

目錄：

(覺悟心要四念處)

一、一乘道…09

印順本梵天相應二經、大正本一一八九經、佛光版一一七三經

二、三世諸佛成佛之道…14

印順本舍利弗相應七九經、大正本四九八經、佛光版四九七經

三、四念處的集與滅…22

印順本念處相應五經、大正本六〇九經、佛光版六二三經

四、教授四念處…25

印順本念處相應二四經、大正本六二一經、佛光版六三五經

五、全面念住 活在當下…29

印順本入處相應二二〇經、大正本二七五經、佛光版二七四經

六、自洲自依，法洲法依 (一)…36

印順本念處相應五三經、大正本六三八經、佛光版六五二經

七、自洲自依，法洲法依 (二)…43

印順本念處相應五四經、大正本六三九經、佛光版六五三經

八、善法聚…47

雜阿含 611 經[正聞本 768 經/佛光本 625 經](念處相應/道品誦/修多羅)

九、一切法…49

雜阿含 633 經[正聞本 796 經/佛光本 647 經](念處相應/道品誦/修多羅)

十、賢聖出離…51

雜阿含 634 經[正聞本 797-804 經/佛光本 648 經](念處相應/道品誦/修多羅)

十一、自護護他…53

印順本念處相應二二經、大正本六一九經、佛光版六三三經

十二、病中修四念處 (一)…56

雜阿含 540 經[正聞本 1615 經/佛光本 539 經]

十三、病中修四念處 (二)…60

雜阿含 1038 經[正聞本 13377 經/佛光本 1026 經]

十四、建立正見，持守淨戒 (一)…68

印順本念處相應二七經、大正本六二四經、佛光版六三八經

十五、建立正見，持守淨戒 (二)…72

印順本念處相應五一經、大正本六三六經、佛光版六五〇經

十六、建立正見，持守淨戒 (三)…77

印順本念處相應三二經、大正本六二八經、佛光版六四二經

十七、建立正見，持守淨戒 (四)…80

印順本念處相應五二經、大正本六三七經、佛光版六五一經

十八、離欲解脫，是大丈夫 (一)…82

印順本念處相應一七經、大正本六一四經、佛光版六二八經

十九、離欲解脫，是大丈夫 (二)…85

雜阿含 1028 經[正聞本 13366 經/佛光本 1016 經]

二十、善取自心相(一)…92

印順本念處相應一八經、大正本六一五經、佛光版六二九經

二十一、善取自心相(二) …97

印順本念處相應一九經、大正本六一六經、佛光版六三〇經

二十二、住自境界(一)…102

印順本念處相應二〇經、大正本六一七經、佛光版六三一經

二十三、住自境界(二)…107

印順本念處相應二三經、大正本六二〇經、佛光版六三四經

二十四、住身念處，守諸根門(一)…111

印順本入處相應二一一經、大正本一一七一經、佛光版二六五經

二十五、住身念處，守諸根門(二)…116

印順本入處相應二〇七經、大正本一一六七經、佛光版二六一經

二十六、住身念處，守諸根門(三)…119

印順本譬喻相應一五經、大正本一二六〇經、佛光版一〇〇四經

二十七、專心正念，如護油鉢(一)…122

印順本念處相應二六經、大正本六二三經、佛光版六三七經

二十八、專心正念，如護油鉢(二)…128

印順本念處相應二五經、大正本六二二經、佛光版六三六經

二十九、專心正念，如護油鉢(三)…135

印順本修證相應一五經、大正本八七八經、佛光版五九二經

三十、專心正念，如護油鉢(四)…138

印順本修證相應一六經、大正本八七九經、佛光版五九三經

三十一、住不放逸(一)…142

印順本入處相應九六經、大正本二一二經、佛光版二一四經

三十二、住不放逸(二)…146

印順本譬喻相應七經、大正本一二五二經、佛光版九九六經

三十三、平等捨…149

印順本阿那律相應二經、大正本五三六經、佛光版五三五經

一、一乘道

印順本梵天相應二經

大正本一一八九經

佛光版一一七三經

如是我聞：

一時，佛住鬱毘羅聚落、尼連禪河側菩提樹下，成佛未久。

爾時，世尊獨靜思惟，作是念：「有一乘道，能淨眾生，度諸憂悲，滅除苦惱，得真如法，謂四念處。何等為四？身身觀念處，受、

心、法法觀念處。」

「若有人不樂四念處者，則不樂如聖法；不樂如聖法者，則不樂如聖道；不樂如聖道者，則不樂甘露法；不樂甘露法者，則不解脫生老病死、憂悲惱苦。」

「若樂修四念處者，則樂修如聖法；樂修如聖法者，則樂如聖道；樂如聖道者，則樂甘露法；樂甘露法者，得解脫生老病死、憂悲惱苦。」

爾時，娑婆世界主梵天王知佛心念已，譬如力士屈伸臂頃，於梵天沒，住於佛前，作是歎言：「如是，世尊！如是，善逝！有一乘道，能淨眾生，謂四念處，……乃至解脫生老病死、憂悲惱苦。」

時，梵天王復說偈言：「
謂有一乘道，見生諸有邊，
演說於正法，安慰苦眾生。
過去諸世尊，以乘斯道度；
當來諸世尊，亦度乘斯道；

現在尊正覺，乘此度海流。○
究竟生死際，調伏心清淨，
於生死輪轉，悉已永消盡；
知種種諸界，慧眼顯正道。○
譬若恒水流，悉歸趣大海，
激流浚漂遠，正道亦如是。○
廣智善顯示，逮得甘露法，
殊勝正法輪，本所未曾聞，
哀愍眾生故，而為眾生轉。○
覆護天人眾，令度有彼岸，
是故諸眾生，咸皆稽首禮
！」

爾時，梵天王聞佛所

說，歡喜隨喜，稽首佛足，
即沒不現。

二、三世諸佛成佛之道

印順本舍利弗相應七九經

大正本四九八經

佛光版四九七經

如是我聞：

一時，佛住那羅捷陀、
賣衣者菴羅園。

爾時，舍利弗詣世尊
所，稽首禮足，退坐一面，
白佛言：「世尊！我深信世
尊，過去、當來、今現在，
諸沙門、婆羅門所有智慧，
無有與世尊菩提等者，況復

過上！」

佛告舍利弗：「善哉！善哉！舍利弗！善哉所說，第一之說，能於眾中，作師子吼，自言深信世尊，言過去、當來、今現在，沙門、婆羅門所有智慧，無有與佛菩提等者，況復過上！」

佛問舍利弗：「汝能審知過去三藐三佛陀所有增上戒不？」

舍利弗白佛言：「不知。」

世尊復問：「舍利弗！知如是法、如是慧、如是明、如是解脫、如是住不？」

舍利弗白佛言：「不知，世尊！」

佛告舍利弗：「汝復知未來三藐三佛陀所有增上戒，如是法、如是慧、如是明、如是解脫、如是住不？」

舍利弗白佛言：「不知，世尊！」

佛告舍利弗：「汝復能知

今現在佛所有增上戒，如是法、如是慧、如是明、如是解脫、如是住不？」

舍利弗白佛言：「不知，世尊！」

佛告舍利弗：「汝若不知過去、未來、今現在諸佛世尊心中所有諸法，云何如是讚歎，於大眾中作師子吼，說言：『我深信世尊，過去、當來諸沙門、婆羅門所有智慧，無有與世尊菩提等者，況復過上。』？」

舍利弗白佛言：「世尊！我不能知過去、當來、今現在諸佛世尊心之分齊，然我能知諸佛世尊法之分齊。我聞世尊說法，轉轉深、轉轉勝、轉轉上、轉轉妙；我聞世尊說法，知一法即斷一法，知一法即證一法，知一法即修習一法，究竟於法，於大師所得淨信，心得淨。世尊是等正覺！」

「世尊！譬如國王有邊城，城周匝方直，牢固堅

密，唯一門，無第二門，立守門者，人民入出皆從此門，若入若出，其守門者，雖復不知人數多少，要知人民唯從此門，更無他處。」

「如是，我知過去諸佛、如來、應、等正覺，悉斷五蓋惱心，令慧力羸、墮障礙品、不向涅槃者，住四念處，修七覺分，得阿耨多羅三藐三菩提。」

「彼當來世諸佛、世尊，亦斷五蓋惱心，令慧力

羸、墮障礙品、不向涅槃者，住四念處，修七覺分，得阿耨多羅三藐三菩提。」

「今現在佛、世尊、如來、應、等正覺，亦斷五蓋惱心，令慧力羸、墮障礙品、不向涅槃者，住四念處，修七覺分，得阿耨多羅三藐三菩提。」

佛告舍利弗：「如是如是，舍利弗！過去、未來、今現在佛，悉斷五蓋惱心令慧力羸、墮障礙品、不向涅槃

槃者，住四念處修七覺分，
得阿耨多羅三藐三菩提。」

佛說是經已，尊者舍利
弗聞佛所說，歡喜奉行！

三、四念處的集與滅

印順本念處相應五經

大正本六〇九經

佛光版六二三經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：

「我今當說四念處集，四念處沒。諦聽！善思！」

「何等為四念處集，四念處沒？」

「食集則身集，食滅則

身沒。如是，隨集法觀身住，隨滅法觀身住，隨集、滅法觀身住，則無所依住，於諸世間永無所取。」

「如是，觸集則受集，觸滅則受沒。如是，隨集法觀受住，隨滅法觀受住，隨集、滅法觀受住，則無所依住，於諸世間都無所取。」

「名色集則心集，名色滅則心沒。隨集法觀心住，隨滅法觀心住，隨集、滅法觀心住，則無所依住，於諸

世間則無所取。」

「憶念集則法集，憶念滅則法沒。隨集法觀法住，隨滅法觀法住，隨集、滅法觀法住，則無所依住，於諸世間則無所取。」

「是名：四念處集，四念處沒。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

四、教授四念處

印順本念處相應二四經
大正本六二一經
佛光版六三五經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹
給孤獨園。

時，尊者阿難與眾多比
丘，詣世尊所，稽首禮足，
退坐一面。

尊者阿難白佛言：「世
尊！此諸年少比丘，當云何
教授？云何為其說法？」

佛告阿難：「此諸年少比丘，當以四念處，教令修習。云何為四？謂身身觀念住，精勤方便，不放逸行，正智、正念，寂定於心，乃至知身。受、心、法法觀念住，精勤方便，不放逸行，正念、正智，寂靜於心，乃至知法。」

「所以者何？若比丘住學地者，未得進上，志求安隱涅槃時，身身觀念住，精勤方便，不放逸行，正念、

正智，寂靜於心；受、心、法法觀念住，精勤方便，不放逸行，正念、正智，寂靜於心，乃至於法遠離。」

「若阿羅漢，諸漏已盡，所作已作，捨諸重擔，盡諸有結，正知善解脫，當於彼時，亦修身身觀念住，精勤方便，不放逸行，正念、正智，寂靜於心；受、心、法法觀念住，乃至於法得遠離。」

時，尊者阿難歡喜隨

喜，作禮而去。

五、全面念住 活在當下

印順本入處相應二二〇經

大正本二七五經

佛光版二七四經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：

「其有說言：『大力者，其唯難陀！』此是正說。其有說言：『最端正者，其唯難陀！』是則正說。其有說言：『愛欲重者，其唯難

陀！』是則正說。諸比丘！
而今難陀，關閉根門，飲食
知量，初夜、後夜精勤修
習，正念、正智成就，堪能
盡壽，純一滿淨，梵行清
白。」

「彼難陀比丘，關閉根
門故一若眼見色，不取色
相，不取隨形好。若諸眼根
增不律儀，無明闇障；世間
貪、憂、惡、不善法，不漏
其心，生諸律儀，防護於
眼。耳、鼻、舌、身、意

根，生諸律儀。是名，難陀比丘關閉根門。」

「飲食知量者—難陀比丘於食繫數，不自高，不放逸，不著色，不著莊嚴，支身而已。任其所得，為止飢渴修梵行故；故起苦覺令息滅，未起苦覺令不起故；成其崇向故；氣力安樂，無間獨住故。如人乘車，塗以膏油，不為自高，乃至莊嚴，為載運故。又如塗瘡，不貪其味，為息苦故。如是，善

男子難陀，知量而食，……
乃至無間獨住。是名，難陀
知量而食。」

「彼善男子難陀，初
夜、後夜精勤修業者一彼難
陀，晝則經行、坐禪，除去
陰障，以淨其身；於初夜
時，經行、坐禪，除去陰
障，以淨其身；於中夜時，
房外洗足，入於室中，右脇
而臥，屈膝累足，係念明
相，作起覺想；於後夜時，
徐覺、徐起，經行、坐禪。

是名，善男子難陀初夜、後夜精勤修習。」

「彼善男子難陀勝念、正知者——是善男子難陀，觀察東方，一心正念，安住觀察；觀察南、西、北方，亦復如是，一心正念，安住觀察。如是觀者，世間貪、憂、惡、不善法，不漏其心。彼善男子難陀，覺諸受起，覺諸受住，覺諸受滅，正念而住，不令散亂。覺諸想起，覺諸想住，覺諸想

滅；覺諸覺起，覺諸覺住，覺諸覺滅，正念而住，不令散亂。是名，善男子難陀正念、正智成就。」

「是故，諸比丘！當作是學：關閉根門，如善男子難陀；飲食知量，如善男子難陀；初夜、後夜精勤修業，如善男子難陀；正念、正智成就，如善男子難陀。如教授難陀法，亦當持是為其餘人說。」

時，有異比丘而說偈

言：

「善關閉根門，正念攝心住，飲食知節量，覺知諸心相。善男子難陀，世尊之所歎！」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

六、自洲自依，法洲法依 (一)

印順本念處相應五三經
大正本六三八經
佛光版六五二經

如是我聞：

一時，佛在王舍城迦蘭陀竹園。

爾時，尊者舍利弗住摩竭提那羅聚落，疾病涅槃，純陀沙彌瞻視供養。

爾時，尊者舍利弗因病涅槃。時，純陀沙彌供養尊

者舍利弗已，取餘舍利，擔持衣鉢，到王舍城。舉衣鉢，洗足已，詣尊者阿難所，禮尊者阿難足已，卻住一面，白尊者阿難：「尊者當知！我和上尊者舍利弗已涅槃，我持舍利及衣鉢來。」

於是尊者阿難聞純陀沙彌語已，往詣佛所，白佛言：「世尊！我今舉體離解，四方易韻，持辯閉塞。純陀沙彌來語我言：『和上舍利弗已涅槃，持餘舍利及衣鉢

來。』』

佛言：「云何，阿難！彼舍利弗持所受戒身涅槃耶？定身、慧身、解脫身、解脫知見身涅槃耶？」

阿難白佛言：「不也，世尊！」

佛告阿難：「若法我自
知，成等正覺所說，謂四念
處、四正斷、四如意足、五
根、五力、七覺支、八道支
涅槃耶？」

阿難白佛：「不也，世尊！雖不持所受戒身……乃至道品法而涅槃，然尊者舍利弗，持戒多聞，少欲知足，常行遠離，精勤方便，攝念安住，一心正受；捷疾智慧，深利智慧，超出智慧，分別智慧，大智慧，廣智慧，甚深智慧，無等智慧，智寶成就；能視，能教，能照，能喜，善，能讚歎，為眾說法。是故，世尊！我為法故，為受法者

故，愁憂苦惱！」

佛告阿難：「汝莫愁憂苦惱！所以者何？若生、若起、若作，有為敗壞之法，何得不壞？欲令不壞者，無有是處。我先已說：一切所愛念種種諸物、適意之事，一切皆是乖離之法，不可常保。譬如大樹，根、莖、枝、葉、華、果茂盛，大枝先折；如大寶山，大巖先崩；如是如來大眾眷屬，其大聲聞先般涅槃。若彼方有

舍利弗住者，於彼方我則無事，然其彼方，我則不空，以有舍利弗故，我先已說故。汝今阿難！如我先說，所可愛念種種適意之事，皆是別離之法，是故汝今莫大愁毒。阿難！當知如來不久，亦當過去。是故阿難！當作自洲而自依，當作法洲而法依，當作不異洲、不異依。」

阿難白佛：「世尊！云何自洲、以自依？云何法洲、

以法依？云何不異洲、不異依？」

佛告阿難：「若比丘，身身觀念處，精勤方便，正智、正念，調伏世間貪憂；如是外身、內外身，受、心、法法觀念處亦如是說。阿難！是名：自洲以自依，法洲以法依，不異洲、不異依。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

七、自洲自依，法洲法依 (二)

印順本念處相應五四經
大正本六三九經
佛光版六五三經

如是我聞：

一時，佛住摩偷羅國、跋陀羅河側、傘蓋菴羅樹林中。尊者舍利弗、目犍連涅槃未久。爾時，世尊月十五日布薩時，於大眾前敷座而坐。

爾時，世尊觀察眾會

已，告諸比丘：「我觀大眾，見已虛空，以舍利弗、大目犍連般涅槃故。我聲聞唯此二人善能說法，教誡、教授，辯說滿足。有二種財：錢財及法財。錢財者，從世人求；法財者，從舍利弗、大目犍連求。如來已離世財及法財。汝等莫以舍利弗、目犍連涅槃故愁憂苦惱。」

「譬如大樹，根、莖、枝、葉、華、果茂盛，大枝先折；亦如寶山，大巖先

崩。如是，如來大眾之中，舍利弗、目犍連二大聲聞先般涅槃。是故，比丘！汝等勿生愁憂苦惱，何有生法、起法、作法、（有）為法、壞敗之法而不磨滅！欲令不壞，無有是處！」

「我先已說：一切可愛之物，皆歸離散；我今不久，亦當過去。是故汝等當知：自洲以自依、法洲以法依、不異洲不異依，謂內身身觀念住，精勤方便，正智

正念，調伏世間貪憂；如是外身、內外身，受、心、法法觀念住，精勤方便，正智正念，調伏世間貪憂，是名自洲以自依，法洲以法依，不異洲不異依。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

八、善法聚

雜阿含 611 經

[正聞本 768 經/佛光本 625 經]

(念處相應/道品誦/修多羅)

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹
給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：

「有善法聚，不善法聚。

云何善法聚？所謂：四
念處是為正說，所以者何？
純一滿淨聚者，所謂四念
處，云何為四？謂：身身觀

念處、受、心、法法觀念處。

云何不善聚？不善聚者，所謂五蓋是為正說，所以者何？純一逸滿不善聚者，所謂五蓋，何等為五？謂：貪欲蓋、瞋恚蓋、睡眠蓋、掉悔蓋、疑蓋。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

九、一切法

雜阿含 633 經

[正聞本 796 經/佛光本 647 經]

(念處相應/道品誦/修多羅)

如是我聞：

一時，佛住巴連弗邑雞林精舍。

爾時，世尊告諸比丘：

「所說一切法、一切法者，謂：四念處，是名正說，何等為四？謂：身身觀念住；受……心……法法觀念住。」

佛說此經已，諸比丘聞
佛所說，歡喜奉行。

十、賢聖出離

雜阿含 634 經

[正聞本 797-804 經/佛光本 648 經]

(念處相應/道品誦/修多羅)

如是我聞：

一時，佛住巴連弗邑雞林精舍。

爾時，世尊告諸比丘：

「若比丘於四念處修習、多修習，名賢聖出離，何等為四？謂：身身觀念住；受……心……法法觀念住。」

佛說此經已，諸比丘聞
佛所說，歡喜奉行。

如出離，如是，正盡
苦、究竟苦邊、得大果、得
大福利、得甘露法、究竟甘
露、甘露法作證如上廣說。

十一、自護護他

印順本念處相應二二經
大正本六一九經
佛光版六三三經

如是我聞：

一時，佛在拘薩羅人間
遊行，於私伽陀聚落北、身
恕林中。

爾時，世尊告諸比丘：
「過去世時，有緣幢伎師，
肩上豎幢，語弟子言：『汝等
於幢上，下向護我，我亦護
汝，迭相護持，遊行嬉戲，

多得財利。』」

「時，伎弟子語伎師言：『不如所言，但當各各自愛護，遊行嬉戲，多得財利，身得無為安隱而下。』」

「伎師答言：『如汝所言，各自愛護。然其此義亦如我說，己自護時即是護他，他自護時亦是護己。』」

「心自親近，修習隨護作證，是名自護、護他。」

「云何護他、自護？不

恐怖他，不違他，不害他，
慈心哀彼，是名護他、自
護。」

「是故，比丘！當如是
學：自護者修四念處，護他
者亦修四念處。」

佛說此經已，諸比丘聞
佛所說，歡喜奉行！

十二、病中修四念處(一)

雜阿含 540 經

[正聞本 1615 經/佛光本 539 經]

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，尊者阿那律在舍衛國松林精舍，身遭病苦。

時，有眾多比丘詣尊者阿那律所，問訊、慰勞已，於一面住，語尊者阿那律言：

「尊者阿那律！所患增損，可安忍不？病勢漸損，不轉增耶？」

尊者阿那律言：

「我病不安，難可安忍，身諸苦痛，轉增無損。」即說三種譬，如上又摩經說。

「然，我身已遭此苦痛，且當安忍，正念、正知。」

諸比丘問尊者阿那律：

「心住何所，而能安忍
如是大苦，正念、正知？」

尊者阿那律語諸比丘
言：

「住四念處，我於所起
身諸苦痛能自安忍，正念、
正知，何等為四念處？謂：
內身身觀念處，……乃至
受、心、法觀念處，是名住
於四念處，身諸苦痛，能自
安忍，正念、正知。」

時，諸正士共論議已，
歡喜、隨喜，各從座起而

去。

十三、病中修四念處(二)

雜阿含 1038 經

[正聞本 13377 經/佛光本 1026 經]

如是我聞：

一時，佛住瞻婆國竭伽池側。

時，有摩那提那長者，疾病新差。

時，摩那提長者語一士夫言：

「善男子！汝往尊者阿那律所，為我稽首阿那律

足，問訊起居輕利，安樂住不？明日，通身四人，願受我請。若受請者，汝復為我白言：『我俗人多有王家事，不能得自往奉迎，唯願尊者時到，通身四人來赴我請，哀愍故。』」

時，彼男子受長者教，詣尊者阿那律所，稽首禮足，白言：

「尊者！摩那提那長者敬禮問訊，少病少惱，起居輕利，安樂住不？唯願尊者

通身四人，明日日中，哀受我請。」

時，尊者阿那律默然受請。

時，彼士夫復以摩那提那長者語，白尊者阿那律：

「我是俗人，多有王家事，不得躬自奉迎，唯願尊者通身四人，明日日中哀受我請，憐愍故！」

尊者阿那律陀言：

「汝且自安，我自知

時，明日，通身四人往詣其舍。」

時，彼士夫受尊者阿那律教，還白長者：

「阿梨！當知我已詣尊者阿那律，具宣尊意，尊者阿那律言：『汝且自安，我自知時。』」

彼長者摩那提那夜辦淨美飲食。

晨朝復告彼士夫：

「汝往至彼尊者阿那律

所，白言：『時到。』」

時，彼士夫即受教行，
詣尊者阿那律所，稽首禮
足，白言：

「供具已辦，唯願知
時！」

時，尊者阿那律著衣持
鉢，通身四人，詣長者舍。

時，摩那提那長者採女
圍遶，住內門左，見尊者阿
那律，舉體執足敬禮，引入
就坐，各別稽首，問訊起

居，退坐一面。

尊者阿那律問訊長者：

「堪忍安樂住不？」

長者答言：「如是，尊者！堪忍樂住。先遭疾病，當時委篤，今已蒙差。」

尊者阿那律問長者言：

「汝住何住，能令疾病苦患時得除差？」

長者白言：

「尊者阿那律！我住四念處，專修繫念故，身諸苦

患時得休息，何等為四？
謂：內身身觀念住，精勤方便，正念、正智，調伏世間貪憂；外身……內外身……內受……外受……內外受……內心……外心……內外心……內法……外法……內外法法觀念住，精勤方便，正念、正智，調伏世間貪憂，如是，尊者阿那律！我於四念處繫心住故，身諸苦患時得休息。」

尊者阿那律住故，身諸

苦患時得休息。尊者阿那律告長者言：

「汝今自記阿那含果。」

時，摩那提那長者，以種種淨美飲食，自手供養，自恣飽滿。

食已，澡漱畢，摩那提那長者復坐卑床，聽說法。

尊者阿那律種種說法，示、教、照、喜已，從坐起去。

十四、建立正見，持守淨戒 (一)

印順本念處相應二七經
大正本六二四經
佛光版六三八經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，尊者鬱低迦來詣佛所，稽首佛足，退坐一面，白佛言：「善哉世尊！為我說法，我聞法已，當獨一靜處，專精思惟，不放逸

住，思惟：所以善男子剃除鬚髮，正信非家，出家學道，……如上廣說，乃至不受後有。」

佛告鬱低迦：「如是！如是！如汝所說。但於我所說法，不悅我心，彼所事業亦不成就，雖隨我後，而不得利，反生障闕。」

鬱低迦白佛：「世尊所說，我則能令世尊心悅，自業成就，不生障闕。唯願世尊為我說法，我當獨一靜

處，專精思惟，不放逸住。
如上廣說，乃至不受後
有。」

如是第二、第三請。

爾時，世尊告鬱低迦：
「汝當先淨其初業，然後修
習梵行。」

鬱低迦白佛：「我今云何
淨其初業，修習梵行？」

佛告鬱低迦：「汝當先淨
其戒，直其見，具足三業，
然後修四念處。何等為四？」

內身身觀念住，專精方便，
正智正念，調伏世間貪憂，
如是外身、內外身身觀念
住；受、心、法法觀念住，
亦如是廣說。」

時，鬱低迦聞佛所說，
歡喜隨喜，從座起而去。

時，鬱低迦聞佛教授
已，獨一靜處，專精思惟，
不放逸住，思惟：所以善男子
剃除鬚髮，著袈裟衣，正
信非家，出家學道，……乃
至不受後有。

十五、建立正見，持守淨戒 (二)

印順本念處相應五一經
大正本六三六經
佛光版六五〇經

如是我聞：

一時，佛住巴連弗邑雞林精舍。

爾時，世尊告諸比丘：
「當為汝說修四念處。何等為修四念處？若，比丘！如來、應、等正覺、明行足、善逝、世間解、無上士調御

丈夫、天人師、佛、世尊，
出興于世，演說正法，上語
亦善，中語亦善，下語亦
善，善義，善味，純一滿
淨，梵行顯示。若族姓子、
族姓女，從佛聞法，得淨信
心，如是修學：見在家和合
欲樂之過，煩惱結縛，樂居
空閑，出家學道，不樂在
家，處於非家，欲一向清
淨，盡其形壽，純一滿淨，
鮮白梵行。『我當剃除鬚髮，
著袈裟衣，正信非家，出家

學道。』作是思惟已，即便放捨錢財、親屬，剃除鬚髮，著袈裟衣，正信非家，出家學道。」

「正其身行，護口四過，正命清淨，習賢聖戒，守諸根門，護心正念。眼見色時，不取形相，若於眼根住不律儀，世間貪憂、惡不善法常漏於心，而令於眼起正律儀；耳、鼻、舌、身、意起正律儀，亦復如是。」

「彼以賢聖戒律成就，

善攝根門，來往、周旋、顧視、屈伸、坐臥、眠覺、語默，住智正智。彼成就如此聖戒，守護根門，正智、正念，寂靜遠離，空處、樹下、閑房獨坐，正身正念，繫心安住，斷世貪憂，離貪欲，淨除貪欲；斷世瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋，離瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋，淨除瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋。」

「斷除五蓋惱心，慧力

羸、諸障闕分、不趣涅槃者，是故內身身觀念住，精勤方便，正智、正念，調伏世間貪憂；如是外身、內外身。受、心、法法觀念住，亦如是說。是名比丘修四念處。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

十六、建立正見，持守淨戒 (三)

印順本念處相應三二經
大正本六二八經
佛光版六四二經

如是我聞：

一時，佛住巴連弗邑鷄林精舍。

時，尊者優陀夷、尊者阿難陀，亦住巴連弗邑鷄林精舍。爾時，尊者優陀夷詣尊者阿難所，共相問訊慰勞已，退坐一面，語尊者阿

難：「如來、應供、等正覺所知所見，為諸比丘說聖戒，令不斷、不缺、不擇、不離、不戒取，善究竟、善持，智者所歎、所不憎惡。何故如來、應、等正覺所知所見，為諸比丘說聖戒，不斷、不缺……乃至智者所歎、所不憎惡？」

尊者阿難語優陀夷：「為修四念處故。何等為四？謂身身觀念住，受、心、法法觀念住。」時，二正士共論

議已，各還本處。

十七、建立正見，持守淨戒 (四)

印順本念處相應五二經
大正本六三七經
佛光版六五一經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹
給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：

「當修四念處。」如上廣
說，差別者：「……乃至如是
出家已，住於靜處，攝受波
羅提木叉律儀，行處具足，

於細微罪生大怖畏，受持學戒，離殺、斷殺、不樂殺生，……乃至一切業跡如前說。衣鉢隨身，如鳥兩翼。如是學戒成就，修四念處。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

十八、離欲解脫，是大丈夫 (一)

印順本念處相應一七經
大正本六一四經
佛光版六二八經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。時，有異比丘來詣佛所，稽首佛足，退坐一面，白佛言：「世尊！如所說大丈夫，云何名『大丈夫』、『非大丈夫』？」

佛告比丘：「善哉！善

哉！比丘能問如來『大丈夫』義。諦聽！善思！當為汝說。若比丘身身觀念住，彼身身觀念住已，心不離欲，不得解脫，盡諸有漏，我說彼非為大丈夫。所以者何？心不解脫故。若比丘受、心、法法觀念住，心不離欲，不得解脫，盡諸有漏，我不說彼為大丈夫。所以者何？心不解脫故。」

「若比丘身身觀念住，心得離欲，心得解脫，盡諸

有漏，我說彼為大丈夫也。所以者何？心解脫故。若受、心、法法觀念住，受、心、法法觀念住已，心離貪欲，心得解脫，盡諸有漏，我說彼為大丈夫也。所以者何？心解脫故。」

「是名，比丘！『大丈夫』及『非大丈夫』。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜隨喜，禮足而去。

十九、離欲解脫，是大丈夫 (二)

雜阿含 1028 經

[正聞本 13366 經/佛光本 1016 經]

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

時，有眾多比丘集於伽梨隸講堂。

時，多有比丘疾病。

爾時，世尊晡時從禪覺、往至伽梨隸講堂，於大

眾前，敷座而坐。

坐已，告諸比丘：

「當正念、正智以待時，是則為我隨順之教。

比丘！云何為正念？

謂：比丘內身身觀念處，精勤方便，正念正智，調伏世間貪憂；外身身觀念處……內外身身觀念處……內受……外受……內外受……內心……外心……內外心……內法……外法……內外法法觀念處，精勤方便，

正念、正智，調伏世間貪憂，是名比丘正憶念。

云何正智？謂：比丘若來、若去，正知而住；瞻視、觀察、屈申、俯仰、執持衣鉢、行住坐臥、眠覺、……乃至五十、六十，依語默正智行，比丘！是名正智。

如是，比丘正念、正智住者，能起樂受，有因緣非無因緣，云何因緣？謂：緣於身；作是思惟：『我此身無

常、有為、心因緣生；樂受亦無常、有為、心因緣生，身及樂受觀察無常、觀察生滅、觀察離欲、觀察滅盡、觀察捨。』彼觀察身及樂受無常、……乃至捨已，若於身及樂受貪欲使者永不復使。

如是，正念、正智生苦受，因緣非不因緣，云何為因緣？如是，緣身；作是思惟：『我此身無常、有為、心因緣生；苦受亦無常、有

為、心因緣生，身及苦受觀察無常、……乃至捨。』於此[身]及苦受，瞋恚所使永不復使。

如是，正念、正智生不苦不樂受，因緣非不因緣，云何因緣？謂：身因緣；作是思惟：『我此身無常、有為、心因緣生；彼不苦不樂受，亦無常、有為、心因緣生，彼身及不苦不樂受觀察無常、……乃至捨。』若所有身及不苦不樂受無明{使

使}[所使]永不復使。

多聞聖弟子如是觀者，於色厭離，於受、想、行、識厭離；厭離已離欲，離欲已解脫，解脫知見：『我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。』」

爾時，世尊即說偈言：

「

樂覺所覺時，莫能知樂覺，
貪欲使所使，不見於出離。
苦受所覺時，莫能知苦受，

瞋恚使所使，不見出離道。
不苦不樂受，等正覺所說，
彼亦不能知，終不度彼岸。
若比丘精勤，正智不傾動，
於彼一切受，黠慧能悉知。
能知諸受已，現法盡諸漏，
依慧而命終，涅槃不墮數
。」

佛說此經已，諸比丘聞
佛所說，歡喜奉行。

二十、善取自心相(一)

印順本念處相應一八經
大正本六一五經
佛光版六二九經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，尊者阿難，晨朝著衣持鉢，入舍衛城乞食。於路中思惟：「我今先至比丘尼寺。」即往比丘尼寺。

諸比丘尼，遙見尊者阿難來，疾敷床座，請令就

座。

時，諸比丘尼，禮尊者阿難足，退坐一面，白尊者阿難：「我等諸比丘尼，修四念處，繫心住，自知前後昇降。」

尊者阿難告諸比丘尼：「善哉！善哉！姊妹！當如汝等所說而學。凡修習四念處，善繫心住者，應如是知前後昇降。」

時，尊者阿難為諸比丘尼種種說法。種種說法已，

從座起去。

爾時，尊者阿難於舍衛城中乞食還，舉衣鉢，洗足已，詣世尊所，稽首佛足，退坐一面，以比丘尼所說，具白世尊。

佛告阿難：「善哉！善哉！應如是學四念處，善繫心住，知前後昇降。所以者

何？心於外求，然後制令求其心，散亂心不解脫，皆如實知。」

「若比丘於身身觀念住，於彼身身觀念住已，若身耽睡，心法懈怠，彼比丘當起淨信，取於淨相，起淨信心。憶念淨相已，其心則悅；悅已，生喜；其心喜已，身則猗息；身猗息已，則受身樂；受身樂已，其心則定。心定者，聖弟子當作是學：

『我於此義，外散之心，攝令休息，不起覺想及已觀想，無覺、無觀，捨念

樂住。』樂住已，如實
知。」

「受、心、法念住，亦
如是說。」

佛說此經已，尊者阿難
聞佛所說，歡喜奉行！

二十一、善取自心相(二)

印順本念處相應一九經
大正本六一六經
佛光版六三〇經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹
給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：

「當取自心相，莫令外散。
所以者何？若彼比丘，愚
癡、不辯，不善，不取自心
相而取外相，然後退減，自
生障闕。」

「譬如廚士，愚癡，不辯，不善巧便調和眾味奉養尊主，酸、醎、酢、淡不適其意，不能善取尊主所嗜，酸、醎、酢、淡眾味之和。不能親侍尊主左右，伺其所須，聽其所欲，善取其心；而自用意，調和眾味以奉尊主。若不適其意，尊主不悅，不悅故不蒙爵賞，亦不愛念。」

「愚癡比丘亦復如是，不辯，不善，於身身觀念

住，不能除斷上煩惱，不能攝取其心，亦復不得內心寂靜，不得勝妙正念、正知，亦復不得四種增上心法現法樂住，本所未得安隱樂住。是名：比丘愚癡、不辯、不善，不能善攝內心之相，而取外相，自生障闕。」

「若有比丘黠慧，才辯，善巧方便取內心已，然後取於外相，彼於後時，終不退減自生障闕。」

「譬如廚士黠慧，聰

辯，善巧方便供養尊主，能調眾味一酸、醎、酢、淡，善取尊主所嗜之相，而和眾味以應其心，聽其尊主所欲之味，數以奉之。尊主悅已，必得爵祿、愛念、信重。」

「如是黠慧廚士，善取尊主之心。比丘亦復如是，身身觀念住，斷上煩惱，善攝其心，內心寂止，正念、正知，得四增上心法，現法樂住，得所未得安隱涅槃。」

是名：比丘黠慧，辯才，善巧方便取內心相，攝持外相，終無退減自生障闕。受、心、法觀念住，亦復如是。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

二十二、住自境界(一)

印順本念處相應二〇經
大正本六一七經
佛光版六三一經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：

「過去世時，有一鳥，名曰羅婆，為鷹所捉，飛騰虛空，於空鳴喚言：『我不自覺，忽遭此難。我坐捨離父母境界而遊他處，故遭此

難，如何今日為他所困，不得自在！』鷹語羅婆：『汝當何處自有境界，而得自在？』羅婆答言：『我於田耕壟中，自有境界，足免諸難，是為我家父母境界。』鷹於羅婆起憍慢言：『放汝令去，還耕壟中，能得脫以不？』於是羅婆得脫鷹爪，還到耕壟大塊之下，安住止處，然後於塊上，欲與鷹鬪。鷹則大怒：『彼是小鳥，敢與我鬪！』瞋恚極盛，迅

飛直搏。於是羅婆入於塊
下，鷹鳥飛勢，臆衝堅塊，
碎身即死。時，羅婆鳥深伏
塊下，仰說偈言：

『

鷹鳥用力來，羅婆依自界，
乘瞋猛盛力，致禍碎其身。
我具足通達，依於自境界，
伏怨心隨喜，自觀欣其力。
設汝有兇愚，百千龍象力，
不如我智慧，十六分之一，
觀我智殊勝，摧滅於蒼鷹

。』

「如是，比丘！如彼鷹鳥愚癡，自捨所親父母境界，遊於他處，致斯災患。汝等比丘，亦應如是，於自境界所行之處應善守持，離他境界。應當學！」

「比丘！他處、他境界者，謂五欲境界。眼見可意、愛、念妙色，欲心染著；耳識聲；鼻識香；舌識味；身識觸可意、愛、念妙觸，欲心染著，是名比丘他

處、他境界。比丘！自處父母境界者，謂四念處。云何為四？謂身身觀念處、受……、心……、法法觀念處。是故，比丘！於自行處父母境界而自遊行，遠離他處、他境界。應當學！」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

二十三、住自境界(二)

印順本念處相應二三經
大正本六二〇經
佛光版六三四經

如是我聞：

一時，佛住王舍城迦蘭陀竹園。

爾時，世尊告諸比丘：

「大雪山中，寒冰嶮處，尚無猿猴，況復有人！或復有山，猿猴所居，而無有人；或復有山，人、獸共居。於猿猴行處，獵師以獼

膠塗其草上。有點猿猴，遠避而去。愚癡猿猴，不能遠避，以手小觸，即膠其手；復以二手，欲解求脫，即膠二手；以足求解，復膠其足；以口齧草，輒復膠口；五處同膠，聯捲臥地。獵師既至，即以杖貫，擔負而去。」

「比丘！當知愚癡猿猴，捨自境界父母居處，遊他境界，致斯苦惱。如是，比丘！愚癡凡夫依聚落住，

晨朝著衣持鉢，入村乞食，不善護身，不守根門，眼見色已，則生染著，耳、聲，鼻、香，舌、味，身、觸，皆生染著。愚癡比丘，內根、外境被五縛已，隨魔所欲。是故，比丘！當如是學：於自所行處、父母境界依止而住，莫隨他處、他境界行。云何比丘自所行處、父母境界？謂四念處：身身觀念住、受……、心……、法法觀念住。」

佛說此經已，諸比丘聞
佛所說，歡喜奉行！

二十四、住身念處，守諸根門(一)

印順本入處相應二一一經

大正本一一七一經

佛光版二六五經

如是我聞：

一時，佛住拘睒彌國瞿師羅園。

爾時，世尊告諸比丘：

「譬如士夫遊空宅中，得六種眾生：一者、得狗，即執其狗，繫著一處；次得其鳥，次得毒蛇，次得野干，

次得失收摩羅，次得獼猴，得斯眾生，悉縛一處。其狗者，樂欲入村；其鳥者，常欲飛空；其蛇者，常欲入穴；其野干者，樂向塚間；失收摩羅者，長欲入海；獼猴者，欲入山林。」

「此六眾生，悉繫一處，所樂不同，各各嗜欲到所安處，各各不相樂於他處。而繫縛故，各用其力向所樂方，而不能脫。」

「如是，六根種種境

界，各各自求所樂境界，不樂餘境界—

眼根常求可愛之色，不可意色則生其厭；耳根常求可意之聲，不可意聲則生其厭；鼻根常求可意之香，不可意香則生其厭；舌根常求可意之味，不可意味則生其厭；身根常求可意之觸，不可意觸則生其厭；意根常求可意之法，不可意法則生其厭。

「此六種根，種種行

處，種種境界，各各不求異根境界。此六種根，其有力者，堪能自在隨覺境界。如彼士夫，繫六眾生於其堅柱，正出用力，隨意而去；往反疲極，以繩繫故，終依於柱。」

「諸比丘！我說此譬，欲為汝等顯示其義。六眾生者，譬猶六根；堅柱者，譬身念處。若善修習身念處，有念、不念色，見可愛色則不生著，不可愛色則不生

厭。耳、聲，鼻、香，舌、
味，身、觸，意、法，於可
意法則不求欲，不可意法則
不生厭。是故，比丘！當勤
修習，多住身念處。」

佛說此經已，諸比丘聞
佛所說，歡喜奉行！

二十五、住身念處，守諸根門(二)

印順本入處相應二〇七經

大正本一一六七經

佛光版二六一經

如是我聞：

一時，佛住拘睒彌國瞿師羅園。

爾時，世尊告諸比丘：

「過去世時，有河中草，有龜於中住止。時有野干，飢行覓食，遙見龜蟲，疾來捉取。龜蟲見來，即便藏六。

野干守伺，冀出頭足，欲取食之。久守龜蟲，永不出頭，亦不出足，野干飢乏，瞋恚而去。」

「諸比丘！汝等今日，亦復如是。知魔波旬常伺汝便，冀汝眼著於色，耳聞聲，鼻嗅香，舌嘗味，身覺觸，意念法，欲令出生染著六境。是故，比丘！汝等今日當執持眼律儀住，執持眼根律儀住，惡魔波旬不得其便，隨出、隨緣。耳、

鼻、舌、身、意，亦復如是。於其六根若出、若緣，不得其便，猶如龜蟲，野干不得其便。」

爾時，世尊即說偈言：

「

龜蟲畏野干，藏六於殼內；
比丘善攝心，密藏諸覺想，
不依不怖彼，覆心勿言說
。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

二十六、住身念處，守諸根門(三)

印順本譬喻相應一五經

大正本一二六〇經

佛光版一〇〇四經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：

「過去世時，有一貓狸，飢渴羸瘦，於孔穴中伺求鼠子，若鼠子出，當取食之。有時鼠子出穴遊戲，時彼貓

狸疾取吞之。鼠子身小，生入腹中；入腹中已，食其內藏；食內藏時，貓狸迷悶，東西狂走空宅、塚間，不知何止，遂至於死。」

「如是，比丘！有愚癡人，依聚落住，晨朝著衣持鉢，入村乞食，不善護身，不守根門，心不繫念。見諸女人，起不正思惟而取色相，發貪欲心。貪欲發已，欲火熾然，燒其身心；燒身心已，馳心狂逸，不樂精

舍，不樂空閑，不樂樹下，
為惡不善心侵食內法，捨戒
退減。此愚癡人，長夜常得
不饒益苦。是故，比丘！當
如是學：善護其身，守諸根
門，繫心正念。入村乞食，
當如是學。」

佛說此經已，諸比丘聞
佛所說，歡喜奉行！

二十七、專心正念，如護油鉢(一)

印順本念處相應二六經

大正本六二三經

佛光版六三七經

如是我聞：

一時，佛住波羅奈仙人住處鹿野苑中。

爾時，世尊告諸比丘：

「世間言美色。世間美色者，能令多人集聚觀看者不？」

諸比丘白佛：「如是，世

尊！」

佛告比丘：「若世間美色，世間美色者，又能種種歌舞伎樂，復極令多眾聚集看不？」

比丘白佛：「如是，世尊！」

佛告比丘：「若有世間美色，世間美色者，在於一處，作種種歌舞伎樂戲笑，復有大眾雲集一處。若有士夫不愚、不癡，樂樂、背苦，貪生、畏死，有人語

言：『士夫！汝當持滿油鉢，於世間美色者所及大眾中過。使一能殺人者，拔刀隨汝，若失一滲油者，輒當斷汝命。』云何，比丘！彼持油鉢士夫，能不念油鉢，不念殺人者，觀彼伎女及大眾不？」

比丘白佛：「不也，世尊！所以者何？世尊！彼士夫自見其後有拔刀者，常作是念：『我若落油一滲，彼拔刀者當截我頭。』唯一其

心，繫念油鉢，於世間美色及大眾中，徐步而過，不敢顧眄。」

「如是，比丘！若有沙門、婆羅門，正身自重，一其心念，不顧聲色，善攝一切心法，住身念處者，則是我弟子、隨我教者。云何為『比丘正身自重，一其心念，不顧聲色，攝持一切心法，住身念處』？如是，比丘身身觀念住，精勤方便，正智正念，調伏世間貪憂；

受、心、法法觀念住，亦復如是。是名，比丘正身自重，一其心念，不顧聲色，善攝心法，住四念處。」

爾時，世尊即說偈言：

「

專心正念，護持油鉢，
自心隨護，未曾至方。
甚難得過，勝妙微細，
諸佛所說，言教利劍，
當一其心，專精護持。
非彼凡夫，放逸之事，
能入如是，不放逸教。」

佛說此經已，諸比丘聞
佛所說，歡喜奉行！

二十八、專心正念，如護油鉢(二)

印順本念處相應二五經

大正本六二二經

佛光版六三六經

如是我聞：

一時，佛在跋祇人間遊行，到鞞舍離國菴羅園中住。

爾時，菴羅女聞世尊跋祇人間遊行，至菴羅園中住，即自莊嚴，乘車出鞞舍離城，詣世尊所，恭敬供

養。詣菴羅園門，下車步進，遙見世尊與諸大眾圍遶說法。

世尊遙見菴羅女來，語諸比丘：「汝等比丘，勤攝心住，正念、正智！今菴羅女來，是故誡汝。」

「云何為比丘勤攝心住？若比丘已生惡不善法，當斷，生欲方便，精進攝心；未生惡不善法，不令起；未生善法，令生；已生善法，令住不忘，修習增

滿，生欲方便，精勤攝心。
是名：比丘勤攝心住。」

「云何名比丘正智？若比丘去來威儀，常隨正智；迴顧、視瞻、屈伸、俯仰、執持衣鉢、行住坐臥、眠覺、語默，皆隨正智住。是名：正智。」

「云何正念？若比丘內身身觀念住，精勤方便，正智、正念，調伏世間貪憂；如是受……。心……。法法觀念住，精勤方便，正智、

正念，調伏世間貪憂。是名：比丘正念。」

「是故汝等，勤攝其心，正智、正念！今菴羅女來，是故誡汝。」

時，菴羅女詣世尊所，稽首禮足，卻住一面。

爾時，世尊為菴羅女種種說法，示教、照喜。示教、照喜已，默然而住。

爾時，菴羅女整衣服，為佛作禮，合掌白佛：「唯願

世尊與諸大眾，明日受我請中食！」爾時，世尊默然受請。菴羅女知世尊默然受請已，稽首禮足，還歸自家。設種種食，布置床座，晨朝遣使白佛：「時到！」

爾時，世尊與諸大眾，詣菴羅女舍，就座而坐。時，菴羅女手自供養種種飲食。食訖，澡漱、洗鉢竟。時，菴羅女持一小床，坐於佛前，聽佛說法。

爾時，世尊為菴羅女說

隨喜偈：

「

施者人愛念，多眾所隨從，
名稱日增高，遠近皆悉聞。

處眾常和雅，離慳無所畏，
是故智慧施，斷慳永無餘。

上生忉利天，長夜受快樂，
盡壽常修德，娛樂難陀園，

百種諸天樂，五欲悅其心。
彼於此人間，聞佛所說法，

為善逝弟子，樂彼受化生

。」

爾時，世尊為菴羅女種種說法，示教、照喜。示教、照喜已，從座起而去。

二十九、專心正念，如護油鉢(三)

印順本修證相應一五經
大正本八七八經
佛光版五九二經

如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。爾時，世尊告諸比丘：「有四正斷。何等為四？一者斷斷，二者律儀斷，三者隨護斷，四者修斷。」

「云何為斷斷？謂比丘已起惡不善法斷，生欲方便、精勤心攝受，是為斷

斷。」

「云何律儀斷？未起惡不善法不起，生欲方便、精勤攝受，是名律儀斷。」

「云何隨護斷？未起善法令起，生欲方便、精勤攝受，是名隨護斷。」

「云何修斷？已起善法增益修習，生欲方便、精勤攝受，是名修斷。」

爾時，世尊即說偈言：
「斷斷及律儀，隨護與修

習，如此四正斷，諸佛之所說。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

三十、專心正念，如護油鉢 (四)

印順本修證相應一六經
大正本八七九經
佛光版五九三經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹
給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：
「有四正斷。何等為四？一
者斷斷，二者律儀斷，三者
隨護斷，四者修斷。」

「云何斷斷？若比丘已

起惡不善法斷，生欲方便、精勤攝受；未起惡不善法不起，生欲方便、精勤攝受；未生善法令起、生欲方便、精勤攝受；已生善法增益修習，生欲方便、精勤攝受，是名斷斷。」

「云何律儀斷？若比丘善護眼根，隱密、調伏、進向；如是耳、鼻、舌、身、意根善護，隱密、調伏、進向，是名律儀斷。」

「云何隨護斷？若比丘

於彼彼真實三昧相，善守護持，所謂青瘀相、脹相、膿相、壞相、食不淨相，修習守護，不令退沒，是名隨護斷。」

「云何修斷？若比丘修四念處等，是名修斷。」

爾時，世尊即說偈言：

「

斷斷、律儀斷、隨護、修習斷，

此四種正斷，正覺之所說。

比丘勤方便，得盡於諸漏

。 」

佛說此經已，諸比丘聞
佛所說，歡喜奉行！

三十一、住不放逸(一)

印順本入處相應九六經

大正本二一二經

佛光版二一四經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：

「我不為一切比丘說不放逸行，亦非不為一切比丘說不放逸行。」

「不向何等像類比丘說不放逸行？若比丘得阿羅

漢，盡諸有漏，離諸重擔，逮得己利，盡諸有結，心正解脫，如是像類比丘，我不為說不放逸行。所以者何？彼諸比丘已作不放逸故，不復堪能作放逸事；我今見彼諸尊者得不放逸果，是故不為彼說不放逸行。」

「為何等像類比丘說不放逸行？若諸比丘在學地者，未得心意增上安隱、向涅槃住，如是像類比丘，我為其說不放逸行。所以者

何？以彼比丘習學諸根，心樂隨順資生之具，親近善友，不久當得盡諸有漏，無漏心解脫、慧解脫，現法自知作證：我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。」

「所以者何？彼眼識所可愛樂、染著之色，彼比丘見已，不喜、不讚歎、不染、不繫著住；以不喜、不讚歎、不染、不著住故，專精勝進，身心止息，心安極

住不忘，常定一心，無量法喜，但逮得第一三昧正受，終不退減隨於眼色；於耳（聲）、鼻（香）、舌（味）、身（觸）、意（所）識法，亦復如是。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

三十二、住不放逸(二)

印順本譬喻相應七經

大正本一二五二經

佛光版九九六經

如是我聞：

一時，佛住鞞舍離國、
獼猴池側、重閣講堂。

爾時，世尊告諸比丘：

「諸離車子，常枕木枕，手
足龜坼，疑畏莫令摩竭陀王
阿闍世毗提希子得其間便，
是故常自儆策，不放逸住。
以彼不放逸住故，摩竭陀王

阿闍世毗提希子，不能伺求得其間便。於未來世不久，諸離車子恣樂無事，手足柔軟，繒纒為枕，四體安臥，日出不起，放逸而住。以放逸住故，摩竭陀王阿闍世毗提希子得其間便。」

「如是，比丘！精勤方便，堅固堪能，不捨善法，肌膚損瘦，筋連骨立。精勤方便，不捨善法，乃至未得所應得者，不捨精進，常攝其心，不放逸住。以不放逸

住故，魔王波旬不得其便。當來之世，有諸比丘，恣樂無事，手足柔軟，繒纒為枕，四體安臥，日出不起，放逸而住。以放逸住故，惡魔波旬伺得其便。」

「是故，比丘！當如是學：精勤方便，乃至不得未得，不捨方便。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

三十三、平等捨

印順本阿那律相應二經
大正本五三六經
佛光版五三五經

如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹
給孤獨園。

乃至尊者大目犍連，問
尊者阿那律：「云何名為：四
念處修習、多修習？」

尊者阿那律，語尊者大
目犍連言：「若比丘，於內身
起厭離想，於內身起不厭離

想，厭離、不厭離俱捨想，
正念正知。如內身，如是外
身、內外身……。」

「內受、外受、內外
受……。」

「內心、外心、內外
心……。」

「內法、外法、內外
法，作厭離想，不厭離想，
厭離、不厭離俱捨想，住正
念正知。」

「如是，尊者大目犍

連！是名：四念處修習、多修習。」

時，尊者大目犍連即入三昧，從舍衛國松林精舍入三昧神通力，如力士屈伸臂頃，還到跋祇聚落、失收摩羅山、恐怖稠林禽獸住處。