



## 無愛染的感受

無愛染的受是「出離受」、「非世俗受」、「無染著受」，是沒有執著五欲的受。何謂出離？經典提到五種出離：

1. 一切善法：由於一切善法是從不善法或煩惱中脫離。
2. 出家：從在家生活中超脫出來。
3. 禪定：脫離欲界，至上二界中。
4. 觀智：能隨分斷煩惱，所以也是出離。
5. 涅槃：脫離生死輪迴。

因此，由於善法、出家生活、修習止觀和涅槃這些所緣的關係，有時會生起樂受、苦受、不苦不樂受。這些是沒有愛染的受，修習者當了知、培育。佛陀在經中說明：若我們感到樂受時，善法在心中增長，此種樂受要喜歡、要修習，以作為修行的基礎。如修習止、觀的樂受，此種無執著的樂受，能夠領導我們的心朝向涅槃。