

若食有過若多睡眠此虫則瞋不消飲食或生疥癩或生惡腫毛根癩病或得癩病或脉脹病或乾消病或身臭病或食時流汗如是觀動脂虫已如實知身

復次修行者內身循身觀觀和集虫於我身中作何等業或病或安彼以聞慧或以天眼見和集虫集二種身一者覺身二不覺身皮肉骨血脂髓精等是名覺身髮毛爪齒名不覺身是名和集二身以食過故虫則無力人亦無力不能速疾行來往返睡眠鬱鬱或多焦渴皮肉骨血脂髓精損減觀和集虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼觀於臭虫住在肉中屎尿之中以食過故虫則瞋恚身肉屎尿洩唾皆臭鼻中爛膿或眇淚爛鼻隨虫行處皆悉臭穢若衣若敷若食住齒中以虫臭故食亦隨臭衣敷盡臭舌上多有白垢臭穢身垢亦臭觀臭虫已如

宜五

二

實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見濕行虫行背肉中知食消已入腎三孔取人糞穢汁則成尿滓則為糞令入下門觀濕虫已如實知身

復次修行者內身循身觀觀十種虫行於根中一切人身皆從中生何等為十一名瘡瘡虫二名憊憊虫三名苗華虫四名大諸虫五名黑虫六名大食虫七名暖行虫八名作熱虫九名火虫十名大火虫此諸虫等住瘡黃中何等虫為人病疾或作安隱彼以聞慧或以天眼見瘡瘡虫以食過故虫則瞋恚食人

眼瞋令人眼痒多出眵淚此微細虫若行眼中眼則多病或令目壞若入精中眼生白翳其虫赤色為眼生病若虫不瞋則無此病觀瘡瘡虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見憊憊虫住在人身行於瘡中一切身中

行無障礙癢黃覆身如此虫者若入骨中令
人身體皆大蒸熱若行皮中晝夜常熱手足
皆熱若入皮裏身則汗出觀燄燄虫已如實
知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見苗華虫行住癢中利策短足身如火藏

宜五

不欲食飲若以食過虫行異處隨所行處則
大熱爛身血增長其身蒸熱猶如煙起身皮
破壞如火燒瘡若虫順行則無此病觀苗華
虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見大諸虫住在身中行黃癢中或安不安
以食過故虫則瞋恚從頂至足行無障礙能
令身中一切熱血生於熱瘡若血若癢從於
口中耳中流出或死或次死或身青黃熱病
口苦若虫不瞋則無此病觀大諸虫已如實
知身
復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天

眼見於黑虫住在身內行於黃癢中或安不
安以食過故虫則瞋恚令人面酥或生多膿
或黑或黃或赤或令身臭或令雀目或口中
生瘡或大小便處生瘡若虫不瞋則無此病
觀黑虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見大食虫住在身中或作安隱或為病疾
彼以聞慧或以天眼見次食虫以食過故則
生瞋恚住癢黃中隨食隨消身大力故一切
身及身分眼耳鼻舌於自境界皆悉減劣見
不明了以食過故根不正緣若虫不瞋則無
此病觀大食虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見暖行虫常愛暖食憎於冷食此虫云何
與人疾病云何安隱彼以聞慧或以天眼見
暖行虫若我食冷或以欲冷或食或味虫則
瞋恚口多出水或極或重或竅或睡或心癢
癢背或身疼腫或復多唾或咽疾若虫不

瞋則無此病觀暖行虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天

眼見於熱虫住在身內行於瘡中作何等病

云何安隱彼以聞慧或以天眼見於熱虫住

人身中若食重食以食過故病垢增長妨出

入息以食過故令身龐大或咽^四喉塞令大小

便悉皆白色不愛寒冷不愛淡食觀熱虫已

如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天

眼見火食虫住在身內行住瘡中此虫寒時

則便歡喜熱時萎弱寒歡喜故人則憶食熱

時火增不欲飲食於冬寒時瘡則清涼熱則

瘡發如是火食虫如是憎火觀火食虫已如

實知身

復次修行者內身循身觀見大火虫此虫云

何令人疾病或令安隱彼以聞慧或以天眼

見大火虫若人性所不便而強食之以食過

故虫則瞋^五嗔身內虫以是過故令人腸痛

或脚疼手疼隨食虫處則皆疼痛若虫不瞋

則無如上所說諸病觀黃瘡虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天

眼觀於骨中有十種虫何等為十一名舐骨

虫二名啣骨虫三名割節虫四名赤口臭虫

五名爛虫六名赤口虫七名頭頭摩虫八名

食皮虫九名風刀虫十名刀口虫如是骨虫

云何疾病云何安隱彼以聞慧或以天眼見

舐骨虫住於骨外住多骨處或住^五骨脛骨

臂骨脊骨如是一切骨中或行脉中以食過

故虫則瞋^五志令骨疼痛或令骨動令人色惡

食近骨肉令骨大疼若虫不瞋則無如向所

說諸病觀骨虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天

眼見齧骨虫遍住一切身骨之中若虫齧骨

諸大乾消其聲破散下痢不調或兩脅痛鼻

塞嘔吐不憶飲食若虫不齧一切諸骨其人

則無如是等病觀齧骨虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見割節虫以食過故虫則瞋恚或身身分頭痛心痛或於城邑聚落多人之處謂為空廓鼻塞心惱以痛惱故於好色聲香味觸中心不愛樂若割骨虫調順不瞋則無如向所說諸病觀割節虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見於臭虫住在身中或為疾病或作安隱彼以聞慧或以天眼見此臭虫以食過故虫則瞋恚令身重熱或生赤色黑色癩瘡身汗多出不能睡眠即成癩病一切身分皆悉爛臭若虫不瞋則無如向所說諸病觀臭虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見爛骨虫住在身內或為疾病或作安隱彼以聞慧或以天眼見爛骨虫以食過故虫則瞋恚或一歲二歲乃至多年或年少時被傷瘡癩雖復除瘡至老猶發如是爛虫又

乃發令骨壞爛體生赤瘡如優曇鉢羅果臭爛可惡其瘡大痒多有膿血從瘡流出衆蠅封著蚊蟲啖食若爛骨虫調順不瞋則無如向所說之病觀爛骨虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見赤口虫以食過故則彼以聞慧或以天眼見赤口虫以食過故則生瞋恚其虫赤色過於火色令人身體日夜汁流作血癩病若赤口虫調順不瞋則無如向所說之病觀赤口虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見頭頭摩虫住在骨中行於骨中云何此

宜五

六

虫令人疾病云何安隱彼以聞慧或以天眼見頭頭摩虫以食過故虫則瞋恚能令人身周遍生瘡若虫行時令人頻伸心動怵怵或如失身或身動搖不能睡眠身體痒相猶如虫行目視不明作寒熱病或身體腫若頭頭摩虫不瞋則無如向所說諸病觀頭頭摩虫

已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見食皮虫住在身中或為病疾或為安隱彼以聞慧或以天眼見食皮虫以食過故虫則瞋恚脣口及眼皆生諸瘡兩脣生瘡若行筋中或復齒筋能令其人咽喉乾燥或復聾塞耳中膿出或觸體上刺刺而行或非時頭白咽喉嗽病非時睡眠或憎飲食不樂一處樂行空地心或多亂狂說是非虫食皮故一切身分斷裂破壞塵土塗身若虫不瞋則無如向所說諸病觀食皮虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見風刀虫行於骨中以虫瞋故或為疾病或為安隱彼以聞慧或以天眼見風刀虫以食過故虫則瞋恚猶如蛇螫痛毒難忍所謂頭頂咽喉心胞大小便處手足甲中亦如針刺以虫齒齒鼻不識香舌不知味其目瞶動不憶飲食以虫瞋故與骨行虫共害其身以

宜五

七

痛多故晝夜不睡若虫不瞋則無如向所說之病觀風刀虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見刀口虫住在身中此虫或為疾病或作安隱彼以聞慧或以天眼見刀口虫始於母胎初出生時此虫初生以法勝故始出胎藏飲母乳故是時此虫盡食餘虫後還雜食以是因緣餘虫還生觀刀口虫已如實知身此十種虫行於骨中如實觀之如實觀已眼離塵垢離凡夫過心生厭惡離我所離疑清淨離於邪見如實知身乃至涅槃

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天眼見十種虫行於屎中何等為十一名生虫二名針口虫三名白節虫四名無足虫五名散汁虫六名三焦虫七名破腸虫八名閉塞虫九名善色虫十名穢門瘡虫其色可惡住糞穢中作何等病云何安隱彼以聞慧或以天眼見於生虫行糞穢中若虫燒熱我身亦

熱若虫冷病我亦冷病下痢白膿令身損減
顏色萎黃若此生虫調順不瞋則無如向所
說之病觀生虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見針口虫行糞穢中其身長大從於熟藏
行趣生藏一切諸虫皆不能遮復從生藏上
至咽喉唾吐俱出或作心痛或令不安以火
弱故與糞俱出須臾即死觀針口虫已如實
知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見白節虫行糞穢中身短白色多虫相續
冷而大臭破壞人力隨糞俱出衆蠅封愛有
此病者糞穢益多不憶飲食觀白節虫已如
實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見無足虫住在身中此虫云何為人疾病
云何安隱彼以聞慧或以天眼見無足虫以
食過故虫則瞋恚吹一切風氣塞大小便若

塞生藏不能嘔吐亦不能噤不能頻申疲極
不安不能睡眠不耐飢渴以虫瞋故多生諸
病觀無足虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見散汁虫住在身中為消食故於汁流處
撥令分散於身分中與汁俱行乃至於足從
足至頂一切身分汁遍流故衆人說之以為
好色若汁不流色則醜惡觀散汁虫已如實
知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見三焦虫住在身中若我熱病虫增垢惡
生藏不安火大增動以熱病故虫亦熱病遍
身奔走熱惱自焦以虫瞋故味流之脉皆悉
乾燥渴病頭痛觀三焦虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見破腸虫住在身中此虫云何而作疾病
云何安隱彼以聞慧或以天眼見破腸虫若
人多食飲食味故諸虫逼迫虫則生瞋嚙破

人腸或心脹痛或令風脹或令熱脹或令令
脹得如是等種種苦惱是破腸。虫傷害人腸
若虫調順則無如向所說之病觀破腸虫已
如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見閉塞虫住在身中此虫云何為人疾病

宜五

九

云何安隱彼以聞慧或以天眼見閉塞虫行
糞穢中若我飲食其虫亦食食已閉塞以食
過故傷害流脉傷於火大所食腸脹屈腸戾
腸或時令人心痛腹痛觀閉塞虫已如實知
身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天

眼見善色虫住在身中此虫云何而為疾病
云何安隱彼以聞慧或以天眼見善色虫若
我食時或食好肉或食惡肉或食重食虫於
身中為作安隱口中取味走遍身中令無病
惱氣力增長斷除諸疾住在身中以福德故
虫有大力人則有色氣力充足若虫無力人

亦瘦瘠色貌憔悴觀善色虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見下門瘡虫住在身中云何為我而作疾
病云何安隱彼以聞慧或以天眼見下門瘡
虫以食相違虫則瞋恚生種種瘡或生濕瘡
或生乾瘡或前生瘡或後生瘡或生熱瘡若

虫瞋恚閉塞穢門糞流之脉若血流脉苦汁
流脉或以火少不消飲食以火少故穢門生
瘡以虫瞋故作種種病若虫不瞋則無如向
所說諸病觀穢門瘡虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見十種虫行於髓中有行精中何等為十

一名毛虫二名黑口虫三名無力虫四名大
痛虫五名煩悶虫六名火色虫七名下流虫
八名起身根虫九名憶念虫十名歡喜虫
復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見有髓虫名曰毛虫一切身分皆悉生毛
若此虫瞋令髓傷害既與其過便食人髓令

人癩病顏色醜惡骨髓疼痛皆失氣力若毛
虫調順不生瞋恚則無如向所說諸病觀毛
虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見黑口虫住於髓中一切身中行無障礙
若虫瞋恚能令髓融以傷髓故令人色惡曲

宜五

十

脊身偃行步不便拄杖而行顏色憔悴身體
振掉若黑口虫調順不瞋則無如向所說諸
病觀黑口虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見少力虫住在身中此虫食髓若髓不足
虫則無力虫無力故人亦無力復有餘虫亦

食入髓為於強虫之所陵逼人則苦惱觀無
力虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見大痛虫遊行髓中流轉常行遍諸身界
此虫能為諸病因緣遍諸根中膿汁流出不
能睡眠觀大痛虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見於悶虫住在身中行於微細心流脉中
與脉為妨以妨脉故則得心痛心悶欲吐顏
色弊惡不欲飲食或熱病心痛猶如刀割見
外虫時心悶欲吐觀悶虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見有諸虫名曰下流行精流脉中若食好
食發欲之食令精增長如此虫等於尿流脉
中引精令出觀下流虫已如實知身

復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見起根虫住在泡中若尿滿泡虫則歡喜
既歡喜已以尿因緣令身根起此是一切愚

宜五

十一

癡凡夫不善觀門觀起根虫已如實知身
復次修行者內身循身觀彼以聞慧或以天
眼見憶念歡喜虫作何疾病云何安隱若虫
歡喜有力多見諸夢或善不善以虫過故以
虫流行於心脉故夢見眾相觀憶念虫已如
實知身

如是那羅帝婆羅門長者聚落修行比丘作
 是觀已如實觀身如是身者何者是常不動
 不壞何者為樂何者是我何者是淨何者可
 恃彼以聞慧或以天眼見此身中若鹿若細
 無有一法是常不動不壞若樂若淨若我而
 可依恃譬如有人求日中間若鹿若細皆不
 可得身亦如是若有求其常樂我淨亦不可
 得是名修行者內身循身觀作是觀時遠離
 魔界近涅槃道愛不能亂及餘煩惱不能為
 礙是名內身循身觀

復次修行者內身循身觀有何等風住在身
 中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼
 見心轉風住在身中云何心風能運轉身彼
 以聞慧或以天眼見心轉風以風調故能轉
 其身或行或住或俯或仰或作眾事以風力
 故或安或危觀心轉風已如實知身是名內
 身循身觀

復次修行者內身循身觀有何等風住在身

中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼
 見爪甲風住在身中若不調順為何所作彼
 以聞慧或以天眼見手足甲以風因緣而得
 增長乃至老朽是名觀於爪甲之風如是修
 行者觀身內風以風堅故手足爪甲亦成堅
 實速得增長比丘如是觀手足爪甲如實知身

復次修行者內身循身觀有何等風住在身
 中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼
 見足下風住在身中若不調順為何所作彼
 以聞慧或以天眼見足下風若不調順能生
 瘙癢既生瘙癢能令人生瘡或於行時踏地
 有聲令足骨堅耐於寒熱又此足筋通於眼
 脉以油灌鼻以油塗足令眼明淨觀足下風
 已如實知身

復次修行者內身循身觀有何等風住在身
 中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼
 見不覺風住在身中或調不調為何所作彼
 以聞慧或以天眼見不覺風住於皮內令腦

瘡瘡以風力故令腠皮內猶如蟻行若以手捺瘡如蟻垂觀不覺風已如實知身

復次修行者內身循身觀有何等風住在身中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼觀見有風名曰破骨住在身中若不調順為何所作彼以聞慧或以天眼見破骨風或晝

或夜或行或住或在園林或在寺舍或疲極時破骨苦痛不得睡眠手足不便不能屈伸觀破骨風已如實知身

復次修行者內身循身觀有何等風作何等業彼以聞慧或以天眼見有一風名曰破行住在身中若不調順為何所作彼以聞慧或

以天眼見破行風若不調順此風則發以為惱亂不能行步去來進趣觀破行風已如實知身

復次修行者內身循身觀有何等風住在身中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼見破踝風住在身中為作何等彼以聞慧或

宜五

十三

以天眼見破節風若得冷觸令腔骨疼遍於身中觀破節風已如實知身

復次修行者內身循身觀有何等風住在身中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼見破腔骨風住在身中若不調順為何所作彼以聞慧或以天眼見破髀骨風若不調順

今其腔內汁流之脉供養甚壯令脚屈伸兩腔相近肉重腿起如是觀破髀風已如實知身復次修行者內身循身觀有何等風住在身中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼見有節風住在身中為何所作彼以聞慧或以天眼見有節風於兩肩四節咽喉二節

額骨二節鼻骨一節頤骨一節牙齒骨有三十二節上齶一節交牙二節項十五節兩膊二節兩肘二節兩腕二節脊骨數有四十五節胛十四節左右脅肋各十二節兩脅肋端各有腕骨二十四節橫骨一節髌骨二節身根一接兩腔二節兩膝二節兩踝二節足跟

二節足趺二節兩手二足上下合有六十節
手足爪甲合二十節此是節風之所依也若
我有病或致喪命或致苦惱觀節風已如實
知身

復次修行者內身循身觀有何等風住在身
中若調不調爲何所作彼以聞慧或以天眼
見胘頑風住在身中若不調順爲何所作彼
以聞慧或以天眼見胘頑風若不調順不能
屈伸不能行來以病過故觀胘頑風已如實
知身

復次修行者內身循身觀有何等風住在身
中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼
見身行界風住在身中若不調順爲何所作
彼以聞慧或以天眼見身界風調順安隱則
有氣力氣行出入能消飲食身有顏色眼耳
鼻舌身皆安隱所食消化若不調順身色麁
惡五根減劣飲食不消顏色不悅眼等諸根
於境劣弱不產子孕如是觀身行界風已如
實知身

宜五

十四

實知身

復次修行者內身循身觀有何等風住在身
中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼
見抽筋風住在身中若不調順爲何所作彼
以聞慧或以天眼見抽筋風若風調順諸有
所作若眠若住一切身色皆悉光澤皆是抽筋
風之所爲作若不調順不能脩作若眠若住
一切不能有所施作觀抽筋風已如實知身
復次修行者內身循身觀有何等風住在身
中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼
觀見有風名曰往返住在身內若不調順爲
何所作彼以聞慧或以天眼見往返風若不
調順閉身流脉令作淋病一切身分皆悉疼
痛腹痛身根疼痛不能飲食精血竭盡不產
子孕若風調適則無此病觀往返風已如實
知身

復次修行者內身循身觀有何等風住在身
中若調不調作何等業彼以聞慧或以天眼

觀見有風名節行惱亂住在身中若不調順
為何所作彼以聞慧或以天眼見節行惱亂
風若不調順令人生癢或生痔病便痢苦惱
四大枯悴或令頭痛飲食不消下風不通身
體憔悴生諸瘡病或生熱病若行節風調順
則無如上所說諸病觀行節風已如實知身

宜五

十五

復次修行者內身循身觀有何等風住我身
中或調下調作何等業彼以聞慧或以天眼
觀見有風名破毛爪糞住在身中若不調順
為何所作彼以聞慧或以天眼見破毛爪糞
風若不調順諸根瘦損或復頭痛或一眼一
目半面疼痛或目視眈眈或復鼻塞不知香
臭面色痿黃咳逆嘔唾見不淨時即便嘔吐
其心多亂不能禪思常念身心無病安隱人
身之中受想行識四陰住處此身所攝一切
無常作是觀已知生死法觀破毛爪屎風已
如實知身
復次修行者內身循身觀有何等風住我身

中作何等業彼以聞慧或以天眼見亂精沫
風於小便中能令其人精尿俱出細如芥子
與尿俱出或大便疼作如是病惱亂其心不
得專一若風調順則無此病觀亂精風已如
實知身

復次修行者內身循身觀有何等風住在身
中或作安隱或不安隱彼以聞慧或以天眼
見有老風住在身中隨風轉增漸就衰老氣
力微弱不能去來須臾欲起極不從心行住
坐卧疲極頓乏猶如他身心睡惰濁若風調
適則無此病觀老風已如實知身
復次修行者內身循身觀有何等風住我身

中或為安隱或不安隱彼以聞慧或以天眼
見塞胞風住在身中若不調順身肉闕動身
羸心痛尿尿閉塞便利澀難妨於修禪得大
苦惱心意散亂識不安隱不能觀法以身苦
故不能念法若風調順則無如向所說諸病
觀塞胞風已如實知身

