

瑜伽師地論卷第三十一

兒一

彌勒菩薩說

唐三藏沙門玄奘奉詔譯

本地分中聲聞地

第三瑜伽處之二

云何勤修緣起觀者尋思六事差別所緣毗  
鉢舍那謂依緣性緣起增上正法聽聞受持  
增上力故能正了知如是如是諸法生故彼  
彼法生如是如是諸法滅故彼法滅此中  
都無自在作者生者死者能造諸法亦無自

性士夫中間能轉變者轉變諸法若能了知  
如是等義是名尋思諸緣起義復審思釋十  
二有支若內若外而起勝解是名尋思諸緣  
起事復審思釋無明支等前際無知後際無  
知如是廣說如別分別緣起支中是名尋思  
緣起自相復審思釋如是一切緣生諸行無  
不皆是本無今有有已散滅是故前後皆是  
無常皆有生老病死法故其性是苦不自在  
故中間士夫不可得故性空無我是名尋思  
緣起共相復審思釋我若於彼無常苦空無

我諸行如實道理發生迷惑便為顛倒黑品所攝廣說如前若不迷惑便無顛倒白品所攝廣說如前是名尋思諸緣起品復審思擇於過去世所得自體無正常性如是已往於現在世所得自體無正常性如是今住於未來世所得自體無正常性如是當住是名尋思諸緣起時復審思擇唯有諸業及異熟果其中主宰都不可得所謂作者及與受者唯有於法假想建立謂於無明緣行乃至生緣老死中發起假想施設言論說爲作者及與

受者有如是名如是種如是性如是飲食如是領受若苦若樂如是長壽如是久住如是極於壽量邊際又於此中有二種果及二因二種果者一自體果二受用境界果二種因者一牽引因二生起因自體果者謂於今世諸異熟生六處等法受用境界果者謂愛非愛業增上所起六觸所生諸受牽引因者謂於二果發起愚癡愚癡爲先生福非福及不動行能攝受後有之識令生有芽謂能攝受識種子故令其展轉攝受後有名色種子

六處種子觸受種子為令當來生支想所攝識名色六處觸受次第生故今先攝受彼法種子如是一切名牽引因生起因者謂若領受諸無明觸所生受時由境界愛生後有愛及能攝受愛品癡品所有諸取由此勢力由

此功能潤某種子令其能與諸異熟果如是一切名生起因由此二因增上力故便為三苦之所隨逐招集一切純大苦蘊如是名依觀待道理尋思緣起所有道理復審思擇於是緣性緣起觀中善修善習善多修習能斷

愚癡又審思擇如是道理有至教量有內現證有比度法亦有成立法性等義如是名依作用道理證成道理法爾道理尋思緣起所有道理是名勤修緣起觀者尋思六事差別所緣毗鉢舍那

云何勤修界差別觀者尋思六事差別所緣毗鉢舍那謂依界差別增上正法聽聞受持增上力故能正解了一切界義謂種性義及種子義因義性義是其界義如是名為尋思界義又正尋思地等六界內外差別發起勝

解如是名爲尋思界事又正尋思地爲堅相乃至風爲輕動相識爲了別相空界爲虛空相遍滿色相無障礙相是名尋思識界自相又正尋思此一切界以要言之皆是無常乃至無我是名尋思諸界共相又正尋思於一念想界差別性不了知者由界差別所念成身發起高慢便爲顛倒黑品所攝廣說如前是名爲尋思界品又正尋思去來今世六界爲緣得入母胎如是名爲尋思界時又正尋

思如草木等衆緣和合圍繞虛空數名爲舍如是六界爲所依故筋骨血肉衆緣和合圍繞虛空假想等想施設言論數名爲身復由宿世諸業煩惱及自種子以爲因緣如是名依觀待道理尋思諸界差別道理又正尋思若於如是界差別觀善修善習善多修習能斷憍慢又正尋思如是道理有至教量有內證智有比度法有成立法性難思法性安住法性以是名依作用道理證成道理法爾道理尋思諸界差別道理是名勤修界差別觀

者尋思六事差別所緣毗鉢舍那

云何勤修阿那波那念者尋思六事差別所  
緣毗鉢舍那依入出息念增上正法聽聞受  
持增上力故能正了知於出入息所緣境界  
繫心了達無忘明記是阿那波那念義如是  
是名爲尋思其義又正尋思入息出息在內可  
得繫屬身故外處攝故內外差別如是名爲  
尋思其事又正尋思入息有二出息有二若  
風入內名爲入息若風出外名爲出息復正  
了知如是爲長入息出息如是爲短入息出

息如是息遍一切身分是名尋思諸息自相  
又正尋思入息滅已有出息生出息滅已有  
入息生入出息轉繫屬命根及有識身此入  
出息及所依止皆是無常是名尋思諸息共  
相又正尋思若於如是入息出息不住正念  
爲惡尋思擾亂其心便爲顛倒黑品所攝是  
有諱法廣說如前與上相違便無顛倒白品  
所攝是無諱法廣說如前如是名爲尋思其  
品又正尋思去來今世入出息轉繫屬身心  
身心繫屬入息出息如是名爲尋思其時又

正尋思此中都無持入息者持出息者入息  
出息繫屬於彼唯於從因從緣所生諸行發  
起假想施設言論說有能持入出息者如是  
名依觀待道理尋思其理又正尋思若於如  
是入出息念善修善習善多修習能斷尋思  
又正尋思如是道理有至教量有內證智有  
比度法有成立法性難思法性安住法性不  
應思議不應分別唯應信解如是名依作用  
道理證成道理法爾道理尋思其理是名勤  
修阿那波那念者尋思六事差別所緣毗鉢

舍那

如是依止淨行所緣尋思六事差別觀已數  
數於內令心寂靜數數復於如所尋思以勝  
觀行審諦伺察彼由奢摩他爲依止故令毗  
鉢舍那速得清淨復由毗鉢舍那爲依止故  
令奢摩他增長廣大若依止善巧所緣及淨  
行所緣尋思六事差別毗鉢舍那於其自處  
我後當說

復次此中有九種白品所攝加行與此相違  
當知即是九種黑品所攝加行云何名爲白

品所攝九種加行一相應加行二串習加行  
三不緩加行四無倒加行五應時加行六解  
了加行七無狀足加行八不捨軋加行九正  
加行由此九種白品所攝加行故能令其心  
速疾得定令三摩地轉更昇進又由此故於  
所應住地及隨所應得速疾能往能得無有  
稽遲黑品所攝九種加行不能令心速疾得  
定不令三塵地轉更昇進又由此故於所應  
住地及隨所應得極大稽遲不能速疾往趣  
獲得

云何名爲相應加行謂若貪行者應於不淨  
安住其心若瞋行者應於慈愍安住其心若  
癡行者應於緣起安住其心若憍慢行者應  
於界差別安住其心若尋思行者應於阿那  
波那念安住其心若等分行者或薄塵行者  
應隨所樂攀緣一境安住其心勤修加行如  
是名爲相應加行

云何名爲串習加行謂於奢摩他毗鉢舍那  
已曾數習乃至少分非於一切皆初修業所  
以者何初修業者雖於相應所緣境界勤修

加行而有諸善數數現行身心癱重由是因縲不能令心速疾得定如是名爲串習加行云何名爲不緩加行謂無間方便殷重方便勤修觀行若從定出或爲乞食或爲恭敬承事師長或爲看病或爲隨順修和敬業或爲所餘如是等類諸所作事而心於彼所作事業不全隨順不全趣向不全臨入唯有速疾令事究竟還復精勤宴坐寂靜修諸觀行若有苾芻苾芻尼鄒波索迦利帝利婆羅門等種種異衆共相會遇雖久雜處現相語議而

不相續安立言論唯樂遠離勤修觀行又能如是勇猛精進謂我於今定當趣證所應證得不應慢緩何以故我有多種橫死因緣所謂身中或風或熱或淡發動或所飲食不正消化住在身中或宿食病或爲於外蛇蝎蚰蜒百足等類諸惡毒蟲之所蛆蠶或復爲人非人等類之所驚恐因斯天沒於如是等諸橫死處恒常思惟修無常想住不放逸由住如是不放逸故恒自思惟我之壽命儻得更經七日六日五日四日三日二日一日一時

半時須臾或半須臾或經食頃或從入息至於出息或從出息至於入息乃至存活經爾所時於佛聖教精勤作意修習瑜伽齊爾所時於佛聖教我當決定多有所作如是名爲不緩加行

云何名爲無倒加行謂如善達修瑜伽行諸瑜伽師之所開悟即如是學於法於義不顛倒取無有我慢亦不安住自所見取無邪僻執於等教誨終不輕毀如是名爲無倒加行云何名爲應時加行謂於時時間修習止相

於時時間修習舉相於時時間修習捨相又能如實了知其止止相止時了知其觀觀相觀時了知其舉舉相舉時了知其捨捨相捨時云何爲止謂九相心往能令其心無相無分別寂靜極寂靜等住寂止純一無雜故名

爲止云何止相謂有一種一所緣相二因緣相所緣相者謂奢摩他品所知事同分影像是名所緣相由此所緣令心寂靜因緣相者謂依奢摩他所熏習心爲令後時奢摩他定皆清淨故修習瑜伽毗鉢舍那所有加行是

名因緣相云何止時謂心掉舉時或恐掉舉時是修止時又依毗鉢舍那所熏習心爲諸尋思之所擾惱及諸事業所擾惱時是修止時云何爲觀謂四行三門六事差別所緣觀行云何觀相謂有二種一所緣相二因緣相所緣相者謂毗鉢舍那品所知事同分影像由此所緣令慧觀察因緣相者謂依毗鉢舍那所熏習心爲令後時毗鉢舍那皆清淨故修習內心奢摩他定所有加行云何觀時謂心沉沒時或恐沉沒時是修觀時又依奢摩

他所熏習心先應於彼所知事境如實覺了故於爾時是修觀時云何爲舉謂而隨取一種淳妙所緣境界顯示勸導慶慰其心云何舉相謂由淨妙所緣境界策勵其心及彼隨順發勤精進云何舉時謂心沉下時或恐沉下時是修舉時云何爲捨謂於所緣心無染汙心平等性於止觀品調柔正直任運轉性及調柔心有堪能性令心隨與任運作用云何捨相謂由所緣令心上捨及於所緣不發所有太過精進云何捨時謂於奢摩他毗鉢

舍那品所有掉舉心已解脫是修捨時如是名爲應時加行

云何名爲解了加行謂於如是所說諸相善取善了善取了已欲入定時即便能入欲住定時即便能住欲起定時即便能起或時棄捨諸三摩地所行影像作意思惟諸不定地所有本性所緣境界如是名爲解了加行云何名爲無厭足加行謂於善法無有厭足修斷無廢於展轉上展轉勝處多住希求不唯獲得少小靜定便於中路而生退屈於餘

所作常有進求如是名爲無厭足加行

云何名爲不捨軛加行謂於一切所受學處無穿無缺雖見少年顏容端正可愛母邑而不取相不取隨好於食平等勤修覺悟少事少業少諸散亂於久所作久所說等能自隨憶令他隨憶如是等法說名不捨軛加行由此諸法能正隨順心一境性不捨其軛令心不散不令其心馳流外境不令其心內不調柔如是名爲不捨軛加行

云何名正加行謂於所緣數起勝解是名正

加行如有勤修不淨觀者數正除遣於諸不淨作意思惟諸不淨相由隨相行毗鉢舍那而起作意於所緣境數數除遣數數現前其正除遣復有五種一內攝其心故二不念作意故三於餘作意故四對治作意故五無相界作意故當知此中由九相心住毗鉢舍那而爲上首故名內攝其心由於最初昔一切相無亂安住故名不念作意由緣餘定地境思惟餘定地故名於餘作意由思惟不淨對治於淨乃至思惟阿那波那念對治尋思思

惟虛空界對治諸色故名對治作意由於一切相不作意思惟於無相界作意思惟故名無相界作意雖遍安立一切所緣正除遣相總有五種然此義中正意唯取內攝其心不念作意初修業者始修業時最初全不於所緣境繫縛其心或於不淨或復餘處唯作是念我心云何得無散亂無相無分別寂靜極寂靜無轉無動無所希望離諸作用於內適悅如是精勤於所生起一切外相無所思惟不念作意即由如是不念作意除遣所緣彼

於其中修習瑜伽攝受適悅復行有相有分別不淨等境云何而行謂由隨相行隨尋思行隨伺察行毗鉢舍那行彼境界而非一向精勤修習毗鉢舍那還捨觀相復於所緣思惟止行由是因緣彼於爾時於所緣境不捨不取由於所緣止行轉故不名爲捨即於所緣不作相故無分別故不名爲取即由如是內攝其心除違所緣又於其中不取觀相故於緣無亂取止行故而復緣於所知事相若於所緣唯數勝解不數除遣即不令彼所有

勝解後後明淨究竟而轉不能往趣乃至現觀所知境事由數勝解數除遣故後後勝解展轉明淨究竟而轉亦能往趣乃至現觀所知境事譬如世間畫師弟子初習畫業先從師所受六所學樣諦觀諦觀作彼形相作已作已尋即除毀既除毀已尋復更作如如除毀數數更作如是如是後後形相轉明轉淨究竟顯現如是正學經歷多時世共推許爲大畫師或墮師數若不數除所作形相即於其上數數重畫便於形相永無明淨究竟顯期

此中道理當知亦爾若於此境起勝解已定於此境復正除遣非於此境正除遣已定於此境復起勝解於狹小境起勝解已即於狹小而正除遣廣大無量當知亦爾於狹小境正除遣已或於狹小復起勝解或於廣大復起勝解或於無量復起勝解於其廣大及於無量當知亦爾若諸色法所有相貌影像顯現當知是麤變化相似諸無色法假名爲先如所領受增上力故影像顯現如是一切名正加行

如是九種白品加行於奢摩他毗鉢舍那當知隨順與是相違九種加行於奢摩他毗鉢舍那當知違逆如是黑品白品差別建立加行有十八事種如是名爲心一境性云何淨障謂即如是正修加行諸瑜伽師由

四因緣能令其心淨除諸障何等爲四一遍知自性故二遍知因緣故三遍知過患故四修習對治故

云何遍知諸障自性謂能遍知障有四種一怯弱障二蓋覆障三尋思障四自舉障怯弱

障者謂於出離及於遠離勤修行時所有染汙思慕不樂希望憂惱蓋覆障者謂貪欲等五蓋尋思障者謂欲尋思等染汙尋思自舉障者謂於少分下劣智見安隱住中而自高舉謂我得餘則不爾乃至廣說如前應知是名遍知諸障<sup>見一</sup>自性

云何遍知諸障因緣謂能遍知初怯弱障有六因緣一由先業增上力故或由疾病所擾惱故其身羸劣二太過加行三不修加行四初修加行五煩惱熾盛六於遠離猶未串習

遍知蓋覆尋思自舉障因緣者謂於隨順蓋覆尋思及自舉障處所法中非理作意多分串習是名蓋覆尋思自舉障之因緣若不作意思惟不淨而於淨相作意思惟是名此中非理作意若不作意思惟慈愍而於瞋相作意思惟是名此中非理作意若不作意思惟明相而於闇相作意思惟是名此中非理作意若不作意思惟奢摩他相而於親屬國土不死昔所曾更歡嬉戲笑承奉等事諸惡尋思作意思惟是名此中非理作意若不作意

思惟緣性緣起而於三世諸行計我我所不如理想作意思惟是名此中非理作意云何遍知諸障過患謂遍了知此障有故於其四種未證不證已證退失敗壞瑜伽所有加行有染汙住有苦惱住自毀毀他身壞命終生諸惡趣是名遍知諸障過患

云何名爲修習對治謂諸怯弱總用隨念以爲對治由隨念作意慶悅其心令諸怯弱已生除遣未生不生其身羸劣太過加行初修加行用於精進平等通達以爲對治不修加

功用恭敬聽聞勤加請問以爲對治煩惱熾盛用不淨等所緣加行以爲對治若未串習即用如是思擇方便以爲對治謂我昔於遠離不串習故今於修習遠離生起怯弱我若於今不習遠離於當來世定復如是故我今者應正思擇於其遠離捨不喜樂修習喜樂餘蓋覆等非理作意用彼相違如理作意以爲對治應知是名修習對治又遍了知諸障自性是能障礙是能染汙是黑品攝是應遠離能遍了知如是諸障遠離因緣方可遠離

故應尋求諸障因緣能遍了知於應遠離不遠離者有何過患故應尋求諸障過患既遠離已更復尋思如是諸障云何來世當得不生故應尋求修習對治由是因緣能令其心淨除諸障

當知此中由隨順教有衆多故毗鉢舍那亦有衆多毗鉢舍那有衆多故令奢摩他亦有衆多又復即此毗鉢舍那由所知境無邊際故當知其量亦無邊際謂由三門及六種事一一無邊品類差別悟入道理正修行者如

毗鉢舍那串習清淨增上力故增長廣大如是如是能生身心所有輕安奢摩他品當知亦得增長廣大如如身心獲得輕安如是如是於其所緣心一境性轉復增長如如於緣心一境性轉復增長如是如是轉復獲得身

心輕安心一境<sup>見</sup>生身心輕安如是二法展轉相依展轉相屬身心輕安心一境性如是二法若得轉依方乃究竟得轉依故於所知事現量智生問齊何當言究竟獲得不浮觀耶乃至齊何當言究竟獲得阿那波那念耶答

以要言之修觀行者於不淨觀正加行中親近修習多修習故若行若住雖有種種境界現前雖復觀察所有衆相而住自性不由加行多分不淨行相顯現非諸淨相由於不淨善修習故於能隨順貪欲纏處法心不趣入心不愛樂心不信解安住於捨深生厭逆當於爾時修觀行者應自了知我今已得不淨觀我今已得所修果齊此名為於不淨觀已得究竟與此相違當知名為未得究竟如不淨觀如是慈愍緣性緣起界差別阿那波那

念當知亦爾於中差別者謂多分慈心行相顯現非瞋恚相於能隨順瞋恚處法心不趣入乃至廣說多分無常苦空無我行相顯現非彼常樂身見俱行愚癡行相於能隨順愚癡纏處法心不趣入乃至廣說多分種種界性非一界性身聚差別想顯現非身聚想於能隨順憍慢纏處法心不趣入乃至廣說多分內寂靜想奢摩他想顯現非戲論想於能隨順尋思纏處法心不趣入乃至廣說問齊何當言奢摩他毗鉢舍那二種和合平等

俱轉由此訖名雙運轉道答若有獲得九相  
心住中第九相心住謂三摩四多役用如是  
圓滿三摩地爲所依止於法觀中修增上慧  
彼於爾時由法觀故任運轉道無功用轉不  
加行毗鉢舍那清淨鮮白隨奢摩他調柔  
攝受如奢摩他道攝受而轉齊此名爲奢摩  
他毗鉢舍那二種和合平等俱轉由此名爲  
奢摩他毗鉢舍那雙運轉道中溫於南曰由  
相尋思伺察 隨行有三門 義事相品時  
理六事差別 初相應加行 次串習無緩

無顛倒應時 解了無厭足 不棄捨善軀  
最後正加行 是九應當知 有二品差別  
知自性因緣 見彼諸過患 正修習對治  
令障得清淨

云何修作意謂初修業者始修業時於如是  
所安立普遍相中由一境性及淨諸障離邪  
加行學正加行彼應最初作如是念我今爲  
證心一境性及斷喜樂當勤修習四種作意  
何等爲四一調練心作意二滋潤心作意三  
生輕安作意四淨智見作意云何調練心作

意謂由此作意於可厭患法令心厭離是名調練心作意云何滋潤心作意謂由此作意於可欣尚法令心欣樂是名滋潤心作意云何生輕安作意謂由此作意於時時間於可厭法令心厭離於時時間於可欣法令心欣見一<sup>十六</sup>樂已安住內寂靜無相無分別中一境念轉由是因緣對治一切身心麁重能令一切身心適悅生起一切身心輕安是名生輕安作意云何淨智見作意謂由此作意於時時間即用如是内心寂靜爲所依止由內靜心數

數加行於法觀中修增上慧是名淨智見作意

彼修行者於時時間於可厭法令心厭離如是於漏及漏處法能令其心生熟等熟生厭等厭何等名爲可厭患處略有四種可厭患處謂自衰損及他衰損現在會遇正現前時如理作意數思惟故成可厭處若自與盛及他興盛過去盡滅離變壞時如理作意數思惟故成可厭處即彼行者於時時間於可欣法令心欣樂如是於彼生欣樂故能令其心

極底津潤融適澄淨何等名爲可欣尚處略有三種可欣尚處一者三寶二者學處清淨尸羅清淨三者於自所證差別深生信解心無怯弱

云何隨念三寶令心欣樂謂作是念我今善得如是大利謂蒙如來應正等覺爲我大師我今善得如是大利謂善說法毗奈耶中我得出家我今善得如是大利謂我與諸具戒具德忍辱柔和成賢善法同梵行者共爲法侶我今當得賢善命終賢善殞歿當得賢善

趣於後世如是名爲隨念三寶令心欣樂云何隨念學處清淨尸羅清淨令心欣樂謂作是念我今善得如是大利謂於如來應正等覺大師善說法毗奈耶善修正行聲聞衆中我得與彼同梵行者同戒同學同修慈仁身語意業同其所見同所受用如是名爲隨念學處清淨尸羅清淨令心欣樂謂無悔爲先發生歡喜

云何於自所證差別深生信解心無怯弱處

羅清淨堪爲法器得與如是同梵行者同清淨戒得與有智正至善士同其所見我有堪能精勤修習如是正行於現法中能得未得能觸未觸能證未證由是令心生大歡喜如是名爲於自所證差別深生信解心無怯弱處令心欣樂又由前後勇猛精進已得安住所證差別由隨念此復於後時所證差別深生信解令心欣樂是名異門彼修行者於可獸法調練其心於能隨順諸漏處法令心不向違違棄背離隔而住於可欣法悅潤其心

於出於離所生諸法有親愛故令心趣向附著喜樂和合而住如是彼心由狀由欣二種行相背諸黑品向諸白品易脫而轉其心如是背諸黑品由調練心作意故向諸白品由滋潤心作意故於時時間依奢摩他內攝持心由生輕安作意故於時時間於法思擇最極思擇周遍尋思周遍伺察由淨智見作意故如是彼心於時時間爲奢摩他毗鉢舍那之所攝受堪能與彼一切行相一切功德作攝受因經歷彼彼日夜剎那臘縛須臾逮得

昇進譬如黠慧鋟金銀師或彼弟子於時時  
間燒鍊金銀令其棄捨一切垢穢於時時間  
投清冷水令於彼彼莊嚴具業有所堪任調

柔隨順於是黠慧鋟金銀師或彼弟子以其

相似妙工巧智善了知已用作業具隨其所

樂莊嚴具中種種轉變如是勤修瑜伽行者

爲令其心棄背貪等一切垢穢及令棄背染  
汙憂惱於可厭法深生厭離爲令趣向所有  
清淨善品喜樂於可欣法發生欣樂於是行  
者隨於彼彼欲自安立或奢摩他品或毗鉢

舍那品即於彼彼能善親附能善和合無轉  
無動隨其所樂種種義中如所信解皆能成  
辦

### 瑜伽師地論卷第三十一

音釋

毗鉢舍那梵語也此云觀毗  
舍那音切鉢比夫切  
他梵語也此云  
止奢詩遮切  
竭許竭此云  
竭切  
蝸以周切  
狹隘也此云  
狹切  
筋舉欣切  
奢摩古患切蛇食遮  
串習也蛇切

正云

永樂北藏

瑜伽師地論

第九六冊

及南此云自說溫點胡八切鍛鍊丁貫切  
徒可切慧也

鍛鍊也