

# 隨觀法目之知覺通路以禪修

115 年佛陀教育基金會課程：「佛教禪修初階精進」

2026/4/30, 5/7, 2:00-5:00 pm

釋心傳，關西·潮音禪寺 (20260406 版)

提綱：一、關鍵概念。二、隨觀法目(或法理)之經證：隨觀法目之知覺通路的一節。三、經文重點整理。四、「隨觀·法目之知覺通路」在預備入門的心理準備。五、「隨觀·法目之知覺通路」在預備入門的加強體認。六、結語。

## 一、關鍵概念

(1.1.) 法(*dhamma* (Pāli); *dharma* (Skt.)). 梵文 *dharma* (m.), 字根√*dhr*, 保持、維持、支持、承擔；*dhr̥ta* (ppp.); *dhāraya-* (使役形字幹). 在佛教典籍, *dharma*, 音譯為達磨, 通常翻譯為法, 可理解為法目、項目、分析或討論的單位項目、修行的單位項目、法理、道理、教義、規則、規範。簡言之, 「法」或「法目」(*dharma*), 是佛法教學或修行的單位項目; 「法理」, 則在凸顯佛法教學或修行的義理或真實。

(1.2.) 知覺通路(*āyatana* (Pāli; Skt.)). 梵文 *ā-yatana* (n.), 入、處、入處、知覺的入處、知覺的領域。接頭音節 *ā-*, 在~之中、朝向。√*yat* (*yatati* (1P), *yatate* (1Ā)), 努力、預備、配置、排列、排序。

(1.3.) 法目之知覺通路(*dhamma-āyatana* (Pāli); *dharm'āyatana* (Skt.)). 「法」或「法目」(*dharma*), 是佛法教學或修行的單位項目。至於「法目之知覺通路」、 「法入」、 「法處」、或「法入處」(*dharm'āyatana*), 則在於表示, 以「知覺通路」、 「入」、 「處」、或「入處」(*āyatana*), 而成為佛法教學或修行的「法」或「單位項目」(*dharma*)。

(1.4.) 十二入處(*dvādaś'āyatana* (Skt.)), 內、外各六入處(*ṣaḍ-āyatana*), 也就是內部打開六條知覺通路(內六入處), 外部對接地也打開六條知覺通路(外六入處)。<sup>1</sup>

(1.5.1.) 內部的六入處(*ṣaḍ ādhyātmikāny āyatanāni* 內六入處).<sup>2</sup>

眼入處(*cakṣur-āyatana*), 視覺之知覺通路; 銜接眼睛而為知覺通路。

耳入處(*śrotr'āyatana*), 聽覺之知覺通路; 銜接耳朵而為知覺通路。

鼻入處(*ghrāṇ'āyatana*), 嗅覺之知覺通路; 銜接鼻子而為知覺通路。

舌入處(*jihvāyatana*), 味覺之知覺通路; 銜接舌頭而為知覺通路。

身入處(*kāy'āyatana*), 身覺之知覺通路; 銜接身體而為知覺通路。

意入處(*mana-āyatana*), 知覺之知覺通路; 銜接心意而為知覺通路。

<sup>1</sup> Cf. Nāgārjuna, *Dharmasaṅgraha*, ([https://gretil.sub.uni-goettingen.de/gretil/corpus/transformations/html/sa\\_nAgArjuna-dharmasaMgraha.htm](https://gretil.sub.uni-goettingen.de/gretil/corpus/transformations/html/sa_nAgArjuna-dharmasaMgraha.htm)). “Dvādaśāyatanāni,” *Dharma-Saṅgraha (The Dharma Collection)*, (<https://ancient-buddhist-texts.net/Texts-and-Translations/Dharma-Saṅgraha/Dharmas-021-040.htm>).

<sup>2</sup> Cf. Takayasu Kimura (ed.), *Pañca-viṃśati-sāhasrikā Prajñāpāramitā: I-2*, Tokyo: Sankibo Busshorin Publishing, 2009, p. 61, ([https://gretil.sub.uni-goettingen.de/gretil/1\\_sanskr/4\\_rellit/buddh/psp\\_1u.htm](https://gretil.sub.uni-goettingen.de/gretil/1_sanskr/4_rellit/buddh/psp_1u.htm)). *Distinctly Ascertaining the Meanings (Arthaviniścaya)*, v 1.0.16, 2025, section 1. 15, note 33, (<https://84000.co/translation/toh317>).

以「**意入處**」為例，乃知覺或心意之得以進行的**基地(bases)**、**所在(locations)**、或**通路(pathways; passages)**；經由此一基地、所在、或通路，平凡眾生的知覺活動或心意活動，才得以進行、經驗、與交換。

(1.5.2.) **外部的六入處**(*ṣaḍ bāhyāny āyatanāni* 外六入處)。

色入處(*rūp'āyatana*)，銜接色塵而為知覺通路。

聲入處(*śabd'āyatana*)，銜接聲塵而為知覺通路。

香入處(*gandh'āyatana*)，銜接香塵而為知覺通路。

味入處(*ras'āyatana*)，銜接味塵而為知覺通路。

觸入處(*spraṣṭavy'āyatana*)，銜接觸塵而為知覺通路。

法入處(*dharm'āyatana*)，銜接法塵而為知覺通路。

以「**法入處**」為例，與「**意入處**」對接，同樣是知覺或心意之得以進行的**基地(bases)**、**所在(locations)**、或**通路(pathways; passages)**。在「**意入處**」對接「**法入處**」的格式，「**意入處**」**主動、能動**，「**法入處**」**被動、所動**。因此，「**法入處**」，只能成為被知覺，乃至成為被心意所操作的概念(**concepts**)、語詞(**words; expressions**)、數目(**numbers**)、符號(**signs**)、象徵 (**symbols**)之類的項目。

(1.6.) **十二入處之機制、限制、與突破**

五蘊(*pañca-skandha*)，是一般眾生在世間很基礎的組成、機能、或活動；而其中的第二·受蘊(*vedanā-skandha*)、第五·識蘊(*vijñāna-skandha*)，可優先稍加留意。

第五·**識蘊**(*vijñāna-skandha*)的組成，即眼、耳、鼻、舌、身、意這**六識**。但是，六識，無法靠六識自己就成立為六識，而必須靠十二入處的運作，也就是靠內六入處(六根)，一一對著外六入處(六境)，進行著交接的知覺活動。

由於內六入處(六根)，必須一一對著且依靠外六入處(六境)，才得以遂行眼識乃至意識的知覺活動，其**機能(functions)**由此得以實現、發揮、或發展。但是，此一**框架(architecture)**、**機能(functions)**、與**機制(mechanism)**，也正好構成其**限制(restriction)**。

這一單元的主題，所謂「**隨觀·法目之知覺通路·以禪修**」，雖然帶上六根、六境的**項目**，卻不採取凡俗之六根、六境、六識的**格式**，也不走在凡俗之六根、六境、六識的**老路**，而是藉由六根、六境，**轉換車道**，走上**念住禪修**的道路。如此的轉換車道，擔綱的(**playing the leading role**)，正好就是**念住禪修**。

總之，所謂「**隨觀·法目之知覺通路·以禪修**」，不再把六根、六境放在凡俗之**能、所的套路框架**，而是六根、六境都成為「**隨觀~以禪修**」的**所緣**；對著都成為所緣的六根、六境，強勢上場的，即**正念**(*samyak-smṛti*)、**正觀**(*samyag-vipaśyanā; samyak-par'ikṣā*)、**正知**(*samyag-ā-jñā; saṃ-pra-jāna; saṃ-pra-janya; saṃ-pra-jñāna*)。

(1.7.) **隨觀、循觀**(*anu-paśyanā* (f.); repeated looking, contemplation), 字根√*paś* (*paśyati* (1P), *paśyate* (1Ā)), 觀、看見。隨觀或循觀，為禪觀的基礎技巧，用以開發以有分別影像(*sa-vikalpa-pratibimba*)為所緣(*ā-lambana*)的**洞察禪觀**(*vi-*

*paśyanā*)或**洞察禪修**(*vi-paśyanā-bhāvanā*)的能力。<sup>3</sup> 隨觀或循觀的運作，在於貼切地、持續地、與細膩地檢視所觀看項目的確實情形，而非立即地、慣性地接受初步反映在通俗認知心的現象。*anu-paśyanā* (f.)之接頭音節，*anu-*，隨順、跟隨、重複、再三；*paśyanā*，觀看、檢視。

(1.8.) **禪修**(meditative practices)，相當於梵文的 *bhāvanā*，來自動詞字根  $\sqrt{bhū}$  (是、有、實存、成為)之使役形的陰性名詞。*bhāvanā* 字面的意思大致為使成為實存(causing to be; calling into existence)或培養(cultivating)。如果將 *bhāvanā* 理解為禪修，尤其在諸如 *citta-bhāvanā* (mental cultivation), *śamatha-bhāvanā* (cultivation of tranquility), *vi-paśyanā-bhāvanā* (cultivation of insight)之類的複合詞的脈絡，其意涵為**心態之修煉**，從而**培養心態之優良的品質與高超的能力**。

(1.9.) **四念住**(*catvāri smṛty-upa-sthānāni* **四念處**): 安住於(*upa-sthāna*)心念現前覺察(*smṛti*)四類(*catuḥ*)所緣(*ā-lambana*)之處所(*upa-sthāna*)。

(1.9.1.) **身念住**(*kāya-smṛty-upa-sthāna* **身念處**): 安住於(*upa-sthāna*)心念現前覺察(*smṛti*)身體(*kāya*); 以身體(*kāya*)為心念現前覺察(*smṛti*)之處所(*upa-sthāna*)。

(1.9.2.) **受念住**(*vedanā-smṛty-upa-sthāna* **受念處**): 安住於(*upa-sthāna*)心念現前覺察(*smṛti*)感受(*vedanā*); 以感受(*vedanā*)為心念現前覺察(*smṛti*)之處所(*upa-sthāna*)。

(1.9.3.) **心念住**(*citta-smṛty-upa-sthāna* **心念處**): 安住於(*upa-sthāna*)心念現前覺察(*smṛti*)心(*citta* 心念); 以心(*citta* 心念)為心念現前覺察(*smṛti*)之處所(*upa-sthāna*)。

(1.9.4.) **法念住**(*dharma-smṛty-upa-sthāna* **法念處**): 安住於(*upa-sthāna*)心念現前覺察(*smṛti*)法目(*dharma* 法理); 以法目(*dharmaā* 法理)為心念現前覺察(*smṛti*)之處所(*upa-sthāna*)。

## 二、隨觀法目(或法理)之經證：隨觀法目之知覺通路的一節<sup>4</sup>

(4.1. 隨觀法目之遮蓋(或障礙)的一節 *Dhammānupassanā-nīvaraṇa-pabba*)

.....

(4.2. 隨觀法目之積聚成分的一節 *Dhammānupassanā-khandha-pabba*)

.....

(4.3. 隨觀法目之知覺通路的一節 *Dhammānupassanā-āyatana-pabba*)

比丘們！再者，比丘於法目(或法理 *dhammesu*)之為內部與外部各六項知覺通路(或內外六入處 *chasu ajjhattika-bāhiresu āyatanesu*)，隨觀法目(*dhammānupassin*)而安住(*viharati*)。

<sup>3</sup> Cf. 〈禪修投影之認識與練習〉，(<https://homepage.ntu.edu.tw/~tsaiyt/pdf/f-2025-32-1-13.pdf>).

<sup>4</sup> 漢譯本：《中阿含經·第98經·念處經》，T. 26, vol. 1, pp. 582b-584b, ([https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T0026\\_024](https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T0026_024)); 《增壹阿含經·壹入道品第十二·第1經》，T. 125, vol. 2, pp. 568a-569b, ([https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T0125\\_005](https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T0125_005)).

英譯本：Bhikkhu Nāṇamoli, Bhikkhu Bodhi (tr.), “10: *Satipaṭṭhāna Sutta* –The Foundations of Mindfulness (中部10·念住經),” *The Middle Length Discourses of the Buddha*, Somerville: Wisdom, 2005, pp. 145-155, (<https://obo.genaud.net/dhamma-vinaya/wp/mn/010.ntbb.wp.htm>), (<https://obo.genaud.net/dhamma-vinaya/wp/mn/010.ntbb.wp.htm>).

參閱：蔡耀明(主編)，《世界文明原典選讀 V：佛教文明經典》(新北：立緒文化，2017年)，頁155-175。

比丘們！然而，比丘如何於法目之為內部與外部各六項知覺通路，隨觀法目而安住？

(4.3.1.)比丘們！就此而論，比丘知曉眼；知曉色；以及知曉·舉凡以[眼與色]這二者為關聯條件，即有結縛生起(*yañ ca tad-ubhayaṃ paṭicca, uppajjati saṃyojanaṃ tañ ca pajānāti*)。隨著未生起的結縛是如何地生起(*yathā ca an-uppannessa saṃyojanassa uppādo hoti*)，他就如此予以知曉(*tañ ca pajānāti*)。隨著已生起的結縛是如何地捨棄(*yathā ca uppannessa saṃyojanassa pahānaṃ hoti*)，他就如此予以知曉。隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起(*yathā ca pahīnassa saṃyojanassa āyatim an-uppādo hoti*)，他就如此予以知曉。

(4.3.2.)他知曉耳；知曉聲；以及知曉·舉凡以[耳與聲]這二者為關聯條件，即有結縛生起。隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

(4.3.3.)他知曉鼻；知曉香；以及知曉·舉凡以[鼻與香]這二者為關聯條件，即有結縛生起。隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

(4.3.4.)他知曉舌；知曉味；以及知曉·舉凡以[舌與味]這二者為關聯條件，即有結縛生起。隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

(4.3.5.)他知曉身；知曉觸；以及知曉·舉凡以[身與觸]這二者為關聯條件，即有結縛生起。隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

(4.3.6.)他知曉意；知曉法；以及知曉·舉凡以[意與法]這二者為關聯條件，即有結縛生起。隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

以如此的方式，或者就內部，於法目隨觀法目而安住。或者就外部，於法目隨觀法目而安住。或者就內部與外部，於法目隨觀法目而安住。

或者於法目隨觀集起之情形而安住。或者於法目隨觀壞滅之情形而安住。或者於法目隨觀集起與壞滅之情形而安住。

或者僅來自於最起碼的認知與憶念的運作，其心念成為如此的設立：『法目存在。』

他無所依賴而安住。而且他於世間不抓取任何事物。

比丘們！比丘以如此的方式，於法目之為內部與外部各六項知覺通路，隨觀法目而安住。

### 三、經文重點整理

(3.1.) 《念住經》教導佛法禪修的基本功之一，以**身體、感受、心念、和法目(或法理)**做為**助成心念現前覺察之關聯的入手處**，從而安住於心念現前覺察。至於《念住經》之主軸，則標示於經文的起頭與結尾，亦即四念住之禪修，運轉出一條行得通的道路，目標在於親證涅槃(或寂滅)，而在導向目標的路途上，還可用以排除情緒困擾、擺脫世間困境、深化心意清淨、以及開發洞察理解。<sup>5</sup>

(3.2.) 《念住經》在教導念住禪修，就**身體、感受、心念、和法目(或法理)**這四類入手處，而採取的辦法，其要領可標示為：**面對情境，直球對決，帶上修行**。至於禪修，在四念住的脈絡，**擔綱的要角**，即**正念、正知**。

(3.3.) 《念住經》在**法目(或法理)**這一類入手處，又分成五小類，亦即，①法目之遮蓋(或障礙)項目、②法目之積聚成分、③法目之知覺通路、④法目之達成覺悟的分支要項、⑤法目之真理。

(3.4.) 《念住經》在「隨觀法目之知覺通路以禪修」的經文，可分成三大段落：

(3.4.1.) 「隨觀法目之知覺通路以禪修」，第一大段落，總說：

於**法目(或法理)**之為**內部與外部各六項知覺通路(或內外六入處)**，**隨觀法目(或法理)而安住**。

(3.4.2.) 「隨觀法目之知覺通路以禪修」，第二大段落，分別就**內部、外部、內部與外部**，各分成六個小段落，逐一面對且知曉眼·色，耳·聲，鼻·香，舌·味，身·觸，意·法，這總共六對**知覺通路的法目**是如何地共構，知曉·如何地有結縛生起，知曉·尚未生起的結縛是如何地生起，知曉·已生起的結縛是如何地捨棄，且知曉·已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起。

(3.4.2.1.1.) ①知曉眼；②知曉色；以及③知曉·舉凡以[眼與色]這二者為關聯條件，即有結縛生起。

(3.4.2.1.2.) 隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。

(3.4.2.1.3.) 隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。

(3.4.2.1.4.) 隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

---

<sup>5</sup> 「比丘們！這是一條行去之道路(*ekāyana magga*; one (*eka*) going (*ayana*) way (*magga*))，用以淨化眾生、用以凌駕憂愁與悲歎、用以滅除困苦與憂傷、用以證悟理趣(*nāyassa adhiḡamāya*)、以及用以作證涅槃(*nibbānassa sacchi-kiriyāya*)，而這也就是四念住(*cattāro sati-paṭṭhānā*)。

是哪四個呢？比丘們！就此而論，比丘於**身體(*kāye*)隨觀身體(*kāyānupassin*)而安住(*viharati*)**，熱衷(*ātāpin*)、正知(*sampajāna*)、具念(*satimant*)，已經調伏在世間之貪欲與憂慮(*vineyya loke abhijjhā-domanassam*)。於**感受(*vedanāsu*)隨觀感受(*vedanānupassin*)而安住**，熱衷、正知、具念，已經調伏在世間之貪欲與憂慮。於**心念(*citte*)隨觀心念(*cittānupassin*)而安住**，熱衷、正知、具念，已經調伏在世間之貪欲與憂慮。於**法目(或法理 *dhammesu*)隨觀法目(*dhammānupassin*)而安住**，熱衷、正知、具念，已經調伏在世間之貪欲與憂慮。」

(3.4.2.2.1.) ①他知曉耳；②知曉聲；以及③知曉·舉凡以[耳與聲]這二者為關聯條件，即有結縛生起。

(3.4.2.2.2.) 隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。

(3.4.2.2.3.) 隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。

(3.4.2.2.4.) 隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

(3.4.2.3.1.) ①他知曉鼻；②知曉香；以及③知曉·舉凡以[鼻與香]這二者為關聯條件，即有結縛生起。

(3.4.2.3.2.) 隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。

(3.4.2.3.3.) 隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。

(3.4.2.3.4.) 隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

(3.4.2.4.1.) ①他知曉舌；②知曉味；以及③知曉·舉凡以[舌與味]這二者為關聯條件，即有結縛生起。

(3.4.2.4.2.) 隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。

(3.4.2.4.3.) 隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。

(3.4.2.4.4.) 隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

(3.4.2.5.1.) ①他知曉身；②知曉觸；以及③知曉·舉凡以[身與觸]這二者為關聯條件，即有結縛生起。

(3.4.2.5.2.) 隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。

(3.4.2.5.3.) 隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。

(3.4.2.5.4.) 隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

(3.4.2.6.1.) ①他知曉意；②知曉法；以及③知曉·舉凡以[意與法]這二者為關聯條件，即有結縛生起。

(3.4.2.6.2.) 隨著未生起的結縛是如何地生起，他就如此予以知曉。

(3.4.2.6.3.) 隨著已生起的結縛是如何地捨棄，他就如此予以知曉。

(3.4.2.6.4.) 隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，他就如此予以知曉。

(3.4.3.) 「隨觀法目之知覺通路以禪修」，第三大段落：

以如此的方式，或者就內部，於法目隨觀法目而安住。或者就外部，於法目隨觀法目而安住。或者就內部與外部，於法目隨觀法目而安住。

- (3.4.3.1.) 或者於法目隨觀集起之情形而安住。
- (3.4.3.2.) 或者於法目隨觀壞滅之情形而安住。
- (3.4.3.3.) 或者於法目隨觀集起與壞滅之情形而安住。
- (3.4.3.4.) 或者僅來自於最起碼的認知與憶念的運作，其心念成為如此的設立：『法目存在。』
- (3.4.3.5.) 他無所依賴而安住。而且他於世間不抓取任何事物。
- 比丘以如此的方式，於法目之為內部與外部各六項知覺通路，隨觀法目而安住。

#### 四、「隨觀·法目之知覺通路」在預備入門的心理準備

(4.0.1.) 禪觀，大致不是一般世人平時會做的事情。學習禪觀，應有必要認知禪觀在做什麼，以及如何適當地著手，如此應可減少不得其門而入的困窘。

(4.1.) 《念住經》沿著身體、感受、心念、和法目(或法理)的次序，在「隨觀法目(或法理)」的部分，設置為所緣的，首先，「法目之遮蓋(或障礙)項目」(*dharm'ā-varaṇa*)；其次，「法目之積聚成分」(*dharmā-skandha*)；第三，「法目之知覺通路」(*dharm'āyatana*)。

(4.2.1.) 應該練習的動作，主要是「隨觀」(*anu-paśyanā*)，隨順所設置的對象，單純地進行觀看、檢視之動作。

(4.2.2.) 在《念住經》的這一節(4.3. 隨觀·法目之知覺通路·的一節)，隨觀的對象，既不是世間浮面的籠統的現象，也不是任何的語詞、概念、或語句，而是隨觀現場當下的、具體的、活生生的眼·色，耳·聲，鼻·香，舌·味，身·觸，意·法，總共六對知覺通路。

(4.2.3.) 在這能觀(*grāhaka* 能緣)、所觀(*grāhya* 所緣)雙方對接運作的，就是正念(*samyak-smṛti*)、正觀(*samyag-vi-paśyanā*; *samyak-par'īkṣā*)、正知(*samyag-ā-jñā*; *saṃ-pra-jāna*; *saṃ-pra-janya*; *saṃ-pra-jñāna*)。

(4.3.) 如此的「隨觀」(*anu-paśyanā*)，才得以通往「禪觀」或「洞察禪觀」(*vi-paśyanā*)。其要領在於，就所設定的所緣(*ā-lambana*)，既不在表面敷衍，也不橫生枝節，而是持續鎖定所緣(*ā-lambana*)，從所緣表面的影像(*prati-bimba*)，穩定地、如實地透入(洞察)所緣之內核(*sāra*)。

(4.4.) 總之，佛法教學的「隨觀·法目之知覺通路」(*dharmānu-paśyanāyatana*)，在於導入禪定，與開發智慧。

#### 五、「隨觀·法目之知覺通路」在預備入門的加強體認

(5.0.1.) 認識、重視、與加強「隨觀」(*anu-paśyanā*)，也就是隨順所設置的對象，單純地進行觀看、檢視之動作。

(5.0.2.) 在《念住經》的這一節(4.3. 隨觀·法目之知覺通路·的一節)，「隨觀」的對象，雖然說為內、外各六入處(*ṣaḍ-āyatana*)，並不是這些整體一起來，而是一個一個來。

(5.0.3.) 講大道理，似乎誰都會，或許可以全部合併在一起說出來。但是，在教導與帶領修學，則必須具體地、確實地一個一個來，一步一步來。如此才可能學得踏實、到位。這在阿含經典與般若經典，尤其顯著。

(5.0.4.) 不僅要求「隨觀」，而且要求「隨觀」而「安住」(*upa-sthāna*)，「安住於隨觀」(*anupassī viharati* (Pāli); *anu-paśyī vi-harati* (Skt.))。<sup>6</sup> 此即《念住經》核心概念「念住」(*smṛty-upa-sthāna*)之「住」(*upa-sthāna*)——這也是落實專業的修行，在水準上的基本要求。

(5.0.5.) 由於篇幅所限，《念住經》在「隨觀·法目之知覺通路·以禪修」就「眼·色，耳·聲，鼻·香，舌·味，身·觸，意·法」總共六組教學當中，在此僅能就由「眼·色」構成的一組「知覺通路」(*āyatana* (Pāli; Skt.))，稍微聚焦說明。

(5.0.6.) 由「眼·色」構成的一組「知覺通路」，與「耳·聲」，乃至「意·法」，每一組，都由四大步驟的修行所構成。

(5.1.) 在「知覺通路」(*ā-yatana*)落實修行的第一大步驟，分成三個修行要務：

(5.1.1.) 第一個修行要務，知曉(*pajānāti* (Pāli); *pra-jānāti* (Skt.))眼。

《念住經》在這一節(4.3. 隨觀·法目之知覺通路·的一節)，一貫地都使用 *pajānāti* (Pāli). 對應的梵文，*pra-jānāti*，其接頭音節 *pra-*，朝向、向前、正向地、正確地；*jānāti* (9P, 3<sup>rd</sup>. si.)，字根√*jñā*，認知、查明、了解、領悟、明達。*pra-jānāti*，凸顯確實地、正確地、深入地知曉、確知。

(5.1.2.) 第二個修行要務，知曉色。

不僅在構造與作用上，確實知曉，眼入處(眼根)如何作為視覺之知覺通路；而且在構造與作用上，確實知曉，色入處(色塵)如何銜接色塵而為知覺通路。

(5.1.3.) 第三個修行要務，知曉·舉凡以[眼與色]這二者為關聯條件，即有結縛生起。

確實知曉(*pra-jānāti*)，在平凡眾生的世界，只要以眼入處(眼根)與色入處(色塵)這二者為關聯條件在作用(*pratītya*)，就會有結縛(*sam-yojana*)產生出來(*ut-padyate*)。<sup>7</sup>

(5.2.) 在「知覺通路」(*ā-yatana*)落實修行的第二大步驟：

<sup>6</sup> *anu-paśyī* (*anu-paśyin* 之 ppr. m. 1, si.)，正在隨觀者。其字根√*paś* (*paśyati* (1P), *paśyate* (1Ā))，觀、看見。*vi-harati* (3<sup>rd</sup>. si.)，安住、安立、居、在。其字根√*hr̥* (*harati* (1P))，攜帶、帶來、帶去。*anu-paśyī vi-harati*，正在隨觀者安住；正安住於隨觀；正安住於隨觀者。

<sup>7</sup> *paṭicca* (Pāli)，對應的梵文，*pratītya* (完成式動名詞)，成為關聯條件、成為關聯條件在作用、緣於、依於、依託、藉由。其接頭音節 *prati-*，朝向、反向、各自。√*i* (*eti* (2P), *ayati* (4P), *ayate* (4Ā))，行進、去、來。

*samyojana* (Pāli; Skt. n.)，結縛、結使、結合之煩惱、束縛在一起。其接頭音節 *sam-*，和合、共同、一起。*yojana*，字根√*yuj* (7U; 6U)，套上軛、以軛繫住、結合、連結。

*uppajjati* (Pāli)，對應的梵文，*ut-padyate*，生起、產生、發生、出發、出現、上升。其接頭音節 *ut-*，往上、朝上、向上。√*pad* (*padyate* (4Ā), *padyati* (4P))，實現、實行、前往、掉落。

由「眼·色」構成的一組「知覺通路」，隨著未生起的結縛是如何地生起，修行者就如此予以知曉。

由眼入處(眼根)與色入處(色塵)這二者構成的一組「知覺通路」(*ā-yatana*)，原先尚未生起的(*an-uppannassa* (Pāli); *an-ut-pannasya* (Skt.))結縛(*saṃ-yojana*)，但是隨後，卻成為生起的(*uppādo hoti* (Pāli); *ut-pādo bhavati* (Skt.))結縛(*saṃ-yojana*)；而修行者修行的重要任務，就是必須確實知曉(*pra-jānāti*)那樣的結縛(*saṃ-yojana*)是如何地(*yathā*)生起的(*uppāda* (Pāli); *ut-pāda* (Skt.))。

(5.3.) 在「知覺通路」(*ā-yatana*)落實修行的第三大步驟：

由「眼·色」構成的一組「知覺通路」，隨著已生起的結縛是如何地捨棄，修行者就如此予以知曉。

由眼入處(眼根)與色入處(色塵)這二者構成的一組「知覺通路」(*ā-yatana*)，原先已經生起的(*uppannassa* (Pāli); *ut-pannasya* (Skt.))結縛(*saṃ-yojana*)，但是隨後，該結縛(*saṃ-yojana*)，卻成為已被捨棄的(*pahānaṃ hoti* (Pāli); *pra-hānaṃ bhavati* (Skt.))；<sup>8</sup> 而修行者修行的重要任務，就是必須確實知曉(*pra-jānāti*)如何(*yathā*)捨棄(*pra-hāna*)那樣的結縛(*saṃ-yojana*)。

值得注意的是，若要斷除或捨棄(*pra-hāna*)已經生起的或正在現行的結縛(*saṃ-yojana*)，則必須累積相當足夠的實修功夫。<sup>9</sup>

(5.4.) 在「知覺通路」(*ā-yatana*)落實修行的第四大步驟：

由「眼·色」構成的一組「知覺通路」，隨著已捨棄的結縛是如何地於未來不再生起，修行者就如此予以知曉。

由眼入處(眼根)與色入處(色塵)這二者構成的一組「知覺通路」(*ā-yatana*)，原先已被捨棄的(*pahīnassa* (Pāli); *pra-hīnasya* (Skt.))結縛(*saṃyojanassa* (Pāli); *saṃ-yojanasya* (Skt.))，隨後，該結縛(*saṃ-yojana*)，在未來(*ā-yatim*)，都不再生起(*an-uppādo hoti* (Pāli); *an-ut-pādo bhavati* (Skt.))；<sup>10</sup> 而修行者修行的重要任務，就是必須確實知曉(*pra-jānāti*)那如何(*yathā*)不再生起。

## 六、結語

以「法入」、「法處」、「法入處」、或「法目之知覺通路」(*dharm'āyatana*)為分水嶺——如同以「法蘊」或「法目之積聚成分」(*dharmā-skandha*)為分水嶺——一般世人，幾乎都在浮面的生死、存在不存在、或自我他者等打轉，也在浮

<sup>8</sup> *pra-hānaṃ* (n. 1. si.), 捨棄。其字根√*hā* (*jahāti* (3P)), 捨棄、去除、斷除、放下。

<sup>9</sup> Cf. “Linked Discourses 41.1 > 1. With Citta > The Fetter,” (<https://suttacentral.net/sn41.1/en/sujato?lang=en&layout=plain&reference=none&notes=asterisk&highlight=false&script=latin>). “AN 10.13 (A v 17) Saṃyojana Sutta— Fetters —,” (<https://www.buddha-vacana.org/sutta/anguttara/10/an10-013.html>).

<sup>10</sup> *āyatim* (Pāli; Skt. adv.), 未來、在未來、未來世。

*pra-hīnasya* (ppp. n. 6. si.), 已被捨棄的、已被斷除的。其字根√*hā* (*jahāti* (3P)), 捨棄、去除、斷除、放下。*saṃ-yojanasya* (n. 6. si.), 結縛、結使、結合之煩惱、束縛在一起。其接頭音節 *saṃ-*, 和合、共同、一起。*yojana*, 字根√*yuj* (7U; 6U), 套上軛、以軛繫住、結合、連結。

面的身體之好壞、高矮、胖瘦、或美醜等打轉，以及在浮面的心情之好壞、甘苦、或自豪自卑等打轉。

以《念住經》為代表的佛法的教學或修行，大氣地帶上「法目之知覺通路」(*dharm'āyatana*)，直球對決，且深入其堂奧，讓有志於生命實踐之修煉者，因此得有修行的對象，有修行的目標，且有修行的勇氣與動力。

「法目之知覺通路」(*dharm'āyatana*)，雖然在「隨觀·法目之知覺通路」(*dharmānu-paśyanāyatana*)·以禪修」的脈絡，只是所緣(*ā-lambana*)，來得更重要的，就是要借用如此的所緣(*ā-lambana*)，在禪修上，將**正念**(*samyak-smṛti*)、**正觀**(*samyag-vi-paśyanā*)、與**正知**(*samyag-ā-jñā*)，確實鍛鍊出來。

.....