

住戒聞思修止觀

始修業時，云何修作意²？（卷31，P35）

一、為證心一境性及斷喜樂（P.S.）

最初應修四作意念²：

（一）、辨體相⁴

1. 調練心作意—於可厭患法⁴，令心厭離
2. 滋潤心作意—於可欣尚法³，令心欣樂
3. 生輕安作意—欣厭已，安住內寂靜，適悅相應（9心住）
4. 淨智見作意—寂靜為依止，數數加行，
修增上慧（4慧行—六品尋思）

【結】正見為導，具備資糧，

先偏修止（味、患、離），

再依聞、思、思擇力觀察所緣，

如理作意思惟，引生止觀雙運的觀慧

—境瑜伽、行瑜伽（住戒聞思修止觀）

（二）、明修習³

1. 辨相—背諸黑品（4倒），向諸白品（4念）
2. 舉喻—鍛師
3. 合法—行者

P.S. 心一境性

—謂於所緣，審正思惟

—數數隨念同分所緣，流注無罪適悅相應

—開放的心（VS制約的心—無知，溺在感受中）

—我們的心因恭敬而開放—禮敬諸佛

—世人最美的是誠

—世人最貴的是信

↓淨除以習氣為主的自我意識（由阿陀那識為依止，轉成法住智為依止）