

瑜伽師地論卷第三十二

彌勒菩薩說

唐三藏沙門玄奘奉詔譯

本地分中聲聞地

第三瑜伽處之三

云何初修業者始修業時。於修作意如應安立。隨所安立正修行時。最初觸證於斷喜樂心一境性。謂善通達修瑜伽師。最初於彼依瑜伽行初修業者。如是教誨。善來賢首。汝等今者應依三種取相因緣。或見或聞。或心比度。增上分別。取五種相。一厭離相。二欣

樂相。三過患相。四光明相。五了別事相。問。若依瑜伽行初修業者。是其貪行。由不淨觀方可調伏。云何教彼取五種相答。應如是。教誨善來賢首。汝等隨所依止。彼聚落村邑而住於中。若聞所餘。彼聚落村邑聚落。或男或女。先受安樂。後遭苦厄。或彼男女。自遭重病。命終殞歿。或彼男女。所有知識親戚眷屬。遭如是苦。或彼聚落村邑邊際喪失財寶。或是他來彊敵所作。或火所燒。或水所漂。或由惡作而有喪失。或由不善修營事業而有喪失。或由不善處分事業而有喪失。或爲非愛其財。得便而有喪失。或由家火而有喪失。

失。若汝現見。非是傳聞。或卽於此村邑聚落。非是所餘村邑聚落。或非是此村邑聚落。亦非他人。卽汝自身。先所觸證。猛利樂受。後還退失。廣說如前。汝旣如是聞已。見已。應當生起深心厭患。如是生死。甚爲重苦。所得自體極大艱辛。而於其中有如是等。自他衰損。差別可得。謂病衰損。壽命衰損。眷屬衰損。財寶衰損。病法性。死法性。復有一類淨戒衰損。正見衰損。由是因緣。彼諸眾生。於現法中。住諸苦惱。於當來世。往諸惡趣。諸興盛者。雖現法中。住諸安樂。於當來世。往諸善趣。而是無常。於彼無常。現可證得。若有領

受興盛事者。後時衰損定當現前。諸有領受衰損事者。後時興盛難可現前。諸興盛事皆是難得易失壞法。如是汝應深心厭患。極善作意。如理受持。如是處所。難可保信。我今於是生死流轉。未般涅槃。未解脫心。難可保信。如是衰損興盛二法。勿現我前。勿彼因緣。令我墮在如是處所。生起猛利剛彊。辛楚不適意苦。卽由此事增上力故。我當至誠喜樂於斷修不放逸。又我如是多安住故。當於無義能作邊際。如是汝應善極作意。如理受持。汝取如是厭離相已。復應精勤取欣樂相。當自觀察所受尸羅爲善清淨爲不清淨。我或失念。或不恭敬。或多煩惱。或由無知。於諸學處有所違犯。旣違犯已。我當如法以其本性增上意樂。於諸學處發起深心。更不毀犯。我於所作當正應作。於非所作不復當作。以要言之。於諸學處。當令增上意樂圓滿。亦令所有加行圓滿。汝於如是正觀察時。若自了知戒蘊清淨。雖不作思。我當發起清淨無悔。然其法爾。尸羅淨者。定生如是清淨無悔。若起如是清淨無悔。雖不作思。我起歡悅。然其法爾。無有悔者。定生歡悅。如是且於一種歡悅所依處所。汝應生起清淨無悔爲先歡悅。復於除障喜悅處所。當生喜

淨。我或失念。或不恭敬。或多煩惱。或由無知。於諸學處有所違犯。旣違犯已。我當如法以其本性增上意樂。於諸學處發起深心。更不毀犯。我於所作當正應作。於非所作不復當作。以要言之。於諸學處。當令增上意樂圓滿。亦令所有加行圓滿。汝於如是正觀察時。若自了知戒蘊清淨。雖不作思。我當發起清淨無悔。然其法爾。尸羅淨者。定生如是清淨無悔。若起如是清淨無悔。雖不作思。我起歡悅。然其法爾。無有悔者。定生歡悅。如是且於一種歡悅所依處所。汝應生起清淨無悔爲先歡悅。復於除障喜悅處所。當生喜

悅謂我今者尸羅清淨。有力有能。安住世尊所制學處。於現法中。能得未得。能觸未觸。能證未證。由是處所生喜悅意。若汝獲得前後所證。少分差別。卽由如是增上力故。於他圓滿所證差別。謂諸如來或聖弟子。及自後時所證差別。當生信解發喜悅意。如是行相諸適悅意。先名歡悅。今名喜悅。總名悅意。如是名爲取欣樂相。取是相已。復應教授告言。賢首。汝由如是厭離相。故調鍊其心。復由如是欣樂相。故滋潤其心。汝於斷滅世間貪憂。應多安住。隨於彼彼所緣境界。勤修加行。或奢摩他品。或毗鉢舍那品。卽於彼彼

所緣境界。當令心住內住等住。汝當獲得身心輕安。及一境性。汝若如是背諸黑品。向諸白品。由調鍊心滋潤心故。復應數數取過患相。謂於所有諸相尋思。及隨煩惱。取過患相。言諸相者。謂色等十相。言尋思者。謂欲等八。隨煩惱者。謂貪欲等五。汝應於彼取過患相。如是諸所能令其心作用。遽務。如是尋思。能令其心思慕躁擾。如是隨煩惱。能令其心恒不寂靜。若心作用。諸相所作。思慕躁擾。尋思所作。恆不寂靜。隨煩惱所作。由是令心苦惱而住。是故如是諸相尋思。及隨煩惱。是苦非聖。能引無義。令心散動。令心躁擾。

令心染汙。汝應如是取過患相。又汝應依心一境性。  
心安住性。心無亂性。以六種行正取其相。何等爲六。  
一無相想。二於無相中無作用想。三無分別想。四於  
無分別中無所思慕無躁擾想。五寂靜想。六於寂靜  
中離諸煩惱寂滅樂想。汝取如是過患相已。復應數  
數取光明相。謂或燈明。或大火明。或日輪明。或月輪  
明。既取如是光明相已。復詣塚間取青瘀相。廣說乃  
至取骨鎖相。汝若不能往詣塚間。當取綵畫木石所  
作如是諸相。取是相已。還所住處。或阿練若。或林樹  
下。或空閒室。或在大牀。或小繩牀。或草葉座。先洗足。

已結跏趺坐。端身正願。安住背念。先於一境令心不  
散繫念在前。復於其中依六種想作意思惟。謂無相  
想。無分別想。寂靜想。無作用想。無所思慕無躁擾想。  
離諸煩惱寂滅樂想。又於其中。汝當審諦周徧了知。  
亂不亂相。分明現前。如如審諦周徧了知。亂不亂相。  
如是如是汝能了知諸相尋思隨煩惱中所有亂相。  
及能了知心一境性。隨六想修諸不亂相。又汝於此  
亂不亂相。如是如是審諦了知。便能安住一所緣境。  
亦能安住內心寂止。諸心相續。諸心流注。前後一味。  
無相無分別。寂靜而轉。又若汝心雖得寂止。由失念

故及由串習諸相尋思隨煩惱等諸過失故如鏡中面所緣影像數現在前隨所生起卽於其中當更修習不念作意謂先所見諸過患相增上力故卽於如是所緣境相由所修習不念作意除遣散滅當令畢竟不現在前賢首當知如是所緣甚爲微細難可通達汝應發起猛利樂欲爲求通達發勤精進世尊依此所緣境相密意說言汝等苾芻當知眾善言眾善者謂於大眾共集會中盛壯美色卽此眾善最殊勝者謂於多眾大集會中歌舞倡妓假使有一智慧丈夫從外而來告一人曰咄哉男子汝於今者可持如

是平滿鉢油勿令濶溢經歷如是大眾中過當避其間所有眾善及諸最勝歌舞倡妓大等生等今有魁膾露拔利劍隨逐汝行若汝鉢油一滴墮地此之魁膾卽以利劍當斬汝首斷汝命根苾芻汝等於意云何是持鉢人頗不作意專心油鉢拔劍魁膾不平地等而能作意觀視眾善及諸最勝歌舞倡妓大等生耶不也世尊何以故是持鉢人旣見魁膾露拔利劍隨逐而行極大怖畏專作是念我所持鉢油旣彌滿經是眾中極難將度脫有一滴當墮地者定爲如是拔劍魁膾當斬我首斷我命根是人爾時於彼眾善

及諸最勝歌舞倡妓大等生等都不作意思念觀視。唯於油鉢專心作意而正護持。如是苾芻我諸弟子。恭敬殷重。專心憶念修四念住。當知亦爾。言眾善者。喻能隨順貪欲纏等隨煩惱法。於中最勝歌舞倡妓十種相法。智慧丈夫。喻瑜伽師。平滿油鉢。喻奢摩他所安住心。能令身心輕安潤澤。是奢摩他義。露拔利劍隨行魁膾。喻先所取諸相尋思隨煩惱中諸過患相。專心將護不令鉢油一滴墮地。喻能審諦周徧了知亂不亂相之所攝受奢摩他道。由是能令諸心相

續諸心流注。由精進力無間策發。前後一味無相無分別寂靜而轉。不起一心緣於諸相。或緣尋思及隨煩惱。

是瑜伽師復應如是殷勤教誨於奢摩他初修業者。告言。賢首。汝若如是精勤修習奢摩他道。如是方便攝受正念。正知俱行。有喜樂心。乃名善修奢摩他道。若復串習諸過失故。不能於中深心喜樂。極大艱辛。勵力策發方現前者。還應速疾出無分別所緣境。相於有分別所緣境相繫念在前。如先所取諸不淨相。汝今復應作意思惟。先應用彼唯隨相行毗鉢舍那。

或觀青瘀。或觀膿爛。廣說乃至觀骨觀鎖。或觀骨鎖。汝於如是初修觀時。於一青瘀。廣說乃至於一骨鎖當起勝解。若於其中已串修習。觀道明淨。於所緣相明了。勝解相續轉時。復應於二。於三。於四。於五。於十二。十三。十四。十五。或百青瘀。或千青瘀。乃至一切諸方諸維所有青瘀。起無量行徧。一切處無間勝解。於中乃至無有容受一杖端處。如於青瘀。如是乃至骨鎖亦爾。汝依如是勝解作意。應當趣入真實作意。於趣入時。應作是念。如我今者勝解所作無量青瘀。廣說乃至無量骨鎖。真實青瘀乃至骨鎖。其量過此。

不可數知。所以者何。從前際來。於彼彼有。彼彼趣中。輪迴生死。我所曾經命終天歿。所棄屍骸。所起青瘀。廣說乃至所起骨鎖。無量無邊。如是所起。推其前際。不可知故。假使有能攝聚如是所棄屍骸。令不壞爛。一切大地亦不容受。於一劫中所棄屍骸。乃至骨鎖。假使有能斂在一處。其聚量等廣大脅山。如從前際後際亦爾。乃至未能作苦邊際。如是汝依勝解作意。應當趣入真實作意。又非修習如是青瘀。乃至骨鎖。毗鉢舍那應頓觀察。纔應於一屍骸青瘀起勝解已。尋復令心於內寂靜。乃至於此所緣境相喜樂明淨。

無諸擾惱。不彊勵力。齊爾所時。應於如是屍骸青瘀。發起勝解。若纔於此乃至勵力方現在前。爾時於內應修寂靜。如於青瘀乃至骨鎖當知亦爾。由此道理乃至無量當知亦爾。如是令心內寂靜已。復應發起寂靜勝解。謂從最後無量青瘀乃至最後無量骨鎖內略其心方便除遣。安置眾相不顯現中。不全棄捨有分別相。亦不分別。唯卽於此所緣境界安住其心。無相無分別寂靜而轉。彼瑜伽師復應教授告言。賢首汝先所取諸光明相。於奢摩他品加行中。及於毗鉢舍那品加行中。皆應作意如理思惟。若汝能以光

明俱心。照了俱心。明淨俱心。無闇俱心。修奢摩他毗鉢舍那。如是乃爲於奢摩他毗鉢舍那道修光明想。若有最初於所緣境多不分明。數習勝解其相闇昧。由是因緣後所修習所有勝解亦不分明。雖多串習而相闇昧。若有最初於所緣境多分分明。數習勝解其相明了。由是因緣後所修習轉復分明。雖少串習而相明了。如是汝由善取如是厭離相故。善取如是欣樂相故。善取如是奢摩他相故。善取如是毗鉢舍那相故。善取如是光明相故。於時時中内心寂靜。於時時中由隨相行毗鉢舍那思擇諸法。卽於不淨正

修加行增上力故。於諸念住漸次趣入。將趣入時。汝應先於內身所有三十六物。始從髮毛乃至小便。善取其相。汝應於是自內身中諸不淨物。先當發起不淨勝解。數數發起此勝解已。復令其心於內寂靜。如是名爲於內身中修循身觀。依自身內而發起故。次應於外諸不淨物。善取其相。汝當發起青瘀勝解。廣說乃至骨鎖勝解。或狹小勝解。或廣大勝解。或無量勝解。數數發起此勝解已。復令其心於內寂靜。如是名爲於外身中修循身觀。依他外身而發起故。後復應於自身內外諸不淨物。善取其相。令心明了。又於

他身內外不淨。善取其相。令心明了。於自所愛。汝當發起如是勝解。復於死已。出送塚間。至塚間已。棄之在地。棄在地已。至青瘀位。至膿爛位。廣說乃至至骨鎖位。發起勝解。數數發起此勝解已。復令其心於內寂靜。如是名爲於內外身修循身觀。依自他身若內若外。而發起故。汝復應於四無色蘊。由聞思增上力分別取相。於其三分發起勝解。一於奢摩他品。二於無散亂品。三於毗鉢舍那品。於奢摩他品者。謂若汝心於內略時。起無相無分別寂靜想行。及無作用無思慕無躁動離諸煩惱寂滅樂想行。於所緣境無亂。

受等四無色蘊。剎那剎那展轉別異。唯是新新而非故故。相續流轉。汝應於此如理思惟。發起勝解。如是名爲於內受心法修循受心法觀。於無散亂品者。謂汝於先取諸境界。緣諸境界。墮不定地。過去盡滅。及今失念心亂所生諸相尋思。隨煩惱境。增上受等四無色蘊。汝應於此如理作意。如是諸法。其性皆是詭幻所作。暫時而有。率爾現前。多諸過患。其性無常。不可保信。汝應如是發起勝解。如是名爲於外受心法修循受心法觀。於毗鉢舍那品者。謂汝善取毗鉢舍那相已。住有相有分別作意。於有分別有相所緣增

上內所生受等四無色蘊。如理作意思惟此法。剎那剎那展轉別異。唯是新新而非故故。相續流轉。如前所說發起勝解。如是名爲於內外受心法修循受心法觀。如是汝由依不淨觀正修加行增上力故。於四念住當得趣入。又汝應於念住加行。時時修習勝奢摩他毗鉢舍那。汝於如是四念住中安住正念。隨依彼彼村邑聚落邊際而住。於心隨順趣向臨入所緣境界。汝應捨此所緣境相。入彼村邑聚落乞食。應當善避惡象惡馬。惡牛惡狗。惡蛇惡獸。坑澗濠塹株杌。毒刺泥水糞穢。及應遠離諸惡威儀。穢坐臥具。汝應

如是善護己身。若於如是諸境界相不應策發諸根。汝應於彼不作功用。善守諸根。若於如是諸境界相應當策發諸根。汝應於彼正作功用。善住正念。令諸煩惱不起現行。汝應如是善護己身。善守諸根。善住正念。於彼作意。善知其量。受用飲食。又汝應與在家出家說應量語。說應理語。說應時語。說正直語。說寂靜語。一切世間非法言論。皆當遠離。雖復宣說如法言論。不應諍競。何以故。若諸士夫補特伽羅。住諍競語。互相難詰。其心便住多戲論中。多戲論故。其心掉舉。心掉舉故。心不寂靜。不寂靜故。便令其心遠三摩地。

如是行已。汝應速疾不捨所緣。結跏趺坐。於奢摩他毗鉢舍那。如所取相。由恆常作及畢竟作。修瑜伽行。猶如世間鑽火方便。起無間加行及殷重加行。汝應如是恆常修作畢竟修作。又汝應起如是願心。假使一切贍部洲人。盡贍部洲曾經壽量。今皆總集在一身。我亦盡此無量壽命。決定於斷瑜伽作意勝奢摩他毗鉢舍那。精進修習時無暫捨。由正了知。如是所修瑜伽加行。有大勝果。大勝利故。何況如是少分壽量。少時存活。雖極遠去。不過百年。委悉算計。但須臾頃。如是汝應隨所教誨。恆常修作畢竟修作。若

爲此義受習於斷。汝於此義必當獲得。汝當最初證得下劣身心輕安心一境性。後當證得世出世間廣大圓滿。初修業者始修業時。善達瑜伽諸瑜伽師。依不淨觀。如是教誨。名正教誨。如是修行。名正修行。如說貪行。是不淨觀之所調伏。如是瞋行。是慈愍觀之所調伏。乃至最後尋思行。是阿那波那念之所調伏。如其所應皆當了知。其中差別餘趣入門。我當顯示。依慈愍觀初修業者。於外親品怨品及中庸品。善取相已處。如法座。由利益安樂增上意樂俱行定地作意。先於一親一怨一中庸所發起勝解。於此三品。由

平等利益安樂增上意樂俱行作意。欲與其樂。如是念言。願彼求樂諸有情類。皆當得樂。謂或無罪欲樂。或無罪有喜樂。或無罪無喜樂。次後或於二親。或於三親。或於四親。或於五親十親二十三十。如前乃至徧諸方維。其中親品充滿無間。發起勝解。於中乃至無有容受一杖端處。如於親品。如是於怨及中庸品。當知亦爾。又彼不捨慈愍加行。卽由修習如是慈愍。於諸念住能正趣入。云何趣入。謂趣入時。應當發起如是勝解。如彼於我謂親謂怨謂中庸品。我旣欲樂厭背其苦。如是名爲於其內身修循身觀。餘亦於彼

謂親謂怨謂中庸品。如我。彼亦欲樂背苦。如是名爲於其外身修循身觀。如我既爾。彼諸有情亦復如是。如我自欲求得勝樂。彼諸有情亦復如是。彼諸有情與己平等。與己相似。我當與彼利益安樂。如是名爲於內外身修循身觀。此四念住總緣諸蘊爲境界故。當知說名壞緣念住。若修行者。但取色相。謂取顯相形相表相。於親品怨品及中庸品而起勝解。由此建立唯身念住。彼復依止勝解作意。能正趣入真實作意。謂趣入時。起是勝解。我於乃至無量有情。發起勝解利益安樂。增上意樂。如是我從先際已來。所有親

品怨品及中庸品。落謝過去。諸有情類。其數無量。甚過今者。勝解所作。如是過去諸有情類。爲我親已。復爲我怨。爲我怨已。復爲我親。爲怨親已。復爲中庸。爲中庸已。復爲怨親。由是義門。一切有情平等平等。無有少分親性怨性。及中庸性。而非真實。由是因緣。偏於三品起平等心。平等應與利益安樂。如從先際。如是後際。於生死中。當復流轉應知亦爾。又我於彼先際。已來諸有情類。未曾發起慈愍之心。彼皆過去。今起慈愍。復有何益。但爲除遣自心垢穢。令得清淨。故起念言。當令過去諸有情類。皆得安樂。諸未來世。非

會有者亦皆令彼當得安樂。如是趣入眞實作意慈愍住中諸福滋潤諸善滋潤。望前所修勝解作意慈愍住中所獲福聚。彼於百分不及此一。彼於千分不及此一。彼於數分算分計分鄒波尼殺曇分不及此一。餘如前說。

又於緣性緣起觀中初修業者。由聞思慧增上力故。分別取相。謂諸有情。由有種種無智愚癡。現見無常妄計爲常。現見不淨妄計爲淨。現見其苦妄計爲樂。現見無我妄計爲我。彼諸有情。有如是等種種顛倒。顛倒爲因。於現法受及後所生諸自體中。發起貪愛。

由貪愛故。造作種種生根本業。此煩惱業爲因緣故。感得當來純大苦蘊。彼旣善取如是相已。復於其內發起勝解。謂我今此純大苦蘊亦如是生。又我自體無邊無際。從先際來。初不可知。亦如是生。彼諸有情去來現在一切自體。苦蘊所攝。亦皆如是已生當生。如是緣性緣起正觀。一切皆是真實作意。更無所餘勝解作意。若於自身現在諸蘊緣性緣生作意思惟。是名於內身受心法住。彼循觀。若於他身現在諸蘊緣性緣生作意思惟。是名於外身受心法住。彼循觀。若於自他過去未來所有諸蘊緣性緣生作意思惟。

名於內外身受心法住彼循觀餘如前說。

又於界差別觀初修業者先取其外所有堅相所謂大地山林草木瓢石瓦礫末尼真珠琉璃螺貝珊瑚玉等。取彼相已復於內堅而起勝解。次取其外諸大水相所謂江河眾流陂湖池沼井等。取彼相已復於內溼而起勝解。次取其外諸大火相所謂熱時烈日炎熾焚燒山澤災火蔓蔓延室等中所有諸火。取彼相已復於內煖而起勝解。次取其外諸大風相所謂東西南北等風乃至風輪。取彼相已復於內風而起勝解。次取其外諸大空相所謂諸方無障無礙諸聚

別觀中分析諸色界差別邊際微細勝解。次於空界先當發起所有麤大空界勝解。所謂眼耳鼻喉筒等種種竅穴。由是呞咽。於是呞咽。既呞咽已。由是下分不淨流出。次後漸漸發起種種微細勝解。乃至身中一切微細諸毛孔穴。皆悉了知。後於識界。漸漸發起所依所緣及以作意。三世時分品類差別無量勝解。卽於識界起勝解時。由諸所依所緣勝解。分析識界亦於十種所造諸色而起勝解。如諸大種微細分析。此亦如是。若於自身各別諸界而起勝解。是名於內諸念住中住彼循觀。若於其餘非有情數所有諸界

而起勝解。是名於外住彼循觀。若於其餘諸有情數所有諸界而起勝解。名於內外住彼循觀。復有異門。謂於己身而起勝解。臨捨命時。如前廣說。至青瘀位或復膿爛。卽於膿爛發起種種流出勝解。漸漸膿流展轉增廣。乃至大海大地邊際膿悉充滿。發起如是膿勝解已。次復發起火燒勝解。謂此身分無量無邊品類差別。爲大火聚無量無邊品類燒燼。火旣滅已。復起餘骨餘灰勝解。復起無量無邊勝解。碎此骨灰。以爲細末。復起無量大風勝解。飄散此末徧諸方維。旣飄散已。不復觀見所飄骨灰。及能飄風。唯觀有餘

渺茫空界。如是由其勝解作意。依於內外不淨加行。入界差別。於其身相住循身觀。從是趣入真實作意。謂由如是勝解作意。於內外身住循身觀。由勝解力。我此所作無量無邊水界火界地界風界虛空界。我從無始生死流轉。所經諸界無量無邊。甚過於此。謂由父母兄弟姊妹眷屬喪亡。及由親友財寶祿位離散失壞。悲泣雨淚。又飲母乳。又由作賊。擁逼劫掠。穿牆解結。由是因緣遭無量度截手刖足。斬頭剝鼻。種種解割身諸支節。由是因緣血流無量。如是所有淚乳血攝水界水聚。四大海水皆悉盈滿。於百分中無量識界。

不及其一。廣說如前。又於諸有諸趣死生。經無量火焚燒屍骸。如是火聚亦無比況。又經無量棄捨骸骨。狼籍在地。亦無比況。又經無量風界生滅。分析屍骸。亦無比況。又經無量諸屍骸中眼等竅穴。又經無量諸識流轉。後後屍骸。新新發起。乃至今者最後屍骸。諸識流轉。如是安立後際諸趣。期限無定。如是乃至無量識界。

又於阿那波那念正加行中初修業者。先於舍宅前後窗門。或打鐵師。或鍛金銀師。吹筒囊袋。或外風聚。出入往來。善取相已。由緣於內出入息念。於出入息

而起勝解。彼復先於微細息風經心胷處麤穴往來而起勝解。然後漸漸於眾多風而起勝解。所謂乃至一切毛孔風皆隨入而起勝解。如是所有一切身分。風聚所隨。風聚所攝。風聚藏隱。無量風聚於中積集。如如羅縕。或疊絮等諸輕飄物。於是諸相而起勝解。彼若於內入息出息流轉不絕。作意思惟。爾時名爲於其內身住循身觀。若復於他死屍骸中。青瘀等位。入息出息流轉斷絕。作意思惟。爾時名爲於其外身住循身觀。若復於自臨欲死時而起勝解。或於已死入息出息無有流轉而起勝解。或於未死入息出息。

無有流轉而起勝解。由法爾故。爾時名爲於内外身住循身觀。徧於一切正加行中。應修如是上品助伴。上品所攝無倒加行。所餘一切。如前應知。

如是所有初修業者蒙正教誨修正行時。安住熾然。正知具念。調伏一切世間貪憂。若於如是正加行中。恆常修作。畢竟修作無倒作意。非誼丙等所能動亂。是名熾然。若於如是正加行中。修奢摩他毗鉢舍那。審諦了知亂不亂。相如是名爲正知具念。若能善取諸厭離。相諸欣樂。相如是乃名調伏。一切世間貪憂。由是因緣宣說。彼能安住熾然。乃至調伏世間貪憂。

先發如是正加行時。心一境性。身心輕安。微劣而轉。  
難可覺了。復由修習勝奢摩他毗鉢舍那。身心澄淨。  
身心調柔。身心輕安。卽前微劣心一境性。身心輕安。  
漸更增長。能引彊盛易可覺了。心一境性。身心輕安。  
謂由因力展轉。引發方便道理。彼於爾時。不久當起。  
彊盛易了。身心輕安。心一境性。如是乃至有彼前相。  
於其頂上似重而起。非損惱相。卽由此相於內起故。  
能障樂斷諸煩惱品。心麤重性。皆得除滅。能對治彼。  
心調柔性。心輕安性。皆得生起。由此生故。有能隨順。  
起身輕安。風大偏增衆多大種來入身中。因此大種。

入身中故。能障樂斷諸煩惱品。身麤重性。皆得除遣。  
能對治彼。身調柔性。身輕安性。徧滿身中。狀如充溢。  
彼初起時。令心踊躍。令心悅豫。歡喜俱行。令心喜樂。  
所緣境性。於心中現。從此已後。彼初所起輕安勢力。  
漸漸舒緩。有妙輕安隨身而行。在身中轉。由是因緣。  
心踊躍性漸次退減。由奢摩他所攝持故。心於所緣。  
寂靜行轉。從是已後。於瑜伽行初修業者。名有作意。  
始得墮在有作意數。何以故。由此最初獲得色界定。  
地所攝少分微妙。正作意故。由是因緣。名有作意。得  
此作意。初修業者。有是相狀。謂已獲得色界所攝少

分定心獲得少分身心輕安心一境性。有力有能善修淨惑所緣加行。令心相續滋潤而轉爲奢摩他之所攝護。能淨諸行。雖行種種可愛境中。猛利貪纏亦不生起。雖少生起。依止少分微劣對治。暫作意時。卽能除遣。如可愛境可憎可愚可生惰慢可尋思境。當知亦爾。宴坐靜室。暫持其心。身心輕安。疾生起。不極爲諸身麤重性之所逼惱。不極數起諸蓋現行。不極現行思慕不樂憂慮俱行。諸想作意。雖從定起。出外經行。而有少分輕安餘勢。隨身心轉。如是等類。當知是名有作意者清淨相狀。

## 瑜伽師地論卷第三十二

### 音釋

<b>殞歿</b>	<small>殞羽敏切歿也</small>
<b>塚</b>	<small>塚莫勃切終也</small>
<b>瘞</b>	<small>瘞血壅也</small>
<b>灑溢</b>	<small>灑以膽切溢也</small>
<b>濫</b>	<small>濫溢水盈滿貌</small>
<b>濠</b>	<small>濠胡高切池也</small>
<b>城</b>	<small>城七豔切水也</small>
<b>塹</b>	<small>塹七豔切城水也</small>
<b>鑽</b>	<small>鑽官綺戰切</small>
<b>穿</b>	<small>穿朱過切</small>
<b>礮</b>	<small>礮郎擊切石也</small>
<b>瓦</b>	<small>瓦瓦窑也</small>
<b>窯</b>	<small>窯瓦窑也</small>
<b>罅隙</b>	<small>罅隙縫也</small>
<b>罅</b>	<small>罅縫也</small>
<b>鑄</b>	<small>鑄也</small>
<b>析</b>	<small>析也</small>
<b>先擊</b>	<small>先擊切</small>
<b>竅</b>	<small>竅苦弔切</small>
<b>燼</b>	<small>燼徐刃切</small>
<b>火</b>	<small>火火餘也</small>
<b>別</b>	<small>別魚厥切</small>
<b>足</b>	<small>足斷足也</small>
<b>劓</b>	<small>劓刑鼻也</small>
<b>誣</b>	<small>誣許元切譁也</small>
<b>丙</b>	<small>丙奴教切</small>
<b>鞞</b>	<small>鞞與鞞同</small>
<b>囊</b>	<small>囊蒲拜切</small>
<b>火</b>	<small>火韋囊也</small>
<b>韋</b>	<small>韋囊也</small>