

趙城縣廣勝寺



瑜伽師地論卷第二十四

彌勒菩薩說

三藏法師玄奘奉詔譯

聖

瑜伽師地論卷第二十四

彌勒菩薩說

三藏法師玄奘奉詔譯

本地分中聲聞地第十三初瑜伽處中離地第三之三

復次初夜後夜常勤修習寤寤瑜伽者云何初夜云何後夜云何寤寤瑜伽云何常勤修習寤寤瑜伽言初夜者謂夜四分中過初一分是夜初分言後夜者謂夜四分中過後一分是夜後分寤寤瑜伽者謂如說言於晝日分經行宴坐從順障法淨修其心於初夜分經行宴坐從順障法淨修其心淨修心已出住處外洗濯其足還入住處右脅而卧重累其足住光明想正念正知思惟起想巧便而卧至夜後分速疾寤寤經行宴坐從順障法淨修其心常勤修習寤寤瑜伽者謂如有一世尊弟子聽聞寤寤瑜伽法已欲樂修學便依如是寤寤瑜伽作如是念我當成辦佛所聽許寤寤瑜伽發生樂欲精進勤劬超越勇猛勢力發起勇悍剛決不可制伏策勵

其心無間相續此中云何於晝日分經行宴坐從順障法淨修其心言晝日者謂從日出時至日沒時言經行



瑜伽發生樂欲精進勤劬超越勇猛
勢力發起勇悍剛決不可制伏策勵

其心無間相續此中云何於晝日分
經行宴坐從順障法淨修其心言晝
日者謂從日出時至日沒時言經行
者謂於廣長稱其度量一地方所若
往若來相應身業言宴坐者謂如有
一或於大牀或小繩牀或草菜座結
加趺坐端身正願安住背念所言障
者謂五種蓋順障法者謂能引蓋隨
順蓋法云何五蓋謂貪欲蓋瞋恚蓋
惛沉睡眠蓋掉舉惡作蓋及以疑蓋
云何順障法謂淨妙相瞋恚相黑闇
相親屬國土不死尋思追憶昔時笑
戲喜樂承事隨念及以三世或於三
世非理法思問於經行時從幾障法
淨修其心云何從彼淨修其心若從
惛沉睡眠蓋及能引惛沉睡眠障法
淨修其心為除彼故於光明想善巧
精懇善取善思善了善達以有明俱
心及有光俱心或於屏處或於露處
往返經行時隨緣一種淨妙境界極
善亦現勸導讚勵慶慰其心謂或念
佛或法或僧或戒或捨或復念天或
於宣說惛沉睡眠過患相應所有正

法於此法中為除彼故以無量門訶
責毀訾惛沉睡眠所有過失以無量

佛或法或僧或戒或捨或復念天或於宣說惛沉睡眠過患相應所有正

瑜伽師地論卷第五

三

聽字号

法於此法中為除彼故以無量門訶責毀訾惛沉睡眠所有過失以無量門稱揚讚歎惛沉睡眠永斷功德所謂契經應頌記別諷誦自說因緣譬喻本事本生方廣希法及以論議為除彼故於此正法聽聞受持以大音聲若讀若誦為他開示思惟其義稱量觀察或觀方隅或瞻星月諸宿道度或以冷水洗灑面目由是惛沉睡眠纏蓋未生不生已生除遣如是方便從順障法淨修其心問於宴坐時從幾障法淨修其心云何從彼淨修其心答從四障法淨修其心謂貪欲瞋恚掉舉惡作疑蓋及能引彼法淨修其心為令已生貪欲纏蓋速除遣故為令未生極遠離故結加趺坐端身正願安住背念或觀青瘀或觀膿爛或觀變壞或觀脰脹或觀食散或觀血塗或觀其骨或觀其鏤或觀骨鏤或於隨一賢善定相作意思惟或於宣說貪欲過患相應正法於此法中為斷貪欲以無量門訶責毀訾欲貪欲愛欲藏欲護欲著過失以無量

瑜伽師地論卷第五

四

聽

門稱揚讚歎一切貪欲永斷功德所謂契經應頌記別乃至廣說為斷貪

中為斷貪欲以無量門訶責毀訾欲
貪欲愛欲藏欲護欲著過失以無量

門稱揚讚歎一切貪欲永斷功德所
謂契經應頌記別乃至廣說為斷貪
欲於此正法聽聞受持言善通利意
善尋思見善通達即於此法如是宴
坐如理思惟由是因緣貪欲纏蓋未
生不生已生除遣如是方便從順障
法淨修其心於瞋恚蓋法有差別者
謂如是宴坐以慈俱心無怨無敵無
損無惱廣大無量極善修習普於一
方發起勝解具足安住如是第二如
是第三如是第四上下傍布普遍一
切無邊世界發起勝解具足安住餘
如前說於掉舉惡作蓋法有差別者
謂如是宴坐令心內住成辦一趣得
三摩地餘如前說於疑蓋法有差別
者謂如是宴坐於過去世非不如理
作意思惟於未來世於現在世非不
如理作意思惟我於過去為曾有耶
為曾無耶我於過去為曾何有云何
曾有我於未來為當何有云何當有
我於現在為何所有云何而有今此
有情從何而來於此殞沒當往何所
於如是等不如正理作意思惟應正

遠離如理思惟去來今世唯見有法
唯見有事知有為有知無為無住觀

於如是等不如正理作意思惟應正

遠離如理思惟去來今世唯見有法
唯見有事知有為有知無為無唯觀
有因唯觀有果於實無事不增不益
於實有事不毀不謗於其實有了知
實有謂於無常苦空無我一切法中
了知無常苦空無我以能如是如理
思惟便於佛所無惑無疑餘如前說
於法於僧於苦於集於滅於道於因
及因所生諸法無惑無疑餘如前說
又於瞋恚蓋應作是說為斷瞋恚及
瞋恚相於此正法聽聞受持乃至廣
說於掉舉惡作蓋應作是說為斷掉
舉及順彼法於此正法聽聞受持乃
至廣說於其疑蓋應作是說為斷疑
蓋及順彼法於此正法聽聞受持乃
至廣說如是方便從貪欲瞋恚惛沉
睡眠掉舉惡作疑蓋及順彼法淨修
其心是故說言經行宴坐從順障法
淨修其心如已說由法增上從順
障法淨修其心復有由自增上及世
增上從順障法淨修其心云何名為
由自增上謂如有一於諸蓋中隨起
一種便自了知此非善法於所生蓋

不堅執著速疾棄捨擯遣變吐又能
自觀此所生蓋甚可羞耻令心深惱

由自增上謂如有一於諸蓋中隨起
一種便自了知此非善法於所生蓋

瑜伽師地論卷第四

六

聽字号

不堅執者速疾棄捨損遣變吐又能
自觀此所生蓋甚可羞耻令心深惱
令惠羸劣是損害品如是名為由自
增上從順障法淨修其心云何名為
由世增上從順障法淨修其心謂如
有一於諸蓋中隨一已生或將生時
便作是念我若生起所未生蓋當為
大師之所訶責亦為諸天及諸有智
同梵行者以法輕毀彼由如是世增
上故未生諸蓋能令不生已生諸蓋
能速棄捨如是名為由世增上從順
障法淨修其心又為護持諸卧具故
順世儀故晝夜初分經行宴坐從順
障法淨修其心從順障法淨修心已
出住處外洗濯其足洗濯足已還入
住處如法寢卧為令寢卧長養大種
得增長已長益其身轉有勢力轉能
隨順無間常委善品加行問以何因
緣右脅而卧答與師子王法相似故
問何法相似答如師子王一切獸中
勇悍堅猛取為第一比丘亦介於常
修習寤寤瑜伽發勤精進勇悍堅猛
取為第一由是因緣與師子王卧法

瑜伽師地論卷第四

七

聽字号

相似非如其餘鬼卧天卧受欲者卧
由彼一切嬾墮懈怠下劣精進勢力

修習寤寤瑜伽發勤精進勇悍堅猛
寂為第一由是因緣與師子王卧法

瑜伽師地論卷第五十四

七

聽字号

相似非如其餘鬼卧天卧受欲者卧
由彼一切懶墮懈怠下劣精進勢力
薄弱又法應尔如師子王右脅卧者
如是卧時身無掉乱念無忘失睡不
極重不見惡夢異此卧者與是相違
當知具有一切過失是故說言右脅
而卧重累其足云何名為住光明想
巧便而卧謂於光明想善巧精懇善
取善思善了善達思惟諸天光明俱
心巧便而卧由是因緣雖復寢卧心
不惛闇如是名為住光明想巧便而
卧云何正念巧便而卧謂若諸法已
聞已思已熟修習體性是善能引義
利由正念故乃至睡夢亦常隨轉由
正念故於睡夢中亦常記憶令彼法
相分明現前即於彼法心多隨觀由
正念故隨其所念或善心眠或無記
心眠是名正念巧便而卧云何正知
巧便而卧謂由正念而寢卧時若有
隨一煩惱現前染惱其心於此煩惱
現生起時能正覺了令不堅著速疾
棄捨既通達已令心轉還是名正知
巧便而卧云何名為思惟起想巧便

瑜伽師地論卷第五十四

八

聽字号

而卧謂以精進策勵其心然後寢卧於
寢卧時時覺寤如林野鹿不應

棄捨既通達已令心轉還其名正知巧便而卧云何名為思惟起想巧便

瑜伽師地論卷第四

八

聽字号

而卧謂以精進策勵其心然後寢卧於寢卧時時時覺寢如林野鹿不應一切縱放其心隨順趣向臨入睡眠復作是念我今應於諸佛所許惛寢瑜伽一切皆當具足成辦為成辦故應住精勤取極濃厚加行欲樂復作是念我今為修寢寢瑜伽應正發起勤精進住為欲修習諸善法故應正翹勤離諸懶惰起發具足過今夜分至明清旦倍增發起勤精進住起發具足當知此中由第一思惟起想無重睡眠於應起時速疾能起終不過時方乃寢寢由第二思惟起想能於諸佛共所聽許師子王卧如法而卧無增無減由第三思惟起想令善欲樂常無懈廢雖有失念而能後後展轉受學令無斷絕如是名為思惟起想巧便而卧云何至夜後分速疾寢寢經行宴坐從順障法淨其修心夜後分者謂夜四分中過後一分名夜後分彼由如是住光明想正念正知思惟起想巧便而卧於夜中分夜四分中過於一分正習睡眠令於起時

瑜伽師地論卷第四

九

聽字号

身有堪能應時而起非為上品惛沉睡眠纏所制伏令將起時闇鈍薄弱

思惟起想巧便而卧於夜中分夜四分中過於一分正習睡眠令於起時

身有堪能應時而起非為上品昏沉睡眠纏所制伏令將起時闇鈍薄弱懶惰懈怠由無如是闇鈍薄弱懶惰懈怠暫作意時無有艱難速疾能起從諸障法淨修心者如前應知如是廣辯初夜後夜常勤修習寤寤瑜伽已後云何知此中略義謂常勤修習寤寤瑜伽所有士夫補特伽羅略有四種正所作事何等為四一者乃至寤寤常不捨離所修善品無間常委修善法中勇猛精進二者以時而卧不以非時三者無染汙心而習睡眠非染汙心四者以時寤寤起不過時是名四種常勤修習寤寤瑜伽所有士夫補特伽羅正所作事依此四種正所作事諸佛世尊為聲聞眾宣說修習寤寤瑜伽云何宣說謂若說言於晝日分經行宴坐從順障法淨修其心於初夜分經行宴坐從順障法淨修其心由此言故宣說第一正所作事謂乃至寤寤常不捨離所修善品無間常委修善法中勇猛精進若復說言出住處外洗濯其足還入住

處右脅而卧重累其足由此言故宣說第二正所作事謂以持而卧不以

復說言出住處外洗濯其足還入住

處右脅而卧重累其足由此言故宣
說第二正所作事謂以時而卧不以
非時若復說言住光明思正念正知
思惟起想巧便而卧由此言故宣說
第三正所作事謂無染汙心而習睡
眠非染汙心若復說言於夜後分速
疾寤寤經行宴坐從順障法淨修其
心由此言故宣說第四正所作事謂
以時寤寤起不過時此中所說住光
明想正念正知思惟起想巧便卧者
顯由二緣無染汙心而習睡眠非染
汙心謂由正念及由正知復由二緣
以時寤寤起不過時謂由住光明想
及由思惟起想此復云何由正念故
於善所緣攝受而卧由正知故於善
所緣若心退失起諸煩惱即便速疾
能正了知如是名為由二緣故無染
汙心而習睡眠非染汙心由住光明
想及思惟起想無重睡眠非睡眠纏
能速隨逐如是名為由二緣故以時
寤寤起不過時如是宣說常勤修習
寤寤瑜伽所有略義及前所說廣辯
釋義總說名為初夜後夜常勤修習

寤寤瑜伽云何名為而住而住謂如
有一若往若還正知而住若觀若營

寤寤瑜伽所有略義及前所說廣辯
釋義摠說名為初夜後夜常勤修習

瑜伽師地論

十一

聽字号

寤寤瑜伽云何名為而住而住謂如
有一若往若還正知而住若觀若瞻
正知而住若屈若伸正知而住持僧
伽脰及以衣鉢正知而住若食若飲
若斂若嘗正知而住若行若住若坐
若卧正知而住於寤寤時正知而住
若語若默正知而住解勞睡時正知
而住若往若還正知住者云何為往
云何為還云何往還正知而住所言
往者謂如有一往詣聚落往聚落間
往詣家屬往家屬間往詣道場往道
場間所言還者謂如有一從聚落還
聚落間還從家屬還家屬間還從道
場還道場間還所言往還正知住者
謂於自往正知我往及於自還正知
我還於所應往及非所往能正了知
於所應還及非所還能正了知於應
往時及非往時能正了知於應還時
及非還時能正了知於其如是如是
應往及不應往能正了知於其如是
如是應還及不應還能正了知是名
正知彼由成就此正知故自知而往
自知而還往所應往非非所往還所
應還非非所還以時往還不以非時
如其色類動止軌則禮式威儀應往

正知而還往所應往非非所往還所

應還非非所還以時往還不以非時如其色類動止軌則禮式威儀應往應還如是而往如是而還如是名為若往若還正知而住若觀若瞻正知住者云何為觀云何為瞻云何觀瞻正知而住所言觀者謂於如前所列諸事若往若還先無覺慧先無功用先無欲樂於其中間眼見眾色是名為觀所言瞻者謂於如前所列諸事若往若還覺慧為先功用為先欲樂為先眼見眾色謂或諸王或諸王等或諸僚佐或諸梨庶或婆羅門或諸居士或饒財寶長者商主或餘外物房舍屋宇殿堂廊廟或餘世間眾雜妙事觀見此等是名為瞻若復於此觀瞻自相能正了知於所應觀於所應瞻能正了知於應觀時於應瞻時能正了知如所應觀如所應瞻能正了知是名正知彼由成就此正知故自知而觀自知而瞻觀所應觀瞻所應瞻於應觀時於應瞻時而正瞻觀如所應觀如所應瞻如是而觀如是而瞻如是名為若觀若瞻正知而住

若屈若申正知住者云何為屈云何為申云何名為若屈若申正知而住

女尸應者女尸應眠如是而觀如是而瞻如是名為若觀若瞻正知而住

若屈若申正知住者云何為屈云何為申云何名為若屈若申正知而住謂彼如是觀時瞻時若往為先若還為先或屈申足或屈申臂或屈申手或復屈申隨一支節是名屈申若於屈申所有自相能正了知若所屈申能正了知若屈申時能正了知若如是屈及如是申能正了知是名正知彼由成就此正知故於屈於申自知而屈自知而申於所應屈於所應申而屈而申於應屈時於應申時而屈而申如所應屈如所應申

如是而屈如是而申如是名為若屈若申正知而住持僧伽脰及以衣鉢正知住者云何持僧伽脰云何持衣云何持鉢云何持僧伽脰及以衣鉢正知而住謂有大衣或六十條或九條等或兩重剃名僧伽脰被服受用能正將護說名為持若有中衣若有下衣或持為衣或有長衣或應作淨或已作淨如是一切說名為衣被服受用能正將護說名為持若堪受持或鐵或瓦乞食應器說名為鉢現充

受用能正將護說名為持若於如是或僧伽脰或衣或鉢所有自相能正

受用能正將護說名為持若堪受持
或鐵或瓦乞食應器說名為鉢現充

受用能正將護說名為持若於如是
或僧伽脰或衣或鉢所有自相能正
了知於所應持或僧伽脰或衣或鉢
或淨不淨能正了知若於此時或僧
伽脰或衣或鉢已持應持能正了知
若於如是或僧伽脰或衣或鉢應如
是持能正了知是名正知彼由成就
此正知故於所應持或僧伽脰或衣
或鉢自知而持持所應持於應持時
而能正持如所應持如是而持如是
名為持僧伽脰及以衣鉢正知而住
若食若飲若散若嘗正知住者云何
為食云何為飲云何為散云何為嘗
云何若食若飲若散若嘗正知而住
謂諸所有受用飲食物名為食此復
二種一散二嘗云何為散謂散餅麩
或飯或糜或羹或臠或有所餘造作
轉變可散可食能持生命如是等類
皆名為散亦名為食云何為嘗謂嘗
乳酪生酥熟酥油蜜沙糖魚肉鹽鮓
或新果實或有種種咀嚼品類如是
一切物名為嘗亦名為食云何為飲
謂沙糖汁或石蜜汁或飲漿飲或鑽

酪飲或酢為飲或抨酪飲乃至於水
搃名為飲若於如是若食若飲若散

一七物名為寧亦名為食云何為飲
謂沙糖汁或石蜜汁或飲漿飲或鑽

瑜伽師地論二十四

五

聽字号

酪飲或酢為飲或抨酪飲乃至於水
搃名為飲若於如是若食若飲若斃
若嘗所有自相能正了知若於一切
所食所飲所斃所嘗能正了知若於
亦時應食應飲應斃應嘗能正了知
若於如是應食應飲應斃應嘗能正
了知是名正知彼由成就此正知故
於自所有若食若飲若斃若嘗自知
而食自知而飲自知而斃自知而嘗
於所應食於所應飲於所應斃於所
應嘗正食正飲正斃正嘗應時而食
應時而飲應時而斃應時而嘗如所
應食乃至如所應嘗如是而食乃至
如是而嘗如是名為若食若飲若斃
若嘗正知而住若行若住廣說乃至
若解勞睡正知住者云何為行云何
為住云何為坐云何為卧云何寤寤
云何為語云何為默云何名為解於勞
睡云何於行廣說乃至於解勞睡正
知而住謂如有一於經行處來往經
行或復往詣同法者所或涉道路如
是等類說名為行復如有一住經行
處住諸同法阿遮利耶鄔波陀耶及

瑜伽師地論二十四

十六

聽字号

諸尊長等尊長前如是等類說名為
住復如有一或於大牀或小繩牀或

是等類說名為行復女有一住經行
處住諸同法阿遮利耶鄔波陀耶及

諸尊長等尊長前如是等類說名為
住復如有一或於大牀或小繩牀或
草菜座或諸敷具或尼師檀結加趺
坐端身正願安住背念如是等類說
名為坐復如有一出住處外洗濯其
足還入住處或於大牀或小繩牀或
草菜座或阿練若或在樹下或空閑
室右脅而卧重疊其足如是等類說
名為卧復如有一於晝日分經行宴
坐從順障法淨修其心於初夜分於
後夜分經行宴坐從順障法淨修其
心說名寤寤復如有一常勤修習如
是寤寤於未受持正受正習令得究
竟所謂契經應頌記別廣說如前即
於如是已所受法言善通利謂大音
聲若讀若誦或復為他廣說開示於
時時間與諸有智同梵行者或餘在
家諸賢善者語言談論共相慶慰為
欲勸勵及求資具如是等類說名為
語復如有一隨先所聞隨先所習言
善通利究竟諸法獨處空閑思惟其
義籌量觀察或處靜室令心内住等
住安住及與近住調伏寂靜寂極寂

靜一趣等持或復於彼毗鉢舍那修
瑜伽行如是等類說名為默復如有一

往安住及與近住調伏寂靜寂極寂

瑜伽師地論卷第十四

十七

聽字号

靜一趣等持或復於彼毗鉢舍那修
瑜伽行如是等類說名為默復如有
一於其熱分極炎暑時或為熱逼或
為劬勞便生疲倦非時昏寐樂著睡
眠是名勞睡若復於行廣說乃至於
解勞睡所有自相能正了知於所應
行乃至於應所解勞睡能正了知於
應行時乃至於應解勞睡時能正了
知如所應行乃至如所應解勞睡能
正了知是名正知彼由成就此正知
故於其自行乃至於其自解勞睡正
知而行乃至正知而解勞睡若所應
行乃至若所應解勞睡即於彼行乃
至於彼解於勞睡若時應行乃至若
時應解勞睡即此時行乃至此時解
於勞睡如所應行乃至如所應解勞
睡如是而行乃至如是而解勞睡如
是名為於行於住於坐於卧於其寤
寤於語於默於解勞睡正知而住復
此如是正知而住云何次第為顯何
事謂如有一依止如是村邑聚落亭
邏而住作是思惟我今應往如是村
邑聚落亭邏巡行乞食如是乞已出

瑜伽師地論卷第十四

十八

聽字号

遠本處又於如是村邑等中或有居
家我不應往何等居家謂唱令家或

邑聚落亭邏巡行乞食如是乞已出

遠本處又於如是村邑等中或有居家我不應往何等居家謂唱令家或酤酒家或姪女家或國王家或旃荼羅羯耻那家或復有家一向誹謗不可迴轉或有居家我所應往謂刹帝利大族姓家或婆羅門大族姓家或諸居士大族姓家或僚佐家或饒財家或長者家或商主家又有居家我雖應往不應太早太晚而往若施主家有邊務時亦不應往若戲樂時若有營構嚴飾事時若為世間弊穢法時若忿競時亦不應往又如所往如是應往不與暴亂惡鳥俱行不與暴亂衆車惡馬惡牛惡狗而共同行不入肉藪不蹈棘刺不踰牆垣不越坑塹不墮山岸不溺深水不履糞穢應隨月喻往施主家具足慚愧遠離憍傲盪滌身心不求利養不希恭敬如自獲得所有利養心生喜悅如是於他所得利養心亦喜悅不自高舉不輕蔑他心懷哀愍又應如是自持其心往施主家豈有出家往詣他所要望他施非不惠施廣說乃至要當速

疾而非遲緩又作是心我於今改往施主家所受施物應知其量又我不

心往施主家豈有出家往詣他所要
望他施非不惠施廣說乃至要當速

疾而非遲緩又作是心我於今改往
施主家所受施物應知其量又我不
應利養因緣矯詐虛誑現惑乱相以
利求利得利養已無染無愛亦不耽
嗜饕餮迷悶堅執涵著而受用之復
於已往或正往時觀見衆色於此衆
色一分應觀或有一分所不應觀於
不應觀所有衆色當攝其眼善護諸
根於所應觀所有衆色應善住念而
正觀察何色類色所不應觀謂諸伎
樂戲笑歡娛或餘遊戲所作歌舞音
樂等事如是復有女色殊勝幼少盛
年美妙形色或復有餘所見衆色能
壞梵行能障梵行能令種種諸惡不
善尋思現行如是色類所有衆色不
應觀視何色類色是所應觀謂諸所
有衰老朽邁上氣者身偃僕憑杖戰
掉者身或諸疾苦重病者身脚腫手
腫腹腫面腫膚色萎黃瘡癬疥癩衆
苦逼迫身形委頓身形洪爛諸根闇
鈍或有天喪死經一日或經二日或經
七日被諸鳥鵲餓狗鷄鷲狐狼野干
種種暴惡傍生禽獸之所食取或命

終已出置高牀上施愜帳前後大衆
或哀或哭以其灰土塵全身髮生愁

七日被諸鳥鵲餓狗鷄鷲狐狼野干
種種暴惡傍生禽獸之所食敢或命

瑜伽師地論

二十四

二十

聽字號

終已出置高牀上施愾帳前後大眾
或哀或哭以其灰土塵全身髮生愁
生苦生悲生怨生憂生惱如是等類
所有衆色我應觀察觀是衆色能順
梵行能攝梵行能令諸善尋思現行
不應搖身搖臂搖頭跳躑擗手叉臂
竦肩入施主家不應輒坐所不許座
不應不審觀座而坐不應放縱一切
身分不應翹足不應交足不太狹足
不太廣足端嚴而坐不應開細不軒
不磔亦不褻張而被法服所服法衣
並皆齊整不高不下不如象鼻非如
多羅樹間房穗非如龍首非如豆搏
而被法服不應持鉢預就其食不應
持鉢在飲食上不應置鉢在雜穢處
若坑澗處若崖岸處又應次第受用
飲食不應以飯覆羹臙上不以羹臙
覆其飯上不應饕餮受諸飲食不應
嫌恨受諸飲食不太麤食不太細食
應圓搏食不應舐手不應舐鉢不振
手食不振足食不應齧斷而食其食
從施主家還歸住處於晝夜分在自
別人所經行處徃反經行非於他處

瑜伽師地論卷第十四

五

聽字號

非不委處非不恣處非不與處而輒
經行非身勅勞非身度卷第十四

徙施主家還歸住處於晝夜分在自
別人所經行處徃反經行非於他處

瑜伽師地論卷第四

五

聽字号

非不委處非不恣處非不與處而輕
經行非身劬勞非身疲倦非心掉舉
所制伏時而習經行為修善品為善
思惟內攝諸根心不外亂而習經行
不太馳速不太躁動亦非一向專事
徃來而習經行時時進步時時停住
而習經行如是於自所居住處自院
自房別人處僧分與處非於他處非
委處非不恣處習經行已復於大牀
或小繩牀或草菜座或尼師壇或阿
練若樹下塚間或空閑室結加趺坐
端身正願安住背念而習宴坐於夜
中分如法寢息於晝日分及夜初分
修諸善品不應太急如是寢時應如
前說住光明想正念正知思惟起想
於夜後分速疾寤寤或於語論或於
讀誦勤修加行或為修斷閑居宴默
思惟法時應當遠離順世典籍綺字
綺句綺飾文詞能引無義不能令證
神通等覺究竟涅槃復於如來所說
正法取極甚深相似甚深空性相應
隨順緣性及諸緣起殷重無間善攝
善受令堅令住令無失壞為成正行

瑜伽師地論

五

五

聽字号

不為利養恭敬稱譽又於是法言善
通利慧善觀察於誼雜衆不樂習近

隨順緣性及諸緣起殷重無間善攝
善受令堅今住令無失壞為成正行

瑜珈師地論

十四

三二

勝字

不為利養恭敬稱譽又於是法言善
通利慧善觀察於誼雜衆不樂習近
不樂多業不樂多言於時時間安住
正念與諸有智同梵行者語言談論
共相慶慰樂興諸問樂求諸善無違
諍心言詞稱量言詞合理言詞正直
言辭寂靜樂勤為他宣說正法又應
宴默於惡不善所有尋思不樂尋思
又於非理所有諸法不樂思惟於自
所證離增上慢於少下劣差別證中
不生喜足於上所證中無退屈善能
遠離不應思慮時時修習止觀瑜伽
樂斷樂修無間修習殷重修習又於
熱分極炎暑時勇猛策勵發勤精進
隨作一種所應作事勞倦因緣遂於
非時發起昏睡為此義故暫應寢息
欲令昏睡疾除遣勿經久時損減
善品障身善品於寢息時或關閉門
或令比丘在傍看守或毗奈耶隱密
軌則以衣蔽身在深隱處須臾寢息
令諸勞睡皆悉除遣如是名為正知
而住先後次第謂依行時及依住時
又於善品先未趣入心興加行如理

瑜珈師地論十四

三三

作意俱行妙慧說名正知即此正知
行時住時一切成辦無所減少如是

而住先後次第謂依行時及依住時
又於善品先未趣入心興加行如理

作意俱行妙慧說名正知即此正知
行時住時一切成辦無所減少如是
名為正知而住當知此中若往若還
若觀若瞻若屈若申持僧伽脰及以
衣鉢若食若飲若斂若嘗正知而住
由是名為於村邑等如法行時正知
而住若行若住若坐若卧若習寤寤
若語若默若解勞睡正知而住由是
名為於其住處如法住時正知而住
如是應知已廣分別正知而住復云
何知此中略義謂於行時五種業於
其住時有五種業行時住時正知而
住有四種業如是名為正知而住所
有略義云何行時有五種業一者身
業二者眼業三者一切支節業四者
衣鉢業五者飲食業如是名為行時
五業謂若說言若往若還此言顯示
行時身業若復說言若觀若瞻此言
顯示行時眼業若復說言若屈若申
此言顯示行時一切支節業若復說
言持僧伽脰及以衣鉢此言顯示行
時衣鉢業若復說言若食若飲若斂
若嘗此言顯示行時飲食業云何名

為住時五業一者身業二者語業三
者意業四者晝業五者夜業謂若說

明不金業若復語言若食若飲若罪
若嘗此言顯示行時飲食業云何名

為住時五業一者身業二者語業三
者意業四者晝業五者夜業謂若說
言若行若住若坐此言顯示住時身
業若復說言若語此言顯示住時語
業若復說言若卧若默若解勞睡此
言顯示住時意業若復說言若習寤
寤此言顯示住時晝業夜業身業語
業又若卧者此言顯示住時夜業當
知是名住時五業云何名為行時住
時正知而住所有四業謂初依彼行
業住業起如是業即於彼業安守正
念不放逸住當知此業正念所攝不
放逸攝若於是事是處是時如量如
理如其品類所應作者即於此事此處
此時如量如理如其品類正知而作
彼由如是正知作故於現法中無罪無
犯無有惡作無變無悔於當來世亦
無有罪身壞死後不墮惡趣不生一
切那落迦中為得未得積習資糧如
是名為正知而住所有略義前廣分
別今此略義一切捨名正知而住