**離生喜樂者，謂初靜慮地所攝喜樂。**

**離生喜樂，是指行者由修習禪定成就證得初禪，具有尋、伺、喜、樂、心一境性等五支，心能寂靜審慮，感受到離開欲界之不善法而生喜、樂，身體有色界四大進入身中的樂受；心感喜受，身感樂受，這類初靜慮地所攝的喜樂，稱為離生喜樂。**

**《披》謂初靜慮地所攝喜樂者：此中喜者，謂已轉依者，依於轉識，心悅、心勇、心適、心調，安適受，受所攝。樂者，謂已轉依者，依阿賴耶識，能攝所依，令身怡悅，安適受，受所攝。如顯揚說。（顯揚二卷五頁）**

**現在解釋得到初禪的人，身心喜樂的狀態。喜，是指成就初靜慮的行者，遠離欲界惡不善法，已轉變所依的身心，依於第六意識的相貌是：心喜悅、心勇猛、心舒適、心調柔、安適受，及與喜受相應所有心心所。樂，是指成就初靜慮的行者，已轉變所依的身心，依阿賴耶識能攝持執受所依，令身體感覺怡悅安適受，及與樂受相應所有心心所。如《顯揚聖教論》卷2〈1 攝事品〉所說。**

**所滋潤者，謂喜所潤。遍滋潤者，謂樂所潤。**

**所滋潤，是指成就初靜慮的行者，遠離欲界惡不善法，已轉變所依的身心，依於第六意識歡喜踴悅。所滋潤是形容第六意識的轉識；遍滋潤，形容阿賴耶識執受的身體，感覺很舒適快樂，稱為遍滋潤。這是說到離生喜樂。**

**《舍利弗阿毘曇論》卷14〈非問分〉說行者初生、正生起、正起觸證初禪時，此身離生喜樂，名津；入禪後離生喜樂，漸開微行，未能增廣身之離生喜樂，爾時名液；離生喜樂，能增廣但未到彼岸，爾時名遍；離生喜樂，能至彼岸，爾時名身滿。如農夫最初以水灌溉田地，開始灌水津潤名津；灌水滋潤以後，水漸開微行未能增廣名液；水漸開成液以後，漸增廣未到田的彼岸名遍；遍以後，水到田的彼岸，一切高下之處都充滿水，而且還充滿灌水口，名滿。**

**又說遍滿身得離生喜樂已，除身炙心炙、身煖心煖、身熱心熱、身然心然、身燋心燋、身惡心惡、身不樂心不樂、身不調心不調、身不輕心不輕、身不煖心不煖、身不除心不除，得身不炙不煖不熱不然不燋，得樂則無煩惱金剛，不求利、勤力、樂行，總之依欲界身所生不怡悅、不舒適、身粗重性全部去除，名離生喜樂遍滿身。由以上所說可知離生喜樂滋潤初禪行者的相貌。**

**遍充滿者，謂加行究竟作意位。遍適悅者，謂在已前諸作意位。由彼位中，亦有喜樂時時間起，然非久住，亦不圓滿。於此身中無有少分而不充滿者，謂在加行究竟果作意位。**

**遍充滿與遍適悅是不一樣的。遍充滿，是於加行究竟作意位。於加行究竟作意位，喜樂就普遍的充滿，這時候正斷除一切下品的煩惱（就是比較微細的煩惱）。遍適悅者，是在加行究竟作意位之前的觀察作意、攝樂作意、遠離作意、勝解作意，（了相作意還沒有喜樂，勝解作意以上才有）。所以在之前的從勝解作意開始一直到觀察作意，還在斷除粗的及中品的煩惱時，也有喜樂時時在身心間雜而起，可是這種喜樂受不會一直在身體裏面，也不圓滿。若在身體裏面沒有一個部分不充滿喜樂時就是證入初禪，這是加行究竟果作意位，屬於解脫道所攝。以上依初靜慮地所攝喜樂、所滋潤、遍滋潤、遍充滿、遍適悅、無有少分而不充滿六句話，來說明離生喜樂的相貌。這是比喻初禪的法性是這樣，二禪、三禪、四禪雖然沒有說，依此類推應當可以了知。**

**譬如黠慧能沐浴人，或彼弟子者，當知喻於修觀行者。**

**用沐浴（印度人洗澡的方式）這件事來譬喻修禪定。黠慧，是指機敏聰慧的人。譬如機敏聰慧的人，能夠善於沐浴者，或者是他的弟子們，也能夠善於沐浴者，應當知道這是比喻修禪定觀行的人。**

**關於四禪的譬喻，如《中阿含經》卷20〈2 長壽王品〉所說：「復次，比丘修習念身，比丘者，離生喜樂，漬身潤澤，普遍充滿於此身中，離生喜樂無處不遍。猶工浴人器盛澡豆，水和成摶，水漬潤澤，普遍充滿無處不周。如是比丘離生喜樂，漬身潤澤，普遍充滿於此身中，離生喜樂無處不遍。如是比丘隨其身行，便知上如真。彼若如是在遠離獨住，心無放逸，修行精勤，斷心諸患而得定心，得定心已，則知上如真，是謂比丘修習念身。」**

**南傳中部119經，形容離生喜樂的相貌是：比丘從離欲、離不善法後，進入後住於有尋、有伺，離而生喜、樂的初禪，以離而生喜、樂潤澤、遍流、充滿、遍滿此身，全身沒有任何地方不被離而生喜、樂遍滿。比丘們，猶如熟練的澡堂師傅或澡堂師傅的徒弟在銅皿中撒佈沐浴粉後，與水充分攪拌，沐浴粉團隨之濕潤、來到濕潤、內外被滲透濕潤而無遺漏。同樣的，比丘們，比丘以離而生喜、樂潤澤、遍流、充滿、遍滿此身，全身沒有任何地方不被離而生喜、樂遍滿。**

**《舍利弗阿毘曇論》卷28〈緒分〉也說：「如善澡浴師，若善澡浴師弟子，以細澡豆盛著器中，以水灑之調適作摶，此摶津液遍滿，不乾不濕內外和調。如是比丘，身離生喜樂津液遍滿無有減少，是名修聖五支初支等。**