

第三章 聲聞行果

第一節 行

一、出離心

第二章中說皈依三寶，受持五戒，修行十善，可以保證未來世得到殊勝的人天善趣身，在六道輪迴中來說，是很好的善報。但是，仍然沒有超出三界，還是在生死中流轉，善報盡時，還不免輸入惡道，受三惡趣的苦報。即在人天善趣中，亦常為諸苦所逼迫，不是究竟安穩的樂處。如《法華經譬喻品》說：「三界無安，猶如火宅，衆苦充滿，甚可怖畏，常有生老病死憂患，如是等火，熾然不息。」這就是說，只要是在三界中流轉，不論是善趣惡趣，都有生老病死等苦惱逼迫，如處在火宅裏一樣地不安。因此，聲聞種性的有情，視三界如牢

獄，如火宅，怖畏生死輪迴，厭捨世間，觀察諸行無常，有漏皆苦，諸法無我，涅槃寂靜，四種法蘊的道理，而發起出離心，希求解脫，誓證清淨寂滅的涅槃，得到究竟的安穩處。如《增一阿含經》第二十三《增上品》說：「諸比丘！欲得免死者，當思惟四法本。云何為四？一切行無常，是謂初法本，當念修行。一切行苦，是謂第二法本，當共思惟。一切法無我，此第三法本，當共思惟。滅盡為涅槃，是謂第四法本，當共思惟。如是諸比丘！當共思惟此四法本。所以然者，便脫生老病死愁憂苦惱。此是苦之元本。是故諸比丘！當求方便，成此四法。如是諸比丘，當作是學。」

聲聞乘人，既然志在解脫生死，求證涅槃，所以厭捨三界，發出離心，是聲聞行的根本心要。引發出離心的方便，最殊勝的有二種，分別略述如下：

（一）思惟無常

無常的意義，已在第一章第四節說苦諦四相中無常相時解說過，應檢閱參考。這裏所說的思惟無常，主要的是思惟死歿無常。由於思惟死歿無常，引發出離心則更為有力，這可從三方面來思惟：一、思惟人身決定有死，如《無常經》說：「生者皆歸死，容顏盡變衰，強力病所侵，無能免死者。假使妙高山，劫盡皆壞散；大海深無底，亦復皆枯竭；大地及日月，

時至皆歸盡；未曾有一事，不被無常吞。」《一切有部毗奈耶》第六卷說：「積聚皆消散，崇高必墮落，會合終別離，有命咸歸死。」《出曜經無常品》卷第二說：「今觀此土境，及諸眾果樹，山河流泉源，江海逝不停，昔人瞻固守，今為斯何在？寧轉尊法輪，示現天世人，不樂取命終，竟知趣何方？欲尋昔時人，如今不見一！」《法句譬喻經》卷第一說：「所行非常，謂興衰法；夫生輒死，此滅為樂。」《無常經》說：「無上諸世尊，獨覺聲聞眾，尚捨無常身，何況於凡夫？父母及妻子，兄弟並眷屬，目睹生死隔，云何不愁嘆！是故勸諸人，諦聽真實法，共捨無常處，當行不死門。佛法如甘露，除熱得清涼，一心善諦聽，能滅諸煩惱。」二、思惟死無定期，如《出曜經》卷第一說：「晨所睹見，夜則不現；昨所瞻者，今夕則無；我今少壯，無可怙恃，少者亦死，男女無數。」又說：「諸老少壯，及中間人，漸漸以次，如果待熟。」又說：「或有在胎喪，已生在外歿，盛壯不免死，老耄甘心受；猶樹生狂花，結實時希有，志故必欲捨，伺命召不忍。」卷第二又說：「是日已過，命則隨滅；如少水魚，斯有何樂？」《金色男子因緣經》卷第一說：「若晝若夜中，或行或復住，如大河迅流，念念無停止。寢宿過是夜，壽命隨減少，猶如少水魚，斯有何其樂？」《摩訶摩耶經》卷上說：「譬如旃陀羅，驅牛就屠所，步步近死地；人命疾於是。」《坐禪三昧經》卷上說：「今日營此業，明日造彼事，樂着不觀苦，不覺死賊悉。匆匆為己務，他事亦不聞，

死賊不待時，至則無脫緣。」三、思惟死時無可怙恃，如《尸迦羅越大方禮經》說：「無親可怙恃，無處可隱藏；天福尚有盡，人命豈長久。」《出曜經無常品》第二卷說：「非有子恃，亦非父兄，為死所迫，無親可怙。千百非一，族姓男女，貯聚財產，無不衰喪。」這些經文是說，無論父母兄弟，親戚眷屬，財產高位等，皆不能抵擋死歿無常。到死的時候，一切皆必捨離而去。不但親屬財產等不能致其不死，即神通妙術亦不能避免死亡。佛在世時，王舍城有梵志兄弟四人，各得五通，自知七日後皆當命盡，欲避死亡，商議各以神通力分別藏住於虛空、大海、大山、大石中，既至七日期滿，各從其處而皆命終。故《出曜經》中《無常品》說：「非空非海中，非入山石間，無有地方所，脫止不受死。」又第三卷說：「無常勢力，不可恃怙，知死命終，然不久住，一切皆盡，無覺知者，為世所毀，流轉諸趣。」從以上諸無常偈義，多加思惟，則能引發出離三界的解脫心。

（二）思惟諸苦

在思惟諸苦中，特別是思惟生老等八苦，最能引發出離心。生等八苦，在《瑜伽師地論·攝決擇分》第六十一卷中，各說五相，修解脫行的人，應如理思惟。

一、生苦五相：（一）衆苦所隨故苦。即有情生於地獄趣，及一向受苦的餓鬼趣中，並諸胎

生和卵生有情生時，為種種逼迫憂苦之所隨逐故。(二)粗重所隨故苦。由三界諸行，為煩惱品粗重所隨逐；由此隨逐，三界有情諸蘊生起，性不調柔，不自在轉，故名粗重所隨故苦。(三)衆苦所依故苦。即生為衆苦的所依，由有生故，衰老病痛等衆苦差別依之而起。(四)煩惱所依故苦，有情既受生已，於可愛境生愛，於憎恨境起瞋，於中庸境起癡；由是因緣，身心昏蕩，不能寂靜安隱而住，生起種種煩惱，是名煩惱所依故苦。(五)不隨所欲，離別法故苦。即諸有情，生者皆死，所有壽命，死為邊際，死為終極，如是死事，非諸有情所愛，然死苦必受，是為不隨所欲，離別法故說生為苦。

二、老苦五相：即諸有情，由五處衰退故苦：(一)盛色衰退故。即膚黑發白，皺紋充滿等，諸非可愛的衰老色現。(二)氣力衰退故。於諸事業，無操作能力，及容易染患疾病等。(三)諸根衰退故。即眼昧耳聾，身體尪羸等。(四)受用境界衰退故。即於可食可用的境物，由力能衰朽，或由於不利於衰老的人，不能受用。(五)壽量衰退故。時分已過，壽量唯減，命將終極。

三、病苦五相：(一)身性變壞故。由四大乖違，腫脹羸劣，壯熱煎寒，疼痛僵硬，麻痺癱瘓等。(二)憂苦增多，由於病苦纏身故。於身逼迫，引起內心無限憂苦，與時日俱增地住於痛苦中，悲愁地度過日夜。(三)於可意境不喜受用故。人在患了病的時候，平時心意中喜愛好樂的飲食等境界，由病苦逼迫，不再喜愛受用；或由於有增加病苦的危險而不能受用。這就是

受用不自在苦。(四)於不可意境，非其所欲，強受用故。由於有病，於不可愛樂的藥物、針灸、刀割等境，雖非所欲，為了治病，也得勉強受用，引生領納苦境之苦。(五)能令命根離壞故。由於見到自己病重難治的時候，多知道自己命根將很快地捨離根身而斷壞，趣於死亡，引起悲哀痛苦。

四、死苦五相：(一)離別所愛盛財寶故。由於死時捨離自己一生辛勤勞苦營謀追求積聚守護的豐盛財產寶物，心生痛苦。(二)離別所愛盛朋友故。許多知交善友，一生得其協助，成就了自己的知識事業等，情長誼深，死則永捨悲痛。(三)離別所愛盛眷屬故。至親至愛的父母妻子兒女等，團聚歡樂，在生不願暫時有別，死則永遠捨離，痛切心腑。(註)(五)於命終時備受種種極重憂苦故。死時四大分離，衆苦交加，故其憂悲痛苦，至極尤重。

【註】原書漏列了第四相，今依《瑜伽師地論》補錄：「(四)離別所愛盛自身故。」

五、怨憎會苦五相：(一)與彼會生憂苦故。即與怨憎的人相會之時，心懷怨結，引生憂苦。(二)治罰畏所依止故。倘若與己有怨恨的人有權有勢，一朝會面，畏其假借權勢治罰於己，於治罰生起怖畏故苦。或由自己對於怨家曾作不善惡行，畏其報復，受到治罰。所依，就是說怨憎的人會面是產生治罰畏的所依止緣。(三)惡名畏所依止故。與怨憎人相會，恐其誹謗自己為作惡事的壞人，誣加種種惡名惡稱，心生憂苦。或自己曾作惡事，為怨憎人所知，畏其揭

露自己的醜惡名稱，心生憂苦。(四)苦逼迫命終怖畏所依止故。即由與怨憎人相會，怖畏其治罰等苦逼迫以致於命終，心生憂苦。(五)越正法惡趣怖畏所依止故。與怨憎人相見，由懷怨結不捨，為了報復怨恨，造作種種惡行，違越了善惡因果律的正法，當墮惡趣，心生恐懼故苦。

六、愛別離苦五相：(一)捨離親愛人苦。(二)由此捨離為因緣，引生語聲憂愁嘆息等苦。(三)由此憂嘆等為因緣，身受擾亂苦。(四)念其恩德等思戀其人，引生心意熱惱苦。(五)由其人遠離故，應當受用的快樂事，如聚首談心，戲論歡娛等，皆有所缺乏故苦。

七、求不得苦五相：《瑜伽師地論》說，如愛別離苦，求不得苦，當知亦爾。即(一)謀求不得苦，(二)語生愁嘆，(三)身受擾亂，(四)意生熱惱，(五)受用缺乏。

八、五取蘊苦五相：(一)生苦器故，即五取蘊是受生的苦器。(二)依生苦器故，即五取蘊為老病死等苦的生起之所依止器。(三)苦苦器，(四)壞苦器，即五取蘊是苦苦、壞苦的粗重性之所隨逐(依附)器，遇緣即能現起。(五)行苦性，五取蘊體性刹那遷流不住，非安穩法，故是行苦性。

這裏抄錄一段《法句譬喻經》第三《安寧品》的經文，助解五取蘊身為苦本的意義。經說：「昔佛在舍衛國精舍，時有四比丘，坐於樹下，共相問言：一切世間，何者最苦？一人言：天下之苦，無過淫欲。一人言：世間之苦，無過瞋恚。一人言：世間之苦，無過飢渴。

一人言：天下之苦，無過驚怖。共諍苦義，云云不止。佛知其言，往到其所，問諸比丘，屬論何事。即起作禮，具白所論。佛言：比丘！汝等所論，不究苦義；天下之苦，莫過有身。飢渴寒熱，曠恚驚怖，色欲怨禍，皆由於身。夫身者，衆苦之本，患禍之元；勞心極慮，憂畏萬端；三界蠕動，更相殘賊，吾我縛著，生死不息，皆由身興；欲離世苦，當求寂滅。攝心、守正，泊然無想，可得泥洹，此為最樂。」

其餘諸苦的意義，應參看第一章第四節所說苦相差別。修解脫行的人，應如理思惟，引生出離心，趣求解脫道。

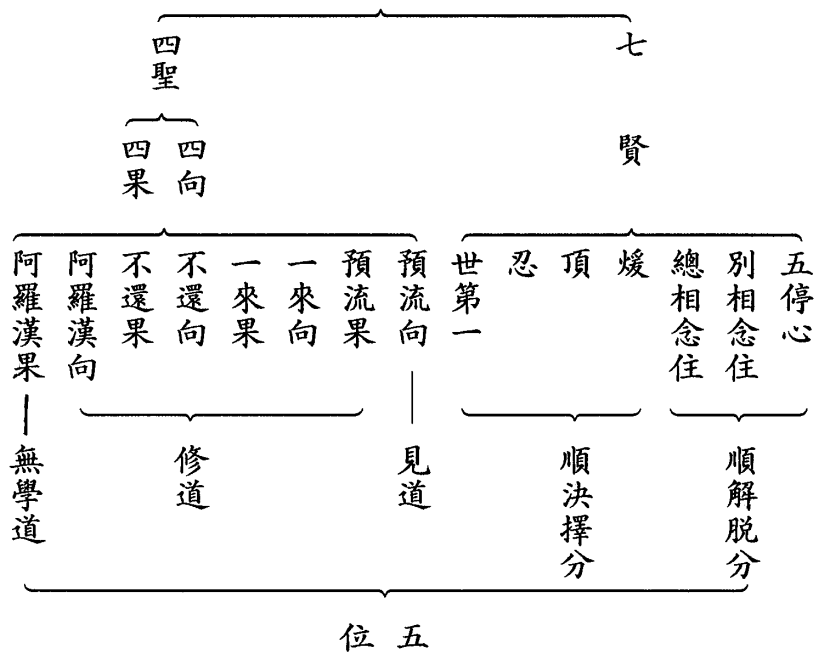
二、修集涅槃法緣

聲聞乘人，目的在證得解脫生死的般涅槃法。但一個有情從發心到證得究竟般涅槃，極速也需要經過三生，至遲則須六十劫。經三生是：第一生最初趣入資糧道，第二生修加行道，第三生預入聖位，乃至證得解脫。總有七賢四聖五位的差別。立表如表一：

在沒有趣入順解脫分以前，必須修習證得般涅槃法的增上緣，才能順利地趣賢入聖。涅槃法緣，在《瑜伽師地論》第二十一卷中，總說二種：一是勝緣，二是劣緣。勝緣如論說：

聖四賢七

表一



「謂正法增上他音，及內如理作意。」就是由聞他宣說超勝四諦法的言音，引發自內如理所引作意，便能悟入真實現觀。這種勝緣，非今日衆生根器所具，可略不說。劣緣在論中說有如下十二種：一自圓滿，二他圓滿，三善法欲，四正出家，五戒律儀，六根律儀，七於食知量，八初夜後夜常勤修習覺寤瑜伽，九正知而住，十樂遠離，十一清淨諸蓋，十二依三摩地。分別略釋如下：

一、自圓滿，即善得人身、生於聖處、諸根無缺、勝處淨信、離諸業障五種圓滿。

二、他圓滿，即諸佛出世、說正法教、法教久住、法住隨轉、他所哀愍五種圓滿。

上兩種圓滿，已於第二章人天行果第二節中解說過，這裏不再說了。樂廣知者，可參考

《瑜伽師地論》第二十卷和第二十一卷。

三、善法欲，即對於涅槃善法生起信解和希求證得的愛樂。如一個聲聞種性的人，在佛陀跟前，或佛弟子跟前，聽聞了正法教理，生起了清淨的信心，希求能夠如法修行，證得解脫；於是感覺在家庭中，對於妻室有淫欲相應貪著，對於子女親屬及諸財寶有受用相應的愛執，煩擾纏縛，不能閑靜修行，證得解脫。為了有利於修行正法，決心捨家而出家，精進修行，斷除煩惱，證得真實圓滿的解脫。於如是事生起信解愛樂，就是善法欲。如《瑜伽師地論》二十一卷說：「云何善法欲？謂如有一，或從佛所，或從弟子所，聞正法已，獲得淨信。」

得淨信已，應如是學：在家煩擾，若居塵宇；出家閑曠，猶處虛空。是故我今應捨一切妻子眷屬財穀珍寶，於善說法毗奈耶中，正捨家法，趣於非家。既出家已，勤修正行，令得圓滿。於善法中，生如是欲，名善法欲。」調伏自己心中所有的煩惱，名修正行。證得真實圓滿的解脫，名得圓滿。

四、正出家，由前殊勝的善法欲為增上力量，禮請大德為親教師，經白四羯磨受具足戒，或沙彌戒，是名正出家。梵語羯磨，譯言作業，或譯辦事，是僧眾團體中作行事務的民主方式，有如現在的開會報告通過。白四羯磨是作行最重要事務所用的方式，即執事人先把所要作的事向集會的僧眾們告白一遍，其次更三問其可否而決定其事，合一白三問，故名白四羯磨。亦即報告一遍，而三問通過決定的意思。

五、戒律儀，此有六種差別：(一)安住具戒，(二)善能防護別解脫律儀，(三)軌則圓滿，(四)所行圓滿，(五)於微小罪見大怖畏，(六)受學學處。

六、根律儀，此有四種差別：(一)防守正念，(二)常委正念，(三)念防護意，(四)行平等位。

戒律儀與根律儀的意義，已在第二章第一節皈依三寶後的第二四正行中簡略地講過，這裏不再說了。樂廣知者，可參閱《瑜伽師地論》第二十二卷和二十三卷論文。

七、於食知量，《瑜伽師地論》第二十一卷說：「云何於食知量？謂彼如是守諸根已，

以正思擇，食於所食；不為倡蕩，不為驕逸，不為飾好，不為端嚴，食於所食。然食所食，為身安住，為暫支持，為除飢渴，為攝梵行，為斷故受，為令新受當不更生，為當存養力樂無罪安穩而住。如是名為於食知量。」正思擇食，即於進食時，以正智慧觀察段食的受用、變易、追求、防護等過患，深生厭惡，發出離想，然後吞咽。倡蕩，就是與女人共為嬉戲、歡娛、受樂、倡掉、縱逸。不為倡蕩食，即不為欲貪所引、淫逸所引，諸惡不善尋思而食所食。不為驕逸食，即不為無病、少壯、長壽等驕逸而食所食。不為飾好食，為不為沐浴、理髮、妙香塗身等而食所食。不為端嚴食，即不為著種種上妙衣服、種種花鬘等莊嚴具莊飾其身而食所食。為身安住食，即受食時如是作念：「我今受此所有飲食，壽命得存，當不夭歿；由是因緣，身得安住，能修正行。」為暫支持食，即遠離有罪有染等追求飲食的方法，僅為暫時支持色身的安住，以正法追求飲食；既獲得已，亦不染愛耽著而食其所食。為攝梵行食，即為令有力斷除惡法，堪任修行善法，迅速獲得三摩地，由是有力有能、得所未得、證所未證，如是名為攝受梵行而食所食。為斷故受食，即由過去食不知量，食所非宜，及不易消化等食物，由此因緣，於其身中引起種種疾病苦受；為欲息除由食物引起的疾病苦受，隨順醫師所說而食醫藥及相宜食物；由此能斷除已生疾病，及其疾病所生苦受。如是名為斷故受食。為令新受當不更生食，即由現在安樂無病，氣力充足，食諸食時，不過量食，不食於

己身所不相宜的食物，如是就不會由飲食更引起新的苦受，是名為令新受當不更生而受諸飲食。為當存養力樂無罪安隱而住食，即於適宜飲食知量食已，壽命得到生存長養，是名存養；消除飢瘦，氣力充足，是名為力；斷除苦受，新受不生，是名為樂；以正法追求飲食，不染不受等，是名無罪；受食以後，身無沉重，有所堪能，修善斷惡，令心速得三摩地等，是名安隱而住。如上所說，由正思擇食，不為倡蕩食，乃至為當存養力樂無罪安隱而住，受諸飲食，是為於食知量。廣如《瑜伽師地論》二十三卷所說應知。

八、初夜後夜常勤修習覺寤瑜伽，《瑜伽師地論》二十四卷說：「復次，初夜後夜常勤修習覺寤瑜伽者，云何初夜？云何後夜？云何覺寤瑜伽？云何常勤修習覺寤瑜伽？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。覺寤瑜伽者，謂如說言：於晝日分經行宴坐，從順障法淨修其心；淨修心已，出住處外，洗濯其足，還入住處，右脇而臥，重累其足，住光明想，正念正知思惟起想，巧便而臥。至後夜分，速疾覺寤經行宴坐，從順障法淨修其心。」寤是從睡眠中醒覺的意思，修習覺寤瑜伽，是說修行者在入睡前必修習警策醒寤的覺起想，才能及時醒覺而免於耽誤用功。佛法中晝夜各立三時，印度古代世俗晝夜各立四分；此依世俗，以夜三時略分為四分，名夜四分。從日出時到日沒時為晝日，餘即夜時。夜四分中最初一分名夜初分，中間二分名夜中，最後一分名夜後分。論

中義顯從初向後齊至中間，故名過初一分。從後向初齊至中間，故名過後一分。所說住光明想、正念正知思惟起想等，顯示由正念正知二緣，即得成就無染污心而近習睡眠；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，便能迅速的正確了知；由住光明想（《瑜伽師地論》十一卷說三種光明：一治暗光明，二法光明——如理思惟法義，三依身光明。）及思惟起想，即無深重的睡眠纏縛，由此二緣，便能及時覺寤，起不過時。宴坐即加趺坐。障礙法即五蓋，順障法即淨妙相等。淨妙相順貪欲蓋；瞋恚相順瞋恚蓋；黑暗相順昏沉睡眠蓋；親屬國土不死尋思，順掉舉蓋；追憶昔時戲笑等，順惡作蓋；疑三世等，順疑蓋。於此等順障法，在經行宴坐中修不淨觀等而對治諸蓋，是為淨修其心。廣如《瑜伽師地論》二十四卷所說應知。

九、正知而住，《瑜伽師地論》第二十一卷說：「云何正知而住？謂彼如是常勤修習覺寤瑜伽已，若往若來正知而住，若睹若瞻正知而住，若屈若伸正知而住，持僧伽胝（大衣，即通常所說的祖衣）及以衣鉢正知而住，若食若飲若噉若嚼正知而住，若行若住若坐若臥正知而住，於覺寤時正知而住，若語若默正知而住，如解勞睡時正知而住，如是名為正知而住。即於往來瞻睹等，是所應住等，非所應住等，能正了知，不犯軌則威儀，如是住心，是名正知而住。廣如《瑜伽師地論》第二十四卷所說應知。」

十、樂遠離，遠離主要的有兩方面：(一)是身遠離，即不與在家及出家眾，共相雜住，獨一無侶，住於阿練若（寂靜處）或空閑室，或樹林下，或山谷岩穴，或空迴冢間等處，是名身遠離。(二)是心遠離，即遠離一切染污無記所有作意，修習一切其性是善，能夠引發定地作意，及定資糧加行作意，是名心遠離。修習這兩種遠離，必須修習四聖種才能使身心得到清淨。四聖種就是：(一)衣服喜足聖種，即於隨其所得的衣服喜足少欲。(二)飲食喜足聖種，即於隨其所得的飲食喜足少欲。(三)臥具喜足聖種，即於隨其所得的臥具（床單等）喜足少欲。(四)樂斷樂修聖種，即愛樂斷除煩惱，愛樂修行聖道。喜足，即於所得的衣服飲食臥具，無論為少為劣，心皆知足。少欲，就是無大欲，即於所未得的衣服飲食臥具，不求妙不求多，不希望追求，是為少欲。此四聖種皆以無貪為體，為對治四種愛故，世尊為求解脫行者說四聖種，即於衣服喜足，對治衣服愛；於飲食喜足，對治飲食愛；於臥具喜足，對治臥具愛；樂斷樂修，對治三界有見和無有見愛。此四法行，能生眾聖，故名聖種。修解脫行的人，依此修習的增上力，即能為堪任修持聖道的所依器。修習遠離的詳細意義，應參考《瑜伽師地論》第二十一卷、第二十五卷、第三十卷，及《俱舍論·分別賢聖品》。

十一、清淨諸蓋，《瑜伽師地論》二十一卷說：「云何清淨諸蓋？謂彼如是住阿練若，或復樹下，或空室等，於五種蓋淨修其心，所謂貪欲、瞋恚、昏沉睡眠、掉舉惡作、及以疑

蓋。從彼諸蓋淨修心已，心離諸蓋，安住賢善勝三摩地。如是名為清淨諸蓋。」五蓋是三摩地之障礙法，心有五蓋，三摩地即無成就的可能，為了獲得三摩地，必須思惟青瘀等相，對治內心中的貪欲等蓋，是名清淨諸蓋，淨修其心。

十二、依三摩地，由於斷除諸蓋，欲貪等諸惡不善法不起現行，得初靜慮具足安住，第二靜慮具足安住，第三靜慮具足安住，第四靜慮具足安住。如是名為依三摩地。四靜慮的差別相，在第一章第四節中已略說，此不再述。樂廣知者，當參閱《瑜伽師地論》第三十三卷論文。

三、順解脫分

(一) 五停心位

求解脫的行者，在修集涅槃法緣已，即已成為修行聖道的所依器，由此正式入於資糧位，修集解脫的資糧。在這一位中，首先修習的法門，為五停心觀；即依勝解作意，思惟觀察不淨等五法，以停止內心的貪欲等五種過患，便能獲得定地作意，引發觀察四諦的觀慧，而進趣

加行道。五停心觀是：一、不淨觀，即觀內外境界的不淨相，對治貪欲過患，而停止其心。貪欲心重的人，宜修此觀。二、慈悲觀，即於親品、怨品、中品有情，觀其可憐愍相，而修與樂拔苦的慈悲意樂，對治瞋恚過患，而停止其心。瞋恚心重的人，宜修此觀。三、因緣觀，即觀十二因緣，三世相續的道理，唯法唯事，唯因唯果，無我體我相，無作者受者，對治愚癡過患，而停止其心。愚痴心重的人，宜修此觀。四、界差別觀，即以觀心分析地水火風空識六界，或十八界，對治一合我的我慢過患，而停止其心。我慢心重的人，宜修此觀。五持息念，即以念持出入息，令心息相依，計算息數，對治散亂過患，而停止其心。尋行散亂心重的人，宜修此觀。五、停心觀詳細的說明，可以參看《瑜伽師地論》第二十六卷、第二十七卷，及第三十卷和第三十一卷。這裏只簡略地解說一下不淨觀和持息念。因為人們修定不易得到成就的最大障礙，就是欲貪和散亂，能夠對治這兩種過患，則心容易停止而定。故《俱舍論·分別賢聖品》稱說不淨觀和持息念為正入修要的二門。如彼論說：「入修要二門，不淨觀息念；貪尋增上者，如次第應修。」本此論義，分別略述二觀修法如下：

一、不淨觀：不淨觀在《瑜伽師地論》第二十六卷中說有六種：(一)朽穢不淨、(二)苦惱不淨、(三)下劣不淨、(四)觀待不淨、(五)煩惱不淨、(六)速壞不淨。這裏只說第一種朽穢不淨。因為修行聖道最粗重的貪愛，就是對於內身起欲貪，與於外身淫欲起貪。觀朽穢不淨，就能對治

內外兩種欲貪，所以特說朽穢不淨相。朽穢不淨又有兩種，如《瑜伽師地論》第二十六卷說：「云何名為朽穢不淨？謂此不淨，略依二種：一者依內，二者依外。云何依內朽穢不淨？謂內身中髮毛爪齒，塵垢皮肉，骸骨筋脈，心膽肝肺，大腸小腸，生藏熟藏，肚胃脾腎，膿血熱痰，肪脂膏髓，腦膜涕唾，泪汗屎尿，如是等類，名為依內朽穢不淨。云何依外朽穢不淨？謂或青瘀，或復膿爛，或復變壞，或復膨脹，或復食噉，或復變赤，或復散壞，或骨或鎖，或復骨鎖，或屎所作，或尿所作，或唾所作，或涕所作，或血所塗，或膿所塗，或便穢處，如是等類，名為依外朽穢不淨。如是依內朽穢不淨，及依外朽穢不淨，總說為一朽穢不淨。」依這二種朽穢不淨為所緣而修，就能夠對治於內身起欲貪，與於外淫欲起貪。如論說：「謂由依內朽穢不淨所緣故，令於內身欲欲貪，心得清淨；由依外朽穢不淨所緣故，貪於外身淫欲貪，心得清淨。淫相應貪復有四種：一顯色貪，二形色貪，三妙觸貪，四承事貪。由依四外不淨所緣，於此種相應淫貪，心得清淨；若於青瘀，或於膿爛，或於變壞，或於膨脹，或於食噉作意思惟，於顯色貪令心清淨。若於變赤作意思惟，於形色貪令心清淨。若於其骨，若於其鎖，若於骨鎖作意思惟，於妙觸貪令心清淨。若於散壞作意思惟，於承事貪令心清淨。如是四種名於淫貪令心清淨。」顯色貪，就是見到女人身上顯現的粉黛朱紅、青黃赤白等美好顏色而起貪愛。此觀想死屍的青瘀膿爛等相，即能對治其貪心。形色貪，就是見

到女人秀麗窈窕，體態輕盈，娥眉鳳眼，纖指細腰等而起貪愛。此觀想死屍皮肉爆裂，血筋纏裹等的變赤相，即能對治其貪心。妙觸貪，就是與女人身摩觸擁抱等，於其肌膚柔軟滑膩等而起貪愛。此觀想死屍經過數日為蟲蛆蠅蚋所聚噉，及骨鎖想等，即能對治其貪心。承事貪，即於他身行動威儀，奉承供事而起貪愛。此觀想死屍僵直不動，手足等骨離散壞滅，即能對治其貪心。△俱舍論·分別賢聖品▽中把外朽穢不淨，分為別治法與通治法兩類。如上所說的四種不淨觀想，是各別對治法，即修各別的四種不淨相，對治各別的四種貪愛。通治法，即觀骨鎖不淨相，能為通治四種貪愛。因為不論其為貪愛顯色、形色、妙觸、承事，若心中能取一骨鎖相現前作意思惟，則一切貪愛皆可不生，心得清淨；如△俱舍論·分別賢聖品▽說：「修不淨觀，正為治貪。然貪差別，略有四種：一顯色貪，二形色貪，三妙觸貪，四供奉貪。緣青瘀等修不淨觀，治第一貪。緣被食等（被雕鷲狼狗等食）修不淨觀，治第二貪。緣蟲蛆等修不淨觀，治第三貪。緣屍不動修不淨觀，治第四貪。若緣骨鎖修不淨觀，通能對治如是四貪，以骨鎖中無四貪境。」

修習不淨觀的方法，即先由於內外不淨之相親見或聽聞的增上力，引起如理作意了解其義，發起勝解，而思惟觀察，乃至引起定地作意，是名不淨觀成。廣如△瑜伽師地論▽第三十卷中所說。骨鎖觀既然能夠通治四貪，其所緣的境相亦容易看到，如博物館中陳列的全具

人體骨鎖，與墳野古墓中暴露的屍骨，及醫學上所用的人體骨骼的塑像、掛圖等，都足為修觀人的取相境。於外所取相境，數數取緣其相，令心於相熟習，則於正修觀時，於內心中起假相作意思惟觀察，則甚為容易。這裏抄錄《俱舍論·分別賢聖品》所說從自身中修習骨鎖不淨的具體觀法如下，簡便易行，欲修此觀的人，可依之修習。論說：「然瑜伽師，修骨鎖觀總有三位：一初習業，二已熟修，三超作意。謂觀行者欲修如是不淨觀時，應先繫心於自身分，或於足指，或額或餘，隨所樂處心得住已，依勝解力，於自身分假想思惟皮肉爛墮，漸令骨淨，乃至具觀全身骨鎖。見一具已，復觀第二，如是漸次，廣至一房、一寺、一園、一村、一國、乃至遍地，以海為邊，於其中間骨鎖充滿。為令勝解得增長故，於所廣事漸略而觀，乃至唯觀一具骨鎖，齊此漸略不淨觀成，名瑜伽師初習業位。為令略觀勝解力增，於一具中先除足骨，思惟餘骨繫心而住，漸次乃至除頭半骨，思惟半骨繫心而住，齊此轉略不淨觀成，名瑜伽師已熟修位。為令略觀勝解自在，除半頭骨，繫心眉間專注一緣，湛然而住，齊此極略不淨觀成，名瑜伽師超作意位。」在三位中，第一位為作意未熟，第二位為作意已熟，第三位為超作意。前二位中觀不淨相，必須由作意策勵才能現起；第三位中，觀心已極淳熟，不須作意策勵，其不淨行相，能任運現前，故名超作意。

如上所說的不淨觀，以無貪為自性。依四靜慮與四近分，及中間定和欲界心十地生起，

以無色界無緣色法的不淨觀故。唯緣欲界所見色境，唯人趣能生起此觀，天中無青瘀等不淨相故。此觀唯是勝解作意相應，非十六行攝，但唯假想，故唯是有漏。

二、持息念：持息念，通常稱為數息觀，為對治散亂心的最好觀行。持息念的相，實有六種差別，數息觀法不過是其中的一種而已。持息念在經中名阿那阿波那念。阿那義即持息入，是引外風令入身中的意思；阿波那義即持息出，是引內風令出身外的意思。此持息念本以慧為體，應名持息慧，但慧由念力記持助慧觀息為境，故名持息念。

此觀的差別行相，有其六種：(一)數、(二)隨、(三)止、(四)觀、(五)轉、(六)淨。前三是止，後三是觀。分別略述如下：

(一)數息，即繫心於息，放捨身心，不用強持之力，任運地以念憶持入出而心數之。從一至十，不減不增。因恐於心引起急促，故其數不應減少於十；恐於心引起散亂，故其數不應增加於十。這數息之法，又有四種，如《瑜伽師地論》第二十七卷說：「云何名為算數修習？謂略有四種算數修習。何等為四：一者以一為一算數，二者以二為一算數，三者順算數，四者逆算數。云何以一為一算數？謂若入息入時，由緣入息，出息住念，(出息住而未生，名出息住。)數以為一。若入息滅，出息生，出向外時，數為第二。如是展轉數至其十，由此算數非略非廣，故說唯十，是名以一為一算數。云何以二為一算數？謂若入息入而已滅，出

息生而已出，爾時總合數以為一。即由如是算數道理，數至其十，是名以二為一算數。入息出息說名為二，總合二種數之為一，故名以二為一算數。云何順算數？謂或由以一為一算數，或由以二為一算數，順次展轉數至其十，名順算數。云何逆算數？謂即由二種算數，逆次展轉從第十數，次九、次八、次七、次六、次五、次四、次三、次二、次數其一，名逆算數。」

修數息時，在算數方面有三種過失應當糾正，如《俱舍論·分別賢聖品》說：「然於此中，容有三失：一數減失，於二謂一。二數增失，於一謂二。三雜亂失，於入謂出，於出謂入。若離如是三種過失，名為正數。若十中間心散亂者，復應從一次第數之，終而復始，乃至得定。若十中間等文，就是說的糾正三種過失的方法。」

修數習觀時，在持息的方法上，還有兩種過患，應該注意避免，不讓其產生，產生以後，應注意調和。如《瑜伽師地論》第二十七卷說：「修入出息者，有二過患。何等為二？一太緩方便，二太急方便。由太緩方便故，生起懈怠；或為昏沉睡眠纏擾其心；或令其心於外散亂。由太急方便故，或令其身生不平等；謂強用力持入出息，由入出息被執持故，便令身中不平風轉；由此最初於諸支節皆生戰掉，名能戰掉；此戰掉風若增長時，能生疾病，由是因緣，於諸支節生諸疾病，是名令身生不平等。云何令心生不平等？謂或令心生諸散亂，或為極重憂惱逼切，是名令心生不平等。」方便就是方法，數習的時候，心念於息的攝持太鬆緩，

名太緩方便。心把息攝持得太緊急了，名太急方便。太緩太急，都要產生過患，調和之法，即在意念上寬放身心，心息相依，任運地記數，則身心自然安穩寂靜。

(二)隨息：修數息的人，若算數已極串習，其心自然能夠任運地展轉相續流注，無有動搖，無散亂行，有適悅相應。至此心已微細，即應棄捨算數，進修隨息。繫心於息，不加功力，於入出息任運隨順而轉。其簡單的方法是：先隨息從外入內，即從鼻入流至咽喉，復從咽喉流至心胸，從心胸流至臍輪，如是展轉乃至流至足指，心皆隨逐。復隨息從內出外，行至一麻一麥，半指一指，半張手一張手，一尺二尺，乃至多尺，息去近遠，心皆隨逐。如《俱舍論·分別賢聖品》說：「隨謂繫心緣入出息，不作加行，隨息而行，念息入出時各遠至何所；謂念息入，為行遍身，為行一分，隨彼息入行至喉、心、臍、髑、髀、脛，乃至足指，念恆隨逐。若念息出，離身乃至一磔、一尋，隨所至方，念恆隨逐。」髑即胯骨，髀即左右大腿骨，脛即小腿。一磔是一張手，一尋是五尺。餘文易解可知。總起來說，入息至身內何處，出息至身外遠近，皆以念隨逐，明靜覺知。這個方法很簡要，能夠依之修習，收效極為快速。若修之如法，又能精進恆常，在不久的時期內，即能引起身輕安，證心一境性，而入三摩地。

(三)止：止是把心專住一處。隨息雖好，但尚有起念之失，若久修習而未得定，宜於隨息澄靜無擾之後，進而專住修止。即把心放於自己身中的某一處所，專一注念，凝然不動。或

隨息於身中所止之處，心住觀之。或觀息住身中如串珠的線，是冷是熱，於身為損害為利益。如此觀息湛然而住，安穩明靜，久久相續，自能得定。《俱舍論》說：「止謂繫念唯住在鼻端，或在眉間，乃至足，隨所樂處，安止其心；觀息住身如珠中縷，為冷為暖，為損為益。」繫心之處，以自身正中各處為宜，除論說鼻端眉間外，如心窩、肚臍，皆是很適宜的住心之處。

(四)觀：觀是觀察，即隨息至鼻口咽喉，乃至足指，都能審慮觀察。並觀察息俱時有四大種，此四大種生諸造色，此所造是心心所所依處。如是觀行者，以觀息為先，乃至展轉能遍觀五取蘊。《俱舍論》說：「觀，謂觀察此息風已，更觀息俱大種造色，及依色住心及心所，具觀五蘊以為境界。」具觀五蘊如《瑜伽師地論》第二十七卷說：「謂於入息出息及息所依身作意思惟，悟入色蘊；於彼入息出息能取念相應領納作意思惟，悟入受蘊；即於彼念相應等事作意思惟，悟入想蘊；即於彼念若念相應思及慧等作意思惟，悟入行蘊；若於彼念相應諸心意識作意思惟，悟入識蘊。如是行者，於諸蘊中乃至多住，名已悟入，是名悟入諸蘊修習。」如果觀察修習，即能成就毗鉢舍那，而引生所修慧。

(五)轉：轉就是轉此入出息觀、起身念住觀、受念住觀，心念住觀，法念住觀等後後的殊勝善根中，乃至四加行位中最後世第一法位中，如《俱舍論》說：「轉謂移轉緣息風覺，安

置後後勝善根中，乃至世間第一法位。」覺就是觀心，把觀心轉移到五停心位之後的四念住等後後位而修習之，故名為轉。

(六)淨：淨是清淨，即觀心至見道位等，能斷煩惱，故名為淨。如《俱舍論》說：「淨謂升進，入見道等。」見道以前的觀行不能斷煩惱，故不可以名之為淨。在《毗婆舍論》第二十六卷中，有的論師還說從四念住位，乃至金剛喻定，皆是轉攝。有煩惱未斷盡故，未名為淨；必須無學位盡智生起後，才名為淨。

以上所說持息念的六種差別相，在五停心位，為得定故，重在修習數隨止三相；後面三種觀行，當於後後位中修習。

(二) 別相念住位

修解脫行者，由修五停心觀，心便得定。既已成就了殊勝的奢摩他，為了成就毗鉢舍那，則應進一步修習四念住觀。四念住是：身念住、受念住、心念住、法念住。於身等四相別別觀察，故名別相念住。為什麼須修此觀呢？因為修解脫行的障礙，首先是於色身執淨，於諸受執樂，於心行執常，於諸法執我。為了對治四種顛倒，故必須先修四念住觀。此觀有兩種差別：(一)自相別觀，即觀身受心法各別的自然性，故名自相觀。身念住，即觀大種、造色、五

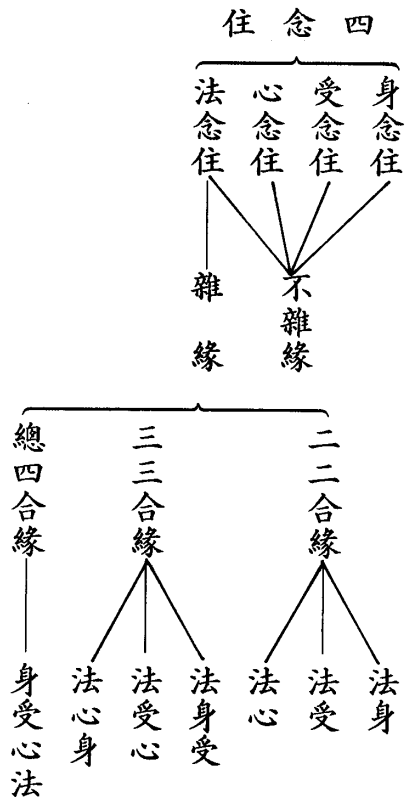
根、五境，總括十色處及法處所攝色，皆是不淨，對治於色身妄計為清淨的顛倒。受念住，即觀六受，身所有領納皆是其苦，對治於諸受妄計為樂的顛倒。心念住，即觀六識心集起染淨生滅無常，對治於六識心王妄計為常的顛倒。法念住，即觀除色蘊、受蘊、識蘊之外的所餘一切法，無有常一主宰固實不變的我性，對治於一切法妄計為我的顛倒。如《大毗婆沙論》第一百八十七卷決擇佛說四念住的意趣說：「謂對治於不淨，淨想顛倒故，說身念處。對治於苦，樂想顛倒故，說受念處。對治於無常，常想顛倒故，說心念處。對治於無我，我想顛倒故，說法念處。」

(二)共相別觀，即身念住觀身與其餘有為法俱是無常性，與餘有漏法俱是苦性，與餘一切法俱是空、無我性。如是受念住、心念住、法念注，皆別別觀受心法與其餘有為法俱是無常性，與餘有漏法俱是苦性，與一切法俱是空、無我性。無常，是有為法的共相，苦是有漏法的共相，空、無我是一切法的共相，四念住別別於身受心法觀其無常苦空無我，故名共相觀。如《俱舍論·分別賢聖品》說：「如何修習四念住耶？謂以自共相觀身受心法。身受心法各別自性，名為自相。一切有為皆非常性，一切有漏皆是苦性，及一切法空、非我性，名為共相。」

上述兩種別相觀中，又有雜緣不雜緣的差別。單觀一法是不雜緣；觀察法時並緣身等而

修，是為雜緣。四念住中，前三種唯是不雜緣，第四一種通雜不雜緣。如《俱舍論》說：「四中三種，唯不雜緣，第四所緣，通雜不雜。若唯觀法，名不雜緣；若於身等二三或四，總而觀察，名為雜緣。」關於雜緣修法，依《慧暉鈔》立表如表二：

表二



修觀行的人，最初觀心未淳熟，只應先修不雜緣觀，到觀心已熟，為增進觀智力量，方可漸次進修二二合緣、三三合緣，或總觀四法的雜緣觀。

(三) 總相念住位

修觀行的人，在別相念住位中，各別修習身等念住，觀身等自相，或觀身等共相，並於身等修習雜緣觀行，經過這樣的修習，觀心已經淳熟，為了增強觀智的力量，則應更進一步修習總相念住觀。總相念住，即總緣身受心法四種所緣，而直觀其共有的無常苦空無我四種行相。這種觀法，比前雜緣別觀，更升進了一步；以雜緣別觀，雖能雜緣二三四法而修，但仍然是別觀身等所緣的自相或共相，非是總集四法直觀而修，因此，為了鍛練觀智，必須進修總相念住，才能增進觀智的殊勝力量，而奠定生起四善根的基礎。如《俱舍論》說：「如是熟修雜緣身等法念住已，復何所修？頌曰：彼居法念住，總觀四所緣，修非常及苦，空、非我行相。」

以上所說四種念住，就自性出體來說，皆以慧為其體。既然是以慧為體，則應名慧住，為什麼立名念住呢？因為由慧觀察力令念於身等安住，慧力是因，念明記所緣是果，從果為名，故名念住。如《俱舍論》說：「自性念住以慧為體。……何緣於慧立念住名？毗婆沙師說，此品念增故，是念力持慧得轉義。如斧破木，由楔力持。理實應言，慧令念住，是故於慧立念住名，隨慧所觀能明記故。由此無滅（阿那律尊者）作如是言：若有能於身住循身觀，緣身念得住，乃至廣說。世尊亦說，若有於身住循身觀者，念便住不謬。」

四念住的次第依什麼道理如此建立呢？這有兩種理由：一是由所緣境的粗細次第而建立

的。即粗境先觀，最細境最後觀。於四種境中，色粗先觀。於後三種境中，受粗先觀，如覺手痛等。於後二後境中，心粗先觀。法最細故，所以後觀。法中的想等心所，雖然比心王更粗，但法中包括涅槃，最極微細，與極細法合併施設，據細為論，故最後說。

二是由於諸欲貪煩惱之生起，而建立其次第。先是於身起貪，故四念住觀在初；然貪於身，由欣樂於受，故觀觀受第二；欣樂於受，由心不調，故第三觀心；心之不調，由惑未斷，由惑未斷，故第四觀法。

又由於四念住觀，如其次第即能於身等四法起淨樂常我四種顛倒，故四念住不增不減。四念住建立的次第，及唯有四觀的意義，如《俱舍論》說：「此四念住，說次隨生。生復何緣次第如是？隨境粗者，應先觀故。或諸欲貪於身處轉，故四念住觀身在初；然貪於身，由欣樂受；欣樂於受，由心不調，心之不調，由惑未斷，故觀受等如是次第。此四念住如次治彼淨樂常我四種顛倒，故唯有四不增不減。」

以上所說四念住觀，是依據《俱舍論》略說其義，愛樂廣詳意義者，應參閱《大毗婆沙論》一百八十七卷，及《瑜伽師地論》第二十九卷。

總上所說五停心觀、別相念住、總相念住，皆是順解脫分攝。解脫是涅槃，分是因義。五停心觀等善法，是順彼涅槃之因，故名順解脫分。亦名資糧道，此從譬喻得名，如古人行

路，必須積持道糧，才能到達所欲至處；修解脫行的人，為至涅槃，修習善法，資益善根，是證彼涅槃的道糧，故名資糧道。

順解脫分善法，依有部師說，唯聞思二慧，通三業為體。如《俱舍論》說：「傳說如是順解脫分，唯聞思所成，通三業為體。雖就最勝唯是意業，而此思願攝起身語亦得名為順解脫分；有施一食、持一戒等，深樂解脫願力所持，便名種植順解脫分。」理實亦有修慧，如《俱舍論》說修四念住的頌文中說：「依已修成止，為觀修念住。」論文說：「依已修成滿勝奢摩他，為毗婆舍那修四念住。」又說：「自性念住，以慧為體。此慧有三種，謂聞等所成，即此亦名三種念住。」由此文證，故知俱舍論師於順解脫分體亦說修慧。

種植順解脫分善根，需要深厚的厭離心與殊勝的智慧，故創植此善根，唯在人趣三洲。其餘三惡趣、天趣、北俱盧洲，皆無此能。三惡趣以厭苦故，雖有厭離心，但以慧劣故，無殊勝的智慧。天趣雖有殊勝的智慧，但以苦輕故，無有深厚的厭離心。北洲苦輕，故無深厭；以其慧劣，故無殊勝智慧。因此，除三洲人外，皆不能種植順解脫分善根。如《俱舍論》說：「植順解脫分，唯人三洲，餘厭離般若，如應無故。」

種植順解脫分之緣，必須遇著佛出世間的時代。如《俱舍論》說：「遇佛出世，植此善根。」此所說遇佛出世，是指親見佛，或遇教法，乃至佛已入滅，有教法住世，值遇教法，

俱能種植順解脫分善根。為什麼必須遇佛或遇教法才能種此善根呢？因為必須了知生死可厭，了知涅槃可欣，才能種植順解脫分善根故。

四、順抉擇分

(一) 煖位

修解脫行者，在修習總相念住之後，其觀智漸次成熟，乃至增進成為上品，即能引生順抉擇分四善根位的初位善根，名為煖法。無漏聖道，猶如於火，能燒毀其粗硬不調如柴薪的煩惱。此位善根，初得聖道火的前相，猶如世間鑽木取火，其煖氣是火前相，故初位善根立名為煖。如《俱舍論頌》圓暉說：「聖道如火，能燒惑薪，聖火前相，故名為煖。」此煖位善根，因時分長故，能夠具足觀察苦集滅道四聖諦境，及能具足觀修十六行相。即以觀智觀苦聖諦修四行相：非常、苦、空、無我。觀集聖諦修四行相：因、集、生、緣。觀滅聖諦修四行相：滅、靜、妙、離。觀道聖諦修四行相：道、如、行、出。此十六行相的解釋，如《俱舍論·分別智品》說：「謂苦聖諦有四相：一非常、二苦、三空、四非我；待眾緣故非

常，逼迫性故苦，違我所見故空，違我見故非我。集聖諦有四相：一因、二集、三生、四緣；如種理故因（種子生芽道理），等現理故集（由因果相等的集力令果顯現），相續理故生（由集令果相續），成辦理故緣（由集為緣令果成辦）。滅聖諦有四相：一滅、二靜、三妙、四離；諸蘊盡故滅，三火息故靜（貪瞋癡火），無眾患故妙，脫眾災故離。道聖諦有四相：一道、二如、三行、四出；通行義故道，契正理故如，正趣向故行，能永超出故出。」此十六行相，在《俱舍論》中，總有四釋，應檢閱參考。關於四聖諦的意義，已在第一章第四節中廣說，這裡不再解釋。為了醒目，列表於表三：

煖位中具觀四諦十六行相而修習，可以得到什麼樣的功德呢？《俱舍論·分別賢聖品》頌說：「煖必至涅槃。」這就是說煖位善根，是奠定必得涅槃的基礎。在這個位上雖然還有退起邪見、毀斷善根、造無間業、墮惡趣等的過失，但肯定地成就了必至涅槃這一功德，所以不會在生死中長久流轉。如《俱舍論》說：「四善根中，若能煖法，雖有退斷善根、造無間業、墮惡趣等，而無久流轉，必至涅槃故。」

（二）頂位

修習煖善根時，其觀智由下品轉成中品，中品轉上品，到最極成滿時，以其觀智的轉勝，

相行六十諦四

第三章 聲聞行果

表三

道諦四行相				滅諦四行相				集諦四行相				苦諦四行相			
出	行	如	道	離	妙	靜	滅	緣	生	集	因	非	空	苦	非
能	正	契	通	脫	無	三	諸	成	相	等	如	違	違	逼	待
永	趣	正	行	衆	衆	火	蘊	辦	續	現	種	我	我	迫	衆
出	向	理	義	災	患	息	盡	理	理	理	理	見	所	性	緣
故	故	故	故	故	故	故	故	故	故	故	故	故	見	故	故
													故		

有殊勝善根生起，名為頂法。亦即四善根中的第二位。此位亦如煖法具足觀察四諦為境，具修十六行相。為什麼立名為頂呢？這有兩種意義：(1)四善根中，煖頂二位是動善根，以有退起邪見，造無間業，墮入惡趣的動搖性故；但頂位善根，是由煖法漸次增長至上品而轉勝的善法，在動善根之中，最為殊勝，已至極高之處，如人身的頭頂，故立名為頂。(2)頂位善根，是進趣獲得不動善根忍位，和退住煖位的兩際處，譬如山頂，在進退兩者之間，故名為頂。如《俱舍論·分別賢聖品》說：「此煖善根下中上品，漸次增長至成滿時，有善根生名為頂法。此轉勝故，更立異名，動善根中此法最勝，如人頂故，名為頂法。或由此是進退兩際，如山頂故，說名為頂。此亦如煖具觀四諦及能具修十六行相。」

修此頂善根所獲功德，《俱舍論》頌說：「頂終不斷善。」就是獲得頂位善法。雖然還有退起無間業，墮入三惡趣的動搖性，但對前煖法來說，更增加了畢竟不斷善根的功德。如《俱舍論》說：「若得頂法，雖有退等，而增畢竟不斷善根。」由此可知，頂位不起邪見，以唯有上品邪見才能斷善根故。

(三) 忍位

修頂善根，由下品而中品而上品，漸次增長至最極成滿時，有殊勝善根生起，名為忍法。

為什麼立名為忍呢？以此位善法，於四諦道理能信解忍可中，最為殊勝，故得名為忍。又此位善根堅忍無退墮故，名為忍法。此忍善根，有下中上三位差別。下中二位，同前頂法，具觀四諦，修十六行相。（煖頂及下中忍皆能具緣三界苦等。）上品忍位，唯觀欲界苦諦，以一行一剎生起世第一法，名為上忍。

下中忍位，雖然都是如煖頂二位具觀四諦理，修十六行相，但有差別；即向欲界四諦與上界四諦各起十六行相，合修三十二行相，是為下忍位。中忍位則是減緣減行的修法。

中忍位怎樣減緣減行呢？上下八諦，是所緣境故，名之為緣。上界四諦有十六行，欲界四諦有十六行，總計合成三十二行，是能緣行解故，名之為行。以上下八諦為所緣，而起三十二行解，於三十二行相中，如其次第，從後向前逆次漸漸減行減緣，乃至最後唯留欲界苦諦一行，比擬入於見道，計有七周減緣，二十四周減行，總稱為減緣減行。即以四行觀欲界苦諦，如是乃至以四行相觀欲界道諦，後以三行觀上界道諦，減除上界道諦一行相（出相）是為第一周。又以四行觀欲界苦，如是乃至後以二行觀上界道，復減一行，是為第二周。又以四行觀欲界苦，如是乃至以一行相觀上界道，復減一行，是為第三周。又以四行觀欲界苦，如是乃至以四行觀上界滅，不觀上界道，名為減緣。減緣之時，雖亦減行，是減緣攝故，不名減行，唯名減緣，是為第四周。如減上界道諦，三周減行，第四周減緣，如是於餘七諦行

緣亦照樣逆次減除，唯於緣中，不減欲界苦諦，及與一行相（非常相），是名為七周減緣，三八二十四周減行。據實際道理來說，三十一周皆減行，因每一諦之最後一行與緣同減，屬減緣攝故，所以但言二十四周減行。於減行中，初減一行，名中忍位初。如是直至三十一周時，唯留欲界苦諦下一行相，以二剎那心觀欲界苦諦，比擬如見道時生起苦法忍、苦法智位，故稱為一行二剎那，名中忍位滿。表示如表四：

表四

諦苦界上				諦苦界欲			
非我	空	苦	非常	非我	空	苦	非常
八	七	六	五	四	三	二	一
減行	減行	減行	減緣	減行	減行	減行	觀留
諦集界上				諦集界欲			
緣	生	集	因	緣	生	集	因
十六	十五	十四	十三	十二	十一	十	九
減行	減行	減緣	減緣	減行	減行	減行	減緣
諦滅界上				諦滅界欲			
離	妙	靜	滅	離	妙	靜	滅
廿四	廿三	廿二	廿一	二十	十九	十八	十七
減行	減行	減行	減緣	減行	減行	減行	減緣
諦道界上				諦道界欲			
出	行	如	道	出	行	如	道
卅二	卅一	三十	廿九	廿八	廿七	廿六	廿五
減行	減行	減行	減緣	減行	減行	減行	減緣

以上所說減緣減行最後觀留欲界苦諦下一非常行相擬入見道，僅是舉例而言，實際入見道時，雖然都是從苦諦下一行相悟入，但由於修行人根器有異，所觀留的行相亦有所不同。依《毗婆沙論》一百九十卷說，入見道人，有利鈍二根。利根人有兩類：一是著我者，依無我行悟入見道。二是著我所者，依空行悟入見道。鈍根人亦有兩類：一是我慢增者，依無常行悟入見道。（以別知身無常，不自恃起慢故。）二懈怠增者，依苦行悟入見道。（以知苦相，即精進求出離故。）如上所說四類行者，應以何行擬入見道，即留何行而觀察修習，廣如《毗婆沙論》所說應知。

中忍位要作減緣減行的原因是：下忍位修三十二行解，觀智散漫，不能成為引發無漏智的殊勝增上緣，為了鍛煉觀智，故於上下八諦行相習減緣減行，由漸減略，使其智力明銳猛利，成為引發見道無漏智的殊勝增上緣。

得此下中忍位善根有什麼功德呢？《俱舍論·分別賢聖品頌》說：「忍不墮惡趣。」若依論義，望前頂法增加三種功德：一不退失善根，二不造無間業，三不墮惡趣。如彼論說：「若得忍時，雖命終捨，住異生位，而增無退，不造無間，不墮惡趣。然頌但說不墮惡趣言，義準已知不造無間業，造無間業者必墮惡趣故。忍位無退，如前已辯。」得中忍位若不命終，必入見道而證聖位，縱然命終，棄捨了忍善根，此生不能入見道，雖住於異生位，亦能得如

前所說三種功德。

從中忍滿位，無間引起殊勝善根，名上品忍。此位以一剎那心觀欲界苦諦起一行相，道入世第一法，稱為一行一剎那。因為上品忍與世第一法相鄰接故，唯有一念，不容相續。如《俱舍論》說：「從此位（中忍）無間起勝善根，一行一剎那，名上品忍，此善根起，不相續故。」得上品忍，由於必入見道故，更得五種功德，即於生、處、身、有、惑五法得非擇滅，稱為五種不生：（一）生，即卵生濕生。（二）處，即無想天、北俱盧洲、大梵天王三處。（三）身，即扇搥半擇迦（男根不具的人）、二形身。（四）有，即第八有等。（見道以後的聖者，充其極只有七翻生死，故無第八次的後有等。）（五）惑，即見道所斷惑。如《俱舍論·分別賢聖品》說：「若至聖位，於少趣生處身有惑中，得不生法故。趣謂諸惡趣。生謂卵、濕生。處謂無想、北俱盧大梵處。身謂扇搥半擇迦、二形身。有謂第八等有。惑謂見所斷惑。」

（四）世第一位

從上品忍，無間引生最極殊勝的善根，名世第一法。此世第一法，亦如上品忍唯緣欲界苦諦，唯有一行一剎那心，即直入見道。此位善根仍是有漏，故名世間。但在世間善法中，已至極頂，能與苦法智忍作等無間緣，開聖道門，引聖道生，最極殊勝，故名第一。是世間

最勝法故，名為世第一法。如《俱舍論》說：「上品忍無間，生世第一法，如上品忍緣欲苦諦修一行相，唯一剎那。此有漏故，名為世間；是最勝故，名為第一；此有漏法世間中勝，是故名為世第一法。有士用力，離同類因，引聖道生，故名最勝。」

此位善根所得功德，《俱舍論頌》說：「第一入離生。」即得世第一法已，雖住異生位，必定能夠趣入「正性離生」——見道。

以上所說煖等四善根，皆以慧為體。名順決擇分。見、修、無學三種聖道，皆名決擇。決是決斷，能斷疑故；擇是簡擇，能分別四諦相故。分是分段。見道名決擇分，是決擇中的一分故。煖等四種善根，能為勝緣，引生見道，能順益彼見道故；順是其因，決擇是果，從因及果為名，故名順決擇分。亦名加行道，為入見道而加功用行修習四善根故。

此四善根，皆依定地生起，故是修所成慧，而非聞思所成散慧。依六定生起，即未至定、四靜慮，及中間定，欲界中無此四法，以非定地故。無色界也沒有，以煖等是見道的眷屬法，無色界無見道故，唯欲界人天身能生起四善根，別的界趣都無緣生起。廣如《俱舍論·分別賢聖品》所說應知。

總上所說的五停心觀等三資糧，及煖等四加行，又名七方便，以皆為趣證聖果的方便行故。

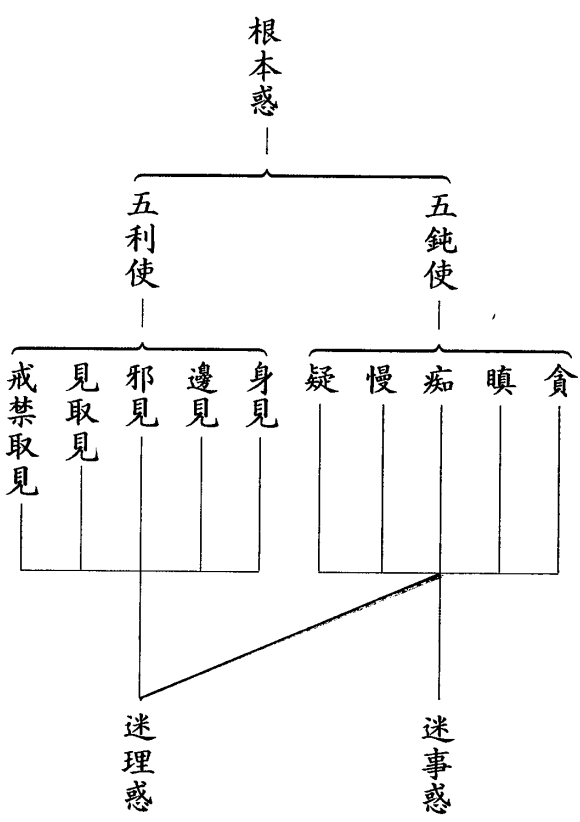
第二節 果

一、聖位所斷煩惱

聲聞乘行者，從世第一位善根之間發起真無漏智，即能斷盡三界的見惑而成為初果聖人。此後更不斷地數數修習無漏聖道，即能漸次地斷盡修惑而證得阿羅漢果。故聖位中所斷的煩惱雖然很多（本惑隨惑），但總起來說，只有兩類，即見惑與修惑，只要把見修二惑的根本煩惱斷除了，其餘的隨惑也就隨之而斷除了。

根本煩惱總有六種，即：貪、瞋、癡、慢、疑、惡見。又開為十種，即：貪、瞋、癡、慢、疑、身見、邊見、邪見、見取見、戒禁取見。這十種煩惱之中，身邊邪見戒五種，使有情在三界中流轉生死的力量極為猛利，故稱為五利使。貪瞋癡慢疑五種，力量則比較遲鈍，故稱為五鈍使。在這利鈍使中，又有迷理與迷事的差別。迷理，即貪等十種煩惱，皆迷於迷悟因果的四諦道理。迷事，就是貪瞋癡慢四種煩惱（大乘迷事煩惱有六，即貪瞋癡慢身見邊

見，如下大乘行果中說），迷於宇宙萬物的事相。為明了其差別，列表如表五：



此中迷理的煩惱，名為見所斷惑，初見諦理，彼即斷故。開之成為八十八使。迷事的煩惱，名為修所斷惑，要見道以後，數數修習聖道才能斷除故。開之為八十一品，分別簡述如下：

(一) 見惑

迷理的見惑，依《俱舍論·分別隨眠品》₁，依五鈍使與五利使之十種煩惱，於三界中就所述諦理的差別，開為八十八使。即苦集滅道四諦為所迷的真理，迷其真理而起貪等煩惱，迷欲界四諦理起三十二，迷色界四諦理起二十八，迷無色界四諦理起二十八，總合三界為八十八使。欲界三十二是：迷於苦諦理起十惑：一、身見，即於五蘊和合的苦果身，迷執為常一的我見。二、邊見，即妄執此我體死後常住，或死後斷絕，各執一邊而起邊見。三、邪見，即於現在之身，是過去業因所感的果報的道理，撥為無有。四、見取見，即迷執前三見為正見。五、戒禁取見。即迷執現在的苦身受持種種邪戒苦行，為當來生於人天樂處的因。六、貪，受執前五見為是。七、瞋，以前五見為非而起瞋恚。八、癡，不知道五見是不如理。九、慢，以五見為是而生慢心。十、疑，於苦諦道理疑惑不決。以上十惑中，五見與疑直接迷於諦理，故說為親迷之惑。貪瞋癡慢四種，以其五見為所迷，不是親迷諦理，故說為疏迷之惑。迷於集諦理起七惑：即於前十惑中，除去身見、邊見和戒禁取見。集諦是苦果的業因，諸有情沒有執業因為我體的，故無身見。無身見故，也就無邊見。戒禁取見，是於非生人天的業因妄執為是生人天的業因，雖然有迷於集諦而起的道理，但就實際情況來說，外道修種種戒

禁時，是迷執其現前身上，自以其苦行之身為人天的生因，故攝之於苦諦，而不入於集諦，所以無戒禁取見。其七惑中的邪見，是撥無煩惱業為生死之因的道理。見取見，是迷執其邪見為正見。疑，是疑集諦之理。其餘貪瞋癡慢四惑，以邪見、見取見、疑三惑為所迷而起，如前苦諦所說準知。迷於滅諦理起七惑：迷滅諦理所起惑與迷集諦七惑相同。滅諦是涅槃，撥無涅槃，即是邪見。以此邪為正見，是見取見。於涅槃懷疑不信，是疑。以邪見、見取見、疑為緣而起貪瞋癡四煩惱，合為七惑。迷於道諦理起八惑：於前七惑之外，加戒禁取見。有一類外道，以修習無想定為入涅槃的正道，即是由迷於道諦之理而起的非道妄計為道的戒禁取見。其餘七惑，準集諦例知。以上總為欲界的三十二惑。迷色界與無色的四諦道理，各起二十八惑：即於四諦下之惑各除一瞋；因為上二界是定地，由定力壓伏關係，不起粗動的瞋恚煩惱。故上二界中，迷苦諦而起者各有九惑，迷集諦而起者各有六惑，迷滅諦而起者亦各六惑，迷道諦而起者各有八惑。以上所說三界迷四諦惑，欲界三十二，色無色界各二十八，總合成為八十八使。於見道十五心之間一時斷盡。列表如表六：

（二）修惑

修道所斷惑，就是迷事的煩惱。依《俱舍論》建立，總有十種，即於欲界有貪、瞋、癡、

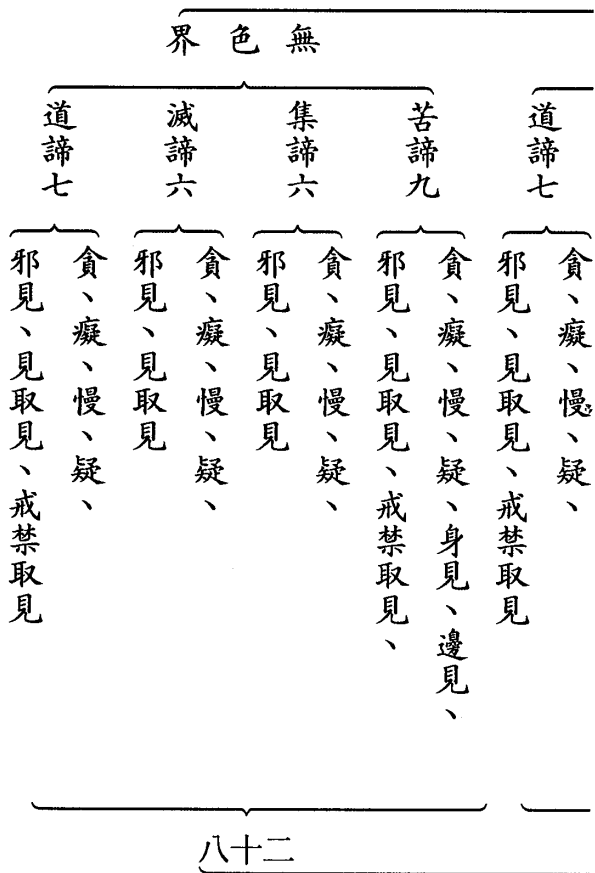
表六

佛教基本知識

惑 見

界 色			界 欲			
滅諦六	集諦六	苦諦九	道諦八	滅諦七	集諦七	苦諦十
邪見、見取見	貪、癡、慢、疑、 邪見、見取見	貪、癡、慢、疑、 邪見、見取見、戒禁取見	貪、瞋、癡、慢、疑、 邪見、見取見、戒禁取見	貪、瞋、癡、慢、疑、 邪見、見取見	貪、瞋、癡、慢、疑、 邪見、見取見	貪、瞋、癡、慢、疑、 邪見、見取見、戒禁取見
八 十 二			二 十 三			

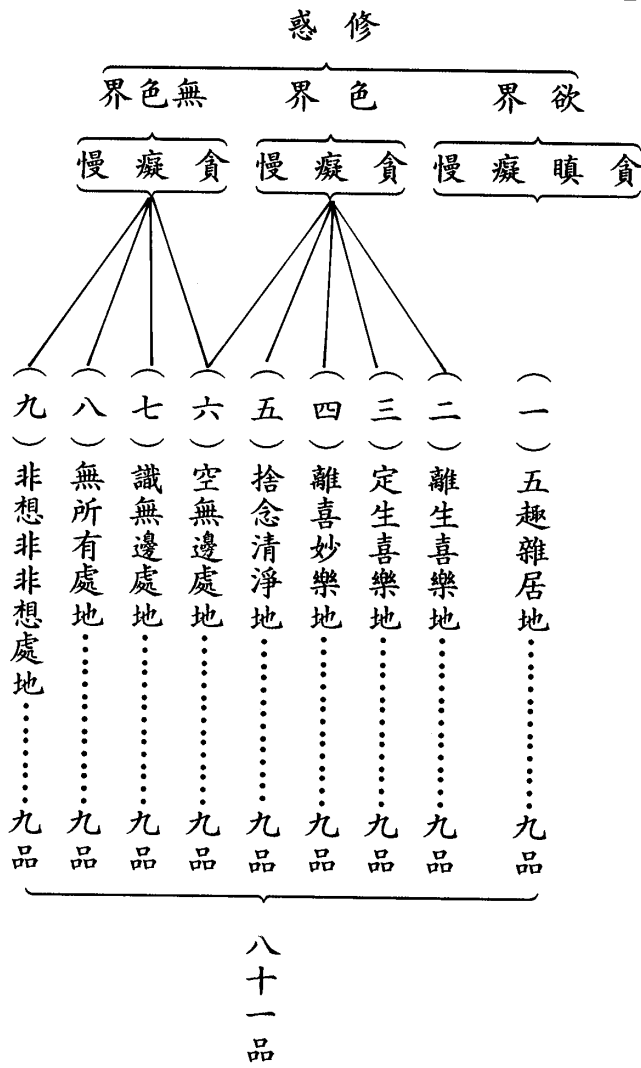
使 八 十 八



慢四種；於上二界除瞋，各有貪、癡、慢三惑，合為六種；共合三界而為十種。（大乘立十
 六：欲界有貪、瞋、癡、慢、身見、邊見六惑；上二界除瞋，各有五惑，合為十惑，共合三
 界為十六惑。）修惑微細，不能如見惑一時頓斷，必須數數修習聖道來漸次斷除，故分十惑
 為九地之九品而分斷之。因此修惑有八十一品的差別。即欲界五趣雜居地，色界初禪離生喜

樂地，二禪定生喜樂地，三禪離喜妙樂地，四禪捨念清淨地，無色界空無邊處地、識無邊處地、無所有處地、非想非非想處地，合為九地。這九地所起的貪等煩惱，各有上中下三品的差別；於每一品中，更分為上中下三品，即成為上上、上中、上下，中上、中中、中下，下上、下中、下下，共為九品。總合三界九地，合有八十一品。列表如表七：

表七



修道所斷惑，雖然有八十一品的差別，但約其惑體來說，欲界起貪瞋癡慢四種煩惱，色界與無色界，各起貪癡慢三種煩惱，總合三界只有十種煩惱。故《俱舍論·分別隨眠品》中，說此修惑之十種，與見惑之八十八使，合稱為九十八種隨眠。

二、聖果差別

(一) 預流向及預流果

聲聞乘行者，由世第一位無間發起無漏真智，斷盡了三界見惑以上的位次，皆名聖者，亦即無漏的聖果。因為無漏正智斷除的煩惱有差別，果亦成為四級：(一)預流果，(二)一來果，(三)不還果，(四)阿羅漢果。趣向於這四級果位的因行位，名為四果向。

梵語須陀洹，譯言預流，是初果聖位的名稱。《俱舍論》說：「諸無漏道總名為流，由此為因趣涅槃故。預言為顯最初至得，彼預流故，說名預流。」預是入義，流是類義，這個位上的聖人，初見真理，得入聖道的流類，所以名為預流。預流聖者，是由世第一法無間發起無漏真智，親證四諦境，於諸諦境現前觀見，稱為聖諦現觀。此現觀位發起無漏十六心；

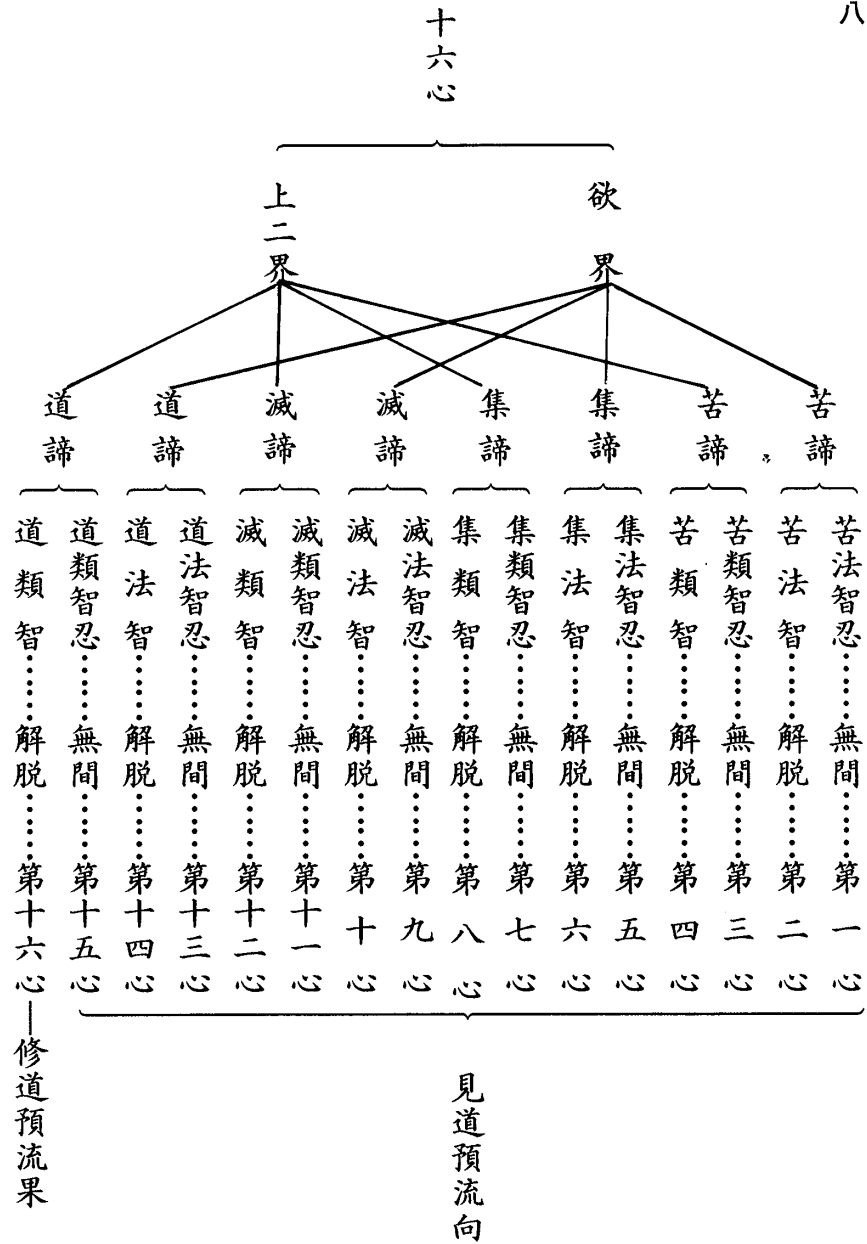
觀上下八諦（上即上二界四諦，下即欲界四諦）真理，而斷盡三界見惑八十八使，即成為預流聖者。十六心是：緣欲界苦諦境起二心：一苦法智忍、二苦法智。緣上二界苦諦境起二心：一苦類智忍、二苦類智。緣欲界集諦境起二心：一集法智忍、二集法智。緣上二界集諦境起二心：一集類智忍、二集類智。緣欲界滅諦境起二心：一滅法智忍、二滅法智。緣上二界滅諦境起二心：一滅類智忍、二滅類智。緣欲界道諦境起二心：一道法智忍、二道法智。緣上二界道諦境起二心：一道類智忍、二道類智。總上十六心，稱為八忍八智。從第一心苦法智忍到道類智，無別心間隔，皆是次第無間而起，於諸聖諦境現見分明，現前實現總說名為聖諦現觀。苦法智忍的意義是：苦法即欲界苦諦法，無漏聖慧忍緣苦諦法，見彼唯是苦法性，忍可現前，名苦法忍；此無漏忍復能引生後念決斷了知苦法的法智，是法智的因，故得名苦法智忍。苦法智的意義是：智緣苦法故，名苦法智。類忍類智的意義是：上二界的苦法等境和能緣的智，與下界境智相似，是下界境智的同類，故立名為類忍類智。其餘集滅道忍智的意義，準釋應知。《俱舍論》說：「得苦法智忍，名『入正性離生』。」「正性即涅槃，或指聖道。生即見惑煩惱，能令有情生諸惡趣，障礙善根不熟；見道能證涅槃，能越煩惱，故名正性離生。苦法智忍生已，得聖者名，至此位中，說名為入。忍是正斷惑位，忍可諦理，斷除惑體，名無間道。智是已斷惑位，智於苦法已決了知，離繫證滅，名解脫道。此二次第，

道理決定，如《俱舍論》第二十三卷說：「十六心中，忍是無間道，約斷惑得，無能隔礙故。智是解脫道，已解脫惑得，與離繫得俱時起故。具二次第，理應然；猶如世間驅賊閉戶。」如上所說無漏十六心，觀上下八諦，各起無間解脫二道，即忍與智；乃至斷盡三界的見惑八十八使之位，名預流果。此分因果二位，因即預流向，果即預流果。即十六心中前十五心位，名為見道；以於四諦真理，從無始以來都未曾見過，而今於每一諦理初次創見，故得名見道。這見道位十五心，是趣向預流果的因行道位，故名預流向。其第十六心道類智，於諸諦理皆已盡見，無所未見。由重見故，如修習曾經所見，故屬於修道攝，名預流果。列表如表八：

關於十六心中分為見道和修道，與道類智為什麼不是見道攝？及前七智是忍可諦理以後之智，既是已見今見，為什麼也是見道攝？今抄錄《俱舍論頌疏》文解釋如下：「論云：此十六心，皆見諦理，一切可說見道攝耶？不爾！云何？頌曰：前十五見道，見未曾見故。釋曰：除道類智，前十五心，名為見道。於四諦理，未見今見，見未曾見，故得見名。至道類智，無一諦理未見今見，如修曾見，故修道攝。問：如道類忍是道諦理，此道類智緣道類忍，於道類忍未見今見，何故道類智非真見道攝耶？答：此中約諦，不約刹那，雖於道類忍一刹那心，未見今見，於上下八諦，皆已曾見，故修道攝，如刈畦稻，唯餘一科，不可名為一畦

表八

佛教基本知識



未刈。問：忍於諦理未見今見，可名見道；中間七智，已見今見，何緣七智亦見道攝？答：知諦未盡，中間起故，亦見道攝。」末段義說，七智雖是重見諦理，但尚有未見的諦理，以是於已見的諦理和未見的諦理的中間生起，見未周遍究竟，故非修道所攝。

住預流果的聖者，速即現生證得無學果位。最遲亦只經欲界七返生死，即人間天上往返各七生，必證阿羅漢果，入般涅槃。《俱舍論》說，在七返生死中，所有聖道，必得成就。故論二十三卷說：「至第七有，逢無佛法時，彼在居家，得阿羅漢果。即得果已，必不住家，法爾必得比丘形相。」

（二）一來向及一來果

梵語斯陀含，譯言一來，是二果聖人的名稱。住預流果的聖者，雖然斷盡了三界的見惑，但對於欲界的九品修惑，一品也沒有斷除。為了進趣二級聖位，再前進修習，斷除了欲界六品修惑，則能證得二果聖位，名一來果。如前所說，迷事煩惱是修道所斷惑，於九地中，每一地各有九品。如欲界五趣雜居地根本品有上中下，此三又各分三品，故成九品。下品分三是：下下、下中、下上。中品分三是：中下、中中、中上。上品分三是：上下、上中、上上。其餘八地，依此照分，三界九地，九九總有八十一品無間道，八十一品解脫道。其能治道與

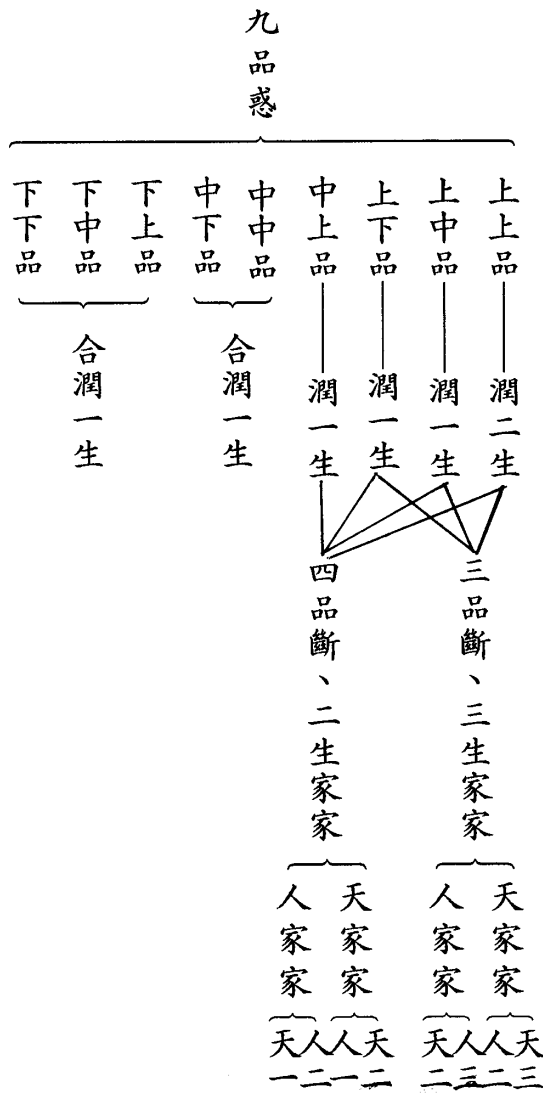
所治煩惱的對比是：下下品道，能斷上上品障，乃至上上品道，能斷下下品障。原因是：上上品障是粗惑，容易斷除，故下下品道能斷。下下品惑是細惑，微細難斷，故須上上品道才能斷除。如洗衣物，粗垢先除，後除細垢。聖道與惑障相對，也是這樣。以白法力強，黑法為弱；故剎那頃的下下品道，能斷無始以來的上上品惑。一來果聖者，只斷了欲界九品修惑中的前六品，有後三品煩惱存在；由於後三品煩惱的潤生力量，現生死後，必須於欲界天上受生一次，更來人間受生一次，欲界的生死才能了結。以其死後還要在欲界天上人間往來受生一次，故得名一來果。若只斷了欲界修惑一品乃至五品的聖者，是趣向於一來果的因行道位，故名一來向。

一來向的聖者，由於進斷修惑的品數有差別，因而名稱亦異。斷欲界修惑三四品的，總名家家。家是指受生的處所，即從天上人間三處二處受生，故名家家。斷了欲界三品修惑的，名三生家家。斷了四品修惑的，名二生家家。原因是：欲界九品修惑的潤生勢力，能潤七生：上上品，能潤兩生。上中品，上下品，中上品，各潤一生。中中品，中下品，合潤一生。下三品惑，共潤一生。既然上三品惑能潤四生，故斷了上三品惑的一來向人，四生便已損害，只在欲界中受三生，故名三生家家。既然中上品潤一生，故斷了中上品惑，復損害一生。故斷了四品修惑的一來向人，總損五生；在欲生死中，唯餘二生，故名二生家家。這三生家家

和二生家家，又各分為天家家與人家家兩種：(一)天家家，即於欲界天處，生三二家，此是從一天處，受三二生，或從二三天處，受三生二生，而證圓寂，故名天家家。(二)人家家，即於人趣，生三二家；此是從人趣一洲處，或二洲處，或三洲處，受三生二生，而證圓寂，故名人家家。天家家中，若是三生家家，其受生處，天三人一；即於天處受三生，於人間受二生。若是二生家家，其受生處，天二人一；即於天處受二生，於人間受一生。此天家家，都是在人間得見道者。人家家中，若是三生家家，即其受生處，人三天二；即於人間受三生，天上受二生。若是二生家家，其受生處，人二人一；即於人間受二生，天上受一生。此人家家，都是在中天得見道者。如天家家中，稱天三人二者，先於人中得見道已，進斷三品修惑，從此命終，而生天處，受天一生(天一)；又從天中死歿，來生人間，受人一生(人一)；又從人死，而生天處，受天一生，並前一生，名為二生(天二)；復從天死，來生人間，受人一生，兼前一生，名人二生(人二)；又從人死，復生天處，更受一生，並前二生，名天三生(天三)，故是天三生，人二生。此天家家即於第三生天中斷盡煩惱，而證阿羅漢果。又如人家家中，稱人三天二者，先於天中得見道已，進斷三品修惑，從天死歿，生於人間(人一)；又從人死，生於天中(天一)；再從天死，生於人間(人二)；復從人死，三生於天中(天二)；最後從天死歿，來生人間(人三)，故是人三生，天二生。此人家家，即於第

三生人中，斷盡煩惱，而證阿羅漢果。其餘二生家家中的天人一人，及天人二人，準前例釋應知。今總攝前義，列表如表九：

表九



如上所說，一來向中斷欲界修惑三四品的，名為家家。為什麼沒有斷一品、二品、五品修惑立名為家家的呢？其理由是：一來向人在斷煩惱的進趣中，必無有只斷一品二品不斷三

品的中間而有生死的事，亦無僅斷第五品不斷第六品而有生死的事。因為證得初果的聖者，為了進斷欲界修惑，起大加行，必無未斷一大品結（三品名一大品），而有生死故。所以斷一品二品，必斷第三品；斷第五品，必斷第六品。又斷第六品，即證一來果，以無一品惑能夠障得果者，故斷五品必斷第六品。

總上所說的意義，如《俱舍論·分別賢聖品頌》說：「斷欲三、四品，三、二生家家；斷至五、二向；斷六，一來果。」證得一來果的聖者，亦名薄貪瞋；已斷上中六品重貪瞋癡，唯有下三品薄貪瞋癡故。

（三）不還向及不還果

梵語阿那含，譯言不還，是第三果聖人的名稱。這個位上的聖人，已經斷盡了欲界第九品修惑，更沒有欲界的煩惱了，在欲界死歿以後，有生色界，必不還來欲界受生，去而不還，所以名為不還果。從得一來果以後，進而斷除了欲界修惑第七八品的聖人，是趣向不還果的因行道位，故名不還向。此不還向，名為一間。間是間隔，由彼聖人尚有一生為間隔而不能證圓寂故；惑由尚餘一品欲界修行斷惑，為間隔故，不得不還果，由此二義，說名一間。此不還果，總說有七種差別：

一、中般涅槃：有一類不還聖者，於欲界死後，在往生色界的中有位上，能起聖道，斷盡了上二界的修惑，而證阿羅漢果，即入無餘依般涅槃。由住中有位便般涅槃，故得名中般。

二、生般涅槃：有一類不還聖者，於欲界死後，受色界生，由具勤修、速進二道故，生已不久，斷盡了上界的煩惱，而證阿羅漢果，得有餘依般涅槃，盡其壽量，方入無餘依般涅槃。故說生般，是約有餘依而說，非才生已便入無餘依般涅槃。《俱舍論》說：「彼於捨壽，無自在故。」

三、有行般涅槃：有一類不還聖者，於欲界死後，往生色界已，長時加行不息，由多功用，勤修聖道，才般涅槃（有餘依），故名有行般。此類聖者，唯有勤修道，無速進道。唯有勤修道，故名為有行。復由於無有速進道，故在生般之後。

四、無行般涅槃：有一類不還聖者，於欲界死後，往生色界已，經過長久的時間，都不勇猛加功用行，由於懈怠，無功用行，任運地便般涅槃（有餘依），故名無行般。此類聖者，缺勤修速進二道，故在有行般後。

五、上流：上流是上行義，有一類不還聖者，於欲界歿往生色界生，未即於彼生中能證圓寂，要轉生上，才能般涅槃，故名上流。前面所說的生般等，雖生上界，但即於彼生處而般涅槃，更不上生，無上行義，故生般等不名上流。上流差別有兩類：（一）樂慧者，此類聖人，

愛樂智慧，於靜慮有雜修，以色界智慧殊勝，故唯受生於色界；最後上生色究竟天（色界最末一重天），才般涅槃。此樂慧上流，復有三種：(1)全超，(2)半超，(3)遍歿。全超者是：先在欲界，於四靜慮已具雜修（於定中起無漏有漏念間雜而修），遇緣而退失了上三靜慮，唯愛味初禪，因此在欲界命終後，生於梵眾天（初禪第一天）；由先世雜修的習氣力量，復能雜修第四靜慮。（阿羅漢，或不還聖者，凡欲雜修四靜慮，必先雜修第四靜慮，以第四靜慮定慧均等，最堪能故。所以復亦如此。）從梵眾死歿，直生色究竟天，頓超中間諸天，故名全超。半超者是：從梵眾天死歿，生究竟天，其中有十四天（《俱舍》於色界立十七天，將無想天攝於廣果天故。聖人必不生大梵天處，故有十六天，從最初到最後，中間有十四天。）為間隔。而在受生中，或超越一天，後生色究竟；或超越二天，後生色究竟；乃至或超越三天處，後生色究竟。由於超非全故，皆名半超。遍歿者是：於色界十六天中，盡遍受生；一切處死，故名遍歿。(二)樂定者，此是愛樂禪定的上流聖者，無雜修定，遍生色界，唯不能往生五淨居天（第四禪的後五天：無熱、無煩、善現、善見、色究竟五天。此五天由雜修靜慮所感，唯三果聖人所居，故名五淨居天。）從廣果天歿，直往無色界，於三無色次第受生，最後生有頂天，才般涅槃。這裡說樂慧上流往生色究竟天才般涅槃，與樂定上流上生有頂天才般涅槃，皆是指其極處而說，以超過於彼，再無行處故。若就實際情況來說，二種上流，

皆容許於中間諸天而般涅槃。由上所說二種上流的上行道理，可以知道：「於色界中，下十一天，樂定樂慧，俱得受生。於麤果天，便分二路：若樂慧者，生五淨居；若樂定者，生無色界。」（《俱舍論頌疏》）。

此上所說中般、生般、有行般、無行般、上流等五種不還，名為行色界者。樂定那含雖生無色界方般涅槃，但由於經歷色界生故，亦是色界所攝。

六、行無色：此類不還聖者，在欲界已離色界貪，從欲界歿已，不經色界即直生無色界，而般涅槃。這有四種差別：（一）生般、（二）有行般、（三）無行般、（四）上流。無有中般，因為無色界無中有故。

七、現般涅槃：此類不還聖者，不生色界無色界，即住於此欲界得般涅槃，名現般那含；於現身中，得涅槃故。

上說七種不還，通約欲、色、無色三界安立；即前五種於色界般涅槃，第六種於無色界般涅槃，第七種於欲界般涅槃。

這裡順便說明三點應該知道的道理：一、不還聖者，不但不還來欲界，即於上界，亦決不於已生處受第二生，更不會於下處受生；以彼之生，唯是勝進，非等非劣故。即由此理，不還的名義亦才能圓滿。二、凡是在聖位經過欲界生死的，由於厭苦心強，必不往生色無色

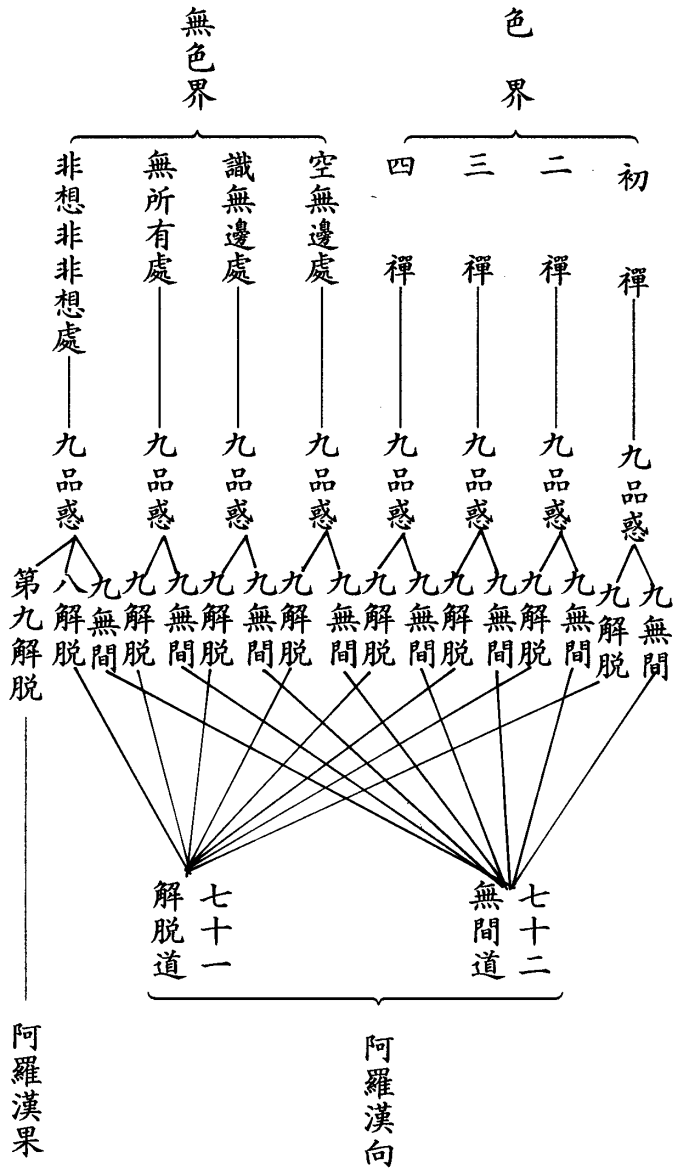
界；證得不還果已，定於現身般涅槃。由此義故，預流經生欲界，決無多出七生者。三、若於色界經生的聖者，容許有上生無色界義，以色界無苦，厭心劣故；所以容許上生無色界天。除上說七種不還之處，還有九種不還，七善士趣，經生不還，身證不還等名義，為恐太繁，且止不說。

（四）阿羅漢向及阿羅漢果

得了不還果的聖者，進斷色界及無色界修所斷惑，從斷色界初定一品為初，至斷無色界有頂地第八品為後，都是趣向阿羅漢果的因行道位，皆名阿羅漢向。即此阿羅漢向中，斷有頂地第九品惑的無間道，亦說名為金剛喻定；此定能破除一切煩惱。猶如金剛能摧一切，故名金剛喻定。定雖有力能破一切，因餘惑先已斷除，故今唯斷第九品惑。《俱舍論》說：「此定既能斷有頂地第九品惑，能引此惑盡『得』俱行『盡智』令起。」即金剛喻定斷有頂地第九品惑盡的同時引令盡智生起。金剛喻定是斷惑中最後的無間道，所生盡智是解脫道。由此解脫道與諸漏盡「得」最初俱生，故名盡智。盡智生已，便成無學阿羅漢果。若是不動種姓的利根羅漢，於盡智後，必起無生智，以永不退故。若退法等五種鈍根羅漢於盡智後，或生盡智，或生無學正見（正見一切阿羅漢皆有），但沒有無生智，以容許有退故。阿

羅漢是梵語，譯言應供、殺賊、不生等義。由於阿羅漢已斷除三界見修惑盡，是聲聞乘的極果，因此，說他用智慧的刀劍已殺盡了煩惱賊；有漏的惑業都盡，圓寂以後不再來三界受生，所以名為不生；所應學者已畢，唯應作利他事，具足無漏功德，堪受人天的廣大供養，所以得名應供。今攝前義列表如表十：

表十



阿羅漢果的差別有六種：

一、退法，在證了阿羅漢以後，一旦遇著退緣，又忽起修惑，便退失所得之果，而降至不還果、或一來果、或預流果等。

二、思法，在證了阿羅漢以後，恆作是思：勿遇病等便於正念有所忘失，由此失念，令我有退。恐懼所得之果退失，因此常思自害畢命，而入無餘涅槃。

三、護法，在證了阿羅漢之後，於所得果法，為令不退，精進防護。

四、安住法，在證了阿羅漢以後，能安住於所得果法；無勝退緣，雖不自防，亦能不退；無勝加行，亦不增進。

五、堪達法，即已證阿羅漢之聖者，其性質堪能調順，好修練根，能迅速達到不動種姓。

六、不動法，在證得阿羅漢果後，無論遇著什麼事情，於行自在，不為一切煩惱所退動。這是最利根的阿羅漢。

六種阿羅漢中，前五種總名「時愛心解脫」。恆時愛護所得法，故名時愛；心解脫煩惱纏縛，故名解脫。亦說名為時解脫者，以要待時才能入定及心解脫故。所待之時，△大毗婆沙論▽一百零一卷說略有六種：一得好衣時，二得好食時，三得好臥具時，四得好處所時，五得好說法時，六得好補特伽羅時（好共住人，即同學）。前五種阿羅漢根鈍，要待前六種

勝緣會合時，才能證得阿羅漢果，故得名時解脫。第六種不動法阿羅漢，名為不動心解脫，以不為煩惱退動，及心解脫故。亦說名為不時解脫，以不動法阿羅漢是利根性，不須待資具等勝緣會合時便能入定及心解脫故。

又說退法種姓，非是必定有退；乃至堪達，非是必定能達至不動；但約容許有的道理而建立此等名稱。

六種阿羅漢中，不動種姓，必無退理；前之五種，皆有退義。退有退性與退果的差別：第一種退法阿羅漢，只有退果，而無退性；由於退法種姓，本身已住退性，最居下故，無可再退，退果即退失無學果而退住不還果等。思法等四種阿羅漢，有退性和退果兩義。退性，是從思法種姓退入退法種姓，或從護法退入思法，或從安住退入護法，或從堪達退入安住，是名為退性。退果，即由阿羅漢果退住不還果、一來果等位，是名為退果。總起來說，退法等五種阿羅漢，皆有退果之義，其中思法等四種，並有種姓退失。《俱舍論》說，假若思法等四種阿羅漢，先前在有學位中，即住於思法等四性，現今至到無學位上，亦住於思法等四性，此類阿羅漢，則種性與果法，皆無有退。原因是，這樣的四種阿羅漢，是由有學無學二種道力所成，極為堅固，故必無退理。若單於無學位上，由退法等種姓進修而成思法等四種種姓，則種性與果法，皆容許有退；唯由無學道之所成故。

又退果的意義，依有部宗說，只有後三果容許有退，初果則定無退理。如《俱舍論頌疏》說：「依薩婆多宗，唯預流果，必定無退，以斷迷理見道惑故；諦理真實，楷定可依，聖慧已證，必無退理。後之三果，許有退果，以修道教，是迷事故；事相浮偽，無定可依，斷迷彼惑，有失念退。」這是說，見所斷惑，妄計有我等，以無事相所依，名依無事，既證無我真理故必無退。修所斷惑，迷各別事起，即是可意不可意等所緣境，此相非無，名依有事，雖已斷迷彼之惑，但容有失念之退。若依經部師說，預流與阿羅漢必無退果，是聖道證故。中間二果（一來、不還），容有退失，以許有漏道證故。《俱舍論》注，認為經部師所說合理。經部師會通經中所說阿羅漢有六種差別，皆約現法樂住有退不退而安立，如《俱舍論頌疏》說：「依經部宗，阿羅漢果有六種者，約現法樂住有退不退，非約退果。若得果姓，皆名不動，無六種也。現法樂住者，有漏四靜慮也。退此靜慮，名為退法。思此靜慮，名為思法。護此靜慮，名為護法。安住靜慮，名為安住法。堪達靜慮，名堪達法。不退靜慮，名不退法。約現法樂住，分六種也。」即依有部宗有退果的意義來說，諸阿羅漢從果退失後，由慚愧增故，在很短的時間內，就能夠復得，決無從果退後至未復得中間而有命終者。若有退而未復即命終者，則修梵行果，應非安穩可委信處了。

六種阿羅漢，依解脫不同，又安立為兩類：一、慧解脫，即依唯由無漏慧力，斷盡見修

二惑，於煩惱障得解脫者，立名慧解脫。二俱解脫，即先由無漏慧斷盡了見修二惑，離煩惱障；又兼得滅盡定，離解脫障（即滅定障，以不染污無知為體），名俱解脫離定慧障，名之為俱。前慧解脫者，未離定障，故不得名俱。

阿羅漢果雖然有六種差別，但都是斷盡了三界見修二惑的聲聞乘的最高級的果位，在斷煩惱和證般涅槃所應學者，都已究竟無可學修，故得名無學。前面所說的初二三果及四向的聖者，有煩惱未盡，有聖道須學，所以通名有學。

上來所說的四向四果，都是就次第斷證而說的，此外還有超越斷證者，略述如下：若在凡夫位，先已由世間道斷除欲界修惑一品至五品，而後發起無漏慧入見諦者，在見道位中，與次第證者相同，名預流向。趣預流果故。至第十六心道類智，住預流果。若先已由有漏道斷欲界修惑第六品或七八品，而後發起無漏慧入見諦者，在見道位中，名一來向。趣一來果故。至第十六心道類智，住一來果。此名超越的一來，亦名位離欲者。若先在凡夫位中，已由有漏道斷欲界修惑第九品盡，或斷初定一品，乃至斷無所有處惑盡，而後發起無漏慧入見諦者，在見道位中，名不還向。趣不還果故。至第十六心道類智，住不還果。此名超越的不還，亦名全離欲者。但阿羅漢果，必無超證的道理，如《俱舍論》說：「阿羅漢果，必無初得；見道無容斷修惑故，世道無容離有頂故。」論文的意思是說，見道位中，見諦時速，故

見道無漏慧，不容許有時間斷除修惑，故凡是超證的聖者，都是在凡夫位時已用世間道斷了若干品修惑，但世間道斷修惑，必須是上地心斷下地惑，不能自地心斷自地惑；但有頂惑，已再沒有比其更上的世間道心生起，故有頂惑必須在入見道以後，再修無漏聖道來斷除，才能證得阿羅漢果。

三、聖位功德

(一) 斷德

證得阿羅漢果的無學聖者，諸趣因果滅盡解脫，證得清淨寂滅的涅槃，是阿羅漢斷盡生死因果所得的功德，故名斷德。涅槃又云泥洹、涅槃、涅槃那等。體即寂滅無為。義即滅生死因果，渡生死瀑流，無惑業因緣之造作，生死苦果永不再生，空寂無相，安穩快樂。依聲聞乘義，解脫以得滅為主，故涅槃正翻為滅，餘均義譯。大乘的涅槃，有圓滿功德，寂滅諸患義，故正翻圓寂。《成唯識論述記》卷一說：「西域梵音云波利嚩縛唎，波利者圓也，嚩縛唎言寂，即是圓滿體寂滅義。舊云涅槃，音訛略也。今或順古，亦云涅槃。」在聲聞乘中，

涅槃只有兩種：一、有餘依涅槃，依指有漏的依身，對於已盡的惑業說名為餘；即生死之因的惑業已盡，猶餘有漏依身的苦果，故名有餘依。二、無餘依涅槃，即更滅盡依身的苦果，無有所餘，故名無餘依。住於現世還未入滅的阿羅漢，已斷盡生死之因的惑業，證得寂滅的涅槃。以其尚有宿業所感的依身存在，故只得有餘依涅槃。至依身亦滅，畢竟不起不生，即得無餘依涅槃。

(二) 智德

如上所說阿羅漢，已到究竟無學位，成就十無學法，即無學正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定、正解脫、正智。這十無學法的意義，已於第一章第四節四諦之道諦的究竟道中略說，可翻譯複習。這裡只說諸聖所成就的智慧，和智慧所成就的功德。

甲、成智差別

智的差別異名很多，如見、明、覺、解、慧、光、觀、照等，皆是智的異名，簡單地可以類括為忍、智、見三個名稱。忍智見都是以慧心所為體，就其作用的不同，而安立三名的差別。即依慧心所有推度的作用，立名為見；有推度忍可的作用，立名為忍。於慧心所中，

有是忍而非智的，如前面所說緣上下八諦的苦法智忍、苦類智忍等八種聖慧忍，正起推度，是可見性攝，與自疑得俱起，推度忍可未究竟故，未成決斷，故是忍非智。又盡智與無生智，皆無學位所起的決斷智，已止息求心，於境不推度故，是已決斷之智，不可名見。除了前說的八忍與二智，其餘的無漏諸慧，皆通智與見之二性，不可名忍；以彼既斷自疑，故名為智；有推度性，故得名見。諸有漏慧，皆是智而非忍，因為忍是於從來未曾見過的四諦真理創見忍可，有漏慧對於無始以來的所緣境數數重觀，故是決斷智攝。在有漏慧中，身見、邊見、邪見、見取見、戒禁取見五種染污見，與有漏的正見，共為六種，亦皆是見性所攝，以是推度性故。

以上是說智的差別名稱，此下說智的種類。智有十種：一、世俗智，即世間普通人的智慧，多取瓶衣等事物為所緣境。二、法智，以欲界四諦真理為所緣境，作十六行相，即斷迷欲界四諦真理所起的煩惱之智。三、類智，緣上二界的四諦真理，亦作十六行相，即斷迷上二界四諦真理所起的煩惱之智。四、苦智，五、集智、六、滅智，七、道智。此四智由緣四諦境有差別故，分為四智，各對諦作四種行相，如其次第斷四諦下所起的煩惱。八、他心智，此智由前世俗智、法智、類智及道智四種而成，能知他心，故名他心智。若知他有情的無漏心，以法、類、道他心智去了知，這是屬於無漏性質的他心智。若知他有情的有漏心，以

世俗他心智去了知，這是屬於有漏性質的他心智。故他心智由四智所成。九、盡智，十、無生智。此二智都是無學位的聖者所起。即無學位，若正自知：我已知苦，我已斷集，我已證滅，我已修道；有此盡行相之智，是名盡智。若正自知：我已知苦，不復更知；我已斷集，不復更斷；我已證滅，不復更證；我已修道，不復更修；於四諦知、斷、證、修的作用，得了非擇滅名無生，觀此無生之智，是名無生智。此盡智與無生智，即以前法智、類智、苦智、集智、滅智、道智六種智為體。阿羅漢中的鈍根羅漢，由於有退墮故，不能生無生智。利根的不動阿羅漢，無退墮故，能生無生智。上說十智，總分為有漏無漏兩類：一有漏智，即第一種世俗智，遍緣一切有為無為之法為所緣境，是與煩惱雜染俱生的智慧，不能斷迷理的惑障，故是有漏智。二無漏智，即法智等九種，是遠離了煩惱過失的清淨無垢的智慧，故是無漏智。

在十智之中，從凡夫到聖者，誰成就幾智呢？依《俱舍論·分別智品》說的差別是：一、從凡夫位至聖見道十五心中的第一念苦法智忍位，此諸凡夫及初念聖者，皆定成就一智，即世俗智。初念聖人，雖然已經成就無漏慧的苦法忍，但尚未決斷，是忍非智，故於十智中，只成一智。二、入見道至第二念苦法智位的聖者，定成三智：(一)世俗智，(二)法智，(三)苦智。三、入見道至第四念苦類智位的聖者，於前三智之上，增加類智，總成四智。四、入見道至

第六念集法智位，於前四智之上，又增集智，總成五智。五、入見道至第十念滅法智位，於前五智之上，又增滅智，總成六智。六、入見道至第十四念道法智位，於前五智之上，更增滅智，總成七智。由上所說可以知道，見道位人總成七智。七、至修道位的聖者，若尚未全離欲界修惑，亦定成七智，與見道位相同。八、若已離欲位，成前七智之外，更增他心智，總成八智。若在凡夫位時已離欲界修惑者，及見道位乃至修道位，則一二位中皆增一他心智。九、無學鈍根聖者，定成九智，即時解脫阿羅漢，於十智中除去無生智，成就餘九智。十、無學利根的不時解脫阿羅漢，定成十智。

乙、智所成功德

(一) 唯聖功德

在聲聞聖者成就的諸功德中，有唯聖功德和共凡功德兩類。唯聖功德，即諸無漏功德，唯諸聖者才能成就。共凡功德，則凡夫亦可具有。這裡先說幾種唯聖功德。

一、無諍行，利根的不動阿羅漢，在行動之前，觀察有情諸苦，都是由煩惱所生，自知己身是殊勝福田，恐他有情復緣己身引生貪瞋等煩惱而招苦果，故思引發無諍相智，由此方便，令他有情不緣己身生貪瞋等。此行能止息諸有情類煩惱鬥諍，故名無諍。此行但以俗為

體性，第四靜慮為其所依。六種無學中，唯利根不動阿羅漢能生起無諍智。退法等五種阿羅漢，尚不能自防不提起煩惱過失，故亦不能止息他有情的煩惱鬥諍。

二、願智，利根不動阿羅漢，欲知諸法自相共相，或過去未來現在三世事等，以求知的願力為先，入第四靜慮，引起勝妙的智慧，即於諸法的自相共相等，能夠如願而了知，是願之智，故名願智。此智亦是俗智為體，以第四定為依，唯不動性阿羅漢能起。以一切法為所緣境，皆現量如實而知。

三、三明，即：(一)宿命明，但知過去宿世受生的事，名宿命通；復知宿世從一生乃至多生的族姓名字，及所經歷的事情和受苦受樂等，是為宿命明。(二)天眼明，但知有情死此生彼，名天眼通；復見自己和衆生死時生時，及一切所作善惡業行，和由此業生於善惡趣的那一趣中，是為天眼明。(三)漏盡明，但知自己他人的有漏煩惱斷盡，名漏盡通；復能悉知漏盡以後更不受於生死，是為漏盡明。三明皆以慧為性。如其次第即以六通中有殊勝作用的宿命通、天眼通、漏盡通為體。由於此三通能對治前後中三際愚癡故，特建立為三明。即宿命通能對治前際愚，天眼通能對治後際愚，漏盡通能對治中際愚，後一種容有是真，因為是無漏故。其餘二種，但是假說。三明唯在無學身中起，故皆名無學明，有學身中雖有知宿命的智和知生死的天眼智，以尚有暗惑未盡，但可名通，不得立之為明。

四、四無礙解，無礙解有四種：(一)法無礙解，(二)義無礙解，(三)辭無礙解，(四)辯無礙解。此四無礙解，總起來說，皆以利根不退種姓阿羅漢所發於自分境不退轉的無退智為自性。其中緣能詮名句文身的無退智，立名法無礙解。此無礙解通依五地起，即欲界及四靜慮，無色界無名等故。緣所詮義理的無退智，立名義無礙解。此通依一切地，即依九地起。緣方域言辭的無退智，立名辭無礙解。此唯依二地生起，即欲界和初靜慮；二禪以上，都無尋伺故。緣契合正理的無滯言說，及起此言之因的定慧二道的無退智，立名辯無礙解。此無礙解，亦通依一切地起。由無退智緣名等決斷無礙，故皆名無礙解。以十智攝說，法無礙解與辭無礙解，十智之中，唯以世俗智為體；因為這兩種無礙解，是緣名身等及世間言辭事相為境界故，所以唯屬世俗智攝。義無礙解，若以諸法皆名為義，則具十智為體，若唯以涅槃名之為義，則以六智為體：一世俗智、二法智、三類智、四滅智、五盡智、六無生智。辯無礙解，九智為體；於十智中除去滅智，以緣有為法故。此四種無礙解，唯利根阿羅漢能成就。隨得一種時，必皆具四。

(二) 共凡功德

與凡夫共同的功德，有六通、四靜慮、四無色定、三三摩地、四無量、八解脫、八勝處、十遍處等。四靜慮和四無色定，如前第一章第四節中已說，今略述六通等義如下：

一、六通是：(一)神境智證通，即能領受和示現種種神妙境界的智用，如身能無礙地飛行於山間海內，於此界入，從彼界出，由彼界沒，於此界現，於大作小，於小作大，隨意變現等。(二)天眼智證通，能見六道衆生死此生彼，受苦受樂等相，及見一切世間遠近種種形色無有障礙。(三)天耳智證通，能聽聞六道衆生心中所念的事情，皆能如實了知。(四)宿住隨念智證通，能憶念自己過去一世乃至多世宿命和所經歷的事。(五)漏盡智證通，漏即貪瞋癡等煩惱，煩惱斷盡，不受三界生死，無礙自在，是名漏盡通。六通之中，後一種唯聖人有，前五種通凡夫亦得。故《俱舍論》中，依其總相說名為共凡功德，如是六通，解脫道攝，皆以智慧為體。神境等四通，唯世俗智攝，他心通五智所攝，即法智、類智、道智、世俗智、他心智。漏盡通由六智或十智攝，若但緣漏盡為境，則除苦、集、道、他心四智，以餘六智為體。若漏盡身中所得，則以十智為體。

【註】此處原書中漏列「他心智通」一項，今補註如下：「(四)他心智證通，能知他人之心念而無礙者。」（依丁福保「佛學大辭典」）【出版者註】

二、三三摩地是：(一)空三摩地，即緣苦諦中空和非我兩種行相相應的等持。空是空我所，非我空其我，故二行相，俱得名空。(二)無願三摩地，即緣十種行相相應的等持，十相即緣苦諦中的非常與苦二相，和集諦下因、集、生、緣四相，及道諦下道、如、行、出四相。非常

相與苦相，和集諦下四相，都是可厭患的，故於彼無所願樂欣求；道諦如船筏，必應捨故，亦無願樂。故能緣彼定，得無願之名。(三)無相三摩地，即緣滅諦下滅、盡、妙、離四種行相應的等持。滅諦即涅槃，涅槃遠離色、聲、香、味、觸、男、女、生、異、滅十相，故名無相。緣彼之定，故得名無相三摩地。此上三種等持，俱通淨有漏和無漏。無漏性的三種等持，又名三解脫門；能與解脫的涅槃為入門故。

三、四無量心，即慈、悲、喜、捨四種。第一慈無量心，即與樂作意相應，與諸有情樂之心，以無瞋為體，能對治瞋恚煩惱。由於一切有情心起愛念，隨彼所求樂事，給予饒益，故名慈無量心。第二悲無量心，即除苦作意相應，拔除有情苦之心，以不害為體，能對治害煩惱。由愍念一切有情受種種苦，常懷悲心，拯救濟拔，令其得脫，故名悲無量心。第三喜無量心，即欣慰作意相應，見諸有情離苦得樂，生大喜心；以喜受為體，能對治不欣慰。由於見諸有情離苦得樂，慶慰欣喜，故名喜無量心。第四捨無量心，即平等作意相應，於諸有情一視平等，無親怨分別之心；以無貪無瞋二法為體，能對治欲界的貪瞋煩惱。由於所緣一切有情，心無愛憎，住平等捨，故名捨無量心。這四種心為什麼皆名無量呢？依《俱舍論》和《大毗婆沙論》八十一卷說：(一)以無量有情為所緣故，(二)能引生無量善法故，(三)能招感無量殊勝異熟果故。具此三義，故名無量。至於只立四種無量的道理和修習方法等，廣如《俱

舍論定品▽、△大毗婆沙論▽八十一卷、△瑜伽師地論▽第十二卷及四十四卷所說應知。

四、八解脫是：(一)內有色想觀外色解脫，即於內身有色想之貪著，為令遣除，觀外界不淨的青瘀等色相，令貪不起，故名解脫。(二)內無色想觀外色解脫，即由前觀雖已除遣內色之貪，於內身無色想貪著，為令堅牢故，亦觀外界不淨的青瘀等色相，令貪不起，故名為解脫。(三)淨解脫身作證具足住，即觀淨光鮮白的清淨色相，令貪不起，名淨解脫；觀淨色的人，證得此淨解脫於身中，名身作證；具足圓滿，得住此定，故名具足住。(四)空無邊處解脫，(五)識無邊處解脫，(六)無所有處解脫，(七)非想非非想處解脫。此四解脫，各能棄捨下地的貪，名為解脫。(八)滅受想定解脫身作證具足住，此即滅盡定由此定厭背受想等，住於無心，故名解脫。八解脫中，前三種以無貪善根為體，以近能對治貪故。四無色處解脫，以四無色的善定為體。第八解脫，體即滅定。此中所說的解脫，不是滅盡煩惱，證得離繫名解脫，而是棄背義，背捨義名為解脫。△大毗婆沙論▽八十四卷說：「問：何故名解脫？解脫是何義？答：棄背義是解脫義。問：若棄背故名解脫者，何等解脫，棄背何心？答：初二解脫，棄背色貪心。第三解脫，棄背不淨觀心。四無色處解脫，各自棄背次下地心。想受滅解脫，棄背一切有所緣心。」

五、八勝處是：(一)內有色想觀外色少，(二)內有色想觀外色多。(三)內無色想觀外色少，(四)

內無色想觀外色多，(五)內無色想觀外色青，(六)內無色想觀外色黃，(七)內無色想觀外色赤，(八)內無色想觀外色白。這八勝處是從八解脫中的前三種解脫開出來的，所以體性境地等，都同於前三解脫。故《俱舍論》說：「初二如初解脫，次二如第二解脫，後四如第三解脫。」觀外色少多等，即於外界清淨妙好的勝色和不淨惡陋的劣色，意解思惟，用奢摩他道起勝知，用毗婆舍那道起勝見，具此勝知勝見能制伏所緣之境，隨所樂觀，自在而轉，惑終不起，心勝境處，故名勝處。修八解脫，唯能棄背貪心，不能制境，此八勝處，能制伏所緣之境，故更殊勝。

六、十遍處是：(一)地大遍一切處，(二)水大遍一切處，(三)火大遍一切處，(四)風大遍一切處，(五)青色遍一切處，(六)黃色遍一切處，(七)赤色遍一切處，(八)白色遍一切處，(九)空無邊遍一切處，(十)識無邊遍一切處。這十遍處中的前八種遍處，如八解脫中的第三「淨解脫身作證具足住」一樣，以無貪為體，皆依第四靜慮，緣可見的假四大和四顯色為境。後二遍處，如其次第以空識二無邊處善定為體，各緣自界的四蘊為境。此十為什麼立名為遍處呢？《俱舍論》說，由修觀行者起勝解作意，「於一切處，周遍觀察，無有間隙，故名遍處。」修此十遍處，比前解脫勝處更為殊勝。如《俱舍論頌疏》說：「應知此中修觀行者，從諸解脫，入諸勝處；從諸勝處，入諸遍處；以後後起，勝前前故，謂修解脫。但於所緣總取淨相，未能分別青黃

赤白；後四勝處，雖能分別青黃赤白，而未能作無邊行相；前四遍處，謂觀青等（《大毗婆沙論》八十五卷和一百四十一卷都把青黃赤白列為前四遍處）一一無邊。復思青等為何所依？知依大種故，次觀地等一無邊。復思此所覺色，由何廣大？知由名空故，次觀空無邊處。復思此能覺誰為所依？知依廣識故，觀識無邊處。此所依識，無別所依故，別更不修上為遍處。