



**Namo Tassa Bhagavato Arahato
Sammāsambuddhassa (3 times)**

禮敬 世尊 阿羅漢 正等正覺

阿毗達摩



佛教的權威性 聖典

- **ABHIDHAMMA**



Abhidhamma

- abhi = 上等的，殊勝的，卓越的
- dhamma = 法，究竟真實的教法

- 極精確及有系統的把佛法要義分門別類與詮釋。
- 它在範圍与教導方式不同與經教。

阿毗達摩非佛說？

上座部佛教的正統傳承認為阿毗達摩為佛陀所教導

五分法与三分法

- 五尼柯耶 (nikaya)
 - 1. 長部
 - 2. 中部
 - 3. 相應部
 - 4. 增支部
 - 5. 小部
- 三藏

Abhidhamma 的來源

- 巴利註疏認為佛陀是在三十三天開示《阿毗達摩論》世尊成道第七年在舍衛城展現「雙神變」後，利用神通，二個脚步就到達三十三天，向其母親及諸天神開示《阿毗達摩》
- 世尊再簡略的將法傳給擁要無礙解智的舍利弗尊者

阿毗達摩論

論藏或<阿毗達摩論>裡有七部論：

- (一) 法聚論 (Dhammasangani)
- (二) 分別論 (Vibhanga)
- (三) 界論 (Dhatukatha)
- (四) 人施設論 (Puggalapannatti)
- (五) 事論 (Kathavatthu)
- (六) 雙論 (Yamaka)
- (七) 發趣論 (Patthana)

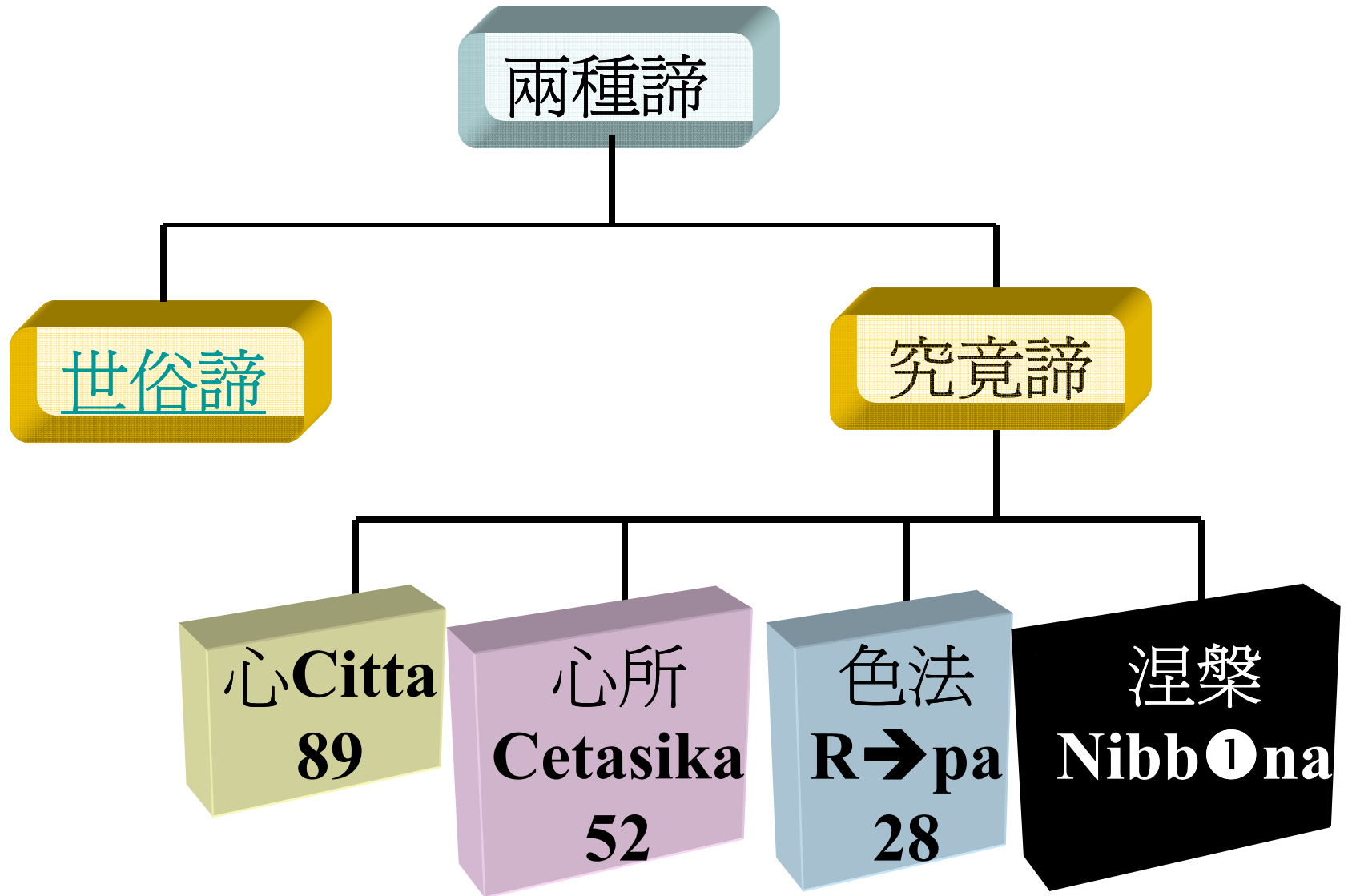
ABHIDHAMMATTHA SANGAHA

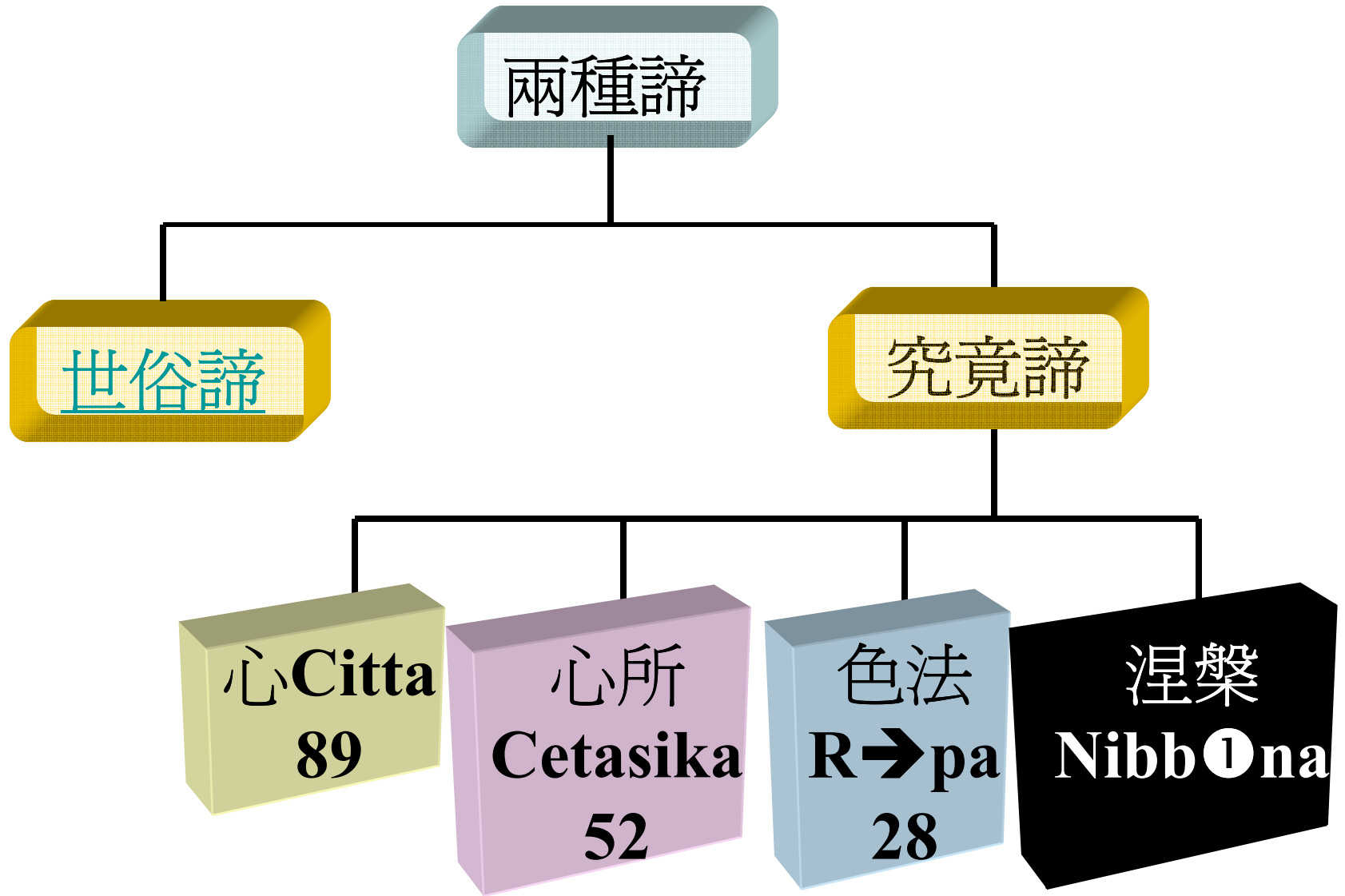
阿毗達摩概要

- 入論藏必學入門書
- 作者-阿耨樓陀
- 共九章
- 佛教的哲學與心理學

学习阿毗达摩的意义

- 系统, 全面地了解佛陀的教法
- 超越一切世间学科
- 生活中的应用:
 - 了解心的作用-去除诸恶, 培植善法
- 培育无我的智慧, 树立正见

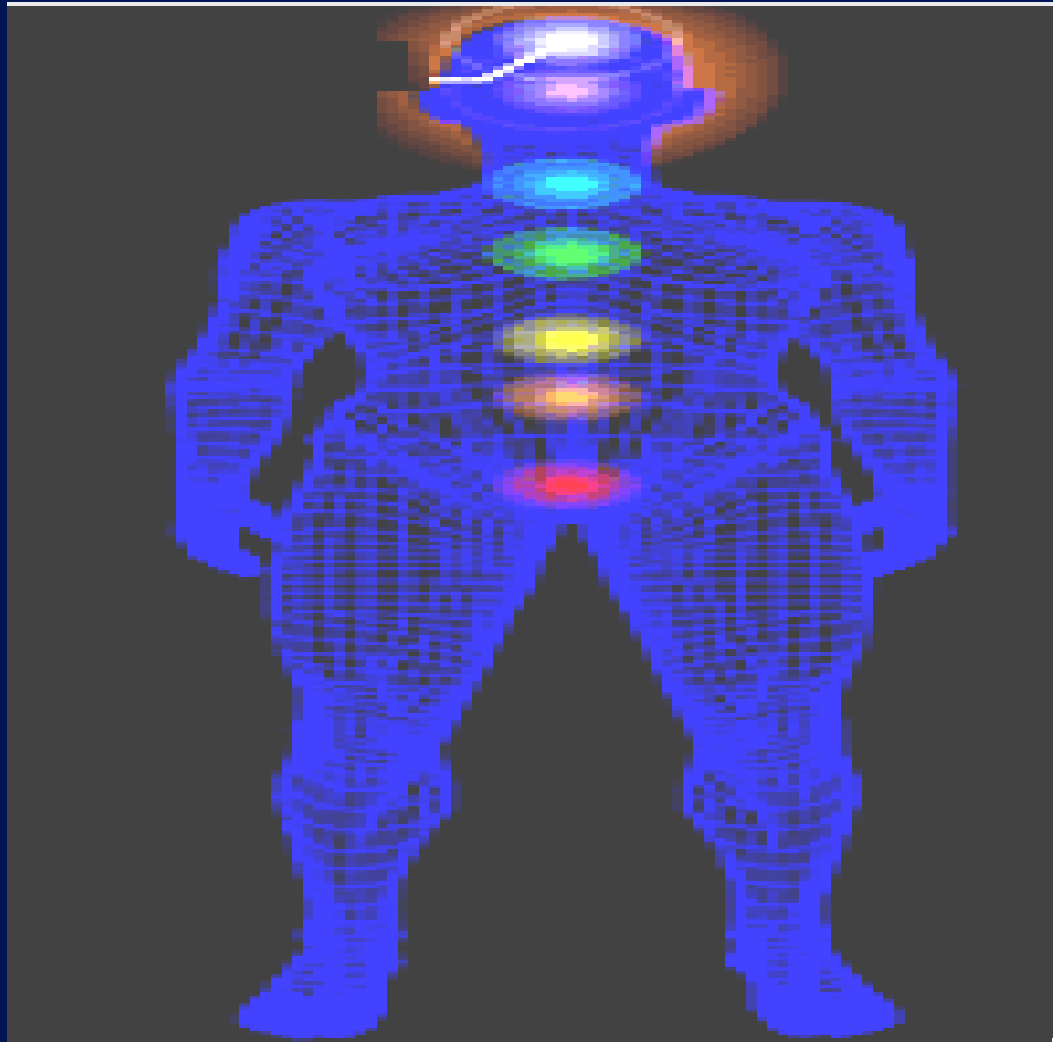




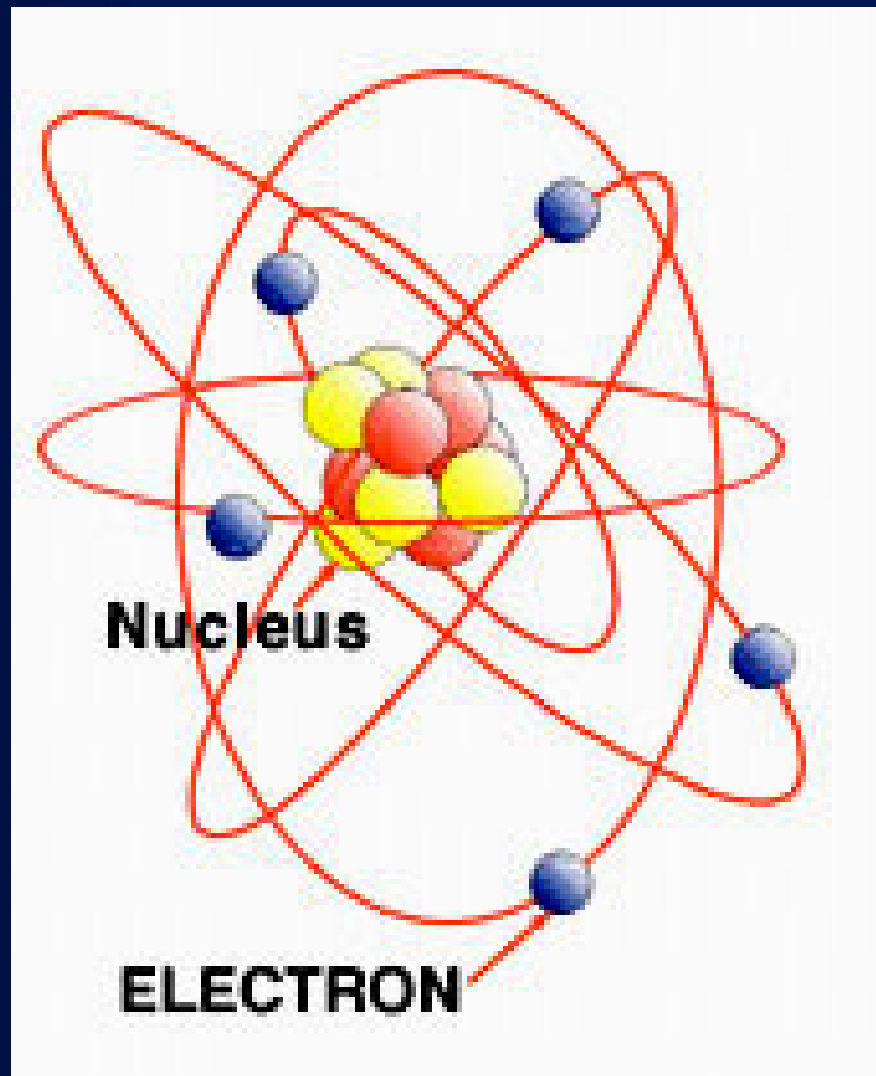
世俗諦

- 世俗諦是指世俗的概念或觀念和表達方式。它包括組成我們世間還未受到分析的種種現象，如：有情、人、男人、女人、動物，以及看似恆常不變的事物。於《阿毗達摩論》的觀點，這些現象並沒有究竟實質，因為它們所代表的事物，是可再分解為究竟法。(彌蘭陀王問經)

世俗諦



世俗諦



原子

核子

質子

中子

電子

業原子粒子

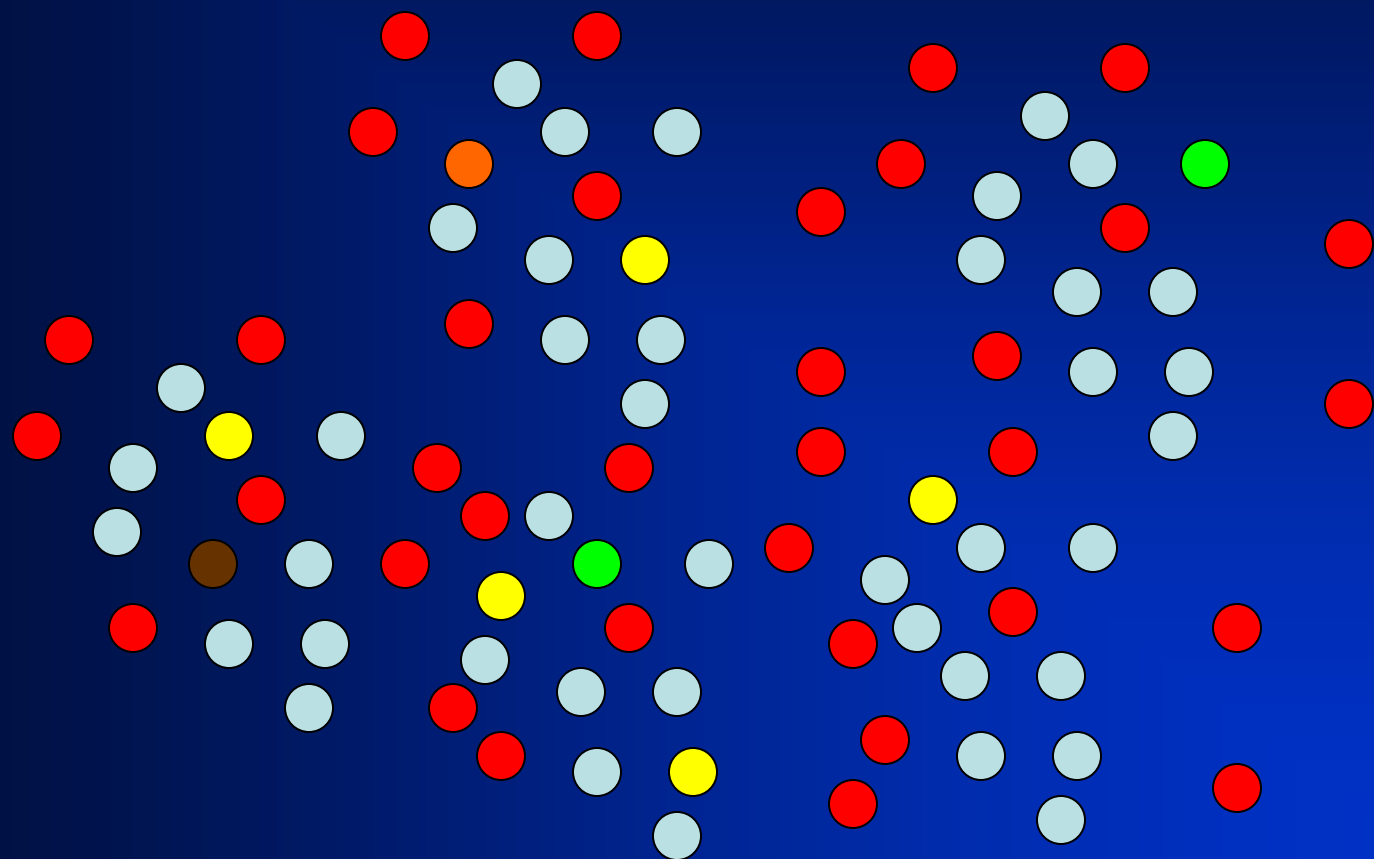
夸克

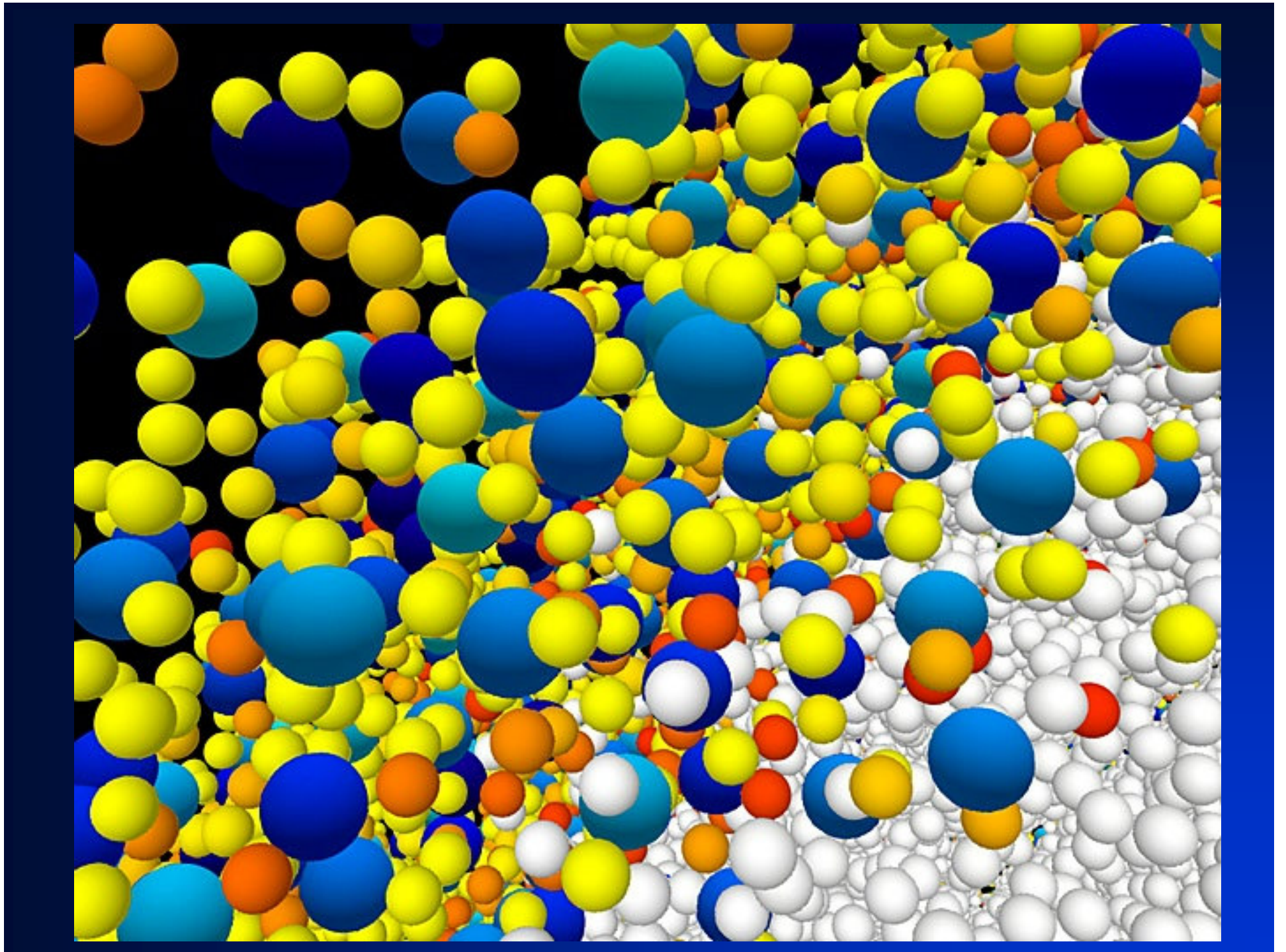
A silhouette of a person with their hair in a bun, looking out over a landscape at sunset. The sun is low on the horizon, casting a golden glow over a mountain range. The sky is filled with soft, wispy clouds. The overall mood is contemplative and serene.

究竟諦

究竟諦是基於它們各自的自性
（**sabhava**）而存在之法。
這些法是：最終存在而不可
再分解的單位。

身體內的色聚





究竟法

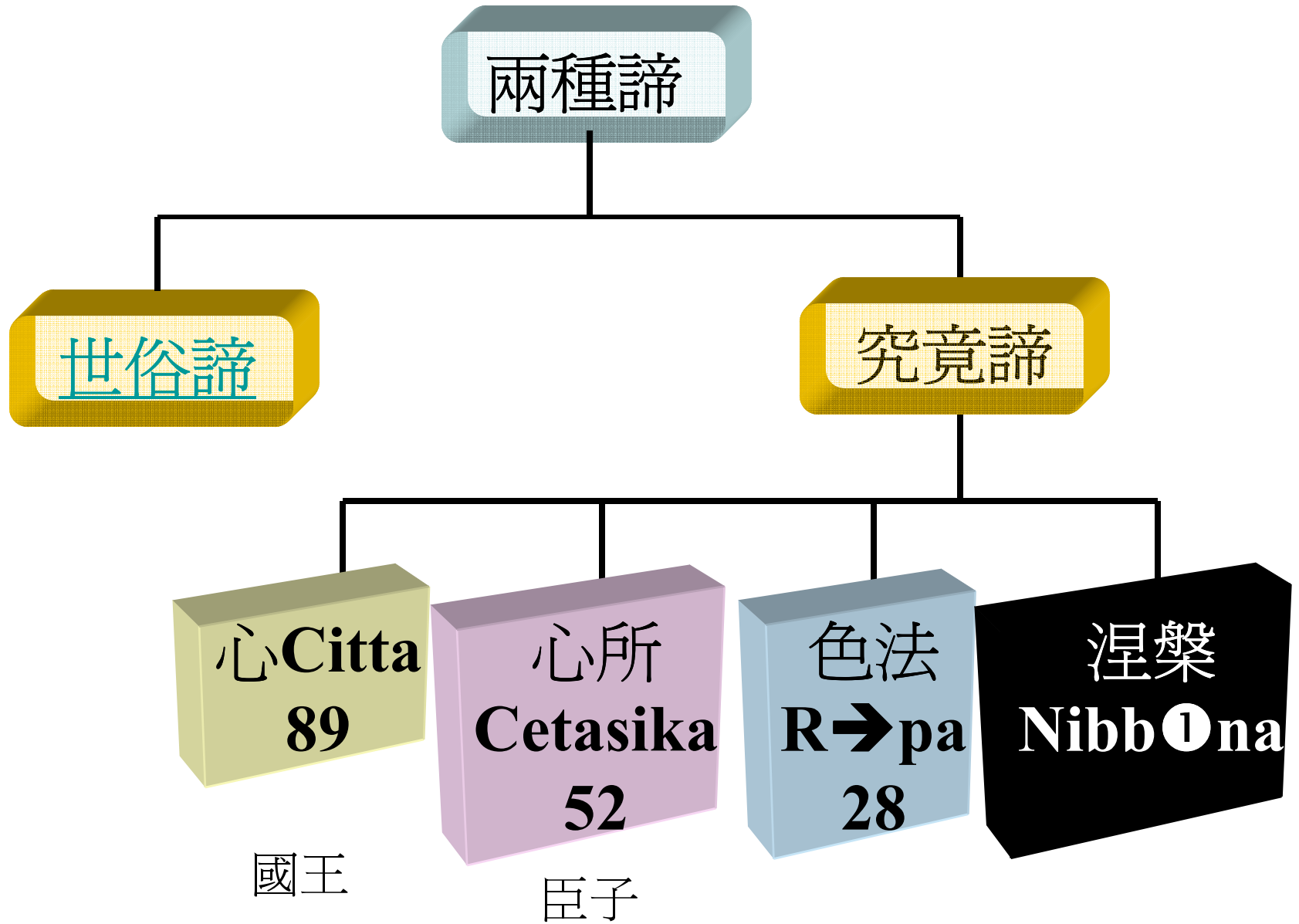
色聚 (rūpa kalāpa)

1. 地界
2. 水界
3. 火界
4. 風界
5. 顏色
6. 香
7. 味
8. 食素

同生

同滅

同一依處



根據阿毗達摩論教，究竟法歸納為 四種類別：

(一) 心	(<i>citta</i>)	}	有為法
(二) 心所	(<i>cetasika</i>)		
(三) 色	(<i>rūpa</i>)		
(四) 涅槃	(<i>Nibbāna</i>)	}	無為法



第一章 心之概要

本章解說阿毗達摩的第一種究竟法 - 「心」
先研究心是因爲佛教分析究竟法的中心點是在於親身體驗，而心又是體驗的主要因素，是對目標（所緣）的識知。
透過各種分門別類的方法，將心分類爲 89 種 (或121種)。

第一種究竟諦 心 (*citta*)

- (一) 相 (**lakkhaṇa**) : 識知目標
- (二) 作用 (**rasa**) : 作為諸心所的前導者
- (三) 現起 (**paccupaññhàna**): 一個相續不斷的過程
- (四) 近因 (**padaññhàna**) : 名色



什么是



心

什么是心？

心純粹只是識知的過程，並無一個造作者或自我- 看電視,五識

妄認心為我,是有身見.

而且此識知的過程必定是生滅無常的因緣法 (五識)。

心之兩分法

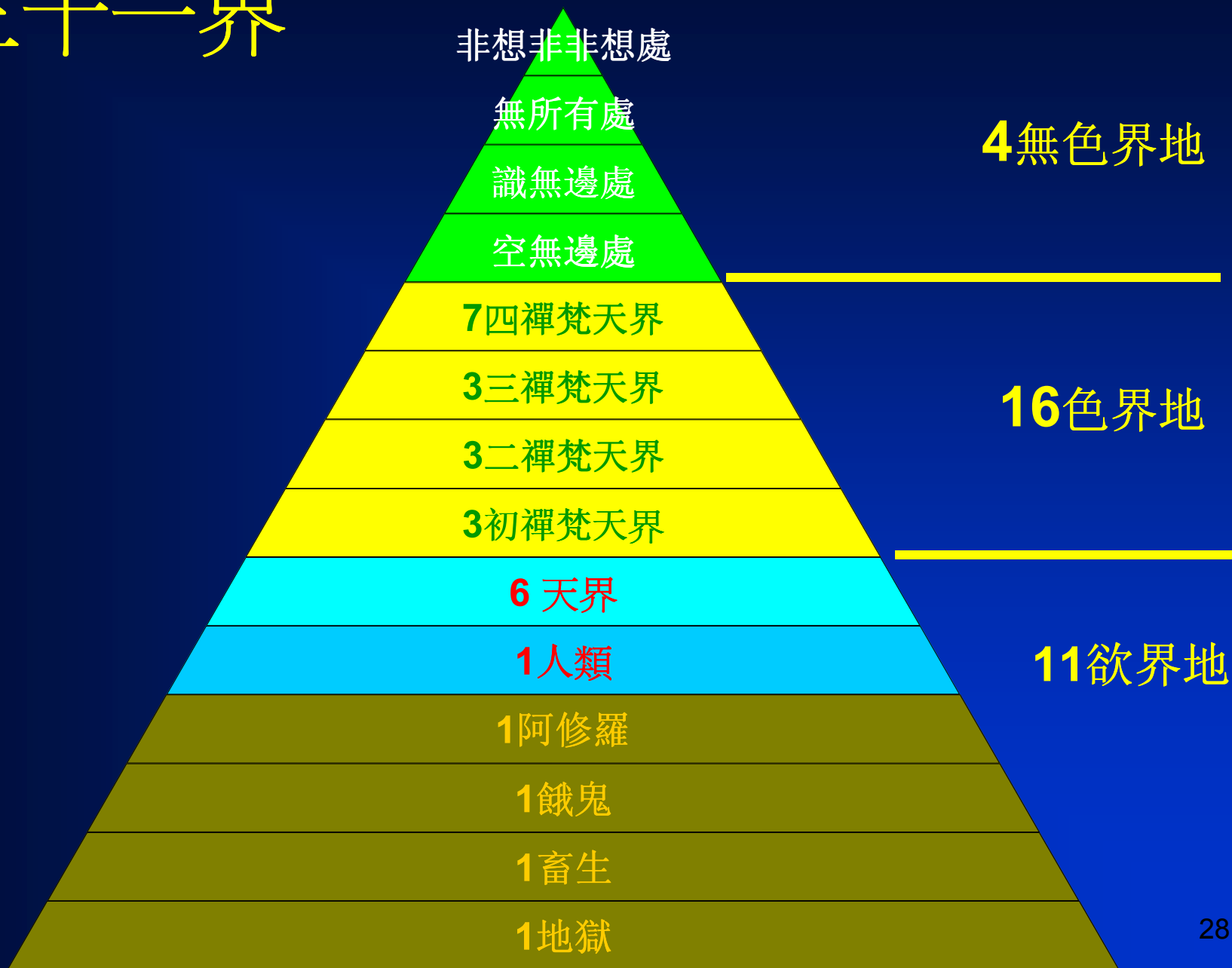
界

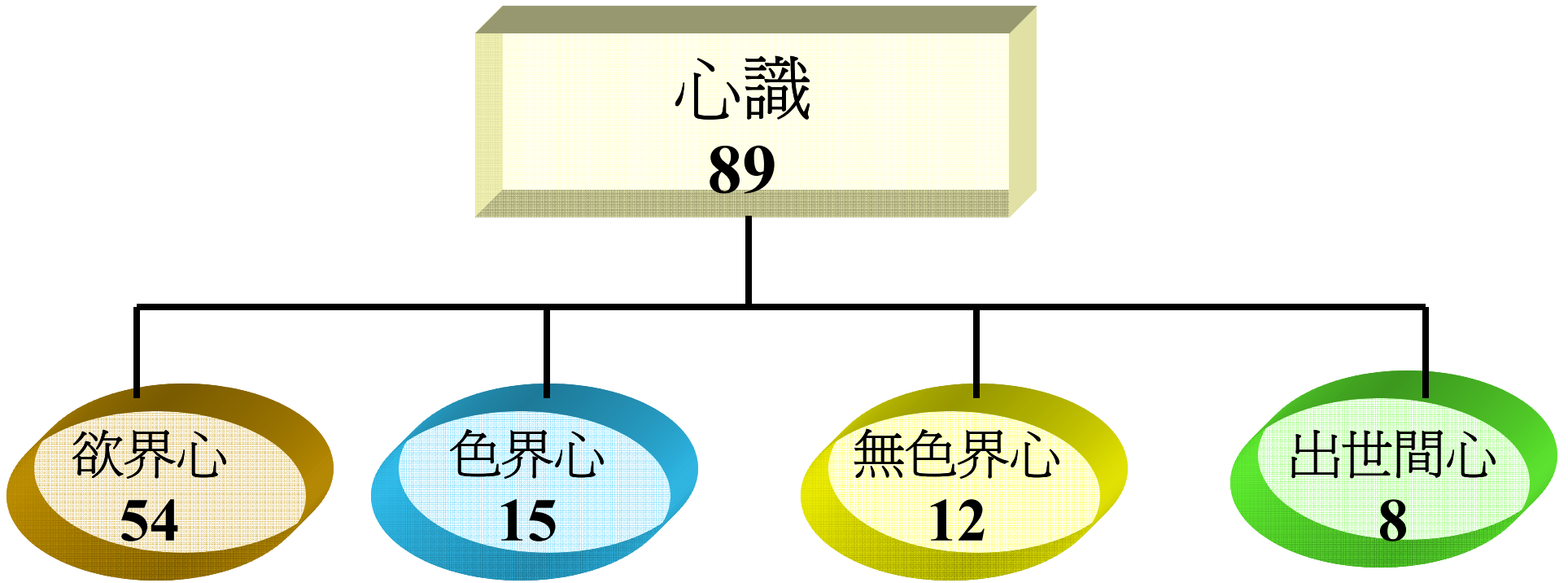
1. 欲界心
2. 色界心
3. 無色界心
4. 出世間心

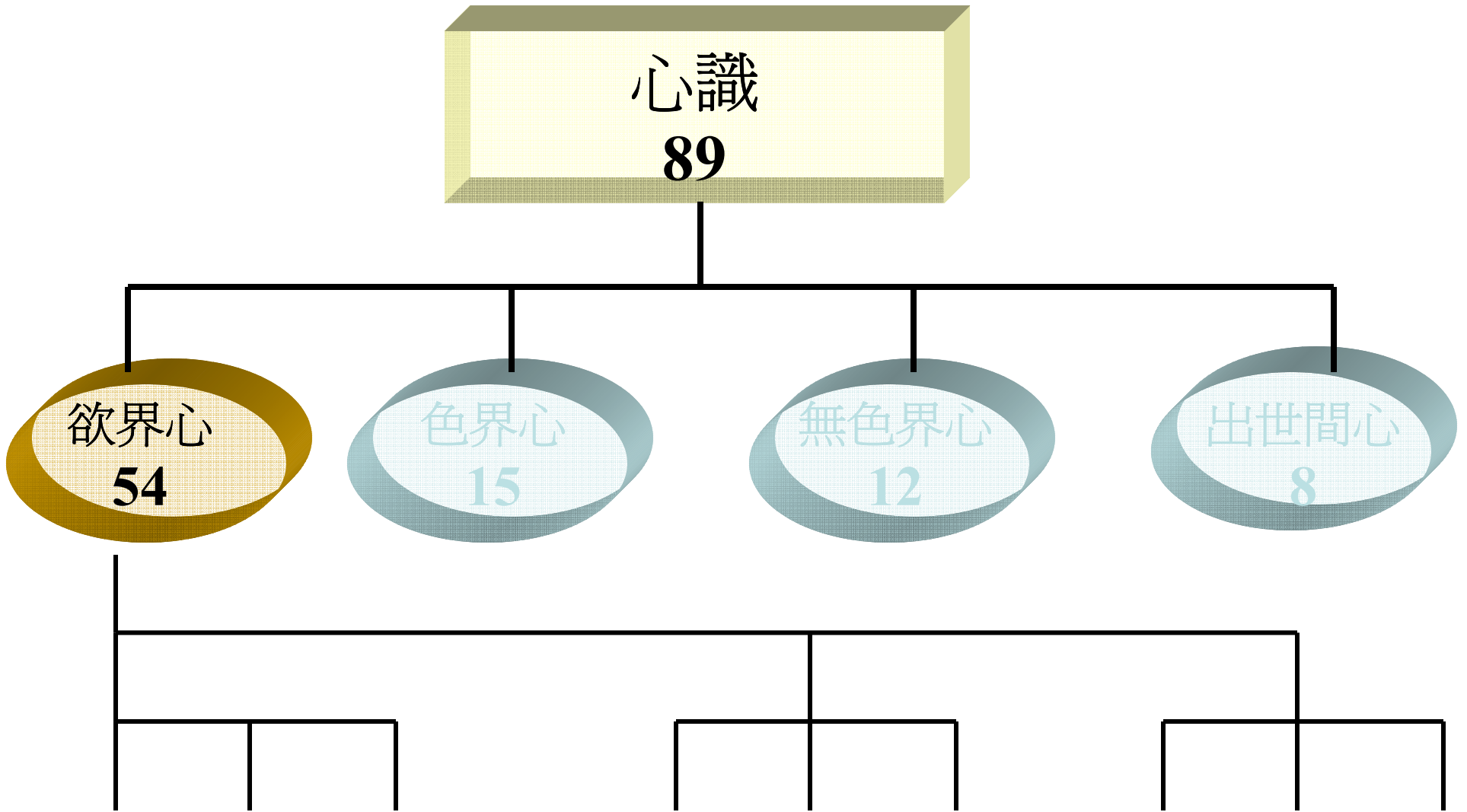
本性

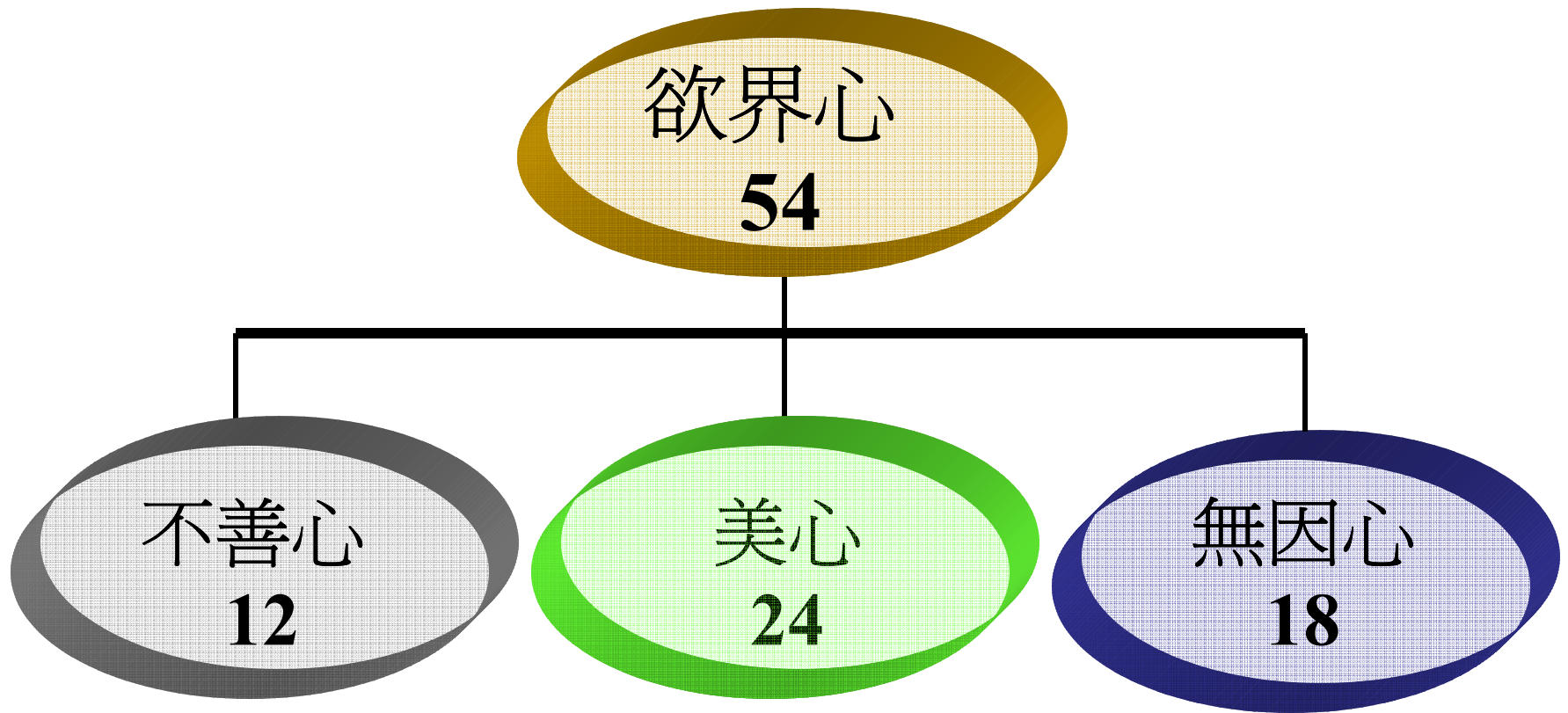
1. 不善心
2. 善心
3. 果報心
4. 唯作心

三十一界









關於本性，心可分為四類：

(一) 不善 (*akusala*)

(二) 善 (*kusala*)

(三) 果報 (*vipàka*)

(四) 唯作 (*kiriya*)

六種因(根)

(一) 三善因

1. 無貪
2. 無瞋
3. 無痴 (智慧)

(二) 三不善因

4. 貪
5. 瞋
6. 痴

關於本性，心可分為四類的解釋：

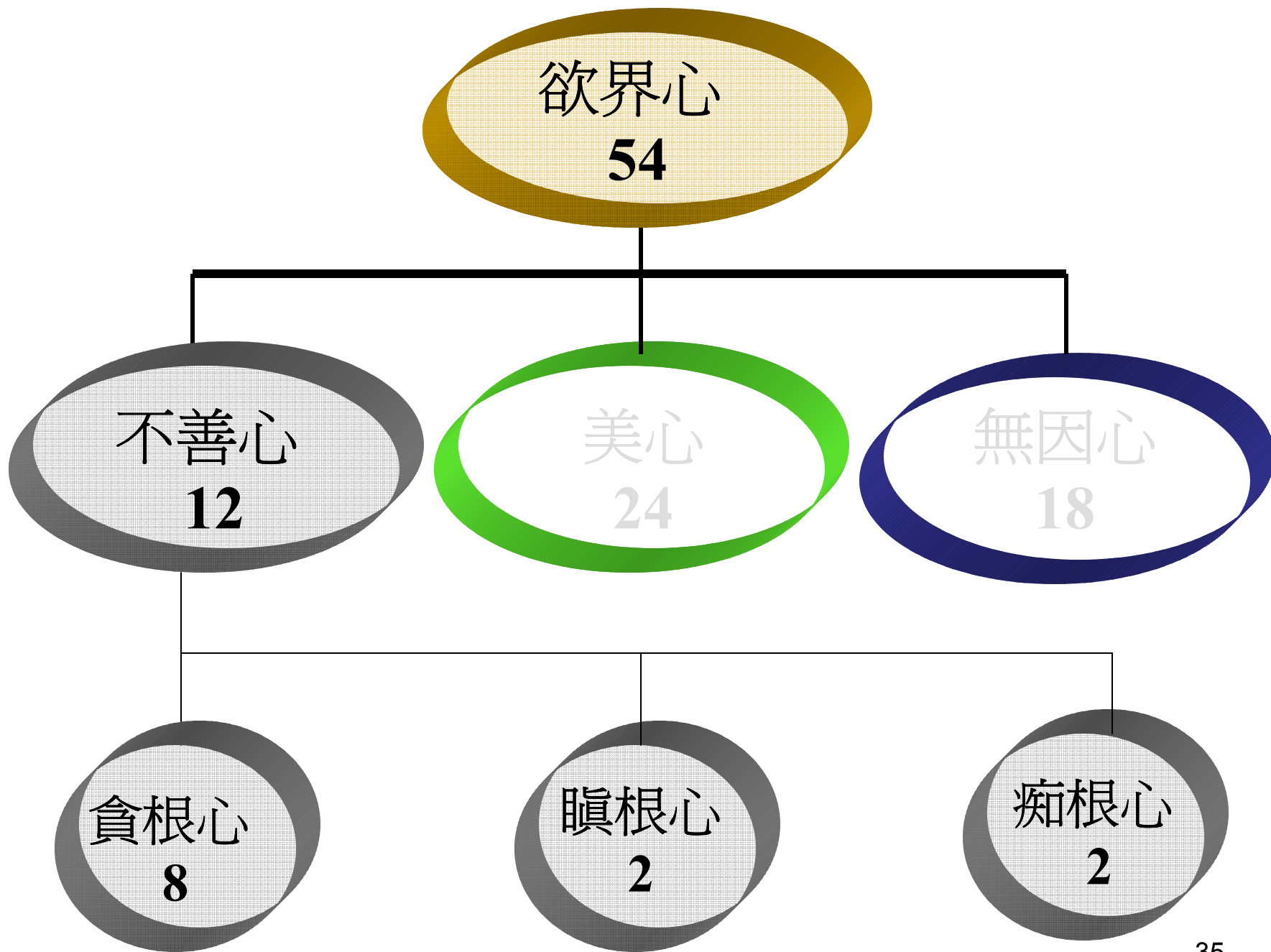
(一)不善 (*akusala*)：與不善因相應的心。

(二)善 (*kusala*)：與善因相應的心。

(三)果報 (*vipàka*)：緣於業成熟而生起的心是果報心。

(四)唯作 (*kiriya*)：非業亦非果報；只涉及活動而無造業

果報心與唯作心兩者皆非善非不善。它們被歸列為「無記」



十二不善心

八種貪根心

- (一) 悅俱邪見相應無行一心
- (二) 悅俱邪見相應有行一心
- (三) 悅俱邪見不相應無行一心
- (四) 悅俱邪見不相應有行一心
- (五) 捨俱邪見相應無行一心
- (六) 捨俱邪見相應有行一心
- (七) 捨俱邪見不相應無行一心
- (八) 捨俱邪見不相應有行一心

貪根心的三項分別

1. 悅俱或捨俱(受)——
歡喜地做還是中捨地做。
2. 邪見相應或邪見不相應——
做時是否有邪見。(何謂邪見)
3. 無行或有行——
主動還是被動。

邪見

- 在經中時常提到三種邪見：
- 斷見（**natthika-ditthi**）：此見否認人死後不會以任何形式存在，因此不承認業有善惡。
- 無作見（**akiriya-ditthi**）：此見認為業是不能產生果報的，認為一切業都是無效的。
- 無因見（**ahetuka-ditthi**）：此見認為沒有污染或淨化有情的因緣，所以該有情是由於偶然和 命運被污染或淨化

二瞋根心

(一)憂俱瞋恚相應無行一心

(二)憂俱瞋恚相應有行一心

瞋根心的二項分別

- 憂俱(受)
- 無行或有行

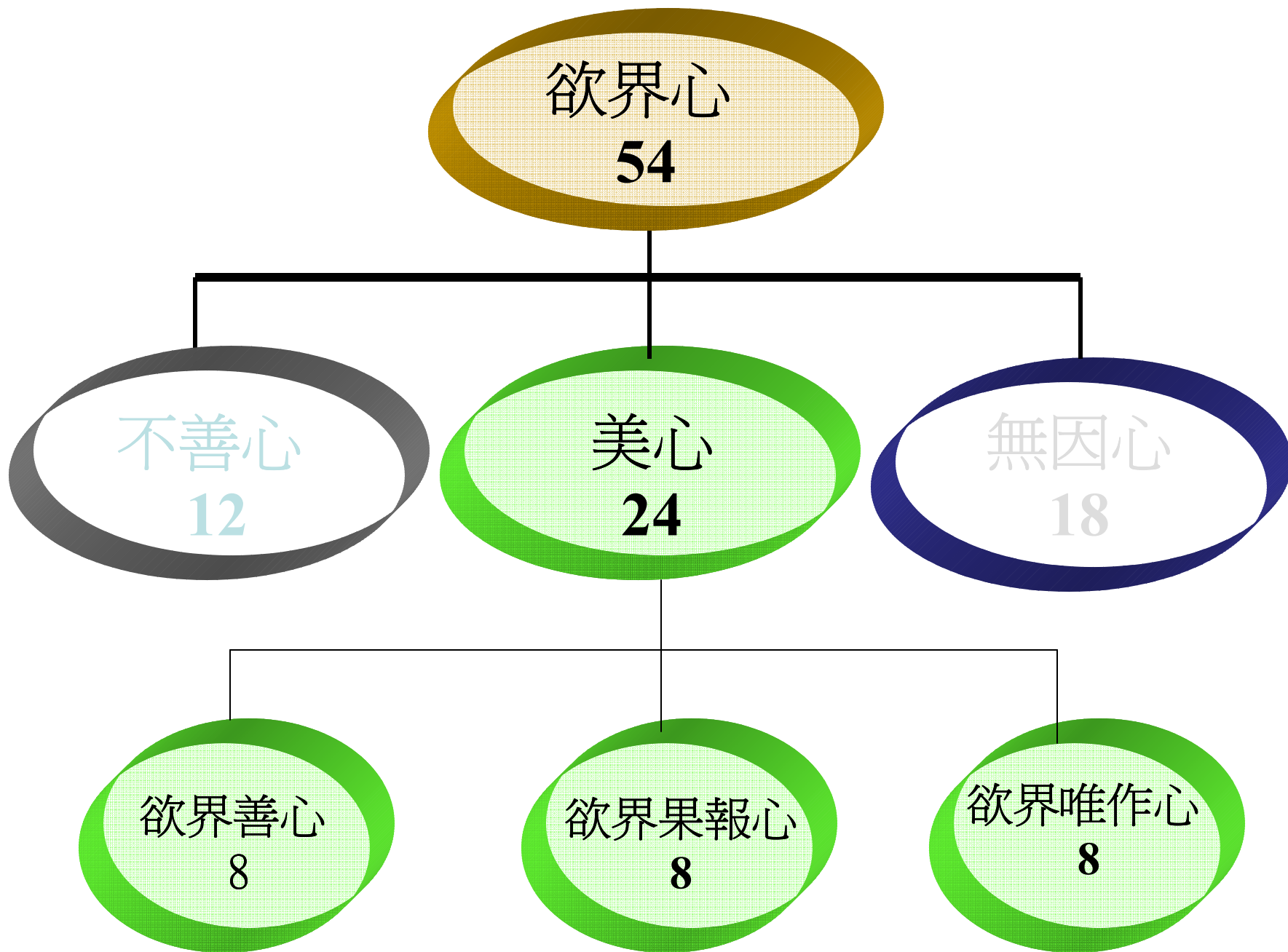
兩個痴根心

(一) 捨俱疑相應一心

(二) 捨俱掉舉相應一心

• 所有惡法都包含在十二不善心里。(業力-果報)





八欲界善心

- (一) 悅俱智相應無行一心
- (二) 悅俱智相應有行一心
- (三) 悅俱智不相應無行一心
- (四) 悅俱智不相應有行一心
- (五) 捨俱智相應無行一心
- (六) 捨俱智相應有行一心
- (七) 捨俱智不相應無行一心
- (八) 捨俱智不相應有行一心

影响善业功德的三项要素

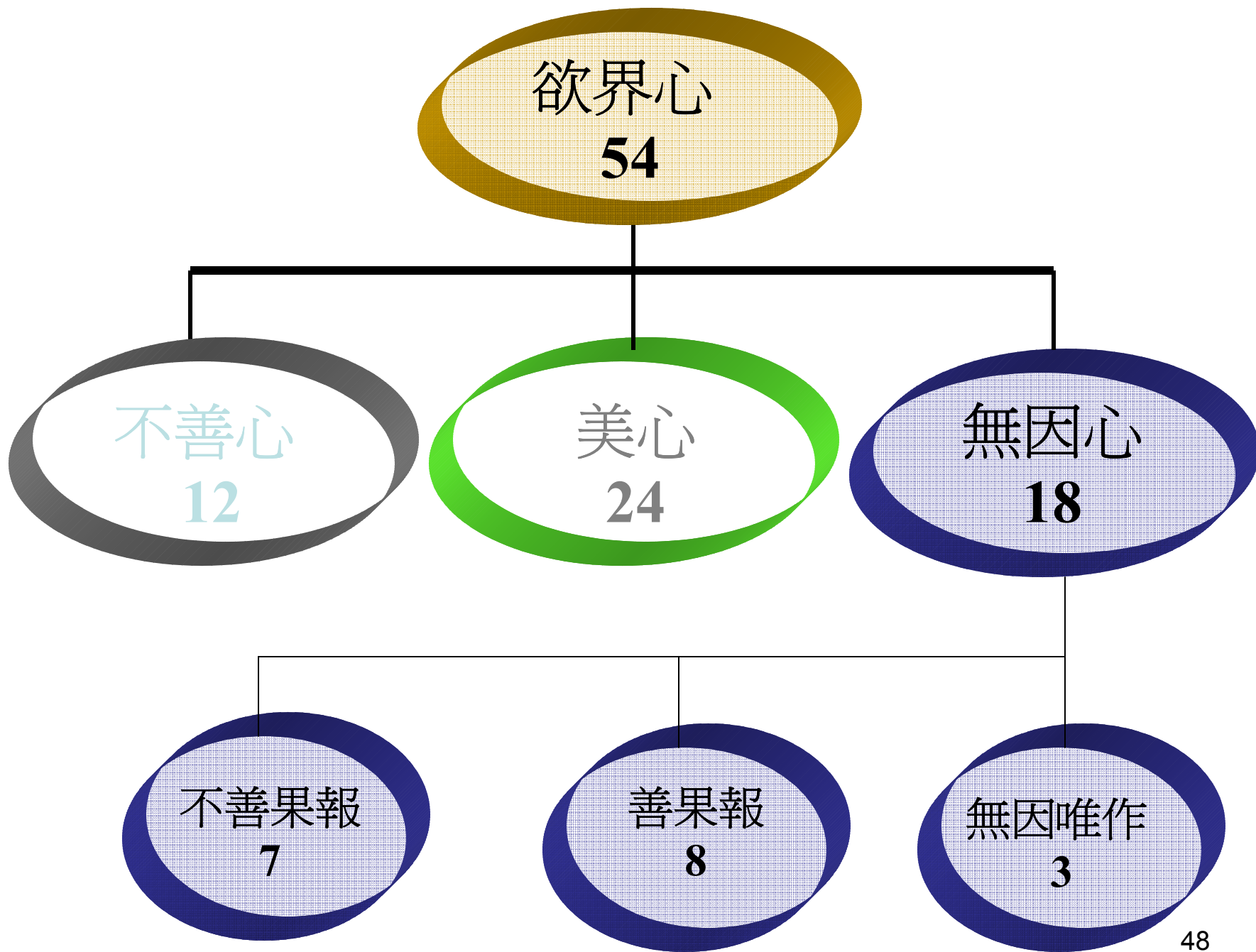
- 1.悦俱或舍俱——
欢喜地做还是中舍地做。
- 2.智相应或智不相应——
做时是否拥有智慧。
- 3.无行或有行——
主动还是被动。

八種欲界果報心

- (一) 悅俱智相應無行一心
- (二) 悅俱智相應有行一心
- (三) 悅俱智不相應無行一心
- (四) 悅俱智不相應有行一心
- (五) 捨俱智相應無行一心
- (六) 捨俱智相應有行一心
- (七) 捨俱智不相應無行一心
- (八) 捨俱智不相應有行一心

八欲界唯作心

- (一) 悅俱智相應無行一心
- (二) 悅俱智相應有行一心
- (三) 悅俱智不相應無行一心
- (四) 悅俱智不相應有行一心
- (五) 捨俱智相應無行一心
- (六) 捨俱智相應有行一心
- (七) 捨俱智不相應無行一心
- (八) 捨俱智不相應有行一心



無因心（**ahetukacittani**）：

- 它們沒有任何貪瞋痴不善因（不善根），也沒有無貪、無瞋、無痴三美因（美根）。由於「因」是幫助心穩定的因素，所以無因心比有因心較弱。屬於這類的十八心可分為三組：
 - 1.不善果報心（不善異熟心）
 - 2.善果報心（善異熟心）
 - 3.唯作心

七不善果報心

- (一) 眼識與捨俱行
- (二) 耳識
- (三) 鼻識
- (四) 舌識
- (五) 身識與苦俱行
- (六) 領受與捨俱行
- (七) 推度與捨俱行

八善果報無因心

- (一) 眼識與捨俱行
- (二) 耳識
- (三) 鼻識
- (四) 舌識
- (五) 身識與樂俱行
- (六) 領受與捨俱行
- (七) 推度與悅俱行
- (八) 推度與捨俱行

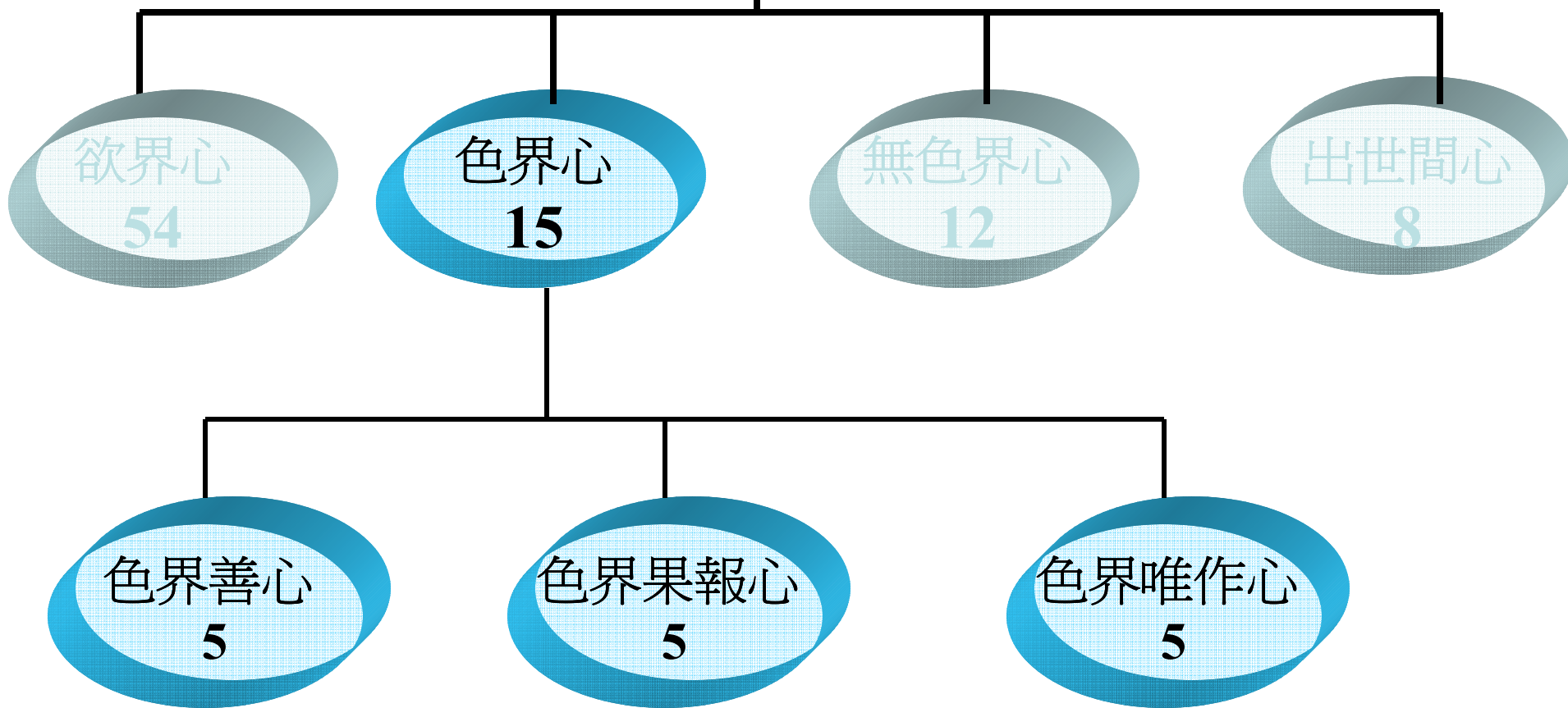
三無因唯作心

(一) 捨俱五門轉向心

(二) 捨俱意門轉向心

(三) 悅俱（阿羅漢）生笑心
(MAHAMOGGALLANA)

心識
89





五色界善心

3因

- (一) 尋、伺、喜、樂、一境性俱初禪善心
- (二) 伺、喜、樂、一境性俱第二禪善心
- (三) 喜、樂、一境性俱第三禪善心
- (四) 樂、一境性俱第四禪善心
- (五) 捨、一境性俱第五禪善心

禪那 Jhana

■ 緊密地觀察目標

■ 燒盡對抗之法「五蓋」

五蓋 ~ 證禪那的主要障礙

- 它阻止未生起的善法生起
- 使到已生起的善法不能持久

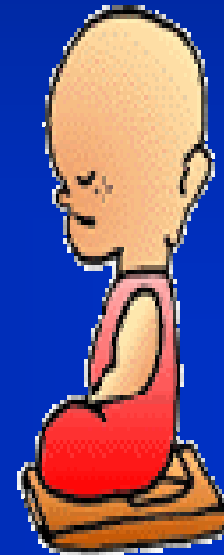
1. 貪欲 Sensual desire

2. 嗔恚 Ill-will

3. 昏沉、睡眠 sloth and torpor

4. 掉悔、惡作 Restlessness & Regret

5. 疑法 Doubt



五禪支

- (一) 尋 — 將心導向及安置於似相
- (二) 伺 — 保持心持續地注意似相
- (三) 喜 — 喜歡似相
- (四) 樂 — 體驗似相時的樂受或快樂
- (五) 一境性 — 對似相的一心專注



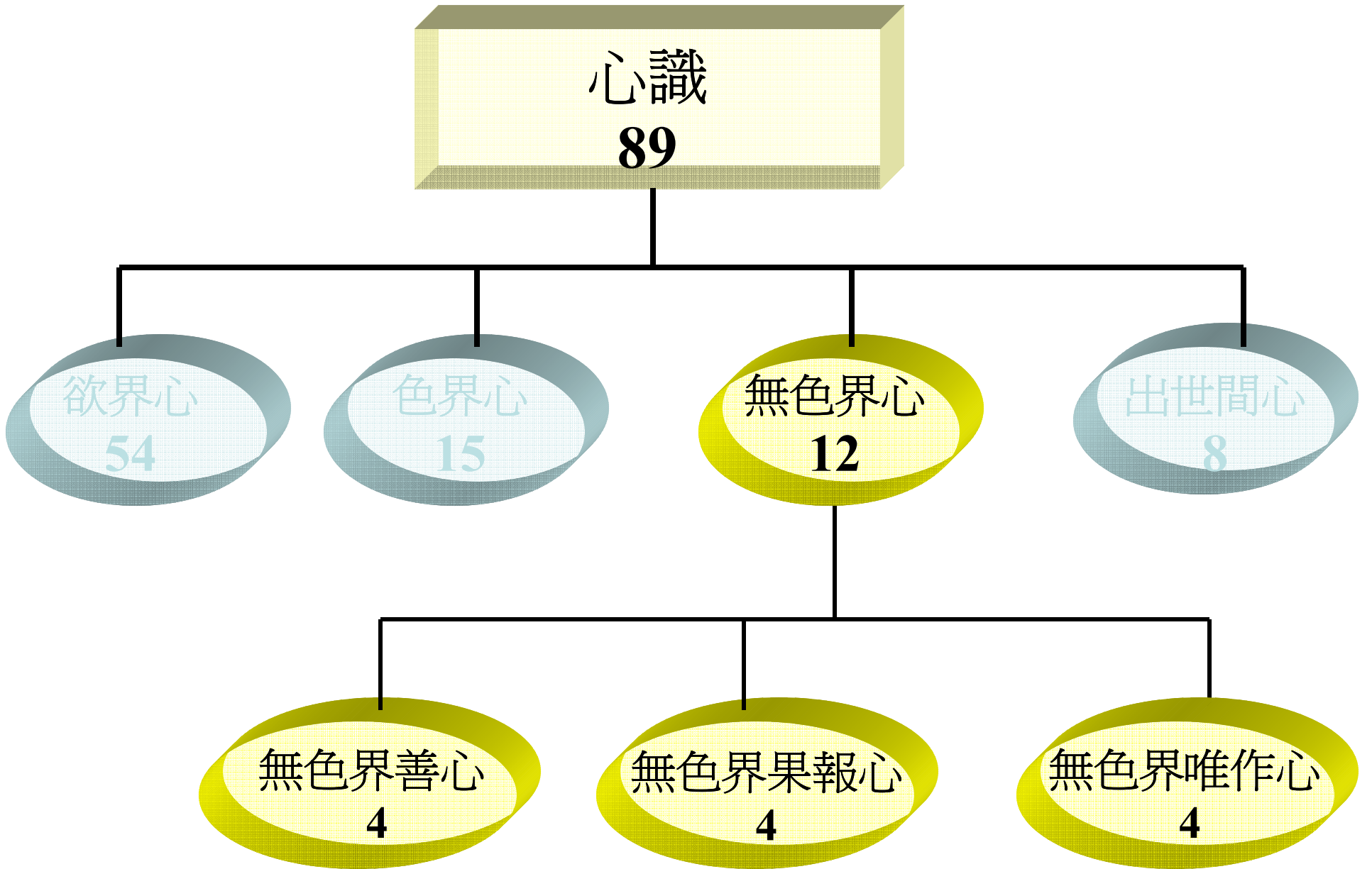


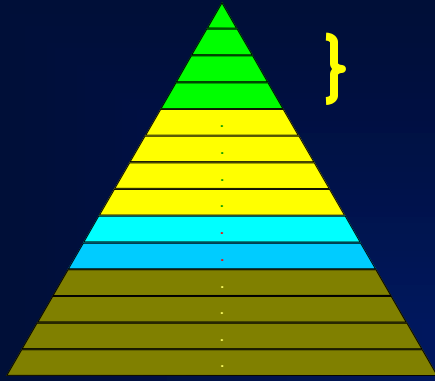
五色界果報心

- (一) 尋、伺、喜、樂、一境性俱初禪果報心
- (二) 伺、喜、樂、一境性俱第二禪果報心
- (三) 喜、樂、一境性俱第三禪果報心
- (四) 樂、一境性俱第四禪果報心
- (五) 捨、一境性俱第五禪果報心

五色界唯作心

- (一) 尋、伺、喜、樂、一境性俱初禪唯作心
- (二) 伺、喜、樂、一境性俱第二禪唯作心
- (三) 喜、樂、一境性俱第三禪唯作心
- (四) 樂、一境性俱第四禪唯作心
- (五) 捨、一境性俱第五禪唯作心

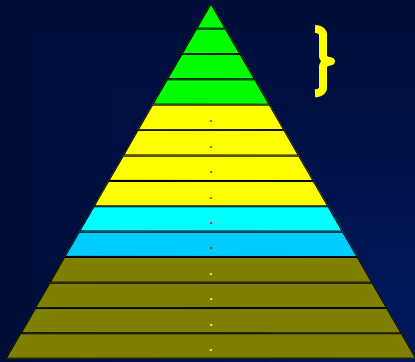




四無色界善心

- (一) 空無邊處善心
- (二) 識無邊處善心
- (三) 無所有處善心
- (四) 非想非非想處善心

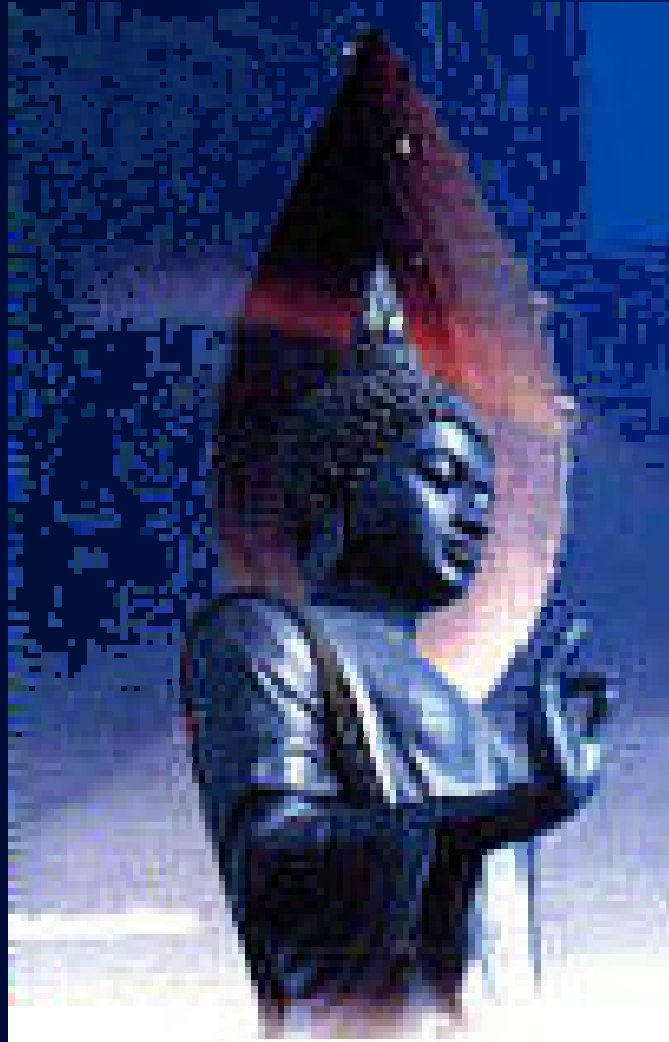
所有的無色禪心都緣取不同的目標, 有同樣的兩個禪支, 即：捨、一境性



四無色界果報心

- (一) 空無邊處果報心
- (二) 識無邊處果報心
- (三) 無所有處果報心
- (四) 非想非非想處果報心

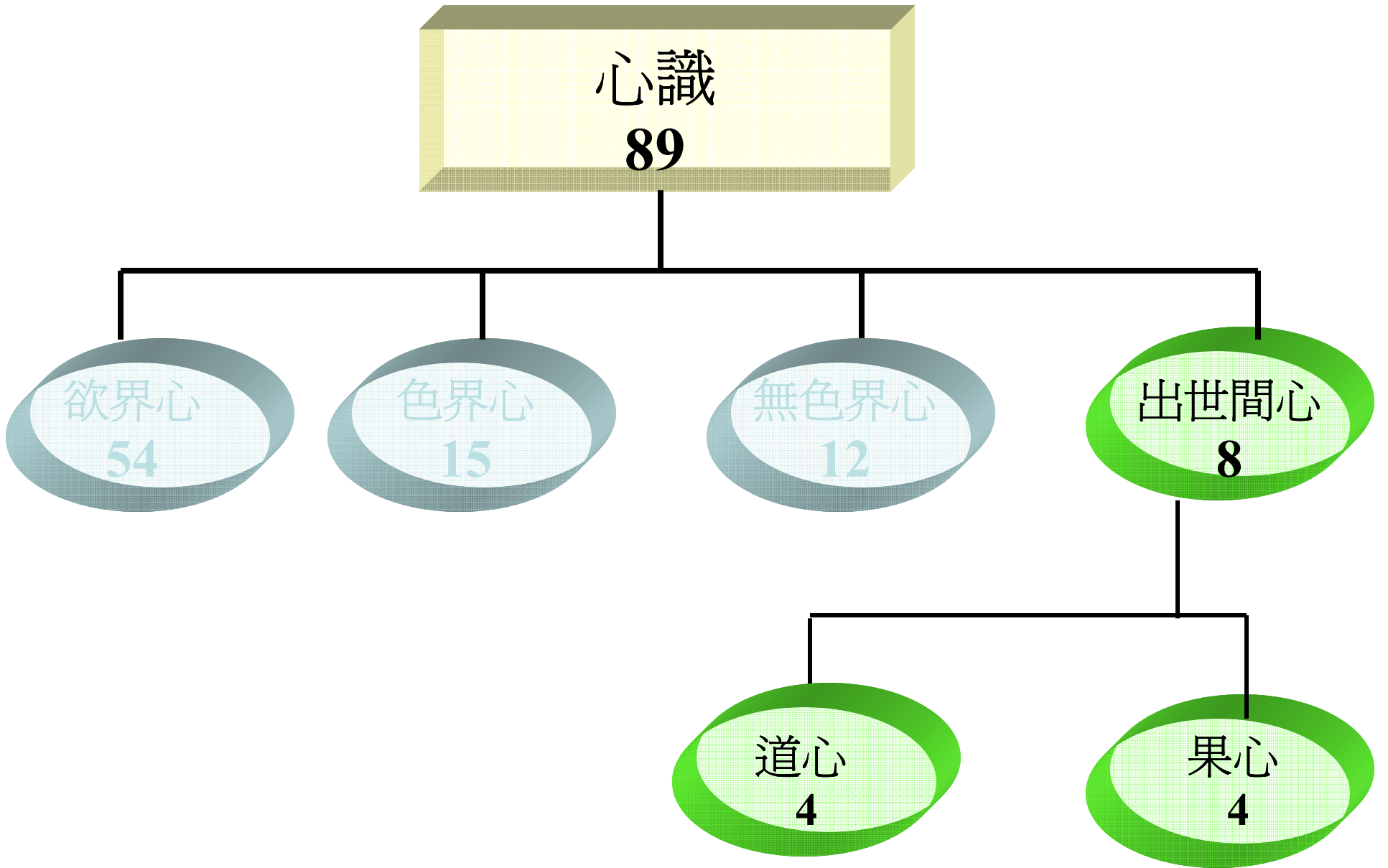
四無色界唯作心



- (一) 空無邊處唯作心
- (二) 識無邊處唯作心
- (三) 無所有處唯作心
- (四) 非想非非想處唯作心

廣大心

- 十五色界心與十二無色界心在整體上總稱為「廣大心」，即殊勝、優越、高尚之心，因為它們已脫離諸蓋，且是清淨、昇華、廣大的心境。



出世間心 (lokuttaracittani)

- 出世間心是「超越」由五取蘊組成的世間之心。此心導向脫離生死輪迴，及證入涅槃：苦的止息。



八出世間心 (Lokuttara-Citta)

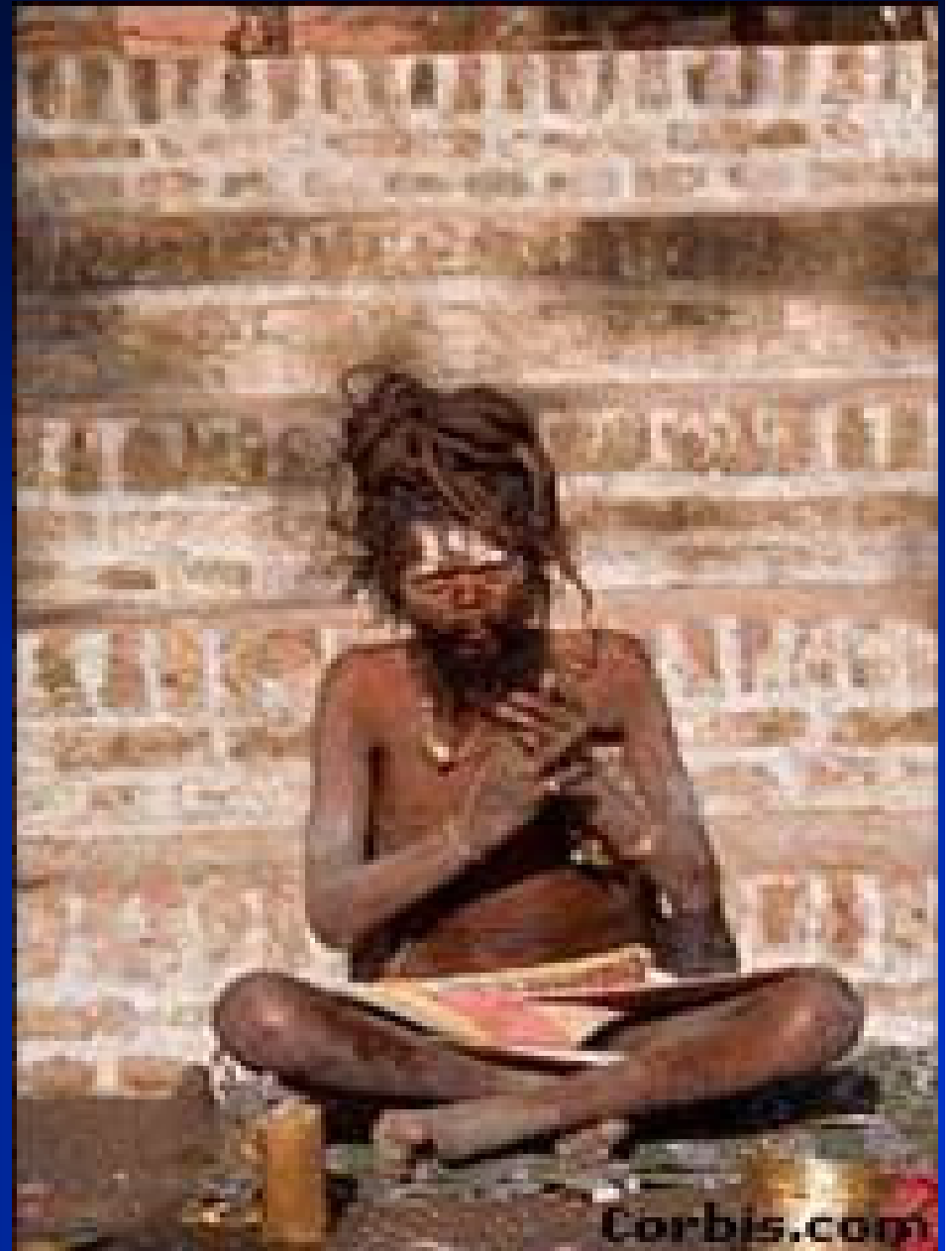
。

- 四種出世間善心
 - 須陀洹道心
 - 斯陀含道心
 - 阿那含道心
 - 阿羅漢道心
- 四出世間果報心
 - 須陀洹果心
 - 斯陀含果心
 - 阿那含果心
 - 阿羅漢果心

道心的作用是斷除諸煩惱；果心的作用則是體驗因道心斷除煩惱后所帶來的某種程度解脫。

須陀洹道心

- 斷除首三結：
- 一、有身見；
- 二、對三寶的懷疑(suppabudha)；
- 三、執著地相信實行儀式能夠趣向解脫（戒禁取）。
- 此心也永遠地根除了其他五心，即：四個與邪見相應的貪根心，以及與疑相應的痴根心。



戒禁取

證得須陀洹道果的利益

1. 對聖法有信心
2. 永恆關閉四惡道之門
3. 痛苦有期限
4. 擁有四聖諦的智慧
5. 了知因果緣起法

1. 擁有七聖法
 1. 自信
 2. 戒行
 3. 慚
 4. 愧
 5. 多聞
 6. 慷慨
 7. 智慧

斯陀含道心

- 此心沒有斷除任何「結」，但滅除了較粗的欲欲（對欲樂的欲求）與瞋恚。

阿那含道心

- 已證得第三道者將不會再次投生到欲界。
◦ 若這類人在今世不能證得阿羅漢果，他即會在來世投生到色界天，以及在其地證得最終的解脫。
- 阿那含（不還）道心斷除了欲欲與瞋恚二結，也永遠地根除了兩個瞋根心。

阿羅漢道心

阿羅漢是已完全解脫煩惱者

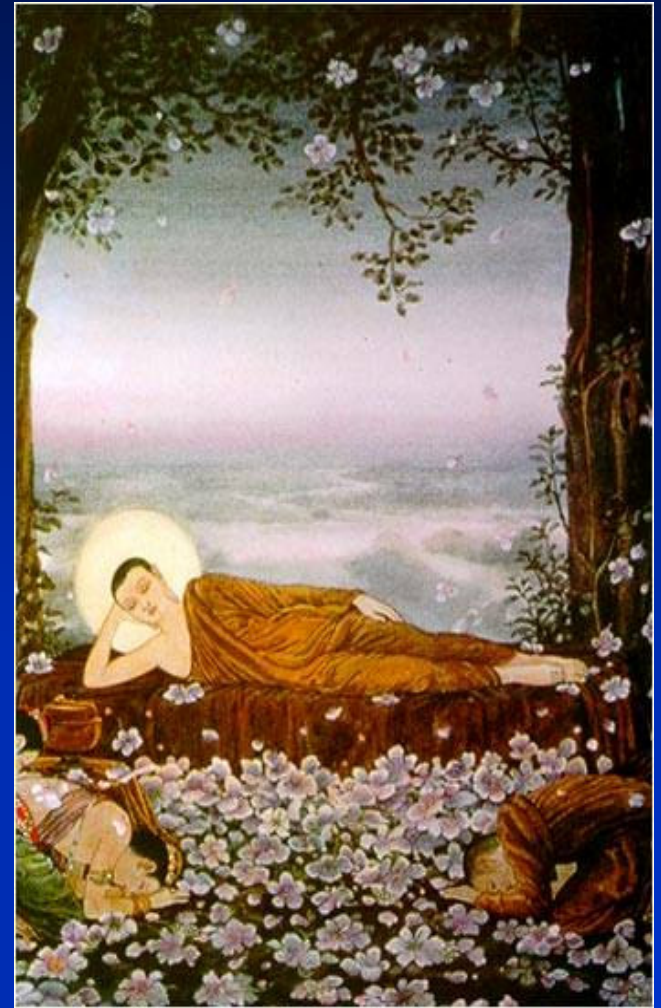
- 阿羅漢道心徹底斷除了五個微細「結」：
- 對色界生命之欲求
- 對無色界生命之欲求
- 我慢
- 掉舉
- 無明

它也斷除了剩餘的不善心：四個邪見不相應貪根心，以及一個掉舉相應痴根心。

出世間心 (Lokuttara-Citta)

- 四種出世間善心
 - 須陀洹道心
 - 斯陀含道心
 - 阿那含道心
 - 阿羅漢道心
- 四出世間果報心
 - 須陀洹果心
 - 斯陀含果心
 - 阿那含果心
 - 阿羅漢果心

涅槃



心識
89

欲界心
54

色界心
15

無色界心
12

出世間心
8

一百二十一種心

• 如何把分別爲八十九種的心再分別爲一百廿一種？

1. 尋、伺、喜、樂、一境性俱初禪須陀洹道心。
2. 伺、喜、樂、一境性俱第二禪須陀洹道心。
3. 喜、樂、一境性俱第三禪須陀洹道心。
4. 樂、一境性俱第四禪須陀洹道心。
5. 捨、一境性俱第五禪須陀洹道心。

這五種名爲須陀洹道心。

- 斯陀含道、阿那含道與阿羅漢道亦如是（各有五種道心）
- 如此即成二十種道心。
- 同樣地，果心亦有二十種,因此共有四十出世間心。