**《清净道论·广说地遍》第八讲**

Visuddhimagga·Kammaṭṭhānaggahaṇanidessa

东达拉长老 曾国兴居士译

2022年8月9日

Namo tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa！（×3）

诵古德所写如下偈诵一遍：



Jalena bhavati paṅkaṃ,jaleneva visajjhati.

Cittena bhavati pāpaṃ,citteneva visujjhati.

由水生长的青苔，仅以水洗涤干净；

由心生起的恶法，仅以心清除净化。

凡夫内心生起的贪嗔痴烦恼，必须由心来加以净化。我们学习业处禅法，势必能够除去烦恼不善法。“仅以心清除净化”，其“心”指的是修奢摩他之心、修毘鉢舍那之心，以奢摩他心、毘鉢舍那心能够清除内心生起的恶法。这个偈诵比较强调的是修定禅那之心，去除五盖不善法。

地遍有九种项目：1.地遍四种过失；2.制作地遍之方法；3.修习地遍之方法；4.两种禅相；5.两种定；6.七种适宜，以及七种不适宜；7.十种善巧安止法；8.精进之平衡；9.安止定之次第。



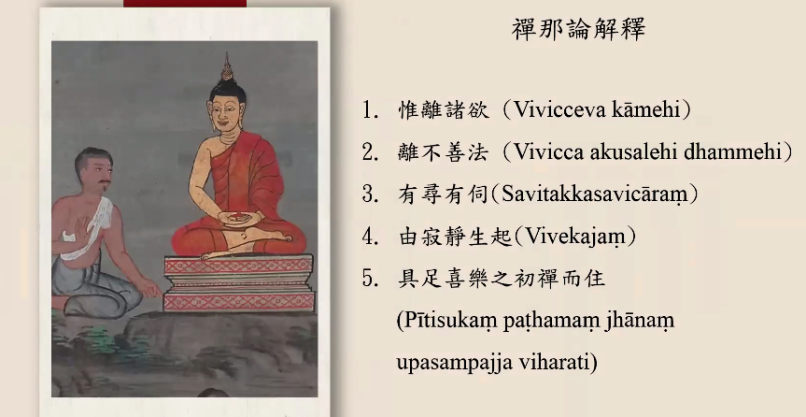
九、安止定之次第

现在教授的《清净道论》内容已经进入到禅定，行者的心已经达到了心清净的状态。当到达了初禅定，行者的心就会有五禅支。五禅支如何对治五种盖障不善法呢？

（一）获得出禅定

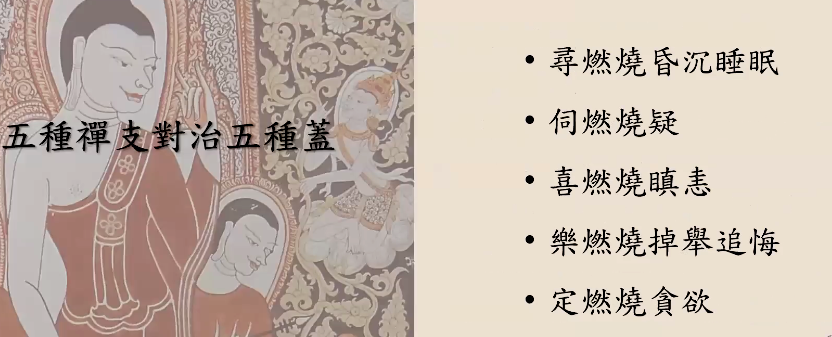
5.禅那论

禅那究竟有什么现象呢？共有五种现象：



（1）惟离诸欲（Vivicceva kāmehi）；（2）离不善法（Vivicca akusalehi dhammehi）；（3）有寻有伺（Savitakkasavicāraṃ）；（4）由寂静生起（Vivekajaṃ）；（5）具足喜乐之初禅而住（Pītisukaṃ paṭhamaṃ jhānaṃ upasampajja viharati）。

诸经当中提到，五禅支的相对法是五种盖障：



①寻燃烧昏沉睡眠；②伺燃烧疑；③喜燃烧瞋恚；④乐燃烧掉举追悔；⑤定（一境性）燃烧贪欲。

（3）有寻有伺（Savitakkasavicāraṃ）

何谓寻？何谓伺？在阿毗达摩教法中，每一种法都是从特相、作用、现起、近因四方面来了解。《清净道论》中列举了寻、伺的特相、作用、现起，没有列举出近因。



①寻：即思虑。

**使心导入于所缘为特性；（一开始）叩击所缘（Āhanana），彻底打击（Pariyāhanana）（所缘）为作用；将心能导引于所缘，将心吸引于所缘为现起。**

**寻的特相：使心导入于所缘为特性。**

譬如行者修习地遍时，把地遍所缘放在行者的前面，张开眼睛不断地凝视地遍所缘。这代表各位的心不断地投入，把你的心送达到地遍的所缘。把心不断地送达到地遍的所缘，这就是寻的特性。即，寻的特性是不断地把心导入于所缘。

寻心所相应的心法共有55种，含有善心、不善心等心法。但这里是有关禅那的内容，寻相应的是善心。假如一个小偷在行窃的时候，他的心时不时就要去作意到要偷取的物品。比如，他要偷取食物或宝石，这位小偷的心时不时就要去注意食物或者宝石。此时，小偷的寻心所会带动其心导入要偷取的食物所缘或宝石所缘，让他的心送达到偷窃的物品。他不善的寻让心导入偷窃，有寻的特相，也会有寻执行的作用。我们现在讲的是禅法，此时的寻是善寻，引导的是善心。

假如各位在修毘鉢舍那禅法，要观照自身名法与色法，此时修毘鉢舍那行者的心要不断地投入到要观照的名法与色法。在这个当下，也有寻的作用，其心不断地往名法、色法所缘目标投入。这就是八正道当中的正思维（Sammāsaṅkappa）。修毗婆舍那的行者将自己的心投入到名法、色法的时候，当下有了正思维，正见油然升起。当正见生起之时，当下就执行观察无常、苦、无我的作用。

修地遍的行者当中的寻不断把其心送到地遍所缘。行者之心又跟正念、一境性结合，使行者的心牢牢地投入到地遍所缘。这个过程当中，寻展现其特相，将心导入所缘。

寻的作用：（一开始）叩击所缘（Āhanana），彻底打击（Pariyāhanana）（所缘）为作用。

当各位叩地板或敲门的时候，总会发出叩击的声音。叩击所缘的意思是比喻，形容行者的心在寻的带动下，不断地往地遍所缘目标投入就是叩击所缘。

寻的现起：将心能导引于所缘，将心吸引于所缘为现起。

②伺：即维持回思。

**巡回于所缘，继续思虑为特性；使与其生起之诸法相应于所缘为作用；将心系绑于所缘为现起。**

**伺的特性：巡回于所缘，继续思虑为特性。**

“叩击所缘”，彻底打击（Pariyāhanana）（所缘）为寻的作用；巡回于所缘，继续思虑为伺的特性。缅甸的古德对这两点做过比较说明。寻的作用中的“彻底打击”是一再一再地打击意思。这种一再一再打击有伺的特性。如何理解一再一再地打击呢？寻的作用把心送达到所要专注的所缘目标。以心路过程为例，由第一个寻把心送达到所缘目标的时候会出现第一个所缘目标，出现第一条心路过程，然后心投入的力量就微弱了；第二个寻把心再次送达到所缘目标，就会出现第二条心路过程。当我们还没有进入到禅那阶段的时候，心的定力是反反复复的、起伏不定的。一旦心的定力退失了，寻第三次把心投入到所缘目标。一次一次地把心送达到所缘目标就是“彻底打击”。

③寻伺比较

寻的这个作用与伺的特性还是有所不同的。这两点看似相似，但一点儿都不矛盾。《清净道论》中列举出各种各样的譬喻来加以说明。



第一项，寻，比伺来得粗糙，出现于伺之前。譬喻：叩钟时第一个发响之钟声；伺，比寻来得微细，数次思维于所缘。譬喻：叩钟时继续发响之钟声。

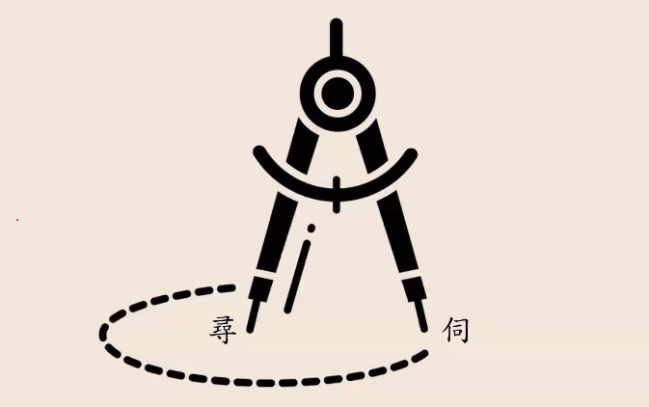
第二项，寻，首先（一开始）生起之际，会造成心的活跃特性；伺，稳定，不使其心活跃的特性。

第三项，寻，如同一开始飞翔的鸟煽动其双翼；伺，如同虚空中展翼翱翔的鸟。

第四项，寻，好比蜜蜂飞奔于莲池；伺，好比蜜蜂盘旋于莲池。

另外一个譬喻，寻，有人捧着黄铜盆子；伺，有人不断地用手摩擦黄铜盆子。

第五项，寻，让心投入所缘；伺，一再回思所缘。



第六项，寻，画圆形之际，在圆形的中央植入的木签一般（圆心）；伺，画圆形之际，圆形外边所描画之木签一般。例如，用圆规画图，中间插入的针是寻，铅笔头环圈画如同伺。

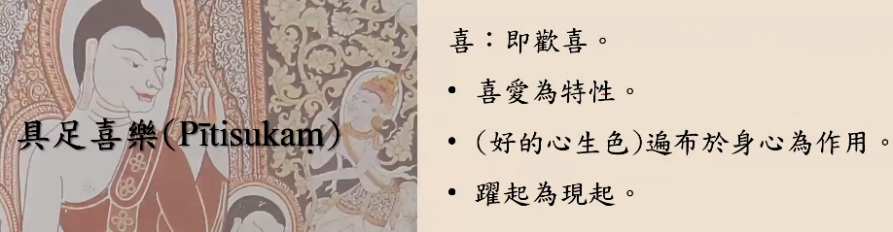
（4）由寂静生起（Vivekajaṃ）



初禅有三种寂静：身寂静（kāya viveka）、心寂静（citta viveka）和镇伏寂静（vikkhambhana viveka）。何谓寂静生禅？有两种解释：第一种，初禅由寂静生起故名为寂静生禅（vivekajajhāna）；第二种，初禅则于寂静中生起，故名为寂静生禅（vivekajajhāna）。

（5）具足喜乐之初禅而住（Pītisukaṃ paṭhamaṃ jhānaṃ upasampajja viharati）。

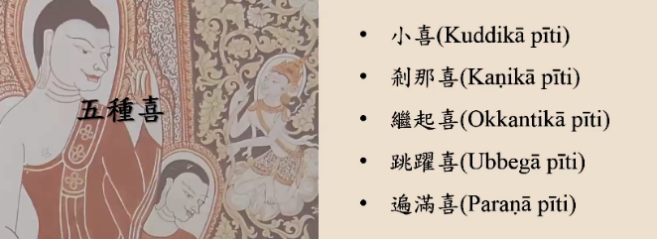
①喜的特性、作用、现起



喜巴利语pīti，欢喜。喜爱为特性；（好的心生色）遍布于身心为作用；跃起为现起。

②五种喜

巴利三藏中经常会提到五种喜：



第一种，小喜（Kuddikā pīti）



身上起了鸡皮疙瘩是小喜的状态。

第二种，刹那喜（Kaṇikā pīti）



如同虚空当中的闪电一般，行者心中一再一再地刹那刹那生起喜，叫刹那喜。

第三种，继起喜（Okkantikā pīti）



如同海面上的浪潮一般，一波接着一波。行者心里的喜悦一波接着一波。

第四种，跳跃喜（Ubbegā pīti）



行者的喜悦使得其身体跳跃于虚空当中就是跳跃喜。

《清净道论》举了跳跃喜的两则典故。

**第一则典故——摩诃提沙尊者**

居住于富那跋利迦寺的摩诃提沙尊者有非常奇特的跳跃喜现象。在某个月的月满日，虚空中挂着一轮明月。摩诃提沙尊者从富那跋利迦寺院出来，望着远处的大塔周围围满了许多朝拜的信众。于是，摩诃提沙一再作意他过去也曾到过的这座大塔，不断地缘取大塔为所缘目标，内心一直在修佛随念。

比如，各位曾去过印度的菩提伽耶，拜见过菩提树；或者各位曾经去过斯里兰卡，拜见过大塔；或者各位曾经到过缅甸，拜见过大金塔。如今各位在自己的所在之地，缘取曾经拜见过的菩提树、斯里兰卡大塔或者缅甸的大金塔等所缘，数次作意，忆念佛陀功德，一再地修佛随念。此时，各位内心油然升起了喜悦，并强烈到跳跃喜阶段的时候，身体慢慢地飞行到虚空一般。

《清净道论》中提到，如同各位把陀螺用力甩到地面一样。陀螺不仅在地面旋转，也会飞跃到虚空。同样的，修了佛随念的喜让你的身体整个都会升跃到虚空，这种喜悦叫跳跃喜。

**第二则典故——怀孕女子生起跳跃喜**



当时，一个居住在耆利骞陀迦寺（Gīrikaṇḍaka）附近人家中的女儿怀有身孕。一天，他们全家人都要前往到山顶上的耆利骞陀迦寺，有身孕的女儿则留在家里。

当所有的家人都前往耆利骞陀迦寺后，怀有身孕的女儿爬到楼上，在高处远望耆利骞陀迦寺，内心里面生起了跳跃喜。她缘取了佛塔为所缘目标，心里忆念佛陀的功德，以至于内心生起了跳跃喜。于是，这位女子沸腾到虚空，来到了耆利骞陀迦寺。家人却迟迟才来到了这座寺院。

现代人听了这些典故，内心会生起疑惑：到底是真还是假呢？究竟有这样的事情吗？但是，大家不要忘记：古时候的人所缘境非常少，以至于内心中的贪嗔痴也相对比现代人鲜少。在鲜少贪嗔痴的状态中，又加修了佛随念，使得跳跃喜很容易生起来。这些典故是在上百年甚至上千年前实际发生的故事。

不要说人类存在这些奇异的现象，就连菩萨在某一生作为鹌鹑鸟，也有奇异的事情出现。在鹌鹑鸟出生没多久，它的父母外出觅食，只留下鹌鹑幼鸟在巢穴中。不幸的是，此时森林着火了。鹌鹑幼鸟对虚空说出了真实语，熄灭了森林之火。这个故事记录在《鹌鹑鸟护卫经》中。

同样的，为了各位在生活和工作中，健康美满，希望各位多忆念佛陀的功德。因为忆念佛陀的功德，可以心想事成。

第五种，遍满喜（Paranā pīti）



各位吹气球的时候，气球内充满了气体。如同所有的气体遍布于整个气球，遍满喜遍布全身。又如高山之水源源不断地向下流动，沿途跟水流都会彻底地接触一般，遍满喜遍布全身，全身都可接触到喜悦。

对于遍满喜，缅甸的许多长老习惯使用另外一种譬喻，遍满喜如同渗透般的喜悦。棉花球接触到油的时候，有瞬间渗透到整个棉花球，在整个棉花球中晕开。这种的渗透性的喜悦就是遍满喜。

③喜、轻安、乐、定之关系

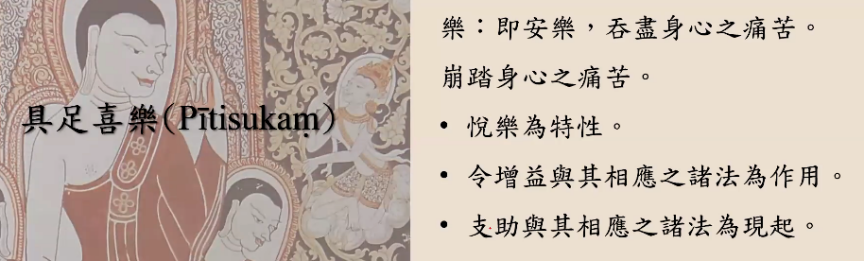
“具足喜乐之初禅而住”中的“喜”要取五种喜的哪种喜呢？需要取“遍满喜（Paranā pīti）”。



喜可以繁衍下一代。中国人特别注重下一代，以使自己的姓氏可以传递下去。中国有很多姓氏，各个宗室都在保护自己的种姓。那么，喜可以繁衍的下一代有哪些呢？

《清净道论》中讲，“喜”如同怀着“轻安”的胎儿，一旦成熟之时，由“喜”转变为“轻安”，如同“喜”生出“轻安”一般；同样的，“轻安”如同怀着“乐”的胎儿，由“轻安”转变为“乐”，如同“轻安”生出“乐”一般；“乐”如同怀着“定”的胎儿，一旦成熟，由“乐”转变为“定——刹那定、近行定、安止定”，如同“乐”生出“定”一般。所以，喜、轻安、乐和定就像婆婆、妈妈、女儿和孙女的关系一般。

④何谓具足喜乐



乐（Sukha）：即安乐，吞尽身心之痛苦；崩踏（毁坏）身心之痛苦。一旦乐生起来，原先的痛苦都消失殆尽了。

乐的巴利语Sukha，su是善的意思，kha是吞或者吃的意思。如果身上长疮会有伤口，就可能去看医生。医生会用药消毒。药液消毒会起什么作用？吞噬了伤口上的细菌。乐就如同吞尽了身心的痛苦。当伤口恢复的时候，人会感受到很舒适、安乐。Kha来自于khaṇḍa，崩踏、毁坏之意，即毁坏了原先身心的痛苦，就是乐。总而言之，Sukha有两种解释：第一，su是善的意思，kha是khaṇḍa，吞噬的意思；第二，su是善的意思，kha是khaṇḍa，崩踏、毁坏之意。

悦乐为特性；令增益其相应之诸法为作用；支助与其相应之诸法为现起。

⑤喜与乐比较

《清净道论》对“喜”和“乐”做了比较，有四项内容：



第一项，喜，获得了需求之所缘，所以欢喜；乐，享乐于已获得所缘滋味，所以快乐。

第二项，喜，有喜之心必为有乐；乐，有乐之心不见得有喜。

第三项，喜，行蕴；乐，受蕴。

第四项，喜，（游客在度过）沙漠中忽见绿洲；乐，进入绿洲畅饮（或沐浴）泉水。

举一个生活中的例子。比如一个人埋头苦干，经营生意，后来事业成功了。一旦听到自己的事业成功的时候，他的欢喜心就生起了。因为他事业成功，身份也提升了。日后赚了很多钱，不仅为他自己，也为他的家人一起去购买了许多衣服，食用美好的食物。他们在享受这种富裕的生活，就是乐的现象。他开始听到自己的成就会有欢喜心，日后不断享受富裕的生活就是乐。

以修地遍行者而言，他不断努力，心中终于出现似相的时候，会给他的内心带来喜悦。他继续专注他的似相，进入禅定的时候，他享乐着禅定带来的快乐，这是乐。

⑥具足喜乐之初禅而住解释

具足（upasampajja）为何意？



“具足喜乐之初禅而住”中的“具足”是到达的意思。换句话说，就是到达了初禅定，叫做具足。具足的巴利语upasampajja，是到达或获得的意思。比如说，到达初禅，获得初禅，于心接触初禅，体验初禅，就是具足的意思。因此，具足的意思有多种。



“具足喜乐之初禅而住”中的“住”的巴利语是viharati，有多种解释。在《分别论》中对“住”的解释为，适应与初禅之威仪，因此“住”也叫“威仪”。《清净道论》中对“住”有七种解释：举止（Iriya）、生起（Vutti）、保护（Palana）、安和（Yalana）、令安和（Yālana）、活动（Cāra）、更换姿势（Vihāra）。

举止（Iriya），即各种行动。

生起（Vutti），在日常生活中，各种行动也会生起，因此，生起也叫住。

保护（Palana），各位在生活中不断地保护色身，这个保护也叫住。

安和（Yalana），各位在生活中，色身是安和的，这个安和也叫住。

令安和（Yālana），各位在生活中，令色身安和，也叫住。

活动（Cāra），各位在生活中不断地活动，活动也叫住的意思。

更换姿势（Vihāra），各位在生活中某种姿势持续久了会有酸痛。在酸痛的时候，不断地更换姿势，这也叫住。

《清净道论》遣词用字非常丰富，引用许许多多的经典及注释书，由此可见造论师的智慧广大。如果各位的智慧不如造论师的话，记不住那么多的遣词用字，记住其中的一项也是可以的。

![C:\Users\Administrator.DNGS-20190318NH\AppData\Roaming\Tencent\Users\425511439\QQ\WinTemp\RichOle\WX5H~](I5`B7C}VI{(Q5Y31.png](data:image/png;base64,)

各位现在用心学习巴利三藏经典，即便这一生没办法解脱，可是各位在这一生中用心学习巴利三藏功不唐捐，功德不会减少。各位在轮回的过程中，未来之际也许会遇到某一尊佛，他可能会说出各位曾学习过的巴利三藏中的一句经文或者某个名词。当各位在未来佛那里听到了哪一句或哪个字，也可能因此而证悟。所以，现在的学习会帮助各位未来的证悟。当各位证悟的当下，自然就具足了四无碍智。也就是，人家问你经文中的名相或词汇，你自然能够为他解答。

6.危害禅那的不善法

危害禅那的就是五盖不善法。当行者被贪欲盖诱惑的情况下，他的心没有办法专注于一个所缘目标，一定被贪欲盖吸引，心不会达到定的状态。被贪欲盖障覆盖的行者没有办法继续修禅法了。因此，五盖中的贪欲盖必然要去除。

五盖中的瞋恚盖也会破害各位的内心。一旦行者内心被瞋恚盖破害，心没有办法稳定。随之瞋恚盖，心也会有擅动。所以，瞋恚盖也必然要去除。

行者一旦被昏沉睡眠盖逼迫的情况下，他的心不会适应于原来的禅法，所以逼迫行者内心的昏沉睡眠盖也必须去除。

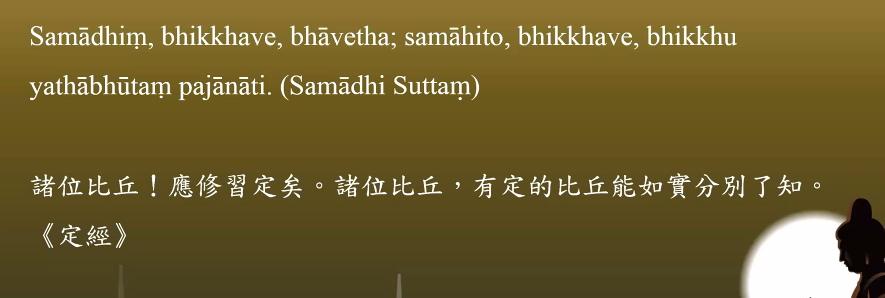
行者的心一旦受制于掉举追悔盖，心再也没有办法集中了，他的心随之飘散四处，因此，行者也必须要去除掉举追悔盖。

行者的心一旦被疑盖逼迫的情况下，行者就瞬间对三宝、对自己禅法产生许多疑惑。行者的心原本没有疑盖覆避的情况下，心是正常地运作。一旦疑生起来后，他对禅法会模棱两可，因而会在修行道路上踌躇不前。所以，行者必须去除疑盖。

在阿毗达摩教法中对于盖障列举出六种盖障，有无明盖。但是，在禅定的学习时只会列举出五盖，为何没有列举出无明盖呢？原因是无明盖遮挡道智、果智，不会遮挡禅定。各位修禅那的时候，去除了五盖的同时，无明盖也一并去除了。虽然这里提出了五盖，没有提出无明盖，是因为无明盖没办法遮挡禅定，因此，只列举出五盖。

在学习禅定的时候，会引用多部阿毗达摩教法的内容，以至于在学习的时候会觉得生涩，感觉难以契入。各位不要气馁，这样的学习会帮助各位生起四无碍智，现在这样用心学习一定有其功德。

接下来，奉读《定经》中偈诵三次：



Samādhiṃ,bhikkhave,bhāvetha;samāhito,bhikkhave,bhikkhu yathābhūtaṃ pajānāti.（Samādhi Suttaṃ）

诸位比丘！应修习定矣。诸位比丘，有定的比丘能如实分别了知。《定经》