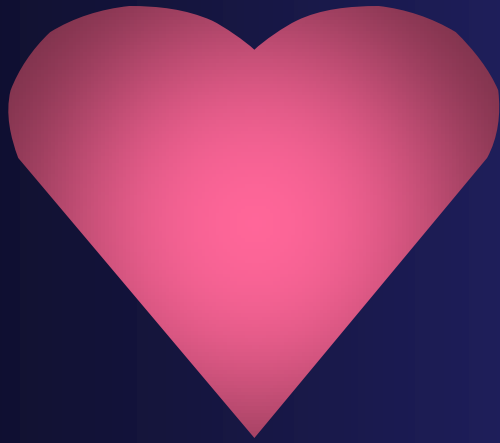


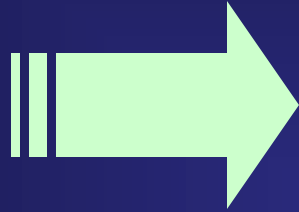
第二究竟諦

心所 (cetasika)

名法与所缘的关系



识知



名法 = 心 + 心所

所缘 = 心的对象

心所的四个特点:

- 与心同生
- 与心同灭
- 与心取同一所缘
- 与心拥有同一依处

五十二心所

- 七遍一切心心所
- 六杂心所
- 十四不善心所
- 二十五美心所

七遍一切心心所

- 触 (phassa)
- 受 (vedanā)
- 想 (saññā)
- 思 (cetanā)
- 一境性 (ekaggatā)
- 命根 (jīvitindriya)
- 作意 (manasikāra)

触 (phassa)

- 特相 = 接触。
- 作用 = 撞击，导致识与所缘撞击。
- 现起 = 识、依处与所缘集合生起。
- 近因 = 出现于诸门的境。

触 (phassa)

依处

所缘

触

心. 心所

受 (vedanā)

- 特相 = 感受。
- 作用 = 享受或体验所缘之“味”。
- 现起 = 苦或乐。
- 近因 = 触。

三种受

每一种心必定与某种受相应。

1. 乐受 (sukha-vedanā)
2. 苦受 (dukkha-vedanā)
3. 不苦不乐受 (adukkhamasukha-vedanā)

五种受

受又可依身、心之受分为五种

1. 乐受 (sukha-vedanā)
2. 苦受 (dukkha-vedanā)
3. 悦受 (somanassa-vedanā)
4. 忧受 (domanassa-vedanā)
5. 捨受 (upekkhā-vedanā)

六种受

1. 眼触生受 (cakkhusamphassajā vedanā)
2. 耳触生受 (sotasamphassajā vedanā)
3. 鼻触生受 (ghānasamphassajā vedanā)
4. 舌触生受 (jivhāsamphassajā vedanā)
5. 身触生受 (kāyasamphassajā vedanā)
6. 意触生受 (manosamphassajā vedanā)

想 (saññā)

- 特相 = 认知所缘的品质。
- 作用 = 对所缘作标记或印记，以便再次认知时知道“这是一样的”；或者认出以前已认知过的所缘。
- 现起 = 以已经领会过的特征方式来理解所缘。

思 (cetanā)

- 特相 = 意願。
- 作用 = 累积业。
- 现起 = 配合、组织或敦促俱生名法对所缘造业。

思 (cetanā)

- 思有两项工作：它完成自己造业的作用（只有与善或不善心俱生之时），也敦促相应名法完成他们的工作。就好像公司的经理，不仅自己要完成工作，而且也敦促其他职员做好工作。
- **佛陀说：**“诸比库，我说思是业。由于思而造作身、语、意之业。”（《增支部》）

一境性 (ekaggatā)

心的一境性，把心固定于所缘，
是心与所缘结合的状态。

- 特相 = 不散乱
- 作用 = 统一相应名法。
- 现起 = 平静。

定的种种异名

心一境性 $\text{cittakaggatā} = \text{citta}$ (心) + eka (专一)
+ agga (最高, 点) + tā (状态)

定, 三摩地 $\text{samādhi} = \text{sam}$ (完全地, 正确地) +
 ādhāna (保持, 持有)

定, 等持 $\text{samādhāna} = \text{sam}$ (完全地, 正确地) +
 ādhāna (保持, 持有)

定的种种异名

以何义为定？以等持之义为定
(*samādhānaṭṭhena samādhi*)。什么称为等
持呢？心与心所平等并完全地保持、安
置(*samaṃ sammā ca ādhāna, ṭhapananti*)
在一个所缘上。所以，以该法的威力使
心平等并完全地、不散乱、不杂乱地住
立在一个所缘上，当知这即是等持。

——清净道论1.38

定的种种异名

定, 等至, 三摩钵底 **samāpatti** = **sam** (完全地, 正确地)
+ **āpatti** (< **āpajjati** 已到达, 已进入)

定, 三摩呬多 **samāhita** = < **samādahati** (心已集中, 已安定)

止 **samatha** = **paccaṇīkadhamme sametī'ti samatho**
(令诸敌对法止息为止)

禅那 **jhāna** = **ārammaṇūpanijjhānato**
paccaṇīkajjhānanato vā jhānaṃ (专注所缘或烧毁敌对法为禅那)

定的种种异名

Samādhim, bhikkhave, bhāvetha. Samāhito,
bhikkhave, bhikkhu yathābhūtaṃ pajānāti.

诸比丘，应修习定！诸比丘，拥有定力的比丘能如实知见。

——相应部3.5.5

samāhito yathābhūtaṃ jānāti passatī'ti
vacanato pana samādhi tassā padaṭṭhānaṃ

以“拥有定力者能如实知、见”之语，
所以定是它（慧）的足处（直接因）。

——清净道论1.424

命根 (jīvitindriya)

- 维持心与心所的生命力，以使它们可以在其生命期间存在与持久；否则，它们将会在完成执取与认知所缘之前即灭去。
- 特相 = 维持相应名法。
- 作用 = 令它们发生。
- 现起 = 维持它们的存在。
- 所有的心与心所能够起作用是因为有命根的促成。

作意 (manasikāra)

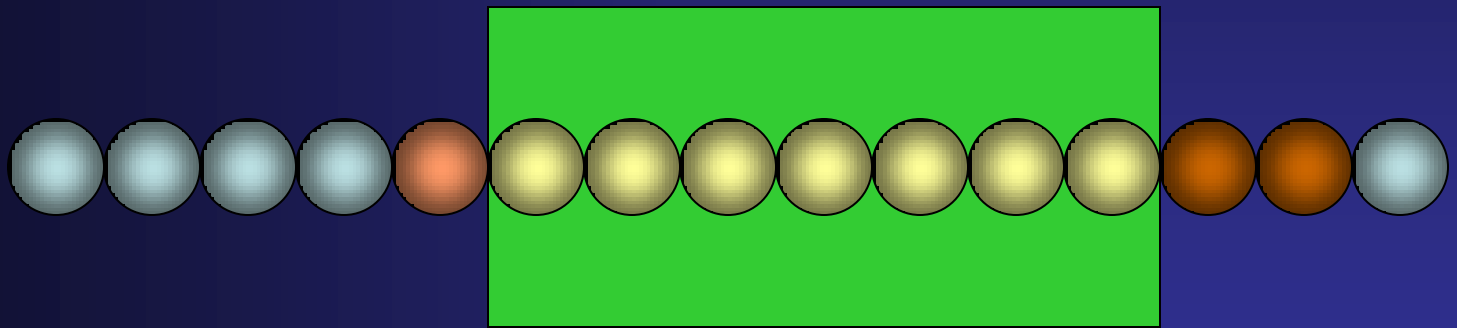
- 特相 = 指引相应名法朝向所缘。
- 作用 = 把相应名法与所缘连接起来。
- 现起 = 面对所缘。

作意 (manasikāra)

1. **Manasikāra** 由 **manas** (意) + **kāra** (作) 组成，直译为作意，又作思惟、注意。
2. **Yoniso**，是巴利语 **yoni** (起源, 原因, 生, 胎) 的从格，意为从根源上，从根本上，古译为如理。
3. 若在 **yoniso** 前再加否定前缀 **a** (无, 非, 不)，则成不如理，非理。

作意与速行的关系

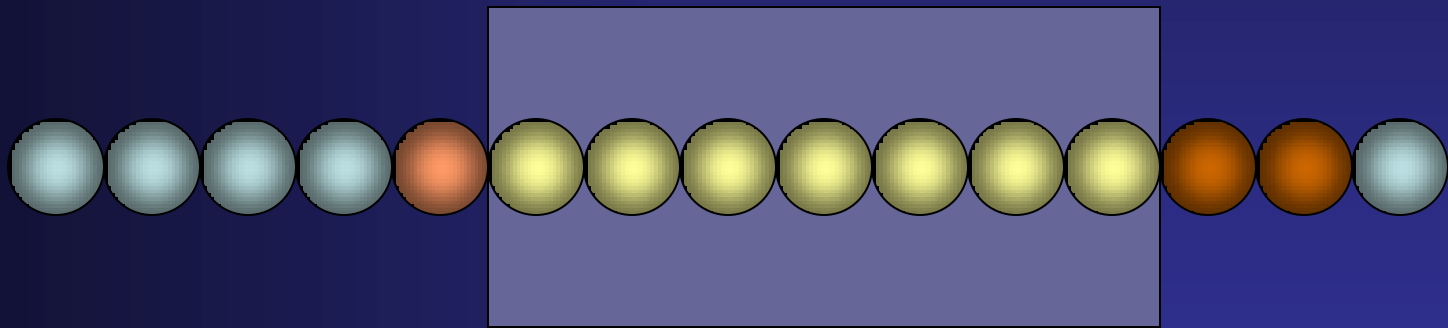
如理作意 善心



若意门转向心的作意心所是如理作意，
紧接着的速行必定是善心。

作意与速行的关系

不如理作意 不善心



若意门转向心的作意心所是不如理作意，
紧接着的速行必定是不善心。



如是语2.6. 第一有学经

“诸比库，对于尚未到达而希望住于无上解缚安稳处的有学比库，我不见有其他一种内在因素能如一种因素如此多的帮助，诸比库，此即是如理作意。

诸比库，如理作意的比库能舍断不善，培育善。”

七遍一切心心所

- 触 (phassa)
- 受 (vedanā)
- 想 (saññā)
- 思 (cetanā)
- 一境性 (ekaggatā)
- 命根 (jīvitindriya)
- 作意 (manasikāra)

六杂心所

- 寻 (vitakka)
- 伺 (vicāra)
- 胜解 (adhimokkha)
- 精进 (vīriya)
- 喜 (pīti)
- 欲 (chanda)

寻 (vitakka)

- 特相 = 把心投入所缘。
- 作用 = 撞击所缘。
- 现起 = 把心导向所缘。
- 它使心开始投入於所缘，
或者把心安放於所缘。

《中部·两种寻经》

- 邪思惟：欲寻、瞋寻、害寻。
- 正思惟：出离寻、无瞋寻、无害寻。

八支圣道中的“正思惟”即是寻心所。

伺 (vicāra)

- 特相 = 继续省察所缘。
- 作用 = 维持相应名法投入所缘。
- 现起 = 把相应名法钩住所缘。
- 当寻把心安放于所缘之后，伺则继续维持以使其能停留於该处一段时间。

胜解 (adhimokkha)

- 特相 = 确定。使心脱离摇摆的状态，作出“就是这个”的结论。
- 作用 = 不犹豫。
- 现起 = 决定。
- 它好比石柱般不动摇地决定所缘。

精进 (vīriya)

- 特相 = 支持、努力与奋斗。
- 作用 = 支持相应名法，犹如一间老房子受到新柱子的支持而住立。
- 现起 = 不放弃。
- 近因 = 悚惧感或诸如生、老、死等能激起精进之事。

- 只要有正确的方法，精进被视为是获得一切成就的根本。

佛陀在《大念处经》中说：

诸比库，什么是正精进呢？

1. 诸比库，于此，比库为了未生之恶、不善法的不生起，生起意欲、努力、激发精进、策励心、精勤；
2. 为了已生之恶、不善法的断除，生起意欲、努力、激发精进、策励心、精勤；
3. 为了未生之善法的生起，生起意欲、努力、激发精进、策励心、精勤；
4. 为了已生之善法的住立、不忘、增长、广大、修习、圆满，生起意欲、努力、激发精进、策励心、精勤。诸比库，这称为正精进。

如何培育正精进

1. 去除已生之恶；
2. 提防未生之恶。
3. 使未生之善生起；
4. 培育已生之善乃至圆满。

中道的精进

- 五根的平衡——精进根与定根
信根与慧根

中道的精进

- 信强而慧弱则成迷信，信于不当之事。慧强而信弱则偏于虚伪一边，犹如由药引起的病般不可救药。唯有两者平等，才能信于正当之事。

——清净道论1.62

中道的精进

- 但对于修定者来说，即使信强也是适当的，如此依相信、信心将证得安止。于定慧中，对于修定者来说，一境性强是适当的，如此他可证得安止。对于修观者来说，慧强是适当的，如此他获得通达（无常、苦、无我）相。但两者平衡才可得安止。然而念在一切处强都是适当的。念可以保护心[避免]因为倾向于掉举的信、精进、慧而陷于掉举，及因为倾向于懈怠的定而陷于懈怠。

——清净道论1.62

中道的精进

- 五根的平衡——精进根与定根
信根与慧根
- 七觉支的平衡——择法、精进、
喜与轻安、定、舍觉支
- 一切时皆需要念根（念觉支）

八种激起悚惧感之事

1. 生之苦；
2. 老之苦；
3. 病之苦；
4. 死之苦；
5. 堕落恶趣之苦；
6. 以过去的轮回为根基之苦；
7. 以未来的轮回为根基之苦；
8. 以现在为觅食为根基之苦。

十一种培育精进的方法

有十一种方法可导致生起精进觉支：(1)省思恶趣等怖畏，(2)见到精进能证得世间、出世间等功德，(3)“我应行于佛陀、独觉佛、大弟子们所行之道，它不可能以懈怠而行。”如此省思所行之道，(4)为施主们能得大果报而恭敬钵食，(5)“导师是赞叹精进勤奋者，他是不会违越[精进]的教导者，对我们有许多助益，须以恭敬行道为恭敬，除此无他。”如此省思导师的伟大，(6)“我应继承称为正法的伟大遗产，它不可能以懈怠而行。”如此省思遗产的伟大，(7)通过作意光明想、变换威仪路、实行露地[住]等去除昏沉睡眠，(8)避开懈怠之人，(9)亲近勤勉精进之人，(10)省思正勤，(11)对彼胜解。

喜 (pīti)

- 特相 = 心对所缘的喜欢、兴趣或满意。
- 作用 = 令身与心清新，充满喜悦。
- 现起 = 身心喜悦。

培育喜的方法

有十一种方法可导致生起喜觉支：
佛随念、法、僧、戒、舍、天随
念、寂止随念，避开粗俗之人，
亲近柔和之人，省思信乐的经文，
对彼胜解。

——清净道论1.64

欲 (chanda)

- 特相 = 想要行动（好或坏、善或不善的行为）。
- 作用 = 寻找所缘。
- 现起 = 需要所缘。

六杂心所

1. 寻 (vitakka)
2. 伺 (vicāra)
3. 胜解 (adhimokkha)
4. 精进 (vīriya)
5. 喜 (pīti)
6. 欲 (chanda)

十四不善心所

四通一切不善心心所

1. 痴 (moha)
2. 无惭 (ahirika)
3. 无愧 (anottappa)
4. 掉举 (uddhacca)

十杂不善心所

1. 贪 (lobha)
2. 邪见 (ditṭhi)
3. 慢 (māna)
4. 瞋 (dosa)
5. 嫉 (issā)
6. 悭 (macchariya)
7. 恶作 (kukkucca)
8. 昏沉 (thīna)
9. 睡眠 (middha)
10. 疑 (vicikicchā)

痴 (moha)

- 特相 = 心的盲目或愚昧。
- 作用 = 遮蔽所缘的真实性。
- 现起 = 缺乏正见。
- 近因 = 不如理作意。
- 它是一切不善的根本。

无惭 (ahirika)

- 特相 = 不厌恶身、语的恶行。
- 作用 = 无耻地作恶。
- 现起 = 不避退恶行。
- 近因 = 不尊重自己。

无愧 (anottappa)

- 特相 = 不害怕身、语的恶行。
- 作用 = 不害怕作恶。
- 现起 = 不避退恶行。
- 近因 = 不尊重他人。

佛陀在《增支部·行为经》中说：

“诸比库，有两种法保护世间。哪两种呢？
惭与愧。

诸比库，若此两种白法不保护世间，则不知这是母亲、母亲的姊妹、叔伯的妻子、师母及师长之妻，世间将走向混乱，犹如羊、鸡、猪、狗、豺狼。

诸比库，正因为有此两种法保护世间，所以知道这是母亲、母亲的姊妹、叔伯的妻子、师母及师长之妻。” (A.2.1.9)

掉举 (uddhacca)

- 特相 = 心的不平静或不安，犹如风吹而起水波。
- 作用 = 不稳定，犹如风吹旗幡般飘扬。
- 现起 = 散动，如尘堆被投进石块般飞扬。
- 近因 = 对散乱心起不如理作意。

如何去除妄想

致力于增上心的比库应时时作意五种相：

1. 当作意某相时，生起伴随着欲、嗔、痴的恶、不善寻(妄想)，应作意伴随着善的其他相；
2. 应观察这些寻的过患：“此寻不善，此寻可呵，此寻有苦报。”
3. 不忆念、不作意这些寻；
4. 应作意这些寻的寻行相(妄想的原因、来源)；
5. 应咬紧牙关、舌抵上颚，以心抑止、制止、摧毁该妄想，舍断、除灭这些伴随着欲、嗔、痴的恶、不善寻。

贪 (lobha)

- 特相 = 执着所缘。
- 作用 = 粘住，如肉粘住热锅。
- 现起 = 不想放弃。
- 近因 = 见到导致结缚之法的乐味。
- 随着对欲乐与存在之渴爱的膨胀，贪欲或渴爱被视为是导致有情生死轮回之因。

贪欲的过患

- 靠技术谋生，寒热不避、风雨无阻、忍饥挨饿。
- 辛苦劳作，不得钱财，生愁悲恼。
- 虽得钱财，尽心守护，却为王贼水火、不肖子孙所耗损。
- 欲因、欲缘、欲由，乃诸欲因，王与王争、刹帝利与刹帝利争、婆罗门与婆罗门争、居士与居士争、母与子争、子与母争、父与子争、子与父争、兄弟与兄弟争、兄弟与姊妹争、姊妹与姊妹争、朋友与朋友争。他们在那因不和、争执、争斗而互相以手攻击，以土块攻击，以棍棒攻击，以刀枪攻击。他们在那经受死或相当于死之苦。

贪欲的过患

- 因为贪欲引发战争，兵戎相见，遭受箭射、枪刺、刀砍等各种痛苦。
- 因为贪欲而偷窃、抢劫、通奸，被抓获后遭受鞭打、砍手砍足等各种刑罚。以上都是以贪欲为因导致的现世可见的痛苦。
- 欲因、欲缘、欲由，乃诸欲因，以身行恶行、以语行恶行、以意行恶行，身坏死后，生于苦界、恶趣、堕处、地狱。这是以贪欲为因导致的后世的痛苦。

——中部·大苦蕴经/小苦蕴经

邪见 (ditṭhi)

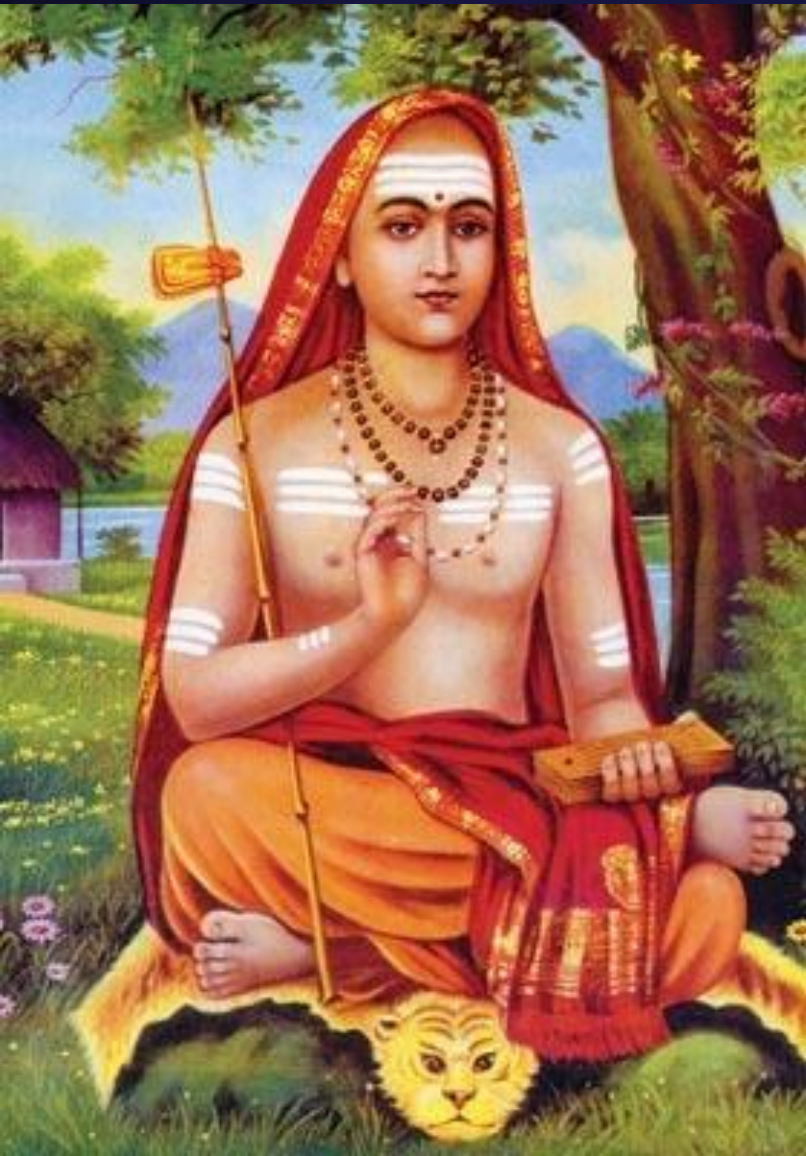
- 特相 = 错误地分析事物。
- 作用 = 错误地推论或执着“常乐我净”。
- 现起 = 错误的见解或信仰。
- 近因 = 不愿见圣者等。

种种邪见

一、执着有“我”的邪见—— 有身见 (sakkāyaditṭhi)

1. 五蕴（身心）为我；
2. 心识（灵魂）为我；
3. 离蕴（本体）为我。

商羯罗 (Śaṅkara, 约700-750)



印度吠檀多(Vedānta)哲学家，生于南印度Kerala的Kaladi村，年轻时师事Kovinda学习婆罗门教义，后在Benaras从事著述和讲学，致力于将佛教赶出印度，重建吠陀经的权威，重树人们对梵的信心。

商羯罗 (Śaṅkara, 约700-750)

商羯罗模仿佛教建立僧院(maṭha), 其后印度各地出现许多商羯罗派僧院。现今自命为正统婆罗门的印度学者中, 80%皆属商羯罗系。

商羯罗32岁死于喜马拉雅山的Kedārnātha, 但置其名下的作品竟有三百多部。



吠檀多派的“不二”学说

- 吠檀多派认为：现实世界皆是幻化(māyā)，唯有命我(jīvātman, 个我, 灵魂)和究竟我(Paramātman, 至上我, 梵我)才是真实的存在。
- 梵是世界的本源，但由于各人的智慧不同，所体现的梵有上下之别。“上梵”(Parabrahman)乃表现于“上智”之梵，即最高我，其性为无德、无形、无属性。“下梵”(Aparabrahman)乃表现于无明“下智”之梵，其性为有德、有意志、人格性，此时有无数的有情存在。
- 依真谛门，大我与小我、上梵与下梵为“不二”(advaita)

种种邪见

二、常见 (sassataditṭhi)

1. 宿命论——命运由上天主宰；
2. 神创说——神、上帝创造了世界；
3. 灵魂说——灵魂是生死的主体。

种种邪见

三、断灭见 (ucchedaditṭhi)

1. 无因论——苦乐无因；偶然论。
2. 无作用论——作善恶没有果报。
3. 虚无论——人死归灭；无因果业报；无三世轮回。

种种邪见

四、对因果的邪见

1. 无因无果——虚无见；
2. 有因无果——无作用见；
3. 无因有果——无因见；
4. 邪因邪果——风水、命数等。

种种邪见

五、有关修行的邪见——

戒禁取 (sīlabbattaparāmāsa)

1. 苦行——折磨自己；
2. 仪式——祭祀、祈祷、经咒等；
3. 修定解脱论——禅定即涅槃。

慢 (māna)

- 特相 = 骄傲。
- 作用 = 高举自己。
- 现起 = 自负，自以为是。
- 慢就好比是发了疯。它属于贪根心。

种种慢

对出身感到骄傲；
对财富感到骄傲；
对容貌感到骄傲；
对学识感到骄傲。

傲慢带来下贱的果报

瞋 (dosa)

- 特相 = 厌恶、憎恨、愤怒、烦躁与生气。
- 作用 = 烧毁依处，或如毒药般扩散。
- 现起 = 毁坏身心或自他的利益。
- 它是心对所缘的粗暴反应，是伤害自己与他人的破坏性因素。

Na hi verena verāni, sammantīdha kudācanam;
averena ca sammanti, esa dhammo sananano.

在此，怨恨确实不能平息怨恨；
用无怨恨来平息，
这才是亘古的法则。

嫉 (issā)

- 特相 = 嫉妒他人的成就或所得。
- 作用 = 不喜欢他人的成就。
- 现起 = 厌恶他人的成就。
- 近因 = 他人的成就。

嫉 (issā)

Losaka tissa thera vatthu

罗萨咖·帝思长老的故事

Jambuka thera vatthu

瞻部咖长老的故事

慳 (macchariya)

- 特相 = 隐藏自己的成就或所得。
- 作用 = 不能容忍与他人分享。
- 现起 = 回避、吝嗇。
- 近因 = 自己的成就。

恶作 (kukkuca)

- 特相 = 后悔。
- 作用 = 追悔已做的或没有做的事。
- 现起 = 忆起时感到悔恨。
- 近因 = 已做的或没有做的事。

昏沉 (thīna)

心的软弱或沉重

- 特相 = 缺乏动力。
- 作用 = 去除精进。
- 现起 = 心的消沉。
- 近因 = 对疲倦、懒惰等的不如理作意。

睡眠 (middha)

心所沉滯的狀態

- 特相 = 不适合工作。
- 作用 = 闭塞。
- 现起 = 昏昏欲睡。
- 近因 = 对疲倦、懒惰等的不如理作意。

去除昏沉、睡眠的方法

1. 当住于某想时陷入昏睡，则不作意该想，不多作该想；
2. 应用心思惟、思考，用意审虑所听闻、所学过之法；
3. 应详细地背诵所听闻、所学过之法；
4. 应拉扯双耳，按摩手足、肢体；
5. 从座起来，用水擦眼；眺望远方，仰望星空；
6. 作意光明想，决意白昼想，白天如黑夜，黑夜如白天；
7. 应决意来回想而经行，诸根向内，意不向外；
8. 以右肋作狮子卧，足足相叠，具念、正知，作起来想。
醒后迅速起来，不住于躺卧、横卧、睡眠之乐。

去除昏沉,睡眠的方法

1. 于食知量;
2. 来回经行;
3. 作光明想;
4. 住于露地;
5. 亲近善友;
6. 适当言谈。

疑 (vicikicchā)

- 特相 = 怀疑。
- 作用 = 摇摆不定。
- 现起 = 犹豫不决。
- 近因 = 不如理作意。

八、种疑事

1. satthari kaṅkhati vicikicchati 疑惑、怀疑导师(佛陀)
2. dhamme kaṅkhati vicikicchati 疑惑、怀疑法
3. saṅghe kaṅkhati vicikicchati 疑惑、怀疑僧
4. sikkhāya kaṅkhati vicikicchati 疑惑、怀疑学(戒定慧)
5. pubbante kaṅkhati vicikicchati 疑惑、怀疑前际(过去世)
6. aparante kaṅkhati vicikicchati 疑惑、怀疑后际(未来世)
7. pubbantāparante kaṅkhati vicikicchati 疑惑、怀疑前际后际
8. idappaccayatā paṭiccasamuppannesu dhammesu kaṅkhati vicikicchati 疑惑、怀疑此缘性、缘生法(因果法则)

十四不善心所

四通一切不善心心所

1. 痴 (moha)
2. 无惭 (ahirika)
3. 无愧 (anottappa)
4. 掉举 (uddhacca)

十杂不善心所

1. 贪 (lobha)
2. 邪见 (ditṭhi)
3. 慢 (māna)
4. 瞋 (dosa)
5. 嫉 (issā)
6. 悭 (macchariya)
7. 恶作 (kukkucca)
8. 昏沉 (thīna)
9. 睡眠 (middha)
10. 疑 (vicikicchā)

二十五美心所 (之一)

十九通一切美心心所

1. 信
2. 念
3. 惭
4. 愧
5. 无贪
6. 无瞋
7. 中捨性
- 8,9 身轻安、心轻安
- 10,11 身轻快性、心轻快性
- 12,13 身柔软性、心柔软性
- 14,15 身适业性、心适业性
- 16,17 身练达性、心练达性
- 18,19 身正直性、心正直性

二十五美心所 (之二)

三离

1. 正语 (sammāvācā)
2. 正业 (sammākammanta)
3. 正命 (sammā-ājīva)

二无量

- 1 悲悯 (karuṇā)
- 2 随喜 (muditā)

一无痴

- 1 慧根 (amoha = paññā)

信 (saddhā)

- 特相 = 信心。
- 作用 = 净化，如净水珠能让浊水变清。
- 现起 = 不迷濛，即去除疑等心的不净。
- 近因 = 八种当信之事，或听闻正法。

八种当信之事

1. 导师（佛陀）
2. 法
3. 僧
4. 三学（戒定慧）
5. 前际（过去世）
6. 后际（未来世）
7. 前际后际（过去未来世）
8. 此缘性、缘生法（因果法则）

信 (saddhā)

具见者不可能造作的六逆罪：

1. 弑母
2. 弑父
3. 弑阿拉汉
4. 恶心出佛身血
5. 分裂僧团
6. 于三宝之外另求皈依

——中部115 · 多界经

信 (saddhā)

Suppabuddhakutṭhi vatthu

麻风病人苏拔布特的故事

七圣财：信、戒、惭、愧、
闻、舍、慧

念 (sati)

- 特相 = 对所缘不流失。
- 作用 = 不迷惑，不忘失。
- 现起 = 面对所缘，或守护心与所缘。
- 近因 = 强有力的想，四念处。

四念处

- 念住——念的住立 (sati patitṭhāti);
- 念处——念的现起处 (sati upatṭhānatṭha)。
- 念处有四种所缘——身、受、心、法。
- 为正念与观智的完整修法。
- 四念处的唯一要义，即正念地观照诸法，其差别只在于正念所观照的四种所缘。

四念处

- 佛陀在《大念处经》中教导了21种业处：
- 身念处：入出息念，威仪路，四正知，厌恶作意，界作意，九墓地——14
- 受念处——1
- 心念处——1
- 法念处：五盖、五蕴、十二处、七觉支、四圣谛——5

惭 (hiri)

- 特相 = 厌恶作恶。
- 作用 = 不作恶行。
- 现起 = 避退恶行。
- 近因 = 尊重自己。

愧 (ottappa)

- 特相 = 害怕作恶。
- 作用 = 不作恶行。
- 现起 = 避退恶行。
- 近因 = 尊重他人。

无贪 (alobha)

- 特相 = 心不贪求所缘，或不执着所缘，犹如水珠不黏住荷叶。
- 作用 = 不执取，如解脱的比库。
- 现起 = 不滞着，如人堕不净而不再贪求。
- 近因 = 如理作意。

无瞋 (adosa)

- 特相 = 不粗暴，或不对抗，犹如温和的好朋友。
- 作用 = 去除烦躁，或去除心的热恼，犹如檀香木。
- 现起 = 祥和的状态，犹如满月。

慈爱 (mettā)

- 特相 = 促进有情的福乐。
- 作用 = 愿有情快乐。
- 现起 = 去除瞋恚。
- 近因 = 视有情为可喜。

中捨性 (tatramajjhataṭā)

- 特相 = 使心与相应心所保持平衡。
- 作用 = 避免过度与不足。
- 现起 = 中捨地旁观心与心所。
- 足处 = 离喜

种种舍

- 舍受——受
- 精进舍——精进
- 行舍、观舍——慧根
- 梵住舍、觉支舍、禅那舍、中舍、遍净舍——中舍性

培育中舍的方法

有五法可导致生起舍觉支：对有情中舍，对诸行中舍，避开对有情和诸行执着之人，亲近对有情和诸行中舍之人，对彼胜解。

——清净道论1.65

六对

身轻安 (kāyapassaddhi)

心轻安 (cittapassaddhi)

身轻快性 (kāyalahutā)

心轻快性 (cittalahutā)

身柔软性 (kāyamudutā)

心柔软性 (cittamudutā)

身适业性 (kāyakammaññatā)

心适业性 (cittakammaññatā)

身练达性 (kāyapāguññatā)

心练达性 (cittapāguññatā)

身正直性 (kāyujukatā)

心正直性 (cittujukatā)

身轻安 (kāya-passaddhi)

心轻安 (citta-passaddhi)

- 特相 = 平静心所与心的不安。
- 作用 = 破除心所与心的不安。
- 现起 = 心所与心的安宁与平静。

身轻快性 (kāya-lahutā)

心轻快性 (citta-lahutā)

- 特相 = 去除心所与心的沉重。
- 作用 = 破除心所与心的沉重。
- 现起 = 心所与心的不沉重。

身柔软性 (kāya-mututā)

心柔软性 (citta-mututā)

- 特相 = 去除心所与心的僵硬。
- 作用 = 破除心所与心的僵硬。
- 现起 = 心所与心对所缘不对抗。

身适业性 (kāya-kammaññatā)

心适业性 (citta-kammaññatā)

- 特相 = 去除心所与心的不适业性。
- 作用 = 破除心所与心的不适业性。
- 现起 = 心所与心成功地取得所缘。

身练达性 (kāya-paguññatā)

心练达性 (citta-paguññatā)

- 特相 = 心所与心的健全。
- 作用 = 破除心所与心的疾病。
- 现起 = 心所与心无残缺。

身正直性 (kāyujjukatā)

心正直性 (cittujjukatā)

- 特相 = 心所与心的正直性。
- 作用 = 破除心所与心的欺骗性。
- 现起 = 心所与心不狡诈。

三种离心所

1. 正语 = 远离恶语
(虚妄语、离间语、粗恶语、杂秽语)
2. 正业 = 远离身恶行
(杀生、不与取、欲邪行)
3. 正命 = 远离邪命
(贩卖武器、奴隶、供屠宰的动物、毒药、麻醉品等)

离心所 (virati)

- 特相 = 不违犯。
- 作用 = 远离。
- 现起 = 不做那些事情。
- 近因 = 信、惭、愧、知足等。

三种离

1. 自然离 = 省思自己的身份、地位等而不造恶。
2. 受戒离 = 受戒之后远离恶行。
3. 正断离 = 与圣道相应之离。

Evameva kho, bhikkhave, yaṃ mayā sāvakaṇaṃ
sikkhāpadaṃ paññattaṃ, taṃ mama sāvaka
jīvitahetupi nātikkamanti.

如此，诸比丘，凡由我为诸弟子所制定的学
处，我的弟子们即使有生命之因也不违越。

二无量

悲悯 (karuṇā)

- 特相 = 希望拔除他人的痛苦。
- 作用 = 不忍见到他人之苦。
- 现起 = 不残忍。
- 近因 = 见到为苦所逼迫者无所依怙的状态。

随喜 (muditā)

- 特相 = 随喜或喜欢他人的成就。
- 作用 = 不妒嫉他人的成就。
- 现起 = 去除厌恶。
- 近因 = 见到他人的成就。

无痴 (amoha)

与善心相应的观智为慧。

- 特相 = 通达诸法自性。

什么是“诸法自性”(dhammasabhāvo)?

Dhammānaṃ sako bhāvo, samāno ca bhāvo
dhammasabhāvo.

诸法自己的本质以及共同的本质，为诸法自性。

- 自相(salakkhaṇa)
- 共相(sāmaññalakkhaṇa)

无痴 (amoha)

与善心相应的观智为慧。

- 特相 = 通达诸法自性。
- 作用 = 破除遮蔽诸法自性的痴暗。
- 现起 = 不迷惑。
- 近因 = 以“拥有定者能如实知见”之语故说定是它的近因。

慧的分类

- 诸比库，什么是正见？诸比库，我说正见有两种：诸比库，有正见是有漏、福德分、所依之果报；诸比库，有正见是圣、无漏、出世间、道支。
- 诸比库，哪种正见是有漏、福德分、所依之果报呢？“有施、有供养、有献供，有善行恶行诸业之果的异熟，有此世、有他世，有母、有父，有众生是化生者，世上有沙门、婆罗门之正行者、正行道者，以自智证知此世及他世而宣说。”诸比库，此正见是有漏、福德分、所依之果报。

慧的分类

- 诸比库，哪种正见是圣、无漏、出世间、道支呢？诸比库，那作为圣心的、无漏心的、道支具足的、修习圣道之慧、慧根、慧力、择法觉支、正见、道支。诸比库，此正见是圣、无漏、出世间、道支。

——中部117·大四十经

慧的分类

- 诸比库，什么是正见？苦之智、苦集之智，苦灭之智，导至苦灭之道之智。诸比库，这称为正见。

——长部22·大念处经

- 诸比库，什么是增上慧学？诸比库，于此，如实了知“此是苦”，如实了知“此是苦之集”，如实了知“此是苦之灭”，如实了知“此是导至苦灭之道”。诸比库，这称为增上慧学。

——增支部3.9.9·第一三学经

慧的分类

- 一种慧：通达诸法的自性。
- 两种慧：世间慧，出世间慧；
有漏慧，无漏慧；
名差别慧，色差别慧；
悦俱慧，舍俱慧；
见地慧，修地慧。

慧的分类

- **三种慧**：思所成慧，闻所成慧，修所成慧；
小所缘慧，广大所缘慧，无量所缘慧；
内住慧，外住慧，内外住慧。
- **四种慧**：苦智、苦集智，苦灭智，导至苦灭之道智。
义无碍解，法无碍解，辞无碍解，辩无碍解。

善心的34名法 (1心 + 33心所 = 34)

(布施、持戒、服务、闻法等)

1. 识 (viññāṇa)
2. 触 (phassa)
3. 受 (vedanā)
4. 想 (saññā)
5. 思 (cetanā)
6. 一境性 (ekaggatā)
7. 命根 (jīvitindriya)
8. 作意 (manasikāra)
9. 寻 (vitakka)
10. 伺 (vicāra)
11. 胜解 (adhimokkha)
12. 精进 (vīriya)
13. 喜 (pīti)
14. 欲 (chanda)
15. 信 (saddhā)
16. 念 (sati)
17. 惭 (hiri)
18. 愧 (ottappa)
19. 无贪 (alobha)
20. 无瞋 (adosa)
21. 中捨性 (tatramajjhataṭṭā)
22. 身轻安 (kāyapassaddhi)
23. 心轻安 (cittapassaddhi)
24. 身轻快性 (kāyalahutā)
25. 心轻快性 (cittalahutā)
26. 身柔软性 (kāyamudutā)
27. 心柔软性 (cittamudutā)
28. 身适业性 (kāyakammaññatā)
29. 心适业性 (cittakammaññatā)
30. 身练达性 (kāyapāguññatā)
31. 心练达性 (cittapāguññatā)
32. 身正直性 (kāyujukatā)
33. 心正直性 (cittujukatā)
34. 无痴 (amoha)

善心的34名法 (1心 + 33心所 = 34)

(初禪)

1. 识 (viññāṇa)
2. 触 (phassa)
3. 受 (vedanā)
4. 想 (saññā)
5. 思 (cetanā)
6. 一境性 (ekaggatā)
7. 命根 (jīvitindriya)
8. 作意 (manasikāra)
9. 寻 (vitakka)
10. 伺 (vicāra)
11. 胜解 (adhimokkha)
12. 精进 (vīriya)
13. 喜 (pīti)
14. 欲 (chanda)
15. 信 (saddhā)
16. 念 (sati)
17. 惭 (hiri)
18. 愧 (ottappa)
19. 无贪 (alobha)
20. 无瞋 (adosa)
21. 中捨性 (tatramajjhataṭṭā)
22. 身轻安 (kāyapassaddhi)
23. 心轻安 (cittapassaddhi)
24. 身轻快性 (kāyalahutā)
25. 心轻快性 (cittalahutā)
26. 身柔软性 (kāyamudutā)
27. 心柔软性 (cittamudutā)
28. 身适业性 (kāyakammaññatā)
29. 心适业性 (cittakammaññatā)
30. 身练达性 (kāyapāguññatā)
31. 心练达性 (cittapāguññatā)
32. 身正直性 (kāyujukatā)
33. 心正直性 (cittujukatā)
34. 无痴 (amoha)

Idaṃ me puññaṃ āsavakkhayāvahaṃ hotu.
Idaṃ me puññaṃ nibbānassa paccayo hotu.
Mama puññabhāgaṃ sabbasattānaṃ bhājemi,
te sabbe me samaṃ puññabhāgaṃ labhantu.

愿我此功德，导向诸漏尽！
愿我此功德，为证涅槃缘！
我此功德分，回向诸有情，
愿彼等一切，同得功德分！

Sādhu! Sādhu! Sādhu!
萨度！萨度！萨度！