

南 華 大 學

哲 學 系

碩 士 論 文

智顓《摩訶止觀》與智旭《彌陀要解》觀法之比較研究  
——探究觀心法門與持名念佛雙修之義理根據



研 究 生：林 良 儒 撰

指 導 教 授：尤 惠 貞 博 士

中 華 民 國 九 十 九 年 一 月

南 華 大 學

哲學研究所

碩 士 學 位 論 文

智顓《摩訶止觀》與智旭《彌陀要解》觀法之對比研究——  
探究台淨雙修之可能性

研究生：林良儒

經考試合格特此證明

口試委員：王晴薇  
黃國清  
尤惠貞

指導教授：尤惠貞

系主任(所長)：尤惠貞

口試日期：中華民國 99年 1月 7日

## 摘要

吾人之所以修學佛法，無非是想成佛，成爲一個究竟解脫之覺者，並且亦得以幫助他人徹底覺悟。而希望成爲一個無上正等正覺之覺者，則須依教奉行（亦即修學佛法），才有成功的可能。眾所皆知，佛法有八萬四千法門，雖法法皆成無上道，然並非所有法門皆能適合自己修學而能得到成效。因此，吾人首先必須選擇適合自己修行的法門修學，方有機會進入佛道之門，得以一窺佛道之堂奧。否則即使自認爲學佛之徒，並且非常精進地鑽研佛法，最終仍舊只能算是學佛之外道。因此，筆者認爲在今日科技發達，各類思想充斥的時代，有兩種法門最適宜吾人修學，一者爲天台宗觀心法門，一者爲淨土宗念佛攝心法門，因修學此兩種法門皆得以「就路還家」之故。筆者首先以智顛與智旭代表台宗與淨宗兩位祖師，並以其著作《摩訶止觀》與《彌陀要解》論述二宗之修學法要，期能對此二宗之法門有所了解。又有許多天台祖師與淨土祖師皆提倡台淨雙修，因此，若能結合天台宗與淨土宗之法門修學，可謂如虎添翼，速得化煩惱爲菩提，因行者若能於二六時中因地制宜地雙修二宗法門，對於行者得以真入佛道之機，實爲指日可待之事。如《楞嚴經》之〈大勢至菩薩念佛圓通章〉云：「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯爲第一。」無論是天台宗或是淨土宗，只要能時時觀入法性，或者一心念佛不間斷，皆可稱爲「淨念相繼」（不起妄念即爲淨念）。行者若能「淨念相繼」而尚且不能入道可乎！然而筆者所欲探究之台淨雙修並非如天台祖師之「教崇天台，行歸淨土」式的雙修方式，而是二六時中因地制宜地實踐二宗之法門，以期能達相輔相成之效。首先說明智顛《摩訶止觀》與智旭《彌陀要解》之修行法要，接著對比分析《摩訶止觀》與《彌陀要解》觀法之異同以探究觀心法門與持名念佛雙修之可能性，最後論述在什麼情況下觀心法門與持名念佛雙修較爲合理、合法，以及雙修能爲行者帶來何種效益。

**關鍵詞：**智顛、智旭、觀心、持名念佛、二六時中、三摩地、究竟解脫

## 論文目次

<b>第一章 緒論</b> .....	1
第一節 研究動機與目的.....	1
第二節 主要文獻回顧.....	4
一、經典.....	4
二、專書論著.....	10
第三節 研究方法與步驟.....	17
一、研究方法.....	17
二、研究之進程.....	19
<b>第二章 以《摩訶止觀》為主論天台宗之修行法要</b> .....	21
第一節 智者大師與《摩訶止觀》.....	21
一、智者大師思想之由來.....	21
二、止觀學說之建立.....	26
第二節 《摩訶止觀》之重要義理詮釋.....	32
一、圓頓止觀之意涵.....	33
二、「一心三觀」成就不可思議之「三諦圓融」.....	38
三、觀惡修法——依「一念無明法性心」而開出之特別法門.....	44
第三節 止觀修行之對境與方法——觀心之十境與十乘觀法.....	49
一、止觀修行之對境——以「十境」為觀心的境界.....	49
二、止觀修行之方法——以「觀不思議境」為中心.....	54
三、第二觀至第十觀——為修習止觀之助成法門.....	63
<b>第三章 以《彌陀要解》為主論淨土宗之修行法要</b> .....	73
第一節 藕益大師與《彌陀要解》.....	73
一、藕益大師主要思想之由來.....	73
二、《彌陀要解》著作之由來.....	77
第二節 《彌陀要解》之重要義理詮釋.....	81
一、名號即實德.....	82
二、「唯心淨土」意蘊之開展.....	87
三、事一心不亂與理一心不亂.....	104
第三節 念佛法門類別——實相、觀像、觀想、持名念佛.....	107
一、實相念佛.....	107
二、觀像念佛.....	110

三、觀想念佛.....	112
四、持名念佛.....	116
<b>第四章 天台宗與淨土宗觀法之對比研究 .....</b>	<b>128</b>
第一節 智顓與智旭對止觀法門與淨土法門之闡釋.....	128
一、智顓對止觀法門與淨土法門之闡釋.....	128
二、智旭對止觀法門與淨土法門之闡釋.....	129
三、智顓與智旭所謂的台淨雙修.....	131
第二節 台宗與淨宗觀法之對比分析.....	133
一、台宗與淨宗觀法相異之處.....	133
二、台宗與淨宗觀法相同之處.....	145
三、觀心法門與持名念佛雙修之可能性探析.....	151
第三節 觀心法門與持名念佛在生活中之交互運用.....	154
一、因地制宜——觀心與念佛的場合抉擇.....	155
二、觀心、念佛雙行——止觀相互增長.....	156
三、觀心法門與持名念佛雙修之修習終趣.....	159
<b>第五章 結論 .....</b>	<b>166</b>
一、《摩訶止觀》之修行法要.....	167
二、《彌陀要解》之修行法要.....	169
三、《摩訶止觀》與《彌陀要解》觀法之異同.....	171
四、觀心法門與持名念佛之雙修.....	172
<b>參考文獻 .....</b>	<b>178</b>

# 智顛《摩訶止觀》與智旭《彌陀要解》觀法之比較研究

## ——探究觀心法門與持名念佛雙修之義理根據

### 第一章 緒論

#### 第一節 研究動機與目的

吾人修學佛法主要有兩個目的：一、發了生死的心，此心爲小乘心——出離心，發了此心，行到極點，可證羅漢果。二、發菩提心，此心爲大乘心，以自利利他爲目的，所謂：「上求佛道，下化眾生。」綜括佛法的宗趣，不外出離生死，廣度眾生，本論文論述內容主要著重於大乘佛法之探討。吾人修學佛法雖可依佛陀所說之教法、內容（亦即佛經），依教奉行，然而佛經浩瀚，實不易掌握修學要點，因此有古來祖師大德創立許多宗派，提供了有志修學佛法之人得以入佛道之門的鎖鑰。

佛教傳入中國以後，最初沒有宗派的門戶之見，後來由於翻譯事業的逐漸鼎盛，佛典的大量譯成，以及佛教思想家對於佛法的分類判攝，纔有宗派的出現。中國佛教的宗派，最先成立的是由於東晉時代鳩摩羅什譯介的三論或四論宗，這是印度空宗的法脈，到嘉祥大師而集大成。同時依據小乘的《成實論》而有成實宗；依據小乘有部的《俱舍論》而有俱舍宗。依據《涅槃經》而成涅槃宗；依據《十地論》而成地論宗；依據《攝大乘論》而成攝論宗；由達摩西來，傳佛心印，而成禪宗；由唐代道宣專弘《四分律》，而成（南山）律宗；依據《法華經》的綜合與開發，至智者大師而成天台宗；由玄奘大師西遊歸來，據《唯識論》而成

法相宗；依《華嚴經》的綜合開發，至賢首大師而成華嚴宗；自慧遠大師倡蓮社專修持名念佛，至善導大師而成淨土宗；最後由於唐代開元年間，西域來了善無畏等三位密教的高僧，譯傳了密部的經法，而成立了密宗。

這樣算下來，中國佛教，共有十三宗之多了，其中除了成實與俱舍兩宗屬於小乘佛教，此外都是大乘佛教。後來，由於各宗的相攝相抗，十三宗僅剩下了十宗，涅槃宗歸入天台宗，地論宗歸入華嚴宗，攝論宗歸入法相宗。<sup>1</sup>

在如此多的佛教宗派中，筆者認為最適合現代人修學之宗派莫過於天台宗之觀心法門與淨土宗之持名念佛法門。由於現代是科技發達、思想爆炸的時代，不似古代生活單純，單靠守持戒律與修學禪定即可有所成就。<sup>2</sup>因此，藉由天台宗之觀心法門能於現代複雜的人際社會，隨著心念的起動，時時觀照，時時解脫。而淨土宗之持名念佛法門則是行者透過念佛之方式，將吾人現前之妄念轉換成淨念，亦即以清淨的阿彌陀佛之念，（佛號即具果德，所謂名以召德，故念佛之念為淨念，於第二章詳述。）代替妄念，直到妄念不起，自性清淨之真心自然朗現。由上述可之，台宗與淨宗之修學方式皆可「就路還家」，因其皆是從現前一念妄心入手，藉由觀心或念佛隨即觀妄心而入法性之流，轉妄念成淨念，對於現前各類思想充斥的時代，無疑是相當方便之入道法門。然欲修學此二宗之法門，首先須對其二宗法門之義理內涵有所體認，於生活中修學方能得力。故筆者先就智顛之《摩訶止觀》與智旭之《阿彌陀經要解》（簡稱《彌陀要解》）整理出台宗與淨土宗之修學法要及重要義理之詮釋，以期吾人對此二宗之修學法門有更深入的認識。<sup>3</sup>

再者，天台祖師如智者、湛然、知禮、幽溪等等皆曾提倡過雙修天台宗與淨

---

<sup>1</sup> 聖嚴法師，《正信的佛教》，台北，法鼓山文化事業股份有限公司，1999年，頁139。

<sup>2</sup> 《大集經》云：「正法時期戒律成就，像法時期禪定成就，末法時期淨土成就。」

<sup>3</sup> 智顛雖為天台三祖，卻是實際將天台教義揭露並加以闡揚者。智旭之《阿彌陀經要解》所闡述淨土之奧義鉅細靡遺，可說是淨土宗相當具有代表性之一部著作，頗受淨土宗行者之推崇。故筆者以《摩訶止觀》與《阿彌陀經要解》作為吾人研究天台宗與淨土宗法門之參考典籍。

土宗，甚至連淨宗之祖師除了闡揚淨宗法門外，對台宗之義理亦有相當深入之研究與領悟，如智旭即以天台宗五重玄義之解經方式來闡釋《阿彌陀經》而完成《阿彌陀經要解》一書。然筆者認為，諸多的祖師們，於台淨雙修之實踐上，自然皆成就非凡，但是，對於天台宗與淨土宗二者之間的義理關係之分析卻不夠詳盡，且天台祖師大都為「教崇天台，行歸淨土」式的雙修方式，即二六時之修學仍以天台法門為主，但於臨命終時求生極樂淨土之修學方式。而智旭則是將天台教義融入念佛法門之中，但其修學方式仍以持名念佛為主。由於淨宗持名念佛法門之工夫偏於修止、修定，而天台觀心法門偏於修觀、修慧，（雖修學時止、觀已涵攝於觀心與念佛法門中，然於作工夫時卻各有偏向。）若能將此二宗之修學方式因地制宜地於二六時中踐行，<sup>4</sup>即閒暇時念佛，於歷緣對境時則觀心，則如同止觀雙行。雖非同時止觀齊行，但若能雙修此二法門不間斷，最後亦可達念佛即觀心，觀心即念佛之境（彼此互融且相輔相成）。上述所言之雙修方式，為止觀雙行，相輔相成，對行者境界之提升，有莫大之助益（於第四、五章詳述）。因此，本論文希望透過此二宗觀法之分析比對，尋找出二宗法門觀法之異同，以探討觀心法門與持名念佛法門因地制宜地實踐於二六時中之可能性，以及此種雙修之方式究竟對行者有何助益。

所謂的修行須於心地下功夫，能時時於不同時空觀心、攝心，使心不放逸，方可成就。能結合觀心法門與持名念佛，便能使佛法徹底於二六時中實踐，亦足以印證前人所云：「佛法並不離世間法，離卻世間法並無佛法之存在。」所謂的佛法，無非是能於世間法時時保持正念正智故。因此，吾人若能時時踐行觀心或攝心之法門，即是時時「具足正念正智」。但如此修法之合理性仍須先加以辨明之，此亦是本論文所欲探討之內容。

---

<sup>4</sup> 所謂二六時中，即二六一十二個時辰。一個時辰為兩小時，十二個時辰，也就是二十四小時。因此，二六時中，相當於一天的時間。佛法要能於二六時中實踐，當然包括睡眠的時間。吾人可於心中憶念佛號至入睡，久而久之，於睡眠中，亦可佛號相續不間斷。天台亦有行、住、坐、臥之修法。

## 第二節 主要文獻回顧

### 一、經典

(一) 隋·智顛，《摩訶止觀》。

《摩訶止觀》，原題名《圓頓止觀》，十卷（因每卷各分上下，又作二十卷），為天台宗實際創始人智顛於隋文帝開皇十四年（公元五九四年）在荊州玉泉寺（在今湖北當陽縣）結夏安居期間所說，由門人灌頂筆錄成書，為智顛晚年最為圓熟的止觀著述。此書被奉為天台最高法門的指導書，故亦成為本論文探討天台觀心法門之主要研究對象。灌頂最為智者大師的傳人，在序論中闡述了智顛創建獨具中國特色的天台教學的意義。序論主要說明兩層含義：第一、佛法須獨自體悟而朗然洞發，智顛所述的這部著作，即「說己心中所行法門」，是修證之後的過來人語，絕非依文解義的浮泛之談；第二、這種心地流出的法門，存在明確的師承次第，有如青色出於藍靛，從而確定了本宗學說的合法性。<sup>5</sup>

王雷泉先生認為，中國祖師的獨創性主要體現在智顛所傳的三種止觀，尤其是在這部闡述圓頓止觀的《摩訶止觀》中。天台的「止觀法門」，即是三種止觀與四種三昧，以縱橫表裏的方式，將印度傳入中國的禪法組織成一個秩序井然的有機體系。<sup>6</sup>此為王先生之特殊洞見，筆者於後將有深入之論析。

除此之外，《摩訶止觀》中，有一段「歷諸惡法觀心」的內容，涉及天台重要的「性惡」思想。王雷泉先生認為此種思想的哲學基礎奠定在智顛提出的「敵對種」相即相入上，及基於善惡、色心、聖凡相即不二的對立統一立場。善與惡雖在現象上表現為二，但其當體即為矛盾的對立統一。真正的善是對真如實相的

---

<sup>5</sup> 天台教學，尤須強調「今師相承」的系統，即自智顛起往上逆推，形成智顛、慧思、慧文、龍樹的傳承系統。（參見王雷泉，《摩訶止觀》，高雄，佛光文化事業有限公司，2005年，頁313。）

<sup>6</sup> 王雷泉，《摩訶止觀》，高雄，佛光文化事業有限公司，2005年，頁313~314。

如實體悟。而惡的根源無明，就是不知實相的「能觀」和「所觀」本為一體，而執著於事相的差別。故智顛在一開始即指出，善惡在不同根基的眾生中只具有相對的意義，從五濁惡世中的凡夫，到努力超凡入聖的藏、通、別教的聖者，都具有不同程度的惡。因此，「貪欲即佛道」這一命題，不是簡單地把貪欲等同於佛道，而是在絕對真理「實相」的高度上，消除了相對意義上的善惡對立。實相本無善惡，或者說實相超越了善惡。如果領悟到一切善、惡與不善不惡的事物，其實都是真如實相的體現，就能從日常的邪惡現象入手，而通達於真實的佛道。<sup>7</sup>此為天台圓教實相哲學之極致。

《摩訶止觀》全書的中心為對於所觀的境界與觀心的方法之論述。十境為觀心實踐中所可能出現的十種境界，這十種境界，都能覆蓋行者之心念，而於修學觀行時產生障礙。因此接者提出十種觀心的方法以對治此修行所產生的十種境界，稱之為「十乘觀法」。十乘觀法中，以「觀不思議境」為主軸，利根者當下即可觀入不思議境而安住實相境界，否則須從以下九重觀法次第地悟入。所謂地「觀不思議境」，即依「觀陰界入境」而得名，而智者則是針對「五陰」境中之「識陰」（亦即識心）作為所觀境，乃是因一切內外境界之陰界入法，皆由心起，心攝一切法故。因此接著衍生出智者大師對此一念識心之進一步詮釋，即著名的「一念三千」之概念。

依湛然之說法，「一念三千」是智顛闡述自己心中所行法門的「終窮究竟之說」，<sup>8</sup>代表著天台哲學的最高成就。簡言之，所謂一念三千，即在日常生活的一念心中，及具足從凡到聖的所有依正統一的三千世間，此即作為天台宗解脫論基礎的「性具實相說」。一念三千說，為天台實踐哲學提供了一個充滿希望，同時又使人惕勵反省的宇宙圖景。它不僅在出世解脫的理論上指出眾生與佛平等共具的成佛權利，而且根據真俗不二的中道思想，也折射出在現實世間所有人本應

<sup>7</sup> 王雷泉，《摩訶止觀》，高雄，佛光文化事業有限公司，2005年，頁335~336。

<sup>8</sup> 湛然，《止觀輔行傳弘決》，卷五之三，《大正藏》第四十六冊，頁296。

具備的平等地位，從而為人的存在提供了一個根本的安身立命點。此與《華嚴經》言「心佛眾生，三無差別」有異曲同工之妙。三法無差，是佛等視眾生的境界，也是眾生修行成佛的依據。<sup>9</sup>

以上所述為《摩訶止觀》中較為精要之內容，亦是本論文主要探討之天台實踐法門，讀者可從此對於天台修行法門有一概略性之認識。

## （二）隋·智顛，《修習止觀坐禪法要》。

《修習止觀坐禪法要》亦稱為《童蒙止觀》，又名《小止觀》。寶靜法師指出，此部止觀，雖名為小，實大部之梗概，入道之樞機。言稱小止觀者，對汪洋浩瀚《摩訶止觀》之大部而言，此《童蒙止觀》為初機簡略所說之小部，非是對大而言小，實是小而無外之小，謂一切法趣此小，是趣不過。如《摩訶止觀》，為大止觀，此大非是對小而言大，乃是絕待無外之謂大。言小，小無小相，小即法界；言大，大無大相，大亦法界。小大咸是法界止觀，大小相融，廣略無異，皆歸不思議之中道止觀。不過對眾生之機宜，所以有大、有小、有廣、有略之不同，故今明之為小止觀也。<sup>10</sup>由上可知，《修習止觀坐禪法要》，雖又名為《小止觀》，實已涵有《摩訶止觀》所論述之重要義理之內涵，故不可因其言「小」，而執於「小相」。寶靜法師認為初學天台止觀法門之行者，可先依《小止觀》所提到之法門修學，以作為入道之要門，故筆者亦將此書列為參考文獻之一，對於進一步研究《摩訶止觀》較為精深之義理當會有所助益。

## （三）明·智旭，《阿彌陀經要解》。

寶靜法師於其所著之《阿彌陀經要解親聞記》指出，原夫釋迦世尊，大悲利物，示同人法，降生人間。逗機施教，應病與藥。談經三百餘會，說法四十九年。

<sup>9</sup> 參見王雷泉，《摩訶止觀》，高雄，佛光文化事業有限公司，2005年，頁357~358。

<sup>10</sup> 寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁4~5。

逮及涅槃，經家結集，乃有三藏十二部之玄文，流通於世間。自金人叶夢，聖教西來。震旦蒼生，方餐出世醍醐。然所說一切法門中，能於末世眾生，最契機者，則莫如念佛一法。以其即方便成圓頓。而淨土諸經，則莫妙於此本彌陀經。以其言簡而義賅，辭淺而理豐。故世之流通者眾，昔之註述者亦多。而於其中求其精而且要之註釋者，則莫如要解。斯解乃靈峰老人之心血供獻。所謂言言見諦，句句歸宗。吐肝吐膽，字字見血。彌陀一經，得斯解以釋之，如揭慧日於中天，無不洞徹。<sup>11</sup>

如上所言，《阿彌陀經要解》，是靈峰老人所著。為《阿彌陀經》最緊要之註釋。文不繁而義豐，辭雖簡而理玄。乃十方諸佛之心要，淨業經藏之骨髓。要者，緊要也。文中要處雖多，寶靜法師略舉出三要如下：

## 1. 心要

即破緣影之妄心，顯即境之真心，為自性彌陀之本體。言心、有乎多種。(1) 曰肉團心，即吾人所指胸腔者是。此屬肉團，係色質，有生滅敗壞，非吾人之真心也。(2) 曰緣影心，因塵而有者是。緣前塵而起思量分別。想相為塵，識情為垢。此亦非吾人之真心。以其因塵則有，離塵則無故也。(3) 曰真如心，乃即境之真心。此心非肉團，非緣影，不在內，不在外，不在中間。視之不見，聽之不聞。豎窮橫遍，不可思議。一切世出世法，皆唯此心所成。諸法所生，因心成體。古人云，若人識得心，大地無寸土者，即此心也。今之所謂心要者，即指此而言也。此要解中，將此心要之義，切實解明，故曰要解。

## 2. 境要

乃破緣影之妄土，顯即心之真境。今之學者，稍具世智，執著偏見，謂自心

---

<sup>11</sup> 參見寶靜法師，《阿彌陀經要解親聞記》，台北，佳芳印刷有限公司，1997年，頁2~3。

即淨土，自性即彌陀。須知伊所謂之唯心淨土，乃將緣影之妄想，作唯心之淨土。當知十萬億佛土外決定有一極樂世界。所以云，生則決定生。而十萬億佛土外之極樂，即我心內之極樂。以我心豎窮橫遍，無一土，無一法，不在此心中。故云、去則實不去。明乎此，方可與談唯心淨土，自性彌陀。否則，必落於緣影妄想。後文云一切莊嚴，皆彌陀導師行願所成。亦吾人淨業所感，唯識所變。佛心生心，互為影質。奈何離此淨土，別談唯心淨土。甘墮鼠即鳥空之誚，豈不可嘆。此要解中，將此境要之旨，發揮透澈，詳為解釋無滯，故曰要解。

### 3. 法門要

有事、有理。約事則淨土一法，三根普被，利鈍兼收。如天普蓋，似地均擎。橫超三界，帶業往生。勝過一切豎出法門。如蟲鑽竹筒，豎出則須依節而出，甚難甚難。橫鑽出洞，則甚易甚易。約理、則心境圓妙。一句彌陀，圓具三觀十乘，無不該攝。此要解中，將此法門，為一切法門之最要意，分明解出，故曰要解。然此三法，舉一即三，全三即一。一三圓融，不可思議。明心要，能生正信。明境要，能啓切願。明法門要，能立實行。後云，能念之心，不可思議。以其即心即佛故。斯即心要也。所念之佛，不可思議。以其即佛即心故。斯即境要也。念一聲，一聲不可思議。乃至念百聲，千萬億聲，聲聲皆不可思議。以心即佛，佛即心，心佛不二。斯即法門要也。具釋此三要，故曰要解。<sup>12</sup>

吾人得以從寶靜法師所列舉之三要而提綱挈領地掌握到智旭《阿彌陀經要解》之重要義理詮釋，筆者亦將於第三章做更深入而詳細之論述。

（四）明·智旭選定、成時評點，《淨土十要》。

靈峰滿益大師選定《淨土十要》總目：

---

<sup>12</sup> 參見寶靜法師，《阿彌陀經要解親聞記》，台北，佳芳印刷有限公司，1997年，頁19~22。

- 佛說阿彌陀經要解
- 往生淨土懺願儀  
往生淨土決疑行願二門
- 觀無量壽佛經初心三昧門  
受持佛說阿彌陀經行願儀
- 淨土十疑論
- 念佛三昧寶王論
- 淨土或問
- 西齋淨土詩
- 寶王三昧念佛直指
- 淨土生無生論
- 西方合論

印光大師為藕益大師所選定之《淨土十要》作序文，其云：

如來一代所說一切法門，雖則大小頓漸不同，權實偏圓各異，無非令一切眾生，就路還家，復本心性而已。然此諸法，皆須自力修持，斷惑證真，了生脫死，絕無他力攝持，令其決于現生，入聖超凡，成就所願也。唯淨土法門，仗佛誓願攝受之力，自己信願念佛之誠，無論證悟與否，乃至煩惱絲毫未斷者，均可仗佛慈力，即於現生往生西方。既得往生，則已證悟者，直登上品，未斷惑者，亦預聖流。是知淨土法門，廣大無外，如天普蓋，似地均擎，統攝群機，了無遺物。誠可謂十方三世一切諸佛，上成佛道，下化眾生，成始成終之總持法門。三根普被，利鈍全收，……以故文殊、普賢、馬鳴、龍樹、遠公、智者、清涼、永明，悉皆發金剛心，為之宏贊。以期六道三乘，同得橫超三界，復本心性也。竺震著述，多難勝數。蕩益大師，選其最契時機者九種，併自所著之彌陀要解，名為淨土十要。

欲學者由此具識如來度生之要，與一法普攝一切諸法之所以然。<sup>13</sup>

印光大師一生以闡揚淨土法門爲己任，且已掌握到淨土法門之奧義精髓，對藕益大師所選定之淨土十要亦悉表贊同，故爲之要解作序。印光大師指出，釋迦牟尼佛所說之一切大小圓頓、權實偏圓法門，皆須「自力修持」，故龍樹菩薩稱之爲「難行道」。唯淨土法門，除依自力一心念佛外，尙可「仗佛誓願攝受之力」，往生淨土，（往生淨土可分爲理入與事入。理入者，當下即得往生自心本具之淨土、極樂世界；事入者，念佛之行者於命終時得阿彌陀佛之接引往生極樂，於第三章詳述。）故龍樹菩薩稱之爲「易行道」。眾生一旦往生，無不斷惑證真，一生究竟佛道，屆時自能自在度化一切眾生。故云「是知淨土法門。……誠可謂十方三世一切諸佛。上成佛道。下化眾生。成始成終之總持法門。三根普被。利鈍全收。」且淨土法門何以能「一法普攝一切諸法」，若不經由祖師大德之開解，吾人甚難明白其奧妙之義蘊。此書雖名爲《淨土十要》，然亦收錄許多天台祖師闡述淨宗與台宗義理之著作。因此，筆者於本論文中即選錄此十要中涉及天台宗義理或淨土宗義理之大師語錄，期能釐清此二宗觀法有何異同之處，以探討觀心法門與持名念佛雙修之可能性。

## 二、專書論著

### （一）靜權大師，《天台宗綱要》

靜權大師於書中同時舉出藏、通、別、圓四教，然並非是四教並重。又既以圓教爲重，那麼就只談圓教好了，何必又要兼談前三教呢？此有二層道理：第一、談前三教，正是作圓教的階梯。因爲圓教的教法、諦理、觀行、果法，都極精深微妙，若不談前三教，便談圓教，就會令人不易明白。必須先談前三教，然後再

<sup>13</sup> 藕益大師選定，〈淨土十要原文發刊序〉，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁1~2。

談圓教，那麼圓教的教法、諦理、觀行、果德，才能徹底弄清楚。舉列所以顯勝，烘雲所以託月，爲了這個道理道理，所以必須同時並談四教。第二、談前三教所以防止迂曲，談圓教所以直示正途。若只談圓教，不得意的人，會落入藏、通、別三教之中而不自知。現在先談前三教，令人明白這些雖是佛法，但都是迂曲的路，不是通途大道。後談圓教，令人明白這才是唯一的通途大道。爲了這個道理，所以必須同時並談四教。<sup>14</sup>

透過靜權大師對四教之對照詮釋，除了使吾人更能具體掌握天台宗之修行法要之外，所謂天台圓教之真義將更確切地被彰顯出來。再者，靜權大師對「十如是」之開解乃是以深入淺出之方式舉例呈現，亦可作爲吾人踐行天台法門時對於實相境界之體認依據。

## （二）牟宗三，《佛性與般若》上、下冊

牟宗三先生指出，「不但中」之趣有是隨緣起現的趣，有是性具的趣。前者是別教。後者是圓教。性具的趣之「不但中」不是就那於超越分解而顯的靈知之心但中之理套上一些法而爲「不但中」，而是並那但中之理而亦化之，而另啓爐竈，即根本不就此靈知之心但中之理說「不但中」也。是故說中道第一義諦（中諦）亦不就此而說。天台說中諦仍是就「緣生無性」之緣生法之「即空即假即中」之中而說。說三諦，即是這空假中之三諦。將一切「緣生無性」之法套於性具系統上而說三諦以及其中之中諦亦仍如此。性具之性亦不是「真心即性」之性，即，不是靈知之心但中之理之性，而乃是「無明即法性，法性即無明」之性，「一念無明法性心」之性。此非「唯真心」系統，而乃是「妄心」系統，唯「煩惱心、剎那心」之系統（但卻不是阿賴耶系統，此須注意）。此「一念無明法性心」即具三千世間法（此是圓說），非靈知之心但中之理隨緣起現一切法（此是別教說）。

---

<sup>14</sup> 釋靜權，《天台宗綱要》，台北，世樺印刷企業有限公司 1987 年，頁 184。

<sup>15</sup> 牟先生之說法可作為筆者簡別智顛與智旭之現前一念心之異同，及其分屬於圓教與別教系統之判別依據。

### （三）尤惠貞，《天台宗性具圓教之研究》

尤惠貞先生於《天台宗性具圓教之研究》中提到，南北朝時佛教界的情形大致是南朝「輕禪重講」而北朝則是「重禪輕講」，前者主要是受魏晉以來清談的影響，加上當時王室貴族之倡導和護持，故對於佛所說的教義，大體是從「解」的面向來探討；而後者則主張應如實觀照自心，以期能如實證悟佛所說之教法，此可說是強調由「行」悟道。尤惠貞先生進一步指出，南北朝流行的種種教觀，對於智者大師之創立天台宗教觀實有很大之影響。<sup>16</sup> 筆者於本論文之「止觀學說之建立」中會有較完整之論述。

此外，尤惠貞先生於書中引十義判別圓來說明別教與圓教之不同，認為此十義中，「即不即」與「斷斷不斷斷」二義即可總攝其餘八義，另外此二義最能分判別教與圓教之不同，圓教之特質與殊義也因此而得以彰顯。又此二義即是「無明即法性，法性及無明」之同體依即義，以及依此相即義必然產生之「三道即三德」與「不斷斷」的圓教精神。<sup>17</sup> 依尤惠貞先生之看法，吾人更能掌握到智顛與智者所謂現前一念心何以分屬圓教與別教系統之真實意涵。

### （四）黃國清，〈《法華經安樂行義》對《法華經》的引用與詮釋〉

黃國清先生指出，南北朝以來的判教，《法華經》並未處於最高地位，經過慧思的重新詮釋，將此經解為「大乘頓覺」法門，強調修學法華三昧能令新學菩薩無師自悟，快速成就無上菩提，給予此經極為高度的評價。《法華經》原本缺

<sup>15</sup> 牟宗三，《佛性與般若》，台北，台灣學生書局，1993年，頁569~570。

<sup>16</sup> 參見尤惠貞，《天台性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993年，頁12~13。

<sup>17</sup> 參見尤惠貞，《天台性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993年，頁250~251。

少第一序的系統義理的內容，倡言將一切佛教修行者會歸於一乘的如來出世本懷，並具有濃厚的依憑信仰而成就佛道的教義色彩。慧思通過個人的佛學領解與禪修經驗，致力於「法華三昧」的具體意義的開顯，大大充實此更在深度禪觀與圓頓思想方面的義理內涵，為此經爭取「經王」地位提供了重要條件。<sup>18</sup>

黃國清先生又提到，在《法華經》的脈絡中，四安樂行雖以忍辱與空觀為修行的基礎，但四個項目的具體實踐內容似乎只是消極的戒律與初階的菩薩願行。慧思的詮釋大幅擴展空觀與安忍的深度與廣度，空觀所觀照的是中道實相，通向法身佛性的顯現。至於四安樂行各項目的實踐，自《安樂行義》中所立的科文可窺見慧思將其提升為菩薩的自我覺悟與化導眾生的大行。因此，慧思的空觀實踐並非趣向消極的空寂體驗，而是使平等法身頓時朗現的直接方法。<sup>19</sup>

由上述黃國清先生之說明，吾人更易領解天台宗依《法華經》及《大智度論》所開創出「一心三觀」之圓頓觀法，為即空即假即中；同時更可證明若能開決小乘法（空觀），法法皆成一乘（佛乘）法。因此，所謂地「空」觀，並不離「假」、「中」二觀，同樣地，講「假」觀實亦不離「空」、「中」二觀；講「中」觀當亦不離「空」、「假」二觀。故云此為「即一即三」、「即三即一」、「非三非一」、「一而三」、「三而一」不可思議之圓頓止觀。

#### （五）王晴薇，〈慧思禪觀思想中之「四念處」〉

「四念處」修法即是將心念集中於身、受、心、法四個所緣，來捨離煩惱之禪修法門，在原始佛教及南傳佛教中為最基本而重要之修行方法。<sup>20</sup>由於對「四

<sup>18</sup> 黃國清，〈《法華經安樂行義》對《法華經》的引用與詮釋〉，《普門學報》第三十八期，2007年，頁116。

<sup>19</sup> 參見黃國清，〈《法華經安樂行義》對《法華經》的引用與詮釋〉，《普門學報》第三十八期，2007年，頁116。

<sup>20</sup> 參見王晴薇，〈慧思禪觀思想中之「四念處」〉，《佛學研究中心學報》第十三期，2007年6月，頁20。

念處」觀法之不同，故而有所謂小乘與大乘禪觀之區別，而成爲行者最後證成果位之主要因素。從此吾人亦可領會《法華經》云：「決了聲聞法，是諸經之王。」之大乘禪觀的內涵。如王晴薇先生云：「由《大念處經》之觀照身心至「於是『有身』之念現起，唯有『正念』與『覺照』，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。」到《大智度論》之「觀身不淨」和「緣起實相」，最後到慧思之《諸法無諍三昧》之「觀身不淨」、「觀心念不可得」……我們可描繪出「四念處」在公元四至六世紀中國禪史中之演變及進程之概況，此一理解亦可加深吾人對早期中國天台祖師如何以「大乘禪觀」修「四念處」之理解。」<sup>21</sup>王晴薇先生之說明，使吾人更能掌握到大小乘觀法乃至於藏、通、別與圓教的差異，對本論文將論述之圓教觀法提供一個有利的導引。

#### （六）陳英善，《天台緣起中道實相論》

本書取名爲《天台緣起中道實相論》，主要探討的是天台實相論，而天台實相是基於緣起、中道來建構的。因此，所謂地「實相」就是等於「緣起」，等於「中道」，合起來說，就是「緣起中道實相論」，也就是說天台的實相論本身是立基於緣起、中道來談的。由此可藉以釐清近代學者以實體、存有、真常等非以緣起的觀念來詮釋天台實相論之偏頗。<sup>22</sup>

「一念三千」學說是天台圓頓止觀之極峰，且是圓滿教理之極致。充分表現天台即教即觀，教觀雙運之特色。此書對於一念三千之由來、內容、涵義有詳細而完整之論述，可作爲本論文論述「一念三千」概念之參考。

#### （七）聖嚴法師，《慈雲懺主淨土文講記》

<sup>21</sup> 王晴薇，〈慧思禪觀思想中之「四念處」〉，《佛學研究中心學報》第十三期，2007年6月，頁37。

<sup>22</sup> 陳英善，《天台緣起中道實相論》，台北，東初出版社，1995年，頁1。

《慈雲懺主淨土文》之作者慈雲懺主遵式知白（西元九六四~一〇三二年），是宋朝天台宗的一位大師，與四名知禮同出於寶雲寺義通的門下，乃是螺溪義寂的第三傳，其對彌陀淨土之弘揚，不遺餘力。<sup>23</sup>這篇《慈雲懺主淨土文講記》為聖嚴法師講於一九九四年台北市農禪寺清明佛七其間，自三月三十日至四月三日的五個晚上大迴向之前，每晚用五十分鐘的時間，向近一千位僧俗四眾講出，由錢掌珠居士將佛七期中的錄音帶整理成文，最後再由聖嚴法師加入經證資料補充完成。

聖嚴法師指出，從《慈雲懺主淨土文》中，雖看不到建設人間淨土的意思，可是修行淨土法門的人，一定是首先對現在的生活是肯定的；從現在的生活裡修淨土法門，而用興淨土法門的條件，落實在現實的生活中，同時祈求往生西方極樂世界。故在慈雲懺主《往生淨土決疑行願二門》中的「繫緣門」說：「凡公臨私養，歷涉緣務，雖造次而常內心不忘於佛及憶淨土。」又在「眾福門」指出，出家四眾當修《觀無量壽經》所示的三種福業；在家王臣亦當修《普賢觀經》所示的五事：1. 不謗三寶，不障出家；2. 孝養父母，奉事師長；3. 正法治國，不邪枉人民；4. 於六齋日，令行不殺生；5. 當深信因果。這些都是淨土行者，落實於人間生活的證明。<sup>24</sup>

聖嚴法師之開示，無疑是對修學淨土之行者有相當之警惕作用。雖念佛可依仗佛力往生淨土，然並非於臨命終時才念佛求佛之救護，恐怕屆時念佛了不得力。因此修學淨土法門，須將淨土要義落實於平日生活，則不待往生淨土，則已身常處淨土矣。故本論文之目的，亦是希望將淨土持名念佛法門，配合天台觀心法門，切實於生活中踐行，期能達「心淨」之境，所謂「心淨則佛土淨」是也。

---

<sup>23</sup> 聖嚴法師，《四弘誓願講記·普賢菩薩行願讚講記·慈雲懺主淨土文講記》，台北，法鼓文化事業股份有限公司，1999年，頁13。

<sup>24</sup> 聖嚴法師，《四弘誓願講記·普賢菩薩行願讚講記·慈雲懺主淨土文講記》，台北，法鼓文化事業股份有限公司，1999年，頁7~8。

(八) 劉長東，《晉唐彌陀淨土信仰研究》

佛教的淨土很多，充滿著十方上下。但主要的有彌勒淨土、藥師佛淨土、阿閼佛淨土和彌陀淨土等。其中以信仰彌勒淨土和彌陀淨土二者之信徒較為眾多。而彌勒淨土在南北朝至唐曾非常興盛，在南北朝他還比彌陀淨土更早興盛，勢力亦勝過彌陀淨土，但唐以後他就逐漸衰微，而被彌陀淨土的勢力取代了。而有關彌陀淨土最受大家重視的無非為淨土是否實存，以及應否往生淨土等等的問題，作者以道綽的論點破斥了許多相關的異見邪執，對於本論文於闡述「唯心淨土」意蘊之開展提供了許多寶貴的參考價值。

(九) 望月信亨作，釋印海譯，《中國淨土教理史》

有關中國淨土之經論註疏，不下數百部，其體系脈絡實不易把握。日本望月信亨博士，以其多年教學之累積，廣觀淨土諸家之著作，而寫成此一部，具有教義說明，且注重法統傳承流布之「中國淨土教理史」。讀來，使人有「千門俱啓」、「豁然貫通」之法喜。本書取名為「中國淨土教理史」，其資料當然均取自於中國淨土宗之史料與文獻。以時代歷史為背景，舉一位或數位淨宗大德為主題，說明其承傳與修持，弘揚之史實；比較諸大德之淨土思想之源流與發展，標綱舉要，脈絡分明。由本書可以概見淨土宗在中國佛教史上輝煌燦爛的一頁，以及歷代緇素大德所留下如此眾多之寶貴文化遺產。<sup>25</sup>另外，從書中亦可明顯地看出從東晉慧遠以來除了淨土宗之外，淨土的思想融入其餘各個佛教宗派之情形，亦即有所謂地「雙修」的情勢發生，本論文所提到的台淨雙修即是其中之一，然而究竟以何形式雙修不同之法門，則有待進一步之闡發，此亦為本論文所要探討之方向。

---

<sup>25</sup> 望月信亨作，釋印海譯，《中國淨土教理史》，台北，正聞出版社，1991年，頁373~374。

### 第三節 研究方法與步驟

#### 一、研究方法

##### (一) 文獻的路徑

牟宗三先生在〈研究中國哲學之文獻途徑〉一文中指出，研究中國哲學（包括佛學）不能像西方哲學那樣，走邏輯的進路，而要走文獻的途徑，由讀文獻而往裡面透入。但所謂「文獻的途徑」並不是只重視訓詁考據，而是要對古聖先賢所說的話有一生命上的感應，知道他們說這些話的社會背境、文化背境是什麼，然後對於文句有恰當的了解，進一步形成恰當的概念，如是才能進到思想問題。若對於他們的生命沒有感應，又把他們的文化背境抽離掉，而孤立地看這些話，那便完全不能懂。<sup>26</sup>

依牟先生之看法，吾人可以得知所謂地「文獻的途徑」，即是吾人若單從文獻表面之敘述是無法透知文獻其涵蘊之真義，必須結合文獻所提到內容之社會背境、文化背境，方能形成一個有效地概念，進而得以深切地進入文獻所要表達的「言外之意」。由此可知，吾人首先須對文獻內容所傳達出之生命力道有所感應，並且更要將這股生命力道能落實至個人之生命歷程中，才有可能徹底地理解其真實義蘊，並且豐富吾人生命之精彩。如高瑋謙先生於其著作《王龍溪「見在良知」說研究》中提到，在研讀經典的過程中，並非把經典之話語推出去當成純然認知的對象，加以客觀的解讀、分析或歸納，而是把這些話語先放入自家的生命當中，反覆地思索、涵泳與體證，讓所有的義理儘可能地通過自己身心的試驗，找到真正足以令自己信服的理由，然後方逐漸形成一些明確的概念，再將這些明確的概

---

<sup>26</sup> 參見牟宗三，〈研究中國哲學之文獻途徑〉，原刊於《鵝湖月刊》，第121期（1985年7月），今收入《牟宗三先生全集》，台北，聯經出版公司，2003年，第27冊，頁329~347。

念進一步加以融會貫通成爲一個思想系統。<sup>27</sup>因此，對於文獻之內容有所體會之後，更重要的是須親身體證之。

如上所言，經由「文獻的路徑」，吾人才能真正理解佛法之義蘊，而不致產生誤解。然依此途徑所得到的資訊亦可能僅止於對佛法有正確的了解（亦即解悟）的階段，對於吾人於平日所遭遇的各種煩惱，不一定能有所幫助，甚至完全了不得力。此乃是由於僅是理解佛法，不能親自體證故。<sup>28</sup>

吾人依「文獻的路徑」能理解到佛法之內涵已屬不易，然而只是如此對吾人實無多大助益。因此，所謂地佛教並非是紙上談兵，更重要的是要能於日常生活中踐行佛法，藉由實踐佛法有助於更深一層地理解佛法，有了更深入地理解佛法後，再去實踐之便又倍感親切而輕鬆（自性本具故），於是「行」助於「解」，「解」又助於「行」，最後便得以親證諸法實相，此時一切之煩惱，當下皆成爲菩提，才是大快人心！是故除了「文獻的路徑」之外，尚須將所體會到之義理切實實踐於生活中，方能領悟到佛法的真實義蘊。

佛法是不會對任何人設置障礙的，有能力的人可以學佛，沒能力的人同樣可以學佛。有的法門是爲那些能夠苦行苦修、根機猛利的人設立的，有的法門則是爲那些不能精進苦修、擺脫不了世間煩惱的人所設立的。在八萬四千法門中，有的難行、勤苦，有的則易行、安樂。再者，我們不需要先把自己改造好以後再開始學佛，故所謂地「就路還家」，即是任何狀況都可作爲學佛的起點。而能「就路還家」之法門，筆者認爲莫過於天台與淨土法門。天台法門以止觀（或一心三

<sup>27</sup> 參見高瑋謙，《王龍溪「見在良知」說研究》，台北，中國文化大學博士論文，2007年，頁6。

<sup>28</sup> 比方說你到一個不太熟悉的地方問路，好心的人指示你該如何走才能到達目的地，聽完後你可能已經知道應該怎麼走，但你如果不繼續行動的話，仍舊是到不了目的地的。佛法亦是如此，若不是經由實踐而體證到的佛法，不能算是真正地理解佛法，頂多只能算是知解。而如何到達目的地的過程也有好幾種情況，聽完後一次就能到達的，稱之爲上根者；聽完後還是會走錯幾次路，但仍堅持到底，最終還是能到達的，稱之爲中根者；聽完後仍是弄不清楚方向，但猶堅持不放棄，即使撞得頭破血流也在所不惜，最後終於到達的，稱之爲下根者。不論任何根器，只要聽聞佛法且能確實實踐者，沒有不獲得利益的。

觀) 觀吾人現前一念識心，只要能觀照清楚(妄念無自性)，當下便不被此妄心所迷惑，則無明妄想自然轉入法性之流。若台宗之止觀不能得力，則可於閒暇時實行淨宗之念佛攝心法門，期能使心達至不動之「三昧」境界，則於對境遇緣時觀心自能得力，此即為本論文欲探究之觀心法門與持名念佛之雙修。

## (二) 比較研究法

沈清松先生在其著作《現代哲學論衡》中提到，所謂對比，是指同與異、配合與分歧、採取距離與共同隸屬之間的交互運作，使得處在這種關係的種種因素，相互敦促，而共現於同一個現象之場，並隸屬於同一個演進之韻律。……其方法的主旨即在將數個研究對象於以排比對照，使在研究者經驗演進的歷程中，顯示出這些對象彼此間的統一性和差異性。<sup>29</sup>

基於上述，本論文既是研究台淨雙修法門，因此於第二章首先論述有關天台宗之修行法要，俾使吾人對於台宗之重要義理及修學方式能有所了解。接著第三章便談到有關淨土宗之重要義理及修行法門。在吾人對此二宗之法門有較確切之認識與掌握後，緊接著第四章筆者將對此二宗之同、異部分作一番析論。第五章則針對此二宗為何得以雙修之原因會有較綜合完整之說明。而所有之論述無非是要能融合此二宗修學法門之優勝部分，以彌補修學者於個別修學此二宗時可能遭遇之困境。如此一來，依此台淨雙修法門修行，吾人便得以迅速開悟佛之知見，進而證入佛之境界。

## 二、研究之進程

本論文第一章是緒論，內容是說明研究動機與目的，以及文獻探討和研究方法。第二章是以《摩訶止觀》為主論述天台宗之修行法要，內容包括智者大師生

---

<sup>29</sup> 沈清松，《現代哲學論衡》，台北，黎明文化事業股份有限公司，1985年，頁3。

平與思想由來，及一念三千、一心三觀等重要修行法門。第三章是以《阿彌陀經要解》為主論述淨土宗之修行法要，首先概述藕益大師生平與思想由來，接著是《阿彌陀經要解》之重要義理詮釋，說明淨土法門是一套理事圓融之修行法門，修正一般人誤認為其只是偏重事上修行的觀念，最後談到四種念佛法門類別。第四章是天台宗與淨土宗觀法之對比研究，內容包括智者、藕益兩位大師對天台宗、淨土宗之闡釋概述，台宗與淨宗觀法之對比分析，與觀心、持名念佛法門在生活中之交互運用。第五章則是結論，綜合上述做一整理論述。



## 第二章 以《摩訶止觀》為主論天台宗之修行法要

關於天台宗之修行路徑，可說是非常之多，因此，筆者希望能從如此多門之路徑中，以智者大師之《摩訶止觀》為主作為天台宗法門之研究材料，而想要對《摩訶止觀》這部論文有一深入確切的瞭解，若能先對其生平及思想傳承有一概略的認識與瞭解，或者更能深入地體認到《摩訶止觀》中所要表達之旨意，對吾人修習天台法門亦未嘗不是一增上緣。<sup>30</sup>因此，本章之論述首先會概略描述一下智者大師生平及其思想傳承之來龍去脈，接著再針對《摩訶止觀》裡之核心義理加以詳加地析論，最後再談到十乘觀法之修行次第，期能真切地掌握到天台智顛之修行法要。

### 第一節 智者大師與《摩訶止觀》

#### 一、智者大師思想之由來

天台宗的真正建立者是三祖智者大師（538-597），大師出生於南北朝時期的南方政權梁朝的貴族家庭，父親陳起祖，曾是協助梁元帝擊敗侯景之亂，獲得帝位的功臣，名重朝野，也是一心在梁朝仕途上欲有所作為光大家業的人，因此他對自己兩個兒子也都抱持繼承家業的期望，陳起祖長子陳鍼，次子陳王道，又名光道，弱冠後號德安，即智者大師。大師自幼與其兄二人深獲父母疼愛，原應一步步走上父親所期望的道路上去，但因元帝被篡，陳起祖憂心國事，遂致病倒，

---

<sup>30</sup> 聖嚴法師指出：「增上緣」，增上的意思是幫忙。他已經在做一件事，且做得很好，如果我們再給他一點小的幫助，那麼他會做得更好、更完美。比如，有一窮苦的孤兒，他有能力讀書，也有上進的毅力，可是他沒有錢上學，這時我們可用金錢或言語幫助他。……增上緣又分為兩種：上面所說是順增上緣，是從正面幫助人；另一種是逆增上緣，是用打擊來幫助人。在釋迦牟尼佛行菩薩道的時候，提婆達多時常找他麻煩，甚至菩薩化現的帝釋天也會化現魔鬼來打擊他。……如果對那些批評、打擊、毀謗產生感恩的心，使得未做的善事當努力，已做的善事宜繼續；已有的錯誤應改過，未有的錯誤當避免，那麼遭受挫折未必不善，用之得當，便是你我的增上緣。（參見聖嚴法師，《拈花微笑》，台北，法鼓文化事業股份有限公司，1998年。）

其妻爲其所累，竟先他辭世，隨後陳起祖亦歿，陳氏兄弟二人各奔東西，一去出家，一去求官。然而，識者便知大師以十七歲之齡，立心求道，卻竟是自更幼年起即有的跡象呢。

大師誕生之前，其母曾夜夢被一團五彩香霧圍繞，並且投入其懷，其母拒，卻聽空中傳來聲音：「宿世因緣，王道託付與汝，福德兼備，何以排拒他？」因而懷孕。而大師之父於其生產之日，因守妻旁，於休憩晤寐之間，矇矓間看到強烈的光芒一閃，周圍突放光明，此時，王道即誕生。幼年期之王道，常隨其母至寺廟參拜，其母亦爲虔誠的佛教信徒，某日，七歲的王道，竟能背頌法華經中的文句，父母大異，原來他只是隨母聽經，就自然地記下來了。隨著世局的動盪，眼見當時人生死無常的命運，王道幼小心靈已隱然有求入佛門理解人生真諦以解救世人的胸懷，竟自雕佛像於家中膜拜，有一次爲代父親去梁朝舊都祭拜梁武帝的路途中，王道舉目所見盡是荒垣頽壁，曾是繁華的國都，卻因戰亂，轉眼成廢土，因而確定了他心中所認爲的人間事功的無常性，以及不究竟的本質，不能以武力建國的方式來拯救人類，唯有佛法從宇宙人生真相的眼光，才能了結人生之永恆困惑，遂更強化了他求道的信念。

十七歲遭遇雙親之喪的王道，決心入佛門求法，在一封父親生前寫好的託孤信上，王道及陳鍼兄弟二人前往湘州拜訪刺史王琳，王琳遂安排王道進入果願寺出家爲僧，接受住持法緒師之教導，智顓之名，即法緒所取，王道除日常寺院中公務認真工作外，其餘時間即用功於佛法的閱讀及理解親證的功課中，很快地，果願寺已無法滿足其向道求法的需求，此時王道心中的佛法問題是直指佛陀宣法本懷究在何處，因其時中土佛教因經典大量譯出後，各家執持其所宗主的經典以爲佛理之真義，遂生各自爲主之現象，而一心以佛法爲最終真理的青年王道，卻非要究明佛陀宣教本懷不可，他不能任由佛法被南北論師割離破碎，甚至彼此矛盾，因此他需要更認真地閱讀更多經典以找出佛法的根本，果願寺之後，王道又

在慧曠律師的指導下至衡州大賢山道場認真修習法華經，並在閱讀過程中領悟法華淑世救人的大乘精神才是佛法本旨，而綜觀當時南北各家學門，卻只有在為躲避敵論師陷害而將道場設於齊陳兵燹之地大蘇山的慧思禪師是強調法華經的，青年王道為印證所想，遂不辭艱苦前往求道，也就在慧思禪師之處，確立了他作為一代大師的學力基礎。<sup>31</sup>

來到大蘇山的智者大師，在禪力深厚的慧思禪師面前，一眼就看出大師的不凡，告曰：「昔日靈山，同聽法華，宿緣所追，今復來矣。」原來當初佛陀於靈山道場宣講法華，聽者不可勝計，此時由慧思印證師徒二人皆曾於佛陀道場中聆聽道理，這表示慧思的禪定力已使他獲得宿命通，而能知曉自己及他人的過去世，又表示智者大師今世與法華結緣，實為因緣成熟之故。於是，智顛便在慧思的指導之下，依法華經而修行，日以繼夜，甚至終夜不休，很快地便深悟法華三昧，慧思讚曰：「非爾莫證，非我莫識，所入定者，法華三昧前方便也，所發持者，初旋陀羅尼也。」此時，智顛所悟者何？其實，仍是慧思於禪法所證悟境界內事，原來，慧思雖自慧文處領悟般若空觀之智慧，但是，般若智仍只是易入佛道的方便法門，真要一生成就佛道者，仍在法華精神中，此外，慧思篤信因定發慧之路，認為一切佛法都是講求禪定的法門，那麼，若由禪修而入佛境界，自然應以直入佛道的法華法門為禪定之途，而法華法門之所以為直入佛道直接成佛之徑，乃已明載於法華經中，佛陀早謂法華之前所講諸法盡皆為方便法門，乃因眾生根器資質不足故但說一方便入門法，而佛陀真正宣講佛法之本懷只在法華，即眾生無邊誓願度的自渡渡他的大乘精神，知此而行可以疾成佛道，故佛陀一一為諸聽法之菩薩大德摩頂授記，宣告其人成佛之國土，即意謂其人在真心奉持法華精神救渡眾生之過程後，必可自成佛陀，同證無上正等正覺。

而慧思深悟及此，遂教導智顛法華經安樂行品中的禪修之法，即教以此品中

---

<sup>31</sup> 參見《淨土聖賢錄》，高雄淨宗學會，頁 47~51。

的禪定之法以使其悟入佛道，所謂安樂行其實即法華精神之禪定，慧思於《法華經安樂行義》中記曰：

**一切法中心不動，故曰安，於一切法中無受陰，故曰樂，自利利他，故曰行。<sup>32</sup>**

心不動者，則已證空觀矣，而無受陰者，即謂眼耳鼻舌身意一切感官知覺已不受外緣所擾，故已進入禪定之境界矣，故曰樂，這當然是禪定之樂，而非俗欲之樂，至於自利利他，則明白地指向著法華救渡眾生之精神。為使學者實際得獲安樂行，慧思提出修習法華三昧之兩種行門，一為有相行，一為無相行，有相行者，並非禪定之法，乃是將散亂心收攝起來，專心頌持法華經，以智解培養觀念能力，精勤頌持，行止不停，作為證進法華三昧之初步，而慧思自己即為法華經千遍的頌持者，可謂法華安樂行之有相行之最真心實踐者。但除此文字有相行以外，尚需勤修無相行，同書中記曰：

**無相行者，即是安樂行。一切諸法中，心相疾滅，畢竟不生，故名為無相行也。常在一切深妙禪定，行住坐臥，飲食言語，一切威儀，心常定故，……如是禪定，是菩薩遍行，畢竟無心想，故名無相行。<sup>33</sup>**

實際上，在「行住坐臥，飲食言語，一切威儀」之生命過程中，已經融進布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧之菩薩六度行了，即無相行之法華安樂行之修持中，其實即是大乘精神之最深實踐，唯有在六度菩薩道之行持中才有真正無相之入定真實，也唯有在真正「畢竟無心想」的無相禪定中才有六度行的真正深入，真正實踐。故謂「如是禪定，是菩薩遍行，畢竟無心想，故名無相行。」也就在安樂無相行中才真正超越了其他一切法門，而成為疾成佛道的直捷之

<sup>32</sup> 參見《續高僧傳》卷 17〈智顛傳〉，《大正藏》第 50 冊，第 564 頁。

<sup>33</sup> 參見《續高僧傳》卷 17〈智顛傳〉，《大正藏》第 50 冊，第 564 頁。

途，故慧思又言：

法華經者，大乘頓覺，無師自悟，疾成佛道，一切世間，難信法門。凡是一切新學菩薩，欲求大乘，超過一切諸菩薩，疾成佛道，須持戒、忍辱、精進、勤修禪定，專心勤學法華三昧。<sup>34</sup>

其所以超越其它一切菩薩所行持之修法者，即在法華三昧乃直捷入佛之道，當然，其行亦最為艱苦，慧思言：

……諸餘禪定，三界次第，從欲界地，未到地，初禪地，二禪地，三禪地，四禪地，空處地，識處，無所有處地，非有想非無想處地，如是次地，有十一種地差別不同，有法無法二道為別，是阿比曇雜心聖行，安樂行中深妙禪定即不如此，何以故？不依止欲界，不住色無色行，如是禪定，是菩薩遍行。畢竟無心想，故名無相行。<sup>35</sup>

可見行持法華三昧即在行持菩薩道，並在無相行之主體證悟領會下，在常住禪定中一下跳過了其他一切禪修法門之次第境界，故而法華之禪法特色又謂之圓頓法門而非次第禪觀，而其所證入之境即為佛陀最終之境，故慧思言法華三昧即謂其：

初發心新學諸菩薩，應善觀諸眼原，畢竟無生滅。耳鼻舌身意，其性從本來，不斷亦非常，寂然無生滅，色性無空假，不沒亦不出，性淨等真如，畢竟無生滅。聲香味觸法，從本以來空，非明亦非暗，寂然無生滅，根塵既空寂，六識即無生，三六如如性，十八界無名，眾生與如來，同共一法身，清淨妙無比，稱妙法華經。<sup>36</sup>

<sup>34</sup> 參見《續高僧傳》卷 17〈智顛傳〉，《大正藏》第 50 冊，第 564 頁。

<sup>35</sup> 參見《續高僧傳》卷 17〈智顛傳〉，《大正藏》第 50 冊，第 564 頁。

<sup>36</sup> 參見《續高僧傳》卷 17〈智顛傳〉，《大正藏》第 50 冊，第 564 頁。

即眾生與如來已同共一法身矣，此即成佛之義矣。而當智者大師於法華安樂行之修持中，發願以身供養日月淨明德佛及法華經時，其突然證入禪定，深悟法華三昧時，即其心智已解心願已發，達不退轉地，完全進入靈山法會上諸菩薩解悟佛陀宣教本懷所獲法喜一般，並似其受佛陀摩頂授記必證佛果之境界了。

從上述可知，慧思之法華三昧乃植基於無相行（止）而證悟之三昧。智顛於慧思門下亦是在此脈絡下修習而證得「旋陀羅尼」，進而完成天台三大部，即《摩訶止觀》、《法華玄義》以及《法華文句》。

綜觀智者之生長、師承學習、著述講學等時期，皆不離南北朝的時代環境，雖此時期政治不安，民生動盪，但由於知識份子、王公高門等接受佛法、討論佛學的風氣盛行，故形成中國佛教自漢代初傳以來，一顯著的開展期。諸如譯經講學興盛、僧尼及寺院數量激增、江南義學發達、判教等諸家學說分歧……，皆為此期佛教之特色。尤其般若、禪觀、華嚴、法華、楞伽、涅槃、攝大乘、十地等經論之相繼譯出，因而形成判教、各家學派立說的中國佛教性格，這也為隋唐佛教之宗派形成，奠立重要基礎。面對如此佛學思潮激盪的南北朝時期，智者消融其間知見之差異性與多樣化，進而究明思想間之矛盾與疑惑，而加以釐清解決，確立其圓融實相之天台教學。因此，接著談《摩訶止觀》學說之建立。

## 二、止觀學說之建立

「止觀」原是佛教徒的一種禪定修行的實踐方法，基本上相當於戒定慧三學中的定慧範疇。止（samatha，奢摩他），停止或抑制為外境的升起、轉變所引發的心之散亂、動搖，形成明靜寂水般的意識狀態；觀（vipasyana，毘婆舍那），在寂靜的心境中對現象作如實的觀察和自在的對應，獲得佛教特定的智慧。定慧必須相資，修習「止」（禪定）只能暫時壓伏煩惱，只有修習「觀」（智慧）才能徹

底去除煩惱，使之不再萌發。而智慧又必須靠定水來滋潤。<sup>37</sup>止與觀，定與慧，應該同時修習，處理這二者關係的程度不同，則產生了三乘與佛的差異，如《大般涅槃經·師子吼菩薩品》云：

十住菩薩智慧力多，三昧力少，是故不得明見佛性。聲聞、緣覺三昧力多，智慧力少，以是因緣不見佛性。諸佛世尊定慧等故，明見佛性了了無礙，如觀掌中庵摩勒果。<sup>38</sup>

「定慧等」謂等同任持禪定與智慧，雙運並修而無輕重先後之別。蓋自性有體（定）、用（慧）之關係，體即用者，慧不離定；用即體者，定不離慧。定即慧之故，由「寂」而有「智」；慧即定之故，由「智」而有「寂」，是為定慧等持。與「定慧雙修」同義。因此，要能見自佛性，須同時任持禪定與智慧方能得見，捨此別無他法，「十住菩薩智慧力多，三昧力少」，「聲聞、緣覺三昧力多，智慧力少」，禪定與智慧或多或少，皆不能見性。「諸佛世尊定慧等」，故得以明見佛性，了了無礙。此外，除了止觀能否等持造成三乘與佛之差別，三乘觀法之不同亦是造成三乘與佛之差別的主要因素。如王晴薇先生云：

由《大念處經》之觀照身心至「於是『有身』之念現起，唯有『正念』與『覺照』，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。」到《大智度論》之「觀身不淨」和「緣起實相」，最後到慧思之《諸法無諍三昧》之「觀身不淨」、「觀心念不可得」……我們可描繪出「四念處」在公元四至六世紀中國禪史中之演變及進程之概況，此一理解亦可加深吾人對早期中國天台祖師如何以「大乘禪觀」修「四念處」之理解。<sup>39</sup>

<sup>37</sup> 參見王雷泉，《摩訶止觀》，高雄，佛光事業股份有限公司，2005年，頁274-275。

<sup>38</sup> 《大般涅槃經》卷27，見《大正藏》卷12。

<sup>39</sup> 王晴薇，〈慧思禪觀思想中之「四念處」〉，《佛學研究中心學報》第十三期，2007年6月，頁37。

「四念處」修法即是將心念集中於身、受、心、法四個所緣，來捨離煩惱之禪修法門，在原始佛教及南傳佛教中為最基本而重要之修行方法。<sup>40</sup>由於對「四念處」觀法之不同，故而有所謂小乘與大乘禪觀之區別，而成為行者最後證成果位之主要因素。從此吾人亦可領會《法華經》云：「決了聲聞法，是諸經之王。」之大乘禪觀的內涵。

後來由於般若學的傳入和流行，禪定修習漸有與般若學說分離的趨勢。修習禪觀者偏於靜坐調息攝心，重視般若者偏於理論思辨。至鳩摩羅什入關，通過大量譯經，有意識將禪觀修習與般若智慧統一，指出定慧雙修的必經之路（雖然他本人的佛學重點是介紹大乘般若理論）。但在羅什之後，由於南北分裂，「北方重禪法，南方重義理」，定慧雙修、止觀並重未能很好地落實在日常生活的修行實踐中。<sup>41</sup>尤惠貞先生亦云：

**南北朝時佛教界的情形大致是南朝「輕禪重講」，而北朝則是「重禪輕講」前者主要是受魏晉以來清談的影響，加上當時王室貴族之倡導和護持，故對於佛所說的教義，大體是從「解」的面向來探討；而後者則主張應如實觀照自心，以期能如實證悟佛所說之教法，此可說是強調由「行」悟道。**

42

佛教哲學與西方哲學最大的不同是佛學不像西方哲學大都偏重在義理之邏輯思辨上。佛教哲學最重要者是將佛陀之教法實踐於日常生活中，透過修行使自己能親自體證佛學義理，因此佛教修行者最注重解行並重的。「解」有助於「行」，亦即於實踐佛之教法時能不迷惑，且較不易誤入歧途。原本佛之教法目的是在使人破迷開悟，離苦得樂，如同解藥一般，但有些人因對佛教義理不甚明瞭，解藥可

<sup>40</sup> 參見王晴薇，〈慧思禪觀思想中之「四念處」〉，《佛學研究中心學報》第十三期，2007年6月，頁20。

<sup>41</sup> 潘桂明，《智顛評傳》，南京，南京大學出版社，1996年，頁130。

<sup>42</sup> 尤惠貞，《天台宗性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993年，頁12。

能因此變成毒藥，反而墜入更深的深淵之中；而「行」則使得「解」能更加地深入、透徹。尤惠貞先生於此特別強調「解行並重」這個面向對於修習佛法的重要性，期亦認為南朝與北朝之佛教修行各有所偏，對於證悟佛道較為不易，須「解行並重」，修行方能如虎添翼，直趨菩提，與接著要談智顛著重在「止觀雙修」之修行有異曲同工之妙。

到了南北朝後期，在止觀被當成是兩種不同的修行路徑的同時，也孕育者統一回歸的要求和趨勢。經過慧文、慧思等幾代人的努力，將禪定實踐與佛教哲學理論加以系統化，以及把修學止觀之行者的修行方法提煉為完整的學說體系。<sup>43</sup>而智者大師對於當時南北佛教界之兩種發展情形，亦認為均有所偏差，此可由其《摩訶止觀，卷第十上》中所說的一段話得知，智者云：

**夫聽學人，誦得名相，齊文作解，心眼不開，全無理觀。據文者生，無證者死。夫習禪者，唯尚理觀，觸處心融，闇於名相，一句不識。誦文者字株，情通者妙悟。兩家互闕，論評皆失。<sup>44</sup>**

可見智者大師認為既不可「全無理觀」，亦不可「闇於名相」，亦即解行不可偏廢，是故開展出所謂「教觀雙美，解行並重」的天台宗性具圓教，而這種獨特的天台教觀則可由其種種著作中得到具體的證明：既說「玄義」，又修「止觀」；同時強調玄義必依止觀方得以照明，而止觀則須立基於玄義乃能實證。因此，吾人可說南北朝時流行的種種教觀，對於智者大師之創立天台宗教觀實有很大的影響。<sup>45</sup>

智顛的傑出貢獻，就是將慧文、慧思所開創的止觀雙修之思想和實踐於以體系化的學說，作為自宗的理論綱領，以指導天台宗人的止觀修習。亦即使禪師自身修證實踐的「行止觀」，變成在更廣闊範圍中向大眾「說止觀」的社會實踐。

<sup>43</sup> 如慧思禪師所著之《大乘止觀法門》，其內容條理分明，可作為修學止觀行者之教科書。

<sup>44</sup> 《大正藏》冊 46，頁 123 上。

<sup>45</sup> 尤惠貞，《天台宗性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993 年，頁 12~13。

王雷泉先生說：

文、思二師基本上都是禪師，他們走的是由定發慧的行持，但基本上走的是『證悟』之路。到了智顛，學風為之一變，雖仍依一定的禪觀行持，但基本上走的是『解悟』之路，從聞思修而入，依淺定而發深解，多在哲學思辨上下工夫，表現出以高度的玄學思辨組織佛學傳統思想的能力。<sup>46</sup>

由於智顛的這一貢獻，開創了中國佛教的一個新時代。宋代釋元照在為智顛所著《修習止觀坐禪法要》一書所作序中寫到：

曰止觀，曰定慧，曰寂照，曰明靜，皆同出而異名也。若夫窮萬法之源底，考諸佛之修證，莫若止觀。天台大師靈山親承，承止觀也；大蘇妙悟，悟止觀也；三昧所修，修止觀也；縱辯而說，說止觀也。故曰，說己心中所行法門。則知台教宗部雖繁，要歸不出止觀，捨止觀不足以明天台道，不足以議天台教。<sup>47</sup>

舉凡智顛所承續、妙悟、修習、辯說的內容，其核心就是止觀。止觀既是智顛佛學的起點，同時也是歸宿。他把慧文、慧思以及自己這三代人所行的修心法門，以「縱辯而說」的方式，成熟地理論化、體系化，形成天台宗獨樹一格的教理與修行實踐的依據，亦即全部天台的教理和實踐，都可包容于智顛的止觀學說之中，所以說「捨止觀不足以明天台道，不足以議天台教。」由此可知，智顛從未脫離宗教實踐的「止」來談論抽象的哲學原理的「觀」，而始終把「止觀」作為一個不可分割的整體看待，即把禪定實踐與宗教理論緊密結合，形成「止觀學說」體系。寶靜法師說：「智者大師，一生所說止觀有四種：一名圓頓止觀，在荊州玉泉山說，明圓頓妙觀，即今之摩訶止觀是；二名漸次止觀，在南京瓦官寺說，

<sup>46</sup> 王雷泉，《摩訶止觀》，高雄，佛光事業股份有限公司，2005年，頁291。

<sup>47</sup> 《修習止觀坐禪法要》，見《大正藏》卷46。

明從淺入深，次第之工夫，即今之禪波羅密門是；三名不定止觀，淺深不定，能大能小，即今之六妙門是；第四名小止觀，即今之修習止觀坐禪法要，亦稱為童蒙止觀也。<sup>48</sup>寶靜法師之說法更清楚地指出智顛之佛學內容要點在於建立「止觀學說」體系。

潘桂明先生指出，從通常修持方法上講，止觀與定慧、寂照等含意相似，但在智顛的理論體系中，止觀已超越了定慧、寂照，同時又包容了定慧、寂照。智顛在《摩訶止觀》中對「止觀」有許多解釋，如說「法性寂然名止，寂而常照名觀」；又說「既知無明即明，不復流動，故名爲止；朗然大淨，呼之爲觀」；又說「發菩提心即是觀，邪僻心息即是止」；又說「般若只是觀智，觀智已攝一切法；止是王三昧，悉入其中」；又說「又能生出一切諸定，無不具足，故名爲止；又能具足一切諸智，故名爲觀。」因此可以說，他對止觀的解釋根本沒有固定的含義。<sup>49</sup>同時，智顛講止，有「三止」（體真止、隨緣止、息二邊止）之說；講觀，有「三觀」（空觀、假觀、中道觀）之說。這些亦含攝了「三學」中定、慧的含義，且遠非止觀的原意，而是大大地擴充了它的內容，也就是在後面將要談論所謂地「圓頓止觀」。

在《修習止觀坐禪法要》中，智顛開卷便述說了止觀的意義，把他視爲一切佛法的根本。他說：

**若夫泥洹之法，入乃多途，論其急要，不出止觀二法。止乃伏結之初門，觀是斷惑之正要；止則愛養心識之善資，觀則策發神解之妙術；止是禪定之勝因，觀是智慧之由藉……當知此之二法，如車之雙輪，鳥之兩翼，若偏修習，即墮邪倒。故經云：若偏修禪定福德，不學智慧，名之曰愚；偏學智慧，不修禪定福德，名之曰狂。狂、愚之過，雖小不同，邪見輪轉，**

<sup>48</sup> 寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁4。

<sup>49</sup> 參見潘桂明，《智顛評傳》，南京，南京大學出版社，1996年，頁132。

蓋無差別。若不均等，此則行乖圓備，何能疾登極果？故經云：聲聞之人定力多故，不見佛性；十住菩薩智慧力多，雖見佛性而不明了；諸佛如來定慧力等，是故了了見於佛性。以此推知，止觀豈非泥洹大果之要門，行人修行之勝路，眾德圓滿之指歸，無上極果之正體也？<sup>50</sup>

所謂「止是禪定之勝因，觀是智慧之由藉」，實際已將定慧的修習視為止觀體系的一部份，或它的派生。在智顛看來，止觀包容了佛教一切理論和修行，他們的並重和雙修是通往涅槃的必經之路。正如灌頂所言，智顛的止觀學說，「攝一切佛法，靡所不該。」<sup>51</sup>《摩訶止觀》的出現，可說是該學說完全成熟的時期。

## 第二節 《摩訶止觀》之重要義理詮釋

《摩訶止觀》是智顛晚年最為成熟的止觀著述，闡明天台宗定慧兼美、義觀雙明的獨特學說。「摩訶」，譯為大，指智顛所著漸次、不定、圓頓三大止觀著作中最高階段的《圓頓止觀》，所以《摩訶止觀》也稱作《大止觀》。「止觀」，從狹義上說，指禪定修行的實踐方法。止（梵文samatha，奢摩他），意為「止寂」，指停止或抑制由外境的生起、轉變所引發的新之散亂、動搖，形成明鏡寂水般的意識狀態；觀（梵文vipasyana，毘婆舍那），意為「智慧」，在寂靜的心中對現象作如實的觀察和自在的對應，獲得佛教特定的智慧。從廣義上說，通指教理與修證兩大部門，稱教觀二門。《摩訶止觀》統攝「止觀」上述廣狹兩方面意義，用於個人修行，是定慧相資，解行並重；用於弘揚教義，組織學說，則是教觀二門的相資並重。<sup>52</sup>

<sup>50</sup> 《修習止觀坐禪法要》，見《大正藏》卷46。

<sup>51</sup> 見《釋禪波羅密次第法門》卷一上。

<sup>52</sup> 參見王雷泉，《摩訶止觀》，高雄，佛光文化事業有限公司，2005年，頁5。

## 一、圓頓止觀之意涵

天台智者大師秉承南嶽慧思禪師之說有三種止觀，即漸次止觀、不定止觀與圓頓止觀。<sup>53</sup>略稱三止觀。此三觀依序為初淺後深之觀法、淺深不定之觀法與初後不二之觀法，三者皆是緣實相之大乘止觀為三根性說三法門，並引三譬喻而廣說者。如《摩訶止觀》云：

天台傳南嶽三種止觀：一漸次，二不定，三圓頓。皆是大乘，具緣實相，同名止觀。漸則初淺後深，如彼梯蹬。不定前後更互，如金剛寶置之日中。圓頓出後不二，如通者騰空。為三根性，說三法門，引三譬喻。略說竟，更廣說。<sup>54</sup>

智者大師接著更廣泛地談論這三種止觀，首先談到漸次止觀，如《摩訶止觀》云：

漸初亦知實相。實相難解，漸次易行。先修歸戒，翻邪向正。止火血刀，達三善道。次修禪定，止欲散網。達色無色定道。次修無漏，止三界欲，達涅槃道，次修慈悲，止於自證，達菩薩道。後修實相，止二邊偏，達常住道。是為初淺後深，漸次止觀相。

首先談所謂漸次止觀，為由淺入深之觀法，又稱漸次觀。此法如同登梯須由低至高，先持守五戒、修十善，次修禪定、無漏、慈悲等，最後進而能觀實相之真理。即由淺入深，漸次修行之觀。即智者大師於瓦官寺所說之次第禪門。亦即釋禪波羅密次第法門十卷所說之實踐法。

<sup>53</sup> 「天台傳南嶽三種止觀：一，漸次；二，不定；三，圓頓。」《大正藏》卷 46，《摩訶止觀》卷一，第 1 頁。智者大師另有相應於此三種止觀之著作，《釋禪波羅密》與《小止觀》詮「漸次」止觀，《六妙門》詮「不定」止觀，《摩訶止觀》詮「圓頓」止觀。

<sup>54</sup> 《摩訶止觀》卷一上，大正藏第四十六冊，頁 1 下。

而如施凱華先生所言：「漸次止觀從初發心即圓觀實相故，而圓修次第止觀從三乘共禪觀到不共禪觀等功行，<sup>55</sup>步步昇進而入一切禪乃至清淨淨禪，另一方面在行位之部分，則從聲聞、緣覺、菩薩依次進其階位，依諸法門而能到見佛性住大涅槃的境界。」<sup>56</sup>雖名為漸次止觀，如同藏、通、別教歷別緣修而致佛地，然由於初發心即圓觀實相，故聞圓法即起圓解、圓修一切法門，因此誠屬圓頓之觀法，其類似藏、通、別教各階位之境界以及境界之昇進亦非藏、通、別教所能比擬，只是就行者當下觀行之境界而給予相對應之階位名稱，如《法華經》卷十上所述：

漸次觀，從初發心為圓極故，修阿那波那十二門禪，即是根本之行，故云凡夫如雜血乳。次修六妙門十六特勝，觀練熏修等，乃至道品四諦觀等，即是聲聞法，如清淨乳行也。次修十二緣觀即是緣覺如酪行也。次修四弘誓願六波羅密。通藏菩薩所行事理之法，皆如生蘇行也。次修別教菩薩所行之行，皆如熟蘇，故云菩薩如熟蘇也。次修自性禪入一切禪，乃至清淨淨禪。此諸法門，能見佛性住大涅槃，真應具足，故名醍醐行也。<sup>57</sup>

此漸次觀若配之以五味的話，則乳行配之以聲聞法、酪行則對緣覺法、生蘇對之以通教菩薩所行事理之法，其次熟蘇則對之於別教菩薩所行之行，而最高之醍醐行當然是對之於見佛性住大涅槃真應具足之境。

表面上看來智者大師將五味配之以藏通別圓四教以明其漸修觀行之次第，卻在其中欲判別出偏圓之別，即在觀行之次第由淺而深，是從凡夫開始，而由藏教起修，進而通教乃至別教，最後達於圓教之圓頓觀行之境界，說明了漸次觀行只

<sup>55</sup> 指佛所具有之無量功德中，與其他聖者、異生所共通之功德法，稱為共法。如佛無量功德中之無諍、願智、四無礙解三法，阿羅漢等亦可得之。此外，一般共通之法則，亦稱共法。不共法即不共通於聲聞、緣覺，唯佛與菩薩特有之十八種功德法。（參見星雲大師總監製，慈惠法師總策劃，《佛光大辭典》，高雄，佛光文化事業有限公司，2003年。）

<sup>56</sup> 施凱華，《天台智者教判思想》，台北，文津出版社有限公司，2006年，頁166。

<sup>57</sup> 《法華玄義》卷十上，大正藏第三十三冊，頁806下。

是圓頓觀行之次第也，此可名之為「圓頓之漸」，以其言初發心為圓極之故。<sup>58</sup>

接著談到不定止觀，如《摩訶止觀》云：

**不定者，無別階位，約前漸後頓，更前更後，互淺互深，或事或理。或指世界為第一義，或指第一義為為人、對治。或息觀為止，或照止為觀。故名不定止觀。<sup>59</sup>**

此為非初觀實相，亦非次第由淺至深，而係前後互相更替之觀法。如置金剛寶於日中，其色彩之現象不定。此觀法無特別之階位，隨眾生根機而做前淺後深，或前深後淺，或淺深事理漸頓不定等法，以成實相之觀。即指「世界」為第一義，或指第一義為「為人」或「對治」；<sup>60</sup>或息觀為止，或照止為門，故稱不定止觀。

施凱華先生指出，就觀法的本身而論，不定止觀具體的呈顯出其觀法的前後次第的機轉性，及行位相待的互動性，與位位皆實的圓融性，<sup>61</sup>如《法華玄義》所言：

**不定觀者，從過去佛深種善根，今修證十二門，豁然開悟得無生忍即是毒在乳中，即能殺人也。若坐證不淨觀九想十想背捨勝處，有作四聖諦觀等，因此禪定豁然，心開意解，得無生忍，即是毒至酪中殺人也。若有人發四弘誓願，修於六度，體假入空無生四諦觀，豁然悟得無生忍，即是毒至生**

<sup>58</sup> 參見施凱華，《天台智者教判思想》，台北，文津出版社有限公司，2006年，頁166。

<sup>59</sup> 《摩訶止觀》卷一上。

<sup>60</sup> 據《大智度論》卷一所載，佛之教法有種種差別，乍見似為矛盾，若總其教說，則有四悉檀之別，皆為實義而不相違背：一、世界悉檀，即隨順世間之法，而說因緣和合之義；亦即以世間一般之思想、語言、觀念等事物，說明緣起之真理。例如，人類係由因緣和合而存在，故非為實體。以人存在本是一般世俗之見，乃說適合世俗之法以隨順眾人，令凡夫喜悅而得世間之正智，故此悉檀又稱樂欲悉檀。二、各各為人悉檀，略作為人悉檀。即應眾生各別之根機與能力，而說各種出世實踐法，令眾生生起善根，故又稱生善悉檀。三、對治悉檀，即針對眾生之貪、瞋、癡等煩惱，應病而予法藥。此係為滅除眾生煩惱與惡業之教；以其能斷眾生諸惡，故又稱斷惡悉檀。四、第一義悉檀，即破除一切論議語言，直接以第一義證明諸法實相之理，令眾生真正契入教法，故又稱入理悉檀。

<sup>61</sup> 參見施凱華，《天台智者教判思想》，台北，文津出版社有限公司，2006年，頁169。

蘇殺人也。若人修行六度，修從空出假，修無量四諦觀，豁然悟得無生忍，是毒至熟蘇而殺人也。若有坐禪，修中道自性等禪正觀，學無作四聖諦行法華般舟等四種三昧，豁然悟得無生忍，即是醍醐行中殺人也。<sup>62</sup>

不定觀彰顯出觀行的輕重深淺之迴互性與融攝性的意涵，並應用了《法華玄義》中的毒至乳、酪、生酥、熟酥、醍醐各味中殺人的譬喻，來顯示不定觀在觀行中表述的眾生根器差等，和修因功行可更互轉換的不同觀行特性，表達了圓觀的圓融自在，無入而不融攝的圓滿特質。

最後談到圓頓止觀，如《摩訶止觀》云：

圓頓者，初緣實相，造境即中，無不真實。繫緣法界，一念法界。一色一香，無非中道。己界及佛界、眾生界亦然。陰入皆如，無苦可捨；無明塵勞，即是菩提，無集可斷；邊邪皆中正，無道可修；生死即涅槃，無滅可證。無苦無集，故無世間；無道無滅故無出世間。純一實相，實相外更無別法。法性寂然名止，寂而常照名觀。雖言初後，無二無別。雖言初後，無二無別。是名圓頓止觀。<sup>63</sup>

此種觀法於初發心即觀實相。觀法界一色一香無非中道，己界、佛界及眾生界亦然，故無明塵勞即是菩提，無集可斷；邊、邪皆中，無道可修；生死即涅槃，無滅可證。猶如通者之騰於虛空，初緣實相而行解共頓。此係以法性寂然修四種三昧，<sup>64</sup>行八正道，雖有初後，然實無二無別。故修此圓頓止觀之法時，不漸次經歷從淺至深之階段，而由初時即直緣純一之實相；實相之外，更無別法可資體達，故名圓頓止觀。此一止觀係《法華經》所說之觀法，其後智者大師宣說之，章安大師灌頂編集之，亦即本論文所要探討之《摩訶止觀》一書，凡十卷。

<sup>62</sup> 智顛，《法華玄義》卷十上，大正藏第三十三冊，頁 806 下。

<sup>63</sup> 《摩訶止觀》卷一上。

<sup>64</sup> 指智顛之摩訶止觀卷二上所舉之常坐三昧、常行三昧、半行半坐三昧、非行非坐三昧。

由上述可知，所謂的圓頓即為圓滿頓足之意，即一切圓滿無缺。以圓滿具足之心，立地可達佛界，即可頓速成佛。又《摩訶止觀》云：

今依經更明圓頓，如了達甚深妙德賢首曰：菩薩於生死最出發心時，一向求菩提堅固不可動，彼一念功德深廣無涯際，如來分別說窮劫不能盡。此菩薩開圓法，起圓信，立圓行，住圓位，以圓功德而自莊嚴，以圓力用建立眾生。<sup>65</sup>

聞圓法就是聞生死即法身，煩惱即般若，結業即解脫。雖有三名而無三體，雖是一體而立三名，是三即一相，其實無有異。圓悟法身般若解脫三德，於一切法無有減少。其次圓信就是信一切法即空即假即中，圓具於一切時中且深信不疑之意。而圓行則是一向專求無上菩提，圓修三諦而直入中道，是名圓行。至於圓位即是從入初住時即一住一切住，<sup>66</sup>一切究竟一切清淨一切自在無餘。最自在莊嚴，亦即能於一根一塵即入即出，即雙入出，即不入出，於正依二報之中一一自在，以顯圓觀之神通妙用圓滿眾生之大利益。<sup>67</sup>

此三止觀雖分而為三，然皆屬絕待止觀，而非相待止觀。<sup>68</sup>然天台所傳的三

<sup>65</sup> 《摩訶止觀》卷一上，《大正藏》冊46，頁2上。

<sup>66</sup> 賢首法藏云：「問：既一位中有一切位，及信滿心及得佛者，和須更說後諸位耶？答：說後諸位，即是初中之一切也。如初，後亦爾。」對於此，靄亭法師云：「然行布亦不礙圓融。以一具一切故。說後諸位，即初中之一切也。初位如是，後位亦爾。說前諸位，即後中之一切也。」（靄亭法師，《華嚴一乘教義章集解》，台北，財團法人台北市華嚴蓮社，2000年，頁225~226。）因此，圓教之行者修行至初住即是圓位，即是佛，與佛不一不二。說不一者，乃未達究竟佛果位；說不二者，乃一住一切住故，與佛無二。

<sup>67</sup> 參見施凱華，《天台智者教判思想》，台北，文津出版社有限公司，2006年，頁172。

<sup>68</sup> 如《摩訶止觀》云：「詳此三止，與前〈釋名〉，名髣髴同，其相則異。同者，止息止似體真，停止止似方便隨緣，非止止似息二邊。其相則別，所謂三諦相也。前三成次三，後一具前三。何以故？如體真止時，達因緣假名空無主，流動惡息，是名止息義。停新在裡，正是達於因緣，是停止義。此裡及真，真即本源，本源不當止與不止，是非止止。此三義貢成體真止相。若方便止時，照假自在，散亂無知息，是止息義。停心假理，如淨名入三昧，觀比丘根性，分別藥病，是停止義。假理不動，是非止止。如是三義，共成方便隨緣止相也。息二邊時，生死、涅槃，二相具息，是止息義。入理般若，名為住緣心中道，是停止義。此實相理非止不止，是不止止義。如是三義，共成息二邊止相。故與前永異也，亦非今所用也。」又云：「此三觀與前三觀，名一往似同，義相則異。同者，前是貫穿，觀諸虛妄，似從假入空也。前觀達觀，達理理和，達事事和，似入假平等觀也。前不觀觀，似中道也。其相異者，前是一諦相，今是三諦相。又前三觀通成後三，後三具前三。所以者和？如從假入空，破四住磐石，此豈非貫穿義？」

種止觀（漸次，不定，圓頓）中，以《摩訶止觀》所講的圓頓止觀最為重要，最能代表天台佛學的宗旨和特色，總攝天台佛學的精要，是「天台智者說己心中所行法門」<sup>69</sup>，「定慧兼美，義觀雙明，撮一代教門，攢法華經旨」<sup>70</sup>在天台佛學的教觀兩門中實以觀為主，教只是指導觀行和證成觀行，圓頓止觀正是天台圓教理論在實踐上的落實與證成，可謂是智者大師的「本懷」。透過此一圓頓觀行必可當下圓證實相，而不礙一切法出入自在無欠無餘，此圓頓之教相無邊而不中，心、佛、眾生三無等差，於念念起動無一圓觀而不真實，無不圓照而常寂，無不寂滅而常照，一切相皆即空即假即中，純一實相，不出不入，皆是中道的圓頓境界。由此可知，圓頓止觀即是以一心三觀為核心概念而圓觀一切法即空即假即中，亦即圓頓止觀應包含「一心三觀」和「三諦圓融」兩個要項，且湛然大師云：「應知『止觀』二字，無非『摩訶』，即是一心三止三觀之止觀也。」<sup>71</sup>換言之，所謂地「一心三觀」，其實是包含三種止觀在內的，因此接著論述「一心三觀」所成就的「三諦圓融」。

## 二、「一心三觀」成就不可思議之「三諦圓融」

三觀是修行的觀法，即「空觀」、「假觀」、「中道觀」。此三觀可以於一心中獲得，名為一心三觀。於一念心中修習三觀所成就的即是三諦圓融的境界（「空諦」、「假諦」、「中諦」或「真諦」、「俗諦」、「中道諦」三諦圓融）。此三諦，舉一即三，雖三而常一，說三說一都是圓融無礙的，所以叫圓融三諦。一心三觀、三諦圓融說明諸法無礙，事理圓融，如《摩訶止觀》云：

---

所入之空，空即是理，智能顯理，即觀達義。此之空裡，即是非觀觀義。如此三義，共成入空觀相也。從空入假亦具三義。何以故？識假名法，破無知障，即是貫穿義。照假名理，分別無謬，即觀達義。假理常然，及不觀觀義也。此三義，共成假觀相。中道之觀，亦具三義。空於二邊即貫穿義，正入中道即觀達義，中道法性即不觀觀義。如此三義，共成中道觀相。此依摩訶衍，明三止三觀之相。以易隨向，條然各別。若論三觀，則有權實淺深。若論三智，則有優劣前後。若論三人，則有諸位大小。此則次第分張，非今所用也。」（出自《摩訶止觀》卷三，〈體相章〉）本論文所提到之三止三觀，皆屬絕待之三止三觀。只是因根性、因緣而有三種觀法。

<sup>69</sup> 《摩訶止觀》卷一，頁 1。

<sup>70</sup> 湛然，《摩訶止觀輔行傳弘訣》，《大正藏》卷 46，頁 142。

<sup>71</sup> 見湛然，《摩訶止觀輔行傳弘訣》卷一之一，《大正藏》卷 46，第 142 頁上。

若一法一切法，即是因緣所生法，是為假名，假觀也；若一切法即一法，我說即是空，空觀也；若非一非一切者，即是中道觀。一空一切空，無假中而不空，總空觀也；一假一切假，無空中而不假，總假觀也；一中一切中，無空假而不中，總中觀也。即《中論》所說不可思議一心三觀，歷一切法亦如是。<sup>72</sup>

智顛首先說明一切法無不即空即假即中，以及分解地釋譯「空」、「假」、「中」三觀之義。然站在「空觀」的角度而言，一切法皆「空」，「假」、「中」亦皆是「空」之體現，此是對「空觀」的總體認識；站在「假觀」的角度而言，一切法皆「假」，「空」、「中」亦皆是「假」之體現，此是對「假觀」的總體認識；站在「中觀」的角度而言，一切法皆「中」，「空」、「假」亦皆是「中」之體現，此是對「中觀」的總體認識。因此，能體認到「空」、「假」、「中」三觀之總體認識，才是《中論》所說的不可思議一心三觀，而所有一切法皆可在「一心三觀」之觀照下得以呈顯其「法爾」之實相境界，<sup>73</sup>亦即「空」、「假」、「中」三諦圓融之境界。

由上述可知，智顛認為，空、假、中都是實相，任何事物都具空、假、中三諦之理，只是就一個事物的本性而區別空、假、中，並不是唯獨中才表現實相，而是空、假也都當體即是實相。隨便舉出一事物，都是即空、即假、即中，具有空諦、假諦、中諦。所有這些都同時在一念心之觀照中得，是為一心三諦。智顛認為一念具足空、假、中三諦，是性德；如若念念回光返照，都即空、即假、即中，是修德。性和修是同一的，<sup>74</sup>又如《法華玄義》所云：

<sup>72</sup> 《摩訶止觀》卷第五，《大正藏》第46卷，第55頁中。

<sup>73</sup> 據華嚴經探玄記卷三所釋，法爾一義可就兩方面而言：(一)就一切諸法之存在觀之，一切莫非因緣和合而成，無論水之就低、火之昇高，皆為自然而然之事。(二)就真如之法言之，真如之法，法爾隨緣，萬法俱興，法爾歸性，皆為本來平等常然之事。又瑜伽師地論卷八十八所載之四種道理之第四為法爾道理，此即表某事物原相之天然道理，例如火是熱性、水是濕潤性。

<sup>74</sup> 《法華玄義》云：「初後不異。此名蓮子本末等。一切眾生亦如是。本有四德。隱名如來藏。修成四德。顯名為法身。性德修德。常樂我淨。一而無二。是名佛界本末究竟等。經言。眾生如佛如。一如無二如。即其義也。」

絕待之意，義則不爾。何者。昔權蘊實，如華含蓮。開權顯實，如華開蓮現。離此華已，無別更蓮。離此麤已，無別更妙。何須破麤往妙，但開權位，即顯妙位也。開生死麤心者，明凡夫有反復，易發菩提心，生死即涅槃，無二無別，即麤是妙也。若始從凡夫，發析體別圓四心者，亦是初心，皆是因緣所生心。即此因緣，即空即假即中，與圓初心無二無別。若開六度權位行者，檀即因緣生法，即空即假即中，開檀得見佛性，乃至般若亦如是。方便聲聞未入位者，開顯亦如是。三藏斷結位，若未開顯，永無反復，如焦種無芽。今開析空即假即中，次開通教二乘菩薩亦如是。出假菩薩位者，決了此假，假即是中，開別十信位者同前，開十住同二乘，開十行同出假，開十迴向伏無明位，即此而中。若登地之位，不決了者，祇是抽度之位。今決此權，令得顯實。若決諸權，或按位妙，或進入妙，無麤可待，同成一妙。<sup>75</sup>

文中所提到絕待或因果同時的概念，以及開發決了藏、通、別教即是圓教與此處「性修不二」之說有異曲同工之妙，本末、初中後皆妙，或按位妙，或進入妙，總之「無麤可待，同成一妙。」

修習而成就念念之中空、假、中三諦圓融，也是性德的體現。性修不二而二，二而不二。智顛由此提出要全性起修，使平常人念念不離三諦圓融，以顯現實相之理，也即覺悟宇宙萬物的真理。<sup>76</sup>

嚴格說來，天台佛學的獨特貢獻，並不在於「三諦」名義的提出，而在於它強調空、假、中三諦的平等互具、圓融無礙。智顛指出，從空、假、中三個方面來分析諸法實相，只是爲了方便易解，實質上三諦是圓融互具的，如《摩訶止觀》

<sup>75</sup> 智顛說，灌頂記，藕益節，《法華玄義節要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2005年，頁66-67。

<sup>76</sup> 參見俞學明，《智顛觀心論思想述評》，收入星雲大師監修，程恭讓總策劃，《中國佛教學數論典14》，高雄，佛光山文教基金會，2001年，頁412。

云：

分別令易解故，明空、假、中；得意為言，空即假、中。但以空為名，即具假、中，悟空即悟假、中；余亦如是。(空、假、中三諦)雖有三名，而無三體，雖是一體，而立三名，是三即一相，其實無有異。<sup>77</sup>

總之，在智顛看來，空、假、中三諦不是隔別不同的三種實相、三種真理，而是從不同的角度對同一實相、同一真理的分析；分析雖為三，其實即為一。智顛強調，空、假、中三諦「非一二三而一二三，不縱不橫，名為實相。」三諦名雖為三，實際上卻是不一不異、不縱不橫、平等互具、圓融無礙的，「三諦圓融」才是宇宙實相、圓教妙法。

在這種「三諦圓融」說中不難看出，智顛不僅把空性、中道視為宇宙萬法的真實本性，而且還認為，萬事萬物假名假相的存在也是宇宙存在的真實相狀、真實狀態。不僅悟「中」即悟「空」、「假」，悟「空」即悟「假」、「中」，而且悟「假」也同樣能夠悟「空」、悟「中」。如黃國清先生對慧思所著之《法華經安樂行義》作了以下的詮釋：

在《法華經》的脈絡中，四安樂行雖以忍辱與空觀為修行的基礎，但四個項目的具體實踐內容似乎只是消極的戒律與初階的菩薩願行。慧思的詮釋大幅擴展空觀與安忍的深度與廣度，空觀所觀照的是中道實相，通向法身佛性的顯現……至於四安樂行各項目的實踐，自《安樂行義》中所立的科文可窺見慧思將其提升為菩薩的自我覺悟與化導眾生的大行……慧思的空觀實踐並非趣向消極的空寂體驗，而是使平等法身頓時朗現的直接方法。<sup>78</sup>

<sup>77</sup> 《摩訶止觀》卷一上。

<sup>78</sup> 黃國清，〈《法華經安樂行義》對《法華經》的引用與詮釋〉，《普門學報》第三十八期，2007年，頁116。

由上述黃國清先生之說明，吾人更易領解天台宗依《法華經》及《大智度論》所開創出「一心三觀」之圓頓觀法，為即空即假即中；同時更可證明若能開決小乘法（空觀），法法皆成一乘（佛乘）法。因此，所謂地「空」觀，並不離「假」、「中」二觀，同樣地，講「假」觀實亦不離「空」、「中」二觀；講「中」觀當亦不離「空」、「假」二觀。故云此為「即一即三」、「即三即一」、「非三非一」、「一而三」、「三而一」不可思議之圓頓止觀。這種思想與智顛的現象與本質內在統一的「諸法實相」論是完全一致的，同樣體現了《法華經》「世間相常住」的精神。

而在天台的「三諦圓融」說中，還有一點值得注意，那就是智顛特別強調「圓中」與「但中」的區分。張風雷先生指出，在《法華玄義》卷二下，智顛約著藏、通、別入通、圓入通、別、圓入別、圓之判教，對佛教的「七種二諦」和「五種三諦」說作了詳盡的分析，指出：藏、通(共般若)二教僅言二諦，不明中道；別入通雖以「非有漏非無漏是中」，然其所謂的「中」「但異空而已，中無功用，不備諸法」；別教以「不有不空」為中，然其所謂的「中」也只是「中理而已」；圓入通、圓入別二教分別以「非漏非無漏具一切法」和「一切法趣不有不空，具足佛法」為「中」，雖然在一定程度上避免了通教和別入通的「但中」之弊，但是它仍然不是真正的「圓中」；智顛指出，真正的「圓中」是「一切法趣有趣空趣不有不空」，在圓教中，「非但中道具足佛法，真、俗亦然，三諦圓融，一三三一」。由此可見，「圓中」與「但中」的根本區別就在於它「含備諸法」，而不僅僅是一個空洞的「中理」而已。天台佛學不僅像一般的大乘佛教那樣反對「但空」，而且還進一步反對「不備諸法」的「但中」，強調圓教的「中」不同於一般所謂超然于空、有之外或之上的「離二邊」的空洞「中理」，它不是以犧牲「空」、「假」為代價的，而恰恰是與「空」、「假」平等互具、圓融無礙的。在一定意義上可以說，智顛的「三諦圓融」學說，正是為了破除一般大乘佛教派別執著于「但中之理」的「內邪見」而提出來的。

智顛一方面以大乘中觀學派所遵奉的《大品般若經》、《大智度論》和《中論》等為創立天臺宗佛學理論體系的重要經典依據，另一方面又在判教的時候把《般若》類經典判為層次相對較低的通教或別入通、圓入通教(其中「共般若」為通教，「不共般若」為別入通、圓入通教)，實與其對「但空」、「但中」所持的這種批判態度有著相當密切的關係。智顛對「但空」、「但中」的鮮明批判態度，可以說比以往的任何佛教派別都更加凸顯了對世間諸法存在意義的重視。在智顛看來，「一切世間治生產業，皆與實相不相違背，一色一香無非中道」，出世法是要建立在世間法的現實基礎之上的，否則它就只能是一種「不備諸法」的空洞的「中理」而已。<sup>79</sup>

綜合前述，三止三觀，皆在一心，且此一心念即「能穿五住，達於實相」。如《摩訶止觀》卷三，〈體相章〉云：

總前諸義，皆在一心，其相云何？體無名顛倒即是實相之真，名體真止。如此實相遍一切處，隨緣歷境，安心不動，名隨緣方便止。生死涅槃靜散休息，名息二邊止。體一切諸假悉皆是空，空即實相，名入空觀。達此空時觀冥中道，能之世間生滅法相，如實而見，名入假觀。如此空慧即是中道，無二無別，名中道觀。體真之時，五住磐石砂礫，一念休息，名止息義。心緣中道入實相慧，名停止義。實相之性即非止非不止義。又此一念能穿五住，達於實相。實相非觀亦非不觀。

如此等義，但在一念心中，不動實際，而有種種差別。經言：「善能分別諸法相，於第一義而不動。」雖多名字，蓋乃般若之一法。佛說種種名，眾名皆圓，諸義亦圓。相待絕待對，體不可思議。不可思議故，無有障礙；無有障礙故，具足無簡。是圓頓教相，顯止觀體也。

<sup>79</sup> 參見張風雷，〈天台佛學入世精神〉，中國近現代佛教學術研討專題（第一屆）。

如上所云，圓頓止觀之體相皆不離此現前一念，亦即凡夫之一念識心，<sup>80</sup>因此若能把握此一識心時時觀照而加以開發決了，便能成就圓頓止觀之境界（亦即空、假、中三諦圓融之境界），提供了凡夫皆能成佛之具體保證的依據。而智顛基於此圓頓止觀之體相，又開出了「一念三千」的說法。關於此一重要概念之內容，將於第三節再加以探討。

### 三、觀惡修法——依「一念無明法性心」而開出之特別法門

智顛的「性具善惡」思想，其核心內容就是佛性之用計有「善法門」的一面，也有「惡法門」的一面，智顛的「性善」、「性惡」分別是就「善法門」和「惡法門」而言的。<sup>81</sup>由於智顛說：「一念無明法性心」，故「惡法門」本無自性，若能不住著於「惡法門」，則自能轉「惡法門」為「善法門」。正因如此，所以牟宗三先生在解釋智顛的「性善」、「性惡」時說，善惡是形容「法門」的，而不是形容「性」的。<sup>82</sup>牟宗三先生非常不願人們望文生義，以為善惡是形容「性」者。總之，智顛所說的「性善」、「性惡」指的是「緣、了」具有「善法門」和「惡法門」，<sup>83</sup>因為這「善法門」和「惡法門」是客觀存在著的，不可改變的，所以「性善」、

<sup>80</sup> 《法華玄義》云：「始終者，不取五品教乘為始，乃取凡地一念之心，具十法界十種相性，為三法之始。何者？十種相性，祇是三軌。如是體，即真性軌。如是性，性以據內，即觀照軌。如是相，相以據外，即福德資成軌。力者，了因，是觀照軌。作者，萬行精勤，即是資成。因者，習因，屬於觀照。緣者，報因，屬資成。果者，習果，屬觀照。報者，習報，屬資成。本末等者，空等即觀照，假等即資成，中等即真性。直就一界十如論於三軌。今但名凡心一念，即具十法界。」（智顛說，灌頂記，藕益節，《法華玄義節要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2005年，頁73。）可見智顛所謂的一念，即是凡夫之一念識心。

<sup>81</sup> 智顛在《觀音玄義》卷上作「料簡緣了」（即通過自問自答的方式解釋「緣了」）時闡明了「性惡」的含義，且智顛在闡發「性惡」的含義時，完全是從佛性之「用」的角度來談的。

<sup>82</sup> 參見牟宗三，《佛性與般若》，台北，台灣學生書局，1989年，頁876。牟宗三是在引文中以案語的形式表達了這個意思的。

<sup>83</sup> 所謂「三佛性」，即是三因佛性，是指緣因佛性、了因佛性、正因佛性，此是藉由緣了因之探索，以凸顯非緣非了的正因佛性。可看出緣了所扮演之角色。陳英善先生對於《觀音玄義》之「料簡緣了」作了以下的說明：「從『料簡緣了』這整段文字來看，很明顯地並不合乎天台緣起中到實相之義理，亦不合乎天台慣有的表達方式，如天台論述『一念三千』時，對諸論師各執一邊之見作了強烈之抨擊，且論述佛性之因時，亦時時扣緊三因佛性來談。這是天台慣有的表達模式，縱使想由緣上來開顯諸法，亦會言是隨順因緣而說，而不是以偏執某一端為是。然而在《觀音玄義》『料簡緣了』這段文字，顯得是異軍突起，而陷入性德善惡之自性執中，這基本上可說與天台思想相違背的。唯一可以用來解釋的，那是從『緣了』方面來看性德善惡問題。也就是說《觀音玄義》講性德善惡，是就『緣了』上來講的。」（參見陳英善，《天台緣起

「性惡」不可斷。況且離「惡法門」並無「善法門」之存在；同樣地，離「善法門」亦無「惡法門」之存在。如智顛在《法華玄義》云：

**凡夫一念即具十界，悉有惡業性相。祇惡性相，即善性相。由惡有善，離惡無善。翻於諸惡，即善資成。如竹中有火性，未即是火事。故有而不燒，遇緣事成，即能燒物。惡即是善，未即是事。遇緣成事，即能翻惡。如竹有火，火出還燒竹。惡中有善，善成還破惡。故即惡性相是善性相也。<sup>84</sup>**

由於凡夫一念即具足了十法界，因此當然亦具備了性惡法門之業相以及性善法門之業相。而性善法門與性惡法門同體依即，故離性惡法門並無性善法門。若能明白性惡法門之體性同於性善法門之體性，則能不被性惡法門所束縛，亦即能不執著於其為「性惡法門」，反而能依「性惡法門」而成就一切佛事。故云「如竹有火。火出還燒竹」、「惡中有善。善成還破惡」、「即惡性相是善性相」也。

又如《摩訶止觀》云：

**如佛世時，在家之人，帶妻挾子，官方俗務，皆能得道。央掘摩羅，彌殺彌慈。祇陀、末莉，唯酒唯戒。和須蜜多，淫而梵行。提婆達多，邪見即正。若諸惡中一向是惡，不得修道者，如此諸人永作凡夫。以惡中有道故，雖行眾蔽，而得成聖。故知惡不妨道。<sup>85</sup>**

佛陀在世時，出家成道者非常之多，即使是在家之人俗務繁多，得道者亦不在少數。且「祇陀、末莉，唯酒唯戒。和須蜜多，淫而梵行。提婆達多，邪見即正。」亦正說明了不僅修習善法能因之成道，即便是身處惡法之中，若能明瞭惡法本無自性，不但能不被惡法所染，更甚者尚能依惡法而入佛道。因為「若諸惡中一向

---

中道實相論》，台北，東初出版社，1995年，頁389。）

<sup>84</sup> 智顛說，灌頂記，藕益節，《法華玄義節要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2005年，頁73。

<sup>85</sup> 《摩訶止觀》卷二下。

是惡，不得修道者，如此諸人永作凡夫。」則一個人一旦處於惡法之中，便永遠是凡夫，不能得道了。故所謂「惡不妨道」意思是說惡法並不一定會妨礙行者入道，關鍵在於行者本身是否能有智慧觀照惡法，故云「惡中有道」。《摩訶止觀》又云：

**又道不妨惡。須陀洹人淫慾轉盛，畢陵尚慢，身子生瞋，於其無漏有何損益？譬如虛空中明暗不相除，顯出佛菩提，即此意也。若人多貪欲，穢濁熾盛，雖對治折伏，彌更增劇，但恣趣向。何以故？蔽若不起，不得修觀。譬如綸釣，魚強繩弱，不可爭牽，但令鈎餌入口，隨其遠近，任縱沈浮，不久收穫。於蔽修觀，亦復如是。蔽即惡魚，觀即鈎餌。若無魚者，鈎餌無用。但使有魚，多大為佳，皆以鈎餌隨之不捨，此蔽不久，堪任乘御。**

86

修習佛法與惡法亦不須相離。於修行過程中，自身常會不自主地生起惡法，此時若能觀惡法之本性是「空」而無所住，本性既是「空」無所住，便不礙一切假法（包含惡法）之生起，能不執於「空」、「假」二法即能觀入中道實相。如此便不會受惡法干擾，對於修無漏正果不但不妨礙，反而更能映顯出菩提智慧。且「蔽若不起，不得修觀。」因此善於修習佛法者，不但不畏懼惡法起現行，反而將之視為增上緣，故云：「煩惱即菩提」，若無惡法之產生，智慧亦無相應之著力點。

雖然說「惡不妨道」、「道不妨惡」，理論上並無太大爭議，然而基於「一心三觀」學說之建立，才使「觀惡」得以真正成爲一個可以落實於生活之中的特別修法。所謂惡法不外是因貪、嗔、癡三毒所引起的，現就貪欲來作觀照（嗔、癡亦可如是觀照）。如《摩訶止觀》所說：

**若貪欲起，諦觀貪欲有四種相：未貪欲，欲貪欲，正貪欲，貪欲已。為當**

---

<sup>86</sup> 《摩訶止觀》卷二下。

未貪欲滅，欲貪欲生？為當未貪欲不滅，欲貪欲生？亦滅亦不滅欲貪欲生？非滅非不滅欲貪欲生？若未滅欲生，為即為離？即滅而生，生滅相違；若離而生，生則無因。為貪不滅而欲生者，為即為離？若即，即二生相並，生則無窮；若離，生亦無因。若亦滅亦不滅而欲生者，若從滅生，不須亦不滅；若從不滅生，不須亦滅。不定之因，那生定果？若其體一，其性相違；若其體異，本不相關。若非滅非不滅而欲貪欲生，雙非之處，為有為無？若雙非是有，何謂雙非？若雙非是無，無那能生？如是四句，不見欲貪欲生。<sup>87</sup>

通過上述觀察貪欲的產生過程，不難發現貪欲的現象畢竟是虛幻不實，本質上是性空寂滅的。這就是以貪欲之蔽作為鉤餌，如果假象狀態的貪欲之蔽恆時現起，就用此空觀恆時照察。此空觀亦可解為諸法為因緣所生故而空無自性。

亦可從假觀角度來觀察此貪欲之蔽，此貪欲之蔽因色、聲、香、味、觸、法六塵中哪一塵而起，是「色塵」還是其他各塵？在「六作」的行、住、坐、臥、語、默中因哪一作而起，是「行」還是其他？如果是因「色塵」而起，那麼此色是在尚未有見、將要有見、見正在產生、見已結束這四個界斷中的哪一階段呢？如果是因「行」而產生，那麼是在尚未有行、將要有行、行正在產生、行已結束這四階段中的哪一個階段呢？由假觀之角度來觀察，貪欲亦不可得，不過假名施設而已。

而同時用空、假二觀觀察時，於法塵而言並無主觀的感受者，於成事的條件而言亦無主觀的能作者；同時又綜合了主客觀的塵、受、根、緣，而於空、假雙照分明。此是從中觀的角度雙遮、雙照空、假二觀而悟入法性。

虛幻之假象、無自性故空、以及作為萬物本體之法性，三者圓融相及而又不相妨

---

<sup>87</sup> 《摩訶止觀》卷二下。

礙。爲什麼這樣說？如果假象會障蔽法性，那麼法性則是可被破壞的，但可破壞的就不適法性；如果法性會障礙其假象，那麼這些假象就不會產生，而這些假象又確實是產生了。所以，應當知道假象與法性相即不二，假象的產生就是法性的作用，如果假象消滅了，法性亦不復存在。《無行經》說：「貪欲即是道，恚癡亦如是。如是三法中，具一切佛法。若人離貪欲，而更求菩提，譬如天與地。」故貪欲與菩提相即不二。《維摩經》說：「行於非道，通達佛道。」一切眾生，即具備菩提之相，不可於眾生之外另求菩提；一切生死，即是涅槃之相，離生死亦無涅槃寂滅。一切煩惱，就是如來之種。這就是觀察各種惡事的不可思議的深奧道理。<sup>88</sup>

能觀惡法雖不失爲一修行法門，然並非適用於所有人，除了利根以及難以擺脫惡境界之人，一般人仍是以「斷惡修善」爲修行方向較爲穩當，否則不但不能藉助修行之功德提升境界，還可能墮入更深的深淵之中。如《摩訶止觀》云：

**佛說貪欲即是道者，佛見機宜，知一種眾生，底下薄福，絕不能於善中修道。若任其罪流轉無已，令於貪欲修習止觀，即不得止，故作此說。譬如父母見子得病，不宜餘藥，須黃龍湯鑿齒瀉之，服已病癒。佛亦如是。說當其機，快馬見鞭影，即到正路。貪欲即是道，佛意如此。**

**若有眾生不宜於惡修止觀者，佛說諸善，名之爲道。佛具二說。汝今云何呵善就惡？若其然者，汝則勝佛，公於佛前，灼然違反。**

本節中所提到的一些重要之義理詮釋，其實已包含了《摩訶止觀》之修行方式，然智顗於《摩訶止觀》中提到較有系統、條理之修習法門，則是下一節所要談的「觀心之十境與十乘觀法」。

---

<sup>88</sup> 參見王雷泉，《摩訶止觀》，高雄，佛光文化事業有限公司，2005年，頁129-132。

### 第三節 止觀修行之對境與方法——觀心之十境與十乘觀法

#### 一、止觀修行之對境——以「十境」為觀心的境界

《摩訶止觀》云：

開止觀為十：一、陰界入，二、煩惱，三、病患，四、業相，五、魔事，六、禪定，七、諸見，八、增上慢，九、二乘，十菩薩。此十境，通能覆障。

首先，智顗將觀心之對境展開為十種境界，即「一、陰界入，二、煩惱，三、病患，四、業相，五、魔事，六、禪定，七、諸見，八、增上慢，九、二乘，十菩薩。」這十種境界。此十境都能覆蔽心念，對修行產生障礙。接著敘述此十境產生的緣由。

#### 第一境：陰界入

《摩訶止觀》云：

陰在初者二義：一、現前，二依經。《大品》云：「聲聞人依四念處行道，菩薩初觀色乃至一切種智。」章章皆爾，故不違經。又行人受身，誰不陰入？重擔現前是故初觀。後發異相，別為次耳。

將此「陰界入境」列在十境之初，有二層含義：第一、現前，由於行者之業報身皆是五陰、十二入所構成，因此五陰熾盛之境，恆常呈現於行者面前，故先近取之為所觀之境，若有其他境界出現，再分別次第述說。第二、依據經典，《大品般若經》指出：「聲聞乘人依四念處法門行道，

而修菩薩道之行者亦從最初觀色陰開始，乃至最後成就一切種智。」因此亦不違背經典。

### 第二境：煩惱

《摩訶止觀》云：

**夫五陰與四大合，若不照察，不覺紛馳。如閉舟順水，寧知奔迸？若其迴泝，始覺馳流。既觀陰果，則動煩惱因。故次五陰而論四分也。**

眾生之五陰與欲暴流、有暴流、見暴流、無明暴流等四類煩惱結合，若不以止觀照察，則煩惱紛馳。特別是行者於修止觀時，所起之貪瞋煩惱皆極為猛烈，難以制伏，如同逆流而上，並非平常之煩惱。

### 第三境：病患

《摩訶止觀》云：

**四大是身病，三毒是心病。以其等故，情中不覺。今大分俱觀，衝擊脈藏，故四蛇偏起，致有患生。**

地、水、火、風四大互不調和所引發的是身體的疾病，貪、瞋、痴三毒所引發的是心理的疾病，這種發病的過程一般人是無法覺察到的。通過止觀之修習，衝擊身內之經脈臟腑，使原本失調之四大，此時更是猶如四條毒蛇相互乖違亂竄，導致病患境之產生。

### 第四境：業相

《摩訶止觀》云：

無量諸業不可稱計，散善微弱不能令動。今修止觀，健病不虧，動生死輪，  
或善萌故動，惡壞故動。善示受報故動，惡來責報故動，故次病說業也。

無始以來眾生所造之業難以數計，以散亂心所修之善業，不能發動業相境之顯現。現在因修止觀之故，而引動諸業之善惡相現前。此時可就業相諸境而加以觀之，觀此等業境乃不思議境也。

#### 第五境：魔事

《摩訶止觀》云：

以惡動故惡欲滅，善動故善欲生。魔遽出境，作諸留難，或壞其道。故次業說魔。

因為觀業相境的緣故，見到惡相發動，故欲滅惡而順於涅槃；見善相發動，故欲生善而順於菩提。魔因懼怕行者之滅惡生善會影響其居處之安定，故製造各種魔境干擾行者，破壞其道業。其實懼魔、防魔、心中有魔即魔境，修習止觀最易生此三種魔境，且魔境皆因心生邪念所生，若心中無魔，則佛、魔一如無二如，魔境相自消。<sup>89</sup>

#### 第六境：禪定

《摩訶止觀》云：

若過魔事，則功德生，或過去習因，或現在行力，諸禪競起，或味或淨，  
或橫或豎。故次魔說禪。

若能於止觀中通過魔事之考驗，由於過去與現在修習止觀之力，則各種禪定之功

<sup>89</sup> 參見李志夫，《摩訶止觀之研究》，台北，法鼓文化事業股份有限公司，2001年。

德自然生起，故云「諸禪競起」，容易使行者貪著禪味，「或味或淨，或橫或豎」，使行者陷入定縛。

第七境：諸見

《摩訶止觀》云：

**禪有觀支，因生邪慧，逸觀於法，僻起諸倒，邪辯猛利。故次禪說見。**

當進入初禪時，會有「觀支」的產生，讓行者誤以為已得真實法，因而產生偏邪的智慧，且沈湎於此時清明的境界，於是生起種種顛倒的見解，世智辨聰特別猛利，形成「附佛法外道」。<sup>90</sup>

第八境：增上慢

《摩訶止觀》云：

**若識見為非，息其妄著貪瞋，利鈍二俱不起，無智者謂證涅槃。小乘亦有橫計四禪為四果，大乘亦有魔來與記，並是未得謂得，增上慢人。故次見說慢。**

如果能認識以上各種邪見為非，止息其妄執及貪嗔心，就能降服五利使與五鈍使兩類煩惱。而對無真實智慧者來說，就認為此時已證涅槃。有的小乘行者誤執計四禪為四果阿羅漢，亦有大乘行者受到魔對其作已證菩提的授記，這些都是「未證謂證、未得謂得」之「增上慢」人。

---

<sup>90</sup> 指依附於佛法而立錯誤思想者。如華嚴宗指小乘之犢子部為附佛法外道。摩訶止觀卷十上（大四六·一三二中）：「邪人不同又為三：一、佛法外外道，二、附佛法外道，三、學佛法成外道。」上引之中，佛法外外道指佛法以外之教，或其信奉者。又雖學佛之教，然其見解與佛法相違背者，稱為學佛法成外道。

## 第九境：二乘

《摩訶止觀》云：

**見慢既靜，先世小習因靜而生，身子捨眼即其事也。《大品》云：「恆沙菩薩發大心，若一若二入菩薩位多墮二乘。」故次慢說二乘。**

能夠蠲除見、慢之邪見，過去所修習之道業於是呈顯出來，於是心中因此獲得寧靜，然而易沈溺於空寂，如舍利弗曾因不願施捨眼睛而退菩薩到墮於小乘，即是最好的說明。《大品般若經》說：「有恆河沙數的菩薩發大心，但真能進入菩薩果位者屈指可數，其餘多退墮於聲聞、緣覺二乘。」

## 第十境：菩薩

《摩訶止觀》云：

**若憶本願，故不墮空者，諸方便道菩薩境界即起也。《大品》云：「有菩薩不久行六波羅蜜，若聞深法，即起誹謗，墮泥犁中。」此是六度菩薩耳。通教方便位，亦有謗義，入真道不謗也。別教初心知有深法，是則不謗。此等悉是諸權善根。故次二乘後說也。**

若能憶念往昔所發菩薩之本願，就不至於沈空守寂，於是呈現出藏、通、別教等權教菩薩的境界。《大品般若經》云：「有一類菩薩因不願久行六度波羅蜜，倘若聽聞甚深佛法，即起誹謗，這種人將累世墮落於地獄之中。所指便是藏教之六度菩薩。而通的含義，須悟入真道方才不謗。到了別教教之方便位亦有誹謗，十住之初發心住因知有深法，故能不謗。這些都是各類權教菩薩的善根。」

又《摩訶止觀》云：

此十種境始自凡夫正報終至聖人方便。陰入一境常自現前。若發不發恒得為觀。餘九境發可為觀。不發何所觀。又八境去正道遠。深加防護得歸正轍。二境去正道近。至此位時不慮無觀薄修即正。

以上所論及的十種境界，從凡夫至未入真道得解脫之大小乘賢聖為止，依不同之因緣條件而呈現。其中陰入界一境恆常呈現於行者面前，因此行者得以隨時觀之。其餘九境，則須境界現前方得觀之，故行者常以第一境為觀行之對境。前面八境離正道解脫遙遠，必須深加防護，才不會偏離正道。最後二境離解脫已經不遠，已能時時起觀行，進一步修行即得正果。

明了修行之所觀境後，然後再依根性利鈍不同配以「十種觀法」來修行，觀此十種境界皆為不可思議境，終可證入不可思議之境界，因此，即於下一小節開始論述止觀修行之方法，即十乘觀法。

## 二、止觀修行之方法——以「觀不思議境」為中心

十乘觀法中的第一觀是「觀不思議境」，這種境界微妙難說。因此智顗首先描述為常人思維容易理解的方面，亦即可思議境作論述，從而使不可思議的境界較易顯現。故《摩訶止觀》云：

觀心是不可思議境者，此境難說。先明思議境，令不思議境易顯。思議法者，小乘亦說心生一切法，為六道因果、三界輪環。若去凡欣聖，則棄下上出，灰身滅智，乃是有作四諦，蓋思議法也。大乘亦明心生一切法，謂十法界也。若觀心是有，有善有惡。惡則三品：三途因果也；善及三品：修羅、人、天因果。觀此六品無常生滅，能關之心亦念念不住。又能觀所

觀，悉是緣生，緣生及空，並是二乘因果法也。若觀此空有墮落二邊，沈空滯有，而起大悲，入假化物，實無身假作身、實無空假說空而話導之，即菩薩因果法也。觀此法能度所度，皆是中道實相之法，畢竟清淨，誰善誰惡，誰有誰無，誰度誰不度，一切法悉如是，是佛因果法也。此之十法，邈迤淺深，皆從心出，雖是大乘無量四諦所攝，猶是思議之境，非今止觀所觀也。<sup>91</sup>

關於此可思議境，牟宗三先生指出，屬於小乘教者為有量四諦，心生一切法只限於界內也。而對於大乘教所觀之境智顛只是籠統地說，乃因大乘中亦有通別之異，而別教中又有始別教與終別教之異，系統多端，所依心識亦異。然智顛於此提出大乘教所觀之境所要表達的是，雖十法界皆備，無量四諦所攝，然歷別陳之，猶是思議之境。<sup>92</sup>

明瞭所謂地「可思議境」後，接著說明何謂「不思議境」。即觀一念心，具足三千性相、百界千如，即空、即假、即中，更不前後，亦不一時，廣大圓滿，橫豎自在，上根之人，正觀這不思議境，即可入真理之境。如《摩訶止觀》云：

夫一心具十法界，一法界又具十法界、百法界，一界具三十種世間，百法界即具三千種世間。此三千在一念心，若無心而已，介爾有心，即具三千。

93

一念心，是一剎那的五陰識心。五陰、十二入、十八界，本來都是不思議境，但因境界寬廣，難以示人，所以就不取十二入、十八界，而但取五陰；五陰中又不取色、受、想、行四陰，而但取識陰。猶如去丈就尺，去尺就寸的取識陰，令人易於修觀。如《摩訶止觀》云：「然界內外一切陰入，皆由心起。佛告比丘：『一

<sup>91</sup> 《摩訶止觀》卷五上。

<sup>92</sup> 牟宗三，《佛性與般若》，台北，台灣學生書局，1993年，頁740~741。

<sup>93</sup> 《摩訶止觀》卷五上。

法攝一切法，所謂心是。』論云：『一切世間中，但有名與色。若欲如實觀，但當觀名色。』心是惑本，其義如是。若欲觀察，須伐其根，如炙病得穴。今當去丈就尺，去尺就寸，至色等四陰，但觀識陰。識陰者，心是也。」<sup>94</sup>而靜權大師指出這一剎那的五陰識心，正是揀去思議心，而專取不思議心，一剎那的五陰識心，當下便是不思議境，更不可離卻思議心，而另覓不思議心。而此一剎那的五陰識心，具足十法界；<sup>95</sup>十法界中，每一法界，又各各互具十法界，變成百法界；每一法界，又各各具性、相、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟等十如是，百法界便具千如是；每一如是，又各各具有三種世間，所謂五陰世間、眾生世間、國土世間，這樣，就成爲三千種世間，所以說：三千性相、百界千如。即一剎那的五陰識心，無不具足這三千性相、百界千如。<sup>96</sup>

由上述可知，一念心具足之三千世間即爲不可思議境，亦即智顛著名的「一念三千」學說。且此一念心爲剎那的五陰識心，尤惠貞先生更明白地說明此一念心爲吾人當下能思慮分別之一念心，如對境能別、聞聲能辨等認知活動，皆是吾人能思慮分別之一念心的作用。<sup>97</sup>並且進一步指出智者大師之約一念心以明止觀，較之別教依清淨真如心修觀來得更直接而顯著。<sup>98</sup>而爲了更能掌握到「一念三千」之實質意涵，以下將對「十法界」、「十如是」、「三世間」做更深入之剖析。所謂的十法界，如《摩訶止觀》云：

**種種五陰者，如前十法界五陰也。法界者三義，十數是能依，法界是所依，能所合稱，故言十法界。又此十法界各各因各各果，不相混濫，故言十法界。又此十法一一當體，皆是法界，故言十法界。云云。<sup>99</sup>**

<sup>94</sup> 《摩訶止觀》卷五上。

<sup>95</sup> 十法界所指爲四聖法界：佛、菩薩、聲聞、緣覺，以及六凡法界：天、人、阿修羅、畜生、餓鬼、地獄。

<sup>96</sup> 參見釋靜權，《天台宗綱要》，台北，世樺印刷企業有限公司，1987年，頁155。

<sup>97</sup> 參見尤惠貞，《天台宗性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993年，頁61。

<sup>98</sup> 參見尤惠貞，《天台宗性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993年，頁70。

<sup>99</sup> 《摩訶止觀》卷五上。

尤惠貞先生指出，智者之解十法界，乃是在性具圓教意義下以言每一法界之圓具與圓趣一切法，因此智顛於《法華玄義》云：「此十皆即法界，攝一切法。一切法趣地獄，是趣不過。當體即理，更無所依，故名法界。」<sup>100</sup>然雖每一法界之圓具與圓趣一切法卻每一法界又「各各因各各果，不相混濫」，體雖是一，但各個差別相卻宛然存在。因此十法界每一層次的眾生又都是真如法界的體現，故云：「十法一一當體，皆是法界」。

關於十如是，靜權大師作如下深入淺出之解說，易於我們體認十如是之真義，且不失《摩訶止觀》裡談十如是之原意：

十如是，出於法華經方便品。一如是相，是指外面的相貌，看了外面的相貌，就可以知道他裏面是什麼，但相有隱顯的不同，又有善觀相、不善觀相的不同，摩訶止觀引三國的故事說：孫權、劉備、曹操三人，都有做皇帝的相貌，扮孫權、劉備二人的相貌，顯而易知，曹操的相貌，隱而難知；一切眾生的心，都有成佛的相，一切眾生的相貌，隱而難之，唯有善於觀相的人，方能知道一切眾生，都能成佛。二如是性，是指裏面的實性，猶如竹木裏面，具有火性，雖不可見，遇緣即發，一切眾生的實性，即是佛，雖不可見，但能依教修行，可以成佛，如涅槃經說：「一切眾生，悉有佛性」。三如是體，體是體質，十法界五陰，都是用色、心兩法，以為體質，一切眾生的色、心，也就是佛的色、心。四如是力，力是功能利用，猶如有技能力氣的人，因為生病，許多技能力氣，都用不出來了，其實這些技能力氣，並沒有失掉，一旦健康恢復，還是能夠揮出來的，一切眾生的心，具有佛的功能利用，因為有見思、塵沙、無明等病，所以一切佛的功能利用，都用不出來了，等到見思、塵沙、無明等病治癒後，一切佛的功能利用，就都能發揮出來了。五如是作，作是造作，若離於心，何所造作？一

<sup>100</sup> 參見尤惠貞，《天台宗性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993年，頁80。

切眾生的心，能造一切法，所謂是心作佛。

從靜權大師之舉例解說，吾人可以清楚地領會到《法華經》提到之前五如是所指乃是一切人事物本自具足佛之實性、體質、相貌，亦各自能造作一切法而且具備佛造作一切法所能發揮之功能利用。只因「見思、塵沙、無明」等病，而暫時隱蔽了具足佛之恆沙功德之「實性、體質、相貌」及「造作、力用」，而只能成就各自的「相、性、體、力、作」，也因此而有各自不同的因、緣、果、報，故底下接著談後五如是，其云：

六如是因，因是習因，能招習果，也叫做業，如習善的人，善業愈益增長，習惡的人，惡業也愈益增長。七如是緣，緣是助緣，緣和因不同，如五穀的種子是因，雨露水土等是緣，五穀的出生，必先有種子的因，和雨露水土的緣，一切眾生，以業為因，無明、愛、取能潤於業，另生有芽，這叫做緣。八如是果，果是習果，因為修了習因，以後就必能招感習果，如過去修善業，現在了習因，以後就必能招感習果，如過去修善業，現在或未來，善業愈益增長，或現在修善業，現在或未來，善業愈益增長等。九如是報，報是報果，報果和習果不同，報果是由善惡業因所招感的苦樂果報，習果是由過去的善惡因所招感的善惡業力，前者是異熟果，後者是等流果。十如是本末究竟等，相為本，報為末，初如是相，乃至九如是報，這九如是，都屬於事，十究竟等，屬於理，九如是的事，即是究竟平等的理，所以名為究竟等。這究竟等，又有三種意義：一、相為本，報為末，本末都是從緣所生，緣生無性，本末都空，這是依空義而說等；二、相但有名字，乃至報也但有名字，這些名字，都是假施設有，這是依假義而說等；三、相即無相，無相而相，非相非無相，乃至報即無報，無報而報，非報非無報，當下便是實相，這是依中義而說等。佛法界，具十如是，乃至地

獄法界，也具這十如是。<sup>101</sup>

眾生因無明而造作之善、惡業不同，故成爲千差萬別之因緣果報。另外，靜權大師還指出，前九如是皆屬於事相，而第十如是本末究竟等，則屬於理性。由於性相一向不二，理事一向圓融，故云「九如是的事，即是究竟平等的理，所以名爲究竟等。」最後大師以天台「一心三觀」法門來詮釋所謂地「究竟等」之實質內涵，使吾人更易領悟到台宗「一色一香無非中道」之中道實相哲學。

接著談到三種世間，《摩訶止觀》云：

十法界通稱陰入界，其實不同：三途是有漏惡陰界入，三善是有漏善陰界入，二乘是無漏陰界入，菩薩是亦有漏亦無漏陰界入，佛是非有漏非無漏陰界入。……以十種陰界不同故，故名五陰世間也。攬五陰通稱眾生眾生不同：攬三途陰，罪苦眾生；攬人天陰，愛樂眾生；攬無漏因，真聖眾生；攬慈悲因，大士眾生；攬常住陰，尊極眾生。……故名眾生世間也。十種所居通稱國土世間者：地獄依赤鐵住，畜生依地水空住，修羅依海畔底住，人依地住，天依宮殿住，六度菩薩同人依地住，通教菩薩惑未盡者同人天依住，斷惑盡者依方便土住，別圓菩薩惑未盡者同人天方便等住，斷惑盡者依實報土住，如來依常寂光土住。《仁王經》云：「三賢十聖住果報，唯佛一人居淨土。」土土不同，故名國土世間也。此三十種世間悉從心造。

102

所謂的三種世間是指：一、五陰世間，五陰是色、受、想、行、識，十法界的五陰，各各差別，如佛有佛的五陰，乃至地獄有地獄的五陰；二、眾生世間，五陰和合，成爲眾生，上自佛界，下至地獄，十法界眾生，各各差別；三、國土世間，

<sup>101</sup> 釋靜權，《天台宗綱要》，台北，世樺印刷企業有限公司，1987年，頁156-158。

<sup>102</sup> 《摩訶止觀》卷五。

國土是眾生所依住的境界，佛有佛的國土，乃至地獄有地獄的國土，佛的國土是常寂光，地獄的國土是鐵床銅柱，十法界國土，各各差別。佛法界具三種世間，乃至地獄法界，也具這三種世間。由於十法界各具三種世間，因此共有三十種世間。此三十種世間無不是唯心所造，又參照前十如是之義理可知，三十種世間一一皆是真如理境。

由上可知，三千世間所組成的任何一個元素本身，皆是不可思議之境，而這些元素所成之三千世間亦是不可思議之境。而之前雖談到一念心即具足三千世間，然此一念心與三千世間之關係究竟為何？實有必要必要做進一步的釐清與探討，方不致產生疑惑，因此《摩訶止觀》又云：

**若從一心生一切法者，此則為縱；若心一時含一切法者，此即是橫，縱亦不可，橫亦不可。祇心是一切法，一切法是心，故非縱非橫，非一非異，玄妙深絕，非識所識，非言所言，所以稱為不可思議境，意在於此。<sup>103</sup>**

所謂一念心具足之三千種世間，並不是說心含三千法，亦不是說心生三千法，因此言「非縱非橫，非一非異」，故即心是法，即法是心，即一念心是三千法，即三千法是一念心，顯示出「一念三千」是「非識所識，非言所言」之玄妙深絕之不可思議境。而此不可思議境即是《妙法蓮華經》所稱之「妙法」，如靜權大師云：「推而廣之，即一微塵是三千法，即三千法是一微塵；即一毛孔是三千法，即三千法是一毛孔；及一名字是三千法，即三千法是一名字。一法即是一切法，一切法即是一法，非一法非一切法。心法、佛法、眾生法，這三法，即是不思議廣大法界。若明心法，即明佛法，眾生法。三法即一法，一法即三法，而復互具互攝，不相混濫，這便是所謂『妙法』。」<sup>104</sup>

<sup>103</sup> 《摩訶止觀》卷五。

<sup>104</sup> 釋靜權，《天台宗綱要》，台北，世樺印刷企業有限公司，1987年，頁133。

又知禮曾云：「三千色心，一不可改，故名爲性。此一句約理明總別。本具三千爲別，剎那一心爲總。以三千同一性故，故總在一念也。」尤惠貞先生認爲知禮於此充分顯現天台宗倡言（如來藏）理具三千或（法）性具三千之思想，此是就客觀之法理而言；若就眾生之主觀而言，則是（當下一念）心具三千。<sup>105</sup>

若了知一念即三千，是不可思議境，同樣地，一一法皆是不可思議境。如四陰、十二入、十八界亦皆是不可思議境，天台爲了便於初學入觀，而「去丈就尺，去尺就寸」，針對由一念識陰心入手，而觀此一念識陰心爲不思議境。同樣的道理，亦可由五陰之色、受、想、行入手，而觀色、受、想、行皆爲不可思議境。不單五陰如此，十二入、十八界亦復如此。且不單陰入境界是不可思議境，作爲所觀境之十境中的九境（煩惱境、病境、業相境、魔事境、禪定境、諸見境、增上慢境、二乘境、菩薩境）亦皆是不思議境。由十境是不可思議境，顯示一一法無不是不可思議境，即一一法無不是一切法，一一法無不是三千法。不單心法如此（一念三千），同樣地，一一法皆即是三千法（一切法）。所以言「心佛眾生三無差別」，心法不可思議，佛法不可思議，眾生法亦不可思議。<sup>106</sup>

因此智顛除了舉心作爲所觀境外，遍歷一切法亦皆是所觀境，不僅心是不可思議境，一切法亦皆是不可思議境，如《摩訶止觀》云：

**若解一心一切心，一切心一心，非一非一切。一陰一切陰，一切陰一陰，非一非一切。一入一切入，一切入一入，非一非一切。一界一切界，一切界一界，非一非一切。一眾生一切眾生，一切眾生一眾生，非一非一切。一國土一切國土，一切國土一國土，非一非一切。一相一切相，一切相一相，非一非一切。乃至一究竟一切究竟，一切究竟一究竟，非一非一切。**

<sup>105</sup> 參見尤惠貞，《天台宗性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993年，頁93。

<sup>106</sup> 參見陳英善，《天台緣起中道實相論》，台北，東初出版社，1995年，頁315。

遍歷一切，皆是不可思議境。<sup>107</sup>

此乃以不思議一心三觀法門來觀照一切法皆是不思議境，即歷五陰、十二入、十八界，眾生世間，乃至相、性、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟所代表之一切法，皆為所觀之不可思議境界。於一切法中見一法，是空觀；於一法中見一切法，是假觀；非一非一切，是中觀。因此遍歷一切法，皆是不可思議境。

觀此不思議境所成就者即是不思議三諦圓融，所證即是不思議三智。<sup>108</sup>一法即一切法，是俗（假）諦；一切法即一法，是真（空）諦；非一非一切，是中諦；即三諦是一諦，即一諦成三諦，一諦三諦，圓融無礙，這是不思議三諦。因此遍歷一切法，皆是不思議三諦。故《摩訶止觀》云：

**若法性、無明合有一切法，陰界入等，即是俗諦。一切界入是一法界，即是真諦。非一非一切，即是中道第一義諦。如是遍歷一切法，無非不思議三諦。云云。**<sup>109</sup>

由此可知，「一念三千」之說實涵蓋了「一心三觀」的內容，且其論證之效益亦更加地究竟圓滿，為智顛晚年時成熟的思想，代表著天台哲學的最高成就，無怪乎湛然大師云：「大師於《覺意三昧》、《觀心食法》、《誦經法》、《小止觀》等諸心觀文，但以自、他等觀推于三假，并未云一念三千具足。乃至《觀心論》中亦只以三十六問責於四心，亦不涉於一念三千。唯《四念處》中略云觀心時界而已。故至《止觀》，正明觀法，并以三千而為指南，乃是終窮究竟極說。」<sup>110</sup>亦即智顛前後所創之觀法有很多種，然而只有「一念三千」學說才是「終窮究竟

<sup>107</sup> 《摩訶止觀》卷五。

<sup>108</sup> 指大智度論卷八十四釋三慧品所說之一切智、道種智、一切種智。(一)一切智，即了知一切諸法總相之智。總相即空相。此智乃聲聞、緣覺之智。(二)道種智，又作道種慧、道相智。即了知一切諸法別相之智。別相即種種差別之道法。此智乃菩薩之智。(三)一切種智，又作一切相智。即通達總相與別相之智，即佛智。

<sup>109</sup> 《摩訶止觀》卷五。

<sup>110</sup> 《止觀輔行傳弘決》卷五之三。

極說」，而且主要又表現在《摩訶止觀》一書中。

上根人深識法法皆是不可思議境，便念念安住在此不思議境或實相境，而證入此實相理境。如智顛在《法華玄義》裡云：「實相之境，非佛、天、人所作，本自有之，非是今也，故最居初。迷理故起惑，解理故生智。」<sup>111</sup>由此可知，智顛之天台哲學可稱為實相哲學，以觀一切相皆為實相之故。而此實相之理境，「非佛、天、人所作，本自有之」，只因眾生於此實相之理迷惑不解，若能解此實相之理，則智慧從此而生。

若不能念念安住於不可思議境中，則須再加以修習第二觀乃至於第十觀，筆者故稱第二觀至第十觀為修習止觀之輔助法門，底下將分別說明之。

### 三、第二觀至第十觀——為修習止觀之助成法門

#### 第二觀：發真正菩提心

若已深識法法皆是不可思議境，然仍流轉生死，則須發無作四弘誓願，起真正之菩提心。如《摩訶止觀》云：

二、發真正菩提心者，既深識不思議境，知一苦一切苦，自悲昔苦，起惑耽湏粗弊色聲，縱身口意作不善業，輪環惡趣，縈諸熱惱，身苦、心苦而自毀傷，而今還以愛繭自纏，癡燈所害，百千萬劫一何痛哉！設使欲捨三途欣五戒十善相心修福，如市易博換，翻更益罪；似魚入筍口、蛾赴燈中。狂計邪點，逾迷逾遠，渴更飲鹹。……自惟若此，悲他亦然。……即起大悲興兩誓願，眾生無邊誓願度，煩惱無數誓願斷。眾生雖如空，誓度如空之眾生；雖知煩惱無所有，誓度無所有之煩惱。……又識不可思議心，一

<sup>111</sup> 《法華玄義》卷二上。

樂心一切樂心，我及眾生昔雖求樂，不知樂因，如執瓦礫謂如意珠，妄指螢光呼為日月。今方始解，故起大慈興兩誓願，謂法門無量誓願知、佛道無上誓願成。雖知法門永寂如空，誓願修行永寂；雖知菩提無所有，無所有中，吾故求之。<sup>112</sup>

此明因深識不可思議境，知一苦一切苦，由自悲昔苦，亦悲眾生苦。此苦之原因，來自於不識不思議境，因不識故起種種惑造種種業，而輪迴於生死苦海中。縱使有心向善，但因沒有找到適當方法，反而苦上更苦，如渴更飲鹹，如蛾撲燈火。在未識不思議境之前的自己如此，同樣地，也悲憫眾生如己不識不思議境而輪迴發無作四弘誓願，生死苦海中，由此而興起大悲誓願，所謂：「眾生無邊誓願度，煩惱無數誓願斷」。進一步說明眾生空、煩惱空，而仍誓願度如空之眾生、斷無所有之煩惱。不僅因不可思議而興起大悲誓願，亦因不可思議境而興起大慈誓願，所謂：「法門無量誓願學，佛道無上誓願成」。雖了知法門及菩提無所有，而仍修之。且誓願莊嚴虛空，如空中種樹。雖知法門及佛果不屬修不屬不修，而修非證非得。可見真正發菩提心，仍須依三諦而一心三觀來修無作四宏誓願。<sup>113</sup>

### 第三觀：善巧安心

所謂善巧安心，仍不離不思議境來修止觀，善以止觀安於不思議境中，如《摩訶止觀》云：

三、善巧安心者，善以止觀安於法性也。上深達不思議境深奧微密，博運慈悲互蓋若此。須行填願，行即止觀也。無明癡惑本是法性，以癡迷故法性變作無明，起諸顛倒善不善等，如寒來結水變作堅冰，又如眠來變心有

<sup>112</sup> 《大正藏》冊 46，頁 56 上、中。

<sup>113</sup> 參見陳英善，〈天台圓頓止觀之修證——就十乘觀法而論〉，《中華佛教學報》第 15 期（頁 3051-333），2002 年。

種種夢，今當體諸顛倒即是法性，不一不異。雖顛倒起滅如旋火輪，不信顛倒起滅，唯信此心但是法性，起是法性起，滅是法性滅，體其實不起滅，妄謂起滅，祇指妄想悉是法性，以法性繫法性，以法性念法性，常是法性，無不法性時，體達既成，不得妄想，亦不得法性，還源返本，法界俱寂，是名為止。觀者，觀察無明之心，上等於法性本來皆空，下等一切妄想善惡皆如虛空，無二無別。……介爾念起，所念念者無不即空，空亦不可得，如前火木能使薪然，亦復自然，法界洞朗，咸皆大明，名之為觀。<sup>114</sup>

由上述可知，能安即是止觀，所安即是不思議妙境。若知煩惱生死，本性清淨，此即是寂，故能體達「諸顛倒即是法性」，雖有顛倒起滅，而法性實不起滅，「妄謂起滅」。以法性繫法性，若達到常是法性、無不法性時，則不得妄想，亦不得法性，法界俱寂，故寂亦名為止；若知煩惱生死，本性是空，此即是照，故而「法界洞朗，咸皆大明」，亦名為觀。<sup>115</sup>因此寂照或止觀為能安，此乃法界之用；而所安即煩惱生死，即是法性，亦是不思議妙境，為法界之體。故能安即是所安，所安即是能安，用不離體，體不離用，體用一如也。

#### 第四觀：破法遍

經由上述善巧安心止觀之修習，若能善巧安心，則定慧開發。若未相應，則是有執障之故，須加以破之，如《摩訶止觀》云：

**第四明破法遍者，法性清淨，不合不散，言語道斷，心行處滅，非破非不破。何故言破？但眾生多顛倒，少不顛倒，破顛倒令不顛倒，故言破法遍耳。上善巧安心，則定慧開發，不俟更破；若未相應，應用有定之慧而盡**

<sup>114</sup> 《大正藏》冊 46，頁 56 中、下。

<sup>115</sup> 參見陳英善，〈天台圓頓止觀之修證——就十乘觀法而論〉，《中華佛教學報》第 15 期（頁 3051-333），2002 年。

淨之，故言破耳。<sup>116</sup>

法性清淨，不合不散，言語道斷，心行處滅，原不可說破與不破。但因一切眾生，多顛倒，少不顛倒，破其顛保，令不顛倒，所以要徧破諸法。而由於妙法難解，眾生未能以一心三觀修之，故分別三觀來一一破執，如《摩訶止觀》云：

**無生門破法遍者，又為三：一、從假入空破法遍，二、從空入假破法遍，三、兩觀為方便得入中道第一義破法遍。如此三觀實在一心，法妙難解，寄三以顯一耳。**<sup>117</sup>

若依法華之本意，是「正直捨方便，但說無上道」之一心三觀，而此一心三觀實難明難解難修，故先藉次第三觀以顯不次第之一心三觀，亦即藉別以顯總。如此用意，在於令眾生易解，故作如此方便。若就道理而論，實是一心具足三諦三觀，遍破一切執著，由此開佛知見，入菩薩位。<sup>118</sup>

#### 第五觀：識通塞

通是通達，塞是阻塞。若能照前面所說的修學，徧破一切顛倒，便可以通入無生。若仍不能通入無生，那麼可以知道這裏面一定還有阻塞，須加以尋察之。如《摩訶止觀》云：

**第五識通塞者，亦名知得失，亦名知字非字。如上破法遍，應通入無生；若不入者，當尋得失，必滯是失，不得一向作解。……若一心三觀法相即破豎中之通塞，三觀一心破橫中之通塞。空即三觀，故破步涉山壁三百之通塞。假即三觀，破乘馬四百之通塞。中即三觀，破神通之通塞。良以一**

<sup>116</sup> 《大正藏》冊 46，頁 59 中。

<sup>117</sup> 《大正藏》冊 46，頁 62 上。

<sup>118</sup> 參見陳英善，〈天台圓頓止觀之修證——就十乘觀法而論〉，《中華佛教學報》第 15 期（頁 3051-333），2002 年，台北：中華佛教研究所。

心能即空假中者，一切山河石壁眾魔辟道皆如虛空，一心三觀遊之無礙，終不去下陵高避山從谷，觸處諸塞，皆通無礙，能過五百由旬到於寶所，是名為通。……若於一一法、一一能、一一所，皆即空即假即中具諦、緣、度，無名無通無塞，雙照通塞。<sup>119</sup>

由上可知智顗仍以「一心三觀」而觀一切法即空、即假、即中不可思議，破除一切橫豎之通塞。靜權大師說：「對於阻塞的地方，須破除令通達。於通達的地方，若生起執著，仍名為塞，還須破除。於塞得通，通需護持，於通起塞，塞須破除。這樣節節檢校，破塞成通，並沒有一種固定的方法，要需善巧方便，念念檢點，破一切阻塞，入無生門。」<sup>120</sup>

#### 第六觀：道品調適

所謂道品調適，乃是藉由三十七道品之調停適當，令疾與真理相應，如《摩訶止觀》云：

**第六道品調適者，……上來雖破法遍、識通塞，若不調停道品，何能疾與真法相應。真法名無漏，道品是有漏，有漏能作無漏方便，方便失所，真理難會。<sup>121</sup>**

此則強調道品調適之重要，道品雖是有漏，但若無道品調適，則難與真法相應。藉由道品之調適，能為無漏真法之方便，最終可證得無漏真法。

《摩訶止觀》對於道品調適，主要就無作道諦之三十七道品來論之，以成於一心三觀義。<sup>122</sup>現在略明修無作身念處成一心三觀的方法，其餘可以類推。大品

<sup>119</sup> 《大正藏》冊 46，頁 86 上。

<sup>120</sup> 釋靜權，《天台宗綱要》，台北，世樺印刷企業有限公司，1987 年，頁 175。

<sup>121</sup> 《大正藏》冊 46，頁 87 下。

<sup>122</sup> 如《摩訶止觀》云：「諸道諦三十七品，今不具記，但明無作道諦三十七品，成於一心三觀義

般若經云：「念處是法界，攝一切法，一切法趣念處，是趣不過。」這是說念處一法，即同法界，攝一切法，具一切法。如此說來，身念處一法，亦攝一切法，具一切法，但修身念處一法，便可成佛。如《摩訶止觀》云：

**若觀法性（身）因緣生法，一種一切種，則一色一切色；若法性空，故一切色一色，則一空一切空；法性假，故一色一切色，一假一切假；法性中，故非一非一切，雙照一切，亦名非空非假雙照空假，則一切非空非假雙照空假。九法界色即空即假即中，亦復如是，是名身念處。<sup>123</sup>**

### 第七觀：助道對治

所謂助道對治，又名對治助開，是針對根鈍又有遮障之行者而言，如《摩訶止觀》云：

**根利無遮，易入清涼池，不須對治。根利有遮，但專三解脫門，遮不能障，亦不須助道。根鈍無遮，但用道品調適，即能轉鈍為利，亦不須助道。根鈍遮重者，以根鈍故，不能即開三解脫門；以遮重故，牽破觀心，為是義故，應須治道對破遮障，則得安隱入三解脫門。<sup>124</sup>**

根利之人，無諸遮障，易悟入真道，不須對治。即使有遮障，只要一心專注於三解脫門，亦不能為障，不須另修助道法門。唯有鈍根之人不能開解脫門，加上有遮障，故須對治之。其所遮障者，不外乎六蔽，而以六度治之。然以六度治六蔽，若以為六度只是事相法門，還是不能助開圓理，入解脫門，如靜權大師云：「要知一一度都是不思議法，攝一切法。六度即是佛性，六度即是摩訶衍。即一布施，便攝三十七道品、調伏六根、十力、四無所畏、十八不共法、六通、三明、四攝、

---

也。」（《大正藏》冊 46，頁 88 中）若要細論之，諸道諦三十七品，計有生滅道諦三十七品、無生道諦三十七品、無量道諦三十七品、無作道諦三十七品。

<sup>123</sup> 《大正藏》冊 46，頁 88 中。

<sup>124</sup> 《大正藏》冊 46，頁 91 上。

四辯、陀羅尼、三十二相、八十隨行好等及一切法。布施如是，一一度皆如是。能如是知、如是觀、如是修，便能破諸遮障，助開圓理，入無生門。」<sup>125</sup>

#### 第八觀：明次位

靜權大師指出，既修事善，助開圓理，必可證入無生。但若不知位次，<sup>126</sup>起增上慢，未得謂得，未證謂證，仍要墮落。初住以去，已破無明，已見佛性，決沒有再起增上慢的過失，所以要明知位次，還是在初住以前的事。<sup>127</sup>

初住以前，是五品與十信。五品是隨喜、讀頌、講說、兼行六度、正行六度。初隨喜品又有五悔法門，這是入佛法的初門，最為重要。在知位次中，最需要勤修五悔。五悔是懺悔、勸請、隨喜、回向、發願。若能勤行五悔，助開觀門，一心三諦的道理，豁然開朗，如對明鏡，於一切色相了了分明，於一念中，圓解成就，正信堅固，無能移動，這便是第一隨喜品。如《摩訶止觀》云：

**若勤行五悔方便，助開觀門，一心三諦豁爾開明，如臨淨鏡，遍了諸色，於一念中圓解成就，不加功力，任運分明，正信堅固無能移動，此名深信隨喜心，即初品弟子位也。<sup>128</sup>**

這五悔法門，非但初隨喜品要這樣學習，自因位之初，到因位之極，都需要這樣修習。

#### 第九觀：能安忍

經由「觀不思議境」乃至「明次位」之修習，轉障開慧，此時行者神智利爽，

<sup>125</sup> 釋靜權，《天台宗綱要》，台北，世樺印刷企業有限公司，1987年，頁179。

<sup>126</sup> 天台圓教之次位，是以六即來論之：1.理即。2.名字即。3.觀行即，為五品弟子位。4.相似即，為十信位。5.分證即，為四十一位。6.究竟即，為妙覺位。

<sup>127</sup> 參見釋靜權，《天台宗綱要》，台北，世樺印刷企業有限公司，1987年，頁179-180。

<sup>128</sup> 《大正藏》冊46，頁98下。

亦容易外露才智，此時除非智力很強盛，方能講經說法，利益他人，否則「益他蓋微，廢損自行，非唯品秩不進，障道還興。」必須安忍進一步地修習止觀才能成就大事，如《摩訶止觀》云：

第九安忍者，能忍成道事，不動亦不退，是名薩埵。始觀陰界至識次位八法，障轉慧開，或未入品，或入初品，神智爽利，若鋒刀飛霜，觸物斯斷。初心聰睿，有逾於此。……若懷寶藏壁，蘊解匿名，密勤精進，必得入品。或進深品，志念堅固，無能移易，彌為勝術。但錐不處囊，難覆易露，或見講者不稱理，或見行道者不當轍，慈悲示語，即被圍繞，凡令講說，或勸為眾生，內痒外動，即說一兩句法，或示一兩節禪，初對一人，馳傳漸廣，則不得止。初謂有益，益他蓋微，廢損自行，非唯品秩不進，障道還興。象子力微，身沒刀箭，掬湯投冰，翻添冰聚。<sup>129</sup>

然而對於外來之名利眷屬及內在之煩惱如何處之，《摩訶止觀》提出對治之道，其云：

若名利眷屬從外來破，憶此三術齧齒忍耐，雖千萬請，確乎難拔，讓哉、隱哉、去哉。若煩惱、業、定、見、慢等從內來破者，亦憶三術，即空即假即中，設使屠粉肌肉，心不動散，大地鎮壓，不為重淪，毗嵐拂輕寒冰非冷，猛炎寧熱。……為辦大事，彌須安忍。<sup>130</sup>

第十觀：無法愛

已修觀不思議境乃至能安忍的九法，此時應得證真入位，若不入者，乃因為有法愛執著，如《摩訶止觀》云：

<sup>129</sup> 《大正藏》冊 46，頁 99 上、中。

<sup>130</sup> 《大正藏》冊 46，頁 99 下。

十無法愛者，行上九事（指觀不思議境～安忍）過內外障，應得入真，而不入者，以法愛住著而不得前。《毗曇》云：煖法猶退，……頂法若生愛心，應入不入，退為四重五逆。通別皆有頂墮之義。既不入位又不墮二乘。《大論》云：三三昧是似道位，未發真時，喜有法愛，名有頂墮。今人行道萬不至此，至此善自防護，此位無內外障，唯有法愛，法愛難斷，若有稽留，此非小事。……若破法愛，入三解脫，發真中道，所有慧身不由他悟，自然流入薩婆若海，住無生忍，亦名寂滅忍，以首楞嚴遊戲神通，具大智慧如大海水，所有功德唯佛能知。<sup>131</sup>

由上述可知，於法愛著，則易生頂墮，依《毗曇》之看法，於煖法、頂法生著，則墮於四重五逆；若依《大論》看法，則於三三昧似道位生愛著，若愛著此十信相似位的功德，不求勝進，便不能證入初住，亦名頂墮，然雖名頂墮，卻不會再墮於凡夫、二乘，只因無進獲，即名為墮。至此位時，若能不生法愛，則發真中道，入初住位，即住無生忍或寂滅忍，正所謂「所有慧身不由他悟」、「初發心時，便成正覺」、「所有功德，唯佛能知」。

於初住位破一品無明，即證一分法身，從此破四十二品無明，證四十二分法身，登妙覺位，成圓教之佛，為真正佛之果位，《仁王經》云：「三賢十聖居果報，唯佛一人登淨土。」靜權大師更指出，智顛於《摩訶止觀》中所論之修行次第，為凡夫地至初住位所用，初住已去，就不需要再用這些方法了，因為此時行者之心念念皆安住於不可思議之實相理境之中。<sup>132</sup>

天台智顛為了便於初學入觀，而「去丈就尺，去尺就寸」地觀吾人現前一念識陰心為不思議境。同樣的道理，其餘九乘之輔助法門皆須以不可思議境之觀法而施行之。且不僅十乘觀法是不可思議境，作為所觀境之十境中的九境（煩惱境、

<sup>131</sup> 《大正藏》冊 46，頁 99 下～100 上。

<sup>132</sup> 釋靜權，《天台宗綱要》，台北，世樺印刷企業有限公司，1987 年，頁 183。

病境、業相境、魔事境、禪定境、諸見境、增上慢境、二乘境、菩薩境)亦皆是不思議境。由十境是不可思議境，顯示一一法無不是不可思議境，即一一法無不是一切法，一一法無不是三千法。由此可知，不單心法如此（一念三千），同樣地，一一法皆即是三千法（一切法）。<sup>133</sup>

以上僅舉出天台智者大師《摩訶止觀》裡較為精要之部分，作為天台宗修行之法要。如前所云，天台宗之修行法門不勝枚舉，因此筆者認為，若能掌握到天台宗重要義理及法門之精髓，其餘法門自然即涵蓋、收攝其中。

---

<sup>133</sup> 參見陳英善，《天台緣起中道實相論》，台北，東初出版社，1995年，頁315。

### 第三章 以《彌陀要解》爲主論淨土宗之修行法要

#### 第一節 藕益大師與《彌陀要解》

##### 一、藕益大師主要思想之由來

藕益大師(1599-1655)，明代四大高僧之一。諱智旭，號西有，別號八不道人。(自傳中雲：古者有儒有禪有律有教，道人既然不敢；今亦有儒有禪有律有教，道人又艷然不屑。故名之。)俗姓鍾，名際明、又名聲，字振之。先祖汴梁人，後遷居江蘇吳縣木瀆鎮。母親金氏，父親岐仲公，持誦十年的白依大士大悲神咒，夢見觀音菩薩送子而生藕益大師。年少時以孔孟聖學自我期許，曾經著作文章批判佛教，總共有數千字之多。等到一日閱讀雲棲蓮池大師的《竹窗隨筆》，突然省悟，而把以前所作的論著焚毀。年二十歲時，讀《地藏菩薩本願經》，因此發起出世的志向，每日持誦佛名。

明熹宗天啓元年(西元一六二一年)，年二十四歲，聽聞某一法師講經，疑情忽然發起，於是用心參究，後來終於豁然開朗，不久之後就閉關於吳江。有一天得重病，瀕臨死亡，此時才一心一意求生西方淨土。疾病稍微恢復時，結壇持誦往生咒七日，並且說偈頌曰：「稽首無量壽。拔業障根本。觀世音勢至。海眾菩薩僧。我迷本智光。妄墮輪回苦。曠劫不暫停。無救無歸趣。劣得此人身。仍遭劫濁亂。雖復預僧倫。未入法流水。目擊法輪壞。欲挽力未能。良由無始世。不植勝善根。今以決定心。求生極樂土。乘我本誓船。廣度沈淪眾。我若不往生。不能滿所願。是故於娑婆。畢定應舍離。猶如被溺人。先求疾到岸。乃以方便力。悉拯暴流人。我以至誠心。深心迴向心。然臂香三炷。結一七淨壇。專持往生咒。惟除食睡時。以此功德力。求決生安養。我若退初心。不向西方者。寧即墮泥犁。」

令疾生改悔。誓不戀人天。及以無爲處。仰願大威神。力無畏不共。三寶無邊德。加被智旭等。折伏使不退。攝受令增長。」<sup>134</sup>

智旭後來又住過溫陵、漳州、石城、晟溪、長水、新安等地，廣宏天台宗的教法。最後歸隱終老於靈峰。當時各方參禪的修行者，大多把淨土法門當作權教而非究竟，凡是遇到念佛的人，必定教他參究念佛的是誰。只有智旭認爲持念佛名這一個法門，即是圓頓的佛法心宗。當時有一位卓左車居士，曾經問到：「如何是念佛門中向上一路？如何得離四句絕百非？如何是念佛人最後極則？如何是淆僞處腦後一鎚？冀和尚將向來自性彌陀唯心淨土等語，撇向一邊，親見如來境界，快說一番，震動大千世界。」<sup>135</sup>

智旭回答言：「向上一著，非禪非淨，即禪即淨。才言參究，已是曲爲下根，果大丈夫，自應諦信是心作佛，是心是佛。設一念與佛有隔，不名念佛三昧，若念念與佛無間，何勞更問阿誰？淨土極則事，無念外之佛，爲念所念。無佛外之念，能念於佛。正下手時，便不落四句百非，通身拶入。但見阿彌陀佛一毛孔光，即見十方無量諸佛。但生西方極樂一佛國土，即生十方諸佛淨土。此是向上一路，若捨現前彌陀，別言自性彌陀。捨西方淨土，別言唯心淨土，此是淆僞公案。經云：『三賢十聖住果報。唯佛一人居淨土。』此是腦後一鎚。但能深信此門，依信起願，依願起行，則念念流出無量如來，遍坐十方微塵國土，轉大法輪，照古照今，非爲分外，何止震動大千世界。」<sup>136</sup>

智旭又曾經開示人說：「夫念佛法門，別無奇特，只是深信力行為要耳。佛云：若人但念彌陀佛，是名無上深妙禪。天台云：四種三昧，同名念佛。念佛三昧，名爲三昧中王。雲棲云：一句阿彌陀佛，該羅八教，圓攝五宗，可惜如今人

<sup>134</sup> 參見彭際清撰著，《淨土聖賢錄》，彰化，蓮華精舍，2008年，頁39~40。

<sup>135</sup> 參見彭際清撰著，《淨土聖賢錄》，彰化，蓮華精舍，2008年，頁40~41。

<sup>136</sup> 參見彭際清撰著，《淨土聖賢錄》，彰化，蓮華精舍，2008年，頁41。

將念佛看做淺近勾當謂愚夫愚工夫。所以信既不深，行亦不力。終日悠悠，淨功莫剋。」<sup>137</sup>

或者有人巧設方便，想要深明此念佛三昧，動不動就以參究『念佛是誰』爲向上究竟之法。卻不知道現前一念之心，本來就離四句絕百非，根本不必故意去遠離斷絕。即此現前一句所念之佛，本來即是超越情執遠離妄見，何必勞苦地去談玄說妙。最重要的是能夠信得及、守得穩，直接了當地念下去，或者晝夜十萬句佛、或者五萬、三萬，以決定不欠缺爲標準，終此一生，誓無改變，如果這樣而不能夠往生的話，三世諸佛便爲誑語。只要能夠往生，則永遠不會退轉，種種法門，皆得現前。切忌今日張三，明日李四。遇到教下的人，也想要搜尋典章、摘取文句；遇著宗門的人，又想要參究問答；遇到持律的人，又想要搭衣持鉢、研究戒律。如此則頭頭不了，帳帳不清。豈知只要阿彌陀佛念得熟，三藏十二部究竟的教理，都在一句阿彌陀佛裡頭。一千七百個公案，向上頓悟的關鍵，也都在這一句阿彌陀佛裡面。三千威儀、八萬細行、菩薩的三聚淨戒，也都在一句佛號裡面。

真能一心念佛，放下對身心世界的執著，即是真正的大布施。真能一心念佛，不再生起貪瞋癡等妄念，即是真正的大持戒。真能一心念佛，不計較人我的是非好壞，即是真正的大忍辱。真能一心念佛，沒有稍微間斷夾雜的情況，即是真正的大精進。真能一心念佛，不讓妄想奔馳追逐不停，即是真正的大禪定。真能一心念佛，不爲其他的修行歧路所迷惑，即是真正的大智慧。我們自己試著檢點思惟：如果對於身心世界的執著，尙未能放下；貪瞋痴的妄念，仍然還會現起；人我是非好壞對錯，依舊掛礙放在心上；間斷夾雜的情形，猶未能除盡；妄想奔馳追逐不停，還不能永遠消滅；種種修行的其他歧路，依然會惑亂我們念佛的心志，如此便不能稱爲是真正的念佛。

---

<sup>137</sup> 參見彭際清撰著，《淨土聖賢錄》，彰化，蓮華精舍，2008年，頁41。

清世祖順治十一年(西元一六五四年)冬天，得疾病，遺命交待火化之後，搗碎骨頭混合麵粉，分別布施給飛禽和魚類水族，廣結西方淨土之緣。次年(西元一六五五年)正月二十一日清晨起來，疾病已經好轉。到了午時的時刻，自己跏趺端坐於床上，面向西方舉手而往生，時年五十七歲。等到圓寂往生的三年後，大眾準備依法火化，打開龕柩一看，只見大師的色身頭髮變長覆蓋耳朵，面貌如生。門徒弟子不敢遵從大師的遺命將他結緣飛禽魚族，因此收拾他的遺骨，建塔供奉於靈峰。<sup>138</sup>

藕益大師的佛學思想是多面性的，豐富無比。包羅了禪學、天台教理、律宗教法但又歸綜於淨土，同時又融合了一些儒家的學說。他的禪學是由聽講《楞嚴經》和《成唯識論》後而起。修禪學主要是爲了參究佛學教理。大師對天台教理也有深入研究，且綽有成績。但他甚爲不滿天台宗的門戶之爭，而聲明自家：「究心台部不肯爲台家子孫」。同時，大師痛心宗門之沒落，決意弘律以救時弊。曾三次遍閱律藏，致力於對律部的注釋和講解。並身體力行注重實踐。然而回應者稀，大師對此甚爲傷心。

智旭的思想許多方面受儒家思想的影響。自言：「身爲釋子，喜研孔顏心法示人。」但他並非將釋儒合一而談，只是在弘宣教法當中善巧方便利用而已。大師的禪、教、律學，最終都指歸淨土，從這些方面看來，大體上是繼承了蓮池大師的淨土思想。而大師自身淨土思想體系的形成，是經歷了二十二歲喪父時，聞《地藏經》發心持名念佛以報父恩，此時爲單純持名念佛。而後二十八歲母亡時，閉關修行以禪趨淨，認爲「禪者欲生西方，不必改爲念佛。但具信願，參禪即淨土行。」此時卻又側重於理持。其後生涯弘宗演教，廣釋經論，但以「生弘律範，死歸安養」爲人生目標。而其淨土思想的成熟是在他寫作《彌陀要解》時期。

---

<sup>138</sup> 參見彭際清撰著，《淨土聖賢錄》，彰化，蓮華精舍，2008年，頁42~43。

在淨土宗的所有經典中，智旭所推崇的是《佛說阿彌陀經》，他用了很大功夫去注釋，成書名爲《阿彌陀經要解》（簡稱《彌陀要解》）。該書以天台五重玄義分解經義：解說此經以能說所說之人爲名，大乘實相爲體，信願持名爲宗，往生淨土得不退轉爲力用，大乘菩薩藏無問自說爲教相。以淨土念佛法門是總持一切佛注的妙法，而以《佛說阿彌陀經》爲淨土經教之重心。因爲書中是以信願行三者總攝一經之宗趣，所以大師特別注重與提倡此淨土三資糧。結合天台教觀的理論，融會禪宗思想一同歸於淨土教理，大力弘傳淨土宗，使得蓮風大振，淨宗重興。

智旭的思想在理論上是融會性相，在修行實踐中是和合禪、淨與律學，主張三者統一。在《靈峰宗論》第二之三中他說道：「禪者佛心，教者佛語，律者佛行...，不於心外別覓禪教律，又豈於禪教律外別覓自心，如此則終日參禪、看教、學律，皆與大事大心正法眼藏相應於一念間。」將三者歸於一念，而以念佛之法總攝佛陀一代時教，可以說是藕益大師佛學思想的總體大觀。自大師後，諸多天台大家于講教時，大多依照他的注釋，也就逐步形成了綜合教觀與律學而歸於淨土的「靈峰派」，直至今日影響不減。

智旭的一生學修並重，博學多才，融通諸宗，可謂是學有成且修有得。而其後來專志力弘淨土法門，則更顯示他對整體佛教的博通。他在「自像贊」中如是表述道：「不參禪，不學教，彌陀一句真心要；不談玄，不說妙，數珠一串真風調；由他譏，由他笑，念不沉兮亦不掉。晝夜稱名誓弗忘，專待慈尊光裏召。懸知蓮萼已標名，請君同上慈悲舟告。」由此可見，藕益大師晚年是杜絕外緣，全心全意地專修專弘淨土念佛法門，以求「死歸安養」了。綜上所述我們可以得知大師的佛學理論與修行本跡確實可爲淨土行者的典範。

## 二、《彌陀要解》著作之由來

佛教修行法門號稱有八萬四千種，其中阿彌陀佛的淨土修行法門，最受中國人的歡迎和崇信。主要是它的方法非常簡單，隨時隨地只要念佛，就可以得到利

益。

這樣一個不論時地、不揀根機的修行法門，雖然方法、觀念皆極為簡易，然卻也是極為圓頓之修行法門，如徹悟禪師云：

一切眾生本來是佛。真心本有，妄性元空。一切善法，性本自具。但以久隨迷染之緣，未斷元空之妄，未證本有之真，善本具而未修，佛本是而未成。今欲斷元空之妄，證本有之真，修本具之善，成本是之佛，而隨悟淨之緣者。求其直捷痛快，至頓至圓者，無如持名念佛之一行矣。以能念之心，本是全真成妄，全妄即真。所念之佛，亦本全德立名，全名即德。能念心外，無別所念之佛。所念佛外，無別能念之心。能所兩忘，心佛一如。於念念中，圓伏圓斷五住煩惱，圓轉圓滅三雜染障，圓破五陰，圓超五濁，圓淨四土，圓念三身，圓修萬行，圓証本真，而圓成無上妙覺也。<sup>139</sup>

徹悟禪師特別指出淨宗之持名念佛法門雖至為簡易，然卻亦至為圓頓之修行法門。由於一切眾生皆有「佛性」，眾生只因迷此「佛性」而成凡夫眾生，故云「一切眾生本來是佛。真心本有。妄性元空。一切善法。性本自具。但以久隨迷染之緣。未斷元空之妄。未證本有之真。善本具而未修。佛本是而未成」，而佛因悟此「佛性」故而成佛。而如何能證悟此「佛性」呢？「求其直捷痛快。至頓至圓者。無如持名念佛之一行矣。」吾人現前一念念佛之心因執著於一切境界，故為妄心或意識心。若能不著於內外境界，則妄心即成真心，一切如來之智慧德相亦無不具足，故云「能念之心。本是全真成妄。全妄即真。」而吾人所念之佛，既已證得究竟，故其名號亦具足如來恆沙智慧功德（《法華經》說到一花一香皆是中道實相，佛已證究竟覺，其名號當亦具足如來恆沙智慧功德），故云「所念之佛。亦本全德立名。」然而離開自心，並無所念之佛；而離開所念之佛，亦無心之存在（藉諸萬法方能彰顯自心），故云「能念心外。無別所念之佛。所念佛外。

<sup>139</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁623~624。

無別能念之心。」故當吾人念佛之時，即以阿彌陀佛之功德為自功德（眾生心，佛心體同故）。而《觀無量壽佛經》亦云：「諸佛正徧知海，從心想生。眾生心想佛時，是心即是三十二相，八十種好。是心作佛，是心是佛。」故於念佛念念之中，能「圓伏圓斷五住煩惱。圓轉圓滅三雜染障。圓破五陰。圓超五濁。圓淨四土。圓念三身。圓修萬行。圓証本真。」最終得以「圓成無上妙覺」。此念佛法門為淨宗行者重要的修行法門之一，亦是本論文主要探討之淨宗法門。此外，圓瑛大師認為若念佛功深，則自能「念而無念」，達「心佛圓融」之境，亦即入佛境界，如其云：

**念佛功深，無念而念，念而無念，心佛圓融，自他不二。一念相應一念佛，念念相應念念佛。證惟心淨土，見自性彌陀，不待往生。即成佛道。其圓頓為何如耶。<sup>140</sup>**

吾人但能一心念佛，待念佛之工夫純熟，久而久之，便能悟入境界。所謂能念者是誰？若遍尋不著，則能念當體即是空無自性。所念因能念而有，能念既空，故所念者亦無。能念、所念皆空，故念佛當下即是無念，而無念當下之念性不空，故即是念佛，故云「無念而念，念而無念。」而離心無佛，離佛無心，是故「心佛圓融。自他不二。」從此念佛便能「一念相應一念佛。念念相應念念佛。證惟心淨土。見自性彌陀。不待往生。即成佛道。」念佛法門之圓頓，何可思議耶！淨土宗祖師藕益大師亦云：

**諸佛心內眾生，念眾生心內諸佛；不問智愚，咸歸覺海。一念相應一念佛，念念相應念念佛。佛是本覺，念是始覺；始本相合，當下究竟。能所歷然，能所性絕。至圓至頓，真實無礙。超一切法門，名為三昧中王。此六方調御，所以極力稱揚；歷代祖師，所以盡心修勸也。<sup>141</sup>**

<sup>140</sup> 釋圓瑛，《勸修念佛法門》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年，頁74。

<sup>141</sup> 會性法師編集，《藕益大師淨土集》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2007年頁203。

依智旭之意，諸佛是眾生心內之諸佛，眾生是諸佛心內之眾生，互攝互入，故云「不問智愚，咸歸覺海」。只因眾生迷惑執著於諸法萬相，不知放下執著，當下即可恢復清淨自性、本覺。而念佛法門正是諸佛開示眾生返妄歸真之絕妙法門。因能念之心即始覺，所念之佛即本覺，故正念佛時，「始本相合，當下究竟」，依此心念佛則「一念相應一念佛，念念相應念念佛」，然並非此時即已成佛，只是暫時回歸覺海（如佛之海印三昧），能得佛力之加持熏習，煩惱習氣亦得降服減輕，若能念念相續不間斷，成佛自是指日可待之事。是故智旭讚嘆念佛法門「至圓至頓，真實無礙。超一切法門，名為三昧中王。」此亦是諸佛與歷代祖師大德所以「極力稱揚」、「盡心修勸」之修學法門。又李炳南老居士云：

佛法難聞，凡情忽之也；淨宗難信，旨奧罔解也。佛法者何？淨而已矣。所淨者何？根塵識皆是也。故群經蘊義，無不在淨；學而習於淨，扼乎佛法之要矣。然三藏湮海，畏繁求專，得阿彌陀經、觀無量壽經、無量壽經，古德彙而輯之，曰「淨三經」；近德亦以華嚴行願品、楞嚴勢至圓通章，曰「淨五經」。前彙專之專者也，各明一義；後益選其專者也，自行化他之加行也。依聖言量，末法惟淨成就，又云普被三根。姑無論其探源析流，徧飲其水；盱衡當時，果能貫徹三經者，寧多呼哉？僅彌陀一經，聞者較廣，但亦依其文，而作諷誦，鮮能達其義，如法實修。雖有圓中鈔及疏鈔等，非不浩浩淵淵，探頤索隱；第以辭藻典雅清鑠，非夫人盡能受；仍如寶珠裹衣，貧子不富。佛法難聞，似又不一其障也！藕益大師要解出，文潤而質，言簡而精；性與相，雙彰其諦；禪與淨，融而無諍。求解者，豁顯其義；求行者，詳示其端。十三祖嘆為觀止，良有以也！<sup>142</sup>

李炳南居士指出，一般世人往往不知何謂佛法，有的是聽而不聞，有的是即使聽聞亦不能真正了解其義。尤其是對於淨宗法門更是難以信解，主要是因淨宗法門

<sup>142</sup> 圓瑛法師，《阿彌陀經要解講義》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年，頁1~2。

之義理看似易解，而實際卻是非常地深奧玄妙故。而所謂的佛法究竟為何？無非是「淨心」而已。常言道：「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」學習佛法若能掌握到「自淨其意」，則對於佛法已能有確實且扼要之體認，此亦是淨宗之重要的核心概念。於淨土五經中，以《阿彌陀經》最爲世人所接受而以之作爲修學之依據，然大都「鮮能達其義，如法實修。」雖然有幽溪大師之《彌陀圓中鈔》及蓮持大師之《彌陀疏鈔》之疏解，然不是篇幅過於龐大，就是文辭仍舊深奧難解，「非夫人盡能受」。而智旭之《阿彌陀經要解》，不但文章「既簡而精」，且能闡揚釋譯出《阿彌陀經》之微言大義，無怪乎淨土宗十三祖印光大師言：「藕益大師所著《要解》，理事各臻其極，爲自佛說此經以來第一注解，妙極確極，縱令古佛再出于出世，重注此經，亦不能出其上高也！」<sup>143</sup>故李炳南居士云此《要解》「性與相，雙彰其諦；禪與淨，融而無諍。」使欲求《阿彌陀經》大要者，能「豁顯其義」；而欲實行於日常生活中者，亦可以從中得其端要。因此，本論文即以《阿彌陀經要解》對淨土宗義理之論述內容，作爲吾人理解淨土宗奧義之主要路徑。

## 第二節 《阿彌陀經要解》之重要義理詮釋

大多數人對淨土宗最普遍地認識即是念阿彌陀佛名號而往生極樂世界，更甚者還了解一旦往生，便能終生不退，直至成佛。筆者在這裡所要談的所謂淨土宗或淨土法門，並非僅僅如上所言。即使一般修學淨宗之行者，對淨宗之了解亦只於此止步，因此淨土法門常被誤解爲沒有什麼重要義理之簡易法門。事實上，淨土法門其入手雖極簡易，然此法門所蘊藏之義理及修學所得境界實莫測高深，若未經許多高僧大德之開示，吾人亦實難以理解。有基於此，筆者希望透過藕益大師之《阿彌陀經要解》裡對淨宗一些重要義理之開示，使吾人能認識到淨土法門另一個深奧的層面，且亦足以增強對有志修學淨宗之行者之信心。以下分別就

---

<sup>143</sup> 出自《印光大師文鈔》。

名號即實德、「唯心淨土」意蘊之開展、事一心不亂與理一心不亂等三個部分分析論之。

## 一、名號即實德

智旭於《阿彌陀經要解》裡有談到一個非常重要的概念，也就是「名號即實德」這個概念，如《阿彌陀經要解》云：

**言執持名號，一心不亂者。名以召德，德不可思議故，名號亦不可思議。**

**名號（功德）不可思議故，使散稱為佛種，直持登不退也。<sup>144</sup>**

執持名號，是求生淨土之妙行。若能執持阿彌陀佛名號而不間斷，最終能達到一心不亂之境界。<sup>145</sup>「阿彌陀佛」名號雖是假名，然持此名號，卻能呼召佛之實德，此乃由於佛之果德不可思議，同樣地，佛之名號亦不可思議。如同《法華經》〈觀世音菩薩普門品〉記菩薩有三十二應化身，若眾生遭逢各種劫難，但能至心稱念觀世音名號，沒有不獲救度者。故蓮池大師云：「舉其名兮，兼眾德而俱備，專乎持也，統百行以無遺。」於此，圓瑛大師指出上二句為六字洪名，萬德具足。

<sup>144</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁23~24。

<sup>145</sup> 圓瑛法師云：「念佛一法，有事念理念。何謂事念？以能念之心，念所念之佛，能所分明，念念無間。行住坐臥，惟此一念，更無二念，不為內惑外境之所動亂，名得事一心。何謂理念？了知能念心外，無有佛為我所念。所念佛外，無有心能念於佛。佛即是心，心即是佛，心佛一如，無有二相，唯是一心，寂然不動，名得理一心。」（圓瑛法師，《阿彌陀經要解講義》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年，頁25。）然而黃念祖老居士指出，我們現在所念這本《阿彌陀經》是姚秦時代羅什大師所譯，要求念到一心不亂，唐玄奘大師所譯此經中則把這一心不亂譯為「繫念不亂」，兩譯合參，便知羅什大師的「一心」相當於玄奘大師的「繫念」，就是說一心是指專心持念，心不散亂。不是指事一心與理一心。因事一心則消除了見思二惑，理一心則可破無明，都是甚深境界。凡夫要達此境界實屬不易，要跨越如此巨大的鴻溝才能往生極樂世界，誠非阿彌陀佛之本願。現合參兩譯，知道了一心同於繫念，所以我們真實發薪，老實念佛，綿綿秘密，精進不已，以此為因，必得往生極樂的妙果。至於現在達到一心不亂也是可能的，往生時品位就更高了。（黃念祖，《淨土資糧》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1991年，頁27~28。）藕益大師亦云：「每日從十萬起，以至一百，或為十聲，下至日念一聲，不拘數之多寡，但以終身不間斷為則。將此飢餐渴飲工夫，用作寶地珍池左券。儻能一念中頓破無明，便超寂光淨土；頓斷塵沙，便超實報淨土；頓斷見思，便超方便淨土；縱未斷惑，五濁漸澄，佛光漸露，登同居淨土，永脫輪迴，故無惑矣。」故多數往生淨土者，多為帶業往生者，所生之處為同居淨土。（藕益大師，《藕益大師淨土集》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2007年，頁205~206。）

下二句，一心念佛，六度齊備。故曰名號功德，不可思議也。<sup>146</sup>

我們常可聽到「佛光普照」四個字，然而實際上卻感受不到佛力的加持。其實諸佛之悲願皆是普渡眾生，哪有一個眾生不受佛光之攝受，如《阿彌陀經要解》云：

**當知無障礙，約人民言，由眾生與佛緣深，故佛光到處，一切世間，無不圓見也。<sup>147</sup>**

佛光常住，本無有礙無礙之說，此乃針對眾生而言。眾生與佛緣淺，則不睹佛光，故而說礙。若眾生與佛緣深，如念佛之人，能睹佛光，此則為無礙，故佛光到處，一切世間有緣眾生，無不圓見也。既然佛光普照十方，為何許多念佛之人不見佛光，或感受不到佛力之攝受？圓瑛大師云：「只因念佛功淺，宿世障深，故不能見，不可因不見佛光，遂疑佛光不能照十方國。……倘能一心念佛，念念無間，現前當來，必定見佛，何況佛光。」<sup>148</sup>因此與佛緣深者，即是修學念佛法門者，而且須一心念佛者，方得受佛光攝受，而感應到佛力之加持。

黃念祖居士亦曾提到「名由德成」、「名具萬德」，說明佛號具有實質之功德利益，顯示出念佛法門極圓極頓不容擬議，如其云：

**這句名號是彌陀歷劫以來無量無邊萬德所形成。名由德成，所以名具萬德，名即萬德。眾生持名，彌陀萬德全入眾生介爾心中，由於彌陀萬德，莊嚴了念佛人的自心，於是自心頓具彌陀的萬德。拙著《大經解》云：「名號即實德。」正是此義。故云「念佛時即見佛時，見佛時即成佛時。」極圓極頓不容擬議。<sup>149</sup>**

<sup>146</sup> 參見圓瑛法師，《阿彌陀經要解講義》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年，頁69。

<sup>147</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁70。

<sup>148</sup> 圓瑛法師，《阿彌陀經要解講義》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年，頁242。

<sup>149</sup> 黃念祖，《心聲錄》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2005年，頁68

何以「念佛時即見佛時，見佛時即成佛時。」黃念祖居士並未將此句再加以展開詳細論之，不過藕益大師卻也曾談到與此相關之議題，如其於《阿彌陀經要解》云：

**阿彌陀，正翻無量，本不可說。本師以光壽二義，收盡一切無量。光則橫徧十方，壽則豎窮三際。橫豎交徹，即法界體，舉此體作彌陀身上，亦即舉此體作彌陀名號。是故彌陀名號，即眾生本覺理性。持名，即始覺合本，始本不二，生佛不二，故一念相應一念佛，念念相應念念佛也。<sup>150</sup>**

阿彌陀，翻成無量之意，本不可說，有因緣故亦可說。釋迦本師以光壽無量二義，收攝一切無量之意，且以此二義為法界體。由於光壽二義為法界體，故阿彌陀名號即為法界體，亦即眾生之本覺理性，為眾生人人本有之佛性。當執持名號時，能持之心即始覺，所持之佛號即本覺，始覺不離本覺，本覺具足始覺，故曰始本不二。故言「念佛時即見佛時，見佛時即成佛時。」因此，念佛行者於念佛時，即是以佛之果覺作為行者因地之心，了然法師對此有更加深刻之論述，其云：

**此乃所謂如來洪名即果覺，果覺即如來洪名也。……我等念佛行人，亦復如是。假借如來菩提果覺，而為自己菩提因心。幸蒙我佛慈悲，夙有願力，令假名號而為入門，攝歸如來圓滿果覺，安住如來實相正定。……從此亦可常借如來實相清淨海水，通身沐浴，當下頓覺身心快樂，而內外清涼。復借如來福得智慧香光，通身熏照，當下頓覺身心安然，而內外透徹。此正所謂以佛莊嚴而自莊嚴，以佛住持而自住持。<sup>151</sup>**

前言「名以召德」，因此阿彌陀佛之名號即是佛之果覺，果覺即是阿彌陀佛名號。因此念佛之行者即是以阿彌陀佛之果覺作為行者自身之因心，即所謂「以果為

<sup>150</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁68-69。

<sup>151</sup> 釋了然，《入香光室》，高雄，社團法人高雄市淨宗學會，2000年，頁136-137。

因」。「以果爲因」者，即因即果，即果即因，因果不二，亦即生佛不二。是故「一念相應一念佛，念念相應念念佛。」此乃是念佛之時能不懷疑、不夾雜、不間斷，<sup>152</sup>故而能「始覺合本」，此即念佛法門不可思議處。如同吾人吃一顆蘋果，並不須要吾人親自栽種。蘋果在你面前只須拿起來一咬，便能享受甜美的果實。眾生其實無時不沐浴在如來之實相清淨海水，若能依此理念佛，則「當下頓覺身心安然，而內外透徹。」亦正是「以佛莊嚴而自莊嚴，以佛住持而自住持。」果能如上領會，如上修習，從此念佛便步步踏實，則淨業功夫，雖然未曾斷惑，親證一心，總算入了如來圓滿果覺真實一心之門，進德修業之功效自不可同日而語。

由上可知，名號功德不可思議，念佛之名號，得以召來佛之果德，藕益大師更進一步說不但「名以召德」，甚至「全攝佛功德，成自功德」，如《阿彌陀經要解》云：

**又。行人信願持名，全攝佛功德，成自功德，故（亦）曰阿彌陀佛不可思議功德之利。下又曰，諸佛不可思議功德，我不可思議功德，是諸佛釋迦，皆以阿彌陀為自也。<sup>153</sup>**

智旭於此特別說明行者念佛若能兼具信願，則自可全攝佛功德成自功德，顯示阿彌陀佛不可思議之功德利益。且不僅念佛行者以阿彌陀佛爲自，諸佛釋迦皆以阿彌陀佛爲自，此乃由於佛佛道同，諸佛光光互攝互入，因此念一佛之功德，等同念無量諸佛之功德，故《阿彌陀經》云：「讚嘆阿彌陀佛，不可思議功德之利。」

念佛行者若能一心念佛不間斷，最終可至一心不亂之境。若得事一心不亂，則破見思惑；若能達至理一心不亂，則能頓破無明，使法身得以朗現，而見諸法實相。然由上述可知，念佛除了一心專念（自力）之外，尙且能藉助佛力（他力）

<sup>152</sup> 即是《楞嚴經》之〈大勢至菩薩念佛圓通章〉所云之：「都攝六根，淨念相繼。」

<sup>153</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁100。

之攝受加持，此乃念佛之人之無上大利。如了然法師云：

何謂自力他力，同時並顧。所謂眾生心力不可思議者，乃自力也。所修之法，乃他力也。又念佛之人，能念之心，而為自力。所念之佛，而為他力也。<sup>154</sup>此乃所謂自力他力，同時並顧，愈易感應道交，蒙佛接引，橫超三界，往生樂邦。非同參禪，單靠自力，識心達本，斷惑證真，豎出三界也。所謂自力他力同時並顧者，必要行人自己有一分真實努力修持，方能得到他力一分真實受用。若自己修持，全部真實努力，則他力亦無由施處。譬如貧兒，漂流乞食，居無定所，長者雖有施心，莫能使其受用。淨修行人，亦復如是。游游汎汎之行，難感佛力加被，法力融合，現在消除業障，臨終仗佛往生。<sup>155</sup>

自力乃眾生心力以及能念之心，他力為所修之法門以及所念之佛。若能二力同時並顧，則命終橫超三界，往生極樂世界，且對於現今之修學，他力亦是一大助緣。單靠自力，如同參禪，須「識心達本，斷惑證真」，方能「豎出三界」。然亦不可只依他力，而無自力之修持。諸佛菩薩自然無時無刻不放光攝受，守護著眾生，但若無自力之有所感，他力亦無從應之。因此，所謂自他二力並顧者，必須行者「自己有一分真實努力修持，方能得到他力一分真實受用。」淨宗之行者也是如此，若不能攝心專念佛號，則「難感佛力加被，法力融合」、「現在消除業障，臨終仗佛往生。」故念佛真要能消除業障，所謂一念滅八十億劫生死之罪，絕非悠悠之散心念佛能至，必須「制心不令散亂，念念相續，繫緣佛號。」如天如老人所言：

<sup>154</sup> 圓瑛大師云：「淨土帶業往生，人多懷疑。昔有國王，問那先和尚云：『念佛帶業往生，是事難信。』那先對曰大王：『巨石置水沈否？』王曰必沈。先又曰：『要令不沈，其可得乎？』王曰不可。先又曰：『若以巨石，置巨船上，不亦可乎？』王忽然領悟。若仗他力，自可不沈。念佛眾生，同仗彌陀大願船之力，何難出離苦海，同赴樂邦蓮池會耶？（圓瑛法師，《阿彌陀經要解講義》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年，頁266。）我們世俗凡夫之一切日用，大多須借他力之助。另外如嬰幼兒，更非他力不可。人世間之他力尚且有如此力用，何況聖人境界之他力，更是不可思議。

<sup>155</sup> 釋了然，《入香光室》，高雄，社團法人高雄市淨宗學會，2000年，頁118~119。

念佛者，或專緣三十二相，繫心得定。開目閉目，常得見佛。或但專稱名號，直持不散，亦於現身，而得見佛。此間現見多是稱佛名號為上。稱佛之法，必須制心不令散亂，念念相續，繫緣佛號。口中聲聲喚阿彌陀佛，以心緣歷，字字分明。稱佛名時，無管多少，並須一心一意，心心相續。如此，方得一念滅八十億劫生死之罪。若不然者，滅罪良難。<sup>156</sup>

由以上之論述可知，阿彌陀佛之名號不可思議，吾人但能專念阿彌陀佛名號，在世便得以開發自性，臨命終得蒙佛接引，往生極樂世界。至於西方極樂淨土是否真的存在，一直是個爭議性的問題，而大家所關注的焦點，則以「唯心淨土」這個議題最受到重視。因此於下一小節，筆者希望藉由智旭及許多高僧大德或學者對此議題之闡述，使有志於修學淨土宗之行者，對於「唯心淨土」此概念能有更深一層之認識。

## 二、「唯心淨土」意蘊之開展

「唯心淨土」出自《維摩詰經》，經云：「是故，寶積，若菩薩欲得淨土，當淨其心；隨其心淨，則佛土淨。」<sup>157</sup>只因「唯心淨土」這句話的出現，導致古今之學者及念佛行者對於極樂世界之存在與否不能有一個確切之說法。藕益大師於其所著之《阿彌陀經要解》中提出所謂地「六信」之說，可說是對「唯心淨土」之內涵作了一個相當完整地詮釋，吾人當可從此悟入。此「六信」即為「信自」、「信他」、「信因」、「信果」、「信事」、「信理」，以下將分別論述，首先談信自：

信自者，信我現前一念之心，本非肉團，亦非緣影；豎無初後，橫絕邊涯；終日隨緣，終日不變；十方虛空微塵國土，元我一念心中所現物。我雖昏迷倒惑，苟一念回心，決定得生，自心本具極樂，更無疑慮，是名信自。

<sup>156</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁231-232。

<sup>157</sup> 賴永海釋譯，《維摩詰經》，台北，佛光文化事業有限公司，2001年，頁38。

信自是以心性爲自，即是信我現前一念本是真心。此心並非一般人所認爲之肉團之假心、緣影之妄心。乃是豎窮三際，無始無終，橫遍十方，無有邊涯之真心也。吾人雖然終日隨緣，輪迴在六道之中，可是自己常住真心在聖不增、在凡不減，不增不減，所以說不變。由於自性圓含十方，所以十方國土皆是自心中所現之物。「極樂世界」當亦不離自心，吾人若能「一念回心」，依教念佛修行，「決定得生」。此爲信自之意，接著談信他：

**信他者，信釋迦如來決無誑語，彌陀世尊決無虛願，六方諸佛廣常舌決無二言。隨順諸佛真實教誨，決志求生，更無遺惑，是名信他。**

佛具五語，<sup>158</sup>故佛絕無誑語，信他即相信釋迦牟尼佛所說之《阿彌陀經》絕不虛妄。另外，相信「彌陀世尊。決無虛願。六方諸佛廣常舌。決無二言。」隨順諸佛所言之真實教誨，決至求生淨土，毫無疑惑，便是信他。

黃念祖老居士指出，能信自同時信他，方爲正信。於文化不高，閱讀經典不多之人，容易信他，而難於信自。若說到自性彌陀，唯心淨土，便不敢承當，此乃信心不深之表現。另外一種，便是專談信自，不能信他。此多屬於文化較高，讀經較多，甚至是頗有研究的人，喜言自心是佛，但不信他佛。認爲念佛求往生，是心外覓法，是著相。所以《阿彌陀經要解》云：「偏重自佛，即是我見未忘；諱言他佛，卻成他見顛倒。」因此，自他不二，才是圓融無礙之旨。<sup>159</sup>接著談信因：

**信因者，深信散亂稱名，猶為成佛種子，況一心不亂，安得不生淨土？是名信因。**

信因即是以念佛爲因。《法華經》云：「若人散亂心，入於塔廟中，一稱南無佛，

<sup>158</sup> 佛具五語：真語，實語，如語（如理而說），不誑語，不異語（同過去佛所說）。

<sup>159</sup> 參見黃念祖，《淨土資糧》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1991年，頁22-23。

皆共成佛道。」散亂心猶爲成佛種子，何況一心專念阿彌陀佛，「安得不生淨土」。然後談信果：

**信果者，深信淨土，諸善聚會，皆從念佛三昧得生。如種瓜得瓜，種豆得豆。亦如影必隨形，響必應聲，決無虛棄，是名信果。**

信果者即是以往生爲果。從因得果，果不離因。如「自身之影，必隨自身；空谷回音，必應於響。」又如「種瓜得瓜，種豆得豆。」故念佛之功，功不唐捐，一心念佛不間斷，必得往生淨土。接著談信事：

**信事者，深信只今現前一念不可盡故，依心所現，十方世界，亦不可盡。實有極樂國，在十萬億土外，最極清淨莊嚴，不同莊生寓言，是名信事。**

心即是理，境即是事。之前已闡明此心含容十方，不可窮盡。因此，此心所現之境，亦不可窮盡，「極樂世界」當然亦涵蓋於現前一念心性之中，並不同於莊生之寓言。<sup>160</sup>因此，《阿彌陀經》說：「有世界名曰極樂，其土有佛，號阿彌陀。」這兩個「有」字，至關重要，說明極樂世界與阿彌陀佛確實是有的。如黃念祖老居士云：「我常說你如認爲這個世界有，那極樂世界當然是有，並且是更堅固的有（阿彌陀佛願力所成故）。」<sup>161</sup>最後談信理：

**信理者，深信十萬億土，實不出我今現前介爾一念心外。以吾現前一念心性，實無外故。又深信，西方依正主伴，皆吾現前一念所現影。全事即理，全妄即真，全修即性，全他即自。我心徧故，佛心亦徧，一切眾生心性亦徧。譬如一室千燈，光光互徧，重重交攝，不相妨礙，是名信理。<sup>162</sup>**

<sup>160</sup> 莊生即我國周代的莊周，他好爲寓言，虛構一些內容，來寄託自己的本意。例如他說有個人名叫混沌，生下來沒有七竅。有人憐憫他，便給他鑿開這些竅，等七竅出後，混沌便死了。這就是寓言。

<sup>161</sup> 黃念祖，《淨土資糧》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1991年，頁32。

<sup>162</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁22。

理即是真心、實相，亦即全法界，法界即是一切眾生身心之本體。吾人現前微小的一念心性，其本體即等同法界，因此極樂世界不在我這一念心性之外。此文具足四法界。一念心性，是理法界；所現極樂，是事法界；全事即理四句，是理事無礙法界；我心徧故三句，是事事無礙法界。此四法界，奧妙精深，乃《大方廣佛華嚴經》所獨有，以下作約略之說明。

理法界與事法界，前已談過，不再贅述。所謂理事無礙者，即事依理成，故事不離理。舉例來說，一切的金器，皆是依金而成，金代表本體，代表理，一切的金器即是事相。事相是有差別的，理體則是無差別的，於是有差別和無差別同時成立，此即是無礙。這個例子也只是一粗淺之比喻，藉以幫助吾人理解，若論金子，其實也是事相，世間並無任何一物足以說明此理體。

以上六信可以使吾人對於「唯心淨土」有個概略上的了解，然若欲更進一步深入透視其內涵，則可從「理」、「事」此二面向開展發揮「唯心淨土」之義蘊。

#### （一）從「理」上談唯心淨土

依天台智者大師所立有四種佛土，為諸佛教化眾生之處。而智旭認為，此四種佛土其實皆不離眾生自心，如其云：

夫土有四種：一、常寂光土，即自受用處；二、實報土；三、方便土；四、同居土。即化眾生處，而皆不離自心。若自心無明，究竟永盡，即莊嚴常寂光土畢竟清淨。若為攝化自心菩薩眾生，故莊嚴實報土令得清淨。若為攝化自心二乘眾生，故莊嚴方便土令得清淨。若為攝化自心六凡眾生，故莊嚴同居土令得清淨。所化眾生，既非性外，所取佛土豈離自心。故《淨名》云：「隨其心淨則佛土淨。」實非離於心性，別有外依報境可莊嚴也。是故諸佛心內種種眾生，還依淨心之業，隨其修力，生於眾生心內諸佛土

中。所謂五濁障輕生同居淨，體法斷惑生方便淨，圓妙三觀生實報淨，究竟智斷生寂光淨。如此能化所化，能生所生，皆惟心故。性離造作，若達心外無土，淨心即是淨土。<sup>163</sup>

智旭言四土並不離開現前之一念心。凡夫眾生若能斷盡無明，即是莊嚴自心之常寂光淨土得畢竟清淨。若為攝受教化自心之菩薩眾生，則必須莊嚴自心之實報莊嚴土使之清淨。若是為攝受教化自心之二乘眾生，則須莊嚴自心之方便有餘土使之清淨。若是為攝受教化自心之六凡眾生，則必須莊嚴自心之凡聖同居土使之清淨。由於萬法唯心所現，因此所教化之眾生，以及為了教化眾生所須莊嚴之國土亦不離現前一念心。故《維摩詰經》云：「隨其心淨，則佛土淨。」離開現前一念心，並無所謂可莊嚴之淨土。故凡夫眾生，各隨其所修之「淨心之業」，而生於「眾生心內諸佛土中」，此乃由於「能化所化。能生所生。皆惟心故。」從此吾人便能明白了知「心外無土。淨心即是淨土。」此亦是「唯心淨土」之義。智旭針對淨心之義作進一步之闡述，其云：

應如是生清淨心者，即是三檀六度妙行之心。以其不住色等六塵，故名清淨。但誠令勿住六塵，非教令不生心也。終日生心，終日無住；終日無住，終日生心。惟生心故無住，惟無住故生心。說雖有二，義實非二，了此方名淨心。<sup>164</sup>

智旭於此所要表達的是所謂之清淨心，即是「無住生心」之心，亦即是《金剛經》所云：「應無所住，而生其心」之心。然此非教令行者不生心也，乃「以其不住色等六塵」故名無住，而生「三檀六度妙行之心」，故名清淨。而雖「終日無住」，卻「終日生心」，此即「無住生心」。故云「惟生心故無住。惟無住故生心。」隨其生心即是無住，隨其無住即是生心。無住與生心，不二而二，二而不二，若能

<sup>163</sup> 藕益大師，《金剛經破空論》，台南，和裕出版社，2008年，頁190、192。

<sup>164</sup> 藕益大師，《金剛經破空論》，台南，和裕出版社，2008年，頁194。

了悟此義理，即名「淨心」。

上述所云之「無住」，亦即是「無念」之意。由於吾人之心不在內，不在外，亦不在中間，遍尋吾人之心不得。由於心不可得，故念頭亦無由生起，此即是「無念」，能破三惑，直趨菩提。故《般若波羅蜜多心經》云：「照見五蘊皆空，度一切苦厄。」正「無念」時，故即「無住」，此「無住」非斷滅空，住此「無住」之體而能照應萬事萬物，故云「寂而常照」，亦可云「無住生心」；而當照應萬事萬物之時，亦不離「無住」之體，故云「照而常寂」，故「生心」即是「無住」。因此，用即是體，體即是用；即用即體，即體即用。之所以能如此，關鍵在於能「無念」，能「無住」，能「淨心」。心淨則何處不是淨土，何處不是極樂。

關於「無念」，優曇法師指出，吾人但能不著有相無相，即可達此「無念」之境，如其云：

知無我人，誰受輪轉，亦無身心受彼生死，是名離相念佛三昧。此則見一切眾生本性皆同彌陀，既不著有相無相二邊，亦無有斷見常見之說，是念彌陀出世，處處極樂現前。如此念者，無念之念，念則真如；無生之生，生則實相。故知無念即離念，實相乃無相；無相則無住，無住則入佛境界。此乃無上真正大菩提道，若到此地，無修無證，無生死可脫，無涅槃可求。性相具空，勝凡齊等。無佛道可成，無眾生可度，無己靈可得。一念無為，十方坐斷。無一法本有，無一法使成。自他互收，事理無礙。塵塵具足，剎剎全彰。法本如然，思議莫及。可謂十方薄伽梵，一路涅槃門。<sup>165</sup>

優曇法師指出，念佛若能達至「無念而念」，則是名「離相念佛三昧」，亦即是「無住生心」，此時能見「一切眾生本性皆同彌陀」，亦「不著有相無相二邊」，亦「無有斷見常見之說」。故而念念「自性彌陀」，處處「極樂現前」。因此「無念」，即

<sup>165</sup> 吳正覺選輯，《淨修法要》，台北，菩提印經會，1986年，頁5。

是「無相」，即是「無住」。若能「無住」，即可入佛境界，此為「無上真正大菩提道」。

幽溪傳燈大師則以「無住」與「生心」之關係來說明依之而生之果報，如其云：

惟幽溪師般若融心論，頗窺堂奧，今應略述其意：言無住者，不住諸有為相也；言生心者，生六度萬行心也。自有生心而不能無住者，事度菩薩是也；自有無住而不能生心者，藏通二乘是也；自有先生心而後無住者，藏通佛果是也；自有先無住而後生心者，出假菩薩是也；自有無住非生心生心非無住者，別教地前是也；自有即無住而生心即生心而無住者，別教地上及圓教名字住去是也。別教雖界外法，於此二義，始猶分二，後方不二。惟圓教行人，從始至終，了達非二，是故圓觀取為淨土真因。<sup>166</sup>

幽溪傳燈大師於《般若融心論》所言「無住生心」之義理與智旭和優曇法師所論述之內容並無二致。然幽溪大師尚且依「無住」與「生心」二者是否相即不二來分判行者依之所行則應得何種果位，對於開拓修學者之見識有莫大之助益。能「生心而不能無住者」，為事度菩薩，因其但著事相而修行故；但能「無住而不能生心者」，為藏通二乘之果位，以其常住偏真涅槃，不能普渡眾生故；能生心修六度萬行而至終方能無住者，為藏通之佛果，由其修菩薩行時不能無住故；能「先無住而後生心者」，為出假之菩薩，此乃迴小向大之大心阿羅漢；<sup>167</sup>若是「無住非生心生心非無住者」，為別教之地前菩薩，因其「無住」、「生心」不能相即故；「即無住而生心即生心而無住者」，為別教之地上菩薩及圓教名字住之菩薩，以其能「無住」、「生心」二者相即故。然別教行者「於此二義。始猶分二。後方不二」，只有圓教行者，自始至終，皆能了達「無住」、「生心」二者不二，因此才

<sup>166</sup> 藕益大師，《金剛經破空論》，台南，和裕出版社，2008年，頁194、196。

<sup>167</sup> 能回轉聲聞緣覺之小乘根性而趨向大乘之佛道者。

能真正了悟「唯心淨土」之真義。幽溪法師又云：

凡是發明淨土之書，皆須一一參求。悟極樂原是我唯心之淨土，不是他土。了彌陀原是我本性之真佛，非是他佛。大要有二：悟妙有，徧周徧具，以為欣淨之本；悟真空，圓離圓脫，以為捨藏之原。第二修行者，敦信如目視，修行如足行。信而不行，猶有目無足；行而不信，猶有足無目。是故信解既備，意當念佛修行。如目足兼備，能到涼池。<sup>168</sup>

幽溪大師特別提示行者若欲達「淨心」而至「淨土」，對於古來大德所發明淨土之書，須一一參求以求了悟真義。亦即能悟「悟極樂原是我為心之淨土。不是他土。了彌陀原是我本性之真佛。非是他佛」。幽溪大師還指出有兩條主要的修行路徑，第一為頓悟「真空」及「妙有」。事實上，「真空」不離「妙有」，「妙有」不離「真空」，「真空」即是「妙有」，「妙有」即是「真空」。「真空」與「妙有」，不一不二。是故「真空」即吾人之「淨心」；「妙有」即「真空」能現之「淨土」，故云「心淨則佛土淨」。第二為由信而起行。所謂「敦信如目視。修行如足行」。信與行，二者不可偏廢，能信能解之後，即當念佛修行，故而能「解行相應」，則「如目足兼備。能到涼池」，頓悟清淨之自性心。幽溪大師之見解，亦不失為吾人得以悟得「唯心淨土」內涵之方便路徑。

憨山大師則認為吾人今日所念之佛，為自心本具之「自性彌陀」，所求生之淨土，亦不離自心之「唯心極樂」，其云：

佛者覺也，即眾生之佛性，以迷之而為眾生，悟之即名為佛。今所念之佛，即自性彌陀，所求淨土，即唯心極樂。諸人苟能念念不忘，心心彌陀出現，步步極樂家鄉。所以道：心淨則土亦淨，心穢則土亦穢。一念惡心起，刀林劍樹縱然。一念善心生，寶地華池宛爾。由是觀之，天堂地獄，又豈外

<sup>168</sup> 吳正覺選輯，《淨修法要》，台北，菩提印經會，1986年，頁34。

於此心哉！<sup>169</sup>

《華嚴經》云：「心佛與眾生，是三無差別。」一切眾生皆有佛性，眾生與佛原無二致，只因眾生迷此佛性而不自覺，故仍為眾生，若能了悟此佛性即名為佛。因此，憨山大師認為佛與眾生僅在「迷」、「悟」之別。迷於佛性則「心穢」，「心穢則土亦穢」，故「刀林劍樹縱然」；了悟佛性則「心淨」，「心淨則土亦淨」，故「寶地華池宛爾」。若能念念「無住」於妄念，即是念念安住於佛性，則「心心彌陀出現，步步極樂家鄉。」

黃念祖老居士亦引用彭際清居士之《無量壽經起信論》之內容說明一切佛土，不離眾生一念清淨心，其云：

一切佛土，不離眾生一念清淨心，而得成立。法藏大士，發此宏願，只為破除眾生妄執，開顯當人本有心量。令知淨土即是法性本然，非從外得。何以故？自性空寂，離諸惡趣。自性妙圓，具諸相好。自性無礙，現六神通。自性無住，不可斷滅。自性無作，無有限量。自性無外，如風廣被。自性無內，如鏡普現。自性光明，如日普照。自性平等，如香普熏。<sup>170</sup>

在此，彭際清居士表示，眾生但能破除妄執，自能開顯人人本有之心量。故云「淨土即是法性本然，非從外得。」《無量壽經起信論》又提到「一切智不離自心」，其云：

須了佛智乃至勝智，方名真信。以一切智不離自心。無我，無我所。凡聖一如，共同此智。全信自心具一切智，本來成佛。不於心外，別有信佛之心。如是回向，是名唯心淨土，疾得見佛。<sup>171</sup>

<sup>169</sup> 憨山大師，《淨宗法要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁19~20。

<sup>170</sup> 黃念祖，《佛說大乘無量壽莊嚴清淨平等覺經會集本解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年，頁330~331。

<sup>171</sup> 黃念祖，《佛說大乘無量壽莊嚴清淨平等覺經會集本解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，

彭際清於此指出，能信自心具足「佛智乃至一切勝智」，才是「真信」。《華嚴經》云：「信為道源功德母，長養一切諸善根」。若能遠離「我」、「我所」之二元對立概念，亦即之前所言之「無念」，乃至「無相」、「無住」，則「一切智」、「道種智」、「一切種智」自然現前，<sup>172</sup>以其不離自心故。能心心「如是回向」，則念念見佛，時時生於「唯心淨土」。而妙叶大師云：

**從凡入聖，而實不出吾之心性，故名惟心淨土本性彌陀。妄心無體焉得為惟心本性耶？向緣影妄心求者，以色身及山河大地十方剎海為外境也；向不動真心求者，即十方剎海大地山河為內心也。知即內心任意於中捨穢取淨，厭東忻西，不出自心。<sup>173</sup>**

妙叶大師認為「淨土」與「自性彌陀」從來未曾離開吾人之心性。若迷於心性而求之於外者，則真心佛性即成為妄心魔性，則自然「以色身及山河大地十方剎海為外境也」。若能「向不動真心求者」，則「十方剎海大地山河為內心也」。故不論是娑婆穢土或極樂淨土，實不出於吾人心性之外。若能真實了悟十方世界不離自心，則自能轉一向外求之無體妄心，返回「無求」、「無念」、「無作」之真心。此即如同《大佛頂首楞嚴經》〈觀世音菩薩耳根圓通章〉之「反聞聞自性」法門。「反聞」就是回光返照，向心內看，不是向外看，觀這一念不生處（念頭未起處），念頭起來就看見，不理睬它，不隨之流浪。久久行之，必能證見本性。見性後，念起自然不住，不隨之流浪不停，即為「無念」。證此「無念」，方能真實了悟十方世界不離自心。

總而言之，所謂的「心淨」則必有一「淨心」之過程。至於如何才能達至「心

---

2006年，頁724。

<sup>172</sup> 三智即《大智度論》卷八十四〈釋三慧品〉所說之一切智、道種智、一切種智：1. 一切智，即了知一切諸法總相之智。總相即空相。此智乃聲聞、緣覺之智。2. 道種智，又作道種慧、道相智，即了知一切諸法別相之智。別相即種種差別之道法。此智乃菩薩之智。3. 一切種智，又作一切相智，即通達總相與別相之智，即佛智。天台家認為，此三智為空、假、中三觀所成，即一切智為空觀所成，道種智為假觀所成，一切種智為中觀所成。

<sup>173</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁304。

淨」的境界，則有八萬四千法門得入此境，然依本論文而言，若能台淨雙修，必能速得「淨心」。吾人但能入此「心淨」之境域，試問何處非淨土？何處非極樂？此為從「理」上談唯心淨土。

## （二）從「事」上談唯心淨土

從「理」上而言，吾人只要能依教奉行而通達實相或心淨之境，不論現前之外境如何，皆無異於淨土、極樂。然欲通達實相乃至清淨心現前，對於一般之念佛行者著實不易成就，此乃由於眾生易著於事相之故。因此，眾生亦可從事相上修行而入所謂地淨土、極樂世界。如了然法師云：

淨土法門之事，乃即理之事，而理外無事。淨土法門之理，乃即事之理，而事外無理。若會其理，則當下一真獨顯，而深妙難思，縱大智罕造其極。若探其事，則當下萬德齊彰，而淺近易就，雖凡愚可入其門。但以淨土法門之事，則與一切法門殊勝特別。淨土法門之理，則與一切法門相同。何以故。所謂殊勝特別者，蓋由阿彌陀佛最初立願，及因地修行，則與十方諸佛超然迥異。故果地受用，國土嚴淨方便度生，亦與一切法門殊勝特別也。又所謂全體相同者，復由阿彌陀佛，最後成佛，福慧兩足，所證果覺，三諦圓融，真窮惑盡。圓破無明，圓證法身。彌滿清淨，量周法界，稱為法界藏身，則與十方諸佛所證，等無有異。<sup>174</sup>

所謂「淨土法門之事」意指「念佛名號」、「極樂世界」之事。佛之名號不離佛之果覺理體，而依眾生之心性、佛之果覺理體（名號），則「極樂世界」也就自然而然地顯現，前已多作說明。故離開了理體，並無極樂世界、阿彌陀佛之存在；同樣地，離開了極樂世界、阿彌陀佛，又往何處找尋理體？因此，並非離開眾生之心別有阿彌陀佛、極樂世界之存在。念佛行者若能執持名號，發願求生極樂世

<sup>174</sup> 釋了然，《入香光室》，高雄，社團法人高雄市淨宗學會，2000年，頁98-99。

界，則必得生阿彌陀佛立願成就之淨土，此乃從事相上之修行得入自心本具之「唯心淨土」。故云「若會其理，則當下一真獨顯，而深妙難思，縱大智罕造其極。若探其事，則當下萬德齊彰，而淺近易就，雖凡愚可入其門。」此乃理事無礙故。

因此「極樂世界」與基督教所言上帝所創造之「天國」並非等同。「極樂世界」雖是阿彌陀佛發願為普度眾生而成就者，但亦非離眾生之心別有阿彌陀佛、極樂世界之存在。

此外，了然法師談到許多人研讀佛經，總是未能前後融會貫通；而另外有些人並不瞭解佛經之真實意涵，於是便參雜了自己個人錯誤的想法，這些都不是「正知正見」。如法師云：

所言人根陋劣，智識昏迷者，許多雖讀佛經，不會佛意，罕獲正知正見也。不是執理廢事，便是執事廢理，不能事理圓融，會歸一體。但據淨土法門而論，若能事理圓融，會歸一體，固則美善無加。其或未能，執理不如執事。何以故。不見蓮宗諸祖云，事有該理之功，（以名該德，全德在名）理無獨立之能，（修德有功，性德方顯），又云，執事而念能相繼，不虛入品之功。執理而心實未明，徒遭落空之誚。今人所談般若，未明中道實相菩提正眼者，多是執理廢事。一向惡著偏空，謬解般若，破除淨土。此乃所謂但知破相顯性，不知即相即性。按破相顯性者，即二乘所解偏真般若也，直須即相即性，性相不二，真實一如者，方合諸佛如來中道般若也。苟知中道實相般若者，決不破除淨土法門也。<sup>175</sup>

有些人喜歡從「理體」來談論佛法，於是缺乏事相上之修證；而另一些人只知從事相上努力，對於「理體」卻從來不知為何物？如此皆不能「事理圓融，會歸一體」。但若依淨土法門而言，執著於理體之解悟，不如執著於事相上之功夫。乃

<sup>175</sup> 釋了然，《入香光室》，高雄，社團法人高雄市淨宗學會，2000年，頁10-11。

因「事有該理之功，（以名該德，全德在名）理無獨立之能，（修德有功，性德方顯）。」因此了然法師主要破斥者，為但知「破相顯性」，卻不知「即相即性」之「二乘所解偏真般若」者也。若能了知「即相即性，性相不二」之「中道實相般若」者，其對於淨土法門非但絕不加破斥，反應大為讚嘆才是。藕益大師亦云：

**余慨末世行人，多疑多障，難悟難開；於深妙法門，非著事忘理，必執理撥事。著事者，猶堪下品生因。執理者，竟淪惡取空見。至此而直指之道，翻成斷滅深坑。<sup>176</sup>**

智旭之慨嘆，實為一般世人因不能深入了解淨土法門而產生修行之盲點。其因在於行者「多疑多障」，導致「難悟難開」。因而對此深奧絕妙之法門，「非著事忘理，必執理撥事」。然執理者尚不若執事者，若能著於「執持名號」、「極樂世界」而終身不輟，「猶堪下品生因」，往生後亦得終生不退，畢竟成佛；執理者，則執理廢事，淪為「惡取空見」。由理事不得圓融故，至此深妙法門，不能彰顯極樂世界莊嚴之事相，終成「斷滅深坑」。非但無知之行者損失大利，亦障礙他人成佛之道，其過甚也。

對佛學稍有研究者對於「不取不捨」之境界，若尙未能親自體證，大致也能有所理解，此境界亦為修行者所欲努力達成的目標。因此有些行者認為捨棄娑婆世界，而求取極樂世界者，仍是有所取捨，終非是究竟之道，能夠「不取不捨」方為最高境界。但《阿彌陀經要解》說：

**厭穢須捨至究竟，方無可捨。欣淨須取至究竟，方無可取。<sup>177</sup>**

智旭此段話之提點，確實值得吾人再三思量。知禮於《觀無量壽佛經疏妙宗鈔》亦說：「取捨若極，與不取捨，亦非異轍。」智旭與知禮之見解可說是如出一轍。

<sup>176</sup> 藕益大師，《藕益大師淨土集》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2007年，頁182。

<sup>177</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁23。

而黃念祖老居士如是說：「我認為一個取捨到極點的人念佛，與那個不取不捨的人念佛是平等的。一個人若捨到極點，對於娑婆世界一點也不留戀，一心所嚮往的只是極樂世界。在念的時候，就只是一句阿彌陀佛，自然不會再打閑岔。只剩下一條心，只是在念佛，這就同那『不取不捨』的人在念佛是一樣了。」<sup>178</sup>黃念祖又說：

如果放棄了一切取捨，放棄了一切修證，只要不取不捨。於是這就是執著了理，廢棄了事。這就等於在「是心作佛，是心是佛」中，只要「是心是佛」，而不要「是心作佛」。佛的話，你只承認了一半「是心是佛」。這是理，這是性德。你死守住這個理，但對於「是心作佛」呢？這是修德，則不要了。這就是執理廢事，佛說的話被你砍掉了一半。你既然廢了事，把佛的話砍掉了一半，你所執的這個「理」，就不可能是圓滿圓融的理。同時你認為已明白的這個「理」，也沒有真明白。實際上，理事不二，本來不是對立的。所以《要解》說：「若達全事即理，則取亦即理，捨亦即理，一取一捨無非法界。」……所以捨穢土你只管捨，求生淨土，你只管求，都即是真如實相，即是第一義諦。所以說「一取一捨無非法界」。蓮宗祖師道綽大師曾說：「若始學者，未能破相，但能依相專至，無不往生，不須疑也。」這即是說你還未能破相，那你就先別管著相不著相。只是專心去念佛，決定往生。<sup>179</sup>

「是心是佛，是心作佛。」一語出自《觀無量壽佛經》。黃念祖居士以此段經文來說明吾人修學佛法須理事圓融，才能有所成就。因此「放棄了一切取捨，放棄了一切修證，只要不取不捨。於是這就是執著了理，廢棄了事。」便只是知道「是心是佛」之性德，但對於「是心作佛」之修德則全然放棄不予承認。如此一來，便是執理廢事，故而「你所執的這個『理』，就不可能是圓滿圓融的理。」然雖

<sup>178</sup> 黃念祖，《淨土資糧》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1991年，頁48。

<sup>179</sup> 黃念祖，《淨土資糧》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1991年，頁49-50。

云「取亦即理，捨亦即理」，卻非是胡亂地取捨，乃是捨穢土，取淨土，是爲取捨之極致，如《觀無量壽佛經疏妙宗鈔》云：「取捨若極，與不取捨，亦非異轍。」由於凡夫眾生易於著相，故阿彌陀佛即讓眾生先著於「執持名號」、「極樂世界」之名相，與其悲願感應道交後，眾生自能往生。往生極樂後，花開見佛，便得證悟無生，故永明延壽大師云：「但得見彌陀，何愁不開悟。」以此故云「捨穢土，取淨土，是爲取捨之極致」。

此外，《金剛經》不是說：「凡所有相，皆是虛妄。」爲何還要求生極樂？江味農居士於其所著之《金剛經講義》中特別作出如下之詮釋：

**極樂世界，亦是幻相，然而不可不求願往生者，淨幻非同染幻也。何以故？清淨土本由清淨心顯現故，所謂心淨則土淨也。須知彌陀來接，初未嘗來，往生西方，亦未嘗去。雖未嘗去，亦何妨現來現去。何以故？不來不去者理體也，有來有去者事相也，理事從來不二，性相必須圓融，故儘管不來不去，不礙有來有去，儘管有來有去，其實不來不去。最要緊者，即是去要在不來不去上體認，不來不去要在來去上做出，此是念佛求生之要訣。**

180

江味農指出，極樂世界雖是幻相，然卻是淨幻，非染幻故。《地藏菩薩本願經》云：「南閻浮提眾生，起心動念，無不是業，無不是罪！」故多數眾生依此心所起之幻相即是染幻。而念佛則爲淨念（因能念爲始覺，所念爲本覺，由於本覺熏習始覺，使妄念減少，淨心便得以顯現，故爲念佛即爲淨念），依淨念於臨命終時感召阿彌陀佛之接引，此時心雖未達絕對清淨（一心不亂），然靠著佛力加持，而能一心不亂往生極樂世界，故云「心淨則土淨也」。因此極樂世界爲心淨所自然呈現之境界，其實亦不離自心，故稱之爲「唯心淨土」。事實上，既云「唯心淨土」，便無所謂地「往生」。此處所言之「往生」，乃「不生之生」。如江味農云

<sup>180</sup> 毛惕園選輯，《念佛法要》，台北，祥新印刷股份有限公司，2003年，頁103~104。

「雖未嘗去，亦何妨現來現去。」何以如此？只因「不來不去者理體也，有來有去者事相也，理事從來不二，性相必須圓融，故儘管不來不去，不礙有來有去，儘管有來有去，其實不來不去。」江味農在此所要提醒吾人者，即是「去要在不來不去上體認，不來不去要在來去上做出」。故求生淨土實乃不生之生，不去之去。雖云不生之生，不去之去，卻念念求生、求去，「心淨土淨」故，「唯心淨土」故。

另外，尙且有人誤解六祖惠能於《六祖壇經》之論述，故而有明朝大善知識妙叶禪師於《寶王三昧念佛直指》中云：

大師行超天人之表，道隆像季之間，恐後學著法泥迹，於戒體中說何勞持戒之語，於禪境中說何用修禪之言。例此，則知亦於必當求生淨土法中，而說不必求生之語也。後學猶轉泥迹，謂實不必求生，愚之甚也。蓋大師所說，反勸也。諸祖所談，順讚也。非順，則無以啟進修之路。非反，則不顯圓頓之修。反勸順讚，悉應當時之機，無有實法。如云逢佛殺佛，豈真殺佛乎。若殺佛之語是實。則文殊仗劍，亦是真殺佛乎。苟隨古人之語，不求古人之心。謂實不必求生者，正所謂醍醐上味，為世所珍，遇斯等人，翻成毒藥矣。是故大師稱彼三諦圓妙之理，於有生中說無生，於無證中說修證。二邊叵得，中道不存，令教乘圓頓法門，坦然明白。<sup>181</sup>

惠能大師所傳之教法，為「直指人心，見性成佛。」之頓悟法門。而此種教法最精要之處即是不可著於絲毫的事相，如《金剛經》云：「凡所有相，皆是虛妄。」一切的事相皆是妄想所產生的虛妄之相。因此，若能不執著、分別於內外之妄相，自性清淨心即自然顯露出來，當下即是佛，當下即是極樂世界，當下即得受用自在，此為大師何必求生之真義，並非指眾生一定不得求生淨土。諸如此類之語，如「於戒體中說何勞持戒之語，於禪境中說何用修禪之言。」在在顯示自心若達

<sup>181</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁313~314。

到一定清淨的程度，自然於任何的境界皆得自在。但一般而言，至少須別教初地，圓教初住以上已真見佛性之法身大士方得不必一定求生淨土(然有諸多法身大士仍求生極樂，如普賢菩薩、文殊菩薩……等)，如佛於經上曾云：「凡欲度人者，先須求自度。」《維摩經》云：「自疾不能救，云何救他疾。」《地獄報應經》云：「自不清淨，教人清淨，無有是處。」因此，若未達以上境界者，須求生淨土以得佛陀時時之救護，如永明延壽大師云：「但得見彌陀，何愁不開悟。」待成就後，則可至十方世界自在普渡眾生。故「大師所說，反勸也。」且「非反，則不顯圓頓之修。」因此研讀經典，不可只從字面求解，必須領會佛陀、祖師所要表達之正義，故云「苟隨古人之語，不求古人之心。謂實不必求生者，正所謂醍醐上味，為世所珍，遇斯等人，翻成毒藥矣。」妙叶禪師之闡釋可謂深得祖師之苦心。

一般而言，眾生總是著相的，故阿彌陀佛以「極樂世界」之事相攝受眾生，使眾生得以進入自心本具之「極樂世界」，可謂既方便又究竟。因眾生但能一心持佛名號，發願求生極樂淨土，則臨命終時必得阿彌陀佛之接引往生，如此之法門何其方便。而一旦眾生往生淨土，承蒙佛力以及極樂境界之熏習，便能從事相上之淨土悟入理具之淨土，而直驅菩提，一生成佛，如此之法門何其究竟。

以上不論從理上談唯心淨土或從事上談唯心淨土，皆不離吾人當下之一念心。故智旭於《阿彌陀經要解》中指出，吾人若欲見「自性彌陀」、「唯心淨土」可從事入與理入。從事入者，行者若能一心持佛名號，安住於「阿彌陀佛」名號，最終可達「事一心不亂」境界，謂之事入；從理入者，行者須了悟能念之心、所念之佛了不可得，此即是止。然能念之心與所念之佛卻明明歷歷，不曾斷滅，此即是觀。以此止觀念佛，最終可達「理一心不亂」境界，謂之理入。而事入或理入，其實只有淺深之別，因從事入者最後亦可達至理入境界，且無不會歸於一心。智旭因所處之時代背景崇尚諸宗之融合，故其將吾人現前之一念心開展為「理」、

「事」二觀之淨土宗教義，使念佛之行者易於依之而證入「一心不亂」之境界，故接著談事一心不亂與理一心不亂。

### 三、事一心不亂與理一心不亂

修學淨土念佛法門之行者最終亦須會歸於一心，即「一心不亂」之境界，而「一心不亂」又可分為事一心不亂與理一心不亂。因此，修學方式又可分為事行與理行，如圓瑛法師云：

然念佛之行有二：一事行。以能念之心，念所念之佛。能所分明，心佛相應。心不離佛，佛不離心。念茲在茲，無有間斷。行住坐臥，不離一句佛號，不起一切妄想。……是為事行念佛，三昧功成。二理行。即明中道之理，而修念佛之行。……能念心外，無有佛為我所念；所念佛外，無有心能念於佛。能所不立，心佛一如。心即是佛，佛即是心。無有二相，亦不可以有無求。若言其有，則能念之心，體本空寂；所念之佛，相不可得。若言其無，則能念之心，靈靈不昧；所念之佛，歷歷分明。有無相泯，而歸實相……此皆不專修事相，而純修理觀。觀力成就，了知心佛雖有二名，心佛本來一體，親見自性彌陀，一心湛寂。是為理行念佛，三昧功成。<sup>182</sup>

圓瑛法師認為念佛法門有兩條路徑：一種為事行念佛。若能一心念佛，時時執持一句佛號在口上、心上，毫不間斷，所謂「心不離佛，佛不離心。念茲在茲，無有間斷。行住坐臥，不離一句佛號，不起一切妄想」，如此則必成念佛三昧達事一心不亂。另一種則是理行念佛。此種念佛法門純依理入，行者首須體認心、佛、眾生三無差別，心外無佛，佛外無心。故云「能念心外，無有佛為我所念；所念佛外，無有心能念於佛。能所不立，心佛一如。心即是佛，佛即是心。無有二相」，

<sup>182</sup> 釋圓瑛，《勸修念佛法門》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年，頁9~10。

且能念之心與所念之佛皆不住著於有無二相，故云「若言其有，則能念之心，體本空寂；所念之佛，相不可得。若言其無，則能念之心，靈靈不昧；所念之佛，歷歷分明。有無相泯，而歸實相」，既歸實相，則可親見自性彌陀（其實亦見無所見，若真有所見，又成妄念），如此則所成就之念佛三昧即為理一心不亂。

飛錫法師以「無念」來闡釋理一心念佛所達之境，亦即能通達「無念」，即是理一心不亂，如其云：

**言理門者，真無念也。釋曰，有之與無，即此念而本無矣。何者？佛從念生，心即是佛。如刀不自割，指不自觸，佛不自佛，心不自心，安得佛外立心，心外立佛？佛既不有，心豈有哉！無心念佛，其義明矣。故世人謂念佛有念也，吾則謂念佛無念也，更何惑焉。又念即是空，焉得有念。非念滅空，焉得無念。念性自空，焉得生滅。又無所念心者，以無所住也，而修念佛者，而生其心也。無所念心者，從無住本也，而修念佛者，立一切法也。無所念心者，念即是空也，而修念佛者，空即是念也。不異之有此明中道矣。<sup>183</sup>**

吾人現前緣生之一念識心，當體即空，故念即是無念，「即此念而本無矣」。而離開能念之心，佛在何處？離開所念之佛，心又在何處？故「佛不自佛。心不自心。安得佛外立心心外立佛。」前云「念即是無念」，而所念之佛亦空無自性，能念所念既空，故「念佛即是無念也」。能達此「無念」，方是「真念佛」。正「無念」時，卻明明歷歷，清楚不昧，故即是「念佛」。亦即是「以無所住也」，「而生其心也」；「從無住本」，「立一切法也」；「念即是空也」，「空即是念也」。能以此法念佛，最終可證得理一心不亂，亦即中道實相，亦是一心三觀所入之不思議境。

吾人若不能依理門或無念之念佛法門而入者，則須從事門修學念佛法門，及

<sup>183</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁182~183。

專心憶想或念一佛之名號，<sup>184</sup>故飛錫法師又云：

言事門者，夫佛生於心，般舟無念而已。至境出於我，法華不速而自來。無所念心者，絕諸亂想也，而修念佛者，善想一佛也。則《文殊所說摩訶般若經》云：「若人學射，久習則巧。後雖無心，箭發皆中。若人欲入一行三昧，隨佛方所，專稱名字，念念相續，即於念中，見三世佛。」<sup>185</sup>

誠如《文殊所說摩訶般若經》云「若人學射。久習則巧。後雖無心。箭發皆中。」此即以「有心」而入「無心」；「有相」而入「無相」；「有念」而入「無念」。由於吾人善於執著一切內外境界，故而諸佛與祖師大德是珠眾生此方便法門，雖至簡易，卻極圓頓，因眾生若能念佛相續不斷，即可入事一心不亂之念佛三昧境界，甚至還能從事一心不亂而至理一心不亂，何其簡易，何其圓頓，故云「若人欲入一行三昧。隨佛方所。專稱名字。念念相續。即於念中。見三世佛。」

智旭則綜括上述之說法，做另一番之詮釋，其云：

事持者，信有西方阿彌陀佛，而未達是心作佛，是心是佛。但以決志願求生故，如子憶母，無時暫忘。理持者，信西方阿彌陀佛，是我心具。是我心造。即以自心所具所造洪名，為繫心之境，令不暫忘也。不論事持理持，持至伏除煩惱，乃至見思先盡，皆事一心。不論事持理持，持至心開見本佛性，皆理一心。<sup>186</sup>

前面圓瑛法師與飛錫法師對於理門與事門兩種念佛法門皆有詳盡之論述，與智旭之說法大略相同。然對於持佛名號所得之結果，智旭於此則綜括上述二者之說

<sup>184</sup> 通常吾人所念之佛即阿彌陀佛，由於此佛為十方三世諸佛讚嘆（參見《阿彌陀經》、《無量壽經》），且與娑婆眾生緣深故，連三歲孩童亦可朗朗上口此佛名號，而持阿彌陀佛名號之念佛法門亦為本論文所強調之淨宗法門。

<sup>185</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁184。

<sup>186</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1990年，頁59~60。

法，其云「不論事持理持，持至伏除煩惱，乃至見思先盡，皆事一心。」智旭所要強調的是，透過事持或理持之念佛方式，若未見自性彌陀，只是「伏除煩惱，乃至見思先盡」，便是達到事一心不亂之念佛三昧境界。智旭接著又云「不論事持理持，持至心開見本佛性，皆理一心。」此處則是在說明，以事持或理持的方式念佛，皆有明心見性的可能。若「持至心開見本佛性」，即是見自性彌陀，亦名理一心不亂，智旭之說法可說更為圓融。

### 第三節 念佛法門類別——實相、觀像、觀想、持名念佛

宗密之華嚴經行願品別行疏鈔卷四舉出四種念佛之法：一、實相念佛，謂觀自身及一切法之真實相，乃無形無相，猶如虛空，而心及眾生本來平等。如是之念即是真念，念念相續，則三昧現前。二、觀像念佛，謂觀佛像，口稱佛名，則心不散亂，本性佛從而顯現，如是則念念不斷，純一無雜。三、觀想念佛，謂於心觀想佛之相好圓滿，觀想純熟，則三昧現前。四、稱名念佛，謂專心稱念佛之名號，於晝夜間一心專注，或一萬聲乃至十萬聲，如是歲月既久，則念念不斷，純一無雜。<sup>187</sup>雖然宗密為華嚴宗祖師（五祖），然其所提出之四種念佛法門，仍為淨土宗行者推崇而沿用之。以下將說明四種念佛法門之修行方式，首先介紹實相念佛。

#### 一、實相念佛

毛惕園於《念佛法要》中云：

**專念自佛，即實相念佛，如諸經中，以般若智，照見蘊入處界諸法皆空，親證本具妙真如性；及台宗止觀，禪宗參究向上等皆是，所謂念自性天真**

<sup>187</sup> 參見星雲大師總監製，慈惠法師總策劃，《佛光大辭典》，高雄，佛光文化事業有限公司，2003年。

佛也。諦理最深，修頗不易，以為仗自力，別無他力相助，非宿根成熟，悟尚甚難，況實證耶？<sup>188</sup>

由這段敘述看來，所謂地實相念佛即是專念自性本具之佛，故云「念自性天真佛也」。如於諸經典中所提及，以般若智慧，照見諸法皆空，證自本具之妙真如者，以及台宗之止觀雙修，以入不思議境者，禪宗之參究以明心見性者，皆為實相念佛之法門。然這些法門皆仗自力，且諦理深奧難解，又無他力相助，若非「宿根成熟」，修證頗為不易。又釋迦牟尼佛云：

復次，迦葉！真實觀者，不以空故令諸法空，但法性自空。不以無相故令法無相，但法自無相。不以無願故令法無願，但法自無願。不以無起、無生、無取、無性故，令法無起、無取、無性，但法自無起、無取、無性，如是觀者，是名實觀。<sup>189</sup>

佛陀在此云「真實觀」者，亦即觀諸法之實相，即是實相念佛之意。諸法之實相為何？佛云諸法之自性本空，是故諸法無相、無願、無起、無生、無取、無性，此乃諸法之實相。既云實相，故諸法亦無無相，俾使吾人不起絲毫之執著，則萬事、萬物皆可還其本來之面目，如其所如，所謂「法爾如是」，本來如此，如同《法華經》所云之「十如是」，若能如此觀一切萬法，「是名實觀」，即為實相念佛。

陳熙願居士認為實相念佛即是體究念佛，即是參禪，乃是依念佛而參究吾人之自心本性（與禪宗乃同一味），如其云：

至於體究，念即無念，不妨無念而念。此一念，即是空假中三諦，即事理四法界，即唯識唯心二觀，即實相無相涅槃妙心，此乃上根理一心念法，

<sup>188</sup> 毛惕園輯，《念佛法要》，台北，祥新印刷股份有限公司，2003年，頁3~4。

<sup>189</sup> 釋迦牟尼，《大寶積經》，台南，和裕出版社，1988年，頁23。

然亦不離一心靠定佛號字字分明而念，此為正行持名軌則也。<sup>190</sup>

所參者即話頭或吾人現前所起之一念識心。既云識心，故當體即空，因此念即無念，雖云「無念」，卻念念不斷，因此「不妨無念而念」。此「無念」乃是無掉妄念，並非毫無念頭（如此則成斷滅論），而乃是無掉妄念之念，此念即是吾人清淨自性，「即是空假中三諦，即事理四法界，即唯識唯心二觀，即實相無相涅槃妙心」。以此法念佛，即是「上根理一心念法」，正念佛時即是無念，當無念時即是念佛，故云「無相念佛」或「實相念佛」。欲達此境界，亦「不離一心靠定佛號字字分明而念」，初則為依「阿彌陀佛」名號之事相念佛，然若念佛功深，最後亦可達「念而無念，無念而念」之實相念佛境界，此乃持名念佛法門不可思議之處。而圓瑛大師云：

**實相念佛，依實相理，念法身佛。法身清淨，猶若虛空，徧一切處，實無有相可得。本無能念之心相，亦無所念之佛相。能所雙亡，心佛不二。即心是佛，即佛是心。若念實相佛，則無念而念，念即無念，一心不亂，湛然常住，是為理念。<sup>191</sup>**

依大師之看法，實相念佛即是「依實相理。念法身佛。」所謂實相，即是無相，亦無不相，但能放下吾人分別執著即是。而不執於念即是無念，此無念之念，即是佛法身。由於法身無念，故亦無相，故云「法身清淨。猶若虛空。徧一切處。實無有相可得。」前云若不執於現前所起念佛之念，則念即是無念，即是無相，而所念之佛亦是無相，故而「能所雙亡。心佛不二。即心是佛。即佛是心。」以此法念佛，則是「依實相理。念法身佛。」故稱之為實相念佛。

總而言之，因體究念佛或實相念佛而得明心見性，即是見法身佛。此時之境

<sup>190</sup> 毛惕園輯，《念佛法要》，台北，祥新印刷股份有限公司，2003年，頁98-99。

<sup>191</sup> 釋圓瑛，《勸修念佛法門》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年，頁49。

界，是遠離妄想雜念，一心住於覺照之中，遠離語言、文字、思維法則、世間施設，無法形容，只一個「覺」字了得，此即理一心之境界。從此開始，覺明時時現前，遠離昏沉散亂。平時不起妄想，無一念可當情，然而在色聲香味觸法之中，卻能覺照佛性之真空及其真實遍在，亦即佛性雖畢竟真空，而能生萬有（萬法唯心所現）。

## 二、觀像念佛

觀像念佛法門出自《大寶積經》卷八十九，如經云：

爾時大精進菩薩，持畫像入於深山，寂靜無人禽獸之間。開現畫像取草為坐，在畫像前結加趺坐，正身正念觀於如來。諦觀察已作如是念，如來如是希有微妙，畫像尚爾端嚴微妙，況復如來正遍知身？復作是念：云何觀佛？爾時林神，知彼菩薩心之所念，白菩薩言：善男子，汝如是念，云何觀佛。若欲觀佛當觀畫像，觀此畫像不異如來，是名觀佛，如是觀者名為善觀。<sup>192</sup>

從經文之描述，吾人可以得知大精進菩薩於初觀佛畫像時即了知此畫像並非即是「如來正遍知身」或「法身」，因法身無相故，故云「如來如是希有微妙。畫像尚爾端嚴微妙。況復如來正遍知身。」大精進菩薩雖知法身無相，然卻又不知如何觀佛，方為正觀。故云「復作是念云何觀佛」。正不知所措時，因菩薩至誠之心，故而感應山林之神告知正確觀佛之法。前云法身「無相」乃為遮詮，然法身亦「無不相」，故可化身無量相，此為表詮。因此山林之神提醒菩薩「若欲觀佛當觀畫像。觀此畫像不異如來。是名觀佛。」由於凡夫眾生總是著相，要想一開始就觀想佛之無相法身並不容易，故於觀佛像時，以至誠心觀佛畫像如同如來現前，如是觀者，「是名觀佛」。且因行者之誠心，必感應佛力加持，妄念亦得逐漸

<sup>192</sup> 《大正新脩大藏經》 第十一冊 No. 310《大寶積經》CBETA 電子佛典 V1.42 普及版。

減少。如此持續不斷地觀佛畫像，亦可進入甚深之「三昧」正定。一旦正定現前，般若智慧亦得顯露，此時所有妄念頓除，便得見佛之真身——法身。故接著論述大精進菩薩如何見「如來之身」，經云：

時大精進作如是念：我今云何觀此畫像與如來等？復作是念：如來像者，非覺非知，一切諸法亦復如是，非覺非知。如是像者但有名字，一切諸法亦復如是，但有名字。如是名字自性空寂無所有，如來之身其相如是。如此畫像，非證非得非果、非證者、非得者、非得果者、非住者、非去非來、非生非滅、非垢非淨、非色非非色、非貪盡、非瞋盡、非癡盡、非陰界入、非初非中非後，一切諸法亦復如是，如來身相亦復如是。如此畫像，非覺非作，一切諸法亦復如是，如來身相亦復如是。如此畫像，非見非聞非嗅、非嘗非觸非知、非出息非入息，一切諸法亦復如是，無有知者。如此畫像，非欲界攝、非色無色界攝，一切諸法亦復如是。如此畫像，非初非中非後、非此非彼、非行非非行、非取非捨、非作非誦、非實非虛、非生死非涅槃，一切諸法亦復如是，如來身相亦復如是。<sup>193</sup>

大精進菩薩因觀佛畫像而觀入實相，故有此段經文之敘述。而實相者何如？綜括文中所言，所謂實相者，非見聞覺知，然亦非離見聞覺知而另有實相之存在。誠如大精進菩薩所云「如是像者但有名字。一切諸法亦復如是。但有名字。如是名字自性空寂無所有。如來之身其相如是。」吾人只要能觀照見聞覺知但有名相，且名相自性空寂無所有，故不可執著於名相。名相既離，便只剩此空寂無所有之自性，而此空寂無所有之自性，即是實相，即是法身。能知此法身，則當知依此法身所現之一切名相，便無不是實相。（能不執於名相，而會相歸性。亦即因名相，而會見實相。）上述可以《金剛經》之一段經文作說明，經云：「若見諸相非相，即見如來。」故離此見聞覺知並無所謂地實相，亦不得見如來之身，只因

<sup>193</sup> 《大正新脩大藏經》 第十一冊 No. 310《大寶積經》CBETA 電子佛典 V1.42 普及版。

凡夫眾生迷於見聞覺知之表相，因此不能會見實相，吾人稱之為「無明」。若能會相歸性，自然能見如來之身（法身），見實相。

### 三、觀想念佛

筆者在此僅作簡略介紹，然亦不失其要點，讀者可參見《觀無量壽佛經》。

#### 初觀：日觀

此乃觀想落日情景。於太陽將下山時，此時身體正坐向西，對著太陽來觀想，能做到睜眼閉眼間，落日情景都能清晰光明，便完成了日想觀。蕭平實指出，觀想要成就，應當先用想，想成就之後，才開始用觀。觀是想成就之後用觀來觀察我們想得夠不夠莊嚴和微細？否則無從觀起。<sup>194</sup>

#### 第二觀：水觀

將觀想成就之日觀想成遍布一切的大水，而且要非常地清澈透明。觀想清楚後，水變成冰，再而成為琉璃，以琉璃為大地，地上種種之嚴飾，如金剛七寶金幢、光明臺、樓閣……等。

#### 第三觀：地觀

若第二觀成就時，除了吃飯時間，開目閉目，一一情景，皆能憶想而沒有散失，則為粗見極樂國地。進一步獲得三昧後，便能了了分明極樂國土景象。

#### 第四觀：樹觀

接著觀想極樂世界的寶樹。寶樹以及莖葉花果，一一皆由一寶、二寶……乃

---

<sup>194</sup> 參見蕭平實，《念佛三昧修學次第》，台北，佛教正覺同修會，2003年，頁99。

至七寶所成，寶樹之樹枝彼此互相對稱，每棵樹都高達八千由旬。<sup>195</sup>

#### 第五觀：八功德水觀<sup>196</sup>

極樂世界有八個大水池，如同樹觀，每一水池都是七寶所作。池水為如意珠王所流出，水流聲演說苦、空、無常、無我四聖諦及諸波羅密。如意珠王之光化為百寶色鳥，無不常讚嘆念佛、念法、念僧。池中尚有無數之七寶蓮華，為往生極樂之行者化生之處。

#### 第六觀：總觀

極樂國土一一的分界，各有五百億珍寶所成之閣樓。閣樓中有無量諸天演奏著天樂，而虛空中懸掛著各種樂器也自然地發出美妙的樂音。各種的樂音都宣說著念佛、念法、念僧的道理。能作此觀想，即能將三、四、五觀合併觀想，名為粗見極樂世界。

#### 第七觀：華座觀

觀佛之前必須先觀蓮座。包括蓮華光色、百寶蓮葉、摩尼珠王，以及四柱寶幢上種種之嚴飾光明，形成阿彌陀佛之華座。作此觀想，須心無雜念，使一切境界能清楚分明，如於鏡中，見自面像，方為成就。

<sup>195</sup> 據大唐西域記卷二載，一由旬指帝王一日行軍之路程。有關由旬之計數有各種不同說法：(一)就由旬換算拘盧舍而言：印度之國俗係採取四拘盧舍為一由旬。於佛典中，亦有以四拘盧舍為一由旬者，如方廣大莊嚴經卷四現藝品、摩登迦經卷下明時分別品等為其例；然佛典大多以八拘盧舍為一由旬，如有部毘奈耶卷二十一、大毘婆沙論卷一三六、俱舍論卷十二等所載皆是。(二)若配合我國之里數亦有異說：據大唐西域記卷二載，舊傳之一由旬可換算為四十里，印度之國俗為三十里，佛教為十六里；慧苑音義卷下載為十六或十七餘里。另據義淨之有部百一羯磨卷三之夾注載，印度之國俗為三十二里，佛教為十二里。(參見星雲大師總監製，慈惠法師總策劃，《佛光大辭典》，高雄，佛光文化事業有限公司，2003年。)

<sup>196</sup> 指寶池水具有八種殊勝的功德：一澄淨、二清冷、三甘美、四清軟、五潤澤、六安和、七除飢渴、八長養善根(釋淨空，《大勝無量壽經簡註易解》，台南，台南淨宗學會，1998年，頁118)。

## 第八觀：佛菩薩像觀

此觀為觀想阿彌陀佛及觀世音、大勢至二菩薩像。首先想有一尊佛的形像，端坐於前一觀之蓮座上。又次第觀佛左右之蓮座，其上分別坐有觀世音與大勢至菩薩。能作此像觀之行者，於現世即可修得念佛三昧。<sup>197</sup>

## 第九觀：佛身觀

此觀為更細膩地觀無量壽佛之身相光明。觀想之內容為佛之巨大身相、眉間白毫、佛眼，以及無限的光明、無量的相好與化佛。能作此觀想者即可照見十方一切諸佛，從而證得念佛三昧。

## 第十觀：觀音身觀

觀想完佛身後，接著觀想觀世音菩薩。包括有菩薩身長、身色、頂上肉髻、天冠、身光、化佛、化菩薩……等。身相大致與佛無異，唯頂上肉髻及無見頂相，不及世尊。

## 第十一觀：大勢至身觀

大勢至菩薩的身量大小，與觀世音菩薩差不多。只要觀見菩薩一個毛孔所發出的光明，便可觀見十方世界無量諸佛清淨絕妙的光明，故大勢至又稱無邊光菩薩。其頭頂之肉髻尚有一個寶瓶，瓶內盛有無限光明，光明中顯現一切佛事。

## 第十二觀：普觀

---

<sup>197</sup> 念佛三昧，就是把佛號念得一心不亂(梵語 *aviksipta-citta*) (又分事一心不亂與理一心不亂)，能念所念雙泯，心不離佛，佛不離心，心佛一如，是名念佛三昧。

觀想自己已往生極樂世界，於蓮花中結跏趺坐，此時蓮花尚未開敷。接著蓮花開時，有五百種光明照射身上，佛菩薩遍滿虛空中，水鳥、樹林及諸佛菩薩所發出之聲音，無不演說著妙法。若見此者，即名見無量壽佛之極樂世界。

#### 第十三觀：雜想觀

此觀先觀想阿彌陀佛一丈六尺之身相（有時只有八尺之高）站立於池水之上。再觀想佛之光明、化佛及寶蓮華，皆如第九觀所說。而觀世音菩薩、大勢至菩薩隨侍於阿彌陀佛身邊，示現於十方國土，普渡眾生。

#### 第十四觀：上輩生觀

觀想上三品往生須具備之條件、往生情景及往生後證得之果位。

#### 第十五觀：中輩生觀

觀想中三品往生須具備之條件、往生情景及往生後證得之果位。

#### 第十六觀：下輩生觀

觀想下三品往生須具備之條件、往生情景及往生後證得之果位。下三品往生者，多為造惡法之眾生，在世不重修行，亦不知尊重師長，孝養父母，臨命終遇善知識教令念佛名號，故得往生。<sup>198</sup>

於此必須注意的是，持名念佛得以往生者，並非僅得下三品，而是對前十五觀無法進行觀想者，因佛之慈悲教令眾生觀想或念阿彌陀佛名號，亦得往生極樂，足見阿彌陀佛名號功德不可思議。關於持名念佛，將於下一小節申論之。

---

<sup>198</sup> 觀想念佛之內容，參見王月清，《淨土三經》，台北，佛光文化事業有限公司，1998年，頁112~161。

#### 四、持名念佛

藕益大師於《阿彌陀經要解》中談到淨宗行者之正行即為持名念佛，如其云：

**阿彌陀佛，是萬德洪名。以名召德，罄無不盡。故即以執持名號為正行，不必更涉觀想參究等行。至簡易，至直截也。<sup>199</sup>**

前已言及，無量無邊之德行皆收攝於「阿彌陀佛」四個字。如蓮持大師云：「一句阿彌陀佛，該羅八教，圓攝五宗。」<sup>200</sup>故曰「以名召德。罄無不盡」。而智旭亦云：「豈知念得阿彌陀佛熟，三藏十二部，極則教理都在裏許。千七百公案，向上機關，亦在裏許。三千威儀，八萬細行，三聚淨戒，亦在裏許。」<sup>201</sup>徹悟禪師亦云：「一句佛號。俱攝悟修兩門之要。舉悟則信其中。舉修則證在其中。信解修證俱攝。大小諸乘一切諸經之要。罄無不盡。」<sup>202</sup>因此智旭提倡淨宗行者以「執持名號」為主要之修行方式，不須再涉及觀想參究之行。以一句佛號，即攝盡一切修行之法門故。<sup>203</sup>

又如徹悟大師認為所謂地念佛，即是止觀雙修，其云：

**當念佛時不可有別想，無有別想即是止。當念佛時須了了分明，能了了分明即是觀。一念中止觀具足，非別有止觀。止即定因，定即止果，觀即慧因，慧即觀果。一念不生，了了分明，即寂而照。了了分明，一念不生，即照而寂。<sup>204</sup>**

<sup>199</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁58。

<sup>200</sup> 釋道鏡，釋善道共集，《念佛鏡》，高雄，財團法人文殊文教基金會，1999年，頁97。

<sup>201</sup> 吳正覺選輯，《淨修法要》，台北，菩提印經會，1986年，頁123~124。

<sup>202</sup> 喚醒，了睿輯錄，《徹悟大師遺集》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁20。

<sup>203</sup> 當亦不妨礙觀想參究。吾人有時須因地制宜，若於涉世遇緣時執持佛號，似乎有所不便，不免障礙行事，此時以天台一心三觀破除現前煩惱，現前一念當下即空即假即中，不亦直截了當許多。筆者以為若能台淨雙修，必相得益彰。智旭之語，應為普遍之大眾而言。

<sup>204</sup> 毛惕園輯，《念佛法要》，台北，祥新印刷股份有限公司，2003年，頁53~54。

正當念佛時，若能將念頭安住於一句佛號，此時之心「無有別想即是止」。而念佛時若能心不昏沈、掉舉，且能句句佛號，念念分明，此即是觀，故云「了了分明即是觀」。因此，念佛法門即具足止觀之行，並非另有止觀之行。且「止觀」為「定慧」之因，「定慧」為「止觀」之果。故念佛最終能達「念而無念，無念而念」之境。「念而無念」，即是「了了分明，一念不生」；「無念而念」，即是「一念不生，了了分明」。故能寂而常照，照而常寂。妙空大師亦云：

**不雜即止，止者定之機也，止雜念而正念現矣。雜念有三：一善念、一惡念，一無記念，<sup>205</sup>三者除盡，方為不雜。心要寂寂，寂寂則善惡念不生。心要惺惺，惺惺則無記念不生。佛外無念，故常寂寂，念中有佛，故常惺惺。不住即觀，觀者慧之機也，前一句過去矣，後一句未來也，現在一句亦不住，了了分明而不可得，不可得而了了分明。若於念佛時，不昏不散，止觀定慧，念念圓成。<sup>206</sup>**

妙空大師大致的觀點與徹悟大師的觀點是不謀而合的，他們都提到了念佛即是「止觀雙修」之概念。然妙空大師於此，另以「寂寂」、「惺惺」之概念用以作為說明念佛能產生之力用，由於據此力用便能止息「善念」、「惡念」和「無記念」三種雜念，而此三念即涵蓋一切雜念。妄念止息，正念自然現前，此乃「即止之觀」也。如其云「心要寂寂，寂寂則善惡念不生。心要惺惺，惺惺則無記念不生。」當念佛時，若能一心專注於「阿彌陀佛」名號，則妄念自然不生，故心「常寂寂」，此即是止；雖妄念不生，然「阿彌陀佛」名號歷歷現前，故心「常惺惺」，此即是觀，故「若於念佛時，不昏不散，止觀定慧，念念圓成。」因此念佛實不異於止觀之行。

虛雲大師指出，初行參禪與念佛之行者，雖然其進路方式不同，然久修之後，

<sup>205</sup> 一般而言，無記指的是有覆無記，以其無記，故不引生異熟果，但能覆聖道、蔽心性，故為不淨者。

<sup>206</sup> 毛惕園輯，《念佛法要》，台北，祥新印刷股份有限公司，2003年，頁61。

所能契入之境界，並無不同之處，正如《大集經》云：「若人但念阿彌陀，是即無上深妙禪。」底下是大師之指點：

**參禪與念佛，在初發心的人看來是兩件事，在久修的人看來是一件事。參禪提一句話頭，橫截生死流，也是從信心堅定而來。若話頭把持不住，禪也參不成。若信心堅定，死抱著一句話頭參去，直待茶不知茶，飯不知飯，工夫熟處，根塵脫落，大用現前，與念佛人工夫熟處，淨境現前是一樣的。到此境界，理事圓融，心佛不二，佛如眾生如，一如無二如，差別何在？**

207

念佛之人，不論是「正信」或「迷信」，<sup>208</sup>大體是由「信」而入此之門（念佛最終仍須正信方能得力），而參禪之人，單提一句話頭，「死抱著一句話頭參」，亦是由於「信心堅定」，直至「茶不知茶，飯不知飯」，進而工夫熟處，心意識不用，即所謂的「大用現前」、「明心見性」，此與念佛人持名念佛至「淨境現前」、「一心不亂」異曲同工，皆為「理事圓融，心佛不二」之境界，故參禪與念佛二者無二無別。憨山大師亦云：

**若約唯心淨土，則心淨土淨，故參禪未悟之時也，非念佛無以淨自心，然心淨即悟心也。菩薩既悟，而不捨念佛，是則非念佛無以成正覺。安知諸祖，不以念佛而悟心耶？若念佛念到一心不亂，煩惱消除，了明自心，即名為悟。如此則念佛即是參禪，參禪乃生淨土，此事古今未決之疑，此說破盡，而禪淨分別之見，以此全消。若捨此別生妄議。皆是魔說，非佛法**

<sup>207</sup> 毛惕園輯，《念佛法要》，台北，祥新印刷股份有限公司，2003年，頁82~83。

<sup>208</sup> 所謂正信，就是正確的信仰、正當的信誓、正軌的信解、正直的信行、真正的信賴。正信的內容，應具備三個主要的條件：第一必須是永久性的，第二必須要普遍性，第三必須是必然性的。換一個方式來說，便是過去一向如此，現在到處如此，未來必將如此。凡是對於一種道理或一樁事物的信仰或信賴，如果禁不起這三個條件的考驗，那就不是正信而是迷信。一個宗教的教理，禁不起時代的考驗，通不過環境的疏導，開不出新興的境界，它便是迷信而不是正信。（參見聖嚴法師，《正信的佛教》，台北，東初出版社，1994年，頁1。）

也。<sup>209</sup>

從上面之敘述我們可以了解到念佛與參禪之路徑雖有名現之差異，然卻是不二而二。上根之人藉由參禪得以直悟本心，即身成佛，而中下根人由於垢重障深，欲悟得父母未生前之本來面目，實比登天還難，故非念佛法門無以漸除障垢，清淨自心。然若能一心念佛，至一心不亂，見自性彌陀，與禪宗之明心見性又有何別？無怪乎祖師大德總是讚嘆念佛法門為三根普被，利鈍全收之圓頓妙法。故憨山大師云「念佛即是參禪，參禪乃生淨土，此事古今未決之疑，此說破盡，而禪淨分別之見，以此全消。若捨此別生妄議。皆是魔說，非佛法也。」

果安法師亦指出，念佛與參禪，本來體同無別，只是入道之門徑不同，如其云：

**念佛、參禪，其體本一，念而無念，無念而念，實相念佛。故謂無念為宗，無相為體，無住為本，智得為用。以無智、無得為體，以明心見性為目的。參禪須如貓捕鼠，念佛要一心不亂。若以一心不亂去參禪，何愁不悟。若以如貓捕鼠去念佛，定見自性彌陀。<sup>210</sup>**

念佛若能念至「念而無念。無念而念。」即是實相念佛，可達一心不亂之境。若已達理一心不亂，則如同禪宗之明心見性；若未達理一心不亂，則以事一心不亂之心去參禪，想在今生求得開悟亦非全無可能。另外，以參禪念茲在茲，「如貓捕鼠」之心去念佛，欲見自性彌陀亦是指日可待知事。果安法師於此除了說明念佛、參禪異同之處，還洞察到禪、淨雙修之可能性。

以上諸位大師之言論，無異是對於智旭云「念佛不必更涉觀想參究」之論述作了最好的說明，亦即念佛即是觀想，念佛即是參究。即使念佛之行者不明就裡，

<sup>209</sup> 憨山大師，《淨宗法要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁69~70。

<sup>210</sup> 吳正覺選輯，《淨修法要》，台北，菩提印經會，1986年，頁77。

然正當念佛之時，實已暗合道妙，妙不可言。除此之外，徹悟禪師還分析出念佛與參禪之優劣，其云：

觀經「是心作佛，是心是佛」二語，較之禪宗直指人心，見性成佛，尤為直截痛快，何也？以見性難而作佛易故。何為見性？離心意識，靈光迸露，始為見性，故難。何為作佛？持佛名號，觀佛依正，即為作佛，故易。經云「汝等心想佛時，是心即是三十二相，八十種好。」豈非以想念於佛即為作佛耶。夫成佛是佛，理無二致。而見性作佛，難易相懸若是。豈非念佛較之參禪，尤為直截痛快也哉。<sup>211</sup>

徹悟禪師指出，由《觀無量壽佛經》之「是心作佛。是心是佛」二句，與禪宗之「直指人心。見性成佛」相較量，確實更為直截容易。禪宗之進路最後須見本性或佛性方能成佛，然須「離心意識。靈光迸露」方得名為見性，但此若非上根利智者，實難致之。然淨宗行者，不論其根器為何，但能「持佛名號。觀佛依正。即為作佛」，是故極為容易。如《觀無量壽佛經》云：「汝等心想佛時。是心即是三十二相。八十種好。」故若能執持名號，且想念於佛，則「是心是佛」。而「見性成佛」、「是心是佛」，所成之佛不二，然其工夫進路之難易卻如「天壤之別」，故云「豈非念佛較之參禪。尤為直截痛快也哉。」

智旭還指出執持名號得以圓具三慧，茲分述如下：

**聞而信，信而願，乃肯執持。不信不願，與不聞等，雖為遠因，不名聞慧。**

212

所謂地「聞」並非僅指聽聞念佛法門，且須能「執持名號」方名為聞。而要能「執持名號」，首先須具足「信」、「願」，方能時時口誦、心念佛號不間斷。因此能「執

<sup>211</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁599。

<sup>212</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1990年，頁58~59。

持名號」即是「信」、「願」具足，亦即「聞慧」具足。

**執持，則念念憶佛名號，故是思慧，然有事持理持。事持者，信有西方阿彌陀佛，而未達是心作佛，是心是佛，但以決志願求生故。如子憶母，無時暫忘。理持者，信西方阿彌陀佛，是我心具，是我心造。即以自心所具所造洪名，為繫心之境，令不暫忘也。<sup>213</sup>**

能執持名號不但具足「聞慧」，當下亦具足「思慧」，何以故？如智旭云「念念憶佛名號。故是思慧。」所謂地「思」，並非只「思考」，而是一種跳脫思考的一種思維。當吾人一心念佛時，即可超離平時的所謂「思考」，而達到與智慧相應的思維模式（但云無思之思），且思慧有事持、理持之分。事持乃心憶、口念佛號不間斷，然卻不能了知「西方阿彌陀佛。是我心具。是我心造。即以自心所具所造洪名。為繫心之境。」而若能了知上述，且以此心念佛，則為理持。事持、理持念佛，皆為「思慧」。

**一日至七日者，剋期辦事也。利根一日即不亂，鈍根七日方不亂，中根二三四五六日不定。一心亦二種，不論事持理持，持至伏除煩惱，乃至見思先盡，皆事一心。不論理持事持，持至心開，見本性佛，皆理一心。事一心不亂不為見思所亂，理一心不為二邊所亂，即修慧也。<sup>214</sup>**

執持名號，不論事持理持，若能「持至伏除煩惱。乃至見思先盡。」則稱為事一心不亂；能「持至心開。見本性佛。」則稱為理一心不亂。事一心不亂和理一心不亂為執持名號所得之結果，皆屬「修慧」。圓瑛大師亦指出念佛能令三業清淨，其云：

**一心專念彌陀名號，字字從心生起，字字從口念出，字字從耳聽入。念得**

<sup>213</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1990年，頁59。

<sup>214</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1990年，頁59~60。

分明明，一句如是，句句如是。口念心念，心口如一。念念相續，無有間斷。心中唯有佛，佛外更無心。以此念佛一念，而除一切妄念。妄念既止，則意業清淨，此即是意業修行。口念佛號，不說閒語，古人云「少說一句話，多念幾聲佛。」聲聲不離佛號，則口業清淨，此即是口業修行。眾生身業，都為意業所驅使。意業不起，身業無所行。念佛之人，一心念佛，六根都攝，則身業清淨，此即是身業修行。<sup>215</sup>

依圓瑛大師之見，但能「一心專念彌陀名號」，則「心中唯有佛。佛外更無心。」如此能「除一切妄念」，心無妄念，故「意業清淨」。行者既口念佛號，「念念相續，無有間斷」，自然「口業清淨」。又「眾生身業。都為意業所驅使。」前既云「意業清淨」，則身業自然即無妄行，故而「身業清淨」。因此，持名念佛則三業清淨，久久行之，必得念佛三昧。

從以上之論述，足見持名念佛法門不可思議。然吾人應如何踐行此法門，才可獲致如前所述之成效，今列舉幾位大師所開示之念佛法要，以提供參考。相信但能依之奉行，必有顯著之成效。如憨山大師云：

如今發心修行，第一要看破此心是妄想，凡起心動念處，便是業根，切不可隨他妄想流轉。日用密密觀察，妄想起處，就要看破，看破當下消滅，切不可隨他相消滅，切不可隨他相續攀援，往而不返。若觀察不定，無巴鼻時，但將一聲阿彌陀佛作話頭，緊緊抱定，念念不忘，有此話頭作主，但見妄想起處，即提起一聲佛來，是謂正念，正念現前，則妄念不待遣而自消失矣。如此二六時中密密用心，唯此一念為主，其於一切妄想皆為客，主客若分，久久純熟，則妄想自消，真心自顯矣。<sup>216</sup>

<sup>215</sup> 釋圓瑛，《勸修念佛法門》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年，頁10~11。

<sup>216</sup> 憨山大師，《淨宗法要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁57~58。

大師於此明白表示行者發心修行，第一重要之事便是能時時看緊自己每一個起心動念。因凡夫眾生未悟得本心時，一切的念頭皆是妄想、妄念，如《地藏經》云：「南閻浮提眾生，起止動念，無不是罪，無不是業。」修行亦是從現前當下之一念識心著手，能確切地體認到自己所起的任何一個念頭皆是妄念，「就要看破，看破當下消滅，切不可隨他相消滅，切不可隨他相續攀援，往而不返。」然而十之八九的凡夫眾生之觀照力往往難敵妄念，最終仍是隨波逐流，「往而不返」。故大師特別開示「但見妄想起處，即提起一聲佛來，是謂正念，正念現前，則妄念不待遣而自消失矣。」可見一句阿彌陀佛名號可說是萬靈丹，祖師稱之為「阿伽陀藥」、「萬病總持」。<sup>217</sup> 憨山大師雖以阿彌陀佛名號作為參禪之話頭參究，然正如果安法師所說，若念佛人能以參禪人「如貓捕鼠」的方式去念佛，「定見自性彌陀」。又徹悟禪師云：

**所謂執持名號者，即拳拳服膺之謂，謂牢持於心而不暫忘也。稍或一念間斷，則非執持也。稍或一念夾雜，則非執持也。念念相續，無雜無間，是真精進。精進不已，則漸入一心不亂，圓成淨業焉。若到一心不亂，仍復精進不輟，將見開智慧，發辯才，得神通，成念佛三昧。<sup>218</sup>**

徹悟禪師所要強調的是何謂「執持名號」。對此若能有正確的見解，則念佛終必得「一心不亂」，成就「念佛三昧」。大師認為，能執持名號者，必「牢持於心而

---

<sup>217</sup> 印祖云：「接手書，知夫人身嬰貴恙，已經月餘。用藥頗難，諸醫束手。當此時機，正好用萬病總持之阿伽陀藥。閣下每以此藥，普施於人，何於夫人之病，尚沾沾然以難於用藥為優哉？其令郎令愛令媳等，既受生育之恩。當此大病臨身，存亡莫保之時，教以各各為其母志誠懇切念南無阿彌陀佛，以祈壽未盡則速愈，壽已盡則速得往生西方。令郎等孝心淳篤，當必皆如救頭然，而常持念也。如是則豈但有益於夫人，實則深有益於令郎等也。凡人有病，可以藥治者，亦不必決不用藥。不可以藥治者，雖仙丹亦無用處，況世間藥乎？無論能治不能治之病，皆宜服阿伽陀藥。此藥絕不誤人，服則或身或心，必即見效。然人生世間，無論久暫，終有一死。其死不足惜，其死而所歸之處，可不預為安頓乎？」（摘錄自《印光大師文鈔》）

<sup>218</sup> 喚醒，了睿輯錄，《徹悟大師遺集》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2007年，頁51~52。

不暫忘也」，故心中之佛號不可稍有間斷，方得謂之「執持」也。從另一個角度說，亦可說是不夾雜其他的念頭。如此「念念相續。無雜無間。是真精進。」不但要如此精進，且要「精進不已」，則必可達至事一心不亂之境。若「仍復精進不輟」，還可至理一心不亂境界，至此則可見自性彌陀，本有之智慧、辯才、神通，皆得以現前。大師之指點，可謂鞭辟入裡，很值得念佛行者省思玩味。

而大行和尚則指出，淨宗行者修學念佛法門之要訣貴在一「信」字，故云「修此法者唯要信心」，其云：

**念佛法門不問道俗，不論男女不拘貴賤，修此法者唯要信心，此是大行和尚勸信處。問曰：「既言信者，未知信何法門？」答曰：「信意者，信憑經中佛說念佛定生淨土，信念佛定滅諸罪，信念佛定得佛護，信念佛定得佛證，信念佛臨終定得佛來迎接。信念佛不問眾生，同信之人皆得往生。信念佛往生定得不退地，信念佛生淨土，定不墮三惡道。所以勸信念佛，受此法持此念，則往生淨土必矣。」故大行和尚遣念佛人，心唯信佛，佛則知之他心通故；口唯稱佛，佛則聞之天耳通故；身唯禮佛，佛則見之天眼通故。是以大行和尚以此念佛法，勸人生信心也。<sup>219</sup>**

《華嚴經》云：「信為道元功德母，長養一切諸善根。」然所信者為何？如文中所言之「信念佛定生淨土」、「信念佛定滅諸罪」、「信念佛定得佛護」……等，唯信得及，方能定心念佛，進而能得「念佛三昧」。大行和尚進一步開示如何開啓念佛行者信心之法，乃不外乎從身、口、意三業入手。凡夫眾生以此身、口、意造作無量無邊之罪業，只因其迷不知返，若能當下覺悟，則身、口、意何止只能造惡業，其尚且能造善業，甚至造淨業（凡夫眾生所造之善、惡業皆不離染著，為淨業能離染著），故云「心唯信佛」，「口唯稱佛」，「身唯禮佛」，此皆是淨業之

<sup>219</sup> 元·優曇普度大師，《蓮宗寶鑑》，台中，青蓮出版社，1993年頁241~242。

行，<sup>220</sup>而佛具「他心通」、「天耳通」、「天眼通」，故而念佛行者所行之淨業，阿彌陀佛了然於心，因此必得佛之守護、佛力加持，行者所行必功不唐捐，而佛云念佛所能得之種種功德亦必一一得到印證，因佛不妄語故。<sup>221</sup> 念佛行者若能如此觀之，則必入「信心」之門。從此方能定心念佛，速得「念佛三昧」。而之前智旭所提出之六信（參見第三章第二節）亦為此「信」字作了相當詳盡之註解，且其認為信願行為修行淨土法門的三資糧，其中「信」為三資糧之首，如其云：

**此經以信願持名為修行之宗要。非信不足啟願，非願不足導行，非持名妙行，不足滿所願而證所信。<sup>222</sup>**

再者，徹悟禪師也指出，吾人不論修學任何一種佛法，最重要者莫過於「信」字，唯「信」方能悟入佛法之奧妙。其云：

**佛法大海，信為能入，淨土一門，信尤為要。以持名念佛，乃諸佛甚深行處，唯除一生所繫菩薩，可知少分。自餘一切聖賢，但當遵信而已，非其智分之所能知，況下劣凡夫乎？然十一善法，以信居初，信心之前，更無善法。五十五位，以信為始，信位之前，別無聖位。故菩薩造起信論，祖師作信心銘，以信心一法，為入道要門也。<sup>223</sup>**

如同大師所云「然十一善法。以信居初。信心之前。更無善法。五十五位。以信為始。信位之前。別無聖位。」可見「信位」為初學佛之行者第一個必須具備之要件。故不乏諸多祖師造論，如馬鳴菩薩造《大乘起信論》，三祖僧璨作《信心銘》，目的即是要令凡夫眾生能生起信心，只因「以信心一法。為入道要門也。」

<sup>220</sup> 前已論及阿彌陀佛名號具足佛之果德，一心至誠念佛，亦得佛力加持，熏習妄心，則虛妄無明逐漸滅除，淨心便得以顯現。此乃由於妄心、淨心體同無別，故念佛得以轉妄心為淨心，憶佛與拜佛亦可以此推知。故「心唯信佛」，「口唯稱佛」，「身唯禮佛」三行，皆是淨業之行。

<sup>221</sup> 《金剛經》有云：如來是真語者、實語者、如語者、不誑語者、不異語者。

<sup>222</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁20。

<sup>223</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁610。

而持名念佛法門，「信尤爲要」。因持名念佛法門，入手易而功效高，至圓至頓，不可思議，爲佛與佛乃能究盡之，故云「諸佛甚深行處」。至於未證究竟之法身大士，僅「可知少分」。吾人但信持名念佛不可思議，持之不怠，久久行之，必獲大利。

論述至此，對於持名念佛法門應該已有所了解並能掌握其要點。最後還要說明的是持名念佛時其實並不離實相、觀像、觀想念佛，亦即只此一持名念佛法門便可涵括其餘三類念佛法門。如陳熙願居士云：

**至於體究，念即無念，不妨無念而念。此一念，即是空假中三諦，即事理四法界，即唯識唯心二觀，即實相無相涅槃妙心，此乃上根理一心念法，然亦不離一心靠定佛號字字分明而念，此為正行持名軌則也。<sup>224</sup>**

在此所謂「體究」，即是之前談到之「理行念佛」，即是「上根理一心念法」，行者當下之一念，即是「空假中三諦，即事理四法界，即唯識唯心二觀，即實相無相涅槃妙心」，故以此法念佛，亦即是「實相念佛」。因此，實相念佛亦不離持名念佛，通過持名念佛亦可達實相念佛之境。又毛惕園云：

**靈峰云：「觀經專明作觀，因勝觀非凡夫心力所及，故於第十六大開稱名之門。當知人根雖鈍，而無量壽佛之名字，未嘗不心作心是，故稱名者，不勞觀想也。」心作，即心想念；心是，即心是佛也。<sup>225</sup>**

毛惕園節引藕益大師之語以說明《觀無量壽佛經》中所觀之境界，對一般眾生而言，實不易成就之，故吾人但稱阿彌陀佛名號，即不勞觀想，亦即持名念佛即是觀想。正如《觀無量壽佛經》所言：「心想佛時，是心即是三十二相、八十種好。」因此吾人稱念佛名時，當下即具足佛之一切功德，而《觀無量壽佛經》

<sup>224</sup> 毛惕園輯，《念佛法要》，台北，祥新印刷股份有限公司，2003年，頁98-99。

<sup>225</sup> 毛惕園輯，《念佛法要》，台北，祥新印刷股份有限公司，2003年，頁218。

中所觀之境界自然亦包括其中。另外，《觀無量壽佛經》亦提到觀西方三聖像，因此觀像念佛亦可涵括於持名念佛法門之中當可無疑。是故行者但能一心持名念佛，實則具足其餘三類念佛法門，不但入手易且功效高，此當亦為智旭倡導持名念佛法門之因。

## 第四章 天台宗與淨土宗觀法之對比研究

### 第一節 智顛與智旭對止觀法門與淨土法門之闡釋

第二、三章所論述者為台宗與淨宗之修學法要及義理之闡釋，本章著重於二宗之法門義理於生活中踐行時內在於行者之觀法的對比分析。

智者與藕益兩位大師皆指出台淨雙修之可能性，以下將分別指出智者大師與藕益大師對天台宗與淨土宗之闡釋。

#### 一、智顛對止觀法門與淨土法門之闡釋

《摩訶止觀》原名《圓頓止觀》，<sup>226</sup>是智顛晚年最為成熟的止觀著述，為相應於天台圓教義理的圓教修行方法。實際上天台是以「止觀」總攝全體佛學，止觀學說構成了天台佛學的主要內容，「則知台教宗部雖繁，要歸不出止觀，捨止觀不足以明天台道，不足以議天台教。」<sup>227</sup>止主要指停止妄想分別，保持統一安靜的精神狀態；觀主要指在定中按佛家哲理作正思維，如實觀察「諸法實相」，而獲得斷除煩惱的真實智慧。智顛認為止觀既是佛教根本的實踐方法，也是佛教理論的根本內容。

從上述可知，智顛是提倡止觀雙修的。在禪定方面，智顛就提出了四種三昧的行儀學說，如《摩訶止觀》卷二上云：「勸進四種三昧入菩薩位。……行法眾多，略言其四：一常坐、二常行、三半行半坐、四非行非坐。」<sup>228</sup>在此四種三昧

<sup>226</sup> 《摩訶止觀》，原題名《圓頓止觀》，十卷（因每卷各分上下，又作二十卷），為天台宗實際創始人智顛於隋文帝開皇十四年（公元五九四年）在荊州玉泉寺（在今湖北當陽縣）節夏安居期間所說，由門人灌頂筆錄成書。前後有三本，現行本是第二本（通稱廣本）的再治本，湛然將此本改題為今名《摩訶止觀》。

<sup>227</sup> 智顛，《童蒙止觀》，元照序。

<sup>228</sup> 《大正藏》冊 46，頁 11 上。

中，其中一、二項之常坐、常行三昧即是與修學淨土宗之持名念佛法門有相契相合之處（於後詳述）。

另外，智顛了解末法眾生福薄慧淺，雖修淨土法門但仍心存疑慮、誤會、曲解。因此，智顛將這些問題全部收集起來，分成爲十點疑惑，成就了《淨土十疑論》之大作。智顛以自問自答之方式，有體系、有組織的釋疑，此即所謂地「以疑啓悟」。故陳瓘云：「信者萬善之母，疑者眾惡之根，能順其母，能勸其根，則向之所謂障緣眾生，聾可復聞、昧可復覺，未出生死得出生死，未生淨土得生淨土，順釋迦之誨往面彌陀，隨彌陀之願來助釋迦，在此而遍歷十方，即西而普入諸鏡。自二聖建立以來，如是之人，如河沙數，云何不信？云何而疑？能自信已，又作方便令諸未信無不信者，此則智者之所以爲悲也。」<sup>229</sup>透過《淨土十疑論》，使吾人對於淨土法門有更深刻而正確的認識。此外，智者大師也曾以天台觀心法門重新詮釋與闡述《觀無量壽佛經》，而完成《觀無量壽佛經疏》一書。

## 二、智旭對止觀法門與淨土法門之闡釋

智旭明確指出，念佛法門之中，以「持名念佛」最爲簡易穩當、普被三根，且能融攝「事」、「理」，統合「宗」、「教」，實在是不可思議。如其在《阿彌陀經要解》云：

原夫諸佛憫念群迷，隨機施化，雖歸原無二，而方便多門。然於一切方便之中，求其至直捷至圓頓者，則莫若念佛求生淨土；又於一切念佛法門之中，求其至簡易至穩當者，則莫若信願專持名號。是故淨土三經並行於世，而古人獨以《阿彌陀經》列爲日課，豈非有見於持名一法，普被三根，攝事理以無遺，統宗教而無外，尤爲不可思議也哉！<sup>230</sup>

<sup>229</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁139。

<sup>230</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁15~16。

然而智旭之《阿彌陀經要解》則是依天台宗之五重玄義(玄義即幽玄的義理；凡是在解釋一部佛經之前，天台宗人必先在文前敘說五重深義，將這部佛經的內容要點，提綱挈領地申述明白，然後才解釋經文)的方法，從釋名、辨體、明宗、論用、判教等五個方面，對《阿彌陀經》作一提綱挈領之開解，然後再涉入經文的注解(參閱《阿彌陀經要解》)。且智旭於注解經文時，亦常以天台教義論述經文之重要義理。

此外，智旭的持名念佛法門與天台之觀心法門亦有密不可分之關係，如智旭云：

**所持之佛名，無論悟與不悟，無非一境三諦；能持之念心，無論達與不達，無非一心三觀。只為眾生妄想執著，情見分別，所以不契圓常。殊不知能持者即是始覺，所持者即是本覺。今直下持去，持外無佛，佛外無持，能所不二，則始覺合乎本覺，名究竟覺矣。<sup>231</sup>**

由此可知，智旭認為「持名念佛」即是以「一心三觀」觀照「一心三諦」，而能持與所持，始覺與本覺原即一體，圓融無礙，因此，所持之名不外能持之心，如果能夠持念不輟，那麼必可勘破無明，證成究竟之覺。就此而言，「持名」並非外在的形式，亦可看成是觀心的一種呈現。

智旭雖然主倡持名念佛，但是卻認為念佛、止觀、參禪三者又是統一的，因為一切諸法無非「現前一念心性」，其云：

**就此現前一念心性，名為參禪；達此現前一念心性，名為止觀；思惟憶持現前一念心性，名為念佛。<sup>232</sup>**

<sup>231</sup> 〈持名念佛歷九品淨四土說〉，《靈峰宗論》卷四之二。

<sup>232</sup> 〈持名即禪觀論〉，《靈峰宗論》卷五之三。

智旭透過「現前一念心性」，來解釋參禪、止觀、念佛；且參禪、止觀、念佛亦不能捨離「現前一念心性」。他雖然以止觀來解釋念佛，但是最終仍以念佛涵攝止觀與參禪。<sup>233</sup>亦即念佛即是止觀，念佛即是參禪（參見本論文第三章第三節）。

以上雖云念佛、止觀、參禪皆不離「現前一念心性」，然智旭所云之現前一念與智顛所云之現前一念，究竟是同、是異，又或同中有異、異中有同，在此先作一簡別，使吾人更能掌握淨宗、台宗之修行法門的內涵。首先說明智旭所言之現前一念心，指的是真妄和合之心。<sup>234</sup>而智顛所言之現前一念心，指的是吾人之妄（識）心。由此可知智旭之持名念佛法門，與智顛之觀心法門皆是以現前一念妄心作為入手處，即能念佛之心為妄心，能觀、所觀之心亦是妄心。所不同者，智旭所倡之持名念佛法門尚且以真心作為念佛之依止，而智顛之觀心法門純依觀照現前一念妄心無住而入法性，此是二者較大的差異之處，在此只作一概略之簡別，於第二節續作說明。

### 三、智顛與智旭所謂的台淨雙修

#### （一）智顛所謂的台淨雙修

智者大師於《淨土十疑論》、《觀無量壽佛經疏》中皆談到有關極樂淨土之思想內容，若以此來論述智者所謂的台淨雙修，可將之歸為「教崇天台，行歸淨土」式的台淨雙修。因智者大師雖勸人往生西方淨土，（智者所謂地西方淨土可以只是借用淨宗之說法，不必然確指念佛行者最終所歸之極樂世界。若以天台觀法而

<sup>233</sup> 參見劉貴傑，《天台學概論》，台北，文津出版社有限公司，2005年，頁180~182。

<sup>234</sup> 如智旭云：「信我現前一念之心。本非肉團。亦非緣影。豎無初後。橫絕邊涯。終日隨緣。終日不變。十方須空微塵國土。原我一念心中所現物。我雖昏迷倒惑。苟一念回心。決定得生自心本具極樂。」（藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁20~21。）從這段話可看出，吾人自心本為自性清淨之真心，只因「昏迷倒惑」，而成為肉團、緣影之妄心，故吾人現前一念心為真妄和合之心。

言，行者但能念念如時而觀，則自然三諦圓融而常處淨土之中。)然其於二六時中之行儀仍是以天台教法為主，而關於淨土之行儀較不多見，僅如五方便念佛法門，常行、常坐三昧等是屬於淨土行儀之部分，故筆者稱之為「教崇天台，行歸淨土」式的台淨雙修。

## (二) 智旭所謂的台淨雙修

智旭所謂的台淨雙修乃是將天台教義融入淨土法門之修法中，如大師云：「所持之佛名，無論悟與不悟，無非一境三諦；能持之念心，無論達與不達，無非一心三觀。」<sup>235</sup>由此可知大師強調於二六時中之修學仍是以持名念佛法門為主，只是於持名念佛時可以天台教義觀想持名念佛之實質內涵，如此則可依持名念佛而達實相念佛之境界。

綜觀上述二位大師之台淨雙修，皆非筆者所欲探討之台淨雙修法門。筆者所謂地台淨雙修法門，即是行者能於二六時中因地制宜地修學台宗觀心法門與淨宗持名念佛法門，於閒暇時修學持名念佛法門，於歷緣對境時修學觀心法門，以期能達相輔相成之效（於後詳述）。但如此之雙修方式是否合理，或者毫無爭議之處，故接著將從智顛《摩訶止觀》與智旭《彌陀要解》觀法之對比分析中，以釐清此二宗之觀法內涵是否相契相合，再談二六時因地制宜之雙修會較有意義。

---

<sup>235</sup> 〈持名念佛歷九品淨四土說〉，《靈峰宗論》卷四之二。

## 第二節 台宗與淨宗觀法之對比分析

### 一、台宗與淨宗觀法相異之處

#### (一) 智顛與智旭對「一念心」之詮釋

首先論述智顛對「一念心」之詮釋如下：

##### 1. 一念無明法性心

智者在《四念處》提到：

若約識為唯識論者，破外向內。今觀明白十法界法皆是一識。識空，十法界空；識假，十法界假；識中，十法界亦中。專以內心破一切法。若外觀十法界，即見內心。當之若色若識皆是唯識，若色若識皆是唯色。今雖說色、心兩名，其實只「一念無明法性」十法界，即是不可思議一心具一切。「因緣所生法」一句，名為「一念無明法性心」；若廣說四句，成一偈，即因緣所生心即空即假即中。<sup>236</sup>

智者認為十法界之一切法皆是現前一念識心所現，因此，但觀現前一念心即空、即假、即中，則十法界亦即空、即假、即中。此是觀心以破一切法。此乃由於佛法太高，眾生法太廣，而吾人現前不可思議之妄識心即具足一切法，因此，但觀現前一念妄識心，即是掌握到佛法與眾生法。而此心之現起乃一念無明依法性遇緣而生，故名為「一念無明法性心」。

智者於《摩訶止觀》又云：

<sup>236</sup> 《大正藏》冊 46，頁 578 下。

若得此意，俱不可說，俱可說。若隨便宜者，應言「無明法性」生一切法，如眠法心，則有一切夢事。心與緣合，則三種世間三千相性皆從心起。一性雖少而不無，無明雖多而不有。何者？指一為多，多非多。指多為一，一非少。故名此心為不思議境也。<sup>237</sup>

若能體認到現前一念心不可思議，即空、即假、即中，則一切法皆可說，皆不可說。由於一切法空無自性，當體即空，故云「俱不可說」；又雖本無一切法可說，然因緣和合，卻不無一切假相現前，故曰「俱可說」。方便而說之，則是「無明法性」能生一切法。由上述可知，法性雖一，雖少卻是明明存在。因緣所生之無明妄念雖是無量無邊，卻是依法性遇緣起現，故法雖多而空無自性。故云「指一為多，多非多。指多為一，一非少」，觀此心即為不思議境也。

## 2. 一念心即如來藏理

天禪法師指出，智者在《摩訶止觀》談到圓教菩薩之行位時，將其分為理即、名字即、觀行即、相似即、分真即、究竟即這六個階位。依此說，圓教菩薩行為似有六種之別，然其體性不二，彼此互即。因此稱之為「六即」。其中之「理即」就是以「一念心即如來藏理」來解釋：<sup>238</sup>

**理即者，一念心及如來藏理。如故即空，藏故即假，理故即中。三智一心中具，不可思議，如上說。三諦一諦，非三非一。一色一香，一切法，一切心，亦復如是。是名理即是菩提心，亦是理即止觀。即寂名止，即照名觀。**<sup>239</sup>

由於一念心及如來藏理，故一切智、道種智、一切種智於一心中即圓滿具足，不

<sup>237</sup> 《大正藏》冊 46，頁 55 上。

<sup>238</sup> 釋天禪，《知禮精簡「一念心」與智旭對「一念心」之詮釋的對比研究》，嘉義，南華大學宗教學研究所碩士論文，2008 年，頁 57。

<sup>239</sup> 《大正藏》冊 46，頁 10 中。

可思議。推而擴之，一色一香，一切法，一切心皆不可思議，三諦圓融，此是智者圓頓之教法。

綜上所述，即如牟宗三先生所說：「此一圓教系統所依以成的義理之實是什麼呢？曰：即『一念心』是。此『一念心』亦曰『一念無明法性心』，亦曰『無住本』，亦曰『如來藏理』。此是相應那原初的洞見之『一念心』。它不是通過經驗的分解而建立的持種的阿賴耶識，雖然它與阿賴耶識同是無明妄心；它亦不是分解地說的八識中的第六意識，雖然統此八識皆可名曰一念心，亦可說開決了此八識而成爲一念心。分爲八識是阿賴耶系統，此是別教，而此『一念心』則是圓教，故它既不可被視爲第八識，亦不可以被視爲第六識。它是開決了八識，相應圓教融而爲一說的。」<sup>240</sup>

接著說明智旭對「一念心」之闡釋如下：

### 1. 現前一念心

智旭於《阿彌陀經要解》云：

**信理者，深信十萬億土，實不出我今現前介爾一念心外，以吾現前一念心性實無外故。又深信西方依正主伴，皆吾現前一念心中所現影。全事即理，全妄即真，全修即性，全他即自。我心遍故，佛心亦遍，一切眾生心性亦遍。譬如一室千燈，光光互遍，重重交攝，不相妨礙。是名信理。**<sup>241</sup>

信理者，深信十萬億土，無量事境，實在不出我今現前介爾一念心外。吾人現前一念心性雖然微小，體即法界，本來廣大周遍，實無有外於此一念心者。例如虛空廣大周遍，一切世界，皆在虛空之內。而心性廣大周遍，心性無外，極樂即心

<sup>240</sup> 牟宗三，《佛性與般若》，台北，台灣學生書局，1993年，頁603。。

<sup>241</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁22。

內之極樂，故曰「不出」。在此，智旭又以華嚴之四法界來詮釋現前一念心之現影。即吾人現前一念心性，是理法界；所現極樂，是事法界；全事即理，全妄即真，全修即性，全他即自，是理事無礙法界；我心遍故，佛心亦遍，一切眾生心性亦遍，是事事無礙法界。最後又以一室千燈，來比喻事事無礙之義。故智旭所謂之現前一念心與華嚴宗之真心不變隨緣起現為同一理路。

## 2. 妙明真心

智旭於《楞嚴經玄義》云：

以吾人現前一念實無分劑，亦無方隅，無有初後，并無時劫。豎窮橫徧，當體絕待，不可思議故。大經云：「一切因果世界微塵，因心成體。」又云：「彼不變者，元無生滅。」又云：「不汝還者，非汝而誰。」乃至又云：「覺海性澄圓，圓澄覺元妙」等。皆直指此現前一念，當體常徧，無欠無餘。譬如一剎那中所見明月，即是古今之月，不可謂是月之少分。又如一點水中所現之月，即是天上月之全體，不可謂是少分月也。<sup>242</sup>

從上述可知，智旭以吾人現前一念來解釋《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》之「大」，說明此心「豎窮橫徧。當體絕待。不可思議」，且明明指出此現前一念心即是《楞嚴經》所云「覺海性澄圓。圓澄覺元妙」之人人本具之「妙明真心」。此心「當體常徧。無欠無餘」，如同吾人見到的月亮雖不是月圓之月亮，或者只是一滴水所呈現之月亮，但皆為天上月亮全體之顯現，並非只是少分月亮之顯現。意思是指吾人現前一念心無非是真心全體隨緣之起現。

智旭於《楞嚴經玄義》又云：

若依、若正、若色、若心，隨舉一塵，隨舉一念，隨舉一事，隨舉一名，

<sup>242</sup> 《卍續藏》冊 13，頁 198 上。

一一無非三德秘藏，全體大用，更無少許事理不具此中。經云：「此見及緣，原是菩提妙淨明體。」又云：「一切浮塵諸幻化相，其性真為妙真明體。」<sup>243</sup>

智旭於此甚至談到，不僅現前一念即為「三德秘藏。全體大用」，「隨舉一塵」、「隨舉一事」、「隨舉一名」，皆為吾人本具真心全體之大用現行，因此一切之事理無不涵攝於此妙明真心。故云「此見及緣。原是菩提妙淨明體」，「一切浮塵諸幻化相。其性真為妙真明體」。

綜括上述，智旭所言之現前一念心即是《楞嚴經》所提到之「無始菩提涅槃元清淨體」或「妙明真心」。且此心人人本具，不假修成，如《楞嚴經》云：

佛告阿難，一切眾生，從無始來，種種顛倒，業種自然，如惡叉聚。諸修行人，不能得成無上菩提，乃至別成聲聞緣覺，及成外道，諸天魔王，及魔眷屬。皆由不知二種根本，錯亂修習。猶如煮沙，欲成嘉饌，縱經塵劫，終不能得。云何二種，阿難：一者，無始生死根本，則汝今者，與諸眾生。用攀緣心，為自性者。二者，無始菩提涅槃元清淨體，則汝今者識精元明，能生諸緣，緣所遺者。由諸眾生，遺此本明，雖終日行，而不自覺，枉入諸趣。<sup>244</sup>

凡夫眾生因不知二種根本，故而「枉入諸趣」。一者，無始生死根本，此即無明妄念；二者，無始菩提涅槃元清淨體，此即妙明真心。此二根本，無明本無，真心本有，故人人皆得依佛之教法修行破除無明妄念，而恢復人人本具之真心。因此，《楞嚴經》所指出之「妙明真心」偏向於華嚴宗之真常心系統。

## （二）一念三千與一念全體

<sup>243</sup> 《卍續藏》冊 13，頁 205 中。

<sup>244</sup> 全佛編輯部，《楞嚴經》，台北，全佛文化事業有限公司，2002 年，頁 14。

## 1. 一念三千

潘桂明認為，智顗「一念三千」學說的建立，可說充分依賴於「十如是」說、「十法界」說、和「三種世間」說。這些學說的背景都可歸之于實相原理（如第二章所論述）。所以，「一念三千」的三千世間（三千諸法，指全部宇宙萬有；三千是約數，非實指），其本質也只是一實相。實相可以表現為縱橫交錯、處於普遍聯繫之中的三千諸法，這屬於客體世界部分；與此相應的是主體部分的「一念」。從世俗的角度看，「一念」與「三千」存在著鴻溝，決無平等之理存在著鴻溝，決無平等之理。智顗則從絕對平等的實相原理出發，提倡一念之心即具三千，三千只在一念心中。一念與三千之所以相即，除了三千諸法歸於實相，還有一念之心也屬於實相，此一念心名之為「法性」、「性」。主體與客體的平等統一，也就是法性與實相的相即。「一念三千」之學說以實相論為最高原理，以探究世界的本質以及人與世界關係的本質為究竟。<sup>245</sup>

潘桂明於上述提到所謂地主體與客體其實只是就世俗的觀念而提出的一個方便的說法。事實上，其認為：「『一念』並非單純的意識活動的主體，而是同時成為觀照的對境。『一念』之所以是不可思議境，是因為他在確立自身能『觀』的主體地位時，同時自我轉化為所『觀』的客體。故『一念』兼有能觀和所觀的兩重功能，『三千』是『一念』的對境，同時又是『一念』自身。」<sup>246</sup>潘先生之說明，使我們對「一念三千」之內涵有更深刻而具體之認識。

陳英善亦認為智者大師是以「一念」作為修行之所觀境，且進一步指出吾人觀此一念即是「不可思議境」，此不思議境即是指「三千」法，亦即是一切法之意。因此，一念與三千的關係，實際是指的就是「一念與一切法的關係」；亦即是「一」

<sup>245</sup> 參見潘桂明，《智顗評傳》，南京，南京大學出版社，1996年，頁257~258。

<sup>246</sup> 潘桂明，《智顗評傳》，南京，南京大學出版社，1996年，頁232。

與「一切」的關係。<sup>247</sup>若了知一念即三千，是不可思議境，同樣地，一一法皆是不可思議境。天台爲了便於初學入觀，而「去丈就尺，去尺就寸」，針對由一念識陰心入手，而觀此一念識陰心爲不思議境。同樣的道理，亦可由五陰之色、受、想、行，甚至十二入、十八界，所觀境之十境中的九境入觀，觀之一一法無不是不可思議境，即一一法無不是一切法，一一法無不是三千法。所謂法法皆是不可思議，即是法法皆是中道實相。闡述法法皆是中道實相之教理，即是圓滿教理（或言圓教之教理）。<sup>248</sup>

從上述可知，天台一念三千之概念不僅表達觀行境，且闡述圓滿之教理，使天台教觀一致的理論發揮至極致、圓熟的地步。

## 2. 一念全體

修學天台觀心法門對於現前一念即具三千世間能有所掌握與體認，於觀心時亦較能觀入不思議境。同樣地，修學淨土念佛法門之行者若能了知現前一念能念之心即是全體法界，與諸佛、眾生同體，則自能起大悲之心，且於念佛之時便能安住於佛力之攝受加持，易於進入三昧之境。現在說明淨土宗所謂「一念全體」之概念，如智旭云：

**當知離卻現前一念無量光壽之心，何處有阿彌陀名號。而離卻阿彌陀名號，何由徹證現前一念無量光壽之心。**<sup>249</sup>

智旭在此要說明的是吾人現前之一念心即全體法界，並不異於阿彌陀佛之心性，故云「現前一念無量光壽之心」。現前一念心既是法界全體，故阿彌陀佛名號或阿彌陀佛並不離卻此一念心之外。然而離卻阿彌陀佛或阿彌陀佛名號，不但不存

<sup>247</sup> 參見陳英善，《天台緣起中道實相論》，台北，東初出版社，1995年，頁309。

<sup>248</sup> 參見陳英善，《天台緣起中道實相論》，台北，東初出版社，1995年，頁315。

<sup>249</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁72。

在現前一念心，亦不能徹證「現前一念無量光壽之心」。乃由於吾人雖覺知「自性彌陀」人人本具，只因妄想、執著而不能證得，透過持名念佛，藉由阿彌陀佛之佛光他力之加持，最後始覺、本覺合一，終能見自本具之「自性彌陀」。由此可知，吾人現前一念心，體同法界，本性之光與阿彌陀佛之光，光光互攝互入而不自知，此非佛不念我，乃是由於我不念佛故。眾生若能一心念佛，即受佛力攝受加持，速證菩提。幽溪傳燈大師亦指出我現前一念之念佛心，全體即是一真法界，如其云：

行者稱佛名時，作佛觀時，作主伴依正餘觀時，修三種淨業時，一心不亂時，散心稱名時，以至見思浩浩，恒沙煩惱，凡此有心，皆由真如不變隨緣而作，全體即是法界。故法智大師云：「法界圓融不思議體，作我一念之心，亦復舉體作生作佛，作依作正。若然者，餘心尚是，況念佛心乎。」是故行者念佛之時，此心便是圓融清淨寶覺。以此妙心，念彼阿彌，則彼三身，何身不念，求彼四土，何土不生，但隨功行淺深，品位高下耳。<sup>250</sup>

幽溪傳燈大師除了呼應現前一念心即是法界全體外，他還指出凡介爾有心，「皆由真如不變隨緣而作。全體即是法界。」因此真如即是全體法界之異名，隨緣而能變現各種境界，所謂不隨佛法界之緣，即隨其餘九法界之緣，然不論隨任何一界，其全體即是法界，即是真如。故法智大師云「法界圓融不思議體。作我一念之心。亦復舉體作生作佛。作依作正。」因此眾生現前一念之心，若不念佛法界，即念九法界，雖九法界各界全體皆是法界，皆是真如，然當下介爾一念卻是無明，卻是妄念，此乃由於眾生執於現前一念，不知會歸法界真如故。是故當「行者念佛之時。此心便是圓融清淨寶覺。」此亦是由於行者能不住著於無明妄念，能會歸法界全體故。

此外，了然法師則指出吾人時時刻刻無不處在阿彌陀佛果海實相之中，如「龍

<sup>250</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁404~405。

居海中，海水包含，本未出離。在在處處，無非海水。」如其云：

蓋欲悟入如來實相妙理者，當先藉想龍居海中，海水包含，本未出離。在在處處，無非海水。然後回思我等眾生，亦復如是。無量劫來，常居阿彌陀佛三昧海中，實相包含，本未出離。在在處處，無非實相。但因我等迷卻，不覺不知。譬如罪人，本在自家祖父屋裏，通身包含，未曾出離。因昏迷故，妄建山林曠野，鬧事劇場。或憂或喜，或笑或語，顛倒亂言，我欲回家。醒者告知，汝今本在自家祖父屋裏，安居不動，何以更言回家……但能念念反觀，我此現前一念業識妄心，本在如來實相清淨海中，不出不入，安居正定。從今正好息心念佛，莫更奔波漂流。設復奔波漂流，當下攝之令還。久久如是觀念純熟，不覺契入如來果海實相，安居如來三昧正定。<sup>251</sup>

眾生只因一念生心，執著一切內外境界，故而「不覺不知」。譬如罪人，於昏迷中遊戲於「山林曠野，鬧事劇場」之中，卻不知本在「自家祖父屋裏」，而更言「我欲回家」，有智之士見之，無不免為之可悲可嘆！因此「但能念念反觀，我此現前一念業識妄心，本在如來實相清淨海中，不出不入，安居正定」。若能一心念佛，則現前一念業識妄心，當下即得「契入如來果海實相，安居如來三昧正定。」無怪乎智旭言：「故一聲阿彌陀佛，即釋迦本師於五濁惡世，所得之阿耨多羅三藐三菩提法。」<sup>252</sup>誠哉斯言！

妙叶禪師更將此一念佛之心，即是法界圓融之體，推擴而至萬事萬法，法法皆是法界圓融不思議體，其云：

**故知作是之義一心修者，乃不思議之三觀，為十六觀之總體，一經之妙宗**

<sup>251</sup> 釋了然，《入香光室》，高雄，和裕出版社，2000年，頁43-44。

<sup>252</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁116。

也。……大乘行人，知我一心，具諸佛性。託境修觀，佛相乃彰。今觀彌陀依正為緣，熏乎心性。心性所具極樂依正，由熏發生，心具而生，豈離心性。全心是佛，全佛是心，終日觀心，終日觀佛，其旨明矣。又應了知，法界圓融不思議體，作我一念之心，亦復舉體作生作佛，作依作正，作根作境。一心一塵，至一極微，無非法界全體而作。既一一法全法界作，故趣舉一，即是圓融法界全分。<sup>253</sup>

妙叶禪師於此以《觀無量壽佛經》之十六觀內容來強調現前一念心即是法界圓融之體，使吾人對「一念全體」之義有更深刻之體認，更足以詮釋《華嚴經》云萬法唯心所現之內涵。由於「法界圓融不思議體。作我一念之心。」故十六觀之彌陀依正皆不離現前一念心，故久久觀之得以現前，且能觀者即不思議之三觀，而所觀境即不思議三諦，復以此觀境熏習本心，筆者稱之為「交互作用之熏習」，藉此「交互作用之熏習」熏習本心久久，則「心性所具極樂依正。由熏發生。」此乃觀想成就之時。從此便可了悟「全心是佛。全佛是心。」現前一念心與諸佛本是同體，故眾生心有所感，佛則以依正應之，有何疑惑？且萬法唯心所現，故萬法一一亦皆是心，故不但現前一念心即法界全體，「一心一塵。至一極微。無非法界全體而作。既一一法全法界作。故趣舉一。即是圓融法界全分。」<sup>254</sup>

以上所述，無非在強調眾生心、佛心之全體即是法界，故眾生心、佛心本來不二，然亦無不二，如諦閑大師云：

須知佛心生心，本來無二，亦無不二。何以故，常平等，常差別故，請示論之。所言心者，即指第一義諦，即寂即照之真如心也。只此心性真如之體，十方諸佛，與一切眾生，由來平等不二。乃至一切國土，十方虛空，

<sup>253</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁319~320。

<sup>254</sup> 謂中道實相之理，遍佈於一色一香等一切微細之物中。意即一色一香雖為微細之物，亦含有中道實相之本體。天台宗以空、假、中等三觀去觀照一切諸法後，所顯現之悟境，即此境界。（參見摩訶止觀卷一上圓頓章）

世界微塵，皆以第一義諦寂照真如之心為體也。然則真如之體，雖本不二。而一一諸佛，一一眾生，一一世界，一一微塵，並皆是真如全體。以其各攬全分真如為體，非是真如少分故也。雖然如是，而此一一諸佛，一一眾生，一一世界，一一微塵，以不二言之，同在真如心內。以無不二言之，一一諸佛，一一眾生，一一世界，一一微塵，各攬全體真如。然非別有多真如也。譬如千燈，共照一室，互遍互含，不一不異，無障無雜，常平等。常差別也。所以約諸佛而言，則一切眾生，並是諸佛心內之眾生，以諸佛證此第一義諦寂照真如之心，豎窮橫遍，更無外故。若約眾生而言，則一切諸佛，是眾生心內之諸佛。以眾生雖迷此第一義諦寂照真如之心，而此真如之心，全體具足，並無少分遺失，依然豎窮三際，橫遍十方，更無有外故也。<sup>255</sup>

諦閑大師指出，佛心、眾生心雖本來同體無二，然「亦無不二」，何以如此？因「常平等。常差別故。」若單只談生佛同體，為何眾生不能顯現如來之恆沙功德？只因眾生迷於真心佛性故，因此雖常平等，卻也不礙其常差別。文中舉出室內千燈為例，其云「譬如千燈。共照一室。互遍互含。不一不異。無障無雜。常平等。常差別也」，吾人當可從此悟入「常平等。常差別。」之義。因常平等，故本來無二，「同在真如心內」；因常差別，故無不二，「一一諸佛。一一眾生。一一世界。一一微塵。各攬全體真如。」然亦不可言真如有很多數量，或許可如此說之，佛心、眾生心雖同一法界圓融體，然卻不礙其個別之差別相，如室內之千燈，或如帝釋天之因陀羅網的明珠，彼此互攝互入，卻又各各差別，以此亦可說明「一切眾生。並是諸佛心內之眾生。」「一切諸佛。是眾生心內之諸佛。」且佛心、眾生心皆「豎窮三際。橫遍十方。」「全體具足」，差別只在迷悟之不同。大師從「一念全體」之概念中將諸佛與眾生彼此關係之異同剖析地十分詳盡，實有助行者於念佛時更易得力，故徹悟禪師云：

<sup>255</sup> 諦閑大師，《諦閑大師語錄》，台南，和裕出版社，2005年，頁23~24。

惟依此念，變現諸法，離此念外，無法可得。原此一念，本是法界，從緣而起，緣無自性，全體法界。故得橫徧十方，豎窮三際，離過絕非，不可思議。法爾具此威神，法爾具此功用。今以此念，念於西方阿彌陀佛，求生極樂淨土。正當念時，西方依正，在我心中，而我此心，已在西方依正之內。如兩鏡交光，相含互照，此橫徧十方之相也。若約豎窮三際，則念佛時，即見佛時，亦即成佛時。求生時，即往生時，亦即度生時。三際同時，更無前後。<sup>256</sup>

徹悟禪師特別提示吾人若能體認現前一念即是「全體法界」，「橫徧十方。豎窮三際。」且以此念念佛，則「念佛時。即見佛時。亦即成佛時。求生時。即往生時。亦即度生時。三際同時。更無前後。」成佛何其快速，故云「一念相應一念佛，念念相應念念佛。」

### 3. 一念三千與一念全體

一念三千代表著每起現之一念即是三千世間，或者三千世間即是現前所起的一念不可思議之無明法性心。推而擴之，萬事萬法無非當下皆具備三千世間，正所謂一即一切，一切即一是也。故大經上有破一微塵出無量經藏之語。然此皆為觀照吾人現前一念妄心所入之不思議境，乃純依自力之觀行。而念佛法門之一念全體所代表的意義為能念之心當下即是全體法界，且此全體法界為在真常心系統下而論之全體法界。由於全體法界包含十法界眾生，故當吾人念佛時易起無緣大慈，同體大悲之心，而且尚可借助所念之佛之他力加持，使吾人得以進入佛之果覺三昧之中，故念起佛來更覺安心有力。因此，吾人正念佛時除了依自力一心持名外，尚得佛之他力加持。而所謂地「佛光普照」，亦即是行者念佛得蒙佛光攝受之意。

<sup>256</sup> 藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992年，頁601~602。

由上述可知，智顓與智旭二者對「一念心」之詮釋各有不同，亦正代表其二宗教義有所不同，導致本論文欲探討之觀心法門與持名念佛因地制宜於二六時之雙修會有可議之處，因此於第三小節將論述觀心法門與持名念佛雙修之可能性。

## 二、台宗與淨宗觀法相同之處

首先論述台宗一心三觀之觀法，如《摩訶止觀》云：

**若一法一切法，即是因緣所生法，是為假名，假觀也；若一切法即一法，我說即是空，空觀也；若非一非一切者，即是中道觀。一空一切空，無假中而不空，總空觀也；一假一切假，無空中而不假，總假觀也；一中一切中，無空假而不中，總中觀也。即《中論》所說不可思議一心三觀，歷一切法亦如是。<sup>257</sup>**

「一心三觀」為天台觀諸法實相之重要法門之一，依此觀法得以使吾人迅速體悟實相境界。因此，筆者認為天台之「一心三觀」法門於出入手處便是觀照諸法之實相。由於「心、佛、眾生是三無差別」，然佛法太高，眾生法太廣，故智顓指出吾人但能「去丈就尺，去尺就寸」地觀照現前一念陰識妄心即空即假即中便能觀入實相。前云「心、佛、眾生是三無差別」，且萬法唯心所現，因此擴而充之，一切法無非是即空即假即中之實相。而所謂地「空」，即是觀照心所起現之一切法本無自性，當體即空，故云「一切法即一法，我說即是空」。所謂地「假」，即是觀照心所起現之一切法皆因緣和合而生，緣聚則現，緣散即滅，非永恆之存在，故虛幻不實，故云「因緣所生法，是為假名」。若能不執於「空」、「假」二觀，而雙遮雙照「空」、「假」二觀，即是所謂地中道實相觀。此三觀，非三非一，即三即一，即一即三，三而一，一而三，故智顓接著說明，若論空觀，「一空一切空，無假中而不空」，此為總空觀；若論假觀，「一假一切假，無空中而不假」，

<sup>257</sup> 《摩訶止觀》卷第五，《大正藏》第46卷，第55頁中。

此為總假觀；若論中觀，「一中一切中，無空假而不中」。以上所論即是《中論》所說不可思議一心三觀，所觀即是諸法實相。

接著論述淨宗之理一心不亂，如《阿彌陀經要解》云：

**事持者。信有西方阿彌陀佛。而未達是心作佛。是心是佛。但以決志願求生故。如子憶母。無時暫忘。理持者。信西方阿彌陀佛。是我心具。是我心造。即以自心所具所造洪名。為繫心之境。令不暫忘也。不論事持理持，持至伏除煩惱，乃至見思先盡，皆事一心。不論事持理持，持至心開見本佛性，皆理一心。事一心不為見思所亂。理一心不為二邊所亂。<sup>258</sup>**

所謂地一心不亂可分為事一心不亂與理一心不亂。二者雖皆將一切事物會歸於一心，然畢竟有所差別，故首先作一簡別。修學持名念佛法門之行者於持名時通常有兩種觀法，其一為事持，即但信西方確有極樂世界、阿彌陀佛，且依佛立之四十八願，一心念佛，發願求生淨土，「如子憶母。無時暫忘」，由於未能通達「是心作佛。是心是佛」，亦即純念他佛，故為事持念佛。另一則為理持，此乃觀想西方淨土、阿彌陀佛本是「心具」、「心造」，故依此念佛即是念自心所具之阿彌陀佛，亦即純念自佛，此為理持念佛。智旭指出，不論是事持或理持念佛，只要能「持至伏除煩惱，乃至見思先盡」，皆可稱之為事一心不亂；若能「持至心開見本佛性」，皆可稱之為理一心不亂。由上述可知，事持與理持皆有可能達至事一心不亂或理一心不亂之境界。而事一心不亂只能伏除煩惱，斷見思惑煩惱，斷見思惑，因此仍不能斷塵沙惑乃至無明惑而得見實相。至於理一心不亂由於能「見本佛性」，「不為二邊所亂」，故即能會見實相，

因此，筆者所謂淨土與天台之觀法相同者即是指依持名念佛而達至理一心不亂之境界者，因二者皆為能觀諸法之實相。

---

<sup>258</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1990年，頁59~60。

雖然「事」、「理」一心不亂皆為實相念佛，但純念自佛之「理」一心不亂應較相應於天台之觀心法門，然「理」一心不亂卻非持名念佛法門入手即可達到之境界，此不同於天台觀心法門入手處即是觀妄心即空即假即中之實相觀法。且智旭之持名念佛是以往生極樂淨土為目的，不必然要念至「事」、「理」一心不亂之境界，若從此觀點而言，觀心法門與持名念佛法門之雙修即無必然性及可能性。但若能在「一心不亂」之境談台淨雙修即有可能，因智顛所謂的常行、常坐三昧即是因持名念佛而達三昧正定，此亦即是一心不亂境界。如智顛於《摩訶止觀》中提到「觀心藉緣調直」，在此所謂之「緣」，即是四種三昧，故云「四行為緣」。亦即行者欲行觀心法門須先調直自心，若心不調直與「不動」（不受內外境界干擾）相應，則觀行難以成就，故云「夫欲登妙位非行不階」。如其云：

**二勸進四種三昧入菩薩位，說是止觀者：夫欲登妙位，非行不階。善解鑽搖，醍醐可獲。《法華》云：「又見佛子修種種行以求佛道。」行法眾多，略言其四：一、常坐，二、常行，三、半行半坐，四、非行非坐。通稱三昧者，調直定也。《大論》云：「善心一處住不動，是名三昧。」法界是一處，正觀能住不動，四行為緣觀心，藉緣調直。故稱三昧也。<sup>259</sup>**

調心之目的在於使「善心一處住不動」，故即是「三昧」境界，故云「調直定也」。是故智顛在此所要強調的是行者修學天台止觀法門可先以四種三昧入手，使心達到止靜不動亂之境界，則於對遇境緣實踐天台觀心法門，自然水到渠成，無往不利。另外，智顛曾云：「四種三昧，同名念佛，念佛三昧，名為三昧中王。」而四種三昧中，其中即有兩種三昧與持名念佛法門之修學方式是相同的（常坐三昧與常行三昧），以下即分別論述之。

#### （一）常坐三昧

<sup>259</sup> 《摩訶止觀》卷二，為「五略」第二「修大行」。

《摩訶止觀》云：

一、常坐者，出《文殊說》、《文殊問》兩般若，名為一行三昧。今初明方法，次明勸修。方法者。身論開遮，口論說默，意論止觀。<sup>260</sup>

常坐三昧，出自《文殊說般若經》和《文殊師利問經》兩部經，又名為「一行三昧」。一行三昧，又作一三昧、真如三昧、一相三昧、一相三摩地等。指心專於一行而修習之正定，有理事二種：（一）理之一行三昧，乃定心觀法界平等一相之三昧，體證一切諸佛法身與眾生身為平等無二，故於行住坐臥等一切處，能純一直心，不動道場，直成淨土。（二）事之一行三昧，即一心念佛之念佛三昧。<sup>261</sup>在此之理事一行三昧，即同念佛三昧之理一心不亂與事一心不亂，故持名念佛法門實有助於吾人在實踐天台觀行時，能更加得力。吾人欲入此「一行三昧」有三條路徑，即從身、口、意三業作起，而與本論文相關者為「口論說默」部分，如《摩訶止觀》云：

口說默者，若坐疲極，或疾病所困，或睡蓋所覆，內外障侵，奪正念心，不能遣卻，當專稱一佛名字，慚愧懺悔，以命自歸。與稱十方佛名功德正等。所以者何？如人憂喜鬱悒，舉聲歌哭，悲笑則暢。行人亦爾，風觸七處成身業，聲響出脣成口業，二能助意，成機感佛俯降。如人引重，自力不前，假傍救助，則蒙輕舉。行人亦爾，心弱不能排障。稱名請護，惡緣不能壞。若於法門未了，當親近解般若者。如聞修學。能入一行三昧，面見諸佛，上菩薩位。誦經誦咒，尚喧於靜，況世俗言語耶？<sup>262</sup>

智顗於此指出，因坐得極端疲倦，或因病所困，或被睡眠所障覆，甚至被一切內外境界所障礙而失卻正念不能排遣時，當以至誠心專稱一佛名號（通常為稱念「阿

<sup>260</sup> 《摩訶止觀》卷二，為「五略」第二「修大行」。

<sup>261</sup> 王雷泉，《摩訶止觀》，高雄，佛光文化事業有限公司，2005年，頁98。

<sup>262</sup> 《摩訶止觀》卷二，為「五略」第二「修大行」。

彌陀佛」名號，與娑婆世界緣深故。若吾人言本師釋迦牟尼佛，人多未曉，若言阿彌陀佛，連三歲小孩亦知稱念。又《阿彌陀經》提到十方諸佛共讚阿彌陀佛功德不可思議故。)因稱一佛名，「與稱十方佛名功德正等」。行者於念佛時，因膺中之風發出，能動項、齦、齒、唇、舌、喉、胸等七處，而構成身業；因唇出聲響而構成口業。由於心中專憶阿彌陀佛，加上身、口二業之助緣，故能感應阿彌陀佛降臨，於是行者所遇之障礙便得一掃而除。智顛於此所提到的即是所謂的他力之救護，與淨宗念佛法門可說如出一轍，故云「如人引重自力不前。假傍救助則蒙輕舉。」、「稱名請護惡緣不能壞」。

## (二) 常行三昧

《摩訶止觀》云：

**二、常行三昧者，先方法，次勸修。方法者：身開遮，口說默，意止觀。此法出《般舟三昧經》，翻為佛立。佛立三義：一、佛威力，二、三昧力，三、行者本功德力。能於定中，見十方現在佛在其前立，如明眼人清夜觀星，見十方佛亦如是多，故名佛立三昧。<sup>263</sup>**

「常行三昧」此法出自《般舟三昧經》，又稱「佛力三昧」。佛力有三層含義：.佛之威力，.三昧之正定力，.行者本身之功德力。修此三昧成就時，能於定中見到十方現在諸佛站立行者面前，故名「佛力三昧」。與持名念佛相關者為「口說默」部分，如《摩訶止觀》云：

**口說默者，九十日身常行無休息，九十日口常唱阿彌陀佛名無休息。或唱念俱運，或先念後唱，或先唱後念，唱念相繼無休息時。若唱彌陀，即是唱十方佛功德等，但專以彌陀為法門主。舉要言之，步步、聲聲、念念，**

<sup>263</sup> 《摩訶止觀》卷二，為「五略」第二「修大行」。

行此法門須於九十日中，身體步步常行，無片刻之休息（除飲食、如廁外），故成就後名「常行三昧」。口則唱念阿彌陀佛名號不間斷，心中則時時憶念阿彌陀佛，亦得持誦、憶念佛號同時運行，乃至「先念後唱。或先唱後念」，總之「唱念相繼無休息時」，以九十日為期。智顛於此明顯指出此常行三昧「專以彌陀為法門主」，亦即雖「唱彌陀即是唱十方佛功德等」，但仍以阿彌陀佛為法門主尊，此不正與淨宗法門相契相合，亦是筆者認為台宗與淨宗法門得以雙修之處。

常坐與常行三昧可說是智顛於《摩訶止觀》中談到與淨土持名念佛法門之雙修最為相契之論述，但其雙修之先決條件首須依持名念佛至三昧境界，即所謂「藉緣調直」後易於修學天台之觀心法門。然此常坐與常行三昧與智旭之依持名念佛法門而求生極樂淨土之觀行境界似乎仍有一段差距。因智旭所倡之持名念佛法門主要是希望念佛之行者能生信發願往生極樂世界，於平日依持名念佛法門得與阿彌陀佛之悲願感應道交，則臨命終時阿彌陀佛自然降臨接引行者往生淨土。於第三章雖言及持名念佛法門能達至甚深之境，然智旭認為吾人不必然須念佛至一心不亂方能往生淨土，如《阿彌陀經要解》云：「得生與否。全由信願之有無。品位高下。全由持名之深淺。」<sup>265</sup>故能持名念佛至一心不亂，往生之品位自然高居。而若未至一心不亂者，但能深信切願，亦得往生極樂。基於上述，智旭依真心觀所提倡之持名念佛法門與天台之觀心法門之雙修便似乎沒有絕對之必然性，因此接著進一步論述觀心法門與持名念佛雙修之可能性。

<sup>264</sup> 《摩訶止觀》卷二，為「五略」第二「修大行」。

<sup>265</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁44。

### 三、觀心法門與持名念佛雙修之可能性探析

持名念佛法門雖可獲致絕大之功效，甚至一心念佛，持之不輟仍可達至一心不亂之實相念佛境界，然其入手處卻可能偏屬於別教系統。前已論及，智旭所謂能念之現前一念心較接近華嚴宗之真常心系統，屬於別教所攝，又如天禪法師指出，智旭對一念心的詮釋可說是傾向於真心論，其實由他自認為不屬於任何宗派，即可見其思想之端倪。他的佛學思想目標是要達成性相融合，因此嘗試以「現前一念」來綜攝諸宗，因此智旭的「現前一念」所展現之特色，是以妙明真心為現前一念心之體性的現前一念妄心。此「現前一念」既不是屬於天台的一念無明法性心也不同於華嚴的自性清淨心，且又含有唯識的成分，融合性相二宗之一念心。<sup>266</sup>如牟宗三先生云：

**性具之性亦不是「真心即性」之性，即，不是靈知之心但中之理之性，而乃是「無明即法性，法性即無明」之性，「一念無明法性心」之性。此非「唯真心」系統，而乃是「妄心」系統，唯「煩惱心、剎那心」之系統（但卻不是阿賴耶系統，此須注意）。此「一念無明法性心」即具三千世間法（此是圓說），非靈知之心但中之理隨緣起現一切法（此是別教說）。<sup>267</sup>**

又尤惠貞先生於《天台性具圓教之研究》一書中引十義判別圓來說明別教與圓教之不同，認為此十義中，「即不即」與「斷斷不斷斷」二義即可總攝其餘八義，另外此二義最能分判別教與圓教之不同，圓教之特質與殊義也因此而得以彰顯。<sup>268</sup>吾人可由此來檢視智旭所謂地「現前一念」雖為真妄和合之心，然其最終無非是要斷除妄念而恢復真心，而非即妄心即是真心，不同於智者「一念無明法性心」之即無明即法性。因此，綜觀智旭其「現前一念」所展現之特色，在天台宗之判

<sup>266</sup> 釋天禪，《知禮精簡「一念心」與智旭對「一念心」之詮釋的對比研究》，嘉義，南華大學宗教學研究所碩士論文，2008年，頁122。

<sup>267</sup> 牟宗三，《佛性與般若》，台北，台灣學生書局，1993年，頁569~570。

<sup>268</sup> 參見尤惠貞，《天台性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993年，頁250~251。

教系統下，還是須將其歸納於別教，而非屬圓教。而智者所言之一念無明法性心，即是所謂地無明即法性，法性即無明之即因即果之圓教系統，二宗之結合雙修似乎會有不融甚至隔礙之疑慮，甚且亦不一定能被屬於智顛之天台圓教系統之行者所接受。

由上述可知，除卻「教崇天台，行歸淨土」式之台淨雙修，於二六時中，依《摩訶止觀》、《彌陀要解》所提到之觀心法門與持名念佛因地制宜地雙修可能因兩位大師施行法門之觀法的差異（一者為妄心觀，一者為真心觀），導致雙修可能會產生隔礙之疑慮。話雖如此，智顛在《摩訶止觀》中之常坐、常行三昧亦曾提到持名念佛法門，從此可看出觀心法門與持名念佛雙修之可能性。吾人若能在非真常心系統之觀法下行持名念佛法門，而是以天台圓教之觀法行持名念佛法門，則觀心法門與持名念佛於二六時中因地制宜地雙修便較為合理。以下即分述天台圓教式之念佛法門：

### （一）止觀念佛法

念佛亦即為止觀雙修，寶靜法師對此作了一番詮釋，其云：

當知止觀齊修，定慧均等者何，無他，即一句彌陀是。梵語阿彌陀，此云無量光壽，光即是慧，壽即是定，光壽不二，即是定慧均等之妙止觀。如吾人念一句佛號，能念之心，所念之佛，了不可得，即是止。能念所念，歷歷明明，即是觀。當知正歷歷明明時，當體了不可得，正了不可得時，而原來歷歷明明，當下即止即觀，即觀即止，止觀均定，定慧不二之無量光壽也。<sup>269</sup>

修學佛法最重要者為能「止觀齊修」、「定慧均等」，方能真有所成就。因有觀無

<sup>269</sup> 寶靜法師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁143~144。

止或觀多於止，則成狂慧；有止無觀或止多於觀，則徒增邪定。吾人若欲「止觀齊修」、「定慧均等」，依寶靜法師之看法，一句「阿彌陀佛」名號即是「定慧均等之妙止觀」。正如法師所云「吾人念一句佛號，能念之心，所念之佛，了不可得，即是止。能念所念，歷歷明明，即是觀。」故而正念佛之當下「即止即觀，即觀即止」，因此念佛法門為「止觀齊修」、「定慧均等」之修學法門當可無疑。

## （二）一心三觀念佛法

寶靜法師指出，若非上根利智之器，「欲修一心三觀，行如來行，以如來莊嚴而自莊嚴，是為甚難」，如其云：

**末世眾生，根機淺薄，欲修一心三觀，行如來行，以如來莊嚴而自莊嚴，是為甚難，若修念佛，較易成就。正念佛時，即一心三觀，能念之心空寂，即空觀；所念之佛歷明，即假觀；非空非假，即中道觀；念至一心不亂，則一心三觀自然現前，此時所念如所言，所言如所念，即是行如來行。……然佛之境界，即是空假中三觀，圓三諦理，即大寂滅之境界也。<sup>270</sup>**

換言之，上根者修學一心三觀，即是「行如來行，以如來莊嚴而自莊嚴」，則必能迅速成就，悟入法性。然中、下根器者，依念佛法門，亦得以成就。因「正念佛時，即一心三觀」，何以故？能念之心了不可得，即是空觀；所念之佛清清楚楚，明明白白，即是假觀；能不滯著於空、假二觀而雙遮雙照空、假二觀，即是中道觀。行者若能不間斷、不夾雜，則念佛必可達一心不亂，「念至一心不亂，則一心三觀自然現前」，此時一切言行舉止，皆不離一心三觀，故云「所念如所言，所言如所念」，故亦是「行如來行，以如來莊嚴而自莊嚴」，一心三觀既已成就，自然也就成就三諦圓融境界，此即是如來「大寂滅之境界也」。

<sup>270</sup> 寶靜法師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁268~269。

由上述可知，念佛法門雖至簡易，卻也極圓頓，多數念佛之行者於念佛時，實暗合道妙而不自知，故此法門乃釋迦牟尼佛無問自說之無上方便、究竟了義、利鈍全收之法門，至善，至美，故寶靜法師云：

**然於諸修行中，此念佛止觀為最勝，以其此法，乃世尊無問自說，至簡易，至圓頓，至善，至美，但能老實念佛，即是止觀不二，若人但念阿彌陀，是名無上妙止觀也。<sup>271</sup>**

### （三）一念三千念佛法

吾人若能了知現前所起之一念即具三千，是不可思議境，觀之一一法無不是不可思議境，即一一法無不是一切法，一一法無不是三千法。所謂法法皆是不可思議，即是法法皆是中道實相。既然一切法是皆是三千法、不可思議，同樣地，念佛之念當下亦具足三千法、不可思議。因此，以「一念三千」之觀法念佛，非但不異於台宗觀心法門，尚且還能達到攝心之效。

行者若能以上述三種觀法行念佛法門，實際上即與觀心法門不一不二。由於是在天台圓頓教觀下行念佛法門，故不二；然卻以持名念佛之方式實行之，故不一。又因為不二，故得以雙修；因為不一，故得以於二六時中因地制宜地踐行觀心與持名念佛法門。因此，於下一節將論述於天台圓教觀法下之持名念佛法門與觀心法門雙修之形式及可達至之最後終趣。

## 第三節 觀心法門與持名念佛在生活中之交互運用

既然持名念佛法門亦得以天台觀法踐行之，吾人是否僅就觀心法門或持名

---

<sup>271</sup> 寶靜法師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁176。

念佛其中一個法門修學即可。實則不然，因觀心法門，著重於「觀」；持名念佛乃攝心法門，較偏於「止」。若能觀心法門與持名念佛雙修，則如同止觀雙行，故「止」、「觀」得以相輔相成，破除妄念（不破之破）、執著之力道非單只修學其中一種法門所能比擬。又天台純依自力修行，有時難免不易起觀行甚至易遭魔難，若能於平時輔之以持名念佛法門，除得免遭魔難外，尚得攝心增長定力，定力增長，觀力自然增盛。而念佛雖得佛力之加持，然卻自力不足，故念佛亦可能了不得力。若能於對境遇緣時輔之以天台觀心法門，則自能增長觀力，觀力增長，定力亦隨之增盛。如此止觀雙行，相輔相成，行者得以速成念佛三昧或觀入不思議境。以下將論述觀心與持名念佛法門於生活中之交互運用為何。

#### 一、因地制宜——觀心與念佛的場合抉擇

吾人欲於生活中踐行台淨雙修法門，首先須了解於不同地時空該施行何種法門，對於行者止、觀二力之提升方能有所助益，如寶靜法師云：

**最好從靜坐功夫中，執持一句彌陀名號。所謂寂寂惺惺，惺惺寂寂，將一句彌陀，持至一心不亂，修成念佛三昧，則妙中之妙矣。<sup>272</sup>**

在此所謂地「靜坐功夫」，可以是指盤腿而坐，如同禪坐一般。然亦可將靜坐之意延伸為平日閒暇之時所作之工夫。因此時吾人不須對應外緣，較適宜修學持名念佛法門以涵攝心性，如此則念佛三昧易於成就。且由於平時念佛涵攝心性之故，一旦面對境緣時，觀心之力道也會增強，此乃因念佛攝心之修行工夫雖偏修「止」，然「觀」自在其中矣，故云「寂寂惺惺，惺惺寂寂」。此是筆者所謂「閒暇之時念佛，對境遇緣時觀心」之義。又諦閑大師云：

<sup>272</sup> 寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁116。

今修正行，凡有無等四句法，一切俱離，則妄動除滅，而證寂靜心體，得大自在，故曰即為自利。修習觀行，熏令違用繁興，則倒駕慈航，大悲度眾，熏令順用顯現，則大智圓明，功德滿足，故曰即為利他。又止觀二行，若通而論之，則約修證言，止觀無非自利。約教化言，止觀皆為利他。若別而論之，則止行顯體，於自利偏勝。觀行顯用，於利他偏多也。<sup>273</sup>

諦閑大師指出，止觀二行，若就修證者而言，皆屬自利；若就佛菩薩教化眾生而言，則皆為利他，此是止觀二行合而論之故云。若別而論之，則修正行之主要功能在於遠離一切妄念幻相，最終能證得「寂靜心體」或「清淨自性」。如行者修學持名念佛法門，便得使妄念逐漸減弱、減少，進而達至無念之狀態。而無念非毫無念頭，形同斷滅，而是正沒有妄念時，即頓悟而顯露清淨無念之自性本體，原來不生不滅，孤明歷歷，而能「得大自在」，故謂止行「自利偏勝」。至於觀行，則不論是違用之惡法或順用之善法，皆能利益眾生。此如天台之性善、性惡法門，無非是為了使眾生能早日獲得覺悟，故謂觀行「利他偏多也」。

由上述可知，雖觀心法門與持名念佛法門皆為止觀雙修法門，於二六時中皆可修行。然當行者修學觀心法門時，於對遇境緣時較能發揮其功效，如上所云「觀行顯用。於利他偏多也。」又行者於對境緣修觀心法門時恐有力不從心之慮，故於閒暇之時宜修學持名念佛法門以涵攝心性，以求證「寂靜心體」（或可曰明心見性，第三章曾論及禪淨不二之理），則於涉及世事塵緣時，觀行自然得力。

## 二、觀心、念佛雙行——止觀相互增長

念佛初始乃為攝心故，久而久之，念佛之念了了分明即是觀；一心三觀則可

<sup>273</sup> 諦閑大師，《大乘止觀述記》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁185。

先在念佛之基礎上勤加用功（如前一節所提到之常行、常坐三昧），觀照之效用方能得力。而當觀照得力時，觀中有止，即觀即止。是故念佛與觀心如車之兩輪，若能勇往不輟，自然所向披靡，則煩惱、障難，不退自退。如諦閑大師云：

**須知念佛念到事一心時，則佛外無念，念外無佛，便是佛心我心，平等一如，即理一心矣。所以念佛法門，稱為三根普被，最勝方便也，念佛人不可不知。又復專念他佛者，於對遇境緣，起心動念時，亦無妨依染分止觀，次第而修，以資成念佛之力也。<sup>274</sup>**

念佛得以入事一心不亂境界，甚至入理一心不亂境界，於前已多所論述，因此稱念佛法門為「三根普被。最勝方便也。」然念佛行者若未能入上述兩種念佛三昧者，一般而言，初行念佛法門者，大都是專念他佛者（因若能念自、他佛者或能專念自佛者，最易入念佛三昧，然此須對教義有相當深刻之了解，故難以做到），故而定力不足，因此可於「遇緣對境」時，或「起心動念」時，修習天台止觀（或一心三觀），如此可「資成念佛之力也」（以觀力助成定力）。而一旦念佛得力，則觀力亦得增盛，故觀心與念佛雙行得以相互增長定力與觀力，此亦是本論文所以倡觀心法門與持名念佛雙修之主要因素。

寶靜法師指出，行者若能「善以念佛法門而修止觀」，則修行易收事半功倍之效，「現前當來決定成佛」，其云：

**當知止觀齊修，定慧均等者何，無他，即一句彌陀是。梵語阿彌陀，此云無量光壽，光即是慧，壽即是定，光壽不二，即是定慧均等之妙止觀。如吾人念一句佛號，能念之心，所念之佛，了不可得，即是止。能念所念，歷歷明明，即是觀。當知正歷歷明明時，當體了不可得，正了不可得時，而原來歷歷明明，當下即止即觀，即觀即止，止觀均定，定慧不**

<sup>274</sup> 諦閑大師，《大乘止觀述記》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁266。

二之無量光壽也。行者若能善以念佛法門而修止觀，一生不致空過，現前當來決定成佛。<sup>275</sup>

因台宗之止觀或一心三觀若非是久修之行者或對天台教義有深切之研究與了解，欲起觀行已屬不易，何況能觀行得力，得以降服或除滅煩惱。而念佛法門簡單易行，雖初行此法，可能會引發更多的妄念，<sup>276</sup>但只要能持之以恆，妄念自然減少，無形之中定力即見增長，觀力亦得增勝，此時便可明瞭「能念之心，所念之佛，了不可得，即是止。能念所念，歷歷明明，即是觀。」於對遇境緣時再配以台宗之止觀，自然得心應手。寶靜法師又云：

故於修止觀中，正念昭彰，一念不生，如金剛王寶劍，佛來佛斬，魔來魔斬，我這裡無佛無眾生，不特魔念須放下，即佛念亦須放下，以其魔多變佛形而來擾亂故也。是知但修止觀，恐於定中，易為魔鬼擾亂，以其全仗自力，故最好於止觀中一心念佛。念佛即止觀，則可免一切魔事，以念佛仗他力，修止觀全仗自力，為禪宗之斬佛斬魔，悉仗自力，其用功難，不易離魔事，念佛既仗彌陀願力攝持，且正念佛時，有四十里路之光明，魔王即不得便。若單修禪，則枯木堂前岔路多，未若淨土宗之穩當。以止觀念佛，又具信願，誠徑路之徑路，方便中之方便，了義中無上了義，圓頓中最極圓頓。古人云：「若人但念阿彌陀，是名無上深妙禪。」即此義也。<sup>277</sup>

前已提及，修習天台止觀乃屬實相念佛之法門之一，故云「於修止觀中，正念昭彰，一念不生」。因此修習止觀若可得力，應當可以很快地進入不可思議之實相境界。然其全仗自力降服、破除煩惱，不免遭逢魔事擾亂，故「其用功難」。因

<sup>275</sup> 寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁143~144。

<sup>276</sup> 我們念佛功夫不熟的時候，會起妄念，這是無量劫來的習氣，是正常的。但若能咬緊牙關，堅持不間斷地念佛，妄念必可漸漸減少，最終達至無念而念，念而無念之一心不亂境界。

<sup>277</sup> 寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁210~211。

此，若能「於止觀中一心念佛」，則「可免一切魔事，以念佛仗他力」故，由於「念佛既仗彌陀願力攝持，且正念佛時，有四十里路之光明，魔王即不得便。」故若於對境緣修止觀不能得力，甚至為魔事所障礙，則可於平日閒暇之時，以念佛法門增強定力與觀力，那麼在面對一切境緣修習止觀較能自在無礙。且一旦止觀之力強盛，無明妄念亦會減少或者不易生起，對於念佛行者也較易進入一心不亂之境界，故云念佛與止觀得以相互增長定、觀二力，最後所入皆為實相念佛之境界。

### 三、觀心法門與持名念佛雙修之修習終趣

止觀雙修最後要有所成就，必須能做到即觀即止，即止即觀，觀即是止，止即是觀，觀乃即止之觀，止乃即觀之止，無有離止之觀，無有離觀之止，能所不二，定慧等持。於是無時不在定中，無時不在慧中，不思議境於是現前，亦是念佛三昧現前，即為止觀雙行成就之時。因此，寶靜法師認為止觀乃是獲致「泥洹無上果報之要門」，其云：

然如來之定慧，由何而證耶？無他，即修止觀而得也。止即是定，觀即是慧，能定慧圓融，止觀平等，寂照不二，明靜一體，方為如來之止觀，無單輪隻翼之弊。古云：寂寂惺惺是，寂寂無記非。寂寂既久，偏於止，一味寂寂，久則成病，此則落於有覆無記。惺惺寂寂是，惺惺亂想非。若惺惺既久，偏於觀，一味用觀惺惺，惺惺久之亦病，此則落於亂想紛飛。偏於惺惺，則有觀無止，有慧無定；偏於寂寂，則有止無觀，有定無慧。如是皆不見於佛性，所以必須常寂寂而常惺惺，寂寂時，心中毫無糊塗，須歷歷明明，即寂而照。常惺惺而常寂寂，正當觀照歷歷，而一念不生，即照而寂。當寂寂而常惺惺，即止而觀；當惺惺而常寂寂，是即觀而止。惺寂不二，止觀一如，是謂真止觀，是名定慧圓融。正當一念不生，而明明歷歷；正當歷歷明明，而一念不生。清清楚楚則不糊塗，一心湛然，則不

散亂，定慧由是現前，明靜從此顯發。由此觀之，止觀豈非泥洹無上果報之要門乎？<sup>278</sup>

由於「定慧等持」方能見佛性，而定慧如何證之？「無他，即修止觀而得也。」前已言及，修止能得定，修觀能得慧，最終能「定慧圓融，止觀平等，寂照不二，明靜一體，方為如來之止觀」，如此方「無單輪隻翼之弊」。亦即止觀雙修，如車之兩輪，鳥之雙翼，能得自在無礙，故缺一不可。若單修止，則是有止無觀，有定無慧，如此則「一味寂寂，久則成病，此則落於有覆無記。」若偏於修觀，則是有觀無止，有慧無定，如此則「一味用觀惺惺，惺惺久之亦病，此則落於亂想紛飛。」因此若止觀不能同時並行，「如是皆不見於佛性」。故「必須常寂寂而常惺惺」，即正寂寂時，心中清清楚楚，明明白白，毫無糊塗，歷歷明明，意謂「即寂而照」。亦須「常惺惺而常寂寂」，正「觀照歷歷」時，卻是「一念不生」，意謂「即照而寂」。吾人「當寂寂而常惺惺」時，為「即止之觀」；「當惺惺而常寂寂」，為「即觀之止」。最後自然能達「惺寂不二，止觀一如」之境，如此方謂之「真止觀」，亦是「定慧圓融」。至此則得以初見佛性，知佛境界，如嘗蜂蜜，滴滴皆甜。若能持續止觀雙修，定慧等持，念念不斷，念念增勝，必能速成佛道。

寶靜法師在此所要說明的是修行最重要者為能開悟佛知見，而最終之目的在於能入佛境界，此亦是實踐本論文所提到之修行法門所欲達到之域所。佛之境界不外乎能「定慧等持」，而欲證如來之定慧，須修習止觀方能得之。而「止觀雙修」之法，本論文主要論及者為天台宗之止觀修法及淨土宗之念佛法門。從智者大師之《摩訶止觀》觀之，天台宗為止觀雙修之法應較無疑義。而念佛法門亦為止觀雙修之法門，於第三章亦曾論及，現再例舉寶靜法師之論述：

當知止觀齊修，定慧均等者何，無他，即一句彌陀是。梵語阿彌陀，此云無量光壽，光即是慧，壽即是定，光壽不二，即是定慧均等之妙止觀。如

<sup>278</sup> 寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年頁28~29。

吾人念一句佛號，能念之心，所念之佛，了不可得，即是止。能念所念，歷歷明明，即是觀。當知正歷歷明明時，當體了不可得，正了不可得時，而原來歷歷明明，當下即止即觀，即觀即止，止觀均定，定慧不二之無量光壽也。<sup>279</sup>

吾人須如此體會，正念佛時，能念之心在何處？若遍尋不著，則便知心了不可得。能念既無，所念之佛，當亦當體即空了不可得。然雖能念所念皆不可得卻又是「歷歷明明」，此即是觀。故云「當知正歷歷明明時，當體了不可得，正了不可得時，而原來歷歷明明，當下即止即觀，即觀即止，止觀均定，定慧不二之無量光壽也。」念佛為「止觀雙行」之法門有何疑議？

寶靜法師又談到止觀齊修，定慧均等，方能「斷除結使，證諸法門」，如其云：

若欲斷除結使，證諸法門，非止觀齊修，定慧均等不可。在因名止觀，在果名定慧，止觀二法，如鳥之兩翼，車之二輪，離則兩傷，合則雙美，故以密室中燈為喻，正顯止觀決要均等，方能脫離苦海。<sup>280</sup>

大師再一次強調止觀齊修之重要性及其所能產生之力用。又「以密室中燈為喻」，說明唯有「止觀雙修」，智慧才得以現前，以此智慧破除煩惱，此智慧即如同屋室內之燈具有照明之用。

此外，寶靜法師又提到，行者若能達至止觀均等，即是「正念」，其云：

正念者，無念也，無念之念，名為正念，因此正念能破除一切妄念。當知萬法唯心，離心之外，別覓一法了不可得。一切諸法，無不唯心所現，因

<sup>279</sup> 寶靜法師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁143-144。

<sup>280</sup> 寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁143。

心成體，心外無法，此心即法界性，圓具萬法，所謂一切法趣此心，是趣不過。然此心無方隅，無分劑，無形相，無疆畔，當體了不可得，雖了不可得，而諸相歷然。所謂虛空本非群相，而不拒諸相發揮，所以森羅萬象，無不炳現於其前，雖物物頭頭，萬別千差，而其心湛湛然，寂寂然，了無所有，唯是直心正念，是則不止而止，名為善修妙止。<sup>281</sup>

「正念」即為修習止觀所得之結果，將此「正念」相續不斷，最終則得以入佛境界，成為佛法界眾生得大自在。其餘眾生皆因不修止觀，或止觀未得雙行，或止觀未得究竟圓滿，致使妄念相續，最後之結果自然成為九法界之眾生，不得究竟解脫。而所謂的「正念」，即是「無念」，或者「無念之念」。「無念」是不起妄念，並非如二乘行者之灰飛斷滅，毫無念頭。而是雖不起妄念，卻念念「真如」。亦即當妄念不起之時，正是自性本真顯露之時，此念即是「真如」，即是「佛性」，亦是禪宗所謂「本地風光」。<sup>282</sup>此「真如本性」未曾須與離卻一切眾生，眾生是因執著妄念而未曾體悟本性之存在，何況見此本性。故《華嚴經》云：「一切眾生皆有如來智慧德相，但以妄想執著而不能證得。」是故當吾人放下一切的分別、執著、妄想之時，此「真心」、「真念」自然顯現，如《圓覺經》云：「知幻即離，離幻即覺。」此「真如本性」並非妄念，具足如來一切恆沙功德，應用無窮，自在無礙，非一切名言能加以說明，故強名為「無念」、「無念之念」，或稱之為「正念」。當吾人了悟此「正念」，則此心念遍一切處，如同虛空，雖心如虛空，卻不妨礙萬事萬物之生長發揮，故云「所謂虛空本非群相，而不拒諸相發揮，所以森羅萬象，無不炳現於其前，雖物物頭頭，萬別千差，而其心湛湛然，寂寂然，了無所有，唯是直心正念」。保持「正念」亦是吾人得以入佛境界之鎖鑰。對於「無

<sup>281</sup> 寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁131~132。

<sup>282</sup> 「本地風光」是禪門的專有名詞，和它同義的名詞尚有本來面目、無位真人、清淨本心，在佛教義學上則相當於涅槃、解脫、真如、實相、般若、佛性.....等。它有內外兩種涵意：一個是指「萬物的本來面目」——未添加人為的標誌、符號、指涉、解釋.....等等，任萬物自然展現其風姿，由萬物自己來告訴人們它是什麼。另一個是指「心境的本來面目」——未添加慣性的喜惡、取捨、掙扎、造作.....讓心靈回復最單純的狀態，那是一種最徹底的放鬆，最寧靜且充滿無限活力的「空」。

念」，寶靜法師有進一步的闡述，其云：

如經偈云：「諸法不牢固，常在於念中。」諸法，即一切依正而言，既從因緣生，則從因緣滅，故云不牢固。生滅本空，常常在吾人心念之中顯現，若無有心，則無有境，心生法生，心滅法滅，一切法不離自心故。楞嚴經云：諸法所生，唯心所現，一切因果，世界微塵，因心成體，是知心為萬法之本。已解見空者，一切無想念，此二句文意甚深。已解，即已了解一切萬法空無所有，至此則無一切妄想雜念。妄念若無，心自清淨矣。見空，不特解見但空，且能了達摩訶般若畢竟空，無想不特無有無想，且無非有非無之想，故云一切無想念。又諸法不牢固，常在於念中，即體真止空觀，已解見空者，即方便隨緣止假觀，一切無想念，即息二邊分別止中道觀。

283

大師認為要達「無念」之境，首先要體認萬法皆從心生。由於萬法不離自心，是生滅法，從因緣生，從因緣滅，是故萬法皆空，達此空慧，妄念自然不生，如《楞嚴經》云：「已解見空者，一切無想念。」若不起心動念，則萬境萬法自是無生，故云「生滅本空，常常在吾人心念之中顯現，若無有心，則無有境，心生法生，心滅法滅，一切法不離自心故。」然體悟到萬法無生之當下，萬法亦是不滅。故云「不特解見但空，且能了達摩訶般若畢竟空」，此畢竟空，即是天台宗所說的三止三觀。所謂體真止並不離方便隨緣止、息二邊分別止；空觀並不離假觀、中道觀。雖言三止三觀，然三即一，一即三，此方為圓教之究竟極談。因此從天台宗之觀法入手，最終亦可達此「無念之念」的境界（即不住無明之妄念，而入法性之流），寶靜法師為台宗第四十四代祖師，對此自有深切之體認。

慈照宗主則以「離相念佛三昧」來闡釋何謂「無念」、「無住」，此亦是實相念佛最後所達之境界，其云：

<sup>283</sup> 寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年頁137~138。

離相念佛三昧者，上根智人悟此深理，常運虛空平等，心無我人眾生壽者相。經云：「離一切諸相，即名諸佛。」論曰：「我以計內，人以計外，眾生以續前為能，壽者以續後為義。既無內外前後執心，則一切諸相悉皆空寂。」故經云：「知無我人誰受輪轉，亦無身心受彼生死，是名離相念佛三昧。」此則見一切眾生本性皆同彌陀，既不執有相無相二邊，亦無有斷見常見之說。由是念念彌陀出世，處處極樂現前。如此念者，無念之念，念則真如。無生之生，生則實相。故知無念即離念，實相乃無相，無相則無住，無住則入佛境界，此乃無上正真大菩提道。<sup>284</sup>

慈照宗主認為「離相念佛三昧」即是「無念」、「無住」。所謂地「離相念佛三昧」，即是「心無我人眾生壽者相」，故人、我、眾生、壽者相，皆不離自心，皆是自心所起之一切內外前後之虛妄相，故云「我以計內。人以計外。眾生以續前為能。壽者以續後為義。」由於此心不在內、外、中間，若遍尋不著心之所在，即知心本無念，故依此心所起之念皆是妄念，所起之相皆是妄相，如同鏡中像、空中花之虛妄不實，故「一切諸相悉皆空寂」，若能於此徹底了悟「是名離相念佛三昧」。達此三昧則「念念彌陀出世。處處極樂現前。」此三昧即是「無念」、「無住」。雖「無念」卻不礙其念，故「念則真如」；雖「無生」卻不礙其生，故「生則實相」，此乃「無上正真大菩提道」。一切眾生若能常住此離相念佛三昧而達無念者，則所住之國土即是常寂光淨土，故慈照宗主又云：

夫終日寂光而未嘗寂光者凡夫也，欲證寂光而未極寂光者菩薩也，具足寂光而住持寂光者如來也。常寂光淨土是離相心，若到此地見一切處皆常寂光。<sup>285</sup>

總之，修學天台觀心法門之行者，但能念念觀照現前一念妄心，即空、即假、

<sup>284</sup> 元·優曇普度大師，《蓮宗寶鑑》，台中，青蓮出版社，1993年，頁89~90。

<sup>285</sup> 元·優曇普度大師，《蓮宗寶鑑》，台中，青蓮出版社，1993年，頁120。

即中，則是念念觀入不思議境而通達實相境界。念佛之行者則一心念佛不間斷，從有念而入無念，於是達無念而念，念而無念之實相念佛境界，亦即是不思議境界。而吾人若能因地制宜地修學此二法門（即台淨雙修），則可相互增長止、觀之力，必能速得開悟佛之境界，進而入佛境界。

## 第五章 結論

吾人之所以修學佛法，無非是想成佛，成爲一個究竟解脫之覺者，並且亦得以幫助他人徹底覺悟。而希望成爲一個無上正等正覺之覺者，則須依教奉行（亦即修學佛法），才有成功的可能。眾所皆知，佛法有八萬四千法門，雖法法皆成無上道，然並非所有法門皆能適合自己修學而能得到成效。因此，吾人首先必須選擇適合自己修行的法門修學，方有機會進入佛道之門，得以一窺佛道之堂奧。否則即使自認爲學佛之徒，並且非常精進地鑽研佛法，最終仍舊只能算是學佛之外道。亦即學佛若不能真入佛道，則如同其他非修學佛法的修道之士，佛稱之爲可憐憫者（且比未學佛者與非修學佛法之修道之士復倍可憐憫，由其入寶山空手而回，豈不可惜之至！）因此，筆者認爲在今日科技發達，各類思想充斥的時代，有兩種法門最適宜吾人修學，一者爲天台宗觀心法門，一者爲淨土宗念佛攝心法門，因修學此兩種法門皆得以「就路還家」之故。<sup>286</sup>筆者首先以智顛與智旭代表台宗與淨宗兩位祖師，並以其著作《摩訶止觀》與《彌陀要解》論述二宗之修學法要，期能對此二宗之法門有所了解。又有許多天台祖師與淨土祖師皆提倡台淨雙修，因此，若能結合天台宗與淨土宗之法門修學，可謂如虎添翼，速得化煩惱爲菩提，因行者若能於二六時中因地制宜地雙修二宗法門，對於行者得以真入佛道之機，實爲指日可待之事。如《楞嚴經》之〈大勢至菩薩念佛圓通章〉云：「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯爲第一。」無論是天台宗或是淨土宗，只要能時時觀入法性，或者一心念佛不間斷，皆可稱爲「淨念相繼」（不起妄念即爲淨念）。行者若能「淨念相繼」而尙且不能入道可乎！然而筆者所欲探究之台淨雙修並非如天台祖師之「教崇天台，行歸淨土」式的雙修方式，而是二六時中因地制宜地實踐二宗之法門，以期能達相輔相成之效。首先說明《摩訶止觀》與《彌陀要解》之修行法要，接著對比分析《摩訶止觀》與《彌陀要解》觀法之異同以

---

<sup>286</sup> 參見本論文第 2 頁。

探究觀心法門與持名念佛雙修之可能性，最後論述在什麼情況下觀心法門與持名念佛雙修較為合理、合法，以及雙修能為行者帶來何種效益。

## 一、《摩訶止觀》之修行法要

《摩訶止觀》中所談之修學法門雖是止觀雙行之法門，但於實際踐行時仍是以「觀」為主，「止」乃涵攝於「觀」之中。而最能代表天台圓頓之觀法莫過於「一心三觀」與「一念三千」。所謂地一心三觀，即「空觀」、「假觀」、「中道觀」。此三觀可以於一心中獲得，名為一心三觀。如《摩訶止觀》云：

**若一法一切法，即是因緣所生法，是為假名，假觀也；若一切法即一法，我說即是空，空觀也；若非一非一切者，即是中道觀。一空一切空，無假中而不空，總空觀也；一假一切假，無空中而不假，總假觀也；一中一切中，無空假而不中，總中觀也。即《中論》所說不可思議一心三觀，歷一切法亦如是。<sup>287</sup>**

智顛首先分解地釋譯「空」、「假」、「中」三觀之義。然站在「空觀」的角度而言，一切法皆「空」，「假」、「中」亦皆是「空」之體現，此是對「空觀」的總體認識；站在「假觀」的角度而言，一切法皆「假」，「空」、「中」亦皆是「假」之體現，此是對「假觀」的總體認識；站在「中觀」的角度而言，一切法皆「中」，「空」、「假」亦皆是「中」之體現，此是對「中觀」的總體認識。因此，能體認到「空」、「假」、「中」三觀之總體認識，才是《中論》所說的不可思議一心三觀。於一念心中修習三觀所成就的即是三諦圓融的境界（「空諦」、「假諦」、「中諦」或「真諦」、「俗諦」、「中道諦」三諦圓融）。此三諦，舉一即三，雖三而常一，說三說一都是圓融無礙的，所以叫圓融三諦。因此，智顛認為，空、假、中都是實相，

<sup>287</sup> 《摩訶止觀》卷第五，《大正藏》第46卷，第55頁中。

任何事物都具空、假、中三諦之理，只是就一個事物的本性而區別空、假、中，並不是唯獨中才表現實相，而是空、假也都當體即是實相。隨便舉出一事物，都是即空、即假、即中，具有空諦、假諦、中諦。所有這些都同時在一念心之觀照中得，是為一心三諦。

而關於一念三千，湛然讚嘆此為智顛終窮究竟極說。<sup>288</sup>此一概念亦使天台教觀一致的理論發揮至極致、圓熟的地步。而所謂地一念三千，如《摩訶止觀》云：

**夫一心具十法界，一法界又具十法界、百法界，一界具三十種世間，百法界即具三千種世間。此三千在一念心，若無心而已，介爾有心，即具三千。**

289

一念心，是一剎那的五陰識心。五陰、十二入、十八界，本來都是不思議境，但因境界寬廣，難以示人，所以就不取十二入、十八界，而但取五陰；五陰中又不取色、受、想、行四陰，而但取識陰。猶如去丈就尺，去尺就寸的取識陰，令人易於修觀。如《摩訶止觀》云：「然界內外一切陰入，皆由心起。佛告比丘：『一法攝一切法，所謂心是。』」論云：『一切世間中，但有名與色。若欲如實觀，但當觀名色。』心是惑本，其義如是。若欲觀察，須伐其根，如灸病得穴。今當去丈就尺，去尺就寸，至色等四陰，但觀識陰。識陰者，心是也。」<sup>290</sup>此一剎那的識陰心，具足十法界；十法界中，每一法界，又各各互具十法界，變成百法界；每一法界，又各各具性、相、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟等十如是，百法界便具千如是；每一如是，又各各具有三種世間，所謂五陰世間、眾生世間、國土世間，這樣，就成為三千種世間，所以說：三千性相、百界千如。即一剎那的五陰識心，無不具足這三千性相、百界千如。由上述可知，一念心具足之三千

<sup>288</sup> 參見《止觀輔行傳弘決》卷五之三。

<sup>289</sup> 《摩訶止觀》卷五上。

<sup>290</sup> 《摩訶止觀》卷五上。

世間即爲不可思議境，亦即智顛著名的「一念三千」學說。

## 二、《彌陀要解》之修行法要

淨土宗最主要之修行方式莫過於念佛法門，而念佛法門主要有四種類別，即實相念佛、觀像念佛、觀想念佛與持名念佛，最初爲華嚴宗祖師（五祖）宗密所提出，如今仍爲淨土宗行者推崇而沿用之。淨土宗行者修學念佛法門之歸趣除了念佛求生極樂淨土外，另一個目標無非是能夠成就念佛三昧或一心不亂。而三昧或一心不亂爲心能安住一處，此即爲正定。因此，修學念佛法門主要在於修止、修定。念佛雖偏向修止、定，然觀、慧自然涵攝於止、定之中。以下大略說明四種念佛法門之修行方式：

所謂地實相念佛即是專念自性本具之佛，如於諸經典中所提及，以般若智慧，照見諸法皆空，證自本具之妙真如者，以及台宗之止觀雙修，以入不思議境者，禪宗之參究以明心見性者，皆爲實相念佛之法門。然這些法門皆仗自力，且諦理深奧難解，又無他力相助，若非「宿根成熟」者，修證頗爲不易。

觀像念佛法門出自《大寶積經》卷八十九，如經云：「若欲觀佛當觀畫像。觀此畫像不異如來。是名觀佛。」由於凡夫眾生總是著相，要想一開始就觀想佛之無相法身並不容易，故於觀佛像時，以至誠心觀佛畫像如同如來現前，如是觀者，「是名觀佛」。且因行者之誠心，必感應佛力加持，妄念亦得逐漸減少。如此持續不斷地觀佛畫像，亦可進入甚深之「三昧」正定。一旦正定現前，般若智慧亦得顯露，此時所有妄念頓除，甚至連佛之畫像亦不復存在，如經云：「如是像者但有名字。一切諸法亦復如是。但有名字。如是名字自性空寂無所有。如來之身其相如是。」因此，吾人只要能觀照見聞覺知但有名相，自性本自空寂無所有，自能不執著於名相。名相既離，便只剩此空寂無所有之自性，而此空寂無所有之

自性，即是實相，即是法身。由此可知，觀像念佛亦得證入實相境界。

觀想念佛法門出自《佛說觀無量壽經》，共有十六個觀想內容，所觀即是：先觀想西方極樂世界，依報莊嚴；觀想成功，再觀想西方三聖的正報莊嚴；觀想成功之後，再觀想自己生到西方極樂世界七寶池中，作蓮花合想，作蓮花開想，作花開見佛想。凡此皆是自己觀想成就，故名觀想念佛法門。台宗有所謂一心三觀成就圓融三諦而見諸法實相，禪宗有所謂直指人心見性成佛，密宗有所謂三密加持即身成佛，而十六觀經有「是心是佛，是心作佛」之語，此即吾人並非心外求佛，非心外求淨土，我自心即是佛，我自心即作佛。十六觀經有此二句明文，任何高深的道理，亦超不過此二句妙理。

藕益大師於《阿彌陀經要解》中談到淨宗行者之正行為持名念佛，如其云：

**阿彌陀佛，是萬德洪名。以名召德，罄無不盡。故即以執持名號為正行，不必更涉觀想參究等行，至簡易，至直截也。<sup>291</sup>**

蓮持大師云：「一句阿彌陀佛，該羅八教，圓攝五宗。」<sup>292</sup>故曰「以名召德。罄無不盡」。而智旭亦云：「豈知念得阿彌陀佛熟，三藏十二部，極則教理都在裏許。千七百公案，向上機關，亦在裏許。三千威儀，八萬細行，三聚淨戒，亦在裏許。」<sup>293</sup>徹悟禪師亦云：「一句佛號。俱攝悟修兩門之要。舉悟則信其中。舉修則證在其中。信解修證俱攝。大小諸乘一切諸經之要。罄無不盡。」<sup>294</sup>因此智旭提倡淨宗行者以「執持名號」為主要之修行方式。

持名念佛雖然簡易、直截，然其實並不離實相、觀像、觀想念佛，亦即只此

<sup>291</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁58。

<sup>292</sup> 釋道鏡，釋善道共集，《念佛鏡》，高雄，財團法人文殊文教基金會，1999年，頁97。

<sup>293</sup> 吳正覺選輯，《淨修法要》，台北，菩提印經會，1986年，頁123~124。

<sup>294</sup> 喚醒，了睿輯錄，《徹悟大師遺集》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁20。

一持名念佛法門便可涵括其餘三類念佛法門。智旭於《阿彌陀經要解》云：「不論事持理持，持至心開見本佛性，皆理一心。……理一心不為二邊所亂。」<sup>295</sup>能「心開見本佛性」、「不為二邊所亂」，即為實相念佛境界。又《觀無量壽佛經》云：「心想佛時，是心即是三十二相、八十種好。」因此吾人稱念佛名時，當下即具足佛之一切功德，而《觀無量壽佛經》中所觀之境界自然亦包括其中。另外，《觀無量壽佛經》亦提到觀西方三聖像，因此觀像念佛亦涵攝於持名念佛法門之中當可無疑。是故行者但能一心持名念佛，實則具足其餘三類念佛法門，不但入手易且功效高，此當為智旭倡導持名念佛法門之因。

### 三、《摩訶止觀》與《彌陀要解》觀法之異同

從細究《摩訶止觀》與《彌陀要解》之觀行而言，觀心法門與持名念佛之雙修不一定能完全地契合。吾人可從智者之十義判別圓得知，智者所言之「一念心」屬圓教之教義所攝，因行者但能開決現前一念無明妄念，當下即可入於法性之流。而智旭所言之「一念心」則偏於華嚴真常心系統判屬別教之教義所攝，因念佛行者於初行念佛時，以淨念代替妄念，目的即在於使妄念逐漸減少，最後使妄念永不生起。由其入手處不能即妄念即真心，而是預設一真常心，須逐漸斷除無明妄念才能恢復此真心，故不同於天台觀心法門之即無明即法性，即因即果之圓教系統。由於所因處拙，因此將智旭依「一念心」之內涵所闡述之教法歸屬於別教系統。又持名念佛雖有可能持至理一心不亂，與天台觀心法門同樣能觀照諸法之實相，然持名念佛至理一心不亂僅有可能性卻無必然性。

基於上述，《摩訶止觀》與《彌陀要解》之內在義理雖可能有相關涉處（指理一心不亂與一心三觀），但二宗入手處所依止之教義卻分屬圓教與別教之系統。由於法理上之不相契合，因此，基本上，若在真常唯心系觀法下之持名念佛

<sup>295</sup> 藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1990年，頁59~60。

與觀心法門之雙修方式並無絕對之可能性及必然性。

但筆者認為吾人亦不可忽略智顛於《摩訶止觀》中所提及常坐、常行三昧之持名念佛法門。因此，此持名念佛並非定為智旭於真心觀下之持名念佛，故吾人若能以天台圓頓觀法行此念佛法門，則觀心法門與持名念佛便有於二六時中因地制宜雙修之可能性，故接著論述於天台圓頓教觀下觀心與持名念佛法門之雙修。

#### 四、觀心法門與持名念佛之雙修

就之前對台宗與淨宗觀法所作之對比分析，因智者《摩訶止觀》與智旭《彌陀要解》觀法之差異，導致二宗之教義內涵可能有別圓之分判。二宗由於入手處觀法之差異，故觀心法門與持名念佛二六時因地制宜之雙修不必然能相融無礙。但另一方面，智顛之《摩訶止觀》中所提到的常坐、常行三昧的部分，其中口業之行儀即為持名念佛。由此可知，持名念佛不必定歸屬為淨土宗之修行法門。因此，吾人若能以天台圓教式之觀法踐行持名念佛法門，則觀心法門與持名念佛結合於二六時因地制宜之雙修便具有合理性、合法性與可能性。首先說明何謂天台圓頓教觀下之持名念佛。

##### （一）天台圓頓教觀下之持名念佛

所謂圓教觀法之持名念佛為止觀念佛法、一心三觀念佛法及一念三千念佛法。寶靜法師云：「如吾人念一句佛號，能念之心，所念之佛，了不可得，即是止。能念所念，歷歷明明，即是觀。當知正歷歷明明時，當體了不可得，正了不可得時，而原來歷歷明明，當下即止即觀，即觀即止。」<sup>296</sup>以此觀法念佛，即為止觀念佛法。能念之心了不可得，即是空觀；所念之佛清清楚楚，明明白白，即

<sup>296</sup> 寶靜法師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁143~144。

是假觀；能不滯著於空、假二觀而雙遮雙照空、假二觀，即是中道觀，以此觀法念佛，即爲一心三觀念佛法。吾人現前所起之一念妄心即具三千，是不可思議境，觀之一一法無不是不可思議境，即一一法無不是一切法，一一法無不是三千法。既然一切法是皆是三千法、不可思議，同樣地，念佛之念當下亦具足三千法、不可思議，以此觀法念佛，即爲一念三千念佛法。吾人若能以上述之觀法念佛，即爲天台圓頓教觀下之持名念佛。

## （二）天台圓頓教觀下之持名念佛與觀心法門之雙修

於天台圓頓教觀下之持名念佛與觀心法門之雙修，可謂之名正言順。然觀心法門與持名念佛於二六時因地制宜地雙修究竟對行者有何助益，約可歸納爲以下三點：

### 1. 觀心與念佛雙修即是止觀雙行

前已論及，不論是台宗「觀心」法門，或是淨宗「念佛」法門，其實皆爲「止觀雙行」之修法。然對於觀照力不足或念佛未至一心不亂境界者而言，念佛仍以修「止」爲主，觀心則以修「觀」爲主，若能兩者雙修，則必能「止」、「觀」互相資助生起，如江味農居士於《金剛經講義》云：「蓋戒定慧雖稱三學，實是一事，有互相資助生起之妙。而定、慧尤不能離，定固生慧，慧亦生定也。此義不可不知。」<sup>297</sup>觀心與念佛雙修，若行之既久，觀心則易入不思議境，念佛則速得一心不亂，此時不論觀心與念佛，皆可達至「止」、「觀」，「定」、「慧」均等之境。江味農居士又云：

**因止能生定，因觀能生慧，此是非配言之，其實止觀功夫祇有一個觀字，此兩者係一件事。止者，初下手時要攝心一處，即古人所說之定。其實初**

<sup>297</sup> 江味農，《金剛經講義》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁280~281。

下手者夠不上說定，然定卻由此而生。久久則由定生慧（如初修觀者先學念佛法門攝心修定）。何則，蓋觀一種法門成就以後，智慧即發生，妄想即脫落。故有慧方能成就此定。又初下手攝心一處，必十分作意方能攝得，可見此中有觀（故念佛除修定之外，觀亦包含其中矣）。<sup>298</sup>

江味農居士指出，「其實止觀功夫祇有一個觀字，此兩者係一件事。」亦即天台止觀法門是以「觀」為主，然其「初下手時要攝心一處，即古人所說之定。」因此智顛於《摩訶止觀》中提到修學止觀法門亦須修學四種三昧，筆者則代之以持名念佛法門以作為攝心修定之工夫（攝心乃使心專注於一處，故屬於偏修定之工夫），入手易而功效高故。此處雖云天台法門偏修「觀」，念佛法門偏修「止」，然事實上修「觀」時，「止」即在「觀」中；修「止」時，「觀」即在「止」中，「止」、「觀」，其實是互相資助生起的，故云「蓋觀一種法門成就以後，智慧即發生，妄想即脫落。故有慧方能成就此定。又初下手攝心一處，必十分作意方能攝得，可見此中有觀（故念佛除修定之外，觀亦包含其中矣）。」

尤慧貞先生亦強調天台止觀之下手處乃在於「觀」吾人當下之一念心，如其云：

章安灌頂在記錄其師天台智者大師所說《摩訶止觀》之說法緣起時，曾說：「此之止觀，天台智者說己心中所行法門。」故通觀《摩訶止觀》，吾人不難發現智者大師非常重視吾人當下之一念心，處處約「觀心」以說明一切教觀。<sup>299</sup>

綜合上述，筆者認為唯有觀心法門與持名念佛法門雙修，方能顯發止觀雙修之最大力用。若單行觀心法門，吾人有時會有觀行不易生起之疑慮。因現前一念

<sup>298</sup> 江味農，《金剛經講義》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年，頁174。

<sup>299</sup> 尤惠貞，《天台性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993年，頁60。

既是識心，既是無明，則不易起觀行，故可於平時輔以念佛攝心法門，使妄念減少，則遇緣對境時觀行自然容易生起。另外，若單行念佛法門，則可能因禪定所生之禪悅而住著其中，便不易起精進之心，故須輔以觀心法門，使智慧能迅速生長（因定能生慧故）。

## 2. 因地制宜，相互增長止觀

了解天台觀心法門與淨宗念佛攝心法門雙修之何以可能及功效後，接者須說明二六時中，在什麼時機修學此二法門。天台觀心法門可分為坐中修與歷緣對境修兩種方式（參見智顛於《修習止觀坐禪法要》所述）。其中坐中修部分，筆者認為依其中坐中修部分，筆者認為依智者之修法，若能確實修行，必有顯著之功效，然則對於吾人而言，不論時間、空間或者法門之研究皆不易施行之。不若代之以淨宗念佛法門，更適宜吾人修學，且久久行之，其功效並不下於台宗之修法，可謂入手易且功效高。雖前云念佛攝心於初行時偏修定，然如江味農居士所云「又初下手攝心一處，必十分作意方能攝得，可見此中有觀。」故「觀」亦自在其中矣。如此不是入手易而功效高，是以筆者認為吾人於閒暇時可以持名念佛法門實行台宗坐中修之部分，一旦念佛功深，亦將有助於在歷緣對境時實行天台之觀心法門。至於歷緣對境修之部分，如智顛云：「端身常坐，乃為入道之勝要，而有累之身，必涉事緣，若隨緣對境而不修習止觀，是則修心有間絕，結業觸處而起，豈得疾與佛法相應。」<sup>300</sup>因此所謂歷緣對境，即是行者生於世間，必涉世事塵緣，故必須隨緣對境而修止觀（此「止觀」則依本論文所言之天台「止觀」法門修學，非指《小止觀》之「止觀」法門）。故筆者所謂地因地制宜，即吾人於閒暇或不涉世事塵緣時，依持名念佛法門修學；於歷緣對境須涉及世事塵緣時，修學天台觀心法門，如此止觀必相互資助增長，則必能發揮止觀之最大功效。

## 3. 念佛使吾人易於察覺妄心起現，再以觀心法門觀此妄心而入法性

<sup>300</sup> 寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年，頁144。

天台智者大師於《摩訶止觀》中明白地說明此吾人現前一念心是指五陰（色、受、想、行、識）之識陰，以此一念識陰心作為修學止觀之入手處。此一念識心即是無明，牟宗三先生於其所著之《圓善論》指出無明與法性之關係，其云：「無明無住，無名即法性，法性無住，法性即無明，兩聯交互一觀，即可見兩者純依他住，並無自住，此即兩者同體也。」<sup>301</sup> 雖云無明與法性同體，然凡夫眾生心因不住法性而常住無明，故成為現前一念識心，吾人但觀此一念識心所起之妄想即空、即假、即中，當下無非即是中道實相，即是不思議境，則妄念自然不破而破，不除而除，故而不住無明，隨即會歸法性，最後則能觀、所觀齊泯，則念念皆入法性之流，即為觀心成就之時，此為天台之圓頓教觀。

由上述可知，智者雖曾提及三因佛性之正因佛性，<sup>302</sup>然在其觀心系統中甚少強調以此正因佛性作為吾人觀心之依止。如前所云，智者指出吾人但觀現前一念無明識心無住，即可入於法性。然而，若觀力強盛或煩惱障礙少者，自然當下即轉無明而入法性，化煩惱為菩提。但若是無明煩惱強盛者，因其經常是無明妄念現前（且不知其為無明妄念），又如何能起觀行。而吾人為何須起觀行，只因現前一念為無明妄念才須起觀，若心當下如如不動，處於法性之流，何須起觀？而如何才能察覺現前一念為妄心，則有賴吾人以阿彌陀佛為依止，平時念佛涵攝心性，由於佛之他力加持，<sup>303</sup>於對遇境緣時，不但能減少魔事之阻撓，且自然能覺知妄念之起現，一旦知其為妄念，便可即時起觀而觀入法性，此又是觀心法門與持名念佛為何雙修的一個關鍵性之概念。

以上就天台圓頓教觀下論觀心法門與持名念佛之雙修之可能性，目的在於能

<sup>301</sup> 牟宗三，《圓善論》，台北，台灣學生書局，1985年，頁275。

<sup>302</sup> 智顛於《法華玄義》如是云：「一切眾生，皆菩提相，不可復得。此即緣因，為佛相。性以據內者，智願猶在不失，智即了因，為佛性。自性清淨心，即是正因，為佛體。」（藕益大師，《妙法蓮華經玄義節要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2005年，頁27。）

<sup>303</sup> 如智顛於《摩訶止觀》中云：「內外障侵奪正念心不能遣卻，當專稱一佛名字慚愧懺悔以命自歸，與稱十方佛名功德正等。……二能助意成機感佛俯降，如人引重自力不前，假傍救助則蒙輕舉。行人亦爾，心弱不能排障，稱名請護惡緣不能壞。」（《摩訶止觀》卷二，為「五略」第二「修大行」。）

真正結合此二種法門於二六時中來修學，而非僅是「教崇天台，行歸淨土」式之雙修方式或是僅將天台教義融入念佛法門之雙修方式，期能達到發揮此二法門最大之功效而互輔互融，最終得以觀入不思議境乃至念佛至一心不亂。

## 參考文獻

### 一、經疏原典

- 後漢·支婁迦讖譯，《佛說般舟三昧經》，《大正藏》冊 13。
- 曹魏·印度沙門康僧鎧譯，《佛說無量壽經》，《大正藏》冊 12。
- 元魏·優禪國王子月婆首那譯《大寶積經》卷 89，《大正藏》冊 11。
- 元魏·北天竺沙門菩提流支譯，《無量壽經優婆提舍願生偈》（又名《往生論》），  
《大正藏》冊 26。
- 北魏·曇鸞，《無量壽經優婆提舍願生偈註》，《大正藏》冊 40。
- 東晉·佛馱跋陀羅譯，《大方廣佛華嚴經》（60 卷），《大正藏》冊 9。
- 劉宋·西域沙門曇良耶舍譯，《佛說觀無量壽佛經》，《大正藏》冊 12。
- 高齊·那連提耶舍譯，法勝論，優波扇多釋，《阿毘曇心論經》，《大正藏》冊 28。
- 蕭梁·扶南國沙門僧伽婆羅譯，《文殊師利所說般若波羅蜜經》，《大正藏》冊 8。
- 梁·真諦三藏譯，《大乘起信論》，《大正藏》冊 32。
- 梁·真諦三藏譯，《攝大乘論》，《大正藏》冊 31。
- 姚秦·三藏法師鳩摩羅什譯，《大智度論》，《大正藏》冊 25。
- 姚秦·三藏法師鳩摩羅什譯，《中觀論》，《大正藏》冊 30。
- 姚秦·三藏法師鳩摩羅什譯，《佛說阿彌陀經》，《大正藏》冊 12。
- 姚秦·三藏法師鳩摩羅什譯，《妙法蓮華經》，《大正藏》冊 9。
- 姚秦·三藏法師鳩摩羅什譯，《維摩詰所說經》，《大正藏》冊 14。
- 隋·智顛，《佛說觀無量壽佛經疏》，《大正藏》冊 37。
- 隋·智者大師說、章安尊者記，《妙法蓮華經文句》，《大正藏》冊 34。
- 隋·智顛，《五方便念佛門》，《大正藏》冊 37。
- 隋·智顛，《淨土十疑論》，《大正藏》冊 47。

- 隋·智顛，《四教義》，《大正藏》冊 46。
- 隋·智顛說、灌頂記《摩訶止觀》，《大正藏》冊 46。
- 隋·智顛說、灌頂記，《妙法蓮華經玄義》，《大正藏》冊 33。
- 隋·智者大師，《修習止觀坐禪法要》，《大正藏》冊 46。
- 隋·智者大師，《修習止觀坐禪法要》，台北，老古文化事業股份有限公司，1993 年。
- 隋·淨影慧遠，《無量壽經義疏》，《大正藏》冊 37。
- 隋·僧就輯：《大方等大集經》，《大正藏》冊 13。
- 唐·湛然，《止觀輔行傳弘決》，《大正藏》冊 46。
- 唐·湛然，《止觀大意》，《大正藏》冊 46。
- 唐·湛然，《金剛錍》，《大正藏》冊 46。
- 唐·圭峰沙明宗密，《原人論》，《大正藏》冊 45。
- 唐·迦才，《淨土論》，《大正藏》冊 46。
- 唐·懷感，《釋淨土群疑論》，《卍續藏經》冊 107。
- 宋·永明延壽，《宗鏡錄》，《大正藏》冊 48。
- 宋·知禮，《觀無量壽佛經疏妙宗鈔》，《大正藏》冊 37。
- 宋·從義，《法華經三大部補注》，《卍續藏經》冊 56。
- 宋·志磐，《佛祖統紀》，《大正藏》冊 49。
- 元·宗寶編，《六祖大師法寶壇經》，《大正藏》冊 48。
- 元·優曇普度大師，《蓮宗寶鑑》，台中，青蓮出版社，1993 年。
- 明·智旭，《大乘起信論裂網疏》，《大正藏》冊 44。
- 明·智旭，《教觀綱宗》，《大正藏》冊 46。
- 明·天台幽溪沙門傳燈鈔，《阿彌陀經略解圓中鈔》，《卍續藏經》冊 91。
- 明·西有沙門藕益智旭解，《阿彌陀經要解》，《大正藏》冊 37。
- 明·藕益大師，《阿彌陀經要解》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008 年。
- 明·幽溪傳燈，《生無生論》，《大正藏》冊 47。

- 明·雲棲株宏，《阿彌陀經疏鈔》，《卍續藏經》冊 33。
- 明·藕益，《靈峰宗論》，《大藏經補編》冊 23。
- 明·藕益大師選定，《淨土十要》，《卍新纂續藏經》冊 61。
- 明·藕益大師選定，《淨土十要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，1992 年。
- 明·藕益大師，《妙法蓮華經玄義節要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2005 年。
- 明·藕益大師，《金剛經破空論》，台南，和裕出版社，2008 年。

## 二、專著

- 太虛大師，《彌陀淨土法門集》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008 年。
- 方東美，《中國大乘佛學》，台北，黎明文化事業股份有限公司，1988 年。
- 尤惠貞，《天台宗性具圓教之研究》，台北，文津出版社，1993 年。
- 尤惠貞，《天台哲學與佛教實踐》，嘉義，南華大學，1999 年。
- 王雷泉，《摩訶止觀》，高雄，佛光文化事業有限公司，2005 年。
- 王志遠，《金剛鐔》，高雄，佛光文化事業有限公司，2004 年。
- 王志遠，《教觀綱宗》，高雄，佛光文化事業有限公司，2002 年。
- 毛惕園選輯，《念佛法要》，台北，祥新印刷股份有限公司，2003 年。
- 印光大師，《印光大師文鈔》，台北，佛教出版社，1995 年。
- 牟宗三，《圓善論》，台北，台灣學生書局，1985 年。
- 牟宗三，《佛性與般若》，台北，台灣學生書局，1993 年。
- 安藤俊雄著，蘇榮焜譯，《天台學根本思想及其開展》，台北，財團法人台北市慧炬出版社，1998 年。
- 江味農，《金剛經講義》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008 年。
- 全佛編輯部，《楞嚴經》，台北，全佛文化事業有限公司，2002 年。
- 李志夫，《摩訶止觀之研究》，台北，法鼓文化事業股份有限公司，2001 年。

- 李炳南，《雪廬述學語錄》，台中，青蓮出版社，2008年。
- 沈清松，《現代哲學論衡》，台北，黎明文化事業股份有限公司，1985年。
- 吳汝鈞，《佛學研究方法論》（全二冊），台北，台灣學生書局，1996年。
- 吳汝鈞，《天台智顓的心靈哲學》，台北，台灣商務印書館股份有限公司，1999年。
- 吳正覺選輯，《淨修法要》，台北，菩提印經會，1986年。
- 星雲大師監修，程恭讓總策劃，《中國佛教學數論典 14》，高雄，佛光山文教基金會，2001年。
- 星雲大師監修，程恭讓總策劃，《中國佛教學數論典 4》，高雄，佛光山文教基金會，2001年。
- 星雲大師監修，程恭讓總策劃，《中國佛教學數論典 23》，高雄，佛光山文教基金會，2001年。
- 洪緣音，《蓮華藏淨土與極樂世界》，台北，全佛文化出版社，1995年。
- 陳英善，《天台性具思想》，台北，東大圖書股份有限公司，1997年。
- 陳英善，《天台緣起中道實相論》，台北，東初出版社，1995年。
- 郭朝順，《天台智顓的詮釋理論》，台北，里仁書局，2004年。
- 張曼濤主編，《天台思想論集》，台北，大乘文化出版社，1979年。
- 陳揚炯，《中國淨土宗通史》，江蘇，江蘇古籍出版社，2000年。
- 陳堅，《無明即法性》，台北，法鼓文化事業股份有限公司，2005年。
- 望月信亨作，釋印海譯，《中國淨土教理史》，台北，正聞出版社，1991年。
- 曾其海，《天台佛學》，上海，學林出版社，1999年。
- 黃念祖，《大乘無量壽經白話解》，台北，財團法人圓覺宗智敏慧華金剛上師教育基金會，2006年。
- 黃念祖，《淨土資糧》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年。
- 黃念祖，《心聲錄》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2005年。
- 黃念祖，《佛說大乘無量壽莊嚴清淨平等覺經會集本解》，台北，財團法人佛陀教

- 育基金會，2006年。
- 彭際清撰著，《淨土聖賢錄》，彰化，蓮華精舍，2008年。
- 喚醒，了睿輯錄，《徹悟大師遺集》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2007年。
- 聖嚴法師，《正信的佛教》，台北，法鼓山文化事業股份有限公司，1999年。
- 聖嚴法師，《四弘誓願講記·普賢菩薩行願讚講記·慈雲懺主淨土文講記》，台北，法鼓文化事業股份有限公司，1999年。
- 新田章雅著，涂玉盞譯，《天台哲學入門》，台北，東大圖書股份有限公司，2003年。
- 圓瑛法師，《勸修念佛法門》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年。
- 圓瑛法師，《阿彌陀經要解講義》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2006年。
- 會性法師編集，《藕益大師淨土集》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2007年。
- 劉貴傑，《天台學概論》，台北，文津出版社有限公司，2005年。
- 劉長東，《晉唐彌陀淨土信仰研究》，成都，巴蜀書社，2000年。
- 慧俊，《淨土的思維》，台中，青蓮出版社，2006年。
- 賴永海，《湛然》，台北，東大圖書股份有限公司，1993年。
- 賴永海釋譯，《維摩詰經》，台北，佛光文化事業有限公司，2001年。
- 潘桂明，《智顛評傳》，南京，南京大學出版社，1996年。
- 靜老，《靜老說的話》，桃園，神才印刷事業股份有限公司，2007年。
- 憨山大師，《淨宗法要》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年。
- 諦閑大師，《大乘止觀述記》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2008年。
- 諦閑大師，《諦閑大師語錄》，台南，和裕出版社，2005年。
- 諦閑大師，《觀經疏鈔演義》，《諦閑大師遺集》（第1冊），台南，佛教出版社，1947年。
- 藍吉富，《佛教史料學》，台北，東大圖書股份有限公司，1997年。
- 蕭平實，《念佛三昧修學次第》，台北，佛教正覺同修會，2003年。
- 蕭蓬父，《大乘無量壽經白話解》，高雄，佛光文化事業有限公司，2006年。

關世謙，《佛學研究指南》，台北，東大圖書股份有限公司，1986年。

藤原凌雪著，印海法師譯，《念佛思想之研究》，台北，財團法人嚴寬祐文教基金會，2004年。

寶靜大師，《修習止觀坐禪法要講述》，台北，財團法人佛陀教育基金會，2009年。

釋道鏡，釋善道共集，《念佛鏡》，高雄，財團法人文殊文教基金會，1999年。

釋了然，《般若淨土中道實相菩提論》，高雄，財團法人高雄市淨宗學會，2000年。

釋了然，《入香光室》，高雄，財團法人高雄市淨宗學會，2000年。

釋靜權，《天台宗綱要》，台北，世樺印刷企業有限公司，1987年。

### 三、期刊論文

王晴薇，〈慧思禪觀思想中之「四念處」〉，《佛學研究中心學報》第十三期，2007年6月，頁19~37。

冉雲華，〈從智顛的《摩訶止觀》看中華佛教對印度禪學的吸收與改造模式〉，《中華佛學學報》第三期，1990年4月，頁165~183。

杜保瑞，〈摩訶止觀的實踐方法探究〉，華梵大學天台學會主辦，2001年9月28日。

林志欽，〈天台智顛一心具足說之理論意涵〉，《世界中國哲學學報》第六期，2002年1月，頁1~41。

張瑞良，〈天台智者的「一念三千」說之研究〉，《台大哲學論評》第十一期，1988年1月，頁179~201。

郭朝順，〈天台智顛「觀心法門」的詮釋學意涵〉，《華梵人文學報》第三期，2004年，頁35~74。

陳英善，〈天台圓頓止觀之修證——就十乘觀法而論〉，《中華佛教學報》第十五

期，2002年，頁3051~333。

張風雷，〈天台佛學入世精神〉，中國近現代佛教學術研討專題（第一屆）。

張風雷，〈智顛的「性具善惡」學說及其理論價值〉，《宗教哲學》第三卷第二期，1997年4月，頁151~161。

黃國清，〈《法華經安樂行義》對《法華經》的引用與詮釋〉，《普門學報》第三十八期，2007年，頁103~123。

釋天禪，《知禮精簡「一念心」與智旭對「一念心」之詮釋的對比研究》，嘉義，南華大學宗教學研究所碩士論文，2008年。

鄭素如（釋正持），《慧思禪觀思想之研究》，嘉義，南華大學宗教學研究所碩士論文，2008年。

林真如，《天台智顛判釋別圓二教之研究——以《法華玄義》為主的探討》，嘉義，南華大學宗教學研究所碩士論文，2009年。

#### 四、工具書

星雲大師總監製，慈惠法師總策劃，《佛光大辭典》，高雄，佛光文化事業有限公司，2003年。