

十二分教

- (一)契經（梵 *sūtra*，音譯修多羅），又作長行。以散文直接記載佛陀之教說，即一般所說之經。
- (二)應頌（梵 *geya*，音譯祇夜），與契經相應，即以偈頌重覆闡釋契經所說之教法，故亦稱重頌。
- (三)記別（梵 *vyākaraṇa*，音譯和伽羅那），又作授記。本為教義之解說，後來特指佛陀對眾弟子之未來所作之證言。
- (四)諷頌（梵 *gāthā*，音譯伽陀），又作孤起。全部皆以偈頌來記載佛陀之教說。與應頌不同者，應頌是重述長行文中之義，此則以頌文頌出教義，故稱孤起。
- (五)自說（梵 *udāna*，音譯優陀那），佛陀未待他人問法，而自行開示教說。
- (六)因緣（梵 *nidāna*，音譯尼陀那），記載佛說法教化之因緣，如諸經之序品。
- (七)譬喻（梵 *avadāna*，音譯阿波陀那），以譬喻宣說法義。
- (八)本事（梵 *itivṛttaka*，音譯伊帝曰多伽），載本生譚以外之佛陀與弟子前生之行誼。或開卷語有「佛如是說」之經亦屬此。
- (九)本生（梵 *jātaka*，音譯闍陀伽），載佛陀前生修行之種種大悲行。
- (十)方廣（梵 *vaipulya*，音譯毘佛略），宣說廣大深奧之教義。
- (十一)希法（梵 *adbhuta-dharma*，音譯阿浮陀達磨），又作未曾有法。載佛陀及諸弟子希有之事。
- (十二)論議（梵 *upadeśa*，音譯優波提舍），載佛論議抉擇諸法體性，分別明了其義。

講義	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一	十二
P.17、22	正經	歌詠	記說	偈他	因緣	撰錄	本起	此說	生處	廣解	未曾有法	說義
P.18	修多羅	祇夜	受記	伽陀	優陀那	尼陀那	阿波陀那	伊帝曰多伽	闍多伽	毘富羅	阿浮多達磨	優波提舍
P.21	契經	應誦	記別	諷頌	自說	因緣	譬喻	本事	本生	方廣	希法	論議

出入息念

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 26(CBETA, T27, no. 1545, p. 136, a17-c11)：
如〈契經〉說：佛告苾芻：

- (1)我已念入出息，了知我已念入出息；¹
- (2)我已念短入出息，了知我已念短入出息；²
- (3)我已念長入出息，了知我已念長入出息；³
- (4)我已覺遍身入出息，了知我已覺遍身入出息；⁴
- (5)我已止身行入出息，了知我已止身行入出息。⁵

- (6)我已覺喜入出息，了知我已覺喜入出息；⁶
- (7)我已覺樂入出息，了知我已覺樂入出息；⁷
- (8)我已覺心行入出息，了知我已覺心行入出息；⁸
- (9)我已止心行入出息，了知我已止心行入出息。⁹

- (10)我已覺心入出息，了知我已覺心入出息；¹⁰
- (11)我已令心歡喜入出息，了知我已令心歡喜入出息；
- (12)我已令心攝持入出息，了知我已令心攝持入出息；
- (13)我已令心解脫入出息，了知我已令心解脫入出息。

- (14)我已隨觀無常、斷、離、滅入出息，了知我已隨觀無常、斷、離、滅入出息。¹¹

¹ 第二說：念入出息者，是欲界持息念；

² 第二說：念短息者，是初靜慮；

³ 第二說：念長息者，是第二靜慮；

⁴ 息念未成，觀入出息從鼻入出。息念成已，觀身毛孔猶如藕根，息風周遍於中入出。

第二說：覺遍身者，是第三靜慮；

⁵ 止身行者：謂令息風漸漸微細，乃至不生，應知此中念入出息者是總，念短入出息等是別。

第二說：止身行者，是第四靜慮。

⁶ 覺喜者：觀初、二靜慮地喜。

⁷ 覺樂者：觀第三靜慮地樂。

⁸ 覺心行者：觀想及思。

⁹ 止心行者：謂令心行漸漸微細乃至不生。

¹⁰ 覺心者：謂觀識體。

¹¹ 尊者世友：「隨觀無常者：謂觀息風無常。隨觀斷者：觀八結斷。隨觀離者：觀愛結斷。隨觀滅者：觀結法斷。」……