

《大毘婆沙論》卷 191：

恒作無常想

變壞則無憂

如覩電為先

聞雷不驚怖

正思惟  
(內法)

- 止惡
  - 未生五蓋不生
  - 已生五蓋令滅
- 生善
  - 未生七覺支令生
  - 已生七覺支重生令增廣