

內觀雜誌第 111 期【2014 年 11 月】

內觀雜誌第 111 期

【本期重點】：覺醒之道 (A1)：給新學員：法是簡單而平常的。阿含研究教材：法念住的比對。

第 111 期內容：

覺醒之道 (A1)：

給新學員：法是簡單而平常的 pp.2-5

阿含研究教材：

法念住的比對 pp.6-14

- 1.北傳《中阿含 98 經》念處經所說
- 2.北傳《增一阿含 408 經》所說
- 3.南傳《中部》第十經《念處經》所說
- 4.北傳《瑜伽師地論》所說
- 5.北傳《法蘊足論》卷 6 所說
- 6.北傳《發智論》和《大毗婆沙論》解釋法念住

覺醒之道 (A1):

給新學員：法是簡單而平常的

巴拉摩禪師（帕默禪師）著

林崇安編譯

（內觀雜誌，111期，pp.2-5，2014.11）

(01) 我們很難看出佛法（佛陀的教導）是簡單而平常的，這是因為我們所感知到的佛教和佛法經常是不平常的。首先，佛法的教學經常充滿巴利語並包含一堆術語。所以，單單要理解術語，對每人就是一個挑戰。一旦我們熟悉術語後，接著面臨另一個障礙，那就是佛陀的教導有非常多的經卷以及他的弟子們的過多的闡釋。

另外，當有人想開始練習時，他還會遇到另一個挑戰：有許多的禪修中心，而大部分的他們都推薦他們的教法最能準確地反應出佛陀所教導的四念住。有些地方甚至批評其他地方背離了真實的教導。

我們都面臨這些困難，這促使我反問自己：是否有一種更簡單的學習佛法的方式？不用學習巴利語，不用讀經書，不用加入禪修中心。

(02) 事實上，佛陀所教導的佛法是非常容易和簡單的，正如他的弟子們所說：

「世尊！它是如此地明確清晰，就像將倒立的東西翻過來一樣。」

我們不必為此感到驚訝，因為我們都在法中出生，在法中生活，也將在法中死去。我們只是沒有體會到法在哪裡，一直到經由佛陀的教導將它指出來，為我們提供一條簡單的路去追隨。我們另外會注意到一點，就是佛陀已經智慧圓滿，所以他能夠將最複雜的法，簡化成易於理解，他並有能力用最恰當的方式傳遞佛法的核心給他的聽眾。語言不是障礙，因為他能夠不依賴複雜的術語而清楚地交流。相反地，許多後人學習和教導佛法後，把佛法複雜化，變成高不可攀，而不易適用為滅苦的工具，甚至用一般人

難懂的語言來教學。

(03) 事實上，佛法是非常靠近我們的，它是如此的靠近，所以我們可以說它是關於我們自己，佛法的目標相當簡單，就是如何從苦解脫。

當我們學習佛法時，應該直接去看「苦在哪裡？苦如何生起？苦如何滅去？」

成功地學習佛法是指，練習到苦完全根除，而不是獲得大量的世間知識，或有能力將佛法解釋得精細而美妙！

(04) 事實上，我們所經驗的苦存在於我們的身和心內。佛法的研究範圍其實是在我們內在，我們向內觀察自己而不是向外學。學習的方法也很簡單：只要仔細觀察我們的身和心。

(05) 我們可以簡單地從觀察我們的身體開始。

第一步是放鬆，不需緊繃或想著要練習佛法。我們只是觀察自己的身體而已。我們觀察到多少都沒有關係，只要盡可能地自然。一旦放鬆了，我們就能看到整個身體。我們看它好像是一個機器人，走路、行動、咀嚼、吞咽食物、排泄廢物。

如果我們像一個中性的觀察者，觀察這個被稱做「我」的像機器人的身體，一直執行任務，我們就能看到這個身體確實不是我。它是不斷變化的某種東西，它的成分有許多不斷進進出出的物質，例如吸進呼出的空氣、我們吃的食物和飲料、我們上廁所的排出物。它是變化而不固定的。經由簡單觀察身體，我們執著「身體為我」的邪見最終將會消退。

(06) 接著，我們會看到還有其他的東西，我們稱之為「心」，它覺知這個身體並居住在身體內。

(07) 一旦我們看到身體只是不斷變化的元素的集合而非我們的，我們可以更進一步去觀察什麼隱藏在身體內。我們看到的是感受，有時快樂，有時不快樂，有時中性。

例如，當我們觀察這個像機器人的身體四處走動，很快我們就看到癢、痛、渴、餓和其他的不舒服一陣陣生起了。一旦這些不舒服的感受滅去了，我們再次感到舒服，這是快樂生起了。或者當我們饑渴時，我們喝一些水，饑渴所帶來的不快樂就消失了。或者當我們坐得太久，開始感到疼痛，我們覺得不舒服；一旦我們調整身體的姿勢，不舒服就消失了，我們再次感到快樂生起。

(08) 有時我們生病，我們可以更長時間覺知到身體的痛苦。

例如，我們連續牙痛數天，如果我們仔細觀察疼痛，會發現不舒服感來自牙齒和牙齦之間，儘管牙齒和牙齦二者本身沒有苦。身體像沒有苦的機器人，但不舒服卻潛在裡面。身體本身不會感覺快樂、不快樂或中性，這些感覺是來自身體內某部分。此外，這些感受是被觀察的東西，和身體是一樣的情況。

(09) 當我們更深入地觀察，我們會看到苦生起時心中也生起焦躁、不快樂。

一些例子：當我們饑餓時更容易生起氣惱，當我們勞累時更容易生氣，當我們發燒時更易生起焦躁，當我們欲望未達成時更容易發怒。

當面臨身體的痛苦而生氣時，我們要及時覺知生氣生起了。

另一方面，當我們看到美景時，聽到愉悅的聲音時，聞到芬芳的氣味時，嘗到美味時，接觸到柔軟的東西或剛好的溫度時，或想起快樂的事情時，我們會對這些色、聲、香、味、觸、法，生起喜歡或滿意。

〔當我們對這些喜歡的事物生起喜歡或滿意時，我們要及時覺知喜歡或滿意的心生起了。〕

愉悅和不愉悅的感受生起時，一旦我們都能覺知，同樣地，我們能覺知其他的感受，例如：內心的懷疑、仇恨、抑鬱、嫉妒、蔑視、歡樂、寧靜等。

(10) 當我們更進一步觀察這些感受，我們會開始體會到它們本身是不穩定的。例如：當我們生氣時，並覺知到生氣，我們能觀察到生氣的強度不斷地變化，最後，它減退、消失了。不管生氣消失了沒有，重要的事是把生氣作為被觀察的對象，它不屬於我們，沒有一個「我們」在生氣裡面。我們可以用同樣的理解來觀察其它的感覺。

在這一點，我們可以看到我們的身體像一個機器人。快樂、不快樂的感覺以及其它只是被觀察的對象，不屬於我們。我們越能明瞭我們心的過程，「有苦因才有苦果」的真理就越明顯。

(11) 我們將發現在我們心中有一種自然的驅動力。

例如，當我們男士看見一位美女，我們的心可能開始產生喜歡她，這產生一種朝向她的驅動力，我們的心就跑向這美女，眼中

只看見她，我們忘記了覺知自己。

關於心跑掉（掉舉）的這個主題，對於只是研究經典的人可能感到困惑。然而，如果對於真正練習的禪修者，會看到「心往外跑得非常遙遠」，字字如同佛陀所描敘的一樣。

又如，當我們對於如何禪修生起疑惑時，我們會有一種要尋找解答的驅動力，我們的心就會跑到「念頭的世界」，這就是我們忘了覺知自己的時候。這個像機器人的身體還在，但我們忘記了它，好像它從這個世界消失了。此時可能內心也有其他的情緒，但是我們可能沒有覺知到它們，因為我們的心正忙著為疑惑找解答。

- (12) 如果我們多多觀察自己，不久我們就能明瞭「苦如何產生，苦如何滅去，沒有苦的感覺是如何」。我們的心會自動成長，不用去思考「禪修、智慧或滅苦之道」。我們可能對佛經或巴利文不熟悉，但我們的心已經從苦解脫了，或者我們仍然還有苦，但它將減輕程度，縮短持續的時間。
- (13) 我寫這篇短文，作為一份小禮物，送給那些對佛法感興趣的人，向他們傳達這麼一個訊息：佛法是平常的，是有關我們自己的，並能夠被我們不困難地自我練習。所以，當你聽別人講法時，你聽不懂也不要氣餒。事實上，你只要知道「如何實踐去滅苦」就夠了，因為這是佛法的核心，是所有佛法中最重要學習課程。

阿含研究教材：

法念住的比對

林崇安編

(內觀雜誌，111期，pp.6-14，2014.11)

- 1.北傳《中阿含 98 經》念處經所說
- 2.北傳《增一阿含 408 經》所說
- 3.南傳《中部》第十經《念處經》所說
- 4.北傳《瑜伽師地論》所說
- 5.北傳《法蘊足論》卷 6 所說
- 6.北傳《發智論》和《大毗婆沙論》解釋法念住

1. 《中阿含 98 經》念處經所說

云何觀法如法念處？

- (1) 眼緣色生內結，比丘者內實有結知內有結如真，內實無結知內無結如真，若未生內結而生者知如真，若已生內結滅不復生者知如真。如是耳、鼻、舌、身、意緣法生內結，比丘者內實有結知內有結如真，內實無結知內無結如真，若未生內結而生者知如真，若已生內結滅不復生者知如真。如是比丘觀內法如法，觀外法如法，立念在法，有知有見，有明有達，是謂比丘觀法如法，謂內六處。
- (2) 復次，比丘觀法如法：比丘者內實有欲知有欲如真，內實無欲知無欲如真，若未生欲而生者知如真，若已生欲滅不復生者知如真。如是瞋恚、睡眠、掉悔、內實有疑知有疑如真，內實無疑知無疑如真，若未生疑而生者知如真，若已生疑滅不復生者知如真。如是比丘觀內法如法，觀外法如法，立念在法，有知有見，有明有達，是謂比丘觀法如法，謂五蓋也。
- (3) 復次，比丘觀法如法：比丘者內實有念覺支知有念覺支如真；內實無念覺支知無念覺支如真；若未生念覺支而生者知如真；若已生念覺支便住不忘而不衰退，轉修增廣者知如真。如是擇法、精進、喜、息、定，比丘者，內實有捨覺支知有捨覺支如真，內

實無捨覺支知無捨覺支如真，若未生捨覺支而生者知如真，若已生捨覺支便住不忘而不衰退，轉修增廣者知如真。如是比丘觀內法如法，觀外法如法，立念在法，有知有見，有明有達，是謂比丘觀法如法，謂七覺支。

說明：此處的法是 1.內六處 2.五蓋 3.七覺支。

2. 《增壹阿含 408 經》所說

「云何比丘法法相觀意止？

(1) 於是，比丘修念覺意，依觀、依無欲、依滅盡，捨諸惡法；修法覺意、修精進覺意、修{念}〔喜〕覺意、修猗覺意、修三昧覺意、修護覺意，依觀、依無欲、依滅盡，捨諸惡法。如是，比丘法法相觀意止。

(2a) 復次，比丘於愛欲解脫，除惡不善法，有覺、有觀，有猗念，樂於初禪而自娛樂。如是，比丘法法相觀意止。

(2b) 復次，比丘捨有覺、有觀，內發歡喜，專其一意，成無覺、無觀，念猗喜安，遊二禪而自娛樂。如是，比丘法法相觀意止。

(2c) 復次，比丘捨於念，修於護，恆自覺知身覺樂，諸賢聖所求，護念清淨，行於三禪。如是，比丘法法相觀意止。

(2d) 復次，比丘捨苦樂心，無復憂喜，無苦無樂，護念清淨，樂於四禪。如是，比丘法法相觀意止。

彼行習法，行盡法，并行習盡之法而自娛樂，便得法意止而現在前，可知、可見，除去亂想，無所依猗，不起世間想。已不起想，便無畏怖；已無畏怖，生死便盡：『梵行已立，所作已辦，更不復受有，如實知之。』

說明：此處的法是 1.七覺支 2.四禪。

3. 《中部》第十經《念處經》所說

「諸比丘！比丘如何於法隨觀法而住耶？曰：

- (1) 於此，比丘於五蓋法隨觀法而住。比丘如何於五蓋法隨觀法而住耶？諸比丘！於此，比丘內存有愛欲而知：『予內存有愛欲，』若內無愛欲而知：『予內無愛欲。』未生之愛欲生起者，其知之；已生之愛欲捨離者，其知之；所捨離之愛欲於未來不生者，其知之。又，於內有瞋恚而知：『予內有瞋恚，』內無瞋恚而知：『予於內無瞋恚。』有未生之瞋恚生起者，其知之；有已生瞋恚之捨離者，其知之；所捨離之瞋恚於未來不生者，其知之。於昏沈、睡眠、掉悔、及疑，亦如是。如是，於內法隨觀法、於外法隨觀法於內外法隨觀法而住。於法隨觀集法而住，於法隨觀滅法而住，於法隨觀集滅之法而住。彼現『法存在』之念，如是資其慧、資其思念。彼無有依止而住，不執著世間。如是，比丘於五蓋法隨觀法而住。
- (2) 復次，諸比丘！比丘於五取蘊之法隨觀法而住。諸比丘！比丘如何於五取蘊之法隨觀法而住耶？於此，比丘於：『有如是色、有如是色之集、有如是色之沒。有如是受、有如是受之集、有如是受之沒。有如是想……[乃至]……想之沒，有如是行……[乃至]……行之沒。有如是識、有如是識之集、有如是識之沒。』如是，於內法隨觀法……不執著世間。如是，比丘於五取蘊之法隨觀法而住。
- (3) 復次，諸比丘！比丘於六內外處之法隨觀法而住。諸比丘！比丘如何於六內外處之法隨觀法而住耶？於此，比丘知眼、知色、知緣此兩者而生結。未生之結生起者，其知之；已生之結捨離者，其知之；所捨離之結於未來不生者，其知之。知耳、知聲、知緣此兩者而生結……乃至……知鼻、知香、知緣此兩者而生結……知舌、知味、知緣此兩者而生結……知身、知觸、知緣此兩者而生結……知意、知法、知緣此兩者而生結。未生之結生起者，其知之；已生之結捨離者，其知之；已捨離之結於未來不生者，其知之。如是，於內法隨觀法而住……不執著世間。如是，比丘於六內外處之法隨觀法而住。
- (4) 復次，諸比丘！比丘於七覺支法隨觀法而住。諸比丘！比丘如何於七覺支法隨觀法而住耶？諸比丘！於此，比丘內有念覺支而知：『予內有念覺支，』內無念覺支而知：『予內無念覺支。』若未生念覺支有生起者，其知之；有已生念覺支修習完滿者其知之。內有擇法覺支而知：『予內有擇法覺支，』內無擇法覺支而

知：『予內無擇法覺支，』未生之擇法覺支有生起者，其知之；有已生之擇法覺支修習完滿者，其知之。……[乃至]……知精進覺支……[乃至]……喜覺支……[乃至]……輕安覺支……[乃至]……定覺支……[乃至]……捨覺支。如是，於內法隨觀法……不執著世間。如是，比丘於七覺支之法隨觀法而住。

- (5) 復次，諸比丘！比丘於四聖諦法隨觀法而住。比丘如何於四聖諦法隨觀法而住耶？諸比丘！比丘於此如實知：『此是苦、』如實知：『此是苦之集、』如實知：『此是苦之滅、』如實知：『此是致苦滅之道。』如是，於內法隨觀法而住、於外法隨觀法而住、於內外法隨觀法而住。於法隨觀集法、於法隨觀滅法、於法隨觀集滅之法而住。彼現『法存在』之念，如是資其慧、資其思念。彼無有依止而住，不執著世間。如是，比丘於四聖諦法隨觀法而住。」

說明：此處的法是 1. 五蓋 2. 五取蘊 3. 六內外處 4. 七覺支 5. 四聖諦。

4. 北傳《瑜伽師地論》所說法念住

瑜伽師地論卷 28 說：

「云何爲法？謂 1. 若貪、貪毘奈耶法；2. 若瞋、瞋毘奈耶法；3. 若癡、癡毘奈耶法；1. 若略、若散法；2. 若下、若舉法；3. 若掉、不掉法；4. 若寂靜、不寂靜法；1. 若定、不定法；2. 若善修、不善修法；3. 若善解脫、不善解脫法。如是當知建立黑品、白品、染品、淨品二十種法。」

- (1) 「又於內有蓋能自了知：我有諸蓋；於內無蓋能自了知：我無諸蓋。如彼諸蓋未生而生，亦能了知；如彼諸蓋生已散滅，亦能了知。
- (2) 於眼有結乃至於意有結，能自了知：我有眼結乃至我有意結；於眼無結乃至於意無結，能自了知：我眼無結乃至我意無結。如彼眼結乃至意結未生而生，亦能了知；如彼諸結生已散滅，亦能了知。

(3) 於內有念等覺支，能自了知：我有念等覺支；於內無念等覺支，能自了知：我無念等覺支。如念等覺支，未生而生，亦能了知；如生已住、不忘、修滿、倍復修習、增長、廣大，亦能了知。如念等覺支，如是擇法、精進、喜、安、定、捨等覺支，當知亦爾。」

說明：此處的法是 1. 五蓋 2. 內六處 3. 七覺支。

5. 北傳《法蘊足論》卷 6 所說

(1) 「於此內法循法觀者，謂有苾芻，於內五蓋法，觀察、思惟內法諸相：於有內貪欲蓋，如實知我有內貪欲蓋；於無內貪欲蓋，如實知我無內貪欲蓋。復如實知內貪欲蓋，未生者生，已生者斷，斷已於後不復更生。」

「如說內貪欲蓋，說內瞋恚、惛沈、睡眠、掉舉、惡作、疑蓋亦爾。」

如是思惟此內法時，所起於法簡擇，乃至毘鉢舍那，是循內法觀，亦名法念住。

成就此觀，現行、隨行乃至解行，說名為住。

彼觀行者，能發起勤精進，乃至復能於此急疾迅速，名具正勤。

彼觀行者，能起於法簡擇，乃至能圓滿、極圓滿，名具正知。

彼觀行者，具念、隨念，乃至心明記性，名具正念。

於諸欲境諸貪等貪，乃至貪類貪生，總名為貪。

順憂受觸，所起心憂，不平等受，感受所攝，總名為憂。

彼觀行者，脩此觀時，於世所起貪、憂二法，能斷、能遍知，乃至隱沒、除滅，是故說彼除世貪、憂。

(2) 「復有苾芻，於內六結法，觀察、思惟內法諸相：於有內眼結，如實知我有內眼結；於無內眼結，如實知我無內眼結。復如實知此內眼結，未生者生，已生者斷，斷已於後不復更生。」

「如說內眼結，說內耳、鼻、舌、身、意結亦爾。」

(3) 「復有苾芻，於內七覺支法，觀察、思惟內法諸相：於有內念覺支，如實知我有內念覺支；於無內念覺支，如實知我無內念覺支。」

復如實知內念覺支，未生者生，生已堅住，不忘、脩滿、倍增、廣大、智作證故。」

「如說內念覺支，說餘內六覺支等亦爾。」

(4)「復有苾芻，於所說內想蘊、行蘊，觀察、思惟多諸過患：謂此法者：如病、如癱，廣說乃至是變壞法。」

(1)「彼外法循法觀者，謂有苾芻，於他五蓋法，觀察、思惟外法諸相：於有外貪欲蓋，如實知彼有外貪欲蓋；於無外貪欲蓋，如實知彼無外貪欲蓋。復如實知外貪欲蓋，未生者生，已生者斷，斷已於後不復更生。」

「如說外貪欲蓋，說餘外四蓋亦爾。」

(2)「復有苾芻，於他六結法，觀察、思惟外法諸相：於有外眼結，如實知彼有外眼結；於無外眼結，如實知彼無外眼結。復如實知彼外眼結，未生者生，已生者斷，斷已於後不復更生。」

「如說外眼結，說餘外五結亦爾。」

(3)「復有苾芻，於他七覺支法，觀察、思惟外法諸相：○於有外念覺支，如實知彼有外念覺支；於無外念覺支，如實知彼無外念覺支。復如實知外念覺支，未生者生，生已堅住，廣說乃至智作證故。」

「如說外念覺支，說餘外六覺支等亦爾。」

(4a)「復有苾芻，於所說外想蘊、行蘊，觀察、思惟多諸過患：謂彼法者：如病、如癱，廣說乃至是變壞法。」

(4b)「於內外法循法觀者，謂有苾芻，合前自他**想蘊、行蘊**，總為一聚，觀察、思惟自他法相，謂前所說：內外五蓋、六結、七覺支等，此彼有、無、未生、生、斷不復生相。」

「復有苾芻，合前自他**想蘊、行蘊**，總為一聚，觀察、思惟多諸過患：謂此、彼法：如病、如癱，廣說乃至是變壞法。」

說明：此處的法是 1. 五蓋 2. 內六處 3. 七覺支 4. 想蘊、行蘊。

6. 北傳《發智論》和《大毗婆沙論》解釋法念住

(1)【發智論】如說「有內貪欲蓋，乃至廣說。」

此聖教中，內有二種：一、內處攝故名內。如說「此六內處，乃至廣說。」二、自相續攝故名內。如說「於內身循身觀，乃至廣說。」此中，依相續內而作論，不依處內。所以者何？若依處內而作論者，則不應言有內貪欲蓋等，以貪欲蓋等皆是外法處攝故。然彼雖是外處，而以自相續攝故說名為內。

【發智論】如說「有內貪欲蓋，如實知有內貪欲蓋」，此一智，謂世俗。

此中，「有」者，謂自相續中貪欲蓋現行可得，或未離彼得、獲、成就，或彼對治道未生。「此一智」者，以有漏故，起世俗智則如實知。

【發智論】「無內貪欲蓋，如實知無內貪欲蓋」，此三智，謂法、世俗、道。

此中，「無」者，謂自相續中貪欲蓋非現行可得，或已離彼得、獲、成就，或彼對治道已生。

「此三智」者，謂貪欲蓋唯欲界故，彼近對治非類智品。

【發智論】如「未生內貪欲蓋而生如實知」，此一智，謂世俗。

此中，「未生而生」者，謂由彼彼因、彼彼緣，內貪欲蓋生。

「此一智」者，如前釋。

【發智論】「生已便斷，斷已後不復生如實知」，此三智，謂法、世俗、道。

此中，「生已便斷」者，謂彼對治道已生，貪欲蓋斷。

「斷已後不復生」者，謂或畢竟不生，或乃至未退彼對治道。

「此三智」者，如前釋。

【發智論】「如貪欲蓋，應知瞋恚、惛沈睡眠、掉舉惡作、疑蓋亦爾。」以彼皆是欲界繫故。

(2)【發智論】如說「有內眼結，如實知有內眼結」，此一智，謂世俗。

此中，亦依相續內而作論，不依處內，廣說如前所說。

「有」者，亦謂自相續中眼結現行可得，或未離彼得、獲、成就，或彼對治道未生。

「此一智」者，如前釋。

【發智論】「無內眼結，如實知無內眼結」，此四智，謂法、類、世俗、道。

此中，「無」者，亦謂自相續中眼結非現行可得，或已離彼得、獲、成就，或彼對治道已生。

「此四智」者，謂內眼結欲、色界繫故，彼近對治通法、類智品。

【發智論】如「未生內眼結而生如實知」，此一智，謂世俗。

此中，「未生而生」者，謂由彼彼因、彼彼緣，內眼結生。

「此一智」者，如前釋。

【發智論】「生已便斷，斷已後不復生如實知」，此四智，謂法、類、世俗、道。

此中，「生已便斷」者，謂彼對治道已生，內眼結斷。

「斷已後不復生」者，謂或畢竟不生，或乃至未退彼對治道。

「此四智」者，如前釋。

【發智論】「如眼結，應知耳、身、意結亦爾」，彼近對治俱通法、類智品故。

【發智論】鼻、舌結，如蓋說，皆唯欲界繫故。

(3)【發智論】如說：「有內念等覺支，如實知有內念等覺支」，此四智，謂法、類、世俗、道。

此中，「有」者，謂自相續中念等覺支現行可得，或已有彼得、獲、成就，或彼所對治障已斷。

「此四智」者，有說：「此中真實念等覺支三智知，謂法、類、道智；相似念等覺支一智知，謂世俗智。」

有說：「此中唯說真實念等覺支，則此為四智知，謂世俗智不明了知，法、類、道智明了知。」

【發智論】「無內念等覺支，如實知無內念等覺支」，此一智，謂世俗。此中，「無」者，謂自相續中念等覺支非現行可得，或未有彼得、獲、成就，或彼所對治障未斷。

「一智」者，如前說。

【發智論】如「未生念等覺支而生，生已住不忘，令圓滿倍增，廣智作證」，此四智，謂法、類、世俗、道。

此中，「未生而生」者，謂由彼彼因、彼彼緣內念等覺支生。

「生已住不忘等」者，

問：如爾所生，則爾所滅，剎那後必不住，如何可說生已住不忘等耶？

答：此中說二種善根，謂順住分及順勝進分。

「生已住不忘」者，說順住分善根。

「生已令圓滿倍增廣」者，說順勝進分善根。

「四智」者，如前釋。

【發智論】「如念等覺支，應知擇法、精進、喜、安、定、捨等覺支

亦爾」，以種類同故。

問：喜等覺支則是受，前受念住中已觀，今何故重觀察耶？

答：前以受念住門觀察，今以法念住門觀察。

復次，前獨觀察，今與餘覺支觀察。

復次，前觀察彼自相，今觀察彼共相。

復次，前觀察有漏、無漏，今觀察無漏。

有說：「此中亦觀察有漏、無漏，以通觀察真實及相似覺支故。」

說明：此處的法是 1. 五蓋 2. 內六處 3. 七覺支。

《內觀雜誌》

行政院新聞局登記證局版北市誌字第 313 號

1995 年 10 月 1 日創刊

發行人：李雪卿

編輯：內觀雜誌編輯組

宗旨：弘揚佛法的義理和介紹內觀法門

聯絡：320 中壢市郵政信箱 9-110

網站：www.insights.org.tw

<http://140.115.120.165/forest/>
