

## 《雜阿含經》補充資料【雜因誦 第三（界相應）】

釋開仁編 2025/6/6

補充講義，第 468 頁（《雜阿含 463 經》）

一、《瑜伽師地論》卷 11(CBETA, T30, no. 1579, p. 331, c1-8)：

復次，此五根出離，無相為後，與彼五種順出離界，展轉相攝。

此中（1~3）由欲、恚、害出離，即說乃至樂根出離；

（4）由色出離，即說第四靜慮捨根出離；

（5）由薩迦耶滅，即說無色界一切捨根出離。

順出離言，有何等義？由住此者能出離故，名順出離。不說由此出離於彼。為離欲者，說此界故。……

二、《瑜伽師地論》卷 11(CBETA, T30, no. 1579, p. 332, a20-b6)：

### 1、六種出離界之建立

復有六種順出離界<sup>1</sup>，如經廣說，謂「我已修慈，乃至我已離諸我慢」，然我猶為疑惑毒箭，悶亂其心。是故慈等，於恚、害等非正對治。

當知為捨如是邪執，建立此界。

是中（1~4）恚等離欲對治，有差別故，建立前四。

（5）對治相故，觀察聖住得道理故，建立無相。

（6）觀察究竟正道理故，建立第六。

### 2、六種出離界之對治

（1）慈對治恚，無損行轉故。

（2）悲對治害，為除他苦，勝樂行轉故。

（3）喜治不樂，於他樂事，隨喜行轉故。

（4）捨治貪恚，俱捨行轉故。

（5）無相對治一切眾相，相相違故。

（6）若離我慢，於自解脫，或所證中，定無疑惑。故離我慢，是彼對治。

此諸出離，定能出離一切恚等。不善修故，恚等過失，容可現行。

### 3、五種與六種出離界之所攝

又前五種順出離界，初之四種，天住所攝；第五一種，聖住所攝。

今此六種順出離界，前之四種，梵住所攝；第五、第六，聖住所攝。……

	天住	梵住	聖住
五種出離	樂根(欲/恚/害) 第四靜慮捨根(色)		無色界一切捨根 (薩迦耶滅)
六種出離		慈(恚)，悲(害)，喜(不樂)，捨(貪恚)	無相，離我慢

<sup>1</sup> 施護譯《佛說大集法門經》卷下（大正 1，232a-232b）六種順出離界：

一、慈，二、悲，三、喜，四、捨，五、無相，六、離我慢。

補充講義，第 468 頁（《雜阿含 464 經》）

一、《瑜伽師地論》卷 31(CBETA, T30, no. 1579, p. 456, a16-21 ; a25-b1)：止觀相

云何止相？謂有二種。一、所緣相。二、因緣相。

所緣相者：謂奢摩他品所知事同分影像，是名所緣相。

由此所緣，令心寂靜。

因緣相者：謂依奢摩他所薰習心，為令後時奢摩他定皆清淨故，修習瑜伽毘鉢舍那所有加行，是名因緣相。……

云何觀相？謂有二種。一、所緣相。二、因緣相。

所緣相者：謂毘鉢舍那品所知事同分影像。

由此所緣，令慧觀察。

因緣相者：謂依毘鉢舍那所薰習心，為令後時毘鉢舍那皆清淨故，修習內心奢摩他定所有加行。……

二、《瑜伽師地論》卷 85(CBETA, T30, no. 1579, p. 775, a4-21)：

（一）五離繫品界

復次，依出世道作意修中，有五離繫品界：

一者、斷界；二者、無欲界；

三者、滅界；四者、有餘依涅槃界；五者、無餘依涅槃界。

1) 謂見道所斷諸行斷故，名為斷界。

2) 修道所斷諸行斷故，名無欲界。

3) 即此唯有餘依故，名有餘依涅槃界。4) 此依滅故，名為滅界，5) 亦名無餘依涅槃界。

（二）異名

即此五界，

1、由一切行，永寂靜故，名諸行止。

2、由我、我所、我慢、執著及與隨眠，皆遠離故，說名為空。

3、由一切相，皆遠離故，名無所得。

4、於斷界中，一切隨順有漏法上所有貪愛，皆遠離故，名為愛盡。

5、於無欲界，所有欲貪，皆遠離故，名為無欲。

6、於滅界中，及於有餘依、無餘依涅槃界中，如其所應，皆永滅故，皆寂靜故，隨其次第，說名為滅，亦名涅槃。

（三）修習

1) 又於斷界，未得為得勤修習故，名於諸行修厭。

2) 於無欲界，未得為得勤修習故，名於諸行修離欲。

3-5) 於滅界，未得為得勤修習故，名於諸行修滅。

## 《雜阿含經》補充資料【雜因誦 第三（受相應）】

### 【總說】

《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 850, c17-23)：

諸受自性，應當了知；諸受因緣，應當了知；

於受正見，應當了知；於受雜染，應當了知；於能受受補特伽羅，思擇、不思擇二力差別，應當了知；如是於受解脫、不解脫流轉品別，應當了知；諸有所受皆苦道理，應當了知；諸受寂靜止息差別，應當了知；於受觀察一切受相，應當了知。

書上冊，第 428 頁：《雜阿含 466 經》

一、

《雜含》	《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 850, c23-24)
<p>有三受：苦受，樂受，不苦不樂受。 此三受，何因？何集？何生？何轉？謂此三受，觸因，觸集，觸生，觸轉。 彼彼觸因，彼彼受生，若彼彼觸滅，彼彼受亦滅、止、清涼、沒。<sup>2</sup></p>	<p>略說三受，是受自性。 三品類觸，是受因緣。</p>

<sup>2</sup> SN 36.10 : Sukhavedaniyaṃ, bhikkhave, phassaṃ paṭicca uppajjati sukhā vedanā. Tasseva sukhavedaniyassa phassassa nirodhā, yaṃ tajjaṃ vedayitaṃ, sukhavedaniyaṃ phassaṃ paṭicca uppannā sukhā vedanā, sā nirujjhati, sā vūpasammati.

SN 36.10 主要討論「受的生起與止息」。我們來逐句解析：

1、樂受的生起：「Sukhavedaniyaṃ, bhikkhave, phassaṃ paṭicca uppajjati sukhā vedanā.」  
「比丘們！依於樂受的觸（sukhavedaniyaṃ phassaṃ），樂受（sukhā vedanā）便會生起。」這句話的意思是：當我們的感官（眼、耳、鼻、舌、身、意）接觸（phassa）到愉悅的對象時，便會生起樂受（sukhā vedanā）。這反映了佛法中的緣起法則（Paṭicca-samuppāda）：觸是受的條件，沒有接觸，就不會有感受的生起。

2、樂受的滅盡：「Tasseva sukhavedaniyassa phassassa nirodhā, yaṃ tajjaṃ vedayitaṃ, sukhavedaniyaṃ phassaṃ paṭicca uppannā sukhā vedanā, sā nirujjhati, sā vūpasammati.」  
「當這個樂受的觸（sukhavedaniya phassa）滅盡時，依於該觸而生起的樂受也會滅去，也會平息。」這段經文強調：樂受的生起與消滅，完全依賴於觸的存在與滅去。當我們不再與愉悅的對象接觸，樂受便會隨之止息。例如，當我們吃到美食時，會感受到愉悅（樂受），但當食物吃完或味道消失時，樂受便不再持續。這說明了受是無常的，並且與執取（taṇhā，渴愛）密切相關。若執著於樂受，就會產生貪愛，進一步導致苦。

3、這段經文的意涵：這段經文是佛陀對「受的本質」的分析，讓我們理解：

樂受是因緣所生法，它依觸而生，無法獨立存在。當觸滅時，樂受也會滅，說明樂受是無常的（anicca）。若對樂受生起執取，便會導致苦，因為我們會渴求它持續存在，當它消失時，就會產生痛苦與不滿。

這與佛教的「三受觀」有關：

樂受（sukha vedanā）導致貪愛（taṇhā）。

苦受（dukkha vedanā）導致瞋恚（dosa）。

捨受（adukkhamasukha vedanā）若不如實知見，則可能導致無明（avijjā）。

書上冊，第 428 頁：《雜阿含 467 經》

《雜含》	《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 850, c24-p. 851, a3)
觀於樂受而作苦想，觀於苦受作劍刺想，觀不苦不樂受作無常想。若彼比丘觀於樂受而作苦想，觀於苦受作劍刺想，觀不苦不樂受作無常滅想者，是名正見。 <sup>3</sup>	1)又諸樂受，變壞法故，貪依處故，貪是當來眾苦因故，由此應觀樂受為苦。 2)若諸苦受，現在前時惱害性故，如中毒箭而未得拔，由此應觀苦受如箭。

因此，佛法的重點不在於追求樂受或避免苦受，而是在於「如實知見」受的本質，進而達到不執取、不執著，最終解脫生死輪迴（涅槃，Nibbāna）。

這段經文與《中部》(MN 44《舍利弗請問經》)的「受滅即苦滅」的概念相呼應，提醒我們應該觀察受的無常，進而離貪、離執，達到真正的寂靜與解脫。

案：《相》別別說因三觸而生三受，因三觸滅而三受滅；《雜》則用「彼彼」一詞總說。

<sup>3</sup> SN 36.5 : Sukhā, bhikkhave, vedanā dukkhato datṭhabbā, dukkhā vedanā sallato datṭhabbā, adukkhamasukhā vedanā aniccato datṭhabbā. Yato kho, bhikkhave, bhikkhuno sukhā vedanā dukkhato ditṭhā hoti, dukkhā vedanā sallato ditṭhā hoti, adukkhamasukhā vedanā aniccato ditṭhā hoti ayam vuccati. 諸比丘！觀於樂受而作苦想，觀於苦受作劍刺想，觀不苦不樂受作無常想。諸比丘！若彼比丘觀於樂受而作苦想，觀於苦受作劍刺想，觀不苦不樂受作無常滅想者，是名正見。

SN 36.5 主要說明對受的正確觀察方式，即如何透過智慧來如實知見(yathābhūtañānadassana)三種受：樂受(sukhā vedanā)、苦受(dukkhā vedanā)、不苦不樂受(adukkhamasukhā vedanā)。

1、三種受的觀察方式：

- (1) 樂受應從「苦」的角度來觀察「Sukhā, bhikkhave, vedanā dukkhato datṭhabbā.」「比丘們！樂受應當從苦的角度來觀察。」樂受本質上雖然讓人感到愉悅，但它是無常的(anicca)，當樂受變異、消失時，執著於樂受的人便會產生苦。因此，樂受的本質是苦，因為它無法帶來真正的滿足，反而會導致渴愛(tanhā)與執取(upādāna)。
- (2) 苦受應從「毒刺(salla)」的角度來觀察「Dukkhā vedanā sallato datṭhabbā.」「苦受應當從毒刺(salla, 意指苦痛的刺傷)的角度來觀察。」苦受如同一根毒刺(salla)，令人痛苦，讓人渴望擺脫它。但如果我們不正確地對待苦受，可能會因為瞋恚(dosa)而加深痛苦。因此，應該以智慧觀察苦受，認識到它的無常性，而不是執著於它或抗拒它。
- (3) 捨受應從「無常」的角度來觀察「Adukkhamasukhā vedanā aniccato datṭhabbā.」「不苦不樂受應當從無常的角度來觀察。」捨受(中性受)看似沒有明顯的樂或苦，但它依然是緣起生滅的，因此也是無常的。若對捨受沒有如實觀察，容易落入無明(avijjā)，導致對法的錯誤理解，從而無法超越生死輪迴。

2、這段經文的核心意義：佛陀在這裡教導比丘們應該如何正確地觀察三受，以達到解脫：

樂受：觀察其本質是苦，因為它是無常的，會引發渴愛與執取。

苦受：觀察其如同毒刺，它令人不適，但應以智慧對待，不生瞋恚。

捨受：觀察其無常，避免因無明而執著於它。

這樣的觀察方式，有助於修行者捨離對受的執著，進一步達到對五蘊的透徹理解(五蘊皆苦)，最終滅盡渴愛，證悟涅槃。

這與《中部 44 經》(《舍利弗請問經》)所說的「受滅即苦滅」的觀念一致。這段經文提醒我們：受本身並不是問題，問題在於我們對受的執著與錯誤認知。透過如實觀察三受，便能不被樂受迷惑、不為苦受所苦、不被捨受所惑，進而解脫輪迴的束縛。

	<p>3)非苦樂受，已滅壞者是無常故，正現前者是滅法故，於二更續能隨順故，由此應觀非苦樂受性是無常，性是滅法。</p> <p>如是於受所生正見，能隨悟入諸有所受皆悉是苦。</p>
--	---

《雜合》	s.36.5
<p>觀樂作苦想，苦受同劍刺，於不苦不樂，修無常滅想。</p> <p>是則為比丘，正見成就者，寂滅安樂道，住於最後邊，永離諸煩惱，摧伏眾魔軍。</p>	<p>Yo sukhaṃ dukkhato adda, dukkham addakkhi sallato; Adukkhamasukhaṃ santaṃ, addakkhi naṃ aniccato.</p> <p>見樂為苦，見苦如毒箭；見寂靜無苦樂，亦見其無常。<sup>4</sup></p> <p>Sa ve sammaddaso bhikkhu, pariṇāti vedanā; So vedanā pariññāya, diṭṭhe dhamme anāsavo. Kāyassa bhedā dhammaṭṭho, saṅkhyam nopeti vedagū”ti.</p> <p>彼比丘正見具足，能如實了知諸受；彼了知諸受後，現法中無漏清淨。身壞命終住於法，智者不再受計量。<sup>5</sup></p>

一、《大智度論》卷 19〈序品 1〉(CBETA, T25, no. 1509, p. 199, c4-p. 200, a20)：

**受念處**

**(1) 眾生以樂受故貪著此身**

得是身念處觀已，復思惟：眾生以何因緣故貪著此身？樂受故。

**(2) 樂受何以名苦<sup>6</sup>**

所以者何？

<sup>4</sup> 世俗的樂：其實也是苦，因為它無常、終將變異。

苦：就像毒箭，使眾生受折磨。

超越苦樂的平靜（即涅槃）：是究竟安穩，但即使如此，仍須從「無常」的角度來觀察，不應執著。

<sup>5</sup> 正見具足，如實知見感受的本質（苦、無常、無我）。

完全透徹感受，不再執著，因此在當下便已達到無漏清淨（即已斷除所有煩惱）。

身壞命終後，此人安住於法，不再落入世俗的「生死輪迴」之中。

超越一切計量與界限，即不再可被世間概念衡量，他已達到涅槃。

這首偈頌強調，真正的解脫者，於現世已滅盡煩惱，身壞後不再受輪迴束縛，超越一切分別與計量。

<sup>6</sup> 從顛倒生，無有實故

樂受何以名苦 ─ 雖欲求樂，能得大苦故

└ 樂受少故

（印順法師，《大智度論筆記》〔A017〕p.32）

從顛倒出故，生眾苦故，樂受少故，知樂非樂。（印順法師，《大智度論筆記》〔A059〕p.100）

**A、從顛倒生，無有實故**

從內六情、外六塵和合故，生六種識；六種識中生三種受：苦受、樂受、不苦不樂受。<sup>7</sup>是樂受，一切眾生所欲；苦受，一切眾生所不欲；不苦不樂受，不取、不棄。如說：「若作惡人及出家，諸天世人及蠕動，一切十方五道中，無不好樂而惡苦。狂惑顛倒無智故，不知涅槃常樂處！」

行者觀是樂受，以實知之，無有樂也，但有眾苦。何以故？樂名實樂，無有顛倒。一切世間樂受，皆從顛倒生，無有實者。

**B、雖欲求樂，能得大苦故**

復次，是樂受雖欲求樂，能得大苦。如說：「若人入海遭惡風，海浪崛起如黑山；若入大陣鬪戰中，經大險道惡山間。豪貴長者降屈身，親近小人為色欲。如是種種大苦事，皆為著樂貪心故！」

以是故知樂受能生種種苦。

**C、樂受少故**

復次，雖佛說三種受<sup>8</sup>，有樂受，樂少故名為苦；如一斗蜜，投之大河，則失氣味。

**(3) 釋疑**

**A、釋疑：「無漏妙樂云何是苦」疑**

問曰：若世間樂顛倒因緣故苦，諸聖人禪定生無漏樂應是實樂。何以故？此樂不從愚癡顛倒有故，此云何是苦？

答曰：

**(A)「無常故苦」但指有漏**

非是苦也！雖佛說無常即是苦<sup>9</sup>，為有漏法故說苦。何以故？凡夫人於有漏法中心著，以有漏法無常失壞故生苦。無漏法心不著故，雖無常，不能生憂悲苦惱等故，不名為苦<sup>10</sup>，亦諸使不使故。

**(B) 無漏樂別屬道諦所攝**

復次，若無漏樂是苦者，佛不別說道諦，苦諦攝故。

**B、釋疑：「無漏妙樂應生貪著」疑**

問曰：有二種樂：有漏樂，無漏樂。有漏樂下賤弊惡，無漏樂上妙。何以故於下賤樂中生著，上妙樂中而不生著？上妙樂中生著應多，如金銀寶物，貪著應重，豈同草木？

<sup>7</sup> 根塵生六識，識中生三受。(印順法師，《大智度論筆記》[A059] p.100)

<sup>8</sup> 《雜阿含經》卷 17 (467 經)：「佛告羅睺羅：有三受：苦受、樂受、不苦不樂受。觀於樂受而作苦想，觀於苦受作劍刺想，觀不苦不樂受作無常想。若彼比丘觀於樂受而作苦想，觀於苦受作劍刺想，觀不苦不樂受作無常減想者，是名正見。」(大正 2，119a26-b2)

<sup>9</sup> 參見《增壹阿含 10 經》卷 30 (六重品 37)：「佛告尼健子：我之所說，色者無常，無常即是苦，苦者即是無我，無我者即是空，空者彼非我有，我非彼有；痛、想、行、識及五盛陰皆悉無常，無常即是苦，苦者無我，無我者是空，空者彼非我有，我非彼有。我之教誡，其義如是。」(大正 2，715c11-16)

<sup>10</sup> 二樂：世間樂受是苦，無漏樂受非苦。(印順法師，《大智度論筆記》[A059] p.100)

答曰：

**(A) 無漏樂不著：智慧多故**

無漏樂上妙而智慧多，智慧多故能離此著。有漏樂中愛等結使多，愛為著本；實智慧能離，以是故不著。

**(B) 觀無常故**

復次，無漏智慧常觀一切無常；觀無常故，不生愛等諸結使。譬如羊近於虎，雖得好草美水而不能肥；如是諸聖人雖受無漏樂，無常、空觀故，不生染著脂。

**(C) 無眾生相故**

復次，無漏樂不離三三昧、十六聖行<sup>11</sup>，常無眾生相；若有眾生相，則生著心。以是故，無漏樂雖復上妙而不生著。

**(4) 總結「受念處」**

如是種種因緣，觀世間樂受是苦，觀苦受如箭，不苦不樂受觀無常壞敗相；如是則樂受中不生欲著，苦受中不生恚，不苦不樂受中不生愚癡。是名受念處。<sup>12</sup>

**二、《瑜伽師地論》卷 66(CBETA, T30, no. 1579, p. 663, b12-c23)：**

**苦諦**

復次，如佛世尊說三苦性。

**1、釋行苦性**

此中云何為行苦性？

**(1) 行苦性羸重所攝**

謂後有業煩惱所生諸行，於彼彼自體中，能隨順生一切煩惱及與眾苦，所有安立，一切遍行，羸重所攝，亦名羸重，是行苦性。

依此行苦，佛世尊說：「略五取蘊，皆名為苦」。<sup>13</sup>

**(2) 行苦遍於三受**

又此行苦，遍行一切若樂受中、若苦受中、若不苦不樂受中。

◎然於不苦不樂受中，此羸重性分明顯現，是故但說不苦不樂受，由行苦故苦。於樂受、苦受中，愛、恚二法擾亂心故，此羸重苦，非易可了。<sup>14</sup>

<sup>11</sup> 十六聖行：苦諦：無常、苦、空、無我；集諦：集、因、生、緣；滅諦：滅、靜、妙、離；道諦：道、如、行、出。

參見 Lamotte (1970, p.1161, n.2)：四聖諦十六行相在空、無相、無作三三昧的歷程中領會：見《大智度論》卷 11 (大正 25, 138a)，卷 23 (大正 25, 233b6)，卷 54 (大正 25, 444a15)，卷 63 (大正 25, 505a17)。

<sup>12</sup> 受念處觀 ┌ 苦受如箭——不生恚  
├ 樂受是苦——不生著  
└ 捨受無常——不生癡 (印順法師，《大智度論筆記》〔A017〕p.32)

<sup>13</sup> 《佛說五蘊皆空經》卷 1 (大正 2, 499c5-27)。

<sup>14</sup> 《瑜伽論記》卷 18 (大正 42, 716b15-21)：「言又此行苦遍行一切三受中者，三受行時為彼羸重所，皆是行苦。若爾，云何一偏說捨受是其行苦？為釋此疑故。云：『然於捨受此羸重性分明顯現，但說捨受行苦故。』言：於餘二受，愛、恚擾亂，此羸重苦非易可了者，樂受由愛擾

譬如熱癰，若以冷觸封之，即生樂想；熱灰墮上，便生苦想；若二俱離，於此熱癰，爾時唯有癰自性苦，分明顯現。

如是於業煩惱所生諸行，所有安立，羸重所攝，猶如熱癰。

行苦性中所有樂受，如冷觸封。

所有苦受，如熱灰墮。

所有不苦不樂受，如離二觸，癰自性苦。

◎又樂受中多生染著，是故說彼貪所隨增。

於苦受中多生憎恚，是故說彼瞋所隨增。

於非苦樂之所顯現，羸重所攝，所有安立，行自體中，於無常性計常顛倒，於眾苦性計樂顛倒，於不淨性計淨顛倒，於無我性計我顛倒，是故說彼不苦不樂受無明所隨增。

◎又諸愚夫，於樂受中多生染著，由是因緣，於現法中，行身惡行，行語惡行，行意惡行，身壞命終，廣說乃至生那落迦。

◎又由後有愛故，能感當來生等眾苦。如是樂受，貪所依故，能生當來五趣等苦。

◎又於苦受多起瞋心，不隨所欲，觸眾苦事，便生種種愁、惱、怨、歎，乃至迷亂。由此因緣，行三惡行，墮諸惡趣，如是苦受，瞋所依故，能感現法、後法眾苦。

◎又於不苦不樂受中，多生如上顛倒之心，於二種苦，謂依樂受貪所生苦，及依苦受瞋所生苦，生不捨思，起不捨行。<sup>15</sup>

◎是故，雖有眾多煩惱及隨煩惱，然佛世尊但立三種根本煩惱，謂貪、瞋、癡。依此密意，佛世尊說：「應觀樂受是眾苦法，應觀苦受猶如毒箭，應觀不苦不樂受性是無常、有壞滅法。」若能如實觀無常性，漸次能斷一切顛倒。

## 2、小結

如是諸行，是第一義苦聖諦事。一切聖賢聖智觀已，於第一有最極寂靜諸取蘊中，尚不願樂，何況弊下那落迦中！

## 三、《成實論》卷 6〈行苦品 79〉(CBETA, T32, no. 1646, p. 282, b20-27)：

又經中佛說：當觀樂是苦，觀苦如箭入心，不苦不樂當觀無常念生念滅。若定有樂不應觀苦。當知凡夫於苦取樂，是故佛說隨凡夫人生樂相處，汝當觀苦。

又此三受皆苦諦攝，若實是樂，苦諦云何攝？又苦為真實樂相虛妄，何以知之？以觀苦心能斷諸結，非樂心也，故知皆苦。

亂說為壞苦，苦受由恚擾亂說為苦苦，雖是行苦其相難知。」

<sup>15</sup> 《瑜伽論記》卷 18 (大正 42, 716b25-c7)：「下文有二復次，為釋此難。初云雖一一受皆生三惑，然樂順情多生貪愛，苦受情多生瞋恚，於捨以受行苦中多生無明起四顛倒。又諸愚夫已下，第二復次。明多因樂受生愛行三惡行生那落，又多因樂生愛生遍於諸越受於八苦，多因苦受生恚，行三惡行生諸惡趣，於捨受中多生如上無明顛倒。言於二種苦，謂依樂受二貪生壞苦，及依苦受瞋生苦苦，亦由無明生不捨思。生於壞苦者，由無明起貪不能厭捨，生於壞苦起不捨行，起於苦苦者，亦由無明起瞋生不捨行起於苦苦。」

書上冊，第 429 頁：《雜阿含 468 經》

一、大意

佛說比丘為了斷除「樂受貪隨眠」、「苦受瞋隨眠」、「不苦不樂受癡隨眠」，而於世尊座下修習梵行。斷諸隨眠後，方能到達苦的盡頭。

二、

《雜含》	《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 851, a3-9)
<p>佛告羅睺羅：「有三受：苦受，樂受，不苦不樂受。 觀於樂受，為斷樂受貪使<sup>16</sup>故，於我所修梵行。斷苦受瞋恚使故，於我所修梵行； 斷不苦不樂受癡使故，於我所修梵行。<sup>17</sup></p>	<p>於樂受中有貪隨眠，於苦受中有瞋隨眠，於非苦樂無明隨眠，是名於受所起雜染。雖於樂等所有諸受現前分位，一切未斷煩惱隨眠之所隨眠，然由緣彼各別所行諸纏，生起此後隨眠煩惱隨縛，即名於彼相續隨眠。為欲永害諸隨眠故，熟修梵行，非唯為遣諸纏因緣。</p> <p>《瑜伽師地論》卷 83(CBETA, T30, no. 1579, p. 764, a15-29)</p> <p>云何諸所有受皆說為苦？謂諸樂受變壞故苦，一切苦受生住故苦，非苦樂受體是無常滅壞法故，說之為苦。此中樂受由無常故，必有變壞。一切苦受由無常故，生、住、相續皆起於苦。非苦樂受，已滅壞者由無常故，說之為苦。已生起者，滅壞法故，亦說為苦。此滅壞法彼二所隨逐故，與二相應故，亦名為苦。</p> <p>云何當觀樂受為苦？謂由此受貪所隨眠，由隨眠故取當來苦，於現法中能生壞苦，如是當觀樂受為苦。云何當觀苦受如箭？謂如毒箭乃至現前常惱壞故。非苦樂受體是無常滅壞法者，謂已滅者即是無常，其未滅者是滅壞法。若無常者，從此復生若樂若苦。滅壞法者，終不解脫苦樂二種。</p>
<p>羅睺羅！若比丘樂受、貪使，已斷、已知；苦受、恚使，已斷、已知；不苦不樂受、癡使，已斷、已知者，是名比丘斷除愛欲，縛<sup>18</sup>去諸結，慢無間等，究竟苦邊。<sup>19</sup></p>	

<sup>16</sup> 「樂受貪使」指「對於樂受的貪隨眠」。

<sup>17</sup> SN.36.3 : Sukhāya, bhikkhave, vedanāya rāgānusayo pahātabbo. (The underlying tendency to lust should be abandoned in regard to pleasant feeling 對於樂受，應當捨離潛藏的貪欲傾向。)

<sup>18</sup> 《雜阿含經論會編（中）》：「縛，疑「轉」。」(p.192)

<sup>19</sup> SN.36.3 : acchecchi taṇhaṃ, vivattayī samyojanaṃ, sammā mānābhisamayā antamakāsi dukkhassā<sup>19</sup>ti.

<p>〔偈頌〕</p> <p>1.樂受所<sup>20</sup>受時，<u>則</u><sup>21</sup>不知樂受，貪使之所使，不見出要道。……</p> <p>5.覺知諸受者，現法盡諸漏，明智者命終，不墮於眾數，……</p>	<p>s.36.3 : Sukhaṃ vedayamānassa, vedanaṃ appajānato; so rāgānusayo hoti, anissaraṇadassino. 感受樂受之人，若不了解其本質，則貪欲隨眠生起，因其不見解脫。<sup>22</sup></p> <p>(When one experiences pleasure, if one does not understand feeling, The tendency to lust is present for one not seeing the escape from it. 當一個人感受到愉悅時，若不理解這種感受，貪欲的傾向便會生起，因為他未能看見解脫之道。)</p> <p>So vedanā pariññāya, diṭṭhe dhamme anāsavo; kāyassa bhedā dhammatṭho, saṅkhyam nopeti vedagū”ti. 彼了知諸受後，現法中無漏清淨；身壞命終住於法，智者不再受計量。<sup>23</sup></p> <p>(Having fully understood feelings, He is taintless in this very life.</p>
--	--

他已斷除渴愛，捨離了結縛，正確了悟慢，終結了苦。

**Vivattati** (PED 637) [vi+vattati] :

1. to move back, to go back, to revolve, to begin again (of a new world--cycle), contrasted with **saṅvattati** to move in an ascending line (cp. vivatta) 退回、回歸、循環、重新開始（特指世界週期的重新開始），與 "saṃvattati"（向上運行、展開）相對。
2. to be distracted or diverted from (abl.), **to turn away**; to turn over, to be upset. 從……轉移、分心、轉向、翻轉、動搖（與「從……」的語法結構相關，如從某事物轉移注意力）。

Spk III 115: **Vivattayi saṃyojananti** dasavidhampi saṃyojanam parivattayi nimmūlakamakāsi. 捨離結縛者，即徹底斷除十種結縛，使之連根拔除。

<sup>20</sup> 「所」：助詞。用於句中補湊音節。《左傳·成公二年》：“能進不能退，君無所辱命。”

<sup>21</sup> 「則」<sup>23</sup>.連詞。表遞進。猶而。唐韓愈《送李願歸盤谷序》：“飲則食兮壽而康。”

<sup>22</sup> 凡夫感受樂受時，若不如實知見其本質（無常、苦、無我），便會執著於它。

由於對樂受的執著，貪欲的習氣（隨眠）便會增長，使人更加沉溺於貪愛。

這樣的人無法看見從感受中解脫的方法，因此仍受輪迴束縛。

這句話呼應了佛教的核心教義之一：「受是因緣生起的，若不覺知其本質，則會生起執著與煩惱。」所以，修行者應該對受保持正念，以智慧觀察，從而超越貪愛，達到解脫。

<sup>23</sup> 透徹了解諸受（苦、樂、不苦不樂），不再被感受束縛，心已解脫。

於現世已達無漏境界，即滅盡一切煩惱，不再生起貪、瞋、癡。

身壞命終後，他已超越輪迴，住於法的真理中，不再投生於世間。

此智者不再可被世間概念衡量，因為他已超越了一切計量與分別，證得究竟解脫（涅槃）。

這首偈頌強調了佛教修行的最終目標：透徹理解感受，滅盡煩惱，現世即得解脫，身壞後不再輪迴，安住於究竟真理之中。

Spk III 116: **Saṅkhyam nopetī** ratto dutṭho mūlhoti paññattim na upeti, taṃ paññattim pahāya khīṇāsavo nāma hotīti attho.

不再受計量（saṅkhyam nopeti）」的意思是：他不會執著於「喜、瞋、癡」等概念（即不會落入凡俗的識別與分別）。因為已捨離這些概念，他被稱為『煩惱已盡者』（khīṇāsava）。

——這段註釋說明了佛教中「究竟解脫」的境界：一般人受「貪、瞋、癡」的驅使，執著於名相與概念（即世間的「計量」與「分別」）。證悟者（阿羅漢）已捨離這些分別，不再執著於概念，因而不受「計量」。這樣的人已滅盡一切煩惱，因而稱為「煩惱已盡者」（khīṇāsava），即阿羅漢，不再輪迴。

這段話強調，解脫不只是滅盡煩惱，還意味著超越一切世俗概念與分別，不再受「我」與「世界」的限制。

	Standing in Dhamma, with the body's breakup the knowledge-master cannot be reckoned. 徹底了悟諸受後，於此生中便無染污。安住於法，當身壞命終時，智者已超越一切衡量。)
--	---

書上冊，第 430 頁：《雜阿含 469 經》

一、相同譬喻的經文

1、《雜阿含 469 經》卷 17(CBETA, T02, no. 99, p. 119, c8-12)：

爾時、世尊告諸比丘：「大海深嶮者，此世間愚夫所說深嶮，非賢聖法律所說深嶮。世間所說者，是大水積聚數耳。若從身生諸受，眾苦逼迫，或惱、或死，是名大海極深嶮處。<sup>24</sup>」

2、《雜阿含 216 經》卷 8(CBETA, T02, no. 99, p. 54, b23-c1)：

爾時、世尊告諸比丘言：「大海者，愚夫所說，非聖所說；此大小水耳。云何聖所說海？謂眼識色已，愛念、染著、貪樂，身、口、意業，是名為海。一切世間阿修羅眾，乃至天、人，悉於其中貪樂沉沒，如狗肚藏，如亂草蘊，此世、他世絞結纏鎖，亦復如是。耳識聲，鼻識香，舌識味，身識觸，此世、他世，絞結纏鎖，亦復如是。」

3、《雜阿含 217 經》卷 8(CBETA, T02, no. 99, p. 54, c6-12)：

爾時、世尊告諸比丘：「所謂海者，世間愚夫所說，非聖所說海，大小水耳。眼是人大海，彼色為濤波，若能堪忍色濤波者，得度眼大海，竟於濤波、洄復諸水惡蟲，羅刹、女鬼。耳、鼻、舌、身、意，是人大海，聲、香、味、觸、法為濤波，若堪忍彼（聲、香、味、觸）、法濤波，得度於（耳、鼻、舌、身、）意海，竟於濤波、洄復，惡蟲，羅刹、女鬼。」

二、

《雜含》	《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 851, a9-14)
愚癡無聞凡夫，於此身生諸受，苦痛逼迫，或惱、或死，憂悲稱怨，啼哭號呼，心亂發狂，長淪沒溺，無止息處。	無思擇力補特伽羅，受苦受時，心極憂悴。即此苦受，若身、若心，現前領納。所餘樂受、非苦樂受，由未斷故而說相應，是

<sup>24</sup> SN.36.4 : Sārīrikānaṃ kho etaṃ, bhikkhave, dukkhānaṃ vedanānaṃ adhivacanaṃ yadidaṃ 'pātālo'ti. 比丘們，這個詞『深淵』(pātālo) 是身體苦受的名稱。

——這句經文說明，「深淵」(pātālo) 這個詞被用來形容身體上的極端痛苦。在佛教經典中，「深淵」通常象徵無底的苦海或墮落的境地，這裡則用來比喻身體上的苦受，就如同墜入無底深淵般難以忍受。

這句話強調：身體的痛苦不僅僅是一種感受，它深重到足以讓人覺得自己陷入無底深淵，因此佛陀用「pātālo」來形容這種經驗。

(pātāla : 原意指「深淵」、「無底洞」。在英譯佛教經典中，"pātālo" 通常被翻譯為 "bottomless abyss" (無底深淵)，表示極端的痛苦、無法逃脫的困境或深陷於某種狀態之中。)

<p>多聞聖弟子，於身生諸受，苦痛逼迫，或惱、或死，不生憂悲、啼哭號呼，心生狂亂，不淪生死，得止息處。<sup>25</sup></p>	<p>如名為現見圓滿冥闇受坑，難得其底。 有思擇力補特伽羅，應知一切與上相違。</p>
--	---

書上冊，第 431-432 頁：《雜阿含 470 經》

<p>《雜含》</p>	<p>《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 851, a14-20)</p>
<p>譬如士夫身被雙毒箭，極生苦痛，愚癡無聞凡夫，亦復如是、增長二受——身受、心受，極生苦痛。</p> <p>所以者何？以彼愚癡無聞凡夫不了知故，於諸五欲生樂受觸，受五欲樂，受五欲樂故，為貪使所使<sup>26</sup>。</p> <p>苦受觸故，則生瞋恚，生瞋恚故，為恚使所使。<sup>27</sup></p> <p>於此二受，若集、若滅、若味、若患、若離不如實知，不如實知故，生不苦不樂受，為癡使所使。</p>	<p>又於諸受，心未解脫補特伽羅，但於苦受圓滿領納，猶如一人中二毒箭。</p> <p>二毒箭者，即喻三受，</p> <p>或染心領納，謂由貪、瞋、癡；</p>

<sup>25</sup> SN.36.4

<sup>26</sup> 「使」：1.派遣。2.命令。3.役使；使喚。4.調驅使、支配。5.使用；運用。6.耍弄。7.做引起對方注意的動作或表情。8.僕役。9.致使，讓。10.放縱。

<sup>27</sup> SN.36.6: Tassāyeva kho pana dukkhāya vedanāya phuttho samāno paṭighavā hoti. Tamenam dukkhāya vedanāya paṭighavantam, yo dukkhāya vedanāya paṭighānusayo, so anuseti. 當他被那苦受觸及時，便生起瞋恚。對於這位對苦受生起瞋恚的人，凡是對苦受的瞋恚隨眠 (paṭighānusaya)，便會隨逐 (anuseti) 於他。(anuseti，隨逐、潛伏、繼續存在)

這段經文講述「瞋恚隨眠」(paṭighānusaya) 的生起過程：當一個人感受到苦受時，如果沒有智慧觀照，就會生起瞋恚 (憎惡、不滿、憤怒)。如果對苦受產生瞋恚，那麼內心的「瞋恚隨眠」(潛伏的瞋習氣) 就會隨之增長，讓他更容易在未來的類似情境中起瞋心。這樣的惡性循環，導致瞋恚越來越強，使人無法解脫苦。

這句話與佛教的「二支箭譬喻」相應：第一支箭是苦受 (dukkha vedanā)，這是無法避免的，如身體上的痛苦。第二支箭是內心的瞋恚與抗拒 (paṭigha)，這是可以避免的，但凡夫常常因不理解苦受的本質，而對苦生起瞋恚，從而製造更多的痛苦。

佛陀在這段經文中教導，如果我們能對苦受保持正念，而不生起瞋恚，就不會增長瞋恚隨眠，也就能逐步走向解脫。

(CDB 1264: Being contacted by that same painful feeling, he harbours aversion towards it. When he harbours aversion towards painful feeling, the underlying tendency to aversion towards painful feeling lies beyond this. 當他被那相同的苦受觸及時，他對其懷有瞋恚。當他對苦受懷有瞋恚時，對苦受的瞋恚隨眠 (paṭighānusaya) 便會潛伏於內心。)

<p>為樂受所繫終不離，苦受所繫終不離，不苦不樂受所繫終不離。 云何繫？謂為貪、恚、癡所繫，為<u>生老病死、憂悲惱苦</u>所繫。</p> <p>多聞聖弟子，身觸生苦受，大苦逼迫，乃至奪命，不起憂悲稱怨，啼哭號呼，心亂發狂。當於爾時，唯生一受，所謂身受，不生心受。 譬如士夫被一毒箭，不被第二毒箭。當於爾時，唯生一受，所謂身受，不生心受。</p>	<p>或相應領納，謂由<u>生等苦</u>。 如是彼由現法所有上品苦故，及由現法諸雜染故，亦由後法所有苦故，由是諸處受其染惱。</p> <p><u>心解脫者</u>，應知一切與上相違。</p>
--	--

書上冊，第 433-434 頁：《雜阿含 471-472 經》

<p>《雜含》</p>	<p>《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 851, a20-23)</p>
<p>經 471： 世尊告諸比丘：「譬如空中狂風卒起，從四方來：有塵土風、無塵土風，毘濕波風、鞞嵐婆風，薄風、厚風，<sup>28</sup>乃至風輪起風。身中受風，亦復如是種種受起。<sup>29</sup></p>	<p>此差別者，具領三受。 又若有受，於依止中，生已破壞，消散不住，速歸遷謝；不經多時，相似相續而流轉者，應觀此受猶若旋風。</p>
<p>經 472： 譬如客舍，種種人住：若剎利，婆羅門，長者，居士；野人，獵師；持戒，犯戒；在家，出家，悉於中住。</p>	<p>《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 851, a23-b1)</p> <p>若有諸受少時經停，相似相續，不速變壞而流轉者，應觀此受如客舍中羈旅色類。</p>
<p>此身亦復如是種種受生：【補 1】 苦受，樂受，不苦不樂受； 樂身受，苦身受、不苦不樂身受；樂心受，苦心受，不苦不樂心受；</p>	<p>又彼諸受自性所依染淨品別，當知名受品類差別。</p>

<sup>28</sup> 有塵土風(saraja)、無塵土風(araja)、毗濕波風(skt. viśva, universal wind)；鞞嵐婆風(skt. vairambha)<sup>28</sup>、薄風(paritta)、厚風(adhimatta)。

Viśvak (APSD 292) viśvag-**vâtá**, m. wind blowing in all directions。

<sup>29</sup> SN.36.12-13：Evameva kho, bhikkhave, imasmim kāyasmim vividhā vedanā uppajjanti. 同樣地，比丘們，在這個身體中，各種各樣的感受升起。

《雜》提七組三受，《相》只提樂、苦、不苦不樂三受。

<p>樂食受，苦食受，不苦不樂食受；樂無食受<sup>30</sup>，苦無食受，不苦不樂無食受；樂貪著受，苦貪著受，不苦不樂貪著受；樂出要受，苦出要受，不苦不樂出要受。</p>	<p>有味受者，諸世間受；無味受者，諸出世受。 依耽嗜受者，於妙五欲諸染污受；依出離受者，即是一切出離遠離所生，諸善定不定地俱行諸受。【補 2】</p>
---	--

【補 1】

1、三種受	樂受，苦受，不苦不樂受；
2、身、心	樂身受，苦身受，不苦不樂身受； 樂心受，苦心受，不苦不樂心受；
3、食、無食	樂食受，苦食受，不苦不樂食（受）； 樂無食（受），苦無食受，不苦不樂無食受；
4、貪（染）、出要（淨）	樂貪受，苦貪受，不苦不樂貪受； 樂出要受，苦出要受，不樂不苦出要受

<sup>30</sup> SN.36.14: Sāmisāpi sukhā vedanā ...nirāmisāpi dukkhā vedanā...有染的樂受...無染的苦受...  
 （sāmisā，有染污的、與世俗欲樂相關的。nirāmisā，無染污的、不依賴感官欲樂的。）  
 佛陀在經典中將感受區分為「有染（sāmisā）」與「無染（nirāmisā）」，主要是根據感受是否與世俗的欲樂或貪著相關：

- 1、有染的樂受（sāmisā sukha vedanā）：指的是來自感官享受、物質滿足的快樂，例如美食、美妙的音樂、舒適的環境等。這類快樂仍然屬於世俗的，容易導致貪愛與執著。
- 2、無染的樂受（nirāmisā sukha vedanā）：指的是來自禪定、解脫、智慧的快樂，例如內心的平靜、智慧的覺悟、解脫的寂靜之樂。這種快樂不依賴感官刺激，而是來自修行的成果。
- 3、有染的苦受（sāmisā dukkha vedanā）：指的是來自感官世界的不如意，例如失去喜愛的事物、受到身體或心理的折磨。這類苦容易引發瞋恚、怨恨或抗拒。
- 4、無染的苦受（nirāmisā dukkha vedanā）：指的是修行中面對的苦，例如為了放下欲望、忍受禪修的辛苦，或是破除錯誤見解時的痛苦。這類苦雖然存在，卻是通往解脫的必經過程，不會帶來煩惱，反而能引導修行者離苦得樂。

佛陀的教導重點：這段經文提醒我們：

- 1、不要執著於「有染的樂受」，因為它會帶來貪愛與苦。
- 2、不要害怕「無染的苦受」，因為它是修行路上的一部分，能幫助我們解脫。
- 3、真正值得追求的是「無染的樂受」，即來自智慧與解脫的快樂。

這種分類方式幫助我們區分哪些感受是值得培養的，哪些感受會導致更多的痛苦與執著。

(CDB 1273: carnal pleasant feelings...spiritual pleasant feeling...)

- 1、「carnal pleasant feelings」——世俗的樂受（sāmisā sukha vedanā）：「carnal」（肉身的、感官的）指的是與物質、感官享受相關的快樂，例如：美食、美妙的音樂、舒適的環境。感官上的愉悅，如觸覺的舒適。人際關係中的愛與被愛的滿足。這種快樂依賴於外在條件，容易導致貪愛、執著，最終變成苦的因。
- 2、「spiritual pleasant feelings」——出世間的樂受（nirāmisā sukha vedanā）：「spiritual」（精神的、出世的）指的是來自修行、智慧、禪定與解脫的快樂，例如：內心的平靜與安穩（透過禪修或智慧）。遠離煩惱後的輕安自在。覺悟真理時的法喜（dhamma pīti）。解脫後的究竟寂靜（涅槃之樂）。這種快樂不依賴於外在條件，是真正能帶來解脫的快樂。

真正的快樂不是來自「得到」什麼，而是來自「解脫」對事物的執著。這段經文提醒我們，不要只追求感官上的快樂，而應該培養更深層次的法喜與內心的平靜，這才是通往解脫的正道。

《相註》對有食三受、無食三受的解釋，見 CDB 1435 n. 244。

	苦	樂	捨
有食	與欲食相應的受	與欲食相應的受	與欲食相應的不苦不樂受
無食	因希求無上解脫所生的憂	依初禪等、毗婆舍那及隨念而生起的悅	依第四禪而生的不苦不樂受

【補 2】

一、《瑜伽師地論》卷 28(CBETA, T30, no. 1579, p. 440, b8-c5)：

云何為受？

謂樂受、苦受、不苦不樂受；樂身受、苦身受、不苦不樂身受。如說身受，心受亦爾。

樂有愛味受、苦有愛味受、不苦不樂有愛味受。無愛味受、依耽嗜受，當知亦爾。

樂依出離受、苦依出離受、不苦不樂依出離受。

如是總有二十一受，或九種受。……

【補充】<sup>31</sup>

二十一種受	九種受（有二說）	
(1) 樂受、(2) 苦受、(3) 不苦不樂受；	(1) 樂受 (2) 苦受 (3) 不苦不樂受	(1) 樂受 (2) 苦受 (3) 不苦不樂受
(4) 樂身受、(5) 苦身受、(6) 不苦不樂身受、 (7) 樂心受、(8) 苦心受、(9) 不苦不樂心受；	(4) 身受  (5) 心受	(4) 樂身受 (5) 苦身受 (6) 不苦不樂身受 (7) 樂心受 (8) 苦心受 (9) 不苦不樂心受
(10) 樂有愛味受、(11) 苦有愛味受、(12) 不苦不樂有愛味受； (13) 樂無愛味受、(14) 苦無愛味受、(15) 不苦不樂無愛味受； (16) 樂依耽嗜受、(17) 苦依耽嗜受、(18) 不苦不樂依耽嗜受； (19) 樂依出離受、(20) 苦依出離受、(21) 不苦不樂依出離受。	(6) 有愛味受  (7) 無愛味受  (8) 依耽嗜受  (9) 依出離受	

<sup>31</sup> 窺基撰《瑜伽師地論略纂》卷 8（大正 43，115c1-6）；遁倫集撰《瑜伽論記》卷 7 上（大正 42，454c26-455a12）；《披尋記》（二）p.960。

◎又樂受者，謂順樂受觸為緣，所生平等受、受所攝，是名「樂受」。此若五識相應，名「身受」。若意識相應，名「心受」。

◎如順樂受觸，如是順苦受觸、順不苦不樂受觸為緣，所生不平等受、受所攝、非平等非不平等受、受所攝，是名「苦受」、「不苦不樂受」。此若五識相應，名「身受」；若意識相應，名「心受」。

◎如是諸受，若隨順涅槃，隨順決擇，畢竟出離，畢竟離垢，畢竟能令梵行圓滿，名「無愛味受」；若墮於界，名「有愛味受」。

◎若色無色界繫、若隨順離欲，名「依出離受」；若欲界繫、若不順離欲，名「依耽嗜受」。

二、《中阿含 98 念處經》卷 24 〈因品 4〉(CBETA, T01, no. 26, p. 583, c24-p. 584, a5)：

云何觀覺如覺念處？比丘者，

覺樂覺時，便知覺樂覺。覺苦覺時，便知覺苦覺。覺不苦不樂覺時，便知覺不苦不樂覺。

覺樂身、苦身、不苦不樂身；樂心、苦心、不苦不樂心；

樂食、苦食、不苦不樂食；樂無食、苦無食、不苦不樂無食；

樂欲、苦欲、不苦不樂欲。樂無欲（覺）、苦無欲覺、不苦不樂無欲覺時，便知覺不苦不樂無欲覺。

如是比丘觀內覺如覺，觀外覺如覺，立念在覺，有知有見，有明有達，是謂比丘觀覺如覺。若比丘、比丘尼如是少少觀覺如覺者，是謂觀覺如覺念處。

書上冊，第 434-435 頁：《雜阿含 473 經》

《雜含》	《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 851, b1-6)
我以一切行無常故，一切諸行變易法故，說諸所有受悉皆是苦。 <sup>32</sup>	又諸苦受，一切眾生現知是苦，不假成立。所餘二受，由二因緣，應知是苦。非苦樂受，及能隨順此受諸行，由無常故，應知是苦。所有樂受，及能隨順此受諸行，變壞法故，應知是苦。由此道理，當知諸受皆悉是苦。

書上冊，第 435-436 頁：《雜阿含 474 經》

《雜含》 <sup>33</sup>	《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 851, b6-17)
--------------------	--

<sup>32</sup> SN.36.1-2

<sup>33</sup> SN.36.11，SN.36.15-18。

<p>佛告阿難：「我以一切行無常故，一切行變易法故，說諸所有受悉皆是苦。<sup>34</sup>又復阿難！我以諸行漸次寂滅故說；以諸行漸次止息故說，一切諸受悉皆是苦」<sup>35</sup>。</p>	<p>又彼諸受，應知略有三種寂靜： 一、由依止上定地故，下地諸受皆得寂靜； 二、由暫時不現行故而得寂靜； 三、由當來究竟不轉而得寂靜。 當知此中暫時不行，名為寂靜；令其究竟成不行法，名為止息。</p>
<p>初禪正受時，言語寂滅；第二禪正受時，覺、觀寂滅；第三禪正受時，喜心寂滅；第四禪正受時，出、入息寂滅；空入處正受時，色想寂滅；識入處正受時，空入處想寂滅；無所有入處正受時，識入處想寂</p>	<p>1)樂言論者廣生言論，染污樂欲展轉發起種種論說，名為語言。即此語言，若正證入初靜慮定，即便寂靜。 2)又麤尋、伺能發語言，諸未得定，或有已得還從定起，能發語言，非正在定，正在</p>

<sup>34</sup> SN 22.7: *Taṃ kho panetaṃ, bhikkhu, mayā saṅkhārānaṃyeva aniccatāṃ sandhāya bhāsitaṃ- ‘yaṃ kiñci vedayitaṃ taṃ dukkhasmin’ti. ... khaya- dhammataṃ ... vāyadhammaṃ... virāgadhammataṃ... nirodhadhammataṃ... vipariṇāmadhammataṃ sandhāya bhāsitaṃ....*

SN 22.7 經文的重點解析：

1、「一切受，皆是苦」的意義：佛陀對比丘說：「這句話是我基於行蘊的無常性所說的——『凡是感受 (vedayitaṃ)，皆是苦。』」

2、「無常」與「苦」的關聯。

佛陀進一步說明，他是基於以下法則來說這句話的：

壞滅法 (khayadhammatā)：一切法皆趨向壞滅。

變異法 (vipariṇāmadhammatā)：一切法都在變化，無法保持不變。

滅法 (nirodhadhammatā)：一切法皆趨向於滅盡。

無常法 (vayadhammatā)：一切法都不恆常。

離貪法 (virāgadhammatā)：一切法的本質是應該被厭離的，因為它們無法帶來真正的安樂。

——這些概念皆指向五蘊無常、變化、不可靠的本質，因此，凡是感受到的樂受、苦受、不苦不樂受，最終都無法恆常存在，必然導致苦。這正是佛陀所說的「凡是感受，皆是苦」的原因。

這段經文的核心思想與四聖諦（尤其是苦諦）息息相關，提醒我們觀察五蘊的無常，以此生起厭離，進而趨向解脫。

<sup>35</sup> SN 22.7-8 經文主要闡述行蘊的止息與涅槃的進程。讓我們逐句解析：

1、「行蘊的滅盡」「*Atha kho pana, bhikkhu, mayā anupubbasaṅkhārānaṃ nirodho akkhāto.....*」

「比丘們！我所說的是行蘊依次滅盡 (anupubba-saṅkhārānaṃ nirodho)。」這句話的意思是：佛陀教導的修行是漸次地滅除行蘊，這裡的「行蘊」(saṅkhāra) 指的是各種造作 (身、語、意的行為)，這些行為是輪迴的根本原因。佛法強調逐步修行，而非一蹴而就，透過觀察無常、苦、無我，行蘊最終會止息，達到涅槃。

2、「行蘊的寂靜」「*Atha kho pana, bhikkhu, mayā anupubbasaṅkhārānaṃ vūpasamo akkhāto.*」比丘們！我所說的是行蘊依次的寂靜 (vūpasama)。」這裡的 vūpasama 是「寂靜、止息」的意思，代表著煩惱與造作的逐步平息。當貪、瞋、癡減弱，對五蘊的執著放下，行蘊便趨於寂靜，最終徹底止息於涅槃。

3、經文的意涵：這兩句經文強調了「涅槃的進程是漸進的，而非突發的」。佛陀並非要求弟子瞬間斷除一切煩惱，而是透過循序漸進的修行，依次放下貪、瞋、癡，最終達到行蘊的滅盡與究竟的寂靜 (涅槃)。這與「漸修」(anupubba-sikkhā)、「漸次止息」的概念一致。這段經文與其他經典 (如《大般涅槃經》) 的觀點相呼應，提醒修行者耐心修行，不斷觀察五蘊無常，讓煩惱與造作逐步止息，最終趨向解脫。

滅；非想非非想入處正受時，無所有入處想寂滅；想受滅正受時，想、受寂滅；是名漸次諸行寂滅。	定者，雖有微細尋、伺隨轉而不能發所有語言，是故此位說名一切語言寂靜，是名第二義門差別。
	《瑜伽師地論》卷 11(CBETA, T30, no. 1579, p. 330, c27-p. 331, a4)
	問：何因緣故，初靜慮中有尋有伺耶？ 答：由彼能厭患欲界，入初靜慮。初靜慮中，而未能觀尋伺過故。第二靜慮，能觀彼過，是故說為尋伺寂靜。如第二靜慮見彼過故名尋伺寂靜，如是第三靜慮見喜過故名喜寂靜。第四靜慮見樂過故名樂寂靜，捨念清淨差別應知。
於貪欲心不樂、解脫，恚、癡心不樂、解脫，是名勝止息，奇特止息，上止息，無上止息，諸餘止息無過上者。	《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 851, b17-20)
	又瑜伽師，於貪、瞋、癡深見過患，安住領納貪、瞋、癡等離繫諸受，數數遍知，數數斷滅貪、瞋、癡等，故說其心於貪、瞋、癡雜染解脫。

書上冊，第 437 頁：《雜阿含 475 經》

《雜含》		《瑜伽師地論》卷 96(CBETA, T30, no. 1579, p. 851, b20-24)
云何為受？	有三受——樂受、苦受、不苦不樂受；	觀諸受自性故
云何受集？	觸集是受集；	現在流轉
云何受滅？	觸滅是受滅；	還滅因緣故，
云何受集道跡？	若於受愛樂、讚歎、染著、堅住，是名受集道跡；	當來流轉因緣故，
云何受滅道跡？	若於受不愛樂、讚歎、染著、堅住，是名受滅道跡；	當來還滅因緣故，
云何受味？	若受因緣生樂喜，是名受味；	雜染因緣故，
云何受患？	若受無常變易法，是名受患；	清淨因緣故
云何受離？	若於受斷欲貪，越欲貪，是名受離。	清淨故