**慈愛經(Metta Karaniya Sutta)**

**《南傳大藏經》，《經集》第一品＜小部‧小誦經＞**

**這是佛陀向五百位比丘開示的《慈愛經》。因為比丘眾在樹林修禪時，樹神來搗亂，令比丘眾無法住下來，他們回去向佛陀報告後，佛陀為他們開示此經，比丘眾再回原地時先修慈愛，樹神因而為慈心所感化，不再搗亂了。**

**若欲獲得寂滅樂，應當深具諸善行，勤能質直與謙恭，誠意慈愛語帶悲。**

**心地柔軟不驕慢，知足根寂少俗事，攝受自他六根止，遇緣謹慎不浮攀。**

**戒行當護微細過，免受智者言呵責，為他當發慈愛心，常願眾生得安福。**

**普願有緣諸眾生，常住安祥與法喜，不論盛強或懦弱，高壯中等矮細小。**

**其形可見不可見，居止近鄰或遠方，已生或將受生者，一切眾生皆安樂。**

**願彼一切時與地，互不欺瞞與鄙視，設使眾生忿怨時，不思敵對興彼苦。**

**猶如慈母護獨子，不惜身命垂加護，普願眾生如慈母，施眾無限慈愛心。**

**慈愛遍及諸法界，上下四方與四維，遍滿十方無障礙，無有仇恨與敵恴。**

**無論行住或坐臥，若是心中覺醒時，應常培養此慈念，讓此善德梵行住。**

**德足戒德與慧觀，不落知見於邪端，止息欲樂之貪戀，必定不再生於胎。**

**由於慈愛的威力，怨親債主或魔類等不再揭示令人畏怖的景象，**

**誰若日夜精進修持此慈愛經，他將得安眠，不再有夢魘。**

**讓我們共同誦念有此慈愛經文，得因利他而自利。**