

# 应修定篇

© 中文译本 wikipali（云台）翻译团队版权所有 2025

联系方式: wikipali@126.com

只要不增删、修改本书任何内容，该中译本可不经译者同意，打印、复印、转载。

本书不得用于一切形式的商业流通。

---

书 名 趣向涅槃之道 • 应修定篇

原著作者 帕奥西亚多（缅甸）

译 者 快乐尼师等众弟子

审 核

出版发行

版 次 2024 年 11 月第 1 版

规 格 170×240 毫米

印张 22 字数 43,400 字

---

# 目 录

《趣向涅槃之道》成书和汉译经过 .....	1
缅汉译者前言（必读） .....	10
凡 例 .....	12
应修定篇 .....	1
1.1.1 应修习定 .....	1
1.1.2 《定经》 .....	2
1.1.3 《大牧牛者经》中的一种观点 .....	5
1.1.4 从心清净到见清净 .....	8
1.1.5 刹那定 .....	9
1.1.6 《大疏钞》论师的观点 .....	9
1.1.7 止行者之道 .....	11
1.1.8 纯观行者之道 .....	13
1.1.9 普遍而言 .....	14
1.1.10 原因 .....	15
1.1.11 郑重说明 .....	17
1.1.12 修止阶段的刹那定 .....	19
1.1.13 修观阶段的刹那定 .....	20
1.1.14 刹那心一境性定 .....	23
1.1.15 要点 .....	27
1.1.16 三相 .....	29
1.1.17 无我之光 .....	31
1.1.18 原因 .....	35
1.1.19 三种色密集 .....	37
1.1.20 一、色的相续密集 .....	38
1.1.21 二、色的组合密集 .....	41

1.1.22	三、色的作用密集 .....	41
1.1.23	应循之义 .....	41
1.1.24	四种名密集 .....	42
1.1.25	一、名法的相续密集 .....	42
1.1.26	二、名法的组合密集 .....	43
1.1.27	三、名法的作用密集 .....	45
1.1.28	四、所缘密集.....	45
1.1.29	三种思惟行范畴 .....	48
1.1.30	一部分 .....	50
1.1.31	遍知范围的差异 .....	52
1.1.32	复注的解释 .....	54
1.1.33	有关“一部分”（即一些）的观点.....	57
1.1.34	一锋那 .....	61
1.1.35	名世间 .....	61
1.1.36	值得再思考的一点 .....	62
1.1.37	八圣道是否圆满？ .....	63
1.1.38	定是精髓吗？ .....	66
1.1.39	三轮法说 .....	67
1.1.40	定非教内之法.....	69

## 《趣向涅槃之道》成书和汉译经过

《趣向涅槃之道》由缅甸帕奥西亚多于 63 岁时完成，它完整介绍了止观禅修次第，是帕奥西亚多迄今为止篇幅最长的著作。

帕奥西亚多生于 1934 年，1944 年出家。在他人生的前三十年，帕奥西亚多接受出家人的基础教育，亲近众多老师，学习巴利和教理，并考取了“特级法师”的头衔。之后，他向多位老师学习禅修，并闭关自修十七年。在 47 岁时，他被上一任帕奥禅师任命为帕奥禅林的新任住持，并于 50 岁开始教导禅修。在十余年禅修指导经验的基础上，帕奥西亚多历时八年，在 63 岁时完成了《趣向涅槃之道》(Nibbānagāminīpaṭipadā)这部著作。

《趣向涅槃之道》分为五册九篇，在缅甸被称为“五大册”，缅文原著约 3500 页。主要内容如下：

第一册由五篇组成，即《贤者一夜篇》、《应修定篇》、《入出息念定篇》、《色业处篇》和《止业处篇》。

第二册《名业处篇》，分为《非色摄受》、《色非色摄受》、《名色分别》、《姿势与正知》和《四念处》五章。

第三册《缘起篇》，分为《缘起篇（上）》和《缘起篇（下）》。

第四册《相等四法篇》，分为《色蕴论》、《识蕴论》、《受蕴论》、《想蕴论》、《行蕴论》和《缘起支》六章。

第五册《观篇》，分为《道非道智见清净广释——思惟智》、《生灭智》、《行道智见清净广释》、《坏灭随观智》、《怖畏现起智》、《过患随观智》、《厌离随观智》、《欲解脱智》、《审察随观智》、《行舍智》、《随顺智》和《智见清净广释》，共十二章。

## 一、成书过程

《趣向涅槃之道》缅文原版的创作时间是 1989 年到 1997 年，即帕奥西亚多的 55 岁到 63 岁。著作的完成、电子化、出版等，凝聚了很多心血和付出。

### (一) 两个版本

《趣向涅槃之道》的初稿在 1991 年完成，手写文稿装了一个大箱子。在同一年，帕奥西亚多又进行了第二稿的手写创作。

那一年，帕奥西亚多的弟子乌贡西亚多(U Kuṇḍadhāna Sayadaw)刚刚达上，他协助将帕奥西亚多的文稿输入电脑，并根据手写稿反复检查电子稿的错误。正因如此，乌贡西亚多至今仍保留着所有手写稿。在核对过程中遇到不清楚的地方去请教帕奥西亚多时，西亚多会再次对文稿进行增删和修改。电子版的输入与核实花了好几年，全文校对超过五遍。

90 年代初期，个人电脑(PC)在世界上还是一个新鲜事物。当时禅林没有电脑，需要把手写稿送去仰光，居士们因而去仰光学习电脑使用和打字，并对手写稿进行录入。然而，送回禅林的打印稿中有很多错误。于是乌贡西亚多和乌乾迪马西亚多(U Candima Sayadaw)作为当时的两位年轻比库，便开始学习打字，并在禅林准备了电脑，进行文字录入。

当时还有一位叫做乌昙米咖(U Dhammadika)的澳大利亚居士也参与到手写稿录入的工作中。1994 年或 1995 年时，他回到帕奥禅林参与文本整理，尝试着把已经录入电脑的文本转换成为现在大家看到的版本。

在那些年，乌贡西亚多的主要精力都放在录入、校对、编辑这本著作上。经过多年努力，几经审校，到 1997 年，这本书的电子版终于完成了。

## (二) 出版风波

《清净道论》指出了达到涅槃的正确途径，但现代人并不完全理解如何依据该书进行修行。帕奥西亚多撰写《趣向涅槃之道》的初衷，是为了恢复和维护最原始的修行方法。

例如，《清净道论》虽然提到了观照 28 种色法，却未详细说明如何进行观照，导致许多修行者在实践上感到困惑。其实这些内容在其他的注释书中是有提及的。因此，帕奥西亚多根据《大念处经》和注释书完善了这一部分，说明了 28 种色法的具体修观方法。这无疑要建立在完全通达三藏以及实修的基础之上。帕奥西亚多对禅修相关经典的研究已经持续多年。还在叶镇独处禅修的时候，他就已经持续、深入地对《大念处经》进行了研究。

《趣向涅槃之道》的出版并非一帆风顺。因为书中有提到，必须要见到十一种五蕴才可以解脱。在当时有很多人对此持怀疑态度，甚至在缅甸国家僧伽委员会中也有少部分的大长老存在疑虑，不愿意给予出版许可。

然而在书籍出版之前，一些按照帕奥西亚多教导的方法禅修的人已经取得了显著的修行成果。在缅甸教导阿毗达摩的敏顶蒙博士非常推崇帕奥的修行方法。斯里兰卡龙树林寺院的圣法大长老也来跟帕奥西亚多学习止观禅修并取得成就。

后来，经过反复沟通与修改，帕奥西亚多的这部《趣向涅槃之道》最终得以出版。为了回应关于内容不够清晰的反馈，书籍的开头部分增加了许多深入的解释，使得书籍对于普通读者来说可能稍显深奥，但为寻求深入理解的修行者提供了宝贵的指导。随着书籍的出版，疑虑逐渐平息，著作的影响力也越来越大。

### 《一夜贤者经》的争议

帕奥西亚多的这部著作是从《一夜贤者经》(Bhaddekarattasuttam)开始的。这部分内容在当时的缅甸佛教界颇具争议。

当时，许多禅师仅教授如何观察当下的现象，而不涉及对过去和

未来的洞察。然而，帕奥西亚多根据注释书说明，禅修者不仅要观察现在，还要观察过去和未来。这种教导与当时流行的观念相悖，因而引起了一些争议。

在《一夜贤者经》中佛陀教导“不追忆过去，不期待未来；过去已过去，未来未到来；对现在之法，当处即观照。智者增修彼，不羈、不动摇。”在这部经里，佛陀的确强调应当重视对当下来修观，因此那些禅师就用这部经来反驳帕奥西亚多。

事实上，《一夜贤者经》的义注里写的是“不追忆过去”，它的真正含义是，不要以渴爱、邪见追随过去。而那些禅师将“不追忆过去”理解为“不要观察过去”，将“不期待未来”理解为“不要观察未来”。他们并不是认为过去和未来不需要观察，而是认为过去和未来没有办法观察。

帕奥西亚多根据义注解释了《一夜贤者经》的真实含义，平息了争议，得到了出版许可。

### (三) 内容溯源

《趣向涅槃之道》是帕奥西亚多的首部巨著。之所以篇幅这么长，是因为巴利三藏的教理体系庞大而深奥。其中，按照三学、七清净的修学次第编写的《清净道论》，被誉为三藏典籍和注疏精要。帕奥西亚多非常喜欢《清净道论》的《大疏钞》复注，他在《趣向涅槃之道》的撰写过程中，引用了很多复注的解释。因此，《趣向涅槃之道》这本书不仅对禅修有帮助，对教研研究也有很大帮助。

根据缅甸上座部佛教的传统学习方法，单独理解一部经文的义理很容易，但是要使不同佛典的解释都能和谐一致，也就是将一本佛典的解释和另一本佛典里的解释有机统一起来，融会贯通，是很不容易的。但是帕奥西亚多在这本著作里做到了。他引用诸多义注里的不同表述，把佛陀在不同地方所说的同样的意思放到一起，互相佐证，表达相同的内涵。

## 二、本书汉译经过

### (一) 动议的提出

《趣向涅槃之道》这部重要著作汉译的缺失，对于汉语世界的上座部佛教学习者来说，无疑是一个很大的遗憾。之所以很少有人发心翻译这本书，究其原因，可能有三点。第一，原著是缅文，能够直接翻译的人才稀缺。第二，涉及的教理和典籍太多，教理专家人才稀缺。第三，篇幅巨大，接近两百万字的体量，很难启动。

本次翻译的动议于 2021 年雨安居期间提出。当时，主导开发 wikipali 巴利翻译网站的清净喜比库住在缅甸德威帕奥分院。网站当时上线了新功能，不仅可以导入巴利三藏，还可以导入任意文本的文档，并且可以像翻译巴利语一样进行逐句翻译。因此，清净喜比库就把《趣向涅槃之道》的内容导入网站，参考英文版进行了初步翻译并结合翻译工具用缅文进行了校对。翻译的效果不错，便有了翻译这部书的想法。

wikipali 网站是由比库们独立开发的翻译网站，对于团队翻译、协同修改、字典查询等都有很好的支持，对于《趣向涅槃之道》中涉及到的巴利三藏和义注、复注，也都可以一站式查询、很方便地进行翻译，可以很大程度上降低难度，并且能吸收进来各种专长的专家一起协作。

基于这个翻译工具上的突破，清净喜比库对《趣向涅槃之道》翻译的可行性有了信心。于是，他向古源尊者提出是否可以组织一个团队，团队里面有人是懂英文的，可以参考英文版进行初步的翻译；有人是懂缅文的，可以用缅文进行校对；有些人是懂教理的，可以根据阿毗达摩进行深入的核对和引文的核查。不同能力的人可以在同一句译文上协同发挥作用。再有一个能组织起来这些专家的人，就可以进行翻译了。

当时，达摩难陀比库、善巧比库都在西双版纳的大金塔寺跟随古

源尊者学习，同时在做 wikipali 的翻译项目。大家讨论之后，觉得清净喜比库的方案具有可行性。

达摩难陀比库在眉缪帕奥禅林出家、达上，依帕奥西亚多为戒师。在缅甸的时候，他出于对戒师的感恩，曾经发心希望今生为帕奥西亚多做一些教理方面的工作。当时看到这个方案的可行性，于是他就发心来做这件事，担任了这个项目的负责人。

之所以从《应修定篇》《入出息念定篇》开始翻译，是因为当时大多数的僧众和居士们都在修习入出息念。仅仅是这本著作的《入出息念定篇》，其教理的论述也是非常完善的，想来会对广大的上座部学习者们有所裨益。

方案确定之后，翻译组跟乌贡西亚多进行了视频会议。在会议上，古源尊者、达摩难陀比库、清净喜比库向乌贡西亚多报告了翻译的计划并说明了组织的方式，西亚多同意了这个方案，并且答应在翻译者需要的时候进行翻译指导。

## （二）转码和英文版录入

开始翻译之前，需要把缅文的《趣向涅槃之道》PDF 文本录入到电脑中。在操作中遇到的第一个问题，是缅文版的 PDF 电子版并不是使用国际通用的 Unicode 编码，而是使用 Win Innwa 编码。这意味着在 PDF 文档看起来是正常显示的，当复制到另外的文档中时会变成乱码。

之所以出现这种情况，是因为在 90 年代初录入《趣向涅槃之道》的时候，缅甸国内的电子编码并没有形成统一的规范，没有与国际 Unicode 编码接轨。为了能让文档在互联网上可以复制、流通和正常显示，必须进行编码替换。针对这个问题，清净喜比库找到了合适的计算机程序，对原书进行了编码转换，并将整本《趣向涅槃之道》切分为句子，导入到 wikipali 翻译平台的数据库中。

其次，《趣向涅槃之道》的翻译，除了缅语原版之外，可以参考的

就是有一本 Aññatara Bhikkhu 和 Dr. Khin Maung Aye (Ph.D, Messey) 翻译的英文版。这个英文版是跟缅文原著大体对应的。经过我们的核对，基本是句子级别的对应。也即是每一个缅文句子，都有一个英文句子与之对应。作为一个重要的参考资料，翻译组也需要把英文版都以逐句对应的方式上传到 wikipali，让每个英文句子都对应到缅文原著，而不需要在翻译中花费大量时间去翻页查找对应的句子。

这项工作是清净喜比库在德威帕奥禅林完成的，并且得到了乌贡西亚多的支持。要完成这项英文和缅文的对应，需要同时掌握英文和缅文、会进行电脑操作的人才可以。乌贡西亚多帮助找到了禅林里面的三位懂英文的缅甸比库，他们分别是 U Sucitta、U Kāludāyi、U Paññāsiri。

这项工作从 2021 年下半年开始，一直持续到 2024 年上半年完成最后一册即第五册的录入。三位比库在电脑前辛勤工作，付出很多辛劳。所需要的电脑设备由中国贤友们供养。

### (三) 两步走和英译汉

《趣向涅槃之道》的翻译，最理想的情况自然是直接从缅文翻译成中文。因为即使英文版翻译的再准确，那也是多了一次改造，其英文表达是翻译者理解之后再写出来。这个过程中，可能受限于翻译者的禅修理解、教理理解、文化差异等，多多少少会有不尽人意之处。

懂缅文又熟悉教理的人是非常难找的，然而，懂英文又具有佛教教理基础的人则相对容易组织。因此，翻译组在最初便设计了“英译、缅校”的方案，以“两步走”的方式，先整理出含义基本正确的英译汉的版本，再请懂缅文的专家参考缅文进行校对。这样可以在现有的人才状况之下，尽可能地推进这件事。

于是，在 2021 年 7 月的雨安居，达摩难陀比库招募了十位左右的译员，进行英译汉的翻译。译员们分工进行，遇到问题的时候就在群里面交流，如果再有问题，则请教老师。参与翻译和校对的成员有：

宏觉、杨帆、李莉、楼键英、谢卿、Maria Wang、ivy、珠吉法师、法返法师、杨琼。他们对《应修定篇》《入出息念定篇》做了翻译之后，又进行了一次校对。英译汉的结果已经形成可读、可以理解的通顺译本。

除了译员之外，在文档整理和上传译文的工作中，还有徐子贺、闲尘、阙敏等几位贤友在线进行了协助。

#### (四) 缅译汉与西亚多答疑

在英译汉持续进行时，翻译组也在寻找缅文人才。

快乐尼师曾在缅甸学修八年。在自学缅语后，她曾多次参加佛法培训班和巴利基础课程学习，后来又系统学习阿毗达摩，并一次通过缅甸政府每年举办的阿毗达摩初级考试。不仅如此，尼师还有在缅甸多个省邦的游学经历，融入缅人圈，熟悉当地文化。2021年6月开始，尼师在网上开设缅语课程，详细讲解《初级缅甸语》(1-4册)、《高级缅甸语》及佛法课程。《趣向涅槃之道》翻译项目的组织者达摩难陀比库也是她班级的缅语学员。起初，尼师受宏觉贤友的邀请来翻译乌贡西亚多的答疑课。后来便加入了翻译项目组，担任缅文译员。

快乐尼师的翻译并非一帆风顺，主要困难有三。

第一，帕奥西亚多所使用的缅文接近文言文的风格，甚至对于缅甸人来说，有些内容理解起来都不容易。为了尊重圣典和体现巴利语法，原文又多沿用缅甸的传统直译，所以有时语言迂回曲折、晦涩难懂。

第二，帕奥西亚多在行文时，往往句子很长。据乌贡西亚多说，他拿到的手稿，常常是一段话只有一个句号。为了理解起来更容易一些，他添加了一些句号。但对于快乐尼师来说，还是经常遇到长从句和长难句。长而复杂的句子极容易产生歧义，因而需要反复思考。

第三，《趣向涅槃之道》这本书所涉及的义理本来就很高深奥妙，文辞援经引典，非常专业。再加上缅语表达繁琐，而汉语则要求简洁，

在表达上存在很大的差异。在翻译中，既要最大程度地保留原文的专业信息，又要顾及普通读者能流畅阅读，想要两全其美，确实困难重重。

因此，快乐尼师付出了很多心血，在第一步英译本的基础上，进行了很多细致的修改和推敲，对部分内容进行了重组和重译。尼师边翻译边提升自身的中文水平，经过三年的努力，在完成《入出息念定篇》的初译之后，又重译了《应修定篇》。

从 2021 年 12 月 24 日开始，翻译组定期与乌贡西亚多进行视频会议进行请问与答疑。每次会议大约一个半小时。会议前，翻译组在表格中提前整理好要询问的问题和语境。会议中，则有专人进行回答的要点记录。乌贡西亚多会针对大家的提问进行解答，对翻译中难以抉择的地方进行仔细说明。乌贡西亚多的答疑非常详尽，对于涉及缅甸文化的部分，会给翻译组展示图片甚至实物，对于教理的细节，则会现场查询三藏和注释。这样的答疑进行了持续了一年半，近 30 次。即便乌贡西亚多在缅甸外出的时候，也会尽量安排时间进行。于是，经过整个团队的共同努力，终于形成了现在的初步成果。

以上即是《趋向涅槃之道》的成书过程与汉译经过。目前，《趋向涅槃之道》的《应修定篇》已完成，《入出息念定篇》进入了校对环节。希望我们的一点努力，给汉语世界的上座部佛教学习者们，带来更多的便利。

感谢根寂尊者提出许多宝贵意见，谭贤友对本书进行润色，知了贤友帮忙校对，罗朝虎贤友为本书制作封面，也感谢云台寺僧俗二众的支持。

达摩难陀  
于昆明云台寺  
2024 年 10 月 28 日

## 缅汉译者前言（必读）

译者有幸参与到本书的翻译工作。原著以《清净之道》为依据，是一套全面论述从入门直到证悟涅槃的禅修指引巨著。因此，书中引用了大量的巴利三藏、义注和复注等，并结合这些重要资料进行详尽解说，条分缕析，鞭辟入里，或被认为这是一部“再复注”，令经典及注疏尚隐晦之处，得以开显示现。

本著义理高深奥妙，文辞援经引典。为了尊重圣典和体现巴利语法，原文多沿用缅甸的传统直译，故有时语言迂回曲折、晦涩难懂。其专业性，加上缅、汉两种语言表达的差异性，翻译中，既要最大程度地保留原文信息，又要使普通读者流畅阅读，本求两全其美，却又困难重重。为此，译者再三考量，尝试通过以下方式来解决。尽管如此努力，但必有未妥善之处，译者诚心恳请诸君不吝赐教。

1. 原著无脚注，所有脚注均为译者所加。
2. 原文及脚注中使用的引文出处，以缩略形式书写的，为缅文版的页码；以中文书写的，为 PTS (Pali Text Society's edition, London) 版本的节号、段号或页码，均有说明。
3. 正文中用“含义是”引出的，为原文中作者结合注疏或逐词释 (Nissaya) 等的解释。为方便读者了解巴利原文和对比注疏，译者在注脚中添加巴利直译，用“直译”引出。巴利直译中，括号“()”里的内容是为了文意顺畅和清晰而根据注疏或逐词释等所加。
4. 脚注中的巴利含义或专业术语的解释，多源自几本常见的巴缅字典，也有采用巴汉、巴日等字典的新译与旧译。
5. 巴利语本来只有口语，所以有时表述会过于简洁。比如常见的“这”、“那”、“它”等，有时难以知晓具体所指。注疏及缅译三藏力求使每一个词的含义清晰，而直接指出所指代的事物。

具有“再复注”作用的此著作，同样沿袭了这种传统。虽然对于中文读者来说，未免觉得繁琐啰嗦，但如果以中文简洁的语法来翻译，又会损失大量信息，辜负作者用意。因此，希望读者能理解。对于重复解释的词语等，也是同样的道理。

Ayya Sukhitā

2024年8月31日于广州

## 凡 例

A. = Aṅguttaranikāya	《增支部》
Abhi. = Abhidhamma	《论律》
D. = Dīghanīkāya	《长部》
M. = Majjhimanikāya	《中部》
S. = Saṃyuttanikāya	《相应部》
V.	《律藏》
Vm. = Visuddhimagga	《清净之道》
M.A. = Majjhimanikāya-Aṭṭhakathā	《〈中部〉义注》
M.T. = Majjhimanikāya-Tīkā	《〈中部〉复注》
D.2. = Dīghanīkāya II = Mahāvagga	《长部》第二册 - 《大品》
D.2.P77 = Dīghanīkāya II Page77	《长部 • 大品》第 77 页

## 应修定篇

### 1.1.1 应修习定

唯有以正见智慧(sammāditṭhi ñāna paññā)亲知彻见四圣谛，轮回之苦才能终结。因此，凡想终结轮回之苦的善男子与善女子，当致力于以正见智慧亲知彻见四圣谛。有人会问：要以正见智慧如实亲知彻见四圣谛，首先该如何修习？那么，禅修者您必须先能接受七清净修法，在此前提下，才能接受这些回答。

首先，应清净、圆满戒；

其次，应修习定；

最后，应力求了知四圣谛。

这就是答案。

“Iti sīlam, iti samādhi, iti paññā. Sīlaparibhāvito samādhi mahapphalo hoti mahānisamso. Samādhiparibhāvitā paññā mahapphalā hoti mahānisamsā. Paññāparibhāvitam cittam sammadeva āsavehi vimuccati, seyyathidam – kāmāsavā, bhavāsavā, avijjāsavā”ti. (D.2.P77 Mahāparinibbānasuttam)<sup>1</sup>

含义是：“这是戒，这是定，这是慧。受戒熏习的定，有广大、盛大、巨大的果，有广大、盛大、巨大的利益。受定熏习的慧，有广大、盛大、巨大的果，有广大、盛大、巨大的利益。受慧熏习的心，

---

<sup>1</sup> 直译：“此是戒，此是定，此是慧。戒所遍修的定，有大果报、大利益。定所遍修的慧，有大果报、大利益。慧所遍修的心，可完全从诸漏中解脱。即：欲漏、有漏、无明漏。”（《长部·大品·大般涅槃经》第142节）

可彻底从诸漏中解脱。

有哪些漏？即欲漏、有漏、无明漏。”(D.2.P77)

解脱诸漏，就能解脱轮回之苦。因此，要终止轮回之苦，就必须：

第一，修成受戒熏习的定；

第二，修成受定熏习的慧。

只有这样，受慧熏习的心才能完全解脱诸漏。要得到一颗强力、敏锐的心，此心当以戒、定、慧熏习。符合标准的戒定慧生起时，受此戒定慧熏习的心比帝释的金刚杵<sup>2</sup>强力锐利无数倍，能产生使烦恼终结的威力。要想拥有这种威力最大、最敏锐的心，就必须谨循戒定慧三学。当戒清净后，其次应圆满的是定学。

### 1.1.2 《定经》

Samādhiṃ, bhikkhave, bhāvetha. Samāhito, bhikkhave, bhikkhu yathābhūtam pajānāti. Kiñca yathābhūtam pajānāti? “Idam dukkha” nti yathābhūtam pajānāti, “ayam dukkhasamudayo” ti yathābhūtam pajānāti, “ayam dukkhanirodho” ti yathābhūtam pajānāti, “ayam dukkhanirodhagāminī paṭipadā” ti yathābhūtam pajānāti. Samādhiṃ, bhikkhave, bhāvetha. Samāhito, bhikkhave, bhikkhu yathābhūtam pajānāti.

Tasmātiha, bhikkhave, “idam dukkha” nti yogo karaṇīyo, “ayam dukkhasamudayo” ti yogo karaṇīyo, “ayam dukkhanirodho” ti yogo karaṇīyo, “ayam dukkhanirodhagāminī paṭipadā” ti yogo karaṇīyo.

<sup>2</sup> 金刚杵：vajira，是帝释的武器，非常尖锐，威力强大。《法集义注》第1303节说：“金刚杵所不能击裂的岩石或宝珠是不存在的。所落之处，无不穿透。当金刚杵终结（某物）时，就令其彻底毁灭。所谓的‘金刚杵所行之道’是不会有‘重复’性，同样地，不被阿拉汉道杀灭的烦恼是不存在的，它能像金刚杵一样穿透一切烦恼。当阿拉汉道终结诸烦恼时，就会无余终结。正如金刚杵所行之道的没有重复性，阿拉汉道所断除的烦恼也不会有所谓的‘再次轮转’。”

(S.3.P363)<sup>3</sup>

含义是：“诸比库，你们修定吧！有定的比库如实了知<sup>4</sup>。如实了知什么？如实了知‘这是苦圣谛’，如实了知‘这是苦集圣谛’，如实了知‘这是苦灭圣谛’，如实了知‘这是趣向苦灭之道圣谛’。

诸比库，你们修定吧！有定的比库如实了知。

因此，诸比库，在此教法中，你们应努力了知‘这是苦圣谛’，应努力了知‘这是苦集圣谛’，应努力了知‘这是苦灭圣谛’，应努力了知‘这是趣向苦灭之道圣谛’。”(S.3.P363)

接着，请继续看以下在《相应部·蕴品·蕴相应·定经》中佛陀的教导：

Samādhiṃ, bhikkhave, bhāvetha; samāhito, bhikkhave, bhikkhu yathābhūtam pajānāti. Kiñca yathābhūtam pajānāti? Rūpassa samudayañca atthaṅgamañca, vedanāya samudayañca atthaṅgamañca, saññāya samudayañca atthaṅgamañca, saṅkhārānaṃ samudayañca atthaṅgamañca, viññāṇassa samudayañca atthaṅgamañca. (S.2.P12 Samādhisuttam)<sup>5</sup>

含义是：“诸比库，你们修定吧！

诸比库，得定的比库如实了知。如实了知什么？如实了知：

1. 色法的生起之因及生起，灭没之因及灭没；

<sup>3</sup> 直译：“诸比库，你们修定吧，有定的比库如实了知。如实了知什么？如实了知‘这是苦’，如实了知‘这是苦集’，如实了知‘这是苦灭’，如实了知‘这是苦灭之道’。诸比库，你们修定吧！有定的比库如实了知。

因此，诸比库，应努力了知‘这是苦’，应努力了知‘这是苦集’，应努力了知‘这是苦灭’，应努力了知‘这是苦灭之道’。”(《相应部·大品·谛相应》第 1071 节)

<sup>4</sup> 了知：pajānāti，清清楚楚地知道，透彻地知道，了了分明。

<sup>5</sup> 直译：“诸比库，你们修定吧！诸比库，有定的比库如实了知。如实了知什么？如实了知色的集与灭、受的集与灭、想的集与灭、行的集与灭、识的集与灭。”(《相应部·蕴品·蕴相应·定经》第 5 节)

2. 受的生起之因及生起，灭没之因及灭没；
3. 想的生起之因及生起，灭没之因及灭没；
4. 心所诸行法的生起之因及生起，灭没之因及灭没；
5. 识的生起之因及生起，灭没之因及灭没。”(S.2.P12)

在以上两部《定经》中，佛陀均殷切付嘱，要修习定，以如实了知四圣谛。再者，佛陀又为[众生]亲知实见四圣谛的以下内容而劝勉修定：

1. 五取蕴；
2. 由于无明、爱、取、行和业等因缘法生起，故五取蕴生起；
3. 通过阿拉汉道，无明、爱、取、行、业等因缘法以未来不再生起的灭尽方式而止息，故果报五蕴也以未来不再生起的灭尽方式而止息；
4. 因果二处的生与灭。

这是为保证禅修者您获得自己梦寐以求的殊妙涅槃之乐所必须拳拳服膺、切切遵从的教导。原因是，佛陀所宣讲的名色因果法及此名色因果（即诸行法）的无常、苦、无我相，为非得定而不可知之法。

**色法：**佛陀所开示的色，皆以称为“聚(kalāpa)”的微粒而生。所谓色，并无能力单独生起，“聚”是色世间(rūpaloka)一个最小的组合。这些色聚是约为极微<sup>6</sup>般细小的微粒。注意这里只说“约”，而不是确切地说“极微”。在每一粒色聚中，至少包含八种色法，即：地、水、火、风、色、香、味和食素。

有的色聚包含九种色法，有的则包含十种等等，这些色法都是究竟色，禅修者必须修至见到它们。为此，

---

<sup>6</sup> 极微：paramāṇu，是约等于 aṇu 的 1/36 大小的微粒。aṇu：肉眼见不到的微粒，尘埃。

首先，应修至见到色聚；

其次，应能以智慧辨析这些色聚中的八种、九种、十种等究竟色。

唯有能这样分析色聚，智见究竟，才可完全了知二十八种色。

### 1.1.3 《大牧牛者经》中的一种观点

在《根本五十经·大牧牛者经》(M.1.P281-286 Mahāgopālaka sutta)<sup>7</sup>中，佛陀开示道：“若不能了知所有色法——四大种色及依此四大而生的所造色，谓‘不知色’。如牧牛者不能如实而知自己正放牧的牛群，数量有几，按颜色分，红白各几，则他不宜牧牛，即使放牧，也无能壮大牛群。同样地，在此教法中，禅修比库若不通过

1. 数量和
2. 起因<sup>8</sup>了知分为‘大种色’和‘所造色’的所有色法，则他不可能增益至证得道智果智。”

该《大牧牛者经》的义注也解释道：

So gaṇanato (samuṭṭhānato) rūpam ajānanto rūpam pariggahetvā arūpam vavatthapetvā rūpārūpam pariggahetvā paccayam sallakkhetvā lakkhaṇam āropetvā kammaṭṭhānam matthakam pāpetum na sakkoti. (M.A.2.P163)<sup>9</sup>

含义是：“若禅修比库不通过

- (1) 数量和
- (2) 起因了知色，

则他无能——

<sup>7</sup> 《中部·根本五十经·大牧牛者经》第346-349节。

<sup>8</sup> 起因：samuṭṭhāna，等起，生起，起因，起源，发源。

<sup>9</sup> 直译：“他若不通过数量（和起因）了知色，他则无能辨取色，识别名，辨取名色，标识诸因，依三相令业处达到极致。”（《〈中部〉义注》第二册第262页）

1. 辨取<sup>10</sup>色法；
2. 次后，识别名法；
3. 再后，辨取名色；
4. 然后，正识别诸因；
5. 最后，对名色（即诸行法）及起因依三相修行观业处，使观智达到极致的道智果智。”

禅修者您若希求道智、果智与涅槃，就必须把此佛陀的教诲放在首位。

只有能以智慧逐一分析每一粒色聚中的八种、九种、十种……色法，才可谈得上能通过——

1. 数量上的 28 种色和
2. 起因上的
  - (1) 何色为业生
  - (2) 何色为心生
  - (3) 何色为时节生
  - (4) 何色为食生
  - (5) 何色为非因生

来如实了知这些色法。如果看不到色聚，或看到但对色聚的辨析未达究竟，即还不会以智慧分析一粒色聚中的究竟色法，则无法分析了知：

- (1) 何色为业生
- (2) 何色为心生
- (3) 何色为时节生
- (4) 何色为食生
- (5) 何色为非因生。

---

<sup>10</sup> 辨取：pariggaha，摄受，辨识，遍取，遍摄，归纳，把握。

未能辨析色聚，即还不会以智慧分析每一粒色聚中的每一种究竟色法，也无法达到究竟色法的范畴。因此，对于可以见到色聚和分析色聚达到究竟色法范畴来说，至关重要的就是定。

其次，对诸名法，也可依处门(*āyatana dvāra*)进行辨取，《清净之道》(Vm.2.P223)<sup>11</sup>和《迷惑冰消》(Abhi.A.2.P241)<sup>12</sup>均有教导。《大疏钞》(Mahātīkā.2.P352)<sup>13</sup>也解释了论师们认为通过门来辨取名法能避免混乱(*anākula*)。

在佛陀教导的阿毗达摩中，“门(*dvāra*)”的用法有两种。身门、语门和意门，这三门称为“业门(*kamma dvāra*)”。眼门、耳门、鼻门、舌门、身门和意门，这六门则称为“处门”。(Mahātīkā.2.P410)<sup>14</sup>

眼门心路、耳门心路、鼻门心路、舌门心路、身门心路和意门心路称为“处门心路”。在辨取名法时，要依这些处门心路来辨取，因为心的定律即“心路”。

路心<sup>15</sup>具有必依心的定律——心路——生起的自然法则，绝不会脱离此定律而换种方式生起。因此，应按此常规生起法则来辨取名法。再者，依此定律生起的心，在每个心识刹那，心与心所必依聚俱生，而没有能力单独生起。

至少要由心、触、受、想、思、一境性、命、作意这八个组合才有能力生起。对这样依心的定律——心路——生起的诸名法，只有每个心识刹那都能逐一分析，才可达到究竟名法的范畴。因此，要达到能这样辨取究竟名法，定最不可或缺。

<sup>11</sup> 《清净之道》第二册第 664 节。

<sup>12</sup> 《〈论藏·分别〉义注》第 254 页。《迷惑冰消》：Sammohavinodanī，也名为《去除愚痴》，是《论藏·分别》的义注。

<sup>13</sup> 《大疏钞》第二册第 664 节。

<sup>14</sup> 《大疏钞》第二册第 714 节。

<sup>15</sup> 路心：*vīthi citta*，心路心。区别于 *vīthi mutta citta*，离路心或离心路心。

**【注：**此处不包括离路心(vīthi mutta citta)，只特别针对路心(vīthi citta)来说明心的定律。】

再者，要如实了知这些名色法的因，也只有在具足定力之下才可谈得上。最后，要对这些名色及其因依三相修习观业处，直到通达最高的道智果智，也唯有得定贤者才能体味到。

#### 1.1.4 从心清净到见清净

Tattha nāmarūpānām yāthāvadassanām ditṭhivisuddhi nāma.  
(Vm.2.P222)<sup>16</sup>

Lakkhaṇa-rasa-paccupaṭṭhāna-padaṭṭhānavacena nāmarūpapariggaha  
ditṭhivisuddhi nāma. (Abhidhammatthasaṅgaha.P158)<sup>17</sup>

含义是：“如实知见究竟名色；或通过相、作用、现起和近因辨取名色法、智别名色法，称为‘见清净’。”想圆满见清净的禅修者，必先致力于圆满心清净。

Cittavisuddhi nāma saupacārā aṭṭha samāpattiyo. (Vm.2.P222)<sup>18</sup>

含义是：“近行定和八种世间定，名为‘心清净’。”因此，要圆满心清净，就务必努力证得近行定，或证得称为“安止定”的八定之一，或证得全部八定。

这就是佛陀的教导及义注的解释——所谓的“应修定(要修定)”。

<sup>16</sup> 直译：“在此，如实知见名色，名为‘见清净’。”（《清净之道》第二册第 662 节）

<sup>17</sup> 直译：“通过相、作用、现起和近因辨取名色，名为‘见清净’。”（《摄阿毗达摩义论·业处分别·观业处》第 51 节）

<sup>18</sup> 直译：“近行定和八定，名为‘心清净’。”（《清净之道》第二册第 662 节）

### 1.1.5 刹那定

一些杰出的禅师则认为，纯观行者无需修定，通过刹那定修观也可以。这是依据《大疏钞》论师的话而作出的指导。因此，接下来将继续讲解这三种刹那定，分别是：

1. 《大疏钞》论师意旨的刹那定；
2. 纯观行者的刹那定；
3. 修观时的刹那定。

### 1.1.6 《大疏钞》论师的观点

Samathayānikassa hi upacārappanāppabhedaṁ samādhiṁ itarassa khaṇikasamādhiṁ, ubhayesampi vimokkhamukhattyayaṁ vinā na kadācipi lokuttarādhigamo sambhavati. (Mahāṭīkā.1.P15)<sup>19</sup>

这段《大疏钞》的含义是：

- “1. 于止行者，若无两种定——近行定和安止定，即使偶然也不可能证殊妙出世间法。
2. 于纯观行者，若无刹那定，即使偶然也不可能证殊妙出世间法。
3. 于止行者与纯观行者二者，若无解脱轮回之苦的三种解脱门<sup>20</sup>，即：无常随观智、苦随观智和无我随观智，即使偶然也不可能证殊妙出世间法。”

以上论述是《大疏钞》论师在解释《清净之道》中“Sīle patiṭṭhāya naro sapañño”（住戒有慧人）等根本偈颂含义的部分作出的。只有结

<sup>19</sup> 直译：“展开说，于止行者，若无近行、安止两种定；于其他人，若无刹那定；于二者，若无解脱门，即使偶然亦不可证出世间。”（《大疏钞》第一册第4节）

<sup>20</sup> 解脱门：vimokkhamukha，（从诸烦恼中）解脱之因。

合此偈颂的含义与意思，才会更容易理解。该偈颂的含义是：

- “1. 一个具有三因结生智慧种子的人或禅修者，
2. 住立于戒之大地后，
3. 应修名为‘心’之定和
4. 名为‘慧’之观智，
5. 具有可烧灼焚毁诸烦恼的正勤和
6. 成熟智慧——可对诸行法辨取的念和明了的正知——的此人，能解脱‘爱(tanhā)’之莽丛。”

具备以上六项者，在圣道刹那，能以正断断彻底断除爱。为彻底断除爱、彻底解脱一切爱之结缚，就必须住立于戒之大地后，修习（或令生起）名为“心”之定和名为“慧”之观智。那么，有人会问：该心和慧是世间还是出世间？对于这个问题，《大疏钞》论师解答如下：

Lokuttaranti daṭṭhabbaṁ ukkaṭṭhaniddesato. Tam hi bhāvayamāno ariyamaggakkhaṇe taṇhājaṭam samucchedavasena vijaṭetīti vuccati, na lokiyam. Nānantariyabhāvena panettha lokiyāpi gahitāva honti lokiyasamathavipassanāya vinā tadabhāvato. Samathayānikassa hi upacārappanāppabhedam samādhiṁ itarassa khaṇikasamādhiṁ, ubhayesampi vimokkhamukhattayaṁ vinā na kadācipi lokuttarādhigamo sambhavati. Tenāha “**saṁādhiñceva vipassanañca bhāvayamāno**”ti. (Mahāṭīkā.1.P15)<sup>21</sup>

以上复注的含义是：“依‘示胜法’<sup>22</sup>，应视为出世间心与慧。

<sup>21</sup> 直译：“依‘示胜法’，应视为出世间。确实，说当令此（出世间心与慧）生起之时，于圣道刹那，以正断断解脱爱之结缚，而不（说）世间（心与慧）。但在此，依‘不可分离法’，也应取世间（心与慧），（因为）无世间止观，则那（出世间心与慧）不可能生起。展开说，于止行者，若无近行、安止两种定；于其他人，若无刹那定；于二者，若无解脱门，即使偶然亦不可证出世间。”  
（《大疏钞》第一册第4节）

<sup>22</sup> 示胜法：ukkaṭṭhaniddesa，指出最优项的方法。

确实，说当令出世间心（定）和慧生起时，在圣道智刹那，以正断断彻底解脱爱之结缚。因为世间心（定）与慧不能以正断断解脱爱之结缚，故应知，并非指世间心（定）与慧。

但在此，若无世间止观，出世间心（定）和慧则不可能生起。因此，依‘不可分离法(nānantarika naya)’，世间心（定）与慧也被（或也能）包含在内。确实，于止行者，若避开两种定——近行定和安止定；于纯观行者，若避开刹那定；于止行者与纯观行者二者，若避开名为“解脱门”的三种随观智——无常随观、苦随观和无我随观，即使偶然也不可能证出世间心（定）与慧。

因此，《清净之道》论师说‘修习（即应修习）定和观智’。”(Mahāṭīkā.1.P15)<sup>23</sup>

通过认真阅读，仔细思考《大疏钞》论师的这些针对性论述，应明白纯观行者的刹那定是针对修止阶段而言的。因此，为分清修止阶段的刹那定和修观阶段的刹那定，下面将会继续解释。不过，要先搞清楚止行者的修法，才会更明白纯观行者的修法。所以，先来讲解止行者修法以近行定和安止定作为基础，再转入见清净阶段的情况。

### 1.1.7 止行者之道

Tam sampādetukāmena **samatheyānikena** tāva thapetvā nevasaññānāsaññāyatanaṁ avasesarūpārūpāvacarajjhānānam aññatarato vutthāya vitakkādīni jhānaṅgāni, tam sampayuttā ca dhammā **lakkhaṇarasādivasena** pariggahetabbā. Pariggahetvā sabbampetam ārammaṇābhimukham namanato namanaṭṭhena **nāmanti** vavatthapetabbam.

---

<sup>23</sup> 《大疏钞》第一册第4节。

Tato yathā nāma puriso antogehe sappam disvā tam anubandhamāno tassa āsayam passati, evameva ayampi yogāvacaro tam nāmam upaparikkhanto “idam nāmam kiṁ nissāya pavattatī”ti pariyesamāno tassa nissayam hadayarūpam passati. Tato hadayarūpassa nissayabhūtāni, bhūtanissitāni ca sesupādāyarūpānīti rūpam pariggaṇhāti. So sabbampetam ruppanato **rūpanti** vavatthapeti. Tato namanalakkhaṇam nāmam, ruppanalakkhaṇam rūpanti **saṅkhepato** **nāmarūpam** **vavatthapeti.** (Vm.2.P222)<sup>24</sup>

含义是：“欲圆满见清净的止行者，应先入非想非非想处以外的其余某种色界禅或无色界禅，并在出定后，通过相、作用、现起和近因，以智慧分别、辨取‘寻’等禅支以及与该禅相应的心和心所相应法。辨取后，因所有的这些名法都会朝向遍禅等止禅似相所缘，就朝向所缘之义，而将其辨取为‘名(nāma)’。之后，譬如一男子在家中发现蛇，便尾随蛇而见其栖处。如是，此禅修者亦以智慧思惟，‘此名法依何而起？’如此探求时，他得见其依处——心所依处色(hadayavatthu rūpa)。之后，他对心所依处色的依处——(1)大种色(即四大)、(2)依大种色(即四大)生起的除心所依处色以外的其余所造色，即他对色法(大种色和所造色)以智慧分别、辨取。禅修者把包括大种色和所造色在内的所有色法，就其会变异的特相而将之辨取为

<sup>24</sup> 直译：“欲圆满此（见清净）的止行者，应先从除了非想非非想处以外的其余任一种色界、无色界禅出定，**依相、作用等**辨取寻等诸禅支及与它相应的诸法。辨取之后，因它们全都会朝向所缘，由会朝向之义而为‘名’。应如此辨取。

之后，譬如一男子在家中见蛇，便随其后而见其栖处。如是，此禅修者也思惟‘此名依何而起？’如此遍寻时，他见其所依的心色。之后，他见心色的依处——(大)种和依于(大)种的(除了心所依处色以外的)其余所造色。他如此辨取色。因它们全都会变异，故为‘色’。他如此辨取。于是他**简略地辨取名色**，具朝向相者为‘名’，具变异相者为‘色’。”(《清净之道》第二册第 663 节)

‘色(rūpa)’。之后，他简要地辨取了名色，具朝向所缘相之法为‘名’；具变异相之法为‘色’。”(Vm.2.P222)<sup>25</sup>

【在此，心脏有 54 种大种色及所造色。六门、四十二身分的种色和所造色，将在《色业处篇》中进行介绍。再者，初禅名法通常有 34 个心与心所。悲心禅那、喜心禅那中，如果是初禅，名法聚有心与心所 35 个。有关这些初禅名法聚和其余禅那名法聚，将在《名业处篇》中介绍。】

如此辨取完禅那名法聚及这些禅那名法的依处——大种色、所造色——之后，也应依相、作用、现起和近因，继续辨取、以智慧分别名为“杂行(pakiṇṇakasaṅkhāra)”的其余色法和名法。因此佛陀亲言：对一切色法与名法，若不能以三种遍知慧了知，则不达苦终。(见 S.2.P249-250)<sup>26</sup>此内容将在《入出息念定篇》中再作详解。

若止行者在转入见清净阶段不想从名业处开始辨取，而想从色业处开始，那么，也尽可像纯观行者那样从色法开始。下面将继续来介绍这种辨取法。

### 1.1.8 纯观行者之道

**Suddhavipassanāyāniko** pana ayameva vā **samathayāniko**  
 catudhātuvavatthāne vuttānam̄ tesam̄ tesam̄ dhātupariggahamukhānam̄  
 aññataramukhavasena saṅkhepato vā vitthārato vā catasso dhātuyo  
 pariggañhāti. (Vm.2.P222)<sup>27</sup>

<sup>25</sup> 《清净之道》第二册第 663 节。

<sup>26</sup> 《相应部·六处品》第 25-26 节。

<sup>27</sup> 直译：“此外，纯观行者与（不想从名业处开始，而想从色业处开始辨识的）止行者（想圆满见清净时），应依《四界差别》里所述的各种辨识（四）界的方法中的任一种，通过简略或详尽法辨识四界。”(《清净之道》第二册第 664 节)

含义是：“纯观行者或不想从名业处开始修习（即不想从名法开始辨取）而只想从色业处开始修习（即想从色法开始辨取）的止行者，若想圆满见清净智见，就应依《四界差别业处》里所述的各种辨取四大的方法中的任一种，以简略法或详尽法辨取四界。”(Vm.2.P222)<sup>28</sup>

根据以上《清净之道》的结论和指导，不想以止为基础，而想直接修观的、想直接转入见清净的纯观行者，或想从色业处开始修习的、想从色业处开始转入见清净的止行者，都应通过以下方法开始辨取四界：

1. 简略法，
2. 或详尽法，
3. 或详简兼修法。

### 1.1.9 普遍而言

Arūpamukhena        pana        vipassanābhiniveso        yebhūyyena  
samathayānikassa icchitabbo. (M.T.1.P369)<sup>29</sup>

含义是：“把名法作为开始来作意观智的所缘，普遍而言，这只要对止行者来说有需求。”(M.T.1.P369)<sup>30</sup>

应知，正如复注论师此述，从观智所缘——名为“苦谛”和“集谛”的诸行法——开始作意时，先辨取名法，普遍而言，只针对止行者。但少数(appaka)而言，也会有纯观行者从名业处开始辨取。同理，先把色法作为观智所缘的诸行法来辨取，也是普遍认为针对纯观行者。不过，如果止行者想从色业处开始辨取，也是可以的。纯观行者和想

<sup>28</sup> 《清净之道》第二册第 664 节。

<sup>29</sup> 直译：“此外，普遍而言，只有止行者需要从名法开始作意观。”(《〈中部·根本五十经〉复注》第 113 节)

<sup>30</sup> 《〈中部·根本五十经〉复注》第 113 节。

从色业处开始辨取诸行法的止行者，想辨取色法时，都必须从界业处（或称“四界差别”）开始辨取。《清净之道》也教导了这种修法。原因见下文。

### 1.1.10 原因

在教导修定方法时，修止阶段有 40 种止业处。而在修观阶段，则只有两种业处，即色业处和名业处，各义注中如此解释。

Duvidha ñhi                   kammaṭṭhānam                   rūpakammaṭṭhānañca  
 arūpakammaṭṭhānañca.   Rūpapariggaho   arūpapariggahotipi   etadeva  
 vuccati.                   Tattha                   bhagavā                   rūpakammaṭṭhānam                   kathento  
 saṅkhepamanasikāravasena                   vā                   vitthāramanasikāravasena                   vā  
 catudhātuvavatthānam kathesi. (M.A.1.P280; Abhi.A.2.P252)<sup>31</sup>

含义是：“修观阶段有两种业处，即色业处和名业处。辨取色，即以智慧分别色，也称为‘色摄受(rūpa pariggaha)’。辨取名，即以智慧分别名，也称为‘非色摄受(arūpa pariggaha)’。在此两种中，当世尊开示如何辨取色业处（或色法）时，常用简略作意法或详尽作意法来教导称为“四界差别”的界业处。”(M.A.1.P280; Abhi.A.2.P252)<sup>32</sup>

依以上义注的论点，关于如何辨取色法（如何修习色业处），佛陀只开示了四界差别的简略法和详尽法这两种，因此，无论是想从色法开始辨取诸行法的止行者，还是不以止禅为基础的纯观行者，都必须

<sup>31</sup> 直译：“确实，有两种业处，即色业处和非色业处。也称之为‘色摄受’和‘非色摄受’。其中，当世尊宣讲色业处时，会通过简略作意法或详尽作意法来开示四界差别。”(《中部·根本五十经》义注) 第 276 页；《论藏·分别》义注》第 264 页)

<sup>32</sup> 《中部·根本五十经》义注》第 276 页；《论藏·分别》义注》第 264 页。

从辨取四界开始修习。唯有切实奉行具一切知智的正自觉者——佛陀的教导，对于禅修者您来说，才是更有利的修习法，也是最好的修习法。修色而不从四界入手，这距离佛陀所说的达到究竟色法，简直就是天壤之别。

四界差别属于四十种业处中的近行业处类。(Vm.1.P107)<sup>33</sup> 所谓“近行业处”，是指[最高]能证得近行定而应修习的业处。此四界差别业处能带来近行定，因此，取四界为所缘而修习近行定的阶段，属于止禅部分。另外，想从色业处开始进入见清净的纯观行者和止行者，都必须从辨取四界开始修习。所以，它是一种兼属止观的业处。若纯观行者想直接修观清净，就必须从四界差别开始修习。那么，由此法成就的最高定是如何命名的？下面将继续解说。其中，先来简单介绍如何通过四界差别简略法来修定，关于这点，佛陀在《大念处经》中开示道：

Puna caparam, bhikkhave, bhikkhu imameva kāyam yathāṭhitam  
yathāpañihitam dhātuso paccavekkhati – “atthi imasmiṃ kāye  
pathavīdhātu āpodhātu tejodhātu vāyodhātū”ti. (M.1.P73)<sup>34</sup>

含义是：“诸比库，再者，禅修比库对如其常住、如其常处的此色身，依‘于此色身，有地界、水界、火界、风界’（而非‘人、众生、命、我’）之界性，逐一以慧眼细察深思。”(M.1.P73)<sup>35</sup>

另外，《清净之道》进一步教导道：“应以慧手深入身体的骨间、筋间、肉间和皮间，逐一剖析，辨取四界，上百、千、十万次数数思惟地界、水界、火界和风界。”(Vm.1.P347)<sup>36</sup>

<sup>33</sup> 《清净之道》第一册第 47 节。

<sup>34</sup> 直译：“诸比库，再者，比库对如其常住、如其常处的此身，以界性观察‘于此身，有地界、水界、火界和风界。’”(《中部·根本五十经》第 111 节)

<sup>35</sup> 《中部·根本五十经》第 111 节。

<sup>36</sup> 《清净之道》第一册第 308 节。

Tassevam vāyamamānassa nacireneva dhātuppabhedāvabhāsana-paññāpariggahito sabhāvadhammārammaṇattā appanam appatto upacāramatto samādhi uppajjati. (Vm.1.P347)<sup>37</sup>

含义是：“在这样精进的禅修者心里，不久，以照界差别慧<sup>38</sup>所辨取、分别的四界自性相（即究竟法性）作为所缘之深奥故，生起不能达到安止，而只能生起[与接近安止禅时的真正近行定具有相同之相，而依‘类比法’(sadisūpacāra)的]近行程度的定。”(Vm.1.P347)<sup>39</sup>

《清净之道》的这段话，把通过修习四界差别达到的最高欲界定称为“近行定”。请先记住此命名。接着，《大疏钞》是这样解释的：

- “1. 于止行者，若避开两种定——近行定和安止定；
- 2. 于纯观行者，若避开刹那定；
- 3. 于止行者与纯观行者二者，若避开名为“解脱门”的三种随观智——无常随观、苦随观和无我随观，即使偶然也不可能证出世间道果涅槃。”(Mahāṭīkā.1.P15)<sup>40</sup>

《大疏钞》的以上引文，把纯观行者修习四界差别所成就的定，称为“刹那定”。而在上面所引述的《清净之道》中，则称为“近行定”。

### 1.1.11 郑重说明

纯观行者若想圆满见清净，就必须从辨取四界开始修习。对于取

<sup>37</sup> 直译：“这样精进的（禅修者），不久，以照界差别慧所辨取的自性法作为所缘故，生起不达安止，而只是近行程度的定。”（《清净之道》第一册第308节）

<sup>38</sup> 照界差别慧：dhātuppabhedāvabhāsana-paññā，按原文意为“对四界的各种自性相具有通过自己的光去照耀的作用的慧”。

<sup>39</sup> 《清净之道》第一册第308节。

<sup>40</sup> 《大疏钞》第一册第4节。

四界为所缘而成就的最高欲界定，在《清净之道》和《大疏钞》中分别称为“近行定”和“刹那定”，请谨记这点。关于这种命名，《大疏钞》解释道：

Upacārasamādhīti ca rūlhīvasena veditabbañ. Appanam hi upecca cārī samādhi upacārasamādhi, appanā cettha natthi. Tādisassa pana samādhissa samānalakkhaṇatāya evam vuttam. (Mahātīkā.1.P436)<sup>41</sup>

此复注的含义是：“取四界为所缘而成就的最高欲界定，称为‘近行定’，这是《清净之道》论师用比喻(rūlhī)而非直接方式的表达，应认可这点。确实，只有通常生起于靠近安止定的最高欲界定，才称为真正的近行定。而于四界差别业处，因其取深奥的究竟法性为所缘，故无安止定。然而，其定力水平所具之相，等同于通常生起于靠近安止定时的真正近行定，因此，《清净之道》论师把取四界为所缘生起的最高欲界定，依‘类比法’，也比喻为近行定。”(Mahātīkā.1.P436)<sup>42</sup>

**【sadisūpacāra = sidisa (相同的) + upacāra (比喻)。以比喻对同质物进行命名，称为“sadisūpacāra (类比法)”】**

依《大疏钞》论师的以上解释，应知，只有专注禅那所缘——止相或似相，在靠近任何一种安止定时生起的最高欲界定，才肯定地称为近行定。而纯观行者取四界为所缘所成就的最高欲界定，因其定力水平等同于真正的近行定，故依类比法命名为“近行定”。只有这种定，才被《大疏钞》论师以肯定方式称为“刹那定”。

这就是如此命名的原因。

<sup>41</sup> 直译：“接着，应知，依‘比喻’而称为‘近行定’。确实，通常生起于靠近安止的（最高欲界）定才称为（真正的）近行定，在此（界业处）并无安止。但因与那样（通常生起于安止）的（真正近行）定具有相同之相，故这样说（即称为‘近行定’）。”（《大疏钞》第一册第308节）

<sup>42</sup> 《大疏钞》第一册第308节。

### 1.1.12 修止阶段的刹那定

Sā panesā pañcavidhā pīti gabbham gañhantī paripākam gacchantī duvidham passaddhim paripūreti kāyapassaddhiñca cittapassaddhiñca. Passaddhi gabbham gañhantī paripākam gacchantī duvidhampi sukham paripūreti kāyikañca cetasikañca. Sukham gabbham gañhantam paripākam gacchantam tividham samādhiñ paripūreti khaṇikasamādhiñ upacārasamādhiñ appanā samādhinti. (Vm.1.P140; Abhi.A.1.P160)<sup>43</sup>

以上《清净之道》的含义是：

“五禅支之一的喜，分别有五种——

1. 小喜(khuddikā pīti): 只能令人身毛竖立，较弱的喜。
2. 刹那喜(khaṇikā pīti): 刹那刹那生起如闪电的喜。
3. 继起喜(okkantikā pīti): 在心中宛如海浪迭起的喜。
4. 踊跃喜(ubbegā pīti): 犹如能令身体上升而保持悬空，非常强烈的喜。
5. 遍满喜(pharañā pīti): 若盈气皮囊、巨流谷壑，渗透全身而住的喜。(意即由俱喜心产生的殊胜心生色遍布全身而住。)

当五禅支之一的这五种喜怀上心与心所平静<sup>44</sup>的依处之胎，到了成熟时，则能圆满名身平静、心平静这两种心与心所的平静。当平静怀上乐的依处之胎，到了成熟时，则能圆满两种乐——身乐

<sup>43</sup> 直译：“这五种喜怀上（平静所依止之）胎，到了成熟时，则能圆满名身平静和心平静这两种平静。当平静怀上（乐所依止之）胎，到了成熟时，则能圆满身心两种乐。当乐怀上（定所依止之）胎，到了成熟时，则能圆满三种定——刹那定、近行定和安止定。”（《清净之道》第一册第 72 节；《论藏·法集》义注》第 117 页）

<sup>44</sup> Kāyapassaddhi, cittapassaddhi：原译为身轻安和心轻安。在此，kāya指名身，即心所。按《三藏巴缅词典》，kāyapassaddhi的意思是从受等三种蕴的热恼中平息；名身的平静。

(kāyikasukha)和心所乐(cetasikasukha)。当乐怀上定的依处之胎，到了成熟时，则能圆满三种定——刹那定、近行定和安止定。”(Vm.1.P140; Abhi.A.1.P160)<sup>45</sup>

止禅阶段有三种定，即：预作定(parikammasamādhi)、近行定和安止定。只有通常生起于靠近近行定的预作定，才在以上的《清净之道》中称为“刹那定”。这就是止禅阶段所说的刹那定。

《大疏钞》论师也跟随《清净之道》的此命名，将纯观行者取四界为所缘而成就的最高欲界定，直接地称为“刹那定”。而对于四界差别所成就的最高欲界定，《清净之道》因其定力所具之相等同真正近行定，故以“类比法”称之为“近行定”。《清净之道》用类比表达，《大疏钞》则用直接表达。应知，这只是直接与类比的区别，并无冲突。纯观行者通过界业处所成就的最高欲界定为何既名“近行定”，又名“刹那定”，这就是有关的解释。

同理可知，佛随念等其余任一种能得近行定的业处，由修习而成就的最高欲界定，也可依“直接”和“类比”两种方式，分别命名为“刹那定”和“近行定”。接着，继续讲解修观阶段所称的“刹那定”。

### 1.1.13 修观阶段的刹那定

1. 色辨取(rūpa pariggaha): 辨取（即以智慧分别）色法。
2. 非色辨取(arūpa pariggaha): 辨取（即以智慧分别）名法。
3. 色非色辨取(rūpārūpa pariggaha): 辨取（即以智慧分别）名色。
4. 缘辨取(paccaya pariggaha): 辨取（即以智慧分别）现在的因果。
5. 世辨取(addhāna pariggaha): 也辨取（即以智慧分别）过去、

<sup>45</sup> 《清净之道》第一册第 72 节；《论藏·法集》义注》第 117 页。

未来的因果。

这是五种辨取。辨取(pariggaha)，指以智慧分别、辨识。《清净之道》(Vm.2.P244)<sup>46</sup>等指出，只有完全通达这五种摄受的禅修者，才可努力成就思惟智等观智。原因是：

Aniccādivasena vividhehi ākārehi dhamme passatīti **vipassanā**.  
(Abhi.A.1.P175)<sup>47</sup>

过去、现在、未来三时，内、外二相续中的名色因果法，皆为观智所缘——诸究竟法。这些法由众缘和合而生，故也称“行法”。依“谛说法(saccādesanā naya)”，这些行法正是苦谛与集谛。

能以智洞见这些行法聚的——

1. 生灭本质，以“无常”；
2. 持续受生灭创伤逼迫的本质，以“苦”；
3. 并非以不坏、密集、坚固、实质而住的“我”的本质，以“无我”；

能通过此等种种方式洞察的智慧，才配“观”的尊称。

因此，想迈入修观阶段——道非道智见清净等清净阶段——的禅修者，必须圆满和智见清净：

1. 名为“名色分别智”的见清净；
2. 名为“缘摄受智”的度疑清净。原因是，这两种清净中所包含的名色因果（即诸行法），正是以三相修观的对象。

修观时，

1. 一时对内五蕴；
2. 一时对外五蕴；其中再分为：

<sup>46</sup> 《清净之道》第二册第 694 节。

<sup>47</sup> 直译：“能以无常等种种行相（即方式）洞察诸法，故为‘观’。”（《论藏·法集>义注》第 132 页）

3. 一时对诸色法；
4. 一时对诸名法；必须以三相轮流修观。(Abhi.A.1.P270-271; Vm.2.P300)<sup>48</sup>

对于过去和未来，也须依同法修习。此外，在《清净之道》的《思惟智》(Vm.2.P244)<sup>49</sup>和《生灭智》(Vm.2.P265)<sup>50</sup>等章节中，也教导了观诸缘起支的方法。

“观”，是指依内、外，色、名，因、果之序，再依三相的无常、苦、无我，轮流洞察三时、二相续中的名色因果法。所以，与观智相应的定（因与修止阶段只专注一个止相所缘而产生的定不同），也称为“刹那定”。

然而，能如此系统地修观，它只属于能做到以下的这些禅修者的范畴，而非未能辨取这些法的禅修者——将直接或类比命名为“近行定”的欲界定，又或任一种名为“安止定”的色界、无色界定作为观的基础，再依相、作用、现起和近因，已能有条不紊地随时轻易智辨慧别三时二相续中的名色因果法。

由此可知，把某种近行定或安止定作为观的基础，对三时二相续中的名色因果（即诸行法）依三相轮流持续修观，这时在禅修者心中生起与观智相应的定，才称为修观阶段的刹那定。

此处应铭记：既未见名聚色聚，又未能智辨慧析各粒究竟名色聚，更未能辨取三时各世因果，从而导致未能对究竟名色因果法依三相修观，在这些禅修者心中生起的定，尚未配称作修观阶段的刹那定。

若对上述关于刹那定的观点仍感不满，请继续阅读以下圣典、义注和复注的教导。

<sup>48</sup> 《论藏·法集》义注》第226-227页；《清净之道》第二册第783节。

<sup>49</sup> 《清净之道》第二册第694节。

<sup>50</sup> 《清净之道》第二册第723节。

### 1.1.14 刹那心一境性定

Samādaham cittam assasissāmī'ti sikkhati, samādaham cittam passasissāmī'ti sikkhati. (S.3.P279; V.1.P89; M.3.P125)<sup>51</sup>

**Samādaham** cittanti paṭhamajjhānādivasena ārammaṇe cittam samam ādahanto samam ṭhapento. Tāni vā pana jhānāni samāpajjivtā vuṭṭhāya jhānasampayuttam cittam khayato vayato sampassato vipassanākkhaṇe lakkhaṇapaṭivedhena uppajjati khaṇikacittekaggatā. Evam uppannāya khaṇikacittekaggatāya vasenapi ārammaṇe cittam samam ādahanto samam ṭhapento “ samādaham cittam assasissāmi passasissāmīti sikkhatī ” ti vuccati. (Vm.1.P281)<sup>52</sup>

**Khaṇikacittekaggatāti** khaṇamattatthitiko samādhi. Sopi hi ārammaṇe nirantaram ekākārena pavattamāno paṭipakkhena anabhibhūto appito viya cittam niccalam ṭhaveti. (Mahāṭīkā.1.P342)<sup>53</sup>

以上圣典、义注和疏钞的含义是：

在《中部·后五十经·入出息念经》等各经中，佛陀以四组四法、十六行相，系统讲述了如何修习入出息念业处直到证悟阿拉汉果。其中，

1. 以身随念开示第一组四法；再分别对得入出息念定者——

<sup>51</sup> 直译：“他学：‘我将凝心而入息。’他学：‘我将凝心而出息。’”（《相应部·大品·入出息相应》第 977 节；《论藏·巴拉基咖》第 165 节；《中部·后五十经》第 148 节）

<sup>52</sup> 直译：“‘**凝心**’，指因初禅等而令心集中朝向并善置于所缘。或者，进入诸禅并在出定后，以尽灭、坏灭思惟禅那相应心的禅修者，在观的刹那，通过洞察（无常等）相而生起刹那心一境性（定）。因如此生起的刹那心一境性（定）力，也令心集中朝向并善置于所缘。故说‘他学：我将凝心而入息与出息。’”（《清净之道》第一册第 235 节）

<sup>53</sup> 直译：“‘**刹那心一境性**’，指只有刹那住立的定。确实，当它在所缘上连续以同一种状态生起时，不受敌对法所逼迫，犹如进入（安止禅），心不动安住。”（《大疏钞》第一册第 235 节）

2. 以受隨觀開示第二組四法；
3. 以心隨觀開示第三組四法；
4. 以法隨觀開示第四組四法。(Vm.1.P269)<sup>54</sup>

(本書後面部分會有詳解。)

其中，在以心隨觀教導的第三組四法中，第三點教導是這樣的：

“Samādaham cittam assasissāmī”ti sikkhati,

“Samādaham cittam passasissāmī”ti sikkhati. (M.3.P125)<sup>55</sup>

含义是：

“他學：‘我將凝心<sup>56</sup>于所緣而入息。’

他學：‘我將凝心于所緣而出息。’”(M.3.P125)<sup>57</sup>

關於佛陀以上教導中的“凝心于所緣”，《清淨之道》分別作了兩種解釋：

1. 因定而凝心；
2. 因觀而凝心。(Vm.1.P281)<sup>58</sup>

其中，

1. 因定而凝心是這樣的，取特別透澈明亮的入出息似相為所緣，次第生起初二三四禪，當依次進入初二三四禪而入息與出息時，就稱為“凝修止之心于入出息似相所緣”。

2. 因觀而凝心則是：

(1) 取入出息似相為所緣而進入初禪。從初禪出定後，智見與該初禪相應的心[以禪心為首的 34 個禪那相應法聚]會盡滅、衰滅

<sup>54</sup> 《清淨之道》第一冊第 222 节。

<sup>55</sup> 直譯：“他學：‘我將凝心而入息。’他學：‘我將凝心而出息。’”(《中部·后五十經》第 148 节)

<sup>56</sup> 凝心：samādaham cittam，按原文意為“把心集中朝向並善置於”。

<sup>57</sup> 《中部·后五十經》第 148 节。

<sup>58</sup> 《清淨之道》第一冊第 235 节。

(khayavaya)的本质，以三相轮流观之。

(2) 同理，取入出息似相为所缘而进入第二禅。从该禅出定后，智见与该第二禅相应的心[以禅心为首的 32 个禅那相应法聚]会尽灭、衰灭的本质，以三相轮流观之。

(3) 取入出息似相为所缘而进入第三禅。从该禅出定后，智见与禅那相应的心[以禅心为首的 31 个禅那相应法聚]会尽灭、衰灭的本质，以三相轮流观之。

(4) 取入出息似相为所缘而进入第四禅。从该禅出定后，智见与该第四禅相应的心[以禅心为首的 31 个禅那相应法聚]会尽灭、衰灭的本质，以三相轮流观之。

**【备注：**在《名业处》篇中，会有关于 34、32、31、31 个禅那相应心与心所的详细论述，可参阅其中的内容。】

在此如此修观的禅修者心里，在修观刹那，对那些禅那名法的每个心识刹那都反复透彻知见无常、苦、无我相，由此生起名为“刹那心一境性”的只有刹那住立的欲界刹那定。因如此产生的名为“刹那心一境性”的欲界刹那定，而令修观之心凝聚并善置于行相所缘 (saṅkhāra nimitta ārammaṇa，即入出息禅心这个行相所缘) 的禅修者，可称为“他学：‘我将凝心于所缘而入息与出息。’”

“刹那心一境性”，是指只有刹那住立，与观智相应的欲界定。

Sabbopi panesa pabhedo manodvārikajavaneyeva labbhati.  
(Abhi.A.2.P388)<sup>59</sup>

根据义注《迷惑冰消》的这句教导，对于凡夫和有学，观智只是欲界大善意门速行心路，因此，与该观智相应的定也只是欲界定。这

---

<sup>59</sup> 直译：“那么，所有这些（无碍解智等）种类都只会在意门速行上获得。”意为：只有在意门速行，才与那些智相应。（《论藏·分别》义注》第 406 页）

种定在行所缘(saṅkhāra ārammaṇa)上也连续生起，前后定相续，当无常、苦或无我之一持续不断生起时，敌对诸盖无法遮蔽与逼迫（、不受敌对诸盖所遮蔽与逼迫）。犹如确实已置于诸行的无常相、苦相或无我相所缘，修观之心不动、持久而住。故把这种定称为“刹那心一境性定(khaṇika cittekaggata samādhi)”或“刹那定”。这些是以上圣典、义注和复注的含义。

应谨记：先进入观的基础禅，出定后，依三相轮流思惟该禅中的诸行法，仅有如此修观时的定，在上述圣典、义注和复注中，才称为“刹那心一境性定（即刹那定）”。只有安止禅心生起时，才可称为“安止定”。唯有靠近安止禅的定，才能直接称为“近行定”。出定后，观禅那名法时，不再取原来的入出息似相为所缘，而取入出息禅那名法的无常、苦、无我行相之一，故不能称为“安止定”或“近行定”，而只称为“刹那定”。其次，佛陀在入出息念四组四法中还教导：

Aniccānupassī assasissāmīti sikkhati, aniccānupassī passasissāmīti sikkhati. (S.3.P279; V.1.P89; M.3.P125)<sup>60</sup>

意思是，应修习随观无常而入息与出息。其中，对于应观“无常”的诸法，是这样解释的：

**Aniccanti pañcakkhandhā.** (Vm.1.P281; Abhi.A.2.P47)<sup>61</sup>

Tattha aniccassa, aniccanti vā anupassanā **aniccānupassanā**.  
Tebhūmakadhammānaṁ aniccatam gahetvā pavattāya vipassanāya etam

<sup>60</sup> 直译：“他学：‘我将随观无常而入息。’他学：‘我将随观无常而出息。’”（《相应部·大品·入出息相应》第 977 节；《论藏·巴拉基咖》第 165 节；《中部·后五十经》第 148 节）

<sup>61</sup> 直译：“‘无常’即五（取）蕴。”（《清净之道》第一册第 236 节；《〈论藏·分别〉义注》第 50 页）

nāmam. (Mahātīkā.1.P343)<sup>62</sup>

无常是指欲界、色界和无色界三界中的五取蕴。因此，对名为“杂行(pakiṇṇakasaṅkhāra)”的三界诸行修观时，安住于这些行法的无常、苦、无我相的定，当然也可称为“刹那定”。既然不是进入安止禅，就不能称为“近行定”和“安止定”。

**【 Pakiṇṇakasaṅkhāreti pādakajjhānato aññasaṅkhāre. Tena pādakajjhānasaṅkhāresu sammasitesu vattabbameva natthīti dasseti. (Mūlatīkā.1.P116)<sup>63</sup>】**

含义是：“杂行(pakiṇṇakasaṅkhāra)，是指除了（如入出息禅等）观的基础禅以外的其余行法。可见，对于观照思惟（如入出息禅等）观的基础禅那行法，就更不必说了。(Mūlatīkā.1.P116)<sup>64</sup>”】

同样地，以直接或类比称为“近行定”的最高欲界定，在《清净之道》(Vm.2.P222)<sup>65</sup>中也称为“心清净”。因此，修习该近行定作为观的基础，出定后，辨取名色因果诸行法，再依三相对此诸行法轮流修观，这时，与此观智相应的定，当然也可称为“刹那心一境性定”，即“刹那定”。可参考前面讲解过的《大疏钞》(Mahātīkā.1.P15)<sup>66</sup>的教导。这些是有关“把修观时所谓的定称为刹那定”的解释。

### 1.1.15 要点

#### 1. 应知，在修止阶段，纯观行者取四界为所缘所达到的最高欲

<sup>62</sup> 直译：“在此，随观（即反复观）无常（之法）为‘无常’，名为‘无常随观’。这（无常随观的名字）是思惟三地诸法的无常而生起的观之名。”（《大疏钞》第一册第235节）

<sup>63</sup> 直译：“‘杂行’，是指除了基础禅以外的其余诸行。因此可见对于思惟基础禅那行法，就更不必说了。”（《论藏·根本复注·出世间善·出世间善杂行》）

<sup>64</sup> 《论藏·根本复注·出世间善·出世间善杂行》。

<sup>65</sup> 《清净之道》第二册第662节。

<sup>66</sup> 《大疏钞》第一册第4节。

界定，类比称为“近行定”，直接则称为“刹那定”。[依据《清净之道》(Vm.1.P140)<sup>67</sup>的教导。]同样地，以佛随念等任一近行业处为基础所成就的最高欲界定，也可依类比称为“近行定”，依直接称为“刹那定”。

2. 应知，在修观阶段，纯观行者把类比式近行定之定作为观的基础，入此定（近行定）并在出定（近行定）后，观诸行法，这时，以行法为所缘且与观智相应的定，也称为“刹那定”。
3. 其次应知，在修止阶段，止行者在靠近近行定时的成熟预作定，也称为“刹那定”。
4. 再者应知，在修观阶段，止行者把近行定或安止定中的某种定作为观的基础，入此近行定或安止定，并在出定后，观诸行法，这时，以诸行法为所缘，安住于诸行法的无常、苦、无我相且与观智相应的定，也称为“刹那定”。

根据以上几点，作为真正想要证悟涅槃的禅修者，您应明白与承认：

1. 未修得任一种作为观基础的定——以类比式、直接式命名的“近行定”，或称为“安止定”的禅定；
2. 未见名色聚，或见而未能分析名色聚，因而未知究竟名色；
3. 未能辨取过去、现在、未来三时的因果，即未能亲知彻见究竟名色法三时的因果关系、缘起本质；

这样背负着一大堆无知来到寺院打坐的禅修者，是不可能一坐下来就立刻生起刹那定的。原因是，在修止阶段，只有依循正确的教示准绳，不偏不倚，作意足以生起刹那定的任一种止禅相；在修观阶段，则要能对究竟的已破除密集的行相——名色因果诸行法，依三相持续轮流

---

<sup>67</sup> 《清净之道》第一册第 72 节。

作意、观照思惟；才会生起刹那定。禅修者您若仍然讨厌修定，那么，请继续阅读以下关于三相的内容。

### 1.1.16 三相

Eko āditova aniccato saṅkhāre sammasati. Yasmā pana na aniccato sammasanamatteneva vutṭhānam hoti, dukkhatopi anattatopi sammasitabbameva, tasmā dukkhatopi anattatopi sammasati. Tassevam paṭipannassa aniccato sammasanakāle vutṭhānam hoti, ayam **aniccato abhinivisitvā aniccato vutṭhāti nāma.**

Sace panassa dukkhato anattato sammasanakāle vutṭhānam hoti, ayam **aniccato abhinivisitvā dukkhato, anattato vutṭhāti nāma.** Esa nayo dukkhato anattato abhinivisitvā sesavutṭhānesupi. (Vm.2.P301)<sup>68</sup>

含义是：“一位禅修者，就在初修观时，对名为苦圣谛和集圣谛的名色因果（即诸行法），智见其生灭(udaya vaya)和尽灭(khaya vaya)本质而思惟‘无常’。但仅凭思惟‘无常’，名为‘至出起观(vutthāna gāminī vipassanā)’或‘出起(vutthāna)’的圣道智无法生起。还须智见诸行法持续受生灭创伤逼迫的本质，又见其时刻坏灭的可怖本质而思惟‘苦’；智见诸行法并非不灭、密集、坚固、实体的我的本质而思惟‘无我’。这样修行的禅修者，当他思惟‘无常’时，若名为‘至出起观’或‘出起’的圣道智生起，这位禅修者就称为‘始于作意诸行无常而经无常出起诸行’。

<sup>68</sup> 直译：“一位禅修者，先以无常思惟诸行。但仅凭思惟无常，是不会生起出起（即圣道智）的，也须以苦、无我来思惟，因此他也以苦和无我来思惟。如此行道者，在以无常思惟时出起生起的，名为‘以无常作意而以无常出起’。”

此外，对于他来说，若以苦或无我思惟时出起生起，则名‘以无常作意而以苦或无我出起’。以苦或无我作意的其余出起，也依同理可知。”（《清净之道》第二册第 787 节）

此外，禅修者若在思惟‘苦’或‘无我’时，名为‘至出起观’或‘出起’的圣道智生起，这位禅修者则被称为‘始于作意诸行无常而经苦或无我出起诸行’。始于作意诸行苦或无我，其余的出起诸行，也依同理可知。”(Vm.2.P301)<sup>69</sup>

**【备注：**“至出起观”，是指跃入诸行解脱处涅槃的道心路，以及紧靠道心路前面的少许一两个意门观速行心路(*manodvārika vipassanājavana vīthi*)。**】**

根据上述《清净之道》，应谨记，仅凭观诸行法的无常，或苦，或无我，都不能证达圣道，而唯有能轮流思惟所有三相，才可证达。这些结论，与《无我相经》等各三轮教说(*teparivatṭa desanā*)中佛陀的教导完全一致，犹如恒河水与耶穆那河水交融。经中，佛陀同样教导了依三相观诸行法。(请参考《无我相经》等。) 诸义注也明确说，只有思惟全部三相，才能证达圣道，仅凭思惟一相，则无法证达。这些结论如上双保险，为更加巩固佛陀的教法而“楔紧锁紧”。原因是：

Evam saṅkhāre anattato passantassa **diṭṭhisamugghāṭanam** nāma hoti. Aniccato passantassa **mānasamugghāṭanam** nāma hoti. Dukkhato passantassa **nikantipariyādānam** nāma hoti. (Vm.2.P264)<sup>70</sup>

**含义是：**

- “1. 无常随观智能断除慢执。
2. 苦随观智能断除称为‘希求(nikanti)’的爱执(tanhā)。
3. 无我随观智能断除我执。”

如此断除时，其余两种随观智只有以亲依止力支助一种随观智，换言之，一种随观智只有得到其余两种随观智的亲依止力支助，该随

<sup>69</sup> 《清净之道》第二册第 787 节。

<sup>70</sup> 直译：“如是见诸行无我者，名‘除见’。见无常者，名‘去慢’。见苦者，名‘破欲’。”(《清净之道》第二册第 721 节)

观智才会变得敏锐、勇猛、清净、增广、强力。唯有这种变得敏锐、勇猛、清净、增广、强力的随观智，才能摧毁相应的烦恼执。(请阅《大疏钞》第二册第 721 节<sup>71</sup>)

然而，随观智仅能暂时摧毁相应的烦恼，只有圣道智才能以正断无余摧毁相应的烦恼。但圣道是属于必须在随观智(即观智)的层层亲依止力的支助下才能生起的智。故佛陀在《苏西玛经》(Susima Sutta)中教导道：

Pubbe kho, susima, dhammaṭṭhitīñāṇam, pacchā nibbāne ñāṇa.  
(S.1.P344)<sup>72</sup>

含义是：“苏西玛，安住于诸行法的无常、苦和无我相的名为‘法住’的观智先生起，通过取涅槃法为所缘而了知的圣道智后生起。”(S.1.P344)<sup>73</sup>

从游方者进入佛教并达上的苏西玛尊者认为圣道智是神通的结果，来向佛陀请教，佛陀回答：圣道智不是神通的结果，而是安住于诸行法的无常、苦和无我相而名为“法住”的观智的结果，是只会生起于观智末端的智。(请阅《苏西玛经》义注)

因此，希求圣道智的禅修者您，应努力使无常随观智、苦随观智和无我随观智这些随观智变得敏锐、勇猛和清净。

### 1.1.17 无我之光

只有在诸佛出世的教法中，众生才有机会了知三相之一的无我相。正自觉佛陀想阐明无我相时——

<sup>71</sup> 缅文版 Mahāṭīkā.2.P415-416。

<sup>72</sup> 直译：“苏西玛，法住智在前，涅槃智在后。”(《相应部·因缘品·因缘相应·苏西玛经》)

<sup>73</sup> 《相应部·因缘品·因缘相应·苏西玛经》

1. 或通过无常相来开示；
2. 或通过苦相来开示；
3. 或通过无常和苦两相结合来开示。

其中，世尊是这样以无常相来阐明无我相的：

Cakkhu attā’ti yo vadeyya tam na upapajjati. Cakkhussa uppādopi vayopi paññāyati. Yassa kho pana uppādopi vayopi paññāyati, ‘attā me uppajjati ca veti cā’ti iccassa evamāgataṁ hoti. Tasmā tam na upapajjati, ‘cakkhu attā’ti yo vadeyya. Iti cakkhu anattā. (M.3.P329 Chachakka-suttam)<sup>74</sup>

含义是：“若有人说‘眼净界（即眼门）为我’，此言不可能发生，眼净界（即眼门）的生与灭皆显著。凡于某法，生与灭皆显著，而说此法（为我），就相当于说‘我的自我既生起又死去’。因此，若有人说‘眼净界（即眼门）为我’，此言不可能发生。故眼净界（即眼门）无我。”(M.3.P329)<sup>75</sup>

以上这段《六六经》(Chachakka Sutta)，是借无常来阐明无我相。

Rūpaṁ, bhikkhave, anattā. Rūpañca hidam, bhikkhave, attā abhavissa, nayidaṁ rūpaṁ ābādhāya saṁvatteyya, labbhetha ca rūpe “evam me rūpaṁ hotu, evam me rūpaṁ mā ahosī”ti. Yasma ca kho, bhikkhave, rūpaṁ anattā, tasmā rūpaṁ ābādhāya saṁvattati, na ca labbhati rūpe “evam me rūpaṁ hotu, evam me rūpaṁ mā ahosī”ti. (S.2.P55; V.3.P18)<sup>76</sup>

<sup>74</sup> 直译：“若有人说‘眼（净）为我’，此言不实。眼（净）的生与灭均显著。凡某法的生与灭皆显著而说它（为我），就相当于说‘我的自我既生又灭’。因此，若有人说‘眼（净）为我’，此言不实。故眼（净）无我。”(《中部·后五十经·六六经》第422节)

<sup>75</sup> 《中部·后五十经·六六经》第422节。

<sup>76</sup> 直译：“诸比库，色非我。诸比库，若此色是我，此色则不会有疾。于色亦可得‘愿我的色如此，愿我的色勿如此！’诸比库，正因色非我，故色会有疾。”

含义是：“诸比库，色非我（即‘无我’）。诸比库，若此色是我，则此色不可能生痛疾；亦可令色‘愿我的色如此，愿我的色勿如此！’诸比库，色非我故（即正因为无我），而会生痛疾；亦不可令色‘愿我的色如此，我的色勿如此’。”(S.2.P55; V.3.P18)<sup>77</sup>

以上引述的这段《无我相经》(Anattalakkhaṇa Sutta)，则借苦来阐明无我相。

Rūpam, bhikkhave, aniccam. Yadaniccam tam dukkham; yam dukkham tadanattā; yadanattā tam “netam mama, nesohamasmi, na meso attā”ti evametam yathābhūtam sammappaññāya datthabbam. (S.2.P19)<sup>78</sup>

含义是：“诸比库，色是无常的，无常的此色是苦的，苦的此色是无我的。无我的此色‘不是我的，不是我，不是我的自我’，应这样如实破除名色密集，以观智之光洞察。”(S.2.P19)<sup>79</sup>

以上的《凡无常经》(Yadanicca Sutta)等，则由无常相和苦相结合来阐明无我相。为什么这样教导？因为无常和苦二相于世间显而易见。

例如，餐具等物失手摔碎时，人们会说：“噢！无常！”(Aho aniccam!)这样就称为“无常相于世间显而易见”。又如，当自己的身体出现脓疮等病，或被尖桩荆刺击中扎中时，人们会说：“噢！苦！”(Aho dukkham!)这样称之为“苦相于世间显而易见”。

然而，无我相却不明显。对无慧眼者而言，充满昏昧。此相难现于智，难以洞悉，难以阐明，难以世俗谛开示引导。

Aniccadukkhalakkhaṇāni uppādā vā tathāgatānam anuppādā vā

于色亦不可得‘愿我的色如此，愿我的色勿如此！’”(《相应部·蕴品·蕴相应》第59节；《律藏·大品》第20节)

<sup>77</sup> 《相应部·蕴品·蕴相应》第59节；《律藏·大品》第20节。

<sup>78</sup> 直译：“诸比库，色乃无常。凡无常者则苦，凡苦者则无我，凡无我者则‘非我所有，非我，非我的自我’，应如此以正慧如实洞察。”(《相应部·蕴品·蕴相应》第15节)

<sup>79</sup> 《相应部·蕴品·蕴相应》第15节。

paññāyanti. Anattalakkhaṇam vinā buddhuppādā na paññāyati, buddhuppādeyeva paññāyati. (Abhi.A.2.P46)<sup>80</sup>

含义是：“无论如来是否出世，无常和苦二相在世间显而易见。无我相却不然，离开了佛陀的教法时期（即在没有佛陀出世的时期）则不显见，只有诸佛出世才会显见。”(Abhi.A.2.P46)<sup>81</sup>

在教外时期，即使是有大神通的善士，如隐士师沙拉邦迦(Sarabhaṅga)菩萨，也只能以世俗谛阐述无常和苦，而不能以世俗谛阐述无我。假如那些善士也能为前来拜访自己的信众用世俗谛阐释无我，那么，这些信众就有可能透知彻见道果。(Abhi.A.2.P46)<sup>82</sup>

Anattalakkhaṇapaññāpanañhi aññassa kassaci avisayo, sabbaññubuddhānameva visayo. (Abhi.A.2.P46)<sup>83</sup>

含义是：“然而，用世俗谛为弟子开示无我相，这不属于其他任何人的范畴，唯独属于已完全洞悉彻见一切应知法(ñeyyadhamma)的一切知者、正自觉者、佛陀的范畴。”(Abhi.A.2.P46)<sup>84</sup>

如此，无我相是一种不明显的相，是一种难以透彻了知的相，是一种难以阐明，难用世俗谛开示引导的相。因此，佛陀宣说无我相时

- 
1. 或通过无常相来开示；
  2. 或通过苦相来开示；
  3. 或通过无常和苦两相结合来开示。(Abhi.A.2.P46-47)<sup>85</sup>

<sup>80</sup> 直译：“无论如来是否出世，无常和苦相皆显见。无我相则只有在诸佛出世时才会显见，若无佛陀出世则不显见。”(《论藏·分别》义注)第50页)

<sup>81</sup> 《论藏·分别》义注)第50页。

<sup>82</sup> 《论藏·分别》义注)第50页。

<sup>83</sup> 直译：“然而，用世俗谛来开示无我相，这不属于其他任何人的领域，仅属于一切知者佛陀的领域。”(《论藏·分别》义注)第50页)

<sup>84</sup> 《论藏·分别》义注)第50页。

<sup>85</sup> 《论藏·分别》义注)第50页。

而对这么难的无我相的不显现貌与显现貌，是这样解释的：

Anattalakkhaṇam nānādhātuvinibbhogassa amanasikārā appaṭivedhā, ghanena paṭicchannattā na upaṭṭhāti.....Nānādhātuyo vinibbhujitvā ghanavinibbhoge kate anattalakkhaṇam yāthāvasarasato upaṭṭhāti. (Abhi.A.2.P47; Vm.2.P276)<sup>86</sup>

含义是：“由于没有以智慧逐一剖析作意各色界(rūpadhātu)<sup>87</sup>和名界(nāmadhātu)，无法以智通达究竟名色的自性力和自性相，被名色密集所蒙蔽，故而无我相无法显现于禅修者的智慧之中。

当能逐一智辨各色界和名界，(依相、作用、现起、近因逐一辨取究竟名色，如此)完成逐一智辨名色密集时，无我相、**无我智见、无我之光**便以如实的自性相清楚地现起于禅修者的智慧之中。”这就是以上诸义注的本意。

### 1.1.18 原因

色法和名法都有着必定会以色聚和名聚成组生起的自然规律，它们不能单独生起。[按《大疏钞》第二册第 579 节<sup>88</sup>中的术语“色非色以聚而生(rūpārūpakalāpuppādanam)”，把一个心识刹那中的俱生名法聚称为“名聚”。]色聚和名聚是究竟范畴中最小的组合，也是最小的密集。只有能依相、作用、现起和近因辨取每粒色聚和名聚中的各究竟界，才能破除名色密集；只有破除密集，才能达到智见究竟；只有达到智见究竟，无我相才能以如实的自性相清楚现起于禅修者的智慧

<sup>86</sup> 直译：“因对逐一辨析各（名与色）界之不作意、不通达，受密集所蒙蔽，故无我相不现起。……当逐一辨析各界，逐一破除密集之时，无我相便以如实的自性相现起。”(《论藏·分别义注》第 50 页；《清净之道》第二册第 739 节)

<sup>87</sup> 此处“色界”的巴利是 rūpadhātu，指每一种色法，不同于表示三界之一的 rūpāvacara。

<sup>88</sup> 缅文版 Mahāṭīkā.2.P235。

中。

当能辨取到一粒名聚色聚中的究竟名色法时，将会见到一粒名聚或色聚中各究竟界的生(uppāda)、住(thiti)、灭(bhaṅga)三个小刹那(khanattaya)。禅修者也将会看到，这些究竟名色法于生起之前不存在，生起之后也不会（像尸体堆积般）堆积于某处，只在未生前与生起后这两种不存在之间，以生、住、灭瞬间显现的法聚。其中，

Ekaccharakkhaṇe    koṭisatasahassasaṅkhā    uppajjītvā    nirujjhati.  
(S.A.2.P295)<sup>89</sup>

说名法在一弹指、一眨眼、一闪电、一秒钟的时间里，生灭的总次数，或心识刹那总数，或名聚总数，约为一万亿次。这句话旨在说明名法的生起极其快速。据此教导，在称为“一个名聚”的一个心识刹那中，名法聚的寿命只有约万亿分之一秒。

其次，每粒名聚中的色法寿命，也只有约 17 个心识刹那，相当于 17 个名聚。意思是寿命只有约略短于五百亿分之一秒。

在寿命如此短暂的每一粒名聚色聚中的名色法聚里，禅修者即使以慧眼遍寻生而不灭、密集、坚固、以实体而住的“我”，也一无所见。三十一界，除了名色，再无它获。那时，无我之光才会绚烂璀璨地壮观显现。

应相信且牢记，要达到这种无我智见，就必须以智慧分析名色聚，直到破除各种密集。要做到这种以智慧分析辨别名色聚并达到破除各种密集所需具备的，就是称为“心清净”的近行定和安止定。因此，佛陀在《定经》等经中亲言：“是只有具足定，才能知见之法”。

接着，继续来讲解其中有关密集的内容。

---

<sup>89</sup> 直译：“一弹指间，（名法）已生灭约一万亿次。”（《相应部·蕴品》义注》第 323 页）

### 1.1.19 三种色密集

在修习色法直到智见究竟色的过程中，需要破除三种色密集。色法阶段有三种色密集，诸复注对此解释道：

**Ghanavinibbhoganti santatisamūhakiccaghānānam vinibbhujanam vivecanam.** (M.T.1.P365; D.T.2.P308; Mahātīkā.1.P428)<sup>90</sup>

“以智慧逐一剖析并破除色密集，是指用智慧逐一辨析相续密集(santatighana)、组合密集(samūhaghana)和作用密集(kiccaughana)这些色密集。”(M.T.1.P365)<sup>91</sup>

根据这些复注论师的论述，色法中只有三种密集，即：(1) 相续密集；(2) 组合密集；(3) 作用密集。色法中没有所缘密集(ārammaṇaghana)。原因是：

在《法集》中，世尊把究竟法分为有所缘法(sārammaṇadhamma)和无所缘法(anārammaṇadhamma)这两种，并分别开示道：

Katame dhammā sārammaṇā?

Vedanākkhandho, saññākkhandho, saṅkhārakkhandho,  
viññāṇakkhandho, ime dhammā sārammaṇā.

Katame dhammā anārammaṇā?

Sabbañca rūpam, asaṅkhatā ca dhātu, ime dhammā anārammaṇā.  
(Abhi.1.P238)<sup>92</sup>

在以上《法集》经文中，佛陀把受蕴、想蕴、行蕴和识蕴这四种

<sup>90</sup> 直译：“**破除密集**，指逐一分析并破除相续密集、组合密集和作用密集。”(《<中部·根本五十经>复注》第111节；《<长部·大品>复注》第390页；《大疏钞》第一册第306节)

<sup>91</sup> 《<中部·根本五十经>复注》第111节。

<sup>92</sup> 直译：“哪些法是有所缘法？受蕴、想蕴、行蕴和识蕴，这些法是有所缘法。哪些法是无所缘法？一切色和无为界，这些法是无所缘法。”(《论藏·法集》第1191-1192段)

名蕴(nāmakkhandha)(即所有名法)开示为能够取所缘的“有所缘法”。另外，把所有色法和殊胜的无为界涅槃开示为不能取所缘的“无所缘法”。其中，仅仅在有所缘法中，才有所缘密集，《大疏钞》对此解释说：

Tathā sārammaṇadhammānam satipi ārammaṇakaraṇabhede ekato gayhamānā ārammaṇaghanatā ca. (Mahātīkā.2.P437)<sup>93</sup>

含义是：“有所缘法取所缘虽然不同，但若认为是一个整体，就是所缘密集。”因此，只有能取所缘的诸名法才有所缘密集。诸色法则不能取所缘的无所缘法。由于色法没有所缘密集，所以在上面提及的《〈根本五十经〉复注》等复注中只解释色法中的三种密集。另外，[ Sārammaṇāti hi vacanam cittacetasi kānam ārammaṇena vinā appavattiññeva dīpeti. (《法集·根本复注》第一册第 1313 节<sup>94</sup>) 含义是：“‘有所缘’一词只是表明，心与心所若无所缘则不会生起的性质。] 据此复注的解释，“有所缘法”一词也只针对名法而言。虽然有“色也有四种密集”的说法，但应知，色不是有所缘法，故色无所缘密集。

### 1.1.20 一、色的相续密集

由业、心、时节和食四因所产生的各种色聚中都含有火界，这些火界又称为“时节(utu)”。该火界、时节能产生一代代新的食素为第八的时节生食素八法聚(utujaojatthamaka)。比如说眼十法聚(cakkhudasakakalāpa)，就是一粒眼净色为第十的色聚。分析该眼十法聚时，将会看到十种色法，分别是：地、水、火、风、色、香、味、

<sup>93</sup> 直译：“同样地，有所缘法取所缘虽然不同，但一起取的时候，就是所缘密集。”（《大疏钞》第二册第 739 节）

<sup>94</sup> 缅文版 Mūlaṭīkā.1.P181。

食素、命根和眼净色。(将在《色业处篇》的表格中进一步论述)这十种色法中就含有火界。此火界能产生时节生食素八法聚(是眼十法聚中含有的火界，即时节之子)。

然后，这些时节生食素八法聚中又含有火界，此火界能再产生新的时节生食素八法聚(是原来的眼十法聚中的火界，即时节之孙)。

同样地，每至色的住时，各粒眼十法聚中的火界<sup>95</sup>就会接连产生四五代色聚。[在这四五代色聚生起的最后一代(一次)，其色聚中的火界，不能再产生新的色聚。]而于其余色聚，也依理类推。关于色法是如何生起的，又如何修习，留待《色业处篇》再作详解，彼处将会清晰明了。

有些色聚中的火界能再次支助产生三四代或四五代新的色聚。像由修止心和修观心产生的生色聚中的火界，不仅在体内，还向体外一再地支助产生许多代新色聚。这些时节生食素八法聚，称为“同一时节产生的色(sabhāgaekautusamuṭṭhānarūpa)”。

另外，所谓“被吞食的食物(āhāra)”，只是在食用前这个阶段，以及食用后在胃中未向体内扩散而作为“胃中物”身分这个阶段中，由称为“时节”的火界产生的时节生食素八法聚的组合体，是三十二身分中的“胃中物”身分。若禅修者辨取“胃中物”的四界，将只会见到色聚。这些色聚是由称为“时节”的火界正在产生的时节生食素八法聚。禅修者必须修习至见到由一粒色聚中的火界再持续产生新色聚。每粒时节生食素八法聚中都含有食素。这些时节生食素，还只存在于已成为胃中物但未向体内扩散时的时节生色、时节生食素中，当这些时节生食素获得胃周围的命根九法聚中的火界，即称为“消化之火(pācakatejo)”的业生胃火支助而向体内扩散时，才以食素八法聚的

---

<sup>95</sup> 火界即时节，以下均省略此说明。

形式扩散。这些食素八法聚称为“食生食素八法聚(*āhāraja ojātthamaka*)”，它们是由之前称为“胃中物”的时节生食素八法聚中的食素产生的色(是时节生食素之子)，故得此名。这些食生食素八法聚中的食素，则称为“食生食素”。

在业生、心生和时节生色聚中，也都含有食素，分别称为“业生食素(*kammajaojā*)”、“心生食素(*cittajaojā*)”和“时节生食素(*utujaojā*)”。当这些业生、心生和时节生食素各自获得上述食生食素的支助，有时会再产生四五代其它食素八法聚，有时会产生许多代。其次，若前前食生食素八法聚中的食素也得到后后新的食生食素八法聚中的食素的支助，那么，依所食的食物营养，会相应地再持续产生一代代直到十至十二代等新的食素八法聚(是之前称为“胃中物”的时节生食素的后代)。同样地，一次吞咽的食物，遍布于体内甚至达七天。(请阅《清净之道》第二册第700-704节<sup>96</sup>)

这种生起，称为“同一食(食素)产生的色(*sabhāgaekāhāra samutthānarūpa*)”。

若不把由同一时节、同一食产生的色(即同一时节、同一食中的色)看成是一个相续的整体、连续不断，而是能剖析洞见每粒色聚，便破除了**相续密集**。但若看成是一个相续体、连续不断、一个整体，(若见不到各粒色聚中断，)像一团火焰或一根线，则称为被相续密集所蒙蔽。如果这样被相续密集所蒙蔽而未能见到色聚，那么，要想通过修习智辨慧见每粒色聚中的每一色法，从而修达究竟色法范畴，这还有很遥远的距离。若未达到智见究竟，那么，距离达到无我智见就更加遥远了。

---

<sup>96</sup> 缅文版 Vm.2.P249-252。

### 1.1.21 二、色的组合密集

若对每粒色聚中的八种、九种、十种……究竟色法，都能逐一以智慧剖析洞见其究竟法自性力(*parāmatṭhadhamma sabhāva satti*)，即自性相，便破除了组合密集。这种以智慧剖析每粒色聚，达到智见究竟的修习，本书称之为“分析色聚”。应知，若未能这样分析至每粒色聚中的八种、九种、十种……究竟色法，则未破除组合密集。不破除密集，则不达智见究竟。若不达智见究竟，无我之光则无法光彩绚丽显现。

### 1.1.22 三、色的作用密集

每粒色聚中的八种、九种、十种……究竟色法，每种都有自己的特定作用。例如：地界具有作为同色聚色法立足处的作用(*patiṭṭhānarasa*)；水界具有令色法增长的作用(*byūhanarasa*)；火界具有使色法成熟、衰败的作用(*paripācanarasa*)；风界具有推动的作用(*samudīranarasa*)，各自具有如此等作用。若能以智剖析洞见每种究竟色法各自的特定作用，便破除了作用密集。能以智剖析洞见每一种究竟色法的各自作用，从而破除了“认为只有一个作用”的作用密集。如此，若不能以智剖析洞见每粒色聚中每种究竟色法的各自作用，而见一种作用，则无法破除作用密集。若不破除作用密集，受作用密集所蒙蔽，无我之光则无法光彩绚丽显现。

### 1.1.23 应循之义

禅修者要破除色法的这三种密集，就必须对每粒色聚中的八种、九种、十种等每种究竟色法，均依相、作用、现起和近因进行系统辨

取。而这样智辨慧别色法时，要做到依相、作用、现起和近因来智辨慧别每粒色聚中的每一种色法，从而达到智见究竟色法的境界，禅修者必须修习近行定或安止定中的一种。因为这属于只有具备定才能了知、被了知的范畴。

### 1.1.24 四种名密集

另外，名法也有四种密集，分别是：

1. 相续密集；
2. 组合密集；
3. 作用密集；
4. 所缘密集。

《根本复注》解释道：

Santatighanādīnam ayam viseso – purimapacchimānam nirantarataśya  
ekībhūtānamiva pavatti **santatighanatā**, tathā phassādīnam  
ekasamūhavasena dubbiññeyyakiccabhedavasena ekārammanatāvasena ca  
ekībhūtānamiva pavatti **saṁūhādighanatāti**. (Mūlatīkā.1.P60)<sup>97</sup>

这段《根本复注》所解释的四种名法密集的含义如下。

### 1.1.25 一、名法的相续密集

在名法中，有心路心(vīthi citta)和离心路心(vīthi mutta citta)这两种。其中，离心路心有三种，分别是：一期生命中，最初生起的结生

<sup>97</sup> 直译：“这是相续密集等的特性——前后（生起的心）的无间故，犹如一心生起，为‘相续密集’；此外，触等以一整体（为组合密集的特性）；以难被（普通智慧者）了知的各种作用（为作用密集的特质）；以一个所缘（为所缘密集的特质）；犹如一心生起，名为‘组合等密集’。”（《论藏·根本复注·心生起·欲界善词析注》）

心；最后生起的死心；在整一生中间，心路心不生起时，为使生命中的心流不中断而作为生命之因生起的有分心。在一期生命里，结生心和死心只各生起一次。有分心则不然，若心路心不生起，它们会在心路之间，在整一生中相应生起许多次。若不能按每个心识刹那剖析洞见这些结生心、有分心和死心，而只看到连续、整体或部分，就称为被名相续密集所蒙蔽。当能剖析洞见到各个心识刹那，便破除了名相续密集。

另外，心路心必依心之定律生起，这是自然规律。此定律永无改变。比如说，知见色所缘的眼门心路的心与心所，若色所缘极清晰，心识刹那充分生起<sup>98</sup>，那么，此眼门心路的心与心所必依此定律生起——五门转向、眼识、领受、推度、确定、速行七次、彼所缘两次。这称为“心之定律”。这种依心之定律生起的心的顺序，称为“心路”。对一个心路中的名法，若不能剖析每个心识刹那洞见每一个心，而只是看成一个整体的心，就称为被名相续密集所蒙蔽。若能剖析洞见每个心识刹那的每一个心为“这是五门转向，这是眼识，这是领受，这是推度，这是确定，这是第一个速行，这是第二个速行……”，便破除了名相续密集，能以智慧摧毁名相续密集。

### 1.1.26 二、名法的组合密集

其次，名法没有能力单独生起。在每个心识刹那中，心与心所总是一起生起。无论是在名为“离心路心”的结生心、有分心和死心，还是在心路心，心与心所必成组俱生。例如，三因结生的禅修者在结生时，若诸名法与悦受相应，则有：

---

<sup>98</sup> 心识刹那充分生起：色法的寿命为 17 个心识刹那，作为被取的色所缘，正好与取它为所缘的眼门心路生起的 17 个心识刹那相吻合时，就说心识刹那充分生起。

1. 心（即识） = 1 个；
2. 通一切心心所 = 13 个；
3. 遍一切美心心所 = 19 个；
4. 慧根心所 = 1 个；

共 34 个。若结生时有 34 个名法，那么，他的有分心和死亡心同样也各有 34 个。

而在上述的眼门心路中，

1. 五门转向包含心与心所 11 个；
2. 眼识包含心与心所 8 个；
3. 领受包含有心与心所 11 个；
4. 推度（若是悦俱）包含心与心所 12 个；
5. 确定包含心与心所 12 个；
6. 速行（若是与智、喜相应的大善速行）各包含心与心所 34 个；
7. 彼所缘也同样会各包含 34 个。

（详细请阅《名业处》）

如此，在每个心识刹那，名法均依自然规律相应俱生。若不能剖析洞见每个心识刹那中各个俱生的名法为“这是触，这是受，这是想，这是思，这是识……”，而只是看成一个整体或一部分，就称为被名组合密集所蒙蔽。

对这些名组合密集，若能逐一智见慧别、剖析辨取出“这是触，这是受，这是想，这是思，这是识……”，若有 8 个，则辨取 8 个；若有 34 个，则辨取 34 个名法聚，这就称为破除了名组合密集，能以智慧摧毁名组合密集。

### 1.1.27 三、名法的作用密集

同一心识刹那中俱生的名法聚，称为“名聚(nāmakalāpa)”。每粒名聚中的各究竟名法，均有其特定作用。例如：心（即识）在取所缘时具有首领的先导作用(pubbaṅgamarasa)。触有连结所缘与能知心、摩擦撞击所缘的作用(saṅghatṭanarasa)。受有对所缘味道的随感作用(anubhavanarasa)。想有为再次认知所缘而作标记的作用(punasañjānana nimitta karaṇa rasa)。思有作出努力的作用(āyūhana rasa)。如此等，每个心识刹那中俱生的各个名法，皆有其特定作用。若不能慧辨智见各个作用，就称为被名作用密集所蒙蔽。“这是触的作用，这是受的作用……”，若能如此智见慧别、剖析辨取各个作用，就称为破除了名作用密集或（已）能以智摧毁名作用密集。

### 1.1.28 四、所缘密集

所有名法都是能取所缘的有所缘法。但在观的范畴中，名法有两种，即所观名法和能观名法。（《清净之道》第二册第 720 节<sup>99</sup>）在七非色(arūpasattaka)观法中，教导了以后面的心再返观正在修观的心，换言之，以后面的观意门速行心路再返观前面的观意门速行心路。其次，在《坏灭智》中也教导：

Ñātañca ñāṇañca ubhopi vipassatī. (Vm.2.P278)<sup>100</sup>

含义是：无论是“名为‘所知(ñāta)’的被观智透彻了知的苦谛和集谛（即诸行法），还是名为‘能知(ñāṇa)’的正在观照且以智为主导的观意门速行心路，此所知与能知二者皆须观。”

<sup>99</sup> 缅文版 Vm.2.P262。

<sup>100</sup> 直译：“所知与能知，二者皆观。”（《清净之道》第二册第 742 节）

其中，被观照的名法方面有相续、组合和作用三种密集，同样地，正在观照的观智（即观意门速行心路）方面也有这三种密集。对正在修观的观意门速行心路方面的三种名密集，必须也以智破除，智见究竟，再次反观。此正在修观的观智（即观意门速行心路）在修观领域中是尤其能取所缘之法，是有所缘法。对以该观智为主导的观意门速行心路(vipassanā manodvārika javana vīthi)，

1. 若不能依每个心识刹那智辨洞见“这是意门转向，这是第一速行，这是第二速行……”，而只看到是观智或一个修观的心，那么，就称为被名相续密集所蒙蔽。若能依每个心识刹那智辨洞见“这是意门转向，这是第一速行，这是第二速行……”，就称为能以智破除名相续密集，已破除相续密集。
2. 其次，若对每个心识刹那中的【意门转向有 12 种名法，各速行有 34 种名法等】名法聚，只看到是观智或一个修观的心，则称为被名组合密集所蒙蔽。若对每个心识刹那中的各名法聚，皆能以智剖析、知见并再反观为“这是触，这是受，这是想，这是思，这是识……”，就称为能以智破除名组合密集，已破除组合密集。
3. 再者，若不能以智剖析洞悉每个心识刹那中名法聚的各特定作用，就称为被名作用密集所蒙蔽。若能以智剖析、知见各个作用，如“这是触的作用，这是受的作用，这是想的作用，这是思的作用，这是识的作用……”，就称为能以智破除名作用密集，已破除名作用密集。

应知，正在观照的观智或正在观照的观意门速行心路方面的相续、组合和作用三种密集，统称为“所缘密集”。原因是，在修观范畴，特别是能取所缘的有所缘法，就是观智或以观智为主的意门观速行心路。一方面，观智的所观名法有相续、组合和作用三种密集，而另一

方面，以能观的观智为主的意门速行心路则只有所缘密集这一种。只有这样分别而论，名法四种密集的含义才会清晰明了。

如此，一方面是所观，即作为观智所缘的名为“苦谛与集谛”的名色因果（诸行法），另一方面是能观，即正在观照的观智。只有对这两方面的名色密集，均能以智慧逐一剖析洞察，才可智见——诸行法并无所谓造物主“至上我”(parama atta)和被创造的“命我”(jīva atta)；诸行法不随我意的无我本质；并非不灭、密集、坚固、以实体而住的我，而是无我的本质；以及诸行法须臾不息纷纷破灭的本质。如此智见时：

1. 愿此正生起之行法不达住时；
2. 愿此正达住时之行法不衰败、不衰老；
3. 愿此正达衰败、衰老、朽迈之行法不因灭时而灭。

于此三处，并不会随任何众生、有情、我之意，诸行法会随任何众生、有情、我之愿的行相湮灭。所以，诸行法：

1. 因空无“我”的本质，故名“无我”。
2. 因并无所谓主宰者“我”的本质，故名“无我”；
3. 因不随任何“我”意而为的本质，故名“无我”；
4. 与外教徒所持的“有创造者至上我，有被创造者命我”之“我见”截然相反，故名“无我”。(《论藏·分别》义注》第48页)<sup>101</sup>

要想生起这种无我智见，就必须以智慧剖析每一种名界与色界(nāmadhātu, rūpadhātu)，用智慧摧毁以破除密集，洞察思惟以智见究竟。唯有这样修习，才能通过独立思考而断定“诸行法只是在生前灭后两‘无’之间，在极其短暂的时间里，以无常、苦、无我的状态生

---

<sup>101</sup> 缅文版 Abhi.A.2.P45。

起的法。”无我之光也会光彩绚丽地显现于禅修者的智慧之中。

有些导师却不能接受以上经典的教导，而依据《〈中部·根本五十经〉义注》，认为：

1. 仅凭观一种色界也可证达涅槃；
2. 仅凭观一种名界也可证达涅槃；
3. 仅凭观名界与色界各一种也可证达涅槃。

假如接受这种仅凭观一种界便可证达涅槃的观点，那么，之前所解释的与名色密集相关的所有内容都毫无意义。

为让禅修者您能够自己衡量、分辨该观点的正确性，接下来将阐述“三种思惟行范畴”(sammasanacārakhetta)和“一部分”(ekadesa)的内容。

### 1.1.29 三种思惟行范畴

在此，

- (1) 正自觉菩提(sammāsambodhi);
- (2) 独觉佛菩提(pacceka-buddhabodhi);
- (3) 弟子菩提(sāvakabodhi);

当他们修观时，观智所观照的领域——名色诸行，也称为“思惟行范畴”。意思是，会思惟无常、苦、无我的观智所观照的法集。又称“观地(vipassanā bhūmi)”。意思是，作为观智生起处和立足处的法集。对这三种菩提的三种思惟行范畴，《逐一经》(Anupada Sutta)复注解释说：

Buddhānam sammasanacāro dasasahassilokadhātuyaṁ sattasantānagatā, anindriyabaddhā ca sañkhārāti vadanti, kotisatasahassacakkavālesūti apare. Tathā hi addhattayavasena paṭiccasamuppādanayaṁ osaritvā

chattimsakoṭisatasahassamukhena buddhānam mahāvajirañāṇam pavattam. Pacceka-buddhānam sasantānagatehi saddhim majjhima-de-savāsi-satta-santānagatā anindriya-baddhā ca sammasana-cāroti vadanti, jambudīpa-vāsi-satta-santānagatāti keci. Dhamma-senā-pati-nopi yathā-vutta-sāvakānaṁ vipassanā-bhūmi-yeva sammasana-cāro. (M.T.3.P275)<sup>102</sup>

含义是：

“1. 正自觉菩提：诸尊师说，诸菩萨共对一万个轮围界里，有情相续流中生起的名色诸行，以及非根缚<sup>103</sup>的无生命外在诸行法，依无常、苦、无我三相修观。

另一些尊师则认为，共对一万亿个轮围界里，有情相续流中生起的名色诸行，以及非根缚的无生命外在诸行法，依无常、苦、无我三相来思惟。

正因此，依过去、未来和现在三时，智入缘起法，于诸佛或诸菩萨的相续流中，生起 36 万亿大金刚观智(mahāvajira-vipassanā ñāṇa)。各轮围界的有情即使再多，都将其所有有情的相续流中的无明分一组，行分一组，依此类推，各轮围界有十二缘起支，于是分为十二组，再对此十二缘起支分别依三相修观，因此，一万亿个轮围界中，就有三十六亿种大金刚观智在诸佛菩提的心中生起，这是定律。

2. 独觉佛菩提：将成为独觉佛者，会对自身相续流中生起的一切名色诸行、中土各有情或瞻部洲(jambudīpa)各有情相续流中的诸行法，

<sup>102</sup> 直译：“诸师说，诸佛的思惟行，是在一万个世界里有情相续中生起的和非根缚的诸行。另一些[老师]则认为，是一万亿个轮围界中的。正是这样，以三时置入缘起法，于诸佛，三十六万亿种大金刚智生起。诸师说诸独觉佛的思惟行，是自身相续、中土所居有情相续生起的和非根缚的[诸行]。一些则认为是瞻部洲所居有情相续生起的[诸行]。如提及的法将等诸弟子的思惟行则只是观地。”(《〈中部·后五十经〉复注》第 93 节)

<sup>103</sup> 非根缚：anindriya-baddha，不被根所系缚。与“无生命”、“外在”都是指外在无生命体。

以及非根缚(anindriyabaddha)的无生命外在诸行，依无常、苦、无我三相修观。

3. 将成为弟子菩提的上首弟子、大弟子和普通弟子，则会依无常、苦和无我三相，观：(1) 内相续流中生起的所有行法集；(2) 不分男女入畜，同属外在而视作整体的外相续流中生起的行法集；(3) 非根缚的无生命外在行法集。这就是三种思惟行范畴。”(M.T.3.P275)<sup>104</sup>

### 1.1.30 一部分

以上指明了弟子观智的所缘——三种思惟行范畴之一的弟子思惟行范畴，即弟子的观智所思惟的法包括哪些行法集。虽然有上首弟子、大弟子和普通弟子三类不同的弟子，但这三类弟子的观智所观照范围，即思惟行范畴却是一致的。

如此，关于弟子的思惟行范畴，尽管结论明确而清晰，但由于对《根本五十经》义注中“ekadesa（一部分）”词义的误解，故又认为仅依三相观一种色界，或一种名界，或一种色界和一种名界，即可证达涅槃。为解决这个问题，以下将简略介绍“一部分”这个词。

Mānabhañjanattham sabbadhammadmūlapariyāyanti desanam  
ārabhi. (M.A.1.P18)<sup>105</sup>

精通三吠陀的五百位年轻婆罗门从吠陀经典中寻找精髓而无所获，于是，他们本着在佛教中寻找精髓的目标而进入教法并达上。作为最后一生者(pacchimabhavika)，他们拥有极其敏锐的智慧。学习世尊的教理时，他们甚至轻松通晓三藏。由于在学习教理方面轻易获得了成功，他们生起了教理慢(pariyatti māna)，对佛陀也不再像从前那样恭敬。

<sup>104</sup> 《〈中部·后五十经〉复注》第 93 节。

<sup>105</sup> 直译：“为除慢而作此‘一切法根本法门’之教说。”(《〈中部·根本五十经〉义注》第一册第 18 页)

他们心高气傲地认为：“乔达摩佛陀教导的法学起来就这么轻松学会，没什么了不起的。”佛陀知见到，这些比库的教理慢会破坏阿拉汉果之因的亲依止，于是，为消除这五百比库的教理慢，佛陀开示了《根本法门经》(Mūlapariyāya Sutta)。(注意：并不是开示观智的所缘。)开示《法处篇》(dhammādhīṭṭhāna)时，按这四类人来划分讲解他们逐一分析四界的差别：

1. 凡夫通过贪、慢和见三种执而了知；
2. 有学通过断除见执后的部分贪和慢执而了知；
3. 无学（即阿拉汉）已断贪、慢和见三种执而了知；
4. 诸如来也已完全断除贪、慢和见三种执而了知。

之后再从法处依教法次第转说人处(puggalādhīṭṭhāna)。(详见《根本法门经》)

这样开示产生了一个疑问：以上四种人难道只是在了知四界方面存在差异，了知其余究竟行法就没有区别吗？为解决这个问题，义注论师依据《〈中部〉义注》中导论记载的“取相指导法(lakkhaṇahāra netti naya)”，解释了这是佛陀依“取相指导法”，对同相者进行归纳而开示的。(《〈中部〉义注》第一册第 31 页)<sup>106</sup>

按照这个解释，取四界时，也应包括与之具有相同变异相(ruppana lakkhaṇa)的二十四种所造色。因变异相相同，所以把二十四种所造色归入四界来开示。又如，取色蕴时，也包括与之具有相同“杀手相”(vadhaka lakkhaṇa)的其余四名蕴。

请参考《〈中部〉义注》第一册第 32 页“evam rūpamukhena saṅkhāravatthukam maññanam vatvā”<sup>107</sup>等。

<sup>106</sup> 缅文版 M.A.1.P32。

<sup>107</sup> 直译：“如此，基于色，依于行的（爱、慢、见）假想已不言而喻。”（缅文版 M.A.1.P33）

故应知，以上四种人，正如上述所说的在了知四界方面存在差异，同样地，对一切行法的了知也有区别。意思是，他们了知的差别是：

1. 凡夫通过贪慢见三执了知一切行法；
2. 有学通过断除见执后的部分贪和慢执了知诸行法；
3. 无学（即阿拉汉）了知对一切行法已断贪慢见三执；
4. 诸如来也了知对一切行法已断贪慢见三执。

首先应谨记，虽然佛陀只直接教导了四界，但依取相指导法，也须取一切行法。

### 1.1.31 遍知范围的差异

其次，无学阿拉汉了知已断除对诸行法的三种执，诸如来也了知已断除对诸行法的三种执，如此，对于他们在遍知范围上存在的差异，义注解释道：

**Pariññātantaṁ** nāma pariññātāpāram pariññātāvasānam anavasesato pariññātanti vuttam hoti. Buddhānañhi sāvakehi saddhim kiñcāpi tena tena maggena kilesappahāne viseso natthi, pariññāya pana atthi. Sāvakā hi catunnam dhātūnam ekadesameva sammasitvā nibbānam pāpuṇanti. Buddhānam pana anuppamāṇampi saṅkhāragatam nānena aditthamatulitamatīritamasacchikataṁ natthi. (M.A.1.P54)<sup>108</sup>

含义是：“‘如来对应遍知之法已尽遍知’中的‘已尽遍知(pariññātanta)’是指，对应遍知之法的遍知已达彼岸、已达穷尽、已

<sup>108</sup> 直译：“所谓‘遍知’，是指（对应遍知之法的）遍知已达彼岸，遍知已达穷尽，已毫无余漏地遍知。确实，诸佛与弟子，尽管通过各道断除烦恼没有区别，但在遍知方面却是有差异的。弟子只思惟部份四界，皆证达涅槃。而对于诸佛来说，不被（观）智所见、所细察、所决定、所自证的行法，甚至细若极微的都不存在。”（《中部·根本五十经》义注》第一册第53页）

达无余。确实，诸佛与弟子在通过各圣道断除烦恼方面同而无异，但对应遍知之法的遍知范围却有差别。进一步说，弟子只依三相思惟部分四界，皆证达涅槃。然而，一万亿个轮围界中的一切行法，不被诸佛的观智所见、所细察、所依三相思惟决定的、所自证的，甚至细若‘极微’之行法也不存在。”

有些老师就对以上义注“sāvakā hi catunnam dhātūnam ekadesameva sammasithā nibbānaṃ pāpuṇanti”（弟子只依三相思惟部分四界，皆证达涅槃）中“ekadesa（一部分）”一词产生了误解。

原因是把“ekadesa”翻译为“一种界”而造成词意曲解。巴利经典中，“eka”译为“一个”是正确的，但当“eka”后面加了“desa”，成为“ekadesa”时，就不能译为“一个”，意思不是“仅一个”，而是“一部分”，意思是“仅一部分”。应注意，“一个”和“一部分”，含义迥然不同。而“一部分”与“一些”的意思则是相同的。

譬如，把一百个椰子堆在一起，从那堆椰子中，

1. 说法一：“请拿一个椰子。”
2. 说法二：“请拿一些椰子。”

应知，这两种说法的含义是不同的。

另外，取“ekadesa（一部分）”的含义时，应注意勿忘前述的“取相指导法”。在《根本法门经·法处》中，虽然佛陀仅直接分析开示了四界，但依取相指导法，佛陀所开示的四界已包含同相的一切行法。注解此经的义注也跟随原经文风，解释说：“弟子只依三相思惟部分（即一些）四界，皆证达涅槃。”该解释也应结合取相指导法，理解为：

1. 对部分四界；
2. 对部分与四界具有相同变异相的所造色；

3. 对部分与色蕴具有相同“杀手相”的其余四名蕴。

只依三相思惟这三种行法的一部分，皆证达涅槃。意思是：弟子只依三相思惟名色因果诸行法的一部分，皆证达涅槃。

**【注：**“诸佛与弟子在通过各圣道断除烦恼方面同而无异。”为使这句话更清晰，此处再来解释。佛陀的圣道智断除烦恼连同习气，弟子的圣道智则不能断除习气，确有此不同之处。义注对此并未否定。义注的意思是，佛陀的入流道智断除有身见和疑，弟子的入流道智也断除有身见和疑。应知，义注的解释只是针对此等各圣道在断除相应烦恼中，烦恼的种类和数量并无区别。】

### 1.1.32 复注的解释

如上所述，只有将“一切行法的一部分（一些）”运用“取相指导法”，“ekadesa（一部分）”的本质义才会与以下复注的解释相吻合。

**Ekadesamevāti** attano santānagatameva. Sasantatipariyāpann-dhammapariññāmattenapi hi catusaccakammaṭṭhānabhāvanā samijjhati. Tenevāha “ imasmīṃyeva byāmamatte kaṭevare sasaññimhi samanake lokañca paññapemi lokasamudayañca paññapemī ” tiādi. (M.T.1.P111)<sup>109</sup>

含义是：“‘ekadesameva（只对部分）’，是指只对自身相续流中生起的（各种）法。确实，仅凭以三种遍知慧遍知属于自身名色相续流中的各种行法，也能成就四谛业处修习，即知见四谛。因此，佛陀在《相应部》第一册第 107 节、《增支部 四集》第 41 节的《赤马经》

<sup>109</sup> 直译：“‘ekadesameva（只对部份）’，是指只对自身相续流中生起的（法）。确实，仅凭遍知自身相续所属的法，也能成就四谛业处修习。因此说‘就在此有想有意的一寻之身，我宣说了‘世间’和宣说了‘世间之集’。”(《中部·根本五十经·根本法门品·根本法门经》)

<sup>110</sup>中开示说：‘就在此有想有意的一寻<sup>111</sup>之身，我宣说了名为‘世间’的苦谛，我也宣说了名为‘世间集’的苦因之集谛……’”(M.T.1.P111)<sup>112</sup>

根据以上复注的解释，“ekadesa（一部分）”的本质义，应取生起于自身相续流中的各种法。意思是，在自身名色相续流中生起的所有种类的法，都属于“ekadesa（一部分）”。自身名色相续流中生起的法不仅包括四界，还有全部五蕴。这全部五蕴或全部五蕴及其因，都应取为“ekadesa(一部分)”的本质义。“ekadesa(一部分、一些)”，是指一部分、一些五蕴及其因。

但是，不要因为上述复注只提到自身名色相续流中生起之法，就误认为不包括外法。意思是，按自身相续流中生起各种法的修习，就能获得对外法的修习，因而只着重解释了内名色相续流中的各种法。若禅修者不是得禅者，可以说，在其自身名色相续流中没有生起禅那法。意思是说，在内没有生起禅那法，故不能对内修习，然后，尽管在外有得禅的人、天、梵众生，但因自己未证禅那，故对外修习时，也不含禅那法或禅那名法聚，即便如此，仍能了知四谛。而不是说不修外法也能了知四谛。有关这个否定结论，法护大长老(Dhammapāla)在以上《根本五十经·逐一经》的复注中对“ekadesa（一部分）”作了完整解释，请继续阅读。

**Ekadesamevāti** sakaattabhāve saṅkhāre anavasesato pariggahetuñca sammasituñca asakkontam attano abhinīhārasamudāgatañāṇabalānurūpam ekadesameva pariggahetvā sammasanto. Nanu ca “sabbam, bhikkhave, anabhijānam aparijānam avirājayam appajaham abhabbo

<sup>110</sup> 缅文版 S.I.P61; A.I.P357 Rohitassasutta。

<sup>111</sup> 一寻：byāma，古代长度单位，即四肘或八尺，从头顶至脚底的长度。

<sup>112</sup> 《〈中部·根本五十经·根本法门品·根本法门经〉复注》。

dukkhakkhayāyā”ti vacanato vatṭadukkhato muccitukāmena sabbam pariññeyyam parijānitabbameva. Saccametam, tañca kho sammasanupagadhammavasena vuttam. Tasmā sasantānagate sabbadhamme, parasantānagate ca tesam santānavibhāgam akatvā bahiddhābhāvasāmaññato sammasanam ayam sāvakānam sammasanacāro.

(M.T.3.P275)<sup>113</sup>

含义是：“‘ekadesa（只对一部分）’是指，由于不能对自身行法彻底无遗地以智分别（即辨取）并依三相思惟修观，故只能根据自己的巴拉密（即至上愿）善积累后产生的观智威力，只对一部分（一些）行法进行辨取并以三相思惟修观。

（待续）

**【至上愿(abhinīhāra):** 正把自己的名色相续流导向道智果智的——各过去世所积累的称为‘明行种子’的巴拉密资粮，以及今生正在培育的与观智相应的信、精进、念、定和慧等——善法，称为“至上愿”。当获得那一代代至上愿的亲依止缘和重复缘等缘力的支助，对凡夫和有学而言，称为‘大善观意门速行心路’的名法聚也与观智一起生起。这样生起的每一个速行心识刹那中，若与智、喜二者相应，则各[速行]有心与心所名法聚 34 个。所能辨取和观照到的行法，也因这俱生名法聚中观智威力的大小而有所不同。观照时，观智威力的大小取决于至上愿，至上愿越强，则观智威力越强；至上愿越弱，则观

<sup>113</sup> 直译：“‘ekadesameva（只对一部分）’，是指因不能无余辨识和思惟自身诸行，故根据自己已善积累的至上愿所产生的（观）智威力，只辨识和思惟部分（行法）。（世尊说：）‘诸比库，若不透知，不遍知，不舍离、不断除，则不可能苦尽。’此话岂不是说，凡欲解脱轮回者，都必须遍知应遍知（之法）吗？此言属实，但它是通过‘达到思惟法’而说的。因此，思惟自相续中生起的一切法，以及其他相续中生起的，但无需对此外在的相续作（男女等众生的）分别，因同属外在故。这是弟子的思惟行。”（《中部·后五十经·逐一品·逐一经》复注）

智威力越弱。因此，在辨取并观照诸行法时，若观智威力大，所能观到的诸行法就多一些；若观智威力小，所观到的诸行法就少一些，只能观到一部分。这是上面这句话的意思。】（续上文）

这就产生了一个疑问，佛陀在《相应部·六处品》第 26 节《不遍知经》<sup>114</sup>中开示‘对所有名色法，即五取蕴，若不能以知遍知慧透知，不能以审察遍知慧辨知；若不能以断遍知慧舍离、断除对所有名色法，即五取蕴贪著的爱，则不可能苦尽。’那岂不是凡欲解脱轮回之苦的善男子和善女子，都必须以三遍知慧遍知‘应以三遍知慧遍知的一切名色法’吗？回答是，

‘必须以三遍知慧遍知一切名色法’这句话是对的，但这句话，佛陀是通过“达到思惟法(sammasanupaga dhamma)”来开示的。达到思惟法，即应依三相思惟的各种究竟界。

因此，

1. 对内自身相续中生起的所有名色法，依三相以观智思惟；
2. 外相续中生起的所有名色法，则不对各类有情作男女等众生之别，同属外在故，归为一整体而依三相以观智思惟。这两种观照思惟，就是弟子的思惟行范畴。”（这是以上《逐一经》复注的意思。）

应知，根据上述复注的解释，自身内相续中生起的一切名色法，以及包含无生命外在诸行法的外相续中生起的一切名色法，称为“ekadesa（一部分）”。

### 1.1.33 有关“一部分”（即一些）的观点

这样，又出现一个问题：既然说弟子的观智所缘是内五蕴和外五蕴，那么，为什么要说“ekadesa（一部分或一些）”呢？答案是：

---

<sup>114</sup> 缅文版 S.2.P249-250 Aparijānana-sutta。

义注对这两种说法均有解释。其中，《胜义说》(Aṭṭhasālinī)和《清净之道》解释了各种至出起观(vuṭṭhānagāminī vipassanā)，以下将从这些解释中摘录一些与此处直接相关的部分，然后以《胜义说》的观点为主要依据来讲解。

Idhekacco āditova ajjhattam pañcasu khandhesu abhinivisati, abhinivisitvā te aniccādito passati, yasmā pana na suddhaajjhattadassanamatteneva maggavuṭṭhānam hoti, bahiddhāpi datṭhabbameva, tasmā parassa khandhepi anupādinnasaṅkhārepi “aniccam dukkhamanattā”ti passati. So kālena ajjhattam sammasati, kālena bahiddhāti. (Abhi.A.1.P270)<sup>115</sup>

Aparo āditova rūpe abhinivisati, abhinivisitvā bhūtarūpañca upādārūpañca paricchinditvā aniccādito passati. Yasmā pana na suddharūpadassanamatteneva vuṭṭhānam hoti, arūpampi datṭhabbameva. Tasmā tam rūpam ārammaṇam katvā uppannam vedanam saññam saṅkhāre viññāṇañca “idañ arūpan”ti paricchinditvā aniccādito passati, so kālena rūpam sammasati kālena arūpam. (Abhi.A.1.P271)<sup>116</sup>

含义是：“在此教法中，一些禅修者在作意作为观智所缘的诸行法时，首先从内五蕴开始作意（即辨取、以智分别）。作意、辨取、以智分别之后，依无常、苦和无我三相对此内五蕴轮流修观。因为仅凭

<sup>115</sup> 直译：“在此，一些人开始对内五蕴作意，作意后，以无常等观这些五蕴。又因仅凭纯粹内观，则不达道出起，也必须观外（五蕴），所以，应对其他诸蕴和无执取诸行观无常、苦和无我。他一时思惟内（五蕴），一时思惟外（五蕴）。”（《论藏·法集》义注》第 226 页）

<sup>116</sup> 直译：“另一位禅修者从色（法）开始作意，作意后，剖析并以无常等观大种色和所造色。又因仅凭纯粹观色（法），则不达道出起，也必须观名（法），所以，应剖析并以无常等观取该色（法）为所缘而生起的受、想、行和识这些名（法）。他一时思惟色（法），一时思惟名（法）。”（《论藏·法集》义注》第 227 页）

观内五蕴，名为‘出起’的圣道智或至出起观无法生起，也必须观诸外法。所以，对其他相续中的五蕴以及无生命、无执取(anupādinna)的诸行法，依无常、苦和无我（三相轮流）修观。此禅修者一时依三相轮流观内五蕴，一时依三相轮流观外五蕴。”(Abhi.A.1.P270)<sup>117</sup>

“另一位禅修者从（于内外二者皆具有名色中的）色法开始作意（即辨取、以智分别）。作意、辨取、智别之后，对大种色（四界）及依该四界生起的所造色以智剖析，再依无常、苦和无我三相轮流修观。但仅凭观色法，称为‘出起’的圣道智或至出起观无法生起，也必须观名法。因此，也对取该色法为所缘而生起的受、想、行和识逐一智别为‘这是名法’等，再依无常、苦和无我三相轮流修观。此禅修者一时依三相轮流观色法，一时依三相轮流观名法。”(Abhi.A.1.P271)<sup>118</sup>

《清净之道》第二册第 782-788 节<sup>119</sup>解释的含义也与此相同。根据这些义注的结论，仅凭观内五蕴，圣道智无法生起；仅凭观包含名为‘无执行’的无生命色法的外五蕴，圣道智也无法生起。因此，必须一时对内五蕴，一时对外五蕴，依三相思惟修观。

如此观照时，于内外二者，仅凭对色法修观，圣道智无法生起；仅凭对名法修观，圣道智也无法生起。因此，必须一时依三相轮流观色法，一时依三相轮流观名法。观色法时，对大种色及所造色以智剖析并修观吧。观名法时，对取色法为所缘而生起的四名蕴以智剖析并修观吧。（详阅《论藏·法集》义注》第 226-227 页；《清净之道》第二册第 782-788 节）<sup>120</sup>

以上义注的教导与下面有关念处修习的教示，可谓同出一辙。

<sup>117</sup> 《论藏·法集》义注》第 226 页。

<sup>118</sup> 《论藏·法集》义注》第 227 页。

<sup>119</sup> 缅文版 Vm.2.P300-301。

<sup>120</sup> 缅文版 Abhi.A.1.P270-271; Vm.2.P300-301。

Iti ajjhattam vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati. (D.2.P232)<sup>121</sup>

Iti ajjhattam vā vedanāsu vedanānupassī viharati, bahiddhā vā vedanāsu vedanānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā vedanāsu vedanānupassī viharati. (D.2.P237)<sup>122</sup>

Iti ajjhattam vā citte cittānupassī viharati, bahiddhā vā citte cittānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā citte cittānupassī viharati. (D.2.P237)<sup>123</sup>

Iti ajjhattam vā dhammesu dhammānupassī viharati, bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati. (D.2.P239)<sup>124</sup>

在这些念处教法中，佛陀亲授了如何于内外两者观名为“身、受、心、法”的五蕴。

观内外两者的五蕴，不仅为佛陀所亲授，诸义注也断定，仅凭观内五蕴，无法证达圣道；仅凭观外五蕴，也无法证达圣道。诸义注的结论如同“铁板钉钉”，更加肯定佛陀的教诲而“楔紧锁紧”。

这样观内外五蕴时，由于只能观到一些，故也注释为“ekadesa(一部分)”。意思是，教导观内外五蕴是以各种究竟法的角度来教导的，每种究竟法都有非常庞大的数量，由于无法观尽那些数量，所以注解

<sup>121</sup> 直译：“如此，或于内身随观身而住，或于外身随观身而住，或于内外身随观身而住。”（《长部·大品》第374节）

<sup>122</sup> 直译：“如此，或于内受随观受而住，或于外受随观受而住，或于内外受随观受而住。”（《长部·大品》第380节）

<sup>123</sup> 直译：“如此，或于内心随观身而住，或于外心随观身而住，或于内外心随观身而住。”（《长部·大品》第381节）

<sup>124</sup> 直译：“如此，或于内法随观身而住，或于外法随观身而住，或于内外法随观身而住。”（《长部·大品》第382节）

为“只观‘ekadesa（一部分或一些）’”。

### 1.1.34 一铎那

为使以上结论更清晰，再作进一步解释。《清淨之道》第一册第349节<sup>125</sup>说，当以智慧估量在此身中一粒色的三个小刹那<sup>126</sup>同时生灭的极微大小的色聚时，则有一铎那(donamatta，约相当于10.2287升)。意思是：若有人质疑，每粒色聚中都含有四界，那么，弟子能观尽每一粒色聚中的每一界吗？回答是，只能观到一部分、一些。那“ekadesa（一部分）”，也因观智的威力大就能观得较多的一部分，若观智的威力小就只能观得较少的一部分。同样地，依四界而生的所造色也只能观到一部分。

### 1.1.35 名世间

Ekaccharakkhaṇe    kotisatasahassasaṅkhā    uppajjītvā    nirujjhati.  
(S.A.2.P295)<sup>127</sup>

含义是：“在所谓‘一弹指、一眨眼、一闪电、一秒钟’的极短时间里，名法已生灭约一万亿次。”此说中的每一个心识刹那，都包含以触五法(phassapañcamaka)——触、受、想、思、识——为首的名法。这些以触五法为首的名法，能观到的只有一部分，不能观到的也有一部分。外名色法也依同理可知。

因此，在法的种类方面，于内于外的一切五蕴皆须观。这样修习

<sup>125</sup> 缅文版Vm.1.P361。

<sup>126</sup> 色的三个小刹那：rūpakhaṇattaya，是一个时间单位，表示色法的寿命，即一粒色法的生、住、灭三个刹那。

<sup>127</sup> 直译：“一弹指间，(名法)已生灭约一万亿次。”(《相应部·蕴品》义注)第322页)

才能证达道果涅槃，故世尊教导修习以三遍知来遍知一切名色。

修习时，由于每一究竟法都有庞大的数量，对每一粒色聚中的每一种四界及所造色，和对每一名聚中生起的以触五法为首的每一名法，弟子无法尽观如此数量巨大的各名色聚中的各究竟法，（只有世尊，才能尽观以一万亿个轮围界为界限的领域中的诸行法，）因此教导说，弟子若能观“ekadesa（诸行法的一部分、一些）”，也能证达涅槃。

这样，就大概明白了弟子要观哪些法、观多少、如何观才能证悟涅槃。不过，还有一点值得思考的，下面继续来讲解。

### 1.1.36 值得再思考的一点

以上解释“ekadesa（一部分）”的是《根本法门经》的义注，此《根本法门经》是《根本五十经》中的第一经，而《根本五十经》第三十三经为《大牧牛者经》。正如在本书第5页解释过的，论师在《〈大牧牛者经〉义注》中明确指出：“对色，若不——

1. 通过数量上的28种和
2. 通过起因——

如实了知，他则无法——

1. 辨取色法；
2. 而后，识别名法；
3. 而后，辨取名色；
4. 而后，识别名色诸因；
5. 最后，对名色因果（诸行法）依三相——使观智达到极致的道智果智。”（《〈中部〉义注》第二册第262页）<sup>128</sup>

一位能作出如此明确论断的义注论师，他会不会在《根本五十经》

<sup>128</sup> 缩文版 M.A.2.P163。

这同一书中写“弟子若观一种界，可达涅槃”？对于这点，禅修者您应独立思考断定。

### 1.1.37 八圣道是否圆满？

想要证得涅槃的禅修者您，请再思考这一点。在《转法轮经》(《相应部·大品》第 1081 节)<sup>129</sup>和《大念处经》(《中部·根本五十经》第 135 节)<sup>130</sup>等经中，世尊通过从正见开始到正定的八个圣道本质义，来教导苦灭之道 (dukkhanirodhagāminipaṭipadā，到达苦灭之涅槃的修法) ——道圣谛。唯有圆满此八圣道，才能证达苦灭之涅槃。怎样的定称为八圣道之一的正定？世尊在《大念处经》中教导道：

Katamo ca, bhikkhave, sammāsamādhi.

1. Idha bhikkhave bhikkhu vivicceva kāmehi vivicca akusalehi dhammehi savitakkam̄ savicāram̄ vivekajam̄ pītisukham̄ paṭhamam̄ jhānam̄ upasampajja viharati.
2. Vitakkavicārānam̄ vūpasamā ajjhattam̄ sampasādanaṁ cetaso ekodibhāvam̄ avitakkam̄ avicāram̄ samādhijam̄ pītisukham̄ dutiyam̄ jhānam̄ upasampajja viharati.
3. Pītiyā ca virāgā upekkhako ca viharati, sato ca sampajāno, sukhañca kāyena paṭisaṁvedeti, yam̄ tam̄ ariyā ācikkhanti “upekkhako satimā sukhavihārī”ti, tatiyam̄ jhānam̄ upasampajja viharati.
4. Sukhassa ca pahānā dukkhassa ca pahānā pubbeva somanassadomanassānam̄ atthaṅgamā adukkhamasukham̄

<sup>129</sup> 缅文版 S.3.P369。

<sup>130</sup> 缅文版 M.1.P88。

upekkhāsatipārisuddhim catuttham jhānam upasampajja viharati.

Ayaṁ vuccati bhikkhave sammāsamādhi. (D.2.P250-251)<sup>131</sup>

含义是：“诸比库，什么是正定？

1. 诸比库，在此教法中，比库已离诸欲、已离诸不善法，成就并住于有寻有伺、有由离盖所产生的喜乐的初禅。
2. 因诸寻伺寂止而成就并住于能令内相续中的心清明、能令心的定力提升、无寻无伺、有由定所产生的喜乐的第二禅。
3. 喜也离了，故中舍地专注所缘（入出息似相、遍禅似相等禅那所缘），具有能辨取所缘之念，具有能思惟所缘之正知而住，以（色身）名身受乐而住。凡圆满第三禅者，佛陀等诸圣者称赞他为“中舍地专注所缘者、能辨取所缘的具念者、常快乐而住者”，成就并住于第三禅。
4. 舍离了身乐与身苦，之前的悦、忧皆已灭没故，成就并住于不苦不乐、有由舍所产生的念的遍净的第四禅。

诸比库，此定称为“正定”。(D.2.P250-251)<sup>132</sup>

初二三四禅，即称为“正定”，是在以上《大念处经》教法中，佛陀所亲述的内容。这是依“示胜法”的教导，指出作为观智基础定中的最上乘者。换言之，这是佛陀依“中灯法(majjhedīpaka)”的教导，即在达到最高境界欲界定的近行定、色界定和无色界定三种定中，通过直接开示中间的色界定，便涵盖了作为开端的近行定（即最高的欲

<sup>131</sup> 直译：“诸比库，什么是正定？1. 诸比库，在此，比库已离诸欲、已离诸不善法，成就并住于有寻有伺、离（盖）而生喜乐的初禅。2. 寻伺寂止故，成就并住于内（心）清明、心专一、无寻无伺、定而生喜乐的第二禅。3. 喜亦离，故舍、具念与正知、以（名色）身受乐而住。凡圆满第三禅者，（佛陀等）诸圣者皆赞其为“（中）舍（专注所缘）者、具念者、乐住者”，成就并住于第三禅。4. 舍乐离苦，之前的悦、忧皆已灭没故，成就并住于不苦不乐、舍而生念的遍净的第四禅。诸比库，这称为‘正定’。”（《长部·大品》第402节）

<sup>132</sup> 《长部·大品》第402节。

界定) 和末端的无色界定。因此,《清净之道》说:

Cittavisuddhi nāma saupacārā atṭha samāpattiyo. (Vm.2.P222)<sup>133</sup>

含义是:“近行定及八定,名为‘心清净’”。近行定及八定,在七清净修法中称为“心清净”,在八圣道修法中则称为“正定”,异名而同义。

有人会问:要圆满称为“心清净”的正定圣道,禅修者应于何时开始修习?世尊在《大念处经》结语中所宣称的,作为中等被引导者(majjhima neyya puggala),若奉行其教导的念处修习,快则七天,慢则七年内,可证不来道或阿拉汉道,以此为依据,《〈中部·根本五十经〉义注》第230-231页<sup>134</sup>论述了在此《大念处经》中佛陀针对圣道前必须修行的“前分念处道”(pubbabhāgasatipatthāna magga)所作的开示。

请再继续阅读下面《迷惑冰消》的解释。

**Ayam vuccati sammāsamādhīti** yā imesu catūsu jhānesu ekaggatā, ayam pubbabhāge lokiyo, aparabhāge lokuttaro sammāsamādhī nāma vuccatīti. Evam lokiyalokuttaravasena bhagavā maggatasaccam desesi. (Abhi.A.2.P113)<sup>135</sup>

含义是:“‘**Ayam vuccati sammāsamādhī**’(这称为‘正定’),是指在初二三四这四种禅那中,有作为相应法俱生的一境性心所,此一境性心所在圣道前分世间念处阶段,称为‘世间正定’,而在后分圣道智刹那,则称为‘出世间正定’。如此,世尊在《论藏·分别·谛分别》中宣说了道谛。”(Abhi.A.2.P113)<sup>136</sup>

<sup>133</sup> 直译:“近行定以及八定,名为‘心清净’。”(《清净之道》第二册第662节)

<sup>134</sup> 缅文版 M.A.1.P235-236。

<sup>135</sup> 直译:“这称为‘正定’,是指在四种禅那当中都有一境性,它在前分时称为‘世间(正定)’,在后分时则称为‘出世间正定’。如此,世尊通过世间与出世间宣说了道谛。”(《〈论藏·分别〉义注》第121页)

<sup>136</sup> 《〈论藏·分别〉义注》第121页。

在《大念处经》中，佛陀的开示旨在针对世间正定道(lokiya sammāsamādhi maggaṅga)，而在《谛分别》中则旨在宣说世间正定和出世间正定道两种(lokuttarā sammāsamādhi maggaṅga)。

因此，在作为圣道前分的止和观阶段，也必须具足正定圣道。若仍固执于“不需要修定”，那将不满八圣道，而只有七圣道。如果在观第二禅等高级禅那名法时证悟圣道，那么，在圣道中因少一个正思惟圣道，故偶尔会出现七圣道。虽有以缺正思惟之七圣道证达圣道、现证涅槃的先例，但以缺正定之七圣道趣向并证达涅槃的先例，在教法中却前所未有。因此，是否能通过缺正定之七圣道来趣向并证达涅槃，禅修者您应自行深思判定。尽管出世间圣道刹那有可能出现七圣道，但在圣道的前分念处阶段，佛陀在《大念处经》(《中部·根本五十经》第 63 页<sup>137</sup>) 中只开示了八圣道。

### 1.1.38 定是精髓吗？

关于“应修习定”这点，有些人又提出了疑问：“定是佛教的精髓吗？”提问者的依据是《相应部·蕴品·阿沙基经》<sup>138</sup>。

当阿沙基(Assaji)长老住在由嘎沙巴富翁建造供养的咖沙巴园(kassapakārāma)时，因生病而不能进入已证得的（入出息）第四禅。过去生病时，他能止息入出息而反复进入（入出息念）第四禅。尔今最后一次，因不能如常进入，他心生懊悔，于是向佛陀报告。那时，佛陀教导如下：

Ye te assaji samanabrahmanā samādhisārakā samādhisāmaññā tesam tam samādhiṁ appaṭilabhatam evam hoti “no cassu mayaṁ parihāyāmā”ti.

<sup>137</sup> 缅文版 M.1.P88。

<sup>138</sup> 缅文版 S.2.P101-103 Assaji Sutta。

(S.2.P102)<sup>139</sup>

**Samādhisārakā samādhisāmaññāti samādhimyeva sārañca sāmaññañca maññanti.** Mayham pana sāsane na etam sāram, vipassanāmaggaphalāni sāram. So tvam samādhito pariḥayanto kasmā cintesi “sāsanato pariḥayāmī”ti. Evam theram assāsetvā idānissa tiparivaṭṭam dhammadesanā ārabhanto **taṁ kiṁ maññasi**tiādimāha.

(S.A.2.P289)<sup>140</sup>

含义是：“阿沙基，凡沙门、婆罗门认为‘定才是精髓’、‘定才是沙门’的，在此等沙门、婆罗门的心里没有获得定时，就会产生想‘我们不是从教法中退失了吗？’佛陀这样教导。”(S.2.P102)<sup>141</sup>

“但在我（佛陀）的教法中，此定非精髓，观、道和果才是教法中的精髓。当你（阿沙基）从（入出息）第四禅退失时，（仅因退失而）为何会想‘我必已从教法中退失’呢？这样安慰阿沙基长老后，此时，佛陀欲为阿沙基长老开示三轮法说(*tiparivaṭṭadhammadesanā*)，以令其发勤证达阿拉汉果，便继续以‘**taṁ kiṁ maññasi**’（你认为如何？）等三轮法说来鼓励。”(S.A.2.P289)<sup>142</sup>

### 1.1.39 三轮法说

对五取蕴的每一蕴：

<sup>139</sup> 直译：“阿沙基，凡沙门、婆罗门认为‘定才是精髓’、‘定才是沙门’的，当他们没有获得定时，就会想‘我们不是从教法中退失了吗？’佛陀这样教导。”(《相应部·蕴品》第88节)

<sup>140</sup> 直译：“‘定才是精髓，定才是沙门’，是指认为只有定才是精髓和沙门。但在我（佛陀）的教法中，这（定）不是精髓，观、道与果才是精髓。当你退失定时，为何会想‘我已从教法中退失’呢？如此安慰阿沙基长老后，此时，佛陀想为阿沙基长老宣讲三轮法说，以令其发勤，于是，宣说了“**taṁ kiṁ maññasi**”（你认为如何）等。”(《〈相应部·蕴品〉义注》第88节)

<sup>141</sup> 《相应部·蕴品》第88节。

<sup>142</sup> 《〈相应部·蕴品〉义注》第88节。

1. 是常还是无常？
2. 是苦还是乐？
3. 是我还是无我？

如此，无常、苦和无我各一次的三轮问答后，再依无常、苦和无我三相，轮流观以这 11 种行相所处的五取蕴：

1. 过去五取蕴；
2. 未来五取蕴；
3. 现在五取蕴；
4. 内在五取蕴；
5. 外在有生命、无生命五取蕴；
6. 粗五取蕴；
7. 细五取蕴；
8. 劣五取蕴；
9. 胜五取蕴；
10. 远五取蕴；
11. 近五取蕴。

为此教导的教说，称为“三轮法说”。佛陀继续为阿沙基长老开示此三轮法说。阿沙基长老也把智导向佛陀所开示的三轮法说，依无常、苦和无我三相，观过去、未来和现在等 11 种行相的五取蕴。

Athassa tiparivat̄tadesanāvasāne arahattam pattassa.....  
(S.A.2.P289)<sup>143</sup>

在三轮法说结束时，阿沙基长老证达了阿拉汉果……

基于阿沙基长老的这个故事，有些人就说：“定非教法精髓，故无需修定。”

---

<sup>143</sup> 《<相应部·蕴品>义注》第 88 节。

本书也不说定是佛教精髓，只说观、道和果才是佛教精髓。

不过，要获得观智、道智和果智，八圣道是每一位希求道果涅槃的人所务必践行的，而这八圣道就包含了正定。只有能依三相持续观称为“苦谛”和“集谛”的究竟诸行法，观智才会生起。只有在观智的亲依止缘力支助下，圣道智果智才会生起。要如实了知作为究竟谛的苦谛和集谛，并能对其修观，不可或缺之法，就是正定。因此，《转法轮经》开始的各种开示中，佛陀反复亲述此八圣道为：

1. 中道(majjhimapatiṣṭapā): (从自我折磨行和沉迷欲乐行这两种极端解脱的) 中道；
2. 苦灭之道(dukkhanirodhagāminipatiṣṭapā): 导向苦灭之涅槃的修行方法。

因此，每一位希求观、道和果者，都必须践行八圣道的殊胜修行法。

#### 1.1.40 定非教内之法

一些尊师又说：“定（即止）非教内之法，只属教外，故于教内无需修定。”

教法外确实有证得禅那神通的隐士，但不应就此来指责定（即止）非教内之法。

教外时期，也有持五戒乃至长持五戒的善士。因教外也有戒，就说戒为教外之法吗？实不应说。

Tasmā tiha tvam bhikkhu ādimeva visodhehi kusalesu dhammesu. Ko  
cādi kusalānam dhammānam? Sīlañca suvisuddham diṭṭhi ca ujukā.  
(S.3.P124)<sup>144</sup>

---

<sup>144</sup> 直译：“比库，因此，在此教法中，你净化善法之始吧。什么是善法之始？是

上面的《比库经》(Bhikkhu Sutta)中，佛陀指出在教法中首先应积累的两种法，即作为一切善法之始的：

1. 戒；
2. 业自性正见(kammassakatāsammāditṭhi)：相信、通晓业果的正见。

既然禅修者您能接受八圣道是真正的教内之法，为何就不能接受八圣道其中之一的“正定”为教内之法呢？

切勿不当指责佛陀及佛陀的法，这是每位善士都应特别谨慎的。

假如您对修定仍厌恶之极，对“无需修定”的观点犹如蛇吞蛙般悍然不顾地执持，那么，请自问：“我能否已像阿沙基长老那样，对以过去、未来、现在，内、外，粗、细，胜、劣，远、近这 11 种行相所处的五取蕴修观？”假如您不是一位自欺欺人者，回答：“还不能观。”那么，为获得出世间道智和现证涅槃，就极应努力修行圣道之前应修的“前分念处道”，即在世间念处修行阶段包含正定的八圣道，把佛陀的这一教诫放在首位。