佛说离睡经

西晋三藏竺法护译



南無本師釋迦牟尼佛

说 明

根据《乾隆大藏经》小乘阿含部，第 0560 部，西晋三藏竺法护译《佛说离睡经》原藏影印本校对注音，注音及句读仅供参考。

本电子书是免费结缘品。特此说明。

仁慧草堂

二〇二〇年十月

扫码关注仁慧草堂微信公众号

● 起诵仪

诵经警文

1、未诵前，漱口，澡手。当净三业，若三业无亏，则百福俱集。三业者，身、口、意也。端身正坐，如对圣容，则身业净也。口无杂言，断诸嬉笑，则口业净也。意不散乱，屏息万缘，则意业净也。

2、未诵前，已诵后，俱要对圣像前合掌三礼。如无佛像，对经、对空礼拜亦可。

xiāngzàn

香赞

（一遍）

lú xiāngzhà ruò fǎ jiè méngxūn zhū fó hǎi huì xī yáowén suí chù
炉香乍爇. 法界蒙薰. 诸佛海会悉遥闻. 随处

jié xiángyún chéng yì fāng yīn zhū fó xiànquánshēn
结祥云. 诚意方殷. 诸佛现全身。

ná móxiāngyún gài pú sà mó hē sà
南無香云盖菩萨摩诃萨（合掌三称）

ná móběn shī shì jiā móu ní fó
南無本师释迦牟尼佛（合掌三称）

kāi jīng jì

开经偈

（一遍）

wúshàngshènshēnwēimiào fǎ bǎiqiānwàn jié nánzāo yù
无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

wǒ jīn jiàn wén dé shòu chí yuàn jiě rú lái zhēn shí yì
我今见闻得受持 愿解如来真实义

fó shuō lí shuì jīng

佛说离睡经

xī jìn sānzàngzhú fǎ hù yì

西晋三藏竺法护译[1]

wén rú shì

闻如是：

yī shí pó qié pó zài pó qí shī mù mó bí liáng lù yě yuànzhōng

一时，婆伽婆在婆祇尸牧摩鼻量鹿野苑 中。

bǐ shí zūn zhě dà mù qián lián zài mó jié shàn zhī shí cūn bǐ zūn zhě

彼时，尊者大目揵[2]连在摩竭善知识村。彼尊者

dà mù qián lián dú zài jìng chù jīng xíng ér shuì shì zūn zhī zūn zhě dà

大目揵连，独在静处，经行而睡。世尊知尊者大

mù qián lián dú zài jìng chù jīng xíng ér shuì bǐ shí shì zūn zhī zūn zhě

目揵连独在静处，经行而睡。彼时，世尊知尊者

dà mù qián lián dú zài jìng chù jīng xíng shuì yǐ jí rú qí xiàng sān mèi

大目揵连独在静处，经行睡已，即如其像三昧

zhèng shòu yǐ sān mèi yì yóu ruò lì shì qū shēn bì qǐng shì zūn yì

正 受。以三昧意，犹若力士屈伸[3]臂顷，世尊亦

rú shì zài pó qí shī mù mó bí liáng lù yě yuànzhōng hū rán bú xiàn

如是，在婆祇尸牧摩鼻量鹿野苑 中，忽然不现，

zhì mó jié shàn zhī shí cūn zài zūn zhě dà mù qián lián qián

至摩竭善知识村，在尊者大目揵连前。

bǐ shí shì zūn cóng sān mèi qǐ gào zūn zhě dà mù qián lián yuē

彼时，世尊从三昧起，告尊者大目揵连曰：

“rǔ mù qián lián rǔ yù shuì

“汝目揵连，汝欲睡？”

wěi rán shì zūn

“唯然，世尊！”

wèi hé yǐ niàn ér yù shuì yé mò xíng xiǎng mò fēn bié xiǎng

“为何以念而欲睡耶？莫行想，莫分别想，

---

[1] 丽本：西晋月氏国三藏竺法护译；永乐北藏本及龙藏本：西晋三藏竺法护译

[2] 丽本：乾；永乐北藏本及龙藏本：揵（后同）

[3] 丽本：申；永乐北藏本及龙藏本：伸

mò duō fēn bié rú shì shuìdāng lí rǔ ruò shuì bù lí zhě rǔ mù qián
莫多分别，如是睡当离；汝若睡不离者，汝目揵
lián rú suǒwén fǎ rú suǒsòng fǎ guǎngdāngsòng xí rú shì shuì
连，如所闻法，如所诵法，广当诵习，如是睡
dāng lí ruò bù lí zhě rǔ mù qiánlián rú suǒwén fǎ rú suǒ
当离；若不离者，汝目揵连，如所闻法，如所
sòng fǎ dāngguǎngwèi tā shuō rú shì shuìdāng lí ruò bù lí zhě
诵法，当广为他说，如是睡当离；若不离者，
rǔ mù qiánlián rú suǒsòng fǎ rú suǒwén fǎ yì dāngniàndāngxíng
汝目揵连，如所诵法，如所闻法，意当念当行，
rú shì shuìdāng lí ruò bù lí zhě rǔ mù qiánlián dāng yǐ lěngshuǐ
如是睡当离；若不离者，汝目揵连，当以冷水
xǐ yǎn jí xǐ shēn zhī jié rú shì shuìdāng lí ruò bù lí zhě rǔ mù
洗眼及洗身支节，如是睡当离；若不离者，汝目
qiánlián dāng yǐ liǎngshǒuxiāngtiǎoliǎng ěr rú shì shuìdāng lí ruò
揵连，当以两手相挑两耳，如是睡当离；若
bù lí zhě rǔ mù qiánlián dāng qǐ chūjiǎngtáng sì fāng shì jí guān
不离者，汝目揵连，当起出讲堂，四方视及观
xīng xiù rú shì shuìdāng lí ruò bù lí zhě rǔ mù qiánlián dāng
星宿，如是睡当离；若不离者，汝目揵连，当
zài kōngchùpángyáng[4] xíng dāng hù zhūgēn yì niànzhū shī hòudāng
在空处彷徉行，当护诸根，意念诸施，后当
jù xiǎng rú shì shuìdāng lí ruò bù lí zhě rǔ mù qiánlián dāng
具想，如是睡当离；若不离者，汝目揵连，当
huán lí pángyáng jǔ ní shī tán fū zhuóchuángshàng jié jiā fū zuò
还离彷徉，举尼师坛敷著床上，结跏趺坐，
rú shì shuìdāng lí ruò bù lí zhě rǔ mù qiánlián dānghuán rù jiǎng
如是睡当离；若不离者，汝目揵连，当还入讲
táng sì dié fū yù duō luó sēngzhuóchuángshàng jǔ sēng qié lí zhuó
堂，四迭敷郁多罗僧著床上，举僧伽梨著
tóu qián yòu xié zhuóchuángshàng zú zú xiāng lěi dāngzuò míngxiǎng
头前，右胁著床上，足足相累，当作明想，
dāng wú luàn yì chángzuò qǐ xiǎng sī wéi zhù
当无乱意，常作起想思惟住。

rǔ mù qiánlián mò lè chuáng mò lè yòu xié mián mò lè
“汝目揵连，莫乐床，莫乐右胁眠，莫乐

[4] 丽本：仿佯；永乐北藏本及龙藏本：彷徉

shuì mò lè shì jiāngōngjìng yǐ wéiwèi hé yǐ gù mù qiánlián wǒ
睡，莫乐世间恭敬以为味。何以故？目揵连，我
bù shuō jìn yī qiè fǎ wǒ yì bù shuō bú jìn yī qiè fǎ yún hé mù
不说近一切法，我亦不说不近一切法。云何，目
qiánlián wǒ shuō bú jìn yī qiè fǎ rǔ mù qiánlián wǒ shuō bù qīn
揵连，我说不近一切法？汝目揵连，我说不亲
jìn bái yī mù qiánlián ruò qīn jìn bái yī zhù zhě dànyǒu lùn jù bù
近白衣。目揵连，若亲近白衣住者，但有论俱不
yǔ sòng jù yīn bǐ lùn biànyǒu yú chǎnjiāomàn yīn yǒujiāomànbiànyǒu
与诵俱，因彼论便有谀谄憍慢，因有憍慢便有
jí dù yīn jí dù bù zhī xī rǔ mù qiánlián ruò yǒu bù xī yǐ
嫉妒，因嫉妒不知息。汝目揵连，若有不息已，
sānmèibiànyuǎn lí shì wéi mù qiánlián wǒ shuō cǐ bù qīn jìn fǎ
三昧便远离。是为，目揵连，我说此不亲近法。
yún hé mù qiánlián wǒ shuō qīn jìn fǎ mù qiánlián dāng zhì jìng
云何，目揵连，我说亲近法？目揵连，当至静
chùcǎo rù wéichuáng mò rán bù yán yuǎn lí zhū è lí rénzhòng
处草蓐为床，默然不言，远离诸恶，离人众，
chángdāngzuò sī wéi shì wéi mù qiánlián wǒ shuō qīn jìn fǎ
常当坐思惟。是为，目揵连，我说亲近法。
mù qiánlián ruò rù cūn qǐ shí dāngmò qiú lì bào dāng
“目揵连，若入村乞食，当莫求利报，当
mò qiú gōngjìng rǔ mù qiánlián xī lì bàogōngjìng yì yǐ dāng rù
莫求恭敬。汝目揵连，息利报恭敬意已，当入
cūn qǐ shí rǔ mù qiánlián rù cūn qǐ shí dāngmò yǐ xiǎng rù tā
村乞食。汝目揵连，入村乞食，当莫以想入他
jiā hé yǐ gù mù qiánlián jū shì jiā duōyǒu sú yuán ruò bǐ qiū
家。何以故？目揵连，居士家多有俗缘。若比丘
rù jū shì jiā bú gòngyán bǐ bǐ qiū biànzuò shì niàn shéiyǒuxiàng cǐ
入居士家不共言，彼比丘便作是念：‘谁有向此
jū shì lùn shuō wǒ ér lìng jū shì bú gòng wǒ yán biànyǒu huì xīn
居士论[5]说我，而令居士不共我言？’便有恚心，
yǒu huì yǐ biànyǒugònggāo yīn yǒugònggāobiànyǒu bù xī mù qiánlián
有恚已便有贡高，因有贡高便有不息。目揵连，
yǒu bù xī yì yǐ biànyuǎn lí sānmèi rǔ mù qiánlián ruò shuō fǎ
有不息意已，便远离三昧。汝目揵连，若说法

[5] 丽本：护；永乐北藏本及龙藏本：论

shí dāng mò jiàn shèng fù dāng zuò bú shèng yì ruò zuò shèng yì biàn
时，当莫见胜负，当作不胜意。若作胜意便
yǒu duō lùn yīn duō lùn biàn yǒu gòng gāo yīn gòng gāo biàn yǒu jí dù
有多论，因多论便有贡高，因贡高便有嫉妒，
yīn jí dù biàn yǒu bù xī mù qián lián bù xī yǐ wǒ shuō yuǎn lí
因嫉妒便有不息。目揵连，不息已，我说远离
sān mèi rǔ mù qián lián ruò shuō fǎ shí dāng zuò yǒu yì dāng jué dìng
三昧。汝目揵连，若说法时当作有益，当决定
shuō dāng mò fēi tā shuō dāng rú shī zǐ hǒu lùn rú shì mù qián
说，当莫非他说，当如师子吼论。如是，目揵
lián dāng rú shì xué
连，当如是学。”

yú shì zūn zhě dà mù qián lián cóng zuò qǐ yī miàn zhuó yī
于是，尊者大目揵连从坐起，一面著衣，
chā shǒu xiàng shì zūn bó shì zūn yuē wěi shì zūn yún hé bǐ qiū
叉手向世尊，白世尊曰：“唯，世尊！云何比丘，
zhì jìng jìn zhì jìng wú gòu zhì jìng xíng fàn xíng
至竟尽、至竟无垢、至竟行梵行？”

cǐ mù qián lián ruò bǐ qiū suǒ yǒu bìng tòng ruò kǔ ruò
“此，目揵连，若比丘所有病痛，若苦、若
lè ruò bù kǔ bú lè dāng guān bǐ tòng shì wú cháng zhù dāng guān
乐、若不苦不乐，当观彼痛是无常住，当观
shì bài huài dāng guān shì wú rǎn dāng guān shì jìn dāng guān shì zhǐ
是败坏，当观是无染，当观是尽，当观是止
[6]，dāng guān shì zhǐ zhù chù dāng rú shì guān bǐ tòng dāng guān bǐ tòng
当观是止住处，当如是观彼痛。当观彼痛
wú cháng zhù dāng guān shì bài huài dāng guān shì wú rǎn dāng guān
无常住，当观是败坏，当观是无染，当观
shì jìn dāng guān shì zhǐ dāng guān shì zhǐ zhù biàn bù zhuó cǐ shì
是尽，当观是止，当观是止住，便不著此世
jiān bù zhuó yǐ biàn bù kǒng bù bù kǒng bù yǐ shě yǒu yú bō niè pán
间，不著已便不恐怖，不恐怖已舍有余般涅槃，
shēng biàn jìn fàn xíng yǐ chéng suǒ zuò yǐ bàn míng sè yǐ yǒu zhī
生便尽，梵行已成，所作已办，名色已有知
rú zhēn shì wéi mù qián lián bǐ qiū zhì jìng jìn zhì jìng wú gòu
如真。是为，目揵连比丘，至竟尽、至竟无垢、

[6] 丽本：正；永乐北藏本及龙藏本：止

zhì jìng fàn xíng zhì jìng xíng fàn xíng
至竟梵行、至竟行梵行。”

fó rú shì shuō zūn zhě mù qián lián wén shì zūn suǒ shuō huān xǐ
佛如是说，尊者目揵连闻世尊所说，欢喜

ér lè
而乐。

佛说离睡经

● 结诵仪

bǔ quēzhēnyán

补阙真言

（三遍）

ná mó hē là dá nuó duō là yè yē qié là qié là jù zhù jù
南無喝啰怛那. 哆啰夜耶. 佉啰佉啰. 俱住俱
zhù mó là mó là hǔ là hōng hè hè sū dá ná hōng pō
住. 摩啰摩啰. 虎啰. 吽. 贺贺. 苏怛拏. 吽. 泼
mò ná suō pó hē
抹拏. 娑婆诃。

bǔ quēyuánmǎnzhēnyán

补阙圆满真言

（三遍）

ōng hū lú hū lú shè yì mù qiè suō hē
唵. 呼嚧呼嚧. 社曳穆契. 莎诃。

pǔ huíxiàngzhēnyán

普回向真言

（三遍）

ōng suō mó là suō mó là mí mónǎng sà hā là mó hē zán
唵. 娑摩啰. 娑摩啰. 弥摩曩. 萨哈啰. 摩诃咱
hā là hòng
哈啰吽。

bá yī qiè yè zhànggēnběn dé shēngjìng tǔ tuó luó ní

拔一切业 障 根本得 生 净土陀罗尼

（三遍）

ná mó ē mí duō pó yè duō tuō qié duō yè duō dì yè tuō

南無阿弥多婆夜。哆他伽跢夜。哆地夜他。

ē mí lì dū pó pí ē mí lì duō xī dān pó pí ē mí lì

阿弥唎。都婆毗。阿弥唎哆。悉耽婆毗。阿弥唎

duō pí jiā lán dì ē mí lì duō pí jiā lán duō qié mí nì

哆。毗迦兰帝。阿弥唎哆。毗迦兰哆。伽弥膩。

qié qié nuó zhǐ duō jiā lì suō pó hē

伽伽那。枳多迦隶。娑婆诃。

（不思议神力传云．若欲受持咒法．嚼杨枝．澡豆．漱口．然香．于佛像前胡跪合掌。日夜六时．各诵三七遍。即灭四重．五逆．十恶。谤方等罪．悉得灭除。现世所求皆得。不为恶鬼神所惑乱。若数满二十万遍．即感得菩提牙生。若至三十万遍．即面见阿弥陀佛。拔一切业障根本得生净土神咒云．若有善男子善女人能诵此咒者．阿弥陀佛常住其顶日夜拥护．无令怨家而得其便．现世常得安隐．临命终时．任运往生。）

zàn fó jì

赞佛偈

（一遍）

ē mí tuó fó shēn jīn sè　　xiànghǎoguāngmíng wú děng lún

阿弥陀佛身金色　　相好光明无等伦

bái háo wǎn zhuǎn wǔ xū mí　　gàn mù chéng qīng sì dà hǎi

白毫宛转五须弥　　绀目澄清四大海

guāngzhōnghuà fó wú shù yì　　huà pú sà zhòng yì wú biān

光中化佛无数亿　　化菩萨众亦无边

sì shí bā yuàn dù zhòngshēng　　jiǔ pǐn xián lìng dēng bǐ àn

四十八愿度众生　　九品咸令登彼岸

ná mó xī fāng jí lè shì jiè dà cí dà bēi ē mí tuó fó

南無西方极乐世界大慈大悲阿弥陀佛

（一称）

ná mó ē mí tuó fó

南無阿弥陀佛（千称或数百称）

ē mí tuó fó

阿弥陀佛（千称或数百称）

ná mó guān shì yīn pú sà

南無观世音菩萨（三称三拜）

ná mó dà shì zhì pú sà

南無大势至菩萨（三称三拜）

ná mó qīng jìng dà hǎi zhòng pú sà

南無清净大海众菩萨（三称三拜）

cí yúnchànzhǔjìng tǔ wén

慈云忏主净土文

（一遍）

yī xīn guī mìng　jí lè shì jiè　ē mí tuó fó　yuàn yǐ jìng
一心皈命．极乐世界．阿弥陀佛。愿以净
guāngzhào wǒ　cí shì shè wǒ　wǒ jīn zhèngniàn　chēng rú lái míng　wèi
光照我．慈誓摄我。我今正念．称如来名．为
pú tí dào　qiú shēngjìng tǔ　fó xī běn shì　ruò yǒuzhòngshēng　yù
菩提道．求生净土。佛昔本誓．若有众生．欲
shēng wǒ guó　zhì xīn xìn yào　nǎi zhì shí niàn　ruò bù shēngzhě　bù
生我国．至心信乐．乃至十念．若不生者．不
qǔ zhèng jué　yǐ cǐ niàn fó yīn yuán　dé rù rú lái dà shì hǎi
取正觉。以此念佛因缘．得入如来大誓海
zhōng　chéng fó cí lì　zhòng zuì xiāomiè　shàngēnzēngzhǎng　ruò
中．承佛慈力．众罪消灭．善根增长。若
lín mìngzhōng　zì zhī shí zhì　shēn wú bìng kǔ　xīn bù tān liàn　yì
临命终．自知时至．身无病苦．心不贪恋．意
bù diāndǎo　rú rù chándìng　fó jí shèngzhòng　shǒu zhí jīn tái lái
不颠倒．如入禅定。佛及圣众．手执金台来
yíng jiē wǒ　yú yī niànqǐng　shēng jí lè guó　huā kāi jiàn fó　jí
迎接我。于一念顷．生极乐国。华开见佛．即
wén fó shèng　dùn kāi fó huì　guǎng dù zhòngshēng　mǎn pú tí yuàn
闻佛乘．顿开佛慧。广渡众生．满菩提愿。
shí fāngsān shì yī qiè fó　yī qiè pú sà mó hē sà　mó hē bō
十方三世一切佛．一切菩萨摩诃萨．摩诃般
rě bō luó mì
若波罗蜜。

huí xiàng jì

回向偈

（一遍）

yuànshēng xī fāng jìng tǔ zhōng　　jiǔ pǐn lián huā wéi fù mǔ
愿生西方净土中　　九品莲华为父母
huā kāi jiàn fó wù wú shēng　　bú tuì pú sà wéi bàn lǚ
华开见佛悟无生　　不退菩萨为伴侣

sān guī yī

三皈依

（一遍）

zì guī yī fó　dāngyuànzhòngshēng　tǐ jiě dà dào　fā wú
自皈依佛．当愿众生．体解大道．发无
shàng xīn　zì guī yī fǎ　dāngyuànzhòngshēng　shēn rù jīng zàng　zhì
上心。自皈依法．当愿众生．深入经藏．智
huì rú hǎi　zì guī yī sēng　dāng yuàn zhòng shēng　tǒng lǐ dà
慧如海。自皈依僧．当愿众生．统理大
zhòng　yī qiè wú ài　hé nánshèngzhòng
众．一切无碍。和南圣众。

（发愿文．回向偈．当对佛跪念。念毕．起身三礼而退。）

南无护法韦驮尊天菩萨





此咒置经书中可灭误跨之罪