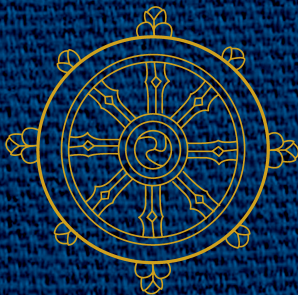


《瑜伽師地論・本地分》解讀

第七冊

李嘉偉 撰著

佛教法相學會弘法資源有限公司



作者簡介

李嘉偉

斯里蘭卡凱拉尼亞大學文學碩士（佛學）、志蓮夜書院專上佛學文憑畢業。又赴日深造，於真言宗豐山派總本山長谷寺進修密法，獲阿闍梨位。曾發表論文〈慈宗的「善終」觀念與方法——以玄奘法師的臨終修持為例〉（《第一屆慈宗青年論壇論文集》，2018）。佛教法相學會《佛經選要》系列講座講者之一。佛門網「法相津塗」專欄作者之一。著作有《瑜伽師地論·本地分解讀》（第二冊、第三冊、第五冊、第六冊）。

《瑜伽師地論・本地分》解讀

第七冊

(卷十一及卷十二之三摩呬多地)

李嘉偉 撰著

佛教法相學會弘法資源有限公司



彌勒菩薩



玄奘法師

序 言

《瑜伽師地論》是法相唯識宗最根本的思想依據，這部論詳細說明瑜伽師修行實踐所經歷的十七個階段和境界，因此亦名為《十七地論》。玄奘法師為了求取《瑜伽師地論》全文而遠赴印度，西行求法，回國譯出此論後，成為中國法相唯識宗主要依據的十一部論書中之「根本論典」。

《瑜伽師地論》一百卷，分成五大部分，即卷1至卷50的〈本地分〉，包括十七地的詳盡分析，另有50卷的〈攝決擇分〉、〈攝釋分〉、〈攝異門分〉及〈攝事分〉。此論內容廣博，卷帙浩繁，名相眾多，猶如佛法的百科全書，為使學人能更容易解讀此佛教聖典，故本會計劃集合眾多法師及佛學老師，共同將〈本地分〉的50卷內容，以簡明淺顯的文字進行解釋弘揚，名為《瑜伽師地論·本地分解讀》。

《瑜伽師地論》卷十一至卷十三部分的内容，涉及十七地中第六地〈三摩呬多地〉的闡釋。「三摩呬多」(samāhita)意譯為「等引」；「等」即平等，指內心遠離昏沈、掉舉等煩惱後，身心達到平等安和的狀態；「引」有引起、引發、引續的意思。「三摩呬多」又譯作「勝定」，即殊勝的禪定。其範圍包括：一、「靜慮」；二、「解脫」；三、「等持」(又名

「三摩地」)；四、「等至」(又名「三摩鉢底」)等四大類別的禪定，故此地通攝一切有心與無心的定位功德。

〈三摩呬多地〉的內容由以下四部分構成：

- 一、「總標」，總體地把〈三摩呬多地〉所要介紹的各種禪定的名字標示列舉出來。
- 二、「安立」，說明安立離生喜樂、安立蓋障、安立靜慮支分、安立定名等內容。
- 三、「作意及相差別」，說明修習禪定時各種不同的「作意」，包括七種作意及四十種作意；及修習禪定時各種不同的「所緣相」，包括四種相及三十二種相。
- 四、「略攝諸經宗要等」，分為兩個部分：(1)「攝宗要」，統攝散布在各經典中關於禪定的宗旨及要義，並作出說明。(2)「釋眾義」，解釋各經典中關於禪定的經句。

本書第七冊的內容解讀《瑜伽師地論》卷十一及卷十二的一部分，包括：「總標」、「安立」、「作意及相差別」。最後的「略攝諸經宗要等」將在第八冊中進行解讀。

本書由李嘉偉撰寫，經文的科判與編排參考福嚴佛學院《瑜伽師地論》講義，並經福嚴佛學院同意採用，謹此致謝。本人負責主編與審校工作，並由陳琮璿及葉莉娜協助審校，李嘉偉、李榮枝及吳子安則負責印刷事宜。本會特別感謝志琳衛

施基金會的鄭家成先生倡議出版本書及慷慨資助，亦感謝其他助印者的捐獻，共成善業，遂能印行二千套結緣流通。

願以本書的出版功德迴向作者及助印者福慧增長！

陳雁姿謹識

佛教法相學會

二零二六年四月十八日

目 錄

第七冊

《瑜伽師地論》卷第十一

本地分中三摩呬多地第六之一	25
一、釋「總標」	31
1. 總標	31
2. 別釋	33
2.1 四靜慮	33
2.2 八解脫	34
2.3 十一種等持	35
2.4 六種等至	38
二、釋「安立」	39
1. 總釋	39
2. 別釋	41
2.1 安立離生喜樂	41
2.1.1 斷除五法	41
2.1.1.1 欲所引喜	41
2.1.1.2 欲所引憂	42
2.1.1.3 不善所引喜	43
2.1.1.4 不善所引憂	43
2.1.1.5 不善所引捨	44

2.1.1.5.1 第一義	44
2.1.1.5.2 第二義	45
2.1.1.5.3 第三義	46
2.1.1.5.4 第四義	46
2.1.2 於五法修習圓滿	47
2.1.2.1 歡	47
2.1.2.2 喜	48
2.1.2.3 安	49
2.1.2.4 樂	49
2.1.2.5 三摩地	50
2.1.3 釋異說	50
2.1.3.1 於無漏方便位：先說三摩地，後說解脫	51
2.1.3.2 於有漏方便位：先說解脫，後說三摩地	52
2.1.3.3 於方便究竟作意等位：同時說三摩地及 解脫	56
2.2 安立蓋障	57
2.2.1 總標	57
2.2.2 別釋	58
2.2.2.1 辨相	58
2.2.2.1.1 貪欲蓋	58
2.2.2.1.2 瞋恚蓋	59
2.2.2.1.3 惛沈睡眠蓋	60
2.2.2.1.3.1 惛沈	60
2.2.2.1.3.2 睡眠	62

2.2.2.1.3.3 惛沈睡眠合說一蓋	62
2.2.2.1.4 掉舉惡作蓋	64
2.2.2.1.4.1 掉舉	64
2.2.2.1.4.2 惡作	65
2.2.2.1.4.2.1 處所相等	65
2.2.2.1.4.2.2 非處惡作	67
2.2.2.1.4.2.3 相續惡作	68
2.2.2.1.5 疑蓋	69
2.2.2.2 明食與非食	71
2.2.2.2.1 貪欲蓋	71
2.2.2.2.1.1 食	71
2.2.2.2.1.2 非食	73
2.2.2.2.2 瞋恚蓋	76
2.2.2.2.2.1 食	76
2.2.2.2.2.2 非食	78
2.2.2.2.3 惛沈睡眠蓋	80
2.2.2.2.3.1 食	80
2.2.2.2.3.2 非食	80
2.2.2.2.4 掉舉惡作蓋	86
2.2.2.2.4.1 食	86
2.2.2.2.4.2 非食	92
2.2.2.2.5 疑蓋	97
2.2.2.2.5.1 食	97
2.2.2.2.5.2 非食	99

2.3 安立支分	103
2.3.1 標列	103
2.3.1.1 初靜慮攝	103
2.3.1.2 第二靜慮攝	105
2.3.1.3 第三靜慮攝	106
2.3.1.4 第四靜慮攝	107
2.3.2 釋所以	109
2.3.2.1 初靜慮攝	109
2.3.2.2 第二靜慮攝	110
2.3.2.3 第三靜慮攝	111
2.3.2.4 第四靜慮攝	112
2.3.3 明建立	112
2.3.4 明差別	113
2.4 安立定名	116
2.4.1 增上心	116
2.4.2 樂住	116
2.4.3 彼分涅槃、差別涅槃	120
2.4.4 出離受等	122
2.4.4.1 出諸受事	122
2.4.4.1.1 標列	122
2.4.4.1.2 釋經說	124
2.4.4.1.3 問答辨	131
2.4.4.1.3.1 辨受相	131
2.4.4.1.3.1.1 憂根	131

2.4.4.1.3.1.2 苦根	132
2.4.4.1.3.1.3 喜根	133
2.4.4.1.3.1.4 樂根	134
2.4.4.1.3.2 明斷等	134
2.4.4.1.3.2.1 苦等根	134
2.4.4.1.3.2.1.1 舉苦根.....	134
2.4.4.1.3.2.1.1.1 釋難	134
2.4.4.1.3.2.1.1.1.1 說苦未斷難	134
2.4.4.1.3.2.1.1.1.2 苦不現行難	136
2.4.4.1.3.2.1.1.2 詰成	137
2.4.4.1.3.2.1.1.2.1 受無差別過	137
2.4.4.1.3.2.1.1.2.2 斷無差別過	138
2.4.4.1.3.2.1.2 例餘根	139
2.4.4.1.3.2.2 捨根	140
2.4.4.1.3.2.2.1 明斷義	140
2.4.4.1.3.2.2.2 明邊際	142
2.4.4.2 五順出離界	143
2.4.4.2.1 明五相攝	143
2.4.4.2.2 釋順出離	145
2.4.4.2.3 顯建立義	146
2.4.4.2.3.1 由欲害出離	146
2.4.4.2.3.2 由色出離等	148
2.4.4.2.4 廣欲出離	148
2.4.4.2.4.1 正觀察	149

2.4.4.2.4.1.1 總標作意	149
2.4.4.2.4.1.2 別釋其相	150
2.4.4.2.4.1.2.1 觀察於欲	150
2.4.4.2.4.1.2.2 觀察離欲	155
2.4.4.2.4.2 顯斷別	157
2.4.4.2.4.2.1 煩惱離繫	157
2.4.4.2.4.2.1.1 明作意	157
2.4.4.2.4.2.1.1.1 辨相	157
2.4.4.2.4.2.1.1.2 辨位	159
2.4.4.2.4.2.1.2 明所斷	160
2.4.4.2.4.2.1.2.1 釋異名	160
2.4.4.2.4.2.1.2.2 釋離欲	161
2.4.4.2.4.2.1.2.2.1 舉欲過患	161
2.4.4.2.4.2.1.2.2.2 顯彼出離	162
2.4.4.2.4.2.2 諸受離繫	163
2.4.4.3 六種順出離界	165
2.4.4.3.1 明建立	165
2.4.4.3.2 顯對治	169
2.4.4.3.3 明所攝	173
2.4.4.3.4 名所依	175
2.4.4.3.4.1 略釋名	175
2.4.4.3.4.2 標列四種	175
2.4.4.3.4.3 明建立	177
2.4.4.3.4.3.1 約四補特伽羅辨	177

2.4.4.3.4.3.1.1 別辨相	178
2.4.4.3.4.3.1.2 隨難釋	179
2.4.4.3.4.3.2 約四時辨	180
2.4.4.3.4.3.2.1 初依	180
2.4.4.3.4.3.2.2 第二依	181
2.4.4.3.4.3.2.3 第三依	181
2.4.4.3.4.3.2.4 第四依	182
2.4.4.3.4.3.2.5 結略義	183
三、合釋「作意」及「相」二門	185
1. 釋「作意」	185
1.1 標列七作意與四十作意	185
1.1.1 七種作意	185
1.1.2 四十作意	186
1.2 別釋四十作意行相	188
1.2.1 約三慧（緣法作意、緣義作意）	188
1.2.2 約四念住（緣身作意、緣受作意、緣心作意、 緣法作意）	188
1.2.3 約假實（勝解作意、真實作意）	189
1.2.4 約學等（有學作意、無學作意、非學非無學作 意）	190
1.2.5 約遍知等（遍知作意、正斷作意、已斷作意）	191
1.2.6 約四所緣（有分別影像所緣作意、無分別影像 所緣作意、事邊際所緣作意、所作成辦所緣作 意）	192

1.2.7 約修止觀（勝解思擇作意、寂靜作意）、約一分修等（一分修作意、具分修作意）、約加行（無間作意、殷重作意）	196
1.2.7.1 辨體相	196
1.2.7.2 明作業	198
1.2.8 約斷煩惱（隨順作意、對治作意）	201
1.2.9 約數習方便（順清淨作意、順觀察作意）	202
1.2.10 約漸次（力勵運轉作意、有間運轉作意、有功用運轉作意、自然運轉作意）	205
1.2.11 約止觀二品（思擇作意、內攝作意）	208
1.2.12 約無學果（淨障作意、依止成辦所行清淨作意）	208
1.2.13 約補特伽羅（他所建立作意、內增上取作意、廣大作意、遍行作意）	209
1.3 以七作意與四十作意相攝	211
1.3.1 攝緣法義	211
1.3.2 攝緣身受心法	212
1.3.3 攝勝解真實	212
1.3.4 攝有學等	214
1.3.5 攝遍知等	215
1.3.6 攝四所緣境事	216
1.3.7 攝勝解思擇及寂靜	217
1.3.8 攝一分具分	218
1.3.9 攝無間殷重	218

1.3.10 攝隨順對治	219
1.3.11 攝順清淨觀察	219
1.3.12 攝力勵運轉等	220
1.3.13 攝思擇內攝	222
1.3.14 攝淨障等	222
1.3.15 攝他所建立等	223
1.3.15.1 辨攝	223
1.3.15.2 料簡	224
2. 釋「相」	228
2.1 以緣即相	228
2.1.1 標列	228
2.1.2 隨釋	229
2.1.2.1 所緣相	229
2.1.2.2 因緣相	230
2.1.2.3 應遠離相	230
2.1.2.4 應修習相	230
2.1.2.4.1 別廣	230
2.1.2.4.1.1 舉應遠離相	230
2.1.2.4.1.1.1 沈相	231
2.1.2.4.1.1.1.1 彼增上	231
2.1.2.4.1.1.1.2 彼行相	232
2.1.2.4.1.1.1.3 彼能障	233
2.1.2.4.1.1.1.4 彼緣境	234
2.1.2.4.1.1.2 掉相	234

2.1.2.4.1.1.2.1 彼增上	234
2.1.2.4.1.1.2.2 彼行相	235
2.1.2.4.1.1.2.3 彼能障	235
2.1.2.4.1.1.2.4 彼緣境	236
2.1.2.4.1.1.3 亂相	236
2.1.2.4.1.1.3.1 彼增上	236
2.1.2.4.1.1.3.2 彼行相	237
2.1.2.4.1.1.3.3 彼緣境	237
2.1.2.4.1.1.4 著相	238
2.1.2.4.1.1.4.1 彼增上	238
2.1.2.4.1.1.4.2 彼行相	239
2.1.2.4.1.2 例應修習相	239
2.2 別明相	240
2.2.1 明三十二相	240
2.2.1.1 自心相	240
2.2.1.2 外相	242
2.2.1.3 所依相	243
2.2.1.4 所行相	244
2.2.1.5 作意相	244
2.2.1.6 心起相	245
2.2.1.7 安住相	246
2.2.1.8 自相相	247
2.2.1.9 共相相	248
2.2.1.10 麤相	249

2.2.1.11 靜相	250
2.2.1.12 領納相	250
2.2.1.13 分別相	250
2.2.1.14 俱行相	251
2.2.1.15 染污相	251
2.2.1.16 不染污相	252
2.2.1.16.1 出所觀	253
2.2.1.16.2 釋染淨	254
2.2.1.16.2.1 染污心	254
2.2.1.16.2.2 不染污心	255
2.2.1.17 正方便相	255
2.2.1.18 邪方便相	256
2.2.1.19 光明相	256
2.2.1.20 觀察相	257
2.2.1.21 賢善定相	259
2.2.1.22 止相	260
2.2.1.23 舉相	261
2.2.1.24 觀相	261
2.2.1.25 捨相	261
2.2.1.26 入定相	262
2.2.1.27 住定相	263
2.2.1.28 出定相	263
2.2.1.29 增相	263
2.2.1.30 減相	264

2.2.1.31 方便相	264
2.2.1.32 引發相	265
2.2.2 明本末相攝	267

《瑜伽師地論》卷第十二

本地分中三摩呬多地第六之二	271
2.3 通辨	271
2.3.1 修作意所由	271
2.3.2 四緣入等至	273
2.3.3 四得定者	276
2.3.3.1 愛上靜慮	277
2.3.3.2 見上靜慮	278
2.3.3.3 慢上靜慮	279
2.3.3.4 疑上靜慮	281
2.3.4 味淨定等差別	282
2.3.4.1 愛味相應靜慮等定	282
2.3.4.2 清淨靜慮等定	284
2.3.4.3 無漏靜慮等定	285
2.3.5 四分定異	287
2.3.5.1 順退分定	287
2.3.5.2 順住分定	288
2.3.5.3 順勝分定	289
2.3.5.4 順決擇分定	289

2.3.6 無間與超越入等至	291
2.3.6.1 無間入諸等至	291
2.3.6.2 超越入諸等至	291
2.3.7 熏修靜慮	293
2.3.7.1 明熏修靜慮	293
2.3.7.1.1 標成就	293
2.3.7.1.2 釋自在	294
2.3.7.1.2.1 等至自在	294
2.3.7.1.2.2 等至自在果	295
2.3.7.1.2.2.1 樂住明淨	295
2.3.7.1.2.2.2 得不退道	295
2.3.7.1.2.2.3 引勝功德	296
2.3.7.1.2.2.4 生五淨居	296
2.3.7.2 明修生差別	299
2.3.7.2.1 於彼生	299
2.3.7.2.2 於修習	300
2.3.7.2.3 於定樂	301

《瑜伽師地論・本地分》卷第十一

彌勒菩薩說

三藏法師玄奘奉 詔譯

本地分中三摩呬多地第六之一

《瑜伽師地論》〈本地分〉共有十七地，現在是第六地〈三摩呬多地〉。

「三摩呬多」(samāhita)意譯為「等引」，「等」即平等，指內心遠離昏沈、掉舉等煩惱後，身心平等安和的狀態；「引」有引起、引發、引續的意思。三摩呬多又譯作「勝定」，即殊勝的禪定。

據《瑜伽師地論釋》所述，「等引」一詞具有以下三種意義：¹一、「平等能引諸功德」，身心平等安和的狀態能夠引生各種殊勝的功德。

1 《瑜伽師地論釋》：「平等能引諸功德故，亦引平等根大等故，及離沈掉，戒、無悔等，平等方便所引發故，名為等引。」（大正藏，第30冊，886下）

二、「引平等根大等」，引起有情諸根（眼、耳、鼻、舌、身、意等六根）、大種（地、水、火、風等四大種）平等安和的狀態。

三、「平等方便所引發」，透過令內心遠離昏沈、掉舉等煩惱的修行手段，以及由持戒、無悔、歡喜、安樂所引發。

依《成唯識論述記》所說，「等引」具有二義：²

一、身心安和平等之時，名為「等」；這種身心安和平等的狀態是由定力所引生，故名「等引」。

二、修行者透過加功實踐努力修行，以定力制伏昏沈、掉舉等煩惱，使身心平等而進入禪定之時，名為「等」；由於這禪定是由入定前的加功修行所引生，故從入定前加功修行能引生身心平等的禪定狀態而名為「等引」。

此外，《俱舍論記》對「等引」的解釋與《成唯識論述記》大致相同：³

2 《成唯識論述記》卷6：「言等引者，一、引等，故名等引，謂身心中所有分位安和之性，平等之時，名之為等；此由定力，故此位生，引生等故，名為等引。二、等所引，故名等引，謂在定位身心平等，由前加行入定之時定勢力制伏沈、掉，名之為等；此等引生在定分位，此在定位定數，從前加行得名，名為等引，等能引故。」（大正藏，第43冊，頁432下）

3 《俱舍論記》卷6：「梵名三摩呬多，此云等引……謂定前心離於沈、掉，名『等』，能引起此定，名『引』，此從加行立名。又解，即定離於沈、掉，名『等』，能引起平等身心，名『引』。」（大正藏，第41冊，頁124中）

一、在入定前，令內心遠離昏沈、掉舉，名「等」；能引起此定名「引」，這是從入定前加功努力修行這角度建立「等引」這名稱。

二、在定中時，內心離於昏沈、掉舉，名「等」；能引起平等安和的身心狀態，名「引」。

三摩呬多（等引）這名稱，是用來稱呼全部有心位的定、無心位的定等所有禪定的功德；由於它總攝了一切禪定的殊勝功德，因此特別以「三摩呬多」來建立此地的名稱。⁴「有心位」指有第六識心、心所活動作用；相反，沒有第六識心、心所活動作用的即稱為「無心位」。除了「無想定」及「滅盡定」是無心位的定，其餘的禪定都是有心位的定。另外，按本論後文所說，由無悔、歡喜、安樂所引的殊勝禪定，即安立名為「等引」，其範圍包括：一、「靜慮」，二、「解脫」，三、「等持」（又名「三摩地」），四、「等至」（又名「三摩鉢底」）等四大類別的禪定。

除了三摩呬多，佛教經典中與禪定相關的名稱，還有以下幾種：

一、馱衍那（*dhyāna*），音譯「禪那」，意譯「靜慮」，指靜定思慮，透過繫念專注於某一所緣境，令內心變得專注、寂靜

4 《瑜伽師地論釋》：「等引地名，通目一切有心、無心定位功德，故此地中通攝一切定位功德。由是總故，偏目地名。」（大正藏，第30冊，頁887上）

與統一，並且審慮觀察；這是一種遠離欲界煩惱干擾的精神狀態。靜慮專指色界的四種靜慮，即初靜慮、第二靜慮、第三靜慮、第四靜慮。

二、三摩地（*samādhi*），又譯為「等持」，即平等持心，指內心持續專注安住於同一所緣境而不散亂，前後剎那平等持心的心一境性的狀態。⁵三摩地（等持）屬於五種別境心所⁶之一。⁷三摩地通於一切有心位中的心一境性，也包括欲界的心一境性。然而，在眾多的經論裡，通常就著三摩地的殊勝方面，而只說空三摩地、無願三摩地、無相三摩地等三種三摩地。⁸據後文所述，三摩地包括「三三摩地」乃至「有學、無學、非有學非無學等三摩地」等多種不同類型的三摩地。

三、三摩鉢底（*samāpatti*），又譯為「等至」，意謂「達至平等」或「平等至極」。《成唯識論述記》提到「等至」具

5 《成唯識論述記》卷6：「其等持者，平等持心等，但於境轉，名為等持。」（大正藏，第43冊，頁432下）

6 「別」是各別，「境」指境界，「別境心所」是指由各別特定的境界之下才出現的心理活動。

7 關於三摩地心所的行相與作用，可參《瑜伽師地論·本地分解讀》第二冊，頁222-224及226-227。

8 《瑜伽師地論釋》：「三摩地名目，心數中『等持』一法，通攝一切有心位中心一境性，通定散位。然諸經論，就勝但說空、無願等，名三摩地。」（大正藏，第30冊，頁887上）

有二義：⁹

一、在禪定中，由於定心所的勢力，使身心達至平等安和的狀態，故名「等至」。

二、透過入定前的加功修行制伏惛沈、掉舉等煩惱，能令達至身心安和的狀態，故名「等至」。

這二義與等引的意思大致相同。

「三摩鉢底」這名稱，是用來稱呼一切有心位、無心位禪定的體性；然而，在各種經論之中，就其殊勝的一面，只說「五現見三摩鉢底」（詳見卷12）等名為等至。¹⁰依後文所述，三摩鉢底（等至）是指「五現見三摩鉢底」乃至「滅盡定等三摩鉢底」等六種三摩鉢底。

五、質多翳迦阿羯羅多（*cittaikāgratā*），譯為「心一境性」，意謂將心念收攝集中於一個所緣境上，數數憶念，令心相續安住於一境上而不散亂之精神狀態。心一境性的體性即是等持（三

9 《成唯識論述記》卷6：「其等至者，亦有二義。一云至等，謂在定，定數勢力令身心等，有安和相，至此等位，名為等至。二言等至，由前加行伏沈掉等能力，至此安和分位，名為等至。此與等引大義少同。」（大正藏，第43冊，頁432下）

10 《瑜伽師地論釋》：「三摩鉢底，通目一切有心、無心諸定位中所有定體。諸經論中，就勝唯說五現見等相應諸定名為等至。」（大正藏，第30冊，頁887上）

摩地），它通於定位與散位（欲界心一境性），亦通於染與淨。¹¹

六、奢摩他（śamatha），意譯為「止」，有止息一切妄念，攝心安住於一所緣境之上，令精神集中一處之意。

七、現法樂住（dṛṣṭa-dharma-sukha-vihāra），指已經證入初、第二、第三、第四靜慮時的身心狀態，意謂現前領受禪定之法樂而安住不動。現法樂住唯指色界四靜慮的根本定，不通於近分定及無色界定。「根本定」是指遠離了下地煩惱而證得的上地定境，即已完全證入禪定的階段；「近分定」則是接近證入根本定之領域，即在進入根本定之前，壓伏下地煩惱的過程中加功實踐所生起的定力。

以上是佛教經論中，常見的禪定名稱及其意義。

由於「三摩呬多」一詞所包攝的範圍最為寬廣，能夠總括禪定的各種不同面向，故《瑜伽師地論》以此為名，立為一地，稱為〈三摩呬多地〉。

11 《瑜伽師地論略纂》卷5：「心一境性，體即等持，通染淨故。」（大正藏，第43冊，頁67上）

一、釋「總標」

1. 總標

〔論〕已說有尋有伺等三。云何三摩呬多地？

嘸陀南曰：總標與安立，作意相差別，攝諸經宗要，最後眾雜義。

若略說三摩呬多地，當知由總標故、安立故、作意差別故、相差別故、略攝諸經宗要等故。

已經說過〈有尋有伺地〉、〈無尋唯伺地〉、〈無尋無伺地〉等三地（卷4至卷10）。什麼是〈三摩呬多地〉呢？

「嘸陀南」（uddāna），譯為「攝頌」，有「集施」之義，即以簡略的語言集合眾多的內容，施予給學習者，令他們容易領受學習。〈三摩呬多地〉的嘸陀南是：「總標與安立，作意相差別，攝諸經宗要，最後眾雜義。」

若概略地說〈三摩呬多地〉的內容，應當知道是由以下五部分構成：

一、「總標」，總體地把〈三摩呬多地〉所要介紹的各種禪定的名字標示列舉出來。

二、「安立」，「安立」有建立、解釋之意，這部分說明安立離生喜樂、安立蓋障、安立靜慮支分、安立定名等內容。

三、「作意差別」，說明修習禪定時各種不同的作意，包括七

種作意及四十種作意。

四、「相差別」，說明修習禪定時各種不同的所緣相，包括四種相及三十二種相。

五、「略攝諸經宗要等」，「等」是指攝頌說的「最後眾雜義」。這裡分為兩個部分：（1）「攝宗要」，統攝散布在各經典中關於禪定的宗旨及要義，並作出說明。（2）「釋眾義」，解釋各經典中關於禪定的經句。

《瑜伽師地論分門記》把〈三摩呬多地〉的內容分為上述五個部分，¹²而《瑜伽論記》及《瑜伽師地論略纂》則把「作意」（即「作意差別」）及「所緣」（即「相差別」）合併說明，故將〈三摩呬多地〉的內容分成四個部分：一、「總標」，二、「安立」，三、「作意及所緣」，四、「釋經」。¹³

〔論〕云何總標？謂此地中，略有四種：一者、靜慮，二者、解脫，三者、等持，四者、等至。

什麼是「總標」？就是在這〈三摩呬多地〉之中，要略而言

12 《瑜伽師地論分門記》卷1：「〈三摩呬多地〉……廣解分五：一、總標，二、安立，三、作意差別，四、相差別，五、略攝諸經。」（大正藏，第85冊，頁821下）

13 《瑜伽論記》卷4：「依門釋中有四：一、總標，二、安立，三、作意及所緣，四、釋經。三、四合明，故為四。」（大正藏，第42冊，頁378中）《瑜伽師地論略纂》卷5：「一、總標，二、安立，三、作意及所緣，四、釋經。三、四合明，故為四段。」（大正藏，第43冊，頁67中）

有四種類型的禪定：一、「靜慮」，二、「解脫」，三、「等持」，四、「等至」。

2. 別釋

2.1 四靜慮

〔論〕靜慮者，謂四靜慮：一、從離生有尋有伺靜慮，二、從定生無尋無伺靜慮，三、離喜靜慮，四、捨念清淨靜慮。

所謂「靜慮」，就是指四靜慮：

一、「從離生有尋有伺靜慮」，這是指初靜慮。「離生」指身心遠離欲界煩惱的粗重，生起了色界的輕安喜樂覺受。「尋」指尋求，即粗略的思惟，「伺」是伺察，即深細的思惟。在初靜慮之中，修行者是憑藉尋、伺的力量對治欲、恚、害等欲界的惡不善法，以厭患欲界而證入初靜慮。由於在初靜慮之中，內心仍然有尋、伺的心理活動，故名「有尋有伺靜慮」。

二、「從定生無尋無伺靜慮」，這是指第二靜慮。進入第二靜慮的方法是觀察內心的尋、伺活動也是一種擾動內心寂靜的過患，而使令尋、伺寂靜下來不起活動。由於在第二靜慮時，已沒有尋、伺的擾動，身心喜樂的感受是從更為寂靜的定境所生，故第二靜慮又名「從定生無尋無伺靜慮」。

三、「離喜靜慮」，這是指第三靜慮。進入第三靜慮的方法是

捨離內心喜悅之踴躍性，使令內心更為寂靜。因為遠離喜受而能證得更為寂靜微妙的樂受，故第三靜慮又名「離喜靜慮」。

四、「捨念清淨靜慮」，這是指第四靜慮。進入第四靜慮的方法是透過遠離尋、伺、喜、樂等一切內心躍動，以進入更為寂靜的定境。「捨念清淨」指「捨清淨」與「念清淨」。「捨清淨」又名「行捨¹⁴清淨」，意謂由於遠離了尋、伺、喜、樂等，內心平等正直而沒有任何擾動，故能連續地保持對所緣境專住不亂，安住在極為寂靜的定境之中。又在此不受尋、伺、喜、樂等擾動的定境中，內心對於所緣境的觀察極為清晰明了，不會忘失，這名為「念清淨」。因為具備「捨清淨」與「念清淨」，故第四靜慮又稱為「捨念清淨靜慮」。

2.2 八解脫

〔論〕解脫者，謂八解脫：一、有色觀諸色解脫，二、內無色想觀外諸色解脫，三、淨解脫身作證具足住解脫，四、空無邊處解脫，五、識無邊處解脫，六、無所有處解脫，七、非想非非想處解脫，八、想受滅身作證具足住解脫。

所謂「解脫」，就是指八解脫，即八種由淺入深的禪觀法門，依此可逐步斷除對於色界與無色界之貪欲，從而解脫三界煩

14 行捨，指行蘊所攝之捨心所，即內心平等正直、不受擾動、寂靜而住的精神狀態，這有別於受蘊所攝之捨受。

惱。八解脫又稱八背捨，即八種背棄捨除三界煩惱繫縛的禪定。八解脫的內容將會在本論卷12詳細說明，現在只列舉其名稱如下：一、「有色觀諸色解脫」，二、「內無色想觀外諸色解脫」，三、「淨解脫身作證具足住解脫」，四、「空無邊處解脫」，五、「識無邊處解脫」，六、「無所有處解脫」，七、「非想非非想處解脫」，八、「想受滅身作證具足住解脫」。

2.3 十一種等持

〔論〕等持者，謂三三摩地：一、空，二、無願，三、無相。

復有三種，謂有尋有伺、無尋唯伺、無尋無伺。

復有三種，謂小、大、無量。

復有二種，謂一分修、具分修。

復有三種，謂喜俱行、樂俱行、捨俱行。

復有四種，謂四修定。

復有五種，謂五聖智三摩地。

復有五種，謂聖五支三摩地。

復有有因有具聖正三摩地。

復有金剛喻三摩地。

復有有學、無學、非學非無學等三摩地。

「等持」又名三摩地（samādhi），指內心專注安住於一所觀境而不散失的精神狀態。本論把等持分為十一類，在這裡只簡

略列出各類等持的名稱。除了第十一類「有學、無學、非有學非無學等三摩地」¹⁵，其他各類等持的內容將在本論卷12說明。

所謂「等持」，就是：

「三三摩地」，即三種三摩地：（1）空三摩地、（2）無願三摩地、（3）無相三摩地。

又有三種三摩地，就是：（1）有尋有伺三摩地、（2）無尋唯伺三摩地、（3）無尋無伺三摩地。

又有三種三摩地，就是：（1）小三摩地、（2）大三摩地、（3）無量三摩地。

又有二種三摩地，就是：（1）一分修三摩地、（2）具分修三摩地。

又有三種三摩地，就是：（1）喜俱行三摩地、（2）樂俱行三摩地、（3）捨俱行三摩地。

又有四種三摩地，就是「四修定」，即為了四種不同目標而修的定：（1）為得現法樂住而修的定、（2）為得智見而修的

15 《瑜伽論記》卷4：「等持中，有十一門，不釋第十一，易故；又〈聲聞地〉方釋。」（大正藏，第42冊，頁378下）

定、（3）為得分別慧而修的定、（4）為盡諸漏而修的定。¹⁶

又有五種三摩地，就是「五聖智三摩地」，即：（1）自體智攝三摩地、（2）補特伽羅智攝三摩地、（3）清淨智攝三摩地、（4）果智攝三摩地、（5）入出定相智攝三摩地。¹⁷

又有五種三摩地，就是「聖五支三摩地」，即：（1）初靜慮攝三摩地、（2）第二靜慮攝三摩地、（3）第三靜慮攝三摩地、（4）第四靜慮攝三摩地、（5）觀察緣起斷結攝三摩地。¹⁸

又有「有因有具聖正三摩地」，「有因」指以正見、正思惟、正語、正業、正命為因，「有具」指以正見、正精進、正念為資助，由此而生起「聖正三摩地」，即無漏的正定。¹⁹

又有「金剛喻三摩地」，指能破除一切煩惱的三摩地。此三摩地如同金剛之能摧斷一切物，以譬喻立名，故稱金剛喻三摩地。

16 《瑜伽論記》卷4：「四修定者：一、為得現法樂住；二、為得智見；三、為得分別慧；四、為得漏盡。」（大正藏，第42冊，頁378下）

17 《瑜伽論記》卷4：「五聖智者，謂自體智，補持〔特〕伽羅智，清淨智，果智，入出定相智。」（大正藏，第42冊，頁378下）

18 《瑜伽論記》卷4：「聖五支者，現法樂住為四，審觀緣起法及為斷除餘法結縛為第五。」（大正藏，第42冊，頁378下）

19 《瑜伽論記》卷4：「有因有具聖正者，正見、正思惟、語、業、命，五名有因；正見、正精進、正念，三名有具。此七支與聖正三摩地為因故。」（大正藏，第42冊，頁378下）

又有「有學、無學、非有學非無學等三摩地」，即：（1）「有學三摩地」、（2）「無學三摩地」、（3）「非學非無學三摩地」。在佛教裡，就著學習佛法之滿、未滿而分「有學」、「無學」、「非學非無學」等三類人。「學」，主要者有三：增上戒學、增上定學、增上慧學，略稱「三增上學」。「有學」指雖已能證見真理，但三增上學仍未修習圓滿，尚有煩惱未斷，必須繼續學習以斷盡煩惱的修行者，由於其仍有法可修學，故稱「有學」。在聖者修道階位的四向四果中，前四向（預流向、一來向、不還向及阿羅漢向）三果（預流果、一來果、不還果）之聖者為「有學」，只有證得阿羅漢果之聖者，以其三增上學學習圓滿，已無法可學，故稱「無學」。「非學非無學」指凡夫。「有學三摩地」與「無學三摩地」是指能夠斷除煩惱的三摩地；「非學非無學三摩地」指不能斷除煩惱的三摩地。

2.4 六種等至

〔論〕等至者，謂五現見三摩鉢底、八勝處三摩鉢底、十遍處三摩鉢底、四無色三摩鉢底、無想三摩鉢底、滅盡定等三摩鉢底。

「等至」又名三摩鉢底（samāpatti），意謂身心達至平等安和的禪定狀態。這一段論文只列出六種等至的名稱，就是：「五現見三摩鉢底」、「八勝處三摩鉢底」、「十遍處三摩鉢底」、「四無色三摩鉢底」、「無想三摩鉢底」、「滅盡定等三摩鉢底」。以上六種等至的內容，將會在本論卷12作出說明。

二、釋「安立」

1. 總釋

〔論〕云何安立？謂唯此等名等引地，非於欲界心一境性。由此定等，無悔、歡、喜、安、樂所引；欲界不爾。非欲界中於法全無審正觀察。

「安立」有施設、建立及發起的意思，²⁰指透過語言概念來描述並區別出各種不同事物。²¹「云何安立」，怎樣安立等引地（三摩呬多地）？這句是問怎樣才稱得上是等引地？「謂唯此等名等引地」，「此等」是指上文總標所說的四靜慮、八解脫、十一種等持、六種等至；就是只有這些四靜慮、八解脫、十一種等持、六種等至才能夠稱為等引地；「非於欲界心一境性」，而不是在欲界心一境性的時候。「欲界心一境性」又稱為「欲界定」，這是指在欲界時所證得的心一境性，以其精神狀態雖然已能達到欲界裡最高的定境，但未能完全遠離欲界的煩惱。又此欲界心一境性的定力還未到達根本初靜慮的精神境界，故又名「未到地定」、「未至定」。這一句論文指出等引地的範圍只包括四靜慮、八解脫、十一種等持及六種等至，而排除了欲界心一境性，亦即欲界定並不能稱為等引地。

20 《成唯識論述記》卷3：「言施設者，安立之異名。建立發起者，亦名施設。」（大正藏，第43冊，頁322上）

21 《成唯識論述記》卷9：「有差別、名言者，名安立；無差別、離名言者，非安立也。安立者，施設義。」（大正藏，第43冊，頁568上）

為什麼四靜慮乃至六種等至可以稱為等引地，而欲界定卻不能呢？「由此定等，無悔、歡、喜、安、樂所引」，由於四靜慮、八解脫、十一種等持、六種等至這些禪定，都是由無悔、歡、喜、安、樂所引生的，「欲界不爾」，而欲界定卻不是這樣。當修行者持戒成就，心便「無悔」；因無悔，故生「歡」悅；因歡悅，故生心「喜」；因心喜，故生身「安」；因身安，故受「樂」；因受樂，故心定；²²凡是屬於等引地範圍的禪定，都是依循這樣的次第而生起的。這一句論文指出，等引地的禪定與欲界心一境性的不同在於，前者是經由無悔、歡、喜、安、樂所引生，而後者則不是，因此欲界的心一境性不能稱為等引地。²³

「非欲界中於法全無審正觀察」，然而，並非說在欲界心一境性這狀態之中，對於諸法完全沒有審正觀察的能力。換句話說，雖然欲界心一境性不屬於等引地的範圍，但對於一切法的真實情況仍然具有審細正確的觀察能力。

22 《瑜伽論記》卷4：「無悔歡喜安樂所引者，謂由持戒，心便無悔，無悔故歡喜，歡喜故安樂，安樂故得定。」（大正藏，第42冊，頁378下）詳見《中阿含經》卷十〈何義經〉，或南傳《增支部·第十集·第一經》。

23 韓清淨對這段論文有以下解釋，見《披尋記》卷11：「謂唯此等名等引地等者：於前總標四差別中，指所已說及餘未說。言唯此等，依此建立名等引地。等引即是三摩呬多。此亦名善心一境性，以是無悔、歡喜、安樂之所引故。欲界亦有心一境性，然非唯善，是故不名三摩呬多。由是當知，等引唯定，心一境性通定、散位。〈決擇分〉說：『問：何因緣故，說諸靜慮名心一境性？答：略有二種所緣境界。一、不定地所緣境界，二、定地所緣境界。此中一境，所謂定地所緣境界，非第二境。繫心於此一所緣境，是故說名心一境性。』」（彌勒講堂，頁837、838）

2. 別釋

2.1 安立離生喜樂

〔論〕復次，初靜慮中說離生喜，由證住此，斷除五法，謂欲所引喜、欲所引憂、不善所引喜、不善所引憂、不善所引捨；又於五法修習圓滿，謂歡、喜、安、樂，及三摩地。

其次，在初靜慮中，說是「離生喜」，是因為初靜慮遠離了欲界煩惱所引起的種種惡不善法而生起身心廣大的輕安喜樂。

「由證住此，斷除五法」，由於證得並安住在這初靜慮，就能夠斷除五種過失，就是「欲所引喜」、「欲所引憂」、「不善所引喜」、「不善所引憂」、「不善所引捨」。「又於五法修習圓滿」，又能於五種功德修習圓滿，這就是指「歡」、「喜」、「安」、「樂」及「三摩地」。

接下來，論文將詳細解釋初靜慮所斷除的五種過失及所圓滿的五種功德。

2.1.1 斷除五法

2.1.1.1 欲所引喜

〔論〕欲所引喜者，於妙五欲若初得時，若已證得正受用時，或見，或聞，或曾領受；由此諸緣，憶念歡喜。

「欲」指「妙五欲」，即欲界美妙的色、聲、香、味、觸等

五欲境界。所謂「欲所引喜」，就是「於妙五欲」，對於欲界美妙的五欲境界，「若初得時」，或者是在最初獲得的時候，「若已證得正受用時」，或者是已經獲得而且正在享受的時候；「或見」，或是眼見美妙的色境，「或聞」，或是耳聞美妙的聲境，「或曾領受」，或是曾經嗅聞美妙的香境、品嚐美妙的味境、接觸美妙的觸境；²⁴「由此諸緣，憶念歡喜」，由於以上各種原因，內心追憶思念著這些美妙的五欲境界而引生歡喜。欲所引喜，是證住初靜慮時所斷除的第一種過失。

2.1.1.2 欲所引憂

〔論〕欲所引憂者，於妙五欲若求不遂，若已受用，更不復得，或得已便失，由此諸緣，多生憂惱。

所謂「欲所引憂」，就是「於妙五欲若求不遂」，對於美妙的五欲境界，或是追求不到，「若已受用，更不復得」，或是在以前曾經享受過，而現在卻不再享受得到，「或得已便失」，或是在得到之後隨即失去；「由此諸緣，多生憂惱」，由於這些不同的原因，內心引生許多憂愁煩惱。欲所引憂，是證住初靜慮時所斷除的第二種過失。

24 《披尋記》卷11：「或見或聞或曾領受者：於色言見，於聲言聞，香、味、觸三至根方取，總言領受。」（彌勒講堂，頁839）

2.1.1.3 不善所引喜

〔論〕不善所引喜者，謂如有一，與喜樂俱而行殺業乃至邪見。

「不善」指十不善業，即殺生、偷盜、邪淫（與身體行為相關的三種不善業），妄語、兩舌、惡口、綺語（與語言行為相關的四種不善業）及貪、瞋、邪見（與心意相關的三種不善業）這十種不善業行。²⁵

所謂「不善所引喜」，就是「謂如有一」，譬如有一個人，「與喜樂俱而行殺業乃至邪見」，內心懷著喜樂，去造作殺生、偷盜、邪淫，乃至邪見等不善業行。這是指由於在造作不善業時，能夠隨心所欲成辦，所以引起內心的歡喜與快樂，這稱為「不善所引喜」。²⁶不善所引喜，是證住初靜慮時所斷除的第三種過失。

2.1.1.4 不善所引憂

〔論〕不善所引憂者，謂如有一，與憂苦俱而行殺業乃至邪見。

25 關於十不善業，詳見《瑜伽師地論·本地分解讀》第五冊，頁92至149。

26 《披尋記》卷11：「與喜樂俱而行殺業等者：行殺業等，隨欲成辦，故喜樂俱。」（彌勒講堂，頁839）

所謂「不善所引憂」，就是譬如有一個人，「與憂苦俱而行殺業，乃至邪見」，內心懷著憂愁苦惱，去造作殺生乃至邪見等十種不善業。這是指由於在造作不善業時，不能夠隨心所欲成辦，因而引起內心的憂愁與苦惱，這情況稱為「不善所引憂」。²⁷不善所引憂，是證住初靜慮時所斷除的第四種過失。

2.1.1.5 不善所引捨

2.1.1.5.1 第一義

〔論〕不善所引捨者，謂如有一，或王、王等，或餘宰官，或尊、尊等，自不樂為殺等惡業，然其僕使作惡業時，忍而不制，亦不安處毘奈耶中，由縱捨故，遂造惡業；彼於此業，現前領解，非不現前。

所謂「不善所引捨」，就是譬如有一個人，「或王、王等」，「王」泛指掌權者；或者他是國王（統治者、領袖），或者他的身分與國王的地位相等，「或餘宰官」，或者他是其他的有權位的官員，「或尊、尊等」，或者他是社會地位崇高，受人尊敬的人，或者他是與尊貴者相等的人；「自不樂為殺等惡業」，雖然他自己本身並不喜歡造作殺生、偷盜、邪淫、妄語等各種惡不善業，「然其僕使作惡業時」，但是當那些受他差遣的僕從在造作這些惡業時，他卻（1）「忍而不制」，即容

27 《披尋記》卷11：「與憂苦俱而行殺業等者：行殺業等，所欲不會，故憂苦俱。」（彌勒講堂，頁839）

忍、認可僕從造作惡業而不加以制止；（2）「亦不安處毘奈耶中」，「安處」是安置的意思，「毘奈耶」（vinaya）指佛所說之戒律，即佛教提倡的道德規範或行為準則；這句的意思是，權貴亦不教導其僕從學習佛教的戒律，以使其不去造作惡業。「由縱捨故，遂造惡業」，權貴放縱僕從造作惡業而不加制止，亦不教導他們佛教的戒律，這稱為「縱捨」；由於權貴的縱捨，於是僕從就造下惡業。「彼於此業，現前領解，非不現前」，那位權貴對於僕從造作惡業這種事，內心當下是清楚知道的，並非不知道。換言之，有權勢的人內心清楚知道自己縱捨僕從造作惡業而不加以制止，以及不對他們作出適當教導，這就是「不善所引捨」的第一種意義。

2.1.1.5.2 第二義

〔論〕又住於捨，尋求伺察為惡方便。

「尋求」指概略粗淺的思惟，「伺察」指深入細緻的思惟，「惡方便」即造作惡業的手段方法。「又住於捨」，又安住於縱捨造作惡業的心態，「尋求伺察為惡方便」，即對於造作殺生等惡業的手段方法，不斷作出粗略及細緻的思惟，令造作惡業的不善心同類相續下去，這是「不善所引捨」的第二種意義。²⁸

28 《披尋記》卷11：「又住於捨等者：於惡方便既尋求已、既伺察已，於其末心相續等流，名住於捨。此第二義名不善所引捨。」（彌勒講堂，頁840）

2.1.1.5.3 第三義

〔論〕又於諸惡耽著不斷，引發於捨。

「又於諸惡」，又對於各種惡不善業，「耽著不斷」，耽溺愛著而不加以對治斷除，「引發於捨」，由此引發出對惡不善業縱捨放逸的態度。這句論文的意思是，由於沉迷貪戀造作各種惡不善業，不肯去對治斷除，自然而然就把造作惡業養成習慣，這是「不善所引捨」的第三種意義。²⁹

2.1.1.5.4 第四義

〔論〕又於不善現前轉時，發起中庸非苦樂受。

「又於不善現前轉時」，又在惡不善業現前活動時，即正在造作惡業的時候，「發起中庸非苦樂受」，內心發起的是一種中庸性質的，既非痛苦，亦非快樂的感受，稱為「捨受」。在造作惡不善業時，內心只是與不苦不樂的捨受相應，意即對造作惡業已經變得麻木不仁。這種在造作惡不善業時所發起的捨受，是「不善所引捨」的第四種意義。

29 《披尋記》卷11：「又於諸惡耽著不斷等者：謂由耽著，諸惡不斷，令惡意樂任運堅固串習成性，是名引發於捨。此第三義名不善所引捨。」（彌勒講堂，頁840、841）

總結上文，「不善所引捨」的四種意義及其層遞的關係如下：

一、雖然自己不喜歡造作惡業，但當知道受自己差遣的僕從造作惡業時，自己雖有能力卻不加以制止，也不給予他們適切的教導，放縱容許他們完成惡業。

二、由於思惟各種行惡的手段與方法，使令作惡的不善心同類相續。

三、由於耽著惡行，不願對治，從而培養出作惡的習慣。

四、在造作惡業時，內心只有不苦不樂的捨受，這表示對於造作惡業一事已經變得麻木不仁。

以上所說的「不善所引捨」是證住初靜慮時所斷除的第五種過失。

2.1.2 於五法修習圓滿

2.1.2.1 歡

〔論〕歡者，謂從本來清淨行者，觀資糧地所修淨行，無悔為先，慰意適悅，心欣踊性。

所謂「歡」，就是指「從本來清淨行者」，從最初受持戒律以來就不曾犯戒，持戒清淨的修行者，「觀資糧地所修淨行」，「資」是資助，「糧」即糧食，如人遠行，必憑借糧食以資助其身，而欲證禪定的修行者，也需積集資糧，修習一些能夠資助禪定的清淨行，如戒律儀、根律儀、於食知量、恓寤瑜

伽、正知而住，這些修行方法稱為「資糧地所修淨行」。這裡的「資糧地」是指證得禪定前的準備階段。「觀資糧地所修淨行」的意思，是指觀察並學習戒律儀乃至正知而住這些為了成就禪定而應該修習的清淨行。由於修行者持戒清淨，並觀察學習各種清淨行，因而內心不再對自己的行為產生後悔；「無悔為先」，以此沒有後悔的心態為先決條件，「慰意適悅」，心裡便感到安適愉悅，「心欣踊性」，內心有一種欣喜踴躍的性質，這就稱為「歡」。³⁰「歡」是證住初靜慮時所要修習圓滿的第一種功德。

2.1.2.2 喜

〔論〕喜者，謂正修習方便為先，深慶適悅，心欣踊性。

所謂「喜」，就是指「正修習方便為先」，即以正式修習能遠離貪欲、瞋恚等障礙³¹的禪定為先決條件，「深慶適悅」，對修習禪定深生歡喜及仰慕，並對此感到安適愉悅，「心欣踊

30 《披尋記》卷11：「謂從本來清淨行者等者：受戒律儀，從初不犯，是名本來清淨行者。若戒律儀，若根律儀，若於食知量，若恬寤瑜伽，若正知而住，名資糧地所修淨行。如是一切，戒最為初，自觀戒淨便得無悔；無悔故歡。由是說言無悔為先，慰意適悅，心欣踊性。」（彌勒講堂，頁841）

31 貪欲、瞋恚等障礙指「五蓋」，詳見後文「安立蓋障」一節。

性」，內心有一種欣喜踴躍的性質，這就稱為「喜」。³²「喜」是證住初靜慮時所要修習圓滿的第二種功德。

2.1.2.3 安

〔論〕安者，謂離麤重，身心調適性。

所謂「安」，就是指「離麤重，身心調適性」，即遠離了欲界的粗重，身心調暢柔軟，安定舒適，並且具有堪任成就各種善法功德的性質。「麤重」在這裡是指由於五欲及五蓋勢力的影響，令身心僵硬不得自在、不具柔軟性，致使善法不能生起的一種身心狀態。「安」是證住初靜慮時所要修習圓滿的第三種功德。

2.1.2.4 樂

〔論〕樂者，謂由如是心調適故，使得身心無損害樂及解脫樂；以離彼品麤重性故，於諸煩惱而得解脫。

所謂「樂」，就是指「由如是心調適故」，由於修習禪定調伏煩惱，令內心調暢安適，堪任成就善法，便會得到「身心無損

32 《披尋記》卷11：「謂正修習方便為先等者：此中方便，謂樂遠離清淨諸蓋，以是修習定方便故，名正修習方便。於此方便發生樂欲增上欣慕，由是說言深慶適悅，心欣踊性。」（彌勒講堂，頁842）

害樂及解脫樂」。「身心無損害樂」是指成就禪定時，遠離欲界煩惱的羶重性而引發的身心輕安之樂；由於受用這種身心輕安之樂不會損害身心，故名「無損害樂」。「解脫樂」指已經降伏欲界煩惱，不再被欲界煩惱束縛，這種從欲界煩惱中解脫出來的快樂，稱為解脫樂。「以離彼品羶重性故」，因為已經遠離了那個屬於欲界品類的粗重性質，「於諸煩惱而得解脫」，所以對於由各種欲界煩惱帶來的束縛都得以解脫。「樂」是證住初靜慮時所要修習圓滿的第四種功德。

2.1.2.5 三摩地

〔論〕三摩地者，謂於所緣審正觀察，心一境性。

所謂「三摩地」(samādhi)，就是「於所緣審正觀察」，在意識所攀緣認知的某一特定對象之上，詳細、清楚及不偏不倚地對該對象作出觀察，由此達致「心一境性」，即內心能夠保持念念相續安住於同一所緣境上而不散亂的性質。這種「於所緣審正觀察，心一境性」的狀態，就稱為三摩地。「三摩地」是證住初靜慮時所要修習圓滿的第五種功德。

2.1.3 釋異說

這一節解釋三摩地與解脫的關係。

2.1.3.1 於無漏方便位：先說三摩地，後說解脫

〔論〕世尊於無漏方便中，先說三摩地，後說解脫。由三摩地善成滿力，於諸煩惱心永解脫故。

「世尊」，梵文 **bhagavat**，音譯為「薄伽梵」、「婆伽婆」，意謂受世間所尊重者，或謂世間中最尊貴者；佛弟子一般皆尊稱佛陀為世尊。「無漏」指對抗煩惱的力量，「方便」指為了達成某種目的之方法，「無漏方便」即是指為了達成滅除煩惱為目標的修行方法，通常是指四聖諦之道諦，亦即正見乃至正定等八正道³³。

「世尊於無漏方便中，先說三摩地，後說解脫」，佛陀在說明以斷除煩惱為目標的修行方法時，先說三摩地，然後才說解脫。為什麼佛陀以這樣的次序來說明呢？「由三摩地善成滿力，於諸煩惱心永解脫故」，「三摩地」指內心專住一境而不散亂的禪定狀態；由於充分地成就圓滿了三摩地的力量，並依此力量（即在禪定中）思惟各種與諸法實相相應的觀行，例如思惟觀察諸法無我等正見，或思惟真如、法性等，由此正見生起的智慧力，能夠斷除無明等所有煩惱，使內心永遠不再受到煩惱的束縛而證得解脫。這句的「解脫」是指以無漏智慧斷除

33 八正道，指八種通向涅槃解脫之正確途徑或方法，即：一、正見，二、正思惟，三、正語，四、正業，五、正命，六、正精進，七、正念，八、正定。

了煩惱的現行及種子後所證得的徹底的解脫。換言之，無漏方便是依止三摩地成就圓滿的力量，然後修習各種正見觀行，發起能夠永斷煩惱的無漏智慧，解脫煩惱繫縛，證得涅槃。世尊是依著這樣的道理，先說成就三摩地，後說解脫。³⁴

2.1.3.2 於有漏方便位：先說解脫，後說三摩地

〔論〕於有漏方便中，先說解脫，後說三摩地。由證方便究竟作意果，煩惱斷已，方得根本三摩地故。

上一段的「無漏方便」是指在禪定中修習諸法無我等正見觀行，這一段的「有漏方便」則是指修習色界乃至無色界等八種世間禪定。「有漏」指有煩惱。因為修習世間禪定只是暫時壓伏煩惱的現前活動（伏斷），並不能永遠斷除煩惱種子（永斷），因此稱為有漏方便。

「於有漏方便中」，佛陀在說明世間禪定的修行方法時，「先說解脫，後說三摩地」，是先說解脫，然後才說三摩地。「解脫」在這裡是指有漏的解脫，即暫時壓伏煩惱所證得的解脫。

34 參考《披尋記》卷11：「世尊於無漏方便中等者：於定地中思惟諸行如病、如癰、如箭，乃至廣說苦、空、無我，既思惟已，心生厭怖，於不死界攝心而住；或復思惟真如、法性、實際，既思惟已，攝心而住；是名無漏方便。由是方便能證現觀，永害隨眠，非一切煩惱之所依處，是名於諸煩惱心永解脫。當知如是無漏方便，要依根本靜慮善成滿已，方得修習，是故世尊依此道理，先說三摩地，後說解脫。」（彌勒講堂，頁843）

修行者透過定力暫時壓伏煩惱，不令它現前活動，即暫時解脫了煩惱之束縛，而得以證入更深的定境，但這並非究竟斷除了煩惱的種子。「三摩地」在這句是指因為暫時解脫了下地煩惱的束縛而證得上地禪定的境界。

所謂下地與上地，其關係是這樣的：佛教把有情生死往來的存在界域區分為三界九地，包括欲界一地，即五趣雜居地；色界四地，即離生喜樂地（初禪）、定生喜樂地（二禪）、離喜妙樂地（三禪）、捨念清淨地（四禪）；無色界四地，即空無邊處地、識無邊處地、無所有處地、非想非非想處地。在此當中，境界粗劣的稱為下地，境界勝妙的稱為上地。上地與下地是相對而說的，例如初禪相對於欲界，初禪是上地，欲界是下地；但初禪相對於二禪，則初禪是下地，二禪是上地，如此類推。

為什麼佛陀在說明關於世間禪定的修行方法時，先說解脫，後說三摩地呢？「由證方便究竟作意果，煩惱斷已，方得根本三摩地故」，「根本三摩地」即根本禪定，簡稱「根本定」。色界的四種禪定與無色界的四種無色定，每一種定之自體皆稱為根本定，因此共有八種根本定，即：色界的初禪、二禪、三禪、四禪，及無色界的空無邊處定、識無邊處定、無所有處定、非想非非想處定。此外，在將要進入根本定之前的加功修行階段，由於那時的定力接近根本定之領域，故稱為近分定。由於根本定有八種，因此近分定亦有八種。在八根本定與八近分定之中，唯有初禪之近分定仍屬欲界範圍，未曾達至根本

定，這與其它近分定有相異之處，故立別名，特稱為未至定或未到定。

在將要進入每一地的根本定之前，必須加功修行，觀察下地境界為粗劣、苦、有障礙性，而厭離之；另一方面，觀察上地境界為寂靜、微妙、有出離性，而欣向之。這種厭下欣上的觀察過程，有準備、正斷、檢查等工作，共有七個步驟（或說七個階段），稱為七種作意，分別是：

一、了相作意。「了」即明了，「相」指下地的粗苦相及上地的靜妙相，「作意」指內心作出思惟觀察。了相作意，指對於所應斷除的下地苦惱、粗劣的相狀能正確了知，而對於所應證得的上地寂靜、微妙的相狀亦能正確了知。如此經常思惟觀察，以培養對於下地過患的厭離心，以及上地功德的欣求心。

二、勝解作意。「勝解」就是對於所觀察的事理生起深刻而堅定的理解。對於所思惟觀察的下地過患和上地功德已能深刻而堅定地了解，內心不會動搖，由此培養出一種具有斷除煩惱作用的慧力（即揀擇力），這稱為勝解作意。

三、遠離作意。「遠離」指遠離棄捨了下地所有上品（粗顯的）煩惱。由於經常作意思惟下地過患和上地功德，當這種慧力初次生起斷除煩惱的作用，亦即在實際斷除了下地的上品煩惱時，即名為遠離作意。

四、攝樂作意。「攝樂」指將下地的一部分煩惱斷除後，觸證到上地的少分喜樂，並樂於繼續斷除煩惱。藉由遠離作意斷除了下地上品（粗顯的）煩惱之後，修行者觸證到上地少分喜樂，但下地中品（中等程度的）煩惱仍然現前活動，修行者因而倍加努力，對於上、下地的境相勤加修習，繼續厭離下地過患，欣求上地功德，如此不斷作意思惟，進一步斷除下地中品煩惱，這階段稱為攝樂作意。

五、觀察作意。「觀察」的意思是仔細檢查自己內心是否尚有下地煩惱仍未被徹底斷除。由於下品（微細的）煩惱隱微，難以察覺，此時修行者需要故意思惟下地可愛淨妙的境相，以審察自己能否把這些可愛境相視為粗苦障礙並厭離之。若修行者對於下地的可愛境相未能制伏、厭離，便應知道自己仍須繼續努力修行，以斷除餘下的下地微細煩惱。這個檢查內心是否仍存有微細煩惱的觀察過程，稱為觀察作意。

六、方便究竟作意（又名加行究竟作意）。「方便」意謂「加行」，亦即加功修行；「究竟」是徹底、最後的意思。經過觀察作意的檢查，發現內心尚存微細煩惱仍未斷除，於是努力作意思惟上地功德和下地過患的境相，憑藉定、慧之功力以徹底斷除下地最後的、最微細的煩惱。這個斷除下地最後微細煩惱的加功修行過程，稱為方便究竟作意。

七、方便究竟果作意（又名加行究竟果作意）。「果」即結果。在方便究竟作意斷除了下地所有煩惱之時，其所得的

結果，就是正式證入上地根本定，這時候稱為方便究竟果作意。³⁵

在證入初禪根本定之前有七種作意，如是在證入二禪根本定，乃至非想非非想處定之前都各有七種作意。³⁶

換言之，世尊在說明世間禪定時，先說如何解脫煩惱，後說如何證得三摩地，這是因為要先證得方便究竟果作意，即當下地所有煩惱都被伏斷，解脫了下地所有煩惱的束縛後，才能夠成就上地三摩地，即才能證入上地的根本定。

2.1.3.3 於方便究竟作意等位：同時說三摩地及解脫

〔論〕或有俱時說三摩地及與解脫，謂即於此方便究竟作意及餘無間道三摩地中，由三摩地與彼解脫俱時有故。

「或有俱時說三摩地及與解脫」，或者有時候佛也同時說三摩地及解脫，這就是「方便究竟作意及餘無間道三摩地中」，在未至定時，由方便究竟作意引起無漏根本定，以及依此無漏根本定而生起能夠永斷煩惱種子的無漏智慧，在這種「三摩地」即無漏根本定之中，「由三摩地與彼解脫俱時有故」，因為這

35 關於七種作意的詳細解說，見本論〈聲聞地〉卷33。

36 《瑜伽師地論》卷33：「如初靜慮定有七種作意，如是第二、第三、第四靜慮定，及空無邊處、識無邊處、無所有處、非想非非想處定，當知各有七種作意。」（大正藏，第30冊，頁467上）

種無漏根本定生起時，斷盡煩惱種子與證入無為的涅槃解脫是同時成就，所以說三摩地與解脫是同時而有。³⁷

2.2 安立蓋障

2.2.1 總標

〔論〕復次，於諸靜慮、等至障中，略有五蓋，將證彼時能為障礙。

其次，「於諸靜慮、等至障中，略有五蓋」，於所有靜慮、等至的障礙中，要略而言有五種蓋障，「將證彼時能為障礙」，這五種蓋障，是修行者朝向證得那些靜慮、等至時所會遇到的障礙。

37 可參考《瑜伽論記》卷4：「俱句之中，作意及定俱是無漏；解脫俱者，斷煩惱種。謂加行究竟作意在未至定所引果作意入根本定，名三摩地中，此定俱時是解脫道證無為解脫，故說三摩地與解脫俱，非加行究竟作意俱時之定名三摩地。及餘無間道三摩地中等者，此說前方便在未至地，依根本地起無漏無間道。此二所引解脫道俱三摩地中，此能斷惑名解脫俱，非謂前二有漏作意能伏惑者名餘無間道，此不與三摩地俱，所引解脫道亦不入根本故。」（大正藏，第42冊，頁379上）《披尋記》卷11有另一種解釋：「或有俱時說三摩地及與解脫等者：於地地中，前加行道已得究竟，一切煩惱對治作意已得生起，是名方便究竟作意。從此無間，正斷煩惱，名無間道。如是作意及無間道皆定地攝，由是說言三摩地中。依此道理，故俱時說三摩地及與解脫，由彼俱時有故。」（彌勒講堂，頁845）

〔論〕何等為五？一、貪欲蓋，二、瞋恚蓋，三、惛沈睡眠蓋，四、掉舉惡作蓋，五、疑蓋。

「何等為五」，是哪五種蓋障呢？一、貪欲蓋，二、瞋恚蓋，三、惛沈睡眠蓋，四、掉舉惡作蓋，五、疑蓋。

2.2.2 別釋

2.2.2.1 辨相

2.2.2.1.1 貪欲蓋

〔論〕貪欲者，謂於妙五欲隨逐淨相，欲見、欲聞，乃至欲觸；或隨憶念先所領受，尋伺追戀。

第一種是貪欲蓋。貪欲，與渴愛同義，指對於美妙的五欲境相貪著不捨。所謂「貪欲」，有以下兩種情況，就是：

一、「於妙五欲隨逐淨相」，對於微妙美好的色、聲、香、味、觸這五欲境相，認為是清淨美妙而跟隨追逐，「欲見、欲聞，乃至欲觸」，希望看見、聽聞，乃至接觸到這些美妙的五欲境相。

二、「或隨憶念先所領受」，或者隨著回憶過去曾經領受過的五欲境相，「尋伺追戀」，內心作出或粗淺或深細的思惟，追求愛戀。

貪取現前的妙五欲境相，或追戀曾領受的妙五欲境相，會令修行者忘失習定時所應專住的所緣境相，障礙得定，此即名為貪欲蓋。

2.2.2.1.2 瞋恚蓋

〔論〕瞋恚者，謂或因同梵行等舉其所犯，或因憶念昔所曾經不饒益事瞋恚之相，心生恚怒；或欲當作不饒益事，於當所為瞋恚之相多隨尋伺，心生恚怒。

第二種是瞋恚蓋。瞋恚，即瞋恨、忿恚，指對於違逆己意之境界心懷忿怒。所謂「瞋恚」，有以下三種情況，就是：

一、「或因同梵行等舉其所犯」，或者因為「同梵行」，即共同一起學習離欲清淨行的修行者，「等」指其他有智慧的人，「舉其所犯」，舉發揭露所犯的過失。這句是指由於受到同修者及有智者舉發自己所犯的過失，令內心生起忿怒。³⁸

二、「或因憶念昔所曾經不饒益事瞋恚之相，心生恚怒」，或者因為回憶過去經歷過的不愉快的事情，令內心生起忿怒。

38 《披尋記》卷11：「或因同梵行等舉其所犯等者：同習梵行，名同梵行。等言，等取諸有智者。若犯戒已，為彼諫舉，心生恚怒，此第一義釋瞋恚相。復有餘義，如文易知。」（彌勒講堂，頁847）

三、「或欲當作不饒益事，於當所為瞋恚之相多隨尋伺，心生恚怒」，或者意欲在將來造作報復他人等不利益的事情，並經常地對這些事情出作或粗淺或深入的思考，令內心生起忿怒。

由於受他人舉發已過，或因回憶過去曾發生的不愉快事情，或經常思考未來不利益的事情，從而令內心生起忿怒，這會令修行者忘失習定時所應專注的所緣境相，障礙得定，此即名為瞋恚蓋。

2.2.2.1.3 惛沈睡眠蓋

2.2.2.1.3.1 惛沈

〔論〕惛沈者，謂或因毀壞淨尸羅等隨一善行、不守根門、食不知量、不勤精進減省睡眠、不正知住而有所作、於所修斷不勤加行，隨順生起一切煩惱，身心惛昧，無堪任性。

第三種是惛沈睡眠蓋。惛沈，指身心昏昧沉重之精神狀態；睡眠，指意識闇昧模糊的精神狀態。所謂「惛沈」，有以下六種情況，就是：

一、「或因毀壞淨尸羅等隨一善行」，或者是因為摧毀破壞了隨便一種善性的清淨戒行。「尸羅」（śīla）的原意是指行為、習慣等；佛教為出家眾及在家信徒制定之各種戒規，如比丘戒、五戒等，稱為「淨尸羅」，即清淨之戒，具有防非止惡之功用。此外，尸羅有清涼之義，指身、口、意三業所犯之過

失能使修行者焦熱苦惱，持戒則能止息熱惱，令身心寂靜安適。³⁹

二、或者是因為「不守根門」。「不守」意謂不去防守保護；「根門」指六根門，即眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根，這六根是色、聲、香、味、觸、法等境相進入的地方，故稱為根門。「不守根門」指不以正念防護六根，因此當眼等六根攀緣外境時，內心便容易對於可愛的境界生起貪欲，對於不可愛的境界生起瞋恚，對於非可愛非不可愛的境界生起愚癡。

三、或者是因為「食不知量」。食不知量是指對於身體所需的飲食不知適當的分量，吃得過多或過少。⁴⁰

四、或者是因為「不勤精進減省睡眠」。「不勤」指懈怠，即不去積極修行善法之懶惰態度；「精進」即積極努力；「不勤精進減省睡眠」意謂修行者懶惰嗜睡，歡喜倚卧休息之樂，不去減少節省睡眠以積極努力修習禪定。

五、或者是因為「不正知住而有所作」。「不正知住」指內心忘失正念，不能正確了知自己當下所做的行為，「而有所作」，在不正知的情況下作出各種不具正念的行為。

39 《瑜伽師地論》卷83：「言尸羅者，謂能寂靜毀犯淨戒罪熱惱故，又與清涼義相應故。」（大正藏，第30冊，頁762上）

40 《瑜伽師地論》卷89：「於所飲食不善通達，若過、若減，是故名為食不知量。」（大正藏，第30冊，頁803上）

六、或者是因為「於所修斷不勤加行」，對於能夠斷除煩惱的修行，不生喜樂，不去努力加功實踐。

「隨順生起一切煩惱」，依隨順著以上的情況，會令習定者生起一切煩惱，令得「身心昏昧」，身體與內心沈重凝滯，昏暗不明，「無堪任性」，沒有容受善法生起及證入禪定的能力。

2.2.2.1.3.2 睡眠

〔論〕睡眠者，謂心極昧略。

所謂「睡眠」，就是「心極昧略」。「昧」即昏暗不明，「略」指內心分別境象的能力很弱，對於所取境相不能明了顯現；⁴¹「心極昧略」是指內心極度闇昧模糊，分別境相的能力很微弱時的精神狀態。

2.2.2.1.3.3 昏沈睡眠合說一蓋

〔論〕又順生煩惱、壞斷加行，是昏沈性；心極昧略，是睡眠性。

是故此二合說一蓋。

41 《披尋記》卷11：「謂心極昧略者：謂能令心於所取境不能明了，是名昧略。」（彌勒講堂，頁848）

「又順生煩惱、壞斷加行」，如上文所說，有六種情況（即「或因毀壞淨尸羅等隨一善行」乃至「於所修斷不勤加行」）會令習定者隨順生起很多煩惱、破壞及中斷對於禪定的加功修行，「是惛沈性」，這是惛沈的性質。「心極昧略」，內心極度闇昧，對所取境相不能明了顯現，「是睡眠性」，這是睡眠的性質。

「是故此二合說一蓋」，由於「此二」，即惛沈與睡眠，會令內心變得惛暗、昧略，影響習定者不能持續清晰明了專注於禪定對象，障礙證得禪定，因此把惛沈與睡眠結合起來說為五蓋中的其中一蓋，名為惛沈睡眠蓋。

〔論〕又惛昧無堪任性，名惛沈；惛昧心極略性，名睡眠。

另外，「惛昧無堪任性，名惛沈」，惛沈暗昧的心沈重凝滯，失去自主控制的能力，名為惛沈；「惛昧心極略性，名睡眠」，惛沈暗昧的心極度昏暗模糊，分別境相的能力很微弱，名為睡眠。

〔論〕由此惛沈生諸煩惱、隨煩惱時，無餘近緣如睡眠者。諸餘煩惱及隨煩惱或應可生，或應不生；若生惛昧，睡眠必定皆起。

「由此惛沈生諸煩惱、隨煩惱時」，由這惛沈的力量生起各種根本煩惱（如貪、瞋等）及隨煩惱（如忘念、懈怠等）等心所

法的時候，「無餘近緣如睡眠者」，沒有其它的心所法比睡眠更接近昏沈。這句意謂睡眠是在各種心所法之中，最接近昏沈的心所法。「諸餘煩惱及隨煩惱或應可生，或應不生」，因為當昏沈發生時，除了睡眠心所以外，各種根本煩惱及隨煩惱，或會生起，或不會生起；「若生昏昧，睡眠必定皆起」，但如果生起昏昧時，睡眠必定會一同生起。換言之，當昏沈出現時，睡眠也必定會出現，因此結合兩者立為一蓋，稱為昏沈睡眠蓋。

2.2.2.1.4 掉舉惡作蓋

2.2.2.1.4.1 掉舉

〔論〕掉舉者，謂因親屬尋思、國土尋思、不死尋思，或隨憶念昔所經歷戲笑歡娛所行之事，心生誼動騰躍之性。

第四種是掉舉惡作蓋。掉舉，指內心浮動不安、掉動而高舉的精神狀態。惡作，即厭惡所作，指對於過往應作的行為沒有做到，或對於過往不應作的行為而造作了，心裡追憶後悔。

所謂「掉舉」，就是因為「親屬尋思」，內心思惟著親戚眷屬；「國土尋思」，內心思惟著曾居住過的國家土地；「不死尋思」，內心思惟著自己不會輕易死去，「或隨憶念昔所經歷戲笑歡娛所行之事」，或者是隨順憶念過去所經歷過的遊戲笑鬧、歡喜快樂的事情，「心生誼動騰躍之性」，使令內心生起誼鬧動盪、奔騰跳躍的性質。

以上的思惟及憶念都會令內心掉動高舉，障礙得定。

2.2.2.1.4.2 惡作

2.2.2.1.4.2.1 處所相等

〔論〕惡作者，謂因尋思親屬等故，心生追悔，謂我何緣離別親屬？

何緣不往如是國土？何緣棄捨如是國土，來到於此，食如是食，飲如是飲，唯得如是衣服、卧具、病緣醫藥資身眾具？

我本何緣少小出家，何不且待至年衰老？

或因追念昔所曾經戲笑等事，便生悔恨，謂我何緣於應受用戲樂、嚴具、朋遊等時，違背宗親朋友等意，令其悲戀涕淚盈目而強出家。

由如是等種種因緣，生憂戀心，惡作追悔。

所謂「惡作」，就是由於以下的思惟而導致內心追憶後悔：

一、「因尋思親屬等故，心生追悔」，因為思惟親戚、眷屬、朋友等，內心生起追憶後悔，後悔自己為了出家修道而離開了親友眷屬，因而嘆謂：「我何緣離別親屬？」我為什麼要離開自己的親屬而去出家修道呢？

二、「何緣不往如是國土？何緣棄捨如是國土，來到於此，食如是食，飲如是飲，唯得如是衣服、臥具、病緣醫藥資身眾具？」我為什麼不前往另一個生活環境更好的國家呢？我為

什麼要棄捨以前居住的地方，來到這裡出家修道，吃這樣的食物，喝這樣的水，只是得到僅能夠維持修行人生存最低限度的生活上的必需品——衣服、臥具、治療疾病的醫藥？「資身眾具」指資益身體能夠繼續生存的各種器具，亦即資養生命的各種生活必需品，包括飲食、衣服、臥具、醫藥等。

三、「我本何緣少小出家？何不且待至年衰老？」我為什麼在年紀尚少的時候就出家了？為何不等待至年紀衰老的時候才出家修行？

四、「或因追念昔所曾經戲笑等事，便生悔恨」，或者因為追憶懷念往昔所曾經歷過的遊戲笑鬧等歡樂的事情，便對自己生起這樣的後悔遺憾，就是：「我何緣於應受用戲樂、嚴具、朋遊等時，違背宗親朋友等意，令其悲戀涕淚盈目而強出家」，我為什麼在應該享受遊戲玩樂、莊嚴亮麗的首飾等器具、與朋友一起遊玩等令人歡樂的事情時，欲偏偏違背親屬、朋友等的意願而堅持出家修道，令他們悲傷不捨，滿目含淚，傷心不已？

「由如是等種種因緣，生憂戀心，惡作追悔」，由於以上各種原因，生起憂傷、眷戀不捨之心，追憶後悔。

〔論〕由前掉舉與此惡作處所等故，合說一蓋。

「處所等」即處所相等，指引起掉舉與惡作這兩種過失的地方是相同的，都是由於親屬尋思、國土尋思、不死尋思、隨憶念昔所經歷戲笑歡娛所行之事；若因這些尋思而令心誼動騰躍，就稱為掉舉；若因這些尋思而心生追憶後悔，就稱為惡作。「由前掉舉與此惡作處所等故，合說一蓋」，由於前文說的掉舉與此段所說的惡作，兩者都是以思惟親屬等境界為因緣，所以說掉舉、惡作的處所相等，而結合在一起說為一種蓋。

2.2.2.1.4.2.2 非處惡作

〔論〕又於應作、不應作事，隨其所應，或已曾作、或未曾作，心生追悔。云何我昔應作不作，非作反作？
除先追悔所生惡作，此惡作纏猶未能捨。

「又於應作、不應作事，隨其所應，或已曾作、或未曾作，心生追悔」，又對於佛所教導的應該要作的事，或不應該作的事，隨著與其相應的情況，即是對於不應作的事（如十不善業）已經造作了，或是對於應作的事（如十善業）而未曾造作，內心生起追憶後悔。因為對於應作的事而未作，或對於不應作的事而作了，所以內心會出現這樣的追憶後悔：「云何我昔應作不作，非作反作？」為什麼我對過去應作的事不去作，不應作的事反而作了？對於這種不合乎佛教道理之事——應作的事而未作，不應作的事卻作了——生起追憶後悔，這稱為非處惡作。「非處」指與佛教的道理相違。

「除先追悔所生惡作」，除了先前所說的由於親屬尋思乃至隨憶念昔所經歷戲笑歡娛所行之事等等由追悔所生起的惡作，「此惡作纏猶未能捨」，「纏」指煩惱現前活動；這種非處惡作的煩惱現前時，也會纏繞修定人的內心，令他們未能捨棄後悔，從而障礙得定。⁴²

2.2.2.1.4.2.3 相續惡作

〔論〕次後復生相續不斷憂戀之心，惡作追悔，此又一種惡作差別。

「次後復生相續不斷憂戀之心，惡作追悔」，在非處惡作之後，又生起相續不斷的憂愁不捨之心，內心惡作追悔，「此又一種惡作差別」，這又是另一種惡作的類型，稱為相續惡作，即在非處惡作之後，內心持續不斷的追憶後悔。

〔論〕次前所生非處惡作及後惡作，雖與掉舉處所不等，然如彼相，騰躍誼動，今此亦是憂戀之相，是故與彼雜說一蓋。

「次前所生非處惡作及後惡作」，在前面所生起的非處惡作，以及隨後生起的相續惡作，「雖與掉舉處所不等，然如彼相，

42 《披尋記》卷11：「除先追悔所生惡作等者：前說尋思戲笑等念種種因緣生憂戀心，惡作追悔，名先追悔所生惡作。除此復有非處惡作，即由應作不作、非作反作之所引發。此現行時未能除遣，名未能捨。」（彌勒講堂，頁851）

騰躍誼動」，雖然這兩種惡作生起的原因，並不是與生起掉舉的原因相同，但它們與掉舉的相貌相似，能令內心跳躍、誼鬧、動盪不安，「今此亦是憂戀之相，是故與彼雜說一蓋」，現在所說的這種非處惡作及相續惡作，也有能令內心憂愁不捨之相貌，因此把這二種惡作與彼掉舉，也混合說為一蓋。⁴³

2.2.2.1.5 疑蓋

〔論〕疑者，謂於師、於法、於學、於誨，及於證中生惑生疑；由心如是懷疑惑故，不能趣入勇猛方便，證斷寂靜。

第五種是疑蓋。疑，指對於佛陀及其所說的道理、教法、教誨等猶豫懷疑，無法決定地接受之心理狀態。

所謂疑，「謂於師、於法、於學、於誨」，就是指對於「師」，指佛陀及已證果位的聖僧；「法」指佛所說之道理；「學」即戒、定、慧三學，這三學為統攝所有佛教修行內容的總綱；「誨」即教誨，包括教授與教誡。教授，即教導授與應作有利益的事；教誡，謂教導規勸不應作沒有利益的事；「及於證中」，以及在透過修行而證得的成果之中，「生惑生疑」，生起困惑、生起懷疑。換言之，「疑」是指對於佛陀與聖僧、法

43 《瑜伽論記》對「惡作」一節有較詳細的釋義，它將修行人劃分為在俗時、初出家時及出家後時來解析論文，詳見大正藏，第42冊，頁379中、下。

理、修行、言教、所證的成果等生起的困惑與懷疑。⁴⁴

「由心如是懷疑惑故，不能趣入勇猛方便，證斷寂靜」，由於內心對師、法、學、誨，以及所證的涅槃寂靜懷有懷疑與困惑，所以不能發起勇猛精進的修行，以及不能證得煩惱斷滅的涅槃寂靜境界。「寂靜」有二方面含義，包括：一、苦寂靜，由永遠斷除將來的生死苦果，不再流轉生死，這稱為苦寂靜；二、煩惱寂靜，由永遠斷除一切貪、瞋、癡等煩惱，煩惱不再生起，這稱為煩惱寂靜。⁴⁵

〔論〕又於去來今及苦等諦生惑生疑，心懷二分，迷之不了，猶豫猜度。

「又於去來今及苦等諦生惑生疑」，又於自己這個生命體在過去、未來，現在是否有真實不變的自我？抑或沒有真實不變的自我？以及對於佛所宣說的四種真理，即苦諦、集諦、滅諦及道諦，到底是正確？抑或是不正確？內心生起困惑、生起懷疑。

44 《瑜伽論記》卷4：「疑中，於師者，佛、僧二寶。於法者，理。學者，行。誨者，教。證者，果。即教、理、行、果，四法寶也。」（大正藏，第42冊，頁379下）

45 《披尋記》卷11：「謂於師於法至生惑生疑者：師謂大師。法謂師所說法。學謂戒等三無漏學。誨謂教授教誡。證謂涅槃寂靜。由於大師、於法、於學、於誨心懷疑惑，故無堪能趣入勇猛方便；由於所證心懷疑惑，故無堪能證斷寂靜。寂靜有二，謂苦寂靜、煩惱寂靜。當來眾苦皆永斷故，證苦寂靜；一切煩惱皆永斷故，證煩惱寂靜；是名證斷寂靜差別。義如〈有餘依地〉說。」（彌勒講堂，頁852）

「心懷二分」，指內心懷有正、反這二方面想法，即：在過去、現在、未來，真實的自我究竟是有（正）？還是沒有（反）？關於四諦，到底是正確（正）？抑或不正確（反）？「迷之不了」，心裡對這些事情迷惑，不能明白了知，「猶豫猜度」，猶豫不決、猜測揣度，不能決定。

2.2.2.2 明食與非食

這一節論文，將會說明五蓋的食與非食。「食」，梵文āhāra，具有滋養、牽引、持續等義；若是能夠牽引出五蓋並令其增長擴大的，就稱為五蓋的「食」。與此相反，若是能夠制止五蓋的生起，壓止其增長，並且具有對治五蓋作用的，就名為五蓋的「非食」。

2.2.2.2.1 貪欲蓋

2.2.2.2.1.1 食

〔論〕問：此貪欲蓋以何為食？

答：有淨妙相，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食。

淨妙相者，謂第一勝妙諸欲之相。若能於此遠離染心，於餘下劣亦得離染，如制強力，餘劣自伏。此復云何？謂女人身上八處所攝可愛淨相；由此八處，女縛於男。所謂歌、舞、笑、睇、美容、進止、妙觸、就禮。

由此因緣，所有貪欲未生令生，生已增長，故名為食。

問：這個貪欲蓋是以什麼作為「食」？意即有什麼東西能夠滋養貪欲，令其生起及增長擴大呢？

答：「有淨妙相」，有清淨美妙的相貌，「及於彼相不正思惟多所修習」，以及對於那些清淨美妙的相貌反覆進行不正確的思惟，「以之為食」，貪欲蓋就是以此而得以生起及增長擴大。

所謂「淨妙相」，就是指「第一勝妙諸欲之相」，即最為第一、最為殊勝美妙的色、聲、香、味、觸等五欲之境界相貌。論文在這裡是從凡夫的角度，把美妙的五欲境相（按後文所述，特別是指男女之間的欲境）說為第一最勝的淨妙相。若把接觸到的色、聲、香、味、觸等五欲境相，錯誤地認為是清淨美妙而產生顛倒執著，這種不正確的思惟，就是論文所說的「於彼相不正思惟」；若經常反覆進行這種錯誤的思惟，便是「於彼相不正思惟多所修習」，貪欲蓋由此得以生起及增長擴大，故稱為「食」。

「若能於此遠離染心」，若能在這最為清淨美妙的五欲境相之中，遠離、捨棄貪著之染污心，「於餘下劣亦得離染」，對於其餘低劣的、不那麼清淨美妙的五欲境相，內心亦得以遠離貪染，「如制強力」，如同當我們能夠制伏力量最強大的敵人，「餘劣自伏」，其餘力量比較劣弱的敵人自然就被降伏。

「此復云何」？這種第一最勝的淨妙相又是指什麼呢？就是指

「女人身上八處所攝可愛淨相」，女人身體上八種討人喜愛的清淨相貌；「由此八處，女縛於男」，由這八種相貌，女人會將男人的心繫縛住。這八種相貌就是：一、「歌」，美妙的歌聲；二、「舞」，曼妙的舞姿；三、「笑」，嫵媚的笑容；四、「睇」，含情脈脈的眼神；五、「美容」，美麗的容貌；六、「進止」，優雅的進退舉止；七、「妙觸」，柔軟的身觸；八、「就禮」即舉行婚禮，意指男女進行房事。

「由此因緣」，由於這些原因，「所有貪欲未生令生，生已增長」，所有還沒生起的貪欲，令得生起；已生的貪欲，得以增長，「故名為食」，因此稱為貪欲蓋的食。

2.2.2.2.1.2 非食

〔論〕問：此貪欲蓋誰為非食？

答：有不淨相，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。

此復云何？謂青瘀等。若觀此身種種不淨雜穢充滿，名觀內身不淨之相；復觀於外青瘀等相種種不淨，名觀外身不淨之相。由觀此二不淨相故，未生貪欲令其不生，生已能斷，故名非食。

由於彼相如理作意故，遮令不生；多所修習故，生已能斷。

問：「此貪欲蓋誰為非食」？有什麼東西是這個貪欲蓋的「非食」？即有什麼東西能夠制止貪欲，不令它生起及增長擴大，乃至能夠對治貪欲呢？

答：「有不淨相，及於彼相如理作意多所修習」，有不清淨的相貌，及對於那些不清淨的相貌反覆地進行合乎道理的思惟，「以為非食」，貪欲蓋就是以此而得到制止及對治。「此復云何」？這不清淨的相貌是指什麼呢？「謂青瘀等」，就是指身體青瘀等相貌。

「若觀此身種種不淨雜穢充滿」，若觀察這個身體充滿各式各樣不清淨、汙穢之物，名為「觀內身不淨之相」。觀內身不淨之相，是指觀察身體所有的三十六種不淨物之相貌，包括：髮、毛、爪、齒、塵垢、皮、肉、骸骨、筋、脈、心、膽、肝、肺、大腸、小腸、生藏、熟藏、肚、胃、脾（脾）、腎、膿血、熱痰、肪、膏、肌、髓、腦、膜、涕、唾、淚、汗、尿、尿。⁴⁶

「復觀於外青瘀等相種種不淨」，又觀察外在的身體青瘀等各種不淨相貌，名為「觀外身不淨之相」。觀外身不淨之相，是指觀察外在的屍體腐朽過程的十七種不淨之相貌，包括：青瘀、膿爛、變壞、縫脹、食噉、變赤、散壞、骨、鎖、骨鎖、

46 《瑜伽師地論》卷26：「云何依內朽穢不淨？謂內身中，髮、毛、爪、齒、塵垢、皮、肉、骸骨、筋、脈、心、膽、肝、肺、大腸、小腸、生藏、熟藏、肚、胃、脾、腎、膿血、熱痰、肪、膏、肌、髓、腦、膜、涕、唾、淚、汗、尿、尿。如是等類，名為依內朽穢不淨。」（大正藏，第30冊，頁428下）當中「脾」疑作「脾」。

屎所作、尿所作、唾所作、洩所作、血所塗、膿所塗、便穢處。⁴⁷

觀察自己身體與外在屍體這兩方面不淨之相，就是不淨觀的修習。⁴⁸

「由觀此二不淨相故」，由於觀察自己身體與外在屍體這二類不淨相貌的原故，「未生貪欲令其不生」，能夠令未生起的貪欲不生起，「生已能斷」，已生起的貪欲能夠斷除，「故名非食」，所以稱為貪欲蓋的非食。

「由於彼相如理作意故」，由於對那些身體與屍體的不淨相能夠「如理作意」，即符合真實的情況、依照正確的道理而作出思惟，「遮令不生」，因此能夠遮止貪欲，使令貪欲不能生起；「多所修習故，生已能斷」，由於經常修習不淨相的如理作意，所以對於已經生起的貪欲能夠斷除。

〔論〕前黑品中，由於彼相不正思惟故，未生令生；多所修習故，倍更增廣。

47 《瑜伽師地論》卷26：「云何依外朽穢不淨？謂或青瘀、或復膿爛、或復變壞、或復腫脹、或復食噉、或復變赤、或復散壞、或骨、或鎖、或復骨鎖、或屎所作、或尿所作、或唾所作、或洩所作、或血所塗、或膿所塗、或便穢處。如是等類，名為依外朽穢不淨。」（大正藏，第30冊，頁428下、429上）

48 關於不淨觀，詳見本論卷26。

「前黑品中」，「黑」有染污不善之意，「品」即品類，「黑品」指屬於不善法的品類；在前文所說貪著淨妙的五欲境相這種屬於不善法品類的情況之中，「由於彼相不正思惟故」，因為對於那些淨妙五欲境相的不正確思惟，因此貪欲「未生令生」，未曾生起出現的，會令它生起；「多所修習故，倍更增廣」，由於經常反覆地對淨妙相作出不如理的作意思惟，貪欲會加倍增長廣大。

2.2.2.2.2 瞋恚蓋

2.2.2.2.2.1 食

〔論〕問：瞋恚蓋以何為食？

答：有瞋恚性、有瞋恚相，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食。

依於種種不饒益事，心生惱害，名瞋恚性。

不饒益事，名瞋恚相。

於九惱事不正作意，名不正思惟。

如是等事，皆名為食。

問：瞋恚蓋是以什麼作為「食」？即有什麼東西能夠滋養瞋恚，令其生起及增長擴大呢？

答：「有瞋恚性、有瞋恚相」，有瞋恚的心意、有瞋恚的境界相貌，「及於彼相不正思惟多所修習」，及對於那些瞋恚的境界相貌反覆進行不正確的思惟，「以之為食」，瞋恚蓋就是以此而得以生起及增長擴大。

「依於種種不饒益事，心生惱害，名瞋恚性」，依於各種令自己受到損害的事情，內心生起憤怒及傷害別人（或自己）的心意，就稱為「瞋恚性」。

「不饒益事，名瞋恚相」，那些令自己受到損害的事情，是引發我們瞋恚心生起的境界相貌，因此稱為「瞋恚相」。

「九惱事」即九種能令內心生起惱害之境事，包括：

- 一、因為對自己不滿，心生惱害；
- 二、因為對自己所愛的人不滿，心生惱害；
- 三、因為對並非自己所愛的人不滿，心生惱害；
- 四、因為對過去與自己關係不好的怨敵不滿，心生惱害；
- 五、因為對過去與自己關係良好的親友不滿，心生惱害；
- 六、因為對未來與自己關係不好的怨敵不滿，心生惱害；
- 七、因為對未來與自己關係良好的親友不滿，心生惱害；
- 八、因為對現在與自己關係不好的怨敵不滿，心生惱害；
- 九、因為對現在與自己關係良好的親友不滿，心生惱害。⁴⁹

「於九惱事不正作意」，對於九惱事，即對自己，乃至現在與自己關係良好的親友等有情，生起不正確的作意思惟——執著

49 《瑜伽師地論》卷55：「瞋事亦有十種：一、己身，二、所愛有情，三、非所愛有情，四、過去怨親，五、未來怨親，六、現在怨親，七、不可意境，八、嫉妬，九、宿習，十、他見。瞋亦有十，如其次第，依彼而生，依前六事，立九惱事……。」（大正藏，第30冊，頁603中）

自己與他人為真實不變的生命實體，依止於這種錯誤的認知及思惟，對上述假名安立的有情不滿而心生惱害，「名不正思惟」，就名為不正確的思惟。⁵⁰

「如是等事，皆名為食」，如上所說的瞋恚的心意、瞋恚的境界相貌，以及對於九惱事作出的不正確思惟等，都稱為瞋恚的「食」。

2.2.2.2.2 非食

〔論〕問：此瞋恚蓋誰為非食？

問：有什麼東西是這個瞋恚蓋的「非食」？即有什麼東西能夠制止瞋恚，不令它生起、增長及能夠對治它呢？

〔論〕答：有仁慈賢善，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。

又此慈善，恆欲與他安樂為相，修力所攝。

由思擇力所攝作意，調伏九惱。

50 《披尋記》卷11：「於九惱事不正作意者：〈決擇分〉說：瞋事亦有十種。依前六事，立九惱事，緣彼一切瞋，皆名有情瞋。……云何六事？謂一、己身，二、所愛有情，三、非所愛有情，四、過去怨親，五、未來怨親，六、現在怨親。於後三中，怨親各二，是故建立成九惱事。當知此中都無我及有情，唯有諸蘊，唯有諸行。於中假想施設安立我及有情，不應依彼心生惱害作意思惟。即彼作意，名為不正作意。」（彌勒講堂，頁856、857）

以能斷除瞋恚蓋故，經中唯說此為非食。

答：「有仁慈賢善」，有寬仁慈愛、賢明善良之心，「及於彼相如理作意多所修習」，及於那種仁慈賢善的相貌反覆進行合乎道理的作意思惟；「以為非食」，瞋恚蓋就是以此得到制止及對治。

「又此慈善」，又這種仁慈賢善之心，「恆欲與他安樂為相」，是以經常希望給予他人安穩快樂的心意作為它的相貌，「修力所攝」，這是屬於修習的力量。這句論文的意思是，仁慈賢善的特質是可以透過修習引發出來，修習方法是培養恆時給予有情利益安樂的心態，並且把這種心態堅固決定下來，以形成一種具有制止及對治瞋恚的力量。這種培養慈善的修習方法稱為慈愍觀，在本論的〈聲聞地〉卷30裡有詳細說明。

「由思擇力所攝作意」，由思惟抉擇的力量所引發出的作意思惟，「調伏九惱」，能夠調控制伏由九惱事引生的瞋恚惱怒。據本論卷30所說，修習慈愍觀時，思惟抉擇一切眾生，不論與自己的關係是親愛、怨仇或中庸，都應該生起平等之心，願他們得到利益安樂，乃至思惟抉擇所謂有情，都不過是依止五蘊而假名安立，當中並沒有實在不變的有情等等；⁵¹經過這樣的思惟抉擇而得出一種明確而堅定的認知，依據此認知所作出的如理作意思惟，能去除由九惱事引生的瞋恚惱怒。

51 詳見大正藏，第30冊，頁453上至454上。

「以能斷除瞋恚蓋故」，由於依止仁慈賢善之修習力及思擇力能夠斷除瞋恚蓋，「經中唯說此為非食」，因此佛經中唯獨說這仁慈賢善是瞋恚蓋的非食。

2.2.2.2.3 惛沈睡眠蓋

2.2.2.2.3.1 食

〔論〕問：惛沈睡眠蓋以何為食？

問：惛沈睡眠蓋是以什麼作為「食」？即有什麼東西能夠滋養惛沈睡眠，令其生起及增長擴大呢？

〔論〕答：有黑闇相，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食。

答：「有黑闇相」，內心有黑暗的相貌，這黑暗相貌使令內心不能清晰顯現其它所緣境相，「及於彼相不正思惟多所修習」，及對於那種黑暗相貌反覆進行不正確的思惟，「以之為食」，惛沈睡眠蓋就是以此得以生起及增長擴大。

2.2.2.2.3.2 非食

〔論〕問：此蓋誰為非食？

問：有什麼東西是這個惛沈睡眠蓋的「非食」？即有什麼東西能夠制止惛沈睡眠，不令它生起、增長及能夠對治它呢？

〔論〕答：有光明相，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。

光明有三種：一、治闇光明，二、法光明，三、依身光明。

答：「有光明相」，有光明的相貌，「及於彼相如理作意多所修習」，以及對於那種光明相貌反覆地進行合乎道理的作意思惟，「以為非食」，惛沈睡眠蓋就是以此而得到制止及對治。

「光明有三種」，光明有三種類型：

- 一、「治闇光明」，能夠對治黑暗的光明；
- 二、「法光明」，由思惟佛法義理所產生的光明；
- 三、「依身光明」，由身體發出的光明。有情的身體是心、心所作用依靠之處所，又為眼等五根之依處，故身體稱為「依身」。

〔論〕治闇光明復有三種：一、在夜分，謂星、月等；二、在晝分，謂日光明；三、在俱分，謂火珠等。

治闇光明又有三種：

- 一、「在夜分，謂星、月等」，在夜晚時分的光明，就是星星、月亮等所發出的光明；
- 二、「在晝分，謂日光明」，在晝日時分的光明，就是太陽所

發出的光明；

三、「在俱分，謂火珠等」，在夜晚及晝日時分的光明，就是火珠、燈炬等不論日夜都能發出光明的照明工具。

論文中的「晝分」指白晝，即太陽顯現出來的時分；「夜分」指夜晚，即太陽沉沒隱匿的時分。古印度曆法對於晝夜有多種分法，本論把晝夜共分為八分，即晝日四分：最初一分名「日初分」，中間二分名「日中分」，最後一分名「日後分」；夜晚四分：最初一分名「夜初分」，中間二分名「夜中分」，最後一分名「夜後分」。⁵²

〔論〕法光明者，謂如有一，隨其所受、所思、所觸，觀察諸法；或復修習隨念佛等。

所謂「法光明」，就如有一個人，隨著他「所受」，聽受佛法；「所思」，對於聽受的佛法進行思惟分析；「所觸」，對於所理解的佛法進行實踐修習，觸證體會；透過「所受」（聽聞）、「所思」（思惟）、「所觸」（修習觸證）而成就的智慧，⁵³「觀察諸法」，能正確的觀察各種法義，對治內心

52 《瑜伽師地論》卷24：「云何初夜？云何後夜？……言初夜者，謂夜四分中，過初一分，是夜初分。言後夜者，謂夜四分中，過後一分，是夜後分。」（大正藏，第30冊，頁411下）

53 《瑜伽論記》卷4：「法光明者，謂如有一，隨其所受、所思、所觸者，聞、思、修慧，如次配之；觀察諸法，通上三慧也。」（大正藏，第42冊，頁379下）

的無明、疑及昏沈睡眠，令心遠離煩惱獲得清淨，這就稱為法光明。⁵⁴

「或復修習隨念佛等」，或者修習隨念佛、隨念法、隨念僧、隨念戒、隨念施、隨念天等六種隨念，也稱為法光明。「隨念」即緊隨憶念，具有深切注意、反復回憶的意思；「隨念佛」指隨順憶念佛陀的十種名號及功德，在內心反復回憶、深切注意。透過修習隨念佛、法、僧，以及持戒、布施、生天等功德，能夠勉勵修行者，令生歡喜，由此得以對治內心的黑暗沈沒。⁵⁵ 因此，修習隨念佛等，也稱為法光明。

〔論〕依身光明者，謂諸有情自然身光。

所謂「依身光明」，就是指「諸有情自然身光」，即各種天趣有情（天人）身體上自然而然發出的光明。⁵⁶

54 《披尋記》卷11：「隨其所受所思所觸觀察諸法者：於法受持，是名所受；於法思惟，是名所思；於法觸證，是名所觸。隨此所生聞思修慧，與光明想相應而轉，能正對治諸所治法，令心清淨，由是故能觀察諸法，名法光明。」（彌勒講堂，頁860）

55 《披尋記》卷11：「或復修習隨念佛等者：此中等言，等取法、僧。〈聞所成地〉說：於佛法僧隨念之行，名歸依隨念。能令心沒諸修行者，正策其心，令生歡喜。……如是隨念治心沈沒，名法光明。」（彌勒講堂，頁860）

56 《披尋記》卷11：「謂諸有情自然身光者：此說諸天所依止身自然光耀。如前〈有尋有伺地〉已說。……修習大心三摩地者，想諸天光而生勝解。令初靜慮得善清淨故。如下當說。」（彌勒講堂，頁860）

〔論〕當知初明治三種闇：一者、夜闇；二者、雲闇；三者、障闇，謂窟宅等。

「當知初明治三種闇」，應當知道最初的治闇光明，能夠對治三種黑暗：

一、「夜闇」，指在夜晚沒有太陽時的黑暗。星、月的光明可以對治夜暗。

二、「雲闇」，指在晝日時被雲層遮蔽而導致黑暗。太陽的光明可以對治雲暗。

三、「障闇」，就是「窟宅等」，指洞穴、房子等不論晝夜都障隔自然光明進入而導致的黑暗。火珠、燈炬等光明可以對治障暗。

〔論〕法明能治三種黑闇。

由不如實知諸法故，於去、來、今，多生疑惑，於佛、法等，亦復如是；此中無明及疑，俱名黑闇。

又證觀察，能治昏沈睡眠黑闇，以能顯了諸法性故。

「法明能治三種黑闇」，「法明」即法光明，能夠對治三種黑暗，包括：一、無明，二、疑，三、昏沉睡眠。

「由不如實知諸法故」，由於不能夠如實了知諸法的真實相貌，所以「於去、來、今」，即對於過去、未來、現在的我是存在？還是不存在？我是屬於三界五趣中的哪一界趣種類的眾生？我是屬於哪一種生命型態的體性？如此等等，「多生

疑惑」，生起很多懷疑與迷惑；「於佛、法等」，對於佛的覺悟智慧、佛所說的正法，「等」字，包括僧眾的正確修行、苦集滅道等四諦，乃至對於聖者的真實體驗，「亦復如是」，亦是有很多懷疑與迷惑。⁵⁷「此中無明及疑，俱名黑闇」，「無明」即不能夠如實了知諸法的真實相貌；「疑」指對於生命的過去、未來、現在，及對於佛、法等之懷疑與迷惑；由於無明，故生起疑惑，這兩者都稱為黑暗。⁵⁸

「證觀察」指在禪定中觀察法義所證得的能夠如實了知及證見諸法的智慧。「又證觀察」，又這種證得如實觀察法義的智慧，「能治惛沈睡眠黑闇」，能夠對治身心惛沉睡眠的黑暗，「以能顯了諸法性故」，因為這種智慧能夠去除黑闇相，顯現明了所觀察的諸法體性。⁵⁹

57 可參考本論卷9的「十九種無知」，詳見《瑜伽師地論·本地分解讀》第六冊，頁99-115。

58 《披尋記》卷11：「法明能治三種黑闇等者：此中有二三種。一、謂去來今，二、謂佛法僧。若於過去起如是疑，謂我為有？為無？如是等疑，於三世轉，如經廣說，是名於去來今多生疑惑。當知此疑無明所生，由是說言無明及疑俱名黑闇。於佛法等亦復如是，由無知故，生惑生疑。」（彌勒講堂，頁861）

59 《瑜伽論記》卷4：「又證觀察，能治惛沈睡眠黑闇者，『證』謂修法慧，謂於定中觸慧會，名『證』。」（大正藏，第42冊，頁379下）《披尋記》卷11：「又證觀察等者：謂心得定，能如實知、能如實見，名證觀察。此能對治身心惛昧及心昧略，由是說言能治惛沈睡眠纏覆黑闇。以能顯了法性，故名法明。」（彌勒講堂，頁862）

總括來說，法光明能夠對治三種黑暗，即透過聽聞及思惟法義所產生的智慧，能夠對治：一、無明，及二、疑；在禪定中觀察法義所證得的智慧，能夠對治：三、惛沈睡眠。因此，法光明是惛沈睡眠蓋的非食。⁶⁰

2.2.2.2.4 掉舉惡作蓋

2.2.2.2.4.1 食

〔論〕問：掉舉惡作蓋以何為食？

問：掉舉惡作蓋是以什麼作為「食」？即有什麼東西能夠滋養掉舉惡作，令其生起及增長擴大呢？

〔論〕答：於親屬等所有尋思，於曾所經戲笑等念，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食。

答：「於親屬等所有尋思」，對於親屬、國土、不死這三方面生起的所有思惟，「於曾所經戲笑等念」，對於曾經歷的嬉笑、遊戲、歡樂，以及男女之間接觸互動等事，憶念不忘，「及於彼相不正思惟多所修習」，及對於上述那些相貌反覆地

60 《瑜伽論記》卷4：「由法光明，聞、思等慧，除癡及疑；在修慧位，能除惛睡，以能顯了諸法性，故名法光明，以為非食。」（大正藏，第42冊，頁379下）

作出不正確、不如理的思惟，「以之為食」，掉舉惡作蓋就是以此而得以生起及增長擴大。

〔論〕親屬尋思者，謂因親屬或盛或衰、或離或合，發欣感行，心生籌慮等。

所謂「親屬尋思」，是指「因親屬或盛或衰、或離或合」，因為思惟親戚眷屬或者是興盛，或者是衰敗，或者是與自己分離，或者是會合一起，「發欣感行」，引發「欣行」及「感行」。欣行是指因為思惟親屬興盛或是與自己在一起而引發的欣悅之心；感行是指由於思惟親屬衰敗或者與自己分離而引發的憂愁苦惱。「心生籌慮等」是指懷著染污心，內心攀緣與親屬盛、衰、離、合等種種相貌，接著生起各種與之相關的想法，並隨順這些想法不斷地尋求思惟，相續不捨，令內心動盪不安，生起憂傷不捨之心，乃至心生追悔，這便稱為「親屬尋思」。⁶¹

〔論〕國土尋思者，謂因國土盛衰等相，廣如前說。

61 《披尋記》卷11：「親屬尋思等者：適悅受俱及彼所攝，是名欣行。此因親屬或盛或合之所引發。非適悅俱及彼所攝，是名感行。此因親屬或衰或離之所引發。心懷染汙，攀緣彼相，是名心生籌慮。等言，等取起發意言，隨順隨轉。如下〈攝事分〉說。」（彌勒講堂，頁862、863）

所謂「國土尋思」，是指「因國土盛衰等相」，因為思惟國家興盛或是衰敗等相貌；「等」字是指對於自己為什麼不前往另一個環境條件更好的國家，而偏要到現在這個地方出家修道，吃這樣的食物，喝這樣的飲料，受用如此簡陋的衣服、臥具、病緣醫藥等等的想法，尋求思惟，相續不捨，由此令內心動盪不安，生起憂傷不捨之心，乃至心生追悔，便名為「國土尋思」。「廣如前說」，詳細情況就如前文「掉舉惡作蓋」一節所說。⁶²

〔論〕不死尋思者，謂因少年及衰老位諸有所作或利他事，發欣感行，心生籌慮等。

所謂「不死尋思」，是指「因少年及衰老位諸有所作或利他事」，因為思惟在年青及年老的階段，對於自己種種有所造作之事或利益他人之事，「發欣感行」，發起欣悅之心或憂感之心——若在少年階段，由於有能力去做各種事情，或有能力去作利益他人之事，便發起欣悅之心；若在衰老的時候，由於已沒有能力去做各種事情，或已沒能力去作利益他人之事，因而生起憂感之心。「心生籌慮」指懷著染污心，內心攀緣與戒定慧等修行無關的事情，以各種理由推託延遲修行，「等」字是指在攀緣與修行無關的事情後，內心繼續進行尋求思惟，相續

62 《披尋記》卷11：「國土尋思等者：此中等言，等取往來。如前已說，何緣不往如是國土？何緣棄捨如是國土，來到於此，食如是食，飲如是飲，唯得如是衣服、臥具、病緣醫藥資身眾具？……國土盛衰及往來相，準彼應知。」（彌勒講堂，頁863）

不捨，令內心掉動高舉或心生後悔。這樣的思惟就稱為「不死尋思」。⁶³「不死」的意思是，由於修行者不知道生命無常，認為自己不會容易死去，因此他們以各種理由推託、延遲戒定慧等修行，而把時間用於造作其他與生命解脫無關的事情上。

〔論〕笑者，謂隨有一，或因開論、或因合論，現齒而笑，歡聚啞啞。

所謂「笑」，就是指隨便有一個人，「或因開論」，或者是以顯明直接的方式來發表演論，「或因合論」，或者是間接的透過譬喻來發表演論，「現齒而笑」，這些言論能引得聽者開口露齒而笑，「歡聚啞啞」，令大家歡樂的聚集一起，發出笑聲。⁶⁴「笑」即是指各種令人發笑的無益的綺語戲論。⁶⁵

〔論〕戲者，謂雙陸、擲蒲、弄珠等戲。

63 《披尋記》卷11：「不死尋思等者：於諸所作或利他事，若少年位有堪能故，則發欣行；若衰老位無堪能故，則發感行。以染汙心攀緣彼相，推託遷延，後時望得，是名心生籌慮。由是說言不死尋思。等，謂起發意言，隨順隨轉。亦如〈攝事分〉說。」（彌勒講堂，頁863）

64 《瑜伽論記》卷4：「笑者：謂如有一，或因開論，或因合論等者，顯說話，名『開論』；隱密約喻說話，合之令解，名『合論』；開口而笑，名『現齒』；喉中出聲，名『啞啞』。」（大正藏，第42冊，頁379下）

65 《披尋記》卷11：「或因開論或因合論者：謂於能引無義虛綺論中，廣開種種差別宣說，是名開論。引種種喻顯所說義，是名合論。」（彌勒講堂，頁864）

所謂「戲」，就是指雙陸、擲蒲、弄珠等遊戲。「雙陸」又名「波羅塞 (prāsaka) 戲」，它是古代印度模擬兵戰的一種桌上遊戲，類似中國的象棋；⁶⁶「擲蒲」是一種類似擲骰子的賭博遊戲，早在印度盛行，且為佛制所禁。⁶⁷「弄珠」，亦名「弄丸」，指一種拋球遊戲，或說是一種雜技，即以兩手同時把幾個球拋上空中，再用手接住，弄出各種花樣。

〔論〕或有所餘種類歡樂，謂互相受用，受用境界，受諸快樂；或由同處，或因戲論，歡娛而住。

「或有所餘種類歡樂」，除了嬉笑與遊戲之外，還有其他種類的歡樂，就是指「互相受用，受用境界，受諸快樂」，一切有情的身體都是自己及他人的所緣境界，因此能夠互相享受，享受色聲香味觸等五欲境界，享受各種感官上的快樂。「或由同處，或因戲論，歡娛而住」，或者由於大家歡聚在一起，或者

66 《梵網經菩薩戒本疏》卷6：「波羅塞戲者，是西國兵戲法，謂二人各執二十餘小玉乘象或馬，於局道所爭得要路以為勝也。」（大正藏，第40冊，頁649中）

67 《梵網經》卷2：「若佛子……不得擲蒲、圍碁、波羅塞戲……一一不得作，若故作者，犯輕垢罪。」（大正藏，第24冊，頁1007中）

因為談論一些有趣但無意義的說話，令得大家都保持在歡笑娛樂的狀態之中。⁶⁸

〔論〕所行事者，謂相執持手、臂、髮等，或相摩觸隨一身分，或抱或鳴，或相顧眄，或作餘事。

所謂「所行事」，就是指「相執持手、臂、髮等」，男女之間互相牽手、挽臂、撫髮等，「或相摩觸隨一身分」，或互相撫摸接觸身體的某一部分，「或抱或鳴⁶⁹」，或擁抱或接吻，「或相顧眄」，或雙方對望不捨，「或作餘事」，或作其它與男女情慾相關的事情。換言之，所行事是指男女之間互相接觸享受歡愉等事情。

以上的親屬尋思、國土尋思、不死尋思、笑、戲、所餘歡樂、所行事等，能夠滋養掉舉惡作，令其生起及增長擴大，故為掉舉惡作的「食」。

68 《披尋記》卷11：「或有所餘種類歡樂等者：一切有情諸有根身，由自他識各自變義，能為自他之所緣境，是名互相受用，義如《成唯識》說。由是受用，受諸快樂；或復受用五欲境界，受諸快樂；如是二種，名所餘樂。樂相雜住，樂著戲論，由是因緣，歡娛而住；如是二種，名所餘歡。」（彌勒講堂，頁864）

69 「鳴」指鳴口、鳴呬，意謂接吻、親吻，見《四分律》卷49：「時有比丘尼在白衣家內住，見他夫主共婦鳴口，捫摸身體，捉捺乳……。」（大正藏，第22冊，頁928上）及《根本說一切有部毘奈耶》卷38：「問言：『少女！何意毀籬？』女人便笑，時鄔波難陀染心遂起，即便捉臂遍抱女身，鳴呬其口，捨之而去……。」（大正藏，第23冊，頁833下）

2.2.2.2.4.2 非食

〔論〕問：此蓋誰為非食？

問：有什麼東西是這個掉舉惡作蓋的「非食」？即有什麼東西能夠制止掉舉惡作，不令它生起、增長及能夠對治它呢？

〔論〕答：有奢摩他，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。

答：「有奢摩他」，「奢摩他」（śamatha）意譯「止」，有止息妄念而達至內心寂靜之意。因為有修習奢摩他，「及於彼相如理作意多所修習」，以及對於奢摩他的相貌反覆地進行合乎道理的作意思惟，「以為非食」，掉舉惡作蓋就是以此而得到制止及對治。

〔論〕奢摩他者，謂九種住心，及奢摩他品所攝諸法。

所謂「奢摩他」，就是「九種住心」⁷⁰，即令內心達到安住於一所緣境而不散動的九個過程及相貌，包括：

一、「內住」，指從一切外在的色、聲、香、味、觸等境界，收攝其心，向內憶念某個所緣境（即修習禪定時所選定的某個

70 關於九種住心，詳見本論卷30。

特定觀察對象），令心安住於內境。

二、「等住」，「等」是連續的意思。「等住」是指挫折內心向外攀緣的習性，使前一念心與後一念心相續地安住在同一所緣境上。

三、「安住」，「安」是安置回來的意思。在練習內住、等住的過程中，偶爾會失去正念而向外散亂；當發覺自己失念時，即把心念收攝、安置回內在的所緣境上，就名為安住。

四、「近住」，「近」指親近。到了「近住」階段，已經能夠「親近念住」，即在專心安住於所緣境的過程中，即使偶爾失念，都能夠立刻把心安置回來，心不會走得很久或很遠，故名親「近」念「住」。這時候心已漸漸受控，不會走遠。

以上的「內住」、「等住」、「安住」、「近住」是令心安住於所緣境的訓練或階段，故都稱為「住」。

五、「調順」，指調順內心，不令色、聲、香、味、觸，及貪、瞋、痴、男、女等十種境相干擾而引至內心散亂。若在修習奢摩他時，內心受到色等十種境相的干擾，應立即了解它們是障礙得定的過患，使令內心不去追逐那些境相，以此調順內心，不令流散。

六、「寂靜」，指寂靜內心，主要是對治惡尋思與隨煩惱等不

善法之干擾。前文說的色、聲、香、味、觸，乃至男、女等十種境相，都是外在的、較為粗顯的煩惱，而惡尋思與隨煩惱則是內在的、較為深層微細的煩惱。惡尋思是指內心攀緣一些能令人生起貪欲、憤怒等的影像，引發尋思，令內心不能寂靜下來。惡尋思主要有六種，包括：欲尋思、恚尋思、害尋思、親里尋思、國土尋思、不死尋思。⁷¹隨煩惱在這裏是特指五類障礙禪定生起的煩惱，即貪欲蓋、瞋恚蓋、昏沉睡眠蓋、掉舉惡作蓋、疑蓋等五蓋。對治惡尋思及隨煩惱的方法，與對治色、聲等十種境相一樣，就是清楚知道它們是障礙得定的過患，使令內心不去隨逐那些境相，以此寂靜內心，不令流散。

七、「最極寂靜」，若一時失去正念，只要當惡尋思與隨煩惱生起活動時，就能夠立即除遣、立即除滅，令不更起。

上述的「調順」、「寂靜」及「最極寂靜」，是住心過程中降伏煩惱的階段。

八、「專注一趣」，亦名專注一境。經過住心（從「內住」到「近住」）及降心（從「調順」到「最極寂靜」）的階段，修

71 《瑜伽師地論》卷八十九：「心懷愛染，攀緣諸欲，起發意言，隨順隨轉，名『欲尋思』。心懷憎惡，於他攀緣不饒益相，起發意言，隨順隨轉，名『恚尋思』。心懷損惱，於他攀緣惱亂之相，起發意言，餘如前說，名『害尋思』。心懷染污，攀緣親戚，起發意言，餘如前說，是故說名『親里尋思』。心懷染污，攀緣國土，起發意言，餘如前說，是故說名『國土尋思』。心懷染污，攀緣自義，推託遷延，後時望得，起發意言，餘如前說，是故說名『不死尋思』。」（大正藏，第30冊，頁803上）

行者已經有能力把心完全穩定下來，無間斷地專注於一所緣境而不散亂，但這時仍然需要努力加功用行，才能維持這個專注一境的定心狀態。

九、「等持」，「等」是指心念前後剎那連續、平等之意，「持」有支持、保持的意思。經過一次又一次的練習，最後不需要特別的努力，內心也能夠自然而然地念念相續安住於同一所緣境上而不散動，內心專注、寂靜、安穩，這種定心的狀態即稱為「等持」。

「專注一趣」與「等持」都是已達到定心的狀態，兩者的分別在於，前者仍須努力地去保持其定心狀態，後者則已經能夠自然而然，毫不費力地專注一境而不散動。

「及奢摩他品所攝諸法」，以及屬於奢摩他這一品類的內容，包括修習禪定時各種不同的作意及所緣相，這將在後文「釋『作意』」及「釋『相』」這兩節中詳細說明。

〔論〕謂於自他若衰若盛可厭患法，心生厭離，驚恐惡賤，安住寂靜。

怎樣是對奢摩他的相貌進行合乎道理的作意思惟呢？「謂於自他若衰若盛可厭患法」，「衰」指衰損事，包括無病衰損（喪失了無病的狀態，意即生病的狀態）、財寶衰損（喪失了財產）等，或淨戒衰損（喪失了清淨的戒律）、正見衰損（喪

失了對佛法的正確見解），由於這些衰損事的原故，眾生在現在的生命體當中產生很多的苦惱，將來還要到三惡道去受果報，所以這些衰損事是「可厭患法」，即應該被厭離、有過患之事情。「盛」指興盛事，例如健康長壽，或是眷屬圓滿、財寶具足等，雖然由於這些興盛事的原故，在現在的生命能夠住於安樂中，來世受得人天善趣的果報，但這些興盛事都是無常的，一定會變化失壞的，因此，各種興盛事亦是可厭患法。

對於自己及他人的或者是衰損事，或者是興盛事這些「可厭患法」——應該被厭離、有過患的事情，「心生厭離」，內心生起厭離心，「驚恐惡賤」，即一方面驚懼害怕衰損事而使內心遠離之，另一方面厭惡鄙賤興盛事而令內心厭棄之，「安住寂靜」，由此讓內心安住於寂靜之中。⁷²

72 可參考《披尋記》卷11：「謂於自他若衰若盛可厭患法等者：自他衰損有多差別。謂無病衰損、壽命衰損、眷屬衰損、財寶衰損，病、病法性，死、死法性。復有一類，淨戒衰損、正見衰損。由是因緣，彼諸眾生於現法中住諸苦惱，於當來世往諸惡趣，是名衰損可厭患法。又諸興盛者，雖現法中住諸安樂，於當來世往諸善趣，而是無常，於彼無常現可證得。若有領受興盛事者，後時衰損定當現前；諸有領受衰損事者，後時興盛難可現前。諸興盛事，皆是難得易失壞法。由是當知，諸興盛事亦是可厭患法。若於如是若衰若盛可厭患法，或見或聞，應自思惟：我今於是生死流轉，未般涅槃，未解脫心，難可保信如是衰損、興盛二法，勿現我前。勿彼因緣，令我墮在如是處所，生起猛利、剛彊、辛楚、不適意苦。即由此事增上力故，我當至誠喜樂於斷，修不放逸。又我如是多安住故，當於無義能作邊際。依此說言心生厭離，驚恐惡賤，安住寂靜。此中諸義，皆如〈聲聞地〉說。……又復厭離，謂於二種；驚恐，謂於衰損；惡賤，謂於興盛。如是差別應知。」（彌勒講堂，頁866、867）

2.2.2.2.5 疑蓋

2.2.2.2.5.1 食

〔論〕問：疑蓋以何為食？

問：疑蓋是以什麼作為「食」？意即有什麼東西能夠滋養疑惑，令其生起及增長擴大呢？

〔論〕答：有去來今，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食。謂我於過去為有？為無？廣說如上。

答：「有去來今」，由於有過去、未來、現在這三種時間觀念，「及於彼相不正思惟多所修習」，以及對於過去、未來、現在的相貌，反覆地作出不正確的思惟，「以之為食」，疑蓋就是以此得以生起及增長擴大。

由於有過去、未來、現在的時間觀念，因此就會生起這樣的疑惑：「我於過去為有？為無？」我這個生命體，在過去是有？還是沒有呢？乃至我這個生命體，在未來、現在是有？還是沒有呢？「廣說如上」，詳細內容如本論卷9「十九種無知」一節所說。⁷³

〔論〕不正思惟者，謂不可思處所攝思惟。

73 同前註57。

所謂「不正思惟」，就是指「不可思處所攝思惟」，即思惟一些屬於不可思議、超越我們思考範圍的事情。

〔論〕不可思處者，謂我思惟、有情思惟、世間思惟。

若於自處，依世差別思惟我相，名我思惟。

若於他處，名有情思惟。

若於有情世間及器世間處，名世間思惟，謂世間常，或謂無常，亦常亦無常，非常非無常等。

「不可思處者」，所謂不可思惟的事情，就是指：一、「我思惟」，二、「有情思惟」，及三、「世間思惟」。

「若於自處」，若是對於自己這個生命體，「依世差別」，依據時間上過去、現在、未來這三世的不同，「思惟我相」，思惟我自己這個生命體到底是實有？抑或是實無？這就名為「我思惟」。

「若於他處」，若是思惟其他有情生命體是怎樣的存在？他們是實有？抑或是實無？等等的情況，就名為「有情思惟」。

「若於有情世間及器世間處」，「有情世間」指由五蘊所成之一切生命體的存在，「器世間」指生命體所依存的物質世界；若是對於一切有情眾生及其所依存的國土世界，思惟為「常」，即恆常存在；「或謂無常」，或者為無常，即不是恆常存在；「亦常亦無常」，或者既是恆常存在，亦不是恆常存在；「非

常非無常」，或者既非恆常存在，亦非不是恆常存在；「等」字是指思惟有情及器世間是有邊際、無邊際、亦有邊際亦無邊際、非有邊際非無邊際等；如此的思惟就名為「世間思惟」。

思惟屬於「我思惟」、「有情思惟」及「世間思惟」這些不可思議處，即稱為「不正思惟」，疑蓋就是以之為食。⁷⁴

2.2.2.2.5.2 非食

〔論〕問：此蓋誰為非食？

問：有什麼東西是這疑蓋的「非食」？即有什麼東西能夠制止疑惑，不令它生起、增長擴大，並能夠對治它呢？

〔論〕答：有緣、緣起，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。

74 可參考《披尋記》卷11：「謂我思惟有情思惟世間思惟等者：《顯揚論》云：不應思我若有若無。何以故？成二過失。若思惟有，即於非實有義起增益執過；若思為無，即於假有義起損減執過。於他有情若執一異，亦成二過。若執為一，有情多過；若執為異，非六處過。又云：有情世界、器世界，此之二種，雖不依見，亦不應思。何以故？世共了知，現成相故。問：何故不思此事如是生，非不如是耶？答：若如是思者，或謂即如是，或謂異如是，或謂無如是，此三種過所隨逐故。……由是道理，故名我及有情世間皆為不可思處。又世間思惟中，思惟世間常乃至非常非無常，或復思惟世間有邊乃至非有邊非無邊，差別非一，故置等言。」（彌勒講堂，頁868、869）

答：「有緣、緣起」，指有「緣性」及「緣起」。「緣性」指緣起的體性，即生命緣起的流轉與還滅的規律，以及十二緣起支非自作、非他作、非俱作、非無因生的特性。⁷⁵「緣起」是指十二緣起支，即佛教依據有情生死流轉的現象所歸納成的十二個項目，當中的後一項都是以前一項為條件而生起，故名十二緣起支，又名十二有支、十二因緣。十二緣起支，包括：一、無明，二、行，三、識，四、名色，五、六入，六、觸，七、受，八、愛，九、取，十、有，十一、生，十二、老死。

有緣起的體性及十二緣起支，「及於彼相如理作意多所修習」，及對於緣起的體性、十二緣起支的相貌，反覆地進行合乎道理的作意思惟，「以為非食」，疑惑就是以此而得到制止及對治。

〔論〕由彼觀見唯有於法及唯法因，唯有於苦及唯苦因故，所有一切不正思惟為緣，無明於三世境，未生者不生，已生者能斷。

75 《披尋記》卷11：「有緣緣起者：如餘處說緣性緣起，是即此中有緣緣起。云何緣性？謂緣起支生者非有故，緣無作用故，緣力所生故。如是如是諸法生故，彼彼法生；如是如是諸法滅故，彼彼法滅。由是說言有緣緣起。」（彌勒講堂，頁869）關於緣起支「非有故」（非自作、非他作），「緣無作用故」（非俱作），「緣力所生故」（非無因生）的詳情，可參《瑜伽師地論·本地分解讀》第六冊，頁311-312。

「由彼觀見唯有於法及唯法因，唯有於苦及唯苦因故」，這一句的「彼」是指修行者；「法」是指十二緣起支中的識、名色、六處、觸、受；「法因」是引起「法」的原「因」，即無明與行；「苦」指生及老死；生與老死是由愛、取、有而引起的，此三種是生死苦果的能生因，故稱為「苦因」。⁷⁶

由於修行者能夠觀察看見整個生命流轉的過程只有「法」及「法因」、「苦」及「苦因」，即在十二緣起的過程當中並沒有一個真實不變的自我存在；因此，「所有一切不正思惟為緣，無明於三世境」，對於所有以一切不正確的思惟作為條件而生起的關於過去、現在、未來自己這個生命體的真實境況的疑惑與無知，「未生者不生，已生者能斷」，未曾生起這種疑惑與無知的，就不會生起；已生起這種疑惑與無知的，則能夠斷除。

〔論〕若不如理而強作意，其如理者而不作意；總說此二，名不正思惟。

「若不如理而強作意」，若是對於不符合真實的道理而強行地作意思惟——即思惟並執著有一個真實不變的自我在過去、未

76 《披尋記》卷11：「由彼觀見唯有於法及唯法因等者：此中法言，謂識、名色、六處、觸、受。無明及行是彼引因，故名法因。苦，謂生及老死。愛、取、有三是彼生因，故名苦因。由是緣起支中，前七名有因法，餘五名有因苦。如前緣起中說。」（彌勒講堂，頁870）

來、現在這三世當中生死流轉；「其如理者而不作意」，另一方面，對於符合真實的道理卻不去作意思惟——即不去思惟觀察整個生死流轉的過程唯有法、法因、苦、苦因；「總說此二，名不正思惟」，總合這兩種情況，就名為「不正思惟」，即不正確的思惟。

〔論〕若於是中，應合道理，應知是處，名為如理，謂於闇中作光明想。

由此方便，如理作意，非不如理。

於餘處所，亦有所餘如理作意。

「若於是中，應合道理」，若果在作意思惟的時候，思惟的內容是相應並符合真實的道理，「應知是處，名為如理」，應該知道這就稱為「如理」。「謂於闇中作光明想」，「闇」即黑暗，指內心的無明及疑惑，「光明想」，這裡的「光明」是指上文三種光明中的法光明，即隨著所受、所思、所觸來觀察各種法義，由此而產生的智慧與了解；依著法光明，即依憑佛說的各種法義來進行相應的思惟，就是這裡所說的「光明想」。

「於闇中作光明想」，這句的意思是，在無明及疑惑之中（即無明於三世境，對過去、現在、未來自身生命體存在的真實情況的無知與疑惑），作意思惟佛說的各種法義（即生命流轉的過程唯有法、法因、苦、苦因，當中並沒有一個真實不變的自我存在）；「由此方便」，由於依照這種隨順法義的方法作意思惟，這就是「如理作意」，即符合真實的作意思惟，「非不如理」，而並非不符合真實的作意思惟。

「於餘處所，亦有所餘如理作意」，除了在對治無明與疑惑時如理作意思惟緣起的體性、十二緣起支等法義之外，在其他煩惱出現的處所，亦有相應的、能夠對治該煩惱的如理作意——例如為了對治貪欲而作意思惟不淨相，為了對治瞋恚而作意思惟仁慈賢善相，為了對治掉舉惡作而作意思惟奢摩他相等等，這些都稱為如理作意。⁷⁷

2.3 安立支分

2.3.1 標列

2.3.1.1 初靜慮攝

〔論〕復次，於初靜慮具足五支：一、尋，二、伺，三、喜，四、樂，五、心一境性。

其次，「於初靜慮具足五支」，「支」有支分、支持、資助的意思，又名禪支；「初靜慮具足五支」，指初禪具備滿足了以下五個禪支的支持，即由此五支資助而成就初靜慮：

⁷⁷ 參考《披尋記》卷11：「謂於闇中作光明想等者：無明及疑，是名為闇。依法光明，與彼俱行彼相應想，名光明想。為治闇故，思惟明相。如是思惟，應知如理作意所攝，非不如理。又復為治貪欲，思惟不淨；為治瞋恚，思惟慈愍；為治掉舉惡作，思惟奢摩他相；應知皆為如理作意所攝。由是說言於餘處所，亦有所餘如理作意。」（彌勒講堂，頁871）

一、「尋」，即尋思推度，指內心對境相進行較粗淺簡略的思惟。在初禪中的尋，主要是指1.出離尋，尋求思惟欲貪的過患及出離欲貪的功德；2.無恚尋，尋求思惟瞋恚的過患及出離瞋恚的功德；3.無害尋，尋求思惟損害眾生的過患及出離損害眾生的功德；這三種善性的尋思能夠對治欲界煩惱，以及由欲界煩惱所引發或助長的各種身、語、意等不善業行。

二、「伺」，即伺察深思，指內心對境相進行較深入微細的思惟。在初禪中的伺，主要是指1.出離伺，伺察深思欲貪的過患及出離欲貪的功德；2.無恚伺，伺察深思瞋恚的過患及出離瞋恚的功德；3.無害伺，伺察深思損害眾生的過患及出離損害眾生的功德；這三種善性的伺察能夠對治欲界煩惱，以及由欲界煩惱所引發或助長的各種身、語、意等不善業行。

三、「喜」，指內心的喜悅。由於遠離了欲界煩惱及五蓋等障礙而成就禪定，能令內心喜悅、勇猛、安適、調柔；這種心理上安適喜悅的感受，名為喜。

四、「樂」，指身體的樂受。由於遠離了欲界煩惱及五蓋等障礙而成就禪定，能令阿賴耶識所攝持的身體怡悅、安定；這種生理上安樂調和的感受，名為樂。

五、「心一境性」，指繫心專住於一境，心念不向外流動散亂的定心狀態。⁷⁸

2.3.1.2 第二靜慮攝

〔論〕第二靜慮有四支：一、內等淨，二、喜，三、樂，四、心一境性。

「第二靜慮有四支」，第二靜慮由四禪支資助而成就：

一、「內等淨」為第二靜慮四禪支中之第一支，以信根為其體，如《法蘊足論》卷7謂：「云何內等淨？謂尋伺寂靜故，諸信、信性、現前信性，隨順印可，愛慕、愛慕性，心澄、心淨，總名內等淨。」此中之信根，謂依出家，遠離居家所生之善法，所起諸信、信性、現前信性，隨順印可，愛慕、愛慕性，心澄淨。內等淨指為了對治初禪時的尋伺，因此收攝心念，住於正知，當覺知到尋伺生起活動時，便立即棄捨、遠離尋伺這種塵濁法（尋伺對於更高的定境來說是塵濁法，因為尋

78 《披尋記》卷11：「於初靜慮具足五支等者：《顯揚論》云：尋者，謂能對治二種雜染出離尋、無恚尋、無害尋。伺者，謂能對治二種雜染出離伺、無恚伺、無害伺。……此中二種雜染，謂欲界煩惱雜染及業雜染。《顯揚》又云：喜者，謂已轉依者，依於轉識，心悅、心勇、心適、心調，安適受，受所攝。樂者，謂已轉依者，依阿賴耶識能攝所依，令身怡悅，安適受，受所攝。……此中轉依，謂由修習對治，斷所治障所得轉依。又於定地所緣境界，繫心專注，令不流散，是故說名心一境性。如是應知於初靜慮建立支義。」（彌勒講堂，頁871、872）

伺猶如灰塵一樣，會污濁了內心的清淨），令內心相續安住在清淨的定境之中。⁷⁹又捨棄尋伺、收攝心念、住於正知這三種作用，依著禪定而運作，能夠共同排除修定時出現的種種干擾與障礙，使令內心的障礙被調伏而趨於清淨，故名內等淨。⁸⁰

二、「喜」，三、「樂」，四、「心一境性」，這三支如同上文的解釋。

2.3.1.3 第三靜慮攝

〔論〕第三靜慮有五支：一、捨，二、念，三、正知，四、樂，五、心一境性。

「第三靜慮有五支」，第三靜慮由五禪支資助而成就：

一、「捨」，指對於二禪已生的喜想及作意不作認可，捨棄厭離對喜的貪愛，因此內心清淨、平等正直、沒有擾動，明靜而安住在定境中。

79 《披尋記》卷11：「第二靜慮有四支等者：《顯揚論》云：內等淨者，謂為對治尋伺故，攝念正知，於自內體其心捨住，遠離尋伺塵濁法故，名內等淨。……餘如前釋。如是應知第二靜慮建立支義。」（彌勒講堂，頁872）此外，對於「內等淨」更詳細的說明，可參《俱舍論》卷28、《大毗婆沙論》卷80、《法蘊足論》卷7等。

80 《瑜伽論記》卷4：「捨、念、知三，依於定位，同能除障，名內等淨，淨諸障故。」（大正藏，第42冊，頁379下）

二、「念」，對於已觀察到的喜貪不再活動的相貌，能夠不忘失且清晰明了，令喜想決定不再現行。

三、「正知」，有時或會失念，喜想又再度現行；「正知」意謂對喜想的現行能夠作出判別並正確了知，並隨即除遣對喜想的貪著。

四、「樂」，指身心已得轉變的修行者，在此第三禪的定境裡，已遠離了內心喜悅踊動的心理感受，而身識相應的樂受則遍觸於身，這種身體上的樂受是三界（欲界、色界、無色界）中最殊勝微妙的樂受，為上地或下地的禪定所不有。

五、「心一境性」，如前所釋。⁸¹

2.3.1.4 第四靜慮攝

〔論〕第四靜慮有四支：一、捨清淨，二、念清淨，三、不苦不樂受，四、心一境性。

81 《披尋記》卷11：「第三靜慮有五支等者：《顯揚論》云：捨者，謂於已生喜想及作意不忍可故，有厭離故，不染汙住，心平等、心正直、心無轉動而安住性。念者，謂於已觀察喜不行相中，不忘明了，令喜決定不復現行。正知者，謂或時失念，喜復現行，於現行喜相分別正知。樂者，謂已轉依者，離喜離勇安適受，受所攝。……心一境性如前釋。如是應知第三靜慮建立支義。」（彌勒講堂，頁872、873）

「第四靜慮有四支」，第四靜慮由四禪支資助而成就：

一、「捨清淨」，指已經捨離初禪的尋伺、二禪的喜受、三禪的樂受等下三禪定地的一切擾動，成就心平等性、心正直性、心無轉動而明靜安住定境中。

二、「念清淨」，指對於已經超過初禪的尋伺、二禪的喜受、三禪的樂受等下三禪定地一切擾動的相貌，心不忘念而清晰明了。

三、「不苦不樂受」，已證得第四禪的人，他所感受到的是既非安適的喜樂受，亦非不安適的憂苦受，而是一種不苦不樂的感受，稱為捨受；這種捨受是由色界之中最強大、最寂靜、最殊勝的定力所滋益攝受，因此證住於第四禪的人，其身心不會有任何動搖。

四、「心一境性」，如前所釋。⁸²

82 《披尋記》卷11：「第四靜慮有四支等者：《顯揚論》云：捨清淨者，謂超過尋、伺、喜、樂三地一切動故，心平等性、心正直性、心無轉動而安住性。念清淨者，謂超過尋、伺、喜、樂三地一切動故，心不忘失而明了性。不苦不樂者，謂已轉依者，非安適非不安適受，受所攝；色界最極增上寂靜最勝攝受，無有動搖。……心一境性如前釋。如是應知第四靜慮建立支義。」（彌勒講堂，頁873）

2.3.2 釋所以

這一節內容說明初靜慮至第四靜慮建立五支或四支的原因。靜慮支分（亦稱「禪支」）的建立，論文分為三部分來說明，即：

一、「取所緣」，指修習禪定時，內心緣取某種特定所緣境，以此來對治、厭離下地煩惱，這是禪定的「對治支」。

二、「彼所依」，「彼」指禪定；彼所依是指禪定所依靠的力量，即是內心安住於所緣、專注不散的力量，亦即「心一境性」，這是禪定的體性，即禪定的「自性支」。

三、「受境界」，指禪定時受用的境界，即受用所緣所得的利益，這是禪定的「利益支」。⁸³

2.3.2.1 初靜慮攝

〔論〕初靜慮中，尋伺為取所緣，三摩地為彼所依，喜為受境界，樂為除羸重。

「初靜慮中，尋伺為取所緣」，在初禪中，是以出離尋伺、無恚尋伺、無害尋伺為內心所緣取的對象。這三類尋伺是初禪的

83 見《瑜伽師地論義演》卷26：「思惟所緣是對治支，觀所治境生厭〔厭〕患故；二、受用所緣是利益支，受用順境能益定故；三、緣不散者，謂自性支，定於所緣，專注不散。」（CBETA 2023.Q3, A120, no. 1561, p. 674a8-10）

所緣境，因為出離、無恚、無害尋伺能夠分別對治欲界的欲、恚、害等煩惱，使令證得初禪。

「三摩地為彼所依」，「三摩地」(samādhi)即心一境性，指內心能夠持續專住於所緣境（出離尋伺、無恚尋伺、無害尋伺）上數數憶念，不令散亂；三摩地是「彼」初禪所依止的力量。

「喜為受境界」，內心喜悅為初禪受用的境界，「樂為除麤重」，證得初禪時的樂受，是已經去除欲界煩惱的無損害樂及解脫樂。

2.3.2.2 第二靜慮攝

〔論〕第二靜慮中，內等淨為取所緣，三摩地為彼所依，餘如前說。

「第二靜慮中，內等淨為取所緣」，在第二禪中，是以內等淨為內心所緣取的對象，亦即以遠離尋伺為所緣境，令內心相續平等清淨。內等淨是第二禪的所緣境，於遠離居家所生之善法，所起諸信性、愛慕性、心澄淨性，因為緣取內等淨能夠對治在初禪時尋伺的擾動，使令證得第二禪。

「三摩地為彼所依」，指內心能夠持續專住在所緣境（內等淨）上數數憶念，不令散亂，這是「彼」第二禪所依止的力量。

「餘如前說」，其餘的支分，即受用境界，如前文所說，第二禪有喜、樂的感受。在第二禪裡，內心有更勝於初禪的喜受及樂受相應。

2.3.2.3 第三靜慮攝

〔論〕第三靜慮中，捨、念、正知為取所緣，三摩地為彼所依，餘如前說。

「第三靜慮中，捨、念、正知為取所緣」，在第三禪中，是以捨、念、正知為內心所緣取的對象。「捨」是指捨離第二禪的喜貪，內心安住在平等、正直的狀態；「念」是指明記不忘捨離喜貪的作意；「正知」是指如果喜貪又再出現，便正確了知，立即把喜貪捨離。捨、念、正知是第三禪的所緣境，因為捨、念、正知能夠對治第二禪的喜貪，使令證得第三禪。

「三摩地為彼所依」，指內心能夠持續專住在所緣境（捨、念、正知）上數數憶念，不令散亂，這是「彼」第三禪所依止的力量。

「餘如前說」，其餘的支分，即受用境界，如前文所說，第三禪已經沒有喜受，只有三界之中最殊勝微妙的身體樂受。

2.3.2.4 第四靜慮攝

〔論〕第四靜慮中，捨淨、念淨為取所緣，三摩地為彼所依，餘如前說。

「第四靜慮中，捨淨、念淨為取所緣」，在第四禪中，以捨清淨、念清淨為內心所緣取的對象。「捨清淨」是指捨離第三禪的樂貪，內心安住在最為清淨、平等、正直、無所動搖的狀態。捨清淨的「捨」攝屬於行蘊，亦稱為行捨，它不是指攝屬於受蘊的不苦不樂的捨受。「念清淨」是指明記不忘捨離樂貪的作意。捨清淨與念清淨是第四禪的所緣境，因為捨清淨、念清淨能夠對治第三禪的樂貪，使令證得第四禪。

「三摩地為彼所依」，指內心能夠持續專住在所緣境（捨清淨、念清淨）上數數憶念，不令散亂，這是「彼」第四禪所依止的力量。

「餘如前說」，其餘的支分，即受用境界，如前文所說，第四禪有色界之中最強大、最寂靜、最殊勝的定力所滋益攝受的捨受，即遠離了欲界粗重及色界喜、樂二貪的不苦不樂的感受。

2.3.3 明建立

〔論〕諸靜慮中雖有餘法，然此勝故，於修定者為恩重故，偏立為支。

「諸靜慮中雖有餘法」，在各種禪定之中，雖然也有其他幫助成就禪定的功德法，「然此勝故」，可是上文提到的這些禪支特別殊勝重要——「此」是指上文提到的初禪的尋、伺、喜、樂、心一境性；第二禪的內等淨、喜、樂、心一境性；第三禪的捨、念、正知、樂、心一境性；第四禪的捨清淨、念清淨、不苦不樂受、心一境性。「於修定者為恩重故」，因為上述這些禪支對於修習禪定的人來說十分重要，「偏立為支」，故此特別把它們安立為助成禪定的支分。

2.3.4 明差別

〔論〕問：何因緣故，初靜慮中有尋有伺耶？

答：由彼能厭患欲界，入初靜慮；初靜慮中而未能觀尋伺過故。

問：「何因緣故」，是什麼原因，「初靜慮中有尋有伺耶」，在初禪中有尋與伺的思惟活動呢？

答：「由彼能厭患欲界，入初靜慮」，「彼」指前文所說的三種善性尋伺（出離尋伺、無患尋伺、無害尋伺）；由於透過三種善性尋伺的力量能夠厭離欲界欲、患、害等煩惱過患而證入初禪，所以初禪中是有尋、伺的思惟活動；「初靜慮中而未能觀尋伺過故」，而在初禪中未能夠觀察到這些善性尋伺的過失。由於尋伺是或粗淺或深細的思惟活動，這些思惟活動會干擾內心的寂靜，障礙修定者證入更深的禪定（第二禪及以上的禪定），所以說在初禪的善性尋伺也是一種過失。

〔論〕第二靜慮能觀彼過，是故說為尋伺寂靜。

「第二靜慮能觀彼過」，第二禪能夠觀察到尋伺是一種干擾內心寂靜的躍動與過失，所以修習第二禪是以內等淨為所緣，即厭離、棄捨尋伺活動，使令尋伺寂靜下來，「是故說為尋伺寂靜」，因此說第二禪是尋伺寂靜。

〔論〕如第二靜慮見彼過故，名尋伺寂靜；如是第三靜慮見喜過故，名喜寂靜；第四靜慮見樂過故，名樂寂靜。

「如第二靜慮見彼過故」，如同在第二禪觀見到彼尋伺的過失，從而捨離尋伺的活動，使令尋伺寂靜下來，名為「尋伺寂靜」；「如是第三靜慮見喜過故」，如此在第三禪中，觀見到喜的過患，以捨、念、正知為所緣，捨離喜想及喜貪，令喜受寂靜下來，這名為「喜寂靜」；在第四禪中，觀見到樂的過患，以捨清淨、念清淨為所緣，捨離樂想及樂貪，令樂受寂靜下來，故名「樂寂靜」。

〔論〕捨念清淨，差別應知。

「捨念清淨，差別應知」，捨清淨與念清淨，在不同的禪定狀態之中，有不同的情況，這是應該要知道的。無論是在初禪、二禪、三禪或四禪之中，都有捨、念、正知在起作用。捨，即由於捨離了前一地的煩惱或擾動，因而內心平等相續，明靜而

住的狀態。念，指對所緣境明記不忘的能力。正知，即正確知道當下內心狀態的能力，若一時失去正念，馬上便能覺知。

在初禪中，捨、念、正知的作用是由尋伺所引發，因此雖然有捨、念、正知，卻不安立它們為初禪的禪支。

在第二禪，捨、念、正知具有對治尋伺躍動的作用，依此能夠遠離尋伺，使內心更為平等寂靜，因此將捨、念、正知三者總括起來，安立名為內等淨。

在第三禪，由於已遠離、去除喜貪的躍動，捨、念、正知的自相顯現，所以把它們直接安立為第三禪的禪支。

在第四禪，捨、念、正知已達到最極清淨的境地，因此直接將它們的功德標示出來，安立為第四禪的禪支，稱為捨清淨與念清淨。⁸⁴至於為何不把正知納入第四禪的禪支，《阿毘達磨大毘婆沙論》卷80有如下的解釋：「第四靜慮，有勝捨受，覆障正慧〔按：正慧即正知〕，以勝捨受是無明分，正慧是明；

84 《披尋記》卷11：「捨念清淨差別應知者：此說捨念，一切靜慮彼皆隨轉，然有差別。謂初靜慮中，念、正知、捨，由尋伺門之所引發，是故雖有而不宣說。第二靜慮，由彼自性能有作業，又由踊躍心隨煩惱之所纏縛，是故顯示內等淨名。第三靜慮，心隨煩惱已遠離故，顯彼自相，是故說彼離喜貪故。初靜慮中離欲貪故，非離喜貪。第二靜慮離尋伺貪故，非離喜貪。第四靜慮，即彼顯示最極清淨。如下〈決擇分〉說。……是名捨念清淨差別。」（彌勒講堂，頁876）

明、無明分，互相違害，故皆不立正慧為支。第三靜慮，無有如彼覆正慧法，故立為支。」⁸⁵

2.4 安立定名

這一節將說明靜慮不同的名稱及意義。

2.4.1 增上心

〔論〕復次，是諸靜慮名差別者，或名增上心，謂由心清淨增上力正審慮故。

「復次，是諸靜慮名差別者」，其次，這四種靜慮有其他不同名稱，「或名增上心」，或者稱為增上心，「謂由心清淨增上力正審慮故」，「心清淨」指依著持戒清淨而遠離了欲界的惡不善法，具足安住在初靜慮乃至第四靜慮的定心；⁸⁶就是由四種靜慮定心的強盛力量，能夠對所觀察的事理作出正確的審察思慮之故，所以四種靜慮亦可以名為「增上心」。

2.4.2 樂住

〔論〕或名樂住，謂於此中受極樂故。所以者何？

⁸⁵ 大正藏，第27冊，頁413下。

⁸⁶ 《顯揚聖教論》卷3：「心清淨，謂如有一，依戒清淨遠離欲惡不善法，如前所說初靜慮、第二、第三、第四靜慮具足住。」（大正藏，第31冊，頁495下）

「或名樂住」，或者名為樂住，「謂於此中受極樂故」，就是安住在四種靜慮之中的時候，會受用到極大的身心樂受。「所以者何」，當中的情況是怎樣的呢？

〔論〕依諸靜慮領受喜樂、安樂、捨樂，身心樂故。

「依諸靜慮」，依著不同程度的靜慮，「領受喜樂、安樂、捨樂，身心樂故」，會分別領納受用到「喜樂」、「安樂」、「捨樂」這些身心樂受，故名樂住。「喜樂」是指安住在初靜慮、第二靜慮時所領受到的心喜、身樂這二種樂受；「安樂」指安住在第三靜慮時所領受到的三界中最勝微妙的身體樂受；「捨樂」指安住在第四靜慮時所領受到的，由色界之中最高、最寂靜、最殊勝的禪定所滋益攝受的捨受，這捨受也可以說是一種樂，故又名捨樂。以上的喜樂、安樂、捨樂，總名「身心樂」。⁸⁷

87 《披尋記》卷11：「依諸靜慮領受喜樂等者：此中喜樂，謂於初二靜慮。安樂，謂第三靜慮。捨樂，謂第四靜慮。如是一切，總名身心樂。具此二樂，故名樂住。繫心於內所緣境界，於外所緣不流散故，由是靜慮得名為住。如下〈決擇分〉說。」（彌勒講堂，頁877）又《瑜伽論記》卷4：「身心樂者，簡無色界，非樂住所以。難云：第四有捨受，捨受名捨樂，四空有捨受，應亦名捨樂。故今解云：彼唯有心樂，此有身心樂，故但此名樂住，非四空。」（大正藏，第42冊，頁380中）

〔論〕又得定者於諸靜慮數數入出，領受現法安樂住故。

由此定中現前領受現法樂住，從是起已，作如是言：「我已領受如是樂住。」

於無色定無如是受，是故不說彼為樂住。

「又得定者」，這裡說的「定」包括四種靜慮及四無色定（空無邊處定、識無邊處定、無所有處定、非想非非想處定），「得定者」在這裡是指已經成就修行的道跡、已經證見諸法實相的聖者，他們已經修習證得四靜慮及四無色定，即稱為得定者⁸⁸。

「得定者於諸靜慮數數入出，領受現法樂住故」，得定的聖者對於進入、安住、退出四種靜慮，已經練習得非常純熟，沒有困難，也沒有障礙，能夠一次又一次地入、住、出各種靜慮，以此之故，他在現世的生命體之中就可以領受到由禪定引發的身心之樂。

「由此定中現前領受現法樂住」，由於在這些禪定（四種靜慮）中能夠現前領受到「現法樂住」，「現法」即是現在，「樂住」指由安住禪定而引發的身心樂；「從是起已，作如是言：我已領受如是樂住」，所以得定的聖者從禪定退返出來，能夠正式宣說：「我已經領受到這樣的安樂住了。」

88 《披尋記》卷11：「又得定者至非為樂住者：此中定言，通說靜慮及無色定。已得行跡，已見諦者，修諸靜慮及諸無色，名得定者。」（彌勒講堂，頁879）

「於無色定無如是受」，可是由於無色定沒有四靜慮所具有的身體樂受，因為在無色定之中，已去除對色的貪愛，所以沒有物質性的身體樂受，「是故不說彼為樂住」，因此不說「彼」無色定為現法樂住。換言之，只有四種靜慮才能稱為現法樂住。⁸⁹

〔論〕然彼起已，應正宣說。何以故？

若有阿練若苾芻來就彼問，彼若不答，便生譏論：「此阿練若苾芻云何名為阿練若者，我今問彼超色無色寂靜解脫，而不能記。」是故為說應入彼定，非為樂住。

「然彼起已，應正宣說」，可是當得定的聖者從彼無色定「起已」，即從無色定的狀態中退返出來之後，應該正式宣說我已超越色貪，證得無色寂靜解脫。「何以故？」為什麼他要作出這樣的宣說呢？

「若有阿練若苾芻來就彼問，彼若不答，便生譏論：此阿練若苾芻云何名為阿練若者，我今問彼超色無色寂靜解脫，而不能記。」「阿練若」是梵語*arāṇya*的音譯，又譯為阿蘭若、阿練茹等，意譯無諍、最閑處、寂靜處等，指與村落或城市相隔一段適當距離，適合出家人修行與居住之僻靜場所。「苾芻」，

89 《顯揚聖教論》卷19：「唯諸靜慮是現法安樂住性，具有身心二種安故；非無色定，無身安故。」（大正藏，第31冊，頁576下）

梵語**bhikṣu**，又譯為比丘，意譯乞士、除士、破煩惱、怖魔等，指出家為佛弟子，並受具足戒之男性；女性出家受具足戒者稱「苾芻尼」(**bhikṣuṇī**)。論文的意思是，若有其它寂靜處的比丘來問那位聖者修習禪定的情況，那位得定的聖者若不回答，那麼來請問的比丘就會譏嫌議論他說：「這位在寂靜處專門修行的比丘啊，你怎麼可以稱得上是在阿蘭若的修行者呢？我現在問你什麼是超越色界的無色界寂靜解脫，你卻不能清楚明確地說明。」為了避免別人的譏嫌議論，「是故為說應入彼定，非為樂住」，所以那位得定的聖者應該為那些來問難的人說明，應該證入彼無色定的原因，是為了證得超越色貪的寂靜解脫，而並非為了得到現法樂住。⁹⁰

2.4.3 彼分涅槃、差別涅槃

〔論〕或復名為彼分涅槃，亦得說名差別涅槃。
由諸煩惱一分斷故，非決定故，名彼分涅槃。
非究竟涅槃故，名差別涅槃。

「或復名為彼分涅槃」，四種靜慮或又可以名為彼分涅槃，
「亦得說名差別涅槃」，亦可以稱為差別涅槃。

⁹⁰ 關於「超色無色寂靜解脫」一句，還有其它釋義，詳見《瑜伽論記》卷4，大正藏，第42冊，頁380中；《披尋記》卷11，彌勒講堂，頁879。

「由諸煩惱一分斷故」，「一分斷」即斷除一部分；由於四種靜慮都只是暫時伏斷了一部分煩惱的現行而證得寂靜——由伏斷欲界的欲、恚、害等煩惱現行而證得初靜慮的欲界煩惱寂靜；由伏斷尋、伺現行而證得第二靜慮的尋伺寂靜；由伏斷喜貪現行而證得第三靜慮的喜寂靜；由伏斷樂貪現行而證得第四靜慮的樂寂靜。「非決定故」，因為這四種靜慮只是暫時伏斷煩惱的現行，並非永遠斷除煩惱種子，所以只要遇到適合的條件，煩惱還是會再次生起，因此四種靜慮煩惱寂靜的狀態並非是決定的煩惱究竟寂靜的真實涅槃境界。「名彼分涅槃」，「涅槃」(nirvāṇa)指所有煩惱的現行及種子都已被斷除，煩惱究竟寂靜的生命狀態；「分」指種類相似；由於四種靜慮只是暫時斷除煩惱的一部分，並非決定的斷除了煩惱種子而證得徹底的煩惱寂靜，這四種靜慮的寂靜只是與「彼」真正的涅槃相似，因此名為彼分涅槃。⁹¹

「非究竟涅槃故」，由於四種靜慮只是暫時遠離煩惱現行而證得的寂靜狀態，這是外道也可以修證到的境界，這並不是煩惱種子也被永遠斷除的煩惱究竟寂靜的真實涅槃，「名差別涅槃」，

91 《披尋記》卷11：「或復名為彼分涅槃等者：於靜慮中，地地煩惱伏斷差別，名一分斷。相似寂靜，非是真實，有退轉故，名非決定。由是說名彼分涅槃。」（彌勒講堂，頁880）《瑜伽論記》卷4：「或淨四靜慮，現行煩惱一分斷故，種子未斷，後還退生，非決定故，名彼分涅槃。」（大正藏，第42冊，頁380下）關於「一分斷」與「非決定」還有其它釋義，詳見《瑜伽論記》卷4。

因此把四種靜慮假說為「差別涅槃」。⁹²「差別」指不同，與真實究竟的涅槃不同，稱為差別涅槃。

2.4.4 出離受等

2.4.4.1 出諸受事

2.4.4.1.1 標列

〔論〕復次，此四靜慮亦得名為出諸受事，謂初靜慮出離憂根，第二靜慮出離苦根，第三靜慮出離喜根，第四靜慮出離樂根，於無相中出離捨根。

其次，「此四靜慮亦得名為出諸受事」，這四種靜慮也可以稱為出諸受事。「出」指出離、擺脫，「諸受事」即各種感受；依止四靜慮，分別可以出離、擺脫憂、苦、喜、樂、捨等感受，不受此等感受的束縛困擾。從勝義諦的角度來看，諸受皆苦——憂、苦受，是苦苦；喜、樂受，是壞苦；捨受，是行苦——故此諸受皆須出離。

出諸受事，就是指「初靜慮出離憂根」，初靜慮可以出離憂受；「第二靜慮出離苦根」，第二靜慮可以出離苦受；「第三靜慮出離喜根」，第三靜慮可以出離喜受；「第四靜慮出離樂

92 《披尋記》卷11：「世間外道同所證得，非出世道畢竟解脫，是故亦名差別涅槃。」（彌勒講堂，頁880）《瑜伽論記》卷4：「言非究竟故，名差別涅槃者，由離煩惱，隨分寂靜，假說涅槃，非是究竟寂靜，故言差別涅槃。」（大正藏，第42冊，頁380下）

根」，第四靜慮可以出離樂受；「於無相中出離捨根」，「無相」指聖人所修的無相心定（即「無相心三摩地」，見本論卷12），無相心定能夠出離捨受。

文中所說的憂、苦、喜、樂及捨五種感受，亦稱為憂根、苦根、喜根、樂根及捨根。為什麼感受會稱為「根」？「根」有增上生起諸受的意義，當有情受用自己業力的果報，即受用外在境界及自己身體等的時候，會隨順生起憂、苦、喜、樂、捨等感受，所以憂乃至捨等五種感受，又可稱為憂根乃至捨根。⁹³

無相心定的「出離捨根」，是指在無相心定時，滅除的是與捨受相應的煩惱種子（主要指我執煩惱種子，詳見後文），而不是指滅除捨受的現行；至於初靜慮的「出離憂根」、第二靜慮的「出離苦根」、第三靜慮的「出離喜根」及第四靜慮的「出離樂根」，除了是指滅除與憂受、苦受、喜受及樂受相應的煩惱種子，也包括滅除了憂受、苦受、喜受、樂受的現行。這是出離憂、苦、喜、樂根與出離捨根的不同之處。

此外，按後文所說，這段論文所說出離諸受的「靜慮」，是僅就無漏靜慮而言，而不是指世間靜慮，因為世間靜慮只能暫時

93 《瑜伽師地論》卷57：「受用業果增上義故，建立五根。」（大正藏，第30冊，頁614上）又《披尋記》卷11：「謂初靜慮出離憂根等者：此中五受名之為根，以能隨順苦、樂、憂、喜及捨增上生故。」（彌勒講堂，頁881）

捨離憂、苦、喜、樂、捨等受，而不能究竟超越憂、苦、喜、樂、捨等受。

2.4.4.1.2 釋經說

〔論〕如薄伽梵《無倒經》中說如是言：「苾芻！憂根生已，應當如實了知生」者，此於何位？謂即於此斷方便位，若為憂根間心相續，爾時應知。

論文接著引述並解釋《無倒經》的四句經文，以憂根為例，說明如何出離憂、苦、喜、樂、捨根的次第與方法。

如「薄伽梵」（bhagavat，意譯世尊）即佛陀，在《無倒經》中所說：「比丘呀！當憂愁的感受生起之後，應該要如實了知憂愁的感受已經生起。」

「此於何位」，這句話是指在哪個修行階段呢？「謂即於此斷方便位」，「方便」指為達成某種目的的方法或手段，「位」指階段；這裡說的「斷方便位」是指為了斷除煩惱而努力修習禪定的階段。就在為了斷除煩惱而努力地修習禪定的時候，「若為憂根間心相續」，若憂受現前生起，以至被這種憂受間斷隔絕了正在相續專注於所緣境的心，「爾時應知」，這時應該要如實了知憂受已經生起。那麼修行者應該要怎樣如實了知憂受已經生起呢？

〔論〕「又應并此因、緣及序，若相，若行，皆如實知」者，云何知因？謂了知此種子相續。

云何知緣？謂了知此種所不攝所依、助伴。

云何知序？謂知憂根託此事生，即是能發憂根之相及無知種子。

云何知相？謂了知此是感行相。

云何知行？謂了知此能發之行，即不如理作意相應思也。

「又應并此因、緣及序，若相，若行，皆如實知」，《無倒經》的第二句：「又應該一併把憂受生起的原因、條件、所由，以及憂受的相貌、活動情況，都如實了知。」

「云何知因」？「因」指因緣，即主要原因。怎樣是如實了知憂受生起的主要原因？「謂了知此種子相續」，就是如實了知此憂受的種子是相續的。「種子」即潛伏的力量，憂受的種子一直相續地潛伏在有情的阿賴耶識之中，當遇到適合的條件時就會生起憂受的現行。如實了知憂受的種子是一直相續潛伏於阿賴耶識之中，而這憂受種子就是憂受得以生起的主要原因，就是「知因」。

「云何知緣」？「緣」指助緣，即輔助條件或間接條件。怎樣是如實了知憂受生起的輔助條件？「謂了知此種所不攝所依、助伴」，就是如實了知不攝屬於憂受種子的所依、助伴。「所依、助伴」在這裡是泛指除了憂受的種子之外，其它一切有助於憂受生起的輔助條件。如實了知憂受生起的助緣，就是「知緣」。

「云何知序」？「序」指所由。怎樣是如實了知憂受生起的所由？「謂知憂根託此事生」，就是了知憂受是依託以下這些事情而生起的，「即是能發憂根之相及無知種子」，即是能夠引發憂受之相及無明種子。

「能發憂根之相」有兩種：一、染污相，指眼、耳、鼻、舌、身、意等六根接觸色、聲、香、味、觸、法等六境的時候，內心生起貪、瞋等染污煩惱的相貌。這些染污煩惱的相貌能夠引發憂受生起。二、出離欲俱行善相，指修行者想要證得出離色、聲、香、味、觸、法等境界的束縛而努力修行，這是一種善相，可是因為他還沒有成就解脫境界，擔心不能成就聖道，因而引起憂愁的感受。「無知種子」即無明種子。當無明種子現行後，令人經常生起憂受，⁹⁴以無明是所有煩惱的根本所依之故。如實了知憂受是依託「能發憂根之相」（染污相、出離欲俱行善相）及「無知種子」（無明種子）而得以生起，就稱為「知序」。⁹⁵

「云何知相」？「相」指相貌。怎樣是如實了知憂受的相貌？「謂了知此是感行相」，就是如實了知這憂受的相貌是一種悲感憂傷的相貌，就是「知相」。

94 《瑜伽論記》卷4：「無知種子者，以無知人，多起憂故。」（大正藏，第42冊，頁380下）

95 《披尋記》卷11：「云何知序等者：序謂所由，由託此事令生起故。此復云何？謂染汙相或出離欲俱行善相，是名能發憂根之相。非理作意所引無明隨眠，是名能發憂根無知種子。如是二種皆憂所託，由之而生，故名為序。」（彌勒講堂，頁882）

「云何知行」？「行」在這裡是指心行，即心理活動。怎樣是如實了知憂受的心理活動？「謂了知此能發之行」，就是了知這種能夠發起憂受的心理活動，「即不如理作意相應思也」，即是與不符合正理的作意思惟相應的思心所。思心所是指推動內心採取某種行動的精神作用，也就是一般所說的意志。當思心所與不如理的作意思惟相應一起時，就會引發憂受生起。如實了知與不如理作意思惟相應的思心所是能夠發起憂受的心理活動，就是「知行」。

〔論〕「如是知己，於出離中極制持心」者，云何制持？謂於染汙行制攝其心，於思惟修任持堅住。

「如是知己，於出離中極制持心」，《無倒經》的第三句：「如此了知（憂受的因、緣、序、相、行）之後，於出離憂受的過程中要竭力管制攝持自心。」

「云何制持」，怎樣管制攝持？有兩方面：

一、「於染汙行制攝其心」，「染汙行」指欲所引憂及不善所引憂。欲所引憂，指對於美妙的五欲境追求不到，或者以前曾享受但現在卻不再得到，或是已經得到卻隨即失去，由此而引起的憂愁。不善所引憂，指造作不善業時不能夠隨心所欲成辦而引出內心的憂愁。管制及攝持自己內心，使令內心不去攀緣能夠引起憂愁的五欲境及惡不善法，就是「於染汙行制攝其心」的意思。

二、「於思惟修任持堅住」，指透過如理的思惟觀察，抉擇由五欲境及惡不善法所引的憂愁煩惱都是過失，了知這些憂愁是修行的障礙，並以這種如理思擇的力量，讓心遠離憂愁，並使令內心堅穩安住於遠離憂愁的境界，即名為「於思惟修任持堅住」。⁹⁶

〔論〕「又於是中，無餘盡滅乃至究竟」者，謂滅隨眠故，滅諸纏故。

「又於是中，無餘盡滅乃至究竟」，《無倒經》的第四句：「又於這個出離憂受，竭力管制攝持自心的過程中，能夠將憂受沒有剩餘的全部毀滅乃至徹底滅除。」

將憂受沒有剩餘的全部毀滅乃至徹底滅除，是什麼意思呢？「謂滅隨眠故，滅諸纏故」，就是指「滅隨眠故」，「隨眠」即跟隨眠伏，「滅隨眠」是指可以滅除一直跟隨眠伏在阿賴耶識中的憂受種子（潛伏勢力）。「滅諸纏故」，「纏」指現行（現前活動）的煩惱，「滅諸纏」指可以滅除憂受及與其相應的各種現前活動的煩惱。

96 《披尋記》卷11：「謂於染汙行制攝其心等者：此中二句，別釋制持。欲所引憂，或不善所引憂，名染汙行。心無染惱，令不趣入流散馳騁染汙行中，是名於染汙行制攝其心。由思擇力了知彼憂染惱過患，方便修習，令心隨我勢力自在而轉，安住愛樂離憂性中，是名於思惟修任持堅住。」（彌勒講堂，頁883）

換言之，如實了知憂受生起，並如實了知憂受生起的因、緣、序、相、行，然後制攝自心，並且如理思惟，令心堅住，繼續修習靜慮，就能將憂受的種子及現行徹底斷除。

〔論〕世間靜慮但能漸捨彼品麤重，不拔種子；若異此者，種永拔故，後不應生。

無漏靜慮二種俱捨。

這一段說明世間靜慮與出世間靜慮的分別。

「世間靜慮但能漸捨彼品麤重，不拔種子」，「世間靜慮」又名有漏靜慮、世間定、有漏定，「世間」與「有漏」皆是煩惱的別名。「世間」是指仍帶有煩惱、受生死繫縛於三界的意思；世間靜慮是指只有壓伏煩惱，但沒有斷除煩惱作用的禪定。「彼品」指憂愁煩惱的品類。「麤重」有時是指煩惱種子，但在這裡則是指煩惱的現行——因為當內心的煩惱現前活動時，那種煩惱勢力會令身、心變得粗重，沒有能力成就各種善法，障礙修行，故名為「麤重」。修習世間靜慮只能逐漸捨離憂愁煩惱品類令其不起現行，但不能永遠斷除憂愁煩惱的種子；「若異此者」，如果不是這樣，即如果修習世間靜慮不是只能漸捨憂愁煩惱令其不起現行，而且還能夠拔除憂愁煩惱的種子，「種永拔故」，那麼因為憂愁煩惱的種子被永久拔除的原故，「後不應生」，以後就不應該再有憂愁煩惱生起現行。可是，若只是修習世間靜慮，當遇到適當的因緣時，憂愁煩惱

仍然會生起現行。由此可知，世間靜慮只能漸捨憂愁煩惱的現行，而不能永斷憂愁煩惱的種子。

「無漏靜慮」又名出世間靜慮、出世間定、無漏定，「無漏」有對抗煩惱、消滅煩惱的意思。出世間靜慮是指具有壓伏及斷除煩惱作用的禪定。「二種」指煩惱的現行及煩惱的種子。「無漏靜慮二種俱捨」，即無漏靜慮對於憂根的羶重（現行）及種子都能夠完全捨離及斷除。

簡言之，世間（有漏）靜慮只能捨離煩惱的現行，而不能斷除其種子；出世間（無漏）靜慮則既可以捨離煩惱的現行，亦能斷除煩惱的種子。這是世間靜慮與出世間靜慮的分別。

由此可見，上文《無倒經》所說出離諸受的方法，是指修習出世間（無漏）靜慮，以其能把憂根的種子及現行這兩者皆徹底斷除（「滅隨眠故，滅諸纏故」）。

〔論〕如是於餘，隨應當知。

出離憂根的方法已如上說。「如是於餘」，如此對於其餘的苦、喜、樂、捨根，「隨應當知」，應當知道也是隨著上文所解釋的道理，以同樣的方法出離。

2.4.4.1.3 問答辨

2.4.4.1.3.1 辨受相

2.4.4.1.3.1.1 憂根

〔論〕問：以何等相了知憂根？

答：或染汙相、或出離欲俱行善相。

問：「以何等相了知憂根」，以什麼樣的相貌來了知憂根？這即是問，憂根有什麼樣的相貌？

答：或以「染汙相」或以「出離欲俱行善相」。「染汙相」指依於耽嗜五欲境而引發的憂，即由於貪染執著變化無常的色、聲、香、味、觸、法等境界而引起內心憂愁的相貌。由眼所了別的色境，乃至由意所了別的法境，對於這些色、聲、香、味、觸、法的境界感到歡喜快樂而生起貪染執著；由於依止耽著這些色等境界，因此當這些境界過去了，或是失去了，或是變化了，就會引起內心的憂愁，這種由染汙相引起的憂，就是憂根的第一種相貌。

「出離欲俱行善相」指依止出離而引發的憂。這是指修行者想要證得出離色、聲、香、味、觸、法等境界的束縛而努力修行，可是因為他還沒有成就解脫境界而心生憂愁。由於修行者了知到色、聲、香、味、觸、法境都是無常、苦、無我的，因而生起了想要證得解脫對六欲境的貪執，希望自己能夠像聖者一樣，圓滿具足的安住在離欲的解脫境界之中。可是，修行者

對於自己何時會證得離欲解脫的境界卻不能確定，因此內心生起帶著疑慮與懼怕的憂愁。這種由出離欲俱行善相引起的憂，是憂根的第二種相貌。⁹⁷

2.4.4.1.3.1.2 苦根

〔論〕苦根者，或由自等增上力故，或由身勞增上力故，或火燒等增上力故，或他逼等增上力故，諸離欲者猶尚生起。

「苦根者」，所謂苦根，即苦受，它的相貌是怎樣的呢？有如下四種情況能夠引發苦受現前：

一、「或由自等增上力故」，對於自己的身體，或者由於自己傷害自己，或者為他人所傷害，這是會令苦受增加向上的力量，令苦受現前。

二、「或由身勞增上力故」，或者由於身體長時間維持同一種

97 《披尋記》卷11：「或染汙相等者：依耽嗜憂，名染汙相。此復云何？謂於眼所識色乃至意所識法，可喜、可樂，乃至可染，或由不得現所得，或由隨念先時所得，若已過去、若盡、若滅、若離、若變而生於憂，如是相憂名依耽嗜憂。依出離憂，名出離欲俱行善相。此復云何？謂即於諸色乃至諸法了知無常，乃至沒已，又於先及今所有諸色了知無常、苦、變等法已，於勝解脫起欲證願，謂我何時當具足住，如諸聖者所具足住處。如是於勝解脫欲證求願懼慮之憂，是名依出離憂。義如《顯揚論》說。」（彌勒講堂，頁884、885）

姿勢不變，令身體過度疲勞，由此引生極大的身體苦受，這是會令苦受增加向上的力量，令苦受現前。

三、「或火燒等增上力故」，身體或者被火所燒灼，或被水所淹壞，或被風所乾燥，這些都是會令苦受增加向上的力量，令苦受現前。

四、「或他逼等增上力故」，或者受到其他人各種逼迫惱害，這是會令苦受增加向上的力量，令苦受現前。

「諸離欲者猶尚生起」，對於那些已經遠離欲界煩惱證得初靜慮的修行者，仍然會生起上述各種苦受，還不能把這些苦受斷除。⁹⁸

2.4.4.1.3.1.3 喜根

〔論〕喜根者，謂第二靜慮中，即第二靜慮地攝。

「喜根者」，所謂喜根，即喜受，它的相貌是怎樣的呢？「謂

98 《披尋記》卷11：「或由自等增上力故等者：所得自體，或由自害、或由他害，名由自等增上力故苦。久處住等威儀，即生大苦，不可堪忍，名由身勞增上故苦。若火所燒、若水所壞、若風所燥，名火燒等增上故苦。由他種種逼惱因緣，能為損害，名他逼等增上故苦。如是諸苦，初靜慮中猶未能斷，由是說言諸離欲者猶尚生起。」（彌勒講堂，頁885、886）

第二靜慮中，即第二靜慮地攝」，就是指在第二靜慮的狀態時，內心喜悅、勇猛、安適、調柔的感受，即攝屬於第二靜慮定地範圍的喜受。

2.4.4.1.3.1.4 樂根

〔論〕樂根者，謂第三靜慮中，即第三靜慮地攝。

「樂根者」，所謂樂根，即樂受，它的相貌是怎樣的呢？「謂第三靜慮中，即第三靜慮地攝」，就是指在第三靜慮的狀態時，遍觸於身體的最為殊勝微妙的安樂感受，即攝屬於第三靜慮定地範圍的樂受。

2.4.4.1.3.2 明斷等

2.4.4.1.3.2.1 苦等根

2.4.4.1.3.2.1.1 舉苦根

2.4.4.1.3.2.1.1.1 釋難

2.4.4.1.3.2.1.1.1.1 說苦未斷難

〔論〕問：何故苦根初靜慮中說未斷耶？

答：彼品麤重猶未斷故。

問：「何故苦根初靜慮中說未斷耶」，為什麼說苦根在初靜慮中還沒有斷除呢？這是針對前文「諸離欲者猶尚生起」一句所提出的疑問。

答：「彼品羸重猶未斷故」，由於那苦根品類的「羸重」還沒有斷除之故。據《披尋記》的解釋，「羸重」是指：⁹⁹

一、「怖畏羸重」，由怖畏身體受到傷害所生起的苦受，這是配合上文所說的「自等增上力」。

二、「勞倦羸重」，由身體勞累疲倦所生起的苦受，這是配合上文所說的「身勞增上力」。

三、「大種乖違羸重」，由身體的地、水、火、風這四大種不協調所生起的苦受，這是配合上文所說的「火燒等增上力」。

四、「報羸重」，由不善業力招感所得的果報所生起的苦受，這是配合上文所說的「他逼等增上力」。

即使已經證得初靜慮的人，這些苦根品類的羸重還沒有斷除。這句話的意思是，雖然身處欲界的修行者，已能成功證入初靜慮，但當他們從初靜慮出定之後，還是會遭遇到上述的苦受，所以說苦根品類的羸重還沒有斷除；這並非指他們處於初靜慮的時候會有此等苦受現前。

99 《披尋記》卷11：「彼品羸重猶未斷故者：此中羸重，謂怖畏羸重、勞倦羸重、大種乖違羸重，及報羸重，如次配前四增上力應知。」（彌勒講堂，頁886）

2.4.4.1.3.2.1.1.1.2 苦不現行難

〔論〕問：何緣生在初靜慮者苦根未斷而不現行？

答：由其助伴相對憂根所攝諸苦，彼已斷故。

前文的問題是針對在欲界證得初靜慮的人而問；現在這問題是針對投生在初靜慮天的天人而問。

問：「何緣生在初靜慮者苦根未斷而不現行」，為什麼投生在初靜慮天的天人，他們的苦根雖然還沒有斷除，但苦受卻不會現前呢？

答：「由其助伴相對憂根所攝諸苦，彼已斷故」，由於協助伴隨苦受生起的憂根、與苦受相對的憂根，這憂根所含攝的各種苦受，已經被斷除了。這一句的意思是，投生在初靜慮天的天人，雖然他們的苦根還未斷除，但由於他們已經斷除了欲界的憂根，所以被憂根所含攝、由憂根所引起的各種苦受，都不會現前活動。

接著的論文指出，若說初靜慮已經斷除苦根，則有以下兩種過失，即：一、感受無差別的過失，二、所斷羶重無差別的過失。

2.4.4.1.3.2.1.1.2 誦成

2.4.4.1.3.2.1.1.2.1 受無差別過

〔論〕若初靜慮已斷苦根，是則行者入初靜慮及第二時，受所作住，差別應無，由二俱有喜及樂故；而經中說：由出諸受，靜慮差別。

「若初靜慮已斷苦根」，如果初靜慮已經斷除了苦根，「是則行者入初靜慮及第二時」，那麼修行者在證入初靜慮及第二靜慮時，「受所作住」，他所領受到的安住在靜慮時的感受，「差別應無」，應該沒有不同，「由二俱有喜及樂故」，這是因為證入初靜慮與證入第二靜慮這二者時，皆有喜受及樂受之故；「而經中說」，然而，佛經中卻說「由出諸受，靜慮差別」，由於出離的感受有所不同，所以就有不同層次的靜慮，即初靜慮乃至第四靜慮。

這段論文的意思是，由於當修行者證入初靜慮或第二靜慮時沒有苦受現行，只有現法樂住——證得靜慮時所帶來的現前安住於喜、樂的感受；所以，若要判別初靜慮與第二靜慮這兩者之不同，主要在於兩者所出離的感受有不同，即：證得初靜慮的人只能出離憂根，但未能出離苦根；而證得第二靜慮的人，則

能夠出離苦根。¹⁰⁰如果說初靜慮已經斷除了苦根，則證入初靜慮與證入第二靜慮就沒有不同了，因為它們同樣都有喜受及樂受；然而這卻是違背了佛經所說的由於出離的感受不同，所以就有不同深淺程度的靜慮。這一段是說明感受無差別的過失。

2.4.4.1.3.2.1.1.2.2 斷無差別過

〔論〕又此應無尋伺寂靜、麤重斷滅所作差別。

「又此」，又如果初靜慮已經斷除了苦根，「應無尋伺寂靜、麤重斷滅所作差別」，那麼就應該沒有與第二靜慮的尋伺寂靜及苦根麤重斷滅有所分別。

「尋伺寂靜」指內心遠離尋伺擾動的寂靜狀態，這是第二靜慮的禪支——內等淨；「麤重斷滅」在這裡是指苦根麤重的斷滅。

100 見前文「2.4.4.1出諸受事」一節。另外，《披尋記》卷11：「若初靜慮已斷苦根等者：此中義顯入初靜慮及第二靜慮時，但由出離憂、苦二受有差別故，靜慮成別，不由喜、樂二受所作住有差別，故作是難：若初靜慮已斷苦根，此與第二靜慮差別應無。」（彌勒講堂，頁888）《瑜伽論記》卷4：「若初靜慮已斷苦根，是則行者入初靜慮及第二時，受所作住，差別應無等者，此意說言：初定滅憂，二定滅苦，由此雖有現法樂住，遂成差別；若初定中已滅苦者，二定無別現法樂住，應無差別。」（大正藏，第42冊，頁381上）

初靜慮是依靠出離尋伺、無恚尋伺、無害尋伺而斷除憂根；第二靜慮是藉由遠離尋伺而斷除苦根。由於尋伺不寂靜（指在初靜慮時），苦根就不會斷滅；要證得尋伺寂靜（指在第二靜慮時），苦根才能斷滅。因此，如果說初靜慮就已經斷除了苦根，那麼初靜慮就應該與尋伺寂靜的第二靜慮沒有分別了。¹⁰¹這一段指出所斷麤重無差別的過失。

2.4.4.1.3.2.1.2 例餘根

〔論〕如是餘根彼品麤重漸次斷故，上諸靜慮斷有差別。

「如是餘根」，如此其餘的根，即除了憂、苦二根之外的喜根、樂根，「彼品麤重漸次斷故」，因為那些喜根麤重、樂根麤重是逐漸被斷除的原故，「上諸靜慮斷有差別」，所以往上各種靜慮所斷除的麤重都有不同，即：第三靜慮斷除的是喜根麤重，第四靜慮斷除的是樂根麤重。

101 《瑜伽論記》卷4：「初定尋伺不寂靜、麤重不斷滅；二定中寂靜、麤重方斷滅。若初定中苦根已斷，此別應無。」（大正藏，第42冊，頁381上）《披尋記》卷11：「又此應無尋伺寂靜等者：此中義顯由斷麤重，靜慮成別。由是說初靜慮出離憂根，第二靜慮出離苦根。如初靜慮尋伺未寂靜，麤重未斷滅，故立尋伺支。第二靜慮尋伺已寂靜，麤重已斷滅，故立內等淨支。此亦由斷麤重建立支別。若初靜慮許斷苦根，便與第二靜慮應無差別。是則第二靜慮尋伺寂靜、麤重斷滅所作差別亦無；然實不爾。」（彌勒講堂，頁888、889）

2.4.4.1.3.2.2 捨根

2.4.4.1.3.2.2.1 明斷義

〔論〕又無相者，經中說為無相心定。

於此定中捨根永滅，但害隨眠；彼品麤重無餘斷故。

非滅現纏，住無相定必有受故。於此定中容有三受，謂喜、樂、捨。

非彼諸受得有隨眠。

煩惱斷故，說以為斷；彼品麤重，說名隨眠。

「又無相者」，又上文所說「於無相中，出離捨根」的「無相」，「經中說為無相心定」，在經中說是無相心定。「無相心定」又名無相心三摩地，指對於五取蘊的寂滅，思惟寂靜，令心安住於無相的境界。¹⁰²無相心定是阿羅漢所證入的空除了對一切相的執著的禪定。¹⁰³

「於此定中捨根永滅，但害隨眠」，在這無相心定中，捨根被永遠滅除，但這只是指滅除了與捨根相應的煩惱種子。「隨眠」是指與捨根相應的煩惱種子。「彼品麤重無餘斷故」，這句的「麤重」也是指與捨根相應的煩惱種子；在證入無相

102 關於無相心三摩地，詳見本論卷12。

103 《瑜伽師地論略纂》卷5：「又無相等者，謂無學人所入空定，名無相心定。」（大正藏，第43冊，頁69下）

心定時，那一類與捨根相應的煩惱種子會被沒有剩餘的完全斷除。¹⁰⁴

「非滅現纏」，現行的無漏捨受，即沒有與煩惱相應的現行捨受，假說為「現纏」；在無相心定之中，並非滅除了現行的無漏捨受，「住無相定必有受故」，因為安住在無相心定時，一定會有感受生起。¹⁰⁵無相心定是有心定的一種，而只要有心識活動，就一定會有感受現行，因此說安住在無相心定時，必有感受現行。「於此定中容有三受，謂喜、樂、捨」，在此無相心定中，容許有以下三種感受，就是：喜受、樂受、捨受。若以初靜慮、第二靜慮為基礎而證入無相心定，則有喜受、樂受；若以第三靜慮為基礎而證入無相心定，則有樂受；若以第四靜慮為基礎而證入無相心定，則有捨受。

「非彼諸受得有隨眠」，由於那些在無相心定時現行的感受並非與煩惱相應，所以那些能生起感受現行的種子不稱為隨眠。

「煩惱斷故，說以為斷」，當與捨受相應的煩惱斷除了，就說是斷除了捨受（捨根）；「彼品麤重，說名隨眠」，那些與捨

104 《瑜伽師地論略纂》卷5：「有漏捨種子為煩惱縛，假名隨眠，名為麤重。入此定中，說之為斷。」（大正藏，第43冊，頁69下）

105 《瑜伽師地論略纂》卷5：「現行無漏捨，假名現纏，在定猶起。」（大正藏，第43冊，頁69下）

受相應的煩惱品類種子，稱為捨受（捨根）的隨眠。¹⁰⁶

以上一段論文是對「於無相中，出離捨根」的解釋。

2.4.4.1.3.2.2.2 明邊際

〔論〕又此捨根乃至何處？當知始從第四靜慮乃至有頂。

「又此捨根乃至何處」，又這捨根是從哪裡開始出現，又直到什麼地方呢？這一句是問捨根，即捨受出現的範圍。「當知始從第四靜慮乃至有頂」，應當知道捨根是從第四靜慮開始，乃至「有頂」，即三有（欲有、色有、無色有）之頂，指無色界的非想非非想處定。換句話說，捨根出現的範圍包括色界的第四靜慮，無色界的空無邊處定、識無邊處定、無所有處定、非想非非想處定等五處定地。按《瑜伽論記》解釋，捨受實際是通於三界九地¹⁰⁷，然此句論文旨在指出只有捨受現行，而沒有

106 《瑜伽論記》卷4：「以受非煩惱性，諸受種子，不名隨眠；故云：非彼諸受得有隨眠，而緣捨受煩惱斷故，說捨受斷；彼煩惱品麤重，說名隨眠。」（大正藏，第42冊，頁381上）
《披尋記》卷11：「煩惱斷故說以為斷等者：此釋捨根名出離義。由煩惱斷，永不相應，是故說彼捨根為斷。何以故？由彼煩惱品類麤重，假說名為捨根隨眠。煩惱麤重無餘斷故，此捨隨眠亦已永害。由是說言捨根出離。」（彌勒講堂，頁889、890）

107 三界九地，即：欲界一地（五趣雜居地）、色界四地（離生喜樂地、定生喜樂地、離喜妙樂地、捨念清淨地）及無色界四地（空無邊處地、識無邊處地、無所有處地、非想非非想處地）。

苦、樂二受現行的定地範圍。¹⁰⁸

2.4.4.2 五順出離界

2.4.4.2.1 明五相攝

〔論〕復次，此五根出離，無相為後，與彼五種順出離界，展轉相攝。

此中由欲、恚、害出離，即說乃至樂根出離；

由色出離，即說第四靜慮捨根出離；

由薩迦耶減，即說無色界一切捨根出離。

其次，「此五根出離，無相為後」，這憂、苦、喜、樂、捨五根的出離，以無相心定為最後，即：初靜慮能出離憂根，第二靜慮能出離苦根，第三靜慮能出離喜根，第四靜慮能出離樂根，無色界定能出離第四靜慮的捨根，無相心定能出離無色界一切捨根；「與彼五種順出離界，展轉相攝」，「界」是因義，「彼五種順出離界」即隨順出離那憂、苦、喜、樂、捨五根的原因，也就是指能夠出離五根的方法。這五根的出離，與能出離的方法，「展轉相攝」，兩者是互相攝屬的。

五根的出離與能出離的方法，它們是怎樣配屬的呢？「此中由欲、恚、害出離，即說乃至樂根出離」，此中透過欲、恚、害

108 《瑜伽論記》卷4：「又此捨根實通九地，今約唯捨之地，故說五地。」（大正藏，第42冊，頁381中）

這三種煩惱的出離，就說能夠出離初靜慮的憂根、出離第二靜慮的苦根、出離第三靜慮的喜根，乃至出離第四靜慮的樂根。出離欲、恚、害的方法，就是修習不淨觀、慈觀及悲觀。¹⁰⁹按後文所說，修習不淨觀能夠出離欲，修習慈觀能夠出離恚，修習悲觀能夠出離害；又或是修習這三種觀的其中一種，也能夠出離一切欲、恚、害。

「由色出離」，由出離色貪，即透過修習四種無色界定，又稱四種空處定（空無邊處定、識無邊處定、無所有處定、非想非非想處定），捨離對色界中清淨微妙色法的貪欲執取，「即說第四靜慮捨根出離」，就說是出離第四靜慮的捨根。

「薩迦耶」（satkāya），譯作「有身」，即具有可壞之身的意義。若執取可壞之五蘊身（由色蘊、受蘊、想蘊、行蘊、識蘊聚集的生命體）為獨一、恆常、具有主宰力，由此產生執取五蘊為實我及我所的錯誤見解，即稱為「薩迦耶見」。「由薩迦耶滅」，由透過修習無相心定，如理思惟受、想、行、識等四蘊並非獨一、恆常、具有主宰力，直到遠離三界雜染，斷盡煩惱之時，滅除了對受、想、行、識等四蘊是實我、我所的執取，「即說無色界一切捨根出離」，即說是出離無色界一切捨根。

109 《瑜伽論記》卷4：「由欲恚害出離，即說乃至樂根出離者，初欲出離即不淨觀；次恚出離即是慈觀；後害出離即是悲觀。此三出離，即是憂、苦、喜、樂四根出離。」（大正藏，第42冊，頁381中）

修習無色界定而出離第四靜慮的捨根，以及修習無相心定而出離無色界一切捨根，這二種情況合稱為「捨根出離」。¹¹⁰

2.4.4.2.2 釋順出離

〔論〕順出離言有何等義？

由住此者能出離故，名順出離；不說由此出離於彼，為離欲者說此界故。

「順出離言有何等義」，「順出離」這句話有什麼意思呢？

「由住此者能出離故，名順出離」，由無學的阿羅漢聖者安住在此五種順出離界（即不淨觀、慈觀、悲觀，乃至無相心定），就能夠隨順出離憂、苦、喜、樂、捨等五根，這就名為順出離。

「不說由此出離於彼」，不是說一般凡夫及有學聖者由作此等觀，就能出離於彼欲、恚、害乃至滅除薩迦耶見，「為離欲者說此界故」，因為這是為已經證得出離三界欲的阿羅漢果聖者

110 《瑜伽論記》卷4：「由色出離，即是說第四靜慮捨根出離者，此得空處定，離色欲故，即是第四定捨根出離。由薩迦耶滅者，即無相心定，離三界染，最後盡時，說無色界捨根出離。此後二種，合名出離捨根。」（大正藏，第42冊，頁381中）

而說的五順出離界。¹¹¹換言之，五順出離界是針對阿羅漢果聖者而說的出離憂等五根的修行方法。

2.4.4.2.3 顯建立義

2.4.4.2.3.1 由欲恚害出離

〔論〕問：諸欲、恚、害定同時斷，何緣建立別出離耶？

答：彼諸出離雖復同時，約修對治有差別故，宣說三種出離差別。

對治差別者，謂不淨、慈、悲，如其次第。

或有唯修不淨出離一切；或慈、或悲。

是故別說三種出離。

問：「諸欲、恚、害定同時斷」，當證得初靜慮或以上的禪定時，欲、恚、害煩惱一定是同時被斷除的，「何緣建立別出離耶」，為什麼要把欲、恚、害煩惱分別建立為三種出離，即欲出離、恚出離、害出離呢？

111 《瑜伽論記》卷4：「順出離言有何等義？由住此者能出離故名順出離者，住此觀者是無學人，隨順此觀，名順出離。不說由此出離於彼者，不說凡夫、學人由此五觀出離於彼貪、恚、害等。言為離欲者說此界者，為已離三界欲人，說此五種順出離界。」（大正藏，第42冊，頁381中）此外，關於句中的「離欲者」，《披尋記》有另一種釋義：「為離欲者說此界故者：此中離欲，謂離薩迦耶欲。為求離彼欲者說此五順出離界故。」（彌勒講堂，頁891）

答：「彼諸出離雖復同時」，雖然欲、恚、害煩惱是同時出離的，「約修對治有差別故」，但依據對治欲、恚、害煩惱的修行方法有所不同，「宣說三種出離差別」，因此宣說有三種出離的分別。

「對治差別者」，所謂對治欲、恚、害煩惱的不同修行方法，就是指「不淨、慈、悲」。「不淨」指不淨觀，即透過觀察思惟身體充滿種種污穢不淨物，從而生起厭離心，以止息欲貪，此為對治、出離欲煩惱之觀法。「慈」指慈心觀，慈有給予眾生快樂之意，慈心觀即透過觀想給予一切眾生快樂安穩，從而生起慈愛心，以止息瞋恚，此為對治、出離恚煩惱之觀法。「悲」指悲心觀，悲有拔除痛苦之意，悲心觀即透過觀想拔除一切眾生的痛苦，從而生起悲憫心，以止息加害眾生之心意，此為對治、出離害煩惱之觀法。「如其次第」，依照這個次序，即以不淨觀出離欲煩惱，以慈心觀出離恚煩惱，以悲心觀出離害煩惱。

「或有唯修不淨出離一切」，或者有一類修行者只是修習不淨觀也能夠出離所有欲、恚、害煩惱；「或慈」，或者有一類修行者只是修習慈心觀也能夠出離所有欲、恚、害煩惱，「或悲」，或者有一類修行者只是修習悲心觀也能夠出離所有欲、恚、害煩惱。

由於有三種出離欲、恚、害煩惱的修行方法，「是故別說三種出離」，因此各別地說明欲出離、恚出離、害出離這三種出離。

2.4.4.2.3.2 由色出離等

〔論〕此上唯有一類對治，故後出離無有差別。

「此上」指第四靜慮的捨根出離，以及無色界定的捨根出離，「唯有一類對治」，只有一類對治的方法，就是修習空觀，即修習空處定——空觀色蘊，出離對色法的貪染（色出離），由此出離第四靜慮捨根；修習無相心定——空觀受、想、行、識四蘊，滅除對四蘊的執取（滅薩迦耶），由此出離無色界一切捨根。「故後出離無有差別」，因此後兩者（即第四靜慮及無色界定）的捨根出離，只有一類對治的方法（空觀），而沒有像對治欲、恚、害煩惱時分別建立起三種不同的修行方法（不淨觀、慈心觀、悲心觀），¹¹²所以說捨根出離的對治方法「無有差別」。

2.4.4.2.4 廣欲出離

這一節論文將詳細說明已見道的聖者出離諸欲的情況。

112 《瑜伽論記》卷4：「此上唯有一類對治故，後出離無有差別者，第四、色出離，別依空處皆色觀空一類對治。第五、於四蘊身，別修無漏空觀一類對治。前後治別，不同前三同時出離差別分多，故云無有差別。」（大正藏，第42冊，頁381中）

2.4.4.2.4.1 正觀察

2.4.4.2.4.1.1 總標作意

〔論〕云何猛利見者等隨念欲？謂由觀察作意於勝事作意故，猛利功用作意故。

「猛利見者」指已經能夠以猛烈銳利的無漏智慧，現前證見苦、集、滅、道四種諦理的聖者。已見道的聖者，具有正確的見解，不會因欲而引起煩惱，智慧力量猛烈銳利，故名為猛利見者。「等隨念欲」，「欲」可分為兩類，第一類名為煩惱欲，指內心攀緣境界對象時，心中所生起的貪欲等煩惱；另一類名為事欲，「事」指五根可以接觸到的外境，事欲就是指能夠引起內心貪欲煩惱的境界對象，例如財富、飲食、男女等。若聖者以憶念力把一切欲或某一種欲，令其現前在心中，就稱為等隨念欲。雖然已見道的聖者已經斷除了見道所要斷的煩惱，可是為了要進一步證得完全的解脫——阿羅漢果，則須要繼續斷除修道所要斷的煩惱，因此聖者故意在心中現起一切欲或某一種欲，藉此作意觀察並確認自己內心的煩惱是已斷除或是未斷除。¹¹³

113 《披尋記》卷11：「云何猛利見者等隨念欲等者：自下廣顯觀察諸欲差別。此中欲言，謂煩惱欲及與事欲。證諦現觀聖智聖見，是名猛利見者；由彼已斷三界所繫見道所斷諸煩惱故。今為進斷修所斷惑，復起觀察作意，於勝妙事作意思惟，觀察煩惱已斷、未斷。由此猛利功用作意，於彼諸欲或念一切，或念隨一，是名等隨念欲。」（彌勒講堂，頁893）

「云何猛利見者等隨念欲」，這句論文是在問，怎樣是已見道的聖者觀察心中現起的全部的欲或某一種欲呢？

「謂由觀察作意於勝事作意故」，「勝事」指勝妙清淨之境事，或指有力量的境事，即是指色、聲、香、味、觸等五欲境界；因為色等五欲境界，勝妙清淨，有力量迷惑修行人使令貪欲生起，所以名為勝事。「觀察作意」是七種作意之一，意指觀察內心是否尚有煩惱仍未被斷除的思惟作用。「由觀察作意於勝事作意」的意思是，由於有些煩惱隱微不明顯，難以察覺，因此修行者需要在心中作意思惟，故意在心中現起勝妙清淨的五欲境界，以觀察及確認自己是否已經遠離因五欲境界而生起的各種煩惱。若於該等煩惱未能制伏、遠離，便應知道自己還須發起斷除微細煩惱的意欲，努力修行對治。這種檢查內心是否仍存在微細煩惱的作意觀察，即稱為「觀察作意」。「猛利功用作意故」，為了進一步斷除修道所要斷的煩惱，一次又一次的如理作意思惟，努力對治煩惱，即名為「猛利功用作意」。

接下來的論文，將解釋聖者是如何觀察於欲。

2.4.4.2.4.1.2 別釋其相

2.4.4.2.4.1.2.1 觀察於欲

〔論〕云何於諸欲中心不趣入？謂於彼處不見勝功德故。

「云何於諸欲中心不趣入」，什麼是於五欲境界中，而心不會陷入？就是「於彼處不見勝功德故」，「彼處」指諸欲，也就是上文說的勝事，即勝妙清淨的色等五欲境界；由於聖者觀見色等諸欲沒有任何殊勝的功德，因而內心不會執取五欲境界並陷入其中。

〔論〕云何不美？謂於彼處喜悅不生故。

什麼是「不美」？就是「於彼處喜悅不生故」，對於五欲境界不會生起歡喜悅樂。

〔論〕云何不住？謂於彼處不樂受用為欣悅故。

什麼是「不住」？就是「於彼處不樂受用為欣悅故」，對於五欲境界，不喜歡享受其中，也不會因受用這些境界而感到歡欣愉悅。

〔論〕云何無有勝解？謂於彼處不樂取著不如理相故。

什麼是「無有勝解」？就是「於彼處不樂取著不如理相故」，對於五欲境界，不會歡喜地執取其不合乎真實的相貌。「勝解」指一種深刻堅定、不可轉移的理解；若深刻堅定地認為五欲境界是美好的，欣悅享受其中者，名為對五欲「有勝解」；而聖者對於諸欲境界不會執取為美好，不會欣悅享受此等不如理的相貌，名為於諸欲「無有勝解」。

〔論〕云何萎頓？謂雖縱任而不舒泰故。

什麼是「萎頓」？就是「雖縱任」，雖然放縱自己的心去思惟諸欲的淨妙相，「而不舒泰」，而內心不會感到舒服安泰，即不會對五欲境界生起歡喜心。¹¹⁴「萎頓」意謂枯萎憔悴，在此譬喻聖者對五欲境界的貪欲心已經枯萎憔悴。

〔論〕云何壞散？謂取境已，尋復棄捨故。

什麼是「散壞」？就是「取境已」，緣取諸欲為所緣境之後，「尋復棄捨」，隨即棄捨。由於聖者於諸欲境界中取其相以後，內心不去隨順親近諸欲、不去嚮往諸欲、不去靠近諸欲，因此能立即將諸欲棄捨。¹¹⁵

〔論〕云何而不舒泰？謂於所緣雖強令住，而不愛樂故。

什麼是「而不舒泰」？就是「於所緣雖強令住」，即使強行迫使內心停留在五欲境界這些所緣境上，「而不愛樂故」，而內心卻不愛著歡喜。

114 《披尋記》卷11：「謂雖縱任而不舒泰者：謂於勝事境中，放縱其心思惟淨相，是名縱任。不生愛樂，名不舒泰。」（彌勒講堂，頁893）

115 《披尋記》卷11：「謂取境已尋復棄捨者：謂取勝事為所緣已，然不發起隨習近心、趣習近心、臨習近心，是故彼境雖取尋捨。」（彌勒講堂，頁894）

〔論〕云何等住於捨？謂行平等位，於平等位中心遊觀故。

什麼是「等住於捨」？就是「行平等位」，「行」即踐行，「平等位」是指善捨及無記捨。善捨，指聖者面對諸欲境界時，透過如理思惟，運用各種善法對治、棄捨貪瞋癡等煩惱，令內心處於一種無有染污、調柔正直、自然相續的狀態。無記捨，指聖者面對諸欲境界時，既不去執取，也不去對治，以定力令內心持續保持安止寂靜的狀態。「行平等位」的意思是，聖者踐行善捨或無記捨，善巧地防護自己的心不對諸欲境界生起不合理的分別及煩惱。「於平等位中心遊觀故」，指由於聖者踐行善捨或無記捨，所以能夠將諸欲境界呈現在心中來回遊動觀察而不會生起貪等煩惱。¹¹⁶

〔論〕何等為厭？謂由於彼深見過患，棄背為性。

此復三種，謂無常故、苦故、變壞法故。

何等為惡？謂由於彼初見過患，棄背為性。

何等為違？謂由於彼中見過患，棄背為性。

何等為背？謂由於彼後見過患，棄背為性。

116 《披尋記》卷11：「云何等住於捨等者：捨有二種，謂或善捨、或無記捨，即說此捨名平等位。由彼於此非理分別起煩惱意善防護已，正行善捨、無記捨中，由是說名行平等位。如下〈聲聞地〉說。……今由觀察作意，於勝事中為遊觀時，而不依彼令心流漏，是故說言等住於捨。」（彌勒講堂，頁894）

「何等為厭」，怎樣是「厭」？就是「由於彼深見過患，棄背為性」，由於聖者深刻觀見到諸欲的過失禍害，因此棄捨背離諸欲，這就是「厭」。「厭」是總稱，而「惡」、「違」、「背」則是「厭」的不同說法，下文會各別解說。¹¹⁷

「此復三種」，這諸欲的過患又分為三種，就是「無常故」，由於諸欲沒有恆常不變的特性；「苦故」，由於諸欲能夠引起身心苦惱；「變壞法故」，由於諸欲會變化毀壞；聖者深刻觀見到諸欲是無常、苦、變壞法，因此生起厭離心，對諸欲棄捨背離。¹¹⁸

怎樣是「惡」？就是「由於彼初見過患，棄背為性」，由最初觀察諸欲，見到它有無常的過患，因此對諸欲棄捨背離。

怎樣是「違」？就是「由於彼中見過患，棄背為性」，由觀察諸欲的過程中，見到它有苦的過患，因此對諸欲棄捨背離。

怎樣是「背」？就是「由於彼後見過患，棄背為性」，由觀察諸欲到最後，見到它有變壞的過患，因此對諸欲棄捨背離。

117 《披尋記》卷11：「何等為厭等者：厭謂棄背，此是總稱。惡、違、背三是其差別，故下別說。」（彌勒講堂，頁895）

118 《披尋記》卷11：「此復三種等者：此謂過患，差別有三，謂無常、苦，及變壞法。於彼勝事由此差別見為過患故。」（彌勒講堂，頁895、896）

以上的「於諸欲中心不趣入」、「不美」、「不住」、「無有勝解」、「萎頓」、「壞散」、「而不舒泰」、「等住於捨」是聖者對於自己不執著諸欲的觀察；而「厭」、「惡」、「違」、「背」則是聖者對於自己棄捨背離諸欲的觀察。¹¹⁹

2.4.4.2.4.1.2.2 觀察離欲

〔論〕與此相違，即於離欲作意趣入者，謂於是處見勝功德故。

「與此相違」，與上述觀察諸欲的過患相反，現在是觀察離欲的功德。「於離欲作意趣入者」，所謂內心進入離欲的作意思惟，「謂於是處見勝功德故」，「是處」指離欲的境界；就是指聖者對於離欲境界見有殊勝的功德。

〔論〕美者，謂於是處生清淨信而證順故。

所謂「美」，就是「於是處生清淨信而證順故」，聖者對於離欲的境界生起清淨的信心，從而繼續隨順離欲的作意，以證得完全離欲的境界。

〔論〕住者，謂於所緣不流散故。

119 《瑜伽論記》卷4：「云何於諸欲下別釋十二句中，初八句不著欲觀，後四句厭於欲觀。」（大正藏，第42冊，頁381下）

所謂「住」，就是「於所緣不流散故」，聖者在進行離欲作意時，內心能夠安住於所攀緣的離欲境界而不會流動散亂。

〔論〕勝解者，由於是處不染汙轉，於諸煩惱得離繫故。

所謂「勝解」，就是「由於是處」，在這離欲境界當中，「不染汙轉」，不會再有煩惱染污生起，「於諸煩惱得離繫故」，因為已經證得遠離所有由欲所引生的煩惱的束縛。這是聖者對於離欲境界見有功德的一種深刻堅定，不可轉移的理解。

接下來的兩句論文，是解釋聖者內心不受煩惱染污的相貌。

〔論〕以於厭等棄背行中正流轉時，心無罣礙。

又復於捨無有功用。

「厭等棄背行」指前文所說的「厭」、「惡」、「違」、「背」等對諸欲棄捨背離的觀察作意。「以於厭等棄背行中正流轉時」，由於聖者在觀察諸欲的過程中能夠深刻看到諸欲是無常、苦、變壞法等特性而對諸欲棄捨背離，當聖者的內心這樣地流轉運作的時候，「心無罣礙」，內心便沒有貪等煩惱的牽絆阻礙。這是聖者內心不受煩惱染污的第一種相貌。

「又復於捨無有功用」，又聖者對於諸欲的捨離，不需要加功用行、刻意努力，而是可以很自然地就能夠離欲。這是聖者內心不受煩惱染污的第二種相貌。

上文已經解說了聖者如何「觀察於欲」及「觀察離欲」。接下來論文將會說明聖者「煩惱離繫」及「諸受離繫」的情況。

2.4.4.2.4.2 顯斷別

2.4.4.2.4.2.1 煩惱離繫

2.4.4.2.4.2.1.1 明作意

2.4.4.2.4.2.1.1.1 辨相

〔論〕云何其心善逝？謂住方便究竟作意故。

什麼是「其心善逝」？「善逝」是如來十種名號之一，意謂佛已經能夠永斷貪瞋癡等煩惱，已經到達最極究竟的大涅槃境界，永遠不會退失返回凡夫或二乘的境界，因此名為善逝。然而，現在論文所說的「善逝」並非指如來的境界，而是指已經徹底斷除三界貪愛煩惱，不會再返回欲界、色界、無色界這三界裡受生的阿羅漢境界。「云何其心善逝」，什麼是其心善逝？

「謂住方便究竟作意故」，「方便究竟作意」（又名「加行究竟作意」）是七種作意的第六個作意，此為斷除最微細煩惱的修行階段或過程。這裡說的方便究竟作意，特別是指在證得阿羅漢果前的金剛喻定。所謂金剛喻定，指能破除一切煩惱的禪定；由於此禪定可摧毀一切煩惱，如同金剛能摧斷一切物，故以金剛為喻，稱為金剛喻定。金剛喻定是聲聞乘或菩薩乘的修行者於修行即將完成之最後階段，即斷除最後煩惱所起之禪

定——生起此定可斷除極微細之煩惱而各得其最終極的果位，於聲聞乘而言是證得阿羅漢果，於菩薩乘則是證得無上佛果。

論文的意思是，在修行到最後階段之時，聖者是依住方便究竟作意（金剛喻定）的力量斷除所有煩惱種子，亦即斷除了生起三界果報的因，因此投生到三界的苦果也永遠不會生起，這就稱為「其心善逝」。¹²⁰

〔論〕云何善修？謂善修習餘作意故。

什麼是「善修」？就是「善修習餘作意故」，善巧的修習其餘的作意。「餘作意」是指七種作意之中，除了方便究竟作意之外，其餘的五種作意，包括：了相作意、勝解作意、遠離作意、攝樂作意、觀察作意。換言之，為了生起方便究竟作意（金剛喻定）以斷除一切煩惱，就要善巧地、經常地修習了相

120 可參《披尋記》卷11：「云何其心善逝等者：上昇最極，永不退還，故名善逝。如下〈菩薩地〉說。……金剛喻定所攝作意，是名方便究竟作意。住此無間永害一切煩惱品羶重種子，其心於彼究竟解脫，證得畢竟種性清淨。於諸煩惱究竟盡中，發起盡智。由因盡故，當來苦果畢竟不生，即於此中起無生智。由是說言其心善逝。義如〈聲聞地〉說。」（彌勒講堂，頁897）

作意、勝解作意、遠離作意、攝樂作意、觀察作意，這就稱為「善修」。¹²¹

2.4.4.2.4.2.1.1.2 辨位

〔論〕當知此說斷位及斷方便道位。

「當知此說斷位及斷方便道位」，應當知道這是說明「斷位」即斷除煩惱的最後階段；及「斷方便道位」即為斷除煩惱而加功修行的整個修行過程。總括而言，方便究竟作意是正式斷除煩惱的最後階段，稱為「斷位」，亦名「其心善逝」；了相作意乃至觀察作意是斷除煩惱的修行方法及過程，名為「斷方便道位」，亦名「善修」。

以上論文說明聖者在煩惱離繫時作意的情況，以及諸作意於斷除煩惱的位次。

121 《披尋記》卷11：「云何善修等者：此中作意，謂了相作意、勝解作意、遠離作意、觀察作意、攝樂作意。望方便究竟作意，名之為餘。即由如是多種作意，善修、善習、善多修習，彼方便究竟作意生。一一差別，〈聲聞地〉中廣釋其相。」（彌勒講堂，頁898）

2.4.4.2.4.2.1.2 明所斷

2.4.4.2.4.2.1.2.1 釋異名

〔論〕解者，謂解脫諸纏故。

脫者，謂解脫所緣相故。

離繫者，謂解脫隨眠故。

這一段論文對「解」、「脫」、「離繫」這三個名字分別作出解釋，由此指出聖者「解脫離繫」的意義。

所謂「解」，就是「解脫諸纏故」，指解除脫離「諸纏」。「纏」是煩惱的別名，由於煩惱能纏縛眾生，令眾生輪迴於生死之牢獄，故名為纏。這裡的「諸纏」是指一切現行（現前活動）的煩惱。「解脫諸纏故」，由於聖者解脫了現行煩惱的束縛，因此稱為「解」。

所謂「脫」，就是「解脫所緣相故」，指解除脫離「所緣相」。「所緣相」指心識所攀緣的境相。這裡的「所緣相」是指能夠引生煩惱的各種所緣境相。「解脫所緣相故」，意即聖者解脫了能夠引生煩惱的各種所緣境相的束縛，因此名為「脫」。

所謂「離繫」，就是「解脫隨眠故」，指解除脫離「隨眠」。「隨眠」指煩惱種子，即煩惱的潛伏狀態。由於煩惱種子隨逐眾生，眠伏於眾生各自的阿賴耶識之中，故稱為隨眠。「解脫

隨眠故」，由於聖者已把所有煩惱種子斷除，徹底遠離了煩惱種子的繫縛，因此名為「離繫」。¹²²

2.4.4.2.4.2.1.2.2 釋離欲

2.4.4.2.4.2.1.2.2.1 舉欲過患

〔論〕從諸欲緣所生諸漏者，謂除欲貪，於欲界中所餘煩惱。損匱者，謂因此生執器械等惡行差別，於此若作、若增長故，生諸惡趣。

燒者，謂由此因，欲愛嗽食，燒身心故。

惱者，謂由此因，若事變壞，便生愁歎憂苦惱故。

這一段論文列舉欲的過患，包括：「從諸欲緣所生諸漏」、「損匱」、「燒」、「惱」。

所謂「從諸欲緣所生諸漏」，以諸欲作為條件所引生的各種煩惱，就是指「除欲貪」，除了欲貪這種煩惱之外，¹²³「於欲界中所餘煩惱」，在欲界之中其餘的各種煩惱。

122 見《瑜伽師地論略纂》卷5：「『解』，離現行；『脫』，離相縛；『離繫』，離隨眠；是三差別。此三斷故，龐重隨滅。」（大正藏，第43冊，頁70中）此外，《瑜伽論記》解釋：「解者，即解脫龐重縛；脫者，即脫相縛，並是現行；離繫者，謂離前二縛種子繫。」（大正藏，第42冊，頁381下）

123 《瑜伽師地論略纂》卷5：「從諸欲緣所生諸漏除欲貪者，前方便中，已遍厭故，所以除之。」（大正藏，第43冊，頁70中）

所謂「損匱」，就是「因此生執器杖等惡行差別」，因為諸欲所引起的手執器具棍棒等各式各樣傷害別人的不善惡行；「於此若作、若增長故」，對於這些不善惡行或造作、或持續造作令其不斷增長，「生諸惡趣」，就會招感來世投生於地獄、餓鬼、畜生這三惡趣的果報。「損」有投生惡趣的意思，「匱」指缺乏善性的果報。¹²⁴

所謂「燒」，就是「由此因」，由於諸欲的原故，「欲愛噉食」，就會被五欲的渴愛吞噬和支配，「燒身心故」，身心被煩惱之火燃燒，不得安穩。

所謂「惱」，就是「由此因」，由於諸欲的原故，「若事變壞」，倘若可意的五欲境事變壞了，「便生愁歎憂苦惱故」，就會生起愁感、感歎、憂心、苦惱。

2.4.4.2.4.2.1.2.2.2 顯彼出離

〔論〕於彼解脫、超出、離繫者，謂如前次第，解脫諸纏、所緣、隨眠故。

這一句論文顯示聖者出離諸欲的情況。

124 《瑜伽師地論略纂》卷5：「損匱者，生惡趣，名『損』；乏善果，名『匱』。」（大正藏，第43冊，頁70中）

句中的「彼」字，是指上文所說從欲緣所生諸漏、損匱、燒、惱等諸欲的過患。「於彼解脫、超出、離繫者」，所謂對於從欲緣所生諸漏等諸欲過患的解脫、超出、離繫，就是指「如前次第」，如同前文所說的次序，即有以下三種狀況：「解脫諸纏」，指聖者已解脫各種諸欲煩惱的現行，所以稱為「解脫」；解脫「所緣」，指聖者已超越出離所攀緣的諸欲淨妙相，所以稱為「超出」；解脫「隨眠」，指聖者已永斷煩惱種子，永離煩惱的繫縛，所以稱為「離繫」。¹²⁵

換言之，由諸欲產生的諸漏、損匱、燒、惱等過患，聖者已經能夠解脫（諸欲的現行）、超出（諸欲的所緣相）、離繫（諸欲的種子），不再受到諸欲的束縛。

2.4.4.2.4.2 諸受離繫

〔論〕云何終不領納緣彼諸受？

125 《披尋記》卷11：「於彼解脫超出離繫等者：此中彼言，謂前所說從欲緣生諸漏、損匱、燒、惱。於彼出離有三差別，所謂解脫、超出、離繫。解脫，謂於諸纏。超出，謂於所緣。離繫，謂於隨眠。如是差別前文已說，如次應釋。」（彌勒講堂，頁900）《瑜伽論記》對「解脫」、「超出」、「離繫」的含義與《披尋記》相同。此外，窺基對論文的斷句則有些不同：「於彼解脫，超、出、離繫，如前次第者：解脫纏，名『超』；解脫所緣，名『出』；解脫隨眠，名『離繫』。」（大正藏，第43冊，頁70中）

這一節論文說明聖者諸受離繫的情況。

「緣彼諸受」的「彼」是指諸欲；當攀緣色、聲、香、味、觸等諸欲境界時，會生起種種的感受，這些感受大致可分為四類：一、依持受，「依持」指眾生依之而住的器世界，即山河大地等外在環境；由攀緣外在環境而生起的感受，稱為依持受。二、資具受，指受用如衣服、飲食、臥具等各種生活資具時所生起的感受。三、受用受，指不同界趣的有情在受用自身界趣的境界時所生起的感受。四、顧戀受，指由於顧戀身體、財物等而生起的感受；顧戀受是與貪煩惱相應的感受。

「云何終不領納緣彼諸受」，怎樣是已永斷煩惱的阿羅漢，自始至終不會再去領納緣取諸欲境界時所生起的各種與煩惱相應的感受？

〔論〕謂依將得、正得、隨念諸欲境界，染汙諸受不復現行；其所依身不為眾惑染汙而住，如紅蓮華，水滴不著。

「將得」指將要得到的諸欲境界；「正得」指現前正在受用的諸欲境界；「隨念」指憶念過去的諸欲境界；¹²⁶「染汙諸受」指由憂、苦、喜、樂、捨所引、與煩惱相應的感受。

126 《瑜伽論記》卷4：「謂依將得、正得、隨念諸欲境等者，即未來、現在、過去，如其次第，諸欲境界也。」（大正藏，第42冊，頁382上）

「謂依將得、正得、隨念諸欲境界」，已永斷煩惱的阿羅漢果聖者，雖然仍有依著將要得到、正在受用，或憶念過去諸欲境界而生起的各種各樣的感受，「染汙諸受不復現行」，但那些由憂、苦、喜、樂、捨所引、與煩惱相應的感受則不會再現前活動。「其所依身不為眾惑染汙而住，如紅蓮華，水滴不著」，阿羅漢果聖者所依止的身心不會被眾多的煩惱所染汙，就如紅蓮花一樣，水滴不會停住在紅蓮花上，煩惱也不會停住在阿羅漢果聖者的身心上。¹²⁷「所依身」指眼、耳、鼻、舌、身、意等六根所依止的身體，在這裡是指阿羅漢果聖者的身心。

這句論文的意思是，由於已證得有餘依涅槃的阿羅漢果聖者具有清淨的智慧，因此在接觸諸欲境界時不再有無明與貪愛，現前領受的唯有與智慧相應的感受。¹²⁸因此，阿羅漢果聖者的身心不會為煩惱所染汙，猶如紅蓮花不著水滴一樣。

2.4.4.3 六種順出離界

2.4.4.3.1 明建立

〔論〕復有六種順出離界，如經廣說。

127 可參考《披尋記》卷11：「諸欲境界若將得時，求為和合、求為不離、求為增益，是名彼彼喜樂愛；諸欲境界若已得時，正受用中，欲不相離、欲令久住，是名喜貪諸行愛；是名彼緣諸欲染汙諸受。有餘依中，不復現行。其所依身唯現領受明觸生受，是故不為眾惑染汙而住，如紅蓮華，水滴不著。」（彌勒講堂，頁900、901）

128 可參考《瑜伽師地論·本地分解讀》第六冊，頁81-83。

又有「六種順出離界」，「順」指隨順，「界」是因義；透過善巧修習慈心、悲心、喜心、捨心、無相心定、離我慢，隨順這六種修行方法，即決定能夠出離恚、害、不樂、貪恚、相、我慢等，因此將這六種修習方法——慈、悲、喜、捨、無相、離我慢，名為順出離界。

「如經廣說」，這六種順出離界，正如佛經中的詳細說明。¹²⁹

〔論〕謂我已修慈，乃至我已離諸我慢，然我猶為疑惑毒箭悶亂其心，是故慈等於恚、害等非正對治。當知為捨如是邪執，建立此界。

為什麼要建立六種順出離界呢？由於有一類初學的修行者，對於慈、悲、喜、捨、無相、離我慢，並未有善巧的修習，以致修行達不到對治煩惱的效果，於是說出這樣的言論，就是：「我已經修習慈、悲、喜、捨、無相的法門，乃至我已經修習出離一切我慢的方法，可是我的內心仍然受到毒箭般的疑惑所惱亂煩擾。因此我認為慈、悲等修行，對於恚、害等煩惱，並非是正確對治的方法。」「當知為捨如是邪執」，應當知道為了令這類未能善巧修習慈等法門的初學修行者捨棄這種不正確

129 見《佛說大集法門經》卷下、《集異門足論》卷15。

的見解及執著，「建立此界」，因此建立這六種順出離界。¹³⁰

〔論〕是中患等離欲對治有差別故，建立前四。

對治相故，觀察聖住得道理故，建立無相。

觀察究竟正道理故，建立第六。

「是中患等離欲對治有差別故，建立前四」，在這六種順出離界當中，由於對治由欲所引起的患、害、不樂、貪患的修行方法各有不同的原故，所以建立前四種順出離界，即：

修習慈心能對治「患」，即瞋恨心，因此建立「慈」為第一種順出離界。

修習悲心能對治「害」，即想要傷害他人之心，因此建立「悲」為第二種順出離界。

修習喜心能對治「不樂」，即嫉妒心，因此建立「喜」為第三種順出離界。

修習捨心能對治「貪患」，即貪欲心及瞋恨心，因此建立「捨」為第四種順出離界。¹³¹

130 《披尋記》卷11：「謂我已修慈至非正對治者：此中意顯不善修者，於此六種不善修故，不能出離一切患等，起如是執，立如是論：謂我已修慈等，乃至廣說。」（彌勒講堂，頁901）
《瑜伽論記》卷4：「是故慈等於患害等非正對治者，顯初修行，猶起我慢、疑惑未除，為令折伏，捨諸邪執，建立此界。」（大正藏，第42冊，頁382上）

131 《披尋記》卷11：「是中患等離欲對治等者：此中等言，等取害及不樂、貪患。由修慈故，能對治患；由修悲故，能對治害；由修喜故，對治不樂；由修捨故，對治貪患。是故建立前四順出離界。」（彌勒講堂，頁902）

「對治相故，觀察聖住得道理故，建立無相」，為了對治一切境界相的擾動，亦為了透過觀察無相的道理而成就聖者所安住之空、無願、無相及滅盡定等境界，所以建立無相心定為第五種順出離界。論文指出建立第五種順出離界的兩個理由，就是為了「對治相故」及「觀察聖住得道理故」。「相」指心識所攀緣的色、聲、香、味、觸、法的一切境界相。因為凡夫的心識會隨著色等境界相而生起煩惱，擾亂內心，令心不得自在，因此為了對治色等一切境界相的擾動，建立無相心定為第五種順出離界。此外，為了成就聖者內心所安住之空、無願、無相及滅盡定等境界，即「聖住」¹³²，必須觀察無相的道理，因此亦以此無相心定為第五種順出離界。文中的「無相」是指無相心定，又名無相心三摩地，是由不思惟一切相，及正思惟無相界所證得的禪定。¹³³關於無相心定將會在本論卷12詳細說明。

「觀察究竟正道理故，建立第六」，為了令修行達到徹底圓滿的程度，必須觀察諸法無我等正確道理，以出離微細的我慢煩惱，及斷除對於自己的解脫及所證得的真理的疑惑；由於這個原因，建立第六種順出離界。「究竟」是徹底圓滿的意

132 《瑜伽師地論》卷34：「言聖住者，謂空住、無願住、無相住、滅盡定住。」（大正藏，第30冊，頁477上）。

133 《披尋記》卷11：「對治相故等者：由隨相識，於時時中擾亂心故，是名為相。對治此故，建立無相。言聖住者，謂空住、無願住、無相住、滅盡定住。如下〈聲聞地〉說。……心正安住彼聖住中，是名為得觀察，能得聖住道理，建立無相。云何道理？謂由不思惟一切相故，及正思惟無相界故，能入無相心定。如下無相三摩地中說。」（彌勒講堂，頁902）

思。「正道理」指因緣業果、諸法無我等等符合真實的正確道理。¹³⁴第六種順出離界是「離我慢」，「我慢」是指由於執取五蘊為「我」或「我所」而生起的執著有實自我及驕慢的心態。我慢能夠障礙修行者證見真理、成就聖道，也會令修行者對自身的證悟及所證得的煩惱離繫的解脫境界產生疑惑。如果能將最微細的我慢斷除，便能朝向證得究竟解脫的阿羅漢果境界。為了令修行徹底圓滿，必須觀察無我等真實正確的道理，出離我慢，因此建立第六種順出離界——離我慢。¹³⁵

2.4.4.3.2 顯對治

〔論〕慈對治恚，無損行轉故。

悲對治害，為除他苦，勝樂行轉故。

喜治不樂，於他樂事隨喜行轉故。

捨治貪恚，俱捨行轉故。

無相對治一切眾相，相相違故。

若離我慢，於自解脫或所證中定無疑惑，故離我慢是彼對治。

本節論文顯示六種順出離界所對治的煩惱。

134 《瑜伽論記》卷4：「觀察究竟正道理故，建立第六者，但有因果諦實、所執我空，名正道理；觀察此故，慢、疑便滅。」（大正藏，第42冊，頁382上）

135 《披尋記》卷11：「觀察究竟正道理故者：修加行中，微細我慢與心俱行，能障現觀。證現觀時，彼慢斷滅，由此能趣究竟解脫，以不復能依諸妄見而有所作，及於自證而有疑惑故。由觀察此，建立第六順出離界。」（彌勒講堂，頁902、903）

「慈對治恚，無損行轉故」，慈心能夠對治瞋恚心，因為當慈心生起時，不會有損害、恚惱別人的心態現起。「行」指心行，即內心活動；「轉」是生起、現起的意思。「慈」意謂給與別人快樂。修習慈心時的對象是沒有苦也沒有樂的無量有情眾生；希望無苦無樂的眾生得到快樂，這種心態稱為「慈」。慈心與瞋恚心是相反的力量，增長慈心，就會減損瞋恚心。由於希望給與有情眾生快樂，就不會生起損害、恚惱眾生的心態，因此慈心能夠對治瞋恚心。¹³⁶

「悲對治害，為除他苦，勝樂行轉故」，悲心能夠對治傷害眾生的心，因為當有了希望去除他人痛苦的心態，內心會生起殊勝的快樂。「悲」是拔除他人痛苦之意。修習悲心時的對象是正在受苦的無量有情眾生。希望拔除正在受苦的眾生的痛苦，這種心態稱為「悲」。悲心與害心是相反的力量，增長悲心，就會減損害心。因為幫助別人去除痛苦，內心會有一種殊勝的快樂，因此悲心能夠對治傷害眾生的心。¹³⁷

「喜治不樂，於他樂事，隨喜行轉故」，「不樂」指嫉妒心；喜心能夠對治嫉妒心，因為對於他人快樂之事，能夠生起隨順

136 《披尋記》卷11：「慈對治恚等者：此於無苦無樂有情欲與其樂，故名為慈。由此能對治恚故，無損惱行轉。」（彌勒講堂，頁903）

137 《披尋記》卷11：「悲對治害等者：此於有苦有情欲拔其苦，故名為悲。由此能對治害故，有勝樂行轉。」（彌勒講堂，頁903）

歡喜之心。「喜」是指見到他人得到快樂或見到他人造作善行而內心生起一種隨順歡喜的心態。修習喜心時的對象是有樂的無量眾生。對於眾生的快樂感到歡慶喜悅，隨順歡喜，這樣的心態稱為「喜」。喜心與嫉妒心是相反的力量，增長喜心，就會減損嫉妒心。因為對於他人的快樂能夠生起隨順歡喜之心，所以隨喜心能夠對治嫉妒心。¹³⁸

「捨治貪恚，俱捨行轉故」，捨心能夠對治貪欲與瞋恚，因為內心平等，能夠捨棄親怨分別。「捨」指平等地看待一切有情，不論是對於與自己親近或有怨的有情，內心都安住平等，不偏執一邊地看待對方的心態。修習捨心時的對象是一切無量眾生。因為對於與自己親近的有情平等對待，心無欣喜，所以不生貪愛；因為對於與自己有怨的有情平等對待，心無憂感，所以不生瞋恚。捨棄親怨的分別，內心保持平等不偏，這種捨心能夠對治貪欲與瞋恚。¹³⁹

「無相對治一切眾相，相相違故」，「無相」即修習無相心定的時候，能夠對治一切眾多的境相，因為無相心定是與各種所緣境相互相違反對立的力量。「一切眾相」指色、聲、香、

138 《披尋記》卷11：「喜治不樂等者：此於有樂有情慶悅隨喜，故名為喜。由此對治不樂。不樂即憎嫉之異名。由有憎嫉，於他所得樂事不生隨喜行故。」（彌勒講堂，頁903、904）

139 《披尋記》卷11：「捨治貪恚等者：處中而住，說名為捨。此於一切有情平等平等無有親怨，由是故能對治貪恚。無欣無感，名俱捨行。」（彌勒講堂，頁904）

味、觸、貪、瞋、痴、男、女等這一切眾多的境相，或指色、受、想、行、識等一切五取蘊相。「相相違」的意思是，修習厭離一切相的無相心定是與一切眾多境「相」，互「相違」反對立的，因此無相心定能夠對治一切眾相。

「若離我慢，於自解脫或所證中定無疑惑，故離我慢是彼對治」，如果能夠遠離我慢，那麼對於自己的解脫或所證得的真理，就決定不會再有任何疑惑，所以說離我慢是彼疑惑的對治方法。例如已現證四諦理的初果聖者，由於他們已徹底斷除了所有由後天分別而起的煩惱（即見道所斷的一百一十二種煩惱¹⁴⁰），不會再依於後天分別煩惱而造作能令墮到三惡趣的惡不善業，故能了知自己決定不會墮入三惡趣而無有疑惑，這就名為「於自解脫定無疑惑」。

此外，對於自己在證得初果時，同時成就的佛、法、僧、戒有堅固不壞之清淨信心，決定不再對佛、法、僧、戒再有任何疑惑，這就名為「於自所證定無疑惑」。疑惑和我慢是一起活動的，如果能夠遠離我慢，對於解脫煩惱及證得真理的疑惑也就完全對治了，所以說離我慢可以對治疑惑。¹⁴¹

140 可參考《瑜伽師地論·本地分解讀》第五冊，頁39-43。

141 《披尋記》卷11：「若離我慢等者：謂如已證諦現觀者，畢竟永斷見道所斷一切煩惱，是名解脫。此解脫已，能自了知畢竟不墮惡趣，是名於自解脫定無疑惑。又復具足成就四種證淨，是名於自所證定無疑惑。如是疑惑，我慢俱轉，我慢若離，疑惑永斷，故離我慢是彼對治。」（彌勒講堂，頁904）

〔論〕此諸出離，定能出離一切恚等。不善修故，恚等過失容可現行。

「此諸出離，定能出離一切恚等」，這六種順出離界，當修習圓滿的時候，必定能夠出離一切恚、害、不樂、貪恚、一切眾相及我慢。然而，在修行的過程中，「不善修故」，由於沒有善巧地修習，「恚等過失容可現行」，恚、害乃至我慢等過失就有可能現前活動起來。這一句論文是針對上文提到有一類未能善巧修習慈、悲等法門的初學修行者，認為這六種順出離界不是對治恚、害等的正確修行方法的回應。¹⁴²

2.4.4.3.3 明所攝

〔論〕又前五種順出離界，初之四種，天住所攝；第五一種，聖住所攝。

「又前五種順出離界」，此外，前文所說的五種順出離界，「初之四種」，最初的四種，指不淨觀、慈觀、悲觀這三種順出離界，以及無色界定這第四種順出離界。「天住所攝」，

142 《瑜伽論記》卷4：「云此諸出離定能出離一切恚等者，謂有難言，修慈等六定，離恚等六種所治，何故前說『是故慈等於恚、害等非正對治』？今釋之云：此諸出離，修習滿位定能出一切恚等，前方便時不善修故，恚等過失容可現行，由此前言非正對治。」（大正藏，第42冊，頁382上）

「天住」指安住在色界四靜慮、無色界四無色定等定境；¹⁴³不淨觀、慈觀、悲觀這三種順出離界，能證得初靜慮乃至第四靜慮，故攝屬於色界四靜慮天的境界；無色界定這第四種順出離界，能證得四空定，故攝屬於無色界四空處天（空無邊處天、識無邊處天、無所有處天、非想非非想處天）的境界。

「第五一種」，第五種順出離界這一種，即無相心定，「聖住所攝」，以能證得空、無相、無願、滅盡定等定境，故攝屬於聖者所安住的境界。¹⁴⁴

〔論〕今此六種順出離界，前之四種梵住所攝；第五、第六聖住所攝。

「今此六種順出離界」，現在所說的這六種順出離界之中，即：慈、悲、喜、捨、無相心定、離我慢；「前之四種」，前面四種，即慈、悲、喜、捨這四種無量心，「梵住所攝」，屬於安住在慈、悲、喜、捨這四種能感色界梵天福報的清淨境

143 《瑜伽師地論》卷34：「言天住者，謂諸靜慮，諸無色住。」（大正藏，第30冊，頁477上）

144 《瑜伽師地論》卷34：「言聖住者，謂空住、無願住、無相住、滅盡定住。」（大正藏，第30冊，頁477上）

界；¹⁴⁵「第五、第六」，第五及第六種順出離界，即無相心定及離我慢，「聖住所攝」，是屬於聖者所安住的境界。

2.4.4.3.4 名所依

2.4.4.3.4.1 略釋名

〔論〕復次，能超患等諸過失故，名為出離；於出離時正可憑仗，故名為依。

其次，「能超患等諸過失故，名為出離」，能超越患、害、不樂、貪患、一切眾相、我慢等所有煩惱過失，稱為「出離」；「於出離時正可憑仗，故名為依」，在出離患、害乃至我慢等煩惱時，是有正確的原則可以依止，因此名為「依」。

2.4.4.3.4.2 標列四種

〔論〕世尊說依，略有四種：一、法是依，非數取趣；二、義是依，非文；三、了義經是依，非不了義經；四、智是依，非識。

145 《瑜伽師地論》卷34：「言梵住者，謂慈住、悲住、喜住、捨住。」（大正藏，第30冊，頁477上）又《瑜伽論記》卷4：「初之四種，天住所攝等者，景師釋：此中判前門不淨觀、慈、悲、勝色相為天住者，從所依靜慮說為天住，以不純是四無量故，不名梵住。今六門中說四無量為梵住者，據能感梵福說為梵住，純以具說四無量故。基云：慈、悲二種通依禪修，名為天住，別依無量修，名為梵住。」（大正藏，第42冊，頁382上）

「世尊說依，略有四種」，佛說可依止的正確原則，要略而言有四種：

一、「法是依，非數取趣」，「數取趣」指屢次往返五趣輪迴的生命主體，又譯作人、眾生；佛法是可以依靠的，並非是人。這是第一種依——依法不依人，即是以佛所說的一切大小乘佛法正理為依止，而不是以說法的人為依止。¹⁴⁶

二、「義是依，非文」，義理是可以依靠的，並非是語言文字。這是第二種依——依義不依文，即是以語言文字背後所要表達的真實義理為依止，而不是以表面的文句言辭為依止。¹⁴⁷

三、「了義經是依，非不了義經」，「了義經」指全面、徹底、直接及清楚地表達佛法義理的經典；相反，「不了義經」是為了順應眾生的理解程度，以方便權宜的方式，間接地或側重地表達佛法義理的經典。¹⁴⁸了義經是可以依靠的，並非是不

146 可參考《瑜伽師地論》卷45：「又諸菩薩如實了知聞說、大說；如實知己，以理為依，不由耆長、眾所知識補特伽羅、若佛、若僧所說法故即便信受，是故不依補特伽羅。如是菩薩以理為依，補特伽羅非所依故，於真實義心不動搖，於正法中他緣匪奪。」（大正藏，第30冊，頁539上）

147 可參考《瑜伽師地論》卷45：「諸菩薩為求義故，從他聽法，不為求世藻飾文辭。菩薩求義不為求文而聽法時，雖遇常流言音說法，但依於義，恭敬聽受。」（大正藏，第30冊，頁539上）

148 關於「了義」與「不了義」的涵義，可參考窺基所著的《大乘法苑義林章》卷1，其說甚詳。

了義經。這是第三種依——依了義經不依不了義經，即是以全面透徹解說佛法的了義經典作為依止，而不是以方便權宜的方式來解說佛法的不了義經作為依止。¹⁴⁹

四、「智是依，非識」，能夠體證真實的無漏智慧是可以依靠的，並非是世俗的分別妄識。這是第四種依——依智不依識，即是以透過修行所證得的無漏智慧為依止，而不是以只憑聽聞與思惟佛法道理的分別妄識為依止。¹⁵⁰

2.4.4.3.4.3 明建立

2.4.4.3.4.3.1 約四補特伽羅辨

〔論〕此四種依，因何建立？補特伽羅四種別故。

「此四種依」，這四種依，即依法不依人、依義不依文、依了義經不依不了義經、依智不依識，「因何建立」，是為了什麼

149 可參考《瑜伽師地論》卷45：「又諸菩薩，於如來所深殖正信、深殖清淨，一向澄清；淨唯依如來了義經典，非不了義。了義經典為所依故，於佛所說法毘奈耶不可引奪。何以故？以佛所說不了義經，依種種門辯本性義，猶未決定，尚生疑惑，非了義故。若諸菩薩於了義經不決定者，於佛所說法毘奈耶猶可引奪。」（大正藏，第30冊，頁539上）

150 可參考《瑜伽師地論》卷45：「又諸菩薩，於真證智見為真實，非於聞思但識法義非真證智。是諸菩薩如實了知修所成智所應知者，非唯聞思所成諸識所能了達。如實知已，聞如來說最極甚深所有法義，終不誹毀。」（大正藏，第30冊，頁539上）

原因而建立呢？「補特伽羅四種別故」，因為有以下四類不同的人，所以建立這四種依。

2.4.4.3.4.3.1.1 別辨相

〔論〕謂因諂詐補特伽羅差別故，建立初依；

因順世間補特伽羅差別故，建立第二；

因住自見取補特伽羅差別故，建立第三；

因聞為極補特伽羅差別故，建立第四。

就是「因諂詐補特伽羅差別故」，因為有一類人內心歪曲不正直、逢迎詐偽，假稱自己已證道果而宣說佛法，為了對治這種過失，「建立初依」，所以建立四依中最初的一種依，即依法不依人。

「因順世間補特伽羅差別故」，因為有一類人歡喜執取隨順世間的言論及美妙的文辭言句，而未能通達文字言句背後所要表達的義理，為了對治這種過失，「建立第二」，所以建立第二種依，即依義不依文。

「因住自見取補特伽羅差別故」，因為有一類人執著以自己固有的見解去理解佛法，為了對治這種過失，「建立第三」，所以建立第三種依，即依了義經不依不了義經。

「因聞為極補特伽羅差別故」，因為有一類人以為聽聞佛法就

是究竟，而不去親身實踐修行求證，為了對治這種過失，「建立第四」，所以建立第四種依，即依智不依識。¹⁵¹

為了對治以上四類人的過失，所以佛陀建立這四種依作為學習佛法的原則。

2.4.4.3.4.3.1.2 隨難釋

〔論〕因其諂詐，說法是依，非數取趣。要與彼論分別決擇，方證正智，非唯由彼現威儀故。

「因其諂詐，說法是依，非數取趣」，由於有些人為了奉承或欺騙別人，從而假稱自己已證道果並宣說佛教的道理，所以佛陀說要以佛法義理本身為依歸，而並非以宣說佛教道理的人為依歸。如果遇到有人宣說關於佛教的言論，「要與彼論分別決擇，方證正智」，就要與他議論，分析判斷他所宣說的言論是否符合佛法的道理，這樣才可以驗證那人是否具有正確理解佛法的智慧，「非唯由彼現威儀故」，並非只是由於那宣說佛教

151 《披尋記》卷11：「謂因諂詐補特伽羅差別等者：謂彼諂詐補特伽羅，未能證得沙門果法，因此失故，建立唯法是依，非數取趣。又順世間補特伽羅，樂著言論，未能知義，因此失故，建立唯義是依，非文。又住自見取補特伽羅，執義非義，非義為義，因此失故，建立了義經是依，非不了義經。又聞為極補特伽羅，彼以聽聞為其究竟，不求證得，因此失故，建立唯智是依，非識。」（彌勒講堂，頁907）

道理的人展現出一種莊嚴的儀容舉止，而自己不出合理判斷就毫無保留地接受他所宣說的言論。

2.4.4.3.4.3.2 約四時辨

2.4.4.3.4.3.2.1 初依

〔論〕即於此中復有差別，謂佛宣說補特伽羅及與諸法，唯法
是依，非數取趣。世俗言辭不應執故。

「即於此中復有差別」，即在這四依之中，又有以下不同的情況，就是「佛宣說補特伽羅及與諸法」，佛所宣說的「補特伽羅」即數取趣、人，及「諸法」即各種法義，「唯法是依，非數取趣」，只有法是可以依靠的，並非是人。為什麼呢？「世俗言辭不應執故」，「世俗言辭」指透過世俗的言詞所建構的概念；由於所謂「人」（或「補特伽羅」、「數取趣」）只是由色、受、想、行、識等五蘊和合所成，本身並無真實不變的自體，它只是佛隨順世俗的言詞而假安立的概念，因此不應執著有真實的人可以依靠，而應以法為依靠。¹⁵²

152 《瑜伽論記》卷4：「即於此中復有差別者，重釋前依，佛順世俗有二種言辭：一、人；二、法。今令依法不依於人，不可聞佛隨人之言便亦依人，佛順世俗言辭，不應執故。」（大正藏，第42冊，頁382中）又《披尋記》卷11：「世俗言辭不應執者：補特伽羅唯是假立，都非實有，依此說彼世俗言辭不應執。」（彌勒講堂，頁908）

2.4.4.3.4.3.2.2 第二依

〔論〕法又二種，謂文及義。唯義是依，非文。何以故？不應但聞即為究竟，要須於義思惟、籌量、審觀察故。

「法又二種，謂文及義」，前文說依法不依人，而法又分有二種，就是能詮的文字詞句及所詮的義理。「唯義是依，非文」，只有義理是可以依靠的，並不是文字詞句。「何以故」，為什麼呢？「不應但聞即為究竟，要須於義思惟、籌量、審觀察故」，因為不應該只是以聽聞佛隨順世間而說的文字詞句就認為已經徹底足夠，更須要對於文字詞句背後所要詮表的義理作出思惟、籌算思量、仔細周詳地觀察。¹⁵³

2.4.4.3.4.3.2.3 第三依

〔論〕佛所說經，或有了義，或不了義。觀察義時，了義是依，非不了義。

「佛所說經，或有了義，或不了義」，佛所宣說的經典，有一類是顯了分明地把佛法義理直接說出來，稱為「了義經」；另有一類並不是顯了分明地把佛法義理直接說出來，名為「不了

153 《瑜伽論記》卷4：「『法又二種』下，釋第二依。因順世間，說於文字以詮義理，不應但聞順世文字即為究竟，故令依義。」（大正藏，第42冊，頁382中）

義經」。「觀察義時，了義是依，非不了義」，當思惟、籌算思量、仔細周詳地觀察佛法義理的時候，了義經是可以依靠的，並不是不了義經。¹⁵⁴

2.4.4.3.4.3.2.4 第四依

〔論〕世尊或時宣說依趣福、不動識，為往善趣故；或時宣說四聖諦智，為向涅槃故。於修法隨法行時，唯智是依，非識。

「世尊或時宣說依趣福、不動識，為往善趣故」，「福」指修行五戒、十善等福業，「不動」指修行色、無色界定等不動業。由於造作福業及不動業時，會同時在現世剎那生滅的阿賴耶識中熏成種子，這類種子是能使令有情於下一期生命趣往投生欲界人天或色、無色界天等善趣的因，故稱熏習了福業及不動業種子的阿賴耶識為「趣福、不動識」。¹⁵⁵佛世尊或者有時宣說福業、不動業等趣往人天善趣的識，這是為了眾生能夠投生善趣；「或時宣說四聖諦智，為向涅槃故」，或者有時宣說苦、集、滅，道這四種真實道理的智慧，這是為了眾生能夠趣

154 《瑜伽論記》卷4：「佛所說經或有了義等者，釋第三依。雖令依義，不得隨自見取之為勝，故依了義經。」（大正藏，第42冊，頁382中）

155 《披尋記》卷11：「世尊或時宣說依趣福不動識者：感人天業，是名為福；定地諸業，是名不動。此於現在已得生滅異熟識中，安置彼種，令趣當生，由是名趣福、不動識。」（彌勒講堂，頁909）

向證入煩惱徹底息滅、解脫生死輪迴束縛的涅槃境界。「法隨法行」的「法」指寂滅涅槃，即滅諦；「隨法」指正見等八支聖道，即道諦。「法隨法行」意謂為了求證涅槃，跟隨佛法義理而修行八支聖道。¹⁵⁶「於修法隨法行時」，當修習能令煩惱徹底息滅、解脫生死輪迴束縛的涅槃之道時，「唯智是依，非識」，只有由聽聞、思惟、修習四諦理所成的智慧是可以依靠的，¹⁵⁷而不是能令投生人天善趣的趣福、不動識。¹⁵⁸

2.4.4.3.4.3.2.5 結略義

〔論〕略於四時失不失故，建立四種補特伽羅，謂得法時、任持時、觀察義時、修法隨法行時。依四時故，建立四依。

156 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷181：「云何法？云何隨法？云何法隨法行？……云何法？答：寂滅涅槃。云何隨法？答：八支聖道。云何法隨法行？答：若於此中隨義而行，所謂為求涅槃故，修習八支聖道，故名法隨法行。能安住此名法隨法行者。」（大正藏，第27冊，頁910下）

157 《披尋記》卷11：「於修法隨法行時等者：謂如所求、如所受法，身語意業無倒隨轉，正思、正修，是名法隨法行。如下〈菩薩地〉說。……修習此時，要依於四聖諦聞思及修三所成慧，由是說言唯智是依。」（彌勒講堂，頁909）

158 《瑜伽論記》卷4：「世尊或時宣說依趣等者，釋第四依。人天因說識，涅槃因說智，了義經中，為初修說識，為久修說智，有聞初修便執為極，今為遮此故說依智，取究竟故。」（大正藏，第42冊，頁382中）

前文所說的諂詐補特伽羅、順世間補特伽羅、住自見取補特伽羅、聞為極補特伽羅等，由於顛倒了四依的原則，所以稱為「失」，即有過失；若能無顛倒的依止佛所建立的四依原則，則稱為「不失」，即沒有過失。

「略於四時失不失故，建立四種補特伽羅」，簡略來說，是根據在四個不同的時期有過失或沒有過失，而建立四類人。這四個時期是指：「得法時」，得聞佛法的時期；「任持時」，領納佛法並保持於心的時期；「觀察義時」，思惟觀察佛法義理的時期；「修法隨法行時」，依隨佛法義理修行的時期。「依四時故，建立四依」，依據以上四個時期，所以佛建立了四依的原則，即：在得法時，建立依法不依人；任持時，建立依義不依文；觀察義時，建立依了義不依不了義；修法隨法行時，建立依智不依識。¹⁵⁹

159 可參考《瑜伽師地論略纂》卷5：「略依四時失不失故者，得法時，依法智生，不依於人。任持時，義可文持，非文義持，陀羅尼故。觀察義時，依了義，非不了義，疑智生故。法隨法行時，法謂滅諦，隨法謂道諦，修出離道時，依智不識。此上四依，從初行至後行，從麤修習至細修習，究竟成滿，如是次第。」（大正藏，第43冊，頁71上）此外，《披尋記》卷11對「四時」有另一種釋義：「略於四時失不失故等者：隨獲一種沙門果時，名得法時。多聞聞持，名任持時。觀察法句所詮表義，名觀察義時。修無倒業及正思修，名修法隨法行時。於此四時，彼四補特伽羅顛倒所依，是名為失。於佛建立無倒依止，是名不失。」（彌勒講堂，頁910）

三、合釋「作意」及「相」二門

〔論〕復次，已說安立。當知於此靜慮等中，作意、所緣二種差別。

其次，「已說安立」，上文已經說明了〈三摩呬多地〉關於「安立」的內容。「當知於此靜慮等中」，應當知道在這些靜慮、解脫、等持、等至之中，「作意、所緣二種差別」，有「作意差別」，即修習禪定時內心各種不同的作意分別；以及「所緣差別」（又名「相差別」），指在作意分別時所緣取的各種不同境相。這一節論文是闡述〈三摩呬多地〉的第三及第四個主要部分，即嚧柁南「作意、相差別」的內容。

1. 釋「作意」

1.1 標列七作意與四十作意

〔論〕作意差別者，謂七種根本作意及餘四十作意。

所謂「作意差別」，即內心各種不同的作意，可分為兩大類，就是「七種根本作意及餘四十作意」，七種根本的作意，以及其他的四十種作意。

1.1.1 七種作意

〔論〕云何七種作意？謂了相作意、勝解作意、遠離作意、攝

樂作意、觀察作意、加行究竟作意、加行究竟果作意。

什麼是七種作意？就是「了相作意」、「勝解作意」、「遠離作意」、「攝樂作意」、「觀察作意」、「加行究竟作意」、「加行究竟果作意」。關於七種作意的基本意義，可參前文「2.1.3.2於有漏方便位：先說解脫，後說三摩地」一節所述。七種作意的詳細解說，見本論卷33、34。

1.1.2 四十作意

〔論〕云何四十作意？

謂緣法作意、緣義作意。

緣身作意、緣受作意、緣心作意、緣法作意。

勝解作意、真實作意。

有學作意、無學作意、非學非無學作意。

遍知作意、正斷作意、已斷作意。

有分別影像所緣作意、無分別影像所緣作意、事邊際所緣作意、所作成辦所緣作意。

勝解思擇作意、寂靜作意。

一分修作意、具分修作意。

無間作意、殷重作意。

隨順作意、對治作意。

順清淨作意、順觀察作意。

力勵運轉作意、有間運轉作意、有功用運轉作意、自然運轉作意。

思擇作意、內攝作意。

淨障作意、依止成辦所行清淨作意。

他所建立作意、內增上取作意、廣大作意、遍行作意。

什麼是「四十作意」？就是：

- (1) 緣法作意、(2) 緣義作意；
- (3) 緣身作意、(4) 緣受作意、(5) 緣心作意、(6) 緣法作意；
- (7) 勝解作意、(8) 真實作意；
- (9) 有學作意、(10) 無學作意、(11) 非學非無學作意；
- (12) 遍知作意、(13) 正斷作意、(14) 已斷作意；
- (15) 有分別影像所緣作意、(16) 無分別影像所緣作意、
- (17) 事邊際所緣作意、(18) 所作成辦所緣作意；
- (19) 勝解思擇作意、(20) 寂靜作意；
- (21) 一分修作意、(22) 具分修作意；
- (23) 無間作意、(24) 殷重作意；
- (25) 隨順作意、(26) 對治作意；
- (27) 順清淨作意、(28) 順觀察作意；
- (29) 力勵運轉作意、(30) 有間運轉作意、(31) 有功用運轉作意、(32) 自然運轉作意；
- (33) 思擇作意、(34) 內攝作意；
- (35) 淨障作意、(36) 依止成辦所行清淨作意；
- (37) 他所建立作意、(38) 內增上取作意、(39) 廣大作意、(40) 遍行作意。

1.2 別釋四十作意行相

1.2.1 約三慧（緣法作意、緣義作意）

〔論〕緣法作意者，謂聞所成慧相應作意。

緣義作意者，謂思、修所成慧相應作意。

緣法作意，就是「聞所成慧相應作意」，與聽聞佛法所成就的智慧相應的作意，即在聞持佛法道理時的作意。

緣義作意，就是「思、修所成慧相應作意」，與思惟、修習佛法義理所成就的智慧相應的作意，即在思惟、修習佛法道理時的作意。

1.2.2 約四念住（緣身作意、緣受作意、緣心作意、緣法作意）

〔論〕緣身、受、心、法作意者，謂修念住者，如理思惟身等作意。

「緣身、受、心、法作意者」，即緣取身體、感受、內心、一切法的作意，就是「修念住者」，修習四念住¹⁶⁰的行者，「如理思惟身等作意」，依照真實的道理，如實思惟及觀察身體、感受、內心、一切法的作意。

160 關於四念住，本論卷28有詳細說明。

1.2.3 約假實（勝解作意、真實作意）

〔論〕勝解作意者，謂修靜慮者，隨其所欲，於諸事相增益作意。

真實作意者，謂以自相、共相及真如相，如理思惟諸法作意。

勝解作意，就是「修靜慮者」，修習靜慮的行者，「隨其所欲，於諸事相增益作意」，隨著他所希望的，透過意識強而有力的分別作用，把各種存在事物的影像在內心呈現出來，使能夠現前領納感受；這種透過意識的分別力把相似於存在事物本質的影像呈現在內心的作意，稱為勝解作意。由於這種勝解作意只是憑藉第六意識假想的力量，使令內心呈現一種與存在事物本質相似的影像相貌，所以說是一種「增益」的作意。¹⁶¹例如修習不淨觀時，行者作意思惟人身白骨，當白骨在內心很清楚地顯現出來時，那並不是真實的白骨，而是憑藉第六意識假想的力量所呈現出來的相似於真實白骨的影像相貌而已，這種作意就稱為勝解作意。

真實作意，就是以「自相、共相、真如相，如理思惟諸法作意」，「自相」指每一法各自獨有的特質；「共相」即諸法共通的特質；「真如相」是指一切法空所顯的真實性。如理作意

161 《披尋記》卷11：「勝解作意等者：由所知事同分影像現前，如現領受勝解而轉，是故說名勝解作意。即此作意由有分別，非真實故，名增益相。」（彌勒講堂，頁914）

思惟一切法各自獨有的特質、一切法共通的特質，以及一切法空所顯的真實性，這種作意即稱為真實作意。

1.2.4 約學等（有學作意、無學作意、非學非無學作意）

〔論〕有學作意，略有二種：一者、自性，二、在相續。

自性者，謂有學無漏作意；在相續者，謂有學一切善作意。

如有學作意，當知無學作意二種亦爾。

非學非無學作意者，謂一切世間作意。

「有學」指已經證得無漏智慧，但未斷盡煩惱，仍有法可修學之聖者。在聖者修道階位的四向四果中，前四向（預流向、一來向、不還向及阿羅漢向）三果（預流果、一來果、不還果）之聖者為「有學」；與此相對，「無學」是指已經斷除一切煩惱，所應學的都已學畢，無可再學的阿羅漢果聖者。還有一種稱為「非學非無學」，即並非有學聖者，亦非無學聖者，這是指尚未證得無漏智慧的凡夫。

「有學作意，略有二種」，有學聖者的作意，要略而言有二種，即：一、「自性」，二、「在相續」。所謂「自性」，即有學聖者作意的本質，就是「有學無漏作意」，這是指屬於有學聖者的具有斷除煩惱作用的無漏作意。所謂「在相續」，即有學聖者在其生命相續過程中的作意，就是「有學一切善作意」，這是指屬於有學聖者的一切世間善性的作意，也就是

與煩惱相應的有漏善性作意。¹⁶²由於有學聖者仍有煩惱未斷，故有學聖者的作意，包含了有漏與無漏這兩種性質的善性作意。¹⁶³

「如有學作意」，如同有學作意，「當知無學作意二種亦爾」，應當知道無學作意亦有「自性」與「在相續」這二種。無學聖者作意的本質，是屬於無學聖者的能斷除一切煩惱的無漏作意；而由於無學聖者已斷除一切煩惱，故在其生命相續過程中的作意，只有無漏性質的善性作意。

「非學非無學作意者」，並非有學聖者，亦非無學聖者的凡夫的作意，就是指「一切世間作意」，一切屬於有漏性質的世間作意。

1.2.5 約遍知等（遍知作意、正斷作意、已斷作意）

〔論〕遍知作意者，謂由此故，遍知所緣而不斷惑。

正斷作意者，謂由此故，俱作二事。

已斷作意者，謂斷煩惱後所有作意。

162 《披尋記》卷11：「謂有學一切善作意者：此約世間善法，名一切善。由此善法有學身起，是故名為有學作意。」（彌勒講堂，頁915）

163 《瑜伽論記》卷4：「有學作意有二：一、自性者，性是無漏；二、在相續者，約身分別。在學身中所有善作意，若漏、無漏，皆名學作意。」（大正藏，第42冊，頁383中）

遍知作意，就是「由此故，遍知所緣而不斷惑」，由這遍知作意，能夠對禪定中所緣境的本質及狀況周遍了知，但是這遍知作意沒有斷除煩惱的作用。

正斷作意，就是「由此故，俱作二事」，由這正斷作意，能夠同時對禪定中的所緣境的本質及狀況周遍了知，也有斷除煩惱的作用。¹⁶⁴

已斷作意，就是「斷煩惱後所有作意」，斷除煩惱後的所有作意，這是指不會再受已斷除的煩惱所干擾的作意。

1.2.6 約四所緣（有分別影像所緣作意、無分別影像所緣作意、事邊際所緣作意、所作成辦所緣作意）

〔論〕有分別影像所緣作意者，謂由此故，修緣分別體境毘鉢舍那。

無分別影像所緣作意者，謂由此故，修緣分別體境奢摩他。

事邊際所緣作意者，謂由此故，了知一切身、受、心、法所緣邊際；過此更無身、受、心、法。

所作成辦所緣作意者，謂我思惟如此如此，若我思惟如是如是，當有如此如此，當辦如是如是；及緣清淨所緣作意。

164 《披尋記》卷11：「謂由此故俱作二事者：謂能遍知所緣及與斷惑，是名俱作二事。」（彌勒講堂，頁916）

有分別影像所緣作意是指修行者在修觀的過程中，透過意識的分別作用，對內心呈現的影像作出尋思、伺察、思擇，亦即對內心所緣的影像進行不同面向的分析觀察。「有分別影像所緣作意」，就是「由此故」，由這有分別影像所緣作意，「修緣分別體境毘鉢舍那」，以自心分別呈現出來的影像為所緣境，修行「毘鉢舍那」（*vipaśyanā*，又譯作觀、見、種種觀察等，意謂修觀的時候，對某一法的各方面進行審細的觀察及抉擇）。修行毘鉢舍那時，是對自心分別所現起的影像為所緣境（「緣分別體境」）進行分析觀察（「有分別」），這稱為「緣分別體境毘鉢舍那」，¹⁶⁵ 這是有分別影像所緣的作意。

無分別影像所緣作意是指修行者在修止的過程中，以內心呈現的影像為所緣境，持續地在同一所緣境上反覆憶念，安住內心，不進行分析觀察。「無分別影像所緣作意」，就是「由此故」，由這無分別影像所緣作意，「修緣分別體境奢摩他」，以自心分別呈現出來的影像為所緣境，修行「奢摩他」（*śamatha*，又譯作止、寂靜等，意謂止息妄念、凝攝其心、寂靜煩惱）。修行奢摩他時，也是以自心分別所呈現出來的影像為所緣境（「緣分別體境」），但對這所緣境不進行分析觀察（「無分別」），只是念念相續地攀緣同一所緣境，讓內心

165 《披尋記》卷11：「修緣分別體境毗鉢舍那及奢摩他者：所知事同分影像為所緣境，名緣分別體境，自心分別之所起故。若於此境取相而轉，有分別故，名緣分別體境毗鉢舍那。」（彌勒講堂，頁916）

保持寂靜，這就稱為「緣分別體境奢摩他」，¹⁶⁶這是無分別影像所緣的作意。

事邊際所緣作意是指對一切存在事物的「盡所有性」及「如所有性」之作意。「盡所有性」是指窮盡一切存在事物的範圍及界限；「如所有性」是指一切存在事物的性質及真實性。「事邊際所緣作意」，就是「由此故」，由這事邊際所緣作意，「了知一切身、受、心、法所緣邊際」，了知一切身體、感受、心識、一切存在法的「邊際」——盡所有性及如所有性，即了知窮盡身、受、心、法所有的範圍及性質，「過此更無身、受、心、法」，超過這身、受、心、法的邊際，是不會再有其餘的身、受、心、法。¹⁶⁷這種窮盡一切存在事物的範圍及性質之作意，名為事邊際所緣作意。

所作成辦所緣作意是指所應作的事已經成就辦妥之作意。在所作成辦所緣作意之中，可再細分為兩種作意：一、緣定地所緣作意，這是指修靜慮的行者，於奢摩他、毗鉢舍那，若修、若習、若多修習為因緣故，便對於修習靜慮（定地）時所緣的影像的所有作意（所緣作意）都能證得圓滿。當這些定地所緣作意圓滿時，便能證得轉依，即轉變自己所依的身心，身心粗

166 《披尋記》卷11：「即於此境不取觀相，無分別故，名緣分別體境奢摩他。」（彌勒講堂，頁916）

167 《披尋記》卷11：「事邊際所緣作意等者：謂若所緣盡所有性、如所有性，是名事邊際性。如下〈聲聞地〉說。……此性身、受、心、法所緣邊際，當知亦爾。」（彌勒講堂，頁917）

重息滅，此時行者能夠直接體證到禪定的境界，成就禪定。¹⁶⁸

二、緣清淨所緣作意，這是指身心已經遠離一切粗重，在緣取一切所緣境界時，內心不會再與煩惱相應，只有清淨的作意現前活動。¹⁶⁹

「所作成辦所緣作意」，就是「我思惟如此如此，若我思惟如是如是，當有如此如此，當辦如是如是」，「我思惟如此如此」及「當有如此如此」這二句是說明定地的所作成辦，即作意思惟四種靜慮（初靜慮、第二靜慮、第三靜慮、第四靜慮）和四空定（空無邊處定、識無邊處定、無所有處定、非想非非想處定）的定地作意，而證得四種靜慮及四空定。

168 《披尋記》卷11：「所作成辦所緣作意等者：此中作意略有二別。一、緣定地所緣作意，二、緣清淨所緣作意。言定地所緣作者，謂修觀行者，於奢摩他、毗鉢舍那，若修、若習、若多修習為因緣故，諸緣影像所有作意皆得圓滿。此圓滿故，便得轉依，一切麤重悉皆息滅。得轉依故，超過影像，即於所知事，有無分別現量智見生，是名所作成辦。如下〈聲聞地〉說。」（彌勒講堂，頁917、918）據《披尋記》解釋，引文說的「無分別現量智見」並非指出世間的無分別根本智，而是指證入世間禪定時的心識狀態，見《披尋記》卷26：「有無分別現量智見生者：此說心入根本定已，得無加行無功用任運轉道，如實知見一切所知，名無分別現量智見。當知此說意受現量，唯世間攝。」（彌勒講堂，頁2217）

169 《披尋記》卷11：「言清淨所緣作意者，謂依遠離一切麤重之身，雖行一切所緣境界，而諸煩惱不復現行，如下自釋。如是亦名所作成辦所緣作意。」（彌勒講堂，頁918）

「若我思惟如是如是」及「當辦如是如是」這二句是說明定地成辦時身心轉依的相狀，即當證得四靜慮及四空定等定地時，便成辦了如是如是的身心轉依。由於所證的四靜慮和四空定的境界不同，所以它們所成就的身心轉變的相狀也各有分別，故說「如此如此」、「如是如是」，即有如此如此的定地境界，就有如是如是的轉依相狀。¹⁷⁰以上是所作成辦所緣作意之緣定地所緣作意的情况。

「及緣清淨所緣作意」，以及由此清淨所緣作意，遠離一切身心粗重，在緣取一切境界時，只有清淨的作意而不再有煩惱現前活動。這是所作成辦所緣作意之緣清淨所緣作意。¹⁷¹

1.2.7 約修止觀（勝解思擇作意、寂靜作意）、約一分修等（一分修作意、具分修作意）、約加行（無間作意、殷重作意）

1.2.7.1 辨體相

〔論〕勝解思擇作意者，謂由此故，或有最初思擇諸法，或奢摩他而為上首。

170 《披尋記》卷11：「今於此中顯彼作意，謂我思惟如此如此，當有如此如此，此說定地諸有所作。若我思惟如是如是，當辦如是如是，此說定地成辦轉依。由初靜慮乃至非想非非想處，彼彼所作及與成辦有多差別，由是說言如此如此、如是如是。」（彌勒講堂，頁918）

171 同註169。此外，關於本節的四種所緣作意，還有各種不同釋義，詳見《瑜伽論記》卷4。

寂靜作意者，謂由此故，或有最初安心於內，或毘鉢舍那而為上首。

一分修作意者，謂由此故，於奢摩他、毘鉢舍那，隨修一分。

具分修作意者，謂由此故，二分雙修。

無間作意者，謂一切時無間無斷，相續而轉。

殷重作意者，謂不慢緩加行方便。

勝解思擇作意，是指行者對所緣的深刻理解及思惟決擇之作意。勝解思擇作意有兩種情況，就是「由此故」，由這勝解思擇作意，一、「或有最初思擇諸法」，或者在最初就作意思惟決擇諸法的內容；二、「或奢摩他而為上首」，或者是以依止奢摩他（止）的力量作為首要條件，然後再對所緣進行思惟決擇。¹⁷²

寂靜作意，是指行者對所緣不進行思惟決擇，只是反覆憶念安住所緣，寂靜內心之作意。寂靜作意有兩種情況，就是「由此故」，由這寂靜作意，一、「或有最初安心於內」，或者在最初就先將心安住於內在所緣；二、「或毘鉢舍那而為上首」，

172 《披尋記》卷11：「勝解思擇作意等者：此亦二別。或有最初由此作意思擇諸法；或奢摩他而為上首，次後修習勝解思擇作意。」（彌勒講堂，頁918）

或者是以依止毘鉢舍那（觀）的力量作為首要條件，然後再把心安住於內在所緣之上，寂靜內心。¹⁷³

一分修作意，就是「由此故」，由這一分修作意，「於奢摩他、毘鉢舍那，隨修一分」，對於奢摩他（止）、毘鉢舍那（觀），依隨其中一種而修習；亦即單一修習止這部分，或單一修習觀這部分。

具分修作意，就是「由此故」，由這具分修作意，「二分雙修」，奢摩他及毘鉢舍那這二部分同時修習，即止觀雙運。

無間作意，就是「一切時無間無斷，相續而轉」，任何時候都無有間隔、無有中斷地持續作意。

殷重作意，就是「不慢緩加行方便」，不會怠慢遲緩，而是加功用行、努力懇切地修習作意。

1.2.7.2 明作業

〔論〕此中，由勝解思擇作意故，淨修智見。
由寂靜作意故，生長輕安。

173 《披尋記》卷11：「寂靜作意等者：此亦二別。或有最初由此作意安心於內；或復毗鉢舍那而為上首，次後修習寂靜作意。」（彌勒講堂，頁919）

由一分、具分修作意故，於諸蓋中心得解脫。

由無間、殷重作意故，於諸結中心得解脫。

又由無間作意故，終不徒然而捨身命。

由殷重作意故，速證通慧。

「此中」，在上述的作意之中，「由勝解思擇作意故，淨修智見」，由於勝解思擇作意的原故，能夠清淨地修正自己的智慧與見解，這是修習智慧的方法，能令智慧成就圓滿。¹⁷⁴

「由寂靜作意故，生長輕安」，由於寂靜作意的原故，能夠生起及增長身心輕安，這是修習禪定的方法，能令禪定成就圓滿。¹⁷⁵

「由一分、具分修作意故」，由於一分、具分修作意的原故，「於諸蓋中心得解脫」，內心能夠從貪欲、瞋恚、惛沈睡眠、掉舉惡作、疑等五蓋中解脫出來。

「由無間、殷重作意故」，由於無間、殷重作意的原故，「於諸結中心得解脫」，內心能夠在各種結縛眾生令不得出離生死之煩惱中解脫出來。「諸結」指九結，即：愛結、恚結、

174 《瑜伽論記》卷4：「由勝解思擇作意故，淨修智見者，慧為方便，滿成慧故。」（大正藏，第42冊，頁384中）

175 《瑜伽論記》卷4：「由寂靜作意故，生長輕安者，定為方便，定成滿故。」（大正藏，第42冊，頁384中）

慢結、無明結、見結、取結、疑結、嫉結、慳結。¹⁷⁶此外，據《瑜伽論記》解釋，五蓋與九結，雖然實際上是通指煩惱的現行及種子，但在這兩句當中，把現行煩惱偏說為「蓋」，而將煩惱種子偏說為「結」。¹⁷⁷

「又由無間作意故」，又由於無間作意的原故，「終不徒然而捨身命」，在行者的生命完結時，最終並不會枉費曾經所修行的止觀的功德。

「由殷重作意故」，又由於殷重作意的原故，「速證通慧」，行者能夠速疾證得通達諸法實相的智慧。據《披尋記》解釋，「通慧」指的是漏盡智通，也就是煩惱完全斷除後所獲得的通達實相的智慧。此外，行者為了速疾證得通慧，從而經常反覆精勤修習止觀的「數習力」，即由習慣所成之力，也是屬於殷重作意的範圍。¹⁷⁸

176 《阿毘達磨俱舍論》卷21：「結有九種，一、愛結，二、恚結，三、慢結，四、無明結，五、見結，六、取結，七、疑結，八、嫉結，九、慳結。」（大正藏，第29冊，頁108下）

177 《瑜伽論記》卷4：「一分、具分修作意故於諸蓋中心得解脫。由無間、殷重作意故，於諸結中得解脫者，五蓋、九結，實通現種，現行相增，今偏說為蓋；種子難斷相，沈細故，今偏說為結；故說別斷。」（大正藏，第42冊，頁384中）

178 《披尋記》卷11：「由殷重作意速證通慧者：漏盡智通，是名通慧。〈攝事分〉說：為欲證得未得真實究竟解脫，略有三法能令獲得速疾通慧。一者、智力，二者、不放逸力，三者、數習力。……當知彼數習力，即此殷重作意所攝。」（彌勒講堂，頁920）

1.2.8 約斷煩惱（隨順作意、對治作意）

〔論〕隨順作意者，謂由此故，厭壞所緣，順斷煩惱。

對治作意者，謂由此故，正捨諸惑，任持於斷，令諸煩惱遠離相續。

對治煩惱的過程可分為四個階段，即：

（一）厭壞對治，指對於有漏的生命現象，思惟其多有過患，如病如癰，從而生起厭離心；這階段又稱為「方便道」或「加行道」。

（二）斷對治，指當觀智生起，正斷煩惱的時候；這階段又稱為「無間道」。

（三）持對治，保持斷除煩惱的觀智，安住於煩惱被斷除後的狀態；這階段又稱為「解脫道」。

（四）遠分對治，進一步修習觀智，使之前已斷的煩惱更加遠離；這階段又稱為「勝進道」。¹⁷⁹

「隨順作意」是指對治煩惱的第一階段，即（一）厭壞對治。「謂由此故」，就是指由這隨順作意，「厭壞所緣」，對於所緣，見其過患，生起厭離。例如以五取蘊為修行時的所緣，就

179 《大乘阿毘達磨雜集論》卷9：「厭壞對治者，於有漏諸行見多過患，謂以如病如癰等行厭壞五取蘊故。斷對治者，謂方便及無間道，由彼能斷諸煩惱故。持對治者，謂解脫道，由彼任持斷得故。遠分對治者，謂此後諸道，由彼令先所斷煩惱轉遠離故。」（大正藏，第31冊，頁738中）

要思惟有漏的色、受、想、行、識等生命現象如病、如癰等，以厭離對五取蘊的貪愛執取。¹⁸⁰

「對治作意」包括對治煩惱的第二、三、四階段，即（二）斷對治、（三）持對治、（四）遠分對治；「謂由此故」，就是由這對治作意，「正捨諸惑」，能夠正式捨棄斷除各種煩惱，「任持於斷」，內心安住保持在斷除煩惱後的狀態，「令諸煩惱遠離相續」，使令煩惱進一步遠離，不再相續。¹⁸¹

1.2.9 約數習方便（順清淨作意、順觀察作意）

〔論〕順清淨作意者，謂由此故，修六隨念；或復思惟隨一妙事。

順觀察作意者，謂由此故，觀諸煩惱斷與未斷；或復觀察自己所證，及先所觀諸法道理。

180 《披尋記》卷11：「隨順作意等者：此約厭壞對治為釋。即於有漏諸行見多過患，謂以如病、如癰等行厭壞五取蘊故，是名厭壞所緣。此即加行道攝。」（彌勒講堂，頁921）

181 《披尋記》卷11：「對治作意等者：此約斷對治、持對治、遠分對治為釋。正捨諸惑，謂斷對治；住持於斷，謂持對治；令諸煩惱遠離相續，謂遠分對治。斷對治者，無間道攝；持對治者，解脫道攝；遠分對治者，勝進道攝。」（彌勒講堂，頁921）

「順清淨作意」指內心沈滯不舒時，緣取清淨美妙的境相，使心轉為歡喜愉悅的作意。¹⁸²「謂由此故」，就是由這順清淨作意，「修六隨念」，修習六隨念，即：一、佛隨念，反覆憶念諸佛的功德；二、法隨念，反覆憶念佛所說的正法；三、僧隨念，反覆憶念聖僧的功德；四、戒隨念，反覆憶念持戒的功德；五、捨隨念，反覆憶念布施的功德；六、天隨念，反覆憶

182 《瑜伽師地論》卷28：「云何順清淨作意？謂心下蹙，取淨妙相策令歡悅。」（大正藏，第30冊，頁438下）

念諸天的功德。¹⁸³

「或復思惟隨一妙事」，或者是思惟隨便一種「妙事」——例如思惟自己由於過去生曾造作布施等功德，而成就今生擁有世

183 可參考《阿毘達磨集異門足論》卷16：「六隨念者，云何為六？答：一、佛隨念；二、法隨念；三、僧隨念；四、戒隨念；五、捨隨念；六、天隨念。云何佛隨念？答如世尊說：苾芻當知，有聖弟子於世尊所，以如是相隨念諸佛，謂此世尊是如來、阿羅漢，廣說乃至佛、薄伽梵。若聖弟子以如是相隨念諸佛，見為根本、證智相應，諸念、隨念、別念、憶念，念性、隨念性、別念性、不忘性、不忘法性、心明記性，是名佛隨念。云何法隨念？答：如世尊說：苾芻當知，有聖弟子以如是相隨念正法，謂佛正法善說，乃至智者內證。若聖弟子以如是相，隨念正法見為根本，證智相應廣說如前，是名法隨念。云何僧隨念？答：如世尊說：苾芻當知，有聖弟子以如是相隨念諸僧，謂佛弟子具足妙行，廣說乃至無上福田世所應供。若聖弟子以如是相隨念諸僧，見為根本、證智相應，廣說如前，是名僧隨念。云何戒隨念？答：如世尊說：苾芻當知，有聖弟子以如是相隨念自戒，謂此淨戒無缺無隙，廣說乃至諸有智者稱讚無毀。若聖弟子以如是相隨念自戒，見為根本、證智相應，廣說如前，是名戒隨念。云何捨隨念？答：如世尊說：苾芻當知，有聖弟子以如是相隨念自捨，謂我善得無染財利，我於慳垢所縛眾中能離慳垢心無染著，舒手惠施所有財物，棄捨財物心無所顧，分布施與心無偏黨。若聖弟子以如是相隨念自捨，見為根本、證智相應，廣說如前，是名捨隨念。云何天隨念？答：如世尊說：苾芻當知，有聖弟子以如是相隨念諸天，謂有四大王眾天、有三十三天、有夜摩天、有覩史多天、有樂變化天、有他化自在天。若有成就無倒信、戒、聞、捨、慧者，從此捨命得生彼天；我亦成就無倒信、戒、聞、捨、慧善，云何不得當生彼天？若聖弟子以如是相隨念諸天，見為根本、證智相應，諸念隨念、別念、憶念，念性、隨念性、別念性、不忘性、不忘法性、心明記性，是名天隨念。」（大正藏，第26冊，頁433上、中）

間錢財珍寶等福報；或思惟自己因為修習戒、定、慧而決定將來會證得無漏智慧等。¹⁸⁴修習六隨念或作意思惟以上隨便一種妙事，名為順清淨作意。

「順觀察作意」是指隨順觀察內心的煩惱是已斷或是未斷的作意。¹⁸⁵由此順觀察作意，「觀諸煩惱斷與未斷」，觀察內心各種煩惱是已經斷除還是仍未斷除；「或復觀察自己所證」，或者順觀察作意也可以是指觀察自己所證得的功德，「及先所觀諸法道理」，以及觀察以前曾學習及思惟的佛法道理。

1.2.10 約漸次（力勵運轉作意、有間運轉作意、有功用運轉作意、自然運轉作意）

〔論〕力勵運轉作意者，謂修始業未得作意者所有作意。

有間運轉作意者，謂已得作意，於上慢緩修加行者所有作意。

有功用運轉作意者，謂即於此勇猛精進無有慢緩修加行者所有作意。

自然運轉作意者，謂於四時決定作意：一、得作意時；二、正入、已入根本定時；三、修現觀時；四、正得、已得阿羅漢時。

184 參考《披尋記》卷11：「又依自增上生事及決定勝事，謂已身財寶盛事作意思惟發生歡喜，是名思惟隨一妙事。如是思惟隨順修道諸歡喜事，隨順證得極清淨道及果功德，名順清淨作意。」（彌勒講堂，頁922）

185 《瑜伽師地論》卷28：「云何順觀察作意？謂觀察作意。由此作意增上力故，順觀煩惱斷與未斷。」（大正藏，第30冊，頁438下）

「力勵」即勉力奮發，「運轉作意」指心念運行轉動作意。「力勵運轉作意」，就是指「修始業未得作意者所有作意」，最初開始修習靜慮但還未證得未到地定¹⁸⁶的行者，勉力奮發地把內心安住於一境時所有的作意。

「有間運轉作意」即有間隔的運轉作意，就是指「已得作意」，已經證得未到地定的行者，「於上慢緩修加行者所有作意」，對於未到地定之上的初靜慮、第二靜慮等，緩慢地、有間斷地加功修行時所有的作意。由於有間運轉作意猶為聞、思所間雜，未能勇猛精進地一向修習作意，所以名為有間運轉作意。

「有功用運轉作意」即有刻意努力的運轉作意，就是指「即於此勇猛精進無有慢緩修加行者所有作意」，就在修習初靜慮等的時候，不再被聞、思所間雜，能夠無有間斷的勇猛精進，沒有怠慢遲緩地修習靜慮的行者所有的作意。

「自然運轉作意」即自然任運，不需刻意努力的運轉作意，就是指「於四時決定作意」，在四個特定時刻的作意：

- 一、「得作意時」，證得欲界未到地定時的作意。
- 二、「正入、已入根本定時」，正在證入初靜慮乃至第四靜慮根本定時的作意，這是指當下地煩惱被斷除而正在進入上地境

186 「未到地定」即尚未達到色界初靜慮的定境。未到地定是已經接近證入初靜慮的欲界定。

界時的作意；以及已經證入並安住在初靜慮乃至第四靜慮根本定時的作意。

三、「修現觀時」，修習四諦現觀，當無分別智生起，現前觀見四聖諦時的作意。

四、「正得、已得阿羅漢時」，正在證得阿羅漢果時的作意，即所有應斷的煩惱被斷除時的作意；及已經證得並安住在阿羅漢果位時的作意。

簡言之，自然運轉作意是指成就未到地定時、正在進入或安住於初靜慮乃至第四靜慮根本定時、修習現觀四聖諦時、證入並安住在阿羅漢果位時的作意。¹⁸⁷

187 可參考《披尋記》卷11：「自然運轉作意等者：此中四時約二清淨差別為論。一、謂世間，二、謂出世間。於世間中復有三別。一、得三摩地，即此中說得作意時。得作意相，如下〈聲聞地〉釋。……二、三摩地圓滿，三、三摩地自在，即此中說正入、已入根本定時。於此二時所有作意，是名世間清淨作意。又修現觀，由內作意無間，有無分別決定智、現見智生，是名修現觀時所有作意。乃至最後學位喻如金剛三摩地生，無間永斷修道所斷煩惱，是名正得阿羅漢時所有作意。從此以後，心善解脫，於諸住中及作意中，能隨己心自在而轉；隨所樂住，或聖、或天、或梵住中，即能安住；隨樂思惟所有正法，能引世間或出世間諸善義利，即能思惟；是名已得阿羅漢時所有作意。如是應知出世清淨作意。」（彌勒講堂，頁923、924）及《瑜伽論記》卷4：「自然運轉作意者，謂於四時，一得作意時者，下相攝得第六、七意時，離第九品染無間解脫道；二正入已入根本定時者，由得此二作意故能正入根本靜慮，此前二時是見道前方便；三修現觀時，由前方便得入見道及與修道，修於現觀；第四時者阿羅漢位，正得謂無間道，已得謂解脫道。」（大正藏，第42冊，頁384中）

1.2.11 約止觀二品（思擇作意、內攝作意）

〔論〕思擇作意者，謂毘鉢舍那品作意。

內攝作意者，謂奢摩他品作意。

「思擇作意」指內心對所緣境思惟簡擇的作意，就是「毘鉢舍那品作意」，這是屬於毘鉢舍那（vipaśyanā，觀）品類的作意。

「內攝作意」指心念向內收攝在一個所緣境上的作意，就是「奢摩他品作意」，這是屬於奢摩他（śamatha，止）品類的作意。

1.2.12 約無學果（淨障作意、依止成辦所行清淨作意）

〔論〕淨障作意者，謂由此故，棄捨諸漏，永害麤重。

依止成辦所行清淨作意者，謂由此故，依離一切麤重之身，雖行一切所緣境界，而諸煩惱不復現行。

「淨障作意」，就是「由此故」，由這種作意，「棄捨諸漏」，斷絕所有有漏的現行煩惱，「永害麤重」，徹底斷除三界的煩惱種子。¹⁸⁸

188 《披尋記》卷11：「棄捨諸漏永害麤重者：此中初句，謂斷諸纏；次句，謂斷隨眠。」（彌勒講堂，頁924）

「依止成辦所行清淨作意」，就是由這種作意，「依離一切麤重之身」，依著這個已經遠離了一切粗重（即煩惱種子）的身體，「雖行一切所緣境界」，雖然仍然會攀緣色、聲、香、味、觸、法的一切所緣境界，「而諸煩惱不復現行」，但不會再有煩惱生起活動。

1.2.13 約補特伽羅（他所建立作意、內增上取作意、廣大作意、遍行作意）

〔論〕他所建立作意者，謂諸聲聞所有作意，要從他音，乃能於內如理作意故。

內增上取作意者，謂諸獨覺及諸菩薩所有作意，以不從師而覺悟故。

廣大作意者，謂諸菩薩為善了知生死過失、出離方便，發弘誓願趣大菩提所有作意。

遍行作意者，謂佛世尊現見一切無障礙智相應作意；若諸菩薩遍於三乘及五明處方便善巧所有作意。

「他所建立作意」，就是指「諸聲聞所有作意」，即一切聲聞乘行者所有的作意，「要從他音，乃能於內如理作意故」，這是因為聲聞乘行者需要從他人處聽聞佛法的道理，才能在自己內心進行正確合理的作意思惟之故。「聲聞」指聽聞佛陀之聲教而依教修行的佛弟子。

「內增上取作意」，就是指「諸獨覺及諸菩薩所有作意」，即一切獨覺乘行者及一切菩薩乘行者所有的作意，「以不從師而覺悟故」，這是因為獨覺乘行者及菩薩乘行者不是依從老師而覺悟，而是透過自己內在的智慧力量證得覺悟之故。「獨覺」指獨自覺悟，於無佛之世靠自己的力量而脫離生死輪迴的人；「菩薩」即菩提薩埵（**bodhisattva**）的簡稱，意譯覺有情，指具備自利、利他的大願，追求圓滿智慧的人。

「廣大作意」，就是「諸菩薩為善了知生死過失、出離方便，發弘誓願趣大菩提所有作意」，這是指一切菩薩為了善巧地了知生死輪迴的過失、出離生死輪迴的方法，從而發起廣大誓願救度眾生、趣求無上智慧的作意。這是發了廣大菩提心的菩薩所有的作意。

「遍行作意」可分為兩類，就是指：一、「佛世尊現見一切無障礙智相應作意」，「佛」（**buddha**），全稱佛陀，意為覺悟的人；「世尊」（**bhagavat**），音譯為薄伽梵、婆伽婆等，有具備眾德，為世間所尊重恭敬的覺者之意，這是對佛的尊稱；經文有時合稱兩者為「佛世尊」。佛世尊的作意是「現見一切無障礙智相應作意」，即與現見世間、出世間的一切法都沒有障礙的無漏智慧相應的作意。佛的智慧對於一切界（器世界、有情界）、一切事（有為法、無為法）、一切品（自相、共相；因、果；三界五趣；善、不善、無記等各種不同品類）、一切時（過去、現在、未來）的了知都是沒有障礙的，這稱為一切無

障礙智。¹⁸⁹遍行作意的第一類是屬於佛所有的作意。

二、「若諸菩薩遍於三乘及五明處方便善巧所有作意」，或是一切菩薩對於所有三乘（聲聞乘、緣覺乘、菩薩乘）及五明處（內明處，醫方明處，因明處，聲明處，工業明處）¹⁹⁰的內容都能夠善巧掌握及教導的作意。遍行作意的第二類是屬於那些已經能夠善巧掌握及教導全部三乘及五明處內容的大菩薩所有的作意。

1.3 以七作意與四十作意相攝

1.3.1 攝緣法義

〔論〕此中，了相作意，攝緣法、緣義。
餘六作意，唯攝緣義。

「此中」，在七種作意與四十種作意的相互關係之中，「了相作意，攝緣法、緣義」，了相作意攝屬於（1）緣法作意、（2）緣義作意；「餘六作意，唯攝緣義」，其餘的勝解作意、遠離作意、攝樂作意、觀察作意、加行究竟作意、加行究竟果作意等六種作意，只是攝屬於（2）緣義作意。

189 《披尋記》卷11：「謂佛世尊現見一切無障礙智者：於一切界、一切事、一切品、一切時智無礙轉，是名一切無障礙智。如下〈菩薩地〉釋。」（彌勒講堂，頁925）

190 關於「五明處」，詳見本論〈聞所成地〉。

1.3.2 攝緣身受心法

〔論〕緣身等境四種作意，遍在七攝。

「緣身等境四種作意」，緣（3）身、（4）受、（5）心、（6）法等境的四種作意，「遍在七攝」，全部都包攝了相作意乃至加行究竟果作意等七種作意。

1.3.3 攝勝解真實

〔論〕了相、勝解、加行究竟果作意，通攝勝解、真實作意。觀察作意，唯攝勝解；餘三作意，唯攝真實。此就前門；就餘門者，當知隨應。

七作意中的「了相、勝解、加行究竟果作意」，「通攝勝解、真實作意」，共同的攝屬於（7）勝解作意、（8）真實作意。

七作意中的「觀察作意」，「唯攝勝解」，只是攝屬於（7）勝解作意；「餘三作意」，其餘的遠離、攝樂、加行究竟等三種作意，「唯攝真實」，只是攝屬於（8）真實作意。

「此就前門」，以上的互相攝屬的關係，是就著第一種角度來解釋；「就餘門者，當知隨應」，如果依其他的角度來看，應當知道也有隨其相應的解釋。

「就前門」即就著第一種角度解釋。了相作意，如果是了知增益的所緣相——透過假想力量增益出來的相似於真實的影像相——就是攝屬於勝解作意；如果是了知諸法的自相、共相及真如相，即攝屬於真實作意。

七作意中的勝解作意，可以是基於增益的所緣相而產生勝解，也可以是基於諸法的自相、共相及真如相而產生勝解，因此亦攝屬於勝解作意和真實作意。

在加行究竟果作意之中，或能隨心所欲地對增益的所緣相作意思惟；或能以自相、共相及真如相，對諸法如理作意思惟，因此亦攝屬勝解、真實二種作意。

觀察作意，是為了觀察檢查煩惱是否已經斷除，因而在內心隨意增益呈現一種可愛的淨相作意思惟，以觀察檢查自己是否仍有貪欲的生起，因此只是攝屬於勝解作意。

其餘的遠離作意、攝樂作意、加行究竟作意，這三種作意都是就著正斷煩惱的作用而論，因此只是攝屬於真實作意。

「就餘門」即就著其他角度來解釋。觀察作意，如果是為了觀察自己所證得的境界，以及先前所觀察的諸法自相、共相及真如相等道理，這樣亦攝屬於真實作意。另外，攝樂作意有一部分是思惟修道的各種歡喜事——修行者在攝樂作意的階段，體驗到斷除煩惱後所生起的遠離煩惱之樂，因而歡喜斷除煩惱、

遠離煩惱——因此亦攝屬於勝解作意。¹⁹¹

1.3.4 攝有學等

〔論〕七種作意皆攝有學及非學非無學。

二種作意亦攝無學作意，謂清淨地了相作意及加行究竟果作意。

了相乃至加行究竟果等七種作意，都攝屬於（9）有學作意，及（10）非學非無學作意。由於七種作意通於凡夫所修的世間有漏靜慮及有學聖者所修的出世間無漏靜慮，因此說「七種作意皆攝有學及非學非無學」。¹⁹²

191 參考《披尋記》卷11：「了相勝解加行究竟果作意至當知隨應者：此中二門差別解釋。就前門中，了相作意，若了增益事相，即攝勝解作意；若了自相、共相及真如相，即攝真實作意。如是勝解作意，或於增益事相數起勝解，或於自相、共相及真如相數起勝解，是故亦攝勝解、真實二種作意。於加行究竟果中，或隨所欲，於諸事相增益作意思惟，或以自相、共相及真如相，於彼諸法如理作意思惟，是故亦攝勝解、真實二種作意。觀察作意，為欲觀察煩惱斷與未斷，隨於一種可愛淨相作意思惟，是故此說唯攝勝解。所餘遠離、攝樂、加行究竟三種作意，約彼正斷煩惱為論，是故此說唯攝真實。就餘門中，觀察作意，若為觀察自己所證，及先所觀諸法道理，是即亦攝真實作意。又攝樂作意一分思惟修道諸歡喜事，是即亦攝勝解作意。由是此說當知隨應。」（彌勒講堂，頁927）此外，《瑜伽論記》還有各種不同釋義，詳見大正藏，第42冊，頁385上、中。

192 《披尋記》卷11：「七種作意皆攝有學及非學非無學二種作意者：由七作意通世、出世，是故說攝有學及非學非無學二種作意。」（彌勒講堂，頁928）

「二種作意亦攝無學作意」，七作意中有二種作意亦攝屬於阿羅漢果聖者的（11）無學作意，就是「清淨地了相作意及加行究竟果作意」，即：一、清淨地了相作意，及二、斷盡煩惱後所證得的阿羅漢果位的加行究竟果作意。「清淨地」指已證得生命清淨無染的境地，即阿羅漢果聖者的生命境界。已證阿羅漢果的聖者，內心清淨，對於有漏的三界境相常生厭離，心能如實了知而不執取，不會再與煩惱相應，故有清淨地了相作意。此外，七作意中的五種作意（勝解、遠離、攝樂、觀察、加行究竟作意）是依據斷除煩惱的過程而安立，但由於無學聖者已完全斷盡煩惱，再無煩惱需要斷除，因此沒有這五種作意，而只有斷盡煩惱後所得的果，即加行究竟果作意。¹⁹³

1.3.5 攝遍知等

〔論〕了相、勝解、觀察作意，攝遍知作意；

餘三作意，攝正斷作意；

加行究竟果作意，攝已斷作意。

「了相、勝解、觀察作意，攝遍知作意」，七作意中的了相、勝解、觀察作意，攝屬於（12）遍知作意；「餘三作意，攝正斷作意」，其餘三種作意，即遠離、攝樂、加行究竟作意，攝屬於（13）正斷作意；「加行究竟果作意，攝已斷作意」，加行究竟果作意，攝屬於（14）已斷作意。

193 《瑜伽論記》卷4：「二種作意亦攝無學作意者，此依得果已，數生厭離，故有了相。依斷煩惱道說中五作意，無學已無，故不說有。」（大正藏，第42冊，頁385中）

1.3.6 攝四所緣境事

〔論〕觀察作意，唯攝有分別影像所緣作意；餘六作意，通攝二種。

事邊際所緣作意，遍一切攝。

所作成辦所緣作意，若就初門，遍一切攝；就第二門，唯加行究竟果作意所攝。

「觀察作意，唯攝有分別影像所緣作意」，七作意的觀察作意，只是攝屬於（15）有分別影像所緣作意；「餘六作意，通攝二種」，其餘六種作意，即了相、勝解、遠離、攝樂、加行究竟、加行究竟果作意，共同攝屬於（15）有分別影像所緣作意，及（16）無分別影像所緣作意這二種作意。

「事邊際所緣作意，遍一切攝」，（17）事邊際所緣作意，含攝了相乃至加行究竟果等所有七種作意。

（18）所作成辦所緣作意，如前文所說，包括了緣定地所緣作意及緣清淨所緣作意這兩種作意，¹⁹⁴「若就初門，遍一切攝」，如果就著「初門」，即緣定地所緣作意，就是含攝了相乃至加行究竟果等所有七種作意。「就第二門，唯加行究竟果作意所攝」，如果是就著「第二門」，即緣清淨所緣作意，就只含攝加行究竟果作意。

194 見前文「1.2.6約四所緣」一節。

1.3.7 攝勝解思擇及寂靜

〔論〕最初勝解思擇作意，皆所不攝；若奢摩他而為上首，遍一切攝。

若最初寂靜，若毘鉢舍那而為上首，當知亦爾。

「最初勝解思擇作意」，由於最初步的（19）勝解思擇作意，是指修行者最初以思慧思惟簡擇佛法，這時還未開始修習七作意，「皆所不攝」，所以全部七種作意都沒有含攝。「若奢摩他而為上首」，如果是依止奢摩他（止）的力量為先，然後才對所緣進行思惟決擇的勝解思擇作意，「遍一切攝」，即含攝全部七種作意。¹⁹⁵

「若最初寂靜，若毘鉢舍那而為上首，當知亦爾」，應當知道（20）寂靜作意的情況也是如此，如果是最初步的寂靜作意，即在最初學習將心安住於內在所緣的時候，這時還未開始修習遠離欲界的七作意，所以全部七種作意都沒有含攝；如果是依止毘鉢舍那（觀）的力量為先，然後才把心安住於內在所緣上

195 《披尋記》卷11：「最初勝解思擇作意皆所不攝者：謂於最初思擇諸法時，未修定地七種作意，是故說言皆所不攝。」（彌勒講堂，頁929）《瑜伽論記》卷4：「最初勝解思擇作意，皆所不攝；若奢摩他而為上首，遍一切攝者，前云勝解思擇作意者，或有最初思擇諸法，或奢摩他而為上首，最初勝解思擇作意即是欲善思慧故，非色界七作意攝；若依色界奢摩他中作彼勝解思擇作意，即七作意攝。」（大正藏，第42冊，頁385下）

的寂靜作意，即含攝全部七種作意。¹⁹⁶

1.3.8 攝一分具分

〔論〕前六作意，通攝一分及具分修；加行究竟果作意，唯攝具分修。

「前六作意」，即了相、勝解、遠離、攝樂、觀察、加行究竟等六種作意，「通攝一分及具分修」，共同攝屬於（21）一分修作意及（22）具分修作意；加行究竟果作意，「唯攝具分修」，只攝屬於（22）具分修作意。

1.3.9 攝無間殷重

〔論〕無間作意、殷重作意，遍一切攝。

（23）無間作意、（24）殷重作意，含攝全部七種作意。

196 《披尋記》卷11：「若最初寂靜至當知亦爾者：於九種心住中，最初令心內住，是名最初寂靜。於爾所時，未於離欲發起加行，故七作意皆所不攝。若奢摩他而為上首，遍一切攝，由是說言當知亦爾。」（彌勒講堂，頁930）《瑜伽論記》卷4：「前文復云：寂靜作意者，謂由此故或有最初安心於內，或毘鉢奢那而為上首。今云：若最初寂靜，若毘鉢奢那而為上首，當知亦爾者，即前云：或有最初安心於內，若初依欲界心中安住內境，名寂靜作意，即非七作意攝；若依修慧毘鉢奢那起寂靜作意，名為七作意攝。」（大正藏，第42冊，頁385下）

1.3.10 攝隨順對治

〔論〕隨順作意，初二所攝。

對治作意，遠離、加行究竟二作意攝，及攝樂作意一分所攝。

（25）隨順作意，「初二所攝」，含攝七作意的最初二種，即了相、勝解作意。

（26）對治作意，「遠離、加行究竟二作意攝」，含攝七作意中的遠離作意及加行究竟作意，「及攝樂作意一分所攝」，以及攝樂作意之中的斷除煩惱作用這一部分。

1.3.11 攝順清淨觀察

〔論〕順清淨作意，唯攝樂一分所攝。

順觀察斷未斷作意，唯觀察作意所攝，此就斷對治說；若就所餘，隨應當知。

（27）順清淨作意，「唯攝樂一分所攝」，只是攝屬於攝樂作意之中的思惟修道各種歡喜事這一部分。

「順觀察斷未斷作意」，隨順觀察煩惱已斷或是未斷的作意，即（28）順觀察作意，「唯觀察作意所攝」，只是含攝七作意中的觀察作意，「此就斷對治說」，這是從觀察檢查所要對治的煩惱是否已經斷除的角度來說。「若就所餘」，如果是就

著順觀察作意中的觀察諸法道理這角度來說，則七作意中的了相、勝解、觀察、加行究竟果等四種作意也攝屬於順觀察作意，「隨應當知」，應當這樣地了知。¹⁹⁷

1.3.12 攝力勵運轉等

〔論〕力勵運轉作意，皆所不攝。

有間、有功用運轉作意，乃至攝樂作意所攝。

自然運轉作意，加行究竟及此果二作意攝。

（29）「力勵運轉作意」，即還未證得未到地定的行者勉力奮發地把內心安住於一所緣境時的作意；由於在這力勵運轉作意的階段，還未開始修習七作意，因此「皆所不攝」，全部七作意都不含攝。¹⁹⁸

「有間、有功用運轉作意，乃至攝樂作意所攝」，有間、有功用運轉作意，含攝的是七作意的了相作意，乃至攝樂作意。

（30）有間運轉作意，是已經證得未到地定的行者有間斷地加

197 《披尋記》卷11：「若就所餘隨應當知者：前說順觀察作意，或復觀察自己所證，及先所觀諸法道理，是名所餘。就此為論，順觀察作意亦為了相、勝解、觀察、加行究竟果四作意攝，由是說言隨應當知。」（彌勒講堂，頁931）

198 《披尋記》卷11：「力勵運轉作意皆所不攝者：〈聲聞地〉說：由倍勵力折挫其心，令住一境，故名力勵運轉作意。於爾所時，未得所修作意，是故說言皆所不攝。」（彌勒講堂，頁932）

功修行的作意；由於有間運轉作意猶為聞思所間雜，即正在處於了知下地過患及上地功德相貌的過程之中，所以有間運轉作意含攝的是七作意的了相作意。（31）有功用運轉作意，指已經不再被聞思所間雜，能夠無有間斷的勇猛精進地修習靜慮的修行者的作意；有功用運轉作意含攝七作意的勝解、遠離、攝樂作意。¹⁹⁹

（32）「自然運轉作意」是不需刻意努力的自然地運轉的作意，「加行究竟及此果二作意攝」，它含攝七種作意中的加行究竟作意，以及加行究竟果作意。自然運轉作意包括正在證入及已經證入根本定的時候——正在證入根本定時，含攝的是加行究竟作意，因為這時已生起對治下地一切煩惱的作意；已經證入根本定時，含攝的是加行究竟果作意，因為這時已能遠離下地一切煩惱，現前領受上地的樂果。²⁰⁰

199 《披尋記》卷11：「有間有功用運轉作意等者：此中有間運轉作意，了相作意所攝。由三摩地思所間雜，未能一向純修行轉，故名有間運轉作意。亦如〈聲聞地〉說。……從是以後，無間運轉，然有功用，是名有功用運轉作意。當知勝解、遠離、攝樂三作意攝。」（彌勒講堂，頁932）

200 《披尋記》卷11：「自然運轉作意等者：前說此於正入、已入根本定時，當知於正入時，加行究竟作意所攝；一切煩惱對治作意已生起故。於已入時，加行究竟果作意攝；能正領受彼果相故。」（彌勒講堂，頁932、933）

1.3.13 攝思擇內攝

〔論〕思擇作意，了相所攝。

內攝作意，勝解所攝。

（33）「思擇作意」，即內心對所緣境思惟簡擇的作意，「了相所攝」，含攝七作意中的了相作意。

（34）「內攝作意」，即內心向內收攝在一個所緣境上的作意，「勝解所攝」，含攝七作意中的勝解作意。²⁰¹

1.3.14 攝淨障等

〔論〕淨障作意，遠離、攝樂、觀察、加行究竟作意所攝。

依止成辦所行清淨作意，唯加行究竟果作意所攝。

（35）「淨障作意」指清淨煩惱的作意，「遠離、攝樂、觀察、加行究竟作意所攝」，含攝七作意中的遠離、攝樂、觀察、加行究竟作意。遠離作意能夠斷除上品（粗顯）煩惱；攝樂作意則能斷除中品（中等）煩惱；觀察作意是檢查煩惱是否已經斷除；而加行究竟作意則能斷除下品（微細）煩惱。

201 窺基認為這段論文的意思是：「思擇作意，了相攝者，依初修門，多起慧故，非餘不攝。內攝作意，勝解所攝者，依創無間內緣之門，非餘不攝。」（《瑜伽師地論略纂》卷5，大正藏，第43冊，頁73下）

(36)「依止成辦所行清淨作意」指已成就清淨生命境界的作意，「唯加行究竟果作意所攝」，只含攝七作意中的加行究竟果作意。

1.3.15 攝他所建立等

1.3.15.1 辨攝

〔論〕他所建立、內增上取作意，一切作意所攝。

廣大作意，皆所不攝。

初遍行作意，加行究竟果攝；第二，一切所攝。

(37)「他所建立作意」，指聲聞乘行者所有的作意，以及
(38)「內增上取作意」，即獨覺乘行者及菩薩乘行者所有的作意，「一切作意所攝」，皆含攝全部七種作意。

(39)「廣大作意」，是指菩薩發起廣大誓願、趣求無上菩提的作意，「皆所不攝」，所有七種作意都未被包含在內。²⁰²

(40)遍行作意，即包括：一、佛的現見一切無障礙智相應

202 這句論文有兩種不同釋義：一、《披尋記》卷11：「廣大作意皆所不攝者：發弘誓願趣大菩提所有作意非於定位，是故說言皆所不攝。」（彌勒講堂，頁934）二、《瑜伽師地論略纂》卷5：「廣大作意皆所不攝者，無住涅槃，悲智建立，二利廣行，非七攝故。七唯自利，非廣行故。」（大正藏，第43冊，頁73下）

作意，及二、諸菩薩遍於三乘及五明處方便善巧所有作意。「初遍行作意」，指第一種屬於佛的現見一切無障礙智相應作意，「加行究竟果攝」，含攝七作意的加行究竟果作意。「第二」，第二種屬於諸菩薩的遍於三乘及五明處方便善巧所有作意，「一切所攝」，含攝了相乃至加行究竟果等全部七種作意。²⁰³

1.3.15.2 料簡

〔論〕又了相作意，若他所建立作意攝者，以聞他音及內如理作意，定為其緣；若內增上取作意攝者，唯先資糧以為其緣。所餘作意，前前後後轉為其緣。

「又了相作意」，再者，關於了相作意，「若他所建立作意攝者」，如果這了相作意是攝屬於他所建立作意，即聲聞乘行者的作意，「以聞他音及內如理作意，定為其緣」，那麼就一定是以「聞他音」即從他人處聽聞佛法，及「內如理作意」即透過自己內心對佛法的如理思惟，作為開始修行聖道的條件。這是屬於聲聞乘行者的了相作意。

203 《瑜伽論記》卷4：「初遍行作意〔意〕究竟果攝者，前遍行中有二，初謂佛世尊，故是果攝。第二，一切攝者，謂諸菩薩遍於三乘及五明處方便善巧所有作意，是自利行，其七所攝。」（大正藏，第42冊，頁386中）《瑜伽師地論略纂》卷5：「初遍行作意究竟果攝者，前遍行中有二，初謂佛世尊；第二，一切攝者，謂諸菩薩，遍二乘修，有自利故。」（大正藏，第43冊，頁73下）

「若內增上取作意攝者」，如果這了相作意是攝屬於內增上取作意，即獨覺乘、菩薩乘行者的作意，「唯先資糧以為其緣」，就只是以過去世所積集下來的福德、智慧資糧，作為他們開始修行聖道的條件。這是屬於獨覺乘、菩薩乘行者的了相作意。

「所餘作意」，其餘的勝解、遠離、攝樂、觀察、加行究竟、加行究竟果作意，「前前後後轉為其緣」，前一個作意是後一個作意生起的條件，即：勝解作意是生起遠離作意的條件；遠離作意是生起攝樂作意的條件；攝樂作意是生起觀察作意的條件；觀察作意是生起加行究竟作意的條件；加行究竟作意是生起加行究竟果作意的條件。

七種作意與四十種作意相攝的關係，如下圖所示：

	七種作意 四十種作意	了 相 作 意	勝 解 作 意	遠 離 作 意	攝 樂 作 意	觀 察 作 意	加 行 究 竟 作 意	加 行 究 竟 果 作 意
約三慧	(1) 緣法作意	✓						
	(2) 緣義作意	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
約四念住	(3) 緣身作意	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	(4) 緣受作意	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	(5) 緣心作意	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	(6) 緣法作意	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

約假實	(7) 勝解作意		✓	✓			✓		✓
	(8) 真實作意		✓	✓	✓	✓		✓	✓
約學等	(9) 有學作意		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	(10) 非學非無學作意		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	(11) 無學作意		✓						✓
約遍知等	(12) 遍知作意		✓	✓			✓		
	(13) 正斷作意				✓	✓		✓	
	(14) 已斷作意								✓
約四所緣	(15) 有分別影像所緣作意		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	(16) 無分別影像所緣作意		✓	✓	✓	✓		✓	✓
	(17) 事邊際所緣作意		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	(18) 所作成辦所緣作意	初門 (緣定地所緣作意)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		第二門 (緣清淨所緣作意)							✓
約修止觀	(19) 勝解思擇作意	最初勝解思擇作意							
		若奢摩他而為上首	✓	✓	✓		✓	✓	✓
	(20) 寂靜作意	最初寂靜作意							
		若毘鉢舍那而為上首	✓	✓	✓		✓	✓	✓

約一分等	(21) 一分修作意		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	(22) 具分修作意		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
約加行	(23) 無間作意		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	(24) 殷重作意		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
約斷煩惱	(25) 隨順作意		✓	✓					
	(26) 對治作意				✓	✓(就 斷除 煩惱 這一 部分)		✓	
約數習方便	(27) 順清淨作意					✓(就 思惟 修道的 各種歡 喜事這 一部分)			
	(28) 順 觀察作意	就斷對治 說					✓		
		說所餘	✓	✓			✓		✓
約漸次	(29) 力勵運轉作意								
	(30) 有間運轉作意		✓						
	(31) 有功用運轉作意			✓	✓	✓			
	(32) 自然運轉作意							✓	✓
約止觀二 品	(33) 思擇作意		✓						
	(34) 內攝作意			✓					

約無學果	(35) 淨障作意				✓	✓	✓	✓	
	(36) 依止成辦所行清淨作意								✓
約補特伽羅	(37) 他所建立作意		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	(38) 內增上取作意		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	(39) 廣大作意								
	(40) 遍行作意	佛的現見一切無障礙智相應作意							✓
		諸菩薩遍於三乘及五明處方便善巧所有作意	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

2. 釋「相」

2.1 以緣即相

2.1.1 標列

〔論〕復次，云何所緣差別？謂相差別。

何等為相？略有四種：一、所緣相，二、因緣相，三、應遠離相，四、應修習相。

其次，「云何所緣差別」，什麼是所緣的差異區別？就是「相差別」，即各種不同境相的差異區別。由於「所緣」是修習靜慮時作意的對境，亦即是作意時所攀緣對向的境「相」，所以說「以緣即相」。因此，所緣差別即是相差別。²⁰⁴

204 《瑜伽論記》卷4：「以此所緣是諸作意境，所以即相，俱定等境故。」（大正藏，第42冊，頁386下）

「何等為相」，什麼是「相」？「略有四種」，要略地說有四種：一、所緣相，二、因緣相，三、應遠離相，四、應修習相。

2.1.2 隨釋

2.1.2.1 所緣相

〔論〕所緣相者，謂所知事分別體相。

「所緣相」，修習靜慮時的所緣相，就是「所知事分別體相」，指內心作意思惟時，所應該了知的各種境界相，包括色、聲、香、味、觸、法等一切法的境界相。²⁰⁵「分別體」指作意思惟時能分別的心、心所；「分別相」指被心、心所緣取的境相。至於「所知事」，若按本論卷26的解釋，是指與修習靜慮相關的所有應該了知的事，包括不淨觀、慈愍觀，乃至四聖諦等等。²⁰⁶

205 《披尋記》卷11：「謂所知事分別體相者：謂所思惟彼彼境界色乃至法諸所有相，名所知事分別體相。」（彌勒講堂，頁935）

206 《瑜伽師地論》卷26：「所知事者，謂或不淨、或慈愍，或緣性緣起，或界差別，或阿那波那念，或蘊善巧，或界善巧，或處善巧，或緣起善巧，或處非處善巧，或下地麤性、上地靜性，或苦諦、集諦、滅諦、道諦。是名所知事。」（大正藏，第30冊，頁427中）

2.1.2.2 因緣相

〔論〕因緣相者，謂定資糧。

「因緣相」，成就靜慮的因緣相，就是「定資糧」，即資助促成證得禪定的各種善法因緣，包括戒律儀、根律儀、於食知量、初夜後夜常修恬寤瑜伽、正知而住，乃至沙門莊嚴等。²⁰⁷ 本論〈聲聞地〉卷21至25對定資糧有詳細說明。

2.1.2.3 應遠離相

〔論〕應遠離相，復有四種，謂沈相、掉相、亂相、著相。

「應遠離相」，修習靜慮時應該遠離的相，「復有四種」，又有四種，就是：一、沈相，二、掉相，三、亂相，四、著相。

2.1.2.4 應修習相

2.1.2.4.1 別廣

2.1.2.4.1.1 舉應遠離相

〔論〕應修習相，當知對治此四種相。

207 《披尋記》卷11：「謂定資糧者：如戒律儀、根律儀、於食知量、初夜後夜常修恬寤瑜伽、正知而住，如是乃至沙門莊嚴，皆定資糧所攝。」（彌勒講堂，頁936）

「應修習相」，修習靜慮時應該修習的相，「當知對治此四種相」，應當知道就是對治這沈相、掉相、亂相、著相等四種相。

2.1.2.4.1.1.1 沈相

2.1.2.4.1.1.1.1 彼增上

〔論〕何等沈相？謂不守根門、食不知量、初夜後夜不常覺寤勤修觀行、不正知住，是癡行性。

「何等沈相」，什麼是沈相？就是「不守根門」，不以正念守護眼、耳、鼻、舌、身、意等六種根門，以致流漏煩惱，內心被雜染所滲透。「食不知量」，對於飲食沒有正確的觀念，²⁰⁸

208 《阿毘達磨集異門足論》卷2：「食不知量云何？答：如世尊說：苾芻當知，無聞異生不思擇而食，為勇健故、為傲逸故、為顏貌故、為端嚴故而食所食。不思擇而食者，謂住非理所引思擇而食所食。為勇健故食所食者，謂如一類食所食時起如是心：我食此食，必使飽滿，令身勇健，能作重業，能荷重擔，資益壽量久住世間，能摧怨敵、能越車乘、能遠跳擲、能作種種世間掉戲。為傲逸故食所食者，謂如一類食所食時，起如是心：我食此食，必使飽滿，令我傲逸憍醉之心起、等起、生、等生，相續引發，凌蔑一切，隨情所樂，作縱逸業。為顏貌故食所食者，謂如一類食所食時，起如是心：我食此食，必使飽滿，當令我身容貌光鮮，膚體潤滑。為端嚴故食所食者，謂如一類食所食時，起如是心：我食此食，必使飽滿，當令我身成就第一美妙形色，眾所愛敬。諸有如是愛重飲食，於諸飲食不平等性、不知量性、不點慧性，不了其相。不了相已，不自裁量我今但應食爾所食，是謂食不知量。」（大正藏，第26冊，頁372中、下）

不善於控制飲食的分量，吃得過多或過少。²⁰⁹「初夜後夜不常覺寤勤修觀行」，「初夜」指夜晚的最初四分之一，約在下午六點到九點之間；而「後夜」則是指夜晚的最後四分之一，約在凌晨三點到六點之間。²¹⁰在初夜、後夜這兩個應該修行的時段，「不常覺寤勤修觀行」，不經常保持清醒以努力修習止觀。「不正知住」，不能正確了知自己當下的身心狀況。「是癡行性」，這種昏沈的相貌是屬於愚癡比較重的修行者的特性。²¹¹這一句說明不守根門、食不知量，乃至不正知住，都是引發昏沈的原因。

2.1.2.4.1.1.2 彼行相

〔論〕耽著睡眠，無巧便慧，惡作俱行欲、勤、心、觀。

「耽著睡眠」，沉溺愛著睡眠；「無巧便慧」，沒有善巧方

209 《瑜伽師地論》卷89：「於所飲食不善通達，若過、若減，是故名為食不知量。」（大正藏，第30冊，頁803上）

210 《瑜伽師地論》卷24：「言初夜者，謂夜四分中，過初一分，是夜初分。言後夜者，謂夜四分中，過後一分，是夜後分。」（大正藏，第30冊，頁411下）《瑜伽師地論》將天黑到天亮之間的一段時間，即「夜分」，劃分為四分，每一分約三小時。最初四分之一分，稱為「初夜」；最後四分之一分，稱為「後夜」；中間之二分，稱為「中夜」。

211 《披尋記》卷11：「謂不守根門至是癡行性者：癡行者相，如下〈聲聞地〉釋。……不守根門等四，若是癡行所攝，說彼是癡行性。不守根門等，〈聲聞地〉中廣辯其相。」（彌勒講堂，頁936、937）

便的智慧對治昏沈。「欲、勤、心、觀」指欲三摩地、勤三摩地、心三摩地、觀三摩地，合稱四神足，即透過：一、「欲」，欲求善法；二、「勤」，精勤修習；三、「心」，平等持心；四、「觀」，觀察簡擇諸法；以這四種增上力，觸證心一境性，成就三摩地；²¹²論文說的「惡作俱行欲、勤、心、觀」，是指在修習欲、勤、心、觀三摩地時，有惡作心所同時生起，而且相續不斷，追悔過去所應作而未作，不應作卻作了的事，故名「惡作俱行」。²¹³這一句是說明昏沈的行相，即內心昏沈時的相貌特徵。

2.1.2.4.1.1.1.3 彼能障

〔論〕不曾修習正奢摩他，於奢摩他未為純善，一向思惟奢摩他相。

「不曾修習正奢摩他」，修行者未曾正確地修習奢摩他，「於奢摩他未為純善」，對於奢摩他未能純熟善巧地掌握；「一向思惟奢摩他相」，當昏沈出現時，如果只是一直思惟「奢摩他

212 關於四神足，詳見《瑜伽師地論》卷29，大正藏，第30冊，頁443中、下；《顯揚聖教論》卷2，大正藏，第31冊，頁488下、489上。

213 《披尋記》卷11：「惡作俱行欲勤心觀者：欲三摩地、勤三摩地、心三摩地、觀三摩地，是名欲勤心觀。為欲對治煩惱纏故，是故修此四三摩地。於修此時，若有惡作相續不斷，追悔昔時應作不作，非作反作，是名惡作俱行。四三摩地差別修相，如下〈聲聞地〉釋。」（彌勒講堂，頁937）

相」即止相，則會令心更為寂靜，促使昏沈變得更為嚴重。這一句說明昏沈能為修定的障礙。

2.1.2.4.1.1.4 彼緣境

〔論〕其心惛闇，於勝境界不樂攀緣。

「其心惛闇」，昏沈的心所攀緣的是昏暗、不清明的境界，「於勝境界不樂攀緣」，對於禪定的殊勝境界，不喜歡趣往證入。²¹⁴ 這一句說明昏沈時的所緣境界。

2.1.2.4.1.1.2 掉相

2.1.2.4.1.1.2.1 彼增上

〔論〕何等掉相？謂不守根門等四，如前廣說，是貪行性。

什麼是掉相？就是「不守根門等四，如前廣說」，不守根門、食不知量、初夜後夜不常覺寤勤修觀行、不正知住這四種情況，如同前文所說。「是貪行性」，由於不守根門乃至不正知住等增上力而引起掉舉，這是屬於貪欲心比較重的修行者的特性，這類人在修習靜慮時內心想著美好的五欲境而生起掉舉。這一句說明不守根門乃至不正知住，都是引發掉舉的原因。

214 《披尋記》卷11：「於勝境界不樂攀緣者：定地所緣，名勝境界。不樂趣入，是名不樂攀緣。」（彌勒講堂，頁938）

2.1.2.4.1.1.2.2 彼行相

〔論〕樂不寂靜，無厭離心，無巧便慧，太舉俱行，如前欲等。

「樂不寂靜」，內心喜愛不寂靜，「無厭離心」，對於掉舉沒有厭離心，「無巧便慧」，沒有善巧方便的智慧對治掉舉，「太舉俱行，如前欲等」，如前文所說的欲、勤、心、觀三摩地，在修習欲、勤、心、觀等三摩地時，與掉舉同時活動，令內心騰躍誼動。²¹⁵這一句是說明掉舉的行相，即內心掉舉時的相貌特徵。

2.1.2.4.1.1.2.3 彼能障

〔論〕不曾修舉，於舉未善，唯一向修。

「不曾修舉，於舉未善」，修行者未曾正確地修行舉相²¹⁶，對於舉相的運用未能純熟善巧；「唯一向修」，當內心掉舉時，若仍然只是一直修習舉相，則會令內心更為掉舉。這一句說明掉舉能為修定的障礙。

215 《披尋記》卷11：「太舉俱行如前欲等者：此指前說欲勤心觀，故說如前欲等。修彼定時，若與掉舉相應，令心騰躍誼動，是名太舉俱行。」（彌勒講堂，頁938）

216 《瑜伽師地論》卷11：「云何舉相？謂策心所取隨一淨妙或光明相相。」（大正藏，第30冊，頁334下）

2.1.2.4.1.1.2.4 彼緣境

〔論〕由於種種順隨掉法，親里尋等，動亂其心。

「由於種種順隨掉法」，由於各種能夠隨順生起掉舉的法，例如「親里尋等」，即親屬尋思、國土尋思、不死尋思等，²¹⁷「動亂其心」，能夠掉動擾亂內心，因此這些親屬尋思等是掉舉的所緣境界。

2.1.2.4.1.1.3 亂相

2.1.2.4.1.1.3.1 彼增上

〔論〕何等亂相？謂不守根門等四，如前應知，是鈍根性；多求、多務、多諸事業，尋思行性。

什麼是亂相？就是「不守根門等四，如前應知」，不守根門、食不知量、初夜後夜不常覺寤勤修觀行、不正知住這四種情況，應當知道如同前文所說。「是鈍根性」，由於不守根門乃至不正知住等增上力而引起散亂，這是屬於根器愚鈍，即領悟力弱的修行者的特性；「多求、多務、多諸事業，尋思行性」，這亦是屬於喜歡經常追求各式各樣事情、想做很多事務和喜好

217 關於親屬尋思、國土尋思、不死尋思，見前文「2.2.2.2.4掉舉惡作蓋」一節。

思考的修行者的特性。²¹⁸這一句說明不守根門等是引發散亂的原因。

2.1.2.4.1.1.3.2 彼行相

〔論〕無巧便慧，無厭離心，不修遠離。

「無巧便慧」，沒有善巧方便智慧對治散亂，「無厭離心」，對於散亂沒有厭離心，「不修遠離」，不去修習能夠遠離散亂的方法。這一句是說明散亂的行相，即內心散亂時的相貌特徵。

2.1.2.4.1.1.3.3 彼緣境

〔論〕於勝境界不樂攀緣，親近憒鬧，方便間缺，不審了知亂不亂相。

「於勝境界不樂攀緣」，對於禪定的殊勝境界，不喜歡趣往證入，「親近憒鬧」，喜歡接觸喧囂熱鬧的事情，「方便間缺」，修行過程會出現中斷或間隔的情況，「不審了知亂不亂相」，

218 《披尋記》卷11：「謂不守根門至尋思行性者：此中鈍根補特伽羅相，如〈聲聞地〉種性中釋。……又尋思行補特伽羅相，如〈聲聞地〉補特伽羅品中釋。」（彌勒講堂，頁939）

不能清楚而全面地了知散亂與不散亂這兩者的相貌特徵的差異。²¹⁹這一句說明散亂時的所緣境界。

2.1.2.4.1.1.4 著相

2.1.2.4.1.1.4.1 彼增上

〔論〕何等著相？謂不守根門等四，如前應知，是鈍根性，是愛行性，多煩惱性。

什麼是著相？就是「不守根門等四，如前應知」，不守根門、食不知量、初夜後夜不常覺寤勤修觀行、不正知住這四種情況，應當知道如同前文所說。「是鈍根性」，由於不守根門乃至不正知住等增上力而引起耽著，這是屬於根器愚鈍，即領悟力弱的修行者的特性；「是愛行性、多煩惱性」，這也是屬於耽染愛著各種衣、食、住等資益生活用具、愛欲心較重的修行者，以及經常容易受到貪、瞋、癡、慢、尋思等煩惱干擾的修行者的特性。²²⁰這一句說明不守根門乃至不正知住，是引發耽著的原因。

219 可參考《披尋記》卷11：「不審了知亂不亂相者：於心住中，若有諸相、尋思及隨煩惱，令心流散擾動，是名亂相。若住一境，依六種想作意思惟，謂無相想、無分別想、寂靜想、無作用想、無所思慕無躁擾想、離諸煩惱寂滅樂想，名不亂相。如下〈聲聞地〉釋。」（彌勒講堂，頁939、940）

220 《披尋記》卷11：「是愛行性等者：於資生具為性耽染，深生愛著，由是說言是愛行性。或為貪、瞋、癡、慢、尋思隨應現行之所染汙，由是說言多煩惱性。」（彌勒講堂，頁940）

2.1.2.4.1.1.4.2 彼行相

〔論〕不如理思，不見過患，又於增上，無出離見。

「不如理思」，作不合乎真實道理的思惟，「不見過患」，不見耽著可愛境界的過失禍患，「又於增上，無出離見」，「增上」即增上生，指出生於人、天善趣；又對於出生於人、天善趣並沒有生起想要遠離及厭離的見解，²²¹這表示修行者仍然耽著愛溺於生死輪迴之中。這一句是說明耽著的行相，即內心耽著時的相貌特徵。

2.1.2.4.1.2 例應修習相

〔論〕對治如是應遠離相，隨其所應，當知即是應修習相。

「對治如是應遠離相」，只要能夠對治沈相、亂相、掉相、著相這四種應該遠離的相，「隨其所應，當知即是應修習相」，隨其所相應的，應當知道就是應該修習的相。

221 《披尋記》卷11：「於增上生難使遠離、難使厭患，由是說言又於增上無出離見。」（彌勒講堂，頁940）

2.2 別明相

2.2.1 明三十二相

〔論〕復有三十二相。謂自心相、外相、所依相、所行相、作意相、心起相、安住相、自相相、共相相、麤相、靜相、領納相、分別相、俱行相、染污相、不染污相、正方便相、邪方便相、光明相、觀察相、賢善定相、止相、舉相、觀相、捨相、入定相、住定相、出定相、增相、減相、方便相、引發相。

又有三十二相，就是（1）自心相、（2）外相；（3）所依相、（4）所行相、（5）作意相、（6）心起相；（7）安住相；（8）自相相、（9）共相相；（10）麤相、（11）靜相；（12）領納相、（13）分別相、（14）俱行相；（15）染污相、（16）不染污相；（17）正方便相、（18）邪方便相；（19）光明相、（20）觀察相、（21）賢善定相；（22）止相、（23）舉相、（24）觀相、（25）捨相；（26）入定相、（27）住定相、（28）出定相；（29）增相、（30）減相；（31）方便相、（32）引發相。

2.2.1.1 自心相

〔論〕云何自心相？謂有苾芻，先為煩惱染污心故，便於自心極善取相，如是如是心有染污，或無染污。

由此方便，心處沈等；由此方便，不處沈等。

言沈等者，謂沈等四，乃至令心礙著之相；或復於彼被染污心。

什麼是自心相？「苾芻」（**bhikṣu**）又譯作比丘，指出家受具足戒的男性佛教弟子；「謂有苾芻」，就是有出家修行的人，「先為煩惱染污心故」，由於內心曾經被煩惱所染污，「便於自心極善取相」，於是他觀察內心，直到能夠徹底地、善巧地掌握內心的相貌及狀態，「如是如是心有染污，或無染污」，這樣他便知道當遇到這種或那種境界時，若內心是與煩惱相應的，心就有染污；或者內心不是與煩惱相應的，這樣心就沒有染污。

「由此方便」，經由這些方法——這是指不守根門、食不知量、初夜後夜不常覺寤勤修觀行、不正知住等，「心處沈等」，就會使內心處於昏沈、掉舉、散亂、耽著等狀態；「由此方便，不處沈等」，經由這些方法——這是指以正念守護根門、食時知量、初夜後夜常覺寤勤修觀行、正知而住等，就不會令內心處於昏沈、掉舉、散亂、耽著等狀態。

「言沈等者，謂沈等四，乃至令心礙著之相」，所謂「沈等」，就是指昏沈、掉舉、散亂、耽著這四種能令修行者內心受到拘礙、不能順利修習靜慮之應遠離相。「或復於彼被染污心」，

又或是指受到彼昏沉、掉舉、散亂、耽著所染污之心相。²²²

2.2.1.2 外相

〔論〕云何外相？謂即於彼被染污心，了知自心被染污已，便取外相，謂光明相，或淨妙相；或復餘相。

為欲除遣諸煩惱故，或令彼惑不現行故。

什麼是外相？就是「即於彼被染污心，了知自心被染污已」，對於那個被昏沈等煩惱染污的心，了知自己內心已經被染污之後，「便取外相」，就緣取「外相」來對治；所謂取外相就是指緣取「光明相」，即思惟日、月等光明的相貌；「或淨妙相」，或是反覆憶念佛、法、僧功德等清淨微妙的相貌。思惟

222 進一步的釋義可參考《披尋記》卷11：「云何自心相等者：此中略以二義釋自心相。一、於自心遍知雜染還滅方便善巧相；二、於自心遍知雜染愛樂及過患相。此復云何？謂有貪心、離貪心、有瞋心、離瞋心、有癡心、離癡心、略心、散心、下心、舉心、掉心、不掉心、寂靜心、不寂靜心、定心、不定心、善修心、不善修心、善解脫心、不善解脫心，如是差別，名自心相。若諸苾芻，先為貪等煩惱染汙其心，便於自心極善取相，遍知自心由有貪性，乃至不善解脫，如是如是心有染汙。又知自心從貪等出，安住離貪等中，如是如是心無染汙。又由不守根門，乃至種種廣說為方便故，心處沈等；與此相違，不處沈等。如是一切皆能遍知，數數思擇，令心離染，安住無染，是名遍知雜染還滅方便善巧相。或復於彼被染汙心，了知長夜愛樂雜染，雖或暫時從雜染出，然復速疾還入染中。又於彼心了知能為自害、能為他害、能為俱害，乃至廣說為緣生彼所生身心憂苦，是名遍知雜染愛樂及過患相。〈決擇分〉中廣辯識身遍知。……今準彼釋。」（彌勒講堂，頁942）

光明相及淨妙相能夠對治昏沈煩惱。「或復餘相」，或是緣取其他能夠對治掉舉、散亂和耽著等煩惱的相貌。

「為欲除遣諸煩惱故，或令彼惑不現行故」，緣取光明等外相，是為了希望去除已經生起的昏沈等煩惱，或者為了使令那些未生起的昏沈等煩惱，不生起現前活動。²²³

2.2.1.3 所依相

〔論〕云何所依相？謂分別體相，即是一切自身所攝五蘊并種子相。

什麼是所依相？即什麼是有情生命活動所依止的相貌？就是「分別體相」，能分別的心、心所稱為「分別體」，又名見分；被心、心所分別而顯現的相，稱為「分別相」，又名相分。當有情的內心生起分別，就會顯現出所分別的相，這稱為「分別體相」。有情生命活動所依止的相貌，就是指分別體相，「即是一切自身所攝五蘊并種子相」，即是包括所有屬於

223 《披尋記》卷11：「謂光明相等者：日月等明，名光明相。隨念佛等，名淨妙相。由是思惟，對治沈相。掉、亂、著三，復取餘相以為對治，隨應當知。若諸煩惱生已能斷，是名除遣；未生不生，名不現行。」（彌勒講堂，頁943）

自身生命活動所依止的色、受、想、行、識等五蘊及五蘊種子的相貌。²²⁴

2.2.1.4 所行相

〔論〕云何所行相？謂所思惟彼彼境界色乃至法分別體相。

什麼是所行相？就是「所思惟彼彼境界色乃至法分別體相」，內心所思惟的色、聲、香、味、觸境，乃至第六意識所緣的法境等各種境界，這些境界都是由心、心所的分別力起作用時顯現的所緣相。

2.2.1.5 作意相

〔論〕云何作意相？謂有能生作意故，於彼彼境界，所生識生。作是思惟：「今我此心由作意故，於境界轉，非無作意。」此所思惟，名作意相。

224 《瑜伽論記》卷4：「云何所依相？謂分別體相等者，謂內五蘊及種，即是見分、相分，名為所依。」（大正藏，第42冊，頁386下）《瑜伽師地論略纂》卷5：「云何所依相？謂分別體相。謂見分、相分，如次配之。」（大正藏，第43冊，頁74上）此外，《披尋記》卷11有如下解釋：「云何所依相等者：此所依相，謂靜慮中所緣差別，由是說言分別體相。即以自身所攝五蘊并種子相，或為俱有依、或為等無間依、或為種子依為所思惟故。」（彌勒講堂，頁944）

「作意」在這裡指注意力，其作用是驅使及引領眾多的心、心所生起活動並對向境界對象。²²⁵心識生起的其中一個必要條件，就是須要有作意現前。²²⁶「云何作意相」，什麼是作意相？就是「有能生作意故，於彼彼境界，所生識生」，因為有能夠生起心識的作意的原故，所以對於各式各樣的色乃至法等境界，以及所應生起的眼識乃至意識，都得以生起。「作是思惟」，當內心作出這樣的思惟：「現在我這心識是由於作意的原故，才得以在所緣境界上運轉活動，並非沒有作意。」「此所思惟，名作意相」，這個被思惟的對象，即作意的相貌，稱為作意相。

2.2.1.6 心起相

〔論〕云何心起相？謂即次前所說，是一相。

第二相者，謂心緣行、緣名色相。

此所思惟，名心起相。

什麼是心起相？就是「即次前所說，是一相」，即前面所說的作意相，由作意令一切心識生起，這是心起相的第一種相貌。

225 《瑜伽師地論》卷3：「作意云何？謂心迴轉。……又作意作何業？謂引心為業。」（大正藏，第30冊，頁291中、下）

226 《瑜伽師地論》卷3：「根不壞，境界現前，能生作意正起，爾時從彼識乃得生。」（大正藏，第30冊，頁291上）

「第二相者，謂心緣行、緣名色相」，心起相的第二種相貌，是指第八識心即阿賴耶識生起的相貌，就是「心緣行、緣名色相」。「心緣行」的「行」是指十二支緣起中的行支，即福、非福、不動等業行；由於過去造作業行的同時，會在阿賴耶識中熏成種子，而這些過去的業種子是現在第八識心（阿賴耶識）得以生起的原因。「心緣行」是指以業種子為條件，第八識心（阿賴耶識）得以生起。²²⁷

「名色」指十二支緣起中的名色支，即色、受、想、行、識等五蘊生命體；以五蘊生命體為依，第八識心（阿賴耶識）才能相續生起。「心緣名色」是指以名色五蘊生命體為條件，第八識心（阿賴耶識）得以生起。

「此所思惟，名心起相」，這個被思惟的對象，即一切心識及第八識心（阿賴耶識）生起的相貌，就稱為心起相。

2.2.1.7 安住相

〔論〕云何安住相？謂四識住，即識隨色住等，如經廣說。

227 《瑜伽論記》卷4：「云何心起相等者，此有二相：一、一切心起相，即次前說作意是一相，一切心生，由作意故；二、第八心起相，謂十二支中，心緣於行，亦緣名色生故。」（大正藏，第42冊，頁386下）《披尋記》卷11：「云何心起相等者：前第一相謂即作意，由是說言次前所說。後第二相謂心緣行，即是行支，行所熏習故；及緣名色，即名色支，名色緣識故。」（彌勒講堂，頁945）

此所思惟，名安住相。

什麼是安住相？就是「四識住」，有四個地方是心識所安住之處，這是指在五蘊之中，心識是依靠、隨逐、執取色、受、想、行等四蘊為其安住之處，「即識隨色住」，即是心識依隨色蘊而安住，又攀緣執取色蘊為境界，喜貪潤澤，生長增廣，這稱為色識住；「等」是指心識依隨受、想、行蘊而安住，又攀緣執取受、想、行蘊為境界，喜貪潤澤，生長增廣，這分別稱為受識住、想識住、行識住；「如經廣說」，這就如同佛經²²⁸中的詳細說明。²²⁹

「此所思惟，名安住相」，這個被思惟的對象，即心識安住於色、受、想、行等四蘊的相貌，名為安住相。

2.2.1.8 自相相

〔論〕云何自相相？謂自類自相，或各別自相。

此所思惟，名自相相。

228 如《雜阿含經》卷2，39經等。

229 《披尋記》卷11：「云何安住相等者：色、受、想、行，名四識住。如經言：有四依取，以為所緣，令識安住。謂識隨色住，緣色為境。廣說如經。〈決擇分〉中別釋其相。」（彌勒講堂，頁946）

「自相」是指自法不共於他法的相貌特徵。什麼是自相相？就是「自類自相」，即同屬自己一類的自相，例如在五蘊之中，色蘊一類是以質礙為自相，受蘊一類是以領納感受為自相等等；「或各別自相」，或者是同屬一類的各別自相，例如同屬色蘊一類，但眼、耳、鼻、舌、身根等有各別不同的自相；又例如同屬受蘊一類，但也有苦受、樂受、不苦不樂受等各別不同的自相。²³⁰

「此所思惟，名自相相」，這個被思惟的對象，即同類自相或各別自相的相貌，稱為自相相。

2.2.1.9 共相相

〔論〕云何共相相？謂諸行共相，或有漏共相，或一切法共相。

此所思惟，名共相相。

「共相」是指此法與他法共同的相貌特徵。什麼是共相相？就是「諸行共相」，一切有為法都是以無常性為共同的相貌特徵；「或有漏共相」，或是一切具有煩惱性質的有為法都是以苦性為其共同的相貌特徵；「或一切法共相」，或是一切有為

230 《瑜伽論記》卷4：「云何自相相？謂自類自相等者，基云：自類自相者，謂五蘊類；各別自相，謂一一蘊，眼等自相別故。」（大正藏，第42冊，頁386下）

法及無為法都是以空、無我性為其共同的相貌特徵。²³¹

「此所思惟，名共相相」，這個被思惟的對象，即諸行共相，或有漏共相，或一切法共相的相貌，稱為共相相。

2.2.1.10 麤相

〔論〕云何麤相？謂所觀下地一切麤相。

什麼是麤相？就是「所觀下地一切麤相」，修習靜慮時，內心所觀察的下地所有粗劣的境相。

「下地」與「上地」是相對的概念，例如欲界相對於色界初禪，欲界是下地，色界初禪是上地；色界初禪相對於第二禪，初禪是下地，第二禪是上地；如是乃至無所有處相對於非想非非想處，無所有處是下地，非想非非想處是上地。

此外，與上地相比，下地的境界相貌被稱為「麤相」，因為相對於上地，下地是有過患、不寂靜的粗劣相；上地的境界相貌則稱為「靜相」，因為相對於下地，上地境界是離過患、寂靜的靜妙相。

231 《披尋記》卷11：「云何共相相等者：無常是諸行共相，苦是有漏共相，空、無我是一切法共相。如〈思所成地〉說。」（彌勒講堂，頁947）

2.2.1.11 靜相

〔論〕云何靜相？謂所行上地一切靜相。

什麼是靜相？就是「所行上地一切靜相」，修習靜慮時，內心所觀察的上地所有寂靜微妙的境相。

2.2.1.12 領納相

〔論〕云何領納相？謂隨憶念過去曾經諸行之相。

什麼是領納相？就是「隨憶念過去曾經諸行之相」，隨著內心憶念起過去曾經歷過的一切有為法（如色、聲、香、味、觸、法等境，苦、樂、不苦不樂等感受，等等）的境界相貌。換言之，領納相是指隨著憶念力，領納過去曾經歷過的境相。

2.2.1.13 分別相

〔論〕云何分別相？謂思未來諸行之相。

什麼是分別相？就是「思未來諸行之相」，透過內心的分別作用，思惟將來一切有為法的境相。

2.2.1.14 俱行相

〔論〕云何俱行相？謂分別現在諸行之相。

什麼是俱行相？就是「分別現在諸行之相」，透過內心的分別作用，分別現前一切有為法的境相。「俱行」的意思是，諸行之相（即一切有為法的境界相貌）是當下現前的——這並非如分別相中的諸行之相是將來的；此外，內心的分別作用也是現前的——這並非如領納相中只是依靠憶念力而使諸行之相顯現出來。由於諸行之相與內心的分別作用這兩者是同時在當下現前活動，因此名為「俱行」。

2.2.1.15 染污相

〔論〕云何染污相？謂於有貪心，思惟有貪心相，乃至於不善解脫心，思惟不善解脫心相。

什麼是染污相？就是「於有貪心，思惟有貪心相」，對於有與貪煩惱相應的心，思惟這是「有與貪煩惱相應的心的相貌」，「乃至於不善解脫心，思惟不善解脫心相」，乃至對於不善解脫三界煩惱的心，思惟這是「不善解脫三界煩惱的心的相貌」。換言之，若是以與煩惱相應的染污心作為思惟時的所緣相，這種所緣相就是染污相。有貪心乃至不善解脫心，是指有貪心、

有瞋心、有癡心、散心、下心、掉心、不寂靜心、不定心、不善修心、不善解脫心等十種染污心。²³²

2.2.1.16 不染污相

〔論〕云何不染污相？謂與此相違，當知即是不染污相。

什麼是不染污相？就是「與此相違」，與染污相互相違反的情況，即對於遠離貪煩惱的心，思惟這是「遠離貪煩惱的心的相貌」，乃至對於善解脫三界煩惱的心，思惟這是「善解脫三界煩惱的心的相貌」，「當知即是不染污相」，應當知道這就

232 《瑜伽師地論》卷28：「云何為心？謂有貪心、離貪心、有瞋心、離瞋心、有癡心、離癡心、略心、散心、下心、舉心、掉心、不掉心、寂靜心、不寂靜心、定心、不定心、善修心、不善修心、善解脫心、不善解脫心。如是總有二十種心。……又有貪心者，謂於可愛所緣境事，貪纏所纏。離貪心者，謂即遠離如是貪纏。有瞋心者，謂於可憎所緣境事，瞋纏所纏。離瞋心者，謂即遠離如是瞋纏。有癡心者，謂於可愚所緣境事，癡纏所纏。離癡心者，謂即遠離如是癡纏。如是六心，當知皆是行時所起三煩惱品，及此三品對治差別。略心者，謂由正行，於內所緣繫縛其心。散心者，謂於外五妙欲隨順流散。下心者，謂惛沈睡眠俱行。舉心者，謂於淨妙所緣明了顯現。掉心者，謂太舉故，掉纏所掉。不掉心者，謂於舉時及於略時得平等捨。寂靜心者，謂從諸蓋已得解脫。不寂靜心者，謂從諸蓋未得解脫言。定心者，謂從諸蓋得解脫已，復能證入根本靜慮。不定心者，謂未能入。善修心者，謂於此定長時串習，得隨所欲、得無艱難、得無梗滯，速能證入。不善修心者，與此相違，應知其相。善解脫心者，謂從一切，究竟解脫。不善解脫心者，謂不從一切，不究竟解脫。」（大正藏，第30冊，頁440中、下）

是不染污相。換言之，若是以沒有染污的心作為思惟時的所緣相，這種所緣相就是不染污相。沒有染污的心是指：離貪心、離瞋心、離癡心、略心、舉心、不掉心、寂靜心、定心、善修心、善解脫心等十種心。²³³

2.2.1.16.1 出所觀

〔論〕此中已出離於斷不修方便者，觀有貪等；修方便者，觀略、下等。

「此中已出離於斷不修方便者，觀有貪等」，「已出離」指已出離欲界欲，亦即已證得靜慮的人；²³⁴或指已出家的修行人。²³⁵有一類人是「於斷不修方便者」，即在修習靜慮時，對於斷除昏沈、掉舉等，不去修習相應的對治方法，只是觀察自己內心的有貪心、離貪心、有瞋心、離瞋心、有癡心、離癡心等等有染污相及不染污相。另有一類人是「修方便者，觀略、下等」，指在修習靜慮時，會修習斷除昏沈、掉舉等相應的對

233 見上註。

234 《披尋記》卷11：「依世間道已得離欲，名已出離。」（彌勒講堂，頁950）

235 《瑜伽論記》卷4：「泰、基同云：諸出家者，名已出離。」（大正藏，第42冊，頁387上）

治方法，因此會觀察自心的略心、下心等等有染污相及不染污相。²³⁶

2.2.1.16.2 釋染淨

2.2.1.16.2.1 染污心

〔論〕有貪心者，謂貪相應心，或復隨逐彼品麤重。
如是由纏及隨眠故，一切染污心如應當知。

「有貪心者，謂貪相應心，或復隨逐彼品麤重」，所謂有貪心，就是指與貪煩惱相應的心，或又是指隨逐在阿賴耶識中的食品煩惱種子。

「如是由纏及隨眠故」，如是由於有貪心這種染污心是具有「纏」即煩惱現行的狀態，及「隨眠」即隨逐眠伏在阿賴耶識中作為煩惱種子的狀態，「一切染污心如應當知」，應當知道

236 《披尋記》卷11：「此中已出離於斷不修方便等者：依世間道已得離欲，名已出離。於斷昏掉未能勤修應時加行，是名於斷不修方便；與是相違，名修方便。云何名為應時加行？謂於時時間修習止相，於時時間修習觀相，於時時間修習舉相，於時時間修習捨相。如下〈聲聞地〉說。……不修方便者，觀心有貪、離貪、有瞋、離瞋、有癡、離癡，染汙、不染汙相。修方便者，觀心略、散、下、舉，乃至廣說善解脫、不善解脫，染汙、不染汙相。如是染汙、不染汙別，隨應當知。」（彌勒講堂，頁950）

一切的染污心，包括有瞋心乃至不善解脫心等，也都是有煩惱現行及種子這兩種狀態。

2.2.1.16.2.2 不染污心

〔論〕以能對治纏及隨眠故，成不染污。

「以能對治纏及隨眠故」，由於能夠對治煩惱的現行及種子，「成不染污」，所以成就不被煩惱染污的心，這是指離貪心乃至善解脫心等。

2.2.1.17 正方便相

〔論〕云何正方便相？謂所思惟白淨品因緣相相。

「正方便」指能夠促成禪定的正確方法，「相」即所緣相。什麼是正方便相？就是「所思惟白淨品因緣相相」，內心所思惟的能夠成就禪定、屬於清淨善法品類的所緣相，例如思惟如何守護根門乃至正知而住等，如此內心就不被煩惱染污，促成靜慮。²³⁷

237 《披尋記》卷11：「云何正方便相等者：謂若思惟如是如是守根門住，乃至正知住故，如是如是心不染汙，名所思惟白淨品因緣相相。」（彌勒講堂，頁950）

2.2.1.18 邪方便相

〔論〕云何邪方便相？謂所思惟染污品因緣相相。

既是思惟如是如是不守根門住故，乃至不正知住故，如是如是心被染相。

「邪方便」指不能夠促成禪定的不正確方法。什麼是邪方便相？就是「所思惟染污品因緣相相」，內心所思惟的不能夠成就禪定、屬於染污性不善法品類的所緣相。

「既是思惟如是如是不守根門住故」，既然由於思惟各式各樣的例如不以正念安住內心守護眼等根門，「乃至不正知住故」，乃至不能清楚正確了知自己當下身語意等活動的狀態，「如是如是心被染相」，因此使得自心成為被各式各樣煩惱所染污的心染污相，阻礙證得禪定。

2.2.1.19 光明相

〔論〕云何光明相？謂如有一，於闇對治或法光明，慇懃懇到善取其相，極善思惟。

如於下方，於上亦爾。

如是一切治闇相故，建立此相。

什麼是光明相？「謂如有一」，例如有一位修行者，「於闇對治」，在用於對治外在環境黑暗的日光、月光、火光等治闇光

明，「或法光明」，或者是思惟觀察佛法法義的法光明，「慙懃到善取其相，極善思惟」，殷切精勤、誠懇、全面掌握這些治闇光明或法光明的相貌特徵，深刻認真地思惟。

「如於下方」，如在下方的欲界，「於上亦爾」，在上方的色、無色界也是如此；這一句意謂不論是在欲界，還是在色、無色界，三界中的眾生都存有昏沈、無明及疑這些黑暗，這需要由法光明來對治。²³⁸

「如是一切治闇相故，建立此相」，由於這些治闇光明及法光明能夠對治一切外在、內在的黑暗相，所以建立此為光明相。

2.2.1.20 觀察相

〔論〕云何觀察相？謂有苾芻，慙懃到善取其相而觀察之。
住觀於坐者，謂以現在能取，觀未來所取法。
坐觀於卧者，謂以現在能取，觀過去所取法。
或在後行觀察前行者，謂以後能取，觀前能取法。
此則略顯二種所取、能取法觀。

238 《披尋記》卷11：「云何光明相等者：此中義顯二種光明，謂治闇光明及法光明。法明能治三種黑闇，此中無明及疑俱名黑闇，如前已說。……如是闇相通一切處，由法光明能正對治。依此說言如於下方，於上亦爾。」（彌勒講堂，頁951、952）

什麼是觀察相？就是「有苾芻」，有出家修行的人，「慇懃懇到善取其相而觀察之」，殷切精勤、誠懇、全面地去掌握及觀察三世（過去世、現在世、未來世）緣生的色、受、想、行、識等五蘊諸行的相貌。²³⁹

「住觀於坐者」，「住」指現在的作意，「坐」指未來所認知的五蘊諸行；這一句是指「以現在能取，觀未來所取法」，即以現在的能取作意，觀察未來將要生起的五蘊諸行等有為法。²⁴⁰

「坐觀於臥者」，「坐」指現在的作意，「臥」指過去所認知的五蘊諸行；這一句是指「以現在能取，觀過去所取法」，即以現在的能取作意，觀察過去已滅的五蘊諸行等有為法。²⁴¹

「或在後行觀察前行者」，或者在「後行」即後一念新生起的能取作意，觀察「前行」即前一念已謝滅的能取作意；這一句

239 《瑜伽師地論》卷28：「謂住觀於坐，坐觀於卧，或在後行觀察前行。此則顯示以毘鉢舍那行，觀察三世緣生諸行。」（大正藏，第30冊，頁439下）

240 《瑜伽師地論》卷28：「謂若說言：住觀於坐。此則顯示以現在作意，觀察未來所知諸行。所以者何？現在作意位，已現生故，說名為住；未來所知位，未現生故，臨欲起故，說名為坐。」（大正藏，第30冊，頁439下）

241 《瑜伽師地論》卷28：「若復說言：坐觀於卧。此則顯示以現在作意，觀察過去所知諸行。所以者何？現在作意位，臨欲滅故，說名為坐；過去所知位，已謝滅故，說名為卧。」（大正藏，第30冊，頁439下）

是指「以後後能取，觀前前能取法」，即以以後後一念的能取作意，觀察前前一念的能取作意。這是觀能取法，亦即是把「前一念的能取作意」視為所取法而作出觀察。²⁴²

「此則略顯二種所取、能取法觀」，以上要略地顯示了二種觀察的方法，第一種是觀所取法，即「住觀於坐」及「坐觀於臥」；另一種是觀能取法，即「後行觀察前行」。這就名為觀察相。

2.2.1.21 賢善定相

〔論〕云何賢善定相？謂所思惟青瘀等相，為欲對治欲貪等故。

何故此相說名賢善？諸煩惱中貪最為勝，於諸貪中欲貪為勝，生諸苦故。

此相是彼對治所緣，故名賢善。

什麼是賢善定相？就是「所思惟青瘀等相」，內心所思惟的青瘀、膿爛、變壞等種種身體不淨的相貌，「為欲對治欲貪等

242 《瑜伽師地論》卷28：「若復說言：或在後行觀察前行。此則顯示以現在作意，觀無間滅現行作意。所以者何？若已生起無間謝滅所取作意，說名前行；若此無間新新生起能取作意，取前無間已謝滅者，說名後行。」（大正藏，第30冊，頁439下）《瑜伽論記》卷4：「能取法者，即以後心觀察前心。」（大正藏，第42冊，頁387上）

故」，這是為了希望對治由身體所引起的欲貪煩惱。²⁴³

「何故此相說名賢善」，為什麼這種思惟身體不淨的相貌稱為賢善？「諸煩惱中貪最為勝，於諸貪中欲貪為勝，生諸苦故」，由於在各種煩惱中，貪的力量最為強大，而在各種貪²⁴⁴之中，對自己身體欲貪的影響力最為強大，因為這欲貪能夠生起一切苦惱。

「此相是彼對治所緣」，因為這些青瘀等不淨相貌是對治自己身體欲貪的所緣境，「故名賢善」，所以稱之為賢善。

2.2.1.22 止相

〔論〕云何止相？謂所思惟無分別影像之相。

什麼是止相？就是「所思惟無分別影像之相」，內心所思惟的無分別影像相貌。「無分別影像」是指不對內心的所緣境（影像）進行分析觀察，只是持續地在同一所緣境（影像）上反覆憶念，寂止內心。

243 這是指不淨觀，其修行方法詳見本論卷26。

244 《瑜伽師地論》卷26：「貪有五種：一、於內身欲欲貪，二、於外身姪欲姪貪，三、境欲境貪，四、色欲色貪，五、薩迦耶欲薩迦耶貪。是名五貪。」（大正藏，第30冊，頁429上）

2.2.1.23 舉相

〔論〕云何舉相？謂策心所取隨一淨妙或光明相相。

什麼是舉相？就是「策心所取隨一淨妙或光明相相」，策勵內心，使令內心對向所緣取的隨意一種「淨妙相」，即緣取佛、法、僧功德等清淨微妙的相貌，或者是「光明相」，即緣取日、月等治闇光明，或思惟佛法法義的法光明。這種策勵內心緣取淨妙相或光明相的相貌，稱為舉相。

2.2.1.24 觀相

〔論〕云何觀相？謂聞、思、修慧所思惟諸法相。

什麼是觀相？就是「聞、思、修慧所思惟諸法相」，透過聽聞、思惟、修習佛法所成就的智慧，以此智慧思惟觀察一切法的相貌，就稱為觀相。

2.2.1.25 捨相

〔論〕云何捨相？謂已得平等心，於諸善品增上捨相。

什麼是捨相？就是「已得平等心」，修習靜慮時已經證得「平等心」，即內心已能處於既不昏沈亦不掉舉的完全平衡的狀態，這時亦不需刻意努力去保持內心的平衡；「於諸善品」，

在修習止觀等善法的時候，「增上捨相」，由於平等心的強大力量，使內心有一種安住在極為平衡與寂靜的相貌。²⁴⁵

2.2.1.26 入定相

〔論〕云何入定相？謂由因緣、所緣、應修習相故，入三摩地，或復已得而現在前。

什麼是入定相？就是「由因緣、所緣、應修習相故」，「因緣相」即戒律儀、根律儀、於食知量等能夠促成禪定的資糧；「所緣相」即修習禪定時內心所對向的所緣境相；「應修習相」即修習禪定時應該修習的相，也就是指對治昏沈、掉舉、散亂、耽著等四種相。透過以上的因緣、所緣、應修習相的原故，「入三摩地」，能夠證入三摩地（*samādhi*，禪定）；²⁴⁶「或復已得而現在前」，又或是指已經證得並正在顯現的禪定境界，這都是屬於入定的相貌。換言之，透過因緣相、所緣相、應修習相而證入禪定，或是已經證入禪定而定境現前，都稱為入定相。

245 《披尋記》卷11：「云何捨相等者：謂於所緣不發所有太過精進，是名已得平等心。復由所緣令心上捨，是名於諸善品增上捨相。此如〈聲聞地〉釋。……或復遠離昏沈、掉舉，名已得平等心。最極寂靜，名增上捨。」（彌勒講堂，頁955）

246 《披尋記》卷11：「云何入定相等者：如前已說，定地資糧，名因緣相；所知事分別體相，名所緣相；對治應遠離相，名應修習相。由是三相能入於定。」（彌勒講堂，頁956）

2.2.1.27 住定相

〔論〕云何住定相？謂即於彼諸相，善巧而取；由善取故，隨其所欲，於定安住。又於此定，得不退法。

什麼是住定相？就是「即於彼諸相，善巧而取」，對於那些因緣相、所緣相、應修習相，能夠善巧嫺熟地掌握，「由善取故，隨其所欲，於定安住」，由於善巧嫺熟地掌握那些因緣相等的原故，因此能夠隨著自己的意願，安穩停住在禪定之中。「又於此定，得不退法」，又對於這種已經安住下來的禪定狀態，成就不會退失的能力。

2.2.1.28 出定相

〔論〕云何出定相？謂分別體所不攝不定地相。

什麼是出定相？就是「分別體所不攝不定地相」，能緣的心不是屬於精神統一之禪定狀態，這就是出定的相貌。「分別體」指能緣心；「所不攝」指「定所不攝」，即不是攝屬於精神統一之禪定狀態；「不定地相」指內心尚未安住於定地時的相貌。簡言之，不屬於定心的散心狀態，就是出定的相貌。

2.2.1.29 增相

〔論〕云何增相？謂輕安定倍增廣大所思惟相。

什麼是增相？就是「輕安定倍增廣大所思惟相」，內心所思惟的「輕安及定力互相影響、互為加倍增長廣大」的相貌。

2.2.1.30 減相

〔論〕云何減相？謂輕安定退減陝小所思惟相。

什麼是減相？就是「輕安定退減陝小所思惟相」，內心所思惟的「輕安及定力互相影響、互為退減縮小」的相貌。²⁴⁷

2.2.1.31 方便相

〔論〕云何方便相？謂二道相，或趣倍增廣大，或趣退減陝小故。

什麼是方便相？就是「二道相」，即奢摩他（止）及毗鉢舍那（觀）這二種修道方法的相貌，「或趣倍增廣大，或趣退減陝小故」，如果善巧地修習止觀，止觀的力量就會趣向倍增

247 參見《披尋記》卷11：「云何增相及減相等者：〈聲聞地〉說：悟入道理正修行者，如如毗鉢舍那串習清淨增上力故，增長廣大；如是如是能生身心所有輕安奢摩他品，當知亦得增長廣大。如如身心獲得輕安，如是如是於其所緣心一境性轉復增長；如如於緣心一境性轉復增長，如是如是轉復獲得身心輕安。心一境性、身心輕安，如是二法展轉相依，展轉相屬。……依此道理，應知輕安及定說名倍增廣大。此所思惟，是名增相；與此相違，是名減相。」（彌勒講堂，頁956、957）

廣大；若是不善巧地修習止觀，止觀的力量便會趣向退減狹小。²⁴⁸

2.2.1.32 引發相

〔論〕云何引發相？謂能引發略諸廣博文句義道，若無諍、無礙、妙願智等，若依三摩地，諸餘力、無畏等最勝功德，及能通達甚深句義微妙智慧，如是等相。

什麼是引發相？就是「能引發略諸廣博文句義道」，能夠引發只用要略的文字就能攝持佛經裡所有深廣博大文字語句及法義道理的智慧，²⁴⁹「若無諍、無礙、妙願智等」，又或引發「無諍」即無諍三昧，指住於空性之道理而與他人無諍之禪定；「無礙」即四無礙解，指對於佛法的四種自在而無所滯礙之理解能力及語言表達能力；²⁵⁰「妙願智」指阿羅漢或佛陀所成

248 《披尋記》卷11：「云何方便相等者：謂奢摩他、毗鉢舍那，是名二道。由此為依，或趣倍增廣大，或趣退減狹小，名二道相。」（彌勒講堂，頁957）

249 《瑜伽論記》卷4：「云何引發相？謂能引發略諸廣博文句義道，此是聖自在通，以智言音自在攝諸廣博文句入一字中，以此一字攝無量文句義。此通依定引發，名引發相。」（大正藏，第42冊，頁387上、中）

250 四無礙解，包括：一、法無礙解，謂能了知一切法的名稱、文句，並決斷無礙。二、義無礙解，謂能了知一切法的義理，並決斷無礙。三、詞無礙解，謂能了知各種地方語言而能無礙自在。四、辯無礙解，謂能隨順正理而宣揚無礙；或能為隨順對方之願求而樂於為之巧說。

就的對於所知境界無所障礙的智慧；²⁵¹「等」指其他類似的功德。「若依三摩地，諸餘力、無畏等最勝功德」，又或依止禪定的力量，引發其他例如「力」即十力，指只有佛才具足的十種智力²⁵²；「無畏」即四無畏，指佛特有的四種無所畏懼的自信²⁵³；「等最勝功德」，等等其他只有佛才具備的最為殊勝的功德；「及能通達甚深句義微妙智慧」，以及引發能夠通達體證那些極為深妙語句及義理的微妙智慧；「如是等相」，如此能引發各種智慧及殊勝功德的相貌，稱為引發相。

-
- 251 《瑜伽師地論》卷69：「云何願智？謂俱分解脫利根阿羅漢苾芻，熏修邊際第四靜慮為依止故，若聲聞乘隨聲聞智所行境界，若獨覺乘隨獨覺智所行境界，起如是願：願我當知如是如是所知境界。從此趣入熏修邊際第四靜慮，既入定已，隨先所願一切了知。若諸如來，遍於一切所知境界，智無障礙。」（大正藏，第30冊，頁682中）
- 252 《瑜伽師地論》卷49：「云何如來十力？一者、處非處智力，二者、自業智力，三者、靜慮解脫等持等至智力，四者、根勝劣智力，五者、種種勝解智力，六者、種種界智力，七者、遍趣行智力，八者、宿住隨念智力，九者、死生智力，十者、漏盡智力。如是十種如來智力，當知廣如《十力經》說。」（大正藏，第30冊，頁569上）
- 253 《瑜伽師地論》卷50：「如來所有四無畏文，如契經說，應知其相。謂諸如來，於其四處，在大眾中而自稱歎。謂所知障永解脫故，於一切種一切法中現等正覺，不共聲聞，是第一處。諸煩惱障永解脫故，證得漏盡共諸聲聞，是第二處。為求解脫諸有情類超過眾苦說出離道，是第三處。即於能出道得為礙，說諸障法應當遠離，是第四處。如來既於如是四處，如其實義自稱歎已。次後他於自所稱歎前之二處，所有相違身語意業而興謗難；復於後二自稱歎處，所有相違前後乖反墮非理相而興謗難，謂於世間有眼見者、無眼見者、有他心智者、無他心智者，如來於此自稱歎處能為對治諸謗難中，都不見有如實因相。由是因緣，於此四處能自了知，坦然無畏，心無怯劣，無所疑慮，都無驚懼。」（大正藏，第30冊，頁573中、下）

2.2.2 明本末相攝

〔論〕復次，如是諸相，即前根本四相所攝。

謂所緣相，具攝一切。

因緣相亦爾，前與後為因緣故，為令後後得明淨故。

正方便相一切種別，皆因緣相；如正方便，邪方便亦爾。一是白品相，第二黑品相。

諸染污相，唯應遠離。

所餘諸相，唯應修習；於彼彼時，應修習故。

再者，「如是諸相」，以上所說的自心相乃至引發相等三十二種相，「即前根本四相所攝」，就是攝屬於前文所說的四種根本相，即所緣相、因緣相、應遠離相、應修習相。

「謂所緣相，具攝一切」，所緣相，具足含攝自心相乃至引發相等一切三十二相。

「因緣相亦爾」，「因緣相」即戒律儀、根律儀、於食知量、初夜後夜常修恬寤瑜伽、正知而住等能夠促成證得靜慮的資糧，亦是含攝一切三十二相，「前與後為因緣故」，「前」指定資糧，「後」指修習靜慮時作意所緣的三十二種相；由於前面的定資糧是後面三十二種相的因緣；「為令後後得明淨故」，如果善巧地修習定資糧，能令隨後修習靜慮時作意所緣的三十二種相展轉更加明了清淨，因此說因緣相亦是含攝三十二種相。這是從第一種角度看因緣相。

「正方便相一切種別」，正方便的一切種類差別，這是指如前文所說的包括守護根門，乃至正知而住等能夠促成證得靜慮、屬於清淨善法品類的所緣相，「皆因緣相」，都是屬於因緣相。「如正方便」，如同正方便是促成證得靜慮的因緣相，「邪方便亦爾」，邪方便即不守護根門乃至不正知而住等亦是因緣相，以邪方便是障礙成就靜慮之因緣故。「一是白品相，第二黑品相」，當中第一種即正方便，是屬於「白品相」即清淨的善法品類的因緣相；第二種即邪方便，是屬於「黑品相」即不清淨的不善法品類的因緣相。這是從第二種角度看因緣相。²⁵⁴

「諸染污相，唯應遠離」，在三十二種相之中，所有屬於染污性質的相，只屬於應遠離相，包括：心有染污的自心相、染污相、邪方便相。

「所餘諸相，唯應修習」，其餘不是屬於染污性質的相，就是應修習相。「於彼彼時，應修習故」，因為在修習靜慮的不同時候，各有應該修習的相，例如修習靜慮時內心昏沈，就應修習舉相；若內心掉舉，則應修習止相，等等。

254 《披尋記》卷11：「因緣相亦爾等者：謂因緣相亦攝一切。前定資糧與後諸相為因緣故，為於後後諸相令得明淨，由是護養定資糧故。復次，因緣相有二別。一是白品相，第二黑品相。如前已說正方便相、邪方便相應知。」（彌勒講堂，頁959）

四根本相與三十二相的關係如下圖：

三十二相 四根本相		所緣相	因緣相		應遠離相	應修習相
			第一種角度	第二種角度		
(1) 自心相	心有染污	✓	✓		✓	
	心無染污	✓	✓			✓
(2) 外相		✓	✓			✓
(3) 所依相		✓	✓			✓
(4) 所行相		✓	✓			✓
(5) 作意相		✓	✓			✓
(6) 心起相		✓	✓			✓
(7) 安住相		✓	✓			✓
(8) 自相相		✓	✓			✓
(9) 共相相		✓	✓			✓
(10) 麤相		✓	✓			✓
(11) 靜相		✓	✓			✓
(12) 領納相		✓	✓			✓
(13) 分別相		✓	✓			✓
(14) 俱行相		✓	✓			✓
(15) 染污相		✓	✓		✓	
(16) 不染污相		✓	✓			✓
(17) 正方便相		✓	✓	✓ (白品相)		✓
(18) 邪方便相		✓	✓	✓ (黑品相)	✓	
(19) 光明相		✓	✓			✓
(20) 觀察相		✓	✓			✓

(21) 賢善定相	✓	✓			✓
(22) 止相	✓	✓			✓
(23) 舉相	✓	✓			✓
(24) 觀相	✓	✓			✓
(25) 捨相	✓	✓			✓
(26) 入定相	✓	✓			✓
(27) 住定相	✓	✓			✓
(28) 出定相	✓	✓			✓
(29) 增相	✓	✓			✓
(30) 減相	✓	✓			✓
(31) 方便相	✓	✓			✓
(32) 引發相	✓	✓			✓

《瑜伽師地論・本地分》卷第十二

彌勒菩薩說

三藏法師玄奘奉 詔譯

本地分中三摩嚩多地第六之二

2.3 通辨

2.3.1 修作意所由

〔論〕復次，云何修習所緣諸相作意？謂即於彼彼諸相，作意思惟；以思惟故，能作四事，謂即：

修習如是作意；

又能遠彼所治煩惱；

又能練此作意及餘，令後所生轉更明盛；

又即修習此作意時，厭壞所緣，捨諸煩惱，任持斷滅，令諸煩惱遠離相續。

是故修習如是所緣諸相作意。

其次，「云何修習所緣諸相作意」，什麼是修習所緣諸相作意？就是「即於彼彼諸相，作意思惟」，對於前文所說的三十二種所緣相，即自心相乃至引發相，內心作意思惟；「以思惟

故，能作四事」，由於內心作意思惟那些所緣相，所以能夠完成下列四種事：¹

一、「修習如是作意」，修習對三十二所緣相的作意，能夠達致如實了知所應知的事，例如能如實了知一切法的自相、共相、真如相等。

二、「能遠彼所治煩惱」，能夠遠離那些所應對治的煩惱，包括前文所說的沈相、掉相、亂相、著相等四種應遠離相。

三、「能練此作意及餘」，能夠陶鑄磨鍊這作意（心所）及「餘」，即與作意同時活動的那一念心識（指第六識心王），「令後所生轉更明盛」，令得後一念所生起的作意及心識轉變得更加明淨強盛。

四、「修習此作意時」，修習這作意的時候，「厭壞所緣」，能夠見到所緣境界的過患，例如見到能引起貪欲煩惱的色、聲、香、味、觸等五欲境的過患，從而生起厭離心；「捨諸煩惱」，並捨棄斷除各種煩惱；「任持斷滅」，保持斷除煩惱的

1 《披尋記》卷12：「以思惟故能作四事等者：四事差別，如文易知。初謂修習如是作意，由此思惟，能如實知所知事故。次謂遠彼所治煩惱，由此思惟，能令煩惱轉成遠分故。此中煩惱，謂沈掉等，由是說言所治煩惱。次謂練此作意及餘，令後所生轉更明盛。作意俱心，名之為餘。練謂陶練，如陶金法，陶練心故。後謂厭壞所緣，乃至令諸煩惱遠離相續。此中諸句，如前隨順對治作意中釋。」（彌勒講堂，頁962）

觀智，安住於煩惱被斷除後的狀態；「令諸煩惱遠離相續」，令得各種煩惱進一步遠離，不再相續。

「是故修習如是所緣諸相作意」，因此修行者修習這些所緣諸相作意。

2.3.2 四緣入等至

〔論〕復次，由四因緣，入初靜慮乃至有頂，謂因力、方便力、說力、教授力。

云何因力？謂曾隣近入靜慮等。

云何方便力？謂雖不隣近入靜慮等，然由數習無間修力，能入諸定。

云何說力？謂於靜慮等增上緣法，多聞、任持，乃至廣說。即依此法，獨處空閑，離諸放逸，勇猛精進，自策而勵，住法隨法行，由此能入靜慮等定。

云何教授力？謂於親教、軌範師所，成²[或]於隨一餘尊長所，獲得隨順初靜慮等，無倒教授；從此審諦作意思惟，能入靜慮及諸餘定。

其次，「由四因緣，入初靜慮乃至有頂」，由於四種原因，能令修行者證入初靜慮、第二靜慮、第三靜慮、第四靜慮、空無邊處定、識無邊處定、無所有處定，乃至「有頂」即三界之最

2 「成」疑作「或」。

頂，指非想非非想處定；這四種原因，就是因力、方便力、說力、教授力。

什麼是因力？就是「曾隣近入靜慮等」，曾經有過接近證入靜慮、等引、等至等的經驗。這是指由於修行者在過去生或之前曾經修習過靜慮，這種修習靜慮時所熏習下來的種子，是一種能使現在靜慮生起的力量及條件，這名為因力。³

什麼是方便力？就是「雖不隣近入靜慮等」，雖然在過去不曾有過接近證入靜慮等的經驗，「然由數習無間修力」，但是經由現在一次又一次的努力修習，這種沒有間斷修習的力量，「能入諸定」，也能夠成為一種證入初靜慮乃至非想非非想處定等定的力量及條件，這名為方便力。

什麼是說力？就是「於靜慮等增上緣法」，對於靜慮等的「增上緣法」，指修習禪定所需的資糧、證入禪定的方法等能促成證入靜慮的教法，「多聞、任持，乃至廣說」，經常聽聞學習、憶持在心令不忘失，乃至把所聞的法義不斷地溫習，堅固積集所學。⁴「即依此法」，即依據這些能夠促成證入靜慮等的

3 《瑜伽論記》卷4：「因力者，謂前生當所入定以為因力，此順小教作此分別理論，大乘正取定種以為因力；亦可據曾隣近入靜慮時，熏發定種功能增長，生今時定，是其因力。」（大正藏，第42冊，頁387中）

4 《佛地經論》卷2：「無量經典初中後分皆能聽受，故名多聞；隨所聞義皆能憶持令不忘失，故名聞持；數習文義令其堅住，是故說名其聞積集。」（大正藏，第26冊，頁299上）

教法，「獨處空閑，離諸放逸，勇猛精進，自策而勵，住法隨法行」，獨處空閑之地，遠離身心的放縱，發起勇猛精進，督策勉勵自己，遵循法義而如理思惟、如理修習，「由此能入靜慮等定」，由此能夠證入靜慮等定。這是利根者，即領悟力高的修行者，依止佛說的教法為力量及條件而證入靜慮等定的情況。⁵

什麼是教授力？就是「於親教、軌範師所」，「親教師」指親從受教之師，又稱和尚、和上，也譯作「依學」，具有「依止於他學習出世間聖道」的意思；「軌範師」意為導師，能教授及指導弟子法式禮儀，使之行為端正合宜。在親教師、軌範師那裡，「成[或]於隨一餘尊長所」，或在任何其他值得尊敬的有德長者那裡，「獲得隨順初靜慮等無倒教授」，從他們身上獲得能夠隨順證入初靜慮等的沒有顛倒的教授，即沒有與真實情況互相違背的教導傳授，例如教授如何如實地觀察身體的不淨，或如實地觀察諸行無常、諸行皆苦、諸法無我等道理，「從此審諦作意思惟，能入靜慮及諸餘定」，修行者若跟從這些教授，仔細認真地作意思惟，就能證入靜慮及其他各類禪定。這是鈍根者，即領悟力低的修行者，依止善知識的教授為

5 《披尋記》卷12：「云何說力等者：此說依法能入諸定，即施設此名隨法行，是利根性。此中法隨法行，思修所攝，謂如所求、如所受法正思正修故。」（彌勒講堂，頁963）

力量及條件，而得以證入靜慮及其他各類禪定的情況。⁶

〔論〕如是顯示四觀行者，謂具因力者、方便力者、若利根者、及鈍根者。

「如是顯示四觀行者」，如上所說顯示有四種類型的觀行者，就是：「具因力者」，具有過去修習靜慮等經驗的修行者；「方便力者」，由現在努力無間斷修習靜慮的修行者；「利根者」，透過遵循法義而修習靜慮，領悟力高的修行者；以及「鈍根者」，依止善知識的教授而修習靜慮，領悟力低的修行者。

2.3.3 四得定者

〔論〕復次，有四得靜慮者：一、愛上靜慮者，二、見上靜慮者，三、慢上靜慮者，四、疑上靜慮者。

其次，「有四得靜慮者」，有四種已證得靜慮的人：一、「愛上靜慮者」，已證得靜慮但與貪愛相應的修行者；二、「見上靜慮者」，已證得靜慮但與邪見相應的修行者；三、「慢上靜

6 《披尋記》卷12：「云何教授力等者：此說依他教誡教授能入諸定，即施設此名隨信行，是鈍根性。此中無倒教授，謂觀青瘀及膿爛等，或一切行皆是無常，或諸行苦，或一切法皆無有我，如是等。」（彌勒講堂，頁964）

慮者」，已證得靜慮但與我慢相應的修行者；四、「疑上靜慮者」，已證得靜慮但與疑惑相應的修行者。

2.3.3.1 愛上靜慮

〔論〕云何愛上靜慮者？謂如有一，先聞靜慮諸定功德，而不聞彼出離方便，於彼一向見勝功德，勇猛精勤，由此因緣，入初靜慮或所餘定。如是入已，後生愛味。

什麼是愛上靜慮者？「謂如有一」，例如有一類修行人，「先聞靜慮諸定功德」，曾經聽聞各種禪定的功德，例如初禪、第二禪有喜樂，第三禪有妙樂，第四禪有寂靜無動等功德；「而不聞彼出離方便」，而未有聽聞那些有漏禪定的過患及出離的方法，「於彼一向見勝功德，勇猛精勤」，對於那些禪定，他只見其殊勝功德的一面，便勇猛精勤地修習，「由此因緣，入初靜慮或所餘定」，由於這個原因，證入了初禪或其他定境。「如是入已」，這樣地證入初禪等定之後，「後生愛味」，於是就對那些禪定功德生起了貪愛耽著。⁷

7 《披尋記》卷12：「愛上靜慮等者：謂如有一，於上靜慮聞說喜樂、妙樂、寂靜無動，名聞靜慮諸定功德。而不聞彼如病、如癰、如箭等，諸行過患不知出離，是名不聞出離方便。由是因緣，勇猛精勤求入彼定，既得入已，而生愛味，是名愛上靜慮者。」（彌勒講堂，頁965）

2.3.3.2 見上靜慮

〔論〕云何見上靜慮者？謂如有一，從自師所或餘師所，聞諸世間皆是常等，如是方便入初靜慮乃至有頂，能得清淨、解脫、出離。彼依此見，勇猛精勤，由是因緣，入初靜慮或所餘定。

如是入已，能自憶念過去多劫，遂生是見：「我及世間皆是常等。」從定起已，即於此見，堅執不捨。

復於後時，審思審慮，審諦觀察，謂由此故，當得清淨、解脫、出離。

什麼是見上靜慮者？例如有一類修行人，「從自師所或餘師所，聞諸世間皆是常等，如是方便入初靜慮乃至有頂，能得清淨、解脫、出離」，從自己的老師或其他老師那裡，聽聞我及世間都是常住不變等言論⁸，並以這樣的認知作為修行方法來證入初禪乃至非想非非想處定，認為這樣就能成就清淨的禪定、解脫煩惱、出離生死。⁹「彼依此見，勇猛精勤，由是因緣，入初靜慮或所餘定」，他依著這種見解，勇猛精勤地修習，由於這個原因，證入了初禪或其他定境。

8 《披尋記》卷12：「聞諸世間皆是常等者：如前已說計常論者，起如是見，立如是論：我及世間皆是常住，非作所作，非化所化，乃至廣說。……今敘彼見，故作是說。」（彌勒講堂，頁966）關於計常論者的見解及佛教對此之批評，詳見《瑜伽師地論·本地分解讀》第四冊，頁164-189。

9 《披尋記》卷12：「能得清淨解脫出離者：清淨，謂於方便。解脫，謂於煩惱。出離，謂於生死。」（彌勒講堂，頁966）

「如是入已」，當他這樣地證入初禪等定之後，「能自憶念過去多劫，遂生是見」，能夠自己回憶過去多生多劫的生命歷程，於是就生起這樣的見解：「我及世間皆是常住不變等。」
「從定起已，即於此見，堅執不捨」，從禪定出來以後，他就對於這種常見，堅持執著，不願放捨。

「復於後時，審思審慮，審諦觀察」，又在之後，他繼續詳細地思惟、思慮，詳細認真地觀察，「謂由此故，當得清淨、解脫、出離」，他很確定地認為由於這種常見的原故，將會令他成就清淨的禪定、解脫煩惱、出離生死。¹⁰

2.3.3.3 慢上靜慮

〔論〕云何慢上靜慮者？謂如有一，聞如是名諸長老等入初靜慮乃至有頂。聞是事已，遂生憍慢：「彼既能入靜慮等定，我復何緣而不當入？」依止此慢，勇猛精勤，由是因緣，入初靜慮及所餘定。

如是入已，後生憍慢。或入定已，作是思惟：「唯我能得如是靜慮，餘不能得。」彼依此慢，復於後時，於諸靜慮，審思審慮，審諦觀察。

10 《披尋記》卷12：「復於後時審思審慮審諦觀察等者：此中義顯彼見唯是邪執，而不能得清淨、解脫、出離，故於後時復更審思、審慮、審諦觀察，謂當能得清淨、解脫、出離。見諦諸聖則不如是，證現觀已，彼於後時不須觀察。義如《解深密經》〈勝義諦相〉中說。」（彌勒講堂，頁967）

什麼是慢上靜慮者？例如有一類修行人，「聞如是名諸長老等入初靜慮乃至有頂」，聽聞有一些年長及有德行的人能夠證入初禪乃至非想非非想處定。¹¹「聞是事已，遂生憍慢」，當他聽聞到這樣的事以後，就生起憍慢心，如此思惟：「他們既然能證入初禪等定，我又怎麼會證入不了呢？」「依止此慢，勇猛精勤，由是因緣，入初靜慮及所餘定」，他依止這種憍慢心，勇猛精勤地修習，由於這個原因，就證入了初禪及其他定境。

「如是入已，後生憍慢」，當他成功證入禪定之後，又再一次生起憍慢心。「或入定已，作是思惟」，或在證入了禪定之後，作出這樣的思惟：「只有我能證得這樣的禪定境界，其他人都證不到呢！」這是一種認為自己所證得的禪定境界比他人所證得的更為殊勝的憍慢心態。

「彼依此慢，復於後時，於諸靜慮，審思審慮，審諦觀察」，他依著這種憍慢心，又在之後，對於自己所成就的各類禪定，繼續詳細地思惟、思慮，詳細認真地觀察，這是因為他所成就的禪定仍未達到清淨圓滿的境地之故。¹²

11 《披尋記》卷12：「聞如是名諸長老等者：此中長老，謂即宿長。等言，等取餘有情類。謂中年等有情眾中，假設安立種種名字，由是故說如是名諸長老等。」（彌勒講堂，頁968）

12 《披尋記》卷12：「彼依此慢等者：此中義顯由慢為依，於諸靜慮雖已證得，而不圓滿清淨鮮白，是故說彼復於後時審思、審慮、審諦觀察。」（彌勒講堂，頁968）

2.3.3.4 疑上靜慮

〔論〕云何疑上靜慮者？謂如有一，為性暗鈍，本嘗樂習奢摩他行，由此因緣，入諸靜慮或所餘定。

如是入已，復於上定，勤修方便，為得未得，於四聖諦勤修現觀；性暗鈍故，不能速證聖諦現觀。由此因緣，於餘所證，便生疑惑。

依此疑惑，復於勝進，審思審慮，審諦觀察。

什麼是疑上靜慮者？例如有一類修行人，「為性暗鈍」，他的心性昏昧愚鈍，「本嘗¹³樂習奢摩他行」，但他經常樂於修習奢摩他（*śamatha*，又譯「止」，即止息一切妄念，攝心安住於一所緣境使令內心寂靜）的實踐，「由此因緣，入諸靜慮或所餘定」，由於這個原因，得以證入各種禪定或其他定境。

「如是入已，復於上定，勤修方便」，這樣地證入禪定之後，又對於更為殊勝的禪定，精進努力地修習，「為得未得」，為了證得尚未證得的出世間無漏定，「於四聖諦勤修現觀」，於是他進一步對於苦集滅道等四聖諦，精進努力地修習，希望能夠直接體證苦集滅道等四種真實道理；「性暗鈍故，不能速證聖諦現觀」，可是由於他心性昏昧愚鈍，智慧不銳利，因此未能迅速證得對苦集滅道等四種真實道理的直接體驗。「由此因緣，於餘所證，便生疑惑」，「餘」指除了出世間無漏定之外

13 「嘗」表示頻度，相當於「常」、「經常」。

的其他世間禪定；由於這樣的原因，他對於自己已經證得的各種世間禪定，便生起疑惑——懷疑自己所證的世間禪定是否能作為直接體證四聖諦的依止、是否能證得出世間無漏定。「依此疑惑，復於勝進，審思審慮，審諦觀察」，依著這種疑惑，他又在不斷修習禪定的過程中，繼續詳細地思惟、思慮，詳細認真地觀察。¹⁴

2.3.4 味淨定等差別

2.3.4.1 愛味相應靜慮等定

〔論〕復次，云何愛味相應靜慮等定？謂有鈍根，或貪行故，或煩惱多故，彼唯得聞初靜慮等所有功德，廣說如前愛上靜慮。

於上出離不了知故，便生愛味，戀著堅住。

其所愛味，當言已出；其能愛味，當言正入。

其次，什麼是愛味相應靜慮等定？就是「有鈍根，或貪行故，或煩惱多故」，有一類修行人領悟力較低，或是貪欲心比較重，或是例如瞋、癡、慢等其他煩惱較多的原故，¹⁵「彼唯得聞初靜慮等所有功德，廣說如前愛上靜慮」，他只是聽聞初禪

14 《披尋記》卷12：「依此疑惑等者：此中義顯疑惑為依，於諸世間靜慮隨一證得一切種清淨，而於出世靜慮不善修習，是故說彼復於勝進審思、審慮、審諦觀察。」（彌勒講堂，頁969）

15 《披尋記》卷12：「或煩惱多故者：謂貪、瞋、癡、慢、尋思煩惱，種種非一，隨應現行，名煩惱多。」（彌勒講堂，頁969）

等所有的功德，如前文所說愛上靜慮的修行者那樣，他未有聽聞那些有漏禪定的過患及出離的方法，就勇猛精勤地修習，證入禪定，於是就對那些禪定功德生起了貪愛耽著。

「於上出離不了知故，便生愛味，戀著堅住」，由於對「上出離」即往上出離現在所處的禪定境界的方法，不能了知的原故，於是就對現在的禪定境界生起貪愛耽著，眷戀愛著的堅持停住在當前的定境裡，不能捨離。

「其所愛味」，對於那種由已證得的禪定所生的貪愛執著，「當言已出」，應當說是在已經出定的時候才生起的，因為這是修行者在出定後隨著憶念禪定的可欣可意等境界而產生的貪愛執著。「其能愛味」，對於那種由即將證得的禪定所生的貪愛執著，「當言正入」，應當說是在正要進入禪定的時候才生起的，因為這是修行者追求欣樂即將證入的禪定境界而產生的貪愛執著。¹⁶

16 《披尋記》卷12：「其所愛味當言已出等者：〈決擇分〉說：略由三相，修等至者愛味等至。謂或證得等至，出已計為清淨，可欣、可樂、可愛、可意，隨念愛味。或未證得，或已證得，未來愛味增上力故，追求欣樂而生愛味。或已證得，計為清淨，可欣、可樂，乃至廣說現行愛味。若從定出可生愛味，若正在定無有愛味。言愛味者，謂於是中遍生貪著。……今於此中，說所愛味及能愛味，隨應當知。」（彌勒講堂，頁970）

2.3.4.2 清淨靜慮等定

〔論〕云何清淨靜慮等定？謂有中根，或利根性，等煩惱行，或薄塵行。

彼從他聞初靜慮等愛味過患及上出離，勇猛精進，入初靜慮或所餘定。

如是入已，便能思惟諸定過患，於上出離亦能了知，不生愛味。

什麼是清淨靜慮等定？就是「有中根，或利根性，等煩惱行，或薄塵行」，有一類修行人領悟力普通，或領悟力比較高；瞋、癡、慢等等各種煩惱雖然都是平等而有，但並不猛利，也不是長時間出現，或是煩惱對他的影響很輕微，煩惱也很少生起。¹⁷

「彼從他聞初靜慮等愛味過患及上出離，勇猛精進，入初靜慮或所餘定」，他從其他的善知識聽聞到貪執初禪等定境功德的過患，及往上出離現在禪定境界的方法，就勇猛精勤地修習，證入初禪或其他定境。

「如是入已，便能思惟諸定過患」，當他這樣地證入禪定之

17 《披尋記》卷12：「等煩惱行或薄塵行者：謂得平等補特伽羅所有煩惱，是名等煩惱行。又薄塵性補特伽羅所有煩惱，名薄塵行。如下〈聲聞地〉釋。」（彌勒講堂，頁970）

後，就能思惟觀察各種定境的過患，「於上出離亦能了知」，對於往上出離現在禪定境界的方法也能了知，「不生愛味」，不會對當前的定境生起貪愛執著。

2.3.4.3 無漏靜慮等定

〔論〕云何無漏靜慮等定？謂如有一，是隨信行，或隨法行，薄塵行類。

彼或先時於四聖諦已入現觀，或復正修現觀方便。

彼先所由諸行、狀、相，入初靜慮或所餘定，今於此行、此狀、此相，不復思惟，然於諸色乃至識法，思惟如病、如癰等行，於有為法心生厭惡，怖畏制伏；於甘露界繫念思惟。如是方能入無漏定。

什麼是無漏靜慮等定？例如有一類修行人，或者他是「隨信行」，指從他人處聽聞佛法而生起信心，依隨他人的教授教誡而修行；或者他是「隨法行」，即透過自己學習、思惟、觀察佛之教法，依隨法義而修行；或者他是「薄塵行類」，煩惱微薄不易生起的一類人。「彼或先時於四聖諦已入現觀」，這一類修行人或是在過去已經直接體證過苦集滅道等四種真實道理，「或復正修現觀方便」，或是正在修習能夠直接體證四聖諦的方法。

「彼先所由諸行、狀、相，入初靜慮或所餘定」，「行」在這裡是指「羶行」與「靜行」，即入定時內心作意思惟觀察下地

是麤劣的、苦惱的、粗重的，上地是寂靜的、微妙的、遠離過患的；修習禪定時，作意思惟厭離麤劣的下地及欣向靜妙的上地，是屬於世間離欲道的修行方法。「狀」指臨入禪定前所出現的相狀特徵。「相」指所緣相（修習禪定時由內心的分別作用所顯現的境界對象）及因緣相（守護根門等修定資糧）。¹⁸那些修行人先前是經由這些行、狀、相而證入初禪或其他定境，「今於此行、此狀、此相，不復思惟」，現在對於麤行與靜行、臨入禪定前所出現的相狀特徵、禪定的所緣相及因緣相，不再作意思惟觀察；「然於諸色乃至識法」，但對於所有的色、受、想、行、識等五蘊法，「思惟如病、如癰等行」，內心作意思惟這些五蘊法如疾病、癰瘡、毒箭，乃至無常、苦、空、無我等，¹⁹「於有為法心生厭惡，怖畏制伏」，對於由因緣所生、變動不住的色乃至識等五蘊生命現象，內心生起厭惡離棄、恐怖畏懼，由此制伏對五蘊的貪愛執取；另一方面，「於甘露界繫念思惟」，對於徹底解脫三界煩惱的涅槃境界，²⁰專心繫念作意思惟，例如如理思惟四聖諦或二空所顯真

18 《披尋記》卷12：「彼先所由諸行、狀、相等者：麤行、靜行，是名為行。臨入定時，彼狀先起，是名為狀。所緣、因緣，名之為相。所緣相者，謂分別體；因緣相者，謂定資糧。如下自釋。」（彌勒講堂，頁972）

19 《披尋記》卷12：「思惟如病如癰等行者：此中等言，等取無常、苦、空、無我，及與苦集滅道、真如、法性、實際，是名出世靜慮所思惟行。如《顯揚》說。」（彌勒講堂，頁972）

20 《披尋記》卷12：「於甘露界繫念思惟者：住無餘依涅槃界中，名甘露界，是彼異門施設安立故。如下〈無餘依地〉說。」（彌勒講堂，頁973）

如，²¹「如是方能入無漏定」，這樣才能證入能夠斷除煩惱種子、由無漏智慧發起的無漏定。

2.3.5 四分定異

2.3.5.1 順退分定

〔論〕復次，云何順退分定？謂有鈍根，下劣欲解，勤精進故，入初靜慮或所餘定，於喜、於樂、於勝功德，不堪忍故，從靜慮退。如如暫入諸定差別，如是如是還復退失，乃至未善調練諸根。

其次，什麼是順退分定？就是「有鈍根，下劣欲解」，有一類修行人領悟力低，對於修習禪定只有低劣粗淺的理解，「勤精進故，入初靜慮或所餘定」，然而由於精勤努力修習的原故，因此仍然能夠證入初禪或其他定境，「於喜、於樂、於勝功德，不堪忍故」，可是他對於初禪、二禪的喜受及樂受，第三禪的樂受，第四禪的寂靜殊勝功德，未能堅固安住，²²「從靜慮退」，所以就從這些禪定境界退還下來。「如如暫入諸定差別，如是如是還復退失，乃至未善調練諸根」，他一次又一次

21 《瑜伽論記》卷4：「於甘露界繫念思惟，如是方入無漏定者，或四諦觀，或觀二空所顯真如為前方便入無漏定，名甘露界。」（大正藏，第42冊，頁388上）

22 《披尋記》卷12：「於喜於樂於勝功德者：此中寂靜，名勝功德。於喜，謂初二靜慮；於樂，謂前三靜慮；於勝功德，謂第四靜慮。」（彌勒講堂，頁973）

的暫時證入各類不同的禪定境界，然後一次又一次的從這些禪定境界裡退失；在他尚未善巧調校訓練自己變得更有能力掌握禪定技巧之前，他都仍然會處於這種暫入諸定而又會退失的情況。²³「調練諸根」即練根，又名轉根，意謂轉鈍劣之性而得勝利之根。

2.3.5.2 順住分定

〔論〕云何順住分定？謂有中根，或利根性，彼唯得聞諸定功德，廣說如前愛味相應。於所得定唯生愛味，不能上進，亦不退下。

什麼是順住分定？就是「有中根，或利根性」，有一類修行人領悟力程度中等，或領悟力高，「彼唯得聞諸定功德，廣說如前愛味相應」，他只是聽聞到各類禪定的功德，但未有聽聞禪定的過患及出離的方法，就勇猛精勤地修習，證入禪定，於是對那些禪定功德生起了貪愛耽著，這就如前文「愛味相應靜慮等定」一節所說的情況。「於所得定唯生愛味，不能上進，亦不退下」，因為對於現前所證得的禪定境界生起貪愛執著，所以不能再往上前進深入更高的定境，但亦不會從當前的定境退失下來，他就只是隨順安住於現時的禪定境界裡。

23 《披尋記》卷12：「乃至未善調練諸根者：調練鈍根轉成中根，或復利根，是名調練諸根。未至彼位，於諸靜慮暫入還退。」（彌勒講堂，頁973、974）

2.3.5.3 順勝分定

〔論〕云何順勝分定？謂有亦聞出離方便，於所得定不生喜足，是故於彼不生愛味，更求勝位。由此因緣，便得勝進。

什麼是順勝分定？就是「有亦聞出離方便，於所得定不生喜足」，有一類修行人除了聽聞禪定的功德，亦有聽聞愛著禪定境界的過患及出離的方法，對於所證得的定境不會生起歡喜滿足，「是故於彼不生愛味，更求勝位」，因此對於當前的定境不會生起貪愛執著，而會進一步追求更殊勝的定境。「由此因緣，便得勝進」，由於這個原因，他便得到進步，證得更殊勝的境界。

2.3.5.4 順決擇分定

〔論〕云何順決擇分定？謂於一切薩迦耶中，深見過患，由此因緣，能入無漏。

又諸無漏，名決擇分，極究竟故。

猶如世間珠、瓶等物，已善簡者，名為決擇；自此已後，無可擇故。

此亦如是，過此更無可簡擇故，名決擇分。

什麼是順決擇分定？就是「於一切薩迦耶中，深見過患」，「薩迦耶」(satkāya)意譯「有身」，指眾生對自我生命體存有愛執，亦即對五蘊和合的生命體執取為真實不變的自我及

屬於我所有；這種執取五蘊生命自體為實我、我所的妄見，稱為薩迦耶見、有身見、我見等。修行者對於一切三界中普遍存有的把生命自體執取為實我、我所的見解，深刻的見到其過患——深刻的見到薩迦耶見是一切煩惱生起的根本依止處；²⁴「由此因緣」，由於這個原因，修行者在禪定中，透過對五蘊無我的深刻理解，努力滅除對實我、我所的執見，「能入無漏」，這就能夠證入與無漏智慧相應的禪定。

「又諸無漏，名決擇分，極究竟故」，又一切無漏智慧，都稱為「決擇分」，這是因為決斷簡擇諸法真實道理——例如五蘊無我——的智慧，已經達到了最徹底圓滿的程度。

「猶如世間珠、瓶等物，已善簡者，名為決擇」，這就像在挑選世間的寶珠、寶瓶等物品，當已經妥善簡擇眾多寶物當中最有價值的一件時，就名為決擇，「自此已後，無可擇故」，因為在決擇了最有價值的一件寶物之後，就再沒有其他更有價值的物品可以被簡擇了。

「此亦如是」，這種決斷簡擇五蘊無我的無漏智慧亦是這樣，「過此更無可簡擇故」，超過五蘊無我這真實道理的範圍，就再無其他更為真實的道理可以被簡擇了，「名決擇分」，所以名為決擇分。

24 《披尋記》卷12：「謂於一切薩迦耶中深見過患者：薩迦耶欲遍一切處。如說：若於一處有染欲，即一切處有染欲。由此能為一切煩惱根本依處，我慢、我見恆與俱轉，是名一切薩迦耶中過患。」（彌勒講堂，頁975）

2.3.6 無間與超越入等至

2.3.6.1 無間入諸等至

〔論〕復次，云何無間入諸等至？謂如有一，得初靜慮乃至有頂，然未圓滿清淨鮮白。先順次入乃至有頂，後逆次入至初靜慮。

其次，什麼是無間入諸等至？例如有一類修行人，「得初靜慮乃至有頂，然未圓滿清淨鮮白」，雖然已證得初禪乃至非想非非想處定，可是仍未達到圓滿清淨，內心尚有愛味、憍慢、常見、疑惑、無明等煩惱所染污。²⁵「先順次入乃至有頂」，首先順次序證入初禪、二禪、三禪、四禪、空無邊處定、識無邊處定、無所有處定，乃至非想非非想處定，「後逆次入至初靜慮」，然後逆反的從非想非非想處定退入無所有處定、識無邊處定、空無邊處定、四禪、三禪、二禪，直至初禪。像這樣的沒有間隔地順、逆次第證入各種禪定，就稱為無間入諸等至。

2.3.6.2 超越入諸等至

〔論〕復次，云何超越入諸等至？謂即於此已得圓滿清白故，從初靜慮無間超入第三靜慮，第三無間超入空無邊處，空處無

25 《披尋記》卷12：「得初靜慮乃至有頂等者：得三摩地及三摩地圓滿，此名為得。然於爾時，其心猶為三摩地生愛味、慢、見、疑、無明等諸隨煩惱之所染汙，是故說未圓滿清淨鮮白。」（彌勒講堂，頁976）

間超入無所有處；乃至廣說逆超亦爾。

以極遠故，無有能超第三等至，唯除如來及出第二阿僧企耶諸大菩薩，彼隨所欲入諸定故。

其次，什麼是超越入諸等至？就是「即於此已得圓滿清白故」，因為對於初禪乃至非想非非想處定已證得圓滿清白的原故，即不再對這些禪定生起愛味、常見、憍慢、疑惑、無明等煩惱，所以能夠「從初靜慮無間超入第三靜慮」，從初禪沒有間隔的超越第二禪而直接證入第三禪，「第三無間超入空無邊處」，從第三禪沒有間隔的超越第四禪而直接證入空無邊處定，「空處無間超入無所有處」，從空無邊處定沒有間隔的超越識無邊處定而直接證入無所有處定，以上是順次超越的情況；「乃至廣說逆超亦爾」，乃至逆向超越的情況也是如此，即從無所有處定沒有間隔的超越識無邊處定而直接退入空無邊處定；從空無邊處定沒有間隔的超越第四禪而直接退入第三禪；從第三禪沒有間隔的超越第二禪而直接退入初禪。

「以極遠故」，因為每一階段的禪定境界相距非常遙遠，「無有能超第三等至」，一般的修行者是無法超越二個位階的禪定而直接證入第三位階的禪定，例如沒法從初禪超越二個位階（第二禪、第三禪）而直接證入第三位階的第四禪，「唯除如來及出第二阿僧企耶諸大菩薩」，只有已經圓滿覺悟的佛，以及已經超出了第二「阿僧企耶」（*asamkhyā*，譯為無數、無央數，即「無法計數」之意），即已經是身處第三阿僧企耶修行

歷程中的所有八地及以上的大菩薩，²⁶「彼隨所欲入諸定故」，他們可以隨著自己的意欲，隨時證入各式各樣的禪定。這稱為超越入諸等至。

2.3.7 熏修靜慮

2.3.7.1 明熏修靜慮

〔論〕復次，云何薰修靜慮？

其次，什麼是薰修靜慮？

2.3.7.1.1 標成就

〔論〕謂如有一，已得有漏及與無漏四種靜慮，為於等至得自在故，為受等至自在果故，長時相續入諸靜慮，有漏、無漏更相間雜，乃至有漏無間無漏現前，無漏無間還入有漏，當知齊此薰修成就。

「謂如有一」，例如有一類修行人，「已得有漏及與無漏四種靜慮」，已能證得有漏及無漏的初禪乃至第四禪這四種靜慮，「為於等至得自在故」，他們為了在「等至」（又名三摩鉢

26 菩薩由初發心修行至成滿佛果所須經歷之時間，稱為三阿僧企耶。第一阿僧企耶為資糧位與加行位菩薩所經的修行時間；第二阿僧企耶為初地到七地菩薩所經的修行時間；第三阿僧企耶為八地及以上菩薩所經的修行時間。

底，梵文samāpatti，意謂身心達至平等安和的禪定狀態，這段論文是特指五現見三摩鉢底、八勝處三摩鉢底、十遍處三摩鉢底、四無色三摩鉢底、無想三摩鉢底、滅盡定等三摩鉢底。關於這六種等至，詳見後文。）中獲得自在，即能夠隨著自己意願，在任何地方、時間，依任何所緣境相而證入這些等至都沒有困難；「為受等至自在果故」，也為了領受能夠自在地證得等至時所帶來的身心安樂等功德；²⁷「長時相續入諸靜慮，有漏、無漏更相間雜」，於是長時間相續不斷進入各種禪定，有漏禪定與無漏禪定彼此相互間雜地修習，「乃至有漏無間無漏現前，無漏無間還入有漏」，乃至能夠做到從有漏禪定沒有間隔的使令無漏禪定現前，從無漏禪定沒有間隔的返回退入有漏禪定，「當知齊此薰修成就」，應當知道到達這種境界就是成就了薰修靜慮的修習。

2.3.7.1.2 釋自在

2.3.7.1.2.1 等至自在

〔論〕若於是處、是時、是事欲入諸定，即於此處、此時、此事能入諸定，是名於諸等至獲得自在。

「若於是處、是時、是事欲入諸定」，「處」指身體或身體所

27 《披尋記》卷12：「為於等至得自在故等者：若於等至得隨所樂、得無艱難、得無梗澀，名得自在。由此自在，於諸等至數數入出，領受現法身心樂住轉更明淨，終無退失，及淨修治勝功德道，是名彼自在果。」（彌勒講堂，頁978）

依住之地方，又或是指初禪乃至第四禪的定境裡，「時」指晝夜、時節等時候，「事」指修習禪定時內心的所緣境相；若修行者在任何地方、任何時間、依任何的所緣境相而希望證入某種等至，「即於此處、此時、此事能入諸定」，他就能夠在那個地方、那個時間、依那個所緣境相而證入所希望證入的那種等至，這就稱為「於諸等至獲得自在」。²⁸

2.3.7.1.2.2 等至自在果

2.3.7.1.2.2.1 樂住明淨

〔論〕等至自在果者，謂於現法樂住轉更明淨。

「等至自在果」，能夠自在地證得等至的結果，就是「於現法樂住轉更明淨」，在當下所領受到的身心安樂境界會轉變得更加明了清淨。

2.3.7.1.2.2.2 得不退道

〔論〕又由此故，得不退道。

28 參考《瑜伽論記》卷4：「若於此處此時此事，欲入諸定等者，泰云：所依身，名處，云云。基云：身所住依，名處；起定明暗等、時節等，名時；隨緣何境，名事。」（大正藏，第42冊，頁389上）《披尋記》卷12：「若於是處是時是事欲入諸定等者：四種靜慮地地差別，名之為處。若晝若夜時分差別，名之為時。諸所知事境相差別，名之為事。於靜慮中，隨所樂欲多所成辦，是名獲得自在。」（彌勒講堂，頁978）

「又由此故」，又由於已證等至自在果的原故，「得不退道」，因此所證得的禪定不會退失。

2.3.7.1.2.2.3 引勝功德

〔論〕又淨修治解脫、勝處及遍處等勝品功德能引之道。

「解脫」指八解脫，「勝處」指八勝處，「遍處」指十遍處，「等」指無諍三昧、願智三昧、四無礙解等。「又淨修治解脫、勝處及遍處等勝品功德能引之道」，又由於清淨修習能對治煩惱的八解脫、八勝處及十遍處等這些能引發殊勝功德的修行方法為先，因此能引起各種殊勝功德。²⁹

2.3.7.1.2.2.4 生五淨居

〔論〕若有餘取而命終者，由此因緣，便入淨居。

由軟、中、上品修諸靜慮，有差別故，於一切處受三地果，如前〈有尋有伺地〉已廣分別。

修習無尋唯伺三摩地故，得為大梵。

由軟、中、上、上勝、上極品薰修力故，生五淨居。

29 《披尋記》卷12：「又淨修治解脫勝處及遍處等者：此中解脫，謂八解脫；勝處，謂八勝處；遍處，謂十遍處。如下自釋。等言，等取無諍、願智、無礙解等。如是等類，名勝功德。引此方便，名能引道。由淨修治解脫為先，方能引彼諸勝功德，是即修習解脫為能引道，諸勝功德為其所引。如是差別應知。」（彌勒講堂，頁979）

「有餘取」是指有一類修行者，雖然他們透過間雜薰修有漏、無漏靜慮而得以斷除一切欲界的貪愛及執取，但他們仍然有剩餘的執取，即對色界的貪愛與執取。「若有餘取而命終者」，若是有一類修行者仍然未能遠離對色界的貪愛與執取而在此生壽命終結，「由此因緣，便入淨居」，由於這個原因，就會投生到五淨居天。五淨居天又名五淨宮地（五處清淨的宮殿）、五不還天（五處不還果聖者所生之處），即是色界第四靜慮天的第四層至第八層，包括無煩天、無熱天、善現天、善見天、色究竟天。³⁰

「由軟、中、上品修諸靜慮有差別故，於一切處受三地果」，由於修習靜慮是有軟、中、上品等不同程度的區別，所以在「一切處」即初靜慮乃至第四靜慮等一切色界處所，會分別領受三種不同果報，「如前〈有尋有伺地〉已廣分別」，如同之前在〈有尋有伺地〉（本論卷四）中已詳細說明，即：

由軟、中、上品熏修初靜慮，分別得生梵眾天、梵前益天、大梵天；

由軟、中、上品熏修第二靜慮，分別得生少光天、無量光天、極淨光天；

由軟、中、上品熏修第三靜慮，分別得生少淨天、無量淨天、遍淨天；

30 《披尋記》卷12：「若有餘取等者：由有色界愛為緣取未全遠離，名有餘取。由如是取，攝受先所積集行等種子功能現前，是故命終當生五淨居處。謂無煩、無熱、善現、善見，及色究竟。如前〈有尋有伺地〉說。」（彌勒講堂，頁979、980）

由軟、中、上品熏修第四靜慮，分別得生無雲天、福生天、廣果天。³¹

「修習無尋唯伺三摩地故，得為大梵」，「無尋唯伺三摩地」指已經沒有粗淺尋思（「無尋」）而只有深細伺察（「唯伺」）的心理活動，這是介乎於初靜慮與第二靜慮中間之禪定，又稱「靜慮中間」。由於修習無尋唯伺三摩地，因此得以成為初禪天的天主——大梵天王。³²

「由軟、中、上、上勝、上極品熏修力故，生五淨居」，由軟、中、上、上勝、上極品雜熏修第四靜慮的力量，能招感生於五淨居天的果報，即：

由軟品雜熏修第四靜慮，感得生於無煩天的果報；

由中品雜熏修第四靜慮，感得生於無熱天的果報；

由上品雜熏修第四靜慮，感得生於善現天的果報；

由上勝品雜熏修第四靜慮，感得生於善見天的果報；

31 《瑜伽師地論》卷4：「色界有十八處，謂梵眾天、梵前益天、大梵天，此三由軟、中、上品熏修初靜慮故。少光天、無量光天、極淨光天，此三由軟、中、上品熏修第二靜慮故。少淨天、無量淨天、遍淨天，此三由軟、中、上品熏修第三靜慮故。無雲天、福生天、廣果天，此三由軟、中、上品熏修第四靜慮故。」（大正藏，第30冊，頁295上）

32 《瑜伽師地論》卷4：「即靜慮中間若定、若生，名無尋唯伺地。隨一有情，由修此故，得為大梵。」（大正藏，第30冊，頁294中）

由上極品雜熏修第四靜慮，感得生於色究竟天的果報。³³

五淨居天處於色界第四靜慮天的第四至第八層，這是屬於不還果聖者的住處。如果只是修習第四靜慮之有漏定，並不能生於其中，必須以無漏定之力量，資助有漏定，即間雜熏修有漏、無漏第四靜慮，才能感得生於五淨居天的果報。

2.3.7.2 明修生差別

2.3.7.2.1 於彼生

〔論〕當知因修清淨靜慮定故，生靜慮地，不由習近愛味相應。既生彼已，若起愛味，即便退沒；若修清淨，還生於彼，或生下定，或進上定。

「當知因修清淨靜慮定故，生靜慮地」，應當知道修行者是因為修習「清淨靜慮定」，即沒有貪愛執取地修習禪定，³⁴所以在命終後可以投生到「靜慮地」，即初禪天乃至第四禪天等色界諸天，「不由習近愛味相應」，並不是由於經常習慣親近並貪愛執著與禪定相應的喜樂而能受生。

33 《瑜伽師地論》卷4：「復有諸聖，住止不共五淨宮地，謂無煩、無熱、善現、善見及色究竟。由軟、中、上、上勝、上極品雜熏修第四靜慮故。」（大正藏，第30冊，頁295上）

34 見前文「2.3.4.2清淨靜慮等定」一節。

「既生彼已，若起愛味，即便退沒」，當已經投生到彼初禪天等靜慮地之後，如果修行者對該禪天的喜樂境界生起愛味執著，就會損減壽命，在死亡之後便退沒下來回到欲界受生；³⁵「若修清淨，還生於彼」，如果他再次修習清淨離欲的靜慮定，將來還是可以再次投生到彼初禪天等靜慮地，「或生下定」，或者他修習成就了初禪，便於死後投生到「下定」即初禪天；「或進上定」，或者他修習成就了第二禪乃至第四禪，便在死後投生到「上定」即第二禪天乃至第四禪天等諸天。³⁶

2.3.7.2.2 於修習

〔論〕先於此間修得定已，後往彼生。何以故？非未離欲得生彼故，非諸異生未修得定能離欲故。

「先於此間修得定已」，首先在此欲界修得初禪乃至第四禪等靜慮定，「後往彼生」，命終之後才能投生到彼色界諸天。³⁷「何以故」，為什麼是這樣呢？因為：一、「非未離欲得生彼

35 《瑜伽論記》卷4：「既生彼已，若起愛味，即便退沒者，非上地中，定可有退，由多愛味，損減壽命，名便退沒，此退生也。」（大正藏，第42冊，頁389中）

36 《披尋記》卷12：「或生下定或進上定等者：最初靜慮，是名下定，於一切定最為下故。如是漸次勝進乃至第四靜慮，是名上定，於初靜慮皆為上故。」（彌勒講堂，頁982）

37 《披尋記》卷12：「身生欲界，名於此間。依欲界身，修諸靜慮，離下欲故，上愛得起；由是為緣，於當來世往彼受生。」（彌勒講堂，頁982）

故」，並非在未遠離欲界欲的情況下而能投生到彼色界諸天；二、「非諸異生未修得定能離欲故」，所有的凡夫，並非在未修得靜慮定的情況下而能遠離欲界欲。換言之，欲界的凡夫能夠在命終之後投生到色界諸天，是因為他已經遠離對欲界的貪欲，以及已經修得能遠離欲界欲的色界禪定。

2.3.7.2.3 於定樂

〔論〕又非此間及在彼處入諸等至樂有差別，唯所依身而有差別。

「又非此間及在彼處入諸等至樂有差別」，再者，並非在此欲界的眾生及在彼色界諸天處的眾生，在證入各種禪定時所領受的喜樂會有不同，「唯所依身而有差別」，只是他們所依止的生命果報之身體有所不同而已。換言之，雖然欲界眾生與色界諸天處的眾生是依止不同的身體而入定，但他們在證入各種禪定時所體驗到的喜樂卻是相同的。

出資助印功德芳名 (恕略尊稱排名不分先後)

捐助捌萬元者

志琳衛施基金會

捐助捌仟元者

朱舜華

捐助陸仟元者

黎慧萍 林皓妍

捐助伍仟元者

陳大芳合家 林子輝(已故)

捐助叁仟元者

莫碧雯

捐助貳仟元者

楊鳳珊 金福成 廖偉明、張麗娣
卓秋華、朱家華 佛弟子 蔡慧華
蘇彩霞 倪君昊、盧煥琮、倪君佩、
林柔善、林心柔 梁惠珍(已故)

捐助壹仟貳佰元者

賀廣如

捐助壹仟元者

羅錦華 玄玄寶壇 謝凱瑩 黃維昌
李芷樺 林心柔 劉國珍 許麗芳
鍾款圓、潘穎芝 黃珍 梁志彤
張培德 林真儀 劉婉雯 麥智量
廖惠平 賀廣如、饒俊 劉愛慈
葉懿賢 梁冠強合家

捐助玖佰元者

Tang Tze Ming

捐助捌佰元者

顏定國、湯燕萍

捐助柒佰壹拾陸元者

胡常德、王全龍

捐助伍佰元者

羅惠文 關淑文 黃艷華 羅錦成、
梁秀芳 區璟慧 佛弟子 楊雪英
吳英華、張月玲、張月娥 容慈珊
盛欣理、金文龍 蔡美貞 佛弟子2
謝宛廷 Chan Yin Mat 麥羨雲
霍瑞芬 馮志斌 鍾浩琛 謝月麗
佛弟子3 鍾玉明 林麗蕙 趙澤榮
鄺美意 陳遜傑 姚媛芹 陳惠英
劉惠珍 黃淳一 莫鎔女士 黃志杰
郝慧芬 鄺麗青 Rita Choy
黃衍隆 羅棟康(已故)

捐助叁佰元者

結緣人 趙嘉敏 葉海洋 鄭松鶴
余玉珍 魏奕邦 趙靜芯 鄭隽盈
Tai Wai Yee 曾紹興 蔡洁玲
曾展希 李巧清 陳小姐
彭奮強合家 馬錦成合家
石敬耀合家 Hilda Wu 湯燕萍、
顏定國、王秀麗 陸裕良
迴向岑門莫鎔太夫人-1

迴向岑門莫鎔太夫人-2

迴向岑門莫鎔太夫人-3

迴向岑門莫鎔太夫人-4

簡佩苓 陳喜兒 魏飛鵬

捐助貳佰伍拾元者 呂廷堯 呂戚其芳 麥振城 呂珮貴

捐助貳佰元者 王欣華 吳月來 黎慧萍 馮維淦
謝彩雁 鄭慧儀 趙詠梅 羅景強
張國泉 麥少芳 Elean Leung 倪星
陳雁姿 黃美珍 羅兆瑜合家
鄭石榮 迴向岑門莫鎔太夫人 余玉珍
回向葉庭忠往生淨土 陳潤清 何碧蓮

捐助壹佰陸拾捌元者 許亦通

捐助壹佰伍拾元者 游世純

捐助壹佰貳拾元者 姚家榮

捐助壹佰元者 王高渺 萬世樂 嚴依芬 林淑怡
劉念珊 劉匡峻 麥新狄 葉詠琳
葉嘜寧 鄭禮謙 謝婉文 姚雯雯
Leung Tak Wing(果榮) 謝漢輝
謝漢基 謝嘉雯 謝家灝 謝詠欣
謝珮嘉 李桂嬋 何杏兒 朱惟駒
陳曉紅 黃泳錫 佛弟子 鄭佩珠

趙顥淇 姚潔麗 黎松發 譚瑋嫻
無名氏 回向葉庭忠往生淨土
梁紹文 楊小霞 王紹增 胡蘭芬
王培育 黃麗芳

捐助伍拾元者

劉萬鞏闔家

捐助貳拾元者

何慧儀

佛曆二五七零 年八月敬印二仟本
公元二零二六

《瑜伽師地論・本地分》解讀 第七冊

作 者：李嘉偉

出 版：佛教法相學會弘法資源有限公司
香港九龍彌敦道328至342A
儉德大廈14字樓F、G室

電 話：2771 8161

網 址：www.dhalbi.org

承 印：玲瓏出版印刷公司

電 話：2889 6110

國際標準書號 (ISBN)：978-988-71136-2-1

版權所有 請勿翻印

