

## 遍淨處

第 743 經的「讀經拾得」整理如下：

「修四無量心可達成的最高世間定境」

外道修四無量心常是為了求生梵天，可以修定但無法生起觀慧。佛弟子藉由四無量心修七覺支，搭配四聖諦的觀慧，最高能成就涅槃；縱使沒有成就涅槃，在世間定境上也能達到超過梵天的層次。

修習慈無量心，基於願眾生安樂的發心，沒有絲毫的厭惡，打破所有的界限，因此可能專注於遍（打破界限）淨（不讓人厭惡）的境界，基於樂禪支，最高達到遍淨天的境界，也是遍滿最高層次樂受的境界。但若要超越遍淨天，必須放下慈無量心所生起的樂禪支，才能達到不苦不樂、捨念清淨的第四禪。

修習悲無量心，基於救拔眾生苦惱的發心，知道色的過患而可捨離一切色，能達到無量空入處的境界。但在無量空入處見不到色的過患，只修悲無量心就難以進一步提升定境。

修習喜無量心，見眾生離苦得樂而心生歡喜，能隨喜體會眾生喜悅的識，打破無邊眾生人我的界限後，可達到無量識入處的境界。但若要超越無量識入處而達到無所有入處，則必須放下隨喜眾生的識。

修習捨無量心，沒有討厭的也沒有喜歡的，冤親平等、一視同仁，捨去一切，能達到以「無所有」為意念專注對象的「無所有入處」的境界。但若要超越無所有入處，達到非想非非想入處，則必須也放下對「無所有」的作意。

佛陀所說四無量心在世間定境的極致，讓外道的定境相形見絀，更何況佛弟子藉由四無量心修七覺支，能夠斷盡煩惱、證得涅槃，如卷二十一第 567 經所說。

淨界、空入處、識入處、無所有入處的性質，也可參考《雜阿含經》卷十七第 456 經。

Satipatthana Shi:

「修習慈無量心，基於願眾生安樂的發心，沒有絲毫的厭惡，打破所有的界限，因此可能專注於遍（打破界限）淨（不讓人厭惡）的境界，基於樂禪支，最高達到遍淨天的境界。」

「可能專注於遍（打破界限）淨（不讓人厭惡）的境界」，這句話怪怪的。很好奇你「遍淨」的解說出處為何？（似乎是你結合南北傳的自創說法）

「遍淨」是關於《雜阿含 743 經》「於淨最勝」的解說，據我所知北傳註解是色界第三禪，即第三禪遍淨天，遍淨是「此天淨光周徧」故名之。南傳的註解則是指青等遍淨色，即遍一切處的淨色業處。南北傳論典在「遍淨」的解說不同，在實際修法上差異就很大了。論典出處如下：

《瑜伽師地論》卷 12：「問如經言。善修習慈極於遍淨。乃至廣說。此何密意。答第三靜慮。於諸樂中其樂最勝。憶念此樂。修習慈心。慈最第一故。說修慈極於遍淨。」(CBETA, T30, no. 1579, p. 338b15-18)

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 83：「如契經說。修慈究竟極至遍淨天。」(CBETA, T27, no. 1545,

p. 430c22)

《大智度論》卷 20：「佛說：「四無量功德，慈心好修、善修，福極遍淨天；悲心好修、善修，福極虛空處；」（CBETA, T25, no. 1509, p. 211b26-28）

《清淨道論》卷 9：「慈住者不厭逆有情，如是〔彼對有情〕習熟而不厭逆故，對〔有情〕不厭逆之青等徧淨色而彼心專注、彼心容易進入〔徧淨色〕。」（CBETA, N68, no. 35, p. 165a5-6 // PTS. Vism. 324）

David Chiou:

這段話是我試著將以前讀經班上討論的內容用白話描寫，不過的確寫得不好，而且我對遍淨天沒研究，不管是文字上或意義上，如果能建議更精準的寫法，還請不吝指點

原先寫的句子「可能專注於遍（打破界限）淨（不讓人厭惡）的境界」是試著將「慈無量心的修法」（打破界限、願眾生安樂→沒有厭惡）與「遍淨」連結，試著顯示關連性，不過蠻拗口的，還有待專家指正。

法義上，我是依據什麼禪定境界而對應什麼天界這樣的想法，例如證初禪自然對應到初禪天，從這個角度覺得南北傳的論在這方面雖然一個是說「天」，一個是說「遍淨色」（我解讀為十遍處一類證得的最高境界），但如果是指同樣的禪定程度，則算是相通的？例如同樣要到三禪天程度，有各種不同的修法，慈無量心可到三禪天，十遍處、安般等等也都能到三禪天，因此修法上不限單一的方式。

這一段我寫得不是很理想，不知道是否可能麻煩您給一段較精準的白話敘述，我再試著修正原文：-）謝謝！

Satipatthana Shi:

建議的白話敘述如下：

「修習慈無量心，基於願眾生安樂的發心，心與慈俱無恚無恨、無怨無惱，極其廣大無量善修，慈為樂因緣，三界中第三禪遍淨天其樂最勝，故慈無量樂行相轉，最殊勝達樂受極至之第三禪遍淨天，此遍淨天中樂受遍滿身心究竟無餘。慈心解脫基於願眾生受種種樂，而能得最勝遍淨報，但若執著於樂，無法入第四禪（因為要放下第三禪的樂禪支，才能入第四禪捨念清淨）。」

這裡「遍淨」採用《阿毘達磨順正理論》和《佛說立世阿毘曇論》的解說，即「意地受樂，說名為淨」，第三禪遍淨天中身心受樂遍滿，故名遍淨。

《阿毘達磨順正理論》卷 21：「意地受樂，說名為淨，於自地中此淨最劣，故名少淨。此淨轉增量難測故，名無量淨。此淨周普，故名遍淨，意顯更無樂能過此。」（CBETA, T29, no. 1562, p. 456b23-26）《佛說立世阿毘曇論》卷 6：「云何第三名曰遍淨？是中受樂遍滿身心究竟無餘，寂靜受樂與三禪相應，諸天受此，故名遍淨。」（CBETA, T32, no. 1644, p. 198b18-20）《一切經音義》卷 9：「首訶既那天（此云遍淨天是第三禪中第三天也以樂淨周普故名遍淨也）。」（CBETA, T54, no. 2128, p. 357c4）

南傳註釋書和《清淨道論》的說法是住慈心者易專注在「遍淨色」，而能達該清淨色遍處的清淨解脫，也就是從慈心解脫轉成遍處修法以成就色界禪。我同意菩提比丘在南傳對應經典的

註腳中說：此是《顯揚真義》被迫而做此費力解說。換句話說，「遍淨色」的解說是牽強的。慈心解脫本身就可以成就色界禪定，將所緣境從慈無量心轉成遍淨色來成就色界禪定，這已經不是佛陀所教導的慈心解脫，故不建議納入慈無量心修法的解說中。但在《阿含經》的註腳中，則應比較說明南北傳論典的差異。（你加減參考了）

Satipatthana Shi:

遍淨天的境界：以無邊的清淨為意念專注的對象所成就的定境

這是遍處定的修法。

MĀ 79 清楚說明「大心解脫」、「無量心解脫」：此二解脫義既異，文亦異。

「大心解脫」：遍處定的修法。

「無量心解脫」：指四梵住。

這二種修法依經來說義異，文亦異，是南傳註釋書「被迫辛苦地解說」將「於淨最勝」說成是成遍處定修法。

David Chiou:

改寫為以下白話：

修習慈無量心，將願眾生安樂的心遍滿十方，能生起勝妙的樂（樂禪支）。禪定時基於樂禪支最高能提升定境至三禪，三禪天的最高天為遍淨天，也是遍滿最高層次樂受的天界，因此修慈無量心最高達到遍淨天的境界。但若執著於樂，不能放下第三禪的樂，則無法進一步提升至捨念清淨的第四禪。

以上直接改入第 743 經的讀經拾得。詳細的出處及討論則會收錄於「進階辨正」中，讓有興趣的人能進一步查閱。

另外有些網友以前的討論可見「世尊與外道的四無量心有何差異？」這討論串。

Satipatthana Shi:

建議最高境界的敘述調整一些如下，供你參考，或是後段禪心相應的果報略去亦可。

修習慈無量心[……]但若要超越遍淨天，必須放下慈無量心所生起的樂禪支，才能達到不苦不樂、捨念清淨的第四禪。

修習慈無量心[……]但若有所樂著，不得究竟解脫，則感三禪天的果報。

修習悲無量心[……]但在無量空入處見不到色的過患，只修悲無量心就難以進一步提升定境。

修習悲無量心[……]但若有所執取，不得究竟解脫，則感無量空入處的天報。

修習喜無量心[……]但若要超越無量識入處而達到無所有入處，則必須放下隨喜眾生的識。

修習喜無量心[……]但若有所取著，不得究竟解脫，則感無量識入處的天報。

修習捨無量心，沒有討厭的也沒有喜歡的，冤親平等、一視同仁，捨去一切，能達到以「無所有」為意念專注對象的「無所有入處」的境界。但若要超越無所有入處，達到非想非非想入

處，則必須也放下對「無所有」的作意。

修習捨無量心，沒有討厭的也沒有喜歡的，冤親平等、一視同仁，[於有情住平等捨，不起人我分別，專注於無所有、無所取，可達到無所有入處的境界]，專注捨離一切，能達到以無所有為意念專注對象的無所有入處的境界。但若有所住著，不得究竟解脫，則感無所有入處的天報。

Heaven Chou:

在莊春江居士處理的經文中，他有一些解釋如下：

「於淨最勝」

「於淨最勝」，南傳作「以清淨為最勝」(Subhāparamāham)，菩提比丘長老英譯為「以美的東西為其頂點」(has the beautiful as its culmination)，並解說，這是對以慈心觀修色界禪而無法證入解脫者來說的。尼柯耶中並無明確地說明四梵住相當於第幾禪，但有許多地方說到四梵住是往生梵天或色界的方法，因此註釋書被迫辛苦地解說本經令人費解的各個到達無色界之「最勝」(upper limit)。摘要來說(i)住於慈心觀者容易將心運用在「清淨色遍處」(a beautiful colour kasīṇa)，迅速達到該清淨色遍處的「清淨解脫」。(ii)住於悲心觀者理解到色的過患，因而脫離色，修習空無邊處。(iii)住於利他喜悅觀者「理解眾生的喜悅識」(apprehends the joyful consciousness of beings)，因而容易進入識無邊處。(iv)住於平等觀者熟練於轉移苦與樂，因而容易轉移到缺乏任何具體的實體的無所有處。

清靜道論也有如下解釋。

(四梵住所達的最高處)如是依照(前)三禪及四禪並依照其餘的一禪而成立為二種的四梵住，當知根據其最高的清淨(解脫)等是有互相不同的特殊的威力的。即如郁金布經中依照此等(四梵住)的最高的清淨(解脫)等而區別的說：“諸比丘！(1)我說慈心解脫以清淨(解脫)為最上；諸比丘！(2)我說悲心解脫以空無邊處為最上……諸比丘！(3)我說喜心解脫以識無邊處為最上……諸比丘！(4)我說捨心解脫以無所有處為最上”。

為什麼此等(四梵住)要這樣說呢？因為是它們的近依(強因)之故。即：

(1)慈住者是不厭惡有情的。當他(對有情)熟練不厭惡，而專注其心於不厭惡的青等的遍淨之色時則他的心進入那(遍淨色)中而無困難了。如是則慈為清淨解脫的近依(強因)，更無過上，所以說(慈)以清淨解脫為最上。

(2)悲住者，是對於為杖所擊等的色相而觀有情之苦生起悲愍的，故能善知色的危險。當他熟悉了色的危險，離去任何地遍等，而專注其心於出離了色的虛空之時，則他的心進入那(虛空)而無困難了。如是則悲為空無邊處的近依，更無過上，所以說(悲)以空無邊處為最上。

(3)喜住者，因為隨觀由於各種可喜的原因而生喜悅的有情的識而生起喜，所以他的心是非常的理解於識的。當他次第的超越空無邊處而專注其心於虛空境相的識的時候，則他的心很容易的進入那識了。

如是喜為識無邊處的近依，更無過上，所以說(喜)以識無邊處為最上。

(4)捨住者，因為沒有思慮“願有情樂，或願其解脫痛苦，或願其不脫離所得的幸福及因

為於勝義中解脫苦與樂等的執取、所以他的心（於勝義中）是不存在著執取之苦的。當他的心熟練了自勝義中解脫（苦樂等的）執取及自勝義中不存在著執取之苦而次第的超越識無邊處專注其心於勝義中的無有識的自性存在之時，則他的心不難進入於無識了。如是則捨為無所有處的近依，更無過上，所以說（捨）以無所有處為最上。

Jiss Ye:

感謝 Heaven Chou 法友 您的說明

依論及註釋書. 是這麼解釋沒有錯. 看來是有道理的! 但依修[四無色定]的實修方法來看. 又感覺到這樣解釋. 好像是牽強附會? 感覺到您文中所言:【註釋書被迫辛苦地解說本經令人費解】的各個到達無色界之最勝.

(1)如文中所言:[住於悲心觀者理解到色的過患，因而脫離色，修習空無邊處].

那麼修[十種不淨觀]豈不是更直接的:[理解到色的過患，因而脫離色，修習空無邊處]? 佛陀有說:[修不淨觀. 修習、多修習，空入處最勝]嗎? (修四無色禪定的法友們. 會覺得四無色禪定與四無量心禪定有關係嗎?)

(2 經文:[世尊告諸比丘：...如是問時，彼諸外道出家心則駭散，...或默然萎熟低頭，失辯思惟而住，所以者何？我不見諸天、魔、梵，沙門、婆羅門，天、人眾中，聞我所說，隨順樂者，唯除如來及聲聞眾者。]

外道也會修[四無色定]啊. 外道也無此說啊? 依據論及註釋書所說之意. 佛陀豈能依此折服外道?

總覺得佛陀此說. 另有深意. 是不共外道的才對啊? 否則佛陀就不會說:[唯除如來及聲聞眾者]方能識得此意!

阿含經與尼柯耶. 其他經典中. 是否有對此提出說明? 總希望能夠以經典解釋經典才好!

David Chiou:

隨喜各位精進的討論法義。

Heaven Chou 其實回得差不多了，我簡單補充，提供作參考，或許大家早知道了。

這經的情境來看，就是說連外道最高的各種境界，佛陀（及弟子）都一清二楚，因此外道會驚訝。當時印度外道最厲害的就是四無色定，佛陀在證道前也有拜過四無色定的老師，他們都以為是涅槃了，卻沒有涅槃。佛陀證道後一開始想要度化的是這些老師，因為這些老師只差四聖諦就能證涅槃了，程度很好，可惜這些老師都剛過世了，佛陀才轉而找五比丘，這五比丘加上佛陀成為此世最早的六位阿羅漢。

「唯除如來及聲聞眾，隨順樂者」的另一個可能原因，是在外道來說，無量心三昧已經是最高的法了，但佛竟然清楚地說這些三昧的最高「限制」，也就是這些還不是最高的法，自然外道會覺得不高興，不隨順樂。要能知道該法的限制，自然是已經超越該法，也就是說佛陀的定境比無量心三昧還高。

不淨觀的修法和慈無量心的修法不一樣。我記得不淨觀在定境上也是有限制的，但沒去查細節（有須要可查，是某些古代論中說的）。

我認同清淨道論等對於這四無量心最高境界的限制的原因的解釋。不過我也只能在腦袋上覺得有道理，沒修到那定前也只能想像了。還好就佛教諦觀四諦而言，四禪就已經綴綴有餘，甚至初禪也有機會，也就是說依無量心三昧而有的定境來悟四諦應該是綴綴有餘的。

當然，四無量心本身若沒有四聖諦，則不能真正解脫，連「捨」都可以是一種微細的執著：

[連捨也不能執著] <中阿含、十八、七、七五>

若比丘如是行，無我、無我所、我當不有、我所當不有，若本有者，便盡得捨。阿難！若比丘樂彼捨、著彼捨、住彼捨者，阿難！比丘行如是，必不得般涅槃。

這些就是實證境界了，希望趕快證一證才有用

David Chiou:

另外，大家可能還記得，四無量心又稱四梵住，在婆羅門教來說可修到梵我一如的最高境界，卻被佛陀說有極限，而且極限還是在無色界，超越梵天。因此對於當時印度傳統宗教信仰「婆羅門教」的信徒來說，聽到佛陀說四梵住的極限，自然張口結舌。

婆羅門教是當時的傳統宗教，而外道六師則是當時的新興宗教或思想家，絕大多數程度都不高（不到無色界）。佛陀在證道前拜師的修到無色界的老師，是「仙人」等級的（經中都稱為某某仙人），已不是一般外道徒眾了。

.....

David Chiou:

也要看對方是哪種外道，像梵我一如的婆羅門教，四梵住（四無量心）就可到他們和梵天合一的終極理想了，沒在修四無色定。而外道六師，在我印象中除了尼捷子（苦行）外其餘似乎沒在修定。能四無色定的外道很少，經中稱為仙人了。

此經中的外道教四無量心，才問佛陀說他們也有四無量心，佛教的又有何不同？因此我猜可能是梵我一如的婆羅門教，以梵我一如為終極目標，因此四無色定不是他們的境界。

佛陀要折服外道的方法很多，像您說的用四聖諦當然是無敵絕招必殺技，例如《雜阿含經》卷16：「若沙門、婆羅門作如是說：『如沙門瞿曇所說苦聖諦，我當捨，更立苦聖諦』者，但有言數，問已不知，增其疑惑，以非其境界故。」(CBETA, T02, no. 99, p. 110, c20-23)

或是像賓頭盧尊者現神通折服也是種方法（不過被佛陀所禁止）。在此經中，我覺得只是順著外道的話說，外道自稱在教四無量心，因此繼續問他們四無量心的終極為何。此經只是作定的探討，沒有特別再提到四聖諦，但在其他非常多的經中，佛陀都教了四聖諦。佛陀說法會應機而教，我覺得不是說每次一定要搬出四聖諦才算教完啦

像以下這經就是個例子：

[對於信奉梵天者，可善巧教導梵天法] <中阿含、六、二、二七>

尊者舍梨子告曰：「陀然！世尊、知、見、如來、無所著、等正覺說四梵室，謂族姓男、族姓女修習多修習，斷欲、捨欲念，身壞命終，生梵天中。云何為四？陀然！多聞聖弟子心與慈俱，遍滿一方成就遊。如是二三四方，四維上下，普周一切，心與慈俱，無結無怨，無恚無諍，極廣甚大，無量善修，遍滿一切世間成就遊。如是悲、喜心與捨俱，無結無怨，無恚無諍，極廣甚大，無量善修，遍滿一切世間成就遊。是謂，陀然！世尊、知、見、如來、無所著、等正覺說四梵室，謂族姓男、族姓女修習多修習，斷欲、捨欲念，身壞命終，生梵天中。」

於是，尊者舍梨子教化陀然，為說梵天法已，從坐起去。尊者舍梨子從王舍城出，未至竹林加蘭哆園，於其中間，梵志陀然修習四梵室，斷欲、捨欲念，身壞命終，生梵天中。

[... ...]

世尊告曰：「舍梨子！汝何以不教梵志陀然過梵天法，若上化者，速知法如法？」

尊者舍梨子白曰：「世尊！彼諸梵志長夜愛著梵天，樂於梵天，究竟梵天，是尊梵天，實有梵天，為我梵天，是故，世尊！我如是應。」

佛說如是。

教他四聖諦不是更好嗎？但這位外道快死了，舍利弗就只教他梵天法，讓他起碼能往生天界，因為「彼諸梵志長夜愛著梵天，樂於梵天，究竟梵天，是尊梵天，實有梵天，為我梵天」，觀念一下子還轉不過來，就不一定要硬碰硬了，佛教徒不強迫傳教。

Satipatthana Shi:

因此佛陀以外道修四無量心的極致來對比外道所不足。

→ 如是四無量，但聖人所得，非凡夫。

《瑜伽師地論》卷 12：「問如經言。善修習慈極於遍淨。乃至廣說。此何密意。答第三靜慮。於諸樂中其樂最勝。憶念此樂。修習慈心。慈最第一故。說修慈極於遍淨。憶念空處。修習悲心。亦最第一。以修悲者樂欲拔苦。無色界中。遠離眾苦斷壞等苦。彼都無故。是故憶念無邊空處。修悲等至。作如是念。當令一切有苦有情。到無眾苦及所依處。修喜定者。亦常憶念無邊識處。慶諸有情所得安樂。作如是念。當令一切有情之類受無量樂。猶如識處。識無限量。是故憶念識無邊處。修習喜定。為最第一。修捨定者。亦常憶念無所有處。作如是念。無所有處無漏心地最為後邊。捨最第一。如阿羅漢苾芻一切苦樂不苦不樂現行位中皆無染污。當令一切有情之類得如是捨。是故憶念無所有處。修習捨定為最第一。如是一切皆是聖行。唯聖能修。故經宣說覺分俱行。」(CBETA 2019.Q3, T30, no. 1579, p. 338a25-c4)

《大智度論》卷 20：「佛說：「四無量功德，慈心好修、善修，福極遍淨天；悲心好修、善修，福極虛空處；喜心好修、善修，福極識處；捨心好修、善修，福極無所有處。」云何言「慈果報應生梵天上」？

答曰：

諸佛法不可思議，隨眾生應度者如是說。

復次，從慈定起，迴向第三禪易；從悲定起，向虛空處；從喜定起，入識處；從捨定起，入無所有處易故。復次，慈心願令眾生得樂，此果報自應受樂，三界中遍淨最為樂故，言福極遍

淨。

悲心觀眾生老、病、殘害苦，行者憐愍心生，云何令得離苦？若為除內苦，外苦復來；若為除外苦，內苦復來。行者思惟：有身必有苦；唯有無身，乃得無苦。虛空能破色，是故福極虛空處。

喜心欲與眾生心識樂，心識樂者，心得離身，如鳥出籠；虛空處心，雖得出身，猶繫心虛空；識處無量，於一切法中皆有心識，識得自在無邊，以是故喜福極在識處。

捨心者，捨眾生中苦樂，苦樂捨故，得真捨法，所謂無所有處；以是故，捨心福極無所有處。如是四無量，但聖人所得，非凡夫。」(CBETA, T25, no. 1509, p. 211b26-c18)

David Chiou:

我之前聽到的說法是說四梵住在印度當時的外道也有，不過我也沒好好研究過這點，謝謝您的指出。我找到一經是《中阿含經》卷6〈舍梨子相應品 3〉中舍利弗尊者教他老友修四梵室，他老友因此往生於梵天，而「世尊告曰：「舍梨子！汝何以不教梵志陀然過梵天法，若上化者，速知法如法。」尊者舍梨子白曰：「世尊！彼諸梵志長夜愛著梵天，樂於梵天，究竟梵天，是尊梵天，實有梵天，為我梵天。是故，世尊！我如是應。」」(CBETA, T01, no. 26, p. 458, b20-25)

感覺上舍利弗尊者的老友還沒有達到賢聖的境界？

《中阿含經》卷14〈王相應品 1〉：「爾時大善見王修習四梵室，捨念欲已，乘是命終，生梵天中。」(CBETA, T01, no. 26, p. 518, b6-7) 當中提到佛陀過去世不知解脫法時，修四梵室而生梵天。

「如是四無量，但聖人所得，非凡夫」會不會是指結合七覺支的四無量心修法的極致，是聖人所得？

Satipatthana Shi:

因此佛陀以外道修四無量心的極致來對比外道所不足。

菩提比丘：註腳#111： Spk: This teaching is brought in for one who is unable to reach arahantship after exploring formations based on jhāna through lovingkindness.

南北傳一致說到聖者基於四無量心修止觀的極致，未達究竟解脫而受相應禪心的果報(凡夫佛弟子修有止觀的四無量心應該也可得相應禪心)，不同於外道凡夫修四無量心是達梵天世界的果報。

中部 83 經/麻額提婆經(王品[9])(莊春江譯)

修習四梵住後，以身體的崩解，死後成為到達梵天世界者。

葉均《清淨道論》：(四梵住與色界諸禪的關係)如是無量之境雖然為此等(四梵住)的同一特相，但前面三(梵住)僅屬於(四種禪中的前)三禪及(五種禪中的前)四禪。何以故？彼等與喜相應故。怎麼與喜相應呢？因為出離了自憂等而起的瞋恚等之故，而後者(捨梵住)則僅屬於其餘的一禪(第四禪或第五禪)。何以故？與捨受相應故；因為(捨梵住)是對諸有情

以中立的行相而起，所以梵住捨若無捨受則不起。

應部 46 相應 54 經/慈俱行經(覺支相應/大篇/修多羅)(莊春江譯)

比丘們！慈心解脫如何被修習？什麼是其所趣？什麼是其最勝？什麼是其果？什麼是其完結？比丘們！這裡，比丘依止遠離、依止離貪、依止滅、捨棄的圓熟，與慈俱行修習念覺支……（中略）依止遠離、依止離貪、依止滅、捨棄的圓熟，與慈俱行修習平靜覺支，如果他希望『願在不厭逆上住於厭逆想』，在那裡，他住於厭逆想；如果他希望『願在厭逆上住於不厭逆想』，在那裡，他住於不厭逆想；如果他希望『願在不厭逆與厭逆上都住於厭逆想』，在那裡，他住於厭逆想；如果他希望『願在厭逆與不厭逆上都住於不厭逆想』，在那裡，他住於不厭逆想；如果他希望『願在不厭逆與厭逆兩者上都避免後，住於平靜，具念、正知』，在那裡，他住於平靜，具念、正知，或者，進入後住於清淨的解脫，比丘們！這裡，對未貫通更上解脫的有慧比丘，我說慈心解脫者以清淨為最勝。

中部 52 經/八城人經(屋主品[6])(莊春江譯)

比丘以與慈俱行之心遍滿一方後而住，像這樣第二方，像這樣第三方，像這樣第四方，像這樣上下、橫向、到處，對一切如對自己，以與慈俱行之心，以廣大、以出眾、以無量、以無怨恨、以無惡意之心遍滿全部世間後而住，他像這樣深慮：『這慈心解脫也是被造作的、被思所製造的。』他了知：『凡任何被造作的、被思所製造的都是無常的、滅法。』當他在那裡住立時，……（中略）未達無上離軛安穩的他到達。

[當他在那裡住立時，到達諸煩惱的滅盡。如果因為那法貪、那法喜而沒達到諸煩惱的滅盡，則以五下分結的滅盡而為化生者，在那裡入了究竟涅槃，為不從彼世轉回者。這是一法被有知、有見的世尊、阿羅漢、遍正覺者講述：當比丘住於不放逸、熱心、自我努力時，未解脫的心被解脫，未滅盡的煩惱來到遍盡，未達無上離軛安穩的他到達。]