《雜阿含經》補充資料【雜因誦 第十一 力相應】

釋開仁編 2026/10/23

補充講義，第 627 頁（《雜阿含 684 經》）

一、佛十力之「**第三力：靜慮、解脫、等持、等至智力**」

印順法師，《空之探究》（pp.12-13）：

「定」的異名：

說到定，經中的名目不一。在佛功德「十力」的說明中，列舉了四類：

1、禪（jhāna），譯義為**靜慮**，舊譯作**思惟修**。是從初禪到四禪的專稱。

2、解脫（vimokkha），舊譯為**背捨**。是八解脫。〔注 1〕

3、三摩地──三昧（samādhi），譯義為**等持**，**定**。是空、〔無相、無作〕等三三摩地，有尋有伺〔無尋有伺、無尋無伺〕等三三摩地。三摩地，也是一般定法的通稱。〔注 2〕

4、三摩缽底（samāpatti），譯義為**等至**，舊譯作**正受**。四禪也是等至，如加上四無色處，合名八等至。再加滅盡定（nirodha-samāpatti），名為九次第（定）等至。這九定，是有向上增進次第的。又如四禪，四無量，四無色定，都是等至，合名十二甘露門。

這四種名義不同，都含有多種層次或不同類的定法。〔注 3〕

此外，如**三摩呬多**（samāhita）譯義為**等引**〔注 4〕；**心一境性**（citta-ekaggata）〔注 5〕；**心**（citta）；**住**（vihāra），也都是定的一名（都沒有組成一類一類的）。

◎注釋：

〔注 1〕**八解脫**：一、內有色想外觀色解脫；二、內無色想，外觀色解脫；
三、淨身作證具足住解脫；四、空無邊處解脫；五、識無邊處解脫；
六、無所有處解脫；七、非想非非想處解脫；八、滅受想定解脫。
（參見《長阿含經》卷 9〈10 十上經〉，大正 1，56a14-19）

〔注 2〕**三昧**：平等持心、內心保持平衡的狀態。涵蓋範圍極廣：欲界定、未到定、四禪、四無色定、滅盡定、般舟三昧、首楞嚴三昧等均可稱為三昧。

〔注 3〕**三摩缽底；**是從平等持心而到達定境，多用於四無色定及滅盡定或九次第定。

〔注 4〕**三摩呬多**：漢譯「等引」。平等引發或引發平等，依定力引生身心安和平等之意。

〔注 5〕**心一境性**：將心置於一處，使精神統一。

二、佛十力之「**第七力：遍趣行智力**」

《瑜伽師地論》			白話解析
門徑		原文	
卷 49	**隨順各趣根性之正行**	若即如是諸趣入門隨順正行，如**貪行者**修**不淨觀**，如〈聲聞地〉已廣宣說。當知此等名遍趣行。	針對眾生各自的煩惱或根器（例如：貪心重的人就修不淨觀來對治），順應這些法門去如理修行，這就叫做遍趣行。這在〈聲聞地〉等處已有詳細說明。
	趣入五趣（六道）輪迴之行	復有異門。謂趣一切五趣之行，當知此等名遍趣行。	換一個角度來看，凡是會引導眾生造作而投生到地獄、餓鬼、畜生、人、天這五趣（或六道）之中的各種行為、業行，都稱為遍趣行。
	外道與世間各種善惡無罪之行	復有異門。 謂依種種黨類差別，更互相違，各各異見、異欲諍論、互相違背諸外道類，即諸沙門、或婆羅門所有諸行； 或餘一切品類差別此世他世無罪趣行； 當知此等名遍趣行。如《迦羅摩經》等廣說。	再從另一個角度來看： 1、世間各式各樣、彼此觀點與企圖互相衝突的外道派別（如各種沙門、婆羅門）所修的各種苦行或教法。 2、或是世間其他各種人天善法、乃至不損害今生與來世的清淨無罪之行。 3、這些正如著名的《迦羅摩經》（佛陀開示不盲從、觀察善惡之經）等經中所廣泛說明的內容，都統稱為遍趣行。
卷 50	**如來十力之第七、遍趣行智力**	如來所有遍趣行智力，於一切苦能**出離行**、**不出離行**如實了知；及令捨離**不出離行**，能正授與能**出離行**。	佛陀具有無礙的智慧，能如實了知世間一切「能出離的行」（趣向解脫涅槃之道）與「不能出離的行」（輪迴之行），並能隨機導引眾生捨棄邪行、授與正道。

1、《瑜伽師地論》卷 49〈1 本地分・15 菩薩地〉(T30, no. 1579, p. 570a5-13)

2、《瑜伽師地論》卷 50〈1 本地分・15 菩薩地〉(T30, no. 1579, p. 572a22-25)

《雜阿含經》補充資料【雜因誦 第十二 覺支相應】

釋開仁編 2026/10/23

【總說】

一、《瑜伽師地論》卷 98〈5 攝事分・1 契經事〉:

由「奢摩他、毘鉢舍那、俱」品差別，建立覺支。如〈聲聞地〉應知其相。

(CBETA 2026.R1, T30, no. 1579, p. 864b26-27)

二、《瑜伽師地論》卷 29〈1 本地分・13 聲聞地〉:

此復云何？謂七覺支。諸已證入正性離生補特伽羅如實覺慧用此為支，故名覺支。

即此七種如實覺支，三品所攝。

謂三覺支奢摩他品攝，三覺支毘鉢舍那品攝，一覺支通二品攝，是故說名七種覺支。

謂擇法覺支、精進覺支、喜覺支，此三觀品所攝；

安覺支、定覺支、捨覺支，此三止品所攝；

念覺支一種，俱品所攝，說名遍行。

(CBETA 2026.R1, T30, no. 1579, pp. 444c29-445a7)

止觀品	七覺支	
觀品	2.擇法覺支、3.精進覺支、4.喜覺支	1.念覺支
止品	5.輕安覺支、6.定覺支、7.捨覺支	

書上冊，第 511-515 頁（《雜阿含 704-710 經》）

一、大意：

704 經：不正思惟，令五蓋生起、增長，使七覺支不生退減。正思惟則與此相反。

705 經：說退法（五蓋）、不退法（七覺支）。

706-707 經：說「五蓋」與「七覺支」的性質。

708 經：五蓋漸長能令善心退失，如五種大樹，其種子雖小，茁壯後卻能障礙其他樹的生長。

709-710 經：比丘或者聖弟子專心聞法時能斷五蓋，圓滿七覺支。

二、基礎名相

（一）五蓋

《瑜伽師地論》卷 11〈1 本地分・6 三摩呬多地〉(CBETA 2026.R1, T30, no. 1579, p. 329b9-c23)：

五蓋	定義（白話解釋）
1.貪欲	對妙五欲（色、聲、香、味、觸）執著於淨妙之相，心生渴望去見、聞、觸等；或是追憶過去所領受過的五欲境界，心生尋伺與追戀。
2.瞋恚	因以下三種因緣心生恚怒與追尋尋伺： 1）**被舉發過失**：因同修（同梵行者）舉發自己的過犯而生氣。 2）**憶念宿怨**：回想過去曾經遭受的不饒益事而生氣。 3）**預謀報復**：打算對他人採取不饒益的行為，隨此瞋恚之相心生恚怒。
3. 惛沈睡眠	**一、起因與定義**： 1）**起因**：毀犯淨戒、不守護諸根門、飲食不知節制、不勤精進減省睡眠、行為缺乏正知、於所應修斷處不勤加行，進而隨順生起一切煩惱。 2）**惛沈**：身心惛昧、缺乏堪任性（無法順利修持）。 3）**睡眠**：心靈極度昧略（極度昏暗蜷縮）。 **二、合併為一蓋之理由**： 1）兩者皆隨順生煩惱、破壞修行斷惑之加行。 2）惛沈為「惛昧無堪任性」，睡眠為「惛昧心極略性」，兩者性質相近。 3）在諸煩惱與隨煩惱生起時，惛沈與睡眠必定伴隨起現，關係緊密。
4. 掉舉惡作	1）**掉舉**：因思念親屬、國土、不死，或憶念過去經歷的戲笑歡樂之事，使內心產生諠動、騰躍不安的狀態。 2）**惡作（追悔）**：因思念親屬國土等，對出家修行產生憂戀追悔（如悔恨離別親族、棄捨國土、生活受用微劣，或悔恨年輕出家辜負宗親朋友）。 **另一種惡作**：對應做未做、不應做反做的事心生追悔，導致憂戀不斷。 **合併為一蓋之理由**： 1）**處所相同**：部分惡作與掉舉均源於思念親屬等相同因緣。 2）**相狀相近**：雖然部分惡作與掉舉處所不完全相同，但掉舉為「騰躍諠動之相」，惡作亦為「憂戀不安之相」，兩者皆使心無法寂靜，故合說為一蓋。
5.疑	1）**對修學對象生疑**：對導師（師）、教法（法）、戒學（學）、教誨（誨）及所證果位（證）產生疑惑。 2）**對實相生疑**：對三世（去、來、今）以及四聖諦（苦等諦）產生惑疑，心懷二分、猶豫猜度、無法明了。 3）**危害**：因懷抱疑惑，導致心無法勇猛精進地趣入正斷與寂靜之境。

（二）七覺支

《阿毘達磨集異門足論》卷 16〈8 七法品〉(CBETA 2026.R1, T26, no. 1536, 435a16-b14)：

七等覺支 **（全同）**	核心條件：思惟四聖諦，與無漏作意相應。 定義與表現：分別如下：**（白話解釋）**
1.念等覺支 （正念）	包含諸「念、隨念」，乃至內心能對所緣境達到「心明記性」（明確記憶、不忘失）。
2.擇法等覺支 （智慧）	包含對諸法的「簡擇」（揀擇、分析審察），乃至達成「毘缽舍那」（勝觀、智慧觀照）。
3.精進等覺支 （勇猛）	包含「勤精進」，乃至於修道過程中「勵意不息」（意志努力、堅持不懈）。
4.喜等覺支 （法喜）	呈現為內心的「欣喜、適意、悅意、踴躍、歡喜」，並伴隨「悅受、調柔性、堪任性」，為無漏修證所生起的清淨法喜。
5.輕安等覺支 （身心調暢）	包含「身輕安」與「心輕安」，使身心遠離粗重，達到輕利調暢的狀態。
6.定等覺支 （禪定）	包含內心的「心住、等住」，乃至達到「心一境性」（專注無散亂的安住狀態）。
7.捨等覺支 （平等寂靜）	呈現為內心的「心平等性、心正直性、心無警覺、寂靜住性」，即遠離沈掉、不偏不倚、安住於寂靜平等之中。

三、經文的形型句：用「四正勤」的表述方式

（一）七覺支與五蓋對論

《雜阿含經》卷 27〈第 716 經〉：〔S. 46. 29. Ekadhamma.〕

爾時，世尊告諸比丘：「於內法中，

1、我不見一法，未生惡不善法令生，已生惡不善法重生令增廣，未生善法不生，已生則退，所謂不正思惟。諸比丘！不正思惟者，

〔五蓋〕未生貪欲蓋令生，已生者重生令增廣，未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令生，已生者重生令增廣。

〔七覺支〕未生念覺分不生，已生者令退，未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令不生，已生者令退。

不正思惟	1.未生「惡不善法」令生	貪欲、瞋恚、睡眠、掉悔、疑 （五蓋）
	2.已生「惡不善法」重生、令增廣	
	3.未生「善法」不生	念、擇法、精進、喜、猗、定、捨 （七覺分）
	4.已生〔「善法」〕則退	

2、我不見一法能令未生惡不善法不生，已生者令斷，未生善法令生，已生者重生令增廣，所謂正思惟。比丘！正思惟者，

〔**五蓋**〕未生貪欲蓋令不生，已生者令斷，未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令不生，已生者令斷。

〔**七覺支**〕未生念覺分令生，已生者重生令增廣，未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令生，已生者重生令增廣。」

(CBETA 2026.R1, T02, no. 99, p. 193a9-24)

正思惟	1.未生「惡不善法」不生	貪欲、瞋恚、睡眠、掉悔、疑（五蓋）
	2.已生者〔「惡不善法」〕令斷	
	3.未生「善法」令生	念、擇法、精進、喜、猗、定、捨（七覺分）
	4.已生者〔「善法」〕重生，令增廣	

（二）八正道與八邪道對論

「**第十三 聖道分相應**」:《雜阿含經》〈第 775、776、777、781 經〉: 內容是八正道。

四、重要的注釋

（一）古譯的「不正思惟」=「不如理作意」

1、《雜阿含經》卷 13〈第 334 經〉(CBETA 2026.R1, T02, no. 99, p. 92b22-c9)：

爾時，世尊告諸比丘:「今當為汝說法，初、中、後善，善義善味，純一滿淨，梵行清白。諦聽，善思，謂有因、有緣、有縛法經。

云何有因、有緣、有縛法經？謂眼有因、有緣、有縛。

何等為眼因、眼緣、眼縛？謂眼，業因、業緣、業縛。業有因、有緣、有縛。

何等為業因、業緣、業縛？謂業，愛因、愛緣、愛縛。愛有因、有緣、有縛。

何等為愛因、愛緣、愛縛？謂愛，無明因、無明緣、無明縛。無明有因、有緣、有縛。

何等無明因、無明緣、無明縛？謂無明，不正思惟因、不正思惟緣、不正思惟縛。不正思惟有因、有緣、有縛。

何等不正思惟因、不正思惟緣、不正思惟縛？謂緣眼、色生不正思惟，生於癡。緣眼、色生不正思惟，生於癡。彼癡者是無明。癡求欲，名為愛；愛所作，名為業。如是，比丘！不正思惟因無明，無明因愛，愛因為業，業因為眼。」

耳、鼻、舌、身、意亦如是說。」

→此經在書上冊，p.293。補充講義 pp.268-271

2、《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 61〈2 結蘊・2 一行納息〉：
諸有情三因緣故起諸煩惱，名具因緣。
一、由因力。二、由境界力。三、由加行力。
（1）欲貪隨眠未斷未遍知者，說因力。
（2）順欲貪纏法現在前者，說境界力。
（3）於彼有非理作意者，說加行力。
(CBETA 2026.R1, T27, no. 1545, p. 313c18-22)

3、梁/真諦《決定藏論》卷 1(CBETA 2026.R1, T30, no. 1584, p. 1021a17-18)：
有三種失，染濁於心：一者、不正思惟。二者、結使未斷。三者、現起煩惱。

（二）用「五種大樹」形容「五蓋」
1、《雜阿含經》卷 26〈第 708 經〉(CBETA 2026.R2, T02, no. 99, p. 190a18-25)：
有五種大樹，其種至微，而樹[1]生長巨大，而能映障眾雜小樹，蔭翳萎悴，不得生長。何等[2]五？謂揵遮耶樹（kacchaka）、迦捭多羅樹（Kapitthaka）、阿濕波他樹（Assattha）、優曇鉢羅樹（Udumbara）、尼拘留他樹（Nigrodha）。如是五種心樹，種子至微，而漸漸長大，蔭覆諸節，能令諸節蔭覆墮臥。
何等為五？謂貪欲蓋漸漸增長，睡眠、掉悔、疑蓋漸漸增長，以增長故，令善心蔭覆墮臥。

2、《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 48〈2 結蘊・1 不善納息〉：
問：何故名蓋，蓋是何義？
答：障義、覆義、破義、壞義、墮義、臥義是蓋義。此中，
「障義」是蓋義者，謂障聖道，及障聖道加行善根（四善根），故名為蓋。
「覆義」乃至「臥義」是蓋義者，如契經說：
「有五大樹種子雖小，而枝體大覆餘小樹，令枝體等破壞墮臥不生花果。云何為五（大樹）？一、名建折那，二、名劫臂怛羅，三、名阿濕縛健陀，四、名鄔曇跋羅，五、名諾瞿陀。如是有情欲界心樹，為此五蓋之所覆故，破壞墮臥不能生長七覺支花、四沙門果。」故覆等義，是蓋義。
(CBETA 2026.R2, T27, no. 1545, p. 249c1-11)

[1] 樹【大】，漸【宋】【元】【明】。
[2] 等【大】，等為【宋】【元】【明】。

（三）淨信

《雜阿含經》卷 26〈第 710 經〉(CBETA 2026.R1, T02, no. 99, p. 190b14-20)	《雜阿含經》卷 37〈第 1027 經〉(CBETA 2026.R1, T02, no. 99, p. 268b16-24)
此七法修習滿足， 淨信者，謂心解脫；智者，謂慧解脫。 貪欲染心者，不得不樂；無明染心者，慧不清淨。是故，比丘！離貪欲者心解脫，離無明者慧解脫。 若彼比丘離貪欲心解脫得身作證，離無明，慧解脫。 是名比丘斷愛，縛[3]結，慢無間等，究竟苦邊。	汝正應為離貪欲故，於我所修梵行；離瞋恚、愚癡故，於我所修梵行。比丘！ 貪欲纏故，不得離欲；無明纏故，慧不清淨。是故，比丘！於欲離欲心解脫，離無明故慧解脫。 若比丘於欲離欲心解脫身作證，離無明故慧解脫。 是名比丘斷諸愛欲，轉結縛，止[4]慢無間等[5]，究竟苦邊。

◎溫宗堃案：

此經〈第 710 經〉無對應的巴利文。但「**淨信**」一字的原文（pa+sad），可以是「淨（to be purified）」義，也可以是「信（to have faith）」義。這裡應該取「淨」義，比較好理解。

（四）離貪欲者「心解脫」，離無明者「慧解脫」

1、《瑜伽師地論》卷 9〈1 本地分・3-5 有尋有伺等三地〉：

由此智見，無明及愛永斷無餘。

由此斷故，於彼所緣不如實知**無明觸所生受**亦復永斷。由此斷故，**永離無明**，於現法中證**慧解脫**。

若於無明觸所生受相應心中**所有貪愛**，即於此心得離繫故，**貪愛永滅**，於現法中證**心解脫**。(CBETA 2026.R1, T30, no. 1579, p. 321c22-27)

2、依據《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 28(CBETA,T27,no.1545,p.147,a14-b2)及卷 101(CBETA,T27,no.1545,p.524,c24-p.525,a8)的論義要點，白話解釋如下：

[3] CBETA 按：「縛」，依經文通例「斷愛，轉結，慢無間等，究竟苦邊」及漢巴對勘「轉諸結」（vivattayi saṃyojanaṃ），疑作「轉」。

[4] 止【大】，上【明】（CBETA 按：「止」，依經文通例「正無間等」，以及漢巴對勘「正慢無間等」（sammā-māna-abhisamaya），疑作「正」。）。

[5] 「無間等」abhisamaya：m. ① [abhi-samaya] 現観，領解，理論的理解. ② [abhisama-ya＜abhi-śam] 止滅，止息. māna- 慢の止滅，phassa- 触の止滅。——水野弘元著《增補改訂パーリ語辞典》（網絡版）

（1）雙重解脫對治結構 **心解脫（離貪）：**對治「貪欲染心」，斷除對三有（世間）的貪愛，使心離縛獲得清淨喜樂（與定力、身作證相關）。 **慧解脫（離癡）：**對治「無明染心」，斷除愚癡邪見，使智慧得以徹底清淨照見實相。
（2）「心解脫」的兩種理解範疇 **廣義（通義）：**泛指所有阿羅漢「內心離一切煩惱」的解脫狀態。 **狹義（側重義）：**特指「離貪愛、修深定、得身作證」的阿羅漢（如偏重禪定離貪的類別）。經文中「淨信者，心解脫」即可能傾向此側重義。
（3）阿毘達磨（說一切有部）對解脫的體性定義 **自性為「勝解」：**無學位的「心解脫」與「慧解脫」，其真實自性（自體）皆是「無學勝解心所」。 **對治與相應的區分：** **心解脫：**以「無貪善根」為所依/對治，與「無貪善根」相應之勝解。 **慧解脫：**以「無癡善根」為所依/對治，與「無癡善根」相應之勝解。
（4）究極依止與涅槃 離貪（心解脫）與離無明（慧解脫）為修道手段；當貪、瞋、癡及一切煩惱永斷無餘時，即是「依解脫而證涅槃」。

3、印順法師《成佛之道（增注本）》卷 4(CBETA 2026.R1, Y42, no. 40, pp. 263a6-264a10)：
經中說到阿羅漢，有六種、九種等分別。
現在說二大類：此阿羅漢，或是「慧解脫」的，或是「俱解脫」的。
俱解脫，就是定與慧都解脫的。要知道，定與慧，都有煩惱障蔽它，所以不能現起；如能現起，就從這些障礙而得解脫。

經中時常說到：『**離貪欲者，心（定）解脫；離無明者，慧解脫。**』
這是說：**(1)**依**慧力**的證入法性，**無明**等障得解脫；**(2)**以**定**的寂靜力，使**貪愛**等障解脫。

如**世間的外道們**，也能離欲界煩惱（欲愛等）得初禪；離初禪煩惱得二禪；……離四禪煩惱（色界煩惱）——色愛等盡，得無色界的空無邊處定；……離無所有處煩惱，得非想非非想定；但不能離非非想處煩惱，所以不脫生死。

在**佛弟子**的修證上，
如**約少分**說，都可說有這定與慧的解脫，如依未到定或七依定而發無漏慧的，斷見道所斷惑，都可說有此二義。
但如**約全分**來說，就大大不同。

如修到阿羅漢的，**(1)**以**慧力**斷盡無明為本——我見為本的一切煩惱，那是不消說的，大家都是一樣的。

(2)如依**定力**的修得自在來說，就不同。如依未到定或初禪而得阿羅漢的，就於初禪或二禪以上的定障，不得解脫。即使能得四禪八定，也還不能徹底解脫定障。

如能得滅盡定的阿羅漢，無論是慧是定，都得到了究竟解脫，約得到**定慧**的**全分離障**說，稱為**俱解脫阿羅漢**。

如**慧**證究竟而不究竟解脫**定**障，就稱為**慧解脫阿羅漢**。生死苦果，依慧證法性而得解脫，所以定力不得究竟，也沒有關係。阿羅漢的定力，是淺深不等的，所以可分好幾類。

（五）「專精聽法，能斷五法，修習七法，令其滿足」

1、經說[6]

（1）《雜阿含經》卷 26〈第 709 經〉：「若比丘專一其心，**側聽**（ohitasota[7]）正法，能斷五法，修習七法，令其轉進滿足。」(CBETA 2026.R1, T02, no. 99, p. 190b2-3)

（2）《雜阿含經》卷 26〈第 710 經〉：「世尊告諸比丘：聖弟子清淨信心，**專精聽**法者，能斷五法，修習七法，令其滿足。」(CBETA 2026.R1, T02, no. 99, p. 190b10-12)

2、論釋

（1）《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 96（CBETA, T27, no. 1545, p. 499b14-c2）：

如《契經》說：「**諸聖弟子，若以一心屬耳聽法，能斷五蓋，修七覺支，速令圓滿。**」[8]

問：要在意識修所成慧能斷煩惱，非在五識生得（慧）聞思（所成慧）能斷煩惱。如何乃說「**若以一心屬耳聽法能斷五蓋**」？

答：**依展轉因**，故作是說。謂善耳識無間，引生善意識；此善意識無間，引生聞所成慧；此聞所成慧無間，引生思所成慧；此思所成慧無間，引生修所成慧；此修所成慧，修習純熟能斷五蓋，故不違理。

---

[6] 另參之前上過的經文：《雜阿含經》卷 17〈第 484 經〉：「阿難！有眾生離生喜樂，處處潤澤，處處敷悅，舉身充滿，無不滿處。所謂離生喜樂，彼從三昧起，舉聲唱說，遍告大眾：『極寂靜者，離生喜樂，極樂者，離生喜樂。』諸有聞彼聲者，是名聞第一。……如其所聞，次第盡諸漏，是名聞第一。」(CBETA 2026.R1, T02, no. 99, p. 123b28-c16)
莊氏譯 AN.5.170：「如聽聞者有漏的直接滅盡，這是聽聞的最高的（Yathā suṇato anantarā āsavānaṃ khayo hoti, idaṃ savanānaṃ aggaṃ）」。

[7] ohita：a．[odahati＜dhā 的 pp．，BSk．avahita，apahita] 已放置在下面的，已取（拿，放，卸）下的，已適用的（applied to），已被遮蔽（隱藏）的（hidden）．-sota 已把耳傾斜過去的，已傾聽的。——PED：put down to，applied to，in ohita-sota listening，attentive，intent upon；（cp．sotaṁ odahati to listen）usually in phrase ohitasoto dhammaṁ suṇāti。

[8] 如《雜阿含經》〈第 709 經〉（CBETA, T02, no. 99, p. 190b2-3）。

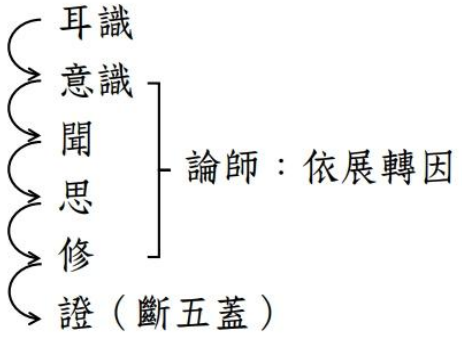
問：斷五蓋時，未能圓滿修七覺支，何故《契經》作如是說：「**能斷五蓋，修七覺支，速令圓滿。**」

答：離欲染時，名能斷五蓋；離色染時，名修七覺支；離無色染時，名速令圓滿，故無有失。

有作是說：「離欲染時，名能斷五蓋；離無色染時，名修七覺支速令圓滿。」此說初後，略去中間，故無有失。

復有說者：「無間道[9]時，名能斷五蓋；解脫道時，名修七覺支速令圓滿。」相鄰近故，說名為速。

《大毘婆沙論》卷 96：



（2）《瑜伽師地論》卷 38〈1 本地分・15 菩薩地〉：

菩薩具足如是功德，往法師所，**無雜染心、無散亂心**聽聞正法。

A、云何菩薩**無雜染心**聽聞正法？

〔總說〕謂聽法時，其心遠離貢高雜染，其心遠離輕慢雜染，其心遠離怯弱雜染。

由六種相，其心遠離貢高雜染；由四種相，其心遠離輕慢雜染；由一種相，其心遠離**怯弱**雜染。

〔別釋〕謂聽法時，應時而聽、慇重而聽、恭敬而聽、不為損害、不為隨順、不求過失。

由此六相，其心遠離**貢高**雜染。

又聽法時，恭敬正法、恭敬說法補特伽羅、不輕正法、不輕說法補特伽羅。由此四相，其心遠離**輕慢**雜染。

又聽法時，不自輕蔑。由此一相，其心遠離怯弱雜染。

菩薩如是無雜染心聽聞正法。

---

[9] 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 90（CBETA, T27, no. 1545, p. 465, c11-14）：
無間道能斷煩惱，隔煩惱得令不續故，亦能證滅引離繫得令正起故。
諸**解脫道**唯名證滅，與離繫得俱現前故。

B、云何菩薩**無散亂心**聽聞正法？

〔總說〕謂由五相。

〔別釋〕一者、**求悟解心**聽聞正法，

二者、**專一趣心**聽聞正法，

三者、**聆音屬耳**聽聞正法，

四者、**掃滌其心**聽聞正法，

五者、**攝一切心**聽聞正法。

(CBETA 2026.R1, T30, no. 1579, p. 502c12-29)

書上冊，第 516-518 頁（《雜阿含 711-712 經》）

一、大意：

此二經說，有因有緣眾生煩惱、清淨：由於五蓋依序生起，故眾生煩惱；由於覺支依序建立，故眾生清淨。

二、論釋

（一）外道

1、〈第 711 經〉:

沙門、婆羅門為其說，不思而說，愚癡、不辨、不善，非知思，不知量，作如是說。

2、《瑜伽師地論》卷 87〈5 攝事分．1 契經事〉:

又外道師為諸弟子，依止無因、不平等因，施設、建立、開顯其道。聽聞如是不正法故，為大羅剎嬈亂其心。

又由不正尋思相應非理作意，其心散動。以於他所懷勝負心，咎責於他。若他反詰，便興卒[10]暴。不審思擇，輕出言詞。自為無因、不平等因所覆藏故，名為雜染。

由此愚夫於染因緣，若自、若他不如實知，故名愚昧。

離清淨故，名不明了。

於清淨因不善巧故，說名不善。

又乃至於應所說語、如所說語、是處說語，如是一切不如實知，是故說彼為不知量、為不知因[11]。

當知內法，與彼相違。(CBETA 2026.R1, T30, no. 1579, p. 792b21-c4)

（二）攝事分

[10] 卒【CB】【麗-CB】【宮】【聖】，辛【大】(cf. K15n0570_p1213c11; T30n1579_p0639c13)。

[11] 因【CB】【麗-CB】，恩【大】，田【宮】【聖】(cf. K15n0570_p1213c18; T42n1828_p0828c19)。

1、《瑜伽師地論》卷 98〈5 攝事分・1 契經事〉：
復次，於初中後隨闕一支，令如實覺不得圓滿。如其色類所依、能依流轉安立，隨其生起漸次而說。當知此中，念為**所依**，擇法**能依**；餘隨所應，當知亦爾。
(CBETA 2026.R1, T30, no. 1579, p. 864c5-8)

2、印順法師《寶積經講記》卷 2(CBETA 2026.R1, Y02, no. 2, p. 165a2-4)：
(一)、擇法覺支（支就是分）：擇是簡擇、抉擇，為觀慧的別名；法是智慧簡擇的正法。這是七覺分中的主體，餘六是助成。

書上冊，第 518-520 頁（《雜阿含 713 經》）
一、大意：
外道雖也說五蓋、七覺支，但不知五蓋可有十種，七覺支可為十四種。

二、本母的論義
（一）《瑜伽師地論》卷 98〈5 攝事分・1 契經事〉：
復次，自性差別故，及所緣、因緣相差別故，應知七覺支，十四種差別。所緣、因緣相廣分別義，如三摩呬多地及聲聞地應知其相。
(CBETA 2026.R1, T30, no. 1579, p. 864b27-c1)

（二）《瑜伽師地論》卷 13〈1 本地分・6 三摩呬多地〉：
何等為相？謂二種相。一、所緣相，二、因緣相。
所緣相者，謂分別體。由緣此故，能入諸定。
因緣相者，謂定資糧。
由此因緣，能入諸定。謂隨順定教誡教授，積集諸定所行資糧，修俱行欲，厭患有心。於亂不亂審諦了知、及不為他之所逼惱。或人所作，或非人所作，或音聲所作，或功用所作。(CBETA 2026.R2, T30, no. 1579, p. 342a4-10)

（三）《瑜伽師地論》卷 31〈1 本地分・13 聲聞地〉：
云何為止？謂九相心住。能令其心無相、無分別、寂靜、極寂靜、等住寂止、純一無雜，故名為止。
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，謂依奢摩他所熏習心，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。

云何止時？謂心掉舉時，或恐掉舉時，是修止時。又依毘鉢舍那所熏習心，為諸尋思之所擾惱及諸事業所擾惱時，是修止時。(CBETA 2026.R2, T30, no. 1579, p. 456a14-24)

三、其它論書

（一）分別五蓋為十

1、《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 48〈2 結蘊・1 不善納息〉:

問：佛說：「五蓋，差別有十。」云何分五為十蓋耶？

答：以三事故，分五為十。一、內外故。二、自體故。三、善惡故。

內外者，謂有貪欲蓋，緣內而起。有貪欲蓋，緣外而起，故成二蓋。有瞋恚蓋，是瞋自體。有瞋恚蓋，是瞋因緣，故成二蓋。

自體者，謂有惛沈蓋，有睡眠蓋，有掉舉蓋，有惡作蓋，二分成四。

善惡者，謂疑於善惡，分成二蓋故。

由三事，分五為十。此十，一一能障通慧、菩提、涅槃，故名為蓋。

(CBETA 2026.R2, T27, no. 1545, pp. 250c24-251a3)

2、《阿毘曇毘婆沙論》卷 26〈2 使揵度・1 不善品〉:

佛經說：五蓋或復有十。

問曰：五蓋云何或時有十？

答曰：以三事故。一、以緣內緣外；二、以體性；三、以善不善法。

緣內緣外者，欲愛體有緣內生、有緣外生，內外生愛俱亦是蓋，亦障於慧，不生菩提、不到涅槃。恚蓋，亦如是。

體性者，睡眠、掉悔蓋，亦障於慧，不生菩提、不到涅槃。

以善不善法者，有疑於善法猶豫、有疑於不善法猶豫，俱是疑蓋，亦障於慧，不生菩提、不到涅槃。

以是三事故，立蓋或說有十。(CBETA 2026.R2, T28, no. 1546, p. 195c8-16)

3、《鞞婆沙論》卷 3〈說阿毘曇八揵度・7 五蓋處〉:「

問曰：何以故佛契經五蓋說十？

答曰：三事故：內外故、種故、善不善故。

內外者云何？佛說契經：有內欲愛、有外欲愛。如內欲愛即是蓋，非智、非等覺，不轉成涅槃。如外欲愛即是蓋，非智、非等覺，不轉成涅槃。

有內瞋恚想、有外瞋恚想。如內瞋恚想即是蓋，非智、非等覺，不轉成涅槃。如外瞋恚想即是蓋，非智、非等覺，不轉成涅槃。

種者，有睡有眠。如睡即是蓋，非智、非等覺，不轉成涅槃。如眠即是蓋，非智、非等覺，不轉成涅槃。有調有悔，如調即是蓋，非智、非等覺，不轉成涅槃。如悔即是蓋，非智、非等覺，不轉成涅槃。

善不善者，有疑善法、有疑不善法。如疑善法即是蓋，非智、非等覺，不轉成涅槃。如疑不善法即是蓋，非智、非等覺，不轉成涅槃。

是三事，內外故、種故、善不善法故，佛世尊契經五蓋說十。

說曰：七使中，無明不立蓋中、慢不立蓋中、見不立蓋中，色無色界結不立蓋中。

(CBETA 2026.R2, T28, no. 1547, p. 431b7-24)

（二）外道偷竊佛語

1、《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 33〈1 雜蘊・4 愛敬納息〉：

【發智論】如多苾芻集在一處，有諸外道來作是言：「如喬答摩，為諸弟子宣說法要，謂作是說：『汝等苾芻應斷五蓋，如是五蓋能染污心，令慧力劣損害覺分障礙涅槃；於四念住應善住心；於七覺支應勤修習。』我等亦能為諸弟子說此法要，則喬答摩所說法要，與我何別？而今汝等獨歸彼耶？」然彼外道尚不能識五蓋名相，況能了達住四念住修七覺支；然竊佛語故作是說，施設斷取應知亦然。

謂彼外道，與蓋俱生、與蓋俱死，尚不識蓋，況知能治念住、覺支，為顯斯理復引別證。

(CBETA 2026.R2, T27, no. 1545, p. 174b8-19)

2、《阿毘曇毘婆沙論》卷 18〈1 雜犍度・4 愛敬品〉：

有諸外道異學受佛法名者，乃至廣說，為作證故而引佛經。如經說：有諸外道梵志詣諸比丘所集會堂，作如是語：諸長老！如汝師瞿曇為諸弟子作如是說：當斷五蓋，於四念處安止其心，修七覺支。我等為諸弟子亦說如是法，乃至廣說。

彼諸外道，與蓋俱生俱死，猶不識蓋，何況知見念處、覺支；尚不聞香，況知其味。

(CBETA 2026.R2, T28, no. 1546, p. 132b3-10)

（三）關於「波利耶夜」（paryāya，pariyāya）的論法

印順法師《原始佛教聖典之集成》卷 10(CBETA 2026.R2, Y35, no. 33, p. 728a10-14)：

關於「波利耶夜」（paryāya，pariyāya），應從兩方面去了解：

一、是說明的方法；二、指說明的內容（義），或所說的教法（文與義）。

對於某一問題，作分別的解說——理由的說明，分類的逐項的說明。這種分別解說，稱為「波利耶夜」。

如《相應部・覺支相應》，說到依「波利耶夜」，五蓋有十，七覺支有十四[12]。

《雜阿含經》作：「五蓋者，種應有十；七覺者，種應有十四」[13]。「種」是「波利耶夜」的義譯，是約義分類的意思。

書上冊，第 520-522 頁（《雜阿含 714 經》）

一、大意：

外道雖也說五蓋、七覺支，但不知心遲緩時應修擇法、精進、喜覺支，心躁進時應修輕安、定、捨覺支，而念覺支，一切兼助。

二、諸論典的對治修

（一）《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 95〈3 智蘊・1 學支納息〉：

依至教量。謂契經說：「

若於爾時心沈、恐沈，修三覺支名非時修，謂輕安、定、捨；修三覺支名是時修，謂擇法、精進、喜。

若於爾時心掉、恐掉，修三覺支名非時修，謂擇法、精進、喜；修三覺支名是時修，謂輕安、定、捨。」(CBETA 2026.R2, T27, no. 1545, p. 494a1-6)

（二）《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 95〈3 智蘊・1 學支納息〉：

依止觀品，覺支勢用，有增減故作如是說。

謂三覺支是奢摩他品，三覺支是毘缽舍那品。

若奢摩他品覺支增時，令心沈下，爾時應修觀品覺支策心令舉。而修止品，故說非時。

若毘缽舍那品覺支增時，令心浮舉，爾時應修止品覺支抑心令下。而修觀品，故說非時。(CBETA 2026.R2, T27, no. 1545, p. 494a20-26)

（三）《大智度論》卷 19〈1 序品〉(CBETA 2026.R2, T25, no. 1509, p. 198c2-8)：

得力已，分別道法有三分：

擇法覺、精進覺、喜覺，此三法，行道時若心沒，能令起。

除覺、定覺、捨覺，此三法，若行道時心動散，能攝令定。

念覺在二處，能集善法，能遮惡法；如守門人，有利者令入，無益者除却。

---

12 《相應部・覺支相應》（南傳 16 上・309-311）。

13 《雜阿含經》卷 27（大正 2，191b）。

若心沒時，念三法起；若心散時，念三法攝。無覺實覺，此七事能到，故名為分。

（四）《瑜伽師地論》卷 14〈1 本地分・10 聞所成地〉：

次說七種。謂有七法，能於諸諦如實覺了，圓滿解脫。謂

毘缽舍那品有三：一、擇法，二、精進，三、喜。

奢摩他品亦有三：一、安，二、三摩地，三、捨。

念，通二品。(CBETA 2026.R2, T30, no. 1579, p. 354a6-10)

七覺分	《大毘婆沙論》、《大智度論》		《瑜伽師地論》	
	心微劣猶豫時	掉心猶豫時	奢摩他品	毘缽舍那品
念覺分	✓	✓	✓	✓
擇法、精進、喜覺分	✓	×	×	✓
猗（輕安）、定、捨覺分	×	✓	✓	×

三、《瑜伽師地論》卷 31〈1 本地分・13 聲聞地〉(CBETA2026.R1,T30,no.1579,p.456a9-b14)「應時加行」之白話解釋：

1、止（奢摩他）

A.定義（何為止）：即**九相心住**（內住、等住、安住、近住、調順、寂靜、最極寂靜、專一趣、等持）。能使內心遠離雜相、無雜染分別，達到極度寂靜、純一無雜的安住狀態。

B.相狀（止相）：

所緣相：定境中所顯現的「奢摩他品所知事同分影像」（讓心平靜安住的所緣境）。

因緣相：為了讓未來的禪定更加清淨，而進行能熏習內心的「毗鉢舍那（觀）所有加行」。

C.時機（止時）：

心已經生起**掉舉（浮躁散亂）**，或**恐怕掉舉**時。

內心被種種**尋思（妄想）**，或**世俗事業**所擾惱時。

2、觀（毗鉢舍那）

A.定義（何為觀）：指透由「四行（有分別思擇等）、三門（隨信/隨法/隨觀）、六事（義、事、相、品、時、道理）」等差別所緣進行的觀察與覺照智慧。

B.相狀（觀相）：

所緣相：觀照時所顯現的「毗鉢舍那品所知事同分影像」（引發慧觀的所緣境）。

因緣相：為了讓未來的觀慧更加清淨，而進行能熏習內心的「內心奢摩他（定）所有加行」。

C.時機（觀時）：

心已經陷入**沈沒（昏昧昏沉）**，或**恐怕沈沒**時。

內心已具有禪定基礎，應對所緣境進行如實覺了（通達實相）時。

3、舉（策勵提振）

A.定義（何為舉）：透過取一種「淨妙所緣境界」（如隨念佛功德、三寶功德或法義等），來顯示、勸導、慶慰內心，使心重新振作起來。

B.相狀（舉相）：藉由淨妙境界來策勵內心，激發相應的勤精進。

C.時機（舉時）：當內心**沈下（沮喪、昏沉衰退）**，或**恐將沈下**時。

4、捨（平等捨/任運）

A.定義（何為捨）：內心無染污、保持**平等性**。對於止觀二品達到調柔、正直、任運轉動，心有堪能性，能順應自然作用而不加強迫。

B.相狀（捨相）：讓心安住於極高超的「上捨」狀態，且**不過度發起太過的精進**（避免用力過猛導致散亂）。

C.時機（捨時）：當內心已經遠離沈沒與掉舉，**對於掉舉等障礙已經獲得解脫**、達到止觀平衡時。

四相比較對照表

項目	定義（體）	所緣相	因緣相	適用時機（時）
止	九相心住，心達寂靜純一。	奢摩他品同分影像。	熏習毘鉢舍那加行（以觀助止）。	心**掉舉**、恐掉舉、或被尋思事業擾惱時。
觀	四行、三門、六事差別觀行。	毘鉢舍那品同分影像。	熏習奢摩他加行（以止助觀）。	心**沈沒**、恐沈沒、或需如實覺了境界時。
舉	取淨妙境慶慰其心。	策勵其心，隨順發勤精進。		心**沈下**或恐沈下時。
捨	心平等、調柔正直、任運轉性。	心安住上捨，不發太過精進。		止觀已平穩、**掉舉已解脫**時。

書上冊，第 522-526 頁（《雜阿含 715 經》）

一、大意：

此經說明使「五蓋」、「七覺支」生長、與減損的因緣條件。

二、睡眠有五法

（一）《雜阿含經》卷 27〈第 715 經〉(CBETA 2026.R1, T02, no. 99, p. 192b4-5)：

何等為睡眠蓋食[14]？有五法。何等為五？**微弱、不樂、欠呿、多食、懈怠**。

S 46.51：arati, tandi, vijambhitā, bhattasammado, cetaso ca līnattaṃ.

（discontent, lethargy, lazy stretching, drowsiness after meal, sluggishness of mind）

（不樂、懈怠、頻欠（伸懶腰）、食後昏沉，心的沉悶。）

（二）《雜阿含經》卷 22〈第 598 經〉(CBETA 2026.R1, T02, no. 99, p. 160a29-b3)：

時，彼天子而說偈言：「沈沒於睡眠，欠呿不欣樂，飽食心憒閙[15]，懈怠不精勤，斯十覆眾生，聖道不顯現。」

《雜阿含 715 經》	《雜阿含 598 經》	《相應部》S 46.51
1、微弱	沉沒於睡眠	cetaso līnatta 心的退縮
2、不樂	不欣樂	arati 不樂
3、欠呿[16]	欠呿	vijambhitā（或 vijambhikā）打呵欠
4、多食	飽食	bhattasammada 飯後的睡意／食不調、飽食
5、懈怠	懈怠	tandī 懶惰

三、經文的對照表

		食	非食
七覺支	念	思惟四念處	不思惟四念處
	擇法	於善、不善法選擇	於善、不善法不選擇
	精進	思惟四正斷	不思惟四正斷
	喜	思惟喜、喜處法	不思惟喜、喜處法
	輕安	思惟身心輕安	不思惟身心輕安
	定	思惟四禪	不思惟四禪
	捨	思惟斷界、無欲界、滅界	不思惟斷界、無欲界、滅界
五蓋	貪	於觸相不正思惟	思惟不淨觀
	瞋	於障礙相不正思惟	思惟慈心
	睡眠	於微弱等五事不正思惟	思惟明照
	掉悔	憶念親屬覺等四事	思惟寂止
	疑	於三世不正思惟	思惟緣起法

[14] 食（āhāra），【陽】食物（可增益身心），營養物。——有滋養、依靠、依賴之意。

[15] 閙【大】＊，悶【宋】【元】【明】【聖】＊。

[16] 有關「欠呿」，請參高明道〈「頻申欠呿」略考〉，《中華佛學學報》第六期，pp.136-141。

四、五蓋與七覺支的「食」與「非食」

（一）《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 48〈2 結蘊・1 不善納息〉：

復次，以三事故，名（別）共立蓋。謂一食故，一對治故，等荷擔故。此中，

一食、一對治者：

謂貪欲蓋以淨妙相為食，不淨觀為對治，由此一食一對治故，別立一蓋。

瞋恚蓋以可憎相為食，慈觀為對治，由此一食一對治故，別立一蓋。

疑蓋以三世相為食，緣起觀為對治，由此一食一對治故，別立一蓋。

惛沈睡眠蓋以五法為食，一、瞢憒，二、不樂，三、頻欠，四、食不平性，五、心羸劣性，以毘缽舍那為對治。由此同食同對治故，共立一蓋。

掉舉惡作蓋以四法為食，一、親里尋，二、國土尋，三、不死尋，四、念昔樂事，以奢摩他為對治。由此同食同對治故，共立一蓋。

等荷擔者：

貪欲、瞋恚、疑一一能荷一蓋重擔，故別立蓋。惛沈睡眠二（掉舉惡作）二能荷一蓋重擔，故共立蓋。如城邑中一人能辦一所作者，則令別辦；若二能辦一所作者，則令共辦。又如椽梁，強者用一弱者用二，此亦如是。(CBETA 2026.R2, T27, no. 1545, p. 250b27-c15)

（二）《瑜伽師地論》卷 11〈1 本地分・6 三摩呬多地〉：

1、貪欲蓋

問：此貪欲蓋，以何為食？

答：有淨妙相，及於彼相不正思惟，多所修習以之為食。

淨妙相者：謂第一勝妙諸欲之相。若能於此遠離染心；於餘下劣，亦得離染。如制強力，餘劣自伏。此復云何？謂女人身上八處所攝可愛淨相。由此八處，女縛於男，所謂歌、舞、笑、睇[17]、美容、進止[18]、妙觸、就禮。由此因緣，所有貪欲未生令生，生已增長，故名為食。

問：此貪欲蓋，誰為非食？

答：有不淨相，及於彼相如理作意，多所修習以為非食。此復云何？謂青瘀等。若觀此身種種不淨雜穢充滿，名觀內身不淨之相；復觀於外青瘀等相種種不淨，名觀外身不淨之相。由觀此二不淨相故，未生貪欲令其不生，生已能斷；故名非食。由於彼相如理作意故，遮令不生；多所修習故，生已能斷。前黑品中，由於彼相不正思惟故，未生令生；多所修習故，倍更增廣。

[17] 睇：斜視。

[18] 舉止；行動。

2、瞋恚蓋

問：瞋恚蓋，以何為食？

答：有瞋恚性、有瞋恚相，及於彼相不正思惟，多所修習以之為食。依於種種不饒益事心生惱害，名瞋恚性；不饒益事，名瞋恚相。於九惱事[19]不正作意，名不正思惟。如是等事，皆名為食。

問：此瞋恚蓋，誰為非食？

答：有仁慈賢善，及於彼相如理作意，多所修習以為非食。又此慈善，恒欲與他安樂為相，修力所攝[20]。由思擇力所攝作意調伏九惱，以能斷除瞋恚蓋故；經中唯說此為非食。

3、惛沈睡眠蓋

問：惛沈睡眠蓋，以何為食？

答：有黑暗相，及於彼相不正思惟，多所修習以之為食。

問：此蓋，誰為非食？

答：有光明相，及於彼相如理作意，多所修習以為非食。

明有三種：一、治暗光明，二、法光明[21]，三、依身光明。

治暗光明，復有三種：一、在夜分，謂星月等。二、在晝分，謂日光明。

三、在俱分，謂火珠等。

法光明者：謂如有一，隨其所受所思所觸，觀察諸法；或復修習隨念佛等。

依身光明者：謂諸有情自然身光。

當知初明，治三種暗：一者、夜暗，二者、雲暗，三者、障暗，謂窟宅等。

法明〔1〕能治三種黑暗：(A)由不如實知諸法故，於去、來、今，多生疑惑。

(B)於佛法等，亦復如是。

──此中無明及疑，俱名黑暗。

〔2〕又證觀察，能治惛沈睡眠黑暗，以能顯了諸法性故。[22]

---

[19]（1）《長阿含經》卷 9〈10 十上經〉:「云何九退法？謂九惱法：有人已侵惱我，今侵惱我，當侵惱我；我所愛者，已侵惱，今侵惱，當侵惱；我所憎者，已愛敬，今愛敬，當愛敬。」（大正 1，56b11-14）

（2）《瑜伽師地論》卷 55〈2 攝決擇分〉:「瞋事亦有十種：一、己身，二、所愛有情，三、非所愛有情，四、過去怨親，五、未來怨親，六、現在怨親，七、不可意境，八、嫉妒，九、宿習，十、他見。瞋亦有十，如其次第依彼而生，依前六事立九惱事。緣彼一切瞋，皆名有情瞋，餘名境界瞋。若不忍為先亦有情瞋，若宿習瞋、若見瞋。如是十瞋略有三種：一、有情瞋，二、境界瞋，三、見瞋。」（大正 30，603b16-23）〔韓清淨註：依前六事立九惱事，於後三中怨親各二，是故建立成九惱事。（《披尋記（一）》p.357）〕

[20] 韓清淨註：此如慈愍觀。（《披尋記（一）》p.358）

[21]《瑜伽師地論》卷 20（大正 30，390c）；卷 28（大正 30，437a）。

[22]《披尋記》:「又證觀察等者：謂心得定，能如實知、能如實見，名證觀察。此能對治身心惛昧

4、掉舉惡作蓋

問：掉舉惡作蓋，以何為食？

答：於親屬等所有尋思，於曾所經戲笑等念，及於彼相不正思惟，多所修習以之為食。

親屬尋思者：謂因親屬或盛或衰，或離或合，發欣慼行，心生籌慮等。

國土尋思者：謂因國土盛衰等相，廣如前說。

不死尋思者：謂因少年及衰老位諸有所作，或利他事，發欣慼行，心生籌慮等。[23]

笑者：謂隨有一，或因開論，或因合論，現齒而笑，歡聚啞啞[24]。

戲者：謂雙陸[25]、摴蒱[26]、弄珠[27]等戲。

[歡娛者：]或有所餘種類歡樂。謂互相受用，受用境界，受諸快樂，或由同處，或因戲論，歡娛而住。

所行事者：謂相執持手臂髮等，或相摩觸隨一身分，或抱或嗚[28]，或相顧眄[29]，或作餘事。[30]

問：此蓋，誰為非食？

答：有奢摩他，及於彼相如理作意，多所修習以為非食。

奢摩他者：謂九種住心，及奢摩他品所攝諸法。謂於自他若衰若盛可厭患法，心生厭離驚恐惡賤，安住寂靜。

5、疑蓋

問：疑蓋，以何為食？

答：有去、來、今，及於彼相不正思惟，多所修習以之為食。謂我於過去為有為無，廣說如上。

不正思惟者：謂不可思處所攝思惟。

不可思處者：謂我思惟、有情思惟、世間思惟。

若於自處，依世差別思惟我相，名我思惟。

若於他處，名有情思惟。

若於有情世間及器世間處，名世間思惟，謂世間常，或謂無常，亦

及心昧略，由是說言能治惛沈睡眠纏覆黑闇。以能顯了法性，故名法明。」

[23] 《瑜伽師地論》卷 89〈5 攝事分〉(大正 30，803a25-27)：「心懷染污，攀緣自義推託遷延，後時望得起發意言，餘如前說，是故說名不死尋思。」〔另參韓清淨《披尋記（一）》p.360〕

[24] 啞啞：有笑聲之意。

[25] 雙陸：亦稱“雙鹿”。古代一種博戲。

[26] 摴蒱：亦作「摴蒲」。古代博戲名。漢代即有之，晉時尤盛行。以擲骰決勝負，得采有盧、雉、犢、白等稱，視擲出的骰色而定。其術久廢。後為擲骰的泛稱。

[27] 弄珠：玩珠。

[28] 嗚：有親吻之意。

[29] 顧眄：回視；斜視。或指看視的目光。

[30] 韓清淨註：男女受行，名所行事。(《披尋記（一）》p.361)

常亦無常，非常非無常等。

問：此蓋，誰為非食？

答：有緣、緣起，及於彼相如理作意，多所修習以為非食。由彼觀見唯有於法及唯法因，唯有於苦及唯苦因故；所有一切不正思惟為緣無明，於三世境未生者不生，已生者能斷。若不如理而強作意，其如理者而不作意；總說此二，名不正思惟。若於是中，應合道理；應知是處，名為如理，謂於闇中作光明想。由此方便，如理作意，非不如理。於餘處所，亦有所餘如理作意。

(CBETA 2026.R2, T30, no. 1579, pp. 329c23-330c13)

（三）《瑜伽師地論》卷 98〈5 攝事分・1 契經事〉：

復次，於能隨順覺支法中，略有二種無倒作意，當知總與覺支為食。

何等為二？一、正作意，二、數作意。

與此相違，當知非食。

(CBETA 2026.R2, T30, no. 1579, p. 864c2-4)

五、三種界：斷界，離欲界，滅界

（一）《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 29〈1 雜蘊・3 補特伽羅納息〉：

問：**斷、離、滅界**[31]，體是無為、無因、無果。云何乃說若[>名]奢摩他、毘缽舍那熏修心者，依三種界而得解脫？

答：彼〈契經〉於緣涅槃勝解，以界聲說。謂修行者，雖加行時，精進勇猛，修習止觀二種資糧，若於涅槃不起勝解，決定趣證，畢竟不能斷諸煩惱，心得解脫。故緣涅槃勝解名界，依此界故，心得解脫。

如彼經[32]說：「

爾時，**阿難**問**名上座**：『何等斷故，名為斷界？何等離故，名為離界？何等滅故，名為滅界？』

名上座言：『一切行斷故，名斷界；一切行離故，名離界；一切行滅故，名滅界。』尊者阿難聞已合掌，隨喜讚歎辭退。復詣竹林道場，以此事問五百苾芻，彼復皆如名上座答。」(CBETA 2026.R2, T27, no. 1545, p. 148b8-21)

（二）《瑜伽師地論》卷 27〈1 本地分・13 聲聞地〉：

云何諸界？所謂三界。一者、斷界，二者、離欲界，三者、滅界。

---

31 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 29 有詳細的敘述諸論師對此三界的不同看法，於此省略。

32 《雜阿含經》卷 17〈464 經〉(CBETA, T02, no. 99, p. 118b15-c23)。

見道所斷一切行斷，名為斷界；
修道所斷一切行斷，名離欲界；
一切依滅，名為滅界。
思惟如是三界寂靜、安隱、無患，修奢摩他、毘鉢舍那。
彼由修習、多修習故，從餘修道所斷煩惱，心得解脫。
(CBETA 2026.R2, T30, no. 1579, p. 433b12-18)

（三）《瑜伽師地論》卷 85〈5 攝事分・1 契經事〉:
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。

謂見道所斷諸行斷故，名為斷界。
修道所斷諸行斷故，名無欲界。
即此唯有餘依故，名有餘依涅槃界。
此依滅故，名為滅界，亦名無餘依涅槃界。

即此五界，由一切行永寂靜故，名諸行止。
由我、我所、我慢、執著及與隨眠皆遠離故，說名為空。
由一切相皆遠離故，名無所得。

於斷界中，一切隨順有漏法上所有貪愛皆遠離故，名為愛盡。
於無欲界所有欲貪皆遠離故，名為無欲。
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。

又於斷界未得為得勤修習故，名於諸行修厭。
於無欲界未得為得勤修習故，名於諸行修離欲。
於滅界未得為得勤修習故，名於諸行修滅。
(CBETA 2026.R2, T30, no. 1579, p. 775a4-21)

書上冊，第 526-527 頁（《雜阿含 716-717 經》）

一、大意：
716 經，「內法」即內在因素中，「不正思惟」令不善法，即五蓋生起、增長，並令善法，即七覺支不生、退減。「正思惟」與此相反。

717 經，「外法」即外在因素中，「惡知識、伴黨」令不善法，即五蓋生起、增長，並令善法，即七覺支不生、退減。「善知識、伴黨」與此相反。

二、善知識

參考《雜阿含經》卷 36〈第 1000 經〉(CBETA 2026.R2, T02, no. 99, p. 262b12-16)：

爾時，世尊以偈答言：「商人之導師，遊行善知識。貞祥賢良妻，居家善知識。
宗親相習近，通財善知識。自所修功德，後世善知識。」

書上冊，第 528 頁（《雜阿含 718 經》）

一、大意：此經描述：佛陀能於三時隨意自在獲得七覺支。

二、論釋

（一）《瑜伽師地論》卷 98〈5 攝事分・1 契經事〉：

復次，諸修行者得七覺支，譬如大王有妙衣篋，三時受用。三分安住彼七覺支，當知亦爾。

言三時者，謂初日分時、中日分時、後日分時。

言三分者，謂奢摩他品、毘鉢舍那品及其俱品。

於**初分**中住四覺支，**第二分**中住四覺支，**第三分**中具足安住七種覺支。

諸修行者，未曾安住唯一覺支。

又七覺支，於諸外道無怨憎故，無違競故，恒懷利益意樂轉故，一切煩惱皆離繫故，說名無怨、無敵、無害、無有災患。

若修行者，於七覺分隨時現前、隨量現前，說名為住。若時退出，說名為滅。

於是一切如實了知。彼由如是正知住故，名無罪住，無有愛味，心離味染。

(CBETA 2026.R2, T30, no. 1579, p. 865a4-17)

（二）《瑜伽論記》卷 24〈5 攝事分・4 契經事菩提分法擇攝(二四下)〉：

第六解住門，言於**初分**中，住四覺支者，謂定、猗、捨、念。

第二分中，住四覺支者，擇法、精進、喜、念。

第三分中，具足安住七覺支者，定慧俱分具足七覺。

未曾安住唯一覺支者，達師云：謂念覺支是修行初首也。更解曾無行者，唯住一覺支也。

(CBETA 2026.R2, T42, no. 1828, p. 862a10-15)

三、相關

（一）《中部》32 大牛角經：（蕭氏）

〔舍利弗尊者說：〕“目犍連賢友，一位比丘駕馭內心，不是讓內心駕馭自己。如果他想整個早上內心都安住在正受之中，可隨自己的意欲整個早上內心都安住在正受之中；如果他想整個中午內心都安住在正受之中，可隨自己的意欲整個中午內心都安住在正受之中；如果他想整個晚上內心都安住在正受之中，可隨自己的意欲整個晚上內心都安住在正受之中。

目犍連賢友，就正如一位國王或一位大臣，他的衣櫃裏充滿各種顏色的衣服，如果他想整個早上都穿著那套自己喜愛的衣服，可隨自己的意欲整個早上都穿著那套衣服；如果他想整個中午都穿著另一套自己喜愛的衣服，可隨自己的意欲整個中午都穿著那套衣服；如果他想整個晚上都穿著另一套自己喜愛的衣服，可隨自己的意欲整個晚上都穿著那套衣服。

（二）《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 95〈3 智蘊．1 學支納息〉：

又餘經說：「舍利子言：『我於七覺支，定能隨意自在住。

謂我欲於此覺支定日初分住，即便能住；若我欲於此覺支定日中分住，即便能住；若我欲於此覺支定日後分住，即便能住。』」(CBETA 2026.R2, T27, no. 1545, p. 494a8-12)

書上冊，第 528-530 頁（《雜阿含 719-720 經》）

一、大意：

719 經，說比丘能夠了知自己精勤修習七覺支時，生起樂住，或是苦住。

720 經，說比丘能夠了知自己勤修七覺支時，引生樂住的情形。

二、巴漢對照

719 經：若比丘念覺分方便時，先思惟，心善解脫，正害睡眠，調伏掉悔。

S 46.8：Satisambojjhaṅgam āvuso bhikkhu **ārabbhamāno**[33] va janāti- ‘Cittañ ca me suvimuttaṃ, thīnamiddhañca me susamūhataṃ, uddhaccakukkuccañ ca me suppaṭivinītaṃ…’（「諸位朋友！比丘在發起（修習）念覺支時，他便會清楚知道：『我的心已獲得極佳的解脫，我的惛沉睡眠已被很好地根除，我的掉舉追悔已被極佳地調伏調順……』」）

三、論釋

《瑜伽師地論》卷 98〈5 攝事分．1 契經事〉：

[33] 巴利語 **ārabbhamāno**〔來自 ārabbhati + 現在分詞字尾 -māna〕：**正在發起時、正在著手修習時**。動詞 ārabbhati（或作 ārabhati）的核心字根為 √rabh（意為「抓住、開始」），其中，英譯為 begins（開始），starts（發起），undertakes（著手）。

復次，若有苾芻，於諸覺支方便修習，由四因緣，令其不得安隱而住。

何等名為四種因緣？

一者、一切煩惱品類麁重皆未離故；

二者、奢摩他品諸隨煩惱現在前故；

三者、毘鉢舍那品諸隨煩惱現在前故；

四者、道未調善而乘駕故。

與此相違，四種因緣，令其獲得安隱而住。

於此二種善巧，苾芻如實了達，正知而住。由諸作意有加行故，精進太過；又由前後有增減故，運轉不等。由此二緣，當知名為道不調善。

與此相違，二因緣故，名道調善。

(CBETA 2026.R2, T30, no. 1579, p. 864c9-19)

書上冊，第 530-534 頁（《雜阿含 721-722 經》）

一、大意：721、722 經，如同「轉輪聖王」出世時有「七寶」現於世，「如來」出興於世時「七覺分」出現於世間。

二、漢字

轂〔ㄍㄨˇ〕：1.車輪的中心部位，周圍與車輻的一端相接，中有圓孔，用以插軸。

輞〔ㄨㄤˇ〕：1.車輪的外框。《釋名・釋車》：“輞，罔也，罔羅周輪之外也。”

蕃〔ㄈㄢ〕：3.通“ 藩 ”。封建王朝分封的侯國。

三、《瑜伽師地論》卷 98〈5 攝事分・1 契經事〉：

如轉輪王，於四洲渚得大自在，所獲七寶；如是心王，於四聖諦得大自在，所獲真淨七覺支寶，當知亦爾。

（1）謂於「奢摩他、毘鉢舍那」雙品運轉，降伏一切煩惱勝怨。由此義故，初**念覺支**猶如輪寶。

（2）所知境相其量無邊，能知智體亦隨廣大。由此義故，**擇法覺支**猶如象寶。

（3）依此速能，乃至往彼所行、所得殊異勝處。由此義故，**精進覺支**猶如馬寶。

（4）悅意無罪，最為殊勝。由此義故，其**喜覺支**猶如女寶。

（5）身心映徹，有所堪能。由此義故，**輕安覺支**如神珠寶。

（6）能辦一切所欣求事。由此義故，其**定覺支**如藏臣寶。

（7）能摧一切染污法軍，能率一切清淨法軍，能趣無相安隱住處。由此義故，其**捨覺支**如軍將寶。

(CBETA 2026.R2, T30, no. 1579, pp. 864c19-865a4)

《雜阿含 722 經》	《增壹阿含》39.8	《中部》129 經	特徵與異同
1、金輪寶 ・輪有千輻、齊轂圓輞。 ・天真金寶、住虛空中。	**輪寶** ・千輻具足、去地七刃。 ・非人所造、以法迴轉。	**輪寶** ・千輻、有外輪圈、有輪轂。 ・行相完備的天之輪寶。	三經皆提到「千輻」。 隨行時皆令四方敵對國王臣服、教化行十善（五戒）。
2、白象寶 ・純色之象、其色鮮好。 ・七支拄地、一日調伏。	**象寶** ・六牙、衣毛極白。 ・七處齊整、能飛行虛空。	**象寶** ・全白、七處齊整。 ・名為「布薩的象王」。	南北傳皆強調象的顏色極白。《增壹》與《中部》特別提到有飛行空中的神通。
3、馬寶 ・純一青色、烏頭澤尾。 ・一日調伏、周行四海。	**馬寶** ・毛衣極青、尾毛朱光。 ・行不移動、能飛在虛空。	**馬寶** ・全白、黑色頭。 ・名為「雷雲的馬王」。	**外觀有顯著差異：** 北傳兩本皆描述為「青色馬」；南傳《中部》則描述為「全白、黑頭」。
4、摩尼珠寶 ・其形八楞、光澤明照。 ・陰雨夜持珠前導，照一面一由旬。	**珠寶** ・八角、四面有火光。 ・長一尺六寸、光明照十二由旬。	**珠寶** ・美麗純淨、八個切割面。 ・琉璃寶珠、光明遍滿一由旬。	三經皆指出有「八個角／切割面」。其光明在黑夜中能照亮四周，讓人民誤以為是白天而起來工作。
5、賢玉女寶 ・不黑不白不長不短、體暖涼隨時。 ・毛孔出栴檀香、口鼻出優鉢羅香。	**玉女寶** ・顏貌端政、面如桃華色、體性柔和。 ・口出憂鉢華香，身作栴檀香。	**女寶** ・身觸如木棉絮、身散檀香。 ・先起床後就寢、言語合意。	**描述高度一致：** 不長不短、不白不黑，身具栴檀香，口具青蓮（優鉢羅）花香，且性情溫順。
6、主藏臣寶 ・施故生得天眼、能見伏藏。 ・於水中出四金瓮以奉聖王。	**居士寶** ・身體紅色、得天眼通、見伏藏。 ・長跪叉手，水中七寶踊出。	**屋主寶** ・業報生天眼、看見有主無主伏藏。 ・兩手伸入恒河水中，抓起滿壺金幣。	**名稱不同但角色一致：** （主藏臣＝居士＝屋主）。皆有天眼能見地下或水中的財寶，且皆在「水（海／河）中」測試取寶。
7、主兵之臣寶 ・聰明智辯、知四種兵行止。 ・知應作現法後世功德之事。	**典兵之寶** ・聰明蓋世、豫知人情。 ・意欲使兵眾住便住、進便進。	**主兵臣寶** ・賢智聰明有智慧。 ・能妥善安排朝臣與軍隊之進退停留。	**名稱略有出入：** （主兵臣＝典兵），職能皆是聰明有智慧，能隨王的心意調度、掌管四種兵隊的進退。