

阿含與止觀教材

七覺支的要義

林崇安教授編

(內觀雜誌第 66 期,pp.2-41,2009.05)

七覺支的要義：

- (1)、七覺支與止觀
- (2)、五蓋與七覺支略說
- (3)、五蓋與七覺支詳說
- (4)、五蓋、七覺支與食
- (5)、四念住與七覺支漸次門（含果）
- (6)、七覺支的安樂住（含調伏）
- (7)、七覺支的譬喻
- (8)、七覺支的修習

七覺支與止觀

【要義】

◎問：什麼是七覺支？

七覺支是三十七種菩提分法之一。《瑜伽師地論·聲聞地》說：何等名為三十七種菩提分法？謂四念住、四正斷、四神足、五根、五力、七覺支、八聖道。

(1) 四念住者：

一、身念住；二、受念住；三、心念住；四、法念住。

(2) 四正斷者：

一、於已生惡不善法為令斷故，生欲、策勵、發勤精進、策心、持心正斷；

二、於未生惡不善法為不生故，生欲、策勵、發勤精進、策心、持心正斷；

三、於未生善法為令生故，生欲、策勵、發勤精進、策心、持心正斷；

四、於已生善法為欲令住、令不忘失、令修圓滿、令倍修習、令其增長、令其廣大，生欲、策勵、發勤精進、策心、持心正斷。

(3) 四神足者：

一、欲三摩地斷行成就神足；二、勤三摩地斷行成就神足；

三、心三摩地斷行成就神足；四、觀三摩地斷行成就神足。

(4) 五根者：

一、信根；二、精進根；三、念根；四、定根；五、慧根。

(5) 五力者：

一、信力；二、精進力；三、念力；四、定力；五、慧力。

(6) 七覺支者：

一、念等覺支；二、擇法等覺支；三、精進等覺支；四、喜等覺支；五、安等覺支；六、定等覺支；七、捨等覺支。

(7) 八支聖道者：

一、正見；二、正思惟；三、正語；四、正業；

五、正命；六、正精進；七、正念；八、正定。

◎問：什麼是覺支？

《瑜伽師地論·聲聞地》說：

此復云何？謂七覺支，諸已證入正性離生補特伽羅，如實覺慧，用此為支，故名覺支。

◎問：什麼是七覺支的所緣？

《雜集論》說：

七覺支所緣境者，謂四聖諦（苦集滅道）如實性。
如實性者，即是勝義清淨所緣故。

◎問：什麼是七覺支的自體？

《雜集論》說：

覺支自體者，謂念、擇法、精進、喜、安、定、捨，如是七法是覺支自體。

1 念者，是所依支，由繫念故，令諸善法，皆不忘失。

2 擇法者，是自體支，是覺自相故。

3 精進者，是出離支，由此勢力能到所到故。

4 喜者，是利益支，由此勢力身調適故。

5 安、6 定、7 捨者，是不染污支，由此不染污故，依此不染污故，體是不染污故，如其次第：

5 由安故不染污，由此能除麤重過故。

6 依定故不染污，依止於定得轉依故。

7 捨是不染污體，永除貪憂，不染污位為自性故。

◎問：什麼是七覺支的助伴？

《雜集論》說：

覺支助伴者，謂彼相應心、心法等。

【經文】

《雜阿含經》大 728；光 740；內 511；印 925；S22（說經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（02）爾時，世尊告諸比丘：「有七覺分。何等為七？

（03）謂念覺分，乃至捨覺分。」

（04）佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【要義】

◎問：七覺支與止觀的關係

《瑜伽師地論·聲聞地》說：

即此七種如實覺支，三品所攝。

謂三覺支奢摩他品攝，三覺支毘鉢舍那品攝，一覺支通二品攝，是故說名七種覺支，謂：

A 擇法覺支、精進覺支、喜覺支，此三觀品所攝；

B 安覺支、定覺支、捨覺支，此三止品所攝；

C 念覺支一種，俱品所攝，說名遍行。

【經文】

《雜阿含經》大 714；光 726；內 517；印 911；S53（火經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（02）時有眾多比丘，如上說。此段補全如下：

（02）【時有眾多比丘，晨朝著衣持鉢，入舍衛城乞食。時眾多比丘作是念：今日太早，乞食時未至，我等且過諸外道精舍。

（03）眾多比丘即入外道精舍，與諸外道共相問訊慰勞，問訊慰勞已，於一面坐已。

（04）諸外道問比丘言：「沙門瞿曇為諸弟子說法：斷五蓋；煩惱覆心，令慧力羸、為障礙分、不轉趣涅槃；住四念處，修七覺意。我等亦復為諸弟子說：斷五蓋；煩惱覆心，令慧力羸、為障礙分、不轉趣涅槃；善住四念處，修七覺分。我等與彼沙門瞿曇，有何等異？俱能說法。」

（05）時眾多比丘聞外道所說，心不喜悅，反呵罵，從座起去。入舍衛城乞食已，還精舍，舉衣鉢，洗足已，往詣佛所，稽首佛足，退坐一面。以諸外道所說，具白世尊。

（6a）爾時，世尊告眾多比丘：【

（6b）差別者：「有諸外道出家作如是說者，當復問言：若心微劣、猶豫者，爾時應修何等覺分？何等為非修時？若復掉心者，掉心、猶豫者，爾時復修何等覺分？何等為非時？

（07）如是問者，彼諸外道心則駭散，說諸異法，心生忿恚，憍慢、毀訾，嫌恨、不忍，或默然低頭，失辯潛思。所以者何？

（08）我不見諸天魔、梵，沙門、婆羅門，天、人眾中，聞我所說，歡喜隨喜者，唯除如來及聲聞眾於此聞者。

(9a) 諸比丘！若爾時其心微劣、其心猶豫者，不應修猗覺分、定覺分、捨覺分。所以者何？

(9b) 微劣心生、微劣猶豫，以此諸法，增其微劣故。

(9c) 譬如小火，欲令其燃，增以焦炭，云何比丘！非為增炭令火滅耶？」

(9d) 比丘白佛：「如是，世尊！」

(9e) 「如是比丘！微劣猶豫，若修猗覺分、定覺分、捨覺分者，此則非時，增懈怠故。

(10a) 若掉心起、若掉心猶豫，爾時不應修擇法覺分、精進覺分、喜覺分。所以者何？

(10b) 掉心起、掉心猶豫，以此諸法，能令其增。

(10c) 譬如熾火，欲令其滅，足其乾薪，於意云何？豈不令火增熾燃耶？」

(10d) 比丘白佛：「如是，世尊！」

(10e) 佛告比丘：「如是掉心生、掉心猶豫，修擇法覺分、精進覺分、喜覺分，增其掉心。

(11a) 諸比丘！若微劣心生、微劣猶豫，是時應修擇法覺分、精進覺分、喜覺分。所以者何？

(11b) 微劣心生、微劣猶豫，以此諸法，示、教、照、喜。

(11c) 譬如小火，欲令其燃，足其乾薪，云何比丘！此火寧熾燃不？」

(11d) 比丘白佛：「如是，世尊！」

(11e) 佛告比丘：「如是微劣心生、微劣猶豫，當於爾時修擇法覺分、精進覺分、喜覺分，示、教、照、喜。

(12a) 若掉心生、掉心猶豫，〔是時應〕修猗覺分、定覺分、捨覺分。所以者何？

(12b) 掉心生、掉心猶豫，此等諸法，能令內住一心攝持。

(12c) 譬如燃火，欲令其滅，足其焦炭，彼火則滅。

(12d) 如是比丘！〔掉心生〕、掉心猶豫，修擇法覺分，精進、喜〔覺分〕，則非時；修猗、定、捨覺分，自此則〔是〕時，此等諸法，內住一心攝持。

(13) 念覺分者，一切兼助。」

(14) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

五蓋與七覺支略說

【要義】

◎問：什麼是五蓋？

《瑜伽師地論·聲聞地》說：

云何五蓋？謂 1 貪欲蓋、2 瞋恚蓋、3 惛沈睡眠蓋、4 掉舉惡作蓋及以 5 疑蓋。

◎問：五蓋和七覺支的關係為何？

【經文】

《雜阿含經》大 725；光 737；內 532；印 922（不善聚經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（2a）爾時，世尊告諸比丘：「說不善積聚者，所謂**五蓋**，是為正說。所以者何？

（2b）純一不善聚者，謂五蓋故。何等為五？謂貪欲蓋、瞋恚蓋、睡眠蓋、掉悔蓋、疑蓋。

（3a）說善積聚者，謂**七覺分**，是為正說。所以者何？

（3b）純一滿淨者，是七覺分故。何等為七？謂念覺分、擇法覺分、精進覺分、喜覺分、猗覺分、定覺分、捨覺分。」

（04）佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 704；光 716；內 518；印 901；S24（不正思維經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（2a）爾時，世尊告諸比丘：「若**不正思惟**者，未起貪欲蓋則起，已起貪欲蓋重生令增廣。

（2b）未起瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋則起，已起瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋重生令增廣。

（2c）未起念覺支不起，已起念覺支則退。

（2d）未起擇法、精進、猗、喜、定、捨覺支不起，已起擇法、精進、猗、喜、定、捨覺支則退。

- (3a) 若比丘**正思惟**者，未起貪欲蓋不起，已起貪欲蓋令滅。
- (3b) 未起瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋不起，已起瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋則斷。
- (3c) 未起念覺支則起，已起者重生令增廣。
- (3d) 未起擇法、精進、猗、喜、定、捨覺支則起，已起者重生令增廣。」
- (04) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 705；光 717；內 519；印 902；S37（不退經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (2a) 爾時，世尊告諸比丘：「有**五退法**。何等為五？
- (2b) 謂貪欲、瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋，是則退法。
- (3a) 若修習**七覺支**，多修習令增廣，是則不退法。何等為七？
- (3b) 謂念覺支、擇法覺支、精進覺支、猗覺支、喜覺支、定覺支、捨覺支，是名不退法。」
- (04) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 706；光 718；內 520；印 903；S40（蓋經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (2a) 爾時，世尊告諸比丘：「有**五法**，能為黑闇、能為無目、能為無智、能羸智慧、非明、非等覺、不轉趣涅槃。何等為五？
- (2b) 謂貪欲、瞋恚、睡眠、掉悔、疑。
- (2c) 如此五法，能為黑闇、能為無目、能為無智、非明、非正覺、不轉趣涅槃。
- (3a) 若有**七覺支**，能作大明、能為目、增長智慧、為明、等正覺、轉趣涅槃。何等為七？
- (3b) 謂念覺支、擇法覺支、精進覺支、猗覺支、喜覺支、定覺支、捨覺支。
- (3c) [如此七覺支能作大明]、為目、增長智慧、為明、為正覺、轉趣涅槃。」
- (04) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 707；光 719；內 521；印 904；S38（障蓋經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（2a）爾時，世尊告諸比丘：「有**五障、五蓋**，煩惱於心、能羸智慧、障閼之分、非明、非正覺、不轉趣涅槃。何等為五？

（2b）謂貪欲蓋、瞋恚蓋、睡眠蓋、掉悔蓋、疑蓋。

（2c）如此五蓋，為覆、為蓋，煩惱於心、令智慧羸、為障閼分、非明、非正覺、不轉趣涅槃。

（3a）若**七覺支**，非覆、非蓋，不惱於心、增長智慧、為明、為正覺、轉趣涅槃。何等為七？

（3b）謂念覺支等如上說，乃至捨覺支。

（3c）如此七覺支，非翳、非蓋，不惱於心、增長智慧、為明、為正覺、轉趣涅槃。」

（04）爾時，世尊即說偈曰：

貪欲瞋恚蓋，睡眠掉悔疑，如此**五種蓋**，增長諸煩惱。

此五覆世間，深著難可度，障蔽於眾生，令不見正道。

若得**七覺支**，則能為照明，唯此真諦言，等正覺所說。

念覺支為首，擇法正思惟，精進猗喜覺，三昧捨覺支；

如此七覺支，牟尼之正道，隨順大仙人，脫生死怖畏。

（05）佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

五蓋與七覺支詳說

【要義】

◎問：五蓋和七覺支的關係為何？

【經文】

《雜阿含經》大 708；光 720；內 522；印 905；S39（樹經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 爾時，世尊告諸比丘：「若族姓子，捨諸世務，出家學道，剃除鬚髮，著袈裟，正信非家，出家學道。
- (03) 如是出家，而於其中，有愚癡士夫，依止聚落、城邑，晨朝著衣持鉢，入村乞食，不善護身，不守根門，不攝其念，觀察女人少壯好色而生染著。不正思惟，心馳取相，趣色欲想，為欲心熾盛，燒心、燒身，返俗還戒而自退沒。厭離俗務，出家學道而反染著，增諸罪業而自破壞，沉翳沒溺。
- (4a) 有五種大樹，其種至微，〔漸〕生長巨大，而能映障眾雜小樹，蔭翳萎悴，不得生長。何等〔為〕五？
- (4b) 謂捷遮耶樹、迦裨多羅樹、阿濕波他樹、優曇鉢羅樹、尼拘留他樹。
- (4c) 如是五種〔大〕樹，種子至微，而漸漸長大，蔭覆諸節，能令諸節蔭覆墮臥。
- (5a) 〔有**五種心樹**，種子至微，以增長故，令善心蔭覆墮臥。〕何等為五？
- (5b) 謂貪欲蓋漸漸增長，〔瞋恚〕、睡眠、掉悔、疑蓋漸漸增長。
- (5c) 〔如是五種心樹〕，以增長故，令善心蔭覆墮臥。
- (6a) 若修、習**七覺支**，多修習已，轉成不退。何等為七？
- (6b) 謂念覺支，擇法、精進、猗、喜、定、捨覺支。
- (6c) 如是七覺支，修、習、多修習已，轉成不退轉。」
- (07) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 709；光 721；內 523；印 906（七覺支經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

(02)〔爾時，世尊告諸比丘：〕「若比丘專一其心，側聽正法，能斷五法，修習七法，令其轉進滿足。

(3a) 何等為斷五法？

(3b) 謂貪欲蓋、瞋恚蓋、睡眠蓋、掉悔蓋、疑蓋。

(3c) 是名五法斷。

(4a) 何等修習七法？

(4b) 謂念覺支、擇法覺支、精進覺支、猗覺支、喜覺支、定覺支、捨覺支。

(4c) 修此七法，轉進滿足。」

(05) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 710；光 722；內 524；印 907（聽法經）

(01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

(02) 爾時，世尊告諸比丘：「聖弟子清淨信心，專精聽法者，能斷五法，修習七法，令其滿足。

(3a) 何等為五？

(3b) 謂貪欲蓋、瞋恚、睡眠、掉悔、疑，此蓋則斷。

(4a) 何等七法？

(4b) 謂念覺支，擇法、精進、猗、喜、定、捨覺支，此七法修習滿足。

(05) 淨信者謂心解脫，智者謂慧解脫。貪欲染心者，不得、不樂；無明染心者，慧不清淨。

(06) 是故，比丘！離貪欲者，心解脫；離無明者，慧解脫。若彼比丘離貪欲，心解脫，得身作證；離無明，慧解脫。是名比丘斷愛縛、〔轉結〕、慢無間等、究竟苦邊。」

(07) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

◎問：何因何緣眾生煩惱？何因何緣眾生清淨？

【經文】

《雜阿含經》大 711；光 723；內 525；印 908；S56（無畏覺支經）

(01) 如是我聞：一時，佛住王舍城耆闍崛山中。

(02) 時有無畏王子，日日步涉，仿佯遊行，來詣佛所，與世尊面相

問訊，慰勞已，退坐一面，白佛言：「世尊！有沙門、婆羅門作如是見，作如是說：無因、無緣眾生煩惱，無因、無緣眾生清淨。世尊復云何？」

- (03) 佛告無畏：「沙門、婆羅門為其說，不思而說，愚癡不辨不善，非知思，不知量，作如是說：無因、無緣眾生煩惱，無因、無緣眾生清淨。所以者何？」
- (04) 有因、有緣眾生煩惱，有因、有緣眾生清淨故。
- (05) [何因、何緣眾生煩惱？]
- (6a) 謂眾生貪欲增上，於他財物、他眾具而起貪，言此物於我有者好，不離愛樂。
- (6b) 於他眾生而起恨心、兇心，計校欲打、欲縛、欲伏，加諸不道，為造眾難，不捨瞋恚。
- (6c) 身睡眠，心懈怠。
- (6d) 心掉動，內不寂靜。
- (6e) 心常疑惑，過去疑、未來疑、現在疑。
- (07) 無畏！如是因、如是緣，[眾生煩惱]。」
- (08) 無畏白佛：「瞿曇！一分之蓋，足煩惱心，況復一切！」
- (09) 無畏白佛：「瞿曇！何因、何緣眾生清淨？」
- (10a) 佛告無畏：「若[沙門]、婆羅門有一勝念，決定成就，久時所作，久時所說，能隨憶念，當於爾時習念覺支；修念覺已，[念覺支]滿足。
- (10b) [念覺支]滿足已，則於選擇、分別、思惟，爾時擇法覺支修習；修擇法覺支已，擇法覺支滿足。
- (10c) 彼選擇、分別、思量法已，則精進方便，精進覺支於此修習；修精進覺支已，精進覺支滿足。
- (10d) 彼精進方便已，則歡喜生，離諸食想，修喜覺支；修喜覺支已，則喜覺支滿足。
- (10e) 喜覺支滿足已，身心猗息，則修猗覺支；修猗覺支已，[猗覺支]滿足。
- (10f) 身猗息已則愛樂，愛樂已心定，則修定覺支；修定覺支已，[定覺支]滿足。
- (10g) [定覺支]滿足已，貪憂滅則捨心生，修捨覺支；修捨覺支已，捨覺支滿足。
- (11) 如是無畏！此因此緣，眾生清淨。」

- (12) 無畏白〔佛〕：「瞿曇！若一分滿足，令眾生清淨，況復一切！」
- (13) 無畏白佛：「瞿曇！當何名此經？云何奉持？」
- (14) 佛告無畏：「王子！當名此為《覺支經》。」
- (15) 無畏白佛：「瞿曇！此為最勝覺分！瞿曇！我是王子，安樂亦常求安樂，而希出入。今來上山，四體疲極，得聞瞿曇說《覺支經》，悉忘疲勞。」
- (16) 〔佛說此經〕已，王子無畏聞佛所說，歡喜隨喜，從座起，稽首禮佛足而去。

【經文】

《雜阿含經》大 712；光 724；內 526；印 909；S56（無畏經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住王舍城耆闍崛山。如上說。
- (02) 差別者：「有沙門、婆羅門，作如是見、如是說：無因、無緣眾生無智無見，無因、無緣眾生智見」，如是廣說。
- (03) 乃至無畏王子聞佛所說，歡喜隨喜，禮佛足而去。

◎問：何等為五蓋之十？何等為七覺支之十四？

【經文】

《雜阿含經》大 713；光 725；內 516；印 910；S52（轉趣經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 時有眾多比丘，晨朝著衣持鉢，入舍衛城乞食。時眾多比丘作是念：今日太早，乞食時未至，我等且過諸外道精舍。
- (03) 眾多比丘即入外道精舍，與諸外道共相問訊慰勞，問訊慰勞已，於一面坐已。
- (04) 諸外道問比丘言：「沙門瞿曇為諸弟子說法：斷五蓋；〔煩惱覆心，令慧力羸〕、為障礙分、不轉趣涅槃；住四念處，修七覺意。我等亦復為諸弟子說：斷五蓋；〔煩惱覆心，令慧力羸〕、為障礙分、不轉趣涅槃；善住四念處，修七覺分。我等與彼沙門瞿曇，有何等異？俱能說法。」
- (05) 時眾多比丘聞外道所說，心不喜悅，反呵罵，從座起去。入舍衛城乞食已，還精舍，舉衣鉢，洗足已，往詣佛所，稽首佛足，退坐一面。以諸外道所說，具白世尊。
- (06) 爾時，世尊告眾多比丘：「彼外道說是語時，汝等應反問言：

諸外道！五蓋者種應有十，七覺者種應有十四。何等為五蓋之十、七覺之十四？

(07) 如是問者，彼諸外道則自駭散，說諸外道法，瞋恚、憍慢，毀訾、嫌恨，不忍心生，或默然低頭，失辯潛思。所以者何？

(08) 我不見諸天魔、梵，沙門、婆羅門，天、人眾中，聞我所說，歡喜隨順者，唯除如來及聲聞眾於此聞者。

(09) 諸比丘！**何等為五蓋之十？**

(10a) 謂有內貪欲、有外貪欲：彼內貪欲者，即是蓋，非智、非等覺、不轉趣涅槃；彼外貪欲即是蓋，非智、非等覺、不轉趣涅槃。

(10b) 謂〔有〕瞋恚、有瞋恚相：若瞋恚及瞋恚相，即是蓋，非智、非等覺、不轉趣涅槃。

(10c) 有睡、有眠：彼睡、彼眠即是蓋，非智、非等覺、不轉趣涅槃。

(10d) 有掉、有悔：彼掉、彼悔即是蓋，非智、非等覺、不轉趣涅槃。

(10e) 有疑善法、有疑不善法：彼善法疑、不善法疑即是蓋，非智、非等覺、不轉趣涅槃。

(11) 是名五蓋說十。

(12) **何等為七覺分說十四？**

(13a) 有內法心念住、有外法心念住：彼內法念住，即是念覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃；彼外法念住，即是念覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃。

(13b) 有擇善法、擇不善法：彼善法擇，即是擇法覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃；彼不善法擇，即是擇法覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃。

(13c) 有精進斷不善法、有精進長養善法：彼斷不善法精進，即是精進覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃；彼長養善法精進，即是精進覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃。

(13d) 有喜、有喜處：彼喜即是喜覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃；彼喜處亦即是喜覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃。

(13e) 有身猗息、有心猗息：彼身猗息即是猗覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃；彼心猗息即是猗覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃。

- (13f) 有定、有定相：彼定即是定覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃；彼定相即是定覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃。
- (13g) 有捨善法、有捨不善法：彼善法捨即是捨覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃；彼不善法捨即是捨覺分，是智、是等覺、能轉趣涅槃。
- (14) 是名七覺分說為十四。」
- (15) 佛說此經已，眾多比丘聞佛所說，歡喜奉行。

五蓋、七覺支與食

【要義】

◎問：七覺支以何為食？以何為非食？

《攝事分》「食門」說：

復次，於能隨順覺支法中，略有二種無倒作意，當知總與覺支為食。何等為二？一、正作意；二、數作意。

與此相違，當知『非食』。

【經文】

《雜阿含經》大 716；光 728；內 528；印 913（法經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（2a）爾時，世尊告諸比丘：「於內法中，我不見一法，未生惡不善法令生，已生惡不善法重生令增廣，未生善法不生，已生則退，所謂不正思惟。

（2b）諸比丘！不正思惟者，未生貪欲蓋令生，已生者重生令增廣；未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令生，已生者重生令增廣。未生念覺分不生，已生者令退；未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分〔令不生〕，〔已生者〕令退。

（3a）我不見一法，能令未生惡不善法不生，已生者令斷，未生善法令生，已生者重生令增廣，〔所謂〕正思惟。

（3b）比丘！正思惟者，未生貪欲蓋令不生，已生者令斷；未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令不生，已生者令斷。未生念覺分令生，已生者重生令增廣；未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令生，已生者重生令增廣。」

（04）佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 717；光 729；內 529；印 914；S49-50（法經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（2a）爾時，世尊告諸比丘：「於外法中，我不見一法，未生惡不善法令生，已生者重生令增廣，未生善法令不生，已生者令退，如惡知識、惡伴黨。

- (2b) 惡知識、惡伴黨者，未生貪欲蓋令生，已生者重生令增廣；未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令生，已生者重生令增廣。未生念覺分令不生，已生者令退；未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令不生，已生者令退。
- (3a) 諸比丘！我不見一法，未生惡不善法令不生，已生者令斷，未生善法令生，已生者重生令增廣，所謂善知識、善伴黨、善隨從者。
- (3b) 若善知識、善伴黨、善隨從者，未生貪欲蓋令不生，已生者令斷；未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令不生，已生者令斷。未生念覺分令生，已生者重生令增廣；未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令生，已生者重生令增廣。」
- (04) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 715；光 727；內 527；印 912；S51,2（食經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 爾時，世尊告諸比丘：「有五蓋、七覺分，有食、無食，我今當說。諦聽！善思！當為汝說。
- (03) 譬如身依食而立非不食，如是五蓋依於食而立非不食。
- (4a) 貪欲蓋以何為食？
- (4b) 謂〔觸淨〕相，於彼不正思惟，未起貪欲令起，已起貪欲能令增廣。
- (4c) 是名欲愛蓋之食。
- (5a) 何等為瞋恚蓋食？
- (5b) 謂障礙相，於彼不正思惟，未起瞋恚蓋令起，已起瞋恚蓋能令增廣。
- (5c) 是名瞋恚蓋食。
- (6a) 何等為睡眠蓋食？
- (6b) 有五法。何等為五？微弱、不樂、欠呿、多食、懈怠。於彼不正思惟，未起睡眠蓋令起，已起睡眠蓋能令增廣。
- (6c) 是名睡眠蓋食。
- (7a) 何等為掉、悔蓋食？
- (7b) 有四法。何等為四？謂親屬覺、人眾覺、天覺、本所經娛樂覺。自憶念、他人令憶念而生覺。於彼起不正思惟，未起掉、悔令

- 起，已起掉、悔令其增廣。
- (7c) 是名掉悔蓋食。
- (8a) 何等為疑蓋食？
- (8b) 有三世。何等為三？謂過去世、未來世、現在世。於過去世猶豫，未來世猶豫，現在世猶豫。於彼起不正思惟，未起疑蓋令起，已起疑蓋能令增廣。
- (8c) 是名疑蓋食。
- (09) 譬如身依於食而得長養非不食，如是七覺分依食而住，依食長養非不食。
- (10a) 何等為念覺分不食？
- (10b) 為四念處不思惟，未起念覺分不起，已起念覺分令退。
- (10c) 是名念覺分不食。
- (11a) 何等為擇法覺分不食？
- (11b) 謂於善法〔選擇〕、於不善法選擇，於彼不思惟，未起擇法覺分令不起，已起擇法覺分令退。
- (11c) 是名擇法覺分不食。
- (12a) 何等為精進覺分不食？
- (12b) 謂四正斷，於彼不思惟，未起精進覺分令不起，已起精進覺分令退。
- (12c) 是名精進覺分不食。
- (13a) 何等為喜覺分不食？
- (13b) 有喜、有喜處法，於彼不思惟，未起喜覺分不起，已起喜覺分令退。
- (13c) 是名喜覺分不食。
- (14a) 何等為猗覺分不食？
- (14b) 有身猗息及心猗息，於彼不思惟，未生猗覺分不起，已生猗覺分令退。
- (14c) 是名猗覺分不食。
- (15a) 何等為定覺分不食？
- (15b) 有四禪，於彼不思惟，未起定覺分不起，已起定覺分令退。
- (15c) 是名定覺分不食。
- (16a) 何等為捨覺分不食？
- (16b) 有三界，謂斷界、無欲界、滅界。於彼不思惟，未起捨覺分不起，已起捨覺分令退。

- (16c) 是名捨覺分不食。
- (17)〔譬如身依食而立非不食，如是五蓋依於食而立非不食。〕
- (18a) 何等為貪欲蓋不食？
- (18b) 謂不淨觀，於彼思惟，未起貪欲蓋不起，已起貪欲蓋令斷。
- (18c) 是名貪欲蓋不食。
- (19a) 何等為瞋恚蓋不食？
- (19b) 彼慈心〔思惟已〕，未生瞋恚蓋不起，已生瞋恚蓋令滅。
- (19c) 是名瞋恚蓋不食。
- (20a) 何等為睡眠蓋不食？
- (20b) 彼明照〔思惟已〕，未生睡眠蓋不起，已生睡眠蓋令滅。
- (20c) 是名睡眠蓋不食。
- (21a) 何等為掉悔蓋不食？
- (21b) 彼寂止〔思惟已〕，未生掉悔蓋不起，已生掉悔蓋令滅。
- (21c) 是名掉悔蓋不食。
- (22a) 何等為疑蓋不食？
- (22b) 彼緣起法〔思惟已〕，未生疑蓋不起，已生疑蓋令滅。
- (22c) 是名疑蓋不食。
- (23) 譬如身依食而住，依食而立，如是七覺分依食而住，依食而立。
- (24a) 何等為念覺分食？
- (24b) 謂四念處思惟已，未生念覺分令起，已生念覺分轉生令增廣。
- (24c) 是名念覺分食。
- (25a) 何等為擇法覺分食？
- (25b) 有擇善法、有擇不善法，彼思惟已，未生擇法覺分令起，已生擇法覺分重生令增廣。
- (25c) 是名擇法覺分食。
- (26a) 何等為精進覺分食？
- (26b) 彼四正斷〔思惟已〕，未生精進覺分令起，已生精進覺分重生令增廣。
- (26c) 是名精進覺分食。
- (27a) 何等為喜覺分食？
- (27b) 有喜、有喜處，彼〔思惟已〕，未生喜覺分令起，已生喜覺分重生令增廣。
- (27c) 是名喜覺分食。
- (28a) 何等為猗覺分食？

- (28b) 有身猗息、心猗息，〔思惟已〕，未生猗覺分令起，已生猗覺分重生令增廣。
- (28c) 是名猗覺分食。
- (29a) 何等為定覺分食？
- (29b) 謂有四禪，〔思惟已〕，未生定覺分令生起，已生定覺分重生令增廣。
- (29c) 是名定覺分食。
- (30a) 何等為捨覺分食？
- (30b) 有三界。何等〔為〕三？謂斷界、無欲界、滅界。彼〔思惟已〕，未生捨覺分令起，已生捨覺分重生令增廣。
- (30c) 是名捨覺分食。」
- (31) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

四念住與七覺支漸次門（含果）

【要義】

◎問：七覺支的生起漸次為何？果為何？

《攝事分》「漸次門」說：

復次，於初、中、後，隨闕一支，令如實覺不得圓滿。如其色類，所依、能依流轉安立，隨其生起，漸次而說。當知此中，念為所依，擇法能依。餘隨所應，當知亦爾。

【經文】

《雜阿含經》大 733；光 745；內 535；印 930（七道品經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（02）時有異比丘來詣佛所，稽首禮足，退坐一面，白佛言：「世尊謂覺分，世尊！云何為覺分？」

（03）佛告比丘：「所謂覺分者，謂七道品法。然諸比丘七覺分，漸次而起，修習滿足。」

（04）異比丘白佛：「世尊！云何覺分漸次而起，修習滿足？」

（05）佛告比丘：「若比丘內身身觀住，彼內身身觀住時，攝心繫念不忘，彼當爾時念覺分方便修習，方便修習念覺分已，修習滿足。滿足念覺分已，於法選擇、分別、思量，當於爾時修擇法覺分方便，修方便已，修習滿足。如是乃至捨覺分修習滿足。如內身身觀念住，如是外身、內外身。受、心、法法觀念住，當於爾時專心繫念不忘；乃至捨覺分亦如是說。如是住者，漸次覺分起，漸次起已，修習滿足。」

（06）佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【說明】依據《法蘊足論》，（05）詳文如下：

佛告苾芻：

若有於身住循身觀，安住正念，遠離愚癡，爾時便起念覺支，得念覺支，修令圓滿。彼由此念，於法揀擇、極揀擇、遍尋思、遍伺察、審諦伺察，爾時便起擇法覺支，得擇法覺支，修令圓滿。彼由擇法，發勤精進，心不下劣，爾時便起精進覺支，得精進覺支，修令圓滿。彼由精進，發生勝喜，遠離愛味，爾時便起喜覺

支，得喜覺支，修令圓滿。彼由此喜，身心輕安，遠離羸重，爾時便起輕安覺支，得輕安覺支，修令圓滿。彼由輕安，便受快樂，樂故心定，爾時便起定覺支，得定覺支，修令圓滿。彼由心定，能滅貪憂，住增上捨，爾時便起捨覺支，得捨覺支，修令圓滿。於受、心、法住循受、心、法觀，廣說亦爾。如是覺支漸次而起、漸次而得，修令圓滿。

由此可知，念為所依，擇法為能依等。

【經文】

《雜阿含經》大 734；光 746；內 536；印 931；S57（果報經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 爾時，世尊告諸比丘：〔如上說〕。
- (03) 差別者：「若比丘如是修習七覺分已，當得二種果：現法得漏盡〔有餘涅槃〕，或得阿那含果。」
- (04) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 735；光 747；內 537；印 932（果報經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 如上說。
- (03) 差別者：「如是比丘修習七覺分已，多修習已，得四種果、四種福利。何等為四？謂須陀洹果、斯陀含果、阿那含果、阿羅漢果。」
- (04) 佛說此經已，異比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 736；光 748；內 538；印 933；S3（七種果經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。如上說。
- (02) 差別者：「若比丘修習七覺分，多修習已，當得七種果、七種福利。何等為七？
 - (3a) 是比丘得現法智證樂。
 - (3b) 若命終時，〔得無餘涅槃〕。
 - (3c) 及命終時而得五下分結盡，中般涅槃。

- (3d) 若不得中般涅槃，而得生般涅槃。
- (3e) 若不得生般涅槃，而得無行般涅槃。
- (3f) 若不得無行般涅槃，而得有行般涅槃。
- (3g) 若不得有行般涅槃，而得上流般涅槃。」
- (04) 佛說此經已，異比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 737；光 749；內 539；印 934（七道品經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 爾時，世尊告諸比丘：「所謂覺分。何等為覺分？」
- (03) 諸比丘白佛：「世尊是法根、法眼、法依，唯願為說，諸比丘聞已，當受奉行。」
- (04)〔佛告諸比丘〕：「七覺分者，謂七道品法。諸比丘！此七覺分漸次起，漸次起已，修習滿足。」
- (05) 諸比丘白佛：「云何七覺分漸次起，漸次起已，修習滿足？」
- (6a)「若比丘身身觀念住，彼身身觀念住已，專心繫念不忘，當於爾時方便修念覺分，方便修念覺分已，修習滿足。謂修念覺分已，於法選擇，當於爾時修擇法覺分方便，修擇法覺分方便已，修習滿足。如是精進、喜、猗、定、捨覺分，亦如是說。如內身，如是外身、內外身。
- (6b) 受、心、法法觀念住，專心繫念不忘，當於爾時方便修念覺分，方便修念覺分已，修習滿足；乃至捨覺分，亦如是說。
- (07) 是名比丘七覺分漸次起，漸次起已，修習滿足。」
- (08) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 738；光 750；內 540；印 935（果報經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 爾時，世尊告諸比丘：如上說。
- (03) 差別者：「此七覺分修、習、多修習，當得二果：得現法智有餘涅槃，及阿那含果。」
- (04) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 739；光 751；內 541；印 936（果報經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 爾時，世尊告諸比丘：如上說。
- (03) 差別者：「若比丘修習七覺分，多修習已，當得四果。何等為四？」
- (04) 謂須陀洹果、斯陀含果、阿那含果、阿羅漢果。」
- (05) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 740；光 752；內 542；印 937（果報經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。如上說。
- (02) 差別者：「若比丘修習此七覺分，多修習已，當得七果。何等為七？」
- (3a) 謂現法智有餘涅槃。
- (3b) 及命終時，〔得無餘涅槃〕。
- (3c) 若不爾者，五下分結盡，得中般涅槃。
- (3d) 若不爾者，得生般涅槃。
- (3e) 若不爾者，得無行般涅槃。
- (3f) 若不爾者，得有行般涅槃。
- (3g) 若不爾者，得上流般涅槃。」
- (04) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 723；光 735；內 530；印 920；S3（年少經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 爾時，世尊告諸比丘：「善哉！比丘〔依〕人聞法，諸年少比丘供養奉事諸尊長老。所以者何？」
- (03) 年少比丘供養奉事長老比丘者，時時得聞深妙之法。聞深法已，二正事成就，身正及心正。
- (04) 爾時，修念覺分，修念覺分已，念覺分滿足；念覺滿足已，於法選擇，分別於法，思量於法，爾時方便修擇法覺分；乃至捨覺分修習滿足。」
- (05) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 724；光 736；內 531；印 921；S3（奉事果報經）

- （01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- （02）爾時，世尊告諸比丘：「若比丘持戒、修德、慚愧，成真實法，見此人者，多得果報。若復聞者，若隨憶念者，隨出家者，多得功德，況復親近、恭敬、奉事！所以者何？
- （03）親近、奉事如是人者，時時得聞深妙之法，得聞深法已，成就二正，身正及心正。
- （04）方便修習定覺分，修習已修習滿足，乃至捨覺分修習滿足。」
- （05）佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

七覺支的安樂住（含調伏）

【要義】

◎問：如何修七覺支能安穩而住？如何調善？

《攝事分》說：

復次，若有苾芻於諸覺支，方便修習，由四因緣，令其不得安隱而住。何等名為四種因緣？

一者、一切煩惱品類粗重皆未離故；

二者、奢摩他品諸隨煩惱現在前故；

三者、毘鉢舍那品諸隨煩惱現在前故；

四者、道未調善而乘駕故。

與此相違四種因緣，令其獲得安隱而住。

於此二種，善巧苾芻如實了達，正知而住：

由諸作意有加行故，精進太過；又後由前有增減故，運轉不等。

由此二緣，當知名為「道不調善」。

與此相違，二因緣故名「道調善」。

【經文】

《雜阿含經》大 731；光 743；內 514；印 928；S10（支節經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（2a）爾時，世尊告諸比丘：「若比丘念覺分清淨、鮮白，無有支節，離諸煩惱，未起不起，除佛調伏教授。」

（2b）乃至捨覺分，亦如是說。

（3a）諸比丘！念覺分清淨、鮮白，無有支節，離諸煩惱，未起而起，佛所調伏教授非餘。

（3b）乃至捨覺分，亦如是說。」

（04）佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 732；光 744；內 515；印 929；S10（起經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（02）爾時，世尊告諸比丘：如上說。

（03）差別者：「未起不起，除善逝調伏教授；未起而起，是則善逝

調伏教授非餘。」

(04) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 719；光 731；內 543；印 916；S8（優波摩經）

(01) 如是我聞：一時，佛住巴連弗邑。

(02) 爾時，尊者優波摩、尊者阿提目多，住巴連弗邑雞林精舍。

(03) 爾時，尊者阿提目多，晡時從禪覺，詣尊者優波摩所，共相問訊慰勞已，退坐一面，問尊者優波摩：「尊者能知七覺分方便，如是樂住正受，如是苦住正受？」

(04) 優波摩答言：「尊者阿提目多！比丘善知方便，修七覺分，如是樂住正受，如是苦住正受。」

(05) 復問：「云何比丘善知方便，修七覺分？」

(6a) 優波摩答言：「比丘方便修念覺分時，〔不〕知思惟，彼心不善解脫，不害睡眠，不善調伏〔掉悔〕。如〔此〕念覺處法，思惟精進方便，不得平等。」

(6b) 如是擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分，亦如是說。

(07) 若比丘念覺分方便時，先思惟，心善解脫，正害睡眠，調伏掉悔。如我於此念覺處法，思惟已，不勤方便而得平等。如是阿提目多！比丘知方便，修七覺分，如是樂住正受，如是不樂住正受。」

(08) 時二正士共論義已，各從座起而去。

【經文】

《雜阿含經》大 720；光 732；內 544；印 917（阿那律經）

(01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

(02) 爾時，尊者阿那律，亦住舍衛國松林精舍。

(03) 時有眾多比丘，詣阿那律所，共相問訊慰勞，問訊慰勞已，退坐一面，語尊者阿那律：「尊者知方便修七覺分時生樂住不？」

(04) 尊者阿那律語諸比丘言：「我知比丘方便修七覺分時生樂住。」

(05) 諸比丘問尊者阿那律：「云何知比丘方便修七覺分時生樂住？」

(6a) 尊者阿那律語諸比丘：「比丘方便修念覺分，善知思惟，我心善解脫，善害睡眠，善調伏掉悔。如此念覺分處法，思惟已，精勤方便，心不懈怠，身猗息，不動亂，繫心令住，不起亂念，一心正受。」

- (6b) 如是擇法、精進、〔喜〕、猗、定、捨覺分，亦如是說。
- (07) 是名知比丘方便修七覺分時生樂住。」
- (08) 時眾多比丘聞尊者阿那律所說，歡喜隨喜，從座起而去。

七覺支的譬喻

【經文】

《雜阿含經》大 721；光 733；內 545；印 918；S42（轉輪王經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 爾時，世尊告諸比丘：「轉輪聖王出世之時，有七寶現於世間：金輪寶、象寶、馬寶、神珠寶、玉女寶、主藏臣寶、主兵臣寶。
- (03) 如是如來出世，〔亦有七覺分寶現於世間〕。
- (04) 所謂念覺分、擇法覺分、精進覺分、喜覺分、猗覺分、定覺分、捨覺分。」
- (05) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 722；光 734；內 546；印 919（轉輪王經）

- (01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。
- (02) 爾時，世尊告諸比丘：「轉輪聖王出於世時，有七寶現於世間。
- (3a) 云何轉輪聖王出於世時金輪寶現？
- (3b) 有時剎利灌頂聖王，月十五日，沐浴清淨，受持齋戒，於樓閣上，大臣圍遶。有金輪寶從東方出，輪有千輻，齊轂圓輞，輪相具足，天真金寶。
- (3c) 〔王作是念〕：古昔傳聞，剎利灌頂大王月十五日布薩時，沐浴清淨，受持福善，〔有輪寶現，今既如古有斯吉瑞，當知我是轉輪聖王。即以兩手承金輪寶，著左手中，右手旋轉而作是言：若是轉輪聖王金輪寶者，當復轉輪聖王古道而去。〕
- (3d) 作是語訖，於是輪寶即從王前乘虛而逝，向於東方，遊古聖王正直之道。王及四兵，隨輪去住。東方諸國處處小王，見聖王來，皆稱善哉。善來大王！此是王國，此國安隱，人民豐樂，願於中止，教化國人，我則隨從。聖王答言：諸聚落主！汝今但當善化國人，有不順者，當來白我。當如法化，莫作非法，亦令國人善化非法。若如是者，則從我化。於是聖王從東海度乘古聖王道至于南海；〔乘古聖王之道〕，度於南海至西海；乘於古昔聖王之道，度於西海，至於北海。
- (3e) 南、西、北方諸小國王，奉迎啟請，亦如東方廣說。

- (3f) 於是金輪寶，聖王隨從，度於北海，還至王宮正治殿上，住虛空中，是為轉輪聖王出興于世，金輪寶現於世間。
- (4a) 云何為轉輪聖王出興于世，白象寶現於世間？
- (4b) 若刹利、灌頂大王〔純色〕之象，其色鮮好，七支拄地，聖王見已，心則欣悅。今此寶象來應於我，告善調象師，令速調此寶象，調已送來。象師受命，不盈一日，象即調伏，一切調伏相悉皆具足，猶如餘象經年調者，今此象寶一日調伏亦復如是。調已，送詣王所，上白大王：此象已調，唯王自知時。爾時，聖王觀察此象調相已備，即乘寶象，於晨旦時周行四海，至日中時還歸王宮，是名轉輪聖王出興于世，如此象寶現於世間。
- (5a) 何等為轉輪聖王出興于世，馬寶現於世間？
- (5b) 轉輪聖王所有馬寶，純一青色，烏頭、〔朱〕尾，聖王見馬，心生欣悅。今此神馬來應我故，付調馬師，令速調之，調已送來。馬師奉教，不盈一日，其馬即調，猶如餘馬經年調者，馬寶調伏亦復如是。知馬調已，還送奉王，白言：大王！此馬已調。爾時，聖王觀察寶馬調相已備，於晨旦時，乘此寶馬周行四海，至日中時還歸王宮，是名轉輪聖王出興于世，馬寶現於世間。
- (6a) 何等為轉輪聖王出興于世，摩尼珠寶現於世間？
- (6b) 若轉輪聖王所有寶珠，其形八楞，光澤明照，無諸顚隙，於王宮內常為燈明。轉輪聖王察試寶珠，陰雨之夜，將四種兵入於園林，持珠前導，光明照耀，面一由旬，是為轉輪聖王出興于世，摩尼寶珠現於世間。
- (7a) 何等為轉輪聖王出興于世，賢玉女寶現於世間？
- (7b) 轉輪聖王所有玉女，不黑、不白，不長、不短，不粗、不細，不肥、不瘦，支體端正，寒時體暖，熱時體涼，身體柔軟，如迦陵伽衣。身諸毛孔，出栴檀香，口鼻出息，作優鉢羅香。後臥先起，瞻王意色，隨宜奉事，軟言愛語，端心正念，發王道意，心無違越，況復身、口，是為轉輪聖王寶女。
- (8a) 云何為轉輪聖王主藏臣寶現於世間？
- (8b) 謂轉輪聖王主藏大臣，本行施故，生得天眼，能見伏藏，有主、無主，若水、若陸，若遠、若近，悉能見之。轉輪聖王須珍寶，即便告敕，隨王所須，輒以奉上。於是聖王有時試彼大臣，觀其所能，乘船遊海，告彼大臣：我須寶物。臣白王言：小住岸

邊，當以奉上。王告彼臣：我今不須岸邊之寶，且須〔晝時〕與我。於是大臣即於水中，出四金瓮，金寶滿中，以奉聖王。王所須即取用之，若取足已，餘則還歸水中。聖王出世，則有如此主藏之臣現於世間。

(9a) 云何聖王出興於世，有主兵之臣現於世間？

(9b) 謂有主兵臣，聰明智辯，譬如世間善思量成就者。聖王所宜，彼則悉從，宜去、宜住，宜出、宜入，聖王四種兵行道里，頓止不令疲倦。悉知聖王宜所應作，現法、後世功德之事，以白聖王。轉輪聖王出興于世，有如是主兵之臣。

(10) 如是如來、應、等正覺，出興於世，有七覺分現於世間。何等為七？

(11) 謂念覺分、擇法覺分、精進覺分、喜覺分、猗覺分、定覺分、捨覺分。」

(12) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【要義】

◎問：七覺支如何以寶為喻？

《攝事分》說：

如轉輪王，於四洲渚得大自在，所獲七寶。

如是心王，於四聖諦得大自在，所獲真淨七覺支寶，當知亦爾。

一、輪寶喻念覺支

謂於奢摩他、毘鉢舍那雙品運轉，降伏一切煩惱勝怨，由此義故，初念覺支，猶如輪寶。

二、象寶喻擇法覺支

所知境相其量無邊，能知智體亦隨廣大，由此義故，擇法覺支猶如象寶。

三、馬寶喻精進覺支

依此速能乃至往彼，所行所得殊異勝處，由此義故，精進覺支猶如馬寶。

四、女寶喻喜覺支

悅意無罪，最為殊勝，由此義故，其喜覺支猶如女寶。

五、神珠寶喻輕安覺支

身心映徹，有所堪能，由此義故，輕安覺支如神珠寶。

六、藏臣寶喻定覺支

能辦一切所欣求事，由此義故，其定覺支如藏臣寶。

七、將軍寶喻捨覺支

能摧一切染污法軍，能率一切清淨法軍，能趣無相安隱住處，由此義故，其捨覺支如軍將寶。

【經文】

《雜阿含經》大 718；光 730；內 547；印 915；S4（舍利弗經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（02）爾時，尊者舍利弗告諸比丘：「有七覺分。何等為七？」

（03）謂念覺分、擇法覺分、精進覺分、喜覺分、猗覺分、定覺分、捨覺分。

（4a）此七覺分，決定而得，不勤而得，我隨所欲覺分正受；若晨朝時、日中時、日暮時，若欲正受，隨其所欲多人正受。

（4b）譬如王、大臣，有種種衣服，置箱篋中，隨其所須，日中所須，日暮所須，隨欲自在。

（4c）如是比丘！此七覺分決定而得，不勤而得，隨意正受。

（5a）我此念覺分，清淨純白，起時知起，滅時知滅，沒時知沒；已起知已起，已滅知已滅。

（5b）如是擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分，亦如是說。」

（06）尊者舍利弗說此經已，諸比丘聞其所說，歡喜奉行。

【要義】

◎問：七覺支如何以衣篋為喻？

《攝事分》說：

復次，諸修行者得七覺支，譬如大王有妙衣篋，**三時**受用，**三分**安住。彼七覺支，當知亦爾。

言**三時**者，謂初日分時、中日分時、後日分時。

言**三分**者，謂奢摩他品、毘鉢舍那品，及其俱品。

於初分中住四覺支，第二分中住四覺支，第三分中具足安住七種覺支。

諸修行者，未曾安住唯一覺支。

又七覺支，於諸外道無怨憎故，無違競故，恆懷利益意樂轉故，一切煩惱皆離繫故，說名「無怨、無敵、無害、無有災患」。

若修行者於七覺分隨時現前，隨量現前，說名為「住」。

若時退出，說名為「滅」。

於是一切，如實了知。彼由如是正知住故，名「無罪住、無有愛味、心離味染」。

七覺支的修習

【要義】

◎問：如何修習七覺支？

《雜集論》說：

覺支修習者，謂依止遠離、依止無欲、依止寂滅、迴向棄捨修念覺支。如念覺支，乃至捨覺支亦爾。

◎問：什麼是「依止遠離，依止無欲，依止寂滅，迴向棄捨」？

《雜集論》說：

如是四句，隨其次第，顯示緣四諦境（苦、集、滅、道）修習覺支。所以者何？

A 若緣苦體為惱苦時，於苦境界必求遠離故，名「依止遠離」。

B 若緣愛相：苦集為苦集時，於此境界必求離欲故，名「依止離欲」。

C 若緣苦滅為苦滅時，於此境界必求作證故，名「依止寂滅」。

D 棄捨者，謂趣苦滅行，由此勢力棄捨苦故，是故若緣此境時，於此境界必求修習故，名「迴向棄捨」。

《攝事分》說：

A 修習覺分，未得斷界，於其斷界正希求時，名「依遠離」；

B 未得無欲界，於無欲界正希求時，名「依離欲」；

C 未得滅界，於其滅界正希求時，名「依於滅」；

D 棄捨下劣修覺分故，迴向勝妙修覺分故，名「棄捨迴向」。

【經文】

《雜阿含經》大 729；光 741；內 512；印 926；S27（滅經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（02）爾時，世尊告諸比丘：「當修七覺分。何等為修七覺分？」

（03）謂念覺分，乃至捨覺分。

（4a）若比丘修念覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。

（4b）如是修擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。」

（05）佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 730；光 742；內 513；印 927；S41（分經）

（01）如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

（02）爾時，世尊告諸比丘：如上說。

（03）差別者：「諸比丘！過去已如是修七覺分，未來亦當如是修七覺分。」

（04）佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

◎問：配合幾種想來修習七覺支？

《攝事分》說：

又於過去、未來、現在一切行中，1 諸行愛染，2 若懶惰懈怠，3 若薩迦耶見雖已斷滅習氣隨縛我慢現行，4 若貪味愛，5 若於世間種種妙事欲樂貪愛，7-9 若有所餘煩惱隨眠，6a 若希求利養，10a 若希求活命，6b 若諸欲愛，10b 若諸有愛，11-21 若隨虛妄分別所起四種欲貪：一、美色貪，二、形貌貪，三、細觸貪，四、承事貪。如是能令生起所有非理過患，及令其心越路而轉。對治彼故，隨其所應，有二十一想俱行修覺支差別。

說明：

於薩迦耶所攝諸行生起愛著，是名於一切行諸行愛染。

不勤方便修習善法，是名懶惰懈怠。

依於段食貪著美味，名貪味愛。

於諸世間種種戲論，非一眾多別別品類所思念中，發欲貪愛，名於世間種種妙事欲樂貪愛。餘文易知。

◆二十一想：1 無常想、2 無常苦想、3 苦無我想、4 厭逆食想、5 一切世間不可樂想、6 有過患想、7 斷想、8 離想、9 滅想、10 死想、11 不淨想、12 青瘀想、13 膿爛想、14 破壞想、15 膨脹想、16 噉食想、17 血塗想、18 離散想、19 骸骨想、20 骨鎖想、21 觀察空想〔觀無心識空有尸想〕。

【經文】

《雜阿含經》大 726；光 738；內 533；印 923（善知識經）

（01）如是我聞：一時，佛住王舍城夾谷精舍。

（02）爾時，尊者阿難亦在彼住。時尊者阿難，獨一靜處，禪思思惟，作如是念：半梵行者，所謂善知識、善伴黨、善隨從，非惡知

識、惡伴黨、惡隨從。

- (03) 時尊者阿難從禪覺，往詣佛所，稽首禮足，退坐一面，白佛言：
「世尊！我獨一靜處，禪思思惟，作是念：半梵行者，所謂善
知識、善伴黨、善隨從，非惡知識、惡伴黨、惡隨從。」
- (04) 佛告阿難：「莫作是言：半梵行者，調善知識、善伴黨、善隨
從，非惡知識、惡伴黨、惡隨從！所以者何？」
- (05) [純一滿淨]，梵行清白，所謂善知識、善伴黨、善隨從，非惡
知識、惡伴黨、惡隨從。
- (6a) 我為善知識故，有眾生於我所，取念覺分，依遠離、依無欲、
依滅、向於捨。
- (6b) 如是擇法覺分，精進、喜、猗、定、捨覺分，依遠離、依無欲、
依滅、向於捨。
- (07) 以是故當知，阿難！[純一滿淨]，梵行清白，調善知識、善
伴黨、善隨從，非惡知識、非惡伴黨、非惡隨從。」
- (08) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 727；光 739；內 534；印 924；S16（拘夷那竭經）

- (01) 如是我聞：一時，佛在力士聚落人間遊行，於拘夷那竭城希連
河中間住；於聚落側，告尊者阿難：「令四重褰疊，敷世尊鬱多
羅僧，我今背疾，欲小臥息。」
- (02) 尊者阿難即受教敕，四重褰疊敷鬱多羅僧已，白佛言：「世尊！
已四重褰疊敷鬱多羅僧，唯世尊知時。」
- (03) 爾時，世尊厚褰僧伽梨枕頭，右脅而臥，足足相累，繫念明相，
正念、正智，作起覺想，告尊者阿難：「汝說七覺分！」
- (4a) 時尊者阿難即白佛言：「世尊！所謂念覺分，世尊自覺成等正
覺說，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。」
- (4b) 擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分，世尊自覺成等正覺說，依
遠離、依無欲、依滅、向於捨。」
- (05) 佛告阿難：「汝說精進耶？」
- (06) 阿難白佛：「我說精進，世尊！說精進，善逝！」
- (07) 佛告阿難：「唯精進修、習、多修習，得阿耨多羅三藐三菩提。」
說是語已，正坐端身繫念。
- (08) 時有異比丘即說偈言：

樂聞美妙法，忍疾告人說。比丘即說法，轉於七覺分。
善哉尊阿難，明解巧便說，有勝白淨法，離垢微妙說：
念擇法精進，喜猗定捨覺，此則七覺分，微妙之善說。
聞說七覺分，深達正覺味，身嬰大苦患，忍疾端坐聽。
觀為正法王，常為人演說，猶樂聞所說，況餘未聞者！
第一大智慧，十力所禮者，彼亦應疾疾，來聽說正法。
諸多聞通達，契經阿毘曇，善通法律者，應聽況餘者！
聞說如實法，專心黠慧聽，於佛所說法，得離欲歡喜，
歡喜身猗息，心自樂亦然。心樂得正受，正觀有事行，
厭惡三趣者，離欲心解脫。厭惡諸有趣，不集於人天，
無餘猶燈滅，究竟般涅槃。聞法多福利，最勝之所說，
是故當專思，聽大師所說。

(09) 異比丘說此偈已，從座起而去。

【要義】

◎問：如何與諸想俱行修習七覺支？

【經文】

《雜阿含經》大 741；光 753；內 548；印 938；S67（不淨觀經）

(01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

(02) 爾時，世尊告諸比丘：「當修不淨觀，多修習已，當得大果、大福利。

(03) 云何修不淨觀，多修習已，得大果、大福利？

(4a) 是比丘不淨觀俱，〔修〕念覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。

(4b) 修擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。」

(05) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 742；光 754；內 549；印 939；S68（死念經）

(01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

(02) 爾時，世尊告諸比丘：「若比丘修習隨死念，多修習已，得大果、大福利。

(03) 云何比丘修習隨死念，多修習已，得大果、大福利？

(4a) 是比丘〔隨死念俱，修念覺分〕，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。

(4b) 乃至捨覺分，亦如是說。」

(05) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【要義】

《攝事分》說：

復次，二十一種想俱行修諸覺支者，當知略由二因緣故。

一、據相應俱行義，二、據無間俱行義。

(1) 1 無常等想俱行修，乃至 10 死想俱行修者，據相應義。

(2) 11 不淨等想俱行修，乃至 21 觀空想俱行修者，據無間義。

(3)〔慈等〕俱行修，應知亦爾（據無間義）。

說明：

修諸覺支與想俱行，或俱時有，是名相應；或次第起，是名無間。

〔慈等〕，指慈、悲、喜、捨、空入處、識入處、無所有入處、非想非非想入處。

【經文】

《雜阿含經》大 743；光 755；內 550；印 940；S54（慈經）

(01) 如是我聞：一時，佛住釋氏黃枕邑。

(02) 時眾多比丘，晨朝著衣持鉢，入黃枕邑乞食。時眾多比丘作是念：今日太早，乞食時未至，我等可過外道精舍。

(03) 爾時，眾多比丘即入外道精舍，與諸外道出家共相問訊慰勞已，於一面坐。

(4a) 諸外道出家言：「沙門瞿曇為諸弟子說如是法：〔斷五蓋：煩惱覆心、令慧力羸、為障礙分、不趣涅槃〕；〔善〕攝其心，住四念處，心與慈俱，無怨、無嫉、亦無瞋恚，廣大無量，善修充滿；四方、四維、上下，一切世間，心與慈俱，無怨、無嫉、亦無瞋恚，廣大無量善修習充滿。

(4b) 如是修習悲、喜、捨心俱，亦如是說。

(4c) 我等亦復為諸弟子作如是說，我等與彼沙門瞿曇，有何等異？所謂俱能說法。」

(05) 時眾多比丘聞諸外道出家所說，心不喜悅，默然不呵，從座起

去，入黃枕邑乞食已，還精舍，舉衣鉢，洗足已，詣佛所，稽首禮足，退坐一面。以彼外道出家所說，廣白世尊。

(06) 爾時，世尊告諸比丘：「如彼外道出家所說，汝等應問：修習慈心，為何所勝？修習悲、喜、捨心，為何所勝？」

(07) 如是問時，彼諸外道出家，心則駭散，或說外異事，或瞋慢、毀訾，違背不忍，或默然萎熟低頭，失辯思惟而住。所以者何？

(08) 我不見諸天魔、梵，沙門、婆羅門，天、人眾中，聞我所說，隨順樂者，唯除如來及聲聞眾者。

(9a) 比丘！心與慈俱，多修習，於淨最勝；

(9b) 悲心修、習、多修習，空入處最勝；

(9c) 喜心修、習、多修習，識入處最勝；

(9d) 捨心修、習、多修習，無所有入處最勝。」

(10) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【要義】

◎問：修習慈心，最勝為何？

《攝事分》說：

又於此中，修慈最極至遍淨等，如《三摩呬多地》應知其相。

說明：

《三摩呬多地》說：第三靜慮，於諸樂中其樂最勝，憶念此樂修習慈心，慈最第一，故說修慈極於遍淨。乃至廣說。如彼應知。

【經文】

《雜阿含經》大 744；光 756；內 551；印 941；S62（慈經）

(01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

(02) 爾時，世尊告諸比丘：「若比丘修習慈心，多修習已，得大果、大福利。

(03) 云何比丘！修習慈心，得大果、大福利？

(4a) 是比丘心與慈俱，修念覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。

(4b) 乃至修習捨覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。」

(05) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 745；光 757；內 552；印 942-945（空經）

(01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

(02) 爾時，世尊告諸比丘：「若比丘修空入處，多修習已，得大果、大福利。

(03) 云何比丘修空入處，多修習已，得大果、大福利？

(4a) 是比丘心與空入處俱，修念覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。

(4b) 乃至修捨覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。」

(05) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

(06) 如修空入處，如是識入處、無所有入處、非想非非想入處——三經，亦如上說。

【經文】

《雜阿含經》大 746；光 758；內 553；印 946；S66（安那般那念經）

(01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

(02) 爾時，世尊告諸比丘：「若比丘修習安那般那念，多修習已，得大果、大福利。

(03) 云何修習安那般那念，多修習已，得大果、大福利？

(4a) 是比丘心與安那般那念俱，修念覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。

(4b) 乃至修捨覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。」

(05) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

【經文】

《雜阿含經》大 747；光 759；內 554；印 947-967；S57-76（無常經）

(01) 如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

(02) 爾時，世尊告諸比丘：「若比丘修無常想，多修習已，得大果、大福利。

(03) 云何比丘修無常想，多修習已，得大果、大福利？

(4a) 是比丘〔心〕與無常想俱，修念覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。

(4b) 乃至得捨覺分，依遠離、依無欲、依滅、向於捨。」

(05) 佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

(06) 如 1 無常想，如是 2 無常苦想、3 苦無我想、4 觀食想、5 一切世間不可樂想、6 盡想、7 斷想、8 無欲想、9 滅想、10〔死想〕、

11 不淨想、12 青瘀想、13 膿潰想、15 膨脹想、14 壞想、16 食〔不淨〕想、17 血想、18 分離想、19 骨想、21 空想，一一經如上說。

說明：二十一種想歸類：

A 無願行想：1 無常想、2 無常苦想、4 厭逆食想、5 一切世間不可樂想。

B 空行想：3 苦無我想。

C 無相行想：7 斷想、8 離想、9 滅想。

D 不淨想：11 不淨想、12 青瘀想、13 膿爛想、14 破壞想、15 膨脹想、16 噉食想、17 血塗想、18 離散想、19〔骸骨想〕、20 骨鎖想、21 觀察空想〔觀無心識空有尸想〕。

E 過患想：6 有過患想。

F 死想：10 死想。

【要義】

◎問：如何對治四種貪愛？

《攝事分》說：

謂為對治四種障故，修無願行想，從無常想乃至一切世間不可樂想。

修 1 無常想，對治諸行愛染。

修 2 無常苦想，對治懶惰懈怠。

修 4 厭逆食想，對治貪味愛。

修 5 一切世間不可樂想，對治世間種種妙事欲樂貪愛。

如是一切，皆修無願行想所攝。

◎問：如何對治薩迦耶見？

為欲對治一種障故，修空行想：3 苦無我想。

◎問：如何對治所餘煩惱隨眠？

為欲斷滅所餘煩惱隨眠障故，修於三界無相行想。

說明：

謂於斷界、離欲界、滅界觀見最勝寂靜功德，修習 7 斷想、8 離欲想、9 滅想故。

◎問：如何對治希求利養及欲愛？

為欲對治希求利養及欲愛故，於諸欲中修 6 過患想。

◎問：如何對治希求活命及有愛？

為欲對治希求活命及有愛故，修習 10 死想。

◎問：如何對治四種欲貪？

為欲對治隨逐虛妄分別所起四欲貪故，修 11 不淨想為初，乃至 21 觀空想為後。

又此一切從 12 青瘀想乃至 21 觀空想，當知皆是不淨想攝。

又於此中：

12 青瘀想為初，15 膨脹想為後，對治美色貪；

16 食噉想、17 分赤想、18 分散想，對治形貌貪；

19 骸骨想、20 骨鎖想，對治細觸貪；

21 觀無心識空有尸想，對治承事貪。
