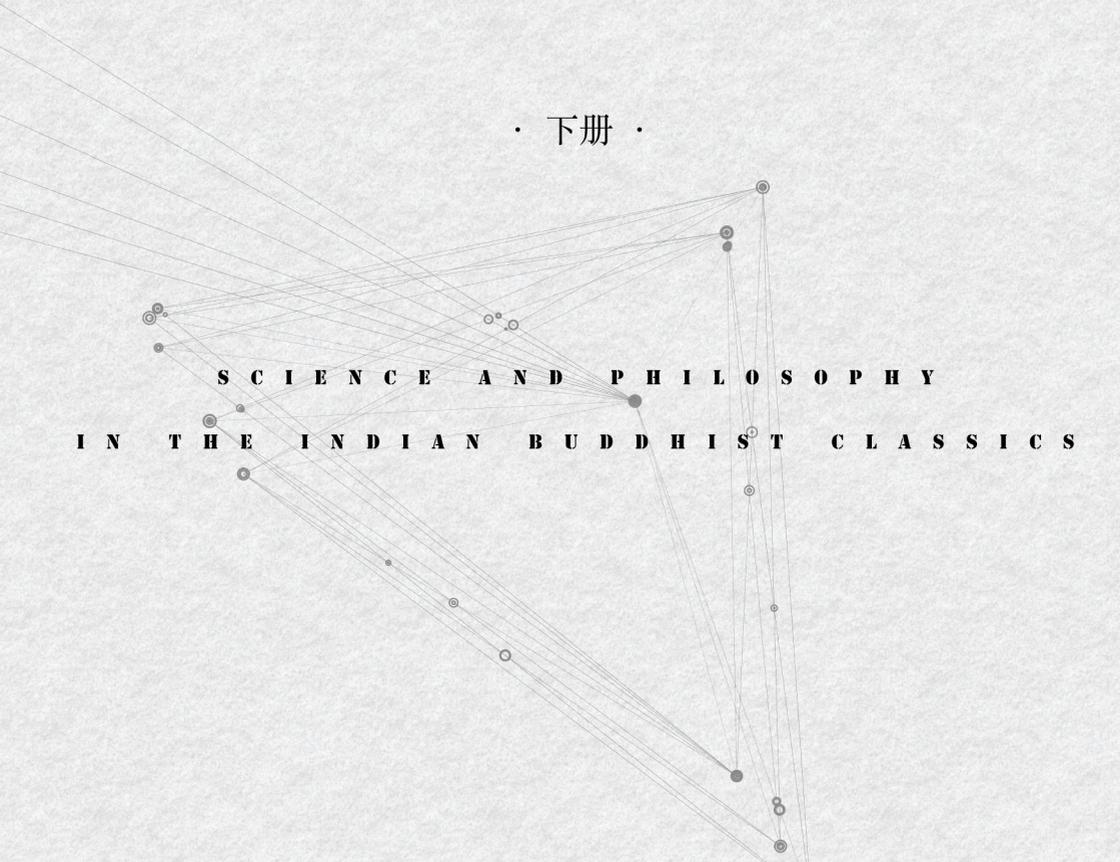


# 佛法科学总集

广说三藏经论关于色心诸法  
之科学论述

· 下册 ·



**S C I E N C E   A N D   P H I L O S O P H Y**  
**I N   T H E   I N D I A N   B U D D H I S T   C L A S S I C S**

尊者 / 监制 总集编著小组 / 编著 蒋扬仁钦 / 译

## | 监制 |

### 尊者 (Tenzin Gyatso)

一九三五年生于西藏东部的安多，一九八九年获诺贝尔和平奖，成为世界公民，他致力提倡慈悲、宽恕、关爱等普世价值，促进世界主要宗教传统间的和谐及相互了解；作为佛教徒，他以修持、讲说菩提心及空正见，护持佛陀教法；身为藏人，他为藏人争取自由与公义，并努力保存西藏文化。

## | 编著 |

### 总集编著小组

负责人——

南嘉寺住持——色拉杰扎仓充拓仁波切

编辑主顾问——

博士朗日巴图登锦巴

### 编辑顾问——

色拉昧扎仓仰丁仁波切

明慧州扎仓格西图滇悲桑

南嘉寺比丘图滇扬佩

### 《总集》编辑者——

甘丹东顶扎仓格西强区桑杰

哲蚌明慧州扎仓格西朗望桑杰

甘丹北顶扎仓格西纪萨重千转世

哲蚌多门扎仓格西洛桑开却

### | 翻译 |

#### 蒋扬仁钦（黄春元）

自一九九六年起，担任尊者的汉语口译至今。一九八九年，前往北印度达兰萨拉辩经学院（Institute of Buddhist Dialectics）学习长达十四年的五部大论、四大教派的高等教育，最后以〈心与空〉的哲硕论文，获取甲级成绩及“无别大教授师”之学位。二〇一四年取得哈佛文理学院（Harvard GSAS）的博士学位。著有《我的上师尊者》、《自己的路，勇敢的走》；译有《善言初慧择眼》、《觉灯日光》、《尊者开示佛子行三十七颂》等。

第七品·具境——心——的论述	011
甲一、总说具境——心——的性质	012
甲二、具境——心——的分类	024
甲三、根识与意识的差异	026
甲四、根识三缘	033
甲五、分别识与离分别识的差异	043
甲六、量识与非量识	053
甲七、错乱识与不错乱识的差异	057
第八品·广说心所的论述	063
甲一、心与心所的差异	064
甲二、《大乘阿毘达磨集论》所说五十一心所论	076
乙一、五遍行	077
乙二、五别境	082
乙三、十一善	094
乙四、别说慈与悲	102
丙一、总说	102
丙二、说慈	108

丙三、说忍	110
丙四、说悲	118
乙五、六根本烦恼	122
乙六、二十随烦恼	135
乙七、四不定	148
甲三、《阿毘达磨俱舍论》所说四十六心所论	152
乙一、十大地法	153
乙二、十大善地法	154
乙三、六大烦恼地法	155
乙四、二大不善地法	156
乙五、十小烦恼地法	157
乙六、八不定心所	158
乙七、与一心相应的心所	159
甲四、《杂事品》所说二十四随烦恼	160
甲五、《阿毘达磨大毗婆沙论》所说心所	161
甲六、《摄事分》所说心所	162
甲七、心所的质体有与施设有的差异	168
甲八、他论对于心所的论述	173
乙一、《正法念处经》所说心所	173

· 目录 · Contents

乙二、《摄阿毘达磨义论》所说五十二心所	181
乙三、《宝鬘论》所说五十七种罪恶起源	186
乙四、《法集论》所说四十种心所	188
乙五、吉祥月称的《五蕴品类论》所说心所	189
甲九、总结诸论所说心所的数量	200
<b>第九品· 论述粗细心及死亡次第</b>	203
甲一、共乘论典对于粗细心的论述	204
甲二、无上密续对于粗细心的论述	210
乙一、总说	210
乙二、如见等三及八十分别心	216
乙三、细微与最细微的心气的论述	222
乙四、心气融入过程与死亡过程	228
<b>第十品· 心如何趋入境</b>	237
甲一、所现境与所趋境等心之境的论述	238
甲二、根识是否具相的争论	241
甲三、对于相的显现，能取所取等数的争论	249

甲四、遮遣趋入及成立趋入的论述	250
甲五、以心趋入境的过程为例说明七种心	258
乙一、颠倒识	260
乙二、疑识	262
乙三、伺察识	263
乙四、比度	266
乙五、已决识	268
乙六、现识	269
乙七、见而不定	274

## 第十一品·说心如何了知境的方法——因的论述 277

甲一、法尔理等四理论	278
甲二、去除执取一边的邪分别的方法——应成	284
乙一、总说	284
乙二、应成的内容与分类	286
乙三、应成周遍八门	290
甲三、去除犹豫二边之疑的方法——成立语	292
甲四、成立语的隐义——宗——的论述	299

甲五、成立语的显义——因——的论述	304
乙一、总说	304
乙二、有关三相	305
乙三、依正因的性质区分	310
丙一、果正因	312
丙二、自性正因	315
丙三、不可得正因	318
丁一、总说	318
丁二、不现见不可得	319
丁三、可现见不可得	320
乙四、从所立法的角度区分正因	326
乙六、从宗的角度区分正因	327
乙七、从趋入同品的方法区分正因	332
乙八、从辩者的角度区分正因	333
乙九、相反正因——见似因	333
丙一、总说	333
丙二、相违因	334
丙三、不定因	335
丙四、不成因	338
乙十、因轮	339

第十二品．调心的方法——止观二修	349
甲一、生起烦恼的因与缘	350
甲二、某些心所彼此相违之理	360
甲三、闻、思、修三慧	364
甲四、闻思时正念正知极为重要	368
甲五、如何修持见、修、行三法	374
甲六、以行的角度区分七种补特伽罗	377
甲七、如何成办专注一境之心——奢摩他	382
乙一、奢摩他的资粮	383
乙二、奢摩他的所缘	387
乙三、奢摩他的性质	390
乙四、五过失的对治——八断行	391
乙五、二违缘——沉没、掉举	396
乙六、九住心	403
丙一、九住心图	410
丙二、解释奢摩他图	411
乙七、修故成办奢摩他	412

· 目录 · Contents

甲八、成办妙观毘婆舍那	421
甲九、观察修的重要性	425
甲十、修念住法	431
甲十一、对世间八法修等舍之理	448
甲十二、心可以改变的理由	459
甲十三、说认识境的补特伽罗及结语	465
参考文献	471
经典及续典	472
论典及医典	478
附图	497



第七品 ·  
具境——心——  
的论述



## 甲一、总说具境——心——的性质

前叙内容为，所知境、色法、情器世间如何形成等，在此讲述具境——心——的论述。

何为具境心，或是识呢？

各式感受的类别，如：苦乐感受、内心的欢喜与悲伤、遭遇危险时所产生的畏惧、对仇敌的愤恨、亲眷的挂念贪执，以及缘取众生痛苦的悲心等；各式内在心识，如：正看到前方装满各样美丽花朵瓶子的眼识、正听到各样唱歌乐曲的耳识、「我觉得是这个、我回忆起那个」等对过去的记忆、「如果是这样的话，应该是那样」等正在推理的想法，因为可以亲身体验到前述尔等「心识」的存在，无论「识」是色法还是心法，「识的存在」是不需要经过理由的辩证，光凭体验就可以确认了。然而，许多细微的心识就得靠理由才能定论。

色法与心识之间的差异是什么呢？

斯等是否有碍无碍？斯等体性是否明观性、唯领纳性？或能否观境……等，都可作为区别色法与心识的标准。古老的印度佛教学者们诠释心识本质的时候，共同认为可以根据下述几点而定义心识：心识必定不是有碍色法、必须是无碍法；具备能够明显内外法之特征；能够看到事物；仅属觉受体性。

在定义心识为何的同时，经说心识极为难测、无碍故轻、轮回无间似如旋火轮、常动不坚似如海浪、烧咸身语所行似如林火等。又说「似如洪水」，此文间接意味著内心闪念极为繁多。为能满足人们的追求，主要就得从心改变；心与色法不同，心较难认知。若依正念、正知、不放逸等修治内心，才能获得暂时及究竟的安乐，所以佛家们早在心识的论述上做了极为详细的研究，并兴盛这种研究，这也是为何佛家的心理学极为渊博广泛的原因。佛陀在《法句经》（*ཚུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྟན་པ།*）也说：

「诸恶莫作，诸善奉行，  
自净其意，是诸佛教。」<sup>1</sup>

因为内心的调伏或不调伏，暂时或究竟的苦乐才会形成。换句话说，跟士夫所求相关的两种苦乐，说到底都离不开心识的作用。因此，佛法精髓就是令内心彻底获得调伏。佛陀在《法集要颂经》（*ཚུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྟན་པ།*）

---

1 《法句经》偈颂文，第十四品，第5句偈颂文。汉译来源：《法句经》（T.4.210.567b.1）。除了「诸恶莫作」外，别解脱经也有相同的偈颂文，可参考：德格版，经，律，3卷，第二卷，20背页；对勘本版，书号5，49页。



དུབརྗོད་པའི་ཚམས།) 也说：

「降心则为善，以降便轻安。」<sup>2</sup>

经说内心调伏乃最胜之善，内心调伏方能产生安乐。《入行论》也详细地说道：

「实语者佛言：一切诸畏惧、  
无量众苦痛，皆从心所生。」<sup>3</sup>

在诸多佛教典籍中，ལྷོའི的梵文为buddhi（汉文音译「菩提」；意译「心」）；འཤིས་པ།的梵文为jñā（汉文音译「阇那」；意译「识」）；རྒྱལ་པ།的梵文为vitti（汉文音译「威谛」；意译「观」），三者皆是同义并相互周遍。「观」是「心」的定义；「亦明亦观」是「识」的定义。识的本质为「明」；识的作用为「观」。

- 
- 2 德格版，经，经藏，༧།卷，第三十一品，第1 句偈颂文，243正页；对勘本版，书号72，681页。汉译来源：《法集要颂经》（T.4.213.795b.7）。
- 3 德格版，论，中观，༧།卷，第五品，第6句偈颂文，10 正页；对勘本版，书号61，970页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

谓「明」有三义：一、远离有碍色——物体——性质的缘故，明其性。二、又如明境反映影像般，心识能够反映出所有善恶、苦乐等诸内外境故，明其境。三、心识本体并未受到贪等烦恼之污垢而污秽故，明本性，又谓「光明」。经论中谈及了有关「明」的多种解读。

为何心识远离有碍性呢？

如《宝积经》云：

「于意云何？……或青或黄……」<sup>4</sup>

《三十三天品经》（སྐྱེ་ལྗོངས་ལྷ་ཁང་པའི་ལཱུ།）云：

「心亦无色、无碍、无可示、无可知。」<sup>5</sup>

谓心识远离形色，不能显示于眼识，无有触碍。

---

4 德格版，经，宝积，14卷，第八品，143 正页；对勘本版，书号40，398 页。汉译来源：《大宝积经》（T.11.310.585c.14）。

5 德格版，经，经藏，1卷，第一卷，129 背页；对勘本版，书号63，349 页。虽然汉译大藏经内并无此译，但此经却被《大智度论》第三十二卷所引用，此论云：「如《三十三天品经》说……」（T. 25.1509.302b.16）。



如同日光及电光能够令色法明显般，心识也可明显善恶苦乐等内外之境，故系「明」性。「明」字的解读为：内外任何一法可被明显于识境之中，所以心识明显及会意其境。然而，心识的「明」不同于日电光的是，日电光明显事物的效应只局限在日电光的所在处，但心识明显其境的效应并非如此。

许多大小乘经论说，心识上的贪等烦恼皆属暂时性，心识属光明性。如上座部的《增支部》（*Āṅguttaranikāya*）云：

「诸比丘！心者，是极光净者，却为客随烦恼所杂染，而无闻之异生，不能如实解，故我言无闻之异生不修心。诸比丘！心者，是极光净者，能从客随烦恼得解脱，而有闻之圣弟子能如实解，故我言有闻之圣弟子修心。」<sup>6</sup>

《般若经八千颂》云：

「彼心非心，心性净故。」<sup>7</sup>

---

6 上座部的《增支部》（*Āṅguttaranikāya*）第一集。汉译来源：《增支部》一集，第六弹指品。

7 德格版，经，八千，卅卷，第一品，3 正页；对勘本版，书号33，6 页。汉译来源：《佛说佛母出生三法藏般若波罗蜜多经》（T.8.228.587b.14）。

《入楞伽经》（འཕགས་པ་ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་མདོ།）云：

「心自性清净」<sup>8</sup>

《大方广如来藏经》（དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྲིང་པའི་མདོ།）云：

「告余人言此有<sup>9</sup>金，汝取应洗随意用。

如我所见诸有情，没烦恼秽流长夜，

知彼烦恼为客尘；自性清净方便说，」<sup>10</sup>

《佛说大乘入诸佛境界智光明庄严经》（འཕགས་པ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ཡུལ་ལ་འཇག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྣང་བའི་རྒྱན།）云：

「何以故？心法本来自性明亮，但为客尘烦恼之所盆污，而  
实不能染污自性。若自性明亮即无烦恼。」<sup>11</sup>

8 德格版，经，经典，31卷，第九卷，186 背页；对勘本版，书号49，457 页。汉译来源：  
《入楞伽经》（T.16.671.583a.18）。

9 德格版示「此乃」，但奈塘版及北京版示「此有」，在此依据后者本修改。

10 德格版，经，经典，31卷，251 正页；对勘本版，书号66，690 页。汉译来源：《大方广  
如来藏经》（T.16.667.462c.11）。

11 德格版，经，经典，4卷，第二卷，290 背页；对勘本版，书号47，762 页。汉译来源：  
《佛说大乘入诸佛境界智光明庄严经》（T.12.395.259a.8）。



圣者慈尊<sup>12</sup>的《究竟一乘宝性论》云：

「自性常不染，如宝空净水。」<sup>13</sup>

如同宝金的性质无有锈染、虚空的性质无有云染、净水的性质无有秽染般，心的性质也无有烦恼污垢的秽染。

《究竟一乘宝性论》云：

「如虚空净心，常明无转变，  
虚妄贪等恼，客尘恼不染。」<sup>14</sup>

器皿虽有不同，但如同器皿内部的虚空<sup>15</sup>不会转变般，心的本质——心无谛实——也不会随著暂时的贪等烦恼之污染所转变。此宗说到，心的本质无有谛实；烦恼之所以属暂时性的理由，是因为尔

12 译者注：谁是宝性论的作者一直是个颇具争议的话题。

13 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，第30句偈颂文，56正页；对勘本版，书号70，938页。汉译来源：《究竟一乘宝性论》（T.31.1611.828b.21）。

14 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，第64句偈颂文，57背页；对勘本版，书号70，941页。藏译与汉译稍有不同，汉译原文：《究竟一乘宝性论》（T.31.1611.832c.24）：「如虚空净心，常明无转变，为虚妄分别，客尘烦恼染。」

15 译者注：通俗的说法叫「空间」。

等污染，于心的明观本质中，无有谛实的缘故。倘若内心的污染确属谛实，将不能依赖任何他者，自然不能透过对治力的串习之力，使心远离污染，故而显示「因无谛实才能生起对治、令心远离污染」。如吉祥法称《释量论》云：

「心自性光明，诸垢是客尘。」<sup>16</sup>

痛苦的起源——贪等烦恼——可经由对治力令其消除，这些烦恼污垢又不住在心之本质之中，所以心之本质属光明性，如前所言。

心性光明的另一解读：如同明镜反射影像般，心识可见内外诸境，也可这么理解。主张自证者认为，心性光明的意思是，不只心可显自境，心也可自显，以自显的角度做此诠释。如《释量论》云：

「故我觉自己，由明体极显。

余于彼体转，明显而极显。」<sup>17</sup>

---

16 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成量品，第210 句偈颂文，115 背页；对勘本版，书号97，519 页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

17 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，现量品，第481 句偈颂文，136 背页；对勘本版，书号97，568 页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



具境识明显自心，故言「极显」。言「余」者谓，心识所显色等，才是色等境之性质；色等体性之相看似扑向心识，转为心识之所现境，故言「明显而极显」。此论说到极显可分两类：一、心识明显自己。二、心识明显境相。

有时一些典籍会在之前已言的「明」及「观」之上，另加离触碰性的「空」，而说空、明、观三性，作为心识的性质。

明观二法中的「观」，指的是心识的作用。如《释量论》云：

「识是取境法，如有而取彼，  
彼所有体性，亦是此能生。」<sup>18</sup>

谓由「执境」及「观境」而安立心识的缘故，心识的不共特征必定是执境及观境。

寂护阿闍黎说，因为心识俱有「了知自己本质」的特点，所以并非物质色体。如《中观庄严论》云：

「心识从色性，返已而极生，

---

18 德格版，论，量，3卷，成量品，第208 句偈颂文，115 背页；对勘本版，书号97，518 页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

咸非色之性，乃彼性心识。」<sup>19</sup>

关于此义，《中观庄严论自释》也云：

「尔时远离二相——不遇境相，以及不能觉受别异自身之境，因仅知自身体性故——故言心识。此『知己体性』之论述系『明己体性』故，心识非『离观性』者如马车等。知己体性故，知境不须待青等他法，因『知』谓『非无知』故。」<sup>20</sup>

莲花戒阿闍黎的《中观庄严疏》云：

「总之，由自证故，绝非马车、围墙色体等性；在不须观待其他明例中，趋入名言道。」<sup>21</sup>

---

19 德格版，论，中观， $\text{81}$ 卷，第16句偈颂文，53背页；对勘本版，书号62，896页。汉译大藏经内并无此译。

20 德格版，论，中观， $\text{81}$ 卷，60背页；对勘本版，书号62，916页。汉译大藏经内并无此译。

21 德格版，论，中观， $\text{81}$ 卷，第一卷，94背页；对勘本版，书号62，1007页。汉译大藏经内并无此译。



根据在此引用的寂护阿闍黎的《中观庄严论》及其《自释》，以及莲花戒阿闍黎的《中观庄严疏》等论典词义，这两位大师所持的立场是，在承许自证的同时，也确认了心识性质必须远离色法。然而，站在无自证的立场解读的话，上述寂护阿闍黎的理由显示色识二法的整体主要差异，也就是色法不能了知色法，但心识却可被心识所知。<sup>22</sup>譬如，红莲花的色法，或是寂护阿闍黎所举例的外在马车等法，必须透过非色法的某个心识才能得知，所以触碰性的色法不具知境的能力。

色法与心法的性质上，此二是否具触碰性，还是明观性？如果这两法确实在有觉受或无觉受上俱有差异的话，在这两法中，到底何者才是根本？这两法的关联又是什么？

古老印度的宗义里，顺世派认为色法才是存在的根基；如同身体与影子、油灯与灯光、酒与酒的潜质般，内在的心法仅属色法的特征。古佛学家共同认为，诸法的根基应以色法与心法相等而立。寻求色法为何之后，其究竟依据绝不会是识质或是心法；寻求心法为何之

---

22 译者注：心识X可被心识Y所了知，故说心识了知心识，但这不代表心识X可被心识X所了知。

后，其究竟依据也绝不会是如微大种般的色质。

非识的色法无法成为心识的近取因，但身心两者互相依赖、俱有著俱生缘的因果关联的事实，也是必须承认的。譬如，没有了五根，是绝不能生起五根识，这是相当明显的。又如同，在根识为导因的情况下，许多意识都得依赖著五根等。同样地，以自宗而言，众多器世间的特征都与众生的业有关，尤其是无上密咒的续典说到，心性气性无二的论述，所以最细微的意识与气是脱离不开的缘故，主张心气永不分离的立场。总之，凡是心识，最终一定会依赖色根或人脑吗？如之前在「身心关联」时已言，这个的答案是不一定。

既然所谓的「心识」并非色法，而是明观体性，心识的所依又是为何？心识所在之处又是哪里呢？

心识主要所依为风界，其所在处包括上从头顶、下至足底的全身。从个别心识的角度而言，眼识的所在处为眼睛、耳识的所在处为耳朵、身识的所在处为身体。前四根识所在处分别依序为：眼、耳、鼻、舌；身识所在处为全身。心识又分粗细两者，粗分心识依赖粗分持命风；细微心识依赖细微持命风，并住在心胸间，这是无上密咒典籍所说。

最细微意识的所依为何呢？持命风住在胸部，位处于人体的两胸正中，靠近脊椎。中脉间，有著上下左右脉结，不坏明点正处于上



下左右脉结的中间，不坏明点就是最细微意识的所依。

粗分持命风的所在处为何呢？

仍处基位<sup>23</sup>时，此风经鼻孔出入，并住在胸部脉轮，但不住在胸部脉轮的「独帝」<sup>24</sup>里面。

五支风的所在处为何呢？

五支风多数是持命风的支分，所以五支风的现隐主要来自胸部。至于《摄行炬论》所说，五根识如何经由胸部瓣脉，趋行五欲的内容，可由《佛法科学总集》的上册了知。

## 甲二、具境——心——的分类

为了能够善达心识的论述，在此之前，古老的佛教典籍说到众多不同的心识分类法，如：七心识分类法、三心识分类法，以及二心识分类法等。七识为：一、现识。二、比度。三、已决识。四、伺察

---

23 译者注：此时的基位指的是，仍未证得圆满次第的凡夫阶段。

24 译者注：通常独帝脉是中脉的意思，但在此的独帝并非整条中脉，而是不坏明点的所在处。

识。五、见而不定。六、疑识。七、颠倒识。详细内容会在「心如何趋入境」时再加以解释。

就以经部的立宗而言，第二分类——三心识为：一、将义总作为所取境（ལུང་ཡུལ།）<sup>25</sup>的分别心<sup>26</sup>，如执瓶分别心。二、将自相作为所取境的离谬无分别心，如执色现识。三、将「本无见有」<sup>27</sup>作为所取境的颠倒无分别心，如将雪山视为黄色的颠倒无分别心。此分类法主要以所取境的角度而行区分。

二心识分类法内又有六种：一、基于是否需要依赖增上缘的五根其中一者，区分根识与意识两者。二、基于是否看见声义总，区隔分别心与离分别心两者。三、基于是否新证，或对境欺诳与否，区分正量与非量两者。四、基于所见是否符合事实，区分错乱识与不错乱

---

25 译者注：所取境与所持境有所不同。就以持瓶眼识的所取境与持瓶眼识的所执境而言，瓶子的所作性虽为前者，却非后者。

26 译者注：之所以区分无分别及分别两者，是以「识趋入境」时的不同状态做此区分。眼识不会分别境的主次差异，前方有什么看什么，故称「无分别」；但闭上眼睛之后，意识从之前已见的各式境中，分别主次等差异后，从中执取欲见之境，故称「分别」。这种分别心与爱恨亲离的分别心相差甚远；同样地，此时的「无分别心」也非远离爱恨的高尚意识形态。

27 译者注：可被眼识所显现为有，但未曾存在者，如黄色雪山。



识两者。五、基于是否区分境后再行趋入，区分遮遣趋入识与成立趋入识两者。六、基于主要或眷属而趋入境的性质或特征，区分心与心所两者。

### 甲三、根识与意识的差异

识可分六类：

一、眼识。二、耳识。三、鼻识。四、舌识。五、身识。六、意识。

前五识是依赖著各自的不共增上缘——眼根、耳根等——所产生的根识，后者仅是依赖意根增上缘所产生的意识。

因为眼识缘色、耳识缘声、鼻识缘香、舌识缘味、身识缘触，色等五境是五根识的所缘境；又因为眼等五根作为增上缘后，五根识才会产生。意识的不共增上缘是意根，意根并非色法；根识与意识的差别在于可否作为不共增上缘。诚如《集量论颂》（ཚད་མ་ཀུན་བརྟུན།）云：

「是不共因故，彼名由根说。

由多义生故，自义总行境，

多性之有法，非根所了解，  
自了非名显。自体乃根境，  
意亦义贪等……」<sup>28</sup>

施設根识与意识的差异并非源于境，而是来自尔等的不共增上缘。经论中说，像是鼓声虽然来自手棍等，但鼓声却不称为「手棍等声」；之所以称为「鼓声」，是因为鼓才是鼓声的不共增上缘。

又例如，眼识见到各式花朵的花园时，虽有各式繁多的花种，但眼识只会见到整体为一的模样；若识想要特别去见某种单一花朵类别的时候，这时的识就会转成意识，不再是根识。或者是，在眼识看色的同时，耳识听到悦耳声音的时候，随著「想看」或「想听」何者的动机更为强烈，来决定到底是色处还是声处被根识所持、所定。同时，不被持定的另一者虽被根识所见，却不被根识所决定。这种想看及想听的动机也是意识。

意识虽然可以见到过去、未来、抽象等多种境，但根识却无法

---

28 德格版，论，量，第3卷，第一品，第4-6句偈颂文，1正页；对勘本版，书号97，3页。汉译来源：法尊法师译《集量论颂》。



做到。眼识清楚看到青色的同时，如果当时未具想看的意念，眼识只会见到当下的青色，却不能得知青色；如果存有想看的意念，眼识则能引发「此乃青色」的决定识。

眼识虽然看到色法，却因意识缘取他境，不能知境；眼识遇境，得知境色；得知境后，解析境的好坏等识，悉应立为意识。《集量论颂自释》引用的阿毘达磨经文云：「具眼识故，得知青色，然彼识非青想。」<sup>29</sup>

根识极为依赖外境的趋近，必须依赖缘取色法方可形成，像是如果所取境花朵不在的时候，见到花朵的眼识是无法产生的。相反地，因为意识的产生不必依赖外境的趋近，哪怕附近没有花朵，也能够生起持花的意识或念想。法称论师《定量论》云：

「根识由境力而无误所生故，根识定不能是彼。何以故？当随境能力所生时，仅随彼境性故。」

又云：

---

29 德格版，论，量，31卷，第一品，15背页；对勘本版，书号97，60页。汉译大藏经内并无此译。

「具念之意识，谓不须观待境之能力是否趋近，实因念之习气所起念想，虽不决定其境，却与某些觉受有关，可同时或个别持境者。」<sup>30</sup>

前引文说，根识等由所取境力生起故，自不能以「混合所诠能诠」<sup>31</sup>而执根识之境。后引文说，分别心等不必观待其境是否趋近，虽不需决定「根识所取境之（义）总」，但仍可执境等，<sup>32</sup>这些都是根识与具念意识两者的差异。

总之，觉受者之识执取色、声等境时，可分「主要以身执取」的根识，以及「主要以心执取」的意识两种。由眼识执色，或耳识执声之后，「这个是某某」、「这是如何」等好坏区别，皆属意识所行范畴。在眼睛闭上的期间，眼识虽不会有任何作用，但意识仍可持续

---

30 德格版，论，量，卷，现识品，154背页；对勘本版，书号97，619页。汉译大藏经内并无此译。

31 译者注：量学典籍常用这种说法来诠释「混合境、声总或义总」的持境方式。换句话说，所诠为境，能诠为声总。分别心无法直接了知境，而是透过类似境的义总，与义总混合的方式了知境，故做此说。

32 译者注：分别识执取境的时候，是不需要决定或了知其境的，如执取声为常的常执。



作用，执取其境。同样地，做梦的期间，眼识虽不会有任何作用，但意识仍可在梦中持续各种作用，如执取苦乐等感受。因此，可由自身觉受来证实「五门根识」与「意识」这两大类别的存在。

「这里有花」、「这些是花」的持花性质之识、「这些花很香」的持花特征之识、「花好美」的梦识、回忆「已看花朵」的后起忆念、闭眼时心中映现花朵的识，以及畏惧、慈爱、苦忧等感受，贪、瞋、慢等烦恼，止观等众多识类皆属意识。

刚说根识与意识的差异，当说二识的个别性质。根识的性质：依赖尔的不共增上缘之色根所生之识。意识的性质：依赖尔的不共增上缘之意根所生之识。根识又分：眼识、耳识、鼻识、舌识、身识共五。

- 眼识的性质：依赖尔的不共增上缘之眼根所生之识，如看到白色的眼识。
- 耳识的性质：依赖尔的不共增上缘之耳根所生之识，如听到水声的耳识。
- 鼻识的性质：依赖尔的不共增上缘之鼻根所生之识，如嗅到梅檀香的鼻识。
- 舌识的性质：依赖尔的不共增上缘之舌根所生之识，如食到甘蔗味的舌识。

- 身识的性质：依赖尔的不共增上缘之身根所生之识，如触碰柔处的身识。

如《解深密经》云：

「广慧，阿陀那识为依止而建立故，六识身转：谓眼识耳鼻舌身意识。此中有识，眼及色为缘生眼识，与眼识具随行，同时同境有分别意识转。有识耳鼻舌身及声香味触为缘，生耳鼻舌身识，与耳鼻舌身识具随行，同时同境有分别意识转。」<sup>33</sup>

同样地，《楞伽经》、《宝积经》、《圣广大游戏大乘经》等，也很明确地将识分成六类。

意识并非仅有分别心，还有繁多种类的意识。如「依根识的等无间缘所生的无分别意识」也同样是意识。以及，依循闻思修之次第，越加清楚地见证无常等真相，最终现证无常等的意识。

到底有没有「依根识等无间缘所生，又如根识般可将外在所取

---

33 德格版，经，经典，81卷，第五品，12背页；对勘本版，书号49，29页。汉译来源：《解深密经》(T.16.676.692b.18)。



境作为尔境」的无分别意识呢？古老的内明学者们对此的立场不同。主张「有意现识」的学者们是以佛经中的「诸比丘，知色谓有二相：依赖眼及依赖意也」<sup>34</sup>作为依据。内明量学的大阿闍黎吉祥法称论师在《定量论》也云：

「根识等无间，缘生剎顷间，能执意亦成，此亦称现识。谓与尔境之等无间刹那同俱的根识，作为等无间缘所生之意，亦是现识。」<sup>35</sup>

此论明显主张意现识的存在：谓将外在的所取境作为己境的根识，依此等无间缘的根识所生的意现识。仔细检视的话，就以根识的下一刹那起便开启意识缘的缘故，根识为增上缘；就以根识令意识转变为觉受明观<sup>36</sup>的缘故，根识为等无间缘。所以，引发意识现识的根

---

34 此经文虽常被引用，但量学典籍中并未注明其引文的出处。如《楞伽经》的注释——《如来藏庄严论》（*དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པའི་རྒྱན།*）云：「如薄伽梵云：『诸比丘，知色识有二：名与随名之意也。』等等现世的差别。」（德格版，论，经部，第二品，65正页；对勘本版，书号70，155页。汉译大藏经内并无此译。）

35 德格版，论，量，31卷，第一品，158正页；对勘本版，书号97，628页。汉译大藏经内并无此译。

36 译者注：觉受明观又可解读为：俱有觉受性质的唯明唯观。

识是彼意识的等无间缘及增上缘两者。

知境意现识所执取的境到底是能引者根识的所取境呢？还是非根识的所取境呢？若根识的所取之境可被意现识所执取，意现识将成再决识；若非根识的所取之境可被意现识所执取，见物则不需明目，故瞎子也可见物。对此，《释量论》回诤：

「是故诸根识，无间缘所生，  
意能缘余境，故盲者不见。」<sup>37</sup>

意现识所执取的境，正是其等无间缘——根识——的所取境的第二刹那或后刹那的缘故，意现识可以存在，却不会有瞎子见物的过患。

## 甲四、根识三缘

今说根识三缘。与其他色法不同，识法的特殊因缘是什么呢？识分根识及意识两者，此中根识的特殊因缘为：所缘缘、增上缘、等

---

37 德格版，论，量，31卷，现识品，第243句偈颂文，127背页；对勘本版，书号97，547页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



无间缘三者。意识的特殊因缘有二或三。

缘的性质：生自果之能益方。比如水分及肥料帮助种子长苗般。因与缘同义异名。缘可分四：一、因缘。二、所缘缘。三、增上缘。四、等无间缘。如《俱舍论自释》云：

「如契经中说四缘性。谓因缘性、等无间缘性、所缘缘性、增上缘性。」<sup>38</sup>

根识所缘缘的性质：主要令根识生为具境相者的直接能生。根识所取义的性质：主要令根识生为具似尔相的直接能生；至于所缘缘与所取义是否同义，尚须观察。根识增上缘的性质：主要令根识生为能执境者的直接能生。如，眼根是自果眼识的不共增上缘，意根是自果眼识的共增上缘。根识等无间缘的性质：主要令根识生为明观性的直接能生。

眼识三缘的事例：所缘缘如色处、增上缘如眼根、等无间缘如色处作意之前的心识。同样地，耳识三缘的事例：所缘缘如声音、增

---

38 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第二品，99正页；对勘本版，书号79，245页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.36b.14）。

上缘如耳根、等无间缘如声音作意之前的心识。其他根识的三缘事例如上安置。外境色声等所缘缘需要趋近、眼等色根——内在增上缘，以及前识——等无间缘三者聚合，根识方能生起。如吉祥法称《因滴论》（གཏན་ཚིགས་ཐིགས་པ།）云：

「可知眼等可生眼识。同此，由等无间缘之力，眼识系能缘性；由眼根力，能缘性亦堪持色法，个别决定，此称为『由境成似彼性』。直接果实虽非异性，仅随异因形成别异差别而已，并非由异因而立此果差异。异因能力仅属刹那故，产生了『似彼性、具个个差别之果』的能力。此因无有间断、趋近而在，称为『聚果性处之基』。如是称『从诸境生所缘性』、『持色个别决定』，以及『与境具性』，尔等皆由个个差别之一性质所生。」<sup>39</sup>

有关执色根识由三缘所生之理，《释量论》亦云：

「彼亦根义觉，或是前作意？」

---

39 德格版，论，量，31卷，243正页；对勘本版，书号97，844页。汉译大藏经内并无此译。



除此因果聚，余系属非有。」<sup>40</sup>

聚合根增上缘、色等五境所缘缘，以及前作意等无间缘后，生起果根识。譬如，所缘缘青色映现在增上缘眼根之上，方能产生执青眼识般；盲人近处虽有外缘色法，但这些色法无法映现在增上缘眼根上，所以眼识无法生起。

根识的三缘各有自己的不共效应。所缘缘令内在识转为具境相者；增上缘令根识持色；等无间缘令识转为明观性。譬如，见青根识转为具青相者主要是因为青色所缘缘；见青根识执取青色主要是因为眼根增上缘；见青根识成为明观性主要是因为等无间缘。还有，增上缘去区分哪些识属于根识或意识的范畴；眼识只执色处不执声处，耳识只听声音不执色处的原因，也是由不共增上缘所导致。

什么是执色意现识与执声意现识的三缘？

在根现识的最后刹那之际，令自果意现识执境之因，是执色意现识的增上缘。在根现识的最后刹那之际，令自果意现识转为明观之

---

40 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，现识品，第461句偈颂文，136正页；对勘本版，书号97，567页。汉译来源：法尊法师译《释量论》

因，是执色意现识的等无间缘。意现识的增上缘与等无间缘两者是体性一，返体异。能引者根现识最后刹那的所取境，此境同类的第二刹那正是意现识的所缘缘。

上述已言的三缘论述皆以经部宗为主，而且这种论述也是佛教的共同立场。如世亲阿闍黎的《俱舍论》所说般，毘婆沙宗的不共主张将于下述解说。

有关唯识派的所缘缘如何安置，诚如陈那阿闍黎的《观所缘缘论》云：

「内色如外现，为识所缘缘，  
许彼相在识，及能生识故。」<sup>41</sup>

什么是属内心性质的所知性呢？

---

41 德格版，论，量，31卷，第6句偈颂文，86正页；对勘本版，书号97，431页。汉译来源：《观所缘缘论》（T.31.1624.888c.17）。德格版虽写 $\text{མི་ལོ་}$ ，但此依据北京、奈塘版改正为 $\text{མི་}$ 。这段《观所缘缘论》的某些西藏论注解释道：「『为识所缘缘』谓，因为根识所见外境如青色等，既是根识的所缘又是缘，所以是所缘缘。为何是所缘呢？『许彼相在识』谓，应属根识之所缘，属所知之性相故。为何是缘呢？『仅份亦无谬』谓，因为根识所见的青色仅属彼根识性质的一部分，以及有境则有识、无境则无识，识随境后转，无有错谬，所以纵使同时存在也可是缘。」



虽无外境，见境时却见如外境的内心影像，实为所缘缘。因为执青眼识转为青色性质，所以执青眼识的所见影像不只为执青眼识的所现境，其影像也是执青眼识的缘。此为「施設所缘缘」（དམིགས་རྒྱུན་བཏགས་པ་ལ།），或称「见所缘缘」（སྤང་བའི་དམིགས་རྒྱུན།）。<sup>42</sup>

自宗的「具相所缘缘」<sup>43</sup>（དམིགས་རྒྱུན་མཚན་ཉིད་ལ།）又是什么呢？如《观所缘缘论》云：

「或前为后缘，引彼功能故。」<sup>44</sup>

前前根识所拥有的「令其后自果根识转为具境相者」的能力，便是其后自果根识转为具境相者的缘，也是后根识的所缘缘，这才是正所缘缘。属于后根识所缘缘的前根识能力，并非因为既是后根识的

42 译者注：「设有」谓仅有其名，却无其义的涵义。藏译经典中，「设有的X」指的是「俱有其名的X」。「具相的X」才是名符其实的X。

43 译者注：在此的「具相」与叙说色法时的「具相」不同。上述的具相为「是否具足色法的行相」，这里的具相是具相上师或具相弟子的「具相」，即符合定义、具足性相的意思。

44 德格版，论，量，31卷，第7句偈颂文，86正页；对勘本版，书号97，431页。汉译来源：《观所缘缘论》（T.31.1624.888c.23）。

所缘，又是后根识的缘，而被安置为后根识的所缘缘，而是因为「令后根识转为具所缘相者」的主因，所以被称为「所缘缘」。

所缘缘可分「见所缘缘」及「安置功能所缘缘」两者。前者是施設所缘缘，后者是具相所缘缘。

《观所缘缘论自释》中说，所缘缘必须具足二相，也就是说，承许根识所见青色为根识所缘缘的宗派认为，具足二相的意思是，根识所见青色既是根识的所缘又是根识的缘，具足该二法的缘故。然而，只承许功能为所缘缘的自宗却说，根识所缘的二相为：以斯力令根识转为具所缘相，亦是根识之缘。所以，根识的所缘缘一定是「令根识转为具所缘相之能生」，但「令根识转为具所缘相之能生」不一定是根识的所缘，<sup>45</sup>这两者间的差别应当了解。

三缘中的等无间缘，令现在识生为明观性；由现在识所留植下来的能力，令后识生为明观性等，如是一者生为一者，形成了有情心识的续流。由这种前识如何衔接后识之理，在此简略介绍前后世的解说。

---

45 译者注：「令根识转为具所缘相之能生」不一定是根识的所缘，如前根识的「令后根识转为具境相」的能力，虽是见青根识的所缘缘，但并非见青根识的所缘。



任何的有为法都需要由近取因及俱生缘两者而生，同样地，我等现有的心识也非无因而生，更非来自异因所成，而是来自同类因。因分两类：一、能生为尔性的近取因。二、虽不能生为尔性，却是生起俱生果的缘。此生意识的始端也是从近取因及俱生缘两者所形成，也是因为如此，前后世的存在可被真理所证实。

仔细思惟的话，人有身蕴及心蕴两种。四大种的粗身蕴是由尘粒所成，更是来自尘粒所成的父母精血。父母的身体也是源于各自前父母的身蕴精血，一者来自一者。若去检视其因的起源处，如上述引用的《四百论》所说般，都是没有开始的。论云：

「若时随一果，初因不可见。」<sup>46</sup>

粗色的近取因，必须是「与己种类相似」的续流。此生的最初意识也相同地需要从「与己种类相似」的续流所形成。如果非心识、由尘粒所成的色法能够成为此生意识的近取因，将会有截然不同的两个种性亦能转为相互性质的过患。如《释量论》云：

---

46 德格版，论，中观，第卷，第七品，第10句偈颂文，8背页；对勘本版，书号57，798页。汉译来源：法尊法师译《四百论》。

「非识则非识，亲因故亦成。」<sup>47</sup>

如果心识不一定要从与己种类相似的心识所形成，光从四大种的色法也能形成的话，慈爱、智慧、贪婪等心识的差别，光赖身体的强壮或衰弱也能随之强盛或退失，但如亲眼所见般，事实并非如此，心识得从种类相似的前识串习而增上或趋弱。

若说，在心识的续流中，虽会有前心识的存在，但这是父母心识的某一部分，才是自己心识的近取因。反诘道：精通工巧的父母应该会生出精通工巧的子女，但诚如亲眼所见，这并不一定。况且，同父母的孩子们间，也会有思想及行为上的巨大差异，上述真相将会驳斥汝宗。法胜阿阇黎的《成就世间彼岸》（འཇིག་རྟེན་པ་རྩོམ་གྲུབ་པ།）也立此说：

「若言，虽有他识先前随行，但实为母识极生子识。此言不应理。卓越智慧随后趋遮、往昔串习为因故，不能检视为他因之果。单一母亲所生，虽无身体、容貌、五根残缺，但随

---

47 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成量品，第166句偈颂文，113背页；对勘本版，书号97，515页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



承许现行因缘，一者智慧卓越，一者却无。」<sup>48</sup>

今生意识需有前续流——近取因，但这个近取因不能是色法，或是父母心识等其他近取因，藉由这种排除法，而去推理自己的前续心识为唯一的近取因，进而证实前世的存在。同样地，就像今生的意识般，前生心识之前，也得由前续心识而生，这点是相同的。由此可见，自他心识皆是无有开始，生命从未有过始端。

为什么存在后世呢？

像是直到今世，自己前前世的心识无有间断地连结后后世的心识般，今生临终的最终心识也将连结「似己的后种续」，因为连结的因缘具足的缘故。由此证实临终心识连结后心识，进而证实后世的存在。

如果知道今生如何流转到后生，知道今生的心识是如何结生到后世心识的话，就能得知为何可由「不同道投生至不同道」<sup>49</sup>的合理性。佛家论师们并不主张有种常性的我住在体内，后弃今世身躯，进

---

48 德格版，论，量，第1卷，249正页；对勘本版，书号106，676页。汉译大藏经内并无此译。

49 译者注：人道投生畜生道，或阿修罗投生人道等。





趋入己境的心所，称之为「伺」。

然而，圣慈尊的《辩中边论颂》云：

「三界心心所，是虚妄分别。」<sup>52</sup>

此论说到，三界所摄、于二相错乱的心及心所都是分别识。

量学典籍，如陈那的《集量论颂》云：

「现量离分别，名种等合者。」<sup>53</sup>

名者，谓词汇；种者，谓种类；分别谓由义总执取差别的心识。《佛法科学总集》这本书，是依据量学的解读为主，经典也做如是解说，如《入楞伽经》云：

「分别者，施設众名显示诸相，谓以象马车步男女等名而显

---

52 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，第9句偈颂文，40正页；对勘本版，书号70，903页。汉译来源：《辩中边论颂》（T.31.1601.477c.23）。

53 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，第3句偈颂文，1正页；对勘本版，书号97，3页。汉译来源：法尊法师译《集量论颂》。

其相，此事如是决定不异，是名分别。」<sup>54</sup>

之前谈及的根识仅属离分别识（或称无分别），但意识可分为分别及无分别两种。有些识可以直接了知所趋境，这种识为离分别识，譬如，见到前方瓶子的眼识。但有许多识无法直接见到境，只能透过与此境相似的影像作为所取境<sup>55</sup>后，再去执取境，这种识是分别识，又譬如，想起昨日食物的当下记忆。虽然现在当下无法直接看到昨日的食物，但这个记忆却可以呈现与昨日食物相似的影像，并透过这个影像忆念及执取昨日的食物。又或是，看到瓶子的眼识是离分别识，而见瓶眼识看到瓶子后，闭上眼睛的同时，内心会呈现出瓶子的影像，这种意识为分别识。如《释量论》云：

「分别相随属，义不明了现。」<sup>56</sup>

---

54 德格版，经，经典，51卷，第六卷，145正页；对勘本版，书号49，358页。汉译来源：《入楞伽经》（T.16.672.620b.8）。

55 译者注：所取境与所现境同义，且不一定是所执境。如瓶子的义总就是执瓶分别识的所取境，但瓶子的义总并非是非执瓶分别识的所执境。所趋境与所执境同义。

56 德格版，论，量，31卷，现量品，第283句偈颂文，129正页；对勘本版，书号97，551页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



（第六卷）又云：

「无分别明显。」<sup>57</sup>

前段论文说，需与义总混合方能见到境的识为分别识。后段论文说，不需与义总混合、能够直接见到境的识为离分别识。

在法称论师的《定量论》中，也很明显地谈及分别识与离分别识的差距。此论云：

「妄念乃意识，无需境的功能趋近于旁，皆由妄念习气所起。虽是执境者，却远离根义决定。与某些领纳相连故，同俱或个别执取。」<sup>58</sup>

谓分别识不需要依赖所取境的功能是否在旁，而是随著往昔串习，或是由意言习气（མངོན་པར་བརྗོད་པའི་བག་ཀགས།）之力所生。《定量论》云：

---

57 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，现量品，第299句偈颂文，130正页；对勘本本，书号97，552页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

58 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，154背页；对勘本本，书号97，619页。汉译大藏经内并无此译。

「执取特征与，事物之相属，集合世间论，知故无他法。执取并集合『特征与具特征者的相属』以及『世间者论述』的认知后，执取差别，如同持棍者。因为与义混合，并非不知能诠典籍故。除此无有他法。」<sup>59</sup>

事物与特征的结合，有如角与具角者之间的相属，或如世间所言的主次差别；令差别处（主事物）与差别事（次特征）相互结合，并如是执取，与义总混合的心识，皆为意分别。此论又云：

「于此不能存在种类、功德、具作用者，因为不见差异性混合，故结合无理。又因离分别，如同水乳。执取了知差异者，如论云『忆称之具念，集合能见性，执取先后故，空眼识如何。』故此<sup>60</sup>无有彼<sup>61</sup>能力。境义趋近所生，故无有伺。为何？若仍有伺，根识与意识应无差异。若无差异，过去与未来、执与不执事物极别、测量与不测量、观待境与不观待

---

59 德格版，论，量，31卷，第一品，155正页；对勘本版，书号97，620页。汉译大藏经内并无此译。

60 译者注：离分别识。

61 译者注：混合境与义总后所执取的能力。



境等，应皆应理。」<sup>62</sup>

另外，无分别根识仅由三缘具足而生，并非随著欲念所转，比如见牛眼识由三缘具足所生之时，哪怕内心希望那是头马，但所见的仍是头牛。相反地，执牛分别识会随著个别伺察——蓄意想——等，令原本的执牛分别识转性。《定量论》云：

「此外，若有念此差别等动机，具全者<sup>63</sup>的趋入会随念想所转，如非彼<sup>64</sup>妄念。虽然妄念能随个别观察所转，但根识却不会，因具全者无牛想，而另一者观见马却见牛故。」<sup>65</sup>

分别识的理解应如《集量论颂》所言般解读。《释量论》云：

---

62 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，155正页；对勘本版，书号97，620页。汉译大藏经内并无此译。

63 译者注：分别识。

64 译者注：如并非「执取牛」，却是「执取马」的妄念。

65 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，155背页；对勘本版，书号97，621页。汉译大藏经内并无此译。

「若识缘声义，彼即是分别。」<sup>66</sup>

将境的声总义总作为所取境后，成为对于此境的分别识。如《定量论》云：

「何谓分别？分别为词汇之识，堪能混合詮声之能见识。」<sup>67</sup>

论说，能够混合詮声的见识或执识为分别。《正理滴论》也是这么说。

分别识的性质：能够混合声义<sup>68</sup>而执境的耽著识。「能够混合」谓尚未学习语文幼童的分别识，并非混合声总及义总两者，但只混合了其中的一者而执境，所以，这种分别识并非混合声义而执境，却堪能混合声义而执境。还有一些典籍指出，「声义」并非指向个别的声总及义总，而是呈现于识的「总」相。

---

66 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，现量品，第287句偈颂文，129背页；对勘本版，书号97，551页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

67 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，154背页；对勘本版，书号97，619页。汉译大藏经内并无此译。

68 译者注：在此的「声」指的是声总，在此的「义」指的是义总。



分别识有分两种：顺谛分别识（ $\text{རྫོགས་པ་དོན་མཐུན།}$ ）及违谛分别识（ $\text{རྫོགས་པ་དོན་མི་མཐུན།}$ ）。顺谛分别识的性质：存在尔之所趋境的分别识，事例如，执瓶分别识，瓶子正是执瓶分别识的所趋境。违谛分别识的性质：不存在尔之所趋境的分别识，事例如，执兔角分别识，兔角正是执兔角分别识的所趋境。

分别识的「特殊需求分支」有二：一、结名分别识（ $\text{མིང་སྒྲུབ་རྫོགས་པ།}$ ）。二、结义分别识（ $\text{དོན་སྒྲུབ་རྫོགས་པ།}$ ）。结名分别识：结合「名称」以及「名言之义」而执取的识，事例如，将「花白」<sup>69</sup>执取为牛的分别识。名称谓一开始取下的名字；名言谓后来安置的词汇。结义分别识：结合差别处及差别事而执取的识，事例如，将此人执取为持棍者；人为差别处，棍子为差别事，结义分别识结合这两者而执境。诚如陈那阿闍黎的《集量论颂自释》云：

「何谓分别？谓结合名及种类等。依名差别而随意取名者，如取名者施設『天授』。言种类者，如『牛』。依功德而言功德者，如『白』。依作用而言作用者，如『烹饪』。依质

---

69 译者注：「花白」为牛。

而言质者，谓持棍者或具角者。」<sup>70</sup>

在此段引文中，「名」指的是结名分别识，「种类等」指的是结义分别识。念「此人是天授」的分别为结名分别。念「牛驼峰<sup>71</sup>等结合体是牛」的分别识是以「种类」成为结义分别识。念「白莲的颜色是白」的分别识是以「功德」成为结义分别识。念「饭煮熟了」的分别识是以「作用」成为结义分别识。念「此人是持棍者」及「此牦牛有角」的分别识是以「质」成为结义分别识。

此外，分别心的另一种分类为：一、依止名言分别识。二、增益余义分别识。三、隐蔽分别识。依止名言分别识：结合名词所生的分别识，事例如，依赖「这腹鼓<sup>72</sup>是瓶子」的声音或文字的表达所生的分别识。增益余义分别识：增益为其他义，或执取为他义，事例如，将不悦意物增益为悦意物的非理作意之妄念。隐蔽分别识：缘尔境隐

---

70 德格版，论，量，31卷，第一品，15正页；对勘本版，书号97，59页。汉译大藏经内并无此译。

71 译者注：藏音（མོ་ལོ་），牛颈上突出的那一块。

72 译者注：通常腹鼓为瓶子性相的缩写，瓶子的性相为：「腹鼓、缩底、且俱有盛水作用者」。



蔽分的分别识，事例如，执取瓶子为无常的分别。法称的《释量论》云：

「有依止名言，于增益余义，  
是等诸分别，近现量转故，  
时为错乱因。如缘不现义，  
忆念等分别，待名言为性，  
不缘现前义。」<sup>73</sup>

离分别识的性质：远离「能够混合声义而执境的耽著」之识。离分别识又分顺谛离分别识以及违谛离分别识。

顺谛离分别识的性质：存在尔之所趋境的离分别识，事例如，执瓶眼识或执柱眼识。违谛离分别识的性质：不存在尔之所趋境的离分别识，事例如，见雪山为青的眼识，以及见一个月亮为两个月亮的眼识。

综上所述，分别意识及无分别根识两者，是否明显见到己境、是否执境时能够混合声义、是否依赖名言、是否见境时混合义总、是

---

73 德格版，论，量，3卷，现量品，第290-291句偈颂文，129背页；对勘本版，书号97，552页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

否会将差别处及差别事见为别异、是否相互结合差别处及差别事而执境、是否结合种类、功德、作用、忆念名言是否为因、有否有时间上的差异、是否会将前后时混合而执境，以及是否需要所取境的趋近方能执境等差异，皆已谈及。

## 甲六、量识与非量识

为能圆满有情的希求，佛教典籍奠定了正量的论述。世间上的各种不想要的痛苦，都是源于不了解真相所致。若能俱有正量，将无误地了知何取何舍，如此才能圆满希求。如法称阿阇黎的《正理滴论》云：

「士夫成办诸事，正智必须先行，故于此处，当叙述之。」<sup>74</sup>

量<sup>75</sup>的梵文为「pramaṇa」。虽然「pra」有很多意思，但这里指

74 德格版，论，量，第31卷，第一品，231正页；对勘本版，书号97，812页。汉译来源：杨化群译、北塔藏文班及刘晓丹编校、云丹审核的《正理滴论》。

75 译者注：藏文的ཤུག་一词被普遍翻译为「量」或「正量」，故「量」与「正量」同义。



的是「初」；「maṇa」谓「悟」。新证或初悟未曾了知之义是量。如《释量论》云：

「显不知义尔。」<sup>76</sup>

亦或是，<sup>77</sup>「pra」是「pa」及「ra」的缩写结合，意味著「最胜」或「极」；「maṇa」谓「悟」。所以，「尔之无欺所量的最胜能悟」是正量。如《释量论》云：

「量谓无欺智。」<sup>78</sup>

正量性质：初不欺识。性质中的「初」字排除了再决识是正量；「不欺」二字排除了伺察识、疑识、颠倒识是正量；「识」字排除了眼等色根是正量。如《释量论》云：

76 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成量品，第5句偈颂文，107背页；对勘本版，书号97，500页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

77 译者注：此为月称菩萨对量的解读。月称菩萨不认为量必须是初证识。所以，正量的性相为「初不欺识」，这种主张并非月称菩萨所言。

78 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成量品，第1句偈颂文，107背页；对勘本版，书号97，500页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

「量谓无欺智。安住能作义，不欺。」<sup>79</sup>

此论又云：

「显不知义尔。」<sup>80</sup>

称「不欺」，是指实际了解真相；称「初悟」，是指初次证悟或自在果断。

或者，正量的性质也可为「自在果断尔之所量的不欺识」。诚如《定量论》云：

「谓『正智有二相，现识与比度。』尔等果断取义、无欺故。」<sup>81</sup>

上述的论述属于中观自续派以下，经部以上的共同主张。

79 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成量品，第1句偈颂文，107背页；对勘本版，书号97，500页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

80 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成量品，第5句偈颂文，107背页；对勘本版，书号97，500页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

81 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，152背页；对勘本版，书号97，614页。汉译大藏经内并无此译。



陈那阿闍黎立下的正量定义、现识的主张等，皆是以自相的论述为依据，这个过失在吉祥月称论师的《显句论》中被反驳。月称论师认为，配合著世间普及的说法，唯独「不欺」方能安置正量，所以仅靠「不欺」便能满足正量的定义，正量不需结合「初悟」的差别等，形成了不共的正量立宗。

正量可依言诠分类为：一、识正量。二、士夫正量。三、教授正量。识正量与正量同义，所以后两者并非真正的正量。正量的分类有二：现量及比量，这点已在「七种识」时说过。佛教的量学典籍又分：正量的间断果及正量的不间断果，共有两类。之所以这么说，是为了奠基「只要是士夫的直接或间接的利益，都是正量之果」的论述。

非量之识的性质：非于尔境初而不欺之识，事例如，了知声音为无常的再决识，以及执声为常的分别识。因为声音的确是无常，所以了知声音为无常的再决识乃不欺识，但此识并非新证，所以不是初悟。执声为常的分别识，颠倒增益了声音为常，所以既非不欺，也非初悟，两者皆不得圆满。颠倒执、疑识、伺察识、再决识、见而不定等都是非量之识。

中观应成派，如月称阿闍黎等认为，正量不需要初悟，他们并且搭配著世间说法，立宗主张，只要不欺识就足以成为正量的性质。

不仅再决识是「尔之主境为不欺」之识，所以是正量，就连「不需依赖正因、靠经验就可了知己境」的分别再决识及离分别的再决识也都是现量。譬如，世人谈及曾经见过的某人时，不需提出任何能认出某人来的理由，只会说「我亲眼见过此人」即可。此宗主张，现量可分分别识及离分别识两者，所以反驳了陈那阿闍黎等典籍所言的正量及现识论述，建立了自宗不共的见解，相关内容将会在《佛法宗义总集》中细谈。

## 甲七、错乱识与不错乱识的差异

错乱识有两种：一、仅错乱所现境。二、不仅错乱所现境外，连所趋境也随之错乱。前者如执瓶分别，后者如执瓶为常的分别。执瓶分别见到的影像虽非瓶子，但执瓶分别却视其影像为瓶子，故于所现产生错乱。执瓶为常的分别，不只将瓶子见为常法，也将瓶子执取为常，故于所现境及所趋境上产生错乱。

错乱识的性质：错乱尔所现境之识。虽然错乱识有「所趋境上错乱」以及「所趋境上不错乱」之别，但凡是错乱识一定会在所现境上错乱。错乱识可以分类为二：分别错乱及离分别错乱两者。前者如执瓶分别，后者如见雪山为青的根识。分别识见义总为义，故于所现



境上错乱；颠倒识的所趋境虽非如其境，<sup>82</sup>但颠倒识却执其为境，故于所趋境上错乱。

错乱识随著「当下乱因」（འཕྲལ་གྱི་འཇུག་རྒྱུ།）及「长久乱因」（ཕྱགས་གྱི་འཇུག་རྒྱུ།）之力而于境上产生错乱。当下乱因有四类：一、所依上的乱因。二、境上的乱因。三、所在处上的乱因。四、等无间缘上的乱因。初者，因受翳眚的影响，显见两个月亮的根识。此识之所以错乱，主要是因为受到所依眼根的缘故，故称「所依上的错乱」。第二者，将转动极快的风扇视为风轮的根识。第三者，坐船时见树木移动的根识。第四者，因为瞋心意乱，见大地为红的根识。诚如《正理滴论》云：

「非由翳眚、剧动、乘舟、昏乱等所成谬误，此智为现量。」<sup>83</sup>

乱因有「损害色根」及「损害意根」两者，前者又有「害因在

82 译者注：如执雪山为蓝的颠倒识，其所趋境为「雪山为蓝」，但实际上尔颠倒识的所趋境却非真相，故说「非如其境」，因为雪山为蓝并非真相。

83 德格版，论，量，卷，第卷，第一品，231正页；对勘本版，书号97，812页。汉译来源：徐梵澄译、北塔藏文班及刘晓丹编校、云丹审核的《正理滴论》。

外」及「害因在内」两种。害因在外者，如镜子、于山岩间叫喊，以及春天的阳光照射在沙漠上等。这些害因虽不在色根之内，却会依次成为执取镜子的影像为脸、叫喊的回音为叫喊声、阳焰为水等因。害因在内者，如翳眚、黄目、疫病等害因，虽不在外，却能令根识错乱。

此外，由形状而错乱者，如将转动极快的风扇视为风轮的根识。由颜色而错乱者，如见白螺为黄的根识。由作用而错乱者，如坐船时见树木移动的根识。由数目而错乱者，如见一月为两月的根识。由性质而错乱者，如翳障者常见的缕缕发丝。由时间而错乱者，如半夜时梦到太阳升起的梦识。由度量而错乱者，如距离长的缘故，见巨大事物为渺小事物的眼识。上述的事例中，唯独梦识是意识外，其他都是根识。无著圣者的《瑜伽师地论》也云：

「五种者，谓非五种错乱境界。何等为五？一想错乱。二数错乱。三形错乱。四显<sup>84</sup>错乱。五业错乱。」<sup>85</sup>

---

84 译者注：此中「显」的藏文为颜色，所以第四是颜色错乱。

85 德格版，论，唯识，第卷，第十七品，191 正页；对勘本版，书号72，1124页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.357c.2）。



想错乱者，如念「见天授为祠授」<sup>86</sup>；业错乱者，与作用错乱同义。

什么是长久乱因呢？如《中观庄严论》云：

「成熟无始续，习气故谬见，  
幻法如真实，如似幻化性。」<sup>87</sup>

长久乱因就是无始而有的坚固习气。因为长时串习「诸法独立存在、远离看待」的执取，对讨厌仇敌生气的时候，自会见到所缘取的这个人是独立、不被看待的讨厌者。如《入楞伽经》云：

「愚痴凡夫亦复如是，无始戏论分别所熏，三毒烧心」<sup>88</sup>

什么因缘损害意根呢？

睡、饮酒、药等令意错乱。

86 译者注：见「天授」的这个人误以为是叫「祠授」的另一人。

87 德格版，论，中观，81卷，第44句偈颂文，54背页；对勘本版，书号62，899页。汉译大藏经内并无此译。

88 德格版，经，经典，81卷，第二卷，91正页；对勘本版，书号49，226页。汉译来源：《入楞伽经》（T.16.672.601a.14）。

既然量学典籍将错乱识称为「见似现识」（མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་།）这两者的差别又是什么呢？这两者是同义。见似现识的性质：错乱尔识的所现境。如《集量论颂》云：

「迷乱世俗智，比与比所生，  
忆念及希求，似现有膜翳。」<sup>89</sup>

如论所云，见似现识有七种分类。一、如见阳焰为水的迷乱分别。二、如执粗分及续流的世俗分别。三、如执因心般的比度分别。四、如具因比度般的从比度所生之分别。五、如忆念过去世的忆念分别。六、如追求未来的希求分别。七、如翳眚者见缕缕发丝般的离分别见似现识。因为执因心是尔果具因比度的因，这里以果名取因的方式将执因心称为比度。法称阿闍黎的《释量论》，将此七见似现识总摄为四。一、依止名言识。二、增益余义。三、隐蔽分别见似现识。四、所依染根所生离分别见似现识。

不错乱识的性质：不错乱尔所现境的识。经部和随经部行中观

---

89 德格版，论，量，31卷，第一品，第7句偈颂文，2正页；对勘本版，书号97，4页。汉译来源：法尊法师译《集量论颂》。



师们认为，现识必定不能错乱，不错乱识的事例，如知青眼识。无论分别心的所趋境是否有所错乱，但尔识会见义总为义，故属错乱识；如果离分别识对尔之所趋境无有错乱的话，对尔之所现境也必定不能错乱，所以不错乱识一定是离分别识。另外，现识再决识及见而不定都是不错乱识，所以不错乱识不一定是正量。

然而，唯识派、随瑜伽行中观派，以及中观应成派等主张，以知青眼识为例，因受长久乱因所染，故将知青眼识许为错乱识。尤其应成论师又说，虽然凡夫相续中的一切分别及离分别都是错乱识，但凡是识，一定会现证自己的所现境。至于这一点，会于《佛法宗义总集》中深入说明。



第八品 ·  
广说心所的论述



## 甲一、心与心所的差异

在佛教典籍中，将上述明观性者依作用主要区分为心及心所两类。

一般而言，谓「心」者，如《大乘阿毘达磨集论》云：

「云何建立识蕴？谓心意识差别。」<sup>1</sup>

论说，「心」的梵文为「citta」，意的梵文为「manas」，「别识」<sup>2</sup>的梵文为「vijñāna」，此三等遍同义。若依词义解释的话，随著补特伽罗相续的感受及习惯，六识累积习气<sup>3</sup>，故称「心」；做出

- 
- 1 德格版，论，唯识，卷，第一品，53正页；对勘本版，书号76，137页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.666a.3）。
  - 2 译者注：识（ཤེས་པ།）与别识（རྣམས་པར་ཤེས་པ།）不同。前者较大，后者较小。前者含括心所及心王，后者与心王同义。同理，执色眼识与执色眼别识亦不相同，前者包括心所，后者仅是心王。别识的「别」译词源于梵文的前加字vi字，谓区别、分别。然而，就以一般而言，像藏文的前加字རྣམས་པར་ 不会附加其他意思般，梵文的前加字vi字也不会附加其他意思，这也是为何许多译师们不会将「识」与「别识」做出区别。
  - 3 译者注：citta的根本词为ci，其义为「累积」。

了知境的作用<sup>4</sup>，故称「意」；了知各境行相<sup>5</sup>，故称「别识」。亦或，累积习气为「心」；成为所依为「意」；成为能依为「别识」。

有些主张阿赖耶识的唯识典籍说，阿赖耶识为业种子的所依，故称为「心」；染污识执取阿赖耶识为我，故称「意」；六识了知各境，故称「别识」，如是分别解说三者。如《入楞伽经》云：

「心谓阿赖识，我执称为意，  
何者执取境，于此称为识。」<sup>6</sup>

此外，无著阿阇黎的《摄大乘论文》（Mahāyāna samgraha śāstraཐེགས་ཀྱི་མཐུན་པོ་）亦云：

「复有一类，谓心意识一文异。是义不成，意识两义差别

4 译者注：Manas的梵文词义为「意的动作」。

5 译者注：vijñāna的梵文词义：vi为「分别」；jñāna为「了解」。

6 德格版，经，经典，8卷，第八品，162背页；对勘本版，书号49，400页。汉译与藏译稍有不同。汉译来源：《入楞伽经》（T.16.671.632b.24）：「阿赖耶命根；意及与意识，皆分别异名。」



可得，当知心义亦应有异。」<sup>7</sup>

心与心所的差别，如《辩中边论颂》云：

「唯了境名心，亦别名心所。」<sup>8</sup>

颂文及其解释<sup>9</sup>都明显说到「亦别名心所」的「别」字有两种解释：一、针对心。二、针对心境。若依前者，心所应为心的差别，或为心作用的差别。若依后者，心所不只俱有了解各境的性质，也因为了解各境的差别而安置心所。

细解的话，前者的解读是，心与心所的差异与境无关，却是由具境的不同作用区分其二的差异。所谓「心所」，是由心或别识的作用差别而被安立。以执色眼主别识（གཙོ་བོའི་རྣམ་ཤེས།）<sup>10</sup>为例，单以其缘

7 德格版，论，唯识，<sup>1</sup>卷，第一品，5正页；对勘本版，书号76，11页。汉译来源：《摄大乘论本》（T.31.1594.134b.1）。

8 德格版，论，唯识，<sup>1</sup>卷，第一品，第9句偈颂文，40正页；对勘本版，书号70，903页。汉译来源：《辩中边论颂》（T.31.1601.477c.24）。

9 译者注：《辩中边论颂》（T.31.1600.465a.20）：「唯能了境总相名心，亦了差别名为受等诸心所法。」

10 译者注：主别识、别识、心、心王、意同义。

取色法便满足「主别识」的定义；与其识相应的各心所在缘取色法的基础上，因「令使心动摇」，以及「令使不忘已证境」等各种作用，安置不同心所。总之，仅依缘境，不需透过其他作用，即可安置其差别识者谓「心」；在缘境的基础之上，因作用等其他途径，趋行于境的识称为「心所」。

因为心与心所具五相应，心与心所在证境的性质及证境的作用上无有区别，但有自力与他力之别。譬如，心王与其相应的想心所等非以自力感受境，但尔等却以受力感受境；心王与其相应的受心所等非以自力区分境的是非，但尔等却以想力区分境的是非，以此类推其他所有心所。

又譬如，如果心王是执瓶识的话，与此心王相应的心所，如受、想、思、触、作意等其他所有心所都必须是执瓶识。同样地，如果「受心所」依利、害、等其中一相感受其境的话，与其受相应的心王及想、思、信等心所也必须依利害舍等其中一相感受其境。如同称友阿阇黎《阿毘达磨俱舍论释——明义论》云：

「言所依、所缘、行相、时间、质体相应者，由何所依生心，依此所依生受、想、思等。同理，依由何缘生心，唯依此缘生受等。依由何行相生心，唯依此行相生受等。为何？」



若心具青相，与此相应之受等只能俱有青相。依由何时生心，唯依此时生受等。」<sup>11</sup>

后者的解读是，了知色声等境的性质为心王，了知境的差别为心所。境的性质与境的差别又是什么呢？色本身就是境的性质，色的长短美丑就是境的差别。声本身是境的性质，悦耳不悦耳等为境的差别。缘取境性质的六别识为心，缘取乐与苦、悦意与不悦意等境之差别的受等五十一者为心所。当眼识执取「色」的性质时，与眼识相应的「受」以利害相执境；「想」以各式名言、施設处相执境；「触」以好坏色的差别执境；贪瞋以悦不悦意而执境，以此类推其他心所。如无著阿闍黎的《瑜伽师地论》云：

「谓或顺乐，或顺苦，或顺不苦不乐应知为触。谓或顺利，或顺害，或顺不害不利应知为受。建立尔等名言性相为想。」<sup>12</sup>

11 德格版，论，阿毘达磨， $\text{卷}$ ，第二品，129背页；对勘本版，书号80，309页。汉译大藏经内并无此译。

12 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，第二品意地，30正页；对勘本版，书号72，740页。与此文相似的汉译原文：《瑜伽师地论》（T.30.1579.433c.8）：「云何受蕴？谓或顺乐触为缘

无论依前者还是后者解读，一颗心王拥有与其相应的别异心所，绝非像是一个国王旁边聚集著众多不同的大臣般，否则将会与经论所述相违。正所谓「诸有情识乃个个续流。」<sup>13</sup>以及《释量论》也云：「无顿二分别。」<sup>14</sup>

一颗心王拥有与之相应的别异心所，例如正在看花朵的时候，必须有「意的领纳」本身，这就是心王。与此觉受同时产生的乐苦舍等特别的感受，就是受心所。拥有分辨「这是青色、这是黄色」等境的是非作用者，为想心所。如「磁石吸铁」般，具足令心王及心所动摇于境的作用者，为思心所。虽有众多所缘境，从中特别专注某境的作用者，为作意心所。具足令心遇境的作用者，为触心所。不令所缘

---

诸受，或顺苦触为缘诸受，或顺不苦不乐触为缘诸受。复有六受身，则眼触所生受，耳鼻舌身意触所生受，总名受蕴。云何想蕴？谓有相想、无相想、狭小想、广大想、无量想、无诸所有、无所有处想，复有六想身，则眼触所生想，耳鼻舌身意触所生想，总名想蕴。」

13 这个经文常被引用，但没有佛教典籍明确注明其出处。有些经论写道：「诸有情识乃个个相续。」又有些教典说：「同时产生二识，不能为处，亦不可能。」应当深入研究上述引文。

14 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，现量品，第178句偈颂文，125正页；对勘本版，书号97，542页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



忘失者，为念心所。令心专注于所缘者，为定心所。总之，透过识的作用或境的差别其中一者，可进而认知心王与心所的差异。想起某色法的时候，心王及其眷属念两者的所缘相同，但仅知色法性质为心王，具不忘念的作用者为念心所。

除了上述《辩中边论颂》做此两种解读外，世亲阿阇黎的《辩中边论述记》（དབུས་མཐའི་འགྲེལ་པ།）也云：

「仅见义为别识，见别者为心所，如受等。」<sup>15</sup>

自宗的解读，如安慧阿阇黎的《辩中边论述》（དབུས་མཐའི་འགྲེལ་པ།）云：

「为能排除差别，『仅见义为别识』的『仅』字，决定不说差别，却说仅缘事物尔性。『见别者为心所，如受等』谓差别性，以及心所显趋其差别性。执取事物的乐苦悦意等差别为受。执取如言『女』、言『男』等施設名言相的差别为

15 德格版，论，唯识，卷，第一品，3正页；对勘本版，书号71，7页。汉译与藏译稍有不同，汉译原文：《辩中边论述记》（T.44.1835.4c.26）：「论颂曰：『三界心心所』至『亦别名心所。』述曰：上二句解差别相，旧本云总相，非也。上二句解异门，旧论云别相，非也。」

想。以此推理其他。」<sup>16</sup>

《阿毘达磨俱舍论》云：

「心意识体一，心心所有依，有缘有行相，相应义有五」<sup>17</sup>

心的性质为：与尔眷属心所具足五相应之识。其分类有六：从眼别识到意别识六者。心所的性质为：与尔心王具足五相应之识。五相应为：一、所依相应。二、所缘相应。三、行相相应。四、时间相应。五、质体相应。

一、所依相应：心王与心所两者的所依根相同，都是源于同一个根增上缘。

二、所缘相应：同一个所缘；心王缘何，眷属心所就缘何。

三、行相相应：同一个所趋境；心王俱有何境相，眷属心所亦具此境相，俱有相同境相及相同所趋境。

---

16 德格版，论，唯识，<sup>31</sup>卷，第一品，204背页；对勘本版，书号71，531页。汉译大藏经内并无此译。

17 德格版，论，阿毘达磨，<sup>11</sup>卷，第二品，第34句偈颂文，5正页；对勘本版，书号79，11页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.21c.18）。



四、时间相应：心王与心所的生灭住的三种时间相等。

五、质体相应：因为每个心王只有一个受、一个想，所以一切心王与心所只能有各各质体，这点是相同的。

以眼别识及其眷属受心所为例，当眼别识依赖著增上缘眼根的时候，其眷属受也依赖著眼根。当眼别识缘取色时，其眷属受也缘取色。当眼别识转为具青相识的时候，其眷属受也转为具青相识。何时产生眼别识，其眷属受也同时产生。如眼别识为单一的质体般，其眷属受也只是单一的质体。如阿闍黎满增的《俱舍满增注》云：

「言『所依、所缘、行相、时间、质体相同』者，谓眼等根刹那为别识之所依，也是只与此别识相应受等所依。同理，诸所缘无有别异故，所缘相同。诸行相为一故，行相相同。何时有受等即有心故，时间相同。质体相同谓数量相同。」<sup>18</sup>

无著阿闍黎的《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等同行相应？谓心心所于一所缘辗转同行。此同行相应

---

18 德格版，论，阿毘达磨，第3卷，第二品，149背页；对勘本版，书号81，377页。汉译大藏经内并无此译。

复有多义，谓他性相应非己性。不相违，相应非相违。同时相应，非异时。同分界地相应，非异分界地。」<sup>19</sup>

此论以「质体相应、所缘相应、性质相应、时间相应、分界相应」建立心与心所的相应论，与前述《俱舍论》的五相应略有不同，其中「性质相应」及「分界相应」未被含括在《俱舍论》的五相应中。此论所说的质体相应与时间相应与上述《俱舍论》的解释无有差别。所缘相应为：缘取所缘色法后再执取的缘故，所缘相应。性质相应为：心王若相应烦恼，其眷属心所也都相应烦恼；心王若是善心，其眷属心所也必是善心。分界相应为：欲界心不能相应色界心所，初禅心的眷属中也不会有二禅心所，所以心王的分界为何，心所的分界就为何。其义的解释，阿闍黎称友的《大乘阿毘达磨集论释》亦云：

「『何等同行相应？谓心心所于一所缘辗转同行。此同行相应复有多义，谓他性相应非己性』如是，心不与其他心相应，受也不与其他受相应。『不相违，相应非相违』如贪与瞋二，善与不善二。『同时相应，非异时』如是，现在与未

---

19 德格版，论，唯识，21卷，第一品，72正页；对勘本版，书号76，183页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》(T.31.1605.673b.13)。



来二，过去与现在二。『同分界地相应，非异分界地』如欲界及色界二，初禅及二禅等。」<sup>20</sup>

无著阿闍黎的《瑜伽师地论·摄决择分》说：

「问何故名相应？答由事等故、处等故、时等故、所作等故。问何故名有行？答，于一所缘，作无量种差别行相转故。」<sup>21</sup>

谓心与心所除了质体等四者皆相同外，心与心所的行相不同。如安慧论师的《辩中边论述》云：

「将会与别识无有差别，故非行相相同。」<sup>22</sup>

设问：难道没说心与心所的行相不相同吗？

20 德格版，论，唯识， $\text{ᑯᑦ}$ 卷，第一品，176背页；对勘本版，书号76，1410页。汉译大藏经内并无此译。

21 德格版，论，唯识， $\text{ᑯᑦ}$ 卷，第七品，60正页；对勘本版，书号74，141页。汉译来源：《瑜伽师地论·摄决择分》(T.30.1579.602a.25)。

22 德格版，论，唯识， $\text{ᑯᑦ}$ 卷，第一品，204背页；对勘本版，书号71，532页。汉译大藏经内并无此译。

答：执色眼识缘取色境、现起色的行相，仅以此点即足以安立为心。但单以这一点，不足以成为心所；要成为心所，需要类似「心趋向于境」等其他特征方能建立，例如：与此心相应的思。此乃经论内义，教典并未说到行相不相同。

自宗经部以上认为，不只心王与心所都是「质体一，返体异」，与一个心王相应的所有心所相互之间也都是「质体一」。虽说这些心所与心王之间俱有五相应的关联，但是心所有强弱作用的差异。例如，信心所强大者称为「信徒」，欲心所强大者称为「追求者」，念心所强大者称为「好记性」，定心所强大者称为「好定力」，慧心所强大者称为「利根者」等。

心所的词义：如涟漪由水所生般，心所由心所生，又是心之行相，故称「心所」。

如果一个心王缺乏受心所，则会缺乏感受境的作用。如果缺乏思，则会缺乏趋向于境的作用。所以，心王与心所必同时产生、相互不能分离。如《阿毘达磨俱舍论》云：「心心所必具。」<sup>23</sup>

---

23 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第二品，第23句偈颂文，4背页；对勘本版，书号79，10页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.18c.29）。



## 甲二、《大乘阿毘达磨集论》所说五十一心所论

古老的阿毘达磨典籍中，如《发智论》、《阿毘达磨品类足论》（འཕེལ་ལྷན་པུ་ལཱ།）、《阿毘达磨法蕴足论》（ཚོམས་ཀྱི་ཡུང་པོ།）等阿毘达磨七论，以及以尔等论典为基础所撰的《阿毘达磨大毘婆沙论》等，都有建立心所的解说。在不离上述论典所述的基础上，这里以极为著名的阿毘达磨论典——无著圣者《大乘阿毘达磨集论》与世亲论师《阿毘达磨俱舍论》——为主要依据，解说心所论述。

无著圣者的《大乘阿毘达磨集论》中建立五蕴论述时，区分了受蕴及想蕴的性质及作用，又将行蕴分为相应行蕴及不相应行蕴两类，且在相应行蕴的内容中解说了其余的心所，以及心所的数量——共有五十一个心所。

这五十一个心所是否可以涵盖所有心所呢？

在以下即将引述的《杂事》（གཞི་ཕྱན་རྟོགས།）中谈到，怒纹——由摇动身语所生的恶作、令心极度气馁的沮丧、由畏惧死亡所生的不疑不死念，以及污染心等诸多心所类别，都没有被涵盖在上述五十一个心所内。此外，如《大乘阿毘达磨集论》注释所言，在《摄事分》、《中观宝鬘论》等诸多典籍中虽说到其他心所，但都没有被《大乘阿毘达磨集论》的五十一种概括。

由于《大乘阿毘达磨集论》的五十一心所论流传很广，所以先做说明。五十一个心所可分为：五遍行、五别境、十一善、六根本烦恼、二十随烦恼、四不定等类别，分段说明于下。

## 乙一、五遍行

五遍行包括：一、受。二、想。三、思。四、作意。五、触。  
「受」感受境的乐、苦、舍其中一者。「想」区分「这是黄色，这是青色」等境的是非差别。「思」如磁石吸铁般，令心王及心所趋行于境。「作意」使专注别境。「触」令心相遇其境。如慧幢亲教师（ཡོངས་འཛིན་ཡི་ཤེས་རྒྱལ་མཚན།）的《心心所摄文》（སེམས་སེམས་བྱུང་གི་རྩོམ།）云：

「受想思作意，触等之心所，称为五遍行。」<sup>24</sup>

第一、受的性质：以自力感受苦乐舍等其中一者，具此领纳相的心所。如《大乘阿毘达磨集论》云：

---

24 在此介绍五十一心所时，所引用的《摄文》，是由慧幢亲教师所撰写的《心心所摄文》。



「受蕴何相？领纳相是受相。」<sup>25</sup>

受可分为乐受、苦受、舍受三者，或分为身受及心受两者。前者，谓领纳识趋境时，有乐、苦、舍等三种受。后者，谓根别识眷属的受称「身受」，意别识眷属的受称「意受」。如《四百论》云：

「如身中身根，痴遍一切住。」<sup>26</sup>

如论所云，从顶至足都遍布了身根，所以眼等四种根识的眷属受都叫身受。受又可以分为乐、苦、意安、意不安、舍等共五。

第二、想的性质：以自力执境为相的心所。「执境为相」谓执境的差别，不混淆是非的意思。如《大乘阿毘达磨集论》云：

「想蕴何相？构了相是想相，谓由想故，构画种种诸法像类，随所见闻觉知之义起诸言说。」<sup>27</sup>

---

25 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，第一品，45背页；对勘本版，书号76，118页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.663b.4）。

26 德格版，论，中观， $\text{卷}$ ，第六品，第10句偈颂文，7背页；对勘本版，书号57，796页。汉译来源：法尊法师译《四百论》。

27 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，第一品，45背页；对勘本版，书号76，119页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.663b.5）。

想分两类：一、执相想。二、执种种想。前者谓，五根识眷属的想执取黄青等境，于境不混乱者。后者谓，意识眷属的想执取「这是黄色，这是青色」，于名言不混乱者。这两者的所趋境有四：见、闻、觉、知。由现识所见称为「见」。由可信语所闻称为「闻」。由因相决定之义称为「觉」。由别识现识决定之义称为「知」。有些《阿毘达磨俱舍论》的注释写到，由眼所见、由耳所闻、由意所知、由鼻舌身三所觉。

第三、思的性质：令与尔相应的心动摇于境之心所。如《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为思？谓于心造作意业为体，于善不善无记品中役心为业。」<sup>28</sup>

《摄决择分》又云：

「思为何业？谓发起寻伺身语业为业。」<sup>29</sup>

---

28 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，48正页；对勘本版，书号76，125页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664a.24）。

29 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第七品，59正页；对勘本版，书号74，140页。汉译来源：《瑜伽师地论·摄决择分》（T.30.1579.602a.2）。



正如「磁石吸铁」般，因为思的力量，令心与心所动摇，趋向于境。

所依根又分：眼触所生思至意触所生思共六。业有分思业及思已业两者。思业为「与意别识相应的思」；思已业为「由彼发起的身语业」。《阿毘达磨俱舍论》云：

「思及思所作，思即是意业，所作谓身语。」<sup>30</sup>

月称论师也是如此主张。

第四、作意性质：依尔心所之力令与尔相应的心专注于别境。作意与思的差别为：思令与尔相应的心动摇，趋向于境的总体；作意令心趋向于别境。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等作意？谓发动心为体，于所缘境持心为业。」<sup>31</sup>

第五、触的性质：聚集境根识后，依尔心所之力，果断乐受等

30 德格版，论，阿毘达磨， $\text{卍}$ 卷，第四品，第1句偈颂文，10背页；对勘本版，书号794，24页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.316a.8）。

31 德格版，论，唯识， $\text{卍}$ 卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，125页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664a.25）。

领纳境及相似境。「果断」谓聚集境根识三者后，令某个别的境，转为自己的不共境。所谓「聚集根境识」三者，并非三者同时聚集，因为根增上缘与依尔所生的识两者俱有前后差距，不能同时。这里只说需要三者齐全。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为触？谓依三和合诸根变异分别为体，受所依为业。」<sup>32</sup>

以所依根可分为：眼触所生思至意触所生思共六。

受等五心所称为「遍行」是因为，凡是心王必有这五种心所跟随。某个心王的眷属中，如果缺乏了五心所的其中一者，就无法圆满享用其境：无受则无领纳；无想则无法执取境的不共相、区分境的是非；无思则无法趋向于境；无作意则无法专注于别境；无触，识不能遇境，所以五心所必须齐全。胜友论师（Jinamitraཇིན་མི་བློ།）的《瑜伽师地论疏》（རྒྱལ་འབྲོར་སྤྱོད་པའི་ས་རྒྱལ་པར་བཤད་པ།）云：

「为何唯五？若少其中一者，不能圆满享用其境，故非过

---

32 德格版，论，唯识，第1卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，125页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664a.26）。



少；念、欲等谬误，故非过多。若无作意，别识不能起，合体不全故。如薄伽梵说，若作意近住，眼别识能起。无作意及思不成，无现行如何成识。无想无受自不能执境之相，不能感受，故纵有识，却无有功能。无触则不能有受想思，因无所依故。」<sup>33</sup>

## 乙二、五别境

五别境为，一、欲。二、胜解。三、念。四、定。五、慧。如《摄决择分》云：

「问：复与几不遍行心法俱起？答：不遍行法乃有多种。胜者唯五：一、欲。二、胜解。三、念。四、三摩地。五、慧。」<sup>34</sup>

因仅能决定个别境，故称「别境」。其境有四，依序为：一、

33 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，77正页；对勘本版，书号75，210页。汉译大藏经内并无此译。

34 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第七品，58背页；对勘本版，书号74，138页。汉译来源：《瑜伽师地论》(T.30.1579.601c.11)。

所爱。二、决定。三、串习。四、观察。如《摄决择分》云：

「问：此不遍行五种心法，于何各别境事生耶？答：如其次第于所爱、决定、串习、观察四境事生，三摩地慧于最后境，余随次第于前三境。」<sup>35</sup>

《心心所摄文》云：

「欲胜解及念，定慧共五相，称为五别境。」

第一、欲。欲的因是：见到境功德。欲的性质为：依尔心所自力，缘取所爱事已，希求其境。事例如，未生功德令生起的希求心所。其词义为：因希求其境，令与其相应的所有心所起欲于境，故称「欲」。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为欲？谓于所乐事彼彼引发所作希望为体，正勤所依为业。」<sup>36</sup>

---

35 德格版，论，唯识，<sup>81</sup>卷，第七品，59背页；对勘本版，书号74，140页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.602a.8）。

36 德格版，论，唯识，<sup>81</sup>卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664a.28）。



欲的作用为何？直接发起精进，间接增上了知诸法的功德。如《摄决择分》云：

「欲为何业？谓发生勤励为业。」<sup>37</sup>

欲又分三：一、相触欲。二、不离欲。三、希求欲。

第二、胜解。见、闻、念其境的功德与过患，称「胜解」。胜解的性质：依尔心所自力，缘取过去已见、已闻等境后，执取其境。事例如，对已拣择的内容，想：「就是如此」的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等胜解？谓于决定事随所决定印持为体，不可引转为业。」<sup>38</sup>

虽说「胜解」的梵文词义为 *adhimokṣa*，谓了知自境，但阿毘达

---

37 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，59正页；对勘本版，书号74，140页。汉译来源：《瑜伽师地论》(T.30.1579.602a.3)。

38 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》(T.31.1605.664a.29)。

磨的诸多注释中说，因为存在执取相似决定<sup>39</sup>所引之境的非善胜解，胜解不一定是了知自境之识。胜解与想不同。胜解以自力令心于境，远离引转；想以自力，取名于境。或是，胜解以自力执境，想以自力区分境的是非。

胜解的作用：认为「尔境的优点就是如此、其缺点就是如此、其境的非好非坏就是如此」，不被他法引转。如《摄决择分》云：

「胜解为何业？谓于所缘功德、过失，或俱相违，印持为业。」<sup>40</sup>

如《摄决择分》所言般，胜解分三：一、缘取尔之所缘功德。二、缘取尔之所缘过失。三、缘取尔之所缘俱相违<sup>41</sup>。

第三、念。念的因是，能引发极敬及念的过去已习之境。寂天阿阇黎的《学集论》（བསྐྱབ་པ་ཀུན་ལས་བརྟུན་པའི་རྒྱལ་ལེའུ་རྒྱུས་པ།）云：

39 译者注：相似决定为错误理解真相的决定。

40 德格版，论，唯识，第7卷，第七品，59正页；对勘本版，书号74，140页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.602a.3）。

41 俱相违：同时具足功德相违及过失相违，简单地说，就是「非善非恶」或「非好非坏」。



「由极敬生念。」<sup>42</sup>

念的其他因，如寂天论师的《入行论》云：

「恒随上师尊，堪布赐开示，  
畏敬有缘者，恒易生正念。」<sup>43</sup>

论说，由伴随善知识、遵行堪布的教诫、惭愧、畏惧他人的诋毁、尊敬有缘者等因，发起念心所。念的性质为：依尔心所自力，缘取已习事物，不令忘失。事例如，想起小时常伴父母及兄弟之念。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为念？谓于串习事令心明记不忘为体。不散乱为业。」<sup>44</sup>

---

42 德格版，论，中观，<sup>101</sup>卷，第8句偈颂文，2正页；对勘本版，书号76，1006页。汉译大藏经内并无此译。

43 德格版，论，中观，<sup>91</sup>卷，第五品，第30句偈颂文，11正页；对勘本版，书号61，972页。如石法师译《入菩萨行论》。

44 德格版，论，唯识，<sup>81</sup>卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.602a.3）。

念具三差别法：一、境差别：已习事物。二、行相差别：不令忘失已缘之境。三、作用差别：令心于境远离散乱，令心续住于所缘。对未习事物无法生念，故说「已习事物」。虽是已习事物，但于现在识中如果不能将其事物显现，也不能生念，故于行相差别称「心不忘失」；依念令心增上，故将此作用称为「不散乱为业」。念的词义为：不令其境忘失，以念忆念。

根据《阿毘达磨俱舍论》注释等，念中也有不善道，所以不善念会以自力想起烦恼境。但仅是如此，并不会产生遗忘善所缘的作用。经论说，「不善失念」的作用是：依尔心所自力，念其烦恼境，或具「忘失善所缘」的作用者。

念的作用为：令心处于所缘，不被他法所引转。如《摄决择分》云：

「念为何业？谓于久所思、所作、所说记忆为业。」<sup>45</sup>

针对过去长期思惟的内容、常做的内容、所说的内容，记忆其

---

45 德格版，论，唯识，卷，第七品，59正页；对勘本版，书号74，140页。汉译来源：《瑜伽师地论》(T.30.1579.602a.5)。



义，不被他法引转，是念的作用。

如上引述的论典所言，念可分三：一、以意念思。二、以身念做。三、以语念述。念的果为：不忘失所缘所见，以念令心专注于境的三摩地及妙观察慧等诸德，增上相续。如《入行论》云：

「合掌诚劝请，欲护自心者，  
致力恒守护，正念与正知。」<sup>46</sup>

论说守护正念与正知极为重要。

第四、定。定的因是：一、令身远离喧哗处，也就是住在人少的地方。二、令心远离粗分妄念，也就是不随各种想。《大集大虚空藏菩萨所问经》（འཕགས་པ་ཉམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱིས་ལྷུ་པའི་མདོ།）云：

「奢摩他资粮以身远离及心远离所摄。」<sup>47</sup>

---

46 德格版，论，中观，91卷，第五品，第23句偈颂文，11正页；对勘本版，书号61，972页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

47 德格版，经，经典，51卷，第七品，313背页；对勘本版，书号57，805页。汉译来源：《大集大虚空藏菩萨所问经》（T.13.404.640b.20）。

此外，令心安住于所缘、忆念所缘不让忘失、令心反覆安住所缘的精进等，也都是定的因。圣者慈尊的《大乘庄严经论》云：

「由心住内故，念进者，是定因。」<sup>48</sup>

定的性质为：依尔自力令心专注所缘境，且为智慧所依止的心所。事例如，特别喜欢某件事物时，心不会移转其他所缘，专注一境的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等三摩地？谓于所观事令心一境为体，智所依止为业。」<sup>49</sup>

专注一境是，熟习一个所缘，并非两个以上。定与作意不同，虽然作意及其相应之心会以自力专注于境，但作意无法以自力生起智慧，定却可以。定的词义：定的梵语为「三摩地」，谓正确地秉持，

---

48 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第七品，第35句偈颂文，22正页；对勘本版，书号70，852页。汉译来源：唐波罗颇蜜多罗大师译《大乘庄严经论》（T.31.1604.630a.12）。

49 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.2）。



亦或令心持续地执取所缘，故名。定的作用为：自果智慧的所依。如《摄决择分》云：

「三摩地为何业？谓智所依为业。」<sup>50</sup>

定的果是：依定生起毘婆舍那的智慧，并且平息缘取外在五欲的贪著、掉举，以及粗分妄念等心乱的过失，产生身心堪能。《大般涅槃经》（མདོ་ཐུང་འདས།）云：

「善男子，若修习定则得如是正知正见以是义故。」<sup>51</sup>

第五、慧。慧的因是：串习听闻或与听闻种性相似后，发起及增上智慧。《究竟一乘宝性论》云：

「慧除烦恼障，亦能除智障，闻法为慧因，是故闻法胜。」<sup>52</sup>

50 德格版，论，唯识，第8卷，第七品，59背页；对勘本版，书号74，140页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.602a.5）。

51 德格版，经，经典，第5卷，第十一品，151正页；对勘本版，书号53，353页。汉译来源：《大般涅槃经》（T.12.374.548a.25）。

52 德格版，论，唯识，第8卷，第五品，第6句偈颂文，72正页；对勘本版，书号70，976页。汉译来源：《究竟一乘宝性论》（T.31.1611.847a.12）。

慧的性质为：缘取所伺义后，以尔自力观察其义的心所。事例如，观察粗细微尘差别的时候，正在善观察的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为慧？谓于所观事择法为体，断疑为业。」<sup>53</sup>

慧的作用是，于境断除疑惑。讲述慧的性质时，说「观事择法」，是远离混淆，将其境各各分别的意思。慧与想不同，以慧自力区分各境，以想自力施設名言。亦或是，斩断疑惑是以慧力，并非以想力。寻伺两者与慧力也不同，因寻伺两者不能以自力断除疑惑。慧的词义为：观察真相的最上乘者，或于诸知当中的最胜者，又称「胜知」。

慧以性质分二：一、天生慧。二、后生慧。次者后生慧又分三：一、闻所生慧。二、思所生慧。三、修所生慧。《阿毘达磨俱舍论自释》云：

---

53 德格版，论，唯识，第1卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.4）。



「慧谓得此有漏修慧思闻生得慧及随行。」<sup>54</sup>

天生慧为：不需观待听闻等加行，自然发起的智慧。闻所生慧为：由听闻未闻过的典籍文句、背诵文义不令遗忘、为熟悉课诵文反覆念诵及观修等，仅决定声总的智慧。思所生慧为：检视已闻内义后，以量决定其义的智慧。修所生慧为：反覆串习思所生慧的已定义，<sup>55</sup>并与身心堪能的轻安为伴、专注一境的智慧。世亲阿闍黎《大乘庄严经论疏》（མདོ་སྤྱི་རྒྱན་གྱི་ལའད་པ།）云：

「闻力安置习气于心。思力令证。修力或奢摩他力令平息已，且令毘婆舍那极证其境。」<sup>56</sup>

慧分善慧、恶慧、无记慧三种。如《摄决择分》云：

54 德格版，论，阿毘达磨，<sup>11</sup>卷，第一品，27正页；对勘本版，书号79，67页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.1b.6）。

55 译者注：思所生慧已经决定的内义被修所生慧反覆地串习。

56 德格版，论，唯识，<sup>31</sup>卷，寻法品，164背页；对勘本版，书号70，1220页。汉译大藏经内并无此译。

「慧为何业？谓于言论所行染污清净随顺考察为业。」<sup>57</sup>

其他别境心所亦有分为善、恶、无记的分类。

慧的另一种分类，可分为：大慧、疾慧、深慧、明慧等。

慧的果为：去除士夫愚昧，令尔等证悟所知真相。《佛说菩萨行方便境界神通变化经》（*བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྲོད་ཡུལ་གྱི་ཐབས་གྱི་ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་འཕྲུལ་བ་བསྟན་པའི་མདོ།*）云：

「此慧胜世间，作光灭诸闇；  
日炬甚清净，照诸结使众。  
慧利灭无明，觉知破坏爱；」<sup>58</sup>

经说，殊胜的智慧有如光芒，恒常灭除凡夫的邪欲黑闇。尔如火炬般，无误照亮何为取处、舍处。尔如日光般，去除爱与痴的根本，进而净除贪闇。

---

57 德格版，论，唯识，第1卷，第七品，59正页；对勘本版，书号74，139页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.602a.6）。

58 德格版，经，经典，第1卷，第二品，92背页；对勘本版，书号57，244页。汉译来源：《佛说菩萨行方便境界神通变化经》（T.9.271.304a.22）。



《大乘阿毘达磨集论》不将欲等五别境称为「遍行」却称之为「别境」，是因为该五者决定个别境的缘故。为何呢？欲只会在希求时发生，不会在他时发生。胜解只会在「引发已定境」的时候发生，不会在他时发生。念只会在已习事物的时候发生，不会在他时发生。定慧两者只会在观察境时发生。

如《俱舍论》等下部阿毘达磨论典说，尔五心所为遍行。就连与疑惑相应的微慧也是存在的。有关「慧微疑强」的内容，之后会再做说明。

### 乙三、十一善

第三类，十一善心所：一、信。二、惭。三、愧。四、无贪。五、无瞋。六、无痴。七、精进。八、轻安。九、不放逸。十、舍。十一、不害。如《心心所摄文》云：

「十一善心所：信与惭及愧，  
离贪瞋不痴，勤安不放逸，  
行舍及不害。」

第一、信。于自己所信圣贤士夫发起胜解、清净、欢乐其中一相，亦为求境欲的所依心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为信？谓于有体、有德、有能，忍可、清净、希望为体，乐欲所依为业。」<sup>59</sup>

论中「有体」显示「胜解信」的所缘体，如真谛、存在、不欺诳等，依尔发起的信心为此时「忍可」直接显示的信心。论中「有德」显示「清净信」的所缘，如，看到自己所信圣贤士夫的功德时，心除烦恼杂念，有如水净污垢，故而相信在自己的相续上将来可以发起如是的增上功德，正是此时「清净」直接显示的信心。论中「有能」显示「欢乐信」的所缘，如不只相信自己有能力断除非善、获证增上德，并念：「我要做到。」的欢乐信，正是此时「希望」直接显示的信心。

「勤」是一切功德之因，为能发勤，先要有希求之欲，发起欲前，先要有看到功德的胜解信，这就是为何诸多经论反覆说到「信为诸德之本」的理由。

第二、惭心所。出于自己方面的理由，羞愧于罪。惭的作用为：防犯恶行的所依心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

---

59 德格版，论，唯识，卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.6）。



「何等为惭？谓于诸过恶，自羞为体，恶行止息，所依为业。」<sup>60</sup>

第三、愧心所。出于他人方面的理由，羞愧于罪。愧的作用为：防犯恶行、行持善法的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为愧？谓于诸过恶，羞他为体，业如惭说。」<sup>61</sup>

虽然「惭」、「愧」二者同样是羞于行恶或犯罪业，但惭与愧之间却存在差异。惭是指：如果做出某事，不仅对暂时及究竟没有帮助，更重要的是「我不能做此伤害」，以出于自己的理由防护恶行。愧是指：如果我做此恶行，会令圣贤士夫操心，会受他人诋毁等，出于他人的理由而防护恶行。在守护戒律学处的顺因中，这两个心所极为重要。尤其初学者在防护恶业的时候，惭与愧是绝对不能或缺的。

第四、无贪心所。缘取三有或三有事物后产生厌恶，防护恶行的所依心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

---

60 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.7）。

61 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.8）。

「何等无贪？谓于有有具无著为体，恶行不转所依为业。」<sup>62</sup>

第五、无瞋心所。缘取起瞋三境后，毁灭瞋起，不欲造害的心所。起瞋三境为：一、有情。二、痛苦。三、发苦源。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等无瞋？谓于诸有情苦，及苦具无恚为体，恶行不转，所依为业。」<sup>63</sup>

第六、无痴心所。依赖天生因或后生因对治痴心，于妙观慧分所设心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等无痴？谓由报、教、证、智，决择为体，恶行不转所依为业。」<sup>64</sup>

---

62 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.9）。

63 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.11）。

64 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，48背页；对勘本版，书号76，126页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.13）。



无痴善有两种：先天的与后天的。先天的乃过去勤力的果报所感，故于此处称为「由报」。后天的又有闻、思、修三种，三者在此依序称为「由教决择」、「由证决择」、「由智决择」。

无痴心所与慧心所的差异又是什么呢？

无痴心所只是不痴，其作用仅是防护恶行之所依，故而施设为无痴。慧心所之所以施设为慧，是因为「择别各法、去除疑惑为业」的缘故。无贪、无瞋、无痴三者为诸善之本、防患一切恶行的方便。

第七、勤。缘取善行的欢喜心。勤的作用为：欢喜行善的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为勤？谓心欢喜为体，或披甲，或加行，或无下，或无退，或无足差别，成满善品为业。」<sup>65</sup>

勤必须欢喜行善，所以一般世俗的努力不是精进。勤有五类：一、行善之前的披甲勤。二、以恒常及恭敬二者欢喜行善的加行勤。

---

65 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，第一品，49正页；对勘本版，书号76，127页。汉译与藏译稍有不同，汉译原文：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.14）：「何等为勤？谓心勇悍为体，或被甲，或加行，或无下，或无退，或无足。差别成满善品为业。」

三、行善时，不令内心沮丧、令内心欢喜的无下勤。四、令他人不受违缘影响、仍然欢喜行善的无退勤。五、欢喜行善、不能满足的无足喜。这种分类法是依据之前引用的《大乘阿毘达磨集论》的「披甲」等顺序而述。

第八、安心所。由心于善所缘随欲安置而生，断除身心粗重续流的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为安？谓止息身心麤重、身心调畅为体，除遣一切障碍为业。」<sup>66</sup>

一般安有身轻安及心轻安两种，但这里的安心所是指心轻安。身心轻安的差异将在之后的奢摩他篇中解说。

第九、不放逸心所。于无贪、无瞋、无痴、精进所安立，缘取任何善法后，防护心已、不令心随逆品所转，以生善、住善、增善其中一者为业之心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

---

66 德格版，论，唯识，卷，第一品，49正页；对勘本版，书号76，127页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.15）。



「何等不放逸？谓依止正勤、无贪、无瞋、无痴修诸善法……」<sup>67</sup>

不放逸分五：一、前际行。二、后际行。三、中际行。四、前行。五、现后行。根据《大乘阿毘达磨集论》所述，这五种分支依序为：除过去恶、护未来善、现在莫行、观察意乐、持续不放逸<sup>68</sup>。

第十、舍。依内心专注于所缘的方法，逐渐成办第九住心；第九住心时，不需刻意对治沉掉、令心自然安住的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为舍？谓依止正勤、无贪、无瞋、无痴，与杂染住相违，心平等性、心正直性、心无功用住性为体，不容杂染所依为业。」<sup>69</sup>

67 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，49正页；对勘本版，书号76，127页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.17）。

68 译者注：在汉译《大乘阿毘达磨集论》中，末学未曾找到相似词汇，只能从藏文直接汉译。

69 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，49正页；对勘本版，书号76，127页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.19）。

舍的作用为：不给予沉掉等烦恼机会。

一般舍有三类：行舍、受舍、无量舍，在此说的是第一类。《声闻地论》也说：

「云何为舍？谓于所缘，心无染污心平等性，于止观品调柔正直任运转性及调柔心有堪能性，令心随与任运作用。」<sup>70</sup>

第十一、不害心所。被无瞋所概括，缘取有情后，希望尔等远离痛苦的不忍或具爱相，以断除杀生、断除损恼众生等为业的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等不害？谓无瞋善根一分心悲愍为体，不损恼为业。」<sup>71</sup>

根据《大乘阿毘达磨集论》，悲心被安立为不害心性。

---

70 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ 第十四品，144背页；对勘本版，书号73，356页。汉译来源：《瑜伽师地论》第六十五卷（T.30.1579.456b.8）。

71 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ 第一品，49正页；对勘本版，书号76，127页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.22）。



## 乙四、别说慈与悲

### 丙一、总说

此篇别说慈心与悲心。

获得慈心与悲心，首先利益到自己，因为当自心发起慈心、悲心、忍辱等善心的同时，自然会减损心中的畏惧，提升内心的自信，让内在更具力量。慈悲会拉近与他人的距离，也会让我们感受到人生的目标及意义，且在极为困难的时候，令内心获得憩息。

如果谁有这颗爱他的心，就能够拥有快乐的人生，且能在自己的所处社会中获取安乐。如果每个人将所行重点摆在慈心、悲心、忍辱等内心的功德上，并能将这些功德转为生活中不可或缺的元素，定能拥有充满意义的人生。

人们在父母的慈爱关照下才能成长，所以慈爱的感受从幼小时就已融入我等血液，入住我等心中。生活有了强烈的慈爱以及内心的静乐时，也能有助于身心健康。反之，不宁静的内心将会伤害人体的健康，这点可从医学专家的研究直接或间接地证实。

慈爱是一种大众认可的善心，这个真相不需经由他人说服。慈爱不只是内心最有价值的珍宝，更是人类安乐、社会和谐的基石。就算是为了个人安乐或他人安乐，慈爱的训练也是极为需要的。内在的善良动机才是善行的根本；发起增上利他的意乐、一心朝向利他的时

候，个人的行为才能从本质上转为纯粹无染的善行。因此，慈爱绝对是所有善行根本的所依。所谓「和平」，不应解读为不伤害他人而已，更应该解读为是种慈爱的表现。

正因为慈爱是人类安乐的根基，所以这个世界上的主流宗教都一致强烈地推广慈爱的修炼。就连畜生都喜欢慈爱，更何况是我们人类？如果人类有个无价之宝的话，此宝一定非慈爱莫属。人生的意义正是帮助他人、提升善行、保持善心，如果生活中缺乏了慈爱，也等于失去人生的意义。

慈爱并非无因而有，人自身就有慈爱的能力，而且此能力可以透过智慧增上成长。广布慈爱的对象不仅是人类，也包含了动物；纵然是没有宗教信仰的人，慈爱也是他生活中最能带来利益的关键，这是大众所认同的。遗憾的是，幼时慈爱的感受虽然强烈，长大后却随著外在环境等各种影响，削弱了付出慈爱的潜能，形成了慈爱的障碍。无论是否有宗教信仰，但凡为了个人、家庭、社会的安乐，就需要有慈爱的心。慈爱才是内心宁静及安乐的真实创造者，这点必须知道。

应当辨别慈悲俱有两种层次：一、由生理反应所生的慈悲，如：孩子随著生理的所需受到母亲的爱护。二、需要修炼的慈悲，如：刻意修炼的缘故，令慈悲增长广大。后者的成就来自远离偏执，



所以「一致」的概念相当重要。无论是官员或奴隶、富人或穷人、智者或愚者、强者或弱者、黑人或白人，这世界上所有的人「以身为人而言都是一致的」的概念，以及这一切人「拥有离苦得乐的想法都是一致的」的概念，极为重要。有了这种概念，才能减少区分「我们」及「你们」，以及由其所生的贪与瞋。

把二者与一般概念相较：一、「都是人」以及「都一致地想要离苦得乐」的概念。二、由国家、区域、种族、语言、贫富、有无知识、有无宗教信仰等产生的「都不相同」的一般概念。透过思惟前者，强烈的贪瞋不会产生。透过后者，区分了「我们」及「你们」，产生了认定的仇敌与亲人；在区分你我的基础之上，虽会产生慈爱，但这种慈爱是种偏爱。有了偏爱，就会有瞋恚，就会有贪己疑他，甚至想去害他、损恼他人。相反地，由「一致性」的概念所发起的慈爱却是种远离偏执的慈爱，也正是我们需要的慈爱。如圣者慈尊的《现观庄严论》（མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱུན།）云：

「有情平等心」<sup>72</sup>

---

72 德格版，论，到彼岸，7卷，第一品，3背页；对勘本版，书号49，8页。汉译来源：法尊法师译《现观庄严论》。

狮子贤阿阇黎（Haribhadraཤིང་གི་འབའ་པོ།,八世纪）的《现观庄严论疏》（མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་པ།）云：

「于诸有情仅一心」<sup>73</sup>

《入行论》亦云：

「自与他双方，求乐既相同，  
自他何差殊？何故求独乐？  
自与他双方，恶苦既相同，  
自他何差殊？何故唯自护？」<sup>74</sup>

论说，当自己与他人双方都一致无别地追求安乐时，不为他人安乐，却努力追求自己的安乐实不应理。同理，当自己与他人双方都一致无别地想要远离痛苦时，不守护他人安乐，却努力守护自己的安乐实不应理。

---

73 德格版，论，到彼岸，肆卷，第一品，91背页；对勘本版，书号52，237页。汉译大藏经内并无此译。

74 德格版，论，中观，卅卷，第八品，第95句偈颂文，27正页；对勘本版，书号61，1008页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。



了解人与人相互依赖的真相，自然能够产生远离偏执的慈爱。我们如果远离了人类社会，是无法独立居处的。以生理的需求而言，也得依赖他者才能产生生理的安乐，这是人类的共同点。小至家庭的饮食、衣物、装饰、教育、健康，大至国家之间的贸易、经济等，何者不是依赖他者而有？明明一切都需依赖他者，我们却不喜欢他人、怀疑他人，并相互欺瞒伤害，如此我们怎能获得安乐呢？

近代有些国家的物质水准高度发展，但光凭这点，不能保证安乐。虽然渴望获得安乐的人生，内心却充斥著爱我执、贪心、瞋恚、我慢、害心、嫉妒、攀比心、疑心及期望、偏执等，这样一来，外在的顺缘再怎么具足，定不能成就快乐的人生。相反地，如果俱有如爱他心、利他心、知足、慈爱、忍辱等调伏的内心，纵然没有丰富的外在条件，也能获得快乐的人生。由此可知，快乐的人生，无疑主要来自内在的差异。所以，内心缺乏快乐的个人，自然无法产生安乐的家庭及社会。

这世上许多已发生及正在发生的人为灾难，都来自贪婪、攀比心、记恨、害心、傲慢、嫉妒、贪瞋等，而且这些恶心的根本都是我执及爱我执。如《释量论》云：

「有我则知他，我他分执瞋，

由此等相系，起一切过失。」<sup>75</sup>

有了「我执」就有「他想」，因为如此，区分了自己及他人的不同，如种族等差异，进而产生了缘己方的贪、缘他方的瞋。这些贪瞋又与内续完全相连，故而发起为求自己安乐，或为求他人痛苦所形成的杀生、偷盗等一切恶行。《入行论》亦云：

「所有世间乐，悉从利他生，  
一切世间苦，咸由自利成。」<sup>76</sup>

世间所有的安乐，全部来自为求他人安乐的利他事业所生；世间所有的痛苦，都是由爱我执的追求自利所成。所以在此说到，如何以多门遮除爱我执。

总之，人类的语言说词、身体表达，小至一个细微的动作，都是由动机的善恶来区分其善恶性。所以无论做任何大小事情，首先需

---

75 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成量品，第221句偈颂文，116正页；对勘本版，书号97，520页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

76 德格版，论，中观，<sup>31</sup>卷，第八品，第129句偈颂文，28背页；对勘本版，书号61，1011页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。



要有个善良的动机，这是极为重要的。为能利乐这世间的一切有情，应当舍弃种族分歧、宗见分歧、宗教分歧等不同处，并推广与宗教无关的伦理道德观，这是相当重要的。所谓的善行，就是避免让自己的身语意做出伤害他人的行为。

人类的社会好比一个共饮共食的大家庭，成员间必须相互依赖方能生存。所以我们更需要放弃人类社会的伤害及仇恨，且建立由慈爱所滋润的人类社会，这点极为重要。

## 丙二、说慈

瞋恚的对治有慈心及忍辱两者。此说慈心。

慈心与悲心同属五十一心所中的无瞋心所，就无瞋心所的本质而言，两者是相同的。慈与悲的差别是，悲心缘取众生的痛苦，想要使众生远离痛苦；慈心缘取众生的安乐，想要使众生获得安乐。

慈心的性质为，缘有情时，念：「彼等为何不能获取安乐？愿彼等获取安乐」的心所。《圣摄诸福三摩地经》（འཕགས་པ་བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུ་པའི་དྲིང་རིའཛིན་གྱི་མདོ།）云：

「愿诸有情得乐，为慈。」<sup>77</sup>

慈的作用为：令缘取有情的损恼心、瞋恚，以及仇恨等平息。  
《无尽意菩萨品》云：

「是慈能自拥护己身，是慈亦能利益他人，是慈无诤，是慈能断一切瞋恚、荒秽、系缚。」<sup>78</sup>

此外，慈是瞋的对治，令我等不造作恶行。地亲阿阇黎著作的《五蕴释》云：

「利益有情之慈亦是瞋恚之对治，此业亦为不造恶作之所依。若无瞋恚，则不造作杀生等恶业。」<sup>79</sup>

---

77 德格版，经，经典， $\text{ㄅ}$ 卷，第二品，119正页；对勘本版，书号56，311页。汉译大藏经内并无此译。类似此译的经文，由玄奘大师所译的《大般若经》四百八十七卷（T.7.220.473c.14）云：「修慈定时作如是念：『我当济恤一切有情皆令得乐。』」

78 德格版，经，经典， $\text{ㄅ}$ 卷，第四品，131正页；对勘本版，书号60，329页。汉译来源：《大方等大集经》的《无尽意菩萨品》（T.13.397.199c.17）。

79 德格版，论，唯识， $\text{ㄅ}$ 卷，56正页；对勘本版，书号77，809页。中文来源：汉译大藏经内并无此译。



慈心之果为：平息嫉妒、攀比、损害等心，令心安乐、不沮丧、提升心力及加强自信、能修大忍、令心寂静及舒适、气血通顺等，使得身体长寿健康。《正法念处经》云：

「此等众生诸苦所恼，如是思惟，利益一切众生。心则清净，心清净故，血则清净，血清净故，颜色清净，颜色净故，端正无比，一切众生，爱乐瞻仰，得现果报。」<sup>80</sup>

### 丙三、说忍

言「忍辱」者，如《文殊游戏经》（*འཇམ་དཔལ་རྣམ་པར་རོལ་པའི་མདོ།*）云：

「文殊师利言：『女子，如何无瞋？』女子言：『文殊师利，何人心不具瞋，不害诸境，应知为忍』。」<sup>81</sup>

月称的《入中论》亦云：

80 德格版，经，经典，41卷，第二十二品，73正页；对勘本版，书号78，168页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.367c.5）。

81 德格版，经，经典，41卷，第二卷，231背页；对勘本版，书号46，628页。汉译大藏经内并无此译。类似此文的汉译来源：《大庄严法门经》（T.17.818.830a.14）：「文殊师利言，云何瞋恨？女言，瞋恨者能灭百劫所作善业，是名瞋恨。又问，云何非瞋恨？女言，若于一切烦恼境中无所障碍，名无瞋恨。」

「施度谓能舍，戒相无热恼，忍相谓不恚」<sup>82</sup>

此论解说布施的性质时，说忍相为「不恚」，也就是令心不要因损害者及痛苦而受到干扰。

忍有三相。如慧源觉阿闍黎（ཤེས་རབ་འབྲུང་གནས་སློབ་ལྷོ་ལྷོ་ལ།，十一世纪）的《入菩提行要义疏》（བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སློབ་པ་ལ་འཇུག་པའི་དཀའ་འགྲེལ།）云：

「忍有三相。《摄正法经》曰：安受苦忍、谛察法忍、耐怨害忍」<sup>83</sup>

第一、安受苦忍。如不得不离开家乡的时候，自愿忍受远离家乡的痛苦及极度的失落。如果无法忍受这种痛苦的时候，《入行论》曾这么说：

---

82 德格版，论，中观，༤།卷，第六品，第205句偈颂文，214正页；对勘本版，书号60，542页。汉译来源：法尊法师译《入中论》

83 德格版，论，中观，༤།卷，第六品，112正页；对勘本版，书号61，1218页。汉译大藏经内并无此译。类似此译的经文，由玄奘大师所译的《摄大乘论释》（T.31.1597.356c.14）云：「忍三品者：一、耐怨害忍。二、安受苦忍。三、谛察法忍。」



「若事尚可为，云何不欢喜？  
若已不济事，忧恼有何益？」<sup>84</sup>

如果可以解决痛苦起源的话，有什么因缘让我们不欢喜？因为一旦马上解决的话，就不会有痛苦了。如果无法解决的话，不欢喜又有何帮助？就像不欢喜「虚空乃遮触分的事实」，是毫无用处的。

第二、谛察法忍。如针对法义的伺及思，就像辩论时，针对因明法义的思。

第三、耐怨害忍。受到仇敌等他人的伤害时，不起瞋恚，观修忍辱。

瞋恚不只能立即摧毁内心的宁静，令心不能安宁，也会破坏周遭的氛围。了解瞋恚的过失后，应当依止忍辱。在发起瞋恚前，或正在发起时，应尽力思惟其害，并修学忍辱。忍之三相中，除了后者来自他方的伤害外，其他二者一直都能发生。像是忍受长期的听课，专注一境地听闻思惟，乃至行走的时候，都会谨慎身业，或是忍受饥渴等，所以这两种忍一直在发生。

---

84 德格版，论，中观，21卷，第六品，第10句偈颂文，15正页；对勘本版，书号61，981页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

思惟忍辱利益。《决示如来大悲经》（དེ་བཞིན་གཤམས་པའི་སྤྱིང་རྗེ་ཚེན་པོ་ངམ་པར་བསྟན་པའི་མདོ།）云：

「菩萨远离瞋恚之心为悦意欢喜一切有情。」<sup>85</sup>

《正法念处经》云：

「能忍之人，第一善心，能舍瞋恚，众人所爱，众人乐见，人所信受，颜色清净，其心寂静。」<sup>86</sup>

《入行论》亦云：

「罪恶莫过瞋，难行莫胜忍。」<sup>87</sup>

论说，没有任何其他罪业比瞋恚更能消灭善行、搅乱内心；没

---

85 德格版，经，经典，41卷，第二品，159背页；对勘本版，书号57，418页。汉译大藏经内并无此译。

86 德格版，经，经典，41卷，45正页；对勘本版，书号71，104页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.357c.29）。

87 德格版，论，中观，41卷，第六品，第2句偈颂文，14背页；对勘本版，书号61，980页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。



有任何真正的苦行比忍辱更能消灭烦恼的苦热。

月称阿阇黎的《入中论》云：

「忍招违前诸功德，忍感妙色善士喜，  
善巧是理非理事……」<sup>88</sup>

论说修学忍辱的利益，如感得相好庄严、令善士欢喜，以及明确何为是理、何为非理，精通学处。在此的「理」字应理解为「正确的理由」。

忍辱的修行完全来自内心。如《入行论》云：

「顽者如虚空，岂能尽制彼？  
若息此瞋恚，则同灭众敌。  
何需足量革，尽覆此大地？  
片革垫靴底，即同覆大地。」<sup>89</sup>

---

88 德格版，论，中观，91卷，第三品，第8句偈颂文，203正页；对勘本本，书号60，517页。汉译来源：法尊法师译《入中论》。

89 德格版，论，中观，91卷，第五品，第12-13句偈颂文，10背页；对勘本本，书号61，971页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

顽固众生有如虚空，不能全部灭尽。但是，若能令此瞋恚消灭，则同消灭所有外敌。比如，为了让双足不被荆棘所伤害，若要使用柔软皮革铺满大地，则不能有如此足够皮革，还不如用皮革裹住脚底，等同将皮革铺满大地。瞋恚的过失及其对治忍辱应当如何修的内容，在佛子寂天的《入行论》中极为详细，应当了知。

如何修行忍辱作为瞋恚的对治呢？透过了解瞋恚不但不能解决问题，反而带来更大的伤害，所以瞋恚实不合理。就像纵然报复，也不能将别人对己造成的伤害抹灭，如此一来，报复又有何意义？吉祥月称的《入中论》云：

「若已作害而瞋他，瞋他已作岂能除？  
是故瞋他定无益。」<sup>90</sup>

此外，「不想要继续痛苦」与「报复」是互相矛盾的。复仇只会将麻烦扩大，不只自己及亲友会受到伤害，最终恐怕连自己的性命都得赔上，这个后果是个能亲眼目睹的事实。为了治疗疾患，医生以

---

90 德格版，论，中观，卷，第三品，第4句偈颂文，203正页；对勘本版，书号60，517页。汉译来源：法尊法师译《入中论》。



尖锐刀具对我们进行手术的痛苦我们都能忍受。同样地，为了彻底消灭将来的痛苦，更必须以忍辱面对当下的微苦，并知道「报复并非合理」而遮挡瞋恚。

治疗疯癫之症时，医生因为知道「此病非患者能自主控制」而不起情绪；同样地，受到伤害时，也应如努力持续医治疯癫之症般，应想「仇家也是随著无法操控的烦恼，不能自主才这么做的」。将「烦恼」与「具烦恼之人」区分之后，不对此人生气，却求远离烦恼，而遮挡瞋恚。如圣者提婆的《四百论》云：

「若鬼执虽瞋，医者不生恼。  
能仁观烦恼，非惑系众生。」<sup>91</sup>

月称的《四百论释》云：

「此非有情过，此是烦恼咎，  
智者善观已，不瞋诸有情。」<sup>92</sup>

---

91 德格版，论，中观，<sup>41</sup>卷，第五品，第9句偈颂文，6正页；对勘本版，书号57，793页。汉译来源：法尊法师译《四百论》。

92 德格版，论，中观，<sup>41</sup>卷，第五品，96背页；对勘本版，书号60，1163页。汉译大藏经内并无此译。

他人打伤我们的时候，如果要对直接的害源生气的话，我们应该对棍棒或利器生气。如果要对间接的害源生气的话，伤害来自瞋恚的动机，我们应该对他人心中的瞋恚生气。总之无论直接或间接理由，都不应对使用棍棒者生气。《入行论》云：

「棍杖所伤人，不应瞋使者，  
杖复瞋使故，理应憎其瞋。」<sup>93</sup>

同样地，伤害的行为就像幼童的愚昧，不该对其瞋恚，因为那正如同对火的炙热生气一般。也不应该因有情偶尔犯过而生气，因为那正如同对被烟雾偶然遮住的天空生气一般。如《入行论》云：

「设若害他人，乃愚自本性，  
瞋彼则非理，如瞋烧性火。  
若过是偶发，有情性仁贤，  
则瞋亦非理，如瞋烟蔽空。」<sup>94</sup>

---

93 德格版，论，中观，卷，第六品，第41句偈颂文，16正页；对勘本版，书号61，983页。汉译来源：法尊法师译《入中论》。

94 德格版，论，中观，卷，第六品，第39-40句偈颂文，16正页；对勘本版，书号61，983页。汉译来源：法尊法师译《入中论》。



以上说到多种消灭最胜仇敌——瞋恚——的方法。若以妙观察慧好好伺察，便能以多理门遮止多类瞋恚发起，且以多理门生起忍辱。

#### 丙四、说悲

悲的性质为，缘其他众生后，念：「彼等为何不能远离痛苦及苦因？愿彼等远离痛苦及苦因，以无害为业」的心所。比如看到可怜众生被苦所害，心念「为何彼等不能远离此苦」的爱心，以及心念「愿被苦因所害的众生能够远离此苦因」的爱心。教典又说「欲救悲心」（ཕྱོད་འདོད་ཀྱི་སྤོང་ཚེ།），即是在尔等爱心的基础之上，心念「我要令彼等众生远离痛苦」的悲心。《圣摄诸福三摩地经》云：

「令一切有情脱离一切痛苦者，为悲。」<sup>95</sup>

悲的梵文叫「karuṇa」。「ka」是安乐；「ruṇa」是灭。看到他人的痛苦会产生不忍，能够减灭自己的安乐，因此说到悲心或「karuṇa」为「灭乐」。

---

95 德格版，经，经典，31卷，第二品，119正页；对勘本版，书号56，311页。汉译大藏经内并无此译。

悲的作用为：不损害众生。如称友阿闍黎的《大乘阿毘达磨集论释》云：

「无害亦属无瞋的悲心俱有无害作用。」<sup>96</sup>

《阿毘达磨俱舍论》云：

「慈乃无瞋性……悲亦如是」<sup>97</sup>

虽然慈与悲两者在五十一心所中，都共属无瞋性，但此二的差异是：悲是缘众生苦后，愿求彼等离苦的行相；慈是缘众生乐后，愿求彼等得乐的行相。

悲的因是：我与众生在欲求离苦得乐的这点上都是相同的，因此不该舍弃他人。或，将众生视为自己的亲友、思惟众生被诸苦所逼、思惟利害众生将会获取乐苦等道理。《般若二万颂》云：

---

96 德格版，论，唯识，<sup>11</sup>卷，第一卷，126正页；对勘本版，书号76，1286页。汉译大藏经内并无此译。

97 德格版，论，阿毘达磨，<sup>12</sup>卷，第八品，77正页；对勘本版，书号79，866页。汉译与藏译稍有不同，汉译原文：《阿毘达磨俱舍论》(T.29.1558.150b.15)：「慈悲无瞋性」。



「当于一切有情起如父母、如兄弟、如姐妹、如男女、如亲族心」<sup>98</sup>

经论谈及多种悲因，如需将诸有情视为父母等亲友。

为何经论说到需将有情视为自己的亲友？为能缘取与自己不亲不疏的「中间有情」，以及缘取伤害自己的仇敌，而发起悲心，故做此言。一般而言，对自己的亲友都会自然发起悲悯，如因母亲死去的缘故，儿女们当然会极度难过等，但这种悲悯不需经由训练而能自然生起。在训练思惟悲心的时候，视中间有情为亲友的要义是因为，令我等能够对中间有情发起不忍彼等受苦之心，如果没有这种不忍之心，就不能发起缘中间有情的悲心。

寂天佛子的《入行论》说到另一种修学悲心的不共法门。这与将有情视为亲友的想法无关，而是将重点摆在自他两者都是相同地追求离苦、相同地追求得乐，进而生起自他相换的想法，详细内容可从此书得知。

悲心之果，诚如《正法念处经》云：

---

98 德格版，经，二万，四卷，第38品，348正页；对勘本版，书号27，793页。汉译来源：《大般若波罗蜜多经》（T.7.220.259a.17）。

「所谓悲心，一切人爱，令人生信，安慰生死怖畏众生，心不安隐令得安隐，于无救者为作救护。」<sup>99</sup>

《自性平等广相三摩地经》（རང་བཞིན་མཉམ་པ་ཉིད་རྣམ་པར་སྣོན་པ་ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་མདོ།）云：

「此故禁行常宁静，利自亦能利众生，慈心悲心应常修！」<sup>100</sup>

教典说，善行分五：一、胜义善。二、本质善。三、相应善。四、意乐善。五、随属善。因为上述十一善心所的本质皆善，故属本质善。本质善是因为不需要依赖其他的相应意乐，仅因自己本身的存在就足以成为善法。胜义善指的是法性，因为缘法性而观修的话，将会净除一切罪障，故名为善，却非真善。相应善是与信等十一善心所

99 德格版，经，经典，41卷，第二十二品，50背页；对勘本版，书号71，116页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.360a.3）。

100 德格版，经，经典，51卷，第三十八品，150正页；对勘本版，书号55，361页。汉译大藏经内并无此译。与此类似的经文来源：《月灯三昧经》（T.15.639.611b.22）：「住于寂静空闲林，既能自利亦利他，为求解脱速施作，常乐修习慈悲心。」



相应的心及心所。意乐善如悲心等意乐所发起的身语之业。随属善谓善随眠等。

## 乙五、六根本烦恼

第四种心所类别为六根本烦恼：一、贪。二、瞋。三、慢。四、烦恼无明。五、烦恼疑。六、烦恼见。如《心心所摄文》云：

「六根本烦恼：贪瞋以及慢，  
无明以及疑，烦恼见等也。」

一般烦恼的性质为：令具斯补特伽罗的心续不能平息作用的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「谓若法生时相不寂静，由此生故身心相续不寂静转，是烦恼相」<sup>101</sup>

佛子称友阿闍黎的《大乘阿毘达磨集论释》也云：

---

101 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第二品，78背页；对勘本版，书号76，199页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.676b.3）。

「应知极不寂静相谓烦恼之总性相，此复有六相：散故极不寂静、颠倒故极不寂静、掉举故极不寂静、痴故极不寂静、放逸故极不寂静、不羞愧故极不寂静。」<sup>102</sup>

第一、贪。见到有漏事物的悦意本质后，极想追求尔等的心所。如看见并缘取可爱的身、食、衣、财等时，不想离开尔等的执著欲望。其他烦恼形同干布上的灰尘，容易净除，但贪形同油布上的灰尘，极难净除。同理，执著并贪持某境的缘故，不只会引发其他烦恼，也会增强想要看、触其境的贪欲，这是种极难分离的心所。

贪的作用为：生起自果痛苦。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为贪？谓三界爱为体，生众苦为业。」<sup>103</sup>

贪与爱染无异。爱染又分三：欲爱染、灭爱染、有爱染。初者为想要得到安乐、不想离开安乐的贪。次者如畏惧痛苦后，想著：

---

102 德格版，论，唯识，<sup>卷</sup>卷，第二卷，187背页；对勘本版，书号76，1438页。汉译大藏经内并无此译。

103 德格版，论，唯识，<sup>卷</sup>卷，第一品，49正页；对勘本版，书号76，127页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.24）。



「唉，为什么我不能死？为何不能消失？为何要有我？」而欲求自灭。后者如欲执蕴体的贪心。当这种爱增强、力量变得很强大的时后，称之为「取」。贪的当下对治有不净观，将在讲述正念住观修的章节再做解说。

第二、瞋。缘取瞋境三者的其中一者后，产生的不忍、怨气，以及带有害欲的心所。这是缘取不悦意仇敌等，而产生的一种极为粗烈之心。譬如，某人恶言时，内心立即生起无法忍受的感觉。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为瞋？谓于有情、苦，及苦具，心恚为体，不安隐住、恶行所依为业。」<sup>104</sup>

瞋境三者为：有情、自续痛苦、利器及荆棘等苦源。

经说瞋的起源为「恚心九基」。龙树阿闍黎的《宝鬘论》云：

「害心我伴仇，三时非理疑，

---

104 德格版，论，唯识，卷，第一品，49正页；对勘本版，书号76，127页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.24）。

「损害他人心，皆从九因起……」<sup>105</sup>

论中说到瞋的九因：疑心（某有情）过去害我、现在正在害我、将来会要害我等三。疑心（某有情）过去害我亲友、现在正在害我亲友、将来会要害我亲友等三。疑心（某有情）过去帮助我的仇敌、现在正在帮助我的仇敌、将来会帮助我的仇敌等三，共九种疑心。

瞋的作用及过患，如《正法念处经》云：

「若起瞋恚，自烧其身。其心噤毒，颜色变异，他人所弃，皆悉惊避。众人不爱，轻毁鄙贱。」<sup>106</sup>

生气的人无法行善、面孔变得狰狞、会被他人厌恶、无法和其他所有人和睦相处、令所有人反感、身语意三门转为污秽等；以上诸多过失，都是亲眼可见的事实。《入行论》云：

---

105 德格版，论，本生，**9**卷，第五品，第31偈颂文，123正页；对勘本版，书号96，327页。汉译来源：仁光法师译《宝鬘论》。

106 德格版，经，经典，**9**卷，44背页；对勘本版，书号71，103页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.357c.22）。



「若心执灼瞋，意即不寂静，  
 喜乐亦难生，烦躁不成眠。  
 纵人以利敬，恩施来依者，  
 施主若易瞋，反遭彼弑害。  
 瞋令亲友厌，虽施亦不依。  
 若心有瞋恚，安乐不久住。  
 瞋敌能招致，如上诸苦患。」<sup>107</sup>

论说，瞋生剧苦，有如疾苦。只要心中有瞋，绝不能生起令内心平息痛苦的欢喜，也不能使身体安康；睡亦不眠、心不安稳。若是被瞋操控住，就连对自己施予资财或帮助的恩人也会去加害，使亲友厌倦、为己操心难受；即便惠施他人，但恩泽却不令他人欢喜接受。总之，但凡被瞋所操控，定无有安乐之可能，所以应想「我一定不能给予瞋心机会」，而遮止瞋恚。在忍辱篇章时也做了广泛解说。

第三、慢。缘取自身优势，如财富、功德等某种德相后，产生骄傲行相的心所。缘取自己的财富种族，或小至声音好听、力量强大

---

107 德格版，论，中观，24卷，第六品，第3-6句偈颂文，14背页；对勘本版，书号61，980页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

等所产生的骄傲，仿佛从山顶俯瞰，觉得他人卑微，而自己高高在上的想法，或是鄙视他人于低处、自己处于高处的行相。

慢的作用为：阻碍对他方的尊重，以及阻碍功德的增上，且系产生痛苦的所依。如同经论说，慢的对治为「观界别」，应当思惟自己有多少真相仍然未知，并懂得尊重比自己更博学多闻者。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为慢？谓依止萨迦耶见，心高举为体；不敬、苦生所依为业。」<sup>108</sup>

经说「依止萨迦耶见」是因为，「慢」的产生，都得依赖自己心续中的俱生我想，故做此说。

慢可分七：一、慢。二、过慢。三、慢过慢。四、我慢。五、增上慢。六、卑慢。七、邪慢。

一、慢：骄傲地认为「比起这位卑微的人，我是优秀者」。

二、过慢：骄傲地认为「比起同辈，我更出色」。

---

108 德格版，论，唯识，卷，第一品，49正页；对勘本版，书号76，128页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》(T.31.1605.664b.26)。



三、慢过慢：骄傲地认为「相较比己更强的人，我更超越于他」。

四、我慢：缘蕴体后，想「这就是我」的高傲。

五、增上慢：未得功德之前，却认为已得功德的自我满足。

六、卑慢：缘取比自己差距甚多的领先者，骄傲地认为「我只比他差一点点……」。

七、邪慢：将非功德处视为功德，生起傲慢。

《宝鬘论》云：

「谓我无作为，轻毁自己者，  
名为卑劣慢。」<sup>109</sup>

该论说，轻视自己，认为「我活下去还有什么意义？」如此为卑劣慢。

第四、无明。一般而言，诚如「未见」、「不明白」的说法般，无明就是在「明白」的前面加上否定词，而称为无明、未见、不

---

109 德格版，论，本生，卅卷，第五品，第12偈颂文，122背页；对勘本版，书号96，326页。汉译来源：仁光法师译《宝鬘论》。

知、不明。像是闭上眼睛后，眼前呈现一片昏闇，无法见到外在色法，而无法知道境相为何的无知。

无明的性质为：以愚昧行相趋入己境的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等无明？谓三界无知为体。于诸法中邪决定、疑、杂生起所依为业。」<sup>110</sup>

无明又分为「不知道」以及「颠倒执识」两种心所。阿闍黎无著两兄弟主张无明是以不知道的心所为主，法称阿闍黎等却主张无明是颠倒执愚，但二者一致认为无明的对治即是了解诸法实相的智慧。《摄决择分》云：

「无明者，以不明实相为体。见若不能如实证悟，以执取颠倒事物为体。」<sup>111</sup>

---

110 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，49正页；对勘本版，书号76，128页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.27）。

111 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，精通处与非处品，84正页；对勘本版，书号74，201页。汉译来源：于《瑜伽师地论》中，末学找不到相似译文。



《释量论》亦云：

「是明逆品故，心所所缘故，  
说邪缘无明，故余不应理。」<sup>112</sup>

无明的作用为：由彼产生其他烦恼，由烦恼生业，由业生苦故，是一切烦恼及过失的所依。《释量论》亦云：

「一切诸过失，萨迦耶见生，  
无明彼彼贪，从彼起瞋等。  
由此说众过，其因为愚痴。」<sup>113</sup>

吉祥月称的《入中论》亦云：

「慧见烦恼诸过患，皆从萨迦耶见生」<sup>114</sup>

---

112 德格版，论，量， $\text{ṣṭ}$ 卷，成量品，第215句偈颂文，115背页；对勘本版，书号97，519页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

113 德格版，论，量， $\text{ṣṭ}$ 卷，自义品，第224句偈颂文，103正页；对勘本版，书号97，489页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

114 德格版，论，中观， $\text{ṅ}$ 卷，第六品，第120句偈颂文，210正页；对勘本版，书号60，532页。汉译来源：法尊法师译《入中论》。

更详细的内容将在「生起烦恼的因缘」章节中再做解说。

第五、烦恼疑。缘四谛或业果等法后，所产生犹豫二边的心所。例如：「我是不是无常」的二边惑。或如赶路时，对所行之路是否正确的疑惑，将会成为彼行的阻碍，烦恼疑也会障碍看到真相。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为疑？谓于谛犹豫为体。善品不生所依为业。」<sup>115</sup>

疑的作用是：障碍如实取舍。并非所有疑都是烦恼，如：「此人是不是扎西？」「明天天气怎么样？」「这个房子是不是次仁的房子？」等疑惑并非一定属于烦恼。

第六、烦恼见。分为五类：一、萨迦耶见。二、边见。三、邪见。四、见取见。五、戒禁取见。

一、萨迦耶见。缘自相续我及我所其中一者后，所生「此是独立我」或「此是独立我所」行相的烦恼慧。像是被他人诋毁或是被他人称赞的时候，想著「为何他人这么对我」、从心深处现起的赤裸裸

---

115 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，49背页；对勘本版，书号76，128页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.29）。



「我想」（或「我所想」）。因为是将坏聚蕴体视为我或我所的缘故，称「坏聚见」。<sup>116</sup>《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等萨迦耶见？谓于五取蕴等随观执我及我所、诸忍、欲、觉、观、见为体，一切见趣所依为业。」<sup>117</sup>

论中所说忍、欲、觉、观、见等名相，词义依序如下：不畏颠倒义故忍，趋入颠倒义故欲，区分颠倒义故觉，执取颠倒义故观，缘取颠倒义故见。

二、边见。将萨迦耶见的所缘境执取为常边或断边其中一者的烦恼慧。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等边执见？谓于五取蕴等随观执或断或常，诸忍欲觉观见为体，障处中行出离为业。」<sup>118</sup>

---

116 译者注：梵文字义音译「萨迦耶」为「坏聚」的意思。

117 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{二}}$ 卷，第一品，49背页；对勘本版，书号76，128页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664c.1）。

118 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{二}}$ 卷，第一品，49背页；对勘本版，书号76，128页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664c.3）。

此论说，此见令堕常边或断边，并起远离常、断二边中道的主要障碍。边见又分为：常边见及断边见两者。

三、邪见。缘业因果、作用等存在法后，否定尔等存在的烦恼慧。邪见的作用是：不令行善、断除善根、趋入恶行、持造恶业念等，颠倒取舍。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等邪见？谓谤因、谤果，或谤作用，或坏实事，或邪分别，诸忍、欲、觉、观、见为体。断善根为业，及不善根坚固所依为业，不善生起为业。」<sup>119</sup>

四、见取见。缘余恶见及其起源蕴体其中一者后，认为：「此乃最胜」的烦恼慧。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等见取？谓于诸见及见所依五取蕴等，随观执为最、为胜、为上、为妙，诸忍、欲、觉、观、见为体。执不正见所依为业。」<sup>120</sup>

---

119 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{二}}$ ，第一品，49背页；对勘本版，书号76，129页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664c.10）。

120 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{二}}$ ，第一品，49背页；对勘本版，书号76，128页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664c.5）。



论中「为最」等词义如下：骄傲地认为最好故称「为最」，没有比此更好故称「为胜」，比其他都好故称「为上」，没有比此相等故称「为妙」。

五、戒禁取见。缘取由恶见动机所生恶戒、恶禁、身语恶行，以及由该戒禁行所生蕴体后，认为其为解脱因或最胜行的烦恼慧。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等戒禁取？谓于诸戒禁及戒禁所依五取蕴等，随观执为清静、为解脱、为出离，诸忍、欲、觉、观、见为体。劳而无果所依为业。」<sup>121</sup>

上述五见，加上贪瞋慢无明疑等五非见，皆称根本烦恼的原因是：没有任何随烦恼不从此十中之一者所生。或是因为令心烦恼的主因，故名根本烦恼。

---

121 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{二}}$ ，第一品，49背页；对勘本版，书号76，128页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664c.8）。

## 乙六、二十随烦恼

第五种分类为二十随烦恼：一、忿。二、恨。三、覆。四、恼。五、嫉。六、慳。七、诳。八、谄。九、僞。十、害。十一、无惭。十二、无愧。十三、昏沉。十四、掉举。十五、不信。十六、懈怠。十七、放逸。十八、忘念。十九、不正知。二十、散乱。如《心所摄文》云：

「随恼二十为，忿恨以及覆，  
恼嫉慳与诳，谄僞害无惭，  
无愧昏掉举，不信懈放逸，  
忘念不正知，散乱共二十。」

一、忿。靠近「恚心九基」其中一者时，想要伤害尔等的瞋类心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为忿？谓于现前不饶益相，瞋之一分心怒为体；执杖愤发所依为业。」<sup>122</sup>

---

122 德格版，论，唯识，卷，第一品，50背页；对勘本版，书号76，130页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》(T.31.1605.665a.3)。



瞋与忿的差异为何呢？瞋指虽然并未趋近忿境，但仅由心里想著就产生难以压抑的深层怒气，有如火焰。忿必须是在趋近忿境时，瞋忿才增上广大，如同火上浇油般，并以肢体做出伤害的行为。

二、恨。不放弃复仇欲望的瞋类心所。持续此心念，将会记恨在心。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为恨？谓自此已后，即瞋一分、怀怨不舍为体；不忍所依为业。」<sup>123</sup>

三、覆。他人以利益心举报过失时，想要覆藏过失的痴类心所。其作用为：直接令悔，间接令身心不得安乐。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为覆？谓于所作罪他正举时，痴之一分隐藏为体；悔不安住所依为业。」<sup>124</sup>

---

123 德格版，论，唯识， $\text{ṣi}$ 卷，第一品，50背页；对勘本版，书号76，130页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.4）。

124 德格版，论，唯识， $\text{ṣi}$ 卷，第一品，50背页；对勘本版，书号76，130页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.6）。

四、恼。他人说己过失时，不仅不生忏悔心，反起忿恨，因瞋恨而欲出恶语的心所。其作用为：做出恶口等众多不正当的行为，而引生痛苦。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为恼？忿恨居先，瞋之一分，心戾为体；高暴麤言所依为业、生起非福为业、不安隐住为业。」<sup>125</sup>

五、嫉。自耽著利养后，于他人圆满不能忍受，从心深处发起的不安瞋类心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为嫉？谓耽著利养、不耐他荣、瞋之一分、心妒为体；令心忧戚不安隐住为业。」<sup>126</sup>

嫉又分二：一、嫉妒与己相等的圆满。二、嫉妒比己较胜的圆满。嫉妒令心狭窄，故称为「嫉」。

---

125 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，第一品，50背页；对勘本版，书号76，131页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.7）。

126 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，第一品，50背页；对勘本版，书号76，131页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.11）。



六、悭。耽著利养后，无法放弃的执著欲望；为贪类心所。其作用为：依此心不愿减少物资，发起极大不喜。「不舍」谓即使是不需要的资具也不愿减少，囤积资具。如《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为悭？谓耽著利养于资生具贪之一分，心吝为体；不舍所依为业。」<sup>127</sup>

七、诳。耽著利养后，并以欺骗他人的想法，想要表达未有功德为己有；为贪类或痴类心所。其作用为：成办邪命。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为诳？谓耽著利养贪痴一分，诈现不实功德为体；邪命所依为业。」<sup>128</sup>

八、谄。耽著利养故，欲欺骗他人、不想让他人知道自己的过失；为贪类或痴类心所。其作用为：障碍获取正法教授。《大乘阿毘

---

127 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，50背页；对勘本版，书号76，131页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.11）。

128 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，50背页；对勘本版，书号76，131页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.13）。

达磨集论》云：

「何等为谄？谓耽著利养、贪痴一分、矫设方便、隐实过恶为体；障正教授为业。」<sup>129</sup>

第九、僇。见己的有漏圆满等相，如无病等，生欢喜心后，所起骄傲的贪类心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为僇？谓或依少年无病长寿之相，或得随一有漏荣利之事，贪之一分，令心悦豫为体；一切烦恼及随烦恼所依为业。」<sup>130</sup>

僇的作用，如《发觉净心经》（*ལྷག་པའི་བསམ་པ་བསྐྱེལ་བའི་མདོ།*）云：

「此僇是诸放逸本。」<sup>131</sup>

---

129 德格版，论，唯识，*ཇི*卷，第一品，50背页；对勘本版，书号76，131页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.15）。

130 德格版，论，唯识，*ཇི*卷，第一品，51正页；对勘本版，书号76，131页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.16）。

131 德格版，经，宝积，*ཤི*卷，第二十五品，144背页；对勘本版，书号43，399页。汉译与藏译稍有不同，汉译原文：《发觉净心经》（T.12.327.48b.27）：「此是僇慢放逸本。」



经说，憍为「放逸、烦恼，以及诸随烦恼等所依」的作用者。

十、害。无有慈爱于他者，反欲损恼他的瞋类心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等有害？谓瞋之一分，无哀无悲无愍为体；损恼有情为业。」<sup>132</sup>

无哀等词义如下：自己发起害他欲，故名「无哀」。想要令他发起伤害行为，故名「无悲」。看到或听到他人起害行时，随喜此行，故名「无愍」。其作用为：损恼伤害。

十一、无惭。以自己或教义方面的理由，无有羞愧于恶行；三毒随一的心所。无惭亦是惭心所的反方。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等无惭？谓贪瞋痴分。于诸过恶不自羞为体；一切烦恼及随烦恼助伴为业。」<sup>133</sup>

---

132 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，51正页；对勘本版，书号76，132页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》(T.31.1605.665a.19)。

133 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第一品，51正页；对勘本版，书号76，132页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》(T.31.1605.665a.20)。

十二、无愧。以从他人方面的理由，无有羞愧于恶行；三毒随一的心所。无愧亦是愧心所的反方。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等无愧？谓贪瞋痴分。于诸过恶不羞他为体；一切烦恼及随烦恼助伴为业。」<sup>134</sup>

十三、昏沉。虽缘某境，但身心沉重、无法堪任，为无精打采的痴类心所。其作用为：增上所有烦恼。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等昏沉？谓愚痴分，心无堪任为体；障毘钵舍那为业。」<sup>135</sup>

十四、掉举。缘五欲等悦意相后，令心不能寂静，而向外散乱的贪类心所。其作用为：障碍心于所缘的专注。《大乘阿毘达磨集论》云：

---

134 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，51正页；对勘本版，书号76，132页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.22）。

135 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，51正页；对勘本版，书号76，132页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.24）。



「何等掉举？谓贪欲分，随念净相心不寂静为体；障奢摩他为业。」<sup>136</sup>

十五、不信。于可信境所生的心不认可、心不清净、心不希望的痴类心所。其作用为：懈怠所依。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等不信？谓愚痴分，于诸善法，心不忍可、心不清净、心不希望为体；懈怠所依为业。」<sup>137</sup>

十六、懈怠。依赖睡眠等令心不喜行于善法的痴类心所。其作用为：衰退善法。诚如《正法念处经》云：

「烦恼根唯一，所谓懈怠是，  
若有一懈怠，彼人不得法。」<sup>138</sup>

136 德格版，论，唯识， $\text{ᑖ}$ 卷，第一品，51正页；对勘本版，书号76，132页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.25）。

137 德格版，论，唯识， $\text{ᑖ}$ 卷，第一品，51正页；对勘本版，书号76，132页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665a.27）。

138 德格版，经，经典， $\text{ᑖ}$ 卷，第四品，128正页；对勘本版，书号68，340页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.19b.29）。

《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等懈怠？谓愚痴分，依著睡眠倚卧为乐，心不策励为体；障修方便善品为业。」<sup>139</sup>

懈怠可分三：一、推延懈怠。二、耽著劣事。三、自轻退屈。

一、推延懈怠：对善法的怠慢心，打从心底不愿当下行善，或推迟行善至明后天。

二、耽著劣事：耽著世间繁琐不关紧要等事，不喜善法。

三、自轻退屈：怠慢行善，并认为「此善行乃我所不能」而看轻自我。譬如，想「像我如此如何能利众生？」而生沮丧。

《入行论》云：

「懈怠耽劣事、自轻而退怯。」<sup>140</sup>

---

139 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，51正页；对勘本版，书号76，132页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》(T.31.1605.665a.29)。

140 德格版，论，中观，<sup>21</sup>卷，第七品，第2句偈颂文，20正页；对勘本版，书号61，992页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。



十七、放逸。住于怠性，令心不护烦恼及其过恶、置之不理的三毒随一心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等放逸？谓依懈怠及贪瞋痴，不修善法，于有漏法心不防护为体；憎恶损善所依为业。」<sup>141</sup>

十八、忘念。忆念烦恼所缘，令心不能明善、忘失善法的心所。其作用为：令心涣散而缘取烦恼所缘。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等忘念？谓诸烦恼相应念为体；散乱所依为业。」<sup>142</sup>

十九、不正知。明不知三门行属何种性，却仍行动的烦恼慧。其作用为：罪及犯戒的所依。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等不正知？谓诸烦恼相应慧为体，由此慧故，起不正知

141 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，第一品，51正页；对勘本版，书号76，132页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665b.1）。

142 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，第一品，51正页；对勘本版，书号76，133页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665b.3）。

身语心行，毁所依为业。」<sup>143</sup>

二十、散乱。令心外散，不能专注所缘的三毒随一心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等散乱？谓贪瞋痴分，心流散为体。此复六种。谓自性散乱、外散乱、内散乱、相散乱、麤重散乱、作意散乱。」<sup>144</sup>

六散乱为何呢？自性散乱指五根识。外散乱指心常涣散及掉举。内散乱指粗细昏沉及贪著三摩地味。相散乱指，心想：「如果别人相信我是修禅定者该有多好！」而做出的修善之相。麤重散乱指我想的我慢。作意散乱指生起「放弃胜道及胜定，应入劣道」的作意。六散乱仅有散乱之名，却不一定是随烦恼的散乱；至于粗细沉掉及散乱等细节，将会在讲述「奢摩他」时解说。

---

143 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，51背页；对勘本版，书号76，133页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665b.4）。

144 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，51背页；对勘本版，书号76，133页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665b.6）。



为何将忿至散乱的二十心所称为「随烦恼」呢？因为它们会伴随、接近与己类相似的根本烦恼，而令心烦恼的缘故。

有关根本烦恼与随烦恼是否彼此相应，如《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等相应故？谓贪不与瞋相应。如瞋，疑亦尔，余皆得相应，如贪，瞋亦尔，谓瞋不与贪慢见相应，慢不与瞋疑相应。无明有二种：一、一切烦恼相应无明。二、不共无明。不共无明者，谓于谛无智。见不与瞋疑相应，疑不与贪慢见相应，忿等随烦恼更互不相应。无惭无愧于一切不善品中恒共相应。昏沉、掉举、不信、懈怠、放逸，于一切染污品中恒共相应。」<sup>145</sup>

论说贪与瞋彼此并不相应，理由是，所执相违的两种心所无法同时成为同个心王的眷属。贪与疑不相应的理由是，心若成疑则不能住一方，缘其境而生的贪则不合理。其余的根本烦恼如慢、无明、见

---

145 德格版，论，唯识，卷，第二品，79正页；对勘本版，书号76，199页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.676b.16）。

等，非与贪所执相违，故可相应。瞋不与慢、见相应的理由是，若起瞋则不起骄傲；起瞋不能以见思惟。慢不与瞋相应是因为，所执相违的二心所无法在同时间内成为一心王的眷属。慢不与疑相应是因为，若起二边心，不能起骄傲心。

主张阿赖耶识者认为，无明可分一切烦恼相应无明及不共无明两类。后者因不（与根本烦恼）相应而系「不共」，亦即对真相愚痴的第六意识无明不与其他根本烦恼相应；或因没有所依而不共，亦即此无明只与染污识相应。然而大多佛学阿闍黎都主张，无明与其他五根本烦恼相应。

见与瞋疑两者并不相应的理由，可从上述疑也不与贪、慢、见相应的理由得知。忿等瞋类随烦恼不与如慳等贪类随烦恼相应的理由是，有如贪瞋般，所执不同。无惭与无愧两者都可以与所有的恶心相应，是因为，若能缘己或他、羞于行恶的话，将不造恶行。昏沉、掉举、不信、懈怠、放逸等与其他烦恼相应的理由是，心不明显、心向外散、心不清澄、不喜行善、不守犯恶悉皆止息的话，烦恼不应生起。然而，有些《大乘阿毘达磨集论》的注释论著说，《大乘阿毘达磨集论》是为了配合小乘宗义，才说昏沉及掉举与所有其他烦恼相应。其意趣是：单以不堪任性及不寂静性而言，二者的确遍布一切烦恼故。



## 乙七、四不定

第六种分类为四不定：一、眠。二、悔。三、寻。四、伺。如《心心所摄文》云：

「眠及悔及寻，伺为四不定。」

一、眠。由身体沉重、无力、疲累、昏相等作意为因，将根识趋境的作用往内收摄的心所。分善眠、恶眠、无记眠有三。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等睡眠？谓依睡眠因缘，是愚痴分、心略为体；或善、或不善、或无记、或时、或非时、或应尔、或不尔，越失可作所依为业。」<sup>146</sup>

「时」指第三座时的睡眠<sup>147</sup>；「非时」指其他时段。「应尔」指身体强壮、欲求行善。「不应尔」指虽在睡眠时段，却被禁止不被允许的睡眠。「愚痴分」及「越失可作所依」仅指烦恼眠，并非所有睡

146 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，51背页；对勘本版，书号76，134页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》(T.31.1605.665b.17)。

147 译者注：一天分四座时段的第三段。

眠。佛子称友阿闍黎的《大乘阿毘达磨集论释》云：

「『愚痴分』谓从三摩地区分差别相。『善』等实词无疑否定痴性……『越失可作所依』应知为随烦恼性。」<sup>148</sup>

二、悔。由应做或不应做其一之想，或因他人迫使去做等缘由，而发起的不情愿的心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等恶作<sup>149</sup>？谓依乐作、不乐作、应作、不应作，是愚痴分心，追悔为体；或善、或不善、或无记、或时、或非时、或应尔、或不应尔，能障心住为业。」<sup>150</sup>

虽然悔可分善、恶、无记等三种，但《大乘阿毘达磨集论》中说，悔为愚痴分，这是针对烦恼悔而说。诚如佛子称友阿闍黎的《大乘阿毘达磨集论释》云：

---

148 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，7背页；对勘本版，书号76，971页。汉译大藏经内并无此译。

149 译者注：玄奘大师译成「恶作」。藏文中，这个心所也可为善，不一定为恶，诚如此论所说「或善、或不善」。故从藏文直译为「悔」并非「恶作」。

150 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第一品，52正页；对勘本版，书号76，134页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665b.19）。



「『愚痴分』谓被随烦恼所摄。」<sup>151</sup>

三、寻：依思或慧，观某境之粗相心所。

四、伺：依思或慧，观某境之细相心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为寻？谓或依思或依慧，寻求意言令心麤转为体。何等为伺？谓或依思或依慧，伺察意言令心细转为体。如是二种，安不安住所依为业。」<sup>152</sup>

论说寻伺的作用乃「安不安住」，其义为：寻伺两者各有善、不善、无记三类的缘故，善寻伺产生悦意果实，安住于乐之中；不善寻伺产生不悦意果实，则无法安住于乐之中。

上述四种心所随著助伴、动机等因素，能转成善、不善、无记等性，故说不定。如《大乘阿毘达磨集论》所言般，无著阿闍黎的著

151 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{四}}$ ，8正页；对勘本版，书号76，972页。汉译大藏经内并无此译。

152 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{一}}$ ，第一品，52正页；对勘本版，书号76，134页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.665b.22）。

作《瑜伽师地论》也谈及了有关前述五十一心所的论述。此论云：

「彼助伴者。谓作意、触、受、想、思、欲、胜解、念、三摩地、慧、信、惭、愧、无贪、无瞋、无痴、精进、轻安、不放逸、舍、不害、贪、恚、无明、慢、见、疑、忿、恨、覆、恼、嫉、悭、诳、诬、僞、害、无惭、无愧、昏沉、掉举、不信、懈怠、放逸、邪欲、邪胜解、忘念、散乱、不正知。恶作、睡眠、寻伺。如是等辈，俱有相应心所有法，是名助伴。同一所缘，非同—行相，—时俱有，——而转，各自种子所生，更互相应，有行相、有所缘、有所依。」<sup>153</sup>

又如《大乘阿毘达磨集论》及《瑜伽师地论》般，世亲阿闍黎在他的《大乘五蕴论》中，——讲述五十一心所之后，说道：

「五是遍行，五是别境，十一是善，六是烦恼，余是随烦恼，四是不决定。」<sup>154</sup>

---

153 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，第二品，5正页；对勘本版，书号72，681页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.280b.13）。

154 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，12正页；对勘本版，书号77，38页。汉译来源：《大乘五蕴论》（T.31.1612.848c.10）。



无著兄弟的许多相关著作中皆提出了与《心心所摄文》内容相同的论述。《大乘五蕴论》有如无著《大乘阿毘达磨集论》初品——广说五蕴——之略义。另一部解说极为广泛的论典，藏文大藏经丹珠尔中的《五蕴释》则有如《大乘阿毘达磨集论》的入门学册。因此我等认为，若为了解《大乘阿毘达磨集论》所说的五蕴论，应以世亲阿阇黎的《大乘五蕴论》及《五蕴释》两部著作当作主要的参考材料。

### 甲三、《阿毘达磨俱舍论》所说四十六心所论

世亲阿阇黎《阿毘达磨俱舍论》的心所论述为何呢？此论云：

「心所且有五，大地法等异。」<sup>155</sup>

此论直接指出心所的六种类别：一、地法。二、善地法。三、烦恼地法。四、不善地法。五、小烦恼地法。六、附带不定心所。前

---

155 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第二品，第23句偈颂文，4背页；对勘本版，书号79，10页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.19a.7）。

五种类别为定心所。

## 乙一、十大地法

一、十大地法：一、受。二、想。三、思。四、欲。五、触。六、慧。七、念。八、作意。九、胜解。十、三摩地。《阿毘达磨俱舍论》云：

「受想思触欲，慧念与作意，  
胜解三摩地，遍于一切心。」<sup>156</sup>

根据《大乘阿毘达磨集论》及其自释，以及《大乘五蕴论》，欲、慧、念、胜解、三摩地等被归类为「别境」，并非「地法」。但此宗认为上述十心随诸心行。因为与所有心随行、成为其眷属，故名「地法」。

---

156 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第二品，第24句偈颂文，4背页；对勘本版，书号79，10页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.19a.14）。遍行心所的主张皆有不同。《阿毘达磨俱舍论》的「十大地法」与《正法念处经》的内容吻合。如上已言，《大乘阿毘达磨》承许「五遍行」心所。在《大乘阿毘达磨》的「五遍行」心所之上，上座部的《摄阿毘达磨义论》又添加了受根、念，共有七遍行。



慧等性质如《阿毘达磨俱舍论》云：

「慧谓于法能有简择。念谓于缘明记不忘。作意谓能令心警觉。胜解谓能于境印可。三摩地谓心一境性。」<sup>157</sup>

问：与疑相应的心王眷属中，若存有慧，岂不与「慧具断疑作用」的说法相违？

答：与疑相应的心王眷属中，虽存有慧，但是慧力弱、疑力大，如同与盐海混合的河川。同理，与瞋相应的心王眷属中仍存有欲，与散乱相应的心王眷属中仍有三摩地，与忘念相应的心王眷属中仍存有念，与不信相应的心王眷属中仍存有胜解等，都是建立在尔力强弱的基础上立论的。

## 乙二、十大善地法

第二类、十大善地法：一、信。二、不放逸。三、轻安。四、舍。五、惭。六、愧。七、无贪。八、无瞋。九、不害。十、精进。

---

157 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第二品，64背页；对勘本版，书号79，161页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.19a.20）。

《阿毘达磨俱舍论》云：

「信及不放逸，轻安舍惭愧，  
二根及不害，勤唯遍善心。」<sup>158</sup>

上论中「无惭」指不懂得尊敬功德及具德者，「无愧」指不把杀生等罪行视为畏行；无惭与无愧的正相反者便被安置为「惭」与「愧」。其他则与《大乘阿毘达磨集论》内容相同。但其他宗派与《大乘阿毘达磨集论》所说相同，将因己及因他的理由防护罪行、不令罪行发生，分别安立为惭与愧。「二根」指无贪及无瞋；不损恼他人为不害，欢喜行善为精进。毘婆沙宗将此十者取名为「善地法」，是因为尔等心所于所有善心眷属中存在之缘故。

### 乙三、六大烦恼地法

第三类、六大烦恼地法：一、痴。二、放逸。三、懈怠。四、不信。五、昏沉。六、掉举。此六者于所有烦恼心的眷属中存在，故

---

158 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第二品，第25句偈颂文，5正页；对勘本版，书号79，10页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.19a.29）。



许为六大烦恼地法。《阿毘达磨俱舍论》云：

「痴逸怠不信，昏掉恒唯染」<sup>159</sup>

#### 乙四、二大不善地法

第四类、二大不善地法：一、无愧。二、无惭。《阿毘达磨俱舍论》云：

「唯遍不善心，无惭及无愧。」<sup>160</sup>

这里所指的无惭、无愧与《大乘阿毘达磨集论》的内容所述稍有不同，此处二者的性质为何呢？《阿毘达磨俱舍论》云：

「无惭愧不重，于罪不见怖。」<sup>161</sup>

159 德格版，论，阿毘达磨， $\text{卍}$ 卷，第二品，第26句偈颂文，5正页；对勘本版，书号79，10页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.19c.3）。

160 德格版，论，阿毘达磨， $\text{卍}$ 卷，第二品，第26句偈颂文，5正页；对勘本版，书号79，10页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.20a.9）。

161 德格版，论，阿毘达磨， $\text{卍}$ 卷，第二品，第32句偈颂文，5正页；对勘本版，书号79，11页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.21a.5）。

无惭指不尊敬功德及具德者的心所。无愧指不把杀生等罪行视为畏行的心所。这二心所为所有不善心的眷属，故名「不善地法」。

## 乙五、十小烦恼地法

第五类、十小烦恼地法：一、忿。二、恨。三、谄。四、嫉。五、恼。六、覆。七、慳。八、憍。九、诳。十、害。《阿毘达磨俱舍论》云：

「忿覆慳嫉恼，害恨谄诳憍，  
如是类名为，小烦恼地法。」<sup>162</sup>

十者只与无明相应，不会与其他根本烦恼相应，因与其相应的范围不大，且仅属颠倒真相的谬念、修道所断的缘故，以所断而言为「小」。又只与意识相应，不与根识相应的缘故，以起源所依而言为「小」，故名「小烦恼地法」。

---

162 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第二品，第27句偈颂文，5正页；对勘本版，书号79，10页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.20a.16）。



## 乙六、八不定心所

第六类、八不定心所：一、寻伺二者中的寻。二、伺。三、悔。四、眠。五、瞋。六、贪。七、慢。八、疑。《俱舍满增注》云：

「寻伺以及悔，眠及贪瞋等，  
我慢以及疑，我说八不定。」<sup>163</sup>

《阿毘达磨俱舍论》也谈及寻伺差异，论云：

「寻伺心麤细。」<sup>164</sup>

寻以粗相趋境，伺以细相趋境。毘婆沙宗认为，当一个心王的眷属中拥有寻伺两个心所的时候，寻不会以极粗相趋境，伺也不会以极细相趋境，好比将酥油放置阳光底下的冰水中，酥油不会因为阳光

163 德格版，论，阿毘达磨，<sup>3</sup>卷，第二品，141背页；对勘本版，书号81，355页。汉译大藏经内并无此译。

164 德格版，论，阿毘达磨，<sup>7</sup>卷，第二品，第33句偈颂文，5正页；对勘本版，书号79，11页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.21b.16）。

而过热，也不会因为冰水而过冷。经部认为，诠释境性质的动机为寻，诠释境特征的动机为伺。唯识派认为，寻的作用为寻找境，伺的作用为决定境。

根据《阿毘达磨俱舍论》，此八心所之所以称为「不定」是因为，尔等心所并非决定系属前五类别心所的缘故。前述四十六心所的性质及作用，多与《大乘阿毘达磨集论》所说内容相同，所以在此不做更多的说明。

另有五个《大乘阿毘达磨集论》中说到的心所，《阿毘达磨俱舍论》中却未提及，五者为：一、无痴善。二、根本烦恼见。三、不正知。四、忘念。五、散乱。论典说，善慧为无痴善；烦恼慧为见；与烦恼心王、心所相应之慧为不正知；烦恼念为忘念；烦恼定为散乱。所以我认为，《阿毘达磨俱舍论》之所以在四十六心所之外，没有列出上述五种心所，是因为这些心所依其性质分别可以另行归类。无痴善、根本烦恼见、不正知三者属慧性，忘念及散乱分属念性及定性，故该论并未将这五者从四十六心所独立出来。

## 乙七、与一心相应的心所

在一个心王的眷属中，会有四十六个心所中的几个心所呢？

一个心王的眷属中，最多会有二十三个心所。例如：与悔相应



的善心，其眷属有：十大地法、十大善地法、寻伺二者，以及悔，共二十三。最少会有十个心所。如：二禅不盖无记的心王眷属中，只有十大地法而已。以殊胜初禅正等至（བསམ་གཏན་དང་མེད་དངོས་གཞི་བྱུང་པར་ཅན།）而言，在十大地法之外会再增加伺，共十一。欲界不盖无记的心王眷属中，有十大地法及寻伺两者，共十二个心所。

## 甲四、《杂事品》所说二十四随烦恼

《阿毘达磨俱舍论》的注释等在解说随烦恼时附带在《杂事品》说了二十四随烦恼。如阿闍黎佛子称友所著《阿毘达磨俱舍论释——明义论》云：

「尔等亦从《杂事品》所起，故不应想：『经典所言应属《杂事品》所道，并非仅有思等而已。』尔等如下：不喜、伸懒腰、内心沮丧、内心昏聩、不被食之暖所摄<sup>165</sup>、做异想、不作意、取身粗重、暴躁性、嘲弄性、具臭者、无臭

---

165 译者注：无法摄取食物的营养。

者、不住自性者<sup>166</sup>、欲念、害念、近念、境念、不害念、具欺念、具种族傲慢念、哀伤、痛苦、意不乐、心乱。」<sup>167</sup>

## 甲五、《阿毘达磨大毗婆沙论》所说心所

我等察觉到，在举世闻名的《阿毘达磨大毘婆沙论》——亦即世亲阿阇黎《阿毘达磨俱舍论》的依据——中所说的心所数目与《阿毘达磨俱舍论》稍有不同。《阿毘达磨大毘婆沙论》将心所归类七大类别，共有五十七或五十八心所。<sup>168</sup>然而，根据目前仅存的《阿毘达磨大毘婆沙论》藏译手稿，在有关「相应行」的论述中，因短缺译文的缘故，无法获得定论。

此外，《阿毘达磨法蕴足论》中对于心所的论述也与《阿毘达磨俱舍论》相同。如，跟随一切心的十大地法、十大不善地法、跟随

---

166 译者注：不能好好正常思考。

167 德格版，论，阿毘达磨，51卷，第五品，135正页；对勘本版，书号80，1160页。汉译来源：汉译大藏经内并无此译。

168 《印度宗义学类词典》书号7，115页。



一切烦恼的十大烦恼地法，共三十。于尔等之外，再加五盖（贪欲、缘色贪、缘无色贪、害心、疑）、五见、与触有关的五法、与根有关的五法（心满意足、心不欢喜、满足、沮丧、舍），以及五行（寻、伺、识、无惭、无愧）。在此之外，再加与受、想、行、爱等个别相关诸法，做此定论。

## 甲六、《摄事分》所说心所

《律杂事》中说到「随<sup>169</sup>烦恼」，以其令心近随烦恼而转，故名。至于随烦恼的数目有多少呢？在圣无著的《摄事分》中论及相关内容与解释，但其谈到的随烦恼有许多并未列在《阿毘达磨俱舍论》及《大乘阿毘达磨集论》提及的心所里面。

在圣无著的《摄事分》所说的随烦恼为：一、贪。二、瞋。三、痴。四、忿。五、恨。六、覆。七、热恼。八、嫉。九、悭。十、诳。十一、谄。十二、无惭。十三、无愧。十四、慢。十五、过慢。十六、慢过慢。十七、我慢。十八、增上慢。十九、劣慢。

---

169 译者注：比起中文的「随」字，藏文的原意是「近」，离烦恼更加接近的意思。

二十、邪慢。二十一、僇。二十二、放逸。二十三、傲。二十四、引起斗讼违诤的愤发。二十五、随烦恼力，为显己德，假现威仪的矫。二十六、随烦恼力，甜言蜜语的诈。二十七、随烦恼力，为显己想的现相。二十八、现行遮逼、有所乞求的研求。二十九、为求更多利益所引发的以利求利。三十、不敬。三十一、于利他的顺言无法堪忍的恶说。三十二、引导令他人做出非利益事的恶友。三十三、耽著财利的恶欲。三十四、想从大人处求广大利养恭敬的大欲。三十五、随烦恼力，显不实德，欲令他知的希欲。三十六、于骂反骂的不忍。三十七、于瞋反瞋的不忍。三十八、于打反打的不忍。三十九、于揭露己短者反揭露彼短的不忍。四十、于自诸欲深生贪爱的耽嗜。四十一、于他诸欲深生贪著的耽嗜。四十二、于诸境界深起耽著的贪。四十三、于诸恶行深生耽著的非法贪。四十四、于自他诸财宝深生耽著的贪。四十五、萨迦耶见。四十六、诸行中发起常见的有见。四十七、发起断见的无有见。四十八至五十二、五盖。五十三、非时睡缠之所随缚的鬻瞿。五十四、非处思慕的不乐。五十五、心不调柔、举身舒布的频申。五十六、于饮食量不善通达的食不知量。五十七、于闻思修中放逸为先的不作意。五十八、于所缘境，深生系缚，犹如美睡隐翳其心的不应理转。五十九、轻蔑自己的心下劣。六十、为性恼他的抵突。六十一、讥嫌他者的諛訛。



六十二、欺诳师长及同法者的不纯直。六十三、令身语意业皆不清洁的不和软。六十四、于戒见等不同分的不随顺同分而转。六十五、心怀爱染，反覆攀缘的欲寻思。六十六、反覆想著他者如何爱己的恚寻思。六十七、反覆想著如何害他的害寻思。六十八、随烦恼力，反覆想著亲戚的亲里寻思。六十九、随烦恼力，反覆想著家乡人的国土寻思<sup>170</sup>。七十、随烦恼力，令心长时不作意的不死寻思。七十一、诋毁他者的轻蔑相应寻思。七十二、随烦恼力，反覆惦记著施主家势的家势相应寻思。七十三、愁。七十四、叹。七十五、苦。七十六、心不悦。七十七、心乱。如《摄事分》云：

「随烦恼者，谓贪不善根、瞋不善根、痴不善根，若忿、若恨，如是广说诸杂秽事。当知此中能起一切不善法贪，名贪不善根。瞋、痴亦尔。若瞋恚缠，能令面貌惨裂奋发，说名为忿。内怀怨结，故名为恨。隐藏众恶，故名为覆。染污惊惶，故名热恼。心怀染污，不喜他荣，故名为嫉。于资生具深怀鄙悋，故名为悭。为欺罔彼，内怀异谋，外现别相，故名为诳。心不正直，不明不显，解行邪曲，故名为谄。于

---

170 译者注：藏文为家乡人寻思，并非寻思「家乡」或「国土」。

所作罪，望己不羞，故名无惭。于所作罪，望他不耻，故名无愧。于他下劣，谓己为胜；或复于等谓己为等，令心高举，故名为慢。于等谓胜，于胜谓等，令心高举，故名过慢。于胜谓胜，令心高举，名慢过慢。妄观诸行为我我所，令心高举，故名我慢。于其殊胜所证法中，未得谓得，令心高举，名增上慢。于多胜中，谓己少劣，令心高举，名下劣慢。实无其德，谓己有德，令心高举，故名邪慢。心怀染污，随恃荣誉，形相疏诞，故名为憍。于诸善品不乐勤修，于诸恶法心无防护，故名放逸。于诸尊重及以福田，心不谦敬，说名为傲。若烦恼缠，能令发起执持刀杖、斗讼违诤，故名愤发。心怀染污，为显己德，假现威仪，故名为矫。心怀染污，为显己德，或现亲事，或行软语，故名为诈。心怀染污，欲有所求，矫示形仪，故名现相。现行遮逼，有所乞匄，故名研求。于所得利，不生喜足，说获他利，更求胜利，是故说名以利求利。自现己德，远离谦恭，于可尊重而不尊重，故名不敬。于不顺言，性不堪忍，故名恶说。诸有朋畴，引导令作非利益事，名为恶友。耽著财利，显不实德，欲令他知，故名恶欲。于大人所，欲求广大利养恭敬，故名大欲。怀染污心，显不实德，欲令他知，名自希欲。于骂反骂，名为不忍。于瞋反瞋，于打反打，于弄反弄，当



知亦尔。于自诸欲，深生贪爱，名为耽嗜。于他诸欲，深生贪著，名遍耽嗜。于胜于劣，随其所应，当知亦尔。于诸境界深起耽著，说名为贪。于诸恶行深生耽著，名非法贪。于自父母等诸财宝，不正受用，名为执著。于他委寄所有财物，规欲抵拒，故名恶贪。妄观诸行为我我所，或分别起，或是俱生，说名为见。萨迦耶见为所依止，于诸行中发起常见，名为有见。发起断见，名无有见。当知五盖，如前定地已说其相。不如所欲，非时睡缠之所随缚，故名耄瞽。非处思慕，说名不乐。麤重刚强，心不调柔，举身舒布，故曰频申。于所饮食不善通达，若过、若灭，是故名为食不知量。于所应作而便不作，非所应作而更反作，如所闻思修习法中，放逸为先，不起功用，名不作意。于所缘境，深生系缚，犹如美睡隐翳其心，是故说名不应理转。自轻蔑故，名心下劣。为性恼他，故名抵突。性好讥嫌，故名諠訛。欺诳师长、尊重、福田及同法者，名不纯直。身、语二业皆悉高疏，其心刚劲，又不清洁，名不和软。于诸戒、见、轨则、正命，皆不同分，名不随顺同分而转。心怀爱染，攀缘诸欲，起发意言，随顺随转，名欲寻思。心怀憎恶，于他攀缘，不饶益相，起发意言，随顺随转，名恚寻思。心怀损恼，于他攀缘恼乱之相，起发意言，余如前说，名害寻思。心怀染污，攀缘亲戚，起发意言，余如前说，是故说名亲里

寻思。心怀染污，攀缘国土，起发意言，余如前说，是故说名国土寻思。心怀染污，攀缘自义，推托迁延，后时望得，起发意言，余如前说，是故说名不死寻思。心怀染污，攀缘自他，若劣、若胜，起发意言，余如前说，是名轻蔑相应寻思。心怀染污，攀缘施主往还家势，起发意言，随顺随转。是名家势相应寻思。愁、叹等事，如前应知。」<sup>171</sup>

《摄事分》又云：

「由可爱事无常转变，悲伤心戚，故名为愁。由彼发言咨嗟歔歔，故名为叹。因此拊膺，故名为苦。内怀冤结，故名为忧。因兹迷乱，故名为恼。又以丧失财宝、无病、亲戚等事随一现前，创生忧恼，说名为愁。由依此故，次乃发言哀吟悲冤，举身烦热，名叹、苦位。过此愁叹身烦热已，内烧外静，心犹未平，说名忧位。过初日已，或二、三、五、十，日、夜、月，由彼因缘，意尚未宁，说名为恼。」<sup>172</sup>

171 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{二}}$ ，第二品，193背页；对勘本版，书号74，1224页。汉译来源：《瑜伽师地论》第八十九卷（T.30.1579.802b.17）。

172 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{二}}$ ，第二品，175正页；对勘本版，书号74，1179页。汉译来源：《瑜伽师地论》第八十八卷（T.30.1579.793c.19）。



## 甲七、心所的质体有与施设有的差异

论述心所的典籍中说，依据「自己性质的独立性而有」或是「依其他心所或及其作用所施设而有」，可将心所区分为质体有及施设有。关于质体有与施设有的差异，虽然有很多种说法，但主要的解释诚如《摄决择分》所言，施设有的意思是「尔法的认知需要经由他法的认知」；质体有的意思是「尔法的认知不需要经由他法的认知」。《摄决择分》云：

「略说实有及假有相。谓若诸法不待所余不依所余施设自相，应知略说是实有相。若有诸法待于所余依于所余施设自相，应知略说是假有相，非实物有。」<sup>173</sup>

质体有可依描述之词汇分类为：一、由理成立的质体有。二、俱有作用能力的质体有。三、坚固不变的质体有。四、独立自主的质体有。第一者系一切法。第二者系一切事物。第三者系一切常法。第四者系质体与施设两者中的质体有。

---

173 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，二十二卷，199正页；对勘本版，书号74，482页。汉译来源：《瑜伽师地论》第六十五卷（T.30.1579.659a.2）。

施设有可依描述之词汇分类为：一、依支分的施设有。二、依时位的施设有。三、明未有的施设有。四、其他类的施设有。第一者系质体有心所与施设有心所两者中的施设有心所。第二者，如瓶子无常，根据当下行相所施設。第三者，如由心施設并不存在的兔子角。第四者，如依赖他者的行相而认知的补特伽罗。

总之，不需依赖其他的施設处，自己的本质就能独立自主地显示于识，故为质体有。需要依赖某一施設处，才能显示于识、成为识境，就是施设有。

在上、下阿毘达磨的宗义里，上部阿毘达磨，也就是无著阿闍黎的《大乘阿毘达磨集论》主张质体有包括：五十一心所里面的五遍行、五别境；十一善心所中的信、轻安、惭、愧、无瞋善、无贪善，以及精进等七善；除了见以外的五根本烦恼；共有二十二者，皆是质体有。施设有包括：十一善心所中无痴善、不放逸、舍、不害等四善；根本烦恼见；二十随烦恼；四不定；共二十九者，皆是施设有。

许多上部阿毘达磨的经典虽说随烦恼为施设有，但有些声闻派者认为随烦恼应为质体有。如阿闍黎地亲所著作的《五蕴释》云：

「说声闻相者等虽许随烦恼住质体之中，但唯识者因论识故，随烦恼等从六烦恼之支分而生，系施设有不住质体，应



当了知。」<sup>174</sup>

这些施设有的心所于何处被施設呢？

只有慧是无痴、烦恼见、不正知三者的施設处。三善及精进是不放逸、舍的施設处。无瞋是不害的施設处。瞋是忿、恨、恼、嫉、害五者的施設处。贪是慳、憍、掉举三者的施設处。痴是覆、昏沉、不信、懈怠四者的施設处。贪及痴是谄诳两者的施設处。三毒是无惭、无愧、散乱三者的施設处。三毒及懈怠是不放逸的施設处。烦恼念是随烦恼所摄的忘念的施設处。痴是随烦恼所摄的眠及悔的施設处。慧是善及不盖无记的施設处。思与慧是寻伺的施設处。透过《大乘阿毘达磨集论》所述的心所性质的介绍，自然可知各心所于何处被施設的道理。

《摄决择分》将「施设有」取名为「世俗有」，如此论云：

「问：是诸善法几世俗有几实物有？答：三世俗有。谓不放逸、舍，及不害。所以者何？不放逸、舍是无贪无瞋无痴精

---

174 德格版，论，唯识，<sup>81</sup>卷，69背页；对勘本版，书号77，842页。中文来源：汉译大藏经内并无此译。

进分故，即如是法离杂染义建立为舍，治杂染义立不放逸，不害即是无瞋分故无别实物。」<sup>175</sup>

此论又云：

「问：是诸烦恼几世俗有几实物有？答：见世俗有是慧分故，余实物有别有心所性。」<sup>176</sup>

此论又云：

「复次随烦恼几世俗有几实物有？谓忿恨恼嫉害是瞋分故皆世俗有。悭悋掉举是贪分故皆世俗有。覆诬谄昏沉睡眠恶作是痴分故皆世俗有。无惭无愧不信懈怠是实物有。放逸是假有。如前说。忘念散乱恶慧是痴分故一切皆是世俗有。寻伺二种是发语言心加行分故及慧分故具是假有。」<sup>177</sup>

---

175 德格版，论，唯识， $\text{Ā}$ 卷，60背页；对勘本版，书号74，143页。汉译来源：《瑜伽师地论》第六十五卷（T.30.1579.602b.22）。

176 德格版，论，唯识， $\text{Ā}$ 卷，62背页；对勘本版，书号74，147页。汉译来源：《瑜伽师地论》第六十五卷（T.30.1579.603a.27）。

177 德格版，论，唯识， $\text{Ā}$ 卷，65背页；对勘本版，书号74，154页。汉译来源：《瑜伽师地论》第六十五卷（T.30.1579.604a.29）。



《摄决择分》所说与《大乘阿毘达磨集论》稍有不同。《摄决择分》认为十一善的无痴，以及随烦恼的无惭、无愧、不信、懈怠等，都是质体有。这么论述的原因是基于「上述这些心所的力量比其他更为强大」的理由。

下部阿毘达磨典籍又是如何解说心所的质体有及施设有的呢？

《阿毘达磨俱舍论》中定心所的五种类别，加上八不定共四十六心所，再加上《杂事品》所言的二十四心所，共有七十，皆为质体有。无痴善、根本烦恼见、《阿毘达磨俱舍论》所言的烦恼地法中的不正知、忘念、散乱、不如法的作意、邪胜解，共有七者，皆为施设有。

虽然论典说，只有善慧是无痴；只有烦恼慧是见；只有与烦恼者的心王心所相应的慧是不正知；只有烦恼念是忘念；只有烦恼定是散乱；只有烦恼作意是不如法作意；只有烦恼胜解是邪胜解。然而，仔细思惟的话，不害及害两者应该被安立为施设有，这是很明显的。无瞋是不害的施设处，瞋是害的施设处。如《阿毘达磨俱舍论》云：

「慈悲无瞋性。」<sup>178</sup>

论说无瞋为慈悲，不害为爱，害为希望有情得苦。

《杂事品》所言的心不悦、哀伤、痛苦，以及意不乐，共有四者，受是尔四的施設处。懈怠是沮丧的施設处；烦恼慧是不作意的施設处；瞋是心乱的施設处，故说六十一质体有心所，以及六十施設有心所。至于是否需要如此主张，仍有待观察。<sup>179</sup>

## 甲八、他论对于心所的论述

### 乙一、《正法念处经》所说心所

《正法念处经》将心所分为二：一、集类心所。二、零散心所。集类心所又分为四类：一、十与心俱生。二、十烦恼大地。三、

---

178 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第八品，第29句偈颂文，24背页；对勘本版，书号79，57页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.150b.15）。

179 由这种心所的质体有、施設有的论述，所引发的疑虑是来自钦文殊的《俱舍论释——现庄严论》。资料来源：《俱舍论释——现庄严论》，西藏文献精藏文集，第二十三本，116页。



十烦恼小地。四、十善。

十与心俱生为：一、受。二、想。三、思。四、触。五、作意。六、欲。七、胜解。八、念。九、三摩地。十、慧。《正法念处经》介绍了该十种心所及其性质，此经云：

「又观十种大地之法。何等为十。一者受。二者想。三者思。四者触。五者作意。六者欲。七者解脱。八者念。九者三昧。十者慧。」<sup>180</sup>

此经又云：

「若受知受」<sup>181</sup>

此经又云：

「如是之法，一缘而生，犹如日光。如是之法，共心而生，

180 德格版，经，经典，卅卷，第十九品，302背页；对勘本版，书号68，736页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.192a.13）。

181 德格版，经，经典，卅卷，第四品，129背页；对勘本版，书号68，343页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.20a.24）。

有增减相应相。云何名想？知差别相应，故名为想。云何名思？意缘三种，善不善无记，复有三种，谓身口意思，所依止而无相貌。云何名触？三种和合而生于触，起三种受，故名为触。天子当知。云何三触生三种受？谓苦受、乐受、不苦不乐受。云何名作意？摄取于法，故名作意。云何名欲？忆念所作，故名为欲。云何名信？以能信故。云何精进？精进谓喜。若攀缘处，心不迷乱，是名为念。云何名三昧？若心一缘，是名三昧。云何名慧？分别观法，是名为慧。」<sup>182</sup>

此论附带说明信与精进的性质。

第二、十烦恼大地为：一、不信。二、懈怠。三、忘念。四、散乱。五、邪慧。六、非理作意。七、邪胜解。八、掉举。九、无

---

182 德格版，经，经典，卅卷，第四十一品，244背页；对勘本版，书号69，575页。汉译与藏译稍有不同，汉译原文：《正法念处经》（T.17.721.192a.17）：「如是之法，一缘而生，犹如日光。如是之法，共心而生，有增减相应相。云何名想？知差别相应，故名为想。云何名思？意缘三种，善不善无记，复有三种，谓身口意思，所依止而无相貌。云何名触？三种和合而生于触，起三种受，故名为触。天子当知。云何三触生三种受？谓苦受、乐受、不苦不乐受。云何名作意？摄取于法，故名作意。云何名欲？忆念所作，故名为欲。云何解脱？能辩了故，亦名为信，以能信故，亦名为力，以能持故。云何名念？若攀缘处，心不迷乱，是名为念。云何名三昧？若心一缘，是名三昧。云何名慧？分别观法，是名为慧。」



明。十、放逸。此经简略介绍的时候，在「不信」后虽说「悔」，但在广说时，将「懈怠」摆在「不信」后面。此处的排序法是按照广说的内容。《正法念处经》介绍了这十种心所及其性质，此经云：

「何等为十？一者不信。二者悔。三者不念。四者乱心。五者愚痴。六者不善观。七者邪见解脱。八者不调伏。九者无明。十者放逸。是名十法烦恼大地。」<sup>183</sup>

此经又云：

「云何十种不善大地？云何不信？不信解脱；若不信于解脱之法，故名不信。云何懈怠？舍离精进，故名懈怠。云何不念？以忘失法，故名不念。云何乱心？其心不正，故名乱心。云何愚痴？无方便心，故名愚痴。云何不善观？不正观察，思惟非法，不行正道，不净见净，故名不善观。云何

---

183 德格版，经，经典，卅卷，第四十一品，245正页；对勘本版，书号69，576页。汉译与藏译稍有不同，汉译原文：《正法念处经》(T.17.721.192b.2)：「何等为十？一者不信。二者懈怠。三者不念。四者乱心。五者愚痴。六者不善观。七者邪见解脱。八者不调伏。九者无明。十者放逸。是名十法烦恼大地。」此《正法念处经》虽言「十烦恼大地」，但是否要像《阿毘达磨俱舍论》般，因为随诸惑行故称为「大」，仍待观察。

邪见？取颠倒法，坚著不舍，故名邪见。云何不调伏心？不寂静故，名不调伏。云何无明？迷于三界。故名无明。云何放逸？不作善业，故名放逸。是名十种烦恼大地，甚可鄙恶。」<sup>184</sup>

第三、十烦恼小地为：一、忿。二、恨。三、示。<sup>185</sup>四、恼。<sup>186</sup>五、诳。<sup>187</sup>六、谄。七、嫉。八、慳。九、慢。十、大慢。

《正法念处经》介绍这十种心所及其性质，此经云：

「何等为十？一者瞋。二者恨。三者不悔。四者坚。五者幻。六者谄曲。七者嫉妒。八者慳。九者憍慢。十者大慢。

---

184 德格版，经，经典，卅卷，第四十一品，245正页；对勘本版，书号69，576页。汉译来源：《正法念处经》(T.17.721.192b.7)。译者注：《正法念处经》的译者瞿昙般若流支的译词与玄奘大师的译词有明显的出入，像是玄奘大师的译词「忘念」，被般若流支翻为「不念」；玄奘大师的译词「散乱」，被般若流支翻为「乱心」；玄奘大师的译词「掉举」，被般若流支翻为「不调伏」等。为了避免读者混淆，这里有关心所的译词以玄奘大师的译词为主。

185 译者注：藏文直译为「示」，般若流支翻为「不悔」。

186 译者注：玄奘大师将此词译为「恼」，般若流支翻为「坚」。

187 译者注：玄奘大师将此词译为「诳」，般若流支翻为「幻」。



是名十种染地法也。」<sup>188</sup>

此经又云：

「云何名瞋？其心麤恶故名为瞋。云何名恨？其心结缚，转成怨结，故名为恨。云何不悔？乐作众恶，作已欢喜，故名不悔。云何名坚？作诸恶业，执著不舍，是名为坚。云何名幻？诳众生故，故为十二入之所诳惑，故名为幻。」<sup>189</sup>

此经又云：

「云何谄曲？心不正直，竖著生死，故名谄曲。云何名妒？于他热恼，故名为妒。云何名慳？惧己物尽，而生贪惜，故

---

188 德格版，经，经典，卅卷，第四十一品，245背页；对勘本版，书号69，577页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.192b.18）。

189 德格版，经，经典，卅卷，第四十一品，245背页；对勘本版，书号69，575页。汉译与藏译稍有不同，汉译原文：《正法念处经》（T.17.721.192b.22）：「复有十种善大地法。何等为十？所谓不贪、不痴、有惭、有愧、有信、调伏、不放逸、精进、舍、离不生侵恼，是名十种善大地法。如是十法，各各异相。谓不贪者，一切善法之根本也，犹如梁柱。不痴善根，亦复如是。惭者自守正直。愧者愧于他人。信者于一切法，其心清净。调伏者，身心调善，离于恶法，依清凉法。不放逸者，勤修善法。舍者于作不作，因缘之中，其心舍离。不侵恼者，不恼众生。」

名慳。」<sup>190</sup>

除了慢及大慢两者外，此经对于其他八心所的性质都做了清楚的介绍。

第四、十善为：一、无贪。二、无瞋。三、惭。四、愧。五、信。六、轻安。<sup>191</sup>七、不放逸。八、精进。九、舍。十、不害。《正法念处经》介绍这十个心所及其性质，此经云：

「复有十种善大地法。何等为十？所谓不贪、不瞋、有惭、有愧、有信、轻安、不放逸、精进、舍、离不生侵恼，是名十种善大地法。如是十法，各各异相。谓不贪者，一切善法之根本也，犹如梁柱。不瞋善根，亦复如是。惭者自守正直。愧者愧于他人。信者于一切法，其心清净。轻安者，身心调善，离于恶法，依清凉法。不放逸者，勤修善法。舍者于作不作，因缘之中，其心舍离。不侵恼者，不恼众

---

190 德格版，经，经典，5卷，第四十一品，247背页；对勘本版，书号69，582页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.193b.12）。

191 译者注：玄奘大师将此词译为「轻安」，般若流支翻为「调伏」。



生。」<sup>192</sup>

又说精进的性质，如此经云：

「精进谓欢喜。」<sup>193</sup>

有关轻安的性质，此经又云：

「身法心法，如实调伏，柔软轻乐，修行不乱，是名猗觉分。」<sup>194</sup>

在四十个集类心所中，除了慢与大慢之外，其他心所的作用及性质，此经都清楚地说明了。

---

192 德格版，经，经典，㊸卷，第四十一品，247背页；对勘本版，书号69，582页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.193b.18）。

193 德格版，经，经典，㊸卷，第四十一品，245正页；对勘本版，书号69，582页。在汉译《正法念处经》里尚未找到这段译文，但类似其义的译文来源：《正法念处经》（T.17.721.191c.17）：「复修精进，是名精进觉分。念此法已，希欲心生，念如是义，而生欢喜，是名喜觉分。」

194 德格版，经，经典，㊸卷，第四十一品，244正页；对勘本版，书号69，573页。汉译来源：《正法念处经》（T.17.721.191c.20）。

其他《正法念处经》所谈及，却未归入上述类别的零散心所如下：一、贪。二、瞋。三、寻。四、伺。五、烦恼疑。六、憍。七、无惭。八、无愧。九、昏沉。十、眠。十一、覆。十二、邪见。十三、悔。十四、畏。十五、惧。十六、傲。十七、意倦。十八、不满足。十九、沮丧。二十、伤心。二十一、不餍足。二十二、不忍。二十三、憎恶。二十四、动心。二十五、昏聩。二十六、残暴。二十七、满足。二十八、哀伤。二十九、不欲。三十、自大。三十一、疯癫。三十二、邪慢。三十三、我慢。三十四、增上慢。三十五、贪婪。三十六、自信。三十七、忍。三十八、少欲。三十九、和蔼。四十、餍足。四十一、尊重。四十二、祈愿。四十三、慈。四十四、悲。四十五、喜。四十六、信。四十七、温柔想。四十八、布施。四十九、持戒。五十、正直。五十一、正见。五十二、随喜。五十三、正知。

综合上述，《正法念处经》解说了四十个集类心所，以及五十三个零散心所，共九十三心所。

## 乙二、《摄阿毘达磨义论》所说五十二心所

上座部论师阿耨楼陀（གནས་བརྒྱན་པའི་སྤྱོད་དཔོན་མ་འགག་པ།）以巴利文著作了《摄阿毘达磨义论》，此论的第二品中涉及了心所的概论。论云：



「心相应心所，同生与同灭，  
所缘同事物，有五十二法」<sup>195</sup>

此论主张以四门相应，四门为：一、生。二、灭。三、所缘。四、事物。这里的「事物」指相同的所依或增上缘。另外，有关心所的分类，论云：

「十三通一切，十四为不善，  
净有二十五，故说五十二。」<sup>196</sup>

此论将心所归为三大类别。一、与其他心所相应的共十三心所。二、十四不善心所。三、二十五善心所。

一、第一类又分为两类：七个「遍一切心」的心所，以及六个「杂心所」。关于遍一切心的七心所，此论云：

「触、受、想、思、一境性、命根、作意，此等七法名『遍

195 瓦拉纳西西藏大学出版，上册，112页。汉译与藏译稍有不同，汉译原文：叶均译《摄阿毘达磨义论》：「心相应心所，同生与同灭，同所缘所依，有五十二法。」

196 瓦拉纳西西藏大学出版，上册，112页。在本文中并无附上数目，为了让读者更能容易了解而加上数目。汉译来源：叶均译《摄阿毘达磨义论》。

一切心心所』。』<sup>197</sup>

这里所说的「命根」，是指控制与己俱生的法，并趋入其法的心所。

六个杂心所为何呢？此论云：

「寻、伺、胜解、精进、喜、欲，此等六法名为『杂心所』。』<sup>198</sup>

喜心所的性质是，令与己相应的心王贪、喜其所缘的心所。作用：令身心增长、满足身心。喜可分为五种杂喜。

二、十四不善心所。此论云：

「痴、无惭、无愧、掉举、欲、见、慢、瞋、嫉、慳、悔、昏沉、睡眠、疑，此等十四法名为『不善心所』。』<sup>199</sup>

---

197 瓦拉纳西西藏大学出版，上册，116页。汉译来源：叶均译《摄阿毘达磨义论》。

198 瓦拉纳西西藏大学出版，上册，117页。汉译来源：叶均译《摄阿毘达磨义论》。

199 瓦拉纳西西藏大学出版，上册，137页。汉译与藏译稍有不同，汉译原文：叶均译《摄阿毘达磨义论》「痴、无惭、无愧、掉举、贪、见、慢、瞋、嫉、慳、恶作、昏沉、睡眠、疑，此等十四法名为『不善心所』。』



三、善心心所。此类有：（一）十九个遍一切善心所；（二）三个离贪心所；（三）两个无量心所；（四）慧根，共二十五。

（一）遍一切善心所有十九者，此论云：

「信、念、惭、愧、无贪、无瞋、中舍性、身轻安、心轻安、身轻快性、心轻快性、身柔软性、心柔软性、身适业性、心适业性、身练达性、心练达性、身正直性、心正直性，此等十九法，名为『遍一切净（善）心所』。」<sup>200</sup>

平等而住为舍。身轻快是去除身的粗重性，并平息身不堪能性的心所。心轻快是去除心的粗重性，并平息心不堪能性的心所。身柔软是去除身顽硬性的心所。心柔软是去除心顽硬性的心所。身适业是去除身不堪能性的心所。心适业是去除心不堪能性的心所。身练达是去除疾病的心所。心练达是去除不信的心所。身正直是去除身诳谄的心所。心正直是去除心诳谄的心所。

（二）离贪心所三者为何呢？此论云：

---

200 瓦拉纳西西藏大学出版，上册，153页。汉译来源：叶均译《摄阿毘达磨义论》。

「正语、正业、正命，此三法名为『离心所』。」<sup>201</sup>

正语为远离语恶行的心所。正业为远离身恶行的心所。正命为远离邪命的心所。尔等的作用为：惭于行恶、于恶起畏。

（三）二无量，以及（四）慧根是什么呢？此论云：

「悲、喜二法，名为『无量心所』。若与慧根一起，则此等一切共二十五法，当知为『净（善）心所』。」<sup>202</sup>

如前述，悲的性质是「希望他者远离痛苦」，其作用为「不忍他者遭受痛苦」。喜的性质是「看到他者快乐后，令心澄明欢乐」的心所。喜的作用为：看到他者圆满受用后，不但不会嫉妒，反令心澄明。慧根性质是「了知所有性及尽所有性之实相」的心所。慧根的作用为：看到并抉择别境。

以上介绍了上座部派所说的五十二心所的性质、作用，以及尔等起因。更详细的内容在《摄阿毘达磨义论》及其注释中皆有说明，

---

201 瓦拉纳西西藏大学出版，上册，171页。汉译来源：叶均译《摄阿毘达磨义论》。

202 瓦拉纳西西藏大学出版，上册，174页。汉译来源：叶均译《摄阿毘达磨义论》。



应当了知。

### 乙三、《宝鬘论》所说五十七种罪恶起源

龙树阿阇黎根据经典说出了五十七种在家及出家众同应断除的所舍，这些罪行的起源中，有些被《阿毘达磨俱舍论》及《大乘阿毘达磨集论》归类为心所，有些却没有被列入。五十七种罪恶起源，如《宝鬘论》云：

「次知微细罪，诸事应断除，  
所说五十七，应精进了知。」<sup>203</sup>

论中五十七种应断除的罪行起源一一介绍如下：一、忿。二、恨。三、覆。四、恼。五、谄。六、诳。七、嫉。八、慳。九、无惭。十、无愧。十一、不尊重师长等的慢。十二、以瞋发起的怒纹等身语恶行。十三、憍。十四、放逸。十五、七种慢共算为一。十六、为求利养而严谨根门的矫。十七、为求利养而善言的诈。十八、为求

---

203 德格版，论，本生，91卷，第五品，第2偈颂文，122正页；对勘本版，书号96，325页。汉译来源：仁光法师译《宝鬘论》。

他人之物而赞美其物的现相。十九、为求利养当面指责他人过于吝啬等的研求。二十、赞美自己已经获得的物品而以利求利。二十一、反覆叙述他人过失。二十二、对他人的不欢喜。二十三、贪执恶劣的懈怠。二十四、随贪瞋的障碍，区分自他的别异想。二十五、毫无伺察「此为善、此为恶」的不见心。二十六、随懈怠力，衰退相应善法的崇敬心。二十七、当他人拜师时，自己装作像似佛陀的模样，做出了如此不该行为的卑劣者。二十八、由现起的较小缠执——欲界贪——所生起的执著。二十九、由现起的较强缠执——五欲之贪——所生起的遍执。三十、贪执自己拥有的物质。三十一、贪执他有物质的不如法贪。三十二、贪爱某男女后，想要赞美彼等的动机——不如法贪执。三十三、自己本无功德却装有其德的装。三十四、极为贪图某物，不懂知足的大贪。三十五、希望他人知道「无论从什么方面，我都是具德者」的欲。三十六、无法忍受他人的伤害及自己的痛苦。三十七、不尊重阿阇黎及师长行的不如法行为。三十八、当他人美言时，想「管他是善是恶」的不尊重的不乐善谏。三十九、与贪执亲友有关的妄念。四十、为了得到某境，美言其恶境的功德，对其境的贪执。四十一、不疑死亡畏惧的不死之想。四十二、想「怎么做才能获得他人功德，受到他人敬供」的求追随欲。四十三、某男女贪爱他人后，对其男女的贪爱。四十四、无



论某人对我是否有利，想要伤害他人的思。四十五、心不欢喜的不坚定意。四十六、被欲所染的意。四十七、令身无力从善的懒倦。四十八、随烦恼力身形与身色的转变。四十九、食过多故，令身不适的不欲食。五十、沮丧故，心极度的低沉。五十一、求五欲德的欲。五十二、害心。五十三、昏沉。五十四、眠。五十五、掉举。五十六、悔。五十七、疑。

五十七心所中，第十五者——七种慢共算为一。十六至二十为五邪命。五十一至五十七为五盖：一、五欲之欲。二、害心。三、昏沉及睡眠。四、掉举与悔。五、疑。

以上未被列入无著阿阇黎的《大乘阿毘达磨集论》及世亲的《阿毘达磨俱舍论》的心所为：（身语）恶行<sup>204</sup>、五邪命、叙述过失<sup>205</sup>、不欢喜<sup>206</sup>、别异想、不见<sup>207</sup>等。

## 乙四、《法集论》所说四十种心所

204 译者注：第十二者。

205 译者注：第二十一者。

206 译者注：第二十二者。

207 译者注：第二十五者。

《法集论》（Dharmasamgrahaཚོས་ཡང་དག་པར་བསྐྱུས་པ།）广传为龙树阿阇黎的著作。根据此论，心所共有四十。论云：

「与心相应的四十行为：受、想、思、欲、触、慧、念、作意、胜解、三摩定、信、不放逸、轻安、舍、惭、愧、无贪、无瞋、无害、精进、痴、放逸、懈怠、不信、昏沉、掉举、无惭、无愧、忿、恨、谄、嫉、恼、覆、悭、诳、害、寻、伺等。」<sup>208</sup>

除了悔、眠、瞋、贪、慢、疑外，其他同于《阿毘达磨俱舍论》所说的心所。

## 乙五、吉祥月称的《五蕴品类论》所说心所

《五蕴品类论》（ཕུང་པོ་ལྔའི་རབ་བྱེད།）广传为月称阿阇黎的著作。根据此论，心与心所的相应五门为，所依、所缘、所见、时间、质体。心所共有四十。四十为：一、思。二、触。三、作意。四、欲。五、胜解。六、信。七、精进。八、念。九、定。十、慧。十一、寻。十二、伺。十三、放逸。十四、不放逸。十五、厌倦。十六、欢

---

208 《法集论》虽未列入为丹珠尔之中，但此论后由梵文翻译成英文及藏文。



喜。十七、轻安。十八、不轻安。十九、害。二十、不害。二十一、  
 惭。二十二、愧。二十三、舍。二十四、解脱。二十五、根本善。  
 二十六、根本不善。二十七、根本无记。二十八、遍合。二十九、  
 束缚。三十、细增。三十一、随烦恼。三十二、遍缠。三十三、有  
 漏。三十四、瀑流。三十五、结合。三十六、近取。三十七、绳结。  
 三十八、盖障。三十九、知。四十、忍。

从根本善至忍之间，有些心所仍有内部分支，所以加起来共有  
 百多个心所。如《五蕴品类论》云：

「与心相应者：思、触、作意、欲、胜解、信、精进、念、  
 定、慧、寻、伺、放逸、不放逸、厌倦、欢喜、轻安、不轻  
 安、害、不害、惭、愧、舍、解脱、根本善、根本不善、  
 根本无记、遍合、束缚、细增、随烦恼、遍缠、有漏、瀑  
 流、结合、近取、绳结、盖障、知、忍，示名为『相应  
 心』。」<sup>209</sup>

---

209 德格版，论，中观，卅卷，245正页；对勘本版，书号60，1549页。汉译大藏经内并无此译。

思、触、作意、欲、胜解、信、精进、念、定、慧、寻、伺、放逸、不放逸、轻安、害、不害、惭、愧、舍等内容，可由上下阿毘达磨典籍所说的心所论而了解。

厌倦为何呢？厌倦是「因为看到生老病死的轮回过患，对轮回产生厌倦」的心所。其作用是：为断烦恼因。此论云：

「相应于某心所之法，见轮回过患故，于轮回发起厌倦，同随断惑，故称『厌倦』。」<sup>210</sup>

欢喜为何呢？如毘婆沙宗所许般，欢喜是「与轻安心所之乐质体异的意受安乐行相」的心所。此论云：

「心欢喜为欢喜心，与意乐别异为欢喜。」<sup>211</sup>

根据上部阿毘达磨观点，在意识心王的眷属中，感受安乐能够有利色根，故立为「乐」；意识感受安乐本身，故立为「喜」。所以

---

210 德格版，论，中观，卅卷，255背页；对勘本版，书号60，1573页。汉译大藏经内并无此译。

211 德格版，论，中观，卅卷，255背页；对勘本版，书号60，1573页。汉译大藏经内并无此译。



乐喜两者为质体一。

不轻安为何呢？障碍随心所欲令心安住善缘，令心于所缘不能明澄、被掉举及昏沉其所摄的心所。此论云：

「不轻安的身心为粗重性。粗重谓不明澄，以及掉举昏沉性。」<sup>212</sup>

解脱为何呢？解脱是断除烦恼的心所。此论云：

「解脱谓远离心之染垢，断除烦恼，故说解脱之从心所生之法。何法远离心之染垢，尔为解脱。」<sup>213</sup>

根本善为何呢？自果诸善之所依，不需依赖相应及动机，本身就是善法的心所。又分，无贪根本善、无瞋根本善、无痴根本善三者。此论云：

212 德格版，论，中观，卅卷，255背页；对勘本版，书号60，1574页。汉译大藏经内并无此译。

213 德格版，论，中观，卅卷，256正页；对勘本版，书号60，1575页。汉译大藏经内并无此译。

「根本善有三：无贪、无瞋、无痴。」<sup>214</sup>

根本不善为何呢？尔为身语恶业的动机，且具大力毁灭善根的不善心所。此又分三，贪、瞋、痴三者。此论云：

「根本三善的正反者为根本不善，即是贪、瞋、痴。」<sup>215</sup>

根本无记为何呢？自果诸无记业的所依，非善也非恶的心所。此心所又分，无记爱染、无记无明、无记见。此论云：

「根本无记有三，爱染、无明、慧。」<sup>216</sup>

遍合为何呢？与尔结合故，于境生起胜贪，或，尔住自续之中，将会结合诸多痛苦的心所。此心所又分，随贪遍合、瞋遍合、慢遍合、无明遍合、见遍合、执胜遍合、疑遍合、嫉遍合、慳遍合共九

---

214 德格版，论，中观，卅卷，256正页；对勘本版，书号60，1575页。汉译大藏经内并无此译。

215 德格版，论，中观，卅卷，256正页；对勘本版，书号60，1575页。汉译大藏经内并无此译。

216 德格版，论，中观，卅卷，256正页；对勘本版，书号60，1576页。汉译大藏经内并无此译。



者。此论云：

「遍合为九遍合。如是，随贪遍合、瞋遍合、慢遍合、无明遍合、见遍合、执胜遍合、疑遍合、嫉遍合、慳遍合。」<sup>217</sup>

束缚为何呢？令三界凡夫有情无能自主，束缚苦苦等的心所。此心所又分，贪束缚、瞋束缚、痴束缚三者。此论云：

「束缚谓束缚三相：贪束缚、瞋束缚、痴束缚三者。尔等令使极为束缚于三界中，故为束缚。」<sup>218</sup>

细增为何呢？尔性为轮回的能引业及能生业二者的根本，极难了证，由所缘门及相应门两者增上的心所。此心所又分，贪细增、瞋细增、慢细增、无明细增、见细增、疑细增，共六。或，欲界贪细增、有之贪细增、瞋细增、慢细增、无明细增、见细增、疑细增，共七。此论云：

217 德格版，论，中观，卅卷，256背页；对勘本版，书号60，1576页。汉译大藏经内并无此译。

218 德格版，论，中观，卅卷，259正页；对勘本版，书号60，1582页。汉译大藏经内并无此译。

「所谓细增，此有六细增根本：贪细增、瞋细增、慢细增、无明细增、见细增、疑细增。由六细增又分欲界贪及有贪二相，共有七相。」<sup>219</sup>

随烦恼为何呢？接近能引业及能生业为本的六细增烦恼，令自续烦恼的心所。此心所又分，诳、僞、害、恼、恨、谄，共六染。论中「等」字的十缠：无惭、无愧、嫉、慳、掉举、烦恼悔、昏沉、烦恼眠、忿、覆。共有十六心所。另外，《杂事品》的二十四随烦恼也包括于此。此论云：

「由随烦恼力而说六细增，尔为身语意烦恼因，故称烦恼。具烦恼者皆为具随烦恼者。此外，何法从心所生涵盖烦恼行蕴，尔等令心随烦恼转，故为随烦恼。何为尔等？谓诳、僞、害、恼、恨、谄等多相，如阿毘达磨典籍所说。」<sup>220</sup>

---

219 德格版，论，中观，<sup>44</sup>卷，259正页；对勘本版，书号60，1582页。汉译大藏经内并无此译。

220 德格版，论，中观，<sup>44</sup>卷，261背页；对勘本版，书号60，1588页。汉译大藏经内并无此译。



遍缠为何呢？一直紧系凡人之心，其作用是障碍善法的心所。此心所又分，昏沉、烦恼眠、掉举、悔、嫉、慳、无惭、无愧、忿、覆，共有十缠。此论云：

「遍缠谓十遍缠：昏沉、眠、掉举、烦恼悔、嫉、慳、无惭、无愧、忿、覆……遍布诸心而住，故称遍缠，障碍行善。」<sup>221</sup>

有漏为何呢？由六处伤患漏<sup>222</sup>堕于轮回之中的烦恼心所。此心所又分，欲界有漏、有有漏、无明有漏。此论云：

「有漏谓有漏三者：欲界有漏、有有漏、无明有漏。」<sup>223</sup>

瀑流为何呢？冲流我等于轮回大海的各界、各道的烦恼心所。此心所又分，欲界瀑流、有瀑流、见瀑流、无明瀑流四者。此论云：

221 德格版，论，中观，卅卷，262正页；对勘本版，书号60，1590页。汉译大藏经内并无此译。

222 译者注：像是伤口破洞，令我等「漏下」或堕落于生死轮转的过患。

223 德格版，论，中观，卅卷，263正页；对勘本版，书号60，1591页。汉译大藏经内并无此译。

「瀑流谓瀑流四者：欲界瀑流、有瀑流、见瀑流、无明瀑流。」<sup>224</sup>

结合为何呢？令凡夫识结生至轮回各界、各道，或令凡夫识结合于境的烦恼心所。此心所又分，欲界结合、有结合、见结合、无明结合四者。如《五蕴品类论》云：

「应知此四为结合四者。」<sup>225</sup>

近取为何呢？令凡夫识趋近轮回的烦恼心所。此心所又分，欲界近取、见近取、戒禁取近取、言我近取，共四者。如《五蕴品类论》云：

「近取谓四近取：欲界近取、见近取、戒禁取近取、言我近取。」<sup>226</sup>

---

224 德格版，论，中观，卅卷，263正页；对勘本版，书号60，1592页。汉译大藏经内并无此译。

225 德格版，论，中观，卅卷，263正页；对勘本版，书号60，1592页。汉译大藏经内并无此译。

226 德格版，论，中观，卅卷，263正页；对勘本版，书号60，1592页。汉译大藏经内并无此译。



绳结为何呢？障碍不散乱意性的烦恼心所。此心所又分，贪执受用的身绳结、害众生的身绳结、执取戒或禁行为最胜的身绳结、执取「此为最胜见」的劣见为胜的现执身绳结。如《五蕴品类论》云：

「绳结谓四绳结：贪心绳结、害心绳结、戒禁取绳结、『执此为实』的现执身绳结。」<sup>227</sup>

例如绑紧绳结，有碍打开绳结般，尔等心所也会令心散乱，障碍令心专注的禅定。

盖障为何呢？盖障禅定、解脱、三摩地、等持的欲界不善心所。此心所又分，欲界欲、害心、昏沉及眠、掉举及悔、疑，共五者。如《五蕴品类论》云：

「盖障谓五盖障：欲界欲、害心、昏沉、眠、掉举、悔、疑。盖障被欲界所摄、极其不善、障善故盖。」<sup>228</sup>

---

227 德格版，论，中观，<sup>41</sup>卷，263背页；对勘本版，书号60，1593页。汉译大藏经内并无此译。

228 德格版，论，中观，<sup>41</sup>卷，264 正页；对勘本版，书号60，1594页。汉译大藏经内并无此译。

五者的算法如下：一、视对治想为一。二、疯于食或能生因、不欢喜、伸懒腰、不知食量、沮丧等，皆算为一。三、同令心低沉故，昏沉及眠两者算为一。四、同为奢摩他对治、知食量及亲友、知境、知不死，以及忆念之前的嬉笑、游戏、娱乐等，皆算为一。五、同样令心不能平息，故掉举与悔两者为一。或者是，欲界欲及害心障碍戒，昏沉及眠障碍慧，掉举及悔障碍定，疑障碍定及慧。

知为何呢？有漏慧，或去除尔之所断疑的决定性慧，两者之一。此心所又分，知法、知后、知他心、知世俗、知苦、知集、知灭、知道、知尽、知不生，共十者。如《五蕴品类论》云：

「知谓知十：知法、知后、知他心、知世俗、知苦、知集、知灭、知道、知尽、知不生。」<sup>229</sup>

忍为何呢？作为尔之所断正对治的无漏心所。此心所又分，知苦法忍、知苦后忍、知集法忍、知集后忍、知灭法忍、知灭后忍、知道法忍、知道后忍，共八者。如《五蕴品类论》云：

---

229 德格版，论，中观，四卷，264正页；对勘本版，书号60，1594页。汉译大藏经内并无此译。



「云何为忍？谓现观八忍：知苦法忍、知苦后忍、知集法忍、知集后忍、知灭法忍、知灭后忍、知道法忍、知道后忍。」<sup>230</sup>

## 甲九、总结诸论所说心所的数量

心所的总数虽然不能就此决定，但在此将前引诸论典有关内容做一总结。

无著菩萨的《大乘阿毘达磨集论》及世亲菩萨的《阿毘达磨俱舍论》共同提及的心所共有四十六种，加上《大乘阿毘达磨集论》所说的无痴善、根本烦恼见、随烦恼中的忘念、不正知、散乱五者，共五十一一种。

上述五十一一种心所，加上《杂事品》所说的「不喜」等二十四心所，共七十五种。再加上《正法念处经》所说的定数心所中的三者：十烦恼大地的非理作意、邪胜解，以及十烦恼小地中的「示」，

---

230 德格版，论，中观，卅卷，265正页；对勘本版，书号60，1597页。汉译大藏经内并无此译。

共七十八种。

再加上巴利典籍《摄阿毘达磨义论》所说的十六者：七「遍一切心心所」中的命根、六「杂心所」中的喜、「十四不善」中的惛沉、「二十五善心心所」中的身轻快性、心轻快性、身柔软性、心柔软性、身适业性、心适业性、身练达性、心练达性、身正直性、正语、正业、正命，以及喜无量，共九十四种。

再加上《宝鬘论》所说的十八者：「恶行」、研求、为求利养而严谨根门的矫、诈、以利求利、现相、叙述过失、不欢喜、未见、相应善法崇敬心的衰退、卑劣者、自己本无功德却装有其德的装、无法忍受、不乐善谏、伤害他人的思、染意、身色的转变、不欲食，共一百一十二种。

再加上《摄事分》所说的五者：恶友、不应理转、不和软、不随顺同分而转、叹，共一百一十七种。

再加上吉祥月称《五蕴品类论》所说的两者：对轮回的厌倦以及绳结两者，共有一百十九种。

以上外加的心所，都与《大乘阿毘达磨集论》所说的心所不同。虽然我等认为可以如此总结心所的数目，但仍待细微观察。

吉祥月称《五蕴品类论》所言三者——解脱、知、忍——与《大乘阿毘达磨集论》所言的心所并无别异，只是名称不同而已，因



为其性可被受、想、慧、欲、胜解等其所摄，所以没有独立计算。同样地，根本善、根本不善、根本无记、遍合、束缚、细增、随烦恼、遍缠、有漏、瀑流、结合、近取、盖障等，也在《大乘阿毘达磨集论》及《阿毘达磨俱舍论》两本论典中出现，但并未独立出来，列入心所的总数目中。

同理，《正法念处经》、巴利典籍《摄阿毘达磨义论》、《宝鬘论》、《摄事分》、吉祥月称《五蕴品类论》等所说心所，虽在此处未列入心所的总数中，但可根据该心所的性质及论典的前后文，观察并了解是否能被阿毘达磨论典的五十一心所，或是《杂事品》的二十四心所等所含摄。

诸多佛教的经论记载了心所的数目品项、心所各自的体性及作用、心所彼此之间的因果关系等，对此做了详细的观察。一般外在的种种身语行为，主要源自内心的动机，而该动机又主要依赖著各自心所的作用，所以想要改善内心的人们，至少要概略地了解主要心所的体性和作用，这是很关键的一点。因此，诸多经论对心所的论述做出了广泛的诠释。



第九品 ·  
论述粗细心及  
死亡次第



## 甲一、共乘论典对于粗细心的论述

前述心与心所概称的心识，分为多种粗细的层次。以人类的心识来讲，活著时的心识为粗，死时的心识为细。再者，活著时的心识，以一昼夜为例，醒时的心识为粗，梦时的心识为细，熟睡时没梦的心识更细。醒时的根识与意识二者之间，根识为粗，意识为细。

此外，心又可分为，欲界心、色界或禅界心、无色界心三者所摄的心识；在三者中，无色界的心识是最细微的。在无色界的心识中，非想非非想的心识是最细微的，越下界的心识则是越粗分。在佛教典籍中，谈到了令心专注一境——三摩地的修法，以及如何使心变得更加细微，而能获得上界心的方法。

根据无上咒宗，心识的粗细是由其心识的坐骑气的粗细性加以区别的。以下将详述。

根据般若乘，则是基于认知心识的难度、是否依赖尔之不共增上缘的色根、其境粗细、其识所缘及所见的明显度等，来区分心识的粗细层次。

容易认知的心识为粗，不容易认知的心识为细，其理由是，如受想行识四者中，受蕴比起其他后三蕴为更粗，因为所谓「身体有某种快乐感受」，心识容易体现出「受」的缘故。又像是「此人好有学

问」的「想」法，因执取「种种（特征）」的缘故，想蕴比行、识二蕴更为粗分。想「令我安乐」的相应行，因执取境的特征，比识更为粗分。识仅执取境性，比起受等前三者更难被心识所体现。如《俱舍满增注》云：

「非色中谓我等。受乃粗流故，无身亦能了知，极为简单，故做广说如『我的手』等。言『第二，想为极粗』者，谓较于行与识的第二者，此作用极易了解；想执男女等相。比起识，云何为行？行是粗分，贪等遍行极显了知。较于所有，细微者乃识，识为究竟，随同循序趋入平寂故，次序有如已叙之理。」<sup>1</sup>

论中说明了五蕴中的粗细差异。

乐、苦、舍诸受之粗细差别又是如何呢？三受中，苦受、乐受为粗，舍受为细。某人的苦乐相连到该人的利害，比较容易体现在心识上，所以其受为粗；某人的舍受无关该人的利害，相较前两者较不容易明显体现在心识上，所以舍受为细。《俱舍满增注》云：

---

1 德格版，论，阿毘达磨，31卷，第一品，51背页；对勘本版，书号81，126页。汉译大藏经内并无此译。



「意识与意乐根、意不乐根、意非乐非不乐根等三受相应，凡具受者不知生死，故言『死生唯舍受』。言『其他受为显』者，谓意乐、意不乐性相者，遍计尔等生起故，行利害故。」<sup>2</sup>

诸受之中，依赖眼等五色根的受等，虽然本身并不是色，却依赖色法，故为粗分；意识眷属的受等本身不是色，又因依赖意根，故为细微。《阿毘达磨俱舍论释——明义论》云：

「粗受等为依赖五根受等四者，非色故，本身不具足粗分。细微者从意所生，所依亦非色。」<sup>3</sup>

此中说到，由是否依赖增上缘色根而去区别粗细差异。

如何从境的粗细区别粗细心识呢？《摄决择分》云：

2 德格版，论，阿毘达磨，<sup>3</sup>卷，第三品，327正页；对勘本版，书号81，811页。汉译大藏经内并无此译。

3 德格版，论，阿毘达磨，<sup>4</sup>卷，第一品，39正页；对勘本版，书号80，93页。汉译大藏经内并无此译。

「正智唯细，行细义故。」<sup>4</sup>

论中明显说到，「细义」者谓难悟之内义；这个的具境<sup>5</sup>正智也是细微的。也间接说到，因为境容易知道，其具境心识也是粗分。

如何根据内部所缘、所见的明晰度，区别醒时与睡时心识的粗细差别呢？开始入睡时，不能自主、令心往内收摄的心所会让根识的等无间缘能力衰退。首先是根识停止作用，然后，粗分意识会逐渐消失，最终令意识保持在一种所缘、所见模糊的状态。这种睡时心识比起醒时心识更为细微。在睡时心识中，做梦时的心识为粗，熟睡时的心识为细，而且其识的所缘、所见更为模糊不清、更加细微。

凡人随涎疾、胆疾、风疾等死去的时候，四大能力衰退、体温逐渐降低，乃至停止根识，最终只剩意识。意识逐渐从粗变细，直到最细微的心现起的同时，才是真正的死亡。在基位时，细微死亡心识才是最细微的心识。

---

4 德格版，论，唯识，<sup>31</sup>卷，第三十三品，6正页；对勘本版，书号74，758页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.698a.22）。

5 译者注：了知或执取其境的识，就是此境的「具境」。



一般死亡心识的眷属受只有舍受。毘婆沙宗虽许死亡心识有善、不善、无记等三种类别，但中观及唯识等上部论师们主张，死亡心识仅属无记。《阿毘达磨俱舍论》云：

「死生唯舍受」<sup>6</sup>

在乐受、苦受、舍受三者中，一般细微死亡心识的眷属受，仅属舍受。《阿毘达磨俱舍论自释》云：

「若渐命终后唯舍四，谓在欲界渐命终时，身命意舍于最后灭，此四必无前后灭义。如是所说，应知但依染无记心而命终者，若在三界善心死时，信等五根必皆俱有。」<sup>7</sup>

此论说，毘婆沙派主张依染不善命终、无记心而命终、善心命终。然而《瑜伽师地论》云：

---

6 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第三品，第42句偈颂文，8背页；对勘本版，书号79，18页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.56a.22）。

7 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第二品，60背页；对勘本版，书号79，150页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.17a.15）。

「云何善心死？犹如有一将命终时，自忆先时所习善法，或复由他令彼忆念。由此因缘，尔时信等善法现行于心，乃至麤想现行。若细想行时，善心即舍唯住无记心。所以者何，彼于尔时，于曾习善亦不能忆，他亦不能令彼忆念。云何不善心死？犹如有一命将欲终，自忆先时串习恶法，或复由他令彼忆念，彼于尔时贪瞋等俱诸不善法现行于心，乃至麤细等想现行，如前善说。」<sup>8</sup>

论说，虽然之前再如何串习善法，但细微死亡心识的时候，心处无记状态。

以三界区别粗细心识的话，欲界心因为俱有乐、苦、舍三受，以及寻、伺两者，故为粗分。比起欲界心，初禅心因远离苦受，故为细微。二禅心因远离寻伺两者，比初禅心还细。三禅心因远离喜，比二禅心还细。四禅心因远离乐受，只有舍受，所以比三禅心还细。四无色心因远离色法想，皆属细微。第一无色界心缘取遍虚空，第二无色界心缘取遍意识，第三无色界心缘取毫无所有，最终无色界——有

---

8 德格版，论，唯识，第8卷，第二品，8正页；对勘本版，书号72，687页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.281b.15）。



顶天之心的所缘、所见因不明显，故为最细微心识。《阿毘达磨俱舍论自释》云：

「此更微细故曰微微，次如是心入灭尽定；有顶天为细微。」<sup>9</sup>

总之，在欲界心、四色界心、四无色界心中，前者为粗，后者为细。经论说到如何依奢摩他将散乱缘外的粗识往内收摄，远离昏沉、掉举等粗患，令心变得越来越细微。

## 甲二、无上密续对于粗细心的论述

### 乙一、总说

印度佛教思想中，有一部分极为重要的心理学要义来自无上咒乘的典籍，尤其是密集金刚的经论，如：龙树阿闍黎的《五次第》、提婆圣者的《摄行炬论》、龙觉阿闍黎的《菩提安立次第论》、吉祥

---

9 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第八品，79背页；对勘本版，书号79，871页。汉译与藏译稍有不同。汉译原文：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.151b.22）：「此更微细故曰微微，次如是心入灭尽定。」

那洛巴的《五次第明摄论》等。上述典籍中谈及许多心理学的要义，是大小乘共同经论上未曾出现过的。这些要义包括，心识俱有尔之坐骑气；心识在究竟细微的时候，因为心气性质为一，有色、识二法为一的性质；许多心识的作用可以从「坐骑气」上做出解释；以外境与内心的关联而言，也是因为气的作用，连结外四大及内四大等；诸如此类都有详细的论述。在此简略说明无上咒乘所说的心理学。

无上咒的典籍中将「识」区分为两种：一、暂时性的心识。二、原始性的心识。暂时性的心识，如，依赖色根所生的眼识、耳识等根识；依赖意根的粗识，如对过去、现在、未来的忆念；根本烦恼及随烦恼；见等<sup>10</sup>三心。

暂时性的心识只有在尔等所依——粗分色身——存在的时候存在，所依粗身坏去的时候，暂时性的心识也将逐渐消失。然而，最细微的俱生原始光明及其坐骑极细之气两者，如同水与湿般，永不分离。

无始以来，因为有了俱生原始心识，粗分心识从之现起。在细微死亡心识现起之前，粗分心识依赖著粗分持命气而存在；死亡时

---

10 译者注：见白道、增红道、得黑道等三。



候，依赖粗分持命气而有的粗分心识将会逐渐变细，所有心识将会融入并入住俱生原始的最细微心识，此时正是所谓的「死亡光明」。

此后，当粗风动摇的同时，心识再从俱生原始心识的所依——细微持命气——远离今世的身躯，成办中阴身。论说粗分暂时性的心识皆由这个俱生原始的心识所现。

以人而言，死亡时不只呼吸停止，血液也停止流入脑内，头脑停止所有作用。以一般医学的角度，此时会被认证为已死的状态。无上咒乘主张，在这之后，会逐渐现起见智、增智、得智，最终融入到现起的极细微死亡光明的心识。此时，一切根识皆已消失，平时各种粗识所见也随之消失，没有了境相。

这种粗细心识的次第解说，诚如吉祥那洛巴的《五次第明摄论》云：

「实相有两种，由身心住法，  
粗细及最细，次第共无二。」<sup>11</sup>

---

11 德格版，论，续释，<sup>81</sup>卷，第2句偈颂文，276正页；对勘本版，书号26，1747页。汉译大藏经内并无此译。

以一般心识而言，根识为粗；八十分别心<sup>12</sup>、根本烦恼及随烦恼为细；四空时的心识极细；四空中的第四空——死亡光明的心识才是最细微的。以意识而言，八十分别心为粗，基时前三空——见识、增识、得识为细，第四空死亡光明的心识为最细。随著与个别心识性质为一的所依之气的粗细不同或动摇力的大小，产生了粗细心识的差异。有关识者乃为气之坐骑的内容，诚如龙树阿闍黎的《五次第》云：

「此为识坐骑。」<sup>13</sup>

论说，气使识动摇。「气使识动摇」是因为，如果识不依赖气的话，识将失去趋向于境、从境返回的能力，唯有与气同住，才能趋向其境。诚如提婆圣者的《摄行炬论》云：

---

12 译者注：八十分别心（ཀུན་རྫོགས་བརྒྱུད་བཟུང་བའི་འཇིགས་པའི་སེམས་པ་）的「分别心」（རྫོགས་པའི་སེམས་པ་）通常被称为「自性遍分别心」（རང་བཞིན་ཀུན་རྫོགས་སེམས་པ་）或「遍分别心」（ཀུན་རྫོགས་སེམས་པ་）。

13 德格版，论，续释，卷，第一次第，第3句偈颂文，45正页；对勘本版，书号18，129页。汉译大藏经内并无此译。



「然而，彼俱有见，故与风界一同巡视。」<sup>14</sup>

论说，见增得三者虽非色法，但因具境，故尔三与气一同趋入、返回。总之，识坐骑气后，以气趋入境的同时，是为「识趋入境」的解释。其中又分「心散于境」及「心不散于境」两类。

心气为一后，如何在境上产生作用呢？提婆圣者的《摄行炬论》云：

「细微明点，以及见心识等，因不具色法，故如酥油融合于酥油，圆满出世一切作用。」<sup>15</sup>

论说「酥油融合于酥油」的缘故，意味著心气两者体性为一后，方能于境产生作用。粗气逐渐融入、转为细微的时候，能依心识的所缘、所见也会同样地逐渐转为细微。如吉祥密集金刚的《授续金刚鬘》云：

---

14 德格版，论，续释， $\text{ṣṭ}$ 卷，第四品，79正页；对勘本版，书号18，215页。汉译大藏经内并无此译。

15 德格版，论，续释， $\text{ṣṭ}$ 卷，第四品，79正页；对勘本版，书号18，216页。汉译大藏经内并无此译。

「次第衰气等，如前增增上，  
融入自体性，复舍持趋行。」<sup>16</sup>

论说，死亡的时候，前气逐渐融入后气；「复舍持」谓融入直至持命气为止。提婆圣者的《摄行炬论》也云：

「如是谓住身一切时，最终住于不坏矣……」<sup>17</sup>

最终死亡时，气融入胸部的极细不坏气中，趋入无实物光明。

以无上咒乘一般的说法而言，相续的地水火风四者中，前者融入后者的同时，气的动摇会变得越来越弱，最终，动摇自性分别心之气及自性分别心会融入第一者「见」，同时自性分别心也会随著消失。此后，逐渐现起第三空及第四空光明，这都是因为动摇前前者的气变得越来越弱的缘故。出生时，从光明气中，气流动摇，现起了「得」，之后再现起「增」及「见」等，这些都是由前前者的气变得

---

16 德格版，经，续，ᄀ卷，第六十八品，第69-70句偈颂文，276背页；对勘本版，书号81，915页。汉译大藏经内并无此译。

17 德格版，论，续释，ᄁ卷，第三品，70背页；对勘本版，书号18，195页。汉译大藏经内并无此译。



越来越强大的缘故。「见」的气变得极强之后，就会现起自性分别心等。

## 乙二、如见等三及八十分别心

在吉祥密集金刚典籍中，说有极细微心的「三见」：一、见。<sup>18</sup>二、见增。三、见得。见自性有三十三者，增自性有四十者，得自性有七者，故立「八十自性分别心」的论述。同样地，吉祥密集金刚的《授续金刚鬘》说了「八十八妄念」，这些都是依赖著尔等的坐骑气——持命气的细微动摇所产生的细微心识。

有关这些分别心随著自己的坐骑气所动摇的内容，如龙觉阿闍黎的《五次第明义论》（*རིམ་ལུ་འཛིན་གསལ་བྱེད།*）云：

「为能答覆故方，示『何故远离气之识不应知境？此乃是识之坐骑』。此字谓气。直接义为，识坐骑气后，令识知

18 译者注：此译的「见」字曾被翻成「明」（སྤང་ལྟན་ལུ་བའི་སྤང་བ། 如明闇）、「相」（སྤང་བའི་སྤང་བ་ལྟན་ལུ་བའི་རྣམ་པ། 如行相）、「显」（ཡུལ་སྤོ་ལ་འཆར་ཚུལ་གྱི་སྤང་བ། 境显现于识）等诸多不同用词。后经编辑者格西们讨论后，决定译为「见」（ཡུལ་ཅན་གྱིས་ཡུལ་སྤང་བ། 由识见境），最后一者更符合藏文原意。

境。」<sup>19</sup>

何为八十分别心呢？首先说「见」三十三者。如龙树阿阇黎的《五次第》云：

「自性显光芒，即作广解说，  
离贪及中性，同样巨大性，  
意之趋行返，同愁苦等三。  
寂静念畏惧，中畏及极畏，  
爱以及中爱，极爱与近取，  
不善与饥渴，受以及中受，  
极受及刹那，知者持知处，  
妙慧及知惭，悲及三爱心，  
疑及累积性，嫉妒等称扬，  
三十三自性，有情之自证。」<sup>20</sup>

---

19 德格版，论，续释，<sup>ᑭᑦ</sup>卷，第一品，211正页；对勘本版，书号18，1333页。汉译大藏经内并无此译。

20 德格版，论，续释，<sup>ᑭᑦ</sup>卷，第二次第，第7-11句偈颂文，48正页；对勘本版，书号18，137页。汉译大藏经内并无此译。



逐一解说如下。一至三、「离贪」谓不欲境行相，其中有大小三品。四至六、「愁苦」谓远离悦意境、令心哀苦，其中有大小三品。七、「寂静」谓心住寂静，令心调伏。八、「念」谓掉举或令心变得粗鲁。九至十一、「畏惧」谓相遇不悦意者，令心畏惧，其中有大小三品。十二至十四、「爱」谓贪著于境，其中有大小三品。这里的「爱」并非喜相，而是因「由境生恼」故而取名的「爱」。此与增性四十的「贪」不相同。十五、「取」谓完全执取五欲境。十六、「不善」谓存怀二心于善业，或杀戮己意。十七、「饥」谓欲食。十八、「渴」谓欲饮。十九至二十一、「受」谓乐苦舍三受，其中由境分大小三品。二十二、知者。二十三、知道。二十四、所知之境，也就是了知此三者。二十五、「妙慧」谓伺察合理及不合理。二十六、「惭」谓依自己或法的理由，羞于造罪。二十七、「悲」谓欲离痛苦。二十八至三十、「爱心」谓完全守护所缘、愿所缘、相遇悦意境等大小三品。三十一、「疑」谓心不住决定性。三十二、「累积」谓收集资具之心。三十三、「嫉妒」谓心乱于他人圆满。「意趋行」及「返」遍布一切的缘故，故不计算于此数之中。

接著说「增」自性四十者。如《五次第》云：

「贪及执及喜，中喜及极喜，

高兴及极悦，惭以及掉举，  
 满足及交媾，亲吻及吸吮，  
 坚固精进慢，作用劫盗力，  
 愉俱生粗暴，姿美及憎恶，  
 善明句真谛，不实及决定，  
 不近取施者，劝导及勇士，  
 无惭诳恶毒，不温顺歪曲。  
 何为四十相，皆极空刹那。」<sup>21</sup>

逐一解说。一、「贪」谓心贪未得事物。二、「执」谓心贪已得事物。三至五、见悦意境后产生的心喜，其中有大小中三品。六、「高兴」谓成办所追求事的心安乐。七、「极悦」谓反覆体验高兴心。八、「惭」谓思未发生之事。九、「掉举」谓看到悦意事物，令心散乱。十、「满足」谓心证其境，令心满足。十一、交媾欲。十二、亲吻欲。十三、吸吮欲。十四、「坚固」谓不变相续之心。十五、「精进」行善法。十六、「慢」思高处。十七、「作用」或业谓圆满常作之事。十八、「劫盗」谓欲盗财。十九、「力」谓摧毁

---

21 德格版，论，续释，<sup>21</sup>卷，第二次第，第16-20句偈颂文，48背页；对勘本版，书号18，137页。汉译大藏经内并无此译。



他聚。二十、「愉」谓串习善道的心。二十一至二十三、「俱生」谓依傲慢力，欲行不善的大中小三心。二十四、「粗暴」谓无故想要与圣者们争论。二十五、「姿美」谓见到悦意事物所产生的傲慢或贪爱欲。二十六、「憎恶」谓记恨心。二十七、「善」谓欲行善业。二十八、「明句」谓欲令他了解而说。二十九、「真谛」谓并非为转他意而说之欲。三十、「不实」谓为转他意而说之欲。三十一、「决定」谓极为坚定的誓言。三十二、「不近取」谓不想全面执取境。三十三、「施者」谓想要布施资具。三十四、「劝导」谓想要劝说其他懈怠者。三十五、「勇士」谓想要从烦恼敌中获取胜利。三十六、「无惭」谓以自己或法的理由，不羞愧于不善的趋入。三十七、「诳」谓刻意欺骗他人。三十八、「恶毒」谓熟烂恶见。三十九、「不温顺」谓与他较量。四十、「歪曲」谓不正直。

接著是「得」自性七者。《五次第》云：

「中贪之刹那，忘念及错乱，  
不说及厌倦，懈怠以及疑。」<sup>22</sup>

22 德格版，论，续释， $\xi$ 1卷，第二次第，第24-25句偈颂文，49背页；对勘本版，书号18，138页。汉译大藏经内并无此译。

一、「中贪」谓非欲亦非不欲境。二、「忘念」谓衰退念。三、「错乱」谓执阳焰为水等妄念。四、「不说」谓不欲说。五、「厌倦」谓心厌倦。六、「懈怠」谓不喜行善。七、「疑」谓心怀二意。

为何将「遍分别心」（ཀུན་རྟོག་）<sup>23</sup>分成三种类别呢？

遍分别心随著气力趋向于境的力度可分大中小三者，进而区分三种粗细层次，这都是因为有见增得三者的缘故。在返回次第<sup>24</sup>时，从光明现起得，从得现起增，从增现起见。此后，之所以「自性遍分别心」（རང་བཞིན་ཀུན་རྟོག་）<sup>25</sup>现起，是因为气力变得极为强大的缘故。在遍分别心中，有三十三者由见所起，有四十者由增所起，有七者由得所起，故说遍分别心是见三等之果。

「见三等的自性」指的是「见三等的性相」。其性相是如何体现出见三等名相的呢？这种方式不如「腹鼓是瓶子的性相」般，为体

---

23 译者注：八十分别心（ཀུན་རྟོག་བརྒྱན་བཟུ་）的「分别心」的异名之一。

24 译者注：趋入次第为，见融入增，增融入得，得融入光明。返回次第为，从光明现起得，从得现起增，从增现起见。

25 译者注：八十分别心（ཀུན་རྟོག་བརྒྱན་བཟུ་）的「分别心」的异名之一。



性一的体现方式，而是更像透过乌鸦得知该房有乌鸦般，性质异的体现方式。因为动摇自性分别心之气有强中弱三者，以此推类，动摇尔因见之气亦有强中弱三者。

分别心分为三种类别并非因为对境执取的方式不同，而是由于气让遍分别心动摇的力度，有著强中弱三种，这也是因为见三等存在的缘故。自性遍分别心有善、不善、无记三种，也有分别心及非分别心两者，<sup>26</sup>所以不应仅属「混合声义而执取」的分别心。

### 乙三、细微与最细微的心气的论述

什么是细微心气及最细微心气呢？见增得及其坐骑气为细微，俱生原始之心及其坐骑气为最细微。

一般来说，见增得三者为极细微心识的原因是，尔等增上缘为细微意根，尔等坐骑气为细微持命气。其气以极小动摇，令粗分影像消灭，如是所生的细微意分别心，被安立为极细微心识。

细微心气的行径一致，性质无二，「明境分」为识，「动摇

---

26 译者注：密学中说的八十分别心中，亦可分为量学中说非分别心及量学中说的分别心两种。

分」为气。迦湿弥罗学者拉卡世米（lakṣmī ལམ་གླི་ལོ་མོ་）所著作的《五次第论疏》（རིམ་པ་ལྔ་འཇཉག་ལ་གྲགས།）中说，譬如明眼瘸子及双足瞎子一者帮助另一者，方能抵达目的地般，令心趋行至境是由识的坐骑气；「能见到境」是由识的作用。如上册已说，这两者永远不可能分离。《五次第》云：

「说心三种相：见以及见增，  
同样及见得。」<sup>27</sup>

见增得三者中，「见」的性质是什么呢？尔的现起时间为动摇遍分别心至遍分别心融入之间；尔之所见内相为，如秋天清澈的天空遍布了月光般，所见一片白色，除此外不现其他粗分二相，这种意识为见。见的词义：动摇遍分别心之气融入后，所见如同月光，故称为「见」。此见又被称为「空」，因为远离八十遍分别心及其气之缘故。提婆圣者的《摄行炬论》云：

---

27 德格版，论，续释，卷，第二次第，第31句偈颂文，49正页；对勘本版，书号18，139页。汉译大藏经内并无此译。



「云何见之性相？谓其性无有所见、无有身语。有如月轮之光照遍离染秋天天空，依自性故，于明显所见，缘取一切事物，故称为『见』，此为胜义菩提心，为智之见初空。」<sup>28</sup>

见增智<sup>29</sup>的性质：尔的现起时间为动摇遍分别心至遍分别心融入之间；尔之所见内相为，如秋天清澈的天空遍布了日光般，所见一片红色，除此外不现其他粗分二相，这种意识为见增。见增的词义：如同日光般，所见极为明显，故称为「见增」。此增又被称为「极空」，因为远离见及其气的缘故。《摄行炬论》也云：

「云何见增之性相？谓远离所持能持，其性无所见、无有身语。有如秋时日轮之光照遍，极为明显，其性无有污垢，且缘取一切事物，为第二普贤菩提心。」<sup>30</sup>

---

28 德格版，论，续释， $\text{ᑦ}1$ 卷，第四品，77背页；对勘本版，书号18，212页。汉译大藏经内并无此译。

29 译者注：「增」的异名。

30 德格版，论，续释， $\text{ᑦ}1$ 卷，第四品，77背页；对勘本版，书号18，212页。汉译大藏经内并无此译。

得智性质：尔的现起时间为动摇遍分别心至遍分别心融入之间；尔之所见内相为，如秋天清澈的天空遍布了昼夜交界的浓密黑闇般，所见一片黑色，除此外不现其他粗分二相，这种意识为得。尔的词义：如同昼夜交界的黑闇般，所见极不明显，与光接近，故称「近得」。此见又被称为「大空」，因为远离增及其气的缘故。因为不明显的缘故，又被称为「无明」实为「近得」的异名。《摄行炬论》也云：

「云何见得？如虚空性，无有事物，亦无色体身语。又如遍降昼夜交界之黑闇，细微无我，无有命勤流动，无心无动。依语种子、言为『成就诸门』者，系见得无明性相，亦是『大空』，说为第三识。」<sup>31</sup>

得黑道现起的时候，由于气的遮止力变为强大的缘故，对于境的所见，诚如秋天清澈的天空遍布了昼夜交界的浓密黑闇般，现起黑相。此时，心的前段虽仍有念，因逐渐衰退具境的念力，转为无念。

---

31 德格版，论，续释， $\text{E}1$ 卷，第四品，78正页；对勘本版，书号18，213页。汉译大藏经内并无此译。



有关最细微的俱生原始心识，诚如提婆圣者的《加持自我次第论》（བདག་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་པའི་རིམ་པ།）云：

「地融入于水，水融入于火，  
火住微明点，气亦融入心，  
由心所心转，心所入无明，  
后成光明空，三有皆消失。」<sup>32</sup>

光明之因——得智及其坐骑气——融入后，现起光明的同时，也是近得的后段无念消失之际，丝毫没有粗分二相。如同秋天清澈的天空远离其三能染——日、月、闇——后，呈现清晨天空的本色般，所见极为清晰。由尔坐骑俱生原始之气所成的基时意识，正是基时最细微俱生原始心识的性质。此心俱有产生所有功德、一切过失的潜能。无始以来，此心随众生相续，未曾间断任何一刹那，于本性中无有染垢。一切染垢皆从非理作意所生，系暂时性故，此心能够远离其染垢。这个俱生原始的心识就是基时的最细微心识。

---

32 德格版，论，续释，<sup>1</sup>卷，第20-21句偈颂文，112背页；对勘本版，书号18，308页。汉译大藏经内并无此译。

这种极细微的俱生原始心识以及其坐骑——与俱生原始心识性质无二——的极细微俱生原始之气，这两者极为细微、无二性质的气心称为「俱生原始的身心」，俱生原始心识的坐骑气称为「持命气」。一般持命气又分粗细两者，俱生原始心识的坐骑气为细微持命气。

最细微心识所依的持命气入住胸部，以人而言，位于两胸的正中间且接近脊椎。中脉被左右二脉所系，其结有上下二者，二结中间为不坏明点的所在处，此处称为「胸部」。粗分持命气在基时从鼻孔出入，虽住胸部脉轮之中，但并未入住前述胸部脉结独帝里面。细微持命气与光明心识性质无二，光明心识的坐骑——极细微的不坏之气，绽放五种光芒，并处于极细微的胸部脉轮之中央，也是脉结的独帝里面。《密集讲续——四天女问经》（འདུས་པའི་བཤད་རྒྱུད་ལྷ་མོ་བཞིས་ཀྱིས་པ།）云：

「仅半量微胜，意物明点色，  
常住心中间，绽放大光芒。」<sup>33</sup>

---

33 德格版，经，续释，31卷，第一品，第18句偈颂文，278正页；对勘本版，书号81，949页。汉译大藏经内并无此译。



因为极细微持命气的缘故，所以能令其他气随著融入，住入尔气的俱生自源处。

#### 乙四、心气融入过程与死亡过程

如何令粗识融入转为细微？又如何从细识生起粗识的呢？

有关前者，根据吉祥时轮之宗，俱有六界之人类在死亡时，四大界依序融入。首先，水界令火界衰退后，地界融入水界，并且消失不见。此后，水界亦被风界干枯后，风界逐渐融入空界，消失不见。此时，中脉脉结自己打开，左右二脉之气停止流动，并入住、融于中脉，骤然停止一切见境之分别心，自性光明的心识远离一切戏论，自然呈现虚空般的行相，这称为「现起死亡光明」。《成时轮法品大疏》（*དུས་འཁོར་སྐབས་ཐབས་ལའདྲི་འགྲེལ་ཚེན།*）云：

「言『由水』等，谓此人世间从胎生者，死时水令火相衰退。此故，由此三摩地力，水令火相衰退，此为初者。此时，勤戒者应勤色身中央。从外无火故，地不再坚硬，如同盐巴般，融化于水，注入水中。此后，风令诸水干枯，于虚空中不见。如是疾衰界聚相后，心为火边及闇边，远离诸虚

空界相、诸色境相，于中地安置阿赖耶识。」<sup>34</sup>

此中的「阿赖耶识」指的是光明心识。「心为火边及闇边」的「闇」谓死时之得，「火」谓得后所现死亡光明。经论说，凡夫虽会体验死亡光明，却不能够记住光明。又说，凡夫根识现起的时候，所现根识皆为粗分，根识停止乃至动摇遍分别心之气未融入之间的心识为细微，遍分别心之气融入乃至见三坐骑之气未融入之间的心为极细微，见三坐骑气融入之心识为最细微，亦是光明现起之时。

一般无上咒乘认为，胎生六界的人类，在依循次第死亡的时候，粗识所依的四大等将会逐渐融入。哪部经论谈及粗识的融入次第，以及何为外相、内相的显现呢？《密集后续》（གསལ་འདུས་རྒྱུད་ཤྲི་མ།）云：

「相界具五相，金刚菩提说。

初者似阳焰，次者犹如烟，

三似萤火相，四者如灯火，

---

34 德格版，论，续释，51卷，第一品，32背页；对勘本版，书号6，757页。汉译大藏经内并无此译。



五为恒常现，无云之天空，  
坚固金刚道，欢喜虚空界。」<sup>35</sup>

什么是融入次第呢？

色蕴开始进入融入次第的时候，地界作为意识所依的能力逐渐变弱，地界能力衰退的同时，水界作为意识所依的能力逐渐明显。这种过程称为「地界融入于水界」，并非地界转为水界的性质，火风融入的内容也是如此。

此时，外相为手足变细、驼背行走、失去光泽，「身体将要融入地下」的感觉、双目不明等。如同密集金刚续典所说般，此时在内相中会现起阳焰相。龙觉阿闍黎的《菩提安立次第论》云：

「应当精通色蕴从此入住光明的征兆。咸肢变细，身体衰败无力。融入似明镜智时，出现眼翳。停止地界时，身体遍枯。停止眼根时，双目变化、将会闭眼。停止色境时，身体

---

35 德格版，经，续，31卷，154背页；对勘本版，书号81，599页。汉译大藏经内并无此译。

衰退、无有光泽。」<sup>36</sup>

色蕴之后，受蕴进入融入状态。此时，水界作为意识所依的能力逐渐变弱的缘故，火界的能力变得越加明显。其外相为，身体水分变枯，如口干、眼内水分微度干枯、眼睛动晃的能力变弱等。根据密集金刚续典，其内相为现起烟相。龙觉阿闍黎的《菩提安立次第论》云：

「受蕴融入时，集合风疾、胆疾、涎疾等，令身受失去感受。融入平等智时，无法忆念意受三相。水界融入时，自身体内的口水、血液、精液等皆为干枯。耳根融入时，外内声音皆听不能。声境融入时，自身不能听声。」<sup>37</sup>

受蕴之后，想蕴进入融入状态。此时，火界作为意识所依的能力逐渐变弱，风界的能力变得越加明显强大。其外相为，体温收摄，

---

36 德格版，论，续释， $\text{ᑖ}$ 卷，第四品，130正页；对勘本版，书号18，358页。汉译大藏经内并无此译。

37 德格版，论，续释， $\text{ᑖ}$ 卷，第四品，130正页；对勘本版，书号18，359页。汉译大藏经内并无此译。



与体温有关的感受消失，哪怕是自己的亲友也记不起，衰退记忆。根据密集金刚续典，其内相为萤火虫或散开的火花相。《菩提安立次第论》云：

「想蕴融入时，无法忆念二足众生。妙智融入时，连父母子女等人的名称也不能记得。火界融入时，诸食不能消化。鼻根融入时，上风向上窜升。香境融入时，无法闻到自身之香。」<sup>38</sup>

想蕴之后，行蕴进入融入状态。此时，风界作为意识所依的能力逐渐变弱。其外相为停止呼吸。其内相为灯火亮起相。萤火虫相变得更细微时，只会现起一片微红相。此时，心脏不再跳动，呼吸将会停止，这种情况被普遍认定为死亡。《菩提安立次第论》云：

「行蕴融入时，诸身作业不再运作。成业智融入时，不能忆念世间作用及目的。风界融入时，持命等十气从己处移动。舌根融入时，舌头变粗、变短，以及舌根变青。味体融入

---

38 德格版，论，续释， $\text{卷}1$ ，第四品，130背页；对勘本版，书号18，359页。汉译大藏经内并无此译。

时，六味衰退，失去味觉。」<sup>39</sup>

行蕴之后，粗识融入微识的次第又是什么呢？八十自性分别心及其坐骑气融入之后，首先现起称为「空」的见，此时的所见为「类似月光照映无云天空般」的影像。见融入后，现起称为「极空」的见增，此时的所见为「类似日光照映清澈天空般」的红色或红黄影像。见增融入后，现起称为「大空」的见得，此时的所见为「类似清澈天空被昼夜交界的黑闇笼罩般」的黑色影像，衰失记忆。在无有记忆、一片漆黑之后，现起称为「遍空」的光明，此时所见为「远离令使天空变色的月光、日光、黑相之后，有如清晨清澈天空」的影像，此为真正的「光明」。

典籍中的「气融入于识」是指，令自性分别心直接动摇的气流——成为心识坐骑——的能力停止后，此分别心能力转为见的坐骑气，才做「气融入见」的解说，并非所有气都要融入。仅剩俱生微气作为意识之所依，且粗分气流不能作为意识所依，在四大融入之

---

39 德格版，论，续释， $\text{ᄇ}$ 卷，第四品，130背页；对勘本版，书号18，359页。汉译大藏经内并无此译。



时，正是心气融入于见、见融入于增、增融入于得、得融入于遍空光明之际。

关于第二个问题，粗识如何由微识现起呢？诚如《密集讲续——集遍智慧金刚》（གསང་བ་འདུས་པའི་མཁའ་རྒྱུད་ཡེ་ཤེས་རྗོངས་ཀྱི་ཀུན་ལས་བརྟམ་པ།）云：

「从光明所生之识称为『心』、『意』、『识』。此为诸法根本，由此生出污染烦恼分别心，以及清净性分别心两者。由此有我、他、尔识之坐骑气。由风生火、由火生水、由水生地，由尔等生五蕴、六处、五境等，皆与心气混合。此后，随著觉受三识性之极为明显之相，依见因力，生起清净性。」<sup>40</sup>

气从光明中稍微动摇，一开始现起得，之后增、之后见；从灯火相至阳焰相之间，产生返回次第的四相。虽然结生于胎后，四大立即存在，但随著粗分四大作为意识所依的缘故，先从风、火、水、地，依序生起，再生色蕴、眼等六处。

---

40 德格版，经，续，31卷，282背页；对勘本版，书号81，963页。汉译大藏经内并无此译。

根据时轮典籍的观点，胎生六界的人身是如何形成的呢？由父母交媾所形成的精血混体的中间，入住著结束中阴、极细微意识的光明，又被称为「阿赖耶」。由如是精血识三者的胎中混体，产生了有情的身体。这种胎中精血识三者的混体被母胎的地界所持、被母胎的水界所摄、被母胎的火界所熟、被母胎的风界所增。母胎的空界——母胎的空分，给予令此混体成长的机会。因这种精血识三者混合聚体的地界令其体变得坚硬、由水界变得滋润、由火界变得成熟、由风界——将来能够转为十气的种子——身体变得茁壮，以及由空界给予令此肉体长大的空间。

上述在谈及时轮观点以前的内容，主要是以续王密集金刚的观点为主，进而说明基时死亡次第如何形成、如何从粗到细，又如何从细现粗。这种说法不只针对轮回生死，且在昼夜三时——醒时、梦时、熟睡时——也会有粗识转为微识的过程。就连凡夫意识的一刹那内，也可以分三个时段：空时如睡时、快要现起意识之时如梦时，以及现起意识之时如醒时。

在基时，之所以存在完全脱离声音、分别心、粗分的境识二相所污染的俱生原始之光明心，诚如佛智足（Buddhajñānapādaམངས་རྒྱས་ཡི་ཤེས་ལེན་པ།）的《二次第真如修》（རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་དེ་ཉིད་བསྐྱོན་པ།）云：



「法身极喜等虚空，死亡昏倒及熟睡，  
哈欠交媾刹那间，将有觉受若极观……」<sup>41</sup>

论说，凡夫在死亡、昏倒、熟睡、哈欠的时候，以及交媾感受遗漏所生安乐时，都会自然现起短暂、仅存刹那间的「类似俱生原始光明」的心识。

---

41 德格版，论，续释，<sup>81</sup>卷，15正页；对勘本版，书号21，861页。汉译大藏经内并无此译。



第十品 ·  
心如何趋入境



## 甲一、所现境与所趋境等心之境之论述

前已谈及具境心的论述，现在要解说的是心如何趋入境。

境的性质为：心的所明。心的境分四：一、所现境。二、所取境。三、所耽境。四、所趋境。所现境与所取境同义，而且所有心识都有这两种境。无分别识<sup>1</sup>的所现境及所取境为：某个无分别识透过明显现起某法的行相后，将该行相转为斯识之境。分别识的所现境及所取境为：某个分别识现起已境时，斯分别识的直接境之行相，也就是前述「声义论」中的影像。分别识的直接境本身虽是非实物，但根据古老量学的某些专家观点，有为法也可以成为分别识的直接境，这两种说法并不矛盾。<sup>2</sup>总之，应当分辨分别识的所现境与直接境之间的差异。

所耽境为：执尔分别识的耽执境，或是某士夫的耽执境。又分

- 
- 1 译者注：无分别识与无分别心同义，同理，分别识与分别心同义。在此的分别与无分别主要以量学论为主，此论中的分别心与咒乘的分别心不同。咒乘分别心与意识的粗细层次有关，但量学的分别或无分别主要以「是否混合声总或义总」而去区分。
  - 2 译者注：诚如摄类学的基本常识「所知是常，但所知不一定是常」般，分别心的直接境本身并非实物，但该直接境不一定非实物。

两种：一、分别识的所耽境。二、士夫的所耽境。前者如「执瓶为瓶的分别心之境」；后者如「士夫的耽执之境」。所耽与真相吻合的顺谛识——如执声为无常的分别识等——才会有所耽境，除此外，所耽与真相不吻合的非顺谛识——如执声为常的分别识——是没有所耽境的。分别识的所耽境与所趋境同义。无分别识因为不耽执「彼为彼」，故不安置无分别识的所耽境。

所趋境存在于顺谛识及补特伽罗之中。瓶子是执瓶眼识以及执瓶分别识两者的所趋境。若主张能诠声也有所耽境及所趋境的话，能诠声的内容是能诠声的所耽境及所趋境。

问：诸识都有四境吗？有些识有四境，有些识有二境，有些有三境，各有不同。以执瓶分别识为例就有四境。执瓶分别识现起的「视瓶为瓶」的影像，是执瓶分别识的所现境及所取境；瓶子是执瓶分别识的所耽境及所趋境两者。执黄眼识只俱有三境，黄色就是执黄眼识的所现境、所取境，以及所趋境三者。以执兔角分别识为例，此识只有二境：执兔角分别识所现的兔角影像为斯分别识的所现境及所取境两者；兔角虽是斯分别识的所耽境及所趋境，但斯识的所耽境及所趋境并非于名言中存在。

此外，境又有所执境、直接境、间接境、所缘境等。瓶子是执瓶眼识及执瓶分别识的所执境；声无常是证声无常比量以及证声无常



现量的所执境。同理，声常是执声为常分别识的所执境；兔角是执兔角分别识的所执境。如同顺谛识所执取般，真相亦是如此，所以顺谛识的所执境是存在的。真相不如非顺谛识所执取般，所以非顺谛识的所执境是不存在的。

所谓「直接境与间接境」<sup>3</sup>指的是，某识会见到某境或现起某境的行相，尔境就是此识的直接境。虽是某识之境，但尔识却不见其境或不现其境行相，此境为彼识的间接境。譬如，执瓶分别识直接了知瓶子，却间接了知倒非瓶的缘故，瓶子为执瓶分别识的直接境，倒非瓶为执瓶分别识的间接境。同样地，证声无常的比量直接了知了声为无常后，间接了知声为非常的缘故，声无常是彼比量的直接境，声为非常是彼比量的间接境。

何谓「识的所缘境」呢？即是尔识的增减断除处，或尔识的增益处。增减断除处或增益处可根据当下的情况而安置。譬如，声是证声无常比量的增减断除处，也是执声为常的分别识的增益处，声是彼二识的所缘。证声无常的比量，以及执声为常的分别识两者，尔二识

---

3 西藏量学中，萨迦班智达及其追随者们不主张心识间接境的论述。依据阿闍黎法胜，以及寂护父子等印度量学的大学者们，恰巴、窘丹日热，以及至尊宗喀巴父子等主张心识有间接境。

缘同个所缘后，在执取上却成正相违。

一般而言，某识是否证悟尔境，要看此识是否获得尔境的断除义<sup>4</sup>，又如将橛子钉入干地般，于境坚定的心识才能了知其境；心识若像将橛子钉入泥地般不坚定，是无法了知其境的。

识是如何了知境的呢？眼识了知位于前方的瓶子为「现识证悟」；从远处现见山中有烟，进而了知有火的为「因相证悟」或「比度证悟」。

## 甲二、根识是否具相的争论

毘婆沙宗主张，眼识执取青黄等时，不需经由青黄行相，就能「无相」执取赤裸青黄。经部以上主张，心识现起青黄的行相，进而观见青黄。毘婆沙宗认为，境色法<sup>5</sup>等会映现于色根，但因心识并非色法，不可能现起色法的影像，所以主张心识不会现起青黄等境的行相。主张心识为具相者的宗派之间，有两种不同说法：一、根识所

---

4 译者注：断除义指的是断除对某个内容的增益执及减损执，不偏不倚地了知境义。

5 译者注：既是色法也是境，故称「境色法」。



现境相虽是识的影像，但非为识。二、此相因为是识的「所取相」（གཟུང་རྒྱུ་ལ།），所以应系心识。

某些主张根识系具相者<sup>6</sup>认为，于根识所现的境相称为「所取相」。以执色眼识为例，此识可分两部分：一、现起外在色法的部分。二、觉受尔性唯明唯观的部分。前者称为眼识的「所取相」，这与执色眼识以及于执色眼识所现的色法行相没有差异，所以眼识的所取相就是眼识。「于眼识现起行相」是指，由尔因力令尔成为境相，却不现起非尔的余相。第二眼识明观觉受的部分，称为「眼识能取相」（འཛིན་རྒྱུ་ལ།）。主张「自证分」者认为，「眼识能取相」与「觉受眼识的自证现识」无有差异。

虽然毘婆沙部与经部共同认为，所谓「执青眼识的所取相」中的「所取」是指青色，其中的「相」是指执青眼识成为「俱有所取青色的影像者」，然而经部又说，之所以眼识成为具色相者，是因为由尔因——外在色法——所生的缘故，这种说法与唯识的「由习气

---

6 译者注：并非指向所有主张「根识为具相者」的论师，只是某些主张此论的学者们。否则将与之前论述矛盾。上一段刚说：「主张心识为具相者的宗派之间，有两种不同说法：一、根识所现境相虽是识的影像，但非为识。二、此相因为是识的『所取相』，所以应系心识。」

力，令识成为具相者」的主张不同。

主张有外境者认为，如同在纸上盖印的时候，映现在纸上的图腾是从印章所给予般，执青眼识见到青色的时候，所现的似青影像也是由青色所给予的。如果这种「类似影像」并非由外境所给予的影像，如此一来，在没有青色的地方也能会有执青眼识，将会存在如是过患。不主张外境存在者的学者们认为，眼识所现起的类似青色影像并非由青色所给予，是由心续习气成熟所现的影像，如梦中见到青色般。

根据毘婆沙宗，具足所依的色根赤裸地见到色等时<sup>7</sup>，境与识之间不需要所谓的「中间连结之相」，所以根识不见其境<sup>8</sup>。具足所依色根看到瓶子的时候，所见的自相瓶子就位于瓶子之处，并赤裸见到，此时，眼识会去执取色法或知道色法，所以区别了眼识的所见与所知两者。

---

7 译者注：「具足所依眼根」谓正在看某物时的眼根。眼根看到色法时，并非透过其他因缘看到色法，而是直接将色法的最真实行相透澈看见，这种说法为「赤裸地见到色法」。

8 译者注：此宗认为，眼根见到色法，但眼识不见色法，可是眼识了知色法。



经部没有区分所见与所知，正所谓「知色行相，故见色」，所以主张所见与所知并无不同。毘婆沙派反驳，果真如同经部所言，光是眼识就能见到色法的话，意识不被遮挡故，哪怕中间有墙壁等阻隔，也应能够见到色法，将会存在如是过患。《阿毘达磨俱舍论》云：

「眼见色同分，非彼能依识，  
传说不能观，被障诸色故。」<sup>9</sup>

如同前述毘婆沙宗的观点，《阿毘达磨俱舍论释——明义论》也云：

「按你而言，说识无有遮止的缘故，若从有遮仍生心识，则不能成。故眼睛见色，识却不能。」<sup>10</sup>

---

9 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第一品，第42句偈颂文，3背页；对勘本版，书号79，7页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.10c.6）。

10 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第一品，74背页；对勘本版，书号80，177页。汉译大藏经内并无此译。

毘婆沙宗又说，眼识不能见到细微尘及其聚集，而且眼识也不能知道个个细微尘，但眼识却能直接知道积累细微尘的和合作体。像是从远处见到头发、沙子等时，虽未见到个个单位，却能直接看到累积众多的和合作体。祇多梨阿闍黎的《善逝教典分别论》（བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གཞུང་རྣམ་པར་འབྱེད་པ།）云：

「从根所生识，现识知微聚，  
学者许此为，迦湿弥罗论。」<sup>11</sup>

祇多梨阿闍黎的《善逝教典分别论疏》（བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གཞུང་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བཅའ་པ།）又云：

「诚如经部等主张『具相心识为具境义者』，彼等如是承许？或虽反对，却许由根生识的现识慧不能俱有境相，如论言『无相根生识，直知微尘聚，根……』，故境之似相介于中间，并非施设，而是直知微尘所积蕴体。此言与他人『（直知）具支者』的主张不同，因为极微尘等不能被色根所见。既然如此，

11 德格版，论，中观，31卷，第2句偈颂文，7背页；对勘本版，书号63，884页。汉译大藏经内并无此译。



请问，（现识）如何能够见境等？个个微尘不能被色根所见，但与境的种类相同的同俱他相却是唯一的色根行境。虽然个个微尘不能得见，不代表绝对不能见到微尘聚体，又如远处不能听到分散声音，却可缘取声音总相。」<sup>12</sup>

毘婆沙宗主张，根识知境的时候，境识之间不会有相的介入，识不需经过某相方能直知裸境。经部等主张，根识为具相者。由根识所引的心识等，若能具相，更能容易知境，依据此义，成立根识具相。又说，根识知境的时候，必须具相知境，若无具相就能明显知境，将会存在「其境将成明性」的过患。

主张具相者是如何解说心识具相知境的呢？有如看见染色的纯净玻璃时，虽然同时见到颜色及玻璃两者，但玻璃是以自身的方式呈现，而颜色是以影像的方式呈现，令识知境，所以根识会不断地现起似境之相。经部等承许具相者共同认为，根识会经由（类似色声的）影像见到色声。「眼识现起境相」是指眼识成为了此境及此境相的俱有者，而且，于眼识现起的境相并非有别于眼识。菩提心要阿闍黎

---

12 德格版，论，中观，四卷，38背页；对勘本版，书号63，961页。汉译大藏经内并无此译。

(བྱང་ལྷན་སྣོད་པོ།) 的《智要总集本释》(ཡི་ཤེས་སྣོད་པོ་ཀློན་ལས་བདུས་ཀྱི་ལའང་སྣང།) 云：

「经部论师等主张，士夫见染色清净玻璃时，眼睛现识将持玻璃及颜色两者。以影像门持取颜色，故士夫持取二所取。此现识之相仅属识相。又说，若无心识所见颜色形状之依据处，将不成微尘聚、成不触性，故言二所取。」<sup>13</sup>

如果经部论师主张心识为具相者的话，这与唯识论师的主张又有何不同呢？在否定心识无相及成立心识具相的立场上，经部及唯识两者都持有相同的观点，然而，与心识性质别异的微尘积聚色法是否存在的论述上，却持有不同说法。《智要总集本释》云：

「若识具相，此时，与瑜伽行有何差异？此差异为有无聚色。意识衰退时，承许存在微尘聚色。」<sup>14</sup>

根据承许外境的宗义，青色与持青眼识两者皆属质体异。青色

---

13 德格版，论，中观，第卷，42正页；对勘本版，书号57，891页。汉译大藏经内并无此译。

14 德格版，论，中观，第卷，42背页；对勘本版，书号57，892页。汉译大藏经内并无此译。



为因，「由青所起、属心识性的类似青色影像」为果，因为俱有类似青色影像，故称「见青」，见青的意思也是如此。光是这样，就足以成立感受青色的说法。寂护阿闍黎的《中观庄严论》云：

「许识具相方，此二直别异，  
彼似影像故，仅观立觉受。」<sup>15</sup>

《中观庄严论》又云：

「若谁不承许，境相所生识，  
于彼知外境，此相亦不在。」<sup>16</sup>

凡是承许外境，就必须认可「由外境义相所生的根识」；若不承许外境，则不存在「明显见到某者等同明显见到外境的似相」。虽自傲成立「了知外境」的论述，但外境义相是无法被安置的。寂护阿

---

15 德格版，论，中观，<sup>81</sup>卷，第19句偈颂文，53背页；对勘本版，书号62，897页。汉译大藏经内并无此译。

16 德格版，论，中观，<sup>81</sup>卷，第20句偈颂文，53背页；对勘本版，书号62，897页。汉译大藏经内并无此译。

闍黎本身为随瑜伽行中观师，在如何安置名言的论述上与唯识相同，故做此说，应当了知。

### 甲三、对于相的显现，能取所取等数的争论

如前已述，根识知境的时候，根识会以具相知境。对此论述，有人反驳道，看到各式颜色的图案时，有多少颜色就会产生多少行相，否则就不能算是类似境的行相，就无法如实了知其境。又说，因为心识与行相性质无有别异，所以有多少行相就该有多少心识，做此反驳。

其回覆有三，细节将在《佛法宗义总集》中说明。一、能取同数——当识现起各式境相时，也会生起相同数目的心识，有做此承许者。二、半卵对开——单一心识只会现起单一境相，有做此承许者。三、种种无二——单一心识可以现起各式境相，有做此承许者。

大多数的唯识论师及中观论师承许种种无二的论述，也就是单一心识现起各式境相。他们主张，不需要两个以上的眼识才能看到花纹的各种颜色，只靠单一执取花纹的眼识，就能同时执取各种颜色。



## 甲四、遮遣趋入及成立趋入的论述

为了能够了解心如何趋入境，就要了解「以遮遣门趋入境」及「以成立或事物门趋入境」两者及其之间的差异，这极为重要，在此略做说明。

以遮遣门趋入境的分别识，俱有几项特征：一、因的特征——并非是以位于前方的境（如外在境）作为所缘缘后而生，而是来自内在心识的串习及习气所生。二、境的特征——并非依赖个别自相义作为所现境，而是由义总或分别所造之法作为所现境。三、作用的特征——混合境、时、性质而见其境、趋入其境。俱有上述特征的心识称为「遮遣趋入」。

以遮遣趋入之理：譬如，执瓶分别识见到瓶子的时候，不会见到与瓶子的境、时、性质为一的所作性及无常等诸法，却只会从尔法中见到单一的法。以瓶子为例，瓶子的特征如：是无常、是所作性、是人为所造等，存在著不可计数的特征。然而，执瓶分别心趋入瓶子的时候，只会遮遣瓶属非瓶而趋入，不会遮遣瓶属常、瓶属无作性等，而趋入瓶属无常、瓶属所作性等境。所以，这种心识趋入其境的时候，会以遮遣的方式或是区分境的特征后而趋入。这道理在量学大阿闍黎吉祥法称所著的《释量论自释》中非常明显地说到。此论云：

「『比量亦缘法，决定一法时，应缘一切法，遮遣无此过。』（他宗）现识见何法时，不需被余量所趋入，不仅如此，比度亦以成立门了知事物，却非以遮遣门了知。（自宗）尔时，了知一法时，与此法无别异之诸法皆可了知，将成不被余量所趋入<sup>17</sup>，因为若决定有法，与有法性质为一之法不被决定，实不应理。此故，比度遮遣增益执时，仅遮遣单一增益执，并非遮遣其余，故被他（量）所趋入。（他宗反问）若能决定未知之前，必须先有颠倒执，非耶？（他宗举出不一定之例）譬如依暂时性因——由烟知火为例，不可能存在非火增益。此故，不应遮遣诸法。（自宗）如前已言，若有法，与彼无有别异故，将知诸法。然而，若别异、无有相属，则不能知。于彼（暂时因）之例，虽已见烟，然不决定尔性（是否有火）又是为何？仅是因为颠倒执。此人远离『彼处有火』的执取、决定彼处为无（火处）性，如何不是颠倒？远离增益及怀疑者，不需为了证悟（有无火）而后

---

17 译者注：正量了知声音本身的同时，如果与声音性质为一的无常都能同时了解的话，就不需要其他正量趋入余境，如声为无常等。因为光是了知声音的正量就能了知声音是无常，就不需要以正因去推理声音是否无常，进而生起认知声为无常的比量了。



随（比度）证悟，也不需崇敬随转随遮。『故如是说因，是遮遣有境。余则有法成，余有何不成？』<sup>18</sup>

此论又云：

「此复，依声与因遮遣而证，却非依成立事物之本性。如何能知？因有余量及余声趋入……」<sup>19</sup>

以离分别根现识为例，就像执瓶眼识看到瓶子的同时，一定会看到与瓶子境、时、性质为一的所作性及无常等诸法。之所以会有如此的看法，因为无关「瓶子」的声音，或是作意「此为瓶子」，而是因为此识相遇了其所缘境瓶子，且所缘境呈现其相给予该根识的缘故。此故，成立趋入识等，不会混合其他境、时、性质等，个别自相境上有什么，就会看到什么，只会以这种方式趋入于境。《释量论》云：

---

18 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，275背页；对勘本版，书号97，934页。汉译大藏经内并无此译。

19 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，275正页；对勘本版，书号97，932页。汉译大藏经内并无此译。

「义自性是一，体性是现事，  
有何未见分，为余量所观。」<sup>20</sup>

上述的说法是以现识为主。

此外，如同在之前阐述分别与离分别差异时已论及般，无论任何一种心识趋入境时，若会区分其境的种类或整体、功德或特征、异或非异、境或时等差别而趋入其境，皆系以遮遣趋入。吉祥月称的《显句论》也云：

「为能显示五根识等皆为愚蠢故……」<sup>21</sup>

论说根识为愚性，相比较起来，分别识较为聪明，说其差异。

「以遮遣门趋入」与「区分境的特征后趋入」意思相同。譬如，执取树木的分别识趋入树木时，去除了树木的其他特征，如树木为无常、所作性等，仅趋入的唯一境就是树木返体<sup>22</sup>。当心缘念瓶

20 德格版，论，量，3卷，自义品，第43句偈颂文，96正页；对勘本版，书号97，473页。  
汉译来源：法尊法师译《释量论》。

21 德格版，论，中观，1卷，第一品，25背页；对勘本版，书号60，59页。汉译大藏经内并无此译。

22 译者注：树木返体指的是树木本身。



子的时候，会觉得由一个心识在同个时间内见到并执取了瓶口、瓶底、瓶腹等，这是因为心识趋入的速度很快的缘故。可是，仔细检视自己的分别心如何趋入境时，会发现执取「此是瓶口」的时候，并不执取「此是瓶底」或「此是瓶腹」；执取「此是瓶底」的时候，只会执取单一的境，并不会去执取其他。当心意念「此为聚支瓶子的总相」时，并非执取各个支分为何，这是很明显的。总之，分别心趋入境时，并非由境事物之力呈现其相令识趋入，而是心识去朝向境的本身，寻找某个点后再来趋入，这个已寻获的点或心识缘念的法才是趋入的对象，除此外，不会趋入其他法。《释量论》云：

「 尽其增益分，为遣除彼故，  
其决定与声，亦唯有尔许，  
彼等境有异。」<sup>23</sup>

相反地，离分别识等不会区分境的特征而趋入。一般而言，像是镜子映现影像般，离分别心趋入境时，只是从境呈现其相后，从而趋入，并非从识去朝向境后执取或检视而趋入。无论趋入任何境时，

---

23 德格版，论，量，第31卷，自义品，第50句偈颂文，96背页；对勘本版，书号97，474页。  
汉译来源：法尊法师译《释量论》。

但凡此境的所有可见特征或功德都得成为趋入的对象，故说「不会区分境的特征而趋入」。《释量论》云：

「故由见于法，见一切功德。」<sup>24</sup>

此外，「随声力趋入」（བརྒྱ་དབང་གིས་འཕྲུག་པ།）也被安立为遮遣趋入。在量学中出现多次有关「声」的词汇，如，名声两者中的声、将声结合于某义、随声力趋入境等诸多论述。遮他论中的「分别心随声力趋入」的意思是，透过声义为声总，识朝向境而趋入之识系遮遣趋入，反之，随境相呈现之力令识趋入之识系成立趋入。

遮遣趋入的性质：区分境的特征后趋入。此又分声及识两者。遮遣趋入之声：所有的能诠声。遮遣趋入之识：所有的分别心。至于有没有遮遣趋入之补特伽罗则有两类说法。遮遣趋入之识与分别心同义。

成立趋入的性质：不区分境的特征后趋入。成立趋入之识：所有的离分别识。成立趋入之识与离分别识同义。

---

24 德格版，论，量，3卷，自义品，第45句偈颂文，96背页；对勘本版，书号97，473页。  
汉译来源：法尊法师译《释量论》。



总之，声与分别心皆属遮遣趋入、遮他趋入、随欲力趋入、随声力趋入、随义总力趋入、区分境的特征后趋入等，上述所说皆系同义。同样地，以成立门趋入其境、依成立相力趋入、依事物力趋入、不随声力趋入、明显见其境而趋入、不区分境的特征后趋入等，皆系同义。

执瓶现识会见到并趋入所有瓶上的所作性及无常等特征，但执瓶分别会去区分瓶上的特征，只会趋入「瓶为倒非瓶」的唯一特征；应当由此了知成立趋入及遮遣趋入的差异。《释量论》云：

「于所见若知，是总义分别，  
不增益余分，除尔许行境。」<sup>25</sup>

此论（第一卷）又云：

「若谓诸言句，由事力而说，  
不依乐说欲……」<sup>26</sup>

25 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，自义品，第48句偈颂文，96背页；对勘本版，书号97，474页。  
汉译来源：法尊法师译《释量论》。

26 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，自义品，第65句偈颂文，96背页；对勘本版，书号97，475页。  
汉译来源：法尊法师译《释量论》。

因为佛教学者们说了声音及分别会以遮遣门趋入，从此也能了知许多与「声如何趋入境」相关的要义。就以「花白」为牛的例子而言，因为透过声音将「牛驼峰及垂胡肉等<sup>27</sup>结合体」介绍为「牛」的缘故，之后看到「黑俯首」<sup>28</sup>时自然会产生「这就是牛」的想法。外道胜论派谈及为何会产生这种想法的理由时，他们说，有个遍布「花白」及「黑俯首」的他共义（ལྷི་དོན་གཞན།），也就是所谓的「仅牛」。这个「仅牛」是种有别于「花白」及「黑俯首」的常法。

较于胜论派，佛教自宗并不这么认为，这种想法之所以产生是因为，缘取了「花白」及「黑俯首」后会自然发起「相似识」。「花白」及「黑俯首」两者俱有相同的牛的作用，所产生的效应也都相同，在这种基础之上介绍（何为）的缘故，事后看到另一方也能产生「这就是牛」的想法。

佛教的量学者们认为，仔细思考的话，所谓的「共义识」（ལྷི་དོན།）就是相似识。随著我等俱生的习气，当我们看到种类相同的法时，就会产生这种相似识。同样地，言「瓶子」的声音及其义——瓶子——

---

27 译者注：牛驼峰为牛背上突出的峰，垂胡肉为牛颈下的垂肉。

28 译者注：俯首而行的黑牛。



两者之间，并无任何境上的关联，只有由世间名言之力所建立的关联而已。所以，「声音诠释其义」是极度依赖著说者的欲说动机。

排他论及声境论，是佛教量学阿闍黎——陈那及法称——的巅峰宗见，更是古老印度哲学思想的无上伟业。该广泛内容将于《佛法宗义总集》中细说。

## 甲五、以心趋入境的过程为例说明七种心

接下来，将以补特伽罗观察境的方法为例，说明心识如何趋入其境。一般是依据「识如何趋入境之方法」将心识区分为七种类别，据说这是由恰巴阿闍黎——西藏的量学大学者——所创的分类法。

恰巴是如何将心识决定分为七种类别呢？

一般心识趋入境的方法分为两大类：一、未区别正相违法，从此置为一方而趋入，如：疑，像是怀疑可能是无常，也可能是常，所以不做区别。二、将别异者置为一方而趋入。后者又分两类：一、不相顺实况而趋入，如颠倒识。二、相顺实况而趋入。后者又分两类：一、不损害反方增益执著的情况下趋入其境，如见而不定。二、损害反方增益执著的情况下趋入其境。后者又分两类：一、趋入已知境，如已决识。二、趋入尚未得知之境。后者又分两类：一、明显看到自

相而损害增益执，如现识。二、不明显看到自相而损害增益执。后者又分两类：一、跟随正因，如比度。二、不跟随正因，如伺察识。以上，非量者有五识，量识有二；总计因「识如何趋入境」而分为七识<sup>29</sup>。

补特伽罗的心识趋入其境的顺序又是什么呢？首先，因为对实相的不了解，于内续中产生了增益及减损等颠倒识。此后，强烈执取一方的颠倒分别被「应成」所推翻，产生疑识。此后，思惟正因三相等理由去除疑识，生起伺察识。光是如此仍不能满足，还须再由妙观察慧反覆思惟的缘故，生起了比量，方能于所立之宗发起坚固决定。光是决定其义仍不能满足，还须长期串习，令其思惟转为自心习惯，方能发起如是串习心续的已决识。正因三相之所以能够成立，最终还得靠现识。不只如此，还得透过串习力，最终将正量所决定的内容远离义总，成为明见其义的现识。所以，现识中不仅只有明显见到其境的见而不定。以下依照上述粗略解说的顺序，对七识做进一步的论述<sup>30</sup>。

---

29 恰巴所著的《驱意闇量论》，页数7。

30 达赖喇嘛尊者说过，以这种方式介绍七识顺序会较为容易理解。



## 乙一、颠倒识

解说颠倒识。七识中，以补特伽罗如何了解隐蔽分的顺序而言，首先因为不了解实际境的情况，产生了俱有颠倒看法的非理作意。由这种作意加深了悦意及不悦意的增益执，产生了更为强烈的贪瞋。随著贪瞋，令身语意行仅仅相应恶作，让自他身陷入痛苦之中。所谓的「颠倒识」正是引发贪等烦恼，以及产生不欲痛苦的因及缘。为了能够遮挡痛苦等的初因识，首先得认清什么是对真相的不了解或颠倒执，再去遮挡，这点极为重要。

那么，什么是正确的心识，以及颠倒识或对真相的无知呢？这要看该识的背后有没有量为后盾、该识所执取的内容是否与实际情况相同。譬如，从远处看到有道很强的光，这道光虽是来自冰雪，却被执取为来自玻璃的时候，这种执取心识就是颠倒识。靠近去看的缘故，刚才的执取识瞬间瓦解，认知此光系冰雪之光，这种心识就是正确的心识。先前心识的执取被其后的心识所损害，由此区分量及非量的差异。《释量论》云：

「彼中何有量，彼于余能害。」<sup>31</sup>

慧心要阿阇黎（ཡེ་ཤེས་སྣོད་པོ།，八世纪左右）的《分别二谛文》（བཤེན་པ་གཉིས་རྣམ་པར་འབྲེད་པའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ།）云：

「若受量所害，量我成不坚。」<sup>32</sup>

颠倒识的性质：于尔之主境颠倒之识。如《入楞伽经》云：

「颠倒无所知。」<sup>33</sup>

颠倒指的是将有执取为无、将无执取为有、将非执取为是、将是执取为非的心识。颠倒识分为，颠倒分别以及颠倒离分别两者。执取半夜为白日的分别、执取兔角的分别、执取声为常法等，都是颠倒

---

31 德格版，论，量，31卷，利他品，第99句偈颂文，143正页；对勘本版，书号97，583页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

32 德格版，论，中观，31卷，第28句偈颂文，2背页；对勘本版，书号62，757页。汉译大藏经内并无此译。

33 德格版，经，经典，31卷，第六卷，254正页；对勘本版，书号49，654页。汉译来源：《入楞伽经》（T.16.672.609b.5）。



分别。见雪山为青的眼识、执取白螺为黄的根识、见月为二的根识、执取阳焰为水的眼识、见树木行走的根识等，皆是颠倒离分别。

## 乙二、疑识

解说疑识。以强烈一方偏执<sup>34</sup>——如执取声为常法——为例，透过检视这种颠倒执的境是否被量所害，或经他人以无误的应成推理声音应属无常，以及闻思诠释声为无常的典籍等，松弛「声音绝对是常法」的执取，产生了「声音可能是常」的不合义疑（ $\text{དོན་མི་འགྲུར་གྱི་ཐེ་ཚོས།}$ ）。再次仔细观察声为常的执取是否被量所害，产生了「声音也可能是常，也有可能是无常」的等分疑（ $\text{རྒྱུ་མཉམ་པའི་ཐེ་ཚོས།}$ ）。再次针对其义做了更深入详细的观察，加上其他人以正确的成立语推理等途径，产生了「声音应该无常」的合义疑（ $\text{དོན་འགྲུར་གྱི་ཐེ་ཚོས།}$ ）。

疑识的性质：依自力于尔境起犹豫二边之识。以声无常为例，「二边识」指的是「是无常」的一边，以及「不是无常」的第二边。《摄决择分》又云：

---

34 译者注：一方偏执为「执取错误单方」的颠倒执。

「疑者，犹豫二分不决定心所为性。」<sup>35</sup>

如上述，疑分三者：一、不合义疑，如念「声在常与无常之间，应该是常」的心所。二、等分疑，如念「声在常与无常之间，到底是哪个」的心所。三、合义疑，如念「声在常与无常之间，应该是无常」的心所。

### 乙三、伺察识

解说伺察识。为了让自续中的「声音应该为无常」的合义疑转为执取「声音绝对是无常」的心识，透过他人以正因推理，或是自己思惟等方法，产生「声音绝对是无常」的伺察识，执取「声音绝对是无常」。直至尚未发起正量决定之前，这种缘取声为无常的心识称为「伺察识」。上述内容主要是以「如何因理由产生缘取隐蔽分的伺察识」为主，而做此解说。

伺察识的性质：虽于尔之主要所趋法执取一方，却仍未获果

---

35 德格版，论，唯识，第1卷，第十一品，110正页；对勘本版，书号74，264页。汉译来源：《瑜伽师地论·摄决择分》（T.30.1579.622a.17）。



断义的耽执。因说「尔之主要所趋法」，断除了颠倒识及伺察识的同属。因说「执取一方」，断除了疑识与伺察识的同属。因说「耽执」，断除了现识与伺察识的同属。因说「未获果断义」，断除了比度与伺察识的同属。虽然在陈那阿闍黎及法称阿闍黎的教典中没有明显使用伺察识的词汇，但寂护阿闍黎的《真如集论》却云：

「他者从声生，知义故声生。  
 作故无作性，亦称信词句，  
 具境隐蔽分，故非为现识，  
 比度亦非是，远离此性相。」<sup>36</sup>

我等认为，此论的说法等同显示了伺察识。这段论文指出，数论派主张非现量，亦非比量的他者——「声生量」。自宗虽也认同有种执取隐蔽分的心识是从声音所生，但这并非是现量、比量其中一者，所以只能是伺察识。因为在某些西藏学者的大教典中，引用了上

---

36 德格版，论，量， $\text{ṅ}$ 卷，第二十三品观他量品，第3-4偈颂文，54背页；对勘本版，书号107，135页。汉译大藏经内并无此译。恰巴安置伺察识的论述，但被萨迦班智达的《量理宝藏》所驳斥。俄派的量学者们，以及宗喀巴父子的追随者们却主张伺察识的论述。

述引文作为伺察识的依据，故于此处引用相同引文。

伺察识又分五者：一、无理伺察识，如，什么理由都没有，却觉得「瓶子就是所作性」的伺察识。二、违理伺察识，如，以无作性的理由认为「瓶子就是所作性」的伺察识。三、理不定伺察识，如，以所量的理由认为「瓶子就是所作性」的伺察识。四、理不成立伺察识，如，以眼识所取的理由认为「声音就是所作性」的伺察识。五、有理却未确立伺察识，如，虽未决定声音是所作性，也未决定所作性一定是无常，但以所作性的理由认为「声音是无常」的伺察识。其中最后一项是指：以所作性的理由成立声为无常，这个理由虽是正因，但其正因所立士夫<sup>37</sup>却未决定声为所作性，也未决定所作性一定是无常，却发起了「声音是无常」的伺察识，故称「有理却未确立」。

此外，伺察识的另一种分法为：一、无理伺察识。二、理不定伺察识。三、依据似理的伺察识，共三者。

总之，生起了「蕴等无常」的闻所生慧，直至思所生慧尚未发起之前，此人相续中的缘取蕴等无常的闻所生慧，是种于其境真相的

---

37 译者注：在「他义因相」时，通常会有立因者，及安立该因时的对方两者，此谓后者。



一方执取，但尚未获得正量决定，这类的心识除了伺察识外，并非其他六识中的任何一者。

## 乙四、比度

解说比度。相续中存在缘取声为无常的伺察识之士夫，因为想要了知声音为无常，以正念、正知之门强烈观修的结果是，初次发起了证悟声为无常的思所生慧，这就是比度。这种比度正量最初依赖著执声耳现识，最终转为证悟声为无常的瑜伽现识。

比度的性质：依据尔因正理，于其所量隐蔽分无有欺诳之耽执。《集量论颂》云：

「（比量二）自义，三相因见义」<sup>38</sup>

见到理由、忆念相属之后，推理所立之宗，故称「比度」。<sup>39</sup>于所知为量的比度又可分三：一、事势比度（དངོས་སྣོན་ལས་རྗེས་དཔག་）。二、极

38 德格版，论，量，31卷，第二品，第1句偈颂文，4正页；对勘本版，书号97，8页。汉译来源：法尊法师译《集量论颂》。

39 译者注：比度的藏文直译为「后推」，故做此说。比度的中文词义：见到理由、忆念相属、举出比喻之后，于所立之宗的度量，故称「比度」。

成比度（གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག）。

三、信许比度（ཡིད་ཚེས་རྗེས་དཔག）。

事势比度的性质：透过事势正因，于尔境略隐蔽分无有欺诳的耽执。譬如，了知声为无常的比度。《释量论》云：

「比量自行境，说不待于教。」<sup>40</sup>

论说，事势比度不需依赖教言。

极成比度：透过极成正因，于尔境声生共称无有欺诳的耽执。譬如，了知「可以将怀兔称为月亮」<sup>41</sup>的比度。《释量论》云：

「以是离比量，名称异有境。」<sup>42</sup>

信许比度：透过信许正因，于尔境极隐蔽分无有欺诳的耽执。譬如，透过三察清净的教言因，了知尔之所量极隐蔽分的比度。《释量论》云：

---

40 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，利他品，第48句偈颂文，141正页；对勘本版，书号97，578页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

41 译者注：在藏文中，「怀兔」是月亮的异名之一。

42 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，利他品，第118句偈颂文，144正页；对勘本版，书号97，585页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



「可信语不欺，由总虽不现，  
无位故此觉，亦说为比量。」<sup>43</sup>

## 乙五、已决识

解说已决识。就以一位续中俱有证悟声为无常的比量之士夫为例，存于此人相续中，缘取声为无常正量的后刹那等，皆系已决识。

已决识的性质：引发尔的前量的已证、未忘之义，再次随著念力执取该境之识。《释量论》云：

「缘于已取故，不许彼世俗。」<sup>44</sup>

上段引文的词义是，不许世俗忆念的已决识为量，因为能引尔者的前量的所取已证未忘之义，由忆念力再次执取的缘故，此识系已决识，并非为量。

已决识又分为现识已决识与分别已决识两种。现识已决识共有两种，如执瓶眼识的第二刹那，为根现已决识；如他心通的第二刹

43 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，自义品，第214句偈颂文，102背页；对勘本版，书号97，488页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

44 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成量品，第3句偈颂文，107背页；对勘本版，书号97，500页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

那，为意现已决识。分别已决识也有两种：一、由现识引发的分别已决识，如，执青根识所引发的知青决定识。二、由比度引发的分别已决识，如，由了知瓶为无常的比量所引发的了知瓶无常的决定识。

先前所说「现识后刹那及比度后刹那等皆是已决识」，如阿阇黎法上的《决定量论疏》云：

「初者现识及比度后刹那，因决定具足能力引发作用者事物的续流，令所趋境能发起作用。此故，比续流之成住无异后者等，皆断为量。」<sup>45</sup>

## 乙六、现识

解说现识。以一位相续中俱有证悟声为无常的已决识之士夫为例，经由反覆伺察「声为无常」，由此串习，依序修习九住心等，最终远离声为无常的义总，产生明显证悟声为无常的现量，此为四种现

---

45 德格版，论，量，卷，第一品，9背页；对勘本版，书号104，779页。汉译大藏经内并无此译。在西藏的量学家中，萨迦班智达主张，现识定属量，因为在《量理宝藏·现识品》中说：「无谬故为量。」谓无有错误为理由，将现识承许为量，已决识定属分别念识，并说于现识中不存在见而不定。克主杰的《七量部庄严驱意闡论》虽也这么说，但俄宗量学者们，以及格鲁量学者们，如贾曹杰及其追随者等主张，于现识中存在已决识及见而不定。



识中的「瑜伽现量」，以下将做说明。

现识的性质：离分别的无错乱识。例如执瓶眼识。于《集量论颂自释》中所安立的阿毘达磨经义为：「因具眼之别识，故知青色，不想『此为青色』。」<sup>46</sup>此论文中的「因具眼之别识，故知青色」显示了「无错乱识」；论中的「不想此为青色」显示了「离分别」，故而圆满说到现识性相。此外，《正理滴论》也云：

「此中，现识是远离分别、无有错乱的。」<sup>47</sup>

所谓离分别的意思，并非指远离分别返体，或远离分别质等，而是远离混合声义而执取的耽执。亦如前所言，若有某识并非混合声义而执取的耽识，此识叫作「离分别」。不错乱的意思是，于所现境无有错乱。至于现识所离分别的性质为何、分别识等又是如何具足声义等内容，在之前「分别及离分别」的论述中，已经说明。

46 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，15背页；对勘本版，书号97，60页。汉译大藏经内并无此译。

47 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，231正页；对勘本版，书号97，812页。汉译与藏译稍有不同，因为汉译原文一致将现识翻成现量，而现识不一定是现量，如见而不及及现识已决识等皆非现量却是现识。汉译原文来自徐梵澄译、北塔藏文班及刘晓丹编校、云丹审核的《正理滴论》。

现识又分四者：一、根现识。二、意现识。三、自证现识。四、瑜伽现识。

根现识的性质：从尔不共增上缘色根所生，离分别的不错乱识。根现识分五：执色根现识至执触根现识，共有五者。执色根现识的性质：依赖尔之不共增上缘眼根以及所缘缘色法，所生的离分别不错乱识。此又分三：一、执色根现之量，如，执色根识的第一刹那。二、执色根现之已决识，如，执色根识的第二刹那。三、执色根现之见而不定，如，犹豫是否见到色法的疑识直接引发的执色根现。由此类推其他四种根识<sup>48</sup>。

意现识的性质：从尔不共增上缘意根所生，离分别的不错乱识。《集量论颂自释》云：

「意亦缘取色等境，以领纳相趋入，仅属无分别。」<sup>49</sup>

凡夫续中的意现识又是为何呢？

---

48 译者注：执声、香、味、触的四种根现识。

49 德格版，论，量，第31卷，第一品，15背页；对勘本版，书号97，60页。汉译大藏经内并无此译。



古老印度佛教的量学家们，对于「凡夫的意现识能不能够引发境的决定识」，持有不同的立场，该细节将于《佛法宗义总集》中解说。

有关自证现识。自证的性质：能取相。自证现识的性质：离分别的不错乱能取相。自证与自证现识同义。自证仅缘内心境。帝释慧阿闍黎的《释量论释》云：

「然明己性，明前识之识将为成立自证，非由他识领纳。」<sup>50</sup>

在佛法宗义之间，对于主不主张自证论述的差异等，将于《佛法宗义总集》时说明。

瑜伽现识的性质：从尔不共增上缘止观双运所生，离分别、具真谛相的意现识。《释量论》云：

「瑜伽智前说，彼等修所成，  
由除分别网，是明了显现。」<sup>51</sup>

---

50 德格版，论，量， $\text{ṣṭ}$ 卷，现识品，254背页；对勘本版，书号98，618页。汉译大藏经内并无此译。

51 德格版，论，量， $\text{ṣṭ}$ 卷，现识品，第281句偈颂文，129正页；对勘本版，书号97，551页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

《释量论》的第二品——成量品——中说，瑜伽者续中的现证真相的心识为瑜伽现识，因为这是由观修缘取真谛义的止观双运三摩地所生，于真谛义远离分别、无有错乱的心识。

以上所述现识性质及分类皆以经部的宗见为主。根据唯识师及随瑜伽行中观师的见地，现识的性质为「离分别，不被暂时谬因所乱」。根现识的性质为「由尔不共增上缘色根及坚定习气所生的离分别识」。其他现识亦复如是。法称阿闍黎的《定量论》云：

「他者，谓习气坚定故，乃至未离轮回，随后相属。较于名言无有欺诳，于此为量。」<sup>52</sup>

「从坚定习气所生」的意思是，无始以来，长期而有的尔因同类习气为坚定习气，由此所生故。现识可分根现识等四。根现识又分五：执色根识至执触根识间，共有五者，此分类法与经部相同。

---

52 德格版，论，量，31卷，第一品，167正页；对勘本版，书号97，648页。汉译大藏经内并无此译。



## 乙七、见而不定

解说见而不定。依据经部宗，见而不定的性质为「虽然明显见到尔的所趋境自相，但却不能引发决定之识」。见而不定的词义：虽已明显见到尔的所趋境自相，然尚未决定。《释量论》云：

「识则无功能，不缘他义故。」<sup>53</sup>

根据主张自证的宗见而言，见而不定可分为三：一、见而不定的根现识，如，耳识强烈贪于悦意声音时的执色根现识。由此推理鼻识等也可成为见而不定。二、见而不定的意现识，如，在凡夫续中的执色根现识之后，所生的执色意现识。三、见而不定的自证，如，领纳凡夫续中的执色意现识的自证现识。

若以「烟」与「火」的个别事例来解说七识，依序为，一、「于某烟山上应无有火」的颠倒识。二、「此烟山上是否有火，应该有吧」的疑识。三、「此烟山上一定有火」，但尚未以量决定的伺察识。四、由烟因决定了「烟山有火」的比度。五、前述比度之第二刹

---

53 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成量品，第113句偈颂文，111背页；对勘本版，书号97，510页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

那的已决识。六、明显认知此山有火的现识。七、虽然明显见到此山之火，却未以量决定是否为火的见而不定。

若以某位牧人正在寻找迷失于西方的家牛为例，当他人说「这头牛正在东方」，而做出此颠倒显示时，牧人产生「此牛一定在东方」的遍计执著，这种心识就是颠倒识。然后于东方找不到牛时，将会产生「应该不在这里」的疑识。此后，因某人说「牛在西方」的实话，产生「牛绝对在西方」的伺察识。此后，因为看到牛的新足迹及声音等，产生了「牛在此」的坚固正量决定，生起比量。这比度的第二刹那就是已决识。之后从远处看到牛，但不能决定，是为见而不定。等到走近时，终于看到家牛，这种心识就是现量。透过以上牧人寻牛的例子，也可以得知七识如何发起。





第十一品 ·  
说心如何了知境的方法——因的论述



前已述及分别识及离分别识等，不只会以具相的方式趋入尔境，也会以遮遣门及成立门等方式趋入。现在要谈无颠倒具境者等趋入尔境的时候，是依循何种方式了知其境。

心如何了知境，其方法可分为：一、以法尔理等四理论——四理——的方法；二、去除一方邪边执的方法——应成；三、去除犹豫二边疑的方法——成立语；四、去除颠倒识后，直接决定该境的因的方法。这些内容皆涵盖在因明学范围。所谓「因明」指的是「理学」。

## 甲一、法尔理等四理论

首先说明四理。诚如前述导师薄伽梵在经典中所言：

「如炼截磨金。」

佛陀告诉追随他的弟子们，在学习教典的时候不应强调信心或虔诚的重要性，应以正理观察、决定而行趋入，及确立真相的论述为何。吉祥那烂陀的学者们依此方式学习教典、观察真相为何的过程中，有个极为重要的方法，就是佛教典籍中所说之著名的「四理」。

四理是指：一、根据真相去认清个个诸法的本性或法性为何，

称为法尔理；二、依据法尔理，认清相应于彼法性的作用为何；三、从该基础之上，成立此如何依赖彼、因果之间的关联、支分及具支者，以及作事、作者、作处三者等观待相属的性质。四、应用以上三理去检视，才以比度之因推理「属此应属彼」、「有此应有彼」、「非此应非彼」、「无此应无彼」等所立之宗，称为「证成理」。总之，根据真相为何而安置四理：一、认清个个诸法的法性为何。二、在法性之上，其境的作用为何。三、因此缘故，彼如何依赖此而存在。四、推论「如何依赖」的理由学。

经论中关于四理名称的介绍，如《解深密经》云：

「道理者，当知四种：一者观待道理、二者作用道理、三者证成道理、四者法尔道理。」<sup>1</sup>

又如《大乘阿毘达磨集论》云：

「若欲于法勤审观察，由几道理能正观察？由四道理：谓观

---

1 德格版，经，经典，51卷，第十品，51正页；对勘本版，书号49，119页。汉译来源：《解深密经》(T.16.676.709b.11)。



待道理、作用道理、证成道理、法尔道理。」<sup>2</sup>

根据《解深密经》提到的四理，无著圣者的《声闻地论》做了详细解说。首先解释观待道理，论云：

「云何名为观待道理？谓略说有二种观待：一生起观待。二施設观待。生起观待者，谓由诸因诸缘势力生起诸蘊，此蘊生起要当观待诸因诸缘。施設观待者，谓由名身句身文身，施設诸蘊。此蘊施設要当观待名句文身，是名于蘊生起观待施設观待，即此生起观待施設观待。生起诸蘊施設诸蘊，说名道理瑜伽方便，是故说为观待道理。」<sup>3</sup>

接著说作用道理，论云：

「云何名为作用道理？谓诸蘊生已由自缘故，有自作用各各差别。谓眼能见色耳能闻声，鼻能嗅香舌能尝味，身能觉触

---

2 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第三品，103正页；对勘本版，书号76，258页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.687a.15）。

3 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第六品，57背页；对勘本版，书号73，138页。汉译来源：《瑜伽师地论》第二十五卷（T.30.1579.419b.8）。

意能了法，色为眼境为眼所行，乃至法为意境为意所行，或复所余如是等类。于彼彼法别别作用当知亦尔，即此诸法各别作用。所有道理瑜伽方便，皆说名为作用道理。」<sup>4</sup>

接著说证成道理，论云：

「云何名为证成道理？谓一切蕴皆是无常，众缘所生苦空无我，由三量故如实观察。谓由至教量故由现量故、由比量故、由此三量证验道理。诸有智者心正执受安置成立，谓一切蕴皆无常性众缘生性。苦性空性，及无我性，如是等名证成道理。」<sup>5</sup>

最后谈到法尔道理，论云：

「云何名为法尔道理？谓何因缘故即彼诸蕴。如是种类，诸器世间，如是安布。何因缘故，地坚为相，水湿为相，火煖

---

4 德格版，论，唯识，<sup>卷</sup>卷，第六品，57背页；对勘本版，书号73，139页。汉译来源：《瑜伽师地论》第二十五卷（T.30.1579.419b.16）。

5 德格版，论，唯识，<sup>卷</sup>卷，第六品，58正页；对勘本版，书号73，139页。汉译来源：《瑜伽师地论》第二十五卷（T.30.1579.419b.23）。



为相，风用轻动以为其相。何因缘故，诸蕴无常，诸法无我，涅槃寂静。何因缘故，色变坏相，受领纳相，想等了相，行造作相，识了别相。由彼诸法本性应尔，自性应尔，法性应尔，即此法尔说名道理瑜伽方便。或即如是或异如是或非如是，一切皆以法尔为依，一切皆归法尔道理，令心安住令心晓了，如是名为法尔道理。」<sup>6</sup>

法尔道理有三：一、如「火为炙」、「水为湿」等世间共许的法性。二、凡夫无有能力思寻的不可思议法性。三、诸法的究竟性——法性。如《声闻地论》云：

「由法尔道理，于如实诸法成立法性、难思法性、安住法性，应生信解、不应思议、不应分别，如是名为寻思于理。」<sup>7</sup>

《声闻地》中针对四理做了详细的解释。

---

6 德格版，论，唯识，*第*卷，第六品，58正页；对勘本版，书号73，140页。汉译来源：《瑜伽师地论》第二十五卷（T.30.1579.419b.29）。

7 德格版，论，唯识，*第*卷，第十三品，135正页；对勘本版，书号73，331页。汉译来源：《瑜伽师地论》第三十卷（T.30.1579.451c.28）。

有关看待道理，分为「生起看待」与「施設看待」。以有为法为例，苗的生起看待其因种子等，果法等看待其因缘的性质或本性，这是生起看待。施設看待如：支分及具支者、和合体及部分的看待，例如，瓶子及瓶子支分、文名句以及所詮相互看待的性质等。

有关作用道理。由因缘所生的有为法，都自然存在著各自的作用性，像是眼具见色的作用、火具烧灼的作用、风具动摇的作用等。

有关证成道理。伺察如因果性等所立之宗的隱蔽分，与现识等三量<sup>8</sup>没有相违的能立因，像是由所作性因而立无常，由烟因而立有火。

有关法尔道理。例如火为炙、水为湿等蕴法——因缘所生的有为法——皆系各己的本性，有这种本性实属法性，故说这种性质或本性为法尔道理。确认法尔道理的时候，代表其解释或理由已至边际。若问：为何色法俱有触碰性？答：因为这是法性。问：为何唯明唯观的心识俱有觉受性？答：因为这是法性。除此之外没有其他理由。

---

8 译者注：现识量、比度量，以及教言量。



## 甲二、去除执取一边的邪分别的方法——应成

### 乙一、总说

今说去除执取一边的邪分别的方法——应成。所谓「应成」，正是印度量学者们所说的「推理八句」或「推理十六句」中的「驳理」（སྤྲོལ་འབྲིན།）。陈那论师的《因明正理门论》（ཚད་མ་རིགས་པར་འཇུག་པའི་སློབ་པོ།）云：

「成立及驳理，见似为他证，  
现识及比度，见似为自证。」<sup>9</sup>

「推理八句」为：正成立语、见似成立语、正驳理、见似驳理、正现识、见似现识、正比度，以及见似比度。

9 此论虽不在德格版及究内版（ཅོ་རྩི།）中，却在北京版及奈塘版的丹珠尔中。根据奈塘版及对勘本版，此来源的页数细节等为：奈塘版，论，经典，91卷，183背页；对勘本版，书号97，442页。（在汉译的《因明正理门论》中，未能获寻此译文。）在一些丹珠尔版本中，又将此论称为「量论入理」（ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་རིགས་པལ་འཇུག་པ།），并云：「能成能驳理，借似令他解，现识及比度，借似令自明。」此文与上述引文稿有不同。虽说汉译的《因明正理门论》正是陈那论师的知名著作——《理门论》，但事实是否如此仍有待观察。有些汉译注释中说，汉译《因明正理门论》的作者是陈那的弟子「商羯罗萨名」（意译：作乐欢喜）。

决定所量隐蔽分的无误识为比度；决定所量现前分的无误识为现识，故有现量及比量两种正量。因随他识，转为欺诳的缘故，为能断除谬处，经论说了见似现识及见似比度二者，故推理八句的后四句为「决定自己所量的方法」。

反之，推理八句的前四句为「决定他人所量的方法」。为能断除执取一边的邪分别而示「驳理」；为能断除犹豫二边的疑而说「成立语」；为能断除谬处，经论又说了「见似驳理」及「见似成立语」两者。

根据龙树菩萨的《精研论》（*ཞིབ་མོ་རྒྱལ་འཇགས།*）中所言：「量、所量二杂乱。」<sup>10</sup>推理句义共有十六：一、正量。二、所量。三、疑。四、目的。五、喻。六、宗义。七、支分。八、推理。九、确立。十、辩论。十一、诤。十二、凡反皆驳。十三、见。十四、舍句。十五、似能破。十六、破处。

一般识可分为：知境识及不知境识两种。后者又区分为：仅不知境识、邪分别，以及疑，共三类。邪分别又分两种：一、执取没有

---

10 德格版，论，中观，第4卷，22背页；对勘本版，书号57，59页。汉译来源：法尊法师译《精研论》。



为有的增益。二、执取有为没有的减损。增益又分两种：一、透过理由或宗义所产生的遍计增益。二、并非透过理由或宗义，而是自然产生的俱生增益。应成的所断邪分别，主要指的是遍计增益执及减损执。

## 乙二、应成的内容与分类

所谓「应成」为何？将对方的主张作为理由，反驳道：「依你的立场，『应』该『成』为如此。」而抛出非对方所欲的「应成」，且令对方的立场产生矛盾，这种「相违语」的表达就是应成。例如，当对方咬定声为常的时候，反驳道：「声有法，应属无作性，属常故。」尔时对方以现识看到声音由因缘所生为由，承许声为所作性，却又主张声为常，故此立方驳道：「声音应成无作性。」其理由是，以对方主张的「常」作为因相后，所抛出的「应成」。结果使对方不得不接受不想承认的极端论点——「声应为无作性」。所以「应成」的词义是：声明对方立场应该属于不合理的主张，或言：「若是如此，应成如是。」

什么是应成的因相、所显，以及诤处（又称有法）呢？

以「声有法，应属无作性，属常故」的应成推理模式而言，「声」为此应成的诤处，「无作性」为此应成的「所显」或「应法」，「常」为此应成的「因相」，「声属无作性」为此应成的「许

义」（或「宗」），「常定属无作性」为此应成的「正周遍」，「所作性」为此应成的「颠倒法」（又称「颠倒应法」），「无常」为此应成的「颠倒因相」。

而应成的答覆有哪些呢？其答覆包括：「许」，「为何」、「因不成」，以及「不一定」等。

应成可分「正应成」及「见似应成」两者。

正应成的性质：对方心中认定因相及周遍皆成立的时候，所抛出的对方不欲的「应成」；立方进行推理时，使敌方无法给予合理答案的「应成」。诚如解脱源藏阿阇黎（ཐང་པའི་འབྲུང་གནས་སྤེས་པ།）的《推理论》（རྫོག་གི་ལྟུང་།）云：

「何谓『应成』？以正量成立之周遍差别，为令对方不喜，而抛『应成』，故称『应成』。」<sup>11</sup>

正应成又分二：一、引出能立的正应成。二、不引出能立的正应成。引出能立正应成的性质：颠倒义具足三相的正应成。譬如，对于主张声为常，并量决定常定属无作性，以及了知声为所作性的敌

---

11 德格版，论，量，第9卷，遍断他比度，358正页；对勘本版，书号106，986页。汉译大藏经内并无此译。



方，所抛出的「声有法，应属无作性，属常故」的应成。此应成的「颠倒应法」是所作性。借此「颠倒应法」作为因相，将「颠倒因相」，也就是无常，作为所立法的话，将成「声有法，属无常，所作性故」的正确论式。由此引出此论式的三相，将其转为识境，故称「引出能立」。

若是「引出能立的正应成」，必须是对方主张该论式的有法为因相，但正量绝不能成立该有法为因相，否则依此应成所引出的论式之宗<sup>12</sup>将被正量所害。然而，其应成的周遍<sup>13</sup>必须由正量所成立，若不如此，由此应成所引出的论式将不能成异品周遍。<sup>14</sup>此应成的许义<sup>15</sup>必须是被正量所驳斥的，否则由此引出的论式将不成立「宗法」。<sup>16</sup>

12 译者注：此应成所引出的论式「声有法，属无常，所作性故」之宗为：声是无常。声属无常的真相不能被正量所驳斥，而且正量不能成立此应成的有法（声）为此应成的因相（常）。

13 译者注：此应成的周遍为：常定属无作性。常定属无作性的真相可被正量所成立。

14 译者注：此应成所引出的论式的异品周遍为：常定属无作性。

15 译者注：此应成的许义为：声属无作性。声属无作性的论述不能被正量所成立。

16 译者注：此应成所引出的论式的宗法为：声属所作性。

不引出能立的正应成的性质：颠倒义不具足三相的正应成。譬如，对于主张声为常，并以正量成立声为所作性，以及所作性定属无常的敌方，所抛出的「声有法，应属无常，属所作性故」的应成。之所以为不引出能立的正应成是因为，若将此应成的颠倒应法——常——作为因相，将此应成的颠倒因相——无作性——作为所立法的话，将无法成立正确论式的缘故。

总之，引出能立的正应成作用为：对方主张有法为因相<sup>17</sup>，并以量了知该周遍<sup>18</sup>，然该许义<sup>19</sup>却被正量所破斥时，抛出令对方无法回覆的应成。所以才能去除该应成的直接所破——敌方相续中的执取一边的邪分别<sup>20</sup>，间接透过能立三相生起正量，证悟该因之宗<sup>21</sup>，而摄持他人。

不引出能立的正应成作用为：透过抛出令对方无法回覆的正应

---

17 译者注：即声（有法）为常（因相）。

18 译者注：即常定属无作性。

19 译者注：即声属无作性。

20 译者注：即咬定声属无作性的执著。

21 译者注：「该因」为此应成所引出的因，「声有法，属无常，属所作性故」。其宗为声属无常。



成，去除该应成的直接所破——敌方相续中的执取一边的邪分别<sup>22</sup>。

见似应成的性质：不能压伏尔应成的所破——执取一边的邪分别现起——的应成语。此又分：一、立方因不善巧以应成推理，导致只立所显的应成。如只说：「应属所作性。」二、只立因相的应成。如只说：「属所作性故。」三、因相与所显等无异的应成。如言：「瓶子有法，应属事物，属事物故。」

掷出应成，是为了能够明显地了解三轮矛盾。立下正应成的时候，因为对方主张有法为因相，无法回覆「因不成」；因为周遍被正量所成立，无法回覆「不一定」；因为主张有法系颠倒应法，无法回覆「许」，故说无法回覆。在无法成立这三种回覆的时候，称为「中了三轮正违！」

立下正应成的时候，对方看到了三轮正违而放弃原本许义，此时，所立下的应成才能真正成为正应成。反之，若仍摄持执取一边的所断邪分别，是时应成对于此人而言仍非正应成，应知其中差别。

### 乙三、应成周遍八门

---

22 译者注：即咬定声属常的执著。

有关应成决定之理，经论说周遍八门。此八为：一、正同品遍。如，该应成的因相定属该应成的所显。二、倒同品遍。如，该应成的因相定非该应成的所显。三、正反品遍。如，该应成的所显定属该应成的因相。四、倒反品遍。如，该应成的所显定非该应成的因相。五、正异品遍。如，非该应成的所显定属非该应成的因相。六、倒异品遍。如，非该应成的所显定非属非该应成的因相。七、正违品遍。如，该应成的因相定非该应成的所显。八、倒违品遍。如，该应成的因相定非属非该应成的所显。四正四倒，共有应成周遍八门。

如何由应成周遍八门决定？请参考下述加以喻义的列表：

<p>一、正同品遍。因相定属所显。 如，瓶子有法，应属无常，属所作性故。</p>	<p>二、倒同品遍。因相定非所显。 如，瓶子有法，应属无常，属无作性故。</p>
<p>三、正反品遍。所显定属因相。 如，瓶子有法，应属无常，属所作性故。</p>	<p>四、倒反品遍。所显定非因相。 如，瓶子有法，应属无常，属无作性故。</p>
<p>五、正异品遍。反所显定属反因相。 如，瓶子有法，应属无常，属所作性故。</p>	<p>六、倒异品遍。反所显定非反因相。 如，瓶子有法，应属无常，属无作性故。</p>
<p>七、正违品遍。因相定非所显。 如，瓶子有法，应属常，属所作性故。</p>	<p>八、倒违品遍。因相定非属非所显。 如，无常有法，应属常，属无作性故。</p>



应成可区分为以下数种：周遍及因相两者皆不成立、仅周遍不成立，以及仅因相不成立的见似应成。

周遍及因相两者皆成立的应成又可分为四类：一、以承许成立周遍及因相。二、以正量成立周遍及因相。三、以承许成立周遍，以正量成立因相。四、以正量成立周遍，以承许成立因相。这些应成的类别之下又各有支分，项目繁多。若欲了知其博大内容中蕴含的细节，可参阅摄类学的相关典籍。<sup>23</sup>

### 甲三、去除犹豫二边之疑的方法——成立语

这篇的主题是成立语。由应成去除执取一边的邪分别后，将藉成立语去除犹豫二边之疑。正成立语、正因句、他义比度（གཞན་དོན་རྗེས་

---

23 著名的摄类学典籍之中，有讲解相当广泛者，例如文殊方天光（འཇམ་དབྱངས་ལྷོགས་ལྷ་འདོད་ཟེེ།）所著的《惹对摄类》（རྩོད་བསྟུན་གྱི། 1）。以及著名的《至尊慈海的师长摄类》（རྗེ་བླ་མ་ལྷོ་མཚོ་ཡོངས་འཛིན་བསྟུན་གྱི།），其内容不广不略，恰到好处，且汇集了上品理路、中品理路，以及下品理路的诸多要义。有关西藏摄类学典籍如何形成的历史，可参考《西藏文献精藏文集》第二十一卷中的「吉祥格鲁量学精藏前序」，此序有著明细的说明。

དཔལ།)<sup>24</sup>三者同义。诠说正理能立之语，故称「成立语」；诠释正因三相之句，故称「正因句」；使他人了知所立，且是自果比度之因，故称「他义比度」。解脱源藏阿闍黎的《推理论》云：

「但凡为了他人，皆系他义。他义比度句性，乃为证三相之句，令对方了知、证知，故以比度声诠，近计为『句』。」<sup>25</sup>

正成立语（或他义比度）的性质：显示立方以正量所见的因三相，且令敌方远离了声、识、义三患后，具足二支正语。二支为「诠周遍支」及「诠宗法支」二者。经论又说，正成立语需要具足四种特征，其四为：一、因特征——先有正量了知尔之示义。二、所诠特征——诠说尔之所示三相，无有增减。三、性质特征——远离声、识、义三患。四、作用特征——产生自果比度。

什么是声、识、义三患呢？

---

24 译者注：法尊法师于《释量论》译序中，使用了「他义比量」之词。杨化群于此书的前序中，使用了「为他比量」一词。

25 德格版，论，量，第1卷，346背页；对勘本版，书号106，958页。汉译大藏经内并无此译。



对三相的诠释过多或诠释过少，皆为声患。显示成立语三相时，虽然三相符合真相，但立敌两方却未以正量成立三相，故为识患。实际上，三相并非由量成立，故为义患。如《集量论颂》云：

「他义比量者，善显自见义。」<sup>26</sup>

言「自见」是因为，单由敌方承许成立语的所示三相是不够的，成立语的所示三相必须以立敌二方的正量所成立。言「义」是因为，单凭经言确认成立语的所示三相是不够的，该三相必须于量境中存在。言「善显」是因为，为能产生想起三相的忆念，对敌方他人显示三相，且远离增减显示之患。《释量论》云：

「为开示他故，有说非自见，  
他见亦能立。为断彼执故。」<sup>27</sup>

---

26 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第三品，第1句偈颂文，6正页；对勘本版，书号97，13页。汉译来源：法尊法师译《集量论颂》。

27 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，利他品，第1句偈颂文，139正页；对勘本版，书号97，574页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

此论广泛地解说了正成立语需要远离声、识、义三患之理。

俱有声患的成立语，如，「声属无常，所作性故，如瓶。瓶属所作性，同理，声亦属所作性。此故，声属无常。」这就是个俱有增减诠释过失的成立语。因为这个成立语直接显示声属无常之宗，故有增益多说的过患。但未说周遍则有减损少说的过患。近专<sup>28</sup>（ཉེ་བཞིན་གཤོད་ཀྱི།）时，叙述「瓶属所作性，同理，声亦属所作性」者，与「所作性故」的宗法重叠。结语时，言「此故，声属无常」者，与「声属无常」的许义重叠故，其语有瑕疵。

上述俱有声患的成立语称为「具五支成立语」。该五支为：一、诠许义支。二、诠宗法支。三、诠同法喻（མཐུན་དཔེ།）支。四、诠近专支。五、诠结语支。然而，根据陈那阿闍黎及法称阿闍黎，成立语若具五支将有过失。所以正成立语只具二支：一、诠周遍支。二、诠宗法支。

正成立语有分二：一、结合同法的正成立语。二、结合异法的正成立语。前者性质：该因相仅存于该论式的同品（མཐུན་ཕྱོགས།）间，且离声、识、义三患的具二支、直接显示之正语。事例：「凡是所作

---

28 译者注：近专乃直译，其义为：言「瓶属所作性，声亦属所作性」。



性定属无常，如瓶子，声亦属所作性」的成立语。之所以称为「结合同法的正成立语」，乃因喻例与因相两者都相同地属所立法，这是由喻门结合之力所成办的缘故。

结合异法的正成立语性质：该因相仅不在于该论式的异品（མི་མཐུན་ཕྱོགས།）间，且离声、识、义三患的具二支、直接显示之正语。事例：「凡是常定属无作性，如无为虚空，声属所作性」的成立语。之所以称为「结合异法的正成立语」，则是喻例与因相两者在是否系属所遮法上并不相同，这是由喻门结合之力所成办的缘故。陈那阿闍黎的《因明正理门论》云：

「同法喻者，谓所立法皆存于因、于同品之中。如以瓶等为例，见所作性是无常。『异法喻谓非所立法者，皆于此因相不在』作此显示。如以虚空为例，见常是无作性。」<sup>29</sup>

29 德格版，论，量，卷，89正页；对勘本版，书号97，454页。汉译与藏译不同。类似此言的汉译原文：《因明正理门论》（T.32.1629.8a.2）：「喻有二种。同法异法。同法者。谓立声无常勤勇无间所发性故。以诸勤勇无间所发皆见无常犹如瓶等。异法者。谓诸有常住见。非勤勇无间所发。如虚空等。前是遮诠后唯止滥。由合及离比度义故。由是虽对不立实有。太虚空等而得显示。无有宗处无因义成。复以何缘第一说因宗所随逐。第二说宗无因不有。不说因无宗不有耶。由如是说。能显示因同品定有异品遍无非颠倒说。」

「以所作性为因，成立声属无常」的结合同法的正成立语，立下该语的目的为何呢？其目的是为了能够去除「所作性为成立声属无常的相违因」之疑。此外，「以所作性为因，成立声属无常」的结合异法的正成立语，则是为了能够去除「所作性为成立声属无常的不定因」之疑而立，故立此语。法称阿闍黎的《定量论》云：

「凡言：『当下说相违及不定的对治有二，皆属合理』者……」<sup>30</sup>

有关诸多成立语的不同对象及目的，如《释量论》云（第一卷）：

「喻彼性因事，为不知者说，  
若对诸智者，但说因即足。  
故知系属者，说二相随一，  
义了余一相，能引生正念。」<sup>31</sup>

30 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第二品，184正页；对勘本版，书号97，688页。汉译大藏经内并无此译。

31 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，自义品，第27-28句偈颂文，95背页；对勘本版，书号97，472页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



论典中关于同法喻提到「因相及所立法同性相属」及「能生因之事物的生起相属」二者。为了让不懂这两相属的辩方得知其义，方须立成立语。精通周遍及相属两者，却不懂宗法的辩方，为了让他能够了解「仅因」或「仅宗法」，需要立成立语。对于已经了解周遍及相属两者和宗法的辩方，虽然不需以「未知令知」的目的而立成立语，不过为了能够同时忆念三相，需要立下结合同法或结合异法其中一者的正成立语。

结合同法的正成立语，直接显示该因仅存在于该论式的同品中，亦能间接得知该因不存在于该论式的异品中。结合异法的正成立语，直接显示该因的涵盖性不在于该论式的异品中，并间接了解该因仅存于该论式的同品中。所以只需显示结合同法或结合异法其中一者于辩方就已足够，而不必要直接表达两种正成立语。

总之，于宗法已知未忘者，为使其辩方成立随转随遮的周遍，而诠周遍；于周遍已知未忘者，为使其辩方成立宗法，而诠宗法；于宗法及周遍两者已知未忘者，诠释周遍及宗法两者；对于初次表达成立语后，三相尚须成办者而言，何时能将个个之相结合，发起三相的同时忆念时，便是之前成立语转为正成立语之际。

成立语的作用：为了发起三相的同时忆念。《释量论》云（第八卷）：

「内支分功能，正住于三相。  
于彼生忆念，正住于彼言。」<sup>32</sup>

论说，三相正因俱有内分支——直接成立该宗——的能力。诠释三相的正成立语俱有直接发起忆念三相的能力。

## 甲四、成立语的隐义——宗——的论述

刚才略说成立语的论述，现在说明成立语的隐义——宗——的性质。「宗」也可解读为士夫的追求方向、做事的基石，以及目的等诸多内容。<sup>33</sup>

于此，因明学中说的「宗」又是什么意思呢？

以有烟的理由，在烟山的事物上，推理或成立有火的特征时，烟为能立，以该能立之因相成立「烟山有火」的缘故，称该「所立」为宗。再者，由原因所证得的宗又称为「所悟」；或以能被因相所比

---

32 德格版，论，量，31卷，利他品，第20句偈颂文，140正页；对勘本版，书号97，576页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

33 译者注：如宗旨。



度的缘故，可称为「因相所度」；由于能被三相决定的比度所量，也称为「比度所量」；若辩方将其作为宗的缘故，则称作「宗」；因是辩方所承许之义，亦称为「许义」，这些皆属同义。

「有火」之所以称为「宗法」，是因为该法系宗——烟山有火——的特征或总的缘故。敌方与立方两者针对烟山上是否有火而争执，烟山作为争论之基础，遂将烟山称为「诤处」。烟山有火亦是由比度推量而证得的所立，烟山为该所立之基础，又称为「量处」，而「量处」自然与「诤处」同义。这是根据量学典籍所用的术语而做此解释。

透过某个能立（又称因相），令心领会某个内涵，故将该义称为「宗」。宗有两种：一、类似声为无常的正确宗。二、类似声为常的见似宗。透过正确逻辑或理由，以比度正量了知之义称为「正确宗」。此外，自义正因之宗称为「自义宗」，他义正因之宗称为「他义宗」。在此诠释他义宗的相关内容。

他义宗的性质：具足性质义等五法。五法为：一、体性——当下要成立的内容为宗本身的体性，此宗必定非敌方正量所决定，做此显示。二、唯说——辩方只想将其内容作为所量，并非想将其义作为能立，以此显示。三、承许——无论辩方是否以言语表达，都得承许该因之宗，依此显示。四、自方——该义必须由辩方自己承认为

宗，而做此显示。五、不遭——该宗必须是正量不能遭除者，借此显示。《集量论颂》云：

「唯说自体性，自所乐不遭。」<sup>34</sup>

《集量论颂》之所以如此解释他义宗的特色，是因为每项特征各自有否定及肯定的两大目的。于他义宗的性相，使用「体性」一词的目的：否定「于一轮辩论之过程，已被正敌方所成立之宗能够成为该论式的正确宗」后，肯定「若是该轮论式的他义正确宗，必须不能被该轮辩论的正敌方所成立」，为知其义，故做此说。帝释慧阿闍黎的《释量论释》云：

「言『自体性』者，谓持有不成立。」<sup>35</sup>

于他义宗的性相内，使用「唯说」一词的目的：否定「正属于一轮论式的因相及喻例不成立者，系属该轮论式的正确宗」后，肯定

---

34 德格版，论，量，ᑎᑦ卷，第三品，6正页；对勘本版，书号97，13页。汉译来源：法尊法师译《集量论颂》。

35 德格版，论，量，ᑎᑦ卷，第四品，275正页；对勘本版，书号98，668页。汉译大藏经内并无此译。



「若是该轮论式的正确宗，绝非正属于该轮论式的能立」，为知其义，故做此说。帝释慧阿闍黎的《释量论释》云：

「言『唯说自体』者，谓非能立。」<sup>36</sup>

于他义宗的性相内，使用「承许」一词的目的：否定「若是一轮论式的正确宗，必定被该轮论式的成立语来直接显示」后，肯定「该宗由成立语间接诠释」，为知其义，故做此说。帝释慧阿闍黎的《释量论释》云：

「言『承许』者，谓由承许而为境。」<sup>37</sup>

于他义宗的性相内，使用「自方」一词的目的：否定「辩方承许的教义都是该轮论式的正确宗」后，肯定「该轮论式的他义正确宗定属立方所承许之宗」，为知其义，故做此说。帝释慧阿闍黎的《释量论释》云：

---

36 德格版，论，量， $\text{ṣṭ}$ 卷，第四品，275正页；对勘本版，书号98，668页。汉译大藏经内并无此译。

37 德格版，论，量， $\text{ṣṭ}$ 卷，第四品，275正页；对勘本版，书号98，668页。汉译大藏经内并无此译。

「言『自』者，谓以安立能立性，持有该宗。」<sup>38</sup>

于他义宗的性相内，使用「不遣」一词的目的：否定「被正量遣除仍可成为他义宗」后，肯定「正确宗必须得由正量成立」，为知其义，故做此说。帝释慧阿阁黎的《释量论释》云：

「不被现识正量及比度正量两者所损害。」<sup>39</sup>

总之，他义正确宗的五特征：一、敌方未以正量成立。二、不能属于正抛出该论式的能立。三、辩方想要推理得论。四、辩方承许为宗。五、不被正量所遣除。

宗分为二：直接宗及间接宗两者。就以「所作性为因相，成立声属无常」的论式而言，「声属无常」是直接宗，「声非常」为间接宗。

---

38 德格版，论，量， $\text{མེ}$ 卷，第四品，275正页；对勘本版，书号98，668页。汉译大藏经内并无此译。

39 德格版，论，量， $\text{མེ}$ 卷，第四品，276背页；对勘本版，书号98，669页。汉译大藏经内并无此译。



## 甲五、成立语的显义——因——的论述

### 乙一、总说

在此解说成立语的直接显示——因相。能够决定论式所言之宗的直接方法就是因相，同时这也是决定隐蔽分的唯一途径，因此至关重要。一般眼识见色、耳识闻声等现前分的了悟，并不需要依赖理由，然而证悟色无常及色刹那性等隐蔽分法，就要仰赖具足三相的无垢因。如《释量论》云：

「宗法彼分遍，是因彼唯三，  
无不生定故，谓所余。」<sup>40</sup>

正因的性相为「三相」。有关因三相的解说见下段。

正因的决定分类<sup>41</sup>分为：果因、自性因、不可得因三者。称之为「决定」的理由是因为「无则不生相属」的相属分为二：「同性相

40 德格版，论，量，31卷，自义品，第1句偈颂文，94正页；对勘本版，书号97，469页。  
汉译来源：法尊法师译《释量论》。

41 译者注：决定分类为分类的一种。凡是正因，必定为果因、自性因、不可得因三者的其中一者，有此决定性，所以这种分类为决定分类。

属」及「生起相属」。至于不符合三相者则为见似因，其理由已于经论中确认，以下将详说。

因相<sup>42</sup>的性质为：立为因相。以个别事例来说明，如：成办声属无常之因相的性质为「立为成办声属无常的因相」。简单地说，以之作为理由就是立为因相的意思。譬如，为能成办烟山有火，而以有烟作为理由。能立、因相、理由、因、能知因等，皆为同义。因相又分为正因相（或「正因」）以及见似因相（或「见似因」）二者。正确理由、正因、正因相等同义。如前所述，正因相的性质为「是三相」。例如，「以所作性为因，成立声属无常的三相」就是「以所作性为因，成立声属无常的正因相」的性质。其事例如：「声有法，属无常，属所作性故」论式中的「所作性」。

## 乙二、有关三相

因明典籍中说，凡是能够成立宗的因相必须具足三相。何谓三相呢？如《因明正理门论》云：

---

42 译者注：虽然古译以「因」字为主，但对于不懂因明学的初学者而言，很有可能将「因」字解读为「因果的因」，故译「因相」以显区别。



「因乃三相。何谓三相？宗法性、决定有于同品，以及决定无于异品。」<sup>43</sup>

如论所云，三相为：一、宗法。二、同品遍。三、异品遍。三者又依序称为第一相、第二相、第三相。「所作性」是成立声属无常的宗法、同品遍，以及异品遍三者。

以下藉由事例逐一解说三相的个别性质。

以所作性因成立声属无常的宗法性质：以相顺立法，将声立为以所作性因成立声属无常的欲知有法（ལེས་འདོད་ཚུལ་ཅན།），此点被正量所决定。对方以正量决定了声属所作性后，却产生了声是否属无常的疑惑，对于此人而言，该因是该论式的宗法，声音是由所作性因成立声属无常的欲知有法。

以所作性因成立声属无常的同品遍性质：因为尔与「以所作性因成立声属无常的所立法无常」相属的缘故，以相顺立法，尔仅存于该论式的同品之中，此点被正量所决定。

---

43 奈塘版，论，经典，31卷，第一品，183背页；对勘本版，书号97，442页。汉译与藏译不同。类似此言的汉译原文：《因明入正理论疏》（T.44.1840.97a.28）「因之三相，既宗法性，同有异无。」

以所作性因成立声属无常的异品遍性质：因为尔与「以所作性因成立声属无常的所立法无常」相属的缘故，以相顺立法，尔不存在于该论式的异品之中，此点被正量所决定。

为了成办「以所作性因成立声属无常」的同品遍，当下的敌方必须以正量决定「所作性仅仅在于无常之中」并且决定「所作性与无常相属」。同样地，为了成办「以所作性因成立声属无常」的异品遍，届时敌方也必须以正量决定「所作性不存在于常之中」并且决定「所作性与无常相属」。

因相只会相随该论式的同品，并遣除该论式的异品，依此关键，同品遍与异品遍同义。经论中说，一轮论式的同品遍及异品遍两者，皆被一个心识所直接了解或间接了解。

为能成办同品遍及异品遍，必先具足三正量，且应以识决定因相及所立法的相属。三正量为：一、决定「所遮法及所立法为正相违」的正量。二、决定「因相事例」的正量。三、决定「所遮法遣除因相」的正量。就以「声有法，属无常，属所作性故，如瓶子」的事例而言，成立该论式的同品遍之前，必先要有的正量有三：一、该论式的所遮法常与该论式的所立法无常系属正相违，如是决定的正量。二、决定该论式的因相事例——所作性——的正量。三、该论式的所遮法常遣除因相所作性，如是决定的正量。以此类推其他论式。



在三相的性质中，使用「决定」一词是因为，以「所作性因成立声属无常」的事例而言，因为于该论式的宗法性质中说了「决定」一词，所以去除该论式为「以所作性因成立声属无常的不成因」。因为于该论式的同品遍性质中说了「决定」一词，所以去除该论式为「以所作性因成立声属无常的相违因」。因为于该论式的异品遍性质中说了「决定」一词，所以去除该论式为「以所作性因成立声属无常的不定因」。《释量论自释》云：

「『于因三相中，为对治不成、违义与错乱，故说须决定。』无相属者，绝无随转随遮，此故，为能如是诠释而说决定。决定随转故，遣除相违及其相应余法。决定随遮故，遣除不定及其相应余法。」<sup>44</sup>

确认相属，方能安立因相的无谬论述，其原因为「有此所遍，定有其能遍；无其能遍，定无此所遍」的缘故。同样地，因为存在著「此因生果；有其果，定有此因；无此因，定无其果」相属的缘故。

---

44 德格版，论，量，31卷，第一品，266背页；对勘本版，书号97，913页。汉译大藏经内并无此译。

因相存在著与所立法无则不生的相属，才能安立无谬因相。譬如，之所以能以有烟的因相，成立了东方烟山有火，是因为烟与火之间存在著生起相属的缘故。同样地，以无火的因相，成立了无火海上没有烟，是因为烟与火之间存在著因果相属的缘由。如柏树之所以能够成立树木的存在，或藉由毫无树木而成立没有柏树，则是运用树及柏树两者之间为同性相属的理由。

总之，若无相属，则不能成办同品遍及异品遍。例如，此人有牛不能成立此人有马，或此人没马不能成立此人没牛等，这是因为牛与马之间不存在著「无则不生相属」的缘故。《释量论》云：

「不尔遮一法，云何余亦遮？  
 如说人无马，岂亦非有牛？  
 如是一近故，云何余亦近？  
 如言人有牛，岂是亦有马？」<sup>45</sup>

下表以「声有法，属无常，属所作性故」论式为例，说明因法

---

45 德格版，论，量，31卷，自义品，第24-25句偈颂文，95背页；对勘本版，书号97，471页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



事三者为何：

有法（诤处）	所立法	因相	宗
声	无常	所作性	声无常

### 乙三、依正因的性质区分

依据正因的性质，正因可分为，果正因、自性正因、不可得正因三者。依据所立法，正因可分为，遮遣正因及成立正因两者。依据如何成立之理，正因可分为，名正因及义正因两者。依据宗，正因可分为，事势正因、极成正因，以及信许正因三者。依据如何趋入同品之理，正因可分为，「能遍趋入于同品的正因」<sup>46</sup>以及「二相趋入于同品的正因」<sup>47</sup>。依据辩方，正因可分为，自义时正因及他义时正因两者。

46 译者注：「声音有法，属无常，属所知故」的因相是所知，同品是无常。「能遍趋入于同品」或「能遍于同品」的意思是，因为所知遍布于无常，或同品无常定属所知，在此的因相——所知——为所立法或同品的能遍，故说「能遍于同品」。

47 译者注：「螺声有法，属人为所造，属声音故」的因相是所知，同品是人为所造。「二相趋入于同品」或「二相于同品」的意思是，人为所造有分声音及非声音两者，故该因以二相趋入于同品人为所造。

要之，所有正因都可被果、自性、不可得三因所含摄。法称阿阇黎的《正理滴论》云：

「三相所在之处，唯有三种因，谓未缘到因<sup>48</sup>，自性因，果因。」<sup>49</sup>

由于正因的「因相及与立法的相属」决定为自性相属及生起相属两者，所以正因决定为果因、自性因、不可得因三者。一般而言，所有正因可被成立正因及遮遣正因两者所含摄。不管遮遣正因有任何的因法<sup>50</sup>相属，但凡是遮遣正因，都会被不可得因所含摄。成立正因的因法相属决定为生起相属及同性相属两者；生起相属的因相会被果因含摄，同性相属的因相会被自性因所含摄。

---

48 译者注：虽然杨化群翻为「未缘到因」，但法尊法师翻为「不可得因」。

49 德格版，论，量，第3卷，第二品，232正页；对勘本版，书号97，813页。汉译来源：杨化群译《正理滴论》。

50 译者注：因相与所立法。



### 丙一、果正因

兹说果正因。果正因的性质：是果三相。搭配著个别事例解说的话，尔为该论式的果正因的性质为：尔为该论式的成立正因之基础上，依尔因相力，可能存在「既是该论式的直接所立法，亦是尔之因<sup>51</sup>」的同属。

将该论式所立法（火）的果（烟），立为该论式的因相时，称为「果正因」。譬如，以烟作为因相，成立烟山有火时，烟是该论式所立法火的果，烟亦是「成立烟山有火」的三相，故称「果三相」。

果正因又分：一、直接成立因的果正因。二、成立因先行的果正因。三、成立因总的果正因。四、成立因特征的果正因。五、比度因法的果正因。此五种分类亦依序称为，成立正因、成立因先行、成立仅有因、成立有余因，以及成立因法的果因。

第一、直接成立因的果正因，如《佛说大乘十法经》云：

「相烟即知火，鸳鸯以显水」<sup>52</sup>

51 译者注：因果的因。

52 德格版，经，宝积，四卷，第一品，167背页；对勘本版，书号40，469页。汉译来源：《佛说大乘十法经》（T.11.314.765a.20）。

其事例如，「烟山有法，有火，有烟故」。或，「在俱有水鸟的东方有法，有水，有水鸟长时间飞旋故」。《释量论》云：

「因法所有性，若无则不生，  
此果是正因。」<sup>53</sup>

第二、成立因先行的果正因。譬如，「刚出生婴儿的心识为有法，俱有先前的尔因心识，属心识故」的因相。《释量论》云：

「最初受生时，呼吸根觉等，  
非不待自类，唯从于身生」<sup>54</sup>

第三、成立因总的果正因。譬如，「苦蕴有法，俱有尔因，偶时生起故」的因相。《释量论》云：

---

53 德格版，论，量，31卷，自义品，第2句偈颂文，94正页；对勘本版，书号97，469页。  
汉译来源：法尊法师译《释量论》。

54 德格版，论，量，31卷，成量品，第36句偈颂文，108背页；对勘本版，书号97，503页。  
汉译来源：法尊法师译《释量论》。



「由是暂时性，成苦性有因。」<sup>55</sup>

第四、成立因特征的果正因。譬如，「执色根现有法，俱有尔之增上缘及等无间缘以外的其他缘，尔的产生并非单靠尔的增上缘及等无间缘，尔又偶时生起故」的因相。《释量论》云：

「虽余因和合，亦不生果故。  
若比知余因」<sup>56</sup>

第五、比度因法的果正因。譬如，「口中甘蔗之上有法，前甘蔗味能够产生现甘蔗色，现甘蔗味存在故」的因相。《释量论》云：

「同依一聚者，由味知色等，  
是比知因法，如烟知柴变」<sup>57</sup>

---

55 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，自义品，第181句偈颂文，114背页；对勘本版，书号97，516页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

56 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成现量品，第391-392句偈颂文，133正页；对勘本版，书号97，560页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

57 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，自义品，第9句偈颂文，95正页；对勘本版，书号97，470页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

此处因法的「因」指的是前甘蔗味，因法的「法」之后伴随产生甘蔗色之能力。因为成立这种能力在于口中甘蔗之上，故称「比度因法的果因」。前甘蔗味是后甘蔗味的直接近取因，也是后甘蔗色的直接俱生缘。同理，前甘蔗色是后甘蔗色的直接近取因，也是后甘蔗味的直接俱生缘。所以，甘蔗的色与味俱有「观待直接因一聚的相属」（དངོས་རྒྱ་ཚོགས་པ་གཅིག་ལ་རག་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ།）。

为能了解果因论述，一般量学典籍会广泛地解说火与烟的因果关联，这不单是为理解只有火烟俱有因果关系，而是藉由「由火生烟」的喻，显示内外一切因果顺序也是如此。

## 丙二、自性正因

自性正因的性质：是自性三相。搭配著个别事例解说的话，「尔为该论式的自性正因」的性质为：尔为该论式的正因之基础上，依尔因相力，令该论式的直接所立法定属与尔体性一。譬如，「声有法，属无常，属所作性故」的因相。诚如《金色王经》云：「见此没



已未久之间，所有集法一切散灭。」<sup>58</sup>《释量论》也云：

「若与唯有性，系属体亦尔。」<sup>59</sup>

自性正因分二：一、观待差别自性正因。二、清净差别自性正因。「尔为观待差别自性正因」的性质：尔为该论式的自性正因之基础上，言「尔」之声影射了「尔之特征法观待尔之作者」。譬如，「螺声有法，属无常，属人为所造故」的因相。言「人为所造」之声影射该造物有其作者。

「尔为清净差别自性正因」的性质：尔为该论式的自性正因之基础上，言「尔」之声并非影射「尔之特征法观待尔之作者」。譬如，「声有法，属无常，属事物故」的因相。言「事物」之声并非影射有任何作者。《释量论》也云：

「自性诸差别，待别或单纯，

---

58 德格版，经，经典，41卷，53正页；对勘本版，书号76，151页。汉译来源：《金色王经》（T.3.162.389b.12）。

59 德格版，论，量，31卷，自义品，第2句偈颂文，94正页；对勘本版，书号97，470页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

成所立故说，如灭果及有」<sup>60</sup>

逐字解说上述引文的话，为了「成」办该宗（或「所立」）而「说」的「自性」因，又「如」为能成立声音为「灭」而立的「果」因般，言因相之声，影射了该法特征之「差别」，形成了观「待」差「别」者，以及无有影射的「单纯」者。后者如，以「有」事物为因相之论式。

凡是所作性形成者，其坏灭的本质就已俱有「后随相属」<sup>61</sup>。换句话说，所作性之所以成为坏灭性，仅是造成所作性本身的因缘所起，而非来自其他因素，单单是所作性存在的本身，即是坏灭性的结果，借此成立有为法皆属无常，并广泛地解说「排他论」。除此之外，为能理解同体相属的返体、义返体等理论，在量学典籍中，有种种博大精深关于自性正因的论点。总之，自性正因是指成立因法体性一的因相。

---

60 德格版，论，量， $\text{ᄇ}$ 卷，自义品，第186句偈颂文，101背页；对勘本版，书号97，486页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

61 译者注：Y后随相属X的意思是，Y与X的关系为，无X则无Y，有Y则有X的相属。



### 丙三、不可得正因

#### 丁一、总说

今说不可得因。不可得正因的性质：是不可得三相。搭配著个别事例解说的话，「尔为该论式的不可得正因」的性质为：尔为该论式的正因之基础上，依尔因相力，可能存在「既是该论式的直接所立法，亦是遮遣法」的同属。譬如，「夜间无火海上有法，无烟，无火故」的因相。诚如《佛说诸法本无经》（འཕགས་པ་ཚོས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་མེད་པར་བསྟན་པའི་མདོ།）云：

「如来见是义故，说如是法于富伽罗。富伽罗所不应选择，唯我能选择富伽罗及余似我者。」<sup>62</sup>

《释量论》也云：

「能破性一切，由不可得成。

诸说量成者，由义相反成。」<sup>63</sup>

62 德格版，经，经典，མ།卷，第一品，275正页；对勘本版，书号60，734页。汉译来源：《佛说诸法本无经》（T.15.651.765a.11）

63 德格版，论，量，མ།卷，现量品，第85句偈颂文，121背页；对勘本版，书号97，533页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

不可得正因分为两种：一、不现见不可得正因。二、可现见不可得正因。遮遣法的施設义（དགག་བྱུང་ཚེས་སུ་བཏགས་པའི་དོན།）虽在，但当时敌方不可看见，故为「不现见不可得因」。如果遮遣法的施設义存在的同时，又可被当时的敌方所现见，则为「可现见不可得因」。这两者各有两因：一、相属方不可得因——该论式将去除遮遣法的相属方作为因相。二、已见相违方之因——该论式将缘取遮遣法的相违方作为因相。

## 丁二、不现见不可得

尔为该论式的不现见不可得正因的性质为：尔为该论式的不可得正因之基础上，依尔因相力，该论式的遮遣法施設义虽在，但其义却成为被该论式的已成宗法之敌方的远离事（བསྐྱལ་དོན།）。譬如，此处前方有法，不见食肉罗刹者不应承许此处有食肉罗刹，不见食肉罗刹者以正量不见此处有否食肉罗刹故。《释量论》也云：

「若诸量不转，于无而不转，为果是正因。」<sup>64</sup>

---

64 德格版，论，量，31卷，自义品，第3句偈颂文，94正页；对勘本版，书号97，470页。  
汉译来源：法尊法师译《释量论》。



所谓远离事分成以下三种：远离境、远离时、远离性等。食肉罗刹的本性极其细微，故成某些士夫的远离事，无法以正量决定。诚如其人若无正量判断，不应随意承许「此处有食肉罗刹」，更不该无的放矢承许：「诸法实相皆是如此、如此。」亦或是，明明未能以正量确定他人过失，却信口开河谤他：「此人有如是、如是过失。」此段阐明，若个人未能以正量决定时，不应做出增益或减损等言论。

### 丁三、可现见不可得

尔为该论式的可现见不可得正因的性质为：尔为该论式的不可得正因之基础上，若于该论式的遮遣处上存有该论式的遮遣法施設义的话，将可被当时敌方所现见者。此因分二：一、可现见相属方的不可得正因（སྤང་རུ་གི་འབྲེལ་ལྷན་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག）二、可现见相违方可得正因（སྤང་རུ་གི་འགལ་ལྷན་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག）。《释量论》也云：

「观待于差别，知某无为果。

相违与果成，因及体可见，

体生不成就，是为无义者，

不可得四种。」<sup>65</sup>

尔为该论式——可现见相属方的不可得正因——的性质为：尔为可现见不可得的正因之基础上，将该论式遮遣法之相属方的「遮遣」作为因相。此因又分：一、可现见因不可得。二、能遍不可得。三、自性不可得。四、直接果不可得因，共四者。此四的遮遣法依序为：因、能遍、自性、直接果等的遮遣立为因相。

初者事例：「夜间无火海上有法，无烟，无火故」论式中的「无火」。遮遣法（烟）的因（火）之遮遣（无火）作为正因，故为「可现见因不可得正因」。

次者事例：「无树石寨中有法，无有沉香木，无有树木故」论式中的「无有树木」。遮遣法（沉香木）的能遍（树木）之遮遣（无有树木）作为正因，故为「可现见能遍不可得正因」。

第三者之事例：「于瓶子不被正量所缘之处有法，瓶子不存在，瓶子不被正量所缘故」论式中的「瓶子不被正量所缘」。遮遣法

---

65 德格版，论，量，31卷，自义品，第3-4句偈颂文，94正页；对勘本版，书号97，470页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



（瓶子）的自性（瓶子被正量所缘）的遮遣（瓶子不被正量所缘）作为正因，故为「可现见自性不可得正因」。

第四者之事例：「无烟的无顶庭院有法，没有烟之『能力无碍直接因』（དངོས་རྒྱ་རྣམ་པ་ཐོགས་མེད།），直接果烟不在故」论式中的「直接果烟不在故」。遮遣法（烟的能力无碍直接因）的直接果（烟）的遮遣（直接果烟不在）作为正因，故为「可现见直接果不可得正因」。

可现见相违方可得正因的性质：属可现见不可得正因之基础上，该论式的遮遣法之相违方作为该论式的因相。此因相分之为二：一、依于不并存相违的已见相违正因（ལྷན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་རྒྱ་དམིགས་པའི་རྟོགས་ཡང་དག།）。二、依于相互抵触的已见相违正因（ཕན་རྐྱེན་སྲུང་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་རྒྱ་དམིགས་པའི་རྟོགས་ཡང་དག།）。此二因相的差别，诚如《释量论》所云：

「相违彼法异，或不异结构，  
如火立无雪，于生有违害」<sup>66</sup>

66 德格版，论，量，3卷，成现量品，第95句偈颂文，122正页；对勘本版，书号97，534页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

如果是依于不并存相违的已见相违正因的话，如「以火因成立无雪」般，该论式的因相（火）与遮遣法（雪）必须得是质体异。如果是依于相互抵触的已见相违正因的话，如「以之前就有的理由，成立稻苗不应再生」般，该论式的因相（之前就有）与遮遣法（稻苗）必须非质体异。

依于不并存相违的已见相违正因的性质：系属可现见相违方可得正因之基础上，依赖著该论式遮遣法的不并存相违，不合而住者。<sup>67</sup>

依于相互抵触的已见相违正因的性质：系属可现见相违方可得正因之基础上，依赖著该论式遮遣法的相互抵触，不合而住者。

依于不并存相违的已见相违正因可分为六：一、已见因相违。二、已见能遍相违。三、已见自性相违。四、已见相违果。五、已见果相违。六、已见与因相违的果。

譬如，「遭强烈火力所周遍的东方有法，寒触之果汗毛竖立的持续不在，强烈火力所周遍故」的「强烈火力所周遍」为「已见因相

---

67 译者注：两者在一起的话，将会相互抵触，故名「不合而住」。



违」。此论式显示了火与寒触的相互违害。火的所害为寒触自性、寒触所周遍、寒触的果、寒触之因；寒触的能害为火、火所周遍、火的果等。寒触的性质为冷触，寒触所周遍如碰雪之触，寒触的果如寒果汗毛竖立，寒触的因如寒触的能力无碍直接因；火所周遍如位于东方之火，该果如强烈冒出的浓烟等，由此得知如何安立其余的可现见相违方可得因。

问：如果火因与火果在遮遣寒触之上无有远近差异的话，火因是否也可去除寒触？

答：火果——强烈冒出的浓烟——之所以遮遣寒触，并非因为出于浓烟本身存在，而是源于浓烟正盛时，为火的热度所周遍之处，以及能遮寒触之火的正确时间状态而遮遣。诚如柴不能灭寒触般，火因不能遮遣寒触。《释量论》所云：

「其相违果中，亦待处时等。

余则成错乱，如灰成不冷」<sup>68</sup>

---

68 德格版，论，量，31卷，自义品，第6句偈颂文，94正页；对勘本版，书号97，470页。  
汉译来源：法尊法师译《释量论》。

第二，依于相互抵触的已见相违正因。该因可分为二：一、由决定力遮遣对待的正因。其事例如，「瓶子有法，自身坏灭不需对待除已外的事后其他因缘，从自身存在起就已决定为坏灭性故」的因相。二、由对待力遮遣决定的正因。其事例如，「红衣有法，并非从自身存在就已决定为具色者，对待除已以外的事后因缘后令尔成为具色者故」的因相。

由不现见不可得正因，只会遮遣「决定于欲知有法存在遮遣法的施設义」的顺谛名言，除此外，并非成立遮遣法的施設义不在该有法上。<sup>69</sup>如果要成立遮遣法的施設义不在欲知有法上，就得需要可现见不可得因，应当了知。

在谈及可现见不可得因时，显示火害寒触的内容，是为了明了修忍除瞋、无常观除常执等，透过利用正确的心识减少与己所执相违颠倒邪执。

---

69 译者注：根据在此提供的不现见不可得正因之事例，该论式的欲知有法为「此处」，该施設义为「食肉罗刹」，该论式之宗为「遮遣决定该施設义的顺谛名言」，也就是「不见食肉罗刹者不应承许此处有食肉罗刹」，并非「此处无有食肉罗刹」。



## 乙四、从所立法的角度区分正因

正因从所立法的角度可分为：一、遮遣正因（དགག་རྟོགས་ཡང་དག）。

二、成立正因（སྐྱབ་རྟོགས་ཡང་དག）。

该论式遮遣正因的性质：属该论式的三相之基础上，该论式的直接所立法定属遮遣法。如「声音有法，非常，所作性故」的所作性。

该论式成立正因的性质：属该论式的三相之基础上，该论式的直接所立法定属成立法。如「声音有法，属事物，属俱有作用能力者故」的俱有作用能力者。

不可得因与遮遣因同义。果因与自性因定属成立因。诚如《释量论自释》云：

「从此有二，（一者）谓成立事物，一者谓遮遣因。」<sup>70</sup>

## 乙五、从成立的角度区分正因

从成立的角度，正因可分为：一、成立名言正因。二、成立境义正因。

---

70 德格版，论，量，31卷，第一品，262正页；对勘本版，书号97，902页。汉译大藏经内并无此译。

成立名言正因的性质：属该论式的三相之基础上，该论式的直接所立法定属名相。如「声音有法，属无常，所作性故」的所作性。在诤处声音之上，成立了刹那性的名相或名言——无常——的缘故，系属成立名言因。

成立境义正因的性质：属该论式的三相之基础上，该论式的直接所立法定属性相。如「声音有法，属刹那性，所作性故」的所作性。在诤处声音之上，成立了无常的性相或境义——刹那性——的缘故，系属成立境义因。

## 乙六、从宗的角度区分正因

从宗的角度，正因可分为：一、事势正因。二、信许正因。三、极成正因。一般心识之境可分为，由事物之力所成之境，以及由共许（或称「极成」<sup>71</sup>）之力所成之境，共有两种。前者如热炙性住于事物火之中，是火的本性或火的实性，无论是谁触碰此物，只会产生热炙的行相外，并无其他行相，这类的境称为「由事物之力所成之

---

71 译者注：量学典籍将立敌二方的共许之义称为「极成」，也就是说，敌立两者将该宗共同认许为至极之宗，且成就该宗，故又称「至极成就」。但以藏文直译而言，古汉译的「极成」正是「共许」、「世间共同承许」的意思。



境」。后者如「火为能净及髻顶者」、<sup>72</sup>「能净又被共许为猪」，以及「髻顶者又被共许为孔雀」<sup>73</sup>等境，并非由事物之力所成，而是由世间共许之力所成，故称「由声所成或极成之力所成之境」。

真正的极成是具境，又可分为分别心及能诠声两种。前者如，想要将怀兔取名为月亮的世间分别心。后者如，由该分别心，将怀兔取名为月亮的声音。如何极成呢？首先由某士夫于某无名境，为能给予名称而随心取名后，共许于世间中，就如一开始将腹鼓、缩底的和合体取名为「瓶子」般。

极隐蔽宗需由教言或士夫的无误言词为理由而成立。因为该宗对己而言是种极隐蔽分，无法以事势因成办，所以只能观待教言而立。如何将教言作为因相呢？并非只是引用教言而已，还须清净三种伺察才行。譬如，观察真金的颜色有无明显的缺陷后，用火烧炼般，伺察该教言的内容是否有被现量所违害。观察真金的内在细微——略隐蔽分——缺陷，以截断的方式去除其患般，伺察该教言的内容是否有被事势正量所违害。观察真金的好坏时，以磨金的方式去除所有难

---

72 译者注：根据藏文，火又称为能净及髻顶者。

73 译者注：根据藏文，髻顶者是孔雀的异名。

察的缺陷般，伺察该教言的内容是否有前后矛盾、直接及间接的矛盾等。若能具足三种清净伺察，该教言就能被承许，并成为教言正量，但需要众多因缘才行。

总之，该教言的内容并需远离三种过患：一、于该现前分的内容，无有现量的违害。二、于该略隐蔽分的内容，无有事势比量的违害。三、于该极隐蔽分的内容，无有前后、直间接的矛盾。量学典籍说了如何「三察清净」（དབྱུང་གསལ་པོ་དག་པོ།）之理。

事势正因的性质：属该论式的三相之基础上，该宗由事物力所形成。如「声音有法，属无常，所作性故，如瓶子」的所作性。法上阿闍黎的《决定量论疏》云：

「为使正量成立三相，事势因相趋入己境，且不会追求教言等其他事项。」<sup>74</sup>

极成正因的性质：属该论式的三相之基础上，该宗必须是由声所生的极成。如「怀兔有法，可将尔称为『月亮』，于分别心境中存

---

74 德格版，论，量，卷，第一品，29背页；对勘本版，书号104，67页。汉译大藏经内并无此译。



在故」的因相。可将怀兔称为月亮，是由欲念或共许之力所立，并非由事物力所成立。《释量论》所云：

「声依止于名，彼复唯依欲。  
 声成非不成，如是说声名。  
 显比量所成，相违无不谬。  
 如是者即是，共称比量故。」<sup>75</sup>

如同可以将怀兔称为月亮，也可以将耳朵称为眼睛。无自性阿闍黎（སྣོད་པོ་ཉེན་མེད་པ།）的《摄大乘论文疏》（ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱེས་པའི་བཤད་སྟེན།）云：

「名称无有决定。如，旋行者将耳称眼、将熟饭称为盗贼、将口唇称为别异。」<sup>76</sup>

此外，随意将怀兔取名为月亮，味典将冰片取名为月亮，医典

75 德格版，论，量，31卷，他义品，第116-117句偈颂文，143背页；对勘本版，书号97，584页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

76 德格版，论，唯识，31卷，第三品，230背页；对勘本版，书号76，600页。汉译大藏经内并无此译。

将水银取名为月亮，诗典将少女的脸称为月亮等，将尔等有法称为月亮都是可以的。

法上阿闍黎也说，事势正因之宗以事物力成办，极成正因之宗以名言力成办，诚如法上阿闍黎的《决定量论疏》云：

「『极成境乃由声所生之义，比量境乃事物矣。』谓区别境类。」<sup>77</sup>

信许正因的性质：属该论式的三相之基础上，该宗为极隐蔽分。譬如，「『施生富戒乐』的教言有法，该内容无有欺诳，属三察清净的教言故」的因相。布施获取各类受用实属极隐蔽分，凡夫必须得从三察清净的教言才能得知该真相。诚如《释量论》所云：

「系属顺方便，说士夫义语」<sup>78</sup>

---

77 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，第一品，60背页；对勘本版，书号104，143页。汉译大藏经内并无此译。

78 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，自义品，第215句偈颂文，102背页；对勘本版，书号97，488页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



此说该论式的有法。此论又云：

「于见及不见，有事诸义理，  
现量二比量，无害此不欺。」<sup>79</sup>

此说该论式的因相。

## 乙七、从趋入同品的方法区分正因

从趋入同品的方法，正因可分为：一、能遍趋入于同品正因。二、以二相趋入同品正因。能遍趋入于同品正因的性质：属该论式的三相之基础上，趋入该论式的所有同品。<sup>80</sup>如「声音有法，属无常，所作性故」的所作性。该论式的所立法无常定属所作性，所以，所作性成为趋入该论式同品的能遍因。

以二相趋入同品正因的性质：属该论式的三相之基础上，以二相趋入该论式的同品。如「声音有法，属无常，人为所造故」的人为

79 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，自义品，第216句偈颂文，102背页；对勘本版，书号97，488页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

80 译者注：该论式的因相（所作性）趋入该论式的所有同品（所有无常），同等「所作性周遍所有无常」，又等同「无常定属所作性」。

所造。该论式的所立法无常可分人为所造及非人为所造两种，所以，「人为所造」是以二相趋入该论式的同品因。

## 乙八、从辩者的角度区分正因

从辩者的角度，正因分为：一、自义正因。二、他义正因，共两者。自义正因的性质：属该论式的三相之基础上，非对敌方所立下。如，并非由其他立方所举出的「声音有法，属无常，所作性故」论式，而是因为自己思惟了「为何声音是无常」的理由，以所作性的正因推论了声为无常。

他义正因的性质：属该论式的三相之基础上，对敌方所立下。如，由其他立方所举出的「声音有法，属无常，所作性故」的正因。

总之，自义正因与他义正因两者都相同为正因，其差异仅在于，是不是由正立方举出该论式的区别而已。

## 乙九、相反正因——见似因

### 丙一、总说

为能了解正因谬处，今说见似因。如前述：「三相为正因」，故知非三相为见似因。因相可分为宗法成立者及宗法未成立者两种。



前者又可分为：决定随转随遮<sup>81</sup>的正周遍、决定颠倒周遍，以及未决定正周遍或颠倒周遍其中一者的不定者。前者为正因，次者为相违因，后者为不定因。诚如《释量论》所云：

「似因谓所余。」<sup>82</sup>

某论式的见似因性质为：属该论式之因的基础上，非三相者。分为：一、相违因。二、不定因。三、不成因。

## 丙二、相违因

先说相违因。某论式的宗法成立，但主要是该同品遍却未成立，在这基础之上，该论式的因相与所立法相违者，该因称为「相违因」。

尔为某论式之相违因的性质：属该论式的宗法之基础上，成立该论式的宗法者决定了该论式的随转随遮之周遍为颠倒者。在相违因的性质中，言「宗法」是因为排除不成因的缘故。言「成立该论式的

---

81 译者注：B随A转，A遮则B遮，故称「随遮随转」。

82 德格版，论，量，3卷，自义品，第1句偈颂文，1正页；对勘本版，书号97，469页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

宗法者决定了该论式的随转随遮之周遍为颠倒者」是因为排除不定因的缘故。相违因的事例如，「声音有法，属常，所作性故」的所作性。

### 丙三、不定因

第二，今说不定因。某论式的宗法成立，但主要是该异品遍却未成立，或缺乏决定者，该论式的因称为「不定因」。某论式之不定因的性质：成立该论式的宗法者，却尚未决定该论式的随转随遮之正周遍以及颠倒周遍。又可分为：一、不共不定因。二、共不定因，共有两种。

尔为该论式不共不定因的性质：尔为该论式的不定因之基础上，成立该论式的宗法者，未决定尔于该论式的同品中存在，也未决定尔于该论式的异品中存在。不共不定因的事例如，「声音有法，属无常，所闻故」的所闻。不只尚未决定因相——所闻——存在于该论式的异品——常——之中，<sup>83</sup>也不能决定该因相存在于同品无常之

---

83 译者注：没有任何声音或所闻——声音的性相——属于常法，故说「所闻不存在于常中」，且正量也不能决定「所闻存在于常中」。



中。为什么呢？成立「以所闻推理声为无常」的宗法者，因为决定了声音与所闻之间的名性相<sup>84</sup>的关联，如果决定了因相所闻存在于该论式的同品无常的话，定能决定声音也存在于该论式的同品无常之中，这样一来，将会有该宗法者决定能证悟声为无常的过患。<sup>85</sup>总之，在该论式的同品、异品、诤处三者之中，只决定因相所闻存在于诤处之中，且未决定存在于其他两法之中，故称「不共不定因」。

尔为该论式共不定因的性质：尔为该论式的不定因之基础上，成立该论式的宗法者，决定尔于该论式的同品中存在，亦或是，决定尔于该论式的异品中存在，两者其中的一者。成立所知为该论式的宗法者，决定所知存在于该论式的同品无常之中，却未决定所知存在于该论式的异品之中，此时，所举出的「声音有法，属无常，所知故」论式的「所知」，便是共不定因的事例。推理声为无常论式的辩者决定了所知共同存在于该论式的同品及诤处之中，故称「共不定因」。

共不定因分为二：一、正不定因。二、有余不定因。

---

84 译者注：名性相的关联，如，「声音是所闻的名相，所闻是声音的性相」的关联。

85 译者注：言过患的理由是因为，成立「声音有法，属无常，所作性故」的宗法者，必须是位尚未了知该论式之宗的补特伽罗。

尔为该论式正不定因的性质：尔为该论式的不定因之基础上，成立该论式的宗法者，决定了尔存在于该论式的同品及异品两者之中。成立「以所量推理声为无常」的宗法者，决定了所量存在于常与无常两者之中，此时，所举出的「声音有法，属无常，所量故」论式的「所量」，便是正不定因的事例。

尔为该论式有余不定因的性质：尔为该论式的不定因之基础上，成立该论式的宗法者，决定了尔存在于该论式的同品之后，对于尔是否存在于该论式的异品，产生疑惑，亦或是，决定了尔存在于该论式的异品之后，对于尔是否存在于该论式的同品，产生疑惑，两者其中的一者。

成立该论式的宗法者，因为仍然存有「因相是否存在于同品或异品之中」的余疑，故称「有余」。成立「以所知推理声为无常」的宗法者，决定了所知存在于该论式的同品无常之中，却未决定所知是否存在于该论式的异品常之中，此时，所举出的「声音有法，属无常，所知故」论式的「所知」，便是「正确有余（不定因）」。亦或是，成立「以所知推理声为无常」的宗法者，决定了所知存在于该论式的异品常之中，却未决定所知是否存在于该论式的同品无常之中，此时，所举出的「声音有法，属无常，所知故」论式的「所知」，便是「相违有余（不定因）」。



### 丙四、不成因

第三，今说不成因。之所以称「不成因」是因为未成立宗法的缘故。不成因的性质：属该论式的因相之基础上，未成立该论式的宗法。此因分三：一、观待义不成立。二、观待识不成立。三、观待辩者不成立。

观待义不成立又分七者：一、缺少因相性质而不成立者。如，「此士夫有法，属苦者，被兔角所戳故」的因相。二、缺少有法性质而不成立者。如，「兔角有法，属无常，所作性故」的因相。三、因法无异而不成立者。如，「声音有法，属无常，无常故」的因相。四、诤处因相无异而不成立者。如，「声音有法，属无常，声音故」的因相。五、诤处与法无异而不成立者。如，「声音有法，属声音，所作性故」的因相。六、因相于有法上，由不符合论式法而不成立者。如，「声音有法，属无常，眼识所取故」的因相。七、有法的一方不存在于因相上而不成立者。如，「树木有法，属具心者，夜时紧缩树叶而眠故」的因相。<sup>86</sup>

---

86 译者注：成立某论式的宗法者，也是成立该论式的欲知有法者，必须对该宗产生欲知的念头。总言说，此人尚未了知该宗，却对知道该宗很感兴趣。

看待识不成立又分四者：一、怀疑因相性质而不成立者。如，对于未以正量决定微小昆虫者所举出「声音有法，属无常，由微小昆虫的正量所量故」的因相。二、怀疑有法性质而不成立者。如，对于未见微小昆虫者所举出「微小昆虫有法，属无常，所作性故」的因相。三、怀疑诤处因相属而不成立者。如，对于不知孔雀在哪里的某人，所举出「在三山坞之中央有法，有孔雀，孔雀发声故」的因相。四、缺少「无患欲知有法」而不成立者。如，对于已证声为无常仍未忘记的某人，所举出「声音有法，属无常，所作性故」的因相。

第三，看待辩者不成立又可分为三种：一、看待立方而不成立者。如，由尚未证悟声为无常的立方，对敌方所举出「声音有法，属无常，所作性故」的因相。二、看待敌方而不成立者。如，正立方对于声是否为无常没有兴趣了解的敌方，所举出的「声音有法，属无常，所作性故」的因相。三、看待立敌两方而不成立者。如，由尚未证悟声为无常的立方，对声是否为无常没有兴趣了解的敌方，所举出的「声音有法，属无常，所作性故」的因相。

## 乙十、因轮

为了能够让读者们容易了解因相的关键分类，陈那阿闍黎另列出「九句因相」，且撰写了该宗的注释，以下简略说明其内容。



首先介绍什么是「九句因相」。陈那阿闍黎的《因轮论》  
(Hetucakradamaru གཏན་ཚིགས་འཁོར་ལོ།) 云：

「所量作性及无常，作性所闻及人为，  
无常人为非具色。」<sup>87</sup>

文中说到《因轮论》中的九种因相。  
此论又云：

「常法无常及人为，常法常法及常法，  
非人为造及无常，于常法立成立因。」<sup>88</sup>

本段显示因相九种所立法。  
此论复云：

「因相迷轮九句因，由此为喻应如是，

---

87 德格版，论，量，31卷，第5句偈颂文，93正页；对勘本版，书号97，465页。汉译大藏经内并无此译。

88 德格版，论，量，31卷，第5偈颂文，93正页；对勘本版，书号97，466页。汉译大藏经内并无此译。

虚空瓶子瓶虚空，瓶子闪电及虚空，  
 虚空瓶子虚空瓶，<sup>89</sup>虚空瓶子及闪电，  
 闪电虚空及瓶子，瓶子闪电及虚空，  
 虚空瓶子从微尘。」<sup>90</sup>

此段说了九种个个因相的同法喻及异法喻。

什么是《因轮论》中的九种因相？

随著趋入该论式的同品不同，而区分为三：一、能遍于同品。二、绝无于同品中。三、二相入同品，共三种。每一种又分为三：一、能遍于异品。二、绝无于异品中。三、二相入异品，故三三得九。

九种因相依序如下：一、能遍于同异两品中。二、能遍于同品中，却绝无于异品中。三、能遍于同品中，且二相趋入异品。四、能遍绝无于同品，却在于异品。五、绝无于同异两品之中。六、绝无于同品中，却以二相趋入异品。七、以二相趋入同品，且能遍于异品

---

89 此偈虽于德格版不在，但从奈塘版中截取添入。

90 德格版，论，量，卷，第9-11句偈颂文，93正页；对勘本版，书号97，466页。汉译大藏经内并无此译。



中。八、以二相趋入同品，却绝无于异品中。九、以二相趋入同异二品。诚如《因轮论》云：

「于同品中尔存在，或无或俱有无二，  
于异品中亦如是，三者各有三三相。」<sup>91</sup>

该论式的所立法定属该因相者，为「能遍于同品」。该论式的所立法定非该因相者，为「绝无于同品」。该论式的所立法非定属该因相，也不是定非该因相者，为「二相入同品」。该论式的所遮法定属该因相者，为「能遍于异品」。该论式的所遮法定非该因相者，为「绝无于异品」。该论式的所遮法非定属该因相，也不是定非该因相者，为「二相入异品」。

在《因轮论》的九句因相之中，第二句因及第八句因为正因，第四句因及第六句因为相违因，第一句因、第三句因、第七句因，以及第九句因为共不定因，第五句因为不共因。《因轮论》云：

---

91 德格版，论，量，第3卷，第3-4句偈颂文，93正页；对勘本版，书号97，465页。汉译大藏经内并无此译。

「上下两方为正因，侧有相违两因相，  
四角乃共不定因，<sup>92</sup>中间则为不共因。」<sup>93</sup>

《因轮论》的九句因相列表如下：<sup>94</sup>

一、正不定因。声音有法，属常，所量故。同法喻如虚空，异法喻如瓶子。	二、正因。声音有法，属无常，所作性故。同法喻如瓶子，异法喻如虚空。	三、正不定因。螺声有法，属人为所造，无常故。同法喻如瓶子，异法喻如闪电及虚空。
四、相违因。螺声有法，属常，所作性故。同法喻如虚空，异法喻如瓶子。	五、不共不定因。声音有法，属常，所闻故。同法喻如虚空，异法喻如瓶子。	六、相违因。螺声有法，属常，人为所造故。同法喻如虚空，异法喻如瓶子及闪电。
七、正不定因。螺声有法，非人为所造，无常故。同法喻如闪电及虚空，异法喻如瓶子。	八、正因。螺声有法，属无常，人为所造故。同法喻如瓶子，异法喻如虚空。	九、正不定因。螺声有法，属常，不具触故。同法喻如虚空及微尘，异法喻如业与瓶子。

92 虽然根据德格版为「如」，但根据北京版及奈塘版为「乃」，故修订为「乃」。

93 德格版，论，量，3卷，第4-5句偈颂文，93正页；对勘本版，书号97，465页。汉译大藏经内并无此译。

94 阿拉夏·登达拉朗巴（ཨ་ལ་ཤ་ཤ་བཟུང་དང་ལྷ་བཟུང་ལ།）写了一本有关《因轮论》的极佳注释，论名为「宝炬论」（རིན་པོ་ལུ་ལྷོ་ནེ།）。请参考该书的三种列表：一、如实所住轮。二、同异法喻轮。三、所举立之轮。



《因轮论》九句因相之中，位于上中的因相及位于下中的因相为正因。位于右侧中间的因相及位于左侧中间的因相皆为相违因。位于四斜角的因相为共不定因。位于正中的因相为不共不定因。

何为虚空等二十四喻？

教典说，虚空及瓶子两者，正是「以所量为因，成立声为常」的「能遍于同品论式」的喻例，以及「以所量为因，成立声为常」的「能遍于相违异品论式」<sup>95</sup>的喻例。为什么这么说呢？因为虚空是「能遍于同品」该论式的喻例，而瓶子是「能遍于异品」该论式的喻例。之所以虚空成为该论式的同品喻例，以及瓶子成为该论式的异品喻例，是因为，虚空是所量及常的同属，瓶子是所量及无常同属的缘故。

在第九句因相时，说虚空、微尘、业、瓶子四者，为「声音有法，属常，不具触故」的「以二相趋入同异二品」的喻例，其理由是，虚空及微尘两者是「以二相趋入同品」该论式的喻例，业与瓶子两者是「以二相趋入异品」该论式的喻例。为什么呢？外道胜论派认为，虚空是「常不定属具触者」的例子；微尘是「常不定非具触者」

---

95 译者注：「能遍于异品」与「能遍于相违异品」的论式相同。

的例子，业是「无常不定属具触者」的例子，瓶子是「无常不定非具触者」的例子。如同前述解释初因及后因般，以此类推，得知其他中间因相。

陈那阿闍黎讲说九句因相的目的是什么呢？诚如《释量论》所云：

「为成性果义，说二因二返，  
 诤故说别共，余返是能立。」<sup>96</sup>

为能了知果正因与自性正因的随转随遮、无则不生的相属不能以欲念成立，故而显示果、自两因论式。如果随转随遮可从欲念而起，两种相违因也可随著欲念转成正因，但这两者永远都是谬因。为能了知「决定随转随遮」观待相属而成，故说两种相违因。

此外，因为显示了「果、自两者光靠承许异品遍不能成立」，便会得知因不可得及能遍不可得系属正因。又为了能够知道正因的事例决定为果、自、不可得三者，故说，二侧两相违、上下两正因等四句因相。

---

96 德格版，论，量，31卷，他义品，第196句偈颂文，147正页；对勘本版，书号97，592页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



为能断除仅异品遍，或仅同品遍亦能存有正因，故说随转随遮的两种周遍必须得是「一方成办另一方」者，而且该因还得根据宗法的成立，才能被安立为正因。

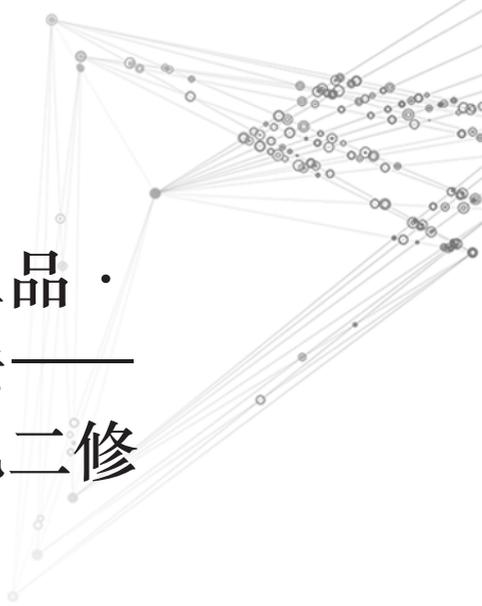
为能决定正因的性相为三相，以「所量」及「所闻」作为理由后，而说了两句因相。如果仅异品遍就能成为正因的话，所闻将成「成立声为常」的正因。但是承许仅异品遍就能成为正因者，汝等所立之因相皆不存在异品遍，如同「以所闻为因，成立声为无常」的因相般，实为相同，故说「所闻」。同样地，如果仅同品遍就能成为正因的话，所量将成「成立声为常」的正因。但是承许仅同品遍，该因皆不得同品遍，如同「以所量为因，成立声为无常」的因相般，实为相同，故说「所量」。

仅随转同品，仅随主要者，或随转随遮仅属相同者，皆不能为正因，为显其义，陈那阿闍黎说了其余三句因相。如果仅是随转同品就能成为正因的话，无常也将是「成立螺声属人为所造」的正因，会有如是过患。为显其义，故说「螺声有法，属人为所造，属无常故」。如果仅随主要者就能成为正因的话，无常也将是「成立螺声非人为所造」的正因，会有如是过患，为显其义，故说「螺声有法，非人为所造，属无常故」。如果随转随遮仅属相同者就能成为正因的话，非具触者将是「成立声音为常」的正因，会有如是过患，为显其

义，故说「声音有法，属常，非具触者故」。

总之，「宗」谓去除净处之上的所有异品，能立此宗的正因决定为三相，若能具足此三相者决定为果、自、不可得三者。又为了能够了解正因与见似因的论式分类，显示了九句因相。以上已经说明了心趋入境的方法——成立语——及由此显示的因相论。





第十二品 ·  
调心的方法——  
止观二修



## 甲一、生起烦恼的因与缘

继解说能知心识的论述、心如何趋入境，以及心如何了知境的方法——因相的论述——之后，为能增长心了知境的能力，并让心在趋入境时专注该所缘境，于此解说修心的方法。

修心的方法可略分为两大类：一、将带来损害的心识类别——如贪等烦恼——的能力逐渐削弱而修治。二、将带来利益的心识类别——如慈悲及智慧等——的能力逐渐串习而增长。

在前述心所的论述中说过，烦恼识等可被「根本烦恼」与「随烦恼」两种所含摄。为了能够逐渐对治烦恼，单凭认知烦恼的性质及作用是不够的，认清个别烦恼生起的因与缘也极为重要。因此，许多古老的佛教典籍中，都曾广泛谈及烦恼生起的因缘为何、个别烦恼的罪行及过患等，以下简略说明。

各种佛教典籍中普遍说到诸多烦恼的因，但根据无著阿闍黎的《瑜伽师地论》，烦恼因主要归为六类，此论云：

「谓六种因：一由所依故。二由所缘故。三由亲近故。四由邪教故。五由数习故。六由作意故。由此六因，起诸烦恼。所依故者，谓由睡眠起诸烦恼。所缘故者，谓顺烦恼境界现前。亲近故者，谓由随学不善丈夫。邪教故者，谓由闻非正法。数习故者，谓由先植数习

力势。作意故者，谓由发起不如理作意故诸烦恼生。」<sup>1</sup>

论中说到六种烦恼的因。

初者由所依故。所依，谓种子或随眠，也就是只要值遇其缘，自续烦恼便能随时生起的所依或是种子，如同若不将疾病的种子拔除，仅依少许不当的饮食，便能导致疾患复发一般。

第二、由所缘故。所缘或境，即悦意及不悦意境，也就是值遇之便能令烦恼生起的所缘。

第三、由亲近故。亲近，谓随学非善贤的恶友。

第四、由邪教故。邪教，谓闻习如兵法、淫行等邪法典籍。

第五、由数习故。谓反覆串习往昔烦恼。

第六、由作意故。作意，谓反覆思惟贪瞋等境的增益，即是非理作意。例如：缘取贪的所缘境如「此衣服颜色极好」、「此衣服造型极佳」、「此衣服剪裁极好」等，或瞋的所缘境如「瞋境仇敌过去如何害我」、「将来又会如何害我」等悦意及不悦意境的反覆思惟。

《大乘阿毘达磨集论》说烦恼的主因有三，论云：

---

1 德格版·论，唯识，第81卷，第七品，83正页；对勘本版，书号72，870页。汉译来源：《瑜伽师地论》(T.30.1579.314a.3)。



「谓烦恼随眠未永断故，顺烦恼法现在前故，不正思惟现前起故，如是烦恼方乃得生。」<sup>2</sup>

论中说到烦恼的三个主因：一、「烦恼随眠未永断」者，谓因力——细增烦恼尚未断除。二、「顺烦恼法现在前」者，谓境力——趋近产生贪等相应的所缘境。三、「不正思惟现前起」者，谓加行力——非理作意的等无间缘。与此相同的内容，在《阿毘达磨俱舍论自释》中也有说到：

「诸烦恼起由几因缘？颂曰：由未断随眠，及随应境现，非理作意起，说或具因缘。论曰：由三因缘诸烦恼起，且如将起欲贪缠时，未断未遍知欲贪随眠故。顺欲贪境现在前故。缘彼非理作意起故。由此力故便起欲贪。此三因缘如其次第即因境界加行三力。余烦恼起类此应知。」<sup>3</sup>

2 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第二品，78背页；对勘本版，书号76，199页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.676b.5）。

3 德格版，论，阿毘达磨，<sup>11</sup>卷，第五品，246正页；对勘本版，书号79，603页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.107b.10）。

总括而言，所有烦恼及其过患的根本都是来自无明。诚如《中观根本慧论》所云：

「业烦恼非实，入空戏论灭。」<sup>4</sup>

论中说，能够引发各式痛苦的业都来自烦恼，烦恼皆来自增益执取悦意或不悦意的非理作意之妄念，偏离真相。非理作意之妄念，是来自长期串习不明了诸法真相的无明戏论。

如同「非亲」<sup>5</sup>与「非实」之所指不仅否定了「亲友」与「实相」之外，更是亲友与实相的颠倒方，无明所指的也不仅是「没有明」或「非明」，更是明觉的异品颠倒方。诚如《阿毘达磨俱舍论》云：

「明所治无明，如非亲实等。」<sup>6</sup>

---

4 德格版，论，中观，<sup>5</sup>卷，第十八品，第5句偈颂文，11正页；对勘本版，书号57，26页。汉译来源：《中观根本慧论》（T.30.1564.23c.29）。

5 译者注：藏梵两文中，「非亲」的意思不只是非亲非故，更是仇敌，诚如汉文的「不好」，此词不仅否定了好，更是意味著「坏」，即好的颠倒方。

6 德格版，论，阿毘达磨，<sup>7</sup>卷，第三品，131背页；对勘本版，书号79，324页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.51c.10）。



《阿毘达磨俱舍论自释》亦云：

「如诸亲友所对怨敌亲友相违名非亲友，非异亲友，非无亲友。谛语名实，此所对治虚诳言论名为非实，非异于实。亦非无实。等言为显非法非义非事等性非异非无，如是无明别有实体，是明所治非异非无。」<sup>7</sup>

一般所说无明，又有「不懂哪条路」的粗显无明、「不懂业因果」的取舍无明，以及「不懂真相」的无明等类型。这些无明的对治，则为了知各该真相的智慧。

为何无明是一切过患的根本呢？

一切贪等烦恼以及生老病死等过患，都是来自无明。首先有对于真相愚痴的我执无明，且以无明力覆盖境的真相。依此力故，生起非理作意之妄念，并增益了为亲友、仇敌所发起的贪瞋。

什么是非理作意之妄念？

执取与实相不符之境，且极度地增益该境。例如：贪婪的时候，所见贪境的每一部分都是美好的，并超越了实际的优点。又如生

---

<sup>7</sup> 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第三品，131背页；对勘本版，书号79，324页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.51c.11）。

气的时候，所见瞋境的每一部分都是令人厌恶的，并超越了实际的缺点。因为愚痴于真相的无明，发起了非理作意的妄念，且产生了贪瞋，进而产生了诸多痛苦，故说无明系一切烦恼及痛苦的根本。

譬如若除树根，树枝与树叶皆会逐渐干枯般，无明若除，一切烦恼将被遮遣无余。诚如《佛说如来不思议秘密大乘经》（དེ་བཞིན་གཤམ་པའི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲུབ་པ་བསྟན་པའི་མངོ།）云：

「寂慧！譬如大树若断其根，即枝叶茎干而悉枯悴。此有身见<sup>8</sup>亦复如是，若近止已，诸烦恼亦止。」<sup>9</sup>

《中观根本慧论》云：

「业烦恼灭故，名之为解脱，  
业烦恼非实，入空戏论灭。」<sup>10</sup>

8 译者注：此译中的「身见」为「坏聚见」或梵文的「萨迦耶见」；身蕴亦是坏聚之一。

9 德格版，经，宝积，7卷，第十五品，161背页；对勘本版，书号39，439页。汉译来源：《佛说如来不思议秘密大乘经》（T.11.312.732c.7）。

10 德格版，论，中观，5卷，第十八品，第5句偈颂文，11正页；对勘本版，书号57，26页。汉译来源：《中观根本慧论》（T.30.1564.23c.29）。



《四百论》云：

「如身中身根，痴遍一切住，  
故一切烦恼，由痴断随断。」<sup>11</sup>

此处所说的痴，应解读为无明我执。当他人赞美自己时，心想：「他正在说『我』的优点。」那个「我」，其实是一种内心深处投射出来的飘然自我，又将该「我」执取为独立个体的受用者后，进而区分自他双方。此后，缘己生贪、缘他生瞋、缘利者起贪、缘害者起瞋、缘中庸者起痴，由此发起三门所有罪患。《释量论》云：

「若彼见有我，当常著于我。  
由著爱于乐。由爱障众过。」<sup>12</sup>

又云：

---

11 德格版，论，中观，第4卷，第六品，第10句偈颂文，7背页；对勘本版，书号57，796页。汉译来源：法尊法师译《四百论》。

12 德格版，论，量，第3卷，成量品，第219句偈颂文，115背页；对勘本版，书号97，519页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

「有我则知他，我他分执瞋，  
由此等相系，起一切过失。」<sup>13</sup>

《入中论自释》云：

「烦恼谓贪等，诸过患谓生、老、病、死、愁等，彼等皆从萨伽耶见生。经云：『萨伽耶见为根本，萨伽耶见为因，萨伽耶见为集。』此说一切烦恼皆以萨伽耶见为因，由未断除萨伽耶见，能起诸行，能招生等众苦，故说皆以萨伽耶见为因也。」<sup>14</sup>

如前述，贪心缘取悦意境后，超越了现况的美好而执著；瞋心缘取不悦意境后，超越了现况的缺陷而执著。贪心生起时，会缘取受用者我、受用事蕴、衣食住行，以及亲朋好友等。

一般而言，欲或希求可分为两种：一、想要帮助他人的希求心，这是一种不颠倒的心识。二、想要追求贪境的希求心，这是一种

---

13 德格版，论，量，<sup>31</sup>卷，成量品，第221句偈颂文，116正页；对勘本版，书号97，520页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

14 德格版，论，中观，<sup>91</sup>卷，第六品，292背页；对勘本版，书号60，774页。汉译来源：法尊法师译《入中论自释》。



烦恼。同样地，厌离心也分两种：一、瞋心，这是一种烦恼。二、看到了烦恼及痛苦的过患后所产生的厌离心，就不是一种烦恼。这些要义应当了知。

此外，世亲阿阇黎的《阿毘达磨俱舍论》中，说到了如何由无明发起根本烦恼及随烦恼的论述，其义如下：因为愚痴于真相，生起了「真相为何」的疑惑。疑惑的颠倒闻及颠倒思，发起了「绝无此实相」的邪见。由邪见力，发起了执取「蕴等为我或我所」的萨迦耶见。由萨迦耶见力，发起了执取常边或断边的边见。此后，相信边见的所执之义为正确或解脱之因后，发起了戒禁取见。相信由此戒禁取见之力，能够获得清静解脱的见取见。由见取见之力，发起了缘己见之贪，以及高傲之贪，且对他人之见产生瞋心。如《阿毘达磨俱舍论》云：

「无明疑邪身，边见戒见取，  
贪慢瞋如次」<sup>15</sup>

---

15 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第五品，第32-33句偈颂文，17正页；对勘本版，书号79，39页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1560.319c.16）。

上述顺序虽然并非决定次第，但在试著去缘取真相的过程中，烦恼确实有可能依照上述次第循序发起，故做此说。

随烦恼如何从根本烦恼产生的呢？

由贪心生起无惭、掉举、慳、诳、憍。有些覆来自贪，有些覆来自痴，有些覆来自贪与痴两者。无明起昏沉、烦恼眠，以及无愧。疑起不善悔。瞋起忿、嫉、恨，以及害。见取见起恼。邪见起谄。  
《阿毘达磨俱舍论》云：

「无惭慳掉举，皆从贪所生。  
无愧眠昏沉，从无明所起。  
嫉忿从瞋起，悔从疑覆诳……  
诳憍从贪生，害恨从瞋起，  
恼从见取起，谄从诸见生。」<sup>16</sup>

---

16 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第五品，第48-51句偈颂文，17背页；对勘本版，书号79，40页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1560.320a.17）。



## 甲二、某些心所彼此相违之理

先前谈及各心所之间的差异、个别心所的作用，以及烦恼心所由什么因及缘产生等内容。在此略说哪些心所会彼此相违之理，例如：瞋与忍。

佛教典籍中提及哪些心识彼此相违时，会说到以相违心识作为对治。例如害心的对治是悲心，瞋心的对治是忍辱，嫉妒的对治是欢喜，贪心的对治是作意不净，妄念的对治是修数息，傲慢的对治是思惟蕴界处等的分类，无知的对治是听闻，昏沉的对治是提高心力，掉举的对治是思惟死无常、厌倦痛苦、出离的因缘等诸多的对治种类。

为什么心所之间有著彼此相违、互相伤害的现象呢？

以色法而言，能够互相伤害的机制分为两类：一、直接互相伤害。如：黑闇与光明、热触与寒触。二、间接互相伤害。如：热触与寒触之果——汗毛竖立。同样地，心识之间的互相伤害也分为两种：一、希求类别的伤害。如：悲心与瞋心。二、智慧类别的伤害。如：智慧及无明。

有关智慧类别心识的彼此伤害，如《四百论》云：

「识为诸有种，境是识所行，

见境无我时，诸有种皆灭。」<sup>17</sup>

论说，必须透过见到无明的颠倒执取而去断除无明。

《释量论》亦云：

「定与增益意，能所害性故。」<sup>18</sup>

以「执青的决定识」以及「执取『青为非青』的增益」为例，透过二者所执的正相违，而成为了互相伤害。诚如此论又云：

「若谓能断彼，未破除此境。」<sup>19</sup>

论中所说是透过断除某识直接伤害的对象——该识的正相违识——的所执境或所耽境后所产生的伤害。例如：决定「蕴为无常」的心识，破除了「蕴为常」的执取识的所耽境后，损害该识。又

17 德格版，论，中观，<sup>4</sup>卷，第十四品，第25句偈颂文，16正页；对勘本版，书号57，815页。汉译来源：玄奘大师译《广百论》（T.30.1570.185c.10）。

18 德格版，论，量，<sup>3</sup>卷，自义品，第49句偈颂文，96背页；对勘本版，书号97，474页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

19 德格版，论，量，<sup>3</sup>卷，成量品，第213句偈颂文，116正页；对勘本版，书号97，520页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



如了解「绳非蛇」的心识，破除了「绳是蛇」的执取识的所耽境后，损害该识。

然而，若仅缘取同一境相，且执取直接相违的话，该二识不一定互相伤害。例如：缘取某人所发起的贪心与瞋心两者；贪心缘取该境的悦意部分而想要追求，瞋心缘取该境的不悦意部分而想要远离，该二心为执取相违，却并非互相伤害。如《释量论》亦云：

「贪瞋虽互异，然非能违害」<sup>20</sup>

现起贪心却尚未现起瞋心，不是因为贪瞋互相伤害，而是因为一者现起的时候，另一者现起的因缘尚未具足的缘故。

属于希求类别的心识中，像是慈心及瞋心等，又是如何互相伤害的呢？

这两种心识在同一所缘上面，一者希求利他，一者希求害他，该二行相成正相违，但这种正相违并非来自了知另一方的所耽境不存在。

---

20 德格版，论，量，31卷，成量品，第213句偈颂文，115背页；对勘本版，书号97，519页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

例如以忍辱对治瞋心的时候，并非忍辱将瞋心的所执境直接视为悦意境，透过这种方式直接成为瞋心的相违方，而是首先让瞋心的因缘无法成办，纵有瞋因也不能持续，以这种方式成为瞋心的对治。诚如《入行论》云：

「强行我不欲，或挠吾所欲，  
得此不乐食，瞋盛毁自他。  
故应尽断除，瞋敌诸粮食。」<sup>21</sup>

对方做出令自己或自己的亲眷不欢喜的事情，或是做出阻碍吾等欢喜的事情，所以让吾等心生不乐。这种不乐就像是粮食，会让瞋心发起，毁灭自他。因此论中说要停止内在仇敌瞋心的粮食——心不乐。此外，《入行论》中又说，藉由观察敌者的性质及作用，尤其是敌者有助于吾人观修忍辱等，可对治瞋心。这些内容说出了如何透过相违品成为对治，应反覆思惟。

同样地，布施与悭吝、持戒与坏戒、忍辱与瞋心，以及精进与懈怠等希求类别心识的互相伤害之理，也须了解。

---

21 德格版，论，中观，41卷，第六品，第7-8句偈颂文，14背页；对勘本版，书号61，980页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。



总之，希求类别与智慧类别的心识，都可以各该心识的相违品来对治，其互相伤害之理如：热触的增上会导致该相违方寒触的削弱、利他心的增上会使害他心减少、光明现起的同时会让黑闇消灭，以上述的方式形成互相伤害。

然而，古早的佛教学者们认为，前述烦恼心所归根究柢都是来自执取颠倒真相的愚痴我执，或执著我及我所的萨迦耶见，所以对治瞋嫉的慈及随喜只能暂时压伏瞋嫉，却不能根本断除瞋嫉。若要彻底断除所有烦恼，必须依赖了解诸法真相的智慧，此理将在《佛法宗义总集》中解说。

### 甲三、闻、思、修三慧

由正理门观察境故，可循序发起闻、思、修三者的智慧。如何发起呢？首先，从他处听闻所学的内容，此时只是听闻。若能透澈理解所闻内容，则发起闻所成慧；此慧是由他力生起。接著，由先前已闻的缘故，经教言及正理的善观察便是思惟，观察后发起的决定慧，就是思所生慧；此慧依自力生起。而修者，谓反覆串习闻思决定之义，进而发起修所生慧。

修有止修、观修二者。观修，谓以理反覆观察并串习；止修，

谓不经观察且一心专注者。

总之，佛教典籍相当重视如何令闻、思、修三者的智慧增上的方便次第。

发起闻所生慧极为重要的缘故，应先了知此慧的利益。此慧的利益如马鸣阿阇黎（སྟོབ་དཔོན་དཔལ་བོ།）的《本生续》（སྟེན་པའི་རབས་ཀྱི་རྒྱུད།）云：

「闻乃去除痴闇之火炬，贼等不能盗取之胜财，  
摧毁愚法仇敌之兵器，显示方便口诀之胜友，  
贫困仍不弃舍永亲眷，绝无损害苦病之良药，  
消灭极大罪行之集蕴，亦是最胜名誉及宝藏，  
道德之最士夫中之尊，于众之中学者极美赞。」<sup>22</sup>

如论所云，听闻有如去除痴闇的火炬。譬如，若要去除不懂A的愚痴黑闇，只能靠著现起了解A的智慧光芒。同理，若要去除不懂A等诸多字母的愚痴黑闇，只能靠著现起了解A等诸多字母的智慧光

---

22 德格版，论，本生，51卷，第三十一品，122正页；对勘本版，书号94，292页。汉译大藏经内并无此译。



芒。听闻的越多，所去除的无明黑闇也就越多，随之现起的智慧光明也就越亮。

此外，听闻是盗贼等无法攫取的最胜财宝。世间财物有可能被盗贼或仇敌所强取，但听闻的功德却不可能落入盗贼的手上。听闻也是摧毁愚痴仇敌之兵器，因为听闻可将一切烦恼仇敌彻底断除的缘故。令已于学处离谬的最胜朋友也是听闻，因为做何事之前，是否可做、可做的理由为何、不可做的理由为何等利害关系，皆可透过听闻令己得知。听闻也是治疗烦恼的良药、消灭罪行敌蕴的军队、最胜的名誉、吉祥、宝藏，以及圣贤的最佳礼物，和学者们礼赞的众中之尊。

根据佛教典籍所说，闻思修三者所生的智慧其性质分别为：一、依赖善知识或教言正量所生起的观法识，称为「闻所生慧」，如：透过听闻或阅读显示「声为无常」的教言，生起了获得该声总内容的智慧。二、以正理伺察该闻义后，生起的决定慧，称为「思所生慧」，如：证悟声为无常的比量。三、对于闻思觉受之义，以观修或止修的其一方式，防止散乱且反覆串习，由此习力生起特殊轻安，由该轻安所摄之识，称为「修所生慧」，如：奢摩他及毘婆舍那两者。《阿毘达磨俱舍论自释》云：

「依圣言量，所生决定智名闻慧。依圣教简择道理，所生决定智名思慧。依三摩地，所生智名修慧。」<sup>23</sup>

此论又说到奢摩他、极持、舍因等词汇。观力甚强、止力甚弱时，心如风中火烛，极动摇故，不能明见所修之境。此时，应作意奢摩他之因或相，令心往内收摄。反之，观力甚弱、止力甚强时，心如沉眠，不能明见真相。此时，应作意极持相，增上心力。当内心自然而住，观力与止力也能相当时，应作意舍相。

单靠闻慧未必足够改变身语行为，身语行为的改变主要来自思慧及修慧，尤其若能发起修慧觉受的话，平时的思惟、习惯、外在身语的行为才能得到明显的改变。因此，思与修两者精通所闻之义，是种令无颠倒识于相续中发起的方法，同样地，了解听闻的内容本身就是一条联系著平日身语意行为的绳子。而若要令身语意三行转为善性，思修两者实属极为重要的缘故，佛教典籍中特别详细解说了如何发起思所成慧及修所成慧的方法，并对观修立论与论述。

---

23 德格版，论，阿毘达磨，四卷，第六品，8正页；对勘本版，书号79，697页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍释论》（T.29.1559.269a.19）。



## 甲四、闻思时正念正知极为重要

不忘失取舍所缘境的「正念」，以及观察三门当下行为是善是恶的「正知」两者，不仅于了解所知真相时极为重要，在平日生活当中也相当重要。平时需要分清何为所取、何为所舍，以正念不忘该义；无论三门做出任何行为，以正知分清何为该取、何为该舍、该做什么事等，才能无误地趋入取舍；此德皆由正念、正知两者之力所成。为令发起正念、正知，得要依靠长期的不放逸。不放逸来自了知依赖不放逸的好处，以及了知远离不放逸的坏处。不放逸会生起正念及正知，因正念及正知，方能避免取舍失当的过患。

为能讲解在听闻及思惟的时候如何依止正念、正知，首先解说该二心的作用。正念的作用：心识趋入何事时，应专注于根本所缘，不令心散乱。正知的作用：察觉心到底有否散乱。世亲阿阇黎《大乘庄严经论疏》云：

「近依正念及正知。一者令心无散于所缘，一者极知心已散

乱。」<sup>24</sup>

自心依赖著正念、正知，才会不颠倒地闻思教义、不忘教义；不只可以生起未有功德，还能令所有已生功德增长，使身语意远离异品烦恼的控制。持续正念及正知，将不随罪恶所转。诚如《圣广大游戏大乘经》云：

「善住正念已，善修正慧已，  
如法行正知，恶心汝何用？」<sup>25</sup>

经说，如果令心念住自己的正所缘，以辨别善恶的智慧加以善察，再以正知察觉心是否远离该善所缘的话，则如同懈怠及散乱等恶念烦恼终究不能做出任何伤害。相反地，如不依赖正念、正知，及不放逸，看似在听闻时了解诸多法相，但实践时却会遗忘正念所缘，就像将水倒在漏底的瓶子之中。如《入行论》云：

---

24 德格版，论，唯识，<sup>31</sup>卷，第十九品，227正页；对勘本版，书号70，1371页。汉译大藏经内并无此译。

25 德格版，经，经典，<sup>31</sup>卷，第十八品，129背页；对勘本版，书号46，313页。在汉译的《方广大庄严经》中，未见类似文句。



「心无正知者，闻思修所得，  
如漏瓶中水，不复住正念。」<sup>26</sup>

如果正念、正知衰退，烦恼将会扰乱心识，该士夫闻思学习时，学习力也会随之减弱，不能产生盛果，像是体内五大不协调者，做任何事都不会有效率。《入行论》云：

「身疾所困者，无力为诸业；  
如是惑扰心，无力成善业。」<sup>27</sup>

总之，没有正念、正知，已有的功德将会衰退，未有的功德也不会新增。龙树圣者的《劝发诸王要偈》（བཀའ་སློབ་ལྷན་པུ་བློ་བཟང་།）云：

「若忘是正念，则失诸善法」<sup>28</sup>

---

26 德格版，论，中观，ལ།卷，第五品，第25句偈颂文，11正页；对勘本版，书号61，972页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

27 德格版，论，中观，ལ།卷，第五品，第24句偈颂文，11正页；对勘本版，书号61，972页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

28 德格版，论，箴书，ཇ།卷，第54句偈颂文，43背页；对勘本版，书号61，675页。汉译来源：《劝发诸王要偈》（T.32.1673.749b.22）。

初学者理解了依赖正念、正知的利益，以及不依赖的过患之后，应如何守护内心呢？

如同一位疮疡伤口尚未痊愈者，若处于不懂节制身语意三行的狂乱群体中时，会特别小心保护该伤口般，吾等处于易生贪瞋的恶劣群体中时，应以正念记忆取舍，并以正知判别何是该做、何是不该做，以便时时保护内心的伤口。如果不这么守护内心的话，则不能实践闻思之义，且将断除自他暂时及究竟的安乐根本。《入行论》云：

「如处乱众中，人皆慎护疮；  
置身恶人群，常护此心伤。」<sup>29</sup>

如何依赖正念？

如同在世间与敌方对峙或行军打仗时，当兵刃从敌手挥落，因畏惧被敌所杀，就刻不容缓地、立即拿起兵刃，当与放逸的烦恼作战时，如果遗忘取舍所缘的话，因畏惧堕入邪道，就会立即依赖正念。《入行论》中说，应以多门依赖正念，极为重要，如此论云：

---

29 德格版，论，中观，21卷，第五品，第19句偈颂文，11正页；对勘本版，书号61，971页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。



「战阵失利剑，惧杀疾拾取；  
如是若失念，畏狱速提起。」<sup>30</sup>

如何依赖正知？诚如《入行论》云：

「心意初生际，知其有过已，  
即时护正念，坚持住如树。」<sup>31</sup>

论中说，无论做任何事情的时候，一开始就要个别了知该事的动机、目的，以及该事是否合理等。此时若意乐有误，应以正知察觉后，令心远离罪恶，坚定如树，无有动摇。此外，行住坐卧、讲话、思考等一切时，都应由正念把持到底适不适合后，再以正知反覆观察三门行为是否如法，这就是平日修持正念及正知的方式。《入行论》云：

「再三宜深观，身心诸情状。」

---

30 德格版，论，中观，<sup>21</sup>卷，第七品，第69句偈颂文，23正页；对勘本版，书号61，999页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

31 德格版，论，中观，<sup>21</sup>卷，第五品，第34句偈颂文，11背页；对勘本版，书号61，973页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

仅此简言之，即护正知义。」<sup>32</sup>

总结而言，要想从对抗无明、放逸、散乱等烦恼的战役中获胜的话，应如何修持正念及正知呢？《入行论》云：

「如人剑逼身，行持满钵油，  
惧溢虑遭杀；护戒当如是。」<sup>33</sup>

论中说，如同某人奉了一位残暴不仁的国王命令，必须手捧著装满芥油的器皿行走路上，前面则有持剑者逼身，倘若溢出一滴油，就将丧失性命于刀剑之下，因由这一种害怕被杀的恐惧而发起了强烈的精进，使心专注，以此比喻类推，身语意三者做出任何行为的时候，都要坚持正念及正知，小心谨慎、聚精会神。至于个别的正念及正知的因、性质、作用、分类等，先前讲述心所的篇章中已经说明，应当了知。

---

32 德格版，论，中观，<sup>94</sup>卷，第五品，第108句偈颂文，14背页；对勘本版，书号61，979页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

33 德格版，论，中观，<sup>94</sup>卷，第七品，第71句偈颂文，23正页；对勘本版，书号61，999页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。



## 甲五、如何修持见、修、行三法

心法是因缘所生的有为法，因此，产生该法因缘的增灭也会影响其结果的增减，而且，该因缘串习越久，其果识也就越容易生起，最终还能将果识转为自己的习性。佛教典籍中说明了如何透过闻思修三者以及见修行三者令心逐渐改变之理。因为修心的缘故，内心与身语的外在行为皆可获得改变，这是可以决定的。正因为内心的改变会带来外在身语行为的变化，这一点极为重要，所以佛教典籍中分别对于见修行三者做了阐述。行者首先应当改变自己的错误见解，然后依据观修与止修的方便，令心串习正见，将身语行为转变为善。

见修行三者中，所谓的「修」是指令心反覆串习所修之义。法友阿闍黎的《般若波罗蜜多教授现观庄严论颂释明句疏》云：

「言『修』者，谓意之所属或意之事物矣。」<sup>34</sup>

修可分为两种：一、以妙慧观察而修的观修。二、不观察却以

---

34 德格版，论，般若波罗蜜多，91卷，第六品，85背页；对勘本版，书号52，907页。汉译大藏经内并无此译。

专注所缘而住的止修。一般而言，奢摩他是止修类，毘婆舍那是观修类，但止修不一定是奢摩他，观修也不一定是毘婆舍那。令心专注修之所缘，且无有散乱的修为止修；透过教言、理由、比喻等反覆思惟所修之义为观修，下面再做广说。

此外，修又分为：将无常及空性等作为执取境而修、将慈悲转为具境者的性质而修，以及观想相似行相——如自己尚未证悟的上等功德等——的随伺性相（མཚན་ཉིད་རྗེས་དཔྱད།）之修。亦或是，如观诸行无常，将其义转为该识之境而修，这种修法是义相修（དོན་རྒྱུ་སྒོམ་པ།）；如观悲心等，将观识转为悲心的性质而修，这种修法是识相修（འཛིན་རྒྱུ་སྒོམ་པ།）。

有关修的所缘，如《声闻地论》云：

「云何所缘？谓四种所缘：一、遍满所缘。二、净行所缘。三、善巧所缘。四、净烦恼所缘。」<sup>35</sup>

大教典中细说四种所缘，应从大教典了知其义。

---

35 德格版，论，唯识，第1卷，第七品，75正页；对勘本版，书号73，183页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.346c.22）。



此教典又说，依观修士夫的根器，可分为利根者与钝根者。依烦恼行之不同，可分为七种：一、具强烈贪行。二、具强烈瞋行。三、具强烈痴行。四、具强烈慢行。五、具强烈妄念行。六、等分行。七、弱烦恼行。<sup>36</sup>依加行之差异，可分为随信者，以及伺察真相的随理或随法者。

无著阿阇黎的《声闻地论》、世亲阿阇黎的《阿毘达磨俱舍论》及其《自释》、寂天阿阇黎的《学集论》，以及莲花戒阿阇黎的《修次篇》等说到，依据个别补特伽罗的秉性，去观修各该相应的各种修之所缘的话，对于内心的改变会有极大的影响。也因此，这些大教典在有关观修的篇章中，极为广泛地论述了修行者、修行所缘、如何修法、修行后如何令心改变等的内容，吾人应学习这些教典，了知其义。本书在讨论奢摩他与毘婆舍那的章节中会谈及其中的部分内容。

---

36 现代心理学详细地解说了五种性格特质：一、开放性（openness）。二、尽责性（conscientiousness）。三、外向性（extraversion）。四、亲和性（agreeableness）。五、不稳定性（neuroticism）。这五种特质并不一定是每个人的不同个性，在一个人身上也可拥有上述的诸多特质。

## 甲六、以行的角度区分七种补特伽罗

经论中谈及七种补特伽罗，是依著不同的烦恼行相而加以区分。无著阿闍黎在《声闻地论》中对七者分别做了详细介绍，也清楚说明该七种补特伽罗之相，在此简略解说如下。

一、具强烈贪行的补特伽罗有著什么样的行相呢？

哪怕贪境只是个不起眼的事物，此人会产生极为强烈的贪欲，而且发起的贪欲会停留内心持续许久。强烈贪心的行相有：自己的思绪会随此贪心所转、自己被该贪境所征服，五根柔软、五根温和、五根不粗莽、远离极欲损恼他人之性质、难分离、难出离、希求劣下、坚定并紧持业之边际<sup>37</sup>、坚定并紧持禁行、不急躁、贪著家具及生活用具、贪婪、欣喜繁多、诸喜繁多、无怒纹、面色光泽、面带笑容等。《声闻地论》云：

「问贪行补特伽罗应知何相？答：贪行补特伽罗，于诸微劣所爱事中，尚能生起最极厚重上品贪缠，何况中品上品境

---

37 译者注：业之边际可解读为事业或动作。



界……如是等类应知是名贪行者相。」<sup>38</sup>

## 二、具强烈瞋行的补特伽罗有著什么样的行相呢？

虽然只是个微不足道的理由，却能引发强烈瞋心，且留在内心持续许久。强烈瞋心的行相有：自己的思绪会随此瞋心所转、自己被该瞋缘所征服、五根不柔软、五根不温和、五根粗糙、易分离、易厌倦、诽谤、固执、不喜繁多、坚定并紧持业之边际、坚定并紧持禁行、不乐繁多、困扰繁多、无忍、急躁、不柔顺性、多怒、难以扭转性、心绪愤怒、忿且粗暴、稍受叨念就会生气并起欲害之心、持续伤害、制造纠纷、俱有怒纹、面无光泽、不满他人美满、易嫉妒等。

《声闻地论》云：

「问瞋行补特伽罗应知何相？答：瞋行补特伽罗，于诸微劣所憎事中，尚能生起最极厚重上品瞋缠，何况中品上品境界……如是等类应知是名瞋行者相。」<sup>39</sup>

---

38 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第七品，71正页；对勘本版，书号73，173页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.425c.8）。

39 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，第七品，71背页；对勘本版，书号73，174页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.425c.19）。

### 三、具强烈痴行的补特伽罗有著什么样的行相呢？

虽然只是个不足挂齿的痴因，却能引发强烈的痴心，且留在内心持续许久。强烈痴心的行相有：五根不敏捷、五根愚痴、五根微弱、身业之边际慵懶、言业之边际慵懶、念罪恶想、言罪恶语、行罪恶业、极懈怠、不能成事、不善言语、意不敏锐、忘念、明知善却不做、执行邪道、难分离、难出离、希求劣道、愚昧、口吃、以手表达、不能知善恶、被痴缘所夺、被他人操控等。《声闻地论》云：

「问痴行补特伽罗应知何相？答：痴行补特伽罗，于诸微劣所愚事中，尚能生起最极厚重上品痴缠，何况中品上品境界……如是等类应知是名痴行者相。」<sup>40</sup>

### 四、具强烈慢行的补特伽罗有著什么样的行相呢？

虽然只是个若有若无的慢缘，却能发起强烈慢心，且留在内心持续许久。强烈慢心的行相有：自己的思绪会随此慢心所转、五根敏捷、五根高傲似如芦草、五根骄慢、勤于身著饰物、用词严厉、不懂尊重、孤傲、身不鞠躬、不合掌、离尊重性、视己为一切、自赞毁

---

40 德格版，论，唯识，第7卷，第七品，72正页；对勘本版，书号73，175页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.425a.4）。



他、求利、求誉、求名、成愆沉器皿、难分离、难出离、欲求多物、悲心微弱、我见强烈、瞋忿强烈、制造纠纷等。《声闻地论》云：

「问慢行补特伽罗应知何相？答：慢行补特伽罗，于诸微劣所慢事中，尚能生起最极厚重上品慢缠，何况中品上品境界……如是等类应知是名慢行者相。」<sup>41</sup>

五、具强烈妄念行的补特伽罗有著什么样的行相呢？

虽然只是个无足轻重的妄念缘，却能引发强烈妄念，且留在内心持续许久。强烈妄念的行相有：自己的思绪会随此妄念所转、五根不坚定、五根动摇、五根变异、五根受扰、难分离、难出离、欲多物、喜多物、多犹豫、多疑惑、具欲念、无戒禁、戒禁不定、业之边际不坚固且不能定、多疑、忘念、不喜寂静处、多散乱、贪著世间诸乐、精通世间诸乐、不懒散、能干等。《声闻地论》云：

「问寻思行补特伽罗应知何相？答：寻思行补特伽罗，于诸微劣所寻思事，尚能发起最极厚重上品寻思缠，何况中品上

---

41 德格版，论，唯识，第1卷，第七品，72背页；对勘本版，书号73，176页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.425a.16）。

品境界……如是等类应知是名寻思行者相。」<sup>42</sup>

第六等分行以及第七弱烦恼行二者，因为较为容易理解的缘故，《声闻地论》中仅简略提及，未另做说明。此论云：

「若得平等补特伽罗，名等分行者。若薄尘性补特伽罗，名薄尘行者。」<sup>43</sup>

总之，所谓「不同的行为区分出七种补特伽罗」主要是依据各补特伽罗平日的想法及习性而立论。补特伽罗的习性可分为：一、强贪性或大悲性。二、脾气暴躁，随小瞋缘也易怒的暴躁性。三、个性较缓慢，具忘念性及懒惰性。四、五根敏锐、以已见为最胜见的高傲性。五、妄念及疑心较重的个性。六、上述个性的综合体，并无单一凸显的个性。七、烦恼较弱的个性。

---

42 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{二}}$ ，第七品，72背页；对勘本版，书号73，177页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.426b.1）。

43 德格版，论，唯识， $\text{卷}^{\text{二}}$ ，第七品，71正页；对勘本版，书号73，173页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.425c.6）。



## 甲七、如何成办专注一境之心——奢摩他

如前已述，佛教典籍中将心识分为多重粗细不同的层次，并说明了如何远离粗分欲界心，进而成办上界的禅定天心及无色界心。若欲做到如此，需要透过结合正知与正念的方法，令心专注一境才能达到。最终也是因为成办了奢摩他，才能获得这般成就，故于此处简略介绍奢摩他。

成办奢摩他的目的是什么呢？

内心的散动会引发出贪瞋等各种痛苦，所以，令流散的心往内收摄，是为了让心变得堪能，使心能够从心所欲地专注于善所缘上；而流散各处的心则会障碍明观专注一方的能力。奢摩他成办的时候，无论是令心识的能力收聚一方，或是令心专注于任何功德，皆起事半功倍之效，故经论中强调最初成办坚定奢摩他是极为重要的。

心的能力专注之后，届时再去缘取任何的境，便能让专注心的力量发挥到极致。若只是让心往内收摄，也会产生强烈睡意，所以仅仅使心不向外散乱并不会产生明分（གསལ་ཚ།）及锐分（རྩལ་ཚ།）两者。然而，观修奢摩他而收摄内心，会产生专注于境的住分、明晰观境的大明分。因为心识本身俱有澄净、敏锐的特点，眠与定两者，在令心往内收摄的作用上虽然相同，但是其本质上却有著极大的差异。

## 乙一、奢摩他的资粮

许多经论中皆曾提及成办奢摩他的诸多因缘，其主要因缘诚如莲花戒阿闍黎的《修次中篇》所云：

「云何止资粮？住随顺处、少欲、知足、断诸杂务、尸罗清净、断诸贪等妄念。」<sup>44</sup>

此论中说，为使奢摩他未生令生、生已增长，所需的因缘归为六种资粮。

一、住随顺处。住在俱有五德的贤善处：（一）容易找到衣食。（二）没有野兽或贼盗等伤害。（三）水土优良不易染病。（四）俱有相同善见及善行的善友。（五）白天杳无人烟、夜晚宁静寂然，能安乐行于瑜伽。

二、少欲。不过分贪著外在的荣华富贵。

三、知足。虽仅有普通衣食便能满足。如果不能知足的话，因为贪求享乐，容易散乱，庸庸碌碌于守护财宝，便无法生三摩地。

---

44 德格版，论，中观，第1卷，45背页；对勘本版，书号64，128页。汉译来源：释法炬译《修次中篇》。



四、断诸杂务。若不断除杂务，汲汲营营于名利等无有意义的闲事之中，故说断诸杂务。

五、尸罗清净。为了止息内在的细微散乱，先得平息外在的粗分散乱。如果妄念过于凸显，内心必不能静住，故应以戒守护及平息身语的恶行。

六、断诸贪等妄念。心中需有「外在的悦意事物都会坏灭，迟早我将弃尔等而去，为何贪著？」的念想。

集聚五德之处等奢摩他的资粮之后，应在舒适垫上，以「毗卢遮那七相」或「毗卢遮那八相」而坐。

第一相：后面铺上一个稍高的垫子，双腿可呈全盘相或半盘相。其盘坐目的是使身体集中注意，帮助生起身轻安，并能持久延续，身体不易疲倦。左手掌在下，右手掌在上，双手肘稍微露出体外，这种安住的坐姿会协助上身气流的上下移动。

第二相：眼睛不要过张，也不要完全闭上，应专视于鼻尖上。眼睛看到鼻侧的缘故，容易断除沉没及掉举。眼睛张得太开，容易随眼识影响，会有散动的危险；若眼睛闭上，一片漆黑，障碍明见，会产生睡眠与昏沉的危险。

第三相：身体不应过于后仰，也不应过于前俯，应挺直而坐。如此可避免前述睡眠与昏沉。当身体挺直，脉也挺直，脉中流动的气

亦随之通顺，这对身的堪能性有所助益。

第四相：双肩平坦而坐。

第五相：头不应抬得过高，及过度朝下，应正视一方，不要偏斜。

第六相：齿唇应像平时般轻松而置。

第七相：舌抵上颚。这样一来，不容易口干，而且入定时不容易流下唾液。

第八相：数息。调整了毗卢遮那八相的随顺三摩地之坐姿后，就应观察自心相续。一旦察觉内心受到贪瞋等恶念动机的影响时，由于这会阻碍正三摩地，必须将内心调整至无记状态。所谓无记的心就是远离善、远离恶，像条白色的无垢穢。如何透过数息将心转为无记呢？呼吸应缓慢柔和、不放声、不过力。吐气吸气时，想著「气吐出去了，气吸进来了，这是第一轮」。同样地，第二轮到第七轮、第九轮、第十一轮、第十五轮、第二十一轮等不同的数量，如是专注反覆地推数，能平息贪等，令心转为无记。

另九轮数息的观修法：首先由两鼻孔吐气的同时，观想：「如贪瞋等所有恶性的念头皆转为了黑烟，随著吐出的气，融入虚空。」接著从右鼻孔吸气的同时，观想：「如慈悲等所有善心皆转为了白光，随著吸进的气，融入到自己的胸部，随之生起了殊胜的善心。」



再从左鼻孔吐气的时候，如前述由双鼻孔吐气时般观想。如是从右吸气，从左吐气，三次。之后，从左吸，从右吐，三次。之后，从左右两者吸，再从左右两者吐，三次，此为九轮数息的观修方式。此九轮数息并非不可或缺，列在此处为使禅修内容的介绍更为完整。

经论中建议依毗卢遮那七相或八相而坐，是为了使心不与贪等烦恼相应，更容易发起善心而说，而这与吸气及吐气的次数没有决定的关系。《密集金刚授续金刚鬘》云：

「坐舒适垫已，两眼视鼻尖，  
鼻与脐同线，肩平舌抵颚，  
齿与唇安置。」<sup>45</sup>

莲花戒大师的《修次中篇》也云：

「于极柔软舒适垫上，如至尊毗卢遮那结全跏趺坐，或半跏趺亦可；眼勿太开，亦非紧闭，垂注鼻端；身勿太屈，亦勿太仰，端身内住正念而坐；此后双肩平齐而住；头莫扬莫

---

45 德格版，经，续，卅卷，第六品，第53-54句偈颂文，218正页；对勘本版，书号39，439页。汉译大藏经内并无此译。

低，莫偏一方，从鼻至脐，正直而住；唇齿亦自然住，舌亦令抵上牙根；气息内外出入，莫令有声，亦勿太猛急促，必使出入无所知觉，徐徐任运而转。」<sup>46</sup>

时轮典籍中谈到观修的时候将气收入中脉时的姿势，分为五项：一、端身挺直。二、金刚跏趺坐姿。三、双手交结呈金刚拳相之后，放置于肚；或左手掌朝上，右手掌安置其上，双手大拇指交结，呈三摩地手印之后，放置于脐；或双手交结呈金刚拳相之后，置于大腿。四、舌抵上颚。五、双眼视上。这与以上所述坐姿等内容稍有不同，乃根据不同情况而说。

## 乙二、奢摩他的所缘

奢摩他的所缘，可以依自己的喜好选择，例如花朵或树木等皆可。如果以佛像作为所缘境的话，观想的佛像大约拇指般大小，极为沉重，放大光芒，甚是庄严，位于自己前方大约一庹长的距离处，高低位于眉间前。或是，随著瑜伽师自己的根器条件等，观想该佛像位

---

46 德格版，论，中观，<sup>11</sup>卷，46背页；对勘本版，书号64，131页。汉译来源：释法炬译《修次中篇》。



于眉间前、胸部，或脐部前也可以。观想佛像晶莹剔透，且又不大，这对心识的沉淀及往内收摄有帮助。观想佛像极为沉重，这对去除掉举、心不散乱有帮助。观想佛像放大光芒，则对去除沉没会有帮助。一开始要明显地观想确实不易，应先大致忆念佛像的首部及手足等肢体，再以正念持续，无有散乱，且以正知监督，使正念无谬地执取该境。

经论中提到禅修应「次数多、修时短」，如此持续修习的话，所专注的所缘将会益发明显。抓紧境可去除沉没，不散乱能消除掉举；多次修习才能生起三摩地，修时缩短才愿意反覆修禅。除此，在未成办奢摩他之前，必须防止更替所缘境，否则所缘境的更换将成障碍。圣勇阿阇黎的《摄到彼岸》（ཕར་ཕྱིན་བསྐྱེད་པ།）云：

「为定一所缘，坚固其意念，  
经由多所缘，生烦恼困乱。」<sup>47</sup>

阿底峡尊者的《道炬论》亦云：

---

47 德格版，论，中观，<sup>11</sup>卷，禅定品，第12句偈颂文，229正页；对勘本版，书号64，1610页。汉译大藏经内并无此译。

「于随一所缘，意安住于善。」<sup>48</sup>

此处要决定谨守「一」字：开始时，仅以「一」个所缘修习奢摩他，等到成办奢摩他之后，就可以缘取其他诸多所缘。如莲花戒的《修次初篇》云：

「何时意被收摄，仅于尔时缘取蕴界等广泛差别。此言《决定释》亦道：『瑜伽师等缘取十八空性相等所缘差异。』广解其义。」<sup>49</sup>

最初的时候，符合什么标准才算是心缘取到佛像了呢？

首先明显观想佛像的头部、双手、双腿等其他身体的部位数次，然后作意佛像的总体，此时，即使只能浮现起大概的轮廓，而无法明晰观想出各肢体部位放光，亦应满足，并持续不断地执持佛像总体。若不如此，而在此初期就想要更清楚地看到肢体细节的话，或许可以令所缘稍微明晰，但这种作法会形成障碍，使内心之住分三摩地

---

48 德格版，论，中观，<sup>11</sup>卷，第43句偈颂文，240正页；对勘本版，书号64，1645页。汉译来源：法尊法师译《菩提道炬论》。

49 德格版，论，中观，<sup>11</sup>卷，31正页；对勘本版，书号64，88页。汉译大藏经内并无此译。



不能发起。反之，虽然所缘并非相当明晰，但心持大概轮廓却可迅速生起三摩地。此后，进而加强明晰观，才能简单成办明分。当能够明晰观想该佛像的肢体时，要令心保持现状；明分减弱时，再去执取佛像总体。

此外，一定要避免观黄现红、观坐现立、观一现二，以及观大现小等现象。原本的所缘为何，就只能持续该所缘境的观修。

### 乙三、奢摩他的性质

奢摩他的性质：在殊胜轻安的摄持下，能从心所欲地趋入所缘，如是的修所生三摩地。《解深密经》云：

「独处空闲作意思惟。复即于此能思惟心，内心相续，作意思惟。如是正行多安住故，起身轻安及心轻安，是名奢摩他。如是菩萨，能求奢摩他。」<sup>50</sup>

奢摩他（止住）的词义：止息内心向外流散，往内收摄且专注后，住于所缘。下述可见轻安的介绍。

---

50 德格版，经，经典，卷，第八品，26正页；对勘本版，书号49，61页。汉译来源：《解深密经》（T.16.676.698a.5）。

## 乙四、五过失的对治——八断行

如慈尊教典《辩中边论颂》所言，能够成办奢摩他的口诀为「依赖八断行，断除五过失」，以下说明其意涵。

何为五过失呢？

一、懈怠。开始时不想修行三摩地的懈怠，以及修行时无法持续下去的懈怠。

二、忘圣言。忘记如何让正念安住三摩地所缘的教授。

三、沉、掉。正在修习三摩地时发生的沉没与掉举。

四、不作行。生起沉没及掉举时，不去对治。

五、作行。没有沉没及掉举时，刻意去对治。

《辩中边论颂》云：

「灭除五过失，勤修八断行，  
懈怠忘圣言，及昏沉掉举，  
不作行作行，是五失应知。」<sup>51</sup>

---

51 德格版，论，唯识，21卷，第四品，第3-4句偈颂文，43正页；对勘本版，书号70，908页。汉译来源：《辩中边论颂》（T.31.1601.479a.25）。



去除上述五过失的对治是八断行，包括断除懈怠的四种对治，以及断除其余四个过患的四种对治。对治懈怠的四断行为：一、懈怠的正对治——勤。二、勤因——希求三摩地的欲。三、欲因——见到三摩地功德的信。四、精进之果——轻安。如《辩中边论颂》云：

「即所依能依，及所因能果。」<sup>52</sup>

论中所说的「所依」为欲，「能依」为勤，欲与勤的「所因」就是看到三摩地功德的信，「能果」应理解为轻安。

对治其余四过患的四断行分别为：一、想起所缘的念。此念对治忘记教授的忘念。二、沉掉对治：当沉、掉生起时，觉了沉、掉的正知。三、不作行对治：沉、掉生起时，想要对治沉、掉的作行之思。四、没有沉、掉时的无勤正住之舍。此舍断除尔时的作行对治。如《辩中边论颂》云：

「不忘该所缘，察觉沉及掉，

---

52 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第四品，第5句偈颂文，43正页；对勘本版，书号70，909页。汉译来源：《辩中边论颂》（T.31.1601.479a.29）。

对治之作行，息时入瑜伽。」<sup>53</sup>

当沉、掉发起时，若不作行对治，将成过患，故说需要依赖对治的作行之思。如同察觉敌军接近时，即时通知我方准备反击，应以正知察觉沉、掉，并以作行之思反击，不可不知所措。智慧强大者，会在沉、掉未发起前察觉；智慧中等者，会在沉、掉发起的当下立即察觉；智慧微弱者，会在沉、掉之后察觉。当没有沉、掉时，如却发起对治作行，则是另一种过患，故应以不作行之舍对治。如是善巧修习三摩地，远离沉、掉：专注所缘时以正知察觉沉、掉是否来袭；有沉、掉时以作行对治；无沉、掉时在不善住分的基础上，依止不作行之舍。

所要成办的三摩地必须具备两种特征：敏锐分与专注所缘的住分。专注所缘时，除了所缘取的对象外，要想方设法不令心流散至其他所缘，所以必须依止正念，这是第一点。其次是观察内心是否已经散乱，因此要依止正知。

---

53 德格版，论，唯识，卷，第四品，第7句偈颂文，43正页；对勘本版，书号70，909页。汉译与藏译稍有不同。汉译的《辩中边论颂》只有这两句：「谓欲行不忘，不散乱思择。」（T.31.1601.479b.4）。



修习的时候，先以正知了解何为沉、掉，以正念坚持所缘，再以正知察觉是否有沉、掉干扰。正念需一直持续，正知只需偶尔提起，并非一直持续。

如何让正念直接缘取所缘境呢？

观想所要缘取的境后，切勿忘失该境，且发起强而有力的执心；不应观伺其他新的所缘，应将心专一坦然地安置在原本的所缘境上。如《入行论》云：

「若以正念索，紧拴心狂象，  
怖畏尽消除，福善悉获至。」<sup>54</sup>

若以正念的绳索紧系内心的这头狂象，专注于善所缘的话，一切怖畏将会尽皆消除，并可获致利益自他的所有善德。

正念之性质为：以自力不忘过去串习的所缘之境，俱有如是作用的心所。正念俱有三种特征：一、境的特征——串习的事物。二、行相的特征——缘取后不忘记。三、作用的特征——令心不从

---

54 德格版，论，中观，卷，第五品，第3句偈颂文，10正页；对勘本版，书号61，970页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

所缘境流散，持续令心安住所缘，除了所缘外，心不缘他者。有关念的要义已于「五别境」的章节中解说过。

正知的因，就是不令心忘失当下所缘之正念。《入行论》云：

「为护心意门，安住正念已，  
正知即随临，逝者亦复返。」<sup>55</sup>

藉由安住正念来守护意门，使其不生烦恼，其后正知随之到来。由正知观察何者该做、何者不该做之后，正知力量或许会削弱，甚或消逝，但之后正知也会再次复返。

正知的性质：反覆观察自己的身语意三者做出了什么行为，判别该做与不该做，如是伺察的智慧。戒护阿闍黎（ཚུལ་ལྷོ་མཁས་བསྐྱེད་པ།）的《毗奈耶杂事释》（ཕྱན་ཚེགས་འགྲེལ་བ།）云：

「正知为智慧。」<sup>56</sup>

---

55 德格版，论，中观，༧།卷，第五品，第33句偈颂文，11背页；对勘本本，书号61，973页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

56 德格版，论，律，༤།卷，第八品，170正页；对勘本本，书号88，409页。汉译大藏经内并无此译。



正知的作用：观察身语意三者的行为是否如法。《大般涅槃经》云：

「长者若不护心，则不护身、口。若护心者，则护身、口。」<sup>57</sup>

正知又分为，沉、掉未起之前，已经察觉到的正知，以及沉、掉生起后，再去察觉的正知等，应当了知。

正知之果：不使身语意三者发生不如法的行为，或平息已生者。

有关正念及正知的利益以及如何依赖之理，如同前述，应当了知。

## 乙五、二违缘——沉没、掉举

经论提及阻碍生起无过三摩地的最大障碍便是沉、掉两者，所以认清这两者相当重要。一般散乱也会影响住分，但流散于贪境的强

---

57 德格版，经，经典，91卷，第七品，272背页；对勘本版，书号52，622页。汉译来源：《大般涅槃经》（T.12.374.465c.25）。

大惯性主要来自掉举。而沉没则阻碍内心的明分。

首先解释沉没。依据经论中的解释，明分之所以不能产生，是由于障碍明分的盖障。沉没的性质：由昏沉或睡眠等身心的粗重性而生，心的住分虽在，却失去明锐分的无盖无记或善心所二者中之一者。莲花戒阿闍黎的《修次中篇》云：

「心若被昏瞢、睡眠蒙蔽，沉没或疑沉没时……若时，如天生盲、如人入闇室、或如闭目，心不能明见所缘，应知彼时已成沉没。」<sup>58</sup>

虽已停止了内心的流散，且专注于所缘境上，但若缺乏明锐分，则如同坐睡在垫上，心住黑闇之中，随昏沉所转，终乃沉没之因。

昏沉及沉没两者的差别：昏沉属痴类，属不善或有盖无记的其中一者，俱有助益烦恼及近烦恼的作用，令身心无法堪能。沉没由昏沉及眠等而生，松弛执取内心的所缘后，令心见境时极不明显，或无

---

58 德格版，论，中观，<sup>1</sup>卷，47背页；对勘本版，书号64，134页。汉译来源：释法炬译《修次中篇》。



法坚固执持该境。沉没为昏沉之果，昏沉为沉没之因。《阿毘达磨俱舍论自释》云：

「云何昏沉？谓身重性、心重性、身无堪任性、心无堪任性。」<sup>59</sup>

《解深密经》云：

「若由昏沉及以睡眠，或由沉没，或由爱味三摩钵底，或由随一三摩钵底诸随烦恼之所染污，当知是名内心散动。」<sup>60</sup>

沉没有粗细两种。粗分沉没：虽然心住所缘境，却不明显，如同黑闇降临般，所缘极不明晰。此时，明分及锐分<sup>61</sup>两者皆无。细微沉没：虽有明晰分及住分，但无锐分。如果随细微沉没所转，智慧将会变得越趋迟钝。

---

59 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第二品，65背页；对勘本版，书号79，164页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.19c.8）。

60 德格版，经，经典，卅卷，第八品，35背页；对勘本版，书号49，82页。汉译来源：《解深密经》（T.16.676.701c.22）。

61 译者注：锐分是内心抓紧境的敏锐度。

亦可将沉没分成粗、中、细三种。粗沉没：正念记住所缘时，虽有住分，但缺乏明分及锐分者。中沉没：住分及明分都在，可是锐分不在。细沉没：虽有住分及明分，不过锐分略微退失者。依据经论所言，若要发起正三摩地，主要障碍便是这种细微的沉没。没有锐分的意思是，虽有住分，但心力极度松弛，随沉没而转。如果这个时候再去坚定住分的话，经论说，这种作法将会转为细微沉没的因缘。俱有锐分的意思是，让内心保持精神奕奕的状态下，缘取所缘境。反之，因为缺乏锐分的缘故，看似内心正专注于所缘境，但实际上内心的状态却是松懒。此所言的明分并非境上，而是识上。

为了防止细微沉没，其方法就是保持精神焕发的状态。如果放松了对所缘的执持，内心容易松弛，这就是细微沉没的干扰。细微沉没与无过三摩地两者之间的差别在于所缘的锐分是否退失，至于明分及住分，则两者并无差异，所以经论中认为两者很难区分。

三摩地的第二个违缘是掉举，即心随贪念流散于境。首先区分散动（འཕྲོག་པ།）以及掉举。例如，心随食物念想而欲食的扰乱属于散动，也是掉举。掉举属贪类，随其余烦恼门的散动以及流散于善缘的散动，虽是散动却非掉举。所以掉举一定是散动，但散动不一定是掉举。掉举与散乱（རྒྱལ་གཤམ་པ།）也有差异。掉举仅止于流散到悦意境，只属贪类；但散乱会流散到各种境相，属三毒其中一类。此外，散动与



散乱也有差别。散动只是心不在焉，属善恶无记三者其中一者，但近烦恼的散乱一定属非善。

掉举有粗细两种。粗分掉举：失去所缘，心流散至他处。细微掉举：虽所缘尚未失去，但心已开始散动。好比冰层下的水正在流动般，虽然内心仍执取所缘，所缘并未失去，但内心的某个角落即将现起外在悦意事物的模样，进而发起的散动。这并非骤然转移所缘，而是因由散动而间接地移至外缘。

掉举所缘：悦意可爱之境。掉举行相：心不能寂静，心向外散动，属贪类别，故由贪相趋入该境。掉举作用：阻碍令心安住于所缘之上。当心专注所缘，往内收摄时，随贪念无自主地向色、声等境散动。月官阿闍黎（ཕྱུང་གོ་མི།）的《忏悔赞》（བཤགས་བསྟོན།）云：

「如是缘取奢摩他，若能意复专注此，  
由贪境力无自主，引发烦恼之绳索。」<sup>62</sup>

由什么因，产生了阻碍三摩地的违缘沉与掉两者的呢？诚如《瑜伽师地论》云：

---

62 德格版，经，礼赞，卅卷，第30句偈颂文，205背页；对勘本版，书号1，607页。汉译大藏经内并无此译。

「何等沉相？谓不守根门，食不知量，初夜后夜，不常觉寤勤修观行，不正知住，是痴行性，耽著睡眠，无巧便慧，恶作俱行，欲勤心观。不曾修习正奢摩他，于奢摩他未为纯善，一向思惟奢摩他相，其心昏闇，于胜境界不乐攀缘。」<sup>63</sup>

论中的「沉相」应理解为沉没的因。

《瑜伽师地论》又云：

「何等掉相？谓不守根门等四，如前广说。是贪行性，乐不寂静，无厌离心，无巧便慧，太举俱行，如前欲等。不曾修举，于举未善唯一向修，由于种种随顺掉法亲里寻等动乱其心。」<sup>64</sup>

如前述，在此的「掉相」应解读为掉举之因。

如何去除沉没呢？

整体来讲，心的状态过于高昂会产生掉举，过于低落会产生沉

---

63 德格版，论，唯识，<sup>81</sup>卷，134正页；对勘本版，书号72，990页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.334a.1）。

64 德格版，论，唯识，<sup>81</sup>卷，134正页；对勘本版，书号72，990页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.334a.6）。



没。如果察觉出现沉没，应提起精神而入三摩地。如果没有帮助的话，为令内心高昂，可思惟三摩地功德等，令心欢喜，再入禅定。如果依旧无效，应停止入定，去到宽广之地、光明之地，或山水宜人等地。再辅以眺望远方，呼吸新鲜空气，用冷水洗脸等。

如何去除掉举呢？

在不失所缘的情况下，内心的蠢蠢欲动便是细微掉举，这个问题源自将所缘抓得太紧所导致，所以必须稍微地放松。假设仍不奏效的话，便是中等掉举的干扰。此时，应该放弃所缘，而去思惟无常、痛苦等内容，令心低落，再入三摩地。因为掉举之所以产生，是由于内心高昂或过于专注所致。如果仍不起作用的话，便是粗相掉举的干扰。此时，应以数息的口诀消除掉举。吐气时，心念「气向外」；吸气时，心念「气向内」，此为一轮。这种算法不是用念珠，而是用心计算，这种作法理应能够去除粗掉举。假若依然如故，便是极度粗相掉举，只能停止禅修，先让自己暂时休息，再来入定。

明锐来自内心的状态高昂或专注力，此时虽然能够远离沉没的过患，却极可能引发掉举的危险。如果心的状态低落可以帮助减少掉举，则大有可能引发沉没的危险。要能令心毫无散乱地执取所缘，并保持良好的精神状态，是极为重要的；内心的不流散能去除掉举，精神抖擞可以去除沉没。若精神过于亢奋会生起掉举，因此要让内心稍

微松弛；内心过于低落又会生起沉没，所以此时要稍微提起精神。总之，经论说要善巧地拿捏方可成办。明分生起时，因疑掉举过患，寻求住分；住分生起时，因疑沉没过患，寻求明锐分。内心高昂的状态，精神亢奋，以及内心的紧绷状态三者，皆为同义。内心低落的状态、松弛，以及无精神状态三者，皆为同义。

沉、掉发起时，应认知沉、掉，且对治沉、掉。沉、掉未发起时，若过度依赖正知，又会有失去所缘的危险，所以在没有沉、掉时，应以持续安住为主。以上重点不只运用于止修，在观修的时候，亦应远离沉、掉两者的过患。

## 乙六、九住心

善依止正念、正知后，令心专注一境，逐渐成办奢摩他时，心是如何远离沉、掉，又是如何增上住分的内容，在《庄严经论》、《声闻地论》、《大乘阿毘达磨集论》等中，皆以九住心的次第介绍。

第一、内住。令心不缘外在五欲，往内收摄，安置于所缘境上，如是之三摩地称之。如同蜜蜂停驻在花朵上却不久住一般，刚开始习定时，使心安置于所缘境上，这就是内住。内住时，内心虽会安置于所缘境上，但不能持续久住，而且看似会产生出诸多妄念。



其实这是认出妄念的表现，并非妄念增多。内住是由六力中的第一力——听闻力，也就是从他人听取教授——所成办的。

第二、续住。不让才开始专注的心流散，使这颗心能够在所缘境上持续较久，如此的三摩地称之。不仅如蜜蜂停驻在花朵上，而是已经能在所缘境上稍微地持续，故称「续住」。续住是由六力中的第二力——思惟力——成办的。

第三、安住。渐渐习惯了心取所缘，若随忘念而产生散乱之时，察觉流散于外后，即刻将心再安置于所缘境上，如是的三摩地称之。此时，心若流散于外，将能立即察觉，并收回内心，重新回到所缘境上。如同马若偏离了方向，骑者可将马首拉回一般。安住时，住分强大，但有微弱散动，虽然大部分的时间可将心安置于所缘境上，偶尔还是会不慎流散，立即再次安住于所缘境上，故名「安住」。

第四、近住。生起强烈的正念后，心从广泛的境中反覆向内收摄，变得越细越佳。此时虽会生起少许的沉、掉，但随著强烈正念，心会尽力向内收摄，且不会离失前所缘境。由于不可能离失所缘，此心较前三者更胜一筹。在未失所缘的情况下，依然会发起强烈沉、掉，所以仍须依止沉、掉的对治。第三住心及第四住心皆由六力中的第三力——忆念力——成办。经论中说，如同人的寿命被延长，这时的正念也被延长，或是圆满了念力。

第五、调伏。依赖强烈的正知，且以觉受见证了三摩地的功德，在赞扬该功德的欢喜心之摄持下，观察是否有细微沉没生起，如是的三摩地称之。应知在第四住心的时候，由于心识往内收摄过甚，便可能发起细微沉没。第五住心的时候，只有细微沉没的危险，却无发起粗分沉没的危险，<sup>65</sup>所以第四及第五住心的差异在于是否会发起粗分沉、掉之区别。

第六、寂静。依赖强烈的正知，以觉受见证了散动的过患并加以阻挡。第五住心时，会有被细微沉没干扰的危险；在第六住心时，会有被细微掉举干扰的危险，察觉该掉举后，立即消除掉举的障碍，如是的三摩地便是第六住心寂静。第五及第六住心皆由六力中的第四力——正知力——成办。依照经论，从此后将会圆满正知力。第五住心与第六住心的差异是，有否细微沉没的危险于第五住心，有否细微掉举的危险于第六住心而做区别。

第七、最极寂静。在第六寂静——守护所缘不令流散——的时候，会有五欲的贪念、不欢喜、昏沉及睡眠等，可依序以不净观、慈

---

65 译者注：根据藏文原著编辑者格西们的说明，此处所谓「无危险」不是表示完全没有粗分沉没，只是此时发起的粗分沉没过于顷短，所以不会障碍到三摩地而已；应该做此解读。同理，于此以及下段所言「危险」皆应依此理解。



悲观、光明观等观想而平息。第七住心是以精进力发起的持久三摩地。第五、六住心的时候，会有可能被沉、掉扰害的危险，当第七住心的时候，虽会发起沉、掉，但能以精进灭除，所以不会让沉、掉造成严重的障碍。

第八、专注一境。只要依止了正念、正知，就不会产生沉、掉等异品障碍，如是的久住三摩地称之。如同从仇敌俱有强烈破坏力，到破坏力渐弱，到彻底失去了破坏力等威力渐次递减的过程般，在第八住心的时候，沉、掉之力逐渐丧失。第七住心及第八住心是由六力中的第五力——精进力——所成办。就以第八住心及下述第九住心不受到沉、掉的影响而言，虽无有异，但第八住心需要无有间断地依止正念、正知，但第九住心则不需如此。

第九、平等住。因为之前反覆串习专注所缘，此时不需依赖粗分的精进，便可从心所欲地将心安置于所缘上，如是的三摩地称之。第九住心是由六力中的第六力——串习力——所成办的。第九住心时，不只彻底远离沉、掉，也不需依止精进力，便能持续三摩地，且能自主地操控自心。要想让自心处于所缘境上多久，就能多久。《大乘庄严经论》也说九住心，此论云：

「置心一切缘……」<sup>66</sup>

修习九种住心的过程中，有四种作意。第一住心及第二住心时，必须发起努力专注，故具「有力励运转作意」。第五住心时，会受沉、掉的干扰，不能持久三摩地，故具「有间缺运转作意」。第八住心时，不受沉、掉的干扰，能持久三摩地，故具「无间缺运转作意」。第九住心时，不只不受沉、掉的干扰，也不需要依赖精进力，故具「无功用运转作意」。

《声闻地论》中指出如何透过九住心、六力，以及四作意成办奢摩他之理。如此论云：

「云何名为九种心住？谓有苾刍令心内住、等住、安住、近住、调顺寂静、最极寂静、专注一趣，及以等持，如是名为九种心住。云何内住？谓从外一切所缘境界，摄录其心系在于内令不散乱，此则最初系缚其心，令住于内不外散乱，故名内住。云何等住？谓即最初所系缚心，其性麤动未能令其

---

66 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第十五品，第11句偈颂文，19正页；对勘本版，书号70，845页。汉译来源：唐波罗颇蜜多罗大师译《大乘庄严经论》（T.31.1604.624a.25）。



等住遍住故，次即于此所缘境界，以相续方便澄净方便，挫令微细遍摄令住，故名等住。云何安住？谓若此心虽复如是内住等住，然由失念于外散乱，复还摄录安置内境，故名安住。云何近住？谓彼先应如是如是亲近念住，由此念故数数作意内住其心，不令此心远住于外，故名近住。云何调顺？谓种种相令心散乱，所谓色声香味触相，及贪瞋痴男女等相故，彼先应取彼诸相为过患想，由如是想增上力故，于彼诸相折挫其心不令流散，故名调顺。云何寂静？谓有种种欲恚害等诸恶寻思贪欲盖等诸随烦恼，令心扰动，故彼先应取彼诸法为过患想，由如是想增上力故，于诸寻思及随烦恼，止息其心不令流散，故名寂静。云何名为最极寂静？谓失念故即彼二种暂现行时，随所生起诸恶寻思及随烦恼能不受，寻即断灭除遣变吐，是故名为最极寂静。云何名为专注一趣？谓有加行有功用，无缺无间三摩地相续而住，是故名为专注一趣。云何等持？谓数修数习数多修习为因缘故，得无加行无功用任运转道，由是因缘不由加行不由功用，心三摩地任运相续无散乱转，故名等持。当知此中由六种力，方能成办九种心住。一、听闻力。二、思惟力。三、忆念力。四、正知力。五、精进力。六、串习力。初由听闻思惟二力，数闻数思增上力故，最初令心于内境住，及即于此相续

方便澄净方便等遍安住，如是于内系缚心已，由忆念力数数作意，摄录其心令不散乱安住近住，从此已后由正知力调息其心，于其诸相诸恶寻思诸随烦恼不令流散调顺寂静。由精进力设彼二种暂现行时能不忍受，寻即断灭除遣变吐。最极寂静专注一趣，由串习力等持成满，即于如是九种心住。当知复有四种作意。一、力励运转作意。二、有间缺运转作意。三、无间缺运转作意。四、无功用运转作意。于内住等住中，有力励运转作意。于安住近住，调顺寂静。最极寂静中，有有间缺运转作意。于专注一趣中，有无间缺运转作意。于等持中，有无功用运转作意。当知如是四种作意，于九种心住中是奢摩他品。」<sup>67</sup>

---

67 德格版，论，唯识，<sup>1</sup>卷，第三品，132背页；对勘本版，书号73，325页。汉译来源：《瑜伽师地论》第二十五卷（T.30.1579.450c.18）。



### 丙一、九住心图



## 丙二、解释奢摩他图

正在累积奢摩他六因缘的修行者应当了知三摩地的五种过失：懈怠、忘念圣言、沉掉、不作行、作行，并以八个断行对治五种过失。第一个过失的对治为，信、欲、轻安，以及勤，共有四者。以正念对治第二个过失。以正知对治第三个过失。以作行对治第四个过失。以舍对治第五个过失，故说八断行。

此图简单明白显示如何成办无过妙三摩地的内容，如九住心、成办六力之理、四作意收摄等，并搭配以从未驯服的野象乃至已被驯服之间的过程为喻说明。六弯象征著六力，绳索象征著正念，而弯钩<sup>68</sup>象征著正知。从第一住心到第七住心间以有无火焰，以及不同大小的火焰，代表该住心需要的正念及正知的力道。大象代表心，黑色象征沉没，猴子代表散动，黑色猴子表达掉举，五欲表示掉举之境。从第二个弯起，大象的颜色逐渐变白，由此象征的是增上明分及住分。在第三个弯时，有只黑兔子，这意味著细微沉没，并表明从此时起应区别粗细沉没。而面朝后望，显现著散动。第四弯时，猴子在后，由此意味的是掉举的领先能力衰退。猴子于树上摘果，由此传达

---

68 译者注：瑜伽师手持的杖上俱有弯钩。



的是在奢摩他时，应避免内心散动于无关的善法，但下座后并非如此，如此才能获取二利的果实。在第五个弯时，大象退失黑色并且远离了猴子，由此表征的是，此刻起，只要稍许地依止正念、正知，就不会受到沉、掉的干扰，并能无有间断地趋入三摩地。

## 乙七、修故成办奢摩他

应善了知前述的修习三摩地之理，并且如实修行，方能生起九种住心，远离细微沉、掉，长久入定，最终将能成办正奢摩他。在生起轻安之前，虽有不需依靠正念、正知的精进力，却可从心所欲安置于境的三摩地，但该三摩地只是相似奢摩他而已，并非真正的奢摩他。《大空性广大经》（*སྤོང་པ་ཉིད་ཚེན་པའི་མདོ།*）云：

「比丘，此身由离喧哗，生喜乐故，喜乐渍尽、润渍、普遍充满。离喧哗所生喜乐，无处不遍。阿难！如是比丘，持心住内、正住、收摄、近住、调伏、寂静、最极寂静、令成一续、入三摩地。」<sup>69</sup>

69 德格版，经，经典，91卷，255背页；对勘本版，书号71，681页。汉译与藏译稍有不同。汉译原文：《中阿含经》（T.1.26.738b.29）：「比丘此身离生喜、乐，渍尽润渍，普遍充满，离生喜、乐，无处不遍。阿难！如是比丘持内心住止令得一定。」

同样地，《解深密经》云：

「慈氏菩萨复白佛言：世尊！若诸菩萨缘心为境，内思惟心，乃至未得身心轻安，所有作意，当名何等？佛告慈氏菩萨曰：善男子！非奢摩他作意，是随顺奢摩他胜解相应作意。」<sup>70</sup>

《大乘庄严经论》云：

「复此人身心，获得大轻安，  
应知具作意。」<sup>71</sup>

《修次中篇》云：

「串习奢摩他，身中起心轻安，如是，随欲于所缘，心能自在，当知彼时，业已成办，奢摩他矣。」<sup>72</sup>

---

70 德格版，经，经典，<sup>51</sup>卷，第八品，26背页；对勘本版，书号49，61页。汉译来源：《解深密经》（T.16.676.698a.14）。

71 德格版，论，唯识，<sup>51</sup>卷，第十五品，第15句偈颂文，19正页；对勘本版，书号70，845页。汉译的《大乘庄严经论》看似缺此译文。

72 德格版，论，中观，<sup>51</sup>卷，48正页；对勘本版，书号64，134页。汉译来源：释法炬译《修次中篇》。



诸多典籍皆说，自在令心随欲安住所缘，以及两种轻安，是奢摩他的必要条件。

轻安是如何获得的呢？

一般轻安之义，如《大乘阿毘达磨集论》云：

「何等为安？谓止息身心麁重，身心调畅为体，除遣一切障碍为业。」<sup>73</sup>

身心的粗重是，令身心不能随欲行善，该粗重的对治就是身心的轻安。正因为远离身心的粗重性，才能从心所欲地让身心行善，获得堪能。轻安有二：身轻安，以及心轻安。

什么是身轻安？

依三摩地之力，令身体远离无法堪能的过失，且轻如毛絮，随欲行善者。

什么是心轻安？

依三摩地之力，令心远离粗重性，且于所缘境上无有障碍，如此的心堪能性。安慧阿闍黎的《三十颂疏》（སུམ་ཅུ་པའི་བཤད་པ།）云：

---

73 德格版，论，唯识，第1卷，第一品，49正页；对勘本版，书号76，127页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.664b.15）。

「身堪能者，从满足身义及轻柔所起。何为心堪能者？欢喜心作意正法，轻柔因从其他心所法生，若具此德，心将无碍趋入所缘，故称心堪能。」<sup>74</sup>

身轻安并非心所，而是身体内部的一种悦意触。《三十颂疏》云：

「由欢喜所摄、身之差异触，应知为身轻安。意若欢喜，身则轻安，如经所言。」<sup>75</sup>

心轻安为十善心的轻安。

什么是发起如是殊胜轻安的前兆呢？

正在勤修三摩地的修行者会有种「头重重」的感觉。这并不是种不舒服的沉重，却像是刚剃完头后，将温暖的手放在头顶的沉重感，是种舒服的感觉。此后，顷刻除去阻碍喜断烦恼的心粗重性，并生起该对治的心轻安。如《声闻地论》云：

---

74 德格版，论，唯识，<sup>31</sup>卷，156背页；对勘本版，书号77，414页。汉译大藏经内并无此译。

75 德格版，论，唯识，<sup>31</sup>卷，156背页；对勘本版，书号77，414页。汉译大藏经内并无此译。



「彼于尔时不久当起强盛，易了身心轻安心一境性，如是乃至有彼前相，于其顶上似重而起非损恼相。即由此相于内起故，能障乐断诸烦恼品心麤重性皆得除灭，能对治彼，心调柔性心轻安性皆得生起。」<sup>76</sup>

随著令心堪能的轻安之力，此后，转为身轻安的因气充斥全身，排除身体的粗重性，而发起身轻安。因令身堪能之气，行者会觉得身体的每一部位强而有力并充溢著气。《声闻地论》云：

「由此生故有能随顺起身轻安，风大偏增，众多大种来入身中，因此大种入身中故，能障乐断诸烦恼品身麤重性，皆得除遣。能对治彼，身调柔性，身轻安性，遍满身中，状如充溢。」<sup>77</sup>

获得了身轻安后，由气力故，身体产生极大安乐，名「身轻安乐」。透过身轻安乐，心依此产生了极大安乐，名「心轻安乐」。两

76 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第三品，163正页；对勘本版，书号73，403页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.464c.17）。

77 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第三品，163正页；对勘本版，书号73，403页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.464c.22）。

轻安中，先有心轻安，再有身轻安。两轻安乐中，先有身轻安乐，再有心轻安乐，有此区别。

一开始发起身轻安的时候，因气力故，不只体内产生了极大安乐，心也产生了极大安乐。逐渐地，轻安不像一开始发起般强烈，该力量会随之减弱，这并非意味著轻安已经彻底消失，而是粗分轻安已经不在，毕竟粗分轻安会使内心散动。此时只剩细微轻安，如同影子般轻薄，无有散动且与三摩地相应。同时，内心喜孜孜的感觉不复存在，而且心又能坚定地安置于所缘境上，平息大乐的散动，故得奢摩他。《声闻地论》云：

「彼初起时，令心踊跃，令心悦豫，欢喜俱行，令心喜乐，所缘境性于心中现。从此已后，彼初所起轻安势力渐渐舒缓，有妙轻安随身而行在身中转，由是因缘，心踊跃性，渐次退减。由奢摩他所摄持故，心于所缘，寂静行转，从是已后，于瑜伽行，初修业者名有作意，始得堕在有作意数。」<sup>78</sup>

---

78 德格版，论，唯识，<sup>2</sup>卷，第三品，163正页；对勘本版，书号73，404页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.464c.26）。



如论所云，具足前述的资粮，且长期精进依止三摩地的话，才能成就奢摩他。如若只凭少数几次的禅修，是无法成就的。圣勇阿阇黎的《摄到彼岸》云：

「无间瑜伽力，精进行禅定，  
若反覆憩息，摩擦不生火。  
瑜伽亦如是，未证不应弃。」<sup>79</sup>

整体而言，可用以成办无过妙三摩地的所缘境虽是不可计数，但若缘取「心识」成办奢摩他的话，首先须得具足奢摩他资粮，并且现起心识的总相；必须满足此条件。缘取心识的总相而修，才能逐渐增上明分，否则，若一开始即以明分为依归而修的话，将无法达成安住于所缘境。此外，最初并非以现识缘取心识，而是将内心所现影像作为所缘境。自心为唯明唯识，不是色法，并无有形状、颜色等差异，观察心后只剩空朗一片，不观察时又不知心识为何，观察后有各种模样显现；心是一切乐苦善恶的作者，俱有明晰的体性，有此认知

---

79 德格版，论，中观，卷，禅定般罗蜜多品，第10-11句偈颂文，229正页；对勘本版，书号64，1610页。汉译大藏经内并无此译。

之后，再去念想「此乃心识」，并以强烈希求缘取此境，专注此境。总之，即使一开始无法做到如描述中一般的细致，但应满足于总相或大概的影像后，心持「此所缘境乃心也」。

此时，除了令心执取该所缘境外，不应有「此禅可带来暂时和究竟的某种利益」的期待，也不应有「此禅可能会带来暂时和究竟的某种伤害」的疑虑，更不应随著缘取三世作用的期待、疑惑等妄念所转。仅全神贯注于「现有、不做作、唯明唯观之心识」。专一的时间不宜太久，应尽力完成短时间的专注。专注所缘时，不该像是昏倒或入睡般全无所见，一片漆黑，或是什么皆不作意，应无有散动地专注所缘，令心紧松合宜，徐徐而住。安置于所缘境后，不应忘记，要以殊胜正念秉持，并以正知察觉内心是否散动，进而持续妙三摩地。

「以正念不要遗忘所缘」的意思，并非指由于自己的思维或他人的询问而忆念起某个新的内容，而是不要让心忘记正在缘取的境，促使念力不要衰退，令心不散动于他境。

依止正知的方法：应当偶尔观察内心是否散动。这种观察并非是舍弃所缘，再去新生观察心，而是在内心未弃缘取该境的情况下，以一种细微的心识进行观察。如同与友人同行时，以眼睛正视道路，同时又以眼角余光注视著身旁的朋友一般。

总而言之，专注一境时，应根据自己的经验，察知「此时这种



力道，因为太紧，容易产生掉举」的缘故，放松力道；又知「这种力道，因为太松，容易产生沉没」的缘故，缩紧力道。应求保持平衡，让心从流散中收摄，获取住分。发起住分后，又因关切是否有沉没，而提起具念的明锐分，如是轮流修护明、住二分，方能生起无过妙三摩地。

专注心的体性——唯明唯观——的时候，如果得知妄念骤然生起，为使心不随该念所转，应当下截断妄念。或是，任何的妄念产生后，不去中断，却以心识观察妄念游动，并借之前承许「断除妄念」的牵引力，令妄念无法增强，最终回到原本的心性之中。就好似一位善巧的老师看到学生玩耍时，并不马上呵斥道「不准玩」，却会以眼神凝视，令学生惭愧，停止玩耍一般。

此外，经论中提及住心六法为：一、如同远离云雾的太阳特别明亮，心的体性光明远离了执相的妄念，也远离了沉、掉等诸多障碍。

第二、如同大鹏鸟不需猛烈扑打双翼，便能自在地翱翔于天际，内心远离紧松过当的问题，同时却拥有著紧缩的明锐分以及放松的徐徐而住，不离正念、正知而持续三摩地。

第三、如同大海之浪随风澎湃，但海底深处却无有动摇，心安置于所缘境时，或有细微妄念动摇，却不会随粗分妄念摇荡。

第四、如同小孩见寺庙时，不会寻伺寺院壁画之细节，观视总相远离散漫而专注所缘时，即便五根现起悦意或不悦意境相，不随寻伺及贪瞋所动，专注一境。

第五、如同鸟飞翔于天空，不遗留丝毫痕迹，无论生起任何苦、乐、舍等，皆不随贪、瞋、痴而入定。

第六、如同揉搓棉花，柔软舒适，入定时亦能远离三毒现起及粗糙沉、掉，进而入定。

如是修行三摩地的缘故，将会现起「心的唯明极清的体性，不被任何一法所障碍；如同虚空，远离一切形色事物；又如明镜清晰地反射影像，却不作择别般，无论发生任何善恶五境，却不会执取是善是恶」之感受。无论这种三摩地如何坚定，若无身心轻安所摄持，只能是欲界的专注一境三摩地；如果被身心轻安所摄，依据经论此定即是奢摩他。

## 甲八、成办妙观毘婆舍那

一般而言，在获得毘婆舍那之前要先成办奢摩他，原因为何呢？如《入行论》云：



「有止诸胜观，能灭诸烦恼，知己先求止……」<sup>80</sup>

毘婆舍那的性质为：当奢摩他正在现起时，由观察所缘之力引发轻安之乐，且由其乐所摄、观察自境的妙观慧。毘婆舍那（胜观）词义：胜过奢摩他而观差别者，故名。为何能胜过？奢摩他无观察，但毘婆舍那有观察的缘故，更能显现所缘之义。

如何成办毘婆舍那？

当奢摩他正在现起时，只要能够生起由妙观慧伺察之力所引发的轻安之乐，即是生起了具相毘婆舍那。关于轻安的性质以及如何生起之理，先前已经说明。妙慧正在观察时，若尚未生起轻安之前，只能算是随顺的毘婆舍那，唯有当生起了轻安之后，才能成为真正的毘婆舍那。该轻安并非一般的轻安，因为此时奢摩他尚未退失，且由奢摩他力引发了轻安的缘故。然而，若能由观察力引发轻安，方能成为毘婆舍那。缘取如所有性及尽所有性的两种毘婆舍那都是如此，诚如《解深密经》云：

---

80 德格版，论，中观，卷，第八品，第4句偈颂文，23背页；对勘本版，书号61，1000页。汉译来源：如石法師译《入菩萨行论》。

「世尊，若诸菩萨乃至未得身心轻安，于如所思所有诸法内三摩地所缘影像，作意思惟，如是作意当名何等？善男子，非毘钵舍那作意，是随顺毘钵舍那胜解相应作意。」<sup>81</sup>

香谛巴（འཕྱི་མཁའ་ལྷོ་མ་ལའི་མན་ངག）阿闍黎的《般若般罗蜜多修行口诀》（འཕྱི་མཁའ་ལྷོ་མ་ལའི་མན་ངག）亦云：

「获得身心轻安，入住其安后，于所思义内心三摩地所行影像胜妙观察，直至身心轻安未起之前，皆是随顺胜观。尔时生起轻安，即是毘婆舍那。」<sup>82</sup>

莲花戒阿闍黎所著《修次中篇》中，亦以比喻说明为何需要观修正修二者。如此论云：

「若离奢摩他，唯以毗钵舍那，瑜伽师之心，涣散于诸境，如处风中烛，极不坚稳。以是不生极明智光芒，故当依于似

---

81 德格版，经，经典，51卷，第八品，26背页；对勘本版，书号49，62页。汉译来源：《解深密经》（T.16.676.698a.18）。

82 德格版，论，唯识，81卷，128背页；对勘本版，书号78，339页。汉译大藏经内并无此译。



此二者……以奢摩他力，如烛不被风动摇，诸妄念风不能动心。以毗钵舍那，尽断恶见垢，余不能乖离。如《月灯经》云：『奢摩他力不动摇，毗钵舍那如山般。』<sup>83</sup>

如同树木虽有枝干、树叶、果实等诸部位，但这一切都可被树根所集摄一般，此论提及止观两者可摄一切三摩地。所有修行可以归为两类：一、透过思惟观察经言、理由、比喻等所修义的观修。二、并非透过观察，却是令心安然专注所缘的止修。前者观修由毘婆舍那所含摄，后者止修由奢摩他所含摄。如《修次下篇》云：

「虽然薄伽梵已示各式菩萨三摩地为无边无量，但诸三摩地皆可被奢摩他及毘婆舍那两者所周遍，故说止观双运之道。」<sup>84</sup>

无垢友阿闍黎的《次第趋入修义》（*རིམ་གྱིས་འཇུག་པའི་བསྐྱོམ་དོན།*）亦云：

---

83 德格版，论，中观，1卷，45正页；对勘本版，书号64，127页。汉译来源：释法炬译《修次中篇》。

84 德格版，论，中观，1卷，55背页；对勘本版，书号64，158页。汉译大藏经内并无此译。

「由此二力<sup>85</sup>集摄一切三摩地故，所有瑜伽师于一切时皆须依止奢摩他及毘婆舍那。」<sup>86</sup>

## 甲九、观察修的重要性

听闻越多越广，由闻所生的智慧则会越大；闻慧越大，经由思惟之所生的思慧也会越大；思慧越大，依之所成的修行则是越好，所去除的过失及所成办的功德才会越多。所以，若要修行，闻思极其重要！《胜思惟梵天所问经》（འཕགས་པ་ཚངས་པ་བྱུང་པར་སེམས་ཀྱིས་ལྷུ་པའི་མདོ།）云：

「当知是人为得善意，以能观察入正法故。」<sup>87</sup>

《修次下篇》亦云：

---

85 虽然德格版中写「由此性力」，但依北京及奈塘二版编改为「由此二力」。

86 德格版，论，中观，<sup>9</sup>卷，343背页；对勘本版，书号64，963页。汉译大藏经内并无此译。

87 德格版，经，经典，<sup>9</sup>卷，42正页；对勘本版，书号59，108页。汉译来源：《胜思惟梵天所问经》（T.15.587.70c.21）。



「如马仅循所示方向而奔驰，由闻慧、思慧所生一切证量皆是修慧所修之处，除此无余。此故应以妙慧观察。」<sup>88</sup>

若不以妙慧观察，只是停止缘境作意便可满足，《修次下篇》说这种作法将会断除正见根本。如此论云：

「若言『不思一切』，将会断除正确具相妙慧！正确智慧之根本为妙观察故，若断观察则断根本，故断出世智慧<sup>89</sup>……若无作义，将成极度愚昧，此人如何能为瑜伽师？若无正确妙慧将失正念，串习无有作意同等串习愚昧故，停止作意将会远离正确智慧之光。」<sup>90</sup>

消灭烦恼靠的是依妙慧力反覆观察。如果没有伺察烦恼过失，仅靠毫无作意的话，烦恼终究不能被灭除。就像若要在战场上歼灭仇

---

88 德格版，论，中观，<sup>卍</sup>卷，64正页；对勘本版，书号64，178页。汉译大藏经内并无此译。

89 德格版，论，中观，<sup>卍</sup>卷，61背页；对勘本版，书号64，172页。汉译大藏经内并无此译。

90 德格版，论，中观，<sup>卍</sup>卷，62背页；对勘本版，书号64，174页。汉译大藏经内并无此译。

敌，必须面对仇敌，不能像懦夫般仅是闭上双眼，这样是无法杀敌的，诚如《大庄严法门经》（འཇམ་དཔལ་རྣམ་པར་རོལ་པའི་མཛོ།）云：

「菩萨于诤论中云何能胜？女言，菩萨于一切法无所分别亦无所得，是名为胜。」<sup>91</sup>

《修次下篇》云：

「如是瑜伽师睁开慧眼，以智利器战胜烦恼敌。无畏惧故，不像懦夫紧闭双眼。」<sup>92</sup>

修行的时候，究竟应依赖止修为主，还是以观修为主呢？

这要看所修的内容、所缘，以及当下内心的状态而定。例如，修行对于善知识的信心、悲心，以及忍辱等主题时，虽然先是以观修为主，但伺察之后，终须持续意识觉受，安然而住，远离检视。然以修行「死无常」之内容而言，则应反覆思惟教言及理由，并以此作为

---

91 德格版，经，经典，<sup>19</sup>卷，第二品，231背页；对勘本版，书号46，624页。汉译来源：《大庄严法门经》（T.17.818.830a.17）。

92 德格版，论，中观，<sup>19</sup>卷，63正页；对勘本版，书号64，176页。汉译大藏经内并无此译。



主要的修行。伺察之后，则应令心专注「死无常矣」，此时以止修为主。故知如「念死无常」等单一法义之修行中，包括了止修及观修两者。

经论中多次谈及止观二者应如何修、如何在止观中圆满闻思修三者，以及如何增上止观而修心等内容。《大乘庄严经论》云：

「随次闻思修，得法及得慧」<sup>93</sup>

《修次下篇》云：

「如马仅循所示方向而奔驰，由闻慧、思慧所生一切证量皆是修慧所修之处，除此无余。此故应以妙慧观察。」<sup>94</sup>

无垢友阿闍黎的《次第趋入修义》云：

「何时观毘婆舍那故，尔时增上智慧、削弱奢摩他，心将摇

---

93 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第二品，第10句偈颂文，2背页；对勘本版，书号70，807页。汉译来源：《大乘庄严经论》（T31.1604.592b.18）。

94 德格版，论，中观，<sup>21</sup>卷，64正页；对勘本版，书号64，178页。汉译大藏经内并无此译。

动，如风中火烛，故不能明见真如本性，应当修奢摩他。若增上奢摩他力，如睡眠所致，不能极为显见真如本性，故应修习智慧。」<sup>95</sup>

莲花戒阿闍黎的《修次》提及了止观二修的重要性、此二者的差异及不共成果，以及如何修护止观二修之广理等，在此简略说明。如《修次中篇》云：

「《圣宝云经》亦云<sup>96</sup>：『巧知过患，离诸戏论，故修空性，行持瑜伽。多习空性，遍寻于心，旁鹜何处，寻心喜处，悟彼性空。观心何耶，悟其空也。何心能悟，遍寻彼性，悟彼空也。如此了悟，即说入于，无相瑜伽。』以此，开示先遍寻思而入无相。若仅作意遍断，慧不观察实事之自性性，则不可能入无分别，极明示也。」<sup>97</sup>

95 德格版，论，中观，<sup>95</sup>卷，350正页；对勘本版，书号64，978页。汉译大藏经内并无此译。

96 虽然德格版中写「<sup>96</sup>」，但依北京及奈塘二版编改为「<sup>96</sup>」。

97 德格版，论，中观，<sup>97</sup>卷，49背页；对勘本版，书号64，139页。汉译来源：释法炬译《修次中篇》。



《修次初篇》云：

「总之，以定手持心，并以极细慧器消灭置于苦性心识中的颠倒色执等妄念种子。若如是做，如无根树木不从大地所生般，无根颠倒妄念也不能从心识所生。为能断除盖障，薄伽梵开示奢摩他与毘婆舍那双运之道，由此二因产生离妄念之正确智慧，故说：『住戒律得三摩地，得禅定已修智慧，由智慧生正清净，清净慧令戒圆满。』何时依奢摩他坚定所缘，令心坚定，尔时若依般若伺察，方能生起正慧光芒，并以光芒去除盖障。此二犹如眼睛与光明，助益生起正慧，相互扶持，绝非雷同光明与黑闇，相互不和。三摩地并非黑闇性，为何？因三摩地为专注性故。经说：『入定方能通达真谛』，故三摩地与智慧极为和合，绝无不和。若依入定慧力观察，不可得诸法皆视为胜义不可得，故瑜伽师等通达似此奢摩他性，见般若蜜多，无有其余。寂静者，谓平息有无等妄念性戏论。瑜伽师以慧力观察时，见诸实物皆不可得，故不能起实物妄念，亦不生起非实物妄念。」<sup>98</sup>

---

98 德格版，论，中观，<sup>98</sup>卷，34背页；对勘本版，书号64，96页。汉译大藏经内并无此译。

总而言之，需要观修的时候观修，需要止修的时候止修，需要止观二修的时候止观双运，这些无误修行三摩地之诀窍皆由《慈氏典籍》、《瑜伽师地论》、《修次》等论中广泛说明。奢摩他与毘婆舍那个别的性质、此二所缘的差异、止修与观修的分类、如何透过九住心及八作意成办奢摩他之理、粗细沉掉的认知、沉没与昏沉的差异、散动与掉举的差异、如何对治该患之理、正念与正知的认知、正念与正知的差异、如何恰当运用正念与正知，以及初修禅者不应满足成办住分，也需要同时成办明锐分等内容，皆已简略述说。

修者、修行所缘、如何修行，以及修后的内心成长次第等论述，在无著阿闍黎的《声闻地》、世亲阿闍黎的《阿毘达磨俱舍论》及《阿毘达磨俱舍论自释》、寂天阿闍黎的《学集论》，以及莲花戒阿闍黎的《修次篇》等，皆有详细说明，故应从此等论典学习了知。

## 甲十、修念住法

讲解了如何修心的方法——止观二修，在此略说四念住<sup>99</sup>。

---

99 译者注：经典中又称「四念处」。



为求断除身等净、乐、常、我等四种颠倒执，佛教的诸多典籍多次提及了四念住，包括上座部的《长部·大念处经》（*དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།*），也就是阿含经长部（*Dīghanikāya*）中的《念处经》；阿含经中部（*Majjhimanikāya*）中的《中部·念处经》；阿含经相应部（*Saṃyuttanikāya*）；以及阿含经增支部（*Anguttaranikāya*）等经典中皆谈及了如何修习四念住的法门，其中最广为流传的是阿含经中部的《中部·念处经》。

上座部的《阿含经》中，除了前述的四部外，加上「小部」共有五部。除了阿含经小部，长部、中部等经文也尚未翻译成藏文，所以在西藏甘珠尔中并无这些译本。根据《长部·大念处经》及《中部·念处经》的前文，此二经都是在拘楼（*Kuru*）<sup>100</sup>的地方传授的。《中部·念处经》云：

「有一道净众生，度忧畏，灭苦恼，断啼哭，得正法，谓四念处……云何为四？观身如身念处，如是观觉、心、法如法念处……立念在身，有知有见，有明有达，是谓比丘观身

---

100 译者注：根据僧伽提婆所译的《中阿含因品念处经》，地名为「拘楼瘦」（*Kurusu*）。

如身……立念在觉，有知有见，有明有达，是谓比丘观觉如觉……立念在心，有知有见，有明有达，是谓比丘观心如心……立念在法，有知有见，有明有达，是谓比丘观法如法」<sup>101</sup>

前述引文简略解说了四念住。

在广说身念住时，首先说明如何以数息法修习正念，再缘取身的各个支分，得知身为生灭性。之后再以正知趋入行、住、座、卧四种行为，最终了知身体为不净质、为四大的聚集体后，应以身体膨胀、腐烂等九种死相而观想无常。于身念住的后段，《中部·念处经》总结道：

「如是比丘观内身如身，观外身如身，观内外身如身，观身生灭，观身已坏，观身生坏，观坏灭性，立念在身，如是不耽执世间之法，获住自在，是谓比丘观身如身。」<sup>102</sup>

101 巴利大藏经，中部，第一卷，念处经，145页。图登锦巴由英译翻成藏文。汉译来源：僧伽提婆译《中阿含因品念处经》（T.1.26.582b.9）。

102 巴利大藏经，中部，《念处经》，149页。汉译与藏译稍有不同。汉译原文：僧伽提婆译《中阿含因品念处经》（T.1.26.582c.10）：「如是比丘观内身如身，观外身如身，立念在身，有知有见，有明有达，是谓比丘观身如身。」



此经又说，受有乐受、苦受、舍受、世间乐受、出世间乐受、世间苦受、出世舍受，以及世间舍受等。经中也说明缘取上述不同种类的受，如何修行受念住之理。

有关心念住，此经个别解说了三毒之心，与远离三毒之心，共六。加上诸摄之心、散动、寂静、非寂静、出世、非出世、入定、非入定、解脱、非解脱等十六心。缘取上述不同种类的心，如何修行心念住之理，也在此经说明。<sup>103</sup>

有关法念住，此经解说了五障：一、欲界希求。二、瞋。三、睡眠及昏沉。四、掉举及后悔。五、疑。又说了如何透过五盖障、五蕴、六处、七觉支，以及四谛等各个所缘，观修法念住之理。最后解说观修四念住的利益，圆满了此经的内容。以上简略介绍了这本重要的经典。

接下来根据上下阿毘达磨的论著为主，简略说明念住。《大乘阿毘达磨集论》云：

---

103 巴利大藏经，中部，《念处经》，149页。

「谓所缘故、自体故、助伴故、修习故、修果故。」<sup>104</sup>

该论典分从五个角度，对念住做了说明。

第一、念住所缘。念住的所缘有四：身、受、心、法四者。以此四者作为所缘，是为了断除四种颠倒执：一、将不净身执取为净。二、将苦受执取为乐受。三、将心的无常性执取为心的常性。四、法无我执取为法我。《大宝积经·宝髻菩萨会》（གཏུག་ན་རིན་པོ་ཆེས་རྒྱལ་པའི་མདོ།）云：

「是四意止行。四精进何谓为四？观身无身，弃捐计实不净为净颠倒之想。观痛无痛，弃苦为乐颠倒之想。观心无心，蠲除无常计有常想。观法无法，舍远无我为我想者。于四颠倒而修平等。」<sup>105</sup>

- 
- 104 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第二品，96背页；对勘本版，书号76，242页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.684b.5）。在德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第十一声闻品，108正页；对勘本版，书号73，265页中，解说了由缘取具贪之心、离贪之心、具瞋之心、离瞋之心等二十种心相，如何观修心念住的内容。
- 105 德格版，经，宝积，<sup>21</sup>卷，第二卷，230正页；对勘本版，书号44，638页。汉译来源：《大宝积经》卷第一百一十七，宝髻菩萨会第四十七之一（T.11.310.664a.3）。



第二、念住性质。缘取各该所缘——身受心法中的一者——后，观察身不净等自相，或是无常的共相，被如是念与慧的其中一者所摄者。《大乘阿毘达磨集论》云：

「自体者，谓慧及念。」<sup>106</sup>

《阿毘达磨俱舍论》云：

「以自相共相，观身受心法，自性闻等慧」<sup>107</sup>

念住的词义：毘婆沙宗说，如同以斧头斩木时，是靠楔子插入木头间隙之力所持一般，随著念力，不忘失所缘之相，以智慧入住其境，故名。世亲阿闍黎的解读为：以慧力最初区分所缘之境，随后以念力持有故，以念安住于慧境上，故名。如《阿毘达磨俱舍论自释》云：

「何缘于慧立念住名？毘婆沙师说，此品念增故，是念力持

106 德格版，论，唯识， $\text{卷}$ ，第二品，96背页；对勘本版，书号76，242页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.684b.8）。

107 德格版，论，阿毘达磨， $\text{卷}$ ，第六品，第14句偈颂文，19正页；对勘本版，书号79，44页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.118c.17）。

慧得转义，如斧破木由楔力持。理实应言慧令念住，是故于慧立念住名。」<sup>108</sup>

第三、念住助伴。身等念住的助伴为相应四者中之一者的心与心所。《大乘阿毘达磨集论》云：

「助伴者，谓彼相应心心所等。」<sup>109</sup>

第四、念住修习。身等念住的修习之理，诚如《阿毘达磨俱舍论》云：

「以自相共相，观身受心法，自性闻等慧」<sup>110</sup>

此中说明两种修习，自相修习及共相修习。修习身念住时，自相修习为：修习身不净、大种，以及大种所造。共相修习为：如身般

108 德格版，论，阿毘达磨， $\text{ṅ}$ 卷，第六品，12正页；对勘本版，书号79，707页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.119a.5）。

109 德格版，论，唯识， $\text{ṣ}$ 卷，第二品，96背页；对勘本版，书号76，244页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.684c.3）。

110 德格版，论，阿毘达磨， $\text{ṅ}$ 卷，第六品，第14句偈颂文，19正页；对勘本版，书号79，44页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.118c.17）。



的诸行无常，诸漏皆苦的修习。《律上分》（འདུལ་བ་གཞུང་དམ་པ།）云：

「入住房已，双盘于垫，挺直其身，以念正住，应断八触。应当思惟疾病、肿瘤、兵器、毒药、无常、痛苦、空性、无我等内义。」<sup>111</sup>

如经所言，此身为苦性，故如「疾病」。因属强烈痛苦的疾病，故称「肿瘤」。直接产生痛苦，故称「兵器」。间接产生痛苦，故称「毒药」。刹那转变，故称「无常」。具足有漏业惑，故称「痛苦」。不成立独立我所，故称「空性」。不成立独立之我，故称「无我」。应如是观察，进而修习。

对治强烈贪心者，以观想方式，修习身色等之不净观。此时的离贪性不净观正是用来对治身色、身形、身触，以及身受<sup>112</sup>等之四种贪执。

在身色等四种贪执中，以缘取色变青瘀、脓色、红色等方式对

---

111 德格版，经，律，41卷，第五十一品，290背页；对勘本版，书号13，681页。汉译大藏经内并无此译。

112 译者注：根据编辑者格西们的说法，在此的「身受」谓按摩、捶背、涂油等方式令身体获得享受。

治缘身色的贪著。以缘取脓血流出，或是体支分解而修的不净念，对治缘身形的贪著。以缘取身体被虫所蚀，或是由筋粗劣串起的骨架，所观修的不净念，对治缘取身触的贪著。以缘取无法动弹尸体的不净念，对治身受的贪著。《大般若波罗蜜多经》云：

「复次，善现！若菩萨摩訶萨修行般若波罗蜜多时，以无所得而为方便，往澹泊路观所弃尸，死经一日或经二日乃至七日，其身肿胀，色变青瘀，臭烂皮穿，脓血流出。见是事已，自念我身有如是性，具如是法，未得解脱终归如是。是为菩萨摩訶萨修行般若波罗蜜多时，以无所得而为方便，于内身住循身观，炽然精进，正知具念，调伏贪忧……复次，善现！若菩萨摩訶萨修行般若波罗蜜多时，以无所得而为方便，往澹泊路观所弃尸，死经一日或经二日乃至七日，为诸鵙、鸱、乌、鹊、鷄、枭、虎、豹、狐、狼、野干、狗等种种禽兽或啄或攫，骨肉狼籍，齿掣食噉。见是事已，自念我身有如是性，具如是法。」<sup>113</sup>

---

113 德格版，经，八千颂，7卷，第16品，157背页；对勘本版，书号29，377页。汉译来源：《大般若波罗蜜多经》（T.7.220.78b.16）。



《阿毘达磨俱舍论》云：

「且辩观骨锁，广至海复略，名初习业位，  
除足至头半，名为已熟修，  
系心在眉间，名超作意位。」<sup>114</sup>

此论说到，将身体视为骷髅，以此作意为不净观的「初习业位」、「已熟修习」，以及「超作意位」，共说三相。

一、初习业位。缘取脚拇指或额头其中一者后，观想从此处开始，体肉逐渐腐烂，仅剩白骨。白骨逐渐遍满全身，全身转为骷髅。此后，骷髅充满整间屋子，延伸至大海边际；做此观修。然后，收回时，从外逐渐收摄，只观自己身体皆为骷髅。如是反覆作意，即为初习业位。

二、已熟修习。骷髅遍布、延伸至外的观修如前，所缘往内回收时，不观想脚部为白骨，而是去专注足部以外的身体支分皆为骷髅。逐渐地，半身为骨，专注于此。之后骷髅回收至半个头盖骨，将心专注于此，是为已熟修习。

---

114 德格版，论，阿毘达磨，卅卷，第六品，第10-11句偈颂文，19正页；对勘本版，书号79，43页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.117b.18）。

三、超作意位。遍布骷髅至外的观修如前，所缘往内回收时，不去观修身体余处皆为骷髅，而是观想眉间有个拇指般大小的骨头，专注于此的作意乃超作意位。

总结之：以缘取贪境身色变青瘀、脓色、红色等三相身不净作意，对治身色的贪著。以缘取脓血流出及体支分解的二相不净想，对治缘身形的贪著。以缘取身体被虫所蚀及由筋串起骨架的二相不净想，对治缘取身触的贪著。以缘取无法动弹尸体的一相不净想，对治缘取身受的贪著。以身为骨的一相观修，对治缘取身色等所有支分的贪著。故有身不净九观。

骷髅本身并不具备贪之所缘——色形等四相，所以也可以用骨观去对治色形等四种贪著。增益贪的所缘境后<sup>115</sup>，以作意的方式修习不净观。但该观修只缘取色蕴的形色等部位而观，不能全面，所以只能压伏烦恼，成为暂时的对治，却不能成为彻底断除的对治。

对治强烈妄念者，则应远离散乱，专注观修吸气入内、吐气于外。根据《阿毘达磨俱舍论》，这种以数息做观修的方式有六：

---

115 译者注：现有的身体为贪的所缘境，观想将洁白的身体转为色变青瘀，故说增益贪的所缘境。



一、以七相坐姿，专注于吸气入内、吐气至外，如是一次数息为一轮。若将两轮算为一轮则具少患，若将一轮算为两轮则具多患，若将吐气视为吸气，或将吸气视为吐气，则具谬患。在远离谬患、多患、少患三种过失之基础上，从一轮数到十轮。少于十轮将有沉没的危险，多于十轮将有掉举的危险。此修为「数」。

二、吸气时，观想气息循序进入喉部、胸部、脐部、腰部、大腿、小腿、脚底，以及大地。吐气时，观想气息反转，循序从脚底流至鼻孔吐出。力大者，气息长至四肘，若是力弱者，则是长至十二指的气息。做此观想时，要令心不散乱，专注于此，此修为「随」。

三、观想气息从鼻孔至脚底间流动，如同一串念珠般，令心专注于此，并关注身体的舒适与不舒适、寒冷与暖和等，此修为「止」。

四、观想所数息的气，不只是吸进吐出的气体，也是大种与大种所造色等八质的体性，加上心与心所，共具五蕴，令心专注于此，此修为「观」。

五、于专注中，转变缘取数息之心，成为增上善心，此修为「转」。

六、相较前项「转」修，于专注念中，更加增上善心，此修为「净」。

诚如《阿毘达磨俱舍论》云：

「持息念应知，有六种异相，  
谓数随止观，转净相<sup>116</sup>差别。」<sup>117</sup>

随念吐气与吸气，可以令心趋入一个所缘，往内收摄，所缘之气又无各样形色，所以数息观修可以对治妄念。不净观会趋入所缘各种形色，缘取外境，引发妄念，所以不净观不能对治妄念。《阿毘达磨俱舍论自释》云：

「寻多乱心名寻行者，彼依息念能正入修。」<sup>118</sup>

如何观修受念住？由乐受直接起不离爱，由苦受直接起乖离爱，间接又会产生诸多痛苦。为能见到受之过患，应当观察自共二相，进而修习。《大宝积经·宝髻菩萨会》云：

---

116 虽然德格版中写「ཡང་།」，但依北京及奈塘二版编改为「ཡོངས།」。

117 德格版，论，阿毘达磨，<sup>12</sup>卷，第六品，11正页；对勘本版，书号79，705页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.118b.18）。

118 德格版，论，阿毘达磨，<sup>12</sup>卷，第六品，9正页；对勘本版，书号79，700页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.117b.11）。



「彼观痛乐则无所著，消坏诸结而自由安，若得苦痛不以忧戚，舍诸有为。则能遵修令无苦乐，以坏愚痴，若遇乐痛无所积聚，若遭众患了身非常。观苦痛痒察痛无我，彼观乐痛修行安隐，其观苦痛则为疮病，以是之故，名曰不乐不苦。设使观见诸所有安皆归无常，其有众苦，计于苦者不苦不乐，则亦无我。」<sup>119</sup>

《阿毘达磨俱舍论》云：

「缚三由三受。」<sup>120</sup>

如何观修心念住？心随每一刹那转变，心不被显示，也触碰不到心，心性光明；以续流而言，心的续流不会间断。如是观察心的体性。如《大宝积经·大迦叶请问经》（*འོད་སྤྱངས་ཀྱིས་ཞུས་པའི་ལེན།*）云：

「又大迦叶，心去如风，不可捉故。心如流水，生灭不住

119 德格版，经，宝积，*མ*卷，第二卷，226正页；对勘本版，书号44，627页。汉译来源：《大宝积经》卷第一百一十七，宝髻菩萨会第四十七之一（T.11.310.662a.28）。

120 德格版，论，阿毘达磨，*ཀྱ*卷，第五品，第45句偈颂文，17背页；对勘本版，书号79，40页。汉译来源：《阿毘达磨俱舍论》（T.29.1558.109a.26）。

故。心如灯焰，众缘有故。」<sup>121</sup>

经中又说应如何以闻思自共二相观察心的作用，如被烦恼所转的过失，以及心的果实等。《大宝积经·大迦叶请问经》云：

「心如怨家，能与一切诸苦恼故。心如狂象，蹈诸土舍能坏一切诸善根故。心如吞钩，苦中生乐想故。是心如梦，于无我中生我想故。心如苍蝇，于不净中起净想故。心如恶贼，能与种种考掠苦故。」<sup>122</sup>

如何观修法念住？除了受以外的心所、不相应行、修行所取的慈悲等善贤功德，以及所舍贪瞋等过患，都是应以闻思伺察的内容。《大宝积经·宝髻菩萨会》云：

「普说经典观于诸法，达本无法为意止也。其有致道遵修经典，若能晓了道品之法，不作众善不见有常，亦无所著不除

121 德格版，经，宝积，第8卷，第二卷，139正页；对勘本版，书号44，378页。汉译来源：《大宝积经》（T.11.310.635b.14）。

122 德格版，经，宝积，第8卷，第二卷，139背页；对勘本版，书号44，379页。汉译来源：《大宝积经》（T.11.310.635b.21）。



恶法，道心所见所在无断，亦不计常不堕断灭。若有菩萨，弃捐见常断灭之事，执心平等而无所住，处于中间。」<sup>123</sup>

总之，为了对治身为净的执著，需要证悟内外身自相为不净的念知。为了对治有漏受为乐的执著，需要证悟内外受皆为苦的念知。为了对治心为常的执著，需要证悟内外心皆为刹那性的念知；为了对治法我执，需要证悟内外法皆为无我的念知。以慈心对治强烈瞋心，以缘起见对治强烈盖障，以观修界的诸多类别对治强烈我慢。

此外，修习身不净等四念住时，应以欲、勤等对治懈怠等过患。《大乘阿毘达磨集论》云：

「又修习者，谓欲勤策励勇猛不息，正念正知及不放逸，修习差别故。欲修习者，谓为对治不作。意随烦恼勤修习者，谓为对治懈怠随烦恼。策修习者，谓为对治昏沉掉举随烦恼。励修习者，谓为对治心下劣性随烦恼。勇猛修习者，谓为对治踈漏疲倦随烦恼。不息修习者，谓为对治得少善法生

---

123 德格版，经，宝积，第1卷，第二卷，229正页；对勘本版，书号44，635页。汉译来源：《大宝积经》卷第一百一十七，宝髻菩萨会第四十七之一（T.11.310.663b.16）。

知足喜随烦恼。正念修习者，谓为对治忘失尊教随烦恼。正知修习者，谓为对治毁犯追悔随烦恼。不放逸修习者，谓为对治舍诸善轭随烦恼。」<sup>124</sup>

第五、观修身无常等四念住的果实。如《大宝积经·宝髻菩萨会》云：

「是身无常不得久立，老病俱合会当归死。已达此义，不用身故而造邪业。以不会身则修坚要，行三坚法：一曰身要。二曰命要。三曰财要。此身无常，一切众生以为贵重。何所益乎，当行愍伤。何谓身要？身不犯恶谦卑恭顺稽首博智。何谓命要？归命三宝，奉修十德六度四等。何谓财要？捐已布施给诸贫乏。」<sup>125</sup>

《大乘阿毘达磨集论》云：

---

124 德格版，论，唯识，<sup>21</sup>卷，第二品，96背页；对勘本版，书号76，243页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1605.684b.19）。

125 德格版，经，宝积，<sup>21</sup>卷，第二卷，224正页；对勘本版，书号44，623页。汉译来源：《大宝积经》卷第一百一十七，宝髻菩萨会第四十七之一（T.11.310.661b.25）。



「谓四念住，随其次第，能断净、乐、常、我四种颠倒。」<sup>126</sup>

如论所云，观修念住后，能够断除身为净、受为乐、心为常、法为独立之我等四种颠倒执。

## 甲十一、对世间八法修等舍之理

佛教典籍中叙述了诸多修心的法门，其中最主要的一者，就是不受世间八法所倾动。大多数的人们都会表扬自己、诋毁他人、嫉妒高处、计较平处、傲视低处、受到称赞起慢、受到粗语而瞋等，进而产生各式痛苦。此故，应让自己的内心不受贪瞋的操控，并应远离被贪瞋所操控的伴侣，不与彼等同行，保持距离。《入行论》云：

「妒高竞相等，傲卑赞复骄，  
逆耳更生瞋，处俗怎得益？」

---

126 德格版，论，唯识，卷，62背页；对勘本版，书号76，1108页。汉译来源：《大乘阿毘达磨集论》（T.31.1606.739b.16）。

伴愚必然生，自赞毁他过，  
好谈世间乐，无义不善事。」<sup>127</sup>

何为世间八法？《圣宝蕴大乘经》（འཕགས་པ་རིན་པོ་ཆའི་ཡུང་པོའི་མདོ།）云：

「离世八法故，所谓利、衰、毁、誉、称、讥、苦、乐。」<sup>128</sup>

会障碍让自心变得更加善良、相应世间凡夫的八法为：一、利：有衣食住卧等利益则喜。二、衰：未获衣食住卧等利益则不喜<sup>129</sup>。三、誉：获得名誉则喜。四、毁：未获得名誉则不喜。五、乐：获乐受则喜。六、苦：遭苦受不喜。七、称：获表扬则喜。八、讥：遭讥毁则不喜。龙树阿闍黎的《劝发诸王要偈》云：

「利衰及毁誉，称讥与苦乐，

127 德格版，论，中观，41卷，第八品，第12句偈颂文，23背页；对勘本版，书号61，1001页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

128 德格版，经，宝积，81卷，第一品，153正页；对勘本版，书号44，428页。汉译大藏经内并无此译，但与此相同的经文来自《大宝积经》（T.11.310.639a.10）。

129 译者注：在此的不喜并非只是没有欢喜，而是带有厌倦、讨厌，很不高兴的意思。



八法不倾动，是则为圣王。」<sup>130</sup>

「八法不倾动」就是令心不随该世间八法倾动，令心保持平等舍的状态。要能够做到此，靠的是了知四种喜的过患及四种不喜的过患。故在此引用《入菩萨行论》中适用于讲述彼等过患或对治的相关偈颂，简略解释如下。

如何不被「对衣食利益的强烈喜爱」所倾动呢？无论是谁，当我们的自心极度追寻衣食等时，应当收心向内，如是思惟：「随此恶念，不惧诸苦，发大精进，虽可获利，然终一日，终究死去，不能自主，所获衣乐，仅为记忆，不能复返。犹如梦中，天人衣食，最终将醒。为寻衣食，勤攒护守，终将弃舍，不能解脱。为获利益，亲手弑刃，恩德父母，亦无惊慌，非不可能。」《入行论》云：

「梦受百年乐，彼人复甦醒；  
或受须臾乐，梦已此人觉；  
觉已此二人，梦乐皆不还。

---

130 德格版，论，笈书，卷，第29句偈颂文，42正页；对勘本版，书号96，672页。汉译来源：《劝发诸王要偈》（T.32.1673.748c.27）。

寿虽有长短，临终唯如是。」<sup>131</sup>

此论又云：

「贪金涣散人，脱苦遥无期。」<sup>132</sup>

此论又云：

「或为求利敬，乃至杀父母，」<sup>133</sup>

无论是达官贵人或贫贱乞丐，若不知满足、过分地贪求衣食等利益，不只不能从中获利，反而造成诸多困扰及痛苦。为能对治其患，不应堕落于过贪衣食与舍弃衣食的极端二边，要懂得知足。

知足的好处为：能够赋予内心安乐。在此世间，纵使是位很能干的菁英，也很难懂得知足的价值。其实，寻求衣食的享受本身并无

---

131 德格版，论，中观，㉑卷，第六品，第57句偈颂文，16背页；对勘本版，书号61，985页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

132 德格版，论，中观，㉑卷，第八品，第79句偈颂文，26背页；对勘本版，书号61，1007页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

133 德格版，论，中观，㉑卷，第八品，第123句偈颂文，28正页；对勘本版，书号61，1011页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。



快乐可言，为了守护既有的衣食，又得经历诸多苦恼。俱有取舍智慧的学者们，会去断除缘取受用的强烈贪著，在适当获取受用的情况下，保持满足，这种思惟，才是正确的心态。《入行论》云：

「王侯亦难享，知足闲居欢。」<sup>134</sup>

《大宝积经·勤授长者会》（འཕགས་པ་བྱིན་གཤག་དཔལ་བྱིན་གྱིས་རྒྱས་པའི་མདོ།）  
云：

「何有求财而乐者，设得守护犹勤苦，  
如此愚人徒妄言，是故智者应观察。」<sup>135</sup>

如何不被「对未获衣食住卧等利益的不喜」所倾动呢？

如果觉得：「虽然现在经济、科学、技术等各方面比起以前更为先进，但在现今社会中，衣食匮乏者仍然不会受到尊重，而饱受欺凌。反之，衣食圆满者会受到尊重及表扬，所以我等因未获衣食利益

134 德格版，论，中观，༧།卷，第八品，第88句偈颂文，27正页；对勘本版，书号61，1008页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

135 德格版，经，宝积，༩།卷，200背页；对勘本版，书号43，567页。汉译来源：《大宝积经》卷第九十六（T.11.310.542a.6）。

而不喜是合理的，不是吗？」为能去除上述想法，应知这世上何种人会受人表扬或受人讥毁，其实并无定数。不只乞丐被人轻贱，即使富翁也会饱受批评，这是显而易见的事实。衣食受用俱有凡庸体性，自性卑劣，无论我怎么做，即使长期与之相伴，都不会让我真实地欢喜。应做此思惟，平息内心的不喜。《入行论》云：

「睥睨穷行者，诋毁富修士，  
性本难为侣，处彼怎得乐？」<sup>136</sup>

如何不被「对获取名誉的强烈喜爱」所倾动呢？无法控制自心对名誉的喜爱时，应收心往内，如是思惟：「若随此颠倒执，我会失去所有财产，为的仅是获取『好施者』的名誉，或是马革裹尸，为的仅是『勇士』的名誉。然而，自己贪持的『名誉』只不过是虚名而已。为此虚名，我不但不能安乐，还反增痛苦。自己果真为此虚名而死去，对谁又有好处？」

我所喜欢的名誉或甜言蜜语，到底对自己有没有好处、是否为

---

136 德格版，论，中观，41卷，第八品，第23句偈颂文，24正页；对勘本版，书号61，1002页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。



连将来也不能害我身体的任何一部分。」保持内心平衡，思惟不应随瞋的道理。亦可思惟：「虽然对方略有微词，但对方的动机为善，若我如实遵循，将会获得暂时及究竟利益。所以，不经犹疑它是善是恶，只凭微词的理由就心生不喜的话，实不应理！」《入行论》云：

「轻蔑语粗鄙，口出恶言辞，  
于身既无害，心汝何故瞋？」<sup>140</sup>

嘛帝自扎阿闍黎的《嘎尼嘎国王笈书》云：

「为友助益语，逆耳却实益，  
令寂得安乐，汝心请念持。」<sup>141</sup>

如何不被「对欲获乐受的强烈喜爱」所倾动呢？当自心随此强烈喜爱所操控时，应当如是思惟：「如果我真想要离苦得乐的话，光有想法是不够的，必须有正确的方法。但其方法不能随意任用，像是

---

140 德格版，论，中观，卷，第六品，第53句偈颂文，16背页；对勘本版，书号61，984页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

141 德格版，论，笈书，卷，第22句偈颂文，54正页；对勘本版，书号96，709页。汉译大藏经内并无此译。



戴尽美丽的装饰，或是吃尽可口的食物等。同样地，透过牧羊、耕农，以及行商的方法也无法让自己获得真正安乐。」《入行论》云：

「若唯图称心，应依饰与酒。」<sup>142</sup>

此论又云：

「世人勤求乐，成否犹未定。」<sup>143</sup>

如何不被「对遭苦受的强烈不喜」所倾动呢？当自心随此强烈的不喜所操控时，应当如是思惟：「若有方法能够解决令自己不欢喜的问题，应立即解决即可，何需不欢喜？如果这个问题是无法以任何方法解决的话，不欢喜又有何益？」《入行论》云：

「若事尚可为，云何不欢喜？」

---

142 德格版，论，中观，<sup>91</sup>卷，第六品，第91句偈颂文，18正页；对勘本版，书号61，988页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

143 德格版，论，中观，<sup>91</sup>卷，第七品，第64句偈颂文，22背页；对勘本版，书号61，988页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

若已不济事，忧伤有何益？」<sup>144</sup>

如何不被「对获表扬的强烈喜爱」所倾动呢？当自心随此强烈的喜爱所操控时，应收心往内，当如是思惟：「他人对己的表扬不会增长自己的福报及寿命，也不会令我更有权势，去除病苦，亦不能让身体更为舒适。表扬本身无法成办自利，所以不应沉溺于虚言当中。此外，今世表扬所获微利会蒙蔽自心，让己愚昧于现世所见取舍，颠倒修行，堕失智慧。如果只追求表扬，心将散乱，不能坚定正念。」《入行论》云：

「受赞享荣耀，非福非增寿，  
非力非免疫，非令身安乐。  
若吾识损益，赞誉有何利？」<sup>145</sup>

吉祥美嘎达米达阿难陀（ལྷོ་ཇ་ལ་ཏ་མི་ཏུ་ཨ་ན་ལྷོ།）阿闍黎的《月亮国王笈

---

144 德格版，论，中观，༧卷，第六品，第10句偈颂文，15正页；对勘本版，书号61，981页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

145 德格版，论，中观，༧卷，第六品，第91-92句偈颂文，18正页；对勘本版，书号61，988页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。



书》(རྒྱལ་པོ་རྒྱ་བའི་སྤྲིངས་ཡིག)云：

「今世寻乐及名誉，彼之胜光扰我心，  
令我追求谬目的，令心散动失正念。」<sup>146</sup>

如何不被「对遭讥毁的强烈不喜」所倾动呢？当自心随此强烈的不喜所操控时，应当如是思惟：「这世界上，没有一人可以获得所有人的称赞；这是不可能的。亲友们尚未看到自己的专长，只凭少许因缘就能对己歌功颂德的话，早应窃窃自喜，至少并非所有人都批评自己。因为少数几人有了不同的想法而批评我，我还为此不喜，实在很不值得。不喜对象的批评中，又分智者的批评与愚者的批评两种。智者批评的背后一定是有理由的，所以未经观察，只是对己的批评就要不喜，实不应理。」《人行论》云：

「若有人毁我，赞誉何足喜？  
若有人赞我，讥毁何足忧？」<sup>147</sup>

146 德格版，论，笈书，21卷，第30句偈颂文，72背页；对勘本版，书号96，767页。汉译大藏经内并无此译。

147 德格版，论，中观，41卷，第八品，第21句偈颂文，24正页；对勘本版，书号61，1001页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

《法集要颂经》云：

「若复叹誉愚，毁誉智者身，  
毁智犹有胜，叹愚不为上。」<sup>148</sup>

## 甲十二、心可以改变的理由

有关心如何依止闻思修等而获增上之理，已如前述，佛教典籍认为，智慧与慈悲等依赖著意识所增减的功德，与身体的增强或减弱无关，主要是来自意识的串习。《释量论》云：

「身无所增减，由觉用差别，  
慧等能增灭。灯光等诸依。」<sup>149</sup>

运动员们透过训练能让自己跳得很高，跑得很快，但这些来自「串习」的成果，毕竟仍是依赖身体所产生的功德，所以发展有限。

---

148 德格版，经，经典，81卷，第二十五卷，第25-26句偈颂文，232正页；对勘本版，书号72，656页。汉译来源：《法集要颂经》（T.4.213.790b.6）。

149 德格版，论，量，81卷，成量品，第74句偈颂文，110正页；对勘本版，书号97，506页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



无论跳得多高，在这之前都得先做暖身，而且其成就不可能发展至无限。此外，水的温度属于不坚定性，所以滚水到最后只会干涸，不能变成火性。

相反地，如慈爱及智慧等对治力，这些依赖著内心所产生的功德，只要能够串习彼等为习惯，就能在心续中自然生起。这种意识的延续，并非像是依身功德的跳高般，观待著再次提起的力道方能产生，而是只要一有了精进力，就能延续下去。譬如，烈火燃烧了木柴之后，就会一直燃烧，直至柴木烧为灰尘为止。又像水银会自然除去真金的污垢般。

心续功德是从心的明观质所成功德，自然与水的温度等不坚定性不同，且以所依而言，<sup>150</sup>心续功德也有能力发展至无限。所以依身功德与依心功德两者的成长极限有著极大的不同。《释量论》云：

「心中悲愍等，修生自然转。  
如火等于薪，水银与金等。  
故从彼等生，是性生功德。」

---

150 译者注：依心功德的所依是心识的续流。心识的续流无始亦无尽，永恒不断，故待此所依之功德亦能增长延伸无限。

故能使功力，后后转增胜。  
 是从前同类，种子增长者，  
 悲等诸觉心，修习于何住？  
 跳则非如是，从跳生于跳，  
 彼因力勤勇，功能决定故，  
 跳是决定性。」<sup>151</sup>

内心的变化并非像是变换屋内的摆设，只是改变物品的放置。要能改变对自他及外在事物的看法、平时惯常的思惟模式、觉受的惯性、希求的倾向等，才能真正改变内心。佛教典籍广泛地阐述修心方法，主要关键正是因为如此。

如同大乘修心典籍所言，一切过失皆是来自爱我执，若能看待一切有情为恩者而爱护之，当下所遇诸境皆应转为修心的顺缘，又若能松弛缘取内外诸境为真实的执著等，依据其义每日修行，度过此生，将能开启快乐人生。这是先贤大师们的精辟圣言。总之，快乐主要从内心建立。

---

151 德格版，论，量，第31卷，成量品，第125-128句偈颂文，112正页；对勘本版，书号97，511页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。



烦恼的歹念是否可从根本去除？或是烦恼只能被压伏而已？根据佛教典籍，贪等过患不只能被压伏，也可从根本上去除，且经论中已解释了诸多相关的理由。《释量论》云：

「减及依胜进，皆有逆品故，  
由习彼成性，有能尽诸漏。」<sup>152</sup>

增上证悟无我的智慧时，贪等过失将会削弱；贪等过失减少的话，更能发起证悟无我的智慧，令其慧圆满。由此可见，伤害贪等烦恼靠的是智慧。反覆串习证悟无我智慧，使其慧转为自心，方可从根本上断除有漏烦恼。

心的体性是光明性，而且心本身又是无胜义自性，无有谛实，所以不受秽染。在「总说」中介绍心识的性质时，提及了明观性本身远离污秽垢染，又说污秽皆是暂时性，可被去除。像是瞋心等烦恼若住于心识的本性之中，则不可能与心识分离，或心识一定是瞋心的行相，但事实并非如此，这点可以经验得知。

---

152 德格版，论，量，第3卷，成量品，第221句偈颂文，103正页；对勘本版，书号97，489页。汉译来源：法尊法师译《释量论》。

遇到因缘确实会产生瞋心，与因缘不相遇时瞋心不会生起，从此可知，瞋等烦恼可被对治力消灭，彼等绝非心识的本性。水池被搅和时虽有浊相，但不代表水性为浊。慢慢地，泥浊沉淀至底时，将会呈现水的明澈性。龙树阿阇黎的《赞法界颂》（*ཚཱ་དབྱིངས་བསྐྱེད་པ།*）云：

「譬如火浣布，处火能离染，  
垢去布犹存，光明转莹净，  
贪爱令心染，虚妄有轮回，  
亦如火浣布，真空妄非有。」<sup>153</sup>

为了去除火浣布的污垢，将火浣布丢进火中时，火只会燃尽其布污垢，却不烧其布般，由不颠倒识断除光明性的心识污垢时，只除污垢，却不除光明性的心识。

一切罪恶的根本来自实执痴心，此实执愚痴的所持与实际情况相违，是种颠倒识，且缺乏正量的后盾。该执的正违方——证悟无我的智慧——等善贤心识皆有正量为后盾。只要透过长期串习的话，心

---

153 德格版，论，赞聚，7卷，第20-21句偈颂文，64背页；对勘本版，书号1，180页。汉译来源：《赞法界颂》（T.32.1675.754c.21）。



识上的污垢是可以被去除的。《入行论》云：

「久习<sup>154</sup>不成易，此事定非有；」<sup>155</sup>

思惟恶念过患、认知恶念为何、了知善念为何、反覆串习依止力、思惟有否正量为后盾、依心所生的功德为何、有为法的转变性质等，思惟上述道理后，坚信善心可以增长，恶念可以减少，诚如温度提升时，冷度自然降下。

佛教典籍中已广泛说明下列要义：如何由不知的无明及颠倒执取的无明产生非理作意、如何由非理作意产生贪瞋、如何由贪瞋产生我慢及嫉妒等无法安宁的心识。此外，佛典也说明由贪产生掉举、散动令心不自主地流散至外、沉没令心失去抓紧境的能力，并且说明了昏沉令身心无法堪能、令心进入黑闇、不能明显所缘。而彼等的正违方为：能详细区别境的智慧、慈、爱、忍、自信、正念及正知。佛典中说明了如何持续彼等善念，专注所缘，增上三摩地，发起依心功德

154 虽然德格版中写「 $\text{ཉེ}$ 」，但依北京及奈塘二版编改为「 $\text{ཉེ}$ 」。

155 德格版，论，中观， $\text{མཇུག}$ 卷，第六品，第14句偈颂文，15正页；对勘本版，书号61，981页。汉译来源：如石法师译《入菩萨行论》。

等。暂时污垢并非心识的本性，心性为光明，心续无始亦无终，故心续坚定。依心功德可发展至无限，因为串习其德后，不需观待再次精进，便可自然生起。心所内部的相互矛盾，使得一方强大，一方衰弱，透过这种方式可以去除烦恼能力；这些内容在佛教典籍中皆有说明。

### 甲十三、说认识境的补特伽罗及结语

如前所述，依据印度佛教大师的著作，佛教的基法真相之论述可分成五个部分。本《佛法科学总集·上册》叙述了其中第一部分：有关所知境的论述。《佛法科学总集·下册》已叙述其中第二、第三、第四部分：具境——心——的论述；心如何趋入境；如何趋入的方法及相关附加内义。今说第五部分——简略介绍「认识境的补特伽罗」。

在心趋入境，以及感受苦乐等觉受时，了知者或觉受者的「我」或「补特伽罗」到底是否与蕴体别异？同样地，从经验可知，吾等自然会产生「这是我」的想法。该想法的所缘之「我」到底是什么？针对这些议题，古印度的推理者们进行了全面的分析，该内容将于《佛法宗义总集》中详细说明。



感受苦乐者的补特伽罗是必须存在。这位补特伽罗或这个「我」是身心的其中一者？还是别异于身心的另一者呢？如同俱生识所现，当眼睛看到这朵花时，自然会说「我看到这朵花」，即使「看者」为眼识。同样地，身体疼痛时会说「我痛」，心里不舒服时会说「我不快乐」，此时并没想著「身为我」或「心为我」。

当阐述著：「我的身」或「我的心」时，会觉得有种「我」正掌控著身心，看似有个从身心独立出来的控制者——「我」。此故，古早的外道主张「我与蕴体性质为异」。佛家则认为，「我」或补特伽罗是依据身心的和合体施設而有，所以主张「我与蕴体性质为一」。

「我」到底是什么？除了佛教以外，大多的宗教都主张，我的性质为「常一自主的我」。佛家们否定了常一自主的我，并主张「我只是依据蕴体而有」。《声闻藏》云：

「如即揽支聚，假想立为车，  
世俗立有情，应知揽诸蕴。」<sup>156</sup>

---

156 在吉祥月称的《入中论自释》中，引用了此经文，并注明道：「《声闻藏》云」。请

依赖车支的聚集体后，将车施设为车。如同成立车性时，不需要别异于车支聚体以外的其他事物般，施设我或补特伽罗时，仅仅依赖著施设处蕴体而已，不需要依赖别异于施设处蕴体以外的事物。

佛教典籍中的「无我」是指，没有「别异于蕴体之外的独立自主的我」，但不否定苦乐觉受者的「我」，或是于名言上俱有来去作用的「我」。

如果没有别异于蕴体以外的身心主宰者「我」，或者没有控制身心的「我」，请问，先前与其后的感受如何能由单一的我所觉知？之前所见的事物可被之后的我所见，这些都是因为有了「我」，才能产生的记忆。请问，这又是如何而来？还有，不同相续的补特伽罗，是否不应以不同的身躯来做区分？此等诸多疑处，将于《佛法宗义总集》中分析。

补特伽罗或我有没有开始？

---

参考：德格版，论，中观，11卷，296背页；对勘本版，书号60，792页。汉译来源：法尊法师译《入中论自释》。上座部的Samyuttanikāya（阿含经相应部）第一品中，有部经典称「Bhikkhuni-samyutta」，此经亦云：「如即揽支聚，立名说为车，世俗立有情，应知为蕴情。」在一切有部的经典内，名为「比丘尼岩经」的经典中，亦有相同偈颂文。



主张世间造物主者认为，「我」是有开始的。如佛教般，否定世间造物主的教派认为，世间一切皆源于自己的因缘，且相信：依赖著蕴体后施设为我，所以「我有没有开始」得看施设处蕴体有没有开始。补特伽罗的施设处五蕴之中，最重要的即为识蕴。识蕴或心识没有形色，并非色法，其性属于内在唯觉性。唯觉性的近取因必须同类，该近取因不能是色法等微尘。

心识中的意识，尤其是细微意识，若问「该识之前的意识为何？」而继续追溯下去的话，会发现识是无有开端的。诚如先前已述、由心识因缘论述而牵引的「前后世论述」所言，心识的起端并无法安置。因此，由心识施设的我也无有开始。

我有没有止尽的时候？

各教派之间对此的说法不一。佛教宗义论师们中，有一派主张我有最终边际。大乘宗义论师们认为，心识无始无终，所以「我」也无始无终。

补特伽罗的性质：依据五蕴其中一者而施设的士夫。自己、我、补特伽罗三者为异名。

好比名为「天授」的某人来说，虽然此人只有一个我，但该我却有不同层面。就以「比丘天授」而言，就有属于「人」的层面，属于「男性」的层面，属于「比丘」的层面，根据这些不同层面而去认

知为「我」。其他补特伽罗也有多种「我」的层面。

主要依赖著人的身躯蕴体而施设为人，主要依赖著畜生的身躯蕴体而施设为畜生。人又有男女、大小，以及智者愚者等，随著不同的蕴体而产生了不同的施设。

我和补特伽罗的异名，诚如《大方等大集经》云：

「不了义经者，若说，我人众生寿命养育士夫作者受者，种种文辞，诸法无有施者受者，而为他说有施有受。」<sup>157</sup>

此文涵义，如《摄异门分》云：

「复次我者，谓于五取蕴我我所见现前行故。言有情者，谓诸贤圣如实了知唯有此法更无余故。又复于彼有爱著故言意生者，谓此是意种类性故。摩纳缚迦者，谓依止于意或高或下故。言养育者，谓能增长后有业故，能作一切士夫用故。补特伽罗者，谓能数数往取诸趣无厌足故。言命者者，谓寿

---

157 德格版，经，经典，24卷，第六品，150背页；对勘本版，书号60，375页。汉译来源：《大方等大集经》（T.13.397.205b.18）。



和合现存活故。言生者者，谓俱生等所有法故。」<sup>158</sup>

内外道对我的主张及其相关详细理由，将于《佛法宗义总集》中说明。

最后，将从藏译的佛陀讲授的经典，以及古印度大学者们的论著中，择选并整理出基法真相及深奥宗义论述等诸多主要内容，另做说明。同时搭配著精心设计的次第编辑解说。

以上「佛法科学与宗义总集」的基法真相或佛法科学的论述到此结束。

---

158 德格版，论，唯识， $\text{ṣṭ}$ 卷，31背页；对勘本版，书号75，81页。汉译来源：《瑜伽师地论》（T.30.1579.764b.12）。

# 参考文献





## 经典及续典<sup>1</sup>

- དགའ་བོ་མངལ་འཇུག་གི་མདོ། 德格版，经，宝积，ག；对勘本版，书号41；Toh 58。《佛为阿难说处胎经》（大正藏：11.310）
- དགའ་བོ་མངལ་ལ་གནས་པའི་མདོ། 德格版，经，宝积，ག；对勘本版，书号 41；Toh 57。《入胎藏经》（大正藏：11.310）
- དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་བའི་མདོ། 德格版，经，经典，ཅ།；对勘本版，书号 49；Toh 106。《解深密经》（大正藏：16.676）
- རྗེ་དུ་བརྗོད་པའི་ཚམས། 德格版，经，经典，ས།；对勘本版，书号72；Toh 326。《法集要颂经》（大正藏：4.213）
- ཚམས་གྱི་རྗོལ་སྤྱོད་པའི་མདོ། 德格版，经，律，ཅ།；对勘本版，书号5。《法句经》（大正藏：4.210）
- ཚམས་བཅུ་པའི་མདོ། 德格版，经，宝积，ཁ།；对勘本版，书号40；Toh 53。《佛说大乘十法经》（大正藏：11.314）
- འཇམ་དཔལ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་མདོ། 德格版，经，经典，ཁ།；对勘本版，书号

---

1 译者注：根据藏文下册注脚542号，Toh代表的是日本东北大学（Tohoku University）所编辑的西藏大藏经目录，其后的号码是根据该目录给予的经号或论号。

- 46；Toh 96。《文殊游戏经》（暂译）
- མུང་འདས་ཀྱི་མདོ།德格版，经，经典，9151；对勘本版，书号53；Toh 119。《大般涅槃经》（大正藏：12.374）
  - ལྷོང་པ་ཉིད་ཆེན་པོའི་མདོ།德格版，经，经典，91；对勘本版，书号71；Toh 291。《大空性广大经》（暂译）
  - དམ་པའི་ཚེས་དྲན་པ་ཉིར་བཞག།德格版，经，经典，412191；对勘本版，书号71；Toh 287。《正法念处经》（大正藏：17.721）
  - དུས་འཁོར་བསྐྱེད་རྒྱུ།德格版，经，续，71；对勘本版，书号77；Toh 326。《时论略续》（暂译）
  - དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྣང་པོའི་མདོ།德格版，经，经典，31；对勘本版，书号66；Toh 258。《大方广如来藏经》（大正藏：16.667）
  - དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྣང་རྗེ་ཆེན་པོའི་པར་བསྟན་པའི་མདོ།德格版，经，经典，51；对勘本版，书号57；Toh 147。《决示如来大悲经》（暂译）
  - དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་བསྟན་པའི་མདོ།德格版，经，宝积，71；对勘本版，书号39；Toh 47。《佛说如来不思议秘密大乘经》（大正藏：11.312）
  - མདོ་སྤེལ་པོ་ཆེ།德格版，经，华严，7171；对勘本版，书号38；Toh 44。《大方广佛华严经》（大正藏：10.293）



- འདུལ་བ་གཞུང་དམ་པ། 德格版，经，律，པ།；对勘本版，书号13；Toh 7。  
《律上分》（暂译）
- འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྲེན། 德格版，经，律，ཉ།；对勘本版，书号8；Toh 5。  
《律分别》（暂译）
- དཔལ་གྱི་རྩོ་རྩེ་རྒྱུད། 德格版，经，续，ར།；对勘本版，书号80；Toh 417。  
《吉祥喜金刚续经》（暂译）
- དཔལ་མཁའ་འགོ་རྒྱུ་མཚོ་རྒྱུད། 德格版，经，续，ལ།；对勘本版，书号78；Toh 372。  
《吉祥空行海续经》（暂译）
- དཔལ་སྟོབས་པོ་ཚེ་རྒྱུད་གྱི་རྒྱལ་པོ། 德格版，经，续，ག།；对勘本版，书号79；  
Toh 391。  
《吉祥大力本续王》（暂译）
- དཔལ་བདེ་མཚོག་འབྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཚེན་པོ་འམ་རྒྱུད་སྟོམ་བྱུང་། 德格版，经，续，  
ལ།；对勘本版，书号78；Toh 373。  
《吉祥胜乐生大续经》（暂译）又简称《续略经》
- འཕགས་པ་ཁྲིམ་བདག་དཔལ་བྱིན་གྱིས་ཞུས་པའི་མདོ། 德格版，经，宝积，ཅ།；对勘本  
版，书号43；Toh 72。  
《大宝积经·勤授长者会》（大正藏：  
11.310）
- འཕགས་པ་རྒྱ་ཚེར་རོལ་པའི་མདོ། 德格版，经，经典，ལ།；对勘本版，书号46；  
Toh 95。  
《方广大庄严经》（大正藏：3.187）

- འཕགས་པ་ཚོས་ཐམས་ཅད་འབྲུང་བ་མེད་པར་བསྟན་པའི་མངོན། 德格版，经，经典，མ།；对勘本  
版，书号60；Toh 180。《佛说诸法本无经》（大正藏：15.651）
- འཕགས་པ་རྗེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་དང་པོའི་རྣམ་པར་དབྱིབ་བཞད་པ། 德格版，经，宝积，མེ།；  
对勘本版，书号66；Toh 211。《缘起初别释》（暂译）
- འཕགས་པ་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱིས་ལྷུས་པའི་མངོན། 德格版，经，经典，པ།；对勘本版，  
书号57；Toh 148。《大集大虚空藏菩萨所问经》（大正藏：  
13.404）
- འཕགས་པ་ཚངས་པ་ཁྱད་པར་སེམས་ཀྱིས་ལྷུས་པའི་མངོན། 德格版，经，经典，པ།；对勘  
本版，书号59；Toh 160。《胜思惟梵天所问经》（大正藏：  
15.587）
- འཕགས་པ་རིན་པོ་ཆའི་ཡུང་པོའི་མངོན། 德格版，经，宝积，མ།；对勘本版，书号  
44；Toh 88。《圣宝蕴大乘经》（大正藏：11.310）
- འཕགས་པ་ལག་བཟང་གིས་ལྷུས་པའི་མངོན། 德格版，经，宝积，ཅ།；对勘本版，书号  
70；Toh 72。《善臂菩萨请问经》（大正藏：11.310）
- འཕགས་པ་ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་མངོན། 德格版，经，经典，ཅ།；对勘本版，书号  
49；Toh 107。《入楞伽经》（大正藏：16.671）
- འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སྲུང་པ་རྩིགས་སུ་བཅད་པ། 德格版，经，各式慧，ཀ།；  
对勘本版，书号34；Toh 13。《佛说佛母宝德藏般若波罗蜜经》  
（大正藏：8.229）



- འཕགས་པ་ས་ལུ་ལྷང་པའི་མདོ། 德格版，经，宝积，མ།；对勘本版，书号62；  
Toh 210。《佛说大乘稻芊经》（大正藏：16.712）
- འཕགས་པ་བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་མདོ། 德格版，经，经典，མ།；对  
勘本版，书号56；Toh 133。《圣摄诸福三摩地经》（暂译）
- སྒོ་གོས་མི་ཟད་པས་བསྐྱེད་པའི་མདོ། 德格版，经，经典，མ།；对勘本版，书号60；  
Toh 175。《大方等大集经·无尽意菩萨品》（大正藏：13.397）
- གུའུ་གན་རིན་པོ་ཆེས་ལྷུས་པའི་མདོ། 德格版，经，宝积，མ།；对勘本版，书号44；  
Toh 91。《大宝积经·宝髻菩萨会》（大正藏：11.310）
- ཡབ་སྲས་མཇལ་བའི་མདོ། 德格版，经，宝积，ང།；对勘本版，书号42；Toh  
60。《父子会见经》（大正藏：11.310）
- རང་བཞིན་མཉམ་པ་ཉིད་རྣམ་པར་སྦྱོས་པ་ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པའི་མདོ། 德格版，经，经典，ད།；对  
勘本版，书号55；Toh 127。《自性平等广相三摩地经》（暂译）
- ལག་ན་རྩོུ་དབང་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུད་ཆེན་པོ། 德格版，经，续，ད།；对勘本版，书号  
81；Toh 496。《金刚手灌顶大续》（暂译）
- ཤེར་གྱིན་བརྒྱུད་སྟོང་པ། 德格版，经，八千颂，ཀ།；对勘本版，书号33；Toh  
12。《大般若波罗蜜多经·八千颂》（大正藏：6.220）
- ཤེར་གྱིན་ཉི་ལྔ་ལྔ། 德格版，经，两万，ཀལ།；对勘本版，书号26；Toh 9。  
《大般若波罗蜜多经·两万颂》（大正藏：7.220）





## 论典及医典

### ཀམ་ལ་གྲིལ། 莲花戒（八世纪）

- སྤུལ་ལཱ་ཡུང་པའི་མདོ་སྤྲིལ་རྩེ་རྩེ་ཆེར་འགྲེལ་བ། 德格版，论，量，ཇི།；对勘本版，书号67；Toh 4001。《广说佛说大乘稻芋经释》（暂译）
- ཚད་མའི་དེ་ལོན་ཉིད་བསྟུས་པའི་དཀའ་འགྲེལ། 德格版，论，量，ཟླ།；对勘本版，书号107；Toh 4267。《真如集论释》（暂译）
- རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ། 德格版，论，中观，ས།；对勘本版，书号62；Toh 3889。《成无自性论》（暂译）
- དབུ་མ་སྤུང་བ། 德格版，论，中观，ས།；对勘本版，书号62；Toh 3887。《中观明论》（暂译）
- བསྟོམ་རིམ་དང་པོ། 德格版，论，中观，ཀྱི།；对勘本版，书号64；Toh 3915。《修次初篇》（暂译）
- བསྟོམ་རིམ་བར་པ། 德格版，论，中观，ཀྱི།；对勘本版，书号64；Toh 3916。《修次中篇》，法炬法师译：<http://e-dalailama.com/sutra/gomrimbarpa.pdf>
- དབུ་མ་རྩུན་གྱི་དཀའ་འགྲེལ། 德格版，论，中观，ས།；对勘本版，书号 62；Toh 3886。《中观庄严疏》（暂译）

## ལྷ་ལྷོ་བ། 龙树（有两种说法：导师圆寂后的四百年，或是二世纪）

- ལྷ་བཤེས་རབ། 德格版，论，中观，ཙ།；对勘本版，书号57；Toh 3824。《中论》（大正藏：30.1564）
- རིན་ཆེན་མཛིང་བ། 德格版，论，本生，ག།；对勘本版，书号96；Toh 4158。《宝鬘论》，仁光法师译；[http://e-dalailama.com/sutra/Precious\\_Garland.pdf](http://e-dalailama.com/sutra/Precious_Garland.pdf)
- རིམ་པ་ལུ་བ། 德格版，论，续释，རི།；对勘本版，书号18；Toh 1802。《五次第》（暂译）
- བཤེས་པའི་སྤྲིངས་ཡིག། 德格版，论，笺书，རི།；对勘本版，书号18；Toh 4182。《劝发诸王要偈》（大正藏：32.1673）
- ཚོས་དབྱིངས་བསྟོན་པ། 德格版，论，礼赞，ཀ།；对勘本版，书号18；Toh 1118。《赞法界颂》（大正藏：32.1675）

## ལྷ་འི་བྱང་ཚུབ། 龙觉

- འདུས་པའི་སྐྱབ་ཐབས་རྣམ་པར་གཞག་པའི་རིམ་པ། 德格版，论，续释，རི།；对勘本版，书号18；Toh 1809。《安立次第论》（暂译）
- རིམ་ལུ་འི་དོན་གསལ་བྱེད། 德格版，论，续释，ཅི།；对勘本版，书号 18；



Toh 1833。《五次第明义论》（暂译）

### གང་སྤེལ་མཚན་མཚན་ཉིད་རྒྱུ་ལྡན་པ། 满增（八世纪左右）

—— མཚན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་མཚན་ཉིད་རྒྱུ་ལྡན་པ། 德格版，论，阿毘达磨，ཟུ།；对勘本  
版，书号81；Toh 4093。《俱舍满增注》（暂译）

### དགོས་ལྡན་པ། 善护

—— གྱི་རོལ་གྱི་དོན་གྲུབ་པ། 德格版，论，量，ཞེ།；对勘本版，书号106；Toh  
4244。《成外境义》（暂译）

### གྲགས་པའི་བཤེས་གཉེན། 称友（八世纪左右）

—— མཛོན་པར་ཀུན་ལས་བདུས་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པ། 德格版，论，唯识，ལི།；对勘本  
版，书号76；Toh 4054。《大乘阿毘达磨集论释》（暂译）

—— མཚན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་དོན་གསལ། 德格版，论，阿毘达磨，གུ།；对勘本版，书  
号80；Toh 4093。《阿毘达磨俱舍论释—明义论》（暂译）

### ཚོས་གྱི་བཤེས་གཉེན། 法友（九世纪左右）

—— ཕར་སྤྱིན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་ཚོག་གསལ། 德格版，论，到彼岸，ཉ།；对勘本版，

书号52；Toh 3796。《般若波罗蜜多教授现观庄严论颂释明句疏》（暂译）

### ཚཱ་བྱི་གྲགས་པ།法称（七世纪）

- ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ།德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号97；Toh 4210。《释量论》，法尊法师译：<http://e-dalailama.com/sutra/pramanavarttika.pdf>
- ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་རང་འགྲེལ།德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号 97；Toh 4216。《释量论自释》（暂译）
- ཚད་མ་རྣམ་ངེས། 德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号97；Toh 4211。《定量论》（暂译）
- རྩོད་པའི་རིགས་པ།德格版，论，量，ཚེ།；Toh 4218。《诤正理论》（暂译）
- ཚད་མ་རིགས་ཐེགས།德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号97；Toh 4212。《正理滴论》，杨化群及徐梵澄译、北塔藏文班及刘晓丹编校、云丹审核
- གཏན་ཚིགས་ཐེགས་པ།德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号97；Toh 4213。《因滴论》（暂译）



### ཚད་མ་རྒྱུ་ཡི་འགྲེལ་བཤད་ལམ་ལུ་ལྷན་པུ་མེད་ལུ་ལྷན་པུ་མེད་། 法上（八世纪）

- ཚད་མ་རྒྱུ་ཡི་འགྲེལ་བཤད་ལམ་ལུ་ལྷན་པུ་མེད་ལུ་ལྷན་པུ་མེད་། 德格版，论，量，ཇི།；对勘本版，书号104；Toh 4229。《决定量论疏》（暂译）
- རིགས་ཐིགས་རྒྱུ་ཚད་མ་ལུ་ལྷན་པུ་མེད་ལུ་ལྷན་པུ་མེད་། 德格版，论，量，ཐི།；对勘本版，书号 105；Toh 4239。《正理滴论大疏》（暂译）

### སྟོབས་བཅུ་དཔལ་བཤེས་གཉེན། 十力吉祥亲友（约十一世纪）

- འདུམ་བྱུས་དང་འདུམ་མ་བྱུས་རྣམ་པར་དེས་པ། 德格版，论，中观，ཉ།；对勘本版，书号 63；Toh 3897。《决定有为无为论》（暂译）

### ཐར་པའི་འབྲུང་གནས་སྐྱེས་པ། 解脱源藏

- རྟོག་གའི་སྐད། 德格版，论，量，ཞི།；对勘本版，书号106；Toh 4264。《推理论》（暂译）

### ཐོགས་མེད། 无著（四世纪）

- རྣལ་འབྱོར་སྟོད་པའི་ས། 德格版，论，唯识，མི།；对勘本版，书号72；Toh 4035。《瑜伽师地论》（大正藏：30.1579）
- ཉན་ཐོས་ཀྱི་ས། 德格版，论，唯识，ཇི།；对勘本版，书号73；Toh

- 4036。《瑜伽师地论·声闻地》（大正藏：30.1579）
- བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ས། 德格版，论，唯识，མི།；对勘本版，书号 73；Toh 4037。《菩萨地持经》（大正藏：30.1581）
- རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བ། 德格版，论，唯识，ཞི།ཟི།；对勘本版，书号74；Toh 4038。《瑜伽师地论·摄决择分》（大正藏：30.1579）
- གཞི་བསྟུ་བ། 德格版，论，唯识，མི།；对勘本版，书号73；Toh 4039。《瑜伽师地论·摄事分》（大正藏：30.1579）
- ཚོས་མངོན་པ་ཀུན་ལས་བརྒྱལ་བ། 德格版，论，唯识，རི།；对勘本版，书号76；Toh 4049。《大乘阿毘达磨集论》（大正藏：31.1605）
- རྣམ་གྲངས་བསྟུ་བ། 德格版，论，唯识，འི།；对勘本版，书号75；Toh 4041。《瑜伽师地论·摄异门分》（大正藏：30.1579）
- ཐེག་པ་ཚེན་པོ་བསྟུ་བ། 德格版，论，唯识，རི།；对勘本版，书号 76；Toh 4048。《摄大乘论本》（大正藏：31.1594）

### དུལ་བལྟ། 律天或调伏天（八世纪初）

- དམིགས་བརྟན་ལམ་ལུ་ལམ་ད། 德格版，论，量，ཞི།；对勘本版，书号106；Toh 4265。《所缘缘论注》（暂译）



### ན་བོ་རྒྱལ། 南毕鞞玛

—— ལྷོག་པ་བསྐྱུས་པ་བསྟན་པའི་ཚིག་ལུང་རྒྱས་པ། 德格版，论，声明，ཤི།；对勘本  
版，书号109；Toh 4293。《示返体摄偈》（暂译）

### རྒྱ་རོ་པ། 那洛巴

—— སློལ་ལྷ་བསྐྱུས་པ་གསལ་བ། 德格版，论，续释，ཤི།；对勘本版，书号26；  
Toh 2333。《五次第明摄论》（暂译）

### འཛིན་ལྷན་པད་མ་དཀར་པོ། 具胤白莲

—— དུས་འཁོར་འགྲེལ་ཚེན་འཛིན་ལོང་། 德格版，论，续释，ཐང།；对勘本版，书号  
6；Toh 347。《时轮无垢光大疏》（暂译）

### དཔལ་པོ། 圣勇

—— ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྤྱིང་པོ་བསྐྱུས་པ།（又称 སྤྱིང་དབྱེད་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྤྱིང་པོ།）德格版，  
论，医明，ཤི།；对勘本版，书号111；Toh 4310。《医观八支心  
要摄论/医观八支心要》（暂译）

—— ཕར་ཕྱིན་བསྐྱུས་པ། 德格版，论，中观，ཤི།；对勘本版，书号64；Toh  
3944。《摄到彼岸》（暂译）

—— ལྷོས་པའི་རབས་ཀྱི་རྒྱུད། 德格版，论，本生，ཏུ།；对勘本版，书号 94；  
Toh 4150。《本生续》（暂译）

### ལྷོས་རས་གཟིགས་བརྒྱུད། 观音禁

—— ཤེས་རབ་སྣོན་མའི་འགྲེལ་བཤད། 德格版，论，中观，ཟ།；对勘本版，书号  
58；Toh 3859。《般若灯论之注释》（暂译）

### འཕགས་པ་ལྷ། 圣天（二世纪）

—— དབུ་མ་བཞི་བརྒྱུད། 德格版，论，中观，ཚ།；对勘本版，书号57；Toh  
3846。《中论四百论》，法尊法师译：[http://e-dalailama.com/  
sutra/400.pdf](http://e-dalailama.com/sutra/400.pdf)

—— འཇུལ་པ་བརྒྱུག་པའི་རིགས་པ་གཏན་ཚིགས་གྲུབ་པ། 德格版，论，中观，ཡ།；对勘本  
版，书号57；Toh 3847。《摧坏迷乱正理因成就》（暂译）

—— ལྷོད་པ་བསྐྱུས་པའི་སྣོན་མ། 德格版，论，续释，རི།；对勘本版，书号 18；  
Toh 1803。《摄行炬论》（暂译）

—— བདག་གྱིན་གྱིས་བརླབ་པའི་རིམ་པ། 德格版，论，续释，རི།；对勘本版，书号  
18；Toh 1805。《加持自我次第论》（暂译）



### ཕྱོགས་ཀྱི་གླེང་པ། 陈那

- དམིགས་བརྟན་ཚུ་བ། 德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号97；Toh 4205。《观所缘缘论》（大正藏：31.1624）
- དམིགས་བརྟན་རང་འགྲེལ། 德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号97；Toh 4206。《观所缘缘论自释》（大正藏：31.1624）
- ཚད་མ་ཀུན་བདུས། 德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号97；Toh 4203。《集量论颂》，法尊法师译：<http://e-dalailama.com/sutra/pramanasamuccaya.pdf>
- ཚད་མ་ཀུན་བདུས་རང་འགྲེལ། 德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号 97；Toh 4204。《集量论颂自释》（暂译）
- ཚད་མ་རིགས་པ་ལ་འབྲུག་པ། 德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号 97；Toh 4208。《因明正理门论》（大正藏：32.1628）
- གཏན་ཚིགས་འཁོར་ལོ། 德格版，论，量，ཅེ།；对勘本版，书号97；Toh 4209。《因轮论》（暂译）

### བི་མ་ལ་མི་ཏྲ། 无垢友（约八世纪）

- རིམ་གྱིས་འབྲུག་པའི་བསྐྱོམ་དོན། 德格版，论，中观，ཀི།；对勘本版，书号 64；Toh 3938。《次第趋入修义》（暂译）

### བྱང་ཆུབ་བཟང་པོ། 菩提贤（约八世纪）

- ཡི་ཤེས་སྣོད་པོ་ཀུན་ལས་བཏུས་པའི་བཤད་སྟུང། 德格版，论，中观，ཚ།；对勘本  
版，书号57；Toh 3852。《慧心要集论释注》（暂译）

### བྱམས་པ། 慈尊

- དབྱམས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད། 德格版，论，唯识，ཐི།；对勘本版，书号 70；  
Toh 4021。《辩中边论颂》（大正藏：31.1601）
- ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མདོ་སྡེ་རྒྱ་རྒྱ། 德格版，论，唯识，ཐི།；对勘本版，书号 70；  
Toh 4020。《大乘庄严经论》（大正藏：31.1604）
- མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན། 德格版，论，到彼岸，ཀ།；对勘本版，书号  
49；Toh 3786。《现观庄严论》，法尊法师译：[http://www.  
e-dalailama.com/sutra/abhiasamayaalangkara.pdf](http://www.e-dalailama.com/sutra/abhiasamayaalangkara.pdf)
- ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་སྐྱེས་པ། 德格版，论，唯识，ཐི།；对勘本版，书号70；Toh  
4024。《究竟一乘宝性论》（大正藏：31.1611）

### མོ་གོས་བརྟན་པ། 安慧

- ཡུང་པོ་ལྗེའི་རབ་རྟུ་བྱེད་པ་བྱེ་བྱེག་རྟུ་བཤད་པ། 德格版，论，量，ཤི།；对勘本版，书  
号77；Toh 4066。《大乘广五蕴论》（暂译）



- སུམ་ཅུ་པའི་བཤད་པ། 德格版，论，量，ཤི；对勘本版，书号77。《三十颂疏》（暂译）
- དབྱས་མཐའི་འགྲེལ་བཤད། 德格版，论，唯识，ཤི；对勘本版，书号71；Toh 4032。《辩中边论述》（暂译）

### དབྱིག་གཉིན། 世亲

- ཚོས་མངོན་པ་མཛོད། 德格版，论，阿毘达磨，ཀྱ；对勘本版，书号 79；Toh 4089。《阿毘达磨俱舍论》（大正藏：29.1558）
- ཚོས་མངོན་པ་མཛོད་ཀྱི་རང་འགྲེལ། 德格版，论，阿毘达磨，ཀྱའུ།；对勘本版，书号79；Toh 4090。《阿毘达磨俱舍论自释》（大正藏：29.1558）
- རྣམ་བཤད་རིགས་པ། 德格版，论，唯识，ཤི；对勘本版，书号77；Toh 4065。《释轨论》（暂译）
- ཡུང་པོ་ལཱའི་བཤད་པ། 德格版，论，唯识，ཤི；对勘本版，书号77；Toh 4059。《大乘五蕴论》（大正藏：31.1612）
- ལས་གྲུབ་པའི་རབ་རྒྱུད་པ། 德格版，论，唯识，ཤི；对勘本版，书号 77；Toh 4062。《大乘成业论》（大正藏：31.1608）
- ཉི་བུ་པ། 德格版，论，唯识，ཤི；对勘本版，书号77；Toh 4056。《唯识二十颂》（大正藏：31.1590）

- ཉི་ཤུ་པའི་རང་འགྲེལ། 德格版，论，唯识， ；对勘本版，书号77；Toh 4057。《唯识二十颂自释》（大正藏：31.1590）
- དབུས་མཐའི་འགྲེལ་པ། 德格版，论，唯识， བེ། ；对勘本版，书号71；Toh 4027。《辩中边论述记》（大正藏：44.1835）
- རྗེན་ཅིང་འགྲེལ་བར་འབྲུང་བ་དང་པོའི་རྣམ་པར་དབྱིབས་བཤད་པ། 德格版，论，经释， མེ། ；对勘本版，书号66；Toh 3995。《缘起初别释》（暂译）

### མ་ཉི་ཅེ་ཏཱ། 嘛帝自扎（二世纪左右）

- རྗེལ་པོ་ཀ་ནིས་ཀའི་སྤྱིངས་ཡིག། 德格版，论，笺书， རེ། ；对勘本版，书号96；Toh 4184。《嘎尼嘎国王笺书》（暂译）

### མོང་གལ་གྱི་བུ། 目犍连

- འཛིག་རྗེན་བཞག་པ། 德格版，论，阿毘达磨， མེ། ；对勘本版，书号78；Toh 4086。《立世间论》（暂译）
- རྗེག་དགས་པ། 德格版，论，阿毘达磨， མེ། ；对勘本版，书号78；Toh 4087。《施設因》（暂译）

### ཅུ་གོ་མི། 月官（七世纪）



—— བཤགས་བསྟོད། 德格版，论，礼赞，ྔ；对勘本版，书号1；Toh 1151。《忏悔赞》（暂译）

### ཕྱུ་ཉེ། 旃陀哈日

—— དབྱུང་མཚན་པོ་ཚེ་ལྷོང་བ། 德格版，论，中观，ཨ；Toh 3901。《中观宝鬘论》（暂译）

### ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱེད་སྟེ། 戒护（七世纪）

—— ལྷན་ཚེགས་འགྲེལ་པ། 德格版，论，律，འུ།；对勘本版，书号88；Toh 4115。《毗奈耶杂事释》（暂译）

### ཇི་ཉེ་ཉེ། 胜友（八世纪）

—— རྣལ་འབྱོར་སྟོན་པའི་ས་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ། 德格版，论，唯识，འི།；对勘本版，书号75；Toh 4044。《瑜伽师地论疏》（暂译）

### ཇི་ཉེ་ཉེ། 祇多梨（十世纪）

—— བདེ་བར་གཤེགས་འཛིན་གྲུང་རྣམ་པར་འབྱེད་པ། 德格版，论，中观，ཨ།；对勘本版，书号63；Toh 3899。《善逝教典分别论》（暂译）

—— བདེ་བར་གཤེགས་འི་གཞུང་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བཤད་པ། 德格版，论，中观，༧།；对勘本版，书号63；Toh 3900。《善逝教典分别论疏》（暂译）

### མེན་ཚོག་ 圆测（七世纪）

—— དགོངས་འགྲེལ་གྱི་མདོའི་རྒྱ་ཚིར་འགྲེལ། 德格版，论，经典，ཐེ།；对勘本版，书号68；Toh 4016。《解深密经疏》（万字续藏：21.369）

### ཞི་བ་འཛོ། 寂护或静命（八世纪）

—— དེ་ལོ་ན་ཉིད་བསྐྱུས་པ། 德格版，论，量，ཐེ།；对勘本版，书号107；Toh 4266。《真如集论》（暂译）

—— དབྱ་མ་རྒྱན། 德格版，论，中观，ས།；对勘本版，书号62；Toh 3884。《中观庄严论》（暂译）

—— དབྱ་མ་རྒྱན་གྱི་རང་འགྲེལ། 德格版，论，中观，ས།；对勘本版，书号62；Toh 3885。《中观庄严论自释》（暂译）

### ཞི་བ་ལྷ། 寂天（八世纪）

—— མདོ་ཀུན་ལས་བཏུས་པ། 德格版，论，中观，ཀི།；Toh 3934。《经集论》（暂译）



- བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་ལྷོད་པ་ལ་འཇུག་པ། 德格版，论，中观，ལ།；对勘本版，书号61；Toh 3871。《入菩萨行论》，如石法师译：<http://e-dalailama.com/sutra/2016MayText.pdf>
- བསྐྱབ་པ་ཀུན་ལས་བརྟམ་པའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ། 德格版，论，中观，ལི།；对勘本版，书号76；Toh 3939。《学集论颂》（暂译）
- བསྐྱབ་པ་ཀུན་ལས་བརྟམ་པ། 德格版，论，中观，ལི།；对勘本版，书号76；Toh 3940。《学集论》（暂译）

### ཟླ་བ་གསལ་པ། 月称（七世纪）

- དབྱུ་མ་ལ་འཇུག་པ། 德格版，论，中观，ལ།；对勘本版，书号60；Toh 1861。《入中论》，法尊法师译：<http://www.e-dalailama.com/sutra/madhyamakaavatara.pdf>
- དབྱུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་རང་འགྲེལ། 德格版，论，中观，ལ།；对勘本版，书号60；Toh 3862。《入中论自释》，法尊法师译：<http://www.e-dalailama.com/sutra/madhyamakaavataracommentary.pdf>
- དབྱུ་མ་རྩལ་འགྲེལ་པ་ཚིག་གསལ། 德格版，论，中观，ལ།；对勘本版，书号60；Toh 1860。《显句论》（暂译）
- བཞི་བརྒྱུ་པའི་འགྲེལ་པ། 德格版，论，中观，ལ།；对勘本版，书号60；Toh 3865。《四百论释》（暂译）

- ཕུང་པོ་ལྔའི་སབ་དུ་བྱེད་པ། 德格版，论，中观，ཡ།；对勘本版，书号60；  
Toh 3866。《五蕴品类论》（暂译）

### ལྷ་བ་ལ་དགའ་བ། 月喜

- ཡན་ལག་བརྒྱན་པའི་སྣོད་པོའི་རྣམ་འགྲེལ་ལྷ་བེད། 德格版，论，医明，ཀོ；对勘本  
版，书号113；Toh 4312。《伺医八支心要注释——月光论》  
（暂译）

### ཡི་ཤེས་སྣོད་པོ་ལྔ་ལྟུང་། 慧心要（约八世纪左右）

- བདེན་པ་གཉིས་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ། 德格版，论，中观，ས།；对勘本  
版，书号62；Toh 3881。《分别二谛文》（暂译）

### ཡོན་ཏན་འོད། 功德光（约五世纪左右）

- ཕུང་པོ་ལྔའི་རྣམ་པར་འགྲེལ་པ། 德格版，论，唯识，སི།；对勘本版，书号  
77；Toh 4062。《大乘广五蕴论释》（暂译）

### ལེགས་ལྡན་འབྲིད། 清辨（六世纪）

- དབུ་མ་སྣོད་པོ། 德格版，论，唯识，ཇ།；对勘本版，书号58；Toh



3855。《中观心论》（暂译）

—— རྟོག་གི་འབར་བ། 德格版，论，唯识，ཇ།；对勘本版，书号58；

Toh3856。《思择焰论》（暂译）

—— འཇམ་རབ་སྒྲོན་མེ། 德格版，论，唯识，ཚ།；对勘本版，书号57；Toh

3853。《般若灯论》（大正藏：31.1566）

### ལྷོ་ལྷོ་拉卡世米

—— རིམ་ལྷའི་དོན་གསལ་ལ་བར་བྱེད་པ། 德格版，论，续释，ཚ།；Toh 1842。《五次第论疏》（暂译）

### འགྲུ་སྒྲོ་释迦慧（八世纪初）

—— ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་བཤད། 德格版，论，量，ཇ།ཉ།；对勘本版，书号99；Toh 4220。《释量论疏》（暂译）

### འགྲོ་པ་འཇམ་རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་ཞི་བ། 香谛巴或称宝源寂

—— འཇམ་རྒྱན་བསྐྱོན་པའི་མན་ངག། 德格版，论，量，ཉ།；对勘本版，书号78；Toh 4076。《般若般罗蜜多修行口诀》（暂译）





书号52；Toh 3793。《现观庄严论疏》（暂译）

### ལྷ་དབང་སྒྲོ་ཏེ། 帝释慧（七世纪）

—— ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་དཀའ་འགྲེལ། 德格版，论，量，ཆེ།；Toh 4217。《释量论难疏》（暂译）

### ཨ་ཏི་ཤེ་བློ་པམ་ཀར་བློ་རྣམ། 阿底峡燃灯吉祥智（十世纪）

—— བྱང་རྒྱལ་ལམ་སློབ། 德格版，论，中观，ལྷི།；Toh 3947。《菩提道炬论》，法尊法师译：[http://e-dalailama.com/sutra/Chang\\_Chup\\_Lam\\_Dron.pdf](http://e-dalailama.com/sutra/Chang_Chup_Lam_Dron.pdf)

附图





### 時輪續之星曜圖二







### 入胎成體圖

隨業惱所轉，入胎成體。

精、血、 風疾患者	精、血、 火疾患者	精、血、 水地疾患者
精、血、 血疾患者	精、血、 水地疾、風疾患者	精、血、 血疾、火疾患者
精、血、 水地疾、火疾患者	精、血、 風疾、火疾患者	精、血、 三疾聚合之患者

由疾患力，不能作為種子的九類精血合體

風力使經血從胎門流出三日

無有地大、風大等過患	無患之胎體因一精血	

**非三經日之期日**

(1、3、5、7、9)                      (2、4、6、8)



為男相



為女相



日落閉門

---

如何由母之經血形成胎五臟六腑

父精生人骨及腦脊髓



由貪嗅力，心識隨父口風入胎



---



根識由自心  
所生之理



由地大生肉、骨  
鼻、香之理



由水大生血、  
舌、味、濕之理

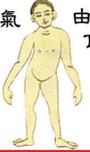
---



由火大生暖及  
色澤之理



由風大方能吸氣吐氣



由空大生穴、  
耳、聲之理

---



因緣聚合，  
胎體形成



令胎體增上之因  
—五臟六腑—  
如何與左右脈及  
臍部相屬

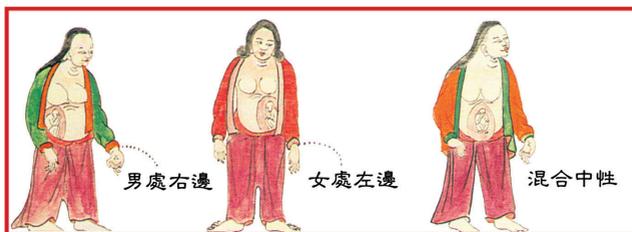


第一週：精血混合



 <p>第二週：羯刺藍</p>	 <p>第三週：醜酪壯</p>	 <p>第四週：鍵南</p>
 <p>第五週：形成臍部</p>	 <p>第六週：形成命脈</p>	 <p>第七週：凸顯眼根</p>
 <p>第八週：形成頭壯</p>	 <p>第九週：形成上中下身的胎狀。 此時稱「魚時」</p>	
 <p>第十週：凸顯 肩骨及髖骨</p>	 <p>第十一週： 凸顯九根狀</p>	 <p>第十二週： 凸顯五臟狀</p>
 <p>第十三週： 凸顯六胎狀</p>	 <p>第十四週：凸顯 胎骨及股骨四肢狀</p>	 <p>第十五週： 凸顯臂肉及足肉</p>
 <p>第十六週： 凸顯手指及足指</p>	 <p>第十七週： 形成內外連脈之理</p>	 <p>龜時</p>

第十八週： 形成脂肪	第十九週： 形成韌帶及筋絡	第二十週： 形成骨頭及骨髓
第二十一週： 被皮膚包裹	第二十二週： 形成九根之穴	第二十三週： 形成毛髮及指甲
第二十四週： 凸顯五臟六腑之功用	第二十五週： 氣於五脈內部流動	第二十六週： 明顯懷念
第二十七週至 三十週的模樣	第三十一至三十五週： 增長每個部位	豕時
第三十六週： 會有不歡喜感及厭離感	第三十七週： 會生邪念	第三十八週： 頭足顛倒



資料來源：西藏中央醫算院的文獻，  
後經南嘉寺列印，並由達賴喇嘛尊者辦事處影音部整理。





参予简体版电子书的编辑义工群，尤为感谢——

丹增确总、Violet Lin、李锦芳、吴依凡、林净语  
林淑美、范美君、徐慧敏、郭儒慧、黄清火