

# 《慈經》及其註釋

20100601-02 第4、5講

慈心禪七講義

講於妙林蘭若

## 第二頌

- santussako ca subharo ca, appakicco ca sallahukavutti; santindriyo ca nipako ca, appagabbho kulesvananugiddho.
- 知足<sup>7</sup>、易供養<sup>8</sup>，少世俗務<sup>9</sup>，生活儉樸<sup>10</sup>，諸根寂靜<sup>11</sup>，謹慎<sup>12</sup>和謙虛<sup>13</sup>，不攀求於俗家<sup>14</sup>。

7. **santussako**知足：對自己擁有、對現前物平等看待（斷好惡）感到高興、滿足。
8. **subharo**易供養：容易支援、供養，好護持的人。
9. **appakicco**少世俗務：少作世俗事務、少廢話、少結伴，應多作沙門行法。
10. **sallahukavutti**生活儉樸：如鳥伴翼，不多物品而自在，不被羈絆。

11. **santindriyo** 諸根寂靜：收攝六根，不耽溺於五欲。

12. **nipako** 謹慎：具有智慧，護戒，對衣食住藥及威儀等有常識及智慧。

13. **appagabbho** 謙虛：身、語、意三業不粗魯。

14. **kulesvananugiddho** 不攀求於俗家：對俗家不貪不憂，或過多攀求。

# 第三頌

- ◎ na ca khuddhamācare kiñci, yena viññu pare upavadeyyum; sukhino va khemino hontu, sabbasattā bhavantu sukhitattā.
- ◎ 不應做任何違戾事，免遭其他智者所譴責。（應如是念言：）「願一切眾生皆幸福，安穩和快樂！」

- ◎ 在「欲獲得寂靜的善行者，應如是修學：  
(略)」(應該作)之後，接著講解「不應做任何違戾事，免遭其他智者所譴責。」(不應該作)
- ◎ 這裡說明了，沒有智慧的人將失去準則，誤將無罪當有罪，或小罪當大罪，有智慧的人有準則，他將按照如實的情況作調查、細察等。
- ◎ 上述是「序分」，接下來是「正宗分」(開始談「慈」)。

◎ 佛陀在《慈經》第三偈的後半段，特別針對已取得業處的阿蘭若比丘，說明徹悟安住於寂靜的辦法：「（應如是念言）願一切眾生皆幸福，安穩和快樂！」

◎ **sukhino**幸福：身體的快樂。

◎ **Khemino**安穩：一切畏懼、危難消失為安穩。

◎ **sukhitattā**快樂：自己內心獲得的快樂。

◎ 因此為保持慈心禪（業處）的修習，  
應如是念言：

願一切眾生皆幸福！

願一切眾生皆安穩！

願一切眾生皆快樂！

◎ 以慈心業處作為護衛，也是毗婆舍那  
（觀）的基礎禪（止）。



# 第4頌

- ◎ ye keci pāṇabhūtatthi, tasā vā thāvarā va-navasesā; dīghā va yeva mahantā, majjhimā rassakā aṇukathūlā.
- ◎ 凡有生命者，若強、若弱、若長、若大、若中、若短、若粗、若細，盡一切無餘。

◎從簡述保持慈心業處的開始。

◎現從「**凡有生命者**」(ye keci pāṇabhūtatthi) 兩個偈頌開始，  
是要詳細地述說從近行定直至安止定頂峰的修習方法。

◎ 一般已習慣於諸多所緣的心（散亂），最初不易保持在一個固定的、不動的所緣上，待慈心禪修習久了，漸漸地穩定下來由「弱」（移動、顫動）而至「強」（固定不動）的所緣。

◎ 或是當慈心所緣已清晰時，心能安住在禪悅中且能了別「弱」與「強」。

◎ **ye keci** 凡有：毫無遺漏，也即所有的、一切的意思。

◎ **pāṇa-bhūtatthi** 生命者：有呼吸的（pāṇa）是諸已生存（bhūtā）的眾生。諸已生存（bhūtā）是指一取蘊、四取蘊的「有」（atthi）。

- ◎ **thāvarā**若強：固定、不動的，與「斷諸渴愛、斷諸畏」的阿羅漢是同義詞。
- ◎ **tasā**若弱：移動、顫動的，與「有渴愛、有怖畏」是同義詞。
- ◎ **dīghā**若長：指蛇、魚、蜥蜴之類。
- ◎ **mahantā**若大：在水中是指大型的鯨魚、烏龜，陸上是指象，在非人是巨人（**ḍānava** 阿修羅的一類）。

- ◎ majjhimā若中：指溫馴的馬、牛及豬等。
- ◎ rassakā若短：身體比長的、中的還要短小的眾生。
- ◎ thūlā若粗：牡蠣（蠔）、貝殼類圓形身體的眾生。
- ◎ aṇuka若細：眼睛無法看不見的眾生。

# 第5頌

- ◎ dittha va yeva adittha, yeva dure vasanti avidure;  
bhuta va sambhavesi va, sabbesatta bhavantu sukhitatta.
- ◎ 或可見或不可見，或遠或近，或已生或未生，願一切眾生都快樂。

1. **dittha**可見：透過眼睛親見的。
2. **ādittha**不可見：大海、山、世界等的另一邊，眼睛難見。
3. **dure**遠：住在自己身體之外，或不在附近的眾生。
4. **Vasanti**近：住在自己身體之內，或附近的眾生。



1. **āvidure** 已生：已生、再生，包括「不再生」的諸漏盡者的同義詞。
2. **Bhuta** 未生：尋求出生、未斷有結，是諸有學、凡夫的同義詞。
3. **sambhavesi sabbesatta Bhavantu sukhitatta** 願一切眾生都快樂：以諸多不同角度修習慈心，願一切眾生自得其樂！

# 第6頌

- ◎ na paro paraṃ nikubbetha,  
nātimaññetha katthaci na kañci;  
byārosanā paṭighasaññā;  
nāññamaññassa dukkhamiccheyya.
- ◎ 不要欺騙他人，或於一切處蔑視任何人，不應出於忿怒及仇恨而詛咒希望他人痛苦。

◎ **param**他人：tattha paroti parajano.此  
中，他（paro其他的）是指陌生人，局  
外人（parajano）。

◎ **nikubbetha**欺騙：nikubbati蒙蔽。  
na nikubbethāti na vañceyya不欺騙，  
即不行騙。

◎ **na-atimaññetha**不蔑視：不鄙視。

- ◎ **katthaci**一切處：某處，如村落、或村落田野，親戚之間，社團之間等。
- ◎ **kañci**任何人：婆羅門或刹帝利，在家或出家，快樂或痛苦等。
- ◎ **byārosanā paṭighasaññā**忿怒及仇恨：身語憎恨，意有激怒、反擊之想。

◎ nāññaṃamaññaṃassa dukkhamiccheyya

不應詛咒希望他人痛苦：

◎ 不渴望（iccha）他人痛苦，是因  
為慈心修習的目的是要作意「願  
他們快樂、安穩」等，對任何國  
土、任何眾生皆不欺騙、不忿怒、  
不仇恨，也不蔑視。

# 第7頌

- ◎ mātā yathā niyaṃ puttamāyusā  
ekaputtamanurakkhe;  
evampi sabbabhūtesu, māanasam  
bhāvaye aparimaṇam.
- ◎ 對一切眾生應修習無限的慈愛心，猶如慈母用生命保護自己唯一的兒子。

◎ 猶如母親，隨時準備放棄生命，克服一切困難也要保護對自己親生餵奶長大的獨生子一樣。

# 迴向

願此功德種善根，  
累世怨親同沾恩；  
由斯解脫諸苦惱，  
共證菩提度有情！