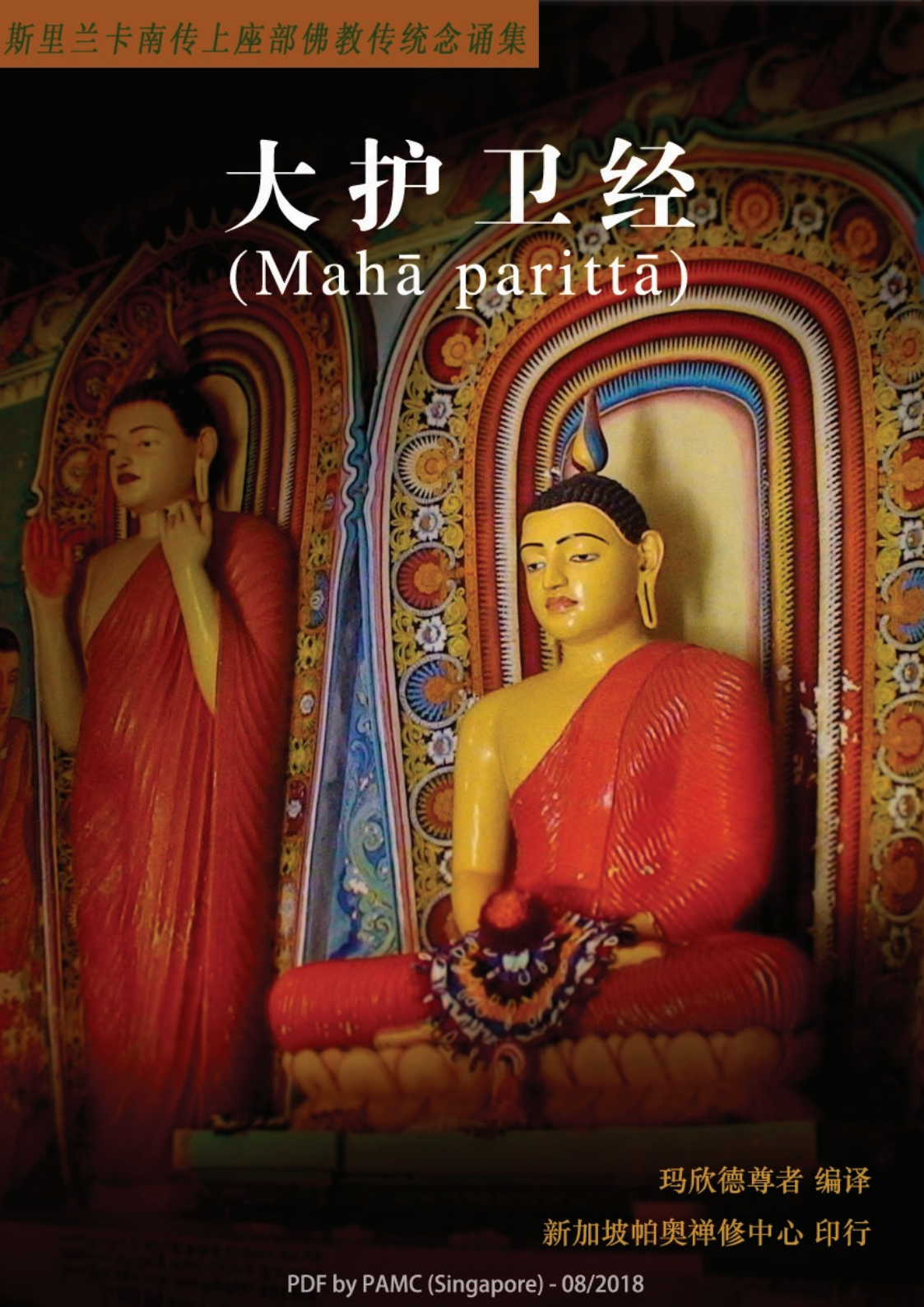


斯里兰卡南传上座部佛教传统念诵集

大 护 卫 经

(Mahā parittā)



玛欣德尊者 编译

新加坡帕奥禅修中心 印行



根据上座部佛教的传统，
有一些经文具有某种不可思议的力量，
能够使念诵者和听闻者免除危难，带来吉祥。
从祈请念诵护卫经的邀请文中可以知道，
护卫经具有能够排除不幸、
达成一切成就，使痛苦、怖畏、
疾病等消失的护卫作用。
因此，古代斯里兰卡的诸大长老们
从巴利语经藏中选取了二十九部
长短的经典，汇编成《大护卫经》。



新加坡帕奥禅修中心

Pa-Auk Meditation Centre (Singapore)

15 Teo Kim Eng Road Singapore 416385

Email: admin@pamc.org.sg

Website: www.pamc.org.sg

免费赠阅

斯里兰卡上座部佛教传统

大护卫经

Mahā Parittā

(Sri Lanka Tradition)



新加坡帕奥禅修中心

玛欣德尊者 编译

Edited & Translated by
Mahinda Bhikkhu (China)

新加坡帕奥禅修中心 印行

© Mahinda 2013

1. 只要不增删、修改本书的任何内容（例如：不得把“比库”改为“比丘”等），则任何单位及个人皆可无须经过编译者的同意而引用、复制、翻印、流通本书。
2. 不得以任何商业方式流通本书。
3. 若您希望获得本书，以及其他佛法资料，请访问“中国上座部佛教”网：www.theravada.org.cn。
4. 若您希望印行本书，请联系 dhammavihari@theravada.org.cn，我们将为您提供最新的版本。



新加坡帕奥禅修中心

● 免费赠阅 欢迎翻印 ●

【 目 录 】

(经文的页码为中译的页码)

序言.....	I
凡例.....	III

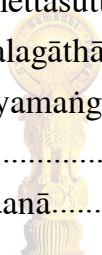
护 卫 经 序 论

一、何谓“护卫经”.....	3
二、护卫经的起源.....	5
三、护卫经的保护作用.....	8
四、对护卫经的几点误解.....	13
1. 护卫经是咒语.....	13
2. 护卫经万能论.....	17
3. 护卫经非佛说.....	20
五、护卫经的念诵程序.....	22
六、内容提要.....	27

护 卫 经 念 诵

邀请 Ārādhanā.....	47
教导 Anusāsanā.....	47
礼敬 Namakkāra.....	47
皈依 Saraṇagamana.....	49
五戒 Pañcasīla.....	49

邀请诸天 Devārādhanaḥ.....	51
礼敬 Namakkāra.....	51
佛随念 Buddhānusati.....	51
法随念 Dhammānusati.....	51
僧随念 Saṅghānusati.....	53
大吉祥经 Mahāmaṅgalasuttaṃ.....	55
宝经 Ratanasuttaṃ.....	61
应作慈爱经 Karaṇīyamettasuttaṃ.....	71
胜利吉祥偈 Jayamaṅgalagāthā.....	77
大胜利吉祥偈 Mahājayamaṅgalagāthā.....	81
无畏偈 Abhayagāthā.....	87
随喜功德 Puññānumodanaḥ.....	91



新加坡帕奥禅修中心

大护卫经

1. 行皈依 Saraṇagamanam.....	95
2. 十学处 Dasasikkhāpadaṃ.....	95
3. 问沙马内勒 Sāmaṇerapañham.....	97
4. 三十二行相 Dvattiṃsākāro.....	99
5. 四种省思 Catupaccavekkhaṇā.....	99
6. 十法经 Dasadhammasuttaṃ.....	101
7. 大吉祥经 Mahāmaṅgalasuttaṃ.....	106
8. 宝经 Ratanasuttaṃ.....	112
9. 应作慈爱经 Karaṇīyamettasuttaṃ.....	120
10. 蕴护卫经 Khandha parittam.....	124

11. 慈爱功德经	Mettānisamsā suttaṃ.....	130
12. 朋友功德经	Mittānisamsā suttaṃ.....	132
13. 孔雀护卫经	Mora parittaṃ.....	136
14. 月亮护卫经	Canda parittaṃ.....	138
15. 太阳护卫经	Suriya parittaṃ.....	142
16. 旌旗顶经	Dhajagga suttaṃ.....	144
17. 马哈伽沙巴长老觉支		
	Mahākassapatthera Bojjhaṅgaṃ.....	152
18. 马哈摩嘎喇那长老觉支		
	Mahāmoggallānatthera Bojjhaṅgaṃ.....	156
19. 大准德长老觉支		
	Mahācundatthera Bojjhaṅgaṃ.....	160
20. 吉利马难德经	Girimānandasuttaṃ.....	162
21. 吞仙经	Isigilisuttaṃ.....	174
22. 转法轮经		
	Dhammacakkappavattanasuttaṃ.....	186
23. 大集会经	Mahāsamayasuttaṃ.....	200
24. 阿叻瓦格经	Āḷavakasuttaṃ.....	232
25. 耕者跋勒德瓦哲经	Kasībhāradvājasuttaṃ.....	240
26. 衰败经	Parābhavasuttaṃ.....	248
27. 贱种经	Vasalasuttaṃ.....	258
28. 谛分别经	Saccavibhaṅgasuttaṃ.....	272
29. 阿塔那帝亚经	Ātānāṭiyasuttaṃ.....	290

词语汇解.....	333
主要参考资料.....	349
一、巴利语原典.....	349
二、英文资料.....	350
三、中(日)文资料.....	351
《大护卫经》MP3 目录.....	352



新加坡帕奥禅修中心

序 言

2007年笔者在缅甸帕奥禅林度雨安居期间，着手编译《上座部佛教念诵集》。由于该《念诵集》收录了斯里兰卡、缅甸和泰国三个南传上座部佛教国家传统的念诵经偈，其中的斯里兰卡传统也包括了《大护卫经》的内容。当笔者将《大护卫经》全部翻译出来之后，发现由于内容较多，几乎可以独立成册，于是又撰写了《护卫经序论》，再编入已经翻译完的斯里兰卡传统《护卫经念诵》，于是编译为呈现在读者面前的这一本《大护卫经》。

新加坡帕奥禅修中心

感谢台湾的性本法师、翁惠玲居士，新加坡的伊慧玲、林秀英贤友参与本书的校稿工作。

最后，笔者把编译本书的功德回向给他的父母亲、亲教师、诸位师长、同梵行者、所有热爱正法的人，以及一切有情，愿大家随喜的功德，成为早日证悟涅槃的助缘！

愿佛陀正法久住世间！
愿一切众生快乐安稳！

Sādhu! Sādhu! Sādhu!
萨度！萨度！萨度！



新加坡帕奥禅修中心

玛欣德比库
(Mahinda Bhikkhu)

序于广州市
2009-3-9

【 凡 例 】

1. 本书所采用的巴利语底本为斯里兰卡的传诵本，同时也参考缅甸第六次结集的罗马字体 CD 版（Chaṭṭha Saṅgāyana CD 〈version 3〉，简称 CSCD）。

2. 为了尊重巴利圣典(Pāli)的权威性和神圣性，本书对经文的中文翻译采用直译法，并用“宋体”字标示。编译者的说明文字和脚注则使用“楷体”字。

3. 书中所使用的[]为补注，即编译者在翻译经文时根据该经义注(atṭhakathā)的解释或上下文的意思而加入的中文。¹

4. 为了方便念诵者和读者直接对照巴利语，本书采用巴汉对读的编排方式，即把巴利语经文编在左页，右页则为这些经文的中文翻译。

5. 考虑到南传上座部佛教所使用的巴利语与北传佛教所使用的梵语存在着一定的差异，所以，本书对部分巴利语人名、地名等专有名词，将根据巴利语的实际读音采用新的音译法。在这些专有名词第一次出现时，有些也会在其后附上罗马体的巴

¹ 解经侧重义解，译经贵在忠实。本书着重于忠实巴利原典，对译文不作发挥解释。除了巴利语的虚词、语气助词等之外，译经的原则尽量做到不随意增删一字。凡增添者，皆用补注或脚注标明。

利原文。

6. 为了帮助读者们能够更简明系统地了解与本书有关的一些巴利语专有名词，书后还特编写了《词语汇解》。其中，有许多专有名词的释义是摘译自上座部佛教的三藏及其义注。



玛欣德比库
(Mahinda Bhikkhu)

新加坡帕奥禅修中心

Parittā nidānakathā
护卫经序论





新加坡帕奥禅修中心

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa.

礼敬那位跋葛瓦、阿拉汉、正自觉者！

护卫经序论

一、何谓“护卫经”？

巴利语 parittā，音译为“巴利达”，意为护卫、保护、守护。根据上座部佛教的传统，有一些经文具有某种不可思议的力量，能够使念诵者和听闻者免除危难，带来吉祥。从祈请念诵护卫经的邀请文中可以知道，护卫经具有能够排除不幸、达成一切成就，使痛苦、怖畏、疾病等消失的护卫作用。因此，经典的编纂者和持诵者把这一类具有护卫功效的经文编辑在一起，统称为“护卫经”。

在古代的斯里兰卡，诸大长老们从巴利语经藏中选取了一系列的经典，汇编成《大护卫经》（巴利语为 Mahā Parittā；新诃叻语为 Mahā Pirit Pota²），又

² Mahā (大)；Pirit (巴利语 paritta, 护卫)；Pota (巴利语 potthaka, 书)。



称《四诵分巴利》(Catubhāṇavāra Pāli³), 即“四种念诵的圣典”。⁴ 这四种诵分包括若干篇长短不一的经文。⁵

所有的上座部佛教国家和地区——包括斯里兰卡、缅甸、泰国、柬埔寨、老挝等——在许多的场合都有念诵护卫经的传统。若有居士前来请求出家, 比库⁶们会为他们念诵护卫经; 有施主前来寺院作布施供养, 僧众们会应邀为他们念诵护卫经。在诵戒日、入雨安居日等, 僧人们会在寺院或自己的住所

³ 其新诃叻语为 Piruvāna Pot Vahanse, 意为“应当恭敬学习之书”。

在《普端严注》(Samantapāsādika)、《摄律义注》(Vinayasāṅgaha-aṭṭhakathā)等义注中提到, 背诵此四种诵分是作为一名比库得以免除依止(nissayamuccanaka)的条件之一。

⁴ 这《四诵分巴利》具体在何时编集而成已不得而知。有人认为是在第一次圣典结集之时, 有人认为是在其后。还有一些看法认为是在斯里兰卡的 Anuradhapura 时期。总之, 其编成的年代也许可以上推到西元前。

⁵ 泰、缅等上座部佛教国家也有《大护卫经》。泰国与斯里兰卡传统相同, 总计有二十九篇, 但缅甸传统只有十一篇。

⁶ 比库: 为巴利语 bhikkhu 的音译, 有行乞者、穿破衣者、见怖畏等义。是指于世尊正法、律中出家并达上的男子。

汉传佛教依梵语 bhikṣu 音译为比丘、苾刍等, 含有破恶、怖魔、乞士等义。其音、义皆与巴利语有所不同。

现在使用“比库”指称巴利语传承的佛世比库僧众及南传上座部比库僧众; 用“比丘”“比丘尼”指称源自梵语系统的北传僧尼。



念诵护卫经，有许多寺院和禅修中心甚至把念诵护卫经定为每日的课诵。而在家佛教信徒们则会在逢年过节、婴儿出生、结婚喜庆、祝贺寿辰、乔迁新居、生意开张、生病、亲戚去世、追思先人等日子，邀请僧众到其家中念诵护卫经。有些虔诚的在家信徒甚至还能流利地背诵多篇护卫经。

二、护卫经的起源

念诵护卫经的传统可以追溯到佛陀的时代⁷。在巴利语经律中，就有几篇经文被认为可以起到保护念诵者的作用。《增支部·第七集》收录了一篇《蕴护卫经》⁸，在该经中，佛陀教导住在森林中的比库们：为了保护自己免遭毒蛇等有伤害性的动物的攻击，在向诸蛇类散播慈爱的同时应念诵该经⁹。另外，《宝经》中的第二首偈颂，佛陀指示那些鬼神们要

⁷ 这句话的意思是指，佛弟子之间开始念诵护卫经是由于佛陀曾经教导过这些经典。我们并不排除佛陀在过去世行菩萨道时已有诵护卫经的习惯，如《孔雀护卫经》《鹤鹑护卫经》等。

⁸ 这篇经也同样地出现在《律藏·小品·小事篇》。

⁹ 从该经的因缘来看，佛陀教导此经的目的乃是要求诸比库向四类蛇王族散播慈爱，透过散播慈爱而避免遭蛇咬伤。



勤勉地保护人们。佛陀也在《旌旗顶经》直接教导诸比库：通过忆念佛法僧的功德可以消除恐惧和害怕。最明显提到学习、掌握护卫经能够守护、保护佛陀弟子的是收录于《长部》第32经的《阿塔那帝亚经》。

《宝经》的义注¹⁰中谈到：韦沙离城¹¹原是个繁荣富饶的城市。但是有一年因干旱、歉收而发生了饥荒。首先死的是穷人，他们的饿殍被扔到外面。由于尸体的臭味，非人¹²进入城内。之后更多的人死亡，又引起瘟疫的蔓延。如此，韦沙离遭受饥荒、非人和疾疫三种灾祸。韦沙离的市民齐集到国王处商议，决定到恒河对岸的王舍城去迎请跋葛瓦¹³前来消除这一切灾祸。跋葛瓦了知此行将能利益许多众生，于是带领五百位比库前往。当跋葛瓦的脚才踏上韦沙离的国土，天上立刻下起倾盆大雨，雨水把所有的死尸冲进恒河，并把大地清洗干净。沙格天

¹⁰ 见《小诵义注6》和《经集义注2.1》，亦参见《法句义注290》。

¹¹ 韦沙离城 (Vesālī)：位于恒河中游北岸，为西元前6世纪时离差维人(Licchavi)所建立的瓦基国(Vajjī)的都城。

¹² 非人：巴利语 amanussa，指人类以外的其他有情，通常指天神、龙、亚卡、阿苏罗、鬼、地狱众生等。在此经则是指为害人类的鬼怪。

¹³ 跋葛瓦：巴利语 bhagavā音译，有尊师、尊敬、功德殊胜、具祥瑞者等多种含义，是巴利圣典中最常用的佛陀德号。



帝¹⁴也带领诸天前来。由于大威势诸天的会集，多数非人逃散了。跋葛瓦站在城门口对阿难长老说：“阿难，你学习此《宝经》之后，拿着诸供器与离差维的王子们一起，在三道城墙之间绕行，诵《宝经》作护卫。”于是，具寿¹⁵阿难在诵护卫经时，用跋葛瓦之钵装满水洒向城内各处。就在长老诵“凡会集此……”时，那些非人四处夺门逃窜。在非人离去时，众人的病也随之痊愈。

在《应作慈爱经》的义注¹⁶中谈到：有一年在临近雨安居时，有五百位比库到跋葛瓦处取得业处¹⁷之后，来到喜马拉雅山脚下一个景色迷人的树林中住下，准备在那里度雨安居并精进禅修。但是该林中的树神不喜欢这些比库，在夜晚比库们履行沙门法时，变现出可怕的形象、发出恐怖的声音来恐吓

¹⁴ **沙格天帝** (Sakka devānaminda)：直译作沙格诸天之主。沙格，因过去世曾恭敬(sakkacca)行布施，故名。为三十三天之主，居于须弥山顶之喜见城，是佛教的护法主神。

北传佛教将之讹略为帝释、天帝释、释提桓因。

¹⁵ **具寿**：巴利语āyasmant。由 (āyus 寿命) + (mant 具有，拥有)组合而成。是对比库的尊称。

¹⁶ 见《小诵义注9》和《经集义注1.8》，参见《法句义注40》。

¹⁷ **业处**：巴利语 kammaṭṭhāna，直译为“工作的处所”，意为让心工作以培育定力和观智的地方或方法。亦即修行法门，或修行时专注的对象。



比库，使他们无法专注、忘失正念，然后再用臭气使他们产生剧烈的头痛。受到干扰的比库无法继续居住下去，不得不离开，前往跋葛瓦之处。跋葛瓦知道原委后，对他们说：“诸比库，再没有其他适合你们居住的地方，你们唯有住在那里才能达到漏尽。诸比库，回去吧！依那个地方住下来。如果希望诸神不恐吓你们，应学习此护卫经，并以此护卫经作为你们的业处。”于是那些比库依跋葛瓦的教导，念诵此经并回到该森林。那里的树神得到了慈爱，欢迎他们并为他们提供服务。就这样，那些比库住在那里日夜精勤禅修，最终都证得了阿拉汉果。

新加坡帕奥禅修中心

三、护卫经的保护作用

护卫经之所以能够起到保护的作用，按其功能来分，可以归为以下几类：

1. **三宝类**：这一类的经典乃是透过随念佛陀、正法以及僧团的殊胜功德来达到保护的效果。诸如《宝经》《旌旗顶经》等。

信徒们在皈依三宝时，会念诵如下皈依文三遍：
Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi. （我皈依佛）



Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi. (我皈依法)

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi. (我皈依僧)

皈依，巴利语 saraṇa，直译为庇护所、避难所、安全处。而 Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi 直译为“我走向佛陀为庇护所”“我去佛陀的庇护所”对于“我皈依法”“我皈依僧”诸句亦同。因为佛、法、僧三宝是佛教僧俗信徒们的庇护所、皈依处和安全处，所以，皈依、随念三宝的功德自然就能对佛教徒们起到保护的作用。

还有几篇属于礼敬佛陀的护卫经也可以归于此类，如《孔雀护卫经》《月亮护卫经》《太阳护卫经》及《阿塔那帝亚经》中偈颂的开头部分等。

新加坡帕奥禅修中心

2. 慈爱类：这一类经文乃是透过对某一类特定众生乃至一切有情散播慈爱而达到保护的效果。诸如《应作慈爱经》《蕴护卫经》《慈爱功德经》等。

佛陀在《慈爱功德经》中提到，经常散播慈爱而达到慈心解脱的禅修者可以获得十一种功德（功效），其中就包括受到非人的喜爱、诸天守护和不会遭受火、毒、刀枪的伤害。因此，慈心的功德能够保护散播慈爱者免除危难和带来祥和快乐。



3. 道德类：这一类经文其实是佛陀对其弟子特别是广大的居家信众在伦理道德上的教导和建议。与其把这一类经典视为拥有保护的作用，毋宁说是通过读诵、流传这些经文，能起到提高道德修养、化世导俗的作用。如《大吉祥经》《衰败经》《贱种经》等。

4. 法义类：这一类经典其实是教导佛法义理的经典。也许传统上认为佛陀的教法本身就具有保护的效果，故也把它们视为护卫经。如《转法轮经》《谛分别经》等。

5. 法疗类：这一类经文以讨论觉支法义的三篇《觉支经》为主。这些经典记载了通过听闻、思惟七觉支而治愈重病的例子。还有另一篇《吉利马难德经》，记载了具寿吉利马难德(Girimānanda)通过听闻和思惟十种禅修业处而治愈重病的例子。由于通过听闻和思惟这些法义曾经治愈了佛陀以及某些弟子的重病，所以通常会在信徒生病时念诵这些经典。

6. 称名类：这一类经典罗列了一系列特定的人物或鬼神的名号，通过称颂他们的名号而起到保护



的作用。如《吞仙经》罗列了许多过去诸独觉佛¹⁸的名号；《大集会经》罗列了许多诸天、鬼神的名号。特别是《阿塔那帝亚经》，透过称颂七位佛陀、四大天王以及呼喊诸亚卡¹⁹大神将的名号，使佛弟子们避免遭受诸非人、亚卡的干扰和伤害。

然而，无论是哪一类的护卫经，能够产生护卫作用的原因还在于这些经文的本身都是真实语。真实语，巴利语 *saccavajja* 或 *saccavāca*，即真实的话语或言而有信²⁰。由于佛陀所说的话都是真实不虚的，凭借着这些真实语的力量，可以使念诵者达成所愿。正如在《宝经》中，有十二首偈颂是宣说佛法僧三

新加坡怡和祥修中心

¹⁸ **独觉佛**：巴利语 *paccekabuddha*。在没有佛法的时期，能无师而通达四圣谛，但却不能教导其他众生的圣者。

汉传佛教依梵语 *pratyekabuddha* 译作辟支佛、缘觉等。

¹⁹ **亚卡**：巴利语 *yakkha* 的音译。非人的一种，是地位比诸天低但又具有诸天威力的一类鬼神，为北方韦沙瓦纳天王所统领。亚卡的种类极其繁多，有些是凶残暴戾、能伤害人类的恶鬼，有些是依止山川树木而居的树神、地居天，还有些则是如有大福德、大威势的诸天。在《中部·小爱行经》中，甚至把沙格天帝也称为亚卡。

汉传佛教依梵语 *yakṣa* 音译为夜叉、药叉等。

²⁰ 真实语的特相是真实不虚的言语，作用是说出真实，现起为圣洁、美妙，近因是身语意的清净。真实，也是菩萨应圆满的十种巴拉密 (*pāramī*)之一。



宝的功德。由于这些功德都是佛法僧的真实素质，确实是三宝所具备的，因此在这些偈颂的后面都有一句真实语的表白：“凭借这真实的话语，愿一切有情获得安乐。”

同时，佛教徒们相信，由于过去所造作的恭敬三宝、布施、持戒等善业，许多善人命终之后投生到天界。这些天界的善神们自然也恭敬三宝、喜欢善德和守护拥有善德的人们。正因如此，在每次诵护卫经之前，都会念诵“愿普轮围界，诸天来聆听……”等的邀请文，邀请整个轮围世界的所有诸天都前来聆听佛陀所说的正法。同时，在念诵完护卫经之后，又会念诵“空居与地居，大力诸天、龙，随喜功德后，恒守护佛教！”等回向功德文，祈请这些喜欢善德的诸天时常守护佛法与佛陀的弟子们。

另外，护卫经能够产生保护作用还与念诵者和听闻者自身有关。如果念诵者对三宝有信心、持戒清净，而且念诵时发音准确、吐字清晰，能够使护卫经通过念诵者之口而发挥应有的效力。同样地，听闻者对三宝的信心以及自身的戒行也是很重要的，因为护卫经无法在对三宝没有信心和道德质量败坏的人身上产生功效。



四、对护卫经的几点误解

由于护卫经具有免除危难、带来吉祥的功效，因此也容易让人产生许多误会。下面将列出几个常见的错误观点，并稍作澄清。

1. 护卫经是咒语

有很多人认为护卫经是咒语，因而把“护卫经”误译为“护咒”，例如把《蕴护卫经》误译为《蕴护咒》，把《孔雀护卫经》误译为《孔雀护咒》等²¹。

咒，梵语为 mantra(曼怛罗，译作密咒、真言)、dhāraṇī(陀罗尼，意为总持)或 vidya(巴 vijjā,意为明、明咒、咒术)。是指不能以言语说明的、有特殊效验的神秘音声，是为了达成某种目的时所念诵的秘密章句。故咒又可作神咒、禁咒、密咒、明咒、真言等。

咒语一般可分为息灾咒、增益咒、幻变咒术和降伏咒诅。

(1) 息灾咒(梵 sāntika): 可以用来护身治病、祛除灾厄、灭除障难等。

²¹ 《蕴护卫经》(Khandhaparittam)《孔雀护卫经》(Moraparittam)等经的缅文版都直接称为《蕴经》(Khandhasuttam)《孔雀经》(Morasuttam)。



(2) 增益咒 (梵 pāuṣṭika): 可以用来祈求利益、获得成就、增长福德等。²²

(3) 幻变咒术 (梵 māyāka): 可以隐身遁形、神通变化、上天下地、穿墙走壁、刀枪不入、水火不侵、点石成金等。

(4) 降伏咒诅 (梵 abhicāraka): 可以驱役鬼神、降妖除魔、起尸杀人、诛杀怨敌等。

世界各地的先民们几乎都存在着咒术信仰。在印度远古的吠陀时代 (西元前 1500-前 600), 咒术已经普遍应用。其后编辑的四种《吠陀》(Veda, 意为智、明、知识) 成为婆罗门教的根本圣典。其中的《夜柔吠陀》(梵 Yajur-veda) 是婆罗门祭司举行祭祀时所诵咒文的集录。《阿闍婆吠陀》(梵 Atharva-veda) 是禳灾、招福等咒语的集录。在佛典中, 通常称博学的婆罗门为“讽诵者、持咒者、精通三吠陀者”(ajjhāyako mantadharo tiṇṇa vedānaṃ pāragū)。同时, 在非婆罗门的各种沙门团体中, 也有许多外道修行者依靠替人念咒、作护摩 (homa, 火供一类的祭祀仪式)、看相、预言等来谋生。

²² 有时这两种咒的区分并不大, 即有些咒语在达成消灾的同时也可增福。



然而，佛陀却把这一类的咒术称为“畜生明” (tiracchānavijjā)，称依靠咒术等伎俩谋生的手段为“邪命” (micchājīva, 不正当的谋生方式)。而且佛陀远离依靠这些“畜生明”来谋生的“邪命”²³，对于佛陀的弟子们也是这样²⁴。在《律藏·小品·小事篇》中，佛陀明确禁止比丘们学习和教导“畜生明”。因此，在佛陀的教法中，是不存在所谓“咒语”的。²⁵

不过，从护卫经所能产生的功效来看，却与息灾咒与增益咒的作用非常相似。这也就难怪会有人把护卫经误会成咒语、把“护卫经”误译为“护咒”的了。

但是，咒语和护卫经还是有区别的。咒语注重的是神秘的语言及音节，赋予其语言与音节神秘的意义²⁶，相信透过念诵这些语言及音节能够产生不可

²³ 《长部·梵网经》中说：“沙门果德玛(Gotama, 佛陀)远离像这些依靠畜生明的邪命。”

²⁴ 《长部·沙门果经》等经中说：“他远离像这些依靠畜生明的邪命。这也是他的戒。”

²⁵ 佛陀不曾教导咒语是因为念咒并不能断除烦恼，与解脱生死无关。当然，不鼓励念咒并不意味着否定咒术的效验。在《无碍解道》《诸佛史义注》《所行藏义注》和《清净之道》等书中，皆提到“咒术所成神变” (vijjāmayā iddhi) 是十种神变之一。

²⁶ 如 Om̐ (唵) 字，由 a, u, ṃ 三个音素组成。婆罗门教-印度教的各派都曾解释过其所含摄与象征的意义。或谓“唵”字象征宇宙的本源、世



思议的神秘效验。咒语通常都不需要翻译和解释，咒语的含义并不重要，音声本身远远高于其意思，有许多咒语甚至只是一些毫无意义可言的音声组合。

然而，护卫经的力量并不在于音声，念诵护卫经的语言也不神秘，有时理解经文的含义比死记硬背更重要。许多经文之所以被视为护卫经是因为她们具有深远的教育意义和现实意义。例如：《吉祥经》在上座部佛教国家和地区是一篇家喻户晓的经典，学校甚至把它当成教科书来教育年轻一代。僧俗信徒们依照《应作慈爱经》中的教导来散播慈爱以及作为禅修业处。佛陀教导《蕴护卫经》的原意在于散播慈爱而非机械地念诵经文。《十法经》是出家人应当经常用来检查、省思自己身心的十条行为规范。而更多的护卫经实际上只是佛陀的教导开示，从内容上很难发现它们跟神秘力量有任何的关系。

界生成的根本等。而 a,u,m 三个音素则象征阳、阴、中三性，或表过去、现在、未来三时，或表三吠陀，或表醒觉、梦、熟睡三态，或表天、空、地，或表毗湿奴、湿婆、大梵三神，或表宇宙的住续、破坏、生成云云。



2. 护卫经万能论

由于通过念诵护卫经能够起到排除不幸和使痛苦、危险、疾病消失的作用，因此有些人无论遇到任何大小事情、各种不幸，都把希望寄托在护卫经上，把护卫经当成是消灾解厄、起死回生的灵丹妙药。

佛教相信缘起，世间上的任何事物和现象都离不开因果律，在佛教中的各种观念和行为也不能与业果法则相违背，念诵护卫经当然也不例外。

对于护卫经与业果法则之间的关系，我们可以听听弥林德王(Milinda)与龙军(Nāgasena)尊者之间的一番问答。

新加坡帕奥禅修中心

弥林德王问：“龙军尊者，跋葛瓦如此说过：

‘非虚空.海中，非入山.缝隙；

世界不存在，能脱死神处。’²⁷

但跋葛瓦又教导护卫经。诸如《宝经》《慈爱经》《蕴护卫经》《孔雀护卫经》《旌旗顶经》《阿塔那帝亚经》《指鬘经》。龙军尊者，如果去到虚空中、海洋中、殿堂、小屋、山洞、洞窟、孔穴、缝隙或山林之中都无法摆脱死神的话，那么诵护卫经就是错的。如果基于护卫经可以

²⁷ 《法句》第128颂。



摆脱死神的话，那么‘非虚空.海中……’这句话就是错的。这也是自相矛盾的问题，结上加结，今向您提出，您必须解开它。”

“大王，跋葛瓦如此说过：‘非虚空.海中……。’跋葛瓦也教导过护卫经，但那是尚有余寿、具足生机、已离业障者来说的。大王，对寿命已尽者则没有作为和手段能使其存活。

大王，就如一棵已死、干枯、无生机、生命已坏、寿行已离的树，即使用一千罐水去浇也不能使之存活或发芽变绿。同样地，大王，药物和诵护卫经对寿命已尽者则没有作为和手段能使其存活。大王，地上的药物对那寿命已尽者是不会产生作用的。大王，护卫经可以保护、护佑尚有余寿、具足生机、已离业障者，为了他们，跋葛瓦才教导护卫经。

大王，就像庄稼成熟、可收割时，农夫会防止水流入。但在谷物幼嫩、如云般具足生机时，则会用水灌溉使它增长。同样地，大王，对于寿命已尽者，可把药物和护卫经的作用置之不理。但对那些尚有余寿、具足生机的人，为了他们而念诵护卫经之药，他们能通过护卫经之药得以增长。”

“龙军尊者，如果寿命已尽者会死，尚有余寿者能活，那么，护卫经之药也是无用的。”



“大王，你以前见过有疾病通过药物而治愈的吗？”

“是的，尊者，见过好几百次。”

“那么，大王，‘护卫经之药也是无用的’这句话即是错的。”

……（中略）

“龙军尊者，护卫经是否保护一切人？”

“大王，保护一些人，不保护一些人。”

“那么，龙军尊者，护卫经并不是万能的。”

“大王，食物是否能保护一切人的生命？”

“尊者，保护一些人，不保护一些人。”

“什么原因呢？”

“尊者，因为有些人过量吃食物，有些人因霍乱而死。”

“那么，大王，食物不能保护一切人的生命？”

“有两种原因食物可以夺取生命：饮食过量或热力羸弱(消化不良)。龙军尊者，能够维生的食物可因恶习惯而夺取生命。”

“同样地，大王，护卫经保护一些人，不保护一些人。大王，有三种原因使护卫经不能保护：业障、烦恼障和无信障。大王，能够保护有情的护卫经可因自己的所作而失去保护力。大王，犹如母亲滋养腹中的胎儿，细心地准备生产。生产后除去不净、污垢、鼻涕，染以



最上之妙香。后来有别人的儿子辱骂、殴打或打伤他时，她会愤怒地抓他们带到君主处。但如果是她的儿子犯罪、越轨，人们在抓住他去君主处时用棍棒、拳脚打他、揍他。大王，他的母亲是否也可以抓住抓他的人而带到君主之处呢？”

“不能，尊者。”

“大王，是什么原因呢？”

“尊者，因为他自己的罪过。”

“同样地，大王，能够保护有情的护卫经对自己有罪过者是徒然的。”



——《弥林德问》

新加坡帕奥禅修中心

3. 护卫经非佛说

上述的“护卫经万能论”是一种极端，而这种“护卫经非佛说”的观点则是另一种极端。持有这一类错误观点的人多数是所谓的“原始佛教论”者和一些佛教学者。这些人一般都受过西式的现代教育，接受西方的理性思惟以及治学方法。他们在研究佛教经典时多数只是注重经文中的理性成分。

护卫经强调信仰的力量、天神的介入，而通过念诵和听闻护卫经所产生的功效和作用，也非所谓



的科学、物质主义等所能解释。由于护卫经中所包含的这些非理性因素，故有些学者认为：护卫经与古代印度人对天地鬼神的信仰和万物有灵论有关，像佛陀这样重视智慧、反对迷信的导师是不可能教导诸如护卫经一类低俗信仰的。护卫经的出现只是后期佛教徒在受到婆罗门教和民间习俗的影响下，为了顺应一般民众的信仰才产生和集成的。

我们并不否认现今形式的护卫经是后期编辑的作品，也不否认后期的佛教徒曾或多或少地夸大了护卫经的神秘力量。然而，正如在前面“护卫经的起源”一节所述，佛陀的确教导过弟子们为了保护自己而学习某些护卫经，念诵护卫经的传统的确可以上溯到佛陀时代。大部分的护卫经都是佛陀言教的真实记录²⁸，编者只是把这些经典奉为护卫经而已。

在禅修过程中，信根和慧根的平衡是很重要的。学习佛法时也一样。《清净之道》中说：

“信强而慧弱则成迷信，信于不当之事。慧强而信弱则偏于虚伪一边，犹如由药引起的病般不可救药。唯

²⁸ 有些护卫经也并非完全是佛陀所说的。如《谛分别经》为沙利子尊者所说，《孔雀护卫经》为菩萨过去世投生为孔雀时所诵，《阿塔那帝亚经》为韦沙瓦纳天王所说等。



有两者平等，才能信于正当之事。”²⁹

信根偏于感性，而慧根则倾向于理性。过度感性容易造成偏激、盲从、迷信或宗教狂热；过度理性则倾向于狡黠，不但自己不肯踏实修行，而且喜爱批判与评头品足。这两种态度对修学佛法都是有害的。亦如前面所引的《弥林德问》中提到，不信障正是使护卫经失效的三种原因之一。

五、护卫经的念诵程序

念诵护卫经的传统普遍流行于各个上座部佛教国家和地区。各国念诵护卫经的方式和内容略有差异，但都大同小异。比如斯里兰卡的在家信徒邀请比库到其家中念诵护卫经时，会把白布铺在椅子上请比库们坐下，而缅甸的比库到居士家中则多数是席地而坐。斯里兰卡、泰国的比库在念诵护卫经时有系圣线的习俗，但在缅甸则较为少见。

根据上座部佛教传统，念诵护卫经所使用的语言是佛陀的语言(Buddhabhāsā)——巴利语。巴利语源于佛陀当年讲经说法时所使用的马葛底语(Māgadhī,

²⁹ 见《清净之道·说地遍品》的“诸根平衡而行道”。



Māgadhika)。上座部佛教的比库们几乎在所有正式の場合——诸如传诵经典、授戒、作僧甘马³⁰等——都使用这种古老又神圣的语言。

不过，因受到语言因素等的影响，各国比库的诵经音调也各有特色。斯里兰卡传统的诵经音调注重巴利语的长短音、送气不送气音，韵律优美动听。泰国传统的诵经音调也注重长短音，且在每篇经文刚开头的一句多数由长老比库起音领诵。缅甸传统的诵经方式长短音区别不大，而且念诵速度较快³¹。

然而，无论是在斯里兰卡、泰国还是缅甸，最普遍被用来作为祝福的经文是三种护卫经——《大吉祥经》《宝经》和《应作慈爱经》。念诵这三种经几乎适用于一切适当的场合。

下面，将依斯里兰卡的传统来介绍念诵护卫经的基本程序：

如果在家信徒希望比库前来家中念诵护卫经，他们可提前一两天到寺塔中去作邀请。邀请时应指明邀请比库的人数和诵经的目的、时间等。得到僧

³⁰ 甘马：为巴利语 kamma 的音译，即僧团表决会议。

汉传佛教依梵语 karma 音译为“羯磨”。

³¹ 这是指缅甸的诵经方式。掸族等的诵经方式则与泰国有点相似。



团的同意后，则可回家着手准备。

到了诵护卫经的那一天，居士们以鲜花、香、灯等供养佛像，并在佛像前摆放一盆清水和一个护卫圣线球。等比库僧众来到家门口时，男居士们会为每一位比库洗足、擦脚³²。比库们则依瓦萨(vassa, 即戒龄)先后列队进入屋内。若是虔诚的信徒，此时还会在比库们行走的地方铺上地毯、撒上花瓣、燃上好香等，尽力供养。

待比库们一字排开坐定后，于家中恭候的诸亲戚、朋友会围聚坐在比库前面的地上，顶礼三拜。主人带领大家一起念祈请诵护卫经的邀请文³³。此时，长老比库会为信徒们作简短的开示，开示的内容可以是关于护卫经的意义、听闻护卫经的利益、专心恭敬聆听的功德等等。

根据上座部佛教的传统，在家信众在作布施、闻法、禅修等功德之前，一般都会先向比库请求受三皈依和五戒，令其戒行清净，从而使所作的功德更加殊胜。故此，为了施主们的利益，比库可授予他们三皈依和五戒，因为守持净戒本身就是一种功德。若条件允许的话，更可授予三皈依和八戒。

³² 根据戒律，比库不得穿鞋前往在家人的住区，除非生病或防病。

³³ 若居士们不会念，也可由长老比库带领一句一句地念。



授完戒后，长老比库引声念诵《邀请诸天文》。随后，从Namo tassa……开始，比库们齐声次第念诵《礼敬三宝》《大吉祥经》《宝经》《应作慈爱经》《胜利吉祥偈》《大胜利吉祥偈》《无畏偈》等，最后以《随喜功德》作结。³⁴

在比库们开始诵经不久时，一位男居士轻步上前，从比库手中接过圣线球，一端仍由比库们拿着，另一端则传递给每一位在家信徒拿着。然后大众恭敬合掌，安静地聆听佛陀的法音。

念诵完护卫经后，再把圣线收回，剪成约一拃手长的护卫绳，由长老把它绑在信徒们的右手腕上³⁵。护卫水则可以饮用或洗脸。

如果时间允许的话，长老比库还可为居士们作些祝福或佛法开示。此时，信徒们也可献上袈裟、日用品等供养³⁶，以积累布施功德、种植福田。比库在离开之前，还可带领信徒们念诵《回向功德文》，把所作的一切善德，作为断除烦恼、证悟涅槃的助

³⁴ 详见下一篇《护卫经念诵》。当然，具体念诵哪些内容可由比库们取舍决定。

³⁵ 若是女居士，则由其他人帮忙绑。

³⁶ 无论如何，不得用钞票、红包等任何形式的金钱供养比库。比库只能接受如法必需品的供养，接受金钱属于犯戒的行为。



缘，同时，也可把功德回向给亲戚乃至一切众生。护卫经念诵仪式圆满结束。

在斯里兰卡还有一种更加隆重庄严的仪式是念诵《大护卫经》。念诵所有的《大护卫经》通常需要整夜的时间。信徒们事先在寺院或其他公共场所的空地上搭一临时帐幕(mandapa)，摆设平台。在平台的桌子上供奉一座小舍利塔（或一尊佛像），并准备好清水和护卫圣线球等。

夜幕降临，比库僧团登上平台坐定后，信徒中的长者带领众人一起念祈请诵护卫经的邀请文。长老比库作简短开示并为大家授三皈五戒后，僧众齐声念诵护卫经（程序大致同上）。等到诵完《大胜利吉祥偈》后，僧众离开，只留下两位比库开始念诵《大护卫经》。待念了一段时间后，另外两位比库走进帐幕，接替前面两位而无间断地继续念诵。等念诵完四种诵分的所有二十九篇《大护卫经》后，全体僧众再次走进帐幕，诵《应作慈爱经》等并以《随喜功德》作结。最后居士们再次念诵三皈五戒，作回向功德，结束《大护卫经》的念诵仪式。次日早上，信徒们往往会设斋供养比库僧团。



六、内容提要

由于本书着重在介绍属于斯里兰卡传统的《大护卫经》，故此本书所编译的念诵仪规和经文内容都依照斯里兰卡的传诵本。斯里兰卡传诵本与缅甸和泰国的传诵本在个别巴利语用词上会有一些不同，而有些则属于词语组合上和语法上的差异。然而，这种差异是无关要紧的，它们几乎不会影响到经文所想要表达的内容，当然也不会影响到中文的翻译。

本书内容分为两大部分：第一部分介绍最为常见的、一般作为祝福之用的护卫经念诵程序。这一部分以最常用的三篇护卫经——《大吉祥经》《宝经》和《应作慈爱经》为中心，同时也把经常结合此三经一起念诵的《礼敬三宝》《大胜利吉祥偈》《无畏偈》和《随喜功德》等一并编排进去，从而组成一套完整的念诵仪规。

第二部分是《大护卫经》。《大护卫经》分为四个诵分，主要内容是二十二篇长短不一的经文。不过，传统上通常又附加了七篇经文，从而成为二十九篇经。值得注意的是，这七篇经文并不是附加在



所有经文之末，而是在第二诵分之后，称为“附加七经” (Atirekāni Sattasuttāni)。

因此，这四种诵分的第一诵分包含十六篇篇幅较短的经文；第二诵分包含五篇篇幅中等的经文，另再附加七篇篇幅中等的经文；第三和第四诵分合为一篇篇幅很长的经文。它们分别是：

第一诵分(Paṭhamakabhāṇavāro)

1. 行皈依(Saraṇagamanam)
2. 十学处(Dasaikkhāpadāni)
3. 问沙马内勒(Sāmaṇerapañham)
4. 三十二行相(Dvattiṃsākāram)
5. 四种省思(Catupaccavekkhanā)
6. 十法经(Dasadhammasuttam)
7. 大吉祥经(Mahāmaṅgalasuttam)
8. 宝经(Ratanasuttam)
9. 应作慈爱经(Karaṇīyamettasuttam)
10. 蕴护卫经(Khandhaparittam)
11. 慈爱功德经(Mettānisamsasuttam)
12. 朋友功德经(Mittānisamsam)
13. 孔雀护卫经(Moraparittam)
14. 月亮护卫经(Candaparittam)
15. 太阳护卫经(Suriyaparittam)



16. 旌旗顶经(Dhajaggaparittam)

第二诵分(Dutiyakabhāṇavāro)

17. 马哈伽沙巴长老觉支

(Mahākassapattherabojjhaṅgam)

18. 马哈摩嘎喇那长老觉支

(Mahāmoggallānattherabojjhaṅgam)

19. 大准德长老觉支(Mahācundattherabojjhaṅgam)

20. 吉利马难德经(Girimānandasuttam)

21. 吞仙经(Isigilisuttam)

附加七经(Atirekāni Sattasuttāni)

22. 转法轮经(Dhammacakkappavattanasuttam)

23. 大集会经(Mahāsamayasuttam)

24. 阿叻瓦格经(Ālavakasuttam)

25. 耕者跋勒德瓦哲经(Kasībhāradvājasuttam)

26. 衰败经(Parābhavasuttam)

27. 贱种经(Vasalasuttam)

28. 谛分别经(Saccavibhaṅgasuttam)

第三诵分(Tatīyakabhāṇavāro)

29. 阿塔那帝亚经之一(Āṭānāṭīyasuttam -1)

第四诵分(Catutthakabhāṇavāro)

阿塔那帝亚经之二(Āṭānāṭīyasuttam -2)



下面将分别介绍这些经典的内容提要：

1. **行皈依**：即前往皈依佛陀、佛陀所善说之法、依法行道的佛弟子僧团，以此佛、法、僧三宝为庇护所、皈依处。通过念诵此三皈依文，他（她）便可成为一名佛弟子。佛陀的一切僧俗弟子皆以此佛法僧为皈依。

2. **十学处**：远离杀生、不与取（偷盗）、非梵行（淫欲）等十条学处是沙马内勒³⁷应持守、学习的戒律。同时，它们也是一切佛教出家众皆应遵行的基本学处。

3. **问沙马内勒**：缅文版作《问童子》。内容按照数目的顺序设置了十个重要的基础佛学问题，通过一问一答的方式帮助沙马内勒学习和记忆。

4. **三十二行相**：又作三十二身分、身至念，即佛陀教导弟子们应观察思惟的三十二个身体组成部分。当然，佛陀教导这些并非为了生理学或解剖学的目的，而是为了揭示色身的厌恶、不净。

5. **四种省思**：出家众在受用衣、食物、坐卧处（住所）和药品这四种生活资具时须进行如理省思，即思惟使用这四种资具的正确用途和目的，这称为

³⁷ **沙马内勒**：巴利语 sāmaṇera 的音译。是指于世尊正法、律中出家、受持十戒之男子。



“资具依止戒” (paccayasannissita-sīla)。假如不经省思而受用的话，则属于“欠债受用”。

6. 十法经：这是佛陀教导的另外一种作为出家人应当经常省察的十件事情：(1)已捨离美好；(2)生活依赖他人；(3)行仪举止应有不同；(4)是否会谴责自己的戒行；(5)戒行是否会遭到有智的同梵行者们谴责；(6)将会与一切喜爱的事物分离；(7)思惟业果法则；(8)如何度过日日夜夜；(9)是否乐于空闲处；(10)临终时是否能通过同梵行者关于上人法³⁸的检问。

7. 大吉祥经：根据该经的义注说，古印度发生了关于“什么是吉祥”的争论，结果分成三派，三派各持己见，相持不下。争论传到了天界，但也无有定论。沙格天帝派一天子到佛陀处请示此事，于是佛陀用偈颂的方式教导了三十八种最吉祥事。这三十八种吉祥事是在家众和出家众的行为准则与身心指南。直至今日，这些教导仍然对提升现代人（无论他是否佛教徒）的道德质量、心灵素养和生活品味都有很大的帮助。传统上，念诵该经作为祈愿吉祥、祝福之用。

8. 宝经：有一年韦沙离城发生了饥荒、非人和

³⁸ **上人法：**巴利语 uttarimanussadhamma，又作过人法，即超越常人的能力与证量，如禅那、神通、果证等。



疾疫三种灾祸，当地居民邀请佛陀前往，佛陀教导阿难尊者通过念诵此经平息了灾祸。该经共有十七首偈颂，前面两首是佛陀吩咐诸鬼神应认真聆听此经并保护人类。中间十二首偈颂为称颂佛、法、僧三宝的功德，透过称颂三宝功德的真实语来祝愿一切有情安乐。最后的三首偈颂为沙格天帝所说。念诵该经一般上作为驱除疾疫、灾难和非人之用。

9. 应作慈爱经： 缅文版作《慈爱经》。有一群住在森林禅修的比库受到树神的干扰，佛陀教导念诵此经并依经散播慈爱。本经共由十首偈颂组成。开头两首半偈颂教导一位通过听闻等而以世间智领悟到涅槃境界的寂静之后，为了善巧于自己利益的禅修者应当修行三学，应当具足有能力、正直等十五种素质。接着的三首半偈把一切有情分为七种不同的组合来散播慈爱。不但通过祝愿众生快乐安稳来散播慈爱，而且也通过不欺骗、不轻视，不互相以忿怒、瞋恚想而希望对方受苦来修习。就如母亲会用生命来保护自己的独生子一般，把慈心无量地散播到一切世界，并且在行立坐卧等姿势中安住于慈爱。最后一首偈教导以慈心禅那为基础修观



断除邪见、具足出世间戒和入流道³⁹正见，再以第三不来道捨断欲贪，最后证悟阿拉汉，不会再投胎轮回。⁴⁰

10. 蕴护卫经：在沙瓦提(Sāvathī)有位比库被蛇咬死了，佛陀说那是因为该比库没有向四类蛇王族散播慈爱的缘故。若比库向维卢巴卡等四类蛇王族散播慈爱，就不会被蛇咬死。于是佛陀教导此经：向各类众生散播慈爱，要求有伤害性的生类离开，最后以礼敬七位正自觉者作结。

11. 慈爱功德经：佛陀提到经常修习慈心禅那者可获得十一种功德：(1)睡眠安乐；(2)醒来快乐；(3)不做恶梦；(4)为人们喜爱；(5)为非人喜爱；(6)受诸天守护；(7)不为火、毒、刀所伤；(8)心能够迅速得定；(9)容貌光洁；(10)临终时不昏迷；(11)若还没有证得阿拉汉果，来世则可往生到梵天界。

12. 朋友功德经：本经记载于《本生》，是菩萨在过去世投生为德密亚(Temiya)王子时所说的偈颂。讲述了他由于不欺骗朋友，得到了许多的利益。

³⁹ **入流道：**巴利语 sotāpattimaggā, 四种圣道中的第一圣道，能断除有身见、戒禁取与疑三结。入流道心生起后即证得入流果(sotāpannaphala), 即初果。入流，又作至流，即已进入圣道之流。

⁴⁰ 在这里参考了义注的解释。



13. 孔雀护卫经：菩萨在过去世投生为一只金孔雀，它每天早上登上山顶，望着太阳升起作礼拜，祈愿得到守护而安度白天，又礼敬诸婆罗门、诸佛、诸解脱者及他们所具足的菩提解脱。在作过护卫后才前往觅食。傍晚它也同样登上山顶，望着太阳下山作礼拜后才准备居住。由于金孔雀每天都作这样的护卫，竟避免了七代国王所派遣的猎人的追捕。

14. 月亮护卫经：月亮天子被拉胡阿苏罗王(Rāhu asurinda)抓住，他忆念跋葛瓦并请求庇护。跋葛瓦对拉胡说月亮天子已皈依了他，要求释放月亮。拉胡释放了月亮天子后惊恐地跑到其主韦巴吉帝阿苏罗王(Vepacitti asurinda)处。韦巴吉帝问明其故，拉胡阿苏罗王回答说如果不放开月亮，他的头将会裂为七份。

15. 太阳护卫经：内容基本同于上经。太阳天子被拉胡阿苏罗王抓住，他忆念跋葛瓦并请求庇护。在跋葛瓦的要求下拉胡释放了太阳天子。

16. 旌旗顶经：跋葛瓦对诸比库讲述过去诸天和阿苏罗发生战争时，沙格天帝叮嘱三十三天众望着他的旌旗顶，或望着巴迦巴帝天王、瓦卢纳天王、伊萨那天王的旌旗顶，则能去除怖畏和惧怕。跋葛瓦藉此对诸比库说，假如比库们在山林郊野感到怖畏、惧怕



时，应忆念佛、法、僧的功德，能去除怖畏和惧怕。

17. 马哈伽沙巴长老觉支：有一次具寿马哈伽沙巴(Mahākassapa)患了重病，跋葛瓦前往探望他。在问明病情后，跋葛瓦提到修习、多作七觉支，能导向证智、正觉、涅槃。它们分别是：念觉支、择法觉支、精进觉支、喜觉支、轻安觉支、定觉支和捨觉支。具寿马哈伽沙巴听了之后，疾病因此痊愈。

18. 马哈摩嘎喇那长老觉支：除了患病的是具寿马哈摩嘎喇那(Mahāmoggallāna)之外，经文同前。

19. 大准德长老觉支：有一次跋葛瓦患了重病，具寿大准德(Mahācunda)前来探望。跋葛瓦吩咐大准德诵出七觉支，听了之后疾病因此痊愈。⁴¹

20. 吉利马难德经：有一次具寿吉利马难德患了重病，具寿阿难把此事禀告跋葛瓦。跋葛瓦教导具寿阿难前往具寿吉利马难德处宣说十想(即十种禅修业处)：(1)无常想；(2)无我想；(3)不净想；(4)过患想；(5)捨断想；(6)离想；(7)灭想；(8)一切世间不可乐想；(9)对一切诸行无欲求想；(10)入出息念。具寿吉利马难德听闻和思惟这十种想后，疾病得以痊愈。

以上四经都谈到了通过听闻和思惟七觉支或十

⁴¹ 这三篇经的缅文版分别叫《第一病者经》《第二病者经》和《第三病者经》。



想治愈了佛陀以及某些弟子的重病，因此在传统上相信读诵和听闻这些经文具有疗病的作用。

21. 吞仙经：有一次，跋葛瓦指着环绕在王舍城周围的五座山对比库们说：这些韦跋勒山、般德瓦山、方广山、鹫峰山、吞仙山还有其他的称呼和名字。过去曾有五百位独觉佛常住在这座吞仙山中。人们只看见他们进入此山，但进入后即不见，于是认为这座山吞掉了这些仙人，因此把它叫做“吞仙山”。随后跋葛瓦说出了许多独觉佛的名号，并说应礼敬这些超越执著、已般涅槃的独觉佛们。

22. 转法轮经：此经乃跋葛瓦证悟无上正自觉后在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑对五众比库——袞丹雅(Koṇḍañña)、跋地亚(Bhaddiya)、瓦巴(Vappa)、马哈那马(Mahānāma)、阿思基(Assaji)所开示的第一篇经。经文一开始谈到出家人应有的修行态度：应当避开纵欲与自我折磨这两种极端，行于中道。中道即是八支圣道。然后跋葛瓦以三转十二行相的方式教导了四圣谛：苦圣谛、苦集圣谛、苦灭圣谛、趣向苦灭之道圣谛。袞丹雅在听开示时证得了入流果，并成为跋葛瓦教法中的第一位比库。当跋葛瓦在转法



轮时，从地居诸天开始乃至色究竟天⁴²的诸天与梵天声称：跋葛瓦所转的无上法轮，不能被沙门、婆罗门、天、魔、梵或任何人所逆转。欢呼声响彻整个梵界。

由于这篇经文是跋葛瓦成就佛果之后所宣说的第一部经，也因为此次初转法轮使佛陀的教法圆满具足了佛、法、僧三宝，所以此经在上座部佛教传统中占有很重要的地位，许多佛弟子们都喜欢在节日或特殊的日子读诵此经。

23. 大集会经：跋葛瓦住在释迦国伽毕叻瓦土(Kapilavatthu)的大林，与五百位阿拉汉比库一起。当时，来自十个世界的诸天为了谒见跋葛瓦和比库僧团而云集。有四位净居天人也前往，并且每位还说了一首偈颂。跋葛瓦对比库们说：就如现在一样，过去诸佛和未来诸佛也都有像这样的诸天集会。跋葛瓦吩咐那些比库依各自拥有的天眼去了知非人，并宣说了前来集会的诸非人、天众的名号：有来自各地的亚卡、四大天王及其眷属、诸龙、妙翅鸟、阿苏罗、各类诸天及梵天人等。此时，魔罗带着魔军也前来，企图用贪爱困缚大众，但因无机可乘而

⁴² 緬文版则用梵身诸天(brahmakāyikā devā)包括所有的梵天。



撤退。

24. 阿叻瓦格经：跋葛瓦来到亚卡阿叻瓦格(Ālavaka)的居处。阿叻瓦格亚卡叫跋葛瓦出去又进来，如是三次跋葛瓦都照办了，到第四次时跋葛瓦没照着做。阿叻瓦格亚卡说他想问些问题，如果佛陀回答不了则将搅乱其心，撕裂心脏，抓住腿扔到恒河对岸去。跋葛瓦说没有任何人能够这样做，同时也回答了阿叻瓦格的一连串问题。阿叻瓦格亚卡听了之后生起信心，皈依三宝成为近事男⁴³。

25. 耕者跋勒德瓦哲经：有一次，跋葛瓦来到耕者跋勒德瓦哲(Kasībhāradvāja)婆罗门的工作之处托钵。婆罗门对跋葛瓦说他食用自己的劳动所得，也劝跋葛瓦应食用自己的劳动所得。跋葛瓦回答说他也食用自己的劳动所得。婆罗门说他从未曾见过跋葛瓦的劳动工具。于是跋葛瓦以农耕来比喻他所具有的种种功德。婆罗门听后以大铜碗盛满乳粥想供养跋葛瓦，但跋葛瓦说他不吃由吟诵偈颂得来的食物，并说没有任何人能够消化此乳粥。婆罗门依跋葛瓦的指示把乳粥倒在无生物的水中，乳粥即唧唧

⁴³ **近事男：**巴利语 upāsaka, 亲近奉侍三宝的男子，为已皈依佛、法、僧的在家男子。女子则为近事女(upāsikā)。



作响、冒出浓烟。于是婆罗门皈依佛、法、僧，并请求出家、达上⁴⁴，最后通过精进努力证悟阿拉汉果。

26. 衰败经：这篇经与《大吉祥经》很相似，都是在讨论有关家庭、社会的伦理道德。经文提到有位天人在深夜前来谒见跋葛瓦，请问什么是衰败之人和导致衰败的原因。跋葛瓦以偈颂回答了十二种导致衰败的原因，并且说如果智者清楚种种衰败之因，他将能快乐地生活。透过该经，我们将发现佛陀在两千多年前所谴责的堕落生活与今天的几乎没什么两样。

27. 贱种经：又作《拜火者跋勒德瓦哲经》。有一天，跋葛瓦托钵来到拜火者跋勒德瓦哲(Aggika-bhāradvāja)婆罗门的居处。当时，正在祭火的婆罗门喝住跋葛瓦并骂他为秃头、贱种。跋葛瓦问他是否知道什么叫贱种以及作为贱种之因，婆罗门回答说不知道，并向跋葛瓦请教。于是跋葛瓦说那些为非作歹、道德败坏、奸诈邪恶之徒才是贱种，并且得出结论：并非因为出身而为贱种，也非因为出身而为婆罗门；由于所造之业而为贱种，也由所造之

⁴⁴ **达上：**巴利语 upasampadā 的直译，由 upa (上) + sampadā (达到，获得) 组成，意为达到上位，即达到称为上等状态的比库身份。

北传古律译作受具足戒、受大戒、近圆、圆具等。



业而为婆罗门。跋葛瓦举例说出身为贱民的马当葛 (Mātāṅga) 照样能达到最高的荣誉，连刹帝利和婆罗门等都来侍奉他，而且也能往生梵天界。反而作恶的婆罗门照样会受到斥责和堕落到恶趣。拜火者跋勒德瓦哲婆罗门听了之后生起信心，皈依三宝成为近事男。

28. 谛分别经：有一次，佛陀提及他在施鹿苑所教导的四圣谛，即苦圣谛、苦集圣谛、苦灭圣谛和趣向苦灭之道圣谛。随后又称赞沙利子 (Sāriputta) 和摩嘎喇那两位上首弟子，鼓励诸比丘应亲近他们。并说沙利子能详细分别、阐明四圣谛。跋葛瓦离开后，具寿沙利子向比丘们详细解释四圣谛：苦圣谛为生苦，老苦，死苦，愁、悲、苦、忧、恼苦，所求不得苦，简而言之：五取蕴即苦。苦集圣谛为能导致再生的渴爱，包括欲爱、有爱、无有爱三种。苦灭圣谛即是渴爱的完全灭尽、解脱、无执著。趣向苦灭之道圣谛即八支圣道：正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念、正定。此经对四圣谛的解释亦见于《长部22·大念处经》。

29. 阿塔那帝亚经：此经在二十九篇大护卫经中的篇幅最长。经文讲述跋葛瓦住在王舍城的鹞峰



山时，四大王带领亚卡、甘塔拔⁴⁵、瓮拏天⁴⁶、龙四大军团，来到跋葛瓦之处。北方的韦沙瓦纳⁴⁷天王告诉跋葛瓦：有些亚卡不信乐跋葛瓦，有些亚卡信乐跋葛瓦，但是大多数的亚卡并不信乐跋葛瓦。因为跋葛瓦教导远离杀生、不与取、欲邪行、虚妄语和诸酒类，但大多数亚卡经常违犯这些恶行，所以他们不喜欢跋葛瓦。有些跋葛瓦的弟子隐居在人迹罕至的山林郊野、偏僻处，在那里有些不信佛的亚卡居住。为了保护跋葛瓦的弟子不受伤害，韦沙瓦纳天王请求跋葛瓦受持此《阿塔那帝亚保护经》。

在得知跋葛瓦默然同意后，天王宣说了此经：首先礼敬过去的六位佛陀：维巴西佛、西奇佛、韦沙菩佛、咖古三特佛、果那葛马那佛和咖沙巴佛，以及现在的果德玛佛陀。然后提到：守护东方的是

⁴⁵ **甘塔拔**：巴利语 *gandhabba* 的音译。天界音乐神，为东方持国天王之部属。古音译作干闥婆、捷闥婆等，意为食香、香阴、香行等。

⁴⁶ **瓮拏天**：巴利语 *kumbhanda* 的直译。一类低等天众，为南方增长天王所统领。由于此类天众的阴囊(*aṇḍa*)大小如瓮(*kumbha*)，且挺着大肚子，故得此名。古音译作鳩槃荼、恭畔荼等，意译作瓮形鬼、冬瓜鬼。

⁴⁷ **韦沙瓦纳** (*Vessavaṇa*)：四大天王中的北方天王，统领亚卡众。据说他的前世是位婆罗门，因乐善好施而投生为名叫古韦勒(*Kuvera*)的天子。后因统辖维萨纳城(*Visāṇa*)而被称为“韦沙瓦纳”。

北传佛教称之为毗沙门天(梵 *Vaiśramaṇa*, 多闻)，并尊奉为财宝神和佛教保护神。



持国(Dhatarattha)天王，统领甘塔拔；守护南方的是增长(Virūlhaka)天王，统领瓮辇天；守护西方的是广目(Virūpakkha)天王，统领诸龙；守护北方的是韦沙瓦纳天王，统领亚卡。这四位天王各有九十一位拥有大神力的儿子，且皆叫做“印德”，他们都见过并礼敬佛陀。

经中特别谈到须弥山之北的古卢洲，那里的人民生活快乐，不事生产而享用着自然生长的粮食。男女两性的关系是自由的，既没有夫妻的概念，也没有自私和占有的想法。住在那里的亚卡以牲畜和人类作坐骑，跟随他们的主人游历诸方。韦沙瓦纳有许多空中城市，还有十二位亚卡神将。亚卡们的集会堂鸟语花香、风景优美。

韦沙瓦纳天王说：佛弟子们掌握了此《阿嗒那帝亚经》，假如还有非人、亚卡、甘塔拔、瓮辇天或龙等胆敢以邪恶之心跟随他，这个非人将不能获得尊重和居住权，也不能嫁娶，甚至使其头裂为七块。遭到那些邪恶非人干扰的佛弟子应呼叫亚卡大将军的名字。韦沙瓦纳说完此经后，与诸非人一起离开。

翌日天亮后，跋葛瓦把前夜发生的事情经过告诉比库们，叮嘱比库们为了保护、免受伤害与安乐住而受持此《阿嗒那帝亚经》。



此经与前面的《大集会经》很相似，都是以谈论诸天、亚卡等非人为主，这在早期三藏圣典中毕竟属于少数，因此有些学者认为这两篇经很可能是后期佛教乃至秘术佛教（大乘密教）的滥觞。



新加坡帕奥禅修中心



新加坡帕奥禅修中心

Parittā bhāṇavāra

护卫经念诵





Mahā parittā

Ārāḍhanā

Vipatti paṭibāhāya,
sabbasampatti siddhiyā,
Sabbadukkhavināsāya,
parittaṃ brūtha maṅgalaṃ.

Vipatti paṭibāhāya,
sabbasampatti siddhiyā,
Sabbabhayavināsāya,
parittaṃ brūtha maṅgalaṃ.

Vipatti paṭibāhāya, 中心
sabbasampatti siddhiyā,
Sabbarogavināsāya,
parittaṃ brūtha maṅgalaṃ.

Anusāsanā

(Sotārā sakāya bhāsāya)

Namakkāra

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa. (x3)



邀请

为了能排除不幸，
为达成一切成就，
为一切痛苦消失，
请诵吉祥护卫经！

为了能排除不幸，
为达成一切成就，
为一切怖畏消失，
请诵吉祥护卫经！

为了能排除不幸，
为达成一切成就，
为一切疾病消失，
请诵吉祥护卫经！

教导

（比库用自己的语言教导听众）

礼敬

礼敬那位跋葛瓦、阿拉汉、正自觉者！（三遍）



Mahā parittā

Saraṇagamana

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Dutiyam'pi, Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Dutiyam'pi, Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Dutiyam'pi, Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Tatīyam'pi, Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Tatīyam'pi, Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Tatīyam'pi, Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

Bhikkhu: Tisaraṇa-gamaṇaṃ sampuḍḍaṃ.

Yācanakā: Āma, bhante.

Pañcasīla

1. Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
2. Adinnādānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
3. Kāmesu micchācārā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
4. Musāvādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
5. Surā-meraya-majja-pamādatṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.



行皈依

我皈依佛，
我皈依法，
我皈依僧；
第二次我皈依佛，
第二次我皈依法，
第二次我皈依僧；
第三次我皈依佛，
第三次我皈依法，
第三次我皈依僧。



比丘：三皈依已经圆满。
求戒者：是的，尊者！

五戒

1. 我受持离杀生学处；
2. 我受持离不与取学处；
3. 我受持离欲邪行学处；
4. 我受持离虚妄语学处；
5. 我受持离放逸之因的诸酒类学处。



Mahā parittā

Devārāḍhanā

Samantā cakkavāḷesu,
atrāgacchantu devatā,
Saddhammaṃ munirājassa,
suṇantu saggamokkhadaṃ.

Parittassavaṇakālo ayaṃ bhadantā. (x3)

Namakkāra

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa. (x3)

Buddhānusati

新加坡帕奥禅修中心

Iti'pi so Bhagavā araham, sammāsambuddho,
vijjācaraṇasampanno, sugato, lokavidū, anuttaro,
purisadamma sārathi, satthā devamanussānaṃ, buddho,
bhagavā'ti.

Dhammānusati

Svākkhāto bhagavatā dhammo, sandiṭṭhiko, akāliko,
ehipassiko, opanayiko, paccattaṃ veditabbo viññūhī'ti.



邀请诸天

愿普轮围界，
诸天来聆听，
牟尼王正法，
导生天解脱！

大德们，这是聆听护卫经的时候！（三遍）

礼敬

礼敬那位跋葛瓦、阿拉汉、正自觉者。（三遍）

佛随念

新加坡帕奥禅修中心

那位跋葛瓦亦即是阿拉汉，正自觉者，明行具足，善至，世间解，无上者，调御丈夫，天人导师，佛陀，跋葛瓦。

法随念

法乃跋葛瓦所善说，是自见的，无时的，来见的，导向[涅槃]的，智者们的各自证知的。



Mahā parittā

Saṅghānusati

Supaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅho, ujupaṭipanno
bhagavato sāvakaśaṅho, ñāyapaṭipanno bhagavato
sāvakaśaṅho, sāmīcipaṭipanno bhagavato
sāvakaśaṅho; yadidaṃ: cattāri purisayugāni aṭṭha
purisapuggalā, esa bhagavato sāvakaśaṅho; āhuneyyo,
pāhuneyyo, dakkhiṇeyyo, añjalikaraṇīyo, anuttaraṃ
puññakkhettaṃ lokassā'ti.


Evamaṃ buddhaṃ sarantānaṃ,
dhammaṃ saṅghaṅca bhikkhavo;
bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā,
lomahaṃso na hessatī'ti.

*Etena sacca-vajjena, pātu tvaṃ ratanattayaṃ.
etena sacca-vajjena, pātu tvaṃ ratanattayaṃ.
etena sacca-vajjena, pātu tvaṃ ratanattayaṃ.*



僧随念

跋葛瓦的弟子僧团是善行道者，跋葛瓦的弟子僧团是正直行道者，跋葛瓦的弟子僧团是如理行道者，跋葛瓦的弟子僧团是正当行道者。也即是四双八士，此乃跋葛瓦的弟子僧团，应受供养，应受供奉，应受布施，应受合掌，是世间无上的福田。



“诸比库，如此
忆念佛·法·僧，
将无畏·惧怕，
及身毛竖立！”

以此真实语，愿三宝护你！
以此真实语，愿三宝护你！
以此真实语，愿三宝护你！



Mahā parittā

Mahāmaṅgalasuttaṃ

Evamaṃ me sutamaṃ: ekaṃ samayaṃ bhagavā
Sāvattthiyaṃ viharati Jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

Atha kho aññatarā devatā abhikkantāya rattiyā,
abhikkantavaṇṇā, kevalakappaṃ Jetavanaṃ obhāsetvā
yena bhagavā ten' upasaṅkami, upasaṅkamitvā
bhagavantaṃ abhivādetvā ekamantaṃ aṭṭhāsi.
Ekamantaṃ ṭhitā kho sā devatā bhagavantaṃ gāthāya
ajjhabhāsi:-

Bahū devā manussā ca,
maṅgalāni acintayumaṃ,
ākaṅkhamānā sotthānaṃ,
brūhi maṅgalamuttamaṃ.

Asevanā ca bālānaṃ,
paṇḍitānañca sevānā,
pūjā ca pūjanīyānaṃ,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Patirūpadesavāso ca,
pubbe ca katapuññatā,
attasammāpaṇīdhi ca,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.



大吉祥经

如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。

当时，在深夜，有位容色殊胜的天人照亮了整座揭德林，来到跋葛瓦之处。来到之后，顶礼跋葛瓦，然后站在一边。站在一边的那位天人以偈颂对跋葛瓦说：

“众多天与人，
思惟诸吉祥，
希望得福祉，
请说最吉祥！”



新加坡帕奥禅修中心

（跋葛瓦说：）

“不亲近愚人，
应亲近智者，
敬奉可敬者，
此为最吉祥。”

居住适宜处，
往昔曾修福，
自立正志愿，
此为最吉祥。”

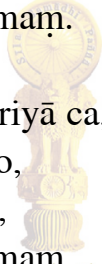


Mahā parittā

Bāhusaccañca sippañca,
vinayo ca susikkhito,
subhāsītā ca yā vācā,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Mātāpitu upaṭṭhānaṃ,
puttadārassa saṅgaho,
anākulā ca kammantā,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Dānañca dhammacariyā ca,
ñātakānañca saṅgaho,
anavajjāni kammāni,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.



新加坡帕央禅修中心

Ārati virati pāpā,
majjapānā ca saññamo,
appamādo ca dhammesu,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Gāravo ca nivāto ca,
santutṭhi ca kataññutā,
kālena dhammasavaṇaṃ,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.



多闻.技术精,
善学于律仪,
所说皆善语,
此为最吉祥。

奉养父母亲,
爱护妻与子,
工作不混乱,
此为最吉祥。

布施与法行,
接济诸亲族,
行为无过失,
此为最吉祥。



新加坡帕奥禅修中心

远离.离恶事,
自制不饮酒,
于法不放逸,
此为最吉祥。

恭敬与谦虚,
知足与感恩,
适时听闻法,
此为最吉祥。



Mahā parittā

Khantī ca sovacassatā,
samañānañca dassanaṃ,
kālena dhammasākacchā,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Tapo ca brahmacariyañca,
ariyasaccānadassanaṃ,
nibbānasacchikiriyā ca,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Phuṭṭhassa lokadhammehi,
cittaṃ yassa na kampaṭi,
asokaṃ virajaṃ khemaṃ,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

新加坡帕央禅修中心

Etādisāni katvāna,
sabbatthamaparājitā,
sabbattha sotthiṃ gacchanti,
taṃ tesam maṅgalamuttaman'ti.

*Etena sacca-vajjena, hotu te jaya-maṅgalaṃ.
etena sacca-vajjena, hotu te jaya-maṅgalaṃ.
etena sacca-vajjena, hotu te jaya-maṅgalaṃ.*



忍耐与柔顺，
得见诸沙门，
适时讨论法，
此为最吉祥。

热忱与梵行，
彻见诸圣谛，
证悟于涅槃，
此为最吉祥。

接触世间法，
心毫不动摇，
无愁.无染.安，
此为最吉祥。



新加坡帕奥禅修中心

依此实行后，
各处无能胜，
一切处平安，
是其最吉祥！”

以此真实语，愿你胜吉祥！
以此真实语，愿你胜吉祥！
以此真实语，愿你胜吉祥！



Mahā parittā

Ratanasuttaṃ

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,
bhum māni vā yāni'va antalikkhe,
sabbe'va bhūtā sumanā bhavantu,
atho'pi sakkacca suṇantu bhāsitaṃ.

Tasmā hi bhūtā nisāmetha sabbe,
mettaṃ karotha mānusiya pajāya,
divā ca ratto ca haranti ye baliṃ,
tasmā hi ne rakkhatha appamattā.

Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huram vā,
saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ,
na no samaṃ atthi tathāgatena.
idam'pi buddhe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.

Khayaṃ virāgaṃ amataṃ paṇītaṃ,
yadajjhagā Sakyamunī samāhito,
na tena dhammena sam'atthi kiñci.
idam'pi dhamme ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.



宝经

(跋葛瓦说：)

凡会集此诸鬼神，
无论地居或空居，
愿一切鬼神欢喜，
请恭敬听闻所说。

故一切鬼神倾听：
散播慈爱给人类，
日夜持来献供者，
故应保护莫放逸。



所有此他世财富，
或于天界殊胜宝，
无有等同如来者。
此乃佛之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

新加坡帕奥禅修中心

尽离贪不死殊胜，
得定释迦牟尼证，
无有等同彼法者。
此乃法之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



Mahā parittā

Yaṃ buddhaseṭṭho parivaṇṇayī sucim,
samādhimānantarikaññamāhu,
samādhinā tena samo na vijjati.
idam'pi dhamme ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.

Ye puggalā aṭṭha satamaṃ pasatthā,
cattāri etāni yugāni honti,
te dakkhiṇeyyā sugatassa sāvaka,
etesu dinnāni mahapphalāni.
idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.

Ye suppayuttā manasā dalhena,
nikkāmino gotamasāsanamhi, 中心
te pattipattā amataṃ vigayha,
laddhā mudhā nibbutiṃ bhuñjamānā.
idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.

Yath'indakhīlo paṭhavim sito siyā,
catubbhi vātebhi asampakampiyo,
tathūpamaṃ sappurisaṃ vadāmi,
yo ariyasaccāni avecca passati.
idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.



最胜佛所赞清淨，
谓为无间三摩地，
不见等同该定者。
此乃法之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

为诸善士称赞者，
他们乃四双八士，
善至弟子应供养，
布施于此得大果。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



以坚固意.善用者，
果德玛教中离欲，
彼达利得.入不死，
无偿获得享寂灭。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

犹如帝柱依地立，
四面来风不动摇；
我说譬如善男子，
决定见诸圣帝者。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



Mahā parittā

Ye ariyasaccāni vibhāvayanti,
gambhīrapaññaena sudesitāni,
kiñcāpi te honti bhusappamattā,
na te bhavaṃ aṭṭhamaṃ ādiyanti.
idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.

Sahāv'assa dassanasampadāya,
tay'assu dhammā jahitā bhavanti,
sakkāyadiṭṭhi vicikicchitañca,
sīlabbataṃ vāpi yadatthi kiñci.
catūh'apāyehi ca vippamutto,
cha cābhiṭṭhānāni abhabbo kātum.
idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccenā suvatthi hotu.

Kiñcāpi so kammaṃ karoti pāpakaṃ,
kāyena vācā uda cetasā vā,
abhabbo so tassa paṭicchādāya,
abhabbatā diṭṭhapadassa vuttā.
idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.



凡明了诸圣谛者，
由深慧者所善说，
即使他们极放逸，
亦不再受第八有。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

彼成就见之同时，
实已断除三种法：
有身邪见与怀疑、
戒禁取乃至其余；
他已解脱四恶趣，
不可能造六逆罪。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



波帕真禅修中心

即使他造作恶业，
由身或语或心念，
不可能将它覆藏，
谓见道者不可能。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



Mahā parittā

Vanappagumbe yathā phussitagge,
gimhānamāse paṭhamasmim̐ gimhe,
tathūpamaṃ dhammavaraṃ adesayī,
nibbānagāmiṃ paramaṃ hitāya.
idaṃ'pi buddhe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.

Varo varaññū varado varāharo,
anuttaro dhammavaraṃ adesayī.
idaṃ'pi buddhe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.

Khīṇaṃ purāṇaṃ navamaṃ natthi sambhavaṃ,
virattacittā āyatike bhavasmim̐,
te khīṇabījā avirulhicchandā,
nibbanti dhīrā yathā'yamaṃ padīpo.
idaṃ'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,
bhumāni vā yāni'va antalikkhe,
tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ,
buddhaṃ namassāma suvatthi hotu.



犹如热季第一月，
花开林中树丛上；
譬如所示最上法，
导向涅槃至上利。
此乃佛之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

最胜者知.与.持胜，
无上者教示胜法。
此乃佛之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



已尽旧者新不生，
于未来有心离染，
彼尽种子不增欲，
诸贤寂灭如此灯。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

（沙格天帝说：）

凡会集此诸鬼神，
无论地居或空居，
天人敬奉如来佛，
我等礼敬愿安乐！



Mahā parittā

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,
bhummāni vā yāni'va antalikkhe,
tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ,
dhammaṃ namassāma suvatthi hotu.

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,
bhummāni vā yāni'va antalikkhe,
tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ,
saṅghaṃ namassāma suvatthi hotu.

Etena sacca-vajjena, dukkhā vūpasamentu te.
etena sacca-vajjena, bhayā vūpasamentu te.
etena sacca-vajjena, rogā vūpasamentu te.



凡会集此诸鬼神，
无论地居或空居，
天人敬奉如来法，
我等礼敬愿安乐！

凡会集此诸鬼神，
无论地居或空居，
天人敬奉如来僧，
我等礼敬愿安乐！



以此真实语，愿你诸苦息！
以此真实语，愿你怖畏息！
以此真实语，愿你诸疾息！



Mahā parittā

Karaṇīyamettasuttaṃ

Karaṇīyamatthakusalena,
yantam̐ santam̐ padaṃ abhisamecca:
sakko ujū ca sūjū ca,
suvaco c'assa mudu anātimānī;

Santussako ca subharo ca,
appakicco ca sallahukavutti,
santindriyo ca nipako ca,
appagabbho kulesu ananugiddho.

Na ca khuddam̐ samācare kiñci,
yena viññū pare upavadeyyum̐.
sukhino vā khemino hontu,
sabbe sattā bhavantu sukhittā.

Ye keci pāṇabhūt'atthi,
tasā vā thāvarā vā anavasesā,
dīghā vā ye mahantā vā,
majjhimā rassakāṇukathulā;



应作慈爱经

善求义利、
领悟寂静境界后应当作：
有能力、正直、诚实，
顺从、柔和、不骄傲；

知足、易扶养，
少事务、生活简朴，
诸根寂静、贤明，
不无礼与不贪著居家；

只要会遭智者谴责，
即使是小事也不做。
愿一切有情幸福、安稳！
自有其乐！

凡所有的有情生类，
动摇的或不动的，毫无遗漏，
长的或大的，
中的、短的、细的或粗的，



Mahā parittā

Diṭṭhā vā yeva addiṭṭhā,
ye ca dūre vasanti avidūre,
bhūtā vā sambhavesī vā,
sabbe sattā bhavantu sukhittā.

Na paro paraṃ nikubbetha,
nātimaññetha katthaci naṃ kañci;
byārosanā paṭighasaññā,
nāññamaññassa dukkhamiccheyya.

Mātā yathā niyaṃ puttā,
āyusā ekaputtamanurakkhe;
evam'pi sabbabhūtesu,
mānasā bhāvaye aparimāṇaṃ.

Mettañca sabbalokasmiṃ,
mānasā bhāvaye aparimāṇaṃ,
uddhaṃ adho ca tiriyañca,
asambādhaṃ averaṃ asapattaṃ.

Tiṭṭhañcaraṃ nisinno vā,
sayāno vā yāvat'assa viḡatamiddho,
etaṃ satiṃ adhiṭṭheyya,
brahmametaṃ vihāraṃ idhamāhu.



凡是见到的或没见到的，
住在远方或近处的，
已生的或寻求出生的，
愿一切有情自有其乐！

不要有人欺骗他人，
不要轻视任何地方的任何人，
不要以忿怒、瞋恚想，
而彼此希望对方受苦！

正如母亲对待自己的儿子，
会以生命来保护唯一的儿子；
也如此对一切生类
培育无量之心！
新加坡帕奥禅修中心

以慈爱对一切世界
培育无量之心，
上方、下方及四方，
无障碍、无怨恨、无敌对！

站立、行走、坐着
或躺卧，只要他离开睡眠，
皆应确立如此之念，
这是他们于此所说的梵住。



Mahā parittā

Ditṭhiñca anupagamma,
sīlavā dassanena sampanno,
kāmesu vineyya gedhaṃ,
na hi jātu gabbhaseyyaṃ punareti'ti.

*Etena sacca-vajjena, sotthi te hotu sabbadā.
etena sacca-vajjena, sabba-rogo vinassatu.
etena sacca-vajjena, hotu te jaya-maṅgalaṃ.*



新加坡帕奥禅修中心



不接受邪见，
持戒，具足彻见，
调伏对诸欲的贪求，
确定不会再投胎！

以此真实语，愿你常平安！
以此真实语，愿诸病消失！
以此真实语，愿你胜吉祥！



新加坡帕奥禅修中心



Mahā parittā

Jayamaṅgalagāthā

Bāhuṃ sahasamabhinimmitasāyudhaṃ taṃ,
Girimekhalam uditaghorasasenamāraṃ,
dānādiddhamavidhinā jitavā munindo -
taṃ tejasā bhavatu te jayamaṅgalāni!

Mārātirekamabhiyujjhita sabbarattiṃ,
ghoraṃ pan'ālavakamakhamathaddhayakkhaṃ,
khantisudantavidhinā jitavā munindo -
taṃ tejasā bhavatu te jayamaṅgalāni!

Nālāgiriṃ gajavaraṃ atimattabhūtaṃ,
dāvaggicakkamasanīva sudāruṇaṃ taṃ,
mettambu seka vidhinā jitavā munindo -
taṃ tejasā bhavatu te jayamaṅgalāni!

Ukkhittakhaggamatihatthasudāruṇaṃ taṃ
dhāvaṃ tiyojanapathaṅgulimālavantaṃ:
iddhībhi saṅkhatamano jitavā munindo -
taṃ tejasā bhavatu te jayamaṅgalāni!

Katvāna kaṭṭhamudaraṃ iva gabbhinīyā,
Ciñcāya duṭṭhavacanaṃ janakāyamajjhe:
santena somavidhinā jitavā munindo -
taṃ tejasā bhavatu te jayamaṅgalāni!



胜利吉祥偈

他变现各持武器的千手，
魔罗领军坐在怒吼着的笈利美卡喇[象背]；
牟尼王以布施等法而胜利。
以其威力，愿你胜利吉祥！

比魔罗更恐怖的是整夜战斗，
不耐烦、顽固的阿叻瓦格亚卡；
牟尼王以忍耐、善调御的方法而胜利。
以其威力，愿你胜利吉祥！

象王那喇笈利极迷醉，
狂如林火，暴如雷电；
牟尼王以洒慈水的方法而胜利。
以其威力，愿你胜利吉祥！

手中高举着刀剑，
凶暴的戴指鬘者追赶了三由旬的路；
牟尼王以意所作神变而胜利。
以其威力，愿你胜利吉祥！

肚藏木块扮孕妇，
金佳在人群中恶言；
牟尼王以静默优雅的方法而胜利。
以其威力，愿你胜利吉祥！



Mahā parittā

Saccaṃ vihāya matisaccakavādaketuṃ,
vādābhiropitamaṇaṃ ati-andhabhūtaṃ,
paññāpadīpajalito jitavā munindo -
taṃ tejasā bhavatu te jayamaṅgalāni!

Nandopanandabhujagaṃ vibudhaṃ mahiddhiṃ,
puttena therabhujagena damāpayanto,
iddhūpadesavidhinā jitavā munindo -
taṃ tejasā bhavatu te jayamaṅgalāni!

Duggāhaditṭhibhujagena sudaṭṭhahatthaṃ,
brahmaṃ visuddhijutimiddhibakābhidhānaṃ,
ñāṇāgadena vidhinā jitavā munindo -
taṃ tejasā bhavatu te jayamaṅgalāni!

Etā pi Buddhajayamaṅgala-atṭhagāthā,
yo vācako dinadine saratematandī,
hitvānanekavividhāni c'upaddavāni,
mokkaṃ sukhaṃ adhigameyya naro sapañño'ti.

*Etena sacca-vajjena, hotu te jaya-maṅgalaṃ.
etena sacca-vajjena, hotu te jaya-maṅgalaṃ.
etena sacca-vajjena, hotu te jaya-maṅgalaṃ.*



傲慢的辩论之幢萨吒格舍弃了真理，
意在辩论极盲目；
牟尼王以慧灯的光辉而胜利。
以其威力，愿你胜利吉祥！

难多巴难德蛇贤明大神通，
弟子[马哈摩嘎喇那]以更凶之蛇去调伏；
牟尼王以指示神通的方法而胜利。
以其威力，愿你胜利吉祥！

由于误捉邪见之蛇手被咬，
清静光明、拥有神通的梵天拔格；
牟尼王以智药的方法而胜利。
以其威力，愿你胜利吉祥！中心

此是佛陀的胜利吉祥八首偈，
日日勤勉诵说忆念者，
能捨除多种灾祸，
有慧之人能获得解脱快乐！

以此真实语，愿你胜吉祥！
以此真实语，愿你胜吉祥！
以此真实语，愿你胜吉祥！



Mahā parittā

Mahājayamaṅgalagāthā

Mahākaruṇiko nātho,
hitāya sabbapāṇinaṃ,
pūretvā pāramī sabbā,
patto sambodhimuttamaṃ,
etena saccavajjena,
hotu te jayamaṅgalaṃ.

Jayanto bodhiyā male,
sakyānaṃ nandivaḍḍhano,
evaṃ tuyhaṃ jayo hotu,
jay'assu jayamaṅgalaṃ.

Sakkatvā Buddharatanaṃ,
osadhaṃ uttamaṃ varaṃ,
hitaṃ devamanussānaṃ,
Buddhatejena sotthinā,
nassantu' paddavā sabbe,
dukkhā vūpasamentu te.

Sakkatvā Dhammaratanaṃ,
osadhaṃ uttamaṃ varaṃ,
pariḷāhūpasamaṃ,
Dhammatejena sotthinā,
nassantu' paddavā sabbe,
bhayā vūpasamentu te.



大胜利吉祥偈

大悲的守护者，
为利一切众生，
圆满诸巴拉密，
证得无上正觉。
以此真实之语，
愿你胜利吉祥！

菩提树下胜利者，
为释迦族增喜悦；
愿你也如此胜利，
得胜利胜利吉祥！



恭敬佛宝后，
至上殊胜药，
利益诸天.人；
以佛力祝福，
愿诸厄消失，
愿你痛苦息！

新加坡帕奥禅修中心

恭敬法宝后，
至上殊胜药，
止息诸热恼；
以法力祝福，
愿诸厄消失，
愿你怖畏息！



Sakkatvā Saṅgharatanam,
osadham uttamam varam,
āhuneyyam pāhuneyyam,
Saṅghatejena sotthinā,
nassantu' paddavā sabbe,
rogā vūpasamentu te.

Yaṃ kiñci ratanam loke,
vijjati vividhā puthu,
ratanam Buddhasamam n'atthi,
tasmā sotthi bhavantu te.

Yaṃ kiñci ratanam loke,
vijjati vividhā puthu,
ratanam Dhammasamam n'atthi,
tasmā sotthi bhavantu te.

Yaṃ kiñci ratanam loke,
vijjati vividhā puthu,
ratanam Saṅghasamam n'atthi,
tasmā sotthi bhavantu te.

N'atthi me saraṇam aññaṃ,
Buddho me saraṇam varam.
etena saccavajjena,
hotu te jayamaṅgalaṃ.



恭敬僧宝后，
至上殊胜药，
应供养.供奉；
以僧力祝福，
愿诸厄消失，
愿你疾病息！

世间任何宝，
存在多种类，
无宝等同佛；
故愿你平安！



世间任何宝，
存在多种类，
无宝等同法；
故愿你平安！

新加坡帕奥禅修中心

世间任何宝，
存在多种类，
无宝等同僧；
故愿你平安！

我无他皈依，
佛为至上依。
以此真实语，
愿你胜吉祥！



Mahā parittā

N'atthi me saraṇaṃ añaṇaṃ,
Dhammo me saraṇaṃ varaṃ.
etena saccavajjena,
hotu te jayamaṅgalaṃ.

N'atthi me saraṇaṃ añaṇaṃ,
Saṅgho me saraṇaṃ varaṃ.
etena saccavajjena,
hotu te jayamaṅgalaṃ.

Sabbītiyo vivajjantu,
sabbarogo vinassatu,
mā te bhavatvantarāyo,
sukhī dīghāyuko bhava. (x3)

新加坡帕奥禅修中心

Bhavatu sabbamaṅgalaṃ,
rakkhantu sabbadevatā,
sabbabuddhānubhāvena,
sadā sotthi bhavantu te.

Bhavatu sabbamaṅgalaṃ,
rakkhantu sabbadevatā,
sabbadhammānubhāvena,
sadā sotthi bhavantu te.



我无他皈依，
法为至上依。
以此真实语，
愿你胜吉祥！

我无他皈依，
僧为至上依。
以此真实语，
愿你胜吉祥！

愿诸灾免离，
愿诸疾消失；
愿你无障碍，
得快乐长寿！



（三遍）
新文成始真祥修中心

愿得诸吉祥，
愿诸天守护；
依诸佛威力，
愿你常平安！

愿得诸吉祥，
愿诸天守护；
依诸法威力，
愿你常平安！



Mahā parittā

Bhavatu sabbamaṅgalaṃ,
rakkhantu sabbadevatā,
sabbasaṅghānubhāvena,
sadā sotthi bhavantu te.

Nakkhatta yakkha bhūtānaṃ,
pāpaggaha nivāraṇā,
parittassānubhāvena,
hantu tesaṃ upaddave.

Abhayagāthā

Yan-dunnimittaṃ avamaṅgalañca,
yo cā'manāpo sakuṇassa saddo,
pāpaggaho dussupinaṃ akantaṃ,
Buddhānubhāvena vināsa'mentu.

Yan-dunnimittaṃ avamaṅgalañca,
yo cā'manāpo sakuṇassa saddo,
pāpaggaho dussupinaṃ akantaṃ,
Dhammānubhāvena vināsa'mentu.

Yan-dunnimittaṃ avamaṅgalañca,
yo cā'manāpo sakuṇassa saddo,
pāpaggaho dussupinaṃ akantaṃ,
Saṅghānubhāvena vināsa'mentu.



愿得诸吉祥，
愿诸天守护；
依诸僧威力，
愿你常平安！

星宿.亚卡.鬼，
灾星之阻碍；
以护经威力，
愿破彼诸厄！



无畏偈

凡诸恶兆与不祥，
及不悦耳之鸟啼，
灾星.恶梦.不如意，
以佛威力愿消失！

凡诸恶兆与不祥，
及不悦耳之鸟啼，
灾星.恶梦.不如意，
以法威力愿消失！

凡诸恶兆与不祥，
及不悦耳之鸟啼，
灾星.恶梦.不如意，
以僧威力愿消失！



Mahā parittā

Dukkhappattā ca nidukkhā,
bhayappattā ca nibbhayā,
sokappattā ca nissokā,
hontu sabbepi pāṇino.

Ettāvatā ca amhehi,
sambhataṃ puñña-sampadaṃ,
sabbe devā anumodantu,
sabba sampatti siddhiyā.

Dānaṃ dadantu saddhāya,
sīlaṃ rakkhantu sabbadā,
bhāvanābhiratā hontu,
gacchantu devatāgatā.

Sabbe buddhā balappattā,
paccekānañca yaṃ balaṃ,
arahantānañca tejena,
rakkhaṃ bandhāmi sabbaso. (x3)



愿一切众生，
已得苦不苦，
已得怖不怖，
已得忧不忧！

至今为我等，
所集功德果，
愿诸天随喜，
一切得成就！

以信施布施，
愿常守护戒，
愿乐于禅修，
愿得至天界！

以一切佛力，
诸独觉之力，
及阿拉汉力，
结一切守护！（三遍）



新加坡帕奥禅修中心



Puññānumodanā

Ākāsatṭhā ca bhummatṭhā,
devā nāgā mahiddhikā,
puññantaṃ anumoditvā,
ciraṃ rakkhantu Buddha-sāsanam.

Ākāsatṭhā ca bhummatṭhā,
devā nāgā mahiddhikā,
puññantaṃ anumoditvā,
ciraṃ rakkhantu desanam.

Ākāsatṭhā ca bhummatṭhā,
devā nāgā mahiddhikā,
puññantaṃ anumoditvā,
ciraṃ rakkhantu Buddha-sāvakaṃ.

Ākāsatṭhā ca bhummatṭhā,
devā nāgā mahiddhikā,
puññantaṃ anumoditvā,
ciraṃ rakkhantu tvaṃ sadā.

Sādhu! Sādhu! Sādhu!



随喜功德

空居与地居，
大力诸天.龙，
随喜功德后，
恒守护佛教！

空居与地居，
大力诸天.龙，
随喜功德后，
恒守护教说！

空居与地居，
大力诸天.龙，
随喜功德后，
恒护佛弟子！

空居与地居，
大力诸天.龙，
随喜功德后，
恒常守护你！

萨度！萨度！萨度！



新加坡帕奥禅修中心

Mahā parittā

大护卫经





Mahā parittā

Namo tassa Bhagavato arahato sammāsambuddhassa.^(x3)

1. Saraṇagamanam

(Khuddakapāṭha 1)

Buddham saraṇam gacchāmi.
Dhammam saraṇam gacchāmi.
Saṅgham saraṇam gacchāmi.
Dutiyam'pi, Buddham saraṇam gacchāmi.
Dutiyam'pi, Dhammam saraṇam gacchāmi.
Dutiyam'pi, Saṅgham saraṇam gacchāmi.
Tatīyam'pi, Buddham saraṇam gacchāmi.
Tatīyam'pi, Dhammam saraṇam gacchāmi.
Tatīyam'pi, Saṅgham saraṇam gacchāmi.

2. Dasasikkhāpadam

(Khuddakapāṭha 2)

1. Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadam.
2. Adinnādānā veramaṇī sikkhāpadam.
3. Abrahmacariyā veramaṇī sikkhāpadam.
4. Musāvādā veramaṇī sikkhāpadam.
5. Surā-meraya-majja-pamādatṭhānā veramaṇī sikkhāpadam.



礼敬那位跋葛瓦、阿拉汉、正自觉者！（三遍）

1. 行皈依

——《小诵·第1经》

我皈依佛，
我皈依法，
我皈依僧；
第二次我皈依佛，
第二次我皈依法，
第二次我皈依僧；
第三次我皈依佛，
第三次我皈依法，
第三次我皈依僧。



坡帕真禅修中心

2. 十学处

——《小诵·第2经》

1. 离杀生学处；
2. 离不与取学处；
3. 离非梵行学处；
4. 离虚妄语学处；
5. 离放逸之因的诸酒类学处；



Mahā parittā

6. Vikālabhojanā veramaṇī sikkhāpadaṃ.
7. Nacca-gīta-vādita-visūka dassanā veramaṇī sikkhāpadaṃ.
8. Mālā-gandha-vilepana-dhāraṇa-maṇḍana-vibhūsanatṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ.
9. Uccāsayana mahāsayanā veramaṇī sikkhāpadaṃ.
10. Jātarūpa-rajata paṭiggahaṇā veramaṇī sikkhāpadaṃ.

3. Sāmaṇerapañhaṃ

(Khuddakapāṭha 4)

Eka nāma kiṃ?	Sabbe sattā āhāraṭṭhitikā.
Dve nāma kiṃ?	Nāmañca rūpañca.
Tīṇi nāma kiṃ?	Tisso vedanā.
Cattāri nāma kiṃ?	Cattāri ariyasaccāni.
Pañca nāma kiṃ?	Pañcupādānakkhandhā.
Cha nāma kiṃ?	Cha ajjhattikāni āyatanāni.
Satta nāma kiṃ?	Satta Bojjhaṅgā.
Aṭṭha nāma kiṃ?	Ariyo aṭṭhangiko maggo.
Nava nāma kiṃ?	Nava sattāvāsā.
Dasa nāma kiṃ?	Dasah' aṅgeh samannāgato arahā'ti vuccatī'ti.



6. 离非时食学处；
7. 离观听跳舞、唱歌、音乐、表演学处；
8. 离妆饰、装扮之因的穿戴花鬘、芳香、涂香学处；
9. 离高、大床座学处；
10. 离接受金银学处。

3. 问沙马内勒

——《小诵·第4经》



- 什么是一？ 一切有情依食而住。
- 什么是二？ 名和色。法真祥修中心
- 什么是三？ 三种受。
- 什么是四？ 四圣谛。
- 什么是五？ 五取蕴。
- 什么是六？ 六内处。
- 什么是七？ 七觉支。
- 什么是八？ 八支圣道。
- 什么是九？ 九有情居。
- 什么是十？ 具足十支者称为阿拉汉。



Mahā parittā

4. Dvattiṃsākāro

(Khuddakapāṭha 3)

Atthi imasmiṃ kāye –

Kesā lomā nakhā dantā taco,

Maṃsaṃ nahāru aṭṭhi aṭṭhimiñjaṃ vakkamaṃ,

Hadayaṃ yakanamaṃ kilomakamaṃ pihakamaṃ papphāsaṃ,

Antamaṃ antaṅgaṃ udariyaṃ karīsaṃ matthaluṅgaṃ,

Pittaṃ semhaṃ pubbo lohitaṃ sedo medo,

Assu vasā kheḷo siṅghāṇikā lasikā muttan'ti.

5. Catupaccavekkhaṇā

(Majjhimanikāya 2)

新加坡帕奥禅修中心

Paṭisaṅkhā yoniso cīvaram paṭisevāmi, yāvadeva
sītassa paṭighātāya, uṇhassa paṭighātāya, daṃsa-
makasa-vātātapa-siriṃsapa-samphassānaṃ paṭighātāya,
yāvadeva hirikopīnapaṭicchādanatthaṃ.

Paṭisaṅkhā yoniso piṇḍapātamaṃ paṭisevāmi, n'eva
davāya na madāya na maṇḍanāya na vibhūsanāya,
yāvadeva imassa kāyassa ṭhitiyā yāpanāya
vihimsuparatiyā brahmacariyānuggahāya, iti purāṇaṅca
vedanaṃ paṭihaṅkhāmi navaṅca vedanaṃ na
uppādessāmi, yātrā ca me bhavissati anavajjatā ca
phāsuvihāro cā'ti.



4. 三十二行相

——《小诵·第3经》

于此身中，有：

“头发、身毛、指甲、牙齿、皮肤，
肌肉、筋腱、骨、骨髓、肾，
心、肝、膜、脾、肺，
肠、肠间膜、胃中物、粪便、脑，
胆汁、痰、脓、血、汗、脂肪，
泪、油膏、唾液、鼻涕、关节滑液、尿。”

5. 四种省思

——《中部·第2经》

新加坡帕奥禅修中心

我如理省思所受用之衣，只是为了防御寒冷，为了防御炎热，为了防御蛇、蚊、风吹、日晒、爬虫类的触恼，只是为了遮羞。

我如理省思所受用的食物，不为嬉戏，不为骄傲，不为装饰，不为庄严，只是为了此身住立存续，为了停止伤害，为了资助梵行，如此我将退除旧受，并使新受不生⁴⁸，我将维持生命、无过且安住。

⁴⁸ 我受用此食物将能退除先前饥饿的苦受，也不会由于无限量地进食而生起吃得过饱的新的苦受，应如病人服药一般受用食物。



Mahā parittā

Paṭisaṅkhā yoniso senāsanam paṭisevāmi, yāvadeva
sītassa paṭighātāya, uṅhassa paṭighātāya, ḍaṃsa-makasa-
vātātapa-siriṃsapa-samphassānam paṭighātāya, yāvadeva
utuparissaya vinodanam paṭisallānārāmattham.

Paṭisaṅkhā yoniso gilāna-paccaya-bhesajja-
parikkhāram paṭisevāmi, yāvadeva uppannānam
veyyābādhikānam vedanānam paṭighātāya,
abyāpajjha-paramatāyā'ti.



6. Dasadhammasuttaṃ

(Aṅguttaranikāya 10.5.8)

Evam me sutam: ekam samayaṃ bhagavā Sāvatthiyaṃ
viharati Jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

Tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi – “Bhikkhavo”ti.
“Bhadante”ti te bhikkhū bhagavato paccassosum.

bhagavā etadavoca -

“Dasa ime, bhikkhave, dhammā pabbajitena abhiṇham
paccavekkhitabbā. Katame dasa?

‘Vevaṇṇiyamhi ajjhupagato’ti pabbajitena abhiṇham
paccavekkhitabbam;

‘Parapaṭibaddhā me jīvikā’ti pabbajitena abhiṇham
paccavekkhitabbam;



我如理省思所受用的坐卧处，只是为了防御寒冷，为了防御炎热，为了防御虻、蚊、风吹、日晒、爬虫类的触恼，只是为了免除季候的危险，而好禅坐（独处）之乐。

我如理省思所受用的病者所需之医药资具，只是为了防御已生起的病苦之受，为了尽量没有身苦。

6. 十法经

——《增支部·第十集·第5品·第8经》



如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。

于其处，跋葛瓦称呼比库们：“诸比库。”那些比库回答跋葛瓦：“尊者。”跋葛瓦如此说：

“诸比库，此十种法为出家人应当经常地省察。哪十种呢？”

- 一、出家人应当经常地省察：‘我已经捨离美好。’
- 二、出家人应当经常地省察：‘我的生活依赖他人。’



‘Añño me ākappo karaṇīyo’ti pabbajitena abhiṇhaṃ
paccavekkhitabbaṃ;

‘Kacci nu kho me attā sīlato na upavadatī’ti
pabbajitena abhiṇhaṃ paccavekkhitabbaṃ;

‘Kacci nu kho maṃ anuvicca viññū sabrahmacārī
sīlato na upavadantī’ti pabbajitena abhiṇhaṃ
paccavekkhitabbaṃ;

‘Sabbehi me piyehi manāpehi nānābhāvo vinābhāvo’ti
pabbajitena abhiṇhaṃ paccavekkhitabbaṃ;

‘Kammassako’ mhi kammaḍāyādo kammayoni
kammabandhu kammaṭṭisaraṇo, yaṃ kammaṃ
karissāmi kalyāṇaṃ vā pāpakaṃ vā tassa dāyādo
bhavissāmī’ti pabbajitena abhiṇhaṃ paccavekkhitabbaṃ;

‘Kathaṃ bhūtassa me rattindivā vītipatantī’ti
pabbajitena abhiṇhaṃ paccavekkhitabbaṃ;

‘Kacci nu kho’haṃ suññāgāre abhiraṃmāmi’ti
pabbajitena abhiṇhaṃ paccavekkhitabbaṃ;

‘Atthi nu kho me uttarimanussadhammā alamariya-
ñānadassanaviseso adhigato, so’haṃ pacchime kāle
sabhrahmacārīhi puṭṭho na maṅku bhavissāmī’ti
pabbajitena abhiṇhaṃ paccavekkhitabbaṃ.

Ime kho, bhikkhave, dasa dhammā pabbajitena
abhiṇhaṃ paccavekkhitabbā’ti.

Idamavoca bhagavā. attamanā te bhikkhū bhagavato
bhāsitaṃ abhinandun’ti.



三、出家人应当经常地省察：‘我的行仪举止应[与在家人]不同。’

四、出家人应当经常地省察：‘我是否不会因戒而谴责自己？’

五、出家人应当经常地省察：‘有智的同梵行者检问后，是否不会因戒而谴责我？’

六、出家人应当经常地省察：‘一切我所喜爱、可意的会分散、别离。’

七、出家人应当经常地省察：‘我是业的所有者，业的继承者，以业为起源，以业为亲属，以业为皈依处。无论我所造的是善或恶之业，我将是它的承受者。’

八、出家人应当经常地省察：‘我是如何度过日日夜夜呢？’

九、出家人应当经常地省察：‘我是否乐于空闲处呢？’

十、出家人应当经常地省察：‘我是否有证得上人法、能为圣者的殊胜智见呢？在我最后时刻，当同梵行者们问及时，我将不会羞愧？’

诸比库，此十种法乃出家人应当经常地省察。”

这是跋葛瓦所说，那些比库满意与欢喜跋葛瓦之所说。



Mahā parittā

7. Mahāmaṅgalasuttaṃ

(Khuddakapāṭha 5; Suttanipāta 2.4)

Evamaṃ me sutamaṃ: ekaṃ samayaṃ bhagavā Sāvattiyaṃ
viharaṭi Jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

Atha kho aññatarā devatā abhikkantāya rattiyaṃ,
abhikkantavaṇṇā, kevalakappaṃ Jetavanaṃ obhāsetvā
yena bhagavā ten' upasaṅkami, upasaṅkamitvā
bhagavantaṃ abhivādetvā ekamantaṃ aṭṭhāsi.
ekamantaṃ ṭhitā kho sā devatā bhagavantaṃ gāthāya
ajjhabhāsi –

Bahū devā manussā ca,
maṅgalāni acintayumaṃ,
ākaṅkhamānā sotthānaṃ,
brūhi maṅgalamuttamaṃ.

Asevanā ca bālānaṃ,
paṇḍitānañca sevānā,
pūjā ca pūjanīyānaṃ,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Patirūpadesavāso ca,
pubbe ca katapuññatā,
attasammāpaṇīdhi ca,



etaṃ maṅgalamuttamaṃ.



新加坡帕奥禅修中心



7.大吉祥经

——《小诵·第5经》《经集·第2品·第4经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。

当时，在深夜，有位容色殊胜的天人照亮了整座揭德林，来到跋葛瓦之处。来到之后，顶礼跋葛瓦，然后站在一边。站在一边的那位天人以偈颂对跋葛瓦说：

“众多天与人，
思惟诸吉祥，
希望得福祉，
请说最吉祥！”



新加坡帕奥禅修中心

（跋葛瓦说：）

“不亲近愚人，
应亲近智者，
敬奉可敬者，
此为最吉祥。

居住适宜处，
往昔曾修福，
自立正志愿，
此为最吉祥。



Bāhusaccañca sippañca,
vinayo ca susikkhito,
subhāsītā ca yā vācā,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Mātāpitu upatṭhānaṃ,
puttadārassa saṅgaho,
anākulā ca kammantā,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Dānañca dhammacariyā ca,
ñātakānañca saṅgaho,
anavajjāni kammāni,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Ārati virati pāpā,
majjapānā ca saññamo,
appamādo ca dhammesu,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Gāravo ca nivāto ca,
santutṭhi ca kataññutā,
kālena dhammasavaṇaṃ,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.



Mahā parittā

多闻.技术精,
善学于律仪,
所说皆善语,
此为最吉祥。

奉待父母亲,
爱护妻与子,
工作不混乱,
此为最吉祥。

布施与法行,
接济诸亲族,
行为无过失,
此为最吉祥。



新加坡帕奥禅修中心

远离.离恶事,
自制不饮酒,
于法不放逸,
此为最吉祥。

恭敬与谦虚,
知足与感恩,
适时听闻法,
此为最吉祥。



Khantī ca sovacassatā,
 samaṇānañca dassanaṃ,
 kālena dhammasākacchā,
 etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Tapo ca brahmacariyañca,
 ariyasaccānadassanaṃ,
 nibbānasacchikiriyā ca,
 etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Phuṭṭhassa lokadhammehi,
 cittaṃ yassa na kampati,
 asokaṃ virajaṃ khemaṃ,
 etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Etādisāni katvāna,
 sabbattham-aparājitā,
 sabbattha sotthiṃ gacchanti,
 taṃ tesam maṅgalamuttaman'ti.



Mahā parittā

忍耐与柔顺，
得见诸沙门，
适时讨论法，
此为最吉祥。

热忱与梵行，
彻见诸圣谛，
证悟于涅槃，
此为最吉祥。

接触世间法，
心毫不动摇，
无愁.无染.安，
此为最吉祥。

依此实行后，
各处无能胜，
一切处平安，
是其最吉祥！”



新加坡帕奥禅修中心



8. Ratanasuttaṃ

(Khuddakapāṭha 6; Suttanipāta 2.1)

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,
bhummāni vā yāni'va antalikkhe,
sabbe'va bhūtā sumanā bhavantu,
atho'pi sakkacca suṇantu bhāsitaṃ.

Tasmā hi bhūtā nisāmetha sabbe,
mettaṃ karotha mānusiya pajāya,
divā ca ratto ca haranti ye baliṃ,
tasmā hi ne rakkhatha appamattā.

新加坡帕奥禅修中心

Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huram vā,
saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ,
na no samaṃ atthi tathāgatena.
idam'pi buddhe ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.

Khayaṃ virāgaṃ amataṃ paṇītaṃ,
yadajjhagā Sakyamunī samāhito,
na tena dhammena sam'atthi kiñci.
idam'pi dhamme ratanaṃ paṇītaṃ,
etena saccena suvatthi hotu.



8. 宝经

——《小诵·第6经》《经集·第2品·第1经》

(跋葛瓦说：)

凡会集此诸鬼神，
无论地居或空居，
愿一切鬼神欢喜，
请恭敬听闻所说。

故一切鬼神倾听：
散播慈爱给人类，
日夜持来献供者，
故应保护莫放逸。



新加坡帕奥禅修中心

所有此.他世财富，
或于天界殊胜宝，
无有等同如来者。
此乃佛之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

尽. 离贪. 不死. 殊胜，
得定释迦牟尼证，
无有等同彼法者。
此乃法之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



Yaṃ buddhaseṭṭho parivaṇṇayī sucim,
 samādhi-mānantarikaññamāhu,
 samādhinā tena samo na vijjati.
 idam'pi dhamme ratanaṃ paṇītaṃ,
 etena saccena suvatthi hotu.

Ye puggalā atṭha satam pasatthā,
 cattāri etāni yugāni honti,
 te dakkhiṇeyyā sugatassa sāvakā,
 etesu dinnāni mahapphalāni.
 idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
 etena saccena suvatthi hotu.

Ye suppayuttā manasā dalhena,
 nikkāmino gotamasāsanamhi,
 te pattipattā amataṃ vigayha,
 laddhā mudhā nibbutim bhuñjamānā.
 idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
 etena saccena suvatthi hotu.

Yath'indakhīlo paṭhavim sito siyā,
 catubbhi vātebhi asampakampiyo,
 tathūpamaṃ sappurisaṃ vadāmi,
 yo ariyasaccāni avecca passati.
 idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
 etena saccena suvatthi hotu.



最胜佛所赞清淨，
谓为无间三摩地，
不见等同该定者。
此乃法之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

为诸善士称赞者，
他们乃四双八士，
善至弟子应供养，
布施于此得大果。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



以坚固意.善用者，
果德玛教中离欲，
彼达利得.入不死，
无偿获得享寂灭。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

犹如帝柱依地立，
四面来风不动摇；
我说譬如善男子，
决定见诸圣谛者。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



Ye ariyasaccāni vibhāvayanti,
 gambhīrapaññaena sudesitāni,
 kiñcāpi te honti bhusappamattā,
 na te bhavaṃ aṭṭhamaṃ ādiyanti.
 idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
 etena saccena suvatthi hotu.

Sahāv'assa dassanasampadāya,
 tay'assu dhammā jahitā bhavanti,
 sakkāyadiṭṭhi vicikicchitañca,
 sīlabbataṃ vāpi yadatthi kiñci.
 catūh'apāyehi ca vippamutto,
 cha cābhiṭhānāni abhabbo kātum.
 idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
 etena saccenā suvatthi hotu.

Kiñcāpi so kammaṃ karoti pāpakaṃ,
 kāyena vācā uda cetasā vā,
 abhabbo so tassa paṭicchādāya,
 abhabbatā diṭṭhapadassa vuttā.
 idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
 etena saccena suvatthi hotu.



凡明了诸圣谛者，
由深慧者所善说，
即使他们极放逸，
亦不再受第八有。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

彼成就见之同时，
实已断除三种法：
有身邪见与怀疑、
戒禁取乃至其余；
他已解脱四恶趣，
不可能造六逆罪。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



新加坡帕奥禅修中心

即使他造作恶业，
由身或语或心念，
不可能将它覆藏，
谓见道者不可能。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



Vanappagumbe yathā phussitagge,
 gimhānamāse paṭhamasmim̃ gimhe,
 tathūpamaṃ dhammavaraṃ adesayī,
 nibbānagāmiṃ paramaṃ hitāya.
 idam'pi buddhe ratanaṃ paṇītaṃ,
 etena saccena suvatthi hotu.

Varo varaññū varado varāharo,
 anuttaro dhammavaraṃ adesayī.
 idam'pi buddhe ratanaṃ paṇītaṃ,
 etena saccena suvatthi hotu.

Khīṇaṃ purāṇaṃ navaṃ natthi sambhavaṃ,
 virattacittā āyatike bhavasmim̃,
 te khīṇabījā avirulhicchandā,
 nibbanti dhīrā yathā'yaṃ paḍīpo.
 idam'pi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
 etena saccena suvatthi hotu.

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,
 bhummāni vā yāni'va antalikkhe,
 tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ,
 buddhaṃ namassāma suvatthi hotu.



Mahā parittā

犹如热季第一月，
花开林中树丛上；
譬如所示最上法，
导向涅槃至上利。
此乃佛之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

最胜者知.与.持胜，
无上者教示胜法。
此乃佛之殊胜宝，
以此实语愿安乐！



新加坡帕奥禅修中心

已尽旧者新不生，
于未来有心离染，
彼尽种子不增欲，
诸贤寂灭如此灯。
此乃僧之殊胜宝，
以此实语愿安乐！

（沙格天帝说：）

凡会集此诸鬼神，
无论地居或空居，
天人敬奉如来佛，
我等礼敬愿安乐！



Yānīdha bhūtāni samāgatāni,
 bhummāni vā yāni'va antalikkhe,
 tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ,
 dhammaṃ namassāma suvatthi hotu.

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,
 bhummāni vā yāni'va antalikkhe,
 tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ,
 saṅghaṃ namassāma suvatthi hotu.

9. Karaṇīyamettasuttaṃ

(Khuddakapāṭha 9; Suttanipāta 1.8)

新加坡帕奥禅修中心

Karaṇīyamattakusalena,
 yantaṃ santaṃ padaṃ abhisamecca:
 sakko ujū ca sūjū ca,
 suvaco c'assa mudu anatimānī;

Santussako ca subharo ca,
 appakicco ca sallahukavutti,
 sant'indriyo ca nipako ca,
 appagabbho kulesu ananugiddho.



Mahā parittā

凡会集此诸鬼神，
无论地居或空居，
天人敬奉如来法，
我等礼敬愿安乐！

凡会集此诸鬼神，
无论地居或空居，
天人敬奉如来僧，
我等礼敬愿安乐！



9. 应作慈爱经

——《小诵·第9经》《经集·第1品·第8经》
新加坡帕奥禅修中心

善求义利、
领悟寂静境界后应当作：
有能力、正直、诚实，
顺从、柔和、不骄傲；

知足、易扶养，
少事务、生活简朴，
诸根寂静、贤明，
不无礼与不贪著居家；



Na ca khuddaṃ samācare kiñci,
yena viññū pare upavadeyyuṃ.
sukhino vā khemino hontu,
sabbe sattā bhavantu sukhitattā.

Ye keci pāṇabhūt'atthi,
tasā vā thāvarā vā anavasesā,
dīghā vā ye mahantā vā,
majjhimā rassakāṇukathulā;

Diṭṭhā vā yeva addiṭṭhā,
ye ca dūre vasanti avidūre,
bhūtā vā sambhavesī vā,
sabbe sattā bhavantu sukhitattā.

Na paro paraṃ nikubbetha,
nātimaññetha katthaci naṃ kañci;
byārosanā paṭighasaññā,
nāññamaññassa dukkhamiccheyya.

Mātā yathā niyaṃ puttāṃ,
āyusā ekaputtamanurakkhe;
evam'pi sabbabhūtesu,
mānasaṃ bhāvaye aparimāṇaṃ.



Mahā parittā

只要会遭智者谴责，
即使是小事也不做。
愿一切有情幸福、安稳！
自有其乐！

凡所有的有情生类，
动摇的或不动的，毫无遗漏，
长的或大的，
中的、短的、细的或粗的，

凡是见到的或没见到的，
住在远方或近处的，
已生的或寻求出生的，
愿一切有情自有其乐！

不要有人欺骗他人，
不要轻视任何地方的任何人，
不要以忿怒、瞋恚想，
而彼此希望对方受苦！

正如母亲对待自己的儿子，
会以生命来保护唯一的儿子；
也如此对一切生类
培育无量之心！



Mettañca sabbalokasmiṃ,
mānasam bhāvaye aparimāṇam,
uddham adho ca tiriyañca,
asambādham averam asapattam.

Tiṭṭhañcaram nisinno vā,
sayāno vā yāvat'assa vigatamiddho,
etaṃ satim adhiṭṭheyya,
brahmametam vihāram idhamāhu.

Diṭṭhiñca anupagamma,
sīlavā dassanena sampanno,
kāmesu vineyya gedham,
na hi jātu gabbhaseyyam punaretī' ti.

10. Khandha parittam

(Aṅguttaranikāya 4.7.7Ahirājasutta;
Vinayaṭṭhaka Cūḷavagga Khuddakavatthukkhanda)

Evaṃ me sutam: ekaṃ samayaṃ bhagavā sāvatthiyaṃ
viharati jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

Tena kho pana samayena sāvatthiyaṃ aññataro
bhikkhu ahinā daṭṭho kālaṅkato hoti.



Mahā parittā

以慈爱对一切世界
培育无量之心，
上方、下方及四方，
无障碍、无怨恨、无敌对！

站立、行走、坐着
或躺卧，只要他离开睡眠，
皆应确立如此之念，
这是他们于此所说的梵住。

不接受邪见，
持戒，具足彻见，
调伏对诸欲的贪求，
确定不会再投胎！
加坡帕奥禅修中心



10. 蘊 护 卫 经

——《增支部·第四集·第7品·蛇王经第7》

《律藏·小品·小事篇》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。

那个时候，沙瓦提有一位比库被蛇咬死了。



Atha kho sambahulā bhikkhū yena bhagavā ten' upasaṅkamim̐su; upasaṅkamtivā bhagavantam̐ abhivādetvā ekamantam̐ nisīdim̐su. Ekamantam̐ nisinnā kho te bhikkhū bhagavantam̐ etadavocum̐ – “Idha, bhante, sāvatthiyam̐ aññataro bhikkhu ahinā datt̐ho kālaṅkato”ti.

“Na ha nūna so, bhikkhave, bhikkhu cattāri ahirājakulāni mettena cittena phari. Sace hi so, bhikkhave, bhikkhu cattāri ahirājakulāni mettena cittena phareyya, na hi so, bhikkhave, bhikkhu ahinā datt̐ho kālaṅkareyya.

“Katamāni cattāri ahirājakulāni? Virūpakkham̐ ahirājakulam̐, erāpatham̐ ahirājakulam̐, chabyāputtam̐ ahirājakulam̐, kaṅhāgotamakam̐ ahirājakulam̐. Na ha nūna so, bhikkhave, bhikkhu imāni cattāri ahirājakulāni mettena cittena phari. Sace hi so, bhikkhave, bhikkhu imāni cattāri ahirājakulāni mettena cittena phareyya, na hi so, bhikkhave, bhikkhu ahinā datt̐ho kālaṅkareyya.

“Anujānāmi, bhikkhave, imāni cattāri ahirājakulāni mettena cittena pharituṃ attaguttiyā attarakkhāya attaparittāyā”ti. Idamavoca bhagavā.

Idam̐ vatvā sugato, athāparam̐ etadavoca satthā:

Virūpakkhehi me mettam̐,
mettam̐ erāpathehi me,
chabyāputtehi me mettam̐,
mettam̐ kaṅhāgotamakehi ca.



当时，许多比库来到跋葛瓦之处。来到之后，顶礼跋葛瓦，然后坐在一边。坐在一边的那些比库对跋葛瓦如此说：

“尊者，在此沙瓦提有一位比库被蛇咬死了。”

“诸比库，那比库确实没有以慈心散播给四类蛇王族。诸比库，假如那比库以慈心散播给四类蛇王族，诸比库，那比库就不会被蛇咬死。

哪四类蛇王族呢？维卢巴卡蛇王族、伊拉巴他蛇王族、差比阿子蛇王族、黑苟答马蛇王族。诸比库，那比库确实没有以慈心散播给此四类蛇王族。诸比库，假如那比库以慈心散播给此四类蛇王族，诸比库，那比库就不会被蛇咬死。

新加坡帕奥禅修中心

诸比库，为了守护自己，为了保护自己，为了护卫自己，我允许以慈心散播给此四类蛇王族。”这是跋葛瓦所说。

善至如此说后，导师更如是说：

“我散播慈爱给维卢巴卡，
我散播慈爱给伊拉巴他，
我散播慈爱给差比阿子，
我散播慈爱给黑苟答马。



Apādakehi me mettam,
mettam dipādakehi me,
catuppadehi me mettam,
mettam bahuppadehi me.

Mā maṃ apādako hiṃsi,
mā maṃ hiṃsi dipādako,
mā maṃ catuppado hiṃsi,
mā maṃ hiṃsi bahuppado.

Sabbe sattā, sabbe paṇā,
sabbe bhūtā ca kevalā,
sabbe bhadraṇi passantu,
mā kañci pāpamāgamā.

新加坡帕奥禅修中心

Appamāṇo buddho,
appamāṇo dhammo,
appamāṇo saṅgho.
Pamāṇavantāni sirimṣapāni:
ahi, vicchikā, satapadī,
uṇṇānābhī, sarabhū, mūsikā.

Katā me rakkhā, katā me parittā,
paṭikkamantu bhūtāni.
So'haṃ namo bhagavato,
namo sattannaṃ sammāsambuddhānan'ti.



Mahā parittā

我散播慈爱给无足者，
我散播慈爱给二足者，
我散播慈爱给四足者，
我散播慈爱给多足者。

愿无足者勿伤害我，
愿二足者勿伤害我，
愿四足者勿伤害我，
愿多足者勿伤害我。

一切有情、一切有息者、
一切生类之全部，
愿见到一切祥瑞，
任何恶事皆不会到来！



新加坡帕奥禅修中心

佛无量，
法无量，
僧无量。
爬行类却有限量：
蛇、蝎、蜈蚣、
蜘蛛、蜥蜴、老鼠。

我已作保护，我已作护卫，
愿诸[伤害性]生类皆退避。
我礼敬那位跋葛瓦！
礼敬七位正自觉者！”



11. Mettānisamsā suttaṃ

(Aṅguttaranikāya 11.2.5)

Evamaṃ me sutamaṃ: ekaṃ samayaṃ bhagavā sāvatthiyaṃ viharati jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

Tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi: “Bhikkhavo”ti. “Bhadante”ti te bhikkhū bhagavato paccassosumaṃ. bhagavā etadavoca -

“Mettāya bhikkhave, cetovimuttiyā āsevitāya bhāvitāya bahulīkatāya yānīkatāya vatthukatāya anuṭṭhitāya paricitāya susamāraddhāya ekādasānisamsā pāṭikaṅkhā. Katame ekādasā?

Sukhaṃ supati, sukhaṃ paṭibujjhati, na pāpakaṃ supinaṃ passati, manussānaṃ piyo hoti, amanussānaṃ piyo hoti, devatā rakkhanti, nāssa aggi vā visaṃ vā satthaṃ vā kamati, tuvaṭaṃ cittaṃ samādhiyati, mukhavaṇṇo vippasīdati, asammūlho kālaṃ karoti, uttariṃ appaṭivijjhanto brahmalokūpago hoti. Mettāya, bhikkhave, cetovimuttiyā āsevitāya bhāvitāya bahulīkatāya yānīkatāya vatthukatāya anuṭṭhitāya paricitāya susamāraddhāya ime ekādasānisamsā pāṭikaṅkhā”ti.

Idamavoca bhagavā. attamanā te bhikkhū bhagavato bhāsitaṃ abhinandun’ti.



11. 慈爱功德经

——《增支部·第十一集·第2品·第5经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。

于其处，跋葛瓦称呼比库们：“诸比库。”那些比库回答跋葛瓦：“尊者。”跋葛瓦如此说：

“诸比库，于慈心解脱习行、修习、多作、习惯、作根基、实行、熟练、善精勤者，可期望十一种功德。哪十一种呢？”

新加坡帕奥禅修中心

睡眠安乐，醒来快乐，不见恶梦，人们喜爱，非人喜爱，诸天守护，不为火、毒、刀所伤，心迅速得定，面容明净，死时不昏迷，不通达上位则至梵天界。

诸比库，于慈心解脱习行、修习、多作、习惯、作根基、实行、熟练、善精勤者，可期望此十一种功德。”

这是跋葛瓦所说，那些比库满意与欢喜跋葛瓦之所说。



12. Mittānisamsā suttaṃ

(Jātaka 538)

Nidānaṃ:

*Pūrento bodhisambhāre,
nātho Temiyajātiyaṃ.
Mittānisamsaṃ yaṃ āha,
Sunandaṃ nāma sārathiṃ,
sabbalokahitathāya,
parittaṃ taṃ bhaṇāmahe: -*

Pahūtabhakkho bhavati,
vipavuttho sakā gharā.
Bahūnaṃ upajīvanti, 禅修中心
yo mittānaṃ na dūbhati.

Yaṃ yaṃ janapadaṃ yāti,
nigame rājadhāniyo;
Sabbattha pūjito hoti,
yo mittānaṃ na dūbhati.

Nāssa corā pasahanti,
nātimaññeti khattiyo.
Sabbe amitte tarati,
yo mittānaṃ na dūbhati.



12. 朋友功德经

——《本生·第538本生》

序说：

圆满菩提资粮时，
怙主生为德密亚，
向车夫名苏难德，
说此朋友功德经。
为利益一切世间，
我们诵彼护卫经——

作为多食者⁴⁹，
已离自己家，
许多依靠他，
不欺朋友者。

新加坡帕奥禅修中心

无论去何国，
市镇与王都，
到处受尊敬，
不欺朋友者。

贼不强迫他，
王不轻蔑他；
超越一切敌，
不欺朋友者。

⁴⁹ 即他受到很丰盛的食物款待。



Akkuddho sagharam̐ eti,
 sabhāya paṭinandito.
 Ñātīnaṃ uttamo hoti,
 yo mittānaṃ na dūbhati.

Sakkatvā sakkato hoti,
 garu hoti sagāravo.
 Vaṇṇakittibhato hoti,
 yo mittānaṃ na dūbhati.

Pūjako labhate pūjaṃ,
 vandako paṭivandanam̐;
 Yaso kittiñca pappoti,
 yo mittānaṃ na dūbhati.

Aggi yathā pajjalati,
 devatā' va virocati;
 Siriyā ajahito hoti,
 yo mittānaṃ na dūbhati.

Gāvo tassa pajāyanti,
 khetto vuttaṃ virūhati;
 Puttānaṃ phalamasnāti,
 yo mittānaṃ na dūbhati.



Mahā parittā

不忿怒回家，
集会受欢迎，
是至上亲族，
不欺朋友者。

尊敬者受敬，
尊重者受尊；
拥有赞声誉，
不欺朋友者。

敬人得敬奉，
礼人者受礼；
获得名闻称，
不欺朋友者。

如火之燃烧，
如天神光照，
吉祥不捨离，
不欺朋友者。

牛为他出生，
种田地增产，
食用籽与果，
不欺朋友者。



新加坡帕奥禅修中心



Darito pabbatāto vā,
rukkhato patito naro;
Cuto patiṭṭhaṃ labhati,
yo mittānaṃ na dūbhati.

Virūḷhamūla-santānaṃ,
nigrodhamiva māluto;
Amittā nappasahanti,
yo mittānaṃ na dūbhati”.

13. Mora parittaṃ

(Jātaka 159)

新加坡帕奥禅修中心

Udetayaṃ cakkhumā ekarājā,
harissavaṇṇo paṭhavippabhāso.
Taṃ taṃ namassāmi harissavaṇṇaṃ paṭhavippabhāsaṃ,
tay’ajja guttā viharemu divasaṃ.

Ye brāhmaṇā vedagū sabbadhamme,
te me namo, te ca maṃ pālayantu.
Namatthu buddhānaṃ, namatthu bodhiyā,
namo vimuttānaṃ, namo vimuttiyā.

Imaṃ so parittaṃ katvā, moro carati esanā.



Mahā parittā

人从洞或山，
从树上掉落，
落者得扶助，
不欺朋友者。

如根枝已长，
风[莫摇]榕树；
仇敌不压迫，
不欺朋友者。

13. 孔雀护卫经

——《本生·第159本生》

这位具眼者、独一无二之王（太阳）升起，
金色且照耀大地，
我礼敬彼金色且照耀大地者，
愿今天在您的守护下度过白天。

通达一切法的诸婆罗门⁵⁰，
我礼敬他们，愿他们护佑我！
我礼敬诸佛，礼敬菩提；
我礼敬诸解脱者，礼敬解脱！

作此护卫后，孔雀前往觅食。

⁵⁰ 诸婆罗门 (brāhmaṇā)：在此是指已尽除诸恶的清净婆罗门，亦即佛陀。



Apetayaṃ cakkhumā ekarājā,
 harissavaṇṇo paṭhavippabhāso.
 Taṃ taṃ nammassāmi harissavaṇṇaṃ
 paṭhavippabhāsaṃ, tay'ajja guttā viharemu rattim.

Ye brāhmaṇā vedagū sabbadhamme,
 te me namo, te ca maṃ pālayantu.
 Namatthu buddhānaṃ, namatthu bodhiyā,
 namo vimuttānaṃ, namo vimuttiyā.

Imaṃ so parittaṃ katvā, moro vāsamakappayī'ti.

14. Canda parittaṃ

新加坡帕奥禅修中心

(Saṃyuttanikāya 1.2.1.9)

Evaṃ me suttaṃ: ekaṃ samayaṃ bhagavā sāvatthiyaṃ
 viharati jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

Tena kho pana samayena candimā devaputto rāhunā
 asurindena gahito hoti. Atha kho candimā devaputto
 bhagavantaṃ anussaramāno, tāyaṃ velāyaṃ imaṃ
 gāthaṃ abhāsi –

Namo te buddha vīratthu,
 vippamuttosi sabbadhi;
 Sambādhapaṭipannosmi,
 tassa me saraṇaṃ bhavā'ti.



Mahā parittā

这位具眼者、独一之王落下，
金色且照耀大地，
我礼敬彼金色且照耀大地者，
愿今天在您的守护下度过夜晚。

通达一切法的诸婆罗门，
我礼敬他们，愿他们护佑我！
我礼敬诸佛，礼敬菩提；
我礼敬诸解脱者，礼敬解脱！

作此护卫后，孔雀准备居住。

14. 月亮护卫经

——《相应部·第1品·第2相应·第1品·第9经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。

那个时候，月亮天子被拉胡阿苏罗王抓住。当时，月亮天子忆念着跋葛瓦，在那时说了此偈颂：

“礼敬佛英雄，
已解脱一切！
我今遇障碍，
我皈依于他。”



Atha kho bhagavā candimaṃ devaputtaṃ ārabbha
rāhuṃ asurindaṃ gāthāya ajjhabhāsi –

Tathāgataṃ arahantaṃ,
candimā saraṇaṃ gato.
Rāhu candaṃ pamuñcassu,
buddhā lokānukampakā”ti.

Atha kho rāhu asurindo candimaṃ devaputtaṃ
muñcivā taramānarūpo yena Vepacitti asurindo
ten’upasaṅkami; upasaṅkamtivā saṃviggo
lomahaṭṭhajāto ekamantaṃ aṭṭhāsi. Ekamantaṃ ṭhitaṃ
kho rāhuṃ asurindaṃ Vepacitti asurindo gāthāya
ajjhabhāsi –

新加坡帕奥禅修中心

Kinnu santaramānova,
rāhu candaṃ pamuñcasi;
Saṃviggārūpo āgamma,
kiṃ nu bhītova tiṭṭhasī”ti.

Sattadhā me phale muddhā,
jīvanto na sukhaṃ labhe.
Buddhagāthābhigītomi,
no ce muñceyya candiman”ti.



Mahā parittā

当时，跋葛瓦就月亮天子而以偈颂对拉胡阿苏罗王说：

“月亮已皈依，
如来阿拉汉。
拉胡放月亮，
诸佛愍世间。”

当时，拉胡阿苏罗王释放了月亮天子后，急忙前往韦巴吉帝阿苏罗王之处。去到之后，惊恐、身毛竖立地站在一边。韦巴吉帝阿苏罗王以偈颂对站在一边的拉胡阿苏罗王说：

“为何如此急，
拉胡放月亮？
如此惊恐来，
为何惊怕立？”

（拉胡阿苏罗王回答说：）

“佛陀诵偈颂，
若不放月亮，
我头裂七分，
生活不得乐。”



15. Suriya parittaṃ

(Saṃyuttanikāya 1.2.1.10)

Evaṃ me sutam: ekaṃ samayaṃ bhagavā sāvattiyaṃ viharati jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

Tena kho pana samayena suriyo devaputto rāhunā asur'indena gahito hoti. Atha kho suriyo devaputto bhagavantam anussaramāno, tāyaṃ velāyaṃ imaṃ gātham abhāsi –

Namo te buddha vīratthu,
vip̄pamuttosi sabbadhi;
Sambād̄hapaṭipannosmi,
tassa me saraṇam bhavā”ti.

新加坡帕奥禅修中心

Atha kho bhagavā suriyaṃ devaputtam ārab̄bha rāhuṃ asurindaṃ gāthāhi ajjhabhāsi –

Tathāgataṃ arahantaṃ,
suriyo saraṇam gato.
Rāhu suriyaṃ pamuñcassu,
buddhā lokānukampakā.

Yo andhakāre tamasī pabhaṅkaro,
Verocano maṇḍalī uggatejo.
Mā rāhu gilī caramantalikkhe,
Pajam mama rāhu pamuñca suriyan”ti.



Mahā parittā

15. 太阳护卫经

——《相应部·第1品·第2相应·第1品·第10经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。

那个时候，太阳天子被拉胡阿苏罗王抓住。当时，太阳天子忆念着跋葛瓦，在那时说了此偈颂：

“礼敬佛英雄，
已解脱一切！
我今遇障碍，
我皈依于他。”



当时，跋葛瓦就太阳天子而以偈颂对拉胡阿苏罗王说：

“太阳已皈依，
如来阿拉汉。
拉胡放太阳，
诸佛愍世间。

黑暗中作光明者，
辉耀圆轮大光明。
拉胡莫吞行虚空，
拉胡放我人太阳。”



Atha kho rāhu asurindo suriyaṃ devaputtaṃ muñcivā
taramānarūpo yena Vepacitti asurindo ten' upasaṅkami;
upasaṅkamtivā saṃviggo lomahaṭṭhajāto ekamantaṃ
aṭṭhāsi. ekamantaṃ ṭhitaṃ kho rāhuṃ asurindaṃ
Vepacitti asurindo gāthāya ajjhabhāsi –

Kinnu santaramānova,
rāhu suriyaṃ pamuñcasi;
Saṃviggārūpo āgamma,
kiṃ nu bhītova tiṭṭhasī”ti.

Sattadhā me phale muddhā,
jīvanto na sukhaṃ labhe.
Buddhagāthābhigītomi,
no ce muñceyya suriyaṃ”ti.

新加坡帕奥禅修中心

16. Dhajagga suttaṃ

(Saṃyuttanikāya 1.11.1.3)

Evamaṃ me suttaṃ: ekaṃ samayaṃ bhagavā sāvattiyaṃ
viharati jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

Tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi – “bhikkhavo”ti
“Bhadante”ti te bhikkhū bhagavato paccassosum.

Bhagavā etadavoca –

“Bhūtapubbaṃ, bhikkhave, devāsurasāṅgāmo
samūpabbūlho ahoṣi. Atha kho, bhikkhave, sakko
devānamindo deve tāvatimse āmantesi –



Mahā parittā

当时，拉胡阿苏罗王释放了太阳天子后，急忙前往韦巴吉帝阿苏罗王之处。去到之后，惊恐、身毛竖立地站在一边。韦巴吉帝阿苏罗王以偈颂对站在一边的拉胡阿苏罗王说：

“为何如此急，
拉胡放太阳？
如此惊恐来，
为何惊怕立？”

（拉胡阿苏罗王回答说：）

“佛陀诵偈颂，
若不放太阳，
我头裂七分，
生活不得乐。”



新加坡帕奥禅修中心

16. 旌旗顶经

——《相应部·第1品·第11相应·第1品·第3经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。

于其处，跋葛瓦称呼比库们：“诸比库。”那些比库回答跋葛瓦：“尊者。”跋葛瓦如此说：

“诸比库，在过去，诸天和阿苏罗发生了战争。诸比库，当时，沙格天帝对诸三十三天众说：



‘Sace, mārīsā, devānaṃ saṅgāmagatānaṃ uppajjeyya bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, mameva tasmim̐ samaye dhajaggaṃ ullokeyyātha. Mamaṃ hi vo dhajaggaṃ ullokayataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissati’.

‘No ce me dhajaggaṃ ullokeyyātha, atha pajāpatissa devarājassa dhajaggaṃ ullokeyyātha. Pajāpatissa hi vo devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissati’.

‘No ce pajāpatissa devarājassa dhajaggaṃ ullokeyyātha, atha varuṇassa devarājassa dhajaggaṃ ullokeyyātha. Varuṇassa hi vo devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissati’.

‘No ce varuṇassa devarājassa dhajaggaṃ ullokeyyātha, atha īsānassa devarājassa dhajaggaṃ ullokeyyātha. Īsānassa hi vo devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissati’”ti.

“Taṃ kho pana, bhikkhave, sakkassa vā devānamindassa dhajaggaṃ ullokayataṃ, pajāpatissa vā devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ, varuṇassa vā devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ, īsānassa vā devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyethāpi no’pi pahīyetha. Taṃ kissa hetu?



Mahā parittā

‘诸君，如果参加战争的诸天产生怖畏、惧怕或身毛竖立，在那时你们可以望着我的旌旗顶。若你们望着我的旌旗顶，将能去除怖畏、惧怕或身毛竖立。

如果你们不望着我的旌旗顶，那你们可以望着巴迦巴帝天王的旌旗顶。若你们望着巴迦巴帝天王的旌旗顶者，将能去除怖畏、惧怕或身毛竖立。

如果你们不望着巴迦巴帝天王的旌旗顶，那你们可以望着瓦卢纳天王的旌旗顶。若你们望着瓦卢纳天王的旌旗顶者，将能去除怖畏、惧怕或身毛竖立。

如果你们不望着瓦卢纳天王的旌旗顶，那你们可以望着伊萨那天王的旌旗顶。若你们望着伊萨那天王的旌旗顶者，将能去除怖畏、惧怕或身毛竖立。’

诸比库，望着沙格天帝的旌旗顶，或望着巴迦巴帝天王的旌旗顶，或望着瓦卢纳天王的旌旗顶，或望着伊萨那天王的旌旗顶者，或许能去除、或许不能去除怖畏、惧怕或身毛竖立。那是什么原因呢？



“Sakko hi, bhikkhave, devānamindo avītarāgo avītadoso avītamoho bhīrucchambhī utrāsī palāyīti.

“Ahañca kho, bhikkhave, evaṃ vadāmi – ‘sace tumhākam, bhikkhave, araññagātānaṃ vā rukkhamūlagātānaṃ vā suññāgāragātānaṃ vā uppajjeyya bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, mameva tasmim samaye anussareyyātha – itipi so bhagavā arahaṃ sammāsambuddho vijjācaraṇasampanno sugato lokavidū anuttaro purisadammasārathi satthā devamanussānaṃ buddho bhagavā’ti. Mamaṃ hi vo, bhikkhave, anussarataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissati.

“No ce maṃ anussareyyātha, atha dhammaṃ anussareyyātha – ‘svākkhāto bhagavatā dhammo sandiṭṭhiko akāliko ehipassiko opaneyyiko paccattaṃ veditabbo viññūhī’ti. Dhammaṃ hi vo, bhikkhave, anussarataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissati.

“No ce dhammaṃ anussareyyātha, atha saṅghaṃ anussareyyātha – ‘suppaṭipanno bhagavato sāvaka-saṅgho ujuppaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho ñāyappaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho sāmīcippaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho, yadidaṃ cattāri purisayugāni atṭha purisapuggalā esa bhagavato sāvakasaṅgho, āhuneyyo pāhuneyyo dakkhiṇeyyo añjalikaraṇīyo anuttaraṃ puññakkhattaṃ lokassā’ti. Saṅghaṃ hi vo, bhikkhave, anussarataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissati. Taṃ kissa hetu?



诸比库，沙格天帝未离贪，未离瞋，未离痴，会战栗、惧怕、惊愕、逃跑。”

“诸比库，我如此说：诸比库，如果你们前往林野，前往树下，或前往空闲处，产生怖畏、惧怕或身毛竖立，那个时候你们可以只忆念我：‘那位跋葛瓦亦即是阿拉汉，正自觉者，明行具足，善至，世间解，无上者，调御丈夫，天人导师，佛陀，跋葛瓦。’诸比库，若你们忆念我者，将能去除怖畏、惧怕或身毛竖立。

如果你们不忆念我，那你们可以忆念法：‘法乃跋葛瓦所善说，是自见的，无时的，来见的，导向[涅槃]的，智者们的各自证知的。’诸比库，若你们忆念法者，将能去除怖畏、惧怕或身毛竖立。

如果你们不忆念法，那你们可以忆念僧：‘跋葛瓦的弟子僧团是善行道者，跋葛瓦的弟子僧团是正直行道者，跋葛瓦的弟子僧团是如理行道者，跋葛瓦的弟子僧团是正当行道者。也即是四双八士，此乃跋葛瓦的弟子僧团，应受供养，应受供奉，应受布施，应受合掌，是世间无上的福田。’诸比库，若你们忆念僧者，将能去除怖畏、惧怕或身毛竖立。那是什么原因呢？



“Tathāgato hi, bhikkhave, araham̐ sammāsambuddho
vītarāgo vītadoso vītamoho abhīru acchambhī anutrāsī
apalāyī”ti. Idamavoca bhagavā.

Idam̐ vatvā sugato athāparam̐ etadavoca satthā: –

Araññe rukkhamūle vā,
suññāgāre va bhikkhavo;
Anussaretha sambuddham̐,
bhayaṃ tumhāka no siyā.

No ce buddham̐ sareyyātha,
lokajettham̐ narāsabham̐;
Atha dhammam̐ sareyyātha,
niyyānikam̐ sudesitam̐.

新加坡帕奥禅修中心

No ce dhammam̐ sareyyātha,
niyyānikam̐ sudesitam̐;
Atha saṅgham̐ sareyyātha,
puññakkhetam̐ anuttaram̐.

Evam̐ buddham̐ sarantānam̐,
dhammam̐ saṅghaṅca bhikkhavo;
Bhayaṃ vā chambhitattam̐ vā,
lomaham̐so na hessatī”ti.

Paṭhamabhāṇavāro niṭṭhito.



Mahā parittā

诸比库，如来、阿拉汉、正自觉者已离贪、离瞋、离痴，不会战栗，不会惧怕，不会惊愕，不会逃跑。”这是跋葛瓦所说。

善至如此说后，导师更如是说：

“比库. 于林野、
树下. 空闲处，
忆念正觉者，
你们无怖畏。

若不忆念佛，
世最尊. 人王，
那可忆念法，
出离. 善说者。



若不忆念法，
出离. 善说者，
那可忆念僧，
无上福田者。

诸比库. 如此
忆念佛. 法. 僧，
将无畏. 惧怕，
及身毛竖立！”

第一诵分结束



17. Mahākassapatthera Bojjhaṅgaṃ

(Saṃyuttanikāya 5.2.14)

Evam me sutam: ekaṃ samayaṃ bhagavā rājagahe viharati veḷuvane kalandakanivāpe.

Tena kho pana samayena āyasmā Mahākassapo pipphalīguhāyaṃ viharati, ābādhiko dukkhito bāḥgilāno.

Atha kho bhagavā sāyanhasamayam paṭisallānā vutṭhito, yen'āyasmā Mahākassapo tenupasaṅkami; upasaṅkamtivā paññatte āsane nisīdi. Nisajja kho bhagavā āyasmantaṃ Mahākassapaṃ etadavoca –

“Kacci te, Kassapa, khamanīyaṃ? kacci yāpanīyaṃ? Kacci dukkhā vedanā paṭikkamanti, no abhikkamanti? paṭikkamosānaṃ paññāyati, no abhikkamo?”ti.

“Na me, bhante, khamanīyaṃ, na yāpanīyaṃ. Bāḥhā me dukkhā vedanā abhikkamanti, no paṭikkamanti; abhikkamosānaṃ paññāyati, no paṭikkamo”ti.

“Satt'ime, Kassapa, bojjhaṅgā mayā sammadakkhātā bhāvitā bahulīkatā abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattanti. Katame satta?

Satisambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Dhammavicayasambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.



17. 马哈咖沙巴长老觉支

——《相应部·第5品·第2相应·第14经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在王舍城竹林喂松鼠处。

那个时候，具寿马哈咖沙巴住在毕帕离洞，生病、痛苦、重病。

当时，跋葛瓦在傍晚时分从禅坐起来，前往具寿马哈咖沙巴之处。去到之后，坐在所敷设的座位上。坐下后，跋葛瓦对具寿马哈咖沙巴如此说：

“咖沙巴，你能忍受吗？能坚持吗？痛苦的感受减退而不会加剧吗？感觉向病愈好转而不会加剧吗？”

“尊者，我不能忍受，不能坚持，我的痛苦感受加重、加剧，没有减退，感觉病情加剧，没有减退。”

“咖沙巴，有七觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。哪七种呢？”

咖沙巴，念觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

咖沙巴，择法觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。



Viriyasambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā
sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya
sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Pītisambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā sammadakkhāto
bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya
saṃvattati.

Passaddhisambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā
sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya
sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Samādhisambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā
sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya
sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Upekkhāsambojjhaṅgo kho, kassapa, mayā
sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya
sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Ime kho, Kassapa, satta bojjhaṅgā mayā
sammadakkhātā bhāvitā bahulīkatā abhiññāya
sambodhāya nibbānāya saṃvattantī”ti.

“Taggha, bhagava, bojjhaṅgā; taggha, sugata,
bojjhaṅgā”ti.

Idamavoca bhagavā. Attamano āyasmā Mahākassapo
bhagavato bhāsitaṃ abhinandi. Vuṭṭhāhi c’āyasmā
Mahākassapo tamhā ābādhā. Tathā pahīno c’āyasmato
Mahākassapassa so ābādho ahoṣī”ti.



Mahā parittā

咖沙巴，精进觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

咖沙巴，喜觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

咖沙巴，轻安觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

咖沙巴，定觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

咖沙巴，捨觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。新加坡帕奥禅修中心

咖沙巴，有此七觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。”

“跋葛瓦，的确是觉支！善至，的确是觉支！”

这是跋葛瓦所说，具寿马哈咖沙巴满意与欢喜跋葛瓦之所说。具寿马哈咖沙巴因此病愈，具寿马哈咖沙巴的病由此消失。



18. Mahāmogallānatthera Bojjhaṅgaṃ

(Saṃyuttanikāya 5.2.15)

Evamaṃ me sutamaṃ: ekaṃ samayaṃ bhagavā rājagahe viharati veḷuvane kalandakanivāpe.

Tena kho pana samayena āyasmā Mahāmogallāno gijjhakūṭe pabbate viharati, ābādhiko dukkhito bālhagilāno.

Atha kho bhagavā sāyanhasamayamaṃ paṭisallānā vuṭṭhito, yen'āyasmā Mahāmogallāno tenupasaṅkami; upasaṅkamitvā paññatte āsane nisīdi. Nisajja kho bhagavā āyasmantaṃ Mahāmogallānaṃ etadavoca –

“Kacci te, Moggallāna, khamanīyamaṃ? kacci yāpanīyamaṃ? Kacci dukkhā vedanā paṭikkamanti, no abhikkamanti? paṭikkamosānaṃ paññāyati, no abhikkamo?”ti. 新加坡帕奥禅修中心

“Na me, bhante, khamanīyamaṃ, na yāpanīyamaṃ. Bālhā me dukkhā vedanā abhikkamanti, no paṭikkamanti; abhikkamosānaṃ paññāyati, no paṭikkamo”ti.

“Satt'ime, Moggallāna, bojjhaṅgā mayā sammadakkhātā bhāvitā bahulīkatā abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattanti. Katame satta?”

Satisambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Dhammavicayasambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.



18. 马哈摩嘎喇那长老觉支

——《相应部·第5品·第2相应·第15经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在王舍城竹林喂松鼠处。

那个时候，具寿马哈摩嘎喇那住在鹞峰山，生病、痛苦、重病。

当时，跋葛瓦在傍晚时分从禅坐起来，前往具寿马哈摩嘎喇那之处。去到之后，坐在所敷设的座位上。坐下后，跋葛瓦对具寿马哈摩嘎喇那如此说：

“摩嘎喇那，你能忍受吗？能坚持吗？痛苦的感受减退而不会加剧吗？感觉向病愈好转而不会加剧吗？”

“尊者，我不能忍受，不能坚持，我的痛苦感受加重、加剧，没有减退，感觉病情加剧，没有减退。”

“摩嘎喇那，有七觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。哪七种呢？”

摩嘎喇那，念觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

摩嘎喇那，择法觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。



Viriyasambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Pītisambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Passaddhisambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Samādhisambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Upekkhāsambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Ime kho, Moggallāna, satta bojjhaṅgā mayā sammadakkhātā bhāvitā bahulīkatā abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattantī”ti.

“Taggha bhagava, bojjhaṅgā; taggha, sugata, bojjhaṅgā”ti.

Idamavoca bhagavā. Attamano āyasmā Mahāmoggallāno bhagavato bhāsitaṃ abhinandi. Vuṭṭhāhi c’āyasmā Mahāmoggallāno tamhā ābādha. Tathā pahīno c’āyasmato Mahāmoggallānassa so ābādho ahoṣī’ ti.



Mahā parittā

摩嘎喇那，精进觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

摩嘎喇那，喜觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

摩嘎喇那，轻安觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

摩嘎喇那，定觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

摩嘎喇那，捨觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。加坡帕奥禅修中心

摩嘎喇那，有此七觉支已被我所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。”

“跋葛瓦，的确是觉支！善至，的确是觉支！”

这是跋葛瓦所说，具寿马哈摩嘎喇那满意与欢喜跋葛瓦之所说。具寿马哈摩嘎喇那因此病愈，具寿马哈摩嘎喇那的病由此消失。



19. Mahācundatthera Bojjhaṅgaṃ

(Saṃyuttanikāya 5.2.16)

Evamaṃ me sutamaṃ: ekaṃ samayaṃ bhagavā rājagahe viharati veḷuvane kalandakanivāpe.

Tena kho pana samayena bhagavā ābādhiko hoti dukkhito bālhagilāno.

Atha kho āyasmā Mahācundo sāyanhasamayaṃ paṭisallānā vuṭṭhito, yena bhagavā tenupasaṅkami; upasaṅkamitvā bhagavantaṃ abhivādetvā ekamantaṃ nisīdi. Ekamantaṃ nisinnaṃ kho āyasmantaṃ Mahācundaṃ bhagavā etadavoca –

“paṭibhantu taṃ, Cunda, bojjhaṅgā”ti.

“Sattime, bhante, bojjhaṅgā bhagavatā sammadakkhātā bhāvitā bahulīkatā, abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattanti. Katame satta?

Satisambojjhaṅgo kho, bhante, bhagavatā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Dhammavicayasambojjhaṅgo kho, bhante, bhagavatā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Viriyasambojjhaṅgo kho, bhante, bhagavatā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.



19. 大准德长老觉支

——《相应部·第5品·第2相应·第16经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在王舍城竹林喂松鼠处。

那个时候，跋葛瓦生病、痛苦、重病。

当时，具寿大准德在傍晚时分从禅坐起来，前往跋葛瓦之处。来到之后，顶礼跋葛瓦，然后坐在一边。跋葛瓦对坐在一边的具寿大准德如此说：

“准德，请思念觉支！”

新加坡帕奥禅修中心

“尊者，有七觉支已被跋葛瓦所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。哪七种呢？”

尊者，念觉支已被跋葛瓦所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

尊者，择法觉支已被跋葛瓦所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

尊者，精进觉支已被跋葛瓦所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。



Pītisambojjhaṅgo kho, bhante, bhagavatā
sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya
sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Passaddhisambojjhaṅgo kho, bhante, bhagavatā
sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya
sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Samādhisambojjhaṅgo kho, bhante, bhagavatā
sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya
sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Upekkhāsambojjhaṅgo kho, bhante, bhagavatā
sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya
sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

Ime kho, bhante, satta bojjhaṅgā bhagavatā
sammadakkhātā bhāvitā bahulīkatā abhiññāya
sambodhāya nibbānāya saṃvattantī”ti.

“Taggha Cunda, bojjhaṅgā; taggha, Cunda,
bojjhaṅgā”ti.

Idamavoca āyasmā Mahācundo. Samanuñño sathā
ahosi. Vuṭṭhāhi ca bhagavā tamhā ābādhā. Tathā pahīno
ca bhagavato so ābādhō ahosī”ti.

20. Girimāandasuttaṃ

(Aṅguttaranikāya 10.6.10)

Evam me sutam: ekaṃ samayaṃ bhagavā sāvatthiyaṃ
viharati jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.



尊者，喜觉支已被跋葛瓦所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

尊者，轻安觉支已被跋葛瓦所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

尊者，定觉支已被跋葛瓦所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

尊者，捨觉支已被跋葛瓦所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。

尊者，有此七觉支已被跋葛瓦所正说，已修习、多作，导向证智、正觉、涅槃。”

“准德，的确是觉支！准德，的确是觉支！”

这是具寿大准德所说，导师赞同。跋葛瓦因此病愈，跋葛瓦的病由此消失。

20. 吉利马难德经

——《增支部·第十集·第6品·第10经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。



Tena kho pana samayena āyasmā girimānando
ābādhiko hoti dukkhito bāḷhagilāno.

Atha kho āyasmā ānando yena bhagavā
tenupasaṅkami; upasaṅkamitvā bhagavantam
abhivādetvā ekamantaṃ nisīdi. Ekamantaṃ nisinno kho
āyasmā ānando bhagavantam etadavoca –

“Āyasmā, bhante, girimānando ābādhiko hoti dukkhito
bāḷhagilāno. Sādhu, bhante, bhagavā yen’āyasmā
girimānando tenupasaṅkamatu anukampaṃ upādāyā”ti.

“Sace kho tvam, ānanda, girimānandassa bhikkhuno
upasaṅkamitvā dasasaññā bhāseyyāsi, ṭhānaṃ kho
pan’etaṃ vijjati yaṃ girimānandassa bhikkhuno
dasasaññā sutvā so ābādho ṭhānaso paṭippassambheyya.

“Katamā dasa?

Aniccasaññā, anattasaññā, asubhasaññā, ādīnavasaññā,
pahānasaññā, virāgasaññā, nirodhasaññā, sabbaloke
anabhiratasaññā, sabbasaṅkhāresu anicchāsaññā⁵¹,
ānāpānassati.

“Katamā c’ānanda, aniccasaññā? Idh’ānanda, bhikkhu
araññagato vā rukkhamūlagato vā suññāgāragato vā, iti
paṭisañcikkhati – ‘rūpaṃ aniccaṃ, vedanā aniccā, saññā
aniccā, saṅkhārā aniccā, viññāṇaṃ aniccaṃ’ti. Iti imesu
pañcasupādānakkhandhesu aniccānupassī viharati.
Ayaṃ vuccat’ānanda, aniccasaññā.

⁵¹ 兰卡版作 aniccasaññā (无常想)，今依缅甸版及上下文的文义作 anicchāsaññā (无欲求想)。



那个时候，具寿吉利马难德生病、痛苦、重病。

当时，具寿阿难来到跋葛瓦之处。来到之后，顶礼跋葛瓦，然后坐在一边。坐在一边的具寿阿难对跋葛瓦如此说：

“尊者，具寿吉利马难德生病、痛苦、重病。萨度，尊者，愿跋葛瓦出于悲愍前往具寿吉利马难德之处。”

“阿难，如果你前往吉利马难德比库之处说十种想，这将有可能在吉利马难德比库听了十种想后，他的病将能立刻止息。

哪十种呢？

新加坡帕奥禅修中心

无常想，无我想，不净想，过患想，捨断想，离想，灭想，一切世间不可乐想，对一切诸行无欲求想，入出息念。

阿难，什么是无常想呢？阿难，于此，比库前往林野，前往树下，或前往空闲处，如是审察：‘色无常，受无常，想无常，诸行无常，识无常。’如是于此五取蕴随观无常而住。阿难，这称为无常想。



“Katamā c’ānanda, anattasaññā? Idh’ānanda, bhikkhu araññagato vā rukkhamūlagato vā suññāgāragato vā, iti paṭisañcikkhati –

‘cakkhuṃ anattā, rūpā anattā, soṭṭhaṃ anattā, saddā anattā, ghāṇaṃ anattā, gandhā anattā, jivhā anattā, rasā anattā, kāyo anattā, phoṭṭhabbā anattā, mano anattā, dhammā anattā’ ti. Iti imesu chasu ajjhattikabāhiresu āyatanesu anattānupassī viharati. Ayaṃ vuccat’ānanda, anattasaññā.

“Katamā c’ānanda, asubhasaññā? Idh’ānanda, bhikkhu imameva kāyaṃ uddhaṃ pādatalā adho kesamatthakā tacapariyantaṃ pūraṃ nānappakārassa asucino paccavekkhati – ‘atthi imasmim kāye - kesā lomā nakhā dantā taco, maṃsaṃ nahāru aṭṭhi aṭṭhimiñjā vakkhaṃ, hadayaṃ yakanāṃ kilomakāṃ pihakāṃ papphāsaṃ, antaṃ antagaṇaṃ udariyaṃ karīsaṃ, pittaṃ semhaṃ pubbo lohitaṃ sedo medo, assu vasā kheḷo siṅghāṇikā lasikā muttan’ ti. Iti imasmim kāye asubhānupassī viharati. Ayaṃ vuccat’ānanda, asubhasaññā.

“Katamā c’ānanda, ādīnavasaññā? Idh’ānanda, bhikkhu araññagato vā rukkhamūlagato vā suññāgāragato vā, iti paṭisañcikkhati – ‘bahu dukkho kho ayaṃ kāyo bahu ādīnavo. Iti imasmim kāye vividhā ābādhā uppajjanti, seyyathīdaṃ – cakkhurogo sotarogo ghāṇarogo jivhārogo kāyarogo sīsarogo kaṇṇarogo mukharogo dantarogo kāso sāso pināso ḍaho jaro kucchirogo mucchā pakkhandikā sūlā visūcikā kuṭṭhaṃ gaṇḍo kilāso soso apamāro, daddu kaṇḍu kacchu



阿难，什么是无我想呢？阿难，于此，比库前往林野，前往树下，或前往空闲处，如是审察：‘眼无我、颜色无我，耳无我、声无我，鼻无我、香无我，舌无我、味无我，身无我、触无我，意无我、法无我。’如是于此六内外处随观无我而住。阿难，这称为无我想。

阿难，什么是不净想呢？阿难，于此，比库对此从脚底以上、从发顶以下、为皮肤所包的身体，观察充满种种之不净：‘于此身中，有头发、身毛、指甲、牙齿、皮肤，肌肉、筋腱、骨、骨髓、肾，心、肝、膜、脾、肺，肠、肠间膜、胃中物、粪便，胆汁、痰、脓、血、汗、脂肪，泪、油膏、唾液、鼻涕、关节滑液、尿。’如是于此身随观不净而住。阿难，这称为不净想。

阿难，什么是过患想呢？阿难，于此，比库前往林野，前往树下，或前往空闲处，如是审察：‘此身实多苦、多过患。于此身中会生各种病，诸如：眼病、耳病、鼻病、舌病、身病，头痛、耳病、口病、牙病，咳嗽、哮喘、感冒、烧心、发烧、腹病，昏迷、痢疾、剧痛、霍乱，痲疯、疔疮、癣、肺病、癫痫，轮癣、痒、疥癣，



nakhasā vitacchikā, lohita-pittaṃ, madhumeho, aṃsā,
piḷakā, bhagandalā, pittasamuṭṭhānā ābādhā,
semhasamuṭṭhānā ābādhā, vātasamuṭṭhānā ābādhā,
sannipātikā ābādhā, utupariṇāmajā ābādhā,
visamaparihārajā ābādhā, opakkamikā ābādhā,
kammavipākajā ābādhā, sītaṃ, uṇhaṃ, jighacchā pipāsā,
uccāro, passāvo'ti. Iti imasmiṃ kāye ādīnavānupassī
viharati. Ayaṃ vuccat'ānanda, ādīnavasaññā.

“Katamā c'ānanda, pahānasaññā? Idh'ānanda,
bhikkhu uppannaṃ kāmavitakkaṃ nādhivāseti, pajahati
vinodeti, byantīkaroti, anabhāvaṃ gameti. Uppannaṃ
vyāpādavitakkaṃ nādhivāseti, pajahati, vinodeti,
byantīkaroti, anabhāvaṃ gameti. Uppannaṃ
vihimsāvitakkaṃ nādhivāseti, pajahati, vinodeti,
byantīkaroti, anabhāvaṃ gameti. Uppannuppanne
pāpake akusale dhamme nādhivāseti, pajahati, vinodeti,
byantīkaroti, anabhāvaṃ gameti. Ayaṃ vuccat'ānanda,
pahānasaññā.

“Katamā c'ānanda, virāgasaññā? Idh'ānanda, bhikkhu
araññagato vā rukkhamaḷagato vā suññāgārāgato vā, iti
paṭisañcikkhati – ‘etaṃ santaṃ, etaṃ paṇītaṃ, yadidaṃ
sabbasaṅkhārasamatho sabbūpadhippaṭṭinissaggo
taṇhākkhayo virāgo nibbānan'ti. Ayaṃ vuccat'ānanda,
virāgasaññā.



抓伤、疥疮，血胆病、糖尿病、痔疮、肿瘤、溃疡，由胆汁引起之病，由痰引起之病，由风引起之病，体液失调之病，季节变化引起之病，由不当动作引起之病，突发之病，业报引起之病，冷、热，饥饿、口渴，大便、小便。’如是于此身随观过患而住。阿难，这称为过患想。

阿难，什么是捨断想呢？阿难，于此，比库不容忍已生起的欲寻，捨断、去除、终止，令趋向不存在。不容忍已生起的瞋寻，捨断、去除、终止，令趋向不存在。不容忍已生起的害寻，捨断、去除、终止，令趋向不存在。不容忍再再生起的恶、不善法，捨断、去除、终止，令趋向不存在。阿难，这称为捨断想。

阿难，什么是离想呢？阿难，于此，比库前往林野，前往树下，或前往空闲处，如是审察：‘此是寂静，此是殊胜，也即是一切诸行的止息，一切所依的捨离，爱尽、离、涅槃。’阿难，这称为离想。



“Katamā c’ānanda, nirodhasaññā? Idh’ānanda, bhikkhu araññagato vā rukkhāmūlagato vā suññāgāragato vā, iti paṭisañcikkhati – ‘etaṃ santam, etaṃ paṇītam, yadidaṃ sabbasaṅkhārasamatho sabbūpadhippaṭinissaggo taṇhākkhayo nirodho nibbānan’ti. Ayaṃ vuccat’ānanda, nirodhasaññā.

“Katamā c’ānanda, sabbaloke anabhiratasaññā? Idh’ānanda, bhikkhu ye loke upāy’upādānā cetaso adhiṭṭhānābhinivesānusayā, te pajahanto vīramati na upādiyanto. Ayaṃ vuccat’ānanda, sabbaloke anabhiratasaññā.

“Katamā c’ānanda, sabbasaṅkhāresu anicchāsaññā? Idh’ānanda, bhikkhu sabbasaṅkhārehi aṭṭiyati harāyati jigucchati. Ayaṃ vuccat’ānanda, sabbasaṅkhāresu anicchāsaññā. 新加坡帕奥禅修中心

“Katamā c’ānanda, ānāpānassati? Idh’ānanda, bhikkhu araññagato vā rukkhāmūlagato vā suññāgāragato vā nisīdati pallaṅkaṃ ābhujitvā ujum kāyaṃ paṇidhāya parimukhaṃ satim upaṭṭhapetvā. So sato’va assasati, sato passasati.

‘Dīghaṃ vā assasanto ‘dīghaṃ assasāmī’ti pajānāti.

‘Dīghaṃ vā passasanto ‘dīghaṃ passasāmī’ti pajānāti.

‘Rassaṃ vā assasanto ‘rassaṃ assasāmī’ti pajānāti.

‘Rassaṃ vā passasanto ‘rassaṃ passasāmī’ti pajānāti.

‘Sabbakāyapaṭisaṃvedī assasissāmī’ti sikkhati.

‘Sabbakāyapaṭisaṃvedī passasissāmī’ti sikkhati.



阿难，什么是灭想呢？阿难，于此，比库前往林野，前往树下，或前往空闲处，如是审察：‘此是寂静，此是殊胜，也即是一切诸行的止息，一切依的捨离，爱尽、灭、涅槃。’阿难，这称为灭想。

阿难，什么是一切世间不可乐想呢？阿难，于此，比库对世界的算计、执取、心的取著、执著、随眠，皆捨断、不乐、不执取它们。阿难，这称为一切世间不可乐想。

阿难，什么是对一切诸行无欲求想呢？阿难，于此，比库厌恶、惭耻、嫌恶一切诸行。阿难，这称为对一切诸行无欲求想。

阿难，什么是入出息念呢？阿难，于此，比库前往林野，前往树下，或前往空闲处，结跏趺而坐，保持其身正直，置念于面前。他只念于入息，念于出息。

入息长时，了知：‘我入息长。’

出息长时，了知：‘我出息长。’

入息短时，了知：‘我入息短。’

出息短时，了知：‘我出息短。’

他学：‘我将觉知全身而入息。’

他学：‘我将觉知全身而出息。’



‘Passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Pīṭapaṭisaṃvedī assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Pīṭapaṭisaṃvedī passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Sukhapaṭisaṃvedī assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Sukhapaṭisaṃvedī passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Cittasaṅkhārapaṭisaṃvedī assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Cittasaṅkhārapaṭisaṃvedī passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Passambhayaṃ cittasaṅkhāraṃ assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Passambhayaṃ cittasaṅkhāraṃ passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Cittapaṭisaṃvedī assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Cittapaṭisaṃvedī passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Abhippamodayaṃ cittaṃ assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Abhippamodayaṃ cittaṃ passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Samādahaṃ cittaṃ assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Samādahaṃ cittaṃ passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Vimocayaṃ cittaṃ assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Vimocayaṃ cittaṃ passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Aniccānupassī assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Aniccānupassī passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Virāgānupassī assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Virāgānupassī passasissāmī’ ti sikkhati.



他学：‘我将平静身行而入息。’

他学：‘我将平静身行而出息。’

他学：‘我将觉知喜而入息。’

他学：‘我将觉知喜而出息。’

他学：‘我将觉知乐而入息。’

他学：‘我将觉知乐而出息。’

他学：‘我将觉知心行而入息。’

他学：‘我将觉知心行而出息。’

他学：‘我将平静心行而入息。’

他学：‘我将平静心行而出息。’

他学：‘我将觉知心而入息。’

他学：‘我将觉知心而出息。’

他学：‘我将喜悦心而入息。’

他学：‘我将喜悦心而出息。’

他学：‘我将专注心而入息。’

他学：‘我将专注心而出息。’

他学：‘我将解脱心而入息。’

他学：‘我将解脱心而出息。’

他学：‘我将随观无常而入息。’

他学：‘我将随观无常而出息。’

他学：‘我将随观离而入息。’

他学：‘我将随观离而出息。’



‘Nirodhānupassī assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Nirodhānupassī passasissāmī’ ti sikkhati.

‘Paṭinissaggānupassī assasissāmī’ ti sikkhati.

‘Paṭinissaggānupassī passasissāmī’ ti sikkhati.

Ayaṃ vuccat’ānanda, ānāpānassati.

“Sace kho tvaṃ, ānanda, girimānandassa bhikkhuno imā dasasaññā bhāseyyāsi, ṭhānaṃ kho panetaṃ vijjati yaṃ girimānandassa bhikkhuno imā dasasaññā sutvā so ābādho ṭhānaso paṭippassambheyyā” ti.

Atha kho āyasmā ānando bhagavato santike imā dasasaññā uggahetvā yen’āyasmā girimānando tenupasaṅkami; upasaṅkamitvā āyasmato girimānandassa imā dasasaññā abhāsi. Atha kho āyasmato girimānandassa imā dasasaññā sutvā so ābādho ṭhānaso paṭippassambhi. Vuṭṭhāhi c’āyasmā girimānando tamhā ābādhā. Tathā pahīno ca pan’āyasmato girimānandassa so ābādho ahoṣī’ ti.

21. Isigilisuttaṃ

(Majjhimanikāya 116)

Evam me sutam – ekaṃ samayaṃ bhagavā rājagahe viharati isigilismiṃ pabbate.

Tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi – “bhikkhavo” ti.

“Bhadante” ti te bhikkhū bhagavato paccassosum.

Bhagavā etadavoca –



他学：‘我将随观灭而入息。’

他学：‘我将随观灭而出息。’

他学：‘我将随观捨离而入息。’

他学：‘我将随观捨离而出息。’

阿难，这称为入出息念。

阿难，如果你前往吉利马难德比库之处说此十种想，这将有可能会在吉利马难德比库听了此十种想后，他的病将能立刻止息。”

当时，具寿阿难在跋葛瓦跟前学习了此十种想之后，前往具寿吉利马难德之处。去到之后，向具寿吉利马难德说此十种想。当时，具寿吉利马难德在听了此十种想后，他的病立刻止息。具寿吉利马难德因此病愈，具寿吉利马难德的病由此消失。

21. 吞仙经

——《中部·第116经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在王舍城吞仙山。

于其处，跋葛瓦称呼比库们：“诸比库。”那些比库回答跋葛瓦：“尊者。”跋葛瓦如此说：



“Passatha no tumhe, bhikkhave, etaṃ vebhāraṃ pabbatan?”ti. “Evaṃ, bhante”. “Etassapi kho, bhikkhave, vebhārassa pabbatassa aññāva samaññā ahoṣi aññā paññatti”.

“Passatha no tumhe, bhikkhave, etaṃ paṇḍavaṃ pabbatan?”ti. “Evaṃ, bhante”. “Etassapi kho, bhikkhave, paṇḍavassa pabbatassa aññāva samaññā ahoṣi aññā paññatti”.

“Passatha no tumhe, bhikkhave, etaṃ vepullaṃ pabbatan?”ti. “Evaṃ, bhante”. “Etassapi kho, bhikkhave, vepullassa pabbatassa aññāva samaññā ahoṣi aññā paññatti”.

“Passatha no tumhe, bhikkhave, etaṃ gijjhakūṭaṃ pabbatan?”ti. “Evaṃ, bhante”. “Etassapi kho, bhikkhave, gijjhakūṭassa pabbatassa aññāva samaññā ahoṣi aññā paññatti”.

“Passatha no tumhe, bhikkhave, imaṃ isigiliṃ pabbatan?”ti. “Evaṃ, bhante”. “Imassa kho pana, bhikkhave, isigilissa pabbatassa esāva samaññā ahoṣi esā paññatti”.

“Bhūtapubbaṃ, bhikkhave, pañcapaccekabuddhasatāni imasmiṃ isigilismiṃ pabbate ciranivāsino ahesuṃ. Te imaṃ pabbataṃ pavisantā dissanti pavitṭhā na dissanti. Tamenāṃ manussā disvā evamāhaṃsu – ‘ayaṃ pabbato ime isī gilatī’ ti; ‘isigili isigilī’ tveva samaññā udapādi.



“诸比库，你们看见这座韦跋勒山吗？”

“是的，尊者。”

“诸比库，这座韦跋勒山还有其他的名称，其他的名字。”

“诸比库，你们看见这座般德瓦山吗？”

“是的，尊者。”

“诸比库，这座般德瓦山还有其他的名称，其他的名字。”

“诸比库，你们看见这座方广山吗？”

“是的，尊者。”

“诸比库，这座方广山还有其他的名称，其他的名字。”

“诸比库，你们看见这座鹫峰山吗？”

“是的，尊者。”

“诸比库，这座鹫峰山还有其他的名称，其他的名字。”

“诸比库，你们看见这座吞仙山吗？”

“是的，尊者。”

“诸比库，这座吞仙山还有其他的名称，其他的名字。”

“诸比库，往昔有五百位独觉佛曾久住于此吞仙山。见到他们进入此山但进入后即不见，人们看见了就这样说：‘这座山吞掉了这些仙人。’由此产生了‘吞仙’‘吞仙’的名称。”



Ācikkhissāmi, bhikkhave, paccekabuddhānaṃ nāmāni;
kittayissāmi, bhikkhave, paccekabuddhānaṃ nāmāni;
desissāmi, bhikkhave paccekabuddhānaṃ nāmāni Taṃ
suṇātha, sādhukaṃ manasikarotha; bhāssissāmi”ti.

“Evaṃ, bhante”ti kho te bhikkhū bhagavato
paccassosum. Bhagavā etadavoca –

“Ariṭṭho nāma, bhikkhave, paccekasambuddho
imasmim̐ isigilismim̐ pabbate ciranivāsī ahoṣi; upariṭṭho
nāma, bhikkhave, paccekasambuddho imasmim̐
isigilismim̐ pabbate ciranivāsī ahoṣi; tagarasikhī nāma,
bhikkhave, paccekasambuddho imasmim̐ isigilismim̐
pabbate ciranivāsī ahoṣi; yasassī nāma, bhikkhave,
paccekasambuddho imasmim̐ isigilismim̐ pabbate
ciranivāsī ahoṣi; sudassano nāma, bhikkhave,
paccekasambuddho imasmim̐ isigilismim̐ pabbate
ciranivāsī ahoṣi; piyadassī nāma, bhikkhave,
paccekasambuddho imasmim̐ isigilismim̐ pabbate
ciranivāsī ahoṣi; gandhāro nāma, bhikkhave,
paccekasambuddho imasmim̐ isigilismim̐ pabbate
ciranivāsī ahoṣi; piṇḍolo nāma, bhikkhave,
paccekasambuddho imasmim̐ isigilismim̐ pabbate
ciranivāsī ahoṣi; upāsabho nāma, bhikkhave,
paccekasambuddho imasmim̐ isigilismim̐ pabbate
ciranivāsī ahoṣi; nīto nāma, bhikkhave,
paccekasambuddho imasmim̐ isigilismim̐ pabbate
ciranivāsī ahoṣi; tatho nāma, bhikkhave,
paccekasambuddho imasmim̐ isigilismim̐ pabbate



Mahā parittā

诸比库，我将宣说诸独觉佛的名号，我将称颂诸独觉佛的名号，我将教导诸独觉佛的名号。谛听，善作意之！我要说了！”

那些比库回答跋葛瓦：“是的，尊者。”跋葛瓦如此说：

“诸比库，有名为阿利陀的独觉佛曾久住于此吞仙山。

诸比库，有名为伍巴利陀的独觉佛曾久住于此吞仙山。

诸比库，有名为答葛勒西奇的独觉佛曾久住于此吞仙山。

诸比库，有名为亚萨西的独觉佛曾久住于此吞仙山。

诸比库，有名为苏达思那的独觉佛曾久住于此吞仙山。

新加坡帕奥禅修中心

诸比库，有名为毕亚达西的独觉佛曾久住于此吞仙山。

诸比库，有名为甘塔罗的独觉佛曾久住于此吞仙山。

诸比库，有名为宾多罗的独觉佛曾久住于此吞仙山。

诸比库，有名为伍巴思婆的独觉佛曾久住于此吞仙山。

诸比库，有名为尼多的独觉佛曾久住于此吞仙山。

诸比库，有名为答陀的独觉佛曾久住于此吞仙山。



ciranivāsī ahoṣi, sutavā nāma, bhikkhave,
 paccekasambuddho imasmiṃ isigilismiṃ pabbate
 ciranivāsī ahoṣi; bhāvitatto nāma, bhikkhave,
 paccekasambuddho imasmiṃ isigilismiṃ pabbate
 ciranivāsī ahoṣi.

“Ye sattasārā anīghā nirāsā,
 Paccekamevajjhagamuṃ subodhiṃ.
 Tesam visallānaṃ naruttamānaṃ,
 Nāmāni me kittayato suṇātha.

“Ariṭṭho upariṭṭho tagarasikhī yasassī,
 Sudassano piyadassī ca buddho.
 Gandhāro piṇḍolo upāsabho ca,
 Nīto tatho sutavā bhāvitatto.

“Sumbho subho methulo aṭṭhako ca,
 Athassu meghe anīgho sudāṭho.
 Paccekabuddhā bhavanettikhīṇā,
 Hiṅgū ca hiṅgo ca mahānubhāvā.

“Dve jālino munino aṭṭhako ca,
 Atha kosalo buddho atho subāhu.
 Upanemiso nemiso santacitto,
 Sacco tatho virajo paṇḍito ca.



Mahā parittā

诸比库，有名为苏德瓦的独觉佛曾久住于此吞仙山。
诸比库，有名为跋维答多的独觉佛曾久住于此吞仙山。”

“有情的精英无苦无欲，
已证独觉善菩提；
此诸上人离烦恼，
请听我称颂诸名号：

阿利陀、伍巴利陀、答葛勒西奇、亚萨西，
苏达思那与毕亚达西佛，
甘塔罗、宾多罗和伍巴思婆，
尼多、答陀、苏德瓦、跋维答多。

孙婆、苏婆、美土罗和阿他摩，
阿特苏、美喀、阿尼喀、苏达陀，
断尽导致再有的诸独觉佛，
大威力者兴谷和兴葛。

两位迦离牟尼和阿特格，
又有苟思罗佛、苏拔胡，
伍巴内密索、内密索、山德吉多，
萨周、答陀、维勒周和般地多。



“Kāl’upakālā vijito jito ca,
 Aṅgo ca paṅgo ca gutijjito ca.
 Passī jahī upadhiṃ dukkhamūlaṃ,
 Aparājito mārabalaṃ ajesi.

“Satthā pavattā sarabhaṅgo lomahaṃso,
 Uccaṅgamāyo asito anāsavo.
 Manomayo mānacchido ca bandhumā,
 Tadādhimutto vimalo ca ketumā.

“Ketumbarāgo ca mātaṅgo ariyo,
 Ath’accuto accutagāmabyāmakō.
 Sumaṅgalo dabbilo suppatiṭṭhito,
 Asayho khemābhirato ca sorato.

“Durannayo saṅgho athopi uccayo,
 Aparo munī sayho anomanikkamo.
 Ānandanando upanando dvādasa,
 Bhāradvājo antimadehadhārī.

“Bodhī mahānāmo athopi uttaro,
 Kesī sikhī sundaro bhāradvājo.
 Tissūpatissā bhavabandhanacchidā,
 Upasīdarī taṅhacchido ca sīdarī.



咖喇、伍巴咖喇、维基多和基多，
盎葛、邦葛和古帝基多，
捨断所依、苦根的巴西，
战胜魔力的阿巴拉基多。

萨他、巴瓦答、萨勒邦葛、罗马杭索，
伍章葛马优、阿西多、阿那思瓦，
断慢者马诺马优和般荼马，
答达底木多、维马罗和给都马。

给东拔拉葛和马当葛、阿利优，
还有阿朱多、阿朱德嘎马比阿马格，
苏曼葛罗、达比罗、苏巴帝提多，
阿赛诃、柯马阿毗勒多和索勒多。

度兰那优、桑喀还有伍吒优，
然后牟尼赛诃最高的精勤者；
阿难、难德、伍巴难德[各四位共]十二位，
持最后身的跋勒德瓦哲。

波提、马哈那摩又伍答罗，
给西、西奇、孙达罗、跋勒德瓦哲，
断除再有结缚的帝思、伍巴帝思，
断除爱的伍巴西德利和西德利。



“Buddho ahū maṅgalo vītarāgo,
 Usabhaçchidā jālinim dukkhamūlaṃ.
 Santaṃ padaṃ ajjhagamūpanīto,
 Uposatho sundaro saccaṇāmo.

“Jeto jayanto padumo uppalo ca,
 Padumuttaro rakkhito pabbato ca.
 Mānatthaddho sobhito vītarāgo,
 Kaṅho ca buddho suvimuttacitto.

“Ete ca aññe ca mahānubhāvā,
 Paccekabuddhā bhavanettikhīṇā.
 Te sabba saṅgātigate mahesī,
 Parinibbute vandatha appameyye”ti.

Dutiyabhāṇavāro niṭṭhito.



Mahā parittā

有离贪的佛陀曼葛罗，
断除诸网、苦根的伍思跋，
已证寂静界的伍巴尼多，
伍波思特、孙德罗、萨遮那摩。

揭多、迦央多、巴度摩和伍巴罗，
巴度木德罗、拉奇多和巴拔多，
马那特驮、索毗多、维德拉果，
和善解脱心的佛陀甘诃。

这些和其他大威力者，
断尽导致再有的诸独觉佛，
无限地礼敬他们所有，
超越执著、已般涅槃的大仙们！”

第二诵分结束



22. Dhammacakkappavattanasuttaṃ

(Saṃyuttanikāyo 5.12.2.1)

Evam me sutam – ekaṃ समयam bhagavā
bārāṇasiyam viharati isipātane migadāye.

Tatra kho bhagavā pañcavaggiye bhikkhū āmantesi –
“Dve’ me, bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā:
yo cā’yaṃ kāmesu kāmasukhallikānuyogo hīno gammo
pothujjaniko anariyo anattasaṃhito; yo cā’yaṃ
attakilamathānuyogo dukkho anariyo anattasaṃhito.

Ete te, bhikkhave, ubho ante anupagamma majjhamā
paṭipadā tathāgatena abhisambuddhā cakkhukaraṇī
ñāṇakaraṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya
nibbānāya saṃvattati.

“Katamā ca sā, bhikkhave, majjhimā paṭipadā
tathāgatena abhisambuddhā cakkhukaraṇī ñāṇakaraṇī
upasamāya abhiññāya sambodhāya nibbānāya
saṃvattī’ ti?

Ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathīdaṃ:
sammādiṭṭhi, sammāsaṅkappo, sammāvācā, sammā-
kammanto, sammā-ājīvo sammāvāyāmo, sammāsati,
sammāsamādhi. ayaṃ kho sā, bhikkhave, majjhimā
paṭipadā tathāgatena abhisambuddhā cakkhukaraṇī
ñāṇakaraṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya
nibbānāya saṃvattati.



22. 转法轮经

——《相应部·小品·第12相应·第2品·第1经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑。

于其处，跋葛瓦对五众比库说：

“诸比库，有此两边是出家人不应亲近的。哪两边呢？若追求于诸欲的欲乐执著，乃卑劣、粗俗、凡庸、非圣、无益的；若从事自我折磨，则是痛苦、非圣、无益的。

新加坡帕奥禅修中心

诸比库，不近此两边，有中道为如来所证语，作眼，作智，导向寂止、证智、正觉、涅槃。

诸比库，什么是那为如来所证语，作眼，作智，导向寂止、证智、正觉、涅槃的中道呢？此乃八支圣道，也就是：正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念、正定。诸比库，此即是那为如来所证语，作眼，作智，导向寂止、证智、正觉、涅槃的中道。



“Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ: jāti’pi dukkhā, jarā’pi dukkhā, vyādhi’pi dukkhā, maraṇaṃ’pi dukkhaṃ, appiyehi sampayogo dukkho, piyehi vippayogo dukkho, yam’picchaṃ na labhati, tam’pi dukkhaṃ. Saṅkhittena pañc’upādānakkhandhā dukkhā.”

“Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ: yā’yaṃ taṇhā ponobhavikā nandirāga-sahagatā tatra tatrābhinandanī, seyyathīdaṃ: kāmataṇhā bhavataṇhā vibhavataṇhā.

“Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ: yo tassāyeva taṇhāya asesavirāga-nirodho cāgo paṭinissaggo mutti anālayo.

“Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ: ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathīdaṃ: sammādiṭṭhi, sammāsaṅkappo, sammāvācā, sammākammanto, sammā-ājīvo sammāvāyāmo, sammāsati, sammāsamādhi.

“Idaṃ dukkhaṃ ariyasaccan’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

Taṃ kho pan’idaṃ dukkhaṃ ariyasaccaṃ pariññeyyan’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.



Mahā parittā

诸比库，此是苦圣谛——生是苦，老是苦，病是苦，死是苦，与不喜爱的会合是苦，与喜爱的别离是苦，有所求而不得也是苦。简而言之：五取蕴是苦。

诸比库，此是苦集圣谛——此爱导致再有，与喜、贪俱，于处处而喜乐，这就是：欲爱、有爱、无有爱。

诸比库，此是苦灭圣谛——即是那爱的无馀离、灭、捨弃、捨离、解脱、无执著。

诸比库，此是趣向苦灭之道圣谛——此乃八支圣道，也就是：正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念、正定。

诸比库，我对‘此是苦圣谛。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

诸比库，我对‘此苦圣谛应遍知。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。



Taṃ kho paṇ'idaṃ dukkhaṃ ariyasaccam
pariññātan'ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu
dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā
udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

“Idaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccan'ti me,
bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ
udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi,
āloko udapādi.

Taṃ kho paṇ'idaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccam
pahātabban'ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu
dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā
udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

Taṃ kho paṇ'idaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccam
pahīṇan'ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu
dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā
udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

“Idaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccan'ti me, bhikkhave,
pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,
ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko
udapādi.

Taṃ kho paṇ'idaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccam
sacchikātabban'ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu
dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā
udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

Taṃ kho paṇ'idaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccam
sacchikatan'ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu
dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā
udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.



Mahā parittā

诸比库，我对‘此苦圣谛已遍知。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

诸比库，我对‘此是苦集圣谛。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

诸比库，我对‘此苦集圣谛应捨断。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

诸比库，我对‘此苦集圣谛已捨断。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

诸比库，我对‘此是苦灭圣谛。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

诸比库，我对‘此苦灭圣谛应亲证。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

诸比库，我对‘此苦灭圣谛已亲证。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。



“Idaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccan’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

Taṃ kho pan’idaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ bhāvetabban’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

Taṃ kho pan’idaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ bhāvitān’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.”

“Yāvākīvañca me, bhikkhave, imesu catusu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃ ñāṇadassanaṃ na suvisuddhaṃ ahoṣi, neva tāvā’haṃ, bhikkhave, sadevake loke samārake sabrahmake sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya sadeva-manussāya anuttaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho paccaññāsim.

“Yato ca kho me, bhikkhave, imesu catusu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃ ñāṇadassanaṃ suvisuddhaṃ ahoṣi. Athāhaṃ, bhikkhave, sadevake loke samārake sabrahmake sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya sadeva-manussāya anuttaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho paccaññāsim.



Mahā parittā

诸比库，我对‘此是趣向苦灭之道圣谛。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

诸比库，我对‘此趣向苦灭之道圣谛应修习。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

诸比库，我对‘此趣向苦灭之道圣谛已修习。’于前所未闻之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

诸比库，只要我对此四圣谛如此的三转十二行相的如实智见尚未完全清淨之前，诸比库，我就不会在有诸天、魔、梵的世间中，有沙门、婆罗门、天与人的界，宣称‘已证悟无上正自觉’。

诸比库，正因为我对此四圣谛如此的三转十二行相的如实智见已完全清淨，诸比库，然后我在有诸天、魔、梵的世间中，有沙门、婆罗门、天与人的界，宣称‘已证悟无上正自觉’。



Ñāṇaṅca pana me dassanaṃ udapādi - ‘akuppā me cetovimutti - ayamantimā jāti natthidāni punabbhavo’ti.

Idamavoca bhagavā. attamanā pañcavaggiyā bhikkhū bhagavato bhāsitaṃ abhinandun’ti.

Imasmiṅca pana veyyākaraṇasmiṃ bhaññamāne, āyasmato koṇḍaññaassa virajaṃ vītamaḷaṃ dhammacakkuṃ udapādi - “yaṃ kiñci samudaya-dhammaṃ sabbantaṃ nirodhadhammaṃ”ti.

Pavattite ca pana bhagavatā dhammacakke bhummā devā saddamanussāvesuṃ - “Etaṃ bhagavatā bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye anuttaraṃ dhammacakkaṃ pavattitaṃ appativattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin”ti.

Bhummānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā cātummahārājikā devā saddamanussāvesuṃ - “Etaṃ bhagavatā bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye anuttaraṃ dhammacakkaṃ pavattitaṃ appativattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin”ti.

Cātummahārājikānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā tāvatimsā devā saddamanussāvesuṃ - “Etaṃ bhagavatā bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye anuttaraṃ dhammacakkaṃ pavattitaṃ appativattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin”ti.



Mahā parittā

我生起智与见：‘我的解脱不动摇，此是最后生，今已无再有。’”

这是跋葛瓦所说，五众比库满意与欢喜跋葛瓦之所说。

而在说此记说时，具寿袞丹雅生起远尘离垢之法眼：“任何集起之法，一切皆是灭法。”

当法轮被跋葛瓦转动时，地居诸天发出声言：“这个被跋葛瓦在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑所转之无上法轮，于世间不能被沙门、婆罗门、天、魔、梵或任何人所转！”

听到地居诸天的声音之后，四大王天发出声言：“这个被跋葛瓦在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑所转之无上法轮，于世间不能被沙门、婆罗门、天、魔、梵或任何人所转！”

听到四大王诸天的声音之后，三十三天发出声言：“这个被跋葛瓦在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑所转之无上法轮，于世间不能被沙门、婆罗门、天、魔、梵或任何人所转！”



Tāvatiṃsānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā yāmā devā
 saddamanussāvesuṃ -
 Yāmānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā tusitā devā
 saddamanussāvesuṃ -
 Tusitānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā nimmāṇaratī devā
 saddamanussāvesuṃ -
 Nimmāṇaratīnaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā
 Paranimmitavasavattino devā saddamanussāvesuṃ -
 Paranimmitavasavattīnaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā
 brahmapārisajjā devā saddamanussāvesuṃ -
 Brahmapārisajjānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā
 brahmapurohitā devā saddamanussāvesuṃ -
 Brahmapurohitānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā
 mahābrahmā devā saddamanussāvesuṃ -
 Mahābrahmānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā parittābhā
 devā saddamanussāvesuṃ -
 Parittābhānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā appamāṇābhā
 devā saddamanussāvesuṃ -
 Appamāṇābhānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā ābhassarā
 devā saddamanussāvesuṃ -
 Ābhassarānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā parittasubhā
 devā saddamanussāvesuṃ -
 Parittasubhānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā
 appamāṇasubhā devā saddamanussāvesuṃ -
 Appamāṇasubhānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā
 subhakiṇhakā devā saddamanussāvesuṃ -



Mahā parittā

听到三十三诸天的声音之后，亚马诸天发出声音……

听到亚马诸天的声音之后，喜足诸天发出声音……

听到喜足诸天的声音之后，化乐诸天发出声音……

听到化乐诸天的声音之后，他化自在诸天发出声音……

听到他化自在诸天的声音之后，梵众诸天发出声音……

听到梵众诸天的声音之后，梵辅诸天发出声音……

听到梵辅诸天的声音之后，大梵诸天发出声音……

听到大梵诸天的声音之后，少光诸天发出声音……

听到少光诸天的声音之后，无量光诸天发出声音……

听到无量光诸天的声音之后，流光诸天发出声音……

听到流光诸天的声音之后，少净诸天发出声音……

听到少净诸天的声音之后，无量净诸天发出声音……

听到无量净诸天的声音之后，遍净诸天发出声音……



Subhakiṇḥakānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā vehapphalā
devā saddamanussāvesuṃ -

Vehapphalānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā avihā devā
saddamanussāvesuṃ -

Avihānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā atappā devā
saddamanussāvesuṃ -

Atappānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā sudassā devā
saddamanussāvesuṃ -

Sudassānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā sudassī devā
saddamanussāvesuṃ -

Sudassīnaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā akanitṭhakā devā
saddamanussāvesuṃ - “Etaṃ bhagavatā bārāṇasiyaṃ
isipatane migadāye anuttaraṃ dhammacakkaṃ
pavattitaṃ appativattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā
devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā
lokasmin”ti.

Itiha tena khaṇena, tena muhuttana, yāva brahmalokā
saddo abbhuggaṇchi. Ayaṅca dasasahassī lokadhātu
saṅkampi. Sampakampi sampavedhi. Appamāṇo ca
ulāro obhāso loke pāturahosi atikkamma devānaṃ
devānubhāvan’ti.

Atha kho bhagavā udānaṃ udānesi: “aññāsi vata bho
koṇḍañño, aññāsi vata bho koṇḍañño”ti. Iti hi’daṃ
āyasmato koṇḍaññassa “Aññā koṇḍañño” - tveva
nāmaṃ ahoṣī’ti.



听到遍净诸天的声音之后，广果诸天发出声音……

听到广果诸天的声音之后，无烦诸天发出声音……

听到无烦诸天的声音之后，无热诸天发出声音……

听到无热诸天的声音之后，善现诸天发出声音……

听到善现诸天的声音之后，善见诸天发出声音……

听到善见诸天的声音之后，色究竟诸天发出声音：

“这个被跋葛瓦在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑所转之无上法轮，于世间不能被沙门、婆罗门、天、魔、梵或任何人所转！”

新加坡帕奥禅修中心

如此于那刹那、那须臾间，声音上升远达梵界。此一万个世界震动、摇动、强烈震动，无量、广大、超越诸天之天威光的光明出现于世间。

当时，跋葛瓦发出此感叹：“朋友袞丹雅确实已了知！朋友袞丹雅确实已了知！”如是，具寿袞丹雅的名字就成为“已知袞丹雅”。



23. Mahāsamayāsuttaṃ

(Dīghanikāya 20)

Evamaṃ me sutamaṃ – ekaṃ samayaṃ bhagavā sakkesu viharati kapilavatthusmiṃ mahāvane mahatā bhikkhusaṅghena saddhiṃ pañcamattehi bhikkhusatehi sabbeheva arahantehi; dasahi ca lokadhātūhi devatā yebhuyyena sannipatitā honti bhagavantaṃ dassanāya bhikkhusaṅghaṇca.

Atha kho catunnaṃ suddhāvāsakāyikānaṃ devānaṃ etadahosi – “ayaṃ kho bhagavā sakkesu viharati kapilavatthusmiṃ mahāvane mahatā bhikkhusaṅghena saddhiṃ pañcamattehi bhikkhusatehi sabbeheva arahantehi; dasahi ca lokadhātūhi devatā yebhuyyena sannipatitā honti bhagavantaṃ dassanāya bhikkhusaṅghaṇca. Yannūna mayam’pi yena bhagavā ten’upasaṅkameyyāma; upasaṅkamitvā bhagavato santike paccekagāthaṃ bhāseyyāmā”ti.

Atha kho tā devatā seyyathāpi nāma balavā puriso samiñjitaṃ vā bāhaṃ pasāreyya pasāritaṃ vā bāhaṃ samiñjeyya, evameva suddhāvāsesu devesu antarahitā bhagavato purato pāturahesuṃ. Atha kho tā devatā bhagavantaṃ abhivādetvā ekamantaṃ atthaṃsu. Ekamantaṃ t̥hitā kho ekā devatā bhagavato santike imaṃ gāthaṃ abhāsi –



23. 大集会经

——《长部·第20经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在释迦国咖毕叻瓦土的大林，与大比库僧团一起，所有的五百位比库皆是阿拉汉。来自十个世界的大多数诸天为了谒见跋葛瓦和比库僧团而云集。

当时，有四位净居天人说：“此跋葛瓦住在释迦国咖毕叻瓦土的大林，与大比库僧团一起，所有的五百位比库皆是阿拉汉。来自十个世界的大多数诸天为了谒见跋葛瓦和比库僧团而云集。就让我们也前往跋葛瓦之处，去到后我们每位都在跋葛瓦跟前说一首偈颂。”

当时，那些诸天就犹如有力之人伸直弯屈的手臂或弯屈伸直的手臂一般，从净居天隐没，出现在跋葛瓦前面。当时，那些诸天礼敬跋葛瓦，然后站在一边。站在一边的一位天人在跋葛瓦的跟前说了此偈颂：



“Mahāsamayo pavanasmimḥ,
devakāyā samāgatā;
Āgatamha imaṃ dhammasamayam,
dakkhitāye aparājitasanghan”ti.

Atha kho aparā devatā bhagavato santike imaṃ
gātham abhāsi –

“Tatra bhikkhavo samādahaṃsu,
cittamattano ujukamakamṣu.
Sārathīva nettāni gahetvā,
indriyāni rakkhanti paṇḍitā”ti.

Atha kho aparā devatā bhagavato santike imaṃ
gātham abhāsi –

“Chetvā khīlam chetvā paligham,
indakhīlam ūhaccamanejā;
Te caranti suddhā vimalā,
cakkhumatā sudantā susunāgā”ti.

Atha kho aparā devatā bhagavato santike imaṃ
gātham abhāsi –

“Ye keci buddham saraṇam gatāse,
na te gamissantī apāyam.
Pahāya mānusam deham,
devakāyam paripūressantī”ti.



Mahā parittā

“于林中大集会，
诸天皆集合；
我们来此法会，
为了见无能胜的僧团。”

然后另一位天人在跋葛瓦的跟前说了此偈颂：

“那里诸比库专注，
正直其自心，
如车夫执缰绳，
智者守护诸根。”



然后另一位天人在跋葛瓦的跟前说了此偈颂：

“折断柱子折断了门，
除去帝柱⁵²无贪著，
他们所行清净无垢，
具眼者善调御幼象。”

然后另一位天人在跋葛瓦的跟前说了此偈颂：

“任何人皈依佛陀，
他们不会往生恶趣，
捨弃人身后，
将圆满天身。”

⁵² 这里的柱子、门和帝柱皆比喻贪瞋痴。



Atha kho bhagavā bhikkhū āmantesi – “yebhuyyena, bhikkhave, dasasu lokadhātūsu devatā sannipatitā, tathāgataṃ dassanāya bhikkhusaṅghaṅca. Yepi te, bhikkhave, ahesuṃ atītamaddhānaṃ arahanto sammā-sambuddhā, tesampi bhagavantānaṃ etaparamāyeva devatā sannipatitā ahesuṃ seyyathāpi mayhaṃ etarahi. Yepi te, bhikkhave, bhavissanti anāgataṃ addhānaṃ arahanto sammāsambuddhā, tesampi bhagavantānaṃ etaṃparamāyeva devatā sannipatitā bhavissanti seyyathāpi mayhaṃ etarahi. Ācikkhissāmi, bhikkhave, devakāyānaṃ nāmāni; kittayissāmi, bhikkhave, devakāyānaṃ nāmāni; desissāmi, bhikkhave, devakāyānaṃ nāmāni. Taṃ suṇātha, sādhukaṃ manasikarotha, bhāsissāmi”ti. “Evaṃ, bhante”ti kho te bhikkhū bhagavato paccassosuṃ.

Bhagavā etadavoca –

“Silokamanukassāmi,
yattha bhum mā tadassitā;
Ye sitā girigabbharaṃ,
pahitattā samāhitā.

“Puthūsīhā’va sallīnā,
lomahaṃsābhisambhuno;
Odātamanasā suddhā,
vippasannamanāvīlā”.



当时，跋葛瓦对比库们说：“诸比库，来自十个世界的大多数诸天为了谒见如来和比库僧团而云集。诸比库，所有那些过去曾出现的阿拉汉、正自觉者，在那些跋葛瓦面前也有像这样的诸天集会，就如我现在一样。诸比库，所有那些未来将出现的阿拉汉、正自觉者，在那些跋葛瓦面前也有像这样的诸天集会，就如我现在一样。诸比库，我将宣说诸天众的名号，我将称颂诸天众的名号，我将教导诸天众的名号。谛听，善作意之！我要说了！”

那些比库回答跋葛瓦：“是的，尊者。”

跋葛瓦如此说：

“我将诵出赞颂，
地居诸天依止各处。
依止山、洞窟[的比库]，
精勤有定力。⁵³

如多数的狮子退隐，
克服身毛竖立。
意念洁白清静，
明净无浊秽。

⁵³ 本经偈颂的补注部分乃参考该经的义注加入。



Bhiyyo pañcasate ñatvā,
vane kāpilavatthave;
Tato āmantayī satthā,
sāvake sāsane rate.

“Devakāyā abhikkantā,
te vijānātha bhikkhavo;
Te ca ātappamakarum,
sutvā buddhassa sāsanam.

Tesaṃ pāturahu ñāṇam,
amanussāna dassanam;
App'eke satamaddakkhum,
sahassam aṭṭha sattariṃ.

Sataṃ eke sahassānam,
amanussānamaddasum;
Appeke' nantamaddakkhum,
disā sabbā phuṭā ahū.

Tañca sabbaṃ abhiññāya,
vavakkhitvāna cakkhumā.
Tato āmantayī satthā,
sāvake sāsane rate.



Mahā parittā

得知五百多位[比库]，
于咖毕叻瓦土林中；
自从导师说示之后，
弟子们喜乐于教导。

诸比库，[用天眼]了知那些
殊胜的天众。
[比库们]听了佛陀的教导，
他们已作热勤。

他们的[天眼]智已明了，
所见到的非人，
有一些[比库]能见到一百，
[有些能见到]一千又[有些见到]七十[千]。

有一些[比库]能见到
十万个非人，
有一些能见到无限，
一切诸方皆遍满。

彻知那一切，
具眼者欲言；
之后导师说，
弟子乐教导。



“Devakāyā abhikkantā,
te vijānātha bhikkhavo;
Ye vo’haṃ kittayissāmi,
girāhi anupubbaso.

“Sattasahassā te yakkhā,
bhum mā kāpilavatthavā.
Iddhimanto jutīmanto,
vaṇṇavanto yasassino.
Modamānā abhikkāmuṃ,
bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

“Chasahassā hemavatā,
yakkhā nānattavaṇṇino;
Iddhimanto jutīmanto,
vaṇṇavanto yasassino.
Modamānā abhikkāmuṃ,
bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

“Sātāgirā tisahassā,
yakkhā nānattavaṇṇino;
Iddhimanto jutīmanto,
vaṇṇavanto yasassino.
Modamānā abhikkāmuṃ,
bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.



Mahā parittā

天众已前来，
诸比库，了知他们；
我将以次第之语，
对你们称颂：

有七千亚卡，
依伽毕叻瓦土之地[而居]；
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。



六千各种颜色的
喜马拉雅山亚卡，
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。

三千各种颜色的
萨答山亚卡，
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。



“Icete soḷasasahassā,
yakkhā nānattavaṇṇino;
Iddhimanto jutīmanto,
vaṇṇavanto yasassino.
Modamānā abhikkāmuṃ,
bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

“Vessāmittā pañcasatā,
yakkhā nānattavaṇṇino;
Iddhimanto jutīmanto,
vaṇṇavanto yasassino.
Modamānā abhikkāmuṃ,
bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

新加坡帕奥禅修中心

“Kumbhīro rājagahiko,
Vepullassa nivesanaṃ;
Bhiyyo naṃ satasahassaṃ,
yakkhānaṃ payirupāsati.
Kumbhīro rājagahiko,
sop’āga samitiṃ vanaṃ.

“Purimañca disaṃ rājā,
Dhatarattho taṃ pasāsati.
Gandhabbānaṃ ādhipati,
mahārājā yasassiso.



Mahā parittā

如是有一万六千
各种颜色的亚卡，
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。

五百各种颜色的
韦萨密答山亚卡，
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。



新加坡帕奥禅修中心

王舍城的贡毗罗，
住在方广山，
他为超过一万名的
亚卡侍候着；
王舍城的贡毗罗，
他也来齐集之林。

东方的持国天王，
统领甘塔拔之主，
拥有名声的大王。



Puttāpi tassa bahavo,
 indanāmā mahabbalā;
 Iddhimanto jutīmanto,
 vaṇṇavanto yasassino.
 Modamānā abhikkāmum,
 bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

“Dakkhiṇaṅca disaṃ rājā,
 Virūḷho taṃ pasāsati.
 Kumbhaṇḍānaṃ ādhipati,
 mahārājā yasassiso.
 Puttāpi tassa bahavo,
 indanāmā mahabbalā;
 Iddhimanto jutīmanto,
 vaṇṇavanto yasassino.
 Modamānā abhikkāmum,
 bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

“Pacchimaṅca disaṃ rājā,
 Virūpakkho taṃ pasāsati;
 Nāgānaṃ ādhipati,
 mahārājā yasassiso.
 Puttāpi tassa bahavo,
 indanāmā mahabbalā;
 Iddhimanto jutīmanto,
 vaṇṇavanto yasassino.
 Modamānā abhikkāmum,
 bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.



他有许多儿子，
名为‘印德’有大力。
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。

南方的增长天王，
统领瓮壘天之主，
拥有名声的大王。
他有许多儿子，
名为‘印德’有大力。
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。



新加坡帕奥禅修中心

西方的广目天王，
统领诸龙之主，
拥有名声的大王。
他有许多儿子，
名为‘印德’有大力。
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。



“Uttarañca disaṃ rājā,
 Kuvero taṃ pasāsati;
 Yakkhānaṃ ādhipati,
 mahārājā yasassiso.
 Puttāpi tassa bahavo,
 indanāmā mahabbalā;
 Iddhimanto jutīmanto,
 vaṇṇavanto yasassino.
 Modamānā abhikkāmuṃ,
 bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

“Purimaṃ disaṃ Dhatarattho,
 dakkhiṇena Virūlhako;
 Pacchimena Virūpakkho,
 Kuvero uttaraṃ disaṃ.

Cattāro te mahārājā,
 samantā caturo disā;
 Daddallamānā aṭṭhaṃsu,
 vane kāpilavatthave.

“Tesaṃ māyāvino dāsā,
 āgu vañcanikā saṭhā.
 Māyā kuṭeṇḍu veṭeṇḍu,
 viṭucca viṭuṭo saha.



Mahā parittā

北方古韦勒天王，
统领亚卡众之主，
拥有名声的大王。
他有许多儿子，
名为‘印德’有大力。
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。

东方是持国，
南方是增长，
西方是广目，
北方古韦勒。



新加坡帕奥禅修中心

这四位大王，
于一切四方，
放着光明地站在
咖毕叻瓦土之林。

他们那狡诈、虚伪、
狡猾的奴才前来，
迷幻的古登度、韦登度、
维啍遮和维啍哆一起；



“Candano kāmasetṭho ca,
kinnughaṇḍu nighaṇḍu ca;
Panādo opamañño ca,
devasūto ca mātālī.

“Cittaseno ca gandhabbo,
naḷorājā janesabho.
Āgu pañcasikho c’eva,
timbarū suriyavaccasā.

“Ete c’aññe ca rājāno,
gandhabbā saha rājubhi;
Modamānā abhikkāmuṃ,
bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

新加坡帕奥禅修中心

“Ath’āgu nābhasā nāgā,
vesālā sahatacchakā.
Kambala’ssatarā āgu,
pāyāgā saha ñātibhi.

“Yāmunā dhataratṭhā ca,
āgu nāgā yasassino;
Erāvaṇo mahānāgo,
sopāga samitiṃ vanaṃ.



旃德那和伽马谢陀，
金奴堪度和尼堪度，
巴那多和欧巴曼雅；
驾天车的马德离，
和甘塔拔吉德谢那，
那洛拉哲、迦内思跋，
般遮西卡也前来；
丁拔卢、苏利亚瓦吒萨。

这些以及其他诸王，
甘塔拔与诸王一起，
喜悦而前来
比库众齐集之林。



新加坡帕奥禅修中心

还有龙从那跋萨池前来，
与韦沙离的答车格龙一起，
甘拔叻、阿思德勒前来，
从巴亚嘎湾[来的龙]与亲属一起。

从亚木那河与持国族，
有名声的诸龙前来；
伊拉瓦那大龙，
他也前来齐集之林。



“Ye nāgarāje sahasā haranti,
 dibbā dijā pakkhi visuddhacakkhū.
 Vehāsayā te vanamajjhapattā,
 citrā supañṇā iti tesam nāmāni.
 “Abhayaṃ tadā nāgarājānamāsi,
 supañṇato khemamakāsi buddho.
 Saṅhāhi vācāhi upavhayantā,
 nāgā supañṇā saraṇamagaṃsu buddhaṃ.

“Jitā vajirahatthena,
 samuddaṃ asurā sitā.
 Bhātaro vāsavassete,
 iddhimanto yasassino.

新加坡帕奥禅修中心

“Kālakañjā mahābhimsā,
 asurā dānaveghasā;
 Vepacitti sucittī ca,
 pahārādo namucī saha.

“Satañca baliputtānaṃ,
 sabbe verocanāmakā;
 Sannayhitvā baliṃ senaṃ,
 rāhubhaddamupāgamuṃ.
 Samayo’ dāni, bhaddante,
 bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.



抓着龙王突然来，
天、两生⁵⁴、有翼、具清淨眼，
它们从虚空到达林中，
吉德拉妙翅鸟是它们的名字。
那时佛陀让诸龙王，
从妙翅鸟处得无畏、安稳，
以柔软语称呼，
诸龙、妙翅鸟皈依佛陀。

被金刚手[天王]打败，
阿苏罗依于海洋；
兄弟瓦萨瓦萨，
拥有神通、名声。



咖叻甘哲大怖畏，
阿苏罗达那韦喀思，
韦巴吉帝和苏吉帝，
巴哈拉达与那木吉一起。

拔离的一百个儿子，
一切皆名‘韦罗遮’；
武装拔离军队后，
前往威严的拉胡王[之处说]：
祝您幸运！现在是时候[前往]
比库众齐集之林。

⁵⁴ 义注中说：拥有天的威力故为天(dibba)。从母腹中和卵壳中两度出生，故称为两生(dijā)，也即是鸟的异名。



- “Āpo ca devā paṭhavī,
tejo vāyo tadāgamuṃ.
Varuṇā vāraṇā devā,
somo ca yasasā saha.
- “Mettā karuṇā kāyikā,
āgu devā yasassino;
Das’ete dasadhā kāyā,
sabbe nānattavaṇṇino.
- “Iddhimanto jutīmanto,
vaṇṇavanto yasassino;
Modamānā abhikkāmumuṃ,
bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.
- “Veṇhū ca devā sahalī ca,
asamā ca duve yamā.
Candassūpanisā devā,
candamāgu purakkhatvā.
- “Suriyassūpanisā devā,
suriyam-āgu purakkhatvā;
Nakkhattāni purakkhatvā,
āgu mandavalāhakā.
- “Vasūnaṃ vāsavo seṭṭho,
sakkopāga purindado;
Das’ete dasadhā kāyā,
sabbe nānattavaṇṇino.



水天与地天，
火天、风天皆前来。
瓦卢纳、瓦勒纳天，
索马与亚思萨一起。
慈身与悲身天，
有名声的诸天前来。
他们十位十种身，
一切皆有各种颜色；
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。



文胡天与萨诃离，
阿思马与两位亚马天，
依止月亮的诸天，
在月亮的前面前来。

依止太阳的诸天，
在太阳的前面前来。
[依止星宿的诸天]在星宿前面[前来]；
迟云天前来。
财富诸天的尊长瓦思瓦，
亦即沙格、补林达德也前来。
他们十位十种身，
一切皆有各种颜色；



“Iddhimanto jutīmanto,
vaṇṇavanto yasassino;
Modamānā abhikkāmuṃ,
bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

“Ath’āgu sahabhū devā,
jalamaggisikhāriva;
Ariṭṭhakā ca rojā ca,
ummāpupphanibhāsino.

“Varuṇā sahadhammā ca,
accutā ca anejakā;
Sūleyyarucirā āgu,
āgu vāsavanesino.

Das’ete dasadhā kāyā,
sabbe nānattavaṇṇino.

“Iddhimanto jutīmanto,
vaṇṇavanto yasassino;
Modamānā abhikkāmuṃ,
bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

“Samānā mahāsamanā,
mānusā mānusuttamā;
Khidḍāpadūsikā āgu,
āgu manopadūsikā.



拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。

还有萨诃菩诸天前来，
晃耀犹如光焰；
阿利特格和罗哲，
伍马补帕有光辉。

瓦卢纳和萨诃昙马，
阿朱德和阿内哲格，
苏雷亚、卢吉勒前来，
瓦思瓦内西前来。

他们十位十种身，
一切皆有各种颜色；
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。

萨马那、马哈萨马那，
马奴萨、马奴苏德马，
奇哒巴度西格前来，
马诺巴度西格前来。



新加坡帕奥禅修中心



“Athāgu harayo devā,
 ye ca lohitavāsino;
 Pāragā mahāpāragā,
 āgu devā yasassino.
 Das’ete dasadhā kāyā,
 sabbe nānattavaṇṇino.
 “Iddhimanto jutīmanto,
 vaṇṇavanto yasassino;
 Modamānā abhikkāmuṃ,
 bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.
 “Sukkā karumhā aruṇā,
 āgu veghanasā saha;
 Odātagayhā pāmokkhā,
 āgu devā vicakkhaṇā.
 “Sadāmattā hāragajā,
 missakā ca yasassino;
 Thanayaṃ āga pajjunno,
 yo disā abhivassati.
 “Das’ete dasadhā kāyā,
 sabbe nānattavaṇṇino;
 Iddhimanto jutīmanto,
 vaṇṇavanto yasassino.
 Modamānā abhikkāmuṃ,
 bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.



还有哈利天前来，
及罗希德瓦西诺；
巴勒葛、马哈巴勒葛，
有名声的诸天前来。
他们十位十种身，
一切皆有各种颜色；
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。

苏格、咖伦哈、阿卢纳，
与韦喀那思一起前来；
欧达德该哈上首天，
维吒科纳天前来。
萨达马德、哈勒葛哲，
和有名声的密思格；
于诸方降雨者，
巴君那雷鸣而来。
他们十位十种身，
一切皆有各种颜色；
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。



新加坡帕奥禅修中心



“Khemiyā tusitā yāmā,
 kaṭṭhakā ca yasassino;
 Lambītakā lāmasetṭhā,
 jotināmā ca āsavā.

Nimmāṇaratino āgu,
 ath’āgu paranimmitā.

“Das’ete dasadhā kāyā,
 sabbe nānattavaṇṇino;
 Iddhimanto jutīmanto,
 vaṇṇavanto yasassino.
 Modamānā abhikkāmuṃ,
 bhikkhūnaṃ samitiṃ vanaṃ.

“Saṭṭh’ete devanikāyā,
 sabbe nānattavaṇṇino;
 Nāmanvayena āgañchum,
 ye caññe sadisā saha.

“Pavutthajātiṃ akhilaṃ,
 oghatiṇṇamanāsavaṃ;
 Dakkhem’oghataraṃ nāgaṃ,
 candamaṃ’va asitātiṃ vaṃ.’

“Subrahmā paramatto ca,
 puttā iddhimato saha.
 Sanaṅkumāro tisso ca,
 so p’āga samitiṃ vanaṃ.



喜足天和亚马天的克弥亚，
和有名声的咖特格；
兰比德格、喇马谢特，
名为周帝和阿萨，
化乐诸天前来，
他化自在诸天也前来。
他们十位十种身，
一切皆有各种颜色；
拥有神通、光辉，
拥有美貌与名声；
喜悦而前来
比库众齐集之林。



他们六种天部类，
一切皆有各种颜色；
各依名份而前来，
以及与其他相同的一起。

(诸天说:)

‘已离于生、无[贪瞋痴之]柱，
超渡瀑流无诸漏，
将见度脱瀑流之龙，
如过黑分的月亮。’

善梵和巴勒马德，
与拥有神通的诸子一起。
萨囊童子与帝思，
他也前来齐集之林。



“Sahassaṃ brahmalokānaṃ,
mahābrahmābhitiṭṭhati;
Upapanno jutīmanto,
bhismākāyo yasassiso.

“Dasettha issarā āgu,
paccekavasavattino;
Tesañca majjhato āga,
hārito parivārito.

“Te ca sabbe abhikkante,
sa-inde deve sabrahmake.
Mārasenā abhikkāmi,
passa kaṇhassa mandiyaṃ.

“Etha gaṇhatha bandhatha,
rāgena baddhamatthu ve;
Samantā parivāretha,
mā vo muñcittha koci naṃ’.

“Iti tattha mahāseno,
kaṇhasenaṃ apesayī;
Pāṇinā talamāhacca,
saraṃ katvāna bheravaṃ.



一千梵天界，
大梵天胜过[其他梵天而]站立；
生来有光辉，
身躯巨大，拥有名声。

十位自在梵天前来，
各自拥有自在力；
在他们中间，
哈利德与眷属前来。

他们所有皆前来，
有因陀天，有梵天。
魔军也前来，
看着黑魔愚钝者。



新加坡帕奥禅修中心

‘来！你们用贪爱
抓住、困绑、束缚[他们]；
全部给包围着，
你们不要让任何人逃脱！’

大军如是在那里，
派遣黑魔军；
以手击于地，
发出恐怖声。



“Yathā pāvussako megho,
 thanayanto savijjuko;
 Tadā so paccudāvatti,
 saṅkuddho asayaṃvasī.

Tañca sabbaṃ abhiññāya,
 vavatthitvāna cakkhumā.
 Tato āmantayī satthā,
 sāvake sāsane rate.

“Mārasenā abhikkantā,
 te vijānātha bhikkhavo.
 Te ca ātappamakarūṃ,
 sutvā buddhassa sāsanam.
 Vītarāgehapakkāmuṃ,
 n’esaṃ lomam’pi iñjayuṃ.

“Sabbe vijitasaṅgāmā,
 bhayātītā yasassino;
 Modanti saha bhūtehi,
 sāvakā te jane sutā”ti.



如降雨之云，
打雷又闪电。
然后他撤退，
愤怒不自在。

具眼者彻知、
确定那一切；
之后导师说，
弟子乐教导。

‘魔军已前来。
诸比库，应了知他们！’
听了佛陀的教导，
他们已作热勤。
[魔及魔军]离开离贪者，
他们纤毫不为所动。⁵⁵



新加坡的奥祥修中心

所有战争胜利者，
已越怖畏有名声；
与已生者一起喜悦，
那些弟子人中闻名。”

⁵⁵ 根据义注，这首偈颂的意思是：“诸比库，魔军已经前来了，你们应适当地了知自己，应征入果等至。”听了佛陀的教导之后，他们为了证入果等至而作精进、努力。魔罗与魔军对于离贪的圣者只能远远地离开。那些离贪者甚至连毫毛也不为所动。



24. Ālavakasuttaṃ

(Suttanipāta 1.10)

Evamaṃ me sutamaṃ – ekaṃ samayaṃ bhagavā ālavayaṃ viharati ālavakassa yakkhassa bhavane.

Atha kho ālavako yakkho yena bhagavā ten’ upasaṅkami; upasaṅkamitvā bhagavantamaṃ etadavoca – “nikkhama, samaṇā”ti. “Sādh’āvuso”ti, bhagavā nikkhami. “Pavisa, samaṇā”ti. “Sādh’āvuso”ti, bhagavā pāvisi.

Dutiyampi kho ālavako yakkho bhagavantamaṃ etadavoca – “nikkhama, samaṇā”ti. “Sādh’āvuso”ti, bhagavā nikkhami. “Pavisa, samaṇā”ti. “Sādh’āvuso”ti, bhagavā pāvisi.

Tatiyampi kho ālavako yakkho bhagavantamaṃ etadavoca – “nikkhama, samaṇā”ti. “Sādh’āvuso”ti, bhagavā nikkhami. “Pavisa, samaṇā”ti. “Sādh’āvuso”ti, bhagavā pāvisi.

Catutthampi kho ālavako yakkho bhagavantamaṃ etadavoca – “nikkhama, samaṇā”ti. “Na khv’āhaṃ taṃ āvuso, nikkhamissāmi. Yaṃ te karaṇīyaṃ, taṃ karohī”ti.

“Pañhaṃ taṃ, samaṇa, pucchissāmi. Sace me na vyākarissasi, cittaṃ vā te khipissāmi, hadayaṃ vā te phālessāmi, pādesu vā gahetvā pāragaṅgāya khipissāmi”ti.



24. 阿叻瓦格经

——《经集·第1品·第10经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在阿喇维城阿叻瓦格亚卡的居处。

当时，阿叻瓦格亚卡来到跋葛瓦之处。来到之后，对跋葛瓦如此说：“出去！沙门。”“好的，朋友。”跋葛瓦出去。“进来！沙门。”“好的，朋友。”跋葛瓦进来。

阿叻瓦格亚卡第二次对跋葛瓦如此说：“出去！沙门。”“是的，朋友。”跋葛瓦出去。“进来！沙门。”“好的，朋友。”跋葛瓦进来。新加坡帕奥禅修中心

阿叻瓦格亚卡第三次又对跋葛瓦如此说：“出去！沙门。”“好的，朋友。”跋葛瓦出去。“进来！沙门。”“好的，朋友。”跋葛瓦进来。

阿叻瓦格亚卡第四次又对跋葛瓦如此说：“出去！沙门。”“朋友，我将不再出去。你想做什么就做什么吧！”

“沙门，我要问你问题。如果你回答不了我，我将搅乱你的心，撕裂你的心脏，抓住腿扔到恒河对岸去。”



“Na khv’āhaṃ taṃ, āvuso, passāmi sadevake loke
samārake sabrahmake sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya
sadevamanussāya yo me cittaṃ vā khipeyya hadayaṃ
vā phāleyya pādesu vā gahetvā pāragaṅgāya khipeyya.
Api ca tvam, āvuso, puccha yadākaṅkhasī”ti.

Atha kho āḷavako yakkho bhagavantam gāthāya
ajjhabhāsi –

“Kiṃ sūdhā vittaṃ purisassa setṭham,
kiṃ su suciṇṇo sukhamāvahāti.
Kiṃ su have sādutaram rasānaṃ,
katham jīviṃ jīvitamāhu setṭhan”ti.

“Saddh’īdha vittaṃ purisassa setṭham,
dhammo suciṇṇo sukhamāvahāti.
Saccam have sādutaram rasānaṃ,
paññājīviṃ jīvitamāhu setṭhan”ti.

“Katham su taratī ogham,
katham su tarati aṇṇavam;
Katham su dukkham acceti,
katham su parisujjhati”.

“Saddhāya taratī ogham,
appamādena aṇṇavam.
Viriyena dukkham acceti,
paññāya parisujjhati”.



Mahā parittā

“朋友，我不见在此有诸天、魔、梵的世间中，有沙门、婆罗门、天与人的人界，有谁能搅乱我的心，撕裂心脏，抓住腿扔到恒河对岸去。不过，朋友，你想问什么就问吧！”

当时，阿叻瓦格亚卡以偈颂对跋葛瓦说：

“什么是人们最好的财富？
遵行什么而能导向快乐？
诸味中什么味才更甜蜜？
什么生活堪称最上生活。”

“信仰是人们最好的财富，
遵行正法者能导向快乐，
诸味中更甜蜜的是真理，
智慧生活堪称最上生活。”

“如何渡脱瀑流？
如何渡脱海洋？
如何解脱痛苦？
如何能得净化？”

“以信仰渡脱瀑流，
以不放逸渡海洋，
以精进解脱痛苦，
以智慧能得净化。”



“Kathaṃ su labhate paññaṃ,
 kathaṃ su vindate dhaṇaṃ;
 Kathaṃ su kittiṃ pappoti,
 kathaṃ mittāni ganthati.
 Asmā lokā paraṃ lokaṃ,
 kathaṃ pecca na socati”.

“Saddahāno arahataṃ,
 dhammaṃ nibbānapattiyā;
 Sussūsā labhate paññaṃ,
 appamatto vicakkhaṇo.

“Patirūpakārī dhuravā,
 uṭṭhātā vindate dhaṇaṃ;
 Saccena kittiṃ pappoti, 中心
 dadaṃ mittāni ganthati.

“Yass’ete caturo dhammā,
 saddhassa gharamesino;
 Saccaṃ dhammo dhitī cāgo,
 sa ve pecca na socati.

“Ingha aññepi pucchassu,
 puthū samaṇabrāhmaṇe;
 Yadi saccā damā cāgā,
 khantiyā bhiyyo na vijjati”.



“如何获得智慧？
如何得到财富？
如何赢得称誉？
如何联结朋友？
从此世至他世，
如何过世不忧愁？”

“信赖、聆听能证得涅槃的
阿拉汉之法；
不放逸、明察，
则可获得智慧。
所作适当、负责任，
勤奋能得到财富。
真实能赢得称誉。
馈赠能联结朋友。
有信仰的居家者，
若有此四法：
真实、如法、坚定、施捨，
他过世就不会忧愁。”



新加坡帕奥禅修中心

“喂，也去问问其他
各位沙门、婆罗门；
于此是否存在超过真实、
自制、施捨、忍耐者？”



“Kathaṃ nu dāni puccheyyaṃ,
 puthū samaṇabrāhmaṇe;
 So’haṃ ajja pajānāmi,
 yo attho samparāyiko.

“Atthāya vata me buddho,
 vāsāyālavimāgamī;
 So’haṃ ajja pajānāmi,
 yattha dīnaṃ mahapphalaṃ.

“So’haṃ vicarissāmi,
 gāmā gāmaṃ purā puram;
 Namassamāno sambuddhaṃ,
 dhammassa ca sudhammatan”ti.

Evam vutte, ālavako yakkho bhagavantaṃ etadavoca –
 “abhikkantaṃ, bho gotama, abhikkantaṃ, bho gotama!
 Seyyathāpi, bho gotama, nikkujjitaṃ vā ukkujjeyya,
 paṭicchannaṃ vā vivareyya, mūḷhassa vā maggaṃ
 ācikkheyya, andhakāre vā telapajjotaṃ dhāreyya,
 cakkhumanto rūpāni dakkhantīti; evamevaṃ bhotā
 gotamena anekapariyāyena dhammo pakāsito. Esāhaṃ
 bhavantaṃ gotamaṃ saraṇaṃ gacchāmi dhammañca
 bhikkhusaṅghañca, upāsakaṃ maṃ bhavaṃ gotamo
 dhāretu ajjatagge pāṇupetaṃ saraṇaṃ gatan”ti.



“为何现在还要问
各位沙门、婆罗门？
今天我已了知，
当来的利益。”

“确实为了我的利益，
佛陀来阿喇维居住。
今天我已了知，
布施哪里有大果报。

我将随他而行，
从村至村，从城至城。
礼敬正觉者，
以及法中之善法！”



如是说已，阿叻瓦格亚卡对跋葛瓦如此说：

“奇哉！朋友果德玛，奇哉！朋友果德玛。朋友果德玛，犹如倒者令起，覆者令显，为迷者指示道路，在黑暗中持来灯光，使有眼者得见诸色。同样地，尊师果德玛以种种方便开示法。我皈依尊师果德玛、法以及比库僧，愿尊师果德玛忆持我为近事男，从今日起乃至命终行皈依。”



25. Kasībhāradvājasuttaṃ

(Suttanipāta 1.4)

Evam me sutam – ekam samayaṃ bhagavā magadhesu viharati dakkhiṇāgirismiṃ ekanālāyaṃ brāhmaṇagāme.

Tena kho pana samayena kasībhāradvājassa brāhmaṇassa pañcamattāni naṅgalasatāni payuttāni honti vappakāle.

Atha kho bhagavā pubbaṇhasamayaṃ nivāsetvā pattacīvaramādāya yena kasībhāradvājassa brāhmaṇassa kammanto ten’ upasaṅkami. Tena kho pana samayena kasībhāradvājassa brāhmaṇassa parivesanā vattati. Atha kho bhagavā yena parivesanā ten’ upasaṅkami; upasaṅkamtivā ekamantaṃ aṭṭhāsi.

Addasā kho kasībhāradvājo brāhmaṇo bhagavantaṃ piṇḍāya ṭhitaṃ. Disvāna bhagavantaṃ etadavoca – “ahaṃ kho, samaṇa, kasāmi ca vapāmi ca; kasitvā ca vapitvā ca bhuñjāmi. Tvam’ pi, samaṇa, kasassu ca vapassu ca; kasitvā ca vapitvā ca bhuñjassū”ti.

“Ahampi kho, brāhmaṇa, kasāmi ca vapāmi ca; kasitvā ca vapitvā ca bhuñjāmī”ti.

“Na kho pana mayaṃ passāma bhoto gotamassa yugaṃ vā naṅgalaṃ vā phālaṃ vā pācanaṃ vā balivadde vā. Atha ca pana bhavaṃ gotamo evamāha – ‘ahampi kho, brāhmaṇa, kasāmi ca vapāmi ca; kasitvā ca vapitvā ca bhuñjāmī””ti.



25. 耕者跋勒德瓦哲经

——《经集·第1品·第4经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在马葛特国南山的伊格那喇婆罗门村。

那个时候，耕者跋勒德瓦哲婆罗门的五百架犁在播种时套上了轭。

当时，跋葛瓦于午前穿好下衣，取钵及衣，来到耕者跋勒德瓦哲婆罗门工作之处。那个时候，耕者跋勒德瓦哲婆罗门在分发食物。当时，跋葛瓦来到分发食物处，来到之后，站在一边。新加坡帕奥禅修中心

耕者跋勒德瓦哲婆罗门看到跋葛瓦为托钵而站着。看到后对跋葛瓦如此说：“沙门，我耕耘、播种，耕耘、播种后我食用。沙门，你也应耕耘、播种，耕耘、播种后食用。”

“婆罗门，我也耕耘、播种，耕耘、播种后我食用。”

“我们从未曾见过尊师果德玛的轭、犁、锄头、刺棒和耕牛。但是尊师果德玛却如是说：‘婆罗门，我也耕耘、播种，耕耘、播种后我食用。’”



Atha kho kasībhāradvājo brāhmaṇo bhagavantam
gāthāya ajjhabhāsi –

“Kassako paṭijānāsi,
na ca passāma te kasim;
Kasim no pucchito brūhi,
yathā jānemu te kasim”.

“Saddhā bījaṃ tapo vuṭṭhi,
paññā me yuganaṅgalaṃ;
Hiri īsā mano yottam,
sati me phālapācanaṃ.

“Kāyagutto vacīgutto,
āhāre udare yato.
Saccaṃ karomi niddānaṃ,
soraccaṃ me pamocanaṃ.

“Viriyaṃ me dhuradhorayaṃ,
yogakkhemādhivāhanaṃ;
Gacchati anivattantaṃ,
yattha gantvā na socati.

“Evamesā kasī katṭhā,
sā hoti amatapphalā;
Etaṃ kasim kasitvāna,
sabbadukkhā pamuccatī”ti.



于是，耕者跋勒德瓦哲婆罗门以偈颂对跋葛瓦说：

“你自称为耕耘者，
我们不见你耕耘。
我们问耕请你说，
让我们知你耕耘。”

“信为种子苦行雨，
智慧为我轭与犁；
惭耻为辕意为绳，
念是我的锄、刺棒。”

守护身行守护语，
果腹食物有节制；
我作真实为镰刀，
柔和是我的解脱。



新加坡帕奥禅修中心

精进是我负重牛，
运载至解缚安稳；
一直向前不退转，
到达那里无忧愁。

作此如是之耕耘，
它能结出不死果；
耕耘如此耕耘后，
即能解脱一切苦。”



Atha kho kasībhāradvājo brāhmaṇo mahatiyā
kaṃsapātiyā pāyāsaṃ vaḍḍhetvā bhagavato upanāmesi
– “bhuñjatu bhavaṃ gotamo pāyāsaṃ. Kassako bhavaṃ;
yaṃ hi bhavaṃ gotamo amatapphalaṃ kasiṃ kasatī”ti.

“Gāthābhigītaṃ me abhojaneyyaṃ,
sampassataṃ brāhmaṇa nesa dhammo.
Gāthābhigītaṃ panudanti buddhā,
dhamme satī brāhmaṇa vuttiresā.

“Aññena ca kevalinaṃ mahesiṃ,
khīṇāsavaṃ kukkuccavūpasantaṃ.
Annena pānena upaṭṭhahassu,
khettaṃ hi taṃ puññapekkhassa hotī”ti.

新加坡帕奥禅修中心

“Atha kassa cāhaṃ, bho gotama, imaṃ pāyāsaṃ
dammī”ti? “Na khvāhaṃ taṃ, brāhmaṇa, passāmi
sadevake loke samārake sabrahmake sassamaṇa-
brāhmaṇiyā pajāya sadevamanussāya, yassa so pāyāso
bhutto sammā pariṇāmaṃ gaccheyya, aññatra
tathāgatassa vā tathāgatasāvakassa vā. Tena hi tvamaṃ,
brāhmaṇa, taṃ pāyāsaṃ appaharite vā chaḍḍehi
appāṇake vā uduke opilāpehī”ti.

Atha kho kasībhāradvājo brāhmaṇo taṃ pāyāsaṃ
appāṇake uduke opilāpesi. Atha kho so pāyāso uduke
pakkhitto ciccitāyati cīcīcīyati sandhūpāyati



于是，耕者跋勒德瓦哲婆罗门以大铜碗盛满乳粥后端近跋葛瓦：“请尊者果德玛食用乳粥！尊者是耕耘者，尊者果德玛所耕耘的乃是不死果的耕耘。”

“由吟诵偈颂[得来之食]我不吃，
婆罗门，此非正观者之法；
诸佛拒受由诵偈[得来之食]，
法存在时婆罗门如是行。”

其他诸圆满大仙，
诸漏断尽恶作灭；
请奉以食物饮料，
彼实求福者良田。”



新加坡帕奥禅修中心

“那么，朋友果德玛，我把这乳粥给谁呢？”

“婆罗门，在有诸天、魔、梵的世间中，有沙门、婆罗门、天与人的人界，除了如来及如来的弟子之外，我不见有谁能食用并消化此乳粥。婆罗门，你把这乳粥丢在无草之处或倒在不生物的水中。”

于是，耕者跋勒德瓦哲婆罗门把那碗乳粥倒在不生物的水中。那碗乳粥投入水中即唧唧作响，沸腾、



sampadhūpāyati. Seyyathāpi nāma phālo divasasantatto
udake pakkhitto ciccitāyati ciṭṭicīṭāyati sandhūpāyati
sampadhūpāyati; evameva so pāyāso uduke pakkhitto
ciccitāyati ciṭṭicīṭāyati sandhūpāyati sampadhūpāyati.

Atha kho kasībhāradvājo brāhmaṇo saṃviggo
lomahaṭṭhajāto, yena bhagavā tenupasaṅkami;
upasaṅkamtivā bhagavato pādesu sirasā nipatitvā
bhagavantam etadavoca –

“Abhikkantaṃ, bho gotama, abhikkantaṃ bho gotama!
Seyyathāpi, bho gotama, nikkujjitaṃ vā ukkujjeyya,
paṭicchannaṃ vā vivareyya, mūlhasa vā maggaṃ
ācikkheyya, andhakāre vā telapajjotaṃ dhāreyya,
cakkhumanto rūpāni dakkhintīti; evamevaṃ bhotā
gotamena anekapariyāyena dhammo pakāsito. Esāhaṃ
bhavantaṃ gotamaṃ saraṇaṃ gacchāmi dhammaṅca
bhikkhusaṅghaṅca, labheyyāhaṃ bhoto gotamassa
santike pabbajjaṃ, labheyyaṃ upasampadaṃ”ti.

Alattha kho kasībhāradvājo brāhmaṇo bhagavato
santike pabbajjaṃ, alattha upasampadaṃ.
Acirūpasampanno kho panāyasmā bhāradvājo eko
vūpakaṭṭho appamatto ātāpī pahitatto viharanto. Na
cīrasseva – yassatthāya kulaputtā sammadeva agārasmā
anagāriyaṃ pabbajanti – tadanuttaraṃ
brahmacariyapariyosānaṃ diṭṭheva dhamme sayam
abhiññā sacchikatvā upasampajja vihāsi. “Khīṇā jāti,
vusitaṃ brahmacariyaṃ, kataṃ karaṇiyaṃ, nāparaṃ
itthattāyā”ti abbhaññāsi. Aññataro ca kho panāyasmā
bhāradvājo arahataṃ ahoṣī’ti.



冒出浓烟。犹如锄头晒了一整天后投入水中即唧唧作响，沸腾、冒出浓烟；那碗乳粥投入水中也是如此，唧唧作响，沸腾、冒出浓烟。

当时，耕者跋勒德瓦哲婆罗门惊恐、身毛竖立，来到跋葛瓦之处，来到之后，以头面顶礼跋葛瓦之足，然后对跋葛瓦如此说：

“奇哉！朋友果德玛，奇哉！朋友果德玛。朋友果德玛，犹如倒者令起，覆者令显，为迷者指示道路，在黑暗中持来灯光，使有眼者得见诸色。同样地，尊师果德玛以种种方便开示法。我皈依尊师果德玛、法以及比库僧，愿我能在尊师果德玛跟前得以出家，得以达上！”

耕者跋勒德瓦哲婆罗门在跋葛瓦跟前得以出家，得以达上。达上不久，具寿跋勒德瓦哲独自远离、不放逸、热忱、自励而住，不久即于现法中，以自己之智证得与成就了那无上的梵行终极而住——正是为此，良家之子正确地出离俗家而为无家者。他证知：“生已尽，梵行已立，应作已作，再无后有。”于是，具寿跋勒德瓦哲乃成为一名阿拉汉。



26. Parābhavasuttaṃ

(Suttanipāta 1.6)

Evamaṃ me sutamaṃ – ekaṃ samayaṃ bhagavā
sāvattthiyaṃ viharati jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

Atha kho aññatarā devatā abhikkantāya rattiyā
abhikkantavaṇṇā kevalakappaṃ jetavanaṃ obhāsetvā
yena bhagavā ten’upasaṅkami; upasaṅkamtivā
bhagavantamaṃ abhivādetvā ekamantaṃ atthāsī.
Ekamantaṃ tthitā kho sā devatā bhagavantamaṃ gāthāya
ajjhabhāsī –

“Parābhavantamaṃ purisaṃ,
mayamaṃ pucchāma gotamaṃ;
Bhagavantamaṃ puttumaṃ,
kiṃ parābhavato mukhaṃ? ”

“Suvijāno bhavaṃ hoti,
suvijāno parābhavo;
Dhammakāmo bhavaṃ hoti,
dhammadessī parābhavo”.

“Iti h’etaṃ vijānāma,
paṭhama so parābhavo;
Dutiyaṃ bhagavā brūhi,
kiṃ parābhavato mukhaṃ? ”



26. 衰败经

——《经集·第1品·第6经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。

当时，在深夜，有位容色殊胜的天人照亮了整座揭德林，来到跋葛瓦之处。来到之后，顶礼跋葛瓦，然后站在一边。站在一边的那位天人以偈颂对跋葛瓦说：

“我们请问果德玛，
[什么是]衰败之人；
我们来问跋葛瓦，
什么是衰败之门？”



“繁荣容易知，
衰败容易知；
欲法者繁荣，
厌法者衰败。”

“如是我们知，
彼第一衰败；
跋葛瓦请说，
第二衰败门？”



“Asant’assa piyā honti,
sante na kurute piyaṃ;
Asataṃ dhammaṃ roceti,
taṃ parābhavato mukhaṃ”.

“Iti h’etaṃ vijānāma,
dutiyo so parābhavo;
Tatiyaṃ bhagavā brūhi,
kiṃ parābhavato mukhaṃ? ”

“Niddāsīlī sabhāsīlī,
anuṭṭhātā ca yo naro.
Alaso kodhapaññāṇo,
taṃ parābhavato mukhaṃ”.

“Iti h’etaṃ vijānāma,
tatiyo so parābhavo;
Catutthaṃ bhagavā brūhi,
kiṃ parābhavato mukhaṃ? ”

“Yo mātaraṃ vā pitaraṃ vā,
jiṇṇakaṃ gatayobbanam.
Pahusanto na bharati,
taṃ parābhavato mukhaṃ”.



Mahā parittā

“喜爱不善人，
不喜爱善士；
喜好不善法，
彼为衰败门。”

“如是我们知，
彼第二衰败；
跋葛瓦请说，
第三衰败门？”

“嗜睡. 好聚会，
无精打采人；
懒惰. 易发怒，
彼为衰败门。”



新加坡帕奥禅修中心

“如是我们知，
彼第三衰败；
跋葛瓦请说，
第四衰败门？”

“对其父母亲，
衰老青春逝；
富有而不养，
彼为衰败门。”



“Iti h’etaṃ vijānāma,
 catuttho so parābhavo;
 Pañcamaṃ bhagavā brūhi,
 kiṃ parābhavato mukhaṃ? ”

“Yo brāhmaṇaṃ vā samaṇaṃ vā,
 aññaṃ vā’pi vanibbakaṃ.
 Musāvādena vañceti,
 taṃ parābhavato mukhaṃ”.

“Iti h’etaṃ vijānāma,
 pañcamaṃ so parābhavo;
 Chaṭṭhamaṃ bhagavā brūhi,
 kiṃ parābhavato mukhaṃ? ”

“Pahūtavitto puriso,
 sahirañño sabhojano;
 Eko bhuñjati sādūni,
 taṃ parābhavato mukhaṃ”.

“Iti h’etaṃ vijānāma,
 chaṭṭhamaṃ so parābhavo;
 Sattamaṃ bhagavā brūhi,
 kiṃ parābhavato mukhaṃ? ”



“如是我们知，
彼第四衰败；
跋葛瓦请说，
第五衰败门？”

“以妄语欺骗，
沙门. 婆罗门，
或其他乞者，
彼为衰败门。”

“如是我们知，
彼第五衰败；
跋葛瓦请说，
第六衰败门？”



新加坡帕奥禅修中心

“多财富有人，
有金币. 食物；
独自享美味，
彼为衰败门。”

“如是我们知，
彼第六衰败；
跋葛瓦请说，
第七衰败门？”



“Jātitthaddho dhanatthaddho,
gottatthaddho ca yo naro;
Saññātiṃ atimaññeti,
taṃ parābhavato mukhaṃ”.

“Iti h’etaṃ vijānāma,
sattamo so parābhavo;
Aṭṭhamaṃ bhagavā brūhi,
kiṃ parābhavato mukhaṃ? ”

“Itthidhutto surādhutto,
akkhadhutto ca yo naro;
Laddhaṃ laddhaṃ vināseti,
taṃ parābhavato mukhaṃ”.

“Iti h’etaṃ vijānāma,
aṭṭhamo so parābhavo.
Navamaṃ bhagavā brūhi,
kiṃ parābhavato mukhaṃ? ”

“Sehi dārehi’ santuṭṭho,
vesiyāsu padissati.
Dissati paradāresu,
taṃ parābhavato mukhaṃ”.



“骄傲出身. 财,
骄傲种姓者;
轻蔑自亲属,
彼为衰败门。”

“如是我们知,
彼第七衰败;
跋葛瓦请说,
第八衰败门?”

“好女色. 嗜酒,
及爱赌博者,
所得皆耗尽,
彼为衰败门。”



新加坡帕奥禅修中心

“如是我们知,
彼第八衰败;
跋葛瓦请说,
第九衰败门?”

“不满足己妻,
厮混娼妓中;
勾搭他人妻,
彼为衰败门。”



“Iti h’etaṃ vijānāma,
navamo so parābhavo;
Dasamaṃ bhagavā brūhi,
kiṃ parābhavato mukhaṃ?”

“Atītayobbano poso,
āneti timbarutthaniṃ;
Tassā issā na supati,
taṃ parābhavato mukhaṃ”.

“Iti h’etaṃ vijānāma,
dasamo so parābhavo;
Ekādasamaṃ bhagavā brūhi,
kiṃ parābhavato mukhaṃ?”

“Itthiṣoṇḍiṃ vikiraṇiṃ,
purisaṃ vā’pi tādisaṃ;
Issariyasmīṃ ṭhāpāpeti,
taṃ parābhavato mukhaṃ”.

“Iti h’etaṃ vijānāma,
ekādasamo so parābhavo;
Dvādasamaṃ bhagavā brūhi,
kiṃ parābhavato mukhaṃ?”



“如是我们知，
彼第九衰败；
跋葛瓦请说，
第十衰败门？”

“老汉青春逝，
仍带小乳女⁵⁶；
妒她不能眠，
彼为衰败门。”

“如是我们知，
彼第十衰败；
跋葛瓦请说，
十一衰败门？”



新加坡帕奥禅修中心

“上瘾. 挥霍女，
男人亦如此；
放弃于主权，
彼为衰败门。”

“如是我们知，
彼十一衰败；
跋葛瓦请说，
十二衰败门？”

⁵⁶ 小乳女：巴利语 timbarutthanī，意为乳房如同丁拔卢果一般的女子。丁拔卢的果实很小，说明女孩的年纪还相当幼小。



“Appabhogo mahātaṇho,
khattiye jāyate kule;
So ca rajjaṃ patthayati,
taṃ parābhavato mukhaṃ”.

“Ete parābhave loke,
paṇḍito samavekkhiya;
Ariyo dassanasampanno,
sa lokaṃ bhajate sivaṃ”ti.

27. Vasalasuttaṃ

新加坡帕奥禅修中心

(Suttanipāta 1.7)

Evamaṃ me sutamaṃ – ekaṃ samayaṃ bhagavā
sāvattiyaṃ viharati jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

Atha kho bhagavā pubbaṇhasamayaṃ nivāsetvā
pattacīvaramādāya sāvattiṃ piṇḍāya pāvīsi.

Tena kho pana samayena aggikabhāradvājassa
brāhmaṇassa nivesane aggi pajjalito hoti āhuti
paggahitā. Atha kho bhagavā sāvattiyaṃ sapaḍānaṃ
piṇḍāya caramāno yena aggikabhāradvājassa
brāhmaṇassa nivesanaṃ ten’upasaṅkami.



“生于刹帝家，
财少野心大；
他谋求王位，
彼为衰败门。

世间诸衰败，
智者能观察；
圣者具足见，
他近安乐世。”



27. 贱种经

新加坡帕奥禅修中心

——《经集·第1品·第7经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在沙瓦提城揭德林给孤独园。

当时，跋葛瓦于午前穿好下衣，取钵及衣，为乞食而入沙瓦提城。

那个时候，拜火者跋勒德瓦哲婆罗门在居处点燃火忙着祭祀。当时，跋葛瓦正在沙瓦提城次第乞食，来到拜火者跋勒德瓦哲婆罗门的居处。



Addasā kho aggikabhāradvājo brāhmaṇo bhagavantam
dūratova āgacchantam. Disvāna bhagavantam
etadavoca – “tatr’eva, muṇḍaka; tatr’eva, samaṇaka;
tatr’eva, vasalaka tiṭṭhāhī”ti.

Evaṃ vutte, bhagavā aggikabhāradvājaṃ brāhmaṇam
etadavoca – “jānāsi pana tvam, brāhmaṇa, vasalam vā
vasalakarāṇe vā dhamme”ti? “Na khvāham, bho gotama,
jānāmi vasalam vā vasalakarāṇe vā dhamme; sādhu me
bhavam gotamo tathā dhammam desetu, yathāham
jāneyyam vasalam vā vasalakarāṇe vā dhamme”ti.
“Tena hi, brāhmaṇa, suṇāhi, sādhukaṃ manasikarohi;
bhāsissāmi”ti. “Evaṃ, bho”ti kho aggikabhāradvājo
brāhmaṇo bhagavato paccassosi. Bhagavā etadavoca –

“Kodhano upanāhī ca,
pāpamakkhī ca yo naro;
Vipannadiṭṭhi māyāvī,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Ekajaṃ vā dvijaṃ vā’pi,
yo’dha pāṇāni himsati;
Yassa pāṇe dayā natthi,
taṃ jaññā vasalo iti.



拜火者跋勒德瓦哲婆罗门看见跋葛瓦从远处走过来，见到后对跋葛瓦如此说：“站在那儿，秃头！站在那儿，沙门！站在那儿，贱种！”

如是说已，跋葛瓦对拜火者跋勒德瓦哲婆罗门如此说：“婆罗门，那你知道贱种以及作为贱种之法吗？”

“朋友果德玛，我并不知道贱种以及作为贱种之法。萨度！愿尊师果德玛为我说法，以让我知道该贱种以及作为贱种之法。”

“那么，婆罗门，谛听，善作意之！我要说了！”

拜火者跋勒德瓦哲婆罗门回答跋葛瓦：“是的，朋友。”跋葛瓦如是说：

“愤怒与怨恨，
邪恶伪善人；
坏见伪诈者，
知其是贱种。

新加坡帕奥禅修中心

一生或两生⁵⁷，
伤害其生命；
对生无怜悯，
知其是贱种。”

⁵⁷ 除了卵生以外的其他生者，只出生一次的为一生者(ekajā)。从母腹中和卵壳中两度出生者为两生者(dvijā)。



“Yo hanti parirundhati,
gāmāni nigamāni ca.
Niggāhako samaññāto,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Gāme vā yadi vāraññe,
yaṃ paresaṃ mamāyitaṃ;
Theyyā adinnaṃ ādiyati,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo have iṇam-ādāya,
cujjamāno palāyati;
Na hi te iṇamatthī’ ti,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo ve kiñcikkhakamyatā,
panthasmiṃ vajataṃ janaṃ;
Hantvā kiñcikkhamādeti,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo attahetu parahetu,
dhanahetu ca yo naro;
Sakkipuṭṭho musā brūti,
taṃ jaññā vasalo iti.



破坏与围攻，
村庄及市镇，
称为欺压者，
知其是贱种。

村中或林野，
他人所有物，
不与而盗取，
知其为贱种。

实为负债者，
催债时逃脱，
‘并没欠你债。’
知其为贱种。



贪求少财者，
对路上行人，
杀害夺财物，
知其为贱种。

因自. 因他人，
或因财物者，
作证说谎言，
知其为贱种。



“Yo ñātīnaṃ sakhānaṃ vā,
dāresu paṭidissati;
Sahasā sampiyena vā,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo mātaraṃ vā pitaraṃ vā,
jiṇṇakaṃ gatayobbanam;
Pahusanto na bharati,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo mātaraṃ vā pitaraṃ vā,
bhātaraṃ bhaginim sasum;
Hanti roseti vācāya,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo atthaṃ pucchito santo,
anattamanusāsati;
Paṭicchannena manteti,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo katvā pāpakaṃ kammaṃ,
mā maṃ jaññā’ ti icchati.
Yo paṭicchannakammanto,
taṃ jaññā vasalo iti.



强暴或自愿，
鬼混于亲戚
或朋友之妻，
知其为贱种。

对其父母亲，
衰老青春逝；
富有而不养，
知其为贱种。

对其父母亲，
兄. 妹. 岳父母，
言语伤. 激怒，
知其为贱种。



有人问义利，
教示无益事，
说话以遮掩，
知其为贱种。

做了邪恶事，
欲人‘不知我’；
隐匿其所作，
知其为贱种。



“Yo ve parakulaṃ gantvā,
 bhutvāna sucibhojanaṃ.
 Āgataṃ na paṭipūjeti,
 taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo brāhmaṇaṃ vā samaṇaṃ vā,
 aññaṃ vāpi vaṇibbakaṃ;
 Musāvādena vañceti,
 taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo brāhmaṇaṃ vā samaṇaṃ vā,
 bhattakāle upaṭṭhite.
 Roseti vācā na ca deti,
 taṃ jaññā vasalo iti.

“Asataṃ yo’ dha pabrūti,
 mohena paḷiguṇṭhito;
 Kiñcikkhaṃ nijjigim sāno,
 taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo c’attānaṃ samukkaṃ se,
 parañca mavajānati.
 Nihīno sena mānena,
 taṃ jaññā vasalo iti.



Mahā parittā

去到他人家，
享用美食物；
来客不招待，
知其为贱种。

以妄语欺骗，
沙门. 婆罗门，
或其他乞者，
知其为贱种。

沙门婆罗门，
用餐时前来；
怒骂不施与，
知其为贱种。

言说皆不善，
为愚痴围绕；
贪图小便宜，
知其为贱种。

称赞其自己，
又轻蔑他人；
卑劣因自大，
知其为贱种。



新加坡帕奥禅修中心



“Rosako kadariyo ca,
pāpiccho maccharī saṭho;
Ahiriko anottāpī,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo buddhaṃ paribhāsati,
atha vā tassa sāvakaṃ;
Paribbājaṃ gahaṭṭhaṃ vā,
taṃ jaññā vasalo iti.

“Yo ve anarahā santo,
arahaṃ paṭijānati.
Coro sabrahmake loke,
eso kho vasalādhamo.
Ete kho vasalā vuttā,
mayā vo ye pakāsītā.

“Na jaccā vasalo hoti,
na jaccā hoti brāhmaṇo.
Kammaṇā vasalo hoti,
kammanā hoti brāhmaṇo.

“Tadamināpi jānātha,
yathā me’daṃ nidassanaṃ;
Caṇḍālaputto sopāko,
mātaṅgo iti vissuto.



Mahā parittā

易怒又吝啬，
恶欲. 慳. 奸诈，
无惭又无愧，
知其为贱种。

恶骂于佛陀，
以及其弟子，
出家. 在家众，
知其为贱种。

实非阿拉汉，
自称阿拉汉；
梵界之盗贼，
为最下贱种。
上述皆贱种，
为我所阐明。



新加坡帕奥禅修中心

非生为贱种，
非生婆罗门；
由业为贱种，
由业婆罗门。

你们也知此，
正如我指明：
煮狗⁵⁸贱民子，
闻名马当葛。

⁵⁸ 煮狗(sopāka)：因饥饿而捡死狗(sunakha)煮(pacati)来吃，故名，即贱民。



“So yasaṃ paramaṃ patto,
mātaṅgo’yaṃ sudullabhaṃ.
Āgañchuṃ tass’upaṭṭhānaṃ,
khattiyā brāhmaṇā bahū.

“So devayānamāruyha,
virajaṃ so mahāpathaṃ;
Kāmarāgaṃ virājetvā,
brahmalokūpago ahu.
Na naṃ jāti nivāresi,
brahmalokūpapattiyā.

“Ajjhāyakakule jātā,
brāhmaṇā mantabandhuno;
Te ca pāpesu kammesu,
abhiṅhamupadissare.

“Diṭṭh’eva dhamme gārayhā,
sampaṛāye ca duggatiṃ;
Na ne jāti nivāreti,
duggaccā garahāya vā.

“Na jaccā vasalo hoti,
na jaccā hoti brāhmaṇo;
Kammaṇā vasalo hoti,
kammanā hoti brāhmaṇo”ti.



他达到最高荣誉，
马当葛得其难得；
诸刹帝利. 婆罗门，
多众前来侍奉他。

他已登天车，
无尘上大道；
离贪爱欲后，
已到梵天界。
出身不障他，
往生梵天界。

生于讽诵家，
习咒婆罗门；
他们之恶业，
经常被发现。



现世受斥责，
来世堕恶趣。
出身不障他，
堕恶趣. 受斥。

非生为贱种，
非生婆罗门；
由业为贱种，
由业婆罗门。”



Evam vutte, aggikabhāradvājo brāhmaṇo
bhagavantam etadavoca –

“Abhikkantaṃ, bho gotama, abhikkantaṃ bho gotama!
Seyyathāpi, bho gotama, nikkujjitaṃ vā ukkujjeyya,
paṭicchannaṃ vā vivareyya, mūlhasa vā maggaṃ
ācikkheyya, andhakāre vā telapajjotaṃ dhāreyya,
cakkhumanto rūpāni dakkhintīti; evamevaṃ bhotā
gotamena anekapariyāyena dhammo pakāsito. Esāhaṃ
bhavantaṃ gotamaṃ saraṇaṃ gacchāmi dhammañca
bhikkhusaṅghañca, upāsakaṃ maṃ bhavaṃ gotamo
dhāretu ajjatagge paṇ’upetaṃ saraṇaṃ gatan’ti.

28. Saccavibhaṅgasuttaṃ

新加坡帕奥禅修中心 (Majjhimanikāya 141)

Evam me sutam – ekaṃ samayaṃ bhagavā
bārāṇasiyaṃ viharati isipatane migadāye.

Tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi – “bhikkhavo”ti.
“Bhadante”ti te bhikkhū bhagavato paccassosum.
Bhagavā etadavoca –

“Tathāgatena, bhikkhave, arahatā sammā-
sambuddhena bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye
anuttaraṃ dhammacakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā
brahmunā vā kenaci vā lokasmiṃ, yad’idaṃ –



如是说已，拜火者跋勒德瓦哲婆罗门对跋葛瓦如此说：

“奇哉！朋友果德玛，奇哉！朋友果德玛。朋友果德玛，犹如倒者令起，覆者令显，为迷者指示道路，在黑暗中持来灯光，使有眼者得见诸色。同样地，尊师果德玛以种种方便开示法。我皈依尊师果德玛、法以及比库僧，愿尊师果德玛忆持我为近事男，从今日起乃至命终行皈依。”



28. 谛分别经

新加坡帕奥禅修中心

——《中部·第141经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑。

于其处，跋葛瓦称呼比库们：“诸比库。”那些比库回答跋葛瓦：“尊者。”跋葛瓦如此说：

“诸比库，如来、阿拉汉、正自觉者在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑所转之无上法轮，于世间不能被沙门、婆罗门、天、魔、梵或任何人所逆转，此即是：



catunnaṃ ariyasaccānaṃ ācikkhanā desanā paññāpanā
paṭṭhapanā vivaraṇā vibhajanā uttānīkammaṃ.

Katamesaṃ catunnaṃ? Dukkhasa ariyasaccassa
ācikkhanā desanā paññāpanā paṭṭhapanā vivaraṇā
vibhajanā uttānīkammaṃ, dukkhasamudayassa
ariyasaccassa ācikkhanā desanā paññāpanā paṭṭhapanā
vivaraṇā vibhajanā uttānīkammaṃ, dukkhanirodhassa
ariyasaccassa ācikkhanā desanā paññāpanā paṭṭhapanā
vivaraṇā vibhajanā uttānīkammaṃ, dukkhanirodha-
gāminiyā paṭipadāya ariyasaccassa ācikkhanā desanā
paññāpanā paṭṭhapanā vivaraṇā vibhajanā
uttānīkammaṃ. Tathāgatena, bhikkhave, arahatā
sammāsambuddhena bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye
anuttaraṃ dhammacakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā
brahmunā vā kenaci vā lokasmiṃ yadidaṃ – imesaṃ
catunnaṃ ariyasaccānaṃ ācikkhanā desanā paññāpanā
paṭṭhapanā vivaraṇā vibhajanā uttānīkammaṃ.

“Sevetha, bhikkhave, sārīputta-moggallāne; bhajatha,
bhikkhave, sārīputta-moggallāne. Paṇḍitā bhikkhū
anuggāhakā sabrahmacārīnaṃ. Seyyathā’pi, bhikkhave,
janettī, evaṃ sārīputto; seyyathā’pi jātassa āpādetā,
evaṃ moggallāno. Sārīputto, bhikkhave, sotāpattiphale
vineti, moggallāno uttamatthe vineti. Sārīputto,
bhikkhave, pahoti cattāri ariyasaccāni vitthārena
ācikkhituṃ desetūṃ paññāpetuṃ paṭṭhāpetuṃ
vivarituṃ vibhajituṃ uttānīkātun”ti. Idamavoca
bhagavā.



对四圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明。

哪四种呢？对苦圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明；对苦集圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明；对苦灭圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明；对趣向苦灭之道圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明。诸比库，如来、阿拉汉、正自觉者在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑所转之无上法轮，于世间不能被沙门、婆罗门、天、魔、梵或任何人所逆转。此即是：对四圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明。

诸比库，应接近沙利子和摩嘎喇那！诸比库，应亲近沙利子和摩嘎喇那！[他俩是]帮助诸同梵行者的智者比库。诸比库，犹如生母者，沙利子即是；犹如出生后的养母者，摩嘎喇那即是。诸比库，沙利子指导至入流果；摩嘎喇那指导至最上之处。诸比库，沙利子能够详细地宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明四圣谛。”这是跋葛瓦所说。



Idaṃ vatvā sugato uttḥāyāsanā vihāraṃ pāvisi.
 Tatra kho āyasmā sārīputto acirapakkantassa
 bhagavato bhikkhū āmantesi – “āvuso, bhikkhavo”ti.
 “Āvuso”ti kho te bhikkhū āyasmato sārīputtassa
 paccassosum. Āyasmā sārīputto etadavoca –
 “Tathāgatena, āvuso, arahatā sammāsambuddhena
 bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye anuttaraṃ dhamma-
 cakkhaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā
 brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā
 kenaci vā lokasmiṃ, yadidaṃ – catunnaṃ
 ariyasaccānaṃ ācikkhanā desanā paññāpanā paṭṭhapanā
 vivaraṇā vibhajanā uttānīkammaṃ. Katamesaṃ
 catunnaṃ? Dukkhasa ariyasaccassa ācikkhanā desanā
 paññāpanā paṭṭhapanā vivaraṇā vibhajanā
 uttānīkammaṃ, dukkhasamudayassa ariyasaccassa
 ācikkhanā desanā paññāpanā paṭṭhapanā vivaraṇā
 vibhajanā uttānīkammaṃ, dukkhanirodhassa
 ariyasaccassa ācikkhanā desanā paññāpanā paṭṭhapanā
 vivaraṇā vibhajanā uttānīkammaṃ, dukkhanirodha-
 gāminiyā paṭipadāya ariyasaccassa ācikkhanā desanā
 paññāpanā paṭṭhapanā vivaraṇā vibhajanā
 uttānīkammaṃ.
 “Katamañc’āvuso, dukkhaṃ ariyasaccaṃ? Jāti’pi
 dukkhā, jarā’pi dukkhā, maraṇaṃ’pi dukkhaṃ,
 sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā’pi dukkhā,
 yam’p’icchaṃ na labhati tam’pi dukkhaṃ; saṅkhittena
 pañc’upādānakkhandhā dukkhā.



善至如此说后，从座而起，走进住处。

就在跋葛瓦离开不久，具寿沙利子称呼比库们：“贤友比库们。”那些比库回答具寿沙利子：“贤友。”具寿沙利子如此说：

“贤友们，如来、阿拉汉、正自觉者在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑所转之无上法轮，于世间不能被沙门、婆罗门、天、魔、梵或任何人所逆转。此即是：对四圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明。哪四种呢？对苦圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明；对苦集圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明；对苦灭圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明；对趣向苦灭之道圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明。

贤友们，何谓苦圣谛？生是苦，老是苦，死是苦，愁、悲、苦、忧、恼是苦，所求不得是苦。简而言之：五取蕴即苦。



“Katamā c’āvuso, jāti? Yā tesam tesam sattānaṃ tamhi tamhi sattanikāye jāti sañjāti okkanti abhinibbatti khandhānaṃ pātubhāvo āyatanānaṃ paṭilābho. ayaṃ vuccat’āvuso – ‘jāti’.”

“Katamā c’āvuso, jarā? Yā tesam tesam sattānaṃ tamhi tamhi sattanikāye jarā jīraṇatā khaṇḍiccaṃ pāliccaṃ valittacatā āyuno saṃhāni indriyānaṃ paripāko. ayaṃ vuccat’āvuso – ‘jarā’.”

“Katamañc’āvuso, maraṇaṃ? Yā tesam tesam sattānaṃ tamhā tamhā sattanikāyā cuti cavanatā bhedo antaradhānaṃ maccu maraṇaṃ kālakiriya khandhānaṃ bhedo kaḷavarassa nikkhepo. idaṃ vuccat’āvuso – ‘maraṇaṃ’.”

“Katamo c’āvuso, soko? Yo kho, āvuso, aññataraññatarena byasanena samannāgatassa aññataraññatarena dukkhadhammena phuṭṭhassa soko socanā socitattaṃ antosoko antoparisoko. ayaṃ vuccat’āvuso ‘soko’.”

“Katamo c’āvuso, paridevo? Yo kho, āvuso, aññataraññatarena byasanena samannāgatassa aññataraññatarena dukkhadhammena phuṭṭhassa ādevo paridevo ādevanā paridevanā ādevitattaṃ paridevitattaṃ. ayaṃ vuccat’āvuso – ‘paridevo’.”

“Katamañc’āvuso, dukkhaṃ? Yaṃ kho, āvuso, kāyikaṃ dukkhaṃ kāyikaṃ asātaṃ kāyasamphassaṃ dukkhaṃ asātaṃ vedayitaṃ. idaṃ vuccat’āvuso – ‘dukkhaṃ’.”



贤友们，什么是生呢？无论任何的有情，即于其有情的部类中，诞生、出生、入胎、再生、诸蕴的显现、诸处的获得。贤友们，这称为‘生’。

贤友们，什么是老呢？无论任何的有情，即于其有情的部类中，年老、衰老、牙齿损坏、头发斑白、皮肤变皱、寿命减损、诸根成熟。贤友们，这称为‘老’。

贤友们，什么是死呢？无论任何的有情，即于其有情的部类中，死亡、灭歿、破坏、消失、逝世、命终、诸蕴的分离、身体的舍弃。贤友们，这称为‘死’。

贤友们，什么是愁呢？贤友们，若是由于具有任何一种的不幸、遭遇任何一种的苦法而愁虑、忧愁、哀愁、内[心]忧愁、内[心]悲哀。贤友们，这称为‘愁’。

贤友们，什么是悲呢？贤友们，若是由于具有任何一种的不幸、遭遇任何一种的苦法而哭泣、悲叹、悲泣、悲哀、哀号、悲痛。贤友们，这称为‘悲’。

贤友们，什么是苦呢？贤友们，身体的苦，身体的不适，由身触而生的痛苦、不适感受。贤友们，这称为‘苦’。



“Katamañc’āvuso, domanassam? Yam kho, āvuso, cetasikaṃ dukkhaṃ asātaṃ manosamphassajam dukkhaṃ asātaṃ vedayitaṃ. idam vuccat’āvuso – ‘domanassam’.”

“Katamo c’āvuso, upāyāso? Yo kho, āvuso, aññataraññatarena byasanena samannāgatassa aññataraññatarena dukkhadhammena phutṭhassa āyāso upāyāso āyāsittam upāyāsittam. ayaṃ vuccat’āvuso – ‘upāyāso’.”

“Katamañc’āvuso, yam’p’icchaṃ na labhati tam’pi dukkhaṃ? Jātidhammānaṃ, āvuso, sattānaṃ evaṃ icchā uppajjati – ‘aho vata, mayaṃ na jātidhammā assāma; na ca, vata, no jāti āgaccheyyā’ti. Na kho pan’etaṃ icchāya pattabbaṃ. Idam’pi – ‘yam’p’icchaṃ na labhati tam’pi dukkhaṃ’.

Jarādhammānaṃ, āvuso, sattānaṃ evaṃ icchā uppajjati – ‘aho vata, mayaṃ na jarādhammā assāma; na ca, vata, no jarā āgaccheyyā’ti. Na kho pan’etaṃ icchāya pattabbaṃ. Idam’pi – ‘yam’p’icchaṃ na labhati tam’pi dukkhaṃ’.

Vyādhidhammānaṃ, āvuso, sattānaṃ evaṃ icchā uppajjati – ‘aho vata, mayaṃ na vyādhidhammā assāma; na ca, vata, no vyādhi āgaccheyyā’ti. Na kho pan’etaṃ icchāya pattabbaṃ. Idam’pi – ‘yam’p’icchaṃ na labhati tam’pi dukkhaṃ’.



Mahā parittā

贤友们，什么是忧呢？贤友们，心的苦，心的不愉快，由意触而生的痛苦、不适感受。贤友们，这称为‘忧’。

贤友们，什么是恼呢？贤友们，若是由于具足任何一种的不幸、遭遇任何一种的苦法而郁恼、忧恼、憔悴、绝望。贤友们，这称为‘恼’。

贤友们，什么是所求不得是苦呢？贤友们，有生法的诸有情生起如此的欲求：‘啊！愿我们将没有生法，希望生不要到来！’然而却不能达成这样的欲求，这是‘所求不得苦’。

新加坡帕奥禅修中心

贤友们，有老法的诸有情生起如此的欲求：‘啊！愿我们将没有老法，希望衰老不要到来！’然而却不能达成这样的欲求，这也是‘所求不得苦’。

贤友们，有病法的诸有情生起如此的欲求：‘啊！愿我们将没有病法，希望疾病不要到来！’然而却不能达成这样的欲求，这也是‘所求不得苦’。



Maraṇadhammānaṃ, āvuso, sattānaṃ evaṃ icchā uppajjati – ‘aho vata, mayamaṃ na maraṇadhammā assāma; na ca, vata, no maraṇamaṃ āgaccheyyā’ ti. Na kho paṇ’etaṃ icchāya pattabbaṃ. Idamaṃ pi – ‘yamaṃ p’icchamaṃ na labhati tamaṃ pi dukkamaṃ’.

Soka-parideva-dukkhadomanassa-upāyāsadhammānaṃ, āvuso, sattānaṃ evaṃ icchā uppajjati – ‘aho vata, mayamaṃ na soka-parideva-dukkhadomanassa-upāyāsadhammā assāma; na ca, vata, no soka-parideva-dukkhadomanassa-upāyāsā āgaccheyyun’ ti. Na kho paṇ’etaṃ icchāya pattabbaṃ. Idamaṃ pi – ‘yamaṃ p’icchamaṃ na labhati tamaṃ pi dukkamaṃ’.”

“Katame c’āvuso, saṅkhittena pañca-upādānakkhandhā dukkhā? Seyyathidaṃ – rūpupādānakkhandho, vedanupādānakkhandho, saññupādānakkhandho, saṅkhārūpādānakkhandho, viññāṇupādānakkhandho. Ime vuccanta’āvuso – ‘saṅkhittena pañca-upādānakkhandhā dukkhā’. Idamaṃ vuccata’āvuso – ‘dukkamaṃ ariyasaccaṃ’.”

“Katamañca’āvuso, dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ? Yā’yamaṃ taṇhā ponobhavikā nandirāgasahagatā tatratatrābhinandinī, seyyathidaṃ – kāmataṇhā bhavataṇhā vibhavataṇhā. Idamaṃ vuccata’āvuso – ‘dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ’.”

“Katamañca’āvuso, dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ? Yo tassāy’eva taṇhāya asesavirāganirodho cāgo paṭinissaggo mutti anālayo. Idamaṃ vuccata’āvuso – ‘dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ’.”



贤友们，有死法的诸有情生起如此的欲求：‘啊！愿我们将没有死法，希望死亡不要到来！’然而却不能达成这样的欲求，这也是‘所求不得苦’。

贤友们，有愁、悲、苦、忧、恼诸法的诸有情生起如此的欲求：‘啊！愿我们将没有愁、悲、苦、忧、恼诸法，希望愁、悲、苦、忧、恼不要到来！’然而却不能达成这样的欲求，这也是‘所求不得苦’。

贤友们，何谓‘简而言之：五取蕴即苦’呢？这就是：色取蕴、受取蕴、想取蕴、行取蕴、识取蕴。贤友们，这些称为‘简而言之：五取蕴即苦’。贤友们，这称为‘苦圣谛’。

贤友们，何谓苦集圣谛？此爱是再有，与喜、贪俱，于处处而喜乐，这就是：欲爱、有爱、无有爱。贤友们，这称为‘苦集圣谛’。

贤友们，何谓苦灭圣谛？即是那爱的无馀离、灭、捨弃、捨离、解脱、无执著。贤友们，这称为‘苦灭圣谛’。



“Katamañc’āvuso, dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccam? Ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathīdam – sammādiṭṭhi, sammāsaṅkappo, sammāvācā, sammākammanto, sammā-ājīvo, sammāvāyāmo, sammāsati, sammāsamādhi.

“Katamā c’āvuso, sammādiṭṭhi? Yaṃ kho, āvuso, dukkhe ñāṇaṃ, dukkhasamudaye ñāṇaṃ, dukkhanirodhe ñāṇaṃ, dukkhanirodhagāminiyā paṭipadāya ñāṇaṃ. ayaṃ vuccat’āvuso – ‘sammādiṭṭhi’.”

“Katamo c’āvuso, sammāsaṅkappo? Nekkhammasaṅkappo, avyāpādasāṅkappo avihimsāsāṅkappo, ayaṃ vuccat’āvuso – ‘sammāsaṅkappo’.”

“Katamā c’āvuso, sammāvācā? Musāvādā veramaṇī, piṣuṇāvācā veramaṇī, pharusāvācā veramaṇī, samphappalāpā veramaṇī. ayaṃ vuccat’āvuso – ‘sammāvācā’.”

“Katamo c’āvuso, sammākammanto? Pāṇātipātā veramaṇī, adinnādānā veramaṇī, kāmesu micchācārā veramaṇī. ayaṃ vuccat’āvuso – ‘sammākammanto’.”

“Katamo c’āvuso, sammā-ājīvo? Idh’āvuso, ariyasāvako micchā-ājīvaṃ pahāya sammā-ājīvena jīvikam kappeti. ayaṃ vuccat’āvuso – ‘sammā-ājīvo’.”

“Katamo c’āvuso, sammāvāyāmo? Idh’āvuso, bhikkhu anuppannānaṃ pāpakānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ anuppādāya chandaṃ janeti vāyamati viriyaṃ ārabhati cittaṃ paggaṇhāti padahati,



贤友们，何谓趣向苦灭之道圣谛？此即八支圣道，这就是：正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念、正定。

贤友们，什么是正见呢？贤友们，苦之智、苦集之智、苦灭之智、趣向苦灭之道之智。贤友们，这称为‘正见’。

贤友们，什么是正思惟呢？出离思惟、无恚思惟、无害思惟。贤友们，这称为‘正思惟’。

贤友们，什么是正语呢？离虚妄语、离离间语、离粗恶语、离杂秽语。贤友们，这称为‘正语’。

贤友们，什么是正业呢？离杀生、离不与取、离欲邪行。贤友们，这称为‘正业’。

贤友们，什么是正命呢？贤友们，于此，圣弟子捨离邪命，以正命而营生。贤友们，这称为‘正命’。

贤友们，什么是正精进呢？贤友们，于此，比库为了未生之恶、不善法的不生起，生起意欲、努力、激发精进、策励心、精勤；



uppannānaṃ pāpakānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ
 pahānāya chandaṃ janeti vāyamati viriyaṃ ārabhati
 cittaṃ paggaṇhāti padahati, anuppannānaṃ kusalānaṃ
 dhammānaṃ uppādāya chandaṃ janeti vāyamati
 viriyaṃ ārabhati cittaṃ paggaṇhāti padahati,
 uppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ ṭhitiyā
 asammosāya bhiiyobhāvāya vepullāya bhāvanāya
 pāripūriyā chandaṃ janeti vāyamati viriyaṃ ārabhati
 cittaṃ paggaṇhāti padahati. ayaṃ vuccat'āvuso –
 'sammāvāyāmo'.”

“Katamā c'āvuso, sammāsati? Idh'āvuso, bhikkhu
 kāye kāyānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā
 vineyya loke abhijjhādomanassaṃ; Vedanāsu
 vedanānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā vineyya
 loke abhijjhādomanassaṃ. citte cittānupassī viharati
 ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhā-
 domanassaṃ; dhammesu dhammānupassī viharati ātāpī
 sampajāno satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṃ.
 ayaṃ vuccat'āvuso – 'sammāsati'.”

“Katamo c'āvuso, sammāsamādhi? Idh'āvuso,
 bhikkhu vivicceva kāmehi vivicca akusalehi dhammehi
 savitakkaṃ savicāraṃ vivekajaṃ pītisukhaṃ,
 paṭhamam jhānaṃ upasampajja viharati.
 vitakkavicārānaṃ vūpasamā ajjhataṃ sampasādanaṃ
 cetaso ekodibhāvaṃ avitakkaṃ avicāraṃ samādhijaṃ
 pītisukhaṃ, dutiyam jhānaṃ upasampajja viharati.



为了已生之恶、不善法的的断除，生起意欲、努力、激发精进、策励心、精勤；为了未生之善法的生起，生起意欲、努力、激发精进、策励心、精勤；为了已生之善法的住立、不忘、增长、广大、修习、圆满，生起意欲、努力、激发精进、策励心、精勤。贤友们，这称为‘正精进’。

贤友们，什么是正念呢？贤友们，于此，比库于身随观身而住，热诚，正知，具念，调伏对世界的贪、忧；于受随观受而住，热诚，正知，具念，调伏对世界的贪、忧；于心随观心而住，热诚，正知，具念，调伏对世界的贪、忧；于法随观法而住，热诚，正知，具念，调伏对世界的贪、忧。贤友们，这称为‘正念’。

贤友们，什么是正定呢？贤友们，于此，比库已离诸欲，离诸不善法，有寻、有伺，离生喜、乐，成就初禅而住。寻伺寂止，内洁净，心专一性，无寻、无伺，定生喜、乐，成就第二禅而住。



pītiyā ca virāgā upekkhako ca viharati, sato ca sampajāno, sukhañca kāyena paṭisaṃvedeti, yaṃ taṃ ariyā ācikkhanti ‘upekkhako satimā sukhavihārī’ ti, tatiyaṃ jhānaṃ upasampajja viharati. Sukhassa ca pahānā dukkhassa ca pahānā pubbeva somanassadomanassānaṃ atthaṅgamā adukkhamasukhaṃ upekkhāsati paṭisuddhiṃ, catutthaṃ jhānaṃ upasampajja viharati. ayaṃ vuccat’āvuso – ‘sammāsamādhī’.

Idaṃ vuccat’āvuso – ‘dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ’ .”

“Tathāgatena āvuso, arahatā sammāsambuddhena bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye anuttaraṃ dhammacakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmiṃ, yadidaṃ – imesaṃ catunnaṃ ariyasaccānaṃ ācikkhanā desanā paññāpanā paṭṭhapanā vivaraṇā vibhajanā uttānīkamman” ti.

Idamavoca āyasmā sārīputto. attamanā te bhikkhū āyasmato sārīputtassa bhāsitaṃ abhinanduntī.

Atirekāni Sattasuttāni niṭṭhito



离喜并住于捨，念与正知，以身受乐，正如圣者们所说的‘捨、具念、乐住’，成就第三禅而住。捨断乐与捨断苦，先前的喜、忧已灭没，不苦不乐，捨念清淨，成就第四禅而住。贤友们，这称为‘正定’。

贤友们，这称为‘趣向苦灭之道圣谛’。

贤友们，如来、阿拉汉、正自觉者在巴拉纳西仙人落处的施鹿苑所转之无上法轮，于世间不能被沙门、婆罗门、天、魔、梵或任何人所逆转。也即是对此四圣谛的宣说、教导、施設、建立、开显、分别、阐明。”

具寿沙利子如此说。那些比库满意与欢喜具寿沙利子之所说。

附加七经结束



29. Āṭānāṭṭiyasuttaṃ

(Dīghanikāya 32)

Evaṃ me suttaṃ – ekaṃ samayaṃ bhagavā rājagahe viharati gijjhakūṭe pabbate.

Atha kho cattāro mahārājā mahatīyā ca yakkhasenāya mahatīyā ca gandhabbasenāya mahatīyā ca kumbhaṇḍasenāya mahatīyā ca nāgasenāya, catuddisaṃ rakkhaṃ ṭhapetvā, catuddisaṃ gumbaṃ ṭhapetvā, catuddisaṃ ovaraṇaṃ ṭhapetvā, abhikkantāya rattiyā abhikkantavaṇṇā kevalakappaṃ gijjhakūṭaṃ obhāsetvā, yena bhagavā ten’ upasaṅkamissa; upasaṅkamitvā bhagavantaṃ abhivādetvā ekamantaṃ nisīdiṃsu. Te’ pi kho yakkhā appekacce bhagavantaṃ abhivādetvā ekamantaṃ nisīdiṃsu, appekacce bhagavatā saddhiṃ sammodiṃsu, sammodanīyaṃ kathaṃ saraṇīyaṃ vītisāretvā ekamantaṃ nisīdiṃsu, appekacce yena bhagavā ten’ añjaliṃ paṇāmetvā ekamantaṃ nisīdiṃsu, appekacce nāmagottaṃ sāvetvā ekamantaṃ nisīdiṃsu, appekacce tuṅhībhūtā ekamantaṃ nisīdiṃsu.

Ekamantaṃ nisinna kho vessavaṇo mahārājā bhagavantaṃ etadavoca – “Santi hi, bhante, ulārā yakkhā bhagavato appasannā. santi hi, bhante, ulārā yakkhā bhagavato passannā. Santi hi bhante, majjhimā yakkhā bhagavato appasannā. santi hi, bhante,



29.阿 塔 那 帝 亚 经

——《长部·第32经》

如是我闻：一时，跋葛瓦住在王舍城的鹞峰山。

当时，四大王以亚卡大军、甘塔拔大军、瓮鞞大军、龙大军设防卫于四方，设军团于四方，设警备于四方后，在深夜时，殊胜的容色照亮了整座鹞峰山，来到跋葛瓦之处。来到之后，顶礼跋葛瓦，然后坐在一边。那些亚卡有一些也礼敬跋葛瓦，然后坐在一边。有一些与跋葛瓦共相问候，互相问候、友好地交谈之后坐在一边。有一些向跋葛瓦合掌敬礼之后坐在一边。有一些告知名姓后坐在一边。有一些默然而坐在一边。

坐在一边的韦沙瓦纳大王对跋葛瓦如此说：“尊者，有些高等的亚卡并不信乐跋葛瓦；尊者，有些高等的亚卡信乐跋葛瓦。尊者，有些中等的亚卡并不信乐跋葛瓦；



majjhimā yakkhā bhagavato pasannā. Santi hi, bhante, nīcā yakkhā bhagavato appasannā. santi hi, bhante, nīcā yakkhā bhagavato pasannā. Yebhuyyena kho pana, bhante, yakkhā appasannāyeva bhagavato. Taṃ kissa hetu?

Bhagavā hi, bhante, pāṇātipātā veramaṇiyā dhammaṃ deseti, adinnādānā veramaṇiyā dhammaṃ deseti, kāmesu micchācārā veramaṇiyā dhammaṃ deseti, musāvādā veramaṇiyā dhammaṃ deseti, surāmerayamajjapamādatṭhānā veramaṇiyā dhammaṃ deseti. Yebhuyyena kho pana, bhante, yakkhā appaṭiviratāyeva pāṇātipātā, appaṭiviratā adinnādānā, appaṭiviratā kāmesu micchācārā, appaṭiviratā musāvādā, appaṭiviratā surāmerayamajjapamādatṭhānā. Tesam taṃ hoti appiyaṃ amanāpaṃ. Santi hi, bhante, bhagavato sāvaka ārañṇe vanapatthāni pantāni senāsanāni paṭisevanti appasaddāni appanigghosāni vijanavātāni manussarāhaseyyakāni paṭisallānasāruppāni. Tattha santi ulāra yakkhā nivāsino, ye imasmim bhagavato pāvacane appasannā. Tesam pasādāya uggaṇhātu, bhante, bhagavā ‘āṭānāṭiyaṃ’ rakkhaṃ bhikkhūnaṃ bhikkhunīnaṃ upāsakānaṃ upāsikānaṃ guttiyā rakkhāya avihimsāya phāsuvihārāyā”ti.

Adhivāsesi bhagavā tuṅhībhāvena.

Atha kho vessavaṇo mahārājā bhagavato adhivāsaṃ viditvā, tāyaṃ velāyaṃ imaṃ ‘āṭānāṭiyaṃ’ rakkhaṃ abhāsi –



尊者，有些中等的亚卡信乐跋葛瓦。尊者，有些低等的亚卡并不信乐跋葛瓦；尊者，有些低等的亚卡信乐跋葛瓦。但是，尊者，大多数的亚卡并不信乐跋葛瓦。那是什么原因呢？

尊者，跋葛瓦教导离杀生之法，教导离不与取之法，教导离欲邪行之法，教导离虚妄语之法，教导离放逸之因的诸酒类之法。但是，尊者，大多数的亚卡并不离杀生，不离不与取，不离欲邪行，不离虚妄语，不离放逸之因的诸酒类。这对他们来说就不喜欢、不合意。尊者，有些跋葛瓦的弟子住在林野、丛林、边远的坐卧处，无声音、无噪音，人迹罕至，适合人隐居、禅坐。在那里有些高等的亚卡居住，不信乐跋葛瓦之语。尊者，为使他们信乐，为了比库、比库尼、近事男、近事女的守护、保护、无伤害与安乐住，请受持此‘阿塔那帝亚’保护经。”

跋葛瓦默然同意。

当韦沙瓦纳大王知道跋葛瓦同意后，在那时说了此“阿塔那帝亚”保护经：



“Vipassissa namatthu,
cakkhumantassa sirīmato.
Sikhissa’pi namatthu,
sabbabhūtānukampino.

“Vessabhussa namatthu,
nahātakassa tapassino;
Namatthu kakusandhassa,
mārasenā pamaddino.

“Koṇāgamanassa namatthu,
brāhmaṇassa vusīmato;
Kassapassa namatthu,
vipkamuttassa sabbadhi.

“Aṅgīrasassa namatthu,
sakyaputtassa sirīmato;
Yo imaṃ dhammamedeseṣi,
Sabbadukkhā panūdanaṃ.

“Ye cāpi nibbutā loke,
yathābhūtaṃ vipassisuṃ;
Te janā apisuṇā,
mahantā vītasāradā.



Mahā parittā

“愿礼敬维巴西，
具眼的吉祥者！
愿礼敬西奇佛，
对一切生类的悲悯者！”

愿礼敬韦沙菩佛，
纯净的苦行者！
愿礼敬咖古三特佛，
击破魔军者！

愿礼敬果那葛马那佛，
婆罗门的完成者！
愿礼敬咖沙巴佛，
一切处的解脱者！



新加坡帕奥禅修中心

愿礼敬光辉者，
具吉祥的释迦子！
所教导之法，
去除一切苦。

寂灭世间者，
曾如实观照；
他们是不两舌之人，
伟大的无畏者。



“Hitam devamanussānaṃ,
yaṃ namassanti gotamaṃ;
Vijjācaraṇasampannaṃ,
mahantaṃ vītasāraḍaṃ.

“Yato uggacchati suriyo,
ādicco maṇḍalī mahā.
Yassa c’uggacchamānassa,
saṃvarī’pi nirujjhati.
Yassa c’uggate suriye,
‘divaso’ti pavuccati.

“Rahado’pi tattha gambhīro,
samuddo saritodako;
Evaṃ naṃ tattha jānanti,
‘samuddo saritodako’.
Ito ‘sā purimā disā’,
iti naṃ ācikkhatī jano.

“Yaṃ disaṃ abhipāleti,
mahārājā yasassi so.
Gandhabbānaṃ ādhipati,
‘dhataratṭho iti nāma so;
Ramatī naccagītehi,
gandhabbehi purakkhato.



利益诸天与人，
受礼敬的果德玛；
明. 行的具足者，
伟大的无畏者。

从日升起处，
太阳大圆轮；
彼正升起时，
黑夜也消失。
太阳已升起，
称之为‘白天’。



新加坡帕奥禅修中心

那里有深池，
海洋之流水；
知那里如此，
‘海洋之流水’。
从那为东方，
人们如此说。

守护该方者，
大王有名声；
甘塔拔之主，
他名为持国。
爱好歌与舞，
受甘塔拔尊敬。



“Puttāpi tassa bahavo,
 ekanāmāti me sutam;
 Asītiṃ dasa eko ca,
 indanāmā mahabbalā.

Te cāpi buddham disvāna,
 buddham ādiccabandhunam;
 Dūrato’va namassanti,
 mahantam vītasāradam.

“Namo te purisājañña,
 namo te purisuttama.
 Kusalena samekkhasi,
 amanussāpi tam vandanti.

“Sutam netaṃ abhiṇhaso,
 tasmā evaṃ vademase;
 ‘Jinaṃ vandatha gotamaṃ,
 jinaṃ vandāma gotamaṃ;
 Vijjācaraṇasampannaṃ,
 buddham vandāma gotamaṃ’.



Mahā parittā

他有许多子，
我闻皆同名；
八十又十一，
名为‘印德’有大力。

他们也见过佛陀，
佛陀为日种；
从远处礼敬，
伟大的无畏者。

‘礼敬您，人中的高贵者！
礼敬您，人中的至上者！’
他以善巧审察，
非人也礼敬他。



新加坡帕奥禅修中心

我们经常听到这样，
所以我们这样说：
‘你们礼敬胜者果德玛吗？’
‘我们礼敬胜者果德玛！
明.行的具足者，
我们礼敬佛陀果德玛！’



“Yena petā pavuccanti,
 piṣuṇā piṭṭhimaṃsikā.
 Pāṇātipātino luddā,
 corā nekatikā janā.
 Ito ‘sā dakkhiṇā disā’,
 iti naṃ ācikkhatī jano.

“Yaṃ disaṃ abhipāleti,
 mahārājā yasassi so.
 Kumbhaṇḍānaṃ ādhipati,
 ‘virūlho iti nāmaso;
 Ramatī naccagītehi,
 kumbhaṇḍehi purakkhato.

“Puttāpi tassa bahavo,
 ekanāmāti me sutam;
 Asītiṃ dasa eko ca,
 indanāmā mahabbalā.

Te cāpi buddhaṃ disvāna,
 buddhaṃ ādiccabandhunaṃ;
 Dūrato’va namassanti,
 mahantaṃ vītasāraḍaṃ.



他们说那已死者、
离间. 食背肉者⁵⁹、
杀生. 残暴者、
盗贼. 欺诈之人[被拉走的方向]。⁶⁰
从那为南方，
人们如此说。

守护该方者，
大王有名声；
瓮鞞天之主，
他名为增长。
爱好歌与舞，
受瓮鞞天尊敬。



他有许多子，
我闻皆同名；
八十又十一，
名为‘印德’有大力。

新加坡帕奥禅修中心

他们也见过佛陀，
佛陀为日种；
从远处礼敬，
伟大的无畏者。

⁵⁹ **食背肉者**：巴利语 piṭṭhimamsika 的直译。在背地里批评他人、挑拨离间者就像是在吃他人后背之肉，故名。

⁶⁰ 根据古印度的习俗，死尸及杀人、偷抢等罪犯都是从南门被拉出后，在城的南面被火烧、斩首或打杀的。



“Namo te purisājañña,
 namo te purisuttama.
 Kusalena samekkhasi,
 amanussā’ pi taṃ vandanti.

“Sutaṃ netam abhiṅhaso,
 tasmā evaṃ vademase;
 ‘Jinaṃ vandatha gotamaṃ,
 jinaṃ vandāma gotamaṃ;
 Vijjācaraṇasampannaṃ,
 buddhaṃ vandāma gotamaṃ’.

“Yattha coggacchati suriyo,
 ādicco maṅḍalī mahā.
 Yassa coggacchamānassa,
 divaso’ pi nirujjhati.
 Yassa coggate suriye,
 ‘saṃvarī’ ti pavuccati.

“Rahadopi tattha gambhīro,
 samuddo saritodako;
 Evaṃ naṃ tattha jānanti,
 ‘samuddo saritodako’.
 Ito ‘sā pacchimā disā’,
 iti naṃ ācikkhatī jano.



‘礼敬您，人中的高贵者！
礼敬您，人中的至上者！’
他以善巧审察，
非人也礼敬他。

我们经常听到这样，
所以我们这样说：
‘你们礼敬胜者果德玛吗？’
‘我们礼敬胜者果德玛！’
明·行的具足者，
我们礼敬佛陀果德玛！’



新加坡帕奥禅修中心

从日落下处，
太阳大圆轮；
彼正落下时，
白天也消失。
太阳已落下，
称之为‘黑夜’。

那里有深池，
海洋之流水；
知那里如此，
‘海洋之流水’。
从那为西方，
人们如此说。



“Yaṃ disaṃ abhipāleti,
mahārājā yasassi so.
Nāgānaṃ ādhipati,
‘virūpakkho iti nāmaso;
Ramatī naccagītehi,
nāgehi purakkhato.

“Puttāpi tassa bahavo,
ekānāmāti me sutāṃ;
Asītiṃ dasa eko ca,
indanāmā mahabbalā.

Te cāpi buddhaṃ disvāna,
buddhaṃ ādiccabandhunaṃ;
Dūrato’va namassanti,
mahantaṃ vītasāraḍaṃ.

“Namo te purisājañña,
namo te purisuttama;
Kusalena samekkhasi,
amanussā’pi taṃ vandanti.



Mahā parittā

守护该方者，
大王有名声；
诸龙之主，
他名为广目。
爱好歌与舞，
受诸龙尊敬。

他有许多子，
我闻皆同名；
八十又十一，
名为‘印德’有大力。



他们也见过佛陀，
佛陀为日种；
从远处礼敬，
伟大的无畏者。

新加坡帕奥禅修中心

‘礼敬您，人中的高贵者！
礼敬您，人中的至上者！’
他以善巧审察，
非人也礼敬他。



“Sutaṃ netam abhiṅhaso,
 tasmā evaṃ vademase;
 ‘Jinaṃ vandatha gotamaṃ,
 jinaṃ vandāma gotamaṃ;
 Vijjācaraṇasampannaṃ,
 buddhaṃ vandāma gotamaṃ’ti.

“Yena uttarakurū rammā,
 mahāneru sudassano.
 Manussā tattha jāyanti,
 amamā apariggahā.

“Na te bijaṃ pavapanti,
 napi nīyanti naṅgalā;
 Akatṭhapākimaṃ sālīṃ, 中心
 paribhuñjanti mānusā.

“Akaṇaṃ athusam suddhaṃ,
 sugandhaṃ taṇḍulapphalaṃ;
 Tuṇḍikīre pacitvāna,
 tato bhuñjanti bhojanaṃ.

“Gāviṃ ekakhuraṃ katvā,
 anuyanti disodisaṃ;
 Pasuṃ ekakhuraṃ katvā,
 anuyanti disodisaṃ.



我们经常听到这样，
所以我们这样说：
‘你们礼敬胜者果德玛吗？’
‘我们礼敬胜者果德玛！
明. 行的具足者，
我们礼敬佛陀果德玛！’

快乐北古卢，
极美大须弥。
人民生那里，
无私. 无执取。

他们不播种，
也不使犁头；
不耕米自熟，
人民有享用。



洁净无糠. 麸，
香甜米籽实；
锅中煮过后，
食用其中食。

牛只套单蹄，
行走至诸方；
牲畜套单蹄，
行走至诸方。



“Itthivāhanaṃ katvā,
anuyanti disodisaṃ.
Purisavāhanaṃ katvā,
anuyanti disodisaṃ.

“Kumārivāhanaṃ katvā,
anuyanti disodisaṃ;
Kumāravāhanaṃ katvā,
anuyanti disodisaṃ.

“Te yāne abhirūhitvā,
Sabbā disā anupariyanti.
Pacārā tassa rājino.

新加坡帕奥禅修中心

“Hatthiyānaṃ assayānaṃ,
dibbaṃ yānaṃ upatṭhitaṃ;
Pāsādā sivikā c’eva,
mahārājassa yasassino.

“Tassa ca nagarā ahū,
Antalikkhe sumāpitā.
Ātānātā kusiṇātā parakusiṇātā,
Nāṭapuriyā parakusiṇātā.



女人作坐骑，
行走至诸方；
男人作坐骑，
行走至诸方。

童女作坐骑，
行走至诸方；
童男作坐骑，
行走至诸方。⁶¹

登上该车后，
跟随彼之王，
遍游一切方。

象车与马车，
天车在现前；
殿堂及轿子，
大王有名声。

他还有诸城，
善建于空中：
阿塔那塔、古西那塔、巴勒古西那塔，
那塔补利亚、巴勒古西塔那塔。



新加坡帕奥禅修中心

⁶¹ 这两首偈颂颇为费解。义注中说：韦沙瓦纳的随从亚卡们多数把孕妇当作坐骑，坐在她们的背上行走；也有些用女人来拉车。也把男人、童女、童男抓来当牲畜拉车。被抓住的多数是住在边地的蛮荒之人。



“Uttarena kapivanto,
Janoghamaparena ca;
Navanavatiyo ambara-ambaravatiyo,
Āḷakamandā nāma rājadhānī.

“Kuverassa kho pana, mārisa,
mahārājassa visāṇā nāma rājadhānī;
Tasmā kuvero mahārājā,
‘vessavaṇo’ti pavuccati.

“Paccesanto pakāsenti,
tatolā tattalā tatalā;
Ojasi tejasi tatojasī,
sūro rājā arittho nemi.

“Rahado’pi tattha dharaṇī nāma,
yato meghā pavassanti;
Vassā yato patāyanti.
sabhāpi tattha bhagalavatī nāma,
yattha yakkhā payirupāsanti.

“Tattha niccaphalā rukkhā;
nānā dijagaṇā yutā,
mayūrakoṅcābhirudā,
kokilādīhi vaggubhi.



北方有咖毕弯德，
其次是迦诺喀，
那瓦那瓦帝亚、安拔勒、安拔勒瓦帝亚，
阿叻格曼达为王都。

师父，古韦勒大王
还有名为维萨纳的王都；
因此古韦勒大王
称为‘韦沙瓦纳’。

[十二位亚卡]各别作报告，
答多叻、答德叻、答多德叻，
欧哲西、迭哲西、答多哲西，
苏勒、拉哲、[苏罗拉哲，]
阿利特、内弥、新[阿利特内弥]。

那里有池名为塔勒尼，
云从那里扩散；
雨从那里降下。
在名为跋葛叻瓦帝的集会堂，
亚卡们在那集坐。

那里之树常结果，
各种鸟群来集；
孔雀白鹭鸣，
美丽杜鹃等。



“Jīvañjīvakasadd’ettha,
 atho oṭṭhavacittakā;
 Kukkutthakā kuḷīrakā,
 vane pokkharasātakā.
 Sukasālikasadd’ettha,
 daṇḍamāṇavakāni ca.

“Sobhati sabbakālaṃ sā,
 kuveranaḷinī sadā.
 “Ito ‘sā uttarā disā’,
 iti naṃ ācikkhatī jano.

“Yaṃ disaṃ abhipāleti,
 mahārājā yasassī so.
 Yakkhānaṃ āhipati,
 ‘kuvero iti nāmaso;
 Ramatī naccagītehi,
 yakkhehi purakkhato.

“Puttāpi tassa bahavo,
 ekanāmā’ti me sutam;
 Asītiṃ dasa eko ca,
 indanāmā mahabbalā.



那里有‘唧瓦.唧瓦’之鸟声，
还有欧特瓦吉德鸟；
野鸡和古喱勒格⁶²，
波克勒萨德格鸟在林中。
这里有鸚鵡、八哥声，
和丹德马纳瓦格鸟。

古韦勒池她总是
一切时都美丽。
从那为北方，
人们如此说。

守护该方者，
大王有名声；
亚卡众之主，
他名古韦勒。
爱好歌与舞，
受亚卡尊敬。



新加坡帕奥禅修中心

他有许多子，
我闻皆同名；
八十又十一，
名为‘印德’有大力。

⁶² 巴利语 kuḷiraka, 意为螃蟹, 该经的义注也解释其为 suvaṇṇakakkataka (金色的螃蟹)。但联系上下文, 此两首偈颂都是在描述鸟类, 因此这个词也很可能是指一种鸟。有些英译本则把 kakkataka (螃蟹) 视为 kakkara 之误而译为“鷓鴣”; 也有把 kakkataka 视为 kukkuṭa 之误而译为“金鸡”。



“Te cāpi buddhaṃ disvāna,
buddhaṃ ādiccabandhunaṃ;
Dūrato’va namassanti,
mahantaṃ vītasāradaṃ.

“Namo te purisājañña,
namo te purisuttama;
Kusalena samekkhasi,
amanussāpi taṃ vandanti.

“Sutaṃ netaṃ abhiñhaso,
tasmā evaṃ vademase.
‘Jinaṃ vandatha gotamaṃ,
jinaṃ vandāma gotamaṃ;
Vijjācaraṇasampannaṃ,
buddhaṃ vandāma gotamaṃ”’ti.

“Ayaṃ kho sā, mārisa, āṭānāṭiyā rakkhā bhikkhūnaṃ
bhikkhunīnaṃ upāsakānaṃ upāsikānaṃ guttiyā
rakkhāya avihimsāya phāsuvihārāyā’ti.

“Yassa kassaci, mārisa, bhikkhussa vā bhikkhuniyā vā
upāsakassa vā upāsikāya vā ayaṃ āṭānāṭiyā rakkhā
suggahitā bhavissati samattā pariyāputā. Tañce
amanusso yakkho vā yakkhinī vā yakkhapotako vā
yakkhapotikā vā yakkhamahāmatto vā yakkhapārisajjo



他们也见过佛陀，
佛陀为日种；
从远处礼敬，
伟大的无畏者。

‘礼敬您，人中的高贵者！
礼敬您，人中的至上者！’
他以善巧审察，
非人也礼敬他。

我们经常听到这样，
所以我们这样说：
‘你们礼敬胜者果德玛吗？’
‘我们礼敬胜者果德玛！
明.行的具足者，
我们礼敬佛陀果德玛！’

师父，这‘阿塔那帝亚’保护经，乃是为了比库、比库尼、近事男、近事女的守护、保护、无伤害与安乐住。

师父，无论哪一位比库、比库尼、近事男或近事女能善学、透彻掌握此阿塔那帝亚保护经者，假如有非人、亚卡、亚卡女、亚卡崽、亚卡妞、亚卡大臣、亚卡会众



vā yakkhapacāro vā, gandhabbo vā gandhabbī vā
gandhabbapotako vā gandhabbapotikā vā
gandhabbamahāmatto vā gandhabbapārisajjo vā
gandhabbapacāro vā, kumbhaṇḍo vā kumbhaṇḍī vā
kumbhaṇḍapotako vā kumbhaṇḍapotikā vā
kumbhaṇḍamahāmatto vā kumbhaṇḍapārisajjo vā
kumbhaṇḍapacāro vā, nāgo vā nāginī vā nāgapotako vā
nāgapotikā vā nāgamahāmatto vā nāgapārisajjo vā
nāgapacāro vā, paduṭṭhacitto gacchantam vā
anugaccheyya, ṭhitam vā upatitṭheyya, nisinnam vā
upanisīdeyya, nipannam vā upanipajjeyya. Na me so,
mārisa, amanusso labheyya gāmesu vā nigamesu vā
sakkāram vā garukāram vā. Na me so, mārisa,
amanusso labheyya ālakamandāya nāma rājadhāniyā
vatthum vā vāsam vā. Na me so, mārisa, amanusso
labheyya yakkhānam samitiṃ gantum. Apissu nam,
mārisa, amanussā anāvayhampi nam kareyyum
avivayham. Apissu nam, mārisa, amanussā attāhipi
paripuṇṇāhi paribhāsāhi paribhāseyyum. Apissu nam,
mārisa, amanussā rittampi pattam sīse nikkujjeyyum.
Apissu nam, mārisa, amanussā sattadhāpissa muddham
phāleyyum.

“Santi hi, mārisa, amanussā caṇḍā ruddā rabhasā, te
neva mahārājānam ādiyanti, na mahārājānam
purisakānam ādiyanti, na mahārājānam purisakānam
purisakānam ādiyanti. Te kho te, mārisa, amanussā
mahārājānam avaruddhā nāma vuccanti.



或亚卡侍从，甘塔拔、甘塔拔女、甘塔拔崽、甘塔拔妞、甘塔拔大臣、甘塔拔会众或甘塔拔侍从，瓮辜天、瓮辜女、瓮辜崽、瓮辜妞、瓮辜大臣、瓮辜会众或瓮辜侍从，龙、龙女、龙崽、龙妞、龙大臣、龙会众或龙侍从，敢以邪恶之心跟随行走而行走，站立而站立，坐着而坐着，躺卧而躺卧者，师父，我的这个非人将不能在村中或市镇中获得恭敬尊重；师父，我的这个非人将不能在阿叻格曼达城获得宅地和住所；师父，我的这个非人将不能去参加亚卡们的集会；师父，而且非人们将使他不能嫁娶和结婚；师父，而且非人们将以完全个人的谩骂来辱骂他；师父，而且非人们将以空钵倒扣在他的头上；师父，而且非人们将把他的头裂为七块。

师父，有些非人凶恶、残暴、凶狠，他们既不接受大王[的命令]，也不接受大王的臣属们，也不接受大王臣属的随员们。师父，他们这些非人被称为反叛诸大王者。



Seyyathāpi, mārīsa, rañño māgadhasa vijite corā. Te neva rañño māgadhasa ādiyanti, na rañño māgadhasa purisakānaṃ ādiyanti, na rañño māgadhasa purisakānaṃ purisakānaṃ ādiyanti. Te kho te, mārīsa, mahācorā rañño māgadhasa avaruddhā nāma vuccanti. Evameva kho, mārīsa, santi amanussā caṇḍā ruddhā rabhasā, te neva mahārājānaṃ ādiyanti, na mahārājānaṃ purisakānaṃ ādiyanti, na mahārājānaṃ purisakānaṃ purisakānaṃ ādiyanti. Te kho te, mārīsa, amanussā mahārājānaṃ avaruddhā nāma vuccanti. Yo hi koci, mārīsa, amanusso yakkho vā yakkhinī vāyakkhapotako vā yakkhapotikā vā yakkhamahāmatto vā yakkhapārisajjo vā yakkhapacāro vā, gandhabbo vā gandhabbī vā gandhabbapotako vā gandhabbapotikā vā gandhabbamahāmatto vā gandhabbapārisajjo vā gandhabbapacāro vā, kumbhaṇḍo vā kumbhaṇḍī vā kumbhaṇḍapotako vā kumbhaṇḍapotikā vā kumbhaṇḍamahāmatto vā kumbhaṇḍapārisajjo vā kumbhaṇḍapacāro vā, nāgo vā nāginī vā nāgapotako vā nāgapotikā vā nāgamahāmatto vā nāgapārisajjo vā nāgapacāro vā, paduṭṭhacitto bhikkhuṃ vā bhikkhunīṃ vā upāsakaṃ vā upāsikaṃ vā gacchantaṃ vā anugaccheyya, ṭhitaṃ vā upatitṭheyya, nisinnaṃ vā upanisīdeyya, nipannaṃ vā upanipajjeyya. Imesaṃ yakkhānaṃ mahāyakkhānaṃ senāpatīnaṃ mahāsenāpatīnaṃ ujjhāpetabbaṃ vikkanditabbaṃ viravitabbaṃ – ‘ayaṃ yakkho gaṇhāti, ayaṃ yakkho



师父，犹如马葛特王国中的大贼，他们既不接受马葛特国王，也不接受马葛特国王的臣属们，也不接受马葛特国王臣属的随员们。师父，他们这些大贼被称为反叛马葛特国王者。同样地，师父，有些非人凶恶、残暴、凶狠，他们既不接受大王，也不接受大王的臣属们，也不接受大王臣属的随员们。师父，他们这些非人被称为反叛诸大王者。

师父，若有任何非人、亚卡、亚卡女、亚卡崽、亚卡妞、亚卡大臣、亚卡会众或亚卡侍从，甘塔拔、甘塔拔女、甘塔拔崽、甘塔拔妞、甘塔拔大臣、甘塔拔会众或甘塔拔侍从，瓮辇天、瓮辇女、瓮辇崽、瓮辇妞、瓮辇大臣、瓮辇会众或瓮辇侍从，龙、龙女、龙崽、龙妞、龙大臣、龙会众或龙侍从，敢以邪恶之心跟随比库、比库尼、近事男或近事女行走而行走，站立而站立，坐着而坐着，躺卧而躺卧者，应告知、叫唤、呼喊这些亚卡、大亚卡、将军、大将军：‘[我]被这亚卡抓住，被这亚卡



āvisati, ayam yakkho heṭheti, ayam yakkho viheṭheti,
 ayam yakkho hiṃsati, ayam yakkho vihiṃsati, ayam
 yakkho na muñcatī'ti.

“Katamesaṃ yakkhānaṃ mahāyakkhānaṃ
 senāpatīnaṃ mahāsenāpatīnaṃ?”

“Indo somo varuṇo ca,
 bhāradvājo pajāpatī;
 Candano kāmasetṭho ca,
 kinnughaṇḍu nighaṇḍu ca.

“Panādo opamañño ca,
 devasūto ca mātālī;
 Cittaseno ca gandhabbo,
 naḷo rājā janesabho.

“Sātāgiro hemavato,
 puṇṇako karatiyo guḷo;
 Sīvako mucalindo ca,
 vessāmitto yugandharo.

“Gopālo suppagedho ca,
 hiri nettī ca mandiyo.
 Pañcālacaṇḍo ālavako,
 pajjunno sumano sumukho.
 Dadhīmukho maṇi māṇi caro dīgho,
 atho serissako saha.



占有，被这亚卡恼害，被这亚卡迫害，被这亚卡伤害，
被这亚卡加害，这亚卡不放开[我]。’

是哪些亚卡、大亚卡、将军、大将军呢？

‘印多. 索摩和瓦卢诺，
跋勒德瓦哲. 巴迦巴帝；
旃德诺和伽马谢陀，
金奴堪度和尼堪度。

巴那多和欧巴曼雅，
驾天车的马德离；
和甘塔拔吉德谢诺，
那洛. 拉迦. 迦内思婆。



新加坡帕奥禅修中心

萨答笈罗. 嘿马瓦多，
本纳果. 伽勒帝优. 谷洛；
西瓦果和木遮林多，
韦萨密多. 郁甘特罗。

苟巴罗和苏巴给驮，
希利. 内帝和曼地优；
般吒叻旃哆. 阿叻瓦果，
巴准诺. 苏马诺. 苏木扣；
达底木扣. 马尼. 玛尼. 吒罗. 地掘，
还有和谢利思果一起。’



“Imesaṃ yakkhānaṃ mahāyakkhānaṃ senāpatīnaṃ mahāsenāpatīnaṃ ujjhāpetabbaṃ vikkanditabbaṃ viravitabbaṃ – ‘ayaṃ yakkho gaṇhāti, ayaṃ yakkho āvisati, ayaṃ yakkho heṭheti, ayaṃ yakkho viheṭheti, ayaṃ yakkho hiṃsati, ayaṃ yakkho vihiṃsati, ayaṃ yakkho na muñcati’ ti.

“Ayaṃ kho sā, mārisa, āṭānāṭiyā rakkhā bhikkhūnaṃ bhikkhunīnaṃ upāsakānaṃ upāsikānaṃ guttiyā rakkhāya avihimsāya phāsuvihārāyā’ ti. Handa ca dāni mayāṃ, mārisa, gacchāma bahukiccā mayāṃ bahukaraṇīyā” ti.

“Yassadāni tumhe, mahārājāno, kālaṃ maññathā” ti.

Atha kho cattāro mahārājā uṭṭhāyāsanaṃ bhagavantaṃ abhivādetvā padakkhiṇaṃ katvā tatth’ ev’ antaradhāyimsu.

Te’ pi kho yakkhā uṭṭhāyāsanaṃ appekacce bhagavantaṃ abhivādetvā padakkhiṇaṃ katvā tatth’ ev’ antaradhāyimsu. Appekacce bhagavatā saddhiṃ sammodimsu, sammodaniyaṃ kathaṃ saraṇīyaṃ vītisāretvā tatth’ ev’ antaradhāyimsu.

Appekacce yena bhagavā tenañjaliṃ paṇāmetvā tatth’ ev’ antaradhāyimsu. Appekacce nāmagottaṃ sāvetaṃ tatth’ ev’ antaradhāyimsu. Appekacce tuṅhībhūtā tatth’ ev’ antaradhāyimsūti.

Tatīyabhāṇavāro niṭṭhito.



应告知、叫唤、呼喊这些亚卡、大亚卡、将军、大将军：‘[我]被这亚卡抓住，被这亚卡占有，被这亚卡恼害，被这亚卡迫害，被这亚卡伤害，被这亚卡加害，这亚卡不放开[我]。’

师父，这‘阿塔那帝亚’保护经，乃是为了比库、比库尼、近事男、近事女的守护、保护、无伤害与安乐住。好了，师父，现在我们要走了，我们还有许多事情要做。”

“大王，你们现在考虑时间吧。”

于是，四大王从座位起来，礼敬跋葛瓦、作右绕后，即于其处隐没。

那些亚卡们也从座位起来，有一些礼敬跋葛瓦、作右绕后，即于其处隐没。有一些与跋葛瓦共相问候，互相问候、友好地交谈之后，即于其处隐没。有一些向跋葛瓦合掌敬礼之后，即于其处隐没。有一些告知名姓后，即于其处隐没。有一些默然而于其处隐没。

第三诵分结束



Atha kho bhagavā tassā rattiyā accayena bhikkhū
 āmantesi – “imaṃ, bhikkhave, rattiṃ cattāro mahārājā
 mahatīyā ca yakkhasenāya mahatīyā ca gandhabba-
 senāya mahatīyā ca kumbhaṇḍasenāya mahatīyā ca
 nāgasenāya catuddisaṃ rakkhaṃ ṭhapetvā catuddisaṃ
 gumbaṃ ṭhapetvā catuddisaṃ ovaraṇaṃ ṭhapetvā,
 abhikkantāya rattiyā abhikkantavaṇṇā kevalakappaṃ
 gijjhakūṭaṃ obhāsetvā yenāhaṃ tenupasaṅkamaṃsu;
 upasaṅkamtīvā maṃ abhivādetvā ekamantaṃ nisīdiṃsu.
 Tepi kho, bhikkhave, yakkhā appekacce maṃ
 abhivādetvā ekamantaṃ nisīdiṃsu. Appekacce mayā
 saddhiṃ sammodiṃsu, sammodaṇīyaṃ kathaṃ
 sāraṇīyaṃ vītisāretvā ekamantaṃ nisīdiṃsu. Appekacce
 yenāhaṃ tenañjaliṃ paṇāmetvā ekamantaṃ nisīdiṃsu.
 Appekacce nāmagottaṃ sāvetaṃ ekamantaṃ nisīdiṃsu.
 Appekacce tuṅhībhūtā ekamantaṃ nisīdiṃsu.

“Ekamantaṃ nisinno kho, bhikkhave, vessavaṇo
 mahārājā maṃ etadavoca – ‘santi hi, bhante, uḷārā
 yakkhā bhagavato appasannā. santi hi, bhante, uḷārā
 yakkhā bhagavato pasannā. Santi hi bhante, majjhimā
 yakkhā bhagavato appasannā. santi hi, bhante,
 majjhimā yakkhā bhagavato pasannā. Santi hi, bhante,
 nīcā yakkhā bhagavato appasannā. santi hi, bhante, nīcā
 yakkhā bhagavato pasannā. Yebhuyyena kho pana,
 bhante, yakkhā appasannāyeva bhagavato. Taṃ kissa
 hetu?



当时，跋葛瓦在那个夜晚消失后，告诉比库们说：“诸比库，今夜四大王以亚卡大军、甘塔拔大军、瓮鞞天大军、龙大军设防卫于四方，设军团于四方，设警备于四方后，在深夜时，殊胜的容色照亮了整座鹫峰山，来到我这里。来到之后礼敬我，然后坐在一边。那些亚卡有一些也礼敬我，然后坐在一边。有一些与我共相问候，互相问候、友好地交谈之后坐在一边。有一些向我合掌敬礼之后坐在一边。有一些告知名姓后坐在一边。有一些默然而坐在一边。

新加坡帕奥禅修中心

诸比库，坐在一边的韦沙瓦纳大王对我如此说：“尊者，有些高等的亚卡并不信乐跋葛瓦；尊者，有些高等的亚卡信乐跋葛瓦。尊者，有些中等的亚卡并不信乐跋葛瓦；尊者，有些中等的亚卡信乐跋葛瓦。尊者，有些低等的亚卡并不信乐跋葛瓦；尊者，有些低等的亚卡信乐跋葛瓦。但是，尊者，大多数的亚卡并不信乐跋葛瓦。那是什么原因呢？”



Bhagavā hi, bhante, pāṇātipātā veramaṇiyā dhammaṃ deseti, adinnādānā veramaṇiyā dhammaṃ deseti, kāmesu micchācārā veramaṇiyā dhammaṃ deseti, musāvādā veramaṇiyā dhammaṃ deseti, surāmerayamajjapamādatṭhānā veramaṇiyā dhammaṃ deseti. Yebhuyyena kho pana, bhante, yakkhā appaṭiviratāyeva pāṇātipātā, appaṭiviratā adinnādānā, appaṭiviratā kāmesu micchācārā, appaṭiviratā musāvādā, appaṭiviratā surāmerayamajjapamādatṭhānā. Tesam taṃ hoti appiyaṃ amanāpaṃ. Santi hi, bhante, bhagavato sāvaka āraññavanapatthāni pantāni senāsanāni paṭisevanti appasaddāni appanigghosāni vijanavātāni manussarāhasseyyakāni paṭisallānasāruppāni. Tattha santi ulārā yakkhā nivāsino, ye imasmim bhagavato pāvacane appasannā, tesam pasādāya uggaṇhātu, bhante, bhagavā āṭānāṭiyam rakkham bhikkhūnam bhikkhunīnam upāsakānam upāsikānam guttiyā rakkhāya avihimsāya phāsuvihārāyā’ ti.

Adhivāsesim kho aham, bhikkhave, tuṅhībhāvena. Atha kho, bhikkhave, vessavaṇo mahārājā me adhivāsanam viditvā tāyam velāyam imaṃ āṭānāṭiyam rakkham abhāsi –

.....

“Atha kho, bhikkhave, cattāro mahārājā utthāyāsanaṃ maṃ abhivādetvā padakkhiṇam katvā tatth’ev’ antara-dhāyimsu.



尊者，跋葛瓦教导离杀生之法，教导离不与取之法，教导离欲邪行之法，教导离虚妄语之法，教导离放逸之因的诸酒类之法。但是，尊者，大多数的亚卡并不离杀生，不离不与取，不离欲邪行，不离虚妄语，不离放逸之因的诸酒类。这对他们来说就不喜欢、不合意。尊者，有些跋葛瓦的弟子住在林野、丛林、边远的坐卧处，少声音、少嘈杂、人迹罕至，适合人隐居、独坐。在那里有些高等的亚卡居住，不信乐跋葛瓦之语。尊者，为使他们信乐，为了比库、比库尼、近事男、近事女的守护、保护、无伤害与安乐住，请受持此“阿嗒那帝亚”保护经。’

诸比库，我默然同意。

诸比库，当韦沙瓦纳大王知道我同意后，在那时说了此‘阿嗒那帝亚’保护经：

.....

诸比库，于是，四大王从座位起来，礼敬我、作右绕后，即于其处隐没。



Te'pi kho, bhikkhave, yakkhā uṭṭhāyāsanā appekacce
 maṃ abhivādetvā padakkhiṇaṃ katvā tath'ev'antara-
 dhāyiṃsu. Appekacce mama saddhiṃ sammodiṃsu,
 sammodaniyaṃ kathaṃ sāraṇiyaṃ vītisāretvā
 tath'ev'antaradhāyiṃsu. Appekacce yenāhaṃ
 tenañjaliṃ paṇāmetvā tath'ev'antaradhāyiṃsu.
 Appekacce nāmagottaṃ sāvetvā
 tath'ev'antaradhāyiṃsu. Appekacce tuṇhībhūtā
 tath'ev'antaradhāyiṃsu.

“Uggaṇhātha, bhikkhave, āṭānāṭiyaṃ rakkhaṃ.
 Pariyāpuṇātha, bhikkhave, āṭānāṭiyaṃ rakkhaṃ.
 Dhāretha, bhikkhave, āṭānāṭiyaṃ rakkhaṃ.
 Atthasaṃhitāya, bhikkhave, āṭānāṭiyā rakkhā
 bhikkhūnaṃ bhikkhunīnaṃ upāsakānaṃ upāsikānaṃ
 guttiyā rakkhāya avihimsāya phāsuvihārāyā”ti.

Idamavoca bhagavā. attamanā te bhikkhū bhagavato
 bhāsitaṃ abhinandunti.

Catutthabhāṇavāro niṭṭhito.



Mahā parittā

诸比库，那些亚卡们也从座位起来，有一些礼敬我、作右绕后，即于其处隐没。有一些与我共相问候，互相问候、友好地交谈之后，即于其处隐没。有一些向我合掌敬礼之后，即于其处隐没。有一些告知名姓后，即于其处隐没。有一些默然而于其处隐没。

诸比库，应学习‘阿嗒那帝亚’保护经。诸比库，应掌握‘阿嗒那帝亚’保护经。诸比库，应受持‘阿嗒那帝亚’保护经。诸比库，‘阿嗒那帝亚’保护经有利益，能为了比库、比库尼、近事男、近事女的守护、保护、无伤害与安乐住。”
新加坡帕奥禅修中心

这是跋葛瓦所说，那些比库满意与欢喜跋葛瓦之所
说。

第四诵分结束



新加坡帕奥禅修中心



新加坡帕奥禅修中心

Niruttisaṅgaho

词语汇解





新加坡帕奥禅修中心

词语汇解

佛教：巴利语 Buddha-sāsana。sāsana,意为教导、教说、教法。Buddha-sāsana 即佛陀的教导、佛陀的教法。

佛陀的教法可以分为三个层面：

1. 教理之教(pariyatti-sāsana) ——律、经、论三藏等应当学习的教法义理。

2. 行道之教(paṭipatti-sāsana) ——戒、定、慧三学等能导向证悟出世间法的禅修实践。

3. 通达之教(pativedha-sāsana) ——证悟四种圣道、四种圣果以及涅槃九种出世间法。

唯有教理之教的住立，才有行道之教的存在；因为修行不能偏离三藏，不能违背佛陀的教导。唯有行道之教的住立，才有通达之教的存在；因为不依照戒定慧禅修，脱离了行道实践，就不可能证悟任何的出世间法。

上座部佛教：巴利语 Theravāda。thera,意为长老、上座；vāda,意为说、论、学说。

上座部佛教因其由印度本土向南传播到斯里兰卡、缅甸等地，故称为南传佛教。又因所传诵的三藏经典使用巴利语(pāli-bhāsā)，故又称为巴利语系佛教。

南传上座部佛教坚持维护佛陀的原本教法，只



相信和崇敬佛、法、僧三宝，传诵与尊奉巴利语律、经、论三藏，依照八圣道、戒定慧、四念处等方法禅修，大多数人致力于断除烦恼、解脱生死、证悟涅槃。

传统上，南传上座部佛教流传于斯里兰卡、缅甸、泰国、柬埔寨、老挝等南亚、东南亚国家和地区。

上座部佛教与流传于中国汉地、韩国、日本、越南等国的汉传佛教，流传于中国藏蒙地区、蒙古、尼泊尔、不丹等地的藏传佛教并称为三大语系佛教。（汉传与藏传佛教合称为北传佛教或大乘佛教）。

巴利语 (pāli-bhāsā)：是由佛陀在世时中印度马葛特国(Magadha)一带使用的方言变化而来。南传上座部佛教相信巴利语是佛陀当年讲经说法时所使用的马葛特口语，故又称为“马葛底语”(Māgadika, Māgadhi)。

“巴利”(pāli)一词的原意是指佛语(Buddha-bhāsā)、圣典、三藏，用以区分作为解释圣典的文献——义注(aṭṭhakathā)和复注(tīkā)。也因如此，记录圣典、佛语的专用语“马葛底语”到后来也就逐渐成了“佛经语”“圣典语”的代名词，即“巴利语”。

巴利语与梵语(Sanskrit)同属古印度语，但梵语属于雅语，巴利语属于俗语；梵语是贵族语，巴利语是民众语(Prākṛit)；梵语是婆罗门教-印度教的标准语，巴利语则是佛陀及圣弟子们的用语。佛陀曾禁止僧



众们用梵语来统一佛语。

南传上座部佛教因为使用巴利语传诵三藏经典，故又被称为巴利语系佛教。

佛陀：巴利(梵)语 buddha 的古音译。意为觉者、觉悟者。

“佛陀”有两种含义：

1. 以解脱究竟智觉悟了一切应了知者，称为佛陀。

2. 自己无需老师的指导而觉悟了四圣谛，也能教导其他有情觉悟的人，称为佛陀。

跋葛瓦：巴利语 bhagavā 的音译，有尊师、尊敬、功德殊胜、具祥瑞者等多种含义。如诸义注解释说：

“跋葛瓦即尊师，世间上的尊师故说为跋葛瓦。又以一切功德殊胜故，是一切有情的尊师，所以当知为跋葛瓦。古人也说：

‘跋葛瓦之语最胜，跋葛瓦之语至上；

尊师与尊敬相应，因此称彼跋葛瓦。’ ” (D.A.1.1;

M.A.1.1; S.A.1.1; A.A.1.1)

义注中采用语源学的方法解释了 bhagavā 的六种含义：

1. 以具诸祥瑞(bhāgyavā'ti)故为 bhagavā;

2. 以已破坏(bhaggavā'ti)一切危险故为 bhagavā;



3. 以有诸福德(bhagā assa santī'ti)故为 bhagavā;
4. 以分别(vibhattavā'ti)一切法故为 bhagavā;
5. 以亲近(bhattavā'ti)诸上人法故为 bhagavā;
6. 以已除去诸有(bhavesu vantagamano'ti)故为 bhagavā。

在巴利圣典中，通常用跋葛瓦来尊称佛陀。

阿拉汉：巴利语 arahant 的音译。直译为应当的、值得的、有资格者。

“阿拉汉”有五种含义：

1. 以已远离(ārakattā)一切烦恼故为 araham;
2. 以已杀烦恼敌故(arīnaṃ hatattā)为 araham;
3. 以已破轮回之辐故(arānaṃ hatattā)为 araham;
4. 以有资格(arahattā)受资具等供养故为 araham;
5. 以对恶行已无隐秘故(pāpakaraṇe rahābhāvato)为 araham。

“阿拉汉”是对佛陀的尊称，也可以指一切的漏尽者(khīṇāsava, 断尽烦恼者)，包括诸佛、独觉佛及阿拉汉弟子。

汉传佛教依梵语 arhant 音译为“阿罗汉”，谓为小乘之极果。其音、用法皆与上座部佛教有所不同。

正自觉者：对佛陀的尊称，为巴利语 sammāsambuddha 的直译。sammā, 意为正确的、完全的；sam, 于此作 sāmam 解，意为自己、亲自；buddha, 即佛陀，意为觉



悟者。

诸义注中说：“正确地、自己觉悟了一切诸法，故为‘正自觉者’。”(Sammā sāmañca sabbadhammānaṃ buddhattā pana sammāsambuddho'ti.)

汉传佛教依梵语 *samyak-sambuddha* 音译为三藐三佛陀，意译作正等觉者、正遍知。

果德玛：巴利语 *Gotama* 的音译。我们现在佛陀的家姓，通常用来指称佛陀。我们现在的教法时期是果德玛佛陀的教法时期。

汉传佛教依梵语 *Gautama* 音译为乔答摩、瞿昙等。也常依佛陀的族姓称为释迦牟尼（梵 *Śakyamuni*）。

七佛：过去曾经出现于世的六位佛陀，以及现在的果德玛佛(*Gotama*)并称为七佛。

过去的六位佛陀分别是：

1. 九十一大劫以前的维巴西佛(*Vipassī*);
2. 三十一大劫以前的西奇佛(*Sikhi*);
3. 三十一大劫以前的韦沙菩佛(*Vessabhu*);
4. 现在贤劫的咖古三特佛(*Kakusandha*);
5. 现在贤劫的果那葛马那佛(*Konāgamana*);
6. 现在贤劫的咖沙巴佛(*Kassapa*)。



独觉佛：巴利语 *paccekabuddha*。在没有佛法的时期，能无师而通达四圣谛，但却不能教导其他众生的圣者。

汉传佛教依梵语 *pratyekabuddha* 译作辟支佛、贝支迦、缘觉等。

菩萨：巴利语 *bodhisatto* 音译之略。 *bodhi*，古音译作菩提，乃觉悟之义； *satta* 意为有情，或作执取。菩萨即追求觉悟的有情，或对菩提的执取。

诸经义注中说：

“**菩萨**者，即贤智的有情，觉悟的有情，或对称为菩提的四种道的执取、执著、心追求为菩萨。” (D.A.2.17)

“在燃灯跋葛瓦的足下时，因具足八法并成就了至上愿开始，执取、执著如来的菩提：‘我应证得此！’为了证悟它而不放弃地努力达成，所以称为**菩萨**。”

(M.A.1.35; A.A.2.104)

佛陀在尚未证悟正自觉之前称为菩萨，或者说菩萨是指必定将证悟佛果的有情。在巴利经典中，菩萨通常也专指我们果德玛佛陀自从获得燃灯佛授记以后，直至在菩提树下觉悟这段漫长轮回过程中的生命。

根据上座部佛教，只有获得了佛陀的授记之后才是真正的菩萨。虽然菩萨有能力在遇到活着的佛陀时即证悟阿拉汉果，但由于他放弃了断除烦恼、



成为佛弟子的机会，所以仍然还是凡夫，还是会因为不善业的成熟而投生到畜生、鬼，甚至地狱等恶趣，就如《本生》中菩萨的故事一样。

比库：巴利语 bhikkhu 的音译，有行乞者、穿破衣者、见怖畏等义。即于跋葛瓦正法、律中出家并达上的男子。

在《律藏·巴拉基格》中解释：

“**Bhikkhū**’ti bhikkhako’ti bhikkhu, bhikkhācariyaṃ ajjhupagato’ti bhikkhu, bhinnapaṭadharo’ti bhikkhu.”

“比库者，乞讨者为比库，遵从于行乞者为比库，穿破衣者为比库。” (Pr.45)

《清净之道》中说：

“**Bhikkhū**’ti saṃsāre bhayaṃ ikkhaṇatāya vā bhinnapaṭadharādītāya vā evaṃ laddhavohāro saddhāpabbajito kulaputto.”

“比库者，以见到轮回的怖畏，或以穿破衣等，获得这样名称的信心出家的良家之子。” (Vm.14)

汉传佛教依梵语 bhikṣu 音译为比丘、苾刍等，含有破恶、怖魔、乞士等义。其音、义皆与巴利语有所不同。

现在使用“比库”指称巴利语传承的佛世比库僧众及南传上座部比库僧众。使用“比丘”“比丘尼”指称源自梵语系统的北传僧尼。



达上：为巴利语 *upasampadā* 的直译，由 *upa* (上) + *sampadā* (达到，获得) 组成，意为达到上位，即达到称为上位的比库身份。如律注中说：

“达上者，名为已达到、得达上位的意思。比库的身份即是上位，即他已通过如说的甘马达到故，称为‘达上者’。” (Pr.A.1.45)

汉传佛教译作受具足戒、受大戒、近圆等。

沙马内勒：巴利语 *sāmaṇera* 的音译。由 *samaṇa* (沙门) 加上后缀 *-era* (子孙，后代) 组成，意为沙门之子。是指于跋葛瓦正法、律中出家、受持十戒的男子。

汉传佛教依梵语 *śrāmaṇeraka* 讹略为“沙弥”。

近事男：巴利语 *upāsaka* 的直译，即亲近奉侍三宝的男子。又作净信男、清信士、居士；为已皈依佛、法、僧的在家男子。女子则称为近事女 (*upāsikā*)。

护卫经 (parittā)：意为护卫、保护、守护。上座部佛教传统相信，有一些经文能够使念诵者和听闻者免除危难，带来吉祥，使痛苦、怖畏、疾病等消失。这一类具有护卫功效的经典称为“护卫经”。

最常用来作为祝福的经文是三篇护卫经——《大吉祥经》《宝经》和《应作慈爱经》。



咒：梵语为 mantra（曼怛罗，译作密咒、真言）、dhāraṇī（陀罗尼，意为总持）或 vidya（巴 vijjā，意为明、明咒、咒术）。是指不能以言语说明的、有特殊效验的神秘音声，是为了达成某种目的时所念诵的秘密章句。

咒语一般可分为息灾咒、增益咒、幻变咒术和降伏咒诅。

佛陀认为念咒并不能断除烦恼，与解脱生死无关，因此不曾教导过念咒。同时，也不能把护卫经误解为咒语。（详见本书 p.13）

真实语：巴利语 saccavajja 或 saccavāca，即真实的话语或言而有信。

真实语的特相是真实不虚的言语，作用是说出真实，现起为圣洁、美妙，近因是身语意的清净。真实，也是菩萨应圆满的十种巴拉密(pāramī)之一。

义注 (atthakathā)：attha, 同 attha, 意为义、义理；kathā, 意为论、说。即解释巴利三藏的文献。

在南传上座部佛教的传承中，律、经、论三藏圣典称为“巴利”(Pāli)，对三藏的注解称为“义注”(atthakathā)，对义注的再解释称为“复注”(tīkā)，对复注的再解释称为“再复注”(anuṭīkā)。



行三皈依：巴利语 *tisaraṇagamana* 的直译。皈依，巴利语 *saraṇa*，又作归依处、庇护所。行三皈依即前往佛法僧三种皈依处，又作皈依三宝，简称三皈。

佛弟子皈依的对象有三，称为“三皈依”(*tisaraṇa*)或“皈依三宝”。三宝，即佛(*buddha*)、法(*dhamma*)、僧(*saṅgha*)。皈依三宝是指以佛法僧作为皈依处。

学处 (*sikkhapada*)：或译作学足。*sikkha* 意为学、学习、训练；*pada* 意为足、处所。学处亦即是学习规则、戒条。

圣谛：巴利语 *ariyasacca*，即圣者的真谛(*ariyassa saccattā ariyasaccānī'ti attho*)。圣(*ariya*)，意为神圣的、尊贵的、圣者。谛(*sacca*)，意为真谛、真理、真实。

这四圣谛之所以被称为“圣谛”，《清净之道》中以四义解释说：

1. 因为是佛陀等圣者所通达，所以称为“圣谛”。如说：“诸比库，这四种是圣谛。哪四种呢？……诸比库，这些是四圣谛。这些为诸圣者所通达，所以称为圣谛。”

2. 又因是圣者的真谛，故为“圣谛”。如《相应部》中说：“诸比库，在有诸天、魔、梵的世间中，有沙门、婆罗门、天与人的人界，如来是圣者，所以称为‘圣谛’。”(S.56.3.8)该经义注说：“由于这些属于圣者所有的，已被圣者、如来所通达、所宣说，因此以圣者



的真谛故，为‘圣谛’的意思。”

3. 因正觉了这些而成就圣位，故称为“圣谛”。如说：“诸比库，如实正觉了此四圣谛故，如来称为‘阿拉汉、正自觉者’。”(S.56.3.3)

4. 又因诸圣者皆是真实故为“圣谛”；诸圣者即是如实、不违如、不异如的意思。如说：“诸比库，此四圣谛为如、不违如、不异如，所以称为‘圣谛’。”(S.56.3.7) (Vm.2.531)

圣谛有四种，称为四圣谛(catāri ariyasaccāni)：

1. 苦圣谛(dukkhaṃ ariyasaccaṃ)；
2. 苦集圣谛(dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ)；
3. 苦灭圣谛(dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ)；
4. 趣向苦灭之道圣谛(dukkhanirodhagāminī

paṭipadā ariyasaccaṃ)。

四圣谛是佛陀教法的根本，任何的善法皆为四圣谛所包摄。

念处：巴利语 satipaṭṭhāna。念的住立(patitṭhāti)或现起处(upatṭhānatṭhena)为念处(satiyā paṭṭhānaṃ satipaṭṭhānaṃ.)。

有四种念处：身念处、受念处、心念处和法念处。



觉支：巴利语 *sambojjhaṅga*，又作正觉支。正觉的因素或导向正觉的要素，称为正觉支(*tassa sambodhissa, tassā vā sambodhiyā aṅgan'ti sambojjhaṅgam*)。

有七种正觉支：念觉支、择法觉支、精进觉支、喜觉支、轻安觉支、定觉支和捨觉支。

八支圣道：巴利语 *aṭṭhaṅgika ariyamagga*，又作八圣道分，即圣道的八个要素。道(*magga*)，即道路；导向正觉与涅槃的道路为圣道。

八支圣道即：正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念和正定。

北传佛教多作“八正道”。

非人：巴利语 *amanussa*，指人类以外的其他有情。通常指诸天、龙、亚卡、阿苏罗、鬼、地狱众生等，有时也专指祸害人类的鬼怪。

诸天：巴利语 *devatā*，为轮回流转中的善趣之一。其果报比人类殊胜，寿命长久，身体清净光明，能飞行虚空，变化自在，常享胜妙快乐。

义注中说：“通过五种欲乐以及各自的威力消遣故为天。”(*Pañcahi kāmagaṇehi attano attano ānubhāvehi ca dibbantīti devā.*)(M.A.1.153)

在经典中，诸天通常指“六欲天”，即六种欲界



的诸天众。他们由下向上依次为：

1. 四大王天(Cātummahārājika, 为守护四方的四大天王及其眷属所居)；
2. 三十三天(Tāvātimsa。此天之主为沙格天帝)；
3. 亚马天(Yāma)；
4. 喜足天(Tusita)；
5. 化乐天(Nimmānarati, 又称乐变化天)；
6. 他化自在天(Paranimmitavasavatti, 即魔天)。

有时，诸天也包括比六欲天更高级的色界、无色界梵天，以及一些较低级的地居天、空居天等。

通过积累布施、持戒等福德善业，命终之后可投生到天界。成就禅那者死后则可投生到梵天界。

四大王天：巴利语 Cātummahārājika，六欲天中最低的天界。此天界为四大天王及其眷属所居，故名。

四大天王分别守护着四方。他们分别是：

1. 持国天王(Dhataratṭha)，守护东方，统领甘塔拔；
2. 增长天王(Virūlhaka)，守护南方，统领瓮宰天；
3. 广目天王(Virūpakkha)，守护西方，统领诸龙；
4. 韦沙瓦纳天王(Vessavaṇa)，守护北方，统领亚卡。

此四大天王既守护四方，也保护佛陀及佛弟子们。



沙格天帝：巴利语 Sakka devānaminda，直译作沙格诸天之主。沙格，因过去曾恭敬(sakkacca)布施，故名。为三十三天之主，居住在须弥山顶善见城(Sudassana)中的最胜殿(Vejayanta)，亦是佛教的护法主神。

根据《长部·沙格问经》，有一天，沙格天帝见到五种先兆(pañca pubbanimittāni)，知道自己即将命终，于是带领诸天众前往拜谒跋葛瓦。在听闻跋葛瓦说法之后，他与八万天众皆证得了入流果。

沙格天帝还有许多名字：因过去世为人时是名叫马喀的婆罗门，故名“马喀瓦”(Maghavā)。因他曾做布施，或在城市中做布施，故名Purindada；由于他能于瞬间思考一千件事情，故名“千眼者”(Sahassakha, Sahassacakkhu, Sahassanetta)；他手持金刚的武器，故名“金刚手”(Vajirapāṇī)；因娶阿苏罗王之女苏佳(Sujā)为妻，故名“苏佳主”(Sujampati)等。

汉传佛教将之讹略为帝释、天帝释、释提桓因。

韦沙瓦纳：巴利语 Vessavaṇa 的音译，四大天王中的北方天王，统领亚卡众。据说他的前世是位婆罗门，因乐善好施而投生为名叫古韦勒(Kuvera)的天子。后因统辖维萨纳城(Visāṇā)而被称为“韦沙瓦纳”。

北传佛教称之为多闻天王(梵 Vaiśramaṇa, 毗沙门)，并尊奉为财宝神和佛教保护神。



甘塔拔：巴利语 *gandhabba* 的音译。天界的音乐神，为东方持国天王之部属。

古音译作干闥婆、犍闥婆、干沓婆等，意为食香、香阴、香行等。

瓮鞞天：巴利语 *kumbhaṇḍa* 的直译。一类低等天众，为南方增长天王所统领。由于此类天众的阴囊(*aṇḍa*)大小如瓮(*kumbha*)，且挺着圆圆的大肚子，故得此名。

古音译作鸠槃荼、恭畔荼等，意为瓮形鬼、冬瓜鬼。

龙：巴利语 *nāga*，为身长无足、似蛇的有情类。多居住在江河湖海中，有呼云唤雨之神力。有些也守护佛教。

新加坡帕奥禅修中心

亚卡：巴利语 *yakkha* 的音译。非人的一种，是地位比诸天低但又具有诸天威力的一类鬼神，为北方韦沙瓦纳天王所统领。

亚卡的种类极其繁多，有些是凶残暴戾、能伤害人类的恶鬼，有些是依止山川树木而居的树神、地居天，还有些则是如有大福德、大威势的诸天。

汉传佛教依梵语 *yakṣa* 音译为夜叉、药叉等。

阿苏罗：巴利语 *asura* 的音译，意为非天、不酒等，



为一种低等的天神。古印度传说阿苏罗经常与诸天发生战争,被金刚手天王(vajirahattha)打败后退居到大海。阿苏罗的首领称为阿苏罗王(asurinda),经典中较常见的有韦巴吉帝(Vepacitti)、拉胡(Rāhu)、巴哈拉德(Pahārāda)等。

还有一种堕苦处的阿苏罗(vinipātikāsura),属于四恶趣之一,住在村落或树林,常受痛苦煎迫,依赖村民丢弃的食物等维生,故又称鬼阿苏罗(petāsura)。

古音译作阿修罗、阿素洛、阿须伦等。

萨度: 巴利语sādhu的音译,有多义。用作形容词时,意为好的、善的、善巧的、有益的、值得赞叹的。用作副词时,意为很好地、完全地、善于。用作感叹词时,意为很好、做得好、甚善、善哉;常用来表示随喜、赞叹、嘉许、同意、认可等。

“Sādhu”可能是南传上座部佛教使用频率最高的词,在诵经、听经结束时的回向,随喜、感谢他人等许多场合都适用。

【主要参考资料】

一、巴利语原典

1. **Dīghanikāyo Mahāvaggapāḷi**, Chatṭha Saṅgāyana CD (version 3), Vipassana Research Institute, India, 2000
2. **Dīghanikāyo Pāthikavaggapāḷi**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
3. **Majjhimanikāye Uparipaṇṇāsapāḷi**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
4. **Samyuttanikāyo Sagāthāvaggo**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
5. **Samyuttanikāyo Khandhavaggo**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
6. **Samyuttanikāyo Mahāvaggo**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
7. **Aṅguttaranikāyo Catukkanipātapāḷi**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
8. **Aṅguttaranikāyo Dasakanipātapāḷi**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
9. **Khuddakanikāye Khuddakapāṭhapāḷi**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000

10. **Khuddakanikāye Suttanipātapāḷi**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
11. **Khuddakanikāye Jātakapāḷi**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
12. **Dīghanikāye Mahāvaggaṭṭhakathā**, Chatṭha Saṅgāyana CD (version 3), Vipassana Research Institute, India, 2000
13. **Dīghanikāye Pāthikavaggaṭṭhakathā**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
14. **Majjhimanikāye Uparipaṇṇāsa-aṭṭhakathā**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
15. **Samyuttanikāye Sagāthāvagga-aṭṭhakathā**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
16. **Khuddakanikāye Khuddakapāṭha-aṭṭhakathā**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
17. **Khuddakanikāye Suttanipāta-aṭṭhakathā**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000
18. **Khuddakanikāye Jātaka-aṭṭhakathā**, CSCD (version 3), VRI, India, 2000

二、英文资料

19. **MAHA PIRIT POTA**——The Great Book of Protection, Translated by Lionel Lokuliyana, Printed for Free Distribution by Mrs. H.M. Gunasekera Trust Fund, Sri Lanka

20. **The Great Book of Protection**, Introduction, translation and notes by Venerable Acharya Buddharakkhita, Buddha Vachana Trust, Maha Bodhi Society, Bangalore, India
21. **Pāli-English Dictionary**, T.W. Rhys Davis & William Stede, Pāli Text Society, London, Reprinted 1989
22. **Concise Pāli-English Dictionary**, A.P. Buddhadatta Mahāthera, The Colombo Apothecaries' Co., LTD, Sri Lanka, 1968

三、中(日)文资料

23. 《パーリ语辞典》(增补改订版), 水野弘元, 日本春秋社, 2005.02
24. 《巴汉词典》, A.P. Buddhadatta Mahāthera 着, Mahāñāṇo Bhikkhu 译, 浮罗佛教修行林, 2006
25. 《现代汉语规范词典》, 李行健主编, 外语教学与研究出版社 / 语文出版社, 2004.01
26. 《法句经开示》, 圣喜尊者讲, 德雄比丘中译, 广东柏奥置业有限公司, 2002
27. 《巴利文经典·经集》, 郭良鍈译, 佛陀教育中心, 1994.02

《大护卫经》MP3 目录

一、Parittā (Sri Lanka Saṅgha) 护卫经（斯里兰卡僧团）

	巴利标题	中译标题	时间长度
01	Pañcasīla	五戒	00:03:25
02	3-suttas	三护卫经	00:42:47

二、Parittā bhāṇana (Ven. Ariyadhamma) 护卫经念诵（圣法大长老）

	巴利标题	中译标题	时间长度
01	Pañcasīla	五戒	00:06:00
02	Parittārādhana	邀请诵护卫经	00:02:09
03	Vandanā	礼赞	00:02:50
04	Mahāmaṅgalasuttaṃ	大吉祥经	00:04:52
05	Ratanasuttaṃ	宝经	00:09:18
06	Karaṇīyamettasuttaṃ	应作慈爱经	00:03:20
07	Jayamaṅgalagāthā	胜利吉祥偈	00:03:25
08	Mahājayamaṅgalagāthā	大胜利吉祥偈	00:04:20
09	Puññānumodanā	随喜功德	00:02:43

三、Mahā Parittā (Ven. Ariyadhamma)
大护卫经（圣法大长老）

	巴利标题	中译标题	时间长度
01	Ārāḍhanā	邀请	00:01:37
02	Saraṇagamanam	行皈依	00:01:41
03	Dasasikkhāpadaṃ	十学处	00:01:48
04	Sāmaṇeraṇhaṃ	问沙马内勒	00:01:53
05	Dvattiṃsākāro	三十二行相	00:01:09
06	Catupaccavekkhaṇā	四种省思	00:03:24
07	Dasadhammasuttaṃ	十法经	00:05:24
08	Mahāmaṅgalasuttaṃ	大吉祥经	00:05:46
09	Ratanasuttaṃ	宝经	00:10:21
10	Karaṇīyamettasuttaṃ	应作慈爱经	00:04:02
11	Khandha parittaṃ	蕴护卫经	00:06:50
12	Mettānisamsāsuttaṃ	慈爱功德经	00:03:32
13	Mittānisamsāsuttaṃ	朋友功德经	00:03:27
14	Mora parittaṃ	孔雀护卫经	00:02:25
15	Canda parittaṃ	月亮护卫经	00:03:26
16	Suriya parittaṃ	太阳护卫经	00:03:40

17	Dhajjaggasuttaṃ	旌旗顶经	00:11:13
18	Mahākassapaṭṭhara Bojjhaṅgaṃ	马哈伽沙巴长老觉支	00:07:05
19	Mahāmoggallānatṭhara Bojjhaṅgaṃ	马哈摩嘎喇那长老觉支	00:07:03
20	Mahācundatṭhara Bojjhaṅgaṃ	大准德长老觉支	00:06:53
21	Girimānandasuttaṃ	吉利马难德经	00:24:12
22	Isigilisuttaṃ	吞仙经	00:16:23
23	Dhammacakkappavattana suttaṃ	转法轮经	00:24:28
24	Mahāsamayasuttaṃ	大集会经	00:30:17
25	Ālavakasuttaṃ	阿叻瓦格经	00:09:40
26	Kasibhāradvājasuttaṃ	耕者跋勒德瓦哲经	00:11:49
27	Parābhavasuttaṃ	衰败经	00:09:59
28	Aggikabharadvājasuttaṃ (Vasalasuttaṃ)	拜火者跋勒德瓦哲经 (又名《贱种经》)	00:14:22
29	Saccavibhaṅgasuttaṃ	谛分别经	00:30:32
30	Āṭānāṭṭiyasuttaṃ I	阿塔那帝亚经 第一诵分	00:41:02
31	Āṭānāṭṭiyasuttaṃ II	阿塔那帝亚经 第二诵分	00:48:55
32	Tatiyaka bhāṇavaraṃ niṭṭhitam	第三诵分结束	00:06:07
33	Aṭṭhavīsati parittādi	二十八佛护卫等	00:16:23

回 向

Imāya dhammānudhamma-paṭipattiyā, Buddhaṃ pūjemi.
Imāya dhammānudhamma-paṭipattiyā, Dhammaṃ pūjemi.
Imāya dhammānudhamma-paṭipattiyā, Saṅghaṃ pūjemi.
Addhā imāya paṭipattiyā, jāṭi-jarā-maraṇamhā parimuccissāmi.

以此法随法行，我敬奉佛！
以此法随法行，我敬奉法！
以此法随法行，我敬奉僧！
切实依此而行，我将解脱生、老、死！

Idaṃ me puññaṃ, āsavakkhayāvahaṃ hotu.
Idaṃ me puññaṃ, nibbānassa paccayo hotu.
Mama puññabhāgaṃ sabbasattānaṃ bhājemi,
Te sabbe me samaṃ puññabhāgaṃ labhantu.

愿我此功德，导向诸漏尽！
愿我此功德，为证涅槃缘！
我此功德分，回向诸有情！
愿彼等一切，同得功德分！

Sādhu! Sādhu! Sādhu!
萨度！萨度！萨度！