『苦哉，苦哉！痛哉，痛哉！我等今者深是罪人，从来未觉，冥若夜游，今悟知非，心胆俱碎，惟愿世尊哀愍救援，云何报得父母深恩？』尔时，如来即以八种深重梵音，告诸大众：『汝等当知，我今为汝分别解说：假使有人，左肩担父，右肩担母，研皮至骨，穿骨至髓，须弥山，经百千劫，血流决踝，犹不能报父母深恩；假使有人，遭饥馑劫，为於爹娘，尽其己身，齧割碎坏，犹如微尘，经百千劫，犹不能报父母深恩；假使有人，为於爹娘，手执利刀，剜其眼睛，献於如来，经百千劫，犹不能报父母深恩；假使有人，为於爹娘，亦以利刀，割其心肝，血流遍地，不辞痛苦，经百千劫，犹不能报父母深恩；假使有人，为於爹娘，百千刀戟，一时刺身，於自身中，左右出入，经百千劫，犹不能报父母深恩；假使有人，为於爹娘，打骨出髓，经百千劫，犹不能报父母深恩；假使有人，为於爹娘，吞热铁丸，经百千劫，遍身焦烂，犹不能报父母深恩。』

尔时，大众闻佛所说父母恩德，垂泪悲泣，痛割於心，涕思无计，同发声言，深生惭愧，共白佛言：『世尊！我等今者深是罪人，云何报得父母深恩？』佛告弟子：『欲得报恩，为於父母书写此经，为於父母读诵此经，为於父母忏悔罪愆，为於父母供养三宝，为

於父母受持齋戒，为於父母布施修福，若能如是，则得名为孝顺之子；不做此行，是地狱人。』佛告阿难：『不孝之人，身坏命终，墮於阿鼻无间地狱。此大地狱，纵广八万由旬，四面铁城，周围罗网。其地亦铁，盛火洞然，猛烈火烧，雷奔电烁。烱铜铁汁，浇灌罪人，铜狗铁蛇，恒吐烟火，焚烧煮炙，脂膏焦燃，苦痛哀哉，难堪难忍，钩竿枪槊，铁锵铁串，铁槌铁戟，剑树刀轮，如雨如云，空中而下，或斩或刺，苦罚罪人，历劫受殃，无时暂歇，又令更入余诸地狱，头戴火盆，铁车碾身，纵横驶过，肠肚分裂，骨肉焦烂，一日之中，千生万死。受如是苦，皆因前身五逆不孝，故获斯罪。』

尔时，大众闻佛所说父母恩德，垂泪悲泣，告於如来：『我等今者，云何报得父母深恩？』

佛告弟子：『欲得报恩，为於父母造此经典，是真报得父母恩也。能造一卷，得见一佛；能造十卷，得见十佛；能造百卷，得见百佛；能造千卷，得见千佛；能造万卷，得见万佛。是等善人，造经力故，是诸佛等，常来慈护，立使其人，生身父母，得生天上，受诸快乐，离地狱苦。』

尔时，阿难及诸大众、阿修罗、迦楼罗、紧那罗、摩侯罗伽、人、非人等、天、龙、夜叉、乾闥婆、及诸小王，转轮圣王，是诸大众闻佛所言，身毛皆竖，悲泣哽咽，不能自裁，各发愿言：我等从今尽未来际，宁碎此身犹如微尘，经百千劫，誓不违於如来圣教；宁以铁钩拔出其舌，长有由旬，铁犁耕之，血流成河，经百千劫，誓不违於如来圣教；宁以百千刀轮，於自身中，自由出入，誓不违於如来圣教；宁以铁网周匝缠身，经百千劫，誓不违於如来圣教；宁以碓斩碎其身，百千万段，皮肉筋骨悉皆零落，经百千劫，终不违於如来圣教。』

尔时，阿难从於坐中安详而起，白佛言：『世尊，此经当何名之？云何奉持？』

佛告阿难：『此经名为父母恩重难报经，以是名字，汝当奉持！』

尔时，大众、天人、阿修罗等，闻佛所说，皆大欢喜，信受奉行，作礼而退。

经赞

南无阿密栗帝，多婆曳娑诃。（三称）

世尊礼骨，阿难问因，佛说过去父母身，功恩大无伦，垂教後人，众生可问津。

南无报恩德菩萨摩诃萨

摩诃般若波罗密

回向偈

愿以此功德，庄严佛净土，上报四重恩，下济三涂苦。

若有见闻者，悉发菩提心，尽此一报身，同生极乐国。

【电子禅】附录[6]：大藏治病药

唐 释灵澈

大藏经曰：救灾解难，不如防之为易。疗疾治病，不如避之为吉。今人见左，不务防之而务救之，不务避之而务药之。譬之有君者，不思励治以求安。有身者，不惜保养以全寿。是以圣人求福于未兆，绝祸于未萌。盖灾生于稍稍，病起于微微。人以小善为无益而不为，以小恶为无损而不改。孰知小善不起，灾难立成；小恶不止，大祸立志。故太上特指心病要目百行，以为病者之鉴。人能静坐持照察病有无，心病心医，治以心药。奚伺卢扁，以廖厥疾。无使病积于中。倾溃莫遏，萧墙祸起，恐非金石草木可攻。所为长年，因为病故，智者勉焉。

喜怒偏执是一病。 亡义取利是一病。 好色坏德是一病。  
专心系爱是一病。 纵欲无理是一病。 纵贪蔽过是一病。  
毁人自誉是一病。 擅变自可是一病。 轻口喜言是一病。  
快意逐非是一病。 以智轻人是一病。 乘权纵横是一病。  
非人自是是一病。 侮易孤寡是一病。 以力胜人是一病。  
威势自胁是一病。 语欲胜人是一病。 货不念偿是一病。  
曲人自直是一病。 以直伤人是一病。 与恶人交是一病。  
喜怒自伐是一病。 愚人自贤是一病。 以功自矜是一病。  
诽议名贤是一病。 以劳自怨是一病。 以虚为实是一病。  
喜说人过是一病。 以富骄人是一病。 以贱讪贵是一病。  
谗人求媚是一病。 以德自显是一病。 以贵轻人是一病，  
以贫妒富是一病。 败人成功是一病。 以私乱公是一病。  
好自掩饰是一病。 危人自安是一病。 阴阳嫉妒是一病。  
激励旁悖是一病。 多憎少爱是一病。 坚执争斗是一病。  
推负着人是一病。 文拒钩剔是一病。 持人长短是一病。  
假人自信是一病。 施人望报是一病。 无施责人是一病。  
与人追悔是一病。 好自怨憎是一病。 好杀虫畜是一病。  
蛊道厌人是一病。 毁誉高才是一病。 憎人胜己是一病。  
毒药鸩饮是一病。 心不平等是一病。 以贤贡犒是一病。  
追念旧恶是一病。 不受谏谕是一病。 内疏外亲是一病。  
投书败人是一病。 笑愚痴人是一病。 烦苛轻躁是一病。  
挝捶无理是一病。 好自作正是一病。 多疑少信是一病。  
笑颠狂人是一病。 蹲踞无礼是一病。 丑言恶语是一病。  
轻慢老少是一病。 恶态丑对是一病。 了戾自用是一病。  
好喜嗜笑是一病。 当权任性是一病。 诡譎谀谄是一病。  
嗜得怀诈是一病。 两舌无信是一病。 乘酒凶横是一病。  
骂詈风雨是一病。 恶言好杀是一病。 杀人堕胎是一病。  
干预人事是一病。 钻穴窥人是一病。 不借怀怨是一病。  
负债逃走是一病。 背向异词是一病。 喜抵捍戾是一病。

调戏必固是一病。 故迷误人是一病。 探巢破卵是一病。  
惊胎损形是一病。 水火败伤是一病。 笑盲聋哑是一病。  
乱人嫁娶是一病。 放人捶搥是一病。 教人作恶是一病。  
念祸离爱是一病。 唱祸道非是一病。 见货欲得是一病。  
强夺人物是一病。

此为百病也。人能一念，除此百病。日逐检点，使一病不作，决无灾害痛苦，烦恼凶危。不惟自己保命延年，子孙百世，永受其福矣。大藏经曰：古之圣人，其为善也，无小而不崇。其于恶也，无微而不改。改恶崇善，是药饵也。录所谓百药以治之：

思无邪僻是一药。 行宽心和是一药。 动静有礼是一药。  
起居有度是一药。 近德远色是一药。 清心寡欲是一药。  
推分引义是一药。 不取非分是一药。 虽憎犹爱是一药。  
心无嫉妒是一药。 教化愚顽是一药。 谏正邪乱是一药。  
戒敕恶仆是一药。 开导迷误是一药。 扶接老幼是一药。  
心无狡诈是一药。 拔祸济难是一药。 常行方便是一药。  
怜孤恤寡是一药。 矜贫救厄是一药。 位高下士是一药。  
语言谦逊是一药。 不负宿债是一药。 悯慰笃信是一药。  
敬爱卑微是一药。 语言端悫是一药。 推直引曲是一药。  
不争是非是一药。 逢侵不鄙是一药。 受辱能忍是一药。  
扬善隐恶是一药。 推好取丑是一药。 与多取少是一药。  
称叹贤良是一药。 见贤内省是一药。 不自夸彰是一药。  
推功引善是一药。 不自伐善是一药。 不掩人功是一药。  
劳苦不恨是一药。 怀诚抱信是一药。 覆蔽阴恶是一药。  
崇尚胜己是一药。 安贫自乐是一药。 不自尊大是一药。  
好成人功是一药。 不好阴谋是一药。 得失不形是一药。  
积德树恩是一药。 生不骂詈是一药。 不评论人是一药。  
甜言美语是一药。 灾病自咎是一药。 恶不归人是一药。  
施不望报是一药。 不杀生命是一药。 心平气和是一药。  
不忌人美是一药。 心静气定是一药。 不念旧恶是一药。  
匡邪弼恶是一药。 听教伏善是一药。 忿怒能制是一药。  
不干求人是一药。 无思无虑是一药。 尊奉高年是一药。

对人恭肃是一药。 内修孝悌是一药。 恬静守分是一药。  
和悦妻孥是一药。 以食饮人是一药。 助修善事是一药。  
乐天知命是一药。 远嫌避疑是一药。 宽舒大度是一药。  
敬信经典是一药。 息心抱道是一药。 为善不倦是一药。  
济度贫穷是一药。 舍药救疾是一药。 信礼神佛是一药。  
知机知足是一药。 清闲无欲是一药。 仁慈谦爱是一药。  
好生恶杀是一药。 不宝厚藏是一药。 不犯禁忌是一药。  
节俭守中是一药。 谦己下人是一药。 随事不慢是一药。  
善谈人德是一药。 不造妄语是一药。 贵能援人是一药。  
富能救人是一药。 不尚争斗是一药。 不淫妓青是一药。  
不生奸盗是一药。 不怀咒厌是一药。 不乐词讼是一药。  
拊老挈幼是一药。

此为百药也。人有疾病，皆因过恶阴掩不见，故应以疾病，因缘饮食风寒恶气而起。由人犯违圣教以致魂迷魄丧，不在形容，肌体空虚，精气不守，故风寒恶气，得以中之。是以有德者，虽处幽暗，不敢为非。虽居荣录，不敢为恶。量身而衣，随分而食。虽富且贵，不敢恣欲。虽贫且贱，不敢为非。是以外无残暴，内无疾病。然吾人可以自维自究，以百乐自治，养吾天和，一吾胸臆，以期长寿之地也哉。

---

电子禅香港主站：[www.dianzichan.com](http://www.dianzichan.com) 大陆镜像站：[www.dianzipusa.com](http://www.dianzipusa.com)

中华人文学会有限公司【**电子禅工作室**】