

《瑜伽師地論》卷 32(T30, no. 1579, p. 462c-463a)：

依 慈愍觀 初修業者：

於外「親品、怨品」，及「中庸品」，善取相已；處如法坐。

由利益安樂、增上意樂、俱行定地作意，

▲先於一親、一怨、一中庸所，發起勝解。

於此三品，由平等 1 利益安樂、2 增上意樂、俱行作意，欲與其樂。如是念言：「願彼求樂諸有情類，皆當得樂。

謂或無罪欲樂，或無罪有喜樂，或無罪無喜樂。」

▲次後或於二親、或於三親、或於四親、或於五親、十親、二十、三十、如前乃至遍諸方維，其中親品充滿無間發起勝解，於中乃至無有容受一杖端處。

→如於「親品」，如是於「怨」及「中庸」品，當知亦爾。