

五味禪錄

ハ5
539
3





坐禪儀

夫學般若菩薩先當起大悲心發弘誓願精
 修三昧誓度衆生不為一身獨求解脫亦乃
 故捨諸緣休息萬事身心一如動靜無間量
 其飲食不多不少調其睡眠不節不恣欲坐
 禪時於閑靜處厚敷坐物寬繫衣帶令威儀
 齊整然後結跏趺坐先以右足安左膝上左
 足安右膝上或半跏趺坐亦可但以左足壓

右足而已。次以右手安左足上，左掌安右掌上，以兩手大指面相拄，徐徐舉身前後復左右搖振，乃正身端坐，不得左傾右側。前躬後仰，令腰脊頭項骨節相拄，狀如浮屠，又不

得聳身太過，令人氣急不安。要令耳與肩對，鼻與臍對，舌柱上腭，唇齒相著，目須微開，兜致昏睡。若得禪定，其力最勝。古有習定高僧，坐常開口，向法雲圓通禪師亦訶人閉目坐禪，以謂黑山鬼窟，蓋有深旨。達者知正身相既定，氣息既調，然後寬放臍腹，一切善惡都莫思量。念起即覺，覺之即失，又忘緣自成。一片此坐禪之要術也。竊謂坐禪乃安樂法門，而人多致疾者，蓋不善用心故也。若善得此意，則自然四大輕安，精神爽利，正念分明，法味資神，寂然清樂。若已有發明者，可謂如龍得水，似虎奔山。若未有發明者，亦乃因風

吹火用力不多但辨肯心必不相賺然而道
高魔盛逆順萬端但能正念現前一切不能
留礙如楞嚴經天台止觀圭峯修證儀具明
魔事預備不虞者不可不知也若欲出定徐
徐動身安詳而起不得卒暴出定之後一切
時中常作方便護持定力如護嬰兒即定力
易成矣夫禪定一門最為急務若不安禪靜
慮到這裏摠須茫然所以探珠宜靜浪動水

取應難定水澄清心珠自現故圓覺經云無
礙清淨惠皆依禪定生法華經云在於閑處
修攝其心安住不動如須彌山是知超凡越
聖必假靜緣坐脫立亡須審定力一生取辦
尚恐蹉跎況乃遷延將何敵業故古人云若
無定力甘伏死門掩目空歸宛然流浪幸諸
禪友三復斯文自利利他同成正覺

入衆日用

出塵離俗圓頂方袍大率經歷叢林切要洞
明規矩舉措未諳法度動止不合律儀雖是
善友良朋詎肯深錘痛剜循襲成弊改革固
難致令叢席荒涼轉使入心懈怠屢見尋常
目前過患遂集百丈見成措模原始要終後
朝至暮要免頭頭敗闕直須一一遵行然後
敢言究已明心了生達死世間法即是出世

問法行脚人可賒未行脚人庶幾不負出家
身心亦抑同報佛祖恩德謹具于后

入衆之法睡不在人前起不落人後須是五
更鐘未鳴輕輕擡身先起將枕子安脚下未
用指忍響驚鄰單抖擻精神將被裏身端坐
不得扇風令人動念覺得困來却將被推脚
下轉身將手巾下床手巾搭左手想念得云

從朝至日三喜
若於所下衣身形

一切眾生自回互
頭法即時生淨土

輕手揭簾出後

架不得拖鞋不得咳嗽作聲古云

揭簾忌三後手
出堂切忌拖鞋

輕手取桶洗面水不宜多使齒藥時右手點

一次指左邊左手點一次指右邊不得兩手

再蘸恐有牙宣口氣過人嗽口吐水時須低

頭以手引下不得直腰吐水澆鄰桶不得洗

頭有四件自他不利一汚桶二汚手巾是他

人不利三枯髮四損眼是自己不利不得鼻

孔內作聲不得高聲嘔吐古云五更洗面本

月

為修行嘔唾盆宣堂時眾拭面歸堂若在
上間左腳先入若在下間右腳先入歸位
將眠罩收一半坐定若換直裰須將新者先
覆身上不得露白不得扇風燒香禮拜宜於
鐘未鳴時披袈裟先入堂頂戴念偈云

善哉解脫服無相福田
我今頂戴受世世當得披

袈裟先摺搭手慶後

解環不得以口啣袈裟不得以領勾袈裟摺
了亦當問訊而去如堂殿禮拜不得占中央

妨住持人來不得出聲念佛不得行人頭邊
過須行後面空處五更鐘鳴住持并首座坐
堂不得從前門出入開小靜方摺被拗枕子
摺被之法先尋兩角以半理伸向前面先摺
一半次摺身前一半不得橫占鄰置更所不
得并擻作聲不得以被扇風或歸眾寮與湯
藥或茶堂經行次第歸鉢位以上肩順轉不
得背人

上肩乃
左肩也

若前門從南頰入不得行北頰

并中央蓋尊住持人也不魚響不得入堂或
令行者取鉢堂外坐或歸衆寮入堂歸鉢位
低躬問訊上中下座若已先坐上中下座來
須合掌古云不敬上中下座婆羅門聚會無
殊聞長板鳴下鉢擡身正起立定然後轉身
亦要順上肩合掌取鉢一手托鉢一手解鈎左
手提轉身令正躡身放鉢免將腰背撞入堂
前鐘鳴下床問訊但是迎住持人不須將手

左右搖拽下床時須近前問訊莫令袈裟搭
床弦上仍須低細上床不得頓身取鉢安坐

前聞槌聲合掌想偈云

佛生迦毘羅 成道摩竭陀
說法波羅奈 入滅俱絺羅

展鉢之法先合掌想念偈

如來應量器我今得敷展願共一切衆等三
輪空寂然後解複帕展淨巾覆膝帕子摺轉
三用向下莫令出單外先展鉢單仰右手取
鉢安單上以兩手頭指拈取鏡子從小次第

展之不得敲磕作聲仍護第四指第五指為
觸指不得用鉢拭摺令小并匙筋袋近身橫
放入則先匙出則先筋手把處為淨頭向上
肩鉢刷安第五鎖縫中出半寸許盛生飯不
得以匙筋出生飯不過七粒太少為慳食多
那念停時令掌手指不得參差須當覺高低
得所不得以手托口邊古云參差令掌不當
覺十指交加插鼻中拖履揭簾無款細嚼聲

泄氣逞英雄兩手捧鉢受食想偈云若受食時

禪悅為食或多或少即以右手起止之間遍食

觀看上下肩以面相朝拖食不得正面以手

擺兩邊拖罷作五觀想云

一計二多少量彼來處 二付己德行全欲應供

三防心難過貪等為宗 四正似良藥為際形枯

五為成道業應受此食 出坐偈云

此食遍十方 我今施汝供 喫食之法將食就口不

得將口就食取鉢放鉢并匙筋不得有聲不
得咳嗽不得擤鼻涕若噴嚏當以衣袖掩鼻
不得抓頭恐風屑落隣鉢中不得以三批牙
不得嚼食嚼盡在聲不得鉢中央批飯不得六
團食不得張口待食不得遺落飯食不得三
把散飯食如有菜滓安鉢後屏處不得以風
扇鄰位如自己怕風即白維那於堂外坐不
得以手執糜上隨量受食不得請折不得將

頭鉢盛濕食不得將羹汁頭鉢內淘飯不得
批菜頭鉢內和飯喫食時須看上下不得太
緩未再請不得刷鉢盃不得吮鉢刷作聲食
未至不得生煩惱古云默默四顧起悲噴念
食吞津咳嗽頻瀉粥啜羹包滿口開單屨鉢
響諸隣洗鉢以頭鉢盛水次第洗鏡子不得
於頭鉢內洗匙筋并鏡子仍屈第四第五指
不得灌漱作聲不得吐水鉢中不得先盛熱

美

水洗鉢未折水不得先收蓋藤巾不得以藤巾拭汗不得以餘水灑地上想念折水偈
我並洗鉢水如天甘露味施汝諸鬼衆悉令得飽滿
嗟塵休羅細婆訶

收鉢以兩手頭指拏定次第而入後異合掌

想念食畢偈云

飯食訖已色力充感震十方三摩地
回因轉果不在念一切衆生獲神通

寮前板鳴歸寮問訊不歸謂輕侮大衆入門
歸位如僧堂中法立定候寮主燒香畢問訊

上下若有茶就坐不得垂衣不得聚頭語笑
不得隻手挹人不得包藏茶末古云登床宴
坐不可垂衣隻手挹人是何道理私藏茶末
取笑傍觀時中鄰寮道人切忌交頭接耳茶
罷或看經不得長展經謂二面也不得手把
經寮中行不得垂經帶不得出聲不得背靠
板頭看經古云出聲持誦吵噪稠人止靠背板
頭輕欺大衆預先出寮莫待打坐禪板若抽

脫古例披五條以淨巾搭右手解條繫於手
上脫挂子直裰令齊整以手巾繫定仍懸手
巾尺許作記認不得語笑不得在外催促右
手提水入廁換鞋不得參差安淨榻在前鳴
指三下警噉糞鬼蹲身須正不得勞氣作聲
不得涕唾不得隔壁共人語話古云戶扇只
合輕彈指人擁那堪乱作聲入廁用籌分觸
淨出時須水忌縱橫不得以水澆兩邊尤手

洗淨護六指第二指不得多使籌子古云浴
湯少使籌子休拈有者使子以水洗之安側
邊空處人多妨眾不宜淨桶安舊處以乾手
安內衣入袴口以乾手開門以右手提桶出
不得以濕手擊門扇并門頰上右手挑灰後
挑土不得以濕手擊灰土不得吐唾和泥土
洗手然後用皂角洗至肘前須一一念入廁
真言用水盥漱律中小遺亦洗淨仍嚼楊枝

歸堂坐禪火板未鳴不得先歸寮齋前不得
洗衣粥前齋前放參後不得開函櫃如有急
切白主事人寮中白寮主堂中白聖僧侍者
齋罷僧堂內不得聚頭說話不得在僧堂內
看經看冊子不得上下間行道不得穿堂直
過不得席上穿錢不得床前垂脚坐床前一
尺為三淨地 一展鉢 二安袈裟
三頭所向 不得床上行不得跪膝開函櫃

不得脚踏床緣下地草履五條游山不得進
行佛殿法堂古去袂衣登殿草履游山莫踐
法堂回互者宿不得赤脚着僧鞋不得把手
共行說世諦是非古去別了雙親棄本師訪
尋知識擬何為不曾說着宗門事白首無成
過在誰不得殿前倚靠欄干不得袒狂急走
古去行須緩步習馬勝之威儀語要低聲學
波離之軌範不得佛殿閑行古去無事不須

登寶殿等閑莫向塔中行不因掃地添香水
縱有河沙福也傾齋後漿洗衣服不得袂袒
不得傾湯瓶泡衣竹竿熨斗使了安元處洗
脚板響不得爭奪脚桶有瘡疥即隨後泡洗
或將桶於屏處洗免眾動念莫待打坐堂板
次第歸堂坐禪放參以眠單半展寮前板響即
時轉身向外須當及時赴眾小板鳴不得入
堂不得於堂外立任持首座出堂開單下床

問訊歸寮藥石各就寮位不得先起盛食不
得高聲呼索粥飯鹽醋之類食罷出寮不得
出三門不得入小寮不得袂衣歸僧堂并廊
下行不得候打板出寮昏鐘鳴即合掌念偈
女聞鐘聲煩惱輕智慧長甚提生離地獄出火坑頓成佛慶眾生須先歸單位
坐禪不得床上抓頭不得床上弄數珠作聲
不得與鄰單床上語話鄰單生疎當以善言
誘諭不得生嫌惡心未打定鐘不得於前門

出入衾子若響火鉢過時方許開燒香禮拜
須待更深衆人未睡不得先睡衆人未起須
當先起起坐不得驚動鄰單睡須右脇不
得仰卧仰為屍睡覆為媪睡多惡夢以被巾
裹袈裟安枕前今人多安脚下於理不便如
遇入浴浴具携右手入下間門間內問訊歸
空處挹左右人畢先以五條挂筯竿上展浴
復取浴具放一邊解上衣不可便卸却直

襪先脫下面衣裳以脚巾圍身繫浴裙將視
袴捲摺安襪內次脫直襪五條住一處將手
巾繫於竿上無手巾以條繫古云三通浴鼓
入堂時觸淨須分上下衣却脫其餘衣服住
一複覆轉放不得赤脚趨浴須看履子於下
間空處留水不得占頭首老宿坐處謂上間
也不得以湯水濺人身上不得將桶坵上泡脚
不得浴室內小遺并洗僻處不得將脚閣桶

上不得語笑不得槽上揩脚不得涼水不得
起身撥桶澆身恐水濺左右前後人須當遮
護渾身不得多用浴湯脚巾不得離身有脚
巾不入桶者或有瘡或洗灸瘡或使疥藥室
隨後入浴不得以兩邊公界手巾拭頭面浴
室手巾係着衣後淨手披挂子出浴挹左右
先着上分衣并直裰都遮即着下分衣解浴
裙以脚巾展裙內恐濕浴後手巾携左手不

得_以濕脚巾搭手上揖左右出看設浴施主
名字隨意課誦經咒回向寒月向火先坐爐
上然後轉身入爐問訊方坐有處脫鞋在外
不得弄香匙火筋不得撥火不得聚頭說話
不得煨點心等物不得炙鞋臭焙脚紼衣裳
等皆不許不得攪起直裰露禱口不得吐唾
并彈垢膩於火爐中

如前所集一日事件衆中威儀非敢聞於老

成聊以誘於初學升堂入室小參諷經念誦
處寮解結人事裝包頂笠送亡唱衣應係微
細軌則清規既已具載尊宿各有明文不再
備陳徒為贅語己己嘉定二年佛生日集于
龜峯首座寮比丘宗壽謹識

大雁禪寺 常住

入眾日用

隨時軒藏



