

瑜伽師地論卷第二十八

比八

彌勒菩薩說

唐三藏沙門玄奘奉詔譯

本地分中聲聞地

第二瑜伽處之三

比八

云何為學謂三勝學一增上戒學二增上心學三增上慧學云何增上戒學謂安住具戒等如前廣說是名增上戒學云何增上心學謂離欲惡不善法有尋有伺離生喜樂入初靜慮具足安住乃至能入第四靜慮具足安住是名增上心學又諸無色及餘所有等持等至亦皆名為增上心學然依靜慮能最初入聖諦現觀正性離生非全遠離一切靜慮能成此事是故靜慮最為殊勝故遍說為增上心學云何增上慧學謂於四聖諦等所有

如實智見是名增上慧學問何緣唯有三學非少非多答建立定義故智所依義故辦所作義故建立定義者謂增上戒學所以者何由戒建立心一境性能令其心觸三摩地智所依義者謂增上心學所以者何由正定心念一境性於所知事有如實智如實見轉辦所作義者謂增上慧學所以者何由善清淨若智若見能證究竟諸煩惱斷以煩惱斷是自義利是勝所作過此更無勝所作故由是因緣唯有三學

問何緣三學如是次第答先於尸羅善清淨故便無憂悔無憂悔故歡喜安樂由有樂故心得正定心得定故能如實知能如實見如實知見故能起厭厭故離染由離染故便得解脫得解脫故證無所作究竟涅槃如是最

初修習淨戒漸次進趣後證無作究竟涅槃是故三學如是次第

問何緣三學名為增上戒心慧耶答所趣義故最勝義故名為增上云何所趣義謂為趣增上心而修淨戒名增上戒學為趣增上慧而修定心名增上心學為趣煩惱斷而修智見名增上慧學如是名為所趣義故名為增上云何最勝義謂若增上戒學若增上心學若增上慧學唯於聖教獨有此三不共外道如是名為最勝義故名為增上又或有增上心學能引發增上慧學或有增上慧學能引發增上心學謂聖弟子未得根本靜慮先學見跡後為進斷修道所斷一切煩惱正勤加行修念覺支乃至修捨覺支是名增上慧學引發增上心學增上心學引發增上慧學者

如前已說又或有增上戒學無增上心無增上慧或有增上戒學亦有增上心唯無增上慧非有增上慧學而無增上戒及無增上心是故若有增上慧學當知必定具足三學於此建立三種學中諸瑜伽師當勤修學復有三種補特伽羅依此三學入諦現觀何等為三一未離欲二倍離欲三已離欲當知此中於一切欲全未離者勤修加行入諦現觀既於諸諦得現觀已證預流果倍離欲者當於爾時證一來果已離欲者當於爾時證不還果復有三根一未知欲知根二已知根三具知根云何建立如是三根謂於諸諦未現觀者加行勤修諸諦現觀依此建立未知欲知根若於諸諦已得現觀而居有學依此建立已知根若阿羅漢所作已辦住無學位依此

建立具知根復有三解脫門一空解脫門二無願解脫門三無相解脫門云何建立三解脫門謂所知境略有二種有及非有有二種一者有爲二者無爲於有爲中且說三界所繫五蘊於無爲中且說涅槃如是二種有爲無爲合說名有若說於我或說有情命者生者等是名非有於有爲中見過失故見過患故無所祈願無祈願故依此建立無願解脫門於有爲中無祈願故便於涅槃深生祈願見極寂靜見甚微妙見永出離由於中見永出離故依此建立無相解脫門於其非有無所有中非有祈願非無祈願如其非有還則如是知爲非有見爲非有依此建立空解脫門是名建立三解脫門云何隨順學法謂有十種違逆學法對治彼

故應知十種隨順學法云何十種違逆學法一者所有母邑少年盛壯可愛形色是正修學善男子等上品障礙二者於薩迦耶所攝諸行生起愛著三者懶惰懈怠四者薩迦耶見五者依於段食貪著美味六者於諸世間種種戲論非一衆多別別品類所思念中發欲貪愛七者思惟諸法瑜伽作意所有過患此復云何謂十一種一於諸諦實蘊業果中猶豫疑惑二樂修斷者身諸麤重三有慢緩者於修止觀過患作意昏沈睡眠映蔽其心令心極略四太猛精進者身疲心惱五太劣精進者不得勝進善品衰退六於少利養名譽稱讚隨一樂中深生欣喜七掉舉不靜踊躍躁擾八於薩迦耶永滅涅槃而生驚恐九於諸言說非量加行言論太過雖說法論而

好折伏起諍方便十於先所見所聞所受非
一衆多別別品類諸境界中心馳心散十一
不應思慮而強沈思應知是名思惟諸法瑜
伽作意所有過患八者於諸靜慮等至樂中
深生愛味九者樂欲證入無相定者於諸行
中隨順流散十者觸身苦受乃至奪命苦受
時貪愛壽命希望存活隨此希望傷歎迷悶
是名十種違逆學法云何對治如是十種違
逆學法隨順學法謂有十種一不淨想二無
常想三無常苦想四苦無我想五厭逆食想
六一切世間不可樂想七光明想八離欲想
九滅想十死想如是十想善修善習善多修
習能斷十種障礙學法違逆學法當知此中
有四光明一法光明二義光明三奢摩他光
明四毗鉢舍那光明依此四種光明增上立

法八

五

光明想今此義中意取能斷思惟諸法瑜伽
作意障礙法者當知此中復有十種隨順學
法何等爲十一者宿因二者隨順教三者如
理加行四者無間殷重所作五者猛利樂欲
六者持瑜伽力七者止息身心麤重八者數
數觀察九者無有怯弱十者離增上慢云何
宿因謂先所習諸根成熟諸根積集云何隨
順教謂所說教無倒漸次云何如理加行謂
如其教無倒修行如是修行能生正見云何
無間殷重所作謂由如是正加行故於諸善
品不虛捨命速能積習所有善品云何猛利
樂欲謂如有一於上解脫發生希慕謂我何
時當於是處能具足住如諸聖者於是處所
具足而住云何持瑜伽力謂二因緣能令獲
得持瑜伽力一者本性是利根故二者長時

串修習故云何止息身心麤重謂如有一或由身勞身之發身麤重發心麤重此因易脫威儀而便止息或由太尋太伺發身麤重發心麤重此因內心寂止方便而便止息或由心略心劣昏沈睡眠之所纏遶發身麤重發心麤重此因增上慧法毗鉢舍那順淨作意而便止息或由本性煩惱未斷有煩惱品身心麤重未能捨離此因相續勤修正道而便止息云何數數觀察謂依尸羅數數觀察惡作不作數數觀察善作而作於其惡作不作不轉於其善作不作不退於其惡作作而棄捨於其善作作而不捨又於煩惱斷與未斷觀察作意增上力故數數觀察若知已斷便生歡喜若知未斷則便數數勤修正道云何無有怯弱謂於後時應知應見應證得中未

比八

六

知未見未證得故發生怯弱其心勞倦其心匱損彼既生已而不堅執速能斷滅云何離增上慢謂於所得所觸所證無增上慢離顛倒執於真所得起於得想於真所觸起於觸想於真所證起於證想如是十法於樂修學諸瑜伽師所應修學初中後時恒常隨順無有違逆是故名爲隨順學法

云何瑜伽壞謂壞瑜伽略有四種何等爲四一者畢竟瑜伽壞二者暫時瑜伽壞三者退失所得瑜伽壞四者邪行所作瑜伽壞畢竟瑜伽壞者謂無種性補特伽羅何以故由彼身中無能趣向涅槃法故畢竟失壞出世瑜伽暫時瑜伽壞者謂有種性補特伽羅何以故由彼身中有能趣向涅槃法故雖關外緣時經久遠定當緣會修習瑜伽令其現起善

修習已當般涅槃是故說彼所有瑜伽暫時失壞退失所得瑜伽壞者謂如有一退失所得所觸所證若智若見若安樂住邪行所作瑜伽壞者謂如有一不如正理精勤修行雖多用功無所成辦不能成辦一切瑜伽亦非善法又如有一多諸煩惱性多塵穢而識聰銳覺慧猛利成俱生覺善攝所聞於聞究竟或少或多或住空閑有在家者及出家者爲性質直來至其所因爲說法令心歡喜又行矯詐妄現種種身語相應調善所作田是因緣招集利養恭敬稱頌大福德想及得種種衣食卧具病緣醫藥資身什物爲諸國王大_{比八}臣居士乃至商主恭敬尊重咸共謂之是阿羅漢或於隨彼迴轉弟子若諸出家若在家衆戀著親愛隨順而轉爲多招引復生是念

此諸出家在家弟子信順於我咸共謂我是阿羅漢彼若依於瑜伽作意止觀等處來請問我我得彼問或不能對彼因是事當於我所捨信向心不復謂我是阿羅漢由斯退失利養恭敬我於今者應自思惟籌量觀察安立瑜伽彼由是事增上力故耽著利養恭敬名譽獨處空閑自諦思惟籌量觀察安立瑜伽然此瑜伽不順契經不現戒律違逆法性若諸苾芻善持三藏彼於其所覆自瑜伽不欲開示若諸在家出家弟子於此瑜伽私竊教示不令彰顯所以者何恐有善持三藏教者聞彼如是瑜伽處已以經檢驗不順契經以律顯照不現戒律以法觀察違逆法性由是因緣便不信受以不信言詰難於我諍競舉發由是國王大臣居士乃至饒財長者商

主不復恭敬尊重於我更不獲得衣食卧具病緣醫藥資身什物彼由貪著利養恭敬增上力故於非法中起於法想起覆藏想起惡欲樂顯發開示非法爲法諸有忍許彼所見者亦於非法起是法想愚昧頑鈍於非法中

此八

八

起法想故雖如其教精進修行當知一切皆是邪行如是名爲邪行所作瑜伽失壞像似正法非真正法能障正法諸有苾芻勤修靜慮是瑜伽師於此四種瑜伽壞法應正遍知當遠捨離云何瑜伽謂四瑜伽何等爲四一信二欲三精進四方便當知其信有二行相及二依處二行相者一信順行相二清淨行相二依處者一觀察諸法道理依處二信解補特伽羅神力依處欲有四種何等爲四一爲證得欲二爲請問欲三爲修集資糧欲四

爲隨順瑜伽欲爲證得欲者謂如有一於上解脫發生希慕如前廣說爲請問欲者謂如有一生希慕已往僧伽藍詣諸有識同修梵行成就瑜伽妙智者所爲聽未聞爲聞究竟爲修集資糧欲者謂如有一爲戒律儀清淨爲根律儀清淨故於食知量減省睡眠正知住中展轉增勝發生希慕爲隨順瑜伽欲者謂於無間加行殷重加行修習道中發生希慕發生欣樂欲有所作精進有四何等爲四一爲聞精進二爲思精進三爲修精進四爲障淨精進爲聞精進者謂爲聽未聞聞已究竟勤心勇猛審決加行爲思精進者謂如所聞法獨處空閑思惟其義籌量觀察爲修精進者謂入寂靜於時時聞勤修止觀爲障淨精進者謂於晝夜策勵精勤經行宴坐從諸

此八

九

障法淨修其心勤心勇猛審決精進方便有
四謂尸羅律儀增上力故善守其念善守念
故能無放逸防護其心修諸善法無放逸故
心正於內修奢摩他增上慧法毗鉢舍那此
四瑜伽有十六種當知此中初由信故於應
得義深生信解信應得已於諸善法生起樂
欲由樂欲故晝夜策勵安住精勤堅固勇猛
發精進已攝受方便能得未得能觸未觸能
證未證故此四法說名瑜伽
云何作意謂四作意何等爲四一力勵運轉
作意二有間運轉作意三無間運轉作意四
無功用運轉作意云何力勵運轉作意謂初
修業者令心於內安住等住或於諸法無倒
揀擇乃至未得所修作意爾時作意力勵運
轉由倍勵力折挫其心令住一境故名力勵

運轉作意云何有間運轉作意謂得所修作
意已後世出世道漸次升進了相作意由三
摩地思所間雜未能一向純修行轉故名有
間運轉作意云何無間運轉作意謂從了相
作意已後乃至加行究竟作意是名無間運
轉作意云何無功用運轉作意謂加行究竟
果作意是名無功用運轉作意復有所餘四
種作意一隨順作意二對治作意三順清淨
作意四順觀察作意云何隨順作意謂於所
緣深生厭壞起正加行而未斷惑云何對治
作意謂能斷惑云何順清淨作意謂心下感
取淨妙相策令歡悅云何順觀察作意謂觀
察作意由此作意增上力故順觀煩惱斷與
未斷
問於所緣境正作意時思惟幾相答四何等

爲四一所緣相二因緣相三應遠離相四應修習相所緣相者謂所知事同分影像明了顯現因緣相者謂三摩地資糧積集隨順教導與修俱行猛利樂欲於可厭法深生厭患能審遍知亂與不亂他不惱觸或人所作或非人作或音聲作或功用作若毗鉢舍那而爲上首內略其心極猛盛觀後因緣相若奢摩他而爲上首發起勝觀極猛盛止後因緣相應遠離相復有四種一者沈相二者掉相三者著相四者亂相沈相者謂由所緣相因緣相故令心下劣掉相者謂由所緣相因緣相故令心高舉著相者謂由所緣相因緣相故令心於境起染起著作諸惱亂相者謂由所緣相因緣相故令心於外馳散擾動如是諸相如前等引地中已說

七六

十一

問如是作意於所緣境起勝解時有幾勝解答九何等爲九一有光淨勝解二無光淨勝解三遲鈍勝解四捷利勝解五狹小勝解六廣大勝解七無量勝解八清淨勝解九不清淨勝解有光淨勝解者謂於光明相澄心善取與光明俱所有勝解無光淨勝解者謂於光明相不能善取與闇昧俱所有勝解遲鈍勝解者謂鈍根身中所有勝解捷利勝解者謂利根身中所有勝解狹小勝解者謂狹小信欲俱行勝解及狹小所緣意解勝解如是作意狹小故及所緣狹小故名狹小勝解廣大勝解者謂廣大信欲俱行勝解及廣大所緣意解勝解如是作意廣大故及所緣廣大故名廣大勝解無量勝解者謂無邊無際信欲俱行勝解及無邊無際所緣意解勝解如

是作意無量故及所緣無量故名無量勝解
清淨勝解者謂已善修已成滿已究竟俱行
勝解不清淨勝解者謂未善修未成滿未究
竟俱行勝解

問修瑜伽者凡有幾種瑜伽所作答四何等
爲四一所依滅二所依轉三遍知所緣四愛
樂所緣所依滅及所依轉者謂勤修習瑜伽
作意故所有羸重俱行所依漸次而滅所有
輕安俱行所依漸次而轉是名所依滅及所
依轉瑜伽所作遍知所緣及愛樂所緣者謂
或有遍知所緣愛樂所緣與所依滅轉而爲
上首由此遍知所緣愛樂所緣增上力故令
所依滅及所依轉或有遍知所緣愛樂所緣
用所依清淨而爲上首由此所依清淨增上
力故令遍知所緣得善清淨及愛樂所緣得

五八

十二

善清淨於其所作成辦時轉是名四種修瑜
伽者瑜伽所作

問修瑜伽師凡有幾種答三何等爲三一初
修業瑜伽師二已習行瑜伽師三度作意瑜
伽師云何初修業瑜伽師謂有二種初修業
者一於作意初修業者二淨煩惱初修業者
云何於作意初修業者謂初修業補特伽羅
安住一緣勤修作意乃至未得所修作意未
能觸證心一境性云何淨煩惱初修業者謂
已證得所修作意於諸煩惱欲淨其心發起
攝受正勤修習了相作意名淨煩惱初修業
者云何已習行瑜伽師謂除了相作意於餘
乃至加行究竟五作意中已善修習云何度
作意瑜伽師謂住加行究竟果作意位中由
此超過加行方便所修作意安住修果是故

說名已度作意又始從修習善法欲已去乃
至未起順決擇分善根於爾所時名初修業
若已起順決擇分善根所謂煥頂隨順諦忍
世第一法若已習行若已證入正住離生得
諦現觀不由他緣於佛聖教不為餘緣之所
引奪當於爾時名度作意由彼超過他緣作
意住非他緣所有作意是故名為已度作意
云何瑜伽修謂有二種一者想修二者菩提
分修
云何想修謂或修世間道時於諸下地修過
患想或修涅槃道時於斷界離欲界滅界觀
見最勝寂靜功德修習斷想離欲想滅想或
修奢摩他時修習止品上下想或修毗鉢舍
那時修習觀品前後想上下想者謂觀察此
身如其所住如其所願上從頂上下至足下

種種雜類不淨充滿謂此身中所有種種髮
毛爪齒如前廣說前後想者謂如有一於所
觀相殷勤懇到善取善思善了善達謂住觀
於坐坐觀於卧或在後行觀察前行此則顯
示以毗鉢舍那行觀察三世緣生諸行謂若
說言住觀於坐此則顯示以現在作意觀察
未來所知諸行所以者何現在作意位已現
生故說名為住未來所知位未現生故臨欲
起故說名為坐若復說言坐觀於卧此則顯
示以現在作意觀察過去所知諸行所以者
何現在作意位臨欲滅故說名為坐過去所
知位已謝滅故說名為卧若復說言或在後
行觀察前行此則顯示以現在作意觀無間
滅現行作意所以者何若已生起無間謝滅
所取作意說名前行若此無間新新生起能

取作意取前無間已謝滅者說名後行當知
此中爲修止觀修彼二品勝光明想是名想
修云何菩提分修謂於三十七菩提分法親
近積集若修若習若多修習是名菩提分修
何等名爲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支聖道四
念住者一身念住二受念住三心念住四法
念住四正斷者一於已生惡不善法爲令斷
故生欲策勵發勤精進策心正斷二於
未生惡不善法爲不生故生欲策勵發勤精
進策心正斷三於未生善法爲令生故
生欲策勵發勤精進策心正斷四於已
生善法爲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
進策心正斷四神足者一欲三摩地斷

比八

十

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
成就神足五根者一信根二精進根三念根
四定根五慧根五力者一信力二精進力三
念力四定力五慧力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
今於此中云何爲身云何於身住循身觀云
何爲念云何念住比八略說身相有三十五謂內
身外身根所攝身非根所攝身有情數身非
有情數身麤重俱行身輕安俱行身能造身
所造身名身色身那洛迦身傍生身祖父國
身人身天身有識身無識身中身表身變異

比八

十五

身不變異身女身男身半擇迦身親友身非親友身中庸身劣身中身妙身幼身少身老身如是名為身相差別住循身觀略有三種謂依身增上聞思修慧由此慧故於一切身一切相正觀察正推求隨觀隨覺念謂依身增上受持正法思惟法義修習作證於文於義修作證中心無忘失若審思惟我於正法為正受持為不爾耶於彼彼義慧善了達為不爾耶善能觸證彼彼解脫為不爾耶如是審諦安住其念名為念住又為守護念為於境無染為安住所緣名為念住為守護念者謂如說言先守護念若常委念為於境無染者謂如說言念守護心行平等位不取其相不取隨好廣說乃至守護意根修意根律儀為安住所緣者謂如說言於四所緣安住其

念謂於遍滿所緣淨行所緣善巧所緣淨戒所緣由此三相善住其念故名念住云何為受謂樂受苦受不苦不樂受樂身受苦身受不苦不樂身受如說身受心受亦爾樂有愛味受苦有愛味受不苦不樂有愛味受無愛味受依耽嗜受當知亦爾樂依出離受苦依出離受不苦不樂依出離受如是總有二十一受或九種受云何為心謂有貪心離貪心有瞋心離瞋心有癡心離癡心略心散心下心舉心掉心不掉心寂靜心不寂靜心定心不定心善修心不善修心善解脫心不善解脫心如是總有二十種心云何為法謂若貪貪毗柰耶法若瞋瞋毗柰耶法若癡癡毗柰耶法若略若散法若下若舉法若掉不掉法若寂靜不寂靜法若定不定法若善修不善

比八

十六

修法若善解脫不善解脫法如是當知建立
黑品白品染品淨品二十種法又樂受者謂
順樂受觸爲緣所生平等受受所攝是名樂
受此若五識相應名身受若意識相應名心
受如順樂受觸如是順苦受觸順不苦不樂
受觸爲緣所生不平等受受所攝非平等非
不平等受受所攝是名苦受不苦不樂受此
若五識相應名身受若意識相應名心受如
是諸受若隨順涅槃隨順決擇畢竟出離畢
竟離垢畢竟能令梵行圓滿名無愛味受若
墮於界名有愛味受若色無色界繫若隨順
離欲名依出離受若欲界繫若不順離欲名
依耽嗜受又有貪心者謂於可愛所緣境事
貪纏所纏離貪心者謂即遠離如是貪纏有
瞋心者謂於可憎所緣境事瞋纏所纏離瞋

比八

十七

心者謂即遠離如是瞋纏有癡心者謂於可
愚可緣境事癡纏所纏離癡心者謂即遠離
如是癡纏如是六心當知皆是行時所起三
煩惱品及此三品對治差別略心者謂由止
行於內所緣繫縛其心散心者謂於外五妙
欲隨順流散下心者謂昏沈睡眠俱行舉心
者謂於淨妙所緣明了顯現掉心者謂太舉
故掉纏所掉不掉心者謂於舉時及於略時
得平等捨寂靜心者謂從諸蓋已得解脫不
寂靜心者謂從諸蓋未得解脫定心者謂從
諸蓋得解脫已復能證入根本靜慮不定心
者謂未能入善修心者謂於此定長時串習
得隨所欲得無艱難得無梗澀復能證入不
善修心者與此相違應知其相善解脫心者
謂從一切究竟解脫不善解脫心者謂不從

一切不究竟解脫如是十四種心當知皆是住時所起依淨蓋地住時所起有八種心謂從略心散心乃至寂靜不寂靜心依淨煩惱地住時所起有六種心謂定心不定心乃至善解脫不善解脫心又於內有蓋能自了知我有諸蓋於內無蓋能自了知我無諸蓋如彼諸蓋未生而生亦能了知如彼諸蓋生已散滅亦能了知於眼有結乃至於意有結能自了知我有眼結乃至我有意結於眼無結乃至於意無結能自了知我眼無結乃至我意無結如彼眼結乃至意結未生而生亦能了知如彼諸結生已散滅亦能了知於內有念等覺支能自了知我有念等覺支於內無念等覺支能自了知我無念等覺支如念等覺支未生而生亦能了知如生已住不忘修

比八

十八

滿倍復修習增長廣大亦能了知如念等覺支如是擇法精進喜安定捨等覺支當知亦爾若能如是如實遍知諸雜染法自性因緣過患對治是為法念住體如說於身住循身觀念及念住如是於受於心於法隨其所應當知亦爾云何於內身等住循身等觀云何於外身等住循身等觀云何於內外身等住循身等觀謂若緣內自有情數身色為境住循身觀是名於內身住循身觀若緣外非有情數色為境住循身觀是名於外身住循身觀若緣外他有情數身色為境住循身觀是名於內外身住循身觀若緣依內自有情數身色所生受心法為境住循三觀是名於內受心法住循受心法觀若緣依外他有情數身色所生

受心法爲境住循三觀是名於外受心法住
循受心法觀若緣依外他有情數身色所生
受心法爲境住循三觀是名於內外受心法
住循受心法觀復有差別謂若緣根所攝有
執有受色爲境是名於內身住循身觀若緣
非根所攝無執無受色爲境是名於外身住
循身觀若緣非根所攝有執有受色爲境是
名於內外身住循身觀如是若緣依前三色
所生受心法爲境隨其所應當知即是住循
三觀復有差別謂若緣自內定地輕安俱行
色爲境是名於內身住循身觀若緣自內不
定地麤重俱行色爲境是名於外身住循身
觀若緣他輕安俱行麤重俱行色爲境是名
於內外身住循身觀如是若緣依前三色所
生受心法爲境隨其所應當知即是住循三

比八

十九

觀復有差別謂若緣內能造大種色爲境是
名於內身住循身觀若緣外能造大種色爲
境是名於外身住循身觀若緣依能造大種
色所生根境所攝造色爲境是名於內外身
住循身觀如是若緣依前三色所生受心法
爲境隨其所應當知即是住循三觀復有差
別謂若緣有識身內色爲境是名於內身住
循身觀若緣無識身有情數青瘀等位色爲
境是名於外身住循身觀若緣無識身色於
過去時有識性有識身色於未來時無識性
相似法性平等法性爲境是名於內外身住
循身觀如是若緣依前三色所生受心法爲
境隨其所應當知即是住循三觀復有差別
謂若緣自中身髮毛爪齒等相爲境是名於
內身住循身觀若緣他中身髮毛爪齒等相

為境是名於外身住循身觀若緣內表身變
 異不變異青瘀等相及緣外表身變異不變
 異青瘀等相相似法性平等法性為境是名
 於內外身住循身觀如是若緣依前三色所
 生受心法為境隨其所應當知即是住循三
 觀如是等類身受心法諸差別門當知多種
 今於此中且顯少分諸門差別又為對治四
 顛倒故世尊建立四種念住謂為對治於不
 淨中計淨顛倒立身念住以佛世尊於循身
 念住中宣說不淨相應四擔怕路若能於此
 多分思惟便於不淨斷淨顛倒為欲對治於
 諸苦中計樂顛倒立受念住以於諸受住循
 受觀如實了知諸所有受皆悉是苦便於諸
 苦斷樂顛倒為欲對治於無常中計常顛倒
 立心念住以能了知有貪心等種種差別經

歷彼彼日夜刹那瞬息須臾非一眾多種種
 品類心生滅性便於無常斷常顛倒為欲對
 治於無我中計我顛倒立法念住由彼先來
 有有我見等諸煩惱故無無我見等諸善法
 故於諸蘊中生起我見以於諸法住循法觀
 如實了知所計諸蘊自相共相便於無我斷
 我顛倒復有差別謂諸世間多於諸蘊唯有
 蘊性唯有法性不如實知橫計有我依止於
 身由依身故受用苦樂受苦樂者由法非法
 有染有淨為欲除遣我所依事愚故立身念
 住為欲除遣我所領受事愚故立受念住為
 欲除遣於心意識執我愚者我事愚故立心
 念住為欲除遣所執我心能染淨事愚故立
 法念住復有差別謂若依此造作諸業若為
 此故造作諸業若造業者若由此故造作諸

業爲總顯示如是一切立四念住當知此中
依止於身造作諸業爲求受故造作諸業心
能造業由善不善法能造諸業復有差別謂
若依此有染有淨若爲此故起染起淨若染
淨者若由此故成染成淨總爲顯示如是一
切立四念住當知此中依止於身有染有淨
爲求受故起染起淨心染淨者由諸法故成
染成淨問念住何義答若於此住念若由此
住念皆名念住於此住念者謂所緣念住由
此住念者謂若慧若念攝持於定是自性念
住所餘相應諸心心法是相雜念住又由身
受心法增上所生善有漏無漏道皆名念住
此復三種一聞所成二思所成三修所成聞
思所成唯是有漏修所成者通漏無漏

瑜伽師地論卷第二十八