

阿含經三十七品與菩薩行

釋開仁·2011.7 (美國佛法度假)

壹、阿含經之由來

(壹) 阿含：來、傳來，歸、趣之意義

阿含，梵語作 Āgama (ā-√gam)，義譯有「來」、「傳來」；法「歸」、「趣」無等的意思。¹古代或音譯作「阿鎗」²、「阿鎗暮」³、「阿含暮」、「阿笈摩」、⁴「阿含慕」。⁵

1、唐·慧琳《一切經音義》：

卷 26：阿含（此云「教」也，亦云「法藏」也，眾善所歸也）。⁶

卷 50：阿笈摩（梵語「其業反」，亦言「阿伽摩」，此名「教法」或言「傳」，謂展轉傳來，以法相教授也。舊言「阿含」，訛略也）。⁷

2、宋·法雲《翻譯名義集》卷 4：

阿含，正云阿笈多，此云教。

《妙樂》云：此云無比法，即言教也。

《唯識論》云：謂諸如來所說之教。

《長阿含序》云：阿含者，秦言法歸，所謂萬法之淵府，總持之林苑也。

¹ Monier Williams, *Sanskrit-English Dictionary*, p.129 : 1. Coming near, approaching; 2. anything handed down and fixed by tradition (as the reading of a text or a record , title-deed , &c); 3. a traditional doctrine or precept , collection of such doctrines , sacred work.

² 《大智度論》卷 100〈90 囑累品〉：「修多羅者，是四《阿鎗》中經名，摩訶衍中經名。」(CBETA, T25, no. 1509, p. 756, b26-27)。

³ 《四阿鎗暮抄解》卷 1 (CBETA, T25, no. 1505, p. 1, a5-7)

⁴ 《續一切經音義》卷 8：「阿笈摩(或云阿含暮、或云阿鎗，皆梵語輕重異也。此云藏、亦云傳，謂佛祕藏累代傳行；或翻為教，即長、中、增一、雜，第四種阿含也)。」(CBETA, T54, no. 2129, p. 969, a12-13)

⁵ 《中阿含·85 真人經》卷 21〈2 長壽王品〉：「復次，或有一人誦經、持律、學阿毘曇、諳阿含*慕，多學經書。」(CBETA, T01, no. 26, p. 561, b26-28) *含=鎗【宋】【元】【明】。

⁶ CBETA, T54, no. 2128, p. 473, c17。

⁷ CBETA, T54, no. 2128, p. 640, b15。

《法華論》解其智慧門為說阿含義甚深。

涉法師云：阿含，此云，傳所說義，是則大小二教，通號阿含。⁸

3、印順法師《原始佛教聖典之集成》(p.484-485)：

阿含是「展轉傳來」的意思，也可以簡譯為「傳」。然所說的「展轉傳來」，不只是文句的師弟傳授，而更有實質的意義。……āgama 是由彼而此——「來」的意義。如四果中的「一來」sakṛdāgāmin、「不來」anāgāmin，都是譯 āgāmi 為來的。阿含是「來」，是「展轉傳來」，有傳授傳承的意思。……。

我國古譯阿含為「趣」與「歸」。如：

◎晉代道安，解為「秦言趣無」。⁹

◎僧肇《長阿含經序》說：「秦言法歸。……譬彼巨海，百川所歸，故以法歸為名」。¹⁰

◎《善見律毘婆沙》卷1說：「容受聚集義名阿含。如修多羅說：佛告諸比丘：我於三界中，不見一阿含，如畜生阿含，純是眾生聚集處也」。¹¹

——《善見律毘婆沙》，舉「畜生阿含」為例。畜生阿含，就是畜生趣 (Tiryagyonigata, Tiracchānagatiyo)。趣是趣向、去處，實與道安等傳說相近；是以 gata (去的意思) 轉釋阿含的。

4、法雲《翻譯名義集》卷4：

涉法師云：阿含，此云，傳所說義，是則大小二教，通號阿含。而小乘中別開四部：謂《增一阿含》明人天因果；二《長阿含》破邪見；三《中阿含》明諸深義；四《雜阿含》明諸禪法。以四阿含為轉法輪，設教之首，別得其名，嵩輔教編，由昧通別猶豫不決，其詞則枝。¹²

⁸ CBETA, T54, no. 2131, p. 1112, a26-b2。

⁹ 道安的《四阿含抄解》卷1：「阿含者，秦言趣無也。阿難既出十二部經，又採撮其要逕至道法。為四阿含，與阿毘曇及律，並為三藏焉。」(CBETA, T25, no. 1505, p. 1, a5-7)

¹⁰ 僧肇的《長阿含經序》：「阿含，秦言法歸。法歸者，蓋是萬善之淵府……譬彼巨海，百川所歸，故以法歸為名。」(CBETA, T01, no. 1, p. 1, a13-19)

※淵府：指財物或文書等集聚的地方。(《漢語大詞典(五)》p.1484)

¹¹ CBETA, T24, no. 1462, p. 677, a22-25。對應的巴利文是 Kasmā panesa dīghanikāyoti vuccati? Dīghappamāṇānaṃ suttānaṃ samūhato nivāsato ca, samūhanivāsā hi nikāyoti vuccanti. “Nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekanikāyampi samanupassāmi evaṃ cittaṃ; yathayidaṃ, bhikkhave, tiracchānagatā pāṇā; poṇikanikāyo, cikkhallikanikāyo”ti (sam. ni. 3.100) evamādīni cettha sādhaṅkāni sāsanaṃ ca lokato ca. 漢譯「阿含」的對應詞是 nikāya, 不是 āgama。

¹² (CBETA, T54, no. 2131, p. 1112, b1-6)

（貳）尼柯耶（Nikāya）：部、集之意義

| 五尼柯耶 | 四阿含 |
|-------------------------|--------|
| 《相應部》(Saṃyutta Nikāya) | 《雜阿含》 |
| 《中部》(Majjhima Nikāya) | 《中阿含》 |
| 《長部》(Dīgha Nikāya) | 《長阿含》 |
| 《增支部》(Aṅguttara Nikāya) | 《增一阿含》 |
| 《小部》(Khuddaka Nikāya) | |

貳、三十七道品

（壹）總論

一、佛弟子修學的心要——道諦

印順法師《成佛之道（增註本）》(p.175)：

苦痛的原因（集）消除了，生死大苦也就從此結束，得到了涅槃的大解脫。但無始以來，苦與集是不斷的延續，如不修對治道，是不會自動結束的。所以要說到道諦，道才是佛弟子修學的心要，如生病而請醫生，主要是為了服藥一樣。

二、何謂菩提分法？

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 96：

問：何故名為菩提分法，菩提分法是何義耶？

答：盡、無生智，說名菩提，已究竟覺四聖諦故。若法隨順此究竟覺，勢用增上，此中說為菩提分法。¹³

《阿毘達磨俱舍論》卷 25〈6 分別賢聖品〉：

經說「覺分有三十七」，謂：四念住、四正斷、四神足、五根、五力、七等覺支、八聖道支。「盡、無生」智，說名為「覺」。隨覺者，別立三菩提：一、聲聞菩提，二、獨覺菩提，三、無上菩提。

¹³ (CBETA, T27, no. 1545, p. 496, b18-21)

「無明睡眠¹⁴皆永斷故，及如實知已作已事不復作故」，此二名「覺」。¹⁵三十七法順趣菩提，是故皆名「菩提分法」。¹⁶

三、三十七品之重要性

(一) 佛出現於世，便有三十七品

《增壹阿含·6經》卷3〈8 阿須倫品〉：

爾時，世尊告諸比丘：若有一人出現於世，便有三十七品出現於世。云何三十七品道？所謂四意止、四意斷、四神足、五根、五力、七覺意、八真行，便出現於世。云何為一人？所謂多薩阿竭·阿羅呵·三耶三佛。是故，諸比丘！常當承事於佛，亦當作是學。¹⁷

(二) 修三十七品如伏雞隨時蔭卵，自然順得漏盡

《雜阿含·263經》卷10：

(1) 不修習道品終不能得漏盡解脫

爾時，佛告諸比丘：

「我以知見故，得諸漏盡，非不知見。云何以知見故，得諸漏盡，非不知見？謂此色、此色集、此色滅；此受、想、行、識，此識集、此識滅，不修方便隨順成就，而用心求，令我諸漏盡，心得解脫，當知彼比丘終不能得漏盡解脫。所以者何？不修習故，不修習何等？謂不修習念處、正勤、如意足、根、力、覺、道。

譬如伏鷄，生子眾多，不能隨時蔭餽¹⁸，消息冷暖，而欲令子以觜、以爪啄卵自生，安隱出[穀-禾+卵]，當知彼子無有自力，堪能方便以觜、以爪安隱出[穀-禾+

¹⁴ 《大智度論》卷70〈49 問相品〉：「佛法者，佛名為覺，於一切無明睡眠中最初覺故，名為覺。」(CBETA, T25, no. 1509, p. 552, b6-7)

¹⁵ 編按：此句梵文為 aśeṣāvidyāprahānāt tābhyāṃ svarthasya yathābhūtakṛtāpunahkartavyatāvavodhāc ca，其中並無「睡眠」一字，只有「無明」。而「已事」，應該是「己事」(svārtha)的訛誤，自己的事。同一詞，真諦譯為「己利」也應是「己利」，自己的利益。ārtha，可以是「利」或「事」。在相關的論書中，只有《阿毘達磨順正理論》卷71譯為「已作己事」(CBETA, T29, no. 1562, p. 726, c14-16)。

¹⁶ (CBETA, T29, no. 1558, p. 132, b2-8)。

另參：《大毘婆沙論》卷96-97(大正27, 495c27-501c24)，卷141(大正27, 724a8-726c6)。

¹⁷ (CBETA, T02, no. 125, p. 561, b18-25)

¹⁸ 印順法師《雜阿經論會編(上)》(p.61·n.2)：「卵」原本作「餽」，宋本作「留」，元本等作「鷄」，義均難通。經說「伏雞」、「蔭餽」，乃雞母孵卵之喻，「蔭餽」應為「蔭卵」之誤。卵與留之[留-田]，字形相似，宋本乃誤作「留」，義不可通，乃改為「餽」為「鷄」。若改為「卵」，則「隨時蔭卵，消息冷暖」，文義了然。今改「卵」，下例此。

卵]。所以者何？以彼雞母不能隨時蔭餽，冷暖長養子故。

如是，比丘不勤修習隨順成就，而欲令得漏盡解脫，無有是處。所以者何？不修習故。不修何等？謂不修念處、正勤、如意足、根、力、覺、道。

(2) 勤修習道品終不欲令得漏盡解脫而自然漏盡

※學伏雞蔭餽喻

若比丘修習隨順成就者，雖不欲令漏盡解脫，而彼比丘自然漏盡，心得解脫。所以者何？以修習故。何所修習？謂修念處、正勤、如意足、根、力、覺、道。

如彼伏雞善養其子，隨時蔭餽，冷暖得所，正復不欲令子方便自啄卵出，然其諸子自能方便安隱出[穀-禾+卵]。所以者何？以彼伏雞隨時蔭餽，冷暖得所故。

※學斧柯喻

如是，比丘善修方便，正復不欲漏盡解脫，而彼比丘自然漏盡，心得解脫。所以者何？以勤修習故。何所修習？謂修念處、正勤、如意足、根、力、覺、道。譬如巧師、巧師弟子，手執斧柯，捉之不已，漸漸微盡手指處現，然彼不覺斧柯微盡而盡處現。

※學藤綴喻

如是，比丘精勤修習隨順成就，不自知見今日爾所漏盡，明日爾所漏盡，然彼比丘知有漏盡。所以者何？以修習故，何所修習？謂修習念處、正勤、如意足、根、力、覺、道。譬如大舶，在於海邊，經夏六月，風飄日暴，藤綴漸斷。

如是，比丘精勤修習隨順成就，一切結縛、使、煩惱、纏，漸得解脫。所以者何？善修習故，何所修習？謂修習念處、正勤、如意足、根、力、覺、道。」

說是法時，六十比丘不起諸漏，心得解脫。¹⁹

(三) 無漏根、力、覺支、道支爲勝義正法

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 183：

此中有二種正法：一、世俗正法，二、勝義正法。

◎世俗正法，謂名、句、文身，²⁰即素怛纜、毘柰耶、阿毘達磨。

◎勝義正法，謂聖道，即無漏根、力、覺支、道支。

行法者亦有二種：一、持教法，二、持證法。

¹⁹ (CBETA, T02, no. 99, p. 67, a22-c3)

²⁰ 《阿毘達磨俱舍論》卷 5〈2 分別根品〉：「名」(nāman) 謂作想，如說色、聲、香、味等想。「句」(pada) 者謂章，詮義究竟，如說「諸行無常」等章；或能辯了業用、德、時、相應、差別，此章稱句。「文」(vyañjana) 者謂字，如說[褒-保+可]、阿、壹、伊等字。」(CBETA, T29, no. 1558, p. 29, a11-15)

◎持教法者，謂讀、誦、解說素怛纜等。

◎持證法者，謂能修證無漏聖道。

若持教者相續不滅，能令世俗正法久住。若持證者相續不滅，能令勝義正法久住，彼若滅時正法則滅，故契經說：「我之正法，不依牆壁柱等而住，但依行法有情相續而住」。²¹

（四）三十七品非是小乘法

《大智度論》卷 19〈1 序品〉：

菩薩摩訶薩，應學一切善法、一切道。如佛告須菩提：「菩薩摩訶薩行般若波羅蜜，悉學一切善法、一切道，所謂乾慧地乃至佛地。」是九地應學而不取證，佛地亦學亦證。

復次，何處說三十七品但是聲聞、辟支佛法，非菩薩道？是《般若波羅蜜·摩訶衍品》中，佛說四念處乃至八聖道分是摩訶衍；三藏中亦不說三十七品獨是小乘法。

佛以大慈故，說三十七品涅槃道，隨眾生願，隨眾生因緣，各得其道。²²欲求聲聞人，得聲聞道；種辟支佛善根人，得辟支佛道；求佛道者，得佛道。隨其本願，諸根利鈍，有大悲、無大悲。譬如龍王降雨，普雨天下，雨無差別。大樹、大草，根大故多受；小樹、小草，根小故少受。²³

（貳）別論

一、四念處

1、身念處，2、受念處，3、心念處，4、法念處。

性空法師《念處之道》頁 282-283：

“satipaṭṭhāna”有兩種不同的拆解方式：1. upaṭṭhāna (upa-√sthā)；2. paṭṭhāna (pa-√sthā)。

“upaṭṭhāna”，接頭詞“upa”與語根“sthā”所組成的動詞“upaṭṭhāhati”之名詞化。

²¹ (CBETA, T27, no. 1545, p. 917, c20-p. 918, a1)

²² 《大智度論》卷 63〈41 信謗品〉：「觀色等諸法實相，不生不滅，行六波羅蜜、修四念處等，如是可得般若波羅蜜。是般若波羅蜜三種因緣：正觀、正行、正修。」(CBETA, T25, no. 1509, p. 505, a25-28)

²³ (CBETA, T25, no. 1509, p. 197, b23-c8)

“upa”有「伴隨」、「親近」、「隨從」的意思。語根“sthā”是「住」、「立」的意思。二詞結合成“upaṭṭhāna”有「近立」、「安放」、「看護」、「現起」、「建立起」等含意。結合了“sati”成爲“sati-upaṭṭhāna”的複合詞，則有「念的近立」、「使念效勞」、「以念護衛」、「念的現起」、「念的建立」等意涵。因此，「念」被理解爲一種靠近心、爲心服務、護衛著心的特質。

“paṭṭhāna”（pa-√sthā），接頭詞“pa”與語根“sthā”所組成的動詞“paṭṭhahati”之名詞化。“pa”有「於前」、「於先」，或「有強調、加強語意」的意思。“paṭṭhāna”有「於前而住」、「全然的建立」，引申爲基礎、地點、根據之意。結合了“sati”成爲“sati-paṭṭhāna”的複合詞，有「念的基礎」、「念的立足處」、「念的根據」等意涵。

綜合言之，兩種不同的解讀方式，所呈顯的意涵，其實是略有差異的。

“sati-upaṭṭhāna”的解讀方式偏重於「念的建立」義，“sati-paṭṭhāna”則偏重於「念的立足處」義。論師們對於此兩種解釋都接受，然而更偏好後者。漢譯文獻大多將“satipaṭṭhāna”譯爲「念住」或「念處」，也有譯爲「四意止」。

（一）四念處是一乘道

《雜阿含·607經》卷24：

爾時，世尊告諸比丘：「有一乘道，淨諸眾生，令越憂悲，滅惱苦²⁴，得如實法，所謂四念處。何等為四？身身觀念處，受、心、法法觀念處。」²⁵

※溫宗堃〈四念住如何是唯一之道——再探“ekāyana magga”之語意〉，《福嚴佛學研究（第六期）》，頁5-6：

- （1）此中，“ekāyana”，即單一的道路。的確！道有許多的名稱，如說：「道、途、街，徑、街、路；船、渡橋，筏、艇、橋。」在這裡，用“ayana”指說道路。因此，“ekāyano ayaṃ, bhikkhave, maggo”：在此應如是了知其意義爲「比丘們！這道路是單一的道路，不是分爲二的道路。
- （2）或者，應獨一而去，所以是“ekāyana”。「獨一」：捨離群眾而獨處、遠離。「應…而去」：應…而行。
- （3）或者，經由此〔道路〕而往，所以是“ayana”，意思是〔經由此道路〕從輪迴行往涅槃。單一者所有的道路即 ekāyana，「單一者」指最勝者。一切眾生之中最勝者是世尊，因此，說的是世尊。的確，其他人也藉由此〔道路〕而

²⁴ 惱苦=苦惱【宋】【元】【明】。

²⁵ (CBETA, T02, no. 99, p. 171, a9-14)

去，雖然如此，這仍是世尊的道路，因為是他使之生起的緣故，如說：「婆羅門！世尊令未生的道路生起。」

- (4) 或者，它去，所以是“ayana”，意思是，它去、它生起。它在單一處去，所以是“ekāyana”，也就是說，不在其他處，而是僅出現在此〔佛陀〕法律中，如說：「須跋陀！在此法律裡有聖八支道」。這是說法不同，但意思一樣。
- (5) 再者，它去向一處，所以是“ekāyana”。也就是說，雖然在前階段裡，是多面的修行方法，但在後階段裡去向單一處，唯涅槃。如梵天主說：「見生之滅盡者，同情〔眾生的〕利益，了知那“ekāyana”的道路——〔人們〕在過去藉由此路渡過瀑流，〔未來〕將會〔藉由此路〕渡過〔瀑流〕，〔現在〕也正〔藉由此路〕渡過〔瀑流〕。」²⁶

(二) 四念處猶如父母境界

《雜阿含·617經》卷24：

爾時，世尊告諸比丘：「過去世時有一鳥，名曰羅婆，為鷹所捉，飛騰虛空，於空鳴喚言：『我不自覺，忽遭此難，我坐²⁷捨離父母境界而遊他處，故遭此難。如何今日為他所困，不得自在。』」

鷹語羅婆：『汝當何處自有境界而得自在？』

羅婆答言：『我於田耕壟中自有境界，足免諸難，是為我家父母境界。』

鷹於羅婆起憍慢言：『放汝令去，還耕壟中，能得脫以不？』

於是羅婆得脫鷹爪，還到耕壟大塊之下，安住止處，然後於塊上欲與鷹鬪。

鷹則大怒，彼是小鳥，敢與我鬪，瞋恚極盛，駿²⁸飛直搏，於是羅婆入於塊下，鷹鳥飛勢，臆衝堅塊，碎身即死。……

如是，比丘！如彼鷹鳥，愚癡自捨所親父母境界，遊於他處，致斯災患。汝等比丘亦應如是，於自境界所行之處，應善守持，離他境界，應當學。

比丘！他處他境界者，謂五欲境界，眼見可意、受²⁹念妙色，欲心染著；耳識聲、鼻識香、舌識味、身識觸可意、受³⁰念妙觸，欲心染著。是名比丘他處他境界。

比丘！自處父母境界者，謂四念處。云何為四？謂身身觀念處，受、心、法法觀念處。是故，比丘！於自行處父母境界而自遊行，遠離他處他境界，應當學。

²⁶ Ps I 229-230。

²⁷ 坐：拒守。（《漢語大詞典（二）》頁1039）

²⁸ 駿=迅【宋】【元】【明】，=濬【聖】。

²⁹ 受=愛【宋】【元】【明】。

³⁰ 受=愛【元】【明】。

（三）修四念處能自護護他

《雜阿含·619經》卷24：

爾時，世尊告諸比丘：「過去世時有緣幢伎³²師，肩上豎幢，語弟子言：『汝等於幢上下向護我，我亦護汝，迭相護持，遊行嬉戲，多得財利。』」

時，伎弟子語伎師言：『不如所言，但當各各自愛護，遊行嬉戲，多得財利，身得無為安隱而下。』

伎師答言：『如汝所言，各自愛護，然其此義亦如我說，己自護時即是護他，他自護時亦是護己；心自親近，修習隨護作證，是名自護護他。云何護他自護，不恐怖他、不違他、不害他，慈心哀彼，是名護他自護。』

是故，比丘！當如是學。自護者修四念處，護他者亦修四念處。³³

（四）淨其戒，直其見，具足三業，然後修四念處

《雜阿含·624經》卷24：

爾時，尊者蘄低迦來詣佛所，稽首佛足，退坐一面，白佛言：「善哉！世尊！為我說法，我聞法已，當獨一靜處，專精思惟，不放逸住，思惟：『所以善男子剃除鬚髮，正信非家，出家學道……。』」如上廣說，乃至「不受後有。」

佛告蘄低迦：「如是，如是，如汝所說。但於我所說法，不悅我心，彼所事業亦不成就，雖隨我後，而不得利，反生障闕。」

蘄低迦白佛：「世尊所說，我則能令世尊心悅，自業成就，不生障闕。唯願世尊為我說法，我當獨一靜處，專精思惟，不放逸住……」如上廣說，乃至「不受後有。」如是第二、第三請。

爾時，世尊告蘄低迦：「汝當先淨其初業，然後修習梵行。」

蘄低迦白佛：「我今云何淨其初業，修習梵行？」

佛告蘄低迦：「汝當先淨其戒，直其見，具足三業，然後修四念處。³⁴何等為

³¹ (CBETA, T02, no. 99, p. 172, c24-p. 173, a28)

³² 伎=技【元】【明】。

³³ (CBETA, T02, no. 99, p. 173, b5-19)

³⁴ (1) 印順法師《華雨集第二冊》(p.24-25)：「依經說，應該先修清淨戒與正直見，然後依（正見正）戒而修四念處，這是符合八支正道的次第進修的。」

(2) 印順法師《成佛之道（增註本）》(p.229)：「修學解脫道的，開始是先要正「直其見」解，這就是正見與正思。其次是要清「淨其行」為，這就是正語，正業與正命。正業，正語，正命，如雙足，足是能向前進的。不但要有兩隻腳，還是要無病的，能走的。正

四？內身身觀念住，專精方便，正智正念，調伏世間貪憂。如是外身、內外身身觀念住，受、心、法法觀念住……」亦如是廣說。

時，鬱低迦聞佛所說，歡喜隨喜，從座起而去。

時，鬱低迦聞佛教授已，獨一靜處，專精思惟，不放逸住，思惟：「所以善男子剃除鬚髮，著袈裟衣，正信非家，出家學道，乃至不受後有。」³⁵

（五）四念處的修學方法與次第

《長部·大念處經》³⁶ (Mahā-Satipaṭṭhāna Sutta)

（一）總述

如是我聞，一時，佛在拘樓國劍磨瑟曇城中。

爾時，佛呼諸比丘：「諸比丘！」諸比丘應諾：「世尊！」

世尊如此開示：諸比丘！此是使眾生清淨，超越愁悲，滅除苦憂，成就正道，體證涅槃之唯一道路，此即四念處。四者何耶？

於此諸比丘！比丘

安住於身，循身觀察，熱誠、正知、正念，³⁷捨離對世間的貪欲與憂惱。

安住於受，隨觀感受，熱誠、正知、正念，捨離對世間的貪欲與憂惱。

安住於心，隨觀心識，熱誠、正知、正念，捨離對世間的貪欲與憂惱。

安住於法，隨觀諸法，熱誠、正知、正念，捨離對世間的貪欲與憂惱。

（二）別釋

1、身念處 (kāyānupassanā 身隨觀)

(1)安般念 (ānāpānasati 出入息念、觀息法)

諸比丘！比丘如何安住於身，循身觀察？

A、修止：了知出入息之長短、全息、寂靜身行

見與正思，如眼目，眼目能明見道路。不但有眼目，而且要是目無眚翳，見得正確。不論要到什麼地方，一定要認清目的地，認識道路，又要能一步步的向前進。有了這兩方面的相互助成，才能達到目的地。一般的行路都如此，何況向解脫道呢？這當然要足目相成，才能達於彼岸的涅槃。這說明了，出世的解脫法門（世間善道也如此），非先有正確的見解，清淨的行為不可。否則，不管你說修說證，決無實現的可能。」

³⁵ (CBETA, T02, no. 99, p. 174, c21-p. 175, a16)

³⁶ 性空法師中譯，《念處之道》（大念處經講記）頁 14-42，嘉義：香光書香出版社，2003 年。

³⁷ 《念處之道》頁 68-69：「熱誠 (ātāpi)，ātāpa 原意是熱，意指熱誠、熱切，對事物有濃厚的興趣，還有努力、精進的意思，亦即北傳所譯的「四正勤」。…正知 (sampajāna)，正知就是智慧，即正確地、完整地、平等地觀照所緣。…具念、正念 (satimā)，要不斷地保持正念。熱誠與正知是正念重要的緣。若無熱誠與正知，正念就不明顯。」

於此，諸比丘！比丘前往森林、樹下或空閒處，結跏趺坐，端正身體，置念面前，³⁸正念而出息，正念而入息。

◎出息長時，了知：我出息長；入息長時，了知：我入息長。

◎出息短時，了知：我出息短；入息短時，了知：我入息短。

◎修習：我當覺知（息之）全身而出息；修習：我當覺知（息之）全身而入息。³⁹

◎修習：我當寂靜身行而出息；修習：我當寂靜身行而入息。⁴⁰

諸比丘！就如熟練的轆轤⁴¹匠，或轆轤匠之弟子，⁴²當拉長時，了知：我拉長；拉短時，了知：我拉短。

諸比丘！比丘如是在出息長時，了知：我出息長；入息長時，了知：我入息長。修習：我當覺知（息之）全身而出息；修習：我當覺知（息之）全身而入息。修習：我當寂靜身行而出息；修習：我當寂靜身行而入息。

B、修觀：觀照內外身、生滅法

如是，比丘！安住於身，觀照內身；安住於身，觀照外身；安住於身，觀照內外身。安住於身，隨觀生法；安住於身，隨觀滅法；安住於身，隨觀生滅法。⁴³

C、修止觀之成就

於是「**有身**」⁴⁴之念現起，唯有正念與覺照，無所依而住，⁴⁵不再貪著世間之任何事物。諸比丘！此即比丘安住於身，循身觀察。

³⁸ 《念處之道》頁 97：parimukham 是前面、面前之意，又是嘴巴附近之意。

³⁹ 《念處之道》頁 101：「全身」是呼吸從開始到結束的整個過程。

⁴⁰ 《念處之道》頁 103：身行意指「呼吸」，因為風界的作用，呼吸讓我們感覺身體的移動。

⁴¹ 轆轤：利用輪軸原理製成的井上汲水的起重裝置。（《漢語大詞典（九）》頁 1329）

⁴² Bhikkhu Thanissaro 之英譯：just as a skilled turner or his apprentice。

⁴³ 《念處之道》頁 111：「生滅的觀察是修習四念處每個方法時，都必須觀察的，唯有生滅過程的觀察，才是導向解脫的要素。……生滅的觀察分為兩方面，一是觀察**因緣生滅**，如觀察呼吸時，由於身體、鼻孔、心的生起，呼吸才能生起；若身體、鼻孔、心的因緣不具足，呼吸就不能生起。再者觀察**剎那生滅**，就法的本質來說，一切有為法、名、色，皆一生起立即壞滅。就呼吸而言，於呼吸生起至壞滅的每一剎那，仔細地觀察整個過程的生滅現象。因此，清楚地觀察自己的身體，觀呼吸的名、色，呼吸的生滅因緣，觀察呼吸不斷生、滅的過程，觀察生滅，然後觀察壞滅，有時觀察自己，有時觀察別人，正知正念地觀察，了知法的真實相。」

⁴⁴ (1) 帕奧禪師《正念之道》頁 115：「有身 (atthi kāya) 是指由於強而有力的觀智，禪修者只見到純粹的名色身——究竟名色法，絲毫不見色聚等概念法，這是壞滅隨觀智以上這些觀智的特徵。也因為如此，這時開始才被認為是純粹的觀禪。」

(2) *The Four Foundations of Mindfulness*, Ven. U Silānanda, Wisdom Publications, Boston, 1990, p.179: breath-body only (唯有息)。

(3) *The Heart of Buddhist Meditation*, Nyanaponika Thera, BPS, Kandy, 1996, p.118: there is a

(2)威儀 (Iriyāpatha 觀姿勢)

復次，諸比丘！比丘行走時，了知：我行走；站立時，了知：我站立；坐著時，了知：我坐著；躺臥時，了知：我躺臥。無論何種姿勢，皆如實了知。

如是，比丘安住於身，觀照內身…⁴⁶此即比丘安住於身，循身觀察。

(3)正知 (Sampajāna 明覺)

復次，諸比丘！比丘行往或歸來時，以正知而行。前瞻或旁觀時，以正知而行。屈伸肢體時，以正知而行。著袈裟、持衣鉢時，以正知而行。飲食、咀嚼、嚐味時，以正知而行。大小便利時，以正知而行。於行、住、坐、臥、醒、語、默時，亦以正知而行。

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

(4)不淨觀 (Patikūlamanasikāra 厭惡作意)⁴⁷

復次，諸比丘！比丘思惟此身，自足底而上、由頭髮而下，皮所覆包，遍滿不淨，思惟：於此身有髮、毛、爪、齒、皮、肉、筋、骨、髓、腎、心、肝、肋膜、脾、肺、腸、腸間膜、胃中物、糞、膽汁、痰、膿、血、汗、脂肪、淚、皮脂、唾、涕、關節液、尿。

諸比丘！猶如兩端開口之糧袋，裝入種種穀物，諸如：稻、米、綠豆、豌豆、芝麻、精米。視力佳者，解開糧袋，觀察分辨：此是稻、此是米、此是綠豆、此是豌豆、此是芝麻、此是精米。如此，諸比丘！比丘思惟此身，自足底而上、由頭髮而下，皮所覆包，遍滿不淨，思惟：於此身，有髮、毛、爪、齒、皮、肉、筋、骨、髓、腎、心、肝、肋膜、脾、肺、腸、腸間膜、胃中物、糞、膽汁、痰、膿、血、汗、脂肪、淚、皮脂、唾、涕、關節液、尿。

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

(5)四界分別觀 (Dhātumanasikāra 界作意)

復次，諸比丘！比丘於任何姿勢中，以各種界思惟觀察此身，即：此身有地界、水界、火界、風界。諸比丘！猶如熟練之屠牛者，或屠牛者之弟子，屠宰牛

body (僅有身體的活動存在)。

⁴⁵ 無所依而住 (Anissito ca viharati)，Nyanaponika 註解為 Independent of craving and wrong views (不依靠或執著渴愛和錯誤見解)。

⁴⁶ 「…」表示此段經文與上述同，故從略，下同。

⁴⁷ 《念處之道》頁 133：「不淨觀修法，就對象來說有兩種：一、有識不淨觀，觀自己及他人身體的不淨。二、無識不淨觀，觀死屍的不淨相。就修法的方式來說也分二種：一、以不淨作為止禪目標，若以死屍為止禪目標時，只能取同性的屍體。二、以不淨作為觀禪目標。此段先介紹有識不淨觀，無識不淨觀，在「觀墓園九相」時會介紹。」

隻，並將其肢解成塊後，坐於四衢⁴⁸道口。

如是，諸比丘！比丘於任何姿勢中，以各種界思惟觀察此身，即：此身有地界、水界、火界、風界。

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

(6)墓園九相 (Navasivathika 九種墳場觀)

A、腫漲、青瘀、腐爛

復次，諸比丘！猶如比丘得見被丟棄於墓墟之死屍，死後經一日、二日，乃至三日，腫漲、青瘀、腐爛；因而反觀自身，思惟：此身亦為如是法，難免如此之情況。

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

B、野獸食噉

復次，諸比丘！猶如比丘得見被丟棄於墓墟之死屍，被烏鴉、老鷹、禿鷹所啄食，或被犬、豺狼所噉食，乃至被各種蟲所噬食。因而反觀自身，思惟：此身亦為如是法，難免如此之情況。

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

C、血肉附著，筋腱連結之骸骨

復次，諸比丘！猶如比丘得見被丟棄於墓墟之死屍，已成血肉附著，筋腱連結之骸骨。因而反觀自身，思惟：此身亦為如是法，難免如此之情況。

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

D、無肉有血，筋腱連結之骸骨

復次，諸比丘！猶如比丘得見被丟棄於墓墟之死屍，已成無肉血跡漫塗，筋腱連結之骸骨。因而反觀自身，思惟：此身亦為如是法，難免如此之情況。

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

E、無肉無血，筋腱連結之骸骨

復次，諸比丘！就如比丘得見被丟棄於墓墟之死屍，已成無血無肉，筋腱連結之骸骨。因此反觀自身，思惟：此身亦為如是法，難免如此之情況。

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

F、骸骨散置

復次，諸比丘！就如比丘得見被丟棄於墓墟之死屍，已成骸骨散置各處；有手骨、踝股、腳骨、小腿骨、大腿骨、髖骨、肋骨、背骨、胸骨、頸椎骨、下顎骨、牙齦骨、頭蓋骨。因此反觀自身，思惟：此身亦為如是法，難免如此之情況。

⁴⁸ 四衢：四通八達的大路。(《漢語大詞典(三)》頁569)

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

G、白骨螺色

復次，諸比丘！就如比丘得見被丟棄於墓墟之死屍，已成如螺色之白骨。因此反觀自身，思惟：此身亦為如是法，難免如此之情況。

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

H、骸骨堆積

復次，諸比丘！就如比丘得見被丟棄於墓墟之死屍，已成骸骨堆積年餘。因此反觀自身，思惟：此身亦為如是法，難免如此之情況。

如是，比丘安住於身，觀照內身…此即比丘安住於身，循身觀察。

I、骸骨粉碎

復次，諸比丘！就如比丘得見被丟棄於墓墟之死屍，骸骨粉碎成骨粉。因此反觀自身，思惟：此身亦為如是法，難免如此之情況。

如是，比丘！安住於身，觀照內身；安住於身，觀照外身；安住於身，觀照內外身。安住於身，隨觀生法；安住於身，隨觀滅法；安住於身，隨觀生滅法。

於是「**有身**」之念現起，唯有正念與覺照，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。諸比丘！此即比丘安住於身，循身觀察。

2、受念處 (Vedanānupassanā 受隨觀念處)

復次，諸比丘！比丘如何安住於受，隨觀感受？

在此，諸比丘！〔1〕比丘經驗**樂受**時，了知：我經驗樂受；經驗**苦受**時，了知：我經驗苦受；經驗**不苦不樂受**時，了知：我經驗不苦不樂受。

〔2〕感受有**愛染**的樂受時，了知：我正經歷有愛染的樂受；感受有愛染的苦受時，了知：我正經歷有愛染的苦受；感受有愛染的不苦不樂受時，了知：我正經歷有愛染的不苦不樂受。

〔3〕感到**無愛染**的樂受時，了知：我正經歷無愛染的樂受；感到無愛染的苦受時，了知：我正經歷無愛染的苦受；感到無愛染的不苦不樂受時，了知：我正經歷無愛染的不苦不樂受。

如是，比丘安住於受，觀照內受；安住於受，觀照外受；安住於受，觀照內外受。安住於受，隨觀生法；安住於受，隨觀滅法；安住於受，隨觀生滅法。

於是「**有受**」之念現起，唯有正念與覺照，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。諸比丘！此即比丘安住於受，隨觀感受。

3、心念處 (Cittānupassanā 心隨觀念處)⁴⁹

⁴⁹《念處之道》頁 133：「了解心是智慧的一個很重要的方面，因為心存在於我們的中心位置，

復次，諸比丘！比丘如何安住於心，隨觀心識？

於此，諸比丘！比丘——

〔1〕心貪欲時，了知：心貪欲；心無貪欲時，了知：心無貪欲。

〔2〕心瞋恨時，了知：心瞋恨；心無瞋恨時，了知：心無瞋恨。

〔3〕心愚癡時，了知：心愚癡；心無愚癡時，了知：心無愚癡。

〔4〕心收縮時，了知：心收縮；心渙散時，了知：心渙散。

〔5〕心廣大時，了知：心廣大；心不廣大時，了知：心不廣大。

〔6〕心有上時，了知：心有上；心無上時，了知：心無上。

〔7〕心專注時，了知：心專注；心不專注時，了知：心不專注。

〔8〕心解脫時，了知：心解脫⁵⁰；心未解脫時，了知：心未解脫。⁵¹

如是，比丘安住於心，觀照內心；安住於心，觀照外心；安住於心，觀照內外心。安住於心，隨觀生法；安住於心，隨觀滅法；安住於心，隨觀生滅法。

於是「有心」之念現起，唯有正念與覺照，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。諸比丘！此即比丘安住於心，隨觀心識。

4、法念處 (Dhammānupassanā 法隨觀念處)

(1)五蓋 (Pañca-nīvarana)

復次，諸比丘！比丘如何安住於法，隨觀諸法？

在此，諸比丘！比丘安住於法，隨觀諸法，即依五蓋觀察諸法。

諸比丘！比丘如何安住於法依五蓋觀察諸法？

諸比丘！比丘

內心有貪欲時，了知：我內心有貪欲；內心無貪欲時，了知：我內心無貪欲；了知未生之貪欲生起；了知已生之貪欲滅盡；了知已滅盡之貪欲，於未來不再生

在所有的名色法當中，它的變化最快，「我」的概念最強。以智慧了解心的無常，才能去掉「我」的概念，了解心的緣起、心的空。」

⁵⁰ 《念處之道》頁 182：「『解脫心』是指透過如理作意暫時解脫煩惱；或在安止定中降服煩惱而暫時解脫的心。『未解脫心』指沒有上述兩種暫時解脫的心。」

⁵¹ (1) 《念處之道》頁 133：「這裡提到的八對十六種心都是世間心，因為無常、苦、無我本質的觀照只是針對世間法而已，並不涉及出世間法。」

(2) 印順法師《如來藏之研究》(p.76-77)：「心是種種心，一切內心作用，都是可以稱為心的。如《相應部》等立十六心(他心智所知的心)：有貪心，離貪心，有瞋心，離瞋心，有癡心，離癡心，攝心，散心，廣大心，非廣大心，有上心，無上心，定心，不定心，解脫心，不解脫心。十六心的前六心，也許會被想像為：有貪心、離貪心等，似乎在貪、瞋、癡以外，別有心體的存在。然從攝心、散心、廣大心、非廣大心等而論，十六心的被稱為心，到底不外乎通稱。」

起。

內心有**瞋恨**…無瞋恨…。

內心有**昏沉睡眠**…無昏沉睡眠…。

內心有**掉舉追悔**…無掉舉追悔…。

內心有**疑惑**…無疑惑…。

如是，比丘安住於法，觀照內法；安住於法，觀照外法；安住於法，觀照內外法。安住於法，隨觀生法；安住於法，隨觀滅法；安住於法，隨觀生滅法。

於是「**有法**」之念現起，唯有正念與覺照，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。諸比丘！此即比丘安住於法，依五蓋觀察諸法。

(2)五取蘊 (Pañca-ūpadānakkhandha)

復次，諸比丘！比丘安住於法，隨觀諸法，即依五取蘊觀察諸法。

諸比丘！比丘如何安住於法，依五取蘊觀察諸法？

在此，諸比丘！比丘了知：此是**色**，此是色之生起，此是色之壞滅。

此是**受**…。此是**想**…。此是**行**…。此是**識**，此是識之生起，此是識之壞滅。

如是，比丘安住於法，觀照內法；安住於法，觀照外法；安住於法，觀照內外法。安住於法，隨觀生法；安住於法，隨觀滅法；安住於法，隨觀生滅法。

於是「**有法**」之念現起，唯有正念與覺照，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。諸比丘！此即比丘安住於法，依五取蘊觀察諸法。

(3)十二處 (āyatana)

復次，諸比丘！比丘安住於法，隨觀諸法，即依內六處、外六處觀察諸法。

諸比丘！比丘如何安住於法，依內六處、外六處觀察諸法？

在此，諸比丘！比丘了知**眼根**，了知**色塵**，了知緣此二者生起之結縛；了知未生之結縛生起；了知已生之結縛壞滅；了知已壞滅之結縛，於未來不再生起。

比丘了知**耳根**，了知**聲塵**…。比丘了知**鼻根**，了知**香塵**…。比丘了知**舌根**，了知**味塵**…。比丘了知**身根**，了知**觸塵**…。比丘了知**意根**，了知**法塵**…。

如是，比丘安住於法，觀照內法；安住於法，觀照外法；安住於法，觀照內外法。安住於法，隨觀生法；安住於法，隨觀滅法；安住於法，隨觀生滅法。

於是「**有法**」之念現起，唯有正念與覺照，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。諸比丘！此即比丘安住於法，依內外處觀察諸法。

(4)七覺支 (Bojjhaṅga)

復次，諸比丘！比丘安住於法，隨觀諸法，即依七覺支觀察諸法。

諸比丘！比丘如何安住於法，依七覺支觀察諸法？

於此，諸比丘！比丘有念覺支時，了知：我有念覺支；無念覺支時，了知：我無念覺支；了知未生起的念覺支生起；已生起之念覺支增長圓滿。

比丘有擇法覺支…無擇法覺支…。比丘有精進覺支…無精進覺支…。比丘有喜覺支…無喜覺支…。比丘有輕安覺支…無輕安覺支…。比丘有定覺支…無定覺支…。比丘有捨覺支…無捨覺支…。

如是，比丘安住於法，觀照內法；安住於法，觀照外法；安住於法，觀照內外法。安住於法，隨觀生法起；安住於法，隨觀滅法；安住於法，隨觀生滅法。

於是「有法」之念現起，唯有正念與覺照，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。諸比丘！此即比丘安住於法，依七覺支觀察諸法。

(5)四聖諦 (Sacca)

復次，諸比丘！比丘安住於法，隨觀諸法，即依四聖諦觀察諸法。

諸比丘！比丘如何安住於法，依四聖諦觀察諸法？

於此，諸比丘！比丘如實了知：此是苦；如實了知：此是苦之集；如實了知：此是苦之滅；如實了知：此是苦滅之道。

A、苦聖諦 (Dukkhasacca)

復次，諸比丘，何謂苦聖諦？生是苦，老是苦，（病是苦），死是苦，愁悲苦憂惱是苦，怨憎會是苦，愛別離是苦，求不得是苦。簡而言之，五取蘊是苦。

復次，諸比丘！何謂生？所有生類中，諸眾生之受生、形成、出生、諸蘊之顯現、諸處之獲得。諸比丘！此名為生。

復次，諸比丘！何謂老？所有生類中，諸眾生之衰老、老耄⁵²、齒落、髮白、皮皺、壽減、諸根遍熟。諸比丘！此名為老。

復次，諸比丘！何謂死？所有生類中，諸眾生之崩潰、散滅、命終、死亡、諸蘊離析、死屍棄捨，諸比丘！此名為死。

復次，諸比丘！何謂愁？無論何時何地，由於任何之不幸，遭遇令人苦惱之法，而有憂愁、悲傷、苦惱、內憂、內愴。諸比丘！此名為愁。

復次，諸比丘！何謂悲？無論何時何地，由於任何之不幸，遭遇令人苦惱之法，而有痛哭、悲泣、慨歎、哀號。諸比丘！此名為悲。

復次，諸比丘！何謂苦？關於身體之苦痛、不適，由於身觸所生之苦痛、不適。諸比丘！此名為苦。

復次，諸比丘！何謂憂？關於心之苦痛、不愉悅，由於意觸所生之苦痛、不愉悅。諸比丘！此名為憂。

⁵² 老耄：七、八十歲的老人。亦指衰老。（《漢語大詞典（八）》頁 599）

復次，諸比丘！何謂惱？無論何時何處，由於任何之不幸，遭遇令人苦惱之法，而有憂惱、苦惱，及由憂惱、苦惱所生之苦痛。諸比丘！此名為惱。

復次，諸比丘！何謂怨憎會苦？無論何時何處，遭遇不如意、厭惡、不愉悅之色塵、聲塵、香塵、味塵、觸塵、法塵，或遇心懷惡意、傷害、擾亂、不適意者，卻須與其聚會、交往、共事、結合。諸比丘！此名為怨憎會苦。

復次，諸比丘！何謂愛別離苦？無論何時何處，與可意、喜愛、愉悅之色塵、聲塵、香塵、味塵、觸塵、法塵相逢，或遇心懷善意、適意、可靠者、父母、兄弟、姊妹、朋友、同事、親戚，卻不能與之聚會、交往、共事、結合。諸比丘！此名為愛別離苦。

復次，諸比丘！何謂求不得苦？

諸比丘！受生支配之眾生，生如是欲求：願不再受生，願不再有來生！然此欲求不可得，諸比丘！此即求不得苦。

諸比丘！受老支配之眾生，生如是欲求：願不衰老，願不變老！然此欲求不可得，諸比丘！此即求不得苦。

諸比丘！受病支配之眾生，生如是欲求：願無病苦，願不生病！然此欲求不可得，諸比丘！此即求不得苦。

諸比丘！受死亡支配之眾生，生如是欲求：願能不死，願不會死！然此欲求不可得，諸比丘！此即求不得苦。

諸比丘！受愁悲苦憂惱支配之眾生，生如是欲求：願不遭受愁悲苦憂惱，願不再愁悲苦憂惱！然此欲求不可得，諸比丘！此即求不得苦。

諸比丘！何謂簡而言之，五取蘊是苦？即色取蘊、受取蘊、想取蘊、行取蘊、識取蘊。諸比丘！此即簡而言之，五取蘊是苦。

諸比丘！此即苦聖諦。

B、集聖諦 (Samudayasacca)

復次，諸比丘！何謂苦集聖諦？

愛欲引導再生，喜與貪伴隨而起，無論何時何處，追求愛欲，即：欲愛、有愛、無有愛。

諸比丘！愛欲於何處生起？在何處住著？

凡於世間有誘人、可意者，愛欲即在該處生起，在該處住著。

於世間何者是誘人、可意者？

(A)六根

在世間眼根是誘人、可意者，愛欲即在該處生起與住著。

在世間耳根…。鼻根…。舌根…。身根…。意根…。

(B)六塵

在世間色塵是誘人、可意者，愛欲即在該處生起與住著。

在世間聲塵…。香塵…。味塵…。觸塵…。法塵…。

(C)六識

在世間眼識是誘人、可意者，愛欲即在該處生起與住著。

在世間耳識…。鼻識…。舌識…。身識…。意識…。

(D)六觸

在世間眼觸是誘人、可意者，愛欲即在該處生起與住著。

在世間耳觸…。鼻觸…。舌觸…。身觸…。意觸…。

(E)六觸生受

在世間眼觸生受是誘人、可意者，愛欲即在該處生起與住著。

在世間耳觸…。鼻觸…。舌觸…。身觸…。意觸…。

(F)六塵生想

在世間色塵生想是誘人、可意者，愛欲即在該處生起與住著。

在世間聲塵…。香塵…。味塵…。觸塵…。法塵…。

(G)六塵生思

在世間色塵生思是誘人、可意者，愛欲即在該處生起與住著。

在世間聲塵…。香塵…。味塵…。觸塵…。法塵…。

(H)六塵生愛

在世間色愛是誘人、可意者，愛欲即在該處生起與住著。

在世間聲愛…。香愛…。味愛…。觸愛…。法愛…。

(I)六塵生尋

在世間色尋是誘人、可意者，愛欲即在該處生起與住著。

在世間聲尋…。香尋…。味尋…。觸尋…。法尋…。

(J)六塵生伺

在世間色伺是誘人、可意者，愛欲即在該處生起與住著。

在世間聲伺…。香伺…。味伺…。觸伺…。法伺…。

諸比丘！此即苦集聖諦。

C、滅聖諦 (Nirodhasacca)

復次，諸比丘！何謂苦滅聖諦？

此即愛欲之消逝無餘、捨離、滅盡、解脫、無染。

然而，諸比丘！於何處捨離、滅盡愛欲？

在世間有誘人、可意之處，就在該處捨離愛欲、滅盡愛欲。

在世間何者是誘人、可意者？

(A)六根

在世間眼根是誘人、可意者，就在該處捨離愛欲、滅盡愛欲。

在世間耳根…。鼻根…。舌根…。身根…。意根…。

(B)六塵……乃至……(J)六塵生伺

在世間色塵是誘人、可意者，就在該處捨離愛欲、滅盡愛欲。

在世間聲塵…。香塵…。味塵…。觸塵…。法塵…。

……【※與上述集聖諦之項目相同，故中間從略】……

在世間色伺是誘人、可意者，就在該處捨離愛欲、滅盡愛欲。

在世間聲伺…。香伺…。味伺…。觸伺…。法伺…。

諸比丘！此即苦滅聖諦。

D、道聖諦 (Maggasacca)

復次，諸比丘！何者是苦滅道聖諦？

此即八支聖道：正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定。

復次，諸比丘！何謂正見？諸比丘！如實知苦、知苦之集、知苦之滅、知導致苦滅之道。諸比丘！此等名為正見。

復次，諸比丘！何謂正思惟？出離思惟、無瞋思惟、無害思惟。⁵³諸比丘！此等名為正思惟。

復次，諸比丘！何謂正語？離妄語、離兩舌、離惡口、離綺語。諸比丘！此等名為正語。

復次，諸比丘！何謂正業？不殺生、不偷盜、不邪淫。諸比丘！此等名為正業。

復次，諸比丘！何謂正命？於此，諸比丘！聖弟子捨邪命，依正命為生。諸比丘！此等名為正命。

復次，諸比丘！何謂正精進？於此，諸比丘！意欲、勤奮、精進、策勵，避免尚未生起之邪惡、不善法生起。比丘意欲、勤奮、精進、策勵，降伏已生起之邪惡、不善法。比丘意欲、勤奮、精進、策勵，促使未生起之善法生起。比丘意欲、勤奮、精進、策勵，促使已生起之善法持續、增長、圓滿成就。諸比丘！此等名為正精進。

⁵³《中阿含·189 聖道經》卷 49〈1 雙品〉：「云何正志？無欲念、無恚念、無害念，是謂正志。」(CBETA, T01, no. 26, p. 736, a1-2)

復次，諸比丘！何謂正念？於此，諸比丘！比丘以熱誠、正知、正念，安住於身，循身觀察，捨離對世間的貪欲與憂惱。熱誠、正知、正念，安住於受，隨觀感受，捨離對世間的貪欲與憂惱。熱誠、正知、正念，安住於心，隨觀心識，捨離對世間的貪欲與憂惱。熱誠、正知、正念，安住於法，隨觀諸法，捨離對世間的貪欲與憂惱。諸比丘！此即是正念。

復次，諸比丘！何謂正定？在此，諸比丘！比丘離欲樂不善法，有尋有伺，由離生喜樂，入初禪而住。除滅尋伺，寂靜一心，定生喜樂，達二禪而住。離喜而住，正念正智，以身感受樂，如諸聖者說：捨與正念者所樂住，入第三禪。捨離苦樂，滅除喜憂，捨念清淨，達第四禪而住。諸比丘！此名為正定。

諸比丘！此等名為苦滅道諦。

如是，比丘安住於法，觀照內法；安住於法，觀照外法；安住於法，觀照內外法。安住於法，隨觀生法；安住於法，隨觀滅法；安住於法，隨觀生滅法。

於是「**有法**」之念現起，唯有正念與覺照，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。諸比丘！此即比丘安住於法，隨觀諸法。諸比丘！此即比丘安住於法，依四聖諦觀察諸法。

(三)結：修習念處的成果 (Satipaṭṭhānabhāvanānisamsa)

諸比丘！任何人依此修習四念處七年，可得二果之一：今生證得究竟智；若煩惱未盡，則得不還果。諸比丘！不須七年，依此修習四念處六年者，可得二果之一：今生證得究竟智；若煩惱未盡，則得不還果。不須六年，諸比丘！……不須五年，諸比丘！……不須四年，諸比丘！……不須三年，諸比丘！……不須二年，諸比丘！……不須一年，諸比丘！依此修習四念處七個月者，可得二果之一：今生證得究竟智；若煩惱未盡，則得不還果。

不須七個月，諸比丘！……不須六個月，諸比丘！……不須五個月，諸比丘！……不須四個月，諸比丘！……不須三個月，諸比丘！……不須二個月，諸比丘！……不須一個月，諸比丘！……不須半個月，諸比丘！依此修習四念處七日者，可得二果之一：今生證得究竟智；若煩惱未盡，則得不還果。

此即如前所述：諸比丘！此是唯一能使眾生清淨，超越愁悲，滅除苦憂，成就正道，體證涅槃之道路，此即四念處。為此而說此經。

世尊如是說已，諸比丘歡喜讚歎世尊之所說。

(六) 修四念處能得聖果

《雜阿含·635經》卷24：

爾時，世尊告諸比丘：「若比丘於四念處修習多修習，未淨眾生令得清淨，已

淨眾生令增光澤。何等為四？謂身身觀念住，受、心、法法觀念住。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

如淨眾生，如是未度彼岸者令度、得阿羅漢、得辟支佛、得阿耨多羅三藐三菩提，亦如上說。⁵⁴

二、四正勤

- 1、未生諸惡不善法令不生，
- 2、已生諸惡不善法令斷，
- 3、未生諸善法令生，
- 4、已生諸善法令增長。

「正勤」(samyakprahāṇa；sammappadhāna)

「正斷」、「正勤」的辭源或許可說是 samyak-prahāṇa，它同樣來自於√hā，含有：「斷除」、「精進」二意；而「正勝」的辭源是 samyak-pradhāna，它是來自於√dhā，有「最勝」、「最上」、「努力」、「精進」之意。從字源的角度來看 samyakprahāṇa（正勤、正斷），並無「最勝」、「最上」的意涵；而 samyakpradhāna（正勝）則無「斷除」之意，它是經過後來的翻譯，其語義才轉為有「斷除」、「遺棄」之意。

從巴利語的辭源解析中，可清楚所得知 sammappadhāna 只意味著「精進」、「努力」之意而已，並無「斷除」、「拋棄」或「最勝」、「最上」的意思。這與梵文 samyakprahāṇa 是不大相同的。這是不是表示，在巴利文中有單獨使用「正斷」或「正勝」的可能，則有待進一步探討。〔※資料來源：福嚴《大智度論講義》(1999-2000)，頁 106-109。〕

印順法師《寶積經講記》(p.162-163)：

「**四正勤**」：這是四種能斷除懈怠、放逸，勇於為善的精進，所以也名四正斷。勤與精進，佛法中都是指向上向善的努力來說。那四種呢？

- 1、「**能斷已生諸不善法**」：由於精進，能斷過去已生諸不善法——煩惱。已生的已經過去了，但過去了的煩惱，還能影響自己身心，束縛自己，這要以精進來斷除他。如曾經加入了社會的不良組織，雖然好久沒有活動了，但還受他的控制。必須以最大的勇氣，割斷過去的關係，才能重新做人。
- 2、「**不起未生諸不善法**」：以精進來達成不再生起未生諸不善法。未生的煩惱，還沒有生起，那不是沒有嗎？不能說沒有，只是潛在而沒有發現出來罷了。這必須精進對治，使善法增長，智慧增長，才能使未生的煩惱，再沒有生起的機會。

⁵⁴ (CBETA, T02, no. 99, p. 176, a10-18)

3、「未生善法悉能令生」：未生起的善法，要以精進力，能令生起。這如潛在的財富，生得的智力，要努力使他充分發揮出來一樣。

4、「已生善法能令增長」：對已生起的善法，要常生歡喜心；加以不斷的熏修，能令他一天天增長廣大起來。

「取要言之，能斷一切諸不善法，成就一切諸善之法」：這四種正勤，扼要的說一句，這是能斷一切不善法，成就一切諸善法的精進。沒有精進，是不能達成這一目標。依大乘法說：『修空名為不放逸』⁵⁵。了達一切法性空，才能痛惜眾生，於沒有生死中造成生死，沒有苦痛中自招苦痛；才能勇於自利利他，不著一切法，而努力於斷一切惡，集一切善的進修。

（一）四正斷乃正覺之說

1、《雜阿含·877經》卷31：

爾時，世尊告諸比丘：「有四正斷。何等為四？一者斷斷，二者律儀斷，三者隨護斷，四者修斷。

云何為斷斷？謂比丘亦已起惡不善法斷，生欲、方便、精勤、心攝受，是為斷斷。

云何律儀斷？未起惡不善法不起，生欲、方便、精勤、攝受，是名律儀斷。

云何隨護斷？未起善法令起，生欲、方便、精勤、攝受，是名隨護斷。

云何修斷？已起善法增益修習，生欲、方便、精勤、攝受，是為修斷。」⁵⁶

2、《雜阿含·879經》卷31：

爾時，世尊告諸比丘：「有四正斷。何等為四？一者斷斷，二者律儀斷，三者隨護斷，四者修斷。

云何斷斷？若比丘已起惡不善法斷，生欲、方便、精勤、攝受；未起惡不善法不起，生欲、方便、精勤、攝受；未生善法令起、生欲、方便、精勤、攝受；已生善法增益修習，生欲、方便、精勤、攝受，是名斷斷。

云何律儀斷？若比丘善護眼根，隱密、調伏、進向；如是耳、鼻、舌、身、

⁵⁵ (1)《十住毘婆沙論》卷8〈18 共行品〉：「修空不放逸者，修有二種：得修、行修。修空力故，信有為法皆是虛誑亦不住空。諸法無定，是故常自攝檢心不放逸。」(CBETA, T26, no. 1521, p. 64, b19-21)

(2)《大智度論》卷17〈1 序品〉：「修有二種：一、得修，二、行修。得修，名本所不得而今得；未來世修自事，亦修餘事。行修，名曾得，於現前修，未來亦爾，不修餘。如是等種種諸禪定中修。」(CBETA, T25, no. 1509, p. 187, a23-26)

⁵⁶ (CBETA, T02, no. 99, p. 221, a21-b2)

意根善護、隱密、調伏、進向，是名律儀斷。

云何隨護斷？若比丘於彼彼真實三昧相，善守護持，所謂青瘀相、脹相、膿相、壞相、食不盡相，修習守護，不令退沒，是名隨護斷。

云何修斷？若比丘修四念處等，是名修斷。」

爾時，世尊即說偈言：

「斷斷、律儀斷、隨護、修習斷，此四種正斷，
正覺之所說，比丘勤方便，得盡於諸漏。」⁵⁷

（二）四正勤與內外法

1、《雜阿含·716經》卷27：

爾時，世尊告諸比丘：「於內法中，我不見一法，未生惡不善法令生，已生惡不善法重生令增廣，未生善法不生，已生則退，所謂不正思惟。諸比丘！不正思惟者，未生貪欲蓋令生，已生者重生令增廣。未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令生，已生者重生令增廣。未生念覺分不生，已生者令退，未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令不⁵⁸生；已生者令退⁵⁹。⁶⁰

我不見一法能令未生惡不善法不生，已生者令斷，未生善法令生，已生者重生令增廣，所謂⁶¹正思惟。比丘！正思惟者，未生貪欲蓋令不生，已生者令斷，未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令不生，已生者令斷，未生念覺分令生，已生者重生令增廣。未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令生，已生者重生令增廣。」⁶²

2、《雜阿含·717經》卷27：

爾時，世尊告諸比丘：「於外法中，我不見一法，未生惡不善法令生，已生者重生令增廣，未生善法令不生，已生者令退，如惡知識、惡伴黨。惡知識、惡伴黨者，未生貪欲蓋令生，已生者重生令增廣。未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令生，已生者重生令增廣。未生念覺分令不生，已生者令退，未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令不生，已生者令退。⁶³

諸比丘！我不見一法，未生惡不善法令不生，已生者令斷，未生善法令生，

⁵⁷ (CBETA, T02, no. 99, p. 221, b16-c5)

⁵⁸ 「不」，原本缺，依宋本補。

⁵⁹ 「令退」，原本誤作「重生令增廣」，依宋本改。

⁶⁰ 亦有說八正道者，如《雜阿含·775-777、781經》。

⁶¹ 「所謂」，原本缺，依宋本補。

⁶² (CBETA, T02, no. 99, p. 193, a8-25)

⁶³ 亦有說八正道者，如《雜阿含·768、778-780經》。

已生者重生令增廣，所謂善知識、善伴黨、善隨從者，若善知識、善伴黨、善隨從者，未生貪欲蓋令不生，已生者令斷。未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令不生，已生者令斷，未生念覺分令生，已生者重生令增廣。未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令生，已生者重生令增廣。」⁶⁴

(三) 止惡修善，二法依止多住，疾得菩提

《雜阿含·987經》卷35：

爾時，世尊告諸比丘：「我於二法依止多住。云何為二？於諸善法未曾知足，於斷未曾遠離；於善法不知足故，於諸斷法未曾遠離故，乃至肌消肉盡，筋連骨立，終不捨離精勤方便，不捨善法，不得未得，終不休息，未曾於劣心生歡喜，常樂增進，昇上上道。如是精進住故，疾得阿耨多羅三藐三菩提等。

比丘！當於二法依止多住，於諸善法不生足想；依於諸斷未曾捨離，乃至肌消肉盡，筋連骨立，精勤方便，堪能修習善法不息。是故，比丘！於諸下劣〔*勿〕生歡喜想，當修上上昇進多住。如是修習不久，當得速盡諸漏，無漏心解脫、慧解脫，現法自知作證：『我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。』」⁶⁵

三、四神足

- 1、欲三摩地斷行成就神足，2、勤三摩地斷行成就神足，
- 3、心三摩地斷行成就神足，4、觀三摩地斷行成就神足。

(一) 名稱異譯

| 印順法師 | 欲 chanda，勤 vīrya 心 citta，觀 mīmāṃsā | 三摩地 samādhi | 斷行 prahāṇa saṃskāra | 成就 samanvāgata | 神足 ṛddhipāda |
|-----------------------|---------------------------------------|----------------|------------------------|-------------------|-----------------|
| 雜含·561經 ⁶⁶ | 欲、精進、心、思惟 | 定 | 斷行 | 成就 | 如意足 |
| 長含·闍尼沙經 ⁶⁷ | 欲、精進、意、思惟 | 定 | 減行 | 成就 | 修習神足 |
| 中舍·說處經 ⁶⁸ | 欲、精進、心、觀 | 定 | 燒諸行 | 成就 | 修習如意足 |

⁶⁴ (CBETA, T02, no. 99, p. 193, a26-b13)

⁶⁵ (CBETA, T02, no. 99, p. 257, a11-27)

⁶⁶ (CBETA, T02, no. 99, p. 147, a13-b12)

⁶⁷ (CBETA, T01, no. 1, p. 36, a7-12)

⁶⁸ (CBETA, T01, no. 26, p. 563, a20-28)

| | | | | | |
|---------------------------|-----------|-----|------------------|----|----|
| 增舍·2經 ⁶⁹ (六重品) | 自在、精進、心、試 | 三昧 | — | — | 神力 |
| 法蘊足論(卷4) ⁷⁰ | 欲、勤、心、觀 | 三摩地 | 勝 [*] 行 | 成就 | 神足 |
| 大毘婆沙論(卷141) ⁷¹ | 欲、勤、心、觀 | 三摩地 | 斷行 | 成就 | 神足 |
| 瑜伽師地論(卷29) ⁷² | 欲、勤、心、觀 | 三摩地 | — | — | — |

※「勝」之譯語應來自 pradhāna。〔詳參：四正勤兩個梵語的解釋：prahāna 及 pradhāna〕

(二) 名義解釋

1、覺音《清淨道論》(底本 385 頁)：

「四足」——即四神足。所謂：「什麼是神變的四足？茲有比丘，(一)修習欲三摩地勤行具備神足，(二)修習精進(三摩地勤行具備神足)，(三)修習心(三摩地勤行具備神足)，(四)修習觀三摩地勤行具備神足。由於此等神變的四足，令得神變……乃至神變的無畏」。⁷³

在上面的引文中：

「欲三摩地」是以欲為因或以欲為主的定，即以欲作其所欲為主而得定是一同義語。

精勤之行為「勤行」，即成為四作用的正勤精進是一同義語。

「具備」即具欲定與勤行。

「神足」是以另一門的成就之義，或因有情由此成功、繁榮、而至上位之義，故得神變的名稱——即與神通心相應的欲定、勤行之足的其餘的心、心所法所聚之義。即所謂：「神足即如是的受蘊(想蘊、行蘊)識蘊」。⁷⁴或以能行故為足，即到達(神變)之義。神變的足為神足，與欲等是同義語。所謂：「諸比丘！若有比丘，於欲依止，得三摩地，得心一境性，是名欲定。他勤行於未生諸惡而令不生……是名勤行。諸比丘！此欲，此欲三摩地及此勤行，是名欲三摩地勤行具備神足」。

⁷⁵如是其餘的(精進、心、觀)神足之義可知。

2、溫宗堃：

「欲定斷行成就神足^{*}」，主要分三項：「欲定」、「斷行」、「神足」

⁶⁹ (CBETA, T02, no. 125, p. 708, c28-p. 710, c4)

⁷⁰ (CBETA, T26, no. 1537, p. 471, c13-18)

⁷¹ (CBETA, T27, no. 1545, p. 725, a28-b10)

⁷² (CBETA, T30, no. 1579, p. 443, b18-p. 444, a3)

⁷³ Pts.II,205.cf.D.II,213；M.I,103；S.V.284.

⁷⁴ Vibh.217.

⁷⁵ S.V.268,cf.Vibh.216.

*巴利：Chandasamādhī-padhānaśāṅkhārā-samannāgato iddhipādo⁷⁶

*英譯：the basis for spiritual power that possesses concentration due to desire and volitional formation of striving.

具備著「因欲而得的定」和「精勤行」〔二者〕的神足。

「斷行」應該是「斷的行」，應可用「四正斷」解釋。

具備=「成就（欲定與勤行）」。

◎《清淨道論》的定義，只是注釋書多種解釋之一種而已。其他地方也包括「無漏」。如《分別論注》（底本 307 頁），說四道是「神」，內觀是「神足」。

（三）為得禪定／三摩地

1、印順法師《華雨集第三冊》(p.143-146)：

在修得三摩地的過程中，《瑜伽論》立八斷行；斷行，或作勤行，勝行，所以這是離不善心而起善心，離散心而住定心的修習內容，也就是四正斷 (catvāri-prahānāni)，或作四正勤，四正勝。如依「欲」等修習到斷行成就，也就能得三摩地，引發神通（六通）了，所以名為「三摩地斷行成就神足」。

2、《瑜伽師地論》卷 29：

（一）總說

從此復修四三摩地，謂欲三摩地、勤三摩地、心三摩地、觀三摩地。

（二）略釋

當知由欲增上力所得三摩地，名欲三摩地。

由勤增上力所得三摩地，名勤三摩地。

由心增上力所得三摩地，名心三摩地。

由觀增上力所得三摩地，名觀三摩地。

（三）別釋

A、明欲三摩地

（A）因緣

若於是時純生樂欲，生樂欲已，於諸所有惡不善法自性、因緣、過患、對治，正審思察，起一境念；於諸善法自性、因緣、功德、出離，正審思察，住一境念。即由如是多修習故，觸一境性。

⁷⁶ Spk III 250: Iddhipādasamṃyuttassa paṭhame chandaṃ nissāya pavatto samādhī **chandasamādhī**. Padhānabhūtā saṅkhārā **padhānaśāṅkhārā**. **Samannāgatanti** tehi dhammehi upetaṃ. Iddhiyā pādaṃ, iddhibhūtaṃ vā pādanti **iddhipādaṃ**. Sesesupi eseva nayo.

(B) 對治

於諸所有惡不善法現行諸纏，能令遠離，而未永害煩惱隨眠。

※是名欲增上力所得三摩地。

B、明勤三摩地

(A) 因緣

若於過去、未來、現在所緣境界，能順所有惡不善法，能順所有下中上品煩惱纏中，其未生者為令不生，其已生者為令斷滅，自策自勵，發勤精進。行⁷⁷彼所緣，於彼境界自性、因緣、過患、對治，正審思察，住一境念。即由如是多安住故，能正生起心一境性。

(B) 對治

於諸所有惡不善法現行諸纏，能令遠離，而未永害煩惱隨眠。

※是名勤增上力所得三摩地。

C、明心三摩地

若復策發諸下劣心，或復制持諸掉舉心，又時時間修增上捨；由是因緣，於諸所有惡不善法、若能隨順惡不善法，及諸善法，若能隨順所有善法自性、因緣、過患、功德、對治、出離，正審思察，住一境念。即由如是多安住故，能正生起心一境性，廣說乃至是名心增上力所得三摩地。

D、明觀三摩地

(A) 因緣

a、由作意

若於能順惡不善法作意思惟為不如理，復於能順所有善法作意思惟以為如理，如是遠離彼諸纏故，及能生起諸纏對治定為上首諸善法故，能令所有惡不善法皆不現行。

b、由觀察

便自思惟：「我今為有現有惡不善法不覺知耶？為無現無惡不善法不覺知耶？我今應當遍審觀察。」彼由觀察作意增上力故，自正觀察斷與未斷，正審思察，住一境念。即由如是多安住故，能正觸證心一境性。

(B) 對治

由是因緣離增上慢，如實自知：「我唯於纏心得解脫，未於一切一切隨眠心得解脫。我唯獲得及已修習諸纏對治定為上首所有善法，而未獲得及未修習隨眠對治。」

⁷⁷ 行=於【宋】【元】【明】

※是名觀增上力所得三摩地。

E、小結

彼由如是四三摩地增上力故，已遠諸纏。復為永害一切一切惡不善法諸隨眠故，及為修集能對治彼諸善法故，便更生起樂欲、策勵，廣說如前修四正斷加行道理。⁷⁸

※印順法師《華雨集第三冊》(p.143-146)：

「**心三摩地斷行成就神足**」的心，《法蘊足論》解說為：「所起（善的）心意識，是名心」（大正二六，四七三下），心也還是內心的通稱。《瑜伽師地論》說：「若復策發諸下劣心，或復制持諸掉舉心，又時時間修增上捨。由是因緣，……能正生起心一境性，廣說乃至是名心增上力所得三摩地」（大正三〇，四四三下）。《瑜伽論》的解說，是依經而說的，如《雜阿含經》卷四七（大正二，三四二上）說……。要心得正定，對心要隨時的處理得宜。如心下劣，也就是昏沈了，就應該提起正念，策發精進。如心掉舉散亂了，就應該制心、持心（止）。如心不下沈，不上舉，那就應該捨，保持平衡心態，一直延續下去。在修心得定中，這三者要隨時調整的，才能漸漸的修得正定。……這是從心的修習而成定，心也漸漸的被用為定的異名了。

（四）為修有漏慧觀及斷惑證果／成就

1、《雜阿含·561經》卷21：

如是我聞：一時，佛住俱睒彌國瞿師羅園，尊者阿難亦在彼住。

時，有異婆羅門詣尊者阿難所，共相問訊慰勞已，於一面坐，問尊者阿難：「何故於沙門瞿曇所修梵行？」尊者阿難語婆羅門：「為斷故。」

復問：「尊者何所斷？」答言：「斷愛。」

復問：「尊者阿難！何所依而得斷愛？」答言：「婆羅門！依於欲而斷愛。」

復問：「尊者阿難！豈非無邊際？」答言：「婆羅門！非無邊際。如有邊際，非無邊際。」

復問：「尊者阿難！云何有邊際，非無邊際？」答言：「婆羅門！我今問汝，隨意答我。婆羅門！於意云何？汝先有欲來詣精舍不？」

婆羅門答言：「如是，阿難！」「如是，婆羅門！來至精舍已，彼欲息不？」

答言：「如是，尊者阿難！彼精進、方便、籌量，來詣精舍。」

⁷⁸ (CBETA, T30, no. 1579, p. 443, b18-p. 444, a3)

復問：「至精舍已，彼精進、方便、籌量息不？」答言：「如是，尊者阿難！」

復語婆羅門：「如是，婆羅門！如來、應、等正覺所知所見，說四如意足，以一乘道淨眾生、滅苦惱、斷憂悲。何等為四？欲定斷行成就如意足，精進定、心定、思惟⁷⁹定斷行成就如意足。

如是，聖弟子修欲定斷行成就如意足，依離、依無欲、依出要、依滅、向於捨，乃至斷愛；愛斷已，彼欲亦息。修精進定、心定、思惟定斷行成就，依離、依無欲、依出要、依滅、向於捨，乃至愛盡，愛盡已，思惟則息。婆羅門！於意云何？此非邊際耶？」婆羅門言：「尊者阿難！此是邊際，非不邊際。」

爾時，婆羅門聞尊者阿難所說，歡喜隨喜，從座起去。⁸⁰

2、《瑜伽師地論》卷 29：

問：何因緣故，說名神足？

答：如有足者，能往、能還，騰躍勇健，能得、能證世間所有殊勝之法；世殊勝法，說名為神，彼能到此，故名神足。如是若有如是諸法，有三摩地圓滿成辦（辦），彼心如是清淨鮮白，無諸瑕穢，離隨煩惱，安住正直，有所堪能，獲得不動，能往、能還，騰躍勇健，能得、能證出世間法，由出世法最勝自在，是最勝神，彼能證此，故名神足。⁸¹

（五）為得神通

1、《增壹阿含·2經》卷 29〈37 六重品〉：

世尊告曰：「龍王當知：有四神足。云何為四？自在三昧神力、精進三昧神力、心三昧神力、試⁸²三昧神力⁸³。是謂，龍王！有此四神足之力。

若有比丘、比丘尼有此四神力者，親近修行而不放捨者，此則神力第一。⁸⁴

2、《阿毘達磨法蘊足論》卷 5〈8 神足品〉：⁸⁵

云何此四名為「神足」？

⁷⁹ 水野弘元《パーリ語辭典》（頁 305）：vīmaṃsā: f. [<vīmaṃsati, Sk. mīmāṃsā] 觀，觀慧，思察，審察，思量，思惟。

⁸⁰ (CBETA, T02, no. 99, p. 147, a13-b12)

⁸¹ (CBETA, T30, no. 1579, p. 444, a29-b8)

⁸² 試=誠【宋】【聖】，=戒【元】【明】。(大正 2，709d，n.19)

⁸³ 《佛光阿含藏·增壹阿含經（三）》，頁 1114，注 1：「試三昧神力，巴利本作 vīmaṃsasamādhīpadhānasavkhārasamannāgatam iddhipādaṃ（觀三摩地勤行成就之神足）。」

⁸⁴ (CBETA, T02, no. 125, p. 708, c28-p. 710, c4)

⁸⁵ (CBETA, T26, no. 1537, p. 475, c7-23)

(1)此中「神」者，謂所有神，已有神性、當有神性、今有神性。

彼法即是變一為多，變多為一，或顯或隱，智見所變；

牆壁石等，堅厚障物，身過無礙，如履虛空；

能於地中，或出或沒，自在無礙，如身處水；

能於堅障，或在虛空，引水令流，如依迴地；

結跏趺坐，凌空往還，都無滯礙，猶如飛鳥；

此日月輪，有大神用，具大威德，伸手們摸，如自應器，不以為難，乃至梵世，轉變自在，妙用難測，故名為神。

此中「足」者，謂於彼法，精勤脩習，無間無斷，至成就位，能起彼法，能為彼依，故名為足。

(2)復次，此四勝定，亦名為神，亦名為足，用難測故，能為勝德所依處故。

(3)復次，四神足者，是假建立，名想言說，謂為神足，過殑伽沙佛及弟子，皆共施設如是名故。

(4)復次，四神足者，即前所說欲、勤、心、觀四三摩地勝行成就，總名神足。

3、《長阿含·2 遊行經》卷3：

爾時，賢者阿難即從座起，偏袒右肩，右膝著地，長跪叉手白佛言：「唯願世尊留住一劫，勿取滅度，慈愍眾生，饒益天人。」

爾時，世尊默然不對，如是三請，佛告阿難：「汝信如來正覺道不？」

對曰：「唯然！實信。」

佛言：「汝若信者，何故三來觸饒我為？汝親從佛聞，親從佛受：諸有能修四神足，多修習行，常念不忘，在意所欲，可得不死一劫有餘。⁸⁶佛四神足已多習行，專念不忘，在意所欲，可止不死一劫有餘，為世除冥，多所饒益，天人獲安。爾時，何不重請，使不滅度？再聞尚可，乃至三聞，猶不勸請留住一劫，一劫有餘，為世除冥，多所饒益，天人獲安。今汝方言，豈不愚耶？吾三現相，汝三默然，汝於爾時，何不報我：『如來可止一劫，一劫有餘，為世除冥，多所饒益。』且止！阿難！吾已捨性命，已棄已吐，欲使如來自違言者，無有是處。譬如豪貴長者，

⁸⁶ 印順法師《初期大乘佛教之起源與開展》(p.263)：「神通延壽」：如《長阿含經》卷二《遊行經》(大正一，一五中)說：「諸有修四神足，多修習行，常念不忘，在意所欲，可得不死一劫有餘」修四神足的，能延長壽命到一劫，或一劫以上，所以阿羅漢入邊際定的，能延長壽命。後來的四大聲聞、十六阿羅漢，長住世間的傳說，由此而流傳起來(也可以與修定的長生不老說相結合)。修四神足是可以住壽一劫以上的，啟發了佛壽不止八十歲的信仰。」

吐食於地，寧當復有肯還取食不？」⁸⁷

對曰：「不也。」「如來亦然，已捨已吐，豈當復自還食言乎？」

佛告阿難俱詣菴婆羅村，即嚴衣鉢，與諸大眾侍從世尊，路由跋祇到菴婆羅村，在一山林。爾時，世尊為諸大眾說戒、定、慧。修戒獲定，得大果報；修定獲智，得大果報；修智心淨，得等解脫，盡於三漏——欲漏、有漏、無明漏。已得解脫，生解脫智：生死已盡，梵行已立，所作已辦，不受後有。⁸⁸

4、印順法師《寶積經講記》(p.163-164)：

「**四如意足**」：如意，是神通自在。神通自在，依禪定而引發。禪定有欲（希願）增上，勤增上，心（止的別名）增上，觀增上，依這四法而修成定，為神通所依止（如足一樣）。所以欲、勤、心、觀所成定，名為四如意足，也叫四神足，這是得定發通的重要行門。⁸⁹

但為什麼會發神通呢？如他心通能知他人的心念；神境通能入地、履水、升空，那怕千里萬里，一念間就能到達，這怎麼會可能呢？要知身心、世界，都是因緣和合的幻相，沒有自性可得。而眾生無始妄執，卻取著『一合相』，想像為一個體的實在。由於實執的熏習，身心世界，一一固體化，羸重化，自成障礙，如因誤會而弄到情意不通一樣。這才自他不能相通，大小不能相容，遠近不能無礙。修發神通，不過部分或徹底的，恢復虛通無礙的諸法本相而已。

如修世間禪定，那是修得離去我們這個欲界繫的身心世界，也就是最實體化，粗重化的身心世界。從根本禪——色界繫法中，修發得神通自在。但這只是心色比較微妙輕靈，還只是有限度的虛通無礙。

「**治身心重。壞身一相，令得如意自在神通**」：如修大乘出世禪定，那是觀一切法如幻性空，也就得一切法無礙（論說：『以無所得，得無所礙』）。所以能對治身心的個體化，羸重化，破壞身心的一合相，而得心意相通，法法無礙，得如意自在神通。

四、五根

1、信根，2、精進根，3、念根，4、定根，5、慧根。

（一）印順法師的看法

⁸⁷ 阿難「沒有請佛住世」的傳說，詳參：印順法師《華雨集》第三冊(p.106-109)。

⁸⁸ (CBETA, T01, no. 1, p. 17, a27-b24)

⁸⁹ 《長阿含·4闍尼沙經》卷6(大正1, 36a7-12);《法蘊足論》卷4(大正26, 471c14-475c7)。

《寶積經講記》(p.164)：

根是根基深固的意思。五法具足，善法才堅固，所以叫五根。

- 1、修**信根**，能對「治」不信三寶四諦的「無信」。
- 2、修**精進根**，如四正勤，能對治懶於為善，勇於作惡的「懈怠」。
- 3、修**念根**，如四念處，能繫心念處，對治「失念」——正念的忘失。
- 4、修**定根**，如四禪，能對治散「亂心」。
- 5、修**慧根**，如四諦、二諦、一實諦的正知，能對治「無慧」。

《華雨集第二冊》(p.24-25)：

依經說，應該先修清淨戒與正直見，然後依（正見正）戒而修四念處，這是符合八支正道的次第進修的。如以五根與八正道對論，那末，（一）信(śraddhā)是依勝解而來的，所以正見能成就信根。（二）精進(vīrya)根是止惡行善的，與正語、正業、正命、正精進相當。（三）念(smṛti)根與（四）定(samādhi)根，就是正念與正定。（五）慧(Prajñā)根，約次第說，就是無漏慧了。八正道以正見為先，五根以慧根為後，其實，慧是在先的，也與一切正道不相離的，如《雜阿含經》卷二六（大正二，一八三中）說：「此五根，一切皆為慧根所攝受。譬如堂閣眾材，棟為其首，皆依於棟，以攝持故」。

（二）五根以慧根為首，攝持其他四根故

1、《雜阿含·654經》卷26：

爾時，世尊告諸比丘：「有五根。何等為五？謂信根、精進根、念根、定根、慧根。此五根，一切皆為慧根所攝受。譬如堂閣眾材，棟為其首，皆依於棟，以攝持故。如是五根，慧為其首，以攝持故。」⁹⁰

2、《雜阿含·656經》卷26：

爾時，世尊告諸比丘：「有五根。何等為五？信根、精進根、念根、定根、慧根。若聖弟子成就慧根者，能修信根，依離、依無欲、依滅、向於捨，是名信根成就，信根成就，即是慧根。如信根，如是精進根、念根、定根、慧根亦如是說。是故就此五根，慧根為其首，以攝持故。譬如堂閣，棟為其首，眾材所依，以攝持故。如是五根，慧為其首，以攝持故。」⁹¹

⁹⁰ (CBETA, T02, no. 99, p. 183, b18-24)

⁹¹ (CBETA, T02, no. 99, p. 183, c4-14)

3、《雜阿含·657經》卷26：

爾時，世尊告諸比丘：「有五根。何等為五？信根、精進根、念根、定根、慧根。若聖弟子成就信根者，作如是學：聖弟子無始生死，無明所著，愛所繫，眾生長夜生死，往來流馳，不知本際，有因故有生死，因永盡者則無生死，無明大闇聚障礙，誰般涅槃？唯苦滅、苦息、清涼、沒。如信根，如是精進根、念根、定根、慧根亦如是說。此五根，慧為首，慧所攝持。譬如堂閣，棟為首，棟所攝持。」⁹²

（三）五根的內容：四不壞淨；四正斷；四念處；四禪；四聖諦

《雜阿含·646經》卷26：

爾時，世尊告諸比丘：「有五根。何等為五？謂信根、精進根、念根、定根、慧根。信根者，當知是四不壞淨；精進根者，當知是四正斷；念根者，當知是四念處；定根者，當知是四禪；慧根者，當知是四聖諦。」⁹³

（四）隨法行是五法增上智慧，隨信行是五法少慧

《雜阿含·936經》卷33：

時，有迦毘羅衛釋氏集供養堂，作如是論，問：「摩訶男！云何最後記說彼百手釋氏命終，世尊記彼得須陀洹，不墮惡趣法，決定正向三菩提，七有天人往生，究竟苦邊。然彼百手釋氏犯戒飲酒，而復世尊記彼得須陀洹，乃至究竟苦邊。汝摩訶男！當往問佛，如佛所說，我等奉持！」

爾時，摩訶男往詣佛所，稽首禮足，退坐一面，白佛言：「世尊！我等迦毘羅衛諸釋氏集供養堂，作如是論，摩訶男：『云何最後記說，是中百手釋氏命終，世尊記說得須陀洹，乃至究竟苦邊。汝今當往重問世尊，如世尊所說，我等奉持！』我今問佛，唯願解說。」

佛告摩訶男：

「『善逝大師、善逝大師』者，聖弟子所說，口說善逝，而心正念直見，悉入善逝。

『正法律、正法律』者，聖弟子所說，口說正法，發心正念直見，悉入正法。

『善向僧、善向僧』者，聖弟子所說，口說善向，發心正念直見，悉入善向。

如是，摩訶男！聖弟子於佛一向淨信，於法、僧一向淨信，於法利智、出智、

⁹² (CBETA, T02, no. 99, p. 183, c15-26)

⁹³ (CBETA, T02, no. 99, p. 182, b16-22)

決定智，八解脫具足身作證，⁹⁴以智慧見，有漏斷知。如是聖弟子不趣地獄、畜生、餓鬼，不墮惡趣，說阿羅漢俱解脫。⁹⁵

復次，摩訶男！聖弟子一向於佛清淨信，乃至決定智慧，不得八解脫身作證具足住，然彼知見有漏斷，是名聖弟子不墮惡趣，乃至慧解脫。⁹⁶

復次，摩訶男！聖弟子一向於佛清淨信，乃至決定智慧，八解脫身作證具足住，而不見有漏斷，是名聖弟子不墮惡趣，乃至身證。⁹⁷

復次，摩訶男！若聖弟子一向於佛清淨信，乃至決定智慧，不得八解脫身作證具足住，然於正法、律如實知見，是名聖弟子不墮惡趣，乃至見到。⁹⁸

復次，摩訶男！聖弟子一向於佛清淨信，乃至決定智慧，於正法、律如實知見，不得見到，是名聖弟子不墮惡趣，乃至信解脫。⁹⁹

復次，摩訶男！聖弟子信於佛言說清淨，信法、信僧言說清淨，於五法增上智慧，審諦堪忍，謂信、精進、念、定、慧，是名聖弟子不墮惡趣，乃至隨法行。

復次，摩訶男！聖弟子信於佛言說清淨，信法、信僧言說清淨，乃至五法少慧，審諦堪忍，謂信、精進、念、定、慧，是名聖弟子不墮惡趣，乃至隨信行。¹⁰⁰

摩訶男！此堅固樹，於我所說能知義者，無有是處！若能知者，我則記說，

⁹⁴ 八解脫：一、內有色想觀外色解脫，二、內無色想觀外色解脫，此二，相當於初二禪。三、淨解脫，即是四禪。四、空無邊處解脫，即是空無邊處定。五、識無邊處解脫，即是識無邊處定。六、無所有處解脫，即是無所有處定。七、非想非非想處解脫，即是非想非非想處定。八、滅受想解脫，即是滅受想定。（詳參：印順法師《空之探究》p.72）

⁹⁵ 印順法師《成佛之道（增註本）》（p.246）：「如能得滅盡定的阿羅漢，無論是慧是定，都得到了究竟解脫。約得到定慧的全分離障說，稱為俱解脫阿羅漢。」

⁹⁶ 印順法師《成佛之道（增註本）》（p.246）：「如依未到定或初禪而得阿羅漢的，就於初禪或二禪以上的定障，不得解脫。即使能得四禪八定，也還不能徹底解脫定障。…如慧證究竟而不能徹底解脫定障，就稱為慧解脫阿羅漢。」

⁹⁷ 唐·窺基《大乘法苑義林章》卷5：「言身證者，信解、見至二種聖人，至不還果身中，證得滅盡定故，轉名身證。此但轉名，而不轉體，理說應云：身證滅定。由得滅定，得滅定者必具前七，故《瑜伽》說得八解脫。所以者何？前七解脫共異生故，異生唯得前七解脫，不名身證。滅定無心，唯身證得似涅槃法，由身證得身證名。」（CBETA, T45, no. 1861, p. 331, b20-26）

⁹⁸ 唐·窺基《大乘法苑義林章》卷5：「言見至者，曾見之法能至於果，名為見至。」（CBETA, T45, no. 1861, p. 331, b19-20）

⁹⁹ 唐·窺基《大乘法苑義林章》卷5：「言信解者，隨他言音而生信解，名為信解。」（CBETA, T45, no. 1861, p. 331, b18-19）

¹⁰⁰ 印順法師《華雨集第二冊》（p.44）：「隨法行人，於信等五法中，智慧增上，是慧力特強，以慧為主而信等為助的。隨信行人，於五法中是「少慧」，慧力差一些，是以信為主而慧等為助的。信等五根，因根性而可能有所偏重，而其實五根都是具足的。甚深法是智慧所覺證的，以聞思修而入的預流支，是利根隨法行人。在佛法的開展中，方便適應，又成立證淨（重信）的預流支，那是鈍根隨信行人所修學了。」

況復百手釋氏而不記說得須陀洹？

摩訶男！百手釋氏臨命終時，受持淨戒，捨離飲酒，然後命終，我記說彼得須陀洹，乃至究竟苦邊。」¹⁰¹

摩訶男釋氏聞佛所說，歡喜隨喜，從坐起，作禮而去。¹⁰²

（五）五根能證聖果

1、《雜阿含·644經》卷26：¹⁰³

爾時，世尊告諸比丘：「有五根。何等為五？謂信根、精進根、念根、定根、慧根。若比丘於此五根如實善觀察，如實善觀察者，於三結斷知，謂身見、戒取、疑，¹⁰⁴是名須陀洹，不墮惡趣法，決定正向於正覺，七有天人往生，究竟苦邊。」

2、《雜阿含·652經》卷26：

爾時，世尊告諸比丘……如上說。差別者：「若比丘於此五根若利、若滿足，得阿羅漢。若軟、若劣，得阿那含。若軟、若劣，得斯陀含。若軟、若劣，得須陀洹。滿足者成滿足事，不滿足者成不滿足事，於此五根不空無果，若於此五根一切無者，我說彼為外道凡夫之數。」¹⁰⁵

3、《雜阿含·650經》卷26：

爾時，世尊告諸比丘……如上說。差別者：「諸比丘！若我於此信根、信根集、信根滅、信根滅道跡不如實知者，我終不得於諸天、魔、梵、沙門、婆羅門中，為出為離，心離顛倒，亦不得成阿耨多羅三藐三菩提。如信根，精進根、念根、定根、慧根亦如是說。

諸比丘！我於此信根正智如實觀察故，信根集、信根滅、信根滅道跡正智如

¹⁰¹ 《別譯雜阿含·160經》卷8：「摩訶男！我今若說娑羅樹林能解義味，無有是處。假使解義，我亦記彼得須陀洹。以是義故，鹿手釋我當不記彼釋得須陀洹。所以者何？彼鹿手釋不犯性重，犯於遮戒，臨命終時，悔責所作。以悔責故，戒得完具，得須陀洹。人少有所犯，悔責完具，何故不記彼鹿手釋得須陀洹？」(CBETA, T02, no. 100, p. 434, c15-21)

¹⁰² (CBETA, T02, no. 99, p. 239, c21-p. 240, b11)

¹⁰³ (CBETA, T02, no. 99, p. 182, b2-9)

¹⁰⁴ 印順法師《佛法概論》(p.260)：「三結是繫縛生死煩惱中最重要的：身見即我見，由於智慧的證見無我性，不再於自身生神我想了。如闍陀說：「不復見我，唯見正法」(雜含卷一〇·二六二經)。戒取，即執種種邪戒——苦行、祭祀、咒術等為能得解脫的。聖者不會再生戒取，去作不合理的宗教邪行。疑，是對於佛法僧的猶豫。聖者「初得法身」，與佛及僧心心相印，還疑惑個什麼！」

¹⁰⁵ (CBETA, T02, no. 99, p. 183, a24-b3)

實觀察故，我於諸天、魔、梵、沙門、婆羅門眾中，為出為離，心離顛倒，成阿耨多羅三藐三菩提。如信根，精進、念、定、慧根亦如是說。」¹⁰⁶

五、五力

1、信力，2、精進力，3、念力，4、定力，5、慧力。

（一）五力的內容

1、《雜阿含·673經》卷26：

爾時，世尊告諸比丘：「有五力。何等為五？信力、精進力、念力、定力、慧力。」¹⁰⁷

2、《雜阿含·675經》卷26：

爾時，世尊告諸比丘…：「彼信力，當知是四不壞淨。精進力者，當知是四正斷。念力者，當知四念處。定力者，當知是四禪。慧力者，當知是四聖諦。」¹⁰⁸

（二）根與力的不同

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷141：

五根者，謂信根、精進根、念根、定根、慧根，五力亦爾。此五隨名，即心所中，各一為性。已說自性，當說所以。

問：何緣此五名根、名力？

答：能生善法故名「根」，能破惡法故名「力」。

有說：不可傾動名「根」，能摧伏他名「力」。

有說：勢用增上義是「根」，不可屈伏義是「力」。

若以位別，下位名「根」，上位名「力」。若以實義，一一位中，皆具二種。此二廣辯，如餘處說。¹⁰⁹

六、七覺支

1、念覺支，2、擇法覺支，3、精進覺支，4、喜覺支，

5、除覺支（輕安覺支），6、定覺支，7、捨覺支。

¹⁰⁶ (CBETA, T02, no. 99, p. 182, c28-p. 183, a11)

¹⁰⁷ (CBETA, T02, no. 99, p. 185, b29-c3)

¹⁰⁸ (CBETA, T02, no. 99, p. 185, c9-13)

¹⁰⁹ (CBETA, T27, no. 1545, p. 726, b13-20)

(一) 印順法師的看法

《寶積經講記》(p.165)：

「**七覺分**」：也名七菩提分。

- 1、**擇法覺支**（支就是分）：擇是簡擇、抉擇，為觀慧的別名；法是智慧簡擇的正法。這是七覺分中的主體，餘六是助成。
- 2、**喜覺支**：喜是喜受，因為深嘗法味，遠離憂苦而得悅樂。
- 3、**精進覺支**，即依擇法而向寂滅的精進。
- 4、**念覺支**，即正念相續。
- 5、**輕安覺支**，是因得定而起的身心輕安。
- 6、**定覺支**，即與慧相應的正定。
- 7、**捨覺支**，這不是捨受，而是行蘊中的捨心所，住心平等而不取不著。

(二) 隋·慧遠撰《大乘義章》卷16：

七覺在於修道，修中之要唯止與觀，是義相資能達彼岸。**定**者是止，**擇法**是觀，故說此二以為覺支；**猗**、**捨**二種助止力強，**精進**及**喜**助觀力強，故復須立；**念**能俱調故立念覺。¹¹⁰

(三) 佛出現於世，有七覺支現於世間

《雜阿含·721經》卷27：

爾時，世尊告諸比丘：……如來出興於世，有七覺分現於世間，所謂念覺分、擇法覺分、精進覺分、喜覺分、猗覺分、定覺分、捨覺分。」¹¹¹

(四) 七覺支可說為十四法

《雜阿含·713經》卷27：

時，有眾多比丘晨朝著衣持鉢，入舍衛城乞食。時，眾多比丘作是念：「今日太早，乞食時未至，我等且過諸外道精舍。」

眾多比丘即入外道精舍，與諸外道共相問訊慰勞，問訊慰勞已，於一面坐已，諸外道問比丘言：「沙門瞿曇為諸弟子說法，斷五蓋覆心、慧力羸為障礙分、不轉趣涅槃；住四念處，修七覺意。我等亦復為諸弟子說斷五蓋覆心、慧力羸，善住

¹¹⁰ (CBETA, T44, no. 1851, p. 777, b5-9)

¹¹¹ (CBETA, T02, no. 99, p. 194, a5-22)

四念處，修七覺分。我等與彼沙門瞿曇有何等異？俱能說法。¹¹²」

時，眾多比丘聞外道所說，心不喜悅，反呵罵，從座起去。入舍衛城，乞食已，還精舍，舉衣鉢，洗足已，往詣佛所，稽首佛足，退坐一面。以諸外道所說，具白世尊。

爾時，世尊告眾多比丘：「彼外道說是語時，汝等應反問言：『諸外道！五蓋者，種應有十。七覺者，種應有十四¹¹³。何等為五蓋之十、七覺之十四？』如是問者，彼諸外道則自駭散，說諸外道法，瞋恚、憍慢、毀訾、嫌恨、不忍心生，或默然低頭，失辯潛思。所以者何？我不見諸天、魔、梵、沙門、婆羅門、天、人眾中，聞我所說歡喜隨順者，唯除如來及聲聞眾於此聞者。

1、五蓋之十

諸比丘！何等為五蓋之十？

(1) 謂有內貪欲，有外貪欲。彼內貪欲者即是蓋，非智非等覺，不轉趣涅槃。彼外貪欲即是蓋，非智非等覺，不轉趣涅槃。

(2) 謂瞋恚有瞋恚相，若瞋恚及瞋恚相即是蓋，非智非等覺，不轉趣涅槃。

(3) 有睡¹¹⁴有眠¹¹⁵，彼睡彼眠即是蓋，非智非等覺，不轉趣涅槃。

(4) 有掉有悔，彼掉彼悔即是蓋，非智非等覺，不轉趣涅槃。

(5) 有疑善法，有疑不善法，彼善法疑、不善法疑即是蓋，非智非等覺，不轉趣涅槃。是名五蓋說十。¹¹⁶

¹¹² 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 33(CBETA, T27, no. 1545, p. 174, b8-19)：

【發智論】如多苾芻集在一處，有諸外道來作是言：『如喬答摩，為諸弟子宣說法要，謂作是說：「汝等苾芻應斷五蓋，如是五蓋能染污心，令慧力劣，損害覺分，障礙涅槃；於四念住應善住心；於七覺支應勤修習。」我等亦能為諸弟子說此法要，則喬答摩所說法要，與我何別？而今汝等獨歸彼耶？』然彼外道尚不能識五蓋名相，況能了達住四念住修七覺支；然竊佛語故作是說，施設斷取應知亦然。

謂彼外道，與蓋俱生、與蓋俱死，尚不識蓋。況知能治念住覺支。

¹¹³ 印順法師《原始佛教聖典之集成》(p.728-729)：

關於「波利耶夜 (paryāya; pariāya)」，應從兩方面去了解：

一、是說明的方法；

二、指說明的內容(義)，或所說的教法(文與義)。

對於某一問題，作分別的解說——理由的說明，分類的逐項的說明。這種分別解說，稱為「波利耶夜」。如《相應部》「覺支相應」，說到依「波利耶夜」，五蓋有十，七覺支有十四。《雜阿含經》作：「五蓋者，種應有十；七覺者，種應有十四」。「種」是「波利耶夜」的義譯，是約義分類的意。

¹¹⁴ 昏沉 (thīna, skt. styana) 舊譯「睡」。

¹¹⁵ 睡眠 (middha) 舊譯「眠」。

¹¹⁶ 《阿毘曇毘婆沙論》卷 26〈2 使捷度〉：「佛經說：五蓋或復有十。問曰：五蓋云何或時有十？答曰：以三事故。一以緣內、緣外，二以體性，三以善、不善法。

2、七覺支之十四

何等為七覺分說十四¹¹⁷？

(1) 有內法心念住，有外法心念住。彼內法念住即是念覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。彼外法念住即是念覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。

(2) 有擇善法、擇不善法。彼善法擇，即是擇法覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。彼不善法擇，即是擇法覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。

(3) 有精進斷不善法，有精進長養善法。彼斷不善法精進，即是精進覺分。是智是等覺，能轉趣涅槃。彼長養善法精進，即是精進覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。

(4) 有喜，有喜處。彼喜即是喜覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。彼喜處，亦即是喜覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。

(5) 有身猗息，有心猗息。彼身猗息，即是猗覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。彼心猗息，即是猗覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。

(6) 有定，有定相。彼定即是定覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。彼定相即是定覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。

(7) 有捨善法，有捨不善法。彼善法捨，即是捨覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃。彼不善法捨，即是捨覺分，是智是等覺，能轉趣涅槃，是名七覺分說為十四。」¹¹⁸

(五) 修習七覺支之方法

1、七覺支須漸次而起

《雜阿含·733經》卷27：¹¹⁹

時，有異比丘來詣佛所，稽首禮足，退坐一面，白佛言：「世尊謂覺分。世尊！云何為覺分？」

佛告比丘：「所謂覺分者，謂七道品法。然諸比丘七覺分漸次而起，修習滿足。」

緣內、緣外者，欲愛體。有緣內生，有緣外生，內外生愛俱亦是蓋，亦障於慧，不生菩提，不到涅槃。恚蓋亦如是。

體性者，睡眠、掉悔蓋，亦障於慧，不生菩提，不到涅槃。

以善、不善法者，有疑於善法猶豫，有疑於不善法猶豫，俱是疑蓋，亦障於慧，不生菩提，不到涅槃。以是三事故，立蓋或說有十。」(CBETA, T28, no. 1546, p. 195, c8-16)

¹¹⁷ 《瑜伽師地論》卷98：「復次，自性差別故，及所緣因緣相差別故，應知七覺支十四種差別。」(CBETA, T30, no. 1579, p. 864, b27-29)

¹¹⁸ (CBETA, T02, no. 99, p. 191, a17-c14)。S V 45 110-111。

¹¹⁹ (CBETA, T02, no. 99, p. 196, b12-28)

異比丘白佛：「世尊！云何覺分漸次而起，修習滿足？」

佛告比丘：「若比丘內身身觀住，彼內身身觀住時，攝心繫念不忘。彼當爾時，念覺分方便修習，方便修習念覺分已，修習滿足；滿足念覺分已，於法選擇，分別思量。當於爾時修擇法覺分方便，修方便已，修習滿足，如是乃至捨覺分修習滿足。¹²⁰

如內身身觀念住，如是外身、內外身，受、心、法法觀念住，當於爾時專心繫念不忘，乃至捨覺分亦如是說。如是住者，漸次覺分起，漸次起已，修習滿足。」

2、修七覺支應適當的對治沉掉

《雜阿含·714經》卷27：

時，有眾多比丘……如上說。差別者：「有諸外道出家作如是說者，當復問言：『若心微劣猶豫者，爾時應修何等覺分？何等為非修時？若復掉心者、掉心猶豫者，爾時復修何等覺分？何等為非時？』如是問者，彼諸外道心則駭散，說諸異法，心生忿恚、憍慢、毀訾、嫌恨、不忍，或默然低頭，失辯潛思。所以者何？我不見諸天、魔、梵、沙門、婆羅門、天、人眾中，聞我所說歡喜隨喜者，唯除如來及聲聞眾於此聞者。

(1) 不合適的對治法

諸比丘！若爾時其心微劣、其心猶豫者，不應修猗覺分、定覺分、捨覺分。所以者何？微劣心生、微劣猶豫，以此諸法增其微劣故。譬如小火，欲令其燃，增以焦炭。云何？比丘！非為增炭令火滅耶？」

比丘白佛：「如是，世尊！」

「如是，比丘！微劣猶豫，若修猗覺分、定覺分、捨覺分者，此則非時，增懈怠故。若掉心起，若掉心猶豫，爾時不應修擇法覺分、精進覺分、喜覺分。所以者何？掉心起、掉心猶豫，以此諸法能令其增。譬如熾火，欲令其滅，足其乾薪，於意云何？豈不令火增熾燃耶？」

¹²⁰ 《阿毘達磨法蘊足論》卷8：「佛告苾芻：若有於身，住循身觀，安住正念，遠離愚癡，爾時便起念覺支；得念覺支，脩令圓滿，彼由此念，於法簡擇極簡擇、遍尋思、遍伺察、審諦伺察，爾時便起擇法覺支；得擇法覺支，脩令圓滿，彼由擇法，發勤精進，心不下劣，爾時便起精進覺支；得精進覺支，脩令圓滿，彼由精進，發生勝喜，遠離愛味，爾時便起喜覺支；得喜覺支，脩令圓滿，彼由此喜，身心輕安，遠離麤重，爾時便起輕安覺支；得輕安覺支，脩令圓滿，彼由輕安，便受快樂，樂故心定，爾時便起定覺支；得定覺支，脩令圓滿，彼由心定，能滅貪憂，住增上捨，爾時便起捨覺支；得捨覺支，脩令圓滿。於受、心、法，住循受、心、法觀廣說亦爾。如是覺支，漸次而起、漸次而得，脩令圓滿。」(CBETA, T26, no. 1537, p. 491, b17-c2)

比丘白佛：「如是，世尊！」

佛告比丘：「如是掉心生、掉心猶豫，修擇法覺分、精進覺分、喜覺分，增其掉心。」

(2) 合適的對治法

諸比丘！若微劣心生、微劣猶豫，是時應修擇法覺分、精進覺分、喜覺分。所以者何？微劣心生、微劣猶豫，以此諸法示、教、照、喜。譬如小火，欲令其燃，足其乾薪。云何？比丘！此火寧熾燃不？」

比丘白佛：「如是，世尊！」

佛告比丘：「如是微劣心生、微劣猶豫，當於爾時修擇法覺分、精進覺分、喜覺分，示、教、照、喜。若掉心生、掉心猶豫，修猗覺分、定覺分、捨覺分。所以者何？掉心生、掉心猶豫，此等諸法，能令內住一心攝持。譬如燃火，欲令其滅，足其焦炭，彼火則滅。如是，比丘！（掉心生，）掉心猶豫，修擇法覺分，精進、喜（覺分），則非時；修猗、定、捨覺分，自此則是時。此等諸法，內住一心攝持。念覺分者，一切兼助。」¹²¹

| 七覺分 | 《雜阿含經》、《大智度論》 ¹²² | | 《瑜伽師地論》 ¹²³ | |
|-----------|------------------------------|-------|------------------------|-------|
| | 心微劣猶豫時 | 掉心猶豫時 | 奢摩他品 | 毘鉢舍那品 |
| 念覺分 | √ | √ | √ | √ |
| 擇法、精進、喜覺分 | √ | × | × | √ |
| 猗、定、捨覺分 | × | √ | √ | × |

3、專精聽法，能斷五蓋，修七覺支，令心慧解脫

《雜阿含·710經》卷26：

爾時，世尊告諸比丘：「聖弟子清淨信心，專精聽法者，能斷五法，修習七法，令其滿足。

何等為五？謂貪欲蓋，瞋恚、睡眠、掉悔、疑，此蓋則斷。

何等七法？謂念覺支，擇法、精進、猗、喜、定、捨覺支。此七法修習滿足，淨信¹²⁴者，謂心解脫；智者，謂慧解脫；貪欲染心者，不得不樂；無明染心者，

¹²¹ (CBETA, T02, no. 99, p. 191, c15-p. 192, a24)。

另請參見：覺音論師《清淨道論》(葉均中譯)，底本 131-133 頁。

¹²² (CBETA, T25, no. 1509, p. 198, c2-8)

¹²³ (CBETA, T30, no. 1579, p. 354, a6-10)

¹²⁴ 溫宗堃：此經無對應的巴利文。但「淨信」一字的原文(pa+sad)，可以是「淨(to be purified)」

慧不清淨。是故，比丘！離貪欲者心解脫，離無明者慧解脫¹²⁵。若彼比丘離貪欲，心解脫，得身作證；離無明，慧解脫，是名比丘斷愛縛、結，慢無間等，究竟苦邊。」¹²⁶

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 96：

如《契經》說：「諸聖弟子，若以一心屬耳聽法，能斷五蓋，修七覺支，速令圓滿。」

問：要在意識修所成慧能斷煩惱，非在五識生得（慧）聞思（所成慧）能斷煩惱。如何乃說「若以一心屬耳聽法能斷五蓋」？

答：依展轉因，故作是說。謂善耳識無間，引生善意識；此善意識無間，引生聞所成慧；此聞所成慧無間，引生思所成慧；此思所成慧無間，引生修所成慧；此修所成慧，修習純熟能斷五蓋，故不違理。

問：斷五蓋時，未能圓滿修七覺支，何故契經作如是說：「能斷五蓋，修七覺支，速令圓滿。」

答：離欲染時，名能斷五蓋；離色染時，名修七覺支；離無色染時，名速令圓滿，故無有失。

有作是說：「離欲染時，名能斷五蓋；離無色染時，名修七覺支速令圓滿。」此說初後，略去中間，故無有失。

復有說者：「無間道時，名能斷五蓋；解脫道時，名修七覺支速令圓滿。」相鄰近故，說名為速。¹²⁷

4、五蓋、七覺分之食和非食

《雜阿含·715經》卷 27：

爾時，世尊告諸比丘：「有五蓋、七覺分，有食、無食，我今當說。諦聽，善思，當為汝說。」

◎五蓋有食

譬如身依食而立，非不食。如是五蓋依於食而立，非不食。

(1) 貪欲蓋以何為食？謂觸相，於彼不正思惟，未起貪欲令起，已起貪欲能

義，也可以是「信(to have faith)」義。這裡應該取「淨」義，比較好理解。

¹²⁵ 印順法師《成佛之道（增註本）》(p.173)：經中時常說到：『離貪欲者，心（定）解脫，離無明者，慧解脫』。這是說：依慧力的證入法性，無明等障得解脫。以定的寂靜力，使貪愛等障解脫。

¹²⁶ (CBETA, T02, no. 99, p. 190, b9-21)

¹²⁷ (CBETA, T27, no. 1545, p. 499, b14-c2)

令增廣，是名欲愛蓋之食。

(2) 何等為瞋恚蓋食？謂障礙相，於彼不正思惟，未起瞋恚蓋令起，已起瞋恚蓋能令增廣，是名瞋恚蓋食。

(3) 何等為睡眠蓋食？有五法。何等為五？微弱、不樂、欠呿、多食、懈怠，¹²⁸於彼不正思惟，未起睡眠蓋令起，已起睡眠蓋能令增廣，是名睡眠蓋食。

(4) 何等為掉悔蓋食？有四法。何等為四？謂親屬覺、人眾覺、天覺、本所經娛樂覺。自憶念、他人令憶念而生覺，於彼起不正思惟，未起掉悔令起，已起掉悔令其增廣，是名掉悔蓋食。

(5) 何等為疑蓋食？有三世。何等為三？謂過去世、未來世、現在世。於過去世猶豫、未來世猶豫、現在世猶豫，於彼起不正思惟，未起疑蓋令起，已起疑蓋能令增廣，是名疑蓋食。

◎七覺分不食

譬如身依於食而得長養，非不食。如是七覺分依食而住，依食長養，非不食。

(1) 何等為念覺分不食？謂四念處不思惟，未起念覺分不起，已起念覺分令退，是名念覺分不食。

(2) 何等為擇法覺分不食？謂於善法撰擇，於不善法撰擇，於彼不思惟，未起擇法覺分令不起，已起擇法覺分令退，是名擇法覺分不食。

(3) 何等為精進覺分不食？謂四正斷，於彼不思惟，未起精進覺分令不起，已起精進覺分令退，是名精進覺分不食。

(4) 何等為喜覺分不食？有喜，有喜處法，於彼不思惟，未起喜覺分不起，已起喜覺分令退，是名喜覺分不食。

(5) 何等為猗覺分不食？有身猗息及心猗息，於彼不思惟，未生猗覺分不起，已生猗覺分令退，是名猗覺分不食。

(6) 何等為定覺分不食？有四禪，於彼不思惟，未起定覺分不起，已起定覺

¹²⁸ 五個術語的意義，比照如下：

| 雜含 715 經 | 雜含 598 經 | 相應部(S. V, p.64) |
|----------|----------|---------------------|
| 1、微弱 | 沉沒於睡眠 | cetaso linatta 心的退縮 |
| 2、不樂 | 不欣樂 | arati 不樂 |
| 3、欠呿 | 欠呿 | vijambhita 打呵欠 |
| 4、多食 | 飽食 | bhattasammada 飯後的睡意 |
| 5、懈怠 | 懈怠 | tandi 懶惰 |

分令退，是名定覺分不食。

(7) 何等為捨覺分不食？有三界，謂斷界、無欲界、滅界，於彼不思惟，未起捨覺分不起，已起捨覺分令退，是名捨覺分不食。

◎五蓋不食

(1) 何等為貪欲蓋不食？謂不淨觀，於彼思惟，未起貪欲蓋不起，已起貪欲蓋令斷，是名貪欲蓋不食。

(2) 何等為瞋恚蓋不食？彼慈心思惟，未生瞋恚蓋不起，已生瞋恚蓋令滅，是名瞋恚蓋不食。

(3) 何等為睡眠蓋不食？彼明照思惟，未生睡眠蓋不起，已生睡眠蓋令滅，是名睡眠蓋不食。

(4) 何等為掉悔蓋不食？彼寂止思惟，未生掉悔蓋不起，已生掉悔蓋令滅，是名掉悔蓋不食。

(5) 何等為疑蓋不食？彼緣起法思惟，未生疑蓋不起，已生疑蓋令滅，是名疑蓋不食。¹²⁹

¹²⁹ (1) 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 48(CBETA, T27, no. 1545, p. 250, b19-c15)：「

問：何故貪欲、瞋恚、疑一一別立蓋，昏沈睡眠、掉舉惡作二二合立蓋耶？

脇尊者言：佛知諸法性相勢用，若法堪任別立蓋者，則別立之。若不爾者，便共立蓋故不應責。

復次，若是隨眠亦纏性者，各別立蓋；若是纏性非隨眠者，二共立蓋。

復次，若是圓滿煩惱性者，各別立蓋；若非圓滿煩惱性者，二共立蓋。結、縛、隨眠、隨煩惱、纏五義具足者，名圓滿煩惱。

復次，以三事故，名共立蓋。謂一食故，一對治故，等荷擔故。此中一食、一對治者，謂

◎貪欲蓋以淨妙相為食，不淨觀為對治，由此一食一對治故，別立一蓋。

◎瞋恚蓋以可憎相為食，慈觀為對治，由此一食一對治故，別立一蓋。

◎疑蓋以三世相為食，緣起觀為對治，由此一食一對治故，別立一蓋。

◎昏沈睡眠蓋以五法為食，一瞢憤，二不樂，三頻欠，四食不平性，五心羸劣性，以毘鉢舍那為對治。由此同食同對治故，共立一蓋。

◎掉舉惡作蓋以四法為食，一親里尋，二國土尋，三不死尋，四念昔樂事，以奢摩他為對治。由此同食同對治故，共立一蓋。

等荷擔者，貪欲、瞋恚、疑一一能荷一蓋重擔，故別立蓋。昏沈睡眠（、掉舉惡作）二二能荷一蓋重擔，故共立蓋。如城邑中一人能辦一所作者，則令別辦；若二能辦一所作者，則令共辦。又如椽梁，強者用一，弱者用二，此亦如是。」

(2) 另請詳參《瑜伽師地論》，其中比較有差異的是「昏沈睡眠蓋之食」，於《瑜伽師地論》卷 24(CBETA, T30, no. 1579, p. 412, a1-5)及卷 11(CBETA, T30, no. 1579, p. 329, b9-c23)但說為「黑闇相」。而其非食者，於《瑜伽師地論》卷 11(CBETA, T30, no. 1579, p. 329, c23- p. 330, c13)則說為「光明相」。

(3) 印順法師《成佛之道（增註本）》(p202)：「修不淨想來治欲貪；修慈悲想來治瞋恚；修緣起想來治疑；修光明想（法義的觀察）來治昏沈睡眠；**修止息想**來治掉舉惡作。」

◎七覺分之食

譬如身依食而住、依食而立；如是七覺分依食而住、依食而立。

(1) 何等為念覺分食？謂四念處思惟已，未生念覺分令起，已生念覺分轉生令增廣，是名念覺分食。

(2) 何等為擇法覺分食？有擇善法，有擇不善法，彼思惟已，未生擇法覺分令起，已生擇法覺分重生令增廣，是名擇法覺分食。

(3) 何等為精進覺分食？彼四正斷思惟，未生精進覺分令起，已生精進覺分重生令增廣，是名精進覺分食。

(4) 何等為喜覺分食？有喜，有喜處，彼思惟，未生喜覺分令起，已生喜覺分重生令增廣，是名喜覺分食。

(5) 何等為猗覺分食，有身猗息、心猗息思惟，未生猗覺分令起，已生猗覺分重生令增廣，是名猗覺分食。

(6) 何等為定覺分食？謂有四禪思惟，未生定覺分令生起，已生定覺分重生令增廣，是名定覺分食。

(7) 何等為捨覺分食？有三界。何等三？謂斷界、無欲界、滅界。彼思惟，未生捨覺分令起，已生捨覺分重生令增廣，是名捨覺分食。」¹³⁰

◎「五蓋」、「七覺支」生長與減損的因緣條件。

| | | 食 | 非食 |
|-----|----|-------------|--------------|
| 七覺支 | 念 | 思惟四念處 | 不思惟四念處 |
| | 擇法 | 於善、不善法選擇 | 於善、不善法不選擇 |
| | 精進 | 思惟四正斷 | 不思惟四正斷 |
| | 喜 | 思惟喜、喜處法 | 不思惟喜、喜處法 |
| | 輕安 | 思惟身心輕安 | 不思惟身心輕安 |
| | 定 | 思惟四禪 | 不思惟四禪 |
| | 捨 | 思惟斷界、無欲界、滅界 | 不思惟斷界、無欲界、滅界 |
| 五蓋 | 貪 | 於觸相不正思惟 | 思惟不淨觀 |
| | 瞋 | 於障礙相不正思惟 | 思惟慈心 |
| | 睡眠 | 於微弱等五事不正思惟 | 思惟明照 |
| | 掉悔 | 憶念親屬覺等四事 | 思惟寂止 |
| | 疑 | 於三世不正思惟 | 思惟緣起法 |

¹³⁰ (CBETA, T02, no. 99, p. 192, a25-p. 193, a7)

5、七覺支可對治七使

《增壹阿含·3經》卷34〈40 七日品〉：

爾時，世尊告諸比丘：「我今當說七使¹³¹，汝等善思念之。」

諸比丘對曰：「如是。世尊！」是時，諸比丘從佛受教。

1、眾生皆為七使流轉生死，不得解脫

世尊告曰：「云何為七？一者、貪欲使，二者、瞋恚使，三者、憍慢使，四者、癡使，五者、疑使，六者、見使，七者、欲世間使。是謂，比丘！有此七使，使眾生之類，永處幽闇，纏結其身，流轉世間，無有休息，亦不能知生死根原。猶如彼二牛，一黑一白，共同一軛，共相牽引，不得相遠。此眾生類，亦復如是，為此貪欲使、無明使所纏結，不得相離，其餘五使，亦復追從，五使適從，七使亦然。若凡夫之人，為此七使所縛，流轉生死，不得解脫，不能知苦之元本。比丘當知，由此七使，便有三惡趣：地獄、畜生、餓鬼；由此七使，不能得度弊魔境界。」

2、七使可用七覺意治之，令得解脫

然此七使之法復有七藥。云何為七？貪欲使者，念覺意治之；瞋恚使者，法覺意治之；邪見使者，精進覺意治之；欲世間使者，喜覺意治之；憍慢使者，猗覺意治之；疑使者，定覺意治之；無明使者，護覺意治之。¹³²是謂，比丘！此七使使用七覺意治之。

3、佛以自成佛道的經歷為證

比丘當知，我本未成佛道為菩薩行，坐道樹下，便生斯念：『欲界眾生為何等所繫？』復作是念：『此眾生類為七使流轉生死，永不得解；我今亦為此七使所繫，不得解脫。』爾時，復作是念：『此七使為用何治之？』復重思惟：『此七使者當用七覺意治之，我當思惟七覺意。』思惟七覺意時，有漏心盡，便得解脫，後成

¹³¹ 參見《俱舍論》卷19(大正29, 98c)；《雜阿含·490經》卷18(大正2, 127a28)。

¹³² 隋·慧遠撰《大乘義章》卷16：「七覺在於修道，修中之要唯止與觀，是義相資能達彼岸。定者是止，擇法是觀，故說此二以為覺支；猗、捨二種助止力強，精進及喜助觀力強，故復須立；念能俱調故立念覺。又復此等能治七使，故偏說之以為覺支。此如《增一阿含經》說：何者七使？一、貪欲使，謂欲界地貪愛煩惱。二、有愛使，謂上二界貪愛煩惱，彼經名為「欲世間使」。三者瞋使，四者痴使，五者慢使，六者疑使，七者見使。三界五見云何對治？念治貪欲，守心正念離貪欲故。喜覺對治欲世間使，慶入聖道離世間故。擇法治瞋，以修智慧破離我人除瞋恚故。捨覺治癡，捨猶除也，證法平等捨癡冥故。猗覺治慢，以心猗息離慢高故。定覺治疑，於法正住離猶豫故。精進治見，懃求正慧斷諸見故。以有此能說為覺支。」(CBETA, T44, no. 1851, p. 777, b5-21)

無上正真之道，七日之中結跏趺坐，重思惟此七覺意。

是故，諸比丘！若欲捨七使者，當念修行七覺意法。如是，諸比丘！當作是學。」¹³³

(六) 安般念，四念處，七覺支，明、解脫

《雜阿含·810經》卷29：¹³⁴

(1) 阿難詣佛所請佛釋疑

爾時，尊者阿難獨一靜處，思惟禪思，作如是念：「頗有一法，修習多修習，令四法滿足；四法滿足已，七法滿足；七法滿足已，二法滿足？」

時，尊者阿難從禪覺已，往詣佛所，稽首禮足，退坐一面，白佛言：「世尊！我獨一靜處，思惟禪思，作是念：『頗有一法，多修習已，令四法滿足，乃至二法滿足？我今問世尊，寧有一法，多修習已，能令，乃至二法滿足耶？』」

(2) 佛總答阿難疑問

佛告阿難：「有一法，多修習已，乃至能令二法滿足。何等為一法？謂安那般那念。多修習已，能令四念處滿足¹³⁵；四念處滿足已，七覺分滿足；七覺分滿足已，明、解脫¹³⁶滿足。

(3) 釋修安般念（十六特勝）¹³⁷，四念處滿足

云何修安那般那念，四念處滿足？是比丘依止聚落，乃至如滅出息念學。

阿難！如是聖弟子(1、2)入息念時如入息念學，出息念時如出息念學——若長、若短；(3)一切身行覺知——入息念時如入息念學，出息念時如出息念學；(4)身行休息入息念時，如身行休息入息念學；身行休息出息念時，如身行休息出息

¹³³ (CBETA, T02, no. 125, p. 738, c20-p. 739, a23)

¹³⁴ 修安般念能成就四念處，修四念處能成就七覺支，修七覺支則得明、解脫。

¹³⁵ 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷26(CBETA, T27, no. 1545, p. 134, b17-c14)：

問：何故《契經》說：「持息念通四念住？」

答：此能引起四念住故，作如是說。

……以持息念依處串習牢固可恃，假使失念煩惱現行速可依之伏諸煩惱引四念住，如人怖賊速走歸城處謂大種相決定故。

……以持息念增益法想是空觀本，由此速能引四念住。

……以持息念所緣鄰近無種種相，無定次第不依有情任運而轉，由此速能引四念住。

……以持息念唯內道起不共外道，由此速能引四念住…。

¹³⁶ 《佛光阿含藏·雜阿含(二)》(p.1209)：明、解脫(vijjāvimutti)，即三明、三解脫。三明即：一、宿命智證明，二、生死智證明，三、漏盡智證明。三解脫即：一、欲有漏心解脫，二、有有漏心解脫，三、無明有漏心解脫。

¹³⁷ 內容的解釋，詳參《瑜伽師地論》卷27(大正30, 432a-b)。(※四念處和五蘊的對應，與《念處經》的解釋不同。)

念學。聖弟子爾時身身觀念住，異於身者，彼亦如是隨身比思惟。

若有時聖弟子(5)喜覺知，(6)樂覺知，(7)心行覺知，(8)心行息覺知入息念時如心行息入息念學，心行息出息念時如心行息出息念學。是聖弟子爾時受受觀念住，若復異受者，彼亦受隨身比思惟。

有時聖弟子(9)心覺知，(10)心悅、(11)心定、(12)心解脫覺知入息念時如入息念學，心解脫出息念時如心解脫出息念學，是聖弟子爾時心心觀念住，若有異心者，彼亦隨心比思惟。

若聖弟子有時觀(13)無常、(14)斷、(15)無欲、(16)滅，如無常、斷、無欲、滅觀住學，是聖弟子爾時法法觀念住異於法者，亦隨法比思惟，是名修安那般那念，滿足四念處。¹³⁸」

(4) 釋修四念處，七覺分滿足

阿難白佛：「如是修習安那般那念，令四念處滿足。云何修四念處，令七覺分滿足？」

佛告阿難：「若比丘身身觀念住，念住已，繫念住不忘。爾時方便修念覺分，修念覺分已，念覺分滿足；念覺分滿足已，於法選擇思量。爾時方便修擇法覺分，修擇法覺分已，擇法覺分滿足，於法選擇分別思量已，得精勤方便。爾時方便修習精進覺分，修精進覺分已，精進覺分滿足，方便精進已，則心歡喜。爾時方便修喜覺分，修喜覺分已，喜覺分滿足，歡喜已，身心猗息。爾時方便修猗覺分，修猗覺分已，猗覺分滿足，身心樂已，得三昧。爾時修定覺分，修定覺分已，定覺分滿足，定覺分滿足已，貪憂則滅，得平等捨。爾時方便修捨覺分，修捨覺分已，捨覺分滿足。受、心、法法念處亦如是說。是名修四念處，滿足七覺分。」

(5) 釋修七覺分，明、解脫滿足

阿難白佛：「是名修四念處，滿足七覺分。云何修七覺分，滿足明、解脫？」

佛告阿難：「若比丘修念覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨；修念覺分已，滿足明、解脫。乃至修捨覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨，如是修捨覺分已，明、解脫滿足。

(6) 結：法法相潤，次第增進，修習滿足

阿難！是名法法相類、法法相潤。如是十三法，一法為增上，一法為門，次第增進，修習滿足。」¹³⁹

(七) 七覺支與八正道合修，可達解脫

¹³⁸ 參見《瑜伽師地論》卷 27(大正 30, 432a28-433b23)。

¹³⁹ (CBETA, T02, no. 99, p. 208, a9-c9)

《增壹阿含·4經》卷35〈41 莫畏品〉：¹⁴⁰

聞如是：一時，佛在釋翅迦毘羅越城尼拘屢園，與大比丘眾五百人俱。

是時，眾多比丘往至世尊所，頭面禮足，在一面坐。爾時，眾多比丘白世尊言：「我等欲詣北方遊化。」世尊告曰：「宜知是時。」

世尊復告比丘曰：「汝等為辭舍利弗比丘乎？」諸比丘對曰：「不也。世尊！」

爾時，世尊告諸比丘：「汝等往辭舍利弗比丘。所以然者，舍利弗比丘恒與諸梵行人教誡其法，說法無厭足。」

爾時，世尊與諸比丘說微妙之法，諸比丘聞法已，即從座起，禮世尊足，遶佛三匝，便退而去。

爾時，舍利弗在釋翅神寺中遊。爾時，眾多比丘往至舍利弗所，共相問訊，在一面坐。是時，眾多比丘白舍利弗言：「我等欲詣北方人間遊化，今以辭世尊。」

舍利弗言：「卿等當知，北方人民、沙門、婆羅門皆悉聰明，智慧難及，復有人民憲來相試。若當來問卿：『諸賢師，作何等論？』設當作是問者，欲云何報之？」

諸比丘報曰：「設當有人來問者，我當以此義報之：『色者無常，其無常者即是苦也；苦者無我，無我者空，以空無我、彼空，如是智者之所觀也。痛、想、行、識亦復無常、苦、空、無我，其實空者彼無我、空，如是智者之所學也。此五盛陰皆空、皆寂，因緣合會皆歸於磨滅，不得久住。八種之道，將從有七，我師所說正謂此耳。』若剎利、婆羅門、人民之類，來問我義者，我等當以此義報之。」

是時，舍利弗語眾多比丘曰：「汝等堅持心意，勿為輕舉。」

是時，舍利弗具足與諸比丘說微妙之法，即從座起而去。

是時，眾多比丘去不遠，舍利弗告比丘：「當云何行八種之道及七種之法？」

是時，眾多比丘白舍利弗言：「我等乃從遠來，欲聞其義，唯願說之。」

舍利弗報曰：「汝等諦聽！諦聽，善思念之，吾今當說。」是時，比丘而受其教。

舍利弗告曰：「若一心念正見者，念覺意不亂也；等治者，念一心一切諸法，法覺意也；等語者，身意精進，精進覺意也；等業者，一切諸法得生，喜覺意也；等命者，知足於賢聖之財，悉捨家財，安其形體，猗覺意也；等方便者，得賢聖四諦，盡除去諸結，定覺意也；等念者，觀四意止，身無牢固，皆空無我，護覺意也；等三昧者，不獲者獲，不度者度，不得證者使得證也。設當有人來問此義：『云何修八種道及七法？』汝等當如是報之。所以然者，八種道及七法，其有比

¹⁴⁰ 經文的前半段，可參閱：《雜阿含·108經》卷5(CBETA, T02, no. 99, p. 33, b28-p. 34, a23)。

丘修此者，有漏心便得解脫。我今重告汝，其有比丘修行思惟八種道及七法者，彼比丘便成二果而無狐疑，得阿¹⁴¹羅漢。且捨此事。若不能多，一日之中行此八種道及七法者，其福不可稱計，得阿那含、若阿羅漢。是故，諸賢，當求方便，行此八種道及七法者，於取道無有狐疑。」¹⁴²

(八) 一切止觀的方法，須與七覺支俱修，方能漏盡

1、不淨觀

《雜阿含·741經》卷27：

爾時，世尊告諸比丘：「當修不淨觀，多修習已，當得大果大福利。云何修不淨觀？多修習已，得大果大福利。是比丘不淨觀俱念覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨；修擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。」¹⁴³ ¹⁴⁴

2、慈（悲喜捨）心

《雜阿含·744經》卷27：

¹⁴¹ (阿那含若) + 阿【宋】【元】【明】。

¹⁴² (CBETA, T02, no. 125, p. 745, b26-p. 746, a20)

¹⁴³ (1) 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷96(CBETA, T27, no. 1545, p. 499, b6-13)：

如契經說：「不淨觀俱修念覺支，依止厭、依止離、依止滅，迴向於捨，乃至捨覺支廣說亦爾。」

問：不淨觀是有漏，七覺支是無漏。云何有漏法與無漏法俱？

尊者世友作如是說：「以不淨觀攝伏其心令極調柔，有堪能已無間能起覺支現前，從此復能起不淨觀。依如是義，故說俱言。」

(2) 印順法師《成佛之道（增註本）》(p.227)：「

(A) 從無常的正見中，引發正思，就「向於厭」。

眾生對於自我及世界是熱戀著的；正思的向於厭，就是看到一切是無常是苦，而對於名利，權勢，恩怨等放得下。這是從深信因果中來的，所以厭於世間，卻勇於為善，勇於求真，而不像一般頹廢的灰色人生觀，什麼也懶得做。

(B) 從無我的正思中，「向於離欲」。

於五欲及性欲，能不致染著。如聽到美妙的歌聲，聽來未始不好聽，可是秋風過耳，不會動情，歌聲終了，也不再憶戀。如手足在空中運動一樣，毫無礙著。

(C) 從涅槃寂靜的正思中，「向於滅」。

心向涅槃而行道，一切以此為目標。

這三者，表示了內心的從世間而向解脫，也就是真正的出離心。出離心，貫徹了解脫道——八正道的始終。不過正見著重於知厭，知離欲，知滅而已。以下六支，都是向此而修習的。」

¹⁴⁴ (CBETA, T02, no. 99, p. 197, a29-b7)

爾時，世尊告諸比丘：「若比丘修習慈心¹⁴⁵，多修習已，得大果大福利。云何比丘修習慈心，得大果大福利？是比丘心與慈俱¹⁴⁶，修念覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨；乃至修習捨覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。」¹⁴⁷

◎下述的禪法相同，故略：

隨死念：《雜阿含·742經》卷27(CBETA, T02, no. 99, p. 197, b8-14)

四無色定：《雜阿含·745經》卷27(CBETA, T02, no. 99, p. 197, c23-p. 198, a3)

安那般那念：《雜阿含·746經》卷27(CBETA, T02, no. 99, p. 198, a4-11)

無常想(乃至種種想)：《雜阿含·747經》卷27(CBETA, T02, no. 99, p. 198, a12-24)

(九) 七覺支之功德

1、隨心所欲，覺分正受

《雜阿含·718經》卷27：

爾時，尊者舍利弗告諸比丘：「有七覺分。何等為七？謂念覺分、擇法覺分、精進覺分、喜覺分、猗覺分、定覺分、捨覺分。此七覺分決定而得，不勤而得，我隨所欲，覺分正受。若晨朝時、日中時、日暮時，若欲正受，隨其所欲，多入正受。譬如王大臣，有種種衣服，置箱籠¹⁴⁸中，隨其所須，(*晨朝所須、)日中所須、日暮所須，隨欲自在。

¹⁴⁵ 印順法師《空之探究》(p.26-27)：「經說慈心(*即引此經)，是譯者的簡略，實際是慈，悲，喜，捨——四心。所說的「大果大福利」，或是二果二福利，是阿那含與阿羅漢。或是四果四福利，從須陀洹到阿羅漢。或是七果七福利，是二種阿羅漢與五種阿那含。慈，悲，喜，捨與七覺分俱時而修，能得大果大功德，當然是通於無漏的解脫道。無量心解脫，包含了適應世俗，佛法不共二類。一般聲聞學者，都以爲：四無量心緣廣大無量的眾生，無量是眾多難以數計，是勝解——假想觀，所以是世間定。但「量」是依局限性而來的，如觀一切眾生而超越限量心，不起自他的分別，就與無我我所的空慧相應。質多羅長(《雜含 567經》)者以爲：無量心解脫中最上的，是空於貪、瞋、癡的不動心解脫，空就是無量。這一意義，在大乘所說的「無緣慈」中，才再度的表達出來。」

¹⁴⁶ 《大智度論》卷34〈1序品〉：「

問曰：此經言「聞諸佛名即時得道」，不言「聞名已修道乃得」。

答曰：今言「即時」，不言「一心中」；但言更無異事聞之，故言「即時」。

譬如經中說：「修慈心時即修七覺意。」

難者言：「慈三昧，有漏、是緣眾生法，云何得即時修七覺？」

答者言：「從慈起已即修七覺，更無餘法，故言即時。即時有二種：一者、同時，二者、雖久更無異法。即是心而得修七覺亦名即時。」(CBETA, T25, no. 1509, p. 313, c18-26)

¹⁴⁷ (CBETA, T02, no. 99, p. 197, c15-22)

¹⁴⁸ 籠=篋【宋】【元】【明】。

籠 [lù ㄌㄨˋ ㄨㄛˋ]：竹編的盛器。(《漢語大詞典(八)》p.1238)

如是，比丘！此七覺分，決定而得，不勤而得，隨意正受。我此念覺分，清淨純白，起時知起，滅時知滅，沒時知沒，已起知已起，已滅知已滅，如是擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分亦如是說。」¹⁴⁹

2、說七覺支能令疾患皆悉除愈

《增壹阿含·6經》卷33〈39等法品〉：¹⁵⁰

當於爾時，尊者均頭身抱重患，臥在牀褥，不能自起居。是時，均頭便念：如來世尊今日不見垂愍，又遭重患，命在不久，醫藥不接¹⁵¹。又聞世尊言：「一人不度，吾終不捨。」然今獨見遺棄，將何苦哉！

爾時，世尊以天耳聞均頭比丘作是稱怨。是時，世尊告諸比丘：「汝等皆集至均頭比丘所，問其所疾。」諸比丘對曰：「如是，世尊！」

世尊將眾多比丘漸漸至均頭比丘房。是時，均頭遙見如來來，即自投地。爾時，世尊告均頭曰：「汝今抱患極為篤重¹⁵²，不須下牀，吾自有坐¹⁵³。」

爾時，世尊告均頭曰：「汝所患為增？為損？不增損¹⁵⁴乎¹⁵⁵？有¹⁵⁶能堪任受吾教也¹⁵⁷？」

是時，均頭比丘白佛言：「弟子今日所患極篤，但有增無損也，所服藥草，靡不周遍。」

世尊問曰：「瞻視¹⁵⁸病者竟為是誰？」均頭白言：「諸梵行來見瞻視。」

爾時，世尊告均頭曰：「汝今堪與吾說七覺意乎？」

均頭是時，三自稱說七覺意名：「我今堪任於如來前說七覺意法。」

世尊告曰：「若能堪任向如來說¹⁵⁹，今便說之。」

是時，均頭白佛言：「七覺意者。何等為七？所謂念覺意如來之所說，法覺意、

¹⁴⁹ (CBETA, T02, no. 99, p. 193, b14-27)

¹⁵⁰ 均頭比丘病重，佛令其說七覺意而病除；當求方便，修七覺意。

參閱：S 46 16 Gilāna (3) 病；然卻說：釋尊病苦，均頭前往探病，釋尊問他會不會說七覺支，結果均頭說完七覺支之後，釋尊的病就好了！

¹⁵¹ 接：連接。(《漢語大詞典(六)》p.704)

¹⁵² 篤重：十分嚴重。(《漢語大詞典(八)》p.1221)

¹⁵³ 坐=座【宋】【元】【明】(大正2, 731d, n.2)

¹⁵⁴ 不增損=病不增【聖】(大正2, 731d, n.4)

¹⁵⁵ 增爲…乎=有增損病不增乎【宋】【元】【明】(大正2, 731d, n.3)

¹⁵⁶ 有=又【宋】【元】【明】(大正2, 731d, n.5)

¹⁵⁷ 也=耶【宋】【元】【明】(大正2, 731d, n.6)

¹⁵⁸ 依【宋】【元】【明】與【聖】改。

¹⁵⁹ 說+(者)【宋】【元】【明】(大正2, 731d, n.8)

精進覺意、喜覺意、猗覺意、定覺意、護覺意。是謂，世尊！有此七覺意者，正謂此耳！」

爾時，尊者均頭說此語已，所有疾患，皆悉除愈，無有眾惱。是時，均頭白世尊言：「藥中之盛¹⁶⁰，所謂此七覺意之法是也。欲言藥中之盛者，不過此七覺意，今思惟此七覺意，所有眾病皆悉除愈。」

爾時，世尊告諸比丘：「汝等受持此七覺意法，善念諷誦，勿有狐疑於佛、法、眾者，彼眾生類所有疾患皆悉除愈。所以然者？此七覺意甚難曉了；一切諸法皆悉了知，照明一切諸法，亦如良藥療治一切眾病，猶如甘露食無厭足。若不得此七覺意者，眾生之類流轉生死。諸比丘！當求方便，修七覺意。如是，諸比丘！當作是學！」¹⁶¹

3、佛背疾請阿難說七覺支，獨讚佛果由精進所得

《雜阿含·727經》卷27：

如是我聞：一時，佛在力士聚落人間遊行，於拘夷那竭城希連河中間住，於聚落側告尊者阿難：「令四重裓疊敷世尊鬱多羅僧，我今背疾，欲小臥息。」

尊者阿難即受教勅，四重裓疊敷鬱多羅僧已，白佛言：「世尊！已四重裓疊敷鬱多羅僧，唯世尊知時。」

爾時，世尊厚裓僧伽梨枕頭，右脇而臥，足足相累，繫念明相，正念正智，作起覺想，告尊者阿難：「汝說七覺分。」

時，尊者阿難即白佛言：「世尊！所謂念覺分，世尊自覺成等正覺，說依遠離、依無欲、依滅、向於捨，擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分，世尊自覺成等正覺，說依遠離、依無欲、依滅、向於捨。」

佛告阿難：「汝說精進耶？」

阿難白佛：「我說精進。世尊！說精進。善逝！」

佛告阿難：「唯精進，修習多修習，得阿耨多羅三藐三菩提。」說是語已，正坐端身繫念。……¹⁶²

4、修七覺支能得聖果

《雜阿含·735經》卷27：

如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園……如上說。差別者：「如是比丘

¹⁶⁰ 之盛=盛者【宋】【元】【明】(大正2, 731d, n.9) 盛:極:甚。(《漢語大詞典(七)》p.1424)

¹⁶¹ (CBETA, T02, no. 125, p. 731, a5-b13)

¹⁶² (CBETA, T02, no. 99, p. 195, b29-p. 196, a11)

修習七覺分已，多修習已，得四種果、四種福利。何等為四？謂須陀洹果、斯陀含果、阿那含果、阿羅漢果。¹⁶³

《雜阿含·498經》卷18：¹⁶⁴

爾時，舍利弗詣世尊所，稽首禮足，退坐一面，白佛言：「世尊！我深信世尊，過去、當來、今現在，諸沙門、婆羅門所有智慧，無有與世尊菩提等者，況復過上？」

佛告舍利弗：「善哉！善哉！舍利弗，善哉所說，第一之說，能於眾中作師子吼，自言深信世尊，言過去、當來、今現在，沙門、婆羅門所有智慧，無有與佛菩提等者，況復過上？」佛問舍利弗：「汝能審知過去三藐三佛陀所有增上戒？」

舍利弗白佛言：「不知。」

世尊復問：「舍利弗！知如是法、如是慧、如是明、如是解脫、如是住不？」

舍利弗白佛言：「不知。世尊！」

佛告舍利弗：「汝復知未來三藐三佛陀所有增上戒。如是法、如是慧、如是明、如是解脫、如是住不？」

舍利弗白佛言：「不知。世尊！」

佛告舍利弗：「汝復能知今現在佛所有增上戒。如是法、如是慧、如是明、如是解脫、如是住不？」

舍利弗白佛言：「不知。世尊！」

佛告舍利弗：「汝若不知過去、未來、今現在諸佛世尊心中所有諸法。云何如是讚歎？於大眾中作師子吼，說言：『我深信世尊，過去、當來諸沙門、婆羅門所有智慧，無有與世尊菩提等者，況復過上』？」

舍利弗白佛言：「世尊！我不能知過去、當來、今現在諸佛世尊心之分齊¹⁶⁵，然我能知諸佛世尊法之分齊¹⁶⁶。我聞世尊說法，轉轉深、轉轉勝、轉轉上、轉轉妙，我聞世尊說法，知一法即斷一法，知一法即證一法，知一法即修習一法，究竟於法，於大師所得淨信，心得淨。

世尊是等正覺。世尊！譬如國王有邊城，城周匝方直，牢固堅密，唯有一門，無第二門，立守門者，人民入出皆從此門，若入若出，其守門者，雖復不知人數多少，要知人民唯從此門，更無他處。如是，我知過去諸佛、如來、應、等正覺

¹⁶³ (CBETA, T02, no. 99, p. 196, c5-10)

¹⁶⁴ (CBETA, T02, no. 99, p. 130, c7-p. 131, a24)

¹⁶⁵ S V 160: ceto-pariyāya-ññāṇaṃ 心之差別智。〔引自 楊郁文 之註釋〕

¹⁶⁶ S V 160: dhamma anvayo 法之類比。〔引自 楊郁文 之註釋〕

悉斷五蓋惱心，令慧力羸、墮障礙品、不向涅槃者，住四念處，修七覺分，得阿耨多羅三藐三菩提。彼當來世諸佛世尊亦斷五蓋惱心，令慧力羸、墮障礙品、不向涅槃者，住四念處，修七覺分，得阿耨多羅三藐三菩提。今現在諸佛世尊、如來、應、等正覺亦斷五蓋惱心，令慧力羸、墮障礙品、不向涅槃者，住四念處，修七覺分，得阿耨多羅三藐三菩提。」

佛告舍利弗：「如是，如是。舍利弗！過去、未來、今現在佛悉斷五蓋惱心，慧力羸、墮障礙品、不向涅槃者，住四念處，修七覺分，得阿耨多羅三藐三菩提。」

七、八正道

- 1、正見，2、正思惟（正志），3、正語，4、正業，
- 5、正命，6、正精進，7、正念，8、正定。

印順法師《佛法概論》(p.221-222)：

關於八正道，經中有不同的敘述：

一、從修行的目標說，得正定才能離惑證真；而要得正定，應先修正見到正念，所以前七支即是正定的根基、助緣。如《雜含》（卷二八，七五四經）說：「於此七道分為基業已，得一其心，是名賢聖等（正）三昧根本、眾具」（參《中含·聖道經》）。

二、從修行的先導說，正見是德行的根本。如《雜含》（卷二八，七五〇經）說：「諸善法生，一切皆以（慧）明為根本。……如實知者，是則正見。正見者，能起正志……正定」。正見即明慧，是修行的攝導，如行路需要眼目，航海需要羅盤一樣。所以說：「如是五根（信、進、念、定、慧），慧為其首，以攝持故」（雜含卷二六，六五四經）。正見對於德行的重要性，是超過一般的，所以說：「假使有世間，正見增上者，雖復百千生，終不墮惡趣」（雜含卷二八，七八八經）。大乘的重視般若，也即是這一意義的強化。而菩薩的大慧、深慧，不怕生死流轉而能於生死中教化眾生，也即是這正見——般若的大力。

三、以正見為首，以正精進、正念為助而進修。如正見，專心一意於正見，努力於正見的修學。又從正見中了解正志，專心一意於正志，努力於正志的修學。像這樣，正語、正業、正命也如此。這樣的正見為主，正精進、正念為助，「以此七支習助具，善趣向心得一者，是謂聖正定」（中含·聖道經）。這是重視精進與專心，而看作遍助一切支的。

這三說，並沒有什麼矛盾。

(一) 一心行八正道能證涅槃

《增壹阿含·1經》卷5〈12 壹入道品〉：

爾時，世尊告諸比丘：「有一入道，淨眾生行，除去愁憂，無有諸惱，得大智慧，成泥洹證。所謂當滅五蓋，思惟四意止。

云何名為一入？所謂專一心，是謂一入。

云何為道？所謂賢聖八品道，一名正見，二名正治，三名正業，四名正命，五名正方便，六名正語，七名正念，八名正定，是謂名道，是謂一入道。¹⁶⁷

(二) 八正道是清淨道

《雜阿含·1160經》卷42：

時，有持金¹⁶⁸蓋、著舍¹⁶⁹勒導從婆羅門來詣佛所，與世尊面相問訊慰勞已，退坐一面。而說偈言：「無非婆羅門，所行為清淨，剎利修苦行，於靜¹⁷⁰亦復乖。三典婆羅門，是則為清淨，如是清淨者，不在餘眾生。」爾時，世尊說偈答言：「不知清淨道，及諸¹⁷¹無上淨，於餘求靜¹⁷²者，至竟無淨時。」

婆羅門白佛：「瞿曇說清淨道及無上清淨耶？何等為清淨道？何等為無上清淨？」

佛告婆羅門：「正見者為清淨道，正見修習多修習，斷貪欲、斷瞋恚、斷愚癡。若婆羅門貪欲永斷，瞋恚、愚癡永斷，一切煩惱永斷，是名無上清淨。正志、正語、正業、正命、正方便、正念、正定，是名清淨道；正定修習多修習已，斷貪欲、斷瞋恚、斷愚癡。若婆羅門貪欲永斷，瞋恚、愚癡永斷，一切煩惱永斷，是名無上清淨。」

婆羅門白佛言：「瞿曇說清淨道、無上清淨耶？瞿曇！世務多事，今且辭還。」

佛告婆羅門：「宜知是時。」¹⁷³

(三) 佛行古仙人道（八正道）而自覺緣起

《雜阿含·287經》卷12：¹⁷⁴

¹⁶⁷ (CBETA, T02, no. 125, p. 568, a2-9)

¹⁶⁸ 金=華【宋】【元】【明】。

¹⁶⁹ 舍=金【聖】。

¹⁷⁰ 靜=淨【宋】*【元】*【明】*。

¹⁷¹ 諸=說【聖】。

¹⁷² 靜=淨【宋】【元】【明】【聖】。

¹⁷³ (CBETA, T02, no. 99, p. 309, b23-c18)

1、正觀生死流轉之因

爾時，世尊告諸比丘：「我憶宿命未成正覺時，獨一靜處，專精禪思，作是念：『何法有故老死有？何法緣故老死有？』即正思惟，生如實無間等，生有故老死有，生緣故老死有。如有、取、愛、受、觸、六入處、名色。『何法有故名色有？何法緣故名色有？』即正思惟，如實無間等生，識有故名色有，識緣故有名色有。我作是思惟時，**齊識而還，不能過彼**，謂緣識名色，緣名色六入處，緣六入處觸，緣觸受，緣受愛，緣愛取，緣取有，緣有生，緣生老、病、死、憂、悲、惱、苦。如是如是純大苦聚集。¹⁷⁵

2、正觀生死還滅之因

我時作是念：『何法無故則老死無？何法滅故老死滅？』即正思惟，生如實無間等，生無故老死無，生滅故老死滅，如是生、有、取、愛、受、觸、六入處、名色、識、行……」廣說。

我復作是思惟：『何法無故行無？何法滅故行滅？』即正思惟，如實無間等，無明無故行無，無明滅故行滅；行滅故識滅，識滅故名色滅，名色滅故六入處滅，六入處滅故觸滅，觸滅故受滅，受滅故愛滅，愛滅故取滅，取滅故有滅，有滅故生滅，生滅故老、病、死、憂、悲、惱、苦滅，如是如是純大苦聚滅。

3、得古仙人道成等正覺

我時作是念：『我得**古仙人道**、古仙人逕、古仙人道跡，古仙人從此跡去，我今隨去。』譬如有人遊於曠野，披荒覓路，忽遇故道古人行處，彼則隨行，漸漸前進，見故城邑、故王宮殿、園觀浴池、林木清淨。彼作是念：『我今當往白王令知。』即往白王：『大王當知，我遊曠野，披荒求路，忽見故道古人行處，我即隨行；我隨行已，見故城邑、故王宮殿、園觀浴池、林流清淨，大王可往居止其中。』王即往彼，止住其中，豐樂安隱，人民熾盛。

今我如是，得古仙人道、古仙人逕、古仙人跡，古仙人去處，我得隨去，謂八聖道，正見、正志、正語、正業、正命、正方便、正念、正定。我從彼道見老病死、老病死集、老病死滅、老病死滅道跡，見生、有、取、愛、受、觸、六入處、名色、識、行、行集、行滅、行滅道跡。¹⁷⁶我於此法自知自覺，成等正覺，

¹⁷⁴ (CBETA, T02, no. 99, p. 80, b24-p. 81, a8)

¹⁷⁵ 印順法師《唯識學探源》(p.15)：「有時釋尊依識緣名色乃至生緣老死的十支說，說明緣起。十支說的要義，是在逐物流轉的基礎上，進一步的說明觸境繫心的過程。這又可以分為兩類：一、依胎生學為前提，二、依認識論為前提。」

¹⁷⁶ (1) 觀察緣起與四諦的結合說明，契經中稱為四十四種智（除了無明而觀十一支），如《雜阿含·356經》卷14：「如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。爾時，世尊告諸比丘：「有四十四種智。諦聽，善思，當為汝說。何等為四十四種智？謂老死智、老死

為比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷，及餘外道沙門、婆羅門、在家、出家，彼諸四眾聞法正向、信樂，知法善，梵行增廣，多所饒益，開示顯發。」¹⁷⁷

(四) 離二邊，行中道——八正道

《中阿含·204 羅摩經》卷 56〈3 瞿利多品〉：¹⁷⁸

我於爾時即告彼曰：『五比丘！當知有二邊行，諸為道者所不當學：一曰著欲樂下賤業，凡人所行；二曰自煩自苦，非賢聖求法，無義相應。五比丘！捨此二邊，有取中道，成明成智，成就於定，而得自在，趣智趣覺，趣於涅槃，謂八正道，正見乃至正定，是謂為八。』¹⁷⁹

(五) 世間和出世間兩種八正道¹⁸⁰

《雜阿含·785 經》卷 28：

如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

集智、老死滅智、老死滅道跡智。如是生、有、取、愛、受、觸、六入處、名色、識、行智，行集智、行滅智、行滅道跡智，是名四十四種智。」佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。」(CBETA, T02, no. 99, p. 99, c19-26)

(2)關於四十四智的資料，請參考：《舍利弗阿毘曇論》卷 11〈非問分〉(CBETA, T28, no. 1548, p. 605, b14-p. 606, a1)，《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 110(CBETA, T27, no. 1545, p. 570, c28-p. 571, c12)，《瑜伽師地論》卷 94(CBETA, T30, no. 1579, p. 837, b29-c14)，《成實論》卷 16〈201 四十四智品〉(CBETA, T32, no. 1646, p. 372, c29-p. 373, a26)。

¹⁷⁷ 印順法師《初期大乘佛教之起源與開展》(p.234)：「依古道而發見古王宮殿的譬喻，足以說明「法」是以聖道為中心而實現（發見）出來的。聖道的先導者，是正見，也就是慧，如經上說：「如是五根，慧為其首，以攝持故」。「於如是諸覺分中，慧根最勝」。慧——正見在聖道中，如堂閣的棟柱一樣，是一切道品的支柱。《故王都譬喻經》所說，正見所見的，是四諦與緣起的綜合說。一般說，緣起是先後的，聖諦是並列的，其實意義相通。」

¹⁷⁸ 印順法師《佛法概論》(p.178)：「有人以為佛法的中道，是不流於極端的縱欲，也不流於極端的苦行，在這苦樂間求取折中的態度。這是誤會的！要知道一般的人生，不是縱我的樂行，即是克己的苦行。這雖是極端相反的，但同是由於迷情為本的。情欲的放縱樂行，是一般的。發覺縱我樂行的弊病時，即會轉向到克己的苦行。一般的人生傾向，不出這兩極端與彼此間轉移的過程中。不論縱我的樂行，克己的苦行，都根源於情愛，不能到達和樂與自由。所以釋尊否定這兩端，開示究竟徹底的中道行，即是正見為導的人生。自我與世間，惟有智——正見為前導，才能改善而得徹底的完善。不苦不樂的中道，不是折中，是「以智化情」，「以智導行」，隨順於法而可以體見於法的實踐。」

¹⁷⁹ (CBETA, T01, no. 26, p. 777, c25-p. 778, a2)

¹⁸⁰ 印順法師《佛法概論》(p.224-225)：「八正道有二類：有「世俗有漏，有取，轉向善趣」的，有「聖出世間無漏，不取，正盡苦轉向苦邊」的（雜含卷二八，七八五經）。這二者的差別，根本在正見。如是因果、善惡、流轉、解脫的正見，以此為本而立志、實行，這是世俗的人天正行。如是四諦理的正見，再本著正見而正志、修行，即是能向出世而成為無漏的。」

爾時，世尊告諸比丘……如上說。差別者：

（一）正見

何等為正見？謂正見有二種，有正見，是世、俗，有漏、有取，轉向善趣；有正見，是聖、出世間，無漏、無取，正盡苦，轉向苦邊。

◎何等為正見有漏、有取，向於善趣？若彼見有施、有說，乃至知世間有阿羅漢，不受後有，是名世間正見，世俗有漏、有取，向於善趣。

◎何等為正見是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊？謂聖弟子苦思惟，集、滅、道道思惟，無漏思惟相應，於法選擇，分別推求，覺知點慧，開覺觀察，是名正見是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。¹⁸¹

（二）正志

何等為正志？謂正志二種。有正志世俗有漏、有取，向於善趣；有正志，是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。

◎何等為正志有世俗有漏、有取，向於善趣？謂正志出要覺、無恚覺、不害覺，是名正志世俗有漏、有取，向於善趣。

◎何等為正志是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊？謂聖弟子苦思惟，集、滅、道道思惟，無漏思惟相應心法，分別自決意解，計數立意，是名正志是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。¹⁸²

（三）正語

何等為正語？正語有二種。有正語，世俗有漏、有取，向於善趣；有正語，是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。

◎何等為正語世俗有漏、有取，向於善趣？謂正語離妄語、兩舌、惡口、綺語，是名正語世俗有漏、有取，向於善趣。

◎何等正語是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊？謂聖弟子苦思惟，集、滅、道道思惟，除邪命，**念口**四惡行、諸餘口惡行，離於彼，無漏、遠離、不著，¹⁸³固守、攝持不犯，不度時節¹⁸⁴，不越限防，是名正語是聖、出世

¹⁸¹ 《阿毘達磨法蘊足論》卷 6〈10 聖諦品〉(大正 26, 481c11-15):「云何正見？謂聖弟子，於苦思惟苦；於集思惟集；於滅思惟滅；於道思惟道。無漏作意相應，所有於法簡擇、極簡擇、最極簡擇，解了、等了、近了，機點、通達，審察、聰叡，覺、明、慧行、毘鉢舍那。是名正見。」另見《瑜伽師地論》卷 83(大正 30, 762c7-24)

¹⁸² 《阿毘達磨法蘊足論》卷 6〈10 聖諦品〉(大正 26, 481c15-19):「云何正思惟？謂聖弟子，於苦思惟苦；乃至於道思惟道。無漏作意相應所有思惟、等思惟、近思惟，尋求、等尋求、近尋求，推覓、等推覓、近推覓。令心於法麤動而轉，是名正思惟。」另見《瑜伽師地論》卷 83(大正 30, 762c24-763a2)

¹⁸³ 印順法師的標點版：《雜阿含經論會編(中)》(p.391):「除邪命貪(依宋本改)。口四惡行，

間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。¹⁸⁵

(四) 正業

何等為正業？正業有二種。有正業，世俗有漏、有取，向於善趣；有正業，是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。

◎何等為正業世俗有漏、有取，轉向善趣？謂離殺、盜、婬，是名正業世俗有漏、有取，轉向善趣。

◎何等為正業是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。謂聖弟子苦思惟，集、滅、道道思惟，除邪命，念身三惡行、諸餘身惡行數，無漏、心不樂著，固守、執持不犯，不度時節，不越限防，是名正業是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。¹⁸⁶

(五) 正命

何等為正命？正命有二種。有正命，是世俗有漏、有取，轉向善趣；有正命，是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。

◎何等為正命世俗有漏、有取，轉向善趣？謂如法求衣食、臥具、隨病湯藥，非不如法，是名正命世俗有漏、有取，轉向善趣。

◎何等為正命是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊？謂聖弟子苦思惟，集、滅、道道思惟，於諸邪命，無漏、不樂著，固守、執持不犯，不越時節，不度限防，是名正命是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。¹⁸⁷

(六) 正方便

何等為正方便？正方便有二種。有正方便，世俗有漏、有取，轉向善趣；有正方便，是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。

諸餘口惡行離，於彼無漏遠離不著。」

¹⁸⁴ 按：「時節」對應《法蘊足論》可能是「於所制約」，時節是天地自然的制約，規範著天地運行之道理。

¹⁸⁵ 《阿毘達磨法蘊足論》卷6〈10 聖諦品〉(大正26, 481c19-25)：「云何正語？謂聖弟子，於苦思惟苦，乃至於道思惟道。無漏作意相應思擇力故，除趣邪命語四惡行，於餘語惡行所得無漏——遠離、勝遠離、近遠離、極遠離，寂靜、律儀，無作、無造，棄捨防護，船筏、橋梁，堤塘牆塹；於所制約，不踰不踰性，不越不越性，無表語業，是名正語。」另見《瑜伽師地論》卷83(大正30, 763a2-16)

¹⁸⁶ 《阿毘達磨法蘊足論》卷6〈10 聖諦品〉(大正26, 481c25-29)：「云何正業？謂聖弟子，於苦思惟苦，乃至於道思惟道。無漏作意相應思擇力故，除趣邪命身三惡行，於餘身惡行所得無漏、遠離乃至無表身業，是名正業。」

¹⁸⁷ 《阿毘達磨法蘊足論》卷6〈10 聖諦品〉(大正26, 481c29-482a3)：「云何正命？謂聖弟子，於苦思惟苦，乃至於道思惟道。無漏作意相應思擇力故，於趣邪命身語惡行所得無漏、遠離，乃至身語無表業，是名正命。」

◎何等為正方便世俗有漏、有取，轉向善趣？謂欲、精進、方便超出、堅固建立，堪能造作精進、心法攝受、常、不休息，是名正方便世俗有漏、有取，轉向善趣。

◎何等為正方便是聖、出世間，無漏、不取，盡苦，轉向苦邊？謂聖弟子苦苦思惟，集、滅、道道思惟，無漏憶念相應心法，欲、精進、方便、勤踊，超出、建立堅固、堪能造作精進，心法攝受、常、不休息，是名正方便是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。¹⁸⁸

（七）正念

何等為正念？正念有二種。有正念¹⁸⁹世俗有漏、有取，轉向善趣；有正念，是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。

◎何等為正念世俗有漏、有取，轉向善趣？若念、隨念、重念、憶念，不妄、不虛，是名正念世俗有漏、有取，正向善趣。

◎何等為正念是聖、出世間，無漏、不取，轉向苦邊？謂聖弟子苦苦思惟，集、滅、道道思惟，無漏思惟相應，若念、隨念、重念、憶念，不妄、不虛，是名正念是聖、出世間，無漏、不取，轉向苦邊。¹⁹⁰

（八）正定

何等為正定？正定有二種。有正定，世俗有漏、有取，轉向善趣；有正定，是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。

◎何等為正定世俗有漏、有取，轉向善趣？若心住不亂、不動、攝受、寂止、三昧、一心，是名正定世俗有漏、有取，轉向善趣。

◎何等為正定是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊？謂聖弟子苦苦思惟，集、滅、道道思惟，無漏思惟相應心法住，不亂、不散、攝受、寂止、三昧、一心，是名正定是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。¹⁹¹

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。¹⁹²

¹⁸⁸ 《阿毘達磨法蘊足論》卷 6〈10 聖諦品〉（大正 26，482a3-6）：「云何正勤？謂聖弟子，於苦苦思惟苦，乃至於道思惟道。無漏作意相應所有勤精進，勇健，勢猛，熾盛難制，勵意不息，是名正勤。」另見《瑜伽師地論》卷 83（大正 30，762b15-21）

¹⁸⁹ 「有正念」，原本缺，依宋本補。

¹⁹⁰ 《阿毘達磨法蘊足論》卷 6〈10 聖諦品〉（大正 26，482a6-9）：「云何正念？謂聖弟子，於苦苦思惟苦，乃至於道思惟道。無漏作意相應所有念，隨念、專念、憶念，不忘不失，不遺不漏，不失法性，心明記性，是名正念。」另見《瑜伽師地論》卷 83（大正 30，763a16-19）

¹⁹¹ 《阿毘達磨法蘊足論》卷 6〈10 聖諦品〉（大正 26，482a9-12）：「云何正定？謂聖弟子，於苦苦思惟苦，乃至於道思惟道。無漏作意相應所有心住、等住、近住、安住、不散不亂、攝止等持、心一境性，是名正定。」另見《瑜伽師地論》卷 30（大正 30，450c18-451a19）

¹⁹² (CBETA, T02, no. 99, p. 203, a19-p. 204, a15)

◎分別「世間八正道支」與「出世八正道支」

| | | |
|-----|---------------|------------------|
| | 世間、有漏、有取、轉向善趣 | 聖、出世間、無漏、無取、轉向苦邊 |
| 正見 | 見有施、有業果報等 | 聖弟子見四聖諦 |
| 正志 | 出離尋、無恚尋、不害尋 | 聖弟子與無漏四諦見相應的分別等 |
| 正語 | 離妄語、兩舌、惡口、綺語 | 聖弟子一切惡語離 |
| 正業 | 離殺、盜、姪 | 聖弟子一切身惡行離 |
| 正命 | 如法求四資具 | 聖弟子離邪命 |
| 正精進 | 精進、常不休息 | 聖弟子與無漏四諦見相應的精進 |
| 正念 | 念、重念、隨念、憶念 | 聖弟子與無漏四諦見相應的念 |
| 正定 | 寂止、三昧、一心 | 聖弟子與無漏四諦見相應的三昧 |

(六) 善見是正見，正見能起後七支

《雜阿含·788經》卷28：

世尊告諸比丘：「向邪者，違於法，不樂於法；向正者，樂於法，不違於法。」

(1) 向邪者，違於法，不樂於法

何等為向邪者，違於法，不樂於法？若邪見人，身業如所見，口業如所見，若思、若欲、若願、若為，彼皆隨順，一切得不愛果，不念、不可意果。所以者何？**惡見謂邪見**，邪見者起邪志、邪語、邪業、邪命、邪方便、邪念、邪定。譬如苦果種著地中，隨時澆灌，彼得地味、水味、火味、風味，一切悉苦。所以者何？以種苦故。如是邪見人，身業如所見，口業如所見，若思、若欲、若願、若為，悉皆隨順，彼一切得不愛、不念、不可意果。所以者何？惡見者謂邪見，邪見者能起邪志乃至邪定，是名向邪者，違於法，不樂於法。¹⁹³

(2) 向正者，樂於法，不違於法

何等為向正者，樂於法，不違於法？若正見人，身業如所見，口業如所見，若思、若欲、若願、若為，悉皆隨順，彼一切得可愛、可念、可意果。所以者何？**善見謂正見**，正見者能起正志乃至正定。譬如甘蔗、稻、麥、蒲桃種著地中，隨時澆灌，彼得地味、水味、火味、風味，彼一切味悉甜美。所以者何？以種子甜

¹⁹³ 《大智度論》卷63〈41信謗品〉：「邪見罪重故，雖持戒等身口業好，皆隨邪見惡心。如佛自說譬喻：「如種苦種，雖復四大所成，皆作苦味」；邪見人亦如是，雖持戒、精進，皆成惡法。與此相違，名為正見。」(CBETA, T25, no. 1509, p. 506, b3-7)

故。如是正見人，身業如所見，口業如所見，若思、若欲、若願、若為，悉皆隨順，彼一切得可愛、可念、可意果。所以者何？善見者謂正見，正見者能起正志乃至正定，是名向正者，樂於法，不違於法」。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

※世間、出世間，亦如是說，如上三經，亦皆說偈言：

「鄙法不應近，放逸不應行，不應習邪見，增長於世間。

假使有世間，正見增上者，雖復百千生，終不墮惡趣¹⁹⁴」。¹⁹⁵

（七）正見生起之二因緣

《中阿含·211大拘絺羅經》卷58〈3 瞿利多品〉：

復問曰：「賢者拘絺羅！幾因幾緣生正見耶？」

尊者大拘絺羅答曰：「二因二緣而生正見。云何為二？一者從他聞，二者內自思惟。是謂二因二緣而生正見。」¹⁹⁶

《增壹阿含·10經》卷7〈15 有無品〉：

爾時，世尊告諸比丘：「有二因二緣起於正見。云何為二？受法教化，內思止觀。是謂，比丘！有此二因二緣起於正見。如是，諸比丘！當作是學。」¹⁹⁷

（八）見清淨即智慧的修學

《雜阿含·565經》卷21：

如是我聞：一時，佛在橋池人間遊行，與尊者阿難俱，至婆頭聚落國北身恕林中。爾時，婆頭聚落諸童子聞尊者阿難橋池人間遊行，住婆頭聚落國北身恕林中。聞已，相呼聚集，往詣尊者阿難所，稽首禮尊者阿難足，退坐一面。

時，尊者阿難語諸童子言：「苦種！如來、應、等正覺說四種清淨，戒清淨、

¹⁹⁴ 《出曜經》卷6〈4 無放逸品〉：「『正見增上道，世俗智所察，更於百千生，終不墮惡道。』正見增上道者，諸有分別邪見根原永捨離之，正使前人化作佛形，其人前立演說顛倒謂為正法，持心堅固終不承受，何以故爾？以其正見難沮壞故，正使弊魔波旬及諸幻士，化若干變來恐善男子，不能移動其心，倍修正見意不移易，此是世俗正見非第一義，是故說曰：正見增上道，世俗智所察也。於百千生者，如佛所說：吾未曾見行正見人，於百千生墮惡趣者，吾未聞也。所生之處賢聖相遇，亦不墮地獄、餓鬼、畜生中，是故說曰：於百千生，終不墮惡道。」(CBETA, T04, no. 212, p. 639, b28-c11)

¹⁹⁵ (CBETA, T02, no. 99, p. 204b9-c13)

¹⁹⁶ (CBETA, T01, no. 26, p. 790, c28-p. 791, a5)。另參：《長阿含·9 眾集經》卷8(CBETA, T01, no. 1, p. 50, a2-3)。

¹⁹⁷ (CBETA, T02, no. 125, p. 578, a4-9)

心清淨、見清淨、解脫清淨¹⁹⁸。

〔1〕戒清淨

云何為戒清淨？謂聖弟子住於戒，波羅提木叉，戒增長，威儀具足，於微細罪能生恐怖，受持學戒。戒身不滿者，能令滿足；已滿者，隨順執持，欲、精進、方便、超出，精勤勇猛，堪能諸身心法，常能攝受，是名戒淨斷。

〔2〕心淨斷

苦種！云何名為心淨斷？謂聖弟子離欲、惡不善法，乃至第四禪具足住；定身未滿者令滿，已滿者隨順執受，欲精進乃至常執受，是名心淨斷。

〔3〕見淨斷

苦種！云何名為見淨斷？謂聖弟子聞大師說法。如是如是說法，則如是如是入如實正觀。如是如是得歡喜、得隨喜、得從於佛。

復次，聖弟子不聞大師說法，然從餘明智尊重梵行者說，聞尊重梵行者如是如是說，則如是如是入如實觀察。如是如是觀察，於彼法得歡喜、隨喜，信於正法。

復次，聖弟子不聞大師說法，亦復不聞明智尊重梵行者說，隨先所聞受持者重誦習，隨先所聞受持者如是如是重誦已。如是如是得入彼法，乃至信於正法。

復次，聖弟子不聞大師說法，不聞明智尊重梵行者說，又復不能先所受持重誦習，然先所聞法為人廣說，先所聞法如是如是為人廣說。如是如是得入於法，正智觀察，乃至信於正法。

復次，聖弟子不聞大師說法，復不聞明智尊重梵行者說，又復不能先所受持重誦習，亦復不以先所聞法為人廣說，然於先所聞法獨一靜處思惟觀察。如是如是思惟觀察，如是如是得入正法，乃至信於正法。

如是從他聞，內正思惟，是名未起正見令起，已起正見令增廣；是名未滿戒身令滿，已滿者隨順攝受，欲、精進、方便，乃至常攝受，是名見淨斷。

〔4〕解脫清淨斷

苦種！云何為解脫清淨斷？謂聖弟子貪心無欲解脫，恚、癡心無欲解脫。如是解脫，未滿者令滿，已滿者隨順攝受，欲精進乃至常攝受，是名解脫淨斷。」

¹⁹⁸ 印順法師《華雨集第二冊》(p.21-22)：「《長阿含經》(二)《遊行經》(大正一，一三上)說：「諸比丘！有四深法：一曰聖戒，二曰聖定，三曰聖慧，四曰聖解脫」。戒、定、慧、解脫——四法，與四清淨相當，如《雜阿含經》卷二一(大正二，一四八下~一四九上)說：「如來應等正覺說四種清淨：戒清淨，心清淨，見清淨，解脫清淨」。依《增支部》說，這是「四清淨精勤支」(cattāro-pārisuddhi-padhāniyaṅga)。《雜阿含經》解說為「戒淨斷」、「心淨斷」等，斷就是精勤的異譯，如「四正勤」即「四正斷」。見清淨的見，是如實知見，是慧的異名。」

苦種！尊者阿難說是法時，婆頭聚落諸童子聞尊者阿難所說，歡喜隨喜，作禮而去。¹⁹⁹

(九) 成就世間及出世間正見者，於法得不壞淨，入正法中

《中阿含·29 大拘絺羅經》卷7〈舍梨子相應品〉：²⁰⁰

一、尊者舍梨子問

我聞如是：一時，佛遊王舍城，在竹林加蘭哆園。爾時，尊者舍梨子則於晡²⁰¹時從燕²⁰²坐起，至尊者大拘絺羅所，共相問訊，卻坐一面。尊者舍梨子語尊者大拘絺羅：「我欲有所問，聽我問耶？」

尊者大拘絺羅答曰：「尊者舍梨子！欲問便問，我聞已當思。」

二、大拘絺羅廣說成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中

(一) 知世間正見

1、知不善、不善根

尊者舍梨子問曰：「賢者大拘絺羅！頗有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨²⁰³，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知不善、知不善根。

◎云何知不善？謂身惡行不善，口、意惡行不善，是謂知不善。

¹⁹⁹ (CBETA, T02, no. 99, p. 148, c11-p. 149, a27)

²⁰⁰ 此經敘述尊者舍利弗，一再請問尊者摩訶拘絺羅「正見具足、成就正見」的意涵。摩訶拘絺羅也能一再以不同的方式，予以回答。另詳閱：《中部》(M. 9. Sammāditthi-sutta《正見經》)為比丘問，舍利弗答；《雜阿含·344 經》卷14 (大正2, 94b2-95b9)為摩訶拘絺羅問，舍利弗答。三本經之大意比照如下：

一、《中阿含·29 大拘絺羅經》：知善不善，食，漏，苦、老死乃至行，未說無明盡而明生。

二、《雜阿含·344 經》：知善不善，食，病，苦、老死乃至行，未說無明盡而明生。

三、《中部·正見經》：知善不善，食，苦，老死乃至無明，漏。

²⁰¹ 晡〔夕〕：1、申時，即十五時至十七時。2、傍晚；夜。(《漢語大詞典(五)》，頁729)

²⁰² 燕=宴【宋】【元】【明】(大正1, 461d, n.12)

²⁰³ 印順法師《華雨集第二冊》(p.42-43)：「證淨(avetya-prasāda)，在《雜阿含經》中，譯為不壞淨(abhedya-prasāda)，這是脅(Pārśva)尊者所傳，如《阿毘達磨大毘婆沙論》卷一〇三(大正二七，五三四下)說：「脅尊者曰：此應名不壞淨。言不壞者，不為不信及諸惡戒所破壞故。淨謂清淨，信是心之清淨相故，戒是大種清淨相故。」

佛(Buddha)，法(dharma)，僧伽(saṃgha)——三寶，是佛法開展中形成的全體佛法。信(śraddhā)是以「心淨為性」的；對三寶的證淨，是對三寶堅定不變的信心。聖者所愛樂戒(śīla)，是佛弟子必不可缺的，如法的正常戒行。有信與戒為基礎，能深入佛法。本來這是對三寶的淨信，及「聖(所愛)戒成就」，以後才合名證淨。名為四證淨，那是證智相應的信與戒；不壞淨可通於深淺——聖者的證淨(即證預流果)；還沒有證入者的淨信。這是以信為主，能由淺易而深入的法門。」

◎云何知不善根？謂貪不善根，恚、癡不善根，是謂知不善根。

尊者舍梨子！若有比丘如是知不善及不善根者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

2、知善、善根

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知善、知善根。」

◎云何知善？謂身妙行善，口、意妙行善，是謂知善。

◎云何知善根？謂無貪善根，無恚、無癡善根，是謂知善根。

尊者舍梨子！若有比丘如是知善，知善根者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

(二) 知出世間正見

1、知食之四諦

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知食如真，知食習²⁰⁴、知食滅、知食滅道如真。」

◎云何知食如真？謂有四食，²⁰⁵一者搏食麤、細，二者更樂食，²⁰⁶三者意思食，

²⁰⁴ 習=集【元】【明】（大正1，461d，n.14）

²⁰⁵ 印順法師著《佛法概論》(p.70-75)：「食是資益增長的意思，等於平常說的營養，能使有情維持延長其生命，而且擴展長大。凡有資益增長作用的，都可稱為食。所以《阿含經》中所說的食，並不限於四者，與因緣的含義相近。不過佛約資益有情作用最強盛的，特別的總括為四食(cattāro āhāra)，為後代一般論師所稱引。…

一、羶搏食：應譯為段食，即日常茶飯等飲食。所食的，是物質的食料，可分為多少餐次段落的，所以叫段食。要能資益增長於身心，才合於食的定義。

二、觸食：觸是六根發六識，認識六塵境界的觸。根、境、識三者和合時所起合意的感覺，叫可意觸；生起不合己意的感覺，叫不可意觸。從此可意、不可意觸，起樂受、苦受等。這裡的觸食，主要為可意觸，合意觸生起喜樂受，即能資益生命力，使身心健康，故觸食也是維持有情延續的重要因素。

三、意思食：意思是意欲思願，即思心所相應的意欲。意思願欲，於有情的延續，有強大的作用。心理學者說：一個人假使不再有絲毫的希望，此人決無法生活下去。有希望，這

四者識食，是謂知食如真。

◎云何知食習如真？謂因愛便有食，是謂知食習如真。

◎云何知食滅如真？謂愛滅食便滅，是謂知食滅如真。

◎云何知食滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知食滅道如真。尊者舍梨子！若有比丘如是知食如真，知食習、知食滅、知食滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

2、知漏之四諦

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知漏如真，知漏習、知漏滅、知漏滅道如真。」

◎云何知漏如真？謂有三漏——欲漏、有漏、無明漏，²⁰⁷是謂知漏如真。

◎云何知漏習如真？謂因無明便有漏，是謂知漏集如真。

◎云何知漏滅如真？謂無明滅漏便滅，是謂知漏滅如真。

◎云何知漏滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知漏滅道如真。尊者舍梨子！若有比丘如是知漏如真，知漏習、知漏滅、知漏滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡

才資益身心，使他振作起來，維持下去。像臨死的人，每爲了盼望親人的到來，又延續了一些時間的生命，所以意思也成爲有情的食。

四、識食：識指「有取識」，即執取身心的，與染愛相應的識。識有維持生命延續，幫助身心發展的力量。

²⁰⁶「更樂」新譯作「觸」，故又可謂「以觸爲食」。

²⁰⁷ (1)《阿毘達磨集異門足論》卷4〈4 三法品〉：「三漏者：一欲漏、二有漏、三無明漏。欲漏云何？答：除欲界繫無明，諸餘欲界繫結縛隨眠隨煩惱纏，是謂欲漏。有漏云何？答：除色、無色界繫無明，諸餘色、無色界繫結縛隨眠隨煩惱纏，是謂有漏。無明漏云何？答：三界無智，是謂無明漏。」(CBETA, T26, no. 1536, p. 383, a4-9)

(2)《大般涅槃經》卷22〈10 光明遍照高貴德王菩薩品〉：「三漏者：欲界一切煩惱除無明，是名欲漏；色、無色界一切煩惱除無明，是名有漏；三界無明名無明漏。如來永斷是故非漏。」(CBETA, T12, no. 374, p. 495, b27-29)

(3) 菩提長老說：在三漏中有無明漏和在緣起的無明，根據註釋書解釋是單說無明指的是現世的無明，而無明漏則指前世(或更前)的無明。(詳閱 菩提長老(2006)：《香光莊嚴》，第87期：〈《正見經》中十二支緣起〉，頁68-69。)

喜奉行！

3、知緣起、四諦

(1) 憂悲惱苦——純大苦聚集

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知苦如真，知苦習、知苦滅、知苦滅道如真。

◎云何知苦如真？謂生苦、老苦、病苦、死苦、怨憎會苦、愛別離苦、所求不得苦、略五盛陰苦，是謂知苦如真。

◎云何知苦習如真？謂因老死便有苦，是謂知苦習如真。

◎云何知苦滅如真？謂老死滅苦便滅，是謂知苦滅如真。

◎云何知苦滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知苦滅道如真。尊者舍梨子！若有比丘如是知苦如真，知苦習、知苦滅、知苦滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

(2) 老死

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知老死如真，知老死習、知老死滅、知老死滅道如真。

◎云何知老？謂彼老耄²⁰⁸頭白齒落，盛壯日衰，身曲腳戾²⁰⁹，體重氣上，拄杖而行，肌縮皮緩，皴如麻子，諸根毀熟，顏色醜惡，是名老也。

◎云何知死？謂彼眾生、彼彼眾生種類，命終無常，死喪散滅，壽盡破壞，命根閉塞，是名死也。此說死前說老，是名老死，是謂知老死如真。

◎云何知老死習如真？謂因生便有老死，是謂知老死習如真。

◎云何知老死滅如真？謂生滅老死便滅，是謂知老死滅如真。

◎云何知老死滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知老死滅道如真。

尊者舍梨子！若有比丘如是知老死如真，知老死習、知老死滅、知老死滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

²⁰⁸ 老耄：七、八十歲的老人。亦指衰老。（《漢語大詞典(八)》，頁 599）

²⁰⁹ 戾：彎曲。（《漢語大詞典(七)》，頁 347）

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

〔(3) 生〕

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知生如真，知生習、知生滅、知生滅道如真。

◎云何知生如真？謂彼眾生、彼彼眾生種類，生則生，出則出，成則成，興起五陰，已得命根，是謂知生如真。

◎云何知生習如真？謂因有便有生，是謂知生習如真。

◎云何知生滅如真？謂有滅生便滅，是謂知生滅如真。

◎云何知生滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知生滅道如真。尊者舍梨子！若有比丘如是知生如真，知生習、知生滅、知生滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

〔(4) 有〕

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知有如真，知有習、知有滅、知有滅道如真。

◎云何知有如真？謂有三有——欲有、色有、無色有，是謂知有如真。

◎云何知有習如真？謂因受便有有，是謂知有習如真。

◎云何知有滅如真？謂受滅有便滅，是謂知有滅如真。

◎云何知有滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知有滅道如真。尊者舍梨子！若有比丘如是知有如真，知有習、知有滅、知有滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

〔(5) 受(取)〕

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知受如真，知受習、知受滅、知受滅道如

真。

◎云何知受如真？謂有四受——欲受、戒受、見受、我受，²¹⁰是謂知受如真。

◎云何知受習如真？謂因愛便有受，是謂知受習如真。

◎云何知受滅如真？謂愛滅受便滅，是謂知受滅如真。

◎云何知受滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知受滅道如真。尊者舍梨子！若有比丘如是知受如真，知受習、知受滅、知受滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

(6) 愛

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知愛如真，知愛習、知愛滅、知愛滅道如真。

◎云何知愛如真？謂有三愛——欲愛、色愛、無色愛，是謂知愛如真。

◎云何知愛習如真？謂因覺便有愛，是謂知愛習如真。

◎云何知愛滅如真？謂覺滅愛便滅，是謂知愛滅如真。

◎云何知愛滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知愛滅道如真。尊者舍梨子！若有比丘如是知愛如真，知愛習、知愛滅、知愛滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

(7) 覺(受)

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知覺如真，知覺習、知覺滅、知覺滅道如真。

◎云何知覺如真？謂有三覺——樂覺、苦覺、不苦不樂覺，²¹¹是謂知覺如真。

◎云何知覺習如真？謂因更樂便有覺，是謂知覺習如真。

◎云何知覺滅如真？謂更樂滅覺便滅，是謂知覺滅如真。

²¹⁰ 《佛光阿含藏·中阿含(一)》，p.231：四受(cattāri upādānāni)，新譯作四取，即欲取(Kāmupādāna)、見取(ditṭhūpādāna)、戒禁取(sīlabbatupādāna)、我語取(attavādupādāna)。

²¹¹ 「覺」，新譯作「受」。

◎云何知覺滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知覺滅道如真。尊者舍梨子！若有比丘如是知覺如真，知覺習、知覺滅、知覺滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

(8) 更樂(觸)

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知更樂如真，知更樂習、知更樂滅、知更樂滅道如真。」

◎云何知更樂如真？謂有三更樂——樂更樂、苦更樂、不苦不樂更樂，是謂知更樂如真。

◎云何知更樂習如真？謂因六處便有更樂，是謂知更樂習如真。

◎云何知更樂滅如真？謂六處滅更樂便滅，是謂知更樂滅如真。

◎云何知更樂滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知更樂滅道如真。

尊者舍梨子！若有比丘如是知更樂如真，知更樂習、知更樂滅、知更樂滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

(9) 六處

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知六處如真，知六處習、知六處滅、知六處滅道如真。」

◎云何知六處如真？謂眼處，耳、鼻、舌、身、意處，是謂知六處如真。

◎云何知六處習如真？謂因名色便有六處，是謂知六處習如真。

◎云何知六處滅如真？謂名色滅六處便滅，是謂知六處滅如真。

◎云何知六處滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知六處滅道如真。

尊者舍梨子！若有比丘如是知六處如真，知六處習、知六處滅、知六處滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

喜奉行！

〔10〕名色

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知名色如真，知名色習、知名色滅、知名色滅道如真。

◎云何知名？謂四非色陰為名。

◎云何知色？謂四大及四大造為色。²¹²此說色，前說名，是為名色，是謂知名色如真。

◎云何知名色習如真？謂因識便有名色，是謂知名色習如真。

◎云何知名色滅如真？謂識滅名色便滅，是謂知名色滅如真。

◎云何知名色滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知名色滅道如真。

尊者舍梨子！若有比丘如是知名色如真，知名色習、知名色滅、知名色滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

〔11〕識

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知識如真，知識習、知識滅、知識滅道如真。

◎云何知識如真？謂有六識——眼識，耳、鼻、舌、身、意識，是謂知識如真。

◎云何知識習如真？謂因行便有識，是謂知識習如真。

◎云何知識滅如真？謂行滅識便滅，是謂知識滅如真。

◎云何知識滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知識滅道如真。

尊者舍梨子！若有比丘如是知識如真，知識習、知識滅、知識滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

〔12〕行

²¹² 《大乘廣五蘊論》卷 1：「云何四大所造色？謂眼根，耳根，鼻根，舌根，身根。色、聲、香、味，及觸一分，無表色等。」(CBETA, T31, no. 1613, p. 850, c24-25)

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！頗更有事因此事，比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法耶？」

答曰：「有也，尊者舍梨子！謂有比丘知行如真，知行習、知行滅、知行滅道如真。

◎云何知行如真？謂有三行——身行、口行、意行，是謂知行如真。

◎云何知行習如真？謂因無明便有行，是謂知行習如真。

◎云何知行滅如真？謂無明滅行便滅，是謂知行滅如真。

◎云何知行滅道如真？謂八支聖道，正見…乃至正定為八，是謂知行滅道如真。尊者舍梨子！若有比丘如是知行如真，知行習、知行滅、知行滅道如真者，是謂比丘成就見，得正見，於法得不壞淨，入正法中。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」尊者舍梨子歎已，歡喜奉行！

三、總結：無明已盡，明已生，無所復作

尊者舍梨子復問曰：「賢者大拘絺羅！若有比丘無明已盡，明已生，復作何等？」

尊者大拘絺羅答曰：「尊者舍梨子！若有比丘無明已盡，明已生，無所復作。」

尊者舍梨子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者大拘絺羅。」

如是，彼二尊更互說義，各歡喜奉行，從坐起去。²¹³

(十) 知四聖諦者，名為智慧與正見

《中阿含·211 大拘絺羅經》卷 58〈3 瞿利多品〉：

復問曰：「賢者拘絺羅！智慧者說智慧，何者智慧？」

尊者大拘絺羅答曰：「知如是故說智慧。知何等耶？知此苦如真，知此苦習、

²¹³ (CBETA, T01, no. 0, p. 461, b22-p. 464, b15)

《瑜伽師地論》卷 94：「復次，若有棄捨無因、惡因，於因生法，五種因中獲得正見，名見圓滿。於此正法及毘奈耶不可轉故，亦得名為成正直見；由於涅槃意樂淨故，亦名成就於佛證淨，於所知境智清淨故。由此三緣，如其次第，名於正法趣向、親近、及與正證。云何名為從因生法五種因耶？」

一、**惡趣因**，謂諸不善及不善根。

二、**善趣因**，謂一切善及諸善根。

三、**於識住令識住因**，謂四種食。

四、**現法、後法雜染因**，謂一切漏。

五、**清淨因**，謂諦、緣起。

若有於此諸因自性，如實了知是其自性；於此因緣，如實了知是其因緣；於因緣滅，如實了知真實是滅；於趣滅道，如實了知真實是道，名見圓滿。觀緣生事，乃至無明為邊際故，過此更無緣生因觀，唯由此觀自義究竟。」(CBETA, T30, no. 1579, p. 834, b14-29)

知此苦滅、知此苦滅道如真，知如是故說智慧。」

尊者舍黎子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者拘絺羅！」²¹⁴

復問曰：「賢者拘絺羅！智慧有何義，有何勝，有何功德？」

尊者大拘絺羅答曰：「智慧者有厭義、無欲義、見如真義。」

尊者舍黎子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者拘絺羅！」…

復問曰：「賢者拘絺羅！云何正見？」

尊者大拘絺羅答曰：「知苦如真，知苦習、滅、道如真者，是謂正見。」

尊者舍黎子聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢者拘絺羅！」²¹⁵

(十一) 由七支助成的正定，能令眾生得清淨

《雜阿含·754經》卷28：

爾時、尊者舍利弗詣佛所，稽首佛足，退坐一面。白佛言：「世尊！所謂賢聖等三昧根本、眾具，云何為賢聖等三昧根本、眾具？」

佛告舍利弗：「謂七正道分，為賢聖等三昧，為根本，為眾具。何等為七？謂正見，正志，正語、正業，正命，正方便，正念。舍利弗！於此七道分為基業已，得一其心，是名賢聖等三昧根本、眾具」。²¹⁶

《中阿含·189聖道經》卷49〈1雙品〉：

一、由七支助成的正定能令眾生得清淨

爾時，世尊告諸比丘：「有一道令眾生得清淨，離愁感啼哭，滅憂苦懊惱，便得如法。謂聖正定，有習、有助，亦復有具，而有七支，於聖正定說習、說助，亦復說具。云何為七？正見、正志、正語、正業、正命、正方便、正念。

若有以此七支習、助、具，善趣向心得一者，是謂聖正定，有習、有助，亦復有具。所以者何？正見生正志，正志生正語，正語生正業，正業生正命，正命生正方便，正方便生正念，正念生正定。

賢聖弟子如是心正定，頓盡淫、怒、癡。賢聖弟子如是正心解脫，頓知「生已盡，梵行已立，所作已辦，不更受有」——知如真。彼中正見最在其前。

二、別釋各支之內容

(一) 正見

若見邪見是邪見者，是謂正見；若見正見是正見者，亦謂正見。

²¹⁴ (CBETA, T01, no. 26, p. 790, b28-c4)

²¹⁵ (CBETA, T01, no. 26, p. 790, c20-28)

²¹⁶ (CBETA, T02, no. 99, p. 199a23-b1)

◎云何邪見？謂此見——無施、無齋、無有咒說，無善惡業，無善惡業報，無此世彼世，無父無母，世無真人往至善處、善去善向、此世彼世，自知自覺，自作證成就遊，是謂邪見。

◎云何正見？謂此見——有施、有齋，亦有咒說，有善惡業，有善惡業報，有此世彼世，有父有母，世有真人往至善處、善去善向，此世彼世，自知自覺，自作證成就遊，是謂正見。

是為見邪見是邪見者，是謂正見；見正見是正見者，亦謂正見。彼如是知己，則便求學，欲斷邪見成就正見，是謂正方便。比丘以念斷於邪見，成就正見，是謂正念。此三支隨正見從見方便，是故正見最在前也。

(二) 正志

若見邪志是邪志者，是謂正志；若見正志是正志者，亦謂正志。

◎云何邪志？欲念、恚念、害念，是謂邪志。

◎云何正志？無欲念、無恚念、無害念，是謂正志。

是為見邪志是邪志者，是謂正志；見正志是正志者，亦謂正志。彼如是知己，則便求學，欲斷邪志成就正志，是謂正方便。比丘以念斷於邪志，成就正志，是謂正念。此三支隨正志從見方便，是故正見最在前也。

(三) 正語

若見邪語是邪語者，是謂正語；若見正語是正語者，亦謂正語。

◎云何邪語？妄言、兩舌、麁言、綺語，是謂邪語。

◎云何正語，離妄言、兩舌、麁言、綺語，是謂正語。

是為見邪語是邪語者，是謂正語；見正語是正語者，亦謂正語。彼如是知己，則便求學，欲斷邪語成就正語，是謂正方便。比丘以念斷於邪語，成就正語，是謂正念。此三支隨正語從見方便，是故正見最在前也。

(四) 正業

若見邪業是邪業者，是謂正業；若見正業是正業者，亦謂正業。

◎云何邪業？殺生、不與取、邪淫，是謂邪業。

◎云何正業？離殺、不與取、邪淫，是謂正業。

是為見邪業是邪業者，是謂正業；見正業是正業者，亦謂正業。彼如是知己，則便求學，欲斷邪業成就正業，是謂正方便。比丘以念斷於邪業，成就正業，是謂正念。此三支隨正業從見方便，是故正見最在前也。

(五) 正命

若見邪命是邪命者，是謂正命；若見正命是正命者，亦謂正命。

◎云何邪命？若有求無滿意，以若干種畜生之咒，邪命存命。彼不如法求衣

被，以非法也；不如法求飲食、床榻、湯藥、諸生活具，以非法也，是謂邪命。

◎云何正命？若不求無滿意²¹⁷，不以若干種畜生之咒，不邪命存命。彼如法求衣被，則以法也；如法求飲食、床榻、湯藥、諸生活具，則以法也，是謂正命。

是為見邪命是邪命者，是謂正命；見正命是正命者，亦謂正命。彼如是知己，則便求學，欲斷邪命，成就正命，是謂正方便。比丘以念斷於邪命，成就正命，是謂正念。此三支隨正命從見方便，是故正見最在前也。

〔六〕正方便

云何正方便？比丘者，

已生惡法為斷故，發欲求方便，精勤舉心滅；

未生惡法為不生故，發欲求方便，精勤舉心滅。

未生善法為生故，發欲求方便，精勤舉心滅；

已生善法為住不忘不退，轉增廣布，修習滿具故，發欲求方便，精勤舉心滅，是謂正方便。

〔七〕正念

云何正念？比丘者，觀內身如身，觀至覺（受）、心、法如法，是謂正念。

〔八〕正定

云何正定？比丘者，離欲、離惡不善之法，至得第四禪成就遊，是謂正定。

〔九〕正解脫

云何正解脫？比丘者，欲心解脫，恚、癡心解脫，是謂正解脫。

〔十〕正智

云何正智？比丘者，知欲心解脫，知恚、癡心解脫，是謂正智也。

三、有學成就八支與無學成就十支——並論四十大法品、十誥責

是為學者成就八支，漏盡阿羅訶成就十支。

云何學者成就八支？學正見至學正定，是為學者成就八支。

云何漏盡阿羅訶成就十支？無學正見至無學正智，是謂漏盡阿羅訶成就十支。所以者何？

◎正見者，斷於邪見。

若因邪見生無量惡不善法者，彼亦斷之；

若因正見生無量善法者，彼則修習，令滿具足。

◎至正智者，斷於邪智，

若因邪智生無量惡不善法者，彼亦斷之；

²¹⁷「不求無滿意」，於《中阿含·31分別聖諦經》卷7〈3舍梨子相應品〉則為：「非無理求，不以多欲無厭足」。(CBETA, T01, no. 26, p. 469, b10)

若因正智生無量善法者，彼則修習，令滿具足。

是為二十善品、二十不善品，是為說四十大法品轉於梵輪，沙門、梵志、天及魔、梵及餘世間，無有能制而言非者。

若有沙門、梵志者，我所說四十大法品轉於梵輪，沙門、梵志、天及魔、梵及餘世間，無有能制而言非者，彼於如法有十詰責。云何為十？

◎若毀咎正見，稱譽邪見，若有邪見沙門、梵志，若供養彼而稱譽彼，若有沙門、梵志者，我所說四十大法品轉於梵輪，沙門、梵志、天及魔、梵及餘世間，無有能制而言非者，彼於如法是謂一詰責。

◎若毀咎至正智，稱譽邪智，若有邪智沙門、梵志，若供養彼而稱譽彼，若有沙門、梵志，我所說四十大法品轉於梵輪，沙門、梵志、天及魔、梵及餘世間，無有能制而言非者，彼於如法是謂第十詰責。

若有沙門、梵志，我所說四十大法品轉於梵輪，沙門、梵志、天及魔、梵及餘世間，無有能制而言非者，是謂於如法有十詰責。

若更有餘沙門、梵志，踳踳說踳踳，無所有說無所有，說無因、說無作、說無業，謂彼彼所作善惡施設，斷絕破壞彼此。我所說四十大法品轉於梵輪，沙門、梵志、天及魔、梵及餘世間，無有能制而言非者，彼亦有詰責、愁憂恐怖。」²¹⁸

（十二）八正道的次第意義

《大智度論》卷13〈1序品〉：

復次，持戒為八正道初門，入道初門，必至涅槃。

問曰：如八正道，正語、正業在中，正見、正行在初，今何以言「戒為八正道初門」？

答曰：以數言之，大者為始；正見最大，是故在初。

復次，行道故，以見為先；諸法次第，故戒在前。譬如作屋，棟梁雖大，以地為先。²¹⁹

《大智度論》卷22〈1序品〉：

問曰：若持戒是禪定因緣，禪定是智慧因緣，八聖道中何以慧在前，戒在中，定在後？

答曰：行路之法，應先以眼見道而後行，行時當精勤；精勤行時，常念如導師所教；念已，一心進路，不順非道。

²¹⁸ (CBETA, T01, no. 26, p. 735b29-736c26)

²¹⁹ (CBETA, T25, no. 1509, p. 160, c15-23)

〔(1) 正見〕

正見亦如是。先以正智慧，觀五受眾皆苦，是名「苦」；苦從愛等諸結使和合生，是名「集」；愛等結使滅，是名「涅槃」；如是等觀八分，名為「道」——是名「正見」。行者是時心定知世間虛妄可捨、涅槃實法可取——決²²⁰定是事，是名「正見」。

〔(2) 正思惟〕

知見是事，心力未大，未能發行；思惟籌量，發動正見令得力，是名「正思惟」。

〔(3) 正語，(4) 正業，(5) 正命〕

智慧既發，欲以言宣故，次「正語」、「正業」、「正命」戒。

〔(6) 正方便〕

行時精進不懈，不令住色、無色定中，是名「正方便」。

〔(7) 正念〕

用是正見觀四諦，常念不忘：念一切煩惱是賊，應當捨；正見等是我真伴，應當隨，是名「正念」。

〔(8) 正定〕

於四諦中攝心不散，不令向色、無色定中，一心向涅槃，是名「正定」。²²¹

(十三) 八正道與三學的關係

1、正語、業、命爲戒；正念、定爲定；正見、志、精進爲慧

《中阿含·210 法樂比丘尼經》卷 58〈3 晡利多品〉：

法樂比丘尼答曰：「非八支聖道攝三聚。三聚攝八支聖道。正語、正業、正命，此三道支聖戒聚所攝。²²²正念、正定，此二道支聖定聚所攝。正見、正志、正方便²²³，此三道支聖慧聚所攝。是謂非八支聖道攝三聚，三聚攝八支聖道。」

²²⁰ 《大正藏》原作「快」，今依《高麗藏》改作「決」(第 14 冊，603c7)。

²²¹ (CBETA, T25, no. 1509, p. 226, a18-b10)

²²² 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 33：「契經說：『無學支中，正業即此中身律儀，正語即此中語律儀，正命即此中命清淨』；經說：『此三總名戒蘊。』」(CBETA, T27, no. 1545, p. 171, c6-8)

²²³ 同樣將「正精進」納入「慧學」的論書有：

(1) 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 59：「餘經復說：正見、正思惟、正精進，慧蘊攝；正念、正定，定蘊攝。」(CBETA, T27, no. 1545, p. 306, b27-28)

(2) 《瑜伽師地論》卷 29：「見聖諦迹已永斷滅見道所斷一切煩惱，唯餘修道所斷煩惱；為斷彼故，修習三蘊所攝八支聖道。此中正見、正思惟、正精進，慧蘊所攝；正語、正業、正命，戒蘊所攝；正念、正定，定蘊所攝。」(CBETA, T30, no. 1579, p. 445, a8-12)

毗舍佉優婆夷聞已，歎曰：「善哉！善哉！賢聖！」²²⁴

2、正語、業、命爲戒；正精進、念、定爲定；正見、志爲慧

《中部·有明小經》：

「居士毘舍佉！不以八支聖道攝三聚，居士毘舍佉當以三聚攝八支聖道。居士毘舍佉！正語、正業及正命，此等諸法爲戒聚所攝；正精進²²⁵、正念及正定，此等諸法爲定聚所攝；正見及正思惟，此等諸法爲慧聚所攝。」²²⁶

3、正語、業、命爲戒；正念、定爲定；正見、志爲慧；正精進通三學

印順法師《成佛之道（增註本）》(p.176)：

八正道就是三學，如正見，正思惟是慧學；正語，正業，正命是戒學；正念，正定是定學；正精進是遍通三學的。²²⁷

（十四）有八正道就有四沙門果

《雜阿含·979經》卷35：

如是我聞：一時，佛住俱夷那竭國力士生處堅固雙樹林中。

爾時，世尊涅槃時至，告尊者阿難：「汝爲世尊於雙樹間敷繩床，北首，如來今日中夜於無餘涅槃而般涅槃。」

爾時，尊者阿難奉教，於雙樹間敷繩床，北首，訖，來詣佛所，稽首佛足，退住一面，白佛言：「世尊！已於雙樹間敷繩床，北首。」

爾時，世尊詣雙樹間，於繩床上北首右脇而臥，足足相累，繫念明想，正念正智。

時，俱夷那竭國有須跋陀羅外道出家，百二十歲，年耆根熟，爲俱夷那竭國人恭敬供養，如阿羅漢。彼須跋陀羅出家聞世尊今日中夜當於無餘涅槃而般涅槃，

²²⁴ (CBETA, T01, no. 26, p. 788, b25-c15)。

²²⁵ 同樣將「正精進」納入「定學」的論書有：

(1)《大智度論》卷19〈1序品〉：「是八正道有三分：三種爲戒分，三種爲定分，二種爲慧分。」(CBETA, T25, no. 1509, p. 203, a23-24)

(2)《大智度論》卷87〈75次第學品〉：「復次，「行」名正語、正業、正命，「學」名正精進、正念、正定，「道」名正見、正思惟。此八事雖名爲道，然分別有三分：正見是「道」體；發起是道，名正思惟。正語、正業、正命，助益正見，故名爲「行」。正精進、正念、正定，能成就正見，使令牢固，是名「學」。」(CBETA, T25, no. 1509, p. 669, a7-13)

²²⁶ 《中部·有明小經》(漢譯南傳10, p.21)；DN, II, p.23、p.36。

²²⁷ 編按：推論印順法師說「正精進是遍通三學」的說法，也許依據《中阿含·189聖道經》。

然我有所疑，希望而住，沙門瞿曇有力，能開覺我，我今當詣沙門瞿曇，問其所疑。即出俱夷那竭，詣世尊所。

爾時，尊者阿難於園門外經行。時，須跋陀羅語阿難言：「我聞沙門瞿曇今日中夜於無餘涅槃而般涅槃，我有所疑，希望而住，沙門瞿曇有力，能開覺我。若阿難不憚勞者，為我往白瞿曇，少有閑暇，答我所問？」

阿難答言：「莫逼世尊！世尊疲極。」

如是須跋陀羅再三請尊者阿難，尊者阿難亦再三不許。

須跋陀羅言：「我聞古昔出家耆年大師所說，久久乃有如來、應、等正覺出於世間，如優曇鉢花。而今如來中夜當於無餘涅槃界而般涅槃，我今於法疑，信心而住，沙門瞿曇有力，能開覺我，若阿難不憚勞者，為我白沙門瞿曇。」

阿難復答言：「須跋陀羅！莫逼世尊！世尊今日疲極。」

爾時，世尊以天耳聞阿難與須跋陀羅共語來往，而告尊者阿難：「莫遮外道出家須跋陀羅！令入問其所疑。所以者何？此是最後與外道出家論議，此是最後得證聲聞善來比丘，所謂須跋陀羅。」

爾時，須跋陀羅，世尊為開善根，歡喜增上，詣世尊所，與世尊面相問訊慰勞已，退坐一面，白佛言：「瞿曇！凡世間入處，謂富蘭那迦葉等六師，各作如是宗：『此是沙門，此是沙門。』云何？瞿曇！為實各各有是宗不？」

爾時，世尊即為說偈言：

「始年二十九，出家修善道，成道至於今，經五十餘年，

三昧明行具，常修於淨戒，離斯少道分，此外無沙門。」

佛告須跋陀羅：「於正法、律不得入正道者，亦不得初沙門，亦不得第二、第三、第四沙門。須跋陀羅！於此法、律得入正道者，得初沙門，得第二、第三、第四沙門，除此已，於外道無沙門，斯則異道之師，空沙門、婆羅門耳。是故，我今於眾中作師子吼。」

說是法時，須跋陀羅外道出家遠塵離垢，得法眼淨。爾時，須跋陀羅見法、得法、知法、入法，度諸狐疑，不由他信，不由他度，於正法、律得無所畏。從坐起，整衣服，右膝著地，白尊者阿難：「汝得善利，汝得大師，為大師弟子，為大師雨，雨灌其頂。我今若得於正法、律出家、受具足，得比丘分者，亦當得斯善利！」

時，尊者阿難白佛言：「世尊！是須跋陀羅外道出家今求於正法、律出家、受具足，得比丘分。」

爾時，世尊告須跋陀羅：「此比丘來修行梵行。」

彼尊者須跋陀羅即於爾時出家，即是受具足，成比丘分。如是思惟，乃至心

善解脫，得阿羅漢。

時，尊者須跋陀羅得阿羅漢，解脫樂覺知己，作是念：「我不忍見佛般涅槃，我當先般涅槃。」時，尊者須跋陀羅先般涅槃已，然後世尊般涅槃。²²⁸

八、總結

（一）三十七品，十法為根本

《大智度論》卷 19〈1 序品〉：

是三十七品，十法為根本。何等十？信、戒、思惟、精進、念、定、慧、除、喜、捨。

信者，信根、信力；**戒者**，正語、正業、正命；**精進者**，四正勤、精進根、精進力、精進覺、正精進；**念者**，念根、念力、念覺、正念；**定者**，四如意足、定根、定力、定覺、正定；**慧者**，四念處、慧根、慧力、擇法覺、正見。²²⁹

（二）印順法師以八正道（三學）收攝三十七品

《成佛之道（增註本）》，(p.233-p.234)：

解脫生死的道品，為什麼說有這七類——三十七品呢？古人以為：道體是同一的。修習的功德，本來是很多的，佛說的也只是舉其主要而說。眾生的生死是同一的，解脫生死的道，不會是不同的。不過隨眾生的根機不同，佛就說有別異的道品而已。因為從經中看來，任何一項道品（其實是包含一切功德，不過舉其重要而說），都是能解脫生死的，都說為『一乘道』的。將一切道品總合起來，解脫道的主要項目，不外乎十類：

- 一、**信**——信根，信力。
- 二、**勤**——四正勤，勤根，勤力，精進覺支，正精進。
- 三、**念**——念根，念力，念覺支，正念。
- 四、**定**——四神足，定根，定力，定覺支，正定。
- 五、**慧**——四念處，慧根，慧力，擇法覺支，正見。
- 六、**尋思**——正思惟。
- 七、**戒**——正語，正業，正命。
- 八、**喜**——喜覺支。
- 九、**捨**——捨覺支。

²²⁸ (CBETA, T02, no. 99, p. 253, c24-p. 254, c1)

²²⁹ (CBETA, T25, no. 1509, p. 198, b8-13)

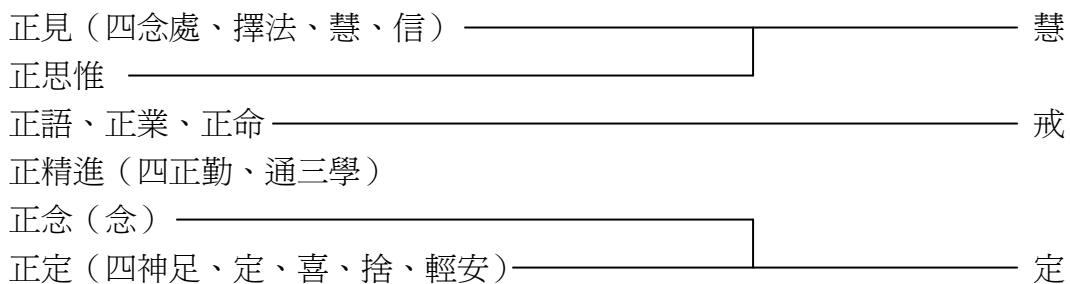
十、輕安——輕安覺支。

道的主要項目，雖有此十種。但正見成就，就能得信成就。而喜，捨，輕安，不外乎定中的功德。所以八正道的敘述，是最圓滿的；而三學是最簡要的。

(※編者按導師的說明以八正道攝其他道品)

| 八正道 | 正見 | 正志 | 正語 | 正業 | 正命 | 正精進 | 正念 | 正定 |
|-----|---------|----|----|----|----|------------------------------------|----|----------|
| 四念處 | 身、受、心、法 | | | | | | | |
| 四正勤 | | | | | | 未生惡令不生 已生惡令斷 未生善令生 已生善令增長 | | |
| 四神足 | | | | | | | | 欲、勤、止、觀 |
| 五根 | 信、慧 | | | | | 勤 | 念 | 定 |
| 五力 | 信、慧 | | | | | 勤 | 念 | 定 |
| 七覺支 | 擇法 | | | | | 精進 | 念 | 定、喜、捨、輕安 |

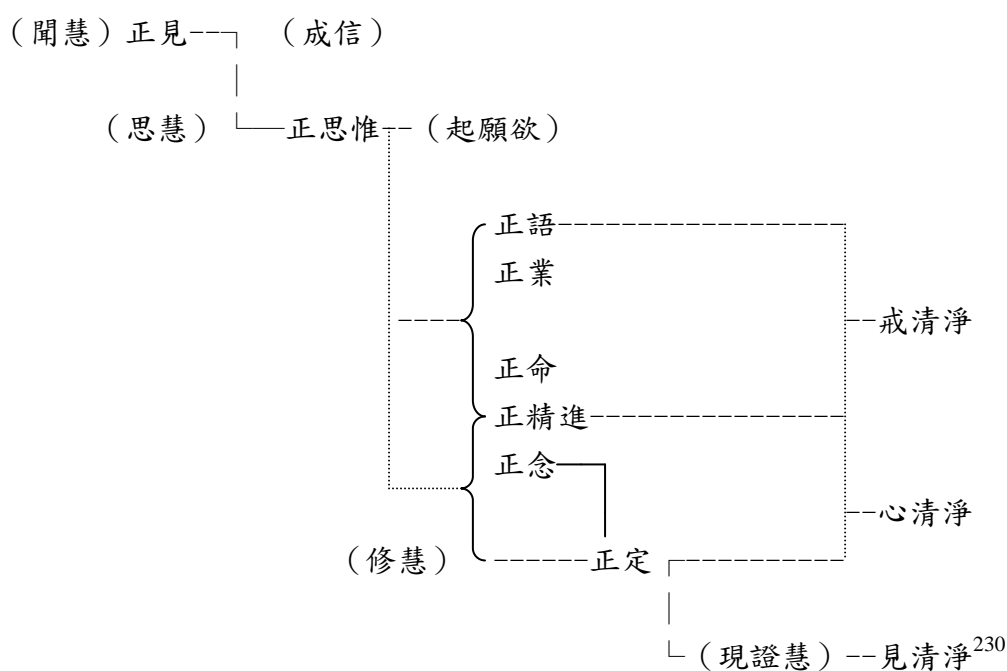
(※編者按八正道與三學之特質，簡易收攝道品項目為六類。)



(三) 印順法師以八正道為聖道的總綱

《華雨集(二)》(p.19-p.26)：

八正道為聖道的總綱，試列表如下：



(四) 斷惑唯定與慧

《空之探究》第一章·第二節，(p.11-p.12)：

從聖道的修習來說，經中或先說聞法，或先說持戒，而真能部分的或徹底的斷除煩惱，那就是定與慧了。……所以《大毘婆沙論》引《法句》說：「慧闕無靜慮（禪），靜慮闕無慧；是二具足者，去涅槃不遠」。

* * *

²³⁰ 七清淨為：戒淨，心淨，見淨，疑蓋淨，道非道知見淨，道跡知見淨，道跡斷智淨。

阿含經與菩薩道

（仁俊長老撰，刊於《海潮音》卷期：35：9，民國 43.09）

菩薩道，是普遍的記載於一切聖教中的，不但諸大乘經中廣為敷說崇讚，即是阿含經中，也是提倡到的。向來有一部分佛教學者，把阿含劃為小乘人所修行的法門，肯定它不通於大乘。這樣，在聲聞道與菩薩道之間，築起一道鴻溝來，反而使普遍於一切聖教中的菩薩道，受到局限，對發菩提心「不待時」的聖教，也被忽略了。不知阿含經，並不但是聲聞的。這所以台宗判阿含經為三藏教，比賢首宗要高明得多！為著說明阿含與菩薩道的關係，特將其中發菩提心、行菩薩道的教證，列舉於後。

「**比丘當知！我本未成佛道，為菩薩行**」（增含卷三四，七日品四十之一）。菩薩道是貫徹整個佛法的，從初發菩提心，行菩薩道，直至證得無上菩提；成佛，即是菩薩行的究竟圓滿。和大眾在一起而為大眾所瞻仰的佛陀，至行深德，潛移默化，不期然的成為僧團中最高的典型。那些留心於佛陀生活的弟子們，當然會模仿他老人家的作略，多少帶幾分佛的氣氛，波斯匿王讚阿難說法如佛，就是個證明。連佛也時常稱讚聲聞弟子：「謂汝等是真佛子，從口而生，從法所化」（中含卷二九）。菩薩道可分為兩類：一、般若道的菩薩道，多少是著重自利的；二、方便道的菩薩道，主要是多為利他的。前者是不離於聲聞的菩薩道，是內秘外現的類型。後者是不共聲聞的（大地菩薩）菩薩道，是自他共利的類型。從菩薩道的進展來說，是個人是如此，大乘佛教也如此——由共聲聞的行徑而進入不共聲聞的境域。舉個例說，彌勒是在聲聞僧團中出家的，稱他為彌勒比丘，而中含十三卷，預記成佛說：「佛復告曰：彌勒！汝於未來久遠人壽八萬歲時，當得作佛，名彌勒如來。」但在華嚴等經中，是可尊稱為不可思議的菩薩了。不但如此，彌勒出家的動機，和當時聲聞是不同的，他是發菩提心直往大乘的，聲聞是發厭離心（約多分說）直趣涅槃的。然而他的發菩提心，不但是自己的善根成熟，和佛陀的感化力所致，多少也由於當時的聲聞僧團中，也蘊蓄著菩薩的精神與作風。在這幾種因緣具足之下，才促成他發菩提心的動機。後來，許多聲聞在大乘法會上發大菩提心，這絕不是臨時的、偶然的觸發，也是由平時受著菩薩道的啟發才如此的。從這個觀點出發，不但如平常所說的大乘能兼容小乘，小乘也還是能不

拒大乘，而為大乘思想的基礎。法無大小，根有利鈍，根既有利鈍，法亦不妨說有大小，由小乘而至大乘，這是事相上的必然歷程。因此，阿含經也可作為進入菩薩道的初門讀。

大乘經上學菩薩行的，都是在大善知識的善巧開導下發菩提心的。那末，只要我們確信佛陀的悲智是超勝的大善知識的話，對於常隨著佛的聲聞（約廣義說，凡是聞佛聲教的都叫做聲聞），在阿含會上發大菩提心，就不會起疑了。本來發菩提心，是共三乘的，但聲聞厭苦心切，專重自覺諦理，解脫生死，對於覺他方面，看來似較消極，所以稱為發厭離心。惟有菩薩自覺覺他，輾轉覺化，永無窮盡，所以稱為發菩提心。單約覺證義說，聲聞與菩薩是相同的，悲願就抵不上了。如果聲聞從畢竟空中透出來積極的利他，當下就是大菩薩。聲聞與菩薩並無根本的分野，不過一止於空，一透出於空而已。二乘於無佛時，或許不會發大菩提心，出在佛世，受到無上悲智的薰潤鼓鑄，任何時處都可能發大心的。如機械地咬定聲聞要到什麼時候方能發大心，對於時節因緣的靈活性與啓示性就喪失了。這種看法，似乎有修正的必要。

照阿含經看，在家出家發菩提心的都相當多。

◎當時的國王，如頻婆娑羅王等，皆發菩提心（見佛說羅漢具德經，屬阿含部）。

◎佛稱師子長者為菩薩（增含卷四三）。

◎阿那邠持（舍衛國給孤獨）長者，廣行布施，利益有情，佛也稱他為菩薩（增含卷四，護心品第十）。

◎像釋摩訶男不惜犧牲自身，感動極為暴惡的流離王，終於使迦毘羅衛的千萬人民免除殺戮之禍，這十足表現出損己利人的大乘精神（增含卷二六）。

大乘經中說在家發菩提心，本不算什麼稀奇事，現在阿含竟這樣確鑿而明顯的說在家也發菩提心，不免令人有點驚異。這含有幾個意思的，因為菩薩道的本質是外張的，聲聞受著比丘戒的約束，教化的範圍受到限制。佛陀秉著不捨有情的大願，特別訓勵智德超眾的長者居士，命他們深入各階層中去，方便施化。為著鞏固他們的信心和加深願力起見，

第一、先教他們發菩提心，奠定窮生死劫受諸苦痛永不退悔的無上志願；次則以普度眾生的重任囑託他。從推行菩薩道的方便上說，在家菩薩確較出家比丘容易得多，所以佛陀重視在家發菩提心者，其故在此。

復次，在家者多不樂發厭離心，菩提願深廣普遍，賅攝群機，是故佛陀亦多以發菩提心激勵在家者。

本來通俗的菩薩道，是在家眾所都能做到的，但要想具足超俗（種種難行能行的大行）的菩薩行，必須從通俗的菩薩行著手，這是佛陀對在家者策發菩提心的第三個原因。

我們要知道佛陀的勸發菩提心是不分種姓的，而菩提種姓的現行也不拘什麼時候，祇要有正常的因緣。這樣，才與「佛種從緣起」的聖教不相違。

增含卷四·護心品第十說：「佛對比丘說菩薩法」；五一卷說：「佛常緣眾說菩薩道」；四三卷說：「三乘之道皆出於眾」；這個眾字，即是比丘僧的代名詞。據此，足見聲聞僧團中確有許多菩薩根性者，這是金科玉律的事實。照一般說，釋尊在世時，出家比丘大都是自求解脫的多，這本是佛法的根本問題之一。從另一面看，則說佛世的眾生利根者多，所謂利根，即是指那六根明利，志性邁倫，堪荷如來家業的大弟子們（不分聲聞菩薩）。雜含二六卷（佛光版卷二六）說：（比丘）「於如來所發菩提心」；四三卷（佛光版卷十）說：「中有一人不愚不癡者，謂菩薩摩訶薩。」六度集經卷四說：「佛告諸比丘：……學道之志，當如佛行也。」釋尊教授比丘，是有固定步驟的，先以戒止其惡，行其善，側重內修，淨治業障。繼則以外化啟其悲心，終則以成佛大志相勉。因之，有些大阿羅漢，一到法華會上，都迴小向大，佛也承認他們所行的是菩薩道；並且說他們的智慧近於佛慧。諸大乘經皆說到聲聞發大心，這正顯示著大乘的尊勝超特，其實聲聞僧中的菩薩行，早已有人實行了。

◎像增含中「好遊遠國，教授人民」的曇摩留支比丘；

◎和雜含中的富樓那教化輸盧那人那樣的容忍刺激，歷盡艱苦，毫無怨懟。

◎又如阿那律「將五百比丘人間遊化」，連比丘戒中視為唯一大事——夏坐——也不舉行。

◎須摩提女經（阿含部）說：「大迦葉恒愍貧窮者」。

◎其他如舍利弗、目犍連、阿難陀等，率諸比丘，徧化諸方，終不疲厭。

這不是行菩薩道又是什麼？四無量中的慈悲無量，大聲聞都是具足的。他們對世間那末的多情，對眾生痛苦那末繫念，實是由於悲願激動而不能自己的。

中含二五卷說：「有一人來，不為彼求利及饒益，求安隱快樂者，當知是魔波旬！」增含卷二說：「亦以自度，復度他人，至三乘道。」十六卷說：「若我誓願，向三乘行。」般若的三乘究竟，實是淵源於增含的。據說彌勒菩薩亦曾參

加過王舍城結集的勝舉，增含卷一說：「彌勒菩薩尋來集，菩薩數億不可計。」聲聞與菩薩的調洽和合，顯出佛法的本質是大致相同的。大乘行者的六波羅蜜，並非不共的，增含中早就有了。後來的佛教學者，根據法華說聲聞專修四諦，緣覺修十二緣起，菩薩修六波羅蜜的說法，因此，把大小乘所修行的法門的界線劃得格外清楚。不知法華約偏勝而言，其實大小乘的行法與證法都是相通的。這不但阿含、般若作如此說，華嚴也有「苦滅道或名一乘，滅諦名第一義」，「六地修十二支觀」的至教量。諦理本無大小，認定它有大有小，對法性平等的聖訓未免有乖。增含卷一說：「彌勒大士告賢劫諸菩薩，勸修增一尊法」；「如是阿含增一法，三乘教化無差別」。把聲聞藏與菩薩藏看得畸輕畸重的佛教學人，觀此不知作何感想？

「大乘道之興，一切渡人天」(長含卷二)。「菩薩二足尊，百福相已具」(同上)。「白淨王(淨飯王)有子名菩薩」(長含卷二二)。「有一乘道」(雜含卷十九)：「一乘道淨於眾生」(雜含卷二十)。這就是大乘經中所高標的一乘究竟的根據。依我的看法，大乘經的結集，不妨與小乘同時先後，但大乘經的流通於世，從印度佛教史實上看，確係在小乘經之後。因此，有一分大乘經於小乘經，不免有融攝和修正的可能性。這樣，就不必固執小乘經與大乘經的來源究竟是一是異(總之，大體上都承認是佛說的)。例如把小乘的泥洹經與大乘的涅槃經對讀一下，總或多或少反映出阿含的痕跡來。我這樣說，絕對不是把大乘經的價值看得太平常，而是從佛法一味的觀點出發的。

從上看來，增含主三乘之說，長含未說大乘，雜含則兼說大乘與一乘。考增含的體裁佛世已有(後世依原型增纂的當然不少)，雜含(相應教)為原始最早結集的聖教，中、長含以篇幅長短得名。印度西系(上座系)比丘尊雜含，中系(分別說系)推長含，東系(大眾系)則重增一；這三含提到菩薩道的地方著實不少，中含雖未提到，從字裏行間研求，也隱約地看出菩薩道的傾向。由於阿含菩薩道的啓示，中系、東系就日趨於菩薩行；比較上西系側重於聲聞行(繁瑣機械的律制)，然而大乘一乘的尊貴名稱，卻屢見於他們所重視的雜含中，這令人體會到菩薩道早已深入每個原始佛徒的心坎中，不過表現的精神夠不夠罷了。深一層看，越古老的雜含，越注重大乘與一乘，這證明佛陀確係以一乘道為究竟的。大乘經所說的大乘、一乘，同這並無偌大差異，不過說有廣略，理有豐簡而已。這樣，就知道經是相通的，菩薩道也是偏一切經，偏一切時處的了。