

大乘三昧法門「入世利生」之次第

——以智顛大師與印順導師止觀思想的比較為主

釋性廣^{*}

摘要：

本文首先分析佛教定慧二學從解脫道重視禪定與觀智的修學，轉變為菩薩道強調諸多利生三昧的原因。其中，又因眾生根性有異，行法的內容又分為慈悲、智慧與信願三門。

接著比較智顛大師的天台圓教與印順導師的人間佛教，二人的止觀思想，對於法門施設與次第安立的差別。

相同的是：一、二人皆注意到了大乘禪波羅蜜的精神，是在於「三昧力」的培養。故圓頓止觀重視「四種三昧」的施設，而人間佛教舉揚「無量三昧」的特德。二、二人皆重視以中道智慧做為修行三昧的義理依歸。

別異的是：一、對於大乘三要門的修行次第，智顛大師以信願法先行，而印順導師則以慈悲行為核心。二、在利益眾生與修習止觀之間，

* 玄奘大學宗教學系助理教授

感謝隱名審查人的寶貴意見，使本文論說內容與寫作格式更加周延，惠我良多，謹此致謝！

智顛大師認為領眾將妨礙行者的止觀進境，而印順導師則主張利益眾生是為大乘三昧正境，亦是菩薩道的主要心髓。

總結而言，二位大德的大乘止觀思想，皆紹繼了初期大乘龍樹菩薩對於禪定與智慧二波羅蜜的闡揚。在慈悲、智慧與信願之大乘三要門中，二人皆以智覺慧觀為主，而在具體行門上，又分別對大乘的信願與慈悲二門，有獨到而深廣的闡發。

關鍵詞：三昧、禪那、四種三昧、法華三昧、無量三昧

**A Study on the Stages of the Practice of Samadhi
in Mahayana Teachings :
Focusing on the Comparative Studies between
Venerable Zhi-yi and Venerable Yin-shun's Ideologies
on the Practice of Concentration and Contemplation**

Shih, Shing-kuang *

ABSTRACT:

This article first analyses reasons on how the cultivation of meditation and wisdom in Buddhism transformed from, the Path of Liberation that emphasises the cultivation of concentration and contemplation, into the application of samadhi in helping and guiding sentient beings in the Path of Bodhisattva. Taking into account the different spiritual foundations of sentient beings, the practice is further categorised into the cultivation of loving kindness and compassion, wisdom, faith and determination.

The article continues with comparative studies between the Complete Teaching of Tian-tai school advocated by Venerable Zhi-yi and the Buddhism in Human World taught by Venerable Yin-shun. The comparative studies look into the venerables' ideologies on cultivation of concentration and contemplation and their different ways of establishing practice and defining the stages of attainment.

The similarities are:

Both venerables took note of the aspiration in practising meditation paramita in Mahayana teaching, that is, the emphasis is on the cultivation of the strength of samadhi. Thus, the teaching of Complete and Immediate

* Associate Professor of Faculty of Religious Studies, Hsuan Chuang University

practice of concentration and contemplation of the Tian-tai school places great importance on establishing the “Four Types of Samadhi”. Whilst for Buddhism in Human World, Venerable Yin-shun advocated the special characteristic of “Immeasurable Samadhi”.

Both venerables emphasise the theory and application of the wisdom of Middle Path as the foundation for the practice of samadhi.

The differences are:

With reference to the three essentials in Mahayana practice, Venerable Zhi-yi places faith and determination as the priority, whereas Venerable Yin-shun highlights the practice of loving kindness and compassion as the core.

Between the practice of helping and guiding sentient beings, and the cultivation of concentration and contemplation, Venerable Zhi Yi has the opinion that the act of leading and guiding others will affect one’s progress in the cultivation of concentration and contemplation. However, Venerable Yin Shun suggests that helping and guiding sentient beings is the right cultivation of samadhi in Mahayana teaching, it is also the core and essence in the practice of Bodhisattva path.

In conclusion, the two venerables’ ideologies on the Mahayana practice of concentration and contemplation inherited the advocacy of the practice of meditation and wisdom paramitas taught by Nagarjuna Bodhisattva of the Early Mahayana period in India. Among the three essentials in Mahayana practice, that is, loving kindness and compassion, wisdom, faith and determination, both venerables uphold the contemplation and development of wisdom as the core. In practical cultivation, the venerables develop their unique and profound elaborations on the cultivation of faith and determination, and loving kindness and compassion respectively.

Keywords : samadhi, jhana, Four Types of Samadhi, Fahua Samadhi, Immeasurable Samadhi

一、前言

佛教的修行項目，主要是戒定慧三學，這是以善良道德行為做基礎，進以修學禪定與智慧的完整修行綱領。此中，禪定能增進心念的專注與平穩，觀智則能覺照諸法實相；使修行者超脫庸常染污的生活現狀，使身心得到徹底的淨化與覺醒。因此藉禪定靜心、以觀慧發悟的定慧二學，成為佛法教化與修學的主要內容。

如此三學依次增上的重要學行綱領，無論是聲聞還是大乘，皆同於此。然而若細究此三乘教法的法門施設，則二者因為發心內容的不同，其所行法門的偏向也就有所差異。如聲聞緣覺行者，因為緣慮自身苦迫所生出離心，故所修習的定慧二學內容，就會偏重自身定力的增進與無我觀智的開啓，以此做為斷煩惱得解脫的法門；而大乘則是依於緣念眾生苦難而發起救護彼等的菩提心，故菩薩學行的重點，就不會一味只注重己身止觀能力的獲得，而著重於修學增強自己度生能力的定力，並在無我觀智的基礎上，進而學習救護眾生的種種學問與技能，故所行所學，則不念己身之利，而但願能對眾生有益。

有關於大乘定慧二學的特色與偏重，龍樹菩薩¹在《大智度論》中，

¹ 龍樹（Nāgārjuna）菩薩，公元二、三世紀南印人，是初期大乘佛教思想的先行者，其學說深體南印佛教的「一切法性空」思想，而對西北印佛教所重視的「三世法相有」學說亦為嫻熟。他面對當時印度佛教南北不同的學派思想，由慧悟而發為論說，善巧地溝通二者，開啓了初期大乘中觀學派的一代學風。龍樹菩薩的著作很多，大要可分為二類，一是「智覺的深觀」——抉擇大乘不共聲聞的甚深法性空慧，二是「慈悲的廣行」——闡揚大乘菩薩度生的廣大願行。前者是學理的敷演，用以開顯諸法的中道實義，如《中論》的撰作；後者則導向菩薩利生事行的實踐，這是在「畢竟空」的深觀上，引領菩薩行

對於菩薩應修與所行的諸多利生三昧法門，依於大乘思想的精神，做了重要的整理與闡述；並對後期所傳出的，依於信願行而修的三昧行法，也依於難行與易行，正行與方便，做出了根本的判攝與分梳。

在學說思想的根源上，同樣宗依於龍樹中觀學的智顛大師與印順導師，²在闡述大乘不共聲聞的止觀修行時，都發現到了「大乘三昧法門」在菩薩道修行的過程中扮演了重要的角色。

然而進一步比較之後，發現智顛大師與印順導師二人，對於大乘三昧法門修行的所緣取向與先後次第，則有不同的主張與偏重。本文即以此為主要討論內容，分析二位大德在大乘三昧的修行上，其止觀思想與實修次第的不同特色。

二、大乘三昧法門的內容與特色

相較於聲聞緣覺二乘所修的四禪八定、四雙八輩的定慧行果，我們發現到大乘菩薩的止觀行法，不再沿襲解脫道之禪定與觀智舊說，而是多以三昧法門稱之，此中之原由為何？

以下從經典的記載、三昧法門的命名、菩薩利生的定力與法門偏重的轉變等等面向，分析大乘利生三昧法門的精神；並以此基礎，解析智顛設立「四種三昧」與印順導師舉揚「無量三昧」的重心所在。

（一）三昧法門的特色

者實際利生的大願廣行，此如《大智度論》中所述。

² 有關智顛大師與印順導師二人的止觀思想，之所以可以併列討論與比較的理由，筆者曾以「外部條件」與「內部分析」等兩個面向加以討論說明。詳見拙作，〈大乘禪波羅蜜「止觀法要」之抉擇〉，《禪觀修持與人間關懷》（台北：法界，2006年），頁248-250。

1、大乘經典的記載

佛教的修行，重視以定持心，以慧發悟，如此方能徹證實相，登涅槃境。然而如果只是修持定學，則禪定唯能靜心，故更應進修觀慧；當然，若無定力之扶持，則孤慧亦難以著力，必須定慧等持、止觀雙運，方足以契入法性，修成聖道。依此，佛教諸多修行法門的名稱，即結合了修定與修慧的意涵，寓止觀二種修法力用於法門的命名中。如《阿含經》中所說之空三昧、無相三昧、無願三昧之「三三昧」的命名為例，其中，空、無相與無願是觀慧所修，三昧是心的等持（定）力。

此一重視定慧二學雙修，止觀二力均衡的修行原則，無論是聲緣道品，還是菩薩學行，都是一以貫之的。然而二者仍有發心與果證的不同：前者是緣自身苦發出離心，修四禪八定，諸階觀智，以求涅槃四聖果；後者是緣眾生苦，生悲愍而發菩提心，行六波羅蜜，進修種種利生三昧，得一切智智，以證得無上正等覺位。有關於菩薩的修行道品，雖然學派之間有或四、六、十種的不同主張，然而皆以多多修集波羅蜜，以為成佛的福德智慧資糧，而在漢傳佛教界，則以布施、持戒、忍辱、精進、禪定與智慧等「六波羅蜜」為通說。此中，初期大乘興起，在修心方面，是以「禪那波羅蜜」指稱菩薩練心之主要道品；在智覺方面，則以無所得入一切處的「般若波羅蜜」為大乘不共聲緣的特勝。在具體的定慧內容與層次上，則龍樹菩薩乃溯源於《阿含經》意，指出色界四禪為主的定力，因為其靜定力與思擇力均等，適合於開發觀慧，故特別重視色界四禪定的「禪那」——禪波羅蜜的修習。³

以《阿含經》為代表的聲聞定學，其中「三昧」法門為數甚少，只有空、無相、無願等之三三昧（三解脫門），與和尋、伺心所有關的三

³ 龍樹菩薩造，鳩摩羅什譯，《大智度論》卷 17，《大正藏》冊 25，頁 185 中。

昧等。然而到了大乘經典，則發現其中記載諸多菩薩所行之三昧法門，並且有不少經典，直接就以「三昧」為名者。如龍樹菩薩即匯整了許多以「三昧」為名的修行法門，而這是在中道正見的無礙空觀基礎上所修所證的諸多利生三昧。如云：

一切法中得無礙知見已，即得無量三昧門現在前，所謂諸法性觀三昧，諸法性不可得三昧，破諸法無明三昧，諸法不異三昧，諸法不壞自在三昧，諸法能照明三昧，諸法離闇三昧，諸法無異相續三昧，諸法不可得三昧，散華三昧，諸法無我三昧，如幻威勢三昧，得如鏡像三昧，得一切眾生語言三昧，一切眾生歡喜三昧，入分別音聲三昧，得種種語言字句莊嚴三昧，無畏三昧，性常默然三昧，得無礙解脫三昧，離塵垢三昧，名字語句莊嚴三昧，見諸法三昧，諸法無礙頂三昧，如虛空三昧，如金剛三昧，不畏著色三昧，得勝三昧，轉眼三昧，畢法性三昧，能與安隱三昧，師子吼三昧，勝一切眾生三昧，華莊嚴三昧，斷疑三昧，隨一切堅固三昧，出諸法得神通力無畏三昧，能達諸法三昧，諸法財印三昧，諸法無分別見三昧，離諸見三昧，離一切闇三昧，離一切相三昧，解脫一切著三昧，除一切懈怠三昧，得深法明三昧，不可奪三昧，破魔三昧，不著三界三昧，起光明三昧，見諸佛三昧。⁴

又如大乘經中許多以三昧為經名的經典，這都是菩薩所修學的法門，如《月燈三昧經》、《金剛三昧經》、《首楞嚴三昧經》與《般舟三昧經》等等。⁵依此三昧行法，做為成就無上正等佛菩提的有力因行。如云：

⁴ 鳩摩羅什譯，《大智度論》卷 97，《大正藏》冊 25，頁 735 上。

⁵ 大乘經典以「三昧」命名者不少，有關大乘種種三昧經典的數量與特色，詳見釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》（台北：正聞，1988 年），頁 1216-1218。

「有無量阿僧祇三昧門、陀羅尼門，菩薩摩訶薩學是三昧門、陀羅尼門，疾得阿耨多羅三藐三菩提。」⁶

既然菩薩所修學的定慧二學，會特別冠以某一三昧為主，則此菩薩道所應修行的諸多「三昧法門」，則顯然特有意涵，並且應該有別於通泛的大乘「禪波羅蜜」之稱。也就由此發現了大乘定學——禪波羅蜜的真正重心，是以「三昧力」為主要的定學內容。

2、菩薩利生的需要

「三昧」與「禪那」二者，其意義有何差異？為何菩薩所修學的定力，所行持法門，是以「三昧」來命名？以下說明之：

從定力的淺深來說，「三昧」⁷所指的定心範圍很廣，舉凡欲界少分攝心等持，一直到無色界四空定——三昧，皆從屬之；而「禪（那）」⁸則多指色界定心，如色界之初禪到四禪的微細定心層次。

而菩薩發心廣大，願深行切，為何所學之定力為涵蓋三界淺深之「三昧」，而不是更能專意靜止、攝心的「禪那」？而所修行的法門，又為何特別舉稱為「三昧法門」？因為入於（色界）「禪那」的定力，乃是

⁶ 鳩摩羅什譯，《摩訶般若波羅蜜經》卷3，《大正藏》冊8，頁238上。

⁷ 「三昧」，為梵語 *samādhi* 之音譯，又作三摩地、三摩提、三摩帝。意譯為等持、定、正定、調直定、正心行處等。即將意念住止於一處（或一所緣、一境）的一種心念安定的狀態。於佛典中，*samādhi* 譯為等持時，「等」是指遠離心的浮（掉舉）沈（昏沈），而得平等安詳，「持」是指將心專止於一境之意；三昧——就是將心念攝止於一境而不散亂之狀態，故又稱為「心一境性」。

⁸ 「禪那」，為梵語 *dhyāna* 之音譯，意為令心專注於某一對象——所緣境，以達到攝念專一而不散亂的心識狀態。在《阿含經》中，佛陀常常舉稱色界四禪的定力，因其穩固而又不遲滯（不像無色界的四空定），所以是很適合開發觀慧的定心。於是，在佛教的定學中，就以（色界四）「禪那」為修定代表。

不與眼、耳、鼻、舌、身等五根五識共起的定中獨頭意識——安止穩住，唯意識念住於所緣的定力，此時眼耳鼻舌身之五根不作用，五識不運轉，故它的專注力雖然單一而強大，但是對於需要在日常生活中投入利生事業的菩薩修行是不合用的，也是不可能生起的定力。因為一入於唯意根、意識、法塵專意獨定的安止禪境中，則必然停歇五根、五識與五塵的感受認知運作，故無法感知外在動靜，通達眾生所欲。再反觀菩薩道重視通於欲界散位定心的「三昧」力的原因，是因為著眼於將心念專注投入於所從事利生的行業中時，生起了平等持心，唯此利生行之專注心念。所以這種不廢利生事行，而能於利生願行中增長定力的菩薩定學——大乘三昧法門，也才是大乘禪波羅蜜的精神與殊勝之所在。

3、三昧行法的內容

如上所說，大乘菩薩行基於定慧雙修的原則與入世利人的需要，故特別重視三昧法門的弘揚。在大乘經典中，有數百上千種三昧修行法門，如《大品般若經》中提到的三昧，即有一百零八種之多，稱為「百八三昧」。

有關「百八三昧」⁹中所修行法之具體行法，由於內容豐富，以下略舉一二為例。如論云：

必入辯才三昧者，四無礙中，辭辯相應三昧；菩薩得是三昧，悉知眾生語言次第，及經書名字等，悉能分別無礙。¹⁰

菩薩行門之「必入辯才」三昧，是在因行中從學習並精通熟練眾生語言次第及經書名字中，逐漸累積於語言無礙的能力，直到心意專念，

⁹ 龍樹菩薩造，鳩摩羅什譯，《大智度論》卷 47，《大正藏》冊 25，頁 398 下-402 下。

¹⁰ 同上註，頁 399 中。

平等持心的「三昧力」現前，是為「必入辯才三昧」。此中，「辯才」是菩薩學行的所緣，「三昧」是大乘入世禪波羅蜜的精神；修此所緣，得入三昧，是佛果功德中「四無礙解」¹¹的因地行法。

又如「集諸功德三昧」，經中說菩薩住此三昧，則好樂修集一切善根功德，於初夜、後夜，無有休息，猶如日月運轉不停。又如「無量辯三昧」，菩薩住此三昧，得無量辯才，樂向眾生演說法義，乃至一字一句，經無量劫而不窮盡。

《大智度論》中雖廣說諸多大乘入世利生三昧法門之名目，然卻無逐項細明具體施行方法；又如《華嚴經》「入法界品」中，雖盛讚善財童子參訪之善知識，所入諸種三昧之不可思議解脫境界，然亦無詳述彼等種種善巧利生之詳情；筆者認為，大乘諸法「箇中三昧」之微妙深細，唯賴我人於當前之時地人中運思善巧。

從以上所舉例示，檢視菩薩「百八三昧」法門的重心，乃多為利益眾生之行與降伏煩惱、開發智慧之法，這是從菩薩利生的實際需要而有的殊勝三昧法門。

（二）大乘禪觀的重心

佛教修行的本質，重視定慧二學的均衡發展，故在大乘學行中，也應是般若與三昧的合一，只是在學門分項的闡述時，則不免有所偏重。以定學而言，菩薩行法不偏重於靜坐，而是於行、住、坐、臥中修習，

¹¹ 「四無礙解」，簡稱四無礙、四解、四辯。指四種自在無滯之智解與辯才——理解能力與語言表達能力，因以智慧為本，故稱四無礙智。其中，就理解能力而言，稱為四無礙解；就語言表達能力而言，稱四無礙辯；又此為化度眾生之法，故亦稱四化法。（世親造，玄奘譯，《俱舍論》卷 27，《大正藏》冊 29，頁 142 上-中）

以求能在一切行止中與利生的心行相應，這是菩薩三昧——大乘禪波羅蜜的精神所在。而在慧學方面，在無常、空、無我的法義基礎上，對於緣起法性做了更深刻而廣闊的闡述與發揚，依於一切無所得的深觀中，入於一切法不生，不可得的體證，這是大乘般若智慧的精髓所在。

然而，大乘教法更肩負了利益一切眾生的悲心與願行，所以在般若波羅蜜行法內容的施設上，除了獲得淨除一切染著的根本智之外，更需要學習種種利生的技巧與方法——後得智。其具體所學的內容，則有依於印度古來五項學問分類，而說「菩薩應於五明中求」，並以此為大乘「般若波羅蜜」的學行內容。如云：

有五明處：一、內明處，二、因明處，三、聲明處，四、醫方明處，五、工業明處。菩薩於此五種明處，若正勤求，則名勤求一切明處。¹²

出家菩薩，處於空閑，親近供養諸佛菩薩，一切智者。常樂聽聞甚深妙法，心生渴仰，恒無厭足。善能分別二諦真理，斷除二障，通達五明。說諸法要，能決眾疑。以是因緣，即得名為般若波羅蜜。¹³

「五明」的內容，比照現代的學科分類，大約是：一、聲明，乃語言文字，典籍藝文之學；二、工巧明，是技術、曆算與工藝之學；三、醫方明，是醫藥與治病之學；四、因明，指邏輯、論理之學；五、內明，乃佛法不共世間、二乘之妙義諦理之學。這是大乘慧學的內容，也是菩薩利生的工具，相較於知苦、斷集、修道、斷惑的聲聞學行，顯出了大乘慧學的內容，比聲聞慧學更寬闊與廣博的面向與內容。

¹² 彌勒說，玄奘譯，《瑜伽師地論》卷 38，《大正藏》冊 30，頁 500 下。

¹³ 般若譯，《大乘本生心地觀經》卷 7，《大正藏》冊 3，頁 323 上。

總結而言，大乘禪觀，也就是菩薩定慧二學的重心：一、在定學方面，不再意著於點五根、絕意知的枯止與昧定，其重視的是平等持心，能統合五根，調柔心意，以得六根淨定的「三昧力」。二、在慧學方面，是依於緣起中道的深智，於內觀照名法妄執，淨除身見我愛，這是出世「根本智」的正見淨智；對外則洞察人世幽微，法界萬象，學無量法，利益一切，這是入世「後得智」的方便善巧。此中，大乘三昧的靈通，菩薩利生的巧慧，成爲與世間、聲緣二乘不共的大乘禪觀特德。

（三）信願法門的傳出

如上所說，大乘菩薩以發上品菩提心而修行，一切以「利益眾生」爲先，故其所修學的禪波羅蜜與般若波羅蜜的精神，就有別於聲聞禪法。

然而，於般若深智與利生廣行的菩薩三昧行法之外，在不斷結集與傳出的大乘經典中，亦有另一類型三昧法門的出現。此中，修行者專念的對象，也就是「三昧」修法的所緣，從緣念眾生苦，集諸利生行，漸漸轉向緣念佛功德，求佛力之加持。其所緣慮的佛果功德，可以是五分功德法身，也可以是佛陀的莊嚴好相。此一集中心念，專心持誦佛號，觀想佛相，憶念佛之威德，虔心感召佛力救拔的「三昧法門」，在許多大乘佛教經典中流行甚廣。

以「一行三昧」爲例，行者至於閑靜之處，捨諸亂想而攝意專念，心緣於佛，專念佛名。如云：

欲入一行三昧，應處空閑，捨諸亂意，不取相貌，繫心一佛，專稱名字。隨佛方所，端身正向，能於一佛，念念相續。即是念中，能見過去、未來、現在諸佛。何以故？念一佛功德無量無邊，亦與無量諸佛功德無二，不思議佛法等無分別，皆乘一如，成最正

覺，悉具無量功德，無量辯才。¹⁴

在以上的引文中，我們可以發現到，對於利益眾生所需的種種善巧智慧，是在修學稱名念佛的三昧成就時，因得見三世諸佛，故藉由佛陀之威神力用，而得到無量的善淨功德與度生辯才。¹⁵

（四）慈悲、智慧與信願為大乘三類行門

大乘佛教經典所闡述的主題，可以歸納為慈悲、智慧與信願等三類內容。再從經典出現的時間先後來看，則首先是重視慈悲濟眾的「先行大乘」的經典傳出，這是在菩薩六度——六波羅蜜學行項目的基礎上，將此六項的具體內容，都指歸於悲濟眾生的實踐上。如云：

布施度無極者，厥則云何？慈育人物，悲愍群邪，喜賢成度，護濟眾生，跨天踰地，潤弘河海。布施眾生，飢者食之，渴者飲之，寒衣熱涼，疾濟以藥，車馬舟輿，眾寶名珍，妻子國土，索即惠之。¹⁶

忍辱度無極者，厥則云何。……眾生所以有亡國、破家、危身、滅族，生有斯患，死有三道之辜，皆由不能懷忍行慈，使其然矣。菩薩覺之，即自誓曰：吾寧就湯火之酷，菹醢之患，終不恚毒，加於眾生也。……自覺之後，世世行慈。¹⁷

以上引文說明了菩薩所行的布施、忍辱等六度學行中，充滿了對苦

¹⁴ 梁·曼陀羅仙譯，《大寶積經》卷 116，《大正藏》冊 11，頁 655 中-下。

¹⁵ 有關於重視信願行門的大乘經典傳出的時間與內容，可參考釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》（台北：正聞，1988 年），頁 570-576。

¹⁶ 康僧會譯，《六度集經》卷 1，《大正藏》冊 3，頁 1 上。

¹⁷ 同上註，卷 5，頁 24 上。

難眾生無盡的慈心與悲行，可知慈悲心行在菩薩道中的重要性，而這也正是大乘修行法門的精髓之所在。故云：

是菩薩大悲成就故，於五濁世成阿耨多羅三藐三菩提。爾時，眾生無有救護、無諸善念，其心常為煩惱所亂、諸見所侵，於中成阿耨多羅三藐三菩提，乃能大益無量眾生，善能為作擁護，依止舍宅燈明，兼復度脫於生死大海，教令安住於正見中，使處涅槃服甘露水，是菩薩摩訶薩欲示現大悲故，願取如是五濁惡世。¹⁸

再者，除了慈心入眾的大悲行門，又有闡揚大乘深邃智覺的經典傳出，這是以深觀法性的「道智大經」——「原始般若」經為主的經典。主要經典如《道行般若波羅蜜經》、《大摩訶般若波羅蜜經》、《小品般若波羅蜜經》與《摩訶般若波羅蜜鈔經》等，這是以慧悟為核心的，重視深悟法性的一類大乘經典。

第三，在大乘佛法中更有一分以信願行法為主的法門出現，其所修行的定力，統稱為「念佛三昧」，這是因應信眾的信仰心理所產生出來的法門。此一方法的內容，著重在對佛菩薩威德的仰信，並以懺悔己身罪障與禮拜、隨喜、迴向等信願行法的修持，作為修行大乘的起始。接著以此所得的清淨與感應為基礎，再取佛相好，進修觀相念佛，並獲得三昧力的增進；這是以念佛滅除無量罪，念佛不退菩提心為主的大乘信願修行法門。而若論實際禪修中對於所緣境的選取與所得的定力境界，則是著重於取佛像作觀，以入於「念佛三昧」的境界。舉《佛說觀佛三昧海經》為例，如云：

若實至心求大乘者，當行懺悔。行懺悔已，次行請佛。行請佛已，

¹⁸ 曇無讖譯，《悲華經》卷5，《大正藏》冊3，頁199中。

次行隨喜。行隨喜已，次行迴向。行迴向已，次行發願。行發願已，正身端坐繫念在前，觀佛境界，令漸廣大，一僧坊中，滿中佛像。¹⁹

匯整以上所說大乘行者修行的趨向內容，則有行悲心濟眾，求深廣智覺與依深信願而行者，故可以統整為大乘的慈悲、智慧與信願等三類行門的分類。

三、智顓大師《摩訶止觀》之「四種三昧」

智顓大師是天台圓教學說實際的創立者，一生深入經藏，勤修止觀且講說不輟，是中國佛教史上義學與實證皆有大成就的高僧。其於天台圓教最主要的修行典籍《摩訶止觀》中，指出「四種三昧」是修行證入菩薩位的主要法門，並詳細闡述「四種三昧」的修行方法。如云：

勸進四種三昧，入菩薩位。……「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。²⁰

智顓引用《法華經》，明言修行佛道應學習種種行法；而惟因行法眾多，故將之統攝歸納為四種，稱為「四種三昧」，以為行菩薩道，入大乘位之津梁。經考察「四種三昧」之名相，從命名中即可略知其意涵。如：「常坐三昧」、「常行三昧」、「半行半坐三昧」與「非行非坐三昧」等，都是以修行時的身儀——身體姿式所做的分類標準。其中有坐姿、立姿、坐立兼具等三種，並將不屬上說三類的其它，都收納到「非行非

¹⁹ 佛陀跋陀羅譯，《佛說觀佛三昧海經》卷9，《大正藏》冊15，頁690下。

²⁰ 智顓，《摩訶止觀》卷2上，《大正藏》冊46，頁11上。

坐」的第四類中。智顛指出，在佛教中之修行身儀，一向以行與坐的姿式為主，今合成爲「四句」，²¹故將不在坐與行的其它三昧行法，皆歸到第四項「非坐非行三昧」中來；這是爲成爲四句而有的命名，其實可以通用於行、坐及其它。如云：

上一向用行、坐，此既異上，爲成四句，故名非行非坐；實通行坐及一切事。²²

又如智顛在臨終之時，教示弟子：「四種三昧，是汝明導。」²³可知天台圓教的止觀修行法門，是以「四種三昧」爲主，而在實修的歷程中，則將所有善巧方便法的運用，諸多定慧境相的對應與種種修證境界的體證，都匯歸到「觀一念自生心」，也就是以「一念無明妄心收攝三千世界」的天台止觀修證的心法中。

以下略說「四種三昧」之出處與修法大要，並從大乘三昧的本義，討論「四種三昧」的特色。

（一）行法內容

1、常坐三昧

又稱「一行三昧」，修法出自《文殊師利問經》²⁴與《文殊師利所說般若波羅蜜經》²⁵二經，修行以九十日爲一期。期間身體須常坐不臥，

²¹ 此中「四句」之說，因智顛常沿用龍樹「中論」之「四句」法來判攝或分別不同之思想之法義。四句，即：肯定、否定、複肯定、複否定等四句法，以爲論究諸法的分類形式。

²² 同註 20，頁 14 中。

²³ 灌頂，《隋天台智者大師別傳》，《大正藏》冊 50，頁 196 中。

²⁴ 僧伽婆羅譯，《文殊師利問經》卷 2，《大正藏》冊 14，頁 492 中。

²⁵ 僧伽婆羅譯，《文殊師利所說般若波羅蜜經》，《大正藏》冊 8，頁 732 下。

一心專稱佛名，慚愧懺悔，攝心專念，務以見佛相好爲要。

2、常行三昧

又稱「般舟三昧」，「般舟」意爲現前、佛立，此法修習成就，得見十方佛立於現前。此行法出自《般舟三昧經》，²⁶以九十日爲一期，期中身常行走、站立而無休息，心念口稱，「常唱阿彌陀佛名」，並求修至「能於定中，見十方現在佛，在其前立。」²⁷

3、半行半坐三昧

智顛說此三昧行法，又有兩種。此中：

其一，出自《大方等陀羅尼經》，²⁸智顛曾另著《方等三昧行法》²⁹詳述修法。此法以七日爲一期，以半行半坐爲方法，欲修之時須先求夢示，若能得之，則再潔淨壇場，奉請諸佛菩薩護法。期間口誦陀羅尼咒、誠摯懺罪、召請三寶等等。

其二，出自《法華經》，所得境界爲「法華三昧」，是天台宗主要的修行法門之一，智顛曾別作《法華三昧懺儀》³⁰詳述之。其修法以二十一日爲期，行者「若行若立，讀誦此經。」務求得證三昧及陀羅尼，並以上品慧根發相，獲六根清淨，入於菩薩位。

4、非行非坐三昧

慧思稱此法爲「隨自意三昧」，取其「意起即修」之意；《小品般若經》³¹則稱爲《覺意三昧》，乃重視「意之趣向，皆覺識明」之意。智顛

²⁶ 支婁迦讖譯，《般舟三昧經》卷3，《大正藏》冊13，頁902下。

²⁷ 智顛，《摩訶止觀》卷2上，《大正藏》冊46，頁12上。

²⁸ 法眾譯，《大方等陀羅尼經》卷4，《大正藏》冊21，頁641上。

²⁹ 智顛，《方等三昧行法》卷1，《大正藏》冊46，頁943-949。

³⁰ 智顛，《法華三昧懺儀》卷1，《大正藏》冊46，頁949-955。

³¹ 鳩摩羅什譯，《小品般若經》卷27，《大正藏》冊8，頁217上。

匯總之，認為「雖復三名，實是一法。」

與前面三種三昧比較，智顓強調此行法不限身儀如何，亦無論時間短長，即於平常生活中之行住坐臥，於意起念覺時，即攝心修此三昧，使與法合。從行文表面來看，這是沒有任何具體儀軌，而著重於日常生活中的修行。此之文證，智顓於《釋摩訶般若波羅蜜經覺意三昧》³²中所說，更為完整。如云：

云何為修？若行者了知心及一切諸法，皆無所有，不生不滅，寂然清淨，而能善用六度方便，以自調伏虛妄之心，妄心既息，三昧自發。³³

行者觀於外心六種事業，悉知空寂，不見作者，有定實相，是故菩薩於一切事中，修行三昧。³⁴

此三昧之修行方法，是能了知一切諸法因緣所生，幻生幻滅，寂滅清淨；進而於歷事對境中，能調伏虛妄分別之心，並運用六度利生行法，若能如此善巧應世觀照，則三昧境界，自然生發。智顓並以行、住、坐、臥、作務與言談等六事，例示說明歷境觀心之修行方法。³⁵以下更以智顓所作《釋摩訶般若波羅蜜經覺意三昧》中，所詳釋以運作四心，而入一切事的修行方法。如云：

……已知四運心相，攝一切心。……先以大誓莊嚴，善修如上六

³² 智顓，《釋摩訶般若波羅蜜經覺意三昧》，《大正藏》冊46，頁621-627。

³³ 同上註，頁622下。

³⁴ 同上註，頁625上。

³⁵ 如云：「外作六者，所謂一行，二住，三坐，四臥，五作作，六言談。」（同上註，頁624下）

度法門，以調其心。……必須勤修正觀，行道乃知，豈可虛心妄解，而自毀傷。既能善自調和，然後隨心所起，以無所住著之心，反照觀察未念、欲念、念、念已之相。爾時諦觀未念心為滅。欲念心生。未念心為不滅。欲念心生。未念心為亦滅亦不滅。欲念心生未念心為非滅非不滅。欲念心生。如此於未念四句中。觀欲念心生皆不可得。若不得欲念心生亦不得不生。即於心性而得解脫。³⁶

如上所說，以「非行非坐三昧」為主的「覺意三昧」，重視的是尋常日用中觸處逢緣，皆得攝意觀心，入於實相的修行方法。然而智顗於《摩訶止觀》文中，則以「一、約諸經，二、約諸善，三、約諸惡，四、約諸無記」³⁷等四項義例，來說明此一三昧法門之實修方法。其中：第一「約諸經」所援引之經典文獻，乃以《請觀音經》³⁸為代表，修法是嚴飾道場，安立彌陀佛與觀音、勢至二菩薩之三聖像於西方位，稱名誦念，持咒觀想。第二「歷諸善」之後，方以心識之未念、欲念、念、念已之「運心四相」³⁹的操作，來闡釋觀心方法。

³⁶ 智顗，《釋摩訶般若波羅蜜經覺意三昧》，《大正藏》冊 46，頁 623 中-下。

³⁷ 智顗，《摩訶止觀》卷 2 上，《大正藏》冊 46，頁 12 下。

³⁸ 全稱《請觀世音菩薩消伏毒害陀羅尼呪經》，竺難提譯，《大正藏》冊 20，頁 34-38。

³⁹ 智顗認為眾生心於一切世間法相中，皆有此「運心四相」，故若能就此四相觀察，則無所遺漏。此中心之四相，其義為：「行者欲入此三昧。……是中略明四種心相，以為觀境。何等為四？一者未念，二者欲念，三者念，四者念已。未念名心未起緣境，欲念名心欲起緣境，念名緣境心滿住，念已名緣境心滿足已謝滅。……緣一切世間法，皆有如此四相之心。是故但說四種之相，以為觀境，靡所不攝。」（同註 36，頁 623 上）

筆者認為此一說明方式，可以有兩種意義，其一：第一項之以誦念西方三聖名號為主的修行方法，其性質大同於常坐、常行與半坐半行三昧之依於佛菩薩聖德而有的修行方法，故再加上歷善、歷惡與歷無記性之六度成滿，隨處觀心，則能一以「覺意三昧」——「非行非坐三昧」統攝前三種三昧行法。其二，從「四種三昧」皆重視念佛、拜佛、見佛，並以圓教觀心而入一實相的修行方法，則在大乘三要門中，可說是偏重在信願與智慧二門；且二者又有先從信入，再以智證的修行特色。

（二）觀心為要

以上從經典依據與主要內容，簡略說明「四種三昧」行法的出處與重點，其中雖云：「勸進四種三昧，入菩薩位。」然而智顓並非只是單純援引經文，以匯集種種大乘三昧行法。而是在經典的基礎上，以圓教義理為主軸，並特別設立「意修止觀」部份，對每一三昧行法，以天台特有的「觀心法門」貫攝發揮之；故這是天台圓頓止觀特有的「四種三昧」修行法門。

其具體的運用方法，是對於每一三昧法門，皆分列身、口、意三個面向。其中身、口所修內容，則援引原有經文；而在「意修止觀」的部份，則分為兩部份，除了攝意專念於所緣，務求心與身口所修之內容同一之外，對心意觀想的方向與內容，更另外指引以圓頓止觀「觀不思議境」方法為主的觀心內容。茲以「一行三昧」為例，說明智顓結合經典所說行法與圓教特有觀心法門之運用。如云：

一行三昧，……方法者，身論開遮，⁴⁰口論說默，意論止觀。身

⁴⁰ 即「開」與「遮」。開，許可之意；遮，禁止之意。又作開制、遮開，原為佛門戒律規制中之用語。即於戒規律法中，有些屬於開放、許可，有些屬於遮

開常坐，遮行、住、臥。……口說默者，……當專稱一佛名字，……誦經誦咒，尚喧於靜，況世俗言語耶。意止觀者，端坐正念，蠲除惡覺，捨諸亂想，莫雜思惟，不取相貌。但專繫緣法界，一念法界，繫緣是止；一念是觀，信一切法皆是佛法，無前無後，無復際畔。無知者，無說者，若無知無說，則非有非無；非知者，非不知者，離此二邊，住無所住，如諸佛住安處寂滅法界。聞此深法，勿生驚怖，此法界亦名菩提，亦名不可思議境界。⁴¹

以「常坐三昧」——「一行三昧」行法為例，其方法從身、口、意三方面來說明。即：於身儀方面，允許正身跏趺坐，不許行走、站立與躺臥；口則宣念一佛聖號，不許閒談世語……。在意念方面，應當去除惡念，捨諸亂想，不摻雜其它意想，亦不取形相念。進而應專心繫念法界，心能住定於一緣是「止」，念能專意審思是「觀」；深信信納一切法皆是佛法，而法性無始終無邊際，人於法相亦無能知無有說，故亦非存在非不存在，若能於法性法界實相，遠離有無、來去、始終等等兩面對立，二端相對的妄執，則將於法無所固執，如解脫之諸佛聖者，安住於究竟寂滅之域。行者聽聞如此甚深法義，未起驚疑排斥，此法界即名正覺，即是不可思議言說之境界——「不可思議境界」。

「不可思議境界」，⁴²是天台圓教最主要的觀心法門，位列圓頓止觀

除、禁止之事。以五戒為例，凡涉及傷殺、淫亂、劫盜、欺詐等惡行，皆是被遮止而不可行之事。

⁴¹ 智顛，《摩訶止觀》卷2上，《大正藏》冊46，頁11上-中。

⁴² 有關於「觀不可思議境」的圓教義理與觀照方法，筆者於博士論文《智顛圓頓止觀之研究》第四章第四項中詳述；在此主要是援引文獻，以示智顛依於大乘經典所說之圓教「四種三昧」，雖身、口二項修行內容，仍依據經說；然而在心念，也就是「意修止觀」的部份，則以圓教中道實相的教理為觀行內

正修之「十乘觀法」中的第一項。若能深信圓義，如理觀解，善巧覺觀，則將能疾入於菩薩聖位。如云：

觀心具十法門：一、觀不可思議境，……故得疾入菩薩位。⁴³

（三）法門評議

有關於《摩訶止觀》中「四種三昧」法門的設立，如上所說，乃是智顓從匯整大乘諸經讚揚種種菩薩行法的記載中得來的結論，故歸納諸多三昧行法，以身儀做為分類標準，而分成四類。以下則評議智顓所設立「四種三昧」的特色。

1、回應大乘經典以三昧為修定特色之意趣

智顓指出：世間所有行法，皆以定力——三昧為基礎，更將經教中所說三昧法，分為世間、出世間與出世間上上等三類三昧境界。其中，與大乘三昧力有關的出世間上上三昧，其中三昧名目，如首楞嚴三昧、百八三昧，乃至遍布十方方法界，多如微塵，不可計數之大乘種三昧。如云：

一切法皆是三摩提（按，即三昧），……三摩提略說者，有三種。一者世間，二者出世間，三出世間上上。……出世間上上三摩提者，所謂十力種性三昧，首楞嚴等，百八三昧，乃至如十方界微塵等數三昧是為三種三摩提，攝一切法，即是一切法，故名諸三昧。⁴⁴

容的指引。

⁴³ 同註 41，卷 5 上，頁 52 中。

⁴⁴ 智顓，《釋摩訶般若波羅蜜經覺意三昧》，《大正藏》冊 46，頁 621 下-622 上。

如以上引文，筆者認為，智顛從初期大乘經典中（如《般若經》、《法華經》等），體認到大乘教法對於三昧法門的重視。故在「圓頓止觀」中，即以三昧行法做為施設天台圓教修行法門的主要項目，這是《摩訶止觀》設立「四種三昧」的緣由。

一般人對於智顛止觀思想前後期的不同轉變，大都提及智顛修行思想中，從初期說「禪波羅蜜」到後期闡揚「止觀」行法的改變，而較少注意智顛對於大乘三昧行法的重視，以及其中所蘊含的意義為何。本文經由以上對四種三昧內容的整理，以及溯源大乘三昧的精神，也就發現到了天台圓頓止觀中「四種三昧」法門的思想與特色。筆者認為，智顛對於佛教定學的知見與思想，早期是根據《大智度論》，而以「禪波羅蜜」為主，故初期於金陵弘法時，一心講述《釋禪波羅蜜次第法門》，⁴⁵以闡述大乘定學的內容與意義。而晚期則分為兩個發展面向，一是以含義更廣的「止觀」，來建構圓教修行體系中的定慧二學；而另一方面，則是意識到「三昧」在菩薩道行中的重要性，故於闡述天台「圓頓止觀」時，即以「三昧」為重，而施設此一圓教大乘的「四種三昧」法門。

2、以修行身儀做為分類標準

面對大乘經中所記載的眾多菩薩三昧法門，以及許多以「三昧」為名的大乘經典，智顛將之劃分為四種，稱「四種三昧」。所據以分類的標準，是以修行時的身儀，也就是身體的姿勢做為劃分。我們直接從「四種三昧」的名稱即可得知，即：常坐三昧、常行三昧、半行半坐三昧，以及非行非坐三昧；也就是以坐姿、行走、混合坐與行，以及不能歸類為以上三種者。

筆者認為，此一分類方法存在著兩個問題，以下說明：

⁴⁵ 智顛，《釋禪波羅蜜次第法門》，《大正藏》冊 46，頁 475-548。

首先，是分類之名目過於籠統含糊。因為佛教一般常用以修行的身體姿式，以單項區分，就是行、住（立）、坐等三種；而其中，「住（站立）」又常被包含於「行」之中，故修行之身儀，向以行、坐為主。此中，若欲得較深之定境，則以能攝六根、一意專念的「坐姿」為主；若求能於一切事緣中利益眾生，則自以「行」為便利，乃至於因應需要，而不再特別限定姿式。故面對千百種，乃至於經典中所說無量數的大乘三昧法門，若以修行時身體所用的姿勢做為分類標準，則在實際應用中，能特別區分出單坐、單行者，不但為數不多，且亦不容易包羅涵蓋具多種身儀的三昧行法。所以就出現了將大多數不能被單一分項所涵蓋的法門，就只能全部籠統納入第四項之「非心非坐三昧」中的現象；而且第四項所收納的三昧法門，其身姿，又也包含有坐與行之姿式。此一問題，顯然智顛亦頗能了解，然而受限於分類名目的特性，只能如是劃分。故云：「非行非坐三昧者，上一向用行、坐，此既異上，為成四句，故名非行非坐，實通行、坐及一切事。」也就是為了有所分別於前三項所分出的坐與行之方法，又為了湊集成四句，故立有「非坐非行三昧」。今雖特別劃分出來，但是其中被分出者，內裡其實又常包含有坐與行之修行姿式。

再者，是不易彰顯大乘三昧的精神。原來，大乘佛教的主要精神，是以大悲心學行利益眾生事；故菩薩所修之定慧二學，就又有寓自利於利他行法中的特色。故其所行之定學，就不再單以靜坐為主，而是於行住坐臥中，等持其心，以專注投入利生事業的諸多「三昧法門」為要。準此以觀智顛用修行身儀為大乘「四種三昧」的分類名目，較諸於「解一切眾生語言三昧」、「比入辯才三昧」與「無誑三昧」等，則較不能從名目中，即得知此一行法在利益眾生方面的特色。

3、以圓教智觀為主，並輔以念佛信行。

智顗認為其所設立之「四種三昧」，是立本於圓教智觀所行的大乘三昧法門，這是援引《大智度論》所言，「三三昧」是一切大乘三昧行法根本的思想而來。如云：

釋論云：「三三昧爲一切三昧做本也。」若入三三昧，能成四種三昧。⁴⁶

所謂「三三昧」，其中，從觀一切法因緣所生，無自性故「空」；得見空故於所有相，都無所見；以無見無住於相——「無相」故，於一切法，皆無願求，捨、棄，離欲，涅槃。是爲以定（三昧）爲輔，智觀一切法而入空、無相、無願之「三三昧」；這是以觀智慧爲主，依慧立名的三昧行法。

智顗依循以觀慧智覺爲主的佛教修行重心，引用《大智度論》對於「三三昧」以觀智爲解脫關鍵的精神；故說「圓頓止觀」中大乘三昧法門之設立，是如三三昧以智覺爲本的精神一樣，故施設圓教的「四種三昧」。當然，「三三昧」所觀之內容與所證之智慧，傳統向以《阿含經》中所說爲準，然而智顗於此，則在藏通別圓四教判教的基礎上，一以無作四諦與空、假、中一心三觀之圓教諦理而涵攝統貫之。所以在「四種三昧」行法的內容中，智顗除了引用經典所載之三昧法門內容，並在每一行法中之「意修止觀」項下，皆用圓教觀心法門以引導收攝行者之智解內容與方向。

智顗以慧悟爲修習圓教四種三昧核心精神的此一意趣，在「十乘觀法」的第一項「觀不可思議境」中，已揭櫫此中意旨，而於第七「助道對治」中，有更清楚而明確的表達。承接上所引文，如云：

⁴⁶ 智顗，《摩訶止觀》卷5上，《大正藏》冊46，頁52中。

若入三三昧，能成四種三昧。根利無遮，易入清涼池，不須對治。根利有遮，但專三脫門，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。……若人修四三昧，道品調適，解脫不開。……修三昧時，破戒心忽起，……圓教正業等，皆觀法性即是具足等戒。……理觀之戒，即心而備，雖作此解，身口多虧。或今生粗獷，或先世遮障未得懺悔，覆我三昧，脫門不開。思是事已，當自悲泯，深生改革，……大誓不動，稱佛名字，為證為救。心誠感佛，放淨戒光，能令毀禁者，淨戒光觸時，二世罪滅，即與理觀正業相應，……事理既圓，畢竟持戒。⁴⁷

即，若能入三三昧觀智之堂奧，則自能成就「四種三昧」法門之精神，惟就修行者的根性來看，則因有利、鈍二根，與涉及有無外緣障礙（遮）的四種情況。其中：一、根性敏利而無修道煩擾等障難（遮）者，乃直接觀不可思議境而得圓智，故無須修習對治法門；二、利根而有遮者，因慧解力故，障亦無足為礙，故亦不需對治方法；三、鈍根而無障者，一以道品行之，自亦能行至聖境；四、此中鈍根障重者，最須留意。以其根鈍不能即開慧解，入三解脫門，故須有助道調適，以治除煩惱；此即需引導以種種觀心方法而對治之。

接下所引之原文，以修六波羅蜜法中之「尸羅（戒）波羅蜜」為例，說明智顛介紹「四種三昧」行法在實修過程中，實以「圓教正業」，也

⁴⁷ 同上註，卷7上，頁91上-92中。

就是圓頓止觀所依之圓義慧解為主，故云「觀法性即是具足戒」。惟行者若因根鈍障重，則在真誠懺過，殷重發心之後，一心專意，稱誦佛號，以求佛陀之救拔；而也就在這心意虔敬中，即能感應佛陀放清淨戒光，以為救贖。智顛指出，當圓教修行者能以至誠虔敬之心念佛，而感召得佛陀淨光照射之時，即能除去過去、現在二世之罪愆；由此透過事相懺悔所得的感應，乃是與圓義理觀之境相通的。如此，兼顧理觀與事修，而既能事理圓滿，則乃為真正持戒之行。

不但是「尸羅（持戒）波羅蜜」如此，智顛對於其它大乘五波羅蜜的修學，亦是如此。即：若是根利與障輕，則一以圓教觀心法門入中道實相之圓頓智境，若根鈍障重，則修四種三昧，稱念佛名，以感應佛陀「定光」之光照，即得「十方佛為證為救，諸佛威加，離障解脫，即與四種十慧相應。」⁴⁸

即此引文，可以了解智顛所說「四三昧是通修，念佛是別修，蓋通別之異耳」之意涵。亦即：智顛是依於大乘重視三昧行法之特色而立天台圓教之「四種三昧」行法；此中，從三三昧的重視慧悟的精神出發，故圓頓止觀亦重視圓義的慧解與圓佛的智證。然而從行者的根器障緣，來實際考量修行成效，則筆者認為，智顛施設「四種三昧」法門，應有重視修行過程中，能得佛陀慈悲救拔的含義，也就是有偏重「信願行門」的傾向。⁴⁹故以智顛所說「『方便正觀』祇是四三昧耳。」⁵⁰一句之意解，並參照其所云：以「止觀攝一切行」，而其中「慧行是正行，行行是助行」⁵¹的主張，則我們可以有理由地推斷，「四種三昧」是以圓教的智觀

⁴⁸ 智顛，《摩訶止觀》卷7下，《大正藏》冊46，頁94中。

⁴⁹ 同上註，卷1上，頁5上。

⁵⁰ 同上註，頁5中。

⁵¹ 所謂「慧行」，即是「觀行」，在圓教中是以三觀修三智以得三諦的圓觀。「行

為主，而以念佛信行為輔的圓教大乘三昧行法。

4、以「法華三昧」為主要修行法門

如上所說，「四種三昧」是智顛依據大乘經種種三昧法門所做的整理，也以此做為天台圓頓止觀的修行法門。然而，這是從建構止觀學理的需要所做的闡述；如果從行者實修的角度來考量，則理論上雖說此「四種三昧」皆可修學；然而實際的情況是不可能在同一個時間修習所有的法門。

再者，本文於一一簡述此「四種三昧」行法內容時，特別注意到其中有關每一行法所需的修行時程。其中：如「常坐三昧」與「常行三昧」一期修程為九十天，「半行半坐三昧」中，「方等三昧」是七天，「法華三昧」是二十一天，唯有「非行非坐三昧」，也就是「覺意三昧」沒有時程限定，隨時隨處，念起即修，意行止觀。若從實際運用的考量，則每隔一時段做短期的結期精進與念佛懺悔是可能的；然而衡諸於日常生活中的實際情況，卻是不可能諸事不做，萬緣皆廢，只有唯一用此種方法修行。在寺院道場中，亦需分工投入房舍、飲食、臥具、衣物、湯藥等事務的料理與維護；更何況世俗生活中家庭與事業等，種種繁雜事務的費心經營與勤勞操持，更是不可能如此。

基於以上幾點反思，參考智顛一生修學的經歷，並衡量圓頓止觀的修行主旨，從實用的角度出發；於此「四種三昧」中，筆者主張天台圓教的主要三昧行法，是以「法華三昧」為主。而另外「覺意三昧」所蘊涵的，不拘時地與形式，念起即修的「無相行」行法精神，則非常值得融入於「法華三昧」的無相行門中，而此一隨時檢點心念的攝心與觀照

行」則是具體的行法，是藉此運心，依事入理的一切行法。（同註 48，卷 3 下，頁 30 中）

方法，亦相當值得推廣。故智顛即云：

若般舟常行，法華、方等半行，或掃灑執作，皆有行動，隨自意最多，若不於行中習觀，云何速與道理相應。⁵²

以下提出筆者主張於智顛所說四種三昧中，天台圓教主要修行之大乘三昧，乃以「法華三昧」為主之理由：

首先，是天台之實際立宗者智顛及其師父慧思的修行經歷。如智顛，於大蘇山慧思座下受學時，因讀誦法華經而得旋陀羅尼境界，亦經慧思印證為「法華三昧」前方便。又如慧思，除了早年自修授徒之外，晚年在南嶽隱居修行時，即常誦持講授「法華」並修此三昧法門。

第二、在宗派思想的根源上，《法華經》亦是天台圓教重要的思想來源與經教依據。故持誦《法華經》，以入於「法華三昧」，而求能深體《法華經》一大乘究竟之圓教要旨，則是天台宗人欲進窺圓教奧義的三昧行法。

第三、智顛與慧思皆著有闡釋「法華三昧」行法的修持專著，可見彼等對此行法之重視；如智顛撰著《法華三昧懺儀》，慧思著有《法華三樂行義》。師徒二人皆擴大了《法華經》中所說「法華三昧」的修行層面，如：慧思從持誦經文的「有相行」，另說攝心對境，覺照安忍的「無相行」。又如智顛更以戒定慧三學各分下中上三品等九個次位層次，以安立「法華三昧」的行果內容。可見智顛對此行法的實踐與重視，而行者在實修時，亦能有較具體，可依循的參考內容，誠為圓教止觀最好的修行指南。

第四、從圓教核心思想來考量，重視於一切時地，皆能「直觀一切法空」的「無相行法」。依此意旨，則「法華三昧」中的無相行，說明

⁵² 智顛，《摩訶止觀》卷7下，《大正藏》冊46，頁100中。

了在一切時處中修行的原則與方法，故是最符應於圓教中道實相觀的三昧法門。

第五，最實用且易普及的一點，從實修的角度來說，則強調於一切時地中修行的「法華三昧無相行」；在身體的姿式上，不專門以固定的坐姿、立姿或行走來修行，在心念的所緣上，不必特別專念於經文或佛號。而是強調在日常生活時，凡任何姿勢中，於從事所有作務時，即於遇境逢緣之際，都能攝心正念，「意起即修」，務使行者「意之趣向，皆覺識明了。」

基於以上理由，故筆者認為學習圓教止觀行法，雖說此四種三昧皆可修習，然而其中自以「圓教無相行」為宗旨的「法華三昧」為主。

5、修信願行法為證智因依

圓教止觀行法不但以慧觀智覺為尚，更強調此一行法的「通者騰空」，頓入超絕。然而從一般人的實際修行情況來看，則能一聞圓法，即入圓境的上根睿智者畢竟少有，故智顛在建構理境高妙的圓義與觀行超絕的頓悟的同時，則以大乘念佛、見佛，感召佛光救拔的信願行門，以為修行圓頓止觀「觀不可思議境」，悟入「一心具十法界」的圓覺境界；即此「五品既轉明淨，豁入聞慧，通達無滯，深信難動，即信心也。」⁵³也就是入於圓教「十信位」中，若相涉於圓理，則可云為是由於對於深妙圓理生起堅決淨信之心所生起的「信解」——因信稱解。

筆者認為，其在「十乘觀法」第八的「知次位」一項，將「五悔行法」列為得五品觀行位的「別方便」——特別的方便法，⁵⁴即是將信願行法視為證入圓位的有力因依之證明。

⁵³ 同註 52，頁 99 上。

⁵⁴ 同註 52，頁 98 下。

6、以說法利生爲止觀障礙

在「十乘觀法」的第九「能安忍」中，智顛勸誡行者要「能忍成道事」，於少獲初品乃至五品境界時，切莫順緣爲人說法，領眾度生。因爲此時的道力尙微，見道不切，故縱然表相上對人暫時或有少許利益，然而從長遠與究竟來看，畢竟「益他蓋微，廢損自行，非唯品秩不進，障道還興。」⁵⁵故在未成就之時，切須「安忍」，直到「至六根清淨，名初依人。」也就是主張要修到「六根清淨」位，方可領眾說法，演教利生。

「六根清淨」屬於圓教「六即佛位」中之「相似位」，其品秩等同藏、通二教之佛位，⁵⁶別教之菩薩位。若以四教共義之內容來說，則也就是要修行至「成佛」，方可度眾。筆者認爲，雖然智顛在文中引用《大智度論》所說：「身雖遠離，心不遠離。」用爲行者初學中途，應避世息務以專意禪思的理由，然而畢竟與「度生爲因行，成佛爲果證」的真正大乘精神與合理的修道因果關係顯然稍有未洽。⁵⁷

⁵⁵ 智顛，《摩訶止觀》卷 7 下，《大正藏》冊 46，頁 99 中。

⁵⁶ 有關智天台對於四教行位中斷惑證理之果德位次，在藏教入聖位次比對圓教六即佛德部份，智顛認爲：「三藏菩薩全不斷惑，望圓教五品，……三藏佛位，斷見思盡，望六根清淨位。」（智顛，《法華玄義》，《大正藏》冊 33，頁 737 上）灌頂依此而判：「此等五品，並外凡位，假名五品，入十信六根清淨內凡位。……與三藏通教佛果位齊，與別教十迴向齊。」（灌頂，《天台八教大意》，《大正藏》冊 46，頁 772 中）又諦觀更進一步細分，在「相似即」十信位中之前七位，乃爲藏教從初果至四果，及辟支佛、菩薩與佛等七位聖果階次。如云：「次進六根清淨位，即是十信，……次二信至七信，斷見惑顯真理，與藏通二佛，別教七住齊，三界苦集，斷盡無餘。」（高麗沙門諦觀錄，《天台四教儀》，《大正藏》冊 46，頁 779 中）

⁵⁷ 有關天台圓頓止觀修行法門中的出世性格的分析，詳見拙著，〈智顛大師晚年

四、印順導師「人間佛教」之「無量三昧」

印順導師一生的成就，是在佛學的義理與思想方面，故或有質疑此一擅長精嚴辨異的治學方法與研究成果，對於實際的修行，能否有所助益？是否能做為禪修的指南？

關於印順導師禪學思想的特色與貢獻，筆者曾以「人間佛教禪法」⁵⁸為題，闡述導師根源於初期大乘的中觀正見，著重於此時此地此人的關懷，並主張即入世而修行的大乘止觀思想。⁵⁹筆者從兩個面向歸納導師闡述大乘教法中定慧二學的特色與內容，首先，在「禪波羅蜜」方面：一、大乘推崇「無所依處」的甚深禪定。二、大乘之定學，重視一切本淨、平等，而與般若相應之禪定。三、菩薩所修學之禪定，多以「三昧」為名。四、菩薩不偏重於靜坐，而是於行、住、坐中修習三昧。接著在「般若波羅蜜」方面，一、是依於無所得的現觀，以入於一切法不生的深智。二、是循「定慧分別」以修大乘止觀次第，以「止觀融合」以顯般若三昧的精髓。⁶⁰

在印順導師的著作中，對依於慈悲心而修行，以種種實際利生方法為所緣的大乘菩薩「無量三昧」，給與高度的肯定與推崇。⁶¹筆者認為，此一以慈悲喜捨四無量心，修行無量利生法門的大乘「無量三昧」，最

止觀修證之研究》，《玄奘佛學研究》13期（新竹：玄奘大學，2010年），頁83-90。

⁵⁸ 詳見拙作，《人間佛教禪法及其當代實踐》（台北：法界，2001年），頁306-312，356-357，369-374。

⁵⁹ 同上註，頁20-26，366-374。

⁶⁰ 同上註，頁303-312。

⁶¹ 詳見拙著，《人間佛教禪法——印順導師禪學思想研究》（台北：法界，2011年），頁20-26，366-368。

足以彰顯印順導師「人間佛教」的利生精神，並可以用之為「人間佛教禪法」中，主要的菩薩三昧法門。以下論述之。

（一）行法內容

印順導師在著作中所討論的「無量三昧」，根據經典中的用法，則分別有兩個意義：一、「無量三昧」是指依於慈悲喜捨「四無量心」所修習的三昧力，又稱為「無量心三昧」，這是依於修行禪心的特質而命名的，是專有的定學法門名相。二、是指大乘菩薩行中所修習的無量無邊的三昧法門，是稱說無量數利生三昧法門的泛稱。為了方便區別，前者可稱「無量心三昧」，後者則可稱為「無量數三昧」——無量三昧，這是總匯菩薩修行眾多、無量的利生法門而稱說者。以下分別說明導師對此二種「無量三昧」法門的觀點：

1、無量心三昧

修行以慈悲喜捨四無量心為主的定學方法，記載於《阿含經》中。如云：

（質多）長者答言：「無量三昧者，謂聖弟子心與慈俱，無怨、無憎、無恚，寬弘重心，無量修習普緣；一方充滿，如是二方、三方、四方上下一切世間，心與慈俱。……無量修習，充滿諸方，一切世間普緣住，是名無量三昧。」⁶²

在經典中，質多長者回答伽達多尊者的提問，說明「無量三昧」的修行方法：在心念上是修習遠離怨懟、憎恨與恚怒的慈悲喜捨之心；在對象上是不分怨者、親者，對所有的眾生都能包容與接納；在空間上，則修習擴大心量，遍滿十方。此法門因其心意能周遍法界，無物不容，

⁶² 求那跋陀羅譯，《雜阿含經》卷 21，「五六七經」，《大正藏》冊 2，頁 149 下。

無域不臨，故云「無量」；而修習此慈心以至於長時間平等持續，稱為「三昧」。

在經文中，伽達多尊者並非只是單純提問「無量三昧」的修行方法，而也論究到了「三三昧」與「無量三昧」之間的關係，以及修行「無量三昧」能否離愛染證涅槃等疑惑。之所以產生這樣的疑惑，是與解脫道的修行重點有關。原來，聲聞行人的心念，偏重於如何厭離自身苦，而較不重視愍念（其他）有情苦；故在急求自證中，所修行的法門就會偏重於厭離世間。解脫道行法，是從緣起因果的正觀中，先見諸法無常無我，而通達無我、我所的空性；在緣起空的體證中，了悟諸相無相；既能徹知諸相的緣生如幻，故對無常世間之幻生妄相，就能淨除妄想，了無願欲，心生遠離；這即是空三昧、無相三昧與無願三昧的修行原理與方法。從重於厭患遠離的解脫行法以觀，認為依於慈悲喜捨四無量心而修的「無量三昧」，因其心念所緣是世間有情，不能契入無為法性，是「不通達於上位」的，故將其判攝為屬於「世間法」的禪定。⁶³

印順導師則指出其中的原因是，因為「聲聞的淨化自心，偏于理智與意志，忽略情感。所以德行根本的三善根，也多說『離貪欲者心解脫，離無明者慧解脫』，對於離瞋的無量心解脫，即略而不論。聲聞行的淨化自心，是有所偏的，不能從淨化自心的立場，成熟有情與莊嚴國土；但依法而解脫自我，不能依法依世間而完成自我。這一切，等到直探釋尊心髓的行者，急于為他，才從慈悲為本中完成聲聞所不能完成的一切。」⁶⁴所謂「直探釋尊心髓的行者」，即是大乘佛法的實踐

⁶³ 如聲聞禪法的代表作《清淨道論》，即如此主張。見覺音著，葉均譯，《清淨道論》中冊（台北：華宇，1987年），頁129。

⁶⁴ 釋印順，《佛法概論》，《妙雲集》冊8（台北：正聞，1992年），頁243。

者——菩薩行人。⁶⁵

總結而言：「無量三昧，即是緣起相依相成的，無自無他而平等的正觀。通達自他的相關性、平等性，智與悲是融和而並無別異的。無量三昧的被遺忘，說明了聲聞佛教的偏頗。佛教的根本心髓——慈悲，被忽視、被隱沒，實為初期佛教的唯一不幸事件。到大乘佛教興起，才開顯出來。」⁶⁶由此可知，印順導師對於依慈心而修行的「無量三昧」，給與高度的肯定，認為修行此一法門，不但與三三昧一樣能同證解脫，乃至於能彰顯佛陀度生的心髓，佛教慈悲濟眾的特德。

2、無量數三昧

如上所說，聲聞法中「無量（心）三昧」的法門，是在淨心澄慮的禪修中，取所緣而修慈心，待能入於三禪，則以此禪心——樂心，取無量有情為所緣——禪相，即此三禪樂心，散布擴充，遍滿十方。接著修習觀慧，以「一義」入於「種種味」，在取相觀照，無礙無著中，通達涅槃解脫。

再從定慧二學的原理分析此一法門的特性，則「無量三昧」行法在修行禪定的階段，是心意緣取無量眾生為所緣而修，在靜坐中以三禪的樂心祝福：「眾生快樂！」這是偏重於「勝解作意」的方法，屬於假想觀⁶⁷的

⁶⁵ 印順導師除了指出聲聞教法因為重視出離世間，故產生對於慈心普覆的「無量三昧」法門「略而不論」。更引證經文闡述修行「無量三昧」能與三三昧一樣同證解脫。詳見釋印順，《佛法概論》，《妙雲集》冊 8（台北：正聞，1992 年），頁 243-247。有關於印順導師論究「無量三昧」能同證涅槃，以及質多長者的觀點，筆者亦有詳細的說明，見拙著，《人間佛教禪法——印順導師禪學思想研究》（台北：法界，2011 年），頁 325-327。

⁶⁶ 釋印順，《學佛三要》，《妙雲集》冊 15（台北：正聞，1992 年），頁 138。

⁶⁷ 「勝解作意」之「假想」，不是閉目靜坐，假裝地幻想，這是一種禪定的修行

修行。接著轉入「真實作意」的觀智，因為能運作此心能周遍十方，無取無著，故能離貪瞋癡，「於有身滅，涅槃，……乃至命終，不復來還生於此界。」

此聲聞教法中的「無量三昧」，於修定之事——如培養慈心與增上定力等，將有所增益；然而從「假想」以入於「真實」的修行過程中，皆是取自心相以修自心定，實際上並沒有接觸眾生，或直接投入利益有情的作務。故筆者認為，導師闡述聲聞教法中，依於慈心，住於「無量三昧」的法門，乃是從大乘佛教回溯根本佛教，在《阿含經》中重新掘發佛陀應化世間的慈悲本懷；然而印順導師基於大乘入世利生精神所提倡的「人間佛教」，其所重視的大乘三昧法門，除了慈悲心念的長養，理應另有實際利生的三昧法門。

以下，筆者保留聲聞禪法中「無量三昧」之法門名相與慈悲心髓，進而擷取大乘經論中菩薩修行「無量（數）三昧」之名義，以論述「人間佛教禪法」所應修行大乘菩薩三昧法門——「無量三昧」的行法特色與修行方法。

（1）文獻依據

印順導師論述「無量三昧」時，多與三三昧並提，並就聲聞法之慈等四無量心之修行而說，然而亦指出大乘佛教對於諸多三昧法門的重視，並以之為菩薩行所修定法的名稱。如說：「在修證上，三三昧是極重要的定門。『雜阿含經』中，質多長者說：四種三昧——「無量心三昧」、「無相心三昧」、「無所有心三昧」、「空心三昧」，約空無我所說，

方法，是透過心念的集中專注與作意，將所緣增強擴充的方法。故論中云：「勝解作意者，謂修靜慮者隨其所欲，於諸事相增益作意。」（彌勒說，玄奘譯，《瑜伽師地論》「本地分」卷 11，《大正藏》冊 30，頁 332 下）

可說是同一的。《大智度論》說：三三昧同緣一實相；三法印即是一實相，可說就是這一解說的引申。三三昧與四種三昧，都是隨觀慧的內容立名的。在「大乘佛法」的開展中，顯然以三昧為菩薩定法的名稱。」⁶⁸

有關於菩薩所行六度法門中的「禪波羅蜜」，其與「大乘三昧」之間的不同，導師認為：「以三昧為名的大乘經，與通泛的禪波羅蜜不同，是以某一三昧為主，或說到某一三昧的。有這麼多的三昧經典，可以想見三昧在大乘經中的地位！「中品般若」中，列舉了首楞嚴三昧等一百零八三昧，並一一的加以解說。然在別處，列舉了部分三昧，又總結的說：「有無量阿僧祇三昧門」；或說「無量三昧門現在前」，可見三昧是多到無量數的。初期大乘經中，所說的三昧極多，大乘法門的根本，是體達一切本不生滅，本自寂滅，所以大乘三昧，是從無量法門而入的；一切法無量數，三昧當然也無數量了。」⁶⁹

由上引文可知，導師指出大乘所行之「禪波羅蜜」，乃是源於《阿含經》以來重視「四禪」定力的傳統，然而在實際的行法上，菩薩之定學則更重視修學從無量法門所生發的三昧力。

（2）經典依據

有關於大乘三昧，菩薩無量法門的修學，以下再從慈心入眾，普覆一切的出發心，來闡述大乘禪波羅蜜中，菩薩行人修習無量三昧的精神與特色。如云：

初發菩薩心，充滿法界，無量大悲攝取眾生；發諸菩薩無量大願，究竟十方世界，無量大悲普覆眾生。於一切剎、一切劫中，修習菩薩無量諸行，無量三昧力，不捨不轉菩薩正道。⁷⁰

⁶⁸ 釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》（台北：正聞，1988年），頁1216。

⁶⁹ 出處同上，頁1218。

⁷⁰ 佛陀跋陀羅譯，《大方廣佛華嚴經》卷47，《大正藏》冊9，頁698下。

捨一切欲，離生喜樂清淨次第，入於正受而無所染；燒滅煩惱，生無量定，具大神通。次第超越，入於無量諸三昧門，於一三昧門入無量三昧，悉知一切三昧境界，漸具諸佛智慧之地，是名清淨禪波羅蜜。⁷¹

如《華嚴經》中所說，行者初發大乘菩提心時，於心於境，於時於處，即一與「無量」相應。此心所緣即應周遍法界，以無量之大悲心攝取眾生為所緣；進而生發菩薩的無量大願，究極十方，悲心遍滿。於一切處，一切時中，行持大乘無量利益眾生行門，修習菩薩無量三昧力用，終無捨離、轉易菩薩之正道。而菩薩修行禪定，依次從捨離欲界諸欲，無所穢染，而升入色界諸禪次第；再進而次第超越諸障，而得大神通力，入於無量諸多三昧境界。能以一三昧法門更入無量（數）三昧法門，盡知所有一切諸多三昧境界，逐漸累積具備諸佛之智慧功德，此乃為大乘六度法中，菩薩所修之清淨禪波羅蜜。

依此，我們可以有理由地主張，「人間佛教禪法」菩薩所修行的三昧行法，可以稱為「無量三昧」。此中之「無量」，包含慈悲喜捨的四無量心，以及大乘菩薩行所應修學的無量數三昧法門。

（二）利生為先

1、以慈心為本

雖說信願、慈悲與智慧之大乘三心，應均衡發展，然而從行者發心先後與修行之法門偏向而言，則印順導師指出應掌握大乘佛教的精神，以慈悲心為菩薩行之特德與首要。

其中三心內容及特色，以及悲心為首的意義，導師的觀點是：

⁷¹ 同上註，卷10，頁461上。

修學人間佛教——人菩薩行，以三心為基本，三心是大乘信願——菩提願，大悲心，空性見。一、發（願）菩提心：扼要的說，是以佛為理想，為目標，立下自己要成佛的大志願。……二、大悲心，是菩薩行的根本。慈能予人安樂，悲能除人苦惱，為什麼只說大悲心為本？佛法到底是以解脫眾生生死苦迫為最高理想的，其次才是相對的救苦。……三、空性見，空性是緣起的空性。……其實，生死解脫的涅槃，是超越的，沒有相，也不能說是無相。大乘顯示涅槃甚深，稱之為空（性），無相，無願，真如，法界等。……緣起即空性，空性即緣起，空性是真如等異名，不能解說為「無」的。這是依「緣起甚深」而通達「涅槃（寂滅）甚深」了。在菩薩行中，無我我所空，正知緣起而不著相，是極重要的。沒有「無所得為方便」，處處取著，怎麼能成就菩薩的大行！這三者是修菩薩行所必要的，悲心更為重要！⁷²

2、以利生為主

經典從菩薩以悲心緣無量眾生而修無量法門，這是從舉揚大乘的遠大願心而說法門的「無量」，然而若落實於更具體的行門，則應修行以利益眾生為主的「百八三昧」為最具代表。其中指出：初名「首楞嚴」，乃至「虛空不著不染」；廣說則至「無量」，此為菩薩得修得入諸三昧境界。如云：

略說則有一百八三昧——初名首楞嚴三昧，乃至虛空不著不染三昧；廣說則無量三昧。以是故說諸菩薩得諸三昧。⁷³

⁷² 釋印順，《華雨集》冊4（台北：正聞，1993年），頁58-59。

⁷³ 龍樹造，鳩摩羅什譯，《大智度論》卷9，《大正藏》冊25，頁97上。

有關「百八三昧」之具體內容及其相關討論，已於本文第二節第一段中說明。在此所要強調的是，若從止觀修行來說，則「人間佛教禪法」所稱揚的大乘定慧二學，應掌握大乘入深法界的深智，並在效法悲心濟眾的佛陀因行中，進而修習無量利生三昧法門；故其所修行的止觀法門，就應著重入世與利人，而不能喜好獨處，耽溺禪樂。因此，人間佛教之菩薩行者，應不務空談而積極利他，在建構完善理論的同時，更要精勤投入實踐。

（三）法門評議

以上從印順導師對於大乘定學與聲聞無量三昧的觀點，主張以「無量三昧」代表「人間佛教禪法」的菩薩三昧法門。以下則評述此一法門的精神與特色如下：

1、重視菩薩定學之大乘三昧法門的修習

印順導師的禪學思想，掌握了大乘止觀法門的特色，故在大乘禪波羅蜜法中，更特別突顯了菩薩修學三昧的精神，故以「三昧」為大乘定學的特色。

2、以慈悲心為大乘教法之特德

也就是在大乘佛教所開展出來的慈悲、智慧與信願三要門中，人間佛教重視慈悲心的長養，這是與緣起中道智覺相應而起的無量悲心，並且是實際投入利生法門的實踐的大乘止觀修行思想。

3、以「無量三昧」為主要修行法門

在止觀的所緣境部份，印順導師重視菩薩悲心利生、入世度眾的精神，故特別指出從慈等四「無量心」的長養，到入世修學無量法門的三昧行法。

4、強調入世修行，主張初發心即應修習利他行。

印順導師依於《華嚴經》「入法界品」的啓發，與般若入世無礙的妙用與菩薩願行的莊嚴，指出大乘的真諦，是以出世之心廣行利生之事，更是從世間事業中直入解脫。經中善財童子參訪的善知識，各修一種解脫門，這是善巧入世，一方面「即俗而真」的入深法界，又一方面「即真而俗」的入世利生的修行，也正是直接以度眾生為解脫三昧的真大乘行門。⁷⁴

而此一大乘入世行法的特色，是於入門初學時即應在世間中長養悲心，實際投入利生事行，在理論到實踐，都貫徹了大乘的精神。

五、結論

本文以說明初期大乘佛教經典中三昧法門的內容與特色為基礎，針對大乘三昧法門中的所緣境，與信願、慈悲與智慧等大乘三心，在修行次第上的先後等問題，分別討論智顛大師「摩訶止觀」與印順導師「人間佛教」中的大乘止觀思想。

以下則總結二人思想的相同與別異之處：

（一）相同的部份

首先，是智顛大師與印順導師二人皆注意到了大乘定學的特色，是在於「三昧力」的培養。

故智顛在構建天台圓教行法時，提出了「四種三昧」的修行方法，以為圓教「摩訶止觀」的主要行門。而印順導師的「人間佛教」禪學思

⁷⁴ 有關於「人間佛教」修行觀中，即入世而解脫思想的討論，見拙著，《人間佛教禪法及其當代實踐》（台北：法界，2001年），頁367-374。其中對於《華嚴經》「入法界品」之釋義，見釋印順，〈青年佛教參訪記〉，《青年的佛教》，《妙雲集》冊18（台北：正聞，1992年），頁21-135。

想，從他對聲聞「無量三昧」的說明，到對《華嚴經》「入法界品」善財童子參學諸大菩薩所行種種利生三昧法門的演述。而「人間佛教禪法」所應修學之大乘三昧法門，筆者認為可以用「無量三昧」做為人菩薩行者所應修學之法門。其中，以慈悲為禪心，修學此心而得「無量三昧」之等持力，而更應具體投入種種利生法門，在無量法門中，臻至無量三昧的成就與功德。

（二）別異的部份

1、在大乘三要門中，智顛大師以信願法先行，印順導師以慈悲行為首。

這是在天台「四種三昧」與人間佛教「無量三昧」二者內容的比較中所得出的結論。但是，在實修的先後次第上，二人對於「信願」先行或「慈悲」為首的觀點雖有不同，然而彼此皆同樣重視以「智慧」做為修行三昧與覺證中道的究竟圭臬。即：智顛大師的「四種三昧」法門，以念佛三昧之信願行為先，而以天台圓教的圓頓智觀為導；印順導師則以悲心濟眾，列為人菩薩行者首先必行之法，故筆者從之得出應行「無量三昧」的結論，而一切利生行為，則皆應在以無所得於一切處的中觀正見中完成。

2、在度眾生與修止觀二者之間，智顛大師認為領眾將妨礙修行者的止觀進境，印順導師則主張利益眾生乃為成就大乘三昧之正境。

此中，智顛大師在《摩訶止觀》「十乘觀法」中的「能安忍」，特別提醒修行者在未得「六根清淨位」之前，應注意保任與靜修，切莫妄逐外緣，致使止觀之力退失或不能進步。而印順導師則主張慈心濟眾與入世利生，乃大乘佛教之特德與菩薩三昧之所緣正境，故主張即入世而出世，利他即是自利的止觀修行思想。

綜合以上的討論，可以知道智顛大師與印順導師二人的大乘止觀思想，皆紹述了初期大乘佛教龍樹菩薩的禪定與智慧二波羅蜜的意義與特色。而對於慈悲、智慧與信願之大乘三要門，二人皆以智覺慧觀為主，而在具體行門的施設上，又分別對大乘的信願與慈悲二門，有獨到而深廣的闡發。

參考書目

一、藏經

- 求那跋陀羅譯，《雜阿含經》，《大正藏》冊 2。
康僧會譯，《六度集經》，《大正藏》冊 3。
般若譯，《大乘本生心地觀經》，《大正藏》冊 3。
曇無讖譯，《悲華經》，《大正藏》冊 3。
鳩摩羅什譯，《小品般若經》，《大正藏》冊 8。
鳩摩羅什譯，《摩訶般若波羅蜜經》，《大正藏》冊 8。
僧伽婆羅譯，《文殊師利所說般若波羅蜜經》，《大正藏》冊 8。
佛陀跋陀羅譯，《大方廣佛華嚴經》，《大正藏》冊 9。
曼陀羅仙譯，《大寶積經》，《大正藏》冊 11。
支婁迦讖譯，《般舟三昧經》，《大正藏》冊 13。
僧伽婆羅譯，《文殊師利問經》，《大正藏》冊 14。
佛陀跋陀羅譯，《佛說觀佛三昧海經》，《大正藏》冊 15。
竺難提譯，《請觀世音菩薩消伏毒害陀羅尼呪經》，《大正藏》冊 20。

- 法眾譯，《大方等陀羅尼經》，《大正藏》冊 21。
- 龍樹造，鳩摩羅什譯，《大智度論》，《大正藏》冊 25。
- 世親造，玄奘譯，《俱舍論》，《大正藏》冊 29。
- 彌勒說，玄奘譯，《瑜伽師地論》，《大正藏》冊 30。
- 智顛，《法華玄義》，《大正藏》冊 33。
- 智顛，《方等三昧行法》，《大正藏》冊 46。
- 智顛，《法華三昧懺儀》，《大正藏》冊 46。
- 智顛，《摩訶止觀》，《大正藏》冊 46。
- 智顛，《釋摩訶般若波羅蜜經覺意三昧》，《大正藏》冊 46。
- 智顛，《釋禪波羅蜜次第法門》，《大正藏》冊 46。
- 諦觀錄，《天台四教儀》，《大正藏》冊 46。
- 灌頂，《天台八教大意》，《大正藏》冊 46。
- 灌頂，《隋天台智者大師別傳》，《大正藏》冊 50。

二、古籍

覺音著，葉均譯，《清淨道論》中冊，台北：華宇，1987年。

三、專書

- 釋印順，《佛法概論》，《妙雲集》冊 8，台北：正聞，1992年。
- 釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，台北：正聞，1988年。
- 釋印順，《青年的佛教》，《妙雲集》冊 18，台北：正聞，1992年。
- 釋印順，《華雨集》冊 4，台北：正聞，1993年。
- 釋印順，《學佛三要》，《妙雲集》冊 15，台北：正聞，1992年。
- 釋性廣，《人間佛教禪法及其當代實踐》，台北：法界，2001年。
- 釋性廣，《禪觀修持與人間關懷》，台北：法界，2006年。

釋性廣，《人間佛教禪法——印順導師禪學思想研究》，台北：法界，2011年。

四、論文

釋性廣，〈智顛大師晚年止觀修證之研究〉，《玄奘佛學研究》13期，新竹：玄奘大學，2010年。

（責任編輯：釋傳法）