

卯十二、領納相

云何領納相？謂隨憶念過去曾經諸行之相。

這一大段一共是分三十一科，現在是第十二科「領納相」。這個大科是「所緣差別」，這是修禪定的時候所緣境的不同。

「云何領納相？」怎麼叫做領納相？「謂隨憶念過去曾經諸行之相」，這是說這個修行人他內心裏面隨那個時候的因緣，憶念過去曾經經過的「諸行之相」，「行」就是為法名之為「行」，就是經過事情的相貌在心裏面現出來。這個「領納」，過去諸行是所領納的，能領納的當然是這個人的心；這個心它在憶念的時候，過去諸行才顯現出來的，若不念它是不現出來的，這是叫做「領納相」。

卯十三、分別相

云何分別相？謂思未來諸行之相。

「云何分別相？」這是第十三。「謂思未來諸行之相」，這是說這個修行人他在靜坐的時候，心裏面在思惟將來的事情；將來的事情在現在來說是沒有的，但是由心的思惟也就會現出來，那就叫做「分別相」。

卯十四、俱行相

云何俱行相？謂分別現在諸行之相。

這個「俱行相」是說什麼呢？是「分別現在」，這件事在現在、不是過去、也不是未來，現在的有為法的相貌。這個有為法的相貌和能分別的心是同時存在的，所以叫做「俱」；過去的在現在來說也是不存在，未來的在現在來說也是不存在，所以那不是「俱」。曾經經過的事情，心裡面再憶念會再現出來，這件事當然我們不修行的人也有這種事情。這個「分別相」、我們也有這樣的事情，但是在修行人有多少不同。如果這個人修行的禪定深了，他思惟未來的行相，有可能是符合事實的，未來是有這種事情，他心裏面會分別；若是修行的功夫沒有那麼高，那思惟未來諸行只是這麼妄想，未必符合事實，這是有這樣的分別。

卯十五、染汙相及不染汙相（分三科）

辰一、別辨相（分二科）

巳一、舉染汙相

云何染汙相？謂於有貪心、思惟有貪心相；乃至於不善解脫心、思惟不善解脫心相。

這是第十五科，十五科裏邊有「染汙相及不染汙相」，這兩個相合在一科裏面說。

分三段，第一科是「別辨相」，「別辨相」裏面分兩科，第一科是「舉染汙相」。

「云何染汙相？」怎麼叫做染汙呢？「謂於有貪心、思惟有貪心相」，這是說這個修行人，他還沒能夠斷這個貪心，他心裏面還是有貪心的，所以有貪欲的活動的，是有貪心，那麼就是心裏面有貪的種子，他有因緣引發出來，那麼就是有貪心。「思惟有貪心相」，這個所貪的境界顯現出來的時候，他思惟這個所緣境的時候貪愛心就現出來，所以叫做思惟有貪心的相貌，這就是染汙心。貪是個染汙，若沒有貪就清淨了。

「乃至於不善解脫心」，這中間就是「有瞋心、思惟有瞋心相；有愚癡心、思惟有愚癡相……乃至於不善解脫心」，一共二十個心，那麼第十九就是「於不善解脫心」，還沒有能夠解脫一切煩惱的心，「思惟不善解脫心於」，這個心沒有解脫，而心會思惟這個不解脫的相貌，那麼叫做思惟不善解脫的心相。

巳二、例不染汙相

云何不染汙相？謂於此相違，當知即是不染汙相。

這底下是第二科。前面是「舉染汙相」，這第二科「例不染汙相」。怎麼叫做不染汙的心相呢？「謂於此相違」，就是與這個染汙是相違的，就是「謂於無貪心、思惟無貪心相；無瞋心、思惟無瞋心相…乃至於善解脫心、思惟善解脫心相」，那麼這就叫做「當知即是不染汙相」，就是沒有煩惱染汙其心，其心就是清淨了。這個心的本身，也不是染汙、也是不染汙，是無記的，它與染汙心在一起活動就名為染汙，與清淨心在一起活動就名為清淨；這個心本身是無記的，是這樣意思。

辰二、出所觀

此中已出離於斷不修方便者，觀有貪等；修方便者，觀略下等。

這底下第二「出所觀」。第一科是「別辨相」，就是別別地辨別染汙相、不染汙相，這是一科。第二科「出所觀」，是標出來、就是提出來這所觀察的行相。

「此中已出離於斷不修方便者」，「此中」就是這個染汙相、不染汙相這裏邊，是「已出離」，就是已經發出離心的人，這個人他不願意做生死凡夫了，他有堅定地、高尚地意願想要做聖人，他有這樣的意願，已經出離了。發了這樣的心，「於斷不修方便者」，他應該努力修學戒定慧、斷煩惱才對；但這個人發心是發心了，對於斷煩惱這件事他不修方便，不實際上採取行動修四念處，不採取行動修止觀，那叫做方便；或者止觀，或者三十七道品，這些都是方便，他不修。不修呢，「觀有貪等」，他若是注意自己的心相的時候，他心裏面還是有煩惱；你發了出離心，只是發而已，你的煩惱還是在的。那個房子裏有垃圾，你若不掃它就是在那裏，它不會自動消失的；你若不修

行，心裏的煩惱還是在那裏，觀察還是有貪瞋癡等煩惱。

「修方便者，觀略下等」，如果發了出離心，他就發心修行、修止觀、修四念處、修八正道、修六波羅蜜，那麼他就觀察這個心有略、有散、有下、有舉有這些不同的相貌。前面那個二十心裏面有「略」，「略」就是修止的時候這個心與所緣不生分別叫做略。「下」就是昏沈，就是他開始修行的時候，心裏面有的時候是止，有的時候是觀，有的時候是昏沈，有的時候是掉舉，就是還有這些事情。但是成功了的時分，煩惱種子都斷掉了，那麼就是沒有貪心了，沒有煩惱了就清淨了。

辰三、釋染淨（分二科） 巳一、染汙心（分二科） 午一、舉有貪心

有貪心者：謂貪相應心，或復隨逐彼品麤重。

前面第一科是「別辨相」，第二科「出所觀」，現在第三科「釋染淨」，解釋染和淨。分兩科，第一科是「染汙心」分兩科，第一科「舉有貪心」。

「有貪心者，謂貪相應心」，就是有貪愛的境界就有能貪愛的心，這個能貪愛的煩惱與心在一起活動，那叫做「貪相應心」，這叫做「有貪心」。「或復隨逐彼品麤重」，這個「貪相應心」是貪現行了，「彼品麤重」是沒有現行的種子；或者說表面上他的心沒有貪，但是還有彼品、彼類，彼貪一類的種子「隨逐其心」沒有捨離，那也叫做有貪心。這樣講，說是表面上沒有貪心還不是靠得住，不能說決定就是清淨；若有種子，還是不清淨。所有這有貪心有兩個意思，一個是貪相應心，一個是沒有相應但是還有種子存在隨逐不捨，所以叫做「彼品麤重」。

午二、例餘一切

如是由纏及隨眠故，一切染汙心，如應當知。

這第一科是「舉有貪心」，現在第二科「例餘一切」。「如是由纏及隨眠故」，前面說有貪心；「如是」、這樣子，由於你有煩惱的現行叫「纏」，還有煩惱的種子叫「隨眠」，由纏及隨眠的關係，「一切染汙心」，就是有沒有煩惱活動都是染汙、不清淨的，隨其所應，應該明白是這樣子。這件事當然是要學習過佛法的人，而這樣子觀察自己的時候才明白這件事。如果不大明白的人：我心沒有貪心、我就是清淨，我就是聖人啊！那就變成增上慢了。所以現在這裏面說你要注意，「如應當知」你要注意這個事情。

巳二、不染汙心

以能對治纏及隨眠故，成不染汙。

這是第二科「不染汙心」。前面說的是染汙，這底下說不染汙。「以能對治」，因為

這個人發了出離心之後，他能夠修四念處，由佛法來對治、來消滅這個煩惱纏和煩惱的隨眠。心裏面有正憶念：觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我。觀身不淨能降伏煩惱的活動，還不能夠斷煩惱的種子。要深入的觀察心是無常的、諸行無常、諸法無我，才能斷煩惱的種子。所以「以能對治纏及隨眠故，成不染汙」就清淨了，能斷煩惱種子。所以非佛教徒也能得四禪八定，也沒有欲界的煩惱了，但是不能斷隨眠，那還是不清淨，是這樣意思。

《披尋記》三九五頁：

此中已出離於斷不修方便等者：依世間道，已得離欲，名已出離。於斷昏掉，未能勤修應時加行，是名於斷不修方便。與是相違名修方便。云何名為應時加行？謂於時時間修習止相，於時時間修習觀相，於時時間修習舉相，於時時間修習捨相，如下〈聲聞地〉說（陵本三十一卷八頁）。不修方便者：觀心有貪離貪，有瞋離瞋，有癡離癡，染汙不染汙相。修方便者：觀心略、散、下、舉、乃至廣說，善解脫、不善解脫，染汙、不染汙相。如是染汙、不染汙別，隨應當知。

「此中已出離於斷不修方便等者：依世間道，已得離欲」，依世間的修行方法，能夠離世間的欲，「名已出離」，我剛才不是這麼講的。這個是《披尋記》的作者這麼解釋，這叫做已出離，就是出離欲了，但是不是用佛法的方法離欲的。「於斷昏掉，未能勤修」，這件事他不勤修；就是「未能勤修應時加行，是名於斷不修方便」，這樣講。「與是相違」名叫做「修方便」。

「云何名為應時加行」呢？「謂於時時間修習止相」，就是這個修行人靜坐的時候，「時時間」那個時候、那個時候，那麼就修習止；說我心裏面掉舉了、散亂了，我就修習止把掉舉、把散亂停下來；過一會兒我又掉舉了、又散亂了，再修止相，所以「時時間修習止相」。「於時時間修習觀相」，這個時候我心裏面昏沈了、沈沒了，那麼我就修觀，心裏面去如理作意，或者是觀察無常、或者觀法無我、觀一切法空、無相，這樣子時時修習觀相。「於時時間修舉相」，這個修習舉相，沈沒的時候就可以修習舉。這個舉相，前面解釋或觀佛相、觀佛的光明、修光明像，那麼心就不沈沒，不沈沒就生歡喜；或者修舉相，修佛隨念、法隨念、僧隨念，佛、法、僧、戒、捨、天，修六隨念；或者自己有什麼殊勝的功德，心裏這樣一觀念的時候生歡喜心，這個沈沒就沒有了，那就叫做舉相。什麼時候應該修止，什麼時候應該修觀，什麼時候應該修舉，你就那個時候應該修止，修觀，修舉。

「於時時間修習捨相」，什麼叫做捨呢？說我這個時候止得很相應，心裏面不昏沈、也不散亂，明靜而住，那時候應該修捨相；已經相應了，你不要再去動它，不要

再去修止、再修舉就不對了，要捨。我這時候修觀，觀一切法空、無我、無我所，修得很相應，就這樣修就好了。就是正好的時候你就不要再動，那麼叫做「捨」、「修習捨相」。止、觀、舉、捨，修止觀的人，這是很重要的，要用這些方法來調，來調自己。「如下〈聲聞地〉說（陵本三十一卷八頁）」。

「不修方便者：觀心有貪離貪，有瞋離瞋，有癡離癡，染汙不染汙相」，你沒有修方便，那麼人就是這樣子，有的時候貪、有的時候不貪，有的時候瞋、有的時候不瞋，就是這樣子。「修方便者：觀心略、散、下、舉、乃至廣說，善解脫、不善解脫，染汙、不染汙相。如是染汙、不染汙別，隨應當知」，你若修行的時候心就起變化，有這樣事情。這是把這段文解釋完了。

卯十六、正方便相

云何正方便相？謂所思惟白淨品因緣相相。

這是第十六「正方便相」。這個「正方便相」，或者說這個「正」是什麼呢？「正」就是無我，「正」就是涅槃，就是隨順進入涅槃的修行方法就是正方便相，就是合理的方便相，合理的修行方法。是什麼呢？「謂所思惟白淨品」，沒有染汙的清淨善法，這一類的因緣相的相貌。

《披尋記》三九五頁：

云何正方便相等者：謂若思惟如是如是守根門住，乃至正知住故，如是心不染汙，名所思惟白淨品因緣相相。

「云何正方便相等者，謂若思惟如是如是守根門住」，就是我的眼耳鼻舌身意，我常守護它，這些染汙的東西不要進來。「乃至正知住」，乃至食要知量、初夜後夜要不能睡眠、要修習止觀要修行，乃至一切時正知住故，這就叫做白淨品因緣相的相貌。「如是如是心不染汙，名所思惟白淨品因緣相相」，什麼叫做正方便相？就是這個。

卯十七、邪方便相（分三科）

辰一、徵

云何邪方便相？

就是不合道理的、增長貪瞋癡的這一切事情的相貌。

辰二、標

謂所思惟染汙品因緣相相。

這是第十七科「邪方便相」；第一科是「徵」、第二科是「標」、第三科是「釋」。

這底下就是「釋」。

辰三、釋

即是思惟如是如是不守根門住故，乃至不正知住故，如是如是心被染相。

「即是思惟如是如是不守根門住故」，這個「如是」就是色聲香味觸法的境界；色是一個境界，各式各樣的色就是「如是如是」，各式各樣的音聲也是「如是如是」，色聲香味觸法這些境界。「不守根門住」，不守護自己的六根。「乃至不正知住故」，那麼這就是「如是如是心被染相」，心就被染汙了。

這就叫做「邪方便相」，也就是一般的不修行人的相貌。

卯十八、光明相（分二科）

辰一、徵

云何光明相？

這是第十八科「光明相」分兩科，第一科是「徵」。怎麼叫做「光明相」呢？底下第二科解釋分兩科，第一科「明善取」又分兩科，第一科「舉二種」，舉出來兩種。

辰二、釋（分二科）

巳一、明善取（分二科）

午一、舉二種

謂如有一，於暗對治或法光明，殷勤懇到善取其相，極善思惟。

什麼叫做「光明相」？這底下舉出來兩種。就是「於暗對治」對這個黑暗的對治；這個暗是外邊的暗，就是夜間有暗、或者白天在洞裏邊也是有暗，那麼這就需要太陽的光明、月亮的光明、或者燈的光明、或者其他火的光明，就能對治這些黑暗相。

「或法光明」，這個就是聞思修，對於佛法有聞思修的學習，你就有了佛法的光明，就是智慧，這個是能對治心裏面的黑暗。那麼對治心裏的黑暗這件事「殷勤懇到」，這不是短時期就可以成功的，你要精進「殷勤」、就是一次又一次要這樣去修行的；「懇到」而且要特別的誠貌，不是馬馬虎虎可以行的。

「善取其相，極善思惟」，比如修這個觀諸法無我，這個「無我」要「善取其相」，你要取到這個「無我」的相；修無常觀也是，修諸法空也是，不管你在佛法裏面的這些法門，要「善取其相」。你馬馬虎虎的，說修無我觀，什麼叫做「無我」還不懂，你就是沒有善取其相，那樣修無我觀是不可能的事情。所以善取其相以後，而「極善思惟」，在禪定裏面要極善的思惟，要深刻的認真的去思惟這個無我義，那麼這就叫做「法光明」。這樣的法光明也能破除去一切的黑暗，破除去肉眼所見的黑暗也是能破，那麼就能夠成功了，就能破除煩惱。

這是解釋「光明相」，分兩科，第一科「徵」，第二科解釋。解釋分兩科，第一科

「明善取」；午一、「舉二種」，午二、「例於上」。

午二、例於上

如於下方，於上亦爾。

這一段文在字面上解釋，「下方」就是欲界，「上方」就是色界、無色界。這佛教徒不管在哪裏，都是要這樣用功修行。但是在我們欲界有外面的黑暗；若是天上就沒有了，天上它本身有光明。

巳二、結建立

如是一切治暗相故，建立此相。

「如是一切治暗相故」，像前面說的；這是巳二「結建立」。這一些對治黑暗的相，有日月燈光的光明治暗，有法光明的治暗相。「建立此相」，要對治內心的黑暗，那要建立法光明的相。

卯十九、觀察相（分二科）

辰一、徵

云何觀察相？

這是第十九「觀察相」分兩科，第一科是「徵」。怎麼叫做「觀察相」呢？

這是問。底下第二科解釋分三科，第一科「略標」，略標這個「觀察相」。

辰二、釋（分三科）

巳一、略標

謂有苾芻，殷勤懇到善取其相、而觀察之。

「謂有苾芻」，這是說有出了家的，那麼出家到了非家，這樣的比丘。「殷勤懇到，善取其相」，他也是特別的努力、很誠懇地努力。「善取其相」，善取法的行相，然後用法的行相來觀察對治這一切染汙相，那麼這就叫做「觀察相」。前面說是守護根門，那當然這是修行的因緣，主要還是四念處，「而觀察之」。

《披尋記》三九六頁：

云何觀察相等者：謂於行、住、坐、臥，諸所有業為正知作善取其相而觀察之，名觀察相。

巳二、別辨（分二科）

午一、觀所取法（分二科）

未一、住觀於坐

住觀於坐者：謂以現在能取觀未來所取法。

這底下第二科「別辨」。前面「略標」這觀察相，這底下再詳細解釋。分兩科，第一科「觀所取法」，分兩科，第一科「住觀於坐」。

「住觀於坐者」，用這樣的字樣來形容這觀察相。「謂以現在能取，觀未來所取法」；這個「住觀於坐」是經上說的話，那麼彌勒菩薩解釋這句話就是「謂以現在」，這個「住」是現在的威儀，這個「住」一個時候，就要坐下來，這個「坐」是未來的威儀。那麼這個「住觀於坐」這個話，就是你現在這個時候，「能取觀未來所取法」，現在的心、你的心、也就是智慧是能觀察的；用這個現在能觀察的智慧，觀察未來的所觀察的法，這樣解釋這句話。

《披尋記》三九六頁：

住觀於坐等者：〈聲聞地〉中亦有此文，應準彼知（陵本二十八卷十四頁）。此中坐言所謂宴坐。即於大床或小繩床或草葉座，結跏趺坐端身正願安住背念。如下〈聲聞地〉說（陵本二十四卷二頁）。諸佛弟子，聽聞悟悟瑜伽法已，應作是念：我當成辦佛所聽許恬寤瑜伽，初夜後夜欣樂宴坐，此說未來所知位，由是於坐名未來法，於住位中欣求彼故。今觀彼相謂現在住為能取，未來坐為所取，是名住觀於坐。

「住觀於坐等者：〈聲聞地〉中亦有此文」，這《瑜伽師地論》〈聲聞地〉有這個文，現在這是〈三摩呬多地〉有這個文；這〈聲聞地〉有這個文。「應準彼知」，應按照〈聲聞地〉說的法來認識這一段文（陵本二十八卷十四頁）。

「此中坐言，所謂宴坐」，「宴坐」就是寂靜坐，宴坐樹下修緣起觀。「即於大床」、或者是小繩床、或者是草葉座，「結跏趺坐端身正願」，這個正願，「願」就是你自己的心，來端正自己的願心。「安住背念」，安住在背念；這個「背念」就是背一切染汙念，就是厭離一切染汙念；而不是隨順染汙念，那就是向、而不是背了。如下〈聲聞地〉說」（陵本二十四卷二頁）。「諸佛弟子，聽聞恬寤瑜伽法已」，就是中夜可以休息，初夜後夜還是要修止觀的。聽聞了這樣的佛的教導法已，「應作是念：我當成辦佛所聽許恬寤瑜伽，初夜後夜欣樂宴坐，此說未來所知位」，就是現在在說將來所知道的境界。「由是於坐名未來法」，坐是屬於未來。「於住位中欣求彼故」，現在不是坐，現在是住，在住的時候，就是…我過一個時候，我要怎麼怎麼的…這樣子意思。「今觀彼相，謂現在住為能取，未來坐為所取，是名住觀於坐」，這個「住觀於坐」是這樣意思。那麼這樣意思就還是精進，有精進地味道；我計劃、自己在計劃：我不要懈怠，我要初夜後夜還要修止觀，這樣意思。

未二、坐觀於臥

坐觀於臥者：謂以現在能取，觀過去所取法。

「坐觀於臥者」，這是第二科「坐觀於臥」。「謂以現在能取，觀過去所取法」，這個坐是現在，臥是過去，我以前我曾經臥下來。「謂以現在」是能觀的，觀察過去所觀察的法。

《披尋記》三九六頁：

坐觀於臥等者：此中臥言，所謂右脅而臥，住光明想，正念正知，思惟起想，巧便而臥。〈聲聞地〉中別釋其相（陵本二十四卷五頁）。由此因緣能順修習惛寤瑜伽。此說過去所知位，是故說臥名過去法，於宴坐中憶念彼故。今觀彼相，謂現在坐為能取，過去臥為所取，是名坐觀於臥。

「坐觀於臥等者：此中臥言，所謂右脅而臥，住光明想」，在臥的時候心裏面要觀想這個光明想。「正念正知，思惟起想」，思惟：我不要一直臥在那裏，要起來！不要一直休息。「巧便而臥」，臥下去要有這樣的善巧方便，思惟光明。「〈聲聞地〉中別釋其相」（陵本二十四卷五頁）。「由此因緣，能順修習惛寤瑜伽。此說過去所知位，是故說臥名過去法，於宴坐中憶念彼故。今觀彼相，謂現在坐為能取，過去臥為所取，是名坐觀於臥」，這麼樣解釋這個文。

午二、觀能取法

或在後行觀察前行者：謂以後後能取，觀前前能取法。

這是第二科「觀能取法」；前邊是「觀所取法」，現在「觀能取法」。

「或在後行觀察前行者」這句話怎麼講呢？「謂以後後能取，觀前前能取法」，前面是觀所取，這是觀能取。後後的能取，觀察前前的能取法；前前的能觀察的法，這是「觀能取法」。

巳三、結義

此則略顯二種所取、能取法觀。

這是第三科「結義」，前面是觀所取，這一科是觀能取，所以叫做「略顯兩種所取、能取法觀」。

《披尋記》三九六頁：

或在後行觀察前行等者：此說若已生起無間謝滅所取作意，說名前行。若此無間新新生起能取作意取前無間已謝滅者，說名後行。今觀彼相，謂以後後能取，觀前前能取

法，是名後行觀察前行。此前後行皆名能取，以從染汙令清淨故。

「或在後行觀察前行等者：此說若已生起無間謝滅所取作意」，這什麼意思呢？這是說若已經生起「無間」、中間隔沒有其他的間隔生起的法又謝滅了，什麼「謝滅」呢？

「所取作意」，就是所觀察的境界。就是有所觀察，有能觀察；這個所觀察的境界謝了，就是轉變了，這是「作意」。「說明前行」，已經生起的它又謝滅了，這是「前行」。

「若此無間新新生起能取作意，取前無間已謝滅者」，前面謝滅了，那麼謝滅了以後呢，又「無間」、沒有間隔地，又新新地生起能取的作意，生起能觀察的智慧作意，生起能取作意。「取前無間已謝滅者」，然後觀察那一剎那前邊已謝滅的那個，這樣子觀察。「說名後行」，這叫做後行。「以後後能取觀前前的能取法」，這樣子；「今觀彼相」，現在觀察彼の相貌，「謂以後後的能取，觀察前前的能取法」，這樣子。「是名後行觀察前行」，這樣觀察。「此前後行皆名能取」，前邊也是能取，後邊也是能取。「以從染汙令清淨故」，這樣修行是什麼意思呢？意思就是從染汙裏面解脫出來，使令自己得清淨，是這樣意思。

但是這裏邊的意思，是已經謝滅了；前一剎那的染汙謝滅了，後一剎那生起的能觀，又去觀察這謝滅的染汙相，這是以後觀前的意思，就是觀察它因緣所生是畢竟空寂的。這樣的修觀法、觀察法，有一個什麼特別點呢？我們有的什麼時候，這靜坐的時候有一種情況，就是前一剎那有了染汙心、滅了，後一剎那這清淨心生起了，對於前一剎那的事情，不管了、不管它了，這也是一個相貌。但是在這裏這地方看、不是，前一剎那的染汙是滅了，但於後一剎那的時候，還要去對治它一下，觀察它是因緣所生、是畢竟空的，這樣子去觀察一下，這裏面有這樣地味道。

卯二十、賢善定相（分二科）

辰一、徵

云何賢善定相？

這是第二十科「賢善定相」分兩科，第一科「徵」。怎麼叫「賢善定」的相貌呢？

這是問。底下解釋分兩科，第一科「標相」。

辰二、釋（分二科）

巳一、標相

謂所思惟青瘀等相，為欲對治欲貪等故。

「賢善定」的相貌是這樣子，「謂所思惟青瘀等相」，就是修不淨觀的時候，你心裏面思惟自己的身體，從腳指頭開始青瘀了，那地方有病了、壞了，青瘀、膿爛、散壞，白骨顯現這些形象，這樣修行是什麼用意呢？「為欲對治欲貪等故」，就是為的想要消滅自己心裏面這個欲的貪心「等故」，就是為了這個緣因。欲的貪心，有貪就有瞋，

各式各樣的煩惱，你修這青瘀等的不淨觀就能對治它，這就叫作「賢善定相」。

我們從這些經文上，這是《瑜伽師地論》，但是這些事情都是經上說的。這可見佛開示我們修行的法門，內心裏面有什麼病，就直接要去對治它，不是放縱它不管了，不是這樣子；是直接去對治它，是這樣子的辦法。我昨天也說過，我們現在一般的情形這修行方法，我就念阿彌陀佛，心裏面有了不清淨的染汙心現前，我念佛。念佛是轉變了所緣境，也是把染汙心過去了、滅了，滅了，但是我只是一直念佛，一直唸阿彌陀佛名號，把這一念心佔有了，其他的雜念不進來。念久了呢也可能會一心不亂，但是那個煩惱賊還是在那裏的，煩惱賊還在那裏。

這個話對比前面這段文，正好是這樣意思。就說我前一念心我有了煩惱了，我一發覺了，煩惱就滅了，我的清淨正念起來了；起來了，還是要觀這個煩惱賊，要用智慧劍去斷它的；深入法性地觀察，就能斷現行也能斷種子。

我們不這樣做，我們只是念阿彌陀佛。只念阿彌陀佛，煩惱活動了的時候，我心一念佛，染汙心是沒有了、滅了，但是你並沒能去殺煩惱賊，只是躲避了一下就是了，我們現在的修行就是這樣；我念咒也是這樣，念經也是。念經或者我念《地藏經》也好、念《金剛經》、念《大品般若經》、念《華嚴經》、念《法華經》、念《維摩經》、念《大寶積經》，念各式各樣的經，但是念這些經論的時候，從文字上這樣去念，文裏面也是有義，但是我們沒能夠深入地學習。或者就是學習過，我們文字上這麼在心裏面一過，沒能夠修觀，小小有一點思慧，思的不是很多，這樣子熏習了一下，對那煩惱有一點威脅性，能威脅心裏面的貪瞋癡。因為這樣的大乘經論；小乘經論也是一樣的，這個經論的理性、也就是智慧，對煩惱是有威脅性的，但是我們沒有深入地思惟，也更沒能夠修止觀，對於煩惱還是不能滅，你還是不能消滅它。

現在經上，我們學習的經論上，佛菩薩的意思不是這種辦法，不是。是「為欲對治欲貪等故」，若有了貪欲心，就是要修不淨觀來對治它，是這樣子辦法。我心裏有了賊的時候，就是要增加警察的力量，使令這土匪不可以存在的；或者是有一個學校能教導，使令這些土匪變成善人了，這也是可以。所以是「謂所思惟青瘀等相，為欲對治欲貪等故」，是這樣辦法的。

已二、釋名（分二科）

午一、徵

何故此相說名賢善？

這底下第二科「釋名」。前面是「標相」，這底下解釋「賢善」的名字，分兩科，第一科是「徵」，第二科解釋。「何故此相說名賢善？」是徵、是問。底下解釋。

午二、釋

諸煩惱中貪最為勝；於諸貪中欲貪為勝，生諸苦故。此相是彼對治所緣，故名賢善。

「諸煩惱中貪最為勝」，我們凡夫，擾亂我們心裏面不寂靜的煩惱有很多很多，但是貪心是最有力量的，貪求欲這個心「最為勝」，「勝」就是有力量，有最大的力量。「於諸貪中欲貪為勝」，貪也是各式各樣的貪，有的人貪吃，有的人貪…各式各樣的貪，諸貪中這欲的貪心是更是有力量，它有什麼不好呢？「生諸苦故」，這欲貪能令你苦惱，能令你引起很多很多的苦惱。

「此相是彼對治所緣，故名賢善」，若修不淨觀，這不淨的相是彼貪心的對治，你緣青瘀等相，就能對治能令你苦惱的貪心，所以名為「賢善」，名為賢善定。

卯二十一、止相

云何止相？謂所思惟無分別影像之相。

這底下第二十一科，就是「止相」。前面是說「賢善定相」，這「賢善定相」是讚歎不淨觀的意思。「云何止相？謂所思惟無分別影像之相」，這個「止相」是這樣意思，「謂所思惟無分別影相之相」；這個止要有一個所緣境，這個所緣境在心裏面現出來就是影相、就變成影相了，這影相是有個本質的相，我們心緣這個本質，在心裏面就現出與本質相似的相貌，那叫作影相。就像面對鏡子來說，鏡子裏面現出一個影相來，那個相就是影相，原來那個就是本質相。這心裏面所現出來的所緣境叫作影相。心安住在所緣境上不分別，叫作「無分別影相」。

前面說這「思惟」這句話怎麼講呢？不分別是不分別，你內心裏面還是要不斷地思惟這個所緣境的，這個「思惟」就是想念的意思。比如說：我想我的母親，我心裏面念念想，這個相就繼續地顯現在心裏面；若不想，不想這個相就不現了。

所以修止的時候，這無分別的影相顯現在你心裏面的時候，你要不斷的想你才能夠沒有其他的妄想進來；你心裏面不想所緣境了，所緣境就不在就沒有了，但這個心它不會停下來，它又去想別的事情，那麼別的事情就現出來了，那就變成妄想了，變成散亂了。所以這個止，修止的時候你要不斷的想所緣境，不斷地憶念所緣境，你才能夠沒有其他的雜念進來，你才能夠明靜而住。

這個方法，這《瑜伽師地論》的確是大慈大悲，它說的很週到，告訴你怎麼樣降伏這個妄想。若是心裏面有了一個所緣境，我以出入息為所緣境，或者我用臍輪作所緣境，或者我用一個光明為所緣境，或者蓮花為所緣境，或者是什麼什麼做所緣境，是的，有了所緣境；但是怎麼樣才能念念相續地緣所緣境沒有雜念呢？你要思惟、要

想，念念地憶念所緣境，才可以。那麼這就叫作止，這個止是這樣意思。

卯二十二、舉相

云何舉相？謂策心所取，隨一淨妙或光明相相。

「云何舉相？」舉相是什麼意思呢？這是第二十二科。「調策心所取，隨一淨妙或光明相相」。怎麼叫做舉相呢？「調策心」，策心就是警策它、鞭策它、警覺它，警覺什麼呢？「心所取，隨一淨妙」，你心裏面所想的，想的什麼呢？隨你某一種清淨微妙的境界；就是觀察佛相，佛相是最淨妙的形象；或者是其他的光明相，這些相貌，使令你的心就不昏沈、不沈沒了，興奮起來就精神好了，這沈沒、昏沈就過去了，這時候你繼續可以修止觀了，這是這樣意思。「隨一淨妙」，淨妙也可能很多種，其中的一種，就是這樣意思。

卯二十三、觀相

云何觀相？謂聞思修慧所思惟諸法相。

「云何觀相？」第二十三科、怎麼叫作「觀」呢？「調聞思修慧所思惟諸法相」，「聞思」就是有語言文字的佛法，我們是聽聞別人講解或者自己閱讀的，也都算是聞。聞而後能思惟，專精思惟經裏面的義，叫作思。我們現在的漢文的佛教徒的情況，多數缺少思慧，或者小小有一點也可能，總是不太及格。「修慧」就是在禪定裏面去思惟法義，那就叫作修慧。這個修慧是什麼意思呢？就是有更大的力量；我們聽聞佛法的時候也有一點智慧，但這個智慧的力量不大；專精思惟所成就的智慧，力量是大過了聞慧，但是還不如修慧。這修慧，禪定裏邊你若思惟諸法實相，這個力量非常大，能夠改變你的凡夫的境界成為聖人，所以叫作「修」；能使令你成為聖人，能徹底的改變你的思想，所以叫作「修」。這修是有力量的、強大的力量；若聞思力量不是很大。這聞思修慧所思惟的諸法相，這就叫作「觀相」。

這樣說呢，聞所成慧；由聽聞而得到的智慧去觀察一切法，也名為觀；思惟一切法的真實相，也叫作觀；修慧思惟諸法相也叫作觀。這樣說，這個觀是通於這三種智慧。當然這三種智慧，這修慧雖然很重要，但是不能離開聞思的；離開了聞思，修慧也是沒有的。只是聞思而不修也不行，所以聞思修，都是應該具足的。

卯二十四、捨相

云何捨相？謂已得平等心，於諸善品增上捨相。

「云何捨相？」捨相怎麼講？「謂已得平等心，於諸善品增上捨相」，就是說這個

修行人他心裏面也不惛沈、也不掉舉、也不散亂，明靜而住，這叫做平等了，這叫已經成就平等心。「於諸善品增上捨相」，這是說我們修行人，你能夠守護根門、食能知量、又能夠初夜後夜；白天不要說；就是夜間，初夜後夜也還是能用功，你能夠有沙門的莊嚴，能夠如法的用功，那就叫作「善品」。這善品的因緣，使令你修止觀的時候，得到平等心的時候，這時候你就這樣子下去，那就叫作「增上捨相」。已經得到平等心了，你就這樣子任運讓它這樣相續下去，就叫增上捨相。

《披尋記》三九七頁：

云何捨相等者：謂於所緣不發所有太過精進，是名已得平等心。復由所緣令心上捨，是名於諸善品增上捨相。此如〈聲聞地〉釋（陵本三十一卷九頁）。或復遠離惛沈掉舉，名已得平等心。最極寂靜，名增上捨。

「云何捨相等者：謂於所緣不發所有太過精進」，你精進到一個適當的位置的時候，你就不要再強大，太過精進就不對了；太過精進有可能把你相應的境界失掉了，或者你的體力不夠，太過精進傷害了自己的體力，也不能用功了。所以太過精進也不好，不足也是不好，「是名已得平等心」。「復由所緣令心上捨」，你這時候的所緣境，使令你的心達到那一個最相應那個捨的境界，就是平等的境界，「是名於諸善品增上捨相。此如〈聲聞地〉釋（陵本三十一卷九頁）。或復遠離惛沈掉舉，名已得平等心」。「最極寂靜，名增上捨」，那個最極寂靜這個時候叫「增上捨」。

卯二十五、入定相

云何入定相？謂由因緣、所緣、應修習相故入三摩地，或復已得而現在前。

「云何入定相？」這裏解釋怎麼叫「入定」，說出它的相貌。「謂由因緣、所緣應修習相故入三摩地」，怎麼樣才能夠入定呢？你要有因緣你才能入定，這因緣相當然就是要持戒清淨、要守護根門、食能知量這些事情，這些都是因緣相。還要有個「所緣相」，你要有個所緣境；你修四念處也好、修各式各樣的法門，它都是要有一個所緣境，這是一個條件。還有「應修習相」，應修習相就是要對治沈、掉、亂、著，對治這些障道因緣。這些事情、這三個條件；因緣、所緣、應修，這是三個相；這三個相具足了呢，「入三摩地」就入定了，這樣意思。

「或復已得而現在前」，那也叫作「入定相」；你已經得到定的時候，你正念一提起來這個定就現前了，那就叫作入定相，這就這麼講。

卯二十六、住定相

云何住定相？謂即於彼諸相善巧而取，由善取故隨其所欲於定安住；又於此定得不退法。

「云何住定？謂即於彼諸相善巧而取」，就是前面說的這些相，止相、舉相、觀相、捨相，這些入定的因緣你能夠善巧的成就了，這是第一個條件。「由善取故，隨其所欲於定安住」，因為你善取其相的緣故，也就是不斷的修行，成功了的時候，隨你心之所欲，你就能夠要入定就能入定，就在定裏面安住不動，這是第二個相貌。

「又於此定得不退法」，又對這定你得到不退、不失掉；但也要警慎才能不失掉。有的經論上說你要經行，你常靜坐修定，要常常經行的；你若不經行，你入定的時候時間不久你就要出定，不出定不行。這可見身體的健康還是很要緊，你身體的氣血正常健康，你也就修行容易成就，成就了以後入定的時間長，這是「住定相」。

卯二十七、出定相

云何出定相？謂分別體所不攝，不定地相。

「云何出定的相貌」，這是二十七科。「謂分別體所不攝，不定地相」，這個「分別體所不攝」，「分別」是什麼？「分別」是心，分別的體就是我們的心。這個分別心是「定所不攝」的，那麼是什麼？就是散亂。這個散亂心現前的時候，散亂是不定的相貌，所以就是從定出來了，是這麼意思。這是「出定相」。

卯二十八、增相

云何增相？謂輕安定倍增廣大所思惟相。

這又說個「增相」，什麼叫做「增相」呢？「謂輕安定倍增廣大」，就是你不斷的靜坐，一開始的時候有輕微的輕安樂，小小有一點舒服，但是你不斷的努力，它逐漸的就增長、增長。到了未到地定的時候就開始有輕安樂，到了這個初禪、二禪、三禪的時候，這個輕安樂倍加，是加倍的增長廣大，而這個輕安樂是你心所覺知的、所思惟的相貌，那麼這就是「增相」。

卯二十九、減相

云何減相？謂輕安定退減狹小所思惟相。

「云何減相？」這二十九科，怎麼叫做「減相」呢？「謂輕安定退減狹小所思惟相」，你若不斷的努力，你就由少而多輕安樂漸漸增長；若是你輕安樂已經得到了，你懈怠，你常不入定，那麼你這個輕安和那個定就是逐漸的退下來、逐漸的減少，叫「狹小」，乃至到完全沒有了，都有這種事情。「所思惟相」，也是內心的境界，也是你所思

惟的相。你的定增長、輕安樂也是增長，你輕安樂增長、定也是增長，它們互相增上的。但是這個毗鉢奢那也有關係，你常常修這個毗鉢奢那觀的時候，能夠滅除定的障礙。沒有定的障礙、定就增長，定增長、輕安樂增長，輕安樂增長、定也增長，定增長、毗鉢奢那也增長，就是互相增上逐漸達到圓滿的程度，那麼那就叫做「增相」。如果你懈怠，就是退下來，懈怠就沒有了。

卯三十、方便相

云何方便相？謂二道相，或趣倍增廣大，或趣退減狹小故。

這是第三十科。「云何方便相？謂二道相」，就是這個前面奢摩他和毗鉢奢那。奢摩他和毗鉢奢那這是個方法，你用這個方法不斷的努力去修這個止、修這個觀，那個這叫做「方便」；所以這個「方便」有個「行」的意思，實際的行動叫做方便，用實際的行動做成功的方便。現在這裏說什麼呢？就是「二道相」就是一個止、一個觀。

「或趣倍增廣大」，或者你精進不懈怠，「趣」就是向前進，向前進的時候，止也增長，觀也增長，加倍地增長廣大起來。「或趣退減」，或者你不對勁，你懈怠或者什麼業障現前了，你就退下來了，「狹小」，這是這一種。

卯三十一、引發相

云何引發相？謂能引發略攝廣博文句義道，若無諍無礙妙願智等，若依三摩地諸餘力無畏等最勝功德，及能通達甚深句義微妙智慧，如是等相。

這是三十一科；一共三十一科，這是最後一科。「云何引發相？謂能引發略攝廣博文句義道」，就是你修止又修觀、修觀又修止，就能夠引發出來殊勝的功德。什麼呢？第一個是「引發略攝廣博文句義道」，這個「略」、少少的文句會引發出來廣博的文句，或者廣博的文句能夠「略攝」到少、簡單的一些文句；就是能夠由廣而略，也能由略而廣，這叫做「引發」。當然這文中有義，「義」就是「道」，義是心之道，義是心行之道，能這樣地轉變。這個民國初年的八指頭陀，沒有讀過什麼書，他就會作詩也能寫文章，我看寫那文章像經書是一樣，那文章寫的真是不可思議！這就是出家人修行這件事是不可思議。

「若無諍無礙妙願智等」，說是你修奢摩他、又修毗鉢奢那的觀，又能引發出來無諍三昧，能引發出來四無礙辯，能引發出來妙願智等，能引發這殊勝功德。「若依三摩地諸餘力無畏等」，你若是得到了三摩地，又修止觀得到三摩地，那還有進一步，還有「諸餘」、還有很多佛的十力、四無所畏等最勝的功德都能引發出來。「及能通達甚深句義」，你這個止觀不斷的修習，對於佛菩薩說法的甚深句義你也能夠通達，通達佛是

說什麼法，說什麼妙法你都能明白。「微妙智慧」，還有甚深的微妙智慧你也能成就，就是能得到佛的智慧。「如是等相」這叫做引發，這叫做「引發相」。

癸二、明攝（分二科）

子一、略標

復次如是諸相，即前根本四相所攝。

這是第二科明所攝。前面是三十二相，分三十一科解釋完了。現在「明攝」，分兩科，第一科是「略標」。「復次如是諸相」，就前面三十二相，即前的根本的四相所攝。「根本四相」是什麼呢？就是所緣相、因緣相、應遠離相、應修習相，這是四根本相。四根本相能攝這三十二相的，所以叫做「即前根本四相所攝」。這也就是本論的作者，也是能略也能廣，能廣也能略。

這是「略標」。第二科「別釋」分四科，第一科「所緣相攝」。

子二、別釋（分四科）

丑一、所緣相攝

謂所緣相，具攝一切。

前面是「略標」。這底下說，這三十二相就是為「所緣相」所攝，都是所緣相。

丑二、因緣相攝（分二科）

寅一、攝一切

因緣相亦爾，前與後為因緣故，為令後後得明淨故。

「因緣相亦爾」，這第二科說這個「因緣相」。因緣相分兩科，第一科「攝一切」，也能攝一切。「前與後為因緣故」，這個「因緣相」是表示什麼呢？你不斷的修止觀，前為後作因緣，作因緣又怎麼的呢？「為令後後得明淨故」，使令你後來的止觀就明淨；最初開始總是不明淨，後來逐漸的就會明淨。就是前前為後後作因緣故，使令你有進步了。這是第一科。

第二科「辨二種」分兩科，第一科是「標攝」又分兩種，第一科「舉正方便」。

寅二、辨二種（分二科）

卯一、標攝（分二科）

辰一、舉正方便

正方便相一切種別，皆因緣相。

前面解釋那個正方便。「正方便」也有很多的差別，雖然有很多差別，都是屬於因緣相的。就是修定、修止觀的因緣，就是前面說的守護根門等等的這些事情。

辰二、例邪方便

如正方便，邪方便亦爾。

這是第二科，例這個邪方便。像正方便是這樣子，那個邪方便也是一樣，也給你作因緣的。正因緣作好因緣，那麼邪方便做個壞因緣，就是這樣子。

卯二、辨品

一是白品相，第二黑品相。

前面第一科是「標攝」，現在第二科「辨品」類。「一是白品相」，就是正方便。第二邪方便就是「黑品相」，這是它的類別。

丑三、應遠離相攝

諸染於相，唯應遠離。

「黑品」就是染汙，染汙是修行人所應該遠離的，不應該親近。

丑四、應修習相攝

所餘諸相，唯應修習；於彼彼時，應修習故。

「所餘諸相唯應修習」，第四科是「應修習相」。這個「所餘諸相」就是染汙相除掉了，剩餘的一切相，那就是白品相；那是我們應該親近、應該修習令它成就的。「於彼彼時，應修習故」，於那個時候、那個時候，你就應該修習。這個止是什麼時候修，觀是什麼時候修，乃至到各式各樣的相，什麼什麼時候修，這樣意思。這樣子就成就了白品相，也就得到了很多的功德了。

這是〈三摩呬多地〉，這第十一卷到此為止了，這個十一卷解釋完了。