

Sati-sampajaññaṃ

正念正知

214. “Kathañca (pg. 1.0067) mahārāja, bhikkhu satisampajaññaena saman nāgato hoti? Idha, mahārāja, bhikkhu abhikkante paṭikkante sampajānakāri hoti, ālokite vilokite sampajānakāri hoti, samiñjite pasārite sampajānakāri hoti, saṅg hāṭi-patta-cīvara-dhāraṇe sampajānakāri hoti, asite pīte khāyite sāyite sampajā nakāri hoti, uccārapassāvakamme sampajānakāri hoti, gate ṭhite nisinne sutte j āgarite bhāsīte tuṅhibhāve sampajānakāri hoti. Evaṃ kho, mahārāja bhikkhu s atisampajaññaena samannāgato hoti.

六五 大王!又如何比丘具足正念、正智耶?大王!茲有比丘於進、於退以具正智，於瞻前、於顧後亦具正智。又屈伸手足時、持下衣、上衣及鉢時，飲食嘗味時，大小便時，行住坐臥時，覺醒時，語時，默時，皆具正智。大王!比丘如是具足正念、正智。

《佛光大辭典》(p1990)：

正念

梵語 samyak-smṛti，巴利語 sammasati。指真正之念。八正道之一。又作諦意。即如實憶念諸法之性相而不忘失。可分為二：

(一)世俗有漏正念，即與有漏作意相應之善念。

(二)出世間無漏正念，即依無漏之正見能思惟諦境，而與無漏作意相應的明記不忘之念。有關正念之體性，據《大毘婆沙論》卷九十六載，念根、念力與正念，皆攝入念覺支。

據《俱舍論》卷二十五載，念根、念力、念覺支與正念，皆以念為體。

《摩訶止觀》卷七上則謂「念」為「忍」之義，並配於天台宗之四教，即三藏教之正念為伏忍，通教之正念為柔順忍，別教之正念為無生忍，圓教之正念為寂滅忍。

〔雜阿含經卷二十八、中阿含卷七分別聖諦經、八正道經、轉法輪經〕_p1990

不正知

梵語 a-samprajanya。心所(心之作用)之名。指誤解所觀之境之精神作用。即不符合佛教教義之認識。以此心所遍滿一切染心，故說一切有部將之攝屬十大煩惱地法；於唯識宗，以其為八大隨惑之一，並認為不正知既以障蔽正知之故，易於毀犯為業，故有敗壞戒律之作用；俱舍宗則視其為被煩惱所污之智慧，故不認為是獨立之心所。又瑜伽師地論卷五十五以之為「癡」之一部分。〔大毘婆沙論卷四十二、卷四十三、俱舍論卷四、成唯識論卷六〕_p964

《雜阿含經》(503)

本經敘說目犍連以神通力和世尊遙隔而共語，舍利弗讚嘆其大功德力。相應部(S. 21. 3. Ghaṭṭha) 水缸
如是我聞：

一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。爾時，尊者舍利弗、尊者大目犍連、尊者阿難在王舍城迦蘭陀竹園，於一房共住。

時，尊者舍利弗於後夜時告尊者目犍連：「奇哉！尊者目犍連！汝於今夜住寂滅正受 (santa-vihāra 寂靜住，即心無煩惱遠離憤亂而安住)。」

尊者目犍連聞尊者舍利弗語，尊者目犍連言：「我都不聞汝喘息之聲。」

尊者目犍連言：「此非寂滅正受，鹿正受住耳。尊者舍利弗！我於今夜與世尊共語。」

尊者舍利弗言：「目犍連！世尊住舍衛國祇樹給孤獨園，去此極遠，云何共語？汝今在竹園，云何共語？汝以神通力至世尊所？為是世尊神通力來至汝所？」

尊者目犍連語尊者舍利弗：「我不以神通力詣世尊所，世尊不以神通力來至我所，然我於舍衛國王舍城中聞。世尊及我俱得天眼、天耳故。我能問世尊：『所謂慍懃精進 (āraḍḍha-viriya 努力精進)，云何名為慍懃精進？』世尊答我言：『目犍連！若此比丘書則經行、若坐，以不障礙法(註自淨其心)；初夜若坐、經行，以不障礙法自淨其心；於中夜時，出房外洗足，還入房，右脇而臥，足足相累，繫念明相，正念正知，作起思惟；於後夜時，徐覺徐起，若坐亦經行，以不障礙法自淨其心。目犍連！是名比丘慍懃精進。』

尊者舍利弗語尊者目犍連言：「汝大目犍連真為大神通力、大功德力，安坐而坐，我亦大力，得與汝俱。目犍連！譬如大山，有人持一小石，投之，大山色味悉同。我亦如是，得與尊者大力大德，同座而坐。譬如世間鮮淨好物，人皆頂戴。如是，尊者目犍連大德大力，諸梵行者皆應頂戴。諸有得遇尊者目犍連交遊往來，恭敬供養者，大得善利；我今亦得與尊者大目犍連交遊往來，亦得善利。」

時，尊者大目犍連語尊者舍利弗：「我今得與大智大德尊者舍利弗同座而坐，如以小石投之大山，得同其色。我亦如是，得與尊者大智舍利弗同座而坐，為第二伴。」

時，二正士共論議已，各從座起而去。

註：不障礙法：以經行、靜坐來調和對治昏沉與掉舉，使心等持於「止、觀」，不障礙法之修行。

(五五)《中阿含》「習相應品」《涅槃經》：

佛光電子大藏經《阿含藏》中阿含經卷第十注解(093)：本經敘說世尊告諸比丘：涅槃以解脫為習，……正信以苦為習，乃至行以無明為習；觀十二因緣而得涅槃。

我聞如是：

一時，佛遊舍衛國，在勝林給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：「涅槃有習，非無習。何謂涅槃習？答曰：『解脫為習。』解脫亦有習，非無習。何謂解脫習？答曰：『無欲為習。』無欲亦有習，非無習。何謂無欲習？答曰：『厭為習。』厭亦有習，非無習。何謂厭習？答曰：『見如實、知如真為習。』見如實、

知如真亦有習，非無習。何謂見如實、知如真習？答曰：『定為習。』定亦有習，非無習。何謂定習？答曰：『樂為習。』樂亦有習，非無習。何謂樂習？答曰：『止為習。』止亦有習，非無習。何謂止習？答曰：『喜為習。』喜亦有習，非無習。何謂喜習？答曰：『歡悅為習。』歡悅亦有習，非無習。何謂歡悅習？答曰：『不悔為習。』不悔亦有習，非無習。何謂不悔習？答曰：『護戒為習。』護戒亦有習，非無習。何謂護戒習？答曰：『護諸根為習。』

「護諸根亦有習，非無習。何謂護諸根習？答曰：『正念、正智為習。』正念、正智亦有習，非無習。何謂正念、正智習？答曰：『正思惟為習。』正思惟亦有習，非無習。何謂正思惟習？答曰：『信為習。』信亦有習，非無習。何謂信習？答曰：『苦為習。』苦亦有習，非無習。何謂苦習？答曰：『老死為習。』老死亦有習，非無習。何謂老死習？答曰：『生為習。』生亦有習，非無習。何謂生習？答曰：『有為習。』有亦有習，非無習。何謂有習？答曰：『受為習。』受亦有習，非無習。何謂受習？答曰：『愛為習。』愛亦有習，非無習。何謂愛習？答曰：『覺為習。』覺亦有習，非無習。何謂覺習？答曰：『更樂為習。』更樂亦有習，非無習。何謂更樂習？答曰：『六處為習。』六處亦有習，非無習。何謂六處習？答曰：『名色為習。』名色亦有習，非無習。何謂名色習？答曰：『識為習。』識亦有習，非無習。何謂識習？答曰：『行為習。』行亦有習，非無習。何謂行習？答曰：『無明為習。』

「是為緣無明行，緣行識，緣識名色，緣名色六處，緣六處更樂，緣更樂覺，緣覺愛，緣愛受，緣受有，緣有生，緣生老死，緣老死苦。//習苦，便有信；習信，便有正思惟；習正思惟，便有正念正智；習正念正智，便有護諸根、護戒、不悔、歡悅、喜、止、樂、定、見如實、知如真、厭、無欲、解脫；習解脫，便得涅槃。」

佛說如是，彼諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！

無明→行→識→名色→六入→觸→受→愛→取→有→生→老死→苦 //

苦→信→正思惟→正念正知→守護諸根→護戒→不悔→歡悅→喜→止→樂
→定→如實知見→厭→離欲→解脫→涅槃。

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷第四十四（大正 27·230b）：

世間諸瀑流，正念能防護；若令畢竟斷，其功唯正知。

問：根律儀、根不律儀，各以何為自性？

答：根律儀以正念正知為自性，根不律儀以失念不正知為自性。

云何知然？經為量故。如契經說：「天告苾芻：汝今不應自開瘡漏。」苾芻答曰：「我當覆之。」天復語言：「瘡漏非小，以何能覆？」苾芻答曰：「我當覆以正念正知。」天曰：「善哉！此為真覆。」故知，此二是根律儀覆護律儀。義相似故，根不律儀翻前而立故，是失念及不正知。

《阿毘達磨俱舍論》卷十四（大正 29·73b）：

又契經說：「應善守護、應善安住眼根律儀。」此意根律儀，以何為自性？此二自性，非無表色。若爾是何？頌曰：「**正知正念合，名意根律儀。**」

論曰：為顯如是二種律儀，俱以正知正念為體故，列名已復說合言，謂意律儀慧念為體，即合二種為根律儀。

《六門教授習定論》（大正 31·775a）：

釋曰：於彼住中，差別有九，謂：最初住、正念住、覆審住、後別住、調柔住、寂靜住、降伏住、功用住、任運住。

此等並依阿笈摩經，隨句次第而為修習：

- 1· 若於最初，學緣境時，其心堅執名「**最初住**」。
 - 2· 次於後時，令其正念流注不斷，名「**正念住**」。
 - 3· 若依託此，有亂心生，更覆審察緣境而住，名為「**覆審住**」。
 - 4· 次於後時，轉得差別，名「**後別住**」。
 - 5· 次於後時，對治生起，心得自在，生歡喜時，名「**調柔住**」。
 - 6· 於此喜愛，以無愛心對治生時，無所愛樂，其心安靜，名「**寂靜住**」。
 - 7· 次於後時，所有已生、未生重障煩惱，為降伏故，名「**降伏住**」。
 - 8· 次於後時，以加行心，於所緣境，無間隨轉，一緣而住，名為「**功用住**」。
 - 9· 次於後時，於所緣境，心無加行，任運隨流，無間入定，緣串習道，名「**任運住**」。
- 此之九種心不流散，名之為住。**應知以此不散之言，與堅執等皆相配屬。

《成實論》卷第六「念品第八十六」（大正 32·287a）：

心作發名「念」，此念是作發相，故念念能更生異心。

又說：念相能成辦事。如經中說：「若眼內入不壞色，外入在現前，是中若無能生異心念者，則眼識不生。」

問曰：諸識知皆以念力生不？

答曰：不也。所以者何？諸識知生不必定。

- 1· 或以**作發力**生，如強除欲等；
- 2· 或以**根力**故生，如明目者能察毫端；
- 3· 或以**緣力**故生，如遠見燈不見其動；
- 4· 或**善習**故生，如工巧等；
- 5· 或以**諦取相**故生，如所著色；
- 6· 或**法自應生**，如劫盡時禪；
- 7· 或以**時節**故生，如短命眾生惡心；
- 8· 或以**生處**故生，如牛羊等心；

9. 或隨身力故生，如男女等心；
10. 或隨年故生，如小兒等心；
11. 或以疲倦故生，或以業力故生，如受諸欲。
12. 或以定力故生，如繫心一處，知識增長；
13. 或以畢定故生，如次無礙道必生解脫；
14. 或以久厭故生，如厭辛苦則思甜味；
15. 或隨所樂故生，如對色等；
16. 或樂觀色，不喜聽聲，青等亦爾；
17. 或以細軟故生，如毛入目則生苦心，餘處不然。
18. 或以苦滅故生，如除目患則食得味。
19. 或以滅障故生，如除欲等則知其過。
20. 或漸次故生，如因下生中，因中生上。
21. 或隨所偏故生。

(略)是念二種：一、正，二、邪。「正」謂順理，如說正問正難，是名可答有理難問。又問諸法實相無常性等，是名為正。

又隨所能成故名為正，故知隨順道念、真實念等名為正念。

又隨人時念名為正念，如多欲人不淨觀為正念，心沒時發相為正念，與此相違名為邪念。

正念能生一切功德，邪念能起一切煩惱。

第26講20040727

《清淨道論》(底本 162)

在「念與正知」一句中，憶念為念，正當的知為正知。這是指人所具有的念與正知而言。此中：「念」以憶念為相，不忘失為味，守護為現起。

「正知」以不痴為相，推度為味，選擇為現起。

雖在前面的諸禪之中亦有念與正知——如果失念者及不正知者，即近行定也不能成就，何況安止定——然而彼等諸禪粗故，猶如行于地上的人，禪心的進行是樂的，那里的念與正知的作用不明。由于舍斷于粗而成此禪的細，譬如人的航運于劍波海，其禪心的進行必須把握于念及正知的作用，所以這樣說。

更有什麼說念與正知的理由呢？譬如正在哺乳犢子，將它與母牛分開，但你不看守它的時候，它必定會再跑近母牛去；如是這第三禪的樂雖從喜分，如果不以念與正知去守護它，則必然又跑進于喜及不喜相應。或者諸有情是戀著于樂，而此三禪之樂是極其微妙，實無有樂而過于此，必須由于念與正知的威力才至戀于此樂，實無他法。為了表示這特殊的意義，故僅于第三禪說念與正知。

（底本 284）：

此時他便置心于（出入息的）自然的所觸（之處）而起作意。即（出入息）于長鼻者的鼻孔起觸，于短鼻者的上唇（起觸）。是故那比丘即以「（出入息）于此處觸」而安置（其心）于相（即觸處）。即以這種意義而考察，如世尊說：「諸比丘！我不說忘念（mutthassati）及不正知（asampajāna）之人是安般念的修習者」。

雖然任何業處都只是念者及正知者而成就，但于此（安般念）以外的（業處）作意者是明了的。然而這重要而難修的安般念業處，只是佛、辟支佛、佛子等大人物的作意境地，不是低的有情所能習得的。對於（安般念）作意，則愈加寂靜而微細，故于此（修習）必須有強念與強慧。

譬如縫細妙的衣服時，針要細，穿針孔的更要細，如是修習（安般念）業處之時像縫細妙之衣，像針的念，及如穿針孔的（與念）相應的慧必須堅強。

其次具足了此念（sati）與慧（paññā）的比丘，對於出入息（之相）不應向自然的觸處（鼻孔或上唇）以外去希求。

譬如農夫，耕田之后，卸去軛牛，放到草地上，（自己）坐于樹蔭之下休息，此時他的牛便很快的進入森林去了。如果是伶俐的農夫，想再捕他的牛來耕田，不必尾行它們的足跡而彷徨于森林中，但拿了繩和鞭，直接跑到它們的浴場，浴了及飲了水之后便上來站著，此時（農夫）看見了之后，便系之以繩，擊之以鞭，牽來駕軛再耕。同樣的，比丘之于出入息（之相）不向自然的觸處以外去希求，但取其念繩及慧鞭，而置其心于自然的觸處而起作意。他這樣作意，不久之后，那些出息入息便再現起，如諸牛之集合于浴場相似。此后那比丘便系之念繩而軛之于（自然的觸）處，更系之慧鞭，于（安般念）業處數數而精勤。

第27講20040728

《瑜伽師地論》卷第 23（大正 30·406b）：**根律儀**

云何「根律儀」（indriya-saṃvarah）？謂如有一能善安住密護根門，防守正念，常委正念，乃至廣說。

云何名為「密護根門」（indriyair-guptadvāro-viharati）？謂防守正念，常委正念，廣說乃至防護意根，及正修行意根律儀，如是名為密護根門。

云何名為「防守正念」（āraṅgita-smṛtir）？謂如有一密護根門增上力故。攝受多聞、思惟、修習，由聞、思、修增上力故獲得正念，為欲令此所得正念無忘失故，能趣證故，不失壞故，於時時中即於多聞、若思、若修正作瑜伽，正勤修習，不息加行，不離加行，如是由此多聞、思、修所集成念，於時時中善能防守正聞、思、修瑜伽作用，如是名為防守正念。

云何名為「常委正念」（nīpaka-smṛtir）？謂於此念恒常所作、委細所作。當知此中：恒常所作名「無間作」，委細所作名「殷重作」；即於如是無間所作、殷重所作，總說名為常委正念。如其所有「防守正念」，如是於念能不忘失；如其所有「常委正念」，如是即於無忘失念，得任持力，即由如是功能勢力，制伏色、聲、香、味、觸、法。

云何名為「念防護意」（smṛty-āraṅgita-mānaso）？謂眼色為緣生眼識，眼識無間生分別

意識，由此分別意識於可愛色將生染著，於不可愛色將生憎恚，即由如是念增上力，能防護此非理分別（*ayoniśo-vikalpāt*）起煩惱意，令其不生所有煩惱。如是耳、鼻、舌、身，廣說當知亦爾。

意法為緣生意識，即此意識，有與非理分別俱行能起煩惱，由此意識於可愛色法將生染著，於不可愛色法將生憎恚，亦由如是念增上力，能防護此非理分別起煩惱意，令其不生所有煩惱，如是名為念防護意。

云何名為「行平等位」（*samā-vasthāva-cārako*）？平等位者，謂或善捨，或無記捨，由彼於此非理分別起煩惱意，善防護已，正行善捨、無記捨中，由是說名行平等位，如是名為行平等位。

云何「於此非理分別起煩惱意能善防護」？謂：

1· 於色、聲、香、味、觸、法，不取其相（*na nimittagrāhi*），不取隨好（*nānuvyañjanagrāhi*），終不依彼發生諸惡不善尋思，令心流漏。

2· 若彼有時忘失念故，或由煩惱極熾盛故，雖離取相及取隨好，而復發生惡不善法令心流漏，便修律儀，由是二相故，能於此非理分別起煩惱意能善防護。

云何「此意由是二相善防護已，正行善捨，或無記捨」？謂即由是二種相故。

云何二相？謂：1· 如所說防護眼根，及 2· 正修行眼根律儀。如說眼根防護律儀，防護耳、鼻、舌、身、意根，及正修行意根律儀，當知亦爾。由是二相，於其善捨無記捨中，令意正行。

云何名為「惡不善法」？謂諸貪欲，及貪所起諸身惡行、諸語惡行、諸意惡行。

云何「於眼所識色中不取其相」（*na nimittagrāhi*）？言取相者，謂於眼識所行色中，由眼識故取所行相，是名於眼所識色中執取其相。若能遠離如是眼識所行境相，是名於眼所識色中，不取其相，如於其眼所識色中如是，於耳、鼻、舌、身、意所識法中，當知亦爾。

云何「於眼所識色中不取隨好」（*nānuvyañjanagrāhi*）？取隨好者，謂即於眼所識色中，眼識無間俱生分別意識執取所行境相，或能起貪，或能起瞋，或能起癡，是名於眼所識色中執取隨好。若能遠離此所行相，於此所緣不生意識，是名於眼所識色中不取隨好。如於其眼所識色中如是，於耳、鼻、舌、身、意所識法中，當知亦爾。

復有，餘類執取其相、執取隨好。言「取相」者，謂色境界，在可見處能生作意，正現在前，眼見眾色，如是名為執取其相。「取隨好」者，謂即色境，在可見處能生作意，正現在前，眼見色已，然彼先時從他聞有如是如是眼所識色，即隨所聞名、句、文、身，為其增上，為依為住，如是士夫補特伽羅隨其所聞種種分別眼所識色，如是名為執取隨好。如於其眼所識色中，如是於耳、鼻、舌、身、意所識法中，當知亦爾。

又此取相，及取隨好，或有由此因緣，由此依處，由此增上，發生種種惡不善法令心流漏；或有由此因緣，由此依處，由此增上，不生種種惡不善法令心流漏。若於此中執取其相、執取隨好，不如正理，由此因緣，由此依處，由此增上，發生種種惡不善法令心流漏。彼於如是色類境界，遠離取相，及取隨好。若諸瞋恚若諸愚癡及二所起諸身惡行。諸語惡行。諸意惡行。是名種種惡不善法。