

如理作意

釋開仁編 2016/6

【目次】

一、探討世間紛擾之根源.....	2
二、人心不和不平的心因——「見、愛」.....	3
三、「作意」的意義及其演變.....	6
四、「作意」有三類意義.....	11
五、五蘊的「識、受、想、行」，實為從認識到行為的過程.....	11
六、從緣起的觀點去了解現象，才能得到中道.....	12
七、八正道的「正志」或「正思惟」，與思慧等的關係.....	13
八、如理作意的意義，可以納入八正道的正思惟來談.....	15
九、如理作意可以區分為「高層次」和「低層次」的內容.....	16
十、瑜伽行派的種種作意.....	16
十一、檢視道心之真偽.....	20
十二、徹底解脫憂苦之根源——修習空觀.....	22
十三、經論中有關「空三昧」的修習方法.....	25
十四、修習「空性勝解」，是成佛的大方便.....	30

【在論中獲得的啟發】

《瑜伽師地論》卷 11(大正 30，330c9-10)：

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。

一、探討世間紛擾之根源

《長部》21〈帝釋問經〉，II 276-77：「世間紛擾」¹

1、敵對與攻擊

天王帝釋問世尊第一個問題：「尊者啊！到底是什麼糾結纏縛，讓天、人、阿修羅、龍、乾達婆和其他眾生類，雖然這樣想：『但願我們沒有怨恨，沒有攻擊，沒有敵對，沒有惱害，過著和平、喜悅的生活！』可是實際上卻有怨恨、有攻擊、有敵對、有惱害，過著怨恨的生活？」天王帝釋這樣問世尊。

2、慳與嫉

世尊這樣回答他的問題：「天王啊！因為慳吝和嫉妒的糾結纏縛，讓天、人、阿修羅、龍、乾達婆、和其他眾生類，雖然這樣想：『但願我們沒有怨恨，沒有攻擊，沒有敵對，沒有惱害，過著和平、喜悅的生活！』可是實際上卻有怨恨、有攻擊、有敵對、有惱害，過著怨恨的生活。」世尊這樣回答天王帝釋的問題。

天王帝釋對世尊的回答感到歡喜、悅意，說：「世尊啊！確實這樣！善逝啊！確實這樣！聽了世尊的回答，我已度疑，我已離惑！」

像這樣，天王帝釋對世尊的回答感到歡喜、悅意，而後又進一步向世尊問道：「然而，尊者啊！慳吝和嫉妒又是以什麼為因？從什麼而集？由什麼所生？因什麼而起？當什麼存在時，就有慳吝和嫉妒？當什麼不存在時，就沒有慳吝和嫉妒？」

3、愛與憎

「天王啊！慳吝和嫉妒是以愛、憎為因，從愛、憎而集，由愛、憎所生，因愛、憎而起。當愛、憎存在時，就有慳吝和嫉妒；當愛、憎不存在時，就沒有慳吝和嫉妒。」

「然而，尊者啊！愛、憎又是以什麼為因？從什麼而集？由什麼所生？因什麼而起？當什麼存在時，就有愛、憎？當什麼不存在時，就沒有愛、憎？」

4、欲

「天王啊！愛、憎是以欲望為因，從欲望而集，由欲望所生，因欲望而起。當欲望存在時，就有愛、憎；當欲望不存在時，就沒有愛、憎。」

「然而，尊者啊！欲望又是以什麼為因？從什麼而集？由什麼所生？因什麼而起？當什麼存在時，就有欲望？當什麼不存在時，就沒有欲望？」

5、尋思

「天王啊！欲望是以尋思²為因，從尋思而集，由尋思所生，因尋思而起。當尋思存在時，就有欲望；當尋思不存在時，就沒有欲望。」

「然而，尊者啊！尋思又是以什麼為因？從什麼而集？由什麼所生？因什麼而起？當什麼存在時，就有尋思？當什麼不存在時，就沒有尋思？」

¹ 節錄《香光莊嚴》第 98 期，2009.06.20，蔡奇林中譯。

本經敘說：眾生因為心中的愛、憎、慳、嫉等煩惱，而相互敵對、攻擊，過著惱亂、紛擾的生活。唯有去除內心的妄見、想像、尋思和欲求，才能免除愛、憎等煩惱，過著和平、喜悅的生活。

² 尋思：內心的種種想法、念頭。

6、妄見與想像

「天王啊！尋思是以妄見、想像的思惟³為因，從妄見、想像的思惟而集，由妄見、想像的思惟所生，因妄見、想像的思惟而起。當妄見、想像的思惟存在時，就有尋思；當妄見、想像的思惟不存在時，就沒有尋思。

二、人心不和不平的心因——「見、愛」

印順導師《佛在人間》，pp.146-149：

（壹）總說不和不平的內因外緣

人人想望和平，而和平不容易實現。不容易實現的原因，有充分探討的必要。依佛法說：內有不和（不平）的心因，外有不平（不和）的事緣，彼此相互影響，這才興風作浪，造成從來難得和平的局面。

（貳）不和不平的心因有二（扼要說）

不和，佛典稱之為諍。諍，見於語言文字，見於行動，而實深刻的存於內心。扼要來說：內心的諍有二：一、見諍；二、愛諍。⁴這二者又根源於「受」與「想」，所以稱受想為「諍根」。⁵

³ 「妄見」和「想像」都指錯誤、不實、顛倒的認知。「思惟」是內心的構想、擬想。

「妄見、想像的思惟」，意即以妄見、想像為基礎的種種心思。

⁴ (1)《品類足論》卷2（大正26，696b28-c4）：

云何有為？謂法處所攝身語業，及受、想、行蘊。云何無為？謂虛空、二滅。此十二處，幾有諍？幾無諍？答：十有諍，二應分別——謂意處、法處。若有漏是有諍，若無漏是無諍。

(2)《阿毘達磨大毘婆沙論》卷49（大正27，255c20-21）：

二諍根者，謂愛及見。佛已永斷，故說無諍；世間未斷，故說有諍。

(3)《雜阿毘曇心論》卷1（大正28，871a29-b2）：

擾亂心故名諍。諍有三種：煩惱諍、陰諍、鬪諍。煩惱諍者，百八煩惱；陰諍者，死；鬪諍者，各各相違。

⁵ (1)《雜阿含經》卷20（546經）（大正2，141c9-14）：「爾時、梵志從座起，整衣服，偏袒右肩，右膝著地，向佛所住處，合掌讚歎：『南無（南無）佛世尊、如來、應供、等正覺，能離欲貪諸繫著；悉能遠離貪欲縛及諸見欲——諍根本』。」

※印順導師《雜阿含經論會編（下）》（p.446）：「『諍根本』，原本作『淨根本』，今改。」

(2)《阿毘達磨大毘婆沙論》卷74（大正27，385a2-b14）：

問：大地法等諸心所中何故別立受、想為蘊，餘心所法不別立耶？

脅尊者言：……

復次，諸有情類耽著樂受，執顛倒想，生死輪迴，受諸劇苦。欲令了知此二過患，故別立蘊。

復次，受、想二法為因，發起二諍根本勝餘法故，別立為蘊。謂受能發起愛諍根本，想能發起見諍根本。如能發起二諍根本，如是能發起二雜染、二邊、二箭、二戲論、二我所，應知亦爾。……

由如是等種種因緣，別立受、想各為一蘊。

一、「見諍」根源於「想」

見，是見解，這裡專指主觀的成見、偏見、倒見、邪見。

當人類觸對對象時，必然的攝取境相。所取的境相，有著局限性，片面性；攝取境相時，必覺有異於其他的特性，如此而並不如彼（「取境分齊」⁶），這才成為一個個的心象。從此「構畫名言」表現於思想議論，這是認識過程中「想」的力用。

這種有著局限性，片面性，是此非彼個體性的心象，使我們的認識，不能有完整的認識，不能把握真正的事理，不免錯亂，不免矛盾，不免畸輕畸重⁷，自是非他。有了這執一概全，以末為本，以非為是等，一切如盲摸象的異見、異說，世間即由此而糾纏不清。

《眾義經》說：「各各自依見，戲論起諍競；知此為知實，不知為謗法。……若依自見法，而生諸戲論，若是為淨智，無非淨智者」。⁸真的，誰不自以所見為正確，誰不

(3) 《雜阿毘曇心論》卷1〈1界品〉(大正28, 872a4-12):

問：以何等故受想別立陰。餘心法立一行陰。

答：輪轉於生死，當知二諍根，是故別受想，建立二種陰。

二事故眾生輪轉生死，謂樂受貪及顛倒想。樂受貪故行愛，倒想計著故行見。二諍根者，習欲愛貪欲縛從受生，見欲縛從想生；受修諸禪，想修無色。……是故隨義說。

(4) 《阿毘達磨俱舍論》卷1〈1分別界品〉(大正29, 5b8-17):

何緣世尊說餘心所總置行蘊，別分受想為二蘊耶？

頌曰：諍根生死因，及次第因故，於諸心所法，受想別為蘊。

論曰：諍根有二，謂著諸欲及著諸見。此二受想，如其次第，為最勝因。

味受力故貪著諸欲，倒想力故貪著諸見。又生死法以受及想為最勝因，由耽著受、起倒想故，生死輪迴。……其次第因。隣次當辯。

(5) 《阿毘達磨順正理論》卷3(大正29, 344c15-28)的內容同上，故引文從略。

⁶ 《成唯識論》卷5(大正31, 28a1-19):

論曰：六位中初遍行心所即觸等五，如前廣說。此遍行相云何應知？由教及理為定量故。

(1) 此中教者，如契經言：眼色為緣生於眼識，三和合觸，與觸俱生有受、想、思，乃至廣說。由斯觸等四是遍行。

又契經說：若根不壞，境界現前，作意正起，方能生識。

餘經復言：若於此作意，即於此了別；若於此了別，即於此作意；是故此二恆共和合，乃至廣說。由此作意，亦是遍行。此等聖教，誠證非一。

(2) 理，謂識起必有三和，彼定生觸，必由觸有。若無觸者，心心所法應不和合觸一境故。作意引心令趣自境，此若無者心應無故。

受能領納順、違中境，令心等起歡、感、捨相，無心起時無隨一故。

想能安立自境分齊，若心起時無此想者，應不能取境分齊相。

思令心取正因等相，造作善等，無心起位無此隨一，故必有思。

由此證知，觸等五法，心起必有，故是遍行。餘非遍行，義至當說。

⁷ 畸重畸輕：偏重偏輕，不合常規。(《漢語大詞典》(七), p.1384)

⁸ 《大智度論》卷1〈1序品〉(大正25, 60c7-61b18):

第一義悉檀者，一切法性，一切論議語言，一切是法非法，一一可分別破散；諸佛、辟支佛、阿羅漢所行真實法，不可破，不可散。上於三悉檀中所不通者，此中皆通。

執己見而排斥他說。如以成見、偏見為正智，為能得真理，那麼誰都獲得真理了！這種從認識缺陷性而來的見諍，一向就「此亦一是非，彼亦一是非」⁹。「以見欲繫著故，出家（與）出家而復共諍」¹⁰。宗教與哲學者，由於見執而聚訟紛紜，釋尊早就為我們說破；而到這思想鬥爭尖銳的現代，越發顯出他的重要性來。

二、「愛諍」根源於「受」

愛，是貪欲。權力、名譽、生命，都是人類所貪著的；而衣食住等經濟生活（及男女性生活），尤為欲界人類貪求的對象。

在我們觸對對象時，內心必起反應而領「受」於心。這一內心的反應，有自己主觀的標準，起著合意的，不合意的，或無所謂的領受。合意的樂受，即引起愛欲而戀戀不捨。沒有得到的，一心一意的去追求。得到了，一心一意的希望增多，無限的增多；保有，永遠的保有。所以說：受為愛欲的根元。

然經濟生活，本為一切屬於一切，也可說不屬於任何一人。以愛欲的習見，而想攝屬為自己，以為屬於自己，已含有嚴重的錯誤。何況經濟的物質生活，從個人說，決非一人所能完全取得，終不免陷於無限欲求而永不滿足。從大眾說，你以愛欲而想佔有，

問曰：云何通？

答曰：所謂通者，離一切過失，不可變易，不可勝。何以故？除第一義悉檀，諸餘論議，諸餘悉檀，皆可破故。如《眾義經》中所說偈：

「各各自依見，戲論起諍競；若能知彼非，是為知正見。

不肯受他法，是名愚癡人，作是論議者，真是愚癡人。

若依自是見，而生諸戲論，若此是淨智，無非淨智者。」

此三偈中，佛說第一義悉檀相。

所謂世間眾生自依見、自依法、自依論議而生諍競；戲論即諍競本，戲論依諸見生。如說偈言：「有受法故有諸論，若無有受何所論？有受無受諸見等，是人於此悉已除。」行者能如實知此者，於一切法、一切戲論，不受不著，不見是實，不共諍競，能知佛法甘露味。若不爾者，則謗法。……

若以是為清淨得第一義利者，則一切無非清淨。何以故？彼一切皆自愛法故。

問曰：若諸見皆有過失，第一義悉檀何者是？

答曰：過一切語言道，心行處滅，遍無所依，不示諸法。諸法實相，無初、無中、無後，不盡、不壞，是名第一義悉檀。如摩訶衍義偈中說：

「語言盡竟，心行亦訖；不生不滅，法如涅槃。

說諸行處，名世界法；說不行處，名第一義。」

「一切實一切非實，及一切實亦非實，一切非實非不實，是名諸法之實相。」

如是等處處經中說第一義悉檀。是義甚深，難見難解，佛欲說是義故，說《摩訶般若波羅蜜經》。

⁹ 「此亦一是非，彼亦一是非」：彼：那。這種情況下與那種情況下的是非標準不一，即沒有客觀的是非標準。出處：戰國·宋·莊周《莊子·齊物論》：“是亦彼也，彼亦是也。彼亦一是非，此亦一是非。”（《線上成語詞典》<http://cy.5156edu.com/html4/z5800m8063j43441.html>）

¹⁰ 《雜阿含經》卷 20（546 經）（大正 2，141b29-c2）：

梵志復問：「何因何緣出家、出家而復共諍？」

摩訶迦旃延答言：「以見欲繫著故，出家、出家而復共諍。」

不斷的佔有，他也想佔有，無限的佔有，當然要引起衝突，而成為不息的鬥爭。

這一由於物欲而來的爭競，釋尊更說得分明：「以欲為本故，母共子爭，子共母爭，父子兄弟親族展轉共爭。……以欲為本故，王王共爭，民民共爭，國國共爭。彼因共相爭故，以種種器仗轉向加害：或以手掬¹¹，或以石擲¹²，或以杖打刀斫¹³」。¹⁴這種家庭、社會、國際間的鬥爭，古今有何差別？不過現在多了飛機、大砲、原子彈、毒氣等而已。

三、小結

總之，我們有見解，即使理解到並不完全，並不徹底，而多少希望別人服從自己的意見。我們有物質的需求，即使理解得別人也一樣需要，而多少希望自己得到的勝過別人。見與愛，為精神生活與物質生活中的兩大爭執，而這實根源於認識中的受與想。佛說五蘊，特立受、想為二蘊，即重視他是見爭與愛爭的根源。

三、「作意」的意義及其演變

水野弘元《パーリ佛教を中心とした佛教の心識論》（ピタカ株式會社發行，昭和39年3月20日初版，昭和53年3月20日改訂版），p.426-433。

「作意」(manasikāra, skt. manasikāra or manaskāra) 舊譯 憶、思惟、念

「作意」一語，在尼柯耶、阿含中經常用到。然而，猶如尼柯耶、阿含中的「思」一語，是指與業相關的「意思作用」，並非只是存於一切心中的「心的行作」。或像尼柯耶、阿含中的「定」一語是「禪定」的意思，而非單單只是心的專注狀態。尼柯耶、阿含中的「作意」，也並非和一切心相應之「注意作用」的「作意」，而是意指特殊的「注意作用」。因此，在尼柯耶、阿含中，並不單單作為「作意」，而是以「如理作意」(yoniso-manasikāra) 或「非理作意」(ayoniso-manasikāra) 而被提到。

最早被當作與心心所相應者而說明的「作意」，大概就是前面第三章第三節所提過的，在巴利《中部》「不斷經」中，被說為與諸禪相應俱存的「作意」。¹⁵又，在巴利《相應部》

¹¹ 掬 (chāi 彳 扌)：用拳擊；交手較量。(《漢語大詞典》(六)，p.350)

¹² 擲 (zhì 扌 丿)：1.投；拋。(《漢語大詞典》(六)，p.942)

¹³ 斫 (zhuó 扌 乚 丿)：1.斧刃。(《漢語大詞典》(六)，p.1057)

¹⁴ 《中阿含經》卷25〈4 因品〉〈99 苦陰經〉(大正1，585a18-28)：

「復次，眾生因欲緣欲，以欲為本故，母共子爭，子共母爭，父子、兄弟、姊妹、親族展轉共爭。彼既如是共鬪爭已，母說子惡，子說母惡，父子、兄弟、姊妹、親族更相說惡，況復他人？是謂現法苦陰，因欲緣欲，以欲為本。」

「復次，眾生因欲緣欲，以欲為本故，王王共爭，梵志梵志共爭，居士居士共爭，民民共爭，國國共爭，彼因鬪爭共相憎故，以種種器仗，轉相加害，或以拳掬石擲，或以杖打刀斫，彼當鬪時，或死、或怖，受極重苦，是謂現法苦陰，因欲緣欲，以欲為本。」

¹⁵ M. III, p.25f. 案：《中部》卷13：「比丘啊！在此舍利弗離諸欲，離諸不善法，有尋有伺，離生喜樂，具足初禪而住。於是，在初禪中有尋、伺、喜、樂、心一境性、觸、受、想、思、

「緣起經」中，解釋「名色」之「名」時所說的「是受、想、思、觸、作意」，當中的「作意」，也是一般性的作意。¹⁶這當中，前者在漢譯阿含裡沒有相當經；後者則是在其漢譯相當經中，找不到「作意」之語。¹⁷因此，上述兩段巴利經文，或許是部派分裂後巴利佛教所新增或修改的。所以，將「作意」作為與一切心相應俱起者而使用，似乎是在部派時代以後。¹⁸尤其，對巴利佛教而言，在上述尼柯耶中雖存有「作意」之語，但是，在《法集論》八十九心的相應心所中，並沒有將「作意」算在內。直到註釋書，才作為「聖典所省略」心所之一而加入心所中。由於「作意」在巴利阿毗達磨中並沒有說到，所以在巴利文獻中也就沒有「作意」的阿毗達磨式定義。不過，若從《分別論》中對「非理作意」一詞的定義來推論，也可以知道「作意」在巴利佛教中的阿毗達磨式定義。亦即，據此論，「作意」是：

心之引轉、隨引轉、念慮、存念、作意。¹⁹

在有部，從《界身足論》以來，「作意」就被當作「十大地法」之一，認為它常與一切心相應。其阿毗達磨式定義，可在《界身足論》、《品類足論》等論中看到。亦即：

（界身）心引、隨引、等隨引、現作意、已作意、當作意、警覺心。²⁰

（品類）牽引心、隨順牽引、思惟、牽引、作意、造意、轉變心、警覺心。²¹

心、欲、勝解、精進、念、捨、作意諸法。」(N12, 1a12-14)

¹⁶ S. II, p.3.

案：《相應部》卷 12：「諸比丘！何為名色？〔諸比丘！〕受、想、思、觸、作意，以此謂之名；四大種及四大種所造之色，以此謂之色。如是此名與此色，謂之名色。」(N14, 4a11-12)
《中部》卷 1：「受、想、心、觸、作意，是謂名；四大及四大所造色，是謂色」(N09, 69a1-2)
《增壹阿含 8 經》卷 42〈46 結禁品〉：「名與色，彼何等謂名？所謂痛、想、念、[24]更、思惟，是謂名也。彼云何名為色耶？四大及四大所造色，是謂名為色。」(大正 2, 778c23-26)
[24]更+（樂）【元】【明】。

¹⁷ 案：《雜阿含經》卷 12 (298 經)：「緣識名色者，云何名？謂四無色陰——受陰、想陰、行陰、識陰。云何色？謂四大、四大所造色，是名為色。此色及前所說名，是為名色。」(大正 2, 85a28-b2)

¹⁸ 案：帕奧禪師《智慧之光》，pp.155-156：「尋、思與作意之間的分別」：尋把心與心所投入目標；作意把心與心所轉向目標；思則催促心與心所朝向目標。對於它們之間的差別，摩訶甘達勇長老舉了一個賽舟譬喻加以說明：在賽舟時，每隻小舟都坐有三位划舟的選手，一個在後面，一個在中間，一個在前面。坐在後面的選手有兩項任務，即控制小舟的方向和向前划；中間的選手無需控制小舟，只需把它向前划；坐在前面的選手不單只需要把小舟向前划，而且還要負責在終點摘花，他是最為忙碌的人。前面的選手就好像思；中間的像尋；後面的像作意。如此，作意把相應心與心所轉向目標；尋把受到作意指揮的心與心所投入目標。思則是最忙碌的，它就好像一位木匠師的好助手，不單只需要做自己的工作，同時亦需催促其他學徒（相應心與心所）工作。禪修者必須根據它們各自的作用，以智辨識它們。」

¹⁹ Vibh. p.373。

²⁰ 《界身足論》卷上 (大正 26.614c)

²¹ 《品類足論》卷 2 (大正 26.699c)

這比較類似於巴利的定義。其次，在《舍利弗阿毗曇論》中，「作意」是舊譯作「思惟」。其定義說明也如下：

若計校、分別、籌量、憶念，是名思惟法。²²

若心分別、計校、籌量、憶念，是名思惟。²³

可知和巴利、有部的定義大致類似。其次，在《彌鄰陀問經》中則是如下定義：

作意以把持為特相。²⁴

更且，為了闡明「作意」和「慧」的區別，便敘述了如下的譬喻。亦即，以鎌刀割麥時，用左手握住麥束，相當於「作意」；用右手割麥，相當於慧。又，在羊、牛和馬等這類低等動物中，雖也有「作意」，但是，「慧」在牛馬等之中則不存在。²⁵一到巴利註釋書時代，就更詳細定義說明「作意」。亦即，在《清淨道論》、《法集論註》、《入阿毗達磨論》中，是如下說明「作意」：

作意——所謂「作」是所作——即在「意」中形成〔所緣之結合〕。形成異於前意之意，所以也是作意。

作意有三種：令奔赴所緣〔的作意〕、令趨向〔心〕路²⁶〔的作意〕、令前往速行〔的作意〕。

其中，令奔赴所緣的作意，即在意中形成〔所緣之結合〕。它以令前往為特相；促使相應的〔心心所〕與所緣結合，是其作用；以去面對所緣為現狀；以所緣為直接因。應知〔它〕是行蘊所攝，令相應的〔心心所〕奔赴所緣，所以就像駕御者。

其次，令趨向〔心〕路〔的作意〕，此即五門引轉的同義語。令前往速行〔的作意〕，此即意門引轉的同義語。這些並非此處所意味的。²⁷

據此，「作意」一語，有作為心所法的作意、五門引轉的作意、意門引轉的作意三種之別。目前所談的，僅指作為心所法的作意。作為心所法的作意，令心心所警覺而趨向所緣，使心心所和所緣結合。關於五門引轉和意門引轉，由於之前也曾論及，其詳細內容在後面第六章也會討論。所以，在此省略其說明。然而，作為心所法的作意，和五門引轉、意門引轉也不無關係。五門引轉和意門引轉，是在警覺其心，喚起注意，也可稱為強力的作意。作為心所法的作意，則比他們微弱而遍於一切心。

²² 《舍利弗阿毗曇論》卷 21（大正 28.662b）

²³ 《舍利弗阿毗曇論》卷 23（大正 28.672b）

²⁴ Mil. p.32.

²⁵ Ibid. cf. Netti. p.27.

²⁶ 案：Vism（n.88）：路（vīthi），於前十四心作用所說中，指轉向→見→領受→推度→確定→速行→彼所緣等之顯現心作用之經過。

²⁷ VM. p.466; DhsA. p.133; Abhav. p.21.

案：《清淨道論》卷 14(N69, 57a2-9 // PTS.Vism.466)

有部《品類足論》新的部分，及《雜阿毗曇心論》、《入阿毗達磨論》、《俱舍論》、《順正理論》等論中對於作意的定義說明如下：

（品類）作意云何？謂心警覺性。此有三種，謂學作意、無學作意、非學非無學作意。²⁸

（雜心）憶者，於緣發悟。²⁹

（入阿毗）作意，謂能令心警覺，即是引心趣境為義，亦是憶持。³⁰

（俱舍）作意，謂能令心警覺。³¹

（正理）引心心所，令於所緣有所警覺，說名作意。此即世間說為留意。³²

其次，若要指出瑜伽行派的《瑜伽師地論》、《大乘阿毗達磨集論》、《顯揚聖教論》、《大乘五蘊論》、安慧釋《唯識三十頌》、《成唯識論》等論中對於作意的定義，則如下：

（瑜伽）作意云何？謂心迴轉……作意作何業？謂引心為業。³³

（瑜伽）作意云何？謂能引發心法……作意為何業？謂於所緣引心為業。³⁴

（集論）何等作意？謂發動心為體，於所緣境持心為業。³⁵

（顯揚）作意者，謂從阿賴耶種子所生，依心所起，與心俱轉相應，動心為體，引心為業，由此與心同緣一境故，說和合非不和合。³⁶

（五蘊）云何作意？謂能令心發悟為性。³⁷

（三十釋）作意即心之引轉……心藉由它得以面對所緣。其次，它以將心保持於所緣為作用。³⁸

（成唯識）作意謂能警心為性，於所緣境引心為業。謂此警覺應起心種，引令趣境，故名作意。雖此亦能引起心所，心是主故，但說引心。³⁹

²⁸ 《品類足論》卷1（大正 26.693a）

²⁹ 《雜阿毗曇心論》卷2（大正 28.881a）

³⁰ 《入阿毗達磨論》卷上（大正 28.982a）

³¹ 《俱舍論》卷4（大正 29.19a）

³² 《順正理論》卷10（大正 29.384b）、《顯宗論》卷5（大正 25.799c）

³³ 《瑜伽師地論》卷3（大正 30.291b 以下）

³⁴ 《瑜伽師地論》卷55（大正 30.601c）

³⁵ 《大乘阿毗達磨集論》卷1（大正 31.664a）

³⁶ 《顯揚聖教論》卷1（大正 31.481a）

³⁷ 《大乘五蘊論》（大正 31.848c）

³⁸ Trimwika, p.20。

³⁹ 《成唯識論》卷3（大正 31.11c）

上列有部和瑜伽行派的定義說明，大致相同。依此，所謂「作意」是指警覺其心而使心趨向所緣的「喚起注意的作用」。只是，在悟入的《入阿毗達磨論》，和無著的《大乘阿毗達磨集論》，及安慧的《三十頌釋》中，還說到「作意」有保持心於所緣中的其他作用。但是，《成唯識論》認為，「保持心於所緣境」是「定」的作用，所以，這類說明是不可行的。又，《成唯識論》在同一地方也說到，雖有人主張「所謂作意，是使心轉趣異境者」，但這種主張也是不行的。⁴⁰後面這個說法是指《順正理論》如下所說的：

謂此作意力能令識於餘境轉。⁴¹

在瑜伽行派中，「作意」是屬於「遍行心所」。如此一來，它和巴利佛教、有部一樣，都認為「作意」常與一切心相應俱起。

然而，經部系則認為，「作意」並沒有與心相應，而是喚起注意的心本身。因此，在經部系來說，「作意」決沒有像有部等所說的那樣常與一切心相應俱起。以下《順正理論》視為經部上座說法而提到的敘述，即是其例：

上座言：無別一法名為作意，由此別相理不成故。謂於所緣能作動意，名作意相。若於所緣唯作動意，諸餘心所應不能緣。⁴²

其次，在經部系的《成實論》中，「作意」一語雖舊譯作「念」，然而，即使是在這兒，所謂「作意」，也同樣解釋為喚起注意的心（作發意）。此即以下所述：

心作發名念，此念是作發相，故念念能更生異心。又說念相能成辦事。⁴³

如此一來，經部系所意指的「作意」，並非常與一切心相應的作意，而只是喚起注意作用的這種強力的作意，相當於巴利佛教的「五門引轉」和「意門引轉」。這點從《成實論》將「作意」（念）解釋為「如理作意」（正念）、「非理作意」（邪念）兩個，也可得知。此即以下所述：

是念二種，一正，二邪。正謂順理……故知隨順道念、真實念等，名為正念……與此相違，名為邪念。正念能生一切功德，邪念能起一切煩惱。⁴⁴

像《成實論》所指的這類不屬於一般心所法的「特別作意」，在有部和瑜伽行派中也有種種討論。例如，有部諸論書中提到「自相作意、共相作意、勝解作意、聞所成作意、思所成作意、修所成作意、生得作意」等等，⁴⁵及瑜伽行派中所說的「隨順作意、對治作

⁴⁰ 《成唯識論》卷3：「有說令心迴趣異境。或於一境持心令住故名作意。彼俱非理。應非遍行不異定故。」（大正31，11c9-11）

⁴¹ 《順正理論》卷11（大正29.389c）

⁴² 《順正理論》卷11（大正29.389c）

⁴³ 《成實論》卷6（大正32.287a）

⁴⁴ 《成實論》卷6（大正32.287c）

⁴⁵ 《大毗婆沙論》卷11（大正27.53a以下）、《俱舍論》卷7（大正29.40a以下）

意、順清淨作意、順觀察作意」四種作意、⁴⁶「力勵運轉作意、有間運轉作意、無間運轉作意、無功用運轉作意」四種作意、⁴⁷「調練心作意、滋潤心作意、生輕安作意、淨智見作意」四種作意、⁴⁸「了相作意、勝解作意、遠離作意、攝樂作意、觀察作意、加行究竟作意、加行究竟果作意」七種作義等，⁴⁹是屬於善品的「如理作意」。

又，屬於不善品的「非理作意」，在有部，打從《界身足論》視它為十大煩惱地法之一以來，在《品類足論》、《阿毗曇甘露味論》、《大毗婆沙論》、《雜阿毗曇心論》等論中就當作獨立的心所法，連《瑜伽師地論》也將它算在「心所法」內。但是，《俱舍論》認為「非理作意」不過是「作意」心所的一部分，所以將它從獨立心所中除去。而瑜伽行派，也是自無著的《大乘阿毗達磨集論》以來，就已將「非理作意」從心所中除去。關於「非理作意」，在後面第七節將另外討論。

四、「作意」有三類意義

印順導師《華雨集》第一冊，p.254：

說到「抉擇」，就是（*此處約《辨法法性論》而言）「依大乘經，如理作意攝，一切加行道」。悟入法性的抉擇方便，含有「如理作意」與「加行」二義，這都是依大乘經的。經論所說作意，略有三類意義：

一、是注意，如作意心所。二、作意是修定時，內心的觀想繫念。

三、這裡的作意，是思惟，思考抉擇的意思。平常說，學佛法有四條件：一、親近善友（善知識）；二、多聞正法（多多的聽法）；三、如理思惟（如理作意）；四、法隨法行，就是依法修行大乘經法，經如理思惟，然後依著作止觀的修行，就是一切加行道。

五、五蘊的「識、受、想、行」，實為從認識到行為的過程

印順導師《佛法概論》第八章（p.115-117）

《阿含經》	《瑜伽師地論》	《攝大乘論》	《解脫道論》
識觸.....	率爾.....	見.....	見
受.....	尋求.....	等尋求.....	受
想.....	決定.....	等貫徹、安立.....	分別
行.....	染淨.....	勢用.....	令起、速行

受，是情感的受，也是從承受到未能明確分別中間的探求。

決定，即確定他是什麼，徹底明了而安立分別名言，這與想心所一致。

⁴⁶ 《瑜伽師地論》卷 28（大正 30.436c）

⁴⁷ 《瑜伽師地論》卷 28（大正 30.438b 以下）

⁴⁸ 《瑜伽師地論》卷 31（大正 30.458b）

⁴⁹ 《瑜伽師地論》卷 11、卷 33（大正 30.332c、465c 以下）、《顯揚聖教論》卷 7（大正 31.514a 以下）

染淨，即善惡心行，與勢用等相同。

這樣，儘管同時起與前後起有諍，而在認識的發展過程中，識觸與受、想、思，確乎可以看作先後代起而為一心聚的重心。

佛法對心心所的辨析，為了淨化自心，即了解認識的內容與過程為善為惡，才能給予對治而淨化它。佛法的觀心，是應用的心理學，這是學者所不可忽略的。

直覺境界的（五）**識觸**，即含有可意與不可意，

於是引起自心的痛苦或喜樂——**受**；

種種分別——**想**；

引起見於身體語言的動作——**思**。

五蘊的識、受、想、行，實為從認識到行為的過程。五蘊中的行蘊，以思心所為主。除了受、想以外，以一切善惡心所為行蘊的內容，雖為後起的，但實為當然的結論。

六、從緣起的觀點去了解現象，才能得到中道

印順導師《佛在人間》，pp.195-197：

1、緣起是關係存在，從現象的整體、延續與相關去觀察，才是中道正觀

說到緣起，意思是「為緣能起」。人生宇宙的任何一種現象之生起，絕非孤立的，突然的，而是依種種關係條件（佛法中名為因緣）的和合，循著必然的法則而生起與散滅的。所以任何現象，都不可作為孤立的去理解。不可抓住一點，以為一切由此而生，而忽略整體的，延續的與相關的觀察。一切依因緣和合所成，因緣是極複雜的，沒有單一因。佛從種種關係去了解現象，所以能超出二邊，得到中道。中道就是恰恰好，恰到好處，最正確的方法，最正確的理論。

2、約「見」所需的種種因緣說

茲舉例來說：如看「見」，是一種現象。一般人以為眼能見；雖然隨俗是可以這麼說的，而實際卻不止如此。

佛就事論事說：能成為「見」這一事實，是有種種因緣的。⁵⁰

⁵⁰（1）《中阿含經》卷7〈3 舍梨子相應品〉〈30 象跡喻經〉（大正1，467a2-6）：

諸賢！若內眼處壞者，外色便不為光明所照，則無有念，眼識不得生。諸賢！若內眼處不壞者，外色便為光明所照，而便有念，眼識得生。

（2）《瑜伽師地論》卷1（大正30，280a18-27）：

復次，雖「眼不壞[且]色現在前」，能生[的]作意（心所）若不正起，所生眼識必不得生。要眼不壞[且]色現在前，能生[的]作意正復現起，所生眼識方乃得生。如眼識生，乃至身識，應知亦爾。

復次，由眼識生，三心可得，如其次第，謂率爾心、尋求心、決定心。初（率爾心）是眼識；二（尋求心、決定心）在意識。決定心後，方有染淨[心]。此後乃有等流眼識[於]善、不善轉，而彼不由自分別力；乃至此意不趣餘境，經爾所時，眼、意二識，或善或染，相續而轉。如眼識生，乃至身識，應知亦爾。

（3）《瑜伽師地論》卷63（大正30，652a19-23）：

云何作意闕故心不得生？謂雖有內眼處不壞，外色處現前，廣說乃至內意處不壞，外法

- 1、有能見的眼根，眼根是生理的，以現代名詞來說，是視覺神經。視神經接觸某一事物，引生印象，這眼根是見的主要條件，但不是唯一的條件。
- 2、要有所見的對象，若沒有對象，怎麼看也見不到什麼。如沒有對象而看到什麼，那眼根也就有毛病了。我們人類的眼根，是有共同性的。人人見到如此，雖所見的對象，究竟是什麼，研究起來，頗不簡單；但常識告訴我們，對象（境）是不能說沒有的，沒有是不能見的。
- 3、單是眼見，如攝影一樣，留下印象。但我們能見到這是什麼，那是什麼，這不只是留下印象，而是能主動的分別這一印象。這就是識（分別），如沒有分別的心識，而僅有眼根與境界，那是不能成為明確的「見」的。
- 4、有了根、境、識，還不一定能成為見。因為根是根，境是境，識是識，彼此不相關聯，怎能成為見呢？能使眼與境界相觸對；依眼根而發眼識；眼識能了境界；根、境、識三者綜合相關的活動，是有賴於「觸」，觸是使三者和合，從三和引起的心理作用。
- 5、還要有一種注意力（作意）——傾向於對象，才能明確見到。否則「心不在焉，視而不見」，還是不能成為「見」這一種現象。

上面約「見」所需的種種因緣說；其實因緣多得很，如光線，空間等都是，只是不太重要，也就不說罷了。從緣起的觀點去了解現象，就不會偏於一邊，不致以為有眼就能見，或有心就可見。佛陀始終以緣起來闡明中道，因為除了緣起，就沒有中道可說。

【心流過程】

	一	二	三	四	五	六	七	八	九
阿含經		作意	識觸	受	想	行			
瑜伽論（五心輪）			率爾	尋求	決定	染淨		等流	
解脫道論	有分	轉	見	所受	分別	令起	速行	彼事	有分
攝阿毘達磨義論 （十七心識）	有分流 1 過去有分 2 有分波動 3 有分斷	4 五門轉向	5 五識之一	6 領受	7 推度	8 確定	9~15 速行	16~17 彼所緣	有分流

七、八正道的「正志」或「正思惟」，與思慧等的關係

印順導師《佛法概論》第十七章，pp.222-224：

佛法的修學，以正覺解脫為目標。到達這一目標，要先有聞、思、修慧。

1、正見與聞慧

（1）正見由聞正法，經智慧抉擇而得

處現前。若無能生作意正起，爾時由彼所生眼識乃至意識終不得生。如是名為作意闕故心不得生。

「正見」，最先是聞慧，即對因果、事理、四諦、三法印等，從聽聞正法而得正確深切的信解；理解佛法，以佛法為自己的見地。

正見是分別邪正、真妄的，知邪是邪，知正是正，捨邪惡而信受純正的（參《中阿含經·聖道經》）。⁵¹這是「於法選擇、分別、推求、覺知、點慧、開覺、觀察」（《雜阿含經》卷二八·七八五經）的抉擇正見。⁵²

(2) 正見有世間與出世的分別

如正見善惡因果、生死的相續與解脫，還是世間的正見，能「轉向善道」而不能出世。如對於四諦真理的如實知見，「依離，依無欲，依滅，向於捨」，那才是向解脫的出世正見。這樣的正見，並不是浮淺的印象，要精進的努力，正念的專一，才能成就。

2、正志與思慧

得了佛法的正見，即應引發「正志」——英譯正思惟。這是化正見為自己的理想，而立意去實現的審慮、決定、發動思。⁵³

◎從理智方面說，這是思慧——如理思惟，作深密的思考，達到更深的悟解；

◎從情意方面說，這是經思考而立意去實現，所以正志是「分別、自決、意解、計數、立意」。⁵⁴

3、正業、正語、正命是合於戒學的行為與生活，亦為思慧必然實現的合理行動

思慧不僅是內心的思考，必有立志去實現的行為，使自己的三業合理，與正見相應。所以正志同時即有見於身體力行的戒學，這即是「正業」、「正語」、「正命」。

◎正語是不妄語、不綺語、不兩舌、不惡口，及一切的愛語、法語。⁵⁵

◎正業是不殺、不盜、不淫，與一切合理的行動。⁵⁶

◎正命是合理的經濟生活。⁵⁷

佛法以智慧為本的修行，決不但是理觀；理解佛法而不能見於實際生活，這是不合佛法常道的。

4、正精進為戒的總相，及遍通一切道支

「正精進」是離惡向善、止惡行善的努力，遍通一切道支。

如專從止惡行善說，即戒的總相。以正見為眼目，以正志所行的正戒為基礎，以正精進為努力，這才從自他和樂的止惡行善，深化到自淨其心的解脫。⁵⁸

5、正念與正定，即修慧階段

(1) 正念

⁵¹ 《中阿含·189 聖道經》卷 49〈1 雙品〉(大正 1, 735c13-27)

⁵² 《雜阿含經》卷 28(785 經)(大正 2, 203a20-b11)

⁵³ 《大乘成業論》卷 1(大正 31, 785c23-24)：

思有三種：一、審慮思，二、決定思，三、動發思。

⁵⁴ 《雜阿含經》卷 28(785 經)(大正 2, 203b2-11)

⁵⁵ 《雜阿含經》卷 28(785 經)(大正 2, 203b11-22)

⁵⁶ 《雜阿含經》卷 28(785 經)(大正 2, 203b22-c3)

⁵⁷ 《雜阿含經》卷 28(785 經)(大正 2, 203c3-13)

⁵⁸ 《雜阿含經》卷 28(785 經)(大正 2, 203c13-25)

「正念」是對正見所確認而正志立意求它實現的真理，念念不忘的憶持現前。⁵⁹

(2) 正定

念是定的方便，因念的繫念不忘而得一心，即「正定」。由於一心的湛寂⁶⁰，如實正智能依之現前。⁶¹

(3) 小結

正念與正定，即修慧階段。由修慧——與定相應的正見而發無漏慧，才能完成正覺的解脫。

6、八正道為解脫道的正軌

八正道的修行，即戒、定、慧三學的次第增進，也是聞、思、修三慧的始終過程，為聖者解脫道的正軌。⁶²

八、如理作意的意義，可以納入八正道的正思惟來談

菩提長老曾說：如理作理被注解作「作為正確方法的注意、在正確道路上的注意」。它被解釋作「與真理相符的心之轉向、思惟或專注」，也就是，注意無常為無常等等，……如理作意是解脫輪迴的根本原因，因為它會導向八聖道的修習。⁶³

此外，菩提長老在八正道的開示中，亦將如理作意的意義納入正思惟（*sammā saṅkappa; right intention*）的內容中，如說：要改變認知，需要的是所謂的「如理作意」。就像認知會影響思想，同樣地，思想也會影響認知。我們一般的認知，帶有「非理作意」的成份。我們通常只看事情的表面，從眼前的利益與需要來看事情，很少深入事情的根本或去探究其長遠的後果。要改正這些，需要如理作意——看到我們行為背後的意涵，探索它們的後果，評估我們的目的之價值何在。在探究時，我們關心的，不應是什麼是

⁵⁹ 《雜阿含經》卷 28(785 經)(大正 2, 203c25-204a5)

⁶⁰ 湛寂：沉寂。(《漢語大詞典(五)》，p.1440)

⁶¹ 《雜阿含經》卷 28(785 經)(大正 2, 204a5-14)

⁶² 《大智度論》卷 22〈1 序品〉(大正 25, 226a22-b10)：

問曰：若持戒是禪定因緣，禪定是智慧因緣，八聖道中何以慧在前，戒在中，定在後？

答曰：行路之法，應先以眼見道而後行，行時當精勤；精勤行時，常念如導師所教，念已一心進路，不順非道。正見亦如是，先以正智慧，觀五受眾皆苦，是名苦；苦從愛等諸結使和合生，是名集；愛等結使滅，是名涅槃；如是等觀八分，名為道，是名正見。行者是時心定知世間虛妄可捨，涅槃實法可取，決定是事，是名正見。

知見是事，心力未大，未能發行；思惟籌量，發動正見令得力，是名正思惟。

智慧既發，欲以言宣故，次正語、正業、正命。

戒行時精進不懈，不令住色、無色定中，是名正方便。

用是正見觀四諦，常念不忘：念一切煩惱是賊，應當捨；正見等是我真伴，應當隨，是名正念。

於四諦中攝心不散，不令向色、無色定中，一心向涅槃，是名正定。

⁶³ Bhikkhu Ñāṇamoli and Bhikkhu Bodhi(1995), *The Middle Length Discourse of the Buddha*, p.1169.

快樂，而應是什麼是真實。我們必須準備好且願意去發現真相，即便要以失去舒適為代價。這是因為，真正的安穩總是與真相在同一邊，而非與舒適同一邊。⁶⁴

九、如理作意可以區分為「高層次」和「低層次」的內容

「視諸行法為無常、苦、無我、不淨是觀禪的如理作意，這是高層次的如理作意。也有一些較低層次的如理作意，例如佈施、持戒與止禪的如理作意。相信業力果報也擁有如理作意。」⁶⁵

「在這裡，我要解釋如理作意（明智的注意）與不如理作意。當禪修者修行安般念時，若專注於自然呼吸的氣息，則他的作意是如理作意。當取相或似相生起時，若禪修者專注於它們，則他的作意也是如理作意。

在觀禪中，若禪修者見到：「這是色」、「這是名」、「這是因」、「這是果」、「這是無常」、「這是苦」、「這是無我」，則他的作意是如理作意。然而，如果他見到：「這是男人、女人、兒子、女兒、父親、母親、天神、梵天、動物等。」那麼他的作意是不如理作意。一般而言，我們可以說：因為如理作意而使善法生起；因為不如理作意而使不善法生起。禪修之時，如果不如理作意生起，則五蓋或煩惱也必然會生起。它們是不善法，這些不善法會削弱定力或造成定力掉落與退失。」⁶⁶

「《阿毘達磨》中說，若無作意則心路過程不能產生；若無作意則沒有任何對象能在心中現起……事實上是他們先有作意然後對象才出現於心中，然而因為作意太迅速，致使他們誤以為對象自動生起。」⁶⁷

「然而多數禪修者不了解作意，唯有修行到名業處時他們才能了解作意。」⁶⁸

「藉著『正念』與『正知』來說明適合於一切情況的修行方法，因為透過這兩種素質的力量，禪修者得以守護禪修的目標以及保持不間斷的如理作意。」⁶⁹

十、瑜伽行派的種種作意

（一）《大乘莊嚴經論》的「十一作意」⁷⁰

1.5.十一作意

〔安慧釋〕

⁶⁴ Bhikkhu Bodhi(2000), *The Noble Eightfold Path*, pp.34-35. (香光中譯本，pp.44-45)

⁶⁵ 帕奧禪師《正念之道》，p.407。

⁶⁶ 帕奧禪師《如實知見》，p.94。

⁶⁷ 帕奧禪師《如實知見》，p.95。

⁶⁸ 帕奧禪師《如實知見》，p.96。

⁶⁹ 帕奧禪師《正念之道》，p.83。另外參考《清淨道論》，p.143：(1)正念：念以憶念為相，不忘失為味，守護為現起。(2)正知：正知以不痴為相，推度為味，選擇為現起。

⁷⁰ 釋惠敏·關則富合著《大乘莊嚴經論·教授教誡品》，pp.78-85。

瑜伽行者如此地修習六心，以此修習而修習十一作意並且作意，因此說「應以意言相續地探求、觀察」等。此處，十一作意是有尋有伺等，而十一作意以四頌說明。

1.5.1 有尋有伺，1.5.2 無尋唯伺

相續以意言，探求及觀察，

應以意言（manojalpa）相續地探求、觀察，

〔安慧釋〕

此處，如彼句云：「應以意言相續探求，並應以意言相續觀察」。其中，「以意言探求」是指有尋有伺作意，它是未至定及初禪。此處，為什麼探求被理解為「尋」？經論中解說「尋」的性相時說：「『尋』是如何？是以意來安立探求。」因此探求被理解為「尋」。

「以意言觀察」是指無尋唯伺作意，它是中間禪與第二禪。為什麼探求被理解為「伺」？經論中解說「伺」的性相時說：「『伺』是如何？是以意來安立觀察。」因此「伺」被理解為觀察。

1.5.3 無尋無伺

以離言一味，之作意伺察。

也應以離〔意〕言，一味的作意來伺察。

〔安慧釋〕

關於「以離〔意〕言一味的作意來伺察」，「離〔意〕言一味」是指無尋無伺作意，它是第三與第四禪。此時，在離尋伺的性相中專一修習，因此在離尋伺、離〔意〕言一味中恆常作意，是為要義。

1.5.4 止作意

彼應知止道，為總集法名，

他應知「止道」（samathamarga）是總集（pindita）法的名稱

〔安慧釋〕

關於「他應知止道是總集法的名稱」，以名稱總集諸法的意義及語句，稱為總集名稱。例如以「般若波羅蜜多」的名稱總集般若波羅蜜多的許多意義及語句。「及」一詞連接「應以隨行心分別地理解經的語句」中的「語句」，事實上以經的名稱和語句為所緣即是止道。以此說明「止作意」。

1.5.5 觀作意

應知觀道為，伺察其意義。

應知「觀道」（vipasyanamarga）是伺察它的意義。

〔安慧釋〕

關於「應知觀道是伺察它的意義」，「它的意義」是指諸經的名稱及語句之意義，對它算數、稱量、思惟、觀察。觀察並不顛倒地了解諸法的自相與共相，應知為觀道。以此說明「觀作意」。

1.5.6 雙運作意

應知雙運道，即為總集彼；

再者，應知雙運道（yuganaddho margah）即為總集（pindita）彼〔二者〕；

〔安慧釋〕

關於「應知雙運道即為總集彼」，在止、觀非雙運時，是分別地緣取；以止緣取名稱及語句，以觀緣取意義。在止、觀雙運時，並非分別地緣取名稱與意義，而是將二者總集為一，止、觀平等雙運而緣取，此道應知為止、觀雙運道。以此說明「雙運作意」。

1.5.7 舉相作意

復振起弱心，

又應振起退弱的心

〔安慧釋〕

關於「應振起退弱的心」，當瑜伽行者修三昧時，心若不清醒而變得退弱，則應以觀相作意掌握心並使之歡喜。如何使之歡喜？應以「觀」作意於如來與三昧的功德，以及諸法的自相與共相而使心歡喜。以此說明「舉相作意」。

1.5.8 止相作意

並止息掉舉。

應止息掉舉〔的心〕。

〔安慧釋〕

關於「應止息掉舉」，惦念先前所見所聞等，心散亂於外境時，以止相作意止息掉舉。如何作意？思惟輪迴的過患——生與老等，而斷除心的散亂。以此說明「止相作意」。

1.5.9 捨相作意

復於彼所緣，達平等則捨；

再者，在那所緣中達到平等則應捨棄；

〔安慧釋〕

關於「再者，在那所緣中達到平等則應捨棄」，瑜伽行者如此地以觀斷除退弱心，以止斷除掉舉心，在所緣境中沒有退弱、掉舉而心成為平等性時，不動而住於捨，不止相作意，也不觀相作意，若少許作意，就會由平等性之心退落。以此說明「捨相作意」。

1.5.10 無間作意，1.5.11 殷重作意

無間而殷重，於一切處修。

又應無間斷地、殷重地在一處修習。

〔安慧釋〕

關於「應無間斷地、殷重地在一處修習」，瑜伽行者並非有時作意，有時不作意，而是在一切時作意，稱為「無間」。以此說明「無間作意」作意於懶惰與懈怠，勤奮並專注而作意，稱為「殷重」。以此說明「殷重作意」。如此地，無間作意與殷重作意二者應於

上述的一切作意中修習，意即在上述作意之時，應以無間作意與殷重作意之方式來作意。

此四頌說明十一作意，〔即〕(1) 有尋有伺、無尋唯伺、無尋無伺、(2) 止作意、觀作意、雙運作意、(3) 舉相作意、止相作意、捨相作意、(4) 無間作意與殷重作意。

(二)《瑜伽師地論》的七種根本作意及餘四十作意

1、《瑜伽師地論》卷 11 (大正 30, 332c2-18) :

作意差別者：謂七種根本作意及餘四十作意。

(1) 七種作意

云何七種作意？謂了相作意、勝解作意、遠離作意、攝樂作意、觀察作意、加行究竟作意、加行究竟果作意。⁷¹

慧	思所成慧	修所成慧				
階位	順解脫分	順決擇分	見道	有學位		無學
				初果~斷有頂第八無間道	金剛喻定	
七種作意	了相作意	勝解作意	遠離作意	觀察作意、攝樂作意		加行究竟果作意

(2) 四十作意

云何四十作意？謂⁷²

	韓清淨	四十作意
01	約三慧	緣法作意、緣義作意。
02	約四念住	緣身作意、緣受作意、緣心作意、緣法作意。
03	約假實	勝解作意、真實作意。
04	約學等	有學作意、無學作意、非學非無學作意。
05	約遍知等	遍知作意、正斷作意、已斷作意。
06	約四所緣	有分別影像所緣作意、無分別影像所緣作意、事邊際所緣作意、所作成辦所緣作意
07	約修止觀	勝解思擇作意、寂靜作意。
08	約一分修等	一分修作意、具分修作意。
09	約加行	無間作意、殷重作意。
10	約斷煩惱	隨順作意、對治作意。
11	約數習方便	順清淨作意、順觀察作意。
12	約漸次	力勵運轉作意、有間運轉作意、有功用運轉作意、自然運轉作意。
13	約止觀二品	思擇作意、內攝作意。
14	約無學果	淨障作意、依止成辦所行清淨作意。
15	約補特伽羅	他所建立作意、內增上取作意、廣大作意、遍行作意。

⁷¹ 《瑜伽師地論》卷 33 (大正 30, 465b 以下)；卷 34 (大正 30, 470c 以下)

⁷² 《國譯一切經》將此四十作意科為十一類，詳參《國譯一切經》第 68 冊，p.211 註腳 66。不過，編者今依韓清淨所科為準，分為十五類。

2、性空法師《四無量心——最美麗的修行》pp.148-149：

佛法特別強調智慧。《瑜伽師地論》說，智慧的作用乃是依於不同的作意，它們因開合不同及詮釋角度不同，又有七種作意和四十種作意之說，而不論哪一種分法，「勝解作意」和「真實作意」都在其中。這兩種作意在修行過程中非常重要，而四無量心，尤其是慈心觀的修行，有賴於勝解作意，因為你決意要「觀一切眾生快樂，利益他們」。

由於這樣觀，你服務了他們，也包括自己在內。你因為有此勝解、有此決心而能感到快樂，也能不論他們快不快樂，都可真的思惟他們是快樂的。若能有此態度，不管有人要利益你或傷害你，你仍然都是用友誼、用沒有煩惱的愛來利益他們。

十一、檢視道心之真偽

(一) 逆流生死者，必定有「順解脫分善根」

《大毘婆沙論》卷 176 (大正 27, 885a-886a)：

問：齊何名順流、逆流者？

[答]：……

如是說者：「若未種順解脫分善根名順流者，已種順解脫分善根名逆流者。」所以者何？

- 1、無量有情雖能惠施沙門、婆羅門、貧窮、孤獨、遠行、疲極及苦行者種種飲食、衣服、臥具、醫藥、房舍、燈明、香花及諸珍寶種種所須，又設無遮祠祀大會，如吠羅摩、不剛強等。彼由不種順解脫分善根故，於生死長夜受彼果已，還生餓鬼中受飢渴苦，經百千歲，乃至不聞飲食之名；或生人中，貧窮下賤，多諸苦惱。
- 2、或復見有無量有情護持禁戒，學習多聞，受持讀誦素怛纜、毘奈耶、阿毘達磨，通達文義，分別解說，又能傍通世俗諸論，所謂記論、因論、王論、諸醫方論、工巧論等，或復兼善外道諸論，所謂勝論、數論、明論、順世間論、離繫論等。彼由不種順解脫分善根故，於生死長夜受彼果已，還生傍生趣中，作諸牛、羊、駝、驢身等，愚癡、盲瞶，乃至不能言；或生人中，盲聾、喑啞，闇鈍、無智。
- 3、或復見有無量有情修習諸定，或離欲染，或離色染，或離無色一分染，住八等至，起四無量，引發五通。彼由不種順解脫分善根故，於生死長夜受彼果已，還生地獄受諸劇苦；或傍生趣作大蟒身，吐毒熾然，崩巖裂石；或生人中作旃茶羅、補羯娑等，造穢惡業。

※諸如是等，雖暫受福，還退墮故皆名順流。

- 1、若諸有情或但惠施一搏之食，或唯受持一日夜戒，或乃至誦四句伽他，或須臾間修定加行而能種順解脫分善根。由此後時，雖因煩惱造作種種身語意惡行，或作無間業，或復斷滅一切善根，乃至身中無有少許白法種子，墮無間獄受種種苦，而得名為住涅槃岸，以彼必得般涅槃故。

此中有喻，如釣魚人以食為餌，置於鉤上，著深水中。有魚吞之，彼魚爾時雖復遊戲，或入穴中，當知已名在彼人手，不久定當至岸上故。

2、由此故說：「寧作提婆達多墮無間獄，不作唵達洛迦遏邏摩子生非想非非想天。」
所以者何？

◎提婆達多雖造三無間業，斷諸善根，墮無間獄，而於人壽四萬歲時當得獨覺菩提，利根勝舍利子等。

◎唵達洛迦遏邏摩子，雖離八地染，住八等至，極奢摩他，垂越三有，近甘露門，生非想非非想處，經八萬大劫受寂靜樂，從彼命終，由惡業力，生彼阿練若苦行林中作著翅飛狸捕食禽獸，水、陸、空行無得免者，由此惡行，命終當墮無間地獄，具受種種難忍處苦，佛不記彼得解脫時。

由此故說「雖住苦行林中而名順流者，雖處五欲境界而名逆流者。」

此中有喻。如人齎二器行，一、金，二、瓦。腳跌而倒，二器俱破。其人爾時不惜金器而惜瓦器，以是嗟恨。人問其故，彼具答之。

人復詰言：「金器破壞汝能不惜，何乃傷惜一瓦器耶？」

彼復答言：「汝誠愚癡！所以者何？金器破已，雖失器形不失器體，還付金師可令如本，或勝於本。瓦器破已，形體俱失，雖付陶師，乃至不堪復作燈盛，況本器乎！是故我今不歎金器而惜瓦器。」

◎如是天授已種順解脫分善根故，雖造眾惡，生地獄中，而當成獨覺勝舍利子等，如彼金器破已還成。

◎猛喜子不種順解脫分善根故，雖離八地染生有頂天，而終墮惡趣，未期解脫，如彼瓦器破已不收。

是故未種順解脫分善根者名為順流，已種順解脫分善根者名為逆流。

問：順解脫分善根在有情身其相微細，已種、未種云何可知？

答：以相故知。彼有何相？謂若聞善友說正法時，身毛為豎，悲泣流淚，厭離生死，欣樂涅槃，於法、法師深生愛敬，當知決定已種順解脫分善根；若不能如是，當知未種。

此中有喻，如人於田畦中下種子已，經久生疑：「我此畦中曾下種不？」躊躇未決。傍人語言：「何足猶豫？汝今但可以水灌漬，以糞覆之。彼若生芽，則知已種，不然則不。」彼如其言便得決定。

如是，行者自疑：「身中曾種解脫種子已不？」時彼善友而語之言：「汝今可往至說法所，若聽法時身毛為豎，悲泣流淚，乃至於法、法師生愛敬者，當知已種解脫種子；不然則不。」故由此相可得了知。

（二）誰能於諸惡趣得「非擇滅」

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 32 (大正 27, 164c30-165a26)：

問：由何善法，諸修行者於諸惡趣得非擇滅？

答：或由布施，或由持戒，或由聞慧，或由思慧，或由修慧。諸修行者於諸惡趣得非擇滅。

由布施者，有雖十二年開門大施而於惡趣不得非擇滅，如吠邏摩屈路羅等由彼不能厭生死故。有雖於一施一團食而於惡趣得非擇滅，由彼深能厭生死故。

由持戒者，有雖盡壽持別解脫戒而於惡趣不得非擇滅，如前說故。有雖能持一晝夜戒而於惡趣得非擇滅，如前說故。

由聞慧者，有雖具解了三藏文義而於惡趣不得非擇滅，如前說故。有雖解了一四句頌而於惡趣得非擇滅，如前說故。

由思慧者，有雖具思惟外內書論而於惡趣不得非擇滅，如前說故。有雖思惟少分觀法而於惡趣得非擇滅，如前說故；即不淨觀、持息念等及諸念住。

由修慧者，有雖具得八地世俗定而於惡趣不得非擇滅，如前說故；即是外道猛喜子等。有雖修習少分觀門而於惡趣得非擇滅，如前說故；即煖、頂、忍，極鈍根者，得下品忍時，於諸惡趣皆得非擇滅。

大德說曰：「要無漏慧覺知緣起，方於惡趣得非擇滅，離聖道不能越諸惡趣故。」

評曰：「彼不應作是說，菩薩九十一劫不墮惡趣，豈由以無漏慧覺知緣起。應作是說：或施或戒乃至下忍，皆於惡趣得非擇滅。」

十二、徹底解脫憂苦之根源——修習空觀

(一) 印順導師《佛在人間》，p.239：

憂苦的究竟解脫：

要解脫憂苦，了脫生死，在乎覺了認識上的迷妄惑亂。覺了迷妄惑亂的方便，是從一切因緣有中，理解一切法空。一切都如幻如化，世俗上分明如此，而其實並不如此，一切是空無自性的。能觀照一切法自性空，「戲論」就滅了。

戲論是一切法實有自性的惑亂相，是迷妄的根元。戲論生，煩惱就生；煩惱生，憂苦也就生起。反之，戲論滅，煩惱就不起；煩惱不起，憂苦也就解脫了。⁷³

⁷³ (1) 印順導師，《中觀論頌講記》(p.325)：「梵文及藏文，後一頌的初二句，束為一句；次二句開為三句。是：《業惑盡解脫；業惑從分別，分別從戲論，因空而得滅》。語句雖不同，意思是一樣的。就是：煩惱業是從虛妄分別起的；虛妄分別，是從無我現我，無法現法的自性戲論而生的；要滅除這些，須悟入空性。悟入了空性，就滅戲論；戲論滅，虛妄分別滅；虛妄分別滅，煩惱滅；煩惱滅業滅；業滅生死滅；生死滅就得解脫了。」

(2) 印順導師，《成佛之道（增註本）》(pp.348-350)：

勝義觀，是尋求一切法的自性，而依之悟入勝義的。這一正理的觀察，為解脫的不二門。解脫的是「苦」，苦是眾生的身心自體，以觸對一切而引起的憂苦。眾生為什麼是苦？為什麼在生死中輪迴？上面已講過，這是「因於惑業」。「業」依惑而起；「惑」是無明——我我所見為主的煩惱，經說《無明，不正思惟》為因，就是「由」不如理的虛妄「分別」而起。為什麼眾生的心識，總是妄「分別」而不能如實知呢？這是「由」於「戲論」。什麼叫戲論？妄分別是不離境相而現起的，妄分別生時，直覺得境是實在的，這似乎是自體如此，與分別心等無關的。這不只是妄分別的錯覺，在凡夫的心境中，那個境相，也確是現為這樣的。這是錯誤的根本來源，是不合實際的。為什麼？如認識到的，確是實在的，是自體如此的，那與經驗的事理，全不相合；也就是世俗的，出世的一切，都

《般若波羅蜜多心經》上說：「照見五蘊皆空，度一切苦厄」。在廣明一切法空後，接著說：「依般若波羅蜜多故，心無罣礙；無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃」。又結說：「能除一切苦，真實不虛」；只是說明了依照見性空的智慧（般若），得究竟的解脫憂苦。⁷⁴

（二）印順導師《成佛之道（增註本）》，pp.348-350：
苦因於惑業，業惑由分別，分別由戲論，戲論依空滅。

一、勝義觀

- 1、是尋求一切法的自性，而依之悟入勝義的。
- 2、這一正理的觀察，為解脫苦的不二門。解脫的是苦，苦是眾生的身心自體，以觸對一切而引起的憂苦。

二、「惑業苦」與「分別戲論」

- 1、眾生為什麼是苦？為什麼在生死中輪迴？上面已講過，這是因於惑業。⁷⁵業依惑而起；惑是無明——我我所見為主的煩惱，經說「無明，不正思惟」⁷⁶為因，

不能成立了！那並不如此而現為如此的「戲論」，分別心——名言識是不能知道他是錯誤的。如以尋求自性的正理觀察，層層剖析，要他還出究竟的著落，就顯出是並無真實自性的。一切法無自性，就是一切法的真相了。所以，「依」於尋求自性不可得的「空」觀，不斷修習而能夠「滅」除。戲論滅了，妄分別就失卻對象而不起。分別心息，就是般若現前，當然不再起惑造業，不再苦體相續而解脫了。聖者的解脫，是依空為觀門而得到。佛說空、無相、無願為三解脫門，理由也就在此。

⁷⁴ 參見《般若波羅蜜多心經》卷1（大正8，848c7-20）。

⁷⁵ 印順導師《成佛之道》，p.154：「苦生由業集，業集復由惑，發業與潤生，緣會感苦果。」

⁷⁶ (1)《雜阿含經》卷13（334經）（大正2，92b21-c11）：「…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，是名有因有緣有縛法經。」

(2)《大毘婆沙論》卷24（大正27，121c）：「無明因者，謂不如理作意。」；卷23（大正27，119c）：「復次，行緣無明，由無明力。如契經說：「非理作意，由癡生故，能引無明。」是故但說無明緣行。」

(3)《瑜伽師地論》卷92（大正30，825c27-826b14）：「若於諸根無護行者，由樂聽聞不正法故，便生無明觸所生起染污作意。即此作意增上力故，於當來世諸處生起，所有過患不如實知。不如實知彼過患故，便起希求；希求彼故，造作增長彼相應業；造作增長相應業故，於當來世六處生起，如是名為順次道理。逆次第者，謂彼六處以業為因，業——愛為因，愛復用彼無明為因，無明復用不如正理作意為因，不正作意復用無明觸為其因。又於此中，先所造業是現法受六處之因，現法造業是次生受六處之緣，或是後受六處由藉。愛等、業等，隨其所應，當知亦爾。」；卷10（大正30，324c-325a）：「問：若說無明

就是由不如理的虛妄分別而起。為什麼眾生的心識，總是妄分別而不能如實知呢？這是由於戲論（prapañca）。⁷⁷

2、什麼叫戲論？妄分別是不離境相而現起的，妄分別生時，直覺得境是實在的，這似乎是自體如此，與分別心等無關的。這不只是妄分別的錯覺，在凡夫的心境中，那個境相，也確是現為這樣的。這是錯誤的根本來源，是不合實際的。為什麼？如認識到的，確是實在的，是自體如此的，那與經驗的事理，全不相合；也就是世俗的，出世的一切，都不能成立了！那並不如此而現為如此的戲論，分別心——名言識是不能知道他是錯誤的。如以尋求自性的正理觀察，層層剖析，要他還出究竟的著落，就顯出是並無真實自性的。一切法無自性，就是一切法的真相了。（※將無自性誤執為自性，這是最根本的戲論）

戲論→妄分別→（不正思惟→無明）惑→業→苦

三、戲論依空滅

依於尋求自性不可得的空觀，不斷修習而能夠滅除戲論。戲論滅了，妄分別就失卻對象而不起。分別心息，就是般若現前，不再起惑造業，不再苦體相續而解脫了。聖者的解脫，是依空為觀門而得到。佛說空、無相、無願為三解脫門，理由也在此。

78

以不如理作意為因，何因緣故，於緣起教中不先說耶？答：彼唯是不斷因故，非雜染因故。所以者何？非不愚者起此作意。依雜染因說緣起教。無明自性是染污，不如理作意自性非染污，故彼不能染污無明，然由無明力所染污。又生雜染，業、煩惱力之所熏發，業之初因謂初緣起。是故不說不如理作意。」（《瑜伽論記》卷3之下，大正42，371a-b；《瑜伽師地論科句披尋記彙編》（一），pp.312-313）

(4)《佛說大乘菩薩藏正法經》卷12(大正11，807a)：「云何是因？云何是緣？謂即一切眾生諸雜染中，不如理作意是因，無明是緣。」

(5)《佛說未曾有正法經》卷3(大正15，437a7-9)：「王復問言：世尊！我身見者，何為根本？佛言：無明為根本。又問：即此無明，孰為根本？佛答曰：不如理作意是為根本。」

⁷⁷ 萬金川《龍樹的語言概念》，p.144：「戲論」之語義：

(1) 言語的過度擴張。(梵文語義)(2) 認識上主觀因素的進入。(共通於梵巴文獻)

(3) 對真實的諸種言說與理論。(4) 也有就前列三者而稱其為「障礙」的意思——巴利語源及其用例。

⁷⁸ (1)《中論》〈觀法品第十八〉第五頌(大正30，23c)：「業煩惱滅故，名之為解脫，業煩惱非實，入空戲論滅。」

(2) 印順導師《中觀論頌講記》，pp.330-331。

十三、經論中有關「空三昧」的修習方法

(一)《雜阿含經》卷9(236經)(大正2,57b3-27):⁷⁹

壹、序分

如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

貳、正宗分

(壹) 引言

爾時、尊者舍利弗，晨朝著衣持鉢，入舍衛城乞食。
乞食已，還精舍，舉衣鉢，洗足已，持尼師檀，入林中晝日坐禪。
時舍利弗從禪覺，詣世尊所，稽首禮足，退坐一面。

(貳) 尊勝空住——舍利弗所入之禪住

爾時、佛告舍利弗：「汝從何來」？
舍利弗答言：「世尊！從林中晝日坐禪來」。
佛告舍利弗：「今入何等禪住」？
舍利弗白佛言：「世尊！我今於林中入空三昧禪住」。

(參) 引彼空住——佛說欲入空三昧禪住之修學次第

佛告舍利弗：「善哉善哉！舍利弗！汝今入上座禪住而坐禪。
若諸比丘欲入上座禪者，當如是學。」

一、於行、住如實了知有無煩惱

若入城時，若行乞食時，若出城時，當作是思惟：我今眼見色，頗起欲、恩愛、愛念、著不？

(一) 知有煩惱，勤修斷行

舍利弗！比丘作如是觀時，若眼識於色有愛、念、染著者，彼比丘為斷惡不善故，當勤欲方便堪能，繫念修學。
譬如有人火燒頭衣，為盡滅故，當起增上方便，勤教令滅。
彼比丘亦復如是，當起增上勤欲方便，繫念修學。

(二) 知無煩惱，更以喜樂，精勤修習

若比丘觀察時，若於道路，若聚落中行乞食，若出聚落，於其中間，眼識於色無有愛、念、染著者，彼比丘願以此喜樂善根，日夜精勤，繫念修習。

二、善知清淨

是名比丘於行、住、坐、臥，淨除乞食，是故此經名清淨乞食住」。

參、流通分

佛說此經已，尊者舍利弗聞佛所說，歡喜奉行。

⁷⁹《中部》(一五一)《乞食清淨經》，參閱《增壹阿含經》(四五)「馬王品」六經。

(二)《瑜伽師地論》卷 90(大正 30, 812b6-814a14)「三空性」:⁸⁰

壹、二種空住

復次、當知略有二種空住：一者、尊勝空住，二者、引彼空住。

(壹) 尊勝空住

一、羅漢所住

諸阿羅漢觀無我住，如是名為尊勝空住。

二、諸住中勝

由阿羅漢法爾尊勝，觀無我住，於諸住中最高為尊勝；

三、小結

如是或尊勝所住，或即住尊勝，由此因緣，是故說名尊勝空住。

(貳) 引彼空住

一、總標

引彼空住者，謂如有一，若行、若住，如實了知煩惱有無。

二、知有無煩惱

(一) 知有煩惱

知有煩惱，便修斷行。

(二) 知無煩惱

1、無惱、生喜、證三摩地

知無煩惱，便生歡喜，生歡喜故，乃至令心證三摩地；

2、觀無我、隨學、無懈廢

由心證得三摩地故，如實觀察諸法無我，晝夜隨學，曾無懈廢，如是名為引彼空住。

貳、善知空性

當知此中，於內煩惱如實了知，有知為有，無知為無，是名空性。

(三) 印順導師《空之探究》，pp.4-6：

壹、尊勝空住

(壹) 總標

空住，是佛教初期被尊重的禪慧，

(貳) 別釋

一、引出經典

如《雜阿含經》卷九(大正二·五七中)說：「舍利弗白佛言：世尊！我今於林中入空三昧禪住。佛告舍利弗：善哉！善哉！舍利弗！汝今入上座禪住而坐禪」。

⁸⁰《瑜伽論記》卷 23(大正 42, 840a14-20)：「第八解二種空住，則是頌中三空性之初也。有二種空住：一者、尊勝空住，有二義：一、以羅漢尊勝之人所住之空，名尊勝空。二、則所住空，諸住中勝，名尊勝住。二者、引彼空住者，則精勤修道，除惑證空，名引空性。於內煩惱，有知為有，無知為無，修行斷除，名善知空性。」

此經，巴利藏是編入《中部》的，名為《乞食清淨經》。
比較起來，《雜阿含經》的文句，簡要得多，應該是初集出的。

二、比對空住在經律中的用語

(一) 契經中之用語

1、赤銅鑠部《中部》譯為大人住

《乞食清淨經》⁸¹中，舍利弗（Śāriputra）說：「我今多住空住」。
佛讚歎說：「空住是大人住」⁸²。

2、說一切有部《雜阿含經》譯為上座禪住

大人住，《雜阿含經》作「上座禪住」。
上座（sthavirathera），或譯「尊者」，所以《瑜伽論》作「尊勝空住」⁸³。

3、小結

無論是大人住，尊勝空住，都表示了在一切禪慧中，空住是偉大的，可尊崇的。

(二) 律典中之用語

1、分別說系稱為大人三昧

傳說佛滅百年，舉行七百結集時，長老一切去（Sabbakāmi）多人空住。
分別說（Vibhajyavādin）系的律典，也稱之為「大人三昧」；

2、舊有部《十誦律》作上三昧行

《十誦律》作「上三昧行」⁸⁴。

(參) 小結

可見空住——空三昧，在佛教初期，受到了佛教界的推崇。

貳、引彼空住

(壹) 引經文

一、在出入往來乞食時，如實觀察有無煩惱

舍利弗與一切去的空住，都是在靜坐中，但佛對舍利弗說：要入上座禪住的，在出入往來乞食（行住坐臥）時，應該這樣的正思惟：

二、有煩惱

在眼見色，……意知法時，有沒有「愛念染著」⁸⁵？如有愛念染著，那就「為斷惡不

⁸¹ 印順導師《空之探究》，pp.52-53：

《大空經》的空（住）行，本於《雜阿含經》所說，被稱歎為上座禪住的空住。…名為「清淨乞食」，也略說行、住、坐、臥。與此相當的《中部》《乞食清淨經》，所說要廣得多。內容為：入城乞食往來，六根於色……法，應離欲貪等煩惱（與《雜阿含經》大同）。然後說五妙欲斷，五蓋斷，五取蘊遍知，修四念住……八支道、止觀，證明解脫。空住，當然是禪觀；但要應用於日常生活中。

⁸² 《中部》（151）《乞食清淨經》（南傳一一下·四二六）。

⁸³ 《瑜伽師地論》卷 90（大正 30，812b）。

⁸⁴ 《赤銅鑠律》「小品」（南傳四·四五四）。《彌沙塞部和醯五分律》卷 30（大正 22，193c）。《四分律》卷 54（大正 22，970c）。《十誦律》卷 60（大正 23，453a）。

善故，當勤欲方便堪能繫念修學」。

三、無煩惱

如沒有，那就「願以此喜樂善根，日夜精勤繫念修習」。

(貳) 釋經義

這可見修習空住，不僅是靜坐時修，
更要應用於日常生活中，安住遠離愛念染著的清淨。
離去愛念染著，是空；
沒有愛念染著的清淨，也是空；
空，表示了離愛染而清淨的境地。

參、後記

《中部》的《空小經》，《空大經》，是依此經所說的空住，修習傳宏而又分別集出的。
在空的修行中，這是值得尊重的「空經」。

(四) 印順導師《性空學探源》，pp.77-80：

壹、空三昧

空三昧。

貳、《雜阿含》與《增一阿含》中所說的空三昧

(壹)《雜阿含》的空義，著重在離欲無繫的實際修持上

一、引《雜阿含》二三六經明空義

(一) 釋經義

《雜阿含》二三六經……佛讚歎空三昧是高級的上座禪。至於空三昧如何修法，則未見開示，不過佛從另一方面說：……在行、住、衣、食之間，住空三昧中，時時反省觀察自心，是不是生起惑染貪著，有則觀察空義對治它，無則心安樂住。這樣常修空三昧，以達一切清淨。

(二) 分別空義

所以，空有兩方面的意義：

- 一、專在義理上說，是體驗無我我所。
- 二、在行為上說，則是於見色聞聲中不為境界所繫縛，離欲清淨，這是空三昧的特色。

(三) 合說空義：體驗無我，離欲清淨，不因環境而引起痛苦，就是空義

不體驗無我我所，固然不能解脫；但在日常生活行動中，心不為環境所縛而流散馳求，安住不動，確是佛法的一種重要目的。

離欲清淨，不因環境而引起痛苦，就是空義。

二、例舉餘經

(一)《雜阿含·551 經》

⁸⁵「愛念染著」，《中部》(一五一)《乞食清淨經》作：「心欲或貪或恚或癡或瞋」(南傳一一下·四二六—四二八)。

所以在〈義品〉中佛答摩犍提外道說：「空於五欲」；而摩訶迦旃延在《雜阿含》五五一經解說為：於此五欲功德，離貪、離欲、離愛、離念、離渴，是名空欲。

〔二〕《雜阿含·1136 經》

又如摩訶迦葉修頭陀行，處處不為五欲所轉，釋尊讚歎他為「如空不著」。

三、小結

《雜阿含》所說的空義，都重在這離欲無繫的空的實際修持上說；至於空理的觀察，反而說得少。

〔貳〕《增一阿含》的空義，著重在空理的觀察上

佛讚舍利弗的入空三昧為上座禪，在《增一阿含》也有這同樣的緣起，但它的側重點就不同了。

一、引經

如該經卷四一第六經，佛說：⁸⁶

空三昧者，於諸三昧最為第一三昧。王三昧者，空三昧是。

二、釋經

上座禪的空三昧，讚為最高的三昧之王（後來大般若的佛入三昧王三昧，即出此）。為什麼呢？

〔一〕空三昧中具足了無相、無願三昧

於空三昧中，觀察無我我所；

一切諸行是不真實、不常恆空，因空故不起著於相，就是無相三昧；

無相故於未來生死相續，無所愛染願求，就是無願三昧。

空三昧中具足了無相、無願三昧，所以是王三昧。

〔二〕小結

這偏重在觀察空義上，與《雜阿含》各說明了一邊。

⁸⁶ 《增壹阿含經》卷 41〈馬王品 45〉(大正 2, 773b20-c19)：

聞如是：一時，佛在舍衛國祇樹給孤獨園。爾時，尊者舍利弗清旦從靜室起至世尊所，頭面禮足，在一面坐。爾時，佛告舍利弗曰：「汝今諸根清淨，顏貌與人異，汝今遊何三昧？」舍利弗白佛言：「唯然，世尊！我恒遊空三昧。」

佛告舍利弗言：「善哉！善哉！舍利弗！乃能遊於空三昧。所以然者，諸空三昧者最為第一，其有比丘遊空三昧，計無吾我、人、壽命，亦不見有眾生；亦復不見諸行本末，已不見，亦不造行本；已無行，更不受有；已無受有，不復受苦樂之報。」舍利弗當知，我昔未成佛道，坐樹王下，便作是念：『此眾生類為不剋獲何法，流轉生死不得解脫？』時，我復作是念：『無有空三昧者，便流浪生死，不得至竟解脫。有此空三昧，但眾生未剋，使眾生起想著之念，以起世間之想，便受生死之分。若得是空三昧，亦無所願，便得無願三昧；以得無願三昧，不求死此生彼，都無想念時，彼行者復有無想三昧可得娛樂。此眾生類皆由不得三昧故，流浪生死。』觀察諸法已，便得空三昧，已得空三昧，便成阿耨多羅三藐三菩提。當我爾時，以得空三昧，七日七夜觀視道樹，目未曾眴。舍利弗，以此方便，知空三昧者，於諸三昧最為第一三昧，王三昧者，空三昧是也。是故，舍利弗！當求方便，辦空三昧。如是，舍利弗！當作是學。」爾時，舍利弗聞佛所說，歡喜奉行。」

十四、修習「空性勝解」，是成佛的大方便

《瑜伽師地論》卷 36（大正 30，487a-b）：

又即此慧，是諸菩薩能得無上正等菩提廣大方便。何以故？

一、由修空勝解

（一）約生死辨

- ◎以諸菩薩處於生死，彼彼生中修空勝解，善能成熟一切佛法及諸有情。
- ◎又能如實了知生死，不於生死以無常等行深心厭離。
- ◎若諸菩薩不能如實了知生死，則不能於貪瞋癡等一切煩惱深心棄捨；不能棄捨諸煩惱故，便雜染心受諸生死；由雜染心受生死故，不能成熟一切佛法及諸有情。
- ◎若諸菩薩於其生死，以無常等行深心厭離，是則速疾入般涅槃；彼若速疾入般涅槃，尚不能成熟一切佛法，及諸有情，況能證無上正等菩提？

（二）約涅槃辨

- ◎又諸菩薩，由習如是空勝解故，
- ◎則於涅槃不深怖畏，亦於涅槃不多願樂。
- ◎若諸菩薩深怖涅槃，即便於彼涅槃資糧不能圓滿；由於涅槃深怖畏故，不見涅槃勝利功德，由不見故，便於涅槃遠離一切清淨勝解。
- ◎若諸菩薩於其涅槃多住願樂，是則速疾入般涅槃；彼若速疾入般涅槃，則便不能成熟佛法及諸有情。

二、成佛大方便

當知此中，

（一）翻顯

若不如實了知生死，即雜染心流轉生死；
若於生死深心厭離，即便速疾入般涅槃。
若於涅槃深心怖畏，即於能證涅槃資糧不能圓滿；
若於涅槃多住願樂，即便速疾入般涅槃。
是諸菩薩，於證無上正等菩提無大方便。

（二）正成

若能如實了知生死，即無染心流轉生死。
若於生死不以無常等行深心厭離，即不速疾入般涅槃。
若於涅槃不深怖畏，即能圓滿涅槃資糧；
雖於涅槃見有微妙勝利功德，而不深願速證涅槃。
是諸菩薩，於證無上正等菩提有大方便。
是大方便，依止最勝空性勝解；是故菩薩修習學道所攝最勝空性勝解，名為能證如來妙智廣大方便。