

瑜伽師地論卷第二十四

彌勒菩薩說

唐三藏沙門玄奘奉詔譯

本地分中聲聞地

初瑜伽處出離地品第三之三

復次初夜後夜常勤修習恬寤瑜伽者。云何初夜。云何後夜。云何恬寤瑜伽。云何常勤修習恬寤瑜伽。言初夜者。謂夜四分中過初一分是夜初分。言後夜者。謂夜四分中過後一分是夜後分。恬寤瑜伽者。謂如說言於晝日分經行宴坐從順障法淨修其心。於初

夜分經行宴坐從順障法淨修其心淨修心已出住處外洗濯其足還入住處右脅而臥重累其足住光明想正念正知思惟起想巧便而臥至夜後分速疾恬寤經行宴坐從順障法淨修其心常勤修習恬寤瑜伽者謂如有一世尊弟子聽聞恬寤瑜伽法已欲樂修學便依如是恬寤瑜伽作如是念我當成辦佛所聽許恬寤瑜伽發生樂欲精進勤劬超越勇猛勢力發起勇悍剛決不可制伏策勵其心無間相續此中云何於晝日分經行宴坐從順障法淨修其心言晝日者謂從日出時至日沒時言經行者謂於廣

長稱其度量一地方所若往若來相應身業言宴坐者謂如有或於大牀或小繩牀或草葉座結加趺坐端身正願安住背念所言障者謂五種蓋順障法者謂能引蓋隨順蓋法云何五蓋謂貪欲蓋瞋恚蓋惛沈睡眠蓋掉舉惡作蓋及以疑蓋云何順障法謂淨妙相瞋恚相黑闇相親屬國土不死尋思追憶昔時笑戲喜樂承事隨念及以三世或於三世非理法思。

問於經行時從幾障法淨修其心云何從彼淨修其心答從惛沈睡眠蓋及能引惛沈睡眠障法淨修其

心爲除彼故。於光明相善巧精懇善取善思善了善達。以有明俱心及有光俱心。或於屏處。或於露處。往返經行。於經行時。隨緣一種淨妙境界。極善示現。勸導讚勵。慶慰其心。謂或念佛。或法。或僧。或戒。或捨。或復念天。或於宣說惛沈睡眠過患相應所有正法。於此法中爲除彼故。以無量門訶責毀訾惛沈睡眠所。有過失。以無量門稱揚讚歎惛沈睡眠永斷功德。所謂契經應頌記別。諷頌自說。因緣譬喻本事。本生方廣希法。及以論議爲除彼故。於此正法聽聞受持。以大音聲若讀若誦。爲他開示。思惟其義。稱量觀察。或

觀方隅。或瞻星月諸宿道度。或以冷水洗灑面目。由是惛沈睡眠纏蓋。未生不生。已生除遣。如是方便。從順障法淨修其心。

問。於宴坐時。從幾障法淨修其心。云何從彼淨修其心。答。從四障法淨修其心。謂貪欲瞋恚掉舉惡作疑蓋。及能引彼法淨修其心。爲令已生貪欲纏蓋速除遣故。爲令未生極遠離故。結跏趺坐。端身正願安住。背念。或觀青瘀。或觀膿爛。或觀變壞。或觀脣脹。或觀食噉。或觀血塗。或觀其骨。或觀其鎖。或觀骨鎖。或於隨一賢善定相作意思惟。或於宣說貪欲過患相應。

正法於此法中爲斷貪欲。以無量門訶責毀呰。欲貪欲愛欲藏欲護欲著過失。以無量門稱揚讚歎。一切貪欲永斷功德。所謂契經應頌記別。乃至廣說。爲斷通達。卽於此法。如是宴坐。如理思惟。由是因緣貪欲纏蓋。未生不生。已生除遣。如是方便。從順障法淨修其心。於瞋恚蓋法有差別者。謂如是宴坐。以慈俱心。無怨無敵。無損無惱。廣大無量。極善修習。普於一方。發起勝解。具足安住。如是第二。如是第三。如是第四。上下傍布。普偏一切無邊世界。發起勝解。具足安住。

餘如前說。於掉舉惡作蓋法有差別者。謂如是宴坐。令心內住。成辦一趣。得三摩地。餘如前說。於疑蓋法。有差別者。謂如是宴坐。於過去世。非不如理作意思惟。於未來世。於現在世。非不如理作意思惟。我於過去爲曾有耶。爲曾無耶。我於過去爲當何有。云何曾有。我於未來爲當何有。云何當有。我於現在爲何所有。云何而有。今此有情。從何而來。於此殞沒。當往何所。於如是等不如正理作意思惟。應正遠離。如理思惟。去來今世。唯見有法。唯見有事。知有爲有。知無爲無。唯觀有因。唯觀有果。於實無事。不增不益。於實有

事不毀不謗。於其實有了知實有。謂於無常苦空無我一切法中了知無常苦空無我。以能如是如理思惟。便於佛所無惑無疑。餘如前說。於法於僧。於苦於集。於滅於道。於因及因所生諸法。無惑無疑。餘如前說。又於瞋恚蓋應作是說。爲斷瞋恚及瞋恚相。於此正法聽聞受持。乃至廣說。於掉舉惡作蓋應作是說。爲斷掉舉惡作及順彼法。於此正法聽聞受持。乃至廣說。於其疑蓋應作是說。爲斷疑蓋及順彼法。於此正法聽聞受持。乃至廣說。如是方便。從貪欲瞋恚惛沈睡眠掉舉惡作疑蓋及順彼法淨修其心。是故說。

言經行宴坐從順障法淨修其心。  
如是已說由法增上從順障法淨修其心。  
復有由自增上及世增上從順障法淨修其心。  
云何名爲由自增上。謂如有一於諸蓋中隨起一種。便自了知此非善法。於所生蓋不堅執著。速疾棄捨。擯遣變吐。又能自觀此所生蓋甚可羞恥。令心染惱。令慧羸劣。是損害品。如是名爲由自增上。從順障法淨修其心。

云何名爲由世增上從順障法淨修其心。謂如有一於諸蓋中隨一已生。或將生時。便作是念。我若生起

所未生蓋。當爲大師之所訶責。亦爲諸天及諸有智同梵行者以法輕毀。彼由如是世增上故。未生諸蓋能令不生。已生諸蓋能速棄捨。如是名爲由世增上從順障法淨修其心。

又爲護持諸臥具故。順世儀故。盡夜初分。經行宴坐。從順障法淨修其心。從順障法淨修心已。出住處外。洗濯其足。洗濯足已。還入住處。如法寢臥。爲令寢臥長養大種。得增長已。長益其身。轉有勢力。轉能隨順無間常委善品加行。

問。以何因緣右脅而臥。答。與師子王法相似故。問。何

法相似。答。如師子王。一切獸中。勇悍堅猛。最爲第一。苾芻亦爾。於常修習。惛寤瑜伽。發勤精進。勇悍堅猛。最爲第一。由是因緣。與師子王臥法相似。非如其餘鬼臥天臥受欲者臥。由彼一切懶惰懈怠。下劣精進。勢力薄弱。又法應爾。如師子王右脅臥者。如是臥時。身無掉亂。念無忘失。睡不極重。不見惡夢。異此臥者。與是相違。當知具有一切過失。是故說言右脅而臥。重累其足。

云何名爲住光明想巧便而臥。謂於光明相善。巧精懇善。取善思善。了善達思。惟諸天光明俱心。巧便而

臥。由是因緣。雖復寢臥。心不惛闇。如是名爲住光明想巧便而臥。

云何正念巧便而臥。謂若諸法已聞已思已熟修習。體性是善。能引義利。由正念故。乃至睡夢亦常隨轉。由正念故。於睡夢中亦常記憶。令彼法相分明。現前。卽於彼法心多隨觀。由正念故。隨其所念。或善心眠。或無記心眠。是名正念巧便而臥。

云何正知巧便而臥。謂由正念而寢臥時。若有隨一煩惱。現前染惱其心。於此煩惱現生起時。能正覺了。令不堅著。速疾棄捨。旣通達已。令心轉還。是名正知。

### 巧便而臥

云何名爲思惟。起想巧便而臥。謂以精進策勵其心。然後寢臥於寢臥時。時時覺寤。如林野鹿。不應一切縱放其心。隨順趣向。臨入睡眠。復作是念。我今應於諸佛所許。恬寤瑜伽。一切皆當具足成辦。爲成辦故。應住精勤最極濃厚。加行欲樂復作是念。我今爲修恬寤瑜伽。應正發起勤精進住。爲欲修習諸善法故。應正翹勤。離諸嬾惰。起發具足。過今夜分至明清旦。倍增發起勤精進住。起發具足。當知此中由第一思惟起想。無重睡眠。於應起時。速疾能起。終不過時。方

乃惛寤。由第二思惟起想能於諸佛其所聽許。師子王臥如法而臥無增無減。由第三思惟起想令善欲樂常無懈廢。雖有失念而能後後展轉受學。令無斷絕。如是名爲思惟起想巧便而臥。

云何至夜後分速疾惛寤。經行宴坐從順障法淨修其心。夜後分者謂夜四分中過後一分名夜後分。彼由如是住光明想正念正知思惟起想巧便而臥。於夜中分夜四分中過於一分正習睡眠令於起時身有堪能應時而起非爲上品惛沈睡眠纏所制伏。令將起時闇鈍薄弱嬾惰懈怠由無如是闇鈍薄弱嬾

惰懈怠暫作意時無有艱難速疾能起從諸障法淨修心者如前應知。

如是廣辯初夜後夜常勤修習惛寤瑜伽已復云何知此中略義。謂常勤修習惛寤瑜伽所有士夫補特伽羅略有四種正所作事。何等爲四。一者乃至惛寤常不捨離所修善品。無間常委修善法中勇猛精進。二者以時而臥不以非時。三者無染汙心而習睡眠。非染汙心。四者以時惛寤起不過時。是名四種常勤修習惛寤瑜伽所有士夫補特伽羅正所作事。依此四種正所作事諸佛世尊爲聲聞眾宣說修習惛寤

瑜伽。云何宣說。謂若說言。於晝日分經行宴坐。從順障法淨修其心。由此言故。宣說第一正所作事。謂乃至惛常不捨離所修善品。無間常委修善法中勇猛精進。若復說言。出住處外。洗濯其足。還入住處。右脅而臥。重累其足。由此言故。宣說第二正所作事。謂以時而臥。不以非時。若復說言。住光明想。正念。正知。思惟。起想。巧便而臥。由此言故。宣說第三正所作事。謂無染汙心。而習睡眠。非染汙心。若復說言。於夜後分速疾惛。經行宴坐。從順障法淨修其心。由此言故。宣說第

四正所作事。謂以時惛寤起。不過時。此中所說住光明想。正念。正知。思惟。起想。巧便臥者。顯由二緣。無染汙心。而習睡眠。非染汙心。謂由正念及由正知。復由二緣。以時惛寤起。不過時。謂由住光明想。及由思惟起想。此復云何。由正念故。於善所緣。攝斂而臥。由正知故。於善所緣。若心退失。起諸煩惱。卽便速疾能正了知。如是名爲由二緣故。無染汙心。而習睡眠。非染汙心。由住光明想。及思惟起想。無重睡眠。非睡眠纏能遠隨逐。如是名爲由二緣故。以時惛寤起。不過時。如是宣說常勤修習惛寤瑜伽所有略義。及前所說

廣辯釋義總說名爲初夜後夜常勤修習恬寤瑜伽。云何名爲正知而住。謂如有一若往若還正知而住。若覩若瞻正知而住。若屈若伸正知而住持僧伽胝及以衣鉢正知而住。若食若飲若噉若嘗正知而住。若行若住若坐若臥正知而住。於恬寤時正知而住。若語若默正知而住解勞睡時正知而住。

若往若還正知住者。云何爲往。云何爲還。云何往還正知而住。所言往者。謂如有一往詣聚落。往聚落間。往詣家屬。往家屬間。往詣道場。往道場間。所言還者。謂如有一從聚落還聚落間還。從家屬還家屬間還。

從道場還道場間還。所言往還正知住者。謂於自往正知我往。及於自還正知我還。於所應往。及非所往。能正了知。於所應還及非所還。能正了知。於應往時。及非往時。能正了知。於應還時。及非還時。能正了知。於其如是如是應往及不應往。能正了知。於其如是如是應還及不應還。能正了知。是名正知。彼由成就此正知故。自知而往。自知而還。往所應往。非非所往。還所應還。非非所還。以時往還。不以非時。如其色類動止軌則。禮式威儀。應往應還。如是而往。如是而還。如是名爲若往若還正知而住。

若覩若瞻正知住者。云何爲覩。云何爲瞻。云何覩瞻。正知而住。所言覩者。謂於如前所列諸事。若往若還。是名爲覩。所言瞻者。謂於如前所列諸事。若往若還。先無覺慧。先無功用。先無欲樂。於其中間。眼見眾色。覺慧爲先。功用爲先。欲樂爲先。眼見眾色。謂或諸王。或諸王等。或諸僚佐。或諸黎庶。或婆羅門。或諸居士。或饒財寶長者。商主。或餘外物房舍屋宇。殿堂廊廟。或餘世間眾雜妙事。觀見此等。是名爲瞻。若復於此覩瞻自相能正了知。於所應覩。於所應瞻。能正了知。於應覩時。於應瞻時。能正了知。如所應覩。如所應瞻。

能正了知。是名正知。彼由成就此正知故。自知而覩。自知而瞻。覩所應覩。瞻所應瞻。於應覩時。於應瞻時。而正瞻覩。如所應覩。如所應瞻。如是而覩。如是而瞻。如是名爲若覩若瞻正知而住。

若屈若伸正知住者。云何爲屈。云何爲伸。云何名爲若屈若伸。正知而住。謂彼如是覩時。瞻時。若往爲先。若還爲先。或屈伸足。或屈伸臂。或屈伸手。或復屈伸隨一肢節。是名屈伸。若於屈伸所有。自相能正了知。若所屈伸。能正了知。若屈伸時。能正了知。若如是屈及如是伸。能正了知。是名正知。彼由成就此正知故。

於屈於伸。自知而屈。自知而伸。於所應屈。於所應伸。而屈而伸。於應屈時。於應伸時。而屈而伸。如所應屈。如所應伸。如是而屈。如是而伸。如是名爲若屈若伸。正知而住。

持僧伽胝及以衣鉢正知住者。云何持僧伽胝。云何持衣。云何持鉢。云何持僧伽胝及以衣鉢正知而住。謂有大衣。或六十條。或九條等。或兩重刺。名僧伽胝。被服受用能正將護。說名爲持。若有中衣。若有下衣。或持爲衣。或有長衣。或應作淨。或已作淨。如是一切。說名爲衣。被服受用能正將護。說名爲持。若堪受持。

或鐵或瓦乞食應器。說名爲鉢。現充受用能正將護。說名爲持。若於如是。或僧伽胝。或衣。或鉢。所有自相。能正了知。於所應持。或僧伽胝。或衣。或鉢。或淨不淨。能正了知。若於此時。或僧伽胝。或衣。或鉢。已持應持。能正了知。若於如是。或僧伽胝。或衣。或鉢。應如是持。或僧伽胝。或衣。或鉢。自知而持。於所應持。於應持時。而能正持。如所應持。如是而持。如是名爲持僧伽胝。及以衣鉢正知而住。

若食若飲。若噉。若嘗。正知住者。云何爲食。云何爲飲。

云何爲噉。云何爲嘗。云何若食。若飲。若噉。正知而住。謂諸所有受用飲食。總名爲食。此復二種。一。噉。二。嘗。云何爲噉。謂噉餅麩。或飯或糜。或羹或臘。或有所餘。造作轉變。可噉可食。能持生命。如是等類。皆名爲噉。亦名爲食。云何爲嘗。謂嘗乳酪。生酥。熟酥。油。蜜。沙糖。魚肉。醯鮓。或新果實。或有種種咀嚼品類。如是一切。總名爲嘗。亦名爲食。云何爲飲。謂沙糖汁。或石蜜汁。或飯漿飲。或鑽酪飲。或酢爲飲。或抨酪飲。乃至於水。總名爲飲。若於如是。若食。若飲。若噉。若嘗。所有自相能正了知。若於一切所食。所飲。所噉。所嘗。能正

了知。若於爾時。應食。應飲。應噉。應嘗。能正了知。若於是。應食。應飲。應噉。應嘗。能正了知。是名正知。彼由成就此正知故。於所有。若食。若飲。若噉。若嘗。自知而食。自知而飲。自知而噉。自知而嘗。於所應食。於所應飲。於所應噉。於所應嘗。正食。正飲。正噉。正嘗。應時而食。應時而飲。應時而噉。應時而嘗。如所應食。乃至如所應嘗。如是。而食。乃至。如是。而嘗。如是。名爲若食。若飲。若噉。若嘗。正知而住。

若行。若住。廣說乃至。若解勞。睡正知住者。云何爲行。云何爲住。云何爲坐。云何爲臥。云何恬寤。云何爲語。

云何爲默。云何名爲解於勞睡。云何於行廣說乃至於解勞睡正知而住。謂如有一於經行處來往經行。或復往詣同法者所。或涉道路。如是等類說名爲行。復如有一住經行處。住諸同法阿遮利耶。鄖波陀耶。及諸尊長等尊長前。如是等類說名爲住。復如有一或於大牀。或小繩牀。或草葉座。或諸敷具。或尼師壇。結加趺坐。端身正願安住背念。如是等類說名爲坐。復如有一出住處外。洗濯其足。還入住處。或於大牀。或小繩牀。或草葉座。或阿練若。或在樹下。或空閒室。右脅而臥。重疊其足。如是等類說名爲臥。復如有一

於晝日分經行宴坐。從順障法淨修其心。於初夜分於後夜分經行宴坐。從順障法淨修其心。說名惛寤。復如有一常勤修習。如是惛寤。於未受法。正受正習。令得究竟。所謂契經應頌記別。廣說如前。卽於如是已所受法言善通利。謂大音聲若讀若誦。或復爲他廣說開示。於時時間與諸有智同梵行者。或餘在家諸賢善者。語言談論。共相慶慰。爲欲勸勵及求資具。如是等類說名爲語。復如有一隨先所聞。隨先所習。言善通利。究竟諸法。獨處空閒思惟其義。籌量觀察。或處靜室。令心內住。等住安住。及與近住。調伏寂靜。

最極寂靜。一趣等持。或復於彼毗鉢舍那修瑜伽行。如是等類說名爲默。復如有一於其熱分極炎暑時。或爲熱逼。或爲劬勞。便生疲倦。非時惛寐。樂著睡眠。是名勞睡。若復於行廣說。乃至於解勞睡所有自相。能正了知。於所應行。乃至於應所解勞睡能正了知。

於應行時。乃至於應解勞睡時。能正了知。如所應行。乃至如所應解勞睡能正了知。是名正知。彼由成就是正知故。於其自行。乃至於其自解勞睡。正知而行。乃至正知而解勞睡。若所應行。乃至若所應解勞睡。卽於彼行。乃至於彼解於勞睡。若時應行。乃至若時。於解勞睡。正知而住。

應解勞睡。卽此時行。乃至此時解於勞睡。如所應行。乃至如所應解勞睡。如是而行。乃至如是而解勞睡。如是名爲於行於住。於坐於臥。於其恬寤。於語於默。於解勞睡。正知而住。

復次如是正知而住。云何次第。爲顯何事。謂如有一依止。如是村邑聚落亭遷而住。作是思惟。我今應往。如是村邑聚落亭遷巡行乞食。如是乞已出還本處。又於如是村邑等中。或有居家我不應往。何等居家。謂唱令家。或酤酒家。或婬女家。或國王家。或旃荼羅。羯恥那家。或復有家一向誹謗不可迴轉。或有居家。

我所應往。謂刹帝利大族姓家。或婆羅門大族姓家。或商主家。又有居家。我雖應往。不應太早太晚而往。若施主家有遽務時。亦不應往。若戲樂時。若有營構嚴飾事時。若爲世間弊穢法時。若忿競時。亦不應往。又如所往。如是應往。不與暴亂惡象俱行。不與暴亂眾車惡馬惡牛惡狗而共同行。不入閻叢。不蹈棘刺。不踰垣牆。不越坑塹。不墮山崖。不溺深水。不履糞穢。應隨月喻往。施主家具足慙愧。遠離憍傲。盪滌身心。不求利養。不希恭敬。如自獲得所有利養心生喜悅。

如是於他所得利養心亦喜悅。不自高舉。不輕慢他。心懷哀愍。又應如是。自持其心。往施主家。豈有出家往詣他所。要望他施。非不惠施。廣說乃至要當速疾而非遲緩。又作是心。我於今假往施主家所受施物。應知其量。又我不應利養因緣。矯詐虛誑。現惑亂相。以利求利。得利養已。無染無愛。亦不耽嗜饗餐。迷悶堅執。湎著而受用之。復於已往或正往時。觀見眾色。於此眾色一分應觀。或有一分所不應觀。於不應觀所有眾色。當攝其眼善護諸根。於所應觀所有眾色。應善住念。而正觀察。何色類色。所不應觀。謂諸妓樂。

戲笑歡娛。或餘遊戲所作歌舞音樂等事。如是復有母邑殊勝幼少盛年美妙形色。或復有餘所見眾色。如是色類所有眾色。不應觀視。何色類色是所應觀。謂諸所有衰老朽邁上氣者身。偃僂憑杖戰掉者身。或諸疾苦重病者身。腳腫手腫腹腫面腫。膚色萎黃。瘡癬疥癩。眾苦逼迫。身形委頓。身形洪爛。諸根閼鈍。或有天喪死經一日。或經二日。或經七日。被諸烏鵲。餓狗鷄鷺。狐狼野干種種暴惡傍生禽獸之所食噉。或命終已。出置高牀上。施幘帳前後大眾。或哀或哭。

以其灰土塵全身髮。生愁生苦。生悲生怨。生憂生惱。如是等類所有眾色。我應觀察。觀是眾色能順梵行。能攝梵行。能令諸善尋思現行。不應搖身搖臂搖頭。跳躡攜手。叉腰竦肩。入施主家。不應輒坐。所不許座。不應不審觀座而坐。不應放縱一切身分。不應翹足。不應交足。不太狹足。不太廣足。端嚴而坐。不應開紐。不軒不礶。亦不褰張。而被法服。所服法衣並皆齊整。不高不下。不如象鼻。非如多羅樹間房穗。非如龍首。非如豆搏。而被法服。不應持鉢預就其食。不應持鉢在飲食上。不應置鉢在雜穢處。若坑澗處。若崖岸處。

又應次第受用飲食。不應以飯覆羹臘上。不以羹臘覆其飯上。不應饗餐受諸飲食。不應嫌恨受諸飲食。不太麤食。不太細食。不應圓搏食。不應舐手。不應舐鉢。不振手食。不振足食。不應齧斷而食其食。從施主家還歸住處。於晝夜分在自別人所經行處。往反經行。非於他處。非不委處。非不恣處。非不與處。而輒經行。爲修善品。爲善思惟。內攝諸根。心不外亂。而習經行。非身劬勞。非身疲倦。非心掉舉。所制伏時。而習經行。不馳速。不躁動。亦非一向專事往來。而習經行。時時進步。時時停住。而習經行。如是於自所居住。

處自院自房。自別人處。僧分與處。非於他處。非不委處。非不恣處。習經行已。復於大牀。或小繩牀。或草葉座。或尼師壇。或阿練若。樹下冢間。或空閒室。結跏趺坐。端身正願。安住背念。而習宴坐。於夜中分。如法寢息。於晝日分及夜初分。修諸善品。不應太急。如是寢息時。應如前說。住光明想。正念正知。思惟起想。於夜後分。速疾恬寤。或於語論。或於讀誦。勤修加行。或爲修檠。復於如來所說正法。最極甚深。相似甚深。空性相

應隨順緣性及諸緣起。殷重無間。善攝善受。令堅令住。令無失壞。爲成正行。不爲利養恭敬稱譽。又於是法。言善通利慧。善觀察。於誼雜眾。不樂習近。不樂多業。不樂多言。於時時間安住正念。與諸有智同梵行者。語言談論。共相慶慰。樂興請問。樂求諸善。無違諍心。言詞稱量。言詞合理。言詞正直。言詞寂靜。樂勤爲他宣說正法。又應宴默。於惡不善所有尋思。不樂尋思。又於非理所有諸法。不樂思惟。於自所證離增上慢。於少下劣差別證中。不生喜足。於上所證中。無退屈。善能遠離不應思處。時時修習止觀瑜伽。樂斷樂

修。無間修習。殷重修習。又於熱分極炎暑時。勇猛策勵。發勤精進。隨作一種所應作事。勞倦因緣。遂於非時。發起惛睡。爲此義故。暫應寢息。欲令惛睡疾除。遣勿經久時。損減善品。障礙善品。於寢息時。或關閉門。或令苾芻在傍看守。或毗奈耶隱密軌則。以衣蔽身。在深隱處。須臾寢息。令諸勞睡皆悉除遣。如是名爲正知而住。先後次第。謂依行時及依住時。又於善品。先未趣入。心興加行。如理作意。俱行妙慧。說名正知。卽此正知。行時住時。一切成辦。無所減少。如是名爲正知而住。當知此中。若往若還。若覩若瞻。若屈若

伸持僧伽胝及以衣鉢若食若飲若噉若嘗。正知而住。由是名爲於村邑等如法行時正知而住。若行若住。若坐若臥。若習恬寤。若語若默。若解勞睡。正知而住。由是名爲於其住處如法住時正知而住。

如是應知已廣分別正知而住。復云何知此中略義。謂於行時有五種業。於其住時有五種業。行時住時正知而住有四種業。如是名爲正知而住所有略義。云何行時有五種業。一者身業。二者眼業。三者一切支節業。四者衣鉢業。五者飲食業。如是名爲行時五業。謂若說言若往若還。此言顯示行時身業。若復說

言若覩若瞻。此言顯示行時眼業。若復說言若屈若伸。此言顯示行時一切支節業。若復說言持僧伽胝及以衣鉢。此言顯示行時衣鉢業。若復說言若食若飲若噉若嘗。此言顯示行時飲食業。云何名爲住時五業。一者身業。二者語業。三者意業。四者畫業。五者夜業。謂若說言若行若住若坐。此言顯示住時身業。若復說言若語。此言顯示住時語業。若復說言若臥若默。若解勞睡。此言顯示住時意業。若復說言若習恬寤。此言顯示住時畫業。夜業。身業。語業。又若臥者。此言顯示住時夜業。當知是名住時五業。云何名爲

行時住時正知而住所有四業。謂初依彼行業住業起如是業。卽於彼業安守正念不放逸住。當知此業正念所攝。不放逸攝。於是事是處是時。如量如理。如其品類所應作者。卽於此事此處此時。如量如理。如其品類正知而作。彼由如是正知作故。於現法中無罪無犯。無有惡作。無變無悔。於當來世亦無有罪。身壞死後。不墮惡趣。不生一切那落迦中。爲得未得積習資糧。如是名爲正知而住所有略義。前廣分別。今此略義。一切總名正知而住。

瑜伽師地論卷二十四

音釋

抨

補耕切  
彈也