**云何遠離？謂五種遠離。一、惡行遠離，二、欲遠離，三、資具遠離，四、憒鬧遠離，五、煩惱遠離。**

《披》謂五種遠離等者：受律儀戒，遠離十種不善業道，是名惡行遠離。修習梵行，遠離婬欲貪故，名欲遠離。成就杜多功德，遠離受用資具貪故，名資具遠離。住遠離處，獨一無侶，是名憒鬧遠離。解脫三界一切煩惱，是名煩惱遠離。

**修行需有五種遠離：**

**一、惡行遠離：受律儀戒，遠離十種不善業道。受律儀戒，如五戒、八關齋戒、出家戒，若能持守就能遠離身三、口四、意三等十種不善業道，稱為惡行遠離。**

**二、欲遠離：修習清淨的梵行，修習禪定使令行者遠離婬欲的貪愛，稱為欲遠離。**

**三、資具遠離：成就杜多功德，杜多功德就是頭陀行，修頭陀行可以遠離受用資具貪，資具包括衣服、飲食、臥具、湯藥等。一般所謂的不貪不是說要受用最差的，而是好壞皆可，用完就算了，不會執著妙好的境界。頭陀行所受用的是特別的下劣，有十二種功德，這在本論卷25，879頁會說到。頭陀行有常期乞食、次第乞食、但一座食(從此座起必不重食)、先止後食(坐如應坐，乃至未食先應具受諸所應食。應正了知：我今唯受爾所飲食，當自支持。又正了知：我過於此，定不當食。如是受已，然後方食。)、但持三衣(一、僧伽胝，二、嗢怛羅僧伽，三、安怛婆參。即五條衣、七條衣、九條衣。除此三衣，終不貯畜過此長衣。)、但持毳衣(所持衣或三衣數、或是長衣，一切皆用毛毳而作，終不貯蓄餘所作衣。)、持糞掃衣、住阿練若(住空閑山林坰野，受用邊際所有臥具，遠離一切村邑聚落。)、常居樹下、常居迥露(坐露地，無覆障處。)、常住塚間、常期端坐(於大床、或小繩床、或草葉座端身而坐，推度時日，終不以背或以其脅，依倚大床、或小繩床、或壁、或樹、草葉座等。)、處如常座(所坐臥或諸草座、或諸葉座，如舊敷設草座、葉座而常坐臥，一敷設後，終不數數翻舉修理。)等十三種行持。行者常常都是在樹下居住的；或在沒有樹的空地在那裡端坐；只有一坐食，坐下去吃完為止，不會離坐還在那裡吃；穿的衣服也是最差的，衣服只有三衣等，諸如這一類的苦行都是頭陀行。如果修這類很簡樸的頭陀行，就是資具遠離了，這需要有定慧支持，否則受不了。清苦單薄的生活資具太苦了，不是普通人能修的。**

**四、憒鬧遠離：是指身體應住在寂靜的地方。人與人如果思想不同，又不喜歡寂靜，即使二人在一起也很憒鬧，因為所求不同。若與人同住時，彼此都是向道心強，則容易和合而不會有憒鬧。再者，住處雖然遠離憒鬧，內心如果有很多煩惱也是很難修行。**

**五、煩惱遠離：指依止奢摩他修毗鉢舍那，解脫三界的愛見煩惱，名煩惱遠離。**

**這五種遠離彼此互相關聯，惡行遠離必須持戒；依止持戒修定慧，可以離欲；依止離欲，在資具上不會執著，就可以做到資具遠離；而這一些遠離都要在遠離憒鬧的地方修；在遠離憒鬧處修止觀斷除三界的愛見煩惱煩惱，就能成就煩惱遠離。**