趣向涅槃之道 · 第五册

第五册

帕奥禅师　著

Dhammesanā　译

缅文原版逐单元中译 · 中文主线版

ehipassa.com

下载页：ehipassa.com/下载/

凡例

1. 本书为帕奥禅师缅文‘五大册’第五册的现代汉语全译，收录原书卷前第 1 – 27 页、正文第 1 – 644 页、原书索引第 645 – 659 页，共展示 6936 个翻译单元。
2. 缅文原版为主本，英文参考译本只作义理、术语与实修语境参考，不参与定稿。
3. 页内灰色标记是原书坐标；卷前、正文和原书索引的页序均不同于本 PDF 页码。
4. 本 PDF 以中文为主线；作者行文中必要的缅文夹注、巴利罗马字和语义表格照排。
5. 全卷标记为‘待义审’：机器结构检查已经完成，仍待缅文语义、上座部实修义理与中文表达三层人工审核。

目录

1. 原书卷前
   - 书名页
   - 法施与版本声明
   - 目录
   - 序论
2. 观禅篇
   - 道非道智见清净释：思惟智章（之一）
   - 道非道智见清净释：思惟智章（之二）
   - 道非道智见清净释：思惟智章（之三）
   - 道非道智见清净释：思惟智章（之四）
   - 道非道智见清净释：思惟智章（之五）
   - 道非道智见清净释：思惟智章（之六）
   - 道非道智见清净释：思惟智章（之七）
   - 道非道智见清净释：生灭智章（之一）
   - 道非道智见清净释：生灭智章（之二）
   - 道非道智见清净释：生灭智章（之三）
   - 道非道智见清净释：生灭智章（之四）
   - 道非道智见清净释：生灭智章（之五）
   - 道非道智见清净释：生灭智章（之六）
   - 行道智见清净释：生灭智章
   - 行道智见清净释（之一）
   - 行道智见清净释（之二）
   - 行道智见清净释（之三）
   - 行道智见清净释（之四）
   - 行道智见清净释（之五）
   - 行道智见清净释（之六）
   - 行道智见清净释（之七）
   - 行道智见清净释（之八）
   - 智见清净释（上）
   - 智见清净释（中）
   - 智见清净释（下）
   - 慧修习的功德与利益

3. 止业处篇
- 止业处篇
- 一切处业处
- 三十二身分（上）
- 三十二身分（下）
- 无色界禅篇
- 梵住释篇
- 佛随念业处
- 十种无识不净业处
- 死随念业处（maraṇassati）
- 已获成功的修行次第
- 寂止随念业处

4. 原书索引
- 〔အ〕
- 〔အာ〕–〔ဥ〕
- 〔ဧ〕–〔ခ〕
- 〔ဂ〕–〔ဇ〕
- 〔ဈ〕–〔ဒ〕
- 〔ဓ〕–〔ဝ〕
- 〔ဖ〕–〔ဓ〕
- 〔ယ〕–〔လ〕
- 〔ဝ〕
- 〔သ〕–〔ဟ〕

原书卷前

书名页

原书卷前第 1 – 4 页

原书卷前 1

《趣向涅槃之道》

第五册

观禅篇与止业处篇

帕奥西亚多

原书卷前 2

《趣向涅槃之道》

第五册

第五册（Volume 5）

原书卷前 3

《趣向涅槃之道》

第五册

观禅篇与止业处篇

帕奥西亚多

原书卷前 4

《趣向涅槃之道》

第五册

观禅篇与止业处篇

帕奥西亚多

法施与版本声明

法施胜一切施，法味胜一切味。

法乐胜一切乐，爱尽胜一切苦。

法施胜一切施。

法味胜一切味。

法乐胜一切乐。

爱尽胜一切苦。

愿正法久住，愿众生敬重法。

愿世尊的教法

长久住世。

愿一切众生恭敬尊重三种正法。

法施

仅供帕奥禅林作为法施之用。

任何人均可复制、印刷本书。

第一版

版权 © 1998 帕奥西亚多

本书属于公有领域，可以复制，

无须另行取得作者的任何许可。

目录

原书卷前第 6 – 16 页

原书卷前 6（i）

观禅篇目录。礼敬彼世尊、阿罗汉、正等觉者。

《趣向涅槃之道》

第五册

目录

页码　　页码

序论

A

观禅篇

道非道智见清净释

思惟智章

聚思惟，又称理路观……1
观禅篇……1
道非道智见清净释：思惟智章……1
从明显、容易者开始……6
善巧方便……7
请注意并牢记……7
三相……9
依色名二分法观修的方法……9
从无常相开始观修的方法……13
一项应注意的要点……14
无我相……15
苦相……15
观修名法的方法……17
有时观内，有时观外……18
四念处如何摄入……21
一项特别应注意的要点……22
法随观念处……22
五蕴观法……25
色蕴……28
行蕴……28
低劣（hīna）……29
殊胜（paṇīta）……29
粗显（oḷārika）……29
粗色—细色……29
细微（sukhuma）……29
近（santika）……29
远（dūra）……29
劣色—胜色……30
远色—近色……31
粗受—细受……34
扰动—激荡……38
应当避免的混淆……39
另一种粗细分别法……41
粗细分别法……41
劣受—胜受……43
行蕴……43
远受—近受……43
如何摄入……44
四名蕴……45
色蕴分别观法……45
《狮子譬喻经》……47

唯行苦为要义……50
思惟的分类……50
行苦……50
无常随观的理路……51
十二处法观法……52
十八界法观法……52
观修方法……52
《六处相应》中的观法……53
念处修习的指导原则……54
受随观……55
受随观念处……55
法随观……55
一种较容易的方法……56
心随观念处……57
法随观念处……57
《根本复注》的解释……58
不净修习……58
过去、未来、现在……58
未被执受分（anupādinnaka-pakkha）……59
制底山住摩诃帝须长老……60
如何证得阿罗汉果……61
不净（asubha）……62
同性与异性（sabhāga、visabhāga）……62
无识不净……62
有识不净……62
止与观……62
死不净观法……64
九种死尸……66
安立于三相上……67
少数例外……67
一项困难……68
对治贪欲……68
有识不净：活不净观法……69
观究竟色法的不净性……70
止与观……71
死（maraṇa）……71
过患随观……71
名法的不净性……72
大义注的规定……73
色名也应合观……74
缘起诸支……75
四十行相……76
无常相的十种行相……76
一、以无常观（aniccato）……77
二、以毁坏观（palokato）……77
以无常观（aniccato）……77
以毁坏观（palokato）……77
三、以动摇观（calato）……78
五、以不恒观（addhuvato）……78
以不恒观（addhuvato）……78
以动摇观（calato）……78
以崩坏观（pabhaṅguto）……78
四、以崩坏观（pabhaṅguto）……78
七、以无实质观（asārakato）……79
以变易法观（vipariṇāmadhammato）……79
以无实质观（asārakato）……79
以衰损观（vibhavato）……79
八、以衰损观（vibhavato）……79
六、以变易法观（vipariṇāmadhammato）……79
九、以死法观（maraṇadhammato），即以死亡观（maccu）……80
以有为观（saṅkhatato）……80
以死法观：死亡……80
十、以有为观（saṅkhatato）……80
苦相的二十五种行相……81
一、以苦观（dukkhato）……82
以苦观（dukkhato）……82
应注意：这还不是毗婆舍那……83
二、以病观（rogato）……84
以病观（rogato）……84
三、以恶观（aghato）……85
以恶观（aghato）……85
以痈观（gaṇḍato）……85
四、以痈观（gaṇḍato）……85
五、以箭观（sallato）……86
以箭观（sallato）……86
七、以祸患观（upaddavato）……87
以疾观（ābādhato）……87
以祸患观（upaddavato）……87
六、以疾观（ābādhato）……87
九、以灾厄观（ītito）……88
以怖畏观（bhayato）……88
以灾厄观（ītito）……88
八、以怖畏观（bhayato）……88
以灾患观（upasaggato）……89
十、以灾患观（upasaggato）……89
以无保护观（atāṇato）……90
十一、以无保护观（atāṇato）……90
以无归依观（asaraṇato）……91
以无避难观（aleṇato）……91
以杀戮者观（vadhakato）……91
十三、以无归依观（asaraṇato）……91
十二、以无避难观（aleṇato）……91
十四、以杀戮者观（vadhakato）……91
以恶之根观（aghamūlato）……92
以过患观（ādīnavato）……92
十五、以恶之根观（aghamūlato）……92
十六、以过患观（ādīnavato）……92
以有漏观（sāsavato）……93
十七、以有漏观（sāsavato）……93

以魔食观（mārāmisato）……93
十八、以魔食观（mārāmisato）……93
以生法观（jātidhammato）……94
以病法观（byādhidhammato）……94
以老法观（jarādhammato）……94
二十五、以杂染法观（saṃkilesikadhammato）……95
以恼法观（upāyāsadhammato）……95
以悲法观（paridevadhammato）……95
以愁法观（sokadhammato）……95
以杂染法观（saṃkilesikadhammato）……95
无我相的五种行相……96
一、以无我观（anattato）……97
二、以他观（parato）……97
以他观（parato）……97
以无我观（anattato）……97
三、以无观（rittato）……98
以无观（rittato）……98
以虚观（tucchato）……98
四、以虚观（tucchato）……98
五、以空观（suññato）……99
以空观（suññato）……99
为自己躬行实践……100
令诸根锐利的九法……101
能够观见吗？……105
观见非色法生起的方式……106
观见非色法的生起（《清净之道》2-252）……106
智的威力何其强大……108
慧修习能够圆满……110
这正是古老大道……110
《无我相经》教说……112
摩诃目犍连大长老……119
舍利弗大长老……120
《阿难经》教说……121
《阿难经》缅译……121
阿难大长老……121
智中未显现的诸法……127
《无常经》……129
随顺忍……129
随顺忍……130
一、依受取与舍弃观法……131
依受取与舍弃观法……131
无常相……131
色七法观法……131
苦相……133
无我相……134
二、依随年龄增长而灭观法……135
依随年龄增长而灭观法……135
所谓一百年……135
“举—进—移—下—置—压。”……137
界增与界减……138
三、食所成色观法……139
心所生色（citta-samuṭṭhāna-rūpa）……139
食所成色观法……139
业生色观法……140
五、业生色观法……140
六、心生色观法……140
四、时节所成色观法……140
心生色观法……140
时节所成色观法……140
七、自然色观法……143
自然色观法……143
一、聚观法……144
聚观法……144
非色七法观法……144
前心与后心……145
三、刹那观法……149
二、成对观法……149
刹那观法……149
成对观法……149
四、次第观法……150
次第观法……150
破除慢……151
破除见……152
因不随欲而无我……153
因生起后归于无有而无常……154
因受生灭逼迫而苦……155
应记住的要义……156
十八大观……158
已经纯熟……158
无愿随观……161
无相随观……161
空随观……161
无愿随观……164
增上慧法观……165
如实智见……165
空随观……165

两种生灭观……167
道非道智见清净释：生灭智章……167
“现在”的含义……168
何谓现在……168
应思考的要点……172
此处所说的含义……173
释义方式……175
观法方式……179
把三相提到其上……180
应如此理解二者同义……185
殊胜的生命……186
受蕴的灭观法：巴利原文……187
受蕴的生观法：巴利原文……187
生灭广观法……187
色蕴的灭观法：巴利原文……187
色蕴的生观法：巴利原文……187
想蕴的灭观法：巴利原文……188
想蕴的生观法：巴利原文……188
行蕴的灭观法：巴利原文……188
行蕴的生观法：巴利原文……188
识蕴的灭观法：巴利原文……189
识蕴的生观法：巴利原文……189
生起相……192
由于无明止息，色止息……193
获得阿罗汉道的时间……193
不再生起之灭……196
五种灭……196
生起后之灭与不再生起之灭……196
生起后之灭（uppāda-nirodha）……196
唯观生起的方法……197
结生：色蕴……197
随观生法篇……197
结生：受蕴的生起观法……198
结生：想蕴的生起观法……199
有分：色蕴的生起观法……200
结生：识蕴的生起观法……200
有分：受蕴的生起观法……201
有分：想蕴的生起观法……202
五门转向：色蕴的生起观法……203
受蕴的生起观法……203
有分：识蕴的生起观法……203
五门转向：想蕴的生起观法……204
五门转向：行蕴的生起观法……204
五门转向：识蕴的生起观法……205
眼识：受蕴的生起观法……205
眼识：想蕴的生起观法……205
眼识：行蕴的生起观法……206
眼识：识蕴的生起观法……206
领受识：受蕴的生起观法……207
领受识：想蕴的生起观法……207

领受识：识蕴的生起观法……208
眼门心路：大善第二速行……209
所谓随观灭法……210
随观灭法篇……210
结生：色蕴的灭观法……211
结生：受蕴的灭观法……212
结生：想蕴的灭观法……212
结生：行蕴的灭观法……212
结生：识蕴的灭观法……213
眼识：受蕴的灭观法……214
眼识：色蕴的灭观法……214
眼识：想蕴的灭观法……215
眼识：行蕴的灭观法……215
一般提示……216
眼识：识蕴的灭观法……216
耳识：色蕴的灭观法……217
耳识：色蕴的生起观法……217
耳识：受蕴的灭观法……218
耳识：受蕴的生起观法……218
耳识：识蕴的生起观法……218
耳识：识蕴的灭观法……219
所谓随观生灭法……221
随观生灭法篇……221
结生：色蕴的生灭观法……222
结生：受蕴的生灭观法……223
结生：行蕴的生灭观法……224
结生：识蕴的生灭观法……225
《无碍解道义注》的主张……228
《大复注》的反驳……229
进一步说明……231
与诸大义注相契合……234
四谛如何显现……236
缘起法如何显现……239
四种理路如何显现……240
五相如何显现……242
初步观智……245
萨遮迦问与佛陀答……245
念处修习第三阶段……248
十种观随烦恼……249
一、光明……251
摩诃那伽大长老……254
三、喜（观喜）……256
二、智（观智）……256
喜：观喜……256
四、轻安（观轻安）……256
智：观智……256
轻安：观轻安……256
乐：观乐……258
五、乐（观乐）……258
七、策励（观精进）……259
八、现起（观之念）……259
六、胜解（信胜解）……259
现起：观之念……259
策励：观精进……259
胜解（信胜解）……259
舍受（upekkhā）……260
观舍……260
转向舍……260
十、欲求（观欲求）……261
欲求：观欲求……261
转向的敏锐性……261
观随烦恼与观随烦恼所依……262
功德利益……266

行道智见清净……267
行道智见清净释……267
三相的隐没与显现……269
依彼所立概念（tajjā-paññatti）……273
把三相提到诸法上而观……275
威仪与正知观法……276
坏灭随观智章……278
所谓坏灭随观智……278
生起、住立与转起……279
行相……281
止息（nirodha）……282
所谓灭……283
胜义法……284
应当总结记住……285
三相……286
能知（ñāṇa）……286
所谓能观之心……287
观照格式……287
坏灭智的一项标准……288
四念处即四种随观……291
所依处＋所缘＋受……293
所依处＋所缘＋触……293
所依处＋所缘＋识……293
观禅之智……294
利益与功效……295
功德利益……295
把三相提到诸法上……296
以类智推度观照的方法……297
观禅时集如何止息……297
能够远离、舍断……300
一、第一四法组……309
如何归入四念处……309
第一组四法……309
二、第二四法组……310
第二组四法……310
觉知乐……311
觉知喜……311
（一）觉知喜……311
（二）觉知乐……311
令心行平息（passambhayaṃ cittasaṅkhāraṃ）……313
觉知心行……313
（三）觉知心行……313
（四）令心行寂止……313
三、第三四法组……314
受随观……314
是否只应观一种受……314
第三组四法……314
觉知心……314
（一）觉知心……315
令心欢悦（abhippamodayaṃ cittaṃ）……316
（二）令心喜悦……316
令心安定（samādahaṃ cittaṃ）……317
（三）令心等持……317
令心解脱（vimocayaṃ cittaṃ）……318
（四）令心解脱……318
现见法与未现见法……320
四、第四四法组……321
是否只应观一个心……321
第四组四法……321
随观无常……322
（一）随观无常……322
随观离贪（virāgānupassī）……324
（二）随观离贪……324
随观灭（nirodhānupassī）……325
随观舍遣（paṭinissaggānupassī）……325
（三）随观灭……325
（四）随观舍遣……325
纯观与止观……326
念处修习已达第四阶段……327
威仪与正知观修……328
死者与生者：死人和活人……329
怖畏智会害怕吗……330
怖畏智的含义……330
怖畏现起智章……330
“现在”的含义……331
世间譬喻……331
怖畏智的所缘……333

过患随观智章……334
过患随观智（ādīnavānupassanā-ñāṇa）……334
《无碍解道》中的教说……335
苦、有爱染与诸行……337
十种智……339
厌离随观智……340
厌离随观智章……340
厌离随观智，即厌离智……340
法体意义相同的三种智……341
欲从诸行解脱的智……342
欲解脱智章……342
审察随观智……343
审察随观智章……343
观为无常的方法……344
观为苦的方法……344
观为不净的方法……346
观为无我的方法……346
一则世间譬喻……347
二端空随观……349
行舍智章……349
四端空随观……350
一、我不在任何处（nāhaṃ kvacani）……351
二、我不属于任何人的任何所有物（kassaci kiñcanatasmiṃ）……351
我不在任何处……351
我不属于任何人的任何所有物……351
三、我的任何处都没有（na ca mama kvacani）……352
任何处都没有属于我的任何所有物……352
四、任何处都没有属于我的任何所有物（mama kismiñci kiñcanaṭ’atthi）……352
我与我所空……352
我的任何处都没有……352
十二行相空随观……355
四十二种行相……358
怖畏与欢喜（bhaya 与 nandī）……359
死王所不能见者……359
心如何安住不动……361
最重要的时刻……362
威仪、正知观法提示……363
睁眼观照……363
个别意乐（puggalajjhāsaya）……364
《双运经》……366
《双运经》（《增支部》1-475）……366
译文与义释……367
方向乌鸦（disākāka）……372
三种解脱门……374
无常随观与无相解脱……374
信根如何偏盛……375

苦随观与无愿解脱……376
无我随观与空解脱……377
直接义与间接义……378
如何得名为空……379
如何得名为无愿……381
三相……382
一个可问之处……384
七类圣者的分别方式……384
依直接义而取……385
一智三名……387
趣向出起观……388
利慧者的入流道心路……389
钝慧者的入流道心路……389
趣向出起观的所缘……390
起观与出起的类别……391
以三界法为业处的大长老……395
人的类别……396
一、蝙蝠……397
十二种譬喻……397
蝙蝠……397
二、眼镜蛇……398
眼镜蛇（kaṇhasappa）……398
三、房屋……399
房屋……399
五、女夜叉……400
四、牛……400
女夜叉……400
牛……400
六、幼童……401
其余六种譬喻……401
幼童……401
毒（visa）……401
具有不死甘露味的身至念食物……402
心从诸有退缩者……404
一、第一长老说：基础禅说……405
三藏小无畏长老……405
三藏小龙长老……405
摩罗婆毗住大达多长老……405
第一长老说：基础禅说……405
二、第二长老说：所观禅说……408
第二长老说：所观禅说……408
个人意乐禅说……409
第三长老说……409
三藏小龙长老之说的审察……410
三藏小无畏长老之说的审察……413
《殊胜义注》的审察……415
四种行道……415
一、色非色摄受阶段……416
义注诸师所认可的阶段……416
二、名色分别阶段……417
三、缘摄受阶段……418
五、断尽欲染阶段……418
四、三相通达阶段……418
《大复注》的审察……419
行道的差别与一致……420
另一种解释：圣道如何获得名称……422
圣道智如何获得名称……422
能给予结生果的一类行舍智……424
《随闻经》……426
最重要的时刻……426
经（sutta）……427
谛随顺智……433
随顺智章……433
随顺……434
一、不由彼所成（atammayatā）……437
不由彼所成（atammayatā）……437
趣向出起观的名称……437
三、法住智（dhammaṭṭhitiñāṇa）……439
二、厌离（nibbidā）……439
法住智……439
五、清净精勤支（pārisuddhipadhāniyaṅga）……441
四、想顶（saññagga）……441
想顶……441
七、随顺、种姓与净化……442
八、行道智见清净……442
净化（vodāna）……442
行道智见清净……442
随顺、种姓与净化……442
从相与转起出起的准则……443

一、大慧者的道心路……444
三、钝慧者的道心路……444
中慧者的道心路……444
二、中慧者的道心路……444
大慧者的道心路……444
钝慧者的道心路……444
从诸蕴相续出起……448
关于七生的解释……449
三类预流者……450
决定三类差别的法……450
进一步说明……451
上三道如何从转起出起……453
逐法观……457
无明与明……460
智见清净释……463
第一道智（预流道智）……463
预流者……466
烦恼的稀薄……469
第二道智篇……469
只回来一次者（一来者）……470
第三道智篇……471
第四道果（阿罗汉道果）……472
四念处圆满……473
三十七菩提分法……474
摄取法体的方法……481
从相与转起出起篇……483
种姓智……484
从两面出起：道智……485
《无碍解道》中所说的方法……489
止力、观力……489
止力与观力……489
圣道所断的烦恼……490
依地而得的已生烦恼……492
不能称为地的诸蕴……495
潜伏于哪一蕴？……495
同时知见四谛的方法……497
巴利理证……499
能喻与所喻的配合……500
十六谛义……501
苦谛四义……501
应当记住的特别之处……504
集谛四义……504
灭谛四义……505
道谛四义……507
应予诘问的要点……510
遍知现观……513
断除现观……515
十八大观……516
作证现观……518
修习现观……520
慧修习的功德与利益……522
果定论……522
心识并未灭尽……528
使果定长久持续的三种因缘……531
三种毗婆舍那……535
佛陀的劝勉……536

业处的种类……540
写作宗旨与愿望……540
止业处篇……540
一切处业处……541
一切处业处与随身业处……541
功德与利益……541
四护卫业处……543
根本业处……543
随身业处，即根本业处……543
安止业处（appanā-kammaṭṭhāna）……544
近行业处……544
近行业处与安止业处……544
三十二身分……545
如何开始实修……549
将心引向外在世间观察……549
心的锐利力量……549
三条门径……550
厌恶作意……552
摩诃帝须大长老……553
侍者沙弥……554
摩罗迦大长老（Mallaka）……556
骸骨业处……557
五禅支……558
转向外在……559
一个常见的问题……560
两种骸骨业处……560
胜处禅……562
第一类人……566
第二类人至第八类人……568
随顺性行而宣说……569
为何宣说‘内有色想’……570
白遍……572
特别应注意的一点……580
三种禅相与三种修习……581
五禅支……583
趋向第二禅……584
趋向第三禅……585
趋向第四禅……585
青遍（褐色遍）……588
黄遍……589
黄遍（黄色遍）……589
红遍（红色遍）……590
缅甸紫檀花与阿勃勒花……590
地遍（土遍）……591
水遍……594
火遍……595
火（tejo）……596
光明遍……597
风遍……597
限定虚空遍……599
限定虚空遍（虚空遍）……599
无色界禅篇……601
空无边处禅……601
识无边处禅……605
无所有处禅……607
非想非非想处禅……610

慈修习……616
梵住释篇……616
修习方法……617
五禅支……619
破除界限（sīmāsambheda）……621
心解脱……623
无限定遍满慈……623
无限定遍满慈心解脱的五种……623
有限定遍满慈心解脱的七种……624
修习次第……625
十方遍满慈心解脱的十种……625
方位遍满慈……625
慈禅的十一种功德……626
悲修习……627
喜修习……628
舍修习……629
特相、作用、现起、近因……631
佛随念业处……634
十种无识不净业处……635
过患随观……637
死随念业处（maraṇassati）……638
已获成功的修行次第……640
寂止随念业处……642

序论

原书卷前第 17 – 27 页

原书卷前 17（A）

礼敬彼世尊、阿罗汉、正等觉者。

序论

缘由说明

贤士之思

世尊成佛后度过第一个雨安居，首次回到迦毗罗卫城；随后由那里返回王舍城竹林精舍，途中暂住在阿努比亚芒果园林。阿那律、跋提迦、阿难、跋咕、金毗罗、提婆达多六位王子，与理发师优波离一同来到世尊面前出家受戒。

七人之中，跋提迦长老就在那个雨安居中证得阿罗汉果；阿那律长老成就八种世间禅那等至及天眼通；提婆达多长老成就八种世间禅那等至和世间神通；阿难长老则安住于入流果。

跋咕长老与金毗罗长老后来才证得阿罗汉果。

尤其阿那律长老，出家后的第一个雨安居便成就八种世间禅那等至，以及能够观见一千世界的天眼通；但继续精进毗婆舍那业处时，在那个雨安居中尚未成功。一天，他来到舍利弗大长老处禀告：‘舍利弗尊者，一、我能以清净、超越人眼、如天人之眼的天眼通，看见一千世界。’

‘二、我毫不退缩地在止观禅修中发起强烈精进；对于称为身、受、心、法，连同其因的诸行之无常、苦、无我，能作摄持之念清楚现前而不忘失；身心无热恼、寂静安稳；心只有一个所缘，善得安定。’

‘三、尽管如此，我的心不以爱与见执取五取蕴诸行为“我、我的”，却仍未从诸漏解脱。’他如此禀告。

A

原书卷前 18（B）

舍利弗大长老于是对阿那律尊者说：‘阿那律贤友，一、你心想：“我能以清净、超越人眼、如天人之眼的天眼通，看见一千世界。”这一念在你的心流中就是慢。’

‘二、你心想：“我毫不退缩地在止观禅修中发起强烈精进；对于身、受、心、法，连同其因的诸行之无常、苦、无我，能作摄持之念清楚现前而不忘失；身心无热恼、寂静安稳；心只有一个所缘，善得安定。”这一念在你的心流中就是掉举。’

‘三、你心想：“尽管如此，我的心不以爱与见执取五取蕴诸行为我、我的，却仍未从诸漏解脱。”这一念在你的心流中就是忧虑疑悔。’

‘阿那律贤友，我劝请你：舍弃心流中生起的慢、掉举与疑悔，不再作意这三法；把心导向止的所缘与观的所缘——这条趣向不死甘露涅槃的行道。’舍利弗如此为他修正业处。（《增支部义注》3-225。）阿那律长老学习业处以后，禀告世尊，前往支提国东竹林住下，精勤修习沙门法。当时，世尊依止跋伽国鳄山城托钵，住在庇沙伽罗林——那片意为‘令幼兽无畏’的林中精舍。

世尊所住的跋伽国庇沙伽罗林位于西方；阿那律长老所住的支提国竹林则位于东方。

阿那律尊者十五日、即半个月不眠不卧，只行禅经行，猛烈精进止观禅修。由于业处修习的强度所迫，身体疲惫困倦，他收集草叶铺在一丛竹下，又在上面加铺一层，坐在那里稍作休息。这时，名为‘大人寻思’的诸种贤士之思，清楚地在他心流中生起。

阿那律长老思惟七种大人寻思之后，要再进一步思惟——

B

原书卷前 19（C）

——第八种大人寻思时感到困难。确实，对声闻而言，思惟完毕直到与慧有关的第七种大人寻思之后，再向上思惟另一法，本来就会觉得沉重困难；因为声闻之法通常止于慧。

因此，阿那律长老思惟完毕与慧有关的第七种大人寻思之后，要继续思惟第八种时感到困难。

世尊知道他正感困难，便以神通刹那来到其前，补充第八种大人寻思，为他开示八种大人寻思。

随后，世尊详说：思惟这八种大人寻思，便能轻易取得并进入世间初禅、第二禅、第三禅、第四禅；若思惟这八法并轻易取得、进入四种世间禅，又能具足五种知足：一、对所得粪扫衣知足的衣知足；二、对托钵所得食物知足的食知足；三、对所得树下住处知足的住处知足；四、对所得草叶卧具知足的卧具知足；五、对所得以腐牛尿浸渍的余甘子、诃子等药物知足的药物知足——

——若思惟这八法，能不烦不倦、轻易取得并进入四种色界禅，又具足这五种知足，便能轻易成就乐于止观禅修的禅修乐住圣种行道，也能证得远离一切烦恼热恼、究竟寂静的涅槃。世尊又嘱咐阿那律来年仍在名为东竹林的地方入雨安居、精勤修习，然后返回庇沙伽罗林精舍。回到精舍后，世尊对比丘僧众——

——把名为大人寻思的八种贤士之思，分别以略说与广说开示教诫。这里摘录八种寻思的要义：一、‘比丘们，此法属于少欲者，不属于多欲者。’

二、‘比丘们，此法属于知足者，不属于不知足者。’

三、‘比丘们，此法属于远离者，不属于乐众聚者。’

原书卷前 20（D）

四、‘比丘们，此法属于已发勤精进者，不属于懈怠者。’

五、‘比丘们，此法属于念现前者，不属于失念者。’

六、‘比丘们，此法属于有定者，不属于无定者。’

七、‘比丘们，此法属于有慧者，不属于劣慧者。’

八、‘比丘们，此法属于乐无戏论、喜无戏论者，不属于乐戏论、喜戏论者。’

（《增支部》3-65。）

一、比丘们，九种出世间法只能在少欲——没有欲求与爱的少欲者——的心流中圆满，不能在多欲者的心流中圆满。（《增支部》3-65。）少欲者有四类：他人多供养四资具时只接受少量，少供养时更只接受比所供少的数量，绝不尽受，这是资具少欲者；不愿让他人知道自己证得道果殊胜法而加以隐藏，是证得少欲者；不愿让他人知道自己博学多闻而加以隐藏，是教理少欲者；不愿让他人知道自己受持头陀支而加以隐藏，是头陀支少欲者。这样的少欲者共有——

——四类。

少欲者虽然少欲，却不希望他人知道自己少欲；虽对所得四资具知足，却不希望他人知道自己知足；虽乐于三种远离，却不希望他人知道；虽精进勇猛，也不希望他人知道。

虽具清楚现前之念，却不希望他人知道；虽具近行与安止两种定，却不希望他人知道；虽具毗婆舍那慧，也不希望他人知道。

虽乐于远离扩展轮回的爱、慢、见三种戏论之涅槃，也不希望他人知道自己乐于无戏论的涅槃；少欲到如此程度。（《增支部》3-66。）二、比丘们，九种出世间法只能在对所得、适量而可敬信的食、衣、住处与药物四资具知足者的心流中圆满，不能在不知足者的心流中圆满。（《增支部》3-65。）三、比丘们，九种出世间法只能在乐于三种远离者的心流中圆满，不能在乐于人与烦恼众聚者的——

——心流中圆满。（《增支部》3-65。）

原书卷前 21（E）

远离有三种：身远离、心远离、依远离。舍离群众，独自行、住、坐、卧、饮食等，惯于独处，是身远离。仅有身远离还不能圆满九种出世间法，因此修遍作而成就八等至；这八等至是心远离。仅有八等至仍不能圆满九种出世间法，因此以禅那等至为观的基础，把诸行提到三相上修习、审察毗婆舍那，便与四无碍解智一同证得阿罗汉果。

阿罗汉果与涅槃，从一切方面说都是依远离。涅槃远离欲乐、远离烦恼、远离能造作新有的诸行、也远离五蕴，所以称为依远离。乐于三种远离的人，会教导来访者培养乐于三远离、倾向三远离的心，然后让他们离去，自己专事止观禅修。

（《增支部》3-66；《增支部义注》3-26。）

四、比丘们，九种出世间法只能在为了舍不善、圆满善法而猛烈精进止观禅修、具足力量、精勤坚毅者的心流中圆满，不能在懈怠者的心流中圆满。（《增支部》3-65。）五、比丘们，九种出世间法只能在具有如下清楚现前之念者的心流中圆满：能摄持称为身、受、心、法的色名法诸行；能摄持这些色名法诸行的诸因；能摄持这些诸行连同其因的无常、苦、无我——

——只有具足这种清楚现前之念者，九种出世间法才能在其心流中圆满；失念者不能圆满。（《增支部》3-65—67。）六、比丘们，九种出世间法只能在具有近行与安止两种定者的心流中圆满，无此二定者不能圆满。（《增支部》3-65。）世尊在《阿那律大寻思经》（《增支部》3-67）中亲自说明，这里的定指初禅定、第二禅定、第三禅定与第四禅定。定有三类：达到顶点的近行定，即欲界定；色界定；无色界定。经中举居中的色界定，依‘举中摄初后’之法，也总摄最初的欲界定和最后的无色界定。

这就是以举中显示法而说。又请参照《清净道论义注》所说：近行定与八等至名为心清净。（《清净道论》2-222。）

E

七、比丘们，九种出世间法只能在具有毗婆舍那慧与圣道慧者的心流中圆满，在没有毗婆舍那慧与圣道慧者的心流中不能圆满。

八、比丘们，九种出世间法只能在乐于、喜于、悦于涅槃——远离扩展轮回的爱、慢、见三种戏论——者的心流中圆满；在乐于执取‘我、我的、我的自我’这三种戏论者的心流中不能圆满。（《增支部》3-65。）这八项，就是一切希求九种出世间法的贤善者必须遵行的要素。八项之中，下面再略释第五、第六、第七项的念、定、慧。

念——‘由于以念摄取所缘，再以慧随观；离念者绝无随观。’（《中部义注》1-248。）世尊在《大念处经》中，把念的所住境分为身、受、心、法四类；其中身也包括入出息念定等止禅所观。成功建立入出息念定等任一种定后，先应摄取内、外两种相续中的身、受、心、法，即色名法诸行；随后依‘随观生法’等教导，摄取由于诸因生起而果法身、受、心、法生起，由于诸因灭尽而果法灭尽，即——

——依缘观生灭；也摄取因与果两者刹那生灭的刹那观生灭。随后，应摄取身、受、心、法连同其因的纯灭。观因果法的生灭与纯灭时，也包括把它们提到三相上修观。

如此摄取修观时，念摄取作为观智所缘的身、受、心、法；慧则洞彻这些身、受、心、法直至究竟层次。

念摄取因生故果法身、受、心、法生起；慧洞彻因生故果生。念摄取因灭故果法灭；慧洞彻因灭故果灭。念摄取身、受、心、法连同其因的生灭及无常、苦、无我；慧洞彻这些法的生灭及无常——

F

原书卷前 23（G）

——苦、无我。念摄取身、受、心、法连同其因的纯灭及无常、苦、无我；慧则洞彻这些法的纯灭及无常、苦、无我。

由此可见，念能摄取止禅所缘与观禅所缘，慧则如实反复随观。没有离念的随观。因此，九种出世间法只能在对身、受、心、法连同其因的无常、苦、无我具有清楚现前之念者的心流中圆满。

对于身、受、心、法连同其因的无常、苦、无我，若无清楚现前之念而失念，九种出世间法便不能在其心流中圆满；因为第七项所说的毗婆舍那智，换言之即身随观、受随观、心随观、法随观，绝不能离念而生。

定——‘比丘们，应修习定；比丘们，有定的比丘如实了知。’

> （《相应部》2-12；《相应部》3-363。）

比丘们，应修习、建立定。有定的比丘如实分别了知。（《相应部》2-12；《相应部》3-363。）有定的比丘如实分别了知：这是色、受、想、行、识；这是色、受、想、行、识生起之因与生起；这是它们灭尽之因与灭尽。（《相应部》2-12。）有定的比丘如实分别了知：这是苦圣谛。

他如实分别了知：这是苦之因——集圣谛；这是苦的止息——灭圣谛；这是趣向苦灭涅槃的行道——道圣谛。（《相应部》3-363。）依这些圣典中世尊的教导，贤善者为了如实了知苦谛，即色、受、想、行、识五取蕴的色名法；为了如实了知集谛，即因法生起故果五蕴生起；为了如实了知世间灭谛，即因法灭故果五蕴灭尽——

——为了如实了知世间道谛，即获得能如实了知五取蕴连同其因之无常、苦、无我的毗婆舍那智；也为了以圣道智、圣果智如实了知包含出世间灭谛与出世间道谛在内的四圣谛，必须建立初禅定、第二——

G

原书卷前 24（H）

——禅定、第三禅定和第四禅定。换言之，在近行定与安止定两类定中，必须建立至少一种；因为这些法只有具定者才能了知。

因此，在这部《趣向涅槃之道》中，入出息念定篇说明了从入出息念修法直到建立第四禅定的方法；止业处篇又说明十遍、八等至等建立定的方法。

欲以圣道智、圣果智亲证大无为界、寂静界——一切苦与热恼究竟止息、究竟清凉的涅槃——的贤善者，应把世尊这项教诫顶戴奉行：‘九种出世间法只能在有定者的心流中圆满，不能在无定者的心流中圆满。’

慧——经说：‘比丘们，此法属于有慧者，不属于劣慧者。’这话缘何而说？比丘们，在此教法中，比丘有慧，具足能通达生灭、圣洁、抉择、正趣苦尽之慧。因此说：‘此法属于有慧者，不属于劣慧者。’（《增支部》3-67。）也就是说，九种出世间法只能在具有毗婆舍那慧与圣道慧者的心流中圆满，不能在没有这两种慧者的心流中圆满。这里的禅修比丘有慧：他具足清净高尚的毗婆舍那慧与圣道慧，能够通达五取蕴色名法诸行连同其因的生灭——

——能够突破这些诸行，击破贪、嗔、痴的坚块，正趣轮回苦灭尽的涅槃。因此世尊基于这一意义，教说九种出世间法只能在有慧者的心流中圆满，不能在无慧者的心流中圆满。（《增支部》3-67。）以上圣典的翻译，依据下面的义注解释。

‘能通达生灭’，是指能够通达五蕴的生与灭。‘圣洁’，是指此慧以伏断和正断远离烦恼而清净：依伏断暂时远离烦恼，依正断彻底远离烦恼。‘具足慧’，是指与毗婆舍那慧及道慧相应。‘抉择’，是说此慧能够突破，因此名为抉择；具足这抉择慧。在这里，道慧以正断——

H

原书卷前 25（I）

——突破、击破从未被突破、击破的贪蕴、嗔蕴与痴蕴，因此称为抉择慧。

毗婆舍那慧以彼分断而具抉择力，又能导向获得道慧，所以也可称为‘抉择’。‘正趣苦尽’，是说道慧以正确因缘与方法灭尽轮回苦而前行，所以名为正趣苦尽之慧。毗婆舍那以彼分断灭除轮回苦与烦恼苦，故为趣苦尽；又因为它导向获得趣苦尽的道慧，也应知它名为趣苦尽之慧。（《中部义注》3-22；《增支部义注》3-2。）‘能通达生灭’，意为能够洞彻五取蕴的生灭。‘圣洁’，意为依止禅阶段能把烦恼暂时压伏一小时、两小时等的伏断，以及圣道刹那把烦恼无余截断的正断，远离——

——烦恼而住，所以清净高尚。‘具足慧’，意为具足毗婆舍那慧和圣道慧。‘抉择慧’，就是毗婆舍那慧与圣道慧；因为能突破烦恼坚块，故称抉择慧。圣道慧依无余断除的正断，突破、击破从未突破、击破的贪、嗔、痴坚块，故名抉择慧。毗婆舍那慧则依彼分断，突破、击破贪、嗔、痴的坚块——

——所以也称抉择慧；又因它能导向获得名为抉择慧的圣道慧，毗婆舍那慧也适合称为抉择。‘正趣苦尽之慧’，意为正确趣向轮回苦、烦恼苦灭尽的涅槃。圣道慧以正确因缘与方法灭尽轮回苦、烦恼苦并趣向涅槃，所以名为正趣苦尽之慧。毗婆舍那慧依彼分断灭除轮回苦与烦恼苦，并因倾向涅槃而趣向涅槃——

——所以名为趣苦尽之慧。另一解释是：毗婆舍那慧能导向获得灭尽轮回苦、烦恼苦的圣道慧，因此也名为趣苦尽之慧。（《中部义注》3-22；《增支部义注》3-2。）这部《趣向涅槃之道》为了使人获得能灭尽轮回苦与烦恼苦的毗婆舍那慧、圣道慧，已经分别说明：一、色业处篇说明如何观修，以如实了知五取蕴中称为色蕴的色法，直至究竟。

原书卷前 26（J）

二、名业处篇说明如何观修，以如实了知五取蕴中受蕴、想蕴、行蕴、识蕴四名蕴，即名法，直至究竟。

三、缘起篇说明如何观修、摄取和以智分别，以如实了知过去、未来、现在三世及内、外两种相续中五取蕴色名法的诸因；特别为了获得缘摄受智，也为了获得能观见因生故果生、因灭故果灭以及因果二者生灭的生灭智或毗婆舍那智。

四、为了使对五取蕴色名法连同其因的知见愈加清净，特相等四法篇依诸大义注的教导，以特相、作用、现起、近因观修和摄取这些色、名、因、果诸行。

五、现在又为了具足毗婆舍那慧与圣道慧，在观禅篇说明：缘取五取蕴色名法诸行连同其因的生灭，或只缘取其灭，轮流安立无常、苦、无我三相，修习毗婆舍那的方法。

称为如来的理由

三界之尊、全知正等觉者之所以称为如来，有许多理由；其中一个理由如下。

‘比丘们，从如来于某夜现证无上正等觉，直到于无余涅槃界般涅槃的某夜，在此期间凡所说、所谈、所开示，一切皆如是而非异；因此称为如来。’（《长部》3-111；《增支部》1-332。）比丘们，如来——你们的导师我——在那一夜洞彻无上、最胜的阿罗汉道智与一切知智。

那是大历103年卫塞月圆夜。在另一夜，我以不再剩余异熟业生色的无余涅槃界般涅槃；那是大历148年卫塞月圆夜。在这两夜之间的四十五年里，凡所宣说、讲述、开示之法，一切都如所宣说、讲述、开示般真实，并不以任何异样而不真实。因此，你们的导师我被称为如来。（《长部》3-111；《增支部》1-332。）

J

原书卷前 27（K）

世尊从证得一切知智之日起，直到般涅槃之日，四十五年间所宣说、开示、教诫的一切法，都如所说那样真实，绝不以另一种方式成为不真实。因此，世尊所教的这番话也必定真实：‘九种出世间法只能在少欲者的心流中圆满，不能在多欲者的心流中圆满；只能在知足者的心流中圆满，不能在不知足者的心流中圆满；只能在乐于三种远离者的心流中——

——圆满，不能在乐于人与烦恼众聚者的心流中圆满；只能在猛烈精进止观禅修者的心流中圆满，不能在懈怠者的心流中圆满；只能在对身、受、心、法连同其因的无常、苦、无我具有清楚现前之念者的心流中圆满，不能在忘失之念者的心流中圆满；只能在具有近行定或安止定至少一种定者的心流中圆满，不能在无定者的心流中圆满；只能在具有毗婆舍那慧与圣道慧者的心流中圆满，不能在没有这些慧者的——

——心流中圆满；只能在乐于爱、慢、见三种戏论止息之涅槃者的心流中圆满，不能在乐于三种戏论者的心流中圆满。’这部名为‘大人寻思——贤士之思’的教法，也必定如世尊所宣说、讲述、开示那样真实，不会转变成任何不真实的情形。

因此，贤善者若希求九种出世间法，就应精勤修习，努力具足：一、少欲；二、知足；三、三种远离；四、猛烈精进止观禅修的精进；五、对身、受、心、法连同其因清楚现前之念；六、近行定或安止定中的至

少一种；七、毗婆舍那慧与圣道慧；八、乐于爱、慢、见三种戏论止息之涅槃的心。

帕奥西亚多

帕奥禅林·制多罗山寺

缅历一三五六年，比亚杜月上弦九日，星期一。

K

观禅篇

道非道智见清净释：思惟智章（之一）

原书第 1 – 29 页

原书 1

‘礼敬彼世尊、阿罗汉、正等正觉者。’

观禅篇

道非道智见清净释：思惟智章

聚思惟，又称理路观

‘欲成就彼者，首先应当致力于名为聚思惟的理路观。’

（《清净道论》2-241。）

已经摆脱光明等观随烦恼、循着正确观道而行的毗婆舍那慧，是在圣道之前生起的正道，即前分道；至于光明等观随烦恼，则不是圣道之前的正道、前分道。能够如实理解、分别并善加确定何者是圣道之前的正道、何者不是正道的智，称为‘道非道智见清净’：它知见‘这是道，这是非道’，因而成为离诸观垢而清净的智。（《清净道论》2-241。）希望成就道非道智见清净的禅修者，首先应当依次致力于称为——

——聚思惟的理路观。

（《清净道论》2-241。）

‘把依过去等方式而有多种差别的诸法按聚总摄起来加以思惟，称为聚思惟；据说这是住在瞻部洲诸大长老的用语。依“凡所有色”等理路对诸法修观，称为理路观；据说这是住在铜鍱洲诸大长老的用语。’（《大复注‘阿魏舍那，我的弟子对于任何色——过去、未来、现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近——都以正慧如实观见：“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。”’（《中部》1-297。）义注又说：‘随观“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我”，就是随观为无常、苦、无我。’（《中部义注》4-232，《教阐陀经》。）把依过去、未来、现在、内、外、粗、细、劣、胜、远、近这十一种情形而有差别的色法与名法，按聚、按总体——

——加以总摄，轮流安立无常、苦、无我三相而观修、思惟，这称为‘聚思惟’。‘聚思惟’是住在瞻部洲诸大长老所使用的术语。

对于依过去、未来、现在等十一种情形而存在的一切色法〔受、想、行、识等名法亦同〕，作如下随观：

原书 2

‘နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ နဂ မေသော အတ္တာ——这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。’

也就是将它们观为无常、苦、无我；这样的毗婆舍那观称为‘理路观’。‘理路观’是住在僧伽罗岛诸大长老所使用的术语。

> （《大复注》2-386。）

这种聚思惟智本身并不归入任何一种清净行道。有些老师在解释观智的行境时，也不论及聚思惟。然而，佛陀在《无我相经》《相应部 · 蕴品》等许多经中，已经教导应当部分地或完全地修习聚思惟；《无碍解道》巴利第51页以下，也因为聚思惟的方法容易令初转入观修者作意，而把它安置在毗婆舍那的开端。当禅修者修观的相续中出现光明等殊胜现象时，道非道智——即分别圣道之前何者是道、何者非道的智——便会生起；这种摆脱观垢而清净的观智，就是生灭智。

由于上述三项理由，义注师审察后指出：希望成就道非道智见清净的禅修者，应先致力于称为聚思惟的理路观。

‘在适合思惟的诸法中，哪些法对某位禅修者显得明显、容易摄取，他就应从那些法开始思惟。’‘所谓“诸法”，是色法与非色法；“对某人”，是对禅修者而言。他应从明显者开始思惟，因为观修当依明显处入手。后来，即使其余诸法尚未显现，也应以善巧使之显现，毫无遗漏地加以思惟。’（《清净道论》2-244；《大复注》2-391。）《清净道论》义注的思惟智部分，援引《无碍解道》巴利第51、52、55及6—9页、《相应部》的《应证知经》（《相应部》2-258）等，以多种方法说明应由思惟智等观智观修、思惟的究竟界法，即观智所缘：一、依过去、未来、现在、内、外、粗、细、劣、胜、远、近十一种情形而存在的五取蕴；

二、连同门与所缘、在诸门中生起的究竟法；三、五取蕴；四、六门；

原书 3

五、六所缘；六、六识；七、六触；八、六受；九、六想；十、六思；十一、六爱；十二、六寻；十三、六伺；十四、六界〔地界、水界、火界、风界、空界、识界〕；十五、十遍；十六、三十二身分；十七、十二处；十八、十八界；十九、二十二根；二十、三界〔欲界、色界、无色界〕；二十一、九有〔欲有、色有、无色有、一蕴有、四蕴有、五蕴有、想有、无想有、非想非非想有〕；二十二、四禅〔四种色界禅〕；二十三、四无量〔慈禅、悲禅、喜禅、舍禅〕；二十四、四等至〔空无边处禅、识无边处禅、无所有处禅、——

——非想非非想处禅这四种无色禅等至〕；二十五、十二缘起支。如此列举。（《清净道论》2-242—244。）禅修者啊，如果你已经熟练完成五种摄受，并依特相、作用、现起、近因摄取了连同因缘的色名诸行法，那么应已能够理解：上述诸法，无非是存在于过去、未来、现在三时以及内、外两种相续中的心、心所、色这些究竟法；它们也无非就是色名二法、五蕴、十二处、十八界和十二缘起支。然而，为什么还要分作上述二十五类来解释呢？

关于这一点，《大复注》2-389作如下说明：

原书 4

应依下述方式理解《无碍解道》巴利如何分别观智的所缘。为了使初转入观修的禅修者容易作意毗婆舍那，《无碍解道》先以分别过去、未来、现在等为主，把依过去、未来、现在、内、外等十一种情形存在的五取蕴列为观智的所缘。

这些蕴又可依连同门与所缘、在诸门中生起的诸法而分别〔色法是门法与所缘法；名法则是意门法、在六门中生起之法以及所缘法〕。因此，紧接五蕴之后，又把门六法组等十组——即从六门直到六伺——列为观智的所缘。

在三相中，无我相很难分别、很难了知。为了清楚显示无我相，便把地界、水界、火界、风界、空界、识界这六界宣说为观智的所缘。

其后，为了清楚指出：教外异学会把遍处当作自我、在心中执取为自我，而这些遍处其实只是在色界禅、无色界禅等禅那中显现为所缘的影像，因此把十遍列入观智所缘的清单加以解释。〔遍处概念本身不是观智所缘；以遍处概念为所缘而生起的禅那等至法，才是观智所缘。这里列出遍处概念，是为了破除教外异学把遍处执为自我的见解。〕

随后，为了让人以厌恶、不净的方式作意三十二身分，作为苦随观的辅助，便列出三十二身分。

〔《吉利摩难经》（《增支部》3-343）中，佛陀教导应以不净想修习三十二身分。《弥蘖经》又说：‘应修不净，以断除贪。’（《自说》巴利120。）也就是说，在观修阶段同样应修习不净，以对治贪。在有识不净与无识不净两种不净中，这里指有识不净。这一不净想在止禅阶段称为‘厌恶作意’，在观禅阶段则称为作为苦随观辅助的不净想。止禅时，应取三十二身分令人厌恶、可厌的性质为所缘，作意直至初禅定；观禅时，则应以智见到五蕴——

原书 5

——之身的过患，依过患随观而修习、思惟，作为苦随观的辅助。〕此前依五蕴法简略列为观智所缘的那些究竟法，还应以不广不略的中等方法和详细方法作意毗婆舍那；为了指示这一点，又把十二处与十八界列为观智的所缘。

在上述蕴、处、界诸法中，作为根的那些法虽然明显都是空无自我、无有造作者、无所操劳的，却又依究竟法的自性，对俱生法或所依止之法发挥支配作用。为了借此清楚显示无我相，便把诸根列为观智的所缘〔这里特指适合修观、作为根的法〕。虽然观智所缘可分为许多种，但它们全都摄于三界之中，只有欲界、色界、无色界这——

——三类；为了指示这一点，又把三界列为观智的所缘。

至此已经指出作为观智所缘的行相。为了显示有执受流转的生起——即无明、爱、取、行、业等因法显现时，识、名色、六处、触、受等果法如何显现；换言之，果色法、果名法以及果色名法所构成的诸有如何因诸因法显现而生起——又把欲有等九有列为观智的所缘。

为了说明：善巧于观修上述应证知的究竟法之禅修者，应转而对自己已经获得、已经修成的微细广大禅法作意毗婆舍那，于是又把一、四种色界禅，二、四梵住禅，三、四种无色界禅列为观智的所缘。

〔按旧时通常的修法，止乘者多在修成八等至与四护卫禅之后才转入观修。其中，能够把慈禅遍满至无量世界、并能入慈禅定的禅修者，也容易进入悲禅、喜禅、舍禅——

原书 6

——因此义注师把四梵住——即四无量——全部列为观智的所缘。

不过，《大复注》说：‘လာတိနော ဧဝ ပန မဟဂ္ဂတစိတ္တာနိ သုပါကဋာနိ ဟောန္တိ——广大心只会在已经证得广大禅的禅修者之观智中清楚显现。’（《大复注》2-353。）所以，此处说明把这些禅法作为观修对象，只适用于已经证得相应禅那的得禅止乘者。〕义注师前面已经列出十遍，因此也已经说明了遍禅。这里再次列出的‘四禅、四无量、四等至’（主本作《清净道论》2-43）之中，‘四禅’是指除前面已说以遍处等为所缘的禅那以外，那些以入出息似相——

——等止禅之相为所缘的色界禅。

为了教导应依因法与果法加以分别，以智分析上述一切究竟法，再作意毗婆舍那，所以又把十二缘起支列为观智的所缘。确实，在名为缘行相的诸缘起支中，以智分别因法与果法，轮流安立三相而作意毗婆舍那，能够容易而极其清楚地显明全部三相。因此，最后把诸缘起支列为观智的所缘。（《大复注》2-389。）如果你还修习了十遍、八等至与四梵住——

——并已经证得这些禅那等至，那么对于已经以智分别摄取五种摄受的你，上述二十五类观修所缘不会再有困难。若尚未修习十遍、八等至及四梵住，就只需观照依入出息念法所得的初禅、第二禅、第三禅和第四禅；若已修习四护卫禅，也应把相应禅法纳入观修。以上这些法，就是修观时观智所缘之法。

面对如此众多的法，应该从哪一种开始修观呢？答复如下。

从明显、容易者开始

因此，刚开始修习名为‘聚思惟’的‘理路观’、正要发起新精进的禅修者，应依上述巴利、义注与复注的指示，在适合安立无常、苦、无我——

原书 7

——三相而观修、思惟的色法与名法中，先取在自己智中显现的那些法。

这些法能让他轻松、容易地以智分别与摄取。对于如此明显、能轻松容易地以智分别、摄取的色名法，禅修者应轮流安立无常、苦、无我三相，努力从事思惟、观修。（《清净道论》2-244。）义注师意在说明：开始作意毗婆舍那时，应从明显者开始；因此解释说，禅修者应当在自己智中明显、能轻松容易地以智分别、摄取的色名法上，轮流安立无常、苦、无我三相，努力——

——修习思惟。不过，在观过明显、容易的色名法以后，也应以善巧方便使尚未在智中显现、尚未被见到的色名法显现出来，再毫无遗漏地对一切色名法安立三相，观修、思惟。（《大复注》2-391。）

请注意并牢记

请特别注意并牢记上述义注和复注的解释。它们只是教导从智中明显、容易的色名法开始修观，并不是说智中不明显的色名法不必观照。再者，这一教导只针对已经通达五种摄受、已经获得名色分别智与缘摄受智的禅修者；并不是对这样的人说的：他还不能如色业处篇所说，把色法知至究竟；也还不能如名业处篇所说，把名法摄取、观修至究竟；对于过去因如何引生现在果、现在因如何引生——

——未来果，也尚未以正见慧亲自现前、洞彻知见；他背负着一大堆无知，刚刚走进禅修堂，连概念与究竟法都还分不清，所取大多仍是概念性的整块对象。绝不可把这段教导理解成：叫这样的初学者去观照智中容易显现的任何东西。

善巧方便

前文只是教导刚开始修观、才开始用功时，应从禅修者智中明显、容易的法开始。到了后来，也必须以善巧方便使智中不明显的色名法显现出来，毫无遗漏地——

原书 8

——加以观修；《大复注》2-391已经进一步这样指示。下面继续说明这些善巧方便。

‘诸比丘，应当修习定；诸比丘，有定的比丘如实了知。’

> （《相应部》2-12；3-363。）

一、依上述诸《定经》中佛陀的教导，为了：（一）如实了知五蕴，直至究竟法；（二）如实知见无明、爱、取、行、业等因法显现时，果五蕴如何显现；（三）如实知见无明、爱、取、行、业等因法灭尽时，果五蕴如何灭尽；（四）如实知见四圣谛——必须特别重视建立定。这是善巧方便之一。

‘摄取这四大种的人，所造色便会显现。’（《阿毗达磨义注》2-241。）二、如色业处篇所说，在以智分别、摄取六门和四十二身分中的色法时，若难以摄取自己想要摄取的某种所造色，就应一再摄取、以智分别该所造色在同一色聚中所依的四大种；所造色必会逐渐显现。这也是善巧方便之一。

‘若他依种种门径摄取色法，继而摄取非色法时，由于非色法微细，非色法未能现起，他不应放下重担，而应反复思惟、作意、摄取并辨定色法本身。色法越经善加洗炼、越无纠结、越彻底清净，以该色法为所缘的非色法也就越能自然显明。’（《清净道论》2-225。）三、禅修者先以五蕴法、十二处法、十八界法等种种摄取方法摄取色法，继而摄取名法；若由于名法微细，名法不能在其智中显现，他不应因松懈精进而把禅修职责这一重担放下、舍弃——

——而应反复对色法依特相、作用、现起、近因善加审察、思惟、作意、以智分别摄取，并把各色法彼此分开，分别标记其各自的自性特相等。

如此努力会有这样的殊胜结果：在禅修者的智中，色法得到充分净化，清楚显现而不相混杂，因而彼此——

原书 9

——不再交织混乱，变得极为清净。于是，以这些色法为所缘的名法，便会依各自的自性特相自行在禅修者的智中显现。（《清净道论》‘色摄受是非色摄受的一种方便，也是一种助缘。’（《大复注》2-355。）以智分别、摄取色法，是以智分别、摄取名法的一种善巧方便，也是一种助缘。（《大复注》2-355。）应当依这些善巧方便，使尚未在智中显现、尚未被见到的色名法显现出来，再把色名究竟界法——

——毫无遗漏地安立三相，观修、思惟。渴望涅槃的诸位善人，应当对此作确定无疑的理解。

依色名二分法观修的方法

依上述规则，当前的色法与名法在你这位禅修者的智中较容易显现、被见到和摄取；因此，下面先说明把当前色法归为一组、当前名法归为一组而修观的方法。

修观时，可以随自己所好，从内或从外开始。本书在说明摄取色名时，是从内色开始说明摄取、观修的方法；所以在这一观禅部分，也先从内色开始说明观修、思惟的方法。

从现在起，应把仅属假立的十种不完成色排除在观智所缘清单之外，因为这些色法不适合安立三相而修观。因此，应依色业处篇诸表所说，主要观照存在于六门和四十二身分中的真实色。

观修时，若愿意，也可以总摄六门、四十二身分中的一切真实色而观；若智慧尚嫩，则可以在六门中逐门、在四十二身分中逐一身分，分别总摄其中的色法而观。

例如：眼门，即眼处中共有五十四种色法；应把这些色法总摄起来加以摄取，并将它们作为整体观修。

三相

《清净道论》第二册第301页说，对于诸行法：一、仅安立无常相作毗婆舍那观，也不能到达圣道；

原书 10

二、仅安立苦相作毗婆舍那观，也不能到达圣道；三、仅安立无我相作毗婆舍那观，也不能到达圣道；四、因此，应轮流对诸行法安立无常相、苦相、无我相，修习毗婆舍那，作观照、思惟。（《清净道论》2-301。）有些大德引用《蕴相应》圣典中的《有因无常经》《有因苦经》《有因无我经》（《相应部》2-20），以及《六处相应》圣典中的《内无常经》《内苦经》《内无我经》《外无常经》《外苦经》《外无我经》（《相应部》2-238）等种种经典，主张不必观三相，只观一种相也能完成任务、到达圣道。这个问题——

——若要得到解决，应当把下面义注与复注的解释参照起来考察。

‘如此，本经是随顺那些在对内六处开示三相时便能觉悟者的意向而说。〔《相应部义注》3-2。〕第二经是随顺那些在开示二相时便能觉悟者的意向而说；第三经是随顺那些在开示一相时便能觉悟者的意向而说。’

‘至于其余诸相，或已被他们审察，或由这么多的开示，他们也将审察。〔《相应部义注》3-2。〕这一经也是针对那些在对外六处开示三相时便能觉悟者而说。’

‘第五经与第六经的方法，正如第二经与第三经所说。〔《相应部义注》3-2。〕第七经等，是针对这样的修行者而说：他们已审察过去、未来的眼等之无常相等，却因强力执取现在法而疲惫。〔《相应部义注》3-3。〕所谓“已经审察”，即已正确地审察；所谓“由这么多”，即由开示二相或仅一相。’

（《相应部复注》2-283。）

以上义注、复注解释的要义如下。《六处相应》圣典中，《内无常经》开示三相；《内苦经》开示苦相、无我相二相；《内无我经》开示无我相一相。《外无常经》《外苦经》《外无我经》也同样依次分别开示三相、二相与一相。

如此开示三相、二相或一相，是随顺那些适合以圣道智洞彻四圣谛的禅修者各自的意向与性行而说。

一、对于仍然必须在诸行法上〔无论内法还是外法〕安立全部三相而加以观照、思惟的比丘，佛陀便教导他们安立全部三相，作观照、思惟。（《内无常经》《外无常经》，《相应部》2-236—237。）

原书 11

二、在这些比丘中，有些已经洞彻三相中的无常相，无常随观智很强，而苦随观智与无我随观智较弱。佛陀已经了知这些所化者的意向与性行：若教他们观照、思惟尚有欠缺的这二相，他们便能知见四圣谛。换言之，佛陀已经了知：若努力令苦随观智与无我随观智成熟，无常随观智也会成熟，他们便能洞彻四圣谛。因此，佛陀教导他们观苦随观与无我随观两种〔在第二部——

——《内苦经》中〕。（《外苦经》也应同理理解。）三、又在《内无我经》（《相应部》2-237）和《外无我经》（《相应部》2-238）中，佛陀教导以无我相为先，观诸行法而修毗婆舍那。这些比丘的无常随观智与苦随观智已经成熟，无我随观智却较弱。佛陀已知：若他们以较弱的无我随观智为先，对诸行法修习毗婆舍那，作观照、思惟，便能洞彻四圣谛。换言之，佛陀已经了知：若以无我随观智为先，对诸行法修习毗婆舍那，作观照、思惟，他们也能善加审察无常随观智与苦随观智，从而能够洞彻四圣谛。

因此，佛陀才教导他们以观无我随观为先。

这就是上述义注、复注解释的要义。贤善者，如果你仍认为这些义注、复注的解释不符合圣典，那么请读一读那些原始巴利圣典本身。

‘诸比丘，眼是无常的；凡无常者即是苦，凡苦者即是无我；凡无我者，应当以正慧如实见它：“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。”诸比丘，诸色是无常的；凡无常者即是苦，凡苦者即是无我；凡无我者，应当以正慧如实见它：“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。”’诸比丘……眼净色是无常的；无常的眼净色是苦的，苦的眼净色是无我的。对于无我的眼净色，应如此观：“这眼净色不是我的，这眼净色不是我，这眼净色不是我的自我。”应当如实无倒地破除色法与名法的密集，以毗婆舍那智之光洞彻

——

——并观照这眼净色。（《相应部》2-236。）诸比丘……诸色所缘是无常的；无常的色所缘是苦的，苦的色所缘是无我的。对于无我的色所缘，应如此观：“这色所缘不是我的，这色所缘不是我，这色所缘不是我的自我。”——

原书 12

——应当如实无倒地破除色法与名法的密集，以毗婆舍那智之光洞彻并观照这色所缘。（《相应部》2-237。）其余内处、外处，佛陀也以同样模式开示。

‘诸比丘，眼是苦的；凡苦者即是无我；凡无我者，应当以正慧如实见它：“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。”诸比丘，诸色是苦的；凡苦者即是无我；凡无我者，应当以正慧如实见它：“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。”’诸比丘……眼净色是苦的，苦的眼净色是无我的。对于无我的眼净色，应如此观：“这眼净色不是我的，这眼净色不是我，这眼净色不是我的自我。”应当如实无倒地破除色法与名法的密集，以毗婆舍那智之光洞彻并观照这眼净色。（《相应部》2-237。）诸比丘……诸色所缘是苦的，苦的色所缘是无我的；对于无我的——

——色所缘，应如此观：“这色所缘不是我的，这色所缘不是我，这色所缘不是我的自我。”应当如实无倒地破除色法与名法的密集，以毗婆舍那智之光洞彻并观照这色所缘。（《相应部》2-238。）其余一切处，佛陀也继续以同样模式开示。

‘诸比丘，眼是无我的；凡无我者，应当以正慧如实见它：“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。”诸比丘，诸色是无我的；凡无我者，应当以正慧如实见它：“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。”’诸比丘……眼净色是无我的；对于无我的眼净色，应如此观：“这眼净色不是我的，这眼净色不是我，这眼净色不是我的自我。”应当如实无倒地破除色法与名法的密集，以毗婆舍那智之光洞彻并观照这眼净色。（《相应部》2-237。）诸比丘……诸色所缘是无我的；对于无我的色所缘，应如此观：“这色所缘不是我的——

——这色所缘不是我，这色所缘不是我的自我。”应当如实无倒地破除色法与名法的密集，以毗婆舍那智之光洞彻并观照这色所缘。（《相应部》2-238。）其余一切处，佛陀也继续以同样模式开示。

在上述诸经中，《内无常经》《外无常经》先开示内六处与外六处这十二处所摄的诸行法是无常、苦、无我的——

原书 13

——然后又教导对这些行法继续修毗婆舍那，观照：“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。”

又在《内苦经》《外苦经》中，佛陀先开示内六处与外六处这十二处所摄的诸行法是苦、无我的，然后又教导对这些行法继续修毗婆舍那，观照：“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。”

又在《内无我经》《外无我经》中，佛陀先开示内六处与外六处这十二处所摄的诸行法是无我的，然后又教导对这些行法继续修毗婆舍那，观照：“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。”

‘所谓随观“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我”，就是随观“无常、苦、无我”。’依上述《阐陀教诫经义注》的解释，应当理解：教导作毗婆舍那观，观照“这不是我的，我不是这个，这不是我的自我”，与教导把诸行法观作无常、苦、无我，意义完全相同。

因此，应当理解：上述义注、复注的解释，与圣典中佛陀的教导浑然一致，如恒河水与阎牟那河水交融一般。同样，《蕴相应》圣典中的《无常经》《苦经》《无我经》《凡无常经》《凡苦经》《凡无我经》

《有因无常经》《有因苦经》《有因无我经》，也都是随顺那些适合解脱、适合洞彻四圣谛者各自的意向与性行而说。应当牢记：三相全都必须观照。

‘《无常品》的最后一经，是依提问而说；其余诸经，则是针对以各自方式觉悟者而说。’详细内容将在“非色七法”的观法部分再次说明。在这里，暂且牢记：必须轮流观照全部三相，修习毗婆舍那。

从无常相开始观修的方法

在三相之中，禅修者可以随自己所好，从任何一相开始修习毗婆舍那。（见《清净道论》2-301。）本书则以从无常相开始修习毗婆舍那的方法为先，加以说明。

首先，摄取眼门中的五十四种究竟法〔即真实色〕。以智看见这些究竟色法生起以后便坏灭的性质，看见它们不断灭尽、不断消失的性质，把它们观为“无常”。这些色法的——

原书 14

——生灭会很快；即使生灭很快，观作“无常”时也只须稍慢地观。若生灭多快便观得多快，禅修者往往会跟不上而疲惫。即使生灭次数极多，观作“无常”时慢一些也没有过失。反之，如果禅修者以智看见这些究竟色法的生灭尚且很慢、很缓，就应专注审察，力求迅速看见它们的生灭。内在观修成功以后，也应就外在相续，把同类者普通地总摄为一体，取眼门中五十四种真实色的生灭为所缘，观作“无常”。应当熟练地有时观内、有时观外。观外时，起初先从近处普通地总摄而观；后来熟练以后，再逐步扩大范围。

应当精进，直至能够总摄三十一界中整个色法世间而观。获得成功、感到满意以后，对于耳门等也应仿照观修。例如，耳门有五十四种色法，身门有四十四种色法，头发有四十四种色法。如此，应依色业处篇诸表所列，把每一门、每一身分中的色法分别总摄起来，以智看见它们的生灭，单纯观作“无常”，有时观内、有时观外，反复不断地观。

一项应注意的要点

如此观修时，有一项必须注意：不应取诸色聚整体崩解、消散的表象为所缘而观作“无常”，也不要取诸色聚本身的生灭为所缘而观作“无常”。所谓色聚，只是色法世间中，组合密集等色法团块尚未破除时所见的最小色法组合；它仍只是尚未脱离组合概念的概念性小团块。概念不能被安立三相而作毗婆舍那观；只有存在于每一个色聚中的八种、九种、十种等真实究竟色，才可以作为毗婆舍那的所观。务必留意。

由于担心禅修者滞留在概念上，又由于刚开始修习毗婆舍那时，智慧还不强大、不锐利、不敏锐，尚且不能以清净明晰的智总摄一切色法，所以基于这两个理由，才教导他起初先逐门总摄六门中各门的色法，又逐身分总摄四十二身分中各身分的色法，修习毗婆舍那。

如此把每一门、每一身分中的色法分别总摄起来修习毗婆舍那，在内、外两方面都获得满意以后，还应把六门、四十二身分中的一切色法总摄起来，取这些色法的生灭为所缘，有时总摄内在而观，有时总摄外在而观。再逐步扩大范围，直至能够总摄三十一界，或总摄一个轮围世界而观。

请注意：这里应当留意并记住两种总摄而观的理路观，也就是称为聚思惟的观法：一、在六门、四十二身分中，逐门、逐身分总摄其中色法而观的方法；

原书 15

二、把六门、四十二身分中的一切色法全部总摄起来而观的方法。

若已能反复总摄有情世间的色法而观作“无常”，也应观外在无情世间的时节生食素八法聚色和时节生声九法聚色：从近处开始，逐渐扩大范围，直到总摄整个轮围世界，观作“无常”。在这无情世间中，也应摄取色法，令智见抵达究竟；取这些究竟法的生灭为所缘，反复观作“无常”。

不要取色聚微粒本身的生灭为所缘而观。

如此在色法世间中，从近至远，能够总摄内、外两方面乃至整个轮围世界，有时观内、有时观外，反复不断地观以后，再随自己的智力，把智慧扩展到无量轮围世界，摄取其中的色法；取这些色法的生灭为所缘，有时观内、有时观外，反复观作“无常”。

苦相

依上述方法反复观无常相，获得满意以后，也应以相同方式，在内、外两种相续中：一方面逐门、逐身分总摄六门、四十二身分中各门、各身分的色法；另一方面总摄六门、四十二身分中的一切色法。以智看见这些色法恒常受到生灭打击的逼迫、恼害；又以智看见它们因为恒常受到生灭打击的逼迫、恼害而具有可畏、可怕的意义；如此反复观作“苦、苦”。在有情世间中，有时观内、有时观外，获得满意以后，对于无情世间，也应仿照无常相——

——一节所述的方法观修。观无常相与苦相时，把智慧扩展到无量轮围世界而观，获得满意以后，就可以转而观无我相。

无我相

当六门、四十二身分中色法的无常性、苦性鲜明地呈现于智中时，对于这些正在生灭、恒常受到生灭打击的逼迫、恼害，并因此显得可畏、可怕的色法，应以智看见其中不存在外道我论者通常宣说、执取的下列各种“我”：一、常住我——即使更换新的蕴身住处，也不会坏灭，而以坚实、稳定、核心实质的方式一生又一生常住的我；二、能作者我——能做一切应做之事的我；三、能受者我——能感受一切应受之事的我；

原书 16

四、自在我——能使一切依照自身意愿发生的我；五、所有者我——拥有蕴身住处的我；六、主宰者我——能筹划、支配一切应做之事的我。以智看见这些我并不存在，反复观作“无我、无我”。如无常相一节所述，应对内、外两种相续及有情、无情两个世间，扩大范围至无量轮围世界而观。

在色法世间中，把智慧扩展至无量轮围世界，以智分别、摄取色法时，若所见只有这些色法生起以后便坏灭的性质，禅修者便在色法世间中找不到一种生起以后不坏灭、以坚实、稳定、核心实质的方式常住的我。（名法世间也应同理理解。）由于无常想已如此善住的禅修者，其相续中无我想也能建立起来。因‘梅吉亚，对于有无常想的禅修者，无我想能够善加建立。’（《自说》120。）《自说义注》又作如下——

‘确实，看见无常相时，也就已经看见无我相。三相之中，看见一相时，也就已经看见其余二相。’（《自说义注》214。）这里切勿误解。这并不是说：三相中只要观一种，就能完成所要完成的任务、获得道智。请

务必注意。

一、把诸行法观为“无常”时，必须正以智看见这些行法的生灭；

二、把同一批行法观为“苦”时，必须正以智看见它们恒常受到生灭打击的逼迫、恼害；

三、把同一批行法观为“无我”时，必须正以智看见：在这些生起以后便坏灭的行法中，并不存在一种不会坏灭、以坚实、稳定、核心实质的方式常住的我。

原书 17

因此，无论对诸行法安立三相中的哪一相而观，都必须正以智看见这些行法的生灭，也就是生起以后立即坏灭的性质。所谓看见一相时，也能以智看见其余二相，所指的只是这个意思。

观修名法的方法

先前摄取名法时，已经能够依处门把名法总摄起来加以摄取；因此，这里从初修毗婆舍那的禅修者开始，说明同样依处门总摄名法而修毗婆舍那的方法。

在内、外两方面把色法的无常、苦、无我性质观至满意，或者已经能够熟练观修以后，可以转而观一次名法，修习毗婆舍那。首先，应依名业处篇的说明及其中诸表，随自己所好，依处门摄取名法：一、从能知之心，即识开始；二、从触开始；三、从受开始。贤善者，如果你已经获得直至入出息第四禅的诸禅法，也可以从这些禅那名法开始摄取。此时，应依禅那等至心路诸表，把名法总摄起来摄取。如此——

——摄取并以智分别以后，应以智看见这些禅那名法生起以后便坏灭的性质，反复观作“无常、无常”。这就称为安立无常相。如此观时，任凭生灭能有多快；观作“无常”时，只须稍慢地观。对于初禅等至心路、第二禅等至心路、第三禅等至心路与第四禅等至心路中的名法，应逐一心路反复多次观修。如果贤善者还获得十遍、八等至及四护卫禅等其他禅法，对那些禅那名法也应以同样模式观修。

获得满意以后，继续摄取其余名法，修习毗婆舍那。

如此观修时，由于先前摄取名法是依处门进行，现在在毗婆舍那阶段也依处门而观，多半能使智更清净；哪些名法已经观过、哪些还没有观，也容易辨明。

因此，应依名业处篇诸表，逐行一行一行地观。观修时，应以智看见：前面一次眼门心路等五门心路生起以后，后面能适当地取同一个色所缘等五所缘的意门心路，可以在各道心路之间由诸有分隔开而生起许多次；并如此修习——

原书 18

——毗婆舍那。把许多道心路总摄起来，只安立一次相便已足够。依色名二分法、五蕴法等观修时，也应同理理解；到了生灭智等阶段，同样如此。

贤善者已经能熟练摄取、以智分别色所缘线、声所缘线、香所缘线、味所缘线、触所缘线、法所缘线这六条线中的名法。现在，当你能对禅那等至心路中的名法安立无常相，修习毗婆舍那而观至满意以后，应从

色所缘线的名法开始，在六条线中逐线无余摄取善组、恶组名法，以智看见它们的生灭，反复多次观作“无常、无常”。应有时观内、有时观外。

应当逐步向外扩展智慧、精进修习毗婆舍那，直至能够总摄三十一界而观；并应依名业处篇诸表逐行观修。

有时观内，有时观外

如此修习毗婆舍那时，对于已经摄取内、外两方面色名法的禅修者，并不是只能从内在开始；如果想从外在开始作意毗婆舍那，也可以作意、观修。如果依上述方法从内在开始，应先在内在六条线中逐线安立无常相，修习毗婆舍那而观照、思惟；然后再继续观外在。熟练以后，应在每一条线上有时观内、有时观外，迅速轮流观修。

如此观时，应以智看见：前面一次眼门心路等五门心路生起以后，后面跟随的意门心路等——即适当地取同一个色所缘等五所缘的诸意门心路——可以在各道心路之间由诸有分隔开而生起许多次；或正如此生起。应反复把这些名法观作“无常”。观作“苦”与“无我”时，也应同理理解。

对内、外两方面色所缘线的名法，有时观内、有时观外，反复观作“无常”而熟练以后，也应以相同方式，从声所缘线〔即声音线〕直至法所缘线，对内、外两方面的名法轮流观作“无常”。再逐步扩大范围，把智慧扩展到整个轮围世界，乃至无量轮围世界，反复把这些名法观作“无常”。

可以看到，大多数禅修者只有从外在近处开始观，无常随观等诸随观智才容易变得有力、强盛；如果一开始便观远处的外在名法，智慧往往不能把它们总摄起来，或者虽能总摄却不清楚。

巴利《中部复注》引文（缅文转写）：‘တသ္မာ သသန္တာနဂတေ သဗ္ဗဓမ္မေ၊ ပရသန္တာနဂတေ စ တေသံ သန္တာနဝိ
ဘာဂံ အကတ္ဝာ ဗဟိဒ္ဓါဘာဝ- သာမညတော သမ္မသနံ၊ အယံ သာဝကာနံ သမ္မသနစာရော။ (မ-ဋီ-၃-၂၇၄-၂၇၅။)’——

原书 19

——译：‘因此，对于存在于自身相续中的一切法，以及存在于他人相续中的诸法，不分别他们各自的相续，而依同为外在法的共性总摄起来作思惟；这就是诸声闻的思惟行境。’作者释曰：对于自己相续中的一切色法、名法，以及他人相续中的色法、名法，不把这些色名按男人、女人、个人、有情、某人等分别相续，而是依同为外在法的共性普通地合并、总摄起来，安立三相，修习毗婆舍那，作观照、思惟；这就是声闻弟子的思惟行境。

（《中部复注》3-274—275。）

依上述《逐一经复注》的解释，观外在时，不按男人、女人、某人等分别相续，只依同为外在法的共性普通地合并、总摄起来而观。

观无常相时，逐渐从近处向远处扩大范围，直到能够总摄无量轮围世界、扩展智慧而观；随后转而观苦相。

苦相——在内、外两方面把名法的无常性质观至满意以后，应以智看见这些名法恒常受到生灭打击的逼迫、恼害，又因恒常受到生灭打击的逼迫、恼害而具有可畏的性质，反复观作“苦、苦”。应与无常的观法一

样，在六条线中把善组、恶组无余观修；有时观内、有时观外；并逐步扩大范围，直至能够总摄许多三十一界，即许多轮围世界而观。

无我相——对苦相的智见清净以后，继续观无我的性质。应如上文所说，以智看见这些名法中不存在一种称为所有者我、常住我、能作者我、能受者我或主宰者我，且不会坏灭而以坚实、稳定、核心实质的方式常住的我；反复观作"无我、无我"。在六条线中，应把善组名法、恶组名法无余观修。

有时观内、有时观外；有时观色法、有时观名法

'他有时思惟内在，有时思惟外在……他有时思惟色法，有时思惟非色法。'依上述诸大义注的指示，对诸行法轮流安立三相而修习毗婆舍那时，应反复多次这样观修：一、有时观内在行法；二、有时观外在行法；其中又三、有时观色法；四、有时观名法；五、有时安立无常相；六、有时安立苦相；七、有时安立无我相。如此观时，由于先前摄取名法——

原书 20

——以及共同摄取色名时，都是依处门摄取，所以现在在毗婆舍那阶段也依处门而观，能使智更加清净，也容易辨明哪些已经观过、哪些尚未观过。先前摄取名业处以及共同摄取色名时，对于缘色、声、香、味、触、法六所缘而生起的名法，已经在色所缘线等六条线中，逐线无余摄取了含有称为善组之善速行的速行心路，以及含有称为恶组之不善速行的速行心路。现在在毗婆舍那阶段，也应依当时摄取的模式，随自己所好从色所缘线或法所缘线开始，逐线——

——把善组、恶组无余观修。

如此观时，应努力极其迅速地看见生灭的性质，而安立相时只须稍慢地安立。不要让每一心路心刹那中所含的心与心所混成一团；应使它们在智中逐一分明。密集若未破除，便会滞留在组合概念等概念上。应以智慧分别、分析，破除各自的色法密集与名法密集；以智看见究竟色名在每一刹那的生灭，轮流安立三相、轮流观修。对于存在于各道心路之间的有分心、心所名法组，也应以智慧分别、分析，分别破除其密集；以智看见这些究竟有分名法的生灭，轮流安立三相，与心路——

——名法组混合在一起观修。

如此观时，可以随自己所好，从内在或外在中容易的一方开始。然而，只观内在行法、只观外在行法、只观色法或只观名法，都不能到达圣道。因此，必须轮流修习毗婆舍那：一、有时观内在行法；二、有时观外在行法；其中又三、有时观色法；四、有时观名法；五、有时安立无常相；六、有时安立苦相；七、有时安立无我相。（《阿毗达磨义注》1-270—271；《清净道论》2-300。）

原书 21

对于刚开始毗婆舍那禅修工作、正在发起新精进的贤善者，这些规则就像石伞柱一样重要，是必须恭敬遵守的准则。观修时，应以智慧分别、分析，破除内、外两方面称为色法团块、名法团块的色法密集与名法密集；努力做到只对究竟色名轮流安立三相，修习毗婆舍那。

熟练以后，即使只在色所缘这一条线上，也应这样轮流观：有时观内、有时观外；有时观无常、有时观苦、有时观无我；有时观色法〔所依处色与所缘色〕、有时观名法。应当知道：这里所谓色法，是指名业处篇诸表中列作五十四种、四十四种等的所依处色，以及相应的所缘色。

应依名业处篇诸表逐行观修，有时观色、有时观名，轮流安立三相，反复多次观照。对于各道心路之间的有分名法，以及作为有分所依的心所依处和与它同聚的五十四种色法，也应以智慧分别，破除色法密集、名法密集，混合在一起修习毗婆舍那。尤其观所缘色时，也必须破除密集，使智见抵达究竟。

声九法聚，即以声音为第九法的色聚——声音是六种所缘之一，可以取入息声等内在声音，也可以取任何一种外在声音为所缘而观。但依色法的定律，声音只能以色聚的形式生起；在这一毗婆舍那阶段，只应对真实色修习毗婆舍那、作观照，因此应以声九法聚诸色为先而观。同样，观颜色界，即色所缘时：如果所观的色所缘包含在八法聚中，就应观包括色所缘在内的八种色法；如果包含在命九法聚等九法聚中，就应观九种色法；如果包含在身十法聚等十法聚中——

——就应摄取十种色法，破除密集，使智见抵达究竟，再修习毗婆舍那。对于香所缘、味所缘、触所缘等，也应同理理解。

四念处如何摄入

一、以色法为先，摄取色名，再对这些色名轮流安立三相，修习毗婆舍那、作观照思惟，便摄入身随观念处。

二、以受为先，摄取色名，再对这些色名轮流安立三相，修习毗婆舍那、作观照思惟，便摄入受随观念处。

三、以能知之心为先，摄取色名，再对这些色名轮流安立三相，修习毗婆舍那、作观照思惟，便摄入心随观念处。

四、以触为先，摄取色名，再对这些色名轮流安立三相，修习毗婆舍那、作观照思惟，便摄入法随观念处。

一项特别应注意的要点

以受为先摄取名法以后，再摄取这些名法的所依处色与所缘色——也就是大种色与所造色——而修习毗婆舍那时，应着重观照所观名法每一心刹那中存在的乐受、苦受、悦受、忧受或舍受。请回看名业处篇诸表。如名业处篇所述，如果能够以六条线中全部的乐受、悦受、苦受、忧受、舍受为先，把名色无余摄取而修习毗婆舍那，那么下列诸受也已包括在内：一、与五欲功德相应的有爱染乐受、苦受、舍受；二、不与五欲功德相应的无爱染乐受、苦受、舍受——

——这些受的观法也就都包括在内了。应当知道：称为苦苦的身苦受，以及称为坏苦的乐受，都因不断受到生灭的逼迫、恼害，而同样包括在行苦之中。

法随观念处

换一种方式说，对于这些色名究竟法，如果分别依下列方式修习毗婆舍那，也同样摄入法随观念处：一、分为五组，依五蕴法；二、分为十二组，依十二处法；三、分为十八组，依十八界法；四、分为苦谛与集谛两组，依谛教法。

五蕴法等观法将在后文继续说明。现在先接着说明：如何对过去、未来、现在三时中的色名法——诸行法——安立三相，修习毗婆舍那、作观照思惟。

在过去、未来、现在三时修习毗婆舍那的方法

对现在诸行法的观修工作——有时观内、有时观外，有时观色、有时观名，有时观无常、有时观苦、有时观无我，轮流安立三相而修习毗婆舍那——达到相当满意的程度以后，也可以用同样方式观照过去、现在、未来三时中的色法与名法。

原书 23

首先，贤善者应当回忆：在名色分别智阶段，自己如何从所能摄取的过去生开始，逐生直到现在，又从现在逐生直到所能摄取的最后未来生，依下列方式摄取：一、内在；二、外在；其中又三、只摄取色法；四、只摄取名法；五、共同摄取色名。现在便应依当时摄取的模式修习毗婆舍那。

从自己所能摄取的过去生——例如第十过去生、第九过去生等——开始，对每一生从结生直至死亡期间的色法，应尽力以智看见其生起—住立—坏灭，也就是生灭性质；再把贯通过去各生、现在与未来各生的色法反复观作“无常、无常”。对贯通三时的内在色法反复多次观作无常以后，也用同样方式把贯通三时的外在色法反复多次观作无常。应密集地观；对于三时中每一种已经观到的色法——

——都要逐一破除密集，使智见抵达究竟法。对存在于过去、未来、现在三时及内、外两种相续中的色法反复观作无常，使无常随观智的智见清净以后，还应继续以同样方式修习毗婆舍那，使苦随观智与无我随观智的智见清净。

对于存在于三时及内、外两种相续中的色法，应逐步扩大范围，扩展到三十一界，乃至无量轮围世界，轮流安立三相而修习毗婆舍那、作观照思惟。达到相当满意的程度以后，也应对存在于过去、未来、现在三时及内、外两种相续中的名法，用相同模式轮流安立三相，修习毗婆舍那、作观照思惟。

如此观修时，应依先前摄取三时名法的模式，从自己所能观到的过去生——例如第十过去生、第九过去生等——开始，把每一生从结生直至死亡期间一切已生、正生、当生的名法总摄起来，轮流安立三相，密集地、反复多次观照；有时观内，有时观外。观外在时，应像观内在一样，依同为外在法的共性普通地合并、总摄起来，逐步扩大范围，遍观三十一界；能力许可时，再扩展到无量轮围世界而观。

原书 24

如此修习毗婆舍那时，一位声闻无法把一生之中所有已生、正生、当生的色名无余观尽；甚至要把一小时之内生起的一切色名无余观尽，都是极难做到的。

不过，仍应在能力所及的范围内尽量密集、总摄地修习毗婆舍那。“一部分（ekadesa）”的意义已经说明过。依过去诸生所积聚的波罗蜜而成就的智慧威力，以及现在培育的定力强弱，所能观到的一部分，有时较多，有像尊者摩诃目犍连那样的声闻观外在法时，如同以手杖尖端触地；所能观到的外在法，只有杖尖所触——

——之地那么少；未观到、不能观到的外在法，却像杖尖没有触及的大地那么多。内在也应同理了知。

不过，各个类别必须无余观尽。

尤其就声闻波罗蜜智而言，观外在色名时，即使不依男人、女人、个人、有情、某人等分别相续，只依同为外在法的共性，把色名普通地合并、总摄起来加以摄取，再修习毗婆舍那、作观照思惟，也能到达道、果与涅槃。

（《中部复注》3-274—275；见《逐一经》释。）

‘大长老对于外在诸法，也分别相续，选取其中某些法而作思惟；并且只让智慧触及这些法而已。’（《中部复注》3-275。）依上述论典解释，贤善者观照外在诸法时，可以把自己的观智之光所触及的诸有情，依同为外在法的共性普通地合并、总摄起来而观；也可以从观智所触及的诸有情中，选出某些——

——有情的色名，分别抽取出来，只让自己的观智触及而修习毗婆舍那、作观照思惟。不过，分别抽取某些色名而观，对于像尊者摩诃目犍连那这样获得神通智的贤善大德，才会较为容易。

巴利《逐一经复注》引文（缅文转写）：‘တသ္မာ သသန္တာနဂတေ သဗ္ဗဓမ္မေ၊ ပရသန္တာနဂတေ စ တေသံ သန္တာနဝိတာဂံ အကတ္ဝာ ဗဟိဒ္ဓါ- တာဝသာမညတော သမ္မသနံ၊ အယံ သာဝကာနံ သမ္မသနစာရော။ (မ-ဋီ-၃-၂၇၄-၂၇၅။)’——

原书 25

——译：‘对于存在于自身相续中的一切法，以及存在于他人相续中的诸法，不分别他们各自的相续，而依同为外在法的共性总摄起来作思惟；这就是诸声闻的思惟行境。’也就是说，应对自己相续中的一切类色名，以及他人相续中的色名，不按男人、女人、某人等分别他们的相续，而是依同为外在法的共性普通地合并、总摄起来，修习毗婆舍那、作观照思惟；这就是诸声闻的思惟行境。

（《中部复注》3-274—275。）

依上述《逐一经复注》的解释，贤善者观外在色名时，不按男人、女人、某人等分别相续，只依同为外在法的共性普通地合并、总摄起来而观，对你来说便已足够；同样能够证得道、果与涅槃。

心、心所、色这些作为观智所观所缘的究竟法，可以分成色与名两组，依色名二分法修习毗婆舍那。达到相当满意的程度，并且对三相都已完整观过以后，也可以选取自己最喜欢的一相作为重点，反复多次观照。若能如此观修，便已在过去、未来、现在三时中依下列七种方式修习毗婆舍那：一、有时观内在色名；二、有时观外在色名；其中又三、有时观色法；四、有时观名法；五、有时观无常性质；六、有时观苦性质；七、有时观无我性质。能这样观修的瑜伽行者，其智中——

——将会清楚看见：‘色法与名法只在各自的刹那、各自的生命中生起以后便坏灭，不能从一个刹那迁移到另一个刹那，也不能从一生迁移到另一生。’他会以正见智慧亲自现前、洞彻这些性质。然而，在这样刚开

始发起毗婆舍那的思惟智初期，以正见智慧亲自现前、洞彻色名究竟法的生起—住立—坏灭而直达刹那现在，还只能做到一部分；仍会有一些究竟色名，尚未能以观智观至刹那现在。

五蕴观法

现在继续说明摄入法随观念处的五蕴观法。如前所述，把作为观智所观所缘的心、心所、色这些究竟法分成色与名两组，依色名二分法修习毗婆舍那以后，如果想改依五蕴法而观，也可以这样观修。

原书 26

在过去、未来、现在三时及内、外两种相续的每一心刹那中，把诸法分成五组：一、该心刹那名法组的所依处色与所缘色为一组；二、该心刹那的受为一组；三、该心刹那的想为一组；四、该心刹那中除受、想以外的其余心所——诸行法——为一组；五、该心刹那中能知的心，即识，为一组。这样，在每一心刹那把色法分作一组、名法分作四组而修习毗婆舍那。这种观法适合智慧锐利的利慧瑜伽行者；也适合对于色法智见清净、对于名法智见不清净而感到迷惑的瑜伽行——

——者；还适合在毗婆舍那方面只喜爱简略法的略行者。

如此观修时，最好依前述名业处篇逐行观照，一行接一行地观。请回看名业处篇诸表；先重新取名业处表第一行作所缘，即缘色所缘而生起、智与喜两者都相应的眼门心路和意门心路。

应当摄取、观修，直到明白：前面一次眼门心路之后，可以由有分隔开而生起许多次意门心路。也应摄取、观修所依处色与所缘色。贤善者如果能够这样逐行摄取、观修色名，便已能修五蕴观法：一、取所依处色与所缘色为所缘，贯通整行修习毗婆舍那；它们就是每一心刹那的所依处色与所缘色。

二、取每一心刹那中的受为所缘，贯通整行修习毗婆舍那。

三、取每一心刹那中的想为所缘，贯通整行修习毗婆舍那。

四、取每一心刹那中的行为所缘，贯通整行修习毗婆舍那。

五、取每一心刹那中的识为所缘，贯通整行修习毗婆舍那。

对第一行修习毗婆舍那达到满意以后，也用同样模式观第二行。

第三行等也已经不难理解。应当把六条线全部无余观照，并在内、外两种相续中都观。如此观时，应明白：先前一次眼门心路等五门心路之后，可以由诸有分隔开而反复生起许多次意门心路。不论心路有多少，把这些心路总摄起来，只安立一次相便已足够。

先前在名业处篇摄取色名时，已经依名业处篇诸表，在每一行中使用下列——

原书 27

——各种方法摄取：一、色名二分法；二、五蕴法；三、十二处法；四、十八界法。现在在毗婆舍那阶段，也应依当时摄取的模式轮流安立三相而观。到了生灭智、坏灭智等较高阶段的观智观法，也应同理理解。

在现在的内、外两种相续中，依色名二分法、五蕴法等修习毗婆舍那而达到相当满意的程度以后，也可以继续依这些方法观过去、现在、未来三时中的诸行法。应当从过去各生贯通现在，再从现在贯通所能观到的最后未来生，把下列诸法分别总摄起来观：一、只观色；二、只观受；三、只观想；四、只观行；五、只观识。内、外两方面都应观。下列教说正是对此作出指示。

‘任何色，无论过去、未来、现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近，把一切色确定为无常，是一次思惟；确定为苦与无我，是一次思惟。’（《清净道论》2-244。）‘过去、未来、现在的色，因为灭尽之义而无常。’（《无碍解道》51；《清净道论》2-245。）因此，过去色只在过去灭尽，并未到达现在这一生，故因灭尽之义而无常。

未来色将在紧接的未来生中生起，也只在那里灭尽，不会再去往其后的生命，故因灭尽之义而无常。

现在色也只在这里灭尽，不会从这里去往他处，故因灭尽之义而无常。

内色也只在内在灭尽，不会转成外在，故因灭尽之义而无常。

外色也只在外在灭尽，不会转成内在，故因灭尽之义而无常。（《清净道论》2-245。）依上述《无碍解道》与《清净道论义注》的指示，贤善者可以把存在于三时、两种相续中的色名分为五组，依五蕴法修习毗婆舍那。下面先说明从内在开始观修的方法。

原书 28

一、色蕴——如色名二分法所述，对自己色名相续中从所能观到的过去各生贯通现在、再从现在贯通最后未来生的一切色法，总摄起来反复观作“无常、无常”。应密集地观；对于苦与无我，也同样继续观。

外在也应以同样方式观。

二、受蕴——在自己色名相续所摄的三时中，从所能摄取的最远过去生直至最后未来生，把每一生中每一心刹那已经生起、正在生起、将要生起的名法组中的受抽取出来，反复观作“无常”。从所能摄取的过去贯通最后未来生，密集地观。即使无法无余观尽每一生、每一心刹那中的每一种受，也应尽己智力观照所能观到的受。如此观时，应分别看清每一生、每一心刹那中的乐受、苦受、悦受——

——忧受或舍受。〔哪一种受与哪一种心刹那相应，应依名业处篇所述而知。〕反复多次修习无常随观智，达到相当满意的程度以后，也应继续以同样方式努力成就苦随观智与无我随观智。内在观修成功以后，外在也同样观；有时观内，有时观外，轮流反复多次观照。

三、想蕴——观想蕴时，也应如受蕴所述，从每一生、每一心刹那的名法组中抽取想，反复多次观作“无常、无常”；苦与无我也同样观。应在内、外两种相续中轮流反复观照，并分别看清色想、声想、香想、味想、触想、法想这六种想。若能依各生中实际已生、正生、当生的情况，把眼门心路等六种心路以及结生、有分、死亡这些离路心无余摄取而修习毗婆舍那，六种想便会全部包括在内。与想——

——在同一心刹那中相应俱生的受、行、识诸名法组，也会全部包括在内。

四、行蕴——如受蕴所述，从每一生、每一心刹那的名法组中除去受与想，把其余心所总作一组，以思为先导而修习毗婆舍那。从所能摄取的过去生贯通现在，再从现在贯通最后未来生，应以智看见每一心刹那中相应俱生的行蕴心所诸法生起以后便坏灭的性质，反复——

原书 29

——观作“无常、无常”；苦与无我也同样观。应有时观内、有时观外，反复多次观照；如受与想一样，在内、外两种相续中密集地贯通过去、现在、未来三时修习毗婆舍那。

应当摄取以色思、声思、香思、味思、触思、法思这六种思为首的行蕴诸法组，分别看清而修习毗婆舍那。

五、识蕴——在三时中，把每一心刹那里与上述受、想、行诸心所法组相应俱生的能知之心——识——抽取出来，观作“无常、无常”。应贯通过去、现在、未来三时而观，有时观内、有时观外；苦与无我也同样观。

如此把五蕴逐一分开，贯通三时，有时观内、有时观外，有时观无常、有时观苦、有时观无我，轮流安立三相；应继续努力，使无常随观智、苦随观智、无我随观智这些观智的智见清净。

能够如上所述熟练、有系统地观照五蕴以后，下列六类五蕴也已包括在所观的过去、现在、未来、内在、外在五蕴之中：一、过去五蕴；二、现在五蕴；三、未来五蕴；四、内在五蕴；五、外在五蕴；以及六、粗显的五蕴；七、细微的五蕴；八、低劣的五蕴；九、殊胜的五蕴；十、远的五蕴；十一、近的五蕴。

粗色—细色

总摄六门、四十二身分中的色法而修习毗婆舍那时，其中有十二种色：眼净色、耳净色、鼻净色、舌净色、身净色这五种净色；以及色所缘、声所缘、香所缘、味所缘、触所缘〔地界、火界、风界〕这七种境色。由于这十二色能以境有对的方式相互撞击，并可由禅修者之智分别——

道非道智见清净释：思惟智章（之二）

原书第 30 – 57 页

原书 30

——所以称为粗色。〔五净色是有境色，七境色是所缘色。色所缘等相应所缘色撞击眼净色等相应有境色时，禅修者可以用观智分别：“这是眼净色，这是色所缘”等；它们容易在智中显现、容易被看见，故十二色称为粗色。〕水界、性根色〔女根色、男根色〕、命根色、心所依处色、食素这些真实色，不能以有境与所缘相互撞击的方式由禅修者之智分别；它们只能由——

——意门心路中的大善〔大唯作〕速行心相续，或由含摄于该速行心相续中的观智分别。因此，这些色在禅修者智中称为细色。〔十种非真实色也属于细色；但它们只是不得作为毗婆舍那所观的假色，所以本书略去。〕

> （《清净道论》2-81。）

劣色—胜色

应当知道，劣色与胜色可依两种方式分别：一、相对说；二、究竟说。相对而言，善现天梵众的色比色究竟天梵众的色低劣；但善现天梵众的色又比善见天梵众的色殊胜。

依此方式，直到地狱有情之色，都应相对地逐级了知其低劣与殊胜。

究竟而言：若不善业所生的不善果报识缘某色法而生，该不善果报识所缘的色便低劣；若善业所生的善果报识缘某色法而生，该善果报识所缘的色便殊胜。（《清净道论》2-103。）这里，贤善者应重新注意眼门心路等诸心路相续。

在六种心路中，包括五识、领受、推度、彼所缘这些果报识。

若这些果报识缘某色法而成为不善果报识，该色是这种不善果报识的所缘，又是纯粹不可意的所缘，所以称为劣色。

若五识、领受、推度、彼所缘这些果报识缘某色法而成为善果报识，该色是由善业之力所生、纯粹可欲而美好的可意色，所以称为胜色。

原书 31

如不善果报本身不可意，只在不可意所缘上生起，不在可意所缘上生起；同样，善果报本身可意，只在可意所缘上生起，不在不可意所缘上生起。义注因此说：‘依不善业生色，分别出不可意的五欲功德；善业生色没有不可意者，一切皆可意。依善业生色，分别出可意的五欲功德；善业生色没有不可意者，一切皆可意。’（《大复注》2-156—157；《阿毗达磨义注》2-8。）说得更明显一些：不善果报识本身是不可意法，只在不可意所缘上生起，不在美好的可意所缘上生起；同样，善果报识本身是可意法，只在美好的可意所缘上生起，不在——

——不可意所缘上生起。确实，《迷惑冰消》义注解释说：‘世尊只依不善业所生的不善业生色，分别宣说不可意的五种所缘——五欲功德。善业所生的善业生色没有所谓不可意所缘；——

——一切善业生色都只是美好的可意所缘色。世尊又只依善业所生的善业生色，分别宣说可意的五种所缘——五欲功德。确实，善业所生的善业生色不可能有不可意、不悦意的色法；一切善业生色都只是美好的可意所缘色。’《迷惑冰消》义注就是这样解释的。

> （《大复注》2-156—157；《阿毗达磨义注》2-8—9。）

远色—近色

上文所说的细色，因其细微、难以洞察，离禅修者正在观照的智较远，所以称为远色；粗色则因其粗显、容易洞察，离禅修者正在观照的智较近，所以称为近色。（《清净道论》2-81。）另一种方法是：在远近二法中，也依所在空间逐级相对而知远近。（《清净道论》2-104。）那么，从多远开始，色法依所在空间而称为近色，即离禅修者观智较近？又从多远开始，色法依所在空间而称为远色，即离禅修者观智较——

——远呢？

原书 32

普通人用平常声音说话时，十二肘的范围称为“听闻范围”（savanūpacāra）。处在这一听闻范围之内的色称为近色；处在范围之外的色称为远色。

在远、近两种空间中，细色若位于十二肘听闻范围之外的远处，就依自性与所在空间两方面都称为远色；若位于十二肘听闻范围内的近处，则只依所在空间称为近色，依自性并不称为近色。

粗色若位于十二肘听闻范围内的近处，就依自性与所在空间两方面都称为近色；若位于范围之外的远处，则只依所在空间称为远色，依自性并不称为远色。（《大复注》2-158。）再者，义注师以“相对再相对”（upādāyupādāya）说明应依所在空间而知色法的远近，所以自己的色称为近色；即使存在于自己腹内——例如胎儿或寄生虫等——他人的色仍称为远色。

存在于自己腹内的有情——例如胎儿或寄生虫等——其自身之色称为近色；存在于其身体之外的色称为远色——

——即远处之色。依此类推，应依色处在下列范围之内或之外，了知远色与近色：一、房间；二、建筑物前廊；三、寺院一座建筑周围的院落；四、称为僧伽蓝的整座寺院，即近界范围；五、村落；六、地区〔省、邦〕；七、国家；八、海洋；九、轮围世界。（《大复注》2-158。）过去、未来、现在色以及内色、外色的分别方法，前文已经说明。贤善者理解上述解释以后，便能明白佛陀在《无我相经》等诸经中，如何指示依五蕴法观照诸——

原书 33

——行法，修习毗婆舍那。

下面举出一种范例。

‘因此，比丘们，任何色，无论过去、未来或现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近，一切色都应以正慧如实见为：“这不是我的，我不是这，这不是我的自我。”’（《相应部》2-56，《无我相经》。）比丘们……正因为五蕴是无常、苦、无我，所以在此殊胜教法中，你们这些爱子应观见：一、一切过去色；二、一切未来色；三、一切现在色；四、一切内色；五、一切外色；六、一切粗色；七、一切细色；八、一切劣色——

——九、一切胜色；十、一切远色；十一、一切近色。

对于以这十一种情形存在的一切色法，应依巴利公式：‘ဧနတံ မမ၊ ဧနသောဟမသ္မိ၊ နဧသော အတ္တာ။’——

——观作：‘这色不是我的，我不是这色，这色不是我的自我’，也就是观作无常、苦、无我；应以观智之光如实、不颠倒地破除、洞穿色法密集与名法密集。（《相应部》2-56。）《清净道论义注》第二册第245页还指示分别观照粗色、细色、劣色、胜色、远色、近色。贤善者若想分别观，也可依该指示而观。

如果贤善者能够把存在于过去、未来、现在三时及内、外两种相续中的一切色法总摄起来观照，那么粗色、细色、劣色、胜色、远色、近色也已全部包括在内。因此，可以把这些色法分别观，也可以总摄起来观；受蕴等诸名蕴也应同理理解。

（见《无碍解道义注》1-233。）

原书 34

前文已经说明受蕴等名蕴如何分别为过去、未来、现在，以及内在、外在。现在继续说明如何分别粗、细、劣、胜、远、近。

粗受—细受

‘不善受是粗的，善受与无记受是细的。’（《分别论》2-4。）佛陀在《分别论》中依这一方式开示，应从四方面了知受的粗细：一、种类；二、自性；三、人；四、世间与出世间。

一、依种类分别粗受与细受

不善受能够成为造作杀生等应受责难、有过失之不善业的因，又有被烦恼火灼热、热恼未息的性质，所以比烦恼火已经止息、具有清凉性质的善受粗。〔例如，曾经享用鸡肉、猪肉等滋味的人，若与贪著滋味的味爱相应之不善受受到激发，想再食用而使人再度宰杀鸡、猪；这里所说的粗受，正包括这一类不善受。〕

不善受适合招致果报，因而伴有造作的活动；它又伴有能生果报的特殊业力。若与趣败、所依败、时败、加行败等其他条件相遇，便能产生果报，所以说它有果报。换言之，它有身业等明显活动，有称为速行的努力，也明显具有能生果报的业力；又——

——被烦恼火灼热，并与贪、嗔、痴等应受责难的过失法同在，所以比果报无记受粗。

原书 35

——不善受又因明显具有能生果报的业力、被烦恼火灼热、有烦恼苦，并与贪、嗔、痴等应受责难的过失法同在，所以比唯作无记受粗。（《清净道论》2-104。）善受和无记受则没有过失、没有烦恼热恼、没有烦恼苦，具有寂静清凉的性质。因此，应当从不善受所说诸项的反面——

——了知它们比不善受细。（《清净道论》2-104；《大复注》2-159。）善受与不善受都有身业等明显活动，都有称为速行的努力，也都依能生果报的效力明显具有业力；所以相对于果报无记受与唯作无记受这两类无记受，二者都是粗的。（《清净道论》2-104。）相对于果报无记受，善受、不善受因上述三项理由而粗；相对于唯作无记受，则因——

——明显具有能生果报的业力而粗。另一种解释是：善、不善法是具有能生果报之业力的有果法，又有比唯作无记受更显著的造作活动与努力，所以较粗，应当如此理解。（《大复注》2-159。）果报无记受没有身业等明显活动，没有速行的努力，也不明显具有能生果报的业力，因此——

——比善受与不善受细。（《清净道论》2-105；《大复注》2-160。）唯作无记受虽有明显的身业等活动及速行努力，却是没有能生果报之业力的无果法；正因为不具能生果报的效力，所以也比善受与不善受细。由此，应从善受、不善受所说诸项的反面——

原书 36

——了知果报无记受与唯作无记受为何比善受、不善受细。确实，果报受由业力投送、如同业的影像，故没有身业等造作与速行努力；唯作受虽然有造作与努力，却没有给予果报的性质。二者都因不能生果而比善受、不善受细。

〔阿罗汉也会从事持戒所含的身业、语业，讲法等语业，以及修习止观等意业；行这些作用时，速行心同样连续生起。不过，阿罗汉已经断除善业与不善业，所以这些只是唯作速行；唯作速行没有能产生任何果报的业力。上文正是就这一原则而说。〕确实，善受与不善受具有生果的性质，仿佛怀着名为果报的胎，所以是粗的。

（《清净道论》2-105；《大复注》2-160。）

‘不善受是粗的，善受与无记受是细的；善受、不善受是粗的，无记受是细的。’（《分别论》2-4。）不善受有烦恼热，并有不可意的恶果，所以是粗的。（《分别论义注》2-13。）善受没有烦恼热，并有可意的善果，所以是细的。

（《分别论义注》2-13。）

无记受没有为令果法生起而发起的努力，又没有果，也就是没有能令果报法生起的业力，所以是细的。这里，‘由于无努力’显示果报无记受；‘由于无果’显示唯作无记受。（《分别论义注》2-13。）善受与不善受伴有为令果法生起而发起的速行努力，又伴有——

——能令果报法生起的业力，所以是粗的。（《分别论义注》2-13。）

原书 37

无记受则如上所说，没有为令果法生起而发起的努力，也没有能令果报法生起的业力，所以是细的。（《分别论义注》2-13。）由此，首先应依善、不善、果报无记、唯作无记这些种类，了知受的粗细。

二、依自性分别粗受与细受

‘苦受是粗的，乐受与不苦不乐受是细的；乐受、苦受是粗的，不苦不乐受是细的。’（《分别论》2-4。）依自性特相，苦受没有可乐的性质，也就是排斥可乐之乐；它会动摇、扰乱，令人怖畏，并能压迫、制伏，所以比乐受与舍受粗。

（《清净道论》2-105。）

乐受与舍受具有可乐、寂静、殊胜、令心增长，或处中平等的性质，依各自所适用的方面，比苦受细。（《清净道论》2-105。）对所缘保持中舍、处中的性质，乐受没有；可乐的性质，舍受没有；而寂静等性质则乐受与舍受二者都有。因此文中说‘依各自所适用者’。

（《大复注》2-160。）

再者，乐受与苦受都会动摇、扰乱，而且明显，所以二者比称为不苦不乐受的舍受粗；反过来，舍受比乐受、苦受二者细。应当这样依自性特相了知受的粗细。（《清净道论》2-105。）苦受不可乐、难以承受且令人无法忍受，所以是粗的；乐受则可乐并容易承受，所以——

——是细的。不苦不乐的舍受寂静而殊胜，所以也是细的。（《分别论义注》2-13。）

原书 38

乐受与苦受都会使身心动摇、扰乱，也会扩散、遍布，所以是粗的。确实，乐受也能使人动摇、扰乱并扩散；苦受也是如此。

详细说来，乐受生起时，或使全身动摇、激荡，或搅动、浸润全身，或使其所依的有情沉醉于舒适，或令人欢喜、压倒一切，仿佛以一罐凉水从头浇下。苦受生起时，则仿佛把炽热的犁铧插入身体内部，或用燃烧的草炬从身体外面灼烧。不苦不乐的舍受则如前所述，因为寂静而殊胜，所以是细的。

扰动—激荡

与无因善果、乐俱的身识相应之身乐受——换言之，该乐俱身识的心、心所法组——不能‘乐受因成为诸界增长之缘而使其扰动，苦受则因成为诸界受逼迫之缘而使其扰动。’

> （《根本复注》2-13。）

身乐生起时，后续诸心能够令四大种增长、增多，所以乐受是四大种增长的根源。由于该乐，作为心生色的四大种增长，身体中的色法便不再如常静止，而会扰动；譬如集会中的人数增多时，会众就不再安静。由于身苦而感到疼痛时，心生色界也同样不安、扰动。（《根本复注》2-13。）

三、依人分别粗受与细受

再者，依人而言，未入定者的受因驰散于种种所缘，所以比入定者的受粗。

反过来，入定者的受比未入定者的受细。应当这样依人了知受的粗细。

> （《清净道论》2-105；《分别论义注》2-13—14。）

入定者若入世间禅定，其受只在一种所缘上流转生起，例如自己所缘取的入出息似相或遍似相；若入出世间定，其受也只在无为界、寂静界、涅槃这一种所缘——

原书 39

——上流转生起。因此，入定者的受比未入定者的受细。（《分别论义注》2-14。）

四、依世间、出世间分别粗受与细受

再者，依世间与出世间而言，能成为四漏所缘的受称为世间受。世间受能成为漏——贪、见、痴——生起之因，又会成为四暴流、四轭所缘而受其淹没、系缚；它能作为所缘，令贪、见、嗔等系法增长，使所缘

与心被缠结；它还令诸盖增长而遮覆、令诸取增长，并适合让热恼、压迫的烦恼得以生起；又与凡夫相关，所以——

——比无漏受粗。无漏受是与出世间心相应的受；反过来，它比有漏受细。

应当这样依世间与出世间了知受的粗细。（《清净道论》2-105。）

应当避免的混淆

在上述粗细分别中，应当避免把种类等不同判准混在一起。例如，与不善果报身识相应的苦受，依种类是果报无记法，所以是细的；但依自性、人及世间等判准，它'无记受是细的，苦受是粗的；入定者的受是细的，未入定者的受是粗的；有漏受是粗的，无漏受是细的。'（《分别论》2-4。）

佛陀已经这样开示：作为诸漏所缘的有漏受，也就是世间受，是粗的；不作为诸漏所缘的无漏受，也就是出世间受，是细的。（《分别论》2-4。）

苦受依种类是果报无记类，所以是细的；依自性等则是粗的。同样，不善乐受，也就是喜受，依种类属于不善，所以是粗的；依自性却是细的。与善禅相应的乐受，也就是喜受——

原书 40

——依种类属于善，所以是粗的；但它与入禅定者之禅定相应，依人则是细的。这样，乐受、喜受等依种类虽粗，依自性、人等却是细的。（《清净道论》2-105；《大复注》2-160。）因此，必须以不会把种类等判准混杂的方式了知受的粗细。什么是不混杂的方式呢？例如说'依种类，无记受比善受、不善受细'时——

——不应再追问：一、是哪一种无记受？二、是苦受吗？三、是乐受吗？四、是入定者的受吗？五、是未入定者的受吗？六、是有漏受吗？七、是无漏受吗？也就是说，不应在此另外审察该无记受的自性、人等类别。

一、种类；二、自性；三、人；四、有漏—无漏，也就是世间—出世间。这四类判准应各自独立而取，不可彼此混杂。只有这样才能避免混淆，其他方式不能。以无记受为主所作的说明，也可以善受、不善受为主而说明；以种类为主所作的说明，也可以自性、人等为主而说明。（《清净道论》2-105—106；《大复注》2-160—161。）

相对再相对地分别粗受与细受

另一种方法是：应当把各种受彼此相对再相对，从而判定某受为粗、某受为细。依此教法，在不善受中，与嗔相应的受像火一样能烧灼其所依的心所依处，换言之，能烧灼自己所依的诸蕴，所以比与贪相应的受——

原书 41

——粗；与贪相应的受则比与嗔相应的受细。（《清净道论》2-106。）在嗔相应受中，由杀母、杀父、杀阿罗汉、出佛身血、破和合僧等极重无间业而决定死后堕入恶趣的邪性决定受是粗的；果报尚未决定的嗔相应受是细的。邪性决定的嗔相应受中，能令其果报住留地狱一劫的受是粗的；不能令果报住留一劫的受——

——是细的。〔提婆达多的无间业与一劫住嗔相应受相应；阿阇世王的无间业则与非一劫住嗔相应受相应，应依此类推而理解。〕（《清净道论》2-106。）一劫住嗔相应受中，无行嗔相应受是粗的，有行嗔相应受是细的。（《清净道论》2-106。）再者，贪相应受若与邪见相应便是粗的；若与邪见不相应便是细的。邪见相应受若属于决定邪见，就是粗的；——

——若不属于决定邪见，也就是贪相应受不与决定邪见相应，便是细的。

与决定邪见相应的邪见相应受中，一劫住受是粗的，非一劫住受是细的；一劫住受中，无行受是粗的，有行受是细的。（《清净道论》2-106。）不分别贪相应与嗔相应而一般地说，不善受若果报大便是粗的，果报小便是细的；善受则果报小者粗，果报大者细。（《清净道论》2-106。）

另一种粗细分别法

另一种方法是：欲界善受是粗的，色界善受是细的；无色界善受又比色界善受细；出世间善受又比无色界善受细。

再进一步说：由布施而生的欲界善受是粗的，由持戒而生的欲界善受是细的；由修习而生的欲界善受又比持戒所生者细。在修习所生的欲界善受中，二因者粗，三因者细；在修习所生的三因欲界善受中，有行者粗，无行者细。

原书 42

再者：一、与初禅相应的色界善受是粗的，与第二禅相应者是细的；二、与第二禅相应者是粗的，与第三禅相应者是细的；三、与第三禅相应者是粗的，与第四禅相应者是细的；四、与第四禅相应者是粗的，与第五禅相应者是细的。

在无色界诸禅中：一、与空无边处禅相应的受是粗的，与识无边处禅相应者是细的；二、与识无边处禅相应者是粗的，与无所有处禅相应者是细的；三、与无所有处禅相应者是粗的，与非想非非想处禅相应者是细的。

在出世间诸受中：一、与入流道相应的受是粗的，与一来道相应者是细的；二、与一来道相应者是粗的，与不还道相应者是细的；三、与不还道相应者是粗的，与阿罗汉道相应者是细的。

对于各界地中的果报受、唯作受，以及前面所解释的苦受、未入定者之受、有漏受等，也应采用这种相对分别法。（《清净道论》2-106。）依所生之处，地狱中的苦受是粗的，畜生趣中的苦受是细的；如此逐层相对，直到他化自在天中的苦受是细的。乐受也应在一切界地中依各自适用的方式相对而知。再依受生起、安住时所缘的事物而言，任何一种缘低劣事物而生的受是粗的，缘殊胜事物而生的受是细的。（《清净道论》2-106。）

原书 43

劣受—胜受

在劣、胜的分别中，某受若是粗的，它就是劣的；某受若是细的，它就是胜的。应当这样了知劣受与胜受。（《清净道论》2-106。）

远受—近受

不善受在种类等方面与善受、无记受属于不同类别，在产生苦果等作用方面彼此无涉，自性也不相同，所以离善受、无记受远。同样，善受与无记受也离不善受远。应依粗细分别中已经说明的例子，了知其余一切类别。（《清净道论》2-107。）再者，不善受与不善受在种类等方面同属一类，也同样具有产生苦果等自性，所以彼此为近。以上是分别受蕴的过去——

——等类别时的详细说明纲要。

对于与各种受蕴相应的想蕴、行蕴、识蕴，在分别其过去等类别时，也应依受蕴所说的详细说明纲要而知。

> （《清净道论》2-107。）

行蕴

巴利原文（缅文字体）：‘ဧတနာတိ ဟေဋ္ဌိမကောဋ္ဌိယာ ပဓာနသဒ္ဓါရဝသေန ဝုတ္တံ။ ဟေဋ္ဌိမကောဋ္ဌိယာ ဟိ အန္တမသော စက္ခု- ဝိညာဏေန သဒ္ဓိံ ပါဋိယံ အာဂတာ စတ္တာရော သဒ္ဓါရာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ။ တေသု ဧတနာ ပဓာနာ၊ အာယူဟနဋ္ဌေန ပါကဋဋ္ဌာ။ တသ္မာ အယမေဝ ဂတိတာ။ တံသမ္ပယုတ္တသဒ္ဓါရာ ပန တာယ ဂတိတာယ ဂတိတာဝ ဟောန္တိ။’译：‘说“思”，是从最低限度以主要的行来说明。因为在最低限度，即使与眼识同时，也会生起巴利圣典所说的四种行；其中思最为主要，因为它以积集、造作之义而显著。因此这里只摄取思；摄取思时，与它相应的诸行也就已经摄取了。’

> （《阿毗达磨义注》2-19。）

世尊在巴利《分别论》中分别开示行蕴时，只直接分别开示了思。这里的‘思’一词，是依最低限度的心生起，以其中主要的行法来开示。就最低限度的心生起而言，即使与眼识同时，也会生起巴利《法集论》直接列出的触、思、一境性、名命根四种行蕴法。〔作意并未在《法集论》此处直接列出，只列为‘或任何其他法’；受与想则已另立为蕴，故须除外。〕在这一组行蕴法中，思是首要、主要的。为什么呢？——

——因为思以积集、造作，也就是策励而行之义最为显著。正因它居于主要地位，世尊在行蕴处以‘眼触所生之思’等为题，只摄取思。虽然开示时只以思为首，但摄取思以后，与思相应的其余行蕴心所也已经一并摄取。（《阿毗达磨义注》2-19。）

如何摄入

如果能够摄取过去、未来、现在三时及内、外两相续中的色、受、想、行、识，从久远过去直到现在，再由现在直到未来尽头，并以观智观修思惟，依上述说明，粗、细、劣、胜、远、近的五蕴也就已经全部摄入，这是合理的。不存在离开粗、细、劣、胜、远、近这些分类的五蕴。如果接受这种摄入方式，那么'任何色，无论过去、未来、现在……'等三转法教也可以这样理解：色、受、想、行、识这五取蕴——

——无论一、过去；二、未来；三、现在；四、内在；五、外在；六、粗；七、细；八、劣；九、胜；十、远；十一、近——所有这一切色、受、想、行、识五取蕴，都应——

巴利原文（缅文字体）：'ဒနေတံ မမ၊ ဒနေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ တု ---'译：'这不是我的，我不是这个，这不是我的自我。'——

——也就是如实观为无常、苦、无我，以观智之光击破、洞见色聚与名聚。应当这样理解这里的要义。

四名蕴

再回头取前述粗、细、劣、胜、远、近的分别法为所缘。分别四名蕴时，其中也包括唯作无记速行与出世间速行。尚处凡夫瑜伽行者阶段的你，相续中不可能生起唯作无记速行，所以把它们略去；出世间速行也不是观智所观的所缘，所以同样略去。如名业处诸表所示，若能在六线中无余摄取善速行所行的心路与不善速行所行的心路，并加以观修思惟，便应理解：粗—细、劣—胜、远—近的四名蕴也已摄入并观修了。

若能综摄过去、未来、现在三时与内、外两相续中一切已经生起、正在生起、将要生起的色名，以类别无余的方式密集摄取并观修思惟，便也应理解：粗—细、劣—胜、远—近的五蕴色名法都已经摄入。

色蕴分别观法

如果你对阿毗达磨基础已有相当学习并较为熟练，希望依《清净道论义注》（2-244—245）等大义注的规定，对粗—细、劣—胜、远—近诸蕴逐蕴以十一种方式观修，也可以这样修习。

一、过去——对于你所能摄取的许多过去生，从最远的一生开始〔例如过去第九生或第五生〕，以智照见诸色法都只在各自刹那、各自过去生中生起后即灭尽消失，观为'无常、无常'。观修时，应努力使观智清楚照见：诸色法只在各自刹那、各自生命中生起后便灭尽，不会从一个刹那迁往另一个刹那，也不会从一生迁往另一生。这一部分要着重观见色法不从一生转移至另一生。

二、现在；三、未来——对于现在色及一系列未来色，直到未来尽头，也以同样方法观修。

四、内在色；五、外在色——也应以智照见它们只在各自刹那、各自相续中生起后便灭尽消失，并照见色法不会从内相续转移到外相续，也不会从外相续转移到内相续。观外在时，应从近至远逐渐扩大范围，遍及三十一界；若有能力，则继续训练，直到能够综观无量世界。

六、粗色；七、细色；八、劣色；九、胜色；十、远色；十一、近色——在三时、两相续中，依前述分别法，把粗色归为一组、细色归为一组，乃至逐类归组；以智照见各类色法都在各自刹那生起后即灭尽消失，反复观为‘无常、无常’。如同把它们安立于无常相上而观，也要安立于苦相上观，并安立于无我相上观。

这样观修时，应以过去、现在、未来三时为纲，把内、外、粗、细、劣、胜、远、近贯串其中。意思是：对过去色，也就是过去色蕴，应观一、内在色；二、外在色；三、粗色；四、细色；五、劣色；六、胜色；七、远色；八、近色。

再者，对于过去内在色，还要分为一、粗色；二、细色；三、劣色；四、胜色；五、远色；六、近色六类而观。

同样，过去外在色也分六类而观。过去内在色、过去外在色各分六类而观；同理，现在内在色、现在外在色，以及未来内在色、未来外在色，也都各分六类而观。受蕴等名蕴也应依此类推，以同样方式观修。

无论过去、现在、未来，内在、外在，粗、细、劣、胜、远、近，对于以这十一种——

原书 47

——方式存在的色、受、想、行、识五蕴，若能逐蕴综摄，从过去直到未来尽头，轮流安立三相而透彻观修，对声闻波罗蜜智而言，本书也认可这已经足够。巴利原文（缅文字体）：‘ယံ ကိဉ္စိ သမုဒယဓမ္မံ၊ သဗ္ဗံ တံ နိရောဓဓမ္မံ’；译：‘凡是生起之法，一切皆是灭法。’请参照这种综观三界一切行法的观法。（《相应部》3-397；《紧叔迦譬喻经》。）这是修三界业处的阿罗汉大长老之观法。

特相确定门：无常思惟、苦思惟、无我思惟

如是，以过去、未来、现在、内在、外在、粗、细、劣、胜、远、近十一种方式分别色法而以观智思惟观修，所以这全部思惟依所依处分为十一种；然而，它们都是以‘အနိစ္စ ခယဋ္ဌန’，即色法生起后灭尽消失之义，作无常这一种方式的思惟，因此依无常思惟这一根据，统称为一种思惟。虽然依所思惟的无常方式说只有一种，但依过去等所依处的差别，却分为十一种。（《清净道论》2-245。）再者，这十一种的一切色法，因为‘ဘယဋ္ဌ’——

——具有可怖畏的性质，所以称为苦；应当这样思惟观修，也就是观为‘苦、苦’。

‘ဘယဋ္ဌ’意为具有应当怖畏的性质。确实，任何色法生起后都会坏灭，具有无常性质；这种无常色会带来可怖的危难。它会使谁怖畏呢？就像世尊开示《狮子譬喻经》时，令长寿的诸天、梵天恐惧惊惶一般。——

《狮子譬喻经》

诸比丘，百兽之王迦萨罗狮子在黄昏从巢穴出来，伸展身体，环顾四方，三度发出狮吼，然后前往觅食之处。诸比丘，听见百兽之王狮子吼叫的畜生，大多惊恐战栗：穴居者入穴，水居者入水，林居者入林，鸟类飞上天空。诸比丘，在村、镇、王都中，被坚固绳索系缚的王象听见吼声，也会挣断、扯破绳索，因恐惧而大小便失禁，四处奔逃。诸比丘，百兽之王狮子在畜生中有如此大神力——

——如此大威势，如此大威力。

原书 48

诸比丘，同样，当具足九种功德的如来出现于世：他是阿罗汉，堪受人、天、梵天最殊胜的布施供养；正自觉者，自己正确了知一切法；明行足，具足明与行；善逝，善说正语；世间解，了知世间；无上调御丈夫，是调御应受调御者的无比之人；天人师，是诸天与人的导师；佛，能使应受教化者了知四圣谛；世尊，福德威力广大。——

——这位世尊开示：一、这是色；二、这是色的生因与生起；三、这是色的灭因与灭尽。

一、这是受；二、这是受的生因与生起；三、这是受的灭因与灭尽。

一、这是想；二、这是想的生因与生起；三、这是想的灭因与灭尽。

一、这些是诸行；二、这是诸行的生因与生起；三、这是诸行的灭因与灭尽。

一、这是识；二、这是识的生因与生起；三、这是识的灭因与灭尽。

他这样开示法。诸比丘，那时，即使是寿命长久、容貌美丽、安乐众多，长久住在高大天宫的诸天，听见如来的说法，也大多恐惧、惊惶、战栗：‘朋友们，我们本来无常，却以为自己恒常；本来不坚固，却以为自己坚固；本来不长存，却以为自己长存。朋友们，据说我们也是无常、不坚固、不长存的，并且摄属于有身，也就是摄属于现存的五蕴。’诸比丘，如来在包括诸天的世间有如此大神力、如此大威势、如此大威力。

> （《相应部》2-70。）

原书 49

如是，对以过去等分别的色法观为‘苦、苦’，所以这全部思惟也依所依处分为十一种；然而，它们都是以‘ဒုက္ခ ဘယဋ္ဌေန’，即因可怖畏之义而作苦这一种方式的思惟，因此依苦思惟这一根据，统称为一种思惟。虽如此，它依过去等所依处仍分十一种。（《清净道论》2-245。）一切色法都只是苦；同样，这一切色法又因‘အနတ္တာ အသာရကဋ္ဌေန’，即没有名为自我的实质，而称为无我，应观为无我。‘无实质’是说：五蕴整体或其中一部分，被执我论者设想为一个自我；但被这样设想的五蕴整体本来就是无常、苦的。执我论者却把五蕴整体或其中一——

——部分设想为：一、自我，即不坏、凝固、恒存的主体；二、住者，即恒常住在五蕴之家中的自我；三、作者，即能做一切所作之事的自我；四、受者，即能感受一切苦乐的自我；五、自主者，即能使五蕴之家随自己意愿而行的自我。由于没有执我论者所设想的这种自我实质，无常、苦的蕴聚便称为无我。确实，任何色法若是无常，它就只是苦。这样无常、苦的色法，甚至不能阻止自身色法的无常，不能阻止自己被生灭逼迫之苦；那么，它作为自身色法的作者等性质，又怎么可能存在呢？所以世尊开示：——

巴利原文（缅文字体）：‘ရူပဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ရူပံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ။’

（《相应部》2-55，《无我相经》。）

诸比丘，如果这个色真是自我〔是住者、作者、受者、自主者的自我〕，这个色就不应导致苦恼。（《相应部》2-55。）如是，对以过去等分别的色法观为无我，所以这全部思惟也依所依处分为十一种；然而，它们都是以'အနတ္တာ အသာရကဒ္ဌေန'，即因没有名为自我的实质而作无我这一种方式的思惟，因此依无我思惟这一根据，统称为一种思惟。虽如此，它依过去等所依处仍分十一种。受蕴等四名蕴，也应采用色蕴所说的方法。（《清净道论》2-246。）

原书 50

唯行苦为要义

一、与苦俱身识相应的身苦受，以及与嗔相应的忧——即心苦受——依自性与名称都是真正的苦，所以称为苦苦。

二、乐受因变坏、毁灭而成为苦的原因，所以称为坏苦。

三、舍受以及除三种受以外的一切三界行法，恒常受生灭逼迫，所以称为行苦。（《清净道论》2-130。）《大复注》原文（缅文字体）：'တီသု ဒုက္ခတာသု သဒ္ဓါရဒုက္ခတာဝ ဗျာပိနိ၊ "ယဒနိစ္စံ၊ တံ ဒုက္ခ"န္တိ စ အဓိပ္ပေတာ တိ ဝုတ္တံ "အနိစ္စတံ ဝါ ဥဒယဗ္ဗယပဋိပီဠနံ ဝါ"တိ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၂။)'译：'在三种苦性中，唯行苦性遍及一切；由于所指正是"凡无常者即是苦"，所以说"无常性，或受生灭逼迫"。'在苦苦、坏苦、行苦三种苦性中，唯有称为行苦性的行苦相遍及全部三种苦。〔也就是说，苦苦与坏苦也同样受到生灭逼迫，所以这两种苦也可以称为行苦；只是因为另有苦苦、坏苦的专名，才不称它们为行苦，并非因为它们不是行苦。故说，行苦性这一行苦相遍及三种苦。〕

巴利原文（缅文字体）：'ယဒနိစ္စံ၊ တံ ဒုက္ခံ'；译：'凡是无常的，就是苦。'这正是这里所说的意思。因此义注说：'အနိစ္စတံ ဝါ ဥဒယဗ္ဗယပီဠနံ ဝါ ဝါရေတုံ န သက္ကောတီ။'译：'它不能阻止无常性，也不能阻止生灭的逼迫。'（《清净道论》2-245。）任何色法若是无常，它就只是苦；这无常、苦的色法甚至不能阻止自身的无常，也不能阻止自己被生灭逼迫之苦。那么，这无常色法作为自身色法的——

——作者等性质，又怎么可能存在呢？义注师正是这样解释的。（《大复注》2-392。）

思惟的分类

对于色蕴，若不依过去、未来等加以分别，只取无常思惟、苦思惟、无我思惟，则不分别而言有三种思惟。若依无常随观智等诸随观智的所依处差别，无常随观智有十一种，苦随观智有十一种，无我随观智也有十一种；所以色蕴依过去、未来等差别，也就是分别而言，共有三十三种。

一、色蕴不分别而言有三种，分别而言有三十三种；同样——

原书 51

——二、受蕴不分别而言有三种，分别而言有三十三种；三、想蕴不分别而言有三种，分别而言有三十三种；四、行蕴不分别而言有三种，分别而言有三十三种；五、识蕴不分别而言有三种，分别而言有三十三

种。应知各蕴皆如此分别。合计起来，义注师指出共有一百六十五思惟门。对于门六法等，也应依此类推而知。

（《大复注》2-392—394。）

无常随观的理路

再者，任何色法若是无常，这种无常色便依确定不变的法则而有有为等差别特性。因此，为了显示无常的种种理路，也为了显示依不同方式作意、增长无常随观智的方法，世尊又开示巴利原文（缅文字体）：‘ရုပံ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နံ အနိစ္စံ သင်္ခတံ ပဋိစ္စသမုပ္ပန္နံ ခယဓမ္မံ ဝယဓမ္မံ ဝိရာဂဓမ္မံ နိရောဓဓမ္မံ။’译：‘过去、未来、现在之色，是无常、有为、缘生，是尽法、坏法、离贪法、灭法。’

又开示了诸如此类的巴利圣典。受蕴等也应采用同样方法。

一、无常：生起后即坏灭，也就是趋于不存在的性质。二、有为：诸因聚合造作后才生起的性质。三、缘生：依靠诸因而生起的性质。四、尽法：会灭尽的性质。五、坏法：会毁坏的性质。六、离贪法：诸行刹那坏灭的性质。巴利原文（缅文字体）：‘ခယဝိရာဂေါတိ သင်္ခါရာနံ ဘင်္ဂေါ။’译：‘所谓尽离贪，即诸行的坏灭。’（《清净道论》1-282。）七、灭法：诸行刹那止息的性质。这七词中，尽法、坏法、离贪法、灭法四词是无常的理路；第一词‘无常’不是无常的理路，因为无常本身不是无常的间接说法。第二词‘有为’与第三词‘缘生’也不是无常的理路。为什么呢？因为‘无常’显示生起以后归于不存在的意义——

——而‘有为’与‘缘生’只显示：在诸因尚未造作果法、诸缘尚未和合以前，该果法先前并不存在的意义。

不过，显示先前尚不存在，也有助于完成对无常性的说明。正因为七词无一完全与无常的理路无关，义注师又依‘နာနာကာရေဟိ ဝါတိ’解释另一层意旨：‘为了显示以种种方式作意无常性、增长无常随观智的方法。’（《大复注》2-393。）

原书 52

观修方法

一、以智照见六门、四十二身分中一切真实色法生起后即坏灭的性质，观为‘无常、无常’。〔诸名蕴也同样观修。〕二、（甲）以观智照见业与业生色之间的因果关系，照见业生色由业而生，观为‘有为、有为’。

（乙）以观智照见心生色由心而生，观为‘有为、有为’。

（丙）以观智照见时节生色由时节而生，观为‘有为、有为’。

（丁）以观智照见食生色由食而生，观为‘有为、有为’。

〔对于受蕴等名蕴，也应依缘起篇所述，以观智照见各自的因造作以后，这些果法才得以生起，观为‘有为、有为’。〕三、同样，以观智照见各种果法依各自的因而生起，观为‘缘生、缘生’。

四、以观智照见这些色法〔以及受蕴等〕在坏灭期灭尽的性质，观为‘尽法、尽法’。

五、以观智照见这些色法〔以及受蕴等〕在坏灭期崩解、毁坏的性质，观为‘坏法、坏法’。

六、以观智照见这些色法〔以及受蕴等〕在坏灭期离去、消失的性质，观为‘离贪法、离贪法’。

七、以观智照见这些色法〔以及受蕴等〕在每一个坏灭期刹那不停、连续止息的性质，观为‘灭法、灭法’。

对五蕴应逐蕴以同样方式观修；对外在，以及过去、未来，也应依五蕴法以同样方式观修。

十二处法与十八界法

如名业处篇所述，也可以在每一个心刹那中分别四处、四界，继续依十二处法与十八界法修观。

举一个观法范例：义注如《中部义注》（1-268）等作了如下指导。

在眼识心刹那中：一、眼净色，也就是眼净，等于眼处、眼界；二、色所缘，等于色处、色界；——

——三、眼识，等于意处、眼识界；四、与眼识相应的七个心所，等于法处、法界。如是共有四处、四界。依这一解释，在每个心刹那中，都可随其所宜组合诸处、诸界，再对这些处、界究竟法轮流安立三相而观修思惟。

《六处相应》中的观法

世尊在巴利《六处相应》中多次开示依处教法与界教法而观修的方法。这里继续说明《六处相应 · 燃烧法门经》（Ādittapariyāya Sutta）中的一种观法；这一观法涵盖《六处相应》中各种观法。

巴利原文（缅文字体）：‘ဣတိ စက္ခု အနိစ္စံ၊ ရူပါ အနိစ္စာ၊ စက္ခုဝိညာဏံ အနိစ္စံ၊ စက္ခုသမ္ဖဿော အနိစ္စော၊ ယမ္ပိဒံ စက္ခုသမ္ဖဿ- ပစ္စယာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ ဝေဒယိတံ သုခံ ဝါ ဒုက္ခံ ဝါ အဒုက္ခမသုခံ ဝါ၊ တမ္ပိ အနိစ္စံ။ (သံ-၂-၃၇၈။)’译：‘如是，眼是无常的，诸色是无常的，眼识是无常的，眼触是无常的；凡依眼触为缘而生的感受，无论乐、苦或不苦不乐，也都是无常的。’上述巴利圣典的观法要义如下。

一、把眼净色——眼净界——观为无常。

二、把色所缘观为无常；三、把眼识观为无常。

四、把眼触观为无常。

五、把依眼触为缘而生的乐受、苦受或舍受观为无常。

这就是上述巴利圣典的要义。在这里，世尊的第五项指导——观依眼触而生的乐受、苦受、舍受三种受——并不只是要观受；依《教诫罗睺罗小经》的开示，它也指导观修与受相应的其余名法，即受蕴、想蕴、行蕴、识蕴这四名蕴。

巴利原文（缅文字体）：‘ယမ္ပိဒံ စက္ခုသမ္ဖဿပစ္စယာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ ဝေဒနာဂတံ သညာဂတံ သင်္ခါရဂတံ ဝိညာဏဂတံ …’译：‘凡依眼触为缘而生、属于受、属于想、属于行、属于识的法……’

（《中部》3-325；《相应部》2-324；《教诫罗睺罗小经》。）

在这部《教诫罗睺罗小经》中，世尊指导观修依眼触为缘而生的受、想、行、识四名蕴。

依眼触为缘而生的诸名蕴包括：一、五门转向的四名蕴；二、眼识的四名蕴；——

原书 54

——三、领受的四名蕴；四、推度的四名蕴；五、确定的四名蕴；六、各速行中的四名蕴；七、各彼所缘中的四名蕴；〔其间为有分四名蕴；〕八、意门转向的四名蕴；九、各速行中的四名蕴；十、各彼所缘中的四名蕴。各组名蕴如是存在。眼门心路与意门心路之间的有分四名蕴虽然不是由眼触所生，在观修时仍可以混合在一起观。

这样观是适当的。五门转向的四名蕴也依不相离法而一并观修。

念处修习的指导原则

观修名法时，既然要在每个心刹那中无余观修全部四名蕴，那么为什么世尊只从中选出一、眼识等识；二、眼触等触；三、眼触为缘所生之受等受——识、触、受这三法而开示呢？这是一个可以提出的问题。

答案是：摄取名法而修观有三种指导方法：一、以识为首摄取名法而观修；二、以触为首摄取名法而观修；三、以受为首摄取名法而观修。为了说明这三种摄取、观修名法的方法，世尊在指导观名法时，才从一切名法中选出识、触、受三法。诸大义注遵奉这一指导，也在名业处篇中解释了三种摄取与观修方法。〔详见名业处——

——篇。〕这样摄取名法而修观时，瑜伽行者若特别想摄取欲界名法而修观，首先必须依大义注的指导——巴利原文跨页作：‘ဝရိဋ္ဌတိတော ရူပကမ္မ-’——

原书 55

——‘ဗ္ဘာဇန်’〔合读为 pariggahite rūpakammaṭṭhāne，意为‘在已经摄取色业处以后’；《中部义注》1-280〕——先完成色业处，也就是先摄取色法。然后依《六处相应》的观法或六处观法，把色法分为一、所依色，即作为依处的色；二、所缘色，即色所缘等作为所缘的色，而作观修。一、若以所依色与所缘色为首摄取色名而观修思惟，便摄入身随观念处。

二、若以受为首摄取名色而观修思惟，便摄入受随观念处。

三、若以识为首摄取名色而观修思惟，便摄入心随观念处。

四、若以触为首摄取名色而观修思惟，便摄入法随观念处。

因此，若想依巴利《六处相应》的开示修习受随观念处等念处法，应按下列方法观修。

受随观念处

一、所依——无常；二、所缘——无常；三、受——无常。

说明

一、所依——从五门转向开始，每个心路心刹那都可以分这三项来观。五门转向，也就是与五门转向心相应、与舍受俱生的五门转向名法组，依心所依处色而生。因此在'所依'这一项，应摄取该名法组所依的心所依处色，以智照见其生灭而观为无常。不过，为了逐一破除密集、使智见到达究竟法，应以心所依处色为主，综观心脏中与它同在的五十四种色法，以智照见这些色法的生灭而观为无常。

二、所缘——依所缘而说，若是色所缘线便取色所缘，声所缘线便取声所缘，如此随其所宜取六所缘。如果所缘是色所缘，它必然以色聚的形式生起；若所观或将要观的色所缘摄属于八法聚，就摄取色所缘及同聚八种色法；若摄属于九法聚——

——就摄取色所缘及同聚九种色法；若摄属于十法聚，就摄取色所缘及同聚十种色法，以智照见这些色法的生灭而观为无常。综观许多色所缘时，也应同样理解。只有这样观，才能破除密集；只有破除密集，智见才能到达究竟法。

智见到达究竟法以后，才能成为真正的观智；只有真实的观智，才能以强力亲依止缘力资助道智、果智生起。声所缘等其余所缘也应同样理解。声所缘必然以声九法聚的形式生起，所以修观时，应摄取声在内的九种色法而观为无常。

三、受——五门转向与舍受相应，所以应以舍受为首，用智摄取舍受在内的十一种相应名法，以智照见这一名法组的生灭，反复观为'无常、无常'。

五门转向可分所依、所缘、受三项而观；同样，眼识等每个心刹那也都可以各分三项而观。瑜伽行者，请重新取名业处诸表为所缘。

在眼门心路名法组，以及继续取同一色所缘的意门心路名法组中，除眼识名法组外，其余各心路心刹那的名法组都只依心所依处色而生；眼识及其名法组则依眼所依处色而生。就眼所依处而言，应摄取眼所依处色及眼中与它同在的五十四种色法而修观。

依此方法，在随其所宜取六种所缘而生起的各心路中，每个心刹那都分为一、所依；二、所缘；三、受，轮流安立三相而观修思惟。六线中每一线的善组、不善组都要无余观修。同样，对于各心路之间生起的有分心刹那，也分为一、所依；二、相应所缘，即有分所缘；三、受三项，对该有分刹那的色名轮流安立三相而观修。

一种较容易的方法

这样修观时，还有一种较容易的方法。一、请重新取名业处诸表为所缘。在眼门心路名法组与继续取色所缘的意门心路名法组中，眼识依眼所依处色而生，其余一切心路心则都依心所依处色而生。因此，从五门转向所依的心所依处色开始，依次照见各心路心刹那的所依色，以及各心路间有分所依的所依色；从五门转向的所依色直到继续取色所缘的意门心路等——

——之第二彼所缘所依的心所依处色，把这些色法〔即每组五十四种色法等〕综摄起来，取其生灭为所缘，观为‘无常、无常’。

二、该眼门心路与继续取色所缘的意门心路，其所缘都是色所缘；各心路间有分的所缘，则是业、业相、趣相三种所缘中相应的一种。应把色所缘摄取到破除密集、智见达到究竟；若有分所缘是究竟法，也要把这些究竟法摄取进来。摄取眼门心路、意门心路名法组的色所缘与有分的究竟所缘以后，取这些究竟法的生灭为所缘，观为‘无常、无常’。

三、在每一个心路心刹那和有分心刹那中，都以受为首摄取诸名法，取这些名法的生灭为所缘，观为‘无常、无常’。务必破除密集——

——使智见到达究竟法。观修时，在一眨眼、一闪电、一弹指那样短的时间内，名法组生灭约十万俱胝次；其中有些名法组能够、或已经被取来修观，另有些则未能、或没有取来修观。对于能够观到的心路名法组与有分名法组，应摄取到相续密集、组合密集、作用密集逐一破除，智见到达究竟法。在名业处诸表的每一行，都分所依、所缘、受三项而观；无余观修善速行心路与不善速行心路。对苦与无我也同样观修。

心随观念处

一、所依——无常；二、所缘——无常；三、识——无常。这里所依与所缘的观法与上述相同。对于识，应以识为首，摄取与识相应的一切名法，再依受随观念处所述而观修；也要观苦、无我。

法随观念处

一、所依——无常；二、所缘——无常；三、触——无常。所依与所缘应如上文所说。对于触，应以触为首，摄取触及其一切相应法；对每个心路心刹那，以及各心路之间的有分心刹那，都轮流安立三相而修观。

道非道智见清净释：思惟智章（之三）

原书第 58 – 81 页

原书 58

应依受随观念处所述同样理解。六线中的善速行心路与不善速行心路都要无余观修。

内在—外在——外在也依内在的观法，以同样方式修观。

有时观内在，有时观外在，轮流而观；对三相也有时观无常，有时观苦，有时观无我，如此轮流观修。

过去、未来、现在

对现在法的观法已经熟练并得到适度满足以后，从一系列过去直到现在，再从现在直到一系列未来的尽头，以同样方式透彻修观。这样观时，也要轮流观内在、外在，并轮流观无常、苦、无我。

不净修习

巴利《弥醯经》引文（缅文字体）：‘အသုဘာ ဘာဝေတဗ္ဗာ ရာဂဿ ပဟာနာယ။ (ဥဒါန-၁၂၀။)’译：‘为了断除贪，应当修习不净。’佛陀在《弥醯经》（《自说》巴利120）中如是劝勉。

不净修习有两种：止修阶段的不净修习与观修阶段的不净修习。止修阶段又有两种方法：一、取外在尸体为所缘修习不净；二、取三十二身分为所缘修习不净。止修时，若取外在尸体为所缘培育不净修习，可达到初禅定。修习方法请参见止业处篇。

此外，佛陀在《大念处经》（《中部》1-72）中指导，应把三十二身分作厌恶作意。《大念处经义注》（《中部义注》1-305）解释：这一指导是把三十二身分作为安止业处来修习，直至达到安止禅定。

《迷惑冰消》义注与《根本复注》的解释

巴利《迷惑冰消》义注引文（缅文字体）：‘ဇထ္ထ ပန အတ္တနော ဇီဝမာနကသရီရေ ပဋိကူလန္တိ ပရိဂမ္ဘံ ကရောန္တဿ အပ္ပနာပိ ဥပစာရပ္ပိ ဇာယတိ။’译：‘这里，对于以自己的活身作“可厌”前行者，安止与近行都能生起。’

巴利引文续（缅文字体）：‘ပရဿ ဇီဝမာနက သရီရေ ပဋိကူလန္တိ မနသိကရောန္တဿ နေဝ အပ္ပနာ ဇာယတိ၊ နာ ဥပစာရံ။ နနု စ ဒသသု အသုဘေသု ဥဘယမ္ပေတံ ဇာယတီတိ။ အာမ ဇာယတိ။ တာနိ တိ အနုပါဒိန္နကပက္ခေ ဌိတာနိ၊ တသ္မာ တတ္ထ အပ္ပနာပိ ဥပစာရပ္ပိ ဇာယတိ။ ဣဒံ ပန ဥပါဒိန္နကပက္ခေ ဌိတံ၊ တေနေဝတ္ထ ဥဘယမ္ပေတံ နာ ဇာယတိ။’译：‘对于把他人的活身作“可厌”而作意者，安止不生，近行也不生。难道对十种不净，二者不是都会生起吗？是的，都会生起；因为十种不净属于未被执受分，所以安止与近行都能在那里生起。可是，这三十二身分属于已被执受分，正因如此，二者都不在那里生起。’

巴利引文续（缅文字体）：‘အသုဘာနုပဿနာသင်္ခါတာ ပန ဝိပဿနာဘာဝနာ ဟောတီတိ ဝေဒိတဗ္ဗာ။ ဣမသ္မိံ ပဗ္ဗေ ကိံ ကထိတန္တိ၊ သမထဝိပဿနာ ကထိတာ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၂၄၈။)’译：‘不过，应知可以有称为不净随观的观修。本品宣说了什么？宣说了止与观。’（《迷惑冰消》2-248。）

原书 59

巴利《根本复注》引文（缅文字体）：‘အနုပါဒိန္နကပက္ခေ ဌိတာနိတိ ဇတေန ဧတိယပဗ္ဗတဝါသိ မဟာတိဿတ္ထေရော ဝိယ၊ သံဃရက္ခိတ- ထ္ထေရုပဋ္ဌာကသာမဏေရော ဝိယ စ အနုပါဒိန္နကပက္ခေ ဌပေတ္တာ ဂဟေတုံ သက္ကောန္တဿ ဒသဝိဓာသုဘဝသေန ဇီဝမာနကသရီရေပိ ဥပဋ္ဌိတေ ဥပစာရပ္ပတ္တိ ဒဿိတာ ဟောတီတိ ဝေဒိတဗ္ဗာ။ "အတ္ထိဿ ကာယေ"တိ ပန သတ္တဝသေန ကေသာဒီသု ဂယှမာနေသု ယထာ "ဣမသ္မိံ ကာယေ"တိ သတ္တ-ဂ္ဂဟဏရဟိတေ အဟံကာရဝတ္ထုမှိ ဝိဒ္ဓတ္ထာဟံကာရေ သဒါ သန္ဓိဟိတေ ပါကဋ္ဌေ စ အတ္တနော ကာယေ ဥပဋ္ဌာနံ ဟောတိ၊ နာ တထာ တတ္ထာတိ အပ္ပနံ အပ္ပတ္တာ အာဒီနဝါနုပဿနာဝ တတ္ထ ဟောတီတိ အဓိပ္ပါယေနာဟ "အသုဘာနုပဿနာသင်္ခါတာ ပန ဝိပဿနာဘာဝနာ ဟောတီတိ ဝေဒိတဗ္ဗာ"တိ။ (မူလဋီ-၂-၁၅၆။)’译：‘由“属于未被执受分”这句话，应知：有人像制底山住摩诃帝须长老，又像侍奉僧护长老的沙弥，能把活身置于未被执受分而取；当活身依十种不净显现时，这就显示他能达到近行。至于以“其身中有”而依有情取头发等，与以“此身中”不作有情执取不同：自己的身体是我慢所依，而我慢之相已被破除；它始终近在眼前，能够明显显现，别人的身体却不如此。因此，对他身不能达到安止，那里只有过患随观。义注师正是依此意说：“不过，应知可以有称为不净随观的观修。”’（《根本复注》2-156。）巴利《随复注》续释（缅文字体）：‘သတ္တဂဟဏရဟိတေတိ သတ္တပညတ္တိမ္ပိ အနာမသိတ္တာ ဒေသိတတ္တာ ဝုတ္တံ။ သသန္တာနတာယ အဟံ- ကာရဝတ္ထုမှိ အပ္ပဟီနမာနဿ ပဟီနာကာရံ သန္ဓာယာဟ "ဝိဒ္ဓတ္ထာဟံကာရေ"တိ။ (အနုဋီ-၂-၁၅၇။)’译：‘说“不作有情执取”，

是因为开示时连有情概念也未触及。由于自己的相续是我慢所依，针对尚未断慢者暂时呈现的我慢已断之相，故说“我慢之相已被破除”。’（《随复注》2-157。）

在自己与他人的身体中，对于以自己的活身作‘可厌’而进行前行修习的人，安止禅与近行禅都能在其相续中生起；对于把他人的活身作‘可厌’而如此作意的瑜伽行者，安止禅不能生起，近行禅也不能生起。有人可能问：若是这样，难道对外在十种不净，安止禅与近行禅不是都能生起吗？确实都能生起；但那十种不净属于未被爱、见所依之业执作‘我的果’的无生命世间分——

——所以安止禅与近行禅都能在十种不净中生起。可是，在以可厌性观三十二身分这一品中，他人的外在三十二身分属于被爱、见执著为‘我、我所有’的有生命已被执受分；因此，对属于他身的三十二身分，安止禅与近行禅都不能生起。不过，应知仍可有称为不净修习的观修。若问佛陀在身随观这一品中，对三十二身分宣说了什么修法，答案是：止修与观修两者都宣说了。（《迷惑冰消》2-248。）

未被执受分（anupādinnaka-pakkha）

义注师解释：对外在十种不净，安止禅与近行禅都能生起。因为这十种不净属于未被执受分——它们处于未被爱、见所依之业执作‘我的果’的无生命世间分——所以安止禅与近行禅都能生起。

十种不净之中，也包括骨相，即一具骸骨。

巴利《清净道论》引文（缅文字体）：‘တသ္မာ အဋ္ဌိကန္တိ ပဋိက္ကူလဝသေနေဝ ဩလောကေတဗ္ဗံ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၁၈၆။)’译：‘因此，应只依可厌的方式观察骸骨。’（《清净道论》1-186。）又说：‘"အဋ္ဌိကပဋိက္ကူလံ အဋ္ဌိကပဋိက္ကူလ"န္တိ မနသိကာရော ပဝတ္တေတဗ္ဗော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၁၈၆-၁၈၇။)’译：‘应当令“骸骨可厌，骸骨可厌”的作意持续现起。’（《清净道论》1-186—187。）

这段解释表明：只取骸骨不净的可厌性为所缘，观作‘骸骨可厌’，便能获得安止禅与近行禅。

外在活着有情的三十二身分集合中，也包括骨这一身分，即骨的集合。然而，这具骸骨属于已被执受分——处于被爱、见所依之业执作‘我的果’的有生命分。其余身分也应同样理解。

上文说，对属于未被执受分、无生命分的骨，安止禅与近行禅能够生起。由这句话应知：对于像制底山住摩诃帝须长老，或侍奉僧护长老的沙弥那样，能够把属于已被执受分的活骸骨置于未被执受分、当作无生命骸骨而以智分别取用的瑜伽行者，当活身依十种不净而在其智中显现为可厌、不净时，便显示其能够达到近行禅。又如巴利所说‘အတ္ထိဿ ကာယေ’（atthissa kāye，‘其身中有’），依有情而取头发等时；若说‘ဣမသ္မိံ

——

——ကာယေ’（imasmiṃ kāye，‘此身中’），则不作有情执取：在作为‘我’之所依的身体上，破除作‘我’的心——因为不说‘我的身体’，所以破除我作、没有以‘我’作意——自己的身体始终近在瑜伽行者的智前，聚合清楚而明显；他人的身体却不能像自己的身体那样显现。因此，对他身不能达到安止，那里只能生起过患随观，即反复观见身屋过患的过患随观智。义注师正是依此意解释：‘不过，应知可以有称为不净随观的观修。’

（《根本复注》2-155—156。）

制底山住摩诃帝须长老

摩诃帝须长老从所住的制底山寺前往阿耨罗陀城托钵。有一位身份不详的女子与丈夫争吵后，打扮装饰得如天女一般，一早离开阿耨罗陀城，返回娘家。她在半路遇见从制底山寺入城托钵的摩诃帝须长老，因对长老生起染欲而放声大笑。那时，摩诃帝须长老正一路作意业处。作为初禅前分、能导向初禅的业处作意——

——这种前分作意与声音正面相逆；声音是禅那的障碍。

原书 61

因此，长老循声观察'这咯咯笑声是什么声音'，便在露齿而笑的女子牙骨上获得了骸骨不净想。

巴利《大复注》引文（缅文字体）：'အဋ္ဌကကမ္မဋ္ဌာနံ ဟိ ထေရော တဒါ ပရိဟရတိ။ (မဟာဋီ-၁-၄၈။)'译：'当时，长老正随身修持骸骨业处。'（《大复注》1-48。）摩诃帝须长老正在托钵途中修持骸骨业处。他获得骸骨不净想以后，证得了阿罗汉果。因此，古代义注师说：

巴利偈（缅文字体）：'တဿာ ဒန္တဋ္ဌိကံ ဒိသ္វာ၊ ပုဗ္ဗသညံ အနုဿရိ။'译：'见到她的牙骨后，他忆起先前之想；'

——'တတ္ထေဝ သော ဋ္ဌိတော ထေရော၊ အရဟတ္တံ အပါပုဏိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၂၀။)'译：'长老就站在原处，证得了阿罗汉果。'（《清净道论》1-20。）

摩诃帝须长老见到那女子的牙骨，便作意自己从前已经获得的骸骨想；长老就站在原地证得了阿罗汉果。（《清净道论》1-20。）

如何证得阿罗汉果

巴利《大复注》引文（缅文字体）：'အရဟတ္တံ ပါပုဏီတိ ထေရော ကိရ တဿာ ဟသန္တိယာ ဒန္တဋ္ဌိဒဿနေနေဝ ပုဗ္ဗဘာဂဘာဝနာယ သုဘာဝိတတ္တာ ပဋိဘာဂနိမိတ္တံ၊ သာတိသယဉ္စ ဥပစာရဇ္ဈာနံ လဘိတ္វာ ယထာဋ္ဌိတောဝ တတ္ထ ပထမဇ္ဈာနံ အဓိဂန္ဆာ တံ ပါဒကံ ကတ္វာ ဝိပဿနံ ဝဓ္ဎတ္វာ မဂ္ဂပရမ္ပရာယ အာသဝက္ခယံ ပါပုဏိ၊ ပုဗ္ဗသညံ အနုဿရီတိ ပုဗ္ဗကံ ယထာရဋ္ဌံ ကာလေန ကာလံ အနုယုဉ္ဇိယမာနံ အဋ္ဌကကမ္မဋ္ဌာနံ အနုဿရိ သမန္နာဟရိ။'译：'所谓"证得阿罗汉果"，据说长老仅因看见那笑着女子的牙骨，由于先前的修习已经善加培育，便获得似相和殊胜的近行禅；站在原处证得初禅，以初禅为基础增长观，依次经历诸道而达到漏尽。所谓"忆起先前之想"，是说他忆念、总持自己先前已经着手并时时修习的骸骨业处。'

缅文出处：(မဟာဋီ-၁-၄၈-၄၉။)；《大复注》1-48—49。

摩诃帝须长老平常就修习骸骨想这一不净修习。

他在骸骨想——骸骨业处上建立定，直至达到初禅定，并惯常以该初禅定为观的基础而转入观修。这一次，他一见到那微笑女子的牙骨，由于一路托钵时以及过去都已善加培育作为初禅前分的前分修习，立即获

得似相与殊胜的近行禅。见到女子牙骨的同时，在长老的修习智中，那女子全身显现为骸骨的聚集。当时——

——他继续修习那具骸骨令人厌恶、可厌的性质，达到似相，也达到近行禅、近行定；随后转向内在骸骨，作意其令人厌恶、可厌的性质，达到初禅。

他以初禅为观的基础，增长诸观智，依诸道智次第而达到阿罗汉果。（《大复注》1-48—49。）那女子的丈夫沿路追来，看见长老，便——

原书 62

——问道：‘尊者，您见到一位女子吗？’长老答以此偈：

巴利偈（缅文字体）：‘နာတိဇာနာမိ ဣတ္ထီ ဝါ၊ ပုရိသော ဝါ ဣတော ဂတော။’译：‘从这里走过的是女人还是男人，我并不知道；’

——‘အပိစ အဋ္ဌိသင်္ဃာဋ္ဌော၊ ဂစ္ဆတေ သ မဟာပထေ။’译：‘我只知道一具骸骨，正行走在大路上。’

善男子，从这里走过的人，是女人还是男人，我并不知道；实在说来，只是一具骸骨正在大路上行走。（《清净道论》1-20—21。）不净想——佛陀在《增支部 · 十法集》的《吉利摩难经》中，把对三十二身分作令人厌恶、可厌的作意说为不净想。

（《增支部》3-343。）

有识不净与无识不净

巴利《经集》的《Vijaya Sutta》（307—308）把不净修习分为两种：有识不净，即活不净；无识不净，即死不净。有识不净，是取活着有情三十二身分令人厌恶的不净性为所缘而观；无识不净，是取死尸令人厌恶的不净性为所缘而观。

止与观

在止修阶段观有识不净——活不净时，若想获得上文所说的安止禅或近行禅，应取自己三十二身分令人厌恶、可厌的性质为所缘而观。观时，可以总摄三十二身分，也可以取其中任何一个身分为所缘。

握手问答事（hatthegahita-pañhavatthu）

Mallaka 长老握住持诵《长部》的 Abhaya 长老之手说：‘贤友 Abhaya，请先学会这个问题。’继而说道：‘Mallaka 长老以三十二身分为所缘，惯常获得三十二种初禅。若夜间入一种禅、白天入一种禅，经过半个月便轮完一周；若每天依次进入一种禅，经过一个月便轮完一周。’据说他曾这样说。（《清净道论》1-257。）这种观法称为厌恶作意（paṭikūla-manasikāra）。

同性与异性（sabhāga、visabhāga）

再者，取外在三十二身分的可厌性为所缘而观，如上所述，可以达到近行禅，即近行定。

原书 63

若想取无识不净——死尸为所缘而观，以证得初禅定，男瑜伽行者只应观男性尸体，女瑜伽行者只应观女性尸体；不必内在、外在轮流而观。这是就止修阶段而言。

至于观修阶段，无论有识不净还是无识不净，都不必区分同性、异性。《Vijaya Sutta》中，佛陀只以 Sirimā 的一具尸体，指导比丘众、比丘尼众、男居士众、女居士众四众修观。这是过患随观——指导观见自己与他人双方身屋过患的随观；有识不净——活不净也同样如此。止修阶段以证得禅那为目标，观修阶段以观见过患为目标。止修阶段不必内在、外在轮流而观；

观修阶段则必须对有识不净与无识不净都作内在、外在轮流观。佛陀在《Vijaya Sutta》中这样指导：巴利偈（缅文字体）：‘ယထာ ဣဒံ တထာ ဧတံ၊ ယထာ ဧတံ တထာ ဣဒံ။’译：‘此身如何，彼身亦然；彼身如何，此身亦然。’

巴利偈续（缅文字体）：‘အဇ္ဈတ္တဉ္စ ဗဟိဒ္ဓါ စ၊ ကာယေ ဆန္ဒံ ဝိရာဇယေ။’译：‘对内在与外在之身，都应令欲贪离去。’

这具活着的有识不净身，由于一、寿，即色命根；二、暖，即称为体温的业生火界；三、识，即能知之心——这三法尚未离散、尚未止息，所以能行、住、坐、卧。同样，如今躺在墓地的无生命无识不净尸体，在死亡以前也因寿、暖、识三法尚未离散、尚未止息，而曾经能够行、住、坐、卧。

现在这具已死的无识不净尸体，由于寿、暖、识三法已经止息、离散，不能再行、住、坐、卧；同样，这具活着的有识不净身，将来在寿、暖、识三法止息、离散以后，也会失去行、住、坐、卧的能力。

如此实践、精勤修习，并以慧观照轮回危险与诸蕴之事的人，能够以四道智的正断，永远除去对自己的内在身体以及他人的外在身体所生的黏著、欲求与欲贪。（《经集》308。）

原书 64

巴利《中部义注》引文（缅文字体）：‘အာယု ဥဿ္မာ စ ဝိညာဏန္တိ ရူပဇီဝိတိန္ទြိယံ၊ ကမ္မဇတေဇောဓာတု၊ စိတ္တံ … (မ-ဋ္ဌ-၂-၂၅၀။)’译：‘所谓寿、暖与识，是色命根、业生火界与心……’（《中部义注》2-250。）依这段义注，应把‘寿’理解为色命根，即色命。

名命根包含在识中。

这首偈的要义应这样理解：‘此身如何，彼身亦然’——把自己与死尸等同起来，以观智观见：‘那具无生命、无识的不净尸体，过去也曾像我这具活着的有识身体一样。’由此可以舍断将对外在身体生起的嗔烦恼。

‘彼身如何，此身亦然’——把死尸与自己等同起来，以观智观见：‘我这具活着的有识身体，将来也会像那具死亡、无生命、无识的尸体一样。’由此可以舍断将对自己的内在身体生起的贪烦恼。

可以把内在、外在两种身体，换言之，把活体与死体两种身体等同起来，以观智照见。若以观智清楚分别内在、外在、活体、死体两种身体的不净相状，就能舍断不知这些身体真实不净相状的痴烦恼。

如此，在前分观智的刹那，由于如实知见，便能以彼分断暂时舍断贪、嗔、痴三不善根；在该观智之上，再依四道次第，以正断无余舍断一切欲求与贪。这就是偈颂的要义。（《经集义注》242。）依上述种种指导，下面继续说明观修阶段无识不净与有识不净的观法。止修阶段为了获得安止禅、近行禅，不必内在、外在轮流观不净相；观修阶段则属于过患随观，要观见自己与他人双方身屋的过患，所以必须内在、外在轮流而观。应先记住这一要点。

观修阶段的无识不净：死尸观法

巴利《大念处经》引文（缅文字体）：‘ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ ပသေယျ သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဋ္ဌိတံ ဧကာဟမတံ ဝါ ဒွိဟမတံ ဝါ တီဟမတံ ဝါ ဥဒ္ဓုမာတကံ ဝိနီလကံ ဝိပုဗ္ဗကဇာတံ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ "အယမ္ပိ ခေါ ကာယော ဧဝံ ဓမ္မော ဧဝံ ဘာဝီ ဧဝံ အနတီတော"တိ။ (မ-၁-၀၃။)’译：‘诸比丘，再者，比丘看见被丢弃在墓地的尸体：一、死后一天；二、死后两天；三、死后三天；——’

原书 65

——‘四、肿胀腐烂；五、变色青瘀；六、流出如脓般可厌的腐液。他如是看见被弃于墓地的尸体，便把自己的身体与之相比：“我这色聚之身也有这样的性质，必定会变成这样，不能超越这种性质。”他以智——以观智——这样观自己的色身。’（《中部》1-73。）巴利《中部义注》引文（缅文字体）：‘ဒီဃဘာဏကမဟာသီဝထ္ထေရော ပန "နဝသိဝထိကာ အာဒီနဝါနုပဿနာဝသေန ဝုတ္တာ"တိ အာဟ။’译：‘持诵《长部》的摩诃尸婆长老说：“九墓墟是依过患随观而说的。”’

> 缅文出处：(မ-၌-၁-၃၀၅။)；《中部义注》1-305。

依持诵《长部》的摩诃尸婆长老之见，上述《大念处经》的不净修习，是佛陀指导以过患随观，用观智看见自己与他人双方色身的过患。若想依这些指导，在观修阶段修习无识不净——死不净，应按下列方法进行。此时，善男子已经达到能对三时、二相续中的诸行反复安立三相而修观的阶段；现在要再以过患随观培育不净修习。因此，应重新建立自己已证得的入出息念第四禅定——

——直至入出息念第四禅，或重新建立白遍第四禅定。

当与第四禅定相应的智所生光明闪耀明亮时，借助这光明，重新取一具自己曾见过、最令人厌恶的尸体为所缘。该尸体可以同性，也可以异性。

把修习心安稳地置于尸体最令人厌恶之处，观作‘不净、不净’。当不净相在智中清楚浮现时，把智转向自己的色身，观见：‘我的身体也有这样的性质，必定会变成这样，不能超越这种性质。’以智把自己死后腐烂的尸体带到眼前而观察；若能看见，固然很好；若还看不见，就再观外在的无识尸体。

然后再观自己的尸体。如此反复练习，便能看见自己的尸体；看见以后，也把自己腐烂的尸体观作‘不净、不净’。一次观内在尸体，一次观外在尸体，反复轮流而观。

这样观时，如果善男子选择作为不净修习所缘的外在尸体，是几年前已经死亡的尸体，那么该尸体在现在修不净时——

原书 66

——可能已经到达骨头腐朽成粉的阶段。若是这样，把智从自己曾见过的尸体肿胀腐烂阶段，逐步送向骨头腐朽成粉的时期，便能看见尸体状态的层层变化，最后到达骸骨腐朽成粉的阶段。在这些逐层变化中，也要内在、外在轮流而观。

如果自己曾见或选作不净修习所缘的尸体，是几天内刚死的尸体，或在准备修不净的当天才见到的新尸体，那么它目前还不可能到达骸骨腐朽成粉的阶段。

虽然现实中还未到达该阶段，但对于已经能对未来色名修观的善男子，只要把智送向尸体的未来，逐步向前观，就能见到尸体状态层层变化，最终到达骸骨腐朽成粉、堆积成一团的阶段。对这些阶段，也应内在、外在轮流培育不净修习。

九种死尸

这里继续说明《大念处经》所列、作为观修阶段过患随观所缘、用来观见身体过患的九种死尸：一、（甲）死后一天的尸体；（乙）死后两天的尸体；（丙）死后三天的尸体；（丁）肿胀腐烂的尸体；（戊）变色青瘀的尸体；（己）流出如脓般可厌腐液的尸体。二、（甲）被乌鸦啄食的尸体；（乙）被鸢啄食的尸体；（丙）被秃鹫啄食的尸体；（丁）被鹭鸟啄食的尸体；（戊）被狗啃食的尸体；（己）被虎啃食的尸体；

——（庚）被豹啃食的尸体；（辛）被豺啃食的尸体；（壬）被各种虫啃食的尸体。

——三、骨骼相连，尚有肉、血，并由筋腱连结的尸体；四、骨骼相连，已经无肉，沾着血，并由筋腱连结的尸体；五、已经无肉无血，仅由筋腱连结的尸体；六、骨头已经分散、不再相连：手骨在一处、足骨在一处、踝骨在一处、胫骨在一处、股骨在一处、髋骨在一处、肋骨在一处、脊骨在一处、肩胛骨在一处、颈骨在一处、颚骨在一处、牙齿在一处、头盖骨在一处，如是散落各处的骸骨尸体；七、骨头白得像螺贝的骸骨尸体；

八、超过一年、堆积在一起的骸骨尸体；九、腐朽成为粉末的骸骨尸体。这九种死尸，是佛陀在《大念处经》中所说的不净修习所缘，全都是被弃置在墓地的尸体。（《中部》1-73—74；《中部义注》1-278。）善男子应把上述九种死尸全都、或选取其中若干，作为过患随观，内在、外在轮流而观。

安立于三相上

善男子须先对三时、二相续中的五蕴——色名法——熟练地轮流安立三相、充分修观，然后才继续修习不净。这样反复轮流观内在、外在两处的不净性时，智中通常也会看见色聚微粒。若已经把内外不净性观到适度满足，仍未看见色聚微粒，就在内在、外在尸体上辨识四界，便能看见色聚。应以智分析、摄取这些色聚微粒，直至破除密集、智见到达究竟；再把这些究竟色法轮流安立——

——无常、苦、无我三相而修观。在无识不净——死尸中，一般只会看见时节生的食素八法色；这些时节生色聚是不透明的。加以分析，每一色聚中都有八种究竟色法。

少数例外

有些瑜伽行者在内在、外在的死不净尸体上辨识四界时，会看见透明色聚与不透明色聚混在一起。之所以如此，是因为该尸体中——

原书 68

——若当时仍有活蛆蠕动，瑜伽行者便把蛆虫中随其所宜含有身净界等净色的色聚，也一同以智看见了。实际上，无论内在还是外在的死不净尸体，本身都只有时节生的食素八法色，即由时节所生、以食素为第八的色法。

一项困难

观过外在尸体的不净性以后，把智转向内在、尝试观见自己的死不净性时，有些瑜伽行者不能轻易看见自己的死不净。若是如此，就把智逐步送向此生未来的死亡时，从现在起一直到此生死亡，逐步摄取自己的色法与名法。最后到达死亡刹那时，就能以智亲见自己的死不净性；此时应内在、外在轮流而观。

如果善男子把智送向外在尸体的未来，因而看见它从腐烂而肿胀、流出腐液、青黑裂开、蛆虫蠕动、变成骸骨，最后由骸骨化为粉末等层层变化，那么每当看见一个阶段，都应再把智转向内在尸体，观见相应的不净性；内在、外在轮流而观。

对治贪欲

这样以内外轮换的方式，用观智观死不净性，确实是对治贪欲的有力武器。不过，不应就此停止；还应把智逐渐送向外在，扩大所观范围。凡智所生光明触及之处，都继续以智看见所遇有情的死不净性；每当看见光明所触及有情的不净性，也要不时回观内在的不净性。

这样观时，若以智看见色聚微粒，应分析色聚，再把究竟色法轮流安立三相而修观。若已把内在、外在的不净性观到适度满足，仍不能轻易看见色聚微粒，就在不净尸体上辨识四界；看见色聚以后，加以分析，再把究竟色法轮流安立三相，继续修观。尤其应优先多观那些常令自己生起贪欲的人。

原书 69

有识不净：活不净观法

在有识不净——活不净这一部分，应把不净性分为三类而观：一、三十二身分的不净性；二、充满虫类的身屋之不净性；三、究竟色法的不净性。

一、以智照见三十二身分令人厌恶、可厌的不净性，观作‘不净、不净’。内在、外在轮流而观；观外在时逐步扩大范围，优先观那些常令自己生起贪欲的人，并尽可能把范围扩大到涵盖整个有情世间。

这样观时，善男子在这一阶段已经对内、外两相续三十二身分中的色法，熟练而透彻地轮流安立于三相上修观。因此，随着反复观三十二身分为‘不净、不净’，这些身分会逐渐在智中显现为色聚微粒。若仍未显现色聚，就在观三十二身分的不净相达到适度满足时，或总摄全部身分，或逐一分开身分，在其中辨识四界，便能轻易看见色聚微粒。如色业处篇所说，应分析这些色聚，并把其中的究竟色法——

——轮流安立于三相上，继续修观。

二、这座色身身屋中寄居着八十类虫。因此，这座身屋是各种虫类交配、繁殖的家，也是它们排泄大小便之处、患病时的病房，死亡时安置尸体的墓地。那些虫并不会离开这座身屋，到外面另行繁殖、排泄、医治或安葬。（《相应部义注》2-294。）所以，这座充满各种虫类的身屋，确实只有令人厌恶、可厌的不净性。应以智照见这种不净性，观作'不净、不净'，内在、外在轮流而观。这样观时，既要以智看见虫类——

——也要以智看见这座充满虫类的身屋令人厌恶、可厌的性质。

在这一部分，内在、外在轮流反复观以后，通常很快就能看见色聚微粒。若仍未看见，就在充满虫类的身屋中辨识四界；如色业处篇所说，便能逐渐看见色聚。分析这些色聚以后，把究竟色法轮流安立于三相上，继续修观。

三、也观究竟色法的不净性

巴利《大念处经 · 九墓墟品》引文（缅文字体）：'ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ (မ-၁-၇၃-၇၄။ နဝသိဝထိကပဗ္ဗ ။)'译：'如此，或于内身随观身而住，或于外身随观身而住，或于内外身随观身而住。'《中部义注》解释（缅文字体）：'ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါတိ ဧဝံ ဥဒ္ဓုမာတာဒိပရိဂ္ဂဟဏေန အတ္တနော ဝါ ကာယေ၊ ပရဿ ဝါ ကာယေ ကာ- လေန ဝါ အတ္တနော၊ ကာလေန ဝါ ပရဿ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ (မ-ဋ္ဌ-၁-၂၇၇။)'译：'所谓"如此，或于内身"，是说以摄取肿胀尸体等的方式，或于自身，或于他身，时而于自身、时而于他身随观身而住。'巴利经文又说（缅文字体）：'သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယ- ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။ (မ-၁-၇၃-၇၄။ နဝသိဝထိကပဗ္ဗ။)'译：'或于身随观生法而住，或随观灭法而住，或随观生灭法而住。'依上述巴利圣典与义注，善男子按前文观过无识不净——死不净与有识不净——活不净以后，应观：一、死不净尸体中的究竟色法；二、称为三十二身分的活不净中的色法——

——三、充满虫类的身屋中的色法；四、缘取这些色法、依这些色法而生的名法。应在内、外两相续中摄取色身——色法之聚与名身——名法之聚，进而寻找色名之因，再连同诸因继续观色名。佛陀在《大念处经》的"九墓墟品"，即观九种死尸的品中，继续作了这样的指导。既然佛陀指导连同因法继续观色名——诸行，所以前文才说明如何观死不净尸体中的色法，以及有识不净——

——活不净，即三十二身分中的色法。

观活不净、死不净时，以三十二身分概念与不净尸体概念为所缘；与此相同，也可取究竟色法的不净性为所缘，把真实究竟色法观作不净。《泡沫团譬喻经》（《相应部》2-104）、《毒蛇譬喻经》（《相应部》2-381）等圣典、义注、复注中有如下说明。巴利《相应部义注》引文（缅文字体）：'ဧဝံ ရူပမ္ပိ နိစ္စန္တိ ဝါ ဓုဝန္တိ ဝါ အဟန္တိ ဝါ မမန္တိ ဝါ ဂဟေတုံ န သက္ကာ၊ ဂဟိတမ္ပိ န တထာ တိဋ္ဌတိ၊ အနိစ္စံ ဒုက္ခံ အနတ္တာ အသုဘညေဝ ဟောတီတိ ဧဝံ ဖေဏပိဏ္ဍသဒိသမေဝ ဟောတိ။ (သံ-ဋ္ဌ-၂-၂၉၄။)'译：'色也不能被执取为常、恒、我或我所；即使如此执取，也不会依所执而住。它唯是无常、苦、无我、不净，正如泡沫团。'又有巴利偈（缅文字体）：'ဒုဂ္ဂန္ဓံ အသုစိံ ဗျာဓိံ ၊ ဇရံ မရဏပဥ္စမံ။'

——‘အနတ္ထာ ဟောန္တိ ပဠေတေ၊ မီဠုလိတ္ထော ပန္နဂေ။ (သံ-ဋ္ဌ-၃-၅၉။)’译：‘恶臭、不净、病，老为第四，死为第五；这五种皆是无益，如同被粪秽涂身的蛇。’（《相应部义注》3-59。）

原书 71

依上述义注的规定，究竟色法不仅可以观为无常、苦、无我，也可以观为不净。若问属于哪一种不净，答如下。

色法具有五种性质：一、恶臭，即有不良气味；二、不净，即不洁而令人厌恶、可厌；三、病，即有患病之性；四、老，即有老化之性，也就是住时之性；五、死，即有死亡、坏灭之性，也就是坏时之性。这些正是色法的不净相。每一色聚中的四界，都携带恶臭、不净、病、老、死这五种无益法而生。以智照见并缘取这些性质，便也能把究竟色法观作‘不净、不净’。由此应知，对色法或身随观而言，有两种方法：依概念观不净，以及依究竟色法观不净。

过患随观

巴利《善巧七处经》引文（缅文字体）：‘ယံ ရူပံ အနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ အယံ ရူပဿ အာဒီနဝေါ။ (သံ-၂-၅၁။ သတ္တဋ္ဌာနသုတ်။)’译：‘凡色是无常、苦、变易法，这就是色的过患。’色是无常、苦、会变易毁坏的变易法；无常、苦、变易法的性质，就是色的过患。随观这种过患，正是过患随观。上文所引《相应部义注》（3-59）又把这种过患随观解释为不净修习。对受等其余四名蕴，佛陀也作了同样开示。（参见《相应部》2-51。）

止与观

如前所述，取三十二身分令人厌恶、可厌的性质为所缘，内在、外在轮流观修，在《Vijaya Sutta》中称为有识不净——活不净，在《吉利摩难经》中则称为不净想。这同样是为了看见过患而修的过患随观。观三十二身分有三条途径。巴利《迷惑冰消》义注引文（缅文字体）：‘အာကာရ်မာနဿ ဝဏ္ဏတော၊ အာကာရ်မာနဿ ပဋိကူလတော၊ အာကာရ်မာနဿ သုညတော ကမ္မဋ္ဌာနံ ဥပဋ္ဌဟိဿတိယေဝ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၂၄၃။)’译：‘对于有意者，业处会依颜色、依可厌性、依空性而显现。’也就是说：一、对有意者，业处依颜色遍而显现；二、依令人厌恶、可厌的性质而显现；三、依空性，即界业处而显现。（《迷惑冰消》2-243。）

原书 72

善男子若已能熟练而透彻地观内、外三十二身分，就可在颜色遍、厌恶作意、空性界业处这三条途径中，选择自己所喜的一条修习。

巴利义注引文（缅文字体）：‘ဣဒဉ္စိ မဟာသတိပဋ္ဌာနေ ပဋိကူလဝသေနေဝ ကထိတံ၊ မဟာဟတ္ထိပဒေါပမ မဟာရာဟုလောဝါဒ ဓာတုဝိဘင်္ဂသု ဓာတုဝသေန ကထိတံ။ ကာယဂတာသတိသုတ္တေ ပန ယဿ ဝဏ္ဏတော ဥပဋ္ဌာတိ၊ တံ သန္ဓာယ စတ္တာရိ ဈာနာနိ ဝိဘတ္တာနိ။ တတ္ထ ဓာတုဝသေန ကထိတံ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာနံ ဟောတိ၊ ပဋိကူလဝသေန ကထိတံ သမထကမ္မဋ္ဌာနံ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၂၁၆။ ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၂၃၅။)’译：‘在《大念处经》中只依可厌性宣说；在《大象迹喻经》《大教诫罗睺罗经》《界分别经》中依界宣说；在《身至念经》中，则针对以颜色显现者分别说明四禅。其中，依界宣说的是观业处，依可厌性宣说的是止业处。’三十二身分在《大念处经》（《长部》2-233）中依厌恶作意之力宣说；在《大象迹喻经》（《中部》1-242）、《大教诫罗睺罗经》（《中部》2-84）、《界分别经》

（《中部》3-283）中依界作意之力宣说；而在《身至念经》（《中部》3-132）中，对于其智中三十二身分依颜色显现的瑜伽行者，佛陀针对该颜色——颜色遍，分别开示了四禅——

——其中，依界作意之力宣说的业处是观业处；依厌恶作意之力宣说的业处是止业处。（《迷惑冰消》2-216；《清净之道》1-235。）上述义注把对三十二身分依令人厌恶、可厌的性质作意解释为止业处，是针对希望获得安止禅与近行禅的善男子，说明如何努力证得安止禅、近行禅。

若依《Vijaya Sutta》《吉利摩难经》等的指导，把三十二身分作为过患随观，内在、外在轮流观其令人厌恶、可厌的性质，应知这种过患随观仍归入观修阶段，是苦随观的助伴。（《大复注》2-389。）

名法的不净性

如前引《善巧七处经》（《相应部》2-51）所说，四名蕴也有无常的大过患、苦的大过患，以及会变易毁坏的变易法大过患。这些过患就是名法的病、老、死，唯是令人厌恶、可厌的不净性。缘取这种性质，也把四名蕴观作'不净、不净'。

巴利《中部复注》引文（缅文字体）：'ကိလေသာသုစိပဋ္ဌရဏတာယ စ။ ပ ။ အသုဘာကာရာနုပဿီ။ (မ-ဋ္ဌ-၁-၃၄၆။)'译：'又因为流出烦恼不净……而随观不净相。'不善速行名法组会不断流出、渗出自身不善名法的污秽烦恼腐液，所以唯是令人厌恶、可厌的不净法。对于生起不善速行的恶法组名法，也应缘取烦恼腐液流出、渗出的性质，观作'不净、不净'。

再者，六种心路——眼门心路等——缘取相应的六所缘，善速行依其所应生起。若以这些善速行名法为缘，贪、嗔、痴、慢、嫉、悭等烦恼腐液流出；若对这些止观修习生起爱著；若因为对止观善法不满意而生嗔；若生起'只有我能这样观，他们怎么可能做得到'等想胜过他人的高慢；若生起不愿别人胜过自己的嫉，以及不容别人触及自己所有的悭；又若因为止观修习善业的力量，希望成为优秀的人、殊胜的天神、天中之天、梵中之梵，从而使——

——无明、爱、取诸法明显生起，那么这就是烦恼腐液从善速行善法组名法中流出、渗出。应以智照见这种性质，并依处门把善法组名法也观作'不净、不净'。巴利复注原句（缅文字体）：'ကိလေသာသုစိပဋ္ဌရဏတာယ စ ။ ပ ။ အသုဘာကာရာနုပဿီ။ မ-ဋ္ဌ-၁-၃၄၆။)'过去、未来、现在三时以及内、外两相续，都应同样观修。若能如此观，就已经进入下列大义注所规定的范围。

大义注的规定

巴利《阿毗达磨义注》与《清净之道》引文（缅文字体）：'သော ကာလေန အဇ္ဈတ္တံ သမ္မသတိ၊ ကာလေန ဗဟိဒ္ဓါ။ (အတိ-ဋ္ဌ-၁-၂၇၀။ ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၀၀။)'译：'他时而思惟内在，时而思惟外在。'又说：'သော ကာလေန ရူပံ သမ္မသတိ၊ ကာလေန အရူပံ။ (အတိ-ဋ္ဌ-၁-၂၇၀။ ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၀၀။)'译：'他时而思惟色，时而思惟非色。'《阿毗达磨义注》与《清净之道》指导：时而观内在五蕴，时而观外在五蕴；其中又时而观色法，时而观名法，并轮流安立无常相、苦相、无我相、不净相而修观。依此指导，善男子应轮流观：一、内在色法时而无常、时而苦、时而无我、时而不净的性质；二、外在色法的这四种性质；三、内在名法的这四种性质——

——四、外在名法的这四种性质。过去与未来也同样观修。这种观法是《阿毗达磨义注》270—271页与《清净之道》第二册300—301页所载的指导；这两部大义注阐明各种出起至观，是住持佛教的比丘众应当极为尊重、如石伞主柱般重要的教法标竿。

原书 74

善男子若能接受这些指导，就应明白：所谓观，并不是不分概念与究竟、没有准绳地任意观察任何想观之物。

色名也应合观

瑜伽行善男子若已能在内、外两处敏捷而满足地观色法、名法的无常、苦、无我与不净，智见也已澄净，就应再逐组合观色与名：以智照见每组色名的生灭，观作无常；照见它们不断受生灭逼迫，观作苦；照见其中没有不坏而坚实、作为核心恒住的我，观作无我；照见其令人厌恶、可厌的不净性，观作不净。逐项轮流而观。

这样观时，应按名色摄受阶段所说明的摄取、分别色名之法：缘取六所缘而生的六线心路中，每一心刹那的名法，以及各心路间每一有分心刹那的名法，都与各自所依的五十四、四十四种色等依处色，以及色所缘等所缘色一起，以智照见并缘取它们逐组坏灭的性质而修观。时而观内在，时而观外在。对现在的内、外都观到适度满足以后，从自己所能观见的一系列过去生直到现在，再从现在直到未来尽头，观一、纯色法——

——二、纯名法；三、色名合观。以智照见这些色名的无常、苦、无我、不净，分别轮流观作无常、苦、无我、不净；内在、外在轮流而观，并一再反复。尤其应认真观到每一种色法、名法的刹那现在，尽力以智照见生、住、灭。若能从一系列过去生直到未来尽头都这样观，便已在过去、未来、现在三时，时而观内、时而观外，时而观色、时而观名，并时而观其无常、苦、无我、不净。

〔注意：色名合观只针对智见已澄净到能观色名的刹那现在、并已上升至生灭智等较高观智阶段的瑜伽行者。〕能这样修观者会以现证洞见：‘色法、名法只在各自刹那、各自生命中生起后即灭，不能从一个刹那转移到另一个刹那，也不能从一生转移到另一生。’不过，在思惟智这一阶段，能够观到刹那现在的究竟色法、名法——

原书 75

——可能仍只有一部分；也还会有一些究竟色名，尚未能观至刹那现在，即尚未能观至生、住、灭。还应继续以法随观念处所含的五蕴法、十二处法、十八界法修观，从一系列过去生直到未来尽头，遍观内、外两处。达到适度满足以后，尤其应优先观现在自己已经证得的禅那名法。

缘起诸支

这一部分应重新缘取缘起第一法中所说明的因果关系。从一系列过去生直到一系列未来生的尽头，先以智照见无明、行等缘起支彼此因果相连而生起，再把这些缘起支轮流安立于三相上修观。缘起支也包括在思惟智应观的观智所缘清单中；《清净之道》解释说（缅文字体）：‘အဝိဇ္ဇာ အာဒိညေဿု။ ပ ။ ဇရာမရဏံ အာဒိ

ညေယျံ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၄။)’译：‘无明应当证知……老死应当证知。’如此引用《相应部》（2-258）与《无碍解道》（6—9）等巴利圣典——

——而作解释。依这些解释，善男子应先以智照见第一过去生的无明如何使该过去生的行生起，并观：因为无明生起，行生起。

无明：生灭，无常；行：生灭，无常。

应这样继续修观。观时须如缘起篇所说：无明没有能力单独成为一个无明，只能依法的常则成组、以名聚而生；同样，行也不能单独成为一个行、一个思，只能依法的常则成组、以名聚而生。此外，无明名法组与行名法组也只依称为心之定法的心路次第生起。能够产生结生五蕴等异熟蕴的心路，是意门心路；该意门心路可能有彼所缘，也可能没有。应以智如实照见实际发生的心路——

——照见含无明的意门心路如何令含行的意门心路生起，并观：因为无明生起，行生起。

无明：生灭，无常；行：生灭，无常。

应这样观。再者，在观‘因为行生起，识生起’这一支时，由含行的——

——意门心路，照见结生识等异熟识如何生起，并观：因为行生起，结生识这一名法组生起。

行：生灭，无常；结生识：生灭，无常。

如此，按缘起篇第一法所说，把因与果相连而观缘起诸支；破除每一种密集，使智见到达究竟。哪一生出现何种无明、何种行、何种识，都应依缘起第一法摄取因果时的方式观修；其余所有缘起支同理。苦与无我也应同样观。从一系列过去生直到未来尽头，把每三个相续生命依因果相接而观。观外在时，也像观内在那样，以外在彼此相同而作总体概括；不要分别男人、女人、个人、有情或某某相续。正如摄取色名时把相同的外在相续依一般性总体——

——概括摄取，在观修阶段也同样只依外在彼此相同，以一般性总体概括而观。

四十行相

巴利《无碍解道》与《清净之道》引文（缅文字体）：‘ပဥ္စက္ခန္ဓေ အနိစ္စတော၊ ဒုက္ခတော၊ ရောဂတော၊ ဂဏ္ဍတော၊ သလ္လတော၊ အဃတော၊ အာဗာဓတော၊ ပရတော၊ ပလောကတော၊ ဣတိတိတော၊ ဥပဒ္ဒဝတော၊ ဘယတော၊ ဥပသဂ္ဂတော၊ စလတော၊ ပဘင်္ဂုတော၊ အဒ္ဓုဝတော၊ အတာဏတော၊ အလေဏတော၊ အသရဏတော၊ ရိတ္တတော၊ တုစ္ဆတော၊ သုညတော၊ အနတ္တတော၊ အာဒီနဝတော၊ ဝိပရိဏာမဓမ္မတော၊ အသာရကတော၊ အဃမူလတော၊ ဝဓကတော၊ ဝိဘဝတော၊ သာသဝတော၊ သင်္ခတတော၊ မာရာမိသတော၊ ဇာတိဓမ္မတော၊ ဇရာဓမ္မတော၊ ဗျာဓိဓမ္မတော၊ မရဏဓမ္မတော၊ သောကဓမ္မတော၊ ပရိဒေဝဓမ္မတော၊ ဥပါယာသဓမ္မတော၊ သံကိလေသိကဓမ္မတော။ (ပဋိသံ-၄၁၁။) (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၆။)’译：‘观五蕴为无常、苦、病、痈、箭、恶、疾、他、毁坏、灾厄、祸患、怖畏、灾患、动摇、崩坏、不恒、无保护、无避难、无归依、空无、虚空、空、无我、过患、变易法、无实质、恶之根、杀戮者、衰损、有漏、有为、魔食、生法、老法、病法、死法、愁法、悲法、恼法、杂染法。’又说：‘ပဥ္စက္ခန္ဓေ အနိစ္စတော ပဿန္တော အနုလောမိကံ ခန္တိံ ပဋိလဘတိ။ ပဥ္စန္နံ ခန္ဓာနံ နိရောဓေ နိစ္စံ နိဇ္ဈာနန္တိ ပဿန္တော သမ္မတ္တနိယာမံ ဩက္ကမတိ။ … (ပဋိသံ-၄၁၁။) (ဝိသုဒ္

ဓိ-၂-၂၄၆။)’译：‘观五蕴为无常者，获得随顺忍；观五蕴之灭为常住涅槃者，进入正性决定……’在这特相思惟智部分，《清净之道》义注引用以上《无碍解道》巴利圣典——

——开示四十行相。为了便于记忆，摩诃维苏达拉玛大长老在自己的《胜义自性分别论》（Paramattha-sarūpabhedanī）第二册第529页起，把四十行相编成偈颂。这里将依偈颂分为三组说明：无常相十种、苦相二十五种、无我相五种。

无常相的十种行相

巴利摄颂（缅文字体）：‘ရူပံ အနိစ္စံ ပလောကံ ၊ စလံ ပဘင်္ဂံ အဒ္ဓုဝံ။’

‘ဝိပရိဏာမသာရကံ၊ ဝိဘဝံ မစ္စုသခ်ိတံ။’译：‘色是无常、毁坏、动摇、崩坏、不恒、变易、无实质、衰损、死亡、有为。’

色法是：一、无常——没有恒常之性，并不恒常。

原书 77

二、毁坏——具有败坏、毁灭之性。

三、动摇——不能安定持久，会迁动、摇摆。

四、崩坏——具有分崩离析之性。

五、不恒——没有坚固持久之性。

六、变易法——具有变异、改变之性。

七、无实质——没有坚实的核心。

八、衰损——具有损失、消亡之性。

九、死亡——具有死亡之性。

十、有为——由诸因反复造作。

一、以无常观（aniccato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘အနစ္စန္တိကတာယ ၊ အာဒိအန္တဝန္တတာယ စ အနိစ္စတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为终局并非恒常，并且有始有终，所以以无常观。’瑜伽行者应把五蕴逐蕴分开，以四十行相观修；也可依色、名二分法，把色总摄一组、名总摄一组而观。

色、名诸蕴是有前端与后端之法：生起——生时是前端，坏灭——灭时是后端。它们不能越过坏灭的后端而持续存在；到达灭时，就依自然法则灭尽，成为不存在。它们既不是能够越过灭时后端而常住的常法，不能越过那里继续生起或存在；又有生时这一前端与灭时这一后端，所以都是没有恒常之性、并不恒常的无常法。〔所谓不能越过生端，是说色法、名法在到达生时以前尚不存在，也没有预先准备好、等候生起的状态——

——所谓不能越过灭端，是说色法、名法在灭时以后也不会转到某处，像尸体堆那样层层积聚。它们只在'生前不存在'与'灭后不存在'这两种不存在之间，依生、住、灭的状态存在短短一刹那。〕色名既不能越过生端与灭端而住，又显然具有作为始终的生端与灭端，故得名为无常。应以智照见这种无常性，观作'无常、无常'。

二、以毁坏观（palokato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'ဗျာဓိဇရာမရဏေတိ ပလုဇ္ဇနတာယ ပလောကတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)'译：'因为被病、老、死所毁坏，所以以毁坏观。'五蕴色名会因病、老、死而破裂、崩解、毁灭，因病老死而有严重败坏之性，因此——

——称为毁坏。就世俗谛而言，一生之中的病、老、死即病、老、死；就胜义谛而言，已生色名法在生、住、灭三时中，短暂住立的住时是老，坏灭的灭时是死；已生诸蕴中任何一种界性偏盛，就是病性，当某一界性偏盛而使其变异、损坏时，便称患病。应以智照见五蕴色名因这种病、老、死——界性偏盛、住与灭——而严重败坏的性质，观作'毁坏、毁坏'。

三、以动摇观（calato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'ဗျာဓိဇရာမရဏေတိ ဧဓဝ လာဘာလာဘာဒိတိ ဓ လောကဓမ္မေတိ ပဓလိတတာယ ဓလတော။'译：'因为受到病、老、死以及利得、不利得等世间法所动摇，所以以动摇观。'

出处原注（缅文字体）：'(ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)'即《清净之道》2-247。

巴利《大复注》引文（缅文字体）：'လောကဓမ္မာ လာဘာဒိဟေတုကာ အနုနယပဋိဃာ၊ တေဟိ၊ ဗျာဓိအာဒီဟိ ဓ အနုဝဋ္ဋိတတာ၊ ပဓလိ- တတာ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၆။)'译：'世间法，是以利得等为因而生的随贪与抵触；由于这些世间法以及病等，诸蕴不安定而动摇。'五蕴色名既会因病、老、死而不安稳、不能持久地动摇；也会因四种可意世间法——利得、声誉、称赞与乐——而生起称为随贪的爱恋、执著、贪欲；又会因四种不可意世间法——不利得、无声誉、毁谤与苦受——而生起内心强硬、粗暴、不满，亦即称为抵触的嗔。由利得、不利得等为缘所生的随贪——贪，与抵触——嗔——

——就是世间法。五蕴色名也因这些世间法而不安稳、不能持久，迁动摇摆。应以智照见这种不安稳、不持久、迁动摇摆的性质，观作'动摇、动摇'。

四、以崩坏观（pabhaṅguto）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'ဥပက္ကမေန ဧဓဝ သရသေန ဓ ပဘင်္ဂပဂမနသီလတာယ ပဘင်္ဂတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)'译：'因为由加害与自性而趋向崩坏，所以以崩坏观。'五蕴色名会由于自己的努力、他人的加害，或由于自身本性而趋向分崩离析，所以具有崩坏性。应以智照见这种性质，观作'崩坏、崩坏'。

五、以不恒观（addhuvato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘သဗ္ဗာဝတ္ထာနိပါတိတာယ ၊ ထိရဘာဝဿ စ အဘာဝတာယ အဒ္ဓုဝတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为会在一切阶段坠落，并且没有坚固性，所以以不恒观。’

原书 79

巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘သဗ္ဗာဝတ္ထာနိပါတိတာယာတိ ရုက္ခဖလံ ဝိယ အတိတရုဏကာလတော ပဋ္ဌာယ သဗ္ဗာသု အဝတ္ထာသု နိပ- တနသီလတာယ။ အနိပတဿပိ သဗ္ဗေန သဗ္ဗံ အသာရတာယ ထိရဘာဝဿ အဘာဝတာယ။’译：‘所谓在一切阶段坠落，是说如树果一般，从极嫩之时起便会在一切阶段坠落。即使没有坠落，也因为从一切方面都无实质，而没有坚固性。’

出处原注（缅文字体）：‘(မဟာဋီ-၂-၃၉၆။)’即《大复注》2-396。

如树果从极嫩时起便不断掉落，诸行也会在幼嫩、年轻、欢乐嬉戏等一切年龄、各种阶段坠落；即使没有坠落，它们从一切方面看也都无实质，没有稳固坚实性。因此诸行唯是不坚固的不恒法。应以智照见这种性质，观作‘不恒、不恒’。

六、以变易法观（vipariṇāmadhammato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘ဇရာယ ဧဓေဝ မရဏေန စာတိ ဒွေဓာ ပရိဏာမပကတိတာယ ဝိပရိဏာမ ဓမ္မတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为依老与死这两方面而具有变异本性，所以以变易法观。’五蕴色名依称为老的住时，以及称为死的灭时，以这两方面而有变异、改变之性。它们刹那刹那地从称为生的生时状态，变异为称为老的住时状态；又从称为老的住时状态，变异为称为死的灭时状态。诸行既有这样的变易性，就应以智照见这种性质，观作‘变易法、变易法’。

七、以无实质观（asārakato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘ဒုဗ္ဗလတာယ၊ ဖေဂ္ဂု ဝိယ သုခ ဘဉ္ဇနီယတာယ စ အသာရကတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为脆弱，并且像边材一样容易折坏，所以以无实质观。’五蕴色名一经生起，便会依自己的本性自然坏灭，所以极其脆弱。有些柔弱、柔软之物，因为能够顺应、弯曲，反而不易损毁；五蕴色名却不是这样，而是像边材一样容易毁坏。因此，诸行既依自身本性自然坏灭而脆弱，又像边材般容易毁坏，故无坚实的核心。应以智照见这种性质，观作‘无实质、无实质’。

八、以衰损观（vibhavato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘ဝိဂတဘာဝတာယ၊ ဝိဘဝသမ္ဘူတတာယ စ ဝိဘာဝတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၈။)’译：‘因为失去存在，并且由无有而生，所以以衰损观。’五蕴色名诸行在生起以后，到达灭时便灭尽；灭时以后不再继续增长、兴盛，已经脱离增长兴盛之性。又，色名法诸行，尤其是属于果报轮的色名法诸行，由无有爱、无有见——断灭见所生。〔这里特举无有爱、无有见，是举相法与示例法；应知它所指的是无明、爱、取、行——

原书 80

——业五因中所含的一切爱，以及与爱相应的一切见。〕另一种解释是：属于果报轮的色名法诸行，是在如同其父、与它们同类的无明、爱、取、行、业等因法组，走完生、住、灭的寿命而坏灭之后才生起；也就是说，它们是父亲死后才出生的法。如此，诸行由于没有增长兴盛之性，又由于从无有爱与无有见生起；换一种说法，由于在父亲衰亡以后才生起，所以具有衰损之性。应以智照见——

——这种性质，观作'衰损、衰损'。

九、以死法观（maraṇadhammato），即以死亡观（maccu）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'မရဏပကတိတာယ မရဏဓမ္မတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၈။)'译：'因为以死亡为本性，所以以死法观。'色名法诸行具有称为死亡、坏灭、灭时的死性，所以是死法，即具有死亡之性。应以智照见这种性质，观作'死法、死法'，也就是'死亡、死亡'。

十、以有为观（saṅkhatato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'ဟေတုပစ္စယေဟိ အဘိသင်္ခတတာယ သင်္ခတတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၈။)'译：'因为由因与缘所造作，所以以有为观。'色名法诸行由两类因法共同造作：一、能够直接使果生起的因，即能生因；二、给予助力、支持生起的助缘，即缘。因此它们是有为法，具有被诸因反复造作之性。

在一生之初最先奠定生命的色法，是业生色。直接使这些业生色生起的因唯是业；它是能生因、根本因。无明、爱、取这些烦恼轮因法，则是支持过去业的助缘。不过，烦恼轮以亲依止等缘力资助善业；对不善业，则既以亲依止等缘力，也以俱生、相互、依止等缘力给予资助。

心、时节、食也能直接生起一部分心生色、时节生色、食生色，并资助另一些色法；但这不同于业力生起业生色。心以俱生等缘力资助心生色，时节以亲依止等缘力资助时节生色，食以食缘等缘力资助食生色。因为这不是业力，所以不称能生因，而称助缘。

在一生最初生起的名法，是结生果报名法组。

这些果报名法组的根本因、能生因是业。无明、爱、取这些烦恼轮，应依色法所说的方法理解。至于这些名法的现在因——所依处、所缘、触等法——则都是助缘。

以智照见上述原理以后，对自己将观、正在观的色法——以及受、想、行、识——观作'有为、有为'。

如同观色蕴，四名蕴也应逐蕴分别而观。

每一蕴有十种无常随观智，因此五蕴合计有五十种无常随观智。

缘起诸支也可以依这十种无常相观修。至此，无常相的十种行相结束。

苦相的二十五种行相

巴利摄颂（缅文字体）：'ဒုက္ခဋ္ဌ ဇောဂါ-ဃံ ဝဏ္ဏံ၊ သလအာ-ဗာဓံ ဥပဒ္ဒဝံ။'

‘ဘယီ-တျူ-ပသဂ္ဂါ-တာဏံ၊ အလေဏာ-သရဏံ ဝဓံ။’

‘အဃမူလံ အာဒီနဝံ၊ သာသဝံ မာရအာမိသံ။’

‘ဇာတိ-ဇွရံ ဗျာဓိသောကံ၊ ပရိဒေဝ-မုပါယာသံ။’

‘သံကိလေသသဘာဝကံ။’即：苦、病、恶、痈、箭、疾、祸患、怖畏、灾厄、灾患、无保护、无避难、无归依、杀戮者、恶之根、过患、有漏、魔食、生、老、病、愁、悲、恼、杂染法。

一、苦——唯是卑劣、污恶之苦。

二、病——唯是疼痛、污恶之病。

三、恶——唯是无益、无利。

四、痈——唯是丑陋、突起的疮痈。

五、箭——唯是刺入身体的污秽箭刺。

六、疾——唯是压迫、侵扰的疾病。

七、祸患——唯是紧逼、压迫的灾祸。

八、怖畏——唯是绝无安乐混杂、广大严重的危险；或说可怖、污恶的危难。

九、灾厄——唯是令人惊恐的灾难。

十、灾患——唯是纠缠、逼迫的灾患。

十一、无保护——唯是全无护卫而与危险相伴。

十二、无避难——唯是全无遮蔽而与危险相伴。

十三、无归依——唯是全无依怙而与危险相伴。

十四、杀戮者——〔就世俗谛而言，被假立为人、天、梵天的有情，其名色相续不能久住——

——刹那刹那地落入灭时，不分昼夜地从内部杀害他们，〕

——唯属杀手种类。

道非道智见清净释：思惟智章（之四）

原书第 82 – 105 页

原书 82

十五、恶之根——唯是一切无益与苦的根源。

十六、过患——唯是恶劣、污秽的过患；又可说是孤立无援的穷人。

十七、有漏——唯是四漏增长之处，是诸漏最切近的近因。

十八、魔食——唯是烦恼魔与死魔啃食、咀嚼、践踏之处。

十九、生——具有不顾有情、任意生起种种乖谬恶法的性质。

二十、老——具有衰退、减损之性。

二十一、病——具有患病之性。

二十二、愁——具有忧愁之性。

二十三、悲——具有哭泣、悲叹之性。

二十四、恼——具有强烈焦灼、极度忧恼之性。

二十五、杂染法——亦即杂染性，具有令爱、见、恶行三种杂染增长之性。

一、以苦观（dukkhato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘ဥပ္ပါဒဝယပဋိပီဠနတာယ ၊ ဒုက္ခဝတ္ထုတာယ စ ဒုက္ခတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为受到生灭逼迫，并且是苦的所依，所以以苦观。’《大复注》解释（缅文字体）：‘ဥပ္ပါဒဝယပဋိပီဠနတာယာတိ ဥပ္ပါဒေန၊ ဝယေန စ ပတိ ပတိ ခဏေ ခဏေ တံသမင်္ဂိနော ဝိဟာနေ- သဘာဝတ္တာ၊ တေဟိ ဝါ သယ မေဝ ဝိဟာတေဖုတ္တာ။ ဥဒယဗ္ဗယဝန္တော ဟိ ဓမ္မာ အဘိက္ခံ တေဟိ ပဋိပီဠိတာ ဧဝ ဟောန္တိ၊ ယာ ပီဠနာ "သခါရဒုက္ခတာ"တိ ဝုစ္စတိ။ ဒုက္ခဝတ္ထုတာယာတိ တိဝိဓဿပိ ဒုက္ခဿ၊ သံသာရ- ဒုက္ခဿ စ အဓိဋ္ဌာနဘာဝတော။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၅။)’译：‘所谓受到生灭逼迫，是说生与灭刹那刹那地侵害具足这些法者，或这些法本身即受生灭侵害。有生灭之法不断受其逼迫，这种逼迫称为行苦。所谓是苦的所依，是说它是一切三苦与轮回苦的依处。’色法、名法以生时与灭时，刹那刹那地折磨具有这些色名蕴的有情；换一种说法，具有生灭的色名蕴依其自然本性，本身就不断受到生灭冲击的逼迫。此外，这些色法——

——名法还是三苦的所依：一、苦苦，即缘不可意触所缘生起的身门心路中，与苦俱身识——触知心——相应的身苦受，以及缘不可意所缘生起的两个嗔根心中相应的心忧受；二、变易苦，即缘可意触所缘生起的身门心路中，与乐俱身识——触知心——相应的身乐受，以及缘可意所缘生起的心悦受；三、行苦，即舍受与其余色法、名法——

——的总称。这些色名诸行既是三苦的所依，自身也都不断受到生灭冲击的逼迫；这种受逼迫性正称为行苦，是具有生与灭的诸行之自然法则。因此，所有名为苦苦、变易苦与行苦的诸行，也都可名为行苦。换一种说法，一切色名诸行都是苦苦、变易苦、行苦这三苦的所依，也是生、老、病、死、愁、悲、苦、忧、恼等轮回苦的所依。如此，诸行由于不断受到生灭冲击的——

——逼迫，又由于是三苦与轮回苦的所依，所以唯是卑劣、污恶之苦。应以智照见这种性质，观作‘苦、苦’。这样观，才称为把诸行安立于苦相上修习毗婆舍那。

应注意：这还不是毗婆舍那

善男子请注意并体会：真正把诸行安立于苦相上修习毗婆舍那，须达到上述观法。想观修苦相的瑜伽行者，应具足下列条件：一、四遍净戒这一基础戒已经清净，故成就戒清净；二、已成功建立入出息念第四禅等安止禅定，或任何一种近行定，故具足心清净；三、能分析色聚、名聚，使智见抵达究竟色与究竟名，摄取色名而获得名色分别智，故具足见清净智见；四、如缘起篇所说明，能够以智分别并摄取过去、未来、现在三时中的连续因法与果法——

——已获得缘摄受智，因而抵达度疑清净阶段；五、能把过去、未来、现在三时与内、外两相续中的色名及其因法安立于三相上，观照、思惟，因而已经进入思惟智阶段。善男子必须具足以上每一条件。若不具足这些条件：一、尚未以智看见色聚、名聚；即使看见，也尚不能分析色聚、名聚，智见未达胜义，尚不知道究竟色名的真实法性——

——与本质；

原书 84

二、尚不能依缘起教法，从一系列过去生直到一系列未来生的尽头，以智分别、摄取连续因法与果法，也尚未以正见智慧亲自现证、洞见；三、智见尚未抵达究竟色名，因而还不能以正见智慧亲自现证、洞见究竟色名直到刹那现在，如何不断受到生灭冲击的逼迫。一个瑜伽行者若肩负着这一大堆无知而进入禅堂，不可能一坐下便立刻成就毗婆舍那。请读下列论典的定义。

巴利《阿毗达磨义注》引文（缅文字体）：‘အနိစ္စာဒိဝသေန ဝိဝိဓေဟိ အာကာရေဟိ ဓမ္မေ ပဿတီတိ ဝိပဿနာ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၁-၁၇၅။)’译：‘因为以无常等各种行相观诸法，故名毗婆舍那。’能够依无常等种种行相，观知、观见色名诸行及其因法，所以称为毗婆舍那。就胜义法的体义而言，所谓毗婆舍那就是正见智——慧。（《阿毗达磨义注》1-175。）

二、以病观（rogato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘ပစ္စယယာပနိယတာယ၊ ရောဂမူလတာယ စ ရောဂတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘由于须由诸缘维持，又是病的根本，所以以病观。’五蕴、色名诸法，随其所应，都须由因法维持：业生色由业维持，心生色由心维持，时节生色由时节维持，食生色由食维持；名法也由各自相应的因法维持。（参见缘起篇。）所谓维持，就是令它从生时持续到灭时；这种从生时延续到灭时的寿命与存续，离开各自的因法便不可能成立。又，色名诸行还类似某种作为随身慢性病根源——

——和基础的可控制病（yāpya-roga）。

疾病有四种：一、可治病（sādhya-roga），无论治疗与否都能痊愈；二、不可治病（asādhya-roga），不能痊愈；三、难治病（kicchasādhya-roga），必须治疗才能痊愈；四、可控制病（yāpya-roga），治疗只能减轻病情而不能根治，即长期缠身之病。色名诸行就类似某种作为随身慢性病根源和基础的可控制病。佛陀在《毒蛇譬喻经》（《相应部》2-381）等处说，四大种如四条大毒蛇，五蕴如五名大杀手。身体中发生的一切苦都从色名蕴而生；若色名——

原书 85

——蕴不存在，一切苦也就不再存在。因此，色法、名法既须由各自相应的因法维持，又类似作为随身慢性病根源的可控制病，所以唯是疼痛、污恶之病。应以智照见这种性质，观作'病、病'。

巴利《大复注》引文（缅文字体）：'ယာပျဗျာဓိ ဟိ ရောဂေါ။ ဣတရော အာဗာဓောတိ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၅။)'译：'可控制病称为 roga，其余疾病称为 ābādha。'《清净之道大复注》的作者如此解释：可控制病名为 roga，其余疾病名为 ābādha。（《大复注》2-395。）意谓色名是所有身体与心理疾病的所依，故如可控制病。

三、以恶观（aghato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'ဝိဂရဟာဏိယတာယ၊ အဝမိအာဝဟနတာယ၊ အဃဝတ္ထုတာယ စ အဃတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)'译：'因为应受呵责、招致衰损，又是恶的所依，所以以恶观。'《大复注》解释（缅文字体）：'အဃန္တိ ပါပံ ဝိယ အရိယဇနေဟိ ဝိဂရဟိတဗ္ဗံ။ သတ္တာနံ အနတ္ထဇနနတော အဝမိအာဝဟံ၊ ပါပဿ စ ဝတ္ထုဘူတံ ခန္ဓပဉ္စကန္တိ အာဟ ဝိဂရဟာ။ ပ ။ အဃတောတိ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၅။)'译：'所谓恶，是如罪恶一般应受圣者呵责；因为给有情带来无益，故招致衰损；五蕴又是罪恶的所依。因此说"因为应受呵责……所以以恶观"。'佛陀等圣者像呵责不善法一样呵责五蕴色名法。譬如粪秽无论多么微少，必定可厌可恶；同样，任何生命无论多么短少，也必定可厌可恶。因此佛陀不赞叹任何有；如厌恶粪秽一样，厌恶称为生命的色名蕴。（《增支部》1-36。）如此，色法、名法如不善法一般应受呵责；而具足色名蕴者——

——才会遭遇结生之灾、衰老之灾、疾病之灾、死亡之灾、恶趣之灾等种种大灾；不再有色名蕴者，便永远不会遭遇这些灾祸，因为正是色名蕴把这些大灾随身带来。

就胜义谛而言，一切有为胜义法中都明显具有生、住、灭——生时、住时、灭时——这三种性质。有为胜义法的生、住、灭本身就是大灾；色名蕴把这三种大灾与自己一同带来。如此，色名蕴能给众多有情带来巨大的无益；再者，各种称为恶（agha）的不善也必须依色名蕴才能生起，没有色名蕴就不可能生起，因此色名蕴又是种种恶的所依。由于这些原因，一切色名蕴唯是恶（agha），唯是无益无利。应以智照见这些性质，观作'恶——

——恶'。

四、以痈观（gaṇḍato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'ဒုက္ခတာသူလယောဂိတာယ၊ ကိလေသာသုစိပဋ္ဌရဏတာယ၊ ဥပ္ပါဒဇရောဘင်္ဂေါတိ ဥဒ္ဓုမာတ-ပရိပက္ကာ- ပဘိန္နတာယ စ ဂဏ္ဍတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)'译：'因为与苦性的刺痛相应、流出烦恼的不净脓液，又因生、老、灭而肿胀、成熟、破裂，所以以痈观。'

譬如普通的突起疮痈不断受到疼痛刺击，色名蕴也不断受到三种苦性刺痛：身苦受与心苦受所成的苦苦；身乐受与心乐受在生时和住时暂属快乐，到了灭时便变坏消失，所成的变易苦；以及不断受生灭冲击逼迫的行苦。如此，色名蕴与称为三苦性的刺痛相应。又如普通疮痈不断渗出脓液，以色名蕴为所缘而生的贪等烦恼脓液也不断流出。

贪等烦恼脓液有时又与某些不善名法相应而俱生。因此，色名蕴随其所应，或作为所缘，或作为相应法，不断渗出贪等烦恼脓液这种不净、可厌、可恶的污物。又如普通疮痈会肿胀、成熟并凌乱破裂，色名蕴

也同样：甲、先前没有而今突然生起，依生时性质而肿胀；乙、依住时即老化的性质而成熟；丙、依灭时即死亡的性质而破裂、崩解、毁坏——

——也因如此；

由于这些原因，一切色名蕴唯是痈（gaṇḍa），唯是丑陋、突起的疮痈。应以智照见这种性质，观作'痈、痈'。

五、以箭观（sallato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'ပီဠာဇနကတာယ၊ အန္တောတုဒနတာယ၊ ဒုန္နီဟရဏီယတာယ စ သလ္လတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)'译：'因为造成逼迫、从内刺入，又难以拔除，所以以箭观。'色名诸行以生灭冲击逼迫色名所依的有情；苦受等种种受如在身体内部刺入、穿刺，色名诸行也住在这个身体生命的内部，以生灭之力刺击、压迫；再者，对色名诸行作'我、我所'的爱见作意极其坚固，离开称为圣道的镊子，便难以拔除爱执与见执——

——由于这些原因，一切色名诸行唯是箭（salla），唯是刺入身体的污秽箭刺。应以智照见这种性质，观作'箭、箭'。

六、以疾观（ābādhato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'အသေရိတာဝဇနကတာယ၊ အာဗာဓဝဒ္ဓာနတာယ စ အာဗာဓတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)'译：'因为造成不自在，又是疾病的近因，所以以疾观。'病卧在床的人不能靠自己的力量保持四威仪，必须由别人服侍照料、扶他躺下、扶他起身等；由于身体依赖他人，故称为不自在者（aserī）。色名蕴也不能靠自己的力量保持四威仪，并不依属于自己，只能依属于称为因法的他者，因此名为不自在性。

有色名蕴才有疾病；没有色名蕴就没有疾病。因此，色名是严重压迫性疾病最切近的近因。

如此，一切色名蕴既依属于称为因法的他者——即依他而生——又是严重压迫性疾病的根源，所以唯是疾（ābādha），唯是压迫侵扰之病。应以智照见这种性质，观作'疾、疾'。

七、以祸患观（upaddavato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'အဝိဒိတာနံယေဝ ဝိပုလာနံ အနတ္ထာနံ အာဝဟနတော၊ သဗ္ဗုပဒ္ဒဝဝတ္ထုတာယ စ ဥပဒ္ဒဝတော။'

'(ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)'译：'因为带来难以预知的广大无益，又是一切祸患的所依，所以以祸患观。'

通常，王难、王罚等祸患会使受罚的有情遭受无益，并压倒、逼迫他。同样，色名蕴也像'蛋中雏鸡、笼中鹦鹉'一般，带来难以推知的老灾、病灾、死灾、王难、王罚等众多无益。

色名蕴还是一切紧逼、压迫之祸患的所依与发生之地。

如此，一切色名诸行既带来难以推知的种种无益，又是一切紧逼、压迫之祸患的所依与发生之地，所以唯是祸患（upaddava），唯是极其紧逼、压迫的灾祸。（其中也包括难知难见的生灭灾患。）应以智照见这种性质，观作‘祸患、祸患’。

巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘ဥပဒ္ဒဝတိတိ ဥပဒ္ဒဝေါ။ အနတ္ထံ ဇနေန္တော အတိတဝတိ အဇ္ဈောတ္ထရတိတိ အတ္ထော၊ ရာဇဒဏ္ဍာဒိနံ ဧတံ အဓိဝစနံ။ ခန္ဓာ စ ဒေဿာတိ ဝုတ္တံ "အဝိဒိတာနံ။ ပ ။ ဥပဒ္ဒဝတော"တိ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၅။)’译：‘能紧逼侵害，故名祸患；意谓它造成无益而征服、压倒。这是王罚等的名称。诸蕴也具有同样性质，所以说“带来难以预知的……所以以祸患观”。’因为紧逼侵害，所以称为祸患；意谓使种种无益发生，并压倒、逼迫。祸患这一名称，就是王难、王罚等的名称。诸蕴也确实具有这种性质，所以义注师解释说：‘通常，王难、王罚等祸患会使受罚的有情——

原书 88

——遭受无益，并压倒、逼迫他。同样，色名蕴也像“蛋中雏鸡、笼中鹦鹉”一般，带来难以推知的老灾、病灾、死灾、王难、王罚等众多无益。’（《大复注》2-395。）

八、以怖畏观（bhayato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘သဗ္ဗဘယာနံ အာကရတာယ၊ ဒုက္ခဝူပသမသင်္ခါတဿ ပရမဿာသဿ ပဋိပက္ခဘူတတာယ စ ဘယတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为是一切怖畏的矿藏，又与称为苦之止息的最上安稳相对，所以以怖畏观。’《大复注》解释（缅文字体）：‘ဒိဋ္ဌဓမ္မိကသမ္ပရာယိကဘယာဝဟတော၊ အတာယပဋိပက္ခတော စ ခန္ဓာ ဘယန္တိ အာဟ "သဗ္ဗဘယာနံ ။ ပ ။ ဘယတော"တိ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၅။)’译：‘诸蕴带来现世与来世的怖畏，又与无畏相对，所以是怖畏；故说“是一切怖畏的……所以以怖畏观”。’五蕴色名法如同一座大险坑，是现世与来世一切怖畏的所依。有色名蕴，这些大灾才能发生、存在，因为色名蕴会把各种怖畏带来。这些怖畏包括结生之灾、衰老之灾、疾病之灾、死亡之灾，以及对尚未离贪者而言的愁、悲、苦、忧、恼之灾，还有不断——

——受生灭冲击逼迫的行苦之灾等种种大灾。

再者，五蕴色名法还与殊胜涅槃正相反；涅槃是一切苦的大寂灭、大清凉、大安乐与大轻安。

如此，一切五蕴色名法既如大险坑，是现世、来世两类种种怖畏与苦的所依，又与一切怖畏得以寂静、轻安的殊胜涅槃相反，所以唯是怖畏（bhaya），唯是不与安乐等混杂、广大严重的危险。应以智照见这种性质，观作‘怖畏、怖畏’。

九、以灾厄观（ītito）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘အနေကဗျသနာဝဟနတာယ ဣတိတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为带来多种毁坏，所以以灾厄观。’《大复注》解释（缅文字体）：‘ဗျာဓိအာဒိဟိ ဧ ခန္ဓာနံ ဗျသနန္တိ ။ ဗျသနာဝဟဘာဝေန ဧတီတိ ဣတိ။ အာဂန္တုကာနံ အကုသလ- ပက္ခိယာနံ ဗျသနဟေတူနံ ဧတံ အဓိဝစနံ။ ခန္ဓာ စ ဒေဿာတိ အာဟ "အနေကဗျသနာဝဟတာယ ဣတိတော"တိ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၅။)’译：‘诸蕴因疾病等而毁坏。它以带来毁坏的性质而到来，故名灾厄；这是如来客般的不善一方、作为毁坏之因诸法的名称。诸蕴也具有这种性质，所以说“因为带来多种毁坏，所以以灾厄观”。’五蕴色名法因病、老、死等而毁坏，名为毁坏（vyasana）；这是世俗谛。色名蕴因受生灭冲击逼迫而毁坏，也名为毁坏；这是胜义谛。换一种说法，一切有为法都——

原书 89

——具有三种有为相：一、生，即生起的性质；二、灭，即坏灭的性质；三、住异，即生起以后便朝向将要坏灭的灭时而倾斜——

——的性质。

上述三种有为相是恒常如此的法则。一切有为法，也就是一切诸行，都不断受到生、住、灭这三种有为冲击的逼迫；这就是有为色名蕴的毁坏（vyasana）。五蕴色名法把这种毁坏与自己一同带来，故称为灾厄（īti）。以譬喻用法而言，灾厄这一名称，也指以无明、爱、取为首的烦恼轮转诸法；它们如外来的访客，属于不善一方，又是毁坏的真正原因。

只有具备称为烦恼轮转的湿润黏着，称为业轮转的善业、不善业才会产生称为果报轮转的五蕴色名果法。

只有五蕴色名法明显存在，毁坏法才会明显生起。因此，烦恼轮转诸法是毁坏的真正原因，故名灾厄；五蕴色名法也同样会带来种种毁坏，所以唯是灾厄（īti），唯是令人惊恐的危险。应以智照见这种性质，观作'灾厄、灾厄'。

十、以灾患观（upasaggato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'အနေကေတိ အနတ္ထေတိ အနုဗ္ဗတ္တာယ၊ ဒေါသူပသဋ္ဌတ္တာယ၊ ဥပသဂ္ဂေါ ဝိယ အနဓိဝါသနာရဟတ္တာယ စ ဥပသဂ္ဂတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)'译：'因为被众多无益追随、为过失所侵，又如灾患一般不应忍受，所以以灾患观。'《大复注》解释（缅文字体）：'ဗဟိဒ္ဓါ ဉာတိဗျသနာဒီဟိ၊ အဇ္ဈတ္တံ ရာဂါဒီဟိ အနတ္ထေတိ ဥပသဇ္ဇနဋ္ဌေန၊ ဥပသဂ္ဂသဒိသတ္တာယ စ ဥပသဂ္ဂေါ။ ဥပသဂ္ဂေါတိ စ ဒေဝတူပသံဟာရဝသေန ပဝတ္တော ဗျာဓိအာဒိ အနတ္ထော။ သော အတ္ထကာမေန မုဟုတ္တမ္ပိ န အဇ္ဈုပေက္ခိတဗ္ဗော ဟောတိ။ တေန ဝုတ္တံ "အနေကေဟိ။ ပ ။ ဥပသဂ္ဂတော"တိ။'

'(မဟာဋီ-၂-၃၉၅-၃၉၆။)'译：'外在被亲属毁坏等无益侵扰，内在被贪等无益侵扰，又因类似灾患，故名灾患。所谓灾患，是由天神加害而发生的疾病等无益；求利益者一刹那也不应忽视它。因此说"被众多无益……所以以灾患观"。'

亲属毁坏、财富毁坏等种种外在灾祸，以及能竭力带来一切无益的贪、嗔、痴、慢等种种内在灾祸，始终追随、缠绕、黏附于五蕴色名法。色名不断受到这些外在和内在灾祸的追随、缠绕与黏附，所以称为灾患。

原书 90

再者，色名也因为类似灾患而名为灾患。相似之处如下。

由天神的附着、驱使、作祟与迷惑之力造成的疾病等无益，称为灾患。任何希望获得利益的人，一刹那也不应忽视这种有害的灾患。同样，五蕴色名法也把疾病等无益一并带来，故与灾患相似。凡希望获得道、果、涅槃这一广大殊胜利益安乐的善男子、善女人，对于会时时带来疾病、生灭等无益而名为灾患的五蕴色名法，一刹那也不应容忍或置之不理。

再者，一切五蕴色名法，或作为所缘，或作为相应法，都与贪等过失黏着相连。（前文已经说明。）如此，五蕴色名法既被众多内在、外在的无益不断追随、缠绕，又与贪等过失黏着相连，并且如同会带来无益的灾患一样，一刹那也不应容忍或接受。因此，一切色名诸行唯是灾患（upasagga），唯是纠缠、逼迫的灾患。应以智照见这种性质，观作‘灾患、灾患’。

十一、以无保护观（atāṇato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘အတာယနတာယ စေဝ၊ အလဗ္ဘနေယျခေမတာယ စ အတာဏတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为不能保护，也不能从它获得安稳，所以以无保护观。’《大复注》解释（缅文字体）：‘တာယိတုံ ရက္ခိတုံ အသမတ္ထတာယ နတာယနောတိ အတာယနော၊ တဗ္ဘာဝေါ အတာယနတာ။’

‘တာဏာသီသာယ ဥပဂတဿ အလဗ္ဘနေယျခေမတာ။ (မဟာဋ္ဌီ-၂-၃၉၆။)’译：‘因为不能防护、守护，故不是保护，即无保护；这种状态就是不能保护。想从它获得保护而趋近时，不能由它得到安稳。’五蕴色名法一旦生起，极难保护它们不坏灭；既不能保护它们，又即使怀着希望受保护的愿望而依靠，也无论如何都不能使它们不坏灭、远离坏灭之险。因此，一切色名诸行唯是无保护（atāṇa），唯是全无护卫而与危险相伴。应以智照见这种性质，观作‘无保护、无保护’。

诸行生起以后，既难以守护使其不坏灭；即使怀着希望受保护的愿望而依靠，也绝不可能获得远离坏灭之险的安稳。这正是可怖的危险之义。

原书 91

十二、以无避难观（aleṇato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘အလဒီယိတုံ အနရဟတာယ၊ အလဒီနာနမ္ပိ စ လေဏကိစ္စာကာရိတာယ အလေဏတော။’

‘(ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为不值得作为避难处，也不能对前来避难者履行避难处的作用，所以以无避难观。’

巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘ဒုက္ခဘီတိယာ ဥပလီယနာဓိပ္ပါယေန အလဒီယိတုံ။ ဒုက္ခနိဝတ္တနံ လေဏကိစ္စံ။ (မဟာဋ္ဌီ-၂-၃၉၆။)’译：‘由于畏惧苦，怀着靠近、依附之意而前来避难；使苦止息，是避难处的作用。’一切色名诸行，既不值得让畏惧苦者——尤其畏惧不断受生灭冲击逼迫之苦者——怀着依附的愿望前来避难，也不能为畏惧苦、希望依附而前来避难者履行使苦消失、止息的避难作用。因此，唯是无避难（aleṇa），唯是全无遮蔽而与危险相伴。应以智照见这种性质，观作‘无避难、无避难’。

十三、以无归依观（asaraṇato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘နိဿိတာနံ ဘယသာရကတ္တာဘာဝေန အသရဏတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为不能为依靠者消除怖畏，所以以无归依观。’《大复注》解释（缅文字体）：‘ဇာတိအာဒိဘယာနံ ဟိ သနံ ဝိဓမနံ ဘယသာရကတ္တံ။ (မဟာဋ္ဌီ-၂-၃၉၆။)’译：‘摧破、驱散生等怖畏，就是消除怖畏。’五蕴色名法本身就明显具有生、老、病、死等性质，因此不能为畏惧生、老、病、死等苦难而前来依靠的人摧破、消除这些苦难。所以，一切色名诸行唯是无归依（asaraṇa），唯是全无依怙而与危险相伴。

应以毗婆舍那智仔细照见这种性质，观作‘无归依、无归依’。

十四、以杀戮者观（vadhakato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘မိတ္တမုခသပတ္တော ဝိယ ဝိဿာသဃာတိတာယ ဝဓကတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၈။)’译：‘因为像貌似朋友的仇敌一样，杀害信任者，所以以杀戮者观。’《大复注》解释（缅文字体）：‘ဣမေ ရူပါဒယော သုခဟေတု၊ နဒုက္ခဟေတူတိ ဇနိတဝိဿာသာနံ ဟနနသီလတာယ ၊ ခန္ဓေသု ဟိ "ဧတံ မမာ"တိ ဂါဟဝသေန သတ္တာ ဗျသနံ ပါပုဏန္တိ၊ ဝိဿာသံ ဝါ ဟနန္တိတိ ဝိဿာသဃာတိနော၊ တဇ္ဇာဝတော။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၇။)’译：‘人们相信色等是乐因、不是苦因，而它们的本性却会杀害这些信任者。有情由于对诸蕴执取“这是我的”而遭受毁坏；又因其破坏信任，故名杀害信任者。’佛陀在《毒蛇譬喻经》（《相应部》2-381—383）中说五蕴是五名大杀手。任何一蕴一旦变异并占上风，具蕴的有情随时都可能死亡。因此，一切色名诸行如同面带朋友笑容的仇敌，会杀害亲近、信任自己的人，所以唯属杀戮者（vadhaka）。就胜义谛而言，每一胜义法在每一刹那的灭时都从内部不断杀害；所以每一蕴——

——都把依世俗谛假立的人、天、梵天等有情，刹那刹那推入灭时，相续不久住，昼夜不停地从内部杀害，唯属杀手种类。应以毗婆舍那智照见这种性质，观作‘杀戮者、杀戮者’。

十五、以恶之根观（aghamūlato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘အဃဟေတုတာယ အဃမူလတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为是恶的原因，所以以恶之根观。’《大复注》解释（缅文字体）：‘အဃဿ ပါပဿ ဟေတုတာ အဃဟေတုတာ။ ခန္ဓပဋိဗဒ္ဓမေဝ ဟိ သဗ္ဗံ ကိဗ္ဗိသန္တိ။(မဟာဋီ-၂-၃၉၇။)’译：‘作为恶、罪的原因，就是恶因；因为一切罪恶都与诸蕴相连。’一切恶行都恒常与五蕴色名法相关；没有诸蕴，恶行便不可能存在。因此，五蕴色名法是粗暴恶劣的不善之真正根源，故唯是恶之根（aghamūla），唯是无益与苦患的根源。

种种恶与不善法，或以色法为所缘、依色法而生，或以名法为所缘、与名法相应而生。应以智照见这种性质，观作‘恶之根、恶之根’。

十六、以过患观（ādīnavato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘ပဝတ္တိဒုက္ခတာယ၊ ဒုက္ခဿ စ အာဒီနဝတာယ အာဒီနဝတော၊ အထဝါ အာဒီနံ ဝါတိ ဂဿတိ ပဝတ္တတီတိ အာဒီနဝေါ၊ ကပဏမနုဿဿေတံ အဓိဝစနံ၊ ခန္ဓာပိ စ ကပဏာယေဝါတိ အာဒီနဝသဒိသတာယ အာဒီ- နဝတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为流转是苦，苦又有过患，所以以过患观；或者，陷入贫困而行、而生活者称为过患，这是穷人的名称；诸蕴也确实贫乏，所以因与过患相似而以过患观。’《大复注》解释（缅文字体）：‘ပဝတ္တိဒုက္ခတာယာတိ ဘဝပဝတ္တိဒုက္ခဘာဝတော။ ဘဝပဝတ္တိ စ ပဋ္ဌန္နံ ခန္ဓာနံ အနိစ္စာဒိအာကာရေန ပဝတ္တနမေဝ၊ သော စ အာဒီနဝေါ။ ယထာဟ "ယံ ဘိက္ခဝေ ပဋ္ဌပါဒါနက္ခန္ဓာ အနိစ္စာ ဒုက္ခာ ဝိပရိဏာမဓမ္မာ။’

‘အယံ ဘိက္ခဝေ ပဋ္ဌသု ဥပါဒါနက္ခန္ဓေသု အာဒီနဝေါ"တိ။ တေနာဟ "ဒုက္ခဿ စ အာဒီနဝတာယာ"တိ။’

‘(မဟာဋီ-၂-၃၉၆။)’译：‘所谓流转是苦，是说有的流转具有苦性；有的流转，就是五蕴以无常等行相流转，而这正是过患。如经中说：“比丘们，五取蕴无常、苦、是变易法；比丘们，这就是五取蕴的过患。”所以说“苦又有过患”。’

诸蕴的生起称为流转（pavatti），诸蕴的不生与止息称为还灭（nivatti）。流转属于轮回，所以是苦；还灭则如巴利所说（缅文字体）：‘ပဥ္စန္နံ ခန္ဓာနံ နိရောဓော သုခံ နိဗ္ဗာနံ’，译为‘五蕴的灭是乐、是涅槃’；五蕴的止息是灭涅槃，所以是乐。

五蕴依无常等行相而生起，就是有的流转，即有之生起与轮回苦生起的性质。五蕴如此依无常等行相而生起，正是五蕴的过患。

‘比丘们，五取蕴由某种因法生起以后便会坏灭，因此是无常法；不断受生灭冲击逼迫，因此是苦法；随老与死而变坏毁灭，因此是变易法。

比丘们，这种无常、苦、变易法的性质，就是五取蕴的过患。’（《相应部》2-23、51等。）佛陀如此开示。

如此，五蕴色名法既是有之流转的苦，又具有无常、苦、变易法这一五蕴苦谛的过患，所以一切色名诸行唯是过患，唯是具有无常、苦、变易法之患的诸法。

原书 93

巴利《相应部》引文（缅文字体）：‘ရူပံ ဘိက္ခဝေ အနိစ္စံ၊ ယောပိ ဟေတု ယောပိ ပစ္စယော ရူပဿ ဥပ္ပါဒါယ၊ သောပိ အနိစ္စော၊ အနိစ္စသမ္ဘူတံ ဘိက္ခဝေ ရူပံ ကုတော နိစ္စံ ဘဝိဿတိ။ (သံ-၂-၂၀။)’译：‘比丘们，色是无常；为令色生起的因与缘也是无常。比丘们，由无常法所生的色，怎么可能是常？’色法是无常的；为令色法生起，既有直接产生它的因——能生因，也有支持它的缘——助力因，而这些因法也都是无常。由无常法所生的色法怎么可能是常？（《相应部》2-20。）经中对五蕴都作同样开示，对苦与无我也作同样开示。因此，能直接产生五取蕴的无明——

——爱、取、行、业、心、时节、食、依处、所缘、触等因与缘，本身就具有无常、苦、变易法这一过患；所以五蕴也同样具有无常、苦、变易法这一过患。

换一种说法，世间也把孤立无援的穷人称为过患（ādīnava）；极其孤单、贫苦困顿的状态也称为过患。色名蕴同样类似孤立无援的穷人：穷人无所依靠，诸蕴也无处隐蔽、安住与依靠，不能使生起以后不坏灭，不能避免落入无常、苦、变易法的性质。

如此，诸蕴因为类似孤立无援的穷人，所以唯是过患（ādīnava），唯是孤立无援的穷人。应以毗婆舍那智照见这种性质，观作‘过患、过患’。

十七、以有漏观（sāsavato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘အာသဝပဒဋ္ဌာနတာယ သာသဝတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၈။)’译：‘因为是诸漏的近因，所以以有漏观。’《大复注》引文（缅文字体）：‘အာသဝါနံ အာရမ္မဏာဒိနာ ပစ္စယဘာဝေါ အာသဝပဒဋ္ဌာနတာ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၇။)’译：‘作为诸漏的所缘等缘，就是诸漏近因性。’作为色名诸蕴真正根因、集圣谛的无明、爱、取，本身就是诸漏。色名诸蕴以诸漏为真正根因，

所以只是诸漏的增长。反过来，诸漏也只以色名为所缘而生起；因为色名诸蕴以所缘缘力等提供助缘，诸漏才能生起。如此，色名诸蕴既是诸漏最切近的近因，也是诸漏的增长和所缘，所以称为有漏（sāsava）。应以观智照见这种性质，观作‘有漏、有漏’。

十八、以魔食观（mārāmisato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘မစ္စုမာရကိလေသမာရာနံ အာမိသဘူတတာယ မာရာမိသတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၈။)’译：‘因为是死魔与烦恼魔的食物，所以以魔食观。’

原书 94

巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘မစ္စုမာရဿ အဓိဋ္ဌာနဘာဝေန၊ ကိလေသမာရဿ ပစ္စယဘာဝေန သံဝဗုန တော အာမိသဘူတတာ၊ ခန္ဓာပိ ခန္ဓာနံ အာမိသဘူတာ ပစ္စယဘာဝေန သံဝဗုနတော၊ တဒန္တောဂဓာ အတိသင်္ခါရာ။ ဒေဝပုတ္တမာရဿ ပန "မမေတ"န္တိ အဓိမာနဝသေန အာမိသဘာဝေါတိ ခန္ဓာဒိမာရာနမ်ပိ ဣမေသံ ယထာရုတံ အာမိသဘူတတာ ဝတ္ထုဗ္ဗာ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၇။)’译：‘诸蕴作为死魔的住处，又作为烦恼魔的缘而令其增长，所以成为它们的食物。诸蕴也以作为缘、令后起诸蕴增长而成为诸蕴的食物；能行作新有的行也摄在诸蕴之内。至于天子魔，则因“这是我的”这种增上慢而以诸蕴为食。因此，也应随其所应，说这些蕴是蕴魔等诸魔的食物。’魔有五种：天子魔、烦恼魔、蕴魔、死魔、行作魔（abhisaṅkhāra-māra）。第六他化自在天中的魔王及其眷属，称为天子魔；真正的诸烦恼，称为烦恼魔；五蕴称为蕴魔；死亡之法称为死魔；能造作并令新有生起的善业、不善业，称为行作魔。

色名诸蕴是死亡之法——死魔的住处；也是以无明、爱、取等为首的真正烦恼魔所依而生及增长的缘。因此，色名是死魔与烦恼魔咀嚼、享用、践踏之处，称为魔食（mārāmisa = māra + āmisa）。

对于未能及时对称为果报轮转的诸蕴——换句话说，五蕴——修观的有情，由于对这些蕴作不如理作意，烦恼轮转又会生起；依止烦恼轮转，业轮转又再生起；由业轮转，称为果报轮转的诸蕴又再生起。（参见缘起篇。）因此，先前的诸蕴以作为后起诸蕴之因而令一个又一个新蕴增长，所以是食物。能造作并令新有生起的行作法，也摄在这些蕴中；它们就是蕴魔与行作魔，也同样是魔食。

至于天子魔，应知诸蕴由于‘这一切法都是我的财物’这种增上慢之力而成为他的食物。因此，也应随其所应，说这五蕴是蕴魔、行作魔与天子魔的食物。

所以，色名诸蕴是死魔、烦恼魔——换一种说法，是五种魔——咀嚼、享用、践踏之处；这就是魔食（mārāmisa = māra + āmisa），即死魔、烦恼魔乃至五魔的食物。应以观智照见这种性质，观作‘魔食、魔食’。

十九、以生法观；二十、以老法观；二十一、以病法观

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘ဇာတိ-ဇရာ-ဗျာဓိ (မရဏ) ပကတိတာယ ဇာတိ-ဇရာ-ဗျာဓိ (မရဏ) ဓမ္မတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၈။)’译：‘因为以生、老、病（死）为自然性质，所以以生法、老法、病法（死法）观。’《大复注》解释（缅文字体）：‘ဓမ္မသဒ္ဒေါ "ဇာတိဓမ္မာန"န္တိအာဒီသု ဝိယ ပကတိအတ္ထော၊ "ဓမ္မပဋိသမ္ဘိဒါ"တိအာဒီသု ဝိယ ဟေတု- အတ္ထော စာတိ အာဟ "ဇာတိဇရာဗျာဓိမရဏပကတိတာယ၊ သောကပရိဒေဝဒုပါယာသဟေတုတာယာ"တိ။

(မဟာဋီ-၂-၃၉၇။)’译：‘“法”一词，如“具有生法”等处，意为自然性质；又如“法无碍解”等处，意为因。因此说：“因为以生、老、病、死为自然性质，因为是愁、悲、恼之因。”’

原书 95

（死法已摄入无常相。）色名诸蕴具有生、老、病（死）的性质：十九、生——具有任意生起的性质。

二十所说的老，是指具有衰退、减损的性质。

二十一所说的病，是指具有患病的性质。

无论在世俗谛的范围，还是胜义谛的范围，都可以观照这些生、老、病的性质；但以胜义谛为要。应以观智分别照见生、老、病各自的性质，依次观作：十九、‘生法、生法’；二十、‘老法、老法’；二十一、‘病法、病法’。

二十二、以愁法观；二十三、以悲法观；二十四、以恼法观。巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘သောက-ပရိဒေဝ-ဥပါယာသဟေတုတာယ သောက-ပရိဒေဝ-ဥပါယာသဓမ္မတော။(ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၈။)’译：‘因为是愁、悲、恼之因，所以以愁法、悲法、恼法观。’以色名诸蕴为因、为所依，分别生起：一、忧愁、悲伤的愁；二、哭泣、哀号的悲；三、极度忧恼、疲惫的恼。

因此，色名诸蕴是愁、悲、恼的因。

所以，一切五蕴色名法都具有：二十二、愁——忧愁、悲伤的性质。

二十三所说的悲，是指哭泣、哀号的性质。

二十四所说的恼，是指抽泣、极度忧恼的性质。

应以观智分别照见这些性质，依次观作：二十二、‘愁法、愁法’；二十三、‘悲法、悲法’；二十四、‘恼法、恼法’。

二十五、以杂染法观（saṃkilesikadhammato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘တဏှာ-ဒိဋ္ဌ-ဒုစ္စရိတသံကိလေသာနံ ဝိသယဓမ္မတာယ သံကိလေသိကဓမ္မတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၈။)’译：‘因为是爱、见、恶行这三种杂染的境法，所以以杂染法观。’

原书 96

巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘သံကိလေသတ္တယဂ္ဂဟဏေန တဒေကဋ္ဌာနံ ဒသန္နံ ကိလေသဝတ္ထူနမ္ပိ သင်္ဂဟော ဒဋ္ဌဗ္ဗော။ တဒါ- ရမ္မဏာပိ ဟိ ဓမ္မာ တဒနတိဝတ္တနတော သံကိလေသိကာ ဇဝေ။ တထာ ခုဒ္ဓါ၊ တဏှာ၊ ဇဋ္ဌာဒီသု သရီရဿ၊ သံကိလေသဿ စ သင်္ဂဟော ဒဋ္ဌဗ္ဗော။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၇။)’校异（缅文字体）：‘(ခုဒါတဏှာဇရာဒီသု ပရိဿမသံကိလေသဿ စ သင်္ဂဟော ဒဋ္ဌဗ္ဗော။ သီ - မူ။)’译：‘由摄取三种杂染，应知也摄取与它们同一依处的十种烦恼事。作为那些烦恼事所缘的诸法，因为不超出其所缘范围，也确实是杂染法。同样，由饥饿、渴爱、纠结等，也应知摄取身体的疲劳与杂染。’校异作：‘由饥饿、口渴、衰老等，也应知摄取疲劳这一杂染。’爱、见、恶行这些既能污染心相续、自身也染污的不善恶法，只以色名诸蕴为所缘才生起。因此，色名诸蕴是爱杂染、见杂染、恶行杂染这三种能污染心相续且自身染污之法的境法，所以称为杂染法（saṃkilesikadhamma），即具有令爱、见、恶行——

——这三种杂染增长的性质。应以智照见这种性质，观作‘杂染法、杂染法’。

不过，《大复注》的作者还继续解释：从杂染法一词摄取爱杂染、见杂染、恶行杂染这三种杂染时，也应把与这三种杂染同一依处的十种烦恼事，统摄为杂染法。因为作为这十种烦恼事所缘的诸法，并不超出这些烦恼事的所缘范围，所以也同样名为杂染法。又，由饥饿、口渴、衰老，或由内心纠结等造成的疲劳杂染，也应统摄在杂染法一词之中。（《大复注》2-397。）每一蕴各有二十五种苦相，所以五蕴共有苦相——

二十五乘五，等于一百二十五种。

无我相的五种行相

巴利偈（缅文字体）：‘အနတ္တာ စ ပရံ ရိတ္တံ၊ တုစ္ဆံ သုညန္တိ တာလိသံ။

ဝေဒနာဒယော ခန္ဓာပိ၊ တထေဝ ပဥ္စကာပိ ဝါ။

(ပရမတ္ထသရူပဘေဒနီ-၂-၅၂၉။)’译：‘无我与他、无与虚，以及空，合为四十；受等诸蕴也同样，各得这五种。’（《胜义自性分别》2-529。）色法与名法是：

第一项所说的无我（anattā），是指它们不是我。

第二项所说的他（para），是指它们只是始终不能亲熟的陌生异己者。

第三项所说的无（ritta），是指它们始终丝毫不具常、乐、净、我等任何核心实质。

第四项所说的虚（tuccha），是指它们不依常、乐、净、我的核心实质，唯是空虚；换一种说法，是微小、卑劣而空虚之法。

第五项所说的空（suñña），是指它们空无所有者我、常住我、能作者我、能受者我与主宰者我。

一、以无我观（anattato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘သယဉ္စ အဿာမိကဘာဝါဒိတာယ အနတ္တတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为它们自身无所有者等，所以以无我观。’《大复注》引文（缅文字体）：‘ယထာ ကေနစိ သာမိအာဒိလက္ခဏေန အတ္ထနာ သုညာ ဧတေ၊ ဧဝံ သယမ္ပိ အတံသဘာဝေါတိ အာဟ "သယဉ္စ။ပ။ အနတ္တတော"တိ။ န အတ္တာတိ ဟိ အနတ္တာတိ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၆။)’译：‘正如这些法空无任何具所有者等特征的我，它们自身也不是那种性质，所以说“它们自身……所以以无我观”。确实，不是我，故为无我。’一些持教外见的我论者宣称：第一种是所有者我，即拥有蕴身这所房屋的我。

第二种是常住我，即使更换新的蕴身住处也不改变，而在一生又一生的新蕴身中始终随行、居住的我。

第三种是能作者我，即能完成一切应做事务的我。

第四种是能受者我，即能感受一切应受所缘的我。

第五种是主宰者我，即能裁决、支配一切事务的我。他们如此等等，宣说有我。

五蕴色名法空无上述所有者我、常住我、能作者我、能受者我与主宰者我；色名诸蕴自身也不具有这五种我的性质。因此，它们是无我（anattā），并不是我。

应以观智之慧照见这种性质，观作‘无我、无我’。

二、以他观（parato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘အဝသတာယ၊ အဝိဓေယျတာယ စ ပရတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为不随欲、不可支配，所以以他观。’《大复注》引文（缅文字体）：‘အဝသတာယာတိ အဝသဝတ္တနတော။ ယထာ ပရောသတန္တော ပုရိသော ပရဿ ဝသံ န ဂစ္ဆတိ၊ ဧဝံ သုဘသုခါဒိဘာဝေန ဝသေ ဝတ္တေတုံ အသက္ကုဏေယျတော။ အဝိဓေယျတာယာတိ "မာ ဧဝရထ၊ မာ မိယထာ"တိအာဒိနာ ဝိဓာတုံ အသက္ကုဏေယျတော။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၅။)’ 译：‘“不随欲”，意为不受控制。譬如自主之人不顺从他人，同样，因为不能控制诸蕴令其成为美、乐等。“不可支配”，意为不能以“莫老、莫死”等命令它们。’色名诸蕴如缘起篇所详述，只会依照因法而生起，并没有随自己意愿而成的性质。譬如自主的人不顺从他人的意愿，同样，色名诸蕴不能依自己的欲求而被造成‘愿它如此美好庄严，愿它如此幸福安乐’等状态，所以是不随意——

——之法。

它们也不能被支配为‘愿它不老、不病、不死；既已如此生起，愿它不如此坏灭’等等。

如此，因为不随欲，也不能依意愿加以支配，色名诸蕴只是他（para），只是始终不能亲熟的陌生异己者。应以观智照见这种性质，观作‘他、他’。

三、以无观（rittato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘ယထာပရိကပ္ပိတေဟိ ခုဝသုဘသုခတ္တဘာဝေဟိ ရိတ္တတာယ ရိတ္တတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘因为不具如所构想的恒固、净、乐、我等状态，所以以无观。’《大复注》引文（缅文字体）：‘ယထာပရိကပ္ပိတေဟီတိ ပရမတ္ထတော အဝိဇ္ဇမာနေဟိ ဗာလေဟိ ပရိကပ္ပိတပ္ပကာရေဟိ။ ရိတ္တတာ- ယာတိ ဝိဝိတ္တတာယ၊ဝိရဟိတတာယာတိ အတ္ထော။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၆။)’译：‘“如所构想的”，是指胜义上不存在、却由愚人构想出来的那些形态。“不具”，意为远离、缺少。’没有究竟智慧眼的盲目凡夫、愚人，把色名诸蕴构想为：一、恒固，即坚实稳定；二、净，即美好庄严；三、乐，即幸福安乐；四、我，即生命体、灵魂、神识或实体我。然而，色名诸蕴始终不具这些由没有究竟智慧眼的愚人所构想的恒固、净、乐、我等性质。因此，色名诸蕴只是无（ritta），对于恒固、净、乐、我等任何核心实质，丝毫——

——不具，始终空缺。应以观智之慧分别照见这种性质，观作‘无、无’。

四、以虚观（tucchato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘ရိတ္တတာယေဝ တုစ္ဆတော အပ္ပကတ္တာ ဝါ။ အပ္ပကမွိ ဟိ လောကေ တုစ္ဆန္တိ ဝုစ္စတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘正因为空无，所以以虚观；或者因为微少。在世间，微少也称为虚。’《大复注》引文（缅文字体）：‘အန္တောသာရာဘာဝေါ ရိတ္တတာ။ သာ ဧဝ စ တုစ္ဆတာတိ အာဟ "ရိတ္တတာယေဝ တုစ္ဆတော"တိ။

အပ္ပကတ္ထာတိ ပရိတ္တတ္ထာ၊ လာမကတ္ထာ ဝါ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၆။)'译：'内部没有实质，就是空无；这种空无本身也就是虚，所以说"正因为空无，所以以虚观"。"因为微少"，意为量小，或意为卑劣。'色名诸蕴内在始终不具下列实质：一、常的实质；二、乐的实质；三、净的实质；四、我的实质。因此，色名诸蕴只是虚（tuccha），是不依恒固（即常）、乐、净、我等实质的空虚之法。应以观智照见这种性质，观作'虚、虚'。

换一种说法，色名诸蕴虽然不具恒固、净、乐、我的性质，却并非在胜义上完全不存在；它们确实明显存在。

然而，这种明显存在，只是以生、住、灭的方式真实存在。以生、住、灭的方式显现生起的色名胜义法，寿命极其短促。名法的寿命，只约相当于把一眨眼、一闪电、一弹指或一秒钟的时间分成一万亿份以后的一份。

色法的寿命，也只约相当于把上述一眨眼、一闪电、一弹指或一秒钟的时间分成五百亿份以后的一份。如此，色名胜义法生起后立即灭去，只能存在于生、住、灭这一极其短暂的微小时段之内。

因为只获准在如此微少的时段中存在，所以色名诸蕴称为虚（tuccha）、空虚。确实，世间也惯于把微少之物称作'虚'。因此，色名诸蕴只是微小、卑劣而空虚之法。应以观智照见这种性质，也观作'虚、虚'。

五、以空观（suññato）

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：'သာမိ-နိဝါသိ-ကာရက-ဝေဒကာ-ဓိဋ္ဌာယကဝိရဟိတတာယ သုညတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)'译：'因为没有所有者、常住者、能作者、能受者、主宰者，所以以空观。'《大复注》引文（缅文字体）：'ခုဝသာရဘာဝါဒီဟိ သဒ္ဓိ အတ္တသာရာဘာဝံ ရိတ္တပဒေန ဝတ္ဟာ နိဗ္ဗတ္တိတမတ္တသာရာဘာဝမေဝ သုည- ပဒေန ဒသေတုံ "သာမိ။ ပ ။ သုညတော"တိ ဝုတ္တံ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၆။)'译：'先以"无"一词说明既没有恒固等实质，也没有我的实质；为了再以"空"一词显示仅由构想造成的实质并不存在，所以说"所有者……所以以空观"。'我论者执取有所有者我、常住我、能作者我、能受者我和主宰者我。在五蕴色名法中，绝无这些由没有究竟智慧眼者构想出来的种种我。这些我在色名诸蕴中，只是由我论者构想而成的所谓实质。由于色名诸蕴没有这各类我，所以空无所有者我、常住我、能作者我、能受者我与主宰者我——

——因此，色名诸蕴是空（suñña），空无所有者我、常住我、能作者我、能受者我和主宰者我。应以观智照见这种性质，观作'空、空'。

五蕴中每一蕴各有五种无我相，所以五蕴共有二十五种无我相。就五蕴整体而言：一、无常相五十种；二、苦相一百二十五种；三、无我相二十五种；合计二百种观修。换一种说法，每一蕴各有四十种观修，所以五蕴共有二百种。

如此，以这二百种观修智观修、思惟五蕴，称为理路观的安立三相观修与思惟作业——也就是思惟智——便会稳固、坚实。这是依循巴利圣典次第而修习思惟智的方式。（《无碍解道》411；《清净之道》2-246—248。）

应依五蕴法，在内、外两种相续和过去、未来、现在三时之中，把上述四十种观法全部观完；必须从一系列过去世一直观到一系列未来世的尽头。若能一再反复观修，更是无上殊胜。若也能以这四十种观法观修、思惟诸缘起支，就会更好。这里，我将雷迪西亚多以优美修辞写成、义理充实的一首教诫偈收入书中，作为赠礼。

为自己躬行实践

虽说如此，还请思量：五蕴重担，无论你如何爱护珍惜，以珠玉黄金装饰，悉心照料、拥抱喂养，也都如水倾沙上，全无结果；它不随你，不遂你愿，永远与你的喜好正面相违。

你想让容色柔嫩可观、丰润光泽、美丽动人，它却把你列入衰老的名册。

你祈愿远离危险、安乐无病，它却毫不怜惜，屡屡与灾祸疾病结交。

你想与情意相投、可爱无过的妻子儿女，以及财富亲族永不分离，常相欢笑；它却不顾你、不随你，以热恼折磨得你疲惫委顿，再如虎蛇吞食猎物，把你交作死王手中的贡礼。

从不可计数的年月、无始的过去世直到如今，你一直未能善用智慧；反而执著、爱惜这具死王的密探——蕴身，犹如母牛把密林边的豹崽误认作自己的小牛。由于见解颠倒，你已经为此忧惧、操劳了太久。

如今值遇佛陀教法，当以慧眼反复观照。譬如盛夏酷热，浅池水干，池中群鱼水少，又有鹰隼盘旋，丝毫找不到欢乐，只会一步步接近死亡；

你我以及一切有情也都昼夜不停地受生、住、灭驱迫，全无可乐；又被病痛侵袭，只会越来越靠近死亡的刑场与道路。

若你仍以‘我、我’自高，充满骄慢、贪、嗔等卑劣非法，懒惰而不反复修习以求远离，那么务必谨记：四恶趣村落将成为你的长久居处。

若你真心想经由八支圣道之船，迅速抵达人间、天界、梵天界，乃至大安乐的涅槃，就应昼夜不息，勇猛勤修种种福德善法。

你如今已经值遇极难遭逢的佛陀教法，切莫昏忘痴狂。不要像爱吃粪秽的村猪，不顾酥油醍醐的美味；也不要舍弃甘露不死之法，反而贪爱五欲粪堆。应随自己的智慧所及，视它如锋利剃刀刃上的蜂蜜，观察诸蕴的过失——

原书 101

——又如虎豹潜伏山谷林间、窥伺群鹿，你也应独居山林岩洞，观作‘灭、灭’，伺机证得道果，脱离一切众苦。这是佛陀金口莲台所宣说的教诫：你应当为自己躬行实践。

令诸根锐利的九法

有些信、精进、念、定、慧五根锐利而智慧强大的瑜伽行者，仅凭这种称为聚思惟的理路观，生灭智便能生起；五根迟钝的瑜伽行者，生灭智则尚不能生起。确实，在观禅阶段，应当如此理解：生灭智的生起，只能由称为聚思惟的理路观来完成。

以聚思惟的方法，从一期现在逐步观到相续现在，再从相续现在逐步观到刹那现在；若仍未能清净、明晰、满意而透彻地达到生灭智的观见，这位瑜伽行者就应当实行令诸根锐利的九法，避开七种不适宜条件，亲近七种适宜条件，以理路观反复、一再观照色法与名法。

出处：《清净之道》2-248；《大复注》2-398。

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘နဝဟာကာရေဟိ ဣန္ဒြိယာနိ တိက္ခာနိ ဘဝန္တိ ---- ဥပ္ပဋိပါဋိယာနံ သဒ္ဓါရာနံ ခယမေဝ ပဿတိ၊ တတ္ထ စ သက္ကစ္စကိရိယာယ သမ္ပာဒေတိ၊ သာတစ္စကိရိယာယ သမ္ပာဒေတိ၊ သပ္ပါယကိရိယာယ သမ္ပာဒေတိ၊ သမာဓိဿ စ နိမိတ္တဂ္ဂါဟေန၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာနဥ္စ အနုပဝတ္တနတာယ၊ ကာယေ စ ဇီဝိတေ စ အနပေက္ခတံ ဥပဋ္ဌာပေတိ၊ တတ္ထ စ အတိဘုယျ နေက္ခမ္မေန၊ အန္တရာ စ အဗျာသေနေနာ’တိ ဇဝံ ဝုတ္တာနံ နဝန္နံ အာကာရာနံ ဝသေန ဣန္ဒြိယာနိ တိက္ခာနိ ကတ္တာ ပထဝီကသိဏနိဒ္ဒေသေ ဝုတ္တနယေန သတ္တ အသပ္ပါယာနိ ဝဇ္ဇေတ္တာ သတ္တ သပ္ပါယာနိ သေဝမာနေန ကာလေန ရူပံ သမ္မသိတဗ္ဗံ၊ ကာလေန အရူပံ။ ရူပံ သမ္မသန္တေန ရူပဿ နိဗ္ဗတ္တိ ပဿိတဗ္ဗာ။’译：‘诸根由九种行相而锐利：只观见一一生起之诸行的灭尽；以恭敬实行而成就；以恒常实行而成就；以适宜实行而成就；善取定的所缘相；令诸觉支随顺转起；对身体与生命建立无所顾惜；以出离精进克服由此生起的苦；未达目标以前不中途停止。’依所说这九种行相令诸根锐利，又依地遍释所说，避开七种不适宜条件，亲近七种适宜条件；有时应思惟色法，有时应思惟非色法。思惟色法时，应观见色法的生起。

缅文出处原串：‘(ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၈။)’（《清净之道》2-248。）

巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘ရူပါရူပဓမ္မာနံ အစ္စန္တဝိဝရိတာယ ဧကဋ္ဌံ အသမ္မသိတဗ္ဗတ္တာ၊ တထာ သမ္မသနဿ စ ဣဓ အနဓိပ္ပေတတ္တာ "ကာလေန ရူပံ သမ္မသိတဗ္ဗံ၊ ကာလေန အရူပ"န္တိ ဝုတ္တံ။ တတ္ထာပိ စ ရူပဿ ဩဠာရိကတာယ သုဝိညေယျတ္တာ ပဌမံ သမ္မသိတဗ္ဗတာ ဝုတ္တာ။ နိဗ္ဗတ္တိ ပဿိတဗ္ဗာတိ ပဌမံ တာဝ အာဂမနသာရတော အနုမာနဝသေန ဒဋ္ဌဗ္ဗာ။’译：‘色法与非色法的性质极为悬殊，所以不应合在一起思惟；而且这里也不取那种合并思惟，因此说：“有时应思惟色法，有时应思惟非色法。”在二者之中，色法较粗而容易了知，所以先说应当思惟色法。“应观见生起”，是说起初应先依随教典，以推断的方式观见。’

上引《大复注》续文（缅文字体）：‘တတော ပရံ အနုက္ကမေန ဗလပ္ပတ္တေ ဘာဝနာဉာဏေ ပစ္စက္ခတောပိ ဒိဿတီတိ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၉။)’译：‘此后，修习智依次达到强力时，也能以亲证现见而看见。’（《大复注》2-399。）一、只要诸缘尚未穷尽，一切有为胜义法便一直以生、住、灭的方式生起。瑜伽行者应先观见作为观智所缘、在生住灭每一刹那生起的色名行法及其诸缘的生起；继而放下对生起的观察，只以观智观见它们灭尽、坏灭、崩解、消失的灭相。

巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘ခယမေဝါတိ ပဌမံ ဥပ္ပါဒံ ဒိသွာ တံ မုဉ္စိတွာ ခယမေဝ ဘင်္ဂမေဝ ပဿတိ။ တဿ တထာ ခယ- ဒဿနပသုတဿ ဝိပဿနာပညာ တိက္ခာ သူရာ ဝဟတိ၊ ဣတရာနိ စ ဣန္ဒြိယာနိ။ (မဟာဋီ-၂-၃၉၈။)’译：‘“唯见灭尽”，是先见到生起，继而舍下生起，只观见灭尽、只观见坏灭。这样专注于见灭者的观慧便锐利、勇健；其余诸根也同样如此。’（《大复注》2-398。）

如此反复练习观照诸行灭尽、坏灭、崩解、消失的灭尽性质，也就是坏灭性质时，这位瑜伽行者的观智便会成就观慧的锐利、敏锐与勇健。观慧一旦锐利、敏锐、勇健，其余的信、精进、念、定诸根也都会随之锐利、敏锐、勇健。

出处：《清净之道》2-248；《大复注》2-398。

二、观照诸行的灭尽性质——坏灭时，应当以恭敬、郑重的实行，使观见诸行灭尽的见灭观智达到最胜程度；也就是努力使唯观坏灭的见灭观修圆满。（《清净之道》2-248；《大复注》2-398。）三、应当以恒常、不间断的实行，把前前修习智与后后修习智连接起来，不留空隙；如此努力使见灭观修圆满。对于连续看见诸行坏灭的一系列见灭观智，应努力使前智与后智相续，不断反复生起。

巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘သာတစ္စကိရိယာယာတိ အဝိစ္ဆေဒကိရိယာယ၊ ယထာ ဝိပဿနာဉာဏံ ခယဒဿနဝသေန နိရန္တရမေဝ ပဝတ္တတိ၊ ဧဝံ ယုတ္တပ္ပယုတ္တော နံ သမ္ပာဒေတိ။ (မဟာဋ္ဌီ-၂-၃၉၈။)’译：“‘以恒常实行”，是以无间断的实行。应当精勤投入，使观智依见灭而无间转起，由此令它成就。’（《大复注》2-398。）四、如前面入出息念定篇所详述，应亲近住处适宜等七种适宜条件，努力使观见诸行坏灭的见灭观修圆满。（《清净之道》2-248；《大复注》2-398。）五、巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘နိမိတ္တဂ္ဂါဟေနာတိ ယထာ မနသိကရောန္တဿ ဝိပဿနာသမာဓိ ဥပ္ပန္နော၊ တဿ အာကာရဿ သလဒ- က္ခဏဝသေန သမထနိမိတ္တဂ္ဂဟဏေန သမ္ပာဒေတီတိ သမ္ဖန္ဓော။ (မဟာဋ္ဌီ-၂-၃၉၈။)’译：“‘以取所缘相”，句义应连作：以自相的方式取止相，也就是取他如是作意时观定得以生起的那种行相，由此令观修成就。’（《大复注》2-398。）瑜伽行者以某种方式作意见灭观修时，观定便会生起；应当以智善取能令观定生起的那种所缘行相，从而使见灭——

——观修圆满。（《清净之道》2-248；《大复注》2-398。）六、巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘အနုပဝတ္တနတာယာတိ အနုရူပတော ပဝတ္တနေန ဘာဝနာစိတ္တဿ လီနဘာဝေ ပီတိဝီရိယဓမ္မဝိစယ- သမ္ဖောဇ္ဈင်္ဂါနံ ဥဒ္ဓတဘာဝေ ပဿဒ္ဓိသမာဓိ ဥပေက္ခာသမ္ဖောဇ္ဈင်္ဂါနံ ဖြူဟနေနာတိ အတ္ထော။(မဟာဋ္ဌီ-၂-၃၉၈။)’译：“‘令其随顺转起”，意为令它们适当地转起：修习心沉滞时，培育喜、精进、择法觉支；心掉举时，培育轻安、定、舍觉支。’（《大复注》2-398。）善人，请回读入出息念定篇关于平衡七觉支的说明。止修阶段必须平衡七觉支，观修阶段也同样必须平衡七觉支。

在观修作业中，当你的观修心退缩、沉滞时，应培育择法觉支、精进觉支与喜觉支；当你的心从观智所观的行相所缘上散乱、掉举时，应培育轻安觉支、定觉支与舍觉支。这样努力使见灭——

原书 103

——观修圆满。（《清净之道》2-248；《大复注》2-398。）七、巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘ကာယေ စ ဇီဝိတေ စ အနပေက္ခတန္တိ အတ္တနော ကာယေ အသုစိဘာဝေန ဗာဟိရကအဝိညာဏက- ကုဏပေ ဝိယ ဇီဝိတေ အဟိတာဝဟပစ္စတ္ထိကေ ဝိယ နိရပေက္ခစိတ္တံ ဥပဋ္ဌပေတိ။ (မဟာဋ္ဌီ-၂-၃၉၈-၃၉၉။)’译：“‘对于身体与生命无所顾惜”，是说：对于自己的身体，因其不净，如同外在无识的腐尸一般，建立无所顾惜之心；对于生命，则如对只带来损害的仇敌一般，建立无所顾惜之心。’（《大复注》2-398—399。）对于自己的色身，应当视如外在无识、无生命的腐尸，因其不净、可厌而生起无所顾惜的心。

对于所谓生命的寿命，也应当视如只带来损害的仇敌，生起无所顾惜的心；应努力使这种心态生起。（《清净之道》2-248；《大复注》2-398—399。）依照以上教导，在这一阶段，为了使观智锐利、敏锐，应对内外反复、多次修习无识不净——死尸不净。为了能够把诸行看成只带来损害的仇敌，也应特别优先培育无我随观智，观照、思惟诸行。

八、巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘တတ္ထ စ အဘိဘုယျ နေက္ခမ္မေနာတိ တသ္မိံ ကာယစိတ္တေ အနပေက္ခဘာဝေန ဣန္ဒြိယာနံ တိက္ခဘာဝါ ပါဒနေန ဥပ္ပန္နံ ဥပ္ပန္နံ ဒုက္ခံ ဝီရိယေန အဘိဘဝိတ္တာ ဘာဝနံ သမ္ပာဒေတိ။ (မဟာ

ဦ-၂-၃၉၉။)’译：“‘并以出离克服”，是说：对身心无所顾惜，令诸根达到锐利；又以精进克服每一次生起的苦，从而成就修习。’（《大复注》2-399。）如此不顾惜身体与心，令诸根达到锐利；对于一再生起的任何苦受，都以使人从懈怠中出离的出离精进加以克服、压制，努力使见灭观修圆满。

出处：《清净之道》2-248；《大复注》2-399。

九、巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘အန္တရာတိ ယထာဓိပ္ပေတာယ ဘာဝနာသိဒ္ဓိယာ အန္တရာ၀။ အဗ္ဗောသာနေနာတိ အသင်္ကော၀နေန။’译：“‘中途”，就是尚未成就自己所期望的修习以前。“不停止”，就是不退缩。’

缅文出处原串：‘(ဓဟာဦ-၂-၃၉၉။)’（《大复注》2-399。）

九、在自己所期望、所规划的修习智尚未圆满成就以前，也就是修习智尚未圆满的中途，不退缩、不停顿，努力使见灭观修圆满。（《清净之道》2-248；《大复注》2-399。）若依这九种行相修习、培育观业处，诸根便会变得敏锐、锐利。

这里应当知道如下譬喻：钻穿细致柔润的珍珠、珊瑚等物时，所用的钻针必须比珍珠、珊瑚等所钻物更加细致锐利。同样，在名色分别智与缘摄受智的阶段，要以智分别、摄取细微的色法、名法及其诸缘，也必须有锐利敏锐的智。再者，在观见灭尽与变坏的观智阶段，要以色法、名法及其诸缘的灭尽、变坏之性为所缘，把它们安立于三相上而修观；这时，观智必须比能摄取色名及其诸缘的名色分别智、缘摄——

——受智更加锐利、敏锐。

原书 104

再者，若想使观照诸行灭尽、变坏性质的观智更加锐利，就必须令诸根达到锐利。譬如磨斧，应当在磨石上磨砺斧刃。

使磨石表面细致平滑，便能磨砺斧刃；磨石表面越细致平滑，正在磨砺的斧刃也就越平整锐利。

在磨斧的石面上反复磨砺，使石面细致平滑时，斧刃也就自然磨利。同样，若想使观照诸行灭尽、变坏性质的观智更加锐利敏锐，就应令诸根达到锐利。意思是：诸根一旦锐利，观智也必然随之锐利敏锐。所谓令诸根锐利，就是依上述九种行相，观照色名诸行的灭尽、变坏性质。如此观照时：一、有时应把色法轮流安立于无常、苦、无我三相上，修观、思惟。

二、有时应把名法轮流安立于无常、苦、无我三相上，修观、思惟。

色法与名法的性质确实彼此悬殊，所以不应合成一体，同时安立三相而思惟；而且在思惟智这一阶段，也尚不取这种合并思惟。因此，古代诸义注才解释：有时对色法、有时对名法，轮流安立三相而修观、思惟。

在色法与名法二者之中，色法比名法粗显而容易了知，所以义注解释：应当先于名法，把色法安立于三相上而修观、思惟。

如此安立三相而修观、思惟时，应以观智观见色法、名法这些有为胜义法在生、住、灭三个小刹那的每一刹那中生起的性质，也就是生起相。起初，应先依随佛陀所说的教法，对佛说教典具足信心；也就是说，

应怀着坚定信念，相信弟子的观智也能观到有为胜义法的生、住、灭，达到刹那现在，能够知道、看见它们。先以推断之力作概略推断而观。此后依次渐进，观修智达到有力、强盛时——

——也就能够以亲证现见智，亲自现前洞彻知见有为法的生起性质，也就是生起相。瑜伽行者必须如此修观、思惟，直至以亲证现见智亲自现前洞彻知道有为胜义法——诸行——在每一刹那中一再新生的生起相。

出处：《清净之道》2-248；《大复注》2-399。

原书 105

观照色法时，应依色业处篇已经说明的方法，分别分析并以观智观见下列四类色法：一、每一刹那都在生起的业生色；二、每一刹那都在生起的心生色；三、每一刹那都在生起的时节生色；四、每一刹那都在生起的食生色。

出处：《清净之道》2-249—252；《大复注》2-399—404。

观照名法时，也应依名业处篇已经说明的方法，只就六门中各依其所应而生起的心路心，以及离路心——合计八十一种世间心生起，也就是世间心与心所——而观名法。对于这些名法在每一心刹那中一再新生的性质，也就是生起相，应以亲证现见智亲自现前洞彻知见；修观直至亲自知道、看见为止。

出处：《清净之道》2-253；《大复注》2-404—405。

应当注意：义注（《清净之道》2-252）说须观照全部八十一种世间心，是对一切人总摄而说的总摄语。善人，你现在仍是人，并不住在梵天界，所以广大果报名法尚不能在你的相续中生起。然而，如果你已经证得诸禅，并希望未来获得由这些禅所能带来的梵天安乐，那么在缘起篇的未来因果观以及观禅篇中，也可以把未来依相应禅那而能获得的梵天果报诸蕴纳入观修。

在诸禅之中，只能观照、思惟自己已经证得的禅；对于今生从未证得的禅，因为尚未获得，可以从自己的观修所缘中省略。

如果你纯粹是未证任何禅那的纯观乘者，就可以完全不观诸禅法。再者，你现在若尚未成为阿罗汉，唯作速行心便不可能在你的相续中生起，因此也可以省略；唯作速行心只能成为阿罗汉圣者观智的所缘。

能够观见吗？

巴利《泡沫譬喻经义注》引文（缅文字体）：‘ဧကစ္ဆရက္ခဏေ ကောဋိသတသဟဿသခ်ါ ဥပ္ပဇ္ဇိတွာ နိရုဇ္ဈတိ။’缅文出处原串：‘(သံ-ဋ္ဌ-၂-၂၉၅။)’译：‘在眨眼、闪电、弹指这样称为一秒的时间内，十万俱胝的名法——也就是心刹那——生起之后便灭去。’

缅文出处原串：‘(သံ-ဋ္ဌ-၂-၂၉၅။)’（《相应部义注》2-295。）

依《泡沫譬喻经义注》等诸典籍中的这些教说，有些瑜伽行者仍会问，也心存疑惑：生灭如此极端迅速的有分心与心路心，连同各自——

道非道智见清净释：思惟智章（之五）

——的相应法，能否在每一个心刹那中观见其生灭？这岂不是只有诸佛才能做到的事吗？

在这里，所谓以观智观见名法只是正自觉佛的境界、不是弟子的境界，这种见解在三藏巴利圣典、义注和复注中从未出现，是没有典籍根据的说法。

在《不遍知经》（《相应部》2-249—250）等种种教说中，佛陀亲自开示：若不能以知遍知、审察遍知和断遍知这三种遍知，亲自现前、深入地知道和看见称为五蕴的一切色法与名法，就不可能穷尽轮回之苦。与这些教说相应，义注和复注也解释弟子必须摄取、观照名法；这些开释已经在名业处篇中说明。

这里的要点是：弟子也必须对这些名法修观。只有能够以观智观见、亲自现前而深入地知见，见到这些名法的生起相，才称为有时把名法安立于三相上而修观、思惟。虽然前面的名业处篇已经引述《清净之道》的这段解释，为使这里的旨义容易理解，现在再录如下。

观见非色法的生起（《清净之道》2-252）

再者，正如把色法安立于三相上而修观、思惟的瑜伽行者，应当观见色法的生起——即生起相；同样，把名法安立于三相上而修观、思惟的瑜伽行者，也必须以观智观见名法的生起——即生起相。出世间法不是观智的所缘，因而不是观修对象；所以，名法的这种生起相，只应就八十一种世间心生起，也就是世间心与心所来修观、思惟。

所谓以世间心生起来修观，详说如下：在结生时，依过去世所造之业，十九种结生心中的某一种，如缘起篇所说明的那样，在一个生命中最初以结生心的身份生起。它如何生起，应依缘起篇所说而知。紧接结生心之后，从无间相续的第一个心开始，同一个心便以有分的作用生起；到生命终结时，则以死心的——

——作用生起。（在一个生命中，结生、有分和死心这三种心同属一种，这是法的定则。）如果结生心是欲界心，那么十种欲界结生心也能在六门遇到强力所缘时，以彼所缘的作用——即继续缘取速行所取的同一所缘——生起。

再者，在生命期间，对于眼净色尚未坏灭的有情，由于眼净色仍然存在，依眼净色、色所缘、光明、作意等诸缘，当已到住时的色所缘同时撞击已到住时的眼净色和有分意净界时，眼识便依止光明，并以作意——即五门转向心生起——为因，连同相应法，也就是相应心所，一并生起。

进一步说：眼净色处在住刹那时，同样已经到达住刹那的色所缘撞击眼净色——即眼之净色——和有分意净界。色所缘撞击眼门与意门以后，两次有分生起而后灭去。紧接有分灭去，以同一色所缘为所缘、名为唯作意界的五门转向心，连同相应法生起，完成转向色所缘的作用。五门转向之后，能见同一色所缘的眼识连同相应法生起：色所缘若为可意所缘，就是善果报眼识；若为不可意所缘，就是不善果报眼识。眼识生起以后，紧接着，仿佛领受同一色所缘的——

——领受心连同相应法生起；它是名为果报意界的善果报心或不善果报心。领受心之后，仿佛推度同一色所缘的推度心生起；它是善果报或不善果报、名为无因果报意识界的心。推度心之后，仿佛把同一色所缘分别、确定为可意或不可意等的舍俱确定心生起；它是名为无因唯作意识界的心。

确定心之后，欲界善心、不善心或唯作心中的某一种，依如理作意或不如理作意，生起五次或七次，执行速行作用。有时，一次意门转向心也会出现在速行的位置上。〔这是指某些所缘不再出现速行，而有两次确定心——即意门转向心——生起。〕速行灭去以后，在欲界有情的相续中，十一种彼所缘心中的某一种，会依速行与所缘之相应而生起，继续缘取速行所取的同一所缘。对于这样次第生起的诸心，应连同相应法，以观智观见。至于眼门以外其余——

——耳门等五门，也应以同样的方法了知。在意门中，速行不仅可以是欲界速行，也可以是广大速行。瑜伽行者应当这样在六门中，以观智观见名法的生起——即生起相。总而言之，能够依上述方法以观智观见名法生起相的瑜伽行者，才称为有时把名法安立于三相上而修——

——观、思惟。（《清净之道》2-252—253；《大复注》2-404—405。）依照以上义注的教导，瑜伽行者应以深入的观智观见：一个生命开始时最先生起的结生心，连同相应法，其生起性质——即生起相；从结生后的第一个有分开始，终其一生，在心路心不生起的间隙中，一刹那接一刹那生起的有分心，连同相应法，其每一刹那的生起相；生命终结时生起的死心，连同相应法，其生起相；以及生命期间依处门之所应，在六门中生起的各种——

——心路心，连同相应法，其每一刹那的生起相。只有能够以观智如此观见，并把这些法安立于三相上修观，才称为观见非色法的生起——名法的生起相。正因遵循这些义注，本书《趣向涅槃之道》在以智分别、摄取名法的名色分别智篇中，教导依处门逐门摄取名法；在观禅篇中，也教导依处门逐门修观。

速行——这样修观时，义注在速行一项中也列入不善速行，要求把它们作为观修所缘。应当知道，这是义注师依念处教法‘သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂစိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ’——‘有贪之心，了知为有贪心’等教说，指示也应对不善法修观。

智的威力何其强大

以上义注教导：对于称为离路心的结生心、有分心、死心，以及六门中各依其处门而生起的每一种心路心，都要在每一个心刹那中连同相应法，以观智观见其生起和坏灭。于是有人惴惴不安地追问、审察、议论：这真的可能做到吗?

在这里，如果瑜伽行者真诚向往那息灭一切苦、究竟寂凉的伟大无为界——殊胜涅槃，就必须对正自觉佛的正等正觉智具足信心，也必须对那由佛陀以一切知智、说法智等分析开示、教诫说明，确实能导向出离

轮回苦的八支圣道这一殊胜行道具足信心。

善人应当在自己的相续中坚定持有这样的信念：佛陀绝不会敦促弟子努力修习，以求知见弟子不可能知道、不能看见、智慧无法达到的四圣谛——

原书 109

——诸法。五取蕴，也就是色法与名法，是苦谛法；若要如实无误地知道这些苦谛色名法，令智见达到胜义，就必须在近行定与安止定二者中建立任一种定作为观修的基础，并以智破除所谓色法块、名法块的色法密集与名法密集，观见到胜义层次。因为四圣谛都是胜义谛。

在这些胜义苦谛法中，名法依不变、固定的心之定法——古老而恒常的轨则——生起：或者以结生、有分、死心这些离开路过程的离路心生起，或者依心路次第生起；总是一个心刹那接着一个心刹那，依固定次序而转起，不会违背心之定法、改变形态而生。想以智分别、摄取这些名法并对其修观的瑜伽行者，必须依它们实际沿着心之定法这一古老轨则生起的原样，以观智观见。如果名法还存在偏离这一心之定法轨则而——

——生起的另一种可能，那么善人也可以随自己的喜好去观。然而，巴利圣典、义注和复注中，确实没有任何教说说名法会偏离心之定法轨则而生。因此，善人若想摄取、以智分别或观照名法，就必须只依心之定法这一古老轨则来摄取、分别和修观。理由是：只有对依这种古老轨则生起的离路心与心路心，在每一个心刹那中连同相应法，把名法块、名法密集——

——一一以智破除而观见，智见才能到达胜义，亲自现前、深入地如实知见真正的胜义苦谛。

以定为殊胜磨石，把智这柄利剑磨得锋锐无比；这柄智剑的力量与威力确实极其强大。

不过，就弟子波罗蜜智而言，在一次眨眼、闪电、弹指的时间内生灭约十万俱胝次的诸名法聚中，弟子只能观照其中某些、一部分；这一点已在前面的名业处篇说明。智的力量与威力，依过去诸生所积集的波罗蜜、今生正在培育的波罗蜜，以及今生已经培育之定力而增长。因此，智的威力越大，能够观照的那一部分便越多；智的威力越小，能够观照的也只是较——

——少的一部分。

原书 110

善人，请试着望向近前另一位善人的头发。如果你的眼净色非常强，在眨眼、闪电、弹指这样极短的时间内，也能看见面前那人多得不可计数的许多发丝。这还只是称为普通肉眼视觉的眼门心路，以及以头发为所缘的意门心路的能力。普通视觉尚且有如此大的威力，观智之眼的力量与威力更要超过它百倍、千倍；瑜伽行者应当能够接受这一事实——

——并须格外谨慎，切莫与佛陀的殊胜教法发生严重偏离。

慧修习能够圆满

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：‘ဧဝံ ကာလေန ရူပံ ကာလေန အရူပံ သမ္မသိတ္ဘာပိ တိလက္ခဏံ အာရောပေတ္ဘာ အနုက္ကမေန ပဋိပဇ္ဇမာနော ဧကော ပညာဘာဝနံ သမ္ဘာဒေတိ။’译：‘如此，有时思惟色法，有时思惟非色法，把三相安立其上，依次行道者，便能圆满慧修习。’缅文出处原串：‘(ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၅၃။)’（《清净之道》2-253。）巴利《大复注》引文（缅文字体）：‘အနုက္ကမေနာတိ ဥဒယဗ္ဗယညာဏာဓိဂမာနုက္ကမေန ပညာဘာဝနံ သမ္ဘာဒေတိ အရဟတ္တံ အဓိဂစ္ဆတိ။’译：‘所谓“依次”，是说依从证得生灭智等的次第，圆满慧修习，并证得阿罗汉果。’

缅文出处原串：‘(မဟာဋီ-၂-၄၀၅။)’（《大复注》2-405。）

如此，有时思惟色法，有时思惟名法，轮流把它们安立于无常、苦、无我三相上而修观；由证得生灭智等的次第，循序修习、精勤行道的瑜伽行者，能够圆满慧修习。

他能够证得阿罗汉果。（《清净之道》2-253；《大复注》2-405。）

这正是古老大道

在观禅中，有两种观修、思惟方法：一是把每一个究竟法各自安立于三相上的逐法观；二是把诸究竟法依色名二法、五蕴、十二处、十八界等分组，总摄起来观修、思惟的理路观，也称为聚思惟。前文已经说明，初修观禅的初业瑜伽行者，不应一开始便以逐法观用功，而应从聚思惟开始用功。本观禅篇至今所说明的观修，也还只是这种——

——聚思惟法。依前引《清净之道》义注所释，只修这种聚思惟法，也能圆满慧修习，证达阿罗汉果。

在经过三次结集，或历经六次结集传诵的三藏巴利圣典中，也清楚记载着古代行道者证达阿罗汉果的先例。下面续举其中若干显著的范例。

原书 111

佛陀以《转法轮经》（《相应部》3-368）所说的转法轮教法，使名为五比丘的诸大长老安住于入流果。这是收录在《相应部 · 大品 · 谛相应》（《相应部》3-368）中的谛教法。义注说明：依谛教法修习观业处的瑜伽行者，应当只在作为轮转谛的苦谛与集谛上投入观修。巴利义注原文（缅文字体，上半）：‘တတ္ထ ပုရိမာနိ ဒွေ သစ္စာနိ ဝဋ္ဋံ၊ ပစ္ဆိမာနိ ဝိဝဋ္ဋံ။ တေသု ဘိက္ခုနော ဝဋ္ဋေ ကမ္မဋ္ဌာနာဘိနိဝေသော’——

——巴利原文（下半，缅文字体）：‘တောတိ၊ ဝိဝဋ္ဋေ နတ္ထိ အဘိနိဝေသော။’缅文出处原串：‘(အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၁၀၉။ ဒီ-ဋ္ဌ-၂-၃၉၁။)’译：‘四谛之中，前二谛属于轮转，后二谛属于还灭。比丘的业处投入在轮转上；在还灭上没有投入。’因此，四谛中的前二谛——苦谛与集谛——是轮转谛。

后二谛——灭谛与道谛——是还灭谛。在轮转谛和还灭谛这两类中，瑜伽行者只对作为轮转谛的苦谛与集谛投入观业处。（《阿毗达磨义注》2-109；《长部义注》2-391。）在应当观修的这两种轮转谛中，所谓苦谛，依《转法轮经》所说的巴利原文（缅文字体）：‘သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ။’缅文出处原串：‘(သံ-၃-၃၆၉)’——‘简而言之，五取蕴是苦’；所以五取蕴就是苦谛法，即色取蕴、受取蕴、想取蕴、行取蕴和识取蕴。

一、由爱、见等诸漏之法缘取为‘我、我的’，并依过去、未来、现在，内、外，粗、细，劣、胜，远、近这十一种行相而存在的色法积聚，称为色取蕴。

二、其余同上；依十一种行相而存在的受之积聚，称为受取蕴。

三、其余同上；依十一种行相而存在的想之积聚，称为想取蕴。

四、其余同上；依十一种行相而存在的诸行法积聚，称为行取蕴。

五、其余同上；依十一种行相而存在的识法积聚，称为识取蕴。缅文出处原串：‘(သံ-၂-၃၉။ ခန္ဓသုတ္တန်။)’（《相应部》2-39，《蕴经》。）被无明、爱与取所围绕的诸行——业，是这五取蕴苦谛法的真正原因，称为集谛。换一种说法，缘起诸支之间彼此因果相续的法性，就是集谛。

> 缅文出处原串：‘(အံ-၁-၁၇၈။ တိတ္ထာယတနသုတ္တန်။)’（《增支部》1-178，《外道所依经》。）

依谛教法，想修习观业处的瑜伽行比丘，应当对依上述十一种行相而存在的五取蕴——苦谛法，以及前述集谛法这二谛，精勤修习观业处。

五比丘也由于观修、思惟这些苦谛法与集谛法——

——而各自证得入流果。

随后，佛陀又为已经证得入流果的五比丘教示《无我相经》，使他们进而安住于阿罗汉果。《无我相经》的教法，是把五取蕴的无常、苦、无我各说一轮，逐轮问答；待五比丘承认五取蕴确为无常、苦、无我以后，佛陀再指示他们观照依过去、未来、现在等十一种行相而存在的五取蕴。这正是三轮法教。于此，诸位善人，为了——

——能够以充分的信心听闻并记住：五比丘究竟修习、思惟了哪一种观禅而证达阿罗汉果，下面继续引述《无我相经》的教说。

《无我相经》教说

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၁။ ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ ဗာရာဏသိယံ ဝိဟရတိ ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ။ တတြ ခေါ ဘဂဝါ ပဉ္စဝဂ္ဂိယေ ဘိက္ခူ အာမန္တေသိ ဘိက္ခဝေါတိ။ ဘဒန္တေတိ တေ ဘိက္ခူ ဘဂဝတော ပစ္စဿောသုံ။ ဘဂဝါ ဧတဒဝေါစ ---- ၂။ ရူပံ ဘိက္ခဝေ အနတ္တာ၊ ရူပဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ရူပံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ၊ လဗ္ဘေထ စ ရူပေ "ဧဝံ မေ ရူပံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရူပံ မာ အဟောသီ"တိ။ ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ရူပံ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ရူပံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဘတိ ရူပေ "ဧဝံ မေ ရူပံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရူပံ မာ အဟောသီ"တိ။’译：一、一时，世尊住在波罗奈仙人坠处鹿野苑。世尊在那里对五比丘说：‘比丘们。’那些比丘回答世尊：‘尊者。’世尊这样说道：二、‘比丘们，色是无我。比丘们，如果这个色是我，色便不会导致恼患，而且对于色应能如愿：愿我的色成为这样，愿我的色不要成为这样。然而，比丘们，因为色是无我，所以色导致恼患，而且对于色不能如愿：愿我的色成为这样，愿我的色不要成为这样。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၃။ ဝေဒနာ အနတ္တာ၊ ဝေဒနာ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ဝေဒနာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ၊ လဗ္ဘေထ စ ဝေဒနာယ "ဧဝံ မေ ဝေဒနာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝေဒနာ မာ အဟောသီ"တိ။ ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဝေဒနာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ဝေဒနာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဘတိ ဝေဒနာယ "ဧဝံ မေ ဝေဒနာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝေဒနာ မာ အဟောသီ"တိ။’译：三、‘受是无我。比丘们，如果这个受是我，受便不会导致恼患，而且对于受应能如愿：愿我的受成为这样，愿我的受不要成为这样。然而，比丘们，因为受是无我，所以受导致恼患，而且对于受不能如愿：愿我的受成为这样，愿我的受不要成为这样。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၄။ သညာ အနတ္တာ၊ သညာ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ သညာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ၊ လဗ္ဘေထ စ သညာယ "ဧဝံ မေ သညာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ သညာ မာ အဟောသီ"တိ။ ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ သညာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ သညာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဘတိ သညာယ "ဧဝံ မေ သညာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ သညာ မာ အဟောသီ"တိ။’译：四、‘想是无我。比丘们，如果这个想是我，想便不会导致恼患，而且对于想应能如愿：愿我的想成为这样，愿我的想不要成为这样。然而，比丘们，因为想是无我，所以想导致恼患，而且对于想不能如愿：愿我的想成为这样，愿我的想不要成为这样。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၅။ သင်္ခါရာ အနတ္တာ၊ သင်္ခါရာ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿံသု၊ နယိဒံ သင်္ခါရာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျုံ။ လဗ္ဘေထ စ သင်္ခါရေသု "ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ ဟောန္တု။ ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ မာ အဟေသု"န္တိ။ ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ သင်္ခါရာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ သင်္ခါရာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တန္တိ၊ န စ လဗ္ဘတိ သင်္ခါရေသု "ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ ဟောန္တု။ ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ မာ အဟေသု"န္တိ။’译：五、‘诸行是无我。比丘们，如果这些行是我，诸行便不会导致恼患，而且对于诸行应能如愿：愿我的诸行成为这样，愿我的诸行不要成为这样。然而，比丘们，因为诸行是无我，所以诸行导致恼患，而且对于诸行不能如愿：愿我的诸行成为这样，愿我的诸行不要成为这样。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၆။ ဝိညာဏံ အနတ္တာ၊ ဝိညာဏဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ဝိညာဏံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ။ လဗ္ဘေထ စ ဝိညာဏေ "ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ မာ အဟောသီ"တိ။ ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဝိညာဏံ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ဝိညာဏံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဘတိ ဝိညာဏေ "ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ မာ အဟောသီ"တိ။’译：六、‘识是无我。比丘们，如果这个识是我，识便不会导致恼患，而且对于识应能如愿：愿我的识成为这样，愿我的识不要成为这样。然而，比丘们，因为识是无我，所以识导致恼患，而且对于识不能如愿：愿我的识成为这样，愿我的识不要成为这样。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၇။ တံ ကိံ မညထ ဘိက္ခဝေ၊ ရူပံ နိစ္စံ ဝါ အနိစ္စံ ဝါတိ။ အနိစ္စံ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။’译：七、‘比丘们，你们怎么认为：色是常还是无常？’‘无常，尊者。’‘既然无常，它是苦还是乐？’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘ဒုက္ခံ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလဒံ နု တံ သမနုပဿိတုံ "ဧတံ မမ၊ ဧသောဟမသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာ"တိ။ နော ဟေတံ ဘန္တေ။ ဝေဒနာ။ သညာ။ သင်္ခါရာ။ ဝိညာဏံ နိစ္စံ ဝါ အနိစ္စံ ဝါတိ။ အနိစ္စံ ဘန္တေ။’译：‘是苦，尊者。’‘既然它无常、是苦、是变易之法，是否适合把它看作：这是我的，这是我，这是我的自我？’‘不适合，尊者。’‘受、想、诸行也是如此。识是常还是无常？’‘无常，尊者。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘ယံ ပနာနိစ္စံ ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။ ဒုက္ခံ ဘန္တေ။ ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလဒံ နု တံ သမနုပဿိတုံ "ဧတံ မမ၊ ဧသောဟမသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာ"တိ။ နော ဟေတံ ဘန္တေ။’译：‘既然无常，它是苦还是乐？’‘是苦，尊者。’‘既然它无常、是苦、是变易之法，是否适合把它看作：这是我的，这是我，这是我的自我？’‘不适合，尊者。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၈။ တသ္မာ တိဟ ဘိက္ခဝေ ယံ ကိဉ္စိ ရူပံ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နံ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကံ ဝါ သုခုမံ ဝါ ဟီနံ ဝါ ပဏီတံ ဝါ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗံ ရူပံ "နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ"တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။’译：八、‘因此，比丘们，任何色，无论过去、未来或现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近；一切色都应当以正慧如实看待：这不是我的，这不是我，这不是我的自我。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၉။ ယာ ကာစိ ဝေဒနာ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နာ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကာ ဝါ သုခုမာ ဝါ ဟီနာ ဝါ ပဏီတာ ဝါ ယာ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗာ ဝေဒနာ "နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ"တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။’译：九、‘任何受，无论过去、未来或现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近；一切受都应当以正慧如实看待：这不是我的，这不是我，这不是我的自我。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၁၀။ ယာ ကာစိ သညာ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နာ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကာ ဝါ သုခုမာ ဝါ ဟီနာ ဝါ ပဏီတာ ဝါ ယာ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗာ သညာ "နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ"တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။’译：十、‘任何想，无论过去、未来或现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近；一切想都应当以正慧如实看待：这不是我的，这不是我，这不是我的自我。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၁၁။ ယေ ကေစိ သင်္ခါရာ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နာ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကာ ဝါ သုခုမာ ဝါ ဟီနာ ဝါ ပဏီတာ ဝါ ယာ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ "နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ"တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။’译：十一、‘任何诸行，无论过去、未来或现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近；一切行都应当以正慧如实看待：这不是我的，这不是我，这不是我的自我。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၁၂။ ယံ ကိဉ္စိ ဝိညာဏံ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နံ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကံ ဝါ သုခုမံ ဝါ ဟီနံ ဝါ ပဏီတံ ဝါ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗံ ဝိညာဏံ "နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ"တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။’译：十二、‘任何识，无论过去、未来或现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近；一切识都应当以正慧如实看待：这不是我的，这不是我，这不是我的自我。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘၁၃။ ဧဝံ ပဿံ ဘိက္ခဝေ သုတဝါ အရိယသာဝကော ရူပသ္မိမ္ပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝေဒနာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သညာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သင်္ခါရေသုပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝိညာဏသ္မိမ္ပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ နိဗ္ဗိန္ဒံ ဝိရဇ္ဇတိ၊ ဝိရာဂါ ဝိမုစ္စတိ၊ ဝိမုတ္တသ္မိံ "ဝိမုတ္တ"မိတိ ဉာဏံ ဟောတိ။ " ခီဏာ ဇာတိ ဝုသိတံ ဗြဟ္မစရိယံ၊ ကတံ ကရဏီယံ၊ နာပရံ ဣတ္ထတ္တာယာ"တိ ပဇာနာတိ တိ။’译：十三、‘比丘们，如此观见时，多闻圣弟子厌离色，厌离受，厌离想，厌离诸行，厌离识。厌离而离贪；由离贪而解脱；解脱时，生起“已经解脱”之智。他了知：生已尽，梵行已立，应作已作，不再有如此之状态。’

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘ဣဒမဝေါစ ဘဂဝါ ၊ အတ္တမနာ ပဉ္စဝဂ္ဂိယာ ဘိက္ခူ ဘဂဝတော ဘာသိတံ အဘိနန္ဒုံ။’译：世尊如此说。五比丘心生欢喜，随喜世尊所说。

巴利《无我相经》原文（缅文字体）：‘ဣမသ္မိံ စ ပန ဝေယျာကရဏသ္မိံ ဘညမာနေ ပဉ္စဝဂ္ဂိယာနံ ဘိက္ခူနံ အနုပါဒါယ အာသဝေဟိ စိတ္တာနိ ဝိမုစ္စိ သူတိ။’缅文出处原串：‘(သံ-၂-၅၅-၅၆။)’译：当这篇解说正在宣说时，五比丘的心因不取著而从诸漏中解脱。（《相应部》2-55—56。）现在继续列出这篇《无我相经》教说的缅文翻译。

《无我相经》教说缅译

一、一时，具足大威德的世尊住在波罗奈城附近的仙人坠处鹿野苑。诸佛与辟支佛以禅那、神通从空中下降或升向天空，故此地得名‘仙人坠处’；又因群兽汇聚，故称‘鹿野苑’。

那时，世尊呼唤五比丘：‘比丘们。’那些比丘回答世尊：‘尊者。’世尊便如此宣说这篇殊胜的《无我相经》教法：二、‘比丘们，色法不是自我。比丘们，如果这个色法是自我，色法就不会导致恼患，而且对于色法应能如愿：愿我的色法成为这样，愿我的色法不要成为这样。然而，比丘们，因为色法不是自我，所以色法会导致恼患，而且对于色法不能如愿：愿我的色法成为这样，愿我的色法不要成为这样。’

（意思是：色法不是自我，不但会导致恼患，也不可能只凭‘愿它不生恼患’的愿望便得偿所愿。）三、‘比丘们，受不是自我。比丘们，如果这个受是自我，受就不会导致恼患，而且对于受应能如愿：愿我的受成为这样，愿我的受不要成为这样。然而，比丘们，因为受不是自我，所以会导致恼患，而且对于受不能如愿：愿我的受成为这样，愿我的受不要成为这样。’

四、‘比丘们，想不是自我。比丘们，如果这个想是自我，想就不会导致恼患，而且对于想应能如愿：愿我的想成为这样，愿我的想不要成为这样。然而，比丘们，因为想不是自我，所以会导致恼患，而且对于想不能如愿：愿我的想成为这样，愿我的想不要成为这样。’

五、‘比丘们，诸心所行法不是自我。比丘们，如果这些心所行法是自我，这些心所行法就不会导致恼患，而且对于诸心所行法应能如愿：愿我的诸心所行法成为这样，愿我的诸心所行法不要成为这样。然而，比丘们，因为诸心所行法不是自我，所以会导致恼患，而且对于诸心所行法不能如愿：愿我的诸心所行法成为这样，愿我的诸心所行法不要成为这样。’

六、‘比丘们，作为能知之心的识不是自我。比丘们，如果这个识是自我，识就不会导致恼患，而且对于识应能如愿：愿我的识——

——成为这样，愿我的识不要成为这样。然而，比丘们，因为识不是自我，所以识会导致恼患，而且对于识不能如愿：愿我的识成为这样，愿我的识不要成为这样。’

七、‘比丘们，对于我要问的事情，你们这些爱子怎么认为？比丘们，色法是常还是无常？’

‘是无常，尊者。’

‘无常的色法是苦还是乐？’

‘是苦，尊者。’

‘这个色法无常、是苦、属于变易之法，是否适合执取、认定、观想为：这个色法是我的色法，这个色法是我，这个色法是我的自我？’

‘不适合，尊者。’

‘受也是如此。’

‘想也是如此。’

‘诸心所行法也是如此。’

‘作为能知之心的识是常还是无常？’

‘是无常，尊者。’

‘无常的识是苦还是乐？’

‘是苦，尊者。’

‘这个识无常、是苦、属于变易之法，是否适合执取、认定、观想为：这个识是我的识，这个识是我，这个识是我的自我？’

‘不适合，尊者。’

八、比丘们，因为这五取蕴如此无常、苦、无我，缅文出处原串：‘(သံ-၌-၂- ၂၅၆။)’（《相应部义注》2-256。）所以存在过去、未来、现在的一切色法，内、外的一切色法，粗、细的一切色法，劣、胜的一切色法，以及相对于正在观照的瑜伽行者之智而言远、近的一切色法。对于依这十一种行相而存在的一切色法，应当——

原书 116

甲、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနေတံ မမ’——‘这个色法不是我的色法。’

乙、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနေသောဟမသ္မိ’——‘这个色法不是我。’

丙、巴利原句（缅文字体）：‘န ဧမေသော အတ္တာ’——‘这个色法不是我的自我。’

如此，应当以能够破除色团、名团密集相的观智之光，也就是观智之慧，如实无误地观照这一切色法。

〔巴利义注原文（缅文字体）：‘ဒနေတံ မမ၊ ဒနေသောဟမသ္မိ၊ န ဧမေသော အတ္တာတိ သမနုပဿာမီတိ အနိစ္စံ ဒုက္ခံ အနတ္တာတိ သမနုပဿာမိ။ (မ-၌-၄-၂၃၂။)’译：‘我随观“这不是我的，这不是我，这不是我的自我”，就是随观无常、苦、无我。’依这段义注解释，应当记住：观‘这不是我的，这不是我，这不是我的自我’，与观无常、苦、无我完全相同。〕九、存在过去、未来、现在的一切受法，内、外的一切受法，粗、细的一切受法，劣、胜的一切受法，以及远、近的一切受法。对于依这十一种行相而存在的一切——

——受法，应当观照：甲、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနေတံ မမ’——‘这个受法不是我的受法。’

乙、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနေသောဟမသ္မိ’——‘这个受法不是我。’

丙、巴利原句（缅文字体）：‘န ဧမေသော အတ္တာ’——‘这个受法不是我的自我。’

如此，应当以能够破除色团、名团密集相的观智之光，也就是观智之慧，如实无误地观照这一切受法。

十、存在过去、未来、现在的一切想，内、外的一切想，粗、细的一切想，劣、胜的一切想，以及远、近的一切想。对于依这十一种行相而存在的一切想，应当观照：甲、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနေတံ မမ’——‘这个想不是我的想。’

乙、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနေသောဟမသ္မိ’——‘这个想不是我。’

丙、巴利原句（缅文字体）：‘နဒမေသော အတ္တာ’——‘这个想不是我的自我。’

如此，应当以能够破除色团、名团密集相的观智之光，也就是观智之慧，如实无误地观照这一切想。

十一、存在过去、未来、现在的一切心所行法，内、外的一切心所行法，以及——

——粗、细的一切心所行法，劣、胜的一切心所行法，远、近的一切心所行法。

对于依这十一种行相而存在的一切心所行法，应当观照：甲、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနတံ မမ’——‘这个心所行法不是我的心所行法。’

乙、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနေသောဟမသ္မိ’——‘这个心所行法不是我。’

丙、巴利原句（缅文字体）：‘နဒမေသော အတ္တာ’——‘这个心所行法不是我的自我。’

如此，应当以能够破除色团、名团密集相的观智之光，也就是观智之慧，如实无误地观照这一切心所行法。

十二、存在过去、未来、现在的一切识法，内、外的一切识法，粗、细的一切识法，劣、胜的一切识法，以及远、近的一切识法。对于依这十一种行相而存在的一切识法，应当观照：甲、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနတံ မမ’——‘这个识法不是我的识法。’

乙、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနေသောဟမသ္မိ’——‘这个识法不是我。’

丙、巴利原句（缅文字体）：‘နဒမေသော အတ္တာ’——‘这个识法不是我的自我。’

如此，应当以能够破除色团、名团密集相的观智之光，也就是观智之慧，如实无误地观照这一切识法。

十三、如此，以观慧与道慧观见依十一种行相而存在的五取蕴之无常、苦、无我时，具备教理之闻（āgama-sutα）的学知与证得之闻（adhigama-sutα）的修知、由这两种知而多闻的圣弟子——换言之，圣者佛陀的弟子——便厌离色法，厌离受法，厌离想，厌离诸心所行法，也厌离作为能知之心的识法。生起厌离时，也就是包括厌离随观智在内的一切观智依次生起、达到观禅顶峰时，对于五取蕴的贪著、贪欲便断除、舍离而止息。由于对于五取蕴的贪著、贪欲断除、舍离而止息——

——便从诸烦恼中解脱。从诸烦恼中解脱时，生起‘我已经从诸烦恼中解脱’之智。他了知：结生已经穷尽；由戒、定、慧三学所摄的教法——

——梵行，以及以圣道智为体的道梵行，这两种梵行——换言之，道梵行——已经修毕；佛教中应当完成的圣道任务已经完成；为了完成这项道业，再没有其他应作之事。世尊如此宣说。

具足大威德的世尊向五比丘开示、教诫了这篇殊胜的《无我相经》教说。五比丘心生欢喜，欣然随喜世尊所开示、教诫的法。

宣说这篇不含偈颂、纯以问答构成而名为记说的殊胜《无我相经》教法时，五比丘的心不再以爱与见执取五取蕴，因而从诸漏中解脱。缅文出处原串：‘(သံ-၂-၅၅-၅၆။)’（《相应部》2-55—56。）这篇教法，正是身为前辈的五比丘走向涅槃的古老大道。五比丘安住入流果以后，把依过去、未来、现在等十一种行相而存在的五取蕴安立于三相上修观、思惟，因而证达阿罗汉果。如此一来，诸位善人也许会怀疑：《转法轮经》教说的观境与这篇《无我相经》的观境——

——是否相同？不应生起这样的疑惑。如上文所说明，依谛教法的方法，瑜伽行比丘若要修习四谛禅修业处，就应当对作为轮转谛的苦谛法与集谛法投入观禅业处。这里的苦谛法，就是依过去、未来、现在等十一种行相而存在的五取蕴。在《无我相经》教说中，世尊又再指示对同样的五取蕴安立三相而修观、思惟，尤其以无我相为首要来修观、思惟。因此，《转法轮经》教说的观境——

——与《无我相经》教说的观境，就究竟界、实际法体与内涵而言，是相同的。应当如此记住。

如此一来，或许有人会问：《无我相经》的教说中，难道没有观照集谛的观境吗？答复如下：集谛是因法，苦谛是果法。如缘起篇所说明，过去五因只是过去五取蕴中的一部分，摄属于过去五取蕴。现在五果与现在五因也只是现在五取蕴中的一部分，摄属于现在五取蕴；未来五果同样摄属于未来五取蕴。

再者，称为五比丘的诸大长老，都是已经对苦谛法与集谛法反复多次修习观禅业处的善人。

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ယဿ ပန ဧကဝါရံ ဉာဏေန ဖဿိတံ၊ ပုန တံ ဖဿိတဗ္ဗမေဝ၊ တာဒိသဿ ဝသေန ဝုတ္တန္တိ ဝဒန္တိ။’译：‘然而，某一法既曾一次为智所触，仍正应再次触及；据说，这是就这种人而说的。’

> 缅文出处原串：‘(ဓမ္မဟဒ္ဒီ-၂-၄၇၀။)’（《大复注》2-470。）

某位瑜伽行者，曾经至少一次以观智触知色、名、因、果这些行法，也曾经至少一次把它们安立于三相上修观、思惟。对于这种至少一次已经由观智触知的行法，便算已经触知；以后即使不再以观智触知，只要先前触知得深切，任务也能完成，不必再以观智触知。

缅文出处原串：‘(ဓမ္မဟဒ္ဒီ-၂-၄၇၀။)’（《大复注》2-470；详见行舍智一节。）上面的解释，是针对智慧锐利的善人而说。称为五比丘的诸比丘，正是智慧敏锐迅捷的大善人。从入雨安居月的月圆日，直到月圆后第五日，他们不断反复观照、思惟那些称为苦谛与集谛的行法。到了月圆后第五日，他们的诸根已经成熟，足以证达阿罗汉果。这时，佛陀便为他们开示上述殊胜的《无我相经》教说；五比丘也能够依随教说的次第——

——修观、思惟，所以教说结束时便安住于阿罗汉果。应当记住：五比丘并非没有观照集谛法；他们确实修观了集谛法。下面再继续说明另一个古代先例。

摩诃目犍连大长老

巴利《逐一经义注》原文（缅文字体）：‘မဟာမောဂ္ဂလာနတ္ထေရော ဟိ သာဝကာနံ သမ္မသနစာရံ ယဋ္ဌိကောဋိယာ ဥပ္ပီဠေန္တော ဝိယ ဧကဒေသ- မေဝ သမ္မသန္တော သတ္တဒိဝသေ ဝါယမိတ္ဝာ အရဟတ္တံ ပတ္တော။ (မ-ဋ္ဌ-၄-၅၈။ အနုပဒသုတ္တ အဋ္ဌကထာ။)’译：‘摩诃目犍连大长老在诸声闻的思惟行境中，如同以手杖尖端触地，只思惟杖尖所触的一部

分；精进七日以后，证得阿罗汉果。’巴利《逐一经复注》原文（缅文字体）：‘အနုပဒဓမ္မဝိပဿနာယ အဘာဝတော "ဧကဒေသမေဝ သမ္မသန္တော"တိ ဝုတ္တံ။ (မ-ဋီ-၃-၂၇၄။)’译：‘由于没有逐法观，所以说“只思惟一部分”。’巴利《教理精要复注》原文（缅文字体）：‘အထာယသ္မာ မဟာမောဂ္ဂလ္လာနော ပဗ္ဗဇိတဒိဝသတော သတ္တမေဒိဝသေ မဂ်ဓရဋ္ဌေ ကလဒဝါဠဂါမကံ ဥပနိဿာယ သမဏဓမ္မံ ကရောန္တော ထိနမိဒ္ဓံ ဩက္ကမန္တော သတ္ထာရာ သံဝေဇိတော ထိနမိဒ္ဓံ ဝိနောဒေတွာ တထာဂတေန ဒိန္နံ ဓာတုကမ္မဋ္ဌာနံ သုဏန္တော၀ ဥပရိမဂ္ဂတ္တယကိစ္စံ နိဋ္ဌာပေတွာ သာဝကပါရမိဉာဏသ မတ္ထကံ ပတ္တော။ (သာရတ္ထဒီပနိဋီကာ-၃-၂၂၈။)’译：‘后来，具寿摩诃目犍连出家后的第七日，依止摩揭陀国的迦罗瓦罗小村修习沙门法。当昏沉睡眠侵袭时，导师令他生起悚惧；他驱除昏沉睡眠，并在听闻如来所授界业处之际，完成上三道的任务，到达声闻波罗蜜智的顶峰。’依上述义注与复注的解释，摩诃目犍连大长老并不是把每一个究竟界法逐一安立于三相上修观、思惟的——

——逐法观法门；他只以聚思惟法，把究竟界的诸行法总摄起来安立于三相上修观、思惟。正因为只以这种方法培育、勤修观法，他证达了阿罗汉果。

摩诃目犍连大长老最初仍是游行外道时，从后来成为舍利弗大长老的优波提舍游行者那里，听闻阿说示长老所说‘ယေ ဓမ္မာ ဟေတုပ္ပဘဝါ’（诸法从因生）等偈颂教法，因而证得入流果。那也是谛教法。后来，他依止摩揭陀国迦罗瓦罗小村修习沙门法，只以聚思惟法修习观禅。到第七日，他有机会从佛陀听闻《昏沉经》，该经载于《增支部 · 七集》，缅文出处原串：‘(အံ-၂-၄၆၀- ၄၆၄)’。经的前半说明七种驱除昏沉睡眠之法；在后半的——

——观禅部分，佛陀教示：巴利原文（缅文字体）：‘ယော သဗ္ဗံ ဓမ္မံ အဘိဇာနာတိ၊ သဗ္ဗံ ဓမ္မံ အဘိညာယ သဗ္ဗံ ဓမ္မံ ပရိဇာနာတိ။ (အံ-၂-၄၆၄။)’译：‘他证知一切法；证知一切法以后，遍知一切法。’如此，佛陀指示应以三种遍知，修观、思惟全部五取蕴，直到如实分别而知；也就是指示观照全部五取蕴。上述《教理精要复注》解释，这项指示是要从界业处的进路摄取五取蕴，再修习观禅。因此可知，摩诃目犍连大长老也是以聚思惟法证达阿罗汉果。

舍利弗大长老

巴利义注原文（缅文字体）：‘အညေသု ဟိ ခန္ဓေသု အကတာဘိနိဝေသော တိက္ခ၊ နေဝသညာနာသညာယတနက္ခန္ဓေ သမ္မသိတွာ နိဗ္ဗိဒံ ပတ္တုံ သမတ္ထော နာမ နတ္ထိ အဝိစ အာယသ္မာ သာရိပုတ္တော။ ပကတိဝိပဿကော ပန မဟာပညော သာရိပုတ္တသဒိသော၀ သက္ကုဏေယျ၊ သောပိ "ဧဝံ ကိရိမေ ဓမ္မာ အဟုတွာ သမ္ဘောန္တိ၊ ဟုတွာ ပဋိဝေန္တိ" တိ ဧဝံ ကလာပသမ္မသနဝသေနေ၀၊ နော အနုပဒဓမ္မဝိပဿနာဝသေန။ ဧဝံ သုခုမတ္တံ ဂတာ ဧသော သမာပတ္တိ။’译：‘若一位比丘尚未先对其他诸蕴建立观照，便不能只思惟非想非非想处诸蕴而达到厌离；即使舍利弗尊者也不能。只有已经依通常次第修观、又具有如舍利弗尊者般大慧的人才可能做到；即便如此，也只能按聚思惟这样观：“这些法确实本来没有而生起，生起之后便坏灭”，并非依逐法观。这一等至已经达到如此微细的程度。’

> 缅文出处原串：‘(အဘိ-ဋ္ဌ-၁-၂၅၃။ ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၃၃၁။)’（《殊胜义注》1-253；《清净之道》1-331。）

依上述诸义注的解释，舍利弗大长老在八种等至中，从初禅等至直到无所有处禅等至，对于较低的七种禅那等至中各别存在的名法，运用把每一个名法逐一修观、思惟的逐法观法门；到了非想非非想处禅等至，

则只运用称为聚思惟的理路观，把该等至中的诸名法汇集、总摄起来修观、思惟。

> 缅文出处原串：‘(အဘိ-ဋ္ဌ-၁-၂၅၃။ ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၃၃၁။)’（《殊胜义注》1-253；《清净之道》1-331。）

原书 121

阿难大长老

阿难大长老也曾从曼多尼婆罗门女之子富楼那长老处，听闻关于五蕴的三轮法教，因而证得入流果。为了使人对古德趣向涅槃的古老大道增长净信，下面再记述阿难大长老证得入流果的这一古例。

《阿难经》教说

巴利《阿难经》原文（缅文字体）：‘၁။ သာဝတ္ထိနိဒါနံ။ တတြ ခေါ အာယသ္မာ အာနန္ဒော ဘိက္ခူ အာမန္တေသိ "အာဝုသော ဘိက္ခဝေ"တိ။’译：‘一、因缘在舍卫城。那时，具寿阿难对比丘们说：‘诸比丘贤友！’’

巴利《阿难经》原文（缅文字体）：‘"အာဝုသော"တိ ခေါ တေ ဘိက္ခူ အာယသ္မတော အာနန္ဒသ ပစ္စသောသုံ။ အာယသ္မာ အာနန္ဒော ဧတဒဝေါစ- ၂။ ပုဏ္ဏော နာမ အာဝုသော အာယသ္မာ မန္တာဏိပုတ္တော အမှာကံ နဝကာနံ သတံ ဗဟူပကာ ရော ဟောတိ၊ သော အမှေ ဣမိနာ ဩဝါဒေန ဩဝဒတိ "ဥပါဒါယ အာဝုသော အာနန္ဒ 'အသ္မီ'တိ ဟောတိ နော အနုပါဒါ ယ။’译：‘比丘们回答具寿阿难：‘贤友。’具寿阿难说道：二、贤友们，曼多尼婆罗门女之子富楼那尊者，在我们还是新学比丘时给过我们极大帮助。他用这样的教诲教导我们：‘阿难贤友，缘取著而有“我是”，并非不缘取著而有。’

巴利《阿难经》原文（缅文字体）：‘ကိဥ္စ ဥပါဒါယ 'အသ္မီ'တိ ဟောတိ နော အနုပါဒါယ။ ရူပံ ဥပါဒါယ 'အသ္မီ'တိ ဟောတိ နော အနုပါဒါယ။’译：‘缘取著什么而有“我是”，并非不缘取著而有？缘取著色而有“我是”，并非不缘取著而有；’

巴利《阿难经》原文（缅文字体）：‘ဝေဒနံ။ သညံ။ သင်္ခါရေ။ ဝိညာဏံ ဥပါဒါယ 'အသ္မီ'တိ ဟောတိ နော အနုပါ ဒါယ။’译：‘缘取著受、想、诸行、识而有“我是”，并非不缘取著而有。’

巴利《阿难经》原文（缅文字体）：‘၃။ သေယျထာပိ အာဝုသော အာနန္ဒ ဣတ္ထီ ဝါ ပုရိသော ဝါ ဒဟရော ယုဝါ မ ဏ္ဍနကဇာတိကော အာဒါသေ ဝါ ပရိသုဒ္ဓေ ပရိယောဒါတေ အစ္ဆေ ဝါ ဥဒကပတ္တေ သကံ မုခနိမိတ္တံ ပစ္စဝေက္ခမာနော ဥပါဒါယ ပသေယျ နော အနုပါဒါယ။ ဧဝမေဝ ခေါ အာဝုသော အာနန္ဒ ရူပံ ဥပါဒါယ 'အသ္မီ'တိ ဟောတိ နော အနုပါဒါယ။’译：‘三、阿难贤友，譬如年轻、青春而喜爱装饰的女子或男子，在清净、明澈的镜中，或在澄清的水器中省察自己的面影，只会缘依而看见，并非无所缘依而看见。同样，阿难贤友，缘取著色而有“我是”，并非不缘取著而有；’

巴利《阿难经》原文（缅文字体）：‘ဝေဒနံ။ သညံ။ သင်္ခါရေ။ ဝိညာဏံ ဥပါဒါယ 'အသ္မီ'တိ ဟောတိ နော အနုပါ ဒါယ။’译：‘缘取著受、想、诸行、识而有“我是”，并非不缘取著而有。’

巴利《阿难经》原文（缅文字体）：‘၄။ တံ ကိံ မညသိ အာဝုသော အာနန္ဒ၊ ရူပံ နိစ္စံ ဝါ အနိစ္စံ ဝါတိ။ အနိစ္စံ အာဝုသော။ ဝေဒနာ။ သညာ။’译：‘四、阿难贤友，你以为如何：色是常还是无常？‘无常，贤友。’受呢？想呢？’

巴利《阿难经》原文（缅文字体）：‘သခါရာ။ ဝိညာဏံ နိစ္စံ ဝါ အနိစ္စံ ဝါတိ။ အနိစ္စံ အာဝုသော။ တသ္မာ တိဟ။ ပ ။ ဧဝံ ပသိသံ။ ပ ။ နာပရံ ဣတ္ထတ္တာယာတိ ပဇာနာတီ"တိ။ ပုဏ္ဏော နာမ အာဝုသော အာယသ္မာ မန္တာဏိပုတ္တော အမှာကံ နဝကာနံ သတံ ဗဟုပကာရော ဟောတိ၊ သော အမှေ ဣမိနာ ဩဝါဒေန ဩဝဒတိ။ ဣဒ္ဓဉ္စ ပန မေ အာယသ္မတော ပုဏ္ဏသ မန္တာဏိပုတ္တသ ဓမ္မဒေသနံ သုတ္တာ ဓမ္မော အဘိသမိတောတိ။ (သံ-၂-၈၆-၈၇။)’译：‘诸行呢？识是常还是无常？‘无常，贤友。’所以……（中略）……如是观见……（中略）……他了知：‘不再有后来这样的存在。’贤友们，曼多尼婆罗门女之子富楼那尊者，在我们还是新学比丘时给过我们极大帮助；他用这样的教诲教导我们。我听闻曼多尼婆罗门女之子富楼那尊者这项法教以后，现观了法。（《相应部》2-86—87。）’

《阿难经》缅译

一、因缘在舍卫城。那时，阿难大长老呼唤比丘们：‘诸比丘贤友！’比丘们回答阿难尊者：‘尊者。’

阿难大长老说道：二、贤友们，曼多尼婆罗门女之子富楼那尊者，在我们还是新学弟子时给过我们极大帮助。他以这样的法教教导我们：‘阿难贤友，只有缘取著，名为“我是”的爱、慢、见三种戏论法〔扩展轮回之法〕才会生起；并不是不取著也会生起。

缘取著、依止什么，名为“我是”的爱、慢、见三种戏论法〔扩展轮回之法〕才会生起？不取著、不依止什么，它们便不会生起？只有缘取著色……受、想、诸行、识，名为“我是”的爱、慢、见三种戏论法才会生起；并不是不取著也会生起。

阿难贤友，譬如年轻、青春而喜爱装饰的女子或男子，在清净明澈的镜中，或在澄清的水器中观察自己的面影，只会有所缘依而看见，并非无所缘依而看见。

阿难贤友，同样：甲、只有缘取著色法，名为“我是”的三种戏论法才会生起；

乙、缘取著受；

丙、缘取著想；

丁、缘取著诸心所行；

戊、只有缘取著识心，名为“我是”的三种戏论法才会生起；不取著便不会生起。

〔按：经文尚未结束，这里先说明几个应当注意之处：甲、凡夫如同喜爱装饰的男子或女子；

乙、五取蕴如同镜面；

丙、爱、慢、见的生起如同面影；

丁、爱、慢、见生起以后，执著为‘是我、是他、是男子、是女子’等特殊取著，

如同依面影而显现的颜色等。如此，在这部经中，

应当把譬喻与所喻相互配合起来理解。缅文出处原串：‘(သံ-၌-၂-၂၄၄။)’（《相应部复注》2-244。）

镜中的面影缘依清净、明澈的镜面而显现。观察镜面时，镜中所现究竟是自己的面影，还是他人的面影？换句话说，镜中显现的面影是自己，还是他人？可以这样问。答：如果镜面所现的脸就是自己，它便不应面向正在照镜子的自己。假如照镜者面向东方站在镜前，而镜面所现的脸确实就是本人，那影像也应朝向东方，不应朝向本人；

但现在，面影却面向照镜者而显现。

如果镜面所现并非照镜者自己的面影，而是他人的面影，它就应在容貌、形状等方面与自己不同。也就是说，若镜中所现是另一个与自己相似者的面影，总应有某种差别，不可能丝毫不差。

因此，镜面所现的面影既不是照镜者自己的脸，也不是他人的脸；诸师说，它只是依止镜面而显现、名为‘映像色’的相似面影。那么，为什么清水中也会显现面影？答：因为在世俗谛中被称为‘水’的四大种特别清净明澈。缅文出处原串：‘(သံ-၌-ဒု-ဥတု။ သံ-ဖြိ-ဒု-ဒုဇ-ဒုဇဖ။)’（《相应部义注》2-283；《相应部复注》2-243—244。）为了让禅修贤友自行思量，再举一个譬喻。

如果镜面所现的面影就是自己，不妨用足以致命的武器射击它。那时只会把镜子击得粉碎，照镜者并不会死；若镜中面影确实就是自己，自己也应当死亡，但事实并非如此。若它是另一个与自己相似者的脸，用致命武器射击镜中面影时，那个人也应死亡，

但他也不会死亡。因此，镜面所现的面影既不是自己的脸，也不是他人的脸；义注诸师所说的，只是依止镜面而显现的一种相似面影。

同样，没有胜义智之眼的凡夫，以如镜中面影般的爱、慢、见，对如镜面般的五取蕴生起颠倒执著，认作‘是我、是他、是男子、是女子’等。爱、慢、见便在五取蕴上生起。请继续读经。〕‘阿难贤友，对于我要问的这件事，你以为如何？

一、色法是常还是无常？”无常，尊者。’

二、‘阿难贤友，受呢？’

三、‘想呢？’

四、‘诸心所行呢？’

五、‘识心是常还是无常？”无常，尊者。’

阿难贤友，因为五取蕴就是这样无常〔苦、无我〕，所以凡一切色，无论过去、未来、现在，内或外，粗或

细，劣或胜，远或近；对于依这十一种行相而存在的一切色，都应当观为：甲、‘这色法不是我的’；

乙、‘这色法不是我’；

丙、‘这色法不是我的自我’。

应当以破除色聚、名聚之密集的观慧，如实观照这一切色法。……（中略）……

二、对于依十一种行相而存在的一切受……（中略）……

三、对于依十一种行相而存在的一切想……（中略）……

四、对于依十一种行相而存在的一切心所行……（中略）……

五、对于依十一种行相而存在的一切识心，应当观为：甲、‘这识心不是我的识心’；

乙、‘这识心不是我’；

丙、‘这识心不是我的自我’。

应当以破除色聚、名聚之密集的观慧，如实观照这一切识心。

这样，以观慧与道慧照见依十一种行相而存在的五取蕴之无常、苦、无我……（中略）……便了知：‘为了这一道业，再没有其他应作之事。’富楼那尊者如此教导。

贤友们，曼多尼婆罗门女之子富楼那尊者，在我们还是新学弟子时给过我们极大帮助；他以这项教诲教导我们。我听闻富楼那长老这项法教以后，以入流道智通达了四圣谛。缅文出处原串：‘(သံ-၂-၈၆-၈၇။)’（《相应部》2-86—87。）这也是三轮法教；其观禅部分与《无我相经》完全同型。在《蕴品相应》中，也有许多古例：修行者依这种聚思惟与三轮法教修观，证达阿罗汉果。

上文所说的舍利弗、摩诃目犍连、富楼那、阿难、五比丘等大长老，都是在教法中如日月般极其著名的卓越人物；他们证得四无碍解，都是已经——

——获得无碍解智的大阿罗汉长老。《清净之道》义注第二册第72页说明了使这些圣者的无碍解智得以清净的五种原因；其中第五项如下。巴利义注原文（缅文字体）：‘ပုဗ္ဗယောဂေါ နာမ ပုဗ္ဗဗုဒ္ဓါနံ သာသနေ ဂတပဗ္ဗ စာဂတိကဘာဝေန ယာဝ အနုလောမံ ဂေါတြဘုသမီပံ၊ တာဝ ဝိပဿနာနုယောဂေါ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၀၂။)’译：‘所谓宿行，是在过去诸佛的教法中，实行往返业处行持，修习观禅直到邻近种姓智的随顺。’依这项义注解释，已经到达无碍解智的大阿罗汉长老，在过去诸佛的教法中，履行往返业处行持：前往托钵时摄持业处，从托钵村返回时也摄持业处；他们曾修习观禅，直到邻近种姓智、名为随顺的行舍智。

禅修贤友应当特别留意并记住这一点。

还应特别留意：在观禅领域，不应把具有宿行的善人和没有宿行的善人放在同一层次上评判。

此外，在《因缘品相应》各处，佛陀也反复教示：以聚思惟法总摄缘起十二支而修观。佛陀的大金刚观智，能在十万俱胝世界的范围内，把过去、未来、现在三时和内、外两相续中的缘起十二支汇集、总摄起来，轮番安立三相而修观。缅文出处原串：‘(မ-၌-၃-၂၀၅-ကြည့်ပါ။)’（参见《中部复注》3-275。）若以阿毗达磨智之眼分析，这十二缘起支也不过是在三时、内外两相续中存在的——

——色法与名法的聚集，只是五取蕴。

同样，在《六处品相应》各处也有许多古例：把名为苦谛、集谛的胜义界法，依十二处法分成十二类，依十八界法分成十八类，再以聚思惟法汇集总摄而修观，最后证达阿罗汉果。因此，对于依过去、未来、现在、内、外、粗、细、劣、胜、远、近十一种行相而存在的：一、色蕴；二、受蕴；三、想蕴；四、行蕴；五、识蕴——

原书 126

——分别轮番安立三相而修观，这是五蕴法；对于依过去、未来、现在等十一种行相而存在的色法与名法，分别轮番安立三相而修观，这是色名二法；此外还有十二处法、十八界法等各种聚思惟观法。这些都是往昔圣者趣入涅槃的古老大道。应当以深切、锐利的信，以及坚定的念，恭敬领受并牢记。

在这条古老大道上：一、能够总摄、摄取三时和内外两相续中的色法，也就是能够以智分别时，便观‘色、色’，或‘色法、色法’。

二、能够依处门总摄、摄取三时和内外两相续中的名法，也就是能够以智分别时，便观‘名、名’，或‘名法、名法’。

三、把这些色法与名法分成两类，摄取色名、以智分别时，便观‘色法、名法’。

四、在名色分别智阶段，应以智照见：这些色名中没有人、众生、人类、天、梵天、生命、灵魂、识主体或自我；离开色名，也没有任何这样的人或自我。应当观：‘没有人、众生、人类、天、梵天、命、自我；只有色名。’

五、能够摄取三时和内外两相续中色名诸法的因，也就是能够以智分别时，便观‘因法、果法’。

六、依特相、作用、现起、近因四法摄取色名、以智分别时，应当依前文‘特相等四法’部分所说的方法摄取并观修。

原书 127

七、到了观禅阶段，作为观智所缘、名为苦谛与集谛的这些胜义界行法，可以依色名二法分成两类，依五蕴法分成五类，依十二处法分成十二类，依十八界法分成十八类，或依缘起法把缘起支分成十二类等，以各种方法修观。对于这些行法中依过去、未来、现在等十一种行相而存在的色法：甲、以观智照见其生灭，间或观为无常；

乙、以观智照见它不断受到生灭逼迫，间或观为苦；丙、以观智照见它不是不坏、坚实、固定而有核心实质的自我，

照见其无我，间或观为无我。

应当这样分别修观。

同样，对于依过去、未来、现在、内、外等十一种行相而存在的名法，也应间或观为无常、间或观为苦、间或观为无我，逐一修观。五蕴法等也应以同样方式理解。

换一种方式说明这组观法：甲、间或对内色法轮番安立三相而观；

乙、间或对外色法轮番安立三相而观；

丙、间或对内名法轮番安立三相而观；

丁、间或对外名法轮番安立三相而观。

如同观照现在，也应以同样方法观照过去与未来。这就是从佛陀时代原样传承下来的观禅古老大道。

智中未显现的诸法

在这里，有些禅修者常会问，或提出理由说：‘只有在智中显现的法才观得到；若不显现，怎么观呢？’

原书 128

佛陀教示色业处时，只说了界业处略法与界业处详法两种。禅修者若能依略法、详法或两法兼用，破除四大种各自的密集，摄取、以智分别四大种直到胜义；到这一阶段，只要重新建立并摄取四大种，便能轻易把自己想作为观禅所缘的诸色法拿来修观、思惟。

同样，能够把各自的依处〔门〕与所缘配合起来摄取、以智分别的禅修者，无论何时想观哪一种名法，都能随时修观。依处〔门〕、所缘、光明、作意等相关因缘具足时，相应的名法自会依法生起；依如理作意或不如理作意，善速行或不善速行也会相应生起。《大复注》正是针对这一原理作如下解释。

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ပစ္ဆာ ပန အနုပဋ္ဌဟန္တေပိ ဥပါယေန ဥပဋ္ဌဟာပေတွာ အနဝသေသတော၀ သမ္မသိတဗ္ဗာ။’译：‘后来，即使那些法尚未显现，也应当运用方法使其显现，再无一遗漏地加以思惟。’

> 缅文出处原串：‘(ဓဟာဋီ-၂-၃၉၁။)’（《大复注》2-391。）

也就是说，刚进入观禅阶段的禅修者，起初虽从明显、容易的色名法开始修观，后来仍须运用适当方法，使尚未在智中显现、尚未被见到的色名法显现出来，再把色名法毫无遗漏地全部修观、思惟。

> 缅文出处原串：‘(ဓဟာဋီ-၂-၃၉၁။)’（《大复注》2-391。）

这项解释的详细说明前文已经讲过。禅修贤友不应忘记：这项指示只适用于已经获得名色分别智与缘摄受智、正从这两智转入思惟智阶段的禅修者。若一、应观为色法时不观色法；二、应观为名法时不观名法；三、应观色名时不观色名；四、在应分别色名的名色分别智阶段，不分别、不辨识色名；五、应观因法、果法时不观因果；

换句话说，因为不能破除色聚、名聚各自的密集，不能分析诸界直到胜义，便无法摄取色、名、因、果这些行法直到胜义；对于这些行法，六、应观无常时不观无常；七、应观苦时不观苦；

道非道智见清净释：思惟智章（之六）

原书第 129 – 155 页

原书 129

八、应观无我时不观无我——这样还能不能证达道、果、涅槃？若想知道答案，禅修贤友请阅读下面《增支部 · 六集》的《无常经》。

《无常经》

巴利《无常经》原文（缅文字体）：‘သော ဝတ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကဉ္စိ သင်္ခါရံ နိစ္စတော သမနုပဿန္တော အနုလောမိကာယ ခန္တိယာ သမ- န္နာဂတော ဘဝိဿတီတိ နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ၊ အနုလောမိကာယ ခန္တိယာ အသမန္နာဂတော သမ္မတ္တနိယာမံ ဩက္ကမိဿတီတိ နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ၊ သမ္မတ္တနိယာမံ အနောက္ကမမာနော သောတာပတ္တိဖလံ ဝါ သကဒါဂါမိဖလံ ဝါ အနာဂါမိဖလံ ဝါ အရဟတ္တဖလံ ဝါ သစ္ဆိကရိဿတီတိ နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ။’译：‘诸比丘，一位比丘若把任何行法随观为常，却能具足随顺忍，这是不可能的；不具足随顺忍，却能进入正性决定，这是不可能的；不进入正性决定，却能证悟入流果、一来果、不来果或阿罗汉果，这是不可能的。’

巴利《无常经》原文（缅文字体）：‘သော ဝတ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သဗ္ဗသင်္ခါရေ အနိစ္စတော သမနုပဿန္တော အနုလောမိကာယ ခန္တိယာ သမန္နာဂတော ဘဝိဿတီတိ ဌာနမေတံ ဝိဇ္ဇတိ၊ အနုလောမိကာယ ခန္တိယာ သမန္နာဂတော သမ္မတ္တနိယာမံ ဩက္ကမိဿတီတိ ဌာနမေတံ ဝိဇ္ဇတိ၊ သမ္မတ္တနိယာမံ ဩက္ကမမာနော သောတာပတ္တိဖလံ ဝါ သကဒါဂါမိဖလံ ဝါ အနာဂါမိဖလံ ဝါ အရဟတ္တံ ဝါ (အရဟတ္တဖလံ ဝါ) သစ္ဆိကရိဿတီတိ ဌာနမေတံ ဝိဇ္ဇတိ။’译：‘诸比丘，一位比丘若把一切行法随观为无常，便能具足随顺忍，这是可能的；具足随顺忍，便能进入正性决定，这是可能的；进入正性决定，便能证悟入流果、一来果、不来果或阿罗汉〔果〕，这是可能的。’

> 缅文出处原串：‘(အံ-၂-၃၈၄-၃၈၅။)’（《增支部》2-384—385。）

诸比丘，一位比丘若把任何行法观为常〔观为乐、观为我〕，绝不可能具足称为随顺忍、随顺出世间法的观慧。

不具足称为随顺忍、随顺出世间法的观慧，便不可能进入名为正性决定、不变而确定的圣道；不进入名为正性决定的圣道，便不可能现证入流果、一来果、不来果或阿罗汉果。

诸比丘，一位比丘若把一切行法观为无常〔观为苦、观为无我〕，便可能具足称为随顺忍、随顺出世间法的观慧；具足这种观慧，便可能进入名为正性决定、不变而确定的圣道；进入这圣道，便可能现证入流果、一来果、不来果或阿罗汉果。缅文出处原串：‘(အံ-၂-၃၈၄-၃၈၅။)’（《增支部》2-384—385。）

原书 130

随顺忍

巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：‘အနုလောမိကာယ ခန္တိယာတိ ဇေဋ္ဌ ဝိပဿနာဉာဏမေဝ လောကုတ္တရမဂ္ဂံ အနုလောမေတီတိ အနု- လောမိကံ။ တဒေဝ ခန္တိမပေက္ခိတ္တာ အနုလောမိကာ။ သဗ္ဗသင်္ခါရာ တဿ အနိစ္စတော ဒုက္ခ တော အနတ္တတော ခမန္တိ ရုစ္စန္တိတိ ခန္တိ။ သာ မုဒုကာ မဇ္ဈိမာ တိက္ခာတိ တိဝိဓာ။ ကလာပသမ္မသနာဒိကာ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ- ပရိယောသာနာ မုဒုကာနုလောမိကာ ခန္တိ။ ဘင်္ဂါနုပဿနာဒိကာ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏပရိယောသာနာ မဇ္ဈိမာ- နုလောမိကာ ခန္တိ။ အနုလောမဉာဏံ တိက္ခာနုလောမိကာ ခန္တိ။ (ပဋိသံ-၆-၂-၃၁၅။)’译：‘这里所谓“随顺忍”：观智随顺出世间道，所以称为随顺；又就它是忍可而言，称为随顺忍。一切行法以无常、苦、无我而令他忍可、欢喜，故名为忍。它有

软、中、利三种：从聚思惟等直到生灭智，是软随顺忍；从坏随观等直到行舍智，是中随顺忍；随顺智是利随顺忍。’依这项《无碍解道义注》的解释，随顺忍智是所有随顺出世间圣道的观智。禅修者的智在修观时，喜于把一切行法观为无常、苦、无我。因为它随顺出世间圣道，又喜于把诸行法——

——观为无常、苦、无我，所以称这项观智为随顺忍。随顺忍智依下品、中品、上品分成三种。

一、从聚思惟智开始，到生灭智为止的观智，是下品随顺忍智。

二、从坏随观智开始，到行舍智为止的观智，是中品随顺忍智。

三、随顺智是上品随顺忍智。缅文出处原串：‘(ပဋိသံ-၌-၃-၃၁၅။)’（《无碍解道义注》2-315。）上述巴利经文与义注说明：有些禅修者尚未看见色聚、名聚；有些虽已看见，却仍不能以智破除色法密集、名法密集；他们的智尚未到达真实胜义色、胜义名，也还不能把这些胜义色名观为无常、苦、无我。因此，他们尚未具足称为随顺忍、随顺出世间圣道的观慧。

不具足称为随顺忍、随顺出世间圣道的观慧，便不可能进入名为正性决定、不变而确定的圣道；不能进入这圣道，便不可能现证入流果、一来果、不来果或阿罗汉果。

缅文出处原串：‘(အံ-၂-၃၈၄-၃၈၅။)’（《增支部》2-384—385。）

色七法观法

禅修贤友，若依上述聚思惟的观法修观仍未满意，并愿继续修习色七法与非色七法，便可依意修观。下面从《清净道论》义注与《大复注》中摘取这些观法的要义，说明如下。

巴利原文（缅字体）：‘အာဒါနနိက္ခေပနတော၊ ဝယောဝုဏ္ဏဂါမိတော။’译：‘从受取与舍弃，或随年龄增长而灭；’

巴利原文（缅字体）：‘အာဟာရတော စ ဥတုတော၊ ကမ္မတော စာပိ စိတ္တတော။’译：‘又从食、时节、业，以及心；’

巴利原文（缅字体）：‘ဓမ္မတာရူပတော သတ္တ၊ ဝိတ္ထာရေန ဝိပဿိတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၅၃။)’译：‘再从自然色；如此详尽地以七法修观。（《清净道论》2-253。）’

一、依受取与舍弃观法

“受取”是取得新有，即结生，也就是生；“舍弃”是舍下旧有，即死，也就是死亡心。因此，“依受取与舍弃观法”，是一种观禅作业：先以智分别结生与死亡之间的四大种及所造色，直到智见抵达胜义；再依一般规则，把一生界定为一百年，对这一生中生起、存在的诸行法，轮流提到三相上修观。禅修贤友的寿命也许达到一百岁，也许达不到；无论如何，都应概括从自己的结生直到死亡期间生起、存在的究竟色法——

——以智照见其无常相而观为无常，以智照见其苦相而观为苦，以智照见其无我相而观为无我，反复多次地观照。观照时，对结生与死亡之间的诸色法不可疏略，而应密集地观；为了使智见清楚明净地看见一生

中无论何时存在的一切色法都唯是无常、唯是苦、唯是无我，应就三相中的每一相反复多次修观。

无常相

巴利《清净道论》原文（缅字体）：‘ဥပ္ပါဒဝယဝတ္ထိတော၊ ဝိပရိဏာမတော၊ တာဝကာလိကတော၊ နိစ္စပဋိက္ခေပတော စ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၅၃။)’译：‘从生灭转起、从变异、从暂时性及从排斥常性而言。’巴利《大复注》原文（缅字体）：‘တတ္ထ ဥပ္ပါဒဝယဝတ္ထိတောတိ ဥပ္ပဇ္ဇနဝယေန၊ နိရုဇ္ဈနဝယေန စ ပဝတ္တနတော၊ အဟုတ္ဝာ သမ္ဘဝတော ဟုတ္ဝာ ဝယျပဂမနတောတိ အတ္ထော။ (မဟာဋီ-၂-၄၀၆။)’译：‘这里，“从生灭转起而言”，是说以生起和灭去的方式转起；意思是原先没有而生起，生起以后又趋向灭去。’一、从生灭转起而言——一切色名诸行法，因为会依生与灭而转起，即先前尚无、尚未生时，到生时便骤然生起；生起以后又趋向坏灭，所以名为无常。诸行法只在生前不存在与灭后不存在这两种不存在——

——之间暂时生起；一经生起，便立即趋向不存在。应以观智照见这一原理，把这些色法〔诸行法〕观为无常。

巴利原文（缅字体）：‘၂။ ဝိပရိဏာမတောတိ သန္တာနဿ ပုရိမုတ္တရဝိသဒိသဘာဝတောတိ ဝဒန္တိ။ တံ ဝဿသတပရိစ္ဆိန္နေ ရူပေ ဣဒံ သမ္မသနန္တိ အဓိပ္ပါယေနေဝ ဝုတ္တံ သိယာ၊ ဇရာမရဏေန ဝိပရိဏာမေတဗ္ဗတောတိ အတ္ထော။ အသတိပိ ဓမ္မတေဒေ အဝတ္ထာဘေဒေါ ဣစ္ဆိတဗ္ဗော။ န ဟိ ဥပ္ပါဒါဝတ္ထာ ဧဝ ဘင်္ဂါဝတ္ထာတိ ယုတ္တာ။ တထာ ဟိ ဝုတ္တံ "ဇရာယ ဧဝေ မရဏေန စာတိ ဒ္ဝေဓာ ပရိဏာမပကတိတာယာ"တိ ။ သဘာဝဝိဂမော ဧဝ ဝါ ဇတ္ထ ဝိပရိဏာမော။’译：‘二、所谓“从变异而言”，诸师说，是指前后色相续的性质不同。这大概是就“这种依受取与舍弃法对色法所作的整体思惟，是对一百年所界定之色的思惟”而言；意思是色法须受老与死所变异。即使究竟法的种类没有差别，也必须承认其阶段有别；因为不能说生起阶段本身就是坏灭阶段。因此说：“由老与死，具有两种变异的本性。”或者，在这里，各自本来性质的消失本身就是变异。’

缅文出处原串：‘(မဟာဋီ-၂-၄၀၆။)’（《大复注》2-406。）

二、所谓“变异”，诸师说，是指先前生起的色相续与后来生起的色相续彼此不同。诸师这番话，大概只是就这样的意思而说：依这种受取与舍弃法对色法修观、思惟，是对一百年所界定的色法修观、思惟。

究竟色法因为会被老、死所改变，故名为变异法；这是诸师所说的意思。即使究竟法、究竟界的种类没有差别，仍须承认这些究竟法的生起阶段与坏灭阶段有别。确实，“生时本身就是灭时”这种解释并不合理。因此，义注师在四十种观法中解释道：‘ဇရာယ ဧဝေ မရဏေန စာတိ ဒ္ဝေဓာ ပရိဏာမပကတိတာယ ဝိပရိဏာမဓမ္မတော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၄၇။)’译：‘从变异法观，因为由老与死这两方面而具有变异的本性。’也就是：应把诸行观为由老与死两方面——

——而具有变异本性的变异法。（《清净道论》2-247。）论中如此解释。又一说，在这里，各究竟法本来性质的消失、止息本身就称为变异；应以观智照见这种变异，观为无常。（《大复注》2-406。）三、巴利《大复注》原文（缅字体）：‘၃။ ခဏိကတာ တာဝကာလိကတာ။ (မဟာဋီ-၂-၄၀၆။)’译：‘刹那性即暂时性。’从暂时性而言——诸行法只延续生、住、灭一个刹那，故名无常。它们只是在生前不存在与灭后不存在这两种不存在之间，暂时生起片刻。若把一眨眼、一闪电或一弹指的时间分成约五百亿份，色行法的寿命只约其中一份〔这里只指色行法；名行法——〕

——的寿命，则只约为把一眨眼、一闪电或一弹指的时间分成一万亿份以后的一份〕。应以观智照见这种极短暂的寿命，把这些色法观为无常。

原书 133

巴利《大复注》原文（缅字体）：‘၄။ နိစ္စသဘာဝါဘာဝေါ ဧဝ နိစ္စပဋိက္ခေပေါ။ အနိစ္စဓမ္မာ ဟိ တေနေဝ အတ္တနော သဘာဝေန ဇာနန္တာနံ နိစ္စတံ ပဋိက္ခိပန္တိ နာမ။ (မဟာဋီ-၂-၄၀၆။)’译：‘常性不存在，本身就是排斥常性。因为无常法正以自己的这种性质，对知见者排斥其为常。’四、从排斥常性而言——因为排斥常性，所以名为无常；常性不存在，本身就称为排斥常性。确实，属于无常法的诸行，正以其无常性质，对了知这些行法、无常法的禅修者否定诸行的常住性。因此，正因为不是常，才称为无常。（《清净道论》2-253；《大复注》2-406。）

苦相

巴利《清净道论》原文（缅字体）：‘ယသ္မာ ပန ဥပ္ပန္နာ သဒ္ဓါရာ ဋ္ဌိတိံ ပါပုဏန္တိ၊ ဋ္ဌိတိယံ ဇရာယ ကိလမန္တိ၊ ဇရံ ပတ္တာ အဝဿံ ဘိဇ္ဇန္တိ၊ တသ္မာ အဘိဏှသမ္ပဋိပီဠနတော၊ ဒုက္ခမတော၊ ဒုက္ခဝတ္ထုတော၊ သုခပဋိက္ခေပတော စ ဒုက္ခာ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၅၃။)’译：‘已生诸行到达住时，在住时受老所逼恼；到达老以后必定坏灭。因此，由于不断受压迫、难以忍受、作为苦的所依，以及排斥乐，故为苦。’一切色名诸行法并非常法，只是无常法。每一无常的行法都各有三时：一、生，即生时；二、住，即住时；三、灭，即灭时。并且，一、在生时只有生时，没有住时与灭时。

二、在住时也只有住时，没有生时与灭时。

三、在灭时也只有灭时，没有生时与住时。

已经生起、到达生时的诸行法，会到达住时；在住时受老的性质逼迫而疲惫衰萎。到达老的诸行法，必定坏灭，也就是到达灭时。

因此，一、由于不断受生、住〔老〕、灭所压迫；二、由于这种压迫难以忍受；三、由于是一切种苦的所依，即：身苦受与心苦受之苦苦、身乐受与心乐受之变易苦、其余一切行法之行苦，以及轮回苦；四、由于与乐相反而排斥、否定乐——基于这四项理由，一切色名诸行法名为苦；它们不是乐，唯是纯粹的苦。

> 缅文出处原串：‘(ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၅၃။ မဟာဋီ-၂-၄၀၆-၄၀၇။)’（《清净道论》2-253；《大复注》2-406—407。）

原书 134

无我相

巴利《清净道论》原文（缅字体）：‘ယသ္မာ စ "ဥပ္ပန္နာ သဒ္ဓါရာ ဋ္ဌိတိံ မာ ပါပုဏန္တု၊ ဌာနုပ္ပတ္တာ မာ ဇီရန္တု၊ ဇရုပ္ပတ္တာ မာ ဘိဇ္ဇန္တု"တိ ဣမေသု တီသု ဌာနေသု ကဿစိ ဝသဝတ္တိဘာဝေါ နတ္ထိ၊ သုညာ တေန ဝသဝတ္တနာကာရေန၊ တသ္မာ သုညတော၊ အဿာမိကတော၊ အဝသဝတ္တိတော၊ အတ္တပဋိက္ခေပတော စ အနတ္တာတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၅၃-၂၅၄။)’译：‘在“已生诸行不要到达住时，到达住时者不要衰老，到达老者不要坏灭”这三处，任何人都不能令其随意而转；诸行缺少

这种随意而转的方式。因此，由空、无主、不随意而转及排斥我，故为无我。’再者，甲、愿已经生起、具足生时的诸行法不要到达住——

——时，愿它们只保持在每次生起的生相——

——上。

乙、愿已到达住时的诸行法不要成熟，也就是不要老。

丙、愿已成熟、到达衰老之老时的诸行法不要坏灭，也就是愿它们常住。

然而，在这三种情形中，不可能有任何法随任何人的意愿而转；诸行法缺少在这三种情形中随意而转的性质。因此，诸行法名为无我：一、因为它们空无各类“我”——即身体虽一再更换，却不变、不坏而恒常迁居新身的常住我；能做一切应作之事的作者我；能感受一切可受所缘的受者我；以及能支配一切作用的主宰我。二、因为不存在拥有身蕴之家的主人我——

——〔以上第一、二项说明诸行法不是我的所有物〕；三、因为在诸行法的生、住、灭三种情形中，不存在随任何人、任何我之意愿而转的性质；四、因为排斥外道所设想的我。基于这四项理由，诸行法名为无我，不是我。

这里，一、从空而言，是空无我〔空义〕；二、从无主而言，是不存在拥有身蕴之家的主人我〔无主义〕；三、从不随意而转而言，是诸行法的生、住、灭诸时不依任何我的意愿而转〔不自在义〕——

——以上述三义，说明诸行法空无外道所设想的我。

四、从排斥我而言：由于外道所设想的我性并不真实存在，所以说诸行不是我；这就是对“有我”的否定与排斥。

禅修贤友应概括从结生直到死亡期间存在的诸色法，以智照见上面所说的无常相、苦相与无我相，分别轮流观为无常、苦、无我，反复多次修观。从结生直到死亡，先单独观无常；同样，再单独观苦、单独观无我。若愿意，也可以同样从连续的过去一直观到连续的未来；此时若愿意，可轮流观内、观外。

所谓一百年

巴利《大复注》原文（缅字体）：‘"ယော စိရံ ဇီဝတိ ၊ သော ဝဿသတ"န္တိ ဝစနတော တတော ဥနာဓိကဘာဝေါ အပ္ပမာဏန္တိ ဝုတ္တံ "ဧကံ ဝဿသတံ ပရိစ္ဆိန္နိတ္တာ"တိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၀၆။)’译：‘因为有“长寿者活一百年”之说，少于或多于此者不作定量，所以说“划定一百年”。’佛陀曾说：“长寿之人，活到一百年。”（《长部》2-3；《相应部》1-109—110；《增支部》2-503。）由于这项教说，短于或长于一百年的寿命并非定量。义注师正是怀着这层意思，以一百年划分从结生直到死亡的期间，教导对这百年内存在的究竟色法，轮流提到三相上修观、思惟。

> 缅文出处原串：‘(မဟာဋီ-၂-၄၀၆။)’（《大复注》2-406。）

二、依随年龄增长而灭观法

“随年龄增长而灭”，是指色法随年龄逐步成熟并逐步止息；也就是说，应依色法随年龄逐步成熟而逐步止息的方式，轮流提到三相上修观。

依一般寿量，把一生约定为一百年，再把这一生中存在的色法分成三份、十份等，对每一份所含的色法轮流提到三相上修观。现将观法简述如下。

原书 136

具体分法如下：（一）把一百年分为三份〔每份三十三、三十四、三十三年〕；（二）分为十份〔每份十年〕；（三）分为二十份〔每份五年〕；（四）分为二十五份〔每份四年〕；（五）分为三十三份〔每份三年〕；（六）分为五十份〔每份两年〕；（七）分为一百份〔每份一年〕；（八）分为三百份〔每份一个时节〕；（九）分为六百份〔每份两个月〕；（十）分为二千四百份〔每份半个月，即十五天〕。应按上述各份逐一分析、分别其中所生的色法，轮流提到三相上修观；一份观完，再逐步观下一份，并以智照见每一份中的色法都不转移到后一份。

然后，对每一天中存在的色法：一、分成昼与夜两份；二、白昼分为早晨、中午、傍晚三份；三、夜晚分为初夜、中夜、后夜三份〔也就是把百年内每一天都分成六份〕。对各份中存在的色法，轮流提到三相上修观。

依上述方法修观以后，再把每天这六个时段中每一时段所存在的色法，分别为：一、前进时所生的色法；二、后退时所生的色法；三、正视时所生的色法；四、旁视时所生的色法；五、屈曲时所生的色法；六、伸展时所生的色法。也应依威仪与正知部分所说明的观法摄取这些色法，轮流提到三相上修观。从结生直到死亡期间，每一天都应修习上述观法。

原书 137

然后，在每天前进、后退等威仪与正知的各个时刻，再把一个步伐分成六段，摄取每一段中生起的色法，轮流提到三相上修观。六段如下：一、举——脚从地面举起时所生的色法；二、进——举脚后，把脚向前移到与立足脚齐平时所生的色法；三、移——把迈出的脚向前移过立足脚时所生的色法；另一说，是看见树根、木桩等障碍而移脚避开时——

——所生的色法；四、下——把已经移过立足脚的脚向下放时所生的色法；五、置——把脚放到地面或地板上时所生的色法；六、压——在再次迈步、尚未把这只脚从地面或地板举起以前，用它压踏地面或地板时所生的色法。对这六个时刻中各自生起的色法，轮流提到三相上修观。把一步之中生起的色法分作六时而观，其简要口诀如下：

“举—进—移—下—置—压。”

这些词句是依举隅法、示例法，以显一知余的方式作出的指示。应当明白：它们教导在所界定的一百年中，于每天行、住、坐、卧等威仪时刻，以及前进、后退、正视、旁视、屈曲、伸展等正知时刻，摄取各自的色法，轮流提到三相上修观。〔参见《清净道论》2-254、258。〕巴利《清净道论》原文（缅字体）：‘ဣတိ တထ္ထ တထ္ထ ဥပ္ပန္နာ ဣတရံ ဣတရံ ကောဋ္ဌာသံ အပ္ပတ္တာ တထ္ထ တတ္ထေဝ ပဗ္ဗံ ပဗ္ဗံ သန္ဓိ သန္ဓိ ဩဓိ ဩဓိ ဟုတ္ဝာ

တတ္ထကပါလေ ပက္ခိတ္တတိလာ ဝိယ တဋတဋ္ဌာယန္တာ သခါရာ တိဋ္ဌန္တိ၊ တသ္မာ အနိစ္စာ ဒုက္ခာ’译：‘如此，在各处生起的诸行不能到达另一部分，只在各自之处形成节节、接缝、分段，如投入热锅的芝麻噼啪作响而破裂；因此它们是无常、苦——’

巴利原文（缅字体）：‘အနတ္တာ"တိ။ တဿေဝံ ပဗ္ဗ ပဗ္ဗ ဂတေ သခါရေ ဝိပဿတော ရူပသမ္မသနံ သုခုမံ ဟောတိ။’译：‘——无我。对诸行这样逐节逐节修观的人，其色思惟变得微细。’

> 缅文出处原串：‘(ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၅၇။)’（《清净道论》2-257。）

如此，在“举—进—移—下—置—压”各个部分中生起的一切色法，都不能到达与此不同的其他后续——

原书 138

——部分；它们只在各自部分中形成节节、接缝与分段。四大种、所造色等诸行法，在每一刹那不断崩解，就像芝麻投入热锅，噼啪作响而破裂。因此，它们是无常、苦、无我。禅修者应如此审察修观。

这位禅修比丘如此对形成节节、分段的四大种、所造色等诸行法修观，他思惟色法的色思惟观智，便已达到微细阶段。（《清净道论》2-257。）

界增与界减

在一步之中的“举—进—移—下—置—压”六个时刻里，举脚时，地界与水界的自然作用力较弱、较少；火界与风界的自然作用力则较强、较大而有力。

同样，在“进”即把脚向前移时，以及“移”即移动脚时，火界与风界的自然作用力较强而有力。在“下”即把脚放下时，火界与风界的作用力较弱；地界与水界的作用力较强。在“置”即把脚放到地面，以及“压”即把所放之脚紧压地面时，也同样是地界与水界的作用力较强而有力。

如此，对随年龄增长而灭的色法，应在每天每次往来时分作举、进、移、下、置、压六份，依这六部分以智照见诸色法，轮流提到三相上修观、思惟。（《清净道论》2-257。）举脚时生起的心生色，确实应说火界与风界较强；为什么？因为火界与风界具有轻快的性质。也正因为举脚时火界与风界较强，所以其余地界与水界较弱；为什么——

——因为地界与水界具有沉重的性质。

由于与心生色相连，除心生色以外，由业、时节、食三因所生的色法也与心生色呈现同样情形。应当把下面两项作为说明这一意义的例证：身表生起时风界较强，语表生起时地界较强。

正如举脚时一样，在把脚向前推进、向这里或那里移动时，也有具轻快性质的色法生起，因此——

原书 139

——应说火界与风界这二界较强。所以义注解释说，在“进”与“移”时也应以同样方式理解。（《大复注》2-409。）

三、食所成色观法

禅修者依上述方法把色法分为种种部分，对随年龄增长而灭的色法轮流提到三相上修观以后，再把同一色法分析为四组：食所成色，即由食所生之色；时节所成色，即由时节所生之色；业生色，即由业所生之色；心生色，即由心所生之色。然后对每一组轮流提到三相上修观、思惟。

在这四种色法中，禅修者相续中的食所成色，在饥饿时与饱食满足时尤其明显。饥饿时所生的色法衰萎、疲弱，容貌不佳、形态难看，如烧焦的树桩，又如停在炭篮上的乌鸦。

饱食满足时所生的色法则显得满足，肌肉润泽充盈，身体丰润，柔软细腻，触感良好。

因此，禅修贤友应在以一百年界定的一生之中，于每天分别摄取：甲、饥饿时由业、心、时节、食四因所生的四相续色；乙、进食饱足时由业、心、时节、食四因——

——所生的四相续色。

应摄取、以智分别这些色法，轮流提到三相上修观、思惟。

每天摄取、以智分别这两类四相续色，以观智照见：饥饿时生起的色法不到饱足时，而就在饥饿时灭尽；饱足时生起的色法也不到饥饿时，而就在饱足时灭尽。然后轮流提到三相上修观。（《清净道论》2-258—259。）

四、时节所成色观法

同样，禅修贤友应在每天摄取、以智分别：甲、炎热时所生的四相续色；乙、寒冷时所生的四相续色；再把这些色法轮流提到三相上修观。（参见《清净道论》2-259。）

五、业生色观法

同样，禅修贤友应在每天摄取、以智分别：一、眼门，即眼中生起的五十四种色法；二、耳门，即耳中生起的五十四种色法；三、鼻门，即鼻中生起的五十四种色法；四、舌门，即舌中生起的五十四种色法；五、身门，即身中生起的四十四种色法；六、意门，即心脏中生起的五十四种色法。应以智照见这些色法不从一门转移到另一门，而就在各自门的时刻生起、坏灭、止息等，再轮流提到三相上修观。〔关于色法数目——〕

——请回看色业处篇诸表。参见《清净道论》2-259。

六、心生色观法

在以一百年划定的期间内，应于每天分别观察：甲、喜悦时，即欢喜生起时所生的四相续色；乙、忧恼时，即不悦、悲伤生起时所生的四相续——

——色法。

禅修贤友应摄取、以智分别这些色法，轮流提到三相上修观、思惟。（《清净道论》2-259。）如此摄取、分别心生色而修毗婆舍那业处时，下面所说的道理便会在智中显明：诸行的刹那极短，寿命极短。巴利偈一（缅字体）：‘၁။ ဇီဝိတံ အတ္တဘာဝေါ စ၊ သုခဒုက္ခာ စ ကေဝလာ။ ဧကစိတ္တသမာယုတ္တာ၊ လဟုသော ဝတ္တတေ ခဏော။’译：‘生命、自体与一切苦乐，唯与一心相应；生存的刹那迅疾流转。’

巴利偈二（缅字体）：‘၂။ ခုလဓာသိတိ သဟဿာနိ၊ ကပ္ပံ တိဋ္ဌန္တိ ယေ မရူ။ နတွေဝ တေပိ တိဋ္ဌန္တိ၊ ဒ္ဝိတိ စိတ္တေဟိ သမောဟိတာ။’译：‘诸天即使住世八万四千劫，也绝不与两个心同时相应而住。’

巴利偈三（缅字体）：‘၃။ ယေ နိရုဒ္ဓါ မရန္တိသာ၊ တိဋ္ဌမာနသ္မ ဝါ ဣဓ။ သဗ္ဗေဝ သဒိသာ ခန္ဓာ၊ ဂတာ အပ္ပဋိသန္ဓိကာ။’译：‘死者已灭的诸蕴，与生者此处已灭的诸蕴，全都同样一去而不再连接。’

巴利偈四（缅字体）：‘၄။ အနန္တရာ စ ယေ ဘဂ္ဂါ၊ ယေ စ ဘဂ္ဂါ အနာဂတေ။ တဒန္တရာ နိရုဒ္ဓါနံ၊ ဝေသမံ နတ္ထိ လက္ခဏေ။’译：‘刚刚坏灭者、未来将坏灭者，以及二者之间现已灭者，其灭相并无差别。’

巴利偈五（缅字体）：‘၅။ အနိဗ္ဗတ္တေန နာ ဇာတော၊ ပစ္စုပ္ပန္နေန ဇီဝတိ။ စိတ္တဘင်္ဂါ မတော လောကော၊ ပညတ္တိ ပရမတ္ထိယာ။’译：‘未生之心不能使人生；人依现在心而活。心灭则世间死，由胜义而施设相续。’

巴利偈六（缅字体）：‘၆။ အနိဓာနဂတာ ဘဂ္ဂါ၊ ပုဉ္ဇော နတ္ထိ အနာဂတေ။ နိဗ္ဗတ္တာ ယေပိ တိဋ္ဌန္တိ၊ အာရဂ္ဂေ သာသပူ ပမာ။’译：‘已坏灭者无处贮存，未来也无此积聚；已经生起而正住者，如锥尖上的芥子。’

巴利偈七（缅字体）：‘၇။ နိဗ္ဗတ္တာနဉ္စ ဓမ္မာနံ၊ ဘင်္ဂေါ နေသံ ပုရက္ခတော။ ပလောကဓမ္မာ တိဋ္ဌန္တိ၊ ပုရာဏေဟိ အမိဿိတာ။’译：‘已生诸法以坏灭为前导；它们以毁坏为性而住，不与旧法混合。’

巴利偈八（缅字体）：‘၈။ 'အဒဿနတော အာယန္တိ၊ ဘဂ္ဂါ ဂန္ဆန္တု'ဒဿနံ။ ဝိဇ္ဇုပ္ပါဒေါ အာကာသေ၊ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ ဝယန္တိ စ။’译：‘它们从不可见处来，坏灭后又归于不可见；如空中电光，生起而又消逝。’

缅文出处原串：‘(မဟာနိဒ္ဒေသ-၃၂။ ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၀။)’（《大义释》32；《清净道论》2-260。）一、生命，指命根；自体，指除命、受、识以外的其余究竟法；苦乐，指乐受、苦受、舍受。（《大复注》2-411。）‘一切’是说纯粹而不与我或常性混合；‘与一心相应’是与每一个心共同生起；‘迅疾’是寿命极短、转起极快；‘刹那流转’，是说生存的刹那生起，因为它只持续一个心刹那。

第二偈：‘诸天’指天人与梵天；‘八万四千劫’指长达八万四千劫；‘住’即存在；‘他们也’指寿命如此漫长的非想非非想处梵天；‘与两个心——’

——同时相应而住，绝无此事。即使在能活八万四千劫的非想非非想处梵天相续中，命、受、想等心所名法也不会与两个心同时生起、存在；它们只与一个心同生，并随该心同灭，不能持续到第二个心生起。（《大复注》2-411。）三、‘死者’指已死亡的有情；‘已灭’指与死亡心一同止息。

‘诸蕴’是这些蕴；‘此处’指生命流转期间；‘生者’是仍在存在、仍然活着的有情；‘已灭’也指因到达灭时而止息的诸蕴。所有这些蕴在消失这一点上完全相同；它们不再返回连接，已经离去。〔死亡心灭时死亡诸蕴的止息，与生命流转期间究竟诸蕴在灭时的止息，二者完全相同：止息时只归于不存在；已经止息的蕴不会再次生起，只归于空无；已经归于空无的蕴——〕

——也不会重新生起而与正在生起的蕴连接。正如死亡诸蕴不会再生，死亡心以前的诸蕴灭后也同样不会再生。因此——

原书 142

——有情所谓的生命，即命根，只有一个心刹那的寿命。〕四、过去诸行刚刚、无间地坏灭；未来诸行也以坏灭为性，将在未来坏灭。过去、未来诸行，以及在二者之间成为现在而灭的诸行，就灭时这一相而言——

——也就是就灭时这一标志而言，彼此不同、差异的性质——

——完全不存在。

第五偈：尚未到达生、住、灭三时的未生之心，不会使人生起；人依现在心而活。由于心的坏灭，这有情世间在胜义上名为死。即使如此，依于胜义法，仍有相续概念的施设。

〔一生只死一次，是世俗谛上的世俗死；在胜义谛上，死亡心到达灭时、止息，就称为死。正如死亡心止息，生命流转期间的一切心也都到达灭时而止息，因此有情世间在胜义上不断死去；因为已经灭去的心不会回来与尚未灭的心连接。那么，为何又说从结生一直活到死亡？这是依显明的依处色与心，作为'帝须活着、弗沙活着'等世间言说的基础；前后相续、反复生起的诸蕴相续——〕

——这一相续概念确实存在。作为世间言说所依的相续概念，以究竟法为'帝须活着、弗沙活着'等言说的依托。正如所说：'နာမဂေါတ္တံ နဗီရတိ (သံ-၁-၄၀။)'译：'名字与族姓的概念不会衰老。'（《相应部》1-40；《大复注》2-412。）〕六、已经坏灭的诸行并不会到达某处被贮藏；其实它们只归于不存在。并不存在某一诸行积聚，使诸行可以由那里来到现在。至于未来——

原书 143

——也没有这样的诸行积聚。现在诸行依各自自性相，以生、住、灭达到其自身状态，显为真实的胜义实体；然而它们也只是像放在锥尖上的芥子那样短暂地住。

〔譬如一根针直立，放在极细针尖上的芥子仅稍触针端，旋即滚落，不能久住；同样，存在于过去、未来、现在三时的诸行，一经生起便立即灭去，绝无久住的性质。三时中的一切诸行，生前不存在，灭后也不存在；只在这两种不存在之间，如锥尖上的芥子，于极短时间内——〕

——暂时显现生、住、灭三时。（《大复注》2-412。）〕七、已经生起的诸行，以坏灭为前导；换言之，其将坏灭乃不可避免。它们不与过去旧蕴混合，以毁坏为性而住。

第八偈：'从不可见处来'，是说诸行生起，却不是从某个积聚而来；已经坏灭的诸行，也归于不可见——

——也就是它们不趋入任何积聚，而完全归于不存在。如空中闪电，它们既生起，也消逝。这一意义——

——显明可见。（《大义释》32；《清净道论》2-260。）

七、自然色观法

对于铁、铜、白铅、黑铅、金、银、珍珠、红宝石、宝石、海螺、珊瑚、红色宝石、斑纹宝石、土、岩山、草、树、藤等无生命世界中的色法，它们不与眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、命根等称为业生色的诸根相系属，因而名为非根系属色。应把其中的时节生食素八法聚与时节生声九法聚诸色提到三相上修毗婆舍那。

原书 144

首先，禅修贤友应以观智之光照入自己想要修观的某一无生命物，如树、水、地、林、山、金、银、石、铁或宝石，专注观照其中的四大种。当观智看见其中四大种的积聚与块状以后，继续观照该四大种块中的空间界，便能轻易看见色聚微粒。不过，已经能在内外两方面熟练观照诸行的禅修者，通常只要专注观察金银等对象中的四大种——

——便能轻易看见其中的色聚微粒。接着分析这些色聚。

每一色聚若不含声音，就有食素为第八法的食素八法聚诸色。

若含声音，就有声音为第九法的声九法聚诸色。应把这些究竟色法提到三相上修毗婆舍那。

在色七法的七种观法中，第一至第六类是存在于有生命世界的色法，可以在内在与外在两种相续中修观。最后列出的第七类自然色，只存在于非根系属的无生命世界，因此只应在外在无生命世界中观照。

非色七法观法

非色七法共有七种观法：一、聚观法，即汇集、总摄而观；二、成对观法；三、刹那观法；四、次第观法；五、破除见观法；六、破除慢观法；七、穷尽贪著观法，即观到爱与贪著耗尽、不再生起。

一、聚观法

把上述色七法七个范围内的色法汇集、总摄起来，轮流观为无常、苦、无我；再以后心把如此观照的前心，轮流观为无常、苦、无我。（《清净道论》2-261—262。）

原书 145

若禅修贤友至此仍未理解所观的对象，下面再作说明。把色七法中从受取与舍弃色直到自然色的七个范围汇成一组，不再逐一分别；然后把这些色法轮流观为无常、苦、无我。观照时，还要以后观心把先前观无常的观心，依次再观为无常、苦、无我。

具体而言：把七个范围内的色法总摄起来，以智摄取以后，照见它们生起后即坏灭的性质，也就是无常相，而观为无常。再以后观心——即后一个意门观速行心路——照见这前观心、也就是先前观无常的意门观速行心路生起后即坏灭的无常相，而把它观为无常。

同样，再次总摄、摄取这些色法，以观智照见其无常相而观为无常；然后以后观速行心路照见前观速行心路不断受生灭逼迫的性质，也就是苦相，而把前观心观为苦。

同样，再次总摄、摄取这些色法，以观智照见其无常相而观为无常；然后以后观速行心路照见前观速行心路并非一个不坏、坚实、有核心的我，缘取其无我相而把前观心观为无我。

对于七个范围内的色法，也应先观为苦，再以后心把这观苦的前观心分别观为无常、苦、无我。

同样，也应先把七个范围内的色法观为无我，再以后心把这观无我的前观心分别观为无常、苦、无我。如此应已足以理解。

前心与后心

所谓修毗婆舍那的心，在凡夫与有学的相续中，是大善意门速行心路；在无学——阿罗汉圣者——的相续中，则是大唯作意门速行心路。（《阿毗达磨义注》2-388。）

原书 146

在这里，义注师所谓的前心与后心，是依同一理路，把整套意门观速行心路称为前心、后心；并不是只指每一个心刹那内的单一心。理由如下：把色七法七个范围内的诸色依所缘分类，可以得到色、声、香、味、触、法六种所缘，因为这里涵盖了以一百年为界的一生中存在的一切色法。所有这些色法——

——不可能由一个世间观心，在同一个世间观速行心刹那内同时全部了知。

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘(အညထာ) ဧကေနေဝ လောကိယစိတ္တေန ပဉ္စန္နံ ခန္ဓာနံ ပရိဂ္ဂဟပရိဇာနနာဒီနံ အသမ္ဘဝတော။ နဟိ သနိဒဿနသပ္ပဋိဃာဒိ ဧကဇ္ဈံ အာရမ္မဏံ ကာတုံ သက္ကာ။ (မဟာဋီ-၂-၄၇၀။)’译：‘否则，以一个世间心不可能完成对五蕴的摄取、遍知等；因为不能把有见有对等诸法合在一起作为一个所缘。’尚处凡夫阶段的禅修贤友，其相续中所能生起的观心，只是大善意门速行心路。以一个世间观心——即一个世间观心刹那——不可能摄取五蕴，又把五蕴的无常、苦、无我分别照见到刹那现在。确实，一个世间观心刹那不能把色、声等六种所缘合为一个所缘。

巴利《清净道论》原文（缅文字体）：‘တမ္ပိ စိတ္တံ အပရေန စိတ္တေန "အနိစ္စံ ဒုက္ခမနတ္တာ"တိ သမ္မသတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၂။)’译：‘又以后一个心，把那心思惟为无常、苦、无我。’因此，这项指示是要以后后的意门观速行心路，反过来观照前前的意门观速行心路。由于整套意门观速行心路只缘取所观行法或行法组的无常、苦或无我某一相，所以义注依同一理路，把整套心路作为一个心而说：‘以后心观前心。’

应当如此理解。

禅修贤友还应从法理上审察。虽然不来者出灭尽定时可不经转向而生不来果，阿罗汉出定时也可不经转向而生阿罗汉果；但是欲界心依情况缘取一般六所缘时，在毗婆舍那等场合，心路绝无不经转向而生起的规律，必须有转向心。一转向心也不能同时审察六种所缘，只能依次审察一种又一种所缘。上文所说——

原书 147

——七个范围内总摄而观的色法，依情况包含全部六种所缘。

因此，在观速行一边，可以有审察色所缘的转向、审察声所缘的转向等不同转向。带有一种转向的一套观速行心路称为一心路；转向可依所缘而有多种，观速行心路也就同样有多种。

又指示应以后意门观速行心，反过来观照那些缘取诸色而修观的前意门观速行心路。这里，前意门观速行心路缘取色法；后意门观速行心路则缘取作为前意门观速行心路的名法组。因此，前心与后心的所缘并不相同。

换言之，所谓前心的前意门观速行心路，缘取七个范围内诸色的无常相、苦相或无我相；所谓后心的意门观速行心路，则缘取前意门观速行心路这一名法组的无常相、苦相或无我相。因此，前心与后心——也就是前心路与后心路——所缘互不相同；所缘既不同，转向也不同。前心的转向，是审察诸色的无常——

——苦、无我三相之一；后心的转向，则认知前心名法组的无常、苦、无我三相之一。由于前后两转向不同，前心是一套心路，后心又是另一套心路。

彼所缘——《迷惑冰消义注》解释《缘起分别》识句时指出：缘取三相的观速行之后不能生彼所缘；在称为趣向出起观的强力观速行之后，也绝不能生彼所缘。（《阿毗达磨义注》2-147。）前文名业处篇已经引用《发趣论》及其义注说明，这项解释是针对强力观而言。为使禅修贤友消除疑惑，现再引述如下。巴利《发趣论》原文（缅文字体）：‘သေက္ခာ ဝါ ပုထုဇ္ဇနာ ဝါ ကုသလံ အနိစ္စတော ဒုက္ခတော အနတ္တတော ဝိပဿန္တိ၊ ကုသလေ နိရုဒ္ဓေ’

巴利原文续：‘ဝိပါကော တဒါရမ္မဏတာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ (ပဋ္ဌာန-၁-၁၃၃။)’合译：‘有学或凡夫把善法观为无常、苦、无我；善法灭后，果报心作为彼所缘而生起。’义注原文续（缅文字体）：‘ကုသလေ နိရုဒ္ဓေတိ ဝိပဿနာဇဝနဝီထိယာ ပစ္ဆိန္နာယ။ ဝိပါကောတိ ကာမာဝစရဝိပါကော။ တဒါ- ရမ္မဏတာတိ တဒါရမ္မဏတာယ။ တံ ကုသလဿ ဇဝနဿ အာရမ္မဏဘူတံ ဝိပဿိတကုသလံ အာရမ္မဏံ’

原书 148

义注原文续：‘ကတ္တာ ဥပ္ပဇ္ဇတီတိ အတ္ထော။ န ကေဝလဉ္စ တဒါရမ္မဏဝသေနေဝ၊ ပဋိသန္ဓိ-ဘဝင်-စုတိဝသေနာပိ။ ဝိပါကော ဟိ ကမ္မံ အာရမ္မဏံ ကတ္တာ ဂဟိတပဋိသန္ဓိကဿ ကုသလာရမ္မဏော ဟောတိယေဝ၊ သော ပန ဒုဗ္ဗိညေယ္ယတ္တာ ဣဓ န ဒဿိတော။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၃-၄၃၆။ ပဋ္ဌာနအဋ္ဌကထာ။)’译：‘“善法灭后”，是说观速行心路已经终止；“果报”是欲界果报；“作为彼所缘”，是说它以作为该善速行所缘的、已经被观照的善法为所缘而生起。不仅能以彼所缘的方式生起，也能以结生、有分、死亡的方式生起。确实，以业为所缘而取得结生的果报心必以善法为所缘；但这很难了知，所以此处没有显示。’有学与凡夫把善法观为无常、苦、无我。

当修观的善速行心路——即善速行心相续——终止以后，欲界果报心缘取该观善速行所观的善法所缘，作为彼所缘而生起。

（《发趣论》1-133。）

义注又说，这欲界果报法缘取善法，不仅能以彼所缘作用生起，也能执行结生、有分、死亡的作用。具体而言，一切尚未走完轮回旅程的有情，在临终时都会依法缘取业、业相、趣相三种相之一。如果一位禅修者在前生临终时，缘取善法的无常相而观无常、缘取苦相而观苦，或缘取无我相而观无我，临死速行也随之生起，那么他新生命中的结生、有分、死亡果报心，便缘取那项观智——

——所观的善业。〔缘取其他善业时也应同样理解。〕因为结生、有分、死亡果报法缘取该善业所缘的方式难以了知，佛陀在《发趣论》问分的所缘缘一节没有显示。（《发趣论义注》，《阿毗达磨义注》3-436。）上引巴利与义注说观善速行之后可以生彼所缘；古代尊长认为，这是指柔弱的幼观速行之后可以生

彼所缘。至于称为强力观的强劲观速行之后，则应依上述《迷惑冰消义注》，理解为不能生彼所缘。这是诸位智者应审察后接受的一点。

这一点正应如此理解。

对禅修贤友来说，这也是可以亲自实践、检验的良机。依上文所说，所谓修观之心，就是意门速行心路。若该意门观速行心路有彼所缘，便依次生起一次意门转向、七次速行、两次彼所缘；若无彼所缘，则生起一次意门转向与七次速行。

在每一个速行心刹那中；若有彼所缘，也在每一个彼所缘心刹那中——

原书 149

——各有如下数量的名法：一、智相应、喜相应：三十四法；二、智相应、喜不相应：三十三法；三、智不相应、喜相应：三十三法；四、智不相应、喜不相应：三十二法。巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：‘(စိတ္တန္တိ ဧတ္ထ သသမ္ပယုတ္တစိတ္တံ အဓိပ္ပေတံ။ ပဋိသံ-၌-၁-၂၃၉။)’译：‘这里所谓心，是指连同相应法在内的心。’因此，虽然只用“心”来称说前心与后心，实际是依同一理路，把连同诸相应法在内的整套意门观速行心路称为前心或后心。同样，连同相应心所在内的整套意门观速行心路，也被称为观无常之心、观苦之心、观无我之心，以及第一心、第二心等。

后面的成对观法等，也应依同样的道理理解。

二、成对观法

以观智照见受取与舍弃色的无常相，把它观为无常。然后以后观心——即后意门速行心路——照见作为前观心的、连同相应法在内的第一意门速行心路：照见其无常相而观为无常，照见其苦相而观为苦，照见其无我相而观为无我。对于先把受取与舍弃色观为苦或无我的观心，也同样轮流提到三相上修观。

对于随年龄增长而灭之色、食所成色、时节所成色、业生色、心生色、自然色，也应逐类先观为无常〔或苦、无我〕，再以后观心把这前观心分别观为无常〔或苦、无我〕。（《清净道论》2-262。）〔注：聚观法把七个范围内的色法合在一起总摄而观，不逐一分开；成对观法则把七个范围逐一分别观照。二者差别仅在这里。〕

三、刹那观法

禅修贤友，应先把受取与舍弃色观为无常。

前三层依次是：以第二观心观第一观心；以第三观心观第二观心；以第四观心观第三观心；

原书 150

第四层是以第五观心观第四观心——依次把每一心观为无常〔观为苦、观为无我〕。先把受取与舍弃色观为苦或无我时，也应同样修习。对于随年龄增长而灭之色、食所成色、时节所成色、业生色、心生色、自然色，也应逐类先观为无常、苦、无我，再以第二观心观第一观心、以第三观心观第二观心、以第四观心观

第三观心、以第五观心观第四观心。这样，从摄取受取与舍弃色等每一类色法的心开始，逐层以后心观前心，连续四层轮流提到三相上修观，便——

——称为刹那观法。（《清净道论》2-262。）这里也应把色七法中的七类色法逐一分开观照；观随年龄增长而灭之色时，不要忘记依各年龄阶段逐层观照；也应理解，这是以后心路观前心路。

四、次第观法

把受取与舍弃色观为无常以后：一、以第二观心把如此修观的第一观心观为无常。

第二层：以第三观心把第二观心观为无常。

第三层：以第四观心把第三观心观为无常。

第四层：以第五观心把第四观心观为无常。

第五层：以第六观心把第五观心观为无常。

第六层：以第七观心把第六观心观为无常。

第七层：以第八观心把第七观心观为无常。

第八层：以第九观心把第八观心观为无常。

第九层：以第十观心把第九观心观为无常。

第十层：以第十一观心把第十观心观为无常。这里说“心”只是以心为首而称说，诸心所也包括在内。（《大复注》2-414。）此外，还应以第二观心，把先前观受取与舍弃色为无常的观心分别观为苦与无我，并依上述方法修到第十层。同样，把受取与舍弃色观为苦以后，再把该观心依次观为无常、苦、无我；把受取与舍弃色观为无我以后，也再把该观心依次观为无常、苦、无我；两者都依上述方法修到第十层。

对于随年龄增长而灭之色、食所成色、时节所成色、业生色、心生色、自然色，也应逐类先观为无常、苦、无我；再以第二观心观第一观心，乃至以第十一观心观第十观心，轮流把三相提到这些观心上修观。〔依上文方法类推。〕若继续这样依观心次第修下去，整日都可以不断修观。换言之，若以后心接续观前心，超过第十心，也可以整日不断修观。然而，修到把第十观心——

——提到三相上观照为止，便已经通过思惟智的作业，把色业处与名业处充分而熟练地学会。因此《圣种论》解释说，应只停在第十心。

比丘禅修者如此把三相逐层提到观心上修观、思惟，便称为依次第修观。（《清净道论》2-262。）这里也应理解，所指的是以后心路依次观前心路。

五、破除见观法

若禅修者执取‘အဟံ ဝိပဿာမိ၊ မမဝိပဿနာ’——‘我在修观，这是我的观’——便还没有完成破除见。反之，若如实理解巴利所说：‘သခ်ါရာဝ သခ်ါရေ ဝိပဿန္တိ သမ္မသန္တိ ဝဝတ္ထပေန္တိ ပရိဂ္ဂဏ္ဍန္တိ ပရိစ္ဆိန္ဒန္တိ’——‘只是诸行在观照诸行、思惟诸行、把诸行分别为无常苦无我、摄取诸行、辨别诸行’——这样理解的禅修者，便会生起破除见。（《清净道论》2-263。）这里能修观的诸行，对尚是凡夫的禅修者而言，就是与观智俱生的大善意门速行心路名法组；作为该观智所缘的名法，则是包括这套与观智俱生的大善意门速行心路名法在内，称为苦谛与集谛的诸行——

——法组。

应知，在‘我修观，这是我的观’这一执取中，所谓‘我’是指我、即自我。

六、破除慢观法

若禅修者以过度的增上慢执取：‘သုဋ္ဌု ဝိပဿာမိ၊ မနာပံ ဝိပဿာမိ’——‘我善巧地修观，我悦意地修观’——便还没有完成破除慢。反之，若如实理解：只是诸行在观照诸行、思惟诸行、把诸行分别为无常苦无我、摄取诸行——

原书 152

——辨别诸行；这样理解的禅修者，便会生起破除慢。

（《清净道论》2-263。）

七、穷尽贪著观法

若禅修者爱乐观禅，执取‘ဝိပဿိတုံ သက္ကောမိ’——‘我有能力修观’——称为贪著的爱就还不能像水枯竭一样耗尽。反之，若如实理解：只是诸行在观照诸行、思惟诸行、把诸行分别为无常苦无我、摄取诸行、辨别诸行；这样理解的禅修者，称为贪著的爱便会像水枯竭一样耗尽。（《清净道论》2-263。）义注师又继续说明，应如何修观才能完成破除见、破除慢与穷尽贪著，使见执、慢执、爱执崩解。

破除见、破除慢与穷尽贪著（五、六、七）

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ သစေ သခ်ါရာ အတ္တာ ဘဝေယျုံ၊ အတ္တာတိ ဂဟေတုံ ဝဋ္ဌေယျုံ၊ အနတ္တာ စ ပန အတ္တာတိ ဂဟိတာ၊ တသ္မာ တေ အဝသဝတ္တနဋ္ဌေန အနတ္တာ၊ ဟုတ္ဝာ အဘာဝဋ္ဌေန အနိစ္စာ၊ ဥပ္ပါဒဝယပဋိပီဋနဋ္ဌေန ဒုက္ခာတိ ပဿတော ဒိဋ္ဌိဥဂ္ဃါဋနံ နာမ ဟောတိ။’译：一、如果诸行真是我，就应当把它们执取为我；然而诸行本来无我，却被执取为我。因此，观见诸行由于不随欲而无我、由于生起后归于无有而无常、由于受生灭逼迫而苦，便会生起称为破除见的作用。

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ သစေ သခ်ါရာ နိစ္စာ ဘဝေယျုံ၊ နိစ္စာတိ ဂဟေတုံ ဝဋ္ဌေယျုံ၊ အနိစ္စာ စ ပန နိစ္စာတိ ဂဟိတာ၊ တသ္မာ တေ ဟုတ္ဝာ အဘာဝဋ္ဌေန အနိစ္စာ၊ ဥပ္ပါဒဝယပဋိပီဋနဋ္ဌေန ဒုက္ခာ၊ အဝသဝတ္တနဋ္ဌေန အနတ္တာတိ ပဿတော မာန သမုဂ္ဃါဋော နာမ ဟောတိ။’译：二、如果诸行真是常，就应当把它们执取为常；然而诸行本来无常，却被执取

为常。因此，观见诸行由于生起后归于无有而无常、由于受生灭逼迫而苦、由于不随欲而无我，便会生起称为破除慢的作用。

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ သဧေ သခ်ါရာ သုခါ ဘဝေယ်ျ။ သုခါတိ ဂဟေတုံ ဝဋ္ဋေယ်ျ။ ဒုက္ခာ စ ပန သုခါတိ ဂတိ တာ၊ တသ္မာ တေ ဥပ္ပါဒဝယပဋိပီဠနဋ္ဌေန ဒုက္ခာ၊ ဟုတွာ အဘာဝဋ္ဌေန အနိစ္စာ၊ အဝသဝတ္တနဋ္ဌေန အနတ္တာတိ ပဿတော နိကန္တိ ပရိယာဒါနံ နာမ ဟောတိ။’译：三、如果诸行真是乐，就应当把它们执取为乐；然而诸行本来是苦，却被执取为乐。因此，观见诸行由于受生灭逼迫而苦、由于生起后归于无有而无常、由于不随欲而无我，便会生起称为穷尽贪著的作用。

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ ဧဝံ သခ်ါရေ အနတ္တတော ပဿန္တသ္သ ဒိဋ္ဌိသမုဂ္ဃါဋနံ နာမ ဟောတိ။ အနိစ္စတော ပဿန္တသ္သ မာန သမုဂ္ဃါဋနံ နာမ ဟောတိ။ ဒုက္ခတော ပဿန္တသ္သ နိကန္တိပရိယာဒါနံ နာမ ဟောတိ။ ဣတိ အယံ ဝိပဿနာ အတ္တနော အတ္တနော ဂေါစရေယေဝ တိဋ္ဌတီတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၃-၂၆၄။) ယသ္မာ ဒိဋ္ဌိသမုဂ္ဃါဋနံ နာမေတ္ထ ဝိသေသတော အနတ္တာနုပဿနာယ ဟောတိ၊ တသ္မာ တံ ဒဿေန္တေန "သဧေ သခ်ါရာ"တိအာဒိနာ အနတ္တာနုပဿနာဝိဓိံ ဝတွာ ယသ္မာ ပန အနတ္တတော အနုပဿန္တေန သခ်ါရာ အနိစ္စတောပိ ဒုက္ခတောပိ အနုပသိတဗ္ဗာ ဧဝ တဒုပဇ္ဈာဟနတော၊ တသ္မာ "ဟုတွာ အဘာဝဋ္ဌေနာ"တိအာဒိ ဝုတ္တံ။’译：四、如此，对于把诸行观为无我的人，会有称为破除见的作用；对于把诸行观为无常的人，会有称为破除慢的作用；对于把诸行观为苦的人，会有称为穷尽贪著的作用。这样，每一种观都只安住在各自的作用范围内。（《清净道论》2-263—264。）这里破除见特别由无我随观完成，所以在说明‘如果诸行真是我’等无我随观方法以后，又说‘由于生起后归于无有’等；这是因为修无我随观时，仍必须把诸行观为无常与苦，以这两种随观增长无我随观。

巴利原文（缅文字体）：‘ယသ္မာ မာနသမုဂ္ဃါဋနံ နာမ အနိစ္စာနုပဿနာယ ဟောတိ။ ခဏေ ခဏေ ဘိင္ဒနကေ သခ်ါရေ ပဿန္တသ္သ ကုတော မာနဿ အဝသရော။ အနိစ္စသညာ ဘာဝေတဗ္ဗာ အသ္မိမာနသမုဂ္ဃါတာယာတိ ဟိ ဝုတ္တံ။’译：破除慢则由无常随观完成。见到诸行刹那刹那坏灭的人，慢还有什么机会生起？正因如此，佛陀说：‘为了破除我慢，应修习无常想。’

巴利原文（缅文字体）：‘ယသ္မာ နိကန္တိပရိယာဒါနံ နာမ ဒုက္ခာနုပဿနာယ ဟောတိ။ န ဟိ သဘာဝတော၊ ဒုက္ခဝတ္ထု တော စ ဒုက္ခဘူတေ သခ်ါရေ ပဿန္တသ္သ တတ္ထ ဣသကမ္မိ အဘိရတော ဟောတိ။ အဿာဒါနုပဿိနော ဟိ တတ္ထ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇေယ္ျ။ သေသံ အနတ္တလက္ခဏေ ဝုတ္တနယမေဝ။ အယံ ပနေတ္ထ သခ်ေပတ္ထော --- ဝုတ္တနယေန ပဋိပါဋိတော သမ္မသနံ ပသုတသ္သ ယောဂိနော ယဒါ အနတ္တာနုပဿနာ တိက္ခာ သူရာ ဝိသဒါ ပဝတ္တတိ၊ ဣတရာ ဒွေပိ တဒနုဂတိကာ၊ တဒါနေန ဒိဋ္ဌဥ္ဇုဂ္ဃိဋနံ ကတံ ဟောတိ။ အတ္တဒိဋ္ဌိမူလိကာ ဟိ သဗ္ဗာ ဒိဋ္ဌိယော။’译：穷尽贪著由苦随观完成。见到诸行就自性而言是苦、又是苦所依的人，对这些诸行连丝毫欢喜都不会生起；只有随观滋味的人，爱才会在那里生起。其余解释与无我相所说相同。这里的要义是：禅修者依上述次第勤修思惟时，若无我随观变得锐利、勇健、清净，另外两种随观也随之而行，这时便完成破除见；因为一切邪见都以我见为根本。

巴利原文（缅文字体）：‘အနတ္တာနုပဿနာ စ အတ္တဒိဋ္ဌိယာ ဥဇုပဋိပက္ခာ။’译：无我随观正是我见的直接对治。

巴利原文（缅文字体）：‘ယဒါ ပန အနိစ္စာနုပဿနာ တိက္ခာ သူရာ ဝိသဒါ ပဝတ္တတိ၊ ဣတရာ ဒွေပိ တဒနုဂတိကာ၊ တဒါနေန မာနသမုဂ္ဃါဋနံ ကတံ ဟောတိ။ သတိ ဟိ နိစ္စဂါဟေ မာနဇပွနာ "ဣဒံ နိစ္စံ ၊ ဣဒံ ဓုဝ"န္တိ အာဒိနာ ဗကဗြဟ္မုနော ဝိယ။ အနိစ္စာနုပဿနာ စ နိစ္စဂါဟဿ ဥဇုပဋိပက္ခာ။’译：若无常随观变得锐利、勇健、清净，另外两种随观也随之而

行，这时便完成破除慢。因为有常执时，便会像婆迦梵天那样，以‘这是常，这是恒久’等方式产生慢的言说；无常随观正是常执的直接对治。

巴利原文（缅文字体）：‘ယဒါ ပန ဒုက္ခာနုပဿနာ တိက္ခာ သူရာ ဝိသဒါ ပဝတ္တတိ၊ ဣတရာ ဒွေပိ တဒနုဂတိကာ၊ တဒါနေန နိကန္တိပရိယာဒါနံ ကတံ ဟောတိ။ သတိ ဟိ သုခသညာယ တဏ္ဍာဂါဟောဝ၊ ဒုက္ခာနုပဿနာ စ နိကန္တိယာ ဥဇုပဋိပက္ခာ။’译：若苦随观变得锐利、勇健、清净，另外两种随观也随之而行，这时便完成穷尽贪著。因为有乐想就必有爱的执取；苦随观正是贪著的直接对治。

巴利原文（缅文字体）：‘ဧဝံ တိဿန္နံ အနုပဿနာနံ ကိစ္စဝိသေသဝသေန ဒိဋ္ဌိဥဂ္ဃါဋနာဒီနိ ဟောန္တိ။ တေန ဝုတ္တံ "ဣတိ အယံ ဝိပဿနာ အတ္တနော အတ္တနော ဌာနေယေဝ တိဋ္ဌတီ"တိ။ အနုပဿနာနံ ယထာရဟံ သကကိစ္စကရဏဋ္ဌိ သကဋ္ဌာနေယေဝ ဌာနံ။ တသ္မာ ဝိသုံ သမ္မသနနယော နတ္ထီတိ နဝတ္တဗ္ဗန္တိ အဓိပ္ပါယော။ (မဟာဋီ-၂-၄၁၆။)’译：如此，由于三种随观各有特殊作用，便能完成破除见等。因此说：‘每一种观都只安住在各自的作用范围内。’三种随观各依所应执行自己的作用，就是安住于各自范围；所以不能说另有一种独立的思惟法门。这就是论意。（《大复注》2-416。）

因不随欲而无我

一、如果诸行真是我，以慧分别时就应当判定为我。然而诸行实在无我，本来无我却被执取为我。正因为这些本来无我的诸行仍被主张有我的人执取为我，所以它们：甲、依‘没有能随顺自己意欲的我’这一语源义，是无我；

乙、在先前并不存在，才突然生起，生起不久便坏灭而归于无有；依这一语源义，是无常；

丙、反复受到生灭逼迫；依这一语源义，是苦。

禅修者这样把无我、无常、苦三相提到诸行上而修毗婆舍那观时，便会生起称为破除见的作用。（《清净道论》2-263。）在这里，破除见尤其由无我随观完成。因此，义注先以‘如果诸行真是我’等语说明无我随观的方法，继而又说：正在把诸行观为无我的禅修者，仍应把同一诸行提到无常相与苦相上，继续修观、审察。

原书 154

这是因为无常随观智与苦随观智能够增长无我随观智：二者以强力亲依止缘力资助无我随观智，使它具足破除见的力量，因而成为力量增长、趋于圆满、锐利而敏锐的随观智。正因如此，义注师才说明：把诸行提到无我相上修观、审察以后，还应继续提到无常相与苦相上修观、审察。（《大复注》2-415—416。）

因生起后归于无有而无常

义注说明无常相时说：‘ဟုတ္ဝာ အဘာဝဋ္ဌေန အနိစ္စာ’——‘因生起后归于无有而无常。’其中，ဟုတ္ဝာ（生起以后）显示：诸行在生起刹那以前并未显现、原是空无，而在生起—住立—坏灭三个刹那合成的中段显现存在。说明ဟုတ္ဝာ以后又说အဘာဝ（无有），则显示：诸行在这三个刹那合成的中段显现存在以后，自坏灭刹那之后便不再显现而消失。‘生起以后’与‘归于无有’这两句话共同表明，诸行——

——只能暂时存在于‘生起以前不存在’与‘生起以后不存在’这两种无有之间，不能恒常存在；这就是无常相。

〔另见《清净道论》缅译本（Pyi Nissaya）5-148。〕

二、如果诸行真是常，以慧分别时就应当判定为常。然而诸行实在无常，本来无常却被执取为常。因此，这些诸行在先前并不存在，才突然生起，生起不久即坏灭而归于无有；依这一语源义，是无常。它们反复受到生灭逼迫；依这一语源义，是苦。它们没有能随顺自己意欲的我；依这一语源义，是无我。禅修者如此修观、审察时，便会在其相续中生起称为破除慢的作用。（《清净道论》2-263。）

破除慢尤其由无常随观完成。禅修者以观智看见诸行刹那刹那、不间断地崩解坏灭时，那种以‘我、我’自高自举的慢，哪里还有立足之地？〔三十一界中只有诸行的积聚；离开诸行，并没有所谓‘我’或‘他’。诸行又只是刹那刹那、不间断地崩解坏灭的自性法。在这样的诸行中，要执取‘这项行法就是我，那项行法就是他’——

原书 155

——也找不到足以安立这种说法的一段时间。因此，对于以观智慧眼亲自、现前洞见诸行无常行相的禅修者，以‘我、我’自高自举的慢，无法在其智中获得立足处。〕世尊本人在《弥醯经》（《自说》120）中说：巴利原文（缅文字体）：‘အနိစ္စသညာ ဘာဝေတဗ္ဗာ အသ္မိမာနသမုဃ္ဃါတာယ။’

译：‘为了破除以“我、我”自高自举的慢，应当修习无常想。’（《大复注》2-416。）

因受生灭逼迫而苦

三、如果诸行真是乐，以慧分别时就应当判定为乐。然而诸行实在是苦，本来是苦却被执取为乐。〔意即：它们本来是持续承受生灭打击与逼迫的苦法，却被执取为乐。〕因此，这些诸行持续受到生灭打击与逼迫；依这一语源义，是苦。它们先前不存在，才突然生起，生起以后又只归于无有；依这一语源义，是无常。

它们没有能随顺自己意欲的我；依这一语源义，是无我。禅修者这样以观智慧观照时，爱——即贪著——便如水干涸般穷尽。（《清净道论》2-264。）爱与贪著如水干涸般穷尽，尤其由苦随观完成。诸行就自性而言是苦，又是苦的所依；禅修者以观智看见它们持续受到生灭逼迫的行相，把苦相提到诸行上修观、审察时，对这些诸行连丝毫喜爱——

——也不会生起。确实，只有把诸行看成具有可乐滋味之法的人，才可能对诸行明显生起爱乐、眷恋与贪求之爱。

（《大复注》2-416。）

《大复注》师在《大复注》2-416教导：无常随观智与苦随观智，也应当依说明无我随观智时所用的同一理路来理解。依照这项教导，现为智慧尚未成熟者再略作说明。

道非道智见清净释：思惟智章（之七）

原书第 156 – 166 页

原书 156

无常随观智能够破除、摧毁慢执，这是事实。然而，只有苦随观智与无我随观智以强力亲依止缘力资助它，无常随观智才会变得锐利、敏锐、勇健、增长而力量圆满。只有承受这两种随观智强力亲依止缘的特殊资助，变得锐利、敏锐、勇健、增长而力量圆满的无常随观智，才能摧毁慢执。正因如此，义注师在《清净道论》2-264说明：把诸行提到无常相上修观、审察以后，还应继续把苦相与无我相——

——提到诸行上修观、审察。

同样，苦随观智能够使爱——即贪著——穷尽，这是事实。然而，无常随观智与无我随观智必须以本来强有力的亲依止缘力资助苦随观智，使它具足令爱与贪著穷尽的力量；苦随观智由此成为力量增长、趋于圆满、锐利敏锐而勇健的随观智。正因如此，义注师在《清净道论》2-264继续说明：把诸行提到苦相上修观、审察以后，还应把同一诸行提到无常相与无我相上修观、审察。

应记住的要义

这里，以下所说就是应当记住的简要义。上文说明非色七法观法时，已经写出依次第观照的方式，即次第法。

禅修者依上述次第法，把三相提到诸行上，反复熟习思惟的作业；当无我随观智在其智中变得锐利、勇健而清净地生起时——

——无常随观智与苦随观智也会持续跟随无我随观智。这时，无我随观智便完成了破除见的作用。确实，一切邪见都以我论、我见为根本；无我随观智又是我见的直接对治。因此，承受无常随观智与苦随观智以强力亲依止缘给予的特殊资助，变得力量圆满、锐利敏锐、勇健清净的无我随观智，便能够摧毁我见。（《大复注》2-416。）当无常随观智变得锐利、敏锐、勇健而清净——

——地生起时，苦随观智与无我随观智也会持续跟随无常随观智。这时，无常随观智便完成了破除——

原书 157

——慢的作用。确实，只要对诸行的常执明显存在，就会像婆迦梵天那样产生慢的自高自举：‘ဣဒံ နိစ္စံ ဣဒံ ဓုဝံ’——‘这里是常的，这里是恒久的。’（《中部》1-401。）无常随观智正是把诸行执为常的常执之直接对治。因此，承受苦随观智与无我随观智以强力亲依止缘给予的特殊资助，变得力量圆满、锐利敏锐、勇健清净的无常随观智，便能够摧毁慢执。（《大复注》2-416。）

当苦随观智变得锐利、敏锐、勇健而清净地生起时，无常随观智与无我随观智也会持续跟随苦随观智。这时，苦随观智便完成使爱——即贪著——穷尽的作用。确实，只要把诸行认作乐的乐想明显存在，以爱把诸行执为‘我的’这种爱执便会明显生起。苦随观智正是爱与贪著的直接对治。因此，承受无常随观智与无我随观智以强力亲依止缘给予的特殊资助——

——变得力量圆满、锐利敏锐、勇健清净的苦随观智，便能够使爱与贪著穷尽。

（《大复注》2-416。）

如此，把诸行观为无我的禅修者，会在相续中生起破除见；把诸行观为无常的禅修者，会在相续中生起破除慢；把诸行观为苦的禅修者，会在相续中使爱与贪著穷尽。这里所指示的原则是：每一种观都只安住于自己的作用范围。

（《清净道论》2-264。）

因此，贤善禅修者应恭敬领受并牢记这项古老的法义教导与修行传统：只有把三相全都提到诸行上修观、审察，才能拔除爱执、慢执、见执三种执著。依这项教导，只把诸行观为无我，无我随观智还不能以彼分断除见；只观为无常，无常随观智还不能以彼分断除慢执；只观为苦，苦随观智还不能使微细的贪著之爱穷尽，也不能以彼分断除它。必须由其余两种随观智以强力亲依止缘资助某一种随观智，相应的随观智才会——

——以彼分断除各自所对治的烦恼。应当如此理解。

原书 158

已经纯熟

巴利《清净道论》原文（缅文字体）：‘ဧတ္ထာဝတာ ပနဿ ရူပကမ္မဋ္ဌာနဿိ အရူပကမ္မဋ္ဌာနဿိ ပဂုဏံ ဟောတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၄။)’译：‘至此，他的色业处与非色业处都已经纯熟。’依照上文所述，如果能够在内、外两方面熟练而善巧地以色七法与非色七法修观、审察，那么色业处与名业处两者都已经充分学会、达到纯熟。（《清净道论》2-264。）

十八大观（《清净道论》2-264）

这位已熟练掌握色业处与名业处的禅修者，从较高阶的坏灭随观开始，依断遍知之力，将完整获得下文所说的十八大观；不像在思惟智阶段只获得其中一部分，而是就自性、作用与一切行相全部获得。在属于审察遍知阶段的思惟智这里，他已经先行、部分地洞见这十八大观；每一种随观智就在此舍断、去除与它直接相反而又应由它断除的常想等法。

以无常随观等观慧为首的十八种观，称为十八大观。其中，对于诸行：一、修习无常随观的禅修者，断除错认为常的常想。

二、修习苦随观的禅修者，断除错认为乐的乐想。

三、修习无我随观的禅修者，断除错认为我的我想。

四、修习厌离随观的禅修者，断除对诸行的喜爱。厌离随观，是在无常随观等观智良好生起之后，反复随观诸行而厌离的观。

五、修习离贪随观的禅修者，断除对诸行的贪。离贪随观以前导的观智照见诸行无常、苦、无我而不可意、不净，再反复随观诸行可厌、可离贪的行相。

〔诸行的坏灭是应当离贪的性质。以观智看见这种离贪性质，再轮流把三相提到诸行上修观、审察的观，称为离贪随观。另一说：以诸行的坏灭为所缘，把三相提到诸行上修观、审察时，贪以彼分止息，所以该随观称为离贪随观。以贪真正止息之处——涅槃——为所缘而生起的圣道智，也称为离贪随观。（《清净道论》1-282。）〕

六、修习灭随观的禅修者，以诸行刹那不停、接连止息坏灭的坏灭刹那为所缘，把三相提到诸行上修观、审察，因而断除诸行之因——集。〔以诸行刹那不停、接连止息坏灭的坏灭刹那为所缘而生起的随观，也称为灭随观。

这种随观以彼分令烦恼止息；以贪真正止息之处——涅槃——为所缘而生起的圣道智，也称为灭随观。（《清净道论》1-282。）七、修习舍遣随观的禅修者，不再取著、执取诸行，因而断除以再生新有的方式取著诸行，以及以常等行相执取诸行。〔以诸行的坏灭为所缘、把三相提到诸行上修观、审察的观，能以彼分把烦恼连同诸蕴、造作新有的胜行一起舍弃，所以称为遍舍舍遣；又因为它看见有为法刹那不停、接连止息坏灭这一有为过患，而倾向并跃入与有为法正相反的无为涅槃，所以——

——也称为趣入舍遣。圣道智以无余正断把烦恼连同诸蕴、胜行一起舍弃，所以称为遍舍舍遣；又以所缘直接现前的方式跃入无为寂静界涅槃，所以也称为趣入舍遣。（《清净道论》1-282。）具足这种舍遣的观智，称为舍遣随观。〕八、修习灭尽随观的禅修者，以诸行在每一刹那坏灭的坏灭刹那为所缘，把三相提到诸行上反复随观，因而断除把色与名误认成整块实体的——

——密集想。〔以观慧分析、分解并破除诸行的相续密集、组合密集、作用密集与所缘密集，即色块、名块，而后对其中真实究竟的诸行法作‘အနိစ္စ ခယဋ္ဌေန’——‘因灭尽义而无常’的观照；这种观慧称为灭尽随观。从反复观照诸行的坏灭刹那开始，灭尽随观才趋于圆满，密集想因而被舍断；在坏灭随观——即灭尽随观——以前，它尚未圆满，所以密集想还未被舍断。所谓密集想，就是依相续、组合、作用、所缘四种密集，把诸行错误地认作——

——一个整体。〕九、修习衰灭随观的禅修者，反复随观诸行的坏灭、止息，因而断除那种能造成‘积集’——即积聚、集合善行与不善行——的爱。〔以现见方式，又以通过推断而知的类智方式，观诸行的坏灭——

——并只作意、倾向于称为坏灭的止息，就是衰灭随观。以这种观诸行坏灭、止息的衰灭随观，能够舍断那种积聚福行、非福行与不动行的爱。正是这种爱为了持续不断的轮回法而积聚、培育善行与不善行；然而该禅修者的心不再以爱倾向轮回，所以说修习衰灭随观的禅修者断除积集。（《大复注》2-417。）十、修习变易随观的禅修者，反复随观诸行由老与死——即住立期与坏灭期——这两个阶段而变异、败坏的——

——变易性质，因而断除把诸行认作恒久的恒久想。

十一、修习无相随观——即无常随观——的禅修者，断除‘相’：由于未破除相续密集与组合密集，色相续、名相续、色聚、名聚被想执取为一项完整的究竟法，因而像圆整而具有实体形状一般显现，这种贴附显现就是相。

十二、修习无愿随观——即苦随观，它使人了知诸行没有值得希求、爱著之处——的禅修者，断除名为‘愿’的爱，即对乐的希求。

十三、修习空随观——即无我随观，反复随观诸行空无有我——的禅修者，断除我执著，即错误地把诸行作意为我。

十四、修习增上慧法观——即以诸行空无常、乐、我为所缘而生起的殊胜观——的禅修者，断除取著实质之执著；后者是因执取诸行具有常之实质等而生起、与爱相伴的邪见，也就是错误的作意。

十五、修习如实智见的禅修者，断除痴执著。如实智见，是如实看见连同因法在内的色名之观慧，也是如实看见连同因法在内的色名无常、苦、无我行相之观慧。所谓痴执著，包括因错误作意而生起的‘我在过去世存在过吗？’等疑惑，以及‘世间由主宰者、最高天神等创造’等错误作意。

十六、禅修者以观智看见诸行的坏灭，把三相提到诸行上修观、审察时，诸行会在其智中显现为可怖畏的重大危险。由这种怖畏现起而生起的过患随观，反复看见一切有中诸行变异败坏的——

——过患。修习这种过患随观的禅修者，由于看见没有任何一项诸行可以作为藏身处或依靠，便断除依恋执著；后者是名为爱的错误作意，把诸行贴附、执著为依靠。

十七、修习审察随观的禅修者，断除名为不审察的无明；审察随观是称为观智的法，反复审察、观修诸行的无常、苦、无我等要点，从而成为舍弃诸行的因。不审察的无明，正与这种能对诸行无常等要点反复审察、观修的观智相反。

十八、修习还灭随观——即为了脱离、止息轮回之苦而反复随观的行舍智与随顺智——的禅修者，断除结缚执著；后者是由欲乐结缚等烦恼生起而成的错误作意。（《清净道论》2-264。）在这十八大观中，由于这位禅修者依无常、苦、无我三相的总体看见诸行，所以已经获得无常随观、苦随观与无我随观。

无相随观、无愿随观与空随观

巴利原文（缅文字体）：‘ယာ ဓ အနိစ္စာနုပဿနာ ယာ ဓ အနိမိတ္တာနုပဿနာ၊ ဣမေ ဓမ္မာ ဧကတ္ထာ၊ ဗျဉ္ဇနမေဝ နာနံ။ ။ ယာ ဓ ဒုက္ခာနုပဿနာ ယာ ဓ အပ္ပဏိဟိတာနုပဿနာ၊ ဣမေ ဓမ္မာ ဧကတ္ထာ ဗျဉ္ဇနမေဝ နာနံ။ ။ ယာ ဓ အနတ္တာ- နုပဿနာ ယာ ဓ သုညတာနုပဿနာ၊ ဣမေ ဓမ္မာ ဧကတ္ထာ၊ ဗျဉ္ဇနမေဝ နာနံ။ (ပဋိသံ-၂၅၉။ ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၅)’译：‘无常随观与无相随观这两种法，意义相同，只有文句不同；苦随观与无愿随观这两种法，意义相同，只有文句不同；无我随观与空随观这两种法，意义相同，只有文句不同。’也就是说，无常随观与无相随观意义相同，只是名言不同；苦随观与无愿随观意义相同，只是名言不同；无我随观与空随观意义相同，只是名言不同。

（《无碍解道》259；《清净道论》2-265。）

无相随观

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘နိမိတ္တန္တိ သန္တတိယံ၊ သမူဟေ စ ဧကတ္တသညာယ ဂယှမာနံ ကာလန္တရာဝဋ္ဌာယိ ဘာဝေန၊ နိစ္စဘာဝေန စ သင်္ခါရာနံ သကိစ္စပရိဿေဒတာယ သဝိဂ္ဂဟံ ဝိယ (သဝိဂ္ဂဟာနံ ဝိယ) ဥပဋ္ဌာနမတ္တံ။ (မဟာဋီ-၂-၄၁၇။) နိမိတ္တန္တိ သင်္ခါရနိမိတ္တံ။ ယံ သင်္ခါရာနံ သမူဟာဒိဃနဝသေန၊ သကိစ္စပရိဿေဒတာယ စ သဝိဂ္ဂဟာနံ ဝိယ ဥပဋ္ဌာနံ။ (မဟာဋီ-၂-၄၃၉။)’译：‘所谓相，是诸行在相续与组合中被一合想所执取，因而显得跨越时段而住、仿佛恒常；又由于各自作用有所界定，仅仅现起得仿佛具有形体〔或如同有形体者〕。所谓相，即诸行之相；诸行由于组合等密集以及各自作用的界定，而显现得仿佛具有形体，这就是诸行之相。’

原书 162

巴利《根本复注》原文（缅文字体）：‘နိမိတ္တဓမ္မေသူတိ သမူဟာဒိဃနဝသေန စ သကိစ္စပရိဿေဒတာယ စ သပရိဂ္ဂဟေသု ခန္ဓေသု။’译：“‘在有相之法中”，是说诸蕴由于组合等密集以及各自作用的界定，而显得有所界限。’

（《根本复注》1-113。）

巴利原文（缅文字体）：‘နိမိတ္တဓမ္မာ သင်္ခါရာ တေဟိ သနိမိတ္တာ သဝိဂ္ဂဟာ ဝိယ ဥပဋ္ဌဟန္တိတိ တေသံ အဘာဝိတဘာဝနာယ ဘာဝိတဘာဝနာယ စ ဥပဋ္ဌဟနာကာရံ ဒသ္သေန္တော "သမူဟာဒီ"တိအာဒိမာဟ။ (အနုဋီ-၁-၁၂၁။) နိမိတ္တန္တိ သင်္ခါရနိမိတ္တံ၊ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နာနံ သင်္ခါရာနမေဝေတံ အဓိဝစနံ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၈၄။) သင်္ခါရနိမိတ္တန္တိ "သင်္ခါရာနံ သမူဟာဒိဃနဝသေန၊ သကိစ္စပရိဿေဒတာယ စ သဝိဂ္ဂဟာနံ ဝိယ ဥပဋ္ဌာန"န္တိ ဝုတ္တော ဝါယမတ္ထော။ သင်္ခါရာနံ ပန တထာ ဥပဋ္ဌာနံ သင်္ခါရဝိနိမုတ္တံ နတ္ထီတိ အာဟ "အတီတာ။ ပ ။’译：‘诸行是相法；由于它们，有相之法仿佛有形体而现起。为显示尚未修习者与曾经修习者面前诸行的显现方式，所以说“组合等”。（《随复注》1-121。）所谓相，即诸行之相；这是对过去、未来、现在诸行的称呼。（《清净道论》2-284。）所谓诸行之相，就是前面所说“诸行由于组合等密集以及各自作用的界定，显现得仿佛有形体”之义。不过，诸行这样显现，并不是另有一个离开诸行的东西，所以说“过去……”，’

巴利续文（缅文字体）：‘အဓိဝစန"န္တိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၄၇။)’译：‘……是其称呼。’（《大复注》2-447。）《清净道论》义注师在《清净道论》2-284解释：这里的‘相’是指诸行之相；‘相’这一名称，也是对存在于过去、未来、现在三时中的诸行所作的称呼。

对于这项解释，诸复注师又依‘称呼、名称所在之处，可作借称’这一语法规则进一步说明：从未修习毗婆舍那业处、尚未令智见抵达究竟法而进入真正观域的人，以及虽曾修习、却暂时或较长时间搁置毗婆舍那业处的人，往往把色、名、因、果这些诸行看成整块实体。他们看见色法时，相续密集、组合密集、作用密集尚未破除；看见名法时，相续密集、组合密集、作用密集与所缘密集也尚未破除，因而只是整块整块地看见。

所谓相续密集，是色名相续次第看似一整块；所谓组合密集，是色名的集合看似一整块；所谓作用密集，是色名的作用看似一整块；所谓所缘密集，是取所缘而修观的名法看似一整块。这些整块表象，只是尚未修习毗婆舍那或已经搁置毗婆舍那业处的人面前，色名诸行所呈现的密集。若没有诸行，密集也不可能存在；因为不可能另有一种脱离诸行而存在的密集。

相续密集、组合密集、作用密集与所缘密集，都是诸行的集合，本来称为‘诸行之相’。论师把这个属于密集的名称借用于密集已经破除、各各分明而真实究竟的诸行界法，所以也把究竟诸行本身称作‘诸行之

相’。

依这些教说，如果尚未以智逐一分析色法、名法，令各种密集破除，智见尚未抵达究竟，只以整块实体修毗婆舍那；也就是只看整块实体的生灭，或把它观作无常，那么仍只是以‘相’为所缘修观，并不是观无相。若还只是在观相，尚不能以无相为所缘修观——

原书 163

——就还不能称为无相随观；不能称为无相随观，也不能称为无常随观；不能称为无常随观，也就还不是真正的观智。

这还没有到达佛陀所教的真实毗婆舍那。

为了说明得更清楚：佛陀所教的真实毗婆舍那，是以智看见色聚、名聚以后，以智分析、破除称为色块与名块的色密集、名密集，摄取其中真实究竟的色法与名法；然后以智看见这些究竟色名的无常、苦、无我行相，轮流把三相提到它们上面修观、审察。只有这样的作业，才属于真实的毗婆舍那领域。

贤善者，如果你把注意力投向自己身体内部时，只把坚硬、粗糙、沉重、柔软、光滑、轻盈，流动、黏结，热、冷，支持、推动这些界的性质看成整块；如果尚未以智看见色聚、名聚；或者虽看见色聚、名聚，却仍不能逐一分析、破除色密集与名密集，摄取究竟色法与究竟名法，使智见抵达究竟；也就是说，你还只看见尚未抵达究竟的具构件地界、具构件水界、具构件火界、具构件风界。若把这些只能整块看见的界之性质作为毗婆舍那所缘，或者声称自己正在修毗婆舍那——

——这种观仍只是观‘相’，还不是以无相为所缘的无相随观与无常随观。因此，本书才说：尚不能摄取究竟色名、令智见抵达究竟的禅修者，其所谓毗婆舍那，还不是佛陀真正教导的毗婆舍那。

贤善者，即使由于波罗蜜成熟而看见色聚，又看见这些色聚极其迅速地生灭，并把这种现象观作‘生灭’或‘无常’，仍只是以有相之法为所缘修观。因为色聚仍是没有脱离组合概念、形状概念等概念的最小概念性团块。

一切概念都属于有相之法。只有以智分析这些色聚，逐一破除密集，令智见抵达究竟，才会看见究竟色法；只有这些究竟色法才是无相之法，也只有这些无相之法才是观智真正的所缘。

贤善者，如果修习毗婆舍那业处时甚至从未看见色聚；换句话说，连色聚、名聚都从未看见，只把整块色、整块名的生灭观作无常，那么这种观察的智见尚未抵达作为究竟色法、究竟名法的无相之法，自然更不可能获得无相随观、无常随观之名。不能称为无相随观与无常随观，也就显然还不可能是真正的毗婆舍那。即使是智者，也很难时时具念。

原书 164

只有智见抵达每一个色聚、名聚内部各项究竟色法、名法各自的生端与坏端，相续密集才会破除。如果不能以智分别生端与坏端，而把一个色聚、名聚内究竟法的坏灭期与另一个色聚、名聚内究竟法的生起期，看成同一条连续不断的次第；换句话说，把前面究竟法的坏灭期与后面究竟法的生起期看成连续不断，不能划清并分别生端与坏端，就会生起一种错见，认为诸行能够从一段生、住、灭时期持续存在到另一段生、住、灭时期。于是便会把先前究竟法与后来究竟法——

——认作同一项法，这就是一合想（ekatta-saññā）。这样认取以后，便会把诸行接受为常。

再者，每一个色聚、名聚内部，都有一组一组的究竟色法与究竟名法。如果不能以智逐一分析、取来观照：‘这是地界，这是水界，这是火界，这是风界’等等；又不能逐一分析、取来观照：‘这是触，这是受，这是想，这是思，这是识’等等，那么组合密集——即色法集合的整块与名法集合的整块——就还没有破除。

组合密集尚未破除，组合概念与形状概念就还没有脱落，于是所见仍只是‘有形体之法’，也就是显得具有形状实体之法。人会把这些有形体之法看作、理解为同一项究竟法，这也是一合想。一切有形体之法，一切显得有形体之法，都只是有相之法。若以这些有相之法为毗婆舍那所缘，就不能称为无相随观；不能称为无相随观，也不能称为无常随观，所以应当知道，这还不是真实的毗婆舍那。

无愿随观

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ပဏိဓိန္တိ သုခပတ္ထနံ၊ ရာဂါဒိပဏိဓိဓံ ဝါ ၊ အတ္ထတော တဏှာဝသေန သင်္ခါရေသု နိန္နတံ။’译：‘所谓愿，是对乐的希求；或者，是贪等希求。就真实义而言，是由爱而倾向诸行。’

（《大复注》2-417。）

希求、渴望安乐，称为‘愿’（paṇidhi）。另一种解释是，贪等希求——也就是以贪而希求——称为‘愿’。依究竟法的真实义，是指由爱的力量而倾向色名诸行。‘无愿’（appaṇihita）则与这种‘愿’相反。

所谓无愿随观，是为了断除以爱希求诸行而修习的随观。对诸行的苦随观智成熟时，就会到达无愿。因此，无愿随观与苦随观在法的真实意义上相同。

空随观

外道我论者设想：诸行中存在所有者我、常住我、能作者我、能受者我与主宰者我。反复随观诸行，直至看见其中空无这些被设想的我，这种随观智称为空随观智。因此，空随观智与无我随观智在法的真实意义上相同。

增上慧法观

巴利原文（缅文字体）：‘အဓိပညာဓမ္မဝိပဿနာ ပန သဗ္ဗာပိ ဝိပဿနာ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၅။) ရူပါဒိအာရမ္မဏံ ဉတ္တာ တဒါရမ္မဏဿ စိတ္တဿ ဘင်္ဂံ ဒိသွာ သင်္ခါရာ ဧဝ တိဋ္ဌန္တိ၊ သင်္ခါရာနံ မရဏံ၊ နာ အညော ကောစိ အတ္ထိတိ ဘင်္ဂဝသေန သုညတံ ဂဟေတွာ ပဝတ္တာ ဝိပဿနာ အဓိပညာ ဧ သာ ဓမ္မေသု ဧ ဝိပဿနာတိ အဓိပညာ ဓမ္မဝိပဿနာ၊ တာယ နိစ္စသာရာဒိအာဒါနဝသေန ပဝတ္တံ အတ္တနိဝေသံ သတဏှံ ဒိဋ္ဌိ ပဇဟတိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၁၀။)’译：‘增上慧法观，就是一切毗婆舍那。（《清净道论》2-265。）了知色等所缘，又看见取该所缘之心的坏灭以后，依坏灭而取空义：“只是诸行坏灭，只是诸行死亡，此外没有任何人。”这样生起的观，既是增上慧，又是对诸法的观，所以称为增上慧法观。由它断除与爱相伴的邪见执著；这种执著由于把诸行执取为常之实质等而生起。’（《大复注》2-417。）所谓增上慧法观，就是一切观智。（《清净道论》2-265。）禅修者了知作为观智所缘的色、名等行所缘，再看见缘取色、名等而生起的心——即毗婆舍那意门速行心路——的坏灭，观见：‘只是诸行坏灭，只是诸行死亡；离开这些坏灭、死亡的诸行，并没有另一个人或有情——’

——于是依坏灭，以智分别诸行之空：诸行空无以凝固、坚实、核心实质而住的我。这样生起的观智既是殊胜的智慧，又是在诸行法中修观的观智，所以称为增上慧法观。由这种增上慧法观，能够断除与爱相伴的邪见；该邪见由于执取诸行具有常的实质、乐的实质、我的实质等，把诸行牢固地作意为常、乐、我、恒久等而生起。（《大复注》2-417。）

如实智见

巴利原文（缅文字体）：‘ယထာဘူတဉာဏဒဿနံ ကခ်ါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိယာ ဧဝ သင်္ဂဟိတံ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၅။) ယထာဘူတဉာဏဒဿနံ နာမ သပ္ပစ္စယနာမရူပဒဿနံ။ တေန "အဟောသိं နု ခေါ အဟမတီတမဒ္ဓါန"န္တိ ဧဝမာဒိကံ၊ "ဣဿရ တော လောကော သမ္ဘဝတီ"တိ ဧဝမာဒိကဉ္စ သမ္မောဟာဘိနိဝေသံ ပဇဟတိ။’译：‘如实智见只摄属于度疑清净。（《清净道论》2-265。）所谓如实智见，就是看见连同因法的色名。由此断除痴执著，例如：“我在过去时存在过吗？”以及“世间由主宰者所生”等。’

> （《大复注》2-417—418。）

能够知见连同因法的色名之智，称为如实智见。这种智只摄属于度疑清净。由这种智，能够断除‘我在过去时存在过吗？’等由强烈疑惑而生的错误作意——

原书 166

——也能断除‘世间由创造者、所有者、主宰神所创造’等由强烈疑惑而生的错误作意。（《大复注》2-417—418。）至此，禅修者已经获得八种观智：无常随观智、苦随观智、无我随观智、无相随观智、无愿随观智、空随观智、增上慧法观与如实智见。

其余以厌离随观等为首的十种观智，有些已经获得，有些尚未获得；后文将会明了。

思惟智章终。

道非道智见清净释：生灭智章（之一）

原书第 167 – 189 页

原书 167

道非道智见清净释：生灭智章

这位禅修者如此断除常想等染污——即无常随观等法的相反法——以后，其相续中便生起特别清净的观智。譬如云层等消散，虚空便全面澄净；泥垢消除，水便全面澄净；铁锈等杂质除去，黄金便恢复纯净。同样，常想等染污是令观智污浊的因；这些染污消除以后，观智便全面清净。

思惟智的工作，是对具有许多不同状态的诸行，把三相提到其上修习、审察毗婆舍那。由于这项工作已经圆满完成，禅修者便到达思惟智的彼岸。具足思惟智观见的禅修者，接着应重新奋发，力求具足生灭智的观见。（《清净道论》2-265；《大复注》2-419。）

两种生灭观

生灭观有两种：一、依缘生灭观，即从因法观察生灭；二、依刹那生灭观，即依生起、住立、坏灭三个刹那观察生灭。在这两种观法中，为了获得依生、住、灭三刹那、一直达到三个刹那而知见诸行生灭的生灭智，首先应从生灭简略法开始用功。指示这种修法的巴利原文如下。

《无碍解道》的教说

巴利原文（缅文字体）：‘ကထံ ပစ္စုပ္ပန္နာနံ ဓမ္မာနံ ဝိပရိဏာမာနုပဿနေ ပညာ ဥဒယဗ္ဗယာနုပဿနေ ဉာဏံ? ဇာတံ ရူပံ ပစ္စုပ္ပန္နံ၊ တဿ နိဗ္ဗတ္တိ လက္ခဏံ ဥဒယော၊ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ဝယော၊ အနုပဿနာ ဉာဏံ။ ဇာတာ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရာ၊ ဝိညာဏံ။ ဇာတံ စက္ခု။ ပ ။ ဇာတော ဘဝေါ ပစ္စုပ္ပန္နော၊ တဿ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ဥဒယော၊ ဝိပရိဏာမ- လက္ခဏံ ဝယော၊ အနုပဿနာ ဉာဏံ။ (ပဋိသံ-၅၂။ ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၅။)’译：‘在随观现在诸法变异时，慧如何成为生灭随观智？已经生起的色是现在；它的生起相是生，它的变异相是灭，随观即是智。已经生起的受、想、诸行、识也是如此；已经生起的眼……乃至已经生起的有是现在；它的生起相是生，它的变异相是灭，随观即是智。’（《无碍解道》52；《清净道论》2-265。）依这段《无碍解道》教说，在生灭智阶段最初作为观智所缘的法，是摄于现在生、住、灭三刹那的五取蕴、十二处、十八界、世间诸根，以及从无明至有的十个缘起支。

何谓现在

巴利原文（缅文字体）：‘ထွေ ဓ ခဏာဒိကထာဝ နိပ္ပရိယာယာ။ သေသာ သဝရိယာယာ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၁၀၃။) ပစ္စုပ္ပန္နရူပံ နာမ ဇာတံ ခဏတ္တယပရိယာပန္နန္တိ အတ္ထော။ တံ ပန အာဒိတော ဒုပ္ပရိဂ္ဂဟန္တိ သန္တတိ- ပစ္စုပ္ပန္နဝသေန ဝိပဿနာဘိနိဝေသော ကာတဗ္ဗော။ (မဟာဋီ-၂-၄၁၉။)’译：‘这里，只有刹那等说法是直接说，其余都是间接说。（《清净道论》2-103。）所谓现在色，意思是已经生起、摄于三个刹那。由于起初难以摄取它，所以应依相续现在建立毗婆舍那观。（《大复注》2-419。）’现在有三种：一期现在、相续现在、刹那现在。在思惟智阶段，应从一期现在诸法开始修观、作意；在生灭智阶段，则从相续现在开始，一直修到刹那现在。无论从一期现在还是相续现在开始作意，都必须观至以诸行生、住、灭刹那而见生灭的刹那现在。

这三种现在中，一期现在与相续现在都是间接说。一期现在诸行与相续现在诸行之内，真实究竟法有前后差别。意思是：从结生到死亡、以一生为界限的一期现在中，有多种多类的法，并不是一生始终只有同一个究竟界法。

其中有各种色法、各种名法，各种善、不善、果报与唯作法。相续现在中的法，也应依相应情形作同样理解。

若从某一组生、住、灭三个刹那观察一期现在与相续现在诸法，其中有些已经越过这三个刹那，成为过去法；有些尚未到达这三个刹那，是未来法；另有些正在三个刹那中，是现在法。因此，‘一期现在’与‘相续现在’都只是依方便间接说为现在。与刹那现在相关的说法——摄于生、住、灭三个刹那的法才直接称为现在法；在这三个刹那以前的是过去法，在其后的是未来法——才是没有间接义的直接说——

——也就是真实、确定的说法。

换句话说，只有刹那现在才是直接、真实的现在；一期现在与相续现在只是间接所说的现在。因为在生、住、灭三个刹那内的刹那现在法中，究竟界法的自体并无前后差别，始终是同类的究竟界法；区别只在生起时、住立时、坏灭时。三个刹那以内不像一期现在、相续现在那样，还可依某种方便分说‘这是过去法’或‘这是未来法’。

为了使阿毗达磨基础较弱的人理解，下面以一条称为相续现在的眼门心路为模型，再作说明。

原书 169

极大所缘眼门心路依次有五门转向、眼识、领受、推度、确定、七次速行与两次彼所缘心。存在于这条眼门心路中的全部名法，都属于相续现在法。

其中，在五门转向心刹那，心与心所共十一种名法同时生起，成为一种名聚；在眼识心刹那，心与心所共八种名法同时生起，成为另一种名聚。如此，每一个心刹那中的心、心所名法组都各是一类，彼此不同。只有前一心刹那中的名法组灭去以后，后一心刹那中的名法组才有机会生起，所以前一心刹那与后一心刹那所含的究竟界法并不相同：前触是一项法，后触是另一项法；前受是一项法，后受也是另一项法——

——如此，每一项都各不相同。因此，前后心刹那的究竟界法本身也彼此有别。

再从眼识的生、住、灭三个刹那来看，五门转向已经是过去，领受则尚属未来；其余也同样有过去、未来之别。因此，在‘相续现在’这个说法中，一、究竟界法的自体有种种差异；二、过去法与未来法混杂在内。正因为这两点，相续现在不是真实现在，只是间接称为现在。一期现在也应同样理解。

摄于生、住、灭三个刹那、具足这三个刹那的究竟法，称为刹那现在；只有刹那现在才是真实的现在、直接的现在。

因此，应当理解：从相续现在诸法开始观，一直达到刹那现在，并不表示起初已经在观真实、直接的现在；起初仍混有过去法与未来法。依上述解释，贤善者应正确领会这里所说的‘现在’：一、观察存在于三时的每一缘起支时，要以智看见该支在各个刹那中的生起、住立、坏灭，观至刹那现在；二、要从相续现在诸法开始，修到智见抵达刹那现在。

原书 170

巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：‘ဣဒါနိ အနန္တရံ ဝုတ္တဿ သမ္မသနဉာဏဿ နာနာနယေဟိ ဘာဝနာထိရကရဏေန ပါရံ ဂန္တွာ ဌိတေန အနိစ္စာဒိတော ဒိဋ္ဌေ သင်္ခါရေ ဥဒယဗ္ဗယေန ပရိစ္ဆိန္ဒိတ္ဝာ အနိစ္စာဒိတော ဝိပဿနတ္ထံ ဝုတ္တဿ ဥဒယဗ္ဗယာနုပဿနာ ဉာဏဿ နိဒ္ဒေသေ ဇာတံ ရူပန္တိအာဒီသု သန္တတိဝသေန ယထာသကံ ပစ္စယေဟိ နိဗ္ဗတ္တံ ရူပံ။ တဿ ဇာတဿ ရူပဿ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ဇာတိ ဥပ္ပါဒံ အဘိနဝါကာရံ ဥဒယောတိ၊ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ခယံ ဘင်္ဂံ ဝယောတိ၊ အနုပဿနာ ပုနပ္ပုနံ နိသာမနာ၊ ဥဒယဗ္ဗယာနုပဿနာ ဉာဏန္တိ အတ္ထော။ ဝေဒနာဒီသုပိ ဧသေဝ နယော။’译：‘现在，禅修者以种种方法令紧接着所说的思惟智修习坚固，已经到达并住于彼岸。为了使他把先前以无常等观见的诸行，依生灭分别后再以无常等修观，现解释生灭随观智。在“已经生起的色”等句中，是指相续中由各自诸缘所生的色。该已生色的出生相、生起相、新生状态称为生；变异相、灭尽、坏灭称为灭；随观即反复观察。因此称为生灭随观智。受等也同理。’

（《无碍解道义注》1-234。）

上述义注的意思是：禅修者以紧接着所说的思惟智的种种方法令观修坚固，已经到达并住于思惟智彼岸；为了把先前以无常等观见的诸行，依生灭分别以后，再把三相提到其上、以无常等修观，论中开示生灭随观智。在‘已经生起的色’等巴利句中，由相续中各自所属的因法所生之色，称为已生色，也就是正在生起的色。该色的出生相、生起相与新生状态，称为生；其变异相、灭尽与坏灭，称为灭——

——反复随观这种生与灭的智，就称为生灭随观智，也就是反复随观生与灭之智。

（《无碍解道义注》1-234。）

对于上述义注，应牢牢记住两句话：一、已经到达并住于思惟智彼岸的禅修者，为了把思惟智阶段已以无常等观见的诸行，依生灭分别后，再把三相提到其上、以无常等修观，所以开示生灭随观智；二、相续中由各自所属的因法所生之色，称为已生色，也就是正在生起的色。

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ဇာတန္တိ နိဗ္ဗတ္တံ ပဋိလဒ္ဓတ္တဘာဝံ။ အယံ ဟိ ဇာတသဒ္ဒေါ ခဏတ္တယသမင်္ဂိတံ သန္ဓာယ ဝုတ္တော "ယေ ဓမ္မာ ဇာတာ ဘူတာ"တိအာဒီသု ဝိယ၊ နှ အတီတံ -- "ယေ တေ ဇာတာ၊ နှ တေ သန္တိ၊ ယေ နှ ဇာတာ၊ တ ထ္ထေဝ တေ။’译：‘所谓“已生”，是已经生起、取得现成自体。这里“已生”一词，是针对具足三个刹那而说，如“诸法已经生起、已经显现”等处；不是针对过去法而说，如“那些已经生起的法已不存在；那些尚未生起的法也同样〔不存在〕——”，’

巴利续文（缅文字体）：‘လဒ္ဓတ္တဘာဝါ နော ဘဂ္ဂါ၊ တေဝ သန္တိ သဘာဝတော။"တိ --’译：‘“已经取得现成自体而尚未坏灭的法，只有它们依自性仍然存在。”’

巴利续文（缅文字体）：‘အာဒီသု ဝိယ၊ နာပိ ဇာတတာမတ္တံ "ယံ တံ ဇာတံ ဘူတံ သဒ်တ"န္တိအာဒီသု ဝိယ။ တေနာဟ "ဇာတံ ဂ္ဂဟံ ပစ္စုပ္ပန္နံ"န္တိ။ ပစ္စုပ္ပန္နဂ္ဂဟံ နာမ ဇာတံ ခဏတ္တယပရိယာပန္နန္တိ အတ္ထော။ တံ ပန အာဒိတော ဒုပ္ပရိဂ္ဂဟန္တိ သန္ဆတိပစ္စုပ္ပန္န ဝသေန ဝိပဿနာဘိနိဝေသော ကာတဗ္ဗော။ (မဟာဋီ-၂-၄၁၉။)’译：‘也不是像“凡已生、已成、有为之法”等处那样，只指已经生起这一点。因此论中说：“已经生起的色是现在。”所谓现在色，是已经生起而摄于三个刹那。由于初修时难以摄取它，所以应依相续现在建立毗婆舍那观。’（《大复注》2-419。）

所谓‘已生’，是已经生起、已经取得现成自体。〔究竟色名界法依生、住、灭而显出具体自性，这就称为‘取得现成自体’，并不是说存在一个我。譬如在一个色聚内，坚硬、粗糙、沉重，或柔软、光滑、轻盈是地界；流动或黏结是水界；热或冷是火界；支持或推动是风界。这些究竟界法依生、住、灭而明显生起、显出具体自性，就称为取得现成自体。名聚也应同样理解。〕巴利原文（缅文字体）：‘ယေ ဓမ္မာ ဇာတာ ဘူတာ (အတိ-ဝ-၂၁၃။)’译：‘诸法已经生起、已经显现。’在这一类巴利语句中，‘已生’一词——

——是针对具足生、住、灭三个刹那而说。因此，《无碍解道》才说：‘已经生起的色是现在’等。

巴利偈句（缅文字体）：‘ယေ တေ ဇာတာ နှ တေ သန္တိ။ ပ ။ တေဝ သန္တိ သဘာဝတော’译：‘那些已经生起的过去法，现已不再存在；那些尚未生起的未来法，也同样尚不存在；已经依生、住、灭取得现成自体而尚未坏灭的法，只有它们依有为究竟自性仍然明显存在。’在这一类语境中，‘已生’一词是针对过去法而说；然而在‘已经生起的色是现在’等巴利句中，并不是这样针对过去法而说。又如巴利原文（缅文字体）：‘ယံ တံ ဇာတံ ဘူတံ သဒ်တံ (ဒီ-၂-၁၁၉။ သံ-၃-၁၄၁။)’译：‘凡是已经生起、已经显现、由诸缘共同造作之法——’

——‘不可能依愿望而令它不坏灭。’在这一类巴利语句中，‘已生’一词只表示已经生起这一点。然而在‘已经生起的色是现在’等句中，‘已生’也不是只表示已经生起。

这里所说的，只是具足生、住、灭三个刹那。因此，‘已经生起的色是现在’这句话，是说现在色就是已经明显生起、摄于生、住、灭三个刹那的法。对于初次开始修毗婆舍那的人，这种具足三个刹那的现在法很难摄取，所以《大复注》师解释，应从相续现在诸法开始作意毗婆舍那。贤善者应依这项指示，从相续现在逐步继续修观，直至刹那现在。（参见《大复注》2-419。）这里必须记住：依生、住、灭而明显生起、取得具体自性的究竟——

——界法，摄于生、住、灭三个刹那，才称为现在法。

只有明白这一点，才能理解下面的巴利观法。

巴利《无碍解道》原文（缅文字体）：‘ဇာတံ ရူပံ ပစ္စုပ္ပန္နံ၊ တဿ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ဥဒယော၊ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ဝယော၊ အနုပဿနာ ဉာဏံ ။ ပ ။ ဇာတာ အဝိဇ္ဇာ ပစ္စုပ္ပန္နာ၊ တဿာ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ဥဒယော၊ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ဝယော၊ အနုပဿနာ ဉာဏံ။ (ပဋိသံ-၅၂။)’译：‘已经生起的色是现在；它的生起相是生，变异相是灭，随观即是智……已经生起的无明是现在；它的生起相是生，变异相是灭，随观即是智。’已经依生、住、灭而明显生起、正在取得现成自体的无明，称为现在〔意思是：现在无明，就是正在生起而摄于生、住、灭三个刹那的无明〕。现在无明开始生起这一有为相，称为生；变异坏灭这一有为相，称为灭。

反复随观这种生与灭的慧，称为智。

应思考的要点

对于上述《无碍解道》巴利所说的无明，应联系前面缘起篇已经说明的观法，理解其中可以包括摄于过去、未来、现在三时的各种无明。作为现在五果报蕴的因法，其中包括在各个过去世所培育的无明；作为过去果报蕴的因法，也包括在更早的各个过去世所培育的无明。

为获得未来果报蕴而正在培育的现在因法中，也包括无明。对未来尚须继续轮回的贤善者而言，未来各生果报蕴的因法组中，还包括未来无明。因此，这里总括摄于过去、未来、现在三时的一切无明。对每一种无明都作如下教说。巴利原文（缅文字体）：‘ဇာတာ အဝိဇ္ဇာ ပစ္စုပ္ပန္နာ၊’译：‘已经生起的无明是现在。’也就是说，正在生起、依生住灭而明显取得现成自体的无明，称为现在；所谓现在无明，就是正在生起而摄于生、住、灭三个刹那的无明。

圣典如此教说，其余缘起支也应同样理解。若是这样，或许会问：巴利原文（缅文字体）‘ဇာတံ ရူပံ ပစ္စုပ္ပန္နံ’——‘已经生起的色是现在’等句所说的色、受、想、行、识，究竟是哪一些五蕴？应答：就是摄于过去、未来、现在三时及内、外两相续的五蕴。

为什么呢？依前文所引《无碍解道义注》1-234的教说，禅修者已经到达并住于紧接生灭智之前的思惟智彼岸；为使他把先前以无常等观见的诸——

——行，依生灭加以分别后，再以无常等修习、审察毗婆舍那，所以才开示这种生灭随观的修法。

也就是说，思惟智先前已经以无常等观见的那些诸行，正是生灭智再依生灭分别、重新修观的对象。

思惟智已经观见的诸行，就是存在于过去、未来、现在三时及内、外两相续中的五蕴，也就是色名法；十二缘起支也包括在这些法中。生灭智必须再对这些法以无常等修习毗婆舍那。

因此，巴利原文（缅文字体）‘ဇာတံ ရူပံ ပစ္စုပ္ပန္နံ’——‘已经生起的色是现在’等句所说的五蕴，就是过去、未来、现在以及内、外的五蕴。若问：既然如此，为什么又说‘ဇာတံ ရူပံ ပစ္စုပ္ပန္နံ’——‘已经生起的色是现在’？因为圣典要使人明白：无论观照三时、两相续中的哪一种法，都必须看见该法的生、住、灭这一刹那现在，使观智达到刹那现在。正因为要显示这一点，圣典才说‘ဇာတံ ရူပံ ပစ္စုပ္ပန္နံ’。因此应知，这里的‘现在’并不只指摄于现在生的法，而是指在三时中各自正在生起、摄于生住灭三个刹那的法。

此处所说的含义

这里所指的含义是：在生灭智阶段，以生灭随观智修习毗婆舍那时，观智的所缘只是正在生、住、灭三个刹那内存在的法。

一、若该法在时位上属于现在生、现在一期，就应以智看见它正在生、住、灭三个刹那内存在；再以智取该法在这三个刹那中的生灭为所缘而观见，并把无常相〔或苦相、无我相〕提到该法上，分别修习毗婆舍那。

二、若该法在时位上属于过去生、过去一期，也应以智看见它在那个过去时位具足生、住、灭三个刹那的时候；再以智看见该法在这三个刹那中的生灭性质，并把无常相〔或苦相、无我相〕提到该法上，分别修习毗婆舍那。

三、若该法在时位上属于未来生、未来一期，也应以智看见它在那个未来时位具足生、住、灭三个刹那的时候——

原书 174

——再以智看见该法在这三个刹那中的生灭，并把无常相〔或苦相、无我相〕提到该法上，分别修习毗婆舍那。

生灭智所应观照、审察的法，无论是在过去生、过去一期已经生起的法，还是摄于现在生、现在一期的法，或是摄于未来生、未来一期的法；观照任何一种法时，都必须在作为观智所缘的该法具足生、住、灭三个刹那之际，以智看见它从生起端到坏灭端的生灭，再把无常相〔或苦相、无我相〕提到该法上修习毗婆舍那。

贤善者，请再取缘起诸支为所缘。现在的果报轮五蕴，即识、名色、六处、触、受，其真正因缘是无明、爱、取、行、业这五种因法；这些因法都摄于过去五蕴。无明、爱、取，是烦恼轮意门速行心路相续中的名法组；行与业，对今生为人的贤善者而言，是业轮大善意门速行心路相续中的名法组。若每一个含有无明、爱、取的速行心刹那都是悦俱、邪见相应、无行，那么每一速行中各有二十种名法。

若贤善者越至该无明，以之为所缘修习毗婆舍那，依不相离法，还必须把位于速行之前的意门转向名法组，以及速行之后若有彼所缘时的彼所缘名法组，混合总摄而修观。如此修观时，应以智看见这一烦恼轮意门速行心路每一个心刹那中名法组的生灭，再把三相提到其上修习毗婆舍那。

尤其应以观智看见由无明、爱、取为首的各个速行心刹那中，名法组从生起端到坏灭端的生灭，再把三相提到其上修习毗婆舍那。若能如此观照，就已经能把无明——换句话说，把与无明俱生的名法组——一直观到现在、正对现在而修毗婆舍那。

同样，若贤善者越至属于业轮的行与业，以之为所缘修习毗婆舍那，依不相离法，也必须把速行之前的意门转向名法组，以及速行之后若有彼所缘时的彼所缘名法组，混合总摄而修观。如此修观这一业轮大善意门速行心路相续时，应以智看见每一心刹那中每一名法组的生灭，尤其是每一速行心刹那中每一名法组的生灭，再把三相交替提到其上修习毗婆舍那。若能如此观照，就已经能把行——换句话说，把与行——

——俱生的名法组——一直观到现在、正对现在而修毗婆舍那。

其余缘起支也应同样理解。

因此，若说修习毗婆舍那时，只能观纯粹属于现在、正好在当下出现的法，不能观过去法与未来法，这种说法并不完全正确。若说观照三时、两相续中的任何法时，都必须看见所观法的生灭，使观智达到该法生、住、灭的刹那现在，正对刹那现在而修观，这才是毫无例外的正确说法。

所以，在本生灭智章中，巴利原文（缅文字体）‘ဇာတံ ရူပံ ပစ္စုပ္ပန္နံ’——‘已经生起的色是现在’等句所说的现在法，其要义就是：该法正在生起，摄于生、住、灭三个刹那。

贤善者若不能接受上述见解，就可能导致以下问题。一、等于拒绝这项教令：生灭智必须把思惟智阶段已经观过的诸行，重新依生起端与坏灭端加以分别，再修习毗婆舍那。

二、由于不接受上述见解，还会落入这样的过失：思惟观智的所缘与生灭观智的所缘彼此不同。

三、对于摄于三时的缘起支，圣典也以‘ဇာတာ အဝိဇ္ဇာ ပစ္စုပ္ပန္နာ’——‘已经生起的无明是现在’等句使用‘现在’一词；若不接受上述见解，这项教说也会成为无法解释的问题。

若是这样，或许会问：应如何理解《大复注》师的这段解释？巴利原文（缅文字体）：‘သန္ဓတိပစ္စုပ္ပန္နေ ခဏပစ္စုပ္ပန္နေ ဝါ ဓမ္မေ ဥဒယဗ္ဗယဒဿနာဘိနိဝေသော ကာတဗ္ဗော ၊ နော အတီတာ- နာဂတေ။ (မဟာဋီ-၂-၄၁၉။)’译：‘应当对相续现在法或刹那现在法，依生灭观建立毗婆舍那作意；不应对过去法、未来法依生灭观建立毗婆舍那作意。’（《大复注》2-419。）

这段话应当怎样理解？

释义方式

一切摄于过去、未来、现在三时而已经生起、将要生起或正在生起的法，在其实际生起之时，依自然定法，都只能以生、住、灭的刹那现在状态而生起。该法在生、住、灭三个刹那以前的部分，是过去法；在这三个刹那——

原书 176

——以后的部分，是未来法。禅修者进入生灭智阶段，以生灭随观智观照诸行时，不应以生灭随观智观照位于所观诸行生住灭三个刹那之前、之后的过去法与未来法；只应以生灭随观智观照正处在这三个刹那内的诸行。因为生灭智的毗婆舍那所缘，就是具足生、住、灭三个刹那、摄于这三个刹那内的诸行。

意思是：无论诸行摄于过去一期、未来一期还是现在一期，以生灭随观智越至任何诸行为所缘修观时，都必须以智看见所观诸行的生、住、灭三个刹那；而不应以生灭随观智观照位于该所观诸行之前、之后的其他诸行。只有摄于生、住、灭三个刹那内的诸行，才是生灭随观智的所缘。若贤善者还想观照位于自己当前所观诸行之前的过去诸行，或之后的未来诸行——

——就应以观智看见那一个想要观照之法本身的生、住、灭三个刹那，以智分别该行法的生灭，再由生灭随观智把三相提到其上修习毗婆舍那。这确实甚难，难以领会。

因此，对于指示生灭随观观法的《无碍解道》巴利圣典，应当如下理解其缅译要义。巴利原文（缅文字体）：‘ကထံ ပစ္စုပ္ပန္နာနံ ဓမ္မာနံ ဝိပရိဏာမာနုပဿနေ ပညာ ဥဒယဗ္ဗယာနုပဿနေ ဉာဏံ? ဇာတံ ရူပံ ပစ္စုပ္ပန္နံ၊ တဿ နိဗ္ဗတ္တိ လက္ခဏံ ဥဒယော၊ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ဝယော၊ အနုပဿနာ ဉာဏံ။ ဇာတာ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရာ၊ ဝိညာဏံ။ ဇာတံ စက္ခု။ပ ။ ဇာတော ဘဝေါ ပစ္စုပ္ပန္နော၊ တဿ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ဥဒယော၊ ဝိပရိဏာမ- လက္ခဏံ ဝယော၊ အနုပဿနာ ဉာဏံ။ (ပဋိသံ-၅၂။)’译：‘在随观现在诸法变异时，慧如何成为生灭随观智？已经生起的色是现在；它的生起相是生，变异相是灭，随观即是智。已经生起的受、想、诸行、识也是如此；已经生起的眼……乃至已经生起的有是现在；它的生起相是生，变异相是灭，随观即是智。’对〔相续现在或〕摄于生住灭三个刹那的刹那现在、存在于三界中的三地诸行，反复随观其变异坏灭性质而生起的慧，如何成为观生——

——灭的生灭随观智呢？

正在生起、摄于生住灭三个刹那，也就是正在取得究竟法现成自体的色，称为现在〔意思是：现在色，就是正在生起而摄于生、住、灭三个刹那的色〕。该现在色——

原书 177

——开始生起这一有为相，称为生；变异坏灭这一有为相，称为灭。反复随观这种生灭的慧，称为生灭随观智。

正在生起、摄于生住灭三个刹那，也就是正在取得究竟法现成自体的受，也是如此；想也是如此；诸行也是如此——

——识也是如此；眼处、耳处、鼻处、舌处、身处、意处、色处、声处、香处、味处、触处、法处也是如此；正在生起、摄于生住灭三个刹那，也就是正在取得究竟法现成自体的无明，也是如此；正在生起、摄于生住灭三个刹那，也就是正在取得究竟法现成自体的有〔即业有与生有〕，称为现在〔意思是：现在有，就是正在生起而摄于生、住、灭三个刹那的业有与生有〕。该现在有开始生起这一有为相，称为生；变异坏灭这一有为相，称为灭。反复随观这种生灭的慧——

——称为生灭随观智。（《无碍解道》52。）

为何说到“有”为止

在思惟智阶段的聚思惟等观修作业中，从无明一直说到老死；以生、老、死为先，开示具有生老死性质——也就是具有生、住、灭性质——的色法与名法〔依经法，即果报五蕴〕。但在生灭智阶段，若又说巴利原文（缅文字体）‘ဇာတိ ပစ္ဆိုပ္ပန္နာ၊ တဿာ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ဥဒယော၊ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ဝယော’——‘生是现在；它的生起相是生，变异相是灭’等，等于承认生、老、死每一法本身又各有生、老、死。也就是说，等于承认：生这一法也有生、住、灭三者；老这一法也有生、住、灭三者；死这一法也有——

——生、住、灭三者。再者，若说生、老、死每一法各自都有生、住、灭，也等于承认生、老、死本身都是完成色。为了避开这种过失，对于缘起诸支，圣典才说巴利原文（缅文字体）：‘ဇာတော ဘဝေါ ပစ္ဆိုပ္ပန္နော၊ တဿ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ဥဒယော၊ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ဝယော၊ အနုပဿနာ ဉာဏံ။’译：‘已经生起的有是现在；它的生起相是生，变异相是灭，随观即是智。’

正在生起、摄于生住灭三个刹那，也就是正在取得究竟法现成自体的有，称为现在。该现在有开始生起这一有为相，称为生；其变异坏灭——

原书 178

——这一有为相，称为灭；反复随观这种生灭的慧，称为生灭随观智。因此，圣典恰当地只说到“有”为止。（《大复注》2-420。）巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：‘ဇာတိဇရာမရဏဝန္တာနံယေဝ ဥဒယဗ္ဗယဿ ပရိဂ္ဂဟေတဗ္ဗတ္တာ ဇာတိဇရာမရဏာနံ ဥဒယဗ္ဗယာဘာဝတော ဇာတိဇရာမရဏံ အနာမသိတ္တာ ဇာတံ စက္ခု။ ပ ။ ဇာတော ဘဝေါတိ ပေယ္യာလံ ကတံ။ (ပဋိသံ-ဋ-၁-၂၃၄။)’译：‘因为只应摄取具有生老死之诸法的生灭，而且生、老、死本身没有生灭，所以不触及生老死，而以“已经生起的眼……乃至已经生起的有”作省略。’在色法领域，生、老、死是称为真实色法之生、住、灭的积集、相续、老性、无常性色；名法的生、住、灭也称为生、老、死。这才是胜义谛。

只有具有生、老、死——即生、住、灭——的有为法，其生灭才应被摄取，也才能被摄取。缘起支中的生、老、死本身并没有生灭〔生与“生”相同，灭与“死”相同〕，所以义注不再审察生、老、死，而以巴利原文（缅文字体）‘ဇာတံ စက္ခု။ ပ။ ဇာတော ဘဝေါ’——‘已经生起的眼……乃至已经生起的有’作省略。（《无碍解道义注》1-234。）至此，已经辨析完毕生灭随观智修习毗婆舍那时所缘的诸法。贤善者若执著只能、只应以纯粹现在的一类法为所缘修习毗婆舍那，那么从无明至有的缘起诸支——

——就无论如何都不可能被完整、周全地观照。现在果报轮法组的真正因缘——无明与行——是在过去各生建立业有时生起、摄于过去生的过去法组；又由现在所培育的无明、爱、取、行、业，将来产生的称为生有的果报轮诸蕴，则只是摄于未来生的未来诸行。

它们并不是摄于现在生的法组。再者，摄于现在果报轮的识、名色等缘起支中，还包括极为重要的结生识与结生名色。这些结生识、结生名色也不是当代某些禅修者所认定的那种“现在法”，不是眼前正在出现的法；它们是在母胎中刚结生时生起的诸行。确切说来，它们只是过去法组。若仍执著只能观纯粹现在法，那么巴利《无碍解道》原文（缅文字体）‘အဝိဇ္ဇာသမုဒယာ ရူပသမုဒယော။ (ပဋိသံ-၅၄။)’——‘缘无明生起，〔业生〕色生起’——

——等所谓生灭广法中的依缘生灭观，也无论如何都不可能以现见智亲自现前、洞彻知见。因此，渴求真实正法的贤善者——

原书 179

——尤其应当高度重视并谨慎留意这些要点。

观法方式

这位禅修者依循《无碍解道》巴利圣典中‘ဇာတံ ရူပံ ပစ္စုပ္ပန္နံ’——‘已经生起的色是现在’等教法，反复观照摄于生住灭三个刹那、正在生起之色名的开始生起：这一生起相是有为相，也就是新生的状态；他把三相提到其上，观为“生”。又把三相提到其上，反复观照其变异相——另一有为相，即灭尽、止息、坏灭的坏灭端——为“灭”。（《清净之道》2-266。）如此把三相提到诸法上修习、审察毗婆舍那时，这位禅修者便如实分别了知以下四种情形。

一、在这些色名生起以前，并不存在一个预先聚集、等候生起的堆积或集合。因为尚未取得究竟法自性特相这一现成自体的法，根本不以任何方式显现存在。

二、正在生起的色名，也不是从某个预先等候生起的堆积或集合中到来。

三、正在坏灭的色名，也不会趋近、前往正面或侧面的任何方向。

四、已经坏灭的色名，也不会以堆积或集合的方式存留在任何处所。

下面以譬喻说明。竖琴被弹奏而发出的声音，在生起以前，并没有一个预先聚集在某处的声音集合或实体；正在生起的声音，也不是从某个实体或集合中到来；正在坏灭的声音，不会趋近、前往正面或侧面的任何方向；已经坏灭的声音，也不会在坏灭后聚集、存留于任何处所。其实，声音缘竖琴、竖琴弦以及琴师为使声音生起而作的适当弹奏，先前没有而忽然生起；生起后并不久住，随即止息、消失、坏灭。与此譬喻相同，一切色名法——一切诸行——先前没有而忽然生起——

——〔意思是：因与缘等因法和合时，它们依生起端明显生起〕；生起后也不久住，随即止息、消失、坏灭。禅修者如此如实分别了知。（《清净之道》2-266。）

原书 180

依照这些解释，贤善者应以智看见称为苦谛、集谛的诸行之生灭，并交替把无常、苦、无我三相提到其上修习毗婆舍那。可以采用以下方法：一、依色与名二法分成两组；二、依五蕴分成五组；三、依十二处分成十二组；四、依十八界分成十八组；五、依缘起法，把从无明至有的十支分成十组。无论采用哪一种方法，都要让智见达到刹那现在，看见自己所观诸行的生灭。

把三相提到其上

上述《清净道论》义注（2-266）指示：应以观智看见具有有为相的色名之生起端与坏灭端，依‘生’、‘灭’，也就是依‘生—灭’修习毗婆舍那。既然已经这样指示观‘生灭’，那么是否就不必再把三相提到这些诸行上，观为无常、苦、无我呢？这是一个需要回答的问题。

答案如下。巴利原文（缅文字体）：‘အနိစ္စတော မနသိကရောတော ဩဘာသော ဥပ္ပဇ္ဇတိ။’译：‘作意为无常者，光明生起。’（《无碍解道》291；《清净道论》2-269。）《清净道论》义注引用《无碍解道》巴利第

291页解释：把诸行作意为无常，或者作意为苦、无我而修习毗婆舍那的瑜伽行者，其相续中会生起光明，以及喜、轻安等观随烦恼。依这项解释，应当记住：在生灭智阶段，瑜伽行者既要看见诸行的生灭，也要把三相提到这些诸行上，观为无常〔苦、无我〕。

巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：‘သမ္မသနဉာဏသဿ။ ပ ။ ပါရံ ဂန္တွာ ဌိတေန အနိစ္စာဒိတော ဒိဋ္ဌေ သင်္ခါရေ ဥဒယဗ္ဗယေန ပရိစ္ဆိန္နိတ္တာ အနိစ္စာဒိတော ဝိပဿနာတ္ထိ …’译：‘……已经到达并住于思惟智彼岸者，为了把先前从无常等观见的诸行依生灭分别以后，再从无常等修习毗婆舍那……’（《无碍解道义注》1-234。）上述义注也解释说：《无碍解道》在思惟智之后继续开示生灭智，正是为了让已经到达并住于思惟智彼岸的瑜伽行者，把思惟智先前以无常等观见的诸行依生灭分别后，再从无常等修观。依这项解释，正如在思惟智阶段必须把三相提到诸行上，观为无常〔苦、无我〕，在生灭智阶段也同样必须把三相提到这些诸行上，观为无常〔苦、无我〕。

原书 181

此外，在解释各种趣向出起观的部分（《阿毗达磨义注》1-270—271；《清净道论》2-300—301），也说明有在把诸行观为无常时证入圣道者，有在观为苦时证入圣道者，也有在观为无我时证入圣道者。由此可知，把三相提到诸行上，观为无常、苦、无我的修观，一直存在到趣向出起观以前。不过，应当注意：‘一直到趣向出起观以前’并不包括趣向出起观本身。因为，以随顺智为终、称为趣向出起观的世间观智，只见诸行的——

——无常行相、苦行相或无我行相；那时并不再把三相提到诸行上，刻意观作无常、苦或无我。意思是：三相只在智中显现，不再另行提到诸行上。

因此，在生灭智阶段，只把诸行观为‘生—灭’，还不能完成应办之事。必须先以观智看见诸行的生灭，然后交替把无常、苦、无我三相提到这些诸行上修习毗婆舍那，才能完成应办之事。应当确定无疑地记住：唯有如此，才能到达圣道。

如此把三相提到诸行上修观时，应努力以智极其迅速地看见这些诸行的生灭。无论所观的是过去、未来、现在三时及内、外两相续中的哪一种诸行，都要从相续现在逐步观至刹那现在，以智看见该诸行的生灭直达刹那现在，然后交替把三相提到其上修观。诸行的生灭虽然极其迅速、数量极其众多，但把它们观为无常、苦或无我时，三相却应当从容地、慢慢地提到其上。

诸行的生灭极其迅速。在眨眼、一闪或弹指这样极短的时间里，数千俱胝、数万俱胝的诸行已经生起又坏灭。对于在如此短暂的时间里如此众多、如此迅速生灭的每一种诸行，不可能一一把三相提到其上，作数千俱胝、数万俱胝次的观照。因此，贤善者的观智无论把诸行生灭看得多么迅速，智见无论多么清楚地达到刹那现在，把三相提到其上观为无常、苦或无我时，都只须从容、安稳地观。诸行生灭得越——

——快，若也跟着越快地把三相提上去，时间一久便容易疲惫。应当依名业处篇诸表所示，一行接一行，逐行观照。

如同思惟智阶段的观法，在生灭智阶段也应当——

原书 182

——一、有时观内在色法；二、有时观外在色法；三、有时观内在名法；四、有时观外在名法；如此轮流观照，并交替把三相提到其上。观智变得极其锐利、勇健、清净时，诸行的生灭便会在观智中极其迅速地显现。当观智锐利、迅捷而清净以后，就能从相续现在直达刹那现在，清楚而满意地看见色名的生灭。这时，应把色与名合在一起〔如名业处篇诸表所示，依先前摄取色名的方式〕，以智看见这些色名诸行的生灭直达刹那现在——

——然后交替把三相提到其上修习毗婆舍那；内在一次，外在一次，交替而观。观外在时，应从近处向远处逐渐扩展，总摄三十一界而观；若有能力，则总摄许多组包含三十一界的轮围世界而观。如此内外轮流、反复多次观修，观智会变得格外锐利、勇健、清净。

观现在诸行时，如果观智已经极其敏捷，智见直达诸行的刹那现在，变得格外锐利、勇健而极其清净，那么对过去、未来的诸行，也应依同一方法观照。如此观时，假设贤善者已经摄取、辨明直到过去第五生的色名因果诸行，就应观照：一、从过去第五生的结生直到死亡；二、从过去第四生的结生直到死亡；三、从过去第三生的结生直到死亡；四、从过去第二生的结生直到死亡；五、从过去第一生的结生直到死亡；六、从今生的结生直到死亡；七、从未来第一生的结生直到死亡——

——八、若有未来第二生，则从该生的结生直到死亡。如此，从自己所摄取到的最远过去生，直到最远未来生，对于存在于过去、现在、未来三时及内、外两相续中的法，应当：一、只观色法；二、只观名法；三、色名合观——

——总合而全面地观照，以智看见这些诸行的生灭，也就是看见其生起端与坏灭端；然后一、有时观为无常；二、有时观为苦；三、有时观为无我；如此交替把三相提到其上，反复多次修习毗婆舍那。

如此观照时，不要取色聚本身的生灭为所缘；只应取存在于色聚内部的色究竟法为所缘而修习毗婆舍那。对于名究竟法，也应同样理解。

例如，在五门转向心刹那，应以智看见：连同色所缘与心所依处在内的五十四种色法生灭，五门转向的十一种名法也生灭；把这两组色名成对观为'生灭——无常'，并依此类推，交替把三相提到其上修习毗婆舍那。若对存在于三时、两相续中的诸行，智见已经清净而达到刹那现在，就已经从思惟智进入生灭智的范围。不过，对于心路中每一心刹那、离路心中每一心刹那以及诸色法，都应格外审慎地反复修观，检查智见是否清净而达到刹那现在。

依色名二分法观照而获得满意以后，还应继续修观：一、依五蕴法；二、依十二处法；三、依十八界法；四、依缘起第一法连接因果，把从无明至有的缘起支分成十组，依缘起法观照。然后，如前文思惟智阶段所说，还应继续观照以下三类所缘组合：一、所依处＋所缘＋受＝受随观；二、所依处＋所缘＋识＝心随观；三、所依处＋所缘＋触＝法随观。这三种受随观、心随观与法随观的观法，也应继续修习毗婆舍那。

观照缘起支时，应这样修：一、因为无明生起，所以行生起；无明生灭——无常，行也生灭——无常。如此把三相提到其上修观；苦、无我也同样观照。观照时，应以智逐一破除由无明所领的意门速行心路，以及由作为心所行的善思〔即行〕所领的意门速行心路各自的密集，使智见到达究竟法；然后摄取与无明俱行的究竟法，以及与行俱行的究竟法，把三相——

原书 184

——提到其上修习毗婆舍那。有分为业有与生有两种；作为生有法体的五取蕴，是适宜修观的法。生这一法本身虽然不宜再作观照，但作为生之法体、称为生有的五取蕴，仍然适宜修观。因此，《无碍解道》巴利第52页才指示：在生灭智阶段，也应把有包括在内修习毗婆舍那。

如此，对于存在于过去、未来、现在三时及内、外两相续中的色名二法——也就是五取蕴——贤善者若能交替把无常、苦、无我三相提到其上，以正见智慧亲自现前、透彻知见，满意而充分地修习、审察毗婆舍那，就会由衷认同下面《无我相经》所示的观法；也能对佛陀，以及以五比丘为首的古代诸圣者，生起深厚的净信。

巴利《无我相经》引文（缅文字体）：‘တသ္မာ တိဟ ဘိက္ခဝေ … ၁။ ယံ ကိဉ္စိ ရူပံ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နံ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကံ ဝါ သုခုမံ ဝါ ဟီနံ ဝါ ပဏီတံ ဝါ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗံ ရူပံ "နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ"တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။’译：‘因此，诸比丘……一、凡任何色，过去、未来、现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近；一切色都应以正慧如实看作：这不是我的，这不是我，这不是我的自我。’

巴利引文续（缅文字体）：‘၂။ ယာ ကာစိ ဝေဒနာ။ ပ ။’译：‘二、凡任何受……’

巴利引文续（缅文字体）：‘၃။ ယာ ကာစိ သညာ။ ပ ။’译：‘三、凡任何想……’

巴利引文续（缅文字体）：‘၄။ ယေ ကေစိ သင်္ခါရာ။ ပ ။’译：‘四、凡任何诸行……’

巴利引文续（缅文字体）：‘၅။ ယံ ကိဉ္စိ ဝိညာဏံ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နံ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကံ ဝါ သုခုမံ ဝါ ဟီနံ ဝါ ပဏီတံ ဝါ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗံ ဝိညာဏံ "နေတံ မမ၊နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ"တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။ (သံ-၂-၅၆။)’译：‘五、凡任何识，过去、未来、现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近；一切识都应以正慧如实看作：这不是我的，这不是我，这不是我的自我。’（《相应部》2-56。）释义：诸比丘，正因为五取蕴唯是无常、苦、无我，在此殊胜教法中，你们应当观照：一、过去、未来、现在的一切色；内与外的一切色；粗与细的一切色；劣与胜的一切色——

——远与近的一切色。对于以这十一种情形存在的一切色，应观为：‘此色不是我的，此色不是我，此色不是我的自我。’应当破除色密集与名密集，以观智之光，如实、不颠倒地观照这些色法。

二、过去、未来、现在的一切受……

三、过去、未来、现在的一切想……

原书 185

四、过去、未来、现在的一切诸行……

五、过去、未来、现在的一切识；内与外的一切识；粗与细的一切识；劣与胜的一切识；远与近的一切识。对于以这十一种情形存在的一切识，应观为：‘此识不是我的，此识不是我，此识不是我的自我。’应当破除色密集与名密集，以观智之光，如实、不颠倒地观照这些识法。

（《相应部》2-56，《无我相经》。）〔注：这里所说观为巴利原文（缅文字体）‘ဒုက္ခံ မဟု ဒုက္ခောဟ မသ္မိ၊ နု ဗေသော အတ္တာ’——‘此色不是我的，此色不是我，此色不是我的自我’，与把以十一种情形存在的色法观为无常、苦、无我，二者意义相同。对五蕴都应同样理解。参见《中部义注》4-232。〕

应如此理解二者同义

若取诸行恒常受到生灭逼迫、恼害的性质为所缘，把三相提到其上，反复深入观为‘苦’，并以观正见智慧亲自现前、透彻知见这种生灭逼迫直达诸行的刹那现在，清楚看见其苦性，那么能把诸行执为‘我的、我的’的爱执，就再也没有机会攀取这些诸行。因此，把诸行观为‘苦’，与观为‘不是我的’，二者意义相同。

再者，若以观正见智慧看见这些诸行的生灭直达刹那现在，把三相提到其上，观照、审察为‘无常’，那么对于刹那刹那不断崩解坏灭的诸行，根本没有机会、也没有时间执取为‘这项行法就是我，那项行法就是他’。因为，把眨眼、一闪或弹指的时间分成数千俱胝乃至十万俱胝份，诸行的寿命也只有其中约一份。因此，把诸行观为‘无常’，与观为‘不是我’，二者意义相同。

再者，若取这些诸行中没有不坏灭、凝固、坚实而作为常住实质的自我这一性质为所缘，把三相提到其上，反复深入观为‘无我’，就会由衷接受诸行没有自我的无我性质。那时，把诸行执为自我的我执，再也不能在这些诸行中取得立足点。因为色法的——

——寿命，只有把眨眼、一闪、弹指或一秒的时间分成约五千俱胝份以后其中约一份；名法的寿命，则只有把同样的时间分成约十万俱胝份以后其中约一份。禅修者既已以观正见智慧亲自现前、透彻知见这一点，又怎么还能在这些色名诸行中执取：‘此法是坚固、实质的自我’？因此，把诸行观为‘无我’，与观为‘不是我的自我’，二者意义相同。

殊胜的生命

对于上述以十一种情形存在的五取蕴，在每一蕴中轮流把无常相、苦相、无我相三者提到其上，观照、修习、审察毗婆舍那；这条修行之路，正是佛陀，以及以五比丘为首的古代诸圣者趣入涅槃所行的唯一古道。贤善者若真心向往佛陀所说的真实殊胜涅槃，也只应沿着这条古道，端庄、自重、稳妥而寂静地前行。因为通往涅槃的路并没有两条，只有这一条。

巴利《法句》原文前半（缅文字体）：‘ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ။’译：‘若人寿百岁，不见生灭法；’

巴利《法句》原文续（缅文字体）：‘ကောတံ ဇီဝိတံ သေယ္ယော၊ ပဿတော ဥဒယဗ္ဗယံ။ (ဓမ္မပဒ-၃၀။)’译：‘不如生一日，而得见生灭。’（《法句》30。）

‘若人’是指某个人；‘生灭’是指五蕴、色名法的生起与坏灭，也就是生与灭的性质；‘不见’是指不能以观慧、道慧知见；‘百岁’是指一百年的时间；‘若寿’是说假使他活着；‘他的这种生命不殊胜’，意思是这样长寿并不殊胜。

‘若人’是指某个人；‘生灭’是指五蕴、色名法的生起与坏灭，也就是生与灭的性质；‘见’是指能以观慧、道慧知见；‘见生灭者’是指以观慧、道慧知见五蕴、色名法生灭的人；‘他的’是指那个人；‘一日’是指一天、一昼夜或仅一个早晨；‘生命’是指活着——

——‘更殊胜’，意思是极其殊胜。（《法句》30；偈颂第113。）不能以观慧或圣道慧知见五蕴、色名法生灭的人，即使活上一百年也不殊胜；能以观慧或圣道慧知见五蕴、色名法生灭的人，哪怕只活一天、一昼夜或一个早晨，他的生命才是殊胜的。佛陀亲自如此教诲、指示，所以贤善者也应精勤修习，努力使自己这一生依佛陀的意旨，成为层次极高、真正殊胜的生命。

生灭广观法：随观生法篇

所谓依缘生灭见，即依因法观生灭；换言之，把依缘观生灭与依刹那观生灭这两种方法结合起来修习毗婆舍那，就称为生灭广观法。这里先列出熟悉巴利文者应预先背熟、达到能诵出的巴利原文。

色蕴的生观法：巴利原文

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ အဝိဇ္ဇာသမုဒယာ ရူပသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ရူပက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘一、由于无明生起，色生起；他以因缘生起之义，观见色蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ တဏှာသမုဒယာ ရူပသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ရူပက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘二、由于爱生起，色生起；他以因缘生起之义，观见色蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ ကမ္မသမုဒယာ ရူပသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ရူပက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘三、由于业生起，色生起；他以因缘生起之义，观见色蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ အာဟာရသမုဒယာ ရူပသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ရူပက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘四、由于食生起，色生起；他以因缘生起之义，观见色蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၅။ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ပဿန္တောပိ ရူပက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘五、观见生起相时，也观见色蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘ရူပက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ပဉ္စ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见色蕴之生时，他看见这五种特相。’

色蕴的灭观法：巴利原文

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ အဝိဇ္ဇာနိရောဓာ ရူပနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန ရူပက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘一、由于无明止息，色止息；他以因缘止息之义，观见色蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ တဏှာနိရောဓာ ရူပနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန ရူပက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘二、由于爱止息，色止息；他以因缘止息之义，观见色蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ ကမ္မနိရောဓာ ရူပနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန ရူပက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘三、由于业止息，色止息；他以因缘止息之义，观见色蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ အာဟာရနိရောဓာ ရူပနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓေန ရူပက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘四、由于食止息，色止息；他以因缘止息之义，观见色蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၅။ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ပဿန္တော ရူပက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘五、观见变异相时，也观见色蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘ရူပက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ပဉ္စ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见色蕴之灭时，他看见这五种特相。’

巴利原文（缅文字体）：‘ဥဒယဗ္ဗယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ဒသ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见生灭时，他看见这十种特相。’

受蕴的生观法：巴利原文

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ အဝိဇ္ဇာသမုဒယာ ဝေဒနာ သမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘一、由于无明生起，受生起；他以因缘生起之义，观见受蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ တဏှာသမုဒယာ ဝေဒနာသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘二、由于爱生起，受生起；他以因缘生起之义，观见受蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ ကမ္မသမုဒယာ ဝေဒနာသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘三、由于业生起，受生起；他以因缘生起之义，观见受蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ ဖဿသမုဒယာ ဝေဒနာသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘四、由于触生起，受生起；他以因缘生起之义，观见受蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၅။ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ပဿန္တော ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘五、观见生起相时，也观见受蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ပဉ္စ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见受蕴之生时，他看见这五种特相。’

受蕴的灭观法：巴利原文

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ အဝိဇ္ဇာနိရောဓာ ဝေဒနာနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓေန ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘一、由于无明止息，受止息；他以因缘止息之义，观见受蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ တဏှာနိရောဓာ ဝေဒနာနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓေန ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘二、由于爱止息，受止息；他以因缘止息之义，观见受蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ ကမ္မနိရောဓာ ဝေဒနာနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓေန ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘三、由于业止息，受止息；他以因缘止息之义，观见受蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ ဖဿနိရောဓာ ဝေဒနာနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓေန္ဒေန ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘四、由于触止息，受止息；他以因缘止息之义，观见受蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၅။ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ပဿန္တော ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘五、观见变异相时，也观见受蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘ဝေဒနာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ပဉ္စ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见受蕴之灭时，他看见这五种特相。’

巴利原文（缅文字体）：‘ဥဒယဗ္ဗယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ဒသ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见生灭时，他看见这十种特相。’

想蕴的生观法：巴利原文

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ အဝိဇ္ဇာသမုဒယာ သညာသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယေန္ဒေန သညာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘一、由于无明生起，想生起；他以因缘生起之义，观见想蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ တဏှာသမုဒယာ သညာသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယေန္ဒေန သညာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘二、由于爱生起，想生起；他以因缘生起之义，观见想蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ ကမ္မသမုဒယာ သညာသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယေန္ဒေန သညာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘三、由于业生起，想生起；他以因缘生起之义，观见想蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ ဖဿသမုဒယာ သညာသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယေန္ဒေန သညာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘四、由于触生起，想生起；他以因缘生起之义，观见想蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၅။ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ပဿန္တော သညာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘五、观见生起相时，也观见想蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘သညာက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ပဉ္စ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见想蕴之生时，他看见这五种特相。’

想蕴的灭观法：巴利原文

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ အဝိဇ္ဇာနိရောဓာ သညာနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓေန္ဒေန သညာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘一、由于无明止息，想止息；他以因缘止息之义，观见想蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ တဏှာနိရောဓာ သညာနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓေန္ဒေန သညာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘二、由于爱止息，想止息；他以因缘止息之义，观见想蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ ကမ္မနိရောဓာ သညာနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓေန္ဒေန သညာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘三、由于业止息，想止息；他以因缘止息之义，观见想蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ ဖဿနိရောဓာ သညာနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓေန္ဒေန သညာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘四、由于触止息，想止息；他以因缘止息之义，观见想蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၅။ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ပဿန္တောပိ သညာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘五、观见变异相时，也观见想蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘သညာက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ပဉ္စလက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见想蕴之灭时，他看见这五种特相。’

巴利原文（缅文字体）：‘ဥဒယဗ္ဗယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ဒသ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见生灭时，他看见这十种特相。’

行蕴的生观法：巴利原文

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ အဝိဇ္ဇာသမုဒယာ သင်္ခါရသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘一、由于无明生起，诸行生起；他以因缘生起之义，观见行蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ တဏှာသမုဒယာ သင်္ခါရသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘二、由于爱生起，诸行生起；他以因缘生起之义，观见行蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ ကမ္မသမုဒယာ သင်္ခါရသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘三、由于业生起，诸行生起；他以因缘生起之义，观见行蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ ဖဿသမုဒယာ သင်္ခါရသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘四、由于触生起，诸行生起；他以因缘生起之义，观见行蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၅။ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ပဿန္တောပိ သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘五、观见生起相时，也观见行蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ပဉ္စ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见行蕴之生时，他看见这五种特相。’

行蕴的灭观法：巴利原文

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ အဝိဇ္ဇာနိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘一、由于无明止息，诸行止息；他以因缘止息之义，观见行蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ တဏှာနိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘二、由于爱止息，诸行止息；他以因缘止息之义，观见行蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ ကမ္မနိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘三、由于业止息，诸行止息；他以因缘止息之义，观见行蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ ဖဿနိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘四、由于触止息，诸行止息；他以因缘止息之义，观见行蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၅။ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ပဿန္တော သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘五、观见变异相时，也观见行蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘သင်္ခါရက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ပဉ္စ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见行蕴之灭时，他看见这五种特相。’

巴利原文（缅文字体）：‘ဥဒယဗ္ဗယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ဒသလက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见生灭时，他看见这十种特相。’

识蕴的生观法：巴利原文

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ အဝိဇ္ဇာသမုဒယာ ဝိညာဏသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘一、由于无明生起，识生起；他以因缘生起之义，观见识蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ တဏှာသမုဒယာ ဝိညာဏသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘二、由于爱生起，识生起；他以因缘生起之义，观见识蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ ကမ္မသမုဒယာ ဝိညာဏသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘三、由于业生起，识生起；他以因缘生起之义，观见识蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ နာမရူပသမုဒယာ ဝိညာဏသမုဒယောတိ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေန ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘四、由于名色生起，识生起；他以因缘生起之义，观见识蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘၅။ နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ပဿန္တော ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿတိ။’译：‘五、观见生起相时，也观见识蕴之生。’

巴利原文（缅文字体）：‘ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဥဒယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ပဉ္စ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见识蕴之生时，他看见这五种特相。’

识蕴的灭观法：巴利原文

巴利原文（缅文字体）：‘၁။ အဝိဇ္ဇာနိရောဓာ ဝိညာဏနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘一、由于无明止息，识止息；他以因缘止息之义，观见识蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၂။ တဏှာနိရောဓာ ဝိညာဏနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘二、由于爱止息，识止息；他以因缘止息之义，观见识蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၃။ ကမ္မနိရောဓာ ဝိညာဏနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘三、由于业止息，识止息；他以因缘止息之义，观见识蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၄။ နာမရူပနိရောဓာ ဝိညာဏနိရောဓောတိ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေန ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘四、由于名色止息，识止息；他以因缘止息之义，观见识蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘၅။ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ပဿန္တော ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿတိ။’译：‘五、观见变异相时，也观见识蕴之灭。’

巴利原文（缅文字体）：‘ဝိညာဏက္ခန္ဓဿ ဝယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ပဉ္စ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။’译：‘观见识蕴之灭时，他看见这五种特相。’

巴利原文（缅文字体）：‘ဥဒယဗ္ဗယံ ပဿန္တော ဣမာနိ ဒသ လက္ခဏာနိ ပဿတိ။ (ပဋိသံ-၅၂- ၅၅။)’译：‘观见生灭时，他看见这十种特相。以上观法即《无碍解道》巴利原文所载的生灭广观法。完整的观法将在后文继续列出；现在先列举《无碍解道义注》与《大复注》中解释这些巴利文义旨的若干段落。’

巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：‘တတ္ထ အဝိဇ္ဇာသမုဒယာ ရူပသမုဒယောတိ "ပုရိမကမ္မဘဝသ္မိံ မောဟော အဝိဇ္ဇာ"တိ ဝုတ္တာယ အဝိဇ္ဇာယ သတိ ဣမသ္မိံ ဘဝေ ရူပဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတီတိ အတ္ထော၊ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေနာတိ ပစ္စယဿ ဥပ္ပန္နဘာဝေ- နာတိ အတ္ထော၊ အဝိဇ္ဇာ-တဏှာ-ကမ္မာနိ ဧတ္ထ ဣဓ ပဋိသန္ဓိဟေတုဘူတာ အတီတပစ္စယာ၊ ဣမေသု စတူသု ဝတ္ထေသု သင်္ခါရုပါဒါနာနိ ဝတ္တမာနေဝ ဟောန္တိ၊ အာဟာရသမုဒယာတိ ပဝတ္တိပစ္စယေသု ကဗဠီကာရာ- ဟာရဿ ဗလဝတ္တာ သောယေဝ ဝတ္တေတာ၊ တသ္မိံ ပန ဝတ္တေ ပဝတ္တိဟေတုဘူတာနိ ဥတုစိတ္တာနိပိ ဝတ္တာ- နေဝ ဟောန္တိ။ (ပဋိသံ-ဋ္ဌ-၁-၂၃၅။)’译：‘其中，“由于无明生起，色生起”：所谓“前一业有中的痴是无明”，当这里所说的无明存在时，此有中的色便生起。这就是其义。“以因缘生起之义”：意即缘已经生起。在这里，无明、爱、业，是今生结生的过去因；举出这三者时，也就举出了行与取。“由于食生起”：在相续因中，段食的力量强盛，所以只举段食；举出它时，作为相续因的时节与心也已摄在其中。’巴利《大复注》原文第一段（缅文字体）：‘တတ္ထ အဝိဇ္ဇာသမုဒယာတိ အဝိဇ္ဇာယ ဥပ္ပါဒါ၊ အတ္ထိဘာဝါတိ အတ္ထော။ နိရောဓဝိရောဓီ ဟိ ဥပ္ပါဒေါ အတ္ထိဘာဝဝါစကောပိ ဟောတီတိ ဝုတ္တော ဝါယမတ္ထော၊ တသ္မာ ပုရိမဘဝသိဒ္ဓါယ အဝိဇ္ဇာယ သတိ ဣမသ္မိံ ဘဝေ ရူပဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတီတိ အတ္ထော။ ပစ္စယသမုဒယဋ္ဌေနာ တိ ပစ္စယဿ ဥပ္ပန္နဘာဝေန၊ အတ္ထိဘာဝ-’译：‘其中，“由于无明生起”意即由于无明生起、由于它存在。生起与止息相反，也能表示存在；这里所说的正是这个意思。因此，过去生中已经形成的无明存在时，今生的色便生起。“以因缘生起之义”，意即由于缘已经生起、由于它——’

道非道智见清净释：生灭智章（之二）

原书第 190 – 204 页

原书 190

巴利《大复注》原文续一（缅文字体）：‘တောတိ အတ္ထော။ အဝိဇ္ဇာဒီဟိ စ တီဟိ အတီတကာလိကာနိ တေသံ သဟကာရိကာရဏဘူတာနိ ဥပါဒါနာဒီနိပိ ဝတ္တမာနေဝါတိ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။’译：‘——存在。由无明等三者，也应理解为同时包括过去时中作为它们俱助因的取等。’

巴利《大复注》原文续二（缅文字体）：‘ပဝတ္တိပစ္စယေသု ကဗဠီကာရာဟာရဿ ဗလဝတာယ သောဧဝ ဝတ္တေတာ "အာဟာရသမုဒယာ"တိ။’译：‘在相续因中，由于段食力量强盛，所以用“由于食生起”只举出它。’

巴利《大复注》原文续三（缅文字体）：‘တသ္မိံ ပန ဝတ္တေ ပဝတ္တိပစ္စယတာသာမညေန ဥတုစိတ္တာနိပိ ဝတ္တမာနေဝ ဟောန္တိတိ စတုသမုဋ္ဌာနိကရူပဿ ပစ္စယတော ဥဒယဒဿနံ ဝိဘာဝိတမေဝါတိ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။ အဝိဇ္ဇာတဏှုပနိဿယသဟိတေနေဝ ကမ္မုနာ ရူပကာယဿ နိဗ္ဗတ္တိ။ အသတိ စ အဝိဇ္ဇုပနိဿယာယ ဘဝနိကန္တိယာ ဇာတိယာ အသမ္ဘဝေါ ဧဝါတိ။ ယထာ စ ရူပဿ အဝိဇ္ဇာတဏှုပနိဿယတာ၊ ဧဝံ ဝေဒနာဒီနမ္ပိ ဒဋ္ဌဗ္ဗာ။ အာဟာရော ပန ဥပ္ပန္နဿ ရူပဿ ဝေါသကော၊ ကဗဠီ- ကာရာဟာရဿ အဓိပ္ပေတတ္တာ၊ ကာမဓာတာဓိဋ္ဌာနတ္တာ စ ဒေသနာယ။ ဥတ္တံသနိဒ္ဒေသေန ဝါ အာဟာရ- ဂ္ဂဟဏံ၊ "နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏ"န္တိ အာဒိနာ ကာလဝသေန ဥဒယဒဿနမာဟ။ တတ္ထ အဒ္ဓါနဝသေန ပဝေဝ ဥဒယံ ပဿိတွာ ဥတော ဣဓ သန္တတိဝသေန ဒိသ္သာ အနုက္ကမေန ခဏဝသေန ပဿတိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၂၀-၄၂၁။)’译：‘举出段食时，由于同属相续因，时节与心也已摄在

其中；所以应知，四种起因所生色的依缘生观已经得到阐明。色身正由具足无明与爱为强力依止的业而生；没有以无明为强力依止的有爱，便决不可能有生。色以无明、爱为强力依止，受等也应同样理解。食是已经生起之色的滋养因；因为这里意指段食，且此教说以欲界为依处。或者，举出食是依最胜说明。以"生起相"等句，从时间角度说明生观；禅修者先已从一期的角度观生，在这里从相续的角度观见，再依次从刹那的角度观见。'上述义注与复注的旨趣如下——"由于无明生起，色生起"，即由于无明生起，业生色生起——像这样开示时，

在过去生培育业有时所生的无明、爱与业，其能够产生果色的自然潜能若仍然存在，今生的业生色法便会显现、生起。禅修者应当如此以毗婆舍那智亲自现前、穿透知见：因法已经生起，也就是该因法中能产生果法的自然潜能仍然存在；由于这种存在，而观见色蕴之生。

这些因法中，直接举出无明与爱，便也已举出与无明、爱同属烦恼轮转的取；直接举出业，便也已举出与业同属业轮转的行。因此，能直接产生业生色法与果报名法的因法，就是由无明、爱、取围绕的行与业；换句话说，就是无明、爱、取、行、业。

一生中从结生到死亡之间的时期称为生命期间（pavatti）；在生命期间生起的因法称为生命期间之因（pavattihetu），也称为生命期间之缘（pavattipaccaya）。它们是摄在称为一期现在的今生之内的现在因法。在心、时节、食这三种能产生色法的生命期间之因中，食居主导地位，是力量强大的因法。只有获得段食的支持，欲界中的色法才能长久相续；段食能维护、滋养已经生起的四种相续色。之所以如此，是因为这里所教的生灭广观法——

——以段食这个因法为所取的对象，而且这项观法的教说以欲有这一欲界为依处。

换句话说，在生命期间之因中只举出食这一因法，是依最胜者指示的最胜说明法（ukkaṃsaniddesa / ukkaṭṭhaniddesa）。

若依《导论》巴利所载的特相导法（lakkhaṇahāra）来理解，在生命期间之因中举出食这一因法，也就已经举出、显示了与食同为生命期间之因的时节与心，因为论中是把特相相同者合在一起说的。因此应知，教说也已经显示：要把由心与时节所生的色法包括在内修习毗婆舍那。

这里，无明、爱、取、行、业这些因法，是在某一过去生中培育的烦恼轮转与业轮转诸法。贤善者现在实际修习生灭广观法这项毗婆舍那观法时，这五种过去因并不是正在以生、住、灭三时分显现的法。所以说"由于无明、爱、取、行、业生起，色法生起"时，所谓这些因法的"生起"，是指它们能产生果法的自然潜能仍然存在。这里的"存在"，不是说这些因法正以生、住、灭呈现究竟自体而取得现成的究竟自体——

——而只是说：这些因法能产生果法的自然潜能仍然存在；这种潜能尚未止息、尚未耗尽，称为生起，也称为不止息。

所谓这种"不止息"，意思是：一方面，由于尚未被圣道断除，所以仍然存在；另一方面，对于尚未产生其果、尚未给果而又不应由圣道断除的业，它仍然能够产生果法。这两种情形都称为"不止息"；其存在称为"有性"，也就是生起。

进一步说明：无明、爱、取等不善法，是应由圣道断除的不善法。只要圣道尚未断除它们，它们就尚未止息，所以称为“不止息”；因为仍然存在，所以称为“有性”。这里所谓“生起”或“集”，正是指这种不止息与存在。

至于善法和无记的果报、唯作法，不是圣道所断，也不应由圣道断除。对尚未成为阿罗汉的人，这些善与无记法会伴随诸结，例如贪恋人有、人身、天有、天身，或贪恋能令人获得、到达人有、人身、天有、天身的善法等。诸结尚未穷尽，称为“未断性”，也就是尚未由圣道断除。确实，由于随眠种尚未被圣道无余断除——

原书 192

——伴随诸结的诸蕴不断生起，这本身就称为缘起。随眠种尚未断除时，具有给果潜能的行与业不会失效；能够以异刹那业力产生相应果法的潜能仍然存在。

因此应知：无明、爱、取这些烦恼轮转法尚未由圣道断除；相续中的随眠种仍然潜伏，所以行与业仍以异刹那业力存在于色名蕴相续中。正是这种情形，才由“由于无明生起……由于爱生起……由于业生起……”，说为“由于无明生起……由于爱生起……由于业生起……色生起”等。这里并不是说无明、爱、取、行、业此刻正在以生、住、灭显现；对此必须特别留意。

生起相

巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：‘နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏန္တိ အဒ္ဓါ-သန္တတိ-ခဏဝသေန ရူပဿ ဥပ္ပါဒံ၊ ဥပ္ပါဒေါ ယေဝ သခ််တလက္ခဏတ္တာ လက္ခဏန္တိ စ ဝုတ္တော။ (ပဋိသံ-ဋ္ဌ-၁-၂၃၅။)’译：‘所谓“生起相”，是指依一期、相续与刹那而说的色之生起；生起本身由于是有为相，也称为“相”。’巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘"နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏ"န္တိအာဒိနာ ကာလဝသေန ဥဒယဒဿနမဟ။ တတ္ထ အဒ္ဓါနဝသေန ပဂေဝ ဥဒယံ ပဿိတွာ ဌိတော ဣဓ သန္တတိဝသေန ဒိသွာ အနုက္ကမေန ခဏဝသေန ပဿတိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၁၁။)’译：‘以“生起相”等句，从时间角度说明生观。禅修者先前已依一期观生而住；在这里依相续观见，再依次从刹那角度观见。’巴利《有为相经》原文（缅文字体）：‘တီဏိ မာနိ ဘိက္ခဝေ သခ််တဿ သခ််တလက္ခဏာနိ။ ကတမာနိ တီဏိ၊ ဥပ္ပါဒေါ ပညာယတိ၊ ဝယော ပညာယတိ၊ ဌိတဿ အညထတ္တံ ပညာယတိ။ (အံ-၁-၁၅၀။)’译：‘诸比丘，有为法有这三种有为相。是哪三种？生起可了知，灭去可了知，住者的异变可了知。’佛陀在《有为相经》（《增支部》1-150）中开示：一切有为法各有三种特相：一、生起，即生；二、灭去，即灭；三、住者的异变，即住立之法趋向坏灭的状态，也就是住时。

在思惟智阶段，禅修者已经先依过去、现在、未来这一期时段，观见色法之生，即生的性质；到了生灭智阶段，就应以毗婆舍那智观见依相续而说的色法之生。依相续观见色法之生以后，还要依次继续以毗婆舍那智观见依刹那而说的色法之生。依刹那而说的色法之生，也就是生起的性质，称为“生起”（nibbatti）。依《无碍解道义注》，依一期、相续与刹那而说的色法之生，即生起与生的性质，也都称为“生起”。这种生起本身是有为法的特相，所以——

——也称为“相”。把“生起”与“相”合在一起，就是“生起相”（nibbattilakkhaṇa）。受蕴等也应依此理路依次理解。

原书 193

由于无明止息，色止息

巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：‘အဝိဇ္ဇာနိရောဓာ ရူပနိရောဓောတိ အနာဂတဘဝဿ ပစ္စယဘူတာယ ဣမသ္မိံ ဘဝေ အဝိဇ္ဇာယ အရ- ဟတ္တမဂ္ဂဉာဏေန နိရောဓေ ကတေ ပစ္စယာဘာဝါ အနာဂတဿ ရူပဿ အနုပ္ပါဒနိရောဓော ဟောတီတိ အတ္ထော။ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေနာတိ ပစ္စယဿ နိရုဒ္ဓဘာဝေနာတိ အတ္ထော။ နိရောဓော ဧစတ္ထ အနာဂတ- ပဋိသန္ဓိ ပစ္စယာနံ ဣဓ အဝိဇ္ဇာ-တဏှာ-ကမ္မာနံယေဝ နိရောဓော။ (ပဋိသံ-ဋ္ဌ-၁-၂၃၆။)’译：‘“由于无明止息，色止息”：今生中作为未来有之缘的无明，若由阿罗汉道智令其止息，由于缘不存在，未来色便以不再生起而止息。这就是其义。“以因缘止息之义”，意即因为缘已经止息。这里所谓止息，只是指今生中作为未来结生之缘的无明、爱与业止息。’巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘အဝိဇ္ဇာနိရောဓာ ရူပနိရောဓောတိ အဂ္ဂမဂ္ဂဉာဏေန အဝိဇ္ဇာယ အနုပ္ပါဒနိရောဓတော အနာဂတဿ ရူပဿ အနုပ္ပါဒနိရောဓော ဟောတိ ပစ္စယာဘာဝေ အဘာဝတော။ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေနာတိ အဝိဇ္ဇာသင်္ခါတဿ အနာဂတေ ဥပ္ပဇ္ဇနကရူပပစ္စယဿ နိရုဒ္ဓဘာဝေန။ တဏှာနိရောဓာ ကမ္မနိရောဓာတိ ဧတ္ထာပိ ဧသေဝ နယော။’译：‘“由于无明止息，色止息”：无明由最高道智以不再生起而止息；由于缘不存在时果法也不存在，未来色便以不再生起而止息。“以因缘止息之义”，是说名为无明、能令未来色生起的缘已经止息。“由于爱止息”“由于业止息”也同此理。’

> 巴利出处（缅文字体）：‘(မဟာဋီ-၂-၄၂၁။)’（《大复注》2-421。）

在“由于无明止息，色止息”等毗婆舍那观法中，当阿罗汉道无余断除无明、爱与取，或者说当它能够无余断除这些法时，以无明、爱、取为首的烦恼轮转诸法便会完全止息，达到以不再生起而止息的不生止息。烦恼轮转无余止息以后，必须依靠烦恼的湿润与黏着才有能力给果的行与业等业轮转法，也会随之止息。

能令未来再有新生的诸因，由于阿罗汉道而完全止息；因此，只有这些因存在时，才可能在般涅槃死心以后生起的未来果报轮转诸法，也不再有生起的机会而止息。

（这里的果报轮转，也包括紧接般涅槃死心以后、原本可能在未来生中生起的色法。）因法不再存在，果法也就不可能存在。禅修者应以毗婆舍那智，也就是生灭随观智，观见：到达阿罗汉道时，由于阿罗汉道令无明、爱、取、行、业止息，紧接般涅槃死心以后、原本可能在未来生中生起的果报轮转色法与名法也随之止息；应当如此观见这项观法。

获得阿罗汉道的时间

这里可能会问：所说的阿罗汉道，是将在什么时候生起的阿罗汉道？

现在这项观法，是巴利、义注与复注特别为希望从凡夫提升为圣者的优秀禅修者所开示、解释的观法。这并不是说圣者不应修习它。无论凡夫还是圣者，只要尚未到达阿罗汉道、诸根尚未成熟，任何禅修者都应修习这些毗婆舍那观法。这里特别说明的只是：巴利、义注与复注之所以指示修习这项毗婆舍那观法，是为了让凡夫贤善者也能提升为圣者。对于仍是凡夫、正在重新努力以获得生灭智——

——的你这位禅修者，由于尚未获得阿罗汉道，所以阿罗汉道并不是某些导师所主张的那种“当下现在法”或“纯粹现在法”。因为你还停留在凡夫层次、仍处于生灭智阶段时，相续中尚未生起阿罗汉道智。

如果贤善者高声宣称，只有当下现在、纯粹现在才可以作为毗婆舍那所观，那么“依缘生灭见”，即依因法观察生灭的这项生灭广观法，对你恐怕就会变成没有意义的观法；甚至会引出“佛陀不是为你开示这项毗婆舍那观法”的含义。为了不与佛陀及佛陀的教法发生重大偏离，务必格外谨慎。

对于仍在生灭智阶段、尚只是凡夫的贤善者，阿罗汉道是要在未来某个时候才生起的法。这个未来，既可能是今生以内的某个时候，也可能是今生死心以后某一未来生。

关于阿罗汉道生起的时间，《清净道论大复注》没有限定某一生，只作一般解释：“由于阿罗汉道令无明以不再生起而止息，紧接般涅槃死心以后、如果诸因未尽本可生起的未来色，也以不再生起而止息”等。然而，上文所引《无碍解道义注》则说——巴利原文（缅文字体）：‘နိရောဓော ဧတ္ထ အနာဂတပဋိသန္ဓိပစ္စယာနံ ဣဓ အဝိဇ္ဇာ-တဏှာ-ကမ္မာနံယေဝ နိရောဓော။’译：‘这里所谓止息，只是指今生中作为未来结生之缘的无明、爱与业止息。’

巴利出处（缅文字体）：‘(ပဋိသံ-ဋ-၁-၂၃၆။)’也就是：“今生中作为未来有之因的无明——亦即无明、爱、取、行、业——若由阿罗汉道智令其止息，由于因法不再存在，未来将生起的结生色便以不再生起而止息。”

义注作了这样的解释。这里说“将在今生生起的阿罗汉道”，应理解为顺从多数情形而作的一般解释；换句话说，是依以一示余的表相法与示例法，以今生将到达阿罗汉道的禅修者为范例而解释。

因为有些贤善者只能在今生获得生灭智等毗婆舍那智，尚不能到达圣道智；一生种预流者、家家预流者、最多七次预流者，以及将在天界或梵天界般涅槃的一来者、不来者等，也都只能在某一未来生获得阿罗汉道。

原书 195

无论如何，禅修者如果将在今生获得阿罗汉道，就应以毗婆舍那智观见：由于阿罗汉道令无明、爱、取、行、业以不再生起而止息，若未获得阿罗汉道，本来可能在未来生起的色蕴与果报名蕴，也以不再生起而止息；并如此修习生灭广观法。（应重新取缘起篇所说明的逆缘起观法为所缘。）如果贤善者将在未来某一生才获得阿罗汉道——

——就应以毗婆舍那智观见：由于那一生中的阿罗汉道令无明、爱、取、行、业达到以不再生起而止息，在获得阿罗汉道的那一未来生以后，若未获得阿罗汉道本来可能生起的色蕴与果报名蕴，也以不再生起而止息；并如此修习生灭广观法。

请重新取缘起篇所说明的缘起第五法为所缘。这项生灭广观法应依第五法来修。先前依缘起第五法摄取因法与果法时，已经以现观智一直摄取至未来缘起轮停止之时或停止之生。在终结轮回旅程的那一生，轮回尚未结束、缘起轮尚未终止以前的某一时刻，无明、爱、取、行、业会由于阿罗汉道而以不再生起的方式止息。由于无明、爱、取、行、业如此止息，也要以毗婆舍那——

——智观见五蕴以不再生起而止息，并修习“由于无明止息，色止息”等生灭广观法。

诸行法以坏灭为标志的变异性质，也是有为法的特相，称为“变异相”。受蕴等也应同样理解。

触——巴利原文（缅文字体）：‘ဖုဋ္ဌော ဝေဒေတိ၊ ဖုဋ္ဌော သဉ္ဇာနာတိ၊ ဖုဋ္ဌော စေတေတိ။ (သံ-၂-၂၉၂။)’译：‘被触者感受，被触者认知，被触者思。’（《相应部》2-292。）意思是：接触所缘者感受所缘；接触所缘者认取所缘；接触所缘者促使相应法趋向所缘而造作。

又如巴利原文（缅文字体）：‘ဤသို့စသည်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ၊ စက္ခုသမ္ဖဿဇာ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ စေတနာ။ (အတိ-၂-၁၄၃။)’译：‘以触为缘，受生起；眼触所生受、想、思生起。’（《阿毗达磨》2-143。）佛陀作了这些开示，所以触是受蕴、想蕴、行蕴的生命期间之缘，也就是现在因法。由于触以不再生起——

原书 196

——而止息，受蕴、想蕴、行蕴也随之以不再生起而止息。

《大本经》（《长部》2-28）、《大缘经》（《长部》2-48）以及《阿毗达磨》的相互缘品（《阿毗达磨》4-371）中，佛陀开示：巴利原文（缅文字体）：‘နာမရူပပစ္စယာ ဝိညာဏံ’译：‘以名色为缘，识生起。’因此，名色是识蕴的生命期间之缘，也就是现在因法。由于名色以不再生起而止息，识蕴也随之以不再生起而止息。所以《无碍解道》巴利开示：巴利原文（缅文字体）：‘ဖဿသမုဒယာ ဝေဒနာသမုဒယော၊ ဖဿနိရောဓာ ဝေဒနာနိရောဓော။ နာမရူပသမုဒယာ ဝိညာဏ သမုဒယော၊ နာမရူပနိရောဓာ ဝိညာဏနိရောဓော …’译：‘由于触生起，受生起；由于触止息，受止息。由于名色生起，识生起；由于名色止息，识止息……’也就是：由于触生起，受生起；由于触止息，受止息；由于名色生起，识生起；由于名色止息，识止息等。（《大复注》2-422。）

生起后之灭与不再生起之灭

无明、爱、取等烦恼轮诸法，在尚未由各自相应的圣道法断除期间，作为随眠界潜伏并随逐存在于有情色名相续中。若令其以生、住、灭三时显然生起的诸因和合，这些烦恼轮诸法便会以生、住、灭三时显然发生。如此生起以后，依胜义法的自然法则，从生时到达灭时便坏灭；这种止息称为生起后之灭。也就是说，如果令其以生、住、灭三时显然生起的诸因再次和合，它们仍有机会再以生、住、灭三时显然生起。所有烦恼——

——在其随眠种尚未被各自相应的圣道法无余断除期间，也都同样如此。到了各自相应的圣道法把这些随眠烦恼种无余断除时，相应烦恼便以未来不再生起的方式止息。这样以未来不再生起的方式止息，称为不再生起之灭。

五种灭

一、由大善舍断的烦恼之不存在，称为彼分灭；二、由色界善、无色界善舍断的烦恼之不存在，称为镇伏灭；三、由圣道法无余舍断、摧毁的烦恼之不存在，称为正断灭；

原书 197

四、由圣果所舍断的烦恼之不存在，称为安息灭；五、心、心所〔以及色法〕在每一刹那、每一坏灭时分的坏灭，称为刹那坏灭。灭共有这五种。（《阿毗达磨义注》3-311。）其中，彼分灭、镇伏灭与刹那坏灭属于生起后之灭，也就是只要诸因未尽，未来仍有机会生起的灭。〔这里所说的这些法不包括般涅槃死

没。〕正断灭与安息灭则属于不再生起之灭，也就是未来不再有生起机会、以不再生起的方式止息的灭。般涅槃死没以后，五蕴的止息——蕴般涅槃——也同样属于不再生起——

——之灭。

从以上解释可知，这一生灭广观法与缘起第五法的观法彼此相助，贤善者应当已经能够理解。若能依缘起第五法所说明的方式摄取因法与果法，就能轻易理解这一生灭广观法。这里仅列举几种观修方法的范式，使人能够了解。

随观生法篇

生起见：唯观生起的方法

结生：色蕴

贤善者若要修习两种生起见，即依因观生与依刹那观生，就应先摄取自己准备观修的色蕴或名蕴；然后继续观察相应因法如何令相应果法生起，以及果蕴本身纯粹的生起性质。

贤善者若要对结生五蕴修习这项观法，应先再次摄取结生五蕴，然后再摄取自己准备观修的色蕴。

结生色蕴包含三十种业生色。这一色蕴，是由贤善者自己在某一过去生所培育的无明、爱、取、行与业生起的果法。先前依缘起第五法摄取因法与果法时，贤善者已经亲自摄取了无明、爱、取、行、业，以及由它们所生的结生色蕴；当时也已经摄取并了知那是何种无明、爱、取、行与业。现在应依照缘起第五法中所观的方式，以毗婆舍那——

——智照见这些过去因如何令结生业生色生起；照见以后，再修习下列观法：

一、由于无明（二十法）生起，结生业生色生起。

二、由于爱（二十法）生起，结生业生色生起。

三、由于取（二十法）生起，结生业生色生起。

四、由于行（三十四法）生起，结生业生色生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，结生业生色生起。

• 结生业生色的生起性质。

这里把无明、爱、取各列为二十法，只是举出一种范式；实际可依其所应而有十九、二十、二十一或二十二法。行与业各列为三十四法，也同样只是举出一种范式；实际可依其所应而有三十四、三十三、三十三或三十二法。贤善者必须按照自己在某一生的色名相续中实际发生的情形来观。应注意：如缘起第五法所说明，各生中的无明、爱、取、行、业只是名称相同，其生起方式与种类并不相同。应先摄取能产生今生结生色蕴的无明、爱、取、行、业，再以毗婆舍那智照——

——见这些因如何令结生色蕴生起，并修习上述观法。这就是依因观生。

另外还列出“业生色的生起性质”这一观法。所谓业生色的生起性质，就是依刹那观察结生色蕴的生起——生时，也就是生起相。

这就是依刹那观生。

结生：受蕴的生起观法

贤善者应先依缘起第五法摄取因果时所用的方式，以毗婆舍那智照见：一方面，由无明、爱、取、行、业这些过去因法，结生受蕴如何生起；另一方面，由与结生受蕴同时生起的依处〔心所依处〕、所缘、触等生命期间之因——现在因法，结生受蕴如何生起。照见以后，再修习下列观法。

一、由于无明（二十法）生起，结生受生起。

二、由于爱（二十法）生起，结生受生起。

三、由于取（二十法）生起，结生受生起。

四、由于行（三十四法）生起，结生受生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，结生受生起。

六、由于依处〔即心所依处〕生起，结生受生起。

七、由于所缘〔即结生所缘〕生起，结生受生起。

八、由于触〔即三十四名法减去受的三十三名法〕生起，结生受生起。

• 结生受的生起性质。

这里所谓依处，就是与结生受蕴同时生起的心所依处；不过，应依不相离法，把心所依处连同心脏中与它共存的一切色法一并取为所缘而观。所有情形均应同样理解。所谓所缘，就是业、业相、趣相这三种结生名法组所缘中的一种。贤善者应依缘起第五法所说明的方式，亲自查明自己的结生所缘究竟是哪一种。

结生：想蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，结生想生起。

二、由于爱（二十法）生起，结生想生起。

三、由于取（二十法）生起，结生想生起。

四、由于行（三十四法）生起，结生想生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，结生想生起。

六、由于依处〔即心所依处〕生起，结生想生起。

七、由于所缘〔即结生所缘〕生起，结生想生起。

八、由于触〔即三十四名法减去想的三十三名法〕生起，结生想生起。

• 结生想的生起性质。

结生：行蕴的生起观法（第一种方法）

一、由于无明（二十法）生起，结生行生起。

二、由于爱（二十法）生起，结生行生起。

三、由于取（二十法）生起，结生行生起。

四、由于行（三十四法）生起，结生行生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，结生行生起。

六、由于依处〔即心所依处〕生起，结生行生起。

七、由于所缘〔即结生所缘〕生起，结生行生起。

八、由于触〔即三十四名法减去思的三十三名法〕生起，结生行生起。

• 结生行的生起性质。

这一方法只把与结生识相应的思取为行蕴，因此在因法一边，是除去思以外的三十三名法。

结生：行蕴的生起观法（第二种方法）

一、由于无明（二十法）生起，结生心所所摄的行生起。

二、由于爱（二十法）生起，结生心所所摄的行生起。

三、由于取（二十法）生起，结生心所所摄的行生起。

四、由于行（三十四法）生起，结生心所所摄的行生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，结生心所所摄的行生起。

六、由于依处〔即心所依处〕生起，结生心所所摄的行生起。

七、由于所缘〔即结生所缘〕生起，结生心所所摄的行生起。

八、由于其余三名蕴生起，结生心所所摄的行生起。

• 结生心所所摄行蕴的生起性质。

行蕴有两种观法：第一种方法把思取为行蕴；第二种方法把受、想以外的一切心所取为行蕴。贤善者应当把两种方法都修习。第一种方法把思取为行蕴时，在名为“触”的因法一边，除思以外、包括触在内的一切相应法会依其所应而存在。第二种方法把受、想以外的一切心所取为行蕴时，第八项因法则只剩受、想、识这三个名蕴；因为受、想以外的一切心所都已包括在作为果法的行蕴一边。

所有情形均应同样理解。

结生：识蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，结生识生起。

二、由于爱（二十法）生起，结生识生起。

三、由于取（二十法）生起，结生识生起。

四、由于行（三十四法）生起，结生识生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，结生识生起。

六、由于名色生起，结生识生起。

• 结生识的生起性质。

这里所谓名，是与结生识相应的心所法组；所谓色，是所依的依处色。如果结生的所缘相是色法，色也包括该所缘色法。贤善者应亲自查明自己的结生所缘是不是色法。

有分：色蕴的生起观法

从结生后的第一个有分开始，一生中依其所应而生起的一切有分，都可以组成五蕴，随自己智慧所及修习这一观法。结生后第一个有分的所依色，是与结生心同时生起的心所依处。在第一个有分的刹那，不仅有业生色，心生色与时节生色也已经生起；只有食生色尚不能生起。应把这一切色法都列入色蕴而观。在像现在这样修习毗婆舍那的——

——时刻，每个有分心刹那中，业生色、心生色、时节生色与食生色等一切色法，都依其所应而存在。这里以贤善者当前如此修习毗婆舍那时，相续中生起的一个有分心刹那为例，列出五蕴的观法范式。

一、由于无明（二十法）生起，有分业生色生起。

二、由于爱（二十法）生起，有分业生色生起。

三、由于取（二十法）生起，有分业生色生起。

四、由于行（三十四法）生起，有分业生色生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，有分业生色生起。

• 有分业生色的生起性质。

六、由于心生起，有分心生色生起。

• 有分心生色的生起性质。

七、由于时节生起，有分时节生色生起。

• 有分时节生色的生起性质。

八、由于食生起，有分食生色生起。

• 有分食生色的生起性质。

正如结生刹那中生起的色法称作结生业生色，同样，有分心刹那中生起的色，分别称作有分业生色、有分心生色、有分时节生色与有分食生色。

有分：受蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，有分受生起。

二、由于爱（二十法）生起，有分受生起。

三、由于取（二十法）生起，有分受生起。

四、由于行（三十四法）生起，有分受生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，有分受生起。

六、由于依处〔即心所依处〕生起，有分受生起。

七、由于所缘〔即有分的所缘〕生起，有分受生起。

八、由于触〔即三十四名法减去受的三十三名法〕生起，有分受生起。

• 有分受的生起性质。

这里所谓所缘，就是过去生临终时，临死速行所取的业、业相、趣相三种所缘中的一种。有分的所缘与结生名法组的所缘相同。四个有分名蕴均应同样理解。

有分：想蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，有分想生起。

二、由于爱（二十法）生起，有分想生起。

三、由于取（二十法）生起，有分想生起。

四、由于行（三十四法）生起，有分想生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，有分想生起。

六、由于依处〔即心所依处〕生起，有分想生起。

七、由于所缘〔即有分的所缘〕生起，有分想生起。

八、由于触〔即三十四名法减去想的三十三名法〕生起，有分想生起。

• 有分想的生起性质。

有分：行蕴的生起观法（第一种方法）

（这里以思为行蕴）

一、由于无明（二十法）生起，有分行生起。

二、由于爱（二十法）生起，有分行生起。

三、由于取（二十法）生起，有分行生起。

四、由于行（三十四法）生起，有分行生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，有分行生起。

六、由于依处〔即心所依处〕生起，有分行生起。

七、由于所缘生起，有分行生起。

八、由于触〔即三十四名法减去思的三十三名法〕生起，有分行生起。

• 有分行的生起性质。

有分：行蕴的生起观法（第二种方法）

（这里以三十一个心所为行蕴）

一、由于无明（二十法）生起，有分心所所摄的行生起。

二、由于爱（二十法）生起，有分心所所摄的行生起。

三、由于取（二十法）生起，有分心所所摄的行生起。

四、由于行（三十四法）生起，有分心所所摄的行生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，有分心所所摄的行生起。

六、由于依处〔即心所依处〕生起，有分心所所摄的行生起。

七、由于所缘生起，有分心所所摄的行生起。

八、由于其余三个名蕴生起，有分心所所摄的行生起。

• 有分心所所摄行蕴的生起性质。

原书 203

在行蕴第一种方法的观法中，由于只以一个思为行蕴，果法一边只有思这一法，而因法一边则有除思以外、包括触在内的一切名法。在行蕴第二种方法的观法中，以受、想、识以外、包括触在内的三十一个心所为行蕴；触在果法一边，因此受、想、识这其余三个名蕴在该行蕴的因法一边。所有情形均应同样理解。

有分：识蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，有分识生起。

二、由于爱（二十法）生起，有分识生起。

三、由于取（二十法）生起，有分识生起。

四、由于行（三十四法）生起，有分识生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，有分识生起。

六、由于名色生起，有分识生起。

• 有分识的生起性质。

作为名，应摄取与有分识相应的一切心所。贤善者所摄取并观修的这些与有分识相应的心所名法，都在同一个心刹那内同时生起，并不相隔一个心刹那。所谓色，就是有分所依的心所依处，以及依不相离法与它共存于心脏中的五十四种色法。如果有分名法组的所缘是色法，也应把该色法列入“名色”一项而观。

一生中生起的每一个有分心刹那，都应同样理解。

五门转向：色蕴的生起观法

贤善者应再次忆持名业处篇中的诸表。应依那些表所示，在每一个心路心刹那中组成五蕴，并对每一蕴修习这一观法。五门转向刹那中色蕴的观法，与有分色蕴的观法完全相同。

所以下面只列出受蕴等其余诸蕴的观法。

色所缘路线：五门转向受蕴的生起观法

一、由于依处〔即心所依处〕生起，五门转向受生起。

二、由于所缘〔即色所缘〕生起，五门转向受生起。

三、触：（甲）由于有分意触（三十四法）生起，五门转向受生起。

（乙）由于五门转向意触〔即十一名法减去受的十种名法〕生起，五门转向受生起。

• 五门转向受的生起性质。

原书 204

这里的五门转向受固定为舍受。五门转向所依的依处是心所依处。应依不相离法，把与该心所依处共存、在心脏内生起的五十四种色法全都取为所缘而观。

这里的所缘也是色所缘。不过，应依不相离法，把与该色所缘同在一色聚中同时生起的诸色法也摄取而观，直到破除密集、智见直达究竟法。这样观，只是为了破除密集，使智见直达究竟法。所有情形均应同样理解。

五门转向：想蕴的生起观法

一、由于依处〔即心所依处 = 心脏 = 六 = 五十四〕生起，五门转向想生起。

二、由于所缘〔即色所缘〕生起，五门转向想生起。

三、触：（甲）由于有分意触（三十四法）生起，五门转向想生起。

（乙）由于五门转向意触〔即十一名法减去想的十种名法〕生起，五门转向想生起。

• 五门转向想的生起性质。

五门转向：行蕴的生起观法（第一种方法）

（这里以思为行蕴）

一、由于依处〔即心所依处 = 心脏 = 六 = 五十四〕生起，五门转向行生起。

二、由于所缘〔即色所缘〕生起，五门转向行生起。

三、触：（甲）由于有分意触（三十四法）生起，五门转向行生起。

（乙）由于五门转向意触〔即十一名法减去思的十种名法〕生起，五门转向行生起。

• 五门转向行的生起性质。

五门转向：行蕴的生起观法（第二种方法）

（这里以八个心所为行蕴）

一、由于依处〔即心所依处 = 心脏 = 六 = 五十四〕生起，五门转向心所所摄的行生起。

二、由于所缘〔即色所缘〕生起，五门转向心所所摄的行生起。

三、触：（甲）由于有分意触（三十四法）生起，五门转向心所所摄的行生起。

（乙）由于其余三个名蕴生起，五门转向心所所摄的行生起。

• 五门转向心所所摄行蕴的生起性质。

道非道智见清净释：生灭智章（之三）

原书第 205 – 214 页

五门转向：识蕴的生起观法

一、由于有分意触（三十四法）生起，五门转向识生起。

二、由于名色生起，五门转向识生起。

• 五门转向识的生起性质。

这里所谓名，是与五门转向识相应的十个心所；所谓色，是五门转向识所依的心所依处，以及与它共存的五十四种色与色所缘。

现在继续列出在眼识心刹那组成五蕴、唯观生起的观法。这里的色蕴，是眼中与作为眼识所依的眼所依处色共存的五十四种色法，以及色所缘。其观法与有分色蕴的观法完全相同。

眼识：受蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，眼识受生起。

二、由于爱（二十法）生起，眼识受生起。

三、由于取（二十法）生起，眼识受生起。

四、由于行（三十四法）生起，眼识受生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，眼识受生起。

六、由于依处〔即眼所依处 = 五十四种色法〕生起，眼识受生起。

七、由于所缘〔即色所缘〕生起，眼识受生起。

八、由于触〔即眼触 = 八名法减去受的七种名法〕生起，眼识受生起。

九、由于光明〔即明亮之光〕生起，眼识受生起。

十、由于作意〔即五门转向 = 十一名法〕生起，眼识受生起。

• 眼识受的生起性质。

眼识：想蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，眼识想生起。

二、由于爱（二十法）生起，眼识想生起。

三、由于取（二十法）生起，眼识想生起。

四、由于行（三十四法）生起，眼识想生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，眼识想生起。

六、由于依处〔即眼所依处＝五十四种色法〕生起，眼识想生起。

七、由于所缘〔即色所缘〕生起，眼识想生起。

八、由于触〔即眼触＝八名法减去想的七种名法〕生起，眼识想生起。

九、由于光明〔即明亮之光〕生起，眼识想生起。

十、由于作意〔即五门转向＝十一名法〕生起，眼识想生起。

• 眼识想的生起性质。

眼识：行蕴的生起观法（第一种方法）

（这里以思为行蕴）

一、由于无明（二十法）生起，眼识行生起。

二、由于爱（二十法）生起，眼识行生起。

三、由于取（二十法）生起，眼识行生起。

四、由于行（三十四法）生起，眼识行生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，眼识行生起。

六、由于依处〔即眼所依处＝五十四种色法〕生起，眼识行生起。

七、由于所缘〔即色所缘〕生起，眼识行生起。

八、由于触〔即眼触＝八名法减去思的七种名法〕生起，眼识行生起。

九、由于光明〔即明亮之光〕生起，眼识行生起。

十、由于作意〔即五门转向＝十一名法〕生起，眼识行生起。

• 眼识行的生起性质。

眼识：行蕴的生起观法（第二种方法）

（这里以五个心所为行蕴）

一、由于无明（二十法）生起，眼识心所所摄的行生起。

二、由于爱（二十法）生起，眼识心所所摄的行生起。

三、由于取（二十法）生起，眼识心所所摄的行生起。

四、由于行（三十四法）生起，眼识心所所摄的行生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，眼识心所所摄的行生起。

六、由于依处〔即眼所依处 = 五十四种色法〕生起，眼识心所所摄的行生起。

七、由于所缘〔即色所缘〕生起，眼识心所所摄的行生起。

八、由于其余三个名蕴生起，眼识心所所摄的行生起。

九、由于光明〔即明亮之光〕生起，眼识心所所摄的行生起。

十、由于作意〔即五门转向 = 十一名法〕生起，眼识心所所摄的行生起。

• 眼识心所所摄行蕴的生起性质。

眼识：识蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，眼识生起。

二、由于爱（二十法）生起，眼识生起。

三、由于取（二十法）生起，眼识生起。

四、由于行（三十四法）生起，眼识生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，眼识生起。

六、由于名色生起，眼识生起。

七、由于光明〔即明亮之光〕生起，眼识生起。

八、由于作意〔即五门转向 = 十一名法〕生起，眼识生起。

• 眼识的生起性质。

名 = 七个相应心所。

色 = 眼门中作为所依的五十四种色法与色所缘。

领受识：受蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，领受识受生起。

二、由于爱（二十法）生起，领受识受生起。

三、由于取（二十法）生起，领受识受生起。

四、由于行（三十四法）生起，领受识受生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，领受识受生起。

六、由于依处〔即心所依处＝五十四种色法〕生起，领受识受生起。

七、由于所缘〔即色所缘〕生起，领受识受生起。

八、（甲）由于眼触（八名法）生起，领受识受生起。

（乙）由于领受识意触〔即十一名法减去受的十种名法〕生起，领受识受生起。

• 领受识受的生起性质。

领受识：想蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，领受识想生起。

二、由于爱（二十法）生起，领受识想生起。

三、由于取（二十法）生起，领受识想生起。

四、由于行（三十四法）生起，领受识想生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，领受识想生起。

六、由于依处〔即心所依处＝五十四种色法〕生起，领受识想生起。

七、由于所缘〔即色所缘〕生起，领受识想生起。

八、（甲）由于眼触（八名法）生起，领受识想生起。

（乙）由于领受识意触〔即十一名法减去想的十种名法〕生起，领受识想生起。

• 领受识想的生起性质。

领受识：行蕴的生起观法（第一种方法）

（这里以思为行蕴）

一、由于无明（二十法）生起，领受识行生起。

二、由于爱（二十法）生起，领受识行生起。

三、由于取（二十法）生起，领受识行生起。

四、由于行（三十四法）生起，领受识行生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，领受识行生起。

六、由于依处〔即心所依处＝五十四种色法〕生起，领受识行生起。

七、由于所缘〔即色所缘〕生起，领受识行生起。

八、（甲）由于眼触（八名法）生起，领受识行生起。

（乙）由于领受识意触〔即十一名法减去思的十种名法〕生起，领受识行生起。

• 领受识行的生起性质。

领受识：行蕴的生起观法（第二种方法）

（这里以八个心所为行蕴）

一、由于无明（二十法）生起，领受识心所所摄的行生起。

二、由于爱（二十法）生起，领受识心所所摄的行生起。

三、由于取（二十法）生起，领受识心所所摄的行生起。

四、由于行（三十四法）生起，领受识心所所摄的行生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，领受识心所所摄的行生起。

六、由于依处〔即心所依处＝五十四种色法〕生起，领受识心所所摄的行生起。

七、由于所缘〔即色所缘〕生起，领受识心所所摄的行生起。

八、（甲）由于眼触（八名法）生起，领受识心所所摄的行生起。

（乙）由于其余三个名蕴生起，领受识心所所摄的行生起。

• 领受识心所所摄行蕴的生起性质。

领受识：识蕴的生起观法

一、由于无明（二十法）生起，领受识生起。

二、由于爱（二十法）生起，领受识生起。

三、由于取（二十法）生起，领受识生起。

四、由于行（三十四法）生起，领受识生起。

五、由于业〔即行三十四法的业力〕生起，领受识生起。

六、由于眼触（八名法）生起，领受识生起。

七、由于名色〔即领受识的名色〕生起，领受识生起。

• 领受识的生起性质。

名 = 与领受识相应的十个心所。

色 = 心脏内作为所依的五十四种色法与色所缘。

原书 209

到了这里，对于已经熟练、通达缘起第五法观法的贤善者，应当已经能够在取色所缘等六种所缘而生起的诸心路中，于每一个心刹那组成五蕴，并修习这项生起见，也就是唯观生起的方法。然而，为了观智尚弱的禅修者，下面继续举出两个范例：一是在眼门心路中七次大善速行生起时，第二速行受蕴的观法；二是在继续取色所缘的意门心路中，第二速行受蕴的观法。

眼门心路：大善第二速行受蕴

一、由于依处〔即心所依处 = 五十四种色法〕生起，第二速行受生起。

二、由于所缘〔即色所缘〕生起，第二速行受生起。

三、（甲）由于眼触（八名法）生起，第二速行受生起。

（乙）由于第一速行意触（三十四名法）生起，第二速行受生起。

（丙）由于第二速行意触〔三十四名法减去受的三十三种名法〕生起，第二速行受生起。

四、由于如理作意〔即确定 = 十二名法〕生起，第二速行受生起。

• 第二速行受的生起性质。

色所缘路线：意门心路：大善第二速行受蕴

一、由于依处〔即心所依处 = 五十四种色法〕生起，第二速行受生起。

二、由于所缘〔即色所缘〕生起，第二速行受生起。

三、（甲）由于眼触（八名法）生起，第二速行受生起。

（乙）由于有分意触（三十四名法）生起，第二速行受生起。

（丙）由于第一速行意触（三十四名法）生起，第二速行受生起。

（丁）由于第二速行意触〔三十四名法减去受的三十三种名法〕生起，第二速行受生起。

四、由于如理作意〔即意门转向 = 十二名法〕生起，第二速行受生起。

• 第二速行受的生起性质。

应依照以上范例，在名业处篇诸表所列的每一个心路心刹那中组成五蕴，并按照缘起第五法摄取因法与果法的方式，于这项依因缘观生中观见：相应果法如何由于相应因法而生起。六条路线都应观尽。至此，随观生法篇结束；下面继续略示几种随观灭法篇的观法。

随观灭法篇

所谓随观灭法

贤善者已经能够观见：由于无明、爱、取、行、业，色蕴生起，即色蕴的生起性质。现在应以毗婆舍那智观见：这些无明、爱、取、行、业由于阿罗汉道，以不再生起之灭、未来不再生起的方式无余止息；因此，在般涅槃死心以后，与所观结生色蕴同类的未来色蕴，也以不再生起之灭而无余止息。应如此修习这项观法。一切情形都应同样理解。

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘အဝိဇ္ဇာနိရောဓာ ရူပနိရောဓောတိ အဂ္ဂမဂ္ဂဉာဏေန အဝိဇ္ဇာယ အနုပ္ပါဒနိရောဓေတော အနာဂတဿ ရူပဿ အနုပ္ပါဒနိရောဓော ဟောတိ ပစ္စယာဘာဝေ အဘာဝတော။ ပစ္စယနိရောဓဋ္ဌေနာတိ အဝိဇ္ဇာသင်္ခါတဿ အနာဂတေ ဥပ္ပဇ္ဇနကရူပပစ္စယဿ နိရုဇ္ဈဘာဝေန။ တဏှာနိရောဓာ ကမ္မနိရောဓာတိ ဧတ္ထာပိ ဧသေဝ နယော။’译：‘所谓“由于无明止息，色止息”，是说阿罗汉道智令无明达到不再生起之灭；由于因缘不存在，未来色也就以不再生起之灭而止息。所谓“以因缘止息之义”，是指称为无明、能令未来色生起的因缘已经止息。在“由于爱止息”与“由于业止息”两处，也是同一理路。’

巴利出处（缅文字体）：‘(ဓဟာဋီ-၂-၄၂၁။)’（《大复注》2-421。）

所谓由于无明、爱、取、行、业止息而色止息，是说：由于阿罗汉道令无明、爱、取、行、业以未来不再生起的方式无余止息，般涅槃死心以后本可生起的未来色法，也依不再生起之灭而无余止息。因为因法不显现存在，果法便不能显现存在。由于被称为无明、爱、取、行、业、能令般涅槃死心以后未来色法生起的因法已经止息，作为果的色法也随之止息。（《大复注》2-421。）因此，所谓依因缘观灭，就是越过当前而观见同类——

——色法以未来不再生起的方式止息。至于观见目前所观结生色蕴本身的坏灭，即其变异相，则是依刹那观坏灭。这一观法与未来色法无关，只与当前作为毗婆舍那所缘的色蕴有关。贤善者必须同时修习依因缘观灭与依刹那观坏灭这两种观灭。

业生色与般涅槃死心同时止息；般涅槃死心不能产生心生色。

般涅槃死心以前的诸心仍能产生心生色；心生色最迟约在般涅槃死心之后十六个心刹那才完全止息。食生色的生起也同样断绝。至于时节生色，在般涅槃死心以后，依情形仍可能继续生起若干日、若干月乃至若干年。贤善者应以智观见：由于业、心、时节、食这四因以不再生起之灭而无余止息，未来的业生色、心生色、时节生色、食生色也以不再生起之灭而止息；并如此修习依因缘观灭。所谓依刹那观坏灭，就是——

——取自己刚才观生的五蕴所含业生色、心生色、时节生色、食生色的坏灭时，也就是坏灭刹那，作为所缘而观。在结生时，心生色、时节生色、食生色尚未生起，故无须观它们；只应在这些色法明显生起的心刹那观。四名蕴则以般涅槃死心为最后界限，依不再生起之灭而止息。能够观察各个心路心或各个名法生起的贤善者，应以毗婆舍那智观见：般涅槃死心以后，所有同类名法依——

——不再生起之灭而止息，并修习依因缘观灭。

在依刹那观坏灭部分，应取当前所观诸蕴本身的坏灭为所缘而观。若观结生五蕴，就观该结生五蕴本身的坏灭；若观有分五蕴，就观该有分五蕴本身的坏灭。其余情形也应照此理解。

结生：色蕴的灭观法

一、由于无明止息，色止息。（这是不再生起之灭。）二、由于爱止息，色止息。（这是不再生起之灭。）三、由于取止息，色止息。（这是不再生起之灭。）四、由于行止息，色止息。（这是不再生起之灭。）五、由于业止息，色止息。（这是不再生起之灭。）• 业生色的止息性质。（这是生起后之灭。）禅修者已经以毗婆舍那智观见：因法明显生起、存在，果法便明显生起；如果再以毗婆舍那智向未来观见因法止息以后果法如何止息，也就能够容易地观见。这里极其需要对佛陀的教法具足信心——

——的。若轻视智慧的力量与威能，并以自己普通思辨所能达到的智慧，对超越其范围、称为“不属思量境”即不是寻思活动领域的缘起止息次第，作过度、片面而盲目的批评，那么这对贤善者自己很可能成为道智与果智的障碍。

贤善者既已以毗婆舍那智观见：相应因法仍明显存在，所以相应果法明显生起；现在就应再以毗婆舍那智观见：相应因法依不再生起之灭而止息，因此同类果法也依不再生起之灭而止息；同时还要观见作为果法坏灭时的生起后之灭。观见以后，修习下列观法。

结生：受蕴的灭观法

一、由于无明止息，受止息。

二、由于爱止息，受止息。

三、由于取止息，受止息。

四、由于行止息，受止息。

五、由于业止息，受止息。

六、由于依处止息，受止息。

七、由于所缘止息，受止息。

八、由于触止息，受止息。

（以上是不再生起之灭。）• 受的止息性质。（这是生起后之灭。）

结生：想蕴的灭观法

一、由于无明止息，想止息。

二、由于爱止息，想止息。

三、由于取止息，想止息。

四、由于行止息，想止息。

五、由于业止息，想止息。

六、由于依处止息，想止息。

七、由于所缘止息，想止息。

八、由于触止息，想止息。

（以上是不再生起之灭。）• 想的止息性质。（这是生起后之灭。）

结生：行蕴的灭观法（第一种方法，以思为行蕴）

一、由于无明止息，行止息。

二、由于爱止息，行止息。

三、由于取止息，行止息。

四、由于行止息，行止息。

五、由于业止息，行止息。

六、由于依处止息，行止息。

七、由于所缘止息，行止息。

八、由于触止息，行止息。

（以上是不再生起之灭。）• 行的止息性质。（这是生起后之灭。）

结生：行蕴的灭观法（第二种方法）

一、由于无明止息，行止息。

二、由于爱止息，行止息。

三、由于取止息，行止息。

四、由于行止息，行止息。

五、由于业止息，行止息。

六、由于依处止息，行止息。

七、由于所缘止息，行止息。

八、由于其余三个名蕴止息，行止息。

（以上是不再生起之灭。）• 行的止息性质。（这是生起后之灭。）

结生：识蕴的灭观法

一、由于无明止息，识止息。

二、由于爱止息，识止息。

三、由于取止息，识止息。

四、由于行止息，识止息。

五、由于业止息，识止息。

六、由于名色止息，识止息。

（以上是不再生起之灭。）• 识的止息性质。（这是生起后之灭。）如果已经熟练缘起第五法中摄取因法与果法的方式，就应在这一部分按照同一方式配合因果，观见生起与止息的性质。

观完结生五蕴以后，应依同一方法继续观有分五蕴。此后，在执着新有的贪速行——也就是贪着新生命的意门心路——中，分别观意门转向的五蕴，以及每一个执着新有的贪速行五蕴。然后继续观色所缘路线中眼门心路与意门心路：无论善速行生起的眼门、意门心路，还是不善速行生起的眼门、意门心路，都应在每一个心刹那组成五蕴，对每一蕴兼修依因缘观灭与依刹那观灭这两种观法。耳门心路、意门心路等也同样修习。六条路线中的每一个心路心刹那，以及诸心路之间的各个有分心刹那，都要分别组成五蕴——

——逐一观照。若已熟练缘起第五法的观法，这种观法对贤善者也必然容易。

世尊宣说缘起观法时，着重于内在色名相续中的因果关联，因此观外在时，贤善者也可以内在的观法为准则而修。观时不要分别某个人、某个众生等，只须把同类的外在相续一般性地总合起来观。就声闻波罗蜜智而言，不能以声闻弟子的毗婆舍那智穷尽、完整地知道每一个众生相续中各自的无明、爱、取、行与业；只有凭宿住随念通、天眼通、他心通等各种神通，才能随其能力而知道相应部分。然而，本节还有许多值得贤善智者审察——

——之处。为了让观智尚弱者更容易理解这种观法，下面再举出眼识心刹那所含五蕴的一套观法。

眼识：色蕴的灭观法

一、由于无明止息，业生色止息。（这是不再生起之灭。）二、由于爱止息，业生色止息。（这是不再生起之灭。）三、由于取止息，业生色止息。（这是不再生起之灭。）四、由于行止息，业生色止息。（这是不再生起之灭。）五、由于业止息，业生色止息。（这是不再生起之灭。）• 业生色的止息性质。（这是生起后之灭。）六、由于心止息，心生色止息。（这是不再生起之灭。）• 心生色的止息性质。（这是生起后之灭。）七、由于时节止息，时节生色止息。（这是不再生起之灭。）• 时节生色的止息性质。（这是生起后之灭。）八、由于食止息，食生色止息。（这是不再生起之灭。）

• 食生色的止息性质。（这是生起后之灭。）

眼识：受蕴的灭观法

一、由于无明止息，眼识受止息。

二、由于爱止息，眼识受止息。

三、由于取止息，眼识受止息。

四、由于行止息，眼识受止息。

五、由于业止息，眼识受止息。

六、由于依处〔即眼所依处〕止息，眼识受止息。

七、由于所缘〔即色所缘〕止息，眼识受止息。

道非道智见清净释：生灭智章（之四）

八、由于眼触〔即八名法减去受的七种名法〕止息，眼识受止息。

九、由于光明止息，眼识受止息。

十、由于作意〔即十一名法〕止息，眼识受止息。

• 眼识受的止息性质。

（这是不再生起之灭与生起后之灭。）

眼识：想蕴的灭观法

一、由于无明止息，眼识想止息。

二、由于爱止息，眼识想止息。

三、由于取止息，眼识想止息。

四、由于行止息，眼识想止息。

五、由于业止息，眼识想止息。

六、由于依处〔即眼所依处〕止息，眼识想止息。

七、由于所缘〔即色所缘〕止息，眼识想止息。

八、由于眼触〔即八名法减去想的七种名法〕止息，眼识想止息。

九、由于光明止息，眼识想止息。

十、由于作意〔即五门转向 = 十一名法〕止息，眼识想止息。

• 眼识想的止息性质。

眼识：行蕴的灭观法（第一种方法）

一、由于无明止息，眼识行止息。

二、由于爱止息，眼识行止息。

三、由于取止息，眼识行止息。

四、由于行止息，眼识行止息。

五、由于业止息，眼识行止息。

六、由于依处〔即眼所依处〕止息，眼识行止息。

七、由于所缘〔即色所缘〕止息，眼识行止息。

八、由于眼触〔即八名法减去思的七种名法〕止息，眼识行止息。

九、由于光明止息，眼识行止息。

十、由于作意〔即十一名法〕止息，眼识行止息。

• 眼识行的止息性质。

眼识：行蕴的灭观法（第二种方法）

一、由于无明止息，眼识行止息。

二、由于爱止息，眼识行止息。

三、由于取止息，眼识行止息。

四、由于行止息，眼识行止息。

五、由于业止息，眼识行止息。

六、由于依处〔即眼所依处〕止息，眼识行止息。

七、由于所缘〔即色所缘〕止息，眼识行止息。

八、由于其余三个名蕴止息，眼识行止息。

九、由于光明止息，眼识行止息。

十、由于作意〔即十一名法〕止息，眼识行止息。

• 眼识行的止息性质。

眼识：识蕴的灭观法

一、由于无明止息，眼识止息。

二、由于爱止息，眼识止息。

三、由于取止息，眼识止息。

四、由于行止息，眼识止息。

五、由于业止息，眼识止息。

六、由于名色止息，眼识止息。

七、由于光明止息，眼识止息。

八、由于作意〔即十一名法〕止息，眼识止息。

• 眼识的止息性质。

一般提示

应当依照缘起第五法中摄取因法与果法的方式，细密地在眼门心路等各种心路的每一个心刹那，以及某些有分心刹那，分别组成五蕴，观其生起性质与止息性质。

这样观时，先在现在世的六条路线中，把内、外两种相续都无遗漏地唯观生起，也就是只观生起。现在世内外两种相续都唯观生起以后，再类推于过去与未来，以同样方式观照：从自己所能摄取的各个过去世直到现在，再从现在直到未来的终点，都唯观生起，直到感到充分满意为止；内在与外在两方面都要观，并依名法诸表修习。

此后，在现在世的六条路线中，把内、外两方面都无遗漏地唯观止息，也就是只观止息。达到满意以后，再从自己所观的各个过去世直到现在，并从现在直到未来的终点，在内、外两方面都唯观止息。

【另一种方法】也可以在每一个心刹那组成五蕴，对每一蕴依次修习：一、唯观生起，也就是只观生起；二、唯观止息，也就是只观止息。观完一个心刹那中的五蕴唯有生起与唯有止息以后，再转观另一个心刹那中的五蕴。例如，观完五门转向五蕴的唯有生起与唯有止息以后，可以接着转观眼识五蕴的唯有生起与唯有止息。为了观智尚弱者，下面以耳识心刹那的五蕴观法为范例列出。

耳识：色蕴的生起观法

一、由于无明生起，业生色生起。

二、由于爱生起，业生色生起。

三、由于取生起，业生色生起。

四、由于行生起，业生色生起。

五、由于业生起，业生色生起。

• 业生色的生起性质。

六、由于心生起，心生色生起。

• 心生色的生起性质。

七、由于时节生起，时节生色生起。

• 时节生色的生起性质。

八、由于食生起，食生色生起。

• 食生色的生起性质。

耳识：色蕴的灭观法

一、由于无明止息，业生色止息。

二、由于爱止息，业生色止息。

三、由于取止息，业生色止息。

四、由于行止息，业生色止息。

五、由于业止息，业生色止息。

• 业生色的止息性质。

六、由于心止息，心生色止息。

• 心生色的止息性质。

七、由于时节止息，时节生色止息。

• 时节生色的止息性质。

八、由于食止息，食生色止息。

• 食生色的止息性质。

耳识：受蕴的生起观法

一、由于无明生起，耳识受生起。

二、由于爱生起，耳识受生起。

三、由于取生起，耳识受生起。

四、由于行生起，耳识受生起。

五、由于业生起，耳识受生起。

六、由于耳所依处〔五十四种色法〕生起，耳识受生起。

七、由于声所缘生起，耳识受生起。

八、由于耳触〔七种名法〕生起，耳识受生起。

九、由于空间生起，耳识受生起。

十、由于作意〔即十一名法〕生起，耳识受生起。

• 耳识受的生起性质。

耳识：受蕴的灭观法

一、由于无明止息，耳识受止息。

二、由于爱止息，耳识受止息。

三、由于取止息，耳识受止息。

四、由于行止息，耳识受止息。

五、由于业止息，耳识受止息。

六、由于耳所依处〔五十四种色法〕止息，耳识受止息。

七、由于声所缘止息，耳识受止息。

八、由于耳触〔七种名法〕止息，耳识受止息。

九、由于空间止息，耳识受止息。

十、由于作意〔即十一名法〕止息，耳识受止息。

• 耳识受的止息性质。

想蕴与行蕴的观法，应依同一方法修习。

耳识：识蕴的生起观法

一、由于无明生起，耳识生起。

二、由于爱生起，耳识生起。

三、由于取生起，耳识生起。

四、由于行生起，耳识生起。

五、由于业生起，耳识生起。

六、由于名色生起，耳识生起。

七、由于空间生起，耳识生起。

八、由于作意〔即十一名法〕生起，耳识生起。

• 耳识的生起性质。

耳识：识蕴的灭观法

一、由于无明止息，耳识止息。

二、由于爱止息，耳识止息。

三、由于取止息，耳识止息。

四、由于行止息，耳识止息。

五、由于业止息，耳识止息。

六、由于名色止息，耳识止息。

七、由于空间止息，耳识止息。

八、由于作意〔即十一名法〕止息，耳识止息。

• 耳识的止息性质。

名 = 与耳识相应的七个心所。

色 = 耳所依处〔五十四种色法〕与声所缘。

到了这里，观法应当已经能够理解。若能在过去、未来、现在三时与内在、外在二相续中，按照上述方式，于心路心与离路心的每一个心刹那组成五蕴，并对每一蕴充分、透彻地观其生起性质与止息性质，就足以理解下列《大念处经》修行部分所说观法中的第一与第二项。

一、巴利《大念处经》经文（缅文字体）：‘၁။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။’译：‘或于身随观生法而住。’

二、巴利经文（缅文字体）：‘၂။ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။’译：‘或于身随观灭法而住。’

三、巴利经文（缅文字体）：‘၃။ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။ (ဒီ-၂-၂၃၂။)’译：‘或于身随观生灭法而住。’（《长部》2-232。）受念处：一、巴利经文（缅文字体）：‘၁။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ။’译：‘或于诸受随观生法而住。’

二、巴利经文（缅文字体）：‘၂။ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ။’译：‘或于诸受随观灭法而住。’

三、巴利经文（缅文字体）：‘၃။ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ။ (ဒီ-၂-၂၃၇။)’译：‘或于诸受随观生灭法而住。’（《长部》2-237。）心念处：一、巴利经文（缅文字体）：‘၁။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ။’译：‘或于心随观生法而住。’

二、巴利经文（缅文字体）：‘၂။ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ။’译：‘或于心随观灭法而住。’

三、巴利经文（缅文字体）：‘၃။ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ။ (ဒီ-၂-၂၃၇။)’译：‘或于心随观生灭法而住。’（《长部》2-237。）

法念处：一、巴利经文（缅文字体）：‘၁။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။’译：‘或于诸法随观生法而住。’

二、巴利经文（缅文字体）：‘၂။ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။’译：‘或于诸法随观灭法而住。’

三、巴利经文（缅文字体）：‘၃။ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။ (ဒီ-၂-၂၃၉။)’译：‘或于诸法随观生灭法而住。’（《长部》2-239。）一、于身〔即色身、名身〕，反复随观生起之因与生起本身而住。

二、于身〔即色身、名身〕，反复随观止息之因与止息本身而住。

三、于身〔即色身、名身〕，反复随观生起之因与生起本身、止息之因与止息本身而住。（《长部》2-232。）一、于诸受，反复随观生起之因与生起本身而住。

二、于诸受，反复随观止息之因与止息本身而住。

三、于诸受，反复随观生起之因与生起本身、止息之因与止息本身而住。（《长部》2-237。）一、于心，反复随观生起之因与生起本身而住。

二、于心，反复随观止息之因与止息本身而住。

三、于心，反复随观生起之因与生起本身、止息之因与止息本身而住。（《长部》2-237。）一、于诸法，反复随观生起之因与生起本身而住。

二、于诸法，反复随观止息之因与止息本身而住。

三、于诸法，反复随观生起之因与生起本身、止息之因与止息本身而住。（《长部》2-239。）在这三项念处教法修行中，贤善者现在已经修习了第一与第二项；接下来还须修习第三项——随观生灭法。关于这一项修行，义注与复注作了如下解释。

随观生灭法篇

所谓随观生灭法

义注巴利原文（缅文字体）：‘သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါတိ ကာလေန သမုဒယံ၊ ကာလေန ဝယံ အနုပဿန္တော။ (မ-ဋ္ဌ-၁-၂၅၅။)’译：‘所谓“或随观生灭法”，是指时而随观生起，时而随观坏灭。’（《中部义注》1-255。）复注巴利原文（缅文字体）：‘အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါနုပဿနာ ဝိယ ဘိန္နဝတ္ထုဝိသယတာယ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿနာပိ ဧကာလေ န လဗ္ဘတီတိ အာဟ "ကာလေန သမုဒယံ ကာလေန ဝယံ အနုပဿန္တော"တိ။ (မ-ဋီ-၁-၃၅၀။) ဤအထက်ပါ အဋ္ဌကထာဋီကာတို့၏ ဖွင့်ဆိုချက်နှင့်အညီ ခန္ဓာငါးပါးတို့၏ ရုံခါ သမုဒယသဘောကို၊ ရုံခါ ဝယသဘောကို တစ်လှည့်စီ လှည့်လည်၍ ရှုမှုကို သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီဟု ဆိုလိုသည် မှတ်ပါ။’译：‘如同内外随观，由于所缘对象不同，随观生灭法也不能在同一时刻获得，所以说：“时而随观生起，时而随观坏灭。”’（《中部复注》1-350。）依上述义注与复注的解释，应知所谓随观生灭法，是对五蕴的生起性质与止息性质轮流而观：时而观生起，时而观止息。

佛陀先教导对五蕴唯观生起与唯观止息，然后才教导这种随观生灭法。不能以同一个毗婆舍那心，在同一时刻同时观生起与止息。内在法与外在法，是被称为毗婆舍那智的〔大善〕意门速行心路心相续所缘取的两类不同对象：内在五蕴是一类所缘对象，外在五蕴又是另一类所缘对象，两者的对象不同。正因为如此，不能以同一个毗婆舍那心在同一时刻同时观内在与外在两种法。同样，生起法与止息法也是不同的所缘法，因此——

——不能以同一个毗婆舍那心，在同一时刻同时观这两种生起法与止息法。

不过，可以用各个不同的毗婆舍那心分别观它们。因此，观完生起性质以后，可以接着观止息性质；这样修，就是时而观生起性质、时而观止息性质。所以下面列出若干范例，说明如何把生起与止息二者一个接一个、连续地修观。

这样观时，是否还应安立三相？答案是：应当安立。

义注巴利原文（缅文字体）：‘သပ္ပစ္စယနာမရူပဝသေန တိလက္ခဏံ အာရောပေတွာ ဝိပဿနာပဋိပါဋိယာ "အနိစ္စံ ဒုက္ခံ အနတ္တာ"တိ သမ္မသန္တော ဝိစရတိ။ (မ-ဋ္ဌ-၁-၂၈၁။)’译：‘依有缘名色安立三相，并依毗婆舍那次第，以“无常、苦、无我”思惟而行。’（《中部义注》1-281。）上述义注说明：应当安立三相、作为毗婆舍那所观与审察之法的，是有缘名色，也就是连同因法的名色。应依这些解释，对连同因法的名色交替安立三相，按照毗婆舍那智的次第，逐级修观、审察。

本节正是把因法与果法相互关联、安立三相而修毗婆舍那的极好机会。因此，贤善者应以正见——毗婆舍那智看见：因法明显生起，果法便明显生起；因法止息，果法便止息。还应看见因法与果法双方的生灭，并交替安立三相而修毗婆舍那。下面列出若干观法范例。

结生：色蕴的生灭观法

（或于身随观生灭法而住）

一、由于无明生起，业生色生起。

由于无明止息，业生色止息。

无明——生灭——无常。

业生色——生灭——无常。

二、由于爱生起，业生色生起。

由于爱止息，业生色止息。

爱——生灭——无常。

业生色——生灭——无常。

三、由于取生起，业生色生起。

由于取止息，业生色止息。

取——生灭——无常。

业生色——生灭——无常。

四、由于行生起，业生色生起。

由于行止息，业生色止息。

行——生灭——无常。

业生色——生灭——无常。

五、由于业生起，业生色生起。

由于业止息，业生色止息。

业——生灭——无常。

业生色——生灭——无常。

还应交替安立苦相与无我相，以同样方式修习毗婆舍那。

如前面缘起篇所解释，无明、爱、取属于贪—邪见组的名法，只是意门速行心路心相续中的名法聚。对于尚在人身的贤善者，行与业也只是大善意门速行心路心相续中的名法聚。观这些烦恼轮与业轮之法时，应当依它们实际生起时心与心所的数目，以毗婆舍那智如实观见。

再者，在摄取因法与果法的阶段，以及修习该观法的阶段，说到“业”时，应取异刹那业力为所指而观；但在毗婆舍那阶段，也就是观生灭的阶段，这种业力并不是以生、住、灭三时明显存在的法，因而不能作为毗婆舍那所缘。作为该业力所依的思，或者说以思为首的相应法聚，才是可以修观的；它与行在究竟法上相同。前面的缘起篇已经——

——说明行与业有的差别，应依照那一区分修习毗婆舍那。如果能够对造善业以前及正在造善业时所生的许多意门速行心路中，每一组七次速行分别安立三相而修观，就同时涵盖了行与业两者。后文也应同样理解。

结生：受蕴的生灭观法

（或于受中随观生灭法而住）

一、由于无明生起，受生起。

由于无明止息，受止息。

无明——生灭——无常。

受——生灭——无常。

二、由于爱生起，受生起。

由于爱止息，受止息。

爱——生灭——无常。

受——生灭——无常。

三、由于取生起，受生起。

由于取止息，受止息。

取——生灭——无常。

受——生灭——无常。

四、由于行生起，受生起。

由于行止息，受止息。

行——生灭——无常。

受——生灭——无常。

五、由于业生起，受生起。

由于业止息，受止息。

业——生灭——无常。

受——生灭——无常。

六、由于依处生起，受生起。

由于依处止息，受止息。

依处——生灭——无常。

受——生灭——无常。

七、由于所缘生起，受生起。

由于所缘止息，受止息。

所缘——生灭——无常。

受——生灭——无常。

八、由于触生起，受生起。

由于触止息，受止息。

触——生灭——无常。

受——生灭——无常。

本结生心〔有分心、死亡心亦同〕的所缘，是业、业相、趣相三种所缘中的任一种。其中，对人类而言，业就是善思；趣相则被确定为只属于色所缘。（《阿毗达磨义注》2-149。）业相随其所应，可能是概念，也可能是究竟法。假如该业相是一座佛塔，就专注佛塔中的四大种而观；已经达到生灭智阶段的禅修者，很快便会在智中只看见色聚微粒。这些色聚都只是时节生食素八法聚。应摄取每一色聚中的这些时节生食素八法聚色，把三相提到这些究竟色法上，修习毗婆舍那。至于花、油灯等供养物的业——

——相，也同样观。若业相是比丘等接受供养的有生命者，就以观智照见各受供者色名相续中的四大种。见到色聚以后，应把存在于六门四十二身分中的究竟色法总摄起来，加以摄取，然后把三相提到这些究竟法上修观。至于作为业相的这些受供者相续中正在生起的名法，声闻的观智不能逐一准确照见；那只是他心智神通与天眼智神通的领域。因此，对这些外在名法，只能依名法同类的一般性加以总摄而修观。以想蕴、行蕴诸法为主而——

——修习毗婆舍那，摄属于法随观念处。在这里，想蕴和行蕴的第一种观法，都应依受蕴的观法同样修习。下面继续说明行蕴的第二种观法。

结生：行蕴的生灭观法（第二种方法）

（或于诸法中随观生灭法而住）

一、由于无明生起，行生起。

由于无明止息，行止息。

无明——生灭——无常。

行——生灭——无常。

二、由于爱生起，行生起。

由于爱止息，行止息。

道非道智见清净释：生灭智章（之五）

原书第 225 – 244 页

原书 225

爱——生灭——无常。

行——生灭——无常。

三、由于取生起，行生起。

由于取止息，行止息。

取——生灭——无常。

行——生灭——无常。

四、由于行生起，（心所）行生起。

由于行止息，（心所）行止息。

行——生灭——无常。

（心所）行——生灭——无常。

五、由于业生起，行生起。

由于业止息，行止息。

业——生灭——无常。

行——生灭——无常。

六、由于依处生起，行生起。

由于依处止息，行止息。

依处——生灭——无常。

行——生灭——无常。

七、由于所缘生起，行生起。

由于所缘止息，行止息。

所缘——生灭——无常。

行——生灭——无常。

八、由于其余三名蕴生起，行生起。

由于其余三名蕴止息，行止息。

其余三名蕴——生灭——无常。

行——生灭——无常。

结生：识蕴的生灭观法

（或于心随观生灭法而住）

一、由于无明生起，识生起。

由于无明止息，识止息。

无明——生灭——无常。

识——生灭——无常。

二、由于爱生起，识生起。

由于爱止息，识止息。

爱——生灭——无常。

识——生灭——无常。

三、由于取生起，识生起。

由于取止息，识止息。

取——生灭——无常。

识——生灭——无常。

四、由于行生起，识生起。

由于行止息，识止息。

行——生灭——无常。

识——生灭——无常。

五、由于业生起，识生起。

由于业止息，识止息。

业——生灭——无常。

识——生灭——无常。

六、由于名色生起，识生起。

由于名色止息，识止息。

名色——生灭——无常。

识——生灭——无常。

苦与无我也应以同样方式继续观。

有分等的色蕴生灭观法

一、由于无明生起，业生色生起。

由于无明止息，业生色止息。

无明——生灭——无常。

业生色——生灭——无常。

二、由于爱生起，业生色生起。

由于爱止息，业生色止息。

爱——生灭——无常。

业生色——生灭——无常。

三、由于取生起，业生色生起。

由于取止息，业生色止息。

取——生灭——无常。

业生色——生灭——无常。

四、由于行生起，业生色生起。

由于行止息，业生色止息。

行——生灭——无常。

业生色——生灭——无常。

五、由于业生起，业生色生起。

由于业止息，业生色止息。

业——生灭——无常。

业生色——生灭——无常。

六、由于心生起，心生色生起。

由于心止息，心生色止息。

心——生灭——无常。

心生色——生灭——无常。

七、由于时节生起，时节生色生起。

由于时节止息，时节生色止息。

时节——生灭——无常。

时节生色——生灭——无常。

八、由于食生起，食生色生起。

由于食止息，食生色止息。

食——生灭——无常。

食生色——生灭——无常。

苦与无我也应同样观。参照上述范例，应在每一个心路心刹那、结生心与死亡心，以及各心路之间某些有分心刹那，组成五蕴，穷尽地观其生起性、止息性与生灭性。对色所缘线等全部六线，也应在每一线中把善组与不善组名法穷尽地观完。这样，一位已经熟练学习并修观缘起第五法的贤善者，对于佛陀亲自在念处修习中教导的巴利原文（缅文字体）：‘သမုဒယဝယဓမ္မာ- နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ’——‘或于身随观生灭法而住’等生灭法观法，至此应当已经能够理解，也应当已经——

——知道怎么观了。

在这一观法中，以‘由于无明生起，色生起；由于无明止息，色止息’等方式作意而修观，就是依缘生灭见，也就是依因法观生灭的方法；以‘无明——生灭——无常；色——生灭——无常’等方式修观，则是——

——依刹那生灭见，也就是依刹那观生灭的方法。

先以观见因法生起故果法生起、因法止息故果法止息为主，修习依缘生灭见——即依因法观生灭以后，再舍开因法与果法的因果联系，不再观察那一联系；转而以智取无明等因蕴与色等果蕴这些具有生起端与坏灭端的蕴，以观智看见各蕴从生起端到坏灭端的生灭，也就是看见其刹那现在——具足生、住、灭三刹那之际；再把无常等三相提到这些蕴上而观。这样修，就是依刹那生灭见，即依刹那观生灭的方法。至于为什么也应这样观，可以从下文——

——将要引述的《大复注》文中得知。

关于观照名法生灭时，是否能够一直观到刹那现在，《无碍解道义注》的作者大名长老与《清净道论大复注》的作者阿阇梨护法长老彼此展开了往复辩论。这场争论可说是一场智者之间的法义论辩，也是修习毗婆舍那时极其重要、应当了解的问题。《无碍解道义注》作如下解释。

《无碍解道义注》的主张

《无碍解道义注》巴利原文（缅文字体）：‘နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏန္တိ အဒ္ဓါ-သန္ततိ-ခဏဝသေန ဂ္ဂဟဿ ဥပ္ပါဒံ။ ဥပ္ပါဒေါ ယေဝ သခ််တလက္ခဏတ္တာ လက္ခဏန္တိ စ ဝုတ္တော။ ပ ။ ဝိပရိဏာမလက္ခဏန္တိ အဒ္ဓါ-သန္ततိ-ခဏဝသေန ဂ္ဂဟဿ ဘင်္ဂံ ။ ဘင်္ဂေါ ယေဝ သခ််တလက္ခဏတ္တာ လက္ခဏန္တိ ဝုတ္တော။ ပ ။ အယံ ပန ဝိသေသော -- အဂ္ဂဟဏ္ဍာနံ ဥဒယဗ္ဗယဒဿနံ အဒ္ဓါ-သန္ततိဝသေန၊ န ခဏဝသေန။ (ပဋိသံ-ဋ္ဌ-၁-၂၃၅-၂၃၆။)’译：‘所谓生起相，是依一期、相续与刹那而说的色法生起。由于生起本身是有为相，所以称为“相”。……所谓变异相，是依一期、相续与刹那而说的色法坏灭。由于坏灭本身是有为相，所以称为“相”。……不过，这里有如下差别：对非色诸蕴的生灭见，是依一期与相续，不依刹那。’（《无碍解道义注》1-235—236。）《无碍解道义注》的作者持如下主张：观色法的生灭时，可以观到三种生灭：一、依一期而言，即以一生为界限的一段时期中的生灭；二、依相续而言，即色相续中的生灭；三、依刹那而言，即生、住、灭三刹那中的生灭。至于观名法的生灭，则——

——只能观到两种：一、依一期而言，即以一生为界限的一段时期中的生灭；二、依相续而言，即一条心路这一名相续中的生灭。该义注又解释，名法的生灭不能依生、住、灭刹那而观，也就是不能一直观到刹那。对于这一解释，《大复注》的作者并不认可，因而作了如下反驳。

《大复注》的反驳

《大复注》的反驳，是对下列《清净道论义注》文句所作的解释，故先列出义注原文。《清净道论义注》巴利原文（缅文字体）：‘ဧဝံ ဧကေကဿ ခန္ဓဿ ဥဒယဗ္ဗယဒဿနေ ဒသ ဒသ ကတ္တာ ပညာသ လက္ခဏာနိ ဝုတ္တာနိ။ တေသံ ဝသေန ဧဝမ္ပိ ရူပဿ ဥဒယော ဧဝမ္ပိ ရူပဿ ဝယော၊ ဧဝမ္ပိ ရူပံ ဥဒေတိ၊ ဧဝမ္ပိ ရူပံ ဝေတီတိ ပစ္စယတော စေဝ ခဏတော စ ဝိတ္ထာရေန မနသိကာရံ ကရောတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၇။)’译：‘这样，在看见每一蕴的生灭时，各说十相，共为五十相。依这些相，他以“色的生起也是这样，色的坏灭也是这样；色也这样生起，色也这样消逝”的方式，从缘与刹那两方面详细作意。’（《清净道论》2-267。）《大复注》巴利原文（缅文字体）：‘ဧတ္ထ စ ကေစိ တာဝ အာဟု ---- "အရူပက္ခန္ဓာနံ ဥဒယဗ္ဗယဒဿနံ အဒ္ဓါ-သန္တတိဝသေနေဝ၊ န ခဏဝသေနာ"တိ။ တေသံ မတေန ခဏတော ဥဒယဗ္ဗယဒဿနမေဝ န သိယာ။ အပရေ ပနာဟု "ပစ္စယတော ဥဒယဗ္ဗယဒဿနေ အတီတာဒိဝိဘာဂံ အနာမသိတ္တာ သဗ္ဗသာဓာရဏတော အဝိဇ္ဇာဒိပစ္စယာ ဝေဒနာသမ္ဘဝံ လဗ္ဘမာနတံ ပဿတိ၊ န ဥပ္ပါဒံ။ အဝိဇ္ဇာဒိအဘာဝေ စ တဿာ အသမ္ဘဝံ အလဗ္ဘမာနတံ ပဿတိ၊ န ဘင်္ဂံ ။’译：‘这里，首先有些老师说：“对非色诸蕴的生灭见，只依一期与相续，不依刹那。”依他们的主张，就根本不会有依刹那的生灭见。另一些老师则说：“依缘观生灭时，不触及过去等的区分，而从一切情况共通的角度，看见由于无明等缘而有受等生起的可能性、可以获得，并非看见其正在生起；在无明等不存在时，看见受等不可能生起、不可获得，并非看见其正在坏灭。’

《大复注》巴利原文续（缅文字体）：‘ခဏတော ဥဒယဗ္ဗယဒဿနေ ပစ္စုပ္ပန္နာနံ ဥပ္ပါဒံ ဘင်္ဂဉ္စ ပဿတီ"တိ၊ တံ ယုတ္တံ။ သန္တတိဝသေန ဟိ ရူပါရူပဓမ္မေ ဥဒယတော ဝယတော စ မနသိကရောန္တဿ အနုက္ကမေန ဘာဝနာယ ဗလပ္ပတ္တကာလေ ဉာဏဿ တိက္ခဝိသဒ- ဘာဝပ္ပတ္တိယာ ခဏတော ဥဒယဗ္ဗယာ ဥပဋ္ဌဟန္တီတိ။ အယဉ္ဒိ ပဋမံ ပစ္စယတော ဥဒယဗ္ဗယံ မနသိကရောန္တော အဝိဇ္ဇာဒိကေ ပစ္စယဓမ္မေ ဝိဿဇ္ဇေတ္တာ ဥဒယဗ္ဗယဝန္တေ ခန္ဓေ ဂဟေတ္တာ တေသံ ပစ္စယတော ဥဒယဗ္ဗယဒဿန မုခေန ခဏတောပိ ဥဒယဗ္ဗယံ မနသိကရောတိ။ တဿ ယဒါ ဉာဏံ တိက္ခံ ဝိသဒံ ဟုတ္တာ ပဝတ္တတိ၊ တဒါ ရူပါရူပဓမ္မာ ခဏေ ခဏေ ဥပ္ပဇ္ဇန္တာ၊ ဘိဇ္ဇန္တာ စ ဟုတ္တာ ဥပဋ္ဌဟန္တိ။ တေန ဝုတ္တံ "ဧဝမ္ပိ ရူပဿ ဥဒယော"တိအာဒိ။’译：‘依刹那观生灭时，则看见现在诸法的生起与坏灭。”这种说法是合理的。因为，从相续的层面作意色法与非色法的生起和坏灭，随着修习逐渐达到有力之时，智变得锐利、清明，依刹那的生灭便会呈现。他先从缘作意生灭，继而舍开无明等缘法，摄取具有生灭的诸蕴；以从缘见生灭为入口，也从刹那作意生灭。当他的智锐利、清明地运作时，色法与非色法便呈现为刹那刹那生起、破灭。因此才说：“色的生起也是这样”等。’

《大复注》巴利原文续（缅文字体）：‘တတ္ထ ဧဝမ္ပိ ရူပဿ ဥဒယောတိ ဧဝံ ဝုတ္တနယေန အဝိဇ္ဇာသမုဒယာပိ။ ပ။ တဏ္ဟာ။ ပ။ ကမ္မ။ ပ။’译：‘其中，“色的生起也是这样”，就是依上述方法：由于无明生起……由于爱生起……由于业生起……’

《大复注》巴利原文续（缅文字体）：‘အာဟာရသမုဒယာပိ ရူပဿ သမ္ဘဝေါ။ ဧဝမ္ပိ ရူပဿ ဝယောတိ ဧဝံ ဝုတ္ဝ တနယေနေဝ အဝိဇ္ဇာနိရောဓာပိ။ ပ။’译：‘由于食生起，色得以生起。“色的坏灭也是这样”，就是依上述方法：由于无明止息……’

《大复注》巴利原文续（缅文字体）：‘တဏ္ဟာ။ ပ။ ကမ္မ။ ပ။ အာဟာရနိရောဓာပိ ရူပဿ ဝယော အနုပ္ပါဒေါတိ ပစ္စယတော ဝိတ္ထာရေန မနသိကာရံ ကရောတိ။ ဧဝမ္ပိ ရူပံ ဥဒေတီတိ ဧဝံ ဝုတ္တနယေန နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏံ ပဿန္တောပိ ကမ္မသမုဋ္ဌာနရူပမ္ပိ အာဟာရ- ဥတု-စိတ္တသမုဋ္ဌာနရူပမ္ပိ ဥဒေတိ ဥပ္ပဇ္ဇတိ နိပ္ပဇ္ဇတီတိ။ ဧဝံ ဝုတ္တနယေနေဝ ဝိပရိဏာမလက္ခဏံ ပဿန္တော ကမ္မသမုဋ္ဌာနရူပမ္ပိ အာဟာရ-ဥတု-စိတ္တသမုဋ္ဌာနရူပမ္ပိ ဝေတိ နိရုဇ္ဈတီတိ ခဏတော ဝိတ္ထာရေန မနသိကာရံ ကရောတီတိ ယောဇနာ။ (မဟာဋ္ဌီ-၂-၄၂၂-၄၂၃။)’译：‘由于爱、业与食止息，色坏灭、不再生起；这是从缘详细作意。“色也这样生起”，就是依上述方法，看见生起相时，无论业生色，还是食生色、时节生色、心生色，都生起、出现、生成。同样，看见变异相时，无论业生色，还是食生色、时节生色、心生色，都消逝、止息；这是从刹

那详细作意。’（《大复注》2-422—423。）上引《清净道论义注》的意思如下。观每一蕴的生灭时，各有五种生智与五种灭智，因此每一蕴有十种生灭智。

一、由于无明生起，色生起。

二、由于爱生起，色生起。

三、由于业生起，色生起。

四、由于食生起，色生起。

五、色的生起性质。〔五种生智〕一、由于无明止息，色止息。

二、由于爱止息，色止息。

原书 230

三、由于业止息，色止息。

四、由于食止息，色止息。

五、色的止息性质。〔五种灭智〕这样，每一蕴有五种生智和五种灭智，合为十种生灭智。〔无明与爱中也摄入取这一因法；业中也摄入行这一因法；食中也摄入心与时节两种因法。〕这也称为生灭相。五蕴合计共有五十种生灭智，也就是五十种生灭相。依这五十种生灭智，瑜伽行者观见：一、由于这一因，色法也明显生起。

二、由于这一因，色法也止息。

三、色法也这样依生起而明显出现。

四、色法也这样依坏灭而止息、破灭。如此，他从因法与刹那两方面，详细作意、修观生灭的性质。（《清净道论》2-267。）《大复注》的作者在解释上述《清净道论义注》文句时，对《无碍解道义注》作者大名长老的主张作了如下反驳。

再进一步说：这里，有些老师首先对观诸行法生灭这样主张：“四名蕴的生灭，只能依一期现在与相续现在而观；不能依刹那现在而观，也就是不能一直观到刹那现在。”依这些老师的意见，便根本不可能有依刹那的生灭见。

另一些老师则说：“依缘观生灭时，不考察过去等时分的区分，而从一切情况共通的角度，观见由于无明等因法，受等有可能生起、可以获得；并不观其正在生起。〔也就是说，不观无明与受等正在生起的生起刹那，只观由于无明等而有受等生起这一因果关联。〕又在无明等因法不出现时，只观见受等不可能生起、不可获得；并不观其正在坏灭。〔也就是说，只观由于因法依不生止息而止息，果法也依不生止息而——

——止息；不观因果双方，或果报名法聚，依刹那而坏灭的坏灭刹那。〕至于依刹那观生灭，则观见现在的受蕴等法正在生起的生起刹那，也观见正在坏灭的坏灭刹那。”

原书 231

另一些老师的说法非常合理。理由如下：瑜伽行者从相续现在开始，依生起与坏灭作意、修观色法与名法；随着毗婆舍那修习逐渐达到强而有力的阶段，由于毗婆舍那智变得锐利、清净，依刹那的生灭便呈现出来。因此，另一些老师的说法非常合理。

确实，这位瑜伽行者起初先以“由于无明生起，色生起”等方式，从因法作意生灭，也就是作意依缘生灭。

这样作意以后，他舍开对无明等因法的作意〔不再作意由于无明等因法而有果法生起〕，以智摄取具有生灭性质的诸蕴；以从因法见其生灭为主，也从刹那作意生灭。当这位瑜伽行者相续中的毗婆舍那智变得锐利、清净时，色法与名法便呈现为在生、住、灭的每一刹那中生起、坏灭。因此才说：一、由于这一因，色法也明显生起。

二、由于这一因，色法也止息。

三、色法也这样依生起而明显出现。

四、色法也这样依坏灭而止息、破灭。《清净道论义注》的作者在《清净道论》2-267中说的，正是这些文句。

（《大复注》2-422—423。）

进一步说明

所谓依缘观生灭，在观因法所致的生灭时，因法的明显生起、明显存在〔如上所述〕，是指无明、爱、取、行、业这些因法，以异刹那业力的形态明显存在；并不是指心、时节、食、依处、所缘、触等因法。瑜伽行者以毗婆舍那智看见无明、爱、取、行、业这些因法以异刹那业力的形态明显存在，只以这些因法和果报诸蕴之间的因果关联为主，观“由于无明生起，色生起”等。

另一方面，属于转起缘的现在因法，本身也是具足生、住、灭三刹那的法。然而，这里并不以这些因法自身依刹那生灭为主，而以因法明显生起故果法——

——明显生起为主，观“由于心生起，心生色生起”等。这样观时，既不作意因法依刹那的生灭，也不作意果法依刹那的生灭。不观、不作意因果双方依刹那的生灭，只观因法明显存在、明显生起故果法明显存在、明显生起，就是依缘见生的修行；观因法不明显存在、不明显生起故果法不明显存在，就是依缘见灭的修行。

这样观时，论书指示不要再按过去等加以分别、考察。无明、爱、取、行、业这些因法的异刹那业力，不是以生、住、灭三相明显存在的法，所以不能把它本身分别为过去、未来或现在。不过，作为这些异刹那业力根源、曾经生起、正在生起或将要生起的无明、爱、取、行、业，如果就其以生、住、灭而明显生起、存在之时而言，则可以分别为过去、未来、现在。

《清净道论》巴利偈（缅文字体）：‘အတီတေ ဟေတဝေါ ပဠု၊ ဣဒါနိ ဖလပဠုကံ။’

巴利偈续（缅文字体）：‘ဣဒါနိ ဟေတဝေါ ပဉ္စ၊ အာယတိံ ဖလပဉ္စကံ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၁၄။)’译：‘过去有五因，现在有五果；现在有五因，未来有五果。’（《清净道论》2-214。）

也就是说：由于过去五种因法，生起现在五种果法。

由于现在五种因法，生起未来五种果法。

应参照这类教说。至于名为转起缘的心、时节、食、依处、所缘、触等因法，由于它们生起时具足生、住、灭，所以可以分别为过去等。不过，在观这些转起缘和各自果法之间的因果关联时，不再按过去等分别考察；只观由于心等因法明显存在，心生色等果法有可能生起、可以获得；由于依处等因法明显存在，受等果法有可能生起、可以获得。

为了尚未领会这里意旨的贤善禅修者，再作一些说明。无明、爱、取、行、业依其所应，可以是过去因法、现在因法或未来因法。虽然如此，在依缘观生灭这一部分，不再分别作意“过去因法—现在果法”“现在因法—未来果法”等；只观由于因法明显存在、明显生起，果法有可能生起、可以获得，不要观其生起刹那。无明等因法不明显存在、不明显生起时，则只观受等果法不可能生起、不可获得——

——不要观其坏灭刹那。观生起刹那和坏灭刹那，只属于依刹那观生灭；那是观因蕴与果蕴的——

——生起相和变异相。

具足生、住、灭三刹那时，处于这三刹那之内的法是现在；在这三刹那之前的法是过去，在其后的法是未来。依刹那见生灭，正关系到处于这三刹那之内的法的生起端与坏灭端；应以智看见生起端和坏灭端而修毗婆舍那。

至于从因法观生灭，则不必这样专注考察生起端与坏灭端，也不必专注考察过去和未来；只须专注考察由于因法而有果法生起。因此，论书才指示不考察过去等，而修依缘观生灭。切勿由这一指示误以为：在因果关联的缘起部分，不必以毗婆舍那智看见由于过去因法明显生起而有现在果法明显生起，以及由于现在因法明显生起而有未来果法明显生起。仍须以毗婆舍那智看见各自因法与各自果法之间的——

——因果关联，修观“由于无明生起，色生起”等；也须看见各自因法依不生止息而彻底止息，故各自果法也依不生止息而彻底止息，修观“由于无明止息，色止息”等。这样修观时，只是不再分别考察“这是过去法、这是现在法、这是未来法”等，应当留意这一意旨。为什么呢？因为这项修行以因法明显存在、明显生起故——

——果法明显存在、明显生起，以及因法不明显存在、止息故果法不明显存在、止息为先导和重点。在极短的时间内，必须有条理、准确、灵活、锐利、迅速而敏捷地从缘与刹那两方面观生灭，所以这里是在规定两种作意方式：一、修依缘观生灭时怎样作意；二、修依刹那观生灭时怎样作意。应如此理解。修时先观因法生起故果法生起、因法止息故果法止息这一——

——依缘生灭，然后才观依刹那的生灭。观依刹那的生灭时——

——论书以“具有生灭的诸蕴”指定所观对象。

依这一规定，应知异刹那业力虽然属于因法聚，却不能获得生、住、灭，因而不观它的生灭；只对作为这异刹那业力所依的思修毗婆舍那。

由于无明生起，色生起。

由于无明止息，色止息。

无明——生灭——无常。

色——生灭——无常。

应按诸如此类的方法观。不过，《大复注》解释说：‘ပစ္ဆယဓမ္မေ ဝိဿဇ္ဇေတွာ’——‘舍开缘法’，因此不要对是否还须观无明等因法的生灭心存疑惑。在这一阶段，如果不想作意因法的生灭，可以暂时搁置，只作意、修观五果蕴的生灭。然而，因法的生灭也必须安立三相而修毗婆舍那，所以以后仍须再把无明等因法单独拿出来修观。因为直到“有”为止的缘起支，也列在生灭随观智的毗婆舍那所缘清单中。

因此，只要有条理地修习一、依缘观生灭，二、依刹那观生灭这两项毗婆舍那工作，当生灭随观智变得锐利时，色名依刹那的生灭也必定会在瑜伽行者的智中呈现。以上文字，是为了让智尚未成熟的人理解前引《大复注》文句而作的进一步说明。

与诸大义注相契合

《无碍解道义注》的作者是大名长老。《大复注》的作者法护长老以“某些老师”称呼大名长老；他不赞同大名长老的主张，而赞同声闻观名法时也能依刹那观见其生灭、一直达到刹那现在的主张。这一主张也确实与诸大义注相契合。《沙门果经》“念与正知论”解释，正视、旁视时如何依根本遍知而成就不痴正知如下。

原书 235

义注巴利偈（缅文字体）：‘ဘဝင်ဂါဝဇ္ဇနဥ္စေဝ၊ ဒဿနံ သမ္ပဋိစ္ဆနံ။’

巴利偈续（缅文字体）：‘သန္ဋီရဏ ဝေါဋ္ဌပ္ပနံ၊ ဇဝနံ ဘဝတိ သတ္တမံ။ (ဒီ-ဋ-၁-၁၇၄။)’译：‘有分、转向、见、领受，推度、确定，速行为第七。’（《长部义注》1-174。）

《中部 · 根本五十经篇义注》的《大念处经》正知部分〔《中部义注》1-266〕、《念处相应 · 念经》义注〔《相应部义注》3-226〕以及《除痴迷论》禅分别义注〔《阿毗达磨义注》2-341〕，也都以同一模式作一致解释。

这些大义注的意思如下：正视、旁视而看见色所缘时，眼门心路的心相续依次生起：过去有分、有分波动、有分断、五门转向、眼识、领受、推度、确定、七次速行，以及两次彼所缘；它们都与相应法一同生起。〔这里是指极大所缘与大所缘的心路。〕如果以智把与相应法俱生的这些心路心名法聚逐一拆解、破除密集，并以智透彻知见直到究竟法，就表示已经成就不痴正知智。名业处篇已作详细说明。这里的解释所指的是以智分别色名的色名摄受智——

——阶段。

此外，《清净道论义注》思惟智部分〔《清净道论》2-252—253〕也指示：应以毗婆舍那智看见眼门心路等每一心路心刹那中，与相应法俱生的心路心名法聚的生灭，以及各条心路之间，与相应法俱生的诸有分心的生灭；再把三相提到这些法上修观。〔前面的思惟智部分已经说明。〕《除痴迷论义注》和《清净道论义注》又作如下解释。

义注巴利原文（缅文字体）：‘နာနာဓာတုယော ဝိနိဗ္ဘုဇိတ္တာ ဃနဝိနိဗ္ဘောဂေ ကတေ အနတ္တလက္ခဏံ ယာထာဝသရသတော ဥပဋ္ဌာတိ။’译：‘分析种种界，破除密集以后，无我相便依其如实自性呈现。’

（《阿毗达磨义注》2-47；《清净道论》2-276。）

若能以智把各别的色界、名界加以分析，破除“整块色”“整块名”的色密集、名法密集而观，无我相便会依自身的如实性质，在瑜伽行者的智中呈现。

（《阿毗达磨义注》2-47；《清净道论》2-276。）

其中，只有看见每一色聚、名聚内的色究竟法、名究竟法，在生、住、灭三刹那之内生灭，才能破除相续密集；只有破除相续密集等各种密集，以智知见才能达到究竟法；只有达到究竟法，无我相才会依自身的如实性质，在瑜伽行者的智中呈现。因此，为了获得无我智见和毗婆舍那智见，必须以毗婆舍那智分析色密集、名法密集，直到逐一破除而修观。只有破除密集，才能达到刹那现在；也只有依刹那看见生灭，才能破除相续密集。因此，为了破除密集、获得无我智见，对于色名两者都必须依刹那——

——看见生灭而修毗婆舍那。

所以，《大复注》对《无碍解道义注》主张的反驳——换言之，《大复注》关于名法也必须以毗婆舍那智依刹那观见生灭、一直达到刹那现在的主张——与诸大义注的解释完全一致，如恒河水与亚穆那河水交融为一。

四谛、缘起、方法与相变得明显

四谛如何显现

如前所述，瑜伽行者作意、修观两种生灭：一、依缘观生灭，即从因法观生灭；二、依刹那观生灭，即从刹那观生灭。此时，他的毗婆舍那智透彻了知：“这些色法、名法先前没有，现在忽然生起；生起以后，又忽然止息、破灭、消失。”其智因而变得格外清净。这样从因法与刹那两方面观生灭时，在他的智中，一、四谛，二、缘起法，三、一性等四种方法，四、无常相等五相——

——都会变得明显。（《清净道论》2-267。）只要这位禅修者的生灭智尚未生起，色名的生灭就还不十分明显；由于只是朦胧地推断、随顺其迹，所以说：巴利原文（缅文字体）‘ဣတိ ကိရိမေ ဓမ္မာ အဟုတ္ဝာ သမ္ဘောန္တိ၊ ဟုတ္ဝာ ပဋိဝေန္တိ’——‘据说，这些法先前没有而生起；生起以后又灭去。’这里使用表示并非现量、而是

推断的“据说”（kira）一词。另一种解释是：这是以显示方法的方式而说。先以现量看见现在法的生灭，然后以“同样如此”的方法，把它推广到过去和未来。（《大复注》2-423；《清净道论缅文依文》5-165。）

〔方法的推广已在第一册说明。〕详细说来：他以毗婆舍那智观见，由于无明等在过去生中已经生起，诸蕴有可能生起；也观见由于无明等因法依不生止息而彻底止息，诸蕴便依称为“以后不再生起”的不生止息而止息。这种观法，对这位瑜伽行者来说——

原书 237

——称为依缘观生灭。另一方面，瑜伽行者观生起相和变异相，就是观诸蕴的生灭；这种观法称为依刹那观生灭。生起相只发生于诸蕴正在生起的生起刹那；变异相只发生于正在坏灭的坏灭刹那。因此，观生起相与变异相，就是依刹那观诸蕴的生灭。（《清净道论》2-267。）一、如上所说，从因法与刹那两方面观生灭时，在这位瑜伽行者的智中——

——由依缘见生，也就是只观因法生起故果法生起，以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见直接产生五蕴〔苦谛诸法〕的能生因，集谛便会显现。

二、由依刹那见生，也就是观诸蕴的生起相，以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见五蕴生起这一生苦，苦谛便会显现。

三、由依缘见灭，也就是只从因法观坏灭〔因法依以后不再生起的不生止息而止息，故果法也依以后不再生起的不生止息而止息〕，灭谛便会显现。为什么呢？因为他以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见：由于因法不生——即因法依不生止息而止息——由因法而有的果法也依不生止息而止息。（《清净道论》2-267。）

《大复注》巴利原文（缅文字体）：‘"ပစ္စယာနုပ္ပါဒေနာ"တိ ဧတေန ပစ္စယာနံ အနုပ္ပါဒနိဂ္ဂောဓော ဣဓ ပစ္စယနိဂ္ဂောဓောတိ ဒဿေတိ။’译：‘由“缘不生”一语，显示此处所谓缘灭，是诸缘的不生止息。’

（《大复注》2-424。）

四、由依刹那见灭，也就是观诸蕴在坏灭时变异、破坏的变异相，以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见称为死苦的轮回大苦，所显现的仍是苦谛。（《清净道论》2-267。）譬如说巴利原文（缅文字体）：‘သမုဒ္ဒါ မယာ ဒိဋ္ဌော’——‘我看见了大海。’“大海”一词本来是整个大海的总名，却把这一总名借用于眼睛所能看见的一部分海面；于是依部分借称，把眼见的一部分海面称作大海，并说“我看见了大海”。同样——

原书 238

——又如巴利原文（缅文字体）：‘ပဗ္ဗတော မယာ ဒိဋ္ဌော’——‘我看见了山。’“山”一词本来是整座山的总名，却把这一总名借用于眼睛所能看见的一部分山体；于是依部分借称，把眼见的一部分山体称作山，并说“我看见了山”。正如看见一部分海面，就说整个大海明显；看见一部分山体，就说整座山明显；同样，以毗婆舍那智知见诸蕴一部分的生起——生苦，以及坏灭——死苦，也就称为清楚知见总摄的苦谛。

（《大复注》2-423—424。）

五、在这位瑜伽行者的相续中生起的，是两种诸行生灭见：一、依缘观生灭，即从因法观诸行的生灭；二、依刹那观生灭，即从刹那观诸行的生灭。以不痴、以正见为主，毫不迷惑地了知这两种诸行生灭的真实性质时，便有：一、正见——知见诸行两种生灭的真实性质；二、正思惟——使相应法朝向诸行两种生灭性质这一所缘；三、正精进——努力了知诸行的两种生灭；四、正念——忆念诸行两种生灭性质这一所缘，并使心于——

——该所缘上牢固；五、正定——使心在诸行两种生灭性质这一所缘上善为——

——安住。

这五种道支是世间道支，所以道谛会在这位瑜伽行者的智中显现。为什么呢？因为这些世间道支，以彼分断暂时断除不能如实知见诸行这两种生灭、处于迷惑中的痴法。（《清净道论》2-267—268；《大复注》2-423—424。）当这五种世间道支明显生起时，它们正是通过断除痴法而清楚地生起。

（《大复注》2-424。）

原书 239

缘起法如何显现

无明这一因法明显存在，行这一果法便明显生起；行这一因法明显存在，识这一果法便明显生起——如此等等的教说，是顺缘起教说。

这正是以‘အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ’——‘无明缘行’等方式，说明轮回之轮如何运转的教说。另一方面，巴利原文（缅文字体）：‘အဝိဇ္ဇာယတ္တော အသေသဝိရာဂနိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓော’，译为：‘唯由阿罗汉道令无明以不生灭无余止息，行也以不生灭无余止息。’如此等等，清楚显示缘起轮回之轮止息次第的教说，称为逆缘起教说。

再者，依缘见生（paccayato udayadassana），就是从因法观纯粹的生起，也就是观因法使果法生起的情形；由此，说明轮回苦如何生起的顺缘起法——巴利原文（缅文字体）：‘အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ’即‘无明缘行’等——便会在这位瑜伽行者的相续中显现。为什么呢？因为他以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见：‘无明等这一因法明显存在时，行等这一果法便明显生起。’（《清净道论》2-268。）依缘见灭（paccayato vayadassana），就是从因法观纯粹的坏灭，也就是以毗婆舍那智观见：由于诸因法以不生灭无余止息，诸果法也——

——以不生灭无余止息。由此，与轮回苦的生起正相反的逆缘起法——巴利原文（缅文字体）：‘အဝိဇ္ဇာ ယ- တ္တော အသေသဝိရာဂနိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓော’即‘唯由无明无余离贪灭，行灭’等——便会在这位瑜伽行者的智中显现。为什么呢？因为他以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见这样的止息次第：‘由于无明等这一因法以不生灭而止息，行等这一果法也以不生灭而止息。’（《清净道论》2-268。）再者，依刹那见生灭（khaṇato udayabbayadassana），就是以毗婆舍那智，从所谓生起相与变异相的生、住、坏诸刹那观诸行的生灭；由此，在这位——

——瑜伽行者的智中，老死等果法也会显现；这些果法依生等因法而生，称为缘生法。为什么呢？因为他以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见有为法——亦即诸行——的生、住、坏有为相。凡是生灭性质明显

的法，都是有为法；这些有为法又都是缘生法，因为世尊曾如此教说。巴利原文（缅文字体）：‘ဇရာမရဏံ တိက္ခဝေ အနိစ္စံ သခ်ံတံ ပဋိစ္စသမုပ္ပန္နံ’（《相应部》1-264。）

原书 240

译：‘诸比丘，老死是无常法、有为法，是依因法而生的缘生法。’（《相应部》1-264。）由于世尊有这样的教说，所以这些有为法无不是缘生法。

因此说：以毗婆舍那智依刹那观诸行的生灭时，缘生法便会在这位瑜伽行者的智中显现。（《清净道论》2-268。）

四种理路如何显现

一、再者，由依缘见生（paccayato udayadassana）——从因法观生起，也就是观因法生故果法生——同一理路便会在这位瑜伽行者的智中显现。为什么呢？因为他以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见：因法与果法相互关联、反复生起，所形成的色名相续流也连续不断、反复生起。当他如此以毗婆舍那智亲自现前、透彻知见色名相续流的因果相联与连续不断时，就能断除牢固执取‘死后便断绝’的断灭见。（《清净道论》2-268。）

‘后后诸法的生起，总是紧随前前诸法的坏灭’这一含义，由依缘见生——观因法使果法生起的纯粹生起——得以成立时，便能以智辨知、了知同一理路。由于了知同一理路，作为巴利原文（缅文字体）‘အညော ကရောတိ၊ အညော ပဋိသံဝေဒယတိ’——‘一个人造作，另一个人领受；造作者与领受者不是同一人，亦即今生此身造作，来生彼身承受’——这类说法之根基的断灭见，便没有立足之处。因此，义注解释说：‘由于以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见因法与果法相互关联、反复生起，所形成的色名相续流连续不断、反复生起——

——所以同一理路变得明显。’（《大复注》2-424。）二、由依刹那见生（khaṇato udayadassana）——从刹那观诸行的生起——相异理路便会在这位瑜伽行者的智中显现。为什么呢？因为他以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见不断新生的诸行，一刹那也不停地接连生起。如此知见时，就能断除牢固执取恒常的常见。（《清净道论》2-268。）所谓每一刹那，都是生、住、坏三小刹那的总和；诸行即在这样的每一刹那中生起。这一含义，由依刹那见生——从刹那观——

——纯粹的生起——得以成立时，便能了知相异理路。这样——

原书 241

——了知相异理路以后，由于洞察因（缘法）与果（缘所生法）各自的自相一一相异，作为巴利原文（缅文字体）‘သော ကရောတိ၊ သော ပဋိသံဝေဒေတိ’——‘同一人造作，同一人领受’——这类说法之根基的常见，便显然没有立足、无从生起。

因此，义注师才对上述语句作出这样的解释。

（《大复注》2-424。）

色法、名法的生、住、坏寿量一到，便即止息、坏灭。

然而，只要因法仍在资助果法生起，作为果的色名法就在因尚未穷尽期间，不断重新生起。在这一过程中，前前诸行的自相是一种，后后诸行的自相又是另一种；前前地界的自相是一种，后后新生地界的自相又是另一种；前前触的自相是一种，后后触的自相又是另一种。

这是因为前前究竟法与后后究竟法的生起时间并不在同一刹那。既然生起刹那不同；至于在同一生起刹那并生的诸法，其自相彼此有别，更是不言而喻。因此，不断以毗婆舍那智看见、了知诸行一刹那也不停地接连新生的贤善者，其智中便会显现相异理路。

三、由依缘见生灭（paccayato udayabbayadassana）——观察因法生故果法生、因法灭故果法灭——无主宰运作理路便会在这位瑜伽行者的智中显现。为什么呢？因为他以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见：究竟法不随任何人、众生的意愿而转。如此知见时，就能断除牢固执著'有我'的我见。（《清净道论》2-268。）依缘见生灭智所见的含义是：因法明显存在，果法便明显生起；因法明显不存在，果法便明显不生。由此可知，单凭明显存在这一点——

——无明等法就是因法；诸因法并没有为了使果法生起而操持、筹划的主宰运作。如此，具足依缘见生灭智见的瑜伽行者，其智中便会显现无主宰运作理路。由于无主宰运作理路显现，我见便没有立足、无从生起。为什么呢？因为诸法绝不可能任由任何人、众生或我的意愿而生起。

因此，义注师解释说：瑜伽行者以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见究竟法不随任何人、众生的意愿而转，由此——

——毗婆舍那智能断除执著'有我'的我见。究竟法所谓不受支配（avasavattibhāva），就是依存于他法——因法；也就是不能任由任何人、众生或我的意愿而转。对于有为究竟法，应知相应因法的明显存在本身，就是它们依存于他法。（《大复注》2-425。）四、由依缘见生（paccayato udayadassana）——观因法明显存在故果法明显生起——如是法性理路便会在这位瑜伽行者的智中显现。为什么呢？因为瑜伽行者——

——以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见果法依因法而生。如此知见时，就能彻底断除无作见。（《清净道论》2-268。）以依缘见生智观见果法依因法而生时，他了知：这些作为果的诸行，都是由各自相应的因法而生；虽已生起，却不能任意随心而生，只能依照因法而生。由于有因的果法只能依照因法而成就、生起，执取'即使造作种种善、不善，也不名为造作，不会产生果报'的无作见，便——

——没有任何立足之处，绝无生起的可能。

因此，义注师才对上述语句作出这样的解释。因（kāraṇa）明显存在时，无作论还能在哪里找到立足之处呢？确实，所谓'因'，正因为能作成结果，所以称为因；也就是说，因为能使果法生起，才称为因。（《大复注》2-425。）（这四种理路，前在缘起篇已经详细说明。请把该篇与本篇联系起来，重新阅读。）

五相如何显现

一、由依缘见生（paccayato udayadassana）——从因法观生起，也就是观察因法显然存在故果法显然生起——无我相便会在这位瑜伽行者的智中显现。为什么呢？因为他透彻了知：有为究竟法没有为了使果法生起而操持、筹划的主宰运作，只能依因法而生。（《清净道论》2-268。）具足依缘见生智、正在观察因法显然存在故果法显然生起的瑜伽行者，其相续中会看见：当因法显然存在，因法所具、能使果法生起的自然效能也显然——

——存在时，果法的生起便显然发生。如此，因法只凭自身能使果法生起的自然效能显然存在，便能资助果法生起；有为法并没有为了使果法生起而操持、筹划的主宰运作。反之，当因法显然不存在时，果法也显然不生。这样，果法只依因法而生这一性质也变得明显，并且显示诸法空无自我；所以，无我相便会在具足依缘见生智的瑜伽行者相续中显现——

——义注师就是这样解释上述经文的。（《大复注》2-425。）二、由依刹那见生灭（khaṇato udayabbayadassana）——从刹那观察诸行的生起与坏灭——无常相便会在这位瑜伽行者的智中显现。为什么呢？因为他以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见：诸行先前不存在，如今才突然生起，却不久住，转瞬即坏灭、止息；并且在尚未生起的先前与坏灭后的后来，诸行都归于不存在、空无。（《清净道论》2-268。）由于从刹那观察诸行的生起与坏灭，而知诸行被它们的生起与坏灭——

——所界定，无常相便会在这位瑜伽行者的智中显现。因此，义注师解释说：瑜伽行者以毗婆舍那正见智亲自现前、透彻知见诸行先前不存在，如今才突然生起，却不久住，转瞬即坏灭、止息，所以无常相显现。确实，所谓生起以后止息，就是已经生起、已经存在以后，又归于不存在。生起以前空无，坏灭以后也空无；也就是说，在诸行尚未生起的过去一边，以及已经坏灭的未来一边，这前后两边都空无、不存在，正是空无之性。

确实，在生、住、坏三个小刹那的总和以前和以后，诸行都不显然存在。因此，应知：所谓透彻了知诸行在生起以前与坏灭以后都空无，就是透彻了知它们有开端也有终结。（《大复注》2-425。）三、苦相也会显现。为什么呢？因为瑜伽行者透彻了知：诸行一再受到生起与坏灭之法的逼迫。

> （《清净道论》2-268。）

已经生起而又坏灭的诸行，从生起刹那以后，便不断受到不同阶段的逼迫：衰老、成熟就是老，也就是住刹那；坏灭就是坏刹那。诸行受到这种生灭冲击逼迫的性质，也会由于正确观察诸行的生起与坏灭而显现。

因此，义注师解释说：由于透彻了知诸行一再受到生起与坏灭之法的逼迫，苦相也会显现。（《大复注》2-425。）四、从刹那观察诸行的生起与坏灭时，所显现的不只是无常相与苦相；地界的 kakkhaḷatta-lakkhaṇa——硬性，触的 phusana-lakkhaṇa——接触所缘的触相，等等，这些究竟法所说的自性，也就是各

自固有的自相，也会显现。为什么呢？因为瑜伽行者以毗婆舍那智透彻了知：诸行受到它们的生起与坏灭所界定。（《清净道论》2-268。）

巴利原文（缅文字体）‘ပါဂတာဝဝိဒ္ဓိသာဘာဝါဝဒ္ဓိန်’的意思是：‘由先前不存在与坏灭后不存在所界定。’诸行在尚未生起的先前并不存在，在坏刹那以后也不存在；由于受到这前后两种不存在所界定，它们只在二者之间，依生、住、坏三个小刹那而暂时存在、显现。（《大复注》2-425。）五、当究竟法各自固有的自相显现时，有为相的生、住、坏具有极短寿命这一点也会显现。为什么呢？因为瑜伽行者以毗婆舍那智透彻知见：正在生起的生刹那中没有坏灭，正在坏灭的坏刹那中也没有生起。（《清净道论》2-268。）每一种有为法都各自具有生、住、坏三个小刹那。因此，具有生、住——

——坏三个小刹那的一切法，都是有为法；而生、住、坏三个小刹那的总和，就是用以认识其为有为法的标志，也就是有为相。

从刹那观察诸行的生起与坏灭时，有为相中生刹那、住刹那、坏刹那各自具有极短时长这一点也会显现。

为什么呢？因为有为相中的每一个刹那都不能持续到另一个刹那。

（意思是：生刹那不能持续到住刹那，住刹那不能持续到坏刹那，坏刹那也不能持续到另一个究竟法——即不断新生的究竟法——的生刹那。）因此，义注师解释说：由于瑜伽行者以毗婆舍那智透彻知见，正在生起的生刹那中没有坏灭，正在坏灭的坏刹那中也没有生起，有为相具有极短寿命这一点便会显现。这里再只取生与灭来解释，是因为生灭智的作用正是观察诸行的生起与坏灭；切勿以为这是因为诸行没有住刹那。（《大复注》2-425—426。）如此，四谛、缘起、理路与相等种种差别在瑜伽行者的——

——智中显现时，他便会看见：‘这些诸行以前从未生起，如今才新近生起；

道非道智见清净释：生灭智章（之六）

原书第 245 – 266 页

原书 245

——既已生起的诸行却不久住，转瞬即告止息、坏灭。’他看见的诸行，总是只有不断新生者在生起。不仅如此，他还会看见：它们的寿命极其短暂，只住极短的时间；犹如朝露遇日即消，犹如水泡，犹如以杖在水面划出的痕迹，犹如置于锥尖的芥子，也犹如电光一闪。

还不止于此，他又会看见：诸行犹如幻术、阳焰、梦境、旋动火把所成的火轮，犹如乾闼婆天人因嬉戏之意在空中幻现建造的天城，又如泡沫团、芭蕉干等；全都没有坚实的核心，空无实质。

（《清净道论》2-268—269。）

初步观智

巴利《清净道论》原文（缅文字体）：‘ဇတ္ထာဝတာနေန "ဝယဓမ္မမေဝ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဥပ္ပန္နဉ္စ ဝယံ ဥပေတီ"တိ ဣမိနာ အာကာရေန သမပညာသ- လက္ခဏာနိ ပဋိဝိဇ္ဈိတ္ဝာ ဌိတံ ဥဒယဗ္ဗယာနုပဿနံ နာမ တရုဏဝိပဿနာဉာဏံ အဓိဂတံ ဟောတိ။ ယဿာဓိဂမာ အာရဒ္ဓဝိပဿကောတိ သဒ်ဒံ ဂစ္ဆတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၉။)’译：‘至此，依“唯有以坏灭为法者生起，已生者趋向坏灭”这一行相，通达五十种相而安住的生灭随观，便名为已经证得的初步观智；证得它的人，称为正在精勤修观者。’依上述次第，以观修智亲自现前、透彻知见诸行的生起与坏灭，到了这样的程度，这位瑜伽行者便以‘一切行法都唯有具有坏灭之性才会生起；生起以后，又依其自身法性唯趋向坏灭’这样的行相，通达五十种相而安住，证得名为生灭随观的初步观智。由于证得了这种生灭随观智——

——他便被称为正在精勤修观者（āraddha-vipassaka），也就是已经发起而仍在精勤修习毗婆舍那的瑜伽行者。（《清净道论》2-269。）

萨遮迦问与佛陀答

巴利《小萨遮迦经》原文（缅文字体）：‘ကိတ္တာဝတာ ခ နု ခေါ ဘောတော ဂေါတမဿ သာဝကော သာသနကရော ဟောတိ ဩဝါဒပတိကရော၊ တိဏ္ဏာဝိစိကိစ္ဆော ဝိဂတကထံကထော ဝေသာရဇ္ဇပ္ပတ္တော အပရပ္ပစ္စယော သတ္ထုသာသနေ ဝိဟရတီတိ။ ဣဓ အဂ္ဂိဝေဿန မမ သာဝကော ယံ ကိဉ္စိ ရူပံ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နံ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ သြဠာရိကံ ဝါ သုခုမံ ဝါ ဟီနံ ဝါ ပဏီတံ ဝါ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗံ ရူပံ "နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ"တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ပဿတိ။ ယာ ကာစိ ဝေဒနာ။ ပ ။ ယာ ကာစိ သညာ။ ပ ။ ယေ ကေစိ သင်္ခါရာ။ ပ ။ ယံ ကိဉ္စိ ဝိညာဏံ။ ပ ။ ။ ဇတ္တာဝတာ ခေါ အဂ္ဂိဝေဿန မမ သာဝကော သာသနကရော ဟောတိ ဩဝါဒပတိကရော၊ တိဏ္ဏာဝိစိကိစ္ဆော ဝိဂတကထံကထော ဝေသာရဇ္ဇပ္ပတ္တော အပရပ္ပစ္စယော သတ္ထုသာသနေ ဝိဟရတီတိ။ (မ-၁-၂၉၇။ စူဠသစ္စကသုတ္တန်။)’译：‘〔萨遮迦问：〕尊者乔答摩的弟子，要到何种程度才算遵行教法、实行教诫，已经超越疑惑、断除犹疑，得到无畏，不依他缘而住于导师的教法中？〔佛陀答：〕阿耆毗舍那，在此，我的弟子对于任何色，无论过去、未来、现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近；对这一切色，都以正慧如实观见：“这不是我的，这不是我，这不是我的自我。”对于任何受……任何想……任何诸行……任何识，也同样如实观见。阿耆毗舍那，到这样的程度，我的弟子便是遵行教法、实行教诫者；他已经超越疑惑、断除犹疑，得到无畏，不依他缘而住于导师的教法中。’（《中部》1-297，《小萨遮迦经》。）

巴利《相应部义注》原文（缅文字体）：‘သမ္မပ္ပညာယ ပဿတီတိ သဟ ဝိပဿနာယ မဂ္ဂပညာယ သုဋ္ဌု ပဿတိ။ (သံ-ဋ္ဌ-၂-၁၉၇။)’译：‘所谓“以正慧观见”，是连同毗婆舍那慧与道慧而善观见。’巴利《相应部复注》原文（缅文字体）：‘သမ္မ။ ပ ။ ပဿတီတိ ပုဗ္ဗဘာဂေ ဝိပဿနာဉာဏေန သမ္မသနဝသေန၊ မဂ္ဂက္ခဏေ အတိသမယဝသေန သုဋ္ဌု အတ္တပစ္စက္ခေန ဉာဏေန ပဿတိ။ (သံ-ဋီ-၂-၁၈၁။)’译：‘所谓“以正慧观见”，是指在前分阶段以观智作思惟而善观见，在道刹那则以现观而由自己的亲证现见智善观见。’萨遮迦问道：‘尊者乔答摩的弟子，要到何种程度才算遵行教法、实行教诫，已经超越疑惑、断除犹疑，达到无畏——即无畏之智——不再须依靠、信从他人，而住于世尊的教法中？’

佛陀答道：‘阿耆毗舍那，在此，我的弟子对于一切色——无论一、内，二、外，三、粗，四、细，五、劣，六、胜，七、远，八、近，九、过去，十、未来，十一、现在——都以观慧、道慧这一正慧，如实观见：“此色不是我的，此色不是我，此色不是我的自我。”’

对于一切受，也同样如实观见……

对于一切想，也同样如实观见……

对于一切行，也同样如实观见……

对于一切识，也同样如实观见。

佛陀接着说：‘阿耆毗舍那，到这样的程度，我的弟子便是遵行教法、实行教诫者；他已经超越疑惑、断除犹疑，达到无畏，不再须依靠、信从他人，而住于世尊的教法中。’（《中部》1-297；《根本五十经篇》缅译第305页；《小萨遮迦经》。）〔注：巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：‘အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နံ အနိစ္စတော ဝဝတ္ထေတီတိအာဒိနာ နယေန အတီတတ္တိကဿေဝ စ ဝသေန သမ္မသနဿ ဝုတ္တတ္တာ အဇ္ဈတ္တာဒိဘေဒံ အနာမသိတွာပိ အတီတတ္တိကဿေဝ ဝသေန ပရိစ္ဆိန္နိ- တွာပိ အနိစ္စာဒိတော သမ္မသနံ ကာတဗ္ဗမေဝ။ (ပဋိသံ-ဋ္ဌ-၁-၂၃၃။)’译：‘既然经文依“分别过去、未来、现在为无常”等方式，只从过去等三时而说思惟，那么即使不另触及内等差别，也仍须单依过去等三时加以界定，观为无常等。’上引《根本五十经篇》缅译，正与这段《无碍解道义注》的解释相符。〕巴利《中部义注》原文上段（缅文字体）：‘ယသ္မာ ပနေတ္ထ ပဿတီတိ ဝုတ္တတ္တာ သေက္ခဘူမိ ဒဿိတာ။ တသ္မာ ဥတ္တရိ အသေက္ခဘူမိ ပုစ္ဆန္တော’

巴利引文续（缅文字体）：‘ဒုတိယံ ပဉ္ဟံ ပုစ္ဆိ၊ တမ္မိဿ ဘဂဝါ ဗျာကာသိ။ (မ-ဋ္ဌ-၂-၁၈၂။)’合译：‘由于这里说“观见”，便显示了有学地。因此，为了进一步询问无学地，他又提出第二个问题；世尊也为他解答。’（《中部义注》2-182。）

上述答语因为说的是‘观见’，所以显示的是有学地。因此，萨遮迦为了进一步询问无学地，又提出第二个问题，世尊也为他解答。这第二组问答如下。

巴利《小萨遮迦经》原文（缅文字体）：‘ကိတ္တာဝတာ ပန ဘော ဂေါတမ ဘိက္ခု အရဟံ ဟောတိ ခီဏာသဝေါ ဝုသိတဝါ ကတကရဏီယော ဩဟိတဘာရော အနုပ္ပတ္တသဒတ္ထော ပရိက္ခီဏဘဝသံယောဇနော သမ္မဒညာ ဝိမုတ္တောတိ။’译：‘尊者乔答摩，比丘要到何种程度，才是漏尽、梵行已立、所作已办、重担已卸、己利已达、有结已尽、以正智解脱的阿罗汉？’

巴利引文续（缅文字体）：‘ဣဓ အဂ္ဂိဝေဿန ဘိက္ခု ယံ ကိဉ္စိ ရူပံ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နံ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဩဠာရိကံ ဝါ သုခုမံ ဝါ ဟီနံ ဝါ ပဏီတံ ဝါ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗံ ရူပံ "နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ"တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒိသွာ အနုပါဒါ ဝိမုတ္တော ဟောတိ။ ယာ ကာစိ ဝေဒနာ။ ပ ။’译：‘阿耆毗舍那，在此，比丘对于任何色，无论过去、未来、现在，内或外，粗或细，劣或胜，远或近；如实以正慧观见一切色：“这不是我的，这不是我，这不是我的自我”，便不取而解脱。对于任何受，也是如此……’

巴利引文续（缅文字体）：‘ယာ ကာစိ သညာ။ ပ ။ ယေ ကေစိ သင်္ခါရာ။ ပ ။ ယံ ကိဉ္စိ ဝိညာဏံ။ ပ ။’译：‘对于任何想……任何诸行……任何识，也同样不取而解脱……’

巴利引文续（缅文字体）：‘ဧတ္တာဝတာ ခေါ အဂ္ဂိဝေဿန ဘိက္ခု အရဟံ ဟောတိ ခီဏာသဝေါ ဝုသိတဝါ ကတကရဏီယော ဩဟိတဘာရော အနုပ္ပတ္တသဒတ္ထော ပရိက္ခီဏဘဝသံယောဇနော သမ္မဒညာ ဝိမုတ္တော။ (မ-၁-၂၉၈။)’译：‘阿耆毗舍那，到这样的程度，比丘便是漏尽、梵行已立、所作已办、重担已卸、己利已达、有结已尽、以正智解脱

的阿罗汉。’（《中部》1-298。）萨遮迦问道：‘尊者乔答摩，比丘要到何种程度，才是诸漏已尽、梵行已立、所作已办、重担已卸、已经到达自己的利益——阿罗汉果——有结已尽、以正智解脱的阿罗汉？’

佛陀答道：‘阿耆毗舍那，在此，比丘对于一切色——无论一、内，二、外，三、粗，四、细，五、劣，六、胜，七、远，八、近，九、过去，十、未来，十一、现在——都以观慧、道慧这一正慧如实观见：“此色不是我的，此色不是我，此色不是我的自我”，并且不取而解脱。’

对于一切受，也是如此……

对于一切想，也是如此……

对于一切行，也是如此……

对于一切识，也是如此……

佛陀接着说：‘阿耆毗舍那，到这样的程度，比丘便是诸漏已尽、梵行已立、所作已办、重担已卸、已经到达自己的利益——阿罗汉果——有结已尽、以正智解脱的阿罗汉。’（《中部》1-298；《根本五十经篇》缅译第305—306页。）依这段教说，瑜伽行者为了到达有学地与无学地——换言之，为了成为有学圣者以及无学阿罗汉圣者——就必须依照佛陀所指示的观法，对所有内或外、粗或细、劣或胜、远或近、过去、未来、现在的色与受——

——想、行、识，都观为‘这不是我的，这不是我，这不是我的自我’，也就是观为无常、苦、无我。

贤善者也应依这些指示，为使生灭随观智趋于成熟而反复轮流修观：一、时而观色法；二、时而观名法；三、时而观内五蕴；四、时而观外五蕴；五、时而观过去五蕴；六、时而观未来五蕴；七、时而观现在五蕴；八、时而观因法；九、时而观果法。又应轮流把三相提到这些所缘上：十、时而观无常相；十一、时而观苦相；十二、时而观无我相，如此一再强力修习毗婆舍那。还应如前所述，以身随观、受随观、心随观、法随观四种方法轮流修观。

念处修习第三阶段

上述一路说明到初步观智为止的教法次第，已经分别在入出息念定篇、色业处篇与名业处篇中说明：一、把入出息念定修习至第四禅的身随观念处修习第一阶段；二、在内相续摄取名为身、受、心、法的五蕴，在外相续也摄取名为身、受、心、法的五蕴，也就是在内外两种相续中，摄取名为身、受、心、法——

——的五取蕴之念处修习第二阶段。

现在仍在说明念处修习第三阶段。第三阶段包括三个大篇：甲、缘起篇；乙、思惟智篇；丙、生灭智篇。指示如何完成第三阶段的教说如下。巴利《中部》经文（缅文字体）：‘၃။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ- နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။ (ဓ-၁-၇၁။) သမုဒယဓမ္မာနုပဿီဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယ- ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရ

တိ။ (မ-၁-၇၅။) သမုဒယဓမ္မာနုပဿီဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ- နုပဿီ ဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ။ (မ-၁-၇၆။) သမုဒယဓမ္မာနုပဿီဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ- နုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။ (မ-၁-၇၇-၇၈။)’译：‘三、或于身随观生法而住，或于身随观灭法而住，或于身随观生灭法而住。（《中部》1-71。）或于诸受随观生法而住，或于诸受随观灭法而住，或于诸受随观生灭法而住。（《中部》1-75。）或于心随观生法而住，或于心随观灭法而住，或于心随观生灭法而住。（《中部》1-76。）或于诸法随观生法而住，或于诸法随观灭法而住，或于诸法随观生灭法而住。（《中部》1-77—78。）’

这些教说指示：对于作为念所安住之所缘、名为身、受、心、法的诸法，应当反复、一再修观与审察：一、生起之因与生起本身；二、止息之因与止息本身；三、生起之因与生起本身，以及止息之因与止息本身。

本书《趣向涅槃之道》也依这些教说，已经说明了念处修习第三阶段以前的种种修法。愿一切渴求涅槃的贤善者，都能勤勉努力、修习实践。

《清净道论义注》说明，在这初步观阶段会生起十种观随烦恼。下面继续说明这些观随烦恼。

十种观随烦恼

此后，只有在依称为生灭随观的初步观之力，仍在精勤修观的瑜伽行者相续中，才会生起十种能够染污毗婆舍那的观随烦恼。反过来说，它们不会生起于：一、已经以道智、果智到达通达领域的圣弟子；二、戒破等行持已经毁坏者；三、虽曾修习毗婆舍那，却在修习中途心志退缩而放下观业处者；四、虽具足戒等，却因懈怠而不修习毗婆舍那者——

——的相续中。反之，对于行持契合佛陀正教、前后精进相续、以善妙精进不断修习观智、仍精勤修观直至生灭智的善家子，这些观随烦恼必定会生起，并非不会生起。〔如果完全不生起，能够分别道与非道的道非道智也就不应生起。〕（《清净道论》2-269。）上引义注说，观随烦恼不生于已经到达通达领域的圣弟子；这是依“至上显示”的方法，以最殊胜者为极限而说。至于坏灭随观智——

——怖畏随观智、过患随观智等阶段，观随烦恼也不可能生起于依这些尚属初步观的观智而精勤修观者；从厌离随观智等开始，观已强而有力，观随烦恼也不可能生起于依这种强力观而精勤修观者。

因此，应知上引义注是依“至上显示”而说。（《大复注》2-427。）这十种观随烦恼是：光明、智、喜、轻安、乐、胜解、策励、现起、舍、欲求。

《无碍解道》的开示

巴利《无碍解道》原文（缅文字体）：‘အနိစ္စတော မနသိကရောတော ဩဘာသော ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ "ဩဘာသော ဓမ္မော"တိ ဩဘာသံ အာဝဇ္ဇတိ၊ တတော ဝိက္ခေပေါ ဥဒ္ဒစ္စံ။ တေန ဥဒ္ဒစ္စေန ဝိဂ္ဂတိတမာနသော အနိစ္စတော ဥပဋ္ဌာနံ ယထာဘူတံ နပ္ပဇာနာတိ။’译：‘作意为无常者，光明生起；他转向光明，认为：“光明是法。”由此发生散乱与掉举。心被掉举扰乱，便不能如实了知显现为无常的所缘——’

巴利引文续（缅文字体）：‘ဒုက္ခတော။ အနတ္တတော ဥပဋ္ဌာနံ ယထာဘူတံ နပ္ပဇာနာတိ။’译：‘——也不能如实了知显现为苦或无我的所缘。’

巴利引文续（缅文字体）：‘အနိစ္စတော မနသိကရောတော ဉာဏံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ ပ။ ပီတိ။ ပဿဒ္ဓိ။ သုခံ။ အဓိမောက္ခော။ ပဂ္ဂဟော။’译：‘作意为无常者，智生起……喜、轻安、乐、胜解、策励——’

巴利引文续（缅文字体）：‘ဥပဋ္ဌာနံ။ ဥပေက္ခာ။ နိကန္တိ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ "နိကန္တိ ဓမ္မော"တိ နိကန္တိံ အာဝဇ္ဇတိ၊ တတော ဝိက္ခေပေါ ဥဒ္ဓစ္စံ။ တေန ဥဒ္ဓစ္စေန ဝိဂ္ဂတိတမာနသော အနိစ္စတော ဥပဋ္ဌာနံ ယထာဘူတံ နပ္ပဇာနာတိ။ ဒုက္ခတော။ အနတ္တတော ဥပဋ္ဌာနံ ယထာဘူတံ နပ္ပဇာနာတိ။ (ပဋိသံ-၂၉၁။ ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၆၉။)’译：‘——现起、舍、欲求也生起。他转向欲求，认为：“欲求是法。”由此发生散乱与掉举。心被掉举扰乱，便不能如实了知显现为无常、苦或无我的所缘。’巴利《大复注》原文上段（缅文字体）：‘ဩဘာသာဒီသု "အရိယဓမ္မော"တိ ပဝတ္တံ ဥဒ္ဓစ္စံ ဝိက္ခေပေါ ဓမ္မုဒ္ဓစ္စံ၊ တေန ဓမ္မုဒ္ဓစ္စေန ဝိပဿနာဝီထိတော ဥတ္တမနေန ဝိရူပံ ဂဟိတံ ပဝတ္တိတံ မာနသံ ဓမ္မုဒ္ဓစ္စဝိဂ္ဂတိတမာနသံ။ ဩဘာသော ဓမ္မောတိ ကာရဏ္ဍပစာ- ရေနာဟ။ ဤဒိသံ ဩဘာသံ ဝိဿဇ္ဇေန္တော မမ အရိယမဂ္ဂါတိ အတ္ထော။ ဩဘာသံ အာဝဇ္ဇတိ "နိဗ္ဗာန"န္တိ ဝါ "မဂ္ဂေါ"တိ ဝါ "ဖလ" န္တိ ဝါ။ နိဗ္ဗာနန္တိ ဂဏှန္တော တတ္ထ ပဝတ္တဓမ္မေ မဂ္ဂဖလဘာဝေန ဂဏှာတိ။ ဉာဏာဒိကေ ပန မဂ္ဂဖလဘာဝေနေဝ ဂဏှာတိ။ ပ။ တတ္ထ အနိစ္စ။ ပ။ နပ္ပဇာနာတိ "မဂ္ဂံ ပတ္တောသ္မီ"တိ သညာယ အနိစ္စတာ-’译：‘对于光明等，以“这是圣法”而转起的掉举散乱，称为法掉举。由于以这种法掉举越出观行之路，心错误地执取、转起，故称为被法掉举扰乱之心。所谓“光明是法”，是以因作果的借称；意思是，放射这种光明的法是我的圣道。他转向光明，把它作意为涅槃、道或果。若执为涅槃，便把依那光明而转起的诸法执为道果；智等则直接执为道果。……于彼，不能了知无常……因为生起“我已经得道”之想，不再以无常等——’

巴利引文续（缅文字体）：‘ဒိဝသေန မနသိကာရဿေဝ အဘာဝတော။ (မဟာဋီ-၂-၄၂၇-၄၂၈။)’合译：‘——作意。’对于正在观诸行为无常的瑜伽行者，依其无常观智的威力，光明生起；对于正在观诸行为苦的瑜伽行者，依其苦观——

——智的威力，光明生起；对于正在观诸行为无我的瑜伽行者，依其无我观智的威力，光明也生起。他转向这种光明，认为：“能够发出、产生这种光明的法，正是我所欲求的圣道、圣果与涅槃。”这样把观智所生的光明作意为圣道、圣果、涅槃的心散乱，称为掉举。这种掉举已经偏离以智照见诸行的无常、苦、无我，并观为无常、苦、无我的既定观行正道，因为他已不再对诸行——

——以无常等作意，而只把观智所生的光明作意为圣者之法、圣者真正的法。由于偏离既定观道，这种瑜伽行者被称为“心被错误执取、错误引转者”。又由于生起“已经得道”之想，使他完全不再以无常等作意诸行，所以不能把显现为无常的行所缘如实知为无常，也不能把显现为苦的行所缘如实知为苦——

——不能把显现为无我的行所缘如实知为无我。这种不知，正是已经偏离观行之路。（《清净道论》2-269；《大复注》2-427—428。）他执取说：发出这种光明的法，是我的圣道、我的圣果；又把光明本身执为涅槃。

若把光明执为涅槃，他便把以该光明为所缘而生起的诸法，执为圣道法与圣果法。至于智等其他观随烦恼，则只执为圣道、圣果，并不执为涅槃。（《大复注》2-427—428。）

一、光明

在五蕴有的转起期间，每一个依心所依处而生起的心，都能产生心生食素八法色。诸观心也依心所依处色而生，因此同样能够产生心生食素八法色。

观修心所生的心生食素八法色中，每一色聚都含有颜色界——色所缘。这种色所缘，即颜色界，极为明亮。

每一个观修心都能产生许多心生食素八法色聚；在数秒、数分钟之内，也能生起许多观修心，因此会有极其众多的心生色聚。一个色聚中颜色界——色所缘的光，与另一色聚中颜色界——色所缘的——

原书 252

——光，极其紧密地相续接触而生起。因此，如同手持一端火种挥舞一般，瑜伽行者会把这些色聚中颜色界——色所缘的光，看成连续的一片。

此外，每一个由观修心所生的心生色聚中，都含有火界——时节。观智的威力有多强，该火界——时节便能相应地产生许多新的时节生食素八法色聚。这些时节所生色称为“落在自身色相续中的时节所生色”。每一个时节生色聚中也含有颜色界——色所缘；观智威力越强，这些色所缘也越明亮。

由生灭智这样的观修心所生的心生食素八法色中，极其明亮的颜色界——色所缘之光；以及落在自身色相续中的这些心生食素八法色所含火界——时节，依观智威力一代一代、连续不断地产生时节所生色，而其中极其明亮的颜色界——色所缘之光：这两类光都称为“观之光明”，即观智之光，也称为“观染光”。

这两种光中，观心所生心生食素八法色所含颜色界——色所缘之光，只在瑜伽行者身体内部闪耀发亮；时节生食素八法色所含极明亮颜色界——色所缘之光，则不仅在身体内部，还会离开身体，随观智威力向周围十方扩散。〔每一个观心所生心生色聚中的火界——时节，都会产生新的时节生食素八法聚；这些时节生聚中的火界——时节，又会产生其他新的时节生食素八法聚。这样，随观智威力或强或弱，色聚一代接一代——

——辗转撞击而反复生起。这些时节生食素八法色不仅在内相续中，也一路撞击到外在；也就是说，一个色聚中的火界不断资助新的色聚生起。色聚扩散到哪里，其中颜色界——色所缘之光也就向周围十方扩散到哪里。〕这种光明只会显现于该瑜伽行者自己的智。他也能借此看见光明所及之处的一切色所缘。至于这种看见，究竟是由眼识看见，还是由意识看见——

——诸大德说，应当对此加以审察。就像证得天眼通者一样，那一切色所缘〔花朵等各种色所缘〕——

原书 253

——似应理解为唯由意识所知见之法。

（《大复注》2-428—429。）

当这种观之光明生起时，瑜伽行者会想：“从前我从未生起过这样性质的光明；我必定已经到达圣道、圣果。”于是，他把不是圣道的光明执为圣道，把不是圣果的光明执为圣果。如此执取者的观行正道已经偏

离。〔因为他想到“我已经到达圣道”而放下观业处，所以他的观已经离开正确的观道，走上歧路。

换句话说，正因误以为已经得道，他的观便离开了正确的观道。〕这位瑜伽行者舍弃本来的观业处，只一味欣乐于光明而坐着，已经走上错路。（《清净道论》2-270；《大复注》2-429。）〔注：巴利义注原文（缅文字体）：‘နှ ဝတ ဧဓ ဤတော ပုဗ္ဗေ ဧဝရူပေါ ဩဘာသော ဥပ္ပန္နပုဗ္ဗော’译：‘我从前从未生起过这样性质的光明。’对于这句义注，须小心不作错误理解：它只说“从前未曾有过这种性质的光明”，并不是说以前完全没有光。光明也并非到生灭随观智阶段才第一次出现；早从止修中接近近行定的——

——遍作定阶段起，贯穿整个止修与观修过程，光明一直都存在；前面入出息念定篇也已经清楚说明。〕对于有些禅修比丘，这种光明只照亮盘腿而坐之处；有些照亮禅房内部；有些还照到禅房之外；有些照亮整座寺院，或一伽乌多、半由旬、一由旬、二由旬、三由旬……有些则从地面一直——

——照到色究竟天，形成一整片光明。至于正自觉佛陀，其殊胜观智所生的光明曾遍照一万个世界。（《清净道论》2-270。）这种光明有小有大、范围或窄或广，差异不一；以下故事便是例证。

斯里兰卡吉多罗山寺中，有一座僧房，周围环绕着经行道；内有卧房，卧房外围的经行道也——

原书 254

——筑有围墙。这座有两重围墙的僧房内住着两位大长老。两位长老谈论光明的那一天，正值黑月布萨日，四方都被云层遮蔽。

夜间出现具足四支的黑暗。此时，较年轻的长老禀告：“尊者，现在我看见塔院的殊胜处，傍晚供奉的五色花朵。”〔对于观智清净者，光明遍及之处的一切色所缘，都会如同证得天眼通者一般显现。（《大复注》2-429。）〕大长老回答：“贤友，你说的并不稀奇；现在我甚至看见大海中一由旬处的鱼鳖。”

这就是说明光明差异的故事。长期以来，因为传说有误，故事的原貌如下。一般而言，经由止乘而获得观智的禅修比丘，最容易把这种光明误认成道、果、涅槃。把产生这种光明的智误认为圣道、圣果，称为增上慢。止乘者转入毗婆舍那并获得观智以后，若生起这种增上慢，便因禅那等至长期镇伏的烦恼未现起，而生起“我是阿罗汉”的念头。应知住在 Uccavālika 的摩诃那伽大长老、住在 Haṅkanaka 的摩诃达多长老，以及住在吉多罗——

——山寺 Niṅkapeṇṇaka 业处僧房的朱拉须摩那长老，都是这样的例子。（《清净道论》2-270。）

摩诃那伽大长老

住在 Talaṅgara、已经证得四无碍解智的阿罗汉达摩提那长老，教诫众多比丘僧而住。一天，他在日间住处想：“住在 Uccavālika、作为我们导师的摩诃那伽大长老，他应作的沙门义务，究竟已经完成，还是尚未完成？”他入神通定观察，看见摩诃那伽大长老仍是凡夫，便想：“如果我不去，我的导师恐怕会以凡夫身份去世。”于是——

原书 255

——他以神通飞上天空，降落在摩诃那伽大长老日间住处附近，礼敬导师、履行弟子义务，在适当处坐下。随后师徒问答如下。导师：“贤友达摩提那，为何在不适宜的时刻前来？”

弟子：“尊者，我想来请问一些问题。”

导师：“贤友达摩提那，问吧；知道的，我会回答。”

导师这样说后，达摩提那长老便请问一千个问题；摩诃那伽大长老对所问的每一个问题，都毫无迟滞地迅速作答。

弟子：“尊者，您的智慧极其敏锐。您何时证得由圣道而来的无碍解法？”

〔这是顺着摩诃那伽大长老自己的想法而问。〕

导师：“贤友达摩提那，从今天倒数，是六十年前证得的。”

弟子：“尊者，您能入神通定、运用神通吗？”

导师：“贤友达摩提那，运用这种神通定对我并不困难。”

弟子：“尊者，既然不困难，请变化出一头象。”

摩诃那伽大长老变化出一头身体雪白、宛如银山的大象。

弟子：“尊者，现在请让这头白象双耳纹丝不动——

——尾巴竖起，把象鼻伸入口中，并发出可怕的鹭鸣般吼声——

——以这种形态向尊者奔驰而来——

——请以神通变化成这样的象。”

摩诃那伽大长老完全依照达摩提那长老所说的形态作了变化。

看见壮年大象以迅猛之势奔来、形态可怖，摩诃那伽大长老心生恐惧，起身欲逃。阿罗汉弟子达摩提那长老伸手抓住他的袈裟一角，问：“尊者，阿罗汉还会生起惊惧恐怖吗？”

摩诃那伽大长老这才知道自己仍是凡夫，蹲坐在达摩提那长老脚下说：“贤友达摩提那，请作我的依止。”

达摩提那长老禀告：“尊者，我正是怀着要来作您依止的心而来；请勿忧虑。”随后为他开示业处。

摩诃那伽大长老受持业处，登上经行道作意，在第三步时便到达称为最上果的阿罗汉果。摩诃那伽大长老的瞋行性格很重；像他这样的比丘，容易被称为“光明”的观之光明所动摇。（《清净道论》2-270—271。）

二、智（观智）

所谓属于观随烦恼的‘智’，就是观智。瑜伽行者依因缘观见色名法的生灭，依刹那观见色名法的生灭等；这样把三相提到诸法上，比较、审察而修观。当他令生灭智到达究竟时，会生起极其锐利、极其清净的

观智；它势不可挡，锋锐有力，如因陀罗投出的金刚杵一般，又如磨利的针一样尖锐。

（《清净道论》2-271。）

三、喜（观喜）

所谓喜，是与观心相应的喜。当时，在这位瑜伽行者的相续中，小喜、刹那喜、继起喜、踊跃喜、遍满喜这五种喜，能够遍满全身而生起。（《清净道论》2-272。）由于生灭随观智沿正确道路进展时，这五种喜能依次生起，义注师便如此解释这五种喜的生起。可是，与到达顶峰的生灭智同时生起时，只有遍满喜这一种；而且除了近行定和安止定的刹那以外，遍满喜也能生起。因此义注师说：‘喜遍满全身而生起。’（《大复注》2——

——430。）应知这里特别是指：与观喜相应的殊胜观心所生之精妙心生色，生起而遍满全身。

四、轻安（观轻安）

所谓轻安，是与观心相应的轻安。那时，瑜伽行者无论在夜间净处还是日间净处坐禅、持续修习观业处，身心都不再焦躁，也不再沉重。

身心不再粗硬，对观修也不再不堪任。

相应地说，这位瑜伽行者的诸心寂静、轻快、柔软，在观修中堪任，极为清净、练达而且正直。他的身心由轻安、轻快性、柔软性、适业性、练达性、正直性这些心所所资助——

——这些心所如此资助他的身心，所以生灭智生起时，他能体验名为‘超人之乐’的喜悦；它不是享受欲乐的世人所有，也超越世人所适宜享受的欲乐之乐。

（《清净道论》2-272。）

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘တတ္ထ ကာယဂ္ဂဟဏေန ရူပကာယသာပိ ဂဟဏံ ဝေဒိတဗ္ဗံ၊ န ဝေဒနာဒိက္ခန္ဓတ္တယသေ့ဝ။ ကာယ- ပဿဒ္ဓိအာဒယော ဟိ ရူပကာယသာပိ ဒရထာဒိနိမ္မဒ္ဒိကာတိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၃၀။)’译：‘这里以“身”一词，也应理解为摄取色身；不应只理解为受等三蕴。因为身轻安等也能镇伏色身的焦躁等。’心所轻安与心轻安、心所轻快性与心轻快性、心所柔软性与心柔软性、心所适业性与心适业性、心所练达性与心练达性、心所正直性与心正直性，这六对心所总是成对相应。因此，轻安生起时，轻快性等心所也必然生起。义注师为了突出显示各心所各自的作用，并借此显示全部六对心所，才解释说：‘身心不再焦躁，也不再沉重’等等。

在心所轻安等法中，应知‘身’一词也总摄色身，即色法之聚；不应只理解为受等三个名蕴。

确实，心所轻安等心所也能镇伏色身的焦躁等。身心之所以寂静、轻快、柔软，在观修中堪任，极为清净、练达而正直，是因为观心生起时，能够排除下列令心染污之法：一、作为身心不寂静之根源的掉举等烦

恼；二、作为不轻快之根源的昏沉睡眠等烦恼；三、作为不柔软之根源的见、慢等烦恼；四、作为在观修中不堪任之根源的其余诸盖〔欲贪、嗔恚等〕；五、作为观修不熟练、不清净之根源的——

——无信等烦恼；六、作为不正直、弯曲之根源的诳与虚伪等烦恼。因为观心生起时能排除这些令心染污之法，义注师才解释说：‘身心不再焦躁，也不再沉重’等等。（《大复注》2-430。）佛陀正是针对这种在观修中名为‘超人之乐’的喜悦、欣乐与爱乐而作如下开示。

原书 258

巴利《法句》原文第一偈上半（缅文字体）：‘သုညာဂါရံ ပဝိဋ္ဌဿ၊ သန္တစိတ္တဿ တိက္ခဏော။’译：‘比丘进入空闲处，心得寂静——’

巴利引文续（缅文字体）：‘အမာနုသိ ရတိ ဟောတိ၊ သမ္မာ ဓမ္မံ ဝိပဿတော။’译：‘——正确观诸法，便得超人之乐。’

巴利引文续（缅文字体）：‘ယတော ယတော သမ္မသတိ၊ ခန္ဓာနံ ဥဒယဗ္ဗယံ။’译：‘每当他审察诸蕴的生灭——’

巴利引文续（缅文字体）：‘လဘတိ ပီတိပါမောဇ္ဇံ၊ အမတံ တံ ဝိဇာနတံ။ (ခု-၁-၆၇။)’译：‘——便获得喜悦；对于如此了知者，这便是不死。’（《小部》1-67。）

suññāgāraṃ：空闲精舍；或指远离常相、乐相、我相、净相，并作为瑜伽行者安乐所依的观。paviṭṭhassa：已进入。santacittassa：心安定、寂静而不躁动。sammā：正确、恰当地。dhammaṃ：色名诸行法。vipassato：依生灭随观等修观、审察。bhikkhuno：对瑜伽行比丘。amānusī：并非没有修习观的凡夫所有，故名‘超人’。rati：在观修中的喜悦、欣乐与爱乐，即观之乐。hoti：生起。

yato yato：从任何色分或名分〔以色或名为导向〕。khandhānaṃ：五蕴的。udayabbayaṃ：生起与坏灭的性质。sammasati：把三相提到其上而观修、审察。tato tato：从每一所审察的色名部分。pītipāmojjaṃ：喜与悦。labhati：获得。taṃ：这种喜悦之法。vijānataṃ，即 vijānantānaṃ：对于如实知见生灭的智者。amataṃ：以不死涅槃为究竟，故是不死法。（《缅译清净道论依文》5-182—183。）如此，这位瑜伽行者成就了名为‘超人之乐’、超越诸天与世人所适宜享受之欲乐的观之喜悦——

——欣乐与爱乐；随即，轻安与轻快性等心所相应而生起。

五、乐（观乐）

所谓乐，是与观心相应的心所乐。当这位瑜伽行者具足生灭随观智时，极其殊胜的观乐能够浸润全身而生起。（《清净道论》2-272。）与观乐相应之心所生的极精妙心生色，遍触并周遍增长于瑜伽行者全身。义注师正是针对这种极精妙心生色遍触全身、周遍增长的情形，解释说：‘极其殊胜的观乐浸润全身而生起。’

（《大复注》2-431。）

原书 259

六、胜解（信胜解）

从胜义法体的意思说，这里的胜解就是信心所。〔意思是：这里并非指巴利《法集论》所列‘或任何其他法’一类心所中的胜解心所。〕确实，当时会生起强而有力的信心所；它只与观智相应，并能令这位瑜伽行者的心与心所极为澄净。（《清净道论》2-272。）在观修，尤其在这生灭智阶段，这种信并不是由于信受业果或三宝而生起；实际上，它是因为离开令心混浊的烦恼垢，而能使观智及其相应法极为澄净的信——

——这里正把这种信称为‘胜解’。（《大复注》2-431。）

七、策励（观精进）

所谓策励，就是精进。确实，当时会在这位瑜伽行者的相续中生起观精进：它只与观智相应，不太松也不太紧，能善加扶持观智及其相应法，使其不从各自观智的所缘退落。（《清净道论》2-272。）过去修习的力量已经成就这种均衡精进；它能把观智及其相应法从作为染污一分的懈怠中托举、提升，所以称为‘策励’。义注正因此解释说：‘所谓策励，就是精进。’（《大复注》2-431。）

八、现起（观之念）

所谓现起，就是念。确实，当时会生起与观智相应的念：它善加忆持诸行无常、苦、无我等性质，因而牢固地黏住所缘诸行而安住；又因远离与它相对的诸盖等烦恼，不被这些相对法动摇，故安住得牢固；正因安住牢固，它如竖立的石柱一样不动摇；正因不动摇，又如须弥山王一般。

这位瑜伽行者思惟任何显现于自己智前的色名处所，善加引入心中、作意、置于心中并逐一观照；每一处色名法便会一次又一次深入其念而显现，如同另一世界显现于作为天眼智分支的随业趣智前。

> （《清净道论》2-272。）

原书 260

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ယဒဂ္ဂေန ဟိ သတိ အာရမ္မဏံ ဩက္ခန္ဒိတွာ ဥပတိဋ္ဌတိ၊ တဒဂ္ဂေန အာရမ္မဏမ္ပိ သိဿ ဩက္ခန္ဒိတွာ ဥပတိဋ္ဌတီတိ ဝုစ္စတိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၃၁-၄၃၂)’译：‘念以何种部分切入所缘而安住，即可说所缘也以该部分切入而安住于念前。’换言之，念以任何部分切入诸行所缘并贴近安住，就说诸行所缘也以该部分切入、贴近并显现于念前。

> （《大复注》2-431—432。）

依上述义注与复注的解释来说，瑜伽行者能够随意、轻易、不费力地观一切存在于过去、未来、现在三时及内、外二相续中的诸行；他想观什么便能观什么，每次观时，诸行所缘都显现得清楚、明亮、分明。

这正是一块试金石，可用来判断一位瑜伽行者的相续中是否具备达到标准的生灭智。

九、舍（观舍与转向舍）

由于所缘诸行已经依无常、苦、无我的方式审察，所谓观舍，就是在如此审察诸行时中立而住的中舍性心所。所谓转向舍，则是与意门转向心相应的思心所；它依平衡中舍的方式审察诸行为无常、苦、无我，所以生起于意门观速行心路中。这两者都称为‘舍’。确实，生灭智生起时，这位瑜伽行者的相续中，会生起称为中舍性心所的观舍；它中舍地对待存在于三时二相续中的一切诸行——

——并且强而有力。意门心路中，也会生起称为思心所、与意门转向相应的转向舍，而且同样强而有力。确实，这位瑜伽行者的转向舍审察色名诸行的无常、苦、无我；它勇健、锐利而尖锐地生起，如因陀罗投出的金刚杵，又如炽红的箭镞冲入干枯叶堆。

（《清净道论》2-273。）

由于诸行的生灭在瑜伽行者智中极其明显，在观诸行生灭时保持中舍的中舍性舍，便在这里称为观舍。义注考虑到这些生灭正是一切存在于三时二相续中诸行的生灭，所以不说‘对生灭中舍的中舍性舍’，而解释为‘对一切诸行中舍的中舍性舍’。

（《大复注》2-432。）

转向的敏锐性

与意门转向相应的思心所——转向舍——之所以像因陀罗的金刚杵，也像炽热燃烧的箭镞，并且勇健锐利，是因为紧随该意门转向而生的观智，也如同走在一切知智之前的意门转向那样，以宛如因陀罗投出的金刚杵、宛如炽热燃烧的箭镞之方式勇健锐利。〔意思是：因为观智锐利，所以生于观智之前、与意门转向相应的思心所——转向舍——也锐利。〕（《大复注》2-432。）

十、欲求（观欲求）

所谓欲求，是对观的微细欲求与顾恋贪著，也就是想要观、顾恋观。光明等令观庄严美妙，犹如观的装饰；对这样被光明等装饰的观生起顾恋时，一种极细微、行相寂静的欲求便会在瑜伽行者相续中生起。他甚至不能把这种欲求判定为烦恼。（《清净道论》2-273。）这种欲求之所以如此细微而行相寂静，是因为观修已经极为强盛；正因如此，它的烦恼性质也很难被识别。（《大复注》2-432。）

如同光明一样，上述智等任何一项生起时，瑜伽行者都会想：‘从前我确实从未生起过这样性质的智____’

‘——也从未有过这样的喜……这样的轻安、乐、胜解、策励与现起——’

‘——舍与欲求；我必定已经到达圣道、到达圣果。’这样把非圣道执为圣道、把非圣果执为圣果，他的观便偏离、滑出原本的观行正道。这位瑜伽行者放下自己原来的观业处，不再观照，只耽著于观智……喜、轻安与乐——

——胜解、策励、现起、舍与欲求而坐着。（《清净道论》2-273。）上文所谓‘智等任何一项生起时’，只是为了显示：任何一项生起时，都可能发生‘我已经到达圣道’等执取。

这并不是说九项各自分开生起。确实，除了欲求以外的九种观随烦恼，可以在同一心刹那同时生起；至于把它们思量为圣道、圣果等，则只会对各项分别发生。

原书 262

又，义注所说‘从前我的相续中从未生起过这样性质的欲求’，只是为了显明法的性质，并不是说欲求生起时，瑜伽行者的心真的如此想。因为欲求生起时，他甚至不知道那是欲求；如果他已经知道它是欲求，就不应再以欲求为所缘，生起‘我已经到达圣道’等执取。〔也就是说，如果知道欲求只是欲求，就不会把欲求执为道、果或涅槃；正因为不知道欲求是欲求，才会把它误执为道、果或涅槃。〕所以，他的相续中只会生起如下想法。

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘နဝတ ဧမေ ဧဝရူပါ ဘာဝနာတိရတိ ဥပ္ပန္နပုဗ္ဗာ၊ အဒ္ဓါ မဂ္ဂပ္ပတ္တောမှိ။’

译：‘我从前确实从未生起过这样性质的禅修之喜悦；我必定已经到达圣道。’他只会生起这样的想法。（《大复注》2-432。）

观随烦恼与观随烦恼所依

在这十项中，从光明到舍的九法，是爱、慢、见这些真正观随烦恼所执著、依止而生的处所与因缘，所以称为‘观随烦恼’；并不是因为它们自性不善而得此名。特别是，欲求的自性确实是不善法，所以它也称为观随烦恼。

欲求又是爱、慢、见这些观随烦恼的所依，所以也称为‘观随烦恼所依’。

所谓执取，称为 gāha。若不从执取本身分析，而只依作为执取所依之事来分，这些观随烦恼便有十种；若依执取来分，则共有三十种。情形如下：‘我的光明，也就是我的自我之光，已经生起了。’在这样执取的瑜伽行者相续中，生起见执（diṭṭhi-gāha）。（一）

‘确实生起了可爱、能令心增长的光明。’在这样执取的瑜伽行者相续中，生起慢执（māna-gāha）。〔这里以执为可爱为主；由于他会因此把自己安置为优胜等，如想‘我真了不起，比别人强’，义注便解释这种执取是慢执。〕（二）

对于热爱光明的瑜伽行者，会生起爱执（taṇhā-gāha）。（三）

如此，依光明会生起见、慢、爱三种执取法；依其余智、喜等九法，也各自同样生起三种。这样，依能执著的见、慢、爱，共有三十种观随烦——

原书 263

——恼。不善巧、缺乏明净智的瑜伽行者，被这些称为见执等的观随烦恼所影响，便会因光明等而动摇、散乱；他反复把光明等其中任何一种观为巴利原句（缅文字体）：‘ဧတံ မမ၊ ဧသောဟမသ္မိ၊ ဧသော ဧမေ အတ္တာ။’

即：‘这是我的；这是我；这是我的自我。’

他就这样反复观取。（《清净道论》2-273—274。）

辨别圣道与非圣道

如实说来，瑜伽行者因为具足业处善巧而善于修习业处，因为智已经成熟而具成熟之慧，通晓背诵的巴利，并且具足这样的慧：能知观随烦恼的过患，也能知清除观随烦恼的利益。当光明等生起时，他想到：‘授予我业处的老师曾在传授业处时嘱咐：生灭智生起时会出现光明等。如今，具有老师所说性质、明亮照耀的光明果真在我这里生起了。这种具有老师所说性质的光明：一、生起以后便会坏灭，是无常法。’

二、由诸因造作，是有为法。

三、依诸因而生起，是缘生法。

四、具有灭尽的性质，是尽法。

五、具有坏灭的性质，是坏法。

六、具有离去、止息的性质，是离贪法。

七、具有止息、坏灭的性质，是灭法。

他也依这七种方式，以慧分别光明，一再审察思惟。（《清净道论》2-274。）观修的方法如下：贤善者，请不要忘记，只有称为苦谛与集谛的胜义行法，才可把三相提到其上而修观。

所谓光明，如前面反复说明，只是内在心生食素八法聚与时节生食素八法聚，以及外在时节生食素八法聚的集合；它只是这些食素八法聚中的颜色界——色所缘——极其明亮。故应专注光明中的四大。修习观禅业处已经达到这一阶段的贤善者，只要以智专注光明中的四大，不久便能看见色聚微粒；即使已经专注、以智看见四大，却仍不能轻易看见色聚微粒，就对这四大——

——的坚实聚块刺入空界而观，便能看见色聚微粒。这些色聚只是心生食素八法聚与时节生食素八法聚。应以智把这些食素八法聚分析到胜义层次，逐一辨析其中的法；只把这些胜义色法观为无常，又分别观为有为、缘生、尽法、坏法、离贪法与灭法。至于整块、整团的光明，因为尚未离开相续概念、聚合概念、形状概念等，仍然只是处在概念领域、尚未破除密集的块状物；不能把这未破除密集的整块光明作为观的所缘，只有胜义法才可修观。务必留意。

巴利《大复注》原文上半（缅文字体）：‘တတ္ထ ပဌမနယေ အနိစ္စလက္ခဏဝိဘာဝနမေဝ ဒဿိတံ၊’

同一引文续（缅文字体）：‘တသ္မိံ သိဒ္ဓေ ဣတရဒ္ဝယံ သိဒ္ဓမေဝ ဟောတိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၃၃။)’译：‘其中，第一种方法只显示无常相；无常相成立时，其余二相也就成立。’

《清净道论》义注针对观照光明开示了两种方法。上文所述是第一种方法；在这第一种方法中，从无常到灭法的七种观法，只明确显示无常相。当无常相的修习已经完成时，苦相与无我相的修习也就随之完成。

注意——如前面反复说明，无常相能够破除慢执。

当慢执已经依彼分断、又以无余正断的方式被破除时，把无常相提到诸行上修观的工作才算适当完成。为了使无常随观智能够恰当地破除慢执，分别以彼分断与正断舍断慢执，它必须得到苦随观智与无我随观智以强力亲依止力所给予的资助和支持。只有得到苦随观智与无我随观智这种强力亲依止力的资助，并承接其殊胜势力，无常随观智才会变得锐利、勇健而清净。

只有这种变得锐利、勇健而清净的无常随观智，才能破除、舍断慢执。若没有承接苦随观智与无我随观智以强力亲依止力给予的殊胜资助，无常随观智便不锐利、不勇健、也不清净；这样的无常随观智不能破除慢执。

凡是力量已经充足到能够破除慢执的无常随观智，都必定正在承接苦随观智与无我随观智以强力亲依止力所给予的殊胜资助。因此，《大复注》师解释：当无常修习破除慢执的工作已经完成时，把无常、苦、无我三相提到诸行上修观的工作也就已经完成。

（参见《大复注》2-433、416。）

依照以上解释与指导，贤善者应摄取光明中的色法，直达胜义层次；对于光明中食素为第八的食素八法聚所含——

原书 265

——诸色法，不仅要把无常相提到其上修观，也要把苦相与无我相提到其上修观。为了使人这样观修，义注师又开示了另一种方法，这就是第二种方法。

另一种方法——如果光明真是我，就可能把它执取、认定为我；然而，光明实际是无我，却被执取为我。因此，光明没有顺从意愿的性质，故称无我；先前没有而现在突然生起，不能长久存在，随即坏灭，具有归于无有的性质，故称无常；生与灭反复逼迫它，故称为苦。这样的观智生起以后，应依前面非色七法所解释的方法，把它扩展到一切法；对于其余九种观随烦恼，也应同样扩展。

（《清净道论》2-274。）

依上述义注的指导，贤善者应以智分别光明中的心生食素八法聚与时节生食素八法聚，并作如下观照：
一、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနတံ မမ’，即‘这色法不是我的。’

二、巴利原句（缅文字体）：‘ဒနသောဟမသ္မိ’，即‘这色法不是我。’

三、巴利原句（缅文字体）：‘နမေသော အတ္တာ’，即‘这色法不是我的自我。’

应当这样修观。换一种说法，应把这色法观为无常、观为苦、观为无我；对于从智直到欲求的九法，也应同样观照。

这位瑜伽行者如此以观智审察思惟，把名为光明的色法，以及智、喜、轻安、乐、胜解、策励、现起、舍、欲求这些观随烦恼法，轮流提到三相上，反复作‘这不是我的；这不是我；这不是我的自我’之观，或观为无常、苦、无我。由于能够这样持续修观，他的心不再被光明等动摇，也不再散乱；因为不再陷入散乱，

他便能清除称为观随烦恼、共有三十种的缠碍。（《清净道论》2-274。）对于光明等观随烦恼法反复观‘这不是我的’的瑜伽行者——

——称为从爱执中净化其心；这种爱执就是执取‘我的’。观‘这不是我’的瑜伽行者，称为从慢执中净化其心；这种慢执就是反复执取‘我、我’。观‘这不是我的自我’的瑜伽行者，称为从见执中净化其心；这种见执就是执取确有自我。换一种说法，把每一种观随烦恼法观为无常，便从慢执中净化其心；观为苦，便从爱执中净化其心；观为无我，便从我见之执中净化其心。

（《大复注》2-434。）

原书 266

这样清除称为观随烦恼的缠碍以后，他便分别了知：光明等法并不是圣道；唯有凭借已经摆脱观随烦恼缠碍、反复观诸行生灭的生灭随观智，沿着正确观道正直前进的观智，才是导向涅槃的正道。由此，他辨别何者是道、何者不是道。在这位瑜伽行者的相续中，生起巴利原句（缅文字体）：‘အယံ မဂ္ဂေါ အယံ နု မဂ္ဂ ဧဝါ။’

即：‘这是正道；这不是正道。’

应当知道，这种安住于了知何者是正道、何者不是正道的智，称为‘道非道智见清净’，也就是能知、能见何者是道、何者非道之智的清净。（《清净道论》2-274。）

功德利益

已经到达道非道智见清净这一阶段的瑜伽行者，已经完成了对三谛的分别与明确了知。怎样完成呢？一、当他获得见清净智见时，先以见清净智清除称为我见的有身见这种邪执；通过以智分别、明确了知名色，也就已经以智分别、明确了知苦谛，因为所分别、明确了知的名色全都摄于苦谛。

二、当他获得度疑清净智见时，通过以智分别取、摄取诸因缘法，也就已经以智分别、明确了知集谛。

三、当他获得道非道智见清净智见时，通过以智分别、明确了知观智这一真正导向圣道的世间道，也就已经以智分别、明确了知道谛。如此，他已经先以世间智分别、明确了知三谛。（《清净道论》2-274—275。）《道非道智见清净释》终。

行道智见清净释：生灭智章

原书第 267 – 277 页

原书 267

行道智见清净释

摆脱观随烦恼的生灭智

这九种智——即已经摆脱观随烦恼垢染、正行于正确观道，并已达到称为观之究竟、顶峰的生灭智、坏灭智、怖畏智、过患智、厌离智、欲解脱智、审察智、行舍智，以及随顺四谛之知的随顺智（saccānulomika-ñāṇa）——称为行道智见清净。（《清净道论》2-276。）为什么称为行道智见清净呢？因为既有了知诸行生灭等的含义，也有以现见智亲自现前、通达知见的含义，所以从生灭智开始的这九种观智称为智见。这九种——

——观智又称智见清净，因为它们已经清净，不受常想等相反法污染。

这种智见清净又称为行道，因为依此智见清净能够到达圣道，它是为了证得圣道而修的行道，圣道也由此生起；所以称为行道智见清净。（《大复注》2-435。）粗重的痴如同幽暗，能遮蔽四谛，使人不能了知四谛；随顺智能够遣除、灭去这种痴暗，因而适于通达四谛，所以称为四谛随顺智。想要圆满直到四谛随顺智为止、由九种观智构成的行道智见清净，便应从摆脱观随烦恼垢染的生灭智开始，致力于这九种智。（《清净道论》2-276。）

若问：再次致力于生灭智有何利益？答：有能够善加辨识无常相、苦相与无我相的利益。理由如下：在尚未达到道非道智见清净的较低阶段，生灭智被十种观随烦恼的垢染所污染，因而不能依其不变的自性与作用，善加辨识无常、苦、无我三相。〔道非道智见清净以下的生灭智，确是光明等生起的真正原因，所以锐利而清净；然而，即使它如此锐利、清净，仍受爱、慢、见等烦恼所污染——

——所以这种生灭智仍可说是钝的、不清净的。

这就是作上述说明的理由。〕至于摆脱观随烦恼垢染的生灭智，则能善加辨识三相。因此，为了获得善加辨识三相的利益，应再次致力于这种生灭智。（《清净道论》2-276；《大复注》2-436。）

这里可能会问：所谓生灭智，不是只观诸行的生灭吗？它不是并不观无常等三相吗？那么，如何能够以生灭智善加辨识无常等三相呢？

答：一、不应理解为‘生灭智以三相为所缘’。实际情形是：以智通达诸行的生灭以后，无常相便在瑜伽行者的智中清楚显现。由于无常相如此显现，依照巴利原句（缅文字体）：‘ယဒနိစ္စံ၊ တံ ဒုက္ခံ။ ယံ ဒုက္ခံ၊ တဒနတ္တာ’（《相应部》2-19等），即‘凡无常者即是苦；凡苦者即是无我’，无常相以外的苦相与无我相也会清楚显现。（《大复注》2-436。）诸行生起以后随即消失的生灭性质，就是无常相，是藉以了知无常的标志。当智进入、领会这一无常事实时，诸行不断受生灭冲击逼迫的苦性，也会在瑜伽行者的智中显现。若清楚知见诸行不断受生灭冲击逼迫的性质，便会领会诸行——

——并不能按照自己所欲而成为‘让此行这样发生、不要这样坏灭’等的不随欲、不可主宰之无我义；也会领会，在诸行中丝毫没有一个不坏、坚实、恒定而作为核心的自我实体这一无我义。

二、另一种解释是：以智辨取诸行的生灭以后，以下三种行相尤其会显现：甲、生起以后归于无有；乙、不断受生灭冲击逼迫；丙、诸行不能按照自己的意愿而存在。因此，对诸行生灭作意，确实是令三相显

现的真正原因。由于它是令三相显现的真正原因，应知致力于生灭智具有善加辨识三相的利益。

不应只知道：以现见智亲自现前诸行的生灭。〔意思是，不是只观到诸行生灭便算完成，而应当观到三相清楚显现。〕（《大复注》2-436。）

原书 269

三相的隐没与显现

三相因为没有对什么法作意，又被什么法遮蔽，而不能在瑜伽行者的智中显现呢？无常相之所以不能显现，是因为没有对诸行的生灭作意，并且被称为色相续、名相续的相续概念所遮蔽。也就是说，若不对诸行的生灭作意，以智观诸行时，它们就会显得连续不断；这称为被相续密集所遮蔽。

正因为被相续密集遮蔽，诸行的无常相才不能在瑜伽行者的智中显现。〕苦相之所以不能显现，是因为没有对诸行反复、不断受生灭逼迫作意，并且被一再改变、调整的各种威仪所遮蔽。

无我相之所以不能显现，是因为没有以智分析色界、名界等各别胜义法，破除显为整块色法、整块名法的色密集与名法密集，直至对胜义法的自性作意；它被显为整块色法、整块名法的色密集与名法密集所遮蔽。〔由于没有把各别色界、名界以智分析到色密集、名法密集各自瓦解，直达胜义，色名便显得是一整块。这样成块显现，就称为受密集遮蔽；因为受密集遮蔽，无我相便不能在瑜伽行者的智中如实——

——显现。〕（《清净道论》2-276。）由于被称为色相续块、名相续块的相续概念所遮蔽，无常相不能在瑜伽行者的智中显现。

相续概念之所以能遮蔽无常相，又是因为没有对诸行生灭作意。〔也就是说，相续遮蔽无常相。〕由于被一再变换的各种威仪遮蔽，苦相不能在瑜伽行者的智中显现。各种威仪之所以能遮蔽苦相，又是因为没有对诸行不断、反复受生灭逼迫作意。〔也就是说，威仪遮蔽苦相。〕由于被显为整块色法、整块名法的密集遮蔽，无我相不能在瑜伽行者的智中显现。

密集之所以能遮蔽无我相，又是因为没有以智逐一分析各别色界、名界并作意，直达胜义。〔也就是说，密集遮蔽无我相。〕（《大复注》2-436—437。）

原书 270

依次来说：以智辨取、摄取诸行的生灭，并以观智破除称为色相续块、名相续块的相续密集以后，无常相便依其如实不变的自性，在瑜伽行者的智中显现。（《清净道论》2-276。）瑜伽行者若能以智辨取各个色聚、名聚中各别色界、名界的自性特相，也能在这些胜义法具足生、住、灭三刹那的期间，以观智辨取其生起端与坏灭端，也就是生灭——

——那么，称为色相续块、名相续块的相续密集便已瓦解。相续密集一经瓦解，由于看见诸行的生起端与坏灭端，无常相也随即显现。观诸行生灭的瑜伽行者会这样了知：‘生起的时刻不到达坏灭的时刻；坏灭的时刻也不再到达生起的时刻。生起刹那是一种，坏灭刹那又是另一种。’如此，即使同一个行法，也会依刹那差别而在瑜伽行者的智中显为不同，更何况过去等不同时间的诸行。

因此，义注所说的意思是：若能以智辨取、观照诸行的生灭，破除相续密集，也就是能在各个色聚、名聚中看见诸行的生起端与坏灭端，无常相便依其如实不变的自性在瑜伽行者的智中显现。对于前后相继生起的各个行法，能善加辨识'这是五门转向，这是眼识，这是领受'等，便能分开相续次第；这称为'破除相续密集、揭去相续概念、打开相续遮蔽'。因为，对于能够以智善加辨识诸行生灭的——

——瑜伽行者，诸行并不显得连成一体，而只像彼此不相接的铁条一样显现，所以无常相能够清楚显现。（《大复注》2-437。）依所摄取的生灭，若能对诸行无间、连续受生灭冲击逼迫的性质作意，并揭去、移除、打开威仪遮蔽其应有之苦的状态，苦相便依其如实不变的自性在瑜伽行者的智中显现。（《清净道论》2-276。）确实，一种能够消除某一威仪所生痛苦的——

——另一种威仪，仿佛遮蔽了那种痛苦；因为一改变威仪，已经生起的痛苦便得到一定程度的缓解。

原书 271

——其余威仪也是如此。所以，如实知道各种威仪会遮蔽各自的痛苦，就称为揭去、移除、打开了威仪对痛苦的遮蔽，因为诸行无间、持续受苦刺迫的性质已经显现。由此，义注解释说：对诸行不断受生灭冲击逼迫的性质作意，并能揭去威仪遮蔽以后，苦相便依其如实不变的自性，在瑜伽行者的智中显现。（《大复注》2-437。）

对于各个色聚中的色界，应以智分别：这是地界，这是水界，这是火界，这是风界；地界是不同的一法，水界是不同的一法，火界是不同的一法，风界也是不同的一法。对于称为一个心识刹那的各个名聚中的名界，也应以智分别：这是触，这是受，这是想，这是思，这是识；触是不同的一法，受是不同的一法，想是不同的一法，思是不同的一法，识也是不同的一法。若能这样以智分析各别色界与名界——

——破除色法的组合密集、作用密集，以及名法的组合密集、作用密集、所缘密集，也就是破除显为整块色法、整块名法的色密集与名法密集，无我相便依其如实不变的自性在瑜伽行者的智中显现。（《清净道论》2-276；《大复注》2-437。）尚未以观智、观修业处碾磨诸行，也就是从未以观智把诸行分析到胜义的人，对于依俱生、相互等缘力彼此资助，成组生起为色聚、名聚的色法、名法，会把地、水、火、风等执取为单一一块，也会把触——

——受、想、思、识等执取为单一一块；这就是组合密集。又，地、触等自性法各自的特殊作用虽然各有定相，却不被辨别为一个个不同作用，而被执取为一个作用；这就是作用密集。再者，称为有所缘法的名法虽然各有不同取所缘的方式，例如触以碰到所缘的方式生起，受以体验所缘滋味的方式生起等，但若这些差别没有显现，触——

原书 272

——受等不被分别，而被执取为单一胜义界，这就是所缘密集。这三种密集若通过以智分析色界、名界，分别观到其生起端与坏灭端而直达胜义，就会像手中揉捏的海绵团一样粉碎。于是，无我相的智见尤其清楚地显现：'这些各依其相应原因而生起的色法、名法，皆无有自我，只是色名胜义法的自性而已。'因此，义注说：若能以智分析各别色界、名界，破除显为整块色法、整块名法的色密集与名法密集——

——无我相便依其如实不变的自性在瑜伽行者的智中显现。（《清净道论》2-276；《大复注》2-437。）在这里，瑜伽行者应当知道六种分别：一、无常与无常相；二、苦与苦相；三、无我与无我相。其

中，所谓无常，是五取蕴。为什么？因为五取蕴具有三种明显的性质：一、生起相，即生起、生的性质；二、变异相，即坏灭、死的性质；三、异态，即从生起状态变成另一状态的住、老之性质。五取蕴具有生——

——老、死这些明显的性质，所以称为无常。

另一种说法是：五取蕴先前没有，到达生起阶段才突然生起，不能长久安住，随即坏灭，所以称为无常。意思是，它在尚未生起以前不存在；生起以后，到达坏灭刹那，又随该坏灭刹那坏灭而不复存在。

（《清净道论》2-276—277；《大复注》2-438。）

生起的性质即生，坏灭的性质即死，生灭之间称为住的异态即老；这三种性质称为无常相，也就是藉以了知无常的相。

另一种说法是：生起以后坏灭、归于无有这种特殊的变异行相，称为无常相。（《清净道论》2-277。）应从变异的角度了知五蕴坏灭的行相。这里的意思不是说坏灭行相是由某种变异实体造成；所谓行相变异，是指特殊行相。确实，生起以后归于无有——

——这种不存在，是坏灭这种不存在的性质，所以不同于尚未生起以前的不存在；无常相正显现在这种生起以后归于无有、也就是坏灭的不存在之中。无常行相既不同于苦行相、无我行相，也不同于生起行相。比如，声音这种色法坏灭后的不存在，是由其有为性使之成立；而其有为性，就胜义法本身而言，是具有生起；生起又是由未生前的不存在所界定的显现时刻。苦相与无我相也应依此理了知。（《大复注》2-438。）

佛陀开示巴利原句（缅文字体）：‘ယဒနိစ္စံ တံ ဒုက္ခံ’，即‘凡无常者即是苦’（《相应部》2-19等），所以，称为无常的五蕴集合本身也称为苦。

为什么？因为它不断、反复受生灭逼迫，所以称为苦。不断、反复受生灭逼迫的行相，称为苦相，也就是藉以了知苦的相。（《清净道论》2-277。）佛陀又开示巴利原句（缅文字体）：‘ယံ ဒုက္ခံ တဒနတ္တာ’，即‘凡苦者即是无我’（《相应部》2-19等），所以，称为苦的五蕴集合也称为无我。为什么？因为它不随任何人、有情或自我的意愿。

不随任何人、有情或自我意愿的行相，称为无我相，也就是藉以了知无我的相。（《清净道论》2-277。）另一种说法是：由于排除常的自性而称无常；同样，由于排除常的行相，前述生起以后归于无有、称为不存在的无常行相，便称为无常相。由于排除乐的自性而称苦；同样，由于排除乐的行相，称为不断、反复受生灭冲击逼迫的苦行相，便称为苦相。由于排除自我的自性而称无我；同样，由于排除自我的行相，称为不随任何人、有情或自我意愿的无我行相，便称为无我相。应当这样——

——记住。（《大复注》2-438。）

依彼所立概念（tajjā-paññatti）

巴利诸注疏原文（缅文字体）：‘တေ ယိမေ တယောပိ အာကာရာ အသဘာဝဓမ္မတ္တာ ခန္ဓပရိယာပန္နာ နော်တိ။ ခန္ဓေဟိ ဝိနာ အနုပ- လဗ္ဘနိယတော ခန္ဓဝိနိမုတ္တာပိ နော်တိ။ ခန္ဓေ ပန ဥပါဒါယ ဝေါဟာရဝသေန လဗ္ဘမာနာ တဒါဒိနဝဝိဘာဝနာယ ဝိသေသကာရဏတ္ထာ တဇ္ဇာပညတ္တိဝိသေသာတိ ဝေဒိတဗ္ဗာ။ (မဟာဋီ-၂-၄၃၈။) လက္ခဏံ နာမ ပညတ္တိဂတိကံ နဝတ္ထုဓမ္မတ္ထာတံ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၁-၂၆၉။) အနိစ္စတာ ဒုက္ခတာ အနတ္တတာတိ ဟိ ဝိသုံ ဂယှမာနံ လက္ခဏံ ပညတ္တိဂတိကံ ပရမတ္ထတော အဝိဇ္ဇမာနံ၊ အဝိဇ္ဇမာနတ္တာ ဧဝ ပရိတ္တာဒိဝသေန နဝတ္ထုဓမ္မတ္ထာတံ။ (မူလဋီ-၁-၁၁၅။)’译：‘这三种行相因为不是自性法，所以不属于诸蕴；但离开诸蕴又不可得，所以也不是离蕴之法。它们依诸蕴而以世俗言说获得，是特别能够显明诸蕴过患的因，应知为依彼所立的特殊概念。（《大复注》2-438。）所谓相，是趋向概念、属于不可说法。（《阿毗达磨义注》1-269。）无常性、苦性、无我性若各别取出作为相，它趋向概念，在胜义上不存在；正因为不存在，才是不能依小等分类而说的法。（《根本复注》1-115。）’

原书 274

无常相、苦相与无我相这三相并非自性法，所以不属于、也不摄在诸蕴之内；然而，离开诸蕴又不可得，所以也不是脱离诸蕴之法。它们依诸蕴而以世俗言说成立，是能特别显明诸蕴变异、坏灭之过患的因，应知为依彼所立的特殊概念，也就是因那些蕴而生起的特殊概念。

> （《大复注》2-438。）

所谓无常相、苦相与无我相这三相，性质近于概念，是不可依欲界法、色界法、无色界法或出世间法而说的不可说法。（《阿毗达磨义注》1-269。）如果把无常行相、苦行相、无我行相各别取出，只取相本身，则所谓相性质近于概念，在胜义上并不显然存在。

正因为在胜义上并不显然存在，它才是不能依欲界法等分类而说的不可说法。（《根本复注》1-115。）具足生灭智见的瑜伽行者，应以已经摆脱观随烦恼垢染、正行于正确观道的生灭随观智，依这些法如实不变的自性，善加辨识三相的总集，以及由三相辨识为无常、苦、无我的五蕴总集。务必善加辨识。（《清净道论》2-277。）所谓‘以生灭随观智依如实不变的自性善加辨识’，是依果名转称其因的用法；因为为了获得生灭智而修、以三相为所缘的观，被转称为生灭智。生灭智本身并不以苦相等为所缘；换句话说，若明显以苦相等为所缘，便不会是所谓生灭智。实际是，想使生灭智锐利、清净的瑜伽行者，只应审察三相，也就是以智看见诸行的无常行相而判定无常，看见苦行相而判定苦，看见无我行相而——

——判定无我。

确实，这种能够审察、判定三相的智，就如同生灭智的遍作。〔这里所谓遍作，是指为了获得生灭智而反复修习。〕其余更高的智也应依同样方式理解。（《大复注》2-438—439。）

原书 275

把三相提到诸法上而观

生灭智并不以苦相等为所缘，而是以诸行生灭为所缘的智。不过，贤善者若想获得生灭智，就应依照上述义注、复注的指导，把三相轮流提到诸行上，不断修观。这样不断修观，生灭智见便会越来越锐利、清

净。观修时可采用：一、以色为首而摄取色名、修观的身随观法；二、以受为首而摄取色名、修观的受随观法；三、以能知之心识为首而摄取色名、修观的心随观法；四、以触为首而摄取色名、修观的法随观法；以及五蕴——

——法、十二处法、十八界法、缘起法、四谛教法等各种法随观法。可以随自己的需要，用这些不同方法修观。如此反复观修，观智变得越来越锐利时，应在现在法中：一、间或看见色法的生灭；二、间或看见名法的生灭；三、间或看见色名二法的生灭；然后把三相轮流提到它们上面修观。

对于名业处诸表所列六线中的一切色名，应无遗漏地观照；内、外两种相续都要观。观外在相续时，要从近到远逐渐扩展，遍摄三十一界；若有能力，还应扩展到无量世界而观。

把无常相提到其上观许多遍，把苦相提到其上观许多遍，也把无我相提到其上观许多遍。对色名的生灭已经清楚知见，达到刹那现在而感到满意时，就对自己所摄取的一切法，从相续过去直到现在，再从现在直到未来终点：一、只观色；二、只观名；三、合观色名二法；以观智看见这些色名的生灭，把三相轮流提到其上，持续而有力地修观。内、外两种相续都要观。能够反复观许多遍极为重要，因为这是在破除牢牢执著过去蕴、现在蕴、未来蕴的爱执、慢执与见执。

原书 276

威仪与正知观法

在这一观禅部分，下面继续说明威仪观法与正知观法。行、住、坐、卧、屈、伸等威仪与正知的各个时刻，如何以智辨取、摄取五蕴，已在色业处篇与名业处篇中说明。成功逐步修到生灭智的贤善者，也应已经能够以智辨取、摄取五蕴，也就是色名法。下面继续说明观修方法。

贤善者先在经行处的一端站立，建立定以后摄取色法；接着摄取名法，然后试着走一小段。

一、能运载之色〔即威仪色〕；二、所运载之色〔即四因所生色〕。应摄取这些色法。其中，不取身表、色轻快性、色柔软性、色适应性、空界等非实色为所缘，只取真色为所缘。取这些色法生起后坏灭的性质为所缘，观为无常；以智看见它们不断受生灭冲击逼迫的性质，观为苦；以智看见其中没有一个不坏、坚实、恒定而作为核心的自我，观为无我。

只观色法并获得成功以后，对于作为经行威仪之生起原因的意门速行心路心相续、也就是名法组，也应同样把三相轮流提到其上而修观。

在'正视、斜视'（အာလောကိတေ ဝိလောကိတေ）时，也应摄取先前所摄取的五蕴色名法，把三相提到其上，依同样方式修观。

同样，在经行时，依相应的六所缘而生起的眼门心路与意门心路、耳门心路与意门心路、鼻门心路与意门心路、舌门心路与意门心路、身门心路与意门心路，以及意门心路等各组心路名法，还有它们所依的所依色与所缘色，也都应摄取；再把三相轮流提到这些色法、名法上修观。在屈伸、持钵与袈裟、饮食等每一个属于正知的时刻，也应摄取色名，依同样方式修观。

一、只观色；二、只观名；三、合观色名——把三相轮流提到其上修观。过去、未来、现在三时，以及内、外两种相续，都要把三相提到其上修观。还应继续依五蕴——

原书 277

——法、十二处法等修观。如此观修，在达到刹那现在、看见五蕴色名法的生灭而感到满意以后，应以智看见因果关系：由于无明、爱、取、行、业等因法显著生起，果色名便显著生起。一、‘因为无明生起，色生起’等：观因法显著生起，果法如何显著生起；二、‘因为无明止息，色止息’等：观因法止息，果法如何止息；三、‘因为无明生起，色生起；因为无明止息，色止息’等：观因法生起时果法如何生起，因法止息时果法如何——

——止息。

四、还应以智看见因法与果法二者的生灭性质，把三相轮流提到其上修观。

过去、未来、现在三时与内、外两种相续都要观；有时也观不净。把三相完整无缺地观过以后，可以选择自己偏好的任何一相作为重点继续修观。又可这样观：一、所依处——生、灭、无常；二、所缘——生、灭、无常；三、受——生、灭、无常。

〔以上为受随观。〕一、所依处——生、灭、无常；二、所缘——生、灭、无常；三、识——生、灭、无常。

〔以上为心随观。〕一、所依处——生、灭、无常；二、所缘——生、灭、无常；三、触——生、灭、无常。

〔以上为法随观。〕也可以这样轮流把三相提到其上修观。〔详见坏灭随观智章第293—294页。〕如此，在四威仪中，以观智看见诸行的生灭，再把三相轮流提到其上，持续而有力地修观，贤善者的生灭随观智见便会越来越锐利、越来越清净。当它这样变得锐利、清净而勇健时，若不再对诸行的生起作意，只一向作意其坏灭，贤善者的观智便会逐渐转向坏灭智，只见诸行的坏灭，不再看见其生起。到那时，贤善者的生灭——

——随观智便已经达到终点。

《生灭智章》终。

行道智见清净释（之一）

原书第 278 – 302 页

原书 278

坏灭随观智章

所谓坏灭随观智

巴利《清净道论》原文（缅文字体）：‘တဿေဝံ သလဒက္ခေတွာ ပုနပ္ပုနံ "အနိစ္စံ ဒုက္ခမနတ္တာ"တိ ရူပါရူပဓမ္မေ တုလယတော တီရယတော တံ ဉာဏံ တိက္ခံ ဟုတွာ ဝဟတိ၊ သခါရာ လဟုံ ဥပဋ္ဌဟန္တိ၊ ဉာဏော တိက္ခေ ဝဟန္တေ သခါရေသု လဟုံ ဥပဋ္ဌဟန္တေသု ဥပ္ပါဒံ ဝါ ဌိတိ ဝါ ပဝတ္တံ ဝါ နိမိတ္တံ ဝါ န သမ္ဘဝုဏာတိ။ ခယဝယတောဒနိရောဓေယေဝ သတိ သန္ဋိဋ္ဌတိ။’译：

这位禅修者如此善加辨识以后，反复以‘无常、苦、无我’衡量、审度色法与非色法，他的智便锐利地运转，诸行迅速显现。当智锐利地运转、诸行迅速显现时，智不再到达生起、住立、转起或相；念只安住于灭尽、坏灭、破散、止息。

巴利原文续（缅文字体）：‘တဿ "ဧဝံ ဥပ္ပဇ္ဇိတ္ထာ ဧဝံ နာမ သင်္ခါရဂတံ နိရုဇ္ဈတီ"တိ ပဿတော ဧတေသ္မိံ ဌာနေ ဘင်္ဂါနုပဿနံ နာမ ဝိပဿနာဉာဏံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၇၇။)’译：当他看见‘诸行如是生起，又如是止息’时，此处便生起称为坏灭随观的观智。（《清净道论》2-277。）如此善加辨识色、名诸行的无常、苦、无我行相，并反复以‘无常、苦、无我’衡量、审度色名法，这位禅修者的智便变得锐利；诸行依生灭而迅速显现。（《清净道论》2-277。）观智之所以锐利，是因为禅修已经熟练、驾轻就熟、纯熟通达，也就是已经达到娴熟（paguṇa）。

这种娴熟的禅修由于心不散乱，连续不断地进入正在观照的诸行所缘，仿佛禅修心已经稳固地安置其上。因此，这里说明：由于智锐利，诸行才迅速显现。

（《大复注》2-439。）

当观智生起而锐利地运转，诸行依生灭在禅修者的智中迅速显现时，观智便不再到达：一、生起（uppāda），即生起这一特殊行相；二、住立（ṭhiti），即称为住的老化；三、转起（pavatta），即已被执受之转起法；四、相（nimitta），即诸行仿佛具有完整实体、形状等的显现——

——这四项中的任何一项。

观智不再到达它们，也不再追随它们。

一、灭尽（khaya），即耗尽；二、坏灭（vaya），即毁坏；三、破散（bheda），即崩解；四、止息（nirodha），即刹那不停地相继灭去。念只善住于这称为灭尽、坏灭、破散、止息的刹那灭，也就是逐刹那坏灭的性质。

当他观见‘一切纳入诸行的法，既如此生起，竟又如此令人厌恶地止息’时，便舍离生起，只作意坏灭；由于在这里一再随观坏灭，称为坏灭随观的观智便生起。（《清净道论》2-277。）诸行依生灭而迅速显现时，之所以观察诸行的生，是为了能够观察‘有生起性质的法必然坏灭’这一坏灭；之所以观察坏灭，则是因为观见坏灭之智能引生对诸行厌离的厌离智——

——所以才观坏灭。因此，能把心导向诸行纯粹坏灭的如理作意，正在这位禅修者心中生起。正因如此，他的观智不再到达生起、住立、转起与相，也不再以智追及它们。（《大复注》2-439。）所谓生起——巴利原文（缅文字体）：‘ဥပ္ပါဒန္တိ နိဗ္ဗတ္တိ ဝိကာရံ။’译：生起是生成这一变异相。（《大复注》2-439。）这里的生起，是诸行发生这一特殊行相。

由于不作意诸行的生，只作意其坏灭，当智变得锐利时，便不再看见生。（《大复注》2-439。）所谓住立——巴利原文（缅文字体）：‘ဌိတိန္တိ ဌိတိပ္ပတ္တိ၊ ဇရန္တိ အတ္ထော။’译：住立是已经达到住立，意为老化。（《大复注》2-439。）诸行在生起之后、尚未到达坏灭之前短暂维持的性质，称为住立，意思就是老化。禅修者也不再作意这种住立，所以只敏锐看见诸行坏灭的观智变得锐利时，也不再看见住立。

所谓转起——巴利注疏原文（缅文字体）：‘ပဝတ္ထ ----- ပဝတ္ထ န္တိ ဥပါဒိန္နကပ္ပဝတ္ထံ။ (မဟာဋီ-၂-၄၃၉။) အာရမ္မဏကရဏဝသေန တဏှာဒိဋ္ဌိဟိ ဥပေတေန ကမ္မုနာ အာဒိန္နာ ဖလဘာဝေန ဂဟိတာတိ ဥပါဒိန္နာ၊ အာရမ္မဏဘာဝံ ဥပဂန္တွာ ဥပါဒါနသမ္ဘန္ဓေန ဥပါဒါနာနံ ဟိတာတိ ဥပါဒါနိယာ၊ ဥပါဒါနဿ အာရမ္မဏဟစ္စယ- ဘူတာနမေတံ အဓိဝစနံ။ ဥပါဒိန္နာ စ တေ ဥပါဒါနိယာ စာတိ ဥပါဒိန္နုပါဒါနိယာ၊ သာသဝကမ္မနိဗ္ဗတ္တာနံ ရူပါရူပဓမ္မာနမေတံ အဓိဝစနံ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၁-၈၅။)’译：转起是已被执受之转起。由于成为爱、见的所缘而被与爱见相应的业执取为果，所以称为‘已被执受’；进入所缘状态、与取相连而有利于取，所以称为‘可被取’，这是作为取之所缘缘的诸法之名。既已被执受、又可被取，故称‘已被执受且可被取’，这是有漏业所生色法与非色法之名。（《阿毗达磨义注》1-85。）被爱见取为所缘的业，仿佛执取‘这些法是我的果法’，这些法便称为已被执受。爱见只能取世间法为所缘，所以这里的业只是世间善业与不善业。因此，‘已被执受’摄取的是世间善、不善业所生的世间果报心与心所这一名法组，以及业生色。世间果报名法组与——

——业生色的生起性质，在《无碍解道义注》2-166中称为果报转起（vipāka-pavatta）。

这些果报名法组与业生色的生起，虽然遍摄生、住、灭三个刹那，却已归入前述第一项‘生起’。

这里的‘已被执受之转起’并不只指果报名法组与业生色的生起，而是指：由于被爱见取著的业，果报色名依因果关系而转起。禅修者先前依生灭智的详尽观法，曾经观察：‘因为无明生起，所以业生色生起……’

‘因为业生起，所以业生色生起。’

如是依无明、爱、取、行、业等因法，观察相应果报轮果法的生起；这正是依因缘观生智。

但在坏灭智阶段，禅修者不再作意诸行之生，只作意、观修纯粹的坏灭。观智越来越锐利、清净时，他不再看见诸行之生，只见坏灭。既不作意因法生起故果法生起，也就不再看见这一因果生起，只看见因法与果法二者的坏灭。因此，他也不再看见因法显著生起故果法显著生起的‘已被执受之转起’，观智也不再到达它。请继续参阅下文的解释。

巴利《清净道论》及《大复注》原文（缅文字体）：‘ပဝတ္ထန္တိ ရူပါရူပဘဝပဝတ္တိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၈၄။) ပဝတ္တိ နာမကာမံ သဗ္ဗာ ဘဝပဝတ္တိ၊ မတ္ထကပ္ပတ္တာယ ပန ဘင်္ဂါနုပဿနာယ သဗ္ဗဘဝေသု အတိဏ္ဟ- သမ္ပဋိပီဠနဿ သုဋ္ဌုတရံ ဥပဋ္ဌာနတော သန္တသုခါတိမတာပိ ဘဝါ ဒုက္ခသဘာဝတာယ ဘယတော ဥပဋ္ဌဟန္တီတိ ဒဿနတ္ထံ "ပဝတ္တန္တိ ရူပါရူပဘဝပဝတ္တိ"တိအာဒိ ဝုတ္တံ။ (မဟာဋီ-၂-၄၄၀။)’译：转起是色有与无色有的转起。（《清净道论》2-284。）诚然，一切有的转起都称为转起；然而，坏灭随观达到顶峰时，一切有中不断受压迫的性质更加鲜明地显现，即使被认为寂静安乐的诸有，也因具有苦性而显为怖畏。为了显示此义，才说‘转起是色有与无色有的转起’。（《大复注》2-447。）所谓转起，就是色有、无色有的转起。其实，欲有、色有、无色有这一切有的转起都称为转起。由于达到顶峰的坏灭随观，诸有反复受生灭或坏灭冲击、不断压迫的性质，在禅修者智中显得尤其清楚；因此，即使被称为寂静安乐的——

——色有、无色有，也因反复受生灭或坏灭冲击而具有苦性，在智中显为可怖的危险。为了指出这一义，义注才说‘转起是色有与无色有的转起’。（《清净道论》2-248；《大复注》2-447。）依这些注释，转起是欲有、色有、无色有一切有的转起，也称果报转起。

巴利《清净道论》原文（缅文字体）：‘ဥပပတ္တိဘဝေါ ပန သခ်ေပတော ကမ္မာဘိနိဗ္ဗတ္တာ ခန္ဓာ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၀၆။)’译：简要说，生有就是业所生诸蕴。（《清净道论》2-206。）依此义注，‘有’依实义就是摄在果报轮中、由业所生的果报名蕴与果报色蕴；‘有之转起’就是这些果报蕴依业而生起。称为有的果报蕴，其生起显现虽遍摄生、住、灭三个刹那，却已摄在生起、住立、转起、相四项中的‘生起’。所以这里的‘有之转起’，是说由无明、爱、取所围绕的行与业等因法，以亲依止、异刹那业等缘力资助，令称为有的果报蕴显著转起。只作意诸行纯粹坏灭的——

——禅修者，在坏灭随观智变得锐利时，只看见因法与果法双方的坏灭。不作意生起，所以不再看见生起；不作意因法生起故果法生起的因果关系，也就不再看见因显著生起故果显著生起。因此，他的观智也不再到达转起，不再以智追及转起。

所谓相——巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘နိမိတ္တ ---- နိမိတ္တန္တိ သခ်ါရနိမိတ္တံ။ ယံ သခ်ါရာနံ သမူဟာဒိယနဝေသန၊ သကိစ္စပရိစ္ဆေဒတာယ စ သဝိဂ္ဂ- ဟာနံ ဝိယ ဥပဋ္ဌာနံ၊ တံ သခ်ါရနိမိတ္တံ။ (မဟာဋီ-၂-၄၃၉။)’译：相是行相；诸行依组合等密集，以及各自作用的界限，而仿佛具有实体般显现，这就是行相。（《大复注》2-439。）当只观诸行坏灭的禅修者，其坏灭随观智变得锐利、清净时，色法的组合密集与作用密集，以及名法的组合密集、作用密集与所缘密集，也就是色法密集与名法密集——整块的色与名——已经瓦解。〔相续密集在此前已瓦解。〕从行分别智，即名色分别智，直到生灭智这些较前阶段的观智中，已经观到的色聚与名聚，其各类密集会瓦解；尚未观到的色聚与名聚，其各类密集仍可能未瓦解，仍会显为未被观到的——

——色聚、名聚。对已经观到的色聚、名聚，各类密集瓦解，智见便抵达胜义。因为声闻波罗蜜智不能穷尽内外两种相续中的一切色聚、名聚，只能观到其中一部分。然而，坏灭随观智成熟时，禅修者便不再见到色聚、名聚等任何形状或实体。

他只见纯粹的色法自性与名法自性；各种密集都已瓦解。

称为整块色法、整块名法的行相也随之消失。

这里的行相，是指诸行依组合密集、作用密集、所缘密集，以及各自作用有其界限，而在禅修者智中仿佛具有实体般显现。（《大复注》2-439。）坏灭随观智也不再到达这种行相。

在坏灭随观智阶段，色法的相续密集、组合密集、作用密集，以及名法的相续密集、组合密集、作用密集、所缘密集，都已在禅修者智中瓦解。在生灭智阶段，禅修者已经看见诸行的生起端与坏灭端，所以相续密集早已瓦解。因此，坏灭智阶段只再解释组合密集、作用密集与所缘密集的瓦解。在到达坏灭智之前，所谓仿佛有实体显现在智中，就是色聚与名聚；这里把这些色聚、名聚称为行相。‘坏灭随观智不再到达行相’，就是这个意思。

这里有少数例外。有些禅修者经过很长时日、甚至多年摄取色法、名法、因法与果法，诸智渐渐成熟；即使尚未把三相提到诸行上修观，有时也已经找不到色聚、名聚，智只进入色与名的胜义自性。这只是偶尔发生的少数例外。

既然智由于不再辨取生起、住立、转起与相而不再到达它们，那么它到达什么呢？答：它到达灭尽、坏灭、破散与止息，念善住于其中。

‘止息’一词可以表示两种灭：一、生起后之灭，即以后仍可能再次生起的灭；二、不再生起之灭，即以后不再生起、再无生起的灭。由于‘不再生起之灭’中同样有止息之义，为了表明这里所说的是生起后之灭，注释便用‘破散’一词加以限定。

‘破散’一词也可以表示差别、特殊，为了表明这里并非此义，而是崩解、灭尽之义，又用‘灭尽’一词加以限定。因此，这里的意思是——巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ခယ-ဝယ-ဘေဒသင်္ခါတေ ခဏိကနိရောဓေတိ အတ္ထော။’译：意思是，在称为灭尽、坏灭、破散的刹那灭中。（《大复注》2-439。）禅修者的坏灭随观智只善住于称为诸行灭尽、坏灭、破散的刹那灭，也就是逐刹那坏灭；与坏灭随观智相应的念，同样只善住于这种刹那灭。

巴利《大复注》原文（缅字体）：‘သတိ သန္ဋိဋ္ဌတီတိ သတိသီသေန ဉာဏမာဟ။’译：说‘念安住’，是以念为首而说智。（《大复注》2-439。）因此，所谓念善住于诸行的灭尽、坏灭、破散、止息，是以念为首而指观智；所以，应知由念领头的观智——

——只善住于称为诸行灭尽、坏灭、破散的刹那灭，也就是逐刹那坏灭。

所谓灭

承接以上直到坏灭智的法义次第，现在稍加说明‘灭’。观禅中有两种灭。

一、生起后之灭，即以后仍有再次生起机会的灭；二、不再生起之灭，即以后再无生起机会的灭。观智终点所生道智、果智的所缘——无为界、寂静界、涅槃——则是究竟灭，也就是苦与集真正止息的灭谛。这里所说的不是这种究竟灭，只说明生起后之灭与不再生起之灭。

诸行不断灭尽、坏灭、破散，称为灭尽、坏灭、破散的刹那灭，就是生起后之灭。只要因法尚未穷尽，它们便会一直如此坏灭；因尚未尽，同类色名仍有再次生起机会，所以这是生起后之灭。

由于无明、爱、取、行、业被阿罗汉道以不再生起之灭止息，在般涅槃死心之后本来可能生起的一切色名蕴，也以不再生起之灭止息。这属于生灭智阶段的依因缘观灭：观因法止息故果法止息。生起后之灭则通于一切观禅阶段。

观禅中只有生起后之灭与不再生起之灭两种，似乎与现代所说‘色灭了、名灭了’等灭法大不相同。又有人说‘受尽了、受没有了、受灭了’，这些说法也经不起佛陀教法与实修尺度的检验。

若问说‘受灭了’的人：知觉心识还存在吗？他往往回答仍然存在；也就是说，心识仍在，受却没有了、灭了。

但在正等觉佛陀的教法中，受是遍一切心心所，必定与一切心相应。因此，只要知觉心识存在，受就必然存在。

这种受可能是乐受、苦受，也可能是舍受；佛陀的教法中，没有不与受相应的知觉心识。

若再问说‘受灭了’的人：能否以智分别、摄取并观照存在于六门、四十二身分中的胜义法？他又回答不能。有些人甚至说二十八色只是正等觉佛陀的境界，不是声闻的境界。再问正在观受的人：观受时，能否在依次生起的每一心路心识刹那，以及离心路的离心路心中，以智分别、摄取并观照受的相应法？他仍回答不能，并且说这些名法只有正等觉佛陀才能观到——

——然而，在佛陀所教的实修次第中，禅修者准备观受时，在观受以前：一、必须先完成色业处，以智分别、摄取色法。

二、不能只观受一个法，而必须摄取、观修一切与受相应的相应法。

实修次第就是如此规定的。〔请参看名业处篇。〕所以，‘受尽了、受没有了、受灭了’等说法，经不起正等觉佛陀教法与实修尺度的检验。

坏灭随观智所观的胜义法

巴利《无碍解道》原文（缅文字体）：‘ကထံ အာရမ္မဏပဋိသင်္ခါ ဘင်္ဂါနုပဿနေ ပညာ ဝိပဿနေ ဉာဏံ၊ ရူပါရမ္မဏတာ စိတ္တံ ဥပ္ပဇ္ဇိတ္တာ ဘိဇ္ဇတိ၊ တံ အာရမ္မဏံ ပဋိသင်္ခါ တဿ စိတ္တဿ ဘင်္ဂံ အနုပဿတိ။ အနုပဿတီတိ ကထံ အနုပဿတိ၊ အနိစ္စတော အနုပဿတိ နော နိစ္စတော၊ ဒုက္ခတော အနုပဿတိ နော သုခတော၊ အနတ္တတော အနုပဿတိ နော အတ္တတော၊ နိဗ္ဗိန္ဒတိ နော နန္ဒတိ၊ ဝိရဇ္ဇတိ နော ရဇ္ဇတိ၊ နိရောဓေတိ နော သမုဒေတိ၊ ပဋိနိဿဇ္ဇတိ နော အာဒိယတိ။’译：在坏灭随观中，审察所缘而观坏灭的慧，如何成为观智？以色为所缘的心生起后即坏灭；审察这一所缘，再随观该心的坏灭。怎样随观？随观为无常，不随观为常；随观为苦，不随观为乐；随观为无我，不随观为我；厌离而不欣乐；离贪而不染著；令灭而不令集起；舍弃而不执取。

巴利原文续（缅文字体）：‘အနိစ္စတော အနုပဿန္တော နိစ္စသညံ ပဇဟတိ၊ ဒုက္ခတော အနုပဿန္တော သုခသညံ၊ အနတ္တတော အနုပ- ဿန္တော အတ္တသညံ၊ နိဗ္ဗိန္ဒန္တော နန္ဒိ ံ၊ ဝိရဇ္ဇန္တော ရာဂံ၊ နိရောဓေန္တော သမုဒယံ၊ ပဋိနိဿဇ္ဇန္တော အာဒါနံ ပဇဟတိ။’译：随观无常，便舍断常想；随观苦，便舍断乐想；随观无我，便舍断我想；厌离，便舍断欣乐；离贪，便舍断贪；令灭，便舍断集起；舍弃，便舍断执取。

巴利原文续（缅文字体）：‘ဝေဒနာရမ္မဏတာ။ပ။ သညာရမ္မဏတာ။ သင်္ခါရာရမ္မဏတာ။ ဝိညာဏာရမ္မဏတာ။ စက္ခာရမ္မဏတာ။’译：以受为所缘……以想为所缘、以诸行为所缘、以识为所缘、以眼为所缘——

巴利原文续（缅文字体）：‘ပ။ ဇရာမရဏာရမ္မဏတာ စိတ္တံ ဥပ္ပဇ္ဇိတ္တာ ဘိဇ္ဇတိ။ပ။ ပဋိနိဿဇ္ဇန္တော အာဒါနံ ပဇဟတိ။’译：……直到以老死为所缘的心生起后即坏灭……舍弃，便舍断执取。

（《无碍解道》55；《清净道论》2-277—278。）

审察所缘的灭尽、坏灭，并能随观其坏灭的慧，为什么称为观智呢？

以色法的灭尽、坏灭为所缘，观心生起后随即坏灭；审察，也就是以智看见色法这一所缘的灭尽、坏灭以后，再随观该心的坏灭。

所谓随观，是怎样随观呢？随观为无常，不随观为常；随观为苦，不随观为乐；随观为无我——

——不随观为我；厌离而不欣乐；离贪而不染著；令灭而不令集起；舍弃而不执取。

随观无常，便舍断常想；随观苦，便舍断乐想；随观无我，便舍断我想；厌离，便舍断欣乐；离贪，便舍断欲贪与有贪；令灭，便舍断集起；再次舍弃，便舍断执取。

以受的灭尽、坏灭为所缘……

以想的灭尽、坏灭为所缘。

以诸行的灭尽、坏灭为所缘。

以识的灭尽、坏灭为所缘。

以眼净色，即眼处的灭尽、坏灭为所缘……直到以老死为所缘，观心生起后随即坏灭；审察该所缘，再随观该心的坏灭……

（《无碍解道》55。）

依上述《无碍解道》巴利，坏灭随观智所观的胜义法，是五蕴、十二处、十八界、作为观智所缘的世间诸根，以及直到有为止的缘起支。在这些缘起支中，坏灭智阶段也包括生、老、死。生、老、死的实体，就是称为生有、由业所生的五取蕴。

五取蕴的生起称为生，住立称为老，坏灭称为死。由于正在生起的阶段已称为生，不必再把这一阶段另观为坏灭；正在住立的阶段已称为老，也不必再把这一阶段另观为坏灭；正在坏灭的阶段已称为死，同样不必再把这一阶段另观为坏灭。应观坏灭的是称为生、老、死的五取蕴本身。不过，以生老死，或分别以生、老、死为所缘而生起的观速行心，也就是观速行心路心相续，则可以再观其坏灭。

应当总结记住

禅修者以观智审察、观照蕴、处、界与缘起法时，便以观智知见这些诸行的灭尽、坏灭。以观智为主导的观速行心路名法组，也必须再观其坏灭。因此，应当简要记住：巴利原文（缅文字体）：‘ဉာတဉ္စ ဉာဏဉ္စ ဥဘောပိ ဝိပဿိတိ။’译：所知与智，二者都应观。（《清净道论》2-278。）

原书 286

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ဉာတန္တိ အာရမ္မဏာမဟ အနုပဿနာဝသေန ဉာတတ္တာ။ ဉာဏန္တိ အနုပဿနာဉာဏံ။ ဥဘောပိ ဝိပဿိတိတိ တဒုဘယမ္ပိ ခယတော ဝယတော ဝိပဿိတိတိ။ အယံ ဟေတ္ထ သခ်ေပတ္ထော ---- ရူပဿ ယာဝ ဇရာမရဏာဿ ခယတော ဝယတော ဒဿနံ အာရမ္မဏာပဋိသခ်ါတံ ဒဿနကဉာဏဿ ခယတော ဝယတော ဒဿနံ အာရမ္မဏာပဋိသခ်ါယ ဘင်ဿ အနုပဿနန္တိ ဥဘယတ္ထပညာ။ ပုရိမံ ဝါ တဒဘာဝေ အဘာဝတော ပစ္ဆိမာယံ ပက္ခိပိတ္တာ ပစ္ဆိမာ ဇေ ပညာ ဝိပဿနေ ဉာဏန္တိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၄၀။)’译：‘所知’是说所缘，因为它已经由随观而知；‘智’是随观智。‘二者都应观’，是说应观二者的灭尽与坏灭。这里的简义是：从色直到老死，观见其灭尽、坏灭，称为审察所缘；又观见那能见之智的灭尽、坏灭，称为审察所缘以后随观坏灭。这是二处之慧。或者，因为没有前者便没有后者，所以把前者摄入后者，只以后者之慧称为观智。（《大复注》2-440。）所谓所知，是从色蕴直到老死的五蕴、十二处、十八界与十二缘起支，也就是观智所观的所缘法。

依四谛教法来说，它们就是苦谛法组与集谛法组。这些法由随观智、也就是观智的力量所知，所以称为所知。

所谓智，就是反复观照这些称为所知之法的随观智。应知，禅修者须以智看见所知与智这两类法的灭尽、坏灭，再把三相提到其上修观。

确实，以下就是这里的简要义。

以智看见从色蕴直到老死诸法的灭尽、坏灭，轮流把无常、苦、无我三相提到其上而观的观智，称为所缘审察智。接着再以智看见这一所缘审察智本身的灭尽、坏灭，轮流把无常、苦、无我三相提到其上修观。以后起观智取先前所生所缘审察智的坏灭为所缘，再次修观；这一后起观智之慧，称为坏灭随观智。

另一种解释：所缘审察智是先前的观智，坏灭随观智是后起观智。若无先前的所缘审察智，后起坏灭随观智便不可能生起；而且二者同样以纯粹观诸行坏灭为自性相。所以，依特相导释法，把先前的所缘审察智摄入后起坏灭随观智，《无碍解道》只以后起坏灭随观智称为观智。（《大复注》2-440。）

三相

巴利原文（缅文字体）：‘အနိစ္စ ခယဋ္ဌေန။ ဒုက္ခ ဘယဋ္ဌေန။ အနတ္တာ အသာရကဋ္ဌေန။’译：因为灭尽之义，是无常；因为怖畏之义，是苦；因为无坚实核心之义，是无我。

> （《清净道论》2-245；《阿毗达磨义论》159。）

依上述巴利、义注与复注，贤善者现在应把三相提到称为所知与智的诸行上修观。

一、以观智看见诸行灭尽、坏灭、破散、消失的性质，观为无常；二、以观智看见诸行因为不断灭尽、坏灭、破散、消失而可怖的性质，观为苦；三、以观智看见诸行中没有一个不坏、坚实、恒定而作为核心的自我，观为无我。应当如此逐项修观。

所谓能观之心

巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：‘စိတ္တန္တိ ဧတ္ထ သသမ္ပယုတ္တစိတ္တံ အဓိပ္ပေတံ။ (ပဋိသံ-ဋ္ဌ-၀-၂၃၉။)’译：这里所谓心，是指连同相应法在内的心。（《无碍解道义注》1-239。）观禅中所谓能观的观心，是连同相应心所在内的观心。智在这连同相应法的观心中居主导地位，所以依主要法之理，在所知与智二者中，把由智主导、连同相应法的观心称为‘智’。因此，说观心、观智、能观之心或能观之智时，应知都是指连同相应法在内的整组观名法。对仍是凡夫的贤善者，这些名法组就是大善意门观速行名法组。因此，若要返观智法——

——便应观由观智主导的大善意门速行心路名法组。坏灭智阶段通常不生彼所缘；一般是一次意门转向、七次速行。速行可有喜相应与喜不相应两种：喜、智俱相应时，每一速行有三十四名法；不与喜相应、只与智相应时，每一速行有三十三名法。

观照格式

贤善者把三相提到诸行上，反复多次观修、审察，观智渐渐锐利、清净时，后后观智承接前前观智以强力亲依止缘资助的力量；与后后观智相应的念，便只善住于诸行灭尽、坏灭、破散、止息的性质。此时：一、取诸行灭尽、坏灭、破散、止息为所缘，以智看见，观为'无常、无常'。

二、取诸行由于不断灭尽、坏灭、破散、消失、止息而可怖的义为所缘，以智看见，观为'苦、苦'。

三、取诸行中并无不坏、坚实、牢固而作为核心的——

——自我这一性质为所缘，以智看见，观为'无我、无我'。

依名业处诸表所示，对内、外两种相续：一、间或只观色；二、间或只观名；三、间或合观色名。轮流把三相提到其上，反复多次修观；间或观内、间或观外，间或把无常相、苦相或无我相提到色名上。观外时尽力向外扩展；过去蕴、未来蕴也同样观照。从自己所能摄取的历世过去直到现在，再从现在直到未来终点：一、只观色；二、只观名；三、合观色名——

——轮流把三相提到其上，有力地修观。间或观内、间或观外，间或观色、间或观名；又把色名分为五组，依五蕴法同样修观。

应当注意：如此轮流把三相提到诸法上时，诸行的坏灭尽管可以非常迅速，但把无常、苦或无我提到其上而观，应当从容进行。即使看见许多心路或许多心识刹那的坏灭，也应继续尽力看清；应尽力在极短时间内，看见数以俱胝计的名法组、心识刹那坏灭。

不过，并不是要追逐每一个看见的心识刹那，把它的每一次坏灭都逐一观为无常。

应取许多心识刹那的坏灭为所缘，从容地观'无常、无常'；色法也应同样理解，苦与无我也同样观照。

坏灭智的一项标准

禅修者从见清净阶段的名色分别智开始，以智分解色法、名法，令显为整块色法、整块名法的色密集与名法密集瓦解；如今已到达坏灭智。在尚未到达坏灭智以前，各阶段仍会看见：一、因色名诸行与果色名诸行的生起。

二、仍会看见诸行短暂住立的老化，也就是住立。

三、仍会看见由于因法显著生起，果报蕴也显著生起的已被执受之转起，也就是有之转起。

四、虽然以智分解色密集、名法密集，令智见抵达胜义，有时仍有未曾观到或来不及观到的色聚、名聚；这是因为色聚、名聚数量极多，生灭极快。未被观到的聚，其组合密集、作用密集等尚未瓦解，仍显为称为最小团块的色聚、名聚。

可是到达坏灭智时，观智已经极其锐利、清净，诸行便极其迅速地显现在禅修者智中。

这里切勿误解为诸行从现在起才快速生灭。诸行本来就在一眨眼、一闪念间生灭数以俱胝计；观智尚未锐利时，不能知见这种本来如此的真实自性，达到坏灭智后观智锐利，才如实知见。正因为观智极其锐利、清净，诸行在智中极其迅速地显现，所以：

一、智已不能追及诸行的生起。

二、智已不能追及诸行的住立，也就是老化。

三、智也不能追及有之转起：由于无明、爱、取、行、业等因法显著生起，果报蕴便显著生起。

为什么呢？巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘အဘယ်ကြောင့်နည်းဟူမူ ----- နသမ္ဂာပုဏာတိ အဂ္ဂဟဏတော။ (မဟာဋီ-၂-၄၃၉။)’译：因为没有取，所以不能到达。（《大复注》2-439。）禅修者不再以智辨取、作意诸行的生起、住立、转起与相，只一向作意其坏灭。因此，只见诸行纯粹坏灭时，观智不能进入因行与果行的生起、住立，而只进入因果诸行不停灭尽、坏灭、破散的刹那灭。既不能进入因法与果法的生起——

——也就不能进入因法显著生起故果法显著生起的已被执受之转起；所以，观智也不再进入转起——

原书 290

——本身。

四、坏灭智阶段的观智极其锐利，所以也不再见到组合密集、作用密集尚未瓦解的整块色法。这里所谓整块色法，就是色聚；所谓仿佛有形状实体的最小团块，也是色聚。色聚、名聚使人识别为诸行，所以称为行相；观智也不再看见这种行相，因为它只看见已经到达刹那灭、不断灭尽、坏灭、破散、消失、止息的纯粹色胜义法——

——虽然观智不再看见色聚、名聚等团块，却会比先前各阶段更加纯净、鲜明地看见色胜义自性与名胜义自性。

应当注意：说坏灭智由于不作意而追不及生起、住立、转起与相，也意味着如果转而作意这些项目，观智仍能追及它们。

一向作意、观照三时、内外两种相续中诸行的纯粹坏灭，只见纯粹坏灭，不再见色聚而只进入色名胜义法时，还应把由坏灭随观智主导的大善观意门速行心路再次作为所缘，把三相提到其上修观。

一、观色：色——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

二、观名：名——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

三、合观色名：色名——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

四、观因：因法——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

五、观果：果法——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

（苦与无我也同样观照。）

原书 291

观照上述格式时，应依名业处诸表，把六线全部观尽；内外两种相续、过去未来现在三时都同样观。本阶段不只要再次观照以色法为所缘而生、正在观色的观智，也就是由观智主导的大善意门速行心路名法组；以名法为所缘、正在观名的观智，同样必须再次观照。前引《无碍解道》——五蕴、十二处、十八界——

——世间诸根与十二缘起支为所缘的观智，也都必须再次返观，这一点要特别记住。

本阶段还要取缘起支的纯粹坏灭为所缘，把三相提到其上；应观内外两种相续、过去未来现在三时，从已摄取的历世过去直到未来终点。不过，不要取'无明生起故行生起'等因果相续为所缘。

一、无明——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

二、行——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

如此只一向作意各缘起支的纯粹坏灭而修观。

这样观时，禅修者早在缘起篇便已经如实知道：过去、现在、未来各有中，曾经、正在、将会有怎样的无明、爱、取、行、业；现在只照自己已经知道的事实观照。

诸行确实有生，坏灭智阶段为何不作意生、只作意坏灭呢？答：为了获得厌离随观智等更高观智，使观智逐渐成熟；只有成熟观智能以强力亲依止缘资助道智、果智，所以为了证得道果，只取诸行纯粹坏灭为所缘修观。

四念处即四种随观

贤善者在坏灭智阶段，也可以随自己所好，依身、受、心、法等不同随观法修观。

一、以色法为首摄取色名，取色名坏灭为所缘修观，再返观该观智，便进入身随观念处。

二、以受为首摄取色名，取色名坏灭为所缘修观——

——再返观该观智，便进入受随观念处。

三、以知觉心识为首摄取色名，取色名坏灭为所缘修观，再返观该观智，便进入心随观念处。

四、以触为首摄取色名，取色名坏灭为所缘修观，再返观该观智，便进入法随观念处。依五蕴、十二处等方法修观，再返观该观智，同样进入法随观念处。

依色名二法、五蕴、缘起等方法，观现在法而感到满意以后，应继续用同样方法观历世过去直到未来终点的三时诸行；间或还要再次返观能观之智。

《无碍解道》第55页列举坏灭随观智所观的胜义法时说，巴利原文（缅文字体）：'ဇရာရဖွဏာတာ စိတ္တံ ဥပ္ပဇ္ဇိတ္တာ ဘိဇ္ဇတိ၊ တံ အာရဖွဏံ ပဋိသင်္ခါ တဿ စိတ္တဿ ဘင်္ဂံ အနုပဿတိ။ (ပဋိသံ-၅၅။)'译：以老为所缘的心生起后即坏灭；审察该所缘，再随观该心的坏灭。（《无碍解道》55。）如此把从无明直到老死的缘起支都列入；五蕴、十二处也列在其中。依前述《小萨遮迦经》，为了达到有学、无学的境界，不只现在五蕴，过去、未来诸蕴也必须纳入。所以，应依：一、色名二法；二、五蕴；三、十二处、十八界——

——四、缘起等方法，取现在诸行纯粹坏灭为所缘修观而感到满意后，再尽己所能，从已观的历世过去直到未来终点，对三时诸行继续依色名、五蕴、处、缘起等方法，取其坏灭为所缘修观；间或还要返观能观之智。

观缘起支时，不再作意称为已被执受之转起的因果生起，也就是'无明生起故行生起'等；而应只取无明的坏灭、能观之智的坏灭，行的坏灭、能观之智的坏灭等，轮流把三相提到纯粹坏灭上修观。

原书 293

又依佛陀在《燃烧经》（《相应部》2-377—379）等《六处相应》经典中的指导，也可以采用'所依处＋所缘＋受''所依处＋所缘＋识''所依处＋所缘＋触'这些格式。请重新参看名业处诸表；表中逐一列出每个心识刹那的所依色、所缘色与名法组。若以受为首摄取名法组而观，便是所依处＋所缘＋受，进入受随观念处；若以知觉心识为首摄取名法组而观，便是所依处＋所缘＋识——

——进入心随观念处；若以触为首摄取名法组而观，便是所依处＋所缘＋触，进入法随观念处。由于先摄取所依色与所缘色，再以受、识或触为首摄取名法组而观，所以也包含身随观念处。无论以哪一种念处为首，一切诸行都必须完整具足。另一种说法是，这些格式由结集长老编入《六处相应》，所以也可说进入法随观念处。

所依处＋所缘＋受

一、所依处——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

二、所缘——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

三、受——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

所依处＋所缘＋识

一、所依处——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

二、所缘——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

三、识——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

所依处＋所缘＋触

一、所依处——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

二、所缘——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

三、触——坏灭——无常；能观之智也坏灭——无常。

一、所依处：依名业处诸表，以智分别眼门心路、继续取色所缘的意门心路等各心路中每个心识刹那的所依色，以及诸心路之间各有分心识刹那的所依色；取各所依色纯粹坏灭为所缘，观为无常；再取这一无常观智的坏灭为所缘——

原书 294

——再次观为无常。苦、无我也同样观照。应依名业处诸表逐行观尽，并理解一次眼门心路之后会有许多次意门心路；耳门、意门等其余心路也同样观。

二、所缘：以智分析色所缘等相应所缘，令各类密集瓦解；看见坏灭后观为无常，再返观该观智为无常。

三、受：依名业处诸表，以受为首摄取一切名法，取名法坏灭为所缘观为无常，再返观该观智为无常。诸心路之间的有分名法也要混合观入；依表逐行观尽，把六线中的善速行、不善速行心路全部观尽。

四、识：仍取上述名法，以知觉心识为首摄取，取名法组坏灭为所缘观为无常，再返观该观智为无常。

五、触：仍取上述诸法，以触为首摄取，取名法组坏灭为所缘观为无常，再返观该观智。

观禅之智

如前所释，所谓观禅之智，是由观智主导的大善〔或唯作〕意门速行心路名法组；应看见连同观智在内的这些名法坏灭，再次返观。返观时，取诸行即所知法的坏灭为所缘：一、把观为无常的观智分别观为（甲）无常、（乙）苦、（丙）无我；二、把观为苦的观智分别观为（甲）无常、（乙）苦、（丙）无我；三、把观为无我的观智分别观为（甲）无常、（乙）苦——

——（丙）无我。

应当如此逐项分别观照；五蕴、十二处、十八界、缘起等方法也准此而观。

原书 295

功德利益

一切有为法、诸行都有生、老、死的性质，也就是生起、住立、坏灭。对具有生老死性质的有为法，生是始端，老是中端，死是终端；生、住、灭三种有为相可称无常相。不过，虽然生与老——生起与住立——也可以被看见，无常相只有在正在坏灭的坏灭刹那才清楚显现在禅修者智中；在生起刹那、住立刹那并不如此清楚。因此，坏灭是诸行无常性的——

——最终极限。

进一步说明：只有具有老化即住立、死亡即坏灭性质的法才会生起，所以生起是无常性的始端；同样，具有生与死性质的法会老化，所以老化、住立是有为法的中端；具有生与老性质的法会坏灭，到达死的性质，所以坏灭是有为法的最终极限。（《大复注》2-440—441。）因此，随观诸行坏灭的禅修者，对于从色蕴直到老死、摄在一切行境中的诸法——

——只反复观为无常，不观为常。继而，因为无常诸行确实是苦，便把已经观为无常的一切诸行反复观为苦，不观为乐；又因为苦诸行确实无我，便把已经观为无常、苦的一切诸行反复观为无我，不观为我。（《清净道论》2-279。）他并不像刚开始以聚思惟观把色名总摄成组、把三相提到其上审察的禅修者那样——

——只因诸行有灭尽之义，便以推断、猜度而观为无常；也不像仍在努力修观、达到生灭智的禅修者那样，先以智辨取诸行生灭，再由此引导而观坏灭。只观诸行纯粹坏灭的坏灭随观者，凭生灭智之力，已经现前看见生灭——

原书 296

——所以如前所说，他舍离生，只观坏灭，由此反复观为无常。这样观时，他对诸行连丝毫常执也没有，所以说‘不观为常’。

正因如此，《无碍解道》才说：‘如此观诸行为无常的禅修者，能够舍断把诸行误认作常的常想’等。（《大复注》2-441。）

把三相提到诸法上

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ကစ် ပနေတ္ထ "အနိစ္စတော အနုပဿတိ၊ နော နိစ္စတော"တိအာဒိနာ ဝိသုံ ဒဿနကိစ္စံ နတ္ထိ၊ ဘင်္- ဒဿနေနေဝ သဗ္ဗံ ဒိဋ္ဌံ ဟောတီ"တိ ဝဒန္တိ၊ တံ ဘင်္ဂါနုပဿနာယ မတ္ထကပ္ပတ္တိယံ ယုတ္တံ၊ တတော ပန ပုဗ္ဗ ဘာဂေ အနေကာကာရဝေါကာရာ အနုပဿနာ ဣစ္ဆိတဗ္ဗာဝ။ အညထာ "အနိစ္စတော အနုပဿတိ"တိအာဒိကာ ပါဠိ၊ "အနေကေဟိ အာကာရေဟိ ပုနပ္ပုနံ ပဿတီ"တိ အာဂတာ တဿာ အဋ္ဌကထာ စ ဝိရောဓိတာ သိယာ။’译：然而，有些老师说：由‘随观为无常，不随观为常’等语，并没有另外的观见工作；只要看见坏灭，便已看见一切。这种说法只在坏灭随观达到顶峰时适用；在此之前，仍须有以多种行相、许多方式修习的随观。不然，就会与‘随观为无常’等巴利，以及其义注所说‘以多种行相反复观见’相违。

（《大复注》2-441。）

有些老师认为，在坏灭随观中，《无碍解道》说‘随观为无常，不随观为常’等，并不表示另有分别修观的工作；只要看见诸行纯粹坏灭，就已经看见一切。这种说法只有在坏灭随观智达到顶峰时才适用；在达到顶峰以前，仍必须取诸行坏灭为所缘，以无常、苦、无我等种种方式修习多种随观。若主张不必如此修习——

——便会与《无碍解道》所说‘随观为无常’等经文相违，也会与义注原文（缅文字体）：‘ အနု အနု ပဿတိ၊ အနေကေဟိ အာကာရေဟိ ပုနပ္ပုနံ ပဿတီတိ အတ္ထော။’相违。译：所谓随观，是一再地观，是以许多行相反复地观。

（《清净道论》2-279。）

‘随观’意为一再、反复地观，以不止一种而是许多行相观照；义注的这一解释也会与那些老师的说法相违。

（《大复注》2-441。）

依上述巴利、义注与复注，应知在坏灭随观智阶段，禅修者仍须把三相提到诸行上，观为无常、苦、无我。

观禅时集如何止息

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘ယသ္မာ ပန ယံ အနိစ္စံ ဒုက္ခမနတ္တာ၊ န တံ အဘိနန္ဒိတဗ္ဗံ။ ယဉ္စ အနဘိနန္ဒိတဗ္ဗံ၊ န တတ္ထ ရဇ္ဇိတဗ္ဗံ။ တသ္မာ ဧတသ္မိံ ဘင်္ဂါနုပဿနာနုသာရေန "အနိစ္စံ ဒုက္ခမနတ္တာ"တိ ဒိဋ္ဌေ သင်္ခါရဂတေ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ နော နန္ဒတိ။ ဝိရဇ္ဇတိ၊ နော ရဇ္ဇတိ။ သော ဧဝံ အရဇ္ဇန္တော လောကိကေနေဝ တာဝ ဉာဏေန ရာဂံ နိရောဓေတိ၊ နော သမုဒေတိ။’译：因为凡是无常者便是苦、无我，不应欣乐；不应欣乐者，也不应于其中染著。因此，随着此坏灭随观，当看见诸行之聚是‘无常、苦、无我’时，便对它厌离，不欣乐；离贪，不染著。他如此不染著，首先只以世间智使贪止息，不使之集起。

巴利引文续（缅文字体）：‘သမုဒယံ န ကရောတီတိ အတ္ထော။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၇၉။)’译：意为不造集起。（《清净之道》2-279。）凡诸行之聚是无常、苦、无我，就不应以爱与见过度欣乐它，认为‘这是我的，这是我的自我’；也不应贪著这些诸行。〔意为不应令欲贪、有贪生起。〕因此，随着能观诸行坏灭的坏灭随观智，对已经观为无常、苦、无我的诸行之聚生起厌离，不再欣乐；感到厌恶，不再贪著。禅修者如此不贪著，便首先以仍属世间的智，以伏断令贪达到止息。

〔意为令贪隔离颇久。〕他不再使作为有之因的集生起，不再造作作为有之因的集。（《清净之道》2-279。）

以类智推度观照的方法

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘အထ ဝါ သော ဧဝံ ဝိရတ္တော ယထာဒိဋ္ဌံ သင်္ခါရဂတံ၊ တထာ အဒိဋ္ဌမ္ပိ အန္ဝယညာဏဝသေန နိရောဓေတိ၊ နော သမုဒေတိ။ နိရောဓတော ဝ မနသိကရောတိ။ နိရောဓမေဝဿ ပဿတိ၊ နော သမုဒယန္တိ အတ္ထော။’译：或者，他如此离贪，对如所见的诸行之聚，以及同样对未见者，以类智使之止息，不使之集起；只从止息作意。其意是：他只见其止息，不见集起。

（《清净道论》2-279。）

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ဧဝံ ဝိရတ္တောတိ ဧဝံ ဘင်္ဂါနုပဿနာနုသာရေန ဝိရတ္တော။ ယထာဒိဋ္ဌံ သမ္မတိ ဥပဋ္ဌိတံ သင်္ခါရဂတံ နိရောဓေတိ နိရောဓံ မနသိ ကရောတိ၊ အဒိဋ္ဌမ္ပိ အတီတာနာဂတံ အန္ဝယညာဏဝသေန ယထာ ဎ္ဏံ ဧတရဟိ၊ ဧဝံ ဎ္ဏတရေပိတိ အနုမိနန္တော နိရောဓေတိ မနသိကတဿာပိ နိရောဓံ (မနသိ) ကရောတိ။ နော သမုဒေတီတိ ဧတ္ထာပိ ဧ သေဝ နယော။ နော သမုဒယံ မနသိ ကရောတီတိ အတ္ထော။ (မဟာဋီ-၂-၄၄၂။)’译：‘如此离贪’，即随着坏灭随观而离贪。他使如所见、当下现起的诸行之聚止息，作意其止息；对于尚未看见的过去、未来，也以类智推知‘如现在这般，其余也如此’，使之止息，作意其止息。‘不使之集起’也同理，意为不作意集起。（《大复注》2-442。）另一种解释是：禅修者随着坏灭随观智，对诸行已经离贪〔能隔离颇久〕；他对于现见智中当前显现的诸行之聚，怎样作意其止息，也同样凭依能够依同类推度的类智，把尚未由观智看见、尚未观到的过去未来诸行，与当前由现见智所见的——

——这些诸行相比较，作意：‘那些尚未观到的过去、未来诸行，也同样具有如此止息的性质。’他不作意生起之集，只从止息作意，也就是只作意止息；只观诸行之聚的止息，不观其生起之集。这就是前引《无碍解道》巴利的义理。

（《清净之道》2-279；《大复注》2-442。）

原书 298

应把上引义注、复注中的四句话前后贯通来读：一、义注说‘如所见的诸行之聚’；二、《大复注》说‘如所见、当下现起的诸行之聚’；三、义注说‘以及未见者’；四、《大复注》说‘以及尚未见的过去未来’。切勿由这四句话误以为：坏灭随观智只观严格意义上的现在，过去与未来则只能以推断、概略猜度的方式观。

只有接受、理解前面生灭随观智部分已经说明的‘现在’之义，前后文才能彼此一致，义理才能贯通。

因为坏灭随观智所观的究竟界诸行，包括摄在过去、未来、现在三时中的五取蕴苦谛法，也包括摄在过去、未来、现在三时中的十二缘起支。无明与行属于过去一期的法组；

识、名色、六处、触、受、爱、取、有属于现在一期的法组；生、老、死属于未来一期的法组。这些缘起支并不全是当代许多人所理解的、只属眼前此刻的现在法；它们是分别存在于过去时过去有、现在时现在有、未来时未来有这三时、三有、三期中的诸行。所有这些缘起支，都摄在义注所说‘如所见的诸行之聚’与复注所说‘如所见、当下现起的诸行之聚’之内，也就是摄在禅修者现前——

——亲自知见的现见智中显现的诸行之聚内。

禅修者以坏灭随观智观三时、内外两种相续中的任何诸行时，凡在其智中显现为具足生、住、灭三刹那的法，无论它是过去有过去时已经发生的法、现在有现在时正在发生的法，还是未来有未来时所摄的法，都可以称为在当前现见智中现前显现的诸行之聚。

如果不能如此理解、不能接受这一义理，那么《无我相经》等经教人观过去、未来、现在等十一种行相中的五取蕴苦谛法，其中所说的——

原书 299

——三转法轮诸教说就会变成毫无意义；同样，教人以坏灭随观智观摄在三时中的缘起支，也会变成毫无意义的教说。

再者，禅修者以观智观任何有为法，若该法在自己的智中显为具足生、住、灭三刹那的一个整体，也就是‘当下现起’、在自己智中眼前鲜明地显现的法，那么可以问：坏灭随观智是否同时观该有为法的生、住、灭三刹那？答案是：如前所说，它不作意生与住，只作意称为刹那灭的坏灭，因此仍然是坏灭随观。

如果观三时中具足生、住、灭三刹那之法的坏灭就称为坏灭随观智，那么‘对于尚未由智看见、尚未由观智观到的过去未来有为法，也以类智作意其刹那止息’这句话应当怎样理解？在这里，贤善者必须开阔眼界，以广大智慧善加思量。

缅文教诫偈：‘执见如龟石，坚牢不可移；纵有十万佛，翻转而说法，仍难使其解脱。’（《摩伽提婆》第319段。）这里特别应当警惕，不要成为把自己的错误见解像龟石一样牢牢抓住不放的禅修者。

虽然贤善者能够以观智观历世过去的因法与果法，但能观到的过去因果，通常只是在少数若干世中存在的因果。有情在无始轮回中经历的生命极多；若比较观智能观到的过去有诸行与观不到的过去有诸行，后者

远远多于前者。未来也应同样理解。

即使从现在直到证得阿罗汉道只剩很短的未来时段，要把证得阿罗汉道以前将生起的诸行全部无余观尽，对声闻波罗蜜智来说仍是不容易的事。

原书 300

因为声闻只能观诸行的一部分。因此，在过去未来诸行中，贤善者本人能够观到的部分，与漫长轮回相比只是少数、一小部分。当坏灭随观智看见自己已经现见、当下显现并由观智观到的法组刹那不停止息这一刹那灭时，便由此对自己未曾、不能由观智直接观到的过去未来诸行作如下理解：它们同样具有刹那不停坏灭的刹那灭性质。也就是对遍及过去轮回和未来——

——轮回的一切诸行，依已亲见之理作推断、概略推度。应当注意，这不是完全不观过去未来，而只笼统地说过去未来法也同样如此。

若不如此理解，就会变成：截至生灭随观智的前阶段诸观智所观是一类诸行，坏灭随观智所观又是另一类诸行。这种解释不应成立，因为《无碍解道》把截至生灭随观智的诸观智所观究竟法，与坏灭随观智所观究竟法，同样一一宣说。既然在前阶段观智中，过去未来法可以由现见智亲自现前、洞彻知见，那么到了坏灭随观智阶段，是否反而应当说——

——一切过去未来诸行都只能以作推断、概略推度的类智来观？贤善者对此应当亲自善加思量。

因此，禅修者对于过去、未来、现在三时诸行，凡自己能够观到的，都应以观智看见其具足生、住、灭三刹那的时段，尤其看见灭刹那。凡处在这种三刹那具足的时段或坏灭刹那中的诸行，都是当下现见、现前知见之法；位于已经由观智观到之法前后，而自己未曾、不能观到的过去未来法，才是‘未见的过去未来法’。应当如此分别记住。唯有接受这种解释，前前观智与后后观智的所缘——

——才能彼此一致。

能够远离、舍断

以此前所说无常随观等种种方法精勤修习观业处的禅修者，能够舍弃，不再执著。其意是什么呢？

原书 301

无常随观等随观智，以彼分断诸烦恼。

烦恼一经舍断，依以烦恼轮为根源的业轮而摄、能造作新有的胜行也已舍断；业与烦恼一经舍断，由该业将在未来生起的果报蕴，也就称为已经舍断。

无常随观智等坏灭随观智，由于把烦恼连同诸蕴、胜行一起舍弃，所以称为遍舍舍遣；又由于看见有为法无常等过患，心倾向并跃入与无常等相反、具有常与乐等性质的涅槃，所以也称为趣入舍遣。因此，具足无常随观等坏灭随观智的禅修比丘，如上所说，不但以彼分断烦恼，也因心倾向涅槃而趣入涅槃。他不再以令烦恼生起的方式取著烦恼；又因为清楚看见有为法无常等过患——

——不再由于看不见这些过患，而以爱、见把有为所缘执作‘我、我所’。所以说：‘舍遣，不执取。’（《清净之道》2-279。）至此，都是在说明义注、复注怎样逐层解释前引《无碍解道》坏灭智章的巴利。下面继续解释该章的四首偈颂，逐偈说明。

偈颂教说

巴利《无碍解道》第一偈上半（缅文字体）：‘၁။ ဝတ္ထုသင်္ကမနာ စေဝ၊ ပညာယ စ ဝိဝဋ္ဋနာ။’

巴利第一偈下半（缅文字体）：‘အာဝဇ္ဇနာဗလဥ္စေဝ၊ ပဋိသင်္ခါဝိပဿနာ။ (ပဋိသံ-၅၆။)’译：一、所缘的转移，以及慧从生起退出；亦有转向之力，这就是审察观。（《无碍解道》56。）

一、‘所缘的转移’，是从先前所缘转向另一个后来所缘；‘慧的’，指由观诸行生灭而生起的观慧；‘从生起退出’，是只以智辨取坏灭而从生起退出；‘亦有转向之力’，是能够无间转向；这就是知道色等诸行所缘以后观坏灭的审察观，也就是坏灭随观。

本偈有三个需要解释的词组：（甲）所缘的转移；（乙）慧从生起退出；（丙）转向之力。下面逐一说明。

（甲）所缘的转移：这里，从色蕴直到老死的一切有为法，都是观智所观的所缘；因为它们是观智生起、安住之处，所以称为‘所缘’——

原书 302

——所谓所缘的转移，就是更换观智所观的所缘而观。

格式是：观色蕴、色法的坏灭以后，再观那曾观色法坏灭的观心本身之坏灭；如此便从前一所缘——色法的坏灭——转向另一所缘——观心的坏灭。（《清净之道》2-280。）所谓‘转移’，并不是同一个观心在一个心识刹那内从一处移到另一处、从一个所缘移到另一个所缘。观心也是无常法；当观心转而以受法为所缘时，先前以色法为所缘的观心已经不存在，早已在其生起处、所缘处坏灭。因此，这里所谓转移，是把观色法坏灭的前一观心，与观该前一观心坏灭的后一观心，依二者同为观心这一点——

——运用同一理路而说成仿佛同一个心。若作另一种解释，就会产生不应有的结论：‘以色法坏灭为所缘的观智是一种，以观该观心坏灭为所缘的观智又是另一种；每一个观心都各不相同，哪里还能有所谓转移？’下面‘慧从生起退出’也应依同样义理理解。（《大复注》2-442—443。）在坏灭随观智阶段，应当这样不断更换所缘而观。

这里所谓心，是由大善观智主导的意门速行心路名法组；通常是一次意门转向、七次速行。

（乙）慧从生起退出：由观称为所知的诸行、称为智的观智这两类法的生灭而生起的观慧，舍弃所知、智二法的生起，只取其坏灭；这就是从生起退出。因此，禅修者应舍弃所知、智二法的生起，努力令自己的观修心稳固安住于坏灭。

（《清净之道》2-280；《大复注》2-443。）

（丙）转向之力：观色法坏灭以后，能够再去观见以色法坏灭为所缘、曾观色法坏灭的观心本身之坏灭，这种能力称为转向之力。这个词显示坏灭随观智已经熟练、能够有力而纯熟地观照。

行道智见清净释（之二）

原书第 303 – 323 页

所缘转移、慧从生起退出、转向之力这三项，合称审察所缘的坏灭随观智：以智知道色法坏灭，又返观该能知之智的坏灭。对于从受蕴直到老死的诸行，也同样先观其坏灭，再观曾观该坏灭的观智之坏灭；应当理解，这也称为审察所缘的坏灭随观智。（《清净之道》2-280；《大复注》2-443。）

巴利《无碍解道》第二偈上半（缅文字体）：‘၂။ အာရမ္မဏအန္ဓယေန၊ ဥတော ဇေဝဝတ္ထာနာ။’

巴利第二偈下半（缅文字体）：‘နိဇောဓေ အဓိမုတ္တတာ၊ ဝယလက္ခဏဝိပဿနာ။ (ပဋိသံ-၅၅။)’译：二、依所缘而推知，对已见、未见二者作同一确定；倾向于止息，这就是坏灭相观。（《无碍解道》55。）

‘依所缘而推知’，是随着当下现见的已见所缘而推知；‘二者’，指已见、未见两类所缘；‘作同一确定’，是依同一刹那坏灭性质而分别确定；‘于止息’，指诸行刹那不停坏灭的刹那灭；‘倾向’，就是心倾向于此。这就称为观诸行坏灭相的坏灭相观。

所谓‘依所缘而推知，对二者作同一确定’，是说禅修者随着自己已经以现见智亲自现前、洞彻知见的所知、智诸行所缘，作意：‘当前这些诸行怎样坏灭，过去诸行也已经这样坏灭，未来诸行也将这样坏灭。’于是对于已经由观智看见的已见所缘与尚未由观智看见的未见所缘，依二者共同的刹那不停坏灭性质而善加确定。〔这里关于已见、未见法的理解，仍如上文所释。〕诚然，古代义注师曾说：

巴利古注偈上半（缅文字体）：‘သံဝိဇ္ဇမာနဓမ္မ ဝိသုဒ္ဓဒဿနော၊ တဒန္ဓယံ နေတိ အတီတနာဂတေ။’

巴利古注偈下半（缅文字体）：‘သဇ္ဇုပိ သဒ္ဓါရဂတာ ပလောကိနော၊ ဥဿာဝဖိန္နာ သူရိယေဝ ဥဂ္ဂတေ။’译：对于现存法，具清净见者，把随彼之智导向过去、未来；一切诸行之聚都有坏灭性，犹如太阳升起时露滴消散。

‘对于现存法’，指由现见智可以获得、知见的现在诸行之聚，也就是已见法；‘具清净见者’，指禅修者具有极其清净、能观诸行坏灭的智见；‘随彼之智’，指随着观现在诸行坏灭之智而生的观智；‘过去’，指过去诸行；

‘未来’，指未来诸行；‘导向’，即令其生起。‘一切’，即毫无遗漏；‘诸行之聚’，即过去、未来、现在一切诸行；‘有坏灭性’，即都具有坏灭的性质。如什么呢？如太阳升起时露滴消失。（《清净之道》2-280。）

也就是说：对于由现见智亲见的现在诸行之聚，禅修者具有极其清净、能观坏灭的观智；他使随着这现在观智而生的观智，也运用于过去诸行与未来诸行。过去、未来、现在的一切诸行无不具有坏灭性质，正如太阳光一照，露滴即消失。（《清净之道》2-280。）这是坏灭智特有的一种观法。

所谓‘倾向于止息’，是说先确定已见诸行、未见诸行这两类观智所缘，在刹那不停坏灭的刹那坏灭上性质相同；此后便只作意诸行之坏灭——刹那灭，尊重刹那灭，倾向、弯向、趋向刹那灭。这称为‘于止息作意’。如此，随着已经由现见智看见的诸行所缘，把已见、未见两种所缘确定为在刹那坏灭上具有同一性质，就是观坏灭相的——

——坏灭相观。（《清净之道》2-280。）巴利《无碍解道》第三偈上半（缅文字体）：‘အာရမ္မဏဥ္စ ပဋိသင်္ခါ၊ ဘင်္ဂဥ္စ အနုပဿတိ။’

巴利第三偈下半（缅文字体）：‘သုညတော စ ဥပဋ္ဌာနံ၊ အဓိပညာဝိပဿနာ။ (ပဋိသံ-၅၆။)’译：三、审察所缘，又随观坏灭；空性得以现起，这就是增上慧观。（《无碍解道》56。）

‘所缘’，指从色蕴直到老死的诸行所缘；‘审察’，即了知；‘坏灭’，指以色法等为所缘之心的坏灭；‘随观’，即反复观照；‘以空’，指以空性；‘现起’得以圆满。这就是增上慧观。

所谓‘审察所缘，又随观坏灭’，是说先了知色法等诸行所缘，以智观见这些诸行的坏灭，再观曾观色法等坏灭的观心本身之坏灭。禅修者如此观称为所知、智的两类法之坏灭时，会圆满地现见：‘只有诸行坏灭；诸行的坏灭称为死亡；除诸行之外，并无一个可称为自我的主体。’这就是诸行没有自我的空性现起。（《清净之道》2-280。）所谓增上慧观，包括：（一）了知色法等诸行所缘后，以这些所缘的坏灭为所缘而观的审察所缘智；（二）再观曾观色法等坏灭的观心之坏灭的坏灭随观智；（三）诸行没有自我的空性在智中现起的——

——诸行没有自我的空性在智中现起——

原书 305

——空随观智。以上三种智见，称为增上慧观。

（《清净之道》2-280。）

坏灭随观智能观称为所知、智的两类诸行之坏灭，以智洞彻知见诸行不随任何个人、有情、自我的意愿而转，所以能够洞彻知见无我相。

因此，圣典才说：观诸行坏灭的禅修者，其智中能圆满现起诸行的空性。

（《大复注》2-443。）

如果诸行真能随任何个人、有情、自我的意愿而转，那么祈愿‘愿诸行不要这样坏灭’，便应如愿；但对诸行的愿望从不如愿。所以，诸行没有自我的空性会在禅修者智中显现。古代义注师因此说：巴利偈上半（缅文字体）：‘ခန္ဓာ နိရုဇ္ဈန္တိန စတ္ထိ အညော၊ ခန္ဓာန ဘေဒေါ မရဏန္တိ ဝုစ္စတိ။’译：诸蕴灭去，别无一物；蕴之破坏，称为死亡。

巴利偈下半（缅文字体）：‘တေသံ ခယံ ပဿတိ အပ္ပမတ္တော၊ မဏိံ ဝ ဝိဇ္ဈံ ဝဇိရေန ယောနိသော။ (ဝိသုဒ္ဓ ၆-၂-၂၈၁။)’译：不放逸者观见它们的灭尽，如工匠以金刚如理钻穿摩尼。（《清净之道》2-281。）

‘诸蕴’，即作为蕴的诸行；‘灭去’，即止息。此世间除了蕴，并没有另一个能灭之法或会死之人。‘诸蕴的破坏’，称为‘死亡’。不放逸的禅修者以观智，看见那些蕴每一刹那显现的坏灭。

如何看见呢？譬如善巧的宝石匠，以适当方法、用金刚钻穿摩尼宝珠时，只专注于宝珠的孔洞，不专注宝珠的色泽等；同样，他只如理作意诸行连续不断、无间的坏灭，把它作意为无常、苦、无我；以空性——没有自我——

——作意诸行；

并不离开诸行的坏灭而只作意诸行本身。（《清净之道》2-281。）只有作为蕴的法止息；此世间除了蕴，没有另一个能止息之法或会死之人。蕴的破坏称为坏灭、死亡。不放逸的禅修者以观智看见诸蕴每一刹那显现的坏灭。譬如善巧的宝石匠以适当方法用金刚钻穿摩尼宝珠，只专注宝珠的孔洞，不专注宝珠的色泽等——

原书 306

——同样，他只以正确方法作意诸行连续不断、刹那不停崩坏的刹那坏灭，观为无常、苦、无我，以没有自我的空性作意；不离开刹那坏灭而只作意诸行本身。另一种解释是：宝石匠以金刚钻出的孔不会重新填满；同样，以坚硬金刚般的坏灭随观智观见诸行坏灭以后，对这些诸行的常执再也不能落入。如此只观诸行的坏灭。（《清净之道》2-281。）巴利《无碍解道》第四偈上半（缅文字体）：‘ကုသလော တိသု အနုပဿနာသု၊ စတသော စ ဝိပဿနာသု။’

巴利第四偈下半（缅文字体）：‘တယော ဥပဌာနေ ကုသလတာ၊ ဈာနာဒိဋ္ဌိသု န ကမ္ပတိ။ (ပဋိသံ-၅၆။)’译：四、善巧于三种随观，也善巧于四种观；由于善巧三种现起，不因种种见而动摇。（《无碍解道》56。）

‘于三种随观’，即于无常随观等三种随观；‘善巧’，即熟练。禅修比丘也善巧于厌离随观等四种观，以及三种现起；由于这种善巧，他不因种种见而动摇。

善巧于无常随观、苦随观、无我随观三种随观的禅修比丘，也善巧于厌离随观、离贪随观、灭随观、舍遣随观四种观，以及无常现起、苦现起、无我现起三种现起，所以不再因种种见而动摇。（《无碍解道》56。）所谓三种现起：取诸行坏灭为所缘而观无常时，诸行以不断灭尽、坏灭的灭尽坏灭性显现，这就是无常现起；取诸行坏灭为所缘而观苦时，诸行以可怖的行相显现，这就是苦——

——现起；取诸行坏灭为所缘而观无我时，诸行以没有自我的空性显现，这就是无我现起。（《大复注》2-444。）厌离随观等四种随观的意义，将在后文显明。

如此不再因种种见而动摇的禅修者，作意：‘只有尚未止息的诸行会止息，只有尚未坏灭的诸行会坏灭。’他就像只看见已经破裂、脆弱而潮湿的生陶坯破坏，像只看见散乱飘扬的细雾消失，又像只看见锅中炒烤的芝麻破裂——

原书 307

——同样舍弃一切诸行的生起、住立、转起与相，只观诸行的坏灭。又如有眼之人站在池边或河岸，大雨倾盆时，只看见水面上不断生起的大水泡迅速破灭；同样，禅修者以观智看见一切诸行都在迅速、不断坏灭。诚然，世尊针对这种把诸行看成像水泡一样易坏的禅修者，宣说了下面的偈颂：

巴利偈上半（缅文字体）：‘ယထာ ဖုဗ္ဗုဠကံ ပသ္သေ၊ ယထာ ပသ္သေ မရီစိကံ။’

巴利偈下半（缅文字体）：‘ဧဝံ လောကံ အဝေက္ခန္တံ၊ မစ္စုရာဇာ နာ ပသ္သတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၈၁။)’译：如观水泡，如观阳焰；如此观察世间者，死王不能看见。（《清净之道》2-281。）

‘水泡’，即水面的泡沫；‘如观’，即如同看见；‘阳焰’，即蜃景。

‘如观’，即如同看见；‘如此’，即同样；‘世间’，即诸行世间。

‘观察者’，指以观智深入、只观坏灭的禅修者；‘死王不能看见’，即死王再也看不见他。

如同看见水泡，如同看见阳焰，禅修者同样以观智深入色名法的诸行世间，只观坏灭；死王再也看不见他。其意是：他努力观诸行坏灭直到证得阿罗汉道；证得阿罗汉道以后，不再有新有生起，般涅槃死后便抵达死王所不能见的涅槃。

> （《清净之道》2-281；《大复注》2-444。）

对于上引义注中的三则譬喻，《大复注》师解释如下：一、脆弱器皿喻——已经破裂、脆弱、潮湿的生陶坯或陶器——用于显示诸行依其自身性质必然坏灭。

二、飘散细尘喻——散乱飞扬的微细尘雾——用于显示诸行彼此不相连、散乱分离。

三、破裂芝麻喻——锅中炒烤的芝麻——用于显示诸行每一刹那都具有坏灭的性质。应当如此记住。

> （《大复注》2-444。）

具八种功德利益的坏灭随观智

如此，禅修者以观智不断观见一切诸行都只在迅速、不断地坏灭；具八种功德利益的坏灭随观智，便在他心中达到锐利而有力的状态。坏灭随观智有如下八种功德利益：

一、能够舍断有见＝常见。〔禅修者以观智不断观见诸行的坏灭以后，在他的相续中，执取‘自我恒常’的常见便不再有生起的机会。〕二、能够舍弃生命。三、能够昼夜不息地极其精勤修习。四、远离卑劣欲求，具有清净的活命。五、由于悚惧强烈，能够舍弃对大小事务的操心忙碌。六、由于不再爱惜自己，不会因任何缘故而恐惧，能够安稳无畏。七、由于善见诸行无常，获得忍耐，并乐于善行。八、能够克服并摧毁：不乐于幽静的林野寺院，不乐于止观修习这种殊胜的善法，以及耽乐于诸欲——

——这就是坏灭随观智所具的八种功德利益。（《清净之道》2-281。）因此，古代诸义注师如此说：

巴利古注偈上半（缅文字体）：‘ဣမာနိ အဋ္ဌဂုဏမုတ္တမာနိ၊ ဒိသွာ တတိ သမ္မသတေ ပုနပ္ပုနံ။’

巴利古注偈下半（缅文字体）：‘အာဒိတ္တစေလသိရသ္ဃပမော မုနိ၊ ဘင်္ဂါနုပဿီ အမတဿ ပတ္တိယာ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၈၂။)’译：看见这八种最胜功德以后，牟尼在那坏灭随观中反复审察；如头巾着火之人，常观坏灭，为证得不死〔涅槃〕。（《清净之道》2-282。）

‘在那里’，即在坏灭随观中。‘这八种最胜功德’，即舍断有见等八种殊胜的功德利益。‘看见以后’，即见到以后。‘如头巾着火之人’，即以头上缠着正在熊熊燃烧的头巾之人为喻。‘常观坏灭’，即惯常观坏灭。‘牟尼’，即禅修比丘。‘为证得不死’，即为了抵达不死的甘露涅槃。

‘反复’，即一再地。‘审察’，即取诸行的坏灭为所缘，把三相提到诸行上，修观审察。

对于头上头巾着火的人来说，熄灭头巾上的火是最紧要的事；然而，比这更加紧要的，是熄灭有身见的地狱大火——

——想要熄灭有身见地狱大火的禅修比丘，应看见坏灭随观智所具、以舍断有见 = 常见为首的八种殊胜功德。为了抵达不死的甘露涅槃，他应在过去、未来、现在三时与内外两种相续中，观见称为所知的诸行，以及不断把三相提到这些诸行上作强力观照、称为智的观智；以观智看见所知、智二法的纯粹坏灭，再轮流把三相提到其上，强力修观。可以采用色名二法、五蕴等——

——自己所喜的各种方法修观审察。应当注意，这些诸行之聚也包括入出息念初禅、第二禅、第三禅、第四禅的名法组。

如何归入四念处

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘ယသ္မာ ပနေတ္ထ ဣဒမေဝ စတုက္ကံ အာဒိကမ္မိကဿ ကမ္မဋ္ဌာနဝသေန ဝုတ္တံ။ ဣတရာနိ ပန တီဏိ စတုက္ကာနိ ဇဏ္ဍ ပတ္တဗ္ဗာနဿ ဝေဒနာ-စိတ္တ-ဓမ္မာနုပဿနာဝသေန ဝုတ္တာနိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၂၆၉။)’译：这里唯有第一四法组是依初业禅修者的业处而说；其余三个四法组，是依已在这里证得禅那者的受随观、心随观与法随观而说。（《清净之道》1-269。）在这部名为《趣向涅槃之道》的著作中，从入出息念定篇起，直至坏灭随观智，止观修习次第都已说明。世尊把入出息念修法分为四个四法组而教导。

一、第一四法组依身随观念处而说；二、第二四法组依受随观念处而说；三、第三四法组依心随观念处而说；四、第四四法组依法随观念处而说。世尊如此分别教导四个四法组。

一、第一四法组

巴利经文（缅文字体）：‘ကာယေသု ကာယညတရာဟံ ဘိက္ခဝေ ဧဝံ ဝဒါမိ ယဒိဒံ အဿာသပဿာသာ။ (မ-၃-၁၂၆။)’译：诸比丘，我说入息、出息是诸身中的一种身。（《中部》3-126。）依止修而言，反复修习、审察称为遍作相、取相、似相的入出息身；依观修而言，反复修习、审察色身与名身——这项修习就是身随观念处。

（一）依止修而言：以称为入出息遍作相、取相、似相的入出息身为所缘，培育定的修习；又以称为入出息似相的入出息身为所缘，依次生起初禅、第二禅、第三禅、第四禅，并一再进入这些禅那——这就称为修习并圆满身随观念处。

（二）依观修而言：先摄取色法，再对下列诸行一再把三相提到其上而修观审察：四种禅那中与禅支俱有的禅相应法，即禅那名法；在作为这些禅那名法所依的心所依处中，与心所依处同在的五十四种色法；以及存在于三时、内外两种相续中的其余色名诸行，即杂项诸行。这也称为修习并圆满身随观念处。这样的观修先以色法为首、以色法为主、优先观色，然后才观名法，所以归入身随观念处——

——至此，第一四法组的观法已经完整说明到坏灭智。现在继续说明第二四法组等观法。

二、第二四法组

巴利经文第一项上半（缅文字体）：‘(က) ပီတိပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将觉知喜而入息。’

巴利经文第一项下半（缅文字体）：‘ပီတိပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将觉知喜而出息。’

巴利经文第二项上半（缅文字体）：‘(ခ) သုခပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将觉知乐而入息。’

巴利经文第二项下半（缅文字体）：‘သုခပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将觉知乐而出息。’

巴利经文第三项上半（缅文字体）：‘(ဂ) စိတ္တသင်္ခါရပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将觉知心行而入息。’

巴利经文第三项下半（缅文字体）：‘စိတ္တသင်္ခါရပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将觉知心行而出息。’

巴利经文第四项上半（缅文字体）：‘(ဃ) ပဿမ္ဘယံ စိတ္တသင်္ခါရံ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将令心行寂止而入息。’

巴利经文第四项下半（缅文字体）：‘ပဿမ္ဘယံ စိတ္တသင်္ခါရံ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။ (မ-၃-၁၂၅။ သံ-၃-၂၇၉။ ဝိ-၁-၈၈။)’译：他学：‘我将令心行寂止而出息。’（《中部》3-125；《相应部》3-279；《律藏》1-88。）

（一）‘觉知喜’，即清楚觉知禅喜。‘我将入息’，即我将使入息生起——

——‘如此’，即这样。‘他学’，即修学。‘觉知喜’，即清楚觉知禅喜——

——‘我将出息’，即我将使出息生起。‘如此’，即这样。‘他学’，即修学。

（二）‘觉知乐’，即清楚觉知禅乐。余文同前。

（三）‘觉知心行’，即清楚觉知作为禅法的受蕴、想蕴这两种心行。余文同前。

（四）‘心行’，即受蕴与想蕴这两种心行；‘令寂止’，即令它们寂静。余文同前。

对于已经在第一四法组证得禅那的禅修者，世尊以受随观宣说第二四法组，以心随观宣说第三四法组，以法随观宣说第四四法组。（《清净之道》1-269。）因此，应当这样记住第二四法组巴利经文的缅译：

（一）清楚觉知与初禅、第二禅相应的喜，他学：‘我将使入息生起。’清楚觉知与初禅、第二禅相应的喜，他学：‘我将使出息——

原书 311

——生起。’

（二）清楚觉知与初禅、第二禅、第三禅相应的乐受，他学——

——‘我将使入息生起。’清楚觉知与初禅、第二禅、第三禅相应的乐受——

——他学：‘我将使出息生起。’

（三）清楚觉知与四种禅那相应、称为受蕴与想蕴的心行——

——他学：‘我将使入息生起。’清楚觉知与四种禅那相应、称为受蕴与想——

——蕴的心行，他学：‘我将使出息——

——生起。’

（四）令与四种禅那相应、称为受蕴与想蕴的粗显心行渐次寂止，他学：‘我将使入息生起。’令与四种禅那相应的粗显心行渐次寂止，他学：‘我将使出息生起。’

（一）觉知喜

使喜显明、清楚觉知喜而修习入出息，有两种方式：一、从所缘而使之显明；二、从不迷惑而使之显明。

一、所谓从所缘而清楚觉知喜：如四禅次第中所示，进入与喜相应的初禅、第二禅。禅修者正在入禅定时，由于已经证得禅那，而且入出息似相这一所缘清楚显现——也就是他清楚知道入出息似相；该所缘又以所缘缘力资助喜，使喜能够强盛生起——因此，他从所缘而清楚觉知喜。

二、再者，依次进入与喜相应的初禅、第二禅，出定后，对与禅相应的喜，把三相提到其上，观为具有灭尽、坏灭的灭尽坏灭性而修观审察。禅修者在观喜、以观智看见喜时，洞彻知见喜的自相与共相；由这种不迷惑，他从不迷惑而清楚觉知喜。（《清净之道》1-279。）

（二）觉知乐

一、依次进入与乐受相应的初禅、第二禅、第三禅。禅修者正在入禅定时，由于已经证得并具足禅那，入出息似相这一所缘清楚显现——也就是他清楚知道入出息似相；该所缘又以所缘缘力资助乐受，使乐受能够强盛生起。因此，由于能够缘取入出息似相——

原书 312

——他从所缘而清楚觉知以入出息似相为所缘之禅那所含的乐受。

二、再者，依次进入与乐受相应的初禅、第二禅、第三禅，出定后，对与禅相应的乐受，把三相提到其上，观为具有灭尽、坏灭的灭尽坏灭性而修观审察。禅修者在观该乐受、以观智看见乐受时，洞彻知见乐受的自相与共相；由这种不迷惑，他从不迷惑而清楚觉知乐受。

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘သုခပဋိသံဝေဒိပဒေ စတ္ထ ဝိပဿနာဘူမိဒဿနတ္ထံ "သုခန္တိ ဒွေ သုခါနိ ကာယိကဉ္စ သုခံ စေတသိ- ကဉ္စာ"တိ ပဋိသမ္ဘိဒါယံ ဝုတ္တံ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၂၈၀။)’译：在‘觉知乐’这一句中，为了显示观的所依地，《无碍解道》说：‘所谓乐有两种：身乐与心乐。’（《清净之道》1-280。）巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ဝိပဿနာဘူမိဒဿနတ္ထန္တိ ပကိဏ္ဏကသင်္ခါရသမ္မသနဝသေန ဝိပဿနာယ ဘူမိဒဿနတ္ထံ "သုခန္တိ ဒွေ သုခါနိ"တိ အာဒိ ဝုတ္တံ သမထေ ကာယိကသုခါဘာဝတော။ (မဟာဋီ-၁-၃၄၁။)’译：所谓‘为了显示观的所依地’，是为了显示以审察杂项诸行为方式的观之所依地；所以说‘所谓乐有两种’等，因为止中没有身乐。（《大复注》1-341。）巴利《根本复注》原文（缅字体）：‘ပကိဏ္ဏကသင်္ခါရေတိ ပါဒကဇ္ဈာနတော အညသင်္ခါရေ။ တေန ပါဒကဇ္ဈာနသင်္ခါရေ သု သမ္မသိတေသု ဝတ္တဗ္ဗမေဝ နတ္ထိတိ ဒဿေတိ။ (မူလဋီ -၁-၁၁၆။)’译：所谓‘杂项诸行’，是指基础禅以外的诸行；这显示：既然基础禅的诸行当然必须审察，就更不待言。（《根本复注》1-116。）《无碍解道》巴利第186页说，在‘觉知乐’一句中，‘乐’应包括身乐受、心乐受这两种乐受。

止禅中只有心乐受相应，没有身乐受相应；身乐受只与俱乐身识心相应，而止禅名法组不含俱乐身识心。既然如此，为什么《无碍解道》还把身乐受列入呢？因为它要指出称为‘观地’的观智所依地：除作为观之基础的基础禅以外，对于其余称为杂项诸行的诸行，也必须把三相提到其上而修观。所以在‘乐’中也列入身乐受。（《清净之道》1-280；《大复注》1-341；《根本复注》1-116。）依上述巴利、义注与复注，已经把入出息业处以及其他——

——止业处修到证得禅那的止乘禅修者，应当确定无疑地记住：在观修阶段，除了已经建立为观之基础的基础禅以外，其余称为杂项诸行、即杂多诸行的色法、名法等诸行，也都必须修观审察。

这段话也显示：对于与基础禅相应的禅那诸行，当然更必须把三相提到其上而修观审察。

本书以入出息诸禅，尤其以入出息第四禅，作为观的基础禅。除这基础禅以外，其余一切色法、名法、因法、果法，都是称为杂项诸行、作为观智所缘的——

——诸行之聚。所谓‘观地’，就是观智的所依地。

希求真理的贤善者，应当以极其恭敬之心珍重、信受这些真正显示通往涅槃正道的巴利、义注与复注，并对它们心怀感恩。

（三）觉知心行

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘စိတ္တသင်္ခါရောတိ ဝေဒနာဒယော ဒွေ ခန္ဓာ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၂၈၀။)’译：所谓心行，是受等二蕴。（《清净之道》1-280。）与初禅、第二禅、第三禅相应的乐受与想，以及与第四禅相应的舍受与想——这些受蕴、想蕴就是心行。禅修者应清楚觉知这些心行而学：‘我将使入息、出息生起。’世尊教导他清楚觉知心行而呼吸。这是有益的呼吸方法。这里也应分止与观两部分来理解。

一、依次进入与乐受相应的入出息初禅、第二禅、第三禅，以及与舍受相应的第四禅。禅修者正在入禅定时，由于已经证得并具足禅那，入出息似相这一所缘清楚显现——也就是他清楚知道入出息似相；该所缘又以所缘缘力资助受、想这些心行，使它们能够强盛生起。因此，由于能够缘取入出息似相，他从所缘而清楚觉知以入出息似相为所缘之禅那所含的心行。

这就是在止修阶段清楚觉知心行的方法。

二、再者，依次进入与受、想相应的四种入出息禅，出定后，对与各禅相应的受、想，把三相提到其上，观为具有灭尽、坏灭的灭尽坏灭性而修观审察。禅修者在观这些受与想、以观智看见它们时，洞彻知见受、想的自相与共相；由这种不迷惑，称为心行的受、想二法成为他清楚觉知之法。这就是在观修阶段清楚觉知心行的方法。

（四）令心行寂止

在入出息念定篇，已经详细说明在止修阶段，称为身行的入出息如何渐次寂止；心行如何渐次寂止，也应依同样方法理解。该篇也已经详细说明在观修阶段，称为身行的入出息如何渐次寂止；心行如何渐次寂止，也应依同样方法理解。

受随观

在‘觉知喜’一句中，以喜为首而宣说受；在‘觉知乐’一句中，则直接显明而宣说受。在‘觉知心行’与‘令心行寂止’这两处心行中，因为《中部》1-376与《无碍解道》187说：‘想与受这两种心所，是与心相连的法，称为心行’，所以宣说与想相应的受。由此应知，第二四法组是以受随观而说。（《清净之道》1-280。）巴利经文（缅文字体）：‘ဝေဒနာသု ဝေဒနာညတရာဟံ ဘိက္ခဝေ ဧဝံ ဝဒါမိ ယဒိဒံ အဿာသပဿာသာနံ သာဓုကံ မနသိကာရော။’译：诸比丘，我说善加作意入息、出息，是诸受中的一种受。

（《中部》3-126。）

诸比丘……为了使喜、乐等清楚显现，以特别的精勤善加、恭敬地作意入息与出息；我说这种作意，是作意诸受中的一种受。（《中部》3-126《入出息念经》。）那么，是否只应观一种受呢?

巴利诸义注原文（缅文字体）：‘ယဿ ဝေဒနာ ပါကဋာ ဟောတိ။ သော "န ကေဝလံ ဝေဒနာဝ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ တာယ သဒ္ဓိံ တဒေဝါရမ္မဏံ ဖုသမာနော ဖဿောပိ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ သဉ္ဇာနနမာနာ သညာပိ၊ ဧစေတယမာနာ ဧစေတနာပိ၊ ဝိဇာနနမာနံ ဝိညာဏမ္ပိ ဥပ္ပဇ္ဇတီ"တိ ဖဿပဉ္စမကေယေဝ ပရိဂ္ဂဏှာတိ။ (ဒီ-ဋ္ဌ-၁-၃၁၄။ မ-ဋ္ဌ-၁-၂၈၀။ အတိ-ဋ္ဌ-၂-၂၅၂။)’译：对于受明显的人，他这样摄取以触为第五的名法组：‘并非只有受生起；与受一同触及同一所缘的触也生起，能识别的想也生起，能思的思也生起，能了知的识也生起。’（《长部义注》1-314；《中部义注》1-280；《阿毗达磨义注》2-252。）依上述诸大义注及其复注，不应只观一种受；应当观与该禅受相应的一切相应法，或合观，或逐一观。此后，观诸禅那名法以后，《清净道论》2-222还教导继续摄取作为这些禅那名法所依的大种色与所造色而修观。完整解释已在前面的名业处篇详细——

——说明；如有需要，可以回到名业处篇再看。

三、第三四法组

巴利经文第一项上半（缅文字体）：‘(က) စိတ္တပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将觉知心而入息。’

巴利经文第一项下半（缅文字体）：‘စိတ္တပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将觉知心而出息。’

巴利经文第二项上半（缅文字体）：‘(ခ) အဘိပ္ပမောဒယံ စိတ္တံ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将令心喜悦而入息。’

巴利经文第二项下半（缅文字体）：‘အဘိပ္ပမောဒယံ စိတ္တံ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将令心喜悦而出息。’

巴利经文第三项上半（缅文字体）：‘(ဂ) သမာဒဟံ စိတ္တံ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将令心等持而入息。’

巴利经文第三项下半（缅文字体）：‘သမာဒဟံ စိတ္တံ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将令心等持而出息。’

巴利经文第四项上半（缅文字体）：‘(ဃ) ဝိမောစယံ စိတ္တံ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将令心解脱而入息。’

巴利经文第四项下半（缅文字体）：‘ဝိမောစယံ စိတ္တံ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။ (မ-၃-၁၂၅။)’译：他学：‘我将令心解脱而出息。’（《中部》3-125。）

（一）‘觉知心’，即清楚觉知禅心。‘我将入息’，即我将使入息生起。‘如此’，即这样。‘他学’，即修学。余文同前。

（二）‘心’，即心；‘令喜悦’，即令它非常欢喜、欣悦。余文同前。

（三）‘心’，即心；‘令等持’，即把心善安住于所缘。余文同前。

（四）‘心’，即心；‘令解脱’，即令心从诸盖等解脱。余文同前。

（一）清楚觉知初禅心、第二禅心、第三禅心、第四禅心——

——他学：‘我将使入息生起。’清楚觉知初禅心、第二禅心、第三禅心、第四——

——禅心，他学：‘我将使出息生起。’

（二）令心非常欢喜、欣悦，他学：‘我将使入息生起。’

令心非常欢喜、欣悦，他学：‘我将使出息生起。’

（三）把心善安住于所缘，他学：‘我将使入息生起。’

把心善安住于所缘，他学：‘我将使出息生起。’

（四）令心从诸盖等解脱，他学：‘我将使入息生起。’

令心从诸盖等解脱，他学：‘我将使出息生起。’

（《中部》3-125；《相应部》3-279；《律藏》1-88。）

（一）觉知心

清楚觉知禅心而修习入出息，有两种方式：从所缘而清楚觉知，以及从不迷惑而清楚觉知。

一、为了特别清楚觉知每一种禅心，依次进入初禅、第二禅、第三禅、第四禅。禅修者正在入禅定时，由于已经证得并具足禅那，入出息似相这一所缘清楚显现——也就是他清楚知道入出息似相；该所缘又以所缘缘力资助禅心，使禅心能够强盛生起。因此，由于能够缘取入出息似相，他从所缘而清楚觉知以入出息似相为所缘的禅心。这就是从所缘而清楚觉知禅心的方法。

二、再者，依次进入入出息初禅、第二禅、第三禅、第四禅；每次从禅那出定后，对与该禅相应的各个禅心，把三相轮流提到其上，观为具有灭尽、坏灭的灭尽坏灭性而修观审察。禅修者——

——在观该禅心、以观智看见它时，洞彻知见禅心的自相与共相；由这种不迷惑，禅心成为他清楚觉知之法。

这就是从不迷惑而清楚觉知禅心的方法。

世尊如此教导：从所缘与从不迷惑两方面清楚觉知各个禅心而呼吸。这些呼吸方法具足能够一路导向涅槃的力量。

（二）令心喜悦

令心非常欢喜、欣悦而修习入出息时，心的喜悦既可由定力生起，也可由观力生起。

一、怎样由定力令心非常欢喜、欣悦？依次进入与喜相应的初禅、第二禅。禅修者正在入禅定时，以与禅心相应的禅喜令该相应禅心极其欣悦、欢喜、振奋；这就是由定力令心振奋喜悦。（《清净之道》1-280。）与禅心相应的喜是喜觉支，具有令身心振奋欢喜的特相。该禅喜又以俱生等缘力与禅那缘力资助和它相应的禅心，使身心周遍滋润、增长——

——达到欢喜振奋的状态。因此，世尊教导进入这两种禅那而呼吸。（《大复注》1-341。）二、怎样由观力令心非常欢喜、欣悦？依次进入与喜相应的初禅、第二禅，分别出定后，对与禅相应的喜，把三相轮流提到其上，观为具有灭尽、坏灭的灭尽坏灭性而修观审察。观修时，以禅喜为所缘生起的观心，由作为观智所缘的喜本身而达到欢喜振奋、欣悦——

——的状态。这样修习的禅修者，称为‘令心喜悦而学：我将使入息、出息生起’。（《清净之道》1-280—281。）贤善者想不想总以欢喜的心呼吸？如果想，就应进入与喜相应的诸禅，并对与喜俱有的禅那名法

反复——

原书 317

——多次修观。只要这样入禅，只要这样修观，贤善者便会一直欢喜地呼吸。

这是让贤善者在一生中欢喜安住、最无过失的方法。我们实在应当特别感念正等觉佛陀。

贤善者看见一位面带笑容、可敬可爱的朋友时，自己的心流中也仿佛绽开笑容；同样，观照与喜相应的禅那名法之心，也与喜相应。与喜相应的禅心，以及观照这些喜俱禅那名法的观心，由这些心所生的殊胜心生色，遍布全身而生起。因此说，喜具有令身心欣悦、欢喜、振奋的特相。

（三）令心等持

这是善安住心、令心稳固定住而呼吸的方法。

一、依次进入初禅、第二禅、第三禅、第四禅；在每一禅定中，禅心都善住于入出息似相所缘。这样安住时，在止修阶段，便是由定力把心善安住于入出息似相所缘，以稳固之心呼吸。（《清净之道》1-281。）所谓把心善安住于入出息似相所缘而呼吸，是说：以某种方式把心安住于似相时，心既不稍微趋向退缩一边，也不趋向散乱一边，不低沉也不躁动，而能稳定安住；又由于诸根平衡，心平等安住于入出息似相——

——所缘。另一种解释是：以某种方式把心安住于入出息似相所缘时，因为定已达到强盛，心达到不动，便只善住于该所缘。其意是：应如此以安止禅力把禅心善安住于入出息似相，精勤修习，使入息、出息生起，也就是能够呼吸。（《大复注》1-341—342。）这是止修阶段善安住心而呼吸的方法；观修阶段的方法如下。

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘တာနိ ဝါ ပန ဈာနာနိ သမာပဇ္ဇိတ္ဝာ ဝုဋ္ဌာယ ဈာနသမ္မယုတ္တံ စိတ္တံ ခယတော ဝယတော သမ္မသတော ဝိပဿနာက္ခဏေ လက္ခဏပဋိဝေဓေန ဥပ္ပဇ္ဇတိ ခဏိကစိတ္တေကဂ္ဂတာ။ ဧဝံ ဥပ္ပန္နာယ ခဏိကစိတ္တေကဂ္ဂတာယ ဝသေနပိ အာရမ္မဏေ စိတ္တံ သမံ အာဒဟန္တော သမံ ဌပေန္တော "သမာဒဟံ စိတ္တံ အဿသိဿာမိ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတီ"တိ ဝုစ္စတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၂၈၁။)’译：进入这些禅那、出定以后，在观见禅相应心的灭尽、坏灭时，观修刹那由洞彻特相而生起刹那心一境性。也依这样生起的刹那心一境性，把心平等安置、平等安住于所缘，称为他学：‘我将令心等持而入息、出息。’（《清净之道》1-281。）

原书 318

巴利《大复注》释语（缅文字体）：‘လက္ခဏပဋိဝေဓေနာတိ အနိစ္စာဒိကဿ လက္ခဏဿ ပဋိ ပဋိ ဝိဇ္ဈနေန ခဏေ ခဏေ အဝဗောဓေန။’译：所谓‘由洞彻特相’，是反复洞穿无常等特相，在每一刹那现观。

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ခဏိကစိတ္တေကဂ္ဂတာတိ ခဏမတ္တဋ္ဌိတိကော သမာဓိ။ သောပိ ဟိ အာရမ္မဏေ နိရန္တရံ ဧကောကာရေန ပဝတ္တမာနော ပဋိပက္ခေန အနာဝဋတော အပ္ပိတော ဝိယ စိတ္တံ နိစ္စလံ ဌပေတိ။ တေန ဝုတ္တံ "ဧဝံ ဥပ္ပန္နာယာ"- တိအာဒိ။ (မဟာဋီ-၁-၃၄၂။)’译：所谓‘刹那心一境性’，是只住一刹那的定；当它以同一方式不间断地转起于所缘，不被对治法压倒时，便如安止一般令心不动。因此说‘依这样生起的’等。（《大复注》1-342。）二、禅修者依次进入入出息初禅、第二禅、第三禅、第四禅；每次出定后，对禅相应心的坏灭取为

所缘，把三相轮流提到其上，观其灭尽坏灭而修观审察。〔即进入入出息初禅，出定后取初禅心的坏灭为所缘，轮流观为无常、苦、无我；其余诸禅同理。〕——

——这样修观时，若取该禅心刹那刹那坏灭的性质而观无常，便洞彻无常相；观苦便洞彻苦相；观无我便洞彻无我相。如此连续洞彻时，观心善住于禅心的无常行相、苦行相或无我行相。对这三种行相中的任何一种不间断、无间隙地善加安住的观定，称为刹那心一境性，即刹那定。该刹那心一境性——刹那定，在以禅心坏灭为所缘而连续取无常、苦、无我三种行相之一时——

——由于不被对治法压倒，就像把观心牢牢钉在禅心坏灭所缘上，如同地上立起一根柱子，观心安住不动。比丘依这样生起的刹那心一境性——刹那定之力，把观心平等、善加导向禅心坏灭所缘，就称为他学：‘我将令心平等善住而使入息、出息生起。’

（《清净之道》1-281；《大复注》1-342。）

这是世尊教导的一种呼吸法：在止与观两个阶段，都把心平等、善加导向所缘而呼吸。贤善者是否已经懂得善安住心而呼吸了呢?

（四）令心解脱

这里也分止修与观修两部分。止修阶段，把心修成从对治法解脱之心的方法如下。

一、依次进入入出息初禅、第二禅、第三禅、第四禅。入初禅定时，禅心在定中从诸盖尘垢解脱；入第二禅定时，禅心从寻、伺解脱；入第三禅定时，禅心从喜解脱——

——入第四禅定时，禅心从苦、乐解脱。这就是镇伏解脱。

因此，贤善者应入初禅，令禅心从诸盖尘垢解脱而使入息、出息生起；入第二禅，令禅心从寻、伺解脱而呼吸；入第三禅，令禅心从喜解脱而呼吸；入第四禅，令禅心从苦、乐解脱而呼吸。这就是止修阶段令心从对治法解脱而学：‘我将使入息、出息生起。’

（《清净之道》1-281。）

二、观修阶段令心从对治法解脱的方法如下。

进入入出息初禅；出定后，以禅相应心、也就是禅心为首，对名身、色身所摄的一切诸行，先以智看见其灭尽坏灭性，再把三相轮流提到其上而修观审察。

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘စိတ္တပုဗ္ဗင်္ဂမေန သင်္ခါရဂတံ အနိစ္စတော ပဿတိ၊ နော နိစ္စတော။ (မဟာ ဋီ-၁-၃၄၂)’译：以心为首，观一切诸行无常，不观为常。（《大复注》1-342。）再进入入出息第二禅，余法同前。

进入入出息第三禅，余法同前。

进入入出息第四禅；出定后，以禅相应心、也就是禅心为首，对名身、色身所摄的一切诸行，先以观智看见其灭尽坏灭性，再把三相轮流提到其上而修观审察。在这样的观智阶段，尤其在坏灭随观智阶段，心从对治法解脱。坏灭是无常、也就是无常相的极致边际；因此，以坏灭随观智、以禅心为首观诸行坏灭的禅修者，以禅心为主——

——而观一切诸行无常，不观为常。因为无常者确实是苦，苦者确实是无我，所以他反复观一切诸行是苦，不观为乐；反复观为无我，不观为我。无常、苦、无我的法不应喜爱；不应喜爱的法，也不应以贪染著。因此——

——他依次修到观诸行坏灭的坏灭随观智，以观智看见一切诸行无常、苦、无我时，便厌离已见的诸行，不再喜爱；离贪，不再染著。他如此厌离、离贪，首先即以世间观智令贪止息，不使其生起；不造作贪的生起，不造作令其生起之因。这就是令心从对治法解脱而修习入出息的含义。

（《大复注》1-342。）

《大复注》师又以另一种方法解释，把法分为现见与未现见两类。

现见法与未现见法

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘အထ ဝါ သော ဧဝံ ဝိရတ္တော ယထာ ဒိဋ္ဌံ သဒ်ါရဂတံ၊ တထာ အဒိဋ္ဌံ အတ္တနော ဉာဏေန နိရောဓေတိ၊ နော သမုဒေတိ။ နိရောဓေဝေယ်ယ မနသိ ကရောတိ၊ နော သမုဒယန္တိ အတ္တော။ (မဟာ ဋီ-၀-၃၄၂)’译：或者，他如此离贪，对如所见的诸行之聚，以及同样对未见者，以自己的智使之止息，不使之集起；只作意止息，不作意集起。（《大复注》1-342。）另一种解释是：已经离贪的禅修者，怎样对观智已经现前看见的诸行之聚，作意其刹那不停的止息；同样，对于观智尚未现前看见的诸行，也以观智作意其止息，不作意其生起。他只作意未现见诸行之聚的止息，不作意其生起、增长。这样修习的禅修者又舍遣而不执取。其含义——

——是：无常随观等诸随观智，由于舍弃诸蕴以及能够造作新有的胜行，所以称为遍舍舍遣。

又由于看见有为法、诸行变坏破灭的过患，心倾向、趣入与有为法相反的无为涅槃，所以称为趣入舍遣。因此，具足舍遣随观的禅修者，既如前述舍弃烦恼，又趣入涅槃。所以下面义注师继续解释。

（《大复注》1-342。）

禅修者以禅心为首观一切诸行时，在观修阶段：以无常随观智令心从常想解脱而呼吸；以苦随观智令心从乐想解脱；以无我随观智令心从我想解脱；以厌离随观智令心从喜爱诸行的欢喜解脱；以观诸行刹那不停灭尽坏灭之灭尽离贪性的离贪随观智，令心从贪解脱；以观诸行刹那不停止息之刹那灭性的灭随观智，令心从集起解脱；以舍遣随观智，令心从把诸行强执为常等的执取解脱，而使入息、出息生起。因此，世尊说：‘令心——

——从对治法解脱，他学：我将使入息、出息生起。’由此应知，第三四法组是依心随观而说。（《清净之道》1-281。）那么，是否只应观一个心呢?

巴利诸义注原文（缅文字体）：‘ယဿ ဝိညာဏံ ပါကဋံ ဟောတိ၊ သော "န ကေဝလံ ဝိညာဏမေဝ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ တေန သဒ္ဓိံ တဒေဝါ- ရမ္မဏံ ဖုသမာနော ဖဿောပိ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ အနုဘဝမာနာ ဝေဒနာပိ၊ သဉ္ဇာနနမာနာ သညာပိ၊ စေတယမာနာ စေတနာပိ ဥပ္ပဇ္ဇတိ"တိ ဖဿပဉ္စမကေယေဝ ပရိဂ္ဂဏှာတိ။ (ဒီ-ဋ္ဌ-၁-၃၁၄။ မ-ဋ္ဌ-၁-၂၈၀-၂၈၁။ အဘိ-ဋ္ဌ-၂- ၂၅၂။)’译：对于识明显的人，他这样摄取以触为第五的名法组：‘并非只有识生起；与识一同触及同一所缘的触也生起，能体验的受也生起，能识别的想也生起，能思的思也生起。’（《长部义注》1-314；《中部义注》1-280—281；《阿毗达磨义注》2-252。）巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘တသ္မာ တာယ ဘင်္ဂါနုပဿကော ယောဂါဝစရော စိတ္တာမုခေန သဗ္ဗသင်္ခါရေတံ အနိစ္စတော ပဿတိ၊ နော နိစ္စတော။ (မဟာဋီ-၁-၃၄၂။)’译：因此，观坏灭的禅修者，以心为首观一切诸行无常，不观为常。（《大复注》1-342。）世尊在《未遍知经》等经中教导：如果不能以三种遍知分别了知一切五取蕴诸行，便不能尽除轮回苦。（《相应部》2-249—250。）与此相应，上述义注与复注也解释：应以心为首，观一切诸行。因此，贤善者——

——也应以禅心为首，对一切诸行修观。

四、第四四法组

巴利经文第一项上半（缅文字体）：‘(က) အနိစ္စာနုပဿီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将随观无常而入息。’

巴利经文第一项下半（缅文字体）：‘အနိစ္စာနုပဿီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将随观无常而出息。’

巴利经文第二项上半（缅文字体）：‘(ခ) ဝိရာဂါနုပဿီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将随观离贪而入息。’

巴利经文第二项下半（缅文字体）：‘ဝိရာဂါနုပဿီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将随观离贪而出息。’

巴利经文第三项上半（缅文字体）：‘(ဂ) နိရောဓာနုပဿီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将随观灭而入息。’

巴利经文第三项下半（缅文字体）：‘နိရောဓာနုပဿီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将随观灭而出息。’

巴利经文第四项上半（缅文字体）：‘(ဃ) ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将随观舍遣而入息。’

巴利经文第四项下半（缅文字体）：‘ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။’译：他学：‘我将随观舍遣而出息。’

（一）‘随观无常’，即反复随观诸行为无常。‘我将入息’，即我将使入息生起。‘如此’，即这样。‘他学’，即修学。余文同前。

（二）‘随观离贪’，即反复随观灭尽离贪与究竟离贪。

另一种解释：即反复随观诸行的坏灭，以及离贪之处的涅槃。余文同前。

（三）‘随观灭’，即反复随观灭尽之灭与究竟之灭。

另一种解释：即反复随观诸行止息的刹那坏灭，以及贪止息之处的涅槃——

——余文同前。

（四）‘随观舍遣’，即反复随观遍舍舍遣与趣入舍遣。另一种解释：即反复随观能够舍弃烦恼、诸蕴与胜行的诸行刹那坏灭，以及涅槃。余文同前。

（一）他学：‘我将反复随观诸行为无常而使入息生起。’

他学：‘我将反复随观诸行为无常而使出息生起。’

（二）他学：‘我将反复随观诸行的刹那坏灭与离贪之处的涅槃而使入息生起。’余文同前，他也如此使出息生起。

（三）他学：‘我将反复随观诸行止息的刹那坏灭与贪止息之处的涅槃而使入息生起。’余文同前，他也如此使出息生起。

（四）他学：‘我将反复随观作为以彼分断舍弃烦恼、诸蕴与胜行的诸行刹那坏灭，以及作为以正断舍弃它们的涅槃，而使入息生起。’余文同前，他也如此使出息生起。

（《中部》3-125；《相应部》3-279；《律藏》1-88。）

（一）随观无常

这里应当辨明无常、无常性、无常随观、随观无常者四项。

一、以过去、未来、现在，内、外，粗、细，劣、胜，远、近十一种行相而存在的五取蕴，名为无常。为什么呢？

因为其中明显具有三种性质：生起性，即生；坏灭性，即灭；以及从生起转向坏灭的变异性，即住。由于这三种性质明显存在，五取蕴名为无常。（《清净之道》1-281。）生、灭、变异各有什么差别？其中，由直接令有为法生起的能生因与扶助它生起的助缘所促成，先前未生、原来不存在而骤然新生，取得胜义法的实体自性，名为生起。已经生起的有为法刹那止息、胜义实体毁坏，名为坏灭。

胜义法以不同于生起、趋向坏灭的特殊形态而存在，名为变异；这就是有为胜义法的老化性。所谓老化，是在生起与坏灭以外，依趋向坏灭的方式存在，故名变异。（《大复注》1-343。）为使此义明白：在有为胜义法不同的生起刹那与坏灭刹那中，作为胜义界的实体不可能变成另一实体；同样，在所谓住、即趋向坏灭的时刻，作为胜义界之法的实体——

——也没有差别。正当法趋向坏灭时，才安立‘老’这一名称；所以，同一个有为胜义法也适合说有老化。这同一胜义法的老化，称为刹那老。事实上，应当承认在生起刹那与坏灭刹那，胜义界之法的实体并无差别。若不这样承认，反而认为二者不同，就会落入‘一个有为胜义法生起，另一个有为胜义法坏灭’的过失。世尊正是针对上述刹那老而说‘变异’。

（《大复注》1-343—344。）

二、这五蕴的生起、坏灭，以及从生起后趋向坏灭的变异时刻，名为无常性。另一种解释：诸蕴先前不存在而新生，随即刹那坏灭，不保持刚生起时的形态；这就是无常性。（《清净之道》1-281。）巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘တတ္ထ ဥပ္ပါဒပုဗ္ဗကတ္တာ အဘာဝဿ ဟုတ္တာ ဂဟဏံ။ တေန ပါဂဘာဝပုဗ္ဗကတ္တံ ဝိနာသာဘာဝဿ ဒဿေတိ။’译：这里，由于不存在以前先有生起，所以说‘成为了’；由此显示，毁坏后的不存在，以先前不存在为前提。（《大复注》1-344。）‘成为后不存在’，即成为之后的不存在，名为无常性。这里‘成为后’一语指出：毁坏之不存在以前，先有未生时的不存在。其义如下：不存在可分为两种——

——尚未到生起时、名色未生的先前无（pāgabhāva），以及到坏灭时毁坏消失、已生名色灭后的坏后无（viddhaṃsābhāva）。在‘成为后不存在’一语中，‘不存在’显示已生名色到坏灭时不复存在的坏后无，也称毁坏之无；再说‘成为后’，则让人知道它从未生名色尚不存在的先前无中生起。因此，这句话显示：生起后毁坏的不存在，以未生以前的先前无为前提。

名色从尚不存在的先前无中生起，坏灭后又回到不存在；这层含义能极其鲜明地显示无常相。

（参见《清净之道依止》2-277—278。）

三、以五取蕴的生灭、尤其纯粹坏灭为所缘，反复观为无常而修习审察的观智，名为无常随观。

（《清净之道》1-281。）

四、具足这种无常随观智的禅修者，名为随观无常者。

行道智见清净释（之三）

原书第 324 – 349 页

原书 324

因此，应当知道：具足无常随观智，反复随观诸行为无常而使入息或出息生起的人，就是第四四法组中所说的修学者：‘我将随观无常而入息、出息。’（《清净之道》1-281—282。）

（二）随观离贪

‘随观离贪’一语中的离贪有两种：灭尽离贪与究竟离贪。

诸行不断刹那坏灭，名为灭尽离贪；殊胜的涅槃，名为究竟离贪。观诸行坏灭的观智，以及了知无为界、寂静界之殊胜涅槃的圣道智，都名为离贪随观。具足这两种观智、道智的禅修者，名为随观离贪者。若具足这两种离贪随观智而使入息、出息生起，应知他就是在修学：‘我将随观离贪而入息、出息。’（《清净之道》1-282。）不过，在观修阶段尚且只有看见诸行坏灭的灭尽离贪随观智——

——《大复注》也把这种灭尽离贪解释为刹那灭。（《大复注》1-344。）

以观智看见诸行刹那不息地止息、坏灭、灭尽、离去，再把三相轮流提到其上而修观，便应视为随观离贪者。这些观智能以彼分断舍弃贪，所以得名离贪随观。只有到这些观智的末端，圣道智才缘取贪究竟止息之处、称为究竟离贪的涅槃而生起；具足这种圣道智的人也称随观离贪者，因为他现见离贪之处的涅槃。这正是令执著贪求消退而呼吸、以离贪之心呼吸的方法。

反复随观诸行坏灭的观智，称为灭尽离贪随观；现见作为贪究竟离去与止息之处的涅槃之圣道智，称为究竟离贪随观。另一种解释是：观智以诸行坏灭为所缘，所以从所缘方面以灭尽离贪随观之力生起。

观智又因倾向、趋入贪究竟离去之处的涅槃，而以究竟离贪随观之力生起。至于圣道智，它以无痴的作用无余断除遮蔽诸行灭尽坏灭、使人不能知见灭尽离贪的痴，因此以灭尽离贪随观之力生起；又因以所缘现前、直接洞彻贪究竟离去之处的无为界、寂静界涅槃，所以从所缘方面以究竟离贪随观之力生起。

也应当如此理解。（《大复注》1-344。）

（三）随观灭

‘随观灭’一语中的灭有两种：灭尽之灭与究竟之灭。诸行刹那不息地止息坏灭，名为灭尽之灭；殊胜涅槃因为是贪的究竟止息处，名为究竟之灭。观诸行刹那不息止息坏灭的观智，也名为灭随观；这些观智缘取诸行的刹那坏灭而观为无常、苦、无我。现见作为贪究竟止息处的无为界、寂静界殊胜涅槃之圣道智，也名为灭随观。具足这两种观智与圣道智的禅修者，名为随观灭者。

若具足这两种灭随观智而使入息、出息生起，应知他就是在修学：‘我将随观灭而入息、出息。’（《清净之道》1-282；《大复注》1-344。）

（四）随观舍遣

‘随观舍遣’一语中的舍遣也有两种：遍舍舍遣与趣入舍遣。舍遣就是放遣心；这种舍遣本身即是随观，所以称为舍遣随观。另一种解释是：能舍弃烦恼的随观，称为舍遣随观。‘舍遣随观’是观智与圣道智的名称。

确实，观智能以彼分断舍弃烦恼，以及连同烦恼而有的五蕴和能造作新有的胜行，所以称为遍舍舍遣；它又看见三界一切诸行无常变坏等有为过患，因而倾向并趣入与有为法相反的殊胜涅槃，所以称为趣入舍遣。（《清净之道》1-282。）无常随观智首先以彼分断舍弃常想；苦随观智舍弃乐想；无我随观智舍弃我想。

在如此舍弃时，应当知道：以常、乐、我等执取为缘而生的烦恼；以这些烦恼为根本、能造作新有而称为胜行的业轮转法；以及以这些胜行、业轮转为根本的果报蕴——这些烦恼、胜行与果报蕴，全都因其未来不再生起而被舍弃。（《大复注》1-345。）圣道智则以正断无余根除烦恼，并舍弃与之相连的诸蕴、胜行；因此圣道智也称为遍舍舍遣——

原书 326

——圣道智又以涅槃为所缘而趣入涅槃，所以也称为趣入舍遣。（《清净之道》1-282。）观智依次追随前一观智所观的诸行相所缘，在后一刹那反复观照；正如前一观智倾向并趋入涅槃，后一观智也随之反复倾向并趋入涅槃，所以称为随观。圣道智又追随种姓智，观见种姓智所缘的涅槃，所以也称为随观。具足这两种随观的禅修者——

——名为随观舍遣者。若具足舍遣随观智而使入息、出息生起，应知他就是在修学：‘我将反复随观舍遣，即诸行坏灭与舍弃烦恼之处的涅槃，而使入息、出息生起。’（《清净之道》1-282；《大复注》1-345。）

纯观与止观

第四四法组是世尊从纯观、即纯粹观修方面教导的；第一、第二、第三四法组则兼含止修与观修，是从止观方面教导的。（《清净之道》1-282。）依照上述解释，想修成第四四法组的禅修者，应当依次修成：一、随观无常者；二、随观离贪者；三、随观灭者；四、随观舍遣者。

为了成为随观无常者，贤善者应缘取过去、未来、现在等十一种行相中的五取蕴诸行之刹那坏灭，观为无常；还应把称为观智的大善意门速行心路名法组，再次返观为无常。不过，要使无常随观智锐利、勇健而清净，也需要苦随观智与无我随观智以强力亲依止缘给予支持。因此，应依前述方法，对这些诸行和能观的观智，都把三相轮流提到其上而修观。

再者，贤善者尚处于坏灭智阶段，尚未到达圣道智，所以还不能现见称为究竟离贪、究竟之灭、遍舍舍遣与趣入舍遣的无为界、寂静界涅槃。因此，在这个阶段，为了成为随观离贪者、随观灭者与随观舍遣者——

原书 327

——贤善者应取诸行坏灭为所缘，以观智看见它，分别观为无常、苦、无我；又应返观这一观智。对于存在于过去、未来、现在三时与内、外二相续中的诸行，可随自己所乐，以色名二分法、五蕴法、十二缘起支法等各种方法反复多次修观。若能如此修观，贤善者的观智将以彼分断舍弃：一、诸烦恼，尤其是贪；

二、以烦恼轮转为根本、能够造作新有的诸胜行；三、将由这些胜行所生的果报蕴。应当这样理解：入出息念的修习，依四个四法组共有四乘四、十六种所依处；依这十六种所依处，入出息念具有极其广大、增长而殊胜的利益。

（《清净之道》1-282。）

入息有十六种，出息有十六种，合计三十二种。若懂得这样呼吸，世尊所教的这些呼吸方法，能够一路通达涅槃。

这些都是极其无过的善妙呼吸法。贤善者是否已经懂得依世尊之意呼吸？若还不懂，就请亲自依教修习；这是对贤善者及一切有情怀有无量大悲的世尊所教的善妙呼吸法。世尊之法具足‘来吧，请看’、值得邀请人亲自来看的来见功德；也具足现见功德，值得以正见智慧亲自现前洞彻。

肯精进，便能成佛；昼夜不息，奋勇用功吧。

念处修习已达第四阶段

如此，禅修者缘取诸行纯粹坏灭与能观观智的纯粹坏灭，把三相轮流提到其上而持续强力修观；当他不再看见色聚、名聚，只看见色胜义法与名胜义法的纯粹坏灭时，念处修习便已到达第四阶段。

巴利《中部》原文（缅文字体）：‘"အတ္ထိ ကာယော"တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။’译：又于他现起‘有身’之念，只为了智与忆念。

（《中部》1-71。）

原书 328

巴利《中部》原文（缅文字体）：‘"အတ္ထိ ဝေဒနာ"တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။’译：又于他现起‘有受’之念，只为了智与忆念。

（《中部》1-75。）

巴利《中部》原文（缅文字体）：‘"အတ္ထိ စိတ္တ"န္တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။’译：又于他现起‘有心’之念，只为了智与忆念。

（《中部》1-76。）

巴利《中部》原文（缅文字体）：‘"အတ္ထိ ဓမ္မာ"တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။’译：又于他现起‘有诸法’之念，只为了智与忆念。

（《中部》1-78。）

‘没有男人、女人、个人、有情、人、天、梵天；没有所谓生命体、灵魂体、识体、自我；没有能创造的至上我，也没有被创造的生命我。只有称为身、受、心、法的纯粹色法聚与纯粹名法聚；只有纯粹因法聚与纯粹果法聚；只有纯粹无常法聚、苦法聚、无我法聚。’在这位禅修者的相续中，与观智相应的念如此现起。这样的念，只为了使观智逐级增长，也只为了使与观智相应的念本身逐级增长。（《中部》1-71等；《中部义注》1-255等。）从坏灭智开始，以上诸观智——

——都只缘取诸行的纯粹坏灭。因此，为使观智与相应之念逐级增长，贤善者应当只取诸行纯粹坏灭为所缘，把三相提到其上而持续强力修观。

威仪与正知观修

在这个阶段，为了获得极其锐利的观智，禅修者还应继续观修威仪与正知。

经行时，应如前文所详示，逐步建立定力，摄取能搬运的色法、被搬运的色法、令这些色法生起的作为因之名法，以及其余杂项诸行；再以色名二分法、五蕴法等方法，缘取这些诸行的坏灭，把三相轮流提到其上而持续强力修观。对更高的诸观智，也应照此修习。

从坏灭智起，在更高的诸观智中，禅修者将完全不再以智看见所谓有形相的形状实体，只看见纯粹胜义色名法。各个随观智也将以强大力量舍断各自相应的烦恼，以及与该智相违的法。

原书 329

死者与生者：死人和活人

有人奉行佛所制示的十种善业，功德圆满；人间、天界并非难得，世尊说他必定成就。有人在布施、持戒等善法上懈怠放逸，轻忽而失念，这样的人称为‘死人’。

另一位贤善者，日日不忘布施、持戒与禅修；当他从人身转为天身时，福乐并未毁失，只是生命形态发生迁移。即使发生称为‘死’的变易，也不应称他为死人。

> （《摩伽提婆偈》第291节。）

若见解颠倒、被痴覆盖而执著顽固，便如蟒蛇摄住猎物，不能被劝止离开通往无间地狱的邪行，也不肯听受教诫。智慧薄弱而信心强烈的人，往往把邪行者奉为修行人，恭敬信受邪见。虽有较强智慧，若不善通达胜义、信心又弱，也会奔入歧途、见解偏邪，如持灯引路者自己跌入坑中；他错误执著：不必真正舍出布施物，只凭一个心生起，便算成就布施等十种善业。邪见有情如龟咬般牢牢不放；纵有十万佛陀以教法反复开解，也难令他脱离错误执取。由于他决定执守邪说，即使大地吞没也不舍弃见取，仍依邪行而必受地狱苦。（《摩伽提婆偈》第319节。）坏灭随观智章结束。

原书 330

怖畏现起智章

怖畏智的含义

依前述方法，禅修者恭敬、慎重地亲近、修习、培育并反复练习坏灭随观智；这种智以过去、未来、现在三时与内、外二相续中一切诸行刹那不息的止息为所缘——也就是灭尽性、坏灭性与崩解性所说的刹那灭。此时，在他的相续中，存在于三十一界的一切诸行都会显现为极其可怖。

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘တဿ "အတီတာ သင်္ခါရာ နိရုဒ္ဓါ၊ ပစ္စုပ္ပန္နာ နိရုဇ္ဈန္တိ၊ အနာဂတေ နိဗ္ဗတ္တနကသင်္ခါရာပိ ဧဝမေဝ နိရုဇ္ဈိ- ဿန္တီ"တိ ပဿတော ဧတသ္မိံ ဌာနေ ဘယတုပဋ္ဌာနဉာဏံ နာမ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၈၂။)’译：当他观见‘过去诸行已经止息，现在诸行正在止息，未来将生的诸行也将同样止息’时，此处便生起名为怖畏现

起智的智。（《清净之道》2-282。）对于如此观照的禅修者，当诸行以坏灭为首而在智中显现为可怖时，便生起取应怖畏之行相的怖畏现起智。（《清净之道》2-282。）怖畏智会害怕吗?

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘ဘယတုပဌာနဉာဏံ ပန ဘာယတိ နဘာယတီတိ။ နဘာယတိ။ တဋ္ဌိအတီတာ သခါရာ နိရုဒ္ဓါ၊ ပစ္စုပ္ပန္နာ နိရုဇ္ဈန္တိ၊ အနာဂတာ နိရုဇ္ဈိဿန္တီတိ တီရဏမတ္တမေဝ ဟောတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၈၃။)’译：怖畏现起智会害怕吗？不会害怕；它只是审度：过去诸行已经止息，现在诸行正在止息，未来诸行也将止息。（《清净之道》2-283。）巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘နဘာယတိ ဉာဏဿ ဘယနာကာရေန အပ္ပဝတ္တနတော။ ပဋိဃစိတ္တုပ္ပါဒဝသေန ဟိ ဘာယနံ၊ ဉာဏံ ပန ဘာယိတဗ္ဗဝတ္ထုံ ဘာယိတဗ္ဗန္တိ ယာထာဝတော ဇာနာတိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၄၆။)’译：它不害怕，因为智不以恐惧的行相转起；恐惧是由嗔相应心生起，而智只是如实了知应怖畏之事确实应当怖畏。（《大复注》2-446。）所以，若问怖畏现起智是否害怕，应答不怕，因为智不以恐惧的行相转起。确实，恐惧只依与瞋恚相应的嗔根心生起；就法体而言，所谓恐惧只是以嗔为主的心生起。智则如实了知可怖之事确实应当怖畏。

这种怖畏现起智，只是审察思惟：‘过去诸行已经止息，现在诸行正在止息，未来诸行也将止息。’

原书 331

“现在”的含义

巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ပစ္စုပ္ပန္နာတိ အဒ္ဓါပစ္စုပ္ပန္နာ ဩဌာရိကာ ဒီဃတရပဗန္ဓာ၊ ခဏပစ္စုပ္ပန္နာ သုခုမတရာ ဣတ္တရကာလာ၊ သန္တတိပစ္စုပ္ပန္နာ မဇ္ဈိမာ ဣဓ အာဒိတော ပရိဂ္ဂဟေတဗ္ဗာ။ (မဟာဋီ-၂- ၄၄၅။)’译：所谓现在，一期现在粗显、相续较长；刹那现在更细微、时间短；相续现在居于二者之间，此处开始时应先摄取相续现在。（《大复注》2-445。）以结生与死亡之间的一生为界的一期现在诸行，相续特别长，所以粗显；刹那现在诸行寿命短，所以特别细微；居中的相续现在诸行，才是怖畏现起智阶段开始时应先摄取、观修的法。（《大复注》2-445。）贤善者不要误以为一期现在与刹那现在不可观；这里只是说，应从相续现在开始，继而观到刹那现在——

——只有这样，色密集与名法密集这些整块色、整块名才会瓦解；密集瓦解以后才能到达胜义。唯有观照胜义法，坏灭智等更高的观智才能生起。这样理解，也才与前面各阶段的解释完全一致。坏灭智已经能够缘取诸行的刹那坏灭；若说到了比坏灭智更高的怖畏现起智，反而只能缘取相续现在，怖畏智便会倒退成较低层次。

世间譬喻

一个眼目明净的人看见城门附近有三座满是火炭的火炭坑，他自己并不害怕；他只是审察：‘凡掉进这些火炭坑的人，都会遭受许多痛苦。’又如眼目明净的人看见依次竖立的木桩、铁桩、金桩三根刑桩，他自己也不害怕。

他只是审察：‘凡落到这些刑桩上的人，都会不断遭受许多痛苦。’同样，怖畏现起智本身并不害怕；它只是审察：在如同三座火炭坑、又如同三根刑桩的欲界、色界、无色界中，过去诸行已经止息，现在诸行正在止息，未来诸行也将止息。因为存在于三十一界的一切诸行——

原书 332

——都遭逢种种巨大的危险、带有灾害，并以可怖性显现，所以这种智称为怖畏现起智。（《清净之道》2-283。）

如何以可怖性显现

巴利《无碍解道》与《清净之道》原文（缅文字体）：‘အနိစ္စတော မနသိကရောတော နိမိတ္တံ ဘယတော ဥပဋ္ဌာတိ။ ဒုက္ခတော မနသိကရောတော ပဝတ္တိ ဘယတော ဥပဋ္ဌာတိ။ အနတ္တတော မနသိကရောတော နိမိတ္တဉ္စ ပဝတ္တဉ္စ ဘယတော ဥပဋ္ဌာတိ။’译：作意为无常时，相以可怖性显现；作意为苦时，转起以可怖性显现；作意为无我时，相与转起二者都以可怖性显现。

（《无碍解道》258；《清净之道》2-283。）

所谓相，就是行相。过去、未来、现在的诸行，由于组合密集等整块色、整块名，以及各自作用具有界限，而仿佛具有完整实体、形状地显现，这称为行相。（《清净之道》2-284；《大复注》2-447。）在怖畏智阶段，禅修者已经从相续现在观到刹那现在，所以相续密集不再显现；因此这里没有把相续密集列入解释。

欲有、色有、无色有中，色名相续不断生起的轮转法，称为转起；严格说来，一切有的生起、所有有之转起，都称为转起。不过，达到顶峰的坏灭随观智能极其清楚地看见：在一切有中，诸法恒常遭受生灭冲击、尤其受坏灭冲击所逼迫；所以，即便被称为寂静安乐的色有与无色有，也确实存在受生灭冲击逼迫的苦性，因而以可怖性显现。为阐明这层含义，《清净之道》义注把这里的转起解释为色有、无色有之有的转起。

（《大复注》2-447。）

对于三时、二相续、三十一界中的一切诸行：一、作意为无常的禅修者，所见的相——即行相、诸行总体——以可怖性显现。

二、作意为苦的禅修者，所见一切诸有中的有之转起以可怖性显现。

三、作意为无我的禅修者，所见的相——行相、诸行总体——以及一切诸有中有之转起，即称为有的色蕴、名蕴之转起，二者都以可怖性显现。

作意诸行为无常的禅修者，只看见诸行坏灭、也就是死亡；因此，行相对他——

——以可怖性显现。作意诸行为苦的禅修者，看见即使色有、无色有被称为安乐，其中色蕴、名蕴、色名诸蕴的有之转起也不断反复受生灭冲击逼迫；因此，连色有、无色有之转起都对他以可怖性显现，欲有之转起就更不待言。又，作意诸行为无我的禅修者，看见相与转起二者都如无人空村、如阳焰、如乾闼婆天人为游戏而在空中化现的幻城——

——全都没有自我、没有作为自我的核心，空无而缺乏自我；其中没有名为自我的主人，也没有名为自我的主宰。

因此，相与转起二者都对这位禅修者以可怖性显现。

怖畏智的所缘

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘နိမိတ္တန္တိ သင်္ခါရနိမိတ္တံ။ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နာနံ သင်္ခါရာနမေဝေတံ အဓိဝစနံ။ ပ ။ ပဝတ္တိန္တိ ရူပါရူပဘဝပဝတ္တိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၈၄။)’译：所谓相，即行相，是过去、未来、现在诸行的名称；所谓转起，即色有、无色有之转起。（《清净之道》2-284。）依照上述义注，应当知道：怖畏观智的所缘，也是存在于过去、未来、现在三时与内、外二相续中的一切诸行，与先前诸观智的所缘完全相同。

所以，贤善者在怖畏智阶段，也应取三时、二相续中诸行的坏灭为所缘：时而观内，时而观外；时而观色，时而观名；时而观无常，时而观苦，时而观无我，持续强力修观。也可只取缘起诸支的纯粹坏灭为所缘，时而观无常、苦或无我；三时都要观，有时还应返观能观的观智。

例如：观色——色坏灭，无常；能观之智坏灭，无常。观名——名坏灭，无常；能观之智坏灭，无常。又如：观无明——无明坏灭，无常；能观之智坏灭，无常。应当如此类推修观。

怖畏现起智章结束。

过患随观智章

这位禅修者恭敬、慎重地亲近、修习、培育并反复练习怖畏现起智以后，在他的智中，再也看不见任何能够保护他免受三十一界中以诸行为因的生、老、死——即生、住、灭——等过患之法。这是因为一切有的存在都同样具有无常、变易等败坏之患。他也不再看见任何可以藏身、躲避，以免遭受以诸行为因的生老死等过患之处。

他不再看见任何可以逃离这种过患之地，也不再看见任何可归依、倚靠之处。在一切有中生起的诸行里，他不会再对任何一项诸行生起希求，也不会再错误思惟：‘ဧသော ဧမေ အတ္တာ——这是我的自我。’

一、欲界、色界、无色界这三界，显现得如同三座装满无焰火炭的火炭坑。

二、四大种显现得如同毒性猛烈、毒发迅速的蛇。

三、五蕴显现得如同五个高举利剑、紧随身后的刽子手。

四、内六处显现得如同空无人烟的荒村、恶村。

五、外六处显现得如同洗劫、毁坏村庄的盗贼。

六、一切诸有显现得仿佛正被十一种火焚烧：贪火、瞋火、痴火、生火、老火、死火、愁火、悲火、苦火、忧火、恼火；又仿佛四周烈焰腾腾，或一时充满火焰。

七、一切诸行显现为痈、众疮、箭刺，仿佛带来灾祸，又仿佛除长期缠身的慢性病以外突然发作的剧烈疾病；由于具有苦性，它们毫无可爱乐之处；由于终必坏灭，它们欠缺任何圆满，显现为庞大的过患聚。

当一切诸行藉观其坏灭的坏灭随观，而显现为应当怖畏的危险时，这位禅修者只看见四周——

——都欠缺圆满、无可爱乐，并恒常伴随着坏灭之灾；他所看见的，只有这种过患。如此观照时，随观、照见诸行过患的过患智——即过患随观智——便在他相续中生起。（《清净之道》2-284—285。）

《无碍解道》中的教说

巴利《无碍解道》原文（缅文字体）：‘ဥပ္ပါဒဉ္စ ပဝတ္တဉ္စ၊ နိမိတ္တံ ဒုက္ခန္တိ ပဿတိ။’译：他观见生起、转起与相为苦；

巴利原文续句（缅文字体）：‘အာယူဟနံ ပဋိသန္ဓိံ၊ ဉာဏံ အာဒီနဝေ ဣဒံ။’译：筹造与结生也是苦；这是过患智。

巴利原文续句（缅文字体）：‘အနုပ္ပါဒံ အပ္ပဝတ္တံ၊ အနိမိတ္တံ သုခန္တိ စ။’译：又观不生、不转起与无相为乐；

巴利原文续句（缅文字体）：‘အနာယူဟနာ အပ္ပဋိသန္ဓိ၊ ဉာဏံ သန္တိပဒေ ဣဒံ။’译：不筹造、不结生也是乐；这是寂静处之智。

巴利原文续句（缅文字体）：‘ဣဒံ အာဒီနဝေ ဉာဏံ၊ ပဉ္စဌာနေသု ဇာယတိ။’译：这过患智在五处生起；

巴利原文续句（缅文字体）：‘ပဉ္စဌာနေ သန္တိပဒေ၊ ဒသ ဉာဏေ ပဇာနာတိ။’译：在寂静处也有五处，因此了知十种智。

巴利原文续句（缅文字体）：‘ဒ္ဝိန္နံ ဉာဏာနံ ကုသလတာ၊ နာနာဒိဋ္ဌိသု န ကမ္ပတိ။’译：善巧于这两种智者，不为种种邪见所动摇。

（《无碍解道》56—58；《清净之道》2-286。）

这里把《无碍解道》中有关过患随观智如何生起的内容略作说明。在这一智的范围内，应特别留意十项法：生起、转起、相、筹造、结生五项；不生、不转起、无相、不筹造、不结生五项。下面依次说明。一、生起：由于过去业，此生称为果报轮转诸蕴的诸行之生起，是可怖畏的危险。对诸行显现为可怖畏的危险而生的慧，称为随观诸行过患的过患随观智。

二、转起：在生命转起期间，诸行接连生起，是可怖畏的危险。……

三、相：行相是可怖畏的危险。……

四、筹造：作为未来结生之因的业，是可怖畏的危险。……

五、结生：未来的结生，是可怖畏的危险。……

作为结生所趣之处的五趣，是可怖畏的危险。……一切蕴的生起，即出生（nibbatti），是可怖畏的危险；果报法的生起，即投生（upapatti），是可怖畏的危险；生、老——

——病、死、愁、悲、恼，都是可怖畏的危险。

如此，对诸行显现为可怖畏的危险而生的慧，称为随观诸行过患的过患随观智。这是第一轮。（《无碍解道》56。）《无碍解道》所列诸法中，只有生起、转起、相、筹造、结生这五项，是以过患随观智的所

缘、即这种观智所生之处而说；其余——

原书 336

——趣等诸项，则作为这五项的同义转说而说。确实，出生与生这两个词，既是生起一词的同义转说，也是结生一词的同义转说；趣与投生两个词，则是转起一词的同义转说。

老、病、死、愁、悲、恼等词，都是相一词的同义转说。

应当如此逐项理解。（《清净之道》2-286。）一、不生：没有生起的涅槃，换言之，作为令诸行未来不再生起之因的涅槃，没有危险；如此了知之智，称为缘于不死涅槃——一切诸行的止息处——而生之智。

二、不转起：没有转起的涅槃，换言之，作为令转起止息之因的涅槃，没有危险。……

三、无相：没有相的涅槃，换言之，作为令诸行之相止息之因的涅槃，没有危险。……

四、不筹造：没有筹造的涅槃，换言之，作为令筹造止息之因的涅槃，没有危险。……

五、不结生：没有结生的涅槃，换言之，作为令结生止息之因的涅槃——

——没有危险。……

无恼：没有恼的涅槃，换言之，作为令恼止息之因的涅槃，没有危险；如此了知之智，称为缘于不死涅槃——一切诸行的止息处——而生之智。（《无碍解道》57。）这是第二轮。

第二轮先依顺向法（anvaya）显示与过患智相反的智，又从反面（byatireka）说明：‘凡无生起之法，其中也全无可怖畏的危险。’另一方面，诸行显现为可怖畏的危险，瑜伽行者由此见其过患、心生悚惧；为使他们得到安慰，说明仍有无畏、无灾、无过患之法，所以宣说第二轮。再者，生起等显现为可怖畏的危险时，禅修者对于与这种危险相反的——

——无畏处，会生起趋向之心。为什么？如受热恼逼迫者会明显倾心于清凉，禅修者在已经彻见诸行过患以后，真实想要脱离一切诸行，欲解脱智便由此生起。因此应知：第二轮也为显示过患随观智的利益而说；这种智由诸行显现为可怖畏的危险而成，并照见诸行的过患。（《清净之道》2-287。）生起—不生：诸行的生起是可怖畏的危险；没有诸行生起的涅槃，换言之，作为令诸行未来不再生起之因的涅槃——

原书 337

——没有危险；如此了知之智，称为缘于不死涅槃——一切诸行的止息处——而生之智。……

恼是可怖畏的危险；没有恼的涅槃，换言之，作为令恼止息之因的涅槃，没有危险；如此了知之智，称为缘于不死涅槃——一切诸行的止息处——而生之智。这是第三轮。

第一轮说流转，显示过患智如何缘流转生起；第二轮说还灭，显示还灭的利益。精勤迅速修观者在流转中见到过患，紧接着又在还灭中见到利益，于是修习第三轮：巴利原句（缅文字体）‘ဥပ္ပါဒေါ ဘယံ၊ အနုပ္ပါဒေါ ခေမံ’，意为‘诸行的生起是可怖畏的危险；没有诸行生起的涅槃，换言之，作为令诸行未来不再生起之因的涅槃，是安稳无畏的。’第六轮等也应同理理解。（《大复注》2-449。）所谓趣，依胜义法体而言，就是由各自之业所标定、堪得某种有之名称的果报名蕴与业生色。在这些词中——

——生起、转起、筹造三词摄取属于一期现在——从结生直到死亡的一生——的诸行；结生一词摄取属于未来一期、由业所生的已被执受蕴；生起一词也显示属于过去一期的业行；相一词则摄尽过去、未来、现在三期中所有色法、名法，以及依内、外等所作的一切分类。（《大复注》2-449—450。）

苦、有爱染与诸行

在这段巴利教说中，生起等是可怖畏的危险；作为可怖畏危险的生起等，恒常都是苦。〔这是说：生起等因其苦性而成为可怖畏的大患；所谓可怖畏的大患，不可能超出苦性之外。〕这种恒常是苦、具有可怖畏性质的生起等，由于不能脱离一、轮回诱饵，二、世间诱饵，三、烦恼诱饵，故必定与爱染诱饵相伴。（《清净之道》2-287。）一、轮回诱饵：诸大德说，由业所生的五已被执受蕴称为轮回诱饵；烦恼轮转、业轮转、果报轮转这三种轮转，以及依止这些轮转的法，也称为轮回诱饵。（《大复注》2-450。）二、世间诱饵：色、声、香、味、触五种所缘所成的五欲功德——

——由于被贪、瞋、痴等烦恼思量为'我''我的'等，所以称为世间诱饵；它们正是供烦恼啃食、咀嚼、践踏、碾碎的法聚。

原书 338

（《大复注》2-450。）三、烦恼诱饵：贪、瞋、痴等烦恼，称为烦恼诱饵。

（《大复注》2-450。）

凡生起等法与爱染诱饵相伴，便称为有爱染；这些有爱染的生起等法，'သခိါရမတ္တမေဝ'——只是世间诸行。（《清净之道》2-287。）在'只是诸行'中，'eva——只是'一词排除了称为非行的涅槃，因为作为非行的涅槃，连一丝有爱染的意味也没有；'matta——仅仅'一词则彰显不完整的诸行。这是因为并非一切具有生灭性质的诸行都与爱染诱饵相伴；不与爱染相伴的道、果法也包括在生灭诸行之中。因此——

——这里所取的只是世间诸行。（《大复注》2-450。）由于称为危险的生起等正是苦等，《无碍解道》才说，巴利原文（缅文字体）：'ဥပ္ပါဒေါ ဒုက္ခန္တိ ဘယတုပဋ္ဌာနေ ပညာ အာဒီနဝေ ဉာဏံ = ဖြစ်ခြင်း ဥပ္ပါဒသည် ဒုက္ခတည်း။ ဤသို့ သခိါရတရားတို့၌ ကြောက်မက်ဖွယ် အဖြစ်ဖြင့် ထင်ခြင်း၌ ဖြစ်သော ပညာသည် အာဒီနဝဉာဏ် မည်၏။'译：'生起是苦；对诸行显现为可怖畏而生的慧，是过患智。'虽然只用其中任何一个词，就足以表达苦性的意义，仍应依三种不同的行相来理解这些词中智的差别：一、以应怖畏的怖畏行相；二、以苦的苦行相；三、以伴随爱染诱饵的有爱染行相。（《清净之道》2-287。）

正如同一诸行，由于分别以无常、苦、无我的差别方式显现，随观智便有无常随观智、苦随观智、无我随观智的差别；同样，由于怖畏行相、苦行相、有爱染行相各异，智也依其生起方式而有差别。在这些行相中，依怖畏行相而生的智称为怖畏现起智；依苦行相与有爱染行相而生的智，则称为过患智。（《大复注》2-450—451。）

原书 339

十种智

具过患智的禅修者，以生起、转起、相、筹造、结生五项为所缘，生起五种以这五项为所依处的过患智；又以不生、不转起、无相、不筹造、不结生五项——即五种智所依止的事——为所缘，生起五种寂静处智；对于合计十种智，他以智洞彻并现前。（《清净之道》2-287。）一种智可以知道另一种智，却不能知道自己。那么，为什么还说'ဒသ ဉာဏေ ပဇာနာတိ——了知十种智'呢？

答案如下。这里所谓了知，是说缘生起、转起、相、筹造、结生，以及不生、不转起、无相、不筹造、不结生这十种所缘而住的智，对这些所缘已经全无迷惑，迷惑与痴暗已经去除、消散。由于对十种所缘全无迷惑，这智本身也同样无迷惑；所以看起来仿佛智也知道自己。正因如此，才说'了知十种智'。（《大复注》2-451。）禅修者有时还应返观正在观生起、转起、相等的观智；也就是说，以后生的观智再次——

——观照先前的观智。能够如此返观时，才可以说'ဒသ ဉာဏေ ပဇာနာတိ——了知十种智'。

由于善巧于上述过患智与寂静处智，禅修者不再为种种邪见所动摇。（《无碍解道》56—58。）他已经以观智如实无误地彻见名色相续不断的流转，所以与流转相反、作为诸行止息处的殊胜涅槃，也经审定而清楚显现。因此，他的心不会再受'在现前之身中存在极其殊胜的最上现法涅槃'等邪见动摇。为什么？因为他已周遍看见色名之流转充满过患。所以说，他不为种种邪见所动摇。（《大复注》2-451。）

过患随观智章结束。

厌离随观智章

厌离随观智，即厌离智

这位禅修者如此随观欲界、色界、无色界三界中的一切诸行为过患以后，便对三界中一切具有坏灭性质的诸行厌倦、背离，不再喜爱。世间譬喻如下：如同喜住阿耨达池西面、心峰山脚的金鹅王，不喜爱旃陀罗村门附近污秽的小池，只喜爱七大湖；同样，这位如金鹅王般的禅修者，也不喜爱三界中一切已经周遍见到过患、具有坏灭性质的诸行。其实，因为他以禅修为所乐——

——具足喜爱、乐住、欣悦禅修之喜，所以只喜爱七种随观：无常随观、苦随观、无我随观、厌离随观、离贪随观、灭随观、舍遣随观。（《清净之道》2-287。）又如被关在金笼中的兽王狮子不喜爱笼子，只喜爱辽阔三千由旬的雪山；同样，这位如狮王般的禅修者，也不喜爱欲善趣、色善趣、无色善趣三种善趣，只喜爱、乐住、欣悦于无常随观、苦随观、无我随观三种随观。

> （《清净之道》2-288。）

又如全身洁白如银山、四足与尾、鼻、阴处七支着地，神力广大、能飞行天空的六牙象王，不喜爱城中，只喜爱雪山六牙湖畔的森林；同样，这位如象王般的禅修者，也不喜爱三界中的一切诸行，只喜爱以'အနုဝါဒါ ခေမံ——不生是安稳'等方法作意为先、由随顺智所见、名为寂静处的一切诸行止息处——不死的殊胜涅槃。他的心只向于寂静处、倾向寂静处——

——趋入寂静处。（《清净之道》2-288。）厌离随观智章结束。

原书 341

法体意义相同的三种智

怖畏现起智、过患随观智、厌离随观智这三种智，依法体与意义而言完全相同。因此，古代义注师曾说：‘同一个怖畏现起智，获得三种名称。’

一、因为看见一切诸行为可怖畏的危险，所以称为怖畏现起智。

二、因为能在这些诸行中显明、揭示过患，所以称为过患随观智。

三、因为对这些诸行厌离而生起，所以称为厌离随观智。’（《清净之道》2-288。）《无碍解道》也说：怖畏现起智、过患随观智、厌离随观智这三种智，意义相同，只有名称不同。

> （《无碍解道》259；《清净之道》2-288。）

原书 342

欲解脱智章

欲从诸行解脱的智

这位行为端正的善家子或善家女，以厌离随观智厌离诸行、背离诸行、不喜爱任何诸行以后，对于一切有中刹那不停坏灭的任何一项诸行，都不再黏著、攀缘或缠缚；他只想从一切诸行中解脱，只想脱离。

世间譬喻如下：落入网中的鱼、进入蛇口的青蛙、被关在笼中的野鸡、落入牢固绳套的鹿、落到捕蛇人手中的蛇、陷进大泥沼的象、进入金翅鸟王口中的龙王、被罗睺阿修罗吞住的月亮、遭敌人包围的人等，都只想从各自的网等束缚中解脱，只想逃出；同样，这位禅修者的心也只想从三界的一切诸行中解脱，只想脱离。此时，如前所说——

——这位对三界一切诸行毫无依恋、只想从一切诸行中解脱的禅修者，其相续中会生起欲解脱智。（《清净之道》2-288—289。）从坏灭智直到欲解脱智，这些智都只取诸行的纯粹坏灭为所缘，轮流把三相提到其上，强力修习毗婆舍那。对三时、内外二相续中的诸行，也应取其坏灭为所缘，轮流把三相提到其上而强力修观。若诸行对他显现为：一、可怖畏的危险，便称怖畏智；二、他照见诸行的过患，便称过患智——

——三、他厌离诸行，便称厌离智；四、他想从诸行中解脱，便称欲解脱智。应知这些名称分别依上述情形而用。

欲解脱智章结束。

原书 343

审察随观智章

审察随观智

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘သော ဇဝံ သဗ္ဗတဝ-ယောနိ-ဂတိ-ဋ္ဌိတိ-နိဝါသဂတေဟိ သဘေဒကေဟိ သင်္ခါရေဟိ မုစ္စိတုကာမော သဗ္ဗသ္မာ သင်္ခါရဂတာ မုစ္စိတုံ ပုန ဧတေ ဇဝံ သင်္ခါရေ ပဋိသင်္ခါနုပဿနာဉာဏေန တိလက္ခဏံ အာရောပေတွာ ပရိဂ္ဂဏှာတိ။’译：这位想从一切有、生类、趣、识住与有情居中种种具有坏灭性质的诸行解脱的人，为了从一切诸行中解脱，又以审察随观智把三相提到这些诸行上而摄取它们。（《清净之道》2-289。）巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘တိလက္ခဏံ အာရောပေတွာ သင်္ခါရပရိဂ္ဂဏှနံ ပုဗ္ဗေပိ ကတန္တိ ပုနဂ္ဂဟဏံ။ ပ။ သင်္ခါရာနံ ပရိဂ္ဂဏှနံ နာမ ပရိပုဏ္ဏလက္ခဏဝသေနေဝ ဟောတီတိ "တိလက္ခဏံ အာရောပေတွာ"တိ ဝုတ္တံ။’译：‘又’字是说，把三相提到诸行上加以摄取，先前也已经做过。……所谓摄取诸行，只能依完整的特相而成，所以说‘把三相提到其上’。（《大复注》2-453。）作者解释道：这位禅修者想从一切有、生类、趣、识住与有情居中具有坏灭性质的诸行解脱；为了从三界的一切诸行中解脱，他又依下述方法，以审察随观智把三相提到诸行上，摄取、观修、审察——

——。（《清净之道》2-289。）把三相提到诸行上而修习毗婆舍那，在先前诸观智阶段也已经做过，所以义注师在这里说‘又’。所谓以智分别、摄取诸行，只能依完整的特相而成。

因此，义注才解释‘把三相提到其上’，也就是把三相提到诸行上而修习毗婆舍那。（《大复注》2-453。）贤善者应依这些指示，又以简略法把三相提到诸行上而修观，只取诸行的纯粹坏灭为所缘；也应在本阶段再以详法修习称为‘四十行相’的四十种观法。不过，《清净之道》义注在这里又开示：一、十四种无常行相；二、二十八种苦行相；三、九种不净行相；四、九种无我行相，合计六十种观法。义注还用‘等’字表明，观法并不限于六十种。换言之，既已开示十四种无常行相——

——二十八种苦行相、九种不净行相与九种无我行相，禅修者便应以观智逐一看见各项行相，分别观为无常、苦、不净、无我；每一种行相都应单独观照。

观为无常的方法

这位禅修者对一切诸行作如下观照：一、以终局并非常住（aniccantikato）观：诸行不能越过最后的坏灭边际而继续存在，并非常住，所以——

——因为不能越过最后的坏灭边际、不能继续存在，而观为无常——

——。

二、以暂时（tāvakālikato）观：因为只住立片刻。三、以生灭所限（uppādavayapariccchinnato）观：因为由生起与坏灭划定界限。四、以毁坏（palokato）观：因为会被病、老、死破坏。五、以动摇（calato）观：因为会受病、老、死以及得失等世间法动摇——

——。

六、以崩坏（pabhaṅguto）观：因为终至破坏。七、以不恒（addhuvato）观：因为没有恒常性。八、以变易法（vipariṇāmadhammato）观：因为会从老与死两方面发生变易——

——。

九、以无实质（asārakato）观：因为没有心材，犹如边材。十、以衰损（vibhavato）观：因为没有增益。十一、以有为（saṅkhatato）观：因为由众缘和合造作。十二、以死法（maraṇadhammato）观：因为具有死亡、坏灭之性。十三、以有始有终（ādiantavantato）观：因为有生起与坏灭这一始终。十四、以排除常（niccapaṭikkhepato）观：因为否定常性。由于这些缘故而观为无常。（《清净之道》2-289。）贤善的禅修者应以智看见三时、内外两种相续中诸行的每一项行相，一再有力地观为'无常、无常'。

观为苦的方法

一、以不断逼迫（abhiṇhapaṭipīḷanato）观：因为诸行不断受到生灭反复逼迫，所以观为苦。

二、以苦（dukkhamato）观：因为难以忍受。三、以苦所依（dukkhavatthuto）观：因为是苦的所依处。四、以病（rogato）观：因为犹如维持生命这一根本病。五、以痈（gaṇḍato）观：因为犹如痈疮。六、以箭（sallato）观：因为犹如箭刺。

七、以恶（aghato）观：因为带来无利益。八、以疾（ābādhato）观：因为是有别于维持生命这一根本病的剧烈病苦——

——。

九、以灾厄（ītito）观：因为它带来许多毁败，如同新来的客人——

——般的不善伴侣，是导致毁败之法，所以是灾厄——

——。

十、以祸患（upaddavato）观：因为会带来形形色色的众多无益，且是——

——王难、王罚等祸患的所依处。

十一、以怖畏（bhayato）观：因为是一切危险的所依处。十二、以灾患（upasaggato）观：因为无益相续追随而来，且与之纠缠不离——

——；另一种解释是，因为仍与贪等过失黏着不离。

十三、以无保护（atāṇato）观：因为不能防护危险。十四、以无避难（aleṇato）观：因为不是可以藏身避难之处。十五、以无归依（asaraṇato）观：因为不是归依处。十六、以过患（ādīnavato）观：因为有过失；另一种解释是，因为犹如孤苦无依的穷人——

——。

十七、以恶之根（aghamūlato）观：因为是不善的根本因。十八、以杀戮者（vadhakato）观：因为犹如面容亲切似友、却会杀死熟人——

——的刽子怨敌。

十九、以有漏（sāsavato）观：因为是诸漏的所缘；另一种解释是，因为是诸漏——

——最切近的近因。

二十、以魔食（mārāmisato）观：因为是称为死魔的死亡，以及称为烦恼魔的十种烦恼——

——的食物、诱饵。

二十一、以生法（jātidhammato）观：因为具有生起、出生之性。二十二、以老法（jarādhammato）观：因为具有衰老、陈旧之性。二十三、以病法（vyādhidhammato）观：因为具有患病之性。二十四、以愁法（sokadhammato）观：因为具有忧愁之性。二十五、以悲法（paridevadhammato）观：因为具有悲泣之性。二十六、以恼法（upāyāsadhammato）观：因为具有极度疲恼之性。二十七、以杂染法（saṅkilesikadhammato）观：因为它们是爱杂染、见杂染与恶行杂染的所缘——

——。

二十八、以排除乐（sukhapaṭikkhepato）观：因为否定安乐。由于这些缘故而观为苦。（《清净之道》2-289。）

观为不净的方法

一、以不可喜（ajaññato）观：因为令人不喜；另一种解释是，因为不美好，所以观为不净。

二、以恶臭（duggandhato）观：因为具有恶臭。三、以可厌（jegucchato）观：因为令人作'呸、呸'而唾弃；另一种解释是，因为应受厌恶。四、以可厌逆（paṭikkūlato）观：因为与欲求、喜爱相反，令人厌恶憎嫌。五、以不应庄严（amaṇḍanārahato）观：因为不以衣饰庄严时，足以消除诸行的美好表象；另一种解释是，不加庄严时，美好表象消失而显出不净；又一种解释是，因为其不净性无法用装饰排除、遮掩或消灭。六、以丑陋（virūpato，即 asundarato）观：因为不美。七、以可憎（bībhacchato）观：因为是瞋恚（即嗔）结的所依处，能把观者——

——系缚在自身，也就是系缚在被称为自己的五蕴上；另一种解释是，因为令人不喜、厌恶、憎嫌，应当像粪秽一样舍弃。八、以不净（asucito）观：因为不清净。九、以不悦意（amanāpato）观：因为不能令心欢悦。由于这些缘故，便以作为苦相眷属的不净来观，也就是观为不净。（《清净之道》2-289。）

观为无我的方法

一、以他（parato）观：因为犹如外来的陌生人，所以观为无我。

二、以空无（rittato）观：因为没有恒久、美好、安乐、我等性质。三、以虚空（tucchato）观：因为没有恒久、美好、安乐、我等实质，空洞无物。四、以空（suññato）观：因为没有外道所构想的主人、居住者、作者、受者、主宰者之我。五、以无主（asāmikato）观：因为没有作为主人的我。六、以无自在（anissarato）观：因为不能主宰。七、以不随欲（avasavattito）观：因为不依意愿转起。八、以无引导者（apariṇāyakato）观：因为没有作为引导者的我。九、以排除我（attapaṭikkhepato）观：因为否定我。由于这些缘故而以无我观，也就是观为无我。（《清净之道》2-289。）

其结果如下：如此观照的禅修者，便称为把三相提到诸行上而摄取诸行。为什么必须如此摄取？因为要使自己以后不再追随诸行，并为了成办从诸行彻底解脱、称为 muccana 的方便；正是为了圆满、成就这种方便，才须如此摄取。（《清净之道》2-290。）

一则世间譬喻

有偈以世间譬喻说：‘渔家子潜入十寻深水，四处摸索捕捉；误把颈有三道斑纹、胸有黑点的水眼镜蛇当作鱼捉住，毫不惊惧，还握紧蛇颈，喜形于色。浮出水面、抬眼看清以后，惊骇莫名，胸中难容，捶胸失措，立即抛开。具慧者，我也以此作譬：即使曾享荣华，不受热恼，安住快乐；一旦依善士之道如实思惟，无论投生何处，心都像羽毛投入火中，卷缩不展。对三有诸趣，只觉惶恐厌怖；明月照耀的人间，对我也黯然无味。’（摩诃尸罗旺沙长老《清净道论依词释》5-242。）以如此种种行相清楚审察诸行的无常等性质，由此生起的审察——

——使这位禅修者的相续中生起审察智。

《无碍解道》中的教说

巴利原文（缅文字体）：‘အနိစ္စတော မနသိကရောတော နိမိတ္တံ ပဋိသင်္ခါ ဉာဏံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ ဒုက္ခတော မနသိကရောတော ပဝတ္တံ ပဋိသင်္ခါ ဉာဏံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ အနတ္တတော မနသိကရောတော နိမိတ္တဥ္စ ပဝတ္တဥ္စ ပဋိသင်္ခါ ဉာဏံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။’译：对诸行作意为无常者，审察诸行之相以后，智便生起；作意为苦者，审察诸行之转起以后，智便生起；作意为无我者，审察诸行之相与转起以后，智便生起。

（《无碍解道》259。）

一、对于作意诸行为无常的禅修者，智依无常相了知诸行之相：‘不恒——不牢固、不坚实；暂时——只住立片刻。’了知以后，智便生起。

二、对于作意诸行为苦的禅修者，智依苦相了知诸行之转起以后生起。

三、对于作意诸行为无我的禅修者，智依无我相了知诸行之相与转起以后生起。（《无碍解道》259。）在上述巴利中，‘审察’一词表达的是：依无常相、苦相、无我相，分别了知称为相与转起的诸行。其后又说‘智便生起’，仿佛把了知与智生起两项动作依前后时间分开来说。然而，这里并没有前后——

——时间的差别；只是依语法表达，才仿佛说成不同时间。事实上，了知与智生起同时发生。巴利原文（缅文字体）：‘မနဉ္စ ပဋိစ္စ ဓမ္မေ စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ မနောဝိညာဏံ’译：‘缘意与法，意识生起。’在这句话中，缘取的动作与意识生起的动作没有时间差别，而是同时；同样，这里的了知与智生起也没有时间差别，应知二者同时。（《清净之道》2-291；《大复注》2-454。）另一种解释是：在前后相续、反复不断生起的诸智中，依先前生起之智，分别以三相了知相与转起，这一了知——

——称为审察；依后来生起之智，则说智生起。不过，不应把这两种智看成各自完全分离的两项智，因为它们落在同一名法相续中，依同一理路，应视为同一相续。（《清净之道》2-291；《大复注》2-455。）在这一观智阶段，也应从色蕴直到老死，以智分别、摄取蕴、处、界及缘起诸支；只取这些诸行的坏灭为所缘，轮流把三相提到其上修习毗婆舍那；还应再返观这能观的观智。

审察随观智章结束。

行舍智章

二端空随观

这位禅修者依上述方法，以审察随观智这样摄取：‘sabbe saṅkhārā suññā——一切诸行都空无自我。’

如此摄取以后，又观：‘suññamidaṃ attena vā attaniyena vā——这一切诸行，空无自我，也空无我所，即与自我有关的所有物。’

他就这样以慧摄取具有两端的空性，也就是二端空。

> （《清净之道》2-291。）

虽然审察随观智是依智分别、摄取诸行的无常、苦、无我等行相而生，但在这些行相中，尤其以摄取诸行的无我行相为先导、为主。因此，义注师才先说：‘sabbe saṅkhārā suññāti pariggahetvā——如此摄取一切诸行都空无自我。’

的确，只有以智分别、摄取诸行的无我行相，才能圆满完成对四圣谛的洞彻知见，即谛现观；若无此摄取，就不能完成。正因为没有摄取诸行的无我行相，萨罗般伽仙人等人的教法虽能安立无常相、苦相而宣说，使弟子了知，却不能安立、宣说无我相，不能使弟子了知，因而不能引导弟子脱离轮回苦，只是不导向出离的教法。（《大复注》2-455。）另一种解释是：为了说明这些诸行也空无常之实质、乐之实质、我之实质——

——义注师才说：‘以慧摄取一切诸行都空无自我。’应当知道：某一诸行空无常等某种实质，它就确实没有、空缺那种常等实质。

诸行空无自我极难了知；即使已经多次了知，为了使观照诸行空无自我的空随观达到坚固、稳定，义注师又继续提出二端空随观：‘suññamidaṃ attena vā attaniyena vā——这一切诸行，空无自我，也空无与自我有关的我所。’

行道智见清净释（之四）

原书第 350 – 374 页

原书 350

在这句话中，就诸行没有自我、不是自我这一端而言，它们也不是自我的所有物；因为只有自我存在，才可能有自我的所有物。

（既然没有自我，也就没有自我的所有物。）所以义注解释：‘suññamidaṃ attena vā attaniyena vā——这一切诸行，空无自我，也空无与自我有关的我所。’

为什么诸行空无自我与我所这两者？因为禅修者以现见智、推断智审察、寻求诸行时，在其中找不到自我与我所；他又以这两种智审察：是否有另一有情或另一诸行，作为自我的资具、用具，能够成办自我的乐与苦，却仍然不见。（《大复注》2-455。）上面‘这一切诸行，空无自我，也空无与自我有关的我所’这一观法——

——正是具有自我与我所两端的二端空随观修法。

四端空随观

巴利原文（缅文字体）：‘ဧသော ဧဝံ နေဝ အတ္တာနံ၊ န ပရံ ကိဉ္စိ အတ္တနော ပရိက္ခာရဘာဝေ ဌိတံ ဒိသွာ ပုန "နာဟံ ကွစနိ၊ ကဿစိ ကိဉ္စနတသ္မိ၊ န စ မမ ကွစနိ၊ ကိသ္မိဉ္စိ ကိဉ္စနတတ္ထိ"တိ ယာ ဧတ္ထ စတုကောဋ္ဌကာ သုညတာ ကထိတာ၊ တံ ပရိဂ္ဂဏှာတိ။’译：他如此不见任何处有自己的自我，也不见另有任何事物作为自我的资具；于是又摄取这里所说的四端空：‘我不在任何处；我不属于任何人的任何所有物；我的任何处都没有；任何处都没有属于我的任何所有物。’（《清净之道》2-291。）这种四端空随观见于《后分五十经篇》第50页《不动适宜经》；《清净之道》义注如下解释其义。

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘ဧဝမယံ ယသ္မာ နေဝ ကတ္ထစိ အတ္တာနံ ပဿတိ၊ န တံ ပရဿ ကိဉ္စနဘာဝေ ဥပနေတဗ္ဗံ ပဿတိ၊ န ပရဿ အတ္တာနံ ပဿတိ၊ န ပရဿ အတ္တာနံ အတ္တနော ကိဉ္စနဘာဝေ ဥပနေတဗ္ဗံ ပဿတိ။ တသ္မာနေန စတုကောဋ္ဌကာ သုညတာ ပရိဂ္ဂတိတာ ဟောတီတိ။’译：他在任何处都不见自己的自我，不见自己的自我可被看作他人的任何所有物；不见他人的自我，也不见他人的自我可被看作自己的任何所有物，所以便摄取了四端空。（《清净之道》2-292。）巴利《大复注》原文（缅文字体）：‘ဧဝံ အဇ္ဈတ္တံ၊ ဗဟိဒ္ဓါ စ ခန္ဓာနံ အတ္တတ္တနိယသုညတာ သဒ္ဓသဒ္ဓါရဟုဇ္ဇတာ စတုကောဋ္ဌကသုညတာ ပရိဂ္ဂဏှနေန ဒိဋ္ဌာ ဟောတိ။ တေန ဝုတ္တံ "ဧဝမယ"န္တိအာဒိ။’译：依四端空的摄取，便见到内、外诸蕴空无自我与我所，而且只是纯粹诸行的聚集，所以说‘他如此’等。（《大复注》2-456。）依上述义注、复注的解释，贤善的禅修者应以毗婆舍那智看见四种性质：一、内五蕴无自我；二、内五蕴无我所，即没有与自我有关的所有物；三、外五蕴无自我；四、外五蕴无我所，即没有与自我有关的所有物。如此——

——若能在这四处以毗婆舍那智看见、摄取自我与我所的不存在——

原书 351

——便称为能够修习四端空随观。

一、我不在任何处（nāhaṃ kvacani）

我在任何地点、任何时间、任何法中，在内五蕴或外五蕴中，都不见自我。意思是：对于存在于内、外两处的每一种五蕴法，应在其生、住、灭期间，以毗婆舍那智看见其中没有任何自我，观为'无我、无我'，修无我随观。由于这种无我随观禅修正观照其空无自我，也称为空随观。这就是第一端。

二、我不属于任何人的任何所有物（kassaci kiñcanatasmiṃ）

不见自己的自我被当作某个他人所关切的所有物；也就是不见自己的自我被当作某个他人所关切的用具、眷属或资具，不见它被认作他人的兄长、朋友伴侣或资具。应以毗婆舍那修到如此不见。这就是我所空随观：看见没有任何事物与自己的自我相连，空无我所。

这是一端，即第二端。

第一端教导：以毗婆舍那智看见三时、内外两种相续中的诸行没有自己的自我，观为无我。第二端教导：以毗婆舍那智看见这些诸行中没有任何事物与自己的自我有关，观为无我。

若自己的自我不存在，与自己自我有关的所有物也不存在，那么实际有什么？只有纯粹的诸行聚（suddhasaṅkhārapuñjatā），也就是名为苦谛与集谛的诸行聚。应以毗婆舍那智看见这些诸行空无自己的自我与我所，唯有纯粹诸行的聚集，观为'无我、无我'。

无我智的知见变得锐利，智见安住于诸行空无自我时，就会了知：连自我都没有，自然也没有与自我有关的所有物。若对诸行的生端、灭端，或仅对灭端，智见锐利，便会明白其中没有以坚固实质常住的自我。既找不到自我，哪里还会有与自我有关的所有物？绝不可能有。此外，还应理解：也没有与自我有关的创造者、最高我。

我与我所空

'此尊是梵天，是大梵天，是胜者、无能胜者、全见者、主宰者、禅定自在者，是已生与正在出生诸有情之父；我们是这位梵天所造。'（《长部》1-17，《梵网经》。）对持有这类教外主张的沙门、婆罗门所构想的创造者自我，禅修者应在诸行中以智看见：没有自己的自我与那一创造者自我相属，自己的自我并不是它所关切的所有物。因此，贤善者应以毗婆舍那智看见：这些诸行中既没有自己的自我，也没有与自己自我有关、创造自己的另一人或有情——创造者自我——

——并把存在于三时、内外两种相续中的诸行聚观为'无我、无我'。

三、我的任何处都没有（na ca mama kvacani）

对任何地点、任何时间、任何法，在内五蕴或外五蕴中，都应以智看见没有他人的自我，并把存在于三时、内外两种相续中的这些诸行观为'无我、无我'。这是第三端。

四、任何处都没有属于我的任何所有物（mama kismiñci kiñcanatʼatthi）

这位禅修者不见他人的自我存在于自己任何内、外法中，成为自己所关切的资具、用具。意思是：不见自己以‘兄长’看待兄长，以‘朋友伴侣’看待朋友伴侣，以‘资具’看待资具，而把在任何处的另一个人的自我视为自己所关切的所有物。应以毗婆舍那智看见这种性质，把这些诸行观为无我。这是第四端。

有些持邪见者推想：‘有另一男子、人物，为我的利益而安排、存在；依他的力量，我的一切都得以成就。’第三、第四项的意思是：依智在内外诸行聚中寻求，也不见这样的他人自我，亦不见那他人自我是自己所关切的所有物。所以四种观法的意义如下：一、‘我不在任何处’教导观见诸行中没有自己的自我。

二、我不属于任何人的任何所有物（kassaci kiñcanatasmiṃ）——这一第二观法教导观见：自己的自我不属于任何人的我所，即与他人的自我没有关联。

三、我的任何处都没有（na ca mama kvacani）——这一第三观法教导观见诸行中没有他人的自我。

四、任何处都没有属于我的任何所有物（mama kismiñci kiñcanatʼatthi）——这一第四观法教导观见：他人的自我没有成为自己的我所，即与自己的自我没有关联。

（《清净之道》2-291—292；《大复注》2-455—456。）

贤善者应以毗婆舍那智看见：存在于三时、内外两种相续中的诸行聚，空无这四种自我与我所；然后把诸行聚观为‘无我、无我’。如此，由摄取四端空，便见到内、外皆空无自我与我所，只是纯粹诸行聚。

六端（六行相）空随观

巴利原文（缅文字体）：‘စက္ခု သုညံ အတ္တေန ဝါ အတ္တနိယေန ဝါ နိစ္စေန ဝါ ဓုဝေန ဝါ သဿတေန ဝါ အဝိပရိဏာမဓမ္မေန ဝါ။

ပ။ မနော သုညော။ ရူပါ သုညာ။ ပ။ မဓာ သုညာ။ စက္ခုဝိညာဏံ။ ပ။ မနောဝိညာဏံ။ စက္ခုသမ္ဖဿောတိ ဧဝံ ယာဝ ဇရာမရဏာ နယော နေတဗ္ဗော။’译：眼空无自我、我所、常、坚固、恒常与不变易法；乃至意也是如此。色等乃至法、眼识乃至意识、眼触等，都应依此方法推至老死。（《清净之道》2-292；《小义释》183。）依这些巴利圣典与义注，行舍观智所观的胜义法，和此前诸观智一样，就是蕴、处、界、根与缘起诸法。把这些有为胜义法依色名二法、五蕴、十二处、十八界、十二缘起支等分组，然后对每一组胜义界分别观见：一、空无自我；二、空无我所，即与自我有关的所有物；三、空无被设想为常的自我或其他任何人、任何事物——

——四、空无坚固不坏的性质；五、空无一切时都显著存在的恒常性质；六、空无不变易法。以毗婆舍那智看见诸行空缺、没有这六种性质，观为‘空、空’；换言之，观为‘无我、无我；无常、无常’。

第一、第二项属于无我随观；第三至第六项属于无常随观。由于反复观照每一种诸行空无这六种性质——

——所以这种随观称为六端空随观，也称六行相空随观。

八行相（八端）空随观

应把上面所说从色蕴直到老死的蕴、处、界、根、谛与缘起法，依五组、十二组等逐组分开，以八种行相观照。举色法为例：观色法空无一、常之实质；二、坚固之实质；三、真正安乐的乐之实质；四、我之实质；五、常性；六、坚固性；七、一切时存在的恒常性；八、不变易法。因此，观它非实质（asāra）、没有实质（nissāra）、离开实质（sārāpagata）。

从受蕴直到老死，也都应同样观照。

应知它们非实质、没有实质、离开实质，犹如芦苇、蓖麻、乌昙跋罗树、白水蓼树、朴树、泡沫团、水泡、阳焰、芭蕉干以及幻师所示之物，都没有心材。（《清净之道》2-292。）

十行相（十端）空随观

对于色法——

一、以空无实质（rittato）观：由于没有常之实质等，观为没有实质、空虚之法。

二、以空洞（tucchato）观：由于空无常等实质，观为空洞之法。

三、以空（suññato）观：由于空无我之实质，观为空。

四、以无我（anattato）观：由于自身并不是我，观为无我。

五、以无主宰（anissariyato）观：由于没有主宰性，也没有任何人能够使它受主宰，观为不可主宰。

六、以不随欲造作（akāmakāriyato）观：想用泡沫团制作锅碗等器具的人，无法完成想做的工作；同样，想使色法成为常等的人，也不能完成其愿。

换言之，没有任何依自己意愿而作的动作，所以观为不随欲造作。

七、以不可得（alabbhanīyato）观：无法藉愿求而得到‘愿色如此，愿色不如此’，所以观为不可得。

八、以不随欲转（avasavattakato）观：（一）因为自身不顺从他人的愿望，观为不依愿转；（二）因为也不能使他人依自己的愿望转，观为不能使其依愿转。

九、以他（parato）观：即使色法正存在于自己的名色相续中，也不能加以安排，仿佛陌生他人，所以观为外来的他者。

十、以远离（vivittato）观：色法空无作者、创造者、自我等；同样——

——色法也空无因法与果法。

所以观为远离。的确，因法与果法，以及果法与因法，并不是像怀孕者与胎儿那样——

——相互含藏而共同存在。

果不住于因中，因也不住于果中；它们不是像胎儿住于母体那样，果住于因、因住于果——

——并非如此。

当因法显现存在时，只是果法随之显现生起。

因是独立的因，果是独立的果，二者各别——

——因此，因法与果法彼此空无、互不内含。

从受蕴直到老死之法，也都应同样观照。（《清净之道》2-293。）

十二行相空随观

色法：一、不是有情（na satto），即不是外道所构想、称为自我的有情。

二、不是生命者（na jīvo），即不是外道所构想的生命实体。

三、不是人（na naro），即不是能承担者，不是能够承担的自我。

四、不是青年（na māṇavo），即不是慢的所依，不是作为慢所依的自我。

五、不是女人（na itthī），即不是外道所构想、作为怀孕处的女人或自我。

六、不是男子（na puriso），即不是外道所构想的男子，不是以主导者身份居先的自我。

七、不是自我（na attā），即不是外道所构想、作为'我'慢所依的自我。

由于色法是'我见'所依之事，持自我见论者便把色法称为'我'（ahaṃ）、'自我'（attā）。

也就是把它称作我或自我。

八、不是我所（na attaniyaṃ），即不是自我的所有物。

说明：实际上，色法并不具有自我、生命者等性质。为了显示摄取空性的次第，圣典才说'rūpaṃ na satto——色法不是有情'等。因此，以上第一至第八项教导观照色法的我空，即空无自我。

随后四项则教导观照：没有可忧虑、可牵挂的我所，也没有任何事物在色法中属于自我。（《大复注》2-458。）九、不是我（nāhaṃ）。

十、不是我的（na mama），即不是我的自我之所有物。

十一、不是他人的（na aññassa），即不是他人自我的所有物。

十二、不属于任何人（na kassaci），即也不是任何人的自我之所有物。

说明：这是因为色法中没有自己的自我、他人的自我，或任何自我。‘不是我所’已经表达的意思，又用作为不同说法的‘不是我的、不是他人的、不属于任何人’三句重说。（《大复注》2-458。）从受蕴直到老死之法，也都同理。

（《清净之道》2-293；《大复注》2-457—458。）

四十二行相空随观

为了说明：此前在思惟智阶段，为使思惟智坚固而修习的所谓四十‘以……观’法，在本阶段也能令空随观坚固，所以这里用四十二种行相开示空随观。四十种观法的含义前面已经写过；这里再说明先前没有解释的词。

以不成归依（asaraṇībhūtato）观：色法不能消除危险，不宜执为归依，所以它不成归依。

以智看见这种性质，观为‘不成归依’。

以无滋味（anassādato）观：色法不应受喜爱，所以观色法为无滋味。（《义释》巴利没有这一词；若有，就会成为四十三种行相。《大复注》2-458。）

以过患（ādīnavato）观：色法一旦生起，就得到一切过失、过患的大聚集，所以观色法为具有过患聚的法。（此词也包括在四十种观法中。）以生起（samudayato）观：依生起之性观为生起。

以灭没（atthaṅgamato）观：依止息之性观为灭没。

说明：能产生色名诸行的因法也只是无常法；由无常因法所生的果色名也只是无常法。色名诸行的无常性依因法这一‘他者’的状况而成。修无常随观的禅修者，还应看见诸行的无常性如何与因法这一他者的无常性相连，也应看见诸行空无常之实质。如此观见时，无常随观智显示‘诸行依因法这一他者的状况而成，而且空无常之实质’——

——从而显明诸行的空性。同样，以‘生起、灭没’观照诸行，也显明诸行空无凝固、常住、坚实的自我。应怀抱这种理解，才宣说这两种观法。（《大复注》2-458。）这就是依缘见生（paccayato udayadassana）与依缘见灭（paccayato vayadassana）；也包括依刹那见生灭（khaṇato udayabbayadassana）。

以滋味（assādato）观：观为能产生乐与悦受这一滋味性质。

色法等诸行，也可以从滋味这一面加以观照。

巴利原文（缅文字体）：‘ယံ ခေါ ရူပံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သုခံ သောမနဿံ၊ အယံ ရူပဿ အဿာဒေါ။’译：缘色而生的乐受与悦受，就是色的滋味。（《相应部》2-23。）如此从滋味这一面观色，清楚显示因法与缘所生果法如何生起，所以显明空性。

以过患（ādīnavato）观：依过患而观为‘过患、过患’。

巴利原文（缅文字体）：‘ယံ ရူပံ အနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ အယံ ရူပဿ အာဒီနဝေါ။’译：色是无常、苦、变易法；这种无常、苦、变易法，就是色的过患。（《相应部》2-21。）

原书 358

如此观色的无常、苦、变易法这一过患，显明色法空无常、乐与不变易法，也就是显明色的空性。虽然前面已多次说过这种过患观，这里为了表达以过患排除滋味，才再次宣说。（《大复注》2-458。）以出离（nissaraṇato）观：依出离之性观为‘出离、出离’。

巴利原文（缅文字体）：‘ယော ရူပေ ဆန္ဒရာဂဝိနယော ဆန္ဒရာဂပ္ပဟာနံ၊ ဣဒံ ရူပဿ နိဿရဏံ။’译：对色的欲贪之调伏、欲贪之断除，就是色的出离，即从色出离的道路。（《相应部》2-23。）依此教说，观色的出离处、出离道这一出离性质，也显明色的空性。

所以应知：生起、灭没等各种观法，都只是增长空随观的禅修作业。

四十二种行相

一、无常；二、苦；三、病；四、痈；五、箭；六、恶；七、疾；八、他；九、崩坏；十、灾厄；十一、祸患；十二、怖畏；十三、灾患；十四、动摇；十五、破坏；十六、不恒；十七、无保护；十八、无避难；十九、无归依；二十、不成归依；二十一、无实质；二十二、空洞；二十三、空；二十四、无我；二十五、无滋味；二十六、过患；二十七、变易法；二十八、无实质；二十九、恶之根；三十、杀戮者；三十一、衰损；三十二、有漏；三十三、有为；三十四、魔食；三十五、生法；三十六、老法；三十七、病法；三十八、死法；三十九、愁、悲、苦、忧、恼法；四十、生起；四十一、灭没；四十二、滋味与过患；四十三、出离。（《清净之道》2-293。）说明：若除去第二十五‘无滋味’，就是四十二项；第二十六已有‘过患’，第四十三处又重复一次‘过患’，若两处合算一项，也是四十二种行相。

此前在思惟智部分，把同类合并，列为十种无常行相、二十五种苦行相、五种无我行相。这里依巴利圣典与义注的解释列出。若有能力，也应依上列次序再观；从受蕴直到老死之法，也都同样观照。不清楚的含义，可回看此前四十种观法部分。此前的观法以诸行的生、灭两者为所缘；本阶段只取灭这一性质为所缘而修观，差别仅在这里。

原书 359

死王所不能见者

巴利经文（缅文字体）：‘သုညတော လောကံ အဝေက္ခသု၊ မောဃရာဇ သဒါ သတော။

အတ္တာနုဒိဋ္ဌိံ ဥဟစ္စ၊ ဧဝံ မစ္စုတရော သိယာ။

ဧဝံ လောကံ အဝေက္ခန္တံ၊ မစ္စုရာဇာ န ပဿတိ။’译：‘莫伽罗阇，应当常具正念，观世间为空；拔除我随见，如是便能超越死亡。死王看不见如此观照世间的人。’

（《小部》1-448；《小义释》180。）

‘莫伽罗阇’，即施主莫伽罗阇仙人。‘常’，即昼夜一切时。‘具念’，即不断修习四念处，具足现起之念。‘我随见’，即以二十种所依事为基础、不断追逐‘自我’的有身见。‘拔除’，即以名色分别智与缘摄受智除去、舍离。‘以空’，即空无常、乐、我、净等实质。‘世间’，即名为苦谛、集谛的色名法诸行世间。‘应观’，即应以毗婆舍那智这一慧眼，周密观察、反复修观审察。‘如此’，即若能如此修观审察。‘超越死亡’，即越过统治三十一界的死王。‘便能’，即能够如此成就。又，‘如此’是说依上述方法，空无常、乐——

——我、坚固、恒常、不变易法等实质。‘世间’，仍是名为苦谛、集谛的色名法诸行世间。‘如此观照者’，即正以毗婆舍那智这一慧眼周密观察的人。‘死王’，即统治三十一界的死王；他再也看不见这样的人。（《小部》1-448；《小义释》180；《清净之道》2-293。）

怖畏与欢喜（bhaya 与 nandī）

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘ဧဝံ သုညတော ဒိသွာ တိလက္ခဏံ အာရောပေတွာ သခ်ါရေ ပရိဂ္ဂဏ္ဍန္တော ဘယဥ္စ နန္ဒိဥ္စ ဝိပ္ပဟာယ သခ်ါရေသု ဥဒါသီနော အဟောသိ မဇ္ဈတ္တော၊ အဟန္တိ ဝါ မမန္တိ ဝါ နဂဏ္ဍာတိ ဝိဿဋ္ဌဘရိယော ဝိယ ပုရိသော။

ပ။ ဣစ္စဿ သခ်ါရုပေက္ခာဉာဏံ နာမ ဥပ္ပန္နံ ဟောတိ။’译：‘如此见到诸行为空，再把三相提到诸行之上而加以摄取的人，舍弃怖畏与欢喜，对诸行舍置、中立；不执取为“我”或“我所”，如同舍弃妻子的男子。……于是，他的行舍智便生起。’（《清净之道》2-294。）禅修者依审察遍知，分别审察诸行的无常、苦、无我性质，逐一分开五蕴，并以四十二种行相在五蕴中以智辨别、摄取、看见空性；然而，只有在以无常随观、苦随观、无我随观这三种随观精勤修习毗婆舍那的禅修者相续中，行舍智才能生起。因此，见到诸行为空、把三相提到诸行之上而审察诸行的禅修者——

——能够舍弃两者：一、因未能舍置诸行，依诸行的毁坏而将生起的怖畏（bhaya）；二、依诸行的圆满而将生起的欢喜（nandī），也就是喜以及与喜俱行的爱。换一种说法——

原书 360

——一、由于毗婆舍那智只看见诸行不断坏灭，由可怖的显现而生起的智所怖畏（ñāṇabhaya）；二、由于把三相提到诸行之上加以思惟、审察而生起的欢喜，即名为喜的 nandī；这两者都能舍弃。

因为能够舍弃这两者，他对诸行如秤杆平衡般保持中立，即安住中道而舍置诸行；不再执取诸行为‘我’或‘我的所有物’。

的确，怖畏诸行的 bhaya 与欣乐诸行的 nandī，已经完全没有进入、发生的机会；唯有对诸行平等舍置的舍（upekkhā）善加安住，如同一个已经舍弃妻子的男子。

一个男子曾有一位自己极为喜爱珍重的女人。后来他看见她与别的男子通奸，便舍弃她，不再把她当作妻子。舍弃以后，即使再看见她与别人通奸，他也不再对她发怒或心生不悦，只对她保持中立、平等舍置。此喻也是如此：这位禅修者想要解脱一切诸行，以审察随观智把三相提到诸行之上而审察时——

——在诸行中看不见任何值得执为‘我、我所’之物，于是舍弃 bhaya 与 nandī 两端，对一切诸行保持中立、修舍、安住中道而舍置。

如此了知、如此观照、如此看见的禅修者，其心对三十一界退缩、收缩、沉伏而不扩散，不再因欣乐而趋入；舍与厌离也都善加安住。

如水滴落在红莲叶上便退缩、收缩、沉伏而不铺散，又如羽毛或筋腱块投入火中便退缩、收缩、沉伏而不铺散；同样，这位禅修者的心对三十一界退缩、收缩、沉伏而不扩散，舍与厌离善加安住。在这样安住的禅修者相续中，名为行舍的智便生起。

（《清净之道》2-294。）

原书 361

心如何安住不动

从坏灭智阶段开始，禅修者便专注诸行唯有坏灭而修观审察；到达行舍智阶段，仍以诸行唯有坏灭为所缘，把三相轮流提到诸行之上，继续照常修观。这样修观时，诸行的怖畏、过患、厌离性质依次在智中显现；继而，他把心导向脱离诸行的一面，仍取诸行唯有坏灭为所缘，轮流提起三相而继续修观，欲解脱与审察的性质也随之出现。

有些禅修者从坏灭智到审察智，各级智进展得很快；有些人在某些阶段稍久。如此把三相提到诸行之上修观审察，临近或到达行舍智时，观心会越来越寂静。若对存在于过去、未来、现在三时的色法名法，内、外轮流，色、名轮流，三相也轮流提起而不间断地修观，心便逐渐越来越安静。

若禅修心以诸行坏灭为所缘，安稳地依止无常、苦、无我中的某一行相：安住于内在诸行所缘，就只继续观内；安住于外在诸行所缘，就只继续观外。这时不要再勉强内外轮换，因为内、外各种观法都已经修习完备。

若在内在相续中轮流观色、观名并提起三相时，禅修心安住于当前所缘，就只继续观内；观色时心安静下来，便只继续观色；观名时安静下来，也只继续观名。外在相续亦应同样理解。当心对所缘极其安稳、无需费力而平等轻松地观照时，有时会无法再观色法，也无法再观眼门心路等五门心路，只能观意门心路名法聚；这反而是修观更进一步。

在这些意门心路名法聚中，此时应优先观善法组；也就是优先把三相提到善速行生起的意门速行心路名法聚上而修观。若仍能观色，则——

原书 362

——一、观色：色坏灭——无常（苦、无我）；观照之智也坏灭——无常（苦、无我）。二、观名：名坏灭——无常（苦、无我）；

观照之智也坏灭——无常（苦、无我）。

应如此轮流提起三相，反复多次观照。

如果贤善者是已经证得禅那的止行者，此时已经反复观照种种诸行，正是实践双运法（yuganaddha-naya）的最好时机。良机已经来到：逐一进入自己所证得的每一种禅那，出定后便把三相提到该禅那名法聚

上而修观。

例如，先进入初禅；出初禅后，把三相轮流提到初禅名法聚上修观。同样进入第二禅，出定后也轮流提起三相观第二禅名法；第三禅等亦复如是。若贤善者不仅证得入出息念第四禅，还在十遍的每一遍处证得八定，就再进入各个已证之禅，每次出定后，轮流观该禅名法聚为无常、苦、无我。若也修成四护卫禅修业处，同样观照那些禅那名法聚。有时若仍能观，也应对这些禅那名法聚所依的所依色——

——修观；有时也把正在观照的毗婆舍那智，再以后一毗婆舍那智观照；若仍能观，有时还轮流观内、观外。

这样修观时，有些禅修者会在行舍智阶段停留较久；另一些人不必久留，便迅速趋入名为寂静处（santipada）的寂静界。通常，看见内外两处唯有坏灭的毗婆舍那智若极为强劲，就不会久留在行舍智阶段，而会转入没有生灭的境地；若这种智稍弱、势力不足，便不易转入没有生灭的境地，而会在这一安静阶段停留较久。

最重要的时刻

从生灭智直到行舍智的上述各级观智，对波罗蜜成熟的善人来说，甚至可以在一座之间证得。无论是否一座即得，从生灭智至行舍智各级观智依次生起的这段时间，对贤善者都是极其重要的时刻。

原书 363

要使观心在行、住、坐、卧四威仪中连续衔接，至关重要。

在行走、来往、屈伸等各种威仪正知的时刻，可用色名二法、五蕴、十二处、十八界、十二缘起支等观法中的一种、两三种，乃至全部方法，摄取诸行，把三相轮流提起，在三时、内外两种相续中轮流修观。对尚不能超越行舍智的人，这正是继续使观智与诸根成熟的训练，如同罗睺罗长老所遵行的旧范。

威仪、正知观法提示

本阶段纯属观修，所以应从观修所缘中略去非真实色。先在经行道某处暂时站定，闭眼建立定力，再摄取色名。

摄取色法时，只摄取存在于六门、四十二身分中的真实色。

摄取名法时，可以摄取依各处门生起的名法，或能产生威仪的意门速行心路中的名法，并与有分名法聚合摄取。把三相提到这些色名上修观。观智有力且相当熟练时，试着在经行道上缓慢行走；一边缓慢行走，一边继续摄取色名修观。此前依观智次第说明的四十种‘以……观’法等一切观法，在行走等时也都能修：向前时、后退时、直视时、旁视时、屈伸时，以及持双层衣、钵——

——与僧衣时，进食、饮水、咀嚼、舔食、大小便时，行、住、坐、卧、醒来、说话、默然等一切威仪与正知的观修时刻，都应摄取色名而修观。观智有力后，只取这些诸行的坏灭为所缘而修观。

有时也应把正在观照的毗婆舍那智——即毗婆舍那意门速行心路名法聚——再以后一毗婆舍那智观照；外在相续也同样观。

有时从相续过去世直到未来世终，取每一缘起支唯有坏灭为所缘修观；有时也把观照之智再度修观。

内在、外在两种相续都应观照。

睁眼观照

若能如此在四威仪中摄取色名，以色名诸行唯有坏灭为所缘，轮流提起三相而持续修观——

原书 364

——便会以智极迅速地看见内外两种相续中诸行的坏灭。此时可在经行道某处站着或坐着，继续只取诸行坏灭为所缘修观。当诸行坏灭极迅速地显现在智中，也试着睁眼观照。起初尚不熟练，观看有情、无情的整个世间时，无论看向哪里，可能都只见到色聚微粒；这时应以智逐一破除这些色聚的密集，继续观胜义色。智见到达胜义色以后，再把三相轮流提到这些色法之上修观。当诸观智——

——再度成熟时，便不再见色聚微粒，只见纯粹的胜义色；此时继续只取这些胜义色法的坏灭为所缘修观。同样，对外在有情相续中的名法，也以外在相续同类总摄的方式观照；内、外轮流修观。若能使观修在各威仪之间如此衔接，了知诸行坏灭的观智就会变得非常强大，不久便到达能够舍置诸行的行舍智阶段。

若禅修心安住于诸行所缘

如此修观，无论正观内或观外，当信与慧、精进与定达到平衡时，禅修心不必再费力，仿佛只是轻松坐看，安稳依止诸行坏灭这一所缘，甚至显得不再活动。此时不要勉强内外轮换、色名轮换、因果轮换，也不要继续轮流提起三相；若如此勉强，观定反而会退失。观内在诸行时，禅修心若安住于该所缘，就继续只观内在诸行；观外在诸行时，禅修心若安住于外在诸行所缘——

——便继续只观这些外在诸行。

观色时，禅修心若安住于色法所缘，就继续只观色；观名时，若安住于名法所缘，就继续只观名。有时也把正在观照的毗婆舍那智再度修观。由于各种观法都已修习完备，这只是选择自己最相应的所缘来观。

个别意乐（puggalajjhāsaya）

这时，贤善者若是止行者，应选择自己最相应的禅那，优先观该禅与其相应法，也就是禅那名法；在三相中又应优先观无我相。对于不断崩解、坏灭的诸行——

原书 365

——应把心倾向诸行灭尽之处、没有生灭的无为寂静界涅槃，以脱离诸行坏灭为方向，把无我相提到禅那名法与正在观照的毗婆舍那智上，持续强力修观。有时也把无我相提到这些禅那名法所依、位于心所依处的四大与所造色五十四法，以及观照之智上而修观审察。

若如此修观仍不能轻易转入没有生灭的境地，就再摄取过去、未来、现在三时中的色名，以色名二法或五蕴法提起三相修观；从相续过去世直到未来世终，内、外轮流观照，并以这两种方法反复多次修观。又依

缘起第一法分别十二缘起支，不再用‘因无明生起，故行生起’等方式把因果串连起来，而是把无明、行等各支连同相应法，依它们过去已经生起、现在正在生起、未来将要生起的实际心路次第，提起三相——

——再度修观。贯通三时，从相续过去世一直观到相续未来世终；内、外轮流观，观外时以外在相续同类总摄。如此反复多次以后，最终优先观无我相。

如此以毗婆舍那智反复磨炼诸行，专观诸行唯有坏灭的观智便会非常强大，诸行的坏灭会极其迅速地显现在贤善者的观智中，观心也逐渐安稳依止诸行坏灭这一所缘。

当观心如此安稳依止诸行坏灭的所缘时，禅修者相续中对诸行已无忧虑和企求，禅修心也就远离 bhaya 与 nandī 两端。

这是一种对诸行已无忧无求、安适自在的智。此时把心导向从不断坏灭的诸行解脱、转入没有生灭的涅槃；也就是以到达涅槃为方向，从已证禅那的名法中选择最相应者，优先把无我相提到其上修观。本阶段有些禅修者最相应于以无我观第四禅，有些则最相应于第三禅；各人的意乐不同。如此观时，有时也把观照之智再度修观。

如果贤善者不是止行者、未证禅那，而是从界业处次第转入观修的人，那么在三时、内外两种相续中——

——应依观智次第，把三相轮流提到三界诸行之上，反复周遍修观。到达行舍智阶段时，应优先观以色法为所缘而生起的善法组名法。如此观时，与专取诸行坏灭为所缘的观智相应之定会变得很强，安稳依止诸行坏灭的所缘。有些禅修者在这一阶段随观智逐渐成熟后，会不再见色法的坏灭，只见名法的坏灭；这时不要刻意勉强自己一定要看见色法的坏灭——

——因为强行搜寻色法，会使定退失、定根减弱。因此，只继续观名法唯有坏灭，也把观照之智再度修观；三相中可优先观自己最相应的一相。对在此阶段停留较久的人，多数以法所缘线路中善速行生起的意门速行心路名法聚为所缘，只取其坏灭并优先观无我相，效果更好。

以上是对纯观行者所说。

无论止行者还是纯观行者，若在此阶段停留数日、数月乃至很久，就再以色七法、非色七法使观修恢复强劲，并依观智次第继续努力。如此反复精勤，必能再次以强劲势力到达行舍智。

当信、精进、念、定、慧五根逐渐成熟并达到平衡，就能够转入名为寂静处、没有生灭的寂静界。

这里顺便说明双运法。

《双运经》（《增支部》1-475）

巴利《双运经》原文（缅文字体）：‘ဧဝံ မေ သုတံ။ ဧကံ သမယံ အာယသ္မာ အာနန္ဒော ကောသမ္ဗိယံ ဝိဟရတိ ဃောသိတာရာမေ။ တတြ ခေါ အာယသ္မာ အာနန္ဒော ဘိက္ခူ အာမန္တေသိ "အာဝုသော ဘိက္ခဝေ"တိ။ "အာဝုသော"တိ ခေါ တေ ဘိက္ခူ အာယသ္မတော အာနန္ဒဿ ပစ္စဿောသုံ။ အာယသ္မာ အာနန္ဒော ဧတဒဝေါစ ----- ယော ဟိ ကောစိ အာဝုသော ဘိက္ခု ဝါ

ဘိက္ခုနိ ဝါ မမ သန္တိကေ အရဟတ္တပ္ပတ္တိံ ဗျာကရောတိ၊ သဗ္ဗော သော စတူဟိ မဂ္ဂေဟိ ဧတေသံ ဝါ အညတရေန။ ကတမေဟိ စတူဟိ။

၁။ ဣဓ အာဝုသော ဘိက္ခု သမထပုဗ္ဗင်္ဂမံ ဝိပဿနံ ဘာဝေတိ၊ တဿ သမထပုဗ္ဗင်္ဂမံ ဝိပဿနံ ဘာဝယ- တော မဂ္ဂေါ သဉ္ဇာယတိ၊ သော တံ မဂ္ဂံ အာသေဝတိ ဘာဝေတိ ဗဟုလီကရောတိ။ တဿ တံ မဂ္ဂံ အာသေဝတော ဘာဝယတော ဗဟုလီက ရောတော သံယောဇနာနိ ပဟီယန္တိ၊ အနုသယာ ဗျန္တိံ ဟောန္တိ။

၂။ ပုန စပရံ အာဝုသော ဘိက္ခု ဝိပဿနာပုဗ္ဗင်္ဂမံ သမထံ ဘာဝေတိ၊ တဿ ဝိပဿနာပုဗ္ဗင်္ဂမံ သမထံ

原书 367

ဘာဝယတော မဂ္ဂေါ သဉ္ဇာယတိ၊ သော တံ မဂ္ဂံ အာသေဝတိ ဘာဝေတိ ဗဟုလီကရောတိ၊ တဿ တံ မဂ္ဂံ အာသေဝတော ဘာဝယတော ဗဟုလီကရောတော သံယောဇနာနိ ပဟီယန္တိ၊ အနုသယာ ဗျန္တိံ ဟောန္တိ။

၃။ ပုန စပရံ အာဝုသော ဘိက္ခု သမထဝိပဿနံ ယုဂနဒ္ဓံ ဘာဝေတိ၊ တဿ သမထဝိပဿနံ ယုဂနဒ္ဓံ ဘာဝယတော မဂ္ဂေါ သဉ္ဇာယတိ၊ သော တံ မဂ္ဂံ အာသေဝတိ ဘာဝေတိ ဗဟုလီကရောတိ။ တဿ တံ မဂ္ဂံ အာသေဝတော ဘာဝယတော ဗဟုလီက ရောတော သံယောဇနာနိ ပဟီယန္တိ၊ အနုသယာ ဗျန္တိံ ဟောန္တိ။

၄။ ပုန စပရံ အာဝုသော ဘိက္ခုနော ဓမ္မဒ္ဓစ္စဝိဂ္ဂဟိတံ မာနသံ ဟောတိ၊ သော အာဝုသော သမယော ယံ တံ စိတ္တံ အဇ္ဈတ္တ မေဝ သန္တိဋ္ဌတိ သန္နိသီဒတိ ဧကောဒိ ဟောတိ သမာဓိယတိ၊ တဿ မဂ္ဂေါ သဉ္ဇာယတိ၊ သော တံ မဂ္ဂံ အာသေဝတိ ဘာဝေတိ ဗဟုလီကရောတိ။ တဿ တံ မဂ္ဂံ အာသေဝတော ဘာဝယတော ဗဟုလီကရောတော သံယောဇနာနိ ပဟီယန္တိ၊ အနုသယာ ဗျ န္တိံ ဟောန္တိ။

ယော ဟိ ကောစိ အာဝုသော ဘိက္ခု ဝါ ဘိက္ခုနိ ဝါ မမ သန္တိကေ အရဟတ္တပ္ပတ္တိံ ဗျာကရောတိ၊ သဗ္ဗော သော ဣဓမေဟိ စ တူဟိ မဂ္ဂေဟိ ဧတေသံ ဝါ အညတရေနာတိ။ (အံ-၁-၄၇၅-၄၇၆။)’

译文与义释

我如是听闻：一时，尊者阿难住在憍赏弥城瞿师罗园。那时，尊者阿难召唤同住比丘说：‘诸贤比丘！’

同住比丘答尊者阿难说：‘贤友！’

尊者阿难宣说此法：‘诸贤，任何比丘或比丘尼在我面前宣称已经证得阿罗汉果，他们全都由这四道，或其中任何一道而证得。哪四道呢？一、诸贤，在此，比丘以止为先导而修观；对于以止为先导而修观的比丘，入流道便显现；另一说，名为前分念处道的世间观道便显现。他亲近、修习——

——多修习那道。对于如此亲近、修习、多修习那道的比丘，诸结断除，诸随眠灭尽、息灭。’（《增支部》1-475。）巴利《增支部义注》原文（缅文字体）：‘သမထပုဗ္ဗင်္ဂမန္တိ သမထံ ပုဗ္ဗင်္ဂမံ ပုရေစာရိကံ ကတ္တာ။ မဂ္ဂေါ သဉ္ဇာယတီတိ ပဌမော လောကုတ္တရမဂ္ဂေါ နိဗ္ဗတ္တတိ။ သော တံ မဂ္ဂ န္တိ ဧကောဓိတ္တက္ခဏိကမဂ္ဂဿ အာသေဝနာဒီနိ နာမ နတ္ထိ၊ ဒုတိယမဂ္ဂါဒယော ပန ဥပ္ပါ- ဒေန္တော တမေဝ အာသေဝတိ ဘာဝေတိ ဗဟုလီကရောတီတိ ဝုစ္စတိ။ (အံ-၆-၂-၃၄၆။)’

原书 368

巴利复注及《中部义注》原文（缅文字体）：‘သမထပုဗ္ဗင်္ဂမံ ဝိပဿနံ ဘာဝေတီတိ ဣဒံ သမထယာနိကဿ ဝ သေန ဝုတ္တံ။ သော ဟိ ပဌမံ ဥပစာရသမာဓိံ ဝါ အပ္ပနာသမာဓိံ ဝါ ဥပ္ပါဒေတိ၊ အယံ သမထော။ သော တဒ္ဓ တံသမ္ပယုတ္တေ စ ဓ

မွေ့ အနိစ္စာ- ဒီဟိ ဝိပဿတိ၊ အယံ ဝိပဿနာ၊ ဣတိ ပဋမံ သမထော၊ ပစ္ဆာ ဝိပဿနာ။ တေန ဝုစ္စတိ "သမထပုဗ္ဗင်္ဂမံ ဝိပဿနံ ဘာဝေတီ"တိ။ ပ။ ပဋမော လောကုတ္တရမဂ္ဂေါ နိဗ္ဗတ္တတိတိ သောတာပတ္တိမဂ္ဂံ သန္ဓာယ ဝဒတိ၊ လောကိယမဂ္ဂဝသေနေဝ ဝါ ဣမိဿာ ပါဋိယာ အတ္ထော ဝေဒိတဗ္ဗော။ ကထံ? မဂ္ဂေါ သဇ္ဇာယတိ၊ ပုဗ္ဗဘာ- ဂိယော လောကိယမဂ္ဂေါ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ အာသေဝတိ နိဗ္ဗိဒါနုပဿနာဝသေန။ ဘာဝေတိ မုစ္ဆိတုကမျတာဝသေန။

ဗဟုလီကရောတိ ပဋိသင်္ခါနုပဿနာဝသေန။ အာသေဝတိ ဝါ ဘယတုပဋ္ဌာနာဒိညာဏဝသေန။ ဘာဝေတိ မုစ္ဆိတုကမျတာဒိညာဏဝသေန။ ဗဟုလီကရောတိ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနိဝိပဿနာဝသေန။'

（《增支部复注》2-344；《中部义注》1-112。）

'以止为先导而修观'这句话，是依止行者而说。确实，止行者先令近行定或安止禅定生起；这种定就是止。

止行者把三相提到近行定或安止禅定，以及与该定俱在的相应法聚之上，观为无常等而修观。

这种观照就是观。因此说'以止为先导而修观'。（《增支部义注》2-346；《增支部复注》2-344。）这段解释的意思是：一般而言，止行者以名法为先而作意观；在这些名法中，又以禅那名法，即禅那诸行为先。

（《中部复注》1-204。）

所谓'道显现'，是第一出世间道，即入流道显现。入流道依法只生起一个心刹那，不能一再重复生起，所以不能把它再度修习，也不能以重复缘等方式起资助作用。然而，若能使第二道即一来道等其余圣道生起，换言之，若能继续修观使它们生起，也可以说是在亲近、修习、多修习那入流道。（《增支部义注》2-346。）另一说，应当只依须在圣道之前修圆满、名为前分念处道的世间道，即观道，来理解这段巴利经文。应当怎样理解——

——呢？'道显现'是说，位于圣道前分的世间观道生起。（《增支部复注》2-344。）'亲近'是依厌离随观而亲近；'修习'是依欲解脱智而修习；'多修习'是依审察随观智而多修习。也就是说，到达厌离随观智，便称为亲近世间观道；到达欲解脱智，便称为修习；到达审察随观智，便称为多修习。（《增支部复注》2-344。）

另一说，到达怖畏现起智、过患智与厌离随观智，称为亲近世间观道；到达欲解脱智、审察随观智与行舍智，称为修习世间观道；到达趣向出起观，称为多修习世间观道。（《增支部复注》2-344。趣向出起观将在后文详说。）以上是第一类人；请继续看第二类人。

二、诸贤，又有一类比丘以观为先导而修止。对于以观为先导而修止的比丘，入流道或世间道便显现。他亲近、修习、多修习那道。对于如此亲近、修习、多修习那道的比丘，诸结断除，诸随眠灭尽、息灭。（《增支部》1-475。）巴利义注与复注原文（缅文字体）：'ဝိပဿနာပုဗ္ဗင်္ဂမန္တိ ဝိပဿနံ ပုဗ္ဗင်္ဂမံ ပုရေစာရိကံ ကတ္တာ သမထံ ဘာဝေတိ၊ ပကတိယာ ဝိပဿနာလာဘီ ဝိပဿနာယ ဌတ္တာ သမာဓိ ဥပ္ပါဒေတီတိ အတ္ထော။ (အံ-ဋ္ဌ-၂-၃၄၆။) ဝိပဿနာပုဗ္ဗင်္ဂမံ သမထံ ဘာဝေတီတိ ဣဒံ ပန ဝိပဿနာယာနိကဿ ဝသေန ဝုတ္တံ။ သော တံ ဝုတ္တ- ပွကာရံ သမထံ အသမ္ဘာဒေတ္တာ ပဋ္ဌပါဒါနက္ခန္ဓေ အနိစ္စာဒီတိ ဝိပဿတိ။ (အံ-ဋီ-၂-၃၄၄။)'

第一类人是止行者；第二类人则是纯观行者。这位纯观行者不令上述近行定与安止定两种止生起、不使其圆满，便把三相提到五取蕴之上，观为无常等而修观。这样便是先以观为先导，随后修习止。

意思是：本来已能获得观智的人，立足于观而令定生起。这种比丘的相续中，圣道法同样能够显现。（《增支部义注》2-346；《增支部复注》2-344。）不要因上述义注、复注的解释而误以为纯观行者完全不建立定；他们只是不建立真正生于禅那近侧的近行定和安止禅定。纯观行者依界业处次第必须建立的定，依相似近行而称近行定，依直接意义则称刹那定；这种定仍须建立。请看以下义注、复注原文。

巴利《中部义注》原文（缅文字体）：‘ဣဓ ပနေကစ္စော ဝုတ္တပ္ပကာရံ သမထံ အနုပ္ပါဒေတ္ဝာဝ ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓေ အနိစ္စာဒိဟိ ဝိပဿတိ၊ အယံ ဝိပဿနာ။ တဿ ဝိပဿနာပါရိပူရိယာ တတ္ထ ဇာတာနံ ဓမ္မာနံ ဝေါဿဂ္ဂါရမ္မဏတော ဥပ္ပဇ္ဇတိ စိတ္တ တဿ ဇော- ဂ္ဂတာ၊ အယံ သမထော။ ဣတိ ပဌမံ ဝိပဿနာ၊ ပစ္ဆာ သမထော။ တေန ဝုစ္စတိ "ဝိပဿနာပုဗ္ဗင်္ဂမံ သမထံ ဘာဝေတီ"တိ။ (မ-ဋ္ဌ-၁-၁၁၃။)’

原书 370

巴利《中部复注》原文（缅文字体）：‘သမထံ အနုပ္ပါဒေတ္ဝာဝါတိ အဝဓာရဏေန ဥပဓာရဏမာဓိံ နိဝတ္တေတိ၊ နဓိကသမာဓိံ ။ နဟိ ဓိကသမာဓိံ ဝိနာ ဝိပဿနာ သမ္ဘဝတိ။ ဝိပဿနာပါရိပူရိယာတိ ဝိပဿနာယ ပရိပုဏ္ဏတာယ ဝုဋ္ဌာန ဂါမိနိ- ဘာဝပ္ပတ္တိယာ။ (မ-ဋီ-၁-၂၀၄။)’在此教法中，有些纯观行者不令上述近行定、安止定两种止生起，便把三相提到五取蕴之上，观为无常等而修观审察；这就是观。由于这位禅修者的诸观智逐渐圆满，从诸行所缘出起、从诸行解脱而疾趋涅槃的趣向出起观便会生起；趣向出起观中也包含圣道。圣道心刹那生起的正见——

——等圣道法都缘取涅槃，其中也包括名为心一境性的正定。心一境性之定同样缘取涅槃而生；这里的心一境性，是心落在涅槃这一唯一所缘上的性质。这种道定就是止。因此说‘以观为先导而修止’。（《中部义注》1-113。）上述义注说‘纯观行者唯不令止生起’，其中‘唯’含排除之意；它所排除的，只是真正生于禅那近侧的近行定。

它并不排除刹那定，也不排除依相似近行而称近行定、依直接意义则称刹那定的这种刹那定。因为离开刹那定，观智不可能生起。（《中部复注》1-204。）关于刹那定究竟指哪一种定，第一册修定篇已有详细说明。

依《清净之道》（2-222）所示的一般准则，纯观行者须从色业处开始作意：先缘取四大而建立定，以智破除各个色块的色法密集；当能观见、摄取每一色聚中的四大时，便已到达依相似近行而称近行定、依直接意义称刹那定的刹那定。这种刹那定并未被排除；意思是说，仍必须建立定而达到这样的刹那定。刹那定的完整说明见第一册。

以下第三类人，是修习双运法的比丘；如同把两头牛成对套在一具轭上，他把止与观配合起来而精勤修习。

原书 371

三、诸贤，又有一类比丘双运修习止观。对于双运修习止观的比丘，入流道或世间道便显现。他亲近、修习、多修习那道；对于如此亲近、修习、多修习那道的比丘，诸结断除，诸随眠灭尽、息灭。（《增支部》1-475。）巴利《增支部义注》原文（缅文字体）：‘ယုဂနဒ္ဓံ ဘာဝေတီတိ ယုဂနဒ္ဓံ ကတ္ဝာ ဘာဝေတိ။ တတ္ထ တေ နေဝ စိတ္တေန သဓာပတ္တိံ သဓာပဇ္ဇိတ္ဝာ တေနေဝ သဒ်ိရေ သမ္မသိတုံ နဿက္ကာ။ အယံ ပန ယာဝတာ သဓာပတ္တိယော သဓာပဇ္ဇ

တိ၊ တာဝတာ သခ်ါရေ သမ္မသတိ။ ယာဝတာ သခ်ါရေ သမ္မသတိ၊ တာဝတာ သမာပတ္တိယော သမာပဇ္ဇတိ။ ကထံ? ပဌမဇ္ဈာနံ သမာပဇ္ဇတိ၊

တတော ဝုဋ္ဌာယ သခ်ါရေ သမ္မသတိ၊ သခ်ါရေ သမ္မသိတ္ဝာ ဒုတိယဇ္ဈာနံ သမာပဇ္ဇတိ။ တတော ဝုဋ္ဌာယ ပုန သခ်ါရေ သမ္မသတိ။ သခ်ါရေ သမ္မသိတ္ဝာ တတိယဇ္ဈာနံ။ ပ။ နေဝသညာနာသညာယတနသမာပတ္တိံ သမာပဇ္ဇတိ၊ တတော ဝုဋ္ဌာယ သခ်ါရေ သမ္မသတိ။ ဧဝမယံ သမထဝိပဿနံ ယုဂနဒ္ဓံ ဘာဝေတိ နာမ။ (အံ-ဋ္ဌ-၂-၃၄၆။)’所谓修习双运法，是把止与观配成一对、结合起来修习。这样修习时，不能以同一个心进入禅定，又以那同一个心把三相提到诸行之上修观审察。这位禅修比丘进入多少种禅定，就把三相提到多少种禅那诸行之上而修观审察；把三相提到多少种禅那诸行之上而修观审察，就进入多少种禅定。

应当怎样修习呢？先进入初禅；从初禅出定以后，把三相提到诸行，即初禅名法、初禅诸行之上而修观审察。观照这些诸行以后，再进入第二禅；从第二禅出定，再把三相提到第二禅诸行，即第二禅名法之上而修观审察。这样观照第二禅诸行以后，再进入第三禅，乃至非想非非想处定；从非想非非想处定出定以后，把三相提到非想非非想处诸行，即非想非非想处——

——禅那名法聚之上而修观审察。如此修习，才称为双运修习止观，即修习双运法。（《增支部义注》2-346。）贤善者应当注意：这里的双运法不同于一般人所理解的双运法；它只适用于既能入禅定、又能修观的人。贤善者已经到达行舍智阶段，此时优先修习这种双运法，尤其适宜。接着请看第四类人。

四、诸贤，又有一类比丘，其心被法掉举（dhammuddhacca）扰乱。诸贤，当那毗婆舍那心——

——唯独善住、沉静、专一、等持于作为所缘内在（gocarajjhatta）的涅槃时，那位比丘的入流道或世间道便显现。他亲近、修习、多修习那道；对于如此亲近、修习、多修习那道的比丘，诸结断除，诸随眠灭尽、息灭。

诸贤，任何比丘或比丘尼在我面前宣称已经证得阿罗汉果，他们全都由这四道，或其中任何一道而证得。’（《增支部》1-475—476。）巴利义注与复注原文（缅文字体）：‘ဓမ္မဒ္ဓစ္စဝိဂ္ဂဟိတန္တိ သမထဝိပဿနာဓမ္မေသု ဒသဝိပဿနုပက္ကိလေသ သခ်ါတေန ဥဒ္ဓစ္စေန ဝိဂ္ဂဟိတံ၊ သုဂ္ဂဟိတန္တိ အတ္ထော။ (အံ-ဋ္ဌ-၂-၃၄၆။) ဓမ္မဒ္ဓစ္စဝိဂ္ဂဟိတမာနသန္တိ ဩဘာသာဒိသု အရိယဓမ္မောတိ ပဝတ္တံ ဥဒ္ဓစ္စံ ဝိက္ခေပေါ ဓမ္မဒ္ဓစ္စံ၊ တေန ဓမ္မဒ္ဓစ္စေန ဝိပဿနာဝိထိတော ဥဂ္ဂမနေန ဝိရူပံ ဂတိတံ ပဝတ္တိယမာနံ ဓမ္မဒ္ဓစ္စဝိဂ္ဂဟိတမာနသံ။’

> （《增支部复注》2-344。）

修习止观时，光明等观随烦恼显现；执取光明等为圣法而生起的心偏离原本的业处所缘，这就是法掉举。被这种法掉举扰乱的心，称为‘被法掉举扰乱之心’（dhammuddhaccaviggahita-mānasa）。本来他把诸行作意为无常、苦或无我；作意之际，光明等生起，他却把光明等作意为圣法，禅修心因而偏离观道。此心生起时，便不能再如实了知诸行为无常、苦或无我。然而，当获得七种适宜等顺缘时，他越过这些观随烦恼——

——重新回到观道；继续精勤后，观心克服原先的偏离，唯独善住于名为所缘内在的涅槃所缘。

> （《增支部义注》2-346—347。）

方向乌鸦（disākāka）

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：‘တံ ပနေတံ သဓေ သန္တိပဒံ နိဗ္ဗာနံ သန္တတော ပဿတိ၊ သဗ္ဗံ သခါရဂ္ဂတံ့ ဝိဿဇ္ဇေတွာ နိဗ္ဗာနမေဝ ပက္ခန္ဒတိ။ နော ဧစ နိဗ္ဗာနံ သန္တတော ပဿတိ၊ ပုနပ္ပုနံ သခါရာရမ္မဏမေဝ ဟုတွာ ပဝတ္တတိ သာမုဒ္ဒိကာနံ ဒိသာကာကော ဝိယ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၉၄-၂၉၅။)’译：‘如果行舍智把寂静处涅槃看作寂静，它便舍弃一切诸行的转起，唯独趋入涅槃；如果还不能如此看见涅槃，它便仍以诸行为所缘，反复转起，如海上船员所用的方向乌鸦。’这里解释：行舍智若把息灭一切热恼、无死的甘露涅槃看作寂静，便舍弃一切诸行转起，唯独趋入涅槃。（《清净之道》2-294—295。）

原书 373

行舍智取诸行坏灭为所缘，把三相提到其上而观；当它具足锐利、清净、勇健等特质，对诸行的舍置已告完成时，便会反复生起而成熟。成熟以后，它成为能令随顺智与圣道智相应之因，也就称为把涅槃看作寂静；这样的智舍弃一切诸行转起，疾趋、证入涅槃。这里依同一法，连同随顺智与种姓智，总称为行舍智——

——应当知道，这是依同一理路（ekatta-naya）而说。（《大复注》2-459—460。）如果还不能把涅槃看作寂静，也就是只要尚未如此看见涅槃，行舍智就还没有成熟；未成熟时，也不能把涅槃看作寂静。此时，行舍智仍一再以诸行为所缘而转起，观照诸行的坏灭，也观照正在观照之观智的坏灭，如渡海船员所用、能辨方向的乌鸦。（《清净之道》2-294—295。）

古时横渡海洋的船员登船时，会带上一只名为方向乌鸦、能观察辨认方位的乌鸦。当船被暴风吹离惯常航线而迷失方向、看不见港岸时，他们就放出方向乌鸦。乌鸦从桅杆顶端飞上天空，巡看东、西、南、北四正方与各隅方等一切方向。它依次朝各方飞行探查；若看见岸，就一直飞向那岸；若看不见岸——

——便一次又一次飞回船上，停在桅杆顶端。

同样，行舍智若把息灭一切热恼、无死的甘露涅槃看作寂静，便舍弃一切诸行转起，唯独趋入涅槃；若还不能如此看见涅槃，就一再以诸行为所缘而转起。（《清净之道》2-295。）行舍智又如在圆竹匾上来回滚动的面团，也如被小弹棉弓反复弹打的去籽棉花：它以种种方式摄取诸行，以智分别诸行，舍弃怖畏与欢喜两端；由于已经到达以无常、苦、无我等行相审察诸行的顶峰——

原书 374

——所以既对诸行保持中立舍置，也对以无常、苦、无我等行相审察诸行这件事保持舍置，安住于无常随观、苦随观、无我随观三种随观。如此安住的行舍智：一、能够成为三种解脱门；二、成为分别七类圣者的根本因素。

三种解脱门

巴利《无碍解道 / 清净之道》原文（缅文字体）：‘အနိစ္စတော မနသိကရောန္တော အဓိမောက္ခဗဟုလော အနိမိတ္တံ ဝိမောက္ခံ ပဋိလဘတိ။ ဒုက္ခတော မနသိကရောန္တော ပဿဒ္ဓိ ဗဟုလော အပ္ပဏိဟိတံ ဝိမောက္ခံ ပဋိလဘတိ။ အနတ္တတော မနသိကရောန္တော ဝေဒဗဟုလော သုညတဝိမောက္ခံ ပဋိလဘတိ။ (ပဋိသံ-၂၅၄။ ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၉၆။)’译：‘作意无常者，信胜

解偏盛，得无相解脱；作意苦者，轻安偏盛，得无愿解脱；作意无我者，慧偏盛，得空解脱。’（《无碍解道》254；《清净之道》2-296。）

无常随观与无相解脱

禅修者以生灭分别诸行的生端与灭端，观它们为无常；这就是无常随观智。无常随观智以巴利语‘ဥဒယတော ပုဗ္ဗေ သဓိရာ နတ္ထိ’——‘诸行在生起以前并不存在’——追察诸行的去向和相续方式；又以‘ဝယတော ပရံ နဂစ္ဆန္တိ၊ ဧတ္ထဝ အန္တရဓာယန္တိ’——‘诸行灭后不再前往任何地方，只在灭处消失’——审察诸行的去向。这样作意诸行为无常的禅修者，诸行便以会穷尽、会消失的灭尽性质显现，信胜解与信根因而偏盛——

——并能证得离一切行相、名为无相的解脱。

（参见《清净之道》2-295—296。）

当禅修者反复观诸行为无常时，无常随观智获得苦随观智与无我随观智强力亲依止缘力的资助；诸根具足而成熟后，圣道法便在观智终点缘取因离行相而称为‘无相’的涅槃界，以无相行相生起。由于这圣道智缘取名为无相的涅槃界而生，所以也称无相；由于从烦恼解脱，所以又称解脱。

又因为它是有情世间的一切有情从三界出离的门户，所以称为门。

因此，禅修者以无常随观智观诸行为无常，依行相摄取诸行而精勤修观时，作意：‘涅槃中完全没有这种行相，因此涅槃称为无相。’他以无相行相作意涅槃，使趣向出起观与圣道相接——

行道智见清净释（之五）

原书第 375 – 402 页

原书 375

——其圣道便称为无相解脱或无相解脱门，也称为以无相行相现前涅槃。

（参见《无碍解道》244、254；《清净之道》2-295—296。）

涅槃的这种无相行相，即完全没有行相的性质，并不是圣道或观智造作出来的，而是自然如此。因为涅槃是不由任何因缘造作的无为界。正因圣道以无相涅槃为所缘，圣道才被称为无相。（参见《清净之道》2-296。）

信根如何偏盛

禅修者轮流把三相提到诸行上而修观审察时，尤其是无常随观智变得锐利勇健，信根便在其相续中偏盛。确实，初开始时，他只是相信‘诸行无常’而修行；当观智达到顶峰，他以现见智亲自彻知：如嫩叶等外在无情世间中的食素八法聚是无常，红宝石、黄金等中的食素八法聚诸行也同样无常。

〔注：请回忆色七法中观自然色的方法。以观智之光照射嫩叶、红宝石、黄金等，并观见其中四大时，禅修者只会看见时节生食素八法聚，也就是每一色聚中火界时节不断相续地产生、以食素为第八法的色法聚。以观智碾碎这些诸行时，观智只会极为清楚地看见它们的无常性质。〕

如此以现见智洞彻诸行无常的禅修者，会生起对导师佛陀极其强盛的信：巴利语'သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါ ဝတ ဧသော ဘဂဝါ'——'世尊确实是无上正自觉者！'世尊以不颠倒的自证智，亲自如实了知有为法、变异法、特相法、涅槃与概念这五类应知法。因此，这位禅修者的信胜解偏盛，并具足强盛的——

原书 376

——信。信根如此偏盛的禅修者，其名为增上心的观修心，依次提升到随顺智等各级智，准备趋入名为无相的无为界。因此，在无常随观智终点生起的圣道智，称为无相解脱门。（《大复注》2-461—462。）

苦随观与无愿解脱

禅修者轮流把三相提到诸行上修观时，由于苦相显现得特别多，便以苦相为先而反复观照。其苦随观智清楚显示诸行真实的苦性；正因苦性如此显现，禅修心会惊惧，以智所怖畏的方式生起。诸行不断受生灭冲击、不断崩解，真实可怖的苦性被苦随观智清楚显示，受此惊惧的修心便在正确的正行中善加锐利。

所以，苦随观的修心既能令心惊惧，也能使心在正行中锐利。

反复精勤修习苦随观智的禅修者这样作意：'诸行纯然是苦；与诸行相反，诸行止息的涅槃才是真正的乐。'因此，他不断作意涅槃的寂静、殊胜与安乐，即寂静、胜妙、安乐的性质；其心持续与喜悦欢欣相应，轻安因而偏盛。

因为轻安偏盛，他获得偏盛的定根，远离对诸行的贪愿、瞋愿、痴愿，即远离以贪、瞋、痴希求诸行。由于远离贪愿等，苦随观智便成为证得名为无愿解脱的圣道智之因。

禅修者摄取诸行而精勤修观时，苦随观智使他远离贪愿等；心倾向、趋入离贪愿的涅槃，使趣向出起观智与圣道智相接。

他的圣道智缘取涅槃，以离贪等希求的无愿行相生起，所以称为无愿；由于从相应烦恼善加解脱，所以称为解脱；又因为它是有情世间的一切有情从三界出离的门户，所以称为门——

原书 377

——因此，其圣道既称无愿解脱，也称无愿解脱门。（《清净之道》2-295—296；参见《大复注》2-462。）

无我随观与空解脱

禅修者摄取诸行，轮流把三相提到诸行上而修观时，无我随观智的观见强盛，便持续、着重地作意无我随观。

依无我随观的力量，观修心远离‘有自我’的邪执；无我随观智使观修心摆脱执有自我的我执。智见抵达诸行空无自我、我空的性质，诸行便以空性显现在禅修者的智门。

因为这种我空性质是微细的智所缘，修习无我随观智的禅修者，其慧根会偏盛。这里的慧根，是清楚透彻地了知诸行的无常、苦，尤其无我的性质。慧根如此偏盛，便使痴即无明远离；不知诸行无常、苦、无我真实性质，就是痴、无明。由于无明远离，修习无我随观智的禅修者，能在无我随观智终点证得名为空解脱的圣道智。

依无我随观智的力量，禅修者远离对诸行的我执；无我随观智使观修心摆脱我执，观修心因而空无自我。它作意并倾向因空无自我而名为空的无为寂静界涅槃，使趣向出起观与圣道智相接。这也就是：由于把一切诸行观作异己、外在的‘他’，心便疾趋、证入空界。

圣道智缘取涅槃，以空无自我的空行相生起，所以称为空；由于从相应烦恼解脱，所以又称解脱；因为它是有情世间的一切有情从三界出离的门户，所以又称为门。因此，其圣道称为空解脱或空解脱门。（《清净之道》2-295—296；《大复注》2-462。）

原书 378

直接义与间接义

在阿毗达磨《法集论》（《阿毗达磨》1-84—85）中，世尊只宣说无愿解脱与空解脱两种解脱。这里的阿毗达磨教说是胜义教说，所以是依直接义而说的教法。

在《无碍解道》（262—263）等经教中，则依经教的间接说法，宣说空解脱、无相解脱与无愿解脱三种解脱。

圣道智获得这些解脱名称，只是依观智抵达圣道智时所取的修行方式与行相而得名。

无常随观智在观禅阶段以彼分断、在圣道智阶段以正断，破除并舍弃执诸行为常的常相；苦随观智同样舍弃执诸行为乐的乐相；无我随观智同样舍弃执诸行为我的我相。因此，这三种随观舍离常相、乐相、我相，从这些相中解脱，称为无相解脱，确实有其道理。

然而，作为圣道智所缘的殊胜涅槃完全离一切行相，才是真正的无相法。上述无常随观等三种随观仍只缘取诸行而观修审察，实际上还没有脱离行相。

巴利经文原句（缅文字体）：‘အနိမိတ္တဥ္စ ဘာဝေဟိ၊ မာနာနုသယမုဇ္ဇဟ။ (ခု-၁-၃၂၉။)’译：‘应修习无相随观，应断除慢随眠。’世尊在《胜利经》等诸经中这样宣说无相随观。虽然这项观智能除去常相、恒常相、乐相与我相，但观智本身仍在以行相为所缘的范围中运行，所以仍是有相之法，即仍有行相。由于尚不能舍弃行相，依直接义不能称为无相；它只因为暂时离常相、恒常相、乐相与我相，才依间接义得名无相。依直接义，它则称为空，也称为无愿。这项观智也只是凭借其通往圣道的——

——修行方式，才在圣道刹那被引申宣说为解脱。

正因为是如此引申而说，所以应知，阿毗达磨教说只宣说无愿解脱与空解脱两种。

（参见《清净之道》2-296—297；《大复注》2-462—463。）

另一种解释是：阿毗达磨教说属于胜义教说，是宣示真实不变之义的教法；而名为无相的圣道，依胜义而言，其命名之因——

原书 379

——有所欠缺。

《无碍解道》等依无常随观而宣说无相解脱。由这种无常随观修习所生、名为无相解脱的圣道，信根偏盛；但信根并不是八圣道支中的任何一支。信根本身既非道支，就不能把自己的名称赋予作为其果的圣道。

在无相解脱之外的另外两种解脱中，依苦随观宣说无愿解脱，依无我随观宣说空解脱。

这两种解脱中，无愿解脱的定根偏盛，空解脱的慧根偏盛。定根与慧根都是圣道的构成部分，包含在八圣道支之内；正因为它们是圣道支，便能把名称赋予作为自己结果的圣道。

综上所述，无相观本身不能立足于自己的来路、把名称赋予自己的圣道，所以应知，《法集论》阿毗达磨中不宣说、也不应成立所谓无相道。

（参见《清净之道》2-295—297；《阿毗达磨义注》1-267—269；《大复注》2-462—463。）

如何得名为空

这里的‘空’是出世间圣道法的名称。该出世间圣道由三种原因得名为空：一、来路，即作为圣道生起之因的观；二、自身功德，即圣道本身的功德；三、所缘，即涅槃。其得名方式如下。在本教法中，瑜伽行比丘起初持续作意诸行为无我，反复观诸行为无我。然而，只凭观诸行为无我、只凭观智见到无我，还不能令名为‘出起’的圣道生起；这圣道之所以称为出起，是因为它从诸行与轮回苦中出起，疾趋涅槃。还必须以观智观见诸行为无常——

——也观见诸行为苦。因此，他令心轮流进入无常、苦、无我三种随观，轮番审察诸行为无常、苦、无我。也就是说，观心时而落在诸行的无常面，时而落在苦面，时而落在无我面，如此循环审察、观修——

原书 380

——不过，这位瑜伽行者的趣向出起观，在最后观三界中生起的诸行为离我、纯然是空，因而称为空观或空随观。〔因为最初以无我随观为基础，所以在临近进入圣道的趣向出起观阶段，最后仍是能观诸行为无我、为空的无我随观。〕这项趣向出起观立足于作为圣道智生起之因的修行来路，把‘空’这一名称赋予自己的圣道。因此，圣道依作为其生起之因的观来路而得名为空。

另一种解释是：圣道空无贪、瞋、痴；这种离贪等的性质正是圣道本身的功德。圣道也因自身具备离贪等的功德而得名为空。

再者，殊胜涅槃也因为空无贪等而称为空。圣道缘取这名为空的涅槃而生，所以也依其涅槃所缘得名为空。

在这三种得名为空的原因中，依经教说法，圣道可以凭自身功德或所缘得名为空；因为经教是间接教说。阿毗达磨论说则不是间接教说，而是直接教说。因此在阿毗达磨中，不能凭自身功德或所缘得名为空，只能依作为圣道生起之因的观来路得名为空。

确实，只有来路才是主因、才居主导。来路有两种：一、观来路；二、道来路。在圣道生起之处，作为圣道生起之因的观来路居主导；在圣果生起之处，作为圣果生起之因的圣道，即道来路居主导。

这里谈的是出世间圣道如何生起，所以只有作为圣道生起之因的观来路居于主导。

因此，只有圣道依观来路所得的‘空’这一名称，才是不涉间接义、纯属直接义的名称。〔依自身功德或所缘所得的名称并非主因，所以只是依间接义所得。〕（《阿毗达磨义注》1-266。）〔注：把作为原因之观的‘空’这一名称借称于作为结果的圣道，把圣道称为空，属于依因借称——

原书 381

——把作为所缘的涅槃之‘空’名借称于缘取它的圣道，把圣道称为空，也同属依因借称。至于圣道本身因为空无贪、瞋、痴，依自身功德得名为空，则属于依部分借称，因为‘空’这一名称也通用于虚空与非有概念。〕

如何得名为无愿

圣道同样由三种原因获得‘无愿’这一名称。

其得名方式如下。在本教法中，瑜伽行比丘起初持续作意诸行为苦，以观智看见诸行不断受生灭、坏灭冲击而恒常被逼迫的性质，因而观诸行为苦。然而，只凭观诸行为苦、只凭智见其苦，还不能令名为‘出起’的圣道生起；这圣道从诸行与轮回苦中出起，疾趋涅槃。还必须以观智观见诸行为无常，也观见诸行为无我。

因此，他令心轮流进入无常、苦、无我三种随观，轮番审察诸行为无常、苦、无我。不过，这位瑜伽行者的趣向出起观，最后令对三界诸行起愿求的爱枯竭、彻底耗尽，而舍弃诸行，所以称为无愿观。〔因为最后又以苦随观为主而观。〕这项无愿观立足于作为圣道生起之因的修行来路，把‘无愿’这一名称赋予自己的圣道。因此，出世间圣道依观来路得名为无愿。

另一种解释是：圣道中没有称为贪愿、瞋愿、痴愿的贪、瞋、痴愿求之法，所以圣道也凭自身显明具备的功德得名为无愿。

作为圣道所缘的无为界——殊胜涅槃，也因为没有这些贪愿、瞋愿、痴愿而称为无愿。

圣道缘取这名为无愿的无为界涅槃而生，所以也依其所缘得名为无愿。

在这三种得名为无愿的原因中，依经教说法，圣道凭自身功德或所缘而得名无愿——

原书 382

——确实，经教属于间接教说。

阿毗达磨论说则不涉间接义，是纯属直接义的教说。

因此在阿毗达磨中，不能凭自身功德或所缘得名无愿，只能依作为圣道生起之因的观来路得名无愿。确实，只有来路才是主因、才居主导。来路分为观来路与道来路：在圣道生起之处，作为圣道生起之因的观来路居主导；在圣果生起之处，作为圣果生起之因的圣道来路居主导。这里谈的是出世间圣道如何生起，所以只有作为圣道生起之因的观来路居于主导。因此——

——只有圣道依观来路所得的‘无愿’这一名称，才是不涉间接义、纯属直接义的名称。〔依自身功德或所缘所得的名称并非主因，所以只是依间接义所得。〕（《阿毗达磨义注》1-266—267。）〔注：前文说明如何得名为空、无愿时说：‘最初持续作意无我相，继而完整作意三相，最后又作意无我相而抵达圣道，该圣道便得名为空；最初持续作意苦相，继而完整作意三相，最后又作意苦相而抵达圣道，该圣道便得名无愿。’这些话——

——应知只是就如何得名为空、无愿，着重表达要义。最初持续作意无我相、继而完整作意三相以后，固然可以在最后再作意无我相时抵达圣道；同样也可能在最后作意无常相或苦相时抵达圣道。最初持续作意苦相、继而完整作意三相以后，固然可以在最后再作意苦相时抵达圣道；同样也可能在最后作意无常相或无我相时——

——抵达圣道。〔参见《清净之道》2-301及下引《殊胜义注》。〕

三相

巴利《殊胜义注》原文（缅文字体，续下页）：‘အနိစ္စာဒီသု ဟိ ယတ္ထ ကတ္ထစိ အဘိနိဝိသိတ္ထာ ဣတရဖြိ လက္ခဏဒွယံ ဒဋ္ဌုံ ဝဋ္ဋတိ ဧဝ။ ဧကလက္ခဏ- ဒဿနမတ္တေနေဝ ဟိ မဂ္ဂဝုဋ္ဌာနံ နာမ နၒ ဟောတိ။ တသ္မာ အနိစ္စတော အဘိနိဝိဒ္ဓော ဘိက္ခု နၒ ကေဝလံ အနိစ္စတောဝ ဝုဋ္ဌာတိ၊ ဒုက္ခတောပိ အနတ္တတောပိ ဝုဋ္ဌာတိယေဝ။ ဒုက္ခတော အနတ္တတော အဘိနိဝိဒ္ဓေပိ ဧသေဝ နယော။ ဣတိ အာဒိတော ယတ္ထ ကတ္ထစိ အဘိနိဝေသော ဟောတု၊ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနိ ပန ဝိပဿနာ ယံ ယံ

原书 383

——သမ္မသိတ္ထာ ဝုဋ္ဌာတိ၊ တဿ တသ္မေဝ ဝသေန အာဂမနိယဋ္ဌာနေ ဌတ္ဝာ အတ္တနော မဂ္ဂဿ နာမံ ဒေတိ။ တတ္ထ အနိစ္စတော ဝုဋ္ဌဟန္တဿ မဂ္ဂေါ အနိမိတ္တော နာမ ဟောတိ၊ ဒုက္ခတော ဝုဋ္ဌဟန္တဿ အပ္ပဏိဟိတော၊ အနတ္တတော ဝုဋ္ဌဟန္တဿ သုညတောတိ ဧဝံ သုတ္တန္တပရိယာယေန အာဟရိတ္ဝာ ဒီပိတော။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၁-၂၆၉။)’译：‘在无常等三相中，无论先确立于哪一相，都必须再看见其余两相；只见一相，不能发生由道出起。因此，先确立无常的比丘，并非只由无常出起，也由苦、无我出起；先确立苦或无我，也同样如此。故最初无论确立哪一相，趣向出起观最后审察哪一相而出起，就依那一相立足于作为圣道来路之处，把名称赋予自己的道。其中，由无常出起者，其道名无相；由苦出起者，名无愿；由无我出起者，名空。’这是依经教的间接方式引来说明。（《阿毗达磨义注》1-269。）开始修习观禅业处时，无论先持续作意三相中的哪一相——

——以后也必须观见最初所作意以外的其余两相。只观见一相，任何情况下都不能令名为出起的圣道生起。所以，持续作意诸行为无常的瑜伽行比丘，不能只观无常而不涉及苦、无我便令圣道智生起；也会由于作意为苦、作意为无我而令圣道智生起。换言之，并非只从无常的诸行——

——出起，也从苦的诸行、无我的诸行出起。先持续作意苦或无我时，也应依同一道理理解。

因此，开始精勤修习观禅业处时，无论先持续作意三相中的哪一相，趣向出起观最后审察哪一相而从诸行出起，就只依那一相立足于作为圣道生起之因的观来路，把名称赋予作为自己结果的圣道。

其中，瑜伽行者在作意诸行为无常时从诸行出起，换言之，从无常诸行出起，他的圣道便名为无相道；在作意诸行为苦时从诸行出起，换言之，从苦诸行出起，他的圣道便名为无愿；在作意诸行为无我时从诸行出起，换言之，从无我诸行出起，他的圣道便名为空。应知，古代义注师正是依经教方式引来说明无相道的存在。（《阿毗达磨义注》1-269。）

七类圣者的分别方式

圣者共有七类：一、随信行；二、信解脱；三、身证；四、俱分解脱；五、随法行；六、见至；七、慧解脱。行舍智是分别这七类圣者的根本因素。

说明如下：一位瑜伽行者作意诸行为无常，信根偏盛，获得能成为随信行之因的强胜信根。〔一般而言，能观的观智约有三十四种名法，其中的信心所极其锐利强盛。〕这位行者在入流道刹那称为随信行；其余入流果、一来道、一来果、不来道、不来果、阿罗汉道、阿罗汉果七个阶段，称为信解脱。（《清净之道》2-297。）对于善观诸行无常的瑜伽行者，无常随观智以强力亲依止缘力资助信增长。无常随观智——

——既是信增长的强力亲依止，随顺这种信的圣道，换言之，随顺信偏盛之观智的圣道，信也同样偏盛。这样，具足因观来路而信偏盛的入流道智、名为第八人的入流道住者，称为随信行，即随从立足于圣道生起之观中那项信的人。

> （参见《大复注》2-464—465。）

〔注：阿罗汉果位没有信解脱者。依经教的间接说法，因为他在阿罗汉道刹那曾是信解脱，或者因为作为原因的阿罗汉道中信偏盛，所以把作为结果的阿罗汉果也称为信解脱。应如此理解。

> （参见《大复注》2-464—465。）〕

另一位瑜伽行者持续作意诸行为苦。

由于这样作意，轻安偏盛；轻安偏盛又使他获得强胜的定根。依苦随观从诸行出起的这位行者，从入流道直到阿罗汉果全部八个阶段，都称为身证者。

> （《清净之道》2-297。）

一个可问之处

义注（《阿毗达磨义注》1-266）已依法则确定观来路与道来路两种主因；既然如此，在入流道刹那，不是应当成为随信行或随法行，而不应成为身证者吗？答复如下。

这里在入流道刹那确实应当是随信行〔不是身证〕；阿罗汉果刹那也没有身证者。《阿毗达磨》经文（3-184）这样宣说：‘အတယ်မည်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကာယသက္ခီ မည်သနည်း၊ ဤသာသနာတော်၌ အချို့သော ယောဂါဝစရ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှစ်ပါးကုန်သော ဝိမောက္ခတရားတို့ကို နာမကာယဖြင့် တွေ့ထိ၍ နေ၏၊ ပညာဖြင့်လည်း သိမြင်၍ ထိုပုဂ္ဂိုလ် အား အချို့တုန်သော အာသဝေါတရားတို့သည် ကုန်သွားကုန်၏၊ ဤပုဂ္ဂိုလ်ကို ကာယသက္ခီဟူ၍ ခေါ်ဆိုအပ်၏။’译：‘何种人为身证者？在本教法中，有人以名身触证八种解脱，又以慧知见，其中若干漏已经灭尽；这种人称为身证者。’（《阿毗达磨》3-184。）经文只说若干漏已经灭尽，岂不正表示身证者只是有学圣者？依不涉间接义的直接说法，这一问难确实成立；不过《清净之道》义注这里——

——是依间接义作解释。所谓间接义，就是因其与身证者相似。

具体说来：从入流果者直到阿罗汉道者，由于获得超越欲界近行定与色界禅定的无色禅定体验，并依若干漏已灭尽而被称为身证者。阿罗汉获得同样超胜的无色界禅定体验，而且以该定为基础令诸漏全部灭尽。顾及两者在这两方面相似，《无碍解道》也把阿罗汉借称为身证者。因此，《清净之道》义注采用《无碍解道》的说法，也解释阿罗汉是身证者。

确实，应知《清净之道》义注这里解释的是经教的间接说法。

（《大复注》2-465—466。）

依直接义而取

依不涉间接义的纯直接说法，从入流果至阿罗汉道六个阶段称为身证者；这些身证圣者已经获得全部八种定。纯观行者，即无禅那滋润的干观者，不能称为身证；只获得近行定的人〔指修习能生禅那的业处，却未努力证禅，只从近行定转修观者〕，以及只获得色界禅的人，也不能称为身证。

所谓‘轻安偏盛’，是以轻安为先、为主，专指获得超越欲界定之强胜定力的止乘者。前文已经说明，只有止乘者能够成为身证圣者。（《大复注》2-465—466。）在四种无色禅中，证得任何一种或全部四种而证阿罗汉果者，称为俱分解脱。（《清净之道》2-297。）从证得空无边处定后证阿罗汉果者开始，依四种无色禅等至以及灭尽定，共有五类俱分解脱者。

他以无色禅的镇伏力，暂时从色身及一部分名身解脱；又以圣道的正断力，从名身永久、无余地解脱。如此在两种处境中、以两个部分两次解脱，所以称为俱分解脱。（《大复注》2-466—468。）另一位瑜伽行者作意诸行为无我，因智慧偏盛而获得强胜慧根。〔对于大慧者，极其微细、甚深的胜义法义会清楚显现在智门；所以义注师说明，作意诸行为无我的瑜伽行者既智慧偏盛，也获得慧根——

——〕因为慧根偏盛，他在入流道智刹那称为随法行者；从入流果至阿罗汉道六个阶段称为见至者；在阿罗汉果刹那称为慧解脱者。（《清净之道》2-298。）

依直接义而取的七类人

关于这七类人，依不涉间接义的纯直接方式，简要归纳如下。一、某位瑜伽行者生起名为出起的圣道智，从无常行相的诸行中出起。因为他信胜解偏盛、信根锐利，在入流道刹那称为随信行；从入流果至阿罗

汉道中间六个阶段称为信解脱；在阿罗汉果刹那称为慧解脱。

二、同样，某位瑜伽行者生起名为出起的圣道智，从苦行相的诸行中出起。由于轻安偏盛，他的定根——

原书 387

——极其偏盛；又因为以苦为依止的信特别锐利，并且观来路与道来路两种主因的法则固定不变，所以他在初道智刹那仍称为随信行；中间六个阶段称为信解脱；最后阿罗汉果仍称为慧解脱。

三、另一位瑜伽行者生起名为出起的圣道智，从无我行相的诸行中出起。因为智慧偏盛、慧根极其锐利，他在入流道刹那称为随法行；中间六个阶段称为见至；最后阿罗汉果称为慧解脱。

四、上述这些人并未获得八种解脱禅。获得八种解脱禅者，在入流道刹那可以是随信行，也可以是随法行；中间六个阶段称为身证；最后阿罗汉果称为俱分解脱。（《大复注》2-468。）

一智三名

巴利原文（缅文字体）：‘ယာ ဧ မုစ္ဆိတုကမျတာ၊ ယာ ဧ ပဋိသင်္ခါနုပဿနာ၊ ယာ ဧ သင်္ခါရုပေက္ခာ၊ ဣမေ ဓမ္မာ ဧကတ္ထာ၊ ဗျဉ္ဇနမေဝ နာနံ။ (ပဋိသံ-၂၅၉၊ ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၂၉၉။)’译：‘欲解脱随观、审察随观与行舍，这三法意义相同，只有文字名称不同。’（《无碍解道》259；《清净之道》2-299。）所谓欲解脱智、审察随观智与行舍智，这三种智的意义相同，只是名称不同。（《无碍解道》259。）在圣道之前，已经由厌离智厌离诸行的人，舍弃对称为生起、转起、住立与相的诸行所起的欲贪，因而想要解脱、想要舍弃诸行；这便称为欲解脱（muñcitukamyatā）。

为了实行舍弃这些诸行的方法，他在中间阶段反复以三相审察诸行，这称为审察（paṭisaṅkhā）。

由于对诸行不再有执著与依恋，他舍去对诸行的顾念而获得解脱；在完成这种舍弃之后，对诸行保持中舍，平等而住，这称为行舍（saṅkhārupekkhā）。

〔只要尚未圆满投入涅槃，在以三相审察诸行时，智的相续便以中舍方式生起；所谓‘ajjhupekkhanaṃ santiṭṭhanā’，意即‘对诸行保持中舍，平等而住’。〕正是针对这种对诸行保持中舍、平等安住而寂静的行舍智，才宣说——

原书 388

——巴利原文（缅文字体）：‘ဥပ္ပါဒေါ သင်္ခါရာ၊ တေ သင်္ခါရေ အစ္ဆုပေက္ခတိတိ သင်္ခါရုပေက္ခာ။ (ပဋိသံ-၅၉။)’译：‘生起者是诸行；它对那些诸行保持中舍，故称行舍。’（《无碍解道》59。）《清净之道》（2-299）等正是如此解释。

趣向出起观

这位善男子或善女人已经获得行舍智；他的观智到达顶峰，又趋向称为‘出起’的圣道，所以称为趣向出起。所谓顶峰观（sikhāpatta-vipassanā）或趣向出起观（vuṭṭhānagāminī-vipassanā），都是行舍智、随顺智

与种姓智三智的总称。确实，这三种智所构成的观，由于到达诸观智的顶峰，称为顶峰观；由于趋向称为出起的圣道，也称为趣向出起观。

‘出起’是说：五取蕴是观智的所缘；无论是否属于自身相续，观时都把它们当作外在的陌生者。五取蕴是观智以审察作意的所依处，也是观智的所缘之相，即行相；圣道从这里出起。另一方面，圣道也从内在转起出起；所谓内在转起，是自身色名相续中不断流转的烦恼流，以及执取蕴流，即果报蕴流。因此，圣道称为出起；趋向这项圣道，便称为趣向出起，意即与圣道智衔接。

（《清净之道》2-299。）

圣道怎样从作为观智所缘的五取蕴，即行相中出起？又怎样从自身色名相续里不断流转的烦恼流和执取蕴流、果报蕴流，即内在转起中出起？巴利原文（缅文字体）：‘အဘယ်သို့လျှင် အရိယမဂ်သည် ဝိပဿနာဉာဏ်၏ အရှုခံအာရုံဖြစ်သော ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါး အပေါင်း- တည်းဟူသော သင်္ခါရနိမိတ်မှ ထသနည်း၊ အဘယ်သို့ကား မိမိရုပ်နာမ်သန္တာန် အစဉ်၌ မပြတ်ဖြစ်နေသော ကိလေသာအယဉ်နှင့် ဥပါဒိန္နက္ခန္ဓာအယဉ် = ဝိပါက်ခန္ဓာအယဉ် ဟူသော အဋ္ဌတ္တပဝတ္တမှ ထသနည်းဟူမူ?---- ဝုဋ္ဌဟန္တု နေသံ အာရမ္မဏာကရဏံ၊ အာယတိံ အနုပ္ပတ္တိဓမ္မတာပါဒနဋ္ဌေန။ (မဟာဋီ-၂-၄၆၉။)’译：‘对它们出起，是不再把它们作为所缘；令它们具有未来不再生起之法性，也是出起。’（《大复注》2-469。）称为趣向出起观的行舍智、随顺智与种姓智，在道心路中依次连续生起；紧接在趣向出起观之后，即种姓智之后，圣道智随即生起。因此，观智与圣道智相互衔接。观智把五取蕴诸行的坏灭作为所缘，安立三相而修观审察。这样——

——修观而抵达趣向出起观时，直到随顺智为止的诸观智虽仍缘取行相，圣道法却不再缘取行相——

——只缘取离行相、名为无相的无为界——殊胜涅槃。圣道智只缘取离行相的殊胜涅槃，不缘取五取蕴所构成的行相；这种不把行相作为所缘，便称为从行相出起。

每一种圣道法都以正断无余根除各自应断的烦恼，使这些烦恼永远止息，未来不再生起。若未修习圣道，以那些烦恼为因、将来本会生起的执取蕴，即果报蕴，仍会存在。由于修习圣道，烦恼逐层无余灭尽；只有烦恼与作为滋润、黏著的爱存在时才可能生起的果报蕴相续，也就不再可能生起，成为未来不生之法。

圣道如此令烦恼与诸蕴未来不再生起，便称为从内在转起出起。为了清楚理解这些义理，下面列出道心路。

钝慧者的入流道心路

有分—有分波动—有分断—意门转向—预作—近行—随顺—种姓—道—果—果—有分—有分……

利慧者的入流道心路

有分—有分波动—有分断—意门转向—近行—随顺—种姓—道—果—果—果—有分—有分……

‘有分’指有分心；‘有分波动’指有分波动；‘有分断’指有分断；‘意门转向’指意门转向；‘预作’指预作；‘近行’指近行。

‘随顺’指随顺智；‘种姓’指种姓智；‘道’指圣道；‘果’指圣果。

钝慧者的道心路依次为：有分、有分波动、有分断、意门转向、预作、近行、随顺、种姓、道、两次果，其后有分心随适当次数生起。

利慧者没有预作，果速行生起三次。对于一来道心路等更高道心路，只有种姓智改名为净化智（vodāna），其余相同。

在这些心路心中，预作、近行、随顺与种姓是欲界智相应大善速行，可以与悦俱，也可以与舍俱。预作、近行和随顺缘取行相；种姓〔或净化〕、道与果则缘取无为界——殊胜涅槃。

与圣道智紧密衔接的预作、近行、随顺、种姓〔或净化〕，以及在道心路之前、虽隔着有分却与道心路极其接近、已抵达顶峰而具行舍智的观速行心路，都称为趣向出起观。若把行舍智分成三段，这里所说的是与圣道智紧密衔接的最后一段。

原书 390

趣向出起观的所缘

巴利义注原文（缅文字体，续下单元）：‘ဝုဋ္ဌာနဂါမိနိ ပန ဝိပဿနာ ကိမာရမ္မဏာတိ၊ လက္ခဏာရမ္မဏာတိ။ လက္ခဏံ နာမ ပညတ္တိဂတိကံ နဝတ္တဗ္ဗဓမ္မဘူတံ။ ယော ပန "အနိစ္စံ ဒုက္ခမနတ္တာ"တိ တီဏိ လက္ခဏာနိ သလဒက္ခေတိ၊ တဿ ပဉ္စက္ခန္ဓာ ကဏ္ဌေ ဗဒ္ဓကုဏပံ ဝိယ ဟောန္တိ၊ သခါရာရမ္မဏမေဝ ဉာဏံ သခါရေတော ဝုဋ္ဌာတိ။ ယထာ ဟိ ဧကော ဘိက္ခု ပတ္တံ ကိဏိတုကာမော ပတ္တဝါဏိဇေန ပတ္တံ အာဘတံ ဒိသွာ ဟဋ္ဌပဟဋ္ဌော "ဂဏှိဿာမီ"တိ စိန္တေတွာ ဝိမံသမာနော တီဏိ ဆိဒ္ဒါနိ ပဿေယျ။ သော နံ ဆိဒ္ဒေသု နိရာလယော ဟောတိ၊ ပတ္တေ ပန နိရာလယော ဟောတိ၊ ဧဝမေဝ တီဏိ လက္ခဏာနိ သလဒက္ခေတွာ သခါရေသု နိရာလယော ဟောတိ၊ သခါရာရမ္မဏေနေဝ ဉာဏေန သခါရေတော ဝုဋ္ဌာတီတိ ဝေဒိတဗ္ဗံ။ ဒုဿောပမာယပိ ဧသေဝ နယော။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၁-၂၆၉။) အနိစ္စတာ ဒုက္ခတာ အနတ္တတာတိ ဟိ ဝိသုံ ဂယှမာနံ လက္ခဏံ ပညတ္တိဂတိကံ ပရမတ္ထတော အဝိဇ္ဇမာနံ၊ အဝိဇ္ဇမာနတ္တာ ဧဝ ပရိတ္တာဒိဝသေန နဝတ္တဗ္ဗဓမ္မဘူတံ။ တသ္မာ ဝိသုံ ဂဟေတဗ္ဗဿ လက္ခဏဿ ပရမတ္ထတော

အဘာဝါ "အနိစ္စံ ဒုက္ခမနတ္တာ"တိ သခါရေ သဘာဝတော သလဒက္ခဏော လက္ခဏာနိ သလဒက္ခေတိ နာမာတိ အာဟ "ယော ပန အနိစ္စံ ဒုက္ခမနတ္တာတိ တီဏိ လက္ခဏာနိ သလဒက္ခေတိ"တိ။ (မူလဋီ-၁-၁၁၅။)’译：‘若问趣向出起观以什么为所缘，应答：以相为所缘。所谓相，其性质近于概念，是不能归类之法。若有人辨识无常、苦、无我三相，对他而言，五蕴就像缚在颈上的死尸；但从诸行出起的智，仍只以诸行为所缘。譬如一位比丘想买钵，见钵商带来钵，欢喜地想“我要买下”，检查时却看见三个孔洞。他所不再留恋的不是孔洞，而是那个钵。同样，修行比丘辨识三相后，对诸行不再留恋；应知，他以仍以诸行为所缘的智，从诸行出起。买布时看见三个孔洞的譬喻，也应同样理解。’（《阿毗达磨义注》1-269。）又说：‘无常性、苦性、无我性若分别取出，便近于概念，在胜义上并不存在；正因不存在，才是不能依小等类别而说的法。胜义上既没有可分别执取的相，唯有依诸行自性辨识无常、苦、无我，才名为辨识诸相。’（《根本复注》1-115。）若问趣向出起观以什么为所缘，应答：以无常性、苦性、无我性三相为所缘。这里的相近似概念，与概念相似。（《阿毗达磨义注》1-269。）若因此主张趣向出起观缘取作为概念的相，那么圣道生起、得名为出起时，就不能从行所缘出起；反过来，若说它缘取诸行，又似乎不能通达诸行的无常性等相。由于出现这两端——

——义注师才提出并回答这个问题。

（《根本复注》1-115。）

所谓‘以相为所缘’：说‘无常’时，所得的是无常、不恒常的五蕴；说‘无常性’时，所得的则是这无常五蕴不恒常的标相。苦与苦性、无我与无我性，也应同样理解。

观世间五取蕴为无常、苦、无我时，虽然实际缘取的是胜义的行蕴，显现在智中的却只是这五蕴的无常性等行相。义注依据这种显现方式，才说‘以相为所缘’，即以无常性、苦性、无我性为所缘。（《根本复注》1-115。）所谓相，性质近于概念，与概念相似；它不能说是小欲界法、广大法等类别。即使如此，一位瑜伽行比丘辨识‘无常、苦、无我’三相时，他相续中的五蕴便显得像缚在颈上的死尸；而那项智仍只以诸行为所缘，并从诸行出起。（《阿毗达磨义注》1-269。）

原书 391

三相虽然近似概念，趣向出起观智却仍只缘取诸行。因为缘取诸行，当称为出起的圣道智生起时，它舍离诸行、转而缘取涅槃，于是圣道便从诸行出起。因此，义注说：‘仍只以诸行为所缘的智，从诸行出起。’这里，以诸行为所缘的智是观智，从诸行出起的智是圣道智；因为同是智，义注依同一理路（ekattanaya），把两者说成一个‘智’。

世间譬喻：一位比丘想买钵，看见钵商带来钵，欢喜地想着‘可以买下了’，细看时却发现钵上有三个孔。他并非对三个孔洞不再留恋，真正不再留恋的是那个钵。同样，瑜伽行比丘在诸行上辨识三相之后，便对诸行不再留恋；应知，他以仍以诸行为所缘的智从诸行出起。购买缅甸男装筒裙时，看见布上有三个孔洞的譬喻，也应同样理解。（《阿毗达磨义注》1-269。）

起观与出起的类别

（《清净之道》2-300—301；《阿毗达磨义注》1-270—271。）

一、在本教法中，有些修行者最初开始用功时，便持续对自身相续中的内五蕴诸行起观；如此起观后，把内五蕴诸行轮番安立于三相，观为无常、苦、无我。然而，只观内在诸行，不能令称为出起的圣道生起，还必须观外在诸行。〔这是因为，被爱执为‘我的财物’、作为爱所依处的外在有情与无情色名，也是应当遍知的法。〕所以，他还把他人相续中的五蕴，以及称为非执取行、存在于无情世间的时节生色，轮番安立于三相，观为无常、苦、无我。

〔由于同属外在，可总摄为一类而观。〕这位修行者有时安立三相而观自身相续所摄的内在诸行，有时安立三相而观外在诸行。当他正在观内在诸行时，观智与圣道智衔接，即圣道智紧接在观智之后生起；这就称为‘持续对内在起观，而从内在出起’。

原书 392

二、另一种情形是：若他正在观外在诸行时，观智与圣道智衔接，这就称为‘持续对内在起观，而从外在出起’。

〔注：所谓‘从内在出起’‘从外在出起’，是依趣向出起观以某一内在诸行或外在诸行为所缘，按间接义而说。若依不涉间接义的纯直接说法，实际上是从全部内在、外在诸行出起。〕三、先持续对外在诸行起观，随后从外在诸行出起；四、先持续对外在诸行起观，随后从内在诸行出起——这两种也应同理理解。

五、另一位修行者最初开始用功时，便持续对色法起观。他把大种色与所造色总摄成一组，从聚思惟法开始修观审察。然而，只观色法不能令称为出起的圣道智生起，还必须观名法。所以，他以智分别：缘取这些色法而生起的受、想、行、识，即‘这受、想、行、识是名法’；随后把这些名法轮番安立于无常等三相，修观审察。这位修行者——

——有时把色法轮番安立于三相而观，有时把名法轮番安立于三相而观。当他正在观色法时，观智与圣道智衔接，这就称为‘持续对色法起观，而从色法出起’。

六、另一种情形是：若他正在观名法时，观智与圣道智衔接，这就称为‘持续对色法起观，而从名法出起’。

七、先持续对名法起观，随后从名法出起；八、先持续对名法起观，随后从色法出起——这两种也应同理理解。

〔注：通常，纯观乘者从对色法起观开始；止乘者则通常从对名法起观开始。所谓起观（abhinivesa），应知，是在修观之前，以智依特相、作用、现起、近因等方式分别色法与名法。因此，先依特相、作用、现起、近因，也依缘起法——无明等因法显现时，相应果色法如何显现——而以摄取智分别色法，便称为对色法起观；依特相——

原书 393

——作用、现起、近因，也依缘起法——无明等因法显现时，相应果名法如何显现——而以摄取智分别名法，便称为对名法起观。应知，在上述义注文句中，由于同属摄受（pariggaha），缘摄受（paccaya-pariggaha）也依特相引导法（lakkhaṇahāranetti）一并含摄在色摄受与名摄受之中。〕九、巴利原文（缅文字体，续下单元）：‘"ယံ ကိဉ္စိ သမုဒယဓမ္မံ၊ သဗ္ဗံ တံ နိရောဓဓမ္မ"န္တိ ဧဝံ အဘိနိဝိသိတ္တာ ဧဝမေဝ ဝုဋ္ဌာနကာလေ ပန ဧက-ပ္ပဟာရေန ပဉ္စဟိ ခန္ဓေဟိ ဝုဋ္ဌာတိ နာမ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၀၀။) ယံ ကိဉ္စိ သမုဒယဓမ္မံ၊ သဗ္ဗံ တံ နိရောဓဓမ္မန္တိ ကာမံ ဥဒယဗ္ဗယပရိဂ္ဂဏ္ဍနံ အဘိနိဝေသောတိ ဒဿိတံ၊ ယထာဥပဋ္ဌိတေ ပန ရူပါရူပဓမ္မေ၊ တေသဉ္စ ပစ္စယေ ပရိဂ္ဂဟေတ္တာ သခ်ပေနေဝ ဝိပဿနာဉာဏံ စာရေန္တော

ဉာဏုတ္တရော ယထာနိသိန္နောဝ ဉာဏပဋိပါဋိယာ ခိပ္ပမေဝ သစ္စာနိ ပဋိဝိဇ္ဈန္တော ဧကပ္ပဟာရေန ပဉ္စဟိ ခန္ဓေဟိ ဝုဋ္ဌာတိ နာမ။ အညထာ ဧကေနေဝ လောကိယစိတ္တေန ပဉ္စန္နံ ခန္ဓာနံ ပရိဂ္ဂဟပရိဇာနနာဒီနံ အသမ္ဘဝတော။ နဟိ သနိဒဿနသပ္ပဋိဃာဒိံ ဧကဇ္ဈံ အာရမ္မဏံ ကာတုံ သက္ကာ။ ယဿ ပန ဧကဝါရံ ဉာဏေန ဖဿိတံ၊ ပုန တံ ဖဿိတဗ္ဗမေဝ။ တာဒိသဿ ဝသေန ဝုတ္တန္တိ ဝဒန္တိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၇၀။)’译：‘如是起观：“凡是集起之法，一切都是灭法。”当出起之时，则称为同时从五蕴出起。’（《清净之道》2-300。）又说：‘“凡是集起之法，一切都是灭法”，这固然显示以摄取生灭为起观；然而，利智者先摄受随其所现的色、非色法及其诸缘，随后简略地运转观智，依智的次第迅速通达诸谛而仍坐在原处，便称为同时从五蕴出起。若作别解，以一个世间心同时摄受、遍知五蕴等，实不可能；有见有对等法不能合在一起成为一个所缘。凡曾被智触及的，就不必再触及。论师说，这是就这样的人而说。’（《大复注》2-470。）巴利经句（缅文字体）：‘ယံ ကိဉ္စိ သမုဒယဓမ္မံ သဗ္ဗံ တံ နိရောဓဓမ္မံ။ (ဒီ-၁-၁၀၂ …)’译：‘凡

是集起之法，一切都是灭法。’（《长部》1-102等。）这样作意：三界一切诸行无一例外，凡有生起之性，便都有灭尽、坏灭之性；当称为出起的圣道智生起时，便称为一次同时——

——从合为一体的五蕴出起。

‘凡是集起之法，一切都是灭法’这句话，义注师固然用来显示摄取诸行生灭的智，即以生灭智起观。虽然只明示了这一种起观，利智者凭借过去世曾修学的波罗蜜智势与娴熟力量，对于近在眼前、清楚显现的色法——大种色与所造色虽有两类，每一类又各自包含众多地、水、火、风等法——

——只以‘因为会变坏，所以是色’而简要摄取其特相；对于受、想、行、识等众多名法，只以‘因为倾向所缘，所以是名’而简要摄取；对于色名的因法，也只简略摄取为‘无明、行、爱、取、有是因’，即无明、爱、取、行与业有是因；然后令观智如骏马驰骋平坦地面一般，在色、名、因、果这些行所缘上迅速运行。由于他的智慧超胜，虽不改换威仪——

原书 394

——仍坐在原处，便能随佛陀面前所说教法的次第而运转观智，依生灭智、坏灭智等九种智的次第，迅速通达四圣谛。因此，不再分别内、外等类别，他的圣道便称为一次同时从五蕴出起。

不应另作他解。否则就会导出这种不合理的意义：一个智相应大善观速行心，能够在同一刹那依特相、作用、现起、近因及因法来摄取、分别、了知五蕴。那是不可能的，因为色、声、香、味等诸法不能合在一起成为一个所缘。合理的解释是：某位修行者曾经以智触及某种色法或名法；他的观智强健、锐利，触击有如雷霆——

——那么，这项色名法便是已经触及，不必再次触及。眨眼闪电般的极短时间内，数以亿计的智相应观大善速行心相续、心聚，已执行摄取色名、摄取因法与修观的任务，毫不空过，所以迅速完成。它不同于钝慧、迟缓者频频落入有分，或间或奔向其他所缘，迟迟不能完成任务。正是依据智慧如雷霆般锐利、迅疾、强健的利慧者之观慧威力，义注才以‘凡是集起之法，一切都是灭法’解释他从五蕴出起。

> （参见《大复注》2-470。）

巴利复注文（缅文字体）：‘ဧကပ္ပဟာရေနာတိ ဧကစ္ဆဏေ၊ တံ ပန အစ္ဆတ္တာဒိ ဝိဘာဂံ အကတွာ "ယံ ကိဉ္စိ သမုဒယဓမ္မံ သဗ္ဗံ တံ နိရောဓဓမ္မ"န္တိ အဝိဘာဂေန ဝုတ္တာနဂါမိနိယာ ပဝတ္တိဝသေန ဝေဒိတဗ္ဗံ၊ တယိဒံ သတ္ထုသမ္မုခါ ဒေသနာနုသာ- ရေန ဉာဏံ ပသေန္တဿ ဉာဏုတ္တရဿ သမ္ဘဝတိတိ ဝဒန္တိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၇၀။)’译：‘所谓一次同时，是合为一体之义；应知，它是不再分别内在等类别，而以“凡是集起之法，一切都是灭法”的总相令趣向出起观转起。论师说，这只有把智依佛陀当面教说的次第运转、智慧超胜的人才能成就。’（《大复注》2-470。）所谓同时从一切三界诸行出起，是指不再作聚思惟智阶段所说的内、外等分析，而依‘凡是集起之法，一切都是灭法’，不分内、外等类别地令趣向出起观运转。应当如此理解。这种出起只可能发生在佛陀面前听闻教法时，能够依教说中的观法直接运转观智、智慧极其锐利的特殊人物身上。

（《大复注》2-470。）按照上述限定，‘凡是集起之法，一切都是灭法’这种观法，只适用于佛世在听法中证悟、称为顿悟知者与广演知者的佛陀现前弟子。

原书 395

应如此理解。

修行的善人也应审察自己，是否真属于仅听法便能证悟的顿悟知者或广演知者。若能判断自己并不属于仅靠听法，或在听法时随教法运转智慧、到说法结束便能获得殊胜出世间法的人，那么，便应想一想：只观——‘凡是集起之法，一切都是灭法’——

——也就是‘凡生起者，皆坏灭’——

——换言之，只观‘生—灭’——

——却还不知胜义色名，也不知因果相连的缘起义理，一进入禅修中心便只是坐着观‘生—灭’，究竟能否进步？

再者，这种观法是观禅领域最简略的观法。它只为顿悟知者与广演知者而作限定：他们能一边听法，一边令智追随教说，依说法次第修行、了知、修观，并在说法结束时到达道、果、涅槃。若自己仍属于应引导者，就必须思量能否依这种观法修习。〔应知，这段话依据《大复注》2-470所载的‘论师说’而说。〕因为，无论采用最简略、详尽或任何方法修观，观智必须通达的胜义法——

——始终都是称为三界诸行的苦谛法聚，以及作为其因的集谛法聚。

无论简略还是详尽，所须通达的胜义法完全相同。

差别只在于观法是最简略地总摄而观，还是详尽地分别解析而观；观智应知的诸法与知见方式本身并无不同。就弟子波罗蜜智而言，称为思惟行境的观禅所依地，也只有同一种。

以三界法为业处的大长老

巴利义注原文（缅文字体）：‘စတုတ္ထော တေဘူမကကမ္မဋ္ဌာနိကော။ တဿ ကိရ သမပ္ပဝတ္တာ ဓာတုယော အဟေသုံ၊ ကလဒသရိရံ ဗလပတ္တံ၊ ကမ္မဋ္ဌာနာနိပိဿ သဗ္ဗာနေဝ သပ္ပါယာနိ၊ အတီတာ ဝါ သဒ္ဓါရာ ဟောန္တု အနာဂတာ ဝါ ပစ္စုပ္ပန္နာ ဝါ ကာမာဝစရာ ဝါ ရူပါဝစရာ ဝါ အရူပါဝစရာ ဝါ။ သဗ္ဗေပိ သပ္ပါယာဝ။ အသပ္ပါယကမ္မဋ္ဌာနံ နာမ နတ္ထိ။ ကာလေသုပိ ပုရေဘတ္တံ ဝါ ဟောတု ပစ္ဆာဘတ္တံ ဝါ ပဌမယာမာဒယော ဝါ၊ အသပ္ပါယကာလော နာမ နတ္ထိ။ (သံ-ဋ္ဌ-၃-၉၈။)’

原书 396

译：‘第四位，是以三界法为业处者。据说，他的诸界平衡，身体强健，所有业处都适合他。无论过去、未来、现在诸行，或欲界、色界、无色界诸法，对他都适合；没有一种不适合的业处。无论餐前、餐后，或初夜等时段，也没有不适合的时间。’（《相应部义注》3-98。）《什么树譬喻经》（《相应部》2-396—397）提到一位如此修观审察的阿罗汉大长老；义注称他为‘以三界法为业处者’。这位大长老适合一切业处：无论过去、未来、现在诸行，或欲界、色界、无色界诸法，他都能轻松、不费力地修观；一切业处都适合他，没有不适合他的业处，也没有不适合他的时间。（《相应部义注》3-98。）十、另一位修行者最初修习观禅时，先以无常——

——观诸行。只观诸行为无常，还不能令称为出起的圣道智生起，也必须观为苦、观为无我。因此，他也观诸行为苦、为无我。依这样的方法修行时，若他正在观诸行为无常，称为出起的圣道智生起，便称为‘先持续观诸行为无常，随后依无常从诸行出起’。

十一、另一种情形是：若他正在观诸行为苦时，称为出起的圣道智生起，便称为‘先持续观诸行为无常，随后依苦从诸行出起’。

十二、若他正在观诸行为无我时，称为出起的圣道智生起，便称为‘先持续观诸行为无常，随后依无我从诸行出起’。

十三至十八、先持续观诸行为无常而出起，有上述三类人；同样，先持续观诸行为苦而出起，也有三类；先持续观诸行为无我而出起，也有三类。（《清净之道》2-300—301。）

人的类别

最初持续观诸行为无常者、持续观诸行为苦者、持续观诸行为无我者，共有三类。当称为出起的圣道智生起时，若正在观诸行为无常，这三类人都会信胜解偏盛，获得信根，并由无相解脱而解脱；在入流道刹那，他们称为随信行。

其余从入流果到阿罗汉果的七个阶段，他们称为信解脱。

若正在观诸行为苦时，称为出起的圣道智生起，这三类人都会轻安偏盛，获得定根，并由无愿解脱而解脱；从入流道到阿罗汉果的全部八个阶段，他们都称为身证。特别是，其中若有人以无色禅为观的基础，他在阿罗汉果位称为俱分解脱。

另外，若这三类人正在观诸行为无我时，称为出起的圣道智生起，他们都会智慧偏盛，获得慧根，并由空解脱而解脱；在入流道刹那称为随法行，从入流果到阿罗汉道的中间六个阶段称为见至，在阿罗汉果位称为慧解脱。（《清净之道》2-301。）

十二种譬喻（《清净之道》2-301—305)

现在，为了连同从怖畏现起智直到种姓智的前后诸观智，清楚显示这项趣向出起观，应知十二种譬喻。以下是这些譬喻的略举。巴利颂（缅文字体，续下单元）：‘ဝဂ္ဂုလီ ကဏှသပ္ပေါ စ၊ ဃရံ ဂေါ ယက္ခိ ဒါရကော။

ခုဒ္ဒံ ပိပါသံ သီတုဏှံ၊ အန္ဓကာရံ ဝိသေန စ။’译：‘蝙蝠、黑蛇、房屋、牛、女夜叉与幼童；饥饿、口渴、寒冷与炎热，黑暗以及毒。’

这些譬喻适合从怖畏现起智开始引用，因为在各个智的阶段都有相应的譬喻事例。其利益是：若在说明趣向出起观时引用这些譬喻，从怖畏现起智直到果智的一切智之作用都会清楚显明，因为这些譬喻处在中间而把前后过程显示出来。所以，《清净之道》的论说只在趣向出起观这一处引用这些譬喻。（《清净之道》2-301。）

一、蝙蝠

一只蝙蝠心想：‘这棵树上或许有花、有果。’于是停在一棵有五根枝干的蜜树（madhuka）上。停下以后，它先察看一根树枝，却没看见任何可以咬食的花果；它又照样逐一察看第二、第三、第四和第五根树枝，仍没看见任何可吃的花果。于是它心想：‘这棵树没有果实；树上——

原书 398

——根本没有任何可以咬食的花果。’蝙蝠便舍弃对这棵树的依恋与贪著，爬上笔直向上的树枝，从枝杈间探出头来，向上仰望，飞入空中，停到另一棵有果实的树上。

在这个譬喻中，应把瑜伽行者看作蝙蝠，把五取蕴看作有五根枝干的蜜树；蝙蝠停到树上，好比瑜伽行者最初对五取蕴作意。蝙蝠逐一察看树枝，没有发现任何可吃的花果，便再察看其余树枝；同样，瑜伽行者先把色蕴安立于三相之下修观审察，在色蕴中找不到任何可执取的常、乐、我、净等实质，于是再把其余名蕴安立于三相之下修观审察。蝙蝠——

——心想‘这棵树没有果实’，舍弃对树的依恋；同样，瑜伽行者在五蕴中见到无常相等，觉得五蕴像挂在颈上的腐烂死狗一样令人厌恶，因而想舍弃诸行；此时，欲解脱智、审察随观智、行舍智这三种观智便在他的相续中生起。蝙蝠沿着笔直向上的树枝往上爬，好比瑜伽行者的随顺智笔直趋向上方的涅槃；它从枝杈间探出头来、仰望上空，好比种姓智远望——

——殊胜涅槃；它飞入空中，好比圣道智奔赴并投入涅槃。

（《清净之道》2-302。）

诡诈、虚伪等曲折欺曲会使心变得不正；随顺智能够除去这些法，所以好比笔直向上的树枝。种姓智观见涅槃，所以好比向上仰望。道智安住于无所依止的涅槃，所以好比飞入空中。应当如此理解。（《大复注》2-471。）

二、眼镜蛇

一位渔夫为了捕鱼，拿来鱼笼放在水中。过了适当时间，他把手伸进笼口摸索，竟在水下抓住一条水眼镜蛇的颈部；他却欢喜地以为：‘我抓到鱼了。’他心想‘我捉到一条大鱼’，举手观看，看见蛇颈上三道斑纹，才知道是水眼镜蛇——

原书 399

——于是心生恐惧，看见即将到来的危险，对继续抓着眼镜蛇感到厌离而想脱身。他从尾端开始，解开缠在手上的蛇身，举起手臂，在头顶旋转两三圈，使眼镜蛇失去力量，然后喊道：‘恶蛇，走开！’把它抛掉。他随即迅速爬上岸，回头望着来路而站，心想：‘朋友们，我真是从大蛇口中逃出来了！’（《清净之道》2-290。）种姓智舍弃一切诸行、转取涅槃为所缘，所以好比放开眼镜蛇。放蛇之后回望来路而站，好比——

——圣道智。圣道智依所缘通达（ārammaṇa-paṭivedha），直接现前涅槃为所缘；又依无痴通达（asammohapaṭivedha）而看见自身这项圣道。〔圣道无余断除遮蔽圣道、令其不能被知见的痴与无明；无知消失，明与智便生起，知的作用也因此成办。这就称为无痴通达。〕所以说，圣道远望涅槃，好比渔夫放掉眼镜蛇后站着回望来路。

渔夫回望来路之后继续前行，站到安全之处，好比果智。〔这里说的是已经到达安全处，并不是为到达安全处而修行。〕（《清净之道》2-302；《大复注》2-471。）

三、房屋

一位屋主夜间吃过饭，上床睡着；睡眠中房屋起火。他醒来见到火势，心生恐惧，想到：‘若能在身体被烧以前逃出去，那就太好了。’他寻找逃生处，见到出路，迅速逃出，抵达安全处而站。在这个譬喻中，屋主饭后上床沉睡，好比尚无胜义智慧之眼的愚痴凡夫执著五蕴为‘我、我的财物’。

醒后见火而恐惧，好比修习名为正行道的善妙、正确之行，见到三相而生起怖畏现起智。

寻找出口，好比想从诸行解脱而生起欲解脱智、审察智，以及名为安住（santiṭṭhanā）、善加稳定的行舍智；见到出路，好比随顺智；走出着火的房屋，好比种姓智〔因为种姓智从行相出起〕；迅速奔逃，好比道智〔因为它具足在应舍处与应证处同时成办的特殊作用〕；站在安全处，好比果智。（《清净之道》2-302—303；《大复注》2-471。）

原书 400

四、牛

一位农夫夜间睡着时，牛群冲破牛栏逃走。清早他到牛栏一看，知道牛已经逃走，便沿着牛蹄印追踪，见到国王的牛。他误以为那是自己的牛，牵着它们回来；天亮以后，才认出这些不是自己的牛，而是国王的御牛。他害怕王臣还没把自己当作盗贼逮捕、加以惩处以前，便赶紧舍下牛群，飞快逃走，站到安全之处。

在这个譬喻中，把国王的牛当作‘我的牛’而抓住，好比尚无胜义智慧之眼的愚痴凡夫执取五取蕴为‘我、我的’。〔五取蕴被观智观为外来的陌生者，也被观为不可爱；把它们执为‘我、我的’，正像把御牛错当成自己的牛。〕天亮后知道是国王的牛，好比瑜伽行者依三相而知五取蕴为无常、苦、无我；害怕王臣捉拿、杀害，好比怖畏现起智；舍牛而想逃，好比欲解脱——

——智；放下牛群，好比种姓智；奔逃，好比圣道；逃后站在安全处，好比圣果。（《清净之道》2-303；《大复注》2-472。）

五、女夜叉

一个男子不知道女子是夜叉，便与这位女夜叉成婚。夜间，女夜叉以为‘这个男子睡着了’，便到弃尸的墓地吃人肉。男子心想妻子去了哪里，循迹寻找，看见她正在吃人肉，才知道她并非人类。他害怕自己也会被吃掉，心想‘要在她吃我以前逃走’，于是迅速奔逃，站到安全之处。

在这个譬喻中，与女夜叉结为夫妻，好比执著五取蕴为‘我、我的财物’；在墓地看见她吃人肉而知道‘这个女人是夜叉’，好比见到诸蕴的三相而知其无常等性；心生恐惧，好比怖畏现起智；想要逃走，好比欲解脱智；离开墓地，好比种姓智；迅速奔逃，好比道智；站在安全处，好比果智。（《清净之道》2-303。）之所以把执著诸蕴为‘我、我的’比作与女夜叉成婚，是因为这种执著使人把危险处看成安全处。离开墓地，则好比——

原书 401

——种姓智舍离称为诸行的墓地，以涅槃为所缘。（《大复注》2-472。）

六、幼童

一位妇女非常疼爱自己的儿子。她坐在楼阁上，听见巷中有孩子哭，便想：‘有人打伤、虐待我的儿子了吗？’于是匆忙赶去，以‘是自己的儿子’之想把别人的孩子抱起来。后来她想起‘这孩子是别人家的’，既惧怕又嫌厌，四下张望，心想：‘不要让人说我是偷孩子的。’便把孩子留在原来的巷里，重新登上楼阁坐下。

在这个譬喻中，以‘是自己的儿子’之想把别人的孩子抱起，好比执著五取蕴为‘我、我的’；知道‘这孩子是别人家的’，好比依三相而知‘不是我，不是我的’。

害怕被人称作偷孩子的女人，好比怖畏现起智；四下张望，好比欲解脱智；把孩子留在原先抱起他的巷中，好比随顺智〔随顺智逐步除去粗显的贪欲等垢块而舍离诸行，所以应知，它好比把孩子留在原巷〕；放下孩子后在巷中短暂停留，好比种姓智；登上楼阁，好比圣道；登楼而坐，好比圣果。

（《清净之道》2-303—304；《大复注》2-472。）

其余六种譬喻

七、khudda——饥饿；八、pipāsa——口渴；九、sīta——寒冷；十、uṇha——炎热；十一、andhakāra——黑暗；十二、visa——毒。这六种譬喻，是为了显示：安住于抵达圣道的趣向出起观之瑜伽行者，倾向、俯向、趋向出世间法。〔意思是，它们不像前六种譬喻那样，用来显示安住于怖畏现起智等智中的瑜伽行者所呈现的怖畏等行相。〕以下加以说明。

七、khudda——饥饿：饱受饥饿逼迫的极度饥饿者渴望美味食物；同样，饱受轮回中饥饿逼迫的瑜伽行比丘，渴望名为身至念、具有不死甘露之味的食物。（《清净之道》2-304。）轮回之苦次第相续，长时延续，又难以忍受；义注正因为把它比作饥饿之苦，才说‘saṃsāravaṭṭajighacchāya——轮回中生起的饥饿’。

巴利句（缅文字体）：‘အမတရသံ ကာယဂတာသတိဘောဇနံ’——‘具有不死甘露味的身至念食物。’

巴利复注文（缅文字体）：‘ကာယဂတာသတိ ဧဝ ဘောဇနံ ကာယဂတာသတိဘောဇနံ။ သာ ပနေတ္ထ မဂ္ဂသမ္မယုတ္တာ သမ္မာသတိ ကာယာနုပဿနာဒိ ကိစ္စသာဓနဝသေန အမတရသပရိဘောဂတာယ စ "အမတရသံ ကာယဂတာသတိ-ဘောဇန"န္တိ ဝုတ္တာ။ တေနာဟ ဘဂဝါ " အမတံ တေ ဘိက္ခဝေ ပရိဘုဉ္ဇန္တိ၊ ယေ ကာယဂတာသတိံ ပရိဘုဉ္ဇ- န္တီ"တိအာဒိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၀၂။)’译：‘身至念本身就是食物，故称身至念食物。在这里，它是与道相应的正念；因为它能成办身随观等的作用，也因为它受用不死甘露之味，所以称为“具有不死甘露味的身至念食物”。因此，世尊说：“诸比丘，凡受用身至念者，即受用不死甘露”等。’（《大复注》2-472。）这里的身至念，是与圣道相应的正念。它能成办身随观、受随观、心随观、法随观的作用，又能受用殊胜不死涅槃的甘露之味，因此称为‘具有不死甘露味的身至念食物’。所以，世尊在《增支部·一集·不死品》中说——

——巴利经文（缅文字体）：‘"အမတံ တေ ဘိက္ခဝေ ပရိဘုဉ္ဇန္တိ၊ ယေ ကာယဂတာသတိံ ပရိဘုဉ္ဇန္တိ။" (အံ-၁-၄၀။)’译：‘诸比丘，凡受用身至念者，即受用不死甘露。’（《增支部》1-47。）世尊如此开示。

（《大复注》2-472。）

问：涅槃是出世间法，身至念却是世间法。

〔这里指世间的身至念。〕那么，受用身至念的人怎么能受用不死甘露涅槃？答：修习身至念的人能够证得殊胜不死涅槃；不修习的人则不能证得。所以佛陀才作这样的开示。

（《增支部义注》1-416。）

前文已经多次说明：若修习身随观念处，四念处也会全部具足；无论修习哪一种念处，只要方法、道路正确，修习四念处的作用也都会完成。到达圣道时，圣道会把覆蔽念的四种所住之处——身、受、心、——

行道智见清净释（之六）

原书第 403 – 431 页

原书 403

——法——使人不能了知的痴彻底断除。无知的无明消失，能知的明与智便生起；这就称为在四念处中，也就是在身随观等四随观中成办作用。与圣道相应的正念承担这项作用。与世间观智相应的正念只能以彼分断暂时舍断烦恼，尚未见到殊胜不死涅槃，所以不能圆满承担这项作用。义注与复注因此作出上述解释。

八、pipāsa——口渴：口渴者喉咙、口腔干燥，渴望由果汁、余甘子、姜等多种材料制成的饮料；同样，饱受轮回这一口渴逼迫的瑜伽行者，渴望具足八支的圣道饮料。

（《清净之道》2-304。）

九、sīta——寒冷：受寒冷逼迫的人渴望温暖；同样，饱受对轮回强烈贪著这一寒冷逼迫的瑜伽行者，渴望能使烦恼热恼、烧尽烦恼的圣道之火。（《清净之道》2-304。）十、uṇha——炎热：受酷热逼迫的人渴望清凉；同样，饱受轮回十一种火猛烈烧灼的瑜伽行者，渴望贪火、嗔火等十一种火止息之处——殊胜涅槃。（《清净之道》2-304。）十一、andhakāra——黑暗：黑暗具足四项条件——午夜、无月之夜、森林深处，以及八方都被厚云遮蔽、没有一丝闪电光而又下着——

——雨。受这种四重黑暗逼迫的人，因为不能成办自利与利他而渴望光明；同样，瑜伽行者被称为无明的黑暗遮蔽、层层缠裹，不能了知四圣谛，因而渴望具有智光的道修习（maggabhāvanā）。（《清净之道》2-304。）巴利复注文（缅文字体）：‘သွန်းနေခြင်းတည်းဟူသော အဝိဇ္ဇာလေးပါး ရှိသော အမိုက်တိုက် အမိုက်မှောင်ဖြင့် အနှိပ်စက်ခံရသော= မိမိအကျိုး သူတစ်ပါးအကျိုးကို ပြုလုပ်ခြင်းဟု မစွမ်းနိုင်သည်၏ အဖြစ်ဖြင့် အနှိပ်စက်ခံရသော ယောကျ်းသည် အလင်း- ရောင်ကို တောင့်တသကဲ့သို့ ဤဥပမာအတူပင်လျှင် သစ္စာလေးပါးကို မသိအောင် ဖုံးလွှမ်းတတ်သော အဝိဇ္ဇာ တည်းဟူသော အမိုက်တိုက်သည် ဖုံးလွှမ်းအပ် အဖန်တလဲလဲ မြွေးယှက်အပ်သော ဤယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်သည် ဉာဏ်ဖြင့် ပြီးသော အလင်းရောင်ရှိသော မဂ္ဂဘာဝနာကို လိုလားတောင့်တ၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၀၄။) ဉာဏမယော အာလောကော ဧတိဿာတိ ဉာဏာလောကော၊ မဂ္ဂဘာဝနာ။ (မဟာဋီ-၂-၄၇၂။) ဉာဏာလောကံ မဂ္ဂဘာဝနံ ပတ္ထေတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၀၄။)’译：‘具有由智所成之光，故称智光；这是道修习。……他渴望智光，即道修习。’（《大复注》2-472；《清净之道》2-304。）所谓名为道修习的圣道智‘具有由智所成、由智生起的光’，意思是——

——由智占主导的道修习心所生诸心生色中所含颜色界——色所缘之光，以及由这些心生色聚中的火界——时节相续产生的诸时节生色中所含颜色界——色所缘之光。

这里把作为果的诸色法之‘光’这一名称，转而安立在作为因的智上，说作为因的智具有——

原书 404

——光明；这就是果喻（phalūpacāra）用法。〕十二、visa——毒：受蛇毒等毒素逼迫的人渴望解毒药；同样，受烦恼毒逼迫的瑜伽行比丘，渴望殊胜不死涅槃；涅槃能制伏烦恼毒、成办不死，所以称为药。

（《清净之道》2-304。）

心从诸有退缩者

只依上述这一段观智次第而修行，这位瑜伽行者便称为以心从诸有等退缩的方式修行的人。针对这种人，佛陀开示下面的偈颂。巴利颂（缅文字体，续下单元）：‘ပတိလီနစရိဿ ဘိက္ခုနော၊ ဘဇမာနဿ ဝိဝိတ္တမာသနံ။

သာမဂ္ဂိယမာဟု တဿ တံ၊ ယော အတ္တာနံ ဘဝနေ န ဒဿယေ။’译：‘对于行于退隐、亲近远离住处的比丘，若不令自己显现于诸有，诸圣者称这对他十分适宜。’

（《小部》1-406；《大义释》100。）

Bhikkhave——诸比丘。yo bhikkhu——任何一位比丘。bhavane——在三界中。attānaṃ——自己的个体。na dassaye——不令其显现，或不令其被看见。vivittamāsanaṃ——与身远离、心远离相应的住处。bhajamānassa——亲近。paṭilīnacarassa——能以心从三有退缩的方式修行。tassa bhikkhuno——那位瑜伽行比丘的。taṃ，即 adassanaṃ——不见自己的个体显现于三界。sāmaggiyā，即 paṭirūpaṃ——与其相应、十分适宜。buddhādayo——佛陀等诸圣者。āhu，即 kathenti——称赞而说。

觉支、道支、禅支、行道与解脱的差别（《清净之道》2-305）

这位具足行舍智的瑜伽行者，已经摆脱对诸行的怖畏与欢喜这两个边际，能够对诸行保持中舍。他对三界中的诸行不再眷恋；由于其内在倾向不再随贪爱之力扩散到诸有等，并且心从诸有等退缩，所以称为退隐行者（paṭilīnacara），也就是能够以心从三有退缩的方式修行之人。

行舍智如此使瑜伽行者决定、恒常地成为退隐行者，也确定他在更高圣道之圣道刹那中所得的下列差别：一、六觉支与七觉支的差别；二、八道支与七道支的差别；三、五禅支、四禅支等的差别；——

原书 405

——四、行道的差别；五、解脱的差别。以下详说这些差别。一、三藏小龙长老等一些长老主张：在圣道刹那所得觉支、道支、禅支数目的差别，由作为临近圣道之趣向出起观基础的基础禅确定。

〔按：本书以入出息第四禅作为观的基础禅，就是这里所说的这一类禅。熟练八等至的善士，可以把任一禅等至建立为观的基础禅。〕二、摩罗婆毗住大达多长老等一些长老主张：作为临近圣道之趣向出起观所观对象的诸蕴，确定觉支、道支、禅支数目的差别。

三、三藏小无畏长老等一些长老主张：若基础禅与所观禅——即被安立三相、作为趣向出起观所观对象的禅——不同，则由正在修观的瑜伽行者之个人意乐，也就是他的意欲与内在倾向，确定觉支、道支、禅支数目的差别。

在这三位大阿阇梨的主张中，应知：唯有处在圣道前分的趣向出起观，才实际确定觉支、道支、禅支等的差别。为了依次说明这些差别，下面作次第论说（anupubbikathā）。

一、第一长老说：基础禅说

以下三类圣道：第一，没有禅那、只以纯观为乘的干观者，其相续中由观之确定而生起的圣道；第二，已经获得禅等至，却不把所获之禅作为观的基础禅而生起的圣道；第三，以初禅作为观的基础禅，转入观修后，又把基础初禅以外、称为杂项诸行的种种诸行安立于三相而审察，由此生起的圣道。这三类圣道都只与初禅相应，三者都具有七觉支、八道支与五禅支。

（《清净之道》2-305。）

原书 406

按：这里所谓干观者，是指没有禅那、以纯观为乘的人；由于没有名为禅的润泽与黏合，他的观被称为‘干观’。

所谓杂项诸行，是指除已被建立为观之基础的初禅中诸行以外，其余一切属于三界、可以安立于三相而作为观修审察对象的诸行。若在观照这些杂项诸行时抵达圣道，该圣道便与初禅相应。若正以作为观之基础的初禅本身为对象，安立三相而修观时抵达圣道，那当然更与初禅相应。这里说干观者等三类人的圣道都与初禅相应，是为了显示一项确定事实：圣道中觉支、道支等的差别，最终只有由趣向出起观确定。诚然——

——离开趣向出起观，便看不到另有基础禅等因素能够单独确定圣道中觉支、道支等数目的差别。尤其是，即使干观者等没有基础禅，趣向出起观仍能成为其圣道与初禅相应的原因。

所以应知：唯有趣向出起观，才是确定圣道中觉支、道支等数目差别的必然原因。（《大复注》2-474。）具体说来，在上述诸圣道之前生起的前分观，可以与悦受相应，也可以与舍受相应；但当名为‘出起’的圣道智生起时，换句话说，当观到达行舍而成为趣向出起观时，它必定与悦受相应。（《清净之道》2-305。）四、在五分法中，以第二禅作为观的基础禅而生起的圣道，具有伺、喜、乐、一境性四禅支。

第五，以第三禅作为观的基础禅而生起的圣道，具有喜、乐、一境性三禅支。

第六，以第四禅作为观的基础禅而生起的圣道，具有乐、一境性二禅支。

特别是，以第二禅、第三禅、第四禅作为观的基础禅而生起的这些圣道，因为没有寻禅支，少了正思惟这一道支，所以只有七道支。以第四禅为基础而生起的圣道又因为喜不相应、少了喜，所以只有六觉支。这

些差别既由基础禅这一确定因素而生，也由趣向出起观这一确定因素而生；也就是说，并不像前述干观者等三类人的圣道那样，只由观确定。诚然，在五分法中，以第二、第三、第四——

原书 407

——禅为观之基础而生起的诸圣道，其前分观可以与悦受相应，也可以与舍受相应；然而趣向出起观必定只与悦受相应。（《清净之道》2-305。）七、再者，以四分法的第四禅、五分法的第五禅作为观的基础禅而生起的圣道，具有舍与一境性二禅支；由于不含喜觉支，只有六觉支；由于不含正思惟道支，只有七道支。这些禅支、觉支、道支数目的差别，也由基础禅与趣向出起观两者共同确定。

诚然，在这种情形下，圣道之前的前分观既可与悦受相应，也可与舍受相应；但趣向出起观只与舍受相应。

（《清净之道》2-306。）

第八，以诸无色禅作为观的基础禅而生起的圣道，也应按同样方式理解。

由此可知：从观的基础禅出定后，把称为'任何诸行'、属于三界的种种诸行安立于三相而审察，由此生起的圣道，其最近邻处所生的等至，会使圣道与自己相似；正如土地的颜色使巨蜥呈现与土地相同的颜色。

（《清净之道》2-306；另见《法集论义注》1-271—272。）

若巨蜥的洞穴是红土，红土因为是离巨蜥最近的土地，便使巨蜥呈红色；若洞穴是黑土，黑土也同样使它呈黑色。上述譬喻应如此理解。

这里所谓'最近邻处'（āsannapadesa），指的就是趣向出起观。因此，这个词也表明：修习观业处的人在中间时段偶尔进入某种等至，单凭这种等至的力量，并不能造成圣道中觉支、道支、禅支的这类差别。

（《大复注》2-474。）

以上，是联系第一长老说——三藏小龙长老的基础禅说——所作的说明，解释基础禅与趣向出起观如何使圣道中的觉支、道支、禅支产生不同数目。此说的要义如下：若临近圣道的趣向出起观与悦受相应，圣道也与悦受相应；在五分法中，该圣道随情况与初禅、第二禅、第三禅或第四禅相应。若——

原书 408

——临近圣道的趣向出起观与舍受相应，圣道也与舍受相应；在五分法中，它就是与第五禅相应的第五禅道。因此，圣道中的觉支等才会产生差别。趣向出起观在确定觉支等的数目差别时，既是近因，也是主要因；而基础禅等并非近因。可是，离开基础禅，单凭趣向出起观也不能确定前述觉支、道支、禅支的种种差别。〔意思是：必须先以禅作为观的基础，入该禅、出定后，再把该禅及其相应诸行安立于三相而审察，才可能出现这些差别。〕

实际上，如前所述，基础禅确是主要因。因此，义注并没有说'唯有趣向出起观确定圣道中觉支、道支、禅支数目的种种差别'，而只说'趣向出起观确定它们'，并不排除基础禅的作用。（《大复注》2-473—

474。）

二、第二长老说：所观禅说

另一种主张，是第二长老摩罗婆毗住大达多长老之说：从某一等至出定以后，若把该等至中的禅及禅相应法这一组诸行安立于三相而修观审察，由此令圣道生起，该圣道便只与被安立三相而观照的那一等至——所观禅——相似。若以欲界诸法为对象安立三相、修观审察，并在那时抵达圣道，圣道就只与初禅相应。第二长老说中的'观确定'，也应依第一长老说所述方式理解。（《清净之道》2-306；《法集论义注》1-272。）这里所谓观，就是行舍智最后部分的趣向出起观。

瑜伽行者以第二禅作为观的基础禅，再把某种诸行观为无常等；他的观对已被第二禅超越的寻，不愿再进入而生厌离，所以称为离寻修习（vitakkavirāgabhāvanā）。因此，由这种修习而生起的圣道，也只会成为没有寻、与第二禅相应的圣道。第三禅等各禅同理。在第一长老的基础禅说中，也是趣向出起观确定悦受或舍受，以及觉支、道支、禅支的差别；依此类推，也应结合后两说理解趣向出起观如何使差别确定。（另见《根本复注》1-115。）

原书 409

三、第三长老说：个人意乐禅说

第三长老说是三藏小无畏长老的主张。巴利原句："အဟော ဝတာဟံ သတ္တင်္ဂိကံ မဂ္ဂံ ပါပုဏေယျံ၊ အဋ္ဌင်္ဂိကံ မဂ္ဂံ ပါပုဏေယျံ"——'若我能证得与第二禅等相应、没有正思惟道支的七支道，那就太好了；若我能证得与初禅相应的八支道，那就太好了。'依自己的意欲与内在倾向，无论把哪一禅作为观的基础禅，或观照哪一禅法，由此生起的圣道都只与该禅相似。不过，离开基础禅或作为观修对象的所观禅，单凭意欲与内在倾向，不能使圣道成为与该禅相似。〔个人意乐要发生作用——

——若有基础禅，就由基础禅；若有所观禅，就由所观禅，以自然亲依止力资助个人意乐。换句话说，必须由基础禅或所观禅中的一种作为强有力的自然亲依止，个人意乐才能实现。〕这个意思可以用《教难陀迦经》加以证明。例证如下：《中部 · 后五十经篇 · 六处品 · 教难陀迦经》中说：'诸比丘，世间有一个恰当的譬喻：在十五日满月布萨日，人们不会生起丝毫疑惑，也不会作种种猜想，怀疑月亮究竟圆不圆满，而只会确定地想：——

——"月亮确实圆满。"诸比丘，同样，那些比丘尼因难陀迦的说法而心生喜悦，意愿圆满。诸比丘，在那五百位比丘尼中，最后的一位也已经成为预流者，不再堕落，决定趣向名为正性决定的上三圣道智。'（《中部》3-324。）

世尊作了上述开示。具体说来：在那五百位比丘尼中，某位比丘尼的名色相续若明显具足获得预流果的强力亲依止善因，她的意愿便只以预流果而圆满。……某位比丘尼的名色相续若明显具足获得阿罗汉果的强力亲依止善因，她的意愿便只以阿罗汉果而——

原书 410

——圆满。〔意思是：仅有思惟、愿望与意乐，不能证得道果；还必须具足亲依止善因，才能证得。〕同样，瑜伽行者依自己的意乐，把某一禅作为观的基础禅，或把某一禅及其相应法安立于三相而修观审察，

由此生起的圣道，只与相应之禅相似。但是，若既没有作为观之基础的基础禅，也没有在趣向出起观阶段被安立三相而审察的所观禅，只凭想成为预流、一来、不还或阿罗汉的意欲与内在倾向，——

——圣道便不能圆满生起为与某一禅相似。个人意乐说中的‘观确定’，也应依前述方式理解。（《法集论义注》1-273。）在《教难陀迦经》中，证得预流的比丘尼，因为成为预流者而‘心生喜悦’；她们听难陀迦尊者说法后，希望成为预流者的意愿，也如愿圆满。

成为一来者、不还者、阿罗汉的比丘尼，也同样因为证得各自的果位而心生喜悦；她们听难陀迦尊者说法后，希望成为一来者、不还者、阿罗汉的意愿，也如愿圆满。她们各自以所得道智、果智而心生喜悦、意愿圆满，是因为过去诸生为成为预流、一来、不还、阿罗汉而积累的善业，以自然亲依止力资助她们。同样，在这里的出世间道智中，基础禅或所观禅也以自然亲依止力资助个人意乐，所以才会生起——

——希望圣道具有与基础禅或所观禅相似禅支的内在倾向。这一说法，正是指圣道依这类个人意乐而生起。（《根本复注》1-116；《大复注》2-475。）

三藏小龙长老之说的审察

问：三位长老中，三藏小龙长老一向主张‘唯有基础禅确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别’。他的近住弟子便问：‘尊者，在有基础禅的生命中，姑且可以由基础禅确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别；但在没有其他基础禅的无色有中，——

——什么法确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别呢？’

应知，他们是针对无色有中除四分法第四禅以外、不可能有其他世间基础禅而发问。无色界的诸无色禅，在四分法中全属第四禅，因为都只有舍与一境性二禅支。对于在无色界中与第四禅相应的圣道，只有与当界相应的无色禅能作观的基础禅；而这类无色禅一概摄入四分法第四禅，所以在无色界所得圣道，固定只有六觉支、七道支，以及舍、一境性二禅支，不能随基础禅发生差别。〔因为四无色禅的禅支相同。〕因此，弟子们认为无色界所得圣道不可能随基础禅而有觉支、道支、禅支的数目差别，只能有一种，才提出这一问题。

为了理解答案，应先知道：住在无色界的三因凡夫不能就在那里证得预流道，因为他缺少从佛陀等善士听闻正法这一称为他音的助缘。若在具有五蕴的欲界或色界中证得预流道，后来从五蕴有转生无色界，则可在无色界继续修观，证得上三道果。先明白这一点，就容易理解下面的答案。

答：‘贤友们，即使在无色有中，仍然唯有基础禅确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别。譬如，一位瑜伽行比丘成就八等至，以初禅为观的基础禅而证得预流道果；后来禅定不退，命终生到无色有。他在无色界再次进入与初禅相应、具有五禅支的预流果定，出定后修观，证得上三道果；他的上三道果便都与初禅相应，具有五禅支。——

——与第二禅等相应的道果也同理。〔若在五蕴有中以第二禅作为观的基础禅，证得预流道果，后来生到无色界，继续修观而证得上三道果，则第二禅仍是基础禅，上三道果也只与第二禅相应，具有三禅支。其余类推。〕或问：无色界不只有五分法第五禅、四分法第四禅吗？第二禅等怎么可能存在？长老继续回答：

‘无色界中可以有四分法的初禅、第二禅、第三禅这三种禅，也可以有五分法的初禅、第二禅、第三禅、第四禅这四种禅。这三种、四种——

原书 412

——禅都只是出世间禅。〔也就是圣道相应、在圣道刹那存在的禅；所指的是圣道刹那与圣道相应的五、四、三或二禅支。〕它们不是世间禅。贤友们，所以，即使在无色有中，仍然唯有基础禅确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别。’

弟子们答道：‘尊者，您已经把问题解答得很好。’

（《法集论义注》1-273—274。）

摩罗婆毗住大达多长老之说的审察

摩罗婆毗住大达多长老一向主张：‘作为观智所观对象的诸蕴，确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别。诚然，把某一蕴安立于三相而修观审察，由此生起名为出起的圣道——也就是趣向出起观——该圣道只与所观的那一蕴相似。’他的近住弟子便问：‘尊者，您这项所观禅说主张圣道具有与观智所观对象相同数目的觉支、道支、禅支，其中有明显过失。——

——若把色法安立于三相修观审察，从诸行与流转中出起而抵达名为出起的圣道，那么该瑜伽行比丘的圣道岂不应当成为像色法一样的无记法？若以总聚思惟法用智分别、摄受非想非非想处禅而修观，从诸行与流转中出起而抵达圣道，那么该比丘的圣道岂不应当与非想非非想处禅完全相同，成为非想非非想？’

长老答道：‘贤友们，并非如此。理由是：出世间圣道不可能不达到安止。因此，把色法安立于三相而修观审察，抵达名为出起的圣道时，该比丘的圣道是具八道支、与悦受相应的八支悦俱道。又有人以总聚思惟法把非想非非想处禅安立于三相而修观审察，从诸行中出起而证得圣道；他的圣道依行的残余——也就是除粗显诸行后所余的微细诸行——不能与该无色禅完全相同，只能在同属第四禅、同与舍相应这一点上相似。因此，它只是不含正思惟、具七道支的七支舍俱圣道。’

（《法集论义注》1-274。）

原书 413

作为观智所观对象的第二禅等，是圣道超越寻等粗显禅支的强力亲依止因。若观照色法为无常等，因为这项观智既没有以色界禅为基础，也没有把色界禅作为观修审察对象，所以便没有超越那些禅支的强力亲依止；又没有对那些禅支的厌离力，因而不可能没有五禅支。于是只有具足八道支的八支道能够生起，所以才说——

——‘它是具八道支、与悦受相应的道’。又若观照非想非非想处禅而抵达圣道，虽然该圣道属于具有舍与一境性二禅支的第四禅，但这位能够断除随眠的瑜伽行比丘之圣道，依‘行的残余’——即除粗显诸行后所余的微细诸行——不能与非想非非想处禅完全相同，只能在同属第四禅、同为舍俱道这一点上相似。‘舍俱道’这一语句正显示了这个意思。

（《根本复注》1-116；另见《法集论义注》1-274。）

三藏小无畏长老之说的审察

三藏小无畏长老一向主张‘个人意乐禅确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别’。有人把这一主张转述给三藏小龙长老。小龙长老说：‘某位瑜伽行者的相续中，首先已经具有作为观基础的基础禅；在这种情况下，依瑜伽行者个人意乐而被观照的禅，姑且可以依小无畏长老之说，确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别。但是，对没有基础禅的瑜伽行比丘来说，哪一种意乐、哪一种个人意乐禅，能够确定圣道中——

——觉支、道支、禅支数目的差别呢？这就好像一个没有本钱的人，却要去求财富增长与利息一样。’

众人又把这些话转述给三藏小无畏长老。小无畏长老答道：‘贤友们，我所说的是：对于已有基础禅的人，个人意乐——个人意乐禅——确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别。’

原书 414

再者，既然对于有基础禅的人，应说个人意乐禅确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别，那么对于有所观禅的瑜伽行者也应同样理解。诚然，一个人以第五禅作为观的基础禅，出第五禅后，又把初禅等安立于三相而修观审察；其相续中生起的圣道，依第一长老说应与第五禅相应，依第二长老说则应与趣向出起观当时正在观照的初禅等相应。因此，基础禅说与所观禅说彼此相反。可是依第三长老说，在这些禅中，——

——他意欲哪一种禅，圣道便与那一种禅相应。这样，基础禅说与所观禅说就不再与第三长老的个人意乐说冲突，个人意乐禅也确实发挥作用。应当如此理解。

（《法集论义注》1-274。）

例如，基础禅是第五禅，所观禅却是初禅；依基础禅说，圣道应当是第五禅道，依所观禅说，圣道则应当是初禅道，两说彼此相反。这时，如果个人意乐倾向与第五禅相应的第五禅道，就只会生起第五禅圣道；如果个人意乐转而倾向初禅道，也只会生起初禅圣道。理由是：在趣向出起观阶段，他持续安立三相而观照的，正是与自己内在倾向相应的那一禅。个人意乐参与以后，原来相反的两说便不再冲突。也就是说，若没有个人意乐说，单有前两说便会相互冲突；——

——加入个人意乐说以后，符合个人意乐的一方取胜，所以个人意乐并非空泛无益，而确有特殊作用；《法集论义注》1-274 正是这样解释的。（另见《根本复注》1-116。）由此可见，以上三位大长老都是通晓因果实相的智者，智慧锐利而圆满。因此，古代诸义注师依义注传统，把三位长老的主张收入义注。《殊胜义注》则抽出各说所指的意义，说明趣向出起观确定、判定三说中所说的各种禅。

（《法集论义注》1-274。）诚然，只有当各项主张与观修共同作用时，其中所说的意义才能实现。没有观，仅有基础禅或仅有个人意乐，都不能成办证得圣道之事；只有具足观才能成办。因此说：趣向出起观确定圣道中觉支、道支、禅支数目的差别。（《根本复注》1-117。）

原书 415

四种行道

前文已经说明圣道刹那中觉支、道支与禅支的种种差别；现在继续说明行道的差别。一、行舍智最初舍离烦恼时，若必须忍受艰苦，并伴随称为心力策励（cittapayoga）的修习用功与激励，才能舍离烦恼，就称为苦行道（dukkhā paṭipadā），即艰苦的修行道路。

二、反之，若不必忍受艰苦，也不需要称为心力策励的用功与激励，便能以安乐容易的修行舍离烦恼，就称为乐行道（sukhā paṭipadā）。

三、舍离烦恼以后，若尚未抵达所希求的圣道，在与圣道仍有间隔的观修期间，行舍智使圣道迟缓生起，就称为迟通达（dandhābhiññā）；意指在行舍智阶段停留较久，进程有所滞碍。四、反之，若行舍智使圣道迅速生起，就称为速通达（khippābhiññā）。

如此，行舍智立足于自己是圣道生起之因这一关系，把苦行道等名称给予各自的圣道；圣道由此获得苦行道迟通达等四种名称。（《清净之道》2-306。）

《殊胜义注》的审察

下面继续说明《阿毗达磨义注》（《殊胜义注》1-260—261）所论苦行道等内容。对于‘苦行道迟通达’等词，应这样决择：某位瑜伽行者从最初舍离烦恼时起，就必须在艰苦、疲惫、困难之中，以伴随策励之行的方式舍离烦恼；也就是说，他必须伴随称为心力策励的业处作意，劳苦地舍离烦恼。此人的行道，就是通往圣道而艰苦的苦行道。另一位瑜伽行者舍离烦恼以后，进入称为观之熟习（vipassanāparivāsa）的观修阶段，经过很久才使圣道显现；此人的——

——通达迟缓，所以称为迟通达。

古代诸阿阇梨把任何符合这种情形的阶段，都称为苦行道迟通达。（《殊胜义注》1-260。）

原书 416

‘任何阶段’（yo koci vāro）意为：依上引义注，无论以修习力一次、两次、三次、四次乃至多次舍离烦恼，古代诸师都可把相应阶段命名为苦行道迟通达。（《根本复注》1-111。）

义注诸师所认可的阶段

问：这些阶段中，义注诸师认可的是哪一种？答：在某个阶段，第一次已经舍离的烦恼后来重新生起，必须第二次舍离；第二次已经舍离的烦恼又再生起；但第三次舍离以后，烦恼便保持已被舍离的状态，终由圣道无余断除。义注诸师认可这一阶段，给它安立苦行道迟通达之名。（《殊胜义注》1-260。）古代义注诸师认可这种必须三次舍离烦恼的阶段为‘苦行道’；至于必须超过三次才舍离烦恼的阶段——

——当然更不必说，也是苦行道。只须一次或两次舍离烦恼，便能生起无余断除烦恼之圣道的阶段，则称为乐行道。

因为必须超过两次舍离烦恼的阶段不属于乐行道，所以义注诸师以必须三次舍离烦恼的阶段作为苦行道的典型。

既然三次舍离烦恼的阶段已被认作苦行道，那么四次乃至多次舍离烦恼等其他阶段，当然更应称为苦行道。（《根本复注》1-111—112。）再进一步说：仅有上述说明仍不够清楚，所以应当依以下方法，从最初阶段开始明确理解苦行道迟通达等词。

一、色非色摄受阶段

某位瑜伽行者先依特相、作用、现起、近因摄取四大种，再依同样四法摄取二十四种所造色，又依同样四法摄取名法；最后把色与名合在一起，摄取为'色法、名法'。他必须在艰苦、困难、疲惫与窘迫中，才能以智分别并摄取色名。

此人的修行道路称为苦行道。再者，这位已经以智分别、摄取色名的瑜伽行者修习观时，由于圣道智——

——显现生起得迟缓，所以称为迟通达。

> （《殊胜义注》1-260；《根本复注》1-112。）

这里所谓摄取色、摄取名、摄取色名，都是指依特相、作用、现起、近因，以智分别色法与名法。

若必须艰难地这样以智分别，就是苦行道。即使摄取色法时容易，若摄取名法时变得困难，也仍是苦行道。应知：在行道范围尚未完成以前，只要任何一处有困难，整体便称为苦行道。

二、名色分别阶段

巴利引文（缅文字体）：'နာမရူပမတ္တမေဝေတံ၊ နှ အညော ကောစိ သတ္တာဒိကောတိ ဝဝတ္ထာပနံ နာမရူပဝဝတ္ထာပနံ။'译：'这只是名色，除名色以外，并没有任何有情等；如此确定，就是名色分别。'

> （《根本复注》1-112。）

确定'只有名色；除名色以外，没有人、有情、生命、自我、人类、天人、梵天等'，就是名色分别（nāmarūpavavatthāna），也就是见清净阶段。（《根本复注》1-112。）某位瑜伽行者无论先前是容易还是艰难地以智分别色名，在进一步确定名色时，却必须在艰苦、困难、疲惫与窘迫中进行——也就是确定没有人、有情、生命、自我、人类、天人、梵天等，只有色名。名色分别完成后，他修习观，仍要经过很久才能使圣道智生起；此人的行道与通达——

——也称为苦行道迟通达。（《殊胜义注》1-260。）色非色摄受智艰难成就，所以先成为苦行道；其后的名色分别等智若因逆品烦恼较弱，也可能容易完成而成为乐行道。不过，即使这些智容易完成，若此人的信、精进、念、定、慧诸根迟钝薄弱，圣道仍会迟缓显现。因此，名色分别智等艰难成就，并不是圣道迟缓生起的必然原因；只有——

——与观智相应的信等诸根迟钝薄弱，才是圣道迟缓显现的必然原因。正因如此，义注在第一色非色摄受阶段，只说色非色摄受智难以成就便足以构成苦行道，而没有把其后名色分别等智的困难也合并到第一阶

段。

五个阶段依次如下：一、色非色摄受阶段；二、名色分别，即确定名色；

原书 418

其余三项是：三、缘摄受，即摄取诸因；四、三相通达，即洞察无常、苦、无我三相；五、断尽欲染，即断尽对光明等观染的爱著。在这些阶段，也应依同一原则理解苦行道。连同第一色非色摄受阶段，苦行道范围共有五个阶段；五者之中任何一处有困难，整体便称为苦行道。（参见《根本复注》1-112。）

三、缘摄受阶段

另一位瑜伽行者完成名色分别后，以智分别、摄取名色诸因时，必须在艰苦、困难、疲惫与窘迫中进行。这里显示缘摄受智的阶段，也就是度疑清净。摄取名色诸因以后，他修习观，仍经过很久才能使圣道智生起；这也称为苦行道迟通达。（《殊胜义注》1-260。）

四、三相通达阶段

另一位瑜伽行者摄受名色诸因以后，通达无常、苦、无我三相时，必须在艰苦、困难、疲惫与窘迫中修到通达。这里显示称为三相思惟（lakkhaṇasammasana）的思惟智。通达三相以后，他修习观，仍经过很久才能使圣道智生起；这也称为苦行道迟通达。（《殊胜义注》1-261。）

五、断尽欲染阶段

另一位瑜伽行者通达三相以后，观智锐利、勇健、明净，能够荷担观修之务；但要把自己相续中对光明等观染的爱著——观之欲染（vipassanānikanti）——周遍摄取，并以把诸法安立于三相而修观的方式令其断尽时，却必须在艰苦、困难、疲惫与窘迫中才能完成。进一步说，对作为观之染污的光明等生起爱著，就是观之欲染；将它——

原书 419

——周遍摄取并以观修断尽以后，再继续修观，却要经过很久才能使圣道智生起，这也称为苦行道迟通达。义注诸师认可这一阶段为苦行道迟通达，并给它安立此名。应当这样从最初阶段开始明确理解；其余苦行道速通达、乐行道迟通达、乐行道速通达三种行道，也依同一方法理解。

> （《殊胜义注》1-261。）

义注诸师所认可的阶段详解

在称为三相通达阶段的总聚思惟智末端，生灭智随即生起，知见诸行生灭直至刹那现在。生灭智阶段会明显生起光明等观随染。义注诸师认可：必须以观智三次舍离这些随染而有困难的阶段，称为苦行道；因为在行道范围中，断尽欲染阶段就是最后界限。

即使断除观随染、完成断尽欲染阶段并不辛苦，若前面的色非色摄受等阶段艰难，也仍可依义注所说方式称为苦行道，不能排除。

（《根本复注》1-112。）

另一种解释是：‘诸师认可这一阶段’中的‘这一阶段’，不单指最后的断尽欲染阶段，而包括从第一色非色摄受阶段起，凡须艰难地三次舍离烦恼的一切阶段。意思是：凡须三次舍离烦恼的阶段，都称为苦行道。

若某位瑜伽行者在全部五个阶段中，只须一次或两次舍离烦恼，观智便进展而抵达圣道，则色非色摄受智等一切智对他都不艰难；应知此人的行道称为乐行道。（《根本复注》1-112。）

《大复注》的审察

《根本复注》诸师解释说：总聚思惟阶段结束、生灭随观智生起时，由生灭智引生诸观随染；义注诸师认可必须三次艰难舍离这些随染的阶段为苦行道。这个解释固然正确，不过《殊胜义注》第261页又说：

原书 420

巴利引文（缅文字体）：‘ဝိပဿနာညာဏော တိက္ခေ သူရေ ပသန္နေ ဝဟန္တေ ဥပ္ပန္နံ ဝိပဿနာနိကန္တိံ ပရိယာဒိယမာနော ဒုက္ခေန ကသိရေန ကိလမန္တော ပရိယာဒိယတီ။’译：‘当观智锐利、勇健、明净而能荷担观修之务时，周遍摄取已生的观之欲染，却要在困苦、艰难与疲惫中才能完成。’（《殊胜义注》1-261。）既然义注这样说，就应知：在趣向出起观以前，由欲解脱智等逐渐发展而成的行舍智，若也必须艰苦地舍离自己的逆品法，便属于苦行道。

有些论师则认为：《清净之道》的义注在行道部分，是依同一理路，把舍离观随染的道非道智——即生灭智——与此行舍智合为一种智，因此作了这样的说明。〔参见前文《清净之道》所说四种行道。〕

（《大复注》2-476。）

行道的差别与一致

行道对有些比丘在四种圣道中各不相同，对另一些比丘则四道完全相同。特别是，诸佛的四种圣道全都属于乐行道速通达；法将舍利弗尊者的四道也全是乐行道速通达。摩诃目犍连尊者的预流道是乐行道速通达，上三道则是苦行道迟通达。（《清净之道》2-307。）可是《阿毗达磨·殊胜义注》另作解释：摩诃目犍连尊者的上三道是苦行道速通达，因为昏沉睡眠曾经压迫他。

正等觉佛为令摩诃目犍连尊者证得道果，连续七日加以扶持，如同照料年幼者。大历103年德波兑月初一，未来的舍利弗尊者——游方者优波提舍——把阿说示长老所说、以‘诸法从因生’开头的法偈转告他；摩诃目犍连尊者由听闻此偈证得预流道果。当日晚间受善来比丘戒后，他以摩揭陀国迦罗瓦罗子村为托钵处，在附近林中继续修习比丘之法——

原书 421

——到第七日，他因昏沉睡眠而坐着打瞌睡。世尊便问：‘目犍连，你在昏睡吗？目犍连，你在昏睡吗？’由于曾受昏沉睡眠压迫，他的上三道属于苦行道；但他依佛陀指示修习光明想、驱除睡意后继续精进，很快便证得上三道果，所以又属于速通达者。

即使是已成就大通达（mahābhiññā）的声闻，通往四道的行道仍会变动而有差别；其余人的行道又怎么可能完全不变、没有差别？当然也会变动而有差别。

一、有些比丘的四种圣道，全都是苦行道迟通达。

二、有些比丘的四种圣道，全都是苦行道速通达。

三、有些比丘的四种圣道，全都是乐行道迟通达。

四、有些比丘的四种圣道，全都是乐行道速通达。

五、有些比丘的第一道——预流道——是苦行道迟通达；第二道——一来道——是苦行道速通达；第三道——不还道——是乐行道迟通达；第四道——阿罗汉道——是乐行道速通达。

应知：行舍智就是这样确定行道的差别。

（《殊胜义注》1-280。）

行道会变动而有差别，增上也同样会变动而有差别。有些瑜伽行比丘的四道全由欲增上成就；有些人的四道全由精进增上成就；有些人的四道全由心增上成就；有些人的四道全由观增上——即慧增上——成就。（《殊胜义注》1-280。）又有些比丘，第一道由欲增上成就，第二道由精进增上成就，第三道由心增上成就——

——第四道由观增上成就。因此，有些瑜伽行比丘的四道具有不同的增上；另一些人的四道则只有同一种增上。应当这样理解。如此，行舍——

原书 422

——智确定行道的种种差别；至于它如何确定解脱的差别，前文已经说明。（《殊胜义注》1-280；《清净之道》2-307。）

另一种解释：圣道如何获得名称

再依另一种方法广说：圣道因五项理由而获得名称：一、自性（sarasa），即依自身的特殊生起因；二、逆品（paccanīka）；三、自德（saguṇa）；四、所缘（ārammaṇa）；五、来路（āgamana），即作为圣道生起之因的观。详说如下。一、自性：若行舍智由于把三界诸行审察为无常而从诸行相出起，圣道便以称为无相的解脱而解脱，称为无相解脱；若由于审察为苦而出起，则称为无愿解脱；若由于审察为无我而出起，则称为空解脱。

无相、无愿、空这三个名称，是圣道依自性所得之名。（《清净之道》2-307。）巴利复注引文（缅文字体）：‘မဂ္ဂကတ္တုကြာယ ဝုဋ္ဌာနကိရိယာယ ဧကန္တိကဟေတုဘူတာ သင်္ခါရုပေက္ခာ ဖလူပစာရေန "ဝုဋ္ဌာတီ"တိ ဝုတ္တာ။ ယသ္မာ ဝါ သင်္ခါရုပေက္ခာတိ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနိယာ ဧတံ ဥပလက္ခဏံ၊ တဒန္တောဂဓ္ဇ ဂေါတြဘုဉာဏံ နိမိတ္တတော ဝုဋ္ဌာတိ၊ တသ္မာ ဝုတ္တံ ဧက

တ္ထာနယေန "သမ္မသိတ္တာ ဝုဋ္ဌာတီ"တိ။’译：‘行舍智是以圣道为作者的出起作用之决定性原因，故依果喻因而说它“出起”。或者，“行舍智”只是趣向出起观的举一兼摄；其中所摄的种姓智也从诸行相出起，所以依一法法说“审察以后出起”。’问：真正出起的不是只有圣道吗？答：从诸行相与流转出起这一作用的作者，确实是圣道；而圣道的决定性原因，就是行舍智。

〔这里单举行舍智，是依主要法说。〕义注把果法圣道的‘从诸行相与流转出起’之名转用于原因行舍智，依果喻因而说行舍智从诸行相出起。另一种解释是：上引义注单说行舍智，只是举一兼摄、举例说明，实际摄取全部趣向出起观。其中所摄的种姓智也从诸行相出起。因此，把行舍智与种姓智依同属观智而合为一组，义注才依同一理路说：行舍智审察诸行为无常、苦、无我以后，从诸行相出起。

（《大复注》2-477。）

原书 423

按：上文翻译 sammasitvā 时，若把 tvā 后缀理解为因义——

——直接解释为‘由于行舍智把诸行观修、审察为无常〔苦、无我〕，圣道便从诸行相与流转出起’，那么就不必再另用果喻因与同一理路来解释。

二、逆品：把圣道前分的观智——前分念处道——与圣道，依同为道、同为智的同一理路合说为一个‘道’。这条兼摄世间与出世间的道，以无常随观智破除诸行的相续密集、组合密集、作用密集、所缘密集等各类色名密集，舍离常相、坚固相、恒常相而来，所以称为无相。

又以苦随观智舍离乐想，令称为愿求（paṇidhi）的对诸行之渴望枯竭而来，所以称为无愿。

又以无我随观智舍离自我、有情、补特伽罗之想，见到诸行空无自我、有情与补特伽罗，所以称为空。因此，无相、无愿、空这三个名称，是圣道依逆品所得之名。

（《清净之道》2-307；《大复注》2-477。）

三、自德：圣道中没有贪等，因空无贪等而称为空。又因为没有被执为‘我、我所’的色相、受相等；另一说，因为没有贪相、瞋相、痴相等；再一说，因为没有仿佛具有实体、相续与质料的诸行相，所以称为无相。因为没有贪愿、瞋愿、痴愿，也就是没有以贪、瞋、痴所作的渴望，所以称为无愿。因此，空、无相、无愿这三个名称，是圣道依自身功德所得之名。（《清净之道》2-307；《大复注》2-477。）

四、所缘：涅槃空无一切诸行，也空无自我，所以称为空；圣道以这名为空的涅槃为所缘，所以也称为空。

涅槃没有一切诸行相，所以称为无相；圣道以这名为无相的涅槃为所缘，所以也称为无相。

涅槃没有爱愿等，所以称为无愿；圣道以这名为无愿的涅槃为所缘，所以也称为无愿。因此，空、无相、无愿这三个名称，是圣道依所缘所得之名。（《清净之道》2-307；《大复注》2-477—478。）

原书 424

五、来路：如前所述，来路有两种，即观来路与道来路。圣道依观来路得名，圣果依道来路得名。换言之，作为圣道生起之因的观称为观来路，作为圣果生起之因的圣道称为道来路。无我随观见到诸行空无自我，依自性称为空；由空观所生的圣道，依观来路也称为空。无常随观舍离常相、坚固相、恒常相，所以称为无相；由无相观所生的圣道，依观来路也称为无相。

圣道的‘无相’之名，不能依阿毗达磨教法的方式成立，只能依经教方式成立。因为在经教中，种姓智缘取名为无相的涅槃，本身也名为无相；它作为圣道生起之因而处在观来路这一行道位置，便把无相之名给予圣道。古代诸师如此宣说。圣道因其原因——观——所给予的名称，而被称为无相。

同理，说圣果依道来路称为无相，也是恰当的。苦随观令三界诸行中称为爱的渴望枯竭，并由此一路来到圣道，所以称为无愿；由无愿观所生的圣道，也称为无愿。

无愿圣道的圣果，称为无愿圣果。如此，观把自己的‘无愿’之名给予圣道，圣道又把自己的‘无愿’之名给予圣果，所以‘无愿’是依来路所得之名。行舍智就是这样确定解脱的差别。（《清净之道》2-307—308。）

能给予结生果的一类行舍智

巴利引文（缅文字体）：‘ကထံ ပုထုဇ္ဇနဿ စ သေက္ခဿ စ သင်္ခါရုပေက္ခာယ စိတ္တဿ အဘိနီဟာရော ဇကတ္တံ ဟောတိ။’译：‘凡夫与有学二者把心导向行舍智，为何会有相同之处？’

巴利引文（缅文字体）：‘ပုထုဇ္ဇနဿ သင်္ခါရုပေက္ခံ အဘိနန္ဒတော စိတ္တံ ကိလိဿတိ၊ ဘာဝနာယ ပရိပန္ထော ဟောတိ၊ ပဋိဝေဓဿ အန္တရာယော ဟောတိ၊ အာယတိံ ပဋိသန္ဓိယာ ပစ္စယော ဟောတိ။ သေက္ခဿာပိ သင်္ခါရုပေက္ခံ အဘိနန္ဒတော စိတ္တံ ကိလိဿတိ၊ ဘာဝနာယ ပရိပန္ထော ဟောတိ၊ ဥတ္တရိ ပဋိဝေဓဿ အန္တရာယော ဟောတိ၊ အာယတိ ပဋိသန္ဓိယာ ပစ္စယော ဟောတိ။ ဧဝံ ပုထုဇ္ဇနဿ စ သေက္ခဿ စ သင်္ခါရုပေက္ခာယ စိတ္တဿ အဘိနီဟာရော ဇကတ္တံ ဟောတိ အဘိနန္ဒနဋ္ဌေန။ (ပဋိသံ-၆၀။)’译：‘凡夫欣乐行舍智时，心受染污，成为修习的障碍、通达的障碍，并成为未来结生之缘。有学欣乐行舍智时，心也受染污，成为修习的障碍、进一步通达的障碍，并成为未来结生之缘。凡夫与有学把心导向行舍智，就这样在欣乐义上相同。’（《无碍解道》60。）对凡夫而言，欣乐行舍智会染污其心，妨碍观修，也妨碍以圣道通达四谛——

——并成为未来结生之因。

有学欣乐行舍智时，心也受染污，妨碍观修，妨碍以上位圣道智通达四谛，并成为未来结生之因。凡夫与有学把心导向行舍智，就这样在欣乐这一性质上相同。（《无碍解道》60。）巴利义注引文（缅文字体）：‘အာယတိံ ပဋိသန္ဓိယာ ပစ္စယော ဟောတီတိ သင်္ခါရုပေက္ခာသမ္ပယုတ္တကမ္မဿ ဗလဝတ္တာ တေနေဝ သုဂတိပဋိသန္ဓိယာ ဒိယမာနာယ အဘိနန္ဒနသင်္ခါတော လောဘကိလေသော အနာဂတေ ကာမာဝစရသုဂတိ- ပဋိသန္ဓိယာ ပစ္စယော ဟောတိ။ ယသ္မာ ကိလေသသဟာယံ ကမ္မံ ဝိပါကံ ဇနေတိ၊ တသ္မာ ကမ္မံ ဇနကပစ္စယော ဟောတိ၊ ကိလေသော ဥပတ္ထမ္ဘကပစ္စယော။ ပ ။’译：‘所谓成为未来结生之缘：与行舍智相应之业的力量强大；当此业给予欲界善趣结生时，称为欣乐的贪烦恼便成为未来欲界善趣结生之缘。因为业须有烦恼协助才能产生果报，所以业是能生缘，烦恼是扶助缘。’

巴利义注续文（缅文字体）：‘အာယတိံ ပဋိသန္ဓိယာ ပစ္စယော ဟောတိတိ သေက္ခေသု သောတာပန္နသကဒါဂါမိနံ အနဓိဂတဋ္ဌာနာနံ သဒိ်ရုပေက္ခာကမ္မေန ဒိယမာနာယ ကာမာဝစရသုဂတိပဋိသန္ဓိယာ အတိန္ဒ္ဒကိလေသော ပစ္စယော ဟောတိ၊ ဈာနလာဘိနံ ပန အနာဂါမိဿ စ ဖြတ္မလောကေယေဝ ပဋိသန္ဓာနတော ပစ္စယော န ဟောတိ။ အနုလောမ- ဂေါတြဘူဟိ စ ဒိယမာနာယ ပဋိသန္ဓိယာ အယမေဝ ကိလေသော ပစ္စယော ဟောတိတိ ဝေဒိတဗ္ဗော။’译：‘在有学中，对未得禅的预流者与一来者，由行舍业所给予的欲界善趣结生，欣乐烦恼会成为其缘；但得禅者以及不还者只在梵界结生，所以不会成为这种缘。又应知：随顺智与种姓智所给予的结生，也以同一烦恼为缘。’

缅文出处原串：‘(ပဋိသံ-ဋ္ဌ-၁-၂၅၀။)’（《无碍解道义注》1-250。）

凡夫与行舍智相应的思——即业——力量强大；当此业给予欲界善趣结生果时，称为欣乐行舍智的贪烦恼，便成为未来欲界善趣结生之因。与贪烦恼相伴、和行舍智相应的思业，能够产生欲界善趣结生等果报。因此，与行舍智相应的思业，是直接产生果报的能生缘。

欣乐行舍智的贪烦恼，则是从旁支持的扶助缘。

在有学中，未得禅的预流者与一来者，其与行舍智相应的思——行舍业——给予欲界善趣结生时，欣乐行舍智的贪烦恼会成为扶助缘。至于已得禅的预流者、一来者以及不还者，因为只在梵界结生，这种贪烦恼不能成为其梵界结生等果报的扶助缘。

随顺智与种姓智相应的思业所给予的结生，同样以这种欣乐行舍智的贪烦恼为扶助缘。应当这样理解。（《无碍解道义注》1-250。）应注意一点：这里说，与随顺智相应的善思能够给予欲界善趣的一次结生果；与种姓——

——智相应的善思也能够给予欲界善趣的一次结生果。这两点都应记住。随顺智心只生起一次，种姓智心也只生起一次；这正是‘一个思可以产生一次生命’的例证。同理，也应理解行舍业如何能够这样给予果报。

最重要的时刻

对于一位流转于轮回旅程中的凡夫，如果一方面既没有必定在恶趣给果的五无间业，也没有直到死亡仍未舍弃的定邪见业；另一方面又没有能必定在梵界给果、直到死亡都不退失的禅那广大业；再者，最低限度还没有成就直到缘摄受智的诸观智，那么临终时就是最重要的时刻。对这样的凡夫，如果临终速行是不善速行，便必定投生四恶趣之一。

如果临终速行是善速行，便会随其所应投生某一善趣。

在这些善业中，行舍业是一种层次极高的业。除了发愿成就正等正觉智、辟支菩提智、上首弟子菩提智或大弟子菩提智的人以外，修习观业处直至行舍智的善人，一般都能在死后的第二生证得圣道、圣果与涅槃；世尊在《随闻经》中亲自说明了这一点。因此，既已获得难得的人身，乃至获得出家身，就应当特别努力，以教理所知（āgamasuta，学知）与修证所知（adhigamasuta，修知）这两种知，充分了知具有如此可靠保证的佛法。对于尚未走完轮回旅程的人——

——如上所说，临终时正是恶趣与善趣分道扬镳的最重要时刻；必须预先建立能够确保投生善趣的善业。如果已经努力到足以终结轮回旅程，那就更是胜上加胜。

下面继续列出《随闻经》的缅译。

《随闻经》

诸比丘，对这些教法，先令其进入净耳（pasāda-sota，即耳净色），再以智耳（ñāṇa-sota）辨别、记取；以口反复背诵而熟习；以内心一再细察、审思；又从法义与诸因两方面，以正见智慧亲自现前、善加通达。对这样的教法，可以期待必定获得以下四种利益。

原书 427

是哪四种？一、诸比丘，在此教法中，比丘学习具足九分的教法：一、契经（sutta），即称为契经的教法；二、应颂（geyya），即偈颂与散文相间的教法；三、记说（veyyākaraṇa），即不杂偈颂的纯散文教法；四、偈颂（gāthā）；五、自说（udāna），即世尊欢喜而说的教法；六、如是语（itivuttaka），即以‘世尊如是说’等语开篇的教法；七、本生（jātaka）；八、未曾有法（abbhutadhamma），即关于前所未有、稀奇事的教法；九、方广（vedalla），即由问——

——答构成、使人获得殊胜智与欢喜的教法。

比丘学习这具足九分的教法。这些教法在他的相续中进入净耳，由智耳辨别、记取；以口反复背诵而熟习；以内心一再细察、审思；又从法义与诸因两方面，以正见智慧亲自现前、善加通达。

（《增支部》1-504—505。）

〔按：巴利义注引文（缅文字体）：‘ဒိဋ္ဌယာ သုပ္ပဋိဝိဒ္ဓါတိ အတ္ထတော စ ကာရဏတော စ ပညာယ သုဋ္ဌု ပဋိဝိဒ္ဓါ ပစ္စက္ခံ ကတာ။ (အံ-ဋ္ဌ-၂-၃၆၄။)’译：‘所谓由见善通达，是说从义与因两方面，以慧善加通达，成为亲证。’（《增支部义注》2-364。）佛陀所说、具足九分的三藏教法，其法体与义理只有心、心所、色、涅槃四种胜义法。希望证得第四胜义法——涅槃——的善人，首先必须努力，以正见智慧亲自现前、通达世间心、心所、色这些法体与义理，以及心、心所、色的诸因。这就是名色分别智与缘摄受智，也就是知遍知；这种说法称为显示开端之法（ādidīpakanaya）。三种遍知是知遍知、审察遍知与断遍知；既举开端的知遍知，便也兼摄中间的审察——

——遍知和最后的断遍知。这里意在说明：应努力成就从名色分别智直至行舍智的诸观智。在这一过程中，首先必须从教理学习心、心所、色等法，这就是教理所知（āgamasuta，学知）；此后又必须努力，以正见智慧亲自现前、通达这些胜义法，直至成就行舍智，这就是修证所知（adhigamasuta，修知）。

应知：这里特别指向具足教理所知与修证所知这两种知的善人。〕

原书 428

这位比丘失念而命终，投生于某一天众。（《增支部》1-505。）

〔按：巴利义注引文（缅文字体）：‘မုဋ္ဌဿတိ ကာလံ ကုရုမာနောတိ နယိဒံ ဗုဒ္ဓဝစနံ အနုဿရဏဿတိယာ အဘာဝေန——

——ဝုတ္တံ၊ ပုထုဇ္ဇနကာလကိရိယံ ပန သန္ဓာယ ဝုတ္တံ။ ပုထုဇ္ဇနော ဟိ မုဋ္ဌဿတိ ကာလံ ကရောတိ နာမ။ (အံ-ဋ- ၂-၃၆၄။) -----’译：‘所谓失念而命终，这句佛语不是针对没有忆念之念而说，而是针对凡夫的命终而说；凡夫命终，就称为失念而命终。’（《增支部义注》2-364。）

所谓‘失念而命终’，并不是由于没有始终忆念佛语之念——

——才这样说；只是针对以凡夫身份命终而说。凡夫命终，就称为失念而命终。〔《增支部义注》2-364。〕在天界中，这位安乐天人的相续里，诸法句清楚显现；也就是说，他前世诵读、背熟，并以正见智慧亲自现前、善加通达的一切法，都如影像显现在明镜中一样清楚显现。诸比丘，能够随法继续观修、审察而与观智相应之念，虽生起得迟缓；但这位天人——

——却能很快证得圣道、圣果与涅槃这些殊胜法。诸比丘，这就是对那些进入净耳、由智耳辨别记取、以口熟习、以内心反复审思、又从法义与诸因两方面由正见智慧亲证善通达的教法，可以期待的第一种利益。（《增支部》1-505。）二、诸比丘，再者，比丘学习契经、应颂、记说、偈颂、自说、如是语、本生、未曾有法、方广这具足九分的教法。这些教法在他的相续中进入净耳，由智耳——

——辨别、记取；以口反复背诵而熟习；以内心一再细察、审思；又从法义与诸因两方面，以正见智慧亲自现前、善加通达。

这位比丘失念而命终，投生于某一天众。在天界中，这位安乐天人的相续里，诸法句尚未清楚显现；但有一位具足神足、已经善巧自在于心的说法比丘，在天众中宣说教法。这位天人心想：‘现在这位说法比丘所说的法，就是我从前在人间作比丘时，曾经修习的那一套法与律；它称为教法梵行，统摄于戒、定、慧三学的殊胜修行。’诸比丘，能够随法继续——

——观修、审察之念，虽生起得迟缓；但这位天人却能很快证得圣道智、圣果智与涅槃这些殊胜法。

诸比丘，可用下面的世间譬喻来说明：一位精通大鼓声的人长途旅行时听见大鼓声，心中不再迟疑‘这是大鼓声，还是不是大鼓声’，而会如实断定这就是大鼓声。同样，比丘学习契经、应颂、记说、偈颂、自说、如是语、本生、未曾有法、方广这具足九分的教法。这些教法在他的相续中进入净耳，由智耳辨别、记取；以口反复背诵而熟习；以内心一再细察、审思——

——又从法义与诸因两方面，以正见智慧亲自现前、善加通达。

这位比丘失念而命终，投生于某一天众。在天界中，这位安乐天人的相续里，诸法句尚未清楚显现；但有一位具足神足、已经善巧自在于心的说法比丘，在天众中宣说教法。这位天人心想：‘现在这位说法比丘所说的法，就是我从前在人间作比丘时，曾经修习的那一套法与律；它称为教法梵行，统摄于戒、定、慧三学的殊胜修行。’诸比丘，能够随法继续观修、审察之念，虽生起得迟缓；但这位天人——

——却能很快证得圣道智、圣果智与涅槃这些殊胜法。

诸比丘，这就是对那些进入净耳、由智耳辨别记取、以口熟习、以内心反复审思、又从法义与诸因两方面由正见智慧亲证善通达的教法，可以期待的第二种利益。

（《增支部》1-505—506。）

三、诸比丘，再者，比丘学习契经、应颂、记说、偈颂、自说、如是语、本生、未曾有法、方广这具足九分的教法。

这些教法在他的相续中进入净耳，由智耳辨别、记取；以口反复背诵而熟习；以内心一再细察、审思——

原书 430

——又从法义与诸因两方面，以正见智慧亲自现前、善加通达。

这位比丘失念而命终，投生于某一天众。在天界中，这位安乐天人的相续里，诸法句尚未清楚显现；具足神足、已经善巧自在于心的说法比丘，也还没有在天众中说法。然而，有一位说法天人在天众中宣说教法。这位天人心想：‘现在这位说法天人所说的法，就是我从前在人间作比丘时，曾经修习的那一套法与律；它称为教法梵行，统摄于戒、定、慧三学的殊胜修行。’诸比丘，能够随法继续——

——观修、审察之念，虽生起得迟缓；但这位天人却能很快证得圣道智、圣果智与涅槃这些殊胜法。

诸比丘，可用下面的世间譬喻来说明：一位精通螺声的人长途旅行时听见螺声，心中不再迟疑‘这是螺声，还是不是螺声’，而会如实断定这就是螺声。同样，比丘学习契经、应颂、记说、偈颂、自说、如是语、本生、未曾有法、方广这具足九分的教法。这些教法在他的相续中进入净耳，由智耳辨别、记取；以口反复背诵而熟习；以内心一再细察、审思——

——又从法义与诸因两方面，以正见智慧亲自现前、善加通达。

这位比丘失念而命终，投生于某一天众。在天界中，这位安乐天人的相续里，诸法句尚未清楚显现；具足神足、已经善巧自在于心的说法比丘，也还没有在天众中说法。然而，有一位说法天人在天众中宣说教法。这位天人心想：‘现在这位说法天人所说的法，就是我从前在人间作比丘时，曾经修习的那一套法与律；它称为教法梵行，统摄于戒、定、慧三学的殊胜修行。’诸比丘，能够随法继续——

——观修、审察之念，虽生起得迟缓；但这位天人却能很快证得圣道智、圣果智与涅槃这些殊胜法。

原书 431

诸比丘，这就是对那些进入净耳、由智耳辨别记取、以口熟习、以内心反复审思、又从法义与诸因两方面由正见智慧亲证善通达的教法，可以期待的第三种利益。

（《增支部》1-506。）

四、诸比丘，再者，比丘学习契经、应颂、记说、偈颂、自说、如是语、本生、未曾有法、方广这具足九分的教法。这些教法在他的相续中进入净耳，由智耳辨别、记取；以口反复背诵而熟习；以内心一再细

察、审思；又从法义与诸因两方面，以正见智慧亲自现前、善加通达。

这位比丘失念而命终，投生于某一天众。在天界中，这位安乐天人的相续里，诸法句尚未清楚显现；具足神足、已经善巧自在于心的说法比丘，还没有在天众中说法；说法天人也还没有在天众中说法。然而，一位先已投生天界、前世在人间曾与他同住的天人，提醒后来投生的天人说：‘天友，你应忆起我们从前在人间作比丘时，曾经修习的那一套法与律；它称为教法梵行，统摄于戒、定、慧三学的殊胜——

——修行。天友，你应忆起它。’那位天人答道：‘天友，我想起来了；天友，我想起来了。’诸比丘，能够随法继续观修、审察之念，虽生起得迟缓；但这位天人却能很快证得圣道智、圣果智与涅槃这些殊胜法。

诸比丘，可用下面的世间譬喻来说明：两位童年一起玩尘土的朋友，有时在某处相遇；一人对另一人说：‘朋友，你应忆起这件事；你应忆起这件事。’另一人答道：‘朋友，我想起来了；朋友，我想起来了。’同样，比丘学习契经、应颂、记说、偈颂、自说、如是语、本生、未曾有法、方广这具足九分的教法。这些教法在他的相续中进入净耳，由智耳辨别、记取；以口——

行道智见清净释（之七）

原书第 432 – 461 页

原书 432

——反复背诵而熟习；以内心一再细察、审思；又从法义与诸因两方面，以正见智慧亲自现前、善加通达。

这位比丘失念而命终，投生于某一天众。在天界中，这位安乐天人的相续里，诸法句尚未清楚显现；具足神足、已经善巧自在于心的说法比丘，还没有在天众中说法；说法天人也还没有在天众中说法。然而，一位先已投生天界、前世在人间曾与他同住的天人，提醒后来投生的天人说：‘天友，你应忆起我们从前在人间作比丘时，曾经修习的那一套法与律；它称为教法梵行，统摄于戒、定、慧三学的殊胜——

——修行。天友，你应忆起它。’那位天人答道：‘天友，我想起来了；天友，我想起来了。’诸比丘，能够随法继续观修、审察之念，虽生起得迟缓；但这位天人却能很快证得圣道智、圣果智与涅槃这些殊胜法。诸比丘，这就是对那些进入净耳、由智耳辨别记取、以口熟习、以内心反复审思，又从法义与诸因两方面由正见智慧亲证——

——善通达的教法，可以期待的第四种利益。

诸比丘，对那些进入净耳、由智耳辨别记取、以口熟习、以内心反复审思，又从法义与诸因两方面由正见智慧亲自现前、善加通达的教法，可以期待的就是这四种利益。（《增支部》1-506—507。）行舍智章终。

原书 433

随顺智章

谛随顺智

佛德、法德、僧德、戒德、定德、慧德等种种可敬信的功德，是令心澄净的净信之所依，也是净信显现生起的原因。依止这些净信所缘，作如下决定而生起的信，称为胜解信（adhimokkha-saddhā）：‘这确实是真正的佛，是真正的法，是真正的僧；统摄于戒、定、慧三学殊胜行、名为教法梵行的八支圣道，确实是引导众生脱离轮回苦的出离善法；有因则有果的因果关联——缘起法——也确实真实不虚。’胜解信——

——也就是胜解信，即坚定不移的信。

一、瑜伽行者恭敬地亲近、修习行舍智，像不断钻木取火一样不间断地反复练习；由于行舍修习的殊胜作用达到卓越程度，强有力的胜解信便生起。

二、精进受到良好策励，能支助相应法在观修作业中不松弛退缩；它坚韧锐利，足以驱散、排除对立之法，因而强力生起。

三、念因极为锐利，能面向自己正在观修的行所缘而清楚现起。

四、由于轻安与乐强烈生起，心安稳、统一地安住于行所缘，定因而生起。

五、行舍慧对诸行安立无常、苦、无我三相而审察时保持中舍；由于它极为锐利，足以成为随顺智生起之因，所以行舍慧强力生起。

这位住于行舍的瑜伽行者，五根已经如此锐利成熟；到了可以说‘圣道法现在就要生起’的时候，行舍智便以无常、苦、无我三相中的某一相审察诸行——

——这样审察的行舍观速行生起七次而灭，随后落入有分。有分之后，意门转向只依此前行舍慧取境的方式，以无常、苦或无我为所缘而缘取诸行。〔意思是：先前灭去的行舍慧若以无常审察诸行，这次就只依取无常为所缘的方式；若以苦或无我审察，也同样只依该方式。这里说‘只依取境的方式’，表明它不是重新审察：先前的行舍作审察，这次只取所缘。〕意门——

——转向生起；它令有分转起、沉落，不让心继续依有分之力而流。紧接这颗意门转向唯作心之后，心流不受异类心阻隔而连续相接；第一颗行舍观速行心，依前两三路观速行心路所用的同一方式生起：先前若以无常缘取诸行，它也缘取为无常；若缘取为苦或无我，它也同样缘取。因为这第一速行能为圣道的生起作准备，所以称为遍作（parikamma）。

紧接遍作速行之后，第二颗行舍观速行心仍以无常等某一相缘取诸行而生起。由于这第二速行运行于圣道近处，所以称为近行（upacāra）。

紧接名为近行的速行心之后，第三颗行舍观速行心仍以无常等某一相缘取诸行而生起。由于这第三速行随顺前后诸法，所以称为随顺（anuloma）。遍作、近行、随顺，是这三颗速行各自的专名。

不过，若依一切速行共通的一般意义来说，这三颗速行心都可以称为：一、由于恭敬亲近、反复修习，称为数习（āsevana）；二、由于为圣道的生起作准备，称为遍作；三、由于运行于圣道近处，称为近行；四、由于随顺前后诸法，称为随顺。

原书 435

所谓随顺，它随顺什么法？答：随顺在它以前和以后生起的两组法。这第三随顺速行，一方面随顺先前从生灭智开始的八种观智如实无误的作用——把诸行置于三相之下修观、审察；另一方面也随顺随后圣道刹那将生起的三十七菩提分法如实无误的作用。（《清净道论》2-308。）随顺智能极强地排除覆盖四谛的成块、成团无明等，所以在世间观智中已经到达最卓越的极限——

——正因如此，它远离对立法，在义理上完成先前生灭智等观智的作用而生起；以这种方式生起时，就仿佛令生灭智等的作用得到随顺。因此义注说：作为第三速行的随顺速行，既随顺先前从生灭智开始的八种观智如实无误地把诸行置于三相之下修观、审察的作用，也随顺随后圣道刹那将生起的三十七菩提分法如实无误的作用。

（《大复注》2-480。）

详说如下。随顺智只以无常等某一相缘取三界诸行而生起，因此它随顺以下各智的真实作用：一、‘生灭智了知本来只有生灭性质的诸行之生起与坏灭，确实已经看见生灭。’二、‘坏灭智观见本来只有坏灭刹那的诸行之坏灭，确实已经看见坏灭。’三、‘怖畏现起智把本来可怖的诸行观为可怖之险，诸行确实已向它显现为可怖。’四、‘过患随观智观见本来具有无常、苦、变易性质之过患的诸行，确实已经看见其——

——过患。’五、‘厌离智对本来应当厌离的诸行以厌离行相生起，确实已经厌离。’六、‘欲解脱智对本来应当舍离的诸行希望摆脱，确实已经生起欲解脱之心。’

原书 436

七、‘审察智把本来应当重新置于三相下审察的诸行置于三相下，确实已经审察。’八、‘行舍智对本来应当中舍观待的诸行，确实已经中舍观待。’虽然没有逐句明说，依意义自然含摄的义至理，这样就随顺八智如实无误的作用；它也随顺随后圣道刹那三十七菩提分法如实无误的作用。〔这种作用，就是排除忘失四谛等对立法。〕为什么呢？因为随顺智是由修行而达成的；这种修行能排除粗重的、覆盖四——

——谛的杂染。确实，随顺智若不这样生起，种姓智就不能以涅槃为所缘；种姓智若不生起，圣道智也不能缘取涅槃而生。应当这样理解。由于它首先随顺下位八智，又随顺上位圣道中将生起的三十七菩提分法，所以也就随顺道谛；因此，这一随顺智称为谛随顺智。

（《清净道论》2-308—309；《大复注》2-479—480。）

原书 437

趣向出起观的名称

巴利复注引文（缅文字体）：‘တဋ္ဌိ ဝိသေသတော ဝုဋ္ဌာနံ အရိယမဂ္ဂံ ဂစ္ဆတိ ဥပေတီတိ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီတိ ဝတ္ထုဗ္ဗတံ လဘတိ။’译：‘因为它特别趋向、接近名为出起的圣道，所以获得“趣向出起”这一称名。’

（《大复注》2-481。）

巴利义注引文（缅文字体）：‘သဗ္ဗေန သဗ္ဗံ ပန ဂေါတြဘုဉာဏံ ဝုဋ္ဌာနဂါမိနိယာ ဝိပဿနာယ ပရိယောသာနံ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၀၉။)’译：‘总而言之，种姓智是趣向出起观的终点。’（《清净道论》2-309。）随顺智是以有为法、行法为所缘而趋近圣道的趣向出起观之终点；但总的来说，种姓智才是趣向出起观的终点。圣道由于从相与转起出起，所以称为‘出起’；种姓智特别趋向、接近称为出起的圣道，因此适合称为趣向出起。故以有为法、行法为所缘的趣向出起观，其终点是随顺智；以涅槃为所缘的趣向出起观，其终点是种姓智。依《清净道论义注》，种姓智也摄在趣向出起——

——观之中，应当这样记住。

诸经以种种间接称名说到这种趣向出起观。现在，为使人遇见诸经中的这些不同名称时不致疑惑、混淆，应当依相应经文，理解下面的会通说明。

一、不由彼所成（atammayatā）

巴利经文（缅文字体）：‘အတမ္မယတံ ဘိက္ခဝေ နိဿာယ အတမ္မယတံ အာဂမ္မ ယာယံ ဥပေက္ခာ ဧကတ္တာ ဧကတ္တသိတာ၊ တံ ပဇဟထ တံ သမတိက္ကမထ။ (မ-၃-၂၆၃။)’译：‘诸比丘，依止不由彼所成，来到不由彼所成；那种一性、依一性之舍，你们应当舍断，应当超越。’（《中部》3-263。）《六处分别经》以如下方式把趣向出起观称为不由彼所成，即与爱相反的观：‘诸比丘，依止、修习与爱相反的趣向出起观，以它为因；无色界心所生起、与无色界心相应的舍受，以及以这一无色界心所名法聚为所缘而修观的观慧——观舍——由于具有同一性质和同类所缘，称为一性；由于依止、缘取同一性质的所缘，又称为依一性。这种一性、依一性——

——之舍，以及缘取它而生的烦恼，你们应以断除烦恼的方式舍断；应当修行以超越这种舍。’在这里，佛陀把不由彼所成解释为与爱相反的观。（《清净道论》2-309—310。）

所谓不由彼所成：以世间诸行为所缘、以随顺智为终点的趣向出起观会生起。依止并关联这些作为观智所缘的行，对这些行起贪着的爱，不离这些行便不能生起，所以称为‘由彼所成’（tammayā）；由彼所成也称为‘由彼所成性’（tammayatā）。

另一种解释是：与爱相应的贪根名蕴称为‘由彼所成’；令这些贪根名蕴生起的因性，称为‘由彼所成性’，而这种因性就是爱。趣向出起观与爱相反，能够排除执著诸行的爱，所以称为‘不由彼所成’（atammayatā）。因此，《中部义注》作如下解释：

巴利义注引文（缅文字体）：‘တမ္မယတာ နာမ တဏှာ၊ တဿာ ပရိယာဒိယနတော ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာ အတမ္မယတာတိ ဝုစ္စတိ။’译：‘所谓由彼所成性，就是爱；由于能使这种爱穷尽，趣向出起观称为不由彼所成。’

（《中部义注》4-189。）

‘由彼所成性’就是爱；因为能使这种爱穷尽，所以趣向出起观称为‘不由彼所成’。（《中部义注》4-189；《大复注》2-481。）所谓一性、依一性：以色、声、香、味、触五所缘为所缘而生起的舍受有许多种。〔舍受可随其所应与五门转向、眼识、领受、推度、确定、速行、彼所缘等相应，故说有多种。〕因此称为多样；所缘也有五种，所以依止、缘取多样的所缘，称为依多样。观照这种多样、依多样的舍，或观照与舍俱生的名法聚的观慧——

——尤其是行舍慧，应知称为观舍。

空无边处禅心、识无边处禅心、无所有处禅心、非想非非想处禅心所摄的无色界心、心所，其中的舍受由于具有同一性质与同类所缘，称为一性。

因为依止、缘取具有同一性质的所缘，所以称为依一性。观照这些与一性、依一性舍受俱生的无色界禅的观慧——观舍——也称为一性、依一性。经文的意思是：应当通过观照，舍断缘取这些名为一性、依一性的行法聚而执著贪恋的爱。佛陀把能够舍断、穷尽这种爱的趣向出起观称为不由彼所成。

原书 439

二、厌离（nibbidā）

巴利经文（缅文字体）：‘နိဗ္ဗိန္ဒံ ဝိရဇ္ဇတိ၊ ဝိရာဂါ ဝိမုစ္စတိ။ (မ-၁-၁၉၂။)’译：‘厌离时离贪；由于离贪而解脱。’（《中部》1-192。）

（《中部》1-192。）

《蛇喻经》把趣向出起观称为厌离。在该经中应当这样理解：一、‘厌离’一语说明趣向出起观；二、‘离贪’一语说明圣道的作用；三、‘解脱烦恼’一语说明圣果的作用。（《大复注》2-481。）

三、法住智（dhammaṭṭhitiñāṇa）

巴利经文（缅文字体）：‘ပုဗ္ဗေ ခေါ သုသိမ ဓမ္မဋ္ဌိတိဉာဏံ၊ ပစ္ဆာ နိဗ္ဗာနေ ဉာဏံ။ (သံ-၁-၃၄၄။)’译：‘苏尸摩，先有法住智，后有涅槃智。’（《相应部》1-344。）也就是说：善住于诸行无常、苦、无我行相、名为法住的观智先生起；以涅槃为所缘的圣道智后生起。《苏尸摩经》就这样把趣向出起观称为法住智。为什么呢？因为趣向出起观对名为法住的因果关联——缘起法——不迷惑而生起。

（《清净道论》2-310；《大复注》2-482。）

巴利义注引文（缅文字体）：‘ဓမ္မဋ္ဌိတိဉာဏန္တိ ပစ္စယာကာရေ ဉာဏံ။ ပစ္စယာကာရော ဟိ ဓမ္မာနံ ပဝတ္တိဋ္ဌိတိကာရ ဏတ္တာ ဓမ္မဋ္ဌိတီတိ ဝုစ္စတိ၊ တ္ထေ ဉာဏံ ဓမ္မဋ္ဌိတိဉာဏံ၊ ဧတသေဝ ဆဗ္ဗိဓသေ ဉာဏသေတံ အဓိဝစနံ။’译：‘所谓法住智，就是对于缘行相之智。缘行相是诸法流转、住立之因，所以称为法住；对此之智就是法住智。这一名称正是六种智的通称。’

（《相应部义注》2-63；《第二智事经》。）

一切果法依因法而生，这是固定法则。果法以这种方式依因而生，故说它住立于因；因此，作为果法——色名——住处的因法称为‘住’。具足生、住、灭三刹那的有为色名果法，其所依住的因称为法住。另一说，‘法’就是因法；因法的这种住立性并不是因法以外的另一种事物，所以称为法住，意思是住立着的因法。能知作为果色名法所依处的因法之智；换言之，能知住立因法之智——

——称为法住智。因此义注解释：法住智就是了知名为缘行相的因果关联——缘起法——之智。确实——

原书 440

——名为缘行相的缘起法，是缘所生果法——有为色名诸法——依生、住、灭相续不断流转、住立的原因，所以称为法住。了知这种法住之智，称为法住智。故尊者舍利弗开示：巴利原文（缅文字体）：‘ပစ္စယပရိဂ္ဂဟေ ပညာ ဓမ္မဋ္ဌိတိဉာဏံ။ (ပဋိသံ-၁။)’译：‘摄受诸缘时生起的慧，称为法住智。’（《无碍解道》1。）

（《无碍解道》1。）

法住智是下列六种智的名称：一、知‘现在由于无明生起，行生起’之智；二、知‘由于无明不现起，行不现起’，也就是‘由于无明灭，行灭’之智；三、知‘过去由于无明生起，行生起’之智；四、知‘由于无明不现起，行不现起’，也就是‘由于无明灭，行灭’之智；五、知‘未来由于无明生起，行生起’之智；六、知‘由于无明不现起，行不现起’，也就是‘由于无明灭，行灭’之智。这样，在‘无明缘行’中有六种智；在‘行缘识’等各支中——

——也同样各有六种智。它们是对过去、现在、未来三时所摄的缘起法，依随顺与逆反，也就是依生起与息灭而生起的六种智。

这种趣向出起观又能把这六种智置于三相下修观，所以对缘起法不迷惑；因此趣向出起观称为法住智。（《大复注》2-482。）巴利义注与复注引文（缅文字体）：‘ဓမ္မဋ္ဌိတိဉာဏန္တိ ဝိပဿနာဉာဏံ၊ တံ ပဌမတရံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ (သံ-ဋ္ဌ-၂-၁၁၇။) ဓမ္မာနံ ဋ္ဌိတတာ တံသဘာဝတာ ဓမ္မဋ္ဌိတိ၊ အနိစ္စဒုက္ခာနတ္တတာ၊ တတ္ထ ဉာဏံ ဓမ္မဋ္ဌိတိဉာဏန္တိ အာဟ "ဝိပဿနာဉာဏ"န္တိ။ (သံ-ဋီ-၂-၁၂၄။)’译：‘所谓法住智，就是观智；它先生起。诸法依其自性而住，称为法住，也就是无常、苦、无我；对此之智称为法住智，所以说“观智”。’（《相应部义注》2-117；《相应部复注》2-124。）依这些解释，了知色名胜义法住于无常、苦、无我行相的观智，称为法住智。住于无常、苦、无我的色名胜义法中，因色名与果色名全都——

原书 441

——包括在内。在了知这些因色名、果色名胜义法之无常、苦、无我行相的观智中，趣向出起观智居于顶峰。所以佛陀对苏尸摩开示：名为法住的趣向出起观智先生起；此观智修习终了后，以涅槃为所缘的圣道智生起。〔意思是：缘取涅槃而生的圣道智，是观智的结果，不是神通智的结果，也不是定的结果。〕

四、想顶（saññagga）

巴利经文（缅文字体）：‘သညာ ခေါ ပေါဠဝါဒ ပဌမံ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ပစ္ဆာ ဉာဏံ။ (ဒီ-၁-၁၉၂။)’译：‘波吒波陀，想确实先生起，随后圣道智生起。’（《长部》1-172。）

> （《长部》1-172。）

《波吒波陀经》就这样把趣向出起观称为想顶。

> （《清净道论》2-310。）

如上所引，原经巴利只说‘波吒波陀，想……’，只开示了‘想’；不过，经文前段曾说‘触及想顶（saññaggaṃ phusati）’，意思是到达与最上趣向出起观相应的想，所以义注解释为‘想顶’。（《大复注》2-482。）

五、清净精勤支（pārisuddhipadhāniyaṅga）

巴利经文（缅文字体）：‘ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ ပါရိသုဒ္ဓိပဓာနိယင်္ဂံ။ (ဒီ-၃-၂၅၂။)’译：‘行道智见清净是清净的首要因支。’（《长部》3-252。）《十上经》就这样把趣向出起观称为清净精勤支，即令周遍远离烦恼垢染而清净的首要因支。（《清净道论》2-310。）趣向出起观是行道智见清净的一部分。从摆脱观随烦恼的生灭智开始，直到趣向出起观的一切观智，全都属于行道智见清净。这里依部分借称，把总体之名用于其中一部分，以‘清净的首要因支’称趣向出起观。（《大复注》2-482。）

六、欲解脱智、审察随观智与行舍智

巴利经文（缅文字体）：‘ယာ ဧ မုဉ္စိတုကမျတာ ယာ ဧ ပဋိသင်္ခါနုပဿနာ ယာ ဧ သင်္ခါရုပေက္ခာ၊ ဣမေ ဓမ္မာ ဧကတ္ထာ ဗျဉ္ဇနမေဝ နာနံ။ (ပဋိသံ-၂၅၉။)’——

——译：‘欲解脱、审察随观与行舍，这些法意义相同，只有字句不同。’（《无碍解道》259。）《无碍解道》就这样以欲解脱智、审察随观智、行舍智三个名称开示趣向出起观。

> （《清净道论》2-310。）

依这些巴利原典与义注，趣向出起观应当包括这三种智；这三种智都可以称为趣向出起观，应当记住。

七、随顺、种姓与净化

巴利原文（缅文字体）：‘အနုလောမံ ဂေါတြဘုဿ၊ အနုလောမံ ဝေါဒါနဿ။’译：‘随顺缘于种姓；随顺缘于净化。’

巴利原文（缅文字体）：‘ဂေါတြဘု မဂ္ဂဿ၊ ဝေါဒါနံ မဂ္ဂဿ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။ (ပဋ္ဌာန-၁-၁၃၈။)’译：‘种姓以无间缘缘于道；净化以无间缘缘于道。’也就是说：随顺以无间缘力资助种姓与净化；种姓资助预流

道；净化资助一来道、不还道与阿罗汉道。

（《发趣论》1-138。）

《发趣论》就这样以随顺、种姓、净化三个名称开示趣向出起观。（《清净道论》2-310。）

八、行道智见清净

巴利经文（缅文字体）：‘ကိ ပနာဝုသော ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓတ္ထံ ဘဂဝတိ ဗြဟ္မစရိယံ ဝုဿတိ။ (ဓ-ဝ-၂၀၁။)’译：‘贤友，难道是在世尊座下为了行道智见清净而修习梵行吗？’（《中部》1-201。）《传车经》就这样把趣向出起观称为行道智见清净。（《清净道论》2-310。）由戒、定、慧三学殊胜行所摄、直到趣向出起观即行道智见清净为止的殊胜修行，是教法梵行；圣道智则是道梵行。这里特别指教法梵行。

不过，到达名为趣向出起观的行道智见清净阶段以后，名为智见清净的圣道智就必定生起。因此，上述《传车经》虽然以‘梵行’特别指教法梵行，也不排除道梵行，应当这样理解；道梵行随后将在‘智见清净’名下说明。

从相与转起出起的准则

前文已经简要说明怎样从相与转起出起；这里再详述《殊胜义注》的解释。（《阿毗达磨义注》1-275—279。）如前所述，当与不同数目的七觉支、八道支、禅支相应的圣道生起时，会问：种姓从什么出起？圣道又从什么出起？答如下。首先，种姓从名为行相所缘的‘相’出起，却不能截断名为不断相续之轮回法的‘转起’。这是因为种姓只是从一边出起之法（ekato-vuṭṭhāna）。圣道则既从名为行相所缘的‘相’出起，也能截断名为不断相续之轮回法的‘转起’。

所以，圣道是从相与转起两边都出起之法（ubhato-vuṭṭhāna）。

下面说明种姓与圣道依次生起的方式。

详说如下。在圣道这一‘出起’将生起的观修心路中，随顺并非只生起一次，也不会生起五次。一次随顺得不到数习缘的支持；第五次随顺则因靠近有分，势力已经摇动，不足以支助种姓。到第五速行时，速行的力量已经减弱。因此随顺既不只生一次，也不生五次。（《阿毗达磨义注》1-275。）‘摇动（pavedhati）’意指不能成为种姓的因。

若说第五心刹那的速行已经减弱，为什么种姓仍可在第五心刹那生起，圣道又可紧随种姓、在速行力量已减弱时生起？答：因为这两种速行都是新出现的，实际并没有减弱。只有同一种速行反复出现许多次，力量才会减弱。种姓舍弃行所缘，缘取涅槃这一全新的所缘，是一种新速行；圣道又超出欲界，属于出世间地，在地上也完全是新速行。〔随顺与种姓速行是欲界大善速行，属于欲界法；圣道则属于出世间地。〕

圣道既在地上与前者不同，便是刚在出世间地生起的新速行。只有在同一所缘、同一地中连续生起的速行，才说第五心刹那力量减弱。种姓缘取涅槃这一新所缘，不名为减弱；圣道不仅缘取涅槃新所缘，又是与欲界法不同的出世间地法，也不名为减弱。

原书 444

因此，种姓可以在第五心刹那生起，圣道也可以在第六心刹那生起。还可能问：第七速行的思得到前面速行的数习缘支持，力量强大，为什么既能成为次生受业，即在第二生结果之业，也能成为无间业?

这问题的意思如下。第七速行以无间缘的效力资助随后生起的有分，把自身效力交付给该果报有分；这种效力随果报相续而延续。心路不生起时，称为有分的果报相续在一生中持续生灭，最后执行死职能的心也属于这同一果报心相续。第七速行的思能以无间缘把自己的效力妥善附着、传递给果报相续，因此成为下一生最近的业，既可能成为次生受业，也可能成为无间业。

它并不是由于像前四个尚未减弱的速行那样具有自然强力，才成为次生受业或无间业。（《根本复注》1-117。）依此，在大慧者的心相续中，随顺生起两次，第三次为种姓，第四次为圣道心，随后三次果速行生起，再落入有分。（《阿毗达磨义注》1-275。）

一、大慧者的道心路

有分—有分—有分波动—有分断—意门转向—随顺—随顺—种姓—道—果—果—果—有分……在中慧者的心相续中，随顺生起三次，第四次为种姓，第五次为道心；随后两次果速行生起，再落入有分。（《阿毗达磨义注》1-275。）

二、中慧者的道心路

有分—有分—有分波动—有分断—意门转向—随顺—随顺—随顺—种姓—道—果—果—有分—有分……在钝慧者的心相续中，随顺生起四次，第五次为种姓，第六次为道心，第七次为果速行，随后落入有分。（《阿毗达磨义注》1-275。）

三、钝慧者的道心路

有分—有分—有分波动—有分断—意门转向—随顺—随顺—随顺—随顺—种姓—道—果—有分—有分……〔注意：复注说，这第三种方式只是古义注所载，故加以列举，并非尊者佛音所主张。《清净道论义注》排除四次随顺，只列三次，并依次分别名为遍作、近行、随顺；前文已经说明。〕

原书 445

这里只取随顺三次这一种方式；前文已经说明。

以下不依大慧者或钝慧者，而依中慧者作解释。详说如下。在圣道智这一‘出起’生起的观修心路中，与舍俱行、唯作、无因的意识界作为意门转向，缘取观智所观的色名诸蕴——或只取色、只取名、兼取色名，或取某一蕴等——使有分转起，也就是截断有分流。紧接意门转向之后，缘取同一批已经被意门转向取作所缘的色名蕴，第一——

——速行的随顺智生起。它对这些色名蕴依无常、苦或无我中的某一相修观，驱除覆盖四谛的粗重无明黑暗，使三相极其清楚后灭去。紧接第一随顺智，第二随顺智生起。第一随顺由于前面没有速行，不能得到数习缘，却能以数习缘成为第二随顺智的因；第二随顺得到第一随顺的良好数习缘支持，因而——

——锐利、勇健而澄净。它仍在同一色名蕴所缘上，依无常、苦、无我中的同一相修观，驱除覆盖四谛的中等无明黑暗，使三相极其清楚后灭去。紧接第二随顺智，第三随顺智生起；第二随顺又以数习缘成为第三随顺的因。第三随顺得到第二随顺的支持，也锐利、勇健而澄净，仍在同一色名蕴所缘上，依无常、苦或无我的同一相——

——修观，把第二随顺驱除后残留的、与微细性相伴且覆盖四谛的无明黑暗完全驱尽，使三相极其清楚后灭去。三次随顺智这样驱除覆盖四谛的无明黑暗后，紧接它们，种姓智缘取涅槃而生起。

原书 446

对此应以譬喻明白。一个视力良好的人，为了观察月亮与星宿的关系，夜里走出屋外仰望天空。月亮被云层遮住，不能映入他的眼中。这时第一阵风吹来，驱散厚云；第二阵风再吹，驱散中等厚度的云；第三阵风又吹，驱散薄云。此后，他在无云的天空中看见月亮，正确观察到它与星宿的关系。

譬喻中，覆盖四谛、使人不能知见的粗、中、细三重烦恼黑暗，如三层云；种姓智如视力良好的人；涅槃如月亮；三次随顺心依次驱除覆盖四谛的无明黑暗，如三阵风依次驱散三层云；无明黑暗净除后，种姓智缘取极其清净的涅槃，如那人——

——在无云天空中看见皎洁的月亮。

再说得更清楚：三阵风只能驱散遮月的云，不能看见月亮；同样，三次随顺只能驱除覆盖四谛的无明黑暗，不能缘取涅槃。视力良好的人只能看见月亮，不能驱散云；同样，种姓智只能缘取涅槃，不能驱除烦恼黑暗。因此，随顺智以行法为所缘，种姓智以涅槃为所缘。

再说明否则会产生的过失。若种姓智仍继续缘取随顺智所取的行所缘，而不转缘涅槃，它就不能获得‘种姓’之名，只能继续名为‘随顺’；它追随前一个随顺，后一个随顺又追随它。若一直只有随顺相续生起，圣道便得不到一个与自己同所缘、代行转向，并以无间缘等缘力资助自己的种姓，因此也就不能成为从行所缘出起、名为‘出起’的圣道。

原书 447

事实上，种姓智不再取随顺智的行所缘，使随后不再重新生起随顺；它自身虽然不是转向，却立于转向的位置，仿佛向圣道发出标记：‘就这样以涅槃为所缘而生起吧。’然后灭去。〔它实际没有给予的能力，这里依同法借喻（taddhammūpacāra）说成‘仿佛给予’。〕圣道也不放过种姓所给的标记，凭借无间断的名相续紧随种姓智，以涅槃为所缘而生起，穿破、击碎在无始轮回中从未被穿破、击碎的——

——贪块、嗔块与痴块。

这里有一个譬喻。一名弓箭手令人在一百弓距之外竖起一百块木板，以布蒙面、搭箭张弓，站在装有轮子的转动机械车上。另一人拉动机械；当弓箭手的脸正对一百块木板时，那人用棍敲击木板发出声音作为标记。弓箭手不失这个声音标记，随即放箭，一箭穿透百板。

在这个譬喻中，敲击木板发出的声音标记如种姓智，弓箭手如圣道智；弓箭手不失声音标记，一箭穿透百板，如圣道智不失种姓智所给的标记，缘取涅槃，穿破无始轮回中从未被穿破的贪块等。这种穿破贪块等，也称为‘令依地而得、系缚轮回的烦恼彻底断除’（bhūmiladdha-vaṭṭasetu-samugghātakaraṇa）。

〔注意：圣道尚未断除的随眠烦恼，反复潜伏于作为取之所缘的五取蕴中；因为它们以五取蕴为所得之地，所以称为‘依地而得’（bhūmiladdha）。又因为它们系缚众生，使之不能脱离烦恼轮回、业轮回、果报轮回，所以称为‘轮回之系缚’（vaṭṭasetu）。圣道逐级把这些随眠烦恼断尽无余；这正是穿破贪块、嗔块、痴块。〕确实，圣道唯一的作用就是断除随眠烦恼。

圣道就这样彻底断除、舍弃随眠烦恼，从名为‘相’的行所缘之相——

原书 448

——出起，并截断名为‘转起’的不断相续之轮回法。（《阿毗达磨义注》1-275—277。）巴利义注原文（缅文字体）：‘နိမိတ္တန္တိ ရူပ-ဝေဒနာ-သညာ-သင်္ခါရ-ဝိညာဏာနိမိတ္တံ။ ပဝတ္တမွိ ရူပ-ဝေဒနာ-သညာ-သင်္ခါရ-ဝိညာဏ- ပဝတ္တ မေဝ။ တံ ဒုဝိဓံ ဟောတိ ဥပါဒိန္နကံ အနုပါဒိန္နကန္တိ။ (အတိ-ဋ္ဌ-၁-၂၇၇။)’译：所谓相，是色、受、想、行、识这些行法之相。所谓转起，也是色、受、想、行、识的连续转起；它有已被执受与无执受两种。相——色、受、想、行、识这些行法之相，称为相。

转起——色、受、想、行、识这一不断相续的轮回法，称为转起。转起分为已被执受之转起与无执受之转起两种。

二者之中，圣道从无执受之转起出起的迹象清楚可见，所以说圣道从无执受之转起出起。

从无执受诸蕴相续出起（anupādinnaka-vuṭṭhāna）

详说如下。预流道断除四种邪见相应心和一种疑相应心，共五种心。这五种心能产生心生色；由它们所生的心生色就是无执受色蕴。〔因为这是心生色，不是已被执受的业生色，所以称为无执受色蕴；意思是：被爱、见所黏着的业并未把这一色蕴作为自己的果，以‘这是我的’而执取。〕五种心本身是识蕴；与它们相应的受、想、行诸心所，分别是受蕴、想蕴、行蕴三个名蕴；合起来共有五蕴。

若预流者没有令预流道生起，这五种心就会在六种所缘上发动；但瑜伽行者令预流道生起后，预流道便阻止这五种心发动，彻底断除系缚轮回的烦恼因，使这些心以后再也不能生起。因此说，它从上述五蕴这一无执受之转起出起。

一来道断除四种邪见不相应心与两种嗔根心，共六种心中粗重欲贪、嗔恚的部分。不来道仍断这六种心，但断除的是微细欲贪与嗔恚。阿罗汉道断除四种邪见不相应心中作为色贪、无色贪的部分，以及一颗掉举相应心，共五种不善心。

原书 449

若这些圣者没有令各自相应的圣道生起，这些不善心便会在六种所缘上发动；但各圣者令相应圣道生起后，圣道阻止这些不善心发动，彻底断除系缚轮回的烦恼因，使它们以后再也不能生起。因此说，各圣道从这些不善心所生之色及不善心、心所所成的无执受五蕴之转起出起。这就是从无执受诸蕴相续出起。（《阿毗达磨义注》1-277—278。）

从已被执受诸蕴相续出起（upādinnaka-vuṭṭhāna）

又因为清楚可见圣道从已被执受之转起出起的迹象，所以也说它从已被执受之转起出起。〔所谓已被执受，是指世间果报名蕴与业生色：被无明、爱、取围绕黏着的业，把它们作为‘我的果’而执取。〕

已被执受之转起，就是这些蕴不断相续的过程。详说如下：若预流者没有令预流道生起，撇开七生不论，已被执受的蕴相续便会在无始轮回中持续发生。为什么？因为作为已被执受蕴转起之因的烦恼还存在。

预流道一生起，就在其生起刹那把三结——有身见结、戒禁取结、疑结——以及两种随眠——见随眠与疑随眠——共五种烦恼断尽无余。既已这样断除，成为预流者以后，除了最多七生，他的已被执受蕴相续又怎能继续存在于无始轮回中？

〔意思是：令它继续发生的原因已经没有了。〕预流道就这样使已被执受之转起不再无尽相续，因此称为从已被执受之转起出起。（《阿毗达磨义注》1-278。）

关于七生的解释

巴利复注原文（缅文字体）：‘ကေဝါရံ ကာမာဝစရဒေဝေသု ဧကဝါရံ မနုဿေသူတိ ဧဝမ္ပိ မိဿိတူပပတ္တိဝသေန တေသု ဧကိဿာ ဧဝ ဥပပတ္တိယာ နာယံ ပရိစ္ဆေဒေါ (အယံ ပရိစ္ဆေဒေါ-မူက္ဝဲ။)။ ယံ ပန "န တေ ဘဝံ အဌမမာဒိယန္တီ"တိ ဝုတ္တံ၊ တမ္ပိ ကာမဝစရဘဝံယေဝ သန္ဓာယာဟ၊ မဟဂ္ဂတဘာဝါနံ ပရိစ္ဆေဒေါ နတ္ထိတိ ဝဒန္တိ။ (အနုဋ္ဌီ-၁-၁၂၄။)’译：所谓七生，可以一生在欲界天、一生在人间，如此由天、人混合受生而计；在这些天、人之生有中，并非限定只在天界或只在人间某一种生有连续七次。佛陀在《宝经》中说‘他们不受第八有’，也只是针对人、天欲有而说；诸大行有，即色有、无色有，则没有七生这一限定。诸师这样解释。（《随复注》1-124。）

原书 450

因此，《宝经》那句话是佛陀只就人、天欲有而说；对于属于大行的色有、无色有，诸师说并无七生的限定。（《随复注》1-124。）

三类预流者

‘不受第八有’是就预流者中最钝的最多七次预流者而说。成为预流者以后，能否迅速证得上三道智，取决于信、精进、念、定、慧五根是否锐利成熟。

一、根极锐利的预流者，只再受生一世便成为阿罗汉。这类人称为一生种预流者（ekabījī），即只有一次结生种子的预流者。

二、从两世到六世之间受生的预流者，诸根成熟程度居中。

这类人称为家家预流者（kolaṅkola）：从一个良家转生到另一个良家，决不会生于卑下家族。

三、还须七次结生的预流者，诸根较钝，称为最多七次预流者（sattakkhattuparama），即以七次结生为极限者。（《无碍解道义注》2-67。）巴利义注原文（缅文字体）：‘ဣမေ တယောပိ သောတာပန္နာ ကာမဘဝဝသေန ဝုတ္တာ၊ ရူပါရူပဘဝေ ပန ဗဟုကာပိ ပဋိသန္ဓိယော ဂဏ္ဍန္တိ။ (ပဋိသံ-ဋ္ဌ-၂-၆၇။)’译：这三类预流者的生数限制只就欲有而言；处于色有、无色有的预流者还可能取得多次结生。（《无碍解道义注》2-67。）

决定三类差别的法

关于什么法决定预流者分为三类，诸大德的看法并不一致。《人施设义注》（《阿毗达磨义注》3-47）列举了这些不同意见。要义如下。

决定这种差别的法，有四种主张：一、有人说是宿因，即过去业因；二、有人说是初道，即预流道；三、有人说是上三道；四、有人说是上三道以前的观。

四说之中，义注判定最后一说——只有上三道以前的观决定其差别——才合理：巴利原文（缅文字体）：‘တိဏ္ဏံ မဂ္ဂါနံ ဝိပဿနာ နိယမေတိ"တိ ဝါဒေါ ပန ယုဇ္ဇတိ။’译：‘认为上三道之前的观决定其差别，这一说合理。’（《阿毗达磨义注》3-47。）

原书 451

不过，《无碍解道义注》却说：巴利原文（缅文字体）：‘တံ ပနေတံ တေသံ မုဒုမဇ္ဈိမတိက္ခပညတံ ပုဗ္ဗဟေတု နိယမေတိ။ (ပဋိသံ-ဋ္ဌ-၂-၆၇။)’译：‘这三类人的慧有钝、中、利之别，是由宿因决定的。’（《无碍解道义注》2-67。）

> （《无碍解道义注》2-67。）

这里的解释与上述《人施设义注》中第一位论师的主张相同。

进一步说明

在上述四种主张中，第一说认为宿业因决定三类预流者的根有利钝。这样就会有如下过失：‘宿业因只为初道造成强力亲依止缘，而上三道没有强力亲依止缘也能生起。’

第二说认为初道，即预流道，决定三类预流者的根有利钝；这样就会导致上三道没有作用的过失。

第三说认为上三道决定三类预流者的根有利钝；这样就会导致上三道在初道尚未生起以前已经生起的过失。

因此，只有上三道以前生起的观决定三类预流者的根有利钝，这一主张才合理。

理由如下。若上三道以前的观十分有力，便能凭强力观在只再受生一世后证得上道，称为一生种预流者。若观力比成就一生种预流者的观稍弱，可能成为家家预流者；若又比成就家家预流者的观更弱，可能成为最多七次预流者。因此，第四说——上三道以前的观决定这些预流者的根有利钝——才合理。

> （《阿毗达磨义注》3-47。）

应当注意：‘最多七次’、‘家家’、‘一生种’这三个名称，只是佛陀依其所到达的生数而设施给三类预流者的名称。到某一生数者名为最多七次预流者；到某一生数者名为家家预流者；到某一生数者名为——

原书 452

——一生种预流者。虽然佛陀如此设施名称，却没有绝对判定‘此人必定是最多七次预流者，此人必定是家家预流者，此人必定是一生种预流者’。（《阿毗达磨义注》3-46。）

《除痴论义注》的解释

巴利义注原文（缅文字体）：‘ကောစိ ပန ပုဂ္ဂလော သတ္တန္နံ ဘဝါနံ နိယတော နာမ နတ္ထိ၊ အရိယသာဝကော ပန ယေန ကေနစိပိ အာကာရေန မန္ဒပညော သမာနော အဋ္ဌမံ ဘဝံ အပ္ပတ္တော အန္တရာဝ ပရိနိဗ္ဗာတိ။ သတ္တသဒိသောပိ ဝဋ္ဋဘိရတော သတ္တမံယေဝ ဘဝံ ဂဏ္ဆတိ၊ သတ္တမေ ဘဝေ သဗ္ဗာကာရေန ပမာဒဝိဟာရိနောပိ ဝိပဿနာဉာဏံ ပရိပါကံ ဂဏ္ဆတိ၊ အပ္ပမတ္တကေပိ အာရမ္မဏေ နိဗ္ဗိန္ဒိတွာ နိဗ္ဗုတိံ ပါပုဏာတိ။ သစေပိ ဟိသ သတ္တမေ ဘဝေ နိဒ္ဒံ ဝါ သြက္ကမန္တသ ပရမ္မုခံ ဝါ ဂစ္ဆန္တသ ပဒ္ဓစောရေန သီသံ ဆိန္ဒတော ဌတွာ တိခိဏေန အသိနာ ကောစိဒေဝ သီသံ ပါတေယျ၊ ဥဒကေ ဝါ သြသာ- ဒေတွာ မာရေယျ၊ အသနိ ဝါ ပနဿ သီသေ ပတေယျ၊ ဧဝရူပေပိ ကာလေ သပ္ပဋိသန္ဓိကာ ကာလကိရိယာ နာမ နတ္ထေတိ၊ အရဟတ္တံ ပတ္တာဝ ပရိနိဗ္ဗာတိ။ တေန ဝုတ္တံ "အဋ္ဌမံ ဘဝံ နိဗ္ဗတ္တေယျ၊ နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ"တိ။’

（《阿毗达磨义注》2-411。）

译：并没有任何一个人被固定为一定要经历七生。即使圣弟子由于某种原因而慧钝，也会在第七生与第八生之间般涅槃，不会到达第八生。即使像帝释那样极其喜爱轮回的预流者，也只会到第七生；即使在第七生中以各种方式放逸而住，其观智终究也会成熟，他会对极微小的所缘生起厌离，达到烦恼寂灭。确实，这位预流者在第七生中即使正在——

——入睡，或背对别人走路时被人从后面用极锋利的剑斩首，或被溺死水中，或被雷击中头顶，在这样的时刻也不会发生尚有后续结生的死亡；他必定先证得阿罗汉果，然后才般涅槃。

所以佛陀说：巴利原文（缅文字体）：‘အဋ္ဌမံ ဘဝံ နိဗ္ဗတ္တေယျ၊ နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ။’译：‘具足预流道智见的见具足者会生起第八有——这是不可能的。’（《阿毗达磨》2-349；《阿毗达磨义注》2-411。）若把上述义注解释也理解为只针对欲有，义注与复注的前后说法便不相违。

说明三类预流者以后，现在继续说明上三道如何从转起出起。

上三道如何从转起出起

如果一来者不令一来道生起，那么，在预流者最多可能经历的七有中，除去一来者仍可能有的两有，其余五有中还会有已被执受诸蕴的相续。为什么？因为能使这种已被执受诸蕴相续生起的烦恼还存在。

然而，一来道一生起，就在生起的当下，把粗重的欲贪结、瞋恚结、欲贪随眠与瞋恚随眠这四种烦恼无余断除。成为一来者以后，除了尚余的两有，他的相续中又怎会还有其余五有的已被执受诸蕴相续呢？一来道就这样令已被执受诸蕴不再连续发生，因此称为从已被执受诸蕴相续出起。

（《阿毗达磨义注》1-278。）

所谓两有，是说一来者若不继续努力证得不来道，只以一来者身份住世，便还可能有两有的已被执受诸蕴相续；除此以外不再有第三有。这里的两有，是欲界天有与人有。在色有、无色有中，不要说一来者，即

使不来者在净居地等也还可能有许多生。巴利《随复注》原文（缅文字体）：‘တထာ "ဒွေပေတွာ ဒွေ ဘဝေ"တိ ဧ ထ္ထာပိ ကာမာဝစရဒေဝမနုဿဘဝါနံ မိဿက- ဝသေနေဝ။ (အနုဋီ-ဝ-ဝ၂၄။)’译：‘同样，“除去两有”这一句，也应只依欲界天有与人有交错受生来理解。’（《随复注》1-124。）如果不来者没有令不来道生起，那么，除去一种色有或无色有，在第二种有中还会有已被执受诸蕴相续，因为使这种相续生起的烦恼还存在——

——然而，不来道一生起，就在生起的当下，把微细的欲贪结、瞋恚结、欲贪随眠与瞋恚随眠这四种烦恼无余断除。成为不来者以后，除去一种色有或无色有，他的相续中又怎会在第二种有中还有已被执受诸蕴相续呢？不来道就这样令已被执受诸蕴不再连续发生，因此称为从已被执受诸蕴相续出起。（《阿毗达磨义注》1-278。）巴利《根本复注》原文（缅文字体）：‘ဧကံ ဘဝန္တိ အနာဂါမိနော အနေကက္ခတ္တုပ္ပတ္တိဥ္စ တတ္ထေဝ ဥပပဇ္ဇန္တဿ ဟေဋ္ဌာ အနာဂမနဝသေန ဧကော ဘဝေါတိ ဂဟေတွာ ဝုတ္တံ။ (မူလဋီ-ဝ-ဝ၁၇။)’译：‘所谓一有，是就不来者即使在该处多次受生，却不再返回下界这一点，把它总摄为一有而说。’（《根本复注》1-117。）

不来者即使在色有、无色有中多次受生，因为都属于同一种广大有，又没有返回下方欲界的情形，所以义注把它——

原书 454

——总摄为‘一种有’。

> （《根本复注》1-117。）

如果阿罗汉没有令阿罗汉道生起，色有、无色有中还会不断发生已被执受诸蕴相续，因为使这种相续生起的烦恼仍然存在。然而，阿罗汉道一生起，就在生起的当下，把色贪、无色贪、慢、掉举、无明五上分结，以及慢随眠、有贪随眠、无明随眠三随眠，共八种烦恼无余断除。成为阿罗汉以后，他的相续中又怎会在另一有中还有已被执受诸蕴相续呢?

阿罗汉道就这样令已被执受诸蕴不再连续发生，因此称为从已被执受诸蕴相续出起。（《阿毗达磨义注》1-278—279。）再说，若把已被执受诸蕴相续称为‘有’，四圣道中，预流道从恶趣有出起；一来道从欲界善趣有的一部分出起；不来道从一切欲有出起；阿罗汉道从色有、无色有出起。诸师也说，阿罗汉道从一切有出起。（《阿毗达磨义注》1-279。）为了清楚显示圣道从已被执受诸蕴相续出起的含义，下面引用《小义释 · 彼岸道品 · 阿耆多学童所问释》的巴利。

巴利《小义释》原文（缅文字体）：‘သောတာပတ္တိမဂ္ဂဉာဏေန အတီသင်္ခါရဝိညာဏသ နိရောဓေန သတ္တ ဘဝေ ဒွေပေတွာ အနမတဂ္ဂေ သံသာရဝဋ္ဋေ ယေ ဥပ္ပဇ္ဇေယျုံ နာမဉ္စ ရူပဉ္စ၊ ဧတ္ထေတေ နိရုဇ္ဈန္တိ ဝူပသမန္တိ အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ ပဋိပ္ပဿမ္ဘန္တိ။’译：‘由于预流道智使造作识息灭，除去七有，在无始轮回中本会生起的名与色，于此灭尽、寂止、走向终结、平息。’

巴利原文（缅文字体）：‘သကဒါဂါမိမဂ္ဂဉာဏေနေ အတီသင်္ခါရဝိညာဏသ နိရောဓေန ဒွေ ဘဝေ ဒွေပေတွာ ပဉ္စသု ဘဝေသု ယေ ဥပ္ပဇ္ဇေယျုံ နာမဉ္စ ရူပဉ္စ၊ ဧတ္ထေတေ နိရုဇ္ဈန္တိ ဝူပသမန္တိ အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ ပဋိပ္ပဿမ္ဘန္တိ။’译：‘由于一来道智使造作识息灭，除去两有，在其余五有中本会生起的名与色，于此灭尽、寂止、走向终结、平息。’

巴利原文（缅文字体）：‘အနာဂါမိမဂ္ဂဉာဏေန အတီသင်္ခါရဝိညာဏသ နိရောဓေန ဧကံ ဘဝံ ဒွေပေတွာ ကာမဓာတုယာ ဒ္ဝိသု ဘဝေသု ယေ ဥပ္ပဇ္ဇေယျုံ နာမဉ္စ ရူပဉ္စ၊ ဧတ္ထေတေ နိရုဇ္ဈန္တိ ဝူပသမန္တိ အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ ပဋိပ္ပဿမ္ဘန္တိ။’译：‘由于不来道智使造作识息灭，除去一有，在欲界两种有中本会生起的名与色，于此灭尽、寂止、走向终结、平息。’

巴利原文（缅文字体）：‘အရဟတ္တမဂ္ဂဉာဏေန အတိသခ်ါရဝိညာဏဿ နိရောဓေန ရူပဓာတုယာ ဝါ အရူပဓာတုယာ ဝါ ယေ ဥပပဇ္ဇေယျုံ နာမဉ္စ ရူပဉ္စ၊ ဧတ္ထေတေ နိရုဇ္ဈန္တိ ဥပသမန္တိ အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ ပဋိပဿမ္ဘန္တိ။ အရဟတော အနုပါဒိသေသာယ နိဗ္ဗာနဓာတုယာ ပရိနိဗ္ဗာယန္တဿ စရိမဝိညာဏဿ နိရောဓေန ပညာ စ သတိ စ နာမဉ္စ ရူပဉ္စ၊ ဧတ္ထေ- တေ နိရုဇ္ဈန္တိ ဥပသမန္တိ အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ ပဋိပဿမ္ဘန္တိ။ (ခု-စ-၃၃ - စူဠနိဒ္ဒေသ။)’译：‘由于阿罗汉道智使造作识息灭，在色界或无色界本会生起的名与色，于此灭尽、寂止、走向终结、平息。阿罗汉以无余依涅槃界般涅槃时，由最后识息灭，慧、念、名与色于此灭尽、寂止、走向终结、平息。’（《小义释》8-33。）由于预流道智令能够安排来世果报的造作识，即业识，息灭，所以除去七有，在无始轮回中本会生起的名与色，都因预流道智而灭尽、寂止、走向终结、平息。

原书 455

由于一来道智令能够安排来世果报的造作识，即业识，息灭，所以除去两有，在其余五有中本会生起的名与色，都因一来道智而灭尽、寂止、走向终结、平息。

由于不来道智令能够安排来世果报的造作识，即业识，息灭，所以除去一有，在欲界中本会以一来者身份发生的两有里的名与色，都因不来道智而灭尽、寂止、走向终结、平息。

由于阿罗汉道智令能够安排来世果报的造作识，即业识，息灭，所以若未证阿罗汉道、仍以不来者身份在色界或无色界受生，本会生起的名与色，都因阿罗汉道而灭尽、寂止、走向终结、平息。阿罗汉以无余依涅槃界般涅槃时，果报名蕴与业生色不再有任何剩余；由于最后的般涅槃死心之识以永不再生的无生灭而灭——

——慧、念、名与色也就灭尽、寂止、走向终结、平息。（《小义释》8-33；《阿毗达磨义注》1-279。）‘造作识’一词中，abhisaṅkhāra 如福行等处一样，是能安排果法的业；所以造作识就是与业即思相应的识，也称业识。证得预流道智时，七有以后本来还能结果的造作识即告息灭，因此七有以后不再生起果报名法与业生色。一来道智等令相应造作识息灭，也应同理理解。〔七有等的计算，依前文所说。〕巴利《根本复注》原文从本单元起续至下一单元：‘အပါယေသု သတ္တမဘဝတော ဥဒ္ဓံ သုဂတိယဉ္စ ဝိပါကဒါယကဿ အတိသခ်ါရဝိညာဏဿ’

‘ပစ္ဆယဿတော သောတာပတ္တိမဂ္ဂဉာဏေန အတိသခ်ါရဝိညာဏဿ နိရောဓော ဒဋ္ဌဗ္ဗော။ (မူလဋီ-၁-၁၁၇။)’译：‘应知：预流道智通过断除造作识之缘，使会在恶趣以及第七有以后善趣中产生果报的造作识息灭。’（《根本复注》1-117。）所谓造作识息灭，并不是说圣道直接断除名为造作识的业；因此会问：业这一造作识如何息灭？答：造作识只有得到无明与爱相伴，才能安排果报诸法；而无明、爱正是圣道无余断除之法。圣道把造作识之因无明、爱连根断除时，造作识也就——

原书 456

——随之息灭。因此，这里以因喻的方式，把因无明、爱的息灭说成造作识息灭。由此应知，预流道智所谓令造作识息灭，就是断除会使造作识在恶趣、以及七有以后善趣中结果的烦恼之因。其余圣道智令各自相应的造作识息灭，也应同理理解。（参见《根本复注》1-117。）这就是《殊胜义注》关于圣道从相与转起出起的判定。

（《阿毗达磨义注》1-277—279。）

原书 457

逐法观

巴利《根本复注》原文（缅文字体）：‘သမ္ပဟဂဟဏဝသေန ပဝတ္တိ ကလာပသမ္မသနံ။ ဖဿာဒိဧကေကဓမ္မဂဟဏဝသေန ပဝတ္တာ အနုပဒ- ဓမ္မဝိပဿနာ။ (မူလဋီ-၁-၁၀၉။)’译：‘依总聚取法而进行的是聚思惟；依逐一取触等每一种法而进行的是逐法观。’（《根本复注》1-109。）依色名二法、五蕴、十二处、十八界、十二缘起支等方法修观，是把究竟法汇集、总摄起来修习毗婆舍那的聚思惟法。色法方面，以智分别眼十法聚等各色聚中的地界等究竟法，再对地界等每一个究竟界法安立三相；名法方面，以智从初禅名法等各名法组中分别、摄取触等每一个法，再对每一个名法安立三相而修习——

——毗婆舍那。这样依智逐一分别地界、触等每一种法而进行的修法，称为逐法观。

（《根本复注》1-109；《殊胜义注》1-253。）

修习毗婆舍那有聚思惟与逐法观两种方法。前文所说的各种观法都属于聚思惟。若贤友虽以各种聚思惟观法努力修行，仍未能到达趣向出起之观，又想改用逐法观重新用功，也可以这样修习。

逐法观见于《中部 · 后五十经篇 · 逐一经》（《中部》3-75）。举例来说，贤友先入出息念初禅；对初禅的三十四种名法，以智逐一分别触，再对触安立三相而修观；其余名法也逐一安立三相而观。若贤友已经在十种遍中各自成就八等至，便可除去非想非非想处禅等至的名法组，对其余禅那等至的每一组名法逐一分别每一个名究竟法，再对各法安立三相修观。弟子不能以逐法观逐一观照非想非非想处禅等至中的名法。

他们只能用聚思惟法把这些名法汇集、总摄起来观照。即使舍利弗尊者，也不能以逐法观观照非想非非想处禅等至诸法，只能以聚思惟法总摄而观；能以逐法观观照该等至诸法，是一切知正等觉佛陀的境界。（参见《殊胜义注》1-253。）对于六门、四十二身分中的色法，也可依色业处篇诸表，以智解析色聚，逐一分别其中地界等每一种色究竟法，再对每一法——

原书 458

——安立三相，以逐法观修习毗婆舍那。对于眼门心路等欲界名法，也可以观照每一心刹那中的每一个名法。

如是，可以任选聚思惟或逐法观，也可以兼用两种方法修习、审察毗婆舍那。依贤友的巴拉密，便可能到达趣向出起之观。

名业处的详观法

名业处篇已经说明怎样以详法摄取名法。在这一观智阶段，从思惟智、生灭智直到行舍智，也可以对这些以详法摄取的名法安立三相，修习、审察毗婆舍那。

如果精勤修习前述各种毗婆舍那业处，仍未能成功证得道智、果智；或贤友自己也希望以名业处详观法修习毗婆舍那，就应以详法摄取名法，再对这些名法安立三相而修观。

下面为慧尚未成熟者，再略作说明。

例如，眼门有五十四种色法；应分别以每一种色法为所缘，摄取由此生起的一切善速行心路名法与不善速行心路名法，再对这些名法安立三相而观。其余耳门等五门中的每一种色法，以及四十二身分各自四十四种等色法中的每一种，也分别作为所缘，摄取由此生起的名法，再安立三相修观。

具体观法如下。眼门有五十四种色法；眼十法聚中有十种色。先观以眼十法聚中的地界为所缘而生起的名法，观毕，再观以同一色聚中的水界为所缘而生起的名法。如此依次观完以眼十法聚中每一种色法为所缘而生起的名法以后，再依同样次序，观以眼门中身十法聚的每一种色法为所缘而生起的名法——

——其余色聚也依次同样修观。

在内、外两相续中，观完以眼门五十四种色法之每一种为所缘而生起的名法以后，才转观耳门等。四十二身分也同样修观。

若把六门、四十二身分中的色法依所缘分类，只有六种所缘：一、各色聚中的颜色是色所缘。

二、香是香所缘。

三、味是味所缘。

四、地、火、风三界是触所缘。

五、出入息声九法聚等中的声音色是声所缘。

六、水界、性根色、命根色、心所依处色、诸净色等其余细色，是法所缘。

应依名业处篇各表中摄取色所缘线、声所缘线等名法的方法，摄取这些名法而修习毗婆舍那；应把善速行心路与不善速行心路全部观尽。

这样修观时，可以随意兼用聚思惟与逐法观两种方法修习、审察毗婆舍那。依贤友的巴拉密，便可能到达趣向出起之观。

无明与明

有一次，世尊住在舍卫城。一位比丘来到世尊处，礼敬世尊后坐在一旁，向世尊请问。

‘尊者，常说“无明、无明”。尊者，什么是无明？又到什么程度才称为陷入无明的人？’

‘比丘，世间未受教的凡夫，对于有因缘的五取蕴，既没有由教法听闻所得的教知，也没有由修行亲证所得的证知；他没有这两种多闻，究竟慧眼盲昧。一、他不知道色，不知道色之集，不知道色之灭，也不知道趣向色灭之道。

二、他不知道受，不知道受之集、受之灭，也不知道趣向受灭之道。

三、他不知道想，不知道想之集、想之灭，也不知道趣向想灭之道。

四、他不知道诸行，不知道诸行之集、诸行之灭，也不知道趣向诸行灭之道。

五、他不知道识，不知道识之集，不知道识之灭，也不知道趣向识灭之道。

比丘，这样的不知称为无明；到这个程度，就称为陷入无明的人。’（《相应部》2-132，《无明经》。）又有一次，世尊住在舍卫城。一位比丘来到世尊处，礼敬世尊后坐在一旁，向世尊请问。

‘尊者，常说“明、明”。什么是明？尊者，到什么程度才称为具明的人？’

‘比丘，世间有闻的圣弟子，对于有因缘的五取蕴，具有由教法听闻所得的教知与由修行亲证所得的证知这两种多闻：

一、他知道色，知道色之集，知道色之灭，也知道趣向色灭之道。

二、他知道受，知道受之集、受之灭，也知道趣向受灭之道。

三、他知道想，知道想之集、想之灭，也知道趣向想灭之道。

四、他知道诸行，知道诸行之集、诸行之灭，也知道趣向诸行灭之道。

五、他知道识，知道识之集，知道识之灭，也知道趣向识灭之道。

比丘，这就称为明；到这个程度，就称为具明的人。’

> （《相应部》2-132，《明经》。）

有一次，世尊住在舍卫城。一位比丘来到世尊处，礼敬世尊后坐在一旁，向世尊请问。

‘尊者，怎样知、怎样见，才能舍断不知即无明，使知即明智生起？’

‘比丘，一、（甲）知见眼净色为无常〔苦、无我〕的人，能舍断无明，使明智生起。

（乙）知见诸色所缘为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丙）知见眼识为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丁）知见眼触为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（戊）知见以眼触为缘生起的乐受、苦受或舍受为无常〔苦、无我〕的人，能舍断无明，使明智生起。

二、（甲）知见耳净色为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（乙）知见诸声所缘为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丙）知见耳识为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丁）知见耳触为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（戊）知见以耳触为缘生起的乐受、苦受或舍受为无常〔苦、无我〕，也是如此。

行道智见清净释（之八）

三、（甲）知见鼻净色为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（乙）知见诸香所缘为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丙）知见鼻识为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丁）知见鼻触为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（戊）知见以鼻触为缘生起的乐受、苦受或舍受为无常〔苦、无我〕，也是如此。

四、（甲）知见舌净色为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（乙）知见诸味所缘为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丙）知见舌识为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丁）知见舌触为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（戊）知见以舌触为缘生起的乐受、苦受或舍受为无常〔苦、无我〕，也是如此。

五、（甲）知见身净色为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（乙）知见诸触所缘为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丙）知见身识为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丁）知见身触为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（戊）知见以身触为缘生起的乐受、苦受或舍受为无常〔苦、无我〕，也是如此。

六、（甲）知见意净界为无常〔苦、无我〕的人，能舍断无明，使明智生起。

（乙）知见诸法所缘为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丙）知见意识为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（丁）知见意触为无常〔苦、无我〕，也是如此。

（戊）知见以意触为缘生起的乐受、苦受——

——或舍受为无常〔苦、无我〕的人，能舍断无明——

——使明智生起。

比丘，这样知、这样见的人，能舍断无明，使明智生起。’（《相应部》2-259—260，《舍断无明经》。）贤友也应顶戴这些教法，努力使无明消失、明智之光生起。

《行道智见清净释》终。

智见清净释（上）

原书第 463 – 492 页

智见清净释

第一道智（预流道智）

属于趣向出起观的随顺智之后，种姓智随即生起。种姓智处在圣道转向的位置，所以不摄入行道智见清净：因为它不再依无常等相取诸行，也就是不再以行所缘为所缘。它虽以涅槃为所缘，却不能令烦恼灭尽，所以也不摄入智见清净。正因为它不能灭尽烦恼，种姓智才被说成处在圣道转向的位置：正如名为唯作意界的五门转向，能向眼识等五识界指示色所缘等五所缘中的某一种所缘；种姓智也向圣道——

——指示涅槃。它处在行道智见清净与智见清净之间，却不具备这两种清净任何一方的特相，所以严格说来是不可称说的，即不能依名言称为某一种清净。不过，它是趣向出起观的终点，属于观智一方，落在观流之中，因此仍称为观，也称为趣向出起观。〔这段话也表明种姓智摄入行道智见清净。〕

> （《清净之道》2-312；《大复注》2-483。）

在预流道、一来道、不来道、阿罗汉道四道中生起的智，称为智见清净。（《清净之道》2-312。）四种圣道智中，想要成就第一道智，即预流道智的瑜伽行者，已经没有其他任何事情需要另做。

这是因为，他应做的事就是令以随顺智为顶点的观智生起；这项应做、当做的工作一旦完成，应做之事便已经完成。

（《清净之道》2-312。）〔注意：这一阶段只取诸行的坏灭为所缘，轮流安立三相，尤其偏重无我相而修习毗婆舍那。如果贤友属于纯观乘者，已经对杂类诸行作过全面观照，就应特别以法所缘线善组的纯名法为主而修观；有时也以这些名法的所依处色为主，轮流观色与名、内与外，并轮流安立三相，或偏重自己最相应的一相持续修观。有时也应反观正在修观的观智本身。

如果贤友属于止乘者，应轮流观照自己已经证得的禅那名法组、这些禅那名法所依的所依处色，以及内——

——外诸法；应轮流安立三相，也可以偏重自己相应的一相。还可以只选自己最相应的一种禅那和一相为主而修观。由于各种所缘都已经观照周全，现在可以选取自己相应的任何一种行法为主而修观；同时也应不时反观正在修观的智，即意门观速行心路中的名法组。

聚思惟与逐法观两种毗婆舍那方法，可以任选自己相应的一种来修习、审察。

这样修观时，若观心在观内法时安稳地贴住内在行所缘，就应继续观内在诸行；若观外在诸行时，观心安稳地贴住外在所缘，就应继续观外在诸行。在这种时候，若勉强轮流观内、观外，能令心安稳贴住行所缘的定根便会减弱，对诸行保持中舍的行舍也会减弱。

同样，若把诸行观为无常时，观修心安稳地贴住该行所缘，就应继续观诸行为无常；若观为苦时安稳贴住，就继续观苦；若观为无我时安稳贴住，就继续观无我。这是为了不使定根与行舍减弱。

这样安稳贴住诸行无常、苦或无我之相的观心，就是已经具足前述信、精进、念、定、慧五根的观心。为了使与它相应的诸根愈加成熟，应继续只取自己所观色行或名行的坏灭为所缘，依平常所观的一相专注安立而修观。当五根平衡、成熟、锐利、勇健、清净时，这一观心必将令以随顺智为顶点的观智生起。令以随顺智为顶点的观智生起这项——

——工作，便已经完成。〕由于应做之事已经完成，在这位瑜伽行者的相续中，会生起三次或两次随顺智。其中，第一次随顺智，即遍作，驱除覆盖四谛的最粗无明黑暗；

原书 465

第二次随顺智，即近行，驱除较不粗重的无明黑暗；第三次随顺智，即随顺，驱除更微细而覆盖四谛的无明黑暗。换一种说法，这些随顺智受到前面行舍智数习之力的支持，依次驱除覆盖四谛的粗、中、细无明黑暗。黑暗这样被驱除时，瑜伽行者的心便不再冲入、安住、作意、黏着、沉入或结合于一切行法，而像水滴落在微微倾斜的莲叶上一样退缩、收拢、回转。作为名为所知与能知的观智之所缘，一切行相——

——以及名为已被执受诸蕴不断相续之转起的所缘，都被显现为障碍，因为遮蔽其障碍性的无明黑暗已经被驱除。于是，一切相与转起都显为障碍；在已获得数习缘的第二或第三随顺智之后，种姓智得到该随顺智数习力的资助，以涅槃为所缘而生起。涅槃是：一、无相，与行相相反而没有行相；二、无转起，与转起相反而没有转起；三、非行，不是有为行；四、灭，是诸行止息之处。种姓智以涅槃为所缘，超越凡夫的种姓、凡夫之名、凡夫的范围与地位，进入圣者种姓、圣者之名与圣者的地位；它第一次转向、作意、审察涅槃所缘，并以无间、等无间、数习、亲依止、无有、离去六种缘力资助——

——紧随其后的第一道智。它是已经到达顶峰与终点的观智之首；由于决定无误、只生起一次，所以生起后不再回转。（《清净之道》2-312。）在随顺智与种姓智二者中，随顺智只能驱除遮蔽——

——四谛的烦恼黑暗，却不能缘取涅槃；种姓智则只能缘取涅槃，不能驱除遮蔽四谛的烦恼黑暗。正因为不能兼具这两种能力，种姓智才称为圣道的转向。种姓智虽然并非真正的转向，却立于转向的位置，仿佛向圣道给出标记：‘不要像随顺智那样缘取诸行，应像我这样以涅槃为所缘而生起。’然后灭去。圣道也——

原书 466

——不放过种姓智给出的标记，依无间断的名相续紧随种姓智，以种姓智所缘的涅槃为所缘，穿破、击碎无始轮回以来从未被穿破、击碎的贪块、瞋块与痴块而生起。

（《清净之道》2-313—314。）

圣道不只穿破贪块等，还使从未来第一有开始本会发生、无始无端的轮回苦海枯竭；关闭一切恶趣之门；圆满信、戒、惭、愧、闻、舍、慧七种圣财；舍弃由邪见等八支组成的邪道；平息杀生等五种怖畏及二十五种大灾患；使人成为一切知正等觉佛陀胸生的亲生儿女；并带来信入三宝等其他无数功德。

能够产生这些众多功德、与预流道相应的智，称为预流道智。（《清净之道》2-314—315。）

预流者

紧接预流道智之后，作为该预流道心之果的果心，连续生起两次或三次。

这是因为出世间善在自身生起之后立即结果。世尊曾说：巴利原句（缅文字体）：‘သမာဓိမာနန္တရိကညာတဟု" (ခု-၀-၅။)’译：‘诸佛说，定的果报无有间隔。’（《小部》1-5。）意即与圣道相应的殊胜定法，在自身灭去以后，必定立即给予称为圣果的果法。又说：巴利原句（缅文字体）：‘ဒန္ဓံ အာနန္တရိကံ ပါဟုဏာတိ အာသဝါနံ ခယာယ။ (အံ-၀-၄၆၇။)’译：‘为了诸漏灭尽，他证得虽缓慢而果报无间的道。’（《增支部》1-467。）世尊宣说了这些教言。（《清净之道》2-315。）有些论师主张果心可生起一次、两次、三次或四次；这一说法不应采纳，因为——

——随顺智得到数习缘以后，种姓智紧接着生起；因此，随顺心至少应生起两次，因为只有一次随顺不能得到数习缘。另一方面，一个有转向的心路——

——以七个心刹那为限〔意思是速行最多只生起六次或七次〕。所以，若瑜伽行者的相续中生起两次随顺，第三速行为种姓，第四速行为圣道心，随后三次圣果心生起。

（《清净之道》2-315。）

若瑜伽行者的相续中生起三次随顺，第四速行为种姓，第五速行为圣道心，随后两次圣果心生起。因此义注说，果心生起两次或三次。有些论师又说：若生起四次随顺，第五速行为种姓，第六速行为圣道心，随后只生起一次果心。这一说法在义理上不可相信，因为安止只会在第四或第五速行生起；第五速行以后已接近有分，不能再由安止力生起。因此——

——这些论师的主张不应采纳。（《清净之道》2-315。）第一道以后，只要圣果这样生起，瑜伽行者便成为第二位圣者，名为预流者。即使由于成为帝释或转轮王等而极度放逸，他最多也只在天界与人间往返七次，便能作轮回苦的终结。果心结束后，心落入有分；有分截断以后，为了省察圣道，意门转向生起。意门转向灭后，七个依次省察圣道的速行生起。这就是——

——省察圣道的省察心路。心再次落入有分，又以同样方式生起转向等，以省察圣果等。由于这些转向与速行心生起，预流者便有五种省察：一、省察道；二、省察果；三、省察已经断除的烦恼；四、省察断后

仍未断除的烦恼；五、省察涅槃。

他省察道：‘我由这条道而来。’随后省察果：‘我已经得到这一功德。’再省察已断烦恼：‘我已断除这些烦恼。’再省察剩余烦恼：‘我还有这些烦恼尚未断除。’所省察的就是应由上三圣道断除的烦恼——

原书 468

——最后又省察不死的甘露涅槃：‘我已通过缘取此法而证知。’这样，预流圣弟子的相续中会生起五种省察。一来者与不来者也各有五种省察；阿罗汉没有省察剩余烦恼这一项，所以只有四种。

四圣者的省察合计十九种。（《清净之道》2-315—316。）这里依最多的上限而说。对于有学圣者，省察已断烦恼和省察尚未断的剩余烦恼，有时生起，有时不生起；有些有学能够这样省察，有些不能。正因为没有这种省察，释迦族摩诃男王子才向世尊问道：‘尊者——

——我还有哪一种尚未断除的烦恼法，使贪有时耗尽我的善心而住，使瞋有时耗尽我的善心而住，使痴有时耗尽我的善心而住？在我的内在相续中，究竟是哪一种烦恼法尚未断除？’（《中部》1-126。）应详知整部经。（《清净之道》2-316。）以上是《清净之道》义注的解释。《中部根本五十经篇义注 · 小苦蕴经释》又解释如下。巴利义注原文（缅文字体，续下单元）：‘သာ ပန နှ သဗ္ဗေသံ ပရိပုဏ္ဏာ ဟောတိ။ ဧကော ဟိ ပဟီနကိလေသမေဝ ပစ္စဝေက္ခတိ၊ ဧကော အဝသိဋ္ဌကိလေသမေဝ၊ ဧကော မဂ္ဂမေဝ၊ ဧကော ဖလမေဝ၊ ဧကော နိဗ္ဗာနမေဝ။ ဣမာသု ပန ပဉ္စသု ပစ္စဝေက္ခဏာသု ဧကံ ဝါ ဒွေ ဝါ နော လဒ္ဓုံ နှ ဝဋ္ဋတိ။ ဣတိ ယဿ ပစ္စဝေက္ခဏာ နှ ပရိပုဏ္ဏာ၊ တဿ’

‘မဂ္ဂဝဍ္ဎကိလေသပဏ္ဏတ္တိယံ အကောဝိဒတ္တာ ဧဝံ ဟောတိ။ (မ-ဋ္ဌ-၁-၃၆၆။)’译：‘这种省察并非一切圣者都必定具足。一位只省察已断烦恼，一位只省察其余未断烦恼，一位只省察道，一位只省察果，一位只省察涅槃。在这五种省察中，至少应获得一种或两种。因此，省察不完备的人，是因为不善巧安立各道所断烦恼的名称。’（《中部义注》1-366。）

依上述义注，五种省察中必定会得到一种或两种，但没有明确说是哪一种。若在已断烦恼——

原书 469

——尚未断烦恼、道、果、涅槃五者中必定省察一种或两种；再从‘因为不善巧各圣道所断烦恼的名称安立，所以省察不完整’这一后句来看，一般没有省察的只是已断与未断烦恼。

结合上引《清净之道》义注，应理解为道、果、涅槃多半都会省察。

第二道智篇

预流圣弟子这样以省察智省察以后，无论仍住在原处，或后来住在其他任何地方，都会为了使强烈的欲贪与嗔恚稀薄，并为了证得第二果一来果，而精勤修习毗婆舍那。

他统合诸根、诸力与诸觉支，使它们达到锐利；再把色、受、想、行、识五蕴所摄的这五类行法，反复以观智审察为无常、苦、无我，令观智一次又一次生起，进入观智相续。这位预流者依上述方法修行，按照前文从生灭智等生起诸智的方式，到行舍智末端，在同一转向中随顺智与种姓智——也就是随顺智与净化智——依次生起；紧接与种姓相似的净化智之后，一来道生起——

——与一来道相应的智，称为一来道智。紧接一来道智之后，果心也依前述方式生起。到此，这个人称为一来者，是第四位圣者；他只再以结生回到这个世间一次，便能终结轮回苦。证得一来果以后，省察也依前述方式生起。

（《清净之道》2-316—317。）

烦恼的稀薄

怎样知道强烈的欲贪与嗔恚已经稀薄？一、它们只在少数时候间或生起；二、它们在心相续中以生、住、灭三个阶段明显现行时，现行的性质已经微弱。由这两点，就能知道欲贪与嗔恚已经稀少、稀薄、微弱。不断行走于轮回的大多数人，其烦恼仿佛持续不断；一来者的烦恼则——

——并不持续生起，只在少数时候间或以稀薄的形态生起。即使间或生起，也不会任意压制、覆盖其心，使之陷入黑暗；因为预流道与一来道已经断除了相应部分，所以它们只以极其微弱、稀薄的形态生起。观察这种情形，便可知道烦恼已经稀薄。（《大复注》2-487。）‘种姓’：预流道智以前生起的智，确实压伏凡夫种姓、增长圣者种姓，所以直接称为种姓智。

一来道以前生起的智，因为与真正的种姓智相似，才依相似借喻间接称为种姓智。为什么又称为净化？因为它已经从某些杂染中净化，也因为它缘取极其清净的涅槃，所以称为净化。因此《发趣论》说：巴利原文（缅文字体）：‘အနုလောမံ ဝေါဒါနဿ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။ (အတိ-ဝ-၁၃၈။)’译：‘随顺以无间缘缘于净化。’（《阿毗达磨》1-138。）若净化才是直接名称，为什么上引《清净之道》义注不说‘紧接净化’，却说‘紧接种姓’？因为它依循《无碍解道》巴利的用语而解释。

《无碍解道》巴利第65页依胜伏生起等义说：‘八种种姓法由定力生起，十种种姓法由观力生起。’在这些文句中，一来道智等以前的智仍以‘种姓’为名。因此《清净之道》也说‘紧接种姓’。

（《大复注》2-487—488。）

只回来一次者（一来者）

上引《清净之道》义注说，一来者只再以结生回到人间一次，便能终结轮回苦；这是在五类一来者中排除其余四类，只取其中一类而说。

一、有些人在此人间证得一来果，并在此人间般涅槃。

二、有些人在此人间证得一来果，而在天界般涅槃。

三、有些人在天界证得一来果，也在该天界般涅槃。

四、有些人在天界证得一来果，随后以结生再生于人间，并在人间般涅槃。

不取以上四类，义注只依第五类解释：五、有人在人间证得一来果，随后结生于天界，在天界尽其寿命，再结生于人间，并在人间般涅槃。应知《清净之道》义注所取的就是这一类。

（《大复注》2-488。）

第三道智篇

一来果之后，省察速行心路生起，依相应情形省察道、果、涅槃等。成为一来者的圣弟子，无论仍住在原处，或后来住在原处或其他地方，都会为了无余断除已经由一来道削弱的欲贪结与瞋恚结，并为了证得第三果不来果，而精勤修习毗婆舍那。他统合诸根、诸力与诸觉支，使它们锐利，再以观智把属于三地的一切色名行法审察为无常、苦、无我，反复令观智生起，进入观智相续。〔意思是从生灭智起，依次生起直到——

——行舍智。〕这位一来者这样修行，到行舍智末端，在同一转向中随顺智与种姓智〔即净化智〕依次生起；紧接种姓智〔即净化智〕之后，不来道生起。与不来道相应的智，称为不来道智。（《清净之道》2-317。）紧接不来道智之后，果心也依前述方式生起。只要不来果这样生起，他便成为第六位圣者，称为不来者：他以化生结生而显身于梵天界或净居地，通常在那里般涅槃，不再以结生回到欲有——

——因为不再以结生回到欲界，所以称为不来者。证得不来果以后，省察依前述方式生起。（《清净之道》2-317。）这里只说不来者不会以结生从梵天界回到欲界；为了礼敬佛陀、听闻佛法，他仍会来到包括人间在内的欲界——

——像常童子梵天为了在善法堂说法，也会来到欲界。（《大复注》2-488—489。）

第四道果（阿罗汉道果）

不来圣弟子这样以省察速行心路适当地省察道、果、涅槃等以后，无论仍住在原处，或后来住在原处或其他地方，都会为了无余断除五上分结——对色界的贪著色贪、对无色界的贪著无色贪，以及慢、掉举、无明——并为了证得第四果阿罗汉果，而精勤修习毗婆舍那。他统合诸根、诸力与诸觉支，使它们锐利，以观智审察属于三地的一切色名行法，反复令观智生起，进入观智相续。〔意思是从生灭智起——

——依次修行直到行舍智。〕这位不来者这样修行，到行舍智末端，在同一转向中随顺智与种姓智，即净化智，依次生起；紧接种姓智，即净化智之后，阿罗汉道生起。与阿罗汉道相应的智，称为阿罗汉道智。（《清净之道》2-317—318。）紧接阿罗汉道之后，阿罗汉果心也依前述方式生起。只要阿罗汉果这样生起，他便成为第八位圣者，称为阿罗汉。

一、大漏尽者（mahākhīṇāsava）：诸漏已尽、可敬而具有大威德者。二、最后身持有者（antima-dehadhārī）：承载最后身者。三、已卸重担者（ohitabhāra）：已经放下蕴担、烦恼担与造作担者。四、已达自利者（anuppatta-sadattha）：依次证得自身利益阿罗汉果者。五、有结已尽者（parikkhīṇa-bhavasaṃyojana）：十种有结已经灭尽者。六、正智解脱者（sammadaññā-vimutta）：如实了知蕴等自性而完全解脱者。七、最上应供者（aggadakkhiṇeyya）：堪受包括诸天在内的一切有情最胜供养的殊胜者。

以上四圣道所相应的智，称为智见清净。

原书 473

四念处圆满

前文直到详修生灭智一节，已经详细说明：一、依“随观生法者”，怎样观生起的自性；二、依“随观灭法者”，怎样观坏灭的自性；三、依“随观生灭法者”，怎样观生起与坏灭的自性。

在详修生灭智之后，从已经脱离观染的生灭智开始，直到这里的阿罗汉果为止，前文层层说明的观修次第，正是对下面念处教法中各个观法的详细展开。

巴利经文（缅文字体，第一则，续下单元）：“၁။ အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ၊ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။”

巴利经文续文（缅文字体）：“အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ (မ-၁-၇၁။)”译：“此外，他的念现前：‘只有身存在。’这仅仅为了智与持续忆念。他无所依止而住，也不执取世间任何事物。诸比丘，比丘也这样于身随观身而住。”（《中部》1-71。）第二则巴利经文（缅文字体，续下单元）：“၂။ အတ္ထိ ဝေဒနာတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။”

巴利经文续文（缅文字体）：“အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ (မ-၁-၇၅-၇၆။)”译：“此外，他的念现前：‘只有受存在。’这仅仅为了智与持续忆念。他无所依止而住，也不执取世间任何事物。诸比丘，比丘也这样于诸受随观诸受而住。”（《中部》1-75—76。）第三则巴利经文（缅文字体，续下单元）：“၃။ အတ္ထိ စိတ္တန္တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။”

巴利经文续文（缅文字体）：“အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ (မ-၁-၇၆။)”译：“此外，他的念现前：‘只有心存在。’这仅仅为了智与持续忆念。他无所依止而住，也不执取世间任何事物。诸比丘，比丘也这样于心随观心而住。”（《中部》1-76。）第四则巴利经文（缅文字体，续下单元）：“၄။ အတ္ထိ ဓမ္မာတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။”

巴利经文续文（缅文字体）：“အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ (မ-၁-၇၈။)”译：“此外，他的念现前：‘只有法存在。’这仅仅为了智与持续忆念。他无所依止而住，也不执取世间任何事物。诸比丘，比丘也这样于诸法随观诸法而住。”（《中部》1-78。）一、此外，在那位比丘的相续中，念现前显现为：‘只有色身存在。’这一念只为了使一再随观色身的观智增长，也只为了使与摄取色身之观智相应的念次第增长。那位比丘不依爱与见而住——

——对于名为五取蕴的世间任何法、任何可执著之物，也不再执为‘我、我所有’。诸比丘，比丘也这样一再于身随观身而住。（《中部》1-71。）二、此外，在那位比丘的相续中，念现前显现为：‘只有受存在。’这一念只为了使一再随观受的观智增长，也只为了使与摄取受之观智相应的念次第增长。那位比丘不依爱与见而住，对于名为五取蕴的世间任何法、任何可执著之物——

原书 474

——也不再执为‘我、我所有’。诸比丘，比丘也这样于诸受随观诸受而住。（《中部》1-75—76。）三、此外，在那位比丘的相续中，念现前显现为：‘只有心存在。’这一念只为了使一再随观心的观智增长，也只为了使与摄取心之观智相应的念次第增长。那位比丘不依爱与见而住，对于名为五取蕴的世间任何法、任何可执著之物，也不再执为‘我、我所有’。诸比丘，比丘也这样于心随观心而住。（《中部》1-76。）四、此外，在那位比丘的相续中，念现前显现为：‘只有诸法存在。’——

——这一念只为了使一再随观诸法的观智增长，也只为了使与摄取诸法之观智相应的念次第增长。那位比丘不依爱与见而住，对于名为五取蕴的世间任何法、任何可执著之物，也不再执为‘我、我所有’。诸比丘，比丘也这样于诸法随观诸法而住。（《中部》1-78。）

三十七菩提分法

四念处、四正勤、四神足、五根、五力、七觉支与清净高尚的八圣道支，合计三十七法。因为它们与名为“菩提”——能知四谛的圣道——同属一方，作为有益的助伴而住，所以称为菩提分法。

四念处——在这些菩提分法中，念能趋入身、受、心、法诸所缘，依取不净、苦、无常、无我之相而贴住、安住；也就是说，它完成舍断净想、乐想、常想、我想的作用。因此，正是这一念称为念处。

在圣道以前生起世间观智时，菩提分法分别出现在不同的心中；其获得方式如下。一、入出息念品：观修入出息念的部分；二、威仪品：观修威仪的部分；三、正知品：观修念与正知的部分；四、不净作意品：观修厌恶不净自性的部分；

原书 475

五、界作意品：作意并观修诸界的部分；六至十四、九墓地品：观修九种尸体的部分。瑜伽行者依这十四种方式摄取色身，就获得身随观念处。

在入出息念品等各品中，先建立定，以该定作为观修的基础；再以色为先，摄取色名，并探究这些色名的诸因；然后把连同诸因的色名诸行提到三相上，在三时、内外两相续中修观。由于这样以色为先修习毗婆舍那，所以称为身随观念处。（一）瑜伽行者依九种方式摄取受，就获得受随观念处。摄取名法时，以受为先，连同诸相应法一起摄取；摄取名法之后，还须再次摄取这些名法的所缘色和所依处色。这样以受为先摄取名色——

——再探究这些名色的诸因，然后把连同诸因的名色提到三相上修观，就进入受随观念处。（二）瑜伽行者依十六种方式摄取心，就获得心随观念处。摄取名法时，以心为先，连同诸相应法一起摄取名法；随后再次摄取这些名法的所缘色与所依处色。这样以心为先摄取名色，再探究这些名色的诸因，然后把连同诸因的名色提到三相上修观，就进入心随观念处。（三）一、以五盖为先摄取、观修色名，即五盖品；

二、摄取、观修五蕴，即五蕴品；三、摄取、观修十二处，即十二处品；四、以七觉支为先摄取、观修色名，即觉支品；五、摄取苦谛、集谛而修观，直至知见四谛，即谛品。瑜伽行者依这五种方式摄取名色诸行，就获得法随观念处。在三种名业处中，以触为先摄取名法，随后摄取这些名法的所缘色与所依处色；再探究这些名色的诸因，把连同诸因的名色提到三相上修观——这种方法也归入法随观。观智以——

——诸行为所缘时，依蕴门、处门、觉支门、谛门摄取它们，再探究诸因，把连同诸因的色名诸行提到三相上修观——这种方法也归入法随观念处。

原书 476

（四）这四种随观各自以身即色、受、心、法为先，而这些都只是色名因果诸行。因此，对三时、内外两相续中的色名因果诸行反复安立三相而修观，就称为修习全部四念处。不过，在世间观修时，四念处不能在同一个心刹那中同时具足，所以说它们分别在各个心刹那中获得；在圣道刹那，四念处则同时具足。

四正勤——在今生的色名相续中，自己从未生起过、却已见到在他人相续中生起的不善，以及以该不善为根由而招致的杀害、拘禁等惩罚；见到这些以后，心想：‘以这种方式行事的人会遭受这种由不善引起的惩罚；我不应这样行事。若善加守护，这种惩罚就不会发生在我身上。’如此作意，为了使这种惩罚不生而努力时，就获得第一正勤：努力令未生不善不生——

——（一）看见自己相续中屡屡生起、已经形成习惯的不善法，为了断除它而努力时，就获得第二正勤：努力断除已生不善。（二）为了使今生自己相续中未曾生起的禅那或毗婆舍那生起而努力，就获得第三正勤：努力令未生善法生起。（三）若以某种方式令今生已经生起的禅那或毗婆舍那继续生起而不退失——

——反复依这种方式修习的人，就获得第四正勤：努力令已生善法增长。（四）四神足——以想要证得禅那、毗婆舍那、道、果、涅槃的欲为主导，使止观等善法生起时，就获得欲神足。（一）以心为主导，使止观等善法生起时，就获得心神足。

（二）

原书 477

以精进为主导，使止观等善法生起时，就获得精进神足。

（三）

以观即慧为主导，使止观等善法生起时，就获得观神足。（四）五根——与信相反的诸不善法，以及对真正皈依处三宝之外的有情、无情事物生起的伪信——邪胜解——都称为不信。

信根能压伏、胜伏不信，并统摄与它相应、能从不信出离的诸法。（一）以昏沉睡眠为主的不善心生起，称为懈怠；精进根能压伏、胜伏懈怠，并统摄与它相应、能从懈怠出离的诸法。（二）由于忘失、失念而生起的不善蕴称为放逸；念根能压伏、胜伏放逸，并统摄与它相应、能从放逸出离的诸法。（三）心散乱称为乱；定根能压伏、胜伏乱，并统摄与它相应、能从乱出离的诸法。（四）对究竟所缘迷惑、不能如实知见究竟法的痴——

——慧根能压伏、胜伏痴，并统摄与它相应、能从痴出离的诸法。这五根在世间观修时，也能在同一心刹那中同时生起。（五）五力——不被不信、懈怠、放逸、乱、痴诸法压制，又具有不动摇、坚固安住于行所缘的性质，所以信、精进、念、定、慧五法称为五力。它们在世间观修时，也能在同一心刹那中相应而同时生起。

七觉支——念、择法、精进、喜、轻安、定、舍这七法，是能知四圣谛者所依的因，所以称为觉支。七觉支在世间观修时，也能在同一心刹那中相应而同时生起。

能摄取连同诸因、名为身、受、心、法的诸行之念，称为念觉支；正确探究、审察、决定这些诸行的无常、苦、无我之相，并能洞察知见的观智，称为择法觉支；与该观智相应的精进，称为精进觉支；喜称为喜觉支；轻安称为轻安——

原书 478

——觉支；定称为定觉支；遍一切心美心所中的中舍性心所，称为舍觉支。这就是世间观修时七觉支同时生起的方式。

在出世间圣道刹那，能摄取涅槃胜法的念称为念觉支；能洞察知见涅槃胜法的圣道智称为择法觉支；与圣道智相应的精进、喜、轻安、定、舍（即中舍性心所），依次称为精进觉支、喜觉支、轻安觉支、定觉支、舍觉支。

八道支——因为是从轮回一切苦中出离的因，所以正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念、正定八法称为道支。

在这八支中，远离邪语时获得正语；远离邪业时获得正业；远离邪命时获得正命。其余以正见为首的五道支，在世间观智中能在同一心刹那内同时相应。能洞察知见名为苦谛、集谛的诸行之无常、苦、无我相的观智，是正见；与该观智相应的寻，是正思惟；精进是正精进；念是正念；定是正定。在世间观修时，这五道支能在同一心刹那中相应而同时生起。到了出世间圣道智时，八道支——

——能依相应情形，在一个圣道心刹那中相应而同时生起；所有道支都以涅槃为所缘。

特别是以慧根心所为法体的观神足、慧根、慧力、择法觉支、正见道支，有时不与离智的世间观心相应。因此，三十七菩提分法在世间观修时，分别在各个心刹那中获得。

另一方面，当四种圣道智生起时，三十七菩提分法能在同一个道心生起中获得。果心刹那则除去四正勤，获得其余三十三菩提分法。所有菩提分法在出世间心中都以涅槃为所缘。

> （参见《清净之道》2-320。）

虽然一切菩提分法都摄属于圣道心生起，但因为圣道刹那中正勤的作用达到极强，所以义注解释果刹那时排除四正勤。虽说果刹那获得三十三菩提分法，也应知这不是直接获得，而只是依间接方式获得。（《大复注》2-492。）

原书 479

圣道刹那中三十七菩提分法如何生起

巴利《清净之道》引文（缅文字体）：“ဇဝံ ဇကေစိတ္တေ လဗ္ဘမာနေသု ဧစေတေသု ဇကာဝ နိဗ္ဗာနာရမ္မဏာ သတိ ကာယာဒီသု သုဘသညာဒိ- ပွဟာနကိစ္စသာဓနဝသေန စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာတိ ဝုစ္စတိ။ ဇကမေဝ စ ဝီရိယံ အနုပ္ပန္နာနံ အနုပ္ပါဒါဒိကိစ္စ- သာဓနဝသေန စတ္တာရော သမ္မပ္ပဓာနာတိ ဝုစ္စတိ။ သေသေသု ပန ဟာပနဝ ဖုနံ နတ္ထိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၂၀။)”译：“当

这些菩提分法在同一心中获得时，一种以涅槃为所缘的念，依完成舍断身等所缘上的净想等之作用，而称为四念处；同一种精进，依完成令未生不善不生等作用，而称为四正勤；其余法体的数目没有增减。”（《清净之道》2-320。）在一个圣道心刹那中应得的三十七菩提分法，全都以涅槃为所缘。若道心依初禅生起，就有三十七心与心所；依四分法，若依第二禅生起，除去寻、伺，余三十五；依第三禅生起，再除去喜，余三十四；依第四禅生起，以舍受代替乐受，也仍有三十四。这个由心与心所组成的道心生起，整体以涅槃为所缘，其中也包括念——

——这一念也只以涅槃为所缘。那么，这唯一以涅槃为所缘的念，怎样同时取身、受、心、法四念处为所缘？答：在一个圣道心刹那中应得的菩提分法里，这一种只缘涅槃而生起的念，同时完成以下舍断作用：一、舍断身即一切色法上的净想；二、舍断受上的乐想；三、舍断心上的常想；四、舍断诸法上的我想。圣道连同念这样舍断、摧毁附着于身、受、心、法四念处上的净想、乐想、常想、我想，所以这些想——

——从身、受、心、法上彻底清除。此后任何时候缘取身、受、心、法，净、乐、常、我之想都不再生起，只生起不净、苦、无常、无我之想。这种知法，称为依作用成就而知四念处。因此，在一个圣道心刹那中应得的菩提分法里，这一种以涅槃为所缘而生起的念，依其舍断身、受、心、法上的净、乐、常、我想之作用，称为四念处。

同理，在一个圣道心刹那中应得的同一种精进，依其完成令未生不善不生等四种作用，而称为四正勤。四神足、五根、五力、七觉支与八道支的法体数目则没有增减。（《清净之道》2-320。）

原书 480

〔按：若圣道依初禅生起，能依相应情形获得三十七菩提分法；依第二禅生起，因为不与寻相应，正思惟道支减少；依四分法，若依第三禅生起，喜觉支与正思惟道支减少；若依第四禅生起，同样少了喜觉支与正思惟道支。〕应特别注意：上文说，圣道刹那中以涅槃为所缘的念，或者说与念俱生的圣道法，完成舍断身、受、心、法上净想、乐想、常想、我想的作用。在观修领域中：一、所谓身，主要摄取二十八色组成的色身；次要还须——

——摄取以这些色法为所缘、依这些色法而生起的名法，即名身。

二、所谓受，主要摄取九种受；次要还须以受为先，摄取与受俱生的名法，以及这些名法的所缘色与所依处色。

三、所谓心，主要摄取十六种心，或瑜伽行者相续中实际能生起的各种心；次要还须以心为先，摄取与心相应的一切名法，以及这些名法的所缘色与所依处色。

四、所谓法，主要摄取除去在身、受、心中已经作为主要对象的色、受、心以外，其余以触、思为首的心所法组。

次要还须摄取与这些心所法组相应的受、心，以及这些名法的所缘色与所依处色。换一种说法，所谓法，应摄取五蕴、十二处、七觉支与四谛。

圣道见到涅槃时，同时完成舍断覆盖身、受、心、法、使人不能如实知见的痴；所以瑜伽行者后来重新缘取身、受、心、法时，便能轻易知见。

如果贤友认为自己已经成为圣者，上述标准就是检验自己是否真正成为圣者的一块试金石。即使坚信自己已成圣者，如果连二十八色都还不能摄取、不能以智分别、不能观照、不能知见——

原书 481

——如果还不能依心之定法摄取心与心所、不能以智分别、不能观照、不能知见；如果还不能摄取、分别、观照并知见苦谛与集谛之间因果关联的缘起法，就应确切断定：‘我尚未成为圣者。’

这是因为，圣道已经无余舍断覆盖四谛或身、受、心、法、使人不能如实知见的痴，也就是无明。

与其随他人的话飘摇，在并非真正圣者时自以为圣者，贤友依佛陀本怀成为真正的圣弟子，利益更为广大。应当记住：若别人一抬举便自高自大，只会继续在无尽轮回海中漂流。身、受、心、法并不是成为圣者以后才可知见；在尚未成圣者、努力趣向圣道时，它们正是必须努力知见的法，因为属于苦谛、集谛的身、受、心、法就是观智的所缘。

摄取法体的方法

对于这些菩提分法，若依“不重复摄取已摄取者”的方法，不混合不同名目，只按同一自性归并而摄取纯粹法体，则共有十四法：念、精进、欲、心、慧、信、定、喜、轻安、舍（即中舍性）、正思惟、正语、正业、正命。

其中，念等某些法自性虽只有一种，却能依各自威力完成身随观等不同作用，所以分别开示为八种等；心神足等某些法则只依本身自性成立，所以各只开示为一种。

这里把菩提分法归并为十四种法体，是按最多可得的法体而说。只有初禅道能具足十四法；第二禅道因没有正思惟，只有十三法；依五分法，第三、第四、第五禅道都因没有喜觉支，所以各有十二法。

一处的九法——自性只有一种、各居一处的法，共有欲、心、喜、轻安、舍、正思惟、正语、正业、正命九法；它们分别只居欲神足、心神足、喜觉支、轻安觉支、舍觉支、正思惟道支、正语道支、正业道支、正命道支一个位置。

信居二处——信分为信根、信力，居两个位置。

原书 482

定居四处——定分为定根、定力、定觉支、正定道支，居四个位置。

慧居五处——慧分为观神足、慧根、慧力、择法觉支、正见道支，居五个位置。

念居八处——念分为四念处、念根、念力、念觉支、正念道支，居八个位置。

精进居九处——精进依四正勤、精进神足、精进根、精进力、精进觉支、正精进道支而分为九种，居九个位置。

因为与名为菩提的圣道同属一方、作为助伴，换言之，因为作为能资助圣道的助伴而住，所以这里所说的三十七法——依法体为十四法——称为菩提分法。在世间观修阶段，也能依相应情形获得这些菩提分法。

巴利经文（缅字体）：“အာနာပါနဿတိ ဘိက္ခဝေ ဘာဝိတာ ဗဟုလီကတာ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ပရိပူရေန္တိ။ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ ဘာဝိတာ ဗဟုလီကတာ သတ္တ ဖောဇ္ဈင်္ဂေ ပရိပူရေန္တိ။ သတ္တ ဖောဇ္ဈင်္ဂါ ဘာဝိတာ ဗဟုလီကတာ ဝိဇ္ဇာဝိမုတ္တိံ ပရိပူရေန္တိ။ (မ-၃-၁၂၄။)”译：“诸比丘，入出息念经过修习、多加修习，能使四念处圆满；四念处经过修习、多加修习，能使七觉支圆满；七觉支经过修习、多加修习，能使明与解脱圆满。”（《中部》3-124。）诸比丘，修习、多加修习入出息念，能使四念处圆满；修习、多加修习四念处，能使七觉支圆满——

——修习、多加修习七觉支，能使阿罗汉道与阿罗汉果圆满。

> （《中部》3-124。）

从相与转起出起篇

观有世间观与出世间观两种。其中，圣道慧以四种现观而对四谛作特别的观见：一、以遍知现观分别了知苦谛；二、以舍断现观舍断集谛；三、以作证现观现证灭谛；四、以修习现观修习道谛。因此，圣道慧也称为观；这就是出世间观。

在世间观与出世间观二者中，世间观以名为行相的法为所缘，所以不能从行相出起；又因为不能无余舍断作为果报蕴转起之因的集谛，所以也不能从转起出起。

种姓智不能无余舍断集谛，所以不能从转起出起；但它以涅槃为所缘，所以能从行相出起。因此，它称为一面出起，即只从一个方面出起之法。

四种圣道智以离行相、名为无相的涅槃为所缘，所以能从行相出起；又能无余舍断集谛，所以也能从转起出起。因此，它们称为两面出起，即从相与转起二者出起之法。（《清净之道》2-321。）巴利《大复注》原文（缅文字体）：“တတ္ထ နိမိတ္တတော ဝုဋ္ဌာနံ သင်္ခါရနိမိတ္တံ နိဿဋ္ဌတ္တာ နိဗ္ဗာနာရမ္မဏကရဏံ။ ပဝတ္တတော ဝုဋ္ဌာနံ ဟေတုနိရောဓေန အာယတိं ဝိပါကပ္ပဝတ္တိဿ အနုပ္ပတ္တိဓမ္မတာပါဒနံ။ တေနာဟ "သမုဒယဿ အသ- မုစ္ဆိန္နနတော ပဝတ္တာ နဝုဋ္ဌာတိ"တိ။ (မဟာဋီ-၂-၄၉၄။)”译：“这里，从相出起，是舍弃行相而以涅槃为所缘；从转起出起，是由于因灭，使未来的果报转起达到不再生起的法性。因此说：‘由于不能正断集谛，便不从转起出起。’”（《大复注》2-494。）舍弃行相而以涅槃为所缘，称为从相出起。

由于无明、爱、取、行、业等作为因的集谛法无余止息〔预流道令能招恶趣的无明、爱、取、行、业等集谛因止息；其余各道也应依次类知〕，使未来果报蕴之转起——即已被执受之转起——达到不再生起的法性，称为从转起出起。正因为种姓智不能无余舍断集谛，义注师才说：“种姓不从转起出起。”

> （《大复注》2-494。）

依上述《清净之道》义注与《大复注》，这里的“转起”似乎只取已被执受之转起。不过，前文已经列出《殊胜义注》的说法；依该义注，“转起”应同时摄取未被执受之转起与已被执受之转起。

种姓智

种姓智是从外在行相出起、退离的慧。

《无碍解道义注》这样解释“外在行相”的含义。

巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）：“ဗဟိဒ္ဓါ သင်္ခါရနိမိတ္တ နှိ့ သကသန္တာနပ္ပဝတ္တ-အကုသလက္ခန္ဓတော ဗဟိဒ္ဓါဘူတံ သင်္ခါရနိမိတ္တံ။ လောကိယ- သင်္ခါရာ ဟိ ကိလေသာနံ နိမိတ္တတ္တာ၊ နိမိတ္တာကာရေန ဥပဋ္ဌာနတော ဝါ နိမိတ္တန္တိ ဝုစ္စန္တိ။ (ပဋိသံ-ဋ္ဌ-၁-၂၅၃။)”译：“所谓外在行相，是指在自身相续中生起的不善蕴以外的行相。世间诸行因为是烦恼的相，或者因为以相的形态显现，所以称为相。”（《无碍解道义注》1-253。）所谓外在行相，就是自身相续中的不善名蕴以外的色名行相。一切世间色名行法，既是烦恼生起的因相；对于还没有究竟智慧之眼的人，又以男人、女人、个人、有情、人、天、梵天等形相而显现，所以称为相法。

> （《无碍解道义注》1-253。）

依这段解释，在自身相续中生起的烦恼是内在法，是自己里面的人。

除此烦恼以外的一切色名行法，以及三十一界中的一切三地法，无论在自身相续还是他人相续，无论是有生命、已被执受之行，还是无生命、未被执受之行，都应当理解为外在行。关于如何从这些外在行出起并趣入涅槃，《无碍解道》这样开示。

从由过去业而在今生生起的果报轮转诸蕴之生起出起、退离，趣入果报轮转诸蕴的不生，所以称为种姓。从由过去业所生果报轮转诸蕴之流的不断转起——已被执受之转起——出起、退离，趣入没有果报轮转诸蕴之转起的涅槃。乃至，从为未来结生造作业的造作出起、退离，趣入不造作，即没有为结生造作业的涅槃；从未来果报蕴生起的结生出起、退离，趣入没有结生的涅槃；从结生所依的趣出起、退离，趣入没有结生所依之趣的涅槃——

——从五蕴的显现发生出起、退离，趣入没有五蕴显现发生的涅槃；从果报蕴流的转起出起、退离，趣入没有果报转起的涅槃；从一有中诸蕴最初显现发生的生出起、退离，趣入没有生的涅槃；从老出起、退离，趣入没有老的涅槃；从病出起、退离，趣入没有病的涅槃；从死出起、退离，趣入没有死的涅槃；从愁出起、退离，趣入没有愁的涅槃。

乃至，从悲出起、退离，趣入没有悲的涅槃；从恼出起、退离，趣入没有恼的涅槃；从外在——

——行相出起、退离，趣入诸行止息的灭涅槃，所以称为种姓。（《无碍解道》63—64。）

从两面出起：道智

问：从相与转起两面出起、退离的慧，怎样称为道智？答：正见——在预流道刹那，正见以清楚知见极难洞察的谛义为作用，具足遍知现观、舍断现观、作证现观、修习现观四种特相，因此从六十二种邪见出起；又从随逐邪见、能导致恶趣的疑等烦恼出起，也从随逐邪见的诸蕴出起；还从自身相续中的烦恼蕴以外、一切外在行相出起。因此，从相与转起两面出起、退离的慧，称为圣道中的智。

（《无碍解道》66。）

随彼转烦恼——预流道智以正断无余舍断见随眠，即见随眠界，从六十二种邪见出起；也从与邪见在同一心刹那俱生、以邪见为强力依止而生、随邪见转起的各种烦恼出起。

这段话意在说明舍断与彼同处的烦恼。同处有两种：俱生同处与舍断同处。

俱生同处——在同一心刹那及同一人的相续中，与该见同住，直至被圣道舍断的烦恼，称为与彼同处，即与该见同一住处的烦恼。圣道舍断见时，也以俱生同处的方式舍断：在两种贪根见相应无行心中与见俱生的贪、痴、掉举、无惭、无愧；以及在两种贪根见相应有行心中与见俱生的贪、痴、昏沉、掉举、无惭、无愧。

舍断同处——预流道智舍断见烦恼时，也以舍断同处的方式，舍断与该见同住于同一人相续、能导致恶趣的贪、瞋、痴、慢、疑、昏沉、掉举、无惭、无愧。

从诸蕴——说“也从随逐邪见的诸蕴出起”，其中的诸蕴是：（甲）随逐该见而生、在同一心刹那与该见俱生的贪见组，即贪根见相应心与心所所成的四名蕴——

原书 486

——亦即贪根见相应组的四名蕴。

（俱生同处蕴）

（乙）与见烦恼舍断同处的贪、瞋、痴等能导致恶趣的烦恼所相应之四名蕴：贪根见不相应心与心所名蕴、瞋根心与心所名蕴、痴根心与心所名蕴。

（舍断同处蕴）

（丙）由上述俱生同处与舍断同处的不善心、心所所生的心生色，即色蕴；合计为五蕴〔未被执受之转起的五蕴〕。（丁）由邪见等烦恼而能在未来生起的五果报蕴，即——

（已被执受之转起的五蕴。）

预流道智从这两类五蕴——未被执受之转起的五蕴与已被执受之转起的五蕴——出起。

（戊）巴利原文（缅文字体）：“（ c ）ဗဟိဒ္ဓါ ၈ သဗ္ဗနိမိတ္တေဟီတိ ယထာဝုတ္တကိလေသက္ခန္ဓတော ဗဟိဘူတေဟိ သဗ္ဗသင်္ခါရနိမိတ္တေဟိ။”译：“‘以及从一切外在相出起’，是说从上述烦恼蕴以外的一切行相出起。”

（《无碍解道义注》1-255—256。）

应当知道：所谓一切外在行相，就是自身相续中的上述烦恼蕴以外，一切世间的内外行法；预流道也从它们出起。（《无碍解道义注》1-255—256。）这段《无碍解道义注》与前引《殊胜义注》的说法相同，认为圣道从未被执受的蕴转起、已被执受的蕴转起两者，以及一切行相出起。

正思惟——与圣道相应的正思惟能把诸相应法导向涅槃所缘；依此含义，它从邪思惟出起，也从随逐邪思惟而生的烦恼与诸蕴出起，并从一切外在行相出起。因此，从相与转起两面出起、退离的慧，称为圣道中的智。（《无碍解道》66。）预流道智从四种见相应心与一种疑相应心，以及其余能导致恶趣的不善心中所相应的邪思惟即寻——

——出起。（《无碍解道义注》1-256。）正语——与圣道相应的正语具有摄持的作用，依此含义，它从邪语出起，也从随逐邪语而生的烦恼与诸蕴出起，并从一切外在行相出起。因此，从相与转起两面出起、退离的慧，称为圣道中的智。（《无碍解道》66。）〔意思是从妄语，以及能导致恶趣的两舌、恶口、绮语出起。〕

原书 487

正业——与圣道相应的正业能使身体行为端正、不粗恶；依此含义，它从邪业出起，也从随逐邪业而生的烦恼与诸蕴出起，并从一切外在行相出起。因此，从相与转起两面出起、退离的慧，称为圣道中的智。（《无碍解道》66。）〔即从杀生、不与取、欲邪行出起。〕正命——与圣道相应的正命能净化生活；依此含义，它从邪命出起，也从随逐邪命而生的烦恼与诸蕴出起，并从一切外在行相——

——出起。因此，从相与转起两面出起、退离的慧，称为圣道中的智。（《无碍解道》66。）〔以神异手段示现而诈骗称诡诈；夸耀、奉承称虚谈；为获得四资具而示意称暗示；以言语贬损、讥刺称贬抑；以所得换取更多所得称以利求利；以及以谋生为因的三身恶行、四语恶行——即从这些邪命出起。〕正精进——正精进能激励与圣道相应的法组，使之趋向涅槃所缘；依此含义，它从邪精进出起。它也从随逐邪精进——

——而生的烦恼与诸蕴出起，并从一切外在行相出起。因此，从相与转起两面出起、退离的慧，称为圣道中的智。（《无碍解道》67。）〔即从四种见相应心与疑相应心这五心，以及其余能导致恶趣的不善心中所相应的邪精进出起。〕正念——与圣道相应的正念能贴住所缘、安住于涅槃所缘；依此含义，它从邪念出起，也从随逐邪念而生的烦恼与诸蕴出起，并从一切外在行相出起。

因此，从相与转起两面出起、退离的慧，称为圣道中的智。（《无碍解道》67。）巴利《无碍解道义注》原文（缅文字体）："မိစ္ဆာသတိတိ စ သတိယာ ပဋိပက္ခာကာရေန ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ အကုသလစိတ္တုပ္ပါဒမတ္တမေဝ။"译："所谓邪念，只是以与念相反的方式生起的不善心生起。"

> （《无碍解道义注》1-256。）

巴利《大复注》原文（缅文字体）："မိစ္ဆာသတိ တထာပဝတ္တာ စတ္တာရော ခန္ဓာ။ (မဟာဋီ-၂-၄၉၄။)"译："邪念，是这样转起的四蕴。"（《大复注》2-494。）以与念相反、忆念恶事的方式生起的各个不善心生起，即心与心所法组，称为邪念。（《无碍解道义注》1-256。）

原书 488

正定——与圣道相应的正定不散乱于涅槃以外的其他所缘；依此含义，它从邪定出起，也从随逐邪定而生的烦恼与诸蕴出起，并从一切外在行相出起。因此，从相与转起两面出起、退离的慧，称为圣道中的智。（《无碍解道》67。）〔正定从四种见相应心、一个疑相应心这五心中所相应的一境性，以及其余能导致恶

趣的不善心中所相应的一境性心所——邪定——出起。〕附注：各部经中也说到邪语、邪业、邪命、邪念道支——

——但这些道支没有各自独立的法体。若念正确，就只有名为正念的美心所；因为邪念没有独立法体，所以《阿毗达磨》巴利没有另行开示。应当这样摄取法体：说四种语恶行时生起的不善心、心所法组，称为邪语；行三种身恶行时生起的不善心、心所法组，称为邪业；从事各种邪命恶行时生起的不善心、心所法组，称为邪命；忆念恶事时，以不善想为主的不善心、心所法组，称为邪念。

在这些不善心、心所法组中，四种见相应心与一种疑相应心这五类心、心所法组，以及其余能导致恶趣的不善心、心所法组，都被预流道智舍断。因此，预流道从与见、疑俱生的不善法组及其余能导致恶趣的不善法组出起。

以上说明预流道智刹那的八道支，怎样分别从邪见等各自的对治法、随逐这些对治法的烦恼与诸蕴，以及一切外在行相出起。现在简要继续说明一来道智等刹那怎样从烦恼蕴等出起。

一来道——在一来道刹那，正见以知见四谛为作用；乃至正定以不散乱于涅槃以外的所缘为作用，从粗重的欲贪结、瞋恚结，以及粗重的欲贪随眠、瞋恚随眠出起。

不来道——在不来道刹那，正见以知见四谛为作用；乃至正定以不散乱于涅槃以外的所缘为作用，从已经变得微细的欲贪结——

原书 489

——与瞋恚结，以及已经变得微细的欲贪随眠与瞋恚随眠出起。

阿罗汉道——在阿罗汉道刹那，正见以知见四谛为作用；乃至正定以不散乱于涅槃以外的所缘为作用，从色贪、无色贪、慢、掉举、无明诸结，以及慢随眠、有贪随眠、无明随眠出起；也从随逐色贪等的烦恼与随逐这些烦恼的诸蕴出起，并从一切外在行相出起。因此，从相与转起两面出起、退离的慧，称为圣道中的智。（《无碍解道》67；《清净之道》2-321—322。）在一来道、不来道、阿罗汉道三种上道中，正见从各该圣道所舍断的慢出起。确实，慢以“我是”的方式生起——

——所以处在见的位置。不过，应当知道：关于这三种上道，论中没有说“从邪见出起”等从邪道出起之语，只说从各道所应舍断的结与随眠出起。（《大复注》2-495。）

止力与观力

修习八种世间禅那等至时，因为是定的修习，止力即定力占优势；修习无常随观等时，因为观修之智特别强，观力即观慧之力占优势。到了圣道刹那，止与观即定与慧互不超越，二者在定的作用与慧的作用上不增不减；所以名为止与观的定、慧二法，如同套在同一轭上的两头等力之牛，力量相等而不相凌越，双运生起。因此，在四道智中，止力与观力也以同等程度双运生起。（《清净之道》2-322。）

《无碍解道》中所说的方法

巴利《无碍解道》原文（缅文字体）：“"ဥဒ္ဓစ္စသဟဂတကိလေသေတိ စ ခန္ဓေတိ စ ဝုဋ္ဌဟတော စိတ္တဿ ကေဝ္ဍတာ အဝိက္ခေပေါ သမာဓိ နိရောဓေဂါမိနော၊ အဝိဇ္ဇာသဟဂတကိလေသေတိ စ ခန္ဓေတိ စ ဝုဋ္ဌဟတော အနုပဿနဋ္ဌေန

ဝိပဿနာ နိရောဓဂေါစရော။ ဣတိ ဝုဋ္ဌာနဂ္ဂေန သမထဝိပဿနာ ဧကရသာ ဟောန္တိ၊ ယုဂနဒ္ဓါ ဟောန္တိ၊ အညမညံ နာတိ- ဝတ္တန္ဒ တီတိ။ တေန ဝုစ္စတိ ဝုဋ္ဌာနဂ္ဂေန သမထဝိပဿနံ ယုဂနဒ္ဓံ ဘာဝေတီ"တိ။ (ပဋိသံ-၂၈၉။)”译：“从与掉举俱生的烦恼及随逐掉举的诸蕴出起之心，其不散乱的一境性即定，以灭为行境；从与无明俱生的烦恼及随逐无明的诸蕴出起之心，依随观义而成的观，以灭为行境。这样，由于出起之义，止与观同一作用，成为双运，彼此不相超越。因此说：以出起之义修习止观双运。”（《无碍解道》289。）从与掉举俱生、以掉举为主的烦恼及随逐掉举的诸蕴出起之心，其一境性——与心散乱正相反的不散乱——

原书 490

——即与圣道智相应的定，以涅槃为所缘。

从以无明为主的烦恼及随逐无明的诸蕴出起之心，因为具有反复随观的作用，所以观以涅槃为所缘。

这样，由于能从相即行相，以及转起即已被执受之转起与未被执受之转起出起，止即定与观即慧具有同一作用；如同套在同一轭上的两头等力之牛，力量相等而不相凌越。因此说：以从相与转起出起之义，把止与观即定与慧修成等力双运。

> （《无碍解道》289。）

这说明在圣道智刹那，定与慧力量均等、诸根平衡，所以成为双运；也说明圣道智同时具足止力与观力。

观修阶段怎样成为双运，前文观禅篇已经引用《双运经》作了说明。

圣道所断的烦恼

一、如果圣道舍断过去烦恼，那么它就会使已经尽的烦恼再尽，使已经灭的烦恼再灭，使已经离的烦恼再离，使已经达到止息的烦恼再次达到止息。过去烦恼在生、住、灭三个刹那寿命结束时，已经自然灭去；这样，圣道就成了舍断已经灭去、不再存在的烦恼。因此，圣道并不舍断过去烦恼。

二、如果圣道舍断未来烦恼，那么未来烦恼尚未以生、住、灭三相明显生起于色名相续，圣道就成了舍断未生、未到、尚未达到三刹那、尚未明显发生的烦恼。未来烦恼既尚未以生、住、灭明显存在于色名相续，圣道就成了舍断尚未明显存在的烦恼。因此，圣道也不舍断未来烦恼。

三、如果圣道舍断现在烦恼，那么它就会在以贪染著时舍断贪，在以瞋发怒时舍断瞋，在以痴迷惑时舍断痴，在因慢而心高举时舍断慢；在以邪见不如理作意时舍断颠倒见；在掉举散乱时舍断掉举；在疑惑不能决断时舍断疑；并在具有已经坚固安住的烦恼与随眠界时——

原书 491

——舍断随眠烦恼。这样，不善法与善法就在同一心刹那中，如同套在同一轭上的两头牛并行生起；这就成了修习与杂染心的烦恼污垢相应的圣道。因此，圣道也不舍断现在烦恼。

既然圣道不舍断过去、未来、现在烦恼，而烦恼又只属于三时，是否就没有修习圣道，没有因修道而完成的舍断烦恼作用，没有现证圣果，没有舍断烦恼，也没有现前洞见四谛呢？答案是：并非没有，确实都

有。

世间譬喻——有一株尚未结果的幼树。一个人把这株幼树连根砍断；树上那些尚未结果的果实，因为尚未明显生起，所以不再明显生起；因为尚未出现，所以不再出现；因为尚未发生，所以不再发生；因为尚未明显存在，所以不再明显存在。

同样，由过去业而在今生具有生起性质的果报轮转诸蕴，是烦恼依附而生的直接因，也是扶助缘。看见具有这种生起性质的已被执受五蕴之过患以后，心趣入离这些蕴之不生涅槃。因为心趣入不生涅槃，那些本会依具有生起性质的已被执受蕴而明显发生的烦恼，因尚未明显生起而不生，因尚未出现而不出现，因尚未发生而不发生，因尚未明显存在而不再明显存在。这样——

——由于作为因的烦恼止息，未来果报苦也随之止息。

已被执受蕴流不断转起，是烦恼依附而生的直接因。乃至——

行相也是烦恼依附而生的直接因。乃至——

为未来新有的结生造作业之造作，是烦恼依附而生的直接因，也是扶助缘。看见这种为未来结生造作业之造作的过患以后，心趣入不造作，即无造作的涅槃。因为心趣入无造作的涅槃，那些本会依此造作之因——

原书 492

——而生起的烦恼，因尚未明显生起而不生，因尚未出现而不出现，因尚未发生而不发生，因尚未明显存在而不再明显存在。这样，由于作为因的烦恼止息，未来果报苦也随之止息。

由此可知，确实有修习圣道，有现证圣果，有舍断烦恼，也有现前洞见四谛。（《无碍解道》394—395。）幼树若不连根砍断，本来能在未来生果；一经砍断，那些果便因砍断而毁坏。同样，若不修习圣道，烦恼本来能够生起；由于修习圣道而不再生起，便称为已经被圣道舍断。应当这样配合能喻与所喻。

依地而得的已生烦恼

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：“ဧတေန ကိ ဒီပိတံ ဟောတိ၊ ဘူမိလဒ္ဓါနံ ကိလေသာနံ ပဟာနံ ဒီပိတံ ဟောတိ။ ဘူမိလဒ္ဓါ ပန ကိ အတီတာနာဂတာ ဥဒါဟု ပစ္စုပ္ပန္နာတိ။ ဘူမိလဒ္ဓပ္ပန္နာ ဧဝ နာမ တေ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၂၈။)”译：“由此显示什么？显示舍断依地而得的烦恼。但依地而得者究竟是过去法、未来法，还是现在法？它们只称为依地而得的已生烦恼。”上述《无碍解道》巴利语句显示什么义理？显示舍断名为‘依地而得’的随眠烦恼。这里可以问：这些名为依地而得的随眠烦恼，是过去法、未来法，还是现在法？

答：这些烦恼只称为‘依地而得的已生烦恼’。

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：“တာသု တာသု ဘူမိသု အသမ္ပဟတံ အကုသလံ ဘူမိလဒ္ဓပ္ပန္နံ နာမ။ ဧတ္ထ စ ဘူမိယာ ဘူမိလဒ္ဓဿ စ နာနတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗံ။ ဘူမိတိ ဟိ ဝိပဿနာယ အာရမ္ဘဏဘူတာ တေဘူမကာ ပဉ္စက္ခန္ဓာ။ ဘူမိလဒ္ဓံ နာမ တေသု ခန္ဓေသု ဥပ္ပတ္တိရဟံ ကိလေသဇာတံ။ တေန ဟိ သာ ဘူမိလဒ္ဓါ နာမ ဟောတိတိ တသ္မာ ဘူမိလဒ္ဓန္တိ ဝုစ္စတိ၊ သာ စ ခေါ န အာရမ္ဘဏဝသေန။ အာရမ္ဘဏဝသေန ဟိ သဗ္ဗေပိ အတီတာနာဂတေ ပရိညာတေပိ စ ခီဏာသဝါနံ ခန္ဓေ အာဗ္ဗ

ကိလေသာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ မဟာကစ္စာန-ဥပ္ပလဝဏ္ဏာဒီနံ ခန္ဓေ အာရဗ္ဘ သောဒေယျသေဋ္ဌိ-နန္ဒမာဏဝကာ- ဒီနံ ဝိယ။ ယဒိ ဧ တံ ဘူမိလဒ္ဓံ နာမ သိယာ၊ တဿ အပ္ပဟေယျတော နု ကောစိ ဘဝမ္ပုလံ ပဇဟေယျ။

ဝတ္ထုဝသေန ပန ဘူမိလဒ္ဓံ ဝေဒိတဗ္ဗံ။ ယတ္ထ ယတ္ထ ဟိ ဝိပဿနာယ အပရိညာတာ ခန္ဓာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ တတ္ထ တတ္ထ ဥပ္ပါဒတော ပဘုတိ တေသု ဝဋ္ဋမူလံ ကိလေသဇာတံ အနုသေတိ။ တံ အပ္ပဟီနဋ္ဌေန ဘူမိလဒ္ဓန္တိ ဝေဒိတဗ္ဗံ။”译：“在各自诸地中尚未拔除的不善，称为依地而得的已生。这里应当知道地与依地而得的差别。所谓地，是作为观之所缘的三地五蕴；所谓依地而得，是堪能在这些蕴中生起的一类烦恼。因为这一类烦恼得到了那个地，所以称为依地而得；但这不是依所缘而得。若依所缘而说，一切烦恼也会缘过去蕴、未来蕴，乃至漏尽者已经遍知的诸蕴而生，就像输雷耶长者子与难陀青年缘大迦旃延、莲华色等人的诸蕴而生烦恼一样。如果这也称为依地而得，那么因为那种烦恼不是本人圣道所能舍断，便没有任何人能舍断有之根。应当依所依事理解依地而得：凡在某处有尚未以观遍知的诸蕴生起，从那些蕴生起之初开始，作为轮回根本的一类烦恼便随眠其中；应当知道，因为它尚未舍断，所以称为依地而得。”

（《清净之道》2-328—329。）

在每一位众生等所谓自体的各个五取蕴、各自色名相续中，由于烦恼尚未被导至未来不再生起，尚未由圣道拔除、断尽无余，所以不能说它不存在；这种仍有生起可能的不善，便称为‘依地而得的已生’。

智见清净释（中）

原书第 493 – 520 页

原书 493

这里应当知道地与依地而得的差别。所谓地，是作为观智所观所缘、尚未由知遍知、审察遍知与断遍知三种遍知分别了知的三地五蕴。确实，尚未由遍知智分别了知的诸蕴，是烦恼所依而生的地。

巴利《大复注》原文（缅文字体）：“အဝရိညာတာ ဟိ ခန္ဓာ ကိလေသာနံ ဘူမိတိ အဓိပ္ပေတာ။ (မဟာ ဋီ-၂-၅၀၀။)”译：“这里所说的地，是尚未遍知、作为烦恼之地的诸蕴。”堪能在这些三地五取蕴中生起的一类烦恼，称为依地而得。理由是：这一类烦恼获得了由遍知智尚未分别、尚未明了的三地五取蕴这一生起之地，所以称为依地而得。

但这一类烦恼并不是依缘取所缘而获得那个地。若认为它依所缘而得，便会有如下过失：尚未断尽烦恼的众生，只要以前导且占主导的不如理作意取某法为所缘，他的相续中便不仅能缘现在诸蕴生起烦恼，甚至也能缘过去、未来诸蕴而生烦恼。佛陀与阿罗汉尊者的诸蕴已经由他们自身以三种遍知智分别了知，是已遍知蕴；其他众生仍能缘这些诸蕴而生烦恼，就像输雷耶长者子缘尊者大迦旃延的诸蕴而生烦恼，又像难陀青年缘莲华色长老尼的诸蕴——

——而在自己的相续中生起烦恼一样。尊者大迦旃延的诸蕴，是他本人已由遍知智分别了知的已遍知蕴；莲华色长老尼的诸蕴，同样是她本人已由遍知智分别了知的已遍知蕴。

既然难陀青年等其他众生能缘这些已遍知蕴而生烦恼，如果把依所缘生起烦恼也称为依地而得，那么输雷耶长者子与难陀青年等人相续中的烦恼，便会成为大迦旃延、莲华色等阿罗汉尊者无法用自身圣道舍断的

他人烦恼。于是就会推出：任何人都不能舍断作为有之根源的烦恼；而所谓依地而得的烦恼，反而会永远潜伏。这显然不对。

所以，无论是缘佛陀、阿罗汉圣者自身已经由遍知智分别了知的已遍知蕴，还是缘其余众生尚未由遍知智分别了知的未遍知蕴而生的烦恼，都不能仅因缘取这些所缘便称为依地而得。正确的理解是：应依烦恼所依止的事，即它所依而生的处所，理解依地而得。凡在某一有或某一色名相续中，有尚未由观智分别了知的未遍知蕴生起，从这些蕴最初生起——

原书 494

——之时开始，除了尚未由圣道拔除这一点以外，不必另有其他原因，作为轮回根本的一类烦恼便潜伏于这些蕴中。因此，应当知道：潜伏于这些蕴中的这一类烦恼，由于尚未被圣道舍断，称为'依地而得'，即已得到自己的生起之地。（《清净之道》2-328—329。）依这段话，烦恼已经拔除的诸蕴称为已遍知蕴；已遍知蕴不是烦恼的生起处。烦恼尚未拔除的诸蕴称为未遍知蕴；未遍知蕴才是烦恼的生起处。

已遍知蕴是无学者，即阿罗汉的诸蕴；未遍知蕴是除阿罗汉以外，其余圣者及凡夫的诸蕴。这些未遍知蕴是烦恼的生起之地；潜伏在这个地中的随眠烦恼，就是依地而得。

潜伏方式——在作为烦恼生起之地的诸蕴中，由于某人的诸蕴中还有尚未被圣道拔除的随眠烦恼，只有这个人自身、作为这些随眠烦恼潜伏处的诸蕴，才是它们所依止的事、生起处与事田；属于他人的诸蕴，并不是这些随眠烦恼所依止的事、生起处或事田。

对于过去诸蕴中因尚未被圣道拔除而曾经潜伏的随眠烦恼，只有过去诸蕴是其所依止的事、生起处与事田；现在蕴、未来蕴不是。对于未来诸蕴中因尚未被圣道拔除而将会潜伏的未来随眠烦恼，只有未来诸蕴是其所依止的事、生起处与事田；现在蕴、过去蕴不是。对于现在诸蕴中因尚未被圣道拔除而正在潜伏的随眠烦恼，只有现在诸蕴是其所依止的事、生起处与事田；过去蕴、未来——

——蕴不是。（《清净之道》2-329。）这段话显示：依地而得是依所依事成立，不是依所缘成立；所以，当所依事坏灭时，相应随眠也随之坏灭。（《大复注》2-501。）同样，对于因尚未被圣道拔除而潜伏于欲界诸蕴的随眠烦恼，只有欲界诸蕴是其所依止的事、生起处与事田；色界蕴、无色界蕴不是。

对于因尚未被圣道拔除而潜伏于色界诸蕴的随眠烦恼，只有色界诸蕴是其所依止的事、生起处与事田；欲界蕴、无色界蕴不是。对于因尚未被圣道拔除而潜伏于无色——

原书 495

——界诸蕴的随眠烦恼，只有无色界诸蕴是其所依止的事、生起处与事田；欲界蕴、色界蕴不是。〔意思是：在轮回流转中，某一时、某一界有中现存的诸蕴，只是同一时、同一界有中相应随眠界的所依事与生起处；与它们分属过去、未来等不同时段，或分属不同界有的诸蕴，并不是那些随眠界的所依处。〕（《清净之道》2-329。）

不能称为地的诸蕴

需要特别说明的是：在预流者等圣者当中，无论哪一位圣者，其诸蕴中作为轮回根本的某一类随眠烦恼，已经被相应圣道舍断。

这位圣者的诸蕴，不再是那些已被舍断、作为轮回根本的随眠烦恼之所依事、生起处或事田，所以不能再称为它们的地。随眠界潜伏于蕴相续中的状态，可以从缠烦恼在心相续中依生、住、灭而明显生起、暴发并压迫身心的现象推知；若潜在的随眠界不存在，缠烦恼便不可能这样暴发和压迫。凡某人的相续中，随眠界已经被圣道拔除——

——这个人便已经遍知作为随眠界所依事的五蕴，即已经由遍知慧分别了知，并已善超越那些随眠界。因此，那一所依事，也就是他的五蕴，不能再称为那些随眠界所依的地。

（《清净之道》2-329；《大复注》2-501—502。）

潜伏于哪一蕴？

凡夫尚未拔除任何一种随眠界，能生起众多烦恼；由于作为轮回根本的随眠烦恼全都尚未舍断，他任何一种身、语、意业都可能是善或不善。正因为这些随眠界尚未舍断，凡夫的果报轮回便由于业与烦恼这两种因而转动。不能说凡夫的轮回根本随眠界只潜伏于色蕴而不潜伏于受蕴等，或只潜伏于识蕴而不潜伏于色蕴等；因为一般而言，随眠界潜伏于全部五蕴。（《清净之道》2-329。）

世间譬喻——应当把这理解为如同潜藏在一棵大树中的具构件地界与具构件水界的精华。说明如下：一棵大树立在地面，依靠——

——具构件地界与具构件水界的精华，以所吸收的土壤、水分和养料为因，由根、干、大枝、小枝、嫩芽、叶、花、果而长大，布满空中；又以世代相续的种子，令子、孙等一代代树木延续，乃至世间终尽。不能说地界精华与水界精华只流遍根而不流遍树干、枝条等，乃至只流遍果实而不流遍根等；因为一般而言，它们流遍全部根、干、大枝、小枝、嫩芽、花与果。

同样，一般而言，随眠界流贯并潜伏于全部五蕴，所以不能说它只潜伏于某一蕴而不潜伏于另一蕴。（《清净之道》2-329。）反向义理——若有人厌离这棵树的花果等，在树的四面钉入诸师所谓‘龟钩’或‘鱼牙’、名为曼都迦棘的毒刺，树被毒力接触、侵害，地之精华与水之精华便渐渐枯竭，不能再生长，也不能再令一代代树木延续——

——同样，深深厌离诸蕴连续生起的善男子或善女人，如同那人从四面把毒刺钉入树中，勤修四圣道，使四道在自己的色名蕴相续中生起。四圣道如毒，令该色名蕴相续中作为轮回根本的一切随眠烦恼枯竭；从此，他所作的一切身业、语业、意业，都只属于唯作——

——不再是善业或不善业。他的一切身业等既都只是唯作，便达到未来不再于新有中生起的法性，不能再生起另一个有的色名蕴相续。最后的死心一灭，他不执取任何如燃料般的五取蕴为‘我’或‘我的’，就像没有燃料的野火一样，般涅槃而寂灭。应当这样知道地与依地而得的差别。（《清净之道》2-329—330。）

同时知见四谛的方法

一盏油灯在同一刹那、不前不后地同时完成四种作用：

一、燃烧灯芯，使之耗尽；

二、破除黑暗；

三、显现光明；

四、耗尽油脂。

同样，圣道智在同一刹那、不前不后地同时通达四圣谛。

一、它以遍知现观，即无余分别了知苦谛的通达，舍断遮蔽苦谛、令其不能被知见的痴，从而通达苦谛。

二、它以舍断现观，即无余舍断集谛相应烦恼的通达，舍断遮蔽集谛、令其不能被知见的痴，从而通达集谛。

三、圣道智以俱生等缘力资助正思惟等其余七个道支生起；它以修习现观，即借俱生等因缘之力令俱生道法生起、增长的通达，破除遮蔽道谛、令其不能被知见的痴。这种圣道修习，是由圣道之前名为观智的修习所引生。（《清净之道》2-331。）巴利《大复注》原文（缅文字体）：“မဂ္ဂဉာဏ်ဖို့ သမ္မယုတ္တဓမ္မေသု သမ္မောဟံ ဝိဒ္ဓံသေန္တံ အတ္တနိပိ သမ္မောဟံ ဝိဒ္ဓံသေတိယေဝ။”

> （《大复注》2-503。）

译：“圣道智在破除遮蔽诸相应法的痴时，也正是破除遮蔽自身圣道智的痴。”（《大复注》2-503。）四、它以作证现观，即现证名为灭谛的无为界、寂静界、涅槃的通达，破除遮蔽灭谛涅槃、令其不能被知见的痴，从而通达灭谛。

这些话的意思是：圣道智缘取作为灭谛的无为界涅槃，便同时获得、了知、看见、通达全部四谛。

油灯燃烧并耗尽灯芯，如同圣道智遍知苦谛；油灯破除黑暗，如同圣道智舍断集谛。

油灯显现光明，如同圣道智以俱生等缘力资助——

——正思惟等法，使诸道支显现、生起。

油灯耗尽油脂，如同圣道智现证作为烦恼黏液枯竭之处的灭谛涅槃。（《清净之道》2-331。）苦谛的遍知之所以如同燃烧灯芯，是因为它使贪爱、邪见无所依附；集谛的舍断之所以如同驱除黑暗，是因为它摧毁相反的烦恼；道谛的修习之所以如同显现光明，是因为它增长智光；以各道令烦恼黏液枯竭，正是灭谛现证的方式，所以依因喻说灭谛的现证如同耗尽油脂。（《大复注》2-504。）

圣道智知见四谛，有所缘通达与无痴通达两种方式。以所缘直接现前而通达，称为所缘通达；破除遮蔽四谛的痴，以知的作用成办而通达，称为无痴通达。圣道智以所缘通达、无痴通达两种方式知见作为灭谛的涅槃；对苦谛、集谛、道谛，则以无痴通达知见。

所谓在圣道刹那知见全部四谛，是说圣道智生起时，只把殊胜的灭谛涅槃作为所缘而知；这种缘取所缘而知，就是所缘通达。

其余三谛的知见方式如下。圣道智生起时，把遮蔽四谛、令其不能被知见的痴暗断尽无余、连根拔除。因此，在这位圣者的相续中，遮蔽作为苦谛的五取蕴、使人不知它是苦谛的痴；遮蔽作为集谛的无明、爱、取、行、业，使人不知它们是集谛的痴；遮蔽作为灭谛的涅槃，使人不知它是灭谛的痴；以及遮蔽作为道谛的八道支，使人不知它们是道谛的痴——这一切遮蔽四谛的无明与痴，都被连根断除。所以这位圣者对于其余——

——三谛，即使没有在圣道刹那把它们作为所缘，只缘取灭谛涅槃，也已经成办知见这些谛的作用。正因为知的作用已经成办，才说他以作用成就而知见其余三谛。

应当注意——如果你认为自己是圣者，或认为自己已经证得预流，请再读一遍上述说明。倘若你尚不能逐一破除密集，穷尽了知存在于三时、内外二相续中的五取蕴，直到究竟法层次；又尚不知道，由无明、爱、取、行、业这一集谛为因，名为苦谛的五取蕴究竟怎样如实显现生起——

原书 499

——那么应当明白：你离佛陀所规定的圣者层次，仍然如天地之遥。

原因是：每一位圣者的道智都已把遮蔽苦谛与集谛的痴、无明断尽无余，所以每一位圣者只要取名为苦谛、集谛的因果行法为所缘，就能了知它们。真正的圣者不仅如此，只要取灭谛、道谛为所缘，也能了知。这种知见就称为无痴通达。

巴利理证

关于圣道智以所缘通达直接通达灭谛涅槃，并以无痴通达通达其余三谛，换言之，以无痴通达通达全部四谛，巴利理证如下。巴利《相应部》原文（缅文字体）：“ယော တိက္ခဝေ ဒုက္ခံ ပဿတိ၊ ဒုက္ခသမုဒယမ္ပိ သော ပဿတိ၊ ဒုက္ခနိရောဓမ္ပိ ပဿတိ၊ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိ ပဋိပဒမ္ပိ ပဿတိ။ (သံ-၃-၃၈၂။)”译：“诸比丘，凡见苦者，也见苦集，也见苦灭，也见通往苦灭之道。”（《相应部》3-382。）这里，佛陀并不是说先知见一谛，隔了一段时间再知见另一谛；实际上，佛陀所说的是——

——一次通达，即在一个心刹那同时通达全部四谛。理证如下。巴利《分别论》《无碍解道》原文（缅文字体）：“မဂ္ဂသမင်္ဂိဿ ဉာဏံ၊ ဒုက္ခေပေတံ ဉာဏံ၊ ဒုက္ခသမုဒယေပေတံ ဉာဏံ၊ ဒုက္ခနိရောဓေပေတံ ဉာဏံ၊ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိယာ ပဋိပဒါယပေတံ ဉာဏံ။ (ဝိဘင်-၃၄၁။ ပဋိသံ-၁၁၄။)”译：“具足圣道者的智，是对于苦之智，也是对于苦集之智，也是对于苦灭之智，也是对于通往苦灭之道之智。”（《分别论》341；《无碍解道》114。）这就是圣道智同时知见全部四谛的方法：它以所缘通达知见灭谛，以无痴通达知见其余三谛，换言之，以无痴通达知见全部四谛；它又以遍知——

——现观知苦谛，以舍断现观知集谛，以作证现观知灭谛，以修习现观知道谛。这同时具足法理的论证与圣教的论证。

原书 500

能喻与所喻的配合

一、若已分别了知名为苦谛的五蕴，以及五蕴何以是苦谛，贪爱与邪见便不能再依附于这些已被分别了知的已遍知蕴。因此，分别了知五蕴及其苦谛性质，是令贪爱、邪见所成的‘我、我的’执取失去所依的真正原因。正因为遍知苦谛使贪爱、邪见失去所依，所以它如同油灯燃烧并耗尽灯芯。

二、圣道能无余舍断、摧毁各自相反的烦恼；这种舍断与摧毁，就是舍断集谛。圣道智舍断、摧毁并驱散各自相反的烦恼集谛，如同油灯驱除相反的黑暗。

三、作为正见的圣道智，以俱生等缘力资助正思惟等其余七道支生起；它这样资助俱生的七道支，使它们生起、增长，这就是道修习。令名为出世间道谛的道修习生起、增长，便是令圣道智的光明周遍增长。因此，修习道谛能周遍增长智光，如同油灯显现光明。

巴利《大复注》原文（缅文字体）：“ဉာဏာလောကပရိဖြူဟနတာယ မဂ္ဂဘာဝနာယ အာလောကဝိဒံသနသဒိသတာ = ပရိဝိဒံသနသဒိသတာ။”译：“道修习能使智光增长，所以它如同显示光明。”

> （《大复注》2-504。）

道心、心所〔以及果心、心所〕生起以食素为第八的心生八不离色，其中包括称为颜色的色所缘，极其明亮。每一心生色聚中也都含有称为时节的火界；由这种火界、时节又生起以食素为第八的时节生八不离色，不仅遍布身内，还向身外扩散；其中的颜色同样极其明亮。这里把结果色法的‘光明’之名，借用于作为原因的智，仿佛智本身具有光明；应当知道，这是依法借称，也是果喻。

四、现证作为烦恼湿气、黏液枯竭之处的灭谛涅槃，如同油灯耗尽油脂。因为圣道以怎样的方式现证灭谛，就以同样的方式耗尽、枯竭烦恼的湿气与黏液，所以说现证灭谛如同油灯耗尽、枯竭油脂。

原书 501

果喻之说——无为界涅槃是灭谛，是圣道智的所缘因；圣道智则是取此所缘的结果法。真正令烦恼枯竭的，是作为结果的圣道智。这里把结果圣道智‘令烦恼湿气、黏液枯竭’这一名称，借用于作为原因的灭谛涅槃，说成由灭谛涅槃令烦恼湿气、黏液枯竭；这种把结果之名借称于原因的说法，称为果喻。

〔以上‘同时知见四谛的方法’，摘录《清净之道》第二册331—332页——

——及《大复注》第二册503—504页的要义而述。〕

十六谛义

巴利《无碍解道》原文（缅文字体）：“ကထံ တထဋ္ဌေန စတ္တာရိ သစ္စာနိ ဇာနတိ။ သောဠသဟိ အာကာရေဟိ တထဋ္ဌေန စတ္တာရိ သစ္စာနိ ဇာနတိ။”译：“四谛怎样依如实义而由一次通达所通达？四谛以十六种行

相依如实义而由一次通达所通达。”

巴利原文（缅文字体）：“၁။ ဒုက္ခဿ ပီဠနဋ္ဌော၊ သင်္ခတဋ္ဌော၊ သန္တာပဋ္ဌော၊ ဝိပရိဏာမဋ္ဌော၊ တထဋ္ဌော။”译：“一、苦有逼迫义、有为义、热恼义、变易义、如实义。”

巴利原文（缅文字体）：“၂။ သမုဒယဿ အာယူဟနဋ္ဌော၊ နိဒါနဋ္ဌော၊ သံယောဂဋ္ဌော၊ ပလိဗောဓဋ္ဌော၊ တထဋ္ဌော။”译：“二、集有积集义、因缘义、结缚义、障碍义、如实义。”

巴利原文（缅文字体）：“၃။ နိရောဓဿ နိဿရဏဋ္ဌော၊ ဝိဝေကဋ္ဌော၊ အသင်္ခတဋ္ဌော၊ အမတဋ္ဌော၊ တထဋ္ဌော။”译：“三、灭有出离义、远离义、无为义、不死义、如实义。”

巴利原文（缅文字体）：“၄။ မဂ္ဂဿ နိယျာနဋ္ဌော၊ ဟေတုဋ္ဌော၊ ဒဿနဋ္ဌော၊ အဓိပတေယျဋ္ဌော၊ တထဋ္ဌော။”译：“四、道有出离义、因义、见义、增上义、如实义。”

巴利原文（缅文字体）：“ဣမေဟိ သောဠသဟိ အာကာရေဟိ တထဋ္ဌေန စတ္တာရိ သစ္စာနိ ဧကသင်္ဂဟိတာနိ။ ယံ ဧကသင်္ဂဟိတံ၊ တံ ဧကတ္တံ။ ယံ ဧကတ္တံ၊ တံ ဧကေန ဉာဏေန ပဋိဝိဇ္ဈတီတိ စတ္တာရိ သစ္စာနိ ဧကပဋိဝေဓာနီတိ။”译：“四谛以这十六种行相依如实义合摄为一；凡合摄为一者，就是一性；凡是一性者，就由一个智通达。因此说，四谛由一次通达所通达。”

（《无碍解道》296；《清净之道》2-332。）

问：四谛怎样依不颠倒的如实义，由一个智在同一刹那一次通达？

答：四谛以十六种行相依不颠倒的如实义，由一个智在同一刹那一次通达。

苦谛四义

巴利《根本复注》原文（缅文字体）：“ပီဠနဋ္ဌ ----- ဒုက္ခဒုက္ခတာ တံနိမိတ္တတာဟိ အနိဋ္ဌတာ ပီဠနဋ္ဌော။ (မူလဋီ-၂-၅၀။)”译：“苦谛因苦苦性、为彼因性及不可意性而有逼迫义。”一、逼迫义——与两个瞋根心相应、名为心所忧受的心苦感受，以及与俱苦身识相应、名为身苦受的身苦感受；这两种受，不但依自性，而且凡常受生灭之力逼迫的一切法都可名为苦，所以依名称也都是实苦、真苦，称为苦苦性。

凡是导致这种苦的因法，都称为‘为彼因性’；就法体而言，是乐受、舍——

——受以及其余三地诸行。乐受在住时虽是乐，一经变易坏灭便成为苦、令人受苦。因此，乐受不能久住而变易坏灭，或者说会变易坏灭的乐受，是后来苦受生起的原因，称为‘为彼因性’。巴利原文（缅文字体）：“(သုခါ ဝေဒနာ ဌိတိ သုခါ ဝိပရိဏာမဒုက္ခာ -- မ-၁-၃၇၇။)”译：“乐受在住时是乐，变易时是苦。”（《中部》1-377。）舍受与其余一切三地行法，因不断受生灭逼迫，称为行苦；这些名为行苦的三地行法，又是身苦、心苦等种种苦生起的原因，也是‘为彼因性’。对尚未远离颠倒的人来说，一切身——

——苦、心苦，都依这些三地行法而生。因此，三界中的一切行法都是苦生起的原因，即‘为彼因性’。所以，名为苦苦的苦受、名为坏苦的乐受、名为行苦的舍受及其余一切三地行法，在圣者的智见中都只是不可意法；它们都具有被苦苦、坏苦、行苦这三种苦逼迫的性质，也就是逼迫义。

巴利《阿毗达磨注》原文（缅文字体）：“တထာ ပီဠနံ ပန မဂ္ဂဖလာနမ္ပိ အတ္ထိ။ တသ္မာ ဧတေ ဓမ္မာ ဒုက္ခသစ္စပရိယာပန္နတ္တေန သင်္ခါရဒုက္ခံ နာမာတိ ဝေဒိတဗ္ဗာ။ (အတိ-ဋ္ဌ-၂-၈၈။)”译：“同样，道、果也有这种逼迫；因此，应当知道，因为这些法依权宜说摄属苦谛，故也称为行苦。”三界中的一切行法，因不断受生灭逼迫而称为行苦；同样，道心生起，即道心与心所，以及果心生起，即果心与心所，也具有被生灭所逼迫的性质，所以不是依直接意义，而是依权宜说摄属苦谛，称为行苦。（《阿毗达磨注》2-88。）巴利《根本复注》《大复注》原文（缅文字体）：“ပဂ္ဂလဟိသနံ ဝါ ပီဠနံ။ (မူလဋီ-၂-၅၀။) ပီဠနဋ္ဌော တံသမင်္ဂိနော သတ္တဿ ဟိသနံ အဝိပ္ဖါရိကတာကရဏံ။ (မဟာဋီ-၁-၂၅၇။)”译：“又，逼迫是对人的伤害。逼迫义，是伤害拥有该苦的有情，使之失去舒展活跃的状态。”另一种解释是：苦发生时，蕴相续衰弱、萎靡，正是苦在伤害那位具足五蕴、名为苦谛的人。

正因为受到这种苦的折磨，受苦的人即使年纪尚轻，也会失去鲜活与喜悦而变得萎靡不振。

总而言之，应当记住：受到苦苦、坏苦、行苦这三种苦逼迫，严重到不可欲求的性质，就是名为苦谛的五蕴之逼迫义。

逼迫苦最强烈的领域是四恶趣，其中地狱又居最上；即使在善趣，这种逼迫苦的打击也仍然强烈。

至少，一切行法都无时不在受到生灭之力的逼迫。

原书 503

二、有为义——名为苦谛的五蕴色名法，正如在缘摄受智部分，即缘起部分所说明，只有无明、爱、取、行、业、食、触等各自相关的因法共同造作，才得以生起。苦谛这一有为色名法聚，由诸因法协调聚合、共同造作而生的性质，就是有为义。

这种造作本身也是苦。甚至培育会导向恶趣的不善恶行时，身体痛苦、内心痛苦等苦苦、坏苦、行苦的打击也会环绕而来，不断逼迫。且不说普通声闻，即使伟大的菩萨为了获得一切知智而修习诸波罗蜜，也必须舍弃生命、肢体、儿子、女儿、妻子、财富乃至王位；由此可见有为苦的打击何等巨大。布施可使一位富翁在一天之内变成穷人；持戒也有艰苦修习的一面；修习止与观时又须奋力精进，所以有为——

——的压力极其强大。凡为使某一有生起而培育能导向各趣各有的善业、不善业，皆只是有为苦的性质。

三、热恼义——名为苦谛的有为法聚，以上述苦苦性与为彼因性两种方式，也就是以真实的身苦、心苦及作为这些身心苦的原因这两方面，遭受强烈热恼；这就是热恼义。

另一种解释是：烦恼如同能焚烧、能折磨的热力，它与名为苦谛的色名法相续同在一处，这种性质就是热恼义。又一解释是：作为苦谛的有为法聚，以自身性质便具有承受苦痛的强烈能力；这种本身即具强烈苦性，就是热恼、强烈烧灼之义。

对于已用观智之慧眼细密审察而清楚知见诸行无常、苦、无我的禅修者，这种苦谛诸法的热恼义，必定显而易见。

四、变易义——名为生、亦即结生成立这一苦谛法，会以老与死两种方式变异坏灭：老是一期生命中的衰老，死是一期生命中的死亡；这种变异坏灭的性质就是变易义。这是依世俗谛说。依究竟谛说，以生起位

明显出现的五蕴是苦谛法；它们不能恒常停留在生起位，而会转为住位，即老，并转为坏灭位，即死。苦谛法以这两种方式变异坏灭的性质，就是变易义。

原书 504

应当记住的特别之处

苦谛有四义。其中，逼迫义不须依对其他谛的观照，而依苦谛自身本性即可显现。有为义则依观照能造作苦谛的集谛而显现：‘一切苦谛，原来都是爱这一集谛所造作的有为法。’热恼义依观照清凉的道谛而显现；道谛正在饮用不死界甘露的寂静之乐：‘一切正在生灭或趋于坏灭的有为苦谛法，与圣道不同，毫不清凉，确是炽热之苦。’〔意思是：禅修者可由无为领域的清凉，反观有为领域的热恼。〕变易义则依观照不变易的灭谛涅槃，即不生不灭的灭谛涅槃而显现：

‘作为苦谛的有为法聚，并非像涅槃那样不变不易、不是不生不灭的界；它们会因老与死而变异坏灭，是不断生灭的苦。’（《根本复注》2-50。）苦谛这四种义都是真实的，并非不实或错误；苦谛诸法不会以逼迫等四种行相以外的方式存在，因此称为谛。

集谛四义

一、积集义——由于对各有、各所缘极度爱着而造作苦聚、令苦生起，也就是培育使苦聚生起，称为积集。

另一种解释是：苦谛法聚由集谛而生，所以称为‘所集之来处’。

令这名为所集之来处的苦谛生起，便称为积集。积集义依集谛本身的自性而直接显现，并不是依观照其他谛而获得。二、因缘义——集谛仿佛把苦谛法聚交付出来，故称为因缘。

意思是：它令苦生起，好像把苦交到手中，使人领受‘这就是那一苦’。只有知见苦谛，由于知见苦谛，集谛的因缘义才会明显显现。当人以现前正见之智通达：由于过去世所培育的无明、爱、取、行、业这一集谛，本世结生五蕴这一苦谛如何明显生起时，因缘义便会显而易见。对过去、现在、未来三时都应作同样理解。

三、结缚义——集谛使有情与轮回苦相连、黏着而不能分离的性质，称为结缚义；也就是将有情系缚于轮回苦、使之不能解脱的意义。

原书 505

集谛的这种结缚义，由知见不与轮回相连的灭谛而显现。蕴、处、界的相续不断，称为轮回，也就是不断生灭、坏灭的色名有为法聚。禅修者观照名为轮回的有为法坏灭时，现前证知不生不灭、没有坏灭性质的无为界灭谛。灭谛不生不灭，所以是不与生灭有为轮回相连之法。正因为见到这不与轮回相连的无为界灭谛，集谛使人连接轮回的结缚义便显现出来。由于因法集谛明显——

——存在，禅修者已经以现前智亲自观见果法苦谛如何明显存在；也已亲见因法集谛灭尽时，果法苦谛如何灭尽。因此，当他以圣道智现前证知灭谛时，集谛令苦谛诸法一次又一次、连续不断相连接并生起的结

缚义，早已显明。

四、障碍义——妨碍、阻挡、禁止能令有情出离轮回的圣道法，便是集谛的障碍义。

圣道智以所缘通达，即以所缘现前、直接通达的方式，现证无为界灭谛——色名有为法灭尽之处、无生无灭之处。与此同时，能导出轮回的八支圣道这一道谛，即解脱生灭有为法的修行，也以无痴通达而成办知的作用：它通过舍断遮蔽八支圣道、令其不能被知见的痴而通达。由于知见作为生灭轮回出离之道的道谛，也便理解集谛如何障碍那能令有情出离轮回的圣道。道谛是导出轮回之法。

集谛是使轮回流转之法，是使人不能出离轮回之法。

当知见导出轮回之法时，也就知见集谛是妨碍导出轮回之法、使人不能出离轮回的法。

集谛这四种义都是真实的，并非不实或错误；集谛诸法不会以积集等四种行相以外的方式存在，因此称为谛。

灭谛四义

一、出离义——当作为所缘的涅槃出现在圣者相续中，也就是当圣者色名相续中生起的道智、果智以涅槃为现前所缘而知见时，由于这一涅槃所缘，亲证涅槃的圣者——

——便得以出离轮回；因此，涅槃称为出离。另一种解释是：一、欲依，即五种欲乐所缘；二、蕴依，即五蕴；三、烦恼依，即十种烦恼；四、行作依，即能造作新有之蕴的行作业。涅槃是一切这些依的舍弃处、远离处与不存在处；涅槃本身脱离一切有为法，不与有为法相连。因此，涅槃依出离一切有为法之义，称为出离。

另一种解释是：无为涅槃以所缘缘力给予助缘；缘取涅槃而生、作为能缘法的圣道智，便次第断除烦恼。烦恼被无余断尽之后，只有得到烦恼为伴才有机会成熟的诸业，也再没有成熟机会；业与烦恼灭尽，原应由它们生起、作为果报轮回的五蕴有为法也不再有生起机会，一切依悉皆止息。因此，无为界涅槃成为解脱一切依的根本因。

成为解脱一切依之根本因的这一意义，正是灭谛的出离义。

巴利《根本复注》《大复注》原文（缅文字体）：“နိဿရန္တိ ဇတ္ထ သတ္တာ၊ သဃမေဝ ဝါ နိဿဋ္ဌံ ဝိသံယုတ္တံ သဗ္ဗ သခ်ံတေဟိ သဗ္ဗူပဓိပဋိနိဿဂ္ဂဘာဝတောတိ နိဿရဏံ။ (မူလဋီ-၂-၅၀။) နိရောဓေ နိဿရဏဇ္ဇော သဗ္ဗူပဓိနံ ပဋိနိဿဂ္ဂ သဘာဝတ္တာ တတော ဝိနိဿဋ္ဌတာ၊ တန္နိဿရဏ- နိမိတ္တတာ ဝါ။ (မဟာဋီ-၁-၂၅၇။)”译：“有情于此出离；或者它本身已经脱离、与一切有为法分离，因为它具有舍弃一切依的性质，所以称为出离。灭谛之出离义，是因为它具有舍弃一切依的性质而从一切依中脱离；或者，因为它是那种出离的原因。”灭谛的这种出离义，依自身明显存在的意义直接显现，并不是依观照其他谛而得。二、远离义——远离爱这一集，便是灭谛的远离义。由于远离爱，只有得到爱为伴才有能力成熟的业也随之远离；业与烦恼远离，原应由业与烦恼生起的果报轮回有为法也随之远离。远离一切——

——行法、不与诸行混杂，亦是灭谛的远离义。

灭谛是爱灭尽之处、诸有为法灭尽之处，所以远离集谛之爱，也远离生灭有为法。因此，灭谛的远离义——

原书 507

——是圣道以无痴通达知见不远离的集谛、不远离的有为法之后而显现的另一种意义。

三、无为义——不由无明、爱、取、行、业等任何因法造作，就是灭谛的无为义。即使能令圣者知见作为灭谛的殊胜涅槃的圣道法，也只有在次第观智以强力亲依止缘给予助缘时才会生起，是有明显因缘的有缘法，也是由因缘造作才生起的有为法；连圣道也不能脱离有缘、有为的性质。正因为见到圣道是有为法，灭谛的无为义才显现；也就是依观道谛的有为性质，反显灭谛的无为性质。

四、不死义——灭谛这一殊胜涅槃具有常住、不变的性质；又因为它是有情免于死亡的因，所以不老不死、不坏灭、没有坏灭的性质，就是灭谛的不死义。

由于知见有死亡性质、不断坏灭的有为苦谛法，灭谛涅槃没有死亡性质的不死义也随之显现。观禅所观的诸有为法属于坏灭的领域、死亡的领域。

在坏灭领域的终点，也就是以诸行坏灭为所缘的观智到了终点时，圣道智中显现的无为界属于不坏灭的领域、不死的领域。

依观有为法的死亡性质，无为法的不死性质便得以显现。

灭谛这四种义都是真实的，并非不实或错误；灭谛诸法不会以出离等四种行相以外的方式存在，因此称为谛。

另一种解释是：殊胜涅槃是集谛之爱灭尽之处，所以具有远离集谛之爱的远离义；它没有无明、爱、取、行、业等因缘，是无缘法，故有无为义；它不坏灭、没有坏灭性质，故有不死义。（《根本复注》2-50。）

道谛四义

一、出离义——道谛能令有情出离轮回苦，这一意义称为出离义。它依道谛本身的作用而直接显现。禅修者以观智缘取有为法的坏灭，将它们提到三相上观照；在观智的终点，生起的圣道智能够越过坏灭的有为领域，缘取不坏灭的无为——

原书 508

——界、寂静界、殊胜涅槃。因此，圣道智是出离有为坏灭领域的原因，这就是出离义。当圣道智缘取无坏灭的无为界时，依无为界的清凉与寂静之乐，潜伏在承载圣道智的有情色名相续中的随眠界之火便次第熄灭。烦恼灭尽，诸业也次第灭尽；由业与烦恼本应生起的果报蕴相续，也次第止息。果报蕴相续的次第止息，就是次第解脱轮回苦。这样的轮回解脱只由圣道智获得——

——所以，圣道法成为出离轮回苦的原因，即出离之法。

道谛的出离义，依道谛断除各自烦恼这一自身作用而显现。

二、因义（hetu 义）——成为到达涅槃之因，就是道谛的因义。

巴利《根本复注》《随复注》《大复注》原文（缅文字体）："တတ္ထ ပလိဗောဓုပစ္ဆေဒဝသေန နိဗ္ဗာနာဓိဂမော ဝ နိဗ္ဗာနနိမိတ္တတာ ဟေတွဋ္ဌော။ (မူလဋီ-၂-၅၀-၅၁။) ပလိဗောဓုပစ္ဆေဒဝသေနာတိ သမုဒယပွဟာနဝသေန။ (အနုဋီ-၂-၆၁။) ဟေတုအတ္ထော နိဗ္ဗာနဿ သမ္ပာပကဘာဝေါ။ (မဟာဋီ-၁-၂၅၄။)"译："这里，以断除障碍而证得涅槃，正是以涅槃为目标，故是因义。'以断除障碍'，即以舍断集。因义，就是使人到达涅槃。"只有当圣道法缘取无为界、寂静界涅槃而明显生起时，它才能次第无余断除会妨碍自身圣道、名为集谛的随眠烦恼。随眠烦恼次第无余灭尽，就是证得烦恼般涅槃、证得有余依涅槃。烦恼次第灭尽，只有得到烦恼湿润与黏着才有能力成熟的诸业，也因失去烦恼伴侣而耗尽成熟之力——

——业与烦恼的力量灭尽，由它们本应生起的果报蕴也次第止息。最终证得阿罗汉道时，烦恼无余灭尽；由于烦恼无余灭尽，这位阿罗汉在般涅槃死心之后，五蕴也依未来永不再生的无生灭而止息，即证得蕴般涅槃、到达无余依涅槃界。如此现证无为界涅槃，并到达有余依涅槃界与无余依涅槃界，唯有依圣道法才可能；所以名为道谛的圣道法，是到达涅槃之因。

道谛的因义依观照集谛而显现。由于见到集谛之爱，便知这爱只是苦谛之因，不是获得涅槃之因；唯有名为道谛的八支圣道，才是获得——

——涅槃之因。这样，由见集谛，道谛那通往涅槃的因义便显现出来。

三、见义——八支圣道这一道谛，以名为正见的慧为主导，因此具有见无为界涅槃的意义；又可解释为具有知见四谛的意义；还可解释为真正现前极其微细的无为涅槃。由于它确实能够见到极细、极深的灭谛无为界涅槃，所以由见灭谛，道谛的见义便显现。〔由于能见之法见到了所见之法，能见之法也借所见之法而显明。〕四、增上义——在知见四谛、止息烦恼苦火方面居于主导——

——地位，就是道谛的增上义。

依四分法，若道心生起属于初禅道心生起，共有三十七种心与心所；若属于第二禅道心生起，有三十五种心与心所；若属于第三禅道心生起，有三十四种心与心所；若属于第四禅道心生起，也有三十四种心与心所。各道心生起，即道心与心所中所含的道支法，获得道谛之名。

这些名为道谛的道支法，在知见四谛以及止息烦恼苦的猛烈热恼时，能在诸相应法中起主导作用；所以，这种主导地位称为道谛的增上义。

另一种解释是：经中说'诸法以道为增上'，所以道支法比其他相应法殊胜，是所缘增上缘法；道支法作为所缘增上缘的这一性质，也称为增上义。

正如见到被众多疾病折磨的穷人，便显出无病而身居高位者的尊贵；同样，由见苦谛法聚，道谛自在、主导的性质便显现出来。

道谛这四种义都是真实的，并非不实或错误；道谛诸法不会以出离等四种行相以外的方式存在，因此称为谛。

四谛以这十六种不颠倒、真实的行相，合摄为同一种性质。十六义依不颠倒、真实这一共同性质合摄为一；这十六种合摄之义，称为四谛同一的一性——

原书 510

——义。圣道智一次通达这一性。因此，四谛依十六种行相而具有共同、不颠倒、真实的性质，并由一个圣道智在同一刹那一次通达。

〔这十六谛义摘录自《无碍解道》296、《阿毗达磨注》2-78、《清净之道》2-332、《根本复注》2-50—51——

——及《大复注》1-257。〕一次通达之见——圣道智虽然只缘取灭谛涅槃，但苦谛等也各有真实、不颠倒、如实的谛义。圣道智通过摧毁遮蔽谛义的痴，以无痴通达不颠倒、如实地通达并现前这些真实的谛义。〔意思是：遮蔽谛义、使人不能了知的痴已经被摧毁，所以这些谛义已由现前智通达。〕由于如此现前而通达，圣道智生起之后，十六谛义也会如实显现在圣者的智门前，如同置于掌上的——

——无瑕红宝石，又如掌中的毗罗果，清清楚楚。（《大复注》2-505。）

应予诘问的要点

可以问：苦谛、集谛等，除逼迫、有为等意义之外，还有如疾病、如痈疮等许多意义，为什么只说四义？答：因为这四义能由见到其他谛而显现，所以只说四义。巴利《分别论》《无碍解道》原文（缅文字体）：“ဒုက္ခ သမုဒယစသည်တို့၏ ပိဋ္ဌန သခ််တစသည့် အနက်သဘောတို့မှ တစ်ပါးလည်းဖြစ်ကုန်သော ရောဂါနှင့် တူသည်၏အဖြစ် အိုင်းအမာနှင့် တူသည်၏အဖြစ် အစရှိကုန်သော အခြင်းအရာ အနက်သဘောတို့သည် ရှိပါ- ကုန်လျက် အဘယ်ကြောင့် လေးမျိုးကုန်သော အနက်သဘောတို့ကိုသာလျှင် ဟောကြားတော် မူအပ်ပါကုန် သနည်းဟု မေးရန်ရှိ၏။ အဖြေကား ဤသို့တည်း။ ----- အခြားသစ္စာတစ်ပါးကို မြင်သည်၏ အစွမ်းဖြင့် ထင်ရှားလာသည်၏ အဖြစ်ကြောင့် လေးမျိုးတို့ကိုသာလျှင် ဟောကြားတော်မူအပ်ကုန်သည်။ မှန်ပေသည် ----- တတ္ထ ကတမံ ဒုက္ခေ ဉာဏံ၊ ဒုက္ခံ အာရဗ္ဘ ယာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ ပညာ ပဇာနနာ။ (ဝိဘင်-၃၄၁။ ပဋိသံ-၁၁၄။)”译：“其中，什么是关于苦的智？缘苦而生起的慧、遍知，就是关于苦的智。”（《分别论》341；《无碍解道》114。）依这种方式，以逐一缘取每一谛而说谛智。

〔亦即依直接取各谛为所缘而知。〕

巴利《相应部》原文（缅文字体）：“ယော ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ ပဿတိ၊ သမုဒယဉ္စိ သော ပဿတိ။ (သံ-၃-၃၈၂။)”译：“诸比丘，凡见苦者，也见集。”（《相应部》3-382。）依这种方式，又说缘取一谛时，也以成办知的作用而知其余三谛。（《清净之道》2-333。）

原书 511

在这两种教说中，以无痴通达通达四谛，即通过成办知的作用而通达，其明显程度犹如亲见。注疏不从这种成办知的作用来考察‘见’，而改从逐一见每一谛的角度继续解释如下。（《大复注》2-505。）在这两种教说中，每当缘取一谛时，由知见集谛，苦谛本来具有逼迫相的有为义便显现出来。为什么会显现？

集谛极度爱着苦谛，具有积集相：造作苦聚、令苦生起、努力使苦谛出现。它以聚合的方式令苦谛整体按聚而生，即形成称为色聚、名聚的群组。确实，绝无一种孤立、没有同伴的所生果法；一切果法依自然定

律都只会成组生起。

它们并非仅由集谛单独造作，而是与趣、依止、时、加行等其他诸缘协调聚合、共同造作，形成色聚、名聚等一个个群组。当许多所生果法在同一个色聚或同一心刹那的名聚中同时生起时，就像它们各自的因法把它们组合起来。因为集谛如此使果法苦谛聚合而生，苦谛的有为义便显现。（《清净之道》2-333。）又，道谛能够舍除名为烦恼的热恼，本身也远离烦恼热恼，所以极其清凉。因此，由见道——

——谛，苦谛的热恼义便显现。譬如尊者难陀见到天女之后，便显出他的未婚妻孙陀利国美人相貌不美、犹如老母猴。（《清净之道》2-333。）又，由见无生无灭、不会变易坏灭、没有从生起转为老与坏灭的无为涅槃灭谛，苦谛在生起后转为老、转为坏灭的变易义便显现。由见灭谛，苦谛的变易义依极强烈的对比而显现，自然不言而喻——

——。（《清净之道》2-333。）又，集谛本来具有积集相；由知见苦谛，其因缘义显现为：‘这一集谛会把那一苦谛交付出来。’正如见到因食用不适当食物而生的疾病，食物作为疾病之因便显现出来——

原书 512

——，应作如是理解。（《清净之道》2-333。）由见不与轮回苦相连的灭谛，集谛与烦恼苦相连的结缚义便显现；由见能出离轮回、是出离轮回之因的道谛，集谛把有情塞入轮回牢狱并加以压迫、阻止的障碍义便显现。（《清净之道》2-333。）又，由见集谛——它因不断与烦恼为伴等而不寂静、不远离——具有出离相的灭谛远离四依的远离义便显现；由见道谛，灭谛的无为义便显现。

确实，这位禅修者在无始轮回中从未见过圣道，即道谛。这前所未见的圣道虽是无始轮回中未曾出现、极其殊胜的法，却只有在次第观智以强力亲依止缘给予助缘时才生起，因此只是有明显因缘的有缘法。正因为它是有缘法，灭谛不由因缘造作、属于无缘法的无为性质就显得极其鲜明。又，由知见有坏灭、死亡性质的苦谛，灭谛不死、不坏灭、没有坏灭的不死义便显现。苦谛有坏灭与死亡的性质，如同毒药；作为这种毒药般苦谛的——

——良药，殊胜涅槃如同使人免于死亡的甘露药，如此显现。（《清净之道》2-333。）又，由知见集谛，正如在道非道智见清净部分已经说明：生灭智阶段中极微细、寂静的观染之爱，即使显得值得赞叹、仿佛圣道，‘这一集谛也不是到达涅槃之因，唯有圣道才是到达涅槃之因。’因此，具有出离轮回苦之出离相的道谛，其因义——作为到达涅槃之因——便显现。由知见极其微细深奥的灭谛，道谛的见义，即能见无为界殊胜涅槃的意义，也随之显现——

——。正如能见极微细色所缘的人，会明显感觉‘我的眼净色极其明净’；由见有极多过患、令人陷于剧烈困苦的苦谛，与苦谛相反的道谛，其在知见四谛、止息烦恼苦火方面居于主导的增上义便显现。譬如见到被众多疾病折磨、孤苦无依的穷人，就显出财富眷属具足、统治众人的国王何等尊贵。（《清净之道》2-333—334。）

原书 513

由此，四谛各依自身特相而显出逼迫义、积集义、出离义、出离义中的一种；又依见到其他各谛，而显出上述四义以外的其余三义。于是，每一谛的四种义、四种行相都得到详说。到了圣道刹那，全部十六种义与行相，都由同一个在四谛上成办四种作用的圣道智同时通达。应当如是理解。（《清净之道》2-334。）

遍知现观

遍知有三种：一、知遍知；二、审察遍知；三、断遍知。

一、知遍知——巴利《清净之道》原文（缅文字体）："၁။ ဉာတပရိညာ ----- တဿာ သပ္ပစ္စယနာမရူပါဘိဇာန နာ အာဝေဏိကာ ဘူမိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၃၄။)"译："连同诸缘而通达色名，是它独有的范围。"名色分别智与缘摄受智，以现前智透彻知见连同因法的色名，直达究竟法；这是知遍知独有、而不属于其余遍知的领域，也就是知遍知所立足的境地。（《清净之道》2-334。）二、审察遍知——巴利《清净之道》原文（缅文字体）："တဿာ ကလာပသမ္မသနတော ပဋ္ဌာယ အနိစ္စံ ဒုက္ခမနတ္တာတိ တီရဏပရိဉ္ဉာယ ပရိတ္တဓာနာယ ယာဝ အနုလောမာ အာဝေဏိကာ ဘူမိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၃၄။)"译："从聚思惟开始，依'无常、苦、无我'而作审察，直至随顺智，是它独有的范围。"从称为聚思惟的理路观开始，依无常、苦、无我审察、判定色名因果诸行，直到随顺智的毗婆舍那——

——都是审察遍知独有的范围，也就是审察遍知所立足的境地。（《清净之道》2-334。）随顺智尚且仍只缘诸行的无常等行相而生，何况审察随观智等此前诸观智。因此，以直到随顺智为审察遍知的范围。有人问：在审察遍知的范围内，知遍知与断遍知不是也能成立吗？答：由于缘取色名因果诸行而修观，知遍知自然也能成立；又由于以彼分舍断应断烦恼，并分明了知诸行的无常、苦、无我，断遍知也能成立。然而，只有审察遍知以显著、强盛的方式执行审察判定诸行无常、苦、无我的作用，知遍知与断遍知并不以同等强度执行这项作用，所以称为审察遍知独有的范围。

（《大复注》2-507。）

三、断遍知——巴利《清净之道》原文（缅文字体）："တဿာ ဘင်္ဂါနုပဿနတော ပဋ္ဌာယ ယာဝ မဂ္ဂဉာဏာ ဘူမိ၊ အယံ ဣဓ အဓိပ္ပေတာ။"译："它的范围从坏灭随观开始，直到道智；这里所指的就是这一遍知。"

（《清净之道》2-335。）

从坏灭随观智开始，直到圣道智，都是断遍知所立足的范围。严格说来，只有圣道智才无余断除烦恼，并以无痴通达透彻分别诸行的无常、苦、无我，以所缘通达透彻分别无为涅槃，故称为断遍知。在考察圣者或圣道智以遍知现观作用通达苦谛时，这里所指的正是断遍知；也就是说，以断遍知现观而知苦谛，即无痴通达。知遍知与审察遍知以断遍知为其结果；换言之，正是为了成就断遍知，才修习知遍知——

——与审察遍知。（《清净之道》2-335；《大复注》2-507—508。）另一种解释是：知遍知与审察遍知也都以断遍知——断除烦恼、证得圣道——为其结果；二者本来就是为了证得圣道而生起。又，凡被舍断的法，必定已经成为所知之法，也已被提到三相上审察判定，成为所审察之法。因此，从这一角度应知，三种遍知都是圣道智的作用。理由如下。

若没有对色名因果诸行分别了知的知遍知，也没有审察判定色名因果诸行无常、苦、无我的审察遍知，断遍知就不能成就；而断遍知作用成就时，知遍知与审察遍知也已经成就。因此才说：'凡被舍断的法，必定已经成为所知之法，也已经成为被提到三相上审察判定的所审察之法。'确实，当圣道智依遍知现观对苦谛起作用时，它既通达称为苦谛的五取蕴中每一种究竟法的自相，也通达这些苦谛究竟法——

——共同的无常相、苦相、无我相。因为遮蔽这些五取蕴究竟法自相与共相的痴，已经被圣道智以正断无余摧毁。因此，应知从这一角度说，三种遍知都是圣道智的作用。

（《清净之道》2-334—335；《大复注》2-507—508。）

原书 515

断除现观

所谓圣道智以断除现观通达集谛，其中，关于断除烦恼的“断”，有三种断。

一、镇伏断；二、彼分断；三、正断。

一、镇伏断——在这三种断中，犹如把缸投进长满水藻的水中，水藻会向两旁分开；同样，依各个世间禅定，使五盖、寻、伺等与相应禅定相违的法远离，称为镇伏断。欲贪盖等本会以遍起的方式在心相续中依生、住、灭而现起，侵扰、压迫心；镇伏使它们不能以这种方式侵扰、压迫，所以名为“镇伏”。这种镇伏本身就是一种舍断，故称镇伏断。巴利圣典如下。

巴利《无碍解道》原文（缅文字体）：“ဝိက္ခမ္ဘနပ္ပဟာနဥ္စ နီဝရဏာနံ ပဌမံ ဈာနံ ဘာဝယတော။ (ပဋိသံ-၂၆။)”
译：“对于修习初禅的人，五盖的镇伏断也〔生起〕……”

（《无碍解道》26。）

圣典以这种方式只说镇伏五盖。应知，这是因为“他的心不受瞋恚压迫，已经远离昏沉睡眠”等状态，旁人也能看得出来。确实，无论在禅的前分还是后分，五盖都不能立即压倒、压迫修止之心；寻、伺、喜、乐、色想等，则只在入第二禅、第三禅、第四禅等时才远离。虽然如此，刚从相应第二禅等出定之人的相续中，五盖仍可能生起，因为只有以欲界心——

——才能从禅那出定。（《清净之道》2-335；《大复注》2-508。）这里说五盖在禅的前分与后分不能立即压倒、压迫心，是依刚刚证得的禅那而言。

对于已经反复善修、熟练自在的禅那，五盖甚至直到最后死心都不能压倒。换一种说法，在为证禅而努力的前分行道中，以及证禅以后忙于其他事务时，五盖都不能立即压倒其心。应当如此理解。（《大复注》2-508。）

原书 516

二、彼分断——犹如夜间点灯使黑暗消失，以属于毗婆舍那部分的每一种智为因，单凭相反对治之力舍断相应的应断法，称为彼分断。〔这里这样说，只是为了显示进入毗婆舍那范围的彼分断；应知，净化戒等作业也能以彼分舍断相应的应断法。〕（《清净之道》2-335；《大复注》2-508—509。）首先，以名色分别智舍断有身见二十式；以缘摄受智舍断主张无因的无因见，以及主张梵天、毗湿奴或永恒主宰等造物主为因的邪因见——

——并舍断以十六事为所依的疑，以及于八事上的疑。以聚思惟智舍断把诸行整体执作“我、我的”的执著。以能够分别道与非道的生灭智，舍断把非圣道误认为圣道的错想。由观五蕴之生起而舍断“我死后断灭”的断灭见；由观五蕴之坏灭而舍断“我恒常、死后不坏灭”的常见。以怖畏现起智观三地诸行为伴有可怖坏灭这一大险难——

——而舍断无怖畏想，即认为诸行并不可怖的一种错想。以观诸行坏灭的过患随观智，舍断因把五蕴当作可爱滋味而生的错想，即错误想；以厌离诸行的厌离随观智，舍断因极度喜乐轮回而生的欢喜想；以欲解脱智舍断不欲从诸行解脱的状态；以审察随观智舍断与审察随观智相反的痴；以行舍智舍断不能平等旁观诸行的状态；以随顺智舍断把诸行执为常等——这与证知道谛相反。这样的舍断，就是彼分断。

（《清净之道》2-335。）

十八大观

换一种说法，在十八大观中：以无常随观智舍断常想；以苦随观智舍断乐想；以无我随观智舍断我想。

以厌离随观智舍断喜爱，即与喜俱的爱；以离贪随观智反复观照离贪之处涅槃而舍断贪；以灭随观智反复观照贪的止息处涅槃而舍断作为贪生起的集；以舍遣随观智反复观照贪的舍弃处涅槃而舍断强烈执取；以灭尽随观智反复观照诸行灭尽、坏灭的性质，舍断依相续密集、组合密集、作用密集、所缘密集而把色与名看成整块实体的——

原书 517

——密集想；以衰灭随观智观照诸行的坏灭刹那，舍断作为令新有结生之因的思之造作——积集；以变易随观智观照诸行由住立即老、坏灭即死这两种原因而变异，舍断误认诸行恒久坚固的恒久想。

以无相随观智——即无常随观智——舍断把诸行执为常的常相；以无愿随观智——即苦随观智——舍断希求诸行之乐的乐愿；以空随观智——即无我随观智，观诸行空无有我——舍断“我于究竟义上真实存在”这种我执著。增上慧法观智观照“所知”的被观诸行与“智”的能观观智这两类究竟法之坏灭，直达二者空无有我的性质；以此舍断取著实质之执著，即错误执取本无实质的五蕴中具有常之实质、我之实质。

以如实智见——即连同因法的色名摄受智——舍断痴执著；后者是由“我过去存在过吗”等疑惑邪智，或“世间由梵天、毗湿奴、永恒主宰等造物主所创造”等错误作意而生的迷惑。由三地诸行显现为可怖险难的怖畏现起所生的过患随观智，观照一切有中的过患；以此舍断把有为法当作藏身处、执著三地为依靠的——

——依恋执著，因为在三十一界中，看不到、找不到任何可以执著为藏身处或保护处的法。以审察随观智——能作成脱离三界、舍弃诸行之方便的慧——舍断与审察相反的痴。

以还灭随观智——奔向离轮回之涅槃的行舍智与随顺智——舍断欲乐结缚等烦恼执著，也就是欲乐结缚等烦恼的生起。这样的舍断，称为彼分断。

（《清净之道》2-335—337。）

三、正断——犹如遭雷击的树木不可能重新存活，圣道智使结等不善法以后永不再生，无余、连根舍断，称为正断。

《无碍解道》27正是针对这种正断而说："对于修习、培育出世间圣道——到达业与烦恼灭尽、一切诸行灭尽之涅槃——的人——

原书 518

——正断也生起。"（《清净之道》2-337。）在三种断中，论述以断除现观通达集谛时，严格、直接所指的只有正断。然而，对于那位禅修者，正断以前的镇伏断与彼分断也都以正断为其结果。

意思是：镇伏断与彼分断，是具有正断能力的圣道之因与基础，因为离开二者，正断便不能成就。另一种解释是：在那位禅修者的相续中，圣道以前的镇伏断与彼分断也都以圣道为其结果；正因为二者以圣道为结果，二者也就属于圣道的作用。因此，应知从这一角度说，三种断都是圣道智的作用。

世间譬喻——一位国王杀死敌王而登上王位；他在成为国王以前做过的每一件事，也都会说成"国王做了这件事、那件事"。同样，镇伏断与彼分断虽由世间智完成，却也说成具有正断能力的圣道之作用；这是因为二者以圣道为结果，也因为二者落在圣道此前镇伏与彼分的止修心、观修心相续之中。

（《清净之道》2-337—338；《大复注》2-510。）

作证现观

所谓圣道智以作证现观现前通达灭谛涅槃，应当这样理解作证。作证虽可分为世间作证与出世间作证两种，但出世间作证又依见作证与修习作证而分为两种，所以总共有三种。

也就是：一、世间作证；二、出世间的见作证；三、出世间的修习作证。

一、世间作证——在这三种作证中，如"我已经证得初禅，我已经现前作证初禅"等所说（《清净之道》1-121—122），触及初禅等，即是世间作证。这里所谓触及、触——

原书 519

——是以智触及：证得初禅等以后，以"我已证得此禅"这样现前、直接缘取的智而触及。正是针对这一义，《无碍解道》说："依触义而现前作证的慧，是智。"又在作证释中说："凡是已经现前作证的法，都已被智触及。"（《无碍解道》2、85；《清净之道》2-338。）"直接现前"一语排除了以推断猜度而缘取。确实，这里所说，是通过省察"此法具有这样的性质"，以省察之力现前直接了知禅那，名为——

——智触。（《大复注》2-510。）另一种解释是：有些法虽然不像禅、道、果那样在自己相续中生起，只要以不依他人信受的不依他缘智而知，也属于已经作证的法。因此，世尊说："诸比丘，一切法都应作证。诸比丘，什么是一切应作证的法？诸比丘，眼应作证……"（《无碍解道》34。）另有一段教说如下："色由自己直接现见而作证；受……想……——

——诸行……识，由自己直接现见而作证；眼……

——老死……不死甘露涅槃，由自己直接现见而作证。凡是已经现前作证的法，都已被智触及。”（《无碍解道》34；《清净之道》2-338。）最后生起的智——证得能摧毁遮蔽应作证法之痴的道智、果智以后而生的智——不依赖仅仅相信他人，所以名为不依他缘智。

也就是说，不是只因相信他人而认定，而是自己能够知见的智。

（《Pyi 清净之道依释》5-405。）

依这些界定，应知：如禅、道、果法一样，以自己的智现前透彻知见世间五取蕴、十二处、十八界与缘起诸法；以智省察已经证得的禅；以及再次缘取、审察道、果、涅槃等出世间法，都属于世间作证。

二、见作证——在入流道刹那，以名为“见”的入流道现前作证涅槃，称为见作证。

三、修习作证——在一来道、不来道与阿罗汉道刹那，以名为“修习”的上三道现前作证涅槃，称为修习作证。

原书 520

在这里说明圣者如何以作证现观见灭谛，所指的正是见作证与修习作证。因此，应知：依见道、修习道现前作证灭谛涅槃，是这一出世间道智的作用。（《清净之道》2-338。）种姓智虽然先于道智见到涅槃，却只能缘取涅槃而知，不能完成随后应做的断烦恼作用，所以不能称为“见”。同样，上文说依见道、修习道现前作证涅槃，是为了排除由非圣道的省察智现前作证涅槃；这里所指只——

——是以圣道作证涅槃，也排除了以省察智省察道与果。（《大复注》2-511。）

修习现观

所谓圣道智以修习现观通达道谛，其中，修习有世间修习与出世间修习两种。

一、世间修习——在二者中，令世间戒、定、慧生起，以及以这些戒、定、慧反复熏习自己的色名相续，称为世间修习。〔所谓“熏习”，是指在色名相续中一次又一次反复令其生起。〕二、出世间修习——令出世间戒、定、慧生起，以及以出世间戒、定、慧熏习色名相续，称为出世间修习。在世间与出世间两种修习中，智见清净部分说明圣道以修习现观通达道谛时，只取出世间修习，不取世间修习；因为世间修习只是出世间修习的基础。

确实，四种圣道智都能令出世间的三戒道支与三定道支生起，或令戒道支、定道支与慧道支生起。它们如何令这些道支生起？即以俱生缘等缘力令其生起；另一种解释是，以俱生等缘力与无间等缘力令其生起。

圣道智无余断除导致违犯妄语、邪业、邪命的烦恼；也无余断除遮蔽慧道支正见、正思惟，以及定道支正精进、正念、正定，使人不能了知它们的痴。

果智则以止息作用，使圣道已经舍断的烦恼进一步寂止。如此，道智与果智依正断与止息的作用——

智见清净释（下）

原书 521

——令出世间戒道支、定道支、慧道支生起；圣者又以这些道支熏习自己的色名相续。因此，唯有出世间修习才是圣道智的作用。（《清净之道》2-338—339。）名为正见的圣道智，以俱生等缘力资助与自己相应的其余七道支；又以无间等缘力与强力亲依止缘等缘力，资助与果心生起等相应的正见乃至正定。因此，圣道智既令作为诸道支法体的戒、定、慧生起，也熏习色名相续，所以称为修习。这里所指的——

——正是这种修习现观中的修习。

智见清净释终。

慧修习的功德与利益

原书 522

慧修习的功德与利益

慧修习能带来广大、崇高、清净的殊胜功德与利益，例如成就普通弟子菩提、大弟子菩提、上首弟子菩提、独觉菩提与正等正觉，因此利益极其众多。即使长时间详说，也难以把这些利益完全显示出来；不过，慧修习的利益略说有四种。

一、破坏种种烦恼；二、受用圣果安乐之味；三、能够入灭尽定；四、成就僧伽功德中属于福德之德的——

——应供等功德。

共有这四种。本书以下只继续说明受用圣果安乐之味这一部分。（《清净之道》2-340。）

果定论

关于果定，应当了解下列问题：一、什么是果定？二、谁能入果定？三、谁不能入果定？四、为何入果定？五、怎样入果定？六、怎样使果定持续？七、怎样从果定出定？八、圣果之后无间生起什么法？九、圣果又在什么法之后无间生起？

一、什么是果定？答：与圣果相应的禅，依安止方式缘取灭谛涅槃而生；这种安止方式的生起，称为果定。

（《清净之道》2-341。）

安止——巴利《法集论》原文（缅文字体）：“"တက္ကော ဝိတက္ကော သင်္ကပ္ပေါ အပ္ပနာ ဗျပ္ပနာ စေတသော အဘိနိရောပနာ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ"”其中，appanā 本来是寻的名称。所谓 appanā，是因为寻能把相应心投向、置于所缘，所以称为安止。

原书 523

巴利《根本复注》原文（缅文字体）：“အဌကထာ ဝေါဟာရ ---- ဝိတက္ကသ ကိစ္စဝိသေသေန ထိရဘာဝပ္ပတ္တေ ပထမဇ္ဈာနသမာဓိမှိ၊ ပစ္စနီက- ဒူရီဘာဝကတေန ထိရဘာဝေန တံသဒိသေသု ဝိတက္ကရဟိတေသု ဒုတိယဇ္ဈာနာဒိသမာဓီသု စ အပ္ပနာတိ အဌကထာဝေါဟာရော။ (မူလဋ္ဌ-၁-၁၀၁။)”上引《法集论》只把寻称为安止。

但在义注用语中，世间或出世间的初禅定，因寻具有把心与相应法投向止所缘或涅槃所缘的特殊作用而达到稳固；又因它与名为安止的寻心所在同一心刹那俱生，便依俱行之理称为安止。第二禅等世间、出世间诸禅定，虽已离寻，却因初禅定使诸盖远离而稳固，也同样稳固地住于止所缘或涅槃所缘，与初禅定的定力相等，所以依相似之喻，也称为安止。

因此，把一切世间、出世间禅都称为安止，是义注的用语。（《根本复注》1-101。）二、谁能入果定?

三、谁不能入果定?

所有凡夫，无论已得或未得世间禅，都因尚未证得道果而不能入果定；一切圣者则因已经证得各自的道果而能入果定。不过，这不同于世间禅：得上位禅者还可以入下位禅，上位圣者却不会进入下位果定。一来者等已经达到更高圣位，较低的预流果定等已经止息、不再生起；而预流者等较低圣者也不能进入尚未证得的一来果定等——

——所以，各自只能进入自己已经证得的相应圣果：预流者入预流果定；一来者入一来果定；不来者入不来果定；阿罗汉入阿罗汉果定。（《清净之道》2-341—342。）

原书 524

四、为何入果定?

为了现法乐住而入果定，也就是在现前这一生中，由于能灼烧、逼迫的烦恼之火已经止息，得以安住于寂静安乐。世间的转轮王享受王者之乐；同样，圣者为了受用远离贪等烦恼垢、清净崇高的出世间果乐，也就是涅槃寂静界之乐，会先限定时间，再随愿于任何时候入果定。

> （《清净之道》2-342。）

五、入定方法；六、住定方法；七、出定方法

依两种因缘，可以进入果定。

入果定的两种因缘是：一、不作意涅槃以外的任何所缘；二、只作意涅槃。依这两种因缘而入定。

巴利《大方广经》原文（缅文字体）：“ဒွေ ဓေါ အာဝုသော ပစ္ဆယာ အနိမိတ္တာယ ဧစေတောဝိမုတ္တိယာ သမာပတ္တိယာ သဗ္ဗနိမိတ္တာနဉ္စ အမနသိ- ကာရော၊ အနိမိတ္တာယ စ ဓာတုယာ မနသိကာရော။ (မ-၁-၃၇၀-၃၇၁။)”译：贤友拘絺罗，进入以离诸行相之涅槃为所缘的无相心解脱，也就是以无常随观为先导而进入的果定，有两种因缘：不作意一切行相；作意无相的无为界。前者是因为已经见到一切行相的过患而将它们舍弃；后者则是以与果心俱生的作意心所，作意远离一切行相、名为无相的无为界涅槃，把涅槃置于果定果心之中。

（《中部》1-370—371，《大方广经》；《清净之道》2-342。）

这里只说“作意涅槃”一个因缘，本已足以表达要义；之所以还详列“不作意涅槃以外的所缘”，理由如下。

巴利《中部》原文（缅文字体）：“ဝိတက္ကဝိစာရာနံ ဝူပသမာ အဇ္ဈတ္တံ သမ္ပသာဒနံ ဧတသော ဧကောဒိဘာဝံ အဝိတက္ကံ အဝိစာရံ သမာဓိဇံ ပီတိသုခံ ဒုတိယံ ဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇ ဝိဟရတိ။ (မ-၁-၈၉။)”译：由于寻、伺止息，内心净信，心成一趣，无寻无伺，由定所生，具喜与乐，成就并住于第二禅。（《中部》1-89。）

原书 525

佛陀讲说世间禅时，尽管喜、乐、一境性三禅支具足就足以成就第二禅，仍如上引经文那样，把应舍的寻、伺也列入，说明“由于寻、伺止息”，即已经超越寻与伺。

世间诸禅虽可由具足相应禅支而说明，但必须先超越应舍禅支，才能证得相应禅。因此，佛陀先说应舍禅支。同理，入果定虽可由作意涅槃而成就，仍须说明不作意涅槃以外的所缘，因为心必须从一切诸行退离。由生灭智等一系列观智，对一切诸行彻底厌离、心不再贪著诸行的——

——圣者，才会生起以脱离一切诸行的涅槃为所缘之果心。因此，应当同时说：果心由不作意涅槃以外的所缘，并且只作意涅槃而生。（《大复注》2-517。）入定次第——希望进入果定的圣弟子来到寂静处，远离种种所缘而独处；从生灭智直到随顺智，依九种观智把诸行提到三相上修观。这样依次生起生灭智、坏灭智、怖畏现起智等观智以后——

——在这位圣弟子的相续中，紧接着以诸行为所缘、名为净化的种姓智，心便依果定之力，以安止禅缘取灭谛涅槃而生。由于以次第观进入果定时，心已倾向果定，因此即使是有学，也只生起圣果，不生起更高圣道。（《清净之道》2-342。）以诸行为所缘的种姓——为什么进入果定时的种姓智不像圣道前的种姓智那样以涅槃为所缘？因为圣果不像圣道那样是引出轮回的出离法；所以这时的种姓智——

——以诸行为所缘，而不以涅槃为所缘。只有四圣道智才是真正引出轮回、不摄于轮回的出离法。圣典的依据如下。

巴利《法集论》原文（缅文字体）：“ကတမေ ဓမ္မာ နိယျာနိကာ၊ စတ္တာရော မဂ္ဂါ အဝရိယာပန္နာ။ (အတိ-ဝ-၂၅၄-၂၉၈။)”

原书 526

译：什么法是能引出轮回的出离法？是不摄于轮回的四圣道智。（《阿毗达磨》1-254、298。）佛陀如此教说。圣道智确实具有出离性质，从相与转起两方面出起；在圣道之前、作为其无间缘的种姓智也必须从

行相出起，所以圣道前的种姓智以涅槃为所缘是适当的。反过来说，由圣道所培育——

——而成为圣道异熟的果智，不能以正断无余断除烦恼，也不具有出起性质，并非出离法。因此，在果智之前、名为净化的种姓智，无论如何都不应以涅槃为所缘。这是因为道心路与果定心路中的随顺智性质不同。

具体说，在圣道心路中，随顺智要穿破过去从未穿破的粗重贪块、瞋块、痴块等，到达世间观智的顶点，随顺圣道智而生。果定心路中的随顺智则不同：相应烦恼已经被各自圣道无余断除，所以它们不再负有断烦恼的任务，只作为圣者受用果定安乐的遍作而生。因此，在圣果之前的——

——这些随顺智，不可能因任何理由具有出起作用；也就是说，最后的随顺智不会因从行相出起而取涅槃为所缘。由此，义注所说“有学为了受用自己的果定安乐，从生灭智等开始，把诸行提到三相上依次修观，最后只生起圣果而不生圣道”，完全成立。

所以义注说：有学只生起圣果，不生起圣道。（《大复注》2-518—519。）

果定——依安止禅缘取灭谛涅槃，在预先限定的——

——一段时间内，没有间断地连续生起果心，称为进入果定。（《大复注》2-519。）

原书 527

趋向果定——如果说，以次第观从生灭智直到随顺智，把诸行提到三相上修观，便能进入果定，那么有学依这种次第观，岂不也可能生起更高圣道？针对这一疑问，义注说：“由于心趋向果定，有学也只生起圣果，不生圣道。”这表明：能导向圣道的观智转起是一种，能导向果定的观智转起则是另一种——

——二者并不相同。（《大复注》2-518—519。）驳斥某些人的主张——有些无畏山派论师主张：“预流者为了入预流果定而修观，会成为一来者；一来者为了入一来果定而修观，会成为不来者。”应反问他们：照此说来，不来者就会成为阿罗汉，阿罗汉会成为独觉佛，独觉佛还会成为一切知佛。其实，为入果定而修观，不会产生圣果以外的结果。无畏山派论师的这种说法——

——应依《无碍解道》予以排除。巴利原文（缅文字体）：“ဒသ ဂေါတြဘုဓမ္မာ ဝိပဿနာဝသေန ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ။ (ပဋိသံ-၆၅)”译：“十种种姓法依毗婆舍那而生。”（《无碍解道》65。）这部巴利圣典分别说有以圣道为果的毗婆舍那，以及以圣果为果的毗婆舍那。因此，不应接受他们的主张。正确理解应是：希望入果定的有学，因心只趋向果定，所以只生起圣果，不生圣道。

（《清净之道》2-342。）

如果这位圣弟子证得的是与初禅相应的圣道，那么在果定中生起的圣果，也只与初禅相应；若证得与第二禅等某一种禅相应的圣道，果定中生起的圣果，也与相应的第二禅等禅相应。果定的进入就是这样。（《清净之道》2-342。）巴利《大复注》原文（缅文字体）：“တစ်ဖန် အကယ်၍ ဤအရိယသာဝကသည် ပထမဈာန်နှင့် ယှဉ်သော အရိယမဂ်ကို ရရှိထားခဲ့သည် ဖြစ်အံ့၊ ထိုအရိယသာဝက၏ ထိုဖလသမာပတ်အတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော အရိယဖိုလ်သည်လည်း ပထမဈာန် နှင့် ယှဉ်သော အရိယဖိုလ်သာလျှင် ဖြစ်ပေသည်။ အကယ်၍ ဒုတိယဈာန်စသည်တို့တွင် တစ်ပါးပါးနှင့် ယှဉ်သော အရိယမဂ်ကို ရရှိခဲ့သည် ဖြစ်အံ့၊ ထိုဖလသမာပတ်၏ အတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော အရိယဖိုလ်သည်လည်း ဒုတိယဈာန် စသည်တို့တွင် တစ်မျိုးမျိုးသော ဈာန်နှင့် ယှဉ်သော အရိယဖိုလ်သည်သာလျှင် ဖြစ်ပေသည်။

ဤသို့- လျှင် ရှေးဦးစွာ ထိုဖလသမာပတ်ကို ဝင်စားခြင်းသည် ဖြစ်ပေသည်။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၄၂။) ဖလဥ္စသာတိအာဒိ မဟဂ္ဂတ ဝိပါကာနံ ဝိယ လောကုတ္တရဝိပါကာနဉ္စ ကုသလသရိက္ခတာဒဿနံ။”

巴利原文续（缅文字体）：“ဈာနတော သရိက္ခတာဒဿနေနေဝစေတ္ထ ဇောဇ္ဈင်္ဂ-မဂ္ဂင်ဝသေနာပိ သရိက္ခတာ ဒဿိတာယေဝါတိ ဝေဒိတဗ္ဗံ။”

（《大复注》2-519。）

原书 528

上引复注说明：如同大行异熟与相应善法相似，出世间异熟也与相应善法相似。这里既已显示圣道与圣果在禅那方面相同，也就显示二者在觉支与道支方面同样相同。（《大复注》2-519。）

心识并未灭尽

有人可能问：果定是不是一种心识止息的等至？佛陀亲自教说，果定并非心识止息的等至。阿难尊者曾这样请问世尊。

“尊者，比丘不在地上想‘地’，不在水上想‘水’，不在火上想‘火’，不在风上想‘风’；不在空无边处想‘空无边处’，不在识无边处想‘识无边处’，不在无所有处想‘无所有处’，不在非想非非想处想‘非想非非想处’；不在此世想‘此世’，不在他世想‘他世’，然而仍然有想。怎样才能获得这样的定？”（《增支部》3-262—263。）

世尊回答如下。巴利原文（缅文字体）：“ထိုအခါဘုရားရှင်က အောက်ပါအတိုင်း ဖြေကြားတော်မူ၏။ ----- ဣဓာနန္ဒ ဘိက္ခု ဧဝံ သညီ ဟောတိ "ဧတံ သန္တံ ဧတံ ပဏီတံ၊ ယဒိဒံ သဗ္ဗသင်္ခါရသမထော သဗ္ဗူပဓိ- ပဋိနိဿဂ္ဂေါ တဏှာက္ခယော ဝိရာဂေါ နိရောဓော နိဗ္ဗာန"န္တိ။ ဧဝံ ခေါ အာနန္ဒ သိယာ ဘိက္ခုနော တထာရူပေါ သမာဓိပဋိလာဘော၊ ယထာ နေဝ ပထဝိယံ ပထဝီသညီ အဿ၊ န အာပသ္မိံ အာပေါသညီ အဿ၊ န တေဇသ္မိံ တေဇောသညီ အဿ၊ န ဝါယသ္မိံ ဝါယောသညီ အဿ၊ န အာကာသာနဉ္စာယတနေ အာကာသာနဉ္စာယတန- သညီ အဿ၊ န ဝိညာဏဉ္စာယတနေ ဝိညာဏဉ္စာယတနသညီ အဿ၊ န အာကိဉ္စညာယတနေ အာကိဉ္စ- ညာယတနသညီ အဿ၊ န နေဝသညာနာသညာယတနေ နေဝသညာနာသညာယတနသညီ အဿ၊ န ဣဓလောကေ ဣဓလောကသညီ အဿ၊ န ပရလောကေ ပရလောကသညီ အဿ။ သညီ စ ပန အဿာတိ။”

（《增支部》3-263。）

译：“阿难，在此，比丘这样想：‘此是寂静，此是胜妙；也就是一切诸行止息、舍弃一切依著、爱尽、离贪、灭、涅槃。’阿难，比丘可以获得这样的定：他不在地上想‘地’，不在水上想‘水’，不在火上想‘火’，不在风上想‘风’；不在空无边处想‘空无边处’，不在识无边处想‘识无边处’，不在无所有处想‘无所有处’，不在非想——

原书 529

——非非想处想‘非想非非想处’；不在此世想‘此世’，不在他世想‘他世’，然而仍然有想。”（《增支部》3-263。）再略作说明：瑜伽行者把地遍扩展到无边世界，进入以地遍为所缘的初禅。初禅名法以地遍为所缘，具有地遍之想，也就是在地上想“地”。他把这些地遍禅名法提到三相上——

——修观而进入果定。果心不缘地遍，只缘涅槃；所以不在地上想“地”，而只有与涅槃之想相应的稳固定。进入第二、第三、第四禅，再观照相应禅名法而入果定，也应同样理解。又，他从地遍的一侧作意空间，见到空间以后，只作意空间，把它扩展到无边世界而进入空无边处禅定；此时是在空无边处想“空无边处”。随后，他把空无边处禅名法提到三相上修观而入果定；果定名法只缘涅槃，不缘空间——

——概念，所以不在空无边处想“空无边处”。

又，他缘取住于无边空间所缘上的空无边处禅识，进入识无边处禅定；此定以空无边处识为所缘，所以是在识无边处想“识无边处”。随后把识无边处禅名法提到三相上修观而入果定；果定名法只缘涅槃，不缘空无边处识，因此不在识无边处想“识无边处”。

又，在识无边处禅生起时，他缘取空无边处识依生、住、灭而不再显现，观“无所有”，进入无所有处禅定。此定缘取空无边处识的不存在，即无所有概念；所以是在无所有处想“无所有处”。随后把无所有处禅名法提到三相上修观而入果定；果定名法只缘涅槃，所以不在无所有处想“无所有处”。

原书 530

又，他以安稳住于空无边处识不存在这一无所有概念上的无所有处禅心为观照所缘，观“此识寂静、此识胜妙”，而进入非想非非想处禅定。

所谓非想非非想处定，是没有粗重之想、只有极其微细柔和之想，因此既不能说有想，也不能说无想的等至。

这位瑜伽行者在非想非非想处想“非想非非想处”。他把非想非非想处禅定名法提到三相上修观而入果定；果定名法缘取涅槃，所以不在非想非非想处名法上想“非想非非想处”，然而仍然有想。水遍、火遍、风遍等也应同样理解。以上只是前引巴利的略释。

下面继续引述义注对这段巴利的解释。

巴利《增支部义注》原文（缅文字体）：“သညီ ၈ ပန အဿာတိ အထ ၈ ပနဿ သဓာပတ္တိ သဝိတက္ကသဓာပတ္တိ ယေဝ အဿာတိ ဝုစ္စတိ။”

巴利原文续（缅文字体）：“ဇတံ သန္တံ ဇတံ ပဏီတန္တိ သန္တံ သန္တန္တိ အပ္ပေတွာ နိသိန္နဿ ဒိဝသမ္ပိ စိတ္တုပ္ပါဒေါ "သန္တံ သန္တ"န္တေဝ ပဝတ္တတိ၊ ပဏီတံ ပဏီတန္တိ အပ္ပေတွာ နိသိန္နဿ ဒိဝသမ္ပိ စိတ္တုပ္ပါဒေါ "ပဏီတံ ပဏီတ"န္တေဝ ပဝတ္တတိ။ ယဒိဒံ သဗ္ဗသခိရေသမထောတိ နိဗ္ဗာနံ နိဗ္ဗာနန္တိ အပ္ပေတွာ နိသိန္နဿ ဒိဝသမ္ပိ စိတ္တုပ္ပါဒေါ "နိဗ္ဗာနံ နိဗ္ဗာန"န္တေဝ ပဝ- တ္တတိတိ သဗ္ဗမ္ပေတံ ဖလသမာပတ္တိသမာဓိံ သန္ဓာယ ဝုတ္တံ။ ပ။ သစိတ္တကာ ဇေ သာ သမာပတ္တိ အဟောသိ။”

> （《增支部义注》3-288。）

果定是有想的等至，是有心定。

瑜伽行者作意“此涅槃寂静，此涅槃寂静”，令心抵达果安止而入果定，其相续中即使一整天都连续生起“寂静、寂静”的果心、心所；作意“胜妙、胜妙”而入果定，也一整天连续生起“胜妙、胜妙”的果心、心所；作意“涅槃、涅槃”而入果定，也一整天连续生起“涅槃、涅槃”的——

——果心、心所。佛陀这些话都是针对果定之定而说。由此可知，果定是有心、心不止息的有心定。

（《增支部义注》3-288。）

依这些巴利与义注，果定不是心识止息的等至；心识止息的等至只有灭尽定。请看下面的义注解释。

原书 531

巴利《清净之道》与《大复注》原文（缅文字体）：“ကသ္မာ သမာပဇ္ဇန္တီတိ သခၤါရာနံ ပဝတ္တိတေဒေ ဥတ္တာဏ္ဏိတ္တာ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အစိတ္တကာ ဟုတ္တာ "နိရောဓံ နိဗ္ဗာနံ ပတ္တာ သုခံ ဝိဟရိဿာမာ"တိ သမာပဇ္ဇန္တိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၄၇။) နိဗ္ဗာနံ ပတ္တာတိ အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာနံ ပတ္တာ ဝိယ။ (မဟာဋီ-၂-၅၂၆။)”译：已经获得八种等至的不来者与阿罗汉能够进入灭尽定。他们由于反复见到诸行生灭而厌离，便作意：‘就在现前这一生中成为无心者，仿佛抵达无余依涅槃界，止息包括想、受在内的心与心所，远离苦而安乐住。’所以进入灭尽定——

——（《清净之道》2-347。）巴利原文（缅文字体）：“အဋ္ဌ သမာပတ္တိလာဘိနော ပန အနာဂါမိနော၊ ခီဏာသဝါ ဧ သမာပဇ္ဇန္တိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၄၄။)”这种止息心、心所〔以及心生色〕的灭尽定，只有已经获得八种世间禅等至的不来者与阿罗汉才能进入。

如果修行者尚未获得八种世间禅等至，也还不是不来者或阿罗汉，就应当认真思考：自己的相续中是否可能出现心识完全止息的等至。《清净之道》2-344明确说明，下列五类人不能入灭尽定：一、一切凡夫；二、一切预流者；三、一切一来者；四、未得禅的不来者；五、未得禅的阿罗汉。下面回到果定。

使果定长久持续的三种因缘

巴利《大方广经》原文（缅文字体）：“တယော ခေါ အာဝုသော ပစ္ဆာ အနိမိတ္တာယ စေတောဝိမုတ္တိယာ ဌိတိယာ သဗ္ဘနိမိတ္တာနုဠ္ဓ အမနသိ- ကာရော၊ အနိမိတ္တာယ စ ဓာတုယာ မနသိကာရော၊ ပုဗ္ဗေ စ အတိသခၤါရော။ (မ-၁-၃၇၁။)”译：贤友拘絺罗，使以离诸行相之涅槃为所缘的无相心解脱，也就是以无常随观为先导而入的果定，其果心相续得以长久持续，有三种因缘。

原书 532

这三种因缘是：一、不作意一切行相，也就是不作意诸行；二、作意因离诸行相而名为无相的无为界涅槃；三、入果定以前先作准备，限定时间，例如：当月亮、太阳〔或时钟〕到达某一位置时，就从果定出定。依这三种因缘，果心相续能长久持续。

（《中部》1-371。）

预先作准备——三种因缘中的“预先作准备”，是指入果定以前限定时间：“当月亮或太阳到达某一位置时，我就从果定出定。”由于已经限定“在某时出定”，只要预定的时间还没到，果定便以不中断的相续持续；果定就是这样长久持续的。

（《清净之道》2-343。）

从果定出定的两种因缘

巴利《大方广经》原文（缅文字体）：“ဒွေ ဓမ္မာ အာဝုသော ပစ္စယာ အနိမိတ္တာယ ဓာတောဝိမုတ္တိယာ ဝုဋ္ဌာနာယ သဗ္ဗနိမိတ္တာနဉ္စ မနသိကာရော၊ အနိမိတ္တာယ စ ဓာတုယာ အမနသိကာရော။ (မ-ဝ-၃၇၁။)”译：贤友拘絺罗，从名为无相心解脱的果定出定，有两种因缘。

这两种因缘是：一、作意一切行相；二、不作意因为远离诸行相而名为无相的无为界。依这两种因缘，从果定出定。（《中部》1-371。）经文中的“一切相”，是色相、受相、想相、行相与识相。瑜伽行者不可能同时作意所有这些行相；经文说“一切相”，是依总摄无余一切的意思。既不可能同时作意一切行相——

——圣弟子便以与有分心俱生的作意心所，作意有分所缘三种所缘——业、业相、趣相——中的任何一种，而从果定——

——出定。应当这样理解从果定出定。（《清净之道》2-343。）

八、圣果之后无间生起什么法?

九、圣果又在什么法之后无间生起?

圣果之后无间生起的法有二：一、在前一果心之后，只有后一果心无间生起。

另一种是：在最后一个果心之后，有分心无间生起。

圣果本身则有四种无间生起：一、在圣道之后无间生起的圣果；二、在圣果之后无间生起的圣果；

第三种，是在名为随顺的种姓之后无间生起的圣果；

第四种，是在非想非非想处善速行或唯作速行之后无间生起的圣果。

第一种：在圣道心路中，第一个圣果在圣道之后无间生起。

第二种：无论在圣道心路还是果定心路，后面的圣果在前面的圣果之后无间生起，这就是在圣果之后无间生起的圣果。

第三种：在果定心路中，第一个圣果在名为随顺的种姓之后无间生起。

在果定心路中，应把随顺称为种姓。《发趣论》这样教说。巴利原文（缅文字体）：“အရဟတော အနုလောမံ ဖလသမာပတ္တိယာ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။ သေက္ခာနံ အနုလောမံ ဖလ- သမာပတ္တိယာ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။ (ပဋ္ဌာန-ဝ-၁၃၈။)”译：“阿罗汉的随顺，以无间缘力资助阿罗汉果定。

有学的随顺，以无间缘力资助果定。”（《发趣论》1-138。）四、不来者或阿罗汉从灭尽定出定时，以不来果或阿罗汉果作为出定；这种果在非想非非想处善速行或唯作速行之后无间生起。

（《清净之道》2-343。）

已经获得八种等至的不来者若要入灭尽定，须依止观双运法，从初禅直到识无边处禅修习止与观；进入无所有处禅，出定后完成四种前行；随后进入非想非非想处禅定。非想非非想处禅生起一次或两次以后，心便不再生起，也就是进入灭尽定。到了预定——

原书 534

——时间而从灭尽定出定时，不来果速行生起一次；它紧接在非想非非想处善速行之后生起。阿罗汉入灭尽定也以同样方法修习；差别只在阿罗汉相续中只能生起唯作速行，所以阿罗汉果速行紧接在非想非非想处唯作速行之后生起。

时间间隔的差别——不来者或阿罗汉若预定七天而入灭尽定，入定前的非想非非想处速行，与出定时最先生起的不来果或阿罗汉果速行，相隔整整七天。灭尽定中，心、心所与心生色完全止息，只有业生色、时节生色与食生色继续生起。

尽管非想非非想处速行与圣果速行相隔七天，中间隔着性质不同的色法——业生色、时节生色与食生色——但异类色法不构成同类名法之间的间隔。因此，进入非想非非想处禅以后再入灭尽定，即使七天后才出定，不来者仍生起不来果速行，阿罗汉仍生起阿罗汉果速行；这种果速行称为在非想非非想处速行之后无间生起的果速行。

上述各种果速行中，除圣道心路里的果速行以外，其余圣果都称为依果定而生的圣果。无论在圣道心路或果定心路中生起，圣果都以不死甘露涅槃为所缘：它已经彻底冷却烦恼热，因没有烦恼垢而极其庄严，吐弃了称为世间利养的爱，真正寂静、清凉；它是殊胜圣道之果，犹如掺入甘露的蜜，充满真实法味的精华，清净悦意；其味胜过大行善与出世间善，又因果乐比道乐更加寂静清凉，所以——

——是最殊胜的；它以无上乐润泽一切，毫不枯槁。

这种果乐只有诸圣者才堪受用，是圣者专有的财富；它是沙门果法味的精髓，是无与伦比、最上、最美妙的滋味。具慧的瑜伽行者若精进修习毗婆舍那，便能获得这种果乐。因此，得以受用圣果这无可比拟的最上法味，正是佛陀教法中毗婆舍那修习的一项功德与利益。（《清净之道》2-343—344。）

原书 535

三种毗婆舍那

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：“ဝိပဿနာ ပနေသာ တိဝိဓာ ဟောတိ သခ်ါရေပရိဂဏှနကဝိပဿနာ၊ ဖလသမာပတ္တိဝိပဿနာ၊ နိရောဓ- သမာပတ္တိ ဝိပဿနာတိ။ တတ္ထ သခ်ါရေပရိဂဏှနကဝိပဿနာ မဒ္ဒာ ဝါ ဟောတု တိက္ခာ ဝါ၊ မဂ္ဂဝဿ ပဒဋ္ဌာနံ ဟောတိယေဝ။ ဖလသမာပတ္တိဝိပဿနာ တိက္ခာဝ ဝဋ္ဋတိ မဂ္ဂဘာဝနာသဒိသာ။ နိရောဓသမာပတ္တိ ဝိပဿနာ ပန နာတိမန္ဒနာတိတိက္ခာ ဝဋ္ဋတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၂-၃၄၇-၃၄၈။)”译：毗婆舍那有三种：一、摄受诸行的毗婆舍那；二、导向果定的毗婆舍那；三、导向灭尽定的毗婆舍那。

一、在这三种之中，摄受诸行的毗婆舍那无论迟钝还是锐利，都是圣道的近因。（《清净之道》2-347。）如果毗婆舍那迟钝，便能成就证悟迟缓的道；

如果毗婆舍那锐利，便能成就证悟迅速的道。

这就是毗婆舍那迟钝或锐利所造成的差别。其实，凡真正达到毗婆舍那特相的毗婆舍那，无一不是圣道之因，应当如此理解。

（《大复注》2-526。）

二、导向果定的果定毗婆舍那，应当是锐利的毗婆舍那。它虽以诸行为所缘，却是以从一切诸行退离的方式生起；又像圣道一样，它是圣果之因，而圣果以远离诸行的无为涅槃为所缘。因此，这种毗婆舍那与修习圣道相似。

（《清净之道》2-348；《大复注》2-526—527。）

三、导向灭尽定的毗婆舍那，应当不太迟钝、也不太锐利，而是强度适中。

（《清净之道》2-348。）

极其迟钝的毗婆舍那，由于止过强而无力使诸行止息，往往只终于止；极其锐利的毗婆舍那，则因慧过强、过度见到诸行的过患，往往终于果定。因此，义注才解释说：‘导向灭尽定的毗婆舍那，应当不太迟钝、也不太锐利，而是强度适中。’（《大复注》2-527。）依照上述义注的界定，希望进入果定的瑜伽行者，必须格外努力，使毗婆舍那智成为锐利、敏锐的毗婆舍那智。

原书 536

如果修习毗婆舍那不是为了进入果定，而是为了证得上位道果、断尽尚未断除的烦恼，那么，如前文所述，这种毗婆舍那确实会成为证得上位道果的强力亲依止缘。这里应当引述：巴利《相应部》原文（缅文字体）：“သဗ္ဗံ ဘိက္ခဝေ အနဘိဇာနံ အပရိဇာနံ အဝိရာဇယံ အပ္ပဇဟံ အဘဗ္ဗော ဒုက္ခက္ခယာယ။ ပ ။ သဗ္ဗံ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ အဘိဇာနံ ပရိဇာနံ ဝိရာဇယံ ပဇဟံ ဘဗ္ဗော ဒုက္ခက္ခယာယ။ (သံ-၂-၂၄၉-၂၅၀။)”译：‘诸比丘，对于一切五取蕴色名，若不以知遍知慧洞彻知，不以审察遍知慧审察知，也不以断遍知慧修行到断除、止息对于——

——这一切五取蕴色名所生的贪著之爱，未能舍断，便不能尽苦。……

诸比丘，反之，若以知遍知慧洞彻知一切五取蕴色名，以审察遍知慧审察知，又以断遍知慧修行到断除、止息对于这一切五取蕴色名所生的贪著之爱，并将其舍断，便能够尽苦。’

顶戴奉行佛陀上述亲口教言，为了现证一切轮回苦终尽的涅槃，以三种遍知慧分别了知一切五取蕴色名的全部修行方法——也就是名为 nibbānagāminī-paṭipadā 的《趣向涅槃之道》——至此已经完整说明。

佛陀的劝勉

‘诸比丘，任何人若依我所教的方法，修习这四念处满七年，便可期望他在现法中证得二果之一：或证阿罗汉果；若仍有取蕴余存，则证不来果。

诸比丘，且置七年；任何人若依我所教的方法，修习这四念处满六年……五年……四年……三年……两年……一年。

诸比丘，且置一年；任何人若依我所教的方法，修习这四念处满七个月，便可期望他在现法中证得二果之一：或证阿罗汉果；若仍有取蕴余存，则证不来果。

诸比丘，且置七个月；任何人若依我所教的方法，修习这四念处满六个月……五个月——

——四个月……三个月……两个月……一个月……半个月。

诸比丘，且置半个月；任何人若依我所教的方法，修习这四念处满七天，便可期望他在现法中证得二果之一：或证阿罗汉果；若仍有取蕴余存，则证不来果。’

（《中部》1-90。）

巴利《中部义注》原文（缅文字体）：“〔သဗ္ဗဓိ ဧတံ မဇ္ဈိမသ္မေ ဒေသေ ဥပ္ပဇ္ဇလ္လ ဝသေန ဝုတ္တံ။ တိက္ခပညံ ပန သန္ဓာယ "ပါတော အနုသိဋ္ဌော သာယံ ဝိသေသံ အဓိဂမိဿတိ၊ သာယံ အနုသိဋ္ဌော ပါတော ဝိသေသံ အဓိဂမိဿတီ"တိ ဝုတ္တံ။”

（《中部义注》1-305。）

〔义注解释：上面佛陀把最长说为七年、最短说为七天，是针对慧力中等、堪受引导者而说。对于慧力锐利的人，佛陀在《菩提王子经》中亲自说：‘早晨受教，傍晚就会证得殊胜道果；傍晚受教，次晨就会证得殊胜道果。’（《中部》2-300；《中部义注》1-305。）〕佛陀又说：‘诸比丘，这是一条单一之道，能使有情清净，超越忧愁与悲泣，证得圣道，现证涅槃；这条道就是四念处。’我宣说四念处时，正是以能获得——

——不来果或阿罗汉果二种利益之一为意趣而宣说。

（《中部》1-90—91。）

入出息念的功德与利益

‘诸比丘，若修习、多修习入出息念，便能圆满四念处；若修习、多修习四念处，便能圆满七觉支；若修习、多修习七觉支，便能圆满阿罗汉道与阿罗汉果。’

（《中部》3-124。）

‘罗睺罗，依这十六种方式修习、反复修习入出息念时，在生命末端生起的入息与出息，只有在被清楚觉知的情况下才会止息；不清楚觉知就不会止息。’（《中部》2-89。）这里所谓在最末端生起的入息与出息，就其止息而言，有三种‘最后息’：

一、有之最后息（bhavacarimaka）：就诸有而言，处于最末端的入息与出息；

二、禅之最后息（jhānacarimaka）：就诸禅而言，处于最末端的入息与出息；三、死之最后息（cuticarimaka）：就死心刹那而言，处于最末端的入息与出息。三种最后息就是这样。在诸有之中，入息与出息只在欲有生起，不在色有与无色有生起，所以称为‘有之最后息’。在诸禅之中，入息与出息只在初禅、第二禅、第三禅这前三禅生起，不在第四禅生起，所以称为‘禅之最后息’。从死心向前倒数，与第十六个心——另一说为第十七个心——同时生起，并与死心同时止息的入息与出息，称为‘死之最后息’。这里说明入出息念修习的利益时，所谓最后息——

——所指的正是死之最后息。

反复精勤修习入出息念业处的瑜伽行者比丘，能以智善加辨别入出息所缘。因此，他以观智观察死心之前倒数第十六个或第十七个心生起时，与之同时生起的入息与出息：观察其生起刹那，入出息的生起便清楚显现；观察其住时，入出息的住也清楚显现；观察其坏灭，入出息的坏灭也清楚显现。

确实，经由入出息念以外的其他业处修习而证得阿罗汉果的比丘，可能能够、也可能不能准确限定自己的寿命；而依十六种所依处、以十六种方式完整修习入出息念，并证得阿罗汉果的阿罗汉，则一定能准确限定自己的寿命。他知道：‘从现在起，我的寿行还会持续这么久，超过这一时限就不再持续。’于是依其自然情形与自己的意愿，沐浴、穿好下衣——

——与上衣等，办妥一切事务以后闭上双眼。住各得山寺的帝须长老、住大迦兰支耶寺的摩诃帝须长老、住天子大园的乞食者帝须长老，以及住制多罗山寺的两位兄弟长老，都是值得作为典范的入出息念业处长老。

一则故事——两位兄弟长老中的一位，在一个望日布萨诵戒结束以后，由众比丘围绕着返回自己的住处，站在经行道上。初夜时分，他看到十方天空仿佛流注着牛奶般光明，地面铺着如银片一般的细沙，便凝望月光，心想：‘这一时节与——

——这一地方真令人喜悦，与我清净的内在意愿相契。我还要背负这五蕴苦聚的重担多久呢？’他由此审察自己的寿行，知道寿行即将穷尽，便对比丘僧团这样说道。

‘贤友们，你们曾见过比丘以哪一种威仪般涅槃？’长老这样问道。

众比丘中，有人答道：‘尊者，我们曾见过长老坐在座位上般涅槃。’

另一些比丘答道：‘尊者，我们也曾见过大长老在空中结跏趺坐而般涅槃。’这时，大长老说道：

‘贤友们，现在我要让你们看看，我只以经行威仪而般涅槃。’说罢，大长老在经行道的一处横画一条线，然后说道：‘贤友们，我从经行道这一端走到另一端，再转身走回来；当我正好走到这条线时，就会般涅槃。’说完，他走到经行道另一端，再转身返回；当一只脚刚好踏在线上时，便般涅槃了。

如此，依十六种方式圆满修习的入出息念，具有广大殊胜的利益，直至能于般涅槃时清楚了知。因此，希望成就第八种圣者——阿罗汉——的具慧善士，应当依本书《趣向涅槃之道》所引巴利、义注与复注的教说，日夜恒常以不放逸为依止，在止观修习中反复修习具有众多功德与利益的入出息念。（《清净之道》1-283—284；《大复注》1-346。）观禅篇终。

佛历二五三八年；缅历一三五六年那陀月望日；公元一九九四年十二月十七日上午十时四十分完成。帕奥禅师，于制多罗山寺（帕奥禅林）。

止业处篇

止业处篇

原书第 540 – 541 页

原书 540

止业处篇

写作宗旨与愿望

在这部名为《趣向涅槃之道》的书中，前文已经说明：以入出息念定为毗婆舍那的基础，修习毗婆舍那，直至证得阿罗汉果。因此，在说明如何建立定的止业处部分，至今只写了入出息念这一种业处，尚未说明其余业处。故在本止业处篇中，将再说明若干止业处。本篇特别为这样一类贤善禅修者而写：他们已经以入出息念定为基础转入毗婆舍那，对观禅部分已有相当程度的满意，仍希望继续修习其他止业处。不过，若有人已经依入出息念业处修习达到第四禅——

——定，或依界业处简略法修习达到近行定，在尚未转入毗婆舍那以前也想修习这些止业处，同样可以修习。本篇正是为这几类人而写。若尚未成功修成任何一种定，或在观禅部分尚未获得满意，而想从头修习某一种业处，则应完全依照《清净之道》所指导的方法修习。

业处的种类

业处分为止业处与观业处两种。

（《大义释义注》357；《清净之道》1-235；《大复注》1-327；《相应部复注》2-97。）

四十种业处

诸典籍列有四十种止业处。巴利原典直接列出：一、八遍；二、十不净；三、十随念；四、四梵住；五、四无色；六、一想，即食厌想；七、一分别，即四界分别。合计三十八种止业处。在原典直接列出的这三十八种中，再加入义注所列的光明遍与空间遍，便成为四十种业处。（《长部复注》1-17；《相应部复注》1-18；《增支部复注》1-21。）

原书 541

十遍之中，《法集论》（《阿毗达磨藏》1-55）把光明遍摄入白遍，把空间遍摄入无边空，因此宣说八遍。

《中分五十经篇》的《摩诃娑俱罗优陀夷经》（《中部》2-207）则以另一种方式宣说十遍。

一切处业处与随身业处

这四十种止业处又分为两类，称为一切处业处（sabbatthaka-kammaṭṭhāna，亦作 sabbatthika-kammaṭṭhāna）与随身业处（pārihāriya-kammaṭṭhāna）。

一切处业处

原书第 541 – 544 页

原书 541

一切处业处

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：“တတ္ထ သဗ္ဗတ္ထကကမ္မဋ္ဌာနံ နာမ ဘိက္ခုသံဃာဒိသု မေတ္တာ မရဏာဿတိ စ။ အသုဘသညာတိပိ ဧကေ။”译：“这里，所谓一切处业处，是对比丘僧团等修慈，以及修死念；另有一些论师也说包括不净想。”

（《清净之道》1-94。）

巴利复注文（缅文字体）：“သဗ္ဗတ္ထကကမ္မဋ္ဌာနန္တိ (သဗ္ဗတ္ထိကကမ္မဋ္ဌာနန္တိ) ဗုဒ္ဓါနုဿတိ၊ မေတ္တာ၊ မရဏာဿတိ၊ အသုဘဘာဝနာ စ။”译：“所谓一切处业处〔亦作一切处适用业处〕，是佛随念、慈、死念与不净修习。”

（《长部复注》2-296；《中部复注》1-345；《根本复注》2-149。）

依上述《清净之道》义注，一切处业处有两种：慈业处与死随念业处。依“另有一些论师”的意见，则有三种：慈业处、死随念业处，以及不净想——也就是不净修习、不净业处。依上述诸复注，一切处业处则有四种：佛随念业处、慈业处、死念——即死随念业处，以及不净修习——即不净业处。

功德与利益

一、佛随念业处——反复修习佛随念业处的瑜伽行者，对佛陀恭敬、谦敬。他能获得信增广：信广大丰盛，近似诸圣者对佛陀不动摇的证净；也能获得慧增广与福德增广，即智慧与善业广大丰盛。

他的喜与悦能够广大丰盛，能够克服种种大小怖畏。由于反复忆念、修习佛陀的功德，他能忍受身体痛苦，使之如落在莲叶上的水般滑落。他能生起仿佛与佛陀同住的想。佛随念禅修者的身体是反复忆念佛陀功德之念的住处，犹如塔庙一般值得供养、值得受人礼敬。他的心倾向佛陀之境。遇到可能毁坏戒行的犯戒事时，仿佛亲见佛陀在面前一般，对于恶、不善与恶行——

——会现起惭，即耻于恶、不善与恶行；也会现起愧，即畏惧恶、不善与恶行。即使未能洞彻证知更高的道果，善趣也必定是他的归宿——

原书 542

——。（《清净之道》1-206。）二、慈业处——想要修习、正在修习慈业处的瑜伽行者，首先应划定近界——即寺院范围——对住在寺内的比丘僧团修慈：‘愿这座寺院的一切比丘安乐，远离心苦。’然后对住在寺院范围内的诸天修慈；再对掌管托钵村的统治者修慈；最后从托钵村的一切居民开始，对一切有情修慈。

这位业处禅修者对寺内比丘僧团修慈，能使同住僧众对他心地柔和；如此，同住比丘便能与他和乐相处。对住在寺院范围内的诸天修慈，能使诸天对他心地柔和，以如法的守护妥善保护他。对托钵村的统治者修慈，能使统治者对他心地柔和，以如法的保护妥善护持他的资具——

——。对托钵村居民修慈，能使村民对他心生净信，使他不受侵扰而自在往来安住。对一切有情修慈，则能使他在四方、八方都不受触犯与障碍，自在往来安住。

（《清净之道》1-94。）

三、死念——以‘我会死、我会死’反复忆念死亡，思惟‘我必定会死’的人，能够舍弃不适当的资具追求，生起逐级增长、直至道智与果智的悚惧；对于通向涅槃的正行，心不退缩。（《清净之道》1-94。）四、不净想 / 不净修习——心已熟练于不净想的瑜伽行者，不要说人的所缘，就连天界所缘也不能以贪的力量从四周牵引他的心。（《清净之道》1-94。）巴利《清净之道》原文（缅文字体）：“ဧဝံ ဗဟုပကာရတ္တာ သဗ္ဗတ္ထ အတ္ထယိတဗ္ဗံ ဣဿိတဗ္ဗတ္တိ ဓ အဓိပ္ပေတသ ယောဂါနုယောဂကမ္မသ ဌာန- ဥာတိ သဗ္ဗတ္ထကကမ္မဌာနတ္တိ ဝုစ္စတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၉၄။)”译：“由于这样具有许多助益，它在一切修行事务中都应被需要、被希求，又是所欲从事之禅修工作的基础——成就之因，因此称为一切处业处。”

巴利《大复注》原文（缅文字体）：“သဗ္ဗတ္ထ သဗ္ဗသ္မိံ သမဏကရဏီယေ၊ သဗ္ဗသ္မိံ ဝါ ကမ္မဌာနာနုယောဂေ။ ပဗ္ဗ သေဝနဝသေန အတ္ထယိ- တဗ္ဗံ။ ယောဂသ ဘာဝနာယ အနုယုဉ္ဇနံ ယောဂါနုယောဂေါ၊ တဒေဝ ကရဏီယဋ္ဌေန ကမ္မံ၊ တသ ယောဂါန- ယောဂကမ္မသ ဌာနံ နိပ္ဖတ္တိဟေတု။ (မဟာဋီ-၁-၁၁၉။)”译：“‘一切处’，即一切沙门应作之事，或一切业处修习。由于必须先行熟习，所以应当需要它。持续投入禅修称为‘从事修习’；此事以应作之义称为‘工作’；作为这项修习工作的基础，就是它的成就之因。”

如上所说，因为具有许多功德与助益，所以在一切比丘事务中——换言之，在修习一切止观业处时——都应先行反复熟习而需要它；又因为它是完成自己所愿止观修习工作的成就之因，所以称为一切处业处。（《清净之道》1-94；《大复注》1-119。）

四护卫业处

巴利义注原文（缅文字体）：“ဒိဝသေ ဒိဝသေ သီလာနိ အာဝဇ္ဇေန္တာ စတုရာရက္ခံ အဟာပေန္တာ မနသိကာရဗဟုလာ ဝိဟရထ။”译：“日日省察诸戒，不令四护卫减损，多作意而住。”

（《律藏义注》4-73；《律藏摄要》222；《心义灯》2-116。）

巴利《心义灯》原文（缅文字体）：“စတုရာရက္ခံ အဟာပေန္တာတိ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ မေတ္တာ အသုဘံ မရဏဿတီတိ ဤမံ စတုရာရက္ခံ အပရိ- ဟာပေန္တာ။ (သာရတ္ထ-၃-၄၀၂။)”译：“‘不令四护卫减损’，即不令佛随念、慈、不净与死念

这四护卫衰减。”每天都应省察自己的戒，加以洗涤净化；不令佛随念、慈、不净与死念这四护卫业处有所减损，并应在止观修习中多多作意而住。

（《律藏义注》4-73；《律藏摄要》222；《心义灯》2-116。）

上述义注与复注把佛随念、慈、不净与死念这四种业处称为“四护卫”，因为它们能够守护瑜伽行者。

随身业处，即根本业处

巴利《清净之道》与《大复注》原文（缅文字体）：“စတ္တာလီသာယ ပန ကမ္မဋ္ဌာနေသု ယံ ယဿ စရိယာနုကူလံ၊ တံ တဿ နိစ္စံ ပရိဟရိတဗ္ဗတ္တာ ဥပရိမဿ စ ဥပရိမဿ ဘာဝနာကမ္မဿ ပဒဋ္ဌာနတ္တာ ပါရိဟာရိယကမ္မဋ္ဌာနန္တိ ဝုစ္စတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၉၄။) နိစ္စံ ပရိဟရိတဗ္ဗတ္တာတိ သဗ္ဗတ္ထကကမ္မဋ္ဌာနံ ဝိယ ဧကဒါဝ အနနုယုဉ္ဇိတ္တာ သဗ္ဗကာလံ ပရိဟရဏီယတ္တာ အနုယုဉ္ဇိတဗ္ဗတ္တာ။ (မဟာဋီ-၁-၁၁၉။)”译：“在四十种业处中，适合某人性行的业处，因为他必须恒常携持修习，又因为它是更高层次修习的近因，所以称为随身业处。‘必须恒常携持’，是说不能像一切处业处那样只在某一时修习，而应在一切时候持续摄持、修习。”在四十种业处中，依瑜伽行者的性行选择并修习的某一种业处，不是如四种一切处业处那样只在某些时候修习，而是必须恒常不断摄持、修习；又因为它是后后更高修习工作的近因，所以称为随身业处。

（《清净之道》1-94；《大复注》1-119。）

巴利《小部义注》原文（缅文字体）：“ယံ ပန သဒါ ပရိဟရိတဗ္ဗံ စရိတာနုကူလေန ဂဟိတတ္တာ ဒသာသုဘကသိဏာနုဿတိသု အညတရံ၊ စတုဓာတုဝဝတ္ထာနမေဝ ဝါ၊ တံ သဒါ ပရိဟရိတဗ္ဗတော ရက္ခိတဗ္ဗတော ဘာဝေတဗ္ဗတော စ ပါရိဟာရိယန္တိ ဝုစ္စတိ။ မူလကမ္မဋ္ဌာနန္တိပိ တဒေဝ။ (သုတ္တနိ-ဋ္ဌ-၁-၄၈-၄၉။)”译：“依性行而选取的十不净、诸遍、诸随念中的任何一种，或四界分别，因为必须恒常携持、守护与修习，所以称为随身业处；同一业处也称为根本业处。”

原书 544

由于依性行而从老师处学得，在十不净、十遍与十随念中选取的任何一种业处，或四界分别业处，都必须恒常不断携持、守护与修习，所以称为随身业处。这同一种随身业处也称为根本业处。（《小部义注》1-48—49。）巴利《小部义注》又说（缅文字体）：“တတ္ထ ယံ ပဌမံ သဗ္ဗတ္ထကကမ္မဋ္ဌာနံ မနသိ ကရိတ္တာ ပစ္ဆာ ပါရိဟာရိယကမ္မဋ္ဌာနံ မနသိ ကရောတိ၊ တံ စတုဓာတုဝဝတ္ထာနမုခေန ဒဿေဿာမ။ (သုတ္တနိ-ဋ္ဌ-၁-၄၉။)”译：“这里，先作意一切处业处，然后作意随身业处；现在将从四界分别之门说明它。”上述义注先令行者作意一切处业处，然后说明如何把称为界业处的——

——四界分别业处作为随身业处——即根本业处——加以修习。

本书《趣向涅槃之道》仿照上述义注、复注的教说，也已经说明：一方面把入出息念业处作为随身业处——即根本业处；另一方面也把界业处，也就是四界分别业处，作为随身业处——即根本业处。其中，以入出息念业处为主，以界业处简略法为辅，说明了作为随身业处修习的方法。

近行业处与安止业处

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：“ဥပစာရပ္ပနာဝဟတောတိ ဌပေတွာ ကာယဂတာသတိဉ္စ အာနာပါနဿတိဉ္စ အဝသေသာ အဋ္ဌ အနုဿ- တိယော၊ အာဟာရေ ပဋိကူလသညာ၊ စတုဓာတုဝဝတ္ထာနဉ္စိ ဣမာနေဝ ဟေတ္ထ ဒသကမ္မဋ္ဌာနာနိ ဥပစာရဝဟာနိ။”译：“就能导向近行与安止而言：除身至念与入出息念之外，其余八随念、食厌想与四界分别——这里正是这十种业处只能导向近行。”

巴利原文续说（缅文字体）：“သေသာနိ အပ္ပနာဝဟာနိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၁၀၇။)”译：“其余业处能导向安止。”（《清净之道》1-107。）佛随念、法随念、僧随念、戒随念、施随念、天随念、死随念与寂止随念这八随念，加上食厌想与四界分别，这十种业处只能导向近行定，所以称为近行业处。

十遍、十不净、身至念、入出息念、四梵住与四无色，这三十种业处能够导向称为安止的禅定，所以称为安止业处。（《清净之道》1-107。）在这些能导向安止禅定的业处中，入出息念与十遍能够依次到达初禅、第二禅、第三禅与第四禅，属于能导向四禅的业处。身至念与十不净只能证得初禅，属于能导向初禅的业处。慈、悲、喜三种梵住业处能到达第三禅，属于能导向前三禅的业处。舍梵住业处与四无色只能到达第四禅，属于能导向第四禅的业处——

——。（《清净之道》1-107。）

三十二身分（上）

原书第 545 – 577 页

原书 545

三十二身分

一位瑜伽行者若已修习入出息念业处，直至达到第四禅定，继而借助由第四禅定所生的光明力量，努力照见三十二身分，那么，由于承受了入出息第四禅定以强力亲依止缘所给予的殊胜助力，他往往能以智慧之眼轻易看见三十二身分。

一位瑜伽行者若以界业处简略法建立定，也应重新建立定，直至心清澈而达到近行定的范围；继而借助由界作意——即四界分别定——所生的光明力量，努力照见三十二身分。由于承受了四界分别定以强力亲依止缘所给予的殊胜助力，他也往往能以智慧之眼轻易看见三十二身分。

一位瑜伽行者若已从入出息念的修行门径或界作意的修行门径转入毗婆舍那，在观禅部分已经获得相当程度的满意，却还想继续修习其他业处，也可以重新建立自己已经获得的定；继而借助由这种定所生的光明力量，努力照见三十二身分。由于承受了这种定以强力亲依止缘所给予的殊胜助力，他也往往能以智慧之眼轻易看见三十二身分。

已经依其他任何一种业处成功建立定的瑜伽行者，同样可以继续修习，直至看见三十二身分。本止业处篇将以已经依入出息念修至第四禅定的瑜伽行者为范例，说明如何照见三十二身分；从界作意门径成功建立定的人，也可以仿照同样的方法观照。

贤友，你应建立入出息念定，直至第四禅。当由第四禅定所生的光明辉耀、灿烂明亮时，借助这种光明力量观照三十二身分。

若你从界作意门径建立了定，那么，当由四界分别定所生的光明辉耀、灿烂明亮时，也应借助这种光明力量观照三十二身分。

原书 546

观照时，先从头发、身毛、指（趾）甲、牙齿、皮肤这五种身分开始，只在它们各自所在的位置观照。能够像在镜中看见影像一样清楚时，再观肉、筋、骨、骨髓、肾这五种身分。成功以后，继续观心、肝、膜、脾、肺这五种；成功以后，再逐步加入大肠、小肠、胃中物、粪、脑这五种，胆汁、痰、脓、血、汗、脂肪这六种，以及泪、膏、唾、涕、关节滑液、尿这六种身分。

若瑜伽行者已经依界业处详尽法，系统摄取四十二身分中的色法，那么现在重新观照这三十二身分，就不会有很大困难。观照时，最初只应作意身分以堆聚、团块的世俗形态存在。

巴利《阿毗达磨义注》原文（缅文字体）：“ပေါရာဏာတ္ထကထာ ကိရ "ကောဋ္ဌာသမနသိကာရော ပမာဏ"န္တိ အာဟံသု။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၂၄၃။)”译：‘据说，古代义注长老们说：只作身分想，便是准则。’（《阿毗达磨义注》2-243。）古代义注大长老教导，在这项身分业处中，起初只应作意其作为身分而堆聚、成团成块的形态。可是，若瑜伽行者已在毗婆舍那部分熟练摄取四十二身分中的色法，经常把它们提到三相上观照，一专注身分就可能只看到色聚微粒。这时，应把心稍微放松，只作意身分的世俗形态；迅速逐一照见诸身分，只把注意力放在概念性的团块形态上，只看见它们为身分。

应从头发到尿、又从尿到头发反复作意。作意‘头发’时，要训练自己一路贯穿，看见直至尿的全部三十二身分；作意‘尿’时，也要一路贯穿，看见直至头发的全部三十二身分。

譬如把三十二种颜色的花用同一根线串成一条花环，有眼之人观看花环时，三十二种颜色的花便依次向他显现。又如把三十二根柱子立成篱笆，从稍远而足以看见全部柱子的位置望去，三十二根篱柱便同时向有眼之人显现。同样，三十二身分也会显现于瑜伽行者的智中。四处游走往来的畜生与人，在他的智中——

——不再显现为有情，而只显现为诸身分；他们吞下的嚼食、饭食，则仿佛被放进诸身分之间。（《阿毗达磨义注》2-242。）

原书 547

依照上述义注的指导，贤友应当如此训练：犹如有眼之人站在稍远而足以看见三十二根篱柱的位置，从第一根望去，刹那间就能看至最后一根；从最后一根望去，也能刹那间看至第一根。同样，应当训练自己以智这样看见三十二身分。若观看篱柱时逐根数一、二、三、四，就会花费一些时间；若不再计数，只是观看，就能看得迅速、敏捷。

同样，观看三十二身分时，若仍诵念‘头发、身毛……’，在这个阶段便会迟缓。若不再诵念名称，只借助光明力量直接观看，就能迅速、敏捷地看见诸身分。

若显得模糊不清——这样观照三十二身分时，若所见模糊不清，应重新建立入出息念定，或界作意——即四界分别定。当由定，换言之，由与定相应的智所生的光明增强时，再观那些不清楚的身分，通常就能成

功。每当光明减弱、诸身分变得不清楚时，都应使用这个方法。若这样修习仍不易成功，还有困难，就试用以下方法。

巴利《阿毗达磨义注》原文（缅文字体）：“အနမတဂ္ဂသ္မိဉ္ဉိ သံသာရဝဋ္ဋေ စ နာနာရမ္မဏေသု ဝဖိုတံ စိတ္တံ ကေသာတိ အာဝဇ္ဇိတမတ္တေ သဇ္ဈာယ- သောတာနုသာရေန ဂန္တွာ မတ္ထလုဂေ် ပတိဋ္ဌာတိ။ မတ္ထလုဂ်န္တိ အာဝဇ္ဇိတမတ္တေ သဇ္ဈာယ သောတာနုသာရေန အာဂန္တွာ ကေသေသု ပတိဋ္ဌာတိ။ မနသိကရောန္တဿ မနသိကရောန္တဿ ပန သော သော ကောဋ္ဌာသော ဥပဋ္ဌာတိ၊ သတိ သမာဓိနာပိ တိဋ္ဌဟမာနာ ပဝတ္တတိ။ တေန ယော ယော ကောဋ္ဌာသော အဓိကတရံ ဥပဋ္ဌာတိ၊ တတ္ထ တတ္ထ ဒိဝုဏေန ယောဂံ ကတ္ဝာ အပ္ပနာ ပါပေတဗ္ဗာ။ ဧဝံ အပ္ပနာယ ပါပိတကာလတော ပဋ္ဌာယ သေသကောဋ္ဌာသေသု အကိလမန္တော အပ္ပနံ ပါပေတိ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၂၄၆-၂၄၇။)”译：‘在无始轮回中，心已经在种种所缘上增长；一经转向“头发”，它便顺着诵念之流而行，安住于脑；一经转向“脑”，它又顺着诵念之流返回，安住于头发。随着一次次作意，那一身分便会显现，念也与定一同安住而持续。因此，哪一种身分显现得更为清楚，就应在那一种上加倍用功，使心达到安止。从达到安止之时起，也能不费力地使其余身分达到安止。’（《阿毗达磨义注》2-246—247。）观照三十二身分时，对某些禅修者而言，有些身分较清楚，有些则模糊不清；开始用功之初，甚至全部三十二身分都可能不清楚。对于这种情形，义注——

——指导应当这样修习。

在无始轮回中，心已经在种种所缘上增长，所以一经作意、思惟‘头发’，心便跟随诵念之流而行，安住在‘脑’这一身分所缘上；再反向作意、思惟‘脑’时，心又顺着作意与诵念之流返回，安住在‘头发’这一身分所缘上。每一次作意，那一身分都会显现于智中，念也与定一同——

原书 548

——持续。因此，哪一种身分显现得格外清楚，就应在那一种身分上加倍精进，努力证得安止禅。从证得安止禅之时起，也能不费力地使其余身分达到安止禅。（《阿毗达磨义注》2-246—247。）巴利《阿毗达磨义注》又说（缅文字体）：“အထဿ မနသိကရောတော ကေစိ ကောဋ္ဌာသာ ဥပဋ္ဌဟန္တိ၊ ကေစိ ပန န ဥပဋ္ဌဟန္တိ။ တေန ယေ ယေ ဥပဋ္ဌဟန္တိ၊ တေသု တေသု တာဝ ကမ္မံ ကာတဗ္ဗံ၊ ယာဝ ဒ္ဝီသု ဥပဋ္ဌိတေသု တေသမ္ပိ ဧကော သုဋ္ဌုတရံ ဥပဋ္ဌဟတိ။

ဧဝံ ဥပဋ္ဌိတံ ပန တမေဝ ပုနပ္ပုနံ မနသိကရောန္တေန အပ္ပနာ ဥပ္ပါဒေတဗ္ဗာ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၂၁၇။)”译：‘这样作意时，有些身分显现，有些则不显现。因此，先在那些显现的身分上用功，直到即使有两种显现，其中也有一种显现得更为清楚；应当反复作意那种如此显现的身分，使安止生起。’（《阿毗达磨义注》2-217。）修习身分业处时，有些身分显现于瑜伽行者的智中，有些则不显现。他可以暂且放下不清楚的身分，只在清楚的身分上修习。即使最低限度只有两种身分显现，也应从中选择显现得最清楚的一种，反复只作意这一种身分，令安止定生起。这里以捕捉一只在三十二棵棕榈树上活动的猴子为譬喻：猴子为了躲避猎人的箭，在三十二棵树间来回逃窜，最后——

——只伏藏在一棵安全棕榈树的枝叶之间。同样，反复来回作意三十二身分的瑜伽行者，也能把修习之心安稳地系在其中显现得最清楚的一种身分上，修至安止禅。

（《阿毗达磨义注》2-217—218。）

请特别留心、牢记上述义注所说：若能在一种身分上努力达到安止禅，也能不费力地在其余身分上达到安止禅。正如在一种身分上证得安止禅以后，再于其余身分上证得安止禅会很容易；已经以入出息念业处修至第四禅定——即安止禅定——的瑜伽行者，要照见三十二身分，并在这些身分上努力证得安止禅，也同样会很容易。依界作意——即四界分别业处——修至近行定——

——即近行禅——的瑜伽行者，要照见三十二身分，并在这些身分上努力证得安止禅，也会不费力而很容易。这是因为前前的修习定以强力亲依止缘力资助后后的修习定；由与前前修习定相应之智所生的光明力量，也不断资助后后的修习定，所以会很容易。

将心引向外在世间观察

巴利《阿毗达磨义注》原文（缅文字体）：“သဧေ ပန ဗဟိဒ္ဓါပိ မနသိကာရံ ဥပသံဟရတိ၊ အထဿ ဧဝံ သဗ္ဗ ကောဋ္ဌာသေသု ပါကဋီဘူတေသု အာဟိဏ္ဍန္တာ မနုဿတိရစ္ဆာနာဒယော သတ္တာကာရံ ဝိဇဟိတ္ဝာ ကောဋ္ဌာသရာသိဝသေနေဝ ဥပဋ္ဌဟန္တိ။ တေဟိ စ အန္တောဟရိယမာနံ ပါနဘောဇနာဒိ ကောဋ္ဌာသရာသိမ္ပိ ပက္ခိပိယမာနမိဝ ဥပဋ္ဌာတိ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၂၃၆။)” 译：‘若也把作意引向外在，那么，当一切身分这样清楚显现时，四处游走的人、畜生等便舍去有情之相，只显现为身分聚；他们所吞下的饮食等，也仿佛被放入身分聚中。’（《阿毗达磨义注》2-236。）如果把观照三十二身分的作意引向外在世间，那么，当一切身分都清楚显现于瑜伽行者的智中时，四处游走的人、畜生等有情便舍去‘有情’的形态，只显现为身分堆聚；他们吞下的饮食等，也仿佛被放入身分堆聚中。

心的锐利力量

心的力量极其锐利。即使一生都把所见认作畜生的形体、人的形状，只要反复逐一观看头发、身毛等身分堆聚，后来便不再看见畜生或整个人体，而只看见头发、身毛等身分堆聚。正因如此，那些如此知见的贤善者得以证得殊胜高尚之法。贤友，你的心中也具备这样的力量；应以修习的清净水洗涤自己的心，使这种力量显发出来。

如何开始实修

贤友，当你已经在内在熟练、自在地观照三十二身分时，就开始作意外在身分。由观照三十二身分之智所生的光明仍会遍照周围；先观坐在自己正前方、距离最近而被光明触及的一个人。若不能轻易专注、看见他的三十二身分，就重新观照自己内在相续中的三十二身分，再转向外在。这样内在、外在交替观照，就能在两处都轻松、不费力地看见三十二身分。若光明的力量——

——减弱而诸身分又变得不清楚，就以入出息或四大种为所缘重新建立定。光明力量增强以后，再观三十二身分；内在、外在两处都要观。每当光明减弱时，都使用这个方法。在附近一人身上成功观到三十二身分以后，再转向下一个人；若能看见，就内在一次、外在一次——

——交替观照。这样交替观照，修习的力量便会日益强盛。

因此，每当在外在看见以后，都要再回到内在观照。以这种方法，在外在逐人转换观照，并从近到远逐步扩展。凡光明触及的人、畜生等有情，都要加以观照；光明减弱时，便如上所说重新建立定，光明力量增强以后，再继续观三十二身分。应扩展观照周围十方中，无论自己曾去过还是未曾去过，只要被光明触及的一切有情身上的诸身分。若能在内在、外在两处都熟练、自在地修习，就已经达到善巧。

贤友，当你这样以'身分'的方式修习时，暂且不要作意：一、厌恶——令人厌恶、可厌；二、颜色——色彩；三、空性——无我的界自性。此时仍只应作意为身分；待你把诸身分练到熟练自如以后，再选择自己所喜爱的门径。

三条门径

巴利《阿毗达磨义注》原文（缅文字体）："ကောဋ္ဌာသာနံ ပဝုဏ္ဏကာလတော ပဋ္ဌာယ တိသု မုခေသု ဧကေန မုခေန ဝိမုစ္စိဿတိ၊ ကမ္မဋ္ဌာနံ ဝဏ္ဏတော ဝါ ပဋိကူလတော ဝါ သုညတော ဝါ ဥပဋ္ဌာတိ။ ယထာ နာမ ပုဂေ ပစိတုကာမာ ဣတ္ထိ မဒ္ဒိတ္ဝာ ဌပိတပိဋ္ဌတော ယံ ယံ ဣစ္ဆတိ၊ တံ တံ ပစတိ။ ယထာ ဝါ ပန သမေ ဘူမိပ္ပဒေသေ ဌပိတံ ဥဒကပုရံ ကုမ္ဘံ ယတော ယတော အာဝိဉ္ဆန္တိ၊ တတော တတောဝ ဥဒကံ နိက္ခမတိ၊ ဧဝမေဝ ကောဋ္ဌာသာနံ ပဝုဏ္ဏကာလတော ပဋ္ဌာယ တိသု မုခေသု ဧကေန မုခေန ဝိမုစ္စိဿတိ။ အာကာရာနာသာ ဝဏ္ဏတော၊ အာကာရာနာသာ ပဋိကူလတော၊ အာ- ကာရာနာသာ သုညတော ကမ္မဋ္ဌာနံ ဥပဋ္ဌဟိဿတိယေဝ။ အယံ ဇေတ္ထကော ဥဂ္ဂဟသင်္ခေ နာမ။ ဣမသ္မိံ ဥဂ္ဂဟ- သင်္ခေသ္မိ ဌတ္ဝာ အရဟတ္တံ ပတ္တာ တိက္ခ။ ဂဏနပထံ ဝီတိဝတ္တာ။ (အတိ-ဋ္ဌ-၂-၂၄၂-၂၄၃။)"译：'从熟练于诸身分之时起，他将从三门中的一门获得解脱；业处将依颜色、依厌恶或依空性而显现。譬如想煎制点心的女子，能从揉好的面团中煎出自己想要的点心；又如盛满水的罐子放在平地上，向哪一边倾斜，水就从哪一边流出。同样，从熟练于诸身分之时起，他将从三门中的一门获得解脱。对于希望依颜色修习者，业处将依颜色显现；对于希望依厌恶修习者，将依厌恶显现；对于希望依空性修习者，将依空性显现。这一整套称为习得次第（uggaha-sandhi）。安住于这一习得次第而证得阿罗汉果的比丘，已经多得不可计数。'（《阿毗达磨义注》2-242—243。）从已经熟练修习三十二身分之时起，可以选择：一、颜色，即色遍门径；二、厌恶，即令人厌恶、可厌的厌恶作意门径——

——三、空性，即无我的空性界业处门径。若从这三座通往涅槃的大门之一努力进入涅槃，便能从烦恼中解脱。熟练修习三十二身分以后，业处将依一、颜色；二、令人厌恶、可厌的性质；或三、无我的空性界自性——

——显现于瑜伽行者的智中。譬如想煎制点心的女子，因为揉好的面团柔软可塑，能煎制自己想要的点心；又如盛满水的罐子放在平地上，向哪一边倾斜，水就从哪一边流出。同样，从熟练修习三十二身分之时起，若从颜色、厌恶、空性这三座通往涅槃的大门之一努力进入涅槃，便能从烦恼中解脱。

一、若希望依颜色修习，身分业处便依色遍显现；二、若希望依厌恶修习，便依令人厌恶、可厌的性质显现；三、若希望依空性修习，便依空性的界自性显现于瑜伽行者的智中。

从清净四遍净戒、断除种种大小障碍，到从称为善友的良师处学习业处，依所学作意业处，再依作意而使业处显现为色遍、厌恶或空性的界自性，这一整套前后相续的程序称为习得次第（uggaha-sandhi）。安住于这一习得次第而证得阿罗汉果的比丘，已经多得不可计数。（《阿毗达磨义注》2-242—243。）巴利《阿毗达磨义注》原文（缅文字体）："ဣဒ္ဓိ မဟာသတိပဋ္ဌာနေ ပဋိကူလဝသေနေဝ ကထိတံ၊ မဟာဟတ္ထိပဒေါပမ-

မဟာရာဟုလောဝါဒ- ဓာတုဝိဘင်္ဂသုတ် ဓာတုဝသေန ကထိတံ။ ကာယဂတာသတိသုတ္တေ ပန ယဿ ဝဏ္ဏတော ဥပဋ္ဌာတိ၊ တံ သန္ဓာယ

စတ္တာရိ ဈာနာနိ ဝိဘတ္တာနိ။ တတ္ထ ဓာတုဝသေန ကထိတံ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာနံ ဟောတိ၊ ပဋိကူလဝသေန ကထိတံ သမထကမ္မဋ္ဌာနံ။ တဒေတံ ဣဓ သမထကမ္မဋ္ဌာနံ အဝိသေသတော သဗ္ဗသာဓာရဏဝသေန ကထိတန္တိ ဝဒန္တိယေဝါတိ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၂၁၆။)”译：‘在《大念处经》中，只依厌恶的方式宣说；在《大象迹喻经》《大教诫罗睺罗经》《界分别经》中，依界的方式宣说；在《身至念经》中，则针对依颜色显现的人分别说明四禅。其中，依界宣说的是观业处，依厌恶宣说的是止业处。论师们说：这里则不作差别，而以一切共通的方式把它宣说为止业处。’（《阿毗达磨义注》2-216。）佛陀在《大念处经》（《长部》2-231；《中部》1-70）中，依令人厌恶、可厌之自性作意修习的厌恶作意业处，宣说这项身随观的身分业处；在《大象迹喻经》（《中部》1-242）、《大教诫罗睺罗经》（《中部》2-83）与《界分别经》（《中部》3-281）中，则依界业处宣说。又在《中部·后分五十经篇·无间品》的《身至念经》（《中部》3-130）中，针对作意诸身分时依颜色——

——显现的瑜伽行者，依色遍门径分别宣说四禅。其中，依界业处宣说的身分身随观业处属于观业处；依厌恶作意宣说的身分身随观业处属于止业处。在《阿毗达磨藏·分别论·念处分别》中，这项身分身随观业处——

——既被宣说为止业处，论师们便说：这里是以普遍、与一切止业处共通的方式宣说，使它既能作为色遍，也能作为厌恶作意。应当这样记住。（《阿毗达磨义注》2-216。）在这三条门径中，现在先从厌恶作意门径开始说明其作意次第。

厌恶作意

巴利《清净之道》原文（缅文字体）：“အထဿ အနုပုဗ္ဗမုဠ္ဠာဒိဝသေန ပဋိက္ကူလာ ပဋိက္ကူလာတိ ပုနပ္ပုနံ မနသိကရောတော အနုက္ကမေန အပ္ပနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ တတ္ထ ကေသာဒိနံ ဝဏ္ဏသဏ္ဌာနဒိသောကာသပရိစ္ဆေဒဝသေန ဥပဋ္ဌာနံ ဥဂ္ဂဟနိမိတ္တံ။”译：‘他依次逐一放下身分，反复作意“可厌、可厌”，安止便会渐次生起。其中，头发等依颜色、形状、方向、位置与界限而显现，是取相。’

巴利原文续说（缅文字体）：“သဗ္ဗာကာရတော ပဋိက္ကူလဝသေန ဥပဋ္ဌာနံ ပဋိဘာဂနိမိတ္တံ။ တံ အာသေဝတော ဘာဝယတော ဗဟုနယေန အသုဘကမ္မဋ္ဌာနေသု ဝိယ ပဌမဇ္ဈာနဝသေနေဝ အပ္ပနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိ-၁-၂၅၇။) ကေသာ လောမာတိ ပဏ္ဍတ္တိ ဝိဿဇ္ဇေတွာ ပဋိကူလံ ပဋိကူလန္တိ သတိ ဌပေတဗ္ဗာ။ ပဌမံယေဝ ပန ပဋိကူလတော နဥပဋ္ဌာတိ။ ယာဝ နဥပဋ္ဌာတိ၊ တာဝ ပဏ္ဍတ္တိ နဝိဿဇ္ဇေတဗ္ဗာ။ ယဒါ ဥပဋ္ဌာတိ၊ တဒါ ပဏ္ဍတ္တိံ ဝိဿဇ္ဇေတွာ ပဋိကူလန္တိ မနသိကာတဗ္ဗံ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၂၄၅။) ဇထ္ထ ပန အတ္တနော ဇိဝှာနကသရီရေ ပဋိကူလန္တိ ပရိကမ္မံ ကရောန္တဿ အပ္ပနာပိ ဥပစာရမ္ပိ ဇာယတိ။”译：‘从一切方面依可厌性显现，是似相。数数亲近、修习这一似相，便如前述十不净业处一样，只以初禅的方式生起安止。（《清净道论》1-257。）应当放下“头发、身毛”等概念，把念安住在“可厌、可厌”上。不过，起初它还不会依可厌性显现；在尚未显现以前，不应放下概念。显现以后，才放下概念，只作意“可厌”。（《阿毗达磨义注》2-245。）这里，对自己的活身作“可厌”的遍作，安止与近行都能生起。’

巴利原文续说（缅文字体）：“ပရဿ ဇိဝှာနကသရီရေ ပဋိကူလန္တိ မနသိကရောန္တဿ နေဝ အပ္ပနာ ဇာယတိ၊ နဥပစာရံ။ နနု စ ဒဿု အသုဘေသု ဥဘယမ္ပေတံ ဇာယတီတိ။ အာမ ဇာယတိ။ တာနိ ဟိ အနုပါဒိန္နကပက္ခေ ဌိတာနိ၊ တသ္မာ တတ္ထ အပ္ပနာပိ ဥပစာရမ္ပိ ဇာယတိ။ ဣဒံ ပန ဥပါဒိန္နကပက္ခေ ဌိတံ၊ တေနေဝေတ္ထ ဥဘယမ္ပေတံ နဇာယတိ။”译：‘对他人

的活身作意“可厌”，安止不会生起，近行也不会生起。有人问：十不净中，这两者不是都能生起吗？答：确实能生起；因为那些处于未被执受分，所以安止与近行都能在那里生起。这里的对象却处于已被执受分，因此两者都不能生起。’

巴利《阿毗达磨义注》《根本复注》与《随复注》原文（缅文字体）：“အသုဘာနုပဿနာသင်္ခါတာ ပန ဝိပဿနာဘာဝနာ ဟောတိတိ ဝေဒိတဗ္ဗာ။ (အဘိ-ဋ္ဌ-၂-၂၄၈။) အနုပါဒိန္နကပက္ခေ ဋ္ဌိတာနိတိ ဧတေန ဧတိယပဗ္ဗတဝါသီ မဟာတိဿတ္ထေရော ဝိယ၊ သံဃရက္ခိတ- တ္ထေရုပဋ္ဌာကသာမဏေရော ဝိယ ဓ အနုပါဒိန္နကပက္ခေ ဌပေတွာ ဂဟေတုံ သက္ကောန္တဿ ဒသဝိဓသုဘဝသေန ဇီဝမာနကသရီရေပိ ဥပဋ္ဌိတေ ဥပဓာရဏ္ဍတ္ထိ ဒဿိတာ ဟောတိတိ ဝေဒိတဗ္ဗာ။ "အတ္ထိ ကာယေ"တိ ပန သတ္တဝသေန ကေသာဒီသု ဂယှမာနေသု ယထာ "ဣမသ္မိံ ကာယေ"တိ သတ္တဂ္ဂဟဏရဟိတေ အဟံကာရဝတ္ထုမှိ ဝိဒ္ဓဿာဟံကာရေ သဒါ သန္နိဟိတေ ပါဂဋ္ဌေ စ အတ္တနော ကာယေ ဥပဋ္ဌာနံ ဟောတိ၊ နု တထာ တတ္ထာတိ အပ္ပနံ အပ္ပတ္တာ အာဒီနဝါနုပဿနာဝ တတ္ထ ဟောတိတိ အဓိပ္ပါယေနာဟ "အသုဘာနုပဿနာသင်္ခါတာ ပန ဝိပဿနာဘာဝနာ ဟောတိတိ ဝေဒိတဗ္ဗာ"တိ။ (မူလဋ္ဌီ-၂-၁၅၆။) သတ္တဂဟဏရဟိတေတိ သတ္တပညတ္တိမ္ပိ အနာမသိတွာ ဒေသိတတ္တာ ဝုတ္တံ။ သသန္တာနတာယ အဟံကာရဝတ္ထုမှိ အပ္ပဟီနမာနဿ ပဟီနာကာရံ သန္ဓာယာဟ "ဝိဒ္ဓဿာဟံကာရေ"တိ။ (အနုဋ္ဌီ-၂-၁၅၇။)”译：‘不过，应知仍可有称为不净随观的观修。（《阿毗达磨义注》2-248。）由“属于未被执受分”这句话，应知：有人像制底山住摩诃帝须长老，又像侍奉僧护长老的沙弥，能把活身置于未被执受分而取；当活身依十种不净显现时，这就显示他能达到近行。至于以“其身中有”而依有情取头发等，与以“此身中”不作有情执取不同：自己的身体是我慢所依，而我慢之相已被破除；它始终近在眼前，能够明显显现，别人的身体却不如此。因此，对他身不能达到安止，那里只有过患随观。义注师正是依此意说：“不过，应知仍可有称为不净随观的观修。”（《根本复注》2-156。）说“不作有情执取”，是因为开示时连有情概念也未触及。由于自己的相续是我慢所依，针对尚未断慢者暂时呈现的我慢已断之相，故说“我慢之相已被破除”。（《随复注》2-157。）’

在自己与他人的身体之中，以自己活身中的诸身分为所缘，作‘可厌’的前行修习时，安止禅与近行禅都能在瑜伽行者的相续中生起。

若以活着有情——即他人外在身体中的诸身分——为所缘，作‘可厌’的前行修习，换言之，作这种作意，那么，瑜伽行者的相续中既不能生起安止禅，也不能生起近行——

——禅。（《阿毗达磨义注》2-248。）问题——有人可能问：十种不净业处中，安止禅与近行禅不是都能生起吗？

答——确实都能生起。因为十种不净属于未被执受分，即处于这样的无生命分：爱、见所依之业不把它们执作为‘我的果’。所以，对于外在十种不净，安止禅与近行禅都能生起。可是，他人相续中的三十二身分属于已被执受分，即处于这样的有生命分：爱、见所依之业把它执作为‘我的果’。因此，对于他人身体中的三十二身分，安止禅与近行禅都不能生起；不过，可以生起称为不净随观的观修。应当这样理解。

> （《阿毗达磨义注》2-248。）

对于能够像制底山住摩诃帝须大长老，或僧护大长老的侍者沙弥那样，把外在活身的诸身分置于未被执受的无生命分而取为所缘的瑜伽行者，当活身依十种不净而显现为令人厌恶、可厌时，便显示他能够达到近行禅。（《根本复注》2-156。）若依有情而取头发等身分，说的是‘此身中有’；若说‘在此身中’，则不执取

为某一有情、不说是谁的身体。这样，在作为‘我’之所依的身体上，因为不说‘我的身体’，作‘我’的心已经被破除。自己的身体始终近在眼前——

——清楚而明显，能依可厌相显现；他人的身体却不能像自己的身体一样显现。因此，对他身不能达到安止，在他身诸身分上只会生起名为过患随观的观智，即反复观见其过患的毗婆舍那智。义注正是依此意解释：‘不过，应知仍可有称为不净随观的观修。’（《根本复注》2-156。）

摩诃帝须大长老

摩诃帝须大长老从所住的制底山寺前往阿耨罗陀城托钵。长老已经依骸骨业处修至初禅定，又惯常以该定作为毗婆舍那的基础转入观修，把诸行提到三相上观照。那一天，他也一边作意业处，一边前往托钵。

他一路作意骸骨业处，即骸骨想。在尚未达到初禅、正把骸骨作令人厌恶、可厌而作意的前分作意阶段，声音会成为这种——

——作意的障碍。因此，他听见一个声音便循声看去，见到一位放声而笑的女子。那女子与丈夫争吵以后，打扮得如天女一般，一早离开阿耨罗陀城返回娘家；她在半路看见摩诃帝须大长老，心受贪染而放声大笑。长老观察‘这是什么声音’，一见到她的牙骨，由于过去已经培育骸骨不净修习，立即获得骸骨想，即骸骨令人厌恶、可厌的不净想；从牙骨开始，他只看见女子全身的骸骨聚。不净想——

——变得格外清楚，便在那具骸骨上达到似相，获得殊胜的近行禅。长老站在原处，继续在骸骨上努力，证得初禅。〔这里，达到近行禅的骸骨所缘是该女子的骸骨；达到初禅的骸骨所缘，则是遇见女子以前一直修习的自身骸骨。〕他以初禅为毗婆舍那的基础，摄取诸行，把它们提到三相上观照；随着观智增长，依道次第、果次第证得阿罗汉果。

> （《清净道论》1-20—21；《大复注》1-48—49。）

僧护大长老的侍者沙弥

一位年轻比丘带着这位沙弥入林寻找齿木。

沙弥离开大路向前走时，看见一具不净尸体，便依令人厌恶、可厌的性质作意尸体，生起初禅。他以初禅作为毗婆舍那的基础，把诸行提到三相上反复观照，现证直至不来果。（《长部义注》1-166。）依照这些义注与复注的指导，已经在内在、外在两处把三十二身分练到熟练自如的贤友，便能够修习厌恶作意业处。作意三十二身分令人厌恶、可厌的性质时，若从内在身分开始，便能达到初禅定，所以本书先说明从内在开始——

——作意的方法；不过，若想从外在身分开始，也同样可以修习。

首先，以入出息念业处建立定，直至第四禅定。〔若贤友是纯观乘者，则应以四大种为所缘建立定，直至近行定。〕当光明力量增强时，再次观照自己内在相续中的三十二身分。

原书 555

对初学的瑜伽行者而言，一作意‘头发’，作意之流往往会一直到达尿而安住；一作意‘尿’，又会一直到达头发而安住。这样作意时，有些身分会清楚，有些则不清楚。此时，应暂且放下不清楚的身分，只专注在清楚的身分上修习。

（《阿毗达磨义注》2-217。）

应制止散乱于种种所缘的心，把修习之心善安置在三十二身分所缘上作意、观照。放下‘头发、身毛……’等名称概念，只作意‘可厌、可厌——令人厌恶、可厌’，把念安住在诸身分上。不过，在最初阶段，它们还不能依可厌性显现。

在令人厌恶、可厌的性质尚未显现于瑜伽行者的智中以前，不应放下‘头发、身毛……’等名称概念；仍应以‘头发、身毛……’为助缘，取其令人厌恶、可厌的性质为所缘而观。当这种可厌性显现于智中时，才放下名称概念，只作意‘可厌、可厌——令人厌恶、可厌’。

（《阿毗达磨义注》2-245。）

若全部三十二身分都清楚显现于贤友的智中，可以总摄全部三十二身分，观作‘可厌、可厌’，便能达到初禅定。这里指内在身体。

若自己内在身体的诸身分中，有些清楚、有些不清楚，最后就专注于显现得最清楚的一种身分，反复作意‘可厌、可厌——令人厌恶、可厌’。若能在这样作意时平衡信与慧、精进与定，便能渐次达到安止禅定。（《大复注》1-310。）诸身分如头发等具有：一、颜色；二、形状；三、方向，即身体上部或下部的方位；四、位置；五、界限，其中又分（一）同性界限，即由同类的自身部分所限定；（二）异性界限，即由不同类的其他身分所限定。

依颜色、形状、方向、位置、同性界限与异性界限而显现的所缘，称为取相。在取相阶段，诸身分仍按其原有颜色、形状等显现。依上述颜色等五种——

原书 556

——一切方面，完全以令人厌恶、可厌的性质显现的所缘，称为似相。（《清净道论》1-257。）瑜伽行者亲近、培育这一似相，当信、精进、念、定、慧五根达到平衡并格外清净时，寻、伺、喜、乐、一境性五禅支在力量强盛的七觉支支持下，便会特别锐利而清楚生起；与诸禅支正相对的五盖，则与同住处的诸不善法一同远离——

——心由近行定而安定。瑜伽行者若继续亲近、培育、反复熟习使近行定生起的这个似相，便能达到称为安止的禅定。（《清净道论》1-257；《大复注》1-310。）若瑜伽行者只有一种身分清楚显现，他的相续中便只会生起与这一身分相应的一种初禅安止；若不转向其他身分修习，就只能生起这一种初禅。若许多身分都清楚显现，他在一种身分上达到初禅以后，又转向其他身分修习，那么他的相续中便能像摩罗迦大长老一样——

——依身分数目生起多种初禅。（《清净道论》1-257。）

摩罗迦大长老（Mallaka）

摩罗迦大长老握住持诵《长部》的阿跋耶长老之手，说：‘贤友阿跋耶，请先学会这个问题。’继而说道：‘摩罗迦长老以三十二身分为所缘，获得三十二种初禅。若夜间进入一种、白天进入一种，经过半个月便轮完一周；若每天只取一种身分为所缘而进入一种初禅，经过一个月便轮完一周。’据说他曾这样说。（《清净道论》1-257。）依照上述说明，能够清楚看见全部三十二身分的瑜伽行者，可以在其中任何一种身分上作意令人厌恶、可厌的性质，修至初禅。这里将以骸骨身分为例，说明如何取其令人厌恶、可厌的——

——性质为所缘，修习直至初禅；其他身分也可以仿照同样的方法修习。

原书 557

骸骨业处

应建立入出息念定，直至第四禅；或者重新建立自己已经获得的某一种定。当光明力量增强时，再观内在的三十二身分，也略观外在的三十二身分，内在、外在交替而观。诸身分在智中变得十分清楚以后，总摄内在的骸骨身分而观。若能总摄全部骸骨而观，当然最好；若有些骨骼模糊、只有一部分清楚，就只把修习之心安稳地系在清楚显现的那些骨骼上。

随后，以智中清楚显现的全部或一部分骸骨为所缘，作意其令人厌恶、可厌的性质，反复观作‘可厌、可厌’。后后观修骸骨身分的定，承受了入出息念第四禅等前前修习定以强力亲依止缘所给予的强大助力，所以同样力量强盛；修习之心自然会安稳地系在骸骨的取相上。再进一步作意骸骨令人厌恶、可厌的性质时，骸骨身分的可厌性便会从一切方面清楚显现。这时——

——已经转入似相。修习之心在骸骨身分所缘上越是寂静，骸骨所缘本身也越显得寂静；观可厌性的修习之心越是寂静，以可厌行相显现的骸骨身分也越是寂静。修习之心愈加寂静时，骸骨身分的可厌性也会愈加清楚。有些瑜伽行者所见的骸骨颜色会转为洁白清澈；这时仍不要作意白色，只取骸骨身分令人厌恶、可厌的性质为所缘，努力让修习之心安稳地系在骸骨身分之相上，只作意‘可厌、可厌’。不久，修习之心便会在令人厌恶、可厌的骸骨身分——

——所缘之相上安稳地系住。若已稳固得不可动摇，就继续努力巩固这一定，使它维持一小时、两小时等。

若贤友已经熟习毗婆舍那，专注骸骨时骸骨不受专注而崩解，只剩色聚微粒，就把心稍微放松，重新迅速观照三十二身分，内在、外在交替而观。等到不再看见色聚微粒，而清楚看见诸身分原有的堆聚形态，再转回来观内在骸骨，通常便能成功。若使用这一方法仍未成功，就改观外在骸骨；最好能专注坐在自己正前方的一位瑜伽行者的骸骨——

原书 558

——。先内在一次、外在一次地观三十二身分；在两处都熟练以后，取正前方不远处那人三十二身分中的骸骨身分为所缘，作意其令人厌恶、可厌的性质，反复观作‘可厌、可厌’，把修习之心安稳地系在这一外

在骸骨所缘上。修习之心若能在该所缘上稳定一小时、两小时等，再回观内在骸骨身分，只依令人厌恶、可厌的性质作意，通常便能成功。

可厌性清楚显现以后，放下‘骸骨’这一名称概念，只作意‘可厌、可厌’。当修习之心能在骸骨身分的可厌行相上安稳地维持一小时、两小时等，就应平衡信与慧、精进与定。〔平衡方法已在前面的入出息念定部分说明。〕信、精进、念、定、慧五根达到平衡、渐趋成熟以后，若继续以骸骨相的可厌性为所缘，反复亲近、培育，直至可厌性从一切方面显现，便会逐渐进入近行定的范围。不过，在近行定阶段，禅支的——

——力量还不是十分强盛。此时，有些瑜伽行者所见的骸骨会转为洁白、澄净；由修习之心所生的明亮光线，也可能闪烁放射。若修习之心在令人厌恶、可厌的骸骨所缘上稳固得不可动摇，修习的力量就已经增强。

若修习之心能在令人厌恶、可厌的骸骨所缘上稳固得不可动摇，并维持一小时、两小时等，诸禅支也会力量充足，变得格外强盛而清楚。

五禅支

一、寻：把心导向令人厌恶、可厌的骸骨所缘。二、伺：反复审察令人厌恶、可厌的骸骨所缘。三、喜：喜爱令人厌恶、可厌的骸骨所缘。四、乐：安乐地体验令人厌恶、可厌的骸骨所缘之味。五、一境性：心落在、安住于唯一的骸骨所缘。安稳地系在这一所缘上的修习之心，依止瑜伽行者自己的心所依处色而生；把智转向心所依处所在之处，就能清楚看见有分心的明净界——即意门，以及诸禅支。已经以入出息念修至第四禅定的瑜伽行者，到了这一阶段——

——也不会再感到困难。应把这一初禅定练至五自在，并仿照同样的方法修习其余身分。

转向外在

内在、外在两者之中，可以从自己喜欢的一方开始观骸骨身分。若贤友已按上文所说，从内在骸骨身分开始修习，直至达到初禅，也应转向外在骸骨身分，仿照同样的方法观修。依前述《根本复注》的解释，若能像住在制底山寺的摩诃帝须大长老一样，把外在活着有情的骸骨身分作意为像无生命骸骨一样令人厌恶、可厌的可厌想——即不净想，就能达到近行定；而对外在无生命的骸骨身分，则能修至初禅定。这里将只继续说明：如何对活着有情的骸骨身分——

——以厌恶作意加以观修。

对内在骸骨身分依令人厌恶、可厌的性质作意而证得初禅定以后，应先把该初禅定练至五自在，再重新进入初禅。当光明力量增强时，就用遍照外在的光明，取自己正前方一位瑜伽行者的骸骨身分为所缘；或者取另一位容易观见者的骸骨身分为所缘。若能清楚看见，就对该骸骨身分只作意‘可厌、可厌’。

若不能轻易取得外在骸骨身分为所缘，就重新建立入出息念定，直至第四禅。光明力量增强以后，在内在、外在两处重新观三十二身分；观外在时，优先只观自己想观的正前方一人，或一位容易观见的人。

每次禅坐都采用这一方法会更好。若三十二身分已经在内在、外在两处清楚显现于智中，就再选择一个外在骸骨身分，取其令人厌恶、可厌的性质为所缘，反复观作‘可厌、可厌’。当修习之心安稳地系在该骸骨所缘上时，五禅支也会显现；不过，这里只能达到近行禅。

若能以一个外在骸骨身分的可厌性为所缘而修至近行定，就继续取另一位外在有情的骸骨身分为所缘，仿照同样的方法观修。

依此方法逐渐扩展到整个外在有情世间，在能力范围内逐人、逐一骸骨身分观修；每一处都观到禅支显现为止。智锐利以后，便能迅速观照。应训练到无论望向十方中的哪一方、看见哪一位有情，都只见骸骨。这是在为轻易转入白遍预作准备。

一个常见的问题

有些贤友会在这里问：无论内在还是外在，瑜伽行者在如此令人厌恶、可厌的骸骨身分所缘上反复作意‘可厌、可厌’，他的相续中怎么可能生起喜爱该骸骨所缘的喜呢？

答——这项骸骨身分依厌恶作意门径观修，固然确实令人厌恶、可厌；然而，瑜伽行者在骸骨身分的似相所缘上看见自己将获得的利益，思惟：‘无疑，依此行道，我将从老死中解脱。’（addhā imāya paṭipadāya jarāmaraṇamhā parimuccissāmi。）又因为能够舍断诸盖垢秽这种令心热恼的恶法，所以喜与悦能够生起。世间譬喻是：清运花屑、粪秽的工人看见自己将得到的利益，想着‘现在我将得到丰厚报酬’，便能缘于一大堆粪秽生起喜悦；又如——

——身患重病、备受病苦的患者，在呕吐、腹泻时也会因为病苦减轻而生起喜悦。（《清净道论》1-188。）另一世间譬喻——许多人喜欢的鱼酱，本来也是令人厌恶、可厌的所缘。

可是，善巧的厨师把它调制得令人食欲大增时，鱼酱便成为可爱、可喜的所缘。同样，骸骨身分虽然确实令人厌恶、可厌，但反复依可厌性作意，使修习定成熟以后，修习定的力量把它调制为可爱、可喜的所缘，于是瑜伽行者的相续中便会清楚生起喜爱这一可厌骸骨所缘的喜。另一譬喻——一座充满令人厌恶、可厌之三十二身分的身屋，若以衣饰、花鬘、香料与涂香极尽装扮，对于没有慧眼的——

——愚人，就会显现为可爱、可喜的所缘。同样，经成熟的修习定加以调制，令人厌恶、可厌的骸骨所缘也会成为可喜的所缘。

两种骸骨业处

佛陀在《大念处经》的‘厌恶作意品’中，把三十二身分所含的骨身分——骸骨身分，宣说为对其令人厌恶、可厌的性质作意而修的厌恶作意业处；在《增支部 · 十法集》的《吉利摩难经》（《增支部》3-343）中，则以‘不净想’之名宣说；在《Vijaya Sutta》（《小部》1-308）中，又以有识不净——活不净之名宣说。所谓不净，就是不洁——

——、不美、令人厌恶、可厌；这种业处正是取上述性质为所缘而修。因此，厌恶作意与有识不净的意义相同。

再者，在无识不净——死不净的十种业处中，最后一种不净业处就是骨业处，即骸骨业处。它同样取骸骨令人厌恶、可厌的性质为所缘，反复观作'可厌、可厌'，能够达到初禅定。因此，应知骸骨业处是活不净与死不净两类都可以修习的一种业处。

不过，称为活不净的这种厌恶作意，由于所缘粗显，在内在三十二身分上最多只能达到初禅定；在外在活着有情的三十二身分上，最多只能达到近行定；在外在无生命的骸骨身分上，也最多只能达到初禅定，不能达到更高的禅定。

贤友若希望达到更高的禅定，应转向以三十二身分的颜色为所缘而修的色遍。如此可以达到第四禅；再由此向上修习，还能达到非想非非想处等至。

原书 562

胜处禅

希望从三十二身分转修色遍、达到第四禅定，再由此转入诸无色禅的瑜伽行者，应先了解佛陀亲自宣说的诸胜处禅，以便领会并接受其观修方法。

佛陀在《大般涅槃经》（《长部》2-92—96）、《增支部·八法集》（《增支部》3-125—127）、《法集论》（《阿毗达磨藏》1-55—56）等处，以'胜处禅'与'解脱禅'等名称宣说这些禅。这里摘录《大般涅槃经》中的八胜处说。

一、'阿难，有八胜处。哪八种？内有色想者，观外色少量、美或不美；胜伏彼等以后，具有"我知、我见"这样的想。这是第一胜处。'（《长部》2-92。）阿难，能够胜伏相反的诸盖、烦恼法及遍概念所缘的胜处禅共有八种。第一，一位瑜伽行者先以内在相续中三十二身分的褐、黄〔金〕、红、白等颜色作遍的遍作修习，再以安止修习观外在美或不美、范围较小的遍色；胜伏这些小遍色以后进入安止禅——

——从禅中出定时，又具有'我知、我见这些遍色'这样的想。

这就是第一胜处禅。（《长部》2-92。）所谓'内有色想'：想在内在修褐遍者，取头发、胆汁或黑眼珠等褐色身分为所缘，反复作意'褐、褐'；想修黄遍者，取脂肪、黄亮的皮肤、手掌足掌或眼中黄色部位等黄色身分为所缘，反复作意'黄、黄'；想修红遍者，取肉、血、舌或眼中红色部位等红色身分为所缘——

——反复作意'红、红'；想修白遍者，则取骨、牙齿、指（趾）甲或眼白等白色身分为所缘，反复作意'白、白'，由此作遍的遍作。不过，对有些瑜伽行者而言——

原书 563

——这样由内在身分所得的遍相，不可能成为极其纯净的褐、黄、红、白遍圆，而只是尚不纯净的遍圆。由内在身分作遍作所得的遍相，不如依外在身分作遍作所得者纯净。因此，具有依内在身分作遍作所得遍相之想的瑜伽行者，还须转向外在身分或外在遍色，继续修至安止禅。

如此，若某位瑜伽行者的遍作在内在生起，而其相——似相——在外在生起，就说他‘以内在遍作为因、以外在安止禅为力，先以内在相续三十二身分的褐、黄、红、白色作遍作修习，再以安止修习观外在美或不美的小遍色’。（《长部义注》2-151。）二、‘内有色想者，观外色无量、美或不美；胜伏彼等以后，具有“我知、我见”这样的想。这是第二胜处。’（《长部》2-92。）第二，一位瑜伽行者先以内在相续中三十二身分的——

——褐、黄、白、红等颜色作遍的遍作修习之想；获得这种想以后，再以安止修习观外在美或不美、广大无量的遍色，胜伏这些广大遍色而进入安止禅。从禅中出定时，又具有‘我知、我见’这样的想。这就是第二胜处禅。（《长部》2-92。）三、‘内无色想者，观外色少量、美或不美；胜伏彼等以后，具有“我知、我见”这样的想。这是第三胜处。’（《长部》2-92。）第三，一位瑜伽行者不在内在三十二身分的褐、黄、红、白等颜色上建立遍作修习之想——

——这可能因为不能获得，也可能因为无意获得；他完全不从内在身分开始反复作意‘褐、褐’等，而只在外在美或不美的小遍色上，依次培育遍作修习之想与安止修习之想。他胜伏这些小遍色——也就是善巧地从遍作相进到取相、再从取相进到似相——而进入安止禅。从禅中出定时，又具有‘我知、我见’这样的想。这就是第三胜处禅。（《长部》2-92。）四、‘内无色想者，观外色无量、美或不美；胜伏——

——彼等以后，具有“我知、我见”这样的想。这是第四胜处。’（《长部》2-93。）

第四，一位瑜伽行者不在内在三十二身分的褐、黄、红、白等颜色上建立遍作修习之想，而只在外在美或不美、广大无量的遍色上，依次培育遍作修习之想与安止修习之想；胜伏这些广大遍色而进入安止禅。从禅中出定时，又具有‘我知、我见’这样的想。这就是第四胜处禅。（《长部》2-93。）五、‘内无色想者，观外色为褐、褐色、现为褐、发褐光——’

——‘譬如亚麻花是褐的、褐色、现为褐、发褐光；又如迦尸所产、两面磨光的布是褐的、褐色、现为褐、发褐光。内无色想者也同样观外色为褐、褐色、现为褐、发褐光；胜伏彼等以后，具有“我知、我见”这样的想。这是第五胜处。’（《长部》2-93。）第五，一位瑜伽行者不在内在三十二身分的褐、黄、红、白等颜色上建立遍作修习之想，而只对外在具有褐色、褐泽与褐光的遍色，依次培育遍作修习之想与安止修习之想。譬如褐色亚麻花——

——或比褐花更深的青麻花，又如迦尸所产、两面磨光的褐布。如此，他不在内在三十二身分的褐、黄、红、白等颜色上建立遍作修习之想，而只在外在褐色、褐泽、发褐光的遍色上，依次培育遍作修习之想与安止修习之想；胜伏这些遍色而进入安止禅。

从禅中出定时，又具有‘我知、我见这些遍色’这样的想。

这就是第五胜处禅。（《长部》2-93。）六、‘内无色想者，观外色为黄、黄色、现为黄、发黄光——’

——‘譬如金色花是黄的、黄色、现为黄、发黄光；又如迦尸所产、两面磨光的布是黄的、黄色、现为黄、发黄光。内无色想者也同样观外色为黄、黄色、现为黄、发黄光；胜伏彼等以后，具有“我知、我见”这样的想。这是第六胜处。’（《长部》2-93。）第六，一位瑜伽行者不在内在三十二身分的褐、黄、白、红等

颜色上建立遍作修习之想，而只对外在金黄色、具金黄光泽的遍色，依次培育遍作修习之想与安止修习之想。譬如金色花，又如——

原书 565

——迦尸所产、两面磨光的金黄色布。如此，他不在内在三十二身分的诸色上建立遍作修习之想，而只在外在金黄色、具金黄光泽的遍色上，依次培育遍作修习之想与安止修习之想；胜伏这些遍色而进入安止禅。从禅中出定时，又具有'我知、我见'这样的想。这就是第六胜处禅。（《长部》2-93。）七、'内无色想者，观外色为红、红色、现为红、发红光——'

——'譬如红花是红的、红色、现为红、发红光；又如迦尸所产、两面磨光的布是红的、红色、现为红、发红光。内无色想者也同样观外色为红、红色、现为红、发红光；胜伏彼等以后，具有"我知、我见"这样的想。这是第七胜处。'（《长部》2-93。）第七，一位瑜伽行者不在内在三十二身分的诸色上建立遍作修习之想，而只对外在红色、具红泽与红光的遍色，依次培育遍作修习之想与安止修习之想。譬如鲜红花——

——又如迦尸所产、两面磨光的红布。如此，他不在内在三十二身分的诸色上建立遍作修习之想，而只在外在红色、具红泽与红光的遍色上，依次培育遍作修习之想与安止修习之想；胜伏这些遍色而进入安止禅。

从禅中出定时，又具有'我知、我见这些遍色'这样的想。

这就是第七胜处禅。（《长部》2-93。）八、'内无色想者，观外色为白、白色、现为白、发白光；譬如太白星是白的、白色、现为白、发白光；又如迦尸所产、两面磨光的布是白的、白色、现为白、发白光。内无色想者也同样观外色为白、白色、现为白、发白光；胜伏彼等以后，具有"我知、我见"这样的想。这是第八胜处。阿难，这就是八胜处。'（《长部》2-93—94。）第八，一位瑜伽行者不在内在三十二身分的诸色上建立遍作修习之想，而只对外在白色、具白泽与白光的遍色作遍作——

原书 566

——修习之想与安止修习之想。譬如太白星，又如迦尸所产、两面磨光的白布。如此，他不在内在三十二身分的诸色上建立遍作修习之想，而只在外在白色、具白泽与白光的遍色上，依次培育遍作修习之想与安止修习之想；胜伏这些遍色而进入安止禅。从禅中出定时，又具有'我知、我见'这样的想。这就是第八胜处禅。阿难，能够胜伏相反诸盖与遍所缘的，就是这八胜处。（《长部》2-93—94。）

所谓胜处禅：这些禅既能胜伏与禅相反的诸盖，也能按意愿善巧驾驭遍概念所缘，从遍作相进到取相、再由取相进到似相。因为诸盖与禅直接相反，所以禅能胜伏诸盖；又因为瑜伽行者智慧极锐利，所以能驾驭遍概念所缘。因此，智慧殊胜的瑜伽行者，既能轻易舍除、胜伏相反的诸盖，也能不论遍色大小，轻易而善巧地观修——

——由此所得的禅，称为胜处禅。（《长部义注》2-151；《长部复注》2-159。）

第一类人

为证得胜处禅而开始培育的遍作修习有两种：一、以内在相续中三十二身分的色遍——内在色——为所缘，开始培育遍作修习。

二、以外在的色遍——外在色——为所缘，开始培育遍作修习。

在两者之中，想以内在色修褐遍遍作者，应在头发、胆汁或黑眼珠上反复作意‘褐、褐、褐’，努力培育遍作修习。

想以内在色修黄遍遍作者，应在脂肪、皮肤、手背足背、眼中黄色部位或黄色尿液上反复作意‘黄、黄、黄’或‘金、金、金’，努力培育遍作修习。

原书 567

想以内在色修红遍遍作者，应在肉、血、舌或眼中红色部位上反复作意‘红、红、红’，努力培育遍作修习。

想以内在色修白遍遍作者，应在骨、牙齿、指（趾）甲或眼白上反复作意‘白、白、白’，努力培育遍作修习。

对有些瑜伽行者而言，在内在色上只能完成遍作修习，不能完成安止修习；由内在遍作所得的遍相不能纯净到成为似相。因此，在内在色上培育遍作的瑜伽行者，遍作定增强以后，为了获得似相，必须再转向外在色遍，重新培育遍作修习。如此依次获得遍作相、取相、似相，又依次达到遍作定、近行定、安止定，便能证得安止禅。这是先从内在建立遍作——

——再转观外在色遍而证得安止禅的第一类人。〔这一类人因为内在色遍不清楚，所以不能在内在证得安止禅。对于内在身分清楚、因而内在色遍也清楚的人，佛陀还进一步宣说解脱禅；见第571页以下。〕

这里，能令遍作定、近行定、安止定三种定生起的——

——遍作修习、近行修习、安止修习三种修习，其遍所缘之相有的小如胆汁，有的大如头骨。无论大小，智慧极锐利的瑜伽行者都不再扩展该遍相。若遍相小如胆汁，他就像消化火旺盛的人得到一口饭，想着‘这么一点食物有什么可多费工夫的’，把全部饭食聚成一口，立即吃下；同样，因为智慧清净，他心想：‘如此微小的遍所缘，哪里值得艰难作意、费力入定？在这个所缘上——’

——‘证得安止禅，对我并不是沉重的工作。’于是他胜伏这小遍相，轻易获得遍的似相，证得近行定；紧接近行禅之后，又令安止禅生起、进入安止禅。由于这种禅是轻易胜伏相反诸盖与色遍所缘而生，故称胜处禅。（《长部义注》2-151—152。）

原书 568

第二类人至第八类人

智慧极锐利的第二类瑜伽行者面对广大遍相时，就像消化火旺盛、食量很大的人得到一大盘饭，心想：‘即使还有一盘，这点饭对我又算什么？无需当作大事，我能全部吃完。’他不把这盘饭视为庞大量，轻易吃

完。同样，他因智慧清净而想：‘这个广大遍所缘哪里值得艰难作意、费力入定？它并没有大到令我无法作意、无法入定——’

——‘在这个遍所缘上建立定，并不困难。’于是他胜伏广大遍相，轻易获得遍的似相与近行定，紧接近行定之后令安止定生起。由于这种禅是胜伏相反诸盖与遍所缘而生，故称胜处禅。（《长部义注》2-152。）八胜处中，第一胜处禅先在内在相续中三十二身分的褐、黄、红、白色遍上，反复作意‘褐、褐’等，培育遍作修习；随后才在外在——

——美或不美的小色遍上获得似相，迅速、轻易达到近行定与安止定。此禅不扩展遍相，因此遍圆保持较小。

第二胜处禅同样先在内在色遍上培育遍作修习；随后在外在美或不美、广大无量的色遍上获得似相，达到近行定与安止定。这里遍圆已经按意愿向周围十方扩展，所以广大无量；若有能力，甚至可以扩展遍圆至无量世界。

第三胜处禅不在内在相续三十二身分的色遍上建立遍作，而只在外在美或不美的小色遍上，依次获得遍作相、取相、似相三种所缘，并依次轻易培育、达到遍作修习、近行修习、安止修习三种——

原书 569

——修习。此禅不扩展遍圆，所以遍圆保持较小。

第四胜处禅与第三相同，只是以广大无量的外在色遍为所缘而证得；遍圆按意愿向周围十方扩展，所以广大无量。

第五至第八四种胜处禅，是分别以外在极其纯净的四种色遍为所缘而轻易证得的禅：一、褐；二、黄，即金色；三、红；四、白。依次就是以褐遍、黄遍、红遍、白遍为所缘的四种禅。

随顺性行而宣说

八胜处禅的前四种中：一、对寻性行强盛的瑜伽行者，宣说小遍色之禅。

二、对痴性行强盛的瑜伽行者，宣说广大遍色之禅。

三、对嗔性行强盛的瑜伽行者，宣说美色遍之禅。

四、对贪性行强盛的瑜伽行者，宣说不美色遍之禅。

因为这四种遍色依次适合上述四类人。

〔注——这里与三十二身分相连的胜处禅内容，是依据《长部·大品义注·胜处释》（《长部义注》2-151—153）、《大品复注》（《长部复注》2-159—162）、《增支部义注》（《增支部义注》3-243—245）、《殊胜义注》——

原书 570

——（《阿毗达磨义注》1-233—234）以及三藏法库明昆法音大长老《大佛史》第五册346—354页等诸典籍的说明，摘录要义而写成。〕

为何宣说‘内有色想’

为何以内在相续三十二身分的褐、黄、红、白色遍为所缘，只能获得遍作修习之想，却不能获得近行修习之想与安止修习之想？《殊胜义注》与《根本复注》作如下解释。

巴利义注说：‘因为内在诸色不能被胜伏。’（《殊胜义注》1-234。）《根本复注》说：‘内在诸色之所以不能被胜伏，是因为不像外在诸色那样明显。’（《根本复注》1-106。）对有些瑜伽行者而言，内在相续三十二身分的褐、黄、红、白色遍，不像外在色遍那样明显；因为内在色遍不够明显，就不能善巧地修到似相，修习之心无法胜伏它们。由于不能到达似相，也不能胜伏相反的诸盖。因此，内在——

——色遍既不能被修习之心胜伏而达到似相，也不能胜伏相反诸盖；所以作意内在色遍，不能获得近行定与安止定。

既然只能获得遍作修习之想，不能获得近行与安止修习之想，为什么佛陀仍以‘内有色想者，观外色’等语，教人观内在相续三十二身分的色遍？《殊胜义注》与《随复注》说明其理由：‘至于“内无色想”，只是导师庄严说法的方式。’（《殊胜义注》1-234。）‘所谓庄严说法，是随顺所化者的性向，显示确实存在的某一种门径，并非任意说法。’（《随复注》1-114。）在《法集论》的胜处禅章（《阿毗达磨藏》1-55）中，佛陀没有向无法以内在色遍获得安止禅的人宣说内在所缘，只宣说外在色遍——

——所缘。即使不宣说内在色遍，却加入‘内无色想’这一句，是为了随顺听法会众中天、梵等所化者的内在意乐，即性向，使说法庄严。类似地，《大般涅槃经》的胜处说中，虽然有人努力以内在色遍证安止禅却不能成功——

——或者根本没有努力的意愿，仍应理解：佛陀随顺听法所化者的性向，宣说内在色遍能够获得遍作修习之想。（参见《长部复注》2-161—162。）不过，正如有人在内在身分培育色遍时，只能获得遍作修习而不能获得近行、安止修习，或没有努力意愿；也有人能够在内在与外在两处都获得遍作、近行、安止三种修习，并且有努力的意愿。关于这类人，解脱说作如下解释。

佛陀还宣说八解脱。其中，第一解脱与第二解脱如下。

一、‘有色者观诸色，这是第一解脱。’

二、‘内无色想者观外色，这是第二解脱。’（《增支部》3-126。）关于‘有色者观诸色’，义注说：内在以头发等为所缘，依褐遍等生起的色禅称为‘色’；具足该色禅，故称‘有色者’。他又以禅眼观外在褐遍等诸色。这显示：在内在与外在对象上的诸遍中都生起禅的那个人，具有四种色界禅。‘内无色想’是说内在没有色想，即不在自己的头发等身分上生起色界禅；这显示：只在外在作遍作，并在外在生起禅者所具有的诸色界禅。（《增支部义注》3-245。）复注又说：这里‘有色’一词依殊胜义显示：由于属于自己相续的某一色成为禅的因，从而成为殊胜之色；由此殊胜之色，才可称此人为‘有色者’。应知，依自己相续所摄之色而获得的禅，才是这里依究竟义成立‘有色者’的根据。因此义注才说——

——‘内在’等语。‘色禅’省略后词而简称‘色’；这里的‘诸色’则省略前词，应解作遍色，因此说‘褐遍等诸色’。在遍色上生起的想是色想；具有这种想，称‘有色想者’，这里以想为首来表示禅。与此相反，称‘无色想者’，所以义注解释为‘内在没有色想’等。（《增支部复注》3-249。）上述巴利、义注与复注的要义如下。

一、自己内在相续中已有色遍禅，又在外在相续中观诸色遍禅。这是第一解脱。

二、不在自己内在相续中观色遍禅，只在外在相续中观诸色遍禅。

这就是第二解脱。（《增支部》3-126。）义注把在内在三十二身分的头发等处依褐遍等生起色界禅的人，解释为‘有色者’，即具有色遍禅的人。已经在内在身分获得色界色遍禅的瑜伽行者，又以禅眼观外在色遍，也就是也努力在外在身分获得色遍禅。这位瑜伽行者在内在、外在两处都努力证得色界禅，具足第一解脱。

原书 572

第二类人不再努力在内在身分证得色遍禅，只努力在外在身分证得色遍禅；他具足第二解脱。（《增支部义注》3-245；《增支部复注》3-249；另见《殊胜义注》1-235。）

白遍

前面已经依据巴利圣典、义注与复注的教说，说明以三十二身分为基础修习诸胜处禅，可以达到第四禅定，并能由此前进直至非想非非想处禅。现在开始说明以白遍为首的四种色遍之修习次第。

一、重新建立入出息念定，直至第四禅定。若禅修者是纯观行者，则取四大为所缘，从界作意法门重新建立近行定。

二、当与该定相应的智慧使周围十方光明闪耀时，观照自己内在相续中的三十二身分，以及坐在自己正前方那位禅修者的外在三十二身分；内外轮流观一两遍。

三、在正前方禅修者的三十二身分中，取骸骨身分为所缘，作意其可厌的厌恶性，建立定直到近行禅。〔若有困难，可先从内在骸骨身分开始，建立至初禅定，再于外在骸骨上建立至近行定。观外在骸骨时，若正前方没有坐禅者，也可以从容易观见的骸骨开始。〕四、以可厌的厌恶性观修外在骸骨身分，达到近行定时，骸骨会变得洁白、明净、光亮。此时取整副骸骨，或特别取背对自己的头骨为所缘——

——作意‘odātaṃ、odātaṃ’，即‘白、白’。〔若有困难，可先从内在骸骨最白的一处开始作意‘白、白’，再转到外在骸骨最白的一处作意‘白、白’。〕应当知道：上述一至四项，是每一位想修白遍的人都须完成的次第。这里所说的次第，专为已经成功建立某一种定、准备由三十二身分转入某一种遍的禅修者——

原书 573

——而说；这一点也应注意。此外，这一说明也特别针对已经从厌恶作意法门修习骸骨业处，能在十方达到近行定的禅修者。

把心专注在外在骸骨最白的一处，尤其是头骨，持续作意‘白、白’。有些禅修者在内在只能获得遍作修习之想，因此这里教他从外在开始；只有出现困难时，才先从内在修习，再转向外在。

一方面，已经建立入出息念定至第四禅；另一方面，也已从厌恶作意法门修习外在骸骨至近行定。由于这两项基础，禅修者此时已经能稳固地观住骸骨身分，不使它消失；又因已经熟练观修，骸骨会显得非常洁白。长时间专注、反复作意'白、白'时，这洁白的骸骨或白色遍圆不会迅速消失，而能长久成为观修与专注的对象。

智慧锐利者即使不先从厌恶作意法门，在内在骸骨身分建立至初禅、在外在骸骨身分建立至近行定，而直接取骸骨转修白遍，也可能轻易成功。不过有些禅修者若不先以上述厌恶作意法门建立骸骨定，便直接转向白遍，骸骨所缘会不能久受专注，屡屡消失。为了避免这种困难、使骸骨身分所缘稳固，才教他从厌恶作意法门，在内在骸骨建立至初禅定，在外在骸骨建立至近行——

——定；观外在时，还要练到无论看向十方哪一方，所见都只是骸骨。另一个理由是：在尚未转入白遍的过渡阶段，也要使禅修者熟练骸骨的厌恶作意业处。为此才教他由厌恶作意法门，在内在骸骨达到初禅定、在外在骸骨达到近行定；这可说是一举两得。

因此，当修习心已安静地贴住所缘、安住在骸骨上时，选择骸骨身分最白的一处，尤其是背对自己的头骨，把修习心安置在那里，反复作意：'odātaṃ、odātaṃ、odātaṃ'，即'白、白、白'。

持续观修，使修习心安静地贴住白色所缘而安住。当修习心能在白色所缘上安住一小时、两小时等，这项修习称为遍作修习；其修习之想称为遍作修习之想；这时的——

——定也称为遍作修习定；这一白色遍相所缘则称为遍作相。遍作相尚有适度的暗浊，取相纯白，似相则极其明净光亮。若不是从外在开始观白色遍相，而是从内在开始，也同样应理解遍作修习之想、遍作修习定与遍作相等名称。

这样观修时，禅修者若因观禅训练熟练，一专注内在或外在骸骨，骸骨便分解成色聚微粒；即使取骸骨的白色专注，也同样会分解成色聚。此时应稍微放松心，只一向作意白色。如果这样仍不成功，就重新快速轮观内外三十二身分，只取概念的整块形相为所缘；成功以后，再回头取外在骸骨的白色观修。若能在转入观禅以前，便从三十二身分转修色遍，见到色聚的问题可能会较少。

下列禅修者可以从外在开始：一、已经在内在白色遍的遍作相上，以遍作修习建立遍作修习定者；二、以和强力修习定相应的心专注内在白色遍色时，遍色崩解或化成色聚微粒，因而不能在白色遍相上成功培育遍作修习者；三、不想在自己内在相续的色遍上培育遍作修习者；四、外在对象更容易观，想从外在骸骨身分开始培育遍作修习——

——近行修习与安止修习者。这些人应选择坐在自己正前方、背对自己的禅修者，或任何容易观见者的骸骨中最白的一处，尤其是头骨，把修习心安置在那一骸骨身分上，持续作意'白、白'。

这样从外在开始建立白遍遍作时，也可以从白花、白布、白石、白色石板、满月、银盘等取得白色遍相。（参见《清净道论》1-168。）这里以外在骸骨身分的白色相为所缘，作为修习范例。

专注外在骸骨最白的一处、持续观修并作意的白色相，称为遍作相；远取这一遍作相、反复作意'白、白'的修习作业，称为遍作修习；以这一白色遍作相为所缘而生起的修习定，称为遍作修习定。

原书 575

继续作意‘白、白’，使修习心安静地贴住外在骸骨的白色遍相而安住。当所见白色扩大到小簸箕、小盘、碗盖等大小，或者遍及整副骸骨，骸骨本身已不可见，只见一片纯白时，便已达到取相。骸骨的形状消失，只剩白色遍圆。关于取相，《清净道论》说：‘取相中，遍的过失仍然显现。’（《清净道论》1-167。）因此，白遍之相尚非纯白，仍有相当程度的遍相瑕疵与杂染。

继续对这一白色取相反复作意‘白、白’，白色遍相会逐渐变得特别清净，达到纯白；它脱离原来骸骨的白色，如云隙中升起的月轮，显现在禅修者的智门中。（参见《清净道论》1-167—168。）这个无垢、清净、纯白的遍圆就是似相；白遍似相明净而光亮。以该似相为所缘的修习称为近行修习；安静地贴住白遍似相所缘而安住的定称为近行定。达到近行定时，诸盖杂染已经脱落，修习心也极其稳定——

——了。在近行定阶段，有些波罗蜜势力强、修习势力也强、智慧锐利的禅修者，不必刻意扩展似相，似相也会随修习定的力量渐渐扩展开来。波罗蜜较弱、智慧较钝者，其遍似相则不会扩展，只稳定在小盘、小簸箕或碗盖大小。

若遍似相自然扩展开来，只须把修习心安静地安置在已扩展的似相所缘上，不久五禅支便会非常明显而有力，禅修者即可达到称为安止定的初禅定。这一类人是获得第二胜处禅的人。

> （《长部义注》2-152；《长部复注》2-161。）

若遍似相没有扩展到周围十方，只保持在小簸箕、小盘、碗盖左右，或稍小、稍大，也可以对这个稳定的似相反复作意、继续修习；修习定的力量越强，便越能迅速达到安止定，也就是禅定。佛陀正是针对这一类人，宣说第一胜处禅。

> （《长部义注》2-151；《长部复注》2-160。）

原书 576

扩大禅相的方法

‘为了使心修习广大，应当扩大已经获得的似相。扩大似相有两处：近行或安止。达到近行以后可以扩大；达到安止以后也可以扩大；但在两处之中，必定应在一处扩大。’

所以《清净道论》说：‘应当扩大已经获得的似相。’（《清净道论》1-147。）为了使称为心修习的修习心广大、增盛，应当把自己已经获得的似相扩大，使之广阔。

诚然，正如似相由修习之力而生，似相的扩大、广大，也同样能由修习之力而生。

因此，禅修者一次次把似相扩大一指、两指等，便能令安止禅与定修习增长、兴盛、广大，直至证得道智与果智。能够扩大似相、使之广大，有两种阶段。

一、以似相为所缘达到近行定时，便可以把似相扩大。

二、若禅修者以同一似相为所缘建立近行定，随后反复继续修习，而似相仍未广大，只保持在小盘、小簸箕、碗盖大小，他也可以继续以此似相为所缘作意'白、白'，从而达到安止禅；达到安止禅以后，再把似相扩大。

在这两个阶段中，必定应在其中一个阶段把似相扩大。因此才说：'应当扩大自己已经获得的似相，使它广大。'（《清净道论》1-147；《大复注》1-177。）义注与复注这段话说明：若不扩大似相，禅与修习作业便不能增长、兴盛、广大。按照这一解释观察禅修者的实修情形，可以看到：不扩大似相而只继续建立定，近行定与安止定两者——

——虽都可能生起，但不够持久。白色似相尚未广大，只维持在小盘、小簸箕或碗盖大小时，即使努力使修习心在这一所缘上安住一小时、两小时等，有些禅修者也很难成功。

原书 577

因此，若白色似相还没有向周围十方扩展，禅修者就应把它扩大、扩展。

禅修者应先以尚未扩展的外在白遍似相为所缘，努力使修习心安住至少约半小时。当修习心已安静地贴住白遍似相而安住，白遍似相也变得特别清净、稳定时，在心中划定：'让遍圆向四周扩大一指。'遍似相就会扩展开来。扩展时遍似相可能稍微晃动，这时仍以遍圆为所缘，反复作意'白、白、白'，使它安定；遍圆就会稳定、清净。然后——

——依次在心中划定：'让遍圆向四周扩大两指、四指、一拃、一肘、一寻。'照这样逐步扩大似相，直至一个世界的边际，乃至更远。如果遍圆能轻易、渐次扩展，就只管作意'白、白、白'，把白遍圆扩大至无量世界；让十方仿佛都被白色覆盖，遍满洁白。内外连续成为一片白，内白与外白合为一体，智慧只见纯白。无论看向十方哪——

——一方，所见都已成为白色以后，便继续对这一白遍所缘作意'白、白'，使修习心安静地贴住它而安住。此时若因白遍广大无边，修习智无法把它完全涵摄，就像白墙上挂着一顶帽子那样，在自己喜欢、较易观修的任一点安置修习心，作意'白、白'。白遍圆仿佛牢牢摄持修习心，使它不能动摇；修习心又仿佛沉入白遍圆，安静地贴住遍圆之相而安住。

当修习心如此安静地贴住白遍圆之相而安住时，白遍圆之相也会变得特别清净，达到纯白。

最初，小盘、小簸箕或碗盖大小的遍圆之相，由修习定的力量，从遍作相转为取相，再从取相转为似相。如今又把这一小似相扩大到无量世界，或依自己的能力扩展到周围十方，再继续建立修习定，便第二次到达似相。

此时若继续以这一似相为所缘，只作意'白、白'，修习心便会在似相所缘上愈加安静，五禅支也会比先前更加鲜明。

三十二身分（下）

原书第 578 – 600 页

原书 578

若以缘取小遍圆之相而生的近行定为基础，把这一小遍似相扩大，那么扩展禅相以后再次到达似相时，白遍似相所缘与修习心仿佛合为一体；修习心牢固不动地贴住白遍似相所缘而安住。此时五禅支以充足力量特别明显，便已达到安止禅。

若先在小遍圆似相上生起安止禅定，之后才扩大白遍圆之相，那么扩展禅相以后再次到达似相时，白遍似相所缘与修习心也仿佛合为一体；修习心牢固不动地贴住白遍似相所缘而安住。此时五禅支以充足力量特别明显，便第二次到达安止禅。

也就是说，在小遍圆似相上一次，在广大无量的遍圆似相上再一次，共两次达到安止禅。

如入出息念定篇所说，白遍初禅的初学者，应暂时停止频繁审察禅支，优先练习让修习心安静地贴住白遍似相所缘而安住，也就是入禅。应决意使禅定维持一小时、两小时等，并为此努力。

过失——若入禅力弱，却频繁审察禅支，禅支会在这人的相续中显得粗糙。由于禅支如此粗糙、薄弱，它们便不能成为凭借修习提升到更高禅那的原因。禅修者若没有培育、熟习已经获得的禅定，即使努力求取更高禅，也可能从已有的初禅退失，又无力达到第二禅。这就是过失。

（《清净道论》1-148。）

因此必须努力使已经获得的初禅稳固、长久。应妥善记住获得该禅时的五项条件：一、所吃的食物；二、所亲近的人；三、所住的寺院；四、所采用的威仪；五、修习的时间。

若已得之禅消失，重新具足这些条件，便能再度生起禅那；对于尚未熟练的禅定，也能继续熟习，反复进入安止禅。

（《清净道论》1-146。）

原书 579

记住并恢复上述条件，能使安止禅生起，却还不能保证它长久维持；只有善加清除禅定的敌对法——欲贪盖等烦恼杂染，禅定才能长时间安住。若禅修者没有通过观察种种有情、无情欲乐对象的过患，作意不净、可厌的厌恶性〔即修不净业处〕，以及观察出离欲乐的利益等方式，善加清除对欲乐的希求，也就是欲贪盖——

——二、没有令身心热恼平息，也就是没有善加清除身心热恼之因——嗔恚盖；三、没有通过作意初发精进的发勤界等能生精进觉支之法、作意光明想，或有能力时作意光明遍等方式，善加去除心与心所的迟钝——昏沉睡眠盖；四、没有通过作意能生心定的止相、能生定觉支之法等，善加去除心的散乱——掉举，以及事后追悔——恶作这两种盖垢；五、对于三宝——

——业与业果等八处仍犹疑不决，未善加清除疑盖，以及我慢、骄慢等禅定的敌对烦恼杂染，却进入禅那。

这样的禅修者，就像蜂进入尚未清理的竹筒住处，又像国王进入尚未清除危险的园林，很快便会从禅中出来，不能久住于禅。反之，若禅修者善加清除禅定的敌对法——诸盖，才进入禅那，他便像蜂进入已经清理好的竹筒住处，又像国王进入清净、没有可怖危险的园林——

——即使整天也能安住于禅定之中。因此，希望禅定长久维持的禅修者，应先清除禅定的敌人——诸盖杂染，再进入禅定。

（《清净道论》1-145—147；《大复注》1-176—177。）

〔注——应特别记住：为了镇伏欲贪盖，必须修习不净业处；为了对治嗔恚盖，必须修习慈心业处；为了镇伏昏沉睡眠盖，必须修习光明遍。这正符合《弥醯经》的教导。〕

若因为没有记住所获禅那的时间与条件，无法重新具足这些条件；入禅次数太少；受到欲寻、与不满某人有关的嗔恚寻等盖垢侵扰，以致从禅退失，或白遍之相这一止相消失等问题出现，就必须依上述次第，从入出息业处开始重新建立定。

每次坐禅，都应依次修习：一、入出息第四禅定，或界作意近行定；二、内外三十二身分；三、外在骸骨身分的厌恶作意；四、外在骸骨身分的白遍。练习熟练以后，便能在很短时间内取白遍色为所缘，努力令初禅等禅定生起。

特别应注意的一点

在这些止禅之相中：一、入出息相；二、三十二身分；三、从厌恶作意法门培育的骸骨身分；四、以外在骸骨身分的白色为基础、加以修习培育的白遍色——依《清净道论》义注的指示：‘na lakkhaṇaṃ manasikātabbaṃ——不应作意特相。’（《清净道论》1-121。）建立这种定时，必须特别注意，不要作意自性特相与共相。若作意这些特相，业处之道就会转变，也就不能获得作为定之因的止禅之相。

一、称为入出息似相的概念聚；二、称为三十二身分的形状概念聚；三、称为骸骨身分的概念聚；四、称为白遍圆的概念聚——只应让修习心安静地贴住这些各别的概念聚而安住。只有取这些各别的概念之相为所缘，作意、观修，遍作相、取相、似相三种相才可能出现；遍作修习、近行修习、安止修习这些修习定也才可能依次生起。

若在三十二身分，或作为白遍圆依处的骸骨所缘上，专注、观照四大种的自性特相，业处之道就已经转入界业处；随着瑜伽行者的定越来越锐利，那些身分以及作为白遍圆依处的那些骸骨——

——会逐渐崩解，他也会看见其中的色聚微粒。这时，要获得禅那定便极其困难。再者，如果看见色聚微粒或三十二身分正在崩解，便把它们提到三相上修毗婆舍那，或者观它们生灭，就会更加偏离正道。

观智所观的所缘，只能是真实色、真实名、真实胜义法。必须以观智之眼分析、辨别每一粒色聚中所含八种、九种、十种等胜义色法，以及每一名聚中所含八种、十一种、十二种、三十四种等胜义名法，能够这

样观照以后，才能见到真实色、真实名、真实胜义法的法体精髓。若连真实色、真实名、真实胜义法的法体精髓都还没有知见，就只喊着‘生灭、生灭’修观，终究只是徒费工夫而不能掌握实修，已经大大偏离佛陀的教法；务须谨慎。

三种禅相与三种修习

小簸箕、小盘或碗盖大小的白遍似相，无论在尚未达到安止禅以前，还是达到安止禅以后，只要扩大遍圆，就能从一个世界一直扩展到无量世界。

扩展以后，取这个已经广大扩展的遍圆，或取其中一部分为所缘，反复观修、审察‘白、白’，修习心就会逐渐安静地贴住白遍圆所缘而安住。这个遍圆之相也会逐渐从遍作相转为取相，再从取相转为似相。似相极其清净；取相还略有瑕疵，似相则完全无垢。即使扩展至无量世界，遍圆中也完全没有不平整之处，而是极其平整、光洁、清净、明澈的相；此时也不再有形状。这里——

——再次说明三种禅相与三种修习。

一、在骸骨所缘上取白遍之相，作意‘白、白’时，这个相是遍作相。取白色遍作相为所缘，开始培育‘白、白’这一修习作业，称为遍作修习；此时生起的定也可称为遍作修习定。无论在内在骸骨身分、外在骸骨身分，还是内外两者之上，都可以获得这种遍作修习之想。

二、到了能够以心善取白色遍作相、使它如同肉眼所见般显现在意门时，骸骨身分消失，白色遍圆出现。如果瑜伽行者是从内在骸骨身分开始，正在努力获得遍作——

——修习之想，这时若想转到外在，也可以取外在骸骨身分的白色为所缘，转而努力获得遍作修习之想。〔若不想转向外在，想只在内在骸骨身分上努力直至安止禅，也可以这样做。〕如果本来就是取外在骸骨身分的白色为所缘，开始培育白遍遍作、努力获得遍作修习之想，就不必再转到其他外在骸骨身分。由原来的骸骨身分显现为白色遍圆的这个相，就是取相；此时的修习仍只是培育白遍遍作作业的遍作修习。不过，这一修习已经安静地——

——贴住白遍所缘而安住，也可以称为遍作修习定。《清净道论》义注（《清净道论》1-140）、《殊胜义注》（《殊胜义注》1-160）及《大义释义注》（《大义释义注》111）解释：乐以定为胎，渐至成熟时，能圆满刹那定、近行定与安止定三种定。《无碍解道义注》（《无碍解道义注》1-117）则解释为刹那定、毗婆舍那定、近行定与初禅定四种。上述义注也把这里的遍作修习定称为刹那定。

三、瑜伽行者以遍作修习定安静、稳固地贴住白遍所缘以后，继续就在取相上以遍作修习定反复培育、用功作意‘白、白’。这时，另一个形状与显现在骸骨身分所缘上的白遍圆相同的白遍圆，脱离原来的骸骨所缘之相而安住；换言之，作为原白遍圆依处的骸骨身分所缘消失，只剩下一片纯白的白遍圆。这一遍圆是由修习之想产生的概念白遍圆所缘；它静静安住在瑜伽行者心中，不动不摇，仿佛已经善巧地置入修习心中。

它不消失、不残缺，鲜明、清楚、澄澈、明亮而显著地呈现。

这个相比取相清澈百千倍。它如纯白的小鹭飞翔在深暗的云层中，又如月轮从云隙中显出，仿佛破开取相而出；它比取相清净百千倍，显现在瑜伽行者的智门中。

这个相只是脱离胜义法的纯概念。原先作为遍作相、取相依处的骸骨身分，因为属于有生命有情的骸骨身分，正如色业处篇所说，只是四十四种胜义色法之聚；所以遍作相与取相还没有脱离胜义法。这个从取相中脱颖而出、极其清澈明亮的相，与原来的遍作相、取相相似，因而称为似相。以该似相为所缘而修习的欲界定，能够镇伏诸——

原书 583

——盖敌。这样的修习称为近行修习，这样的定称为近行定。在这个阶段，如果想扩大禅相，也可以扩大。

若继续以近行定培育这个似相，继续取似相为所缘建立定，就能达到色界初禅定。这个色界初禅定称为安止定；这种修习也称为安止修习。

以上是为智慧锐利者而说。在这个阶段，若白色遍圆之相还不广大，也可以把它扩大。扩大遍圆以后，取依次生起的遍作相、取相、似相为所缘，而依次生起遍作定、近行定、安止定，也应以同样方式理解。

> （参见《清净道论》1-122；《阿毗达磨义论》业处品。）

智慧不够锐利者，无法在小簸箕、小盘或碗盖大小的白遍圆似相上达到安止禅定；也没有能力在一次坐禅之内，似相出现以后便立即扩大它，修到安止禅。然而，似相的出现本身就是一项极难成就的修习。因此，若瑜伽行者不能扩大遍圆、一路努力直至安止禅，就应像王后特别爱护已经预言将成为转轮王的胎儿那样，珍护自己已经获得的似相，使它不致消失；他应远离七种不适宜——

——亲近七种适宜，并努力具足十种安止善巧法；还应努力使五根与七觉支达到平衡。〔用功次第请回看入出息念定篇。〕

五禅支

一、寻——把心导向、投置在白遍似相所缘上的性质。

二、伺——反复审察白遍似相所缘的性质。

三、喜——喜爱白遍似相所缘的性质。

四、乐——安乐地体验白遍似相所缘之味的性质。

五、一境性——心只落在白遍似相这一所缘上，安定而住的性质。

瑜伽行者依照上述方法，尽自己的能力把白遍圆扩展到十方；然后具足七种适宜、圆满十种安止善巧法，以近行定修习反复亲近、培育所获得的白遍似相。不久诸盖便会远离，他将达到具足五禅支的初禅定。

原书 584

‘诸比丘，在此教法中，比丘远离诸欲，远离不善法，进入并安住于有寻有伺、离生喜乐的初禅。’（《中部》1-89。）

趋向第二禅

瑜伽行者已经以五自在熟练掌握自己所证的初禅；从已经熟习、以白遍为所缘的初禅出定以后，应如此省察初禅的过患：一、初禅等至在镇伏诸盖的修习中位居最初，因而邻近诸盖这一敌对法；二、寻——把修习心导向、投置在白遍似相所缘上，以及伺——反复审察白遍似相所缘，这两个禅支对于希求寂静定力的瑜伽行者而言，是极其费力而粗重的法。不断把修习心投置在所缘上、不断审察所缘，对于希求——

——寂静定力者而言，是一种粗重的心理活动。粗重之物即使广大，也像硬壳一样容易折断；所以初禅的禅支力量薄弱。瑜伽行者应这样观见初禅的过患，把第二禅作意为寂静之法，断尽对初禅的希求与眷恋，为证得第二禅而努力修习。

如此用功时，瑜伽行者从以白遍似相为所缘的初禅出定，具足念与正知智，以省察智转向、审察五禅支；这时，寻、伺显得粗重，喜、乐、一境性则显得寂静。于是，为了舍离寻、伺这两个粗重禅支，获得喜、乐、一境性三个寂静禅支，他仍以白遍似相为所缘，反复作意'白、白'。不久，寻与伺便会止息，只余喜、乐、一境性三个禅支，他就能达到——

——第二禅。（《清净道论'由于寻与伺止息，在自身内在相续中，使心明净的殊胜定力得以增长；其中无寻、无伺，并具足由初禅定而生——另一释为由相应定而生——的喜与乐的第二禅——'

原书 585

——他成就并安住于第二禅。'（《中部》1-89。）

趋向第三禅

还应当把第二禅训练到成就五自在。熟练掌握以后，瑜伽行者从已经熟习的第二禅出定，省察：一、第二禅等至邻近寻、伺这两种敌对法；二、第二禅等至中有一种喜，它以心的踊跃浮动为显著行相，正因为有这喜，佛陀等诸圣善士才把第二禅说为粗显。由于世尊所说的喜本身粗显，第二禅的禅支力量也很薄弱。他这样看清第二禅的过患，把第三禅作意为寂静，断尽对第二禅的希求与眷恋，为证得第三禅，仍取白色——

——遍似相为所缘，努力修习'白、白'。

如此用功时，瑜伽行者从第二禅出定，具足念与正知智，以省察智转向、审察喜、乐、一境性三个禅支；这时，喜显得粗重，乐与一境性则显得寂静。于是，为了舍离喜这一粗重禅支、获得乐与一境性两个寂静禅支，他仍以白遍似相为所缘，反复作意'白、白'。不久便能达到第三禅。（《清净道论》1-153—154。）在这一禅中，喜再次脱落，只余乐与一境性两个禅支。

巴利经文（缅文转写）：'ပီတိယာ စ ဝိရာဂါ ဥပေက္ခကော စ ဝိဟရတိ၊ သတော စ သမ္ပဇာနော၊ သုခဉ္စ ကာယေန ပဋိသံဝေဒေတိ၊ ယံ တံ အရိယာ အာစိက္ခန္တိ “ဥပေက္ခကော သတိမာ သုခဝိဟာရီ”တိ၊ တတိယံ ဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇ ဝိဟရတိ။'

（《中部》1-89。）

译：'又因离喜，他对白遍似相保持中舍而住，有念、有正知，并以色身、名身感受身乐与心乐。

由于具足第三禅，诸圣者称他为“住于舍者、具念者、乐住者”；他进入并安住于第三禅。’（《中部》1-89。）

趋向第四禅

还应当把第三禅训练到成就五自在。熟练掌握以后，瑜伽行者从已经熟习的第三禅出定，省察：一、第三禅等至邻近喜这一敌对法；二、在第三禅中，心对称为乐的禅支仍有作意，正因为这一乐——

原书 586

——世尊才把第三禅说为粗显；由于乐本身粗显，第三禅的禅支力量薄弱。他这样看清第三禅的过患，把第四禅作意为寂静，断尽对第三禅的希求与眷恋；为了证得第四禅，仍以白遍似相为所缘，努力培育‘白、白’这一修习。

如此用功时，瑜伽行者从第三禅出定，具足念与正知智，以省察智转向、审察乐与一境性两个禅支；这时，心中生起的悦——即称为心所悦受的乐——显得粗重，舍受与心一境性则显得寂静。于是，为了舍离乐这一粗重禅支、获得舍与一境性两个寂静禅支，他仍以白遍似相为所缘，反复作意‘白、白’。不久——

——便能达到第四禅定。还应当把第四禅定训练到成就五自在。（《‘随着乐的舍离与苦的舍离，并由于先前的悦与忧已经灭没，他进入并安住于不苦不乐、由舍而念清净的第四禅。诸比丘，这称为正定。’（《中部》1-89。）这就是取外在骸骨的白色遍相为所缘，达到第四禅定的——

——简要修法。详细内容，应依入出息念定篇所说的要点类推而知；五分法也应已经能够理解。〔已经在内在骸骨身分上获得白色遍作修习之想的贤善者，如果愿意、也适合这样观修，同样可以随意扩大内在白遍色，在其上培育遍作修习、近行修习与安止修习。〕如果贤善者愿意，此时也可以转而取白花、白布、白石等白遍之相为所缘观修。例如，远取一簇白色花朵的白色作为白遍之相时——

——某些智慧锐利的瑜伽行者，会在很短时间内使它转成白色遍圆；无论看向十方哪一方，都能看见整个世界被白色覆盖，并迅速获得寂静的定。

由于先前诸修习定的强力亲依止缘给予助益，修习——

原书 587

——定迅速、容易地生起以后，白色遍圆也会在很短时间内依次转成遍作相、取相、似相三种相；初禅定、第二禅定、第三禅定、第四禅定也会依次一一生起。这就像从一朵花中提取修习的精华。同样，如果想从内在或外在活人的、极其可厌厌恶的牙齿身分中，提取直至第四禅定的修习精华，也能轻易获得。只要努力，佛果亦可成就。

对于已经循入出息念之道培育至第四禅定的瑜伽行者来说，以白遍为所缘、培育至第四禅定的修习作业已经不很困难；如果这位瑜伽行者在毗婆舍那方面也已有相当成就，就更不必说。

某些瑜伽行者可能出现的情形

巴利义注（缅文转写）：‘一、ākaṅkhamānassa vaṇṇato；二、ākaṅkhamānassa paṭikūlato；三、ākaṅkhamānassa suññato kammaṭṭhānaṃ upaṭṭhahissatiyeva。’译：‘一、对于有此愿望者，业处会依色遍而显现；二、对于有此愿望者，业处会依厌恶作意而显现；三、对于有此愿望者，业处会依空而显现。’（《阿毗达磨义注》2-243。）以上所说的观修方法，正是依照这段义注的解释：一、取骸骨身分可厌、厌恶的性质为所缘，观修直到初禅定；二、取同一骸骨身分的 odāta——白色为所缘，循色遍之道观修直到第四禅定。

三、依空而观修的方法，已经在色业处篇、名业处篇、缘起篇与毗婆舍那篇中说明。

不过，有些瑜伽行者虽然已经取骸骨身分的厌恶性为所缘，观修直到初禅定；但转修白遍以后，如果白遍修习变得极其稳固，再想回头取骸骨的厌恶性为所缘时，就会无法观修。只要把心投向骸骨、试图看清骸骨，心便会在一刹那间轻易转到白遍一边，来不及专注骸骨的厌恶所缘。如果心总在专注骸骨以后极快地转向白遍一边，而他仍特别努力要让修习心回到骸骨的厌恶所缘——

——贤善者便可能因此心生疲劳，也会耽搁时间。

因此，如果一专注骸骨，心便轻易、迅速地转到白遍一边，就只管循白遍之道继续观修，直至通达第四禅定。如果贤善者尚未转入毗婆舍那，也可以用这个第四禅定作为毗婆舍那的基础禅，进而转修毗婆舍那。

不过，本书接下来的实修说明，是为两类观修都能成就的人而设：既能取骸骨身分的厌恶性为所缘，达到初禅定；又能取内在或外在骸骨身分的白色为所缘，循白遍之道达到第四禅定。虽然如此，对于那些来不及回观骸骨身分的厌恶性，心便轻易、迅速转向白遍一边的人，应当知道：他们可以省略取骸骨厌恶性为所缘、观修至初禅定的这一部分。

青遍（褐色遍）

如上所述，应从入出息念业处开始建立定，直至达到白遍第四禅定。若贤善者是从界业处开始用功，也应从四大种起建立定，直至达到白遍第四禅定。当光明之力强盛时，可以从：一、褐色花朵；二、褐色布；三、褐色眼药石等矿物——取得青遍之相。（《清净道论》1-167。）此外，如前所说，在三十二身分之中，也可以取头发、胆汁等褐色身分的褐色为所缘，取得青遍之相——

——就是如此。

因此，瑜伽行者循白遍之道建立定，直至达到第四禅定以后，应借助由该第四禅定所生的智慧光明，远取自己前方或便于观照之处的外在三十二身分中，头发身分的褐色为所缘；如果愿意，而且能够观照，也可以远取内在头发身分的褐色为所缘。取该褐色为所缘，反复观照、作意：‘nīlaṃ、nīlaṃ、nīlaṃ’，即‘褐色、褐色、褐色’。

应当依照前面白遍所说的方法，继续作意，直至依次获得遍作相、取相、似相三种相，遍作修习、近行修习、安止修习三种修习，以及遍作定、近行定、安止定三种定。

原书 589

取相仍显有遍圆的瑕疵；似相则脱离遍圆，犹如以帝青宝石制成的圆扇悬在空中一般显现。如果愿意，可以扩大似相；继续建立定，便能依次达到第四禅定。其余内容，应依前面白遍所说的方法理解。

贤善者以头发之相为所缘，修习青遍并建立定直至第四禅以后，还可以取一朵深褐色或翡翠褐色的花为所缘，试修褐色遍。那一朵褐色花，会成为修习心直至达到第四禅定的强力所缘亲依止，以所缘亲依止缘之力给予助益。这正是从一朵花中提取第四禅定这一修习精髓。诸善法总是在等待能够如理作意的人；佛陀的恩德实在无比广大。

黄遍（黄色遍）

应再次建立自己已经获得的定，直至第四禅定。当光明之力强盛时，可以从：一、金黄色的花；二、金黄色的布；三、雌黄、雄黄等金黄色矿物——取得黄遍之相。（《清净道论》1-168。）四、在三十二身分中，也可以从脂肪等金黄色身分取得黄遍之相。

建立定直至第四禅定以后，由该第四禅定所生的光明变得闪耀明亮时，应借助光明，从内在或外在三十二身分中，取脂肪或尿的黄色为所缘，作意：‘pītakaṃ、pītakaṃ、pītakaṃ’，即‘黄色、黄色、黄色’。

其余要点，应依白遍所说的内容类推而知。

应修习直至达到第四禅定。

大便与小便本来就是极其可厌、可恶的身分。无论某一身分多么可厌，只要贤善者的相续中确实具足能够依正道如理作意的法——

原书 590

——那么，如果大便或小便呈黄色，这呈金黄色的大便或小便，就会作为所缘，以所缘缘之力给予助益，直至贤善者的相续中生起第四禅定。若以该第四禅作为毗婆舍那的基础禅，转修毗婆舍那，便能随自己的巴拉密，甚至达到阿罗汉果。因此，渴望涅槃的贤善者也应时常培育如理作意；试从毫无实质可寻的蕴身之中，提取名为修习的精髓，竭尽全力使这一生成为有价值的一生。

缅甸紫檀花与阿勃勒花

在泼水节前后的德固月，缅甸紫檀披上金辉，满树花蕾竞放；缅甸紫檀花与阿勃勒花，仿佛正在邀请修习黄色黄遍的贤善者：‘请来吧，请观照吧。’有些瑜伽行者已经善巧修习黄遍，直至达到第四禅定；当他们看见满树盛开的缅甸紫檀花或阿勃勒花时，无论借助从前诸修习定，还是不借助它们，只要远取满树花朵的黄色作为黄遍之相，片刻之间便能看见整个世界为黄色所遍覆——

——据说，他们很容易就能建立第四禅定，甚至乘车途中也能修习。法的功德实在广大。对于能够依正道如理作意的瑜伽行者，一件黄色衣服也能成为黄遍所依的所缘之相；这件黄色衣服会作为所缘之因，以所缘缘之力给予修习黄遍的瑜伽行者助益，直至其相续中生起第四禅定。

红遍（红色遍）

可以从：一、红色花朵；二、红色布；三、红宝石等红色矿物——取得红遍之相。（《清净道论》1-168。）四、也可以从血液等红色身分取得红遍之相。

应建立入出息念定，或以白遍为所缘的定，直至达到第四禅定。当光明之力特别强盛时，应借助光明，从内在或外在附近便于观照之处，取积存在肝脏、心脏等周围的血液身分，或——

原书 591

——取心脏腔内血液身分的红色为所缘，反复作意：‘lohitakaṃ、lohitakaṃ、lohitakaṃ’，即‘红色、红色、红色’。应依次使三种相、三种修习与三种定生起，观修直至达到第四禅定。

对于已经善巧修习红遍、直至达到第四禅定的贤善者，一朵红莲也仿佛在邀请：‘请来吧，请观照吧。’一朵鲜红的木槿花、一枚红宝石戒指、一套红色衣服，也都仿佛如此邀请。这样，便是从可意、可珍、可喜而能引生爱贪的五种欲乐所缘之中，提取名为修习的精髓。这类修行方法从佛陀时代一直传承至今，未曾失传；世代诸师与僧团不断守护——

——并完整传承，其功德与恩德实在广大。

一颗极其可厌的牙齿，也能作为白色白遍，具有助成第四禅定的力量；一颗极其珍爱的红宝石，也能作为红色红遍，具有助成第四禅定的力量。对于具足如理作意的瑜伽行者，无论何时，都能从五欲所缘的泥沼之中，提取直至第四禅定、名为修习的精髓。若以该第四禅定作为毗婆舍那的基础禅，转修毗婆舍那，便能随自己的巴拉密，获得直至阿罗汉果的利益。即使巴拉密尚弱，未能达到阿罗汉果——

——只要禅那不退失，在轮回旅途中，极其殊胜的梵天之乐也会迎面邀请这位贤善者：‘请来吧，请来吧。’像你这样以信心归依佛陀教法的贤善者，面对功德如此广大的殊胜妙法，怎能不加修习用功呢？趁还有时间，精勤努力吧。

地遍（土遍）

可以从下列地面取得地遍之相：一、已经修成遍圆的地面；二、尚未修成遍圆的天然地面，如打谷场；三、有边界的地面；四、不是没有边界的地面；五、小簸箕、小盘或小簸箩大小的地面；六、锅盖或盘盖大小的地面。（《清净道论》1-120。）

原书 592

巴利文（缅文转写）：‘Tattha yena atītabhavepi sāsane vā isipabbajjāya vā pabbajitvā paṭhavīkasiṇe catukka-pañcakajjhānāni nibbattitapubbāni, evarūpassa puññavato upanissayasampannassa akatāya pathaviyā kasitaṭṭhāne vā khalamaṇḍale vā nimittaṃ uppajjati。’（《清净道论》1-120。）瑜伽行者若在过去生曾于佛陀教法中出家，或作仙人出家，并曾依地遍生起四分法、五分法诸禅；这样具福而具有修习善业巴拉密、圆满强力亲依止者，就像菩萨护象童子看着未经修成遍圆的恒河水流，也能轻易取得水遍之相那样——同样，

——他从未经修成遍圆的天然耕地或打谷场取遍作相，反复念诵‘paṭhavī、paṭhavī’，遍作相便会在一刹那间转成取相，从而获得取相。

（《清净道论》1-120。）

依照上述指示，贤善者若想取得地遍之相，应在一处平整、没有草叶石块等瑕疵的天然土地上，用木棍或其他物件画出圆形边界；大小可从小簸箕、小盘或小簸箩起，依自己所愿而定。《清净道论》义注说：'Aruṇavaṇṇāya mattikāya kasiṇaṃ kātabbaṃ——应以曙红色的泥土制作遍。'（《清净道论》1-120。）因此，泥土不可太黑或太白，而应略带适度的红色、曙光色。注视这个地圆，反复作意：'paṭhavī、paṭhavī、paṭhavī'，即'地、地、地'。

睁眼、闭眼交替地取得禅相。如果禅相不清楚，应重新建立入出息念定直至第四禅，或建立白遍第四禅定；然后借助第四禅定所生的光明，远观自己制成的地遍圆，反复作意'地、地、地'。如果已经能像睁眼时一样取得禅相，就可以到自己喜欢的地方坐禅。坐下后，再次建立已经获得的第四禅定；当光明之力闪耀强盛时，借助光明，再次远取那个地遍——

——之相为所缘。能够再次取到遍圆之相以后，应反复亲近、修习该地遍之相。

巴利文（缅文转写）：'Na vaṇṇo paccavekkhitabbo, na lakkhaṇaṃ manasikātabbaṃ. Api ca vaṇṇaṃ amuñcitvā nissayasavaṇṇaṃ katvā ussadavasena paññattidhamme cittaṃ paṭṭhapetvā manasikātabbaṃ。'（《清净道论》1-122。）作意地遍之相时，不应以意识省察、作意地遍圆上类似曙光色的颜色——

——也不应作意地遍圆所依泥土的坚硬特相，即地界的特相。

正确的方法是：不舍离颜色，却使该颜色呈现为与其所依地遍圆同样的形态；然后依地界占优势、显著增盛的力量，把心导向'paṭhavī——地'这一世俗概念，反复作意'paṭhavī、paṭhavī'，即'地、地'。

如果贤善者作意地遍圆上的曙红色，所修就不再是地遍，而会转成色遍；如果作意地遍圆中占优势的地界坚硬性，就不再称为作意地遍，而成了作意界业处，已经从地遍之道转到界业处之道。

更麻烦的是：如果作意地遍圆的坚硬性，随着地遍圆扩展到十方，坚硬性仿佛遍覆瑜伽行者全身；定力越锐利，坚硬性也越强，瑜伽行者甚至可能无法忍受。务须谨慎。无论面对天然土圆取得禅相，还是坐禅时重新取该相，都要遵守这项规则。

面对地上的原始地遍圆，睁眼、闭眼交替取相时，如果闭眼后遍圆之相仍像睁眼所见一样显现，取相就已经生起。后来到其他地方坐禅，建立已得的第四禅定，借助其所生光明，再次取原先取得禅相的地遍圆为所缘；如果也像睁眼所见一样显现，同样称为取相生起。继续作意、亲近、修习这个取相，诸盖就会依次远离——

——诸烦恼沉伏，心以近行定而安定，似相随之生起。无论扩大似相还是不扩大，只要继续作意，都能达到第四禅定。

不过，扩大禅相能让修习定长久维持，所以应依自己的能力扩大禅相，再观修直至第四禅。

取相还会显出指痕、棍痕等遍圆瑕疵；似相则仿佛破开取相而出，如从袋中取出的圆镜、善加磨光的螺杯、从云层间显出的满月，又如飞翔在暗云中的白鹭；它比取相清净百千倍而显现——

原书 594

——就是如此。（《清净道论》1-122。）如上所述，有些瑜伽行者从白遍起，已经在其他诸遍积累强盛的修习定力；他们不必特别制作地遍圆，只须先以白遍等建立定直至第四禅。第四禅修习心所生的智慧光明闪耀明亮时，便以智慧光明照向自己坐禅处下方或周围略带曙红色的天然土地，也能取得地遍之相。反复亲近、修习该相，便能依次生起——

——三种相、三种修习与三种定。达到似相以后，应尽力扩大禅相，继续修习直至第四禅定。

水遍

可以从下列水取得水遍之相：一、装在钵、杯、桶等容器中，盛满至边缘而制成遍圆，不混杂褐、黄、白、红等颜色，天然清净的雨水，或与之相似的净水；二、尚未制成遍圆的井水、池水、单边筑坝的池水、盐田中由海水蒸成的咸水、潮沟水或海水等。（《清净道论》1-165。）依这些指示，贤善者最适合采用清净井水；若没有井水，也可把水盛满钵或其他容器，取得水遍之相。无论取井水还是钵器中的——

——水，都只应取'水'这一概念为所缘。必须留意，不要看井壁、井底或钵器的壁面与底部，只看水本身而取得禅相。取相以前，若先进入自己已经获得的入出息念第四禅或白遍第四禅，待光明之力强盛以后再取水遍之相，往往更快成功；这是因为从前诸修习定以强力亲依止给予助益。

巴利文（缅文转写）：'Na vaṇṇo paccavekkhitabbo, na lakkhaṇaṃ manasikātabbaṃ——不应省察颜色，不应作意特相。'（《清净道论》1-165。）取得水遍之相时，不要作意水的颜色，否则会转到色遍；不要作意水界的流动、渗出特相，也不要作意水的冷性，否则会转到界业处。特别是，若作意水的冷性，当定力强盛时——

原书 595

——瑜伽行者的身体可能越来越寒冷。因此，应不舍离颜色，却使水遍呈现为与颜色同样的形态；依水界占优势的力量，把心安置在'āpo——水'这一世俗概念上，反复作意'āpo、āpo、āpo'，即'水、水、水'。三种相、三种修习与三种定会依次出现，行者也能依次达到第四禅定。

水遍的取相往往显得晃动；如果取相时水中混有泡沫、水泡，也会照样显现，波浪、泡沫、水泡等遍圆瑕疵仍然存在。因此，深而平静的水瑕疵较少，更适合取相。似相则静止不动，仿佛悬在空中的翡翠圆扇或翡翠圆镜。似相一显现，瑜伽行者便能如前所说，达到近行禅与安止禅。

（《清净道论》1-165—166。）

火遍

过去生曾在火遍修习中积累修习善业与福德资粮者，可以直接从未经修成遍圆的火取得火遍之相。

例如，在下列火焰中任意观察，都可能生起取相与似相：一、油灯火焰；二、炊事炉火；三、烧钵处的火堆；四、森林火灾的火焰。

过去生没有积累火遍修习巴拉密与福德资粮的瑜伽行者，则应制作火遍圆。方法是：在适当地点堆放干燥而富含树脂的劈柴，仿照烧钵的方式点燃，直到形成旺盛火焰。

在席子、皮革、粗布或木板等物上开一个直径约一拃的圆孔，把有孔之物放在前方；也可在前方放置一个有约一拃圆孔的盆，坐下以后，不要作意：一、火堆下方正在燃烧的草木；二、向上升腾的烟焰——

原书 596

——而应从中央不稀疏、凝成一片燃烧的火焰取得取相与似相。（《清净道论》1-166。）巴利文（缅文转写）：‘Vaṇṇo na paccavekkhitabbo, uṇhattavasena lakkhaṇaṃ na manasikātabbaṃ——不应省察颜色，不应依热性作意特相。’（《清净道论》1-166。）取得火遍之相时，不要作意火焰呈褐、黄、红等不同颜色，否则会转到色遍。

也不要作意火焰的热性，否则会转到界业处。有一位瑜伽行者修火遍时取火焰热性为所缘；随着定力强盛、遍圆扩展十方，最初作意的热性变得极其显著，他无法承受热力，只得逃走；据说火焰仿佛围绕着他的身体燃烧。因此，应把火作为火焰颜色的所依而不离颜色，依火界占优势的力量，把心安置在‘tejo——火’这一世俗概念上，反复作意‘tejo、tejo、tejo’，即‘火、火、火’。

这样修习，取相与似相便会生起。（参见《清净道论》1-166。）依这些指示，想修火遍的贤善者应先重新建立已经获得的第四禅定；起初可观察炊事炉火，不看下方木柴或上方火舌，只看中央火焰，试取火遍之相。若不成功，可把一个开有约十英寸圆孔的盆置于前方，再取盆孔前面的火焰为相，往往能够成功。应努力依次获得三种相、三种修习与三种定。如果过去曾看见房屋失火、森林火灾等——

——也可以先建立自己已经获得的某一种第四禅定，再取当时火焰的中央部分为所缘，修习火遍。

这样用功时，取相与似相会在瑜伽行者的相续中生起；其中，取相显得像火焰不断断落。

若从未经修成遍圆的火堆取得火遍之相，遍的瑕疵仍会明显显现：燃料木块、炭堆、灰烬与烟等都可能显现。似相则静止不动，像铺在空中的毯片、金色圆扇或金柱。似相一显现，瑜伽行者便能达到近行禅与安止禅。（《清净道论》1-166。）

原书 597

风遍

巴利文（缅文转写）：‘Vāyokasiṇaṃ bhāvetukāmenāpi vāyusmiṃ nimittaṃ gaṇhitabbaṃ. Tañca kho diṭṭhavasena vā phuṭṭhavasena vā。’（《清净道论》1-167。）想修风遍的瑜伽行者，应从风取得禅相；风遍之相可以依两种方式取得：一、依所见；二、依所触。因此，观察风吹动树梢、叶梢等，也能依所见取得风遍之相。

二、也可以把触到身体某一部位的风，作为风遍之相。

若要从接触身体的风取得风遍之相，应先重新建立自己已经获得的第四禅定；光明之力强盛时，把念置于从通风窗等处进入、触到身体某一部位的那股风，反复作意‘vāto、vāto、vāto’，即‘风、风、风’。

若要观察吹动树梢、叶梢的风而取相，也应先建立自己已经获得的第四禅定；光明之力强盛时，借助光明看见那股风，把念置于风上，反复作意‘vāto、vāto、vāto’，即‘风、风、风’。应依次修习，获得三种相、三种修习与三种定。

取相显得晃动，如刚从炉架上端下来的浓乳粥所冒出的团团蒸气；似相则安静不动。其余方法类推而知。（《清净道论》1-167。）

光明遍

想取得光明遍之相的瑜伽行者，可以从下列任一种光圈取得禅相：一、月光或日光从墙洞射入形成的光圈；二、月光或日光从格栅孔射入形成的光圈；三、月光或日光从通风窗射入形成的光圈。（《清净道论》1-169。）

原书 598

过去曾在光明遍修习中积累相应善业巴拉密者，仅看见日光或月光从墙洞等孔隙射入，在墙壁或地面上形成的光圈，便能生起取相与似相；仅看见光线穿过枝叶茂密的树隙或浓密棚架，在地面形成的光圈，也能生起取相与似相。（《清净道论》1-169。）修习光明遍的巴拉密较弱者，则应从上述三类光中任选一种，反复作意‘āloko——

——āloko、āloko’，即‘光明、光明、光明’。

若仍未成功，可以在罐内点灯，封住罐口，在罐身开孔，使孔口朝向墙壁；灯光会从孔中射出，在墙上形成圆形光圈。应对墙上的灯光圆圈反复作意‘āloko、āloko、āloko’，即‘光明、光明、光明’。这样制成的光明遍圆，比日光、月光形成的遍圆维持得更久。（《清净道论》1-169。）已经建立入出息念第四禅或其他诸遍第四禅的瑜伽行者，也可以在傍晚或清晨，取从枝叶茂密的树间——

——所见日光为所缘，取得光明遍之相；这样往往很容易取到禅相，光明之力也更强。

据说，若在黑夜把这样的遍圆之相扩大，遍圆所扩展的范围内会像白昼一样明亮。

这正符合《增支部 · 七集 · 睡意经》（AN 7.61；《增支部》2-463）中佛陀的教导。

光明遍的取相，与墙壁、地面、枝叶间等处实际显现的自然光圈相似；似相则像佛陀周身一寻的光轮，凝成一团极其澄澈的光明。其余方法类推而知。

> （《清净道论》1-169。）

这种光明想，即光明遍，是驱除昏沉睡眠的最佳利器之一。《增支部 · 七集 · 睡意经》中，佛陀分别开示了驱除昏沉睡眠的七种方法，光明想就是其中之一。每一位渴望涅槃的瑜伽行者——

原书 599

——都应把它作为一项常用业处。在作为天眼通基础的诸遍中，光明遍也是最殊胜的一种。

限定虚空遍（虚空遍）

可以从下列孔隙取得限定虚空遍之相：一、墙洞；二、格栅孔；三、通风窗的孔隙。限定虚空遍也就是孔隙遍、虚空遍。

过去生曾在限定虚空遍修习中积累相应善业者，一看见墙洞等孔隙，便很容易生起取相与似相。相应善业较弱者，可在遮蔽严密、阳光无法穿透的棚中，或在皮革、席子等物上，开一个直径约一拃或四指的圆孔；以这个制成的遍圆孔，或墙洞等任一孔隙作为限定虚空遍之相，反复作意‘ākāso、ākāso、ākāso’，即‘虚空、虚空、虚空’。

若不成功，可在木板上开一个直径约一拃或一英尺的圆孔，把带孔木板举向没有树木、云层或阴影等瑕疵的天空；只把木板孔内的圆形虚空作为所缘，不要越过遍圆孔追看外面的天空，只从木板的圆孔取得限定虚空遍之相。如果仍不容易取相，应重新建立自己已经获得的第四禅定，然后照样睁眼再取限定虚空遍圆之相。

闭眼以后，取相若仍显现，就已经成功。成功以后，继续稍加练习使禅相稳固，再到自己喜欢的地方坐下修习。

在自己喜欢的地方坐下时，应重新建立已得的诸定，再次取已经获得的限定虚空遍圆之相为所缘。

从前诸修习定以强力亲依止之力给予助益，承接这种强大作用的后续修习定，往往也会顺利、容易地生起。

限定虚空遍的取相仍与原来的墙洞等一同显现，和原来的墙洞等相似；在取相阶段，修习力还弱，即使尝试扩大遍圆，也不能扩大。似相则不再显现墙缘等，只显现纯粹的虚空圆；这时，限定虚空遍——

原书 600

——修习与定已经稳固，所以扩大遍圆时，遍圆也能随之扩大。其余方法类推而知。（《清净道论》1-169。）至此十遍已经讲完。对于十遍中的每一遍，都应反复修习，直至达到第四禅定。

如果能够这样努力，无论遇到什么事物，只要它可以作为遍圆之相的所缘，远取它为遍相时，就能轻易获得遍相。如果懂得从一切有生命、无生命的欲乐对象中提取名为修习的精髓，对于这样具足如理作意的瑜伽行者，第四禅定等修习精髓便会轻易生起。以第四禅定为基础转修毗婆舍那，这些定法甚至能助益他达到阿罗汉果。接下来，本书将说明如何以缘取遍概念所得的第四禅定为基础，修习诸无色禅——

——的方法。

无色界禅篇

原书第 601 – 615 页

原书 601

无色界禅篇

空无边处禅

无色界禅有四种：一、空无边处禅；二、识无边处禅；三、无所有处禅；四、非想非非想处禅。其中，想要修习以证得空无边处禅的瑜伽行者，首先应观照、思惟色法的过患。

由父母精卵而明显产生的这个身体，称为所生身（karajakāya）。

正因这所生身存在，人们才会手持棍棒刀剑等武器互相杀害、殴打、折磨、争斗、争吵，也会遭受眼病、耳病等种种疾病。瑜伽行者应以慧思惟：如果没有这称为所生身的色法，就能免除这一切苦。为了厌离、厌患色法并令色法止息，他应努力证得空无边处禅。所谓空无边处禅，是以虚空概念为所依所缘的禅。瑜伽行者观见所生身这一色法的过患，为了超越色法，应从除限定虚空遍以外的地遍等九遍中任选一遍，生起第四禅。

瑜伽行者最初取相所依的地遍圆，其所依土地是时节生食素八法聚色法的集合，因此是真实色法。然而，以地遍为所缘直至第四禅的诸禅，其所缘都是地遍似相。这个似相脱离了称为原始取相所依土地的时节生食素八法聚究竟法，只是由瑜伽行者的修习想所生的概念，不是真实色法。直至色界第四禅的诸禅，只缘取这个概念似相，并不缘取原来遍圆所依、称为时节生食素八法聚的真实色法。因此，色界诸禅其实已经超越了称为所生色的真实色法。

诚然，瑜伽行者凭借色界第四禅已经超越所生色〔因为他不缘取所生色，只缘取似相〕；然而，遍相之色仍能作为禅的所缘被缘取，所以它与所生色相似。因此，也应当希望超越遍相之色。譬如，一个怕蛇的人在森林里被蛇追赶，拼命疾跑；在逃跑途中，他远远看见以各种颜料画得像蛇的奇异棕榈叶、藤蔓、绳索，或地上的裂缝——

——也会惊恐畏惧，不愿再看那些东西。又如，一个人与常加害自己的仇敌住在同一村落，遭那仇敌殴打、捆绑、焚屋等侵害，于是迁居他村；若在那里又见到一个容貌、声音、行为和举止都像原来仇敌的人，他仍会惊恐畏惧，也不愿看那个人。

同样，瑜伽行者不但畏惧所生色，也认定依所生色而出现的遍相之色与所生色相似，于是对遍相之色也生起畏惧、不安、不愿看见的心态，并希望超越遍相之色。应当理解这一点。

〔想要证得空无边处禅的贤善者，应先依次进入以地遍为所缘的初禅、第二禅、第三禅与第四禅。

随后按下述方法继续修习。〕依照以上方法，瑜伽行者厌离作为第四禅所缘的地遍之色，想要超越它；他先熟练掌握五自在，充分练习以地遍为所缘的第四禅，再从该第四禅出定，观见它具有如下过患：

一、这个色界第四禅缘取我所厌离的遍相之色；

二、它有悦受这一近敌；

三、它不如宁静解脱的无色界禅微细。应如此观见过患。色界第四禅只有舍与一境性两个禅支，无色界诸禅也同样只有舍与一境性两个禅支，所以色界第四禅并没有禅支粗重这一过患。瑜伽行者以这种方式观见

色界第四禅的过患以后，应当：四、除尽对第四禅的依恋与顾惜；五、把空无边处禅作意为宁静、无边；六、把自己已经修习的地遍之色扩展到整个轮围世界，或扩展到自己所希望的任何范围；

七、对于遍相之色所触及的空间，作意'虚空、虚空'，或作意'无边虚空、无边虚空'，然后——

原书 603

——撤除作为色界第四禅所缘的地遍之色。所谓撤除，并不是像卷席子那样把地遍卷起来，也不是像从煎锅上揭下薄饼那样把地遍圆揭下来。

真正的撤除，只是不再思惟、不再作意、不再省察地遍。瑜伽行者不思惟、不作意、不省察地遍之色，而只对该遍相之色所触及的虚空单向作意'虚空、虚空'，这就称为撤除遍。被这样撤除的地遍并没有升起，也没有沉没、退失；只是由于瑜伽行者不再作意地遍，转而单向作意'虚空、虚空'，所以称为撤除地遍。

撤除遍以后，只会显现那作为撤除处与撤除依据的虚空概念。

一、kasiṇugghāṭimākāsa，即撤除遍后获得的虚空；二、kasiṇaphuṭṭhokāsa，即遍所触及的虚空；三、kasiṇavivittākāsa，即离开遍的虚空。这三个词只是不同的同义表达，在意义上完全相同。

（《清净道论》1-320—321。）

贤善者应依以上指导尝试作意，便可能获得成功。如果尚未成功，也可尝试以下方法：把地遍圆扩展到充满整个轮围世界；如果愿意，也可扩展到无量轮围世界。扩展以后，进入以该地遍为所缘的第四禅；从第四禅出定后，依照上文逐项思惟第一项至第六项。随后把心专注在地遍的一处，不作意地而只作意虚空。不久便可能看见一个虚空缺口。这时，完全不再作意尚未成为虚空的地遍，只对已经显现的虚空——

——单向作意，观为'虚空、虚空'。虚空越来越清楚、安定以后，就扩展该虚空，继续观为'虚空、虚空'。随着虚空扩大，地遍圆会逐渐退后，让位给虚空。把虚空逐渐向十方扩展，最后地遍消失，只剩纯粹的虚空。所剩的虚空，就是撤除地遍后获得的虚空相。此时，应依下列《清净道论》义注的指导继续修习。

瑜伽行者对撤除地遍后获得的虚空相，反复思惟'虚空、虚空'，并以寻把心投向、反复叩向'虚空、虚空'。对于这样反复思惟、以寻不断把心投向并叩向'虚空、虚空'的瑜伽行者——

原书 604

——诸盖会在其相续中退去；以虚空相为所缘的念变得极为清楚，稳固安住；心以近行禅定安住于虚空相。他反复亲近、修习并多次练习这个虚空相。这样一再思惟、作意以后，空无边处心便以安止禅之力，在虚空相所缘上生起，正如色界禅心以安止禅之力在地遍等遍概念所缘上生起。

确实，在空无边处禅心生起以前，先有三次或四次属于欲界速行的近行速行；这些欲界近行速行都与舍受相应。第四次或第五次速行，则是称为空无边处的无色界速行。其余方法与地遍所说相同。（《清净道论》1-321。）特别之处是：当无色界禅心这样生起时，正如揭开覆盖在罐口上的布，布消失后，罐口敞开的虚空显现；同样，瑜伽行比丘先前以色界禅眼看着遍圆而住，后来不再作意地遍圆，只以作为遍作的近行禅作意不断作意'虚空——

——虚空’，迅速撤除地遍禅相所缘以后，便以无色界禅眼只观已经显现的虚空相所缘。依照这整个修习次第，应这样描述这位瑜伽行者：

巴利文（缅文转写）：‘Sabbaso rūpasaññānaṃ samatikkamā paṭighasaññānaṃ atthaṅgamā nānattasaññānaṃ amanasikārā “ananto ākāso”ti ākāsānañcāyatanaṃ upasampajja viharati。’（《阿毗达磨》2-254；《长部》2-60。）也就是说：由于完全超越名为色想的色界禅，以及作为这些色界禅所缘的地遍等所缘；由于色想、声想、香想、味想、触想这些因根门与所缘相撞击而生起的有对想灭没；又由于不作意种种想，即除了与双五识十心相应的十种想以外，与欲界善、不善、果报、唯作四十四心相应的四十四种想，于是作意‘虚空无边’，进入空无边处禅并——

——安住。（《清净道论》1-322。）〔按：应知，以上巴利圣典也宣说了舍弃并不作意一切五十四种欲界心与心所。〕

原书 605

识无边处禅

识无边处禅，是以空无边处识为所依所缘的禅。

这是把空无边处识作为所观所缘，反复修习、省察而证得的禅。想要修习以证得识无边处禅的瑜伽行者，应先熟练掌握空无边处禅等至的五自在。熟练以后，应观见：一、我所证得的空无边处禅等至，以色界禅为近敌；

二、它不像识无边处禅等至那样宁静。如此观见空无边处禅等至的过患以后，应当：三、除尽对空无边处禅的耽著贪爱；四、把识无边处禅作意为宁静。随后，对于遍满撤除地遍所得虚空相而生起的空无边处识，应反复思惟、作意‘viññāṇaṃ、viññāṇaṃ’，以智进入而思惟，并以寻把心反复投向、叩向‘viññāṇaṃ、viññāṇaṃ’。不应只作意‘anantaṃ、anantaṃ’，而可以作意‘viññāṇaṃ、viññāṇaṃ’，或‘anantaṃ viññāṇaṃ、anantaṃ viññāṇaṃ’，即‘识、识’或‘无边识、无边识’。

瑜伽行者以这种方式，在称为空无边处识的识相上反复生起修习心，诸盖便会退去；以空无边处识为所依所缘的念稳固安住，修习心以近行禅定而安定。他反复亲近、修习并多次练习这个称为空无边处识的识相。这样反复修习以后，正如空无边处禅心以安止禅之力在撤除遍后获得的虚空相上生起，识无边处禅心也以安止禅之力，在缘取撤除地遍所得虚空相而生起、并遍满该虚空相的空无边处识所缘上——

——生起。（《清净道论》1-325。）这里，作为所观所缘的是空无边处禅识。观修者若把空无边处禅识观为‘viññāṇaṃ、viññāṇaṃ’，在安静贴住该空无边处识所缘而安住的诸修习心中，紧接近行禅速行之后以安止禅之力生起的禅心，就是识无边处禅心，意即以空无边处识为所依所缘的禅心。作为所观所缘的禅心是空无边处禅心，能观的禅心是识无边处禅心；两者都只是禅心。

原书 606

依照以上修习次第，应这样描述这位瑜伽行者：

巴利文（缅文转写）：‘Sabbaso ākāsānañcāyatanaṃ samatikkamma “anantaṃ viññāṇaṃ”ti viññāṇañcāyatanaṃ upasampajja viharati。’

（《阿毗达磨》2-254；《长部》2-60。）

也就是说：完全超越一切空无边处禅与虚空相所缘，作意‘anantaṃ viññāṇaṃ、anantaṃ viññāṇaṃ’，即‘无边识、无边识’，进入识无边处禅并安住。（《阿毗达磨》2-254；《长部》2-60；《清净道论》1-325。）这里，空无边处禅与作为该禅所依所缘的虚空相，两者都称为‘空无边处’。唯有通过使两者不生起、不作意两者而完全超越两者，才能进入识无边处禅并安住。因此，佛陀把禅及其所缘合在一起说：‘ākāsānañcāyatanaṃ samatikkamma’，即‘超越空无边处禅与空无边处禅的所缘’。

（《清净道论》1-325—326。）

‘Anantaṃ viññāṇaṃ——无边识’：空无边处识缘取没有终点与边界、无边的虚空概念，即虚空相。把作为原因所缘的‘无边’之名，转用到作为结果、能缘取所缘的识上；依因转称（kāraṇūpacāra），空无边处识便称为‘anantaṃ viññāṇaṃ——无边识’。意思是，想要证得识无边处禅的瑜伽行者，应把空无边处识作意为‘anantaṃ viññāṇaṃ’。依这种解释，‘anantaṃ viññāṇaṃ’是指：缘取称为无边、在生灭两端都没有界限的虚空概念，即虚空相的识，也就是空无边处识。

另一种解释是：修习以证得识无边处禅的心缘取空无边处识时，不会划定其生起、住立或坏灭中的某一阶段为所缘，而是没有界限地缘取整个空无边处识。由于能缘取所缘的修习心，特别是识无边处修习心，以没有界限的方式取它为所缘，把空无边处识无余地全部作意，因此称该空无边处识为‘anantaṃ viññāṇaṃ’。依这种解释，‘anantaṃ viññāṇaṃ’是指没有界限地被缘取的空无边处识。

（参见《清净道论》1-326。）

无所有处禅

无所有处禅，是以空无边处识的不存在，即‘不存在’这一概念（natthibhāva-paññatti）为所依所缘的禅。想要修习以证得无所有处禅的瑜伽行者，应先对识无边处禅等至熟练掌握五自在。

熟练掌握五自在以后，瑜伽行者应作如下思惟：

一、我所证得的识无边处禅等至，以空无边处禅为近敌，随时可能退回空无边处禅；二、它不如无所有处禅宁静。这样观见识无边处禅的过患以后，应当：三、除尽对识无边处禅的依恋与顾惜；四、把无所有处禅作意为宁静；五、识无边处禅缘取空无边处识而生起，现在则以这同一个作为识无边处禅所缘的空无边处识不存在的状态，即‘不存在’这一概念，作为所缘来作意。

应当怎样作意呢？完全不再作意空无边处识，只缘取空无边处识不存在的状态，即‘不存在’这一概念，反复思惟、作意：一、‘natthi、natthi——不存在、不存在’，或‘natthi kiñci、natthi kiñci——什么都没有、

什么都没有’；二、‘suññaṃ、suññaṃ——空无、空无’；三、‘vivittaṃ、vivittaṃ——远离、远离’。应以智进入而观，并以寻把心反复投向、叩向‘natthi kiñci、natthi kiñci——什么都没有、什么都没有’。

（《清净道论》1-326—327。）

瑜伽行者依上述方法，在称为空无边处识不存在的‘不存在’这一概念、这个能令禅生起的相上生起修习心，他相续中的诸盖便会退去；以空无边处识不存在的‘不存在’这一概念为所依所缘的念稳固安住，修习心也以近行禅定而安定。他反复亲近、修习并多次练习这个称为‘不存在’这一概念、能令禅生起的相。这样修习以后，在他相续中，无所有处——

——禅心便以安止禅之力，在广大空无边处识的空无、远离与不存在这一状态，即‘不存在’这一概念上生起；这里的空无边处识，是遍满撤除地遍后所得虚空相而生起的。正如识无边处禅识缘取遍满虚空相而生起的——

原书 608

——空无边处识相而生起一样。（《清净道论》1-327。）特别应知：无所有处安止禅心在称为空无边处识不存在的‘不存在’这一概念上生起时，瑜伽行比丘只观空无边处识的不存在，即‘不存在’这一概念而住。

譬如，有一个人因某事来到集会堂等处，看见比丘僧团正在聚会，随后离开。集会结束，比丘们从聚会处起身离去；那个人回来，站在门口再看集会处时，只看见那里没有比丘、已经离开比丘。此时，他不会生起妄测他想：‘这么多比丘是不是死了？还是到别处去了——

——？’他只看见：‘这个集会处没有比丘，已经离开比丘。’同样，瑜伽行者先前以识无边处禅眼，对在撤除地遍后所得虚空相上生起的空无边处识，观为‘viññāṇaṃ、viññāṇaṃ——识、识’；后来，他取空无边处识不存在的状态，即‘不存在’这一概念为所缘，以‘natthi、natthi；suññaṃ、suññaṃ；vivittaṃ、vivittaṃ’这样的遍作修习作意，使空无边处识不再显现；此后，修习心便反复只观空无边处识的远离、消失与不存在，即‘不存在’这一概念。（《清净道论》1-327。）所谓‘以“natthi、natthi；suññaṃ、suññaṃ；vivittaṃ、vivittaṃ”这样的遍作——

——修习作意，使空无边处识不再显现’，表示的是：由于不再缘取空无边处识，空无边处识便不再显现；并不是说它因坏灭而消失。以上文字所指正是这个意思。上述譬喻与所喻的对应关系如下。

那个人先看见僧团在集会堂等处聚会，随后离开；等比丘们因某事全部离去，他回来再看时，只见集会处已经空无比丘，却不察看比丘离开集会处的原因。同样，瑜伽行者先前以识无边处禅眼观察空无边处识，作意‘识、识’；后来又以‘natthi——不存在’这一遍作修习作意观察同一个空无边处识，使它不再显现。此时，他以无所有处禅眼只观空无边处识不存在的‘不存在’这一概念，却不探究空无边处识远离、止息与不存在的——

原书 609

——原因。这是因为无所有处禅没有那样的作意。（《大复注》2-402。）如果依上述指导修习，仍然难以缘取空无边处识不存在的‘不存在’这一概念，可再思惟以下一点：心在同一个心刹那中绝不会同时生起

两个；只有前一个心刹那生起而灭以后，后一个心刹那才会生起。空无边处识正以生、住、灭三时显现时，识无边处识尚未以生、住、灭三时显现；识无边处识以生——

——、住、灭三时显现时，空无边处识又已不再以生、住、灭三时显现。当识无边处禅识连续不断地生起时，就取空无边处识不存在的状态为所缘，作意'natthi kiñci——什么都没有'，便可能成功。这里并不是要你作意那些识的生、住、灭；提出这一点，只是为了帮助理解、观见'不存在'这一概念。

巴利文（缅文转写）：'Sabbaso viññāṇañcāyatanaṃ samatikkamma natthi kiñcīti ākiñcaññāyatanaṃ upasampajja viharati。'

（《阿毗达磨》2-254；《长部》2-60。）

也就是说：这位瑜伽行者完全超越一切识无边处禅，以及作为识无边处禅所依所缘的空无边处识；缘取空无边处识不存在的'不存在'这一概念，以'natthi、natthi；suññaṃ、suññaṃ；vivittaṃ、vivittaṃ'这样的方式作意，进入无所有处禅并安住。

（《阿毗达磨》2-254；《长部》2-60；《清净道论》1-327。）

'Viññāṇañcāyatanaṃ samatikkamma——超越识无边处'：依上述方法，必须令识无边处禅与作为该禅所依所缘的空无边处识这两者都不生起，也不作意它们，完全超越它们以后，才应进入无所有处禅而住。因此，佛陀把禅与所缘合在一起说为'viññāṇañcāyatanaṃ samatikkamma——超越识无边处'。（《清净道论》1-328。）'Natthi kiñci——什么都没有'，意即作意'natthi、natthi；suññaṃ、suññaṃ；vivittaṃ、vivittaṃ'。《分别论》则说：'使先前作意为"anantaṃ viññāṇaṃ——无边识"的那一空无边处识不再显现，使它离开显现、消失；空无边处识连丝毫残余也——

——没有。'因为这样观，所以说'natthi kiñci——什么都没有'。

虽然这段圣典文字看起来仿佛像以坏灭随观依毁灭而思惟，但即使经文如此宣说，《分别论》的含义仍只能依以上方式理解：不是思惟、作意或以智观察空无边处识本身，而只是作意该识不存在的概念，从而使它不再显现、离开显现并消失。经文不能解释为除此以外的其他意思。（《清净道论》1-328。）'Ākiñcaññāyatana——无所有处'：瑜伽行者必须缘取空无边处识不存在的'不存在'这一概念，努力证得无所有处禅。在修习时，作为所观所缘的空无边处识连最低限度、丝毫残余也没有，所以该空无边处识称为——

——akiñcana，即毫无所有；空无边处识连丝毫残余也没有，不显现于正在观修的瑜伽行者之智，远离而消失的状态，称为ākiñcaññā。这个不存在的状态称为natthibhāva。由于这种不存在并非究竟实体，只是概念，所以称为'不存在'这一概念（natthibhāva-paññatti）。如同诸天的住处称为deva-āyatana，这个空无边处识连丝毫残余也没有、处于不存在状态的'不存在'这一概念，是第三无色界禅——无所有处禅——的所依之处，因而称为āyatana，即'处'。所以，缘取该'不存在'这一概念而生起的第三无色界禅——

——称为无所有处禅。（《清净道论》1-328。）

非想非非想处禅

没有粗显的想，只有极其微细的想，因此既不能说有想，也不能说无想；这种禅称为非想非非想处禅。

圣教以想为首而作宣说。此等至中没有粗显的名法，只有极其微细的名法组。因此，这一等至又称为‘行残余等至’（saṅkhārāvasesa-samāpatti）：它已经超越通常的限度而达到极微细的状态，只剩下几乎微不足道、达到最微细程度的行法，也就是只余最微细行法的第四无色界等至。

想要修习以证得非想非非想处禅的瑜伽行者，应先熟练掌握无所有处禅等至的五自在。熟练以后，应当观见：一、我所证得的无所有处禅等至，以识无边处禅等至为近敌；

二、它不如非想非非想处禅等至宁静；又应思惟：‘想是病，想如痈，想如箭；这个非想非非想处是宁静的，这个非想非非想处禅是胜妙的。’这样观见无所有处禅的——

原书 611

——过患，以及更高的非想非非想处禅的功德以后，应当：三、除尽对无所有处禅的依恋与顾惜；四、把非想非非想处禅作意为宁静；五、缘取以空无边处识不存在的‘不存在’这一概念为所缘而生起的无所有处禅等至本身，反复思惟、作意‘santā、santā——寂静、寂静’，以智进入而观，并以寻把心反复投向、叩向‘santā、santā——寂静、寂静’。（《清净道论》1-328—329。）依上述方法，在无所有处禅等至这一所缘相上反复——

——生起修习作意，瑜伽行者相续中的诸盖便会退去；以无所有处禅识为所依所缘的念稳固安住，修习心以近行禅定而安定。他反复亲近、修习并多次练习这个能令非想非非想处禅生起的无所有处禅等至相。这样修习以后，正如无所有处禅以安止禅之力在空无边处识不存在的‘不存在’这一概念上生起，非想非非想处禅心也以安止禅之力，缘取称为无所有处禅等至的四名蕴而生起。（《清净道论》1-329。）巴利圣典这样描述他：‘Sabbaso ākiñcaññāyatanaṃ samatikkamma nevasaññānāsaññāyatanaṃ upasampajja——

——viharati。’（《阿毗达磨》2-254；《长部》2-60；《清净道论》1-329。）也就是说：这位瑜伽行者完全超越一切无所有处禅，以及作为该禅所依所缘、空无边处识不存在的‘不存在’这一概念；把无所有处禅识作意为‘santā、santā——寂静、寂静’，进入非想非非想处禅并安住。（《阿毗达磨》2-254；《长部》2-60；《清净道论》1-329。）‘Ākiñcaññāyatanaṃ samatikkamma——超越无所有处’：在这里，无所有处禅以及作为无所有处禅所缘的‘不存在’这一概念，两者都称为ākiñcaññāyatana。作为无所有处禅所缘的‘不存在’这一概念，如上所说，也称为ākiñcaññа。这个称为ākiñcaññа的概念所缘，是第三无色界禅——

——无所有处禅的所依所缘；如同诸天所住的界域称为deva-āyatana，它依‘所依之处’这一意义也称为āyatana。因此，作为所缘的‘不存在’这一概念也称为ākiñcaññāyatana。又如剑浮沙国是马匹繁衍之处而称为āyatana，同样，‘不存在’这一概念既是ākiñcaññа，又是第三无色界禅——无所有处禅——生起的真正原因，依此也称为āyatana。所以它称为ākiñcaññāyatana。必须令禅与作为其所缘的‘不存在’这一概念这两者都不生起，也不作意它们，完全超越它们以后，才应进入非想非非想处禅而住。因此，佛陀把禅与所缘合在一起说为‘ākiñcaññāyatanaṃ samatikkamma——超越无所有——

原书 612

——处’。

（《清净道论》1-329。）

‘Santato manasi karoti——作意为寂静’：《清净道论》说：‘他这样把它作意为寂静：“这个等至确实寂静，因为它甚至能以不存在的状态为所缘而住。”’（《清净道论》1-329。）想要证得非想非非想处禅时，对于作为所观所缘的无所有处禅，应这样作意：一、‘etaṃ santaṃ etaṃ paṇītaṃ——这个识寂静，这个识胜妙’；二、‘santaṃ、santaṃ；santā、santā——寂静、寂静’；三、‘paṇītaṃ、paṇītaṃ——胜妙、胜妙’。许多心只有缘取某种实体或某项可知之法，才能长久欣乐；第三无色界禅——无所有处禅等至——却能以什么也没有的‘不存在’这一概念为所缘，因此瑜伽行者思惟：‘这个等至真是——

——寂静，竟能以空无边处识已经空无、什么也没有的“‘不存在’这一概念”这样极微细的所缘而住！’正因为无所有处禅能缘取‘不存在’这一概念，具有寂静的所缘，所以把它作意为寂静。（《清净道论》1-329。）瑜伽行者赞叹第三无色界禅——无所有处禅：‘它竟能缘取什么也没有的“‘不存在’这一概念”，实在极其寂静、胜妙。’

由于第三无色界禅不如第四无色界禅——非想非非想处禅的心与心所——宁静，瑜伽行者在开始遍作以前曾观它为‘不宁静’；如今又赞叹‘santam etaṃ paṇītam etaṃ——这是寂静的，这是胜妙的’，则是因为它能以不存在为所缘。所以，依过患观其过患，依功德赞其功德，两者并不矛盾；如同一个容貌丑陋却聪明能干的女子，容貌应受批评，才智却值得赞叹。

问：如果把无所有处禅作意为寂静，为什么还能超越该禅及其所缘呢？

答：因为瑜伽行者不想进入无所有处等至，所以能够超越。进一步说明：这位瑜伽行者虽然确实把无所有处禅——

——作意为寂静，却不会在自己的相续中生起这样的引心、反复导心与作意：‘我要转向这无所有处禅，进入它，决意住定，从中出定，再以省察速行省察禅支。’

为什么呢？因为非想非非想处禅比无所有处禅更为宁静、更为胜妙。（《清净道论》1-330。）譬如，一位国王巡看工艺展览，看见象牙匠头裹一条布、腰围一条布，满身沾着白色象牙粉，辛勤制作精美齐整的象牙像与象牙匣等各种器物。国王虽称赞说：‘真好，真有本领！’自己却不想舍弃王位去做象牙匠；他一边称赞，一边越过象牙匠，继续前往王宫。

（《清净道论》1-330。）

‘Nevasaññānāsaññā——非想非非想’：非想非非想处禅等至中的想，因不能执行明显的想之作用，所以称为neva-saññā，即不能说是有想。

然而，它又以粗显诸行的残余、极其微细的行法而存在，所以也称为nāsaññā，即不能说是无想。

问：这里所谓明显的想之作用是什么？

答：一、标记并识知无所有处禅所缘；二、成为观智的所观所缘，令厌离智生起。这两项都称为想的作用。

譬如冷水中的火界不能执行燃烧作用，同样，这里的想不能明显地执行标记、识知无所有处禅所缘的作用；也不能像其余三种无色界等至中的想那样，成为观智的所观所缘，令厌离智生起。

确实，如果一位瑜伽行比丘从未在非想非非想处禅以外的诸蕴上摄取所观所缘、从未作意修观，就绝不可能直接把非想非非想处诸蕴提到三相上修观审察，而达到厌离诸行的厌离智。即使是尊者舍利弗，若未曾对其他诸蕴作意修观，也不可能直接把非想非非想处诸蕴提到三相上修观审察，而达到厌离诸行的厌离智。只有先从五蕴法等开始作意修观，随后对六门连同门与所缘中不断生起的——

——色名法诸行如常修观，已经惯习于观、并具有尊者舍利弗那样广大智慧或与他在观修上智力相等的人，才可能在非想非非想处诸蕴上生起生灭智。

即使是这样一位智慧可与舍利弗长老相比、已经惯习于观的禅修者，也只能把非想非非想处的一切名法总合起来，依聚思惟的方法修观审察：‘这些非想非非想处法先前未有，现在忽然生起；刚刚生起，又随即灭尽。’他无法把该等至中的触等每一项法分别提到三相上，依逐法观（anupadadhamma-vipassanā）的方法修观审察。由此可知，非想非非想处等至极其微细：即使法将尊者舍利弗，也不能以逐法观的方法对它修观——

——审察。（《清净道论》1-331。）

逐层超胜的方法

这些无色界等至，每一种都同样只有舍与一境性两个禅支，看似彼此没有差别；然而，由于修习力逐层增强，越高的等至越比下层等至殊胜。譬如一座四层楼，底层备有饮食、歌舞娱乐，装饰得美观芬芳；第二、第三、第四层也同样布置，但越高一层越加华美。又如织工用粗线、细线、更细的线与最细的线四种纱，织成四匹长宽相同的布，却一匹比一匹细软。应依这些譬喻理解。

（《清净道论》1-332—333。）

不得已而缘取

想要证得识无边处禅的人，虽观见空无边处识的过患，但为了达到识无边处禅，除空无边处识以外没有其他所缘可取，所以识无边处禅识不得不依修习次第缘取空无边处识。同样，想要证得非想非非想处禅的人，虽观见无所有处识的过患，但为了达到非想非非想处禅，除无所有处识以外没有其他所缘可取，所以非想非非想处禅识不得不依修习次第缘取无所有处识。譬如一位大臣虽然看见国王的过失，却没有侍奉国王以外的其他好职业可以谋生，因此不得不继续侍奉这个自己认为有过失的国王——

——。（《清净道论》1-334。）

又如有人攀登长梯，由于没有别处可以扶持，只能扶着梯梁；登上山巅时，只能扶住山顶；攀登岩山而身体摇晃时，因为没有其他可抓之处，只得扶住自己的膝盖。同样，识无边处禅缘取空无边处禅识而生起，非想非非想处禅则缘取无所有处禅而生起。（《清净道论》1-334—335。）以上已经说明以地遍为基础修习、证得八等至的次第。对于水遍等其他遍，也应依照同一方法，努力在每一遍上证得八——

——等至。举一例略说：先把水遍修到第四禅定；然后在水遍上观见虚空相，修得空无边处禅；缘取空无边处禅而修得识无边处禅；缘取空无边处识不存在的'不存在'这一概念而修得无所有处禅；再缘取无所有处禅而修得非想非非想处禅。说到这里，修法应已足以理解。

现在将继续说明四护卫业处。四护卫业处是慈业处、佛随念业处、不净业处与死随念业处。以下先说明慈业处；不过，说明慈业处时，也将一并说明同属梵住业处的悲业处、喜业处与舍业处。说明时，将简要依照《清净道论》义注〈梵住释〉所载的修习次第来写。

梵住释篇

原书第 616 – 633 页

原书 616

梵住释篇

慈修习

想要修习慈业处的瑜伽行者，应当先知道哪些人不应作为最初的慈修习对象，以及哪些人根本不应作为个别对象修慈；这些人会妨碍慈修习。

最初不应对以下四类人修慈：一、不喜爱者——他不为自己或自己所爱者谋利益，反而为自己所憎者谋利益，是九种结怨的所依；二、极亲爱友；三、中立者——既不爱也不憎的人；四、怨敌——他损害自己或自己所爱者的利益。

五、异性者：不可把某一位异性作为个别对象修慈。六、死者：根本不应以死者为对象修慈。理由如下。把不喜爱者放在亲爱者的位置而向他散播慈心，会使瑜伽行者感到疲惫。

把极亲爱的友伴放在中立者的位置而向他散播慈心，也会使比丘的心疲惫；此人即使只遭受一点点痛苦，修慈者也可能悲伤哭泣。把本应中立看待的人放在值得尊重或亲爱者的位置而修慈，心同样会疲惫；反复忆念怨敌时，愤怒又容易生起。因此，对这——

——四类人不应从最初便修慈；证得慈禅以后则可以。若以某一位异性为个别对象修慈，贪欲可能在瑜伽行者相续中生起；若以死者为对象散播慈业处，则不能证得慈禅。因此，不应以某一位异性为个别对象修慈。

对于死者，在任何情况下都不应修慈。不过，证得慈禅并破除人与人之间的界限以后，可以'愿一切女性免于危难；愿一切男性免于危难'等方式普遍修慈。适合修慈的对象次第如下。

原书 617

一、ahaṃ avero homi——愿我免于危难；二、ahaṃ abyāpajjo homi——愿我免于心苦；三、ahaṃ anīgho homi——愿我免于身苦；四、ahaṃ sukhī attānaṃ pariharāmi——愿我健康安乐，善自维持此身。

最初以自己为对象短时间修慈，并不是为了证得慈禅；这是把自己作为证明与参照，从而说明如何修慈。为了证得慈禅，应依下列对象次第修习。

一、亲爱而可敬者；二、极亲爱的友伴；三、既不爱也不憎、可中立看待的人；四、怨敌。这四类都应当是与自己同性的人。《清净道论》说：‘对于这样的人，安止确实能够成就。’（《清净道论》1-289。）因此，应先以第一类亲爱而可敬的同性者为对象，修到证得安止禅定；待心柔软、适业以后，再依次转向另一类对象，直至证得慈禅。

修习方法

Ayaṃ sappuriso——愿这位善人：一、avero hotu；二、abyāpajjo hotu；三、anīgho hotu；四、sukhī attānaṃ pariharatu。

愿这位善人：一、免于危难；二、免于心苦；三、免于身苦；四、健康安乐，善自维持此身。

善人，应先依上文所说，以自己为对象短时间修慈。在尚未证得慈禅以前，这样对自己修慈只需片刻。

证得慈禅以后，通常便不必再对自己修慈；但为了破除界限（sīmāsambheda），届时仍须再次对自己修慈。这样修过以后，应在智慧所及的范围内思惟忍辱的利益与嗔怒的过患，然后——

原书 618

——依下列方法修习。

首先建立自己已经证得的第四禅定，最好以白遍或光明遍为所缘。光明强盛明亮以后，借助光明看见一位自己亲爱而尊敬的同性导师，或与导师相似的可敬者。应取自己过去见过的、此人最令人心生欢喜的形象；令它如用手电照见一般清楚。可从微笑、坐禅、站立修法等形象中，选取自己最喜欢的一个，并看见此人如仍活生生地在眼前——

——一般。看见以后，对这位善人修慈：一、愿他免于危难；二、愿他免于心苦；三、愿他免于身苦；四、愿他健康安乐，善自维持此身。

先以这四种方式短时间、数次修慈，然后选取其中自己最喜欢、最能真切生起慈心的一种。譬如选择‘愿这位善人免于心苦’，便借助光明专注地看见他欢喜微笑的形象；此形象应是自己见过的他最安乐、仍然在世时的形象。以这个有情概念为所缘，反复修习：‘愿这位善人免于心苦，愿这位善人免于心苦。’把慈修习心安住在这个欢喜微笑的——

——有情概念上。先前以白遍、光明遍等建立到第四禅的修习定，由于能提供强大的亲依止力，慈修习心很快便能安稳地贴住所缘。如果该有情概念时而消失，应重新进入白遍或光明遍第四禅；光明再次强盛时，再取该有情概念为所缘。它重新清楚以后，继续散播慈业处，努力使慈修习心在此所缘上安住一小时、两小时等长时间——

——。当慈修习心能如此安住，并且每次入座都能获得稳定的定时，应审察禅支。若五禅支清楚，便已到达第一禅定——

——。应训练第一禅的五自在；熟练以后修到第二禅，再训练第二禅的五自在，继续修到第三禅。

五禅支

一、寻：把慈修习心投向有情概念所缘。

二、伺：反复审察并持续贴住有情概念所缘。

三、喜：欢喜于有情概念所缘。

四、乐：安乐地体验有情概念所缘的滋味。

五、一境性：心落在并安住于唯一的有情概念所缘。

以‘愿这位善人免于心苦’修到第三禅以后，仍以同一位善人为对象，继续依四种方式修慈：一、愿他免于危难——修到第三禅；二、愿他免于心苦——修到第三禅；三、愿他免于身苦——修到第三禅；四、愿他健康安乐，善自维持此身——修到第三禅。应当反复不断地练习。

反复进入慈禅。

《清净道论》说：‘如果把心导向怨敌时，由于忆起他所作的伤害而生起嗔恚，就应反复在先前诸人中的任何一人身上进入慈等至，出定以后再反复对那位怨敌修慈，以消除嗔恚。’（《清净道论》1-290。）‘先前诸人’，是指亲爱者等先前曾作为慈禅所缘的人；‘进入慈’，是指镇伏嗔恚以后，进入已经生起的慈禅。（《大复注》1-355。）依这些义注的指导，若以怨敌为对象尚不能成功证得慈禅，应先在亲爱而可敬者、极亲爱的友伴及中立者身上反复进入慈禅，再回到怨敌身上散播慈业处。对每一位对象——

——修慈时，都必须修到第三禅，并能反复进入慈禅。

因此，善人应先依上法，以亲爱而可敬的导师，或类似导师、值得恭敬的人为对象，成功修到第三——

——禅；再换一位值得恭敬的人修慈，同样修到第三禅，并以四种修慈方式全部证得慈禅。

《清净道论》说：‘修习者应在每一类对象上令心柔软、适业，然后依次导向紧接着的下一类。’（《清净道论》1-289。）也就是说，应把禅心导向下一类并令它生起。（《大复注》1-354。）应修到慈禅的对象共有四类：亲爱而可敬者、极亲爱的友伴、中立者、怨敌。瑜伽行者在每一类对象上修慈，令心柔软而善于从事慈修习，并反复进入慈禅以后，才把慈禅心依次导向下一类。因此，每一类至少应选十至二十人——

——努力修到证得慈禅。

次第如下：一、亲爱而可敬者约二十人；二、极亲爱的友伴约二十人；三、中立者约二十人；四、若有怨敌，则对所有怨敌修慈。在亲爱而可敬者身上进入慈禅、令心柔软以后，再转向极亲爱的友伴，努力证得慈禅。

至少应对十至二十人修到慈禅。此时，亲爱而可敬者与极亲爱的友伴变得平等，合为亲爱者一类；修慈的对象次第便成为自己、亲爱者、中立者、怨敌四类。

亲爱而可敬者与极亲爱的友伴两类平等、慈心无别以后，借助反复进入慈禅，令心柔软而适合转向中立者；然后以一位既不爱也不憎、可中立看待的人为对象，修到第三禅。成功以后，再换另一位作同样的修习；至少应对约二十位中立者修慈，并反复进入慈禅。心变得柔软，适合转向怨敌或自己所憎的人时，便以一位怨敌为对象开始散播慈业处——

——。先从自己只曾稍感不满的人开始，把最憎恨的人放在最后。如果没有怨敌、憎恨或不满的人，不必特意寻找一个来修。

只有确有怨敌时才修怨敌这一类；若有，就应对所有怨敌修慈。现在——

——应知：上述亲爱者、中立者和怨敌各组，都必须是与自己同性、仍然在世的人。修习成功以后，继续努力破除界限（sīmāsambheda）。

破除界限（sīmāsambheda）

如果还会说‘以此人为对象可以证得慈禅，以彼人为对象则不可以’，界限就仍然存在，尚未破除；如果还会说‘以此人为对象进入慈禅较好、较容易，以彼人为对象则不太好、不容易’，界限也仍然存在。只要慈心尚不平等，界限便仍然存在。因此，必须努力使自己、亲爱者、中立者、怨敌四类对象上的慈心平等。为了破除各类人之间的界限，应依下列次第修习。

一、自己；二、亲爱者，即亲爱而可敬者与极亲爱的友伴；三、中立者，即既不爱也不憎的人；四、怨敌，即仇敌或自己所憎的人。这里，以自己为对象散播慈业处，不能证得慈禅。

但在这一阶段，对自己修慈只是为了破除各类人之间的界限。

因此，先以自己为对象短时间修慈；然后以一位亲爱者为对象修到第三禅，再以一位中立者为对象修到第三禅，接着以一位怨敌为对象修到第三禅。对亲爱者、中立者、怨敌三人，都应逐一以四种方式修到第三禅。

成功以后，再次对自己修慈。

然后换一位亲爱者、一位中立者和一位怨敌，同样再修一轮。虽然以自己为对象不能证得慈禅，但每次对亲爱者、中立者和怨敌修慈时，四种方式都应达到第三禅。如此不断更换亲爱者、中立者与怨敌，依自己、亲爱者、中立者、怨敌的次第，反复许多轮散播慈业处。

这样修慈时，作为所观所缘的有情概念虽然一个接一个地更换，慈修习心与慈禅心却必须保持平等；无论作为慈修习所缘的有情概念怎样更换——

原书 622

——只要始终只有同一种、同等的慈修习心与慈禅，界限便已破除。如果在自己、亲爱者、中立者、怨敌四者之中，还能指出某人交给来索命的人杀害，便还没有破除界限；若不忍把任何一人交出去，对四者的慈心完全平等，才算已经破除界限。

《清净道论》说：‘就在破除界限的同时，这位比丘获得了相与近行；界限破除以后，亲近、修习并多作此相，便能毫不费力地依地遍所说的方法到达安止。’（《清净道论》1-301。）依上述方法一破除人与人之间的界限，修慈比丘便获得没有人员界限的有情概念相与近行禅。其后，恭敬地亲近、修习、反复练习这个由破界而生、没有人员界限的有情概念止相，就能如地遍所说，达到第一禅、第二禅、第三禅——

——等安止禅。（《清净道论》1-301。）这里的‘相’需要说明：修遍时，以摄取遍圆相等为入门，由修习力获得取相，再由取相生起作为禅所缘的似相；慈业处却没有同样显现的似相。实际上，瑜伽行者所达到的破界状态，以及由此而有的、没有人员界限的有情概念所缘，因为作用类似似相，所以称为‘相’。瑜伽行者以慈修习力，对自己、亲爱者、中立者、怨敌四者得到平等的慈心，因而得以破除人与人之间的界限——

——。一旦获得这种破界，由于慈修习力强盛，诸盖便退落，烦恼寂静，慈修习心也以近行定善住。因此义注师说他‘获得了没有人员界限的有情概念相与近行禅’。（《大复注》1-363。）在尚未破除界限以前，瑜伽行者以亲爱者、中立者、怨敌等人——

——为对象，也已获得近行慈禅与安止慈禅。这里再次说到的近行禅与安止禅，则专指破界以后，以没有人员界限的有情概念为所缘而生起的慈禅。

原书 623

破除界限以后，瑜伽行者可以继续修习：一、五种无限定遍满慈心解脱；二、七种有限定遍满慈心解脱；三、十种方位遍满慈心解脱。

《清净道论》说：‘只有以初禅等达到安止的心，才能成就这种变通。’（《清净道论》1-301。）‘这一点也应知只有达到安止的心才能成就。’（《清净道论》1-302。）也就是说，这只适用于已经达到安止的人，而不适用于仅得近行的人。‘变通’是指：由于已令禅熟练、强盛而达到广大等殊胜，禅便能以有限定、无限定及方位遍满等方式扩展，作种种活动。因此，想修习无限定遍满慈、有限定遍满慈与方位遍满慈的瑜伽行者，在破除界限以后，必须已在亲爱者、中立者、怨敌等有情概念所缘上证得初禅、第二禅、第三禅等安止禅；仅得近行禅还不够——

——。也就是说，依四分法须熟练修习慈第三禅，依五分法则须熟练修习慈第四禅。

无限定遍满慈心解脱的五种

一、sabbe sattā：愿一切有情：（甲）免于危难；（乙）免于心苦；（丙）免于身苦；（丁）健康安乐，善自维持此身。

二、sabbe pāṇā：愿一切有息者如是。

三、sabbe bhūtā：愿一切已生者如是。

四、sabbe puggalā：愿一切补特伽罗如是。

五、sabbe attabhāvapariyāpannā：愿一切属于个体生命者：（甲）免于危难；（乙）免于心苦；（丙）免于身苦；（丁）健康安乐，善自维持此身。

一、愿一切执著五蕴的有情：（甲）免于危难；（乙）免于心苦；（丙）免于身苦——

——；（丁）健康安乐，善自维持此身。

二、愿一切有出息入息的有情如是。

三、愿一切因业与烦恼而显现、已经出生的有情如是。

四、愿一切具有堕入地狱之性质的有情如是。

五、愿一切摄属于此身个体生命的有情如是。

有限定遍满慈心解脱的七种

一、sabbā itthiyo：愿一切女性：（甲）免于危难；（乙）免于心苦；（丙）免于身苦；（丁）健康安乐，善自维持此身。

二、sabbe purisā：愿一切男性如是。

三、sabbe ariyā：愿一切圣者如是。

四、sabbe anariyā：愿一切非圣者如是。

五、sabbe devā：愿一切天人如是。

六、sabbe manussā：愿一切人类如是。

七、sabbe vinipātikā：愿一切堕恶趣者：（甲）免于危难；（乙）免于心苦；（丙）免于身苦；（丁）健康安乐，善自维持此身。

一、愿一切女性：（甲）免于危难；（乙）免于心苦；（丙）免于身苦；（丁）健康安乐，善自维持此身。

二、愿一切男性如是。

三、愿一切圣者如是。

四、愿一切非圣凡夫如是。

五、愿一切天人及梵天如是。

六、愿一切人类如是。

七、愿一切恶趣有情如是。

五种无限定遍满慈心解脱与七种有限定遍满慈心解脱，合计十二种；每一种都以‘愿免于危难’等四种方式修慈，所以共有四乘十二，即四十八种。

原书 625

修习次第

一、以自己已经修成的白遍或光明遍为所缘，建立定直到第四禅。

二、在自己、亲爱者、中立者、怨敌四类人之间破除界限以后，以亲爱者、中立者和怨敌的有情概念为所缘，反复进入慈禅。

三、慈心平等时，借助光明看见一座寺院或一个围院范围内上述十二类对象：男性、女性、圣者、凡夫、人、天人、畜生及恶趣有情等。清楚看见以后，以这一切有情为所缘——

——愿一切执著五蕴的有情免于危难。

反复散播‘愿免于危难’的慈业处，直到第三禅。成功以后，再分别以‘愿免于心苦’‘愿免于身苦’‘愿健康安乐，善自维持此身’修到第三禅。正如对sabbe sattā以四种方式修慈，对sabbe pāṇā等其余各类也各以四种方式修习；应散播慈业处，证得十二乘四，即四十八种慈禅。

在一座寺院范围内成功修成四十八种慈以后，依次扩大范围：两三座寺院或两三个围院、一个街区或村庄、一个城镇、一个省或行政区、一个国家、整个世界、含三十一界的一整个轮围世界，直至无量轮围世界；每一范围都修习四十八种慈，逐步扩展散播。

十方遍满慈心解脱的十种

如上将慈修习扩展到无量轮围世界并证得慈禅以后，再向各方修习：一、正东方的无量轮围世界，四十八种；二、正西方，四十八种；三、正北方，四十八种；四、正南方，四十八种；五、东南方，四十八种；六、西北方，四十八种——

原书 626

——；七、东北方，四十八种；八、西南方，四十八种；九、下方，四十八种；十、上方，四十八种。十方共十乘四十八，即四百八十种慈禅；再加上遍满无量轮围世界的一般四十八种，合计四十八加四百八十，即五百二十八种慈业处、慈禅。

能够熟练、自如进入这五百二十八种慈禅的瑜伽行者，若改用《慈经》等诸经所说的修慈方法来修，也能轻易证得慈禅。

慈禅的十一种功德

‘诸比丘，当慈心解脱受到恭敬地亲近、修习、多作，被作为车乘、作为所依而建立，牢固安住，并以五自在善加训练时，可以期待十一种功德。’也就是说，慈禅遍满十方无量轮围世界的一切有情，修习直到

安止，并反复进入；它被充分运用、奠定为所依、牢固建立，且已训练到熟练五自在，能使心从嗔怒等相反法中解脱。这样修习慈心解脱，必定可以期待十一种功德。是哪十一种呢？一、安乐入睡。

二、安乐醒来。

三、不做恶梦。

四、为人所爱。

五、为非人所爱。

六、诸天如护爱子一般守护他。

七、火、毒与刀兵不能伤害他。

八、心迅速得定。

九、容颜明净。

十、临终不迷惑。

十一、如果未能证悟超越慈禅等至、直至阿罗汉果的更高道果——

——便往生梵天界。（《增支部》3-542。）

原书 627

悲修习

善人，首先选择一位与自己亲近、同性、仍然在世而正在受苦的有情；思惟他的痛苦，令悲心生起。

然后重新进入白遍或光明遍第四禅。光明强盛时，借助光明看见上述受苦的有情；看见以后，以他为对象进入慈禅。出慈禅以后，仍以这位受苦者为对象，作意：‘Ayaṃ sappuriso dukkhā muccatu——’

‘愿这位善人脱离痛苦。’如此反复修习悲，直到第三禅，并训练到熟练五自在。然后依慈业处所说的次第，对亲爱者、中立者、怨敌修悲，逐一修到第三禅。

一切凡夫尚未脱离堕恶趣的大危险，都是可悲悯的有情。由于从无始轮回直到今天所造的恶行，只要尚未脱离恶趣之险，就仍可能遭受恶趣轮回的痛苦；又因为一切有情都还不能脱离衰老、疾病与死亡的大危险，所以都值得悲悯。把这些可悲悯之相作为所缘，即使对目前安乐的有情，也能够修悲。

成功以后，依慈禅所说的方法，在自己、亲爱者、中立者、怨敌四类人之间破除界限；亲近、修习并反复练习破界后所得的有情概念相，使悲安止禅增长，达到初禅、第二禅、第三禅。然后继续修习无限定遍满悲、有限定遍满悲与方位遍满悲。

把悲遍满无量轮围世界的一切有情，共有：一、五种无限定遍满悲修习；二、七种有限定遍满悲修习；三、十方乘十二类，即一百二十种方位遍满悲修习。合计一百三十二种悲修习。

原书 628

喜修习

想要修习喜的瑜伽行者，应选择一位与自己同性、仍然在世、生活安乐的极亲爱友伴；见到此人时，最能令自己生起欢喜与愉悦。

再次进入白遍或光明遍第四禅定。

光明强盛时，以前述极亲爱而安乐的人为所缘，令其如在手电照耀下一般清楚显现。看见以后，先以他为对象进入慈禅，再进入悲禅。

出悲禅以后，仍以此人为对象作意：'Ayaṃ sappuriso yathāladdhasampattito mā vigacchatu——'

'愿这位善人不失去已经获得的成就与幸福。'如此散播喜业处，反复修到第三禅。由于悲修习与喜修习承接先前诸修习定的强大亲依止力，修习会变得容易顺利。可以取此人过去曾经幸福、现在仍然幸福，或未来将会幸福的形象为所缘。

然后依次对亲爱者、中立者、怨敌生起喜修习，努力证得喜禅，使喜安止禅增长。

应使自己、亲爱者、中立者、怨敌四类对象上的喜修习心平等，破除人与人之间的界限；亲近、修习并反复练习破界后所得的有情概念相，使喜安止禅增长。

然后以无量轮围世界中的无量有情为对象，继续修习：一、五种无限定遍满喜；二、七种有限定遍满喜；三、十方乘十二类，即一百二十种方位遍满喜。合计一百三十二种喜修习。修法依慈禅所说的要点类推。

原书 629

舍修习

想要修习舍梵住的瑜伽行者，首先应：一、重新进入白遍或光明遍第四禅；光明强盛以后，二、以一位与自己同性、仍然在世、既不爱也不憎的中立者为对象，散播慈业处直到第三禅。

三、仍以此人为对象，散播悲业处直到第三禅。

四、仍以此人为对象，散播喜业处直到第三禅。

已经如此获得并熟练三种梵住第三禅以后，从这些禅出定，观见它们的过患：一、以'sukhitā hontu——愿诸有情获得安乐'等方式修慈梵住直到第三禅，与对有情亲爱作意相应；二、以'dukkhā muccantu——愿诸有情脱离痛苦'修悲梵住直到第三禅，仍在憎与爱附近活动；三、以'yathāladdhasampattito mā vigacchantu——愿诸有情不失去已经获得的成就与幸福'——

——修喜梵住直到第三禅，则与喜悦相应，仍属粗显。如此观见慈、悲、喜梵住第三禅的过患，同时观见舍梵住第四禅寂静的功德。然后，对那位本来便能中立看待、既不爱也不憎，并且已经修过慈、悲、喜第三禅的中立者，以舍置心——

——而令舍梵住修习生起。修法如下：仍以同一位中立者为对象，进入慈、悲、喜梵住第三禅以后，依上法思惟；或者思惟：即使我对这位善人修慈，愿他免于危难，他也未必免于危难；愿他免于心苦，他也未必免于心苦；愿他免于身苦——

原书 630

——，他也未必免于身苦；愿他健康安乐、善自维持此身，他也未必能够如此。

二、即使修悲，愿他脱离痛苦，他也未必脱离。

三、即使修喜，愿他不失去已经获得的成就与幸福，他仍可能失去。

四、为什么呢？因为一切有情都只以自己的业为所有。因此应思惟：‘Ayaṃ sappuriso kammassako——’

‘这位善人以自己的业为所有。’应如此反复修习。舍梵住以慈、悲、喜三种梵住第三禅为基础而上升，所以很快便能达到舍梵住第四禅。成功以后，应以同样方法，先对许多中立者，继而对许多亲爱者、许多极亲爱的友伴、许多怨敌逐一修舍。然后在自己、亲爱者、中立者、怨敌四类人之间破除界限，以破界后所得的有情概念相——

——为所缘，亲近、修习并反复练习舍梵住。依地遍所说的方法，舍梵住第四禅便会在瑜伽行者相续中生起。此后继续修习：一、五种无限定遍满舍梵住；二、七种有限定遍满舍梵住；三、十方乘十二类，即一百二十种方位遍满舍梵住；合计一百三十二种舍梵住修习。

问：已经在地遍等修到第三禅的瑜伽行者相续中，是否也能生起这种舍梵住第四禅？

答：不能。为什么呢？地遍等第三禅以地遍等为所缘，舍梵住第四禅则以有情概念为所缘。

两者所缘性质不同。适当的说法是：只有已经在慈、悲、喜业处证得第三禅的瑜伽行者相续中，才能生起这种舍梵住第四禅。为什么呢？因为二者同以有情概念为所缘——

原书 631

——，性质相同。若对某一亲爱者生起慈禅、悲禅、喜禅，便能在同一位亲爱者身上生起舍梵住禅；中立者与怨敌也同样。若对一切有情生起慈第三禅、悲第三禅、喜第三禅，也能对这一切有情生起舍梵住第四禅。两者都以有情概念为所缘。（参见《清净道论》1-287、319。）

特相、作用、现起、近因

慈：一、以利益行相转起为特相；二、以带来利益为作用；三、以除去怨恨为现起；四、以看见有情可爱的一面为近因。

嗔恚止息是慈的成功；爱著生起是慈的失败。（《清净道论》1-311。）一、慈的特相，是以谋求有情利益的方式转起，或者说，令利益生起。

二、慈的作用，是把利益带给有情；也可说，以带来有情利益为其成就作用。

三、慈现起为除去怨恨：它在观照者之智前，显现为能除去怨恨的法，这是行相现起；也可说，它产生怨恨消失这一结果——

——，这是结果现起。

四、以如理作意见到有情可爱的一面，是慈的近因。以镇伏断令想要伤害有情的嗔恚止息，是慈的成功与善成其事；爱染执著的生起，则是慈的失败。（《清净道论》1-311。）悲：一、以想要除去痛苦的行相转起为特相；二、以不忍他人受苦为作用；三、以不加害为现起；四、以看见被痛苦压倒者无依无靠为近因。

加害止息是悲的成功；忧伤生起是悲的失败。（《清净道论》1-311。）一、悲的特相，是以想要除去有情痛苦的方式转起。

二、悲的作用，是不忍他人的痛苦，即想要除去他人的痛苦。

三、悲现起为不加害：它产生不伤害有情的结果；也会在观照者之智前，显现为加害的对治——

——、与加害相反的法。

前者是结果现起，后者是行相现起。

四、以如理作意见到被痛苦折磨的有情无依无靠，是悲的近因。作为悲的正对治，加害与嗔相应心所法组的止息，是悲的成功与善成其事；对于受苦有情生起忧伤，则是悲的失败。

> （《清净道论》1-311。）

喜：一、以欢喜为特相；二、以不嫉妒为作用；三、以除去不乐为现起；四、以看见有情的成就为近因。

不乐止息是喜的成功；欢笑亢奋生起是喜的失败。（《清净道论》1-311。）一、喜的特相，是对他人的财富、幸福与成就欢欣喜悦。

二、喜的作用，是对他人的财富、幸福与成就不嫉妒；也就是说，它与嫉妒相反，能够除去嫉妒。

三、喜现起为除去不乐：对于他人的财富、幸福，以及殊胜的止、观等增上善法，它在观照者之智前显现为能除去不乐与不喜，这是行相现起；换一种说法，它产生不乐止息这一结果，这是结果现起。四、以如理作意见到有情的成就，是喜的近因。对于他人的财富、幸福及殊胜的止、观等增上善法，不乐与不喜止息，是喜的成功——

——与善成其事；若依住于欲乐之家而生起世俗之喜，对他人的财富、幸福及增上善法欢欣，则是喜的失败。（《清净道论》1-311。）舍：一、以对有情中立的方式转起为特相；二、以看见有情平等为作用；三、以嗔恨与亲爱止息为现起；四、以这样见到有情各自是业的所有者为近因：‘有情以业为自己的所有；他们岂会依谁的意愿而获得安乐、脱离痛苦，或不失去已经获得的成就——’

原书 633

——？’

嗔恨与亲爱止息，是舍的成功；依家而有的无智舍生起，是舍的失败。

（《清净道论》1-311—312。）

一、舍的特相，是以对有情保持中立的方式转起。

二、舍的作用，是以中正不偏的态度只见有情平等。

三、舍令对有情的嗔恨与亲爱止息，这是结果现起。四、有情只以自己所造的业为所有；他们岂会仅因他人修慈、愿其安乐便获得安乐，仅因他人修悲、愿其脱离痛苦便脱离痛苦，或仅因他人修喜、愿其不失去已经获得的成就便不再退失——

——？如是以智观见有情各以自己的业为所有，是舍的近因。嗔恨与亲爱止息，是舍梵住的成功与善成其事；依欲乐之家而有、与无明相应的无智舍生起，则是舍梵住的失败。（《清净道论》1-311。）四梵住禅的名法如何摄取，已经在名业处篇诸表中说明。慈的法体是不嗔心所；慈初禅有三十四名法。悲另加悲心所，悲初禅有三十五名法。

喜另加喜心所，喜初禅有三十五名法。舍梵住的法体是中舍性心所；舍梵住禅有三十一名法。

佛随念业处

原书第 634 – 635 页

原书 634

佛随念业处

彼世尊亦即是阿罗汉（So Bhagavā itipi arahaṃ）。

一、世尊远离一千五百种烦恼，乃至连同烦恼习气也都完全远离；由于这个原因，世尊称为‘阿罗汉’。

二、世尊以阿罗汉道智之剑，把一千五百烦恼敌毫无剩余地斩尽；由于这个原因，世尊称为‘阿罗汉’。

三、世尊以阿罗汉道智之剑，摧毁了以无明、爱为首的缘起轮回之车的轮辐；由于这个原因，世尊称为‘阿罗汉’。

四、世尊具有无与伦比的戒、定、慧功德，堪受人、天、梵天等有情最殊胜的布施与供养；由于这个原因，世尊称为‘阿罗汉’。

五、世尊即使在隐秘处，也不造任何身恶行，不说任何恶语，不起任何恶念，因而没有需要隐藏之事；由于这个原因，世尊称为‘阿罗汉’。

请把阿罗汉功德的这五种含义熟记纯熟，也把正等正觉者等其余各项功德的含义熟记纯熟。然后，从这些功德中选择自己最喜欢的一项，开始修习佛随念业处。

修习方法如下。

首先进入白遍或光明遍第四禅。光明强盛时，借助光明，把自己经常礼敬的一尊佛像取为所缘，努力使它如同肉眼亲见一般清楚。由于我们没有亲见在世佛陀，才以佛像为媒介，想让智趋向、接近在世佛陀这一所缘，所以这样教取所缘。佛像清楚得如同肉眼亲见以后，就把它认作在世佛陀而取为所缘。如果过去某一近世曾亲见在世佛陀，这时便可能依当时亲见的形貌——

——显现出来。若有这样的形象显现，就取那一形象为所缘；若没有显现，便仍把眼前所见的佛像认作在世佛陀。然后从形象转向功德，取功德为所缘。世尊功德中的吉祥庄严功德，是以佛陀色身的庄严美好为所缘而修的佛随念业处。

这里想要修的是功德，所以教行者以形象为媒介，再转而取功德为所缘。

现在以诸多功德中的第四种阿罗汉功德为例，说明佛随念业处的修法。

原书 635

以佛陀相续中无与伦比的戒德、定德与慧德为所缘，忆念佛陀堪受人、天、梵天等有情最殊胜的布施与供养这一功德，反复修习：‘So Bhagavā itipi arahaṃ——彼世尊亦即是阿罗汉’，或只念‘arahaṃ、arahaṃ——阿罗汉、阿罗汉’。努力使修习心安静地贴住所缘而住。若修习心能在功德所缘上安住一小时、两小时，五禅支便会清楚显现；不过，这些禅支只属于近行禅。

由于佛功德甚深，不能达到安止禅。其余佛功德也应仿照这种方法修习。

十种无识不净业处

原书第 635 – 638 页

原书 635

十种无识不净业处

‘不净’一词表示不美、不庄严。这里把身体死亡以后出现的种种尸体形态称为不净；无识不净共有十种。

一、膨胀尸（uddhumātaka）：死后二三日，肿胀腐烂、令人厌恶的尸体。二、青瘀尸（vinīlaka）：肉多处发红，积脓处发白，白红相杂而呈青黑腐坏、令人厌恶的尸体。三、脓烂尸（vipubbaka）：破裂流脓、令人厌恶的尸体。四、断坏尸（vicchiddaka）：被截断而使上下两段不相连接、令人厌恶的尸体。五、啖食尸（vikkhāyitaka）：被秃鹫、狗、乌鸦等以种种方式啄食、令人厌恶的尸体。六、散乱尸（vikkhittaka）：手、足、头等被抛掷得四处分散、令人厌恶的尸体。七、斩斫散乱尸（hatavikkhittaka）：被刀砍成乌鸦脚般的裂口，手足等肢体——

——被抛掷得四处分散、令人厌恶的尸体。八、血涂尸（lohitaka）：大量出血，全身涂满血液、令人厌恶的尸体。九、虫聚尸（puḷuvaka）：遍满蛆虫、令人厌恶的尸体。十、骸骨尸（aṭṭhika）：已经达到骸骨阶段、令人厌恶的尸体。

原书 636

想要修习无识不净——死不净业处的瑜伽行者，首先应重新建立自己已经证得的第四禅定。光明强盛以后，借助光明，把自己见过的、与自己同性、最令人厌恶的尸体取为所缘。尸体显现得如同睁眼亲见以后，以它为所缘，把修习心贴住肿胀腐烂的尸相，反复观：'uddhumātakaṃ paṭikkūlaṃ，uddhumātakaṃ paṭikkūlaṃ——肿胀腐烂的尸体，可厌；肿胀腐烂的尸体，可厌。'

睁眼时怎样清楚看见尸体，闭眼再取尸体为所缘时，若也能看见与睁眼所见相同的形象，就已达到取相。瑜伽行者在取相上令修习心相续生起，似相便会出现；再令修习心在似相上相续生起，便能达到安止禅。立足于安止禅而增长观智，就能亲证阿罗汉果。

取相在瑜伽行者之智中显现为变坏、丑陋而可怕；似相则显现得像一位随意饮食后躺下熟睡、四肢丰满的人。

（《清净道论》1-183—184。）

瑜伽行者令修习心在尸体似相上相续生起，不久便能达到安止禅；这里只能达到初禅。

由于不净尸体所缘粗陋，修习心若没有寻的帮助，就不能安静地贴住似相所缘而住，因此不能升到第二禅等更高诸禅。

正如能以膨胀尸修到初禅，其余不净尸也都可以依同样方法修习。作为不净修习所缘的尸体，即使是约一年前见过的，也可以把修习心安住于它最令人厌恶的阶段而修不净。若瑜伽行者从当时见到尸体之际起，把智逐步送向未来，直到现在，便能在一座中看见尸体逐层变化，直至成为骸骨。无论看见其中哪一个阶段——

——，都可以把修习心安静地贴住该尸体所缘，努力修习不净，直到初禅。

原书 637

过患随观

巴利经文说：'So imameva kāyaṃ upasaṃharati: "Ayampi kho kāyo evaṃdhammo evaṃbhāvī evaṃanatīto" ti.'译：'他把自己的身体与之相比：我的身体也有如此肿胀腐烂的性质，也将成为如此肿胀腐烂的尸体，不能超越成为如此肿胀腐烂尸体的性质。'（《中部》1-73，《大念处经》。）瑜伽行者已经在外在尸体上修到初禅或似相以后，若想转入观见自己与他人身体过患的过患随观，也可以这样做。

取外在尸体的不净行相为所缘，修到初禅或似相以后，以智趋向自己的色身，观见自己已经死亡、肿胀腐烂的尸体。看见以后，把修习心安静地贴在自己肿胀腐烂的尸体上，反复观：'uddhumātakaṃ paṭikkūlaṃ

——肿胀腐烂的尸体，可厌。’这样能达到似相，也能达到近行定。对于青瘀尸等其余不净尸，也以同样方法观修。

‘如此者也将如彼，彼者也曾经如此；对于内在与外在之身，应使欲贪消退。’

（《胜利经》。）

这个活着的有识不净身，因为色命根、业生火界与心识这三法尚未消失，所以能行、住、坐、卧；同样，坟场中这具外在不净尸体在未死以前，也因为这三法尚未消失，而曾经能行、住、坐、卧。

现在这具已死的无识尸体，因为这三法已经灭尽、断绝，便不能行、住、坐、卧；同样，这个活着的有识不净身，将来也会因这三法灭尽、断绝而不能行、住、坐、卧。比丘瑜伽行者如此修习，应使对内身、外身的黏著、贪爱与欲贪消退、断除而止息。（《胜利经》，《小部》1-307—308。）依这些指导，能对内、外两方面都如上修习不净的善士，可以继续把不净修习作为过患随观，观见自己与他人身体的过患。

原书 638

已经对外在无识不净尸体修不净直到似相的比丘瑜伽行者，可以取其他令自己常起贪欲的同性或异性活人为所缘，以智趋向、观见这些人有一天将成为肿胀腐烂尸体的性质。由于先前修习强大亲依止力的资助，膨胀尸不净行相不久便会显现于瑜伽行者之智。那时应反复观：‘uddhumātakaṃ paṭikkūlaṃ——肿胀腐烂的尸体，可厌。’

这样可以达到近行定。对其余不净尸也同样观修。应内在、外在轮流而观；观外在时，也应逐人更换。世尊正是针对这样的观法，在《大念处经》中作了如下开示。

巴利经文说：‘Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati.’译：‘如此，或于内身随观身而住，或于外身随观身而住，或于内外身随观身而住。’（《中部》1-73。）持诵《长部》的摩诃尸婆长老说：‘九墓墟是依过患随观而说的。’

（《中部义注》1-305。）

应在内身反复、一再地观膨胀尸不净行相；也应在外身反复、一再地观膨胀尸不净行相；也应在内外两身反复、一再地观膨胀尸不净行相。（《中部》1-73。）摩诃尸婆大长老说，这项指导是把不净修习作为过患随观，教行者观见自己与他人身体的过患。（《中部义注》1-305。）不净修习正是对治贪欲最好的武器；依靠这一修习，可以脱离清粪夫般的生活，可以脱离老、病、死这些大灾难。善士，你的心中具有能从这些——

——痛苦中拔济自己的力量；请把这些力量用在这里。

死随念业处（maraṇassati）

原书第 638 – 640 页

原书 638

死随念业处（maraṇassati）

一个生命范围内的命根断绝，称为‘死’；反复忆念、反复观照这种称为命根断绝的死亡，称为死随念，即死随念业处。

巴利义注说：‘看见各处被杀或自然死亡的有情以后，应忆念自己过去曾见过、原有成就而今已经死亡的有情之死，使念、悚惧与智相应，并以“死亡将会发生”等方法作意。’

（《清净道论》1-223。）

原书 639

义注的意思是：看见各处被杀或自然死亡的有情以后，忆念自己曾经见过、原有成就而今已经死亡的有情之死，使念、悚惧与智相应，依‘死亡将会发生在我身上’等方式作意。如此作意，便是如理作意，是以正确、合乎因理的方法令死随念生起。（《清净道论》1-223。）想依上述义注指导修习死随念业处的瑜伽行者，首先应重新建立自己已经证得的第四禅定。光明变得特别强盛、闪耀明亮时——

——，借助光明，再取自己见过的、与自己同性的不净尸体为所缘。若想继续修不净，就取尸体令人厌恶、可厌的性质为所缘，把不净修到初禅定。然后以智趋向、观见自己的命根断绝而死亡的形象。看见自己已经死亡以后，再取命根断绝这一性质为所缘。看见命根断绝时，可以依下列任一种方式作意：一、‘maraṇaṃ bhavissati——死亡必将发生’；二、‘jīvitindriyaṃ upacchijjissati——命根必将断绝’；三、‘maraṇaṃ, maraṇaṃ——死亡，死亡。’应以正确、合乎因理的方法，令如理作——

——意生起，反复作意‘maraṇaṃ, maraṇaṃ——死亡，死亡’。有些根与智锐利的瑜伽行者，只这样令如理作意生起，不久诸盖便会脱落；以死亡为所缘的念善加安住，达到近行定的死随念业处便会生起。若取命根断绝这一死亡性质为所缘，反复作意‘死亡，死亡’，死随念修习心能贴住所缘而住一小时、两小时，检查禅支时就会看见五禅支清楚显现；不过，这只属于近行禅。命根是胜义法；因为必须以智趋向、观见这一胜义法的断绝——

——，而胜义法甚深，所以只能达到近行定，不能达到安止禅定。

也可以这样作意：一、‘maraṇaṃ me dhuvaṃ——我的死亡是确定的’；二、‘jīvitaṃ me adhuvaṃ——我的生命是不确定的’；三、‘maraṇapariyosānaṃ me jīvitaṃ——我的生命以死亡为终点。’

原书 640

可以选择自己喜欢的任何一种方式作意。如果依上述方式作意仍未成功，就重新建立自己已经证得的第四禅定。与第四禅定相应之智所生的光明闪耀明亮时，再次取外在不净尸体为所缘；然后把智送向自己这一生未来死亡的时刻，以智趋向，一步步向前看，便可能看见自己死亡的形象。

看见以后，取命根断绝的性质为所缘，依上述方法继续修习，便能成功达到近行定。

已获成功的修行次第

原书第 640 – 641 页

原书 640

已获成功的修行次第

以入出息念第四禅、白遍第四禅或光明遍第四禅为基础，借助与第四禅相应之智所生、闪耀明亮的光明，依前文所说的方法修习慈业处、佛随念业处、不净业处与死随念业处这四护卫业处，多数禅修者都获得了显著成功。应在转入毗婆舍那以前、尚未开始色业处与名业处以前，预先修习这四护卫业处。

善士，如果在转入毗婆舍那以前，已经熟练学习十遍、八等至、称为梵住的四梵住，以及佛随念、不净、死随念业处，那就更好，可说好上加好。名业处篇已经用诸表说明存在于每一种业处中的名法；应依这些方法加以摄取，并依特相、作用、现起、近因摄取这些名法。除非想非非想处禅以外，对于本止业处篇所说的一切业处，都应依特相、作用等摄取其中的禅那法。摄取以后，应把这些称为禅那法的禅那名法，依称为理路观的聚——

——思惟法，以及逐法观，把三相提到其上，修习、审察毗婆舍那。

聚思惟：进入地遍初禅。总摄这一初禅等至中意门转向的十二名法，以及每一个速行中的三十四名法，轮流把无常、苦、无我三相提到这些名法上，反复强力修习毗婆舍那。

外在也同样观修。在第二禅等其余诸禅、其余诸遍及其余业处中，也同样观照近行禅那法与安止禅那法。

逐法观：进入地遍初禅。摄取这一初禅等至中意门转向的十二种名法，以及每一个速行中的三十四种——

原书 641

——名法；摄取这些名法，再从中先取出识，轮流把三相提到它上面修观；再取出触，轮流把三相提到它上面修观。

如此逐一取出禅那等至中的每一种名法，把三相提到其上而修观。本止业处篇所说的其余业处，也应以同样方法观照近行禅那法与安止禅那法。

非想非非想处禅的名法，只能用称为理路观的聚思惟法总摄而修观；诸声闻不能依逐法观逐一观照这些非想非非想处禅那法。如果想修习本止业处篇没有说明的其余止业处，应依《清净道论》义注的指导而用功。

如前面观禅篇所说，善士已经对过去、未来、现在三时，内在、外在两相续，也就是三十一界中的连同因法之色名诸行，反复把三相提到其上而修观。若再用聚思惟与逐法观这两种观法，观照本篇所说、称为禅那法的名法，就能随自己的波罗蜜，达到圣道智、果智与涅槃，必定能以圣道智、果智亲证极其寂灭、极其清凉的无为界——寂静界涅槃。那——

——时，应反复进入果定，再试着修习下面殊胜的寂止随念业处。善士将在现法亲自体验安乐住的殊胜妙乐。

寂止随念业处

原书第 642 – 644 页

寂止随念业处

巴利义注说：‘正如六随念，这一随念也只在圣弟子身上才能圆满。虽是如此，尊重寂止的凡夫也应作意；因为即使只是听闻，心也会对寂止生起净信。’佛随念、法随念、僧随念、戒随念、施随念、天随念这六随念，只有圣弟子才能圆满；同样，寂止随念也只有圣弟子才能圆满。虽说只有圣者才能圆满，但敬重涅槃、心倾向涅槃的凡夫，也可以作意寂静界涅槃的寂止功德。确实，即使只是由于曾经听闻，心也会对寂止涅槃生起净信。（《清净道论》1-286。）

巴利经文说：‘诸比丘，无论有为法或无为法，离贪都被宣说为其中最胜，也就是：除去骄醉、止息渴爱、根除执著、截断轮回、爱尽、离贪、灭、涅槃。’

> （《增支部》1-343；《小部》1-254。）

诸比丘，无论是由诸因聚合造作的有为法，还是不由诸因聚合造作的无为法，在这一切有为、无为法中，作为贪及诸杂染法、诸行法断绝与消失之处的无为界——殊胜涅槃，被宣说为最上。

一、除去骄醉（madanimmadana）：令慢等使人陶醉之法失去其作用的涅槃。二、止息渴爱（pipāsavinaya）：令饥渴追求诸欲的爱消失的涅槃。三、根除执著（ālayasamugghāta）：把作为黏著所依的五欲毫无剩余地截断的涅槃。四、截断轮回（vaṭṭupaccheda）：截断三种轮转的涅槃。五、爱尽（taṇhakkhaya）：爱的穷尽之处——涅槃。六、离贪（virāga）：爱消退、离去之处——涅槃。七、灭（nirodha）：爱止息之处——涅槃。八、涅槃（nibbāna）：从称为‘缠结’的爱中出离之处——涅槃。这一殊胜涅槃是无为法；在有为与无为诸法中，它是最殊胜、最高上的法。（《增支部》1-343；《小部》1-254。）殊胜涅槃不由任何因生起，也不是由某一种——

——因造作以后才生起的法；它不由任何因造作而恒常存在，所以称为无为。无为法的——

——功德，上面已经说明八种；殊胜涅槃还有许多其他功德。应从这些功德中选择自己最喜欢的一项为所缘，修习寂止随念业处。修习次第如下。

首先逐级建立定，以趋向果定之心，把三相提到自己喜欢的诸行上而修观。对于过去已经以圣道智、果智亲证涅槃的善士，他的圣果智不久便会取涅槃为所缘。如果他已经多次进入果定，能够以涅槃为所缘，善

巧地进入果定一小时、两小时等，这时便能轻易地以涅槃为所缘而进入果定。从果定出定以后，再取涅槃为所缘，忆念涅槃没有爱——

——，反复观'nibbānaṃ, nibbānaṃ——涅槃，涅槃'。

应努力使修习心安静地贴住涅槃所缘而住一小时、两小时等。若能如此安住，诸盖便会脱落而达到近行定，五禅支也会清楚显现。

由于称为寂止的殊胜涅槃之功德极其甚深，又由于忆念涅槃众多而各别的功德，对涅槃所缘深入胜解、尊重并确信，所以这一禅不能达到安止，只能达到近行，称为近行禅。它由反复忆念寂静界涅槃令爱等烦恼热火寂灭、清凉的寂止功德而生，所以称为寂止随念。（《清净道论》1-285—286。）其余涅槃功德也可以用同样方法取为所缘而观修。

修习寂止随念的瑜伽行者睡得安乐。

他醒来也安乐；诸根寂静，心意寂静，具足惭与愧，令人敬信。由于对涅槃所缘深入胜解、坚定不移地尊重与确信，他的内心倾向崇高；同梵行者尊重他，他也能令同梵行者心中的善法增长。若未能现观更高的圣道、圣果等殊胜法，来世也以善趣为归宿。（《清净道论》1-286。）因此，能为现世与轮回两方面的利益审慎思惟、远见卓识的智者善士，应当依不放逸，以真正不忘失、不轻忽的态度，修习清净高贵的圣者对于称为寂止的——

——殊胜涅槃——一切热恼寂灭清凉之处——所作的反复忆念，即寂止随念。

> （《清净道论》1-286。）

诸圣者进入果定，受用、体验殊胜涅槃从一切热恼中彻底寂灭、彻底清凉的寂静乐之殊妙滋味；他们又取殊胜涅槃从一切热恼中彻底寂灭、彻底清凉的寂止功德为所缘，以寂止随念业处修习，再度体验这种极其寂灭、极其清凉的殊胜安乐。他们从毫无坚实可得的身体中，提取止与观修习的精髓，受用寂静乐、寂止乐的殊妙滋味；寂灭之中更加寂灭，清凉之中更加清凉。

愿善士也以佛陀等诸圣者为榜样，从这毫无坚实可得的身体中，提取止、观修习的精髓；愿你进入果定，受用、体验殊胜涅槃从一切热恼中彻底寂灭、彻底清凉的寂静乐之殊妙滋味；愿你又取这一寂静乐涅槃令一切热恼寂灭清凉的寂止功德为所缘，修习寂止随念业处，受用寂灭之中更加寂灭、清凉之中更加清凉的殊胜寂止乐。

止业处篇完。

《趣向涅槃之道》第五册完。

佛历二五三八年；缅历一三五六年，比亚杜月上弦七日，星期六下午四时完成。帕奥禅师，于制多罗山寺（帕奥禅林）。

原书索引

〔အ〕

原书第 645 – 647 页

〔 အ 〕

အကျိုးအာနိသင် (၈)ပါးဖြင့် ခြံရုံအပ်သော ဘင်္ဂါနုပဿနာ ဉာဏ်	具八种功德利益的坏灭随观智	308
အကျိုးဝုဏ်အင် အာနိသင်	利益与功效	295、266、541
အကျုံးဝင်နိုင်ပုံ	如何摄入	44
အကြောင်း ဥပါယ်တံမျဉ့်	善巧方便	7
အခက်အခဲတစ်ရပ်	一项困难	68
အချင်းချင်း ထောက်ဆ၍ ထောက်ဆ၍ သြဠာရိုက သုခုမ ယူပုံ	相对再相对地分别粗受与细受	40
အချို့သော ယောဂါဝစရ ပုဂ္ဂိုလ်များ၌ ဖြစ်တတ်ပုံ	某些瑜伽行者可能出现的情形	587
အချုပ်မှတ်သားရန်	应当总结记住	285
အဃတော	以恶观（aghato）	85
အဃမူလတော	以恶之根观（aghamūlato）	92
အစောင့်လေးပါး ကမ္မဋ္ဌာန်း	四护卫业处	543
အဆင့်ဆင့် သာလွန်မြင့်မြတ်ပုံ	逐层超胜的方法	614
အဇ္ဈတ္တဒုက္ခသုတ္တန်	《内苦经》	10
အဇ္ဈတ္တာနတ္တသုတ္တန်	《内无我经》	10
အဇ္ဈတ္တာနိစ္စသုတ္တန်	《内无常经》	10
အဇ္ဈတ္တံ ရူပသညီ - ဟု ဟော တော်မူခြင်း	为何宣说‘内有色想’	570
အဋ္ဌ အာကာရ = အဋ္ဌကောဋ္ဌိက- သုညတာနုပဿနာ	八行相（八端）空随观	354
အဋ္ဌကထာကြီးများ၏ သတ်မှတ်ချက်	大义注的规定	73
အဋ္ဌကထာကြီးများနှင့် နီးနော မိပါသည်	与诸大义注相契合	234
အဋ္ဌကထာဆရာတော်တို့ နှစ်သက်တော်မူသော ဝါရ	义注诸师所认可的阶段详解	416、419
အဋ္ဌသာလိနီ အဋ္ဌကထာ၏ သုံးသပ်ချက်	《殊胜义注》的审察	415
အဋ္ဌိက	骸骨尸（aṭṭhika）	635
အတ္တ	我（atta）	49
အတ္တ အတ္တနိယ သုညတ	我与我所空	352
အတမ္မယတာ	不由彼所成（atammayatā）	437
အတာဏတော	以无保护观（atāṇato）	90
အတိပ္ပိယသဟာယက	极亲爱友（atippiyasahāyaka）	618
အတိဟရဏ	前送（atiharaṇa）	137
အတိတ်၊ အနာဂတ်၊ ပစ္စုပ္ပန်	过去、未来、现在	58
အတိတ် အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန် ကာလသုံးပါး၌ ဝိပဿနာရှုပုံ	在过去、未来、现在三时修习毗婆舍那的方法	22
အထူးသတိပြုရန်အချက်	一项特别应注意的要点	22、580
အထက်မဂ် သုံးပါးတို့ ပဝတ္တမှ ထပုံ	上三道如何从转起出起	453
အဒ္ဓါပစ္စုပ္ပန်	一期现在	101
အဒ္ဓုဝတော	以不恒观（addhuvato）	78
အဓိဋ္ဌာယကအတ္တ	主宰者我	16
အဓိပညာဓမ္မဝိပဿနာ	增上慧法观	165、517
အဓိပတေယျဋ္ဌ	增上义	509
အဓိပ္ပါယ်ယူဆပုံ	释义方式	175
အဓိမောက္ခ = သဒ္ဓါဓိမောက္ခ	胜解（信胜解）	259
အနတ္တ အခြင်းအရာ	无我相	134
အနတ္တတော	以无我观（anattato）	97

အနတ္တလက္ခဏသုတ္တန် ဒေသနာတော်	《无我相经》教说	112
အနတ္တလက္ခဏသုတ္တန် ဒေသနာတော် မြန်မာပြန်	《无我相经》教说缅译	114
အနတ္တလက္ခဏာ	无我相	15
အနတ္တလက္ခဏာ (၅) ချက်	无我相的五种行相	96
အနတ္တဟု ရှုပုံ	观为无我的方法	346
အနတ္တာ အသာရကဋ္ဌေန	无我：无实质义（anattā asārakaṭṭhena）	49
အနတ္တာနုပဿနာဉာဏ်	无我随观智	516
အနတ္တာနုပဿနာ = သုညတ ဝိမောက္ခ	无我随观与空解脱	377
အန္ဓကာရ	黑暗（andhakāra）	401
အနန္တအာကာသ	无边虚空	602
အနာသဝဝေဒနာ	无漏受	39
အနိစ္စအခြင်းအရာ	无常相	131
အနိစ္စတော	以无常观（aniccato）	77
အနိစ္စလက္ခဏာက စ၍ ရှုပုံ	从无常相开始观修的方法	13
အနိစ္စလက္ခဏာ (၁၀)ချက်	无常相的十种行相	76
အနိစ္စသုတ္တန်	《无常经》	129
အနိစ္စဟု ရှုပုံ	观为无常的方法	344
အနိစ္စာနုပဿနာ = အနိမိတ္တဝိမောက္ခ	无常随观与无相解脱	374
အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်	无常随观智	516
အနိစ္စာနုပဿနာ ပရိယာယ်	无常随观的理路	51
အနိစ္စာနုပဿီ	随观无常	322、326
အနိစ္စံ	无常（anicca）	51
အနိဿိတဝဏ္ဏ	非根系属色	143
အနိမိတ္တာနုပဿနာ	无相随观	161、517
အနုပဒဓမ္မဝိပဿနာ	逐法观	110、457
အနုပါဒိန္နက ပက္ခ	未被执受分（anupādinnaka-pakkha）	59
အနုပါဒိန္နက ဝုဋ္ဌာန = အနုပါဒိန္နက ခန္ဓာအစဉ်မှ ထပုံ	从无执受诸蕴相续出起（anupādinnaka-vuṭṭhāna）	448
အနုပ္ပါဒနိရောဓ	不再生起之灭	196
အနုလောမပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်	顺缘起	239
အနုလောမိကာခန္တိ	随顺忍	129、130
အနုလုံ	随顺	434
အနုလုံ ဂေါတြဘု ဝေါဒါန်	随顺、种姓与净化	442
အနောဓိသောဖရဏာ မေတ္တာ	无限定遍满慈	623
အန္ဝယဉာဏ်ဖြင့် မှန်းဆရှုပုံ	以类智推度观照的方法	297
အနှစ်တစ်ရာဟူသည်	所谓一百年	135
အပ္ပဏိဟိတ အမည်ရပုံ	如何得名为无愿	381
အပ္ပဏိဟိတာနုပဿနာ	无愿随观	161、164、517
အပ္ပနာကမ္မဋ္ဌာန်း	安止业处（appanā-kammaṭṭhāna）	544
အပ္ပမညာတရား (၄) ပါး	四无量	3
အပ္ပိစ္ဆပုဂ္ဂိုလ်	少欲者	D、K
အပ္ပိယပုဂ္ဂလ	不喜爱者	616
အပရိဇာနနသုတ္တန်	《不遍知经》	106
အဖြစ်သက်သက် ရှုနည်း	唯观生起的方法	197
အဗ္ဘုတဓမ္မ	未曾有法（abbhutadhamma）	427
အဘိနိဝေသနှင့် ဝုဋ္ဌာန အမျိုးအစား	起观与出起的类别	391
အဘိပ္ပမောဒယံ စိတ္တံ	令心欢悦（abhippamodayaṃ cittaṃ）	316
အဘိဘာယတနဈာန်	胜处禅	562
အမတဋ္ဌ	不死义	507
အမတရသံ ကာယဂတာသတိ ဘောဇနံ	具有不死甘露味的身至念食物	402
အမှတ် (၁) ပုဂ္ဂိုလ်	第一类人	566
အမှတ် (၂) ပုဂ္ဂိုလ်မှ အမှတ် (၈) ပုဂ္ဂိုလ်	第二类人至第八类人	568
အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ဆိုက်ရောက်တော်မူပုံ	如何证得阿罗汉果	61
အရဟတ္တမဂ်ကို ရရှိမည့် အချိန်	获得阿罗汉道的时间	193
အရိယပုဂ္ဂိုလ် (၇) မျိုး - ဝေဖန်ပုံ	七类圣者的分别方式	384
အရိယမဂ်ခဏ၌ ဗောဓိပက္ခိယတရား (၃၇) ပါး ဖြစ်ပုံ	圣道刹那中三十七菩提分法如何生起	479
အရိယမဂ်ဉာဏ်၏အမည်များ ရရှိပုံ	圣道智如何获得名称	422
အရိယမဂ်တရားက ပယ်ရှားသည့်ကိလေသာ	圣道所断的烦恼	490

အရိယမဂ် ဟုတ်သည် မဟုတ်သည်ကို ပိုင်းခြားမှတ်သားခြင်း	辨别圣道与非圣道	263
အရူပနိဗ္ဗတ္တိပဿနာကာရ	观见非色法生起的方式	106
အရူပသတ္တက ဝိပဿနာ ရှုနည်း	非色七法观法	144
အရူပဿ နိဗ္ဗတ္တိ	非色法的生起（arūpassa nibbatti）	108
အရေးအကြီးဆုံးသော အချိန်	最重要的时刻	362、426
အရိုးစုကမ္မဋ္ဌာန်း	骸骨业处	557
အရိုးစု ကမ္မဋ္ဌာန်း (၂) မျိုး	两种骸骨业处	560
အရှင်အဿဇိမထေရ်	阿说示长老	120
အရှင်အာနန္ဒာကိုယ်တော်မြတ်ကြီး	阿难大长老	121
အရှင်ပုဏ္ဏ	富楼那长老	121
အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်မထေရ်မြတ်ကြီး	摩诃目犍连大长老	119
အရှင်သာရိပုတ္တရာကိုယ်တော်မြတ်ကြီး	舍利弗大长老	120
အရှည်တည်တံ့ရန် အကြောင်း သုံးမျိုး	使果定长久持续的三种因缘	531
အလေဏတော	以无避难观（aleṇato）	91
အလင်းရောင်ကသိုဏ်း	光明遍	597
အလုပ်အကျွေး သာမဏေ	侍者沙弥	554
အဝသဝတ္တနဋ္ဌေန အနတ္တာ	因不随欲而无我	153
အဝသဝတ္တိတော	以不随意而转观（avasavattito）	134
အဝသဝတ္တိဘာဝ	不受支配（avasavattibhāva）	242
အဝါရောင်ကသိုဏ်း	黄遍	589
အဝိဇ္ဇာနိရောဓာ ရူပနိရောဓော	由于无明止息，色止息	193
အဝိဇ္ဇာနှင့် ဝိဇ္ဇာ	无明与明	460
အဝိညာဏကအသုဘ	无识不净	62
အဝိညာဏက အသုဘ ကမ္မဋ္ဌာန်း (၁၀)မျိုး	十种无识不净业处	635
အသင်္ခတဋ္ဌ	无为义	507
အသရဏတော	以无归依观（asaraṇato）	91
အဿာမိကတော	以无主观（assāmikato）	134
အသာရကတော	以无实质观（asārakato）	79
အသိစိတ် မချုပ်ပါ	心识并未灭尽	528
အသိဉာဏ်၌ မထင်လာသော တရားများ	智中未显现的诸法	127
အသုစိ	不净（asuci）	71
အသုဘ	不净（asubha）	62
အသုဘ ဘာဝနာ	不净修习	58
အသုဘဟု ရှုပုံ	观为不净的方法	346

〔အာ〕 – 〔ဥ〕

原书第 647 – 648 页

〔 အာ 〕

အာကာသကသိုဏ်း	限定虚空遍	599
အာကာသာနဉ္စာယတနစျာန်	空无边处禅	601
အာကိဉ္စညာယတနစျာန်	无所有处禅	607
အာဂမန	来路（āgamana）	422
အာဒါနနိက္ခေပနအားဖြင့် ရှုနည်း	依受取与舍弃观法	131
အာဒီနဝတော	以过患观（ādīnavato）	92
အာဒီနဝါနုပဿနာ	过患随观	71、637
အာဒီနဝါနုပဿနာဉာဏ်	过患随观智（ādīnavānupassanā-ñāṇa）	334、517
အာနန္ဒသုတ္တန် ဒေသနာတော်	《阿难经》教说	121
အာနန္ဒသုတ္တန် မြန်မာပြန်	《阿难经》缅译	121
အာနာပါနဿတိ၏ အကျိုးဂုဏ်အင် အာနိသင်	入出息念的功德与利益	537
အာပေါကသိုဏ်း = ရေကသိုဏ်း	水遍	594
အာဗာဓတော	以疾观（ābādhato）	87

အာယတန (၁၂) ပါးနည်း	十二处法观法	52
အာယူဟနဋ္ဌ	积集义（āyūhanaṭṭha）	504
အာရမ္မဏ	所缘（ārammaṇa）	422
အာလောကကသိုဏ်း	光明遍	597
အာဝဇ္ဇနဗလ	转向之力	302
အာဝဇ္ဇနပေက္ခာ	转向舍	260
အာဝဇ္ဇန်း၏ ထက်မြက်မှု	转向的敏锐性	261
အာဝေဏိက	独有（āveṇika）	513
အာဟာရမယရုပ် - ရူပနည်း	食所成色观法	139

〔 ဣ 〕

ဣတိဝုတ္တက	如是语（itivuttaka）	427
ဣတ္ထိဘာဝ	女根色	30
ဣဒ္ဓိပါဒ် လေးပါး	四神足	476
ဣန္ဒြေ ငါးပါး	五根	477
ဣန္ဒြေထက်မြက်ကြောင်း တရား (၉) ပါး	令诸根锐利的九法	101
ဣရိယာပထ - ရူကွက်	威仪观法	276、328、363

〔 ဤ 〕

ဤတိတော	以灾厄观（ītito）	88
ဤ၌ ဆိုလိုသော သဘောတရား	此处所说的含义	173

〔 ဥ 〕

ဥဂ္ဂဟနိမိတ်	取相	555
ဥဏှ	炎热（uṇha）	401
ဥတုဇဩဇဋ္ဌမကရုပ်	时节生食素八法聚	601
ဥတုမယရုပ် - ရူပနည်း	时节所成色观法	140
ဥဒယတ္ထဂါမိနိဉာ	能够通达生起与灭没的慧	I
ဥဒယဗ္ဗယ အကျယ် ရှုပွား နည်း	生灭广观法	187
ဥဒယဗ္ဗယဒဿန (၂) မျိုး	两种生灭观	167
ဥဒ္ဓရဏ	抬（uddharaṇa）	137
ဥဒ္ဓုမာတက	膨胀相（uddhumātaka）	635
ဥဒါန	自说（udāna）	427
ဥပက္ကိလေသ	观随烦恼（upakkilesa）	1
ဥပက္ကိလေသနှင့် ဥပက္ကိလေသဝတ္ထု	观随烦恼与观随烦恼所依	262
ဥပက္ကိလေသမှ လွတ်မြောက်သွားသော ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်	摆脱观随烦恼的生灭智	267
ဥပစာရ	近行（upacāra）	434
ဥပစာရဘာဝနာနိုး	近行业处	544
ဥပဋ္ဌာန = ဝိပဿနာသတိ	现起：观之念	259
ဥပထ္ထမ္ဘကအကြောင်း	助成缘之理	80
ဥပတိဿပရိဗိဇ်ာ	优波提舍游行者	120
ဥပဒ္ဒဝတော	以祸患观（upaddavato）	87
ဥပမာ (၁၂) ရပ်	十二种譬喻	397
ဥပမာ ဥပမေယျ နှိုးနှောချက်	能喻与所喻的配合	500
ဥပသဂ္ဂတော	以灾患观（upasaggato）	89
ဥပသမဂုဏ်	寂止功德	644
ဥပသမသုခ	寂止乐	644
ဥပသမာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း	寂止随念业处	642
ဥပါဒါယုပါဒါယ	相对再相对（upādāyupādāya）	32
ဥပါဒိန္နက ဝုဋ္ဌာန = ဥပါဒိန္နက ခန္ဓာအစဉ်မှ ထပို	从已被执受诸蕴相续出起（upādinnaka-vuṭṭhāna）	449
ဥပါယာသဓမ္မတော	以恼法观（upāyāsadhammato）	95
ဥပ္ပါဒ - ဌိတိ - ဘင်္ဂ	生起、住立与转起	279
ဥပ္ပါဒနိရောဓ	生起后之灭（uppāda-nirodha）	196
ဥပ္ပါဒဝယပဋိပီဠနဋ္ဌေန ဒုက္ခာ	因受生灭逼迫而苦	155
ဥပေက္ခာ	舍受（upekkhā）	260
ဥပေက္ခာဘာဝနာ	舍修习	629

ဥပါဒ်-ဌိ-ဘင်	生起—住立—坏灭（uppāda-ṭhiti-bhaṅga）	25
ဥဘတောဘာဂဝိမုတ္တ	俱分解脱	387
ဥဘတောဝုဋ္ဌာန - မဂ်ဉာဏ်	从两面出起：道智	485

〔ဧ〕 - 〔ခ〕

原书第 648 – 649 页

〔 ဧ 〕

ဧကဂ္ဂတာ	一境性（ekaggatā）	558
ဧကတ္တ	同一（ekatta）	509
ဧကတ္တနည်း	同一理路	146、240
ဧကဒေသ	一部分（ekadesa）	24
ဧကပဋိဝေဓဒဿန	一次通达之见	510
ဧကဗီဇီ	一生种预流者	450
ဧကာသညာ	一想	540
ဧကာဝဝတ္ထာန	一分别	540
ဧဝံဓမ္မတာနည်း	如是法性理路	242

〔 ဩ၊ ဩော် 〕

ဩကာသ	位置（okāsa）	555
ဩဒါတကသိဏ်း	白遍	572
ဩဒါတံ	白（odāta）	567
ဩဓိသောဖရဏာ မေတ္တာ ဧစေတောဝိမုတ္တိ (၇) မျိုး	有限定遍满慈心解脱的七种	624
ဩဘာသ = အရောင်အလင်း	光明（obhāsa）	1、251
ဩဠာရိက	粗显（oḷārika）	29
ဩဠာရိကရုပ် - သုခုမရုပ်	粗色—细色	29
ဩဠာရိက ဝေဒနာ - သုခုမ ဝေဒနာ	粗受—细受	34
ဩဠာရိက သုခုမ ခွဲပုံ	粗细分别法	41
ဩော်မြင်မှု ရရှိနေသော ကျင့်စဉ်	已获成功的修行次第	640

〔 က 〕

ကဏှသပ္ပ = မြွေဟောက်	眼镜蛇（kaṇhasappa）	398
ကမ္မဋ္ဌာန်း (၄၀)	四十种业处	540
ကမ္မဋ္ဌာန်း အမျိုးအစား	业处的种类	540
ကမ္မဇရုပ် - ရှုနည်း	业生色观法	140
ကရဇကာယ	所生身（karaja-kāya）	601
ကရုဏာဘာဝနာ	悲修习	627
ကလာပအားဖြင့် ရှုနည်း	聚观法	144
ကလာပသမ္မသန	聚思惟（kalāpasammasana）	101、110、120
ကလာပသမ္မသန ဓေါနယ ဝိပဿနာ	聚思惟，又称理路观	1
ကဿစိ ကိဉ္စနတသ္မိံ	我不属于任何人的任何所有物	351
ကသိဏဖုဋ္ဌောကာသ	遍所触及的虚空	603
ကသိဏဝိဝိတ္တာကာသ	离开遍的虚空	603
ကသိဏုဂ္ဃဋိမာကာသ	撤除遍后获得的虚空	603
ကာယအကြည်	身净色	29
ကာယဂတာသတိသုတ္တန်	《身至念经》	72
ကာယဝိဝေက	身远离	E
ကာယသက္ခီ	身证	387
ကာယာနုပဿနာ	身随观	21、55
ကာယိကဒုက္ခဝေဒနာ	身苦受	133
ကာယိကသုခဝေဒနာ	身乐受	133
ကာရကအတ္တ	能作者我	15

ကာလကတ	亡者（kālakata）	618
ကိလေသာ ခေါင်းပါးမှု	烦恼的稀薄	469
ကုက္ကုစ္စ	恶作	B
ကုဋေတစ်သိန်း	十万俱胝	105、132
ကေစိဝါဒကို ချေပချက်	驳斥某些人的主张	527
ကောဋ္ဌာသ	三十二身分	545
ကောလံကောလ	家家预流者	450
ကောင်းကင်ကသိုဏ်း	限定虚空遍	599
ကိ သုကောပမသုတ္တန်ံ	《紧叔迦譬喻经》	396
ကိုယ့်တွက်ကိုယ်တာ ကျင့်ကြံပါ	为自己躬行实践	100
ကြောက်မက်ဖွယ် ဘယသတောအားဖြင့် ထင်ပုံ	如何以可怖性显现	332
ကြွ - ဆောင် - လွှဲ - လွှတ် - ချ - ဖိ	“举—进—移—下—置—压。”	137
ကြွင်းဥပမာ (၆) ရပ်	其余六种譬喻	401

〔ခ〕

ခဏတော ဥဒယဒဿန	依刹那见生	237
ခဏတော ဥဒယဗ္ဗယဒဿန	依刹那观生灭	F
ခဏတော ဝယဒဿန	依刹那见灭	237
ခဏပစ္စုပ္ပန်	刹那现在	101
ခဏဘင်္ဂိဓောဓ	刹那坏灭	197
ခဏိကအားဖြင့် ရှုနည်း	刹那观法	149
ခန္ဓာ (၅) ပါး ရှုနည်း	五蕴观法	25
ခန္ဓာအစဉ်မှ ထပုံ	从诸蕴相续出起	448
ခယဒဿန	见灭观	102
ခယဓမ္မံ	尽法	51
ခယဝယဒဿန	见灭尽与变坏	104
ခယာနုပဿနာ	灭尽随观	159
ခယာနုပဿနာဉာဏ်	灭尽随观智	516
ခိပ္ပါဘိညာ	速通达	415
ခုဒ္ဒ	饥饿（khudda）	401
ခုနစ်ဘဝ အယူအဆ	七生说	449
ချုပ်မှုဟူသည်	所谓灭	283
ဆွဲနိုင် ပယ်နိုင်သည်	能够远离、舍断	300
ခြွင်းချက် အနည်းငယ်	少数例外	67

〔၁〕 - 〔၉〕

原书第 649 – 650 页

〔ဂ〕

ဂဏ္ဍတော	以痈观（gaṇḍato）	85
ဂတပစ္စာဂတိက ဝတ်	往返业处行持	125
ဂန္ဓာရုံ	香所缘	20
ဂါထာ	偈颂（gāthā）	427
ဂါဟတရား	执取法	262
ဂိရိမာနန္ဒသုတ္တန်	《吉利摩难经》	62
ဂေယျ	应颂（geyya）	427
ဂေါတြဘုဉာဏ်	种姓智	484
ဂေါ = နွား	牛	400

〔ဃ〕

ဃရံ = အိမ်	房屋	399
ဃာနအကြည်	鼻净色（ghāna-pasāda）	29

〔 ငြ 〕

ငြိမ်နေတတ်ပုံ	心如何安住不动	361

〔 စ 〕

စက္ခုအကြည်	眼净色（cakkhu-pasāda）	29
စက္ခုဒ္ဝါရဝီထိ - မဟာကုသိုလ် ဒုတိယဇော	眼门心路：大善第二速行	209
စက္ခုဝိညာဏ် - ရူပက္ခန္ဓာ၌ ဝယရှုပုံ	眼识：色蕴的灭观法	214
စက္ခုဝိညာဏ် - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	眼识：识蕴的生起观法	206
စက္ခုဝိညာဏ် - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၌ ဝယရှုပုံ	眼识：识蕴的灭观法	216
စက္ခုဝိညာဏ် - ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	眼识：受蕴的生起观法	205
စက္ခုဝိညာဏ် - ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၌ ဝယရှုပုံ	眼识：受蕴的灭观法	214
စက္ခုဝိညာဏ် - သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	眼识：行蕴的生起观法	206
စက္ခုဝိညာဏ် - သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ ဝယရှုပုံ	眼识：行蕴的灭观法	215
စက္ခုဝိညာဏ် - သညာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	眼识：想蕴的生起观法	205
စက္ခုဝိညာဏ် - သညာက္ခန္ဓာ၌ ဝယရှုပုံ	眼识：想蕴的灭观法	215
စတုကောဋိကာ သုညတာနုပဿနာ	四端空随观	350
စတုတ္ထ စတုက္က	第四组四法	321
စတုတ္ထဈာန်သို့	趋向第四禅	585
စတုတ္ထမဂ်ဖိုလ် = အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်	第四道果（阿罗汉道果）	472
စတုတ္ထ - လက္ခဏပဋိဝေဓဝါရ	四、三相通达阶段	418
စတုရာရက္ခ ကမ္မဋ္ဌာန်း	四护卫业处	543
စတုသန္တတိရုပ်	四相续色	139
စရိုက်နှင့် လျော်စွာ ဟောကြားတော်မူပုံ	随顺性行而宣说	569
စလတော	以动摇观（calato）	78
စလံ	动摇（cala）	77
စိတ္တ ပဋိသံဝေဒီ	觉知心	314、315
စိတ္တဝိဝေက	心远离	E
စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ	心清净（citta-visuddhi）	E
စိတ္တသင်္ခါရ ပဋိသံဝေဒီ	觉知心行	313、314
စိတ္တသမုဋ္ဌာန်ရုပ်	心所生色（citta-samuṭṭhāna-rūpa）	139
စိတ္တသမုဋ္ဌာန်ရုပ် - ရှုနည်း	心生色观法	140
စိတ္တာနုပဿနာ	心随观（cittānupassanā）	21、55
စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်	心随观念处	57
စီဝရသန္တောသ	衣知足	C
ရူဠရာဟုလောဝါဒသုတ္တန်	《教诫罗睺罗小经》	53
ဧတေတိယပဗ္ဗတဝါသီ မဟာတိဿထေရ်	制底山住摩诃帝须长老	60
ဧတေတောဝိမုတ္တိ	心解脱	623、624、625
ဧစာနာဖွယ် အချက်များ	应予诘问的要点	510
စဉ်းစားရန် အချက်များ	应思考的要点	172
စိတ်ဓာတ်၏ ထက်မြက်သော စွမ်းအင်သတ္တိ	心的锐利力量	549
စိတ်တစ်ခုတည်းကိုပင် ရှုရမည်လော?	是否只应观一个心	321

〔 ဆ 〕

ဆကောဋိက - ဆဟာကာရ-သုညတာနုပဿနာ	六端（六行相）空随观	353

〔 ဇ 〕

ဇနကအကြောင်း	能生因之理	80
ဇရာ	老（jarā）	71
ဇရာဓမ္မတော	以老法观（jarādhammato）	94
ဇာတက	本生（jātaka）	427
ဇာတိ = ဇာတ်၏ အစွမ်းဖြင့် သြဠာရိက သုခုမ ဖြစ်ပုံ	依种类分别粗细	34
ဇာတိဓမ္မတော	以生法观（jātidhammato）	94
ဇိဝှါအကြည်	舌净色（jivhā-pasāda）	29
ဇီဝိတနဝကကလာပ်	命根九法聚	21
ဇီဝိတိန္ဒြေ	命根（jīvitindriya）	638

〔ဈ〕 - 〔ဒ〕

原书第 650 – 651 页

〔ဈ〕

ဈာနလာဘီ	得禅者（jhānalābhī）	6
ဈာနဝိဘင်းအဖွင့်	禅分别义注	235
ဈာန်အင်္ဂါ ငါးပါး	五禅支	558、583、619

〔ဉ〕

ဉာဏ	能知（ñāṇa）	286
ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိနိဒ္ဒေသ	智见清净释	463
ဉာဏ = ဝိပဿနာဉာဏ်	智：观智	256
ဉာတ	所知（ñāta）	286
ဉာတပရိညာ	知遍知（ñāta-pariññā）	513
ဉာဏ် (၁၀) ပါး	十种智	339
ဉာဏ်၏ အာနုဘော် ကြီးမားပုံ	智的威力何其强大	108

〔တ〕

တတိယ စတုက္က	第三组四法	314
တတိယဈာန်သို့	趋向第三禅	585
တတိယထွေရဝါဒ	第三长老说	409
တတိယ - ပစ္စယပရိဂ္ဂဟ ဝါရ	三、缘摄受阶段	418
တတိယမဂ်ဉာဏ်ပိုင်း	第三道智篇	471
တထာဂတ အမည်ရတော်မူခြင်း	如来之所以得名	J
တဒါရုံ	彼所缘	147、148
တဒင်္ဂနိရောဓ	彼分灭	196
တဒင်္ဂပဟာန်	彼分断	325、516
တယော ဥပဋ္ဌာနေ	三种现起	306
တရားကိုယ် အနက် သဘောတူသော ဉာဏ်သုံးပါး	法体意义相同的三种智	341
တရားကိုယ် ကောက်ယူပုံ	摄取法体的方法	481
တရုဏဝိပဿနာ	初步观（taruṇa-vipassanā）	148
တရုဏ ဝိပဿနာဉာဏ်	初步观智	245
တိက္ခပညာပုဂ္ဂိုလ်၏ သောတာပတ္တိမဂ္ဂဝီထိ	利慧者的入流道心路	389
တိပိဋကစူဠနာဂမထေရ်	三藏小龙长老	405
တိပိဋကစူဠနာဂမထေရ်၏ဝါဒ၌ စိစစ်ချက်	三藏小龙长老之说的审察	410
တိပိဋကစူဠဘယမထေရ်	三藏小无畏长老	405
တိပိဋကစူဠဘယမထေရ်၏ဝါဒ၌ စိစစ်ချက်	三藏小无畏长老之说的审察	413
တီရဏ ပရိညာ	审察遍知	513
တုစ္ဆတော	以虚观（tucchato）	98

တူညီပုံကို ဤသို့ သဘောပေါက်ပါ	应如此理解二者同义	185
တေဇော	火（tejo）	596
တေဇောကသိဏ်း	火遍	595
တေပရိဝဋ္ဋဓမ္မ	三轮法	124
တေဘူမက ကမ္မဋ္ဌာနိက ပုဂ္ဂိုလ်ဖြတ်ကြီး	以三界法为业处的大长老	395
တော (၄၀) ရှုကွက်	四十行相	76
တစ်ကြိမ်သာပြန်လာသူ	只回来一次者（一来者）	470
တဇ္ဇာပညတ်	依彼所立概念（tajjā-paññatti）	273
တွန့်လိပ်သော စိတ်ထားရှိသူ	心从诸有退缩者	404

〔 ထ 〕

ထင်ရှားရာ လွယ်ကူရာက စပါ	从明显、容易者开始	6
ထပ်မံ ရှင်းလင်းချက်	进一步说明	231、451

〔 ဒ 〕

ဒန္ဓာဘိညာ	迟通达	415
ဒသဟာကာရ = ဒသကောဋိက သုညတာနုပဿနာ	十行相（十端）空随观	354
ဒဿနဋ္ဌ	见义	509
ဒဿနသစ္ဆိကိရိယာ	见作证	519
ဒသုတ္တရသုတ္တန်	《十上经》	441
ဒါရက = သူငယ်	幼童	401
ဒိဋ္ဌ - အဒိဋ္ဌ တရား	现见法与未现见法	320
ဒိဋ္ဌဥ္ဇုဂ္ဂါဒြန်	破除见	152
ဒိဋ္ဌဥ္ဇုဂ္ဂါဒြန = ဒိဋ္ဌကို ခွာသော အားဖြင့်ရှုနည်း	破除见观法	151
ဒိဋ္ဌပတ္တ	见至	387
ဒိဗ္ဗစက္ခုအဘိညာဏ်	天眼通智（dibbacakkhu-abhiññā）	A、B
ဒိသ	方向（disā）	555
ဒိသာကာက - ကျီး	方向乌鸦（disākāka）	372
ဒိသာဖရဏာ မေတ္တာ	方位遍满慈	625
ဒီဃဘာဏက	持诵《长部》者	65
ဒုက္ခအခြင်းအရာ	苦相	133
ဒုက္ခတော	以苦观（dukkhato）	82
ဒုက္ခဒုက္ခ	苦苦	15、50、133
ဒုက္ခပဋိပဒါ	苦行道	415
ဒုက္ခလက္ခဏာ	苦相	15
ဒုက္ခလက္ခဏာ (၂၅) ချက်	苦相的二十五种行相	81
ဒုက္ခသစ္စာ	苦谛	237
ဒုက္ခသစ္စာအနက် (၄) ချက်	苦谛四义	501
ဒုက္ခ - သာမိသ - သခ်ါရ	苦、有爱染与诸行	337
ဒုက္ခတု ရှုပုံ	观为苦的方法	344
ဒုက္ခာနုပဿနာဉာဏ်	苦随观智（dukkhānupassanā-ñāṇa）	23、516
ဒုက္ခာနုပဿနာ = အပ္ပဏိဟိတဝိမောက္ခ	苦随观与无愿解脱	376
ဒုက္ခာ မုစ္စန္တု	愿诸有情脱离痛苦	629
ဒုက္ခံ ဘယဋ္ဌေန	因可怖畏之义而苦	49
ဒုဂ္ဂန္ဓ	恶臭（duggandha）	71
ဒုတိယ စတုက္က	第二组四法	310
ဒုတိယဈာန်သို့	趋向第二禅	584
ဒုတိယထွေရဝါဒ = သမ္မသိတဈာနဝါဒ	第二长老说：所观禅说	408
ဒုတိယ - နာမရူပဝဝတ္ထာပနဝါရ	二、名色分别阶段	417
ဒုတိယမဂ်ဉာဏ်ဝိုင်း	第二道智篇	469
ဒုဗ္ဗလဘာဇနူပမာ	弱器皿譬喻	310
ဒူရ	远（dūra）	29
ဒူရရုပ် - သန္တိကရုပ်	远色—近色	31
ဒူရ - သန္တိက = အဝေး - အနီး	远受—近受	43
ဒွါဒသာကာရ အာကာရ-သုညတာနုပဿနာ	四十二行相空随观	356
ဒွါဒသဟာကာရ သုညတာနုပဿနာ	十二行相空随观	355
ဒွါရ (၆) ပါး	六门	2

ဒွိကောဋိကာ သုညတာနုပဿနာ	二端空随观	349

〔ခ〕 – 〔ပ〕

原书第 651 – 653 页

〔ခ〕

ဓမ္မဋ္ဌိတိဉာဏ်	法住智	439、440
ဓမ္မတာရုပ် - ရူပနည်း	自然色观法	143
ဓမ္မာနုပဿနာ	法随观	55
ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်	法随观念处	22、57
ဓမ္မာနုသာရီ	随法行	387
ဓမ္မာရုံ	法所缘	20
ဓာတုဝိဘင်္သုတ္တန်	《界分别经》（Dhātuvibhaṅga Sutta）	72、551
ဓုဝသညာ	恒久想	160
ဓာတ် (၁၈) ပါးနည်း	十八界法观法	52
ဓာတ်လွန် - ဓာတ်ယုတ်	界增与界减	138

〔န〕

နဓ (မမ) ကွဓနိ	我的任何处都没有	352
နတ္ထိ	不存在（natthi）	607
နန္ဒကောဝါဒသုတ္တန်၌	《教难陀迦经》	409
နမေသော အတ္တာ	这不是我的自我	124
နယဝိပဿနာ	理路观	110
နဝသိဝထိကပဗ္ဗ	九墓地品	70
နာနတ္တနည်း	相异理路	240
နာနာဒိဋ္ဌိသု	于种种见	308
နာမရူပဝဝတ္ထာနဉာဏ်	名色分别智	126
နာတံ ကွဓနိ	我不在任何处	351
နိကန္တိပရိယာဒါန = တဏှာ (= နိကန္တိ) ကုန်အောင် မဖြစ်အောင် ရူပနည်း	穷尽贪著观法	152
နိကန္တိ = ဝိပဿနာနိကန္တိ	欲求：观欲求	261
နိဒါနဋ္ဌ	因缘义	504
နိပ္ပရိယာယ = မုချအားဖြင့် ယူပုံ - ပုဂ္ဂိုလ် (၇) မျိုး	依直接义而取的七类人	386
နိဗ္ဗတ္တိလက္ခဏာ	生起相	104、192
နိဗ္ဗာနဂါမိနိပဋိပဒါ	趣向涅槃的行道	H
နိဗ္ဗာန်သို့ ကြွသွားတော်မူရာ လမ်းရိုး လမ်းဟောင်းကြီး	往昔圣者趣入涅槃的古老大道	126
နိဗ္ဗိဒါ	厌离（nibbidā）	439
နိဗ္ဗိဒါနုပဿနာဉာဏ်	厌离随观智	340、516
နိဗ္ဗိဒါနုပဿနာဉာဏ် = နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်	厌离随观智，即厌离智	340
နိဗ္ဗေဓိကာယ	以抉择慧（nibbedhikāya paññāya）	I
နိဘာသ ရူပ	映像色	123
နိမိတ္တ	行相	281、282
နိမိတ္တနှင့် ပဝတ္တမှ ထပုံ ဖြတ်ထုံး	从相与转起出起的准则	443
နိမိတ္တ ပဝတ္တမှ ထပုံ ဝဋ္ဌာန ပိုင်း	从相与转起出起篇	483
နိမိတ္တဝဍ္ဎနနယ = နိမိတ်ကို တိုးပွားအောင် ပြုလုပ်နည်း	扩大禅相的方法	576
နိမိတ်သုံးမျိုးနှင့် ဘာဝနာသုံးမျိုး	三种禅相与三种修习	581
နိရာမိသ	无爱染（nirāmisa）	22
နိရောဓ	止息（nirodha）	282
နိရောဓ (၅) မျိုး	五种灭	196
နိရောဓဓမ္မံ	灭法	51
နိရောဓသစ္စာ	灭谛	237

နိရောဓသစ္စာအနက် (၄) ချက်	灭谛四义	505
နိရောဓနုပဿနာဉာဏ်	灭随观智	516
နိရောဓနုပဿီ	随观灭（nirodhānupassī）	325、326
နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ	决定邪见（niyata-micchādiṭṭhi）	41
နိယျာန၌	出离义：道谛	507
နိဝါသီ	住者	49
နိဿရဏ၌	出离义：灭谛	505
နီလကသိုဏ်း = အညိုရောင်ကသိုဏ်း	青遍（褐色遍）	588
နီလံ	青（nīla）	566
နေဝသညာနာသညာယတနစျာန်	非想非非想处禅	610
နေသောဟမသ္မိ	这不是我	124
နာမ်ခန္ဓာ လေးပါး	四名蕴	45
နာမ်တရားတို့၏ အသုဘသဘော	名法的不净性	72
နာမ်တရားများကို ဝိပဿနာ ရှုပုံ	观修名法的方法	17

[ပ]

ပက္ခန္ဒနုပဋိနိဿဂ္ဂ	趣入舍遣	325
ပဂ္ဂဟ = ဝိပဿနာဝီရိယ	策励：观精进	259
ပဂုဏ ဖြစ်လေပြီ	已经纯熟	158
ပစလာယမာနသုတ္တန်တရားတော်မြတ်ကို	《昏沉经》	120
ပစ္စနီက	逆品	422
ပစ္စယအကြောင်း	缘之理	80
ပစ္စယတော ဥဒယဒဿန	依缘见生	237
ပစ္စယတော ဥဒယဗ္ဗယဒဿန	依因缘观生灭（paccayato udayabbaya-dassana）	F
ပစ္စယတော ဝယဒဿန	依缘见灭	237
ပစ္စုပ္ပန်ဟူသည်	“现在”的含义	168、331
ပဥ္စဒ္ဒါရာဝဇ္ဇန်း - ရူပက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	五门转向：色蕴的生起观法	203
ပဥ္စဒ္ဒါရာဝဇ္ဇန်း - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	五门转向：识蕴的生起观法	205
ပဥ္စဒ္ဒါရာဝဇ္ဇန်း - သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	五门转向：行蕴的生起观法	204
ပဥ္စဒ္ဒါရာဝဇ္ဇန်း - သညာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	五门转向：想蕴的生起观法	204
ပဥ္စမ - နိကန္တိပရိယာဒါနဝါရ	五、断尽欲染阶段	418
ပညာဘာဝနာ၏ အကျိုးဂုဏ်အင် အာနိသင်	慧修习的功德与利益	522
ပညာဘာဝနာ ပြည့်စုံနိုင်ပါသည်	慧修习能够圆满	110
ပညာဝိမုတ္တ	慧解脱	387
ပညာယ ဝိဝဋ္ဋနာ	慧从生起退出	302
ပညာယ သမန္နာဂတော	具足慧	I
ပဋိကူလ	可厌（paṭikūla）	59、550
ပဋိကူလမနသိကာရ	厌恶作意	552
ပဋိစ္စသမုပ္ပန္နံ	缘生	51
ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာ	舍遣随观	159
ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာဉာဏ်	舍遣随观智	516
ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ	随观舍遣（paṭinissaggānupassī）	325、326
ပဋိပဒါဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ	行道智见清净	267
ပဋိပဿဒ္ဓ ့ နိရောဓ	安息灭	197
ပဋိဘာဂနိမိတ်	似相	556
ပဋိလောမပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ	逆缘起	239
ပဋိသင်္ခါနုပဿနာဉာဏ်	审察随观智	343、517
ပဋိသန္ဓေကျိုးကို ပေးနိုင်သည့် သင်္ခါရပေကွာမျိုး	能给予结生果的一类行舍智	424
ပဋိသန္ဓေ - ရူပက္ခန္ဓာ	结生：色蕴	197
ပဋိသန္ဓေ - ရူပက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယ-ဝယ ရှုပုံ	结生：色蕴的生灭观法	222
ပဋိသန္ဓေ - ရူပက္ခန္ဓာ၌ ဝယရှုပုံ	结生：色蕴的灭观法	211
ပဋိသန္ဓေ - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	结生：识蕴的生起观法	200
ပဋိသန္ဓေ - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယ-ဝယရှုပုံ	结生：识蕴的生灭观法	225
ပဋိသန္ဓေ - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၌ ဝယရှုပုံ	结生：识蕴的灭观法	213

ပဋိသန္ဓေ - ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရွုပုံ	结生：受蕴的生起观法	198
ပဋိသန္ဓေ - ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယ-ဝယ ရွုပုံ	结生：受蕴的生灭观法	223
ပဋိသန္ဓေ - ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၌ ဝယရွုပုံ	结生：受蕴的灭观法	212
ပဋိသန္ဓေ - သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရွုပုံ	结生：行蕴的生起观法	199
ပဋိသန္ဓေ - သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယ-ဝယရွုပုံ	结生：行蕴的生灭观法	224
ပဋိသန္ဓေ - သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ ဝယရွုပုံ	结生：行蕴的灭观法	212、213
ပဋိသန္ဓေ - သညာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရွုပုံ	结生：想蕴的生起观法	199
ပဋိသန္ဓေ - သညာက္ခန္ဓာ၌ ဝယရွုပုံ	结生：想蕴的灭观法	212
ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တ	获得无碍解者	125
ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ္ဂအဋ္ဌကထာ အဆို	《无碍解道义注》的主张	228
ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ္ဂပါဠိတော်၏ ဟောကြားတော်မူချက်	《无碍解道》中的教说	347、489
ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ္ဂပါဠိတော်၌ ဟောကြားထားတော်မူပုံ	《无碍解道》的教说	167、250、335
ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အင်္ဂါရုပ်များ	缘起诸支	75
ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် သဘောတရား ထင်ရှားလာပုံ	缘起法如何显现	239
ပဋိပဒါ ကွဲပြားမှု တူညီမှု	行道的差别与一致	420
ပဋိပဒါဉာဏဒဿန ဝိသုဒ္ဓိ	行道智见清净	442
ပဋိပဒါ (၄) မျိုး	四种行道	415
ပဋိပါဋိ = အစဉ်အားဖြင့် ရှုနည်း	次第观法	150
ပဏီတ	殊胜（paṇīta）	29
ပထမ စတုက္က	第一组四法	309
ပထမထွေရဝါဒ - ပါဒကဋ္ဌာန ဝါဒ	第一长老说：基础禅说	405
ပထမမဂ်ဉာဏ် = သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်	第一道智（预流道智）	463
ပထမ - ရူပါရူပဝရိုင်္ဂဟ ဝါရ	一、色非色摄受阶段	416
ပထဝီကသိုဏ်း = မြေကသိုဏ်း	地遍（土遍）	591
ပပဉ္စတရား	戏论法	F
ပဘင်္ဂတော	以崩坏观（pabhaṅguto）	78
ပရတော	以他观（parato）	97
ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တိ	他化自在天	42
ပရမတ္ထသရူပဘေဒနီကျမ်း (ကောက်နုတ်ချက်)	《胜义自性分别论》（摘录）	76
ပရမတ်တရားများ	胜义法	284
ပရိကမ္မနိမိတ်	遍作相（parikamma-nimitta）	574
ပရိကမ္မဘာဝနာ	遍作修习	573
ပရိကမ္မဘာဝနာသညာ	遍作修习之想	573
ပရိကံ	遍作（parikamma）	434
ပရိစ္စာဂပဋိနိဿဂ္ဂ	遍舍舍遣	325
ပရိညာဘိသမယ	遍知现观	513
ပရိဒေဝဓမ္မတော	以悲法观（paridevadhammato）	95
ပလိဓောဒ္ဓ	障碍义	505
ပလောကတော	以毁坏观（palokato）	77
ပဿဒ္ဓိ = ဝိပဿနာပဿဒ္ဓိ	轻安：观轻安	256
ပဿမ္ဘယံ စိတ္တသင်္ခါရံ	令心行平息（passambhayaṃ cittasaṅkhāraṃ）	313
ပဟာနပရိညာ	断遍知（pahāna-pariññā）	513、514
ပဟာနာဘိသမယ	断除现观	515
ပါရိသုဒ္ဓိပဓာနိ ိ ယင်	清净精勤支	441
ပါရိဟာရိယကမ္မဋ္ဌာန်း = မူလကမ္မဋ္ဌာန်း	随身业处，即根本业处	543
ပိဏ္ဍပါတသန္တောသ	钵食知足	C
ပိပါသ	口渴（pipāsa）	401
ပီတကသိုဏ်း	黄遍	589
ပီတိ	喜（pīti）	558
ပီတိ ပဋိသံဝေဒီ	觉知喜	311
ပီတိ = ဝိပဿနာပီတိ	喜：观喜	256
ပီတံ	黄（pīta）	566
ပီဠနဋ္ဌ	逼迫义	501
ပုဂ္ဂလဇ္ဈာသယ	个别意乐（puggalajjhāsaya）	364
ပုဂ္ဂလဇ္ဈာသယ ဈာနဝါဒ	个人意乐禅说	409
ပုဂ္ဂိုလ် အမျိုးအစား	人的类别	396
ပုဂ္ဂိုလ်၏ အစွမ်းဖြင့် ဩဇာရိက သုခုမ ဖြစ်ပုံ	依人分别粗细	38

ပုဗ္ဗေ စ အဘိသင်္ခရ	预先作准备	532
ပုရိသဘာဝ	男根色	30
ပုဠုဝက	虫聚尸	635
ပန်းပိတောက်နှင့် ဒုဒ္ဓေါ	缅甸紫檀花与阿勃勒花	590
ပွားများအားထုတ်ပုံ အစီအစဉ်	修习次第	625
ပွားများပုံ	修习方法	617

〔ဖ〕 – 〔ဗ〕

原书第 654 – 655 页

〔ဖ〕

ဖလသမာပတ္တိကထာ	果定论	522
ဖလသမာပတ်မှ ထနိုင်ခြင်း၏ အကြောင်း နှစ်မျိုး	从果定出定的两种因缘	532
ဖေဏပိဏ္ဍူပမသုတ္တန်	《泡沫譬喻经》	105
ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ	触所缘（phoṭṭhabbārammaṇa）	20

〔ဗ〕

ဗလဝဝိပဿနာ	强力观（balava-vipassanā）	148
ဗဟိဒ္ဓလောကသို့ စိတ်ကို ဧစေ့လွှတ်ကြည့်ပါ	将心引向外在世间观察	549
ဗဟိဒ္ဓသို့	转向外在	559
ဗာဟိရဒုက္ခသုတ္တန်	《外苦经》	10
ဗာဟိရာနတ္တသုတ္တန်	《外无我经》	10
ဗာဟိရာနိစ္စသုတ္တန်	《外无常经》	10
ဗုဒ္ဓါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း	佛随念业处	634
ဗောဇ္ဈင် ခုနစ်ပါး	七觉支	477
ဗောဇ္ဈင် - မဂ္ဂင် - ဈာန် - ဝိမောက္ခ - ထူးခြားမှု	觉支、道支、禅支、行道与解脱的差别	404
ဗောဓိပက္ခိယတရား (၃၇) ပါး	三十七菩提分法	474
ဗောဓိရာဇကုမာရသုတ္တန်	《菩提王子经》	537
ဗိုလ် ငါးပါး	五力	477
ဗျာဓိ	病（byādhi）	71
ဗျာဓိဓမ္မတော	以病法观（byādhidhammato）	94
ဗြဟ္မဝိဟာရ	梵住	540

〔ဘ〕

ဘင်္ဂဉာဏ်၏ မှတ်ကျောက်တစ်ခု	坏灭智的一项标准	288
ဘင်္ဂါနုပဿနာဉာဏ်ဟူသည်	所谓坏灭随观智	278
ဘင်္ဂါနုပဿနာဉာဏ်၏ အရှုခံပရမတ်တရားများ	坏灭随观智所观的胜义法	284
ဘဒ္ဒန္တမဟာနာမ မထေရ်	大名长老	230
ဘယဉာဏ်၏ အရှုခံအာရုံတရား	怖畏智的所缘	333
ဘယဉာဏ်သည် ကြောက်တတ်ပါသလော?	怖畏智会害怕吗	330
ဘယဉာဏ်ဟူသည်	怖畏智的含义	330
ဘယတော	以怖畏观（bhayato）	88
ဘယနှင့် နန္ဒီ	怖畏与欢喜（bhaya 与 nandī）	359
ဘဝကို အဆုံးထား၍ ဟောကြားတော် မူရခြင်း	为何说到“有”为止	177
ဘဝင် - ရူပက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	有分：色蕴的生起观法	200
ဘဝင် ရူပက္ခန္ဓာ စသည့် ရူပက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယ- ဝယရှုပုံ	有分等的色蕴生灭观法	226
ဘဝင် - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	有分：识蕴的生起观法	203
ဘဝင် - ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	有分：受蕴的生起观法	201

ဘဝင် - သခါရက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရွိပုံ	有分：行蕴的生起观法	202
ဘဝင် - သညာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရွိပုံ	有分：想蕴的生起观法	202
ဘာဝနာစိတ်သည် ငြိမ်ဝပ်စွာ သခါရအာရုံ၌ ကပ်၍ တည်နေခဲ့သော်	若禅修心安住于诸行所缘	364
ဘာဝနာတိသမယ	修习现观	520
ဘာဝနာသစ္ဆိကိရိယာ	修习作证	519
ဘာသာပြန်နှင့် အဓိပ္ပါယ်ရှင်းလင်းချက်	译文与义释	367
ဘိဇ္ဇိယမာနတိလုပမာ	破裂芝麻喻	310
ဘုရားရှင်၏ တိုက်တွန်းချက် ဥယျောဇဉ်	佛陀的劝勉	536
ဘူမိအမည် မရနိုင်သည့် ခန္ဓာ	不能称为地的诸蕴	495
ဘူမိလဒ္ဓပ္ပန္န ကိလေသာ	依地而得的已生烦恼	492
ဘေသဇ္ဇသန္တောသ	药品知足	C

〔 မ 〕

မမ ကိသ္မိဉ္စိ ကိဉ္စနတတ္ထိ	任何处都没有属于我的任何所有物	352
မဂ္ဂသစ္စာ	道谛（magga-sacca）	238
မဂ္ဂသစ္စာအနက် (၄) ချက်	道谛四义	507
မဇ္ဈတ္တ	中舍	618
မဇ္ဈိမပညာပုဂ္ဂိုလ်၏ မဂ္ဂဝီထိ	中慧者的道心路	444
မဇ္ဈေဒီပက	中间显示法	E
မန္တာဏိပုဏ္ဏေးမ၏ သား	曼多尼婆罗门女之子	121
မန္ဒပညာပုဂ္ဂိုလ်၏ မဂ္ဂဝီထိ	钝慧者的道心路	444
မန္ဒပညာပုဂ္ဂိုလ်၏ သောတာပတ္တိမဂ္ဂဝီထိ	钝慧者的入流道心路	389
မရဏ	死（maraṇa）	71
မရဏဓမ္မတော = မစ္စု	以死法观：死亡	80
မရဏဿတိ = မရဏာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း	死随念业处（maraṇassati）	638
မရဏံ	死亡（maraṇa）	639
မလဒကမထေရ်ဖြတ်	摩罗迦大长老（Mallaka）	556
မလ္လဲသာ၍ အာရုံပြုရသည်	不得已而缘取	614
မဟာဋီကာ၏ ပြန်လည်ချေပချက်	《大复注》的反驳	229
မဟာဋီကာဆရာတော်	《大复注》的作者	230
မဟာဋီကာဆရာတော်၏ သုံးသပ်ချက်	《大复注》的审察	419
မဟာတိဿမထေရ်	摩诃帝须长老	60、553
မဟာနာဂမထေရ်	摩诃那伽大长老	254
မဟာနိဒါနသုတ်	《大缘经》	196
မဟာပညာပုဂ္ဂိုလ်၏ မဂ္ဂဝီထိ	大慧者的道心路	444
မဟာပဒါနသုတ်	《大本经》	196
မဟာပုရိသဝိတက္က	大人寻思（mahāpurisavitakka）	B、C、K
မဟာရာဟုလောဝါဒသုတ္တန်	《大教诫罗睺罗经》	72
မဟာဝိပဿနာ (၁၈) မျိုး	十八大观	158、516
မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ္တန်	《大念处经》（Mahāsatipaṭṭhāna Sutta）	72
မဟာသီဝမထေရ်	大湿婆长老（Mahāsīva Thera）	65
မဟာဟတ္ထိပဒောပမသုတ္တန်	《大象迹喻经》	72
မဟိစ္ဆပုဂ္ဂိုလ်	大欲者	D、K
မာနဥ္ဇဟိဋ္ဌန	破除慢	151、152
မာရာမိသတော	以魔食观（mārāmisato）	93
မိစ္ဆတ္တနိယတ	邪性决定	41
မီးကသိဏ်း	火遍	595
မုချအားဖြင့် ယူပုံ	依直接义而取	385
မုချနှင့် ပရိယာယ်	直接义与间接义	378
မုဉ္စိတုကမျတာဉာဏ် + ပဋိသင်္ခါ- နုပဿနာဉာဏ် + သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်	欲解脱智、审察随观智与行舍智	441
မုဒိတာဘာဝနာ	喜修习	628
မူလကမ္မဋ္ဌာန်း	根本业处	543
မူလဋီကာ အဖွင့်	《根本复注》的解释	58
မေတ္တာစျာန်၏ အကျိုး (၁၁) ပါး	慈禅的十一种功德	626
မေတ္တာဘာဝနာ	慈修习	616
မေးမြန်းတတ်သော မေးခွန်းတစ်ရပ်	一个常见的问题	560

မေးမြန်းဖွယ် အချက်	一个可问之处	384
မောရဝါဝိဝါသီ မဟာဒတ္တ မထေရ်	摩罗婆毗住大达多长老	405
မောရဝါဝိဝါသီ မဟာဒတ္တ မထေရ်၏ ဝါဒ၌ စိစစ်ချက်	摩罗婆毗住大达多长老之说的审察	412
မည်သည့် ခန္ဓာ၌ ကိန်းသနည်း?	潜伏于哪一蕴？	495
မျက်စိဖွင့်၍ ရှုကြည့်ပါ	睁眼观照	363
မြတ်သောအသက်ရှင်ခြင်း	殊胜的生命	186
မှတ်သားထားရန် ထူးခြားချက်	应当记住的特别之处	504

〔ယ〕 – 〔လ〕

原书第 655 – 656 页

〔 ယ 〕

ယက္ခီ = ဘီလူးမ	女夜叉	400
ယထာကမ္မူပဂဉာဏ်	随业趣智	259
ယထာဘူတဉာဏဒဿန	如实智见	165、517
ယထာလဒ္ဓ သမ္မတ္တိတော	依已得成就	629
ယမက = အစုံအားဖြင့် ရှုနည်း	成对观法	149
ယုဂနဒ္ဓနည်း	双运法（yuganaddha-naya）	371
ယုဂနဒ္ဓသုတ္တန်	《双运经》	366
ယုတ္တိသာဓက ပါဠိတော်	巴利理证	499
ယေဘုယျ အကြံပေးချက်	一般提示	216
ယောကျ်းမြတ်တို့၏ အကြံ	贤士之思	C、K

〔 ရ 〕

ရသာရုံ	味所缘（rasārammaṇa）	20
ရာဂကိုတိုက်ဖျက်ရေး	对治贪欲	68
ရိတ္တတော	以无观（rittato）	98
ရူပက္ခန္ဓာ	色蕴	28
ရူပါရုံ	色所缘（rūpārammaṇa）	20
ရူပုပါဒါနက္ခန္ဓာ	色取蕴	111
ရူပက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ - ပါဠိတော်	色蕴的生观法：巴利原文	187
ရူပက္ခန္ဓာ၌ ခွဲ၍ ရှုပုံ	色蕴分别观法	45
ရူပက္ခန္ဓာ၌ ဝယရှုပုံ - ပါဠိတော်	色蕴的灭观法：巴利原文	187
ရူပသတ္တကရှုနည်း	色七法观法	131
ရူပါရုံလိုင်း - ပဥ္စဒ္ဝါရာဝဇ္ဇန်း - ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	色所缘路线：五门转向受蕴的生起观法	203
ရူပါရုံလိုင်း - မနောဒ္ဝါရိဝီထိ - မဟာကုသိလ် ဒုတိယဇော ဝေဒနာက္ခန္ဓာ	色所缘路线：意门心路：大善第二速行受蕴	209
ရောဂတော	以病观（rogato）	84
ရံခါ အဇ္ဈတ္တ၊ ရံခါ ဗဟိဒ္ဓ	有时观内，有时观外	18、19
ရံခါ ရုပ်တရား၊ ရံခါ နာမ်တရား	有时观色法、有时观名法	19
ရည်ညွှန်းချက် အာသီသ	写作宗旨与愿望	540
ရုပ်-နာမ် တွဲ၍လည်း ရှုပါ	色名也应合观	74
ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးနည်းအားဖြင့် ရှုနည်း	依色名二分法观修的方法	9
ရုပ်ပရမတ်တရားတို့ကိုလည်း အသုဘရှုပုံ	观究竟色法的不净性	70
ရှင်သေမင်း မမြင်နိုင်သူ	死王所不能见者	359
ရှုကွက်ပုံစံများ	观照格式	287
ရှုစိတ်ဟူသည်	所谓能观之心	287
ရှုပုံစနစ်	观修方法	52、179
ရှုလို့ရနိုင်ပါသလား	能够观见吗？	105
ရှေ့စိတ် - နောက်စိတ်	前心与后心	145

ရှေးဟောင်းလမ်းရိုးကြီးသာဖြစ်သည်	这正是古老大道	110
ရှောင်ရှားသင့်သော အချက်	应当避免的混淆	39

〔လ〕

လက္ခဏ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန် ပဒဋ္ဌာန်	特相、作用、现起、近因	631
လက္ခဏဝဝတ္ထာန ဝါရ = အနိစ္စသမ္မသန၊ ဒုက္ခသမ္မသန၊ အနတ္တသမ္မသန	特相确定门：无常思惟、苦思惟、无我思惟	47
လက္ခဏာ ငါးပါး ထင်ရှားလာပုံ	五相如何显现	242
လက္ခဏာယာဥ် တင်ပါ	安立于三相上	67、180、275
လက္ခဏာရေး သုံးတန်	三相	9、286、382
လက္ခဏာရေး သုံးတန် မထင်မှု ထင်မှု	三相的隐没与显现	269
လိင်္ဂဝိသဘာဂ	异性（liṅgavisabhāga）	618
လေးဆယ်နှစ်ပါးသော အခြင်းအရာ	四十二种行相	358
လောကဥပမာ တစ်ရပ်	一则世间譬喻	347
လောကဥပမာများ	世间譬喻	331
လောကိယသစ္စိကိရိယာ	世间作证	518
လောကီ လောကုတ္တရာ၏ အခွဲမ်းဖြင့် သြဇာရိတ သုခုမဖြစ်ပုံ	依世间、出世间分别粗细	39
လောကီဝေဒနာ	世间受	39
လောကုတ္တရာဝေဒနာ	出世间受	39
လောဟိတက	血涂尸	635
လောဟိတကသိုဏ်း = အနီရောင်ကသိုဏ်း	红遍（红色遍）	590
လောဟိတံ	红（lohita）	567
လိုရင်းအကျဉ်းချုပ်မှတ်သားရန်	应记住的要义	156
လမ်းသုံးသွယ်	三条门径	550
လုံးဝ မေတ္တာမပွားသင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်	绝对不应修慈的人	618
လုပ်ငန်းခွင်စတင်ပုံ	如何开始实修	549
လွယ်ကူသော စနစ်တစ်ခု	一种较容易的方法	56
လှုပ်ရှားမှု - ချောက်ချားမှု	扰动—激荡	38

〔ဝ〕

原书第 656 – 657 页

〔ဝ〕

ဝဂ္ဂုလိ = လင်းနို့	蝙蝠	397
ဝဏ္ဏ	颜色（vaṇṇa）	550、555
ဝတ္ထုရုပ်	所依色	55
ဝတ္ထု + အာရုံ + ဖဿ	所依处 + 所缘 + 触	293
ဝတ္ထု + အာရုံ + ဝိညာဏ်	所依处 + 所缘 + 识	293
ဝတ္ထု + အာရုံ + ဝေဒနာ	所依处 + 所缘 + 受	293
ဝဓကတော	以杀戮者观（vadhakato）	91
ဝယဓမ္မာနုပဿီဟူသည်	所谓随观灭法	210
ဝယဓမ္မံ	坏法	51
ဝယာနုပဿနာဉာဏ်	衰灭随观智	517
ဝယောဝုဏ္ဏမအားဖြင့် ရှုနည်း	依随年龄增长而灭观法	135
ဝါယောကသိုဏ်း = လေကသိုဏ်း	风遍	597
ဝိက္ခမ္ဘနိရောဓ	镇伏灭	196
ဝိက္ခာယိတက	啖食尸	635
ဝိက္ခိတ္တက	散乱尸	635
ဝိစ္ဆိဒ္ဒက	断坏尸	635
ဝိစာရ	伺（vicāra）	558

ဝိညာဏက္ခန္ဓာဥ္ ဥဒယရွုပုံ - ပါဠိတော်	识蕴的生观法：巴利原文	189
ဝိညာဏက္ခန္ဓာဥ္ ဝယရွုပုံ - ပါဠိတော်	识蕴的灭观法：巴利原文	189
ဝိညာဏဥ္စာယတနဈာန်	识无边处禅	605
ဝိညာဏုပါဒါနက္ခန္ဓာ	识取蕴	111
ဝိညာဏံ	识（viññāṇa）	605
ဝိတက်	寻（vitakka）	558
ဝိနီလက	青瘀尸	635
ဝိပဿနာ အခိုက် သမုဒယ ချုပ်ပုံ	观禅时集如何止息	297
ဝိပဿနာပိုင်း အဝိညာဏက အသုတ = သေအသုတ ရွုက္ခက်	观修阶段的无识不净：死尸观法	64
ဝိပဿနာ မဟုတ်သေးသည်ကို သတိပြုပါ	应注意：这还不是毗婆舍那	83
ဝိပဿနာရွုသည့် ဉာဏ်	观禅之智	294
ဝိပဿနာ သုံးမျိုး	三种毗婆舍那	535
ဝိပဿနုပက္ကိလေသ (၁၀) ပါး	十种观随烦恼	249
ဝိပဿနုပေက္ခာ	观舍	260
ဝိပရိဏာမဋ္ဌ	变易义	503
ဝိပရိဏာမဒုက္ခ	坏苦	50、133
ဝိပရိဏာမဓမ္မတော	以变易法观（vipariṇāmadhammato）	79
ဝိပရိဏာမာနုပဿနာဉာဏ်	变易随观智	517
ဝိပွကိရိယမာနသုခုမရဇူပမာ	飞散微尘譬喻	310
ဝိပုဗ္ဗက	脓烂尸	635
ဝိဘဝတော	以衰损观（vibhavato）	79
ဝိမောက္ခမုခ (၃) မျိုး	三种解脱门	374
ဝိမောစယံ စိတ္တံ	令心解脱（vimocayaṃ cittaṃ）	318
ဝိရာဂဓမ္မံ	离贪法	51
ဝိရာဂါနုပဿနာဉာဏ်	离贪随观智	516
ဝိရာဂါနုပဿီ	随观离贪（virāgānupassī）	324、326
ဝိဝဋ္ဋနုပဿနာဉာဏ်	还灭随观智	517
ဝိဝိတ္တံ	空无（vivitta）	607
ဝိဝေကဋ္ဌ	远离义	507
ဝိသ	毒（visa）	401
ဝိသဘာဂပရိစ္ဆေဒ	异性界限	555
ဝိသယီ ဝိသယ	境与有境	29
ဝီတိဟရဏ	横移（vītiharaṇa）	137
ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီဝိပဿနာ	趣向出起观	388
ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာဇ၏ အမည်များ	趣向出起观的名称	437
ဝုဋ္ဌာနဂါမိနီ ဝိပဿနာဇ၏ အာရုံ	趣向出起观的所缘	390
ဝေဒက	受者	49
ဝေဒနာက္ခန္ဓာ	受蕴	28
ဝေဒနာက္ခန္ဓာဥ္ ဥဒယရွုပုံ	受蕴的生起观法	203
ဝေဒနာက္ခန္ဓာဥ္ ဥဒယရွုပုံ - ပါဠိတော်	受蕴的生观法：巴利原文	187
ဝေဒနာက္ခန္ဓာဥ္ ဝယရွုပုံ - ပါဠိတော်	受蕴的灭观法：巴利原文	187
ဝေဒနာ တစ်ခုတည်းကိုပင် ရွု ရမည်လော?	是否只应观一种受	314
ဝေဒနာနုပဿနာ	受随观	55、314
ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်	受随观念处	55
ဝေဒနုပါဒါနက္ခန္ဓာ	受取蕴	111
ဝေဒလဒ	方广（vedalla）	427
ဝေယျာကရဏ	记说（veyyākaraṇa）	427
ဝေရီပုဂ္ဂလ	怨敌者	618
ဝေါဒါန်	净化（vodāna）	442
ဝေါဿဇ္ဇန	放（vossajjana）	137

〔သ〕 - 〔ဟ〕

原书第 657 – 659 页

〔 သ 〕

သင်္ကမနာ	转移（saṅkamana）	302
သင်္ခတဋ္ဌ	有为义	503
သင်္ခတတော	以有为观（saṅkhatato）	80
သင်္ခတံ	有为（saṅkhata）	51
သင်္ခါရက္ခန္ဓာ	行蕴	28、43
သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရွှုံ - ပါဠိတော်	行蕴的生观法：巴利原文	188
သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ ဝယရွှုံ - ပါဠိတော်	行蕴的灭观法：巴利原文	188
သင်္ခါရတရားတို့မှ လွတ်မြောက်လိုသောဉာဏ်	欲从诸行解脱的智	342
သင်္ခါရဒုက္ခ	行苦	50、133
သင်္ခါရဒုက္ခသည်သာ လိုရင်းဖြစ်သည်	唯行苦为要义	50
သင်္ခါရာဝသေသသမာပတ်	余行等至（saṅkhārāvasesa-samāpatti）	610
သင်္ခါရုပါဒါနက္ခန္ဓာ	行取蕴	111
သင်္ခါရပေက္ခာဗျိုး	能给予结生果的一类行舍智	424
သဂုဏ	自德（saguṇa）	422
သစ္စကအမေး - ဘုရားရှင် အဖြေ	萨遮迦问与佛陀答	245
သစ္စ - ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် - နယ - လက္ခဏာတို့ ထင်ရှားပြီ	四谛、缘起、方法与相变得明显	236
သစ္ဆိကိရိယာဘိသမယ	作证现观	518
သစ္စာအနက် (၁၆) ချက်	十六谛义	501
သစ္စာနုလောမိကဉာဏ်	谛随顺智	433
သစ္စာလေးပါးကို တစ်ပြိုင်နက်သိပုံ	同时知见四谛的方法	497
သစ္စာလေးပါး ထင်ရှားပုံ	四谛如何显现	236
သညဂ္ဂ	想顶	441
သညက္ခန္ဓာ	想蕴	28
သညက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရွှုံ - ပါဠိတော်	想蕴的生观法：巴利原文	188
သညက္ခန္ဓာ၌ ဝယရွှုံ - ပါဠိတော်	想蕴的灭观法：巴利原文	188
သညုပါဒါနက္ခန္ဓာ	想取蕴	111
သဏ္ဌာန	形状（saṇṭhāna）	555
သတ္တက္ခတ္တုပရမ	最多七次预流者	450
သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ် စတုတ္ထဆင့်သို့ ဆိုက်ပြီ	念处修习已达第四阶段	327
သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်စဉ် - တတိယဆင့်	念处修习第三阶段	248
သတိပဋ္ဌာန်ကျင့်ထုံး ဥပဒေသများ	念处修习的指导原则	54
သတိပဋ္ဌာန် လေးပါး = အနုပဿနာ လေးပါး	四念处即四种随观	291
သတိပဋ္ဌာန် လေးပါး ပြည့်စုံပြီ	四念处圆满	473
သတိပဋ္ဌာန်လေးပါးသို့ ဝင်သွားပုံ	四念处如何摄入	21、309
သတိပြုရန် အချက်တစ်ရပ်	一项应注意的要点	14
သတိပြု၍ မှတ်သားပါ	请注意并牢记	7
သဒ္ဒနဝကကလာပ်	声九法聚	21
သဒ္ဒါရုံ	声所缘（saddārammaṇa）	20
သဒ္ဒါရုံလိုင်း	声所缘线	18
သဒ္ဓါနုသာရီ	随信行	387
သဒ္ဓါဝိမုတ္တ	信解脱	387
သဒ္ဓိန္ဒြေ အဖြစ်များပုံ	信根如何偏盛	375
သန္တတိပစ္စုပ္ပန်	相续现在（santati-paccuppanna）	101
သန္တာပဋ္ဌ	热恼义	503
သန္တာ သန္တာ	寂静、寂静（santā, santā）	611
သန္တိက	近（santika）	29
သန္တိသုခနိဗ္ဗာန်တရားတော် မြတ်	寂静乐涅槃	644
သန္နိက္ခေပန	置（sannikkhepana）	137
သန္နိရုမ္ဘန	压	137
သဗ္ဗတ္ထက - ပါရိဟာရိယ	一切处业处与随身业处	541
သဘာဝပရိစ္ဆေဒ	同性界限	555
သဘာဂ - ဝိသဘာဂ	同性与异性（sabhāga、visabhāga）	62
သဘာဝ၏အစွမ်းဖြင့် ဩဇာရိက သုခုမ ဖြစ်ပုံ	依自性分别粗细	37
သမထစွမ်းအား ဝိပဿနာစွမ်းအား	止力与观力	489
သမထနှင့် ဝိပဿနာ	止与观	62、71

သမထဗလ ဝိပဿနာဗလ	止力、观力	489
သမ္မဒ်ုဒ္ဓိဆိုင်း - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	领受识：识蕴的生起观法	208
သမ္မဒ်ုဒ္ဓိဆိုင်း - ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	领受识：受蕴的生起观法	207
သမ္မဒ်ုဒ္ဓိဆိုင်း သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	领受识：行蕴的生起观法（第二种方法）	208
သမ္မဒ်ုဒ္ဓိဆိုင်း သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	领受识：行蕴的生起观法（第一种方法）	207
သမ္မဒ်ုဒ္ဓိဆိုင်း - သညာက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	领受识：想蕴的生起观法	207
သမ္မတ္တနိယာမ	正性决定	129
သမ္မပ္ပဓာန် လေးပါး	四正勤	476
သမ္မသနအပြား	思惟的分类	50
သမာဒဟံ စိတ္တံ	令心安定（samādahaṃ cittaṃ）	317
သမုစ္ဆေဒနိရောဓ	正断灭	196
သမုစ္ဆေဒပဟာန်	正断	517
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီပိုင်း	随观生法篇	197
သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဟူသည်	所谓随观生灭法	221
သမုဒယသစ္စာ	集谛	237
သမုဒယသစ္စာအနက် (၄) ချက်	集谛四义	504
သမုဒ္ဒါ မယာ ဒိဋ္ဌော	我看见了大海	237
သမ္မောဟဝိနောဒနီ အဋ္ဌကထာ၏ ဖွင့်ဆိုချက်	《除痴论义注》的解释	452
သမ္မောဟဝိနောဒနီ အဋ္ဌကထာနှင့် မူလဋီကာ အဖွင့်	《迷惑冰消》义注与《根本复注》的解释	58
သယနာသနသန္တောသ	住处知足	C
သယံဝသီ	自在者	49
သယံဝသီအတ္တ	自在我	16
သရသ	自性（sarasa）	422
သလဒတော	以箭观（sallato）	86
သဝနူပစာရ	听闻范围	32
သဝိညာဏကအသုဘ	有识不净	62
သဝိညာဏကအသုဘ = ရှင်အသုဘရှုကွက်	有识不净：活不净观法	69
သဟေတုအနတ္တသုတ္တန်	《有因无我经》	10
သဟေတုအနိစ္စသုတ္တန်	《有因无常经》	10
သဟေတုဒုက္ခ သုတ္တန်	《有因苦经》	10
သဠာယတနဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော်ရှုကွက်များ	《六处相应》中的观法	53
သာမိအတ္တ	所有者我	16
သာမိသ	有爱染（sāmisa）	22
သာသဝတော	以有漏观（sāsavato）	93
သာသဝဝေဒနာ	有漏受	39
သီတ	寒冷（sīta）	401
သီမာသမ္ဘေဒ = အပိုင်းအခြားဖြိုရန်	破除界限（sīmāsambheda）	621
သီဟောပမသုတ္တန်	《狮子譬喻经》	47
သုခ	乐（sukha）	558
သုခဝိဠိပဒါ	乐行道	415
သုခ ပဋိသံဝေဒီ	觉知乐	311
သုခ = ဝိပဿနာသုခ	乐：观乐	258
သုခိတာ ဟောန္တု	愿诸有情获得安乐	629
သုခုမ	细微（sukhuma）	29
သုညတ	空性（suññatā）	550
သုညတ အမည်ရပုံ	如何得名为空	379
သုညတာနုပဿနာ	空随观	161、165
သုညတာနုပဿနာဉာဏ်	空随观智	517
သုညတော	以空观（suññato）	99、134
သုညံ	空、空（suññaṃ, suññaṃ）	607
သုတ္တ	经（sutta）	427
သုဒ္ဓဝိပဿနာနှင့် သမထ ဝိပဿနာ	纯观与止观	326
သူသေကောင် (၉) မျိုး	九种死尸	66
သေအသုဘ ရှုကွက်	死不净观法	64
သေသူ - ရှင်သူ = လူသေ နှင့် လူရှင်	死者与生者：死人和活人	329
သောကဓမ္မတော	以愁法观（sokadhammato）	95
သောတအာယတန	耳处（sota-āyatana）	29
သောတအာယတနကထာ	耳处论	29
သောတဝိညာဏ် - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၌ ဥဒယရှုပုံ	耳识：识蕴的生起观法	218
သောတဝိညာဏ် - ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၌ ဝယရှုပုံ	耳识：识蕴的灭观法	219
သောတပသာဒ	耳净色（sota-pasāda）	29

သောတဝိညာဏ် - ရူပက္ခန္ဓာဠ် ဥဒယရူပုံ	耳识：色蕴的生起观法	217
သောတဝိညာဏ် - ရူပက္ခန္ဓာဠ် ဝယရူပုံ	耳识：色蕴的灭观法	217
သောတဝိညာဏ် - ဝေဒနာက္ခန္ဓာဠ် ဥဒယရူပုံ	耳识：受蕴的生起观法	218
သောတဝိညာဏ် - ဝေဒနာက္ခန္ဓာဠ် ဝယရူပုံ	耳识：受蕴的灭观法	218
သောတာနုဂတသုတ္တန်	《随闻经》	426
သောတာပန် ပုဂ္ဂိုလ်	预流者	466
သောတာပန် သုံးမျိုး	三类预流者	450
သံကိလေသိကဓမ္မတော	以杂染法观（saṃkilesikadhammato）	95
သံဃရက္ခိတမထေရ်မြတ်ကြီး၏ အလုပ်အကျွေးသာမဏေ	僧护大长老的侍者沙弥	554
သံယောဂဋ္ဌ	结缚义	504
သံသာရဒုက္ခ	轮回苦	133
သုံးမည်ရ ဉာဏ်	一智三名	387
သတ်မှတ်ပေးသောတရား	决定三类差别的法	450

[ဟ]

ဟတဝိက္ခိတ္တက	斩斫离散尸	635
ဟတ္ထေဂဟိတပဥ္ဍဝတ္ထု = လက်ကိုကိုင်၍ ပြောပြသောဝတ္ထု	握手问答事（hatthegahita-pañhavatthu）	62
ဟီန	低劣（hīna）	29
ဟီန - ပဏီတ = အယုတ် - အမြတ်	劣受—胜受	43
ဟီနရုပ် - ပဏီတရုပ်	劣色—胜色	30
ဟုတ္ဝာ အဘာဝဋ္ဌေန အနိစ္စာ	因生起后归于无有而无常	154
ဟေတုအကြောင်း	能生因	80
ဟေတုဋ္ဌ	因义（hetuṭṭha）	508
ဟေတွဋ္ဌ	因义（hetvattha）	508