

七、念處相應

釋圓融整理 2017/04/16

《會編(中)》第七六九、七七〇、七七九、七八五、八一三經 (p.247~274)

壹、經說：如來能於四念處演說無量無邊名句文身

一〇；

七六九（六一二）

如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時、世尊告諸比丘：

「如人執持四種強弓，大力方便，射多羅樹影，疾過無閼。

如是如來四種聲聞，增上方便，利根智慧，盡百年壽，

◎於如來所百年說法教授，唯除食息、補¹寫、睡眠，中間常說、常聽，智慧明利，於如來所說盡底受持，無諸障閼，於如來所不加再問；

◎如來說法無有終極，聽法盡壽百歲命終，如來說法猶不能盡。

當知如來所說無量無邊，名、句、味身亦復無量，無有終極，²所謂四念處。何等為四？謂身念處，受，心，法念處」。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

一一；

七七〇（ ）

一切四念處經，皆以此總句，所謂「是故比丘！於四念處修習，起增上欲，精勤方便，正念、正智，應當學」。

貳、論顯：四念處無邊差別，佛智慧亦無量無邊

「說」³：

（壹）如來智慧無邊，能知無邊所知法，能說無邊無上法教

又由身等四所知法無邊別故，如來智慧於彼無礙，亦無有邊；

智無邊故，如來所說無上法教亦無有邊。

（貳）無上法教由文、義所顯示

如是法教，二緣所顯：一、由文故，二、由義故。⁴

¹ [會編(中)p.248 原註 1]：「補」，原本誤「補」，依宋本改。

² 《中阿含經》卷 42〈根本分別品 2〉(T1, 693c7-22)：「如來有四弟子，有增上行、有增上意、有增上念、有增上慧，有辯才成就第一辯才，壽活百歲，如來為彼說法滿百年，除飲食時、大小便時、睡眠息時及聚會時，彼如來所說法，文句法句觀義，以慧而速觀義，不復更問於如來法。所以者何？如來說法無有極不可盡法，文句法句觀義，乃至四弟子命終，猶如四種善射之人，挽彊俱發，善學善知，而有方便，速徹過去。如是，世尊有四弟子，有增上行、有增上意、有增上念、有增上慧，有辯才成就第一辯才，壽活百歲，如來為彼說法滿百年，除飲食時、大小便時、睡眠息時及聚會時。彼如來所說法，文句法句觀義，以慧而速觀義，不復更問於如來法。所以者何？如來無極不可盡」

³ 《瑜伽師地論》卷 97 (T30, 859c13-860a10)。

⁴ (1)《瑜伽師地論》卷 5(T30, 302b25-26)：「尋伺所緣者。謂依名身句身文身義為所緣。」

一、於無量義中，由無量文句而開顯

義差別門，無有數量；法教文句開顯義門，亦無數量。

二、於一義中以無量文句而不重說

於此文句不重宣說，無邊展轉辯才無盡，是故如來成就希奇未曾有法，善能宣說所有法教，於一義中，能以無量巧妙文句，方便開示而不重說。

參、略述四念處之修學次第

(壹) 標舉四念處由聞思修慧次第而修習

又⁵於聖教宗義趣智善成就故，名為有趣⁶。

俱生聞、思所成妙慧善成就故，名為有意。⁷

(2)《卷五·有尋有伺等三地之二》(鈔老 T55)：「文」，「文身」。「文」，就是那個「名」和「句」，所依止的字。一個字、一個字的組成「名」，由「名」組成「句」，這樣的意思。叫「名、句、文」。

「義」，這個「義」呢？就是由「名、句、文」所詮顯的，所顯示的「義」。這個「義」，如果沒有「名、句、文」，這個「義」沒有辦法顯示。說要假藉「名、句、文」來顯示這個「義」的。那麼依「文」顯「義」，這個「名、句、文」是能顯示的，「義」是所顯示的。依「義」以立「文」，依據這個道理，就說出來很多的「名、句、文」。「義為所依」，「名、句、文」，就是能依；或者是「名、句、文」是所依；「義」是能依，兩方面都可以說。「為所緣」，這個「尋伺」，我們內心的分別觀察，分別什麼？觀察什麼？就是觀察這個「名」和「義」，就是「名、句、文」裏面的「義」。簡單的說，就是「文、義」，能詮的「文」和所詮的「義」，這就是「所緣」。

⁵ (1) [會編(中)p.248 原註 2]：此下『論』義，非經所有，疑依餘經作論，待考。

(2) 編者案：以下論義，或許可參考《中阿含經》卷 42〈根本分別品 2〉(T1, 693c7-9)：「如來有四弟子，有增上行、有增上意、有增上念、有增上慧」。此經與《雜阿含·612 經》之文句極為相似，差別在於《雜阿含·612 經》對「增上方便，利根智慧」沒有《中阿含經》翻譯的詳細。因此，論義此處所解釋的「有趣乃至有慧」可說就是《雜阿含·612 經》的「增上方便，利根智慧」等經文。

⁶ (1) 【趣】：2.行動；作為。《列子·湯問》：“汝先觀吾趣，趣如吾，然後六轡可持，六馬可御。”張湛注：“趣，行也。”（《漢語大詞典（九）》p.1142）

(2)《卷八·有尋有伺等三地之五》(鈔老 T82)：「顯然有趣故，名易可解了。」

這個文句裡面是有所詮顯的道理的。這詮顯的道理是在那文句的裡面，這個講者須要把裡面隱藏的道理，把它顯示出來，顯示的非常的圓滿，沒有缺少，那叫做「顯然」，「顯」是這樣意思。「有趣」，就是能引發聽的人的歡喜，所以叫做「顯然有趣故」。「名易可解了」，就是容易明白。」

⁷ (1)《瑜伽師地論》卷 25(T30, 417b5-9)：「云何名為具足多聞？謂若有法宣說開示，初中後善，文義巧妙，獨一圓滿清白梵行，於如是類眾多妙法能善受持，言善通利，意善尋思，見善通達。如是名為具足多聞。」

(2)《卷二十五·初瑜伽處出離地品第三之四》(鈔老 T265b)：「具足多聞」這一段先說明所聞的佛法，就是佛所說的修多羅了，十二分教了。

「言善通利、意善尋思、見善通達」，這是受持的相貌。就是他對於初善、中善，佛所說的這個妙法，這個文句他能夠「通利」沒有滯礙，就是純熟、能讀能誦叫「通利」。「意善尋思」，那個妙法裡面的意義，他也能夠去思惟觀察，這是「意善尋思」。「見善通達」，這個「見」就是智慧，能夠通達，能如實通達如實地覺了，這初中後善這個法門的妙意的。這樣子就是聞、思、修了，言善通利是「聞」，意善尋思是「思」、思所成慧，見善通達是屬於「修慧」了。」

成就定故，名為有念。
通達諦故，名為有慧。
當知此中，初一總標，後三別釋。

〔貳〕略說三慧次第

「發起」：

一、先由聞思知法無我，進而希求定心解脫

復次、有諸苾芻於身等法，
先由聞、思如理作意，安住唯有身等法觀，知一切法無我性已，
不唯於此聞、思作意而生喜足，唯上希求定心解脫。
為求定故，住遠離處，唯緣身等，以九行相安住其心，令心內寂。⁸

二、慧無間依如理作意及三摩地而得究竟

由二因緣起四念住，名善發起：
一、由如理作意如實智故，
二、由三摩地如實智故。
此慧無間，由如實智當得究竟。

〔參〕由三種對治而成就定

「修」：

復次、有諸苾芻，於三對治得隨所欲，得無艱難，得無阻礙，
謂無常想，若仁慈觀，若無相定⁹。

(3)《卷二十四·初瑜伽處出離地品第三之三》(鈔老 T262)：「言善通利、意善尋思、見善通達」，這就是聞思修了。「言善通利」，這一段的經文句叫做「言」，「善」者能也，能夠通利特別熟悉。「意善尋思」，你內心的意對這段經文裏面的義理，要善巧的思惟觀察、要思惟。「見善通達」，就是如實覺知了，當然這個有了禪定的人，那就是屬於思慧。若沒得到禪定，就是你對這個義特地別分明，通達它的道理。」

⁸《成佛之道（增註本）》(p.329~331)：

「內住亦續住，安住復近住，調順及寂靜，次最極寂靜，
專注於一趣，等持無作行：聖說止方便，不越九住心。」

1	2	3	4	5	6	7	8	9
內住	續住	安住	近住	調順	寂靜	最極寂靜	專注一趣	等持
安住所緣的過程				降伏煩惱的過程			臨近得定的階段	

⁹(1)《瑜伽師地論》卷 12(T30, 337b18-24)：「經言：無相心三摩地，不低不昂，乃至廣說。云何名為不低不昂？違順二相不相應故。又二因緣入無相定：一、不思惟一切相故。二、正思惟無相界故。由不思惟一切相故，於彼諸相不厭不壞，惟不加行作意思惟，故名不低。於無相界正思惟故，於彼無相不堅執著，故名不昂。」

(2)《卷十二·三摩呬多地第六之二》(鈔老 T136)：「《披尋記》四一四頁：「違順二相不相應故者：於一切相深見過患，令心厭背，是名為違。於無相界見勝功德，心樂攝受，是名為順。」

彼由如是三種對治，隨其所應，如前所說，
於可意等身等境界住厭逆想，不厭逆想，棄彼二種，捨念正知¹⁰，
由此因緣，當知名為善修念住。¹¹

……對於這個有為有漏的色、受、想、行、識這一切法，深深的看出來，見到它的過患，這老病死太苦了。「令心厭背」，你若這樣思惟的時候，你的心就不歡喜，就厭離，就背棄它了。「是名為違」，這個「違」，這樣觀察這個不順心的境界，這個心就低下，叫做低。「於無相界見勝功德」，就是諸取蘊滅，「諸取蘊滅」就是無色受想行識，無眼耳鼻舌身意，這個無的境界，這個無相的境界，你能看出它殊勝的功德，這裡面最安穩自在。「心樂攝受」，你心裡面就歡喜，願意成就這個無相的境界。……「是名為順」，因為有功德，我歡喜就是「順」。

那地方有過患，有苦惱，那我所不歡喜，不歡喜叫「違」；歡喜就是「順」。這個順心的境界，心就高舉了，這就叫做「昂」。現在這無相心三摩地，不低也不昂，就是不違也不順，「違順二相不相應」，所以叫做「不低不昂」，那就叫做無相心三摩地。你若是違也是相，你若是順也是相，現在心裡面沒有這種分別，叫做無相心三摩地。」

(3)《瑜伽師地論》卷 96(T30, 847c8-10)：

「於一切相不思惟故，於無相界正思惟故，薩迦耶滅由無相故。」

《雜阿含·80 經》卷 3(T02, 20b12-13)：

「復有正思惟三昧，觀色相斷，聲、香、味、觸、法相斷，是名無相。」

《空之探究》(p.58)：「無相三昧觀色、聲等六境相斷。「斷」是什麼意義？『大毘婆沙論』引「法印經說：若觀色、聲、香、味、觸相而捨諸相，名無相定，彼觀境界相而捨有情相」。『瑜伽論』說：「於眼所識色，乃至意所識法，等隨觀察，我我所相不現行故，說名為斷」。依論師的意見，是捨斷有情相的。然依無相三昧的通義，境相不外乎色等六境；六境相斷，就是「於一切相不作意」的無相三昧。」

¹⁰ (1)《披尋記》(四)p.2857：「『隨其所應，如前所說等者』，

謂由修習無常想故，於其可意身等境界，住厭逆想。

修習仁慈觀故，於不可意身等境界，住不厭逆想。

修習無相定故，於非可意非不可意境界，棄彼厭逆、不厭逆想，住於捨念正知。

如是隨其所應，當知得隨所欲，得無艱難，得無阻礙，名如前說。」

(2)《瑜伽論記》卷 24(大正 42, 860c11-14)：「

『於可意等境住厭逆想等』者，於可意身等境修厭，即是無常想。

上『等』字，即等於彼不可意身等四境，修慈觀也。

『棄彼二種，捨念正知』者，即無想定也。」

(3)《成佛之道(增註本)》(p. 326~328)：「掉舉是貪分，是染著可愛境，心不自在，引起心的外散。昏沈是癡分，是身心沈重，引起攝心所緣的力量低弱，不大明顯。……沈、掉嚴重的，不容易遣除，就應該修特別的對治。如沈沒重的，修光明想，或修菩提心等可欣喜的功德相。如掉舉重的，應修無常等可厭患相。等沈、掉息去，再依本來所修的，安住所緣而進修。」

¹¹《瑜伽師地論》卷 28(T30, 440c18-23)：「言定心者，謂從諸蓋得解脫已，復能證入根本靜慮；不定心者，謂未能入。善修心者，謂於此定長時串習，得隨所欲，得無艱難，得無梗澀，速能證入；不善修心者，與此相違，應知其相。」

壹、佛以鷹鳥喻說：應守自境界，離他境界

如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時、世尊告諸比丘：「過去世時，有一鳥，名曰羅婆，為鷹所捉，飛騰虛空，於空鳴喚言：我不自覺，忽遭此難。我坐捨離父母境界而遊他處，故遭此難，如何今日為他所困，不得自在！

鷹語羅婆：汝當何處自有境界而得自在？

羅婆答言：我於田耕壟¹³中，自有境界，足免諸難，是為我家父母境界。

鷹於羅婆起憍慢言：放汝令去，還耕壟中，能得脫以不？

於是羅婆得脫鷹爪，還到耕壟大塊之下，安住止處，然後於塊上，欲與鷹鬥。

鷹則大怒，彼是小鳥，敢與我鬥！瞋恚極盛，迅¹⁴飛直搏。

於是羅婆入於塊下，鷹鳥飛勢，臆¹⁵衝堅塊，碎身即死。

時羅婆鳥深伏塊下，仰說偈言：

「鷹鳥用力來，羅婆依自界，乘瞋猛盛力，致禍碎其身。

我具足通達，依於自境界，伏怨心隨喜，自觀欣其力。

設汝有兇愚，百千龍象力，不如我智慧，十六分之一，觀我智殊勝，摧滅於蒼鷹」。

如是比丘！如彼鷹鳥愚癡，自捨所親父母境界，遊於他處，致斯災患。

汝等比丘亦應如是，於自境界所行之處，應善守持，離他境界，應當學。

貳、略說他境界與自境界之意

比丘！他處、他境界者，謂五欲境界。眼見可意、愛¹⁶、念妙色，欲心染著；耳識聲；鼻識香；舌識味；身識觸可意、¹⁷愛、念妙觸，欲心染著，是名比丘他處他境界。

比丘自處父母境界者，謂四念處。

云何為四？謂身身觀念處，受：……，心……，法法觀念處。

是故比丘！於自行處父母境界而自遊行，遠離他處他境界，應當學」。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【論義】：

「諸纏」：

壹、異生

復次、有諸苾芻，於諸念住正勤修習而是異生。

¹² [會編(中)p.256 原註 1]：『相應部』(四七)「念處相應」六經。

¹³ 壟〔カメノ〕：3.田埂，田間稍稍高起的小路。4.成行種植農作物的土埂。(《漢語大詞典(二)》p.1242)

¹⁴ [會編(中)p.256 原註 2]：「迅」，原本作「駿」，依宋本改。

¹⁵ 臆：1.胸骨；胸。4.憤懣。(《漢語大詞典(六)》p.1394)。

¹⁶ [會編(中)p.256 原註 3]：「愛」，原本誤「受」，依宋本改。

¹⁷ [會編(中)p.256 原註 4]：「愛」，原本「受」，依元本改。

（壹）不如理想而起貪纏

或有勝妙可愛境界正現在前；或復獨處得諸相狀，由失念故，不如理想以為依止，率爾發起猛利貪纏。

（貳）以厭恥心而為對治

彼於此纏深心厭恥，謂如自身墮於厄難極鄙穢處，發起猛利思遠離心，由如是行，便於彼纏心得解脫。

（參）依無常想而如實現觀

既解脫已，心生歡喜，從此已後起猛利厭，猛利厭後得無常想，如見大犁發諸行塊，便於聖諦如實現觀，以其依止依附涅槃。

貳、有學聖者

（壹）思惟淨相而起貪纏

又即有學觀察作意，於勝妙境思惟淨相，由未永斷貪隨眠故，貪纏率爾生起現前，

（貳）入無相定而除滅之

尋復於彼深見過患，為欲斷此纏及隨眠，入無相定，如是能斷餘未斷法。

（參）成就智力勝諸魔羅

從定起已，如實了知一切已斷，領受微妙解脫喜樂。

如實觀見自己成就大智力故，名為彊盛；諸魔羅品，其力羸劣。

二六¹⁸；

七八五（ 六二三）

壹、佛以擎油鉢事，喻說善攝心法住四念處

如是我聞：一時，佛住波羅奈仙人住處鹿野苑中。

爾時、世尊告諸比丘：「世間言美色，世間美色者，能令多人集聚觀看者不」？

諸比丘白佛：「如是，世尊」！

佛告比丘：「若世間美色，世間美色者，又能種種歌舞伎樂，復極令多眾聚集看不」？

比丘白佛：「如是，世尊」！

佛告比丘：

「若有世間美色，世間美色者，在於一處，作種種歌舞，伎樂戲笑，復有大眾雲集一處。

若有士夫不愚、不癡，樂樂、背苦，貪生、畏死，有人語言：士夫！汝當持滿油鉢，於世間美色者所及大眾中過。使一能殺人者，拔刀隨汝，若失一滴油者，輒當斷¹⁹汝命。云何比丘！彼持油鉢士夫，能不念油鉢，不念殺人者，觀彼伎女及大眾不」？

比丘白佛：「不也，世尊！所以者何？世尊！彼士夫自見其後有拔刀者，常作是念：我若落油一滴，彼拔刀者當截我頭。唯一其心，繫念油鉢，於世間美色及大眾中，徐步而過，不敢顧²⁰眄²¹」。

¹⁸ [會編(中)p.263 原註 3]：『相應部』（四七）「念處相應」二〇經。

¹⁹ [會編(中)p.263 原註 4]：「斷」，原本作「斬」，依宋本改。

²⁰ 顧〔《夂》〕：1.回首；回視。（《漢語大詞典(十二)》p.358）。

²¹ 眄〔《𠂔 | 𠂔`〕：1.斜視；不用正眼看。3.看，望。（《漢語大詞典(七)》p.1166）。

「如是比丘！若有沙門、婆羅門，正身自重，一其心念，不顧聲、色，善攝一切心法，住身念處者，則是我弟子、隨我教者。云何為比丘正身自重，一其心念，不顧聲、色，攝持一切心法，住身²²念處？如是比丘，身身觀念住²³，精勤方便，正智、正念，調伏世間貪憂；受；心；法法觀念住，亦復如是。是名比丘正身自重，一其心念，不顧聲、色，善攝心法，住四念處」。

貳、舉偈結說

爾時、世尊即說偈言：

「專心正念，護持油鉢，自心隨護，未曾至方。

甚難得過，勝妙微細，諸佛所說，言教利劍，當一其心，專精護持。

非彼凡人，放逸之事，能入如是，不放逸教」。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【論義】

「勸勉」：

壹、四義

復次、由於正法聽聞，受持，觀察義理，法隨法行，如其次第，應知勸化安立四義²⁴。

貳、三力

復有三法，尚能斷餘一切勝妙姪欲貪纏，況乎鄙劣諸欲貪纏！何等為三？

一、精進力，二、不放逸力，三、對治力。²⁵

由精進力，其已生者令不堅住；由餘二力，其未生者令不得生。²⁶

如是行者勤修正行，為欲斷除已生惡故，及未生者令不生故。

²² [會編(中)p.263 原註 5]：「身」，疑「四」。

²³ [會編(中)p.263 原註 6]：「住」，原本缺，依宋本補。

²⁴ 《瑜伽論記》卷 24 (T42, 861a11-13)：「言安立四義者，一、聽聞正法義理，二、受持讀誦，三、觀察義理，四、法隨法行亦名如說修行。」

²⁵ 《雜阿含·621 經》卷 24(T02, 173c14-20)：

「尊者阿難白佛言：「世尊！此諸年少比丘當云何教授？云何為其說法？」

佛告阿難：「此諸年少比丘當以四念處教令修習。云何為四？調身身觀念住，**精勤方便，不放逸行，正智正念，寂定於心**，乃至知身；受、心、法法觀念住，精勤方便，不放逸行，正念正智，寂靜於心，乃至知法。」

²⁶ 《雜阿含·622 經》卷 24(T02, 174a7-20)：

「世尊遙見菴羅女來，語諸比丘：「汝等比丘勤攝心住，正念正智。今菴羅女來，是故誡汝。

◎云何為比丘勤攝心住？若比丘**已生惡不善法當斷**，生欲、方便，精進攝心。**未生惡不善法不令起，未生善法令生，已生善法令住不忘**，修習增滿，生欲、方便，精勤攝心，是名比丘勤攝心住。

◎云何名比丘正智？若比丘去來威儀常隨正智，迴顧視瞻，屈伸俯仰，執持衣鉢，行住坐臥，眠覺語默，皆隨正智住，是正智。

◎云何正念？若比丘內身身觀念住，精勤方便，正智正念，調伏世間貪憂。如是受、心、法法觀念住，精勤方便，正智正念，調伏世間貪憂，是名比丘正念。」

《瑜伽師地論》卷 32(T30, 460c21-461a25)：

壹、佛以擎鉢事，喻說專心憶念修四念住

世尊依此所緣境相密意說言：

汝等苾芻當知眾善。言眾善者，謂於大眾共集會中盛壯美色。

即此眾善最殊勝者，謂於多眾大集會中歌舞倡伎。

假使有一智慧丈夫，從外而來告一人曰：咄哉，男子！汝於今者可持如是平滿鉢油勿令灑溢，經歷如是大眾中過，當避其間所有眾善，及諸最勝歌舞倡伎、大等生等。

今有魁膾露拔利劍隨逐汝行，若汝鉢油一滴墮地，此之魁膾即以利劍，當斬汝首斷汝命根。

苾芻汝等於意云何？是持鉢人，頗不作意專心油鉢、拔劍魁膾、不平地等；而能作意觀視眾善，及諸最勝歌舞倡伎、大等生耶？

不也，世尊！何以故？是持鉢人，既見魁膾露拔利劍隨逐而行，極大怖畏專作是念：我所持鉢油既彌滿，經是眾中極難將度，脫有一滴當墮地者，定為如是拔劍魁膾當斬我首斷我命根。是人爾時於彼眾善，及諸最勝歌舞倡伎、大等生等，都不作意思念觀視，唯於油鉢專心作意而正護持。

如是苾芻！我諸弟子恭敬殷重專心憶念，修四念住當知亦爾。

貳、以喻合法

言眾善者，喻能隨順貪欲纏等隨煩惱法。

於中最勝歌舞倡伎，喻能隨順尋思、戲論、躁擾處法。

大等生等，喻色相等十種相法。

智慧丈夫，喻瑜伽師。

平滿油鉢，喻奢摩他所安住心，能令身心輕安潤澤，是奢摩他義。

露拔利劍隨行魁膾，喻先所取諸相、尋思、隨煩惱中諸過患相。

專心將護不令鉢油一滴墮地，喻能審諦周遍，了知亂、不亂相之所攝受奢摩他道。

參、由精進力寂止一心

由是能令諸心相續，諸心流注，由精進力，無間策發，前後一味，無相、無分別，寂靜而轉，不起一心復緣諸相，或緣尋思及隨煩惱。」