

## 四神足

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。

- 1、當知由欲增上力所得三摩地，名欲三摩地。
- 2、由勤增上力所得三摩地，名勤三摩地。
- 3、由心增上力所得三摩地，名心三摩地。
- 4、由觀增上力所得三摩地，名觀三摩地。

**A、明欲三摩地**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。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**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。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**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。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。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。」是名觀增上力所得三摩地。

### 明八斷行

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。

彼於如是正修習時，有八斷行，為欲永害諸隨眠故，為三摩地得圓滿故，差別而轉。何等名為八種斷行？

(a) 一者、「欲」，謂起如是希望樂欲：「我於何時修三摩地，當得圓滿？我於何時當能斷滅惡不善法所有隨眠？」

(b) 二者、「策勵」，謂乃至修所有對治，不捨加行。

- (c) 三者、「信」，謂不捨加行正安住故，於上所證，深生信解。
- (d) 四者、「安」，謂清淨信而為上首，心生歡喜；心歡喜故，漸次息除諸惡不善法品麤重。
- (e) 五者、「念」，謂九種相。於九種相安住其心，奢摩他品能攝持故。
- (f) 六者、「正知」，謂毘鉢舍那品慧。
- (g) 七者、「思」，謂心造作，於斷、未斷正觀察時，造作其心，發起能順止觀二品身業、語業。
- (h) 八者、「捨」，謂行過去、未來、現在隨順諸惡不善法中，心無染污、心平等性。

◎由二因緣，於隨眠斷，分別了知，謂由境界不現見思，及由境界現見捨故。如是名為：八種斷行，亦名勝行。

**明八斷四定相攝義**（大正藏：冊 30，444a21；披尋記：冊 2，頁 975）

如是八種斷行、勝行，即是為害隨眠瑜伽。

- a、此中，欲者，即是彼欲。
- b、此中，策勵，即彼精進。
- c、此中，信者，即是彼信。
- d、此中，安、念、正知、思、捨，即彼方便。

如是此中，若先欲等四三摩地、若今所說八種斷行，於為永斷所有隨眠、圓滿成辨三摩地時，一切總名欲三摩地斷行成就神足、勤三摩地斷行成就神足、心三摩地斷行成就神足、觀三摩地斷行成就神足。

#### **明神足義**

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，有三摩地圓滿成辨，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。

#### 九住心

《瑜伽師地論》卷 30〈本地分中聲聞地〉第十三 第三瑜伽處之一

總嚙柁南曰：「往慶問尋求，方安立護養，出離、一境性，障淨、修作意。」

復於五處如應安立。云何五處？一、護養「定」資糧處；二、遠離處；三、心一境性處；四、障清淨處；五、修作意處。

云何心一境性？

謂數數隨念同分所緣，流注無罪適悅相應，令心相續，名三摩地；亦名為善心一境性。復次，如是心一境性，或是奢摩他品、或是毘鉢舍那品。

◎若於九種心住中心一境性，是名奢摩他品。

◎若於四種慧行中心一境性，是名毘鉢舍那品。

**1、九種心住**

云何名爲九種心住？

**(1) 明體相**

謂有苾芻，令心 1)內住、2)等住、3)安住、4)近住、5)調順、6)寂靜、7)最極寂靜、8)專注一趣、及以 9)等持，如是名爲九種心住。

- 1)云何內住？謂從外一切所緣境界，攝錄其心，繫在於內，令不散亂。此則最初繫縛其心，令住於內不外散亂，故名內住。
- 2)云何等住？謂即最初所繫縛心，其性麤動未能令其等住、遍住故；次即於此所緣境界，以相續方便、澄淨方便，挫令微細遍攝令住，故名等住。
- 3)云何安住？謂若此心雖復如是內住等住，然由失念於外散亂，復還攝錄安置內境，故名安住。
- 4)云何近住？謂彼先應如是如是親近念住，由此念故，數數作意內住其心，不令此心遠住於外，故名近住。
- 5)云何調順？謂種種相令心散亂，所謂色、聲、香、味、觸相，及貪、瞋、癡、男、女等相故，彼先應取彼諸相爲過患想。由如是想增上力故，於彼諸相折挫其心不令流散，故名調順。
- 6)云何寂靜？謂有種種欲、恚、害等諸惡尋思，貪欲蓋等諸隨煩惱，令心擾動。故彼先應取彼諸法爲過患想。由如是想增上力故，於諸尋思、及隨煩惱，止息其心，不令流散，故名寂靜。
- 7)云何名爲最極寂靜？謂失念故即彼二種暫現行時，隨所生起諸惡尋思，及隨煩惱能不受，尋即斷滅、除遣、變吐，是故名爲最極寂靜。
- 8)云何名爲專注一趣？謂有加行、有功用，無缺無間三摩地相續而住，是故名爲專注一趣。
- 9)云何等持？謂數修、數習、數多修習爲因緣故，得無加行、無功用任運轉道。由是因緣，不由加行、不由功用，心三摩地任運相續無散亂轉，故名等持。

**(2) 配六力**

當知此中由六種力，方能成辦九種心住。

一、聽聞力；二、思惟力；三、憶念力；四、正知力；五、精進力；六、串習力。

**A·聞、思力配 →內住、等住**

初由聽聞、思惟二力，數聞數思增上力故，最初令心於內境住；及即於此相續方便、澄淨方便，等遍安住。

**B·憶念力配 →安住、近住**

如是於內繫縛心已，由憶念力，數數作意攝錄其心，令不散亂，安住、近住。

**C·正知力配 →調順、寂靜**

從此已後，由正知力，調息其心，於其諸相、諸惡尋思、諸隨煩惱，不令流散，調順、寂靜。

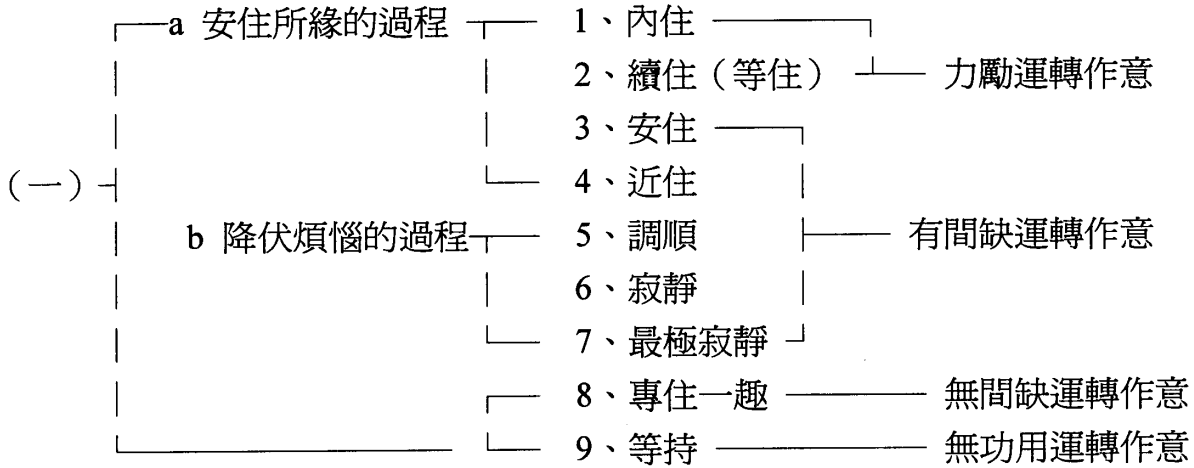
**D·精進力配 →最極寂靜、專注一趣**

由精進力，設彼二種暫現行時，能不忍受，尋即斷滅、除遣、變吐，最(451b)極寂靜、專注一趣。

**E·串習力配 → 等持**

由串習力，等持成滿。

**(3) 辨作意**



即於如是九種心住，當知復有四種作意。

- 一、力勵運轉作意；二、有間缺運轉作意；三、無間缺運轉作意；
- 四、無功用運轉作意。

- 1)於內住、等住中，有力勵運轉作意。
- 2)於安住、近住、調順、寂靜、最極寂靜中，有有間缺運轉作意。
- 3)於專注一趣中，有無間缺運轉作意。
- 4)於等持中，有無功用運轉作意。

→當知如是四種作意，於九種心住中，是奢摩他品。  
 →即如是獲得內心奢摩他者，於毘鉢舍那勤修習時，復即由是四種作意，方能修習毗鉢舍，故此亦是毘鉢舍那品。

**七種作意**

先於欲界觀為麤性，於初靜慮若定、若生觀為靜性，發起加行離欲界欲。為離欲界欲勤修觀行，由七作意，方能獲得離欲界欲。

何等名為七種作意：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。

云何名為了相作意？謂若作意，能正覺了欲界麤相，初靜慮靜相。云何覺了欲界麤相？謂正尋思欲界六事。何等為六。一義。二事。三相。四品。五時。六理。

云何尋思諸欲麤義？謂正尋思如是諸欲，有多過患，有多損惱，有多疫癘，有多災害。於諸欲中，多過患義：(如世尊說，習近諸欲有五過患：1 謂彼諸欲極少滋味，多諸苦惱，多諸過患。2 又彼諸欲於習近時，能令無厭、能令無足、能令無滿。3 又彼諸欲常為諸佛及佛弟子，賢善正行正至善士，以無量門呵責毀訾。4 又彼諸欲於習近時，能令諸結，積集

增長 5 又彼諸欲於習近時，我說，無有惡不善業而不作者。）。廣說乃至多災害義。是名羸義。

云何尋思諸欲羸事？謂正尋思，於諸欲中有內貪欲，於諸欲中有外貪欲。

云何尋思諸欲自相？謂正尋思此為煩惱欲，此為事欲。此復三種，謂順樂受處，順苦受處，順不苦不樂受處。順樂受處是貪欲依處，是想心倒依處。順苦受處，是瞋恚依處，是忿恨依處。順不苦不樂受處，是愚癡依處，是覆、惱、誑、諂、無慚、無愧依處，是見倒依處。即正尋思如是諸欲極惡諸受之所隨逐，極惡煩惱之所隨逐，是名尋思諸欲自相。

云何尋思諸欲共相？謂正尋思此一切欲，生苦、老苦廣說乃至求不得苦，等所隨逐，等所隨縛。諸受欲者於圓滿欲驅迫而轉，亦未解脫生等法故。雖彼諸欲，勝妙圓滿，而暫時有。是名尋思諸欲共相。

云何尋思諸欲羸品？謂正尋思如是諸欲，皆墮黑品。1 猶如骨鎖（令無厭足）、2 如凝血肉（多所共有）、3 如草炬火（是非法行惡行之因）、4 如一分炭火（增長欲愛）、5 如大毒蛇（智者所離）、6 如夢所見（速趣消滅）、7 如假借得諸莊嚴具（依託眾緣）、8 如樹端果（是諸放逸危亡之地）。追求諸欲諸有情類，於諸欲中，1 受追求所作苦、2 受防護所作苦、3 受親愛失壞所作苦、4 受無厭足所作苦、5 受不自在所作苦、6 受惡行所作苦，如是一切如前應知。如是諸欲 1 令無厭足、2 多所共有、3 是非法行惡行之因、4 增長欲愛、5 智者所離、6 速趣消滅、7 依託眾緣、8 是諸放逸危亡之地、9 無常虛偽妄失之法、10 猶如幻化誑惑愚夫、11 若現法欲、若後法欲、若天上欲、若人中欲，一切皆是魔之所行，魔之所住。於是處所能生無量依意所起惡不善法，所謂貪瞋及憤諍等，於聖弟子正修學時能為障礙。由如是等差別因緣，如是諸欲，多分墮在黑品所攝，是名尋思諸欲羸品。

云何尋思諸欲羸時？謂正尋思如是諸欲，去來今世，於常常時，於恒恒時，多諸過患，多諸損惱，多諸疫癘，多諸災害，是名尋思諸欲羸時。

云何尋思諸欲羸理？

- 1、 **觀待道理**：謂正尋思如是諸欲，由大資糧，由大追求，由大劬勞，及由種種，無量差別工巧業處，方能招集生起增長。又彼諸欲雖善生起，雖善增長，一切多為外攝受事。謂父母、妻子、奴婢、作使、親友、眷屬。
- 2、 **作用道理**：或為對治，自內有色羸重四大，糜飯長養、常須覆蔽、沐浴按摩，壞斷離散，消滅法身，隨所生起，種種苦惱。食能對治諸飢渴苦；衣能對治諸寒熱苦；及能覆蔽可慚羞處；臥具能治諸勞睡苦，及能對治，經行住苦；病緣醫藥能治病苦。是故諸欲，唯能對治隨所生起種種苦惱，不應染著而受用之，唯應正念。譬如重病所逼切人，為除病故服雜穢藥。
- 3、 **證成道理**：
  - a 至教量：又彼諸欲有至教量，證有羸相。B 現證量：又彼諸欲如是如是所有羸相，我亦於內現智見轉。c 比度量：又彼諸欲有比度量知有羸相。
- 4、 **法爾道理**：又彼諸欲從無始來本性羸穢成就，法性難思，法性不應思議，不應分別。是名尋思諸欲羸理。

如是名為由六種事，覺了欲界諸欲羸相，復能覺了初靜慮中，所有靜相，謂欲界中一切羸

性，於初靜慮皆無所有。由離欲界諸羸性故，初靜慮中說有靜性。是名覺了初靜慮中所有靜相。即由如是定地作意，於欲界中了為羸相，於初靜慮了為靜相，是故名為了相作意。即此作意，當言猶為聞思間雜。

**勝解作意：**彼既如是如理尋思，了知諸欲是其羸相，知初靜慮是其靜相，從此已後，超過聞思唯用修行，於所緣相發起勝解，修奢摩他毘鉢舍那。既修習已，如所尋思，羸相靜相，數起勝解，如是名為勝解作意。

**遠離作意：**即此勝解，善修、善習、善多修習為因緣故，最初生起，斷煩惱道，即所生起斷煩惱道俱行作意，此中說名遠離作意。由能最初，斷於欲界先所應斷諸煩惱故，及能除遣彼煩惱品羸重性故。

**攝樂作意：**從是已後，愛樂於斷、愛樂遠離。於諸斷中，見勝功德，觸證少分遠離喜樂，於時時間，欣樂作意，而深慶悅。於時時間，厭離作意，而深厭患。為欲除遣昏沈、睡眠、掉舉等故，如是名為攝樂作意。

**觀察作意：**彼由如是樂斷樂修，正修加行，善品任持。欲界所繫諸煩惱纏，若行、若住不復現行。便作是念：我今為有於諸欲中貪欲煩惱不覺知耶？為無有耶？為審觀察如是事故，隨於一種可愛淨相作意思惟，猶未永斷，諸隨眠。故思惟如是淨妙相時，便復發起隨習近心、趣習近心、臨習近心；不能住捨，不能厭毀，制伏違逆。彼作是念：我於諸欲猶未解脫其心，猶未正得解脫，我心仍為諸行制伏，如水被持，未為法性之所制伏；我今復應為欲永斷餘隨眠故，正勤安住，樂斷樂修。如是名為觀察作意。

**加行究竟作意：**從此倍更樂斷樂修，修奢摩他毘鉢舍那，鄭重觀察，修習對治，時時觀察先所已斷。由是因緣，從欲界繫一切煩惱心得離繫，此由暫時伏斷方便，非是畢竟永害種子。當於爾時，初靜慮地前加行道已得究竟，一切煩惱對治作意已得生起。是名加行究竟作意。

**加行究竟果作意：**從此無間，由是因緣證入根本初靜慮定。即此根本初靜慮定俱行作意，名加行究竟果作意。

又於遠離攝樂作意現在轉時，能適悅身離生喜樂，於時時間，微薄現前。加行究竟作意轉時，即彼喜樂，轉復增廣，於時時間，深重現前。加行究竟果作意轉時，離生喜樂遍諸身分，無不充滿無有間隙。彼於爾時遠離諸欲，遠離一切惡不善法，有尋有伺離生喜樂。(<<中觀,瑜伽部 T30>>p.465.2 ~ p.466.3)

### 未到地定

從九心住就是欲界定到未到地定是很不容易！但是，若成就未到地定，要到初禪卻反倒是不難，宗喀巴大師著『菩提道次第略論』在奢摩他章中，只說到未到地定，他不再進一步說明初禪，他認為能得到未到地定的人已經是很少很少的，所以，他不進一步說初禪。



災 患	火災 (火燒初禪)	水災 (水漫二禪)	風災 (風打三禪)	無八災： 1 尋 2 伺 3 喜 4 樂 5 出入息 6 水 7 火 8 風
				八種不動： 1 尋 2 伺 3 喜 4 樂 5 出息 6 入息 7 憂 8 苦

## 五根、五力

### (1) 別辨

#### A、五根 (A) 舉信根

彼由如是勝三摩地爲所依持，勝三摩地爲所依止，能進修習增上心學、增上慧學所有瑜伽。

由進修習此瑜伽故，於他大師、弟子所證，深生勝解、深生淨信。

此清淨信，增上義故，說名信根。

#### (B) 明增上義

問：於何增上？答：a、於能生起出世間法而爲上首，及於能起精進、念、定、慧爲其增上。b、餘精進等，於能生起出世間法，及於能起展轉，乃至慧爲其增上。c、乃至其慧，唯於能起出世間法爲其增上。是故信等，說名五根。

#### B、五力

#### (A) 舉信力

若復了知前後所證而有差別，隨此能於後後所證出世間法，深生勝解、深生淨信。此清淨信，難伏羲故，說名信力。

#### (B) 明力義

問：誰不能伏？答：此清淨信，若天、若魔，若諸沙門、若婆羅門，若餘世間，無有如法能引奪者，諸煩惱纏亦不能屈，故名難伏。

#### (C) 例精進等

此爲上首、此爲前行，餘精進等，亦名爲力。

#### (D) 結名

由此諸力具大威勢，摧伏一切魔軍勢力，能證一切諸漏永盡，是故名力。

### (2) 總顯

#### A、信根、信力

當觀此中信根、信力，即四證淨<sup>1</sup>中所有淨信。何以故？以其證入正性離生所有證淨，皆由此因、此緣、此序，由彼即是此增上果。

<sup>1</sup> 《顯揚聖教論》卷3：「淨者，謂四證淨，廣說如經：一、佛證淨，謂已見諦者，於如來所善住出世間信，及後所得善住世間信。如佛證淨，如是第二、法證淨，第三、僧證淨應知；四、聖所愛戒證淨。」（大正31，496a4~7）。



是故世尊就其因果相屬道理，說言：當觀即彼證淨，非即彼體、非即彼相。

### B、精進根、精進力

當觀此中精進根、力，即四正斷中所有精進。此何正斷？謂能永斷見道所斷一切煩惱方便正斷。此中，意說如是正斷，由此正斷，畢竟能斷所有諸惡不善法故。

### C、念根、念力

當觀此中念根、念力，即四念住中所有正念。謂四念住能無餘斷一切顛倒。

### D、定根、定力

當觀此中定根、定力，即四靜慮中所有正定。謂諸靜慮能為方便，證不還果。<sup>2</sup>

### E、慧根、慧力

當觀此中慧根、慧力，即四聖諦中所有正智。

謂聖諦智於四聖諦能證現觀，得沙門果。

## (3) 依根力、建立四順決擇分

### A、總說

即由如是諸根、諸力，漸修、漸習、漸多修習為因緣故，便能發起下、中、上品順決擇分四種善根。何等為四？一、煖，二、頂，三、順諦忍，四、世第一法。

### B、別釋

#### (A) 立喻

譬如有人，欲以其火，作火所作；為求火故，下安乾木，上施鑽燧，精勤策勵，勇猛鑽求。彼於如是精勤、策勵、勇猛鑽時，於下木上，最初生煖；次煖增長，熱氣上衝；次倍增盛，其煙遂發；次無焰火，欵然流出；火出無間發生猛焰；猛焰生已，便能造作火之所作。

#### (B) 法合

如鑽火人精勤策勵，勇猛鑽求，五根、五力，漸修、漸習、漸多修習，當知亦爾。

#### a、明煖義

如下木上，初所生煖；其煖善根，當知亦爾，燒諸煩惱無漏法火生前相故。

#### b、明頂義

如煖增長，熱氣上衝；其頂善根，當知亦爾。

#### c、明忍義

如次煙發，其順諦忍，當知亦爾。

#### d、明世第一義

如無焰火，欵然<sup>3</sup>流出；世第一法，當知亦爾。

### C、明出世界果義

如火無間發生猛焰，世第一法所攝五根、五力，無間所生出世無漏聖法，當知亦爾。

<sup>2</sup> 《中阿含經》卷21〈85經〉(大正1, 564b3~11)。

<sup>3</sup> 【欵然】忽然。(《漢語大詞典》冊6, p.1457)。

## 修八斷行除五種過失

辯中邊論中卷十二頁云：已說修正斷，當說修神足。

頌曰：依住堪能性，爲一切事成，滅除五過失，勤修八斷行。

論曰：依前所修離集精進，心便安住，有所堪能，爲勝事成，修四神足，是諸所欲勝事因故。住謂心住，此即等持故。次正斷說四神足，此堪能性，謂能滅除五種過失，修八斷行。

何者名爲五種過失？頌曰：懈怠、忘聖言，及昏沈、掉舉，不作行作行，是五失應知。

論曰：應知此中昏沈、掉舉，合爲一失。若爲除滅昏沈、掉舉，不作加行，或已滅除昏沈，掉舉，復作加行，俱爲過失。

爲除此五，修八斷行，云何安立彼行相耶？頌曰：爲斷除懈怠，修欲勤、信、安，即所依、能依，及所因能果。爲除餘四失，修念智思捨，記言、覺沈掉，伏行、滅等流。

論曰：爲滅懈怠，修四斷行：一欲，二正勤，三信，四輕安。如次應知，即所依等。所依，謂欲、勤所依故。能依，謂勤依欲起故。所因，謂信是所依。欲，生起近因。若信，受彼便希望故。能果，謂安是能依。勤，近所生果；勤精進者，得勝定故。

爲欲對治後四過失，如數修餘四種斷行：一念，二正知，三思，四捨。如次應知，即記言等。記言謂念，能不忘境，記聖言故。覺沈掉者，謂即正知；由念記言，便能隨覺昏沈、掉舉二過失故。伏行謂思；由能隨覺沈、掉失已。爲欲伏除，發起加行。滅等流者，謂彼沈、掉既斷滅已，心便住捨，平等而流。

復修欲者，謂欲證彼不現行及損害故。

策勵者，謂欲爲因於奢摩他、毗鉢舍那，發起正勤故。

信者，謂生欲之因，於彼損害及所得中，決定信故。

安者，謂因策勵，除身心粗重，令身心堪任故。

正念者，謂於防護沈下、浮舉隨煩惱中，令心不忘故。

正知者，謂或時失念，隨煩惱現行之時，分別正知故。

思者，謂於止舉中，造作心故。

捨者，謂於不染住心、平等心、正直心，無轉動性。

如是一切諸神足中，八種斷行應知。

此中差別者，第二勤增上故，得三摩地，如有行者，依於教授及教誡法，或在空閑，或居林樹，或止靜室，於如是處，長時勇猛、純熟，熾然正勤，證得心住一境性，由正勤故，三摩地成就。餘如前說。

第三心增上故，得三摩地，如有行者，先已修習奢摩他行，由此因緣，思惟內法，速疾證得心住一境性，由修心故，三摩地成就。餘如前說。

第四觀增上故，得三摩地，如有行者，多聞聞持，其聞積集，獨處閑靜，即於彼法，以慧簡擇，極細簡擇，遍覺觀察，因此證得心住一境性，由觀察故，三摩地成就。餘如前說。

## 《瑜伽師地論》卷 28 本地分中聲聞地第十三第二瑜伽處

嗚柁南曰：(壹)諸補特伽羅，(貳)建立(參)所緣(肆)教，(伍)學(陸)隨順學法，(柒)壞(捌)瑜伽(玖)作意，(拾)瑜伽師(拾壹)作(拾貳)修，(拾參)果(拾肆)門(拾伍)數取趣，因(拾陸)魔(拾柒)事無果，是皆當廣說。

**瑜伽** (大正藏：冊 30，438a16；披尋記：冊 2，頁 949)

云何瑜伽？謂四瑜伽。何等爲四？一、信；二、欲；三、精進；四、方便。

**(一) 明信體相** 當知其信有二行相及二依處。

◎「二行相」者：一、信順行相；二、清淨行相。<sup>1</sup>

◎「二依處」者：一、觀察諸法道理依處；二、信解補特伽羅神力依處。

**(二) 明欲體相** 欲有四種。何等爲四？一、爲證得欲；二、爲請問欲；三、爲修集資糧欲；四、爲隨順瑜伽欲。

**1、明證得欲** 「爲證得欲」者，謂如有一，於上解脫發生希慕，如前廣說。

**2、明請問欲** 「爲請問欲」者，謂如有一，生希慕已，往僧伽藍，詣諸有識同修梵行成就瑜伽妙智者所，爲聽未聞，爲聞究竟。

**3、明修集資糧欲** 「爲修集資糧欲」者，謂如有一，爲戒律儀清淨、爲根律儀清淨故，於食知量、減省睡眠、正知住中，展轉增勝，發生希慕。

**4、明隨順瑜伽欲** 「爲隨順瑜伽欲」者，謂於無間加行、殷重加行修習道中，發生希慕、發生欣樂，欲有所作。

**(三) 明精進體相**

精進有四。何等爲四？一、爲聞精進；二、爲思精進；三、爲修精進；四、爲障淨精進。

**1、明爲聞精進** 「爲聞精進」者，謂爲聽未聞、聞已究竟，勤心勇猛、審決加行。

**2、明爲思精進** 「爲思精進」者，謂如所聞法，獨處空閑，思惟其義、籌量、觀察。

**3、明爲修精進** 「爲修精進」者，謂入寂靜，於時時間勤修止觀。

**4、明爲障淨精進** 「爲障淨精進」者，謂於晝夜策勵、精勤經行、宴坐，從諸障法、淨修其心，勤心勇猛、審決、精進。

**(四) 明方便體相**

方便有四。謂尸羅律儀增上力故，善守其念；善守念故，能無放逸，防護其心，修諸善法；無放逸故，心正於內修奢摩他、增上慧法毘鉢舍那。

**三、明總結**

此四瑜伽有十六種。當知此中，初由信故，於應得義深生信解；信應得已，於諸善法生起樂欲；由樂欲故，晝夜策勵安住精勤，堅固勇猛；發精進已，攝受方便，能得未得，能觸未觸，能證未證。故此四法，說名瑜伽。

<sup>1</sup> 《大乘阿毘達磨雜集論》卷 1 (大正 31，697b19~22)；遁倫集撰《瑜伽論記》卷 7 上：「信、二行相者，景云：一、信順行相，謂聞說諦寶等時心生信順；二、清淨相者，夫不信心名不清淨，今說信順名為清淨行相。今準對法論，忍可行信信順行相；清淨行信名淨行相。二依處者，一、觀察諸法道理依處者，且如聞說四諦道理，於中觀察染淨因果實有不虛，依之生信，故名依處；二、信解補特伽羅神力依處者，見現神變，是故生信，亦名依處。」(大正 42，452c11~20)。

【表一】<sup>2</sup>

信	欲	精進	方便
(1) 信順行相；	(1) 爲證得欲；	(1) 爲聞精進；	(1) 尸羅律儀增上力；
(2) 清淨行相；	(2) 爲請問欲；	(2) 爲思精進；	(2) 善守其念；
(3) 觀察諸法道理依處；	(3) 爲修集資糧欲；	(3) 爲修精進；	(3) 能無放逸；
(4) 信解補特伽羅神力依處。	(4) 爲隨順瑜伽欲。	(4) 爲障淨精進。	(4) 修奢摩他、增上慧法毘鉢舍那。

瑜伽九十五卷十二頁云：復次於四聖諦，未入現觀，能入現觀；當知略有四種瑜伽。謂爲證得所未得法，淨信增上，發生厚欲。厚欲增上，精進熾然。熾然精進，有善方便。言淨信者：謂正信解。所言欲者：謂欲所得。精進如前、略有五種。有勢、有勤、有勇、堅猛、不捨其軛。善方便者：謂爲修習不放逸故；無忘失相，說名爲念。於諸放逸所有過患了別智相，說名正知。此二所依，名不放逸。於諸染法，防守心故；常能修習諸善法故。

**作意**（大正藏：冊 30，438b19；披尋記：冊 2，頁 951）

### 一、辨四作意（兩種）

云何作意？謂四作意。何等爲四？

#### （一）第一說

一、力勵運轉作意；二、有間運轉作意；三、無間運轉作意；四、無功用運轉作意。

云何力勵運轉作意？

謂初修業者令心於內安住等住，或於諸法無倒簡擇，乃至未得所修作意，爾時作意力勵運轉；由倍勵力，折挫其心，令住一境，故名力勵運轉作意。

云何有間運轉作意？

謂得所修作意已後，世、出世道漸次勝進了相作意，由三摩地思所間雜，未能一向純修行轉，故名有間運轉作意。

云何無間運轉作意？

謂從了相作意已後，乃至加行究竟作意，是名無間運轉作意。

云何無功用運轉作意？

謂加行究竟果作意<sup>3</sup>，是名無功用運轉作意。

<sup>2</sup> 參見大正大學綜合佛教研究所研究叢書《瑜伽論·聲聞地》〈第二瑜伽處〉卷 17：「(1) 依戒律儀善守其念；(2) 依根律儀善守其念；(3) 善守念故，能無放逸，防護其心，修諸善法；(4) 無放逸故，心正於內修奢摩他、增上慧法毘鉢舍那。」p.438；另參見遁倫集撰《瑜伽論記》卷 7 上：「方便四者，景師判云：一、為護尸羅善守其念；二、無放逸；三、一心正於內修奢摩他；四、增上慧法毘鉢舍那。泰基同云：一、尸羅；二、念；三、無放逸；四、定慧。……」（大正 42，452c22~29）。

<sup>3</sup> 《瑜伽師地論》卷 33（大正 30，466c），卷 34（大正 30，477b）。