

試論《楞嚴經》中奢摩他、三摩、禪那之義

釋眾品

淨覺大乘佛教思想研究所二年級

摘 要

本文主要是解析《楞嚴經》中「奢摩他」、「三摩」、「禪那」三詞的個別義涵，以作為修行者研習楞嚴定學之指南。

因本經對「奢摩他」、「三摩」、「禪那」三詞未加以明確定義，為輔助筆者依《楞嚴經》本身抉擇三義，故此文於主要章節前安排三個步驟：首先就字源作一剖析，次從《大毘婆沙論》、《瑜伽師地論》作一詮釋，後以《圓覺經》為輔看三定，並將此三步驟所得結果作圖表彙整，利於參考與分析。

在第六章第二節「依《楞嚴經》抉擇奢摩他」的部分，筆者發現經中舉用「奢摩他」字詞時有兩種狀況：單舉奢摩他、奢摩他與毘婆舍那並舉，並依循此一理路加以說明且做出抉擇。第三節「抉擇三摩」，經中使用「三摩地」的字詞，會依據經意，於字詞前冠以「修」、「入」、「得」、「取」等不同關鍵詞，如「入三摩地」、「得三摩地」、「修三摩地」等，有時於字詞後，銜接「觀」字，故筆者根據上述現象逐一探討，得出「三摩地」應有兩種義涵：一者，得定之三摩地；二者，出定修觀之三摩地。第四節「抉擇禪那」，本經卷一同時提出「奢摩他」、「三摩」、「禪那」為得成菩提的三種修行法，但卷二至卷七的經文皆只詳析「奢摩他」及「三摩地」的修習過程，直至卷八指出「頓悟禪那，修進聖位」後，開始說明以金剛心「止觀雙運」破除定、慧二重微細之障，故據此脈絡得出「禪那」一詞當有兩種義涵：一者，止與觀之合稱；二者，指涉及奢摩他與三摩地整個修行的過程及成就。

【關鍵詞】：奢摩他、三摩地、禪那、毗婆舍那、止觀

目次

一、	緒論	1
	(一) 研究動機	1
	(二) 研究目的	1
	(三) 文獻回顧	2
	(四) 研究方法與架構	3
二、	字源分析	4
三、	《大毘婆沙論》及《瑜伽師地論》之詮釋	6
四、	依《楞嚴經》抉擇三定	5
	(一) 以《圓覺經》為輔看三定	5
	(二) 抉擇奢摩他	12
	1. 單舉奢摩他	13
	2. 奢摩他與毘婆舍那並舉	14
	(三) 抉擇三摩	17
	1. 抉擇「三摩」一詞	17
	2. 抉擇「三摩地」義	18
	(四) 抉擇禪那	26
五、	結論	30
	參考文獻	0

一、緒論

(一) 研究動機

《楞嚴經》傳譯中國，始於唐神龍元年，相當於西元七〇五年。若與其他大乘經典譯出時間比較，乃屬於後期大乘經典。此經自傳譯後，由於文辭優美，架構嚴謹分明，成為中國佛教重要典籍之一。雖說楞嚴疑偽之說，自古以來，即於佛教界、學術界中，掀起真偽論辨的巨海浪濤，然其地位，卻未曾損減過一分！

然而，研讀楞嚴教義，不如阿含、瑜伽、中觀皆有印度論師注釋，故參考資料則局限於中國諸師疏解。太虛大師曾於其《首楞嚴經攝論》(1995，頁 1532)中說道：「諸師多依此經以彰自宗，或排餘說以局當部。」若果真如此，於楞嚴教義有心研究者，恐難判別箇中差異！

此篇論文撰寫動機，乃在研讀《首楞嚴經》卷一所說：「妙奢摩他、三摩、禪那最初方便」(頁 106，下欄)，繼而查閱諸師疏解之際，有鑑於對「奢摩他」、「三摩」、「禪那」三定涵義，諸師意見不盡相同，難以決擇楞嚴本意。在時節因緣促成下，排除個人淺陋識見，斗膽下筆，嚐試釐清之。

(二) 研究目的

根據楞嚴法教，世尊宣說《楞嚴經》之由，乃肇始於阿難尊者於乞食途中，偶遇摩登伽女，一見傾心，而落入情網之中。佛陀為解尊者梵行之危，適時令文殊師利前往解危。當阿難尊者面見世尊時，佛即劈頭詢問：何以出家學佛？因此緣由，尊者便以己身難題，道出「十方如來，得成菩提，妙奢摩他、三摩、禪那最初方便」，因而叩起整部楞嚴修證解脫之法！

佛法是重實踐的，尤其從「定」發「慧」的體悟。無論戒、定、慧三學中之「定學」；修行道品中，如八支聖道中之「正定」，七覺支中之「定覺支」，五根中之「定

根」，五力中之「定力」，四神足¹，乃至大乘菩薩道必修行法：六波羅蜜中之「禪定波羅蜜」，皆稱為「定」。可見，修定與成就定，在佛法修學架構中，地位顯得非常重要。

《大乘密嚴經》卷3〈8 阿賴耶即密嚴品〉提出：「成就三摩地，眾聖由是生」（頁768，下欄），又說「十方一切佛，皆從此定生。」（頁775，中欄）修定，成為修行成聖、成佛一大課題。故《楞嚴經》一開卷即說：「十方如來，得成菩提，妙奢摩他、三摩、禪那最初方便」（頁106，下欄），以及「有三摩提名大佛頂首楞嚴王具足萬行，十方如來，一門超出，妙莊嚴路。」（頁107，上欄）之後，卷五中二十五位登聖聲聞、菩薩，無不由各種圓通法門入三摩地，進而證得無漏，成就菩提。準此而言，《楞嚴經》堪稱重視定學之教。本文研究目的，乃在藉由釐清經中「三定」個別義涵，令有心研習楞嚴定學者，易於掌握經中修定旨意。

（三）文獻回顧

自唐以來，楞嚴疏解不下七十餘家，版本更達八十餘種（李志夫，1980，頁8）。礙於時間因素，故於此龐雜文獻中，只能精挑較具發明顯見之代表作文獻回顧：

1. 明代交光大師，自敘發悟楞嚴，故所作疏解，號稱《正脈疏》（2003，頁16、頁207）。疏中於此「最初方便：奢摩他、三摩、禪那」之義，頗多發明。大師謂：奢摩他、三摩、禪那是約三如來藏之解（悟）、入、住三時而立。

2. 明代智旭大師之《楞嚴玄義並文句》（2003，頁97），將「奢摩他、三摩、禪那」三定，融攝天台之三止：體真止、方便隨緣止、息二邊分別止；三觀：入空觀、出假觀、中觀。

3. 近代守培法師，以畢生心血注釋《妙心疏》（2002，頁53~頁54）。疏中初將三定以止、觀、止觀不二解之，後則以空如來藏、不空如來藏、空不空如來藏，釋此三定證成次第。

¹四神足：四種禪定之謂。其體性是定，定是神通所依止的，故名之為神足。

4. 太虛大師，重視法界圓覺學，著有《楞嚴經攝論》，並於武昌講經會提案《楞嚴經研究》及嘉興楞嚴寺宣講《楞嚴大意》。此中頗多闡發，並於交光大師之「奢摩他、三摩、禪那」是約三如來藏之「解、入、住三時而立」說法，多有評破。

5. 圓瑛大師的《楞嚴經講義》(1997，頁74~頁78)，主要依《正脈疏》立說，次以通理大師之《指掌》、溥畹之《寶鏡》作抉擇，其間亦採用《灌頂》、《合輒》諸家之說(李志夫，1980，頁15)，餘講義中係大師自證所得。《楞嚴講義》逐句疏解，內容堪為歷代疏解中最为完善之作。大師將「奢摩他、三摩、禪那」按信解(悟)、修、證次序解之。

由以上文獻回顧可知，諸師間對「三定」的詮解各有己見，故此「三定」名義尚有待研究之。

(四) 研究方法與架構

整理佛經原典，以配合新時代需要，本屬一件重要事。不過，這是任重而道遠的！「要能耐得淒涼，甘於寂寞，在沒沒無聞中，散播無形的種籽。耕耘不問收穫，成功不必在我。必須要有香象渡河，截流而過的精神，不辭艱苦地做去。」(南懷瑾，1960，頁1)。

首先，撰寫本文除了深受時間緊迫影響之外，尚有語言能力不足之考量。故參考資料僅限於漢文典籍，主要從《楞嚴經》相關疏解著眼。語義分析部分，先從字源考察，繼以《大毘婆沙論》、《瑜伽師地論》作一對照。設有人問：論典如此多，何以特選這二部論？其實，主要原因是由於漢文論著解釋「定」名者，相當多，若要作全面性探討，非筆者能力所及，故選擇止觀理論豐富的《大毘婆沙論》及《瑜伽師地論》作為代表。一者，代表聲聞禪法；另一者，代表大乘禪法。

再者，筆者查閱《楞嚴經》相關疏解時，得知楞嚴諸師注解有一共同點，皆引證《圓覺經》奢摩他、三摩鉢底、禪那三法之義詮釋此三定。循此發現，《圓覺經》是可以作為佐證的。因《圓覺經》說道：「所謂奢摩他、三摩提、禪那，三法頓、漸修，

有二十五種；十方諸如來，三世修行者，無不因此法，而得成菩提。」（頁 919，上欄）。）而《首楞嚴經》則說：「十方如來，得成菩提，妙奢摩他、三摩、禪那最初方便。」此二經意趣，竟然不謀而合！尤以「三法頓、漸修，有二十五種」，令筆者聯想楞嚴的二十五圓通。故本文鎖定《圓覺經》，作為「以經解經」、「以經證經」的方式詮解三定。

本文茲以幾個步驟作一番探討：

1. 就字源作一剖析。
2. 以《大毘婆沙論》及《瑜伽師地論》作一詮釋。
3. 以《圓覺經》為輔看三定。
4. 依《楞嚴經》本身解義，以抉擇「奢摩他、三摩、禪那」之義。

之所以未能參考其他研究成果，乃因研究此一論題者甚少，期盼藉此一研究方法，對《楞嚴經》「三定（奢摩他、三摩、禪那）」有更深層認知，以便日後能有明確方向深究楞嚴定學。

二、字源分析

何謂「奢摩他」？梵語“Śamatha”，音譯「奢摩他」，意譯為「止」。其字根√sama，原有心之平靜、沉著、寂靜、休止等意，漢譯稱之為寂、靜、定、制。若以原語為中心作解釋，“śamatha”皆名之為止、定心、消滅、禪定、攝寂靜。²

在慧琳《一切經音義》中對“Śamatha”一詞所作解釋：「奢摩他（梵語此譯為止，心寂靜也）」（頁 315，中欄），「奢摩他（梵語也，唐言定；或云寂靜一義）」（頁 380，中欄），「奢摩他（此云止息，亦曰寂靜，謂正定，離沉、掉也）」（頁 439，中欄）足見，奢摩他唯取「寂靜」義，意指攝心而不被外境所動。“Śamatha”與“vipaśyanā”經常並用，被稱為止觀。

何謂「三摩」？經中所說「三摩」，究屬原梵語 samādhi 或 Samāpatti 之簡譯？似

² 參見荻原雲來編纂(2003)《梵和大辭典》，頁 1312。

乎是個問題。不過，此問題本章節暫不予討論。

梵語“samādhi”，是前置詞 sam 加 ā 和字根√dha 組合的陽性詞。Sam 有「結合」之意，字根 √dha 意思是「放置」，故“samādhi”一詞直接含意應是指「放在一起」，也就是說，能觀之心與所觀之境結合即是三摩地。故「三摩」為 samādhi 之音譯，通譯為「三昧」、「三摩地」、「三摩提」，意譯為「等持」。

在《一切經音義》中，慧琳記載了玄應對「三摩」一詞所作解釋：「三昧(莫蓋反，或此言三摩提，或云三摩帝，皆訛也，正云三摩地，此譯云等持。等者，正也，正持心；持也，謂：持諸功德也；或云正定。謂：任緣一境離諸邪亂也。)」(頁 358，中欄)。玄應取「三摩地」為 samādhi 之正譯，並認為「三摩提」，或「三摩帝」皆訛誤之說。可見，「三昧」或「三摩地」較符合原語 samādhi 之音譯。慧琳亦於二十五卷詳定“samādhi”的含意：「三昧(具足云三摩地，此云等持。謂：離沈、掉，令心住一境性也。)」(頁 467，中欄) 玄應與慧琳二者，對於「三摩地」皆取「等持」(心與境)為其義。由此可知，令心住於一境，相續不斷，心境達到平等無偏的狀態即是「三摩地」。

梵語“Samāpatti”是陰性名詞，由前置詞 sam 加 ā 和字根√pad 組合而成，有「獲得」、「聚集」等義。「三摩鉢底」為“Samāpatti”的音譯，意譯作「等至」，舊譯作「正受」。在《一切經音義》中解釋說：「三摩鉢底(梵語也，唐云定，或云等至，初入定。)」(頁 383，中欄)，「初欲入定，名三摩鉢底。」(頁 441，下欄)、「三摩鉢底(此云等至。謂：由加行伏沈、掉力，至其定位，身心安和也。)」(頁 386，中欄)當心念持續於所緣境加功用行，止伏昏沉、散亂，獲得根本定，使身、心領受平等安和之狀態，即是「三摩鉢底」。故知，此處取「初入定」、「至定位(等至)」為 Samāpatti 之正義。

何謂「禪那」？梵語“Dhyāna”，音譯為「禪那」，意譯作「定」、「靜慮」或「思惟修」。其字根 √Dhyai，具有修習定、思量、沉思等意。而「禪那」的特相是 upanidhāyana，Upa-ni-有至心觀察、諦觀、思惟之意，故 upanidhāyana 漢譯作觀察、思惟、審慮、能審思惟。循此可知，「禪那」可說具有「觀照、思惟」的義涵。《一切經音義》卷二十一說明：「禪那(此云靜慮。謂：靜心思慮也。舊翻為思惟修者，略也)。」

(頁 439, 中欄)顯然，唯取「靜心思慮」為「禪那」之義。靜，是取其專注之意；慮，則是取其思惟或審慮之意。故知，將心專注於一所緣境，達至心意寂靜後，於其所緣予以觀察、思惟之定慧均等之狀態，名之為「禪那」。可見，禪那本身即具有止觀均行的功用。

從字源分析中發現，奢摩他、三摩地、三摩鉢底、禪那四者皆有「專注所緣」的共同特性。奢摩他唯取「寂靜」義，其作用是藉一所緣攝心而不被外境所動；「三摩地」取「等持」(心境)為義，此義有令心住於一境，相續不斷，心境達到平等無偏之作用；「三摩鉢底」義取「等至」(至定位)，即當心念持續於所緣境加功用行，止伏昏沉、散亂，獲得根本定力，使身、心領受平等安和之狀態；「禪那」以「靜心思慮」為義，其意指將心專注於一所緣境，達至心意寂靜後，於其所緣予以觀察、思惟之定慧均等之狀態。雖然「奢摩他、三摩地、三摩鉢底、禪那」一般皆泛譯為「定」，然而此處即已明顯區分出四者微細差別。

三、 《大毘婆沙論》及《瑜伽師地論》之詮釋

上節是依字源界說三定語義，本節則依於《大毘婆沙論》及《瑜伽師地論》對於“Śamatha”、“samādhi”或“Samāpatti”、“Dhyāna”的詮釋。為清楚二論的定義，將作一番對照。首先，筆者以簡表上下並列方式，呈現論中關於奢摩他的定義：

【奢摩他】

Śamatha／奢摩他／止	
《大毘婆沙論》	卷二十九：「若繫心一緣，不分別法相者，入聖道時，名奢摩他行者。」（頁 148, 中欄）
《瑜伽師地論》	卷三十八：「云何奢摩他？謂：諸菩薩，由八種思善依持故；於離言說唯事、唯義，所緣境中，繫心令住；離諸戲論。離心擾亂想作意故；於諸所緣而作勝解。於諸定相，令心內住、安住、等住，廣說乃至一趣、等持，是名奢摩他。」（頁 504, 上欄） 卷四十五：「此中菩薩即於諸法無所分別，當知名止。」（頁 539, 中欄） 卷六十三：「問：何因緣故，說諸靜慮，名奢摩他？ 答：為欲寂靜一切煩惱，正安止故。」（頁 650, 中欄）

對於界說奢摩他語義，《大毘婆沙論》卷二十九提到，由「繫心一緣，不分別法相」而入聖道的修行者，即是修奢摩他。《瑜伽師地論》卷四十五說：「於諸法無所分別」，即是止；「無分別」是心識不分別所緣地攝意專念，置心一處的定心，所以說是「無分別」。二者共同界說奢摩他特相為：攝意於所緣境，不加分別。另外，《瑜伽師地論》三十八卷指出「九種心住」（頁 450，下欄）的修定過程為奢摩他。簡言之，從初學的攝心於所緣，到成就正定，須經過內住、等住（又稱續住）、安住、近住、調順、寂靜、最極寂靜、專注一趣及等持九個階段。在卷六十三更說，「寂靜一切煩惱」、「安止」即是奢摩他。

【三摩地】

samādhi／三摩地(三昧)／等持

《大毘婆沙論》

卷一百零四：

問：何故名三摩地？三摩地是何義耶？

答：由三緣故名三摩地。

一，平等故，

二，攝持故，

三，相似相續故。

平等故者，謂：無始來煩惱、惡行、邪見、顛倒，令心心所偏曲而轉，由此定力，令心、心所於境正直，平等而轉，故名三摩地。

攝持故者，謂：無始來心、心所法，於境馳散，由此定力方便攝持，令住一境，故名三摩地。

相似相續故者，謂無始來心、心所法、善、染、無記，異類相續，由此定力前後一類，唯善相續，故名三摩地。

復次，由三緣故，名三摩地。謂：住一境故，相續住故，正審慮故。

復次，由三緣故名三摩地。謂：能持身令平等故，攝諸善法，令不散故，能令善心平等轉故。

復次，由三緣，故名三摩地。謂：於所緣恒不捨故，任持種種勝善法故，令奢摩他、毘鉢舍那住一所緣平等轉故。

尊者世友作如是說：何故名三摩地？攝持多種善心、心所，令於一境，平等相續，故名等持。(頁 539, 上欄)

<p>《瑜伽師地論》</p>	<p>卷三：「三摩地云何？謂於所觀察事，隨彼彼行，審慮所依，心一境性。」（頁 291, 下欄）</p> <p>卷三：「三摩地作何業？謂：智所依為業。」（頁 291, 中欄）</p> <p>卷十一：「三摩地者，謂：於所緣，審正觀察，心一境性。」（頁 329, 中欄）</p> <p>卷六十三：「問：何因緣故，說諸靜慮，名三摩地？答：於所知事同分所緣一切影像，平等平等，任持心故。（頁 650, 中欄）</p>
-----------------------	---

《大毘婆沙論》卷一百零四中，對三摩地（等持）定義的非常清楚。此中，以「住一境」、「相續住」、「正審慮」界定出三摩地三個主要條件。此中尊者世友如是說：由攝持多種善心、心所，於一所緣境，平等相續而住，故名為等持。根據大航法師(1990)的研究發現：「一般以為一境則不能審慮、觀察，此處卻反而主張三法和合「平等轉故」，才可名為三摩地。甚而可說一境平等相續，才能攝持多種善心心所，成就毘鉢舍那。」(頁 39)在《瑜伽師地論》卷三、卷十一皆提到，於所緣境進行「觀察，心一境性」是三摩地的作用；另外，卷六十三也認為「心與境的等持狀態」即是三摩地。由此可見，此二論對於三摩地一詞的定義，已具有「審慮」、「觀察」的功能存在，與字源本身單指「等持」為義，已大不相同，這是值得注意的。

【三摩鉢底】

<p style="text-align: center;">Samāpatti / 三摩鉢底 / 等至</p>	
<p>《大毘婆沙論》</p>	<p>卷一百六十二：「問：等持、等至有何差別？答：有說，等持一物為體，等至五蘊為體。有說，等持一剎那，等至相續。有說，諸等持即等至，有等至非等持，謂無想等至，滅盡等</p>

	<p>至。有說，亦有等持非等至，謂不定心相應等持。由此應作四句：有等至非等持，謂二無心定；有等持非等至，謂不定心相應等持；有等至亦等持，謂一切有心定；有非等至亦非等持，謂除前相。」(頁 821, 下欄)</p>
<p>《瑜伽師地論》</p>	<p>卷十一：「等至者，謂五現見三摩鉢底，八勝處三摩鉢底，十遍處三摩鉢底，四無色三摩鉢底，無想三摩鉢底，滅盡定等三摩鉢底。」(頁 329, 上欄)</p>

《大毘婆沙論》對於三摩鉢底（等至）一詞並無特別定義它，只說明三摩地與三摩鉢底之間的差別。《論》一百六十二卷提到，有人認為：「等持」以一物為體，而「等至」以五蘊為體，「等持」緣境時，是一剎那生滅，而「等至」緣境時，則有相續性和連貫性。若以四禪和四無色定來界說，此三摩鉢底即是三摩地；若以二無心定界說時，此三摩鉢底即非三摩地，因無想定與滅盡定屬於無心定。說一切有部將三摩地列入十大地法之一，與一切心、心所法相應，故無心位，即不可能有心所法「三摩地」之生起。此論有四句分別：

1. 有等至非等持，謂二無心定(即無想定和滅盡定)；
2. 有等持非等至，謂不定心相應等持(即欲界散心相應之等持)；
3. 有等至亦等持，謂一切有心定(即四禪、四無色)；
4. 有非等至亦非等持，謂除前相(除前所說，其餘一切法皆非等至和等持)。

《瑜伽師地論》對於三摩鉢底之定義：通指一切有心、無心諸定位中所有定體，包括了五現見等至、八勝處、十遍處、四無色定、二無心定(無想定和滅盡定)等；而五現見等至是指五種「不淨觀」，八勝處等至前四種屬「不淨觀」，後四種屬「淨觀」，十遍處等至則是周遍觀察地、水、火、風，青、黃、赤、白及空與識二無邊處，此三種等至皆與「定慧共相應」(《佛學辭典集成》，2005)。此處，《大毘婆沙論》之四句分別中所指與《瑜伽師地論》卷十一所界定的「等至（三摩鉢

底) 不包含欲界散定，限於一切有心定，即色界四禪、四無色界，以及二無心定：無想定和滅盡定。」是一致的，不同的是，《瑜伽師地論》的等至不單指「定位」，還含攝與「慧體」相應的觀門在內。

依上文所示，三摩地(等持)是通攝一切有心位中「心一境性」：色界四禪、四無色界定，亦通欲界散定(近行定)，但不包括無心位。此處，將三摩地(等持)與三摩鉢底(等至)之間的差異，清楚界限出來。

【禪那】

Dhyāna／禪那／靜慮	
《大毘婆沙論》	卷八十：「若能正觀堅固難壞，相續久住，於所緣境長時注意而不捨者，名為靜慮。……要具二義方名靜慮，謂能斷結及能正觀。欲界三摩地雖能正觀，而不能斷結，諸無色雖能斷結，而不能正觀，故非靜慮。……復次，諸無色定有靜無慮，欲界三摩地有慮無靜，色界俱有故名靜慮。靜謂等引，慮謂遍觀，故名靜慮。」（頁 412, 上欄）
《瑜伽師地論》	卷十一：「靜慮者，謂四靜慮。一、從離生有尋有伺靜慮。二、從定生無尋無伺靜慮。三、離喜靜慮。四、捨念清淨靜慮。」（頁 328, 中欄） 卷三十三：「言靜慮者，於一所緣，繫念、寂靜，正審思慮；故名靜慮。」（頁 467, 下欄）

依上列引文可知，《大毘婆沙論》對禪那一詞認為，若無觀則不可名為靜慮。此處，以「能斷結」與「能正觀」二個主要條件，界定出「禪那」之義。論中又加以說明：欲界三摩地雖能正觀，而不能斷結；無色界定雖能斷結，而不能正觀，故非「靜慮」。因無色界定，有靜無慮；欲界三摩地，有慮無靜；色界靜與慮皆有，

故名「靜慮」。由此可見，禪那一詞非僅僅只有「止」，或只有「觀」，而是「止觀均行」、「定慧均等」之狀態。準此而言，禪那（Dhyāna）本身具有雙層意義：一者，指一種境界而言，專指色界四禪；二者，指修行進入四禪境界的方法，也就是奢摩他（Śamatha）與毘婆舍那（vipaśyanā）的合稱。

另外，《瑜伽師地論》卷十一中也提出「靜慮專指色界四禪」，卷三十三說「即於一所緣境，繫念寂靜，正審思慮，名之為靜慮。」此說與《大毘婆沙論》一致。換言之，禪那（靜慮）通於有漏、無漏，但限於色界之定，不通於無色界之定。

從《大毘婆沙論》與《瑜伽師地論》的詮釋中可知，「三摩地」通攝一切有心位中之定，包括色界四禪、四無色界定，亦通欲界散定，即近行定，但不包括無心位。「三摩鉢底」不通欲界散定，限於一切有心定，即色界四禪、四無色界定、無想定和滅盡定(二無心定)。「禪那」通於有漏、無漏，但限於色界之定，不通於無色界之定。不過，此二論並無明確指出奢摩他是屬於有心或無心位？若根據《瑜伽師地論略纂》卷五（頁 67, 上欄）中所說：「奢摩他」是僅限於定位中有，而於散心位中則無；僅於有心位中有，於無心位中則無。

底下以簡表呈現前二節的分析結果：

梵文音譯	意譯	釋義	散位	定位	有心位	無心位
Śamatha 奢摩他	①止 ②寂靜	①攝心所緣而不動。 ②無分別所緣。 ③修習九種住心。		✓	✓	
samādhi 三摩地	等持 (心與境等持)	①「住一境、相續住、正審慮」三法和合而轉。 ②觀察所緣，心一境性。	✓	✓	✓	

Samāpatti 三摩鉢底	等至 (至定位)	①心持續所緣得 根本定。 ②少分定、慧共相 應。		✓	✓	✓
Dhyāna 禪那	靜心思慮	①兼具「能斷結」 與「能正觀」二 義。 ②專注所緣，達至 寂靜，並觀察其所 緣。(止觀均行)	通於「有漏、無漏」，但限於色界之 「定」，不通於「無色界」之定			

四、 依《楞嚴經》抉擇三定

(一) 以《圓覺經》為輔看三定

在查閱《楞嚴經》註解時，發現諸師皆引證《圓覺經》奢摩他、三摩鉢底、禪那三法之義詮釋此三定。循此發現，《圓覺經》是可以作為佐證的。因為，此經對三定的詮釋周詳完備。由於《楞嚴經》未明確定義「奢摩他、三摩、禪那」三詞，故抉擇三定之前，本節先以《圓覺經》的觀點看此三定。

首先，就佛教史來看，《楞嚴經》與《圓覺經》同屬於後期大乘佛教如來藏系列的經典。據佛教史學者之見，佛學的發展，是由根本佛教、原始佛教、部派佛教，再到大乘佛教(許宗興，2002，頁 2)，大乘佛教又由性空唯名，虛妄唯識，再到真常唯心系(印順長老，1985，頁 6~7)，佛性論(『佛性』一詞現在以被視為『如來藏』的同義詞(許宗興，頁 1))的探討屬於大乘真常的思想，特別是到中國才完成的，此一系思想在佛學的發展上算是後期大乘的作品，而《圓覺經》的譯出，在

周武則天長壽二年(693)，此時算是大乘佛教真常系發展的圓熟期(許宗興,2002)。

其次，就教理修證來看，《楞嚴經》與《圓覺經》皆有相同的意趣，如下表格：

1. 以開顯如來藏心，作為修行的核心。

《楞嚴經》	《圓覺經》
一切眾生，從無始來生死相續，皆由不知「常住真心」，性淨明體，用諸妄想，此想不真，故有輪轉。(頁 106，下欄)	「圓覺」流出一切清淨、真如、菩提、涅槃及波羅蜜。…一切如來，本起因地，皆依圓照清淨覺相，永斷無明，方成佛道。(頁 913，中欄)
世間一切根、塵，陰、處、界等，皆「如來藏」，清淨本然。(頁 119，下欄)	一切眾生，種種幻化，皆生如來「圓覺妙心」。(頁 914，上欄)

據引文可知，「常住真心」、「圓覺妙心」皆是如來藏異名。兩經皆提出如來藏的核心觀點，如《楞嚴經》說「生死相續，皆由不知常住真心」、「五蘊、十二處、十八界皆如來藏」，《圓覺經》則說「圓覺流出一切清淨、真如」及「眾生種種幻化，皆生如來圓覺妙心」，並以此觀點開顯如來藏心，作為修行佛道、斷除煩惱的法門。此為兩經相同意趣之一。

2. 因不了知如來藏，而妄想執著，以致於流轉生死。

《楞嚴經》	《圓覺經》
一切眾生從無始來，種種顛倒，…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。	一切眾生從無始來，種種顛倒，猶如迷人四方易處，妄認四大為自身相，六塵緣影為自心相，譬如病目見空中花及第二月。

<p>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。(頁 108，下欄)</p>	<p>善男子！空實無花，病者妄執。由妄執故，非唯惑此「虛空自性」，亦復迷彼實花生處。由此妄有輪轉生死，故名無明。(頁 913，中欄)</p>
--	--

一切眾生，從無始來種種的妄想執著，乃因不知自心本具如來藏，故而隨境逐塵，以致於流轉生死，故《楞嚴經》說「眾生遺此『本明』，雖終日行而不自覺，枉入諸趣」，《圓覺經》則說「由妄執故，非唯惑此『虛空自性』，亦復迷彼實花生處，由此妄有，輪轉生死」，此為兩經相同意趣之二。

3. 無明依於如來藏而有生滅相，但如來藏則始終如如不動。

《楞嚴經》	《圓覺經》
<p>一切浮塵諸幻化相，當處出生，隨處滅盡，幻妄稱相，其性真為妙覺明體。…殊不能知生滅、去來，本如來藏常住妙明，不動周圓妙真如性。(頁 114，上欄)</p>	<p>虛空性故，常不動故，如來藏中無起滅故，無知見故，如法界性究竟圓滿遍十方故；是則名為因地法行。(頁 913，下欄)</p>
	<p>一切諸眾生，無始幻無明，皆從諸如來，圓覺心建立，猶如虛空花，依空而有相，空花若復滅，虛空本不動。(頁 914，上欄)</p>

兩經同時指出，眾生一方面有常住真心、圓覺心、如來藏，一方面卻有無明、妄執，而無明妄執乃依於如來藏而有，雖依於如來藏起無明生滅之相，然如來藏始終如如不動，故《楞嚴經》說「諸幻化相，當處出生，隨處滅盡」、「不動周圓妙真如性」，《圓覺經》也說：「如來藏中無起滅」、「猶如虛空花，依空而有相，空花若復滅，虛空本不動」，此為兩經相同意趣之三。

4. 以奢摩他、三摩(提)、禪那為成就佛道之修行方法。

《楞嚴經》	《圓覺經》
十方如來，得成菩提，妙奢摩他、三摩、禪那最初方便。(頁 106，下欄)	所謂奢摩他、三摩提、禪那，三法頓、漸修，有二十五種；十方諸如來，三世修行者，無不因此法，而得成菩提。(頁 919，上欄) 此三法門，皆是圓覺親近隨順。十方如來因此成佛。十方菩薩種種方便，一切同異皆依如是三種事業。若得圓證，即成圓覺。(頁 918，上欄)

修定方法，根據眾生根性不同、煩惱薄厚、沉掉不同而設立種種方便法門，《楞嚴經》與《圓覺經》將此歸納起來亦不出奢摩他、三摩(提)與禪那三種。因此，過去、現在、未來的十方諸佛以及修行者，無不因此三種修定方法成就佛道，此為兩經相同意趣之四。

由上述四個相同意趣中得知，《楞嚴經》與《圓覺經》對於教理修證的觀點，是一致的。因此，以《圓覺經》的觀點，是可以作為抉擇三定義的參考依據。在《圓覺經》〈威德自在章〉中提到：「無上妙覺遍諸十方，出生如來與一切法同體

平等。於諸修行，實無有二，方便隨順，其數無量。圓攝所歸，循性差別，當有三種。」(頁 917，下欄)修行有無量方法，若依眾生根性歸納起來，不出三種。隨後一一解釋此三種方便法門的內容，為使經文清楚表現，以下仍以表格方式列出：

三法門	定 義
Śamatha 奢摩他	<ol style="list-style-type: none"> 1. 若諸菩薩悟淨圓覺，以淨覺心，取靜為行；由澄諸念，覺識煩動，靜慧發生，身心客塵從此永滅，便能內發寂靜輕安；由寂靜故，十方世界諸如來心於中顯現，如鏡中像。此方便者名「奢摩他」。(頁 917，下欄) 2. 若諸菩薩唯取極靜，由靜力故永斷煩惱究竟成就，不起於座便入涅槃；此菩薩者，名單修「奢摩他」。(頁 918，中欄)
Samāpatti 三摩鉢提	<ol style="list-style-type: none"> 1. 若諸菩薩悟淨圓覺，以淨覺心，知覺心性及其與根塵皆因幻化，即起諸幻以除幻者，變化諸幻而開幻眾；由起幻故，便能內發大悲輕安。一切菩薩從此起行，漸次增進。彼觀幻者非同幻故，非同幻觀皆是幻故，幻相永離；是諸菩薩所圓妙行，如土長苗。此方便者名「三摩鉢提」。(頁 917，下欄) 2. 若諸菩薩唯觀如幻，以佛力故變化世界種種作用，備行菩薩清淨妙行，於陀羅尼不失寂念及諸靜慧，此菩薩者，名單修「三摩鉢提」。(頁 918，中欄)
Dhyāna 禪那	<ol style="list-style-type: none"> 1. 若諸菩薩悟淨圓覺，以淨覺心，不取幻化及諸靜相，了知身心皆為罣礙，無知覺明，不依諸礙，永得超過礙無礙境、受用世界及與身心，相在塵域；如器中錙聲出於外。煩惱、涅槃不相留礙，便能內發寂滅輕安、妙覺隨順、寂滅境界，自他身心所不能及，眾生壽命皆為浮想。此方便者名為「禪那」。

(頁 917，下欄～頁 918，上欄)

2. 若諸菩薩唯滅諸幻，不取作用獨斷煩惱，煩惱斷盡便證實相；此菩薩者，名單修「禪那」。(頁 918，中欄)

據引文得知，《圓覺經》的「奢摩他」是「止」之義，以「取靜」為行(《楞嚴玄義並文句》，頁 97)，以「澄心淨念」為作用，以「寂靜輕安」為其相貌(《文句》，頁 97)；猶如鏡子映像一般，「眾生自心亦爾，心靜即現如來」(《圓覺經略疏》，頁 558，上欄)。此處值得注意的是，經文進一步提出：由澄心淨念後，開啟智慧觀照諸法，故而能因靜生慧；因定(止)發慧(觀)故，而身心客塵從此永滅。可見，奢摩他 (Śamatha)與毗婆舍那 (vipaśyanā)是分不開的，故《圓覺經》稱奢摩他為「靜觀」(頁 921，上欄)。因此，唯取寂靜，其為由靜心之力，覺身、心空，故永斷煩惱，究竟成就而不起座，便入涅槃，即所謂修習奢摩他法門的行者。

另外，在此必須釐清「三摩」究竟是“samādhi”或“Samāpatti”的簡譯？筆者從《圓覺經》中發現，譯師（或潤筆者）為配合中文偈頌型式及令行文流暢，故而省略譯詞的現象。首先，我們來看《圓覺經》對「三摩鉢提」的定義：既以「起幻」為行(《文句》，頁 97)，以「身心幻化」為作用，以「大悲輕安」為其相貌(《文句》，頁 97)。若從觀門起行，直至悟見能觀與所觀皆是由根、塵、識三者和合所生幻化之相，便能永遠捨離；猶如依土長苗，「收子之時，苗土俱棄」(《圓覺經疏》頁 588，下欄)，故《圓覺經》稱三摩鉢提為「幻觀」。因此，唯取觀法如幻，以覺智力故能變娑婆為淨土，地獄變為天堂，苦樂、淨穢皆如幻化，猶行菩薩清淨妙行，於陀羅尼不失寂念及諸靜慧，即所謂修習三摩鉢提法門的行者。

其次，為釐清上文所指簡譯現象，例舉「三摩鉢提」、「三摩提」、「三摩」相關經文如下：

【長行部分】

1. 以淨覺心，知覺心性及其與根塵皆因幻化，即起諸幻以除幻者，變化諸幻而開幻眾；由起幻故便能內發大悲輕安，一切菩薩從此起行，漸次增進。彼觀幻者非同幻故，非同幻觀皆是幻故，幻相永離；是諸菩薩所圓妙行，如土長苗。此方便者名三摩鉢提。(頁 917，下欄)
2. 先取至靜，以靜慧心照諸幻者，便於是中起菩薩行；此菩薩者，名先修奢摩他，後修三摩鉢提。(頁 918，中欄)
3. 以寂靜慧，復現幻力種種變化度諸眾生，後斷煩惱而入寂滅；此菩薩者，名先修奢摩他，中修三摩鉢提，後修禪那。(頁 918，中欄)
4. 以至靜力用資寂滅，後起作用變化境界；此菩薩者，名齊修奢摩他、禪那，後修三摩鉢提。(頁 918，下欄)

【偈頌部分】

1. 寂靜奢摩他，如鏡照諸像；如幻三摩提，如苗漸增長；禪那唯寂滅，如彼器中鏗。(頁 918，上欄)
2. 所謂奢摩他，三摩提禪那，三法頓漸修，有二十五種。(頁 919，上欄)
3. 奢摩他至靜，三摩正憶持，禪那明數門，是名三淨觀。(頁 921，中欄)

筆者統計「三摩鉢提」出現《圓覺經》長行部分共計二十二次，「三摩提」、「三摩」個別出現偈頌二次及一次，而經文前已提出「此方便者名三摩鉢提」，根據內容推之，出現《圓覺經》中的「三摩提」、「三摩」一詞，確定為「三摩鉢提」。因此，譯師（或潤筆者）為配合中文五字一句的偈頌型式及令行文流暢，故將“Samāpatti”簡譯為「三摩提」或「三摩」。以此類推，為屈就中文偈頌形式，將原梵文簡譯的現象，也有可能發生在其他經典。

關於《圓覺經》對「禪那」一詞的定義：既以「不取」為行(《文句》，頁 97)，以「靜幻雙融(定慧雙融)」為作用，以「寂滅輕安」為其相貌(《文句》，頁 97)。故了知身、心皆為罣礙，此時煩惱與涅槃二者俱泯，視眾生、壽命皆為浮想；猶

如器中之鐘，聲出於外，雖「聲從器出，器不能拘」(《圓覺經疏》頁 559，中欄)，故《圓覺經》稱禪那為「寂觀」。因此，唯滅諸幻而不取作用，獨斷盡煩惱便證實相，即所謂修習禪那法門的行者。

綜上所論，除確定「三摩」或「三摩提」一詞實則「三摩鉢提」的簡譯外，經中所詮三定義與字源、《大毘婆沙論》《瑜伽師地論》二論所釋是一致的。《圓覺經》的「奢摩他」義：以「取靜」為行，以「澄心淨念」為作用，以「寂靜輕安」為其相貌，且更進一步提出，因靜生慧，身心客塵從此永滅，即所謂「靜觀」，此處奢摩他已含有「止觀並舉」之狀態。「三摩鉢提」，既以「取幻」為行，以「身心幻化」為作用，以「大悲輕安」為其相貌，從此觀門起行，悟見能觀與所觀皆是幻化之相，即所謂「幻觀」，此三摩鉢底之義同於第二節《大毘婆沙論》四句分別所詮「有等持(三摩地)亦等至(三摩鉢底)」之「審慮」、「觀察」之性質。「禪那」，既以「不取」為行，以「靜幻雙融(定慧雙融)」為作用，以「寂滅輕安」為其相貌，因滅諸幻而不取作用，獨斷煩惱便證實相，故《圓覺經》稱禪那為「寂觀」。

(二) 抉擇奢摩他

由於《楞嚴經》對「奢摩他、三摩、禪那」未予以明確定義，故自「字源分析」、「《大毘婆沙論》與《瑜伽師地論》之詮釋」及「以《圓覺經》為輔看三定」的分析過程，其目的在輔助《楞嚴經》對三定的抉擇。關於本節，除以上文探討結果為參考基準之外，同時舉出經中三定的相關字詞，予以探討。

首先，將前三節「奢摩他」作一圖表彙整。圖解如下：

奢摩他 (Śamatha)	
字源	①止。 ②令心寂靜。

大毘婆沙論	繫心一緣，不分別法相。
瑜伽師地論	①九種心住的修定過程。 ②安止。
圓覺經	①靜觀。 ②以「取靜」為行，以「澄心淨念」為用，以「寂靜輕安」為相。

由圖解可知，奢摩他（*Samatha*）的共義即是「止」、「寂靜」，「繫心一緣，不分別所緣」是奢摩他修習方法，從初學的攝心於所緣到成就正定，須經過「內住、等住（又稱續住）、安住、近住、調順、寂靜、最極寂靜、專注一趣及等持」九個階段，待修習止到達「等持」（三摩地）階段，即所謂得定。此九種攝心過程，即是奢摩他。由此可知，「奢摩他」是修行禪定的方法，重視心的平靜與相續不動，成就正定為其目標。

如何依《楞嚴經》抉擇奢摩他？筆者將經中內有關奢摩他的關鍵字詞檢索整理，發現本經舉用「奢摩他」字詞有兩種狀況：一者，單舉奢摩他；二者，奢摩他與毘婆舍那並舉。底下依循此一理路加以說明：

1. 單舉奢摩他

卷數	單舉奢摩他
卷一	十方如來，得成菩提；妙「奢摩他」、三摩、禪那最初方便。 (頁 106，下欄)
卷一	唯願世尊大慈哀愍，開示我等「奢摩他」路，令諸闍提，隳彌戾車。 (頁 108，中欄)
卷一	汝今欲知「奢摩他」路，願出生死。(頁 108，下欄)
卷八	如於中間殺彼身命，或食其肉，如是乃至經微塵劫，相食相誅，猶如轉輪互為高下，無有休息。除「奢摩他」及佛出世，不可停寢。(頁 145，

	中欄)
卷九	彼善男子修三摩提，「奢摩他」中，色陰盡者，見諸佛心如明鏡中顯現其像，若有所得，而未能用，猶如魘人手足宛然，見聞不惑，心觸客，而不能動。(頁 148，中欄)

上述引文中出現奢摩他「方便」、奢摩他「路」等字詞，可知《楞嚴經》奢摩他一詞，是指修行的方法、修行的道路，故說「十方如來，得成菩提，妙『奢摩他最初方便』」、「欲知『奢摩他路』，願出生死」，以及「相食相誅，猶如轉輪…。除『奢摩他』及『佛出世』，不可停寢。」又說：「修三摩提，奢摩他中，色陰盡者，見諸佛心如明鏡中顯現其像」。修得三摩地之前，在奢摩他修習過程中，若「永絕異念以成深止，即於此中，心精湛朗，超出空昧」(《楞嚴經指掌疏》，頁 374)，便能打破色蘊，色空俱忘，心靜即現如來。《楞嚴經》以「明鏡中顯現佛心影像」來說明奢摩他，此說與《圓覺經》「寂靜奢摩他，如鏡照諸像」、「由寂靜故，十方世界諸如來心於中顯現，如鏡中像。此『方便者名奢摩他。』」的「止」義是相同的。由此可見，本經所指的「奢摩他」是修定的方法，以成就三摩地為其目標。此時，奢摩他是因，三摩地是果。

2. 奢摩他與毘婆舍那並舉

「奢摩他」常與「毗婆舍那」並用，常被稱為止觀。《佛遺教經》中有云：「汝等比丘，若『攝心』者，心則在定；心在定故，能『知』世間生滅法相。是故汝等，常當精勤修習諸定，若得定者，心則不散，譬如惜水之家，善治堤塘。行者亦爾，為『智慧』水故，善修禪定，令不漏失。是名為『定』。」(頁 1111，下欄-頁 1112，上欄)「攝心」所緣，不為外境所動，遠離一切惛沉、散亂，乃是奢摩他修習的功夫。若攝心者，心則在「定」，便能如實「知」見世間生滅法相。《佛遺教經》之「知」，即是「觀」義。在戒、定、慧三學之中，「止」屬於定學的領域，「觀」則為慧學所概括。以此故知，由定發慧是修定的自然進程。一

且完成「九種心住」的學程，成就「三摩地」後，自然由定發慧，進入毘婆舍那，清淨修證。

底下以表格列出奢摩他與毘婆舍那並舉的相關經文：

奢摩他與毘婆舍那並舉	
卷二	汝雖強記，但益多聞，於「奢摩他」，微密「觀照」，心猶未了。(頁 113，上欄)
卷八	是種種地，皆以金剛觀察，如幻十種深喻。「奢摩他」中用諸如來，「毘婆舍那」清淨修證，漸次深入。阿難！如是皆以三增進故，善能成就五十五位真菩提路。(頁 142，下欄)
卷九	汝猶未識修「奢摩他」、「毘婆舍那」微細魔事。魔境現前，汝不能識，洗心非正，落於邪見。(頁 147，上欄)
卷十	此是過去先佛世尊「奢摩他」中，「毘婆舍那」，覺明分析微細魔事。魔境現前，汝能諳識，心垢洗除，不落邪見。(頁 154，中欄)

依上述引文，奢摩他與毘婆舍那並舉的相關經文一共出現四次，三次出現時間各在全經卷數之第八、第九、第十。其中，卷二雖未以「毘婆舍那」字詞出現，但所出現「微密觀照」一詞，等同於「毘婆舍那」，如《楞嚴經義疏釋要鈔》卷三云：「奢摩他即止，『微密觀照』即『觀』。」(頁 120，上欄) 另外，《楞嚴經玄義》卷一也說：「奢摩他、微密觀照者，『止觀不二』也。」(頁 201，上欄)以此故，《楞嚴經》於卷八即說：「是種種地，皆以『金剛觀察』，如幻十種深喻。『奢摩他』中用諸如來，『毘婆舍那』清淨修證，漸次深入。」此是「即觀之止，即止之觀。破無明惑，起行修證。故云金剛觀察也，毘婆舍那『止觀雙運』也。」(《首楞嚴義疏注經》，頁 932，中欄)。關於「止觀雙運」之說，據《瑜伽師地論》卷三十一云：「若有獲得九相心住中第九相心住，謂三摩四多，彼用如是圓滿『三摩地』為所依止，於法觀中修增上慧。彼於爾時由法觀故，任運轉道，無功用轉，不由加行，

『毘鉢舍那』清淨鮮白，隨『奢摩他』調柔攝受，如『奢摩他道』攝受而轉，齊此名為奢摩他、毘鉢舍那二種和合平等俱轉，由此名為『奢摩他、毘鉢舍那雙運轉道(止觀雙運)。』(頁 458，中欄)此處是指「止」成入「觀」，止觀相依；由「定」發「慧」，定慧相資，始入「止觀雙運」之境。

另外，卷十更進一步說明：「奢摩他中，毘婆舍那，覺明、分析微細魔事。魔境現前，汝能諳識，心垢洗除，不落邪見。」謂先佛世尊，於奢摩他止定之中，以毗婆舍那覺觀明慧，分析、辨別微細魔事，歷有成證(《楞嚴經指掌疏》，頁 338，下欄)。據前文所述，修習奢摩他之方法，主要是繫心一緣，不分別法相(見本文 25 頁)，而修習毘鉢舍那之要領，則須於所知境(有分別影像)予以分析、觀察(《解深密經》，頁 697，中欄)，如《六門教授習定論》頌云：「心緣字(文、音)而住，此是心寂處，說名奢摩他；觀彼種種境，名毗鉢奢那。復是一瑜伽，名一二分定。」(頁 776，中欄)定有一分定、二分定之別，一分或單止或單觀，二分止觀均行。由此可知，止定實合止觀而說。故本經於定中辨識微細蘊魔須修奢摩他、毘婆舍那二法以卻之，堪能洗除心垢，不落於邪見深網之中。

本經並舉奢摩他與毗婆舍那「奢摩他」義，已非純粹「止」義，而是由止轉觀，即觀而止，止觀雙運之義，故《圓覺經》稱奢摩他為「靜觀」，同於本經「止觀並舉」中「奢摩他」義。

綜上所論，《楞嚴經》中之「奢摩他」義，實合梵語字源原意，亦同於《大毘婆沙論》、《瑜伽師地論》及《圓覺經》所釋之義。易言之，本經多藉「奢摩他」顯示「止」之義，此奢摩他是指修定的方法，以成就三摩地為其目標；奢摩他是因，三摩地是果。除此之外，亦多藉奢摩他(止)與毗婆舍那(觀)並舉來表示止觀相依，定慧相資；由止轉觀，止觀雙運之境。故知，《楞嚴經》為保護初學行者，先單舉奢摩他為其下手初方便，意即須先從修止入門，繫心一緣，漸入靜定，達等持(三摩地)第九住心時，則可在此寂定心中修觀，繼而定慧雙得，永斷煩惱，究竟成就。

(三) 抉擇三摩

1. 抉擇「三摩」一詞

《楞嚴經》卷一提出：「妙奢摩他、『三摩』、禪那最初方便」，此「三摩」一詞究竟是 samādhi 或 Samāpatti 之簡譯？筆者曾於前一節「以《圓覺經》為輔看三定」中說明，譯師（或潤筆者）為配合中文五字一句的偈頌型式及令行文流暢，故而將“Samāpatti”簡譯為「三摩提」、「三摩」，並以《圓覺經》為己證，確立出現於《圓覺經》偈頌之「三摩提」、「三摩」一詞實則三摩鉢提之簡譯(見本文頁 22-頁 23)。另外，據太虛大師於《楞嚴經之研究》中指出(頁 1755 ~ 頁 1756)：「『三摩』二字可通於三摩呬多、三摩鉢底、三摩提（或三摩地、三昧）之三名，未詳此中應屬何種。但三名之所詮，皆是定心之相。三摩呬多、譯云等引，由觀念平等流注趣引定心故。三摩鉢底，譯云等至，引至定故。三摩提，譯等持，住持定故，直譯曰定。則此中單舉『三摩』二字，殆是通攝三種名義耳。」

上述兩說是否符合本經之說，仍有待進一步考察之。為利於下文抉擇其義，故筆者以「三摩」、「三摩地」、「三昧」、「三摩提」、「三摩鉢提」等五個相關字詞檢索整理。統計如下：

梵文	相關字詞	出現次數
	三摩	10
samādhi	三昧	23
	三摩地	55
	三摩提	9
Samāpatti	三摩鉢提	0

上表之「三昧」、「三摩地」、「三摩提」皆是梵語 samādhi 之通譯，故歸屬於 samādhi 一詞中。因此，經中出現 samādhi 次數共計八十七次之多，三摩出現十次，

而三摩鉢提(Samāpatti)一詞則未出現。另外，筆者發現經中也提出「正受」字詞，共計十一次。有關「正受」一詞，有說是三摩鉢提之舊譯(印順長老，頁 848)，有說是三摩地與三摩鉢提之通譯(《佛光大辭典》，頁 1989)、(《中華百科全書》，頁 376、頁 502)。若以第二說為準，則歸之於三摩地。舊譯常將三摩地 (samādhi)、三摩鉢提(Samāpatti)及三摩呬多 (Samāhitā) 混同，一概譯為三昧。實際上，三昧應指三摩地而言(《佛光大辭典》，頁 580)。

由上述觀之，《圓覺經》的「三摩」為三摩鉢提之簡譯，以及太虛大師之「三摩」通攝三摩呬多、三摩鉢底、三摩地三種名義，並不符合本經之說。故筆者據此推測，《楞嚴經》的「三摩」應指三摩地而言。

2. 抉擇「三摩地」義

首先，將「字源分析」、「《大毘婆沙論》《瑜伽師地論》之詮釋」有關「三摩地」的部分作一圖表彙整。圖解如下：

	三摩地(Samādhi)
字源	①等持(心與境)。 ②令心相續住於一境。
大毘婆沙論	①「住一境、相續住、正審慮」三法和合而轉。 ②攝持善心、心所，令於一境，平等相續。 ③指欲界近行定、色界四禪、無色界四定。
瑜伽師地論	①於所緣境，進行觀察，心一境性。 ②心與境的等持狀態。

據上述圖解可知，三摩地(samādhi)以「等持」(心與境)為三者之共義，「令心相續住於一境」是三摩地的作用，而「於所緣境，進行觀察」是三摩地修習的方法。由此可見，《大毘婆沙論》與《瑜伽師地論》所認定之三摩地，已是內具「觀」

的功能。此處值得注意的是，上文已抉擇「三摩」為三摩地，故與《圓覺經》之三摩鉢提(Samāpatti)已無法等同齊觀。然而，三摩地內具「觀」的功能卻與《圓覺經》三摩鉢提「幻觀」義是相同的。以此故知，古來楞嚴諸師注解「三摩」，皆引證「幻觀」義詮釋，乃是可以理解的。

再者，如何依《楞嚴經》抉擇三摩地？上文中，在整理「三摩」、「三摩地」、「三昧」、「三摩提」、「三摩鉢提」、「正受」等六個相關字詞時發現，經中使用這些字詞，會依據其經意，於字詞前冠以「修」、「入」、「得」、「取」等不同關鍵詞，如「入三摩地」、「得三摩地」、「修三摩地」等；有時於字詞後，銜接「觀」字，如「三摩中…觀彼幽清常擾動元」。經中使用這些字詞，應有其含意，故筆者根據上述現象，並連貫上下經文，推測出「三摩地」應有兩種義涵：一者，得定之三摩地；二者，出定修觀之三摩地。

底下即依循此一脈絡探察本經「三摩地」義，例舉相關經文如下表：

(1) 得定之三摩地

	卷數	三摩地
修 止 所 得 三	卷五	吾今問汝：最初發心，悟十八界，誰為圓通？從何「方便」，「入三摩地」？(頁 125，下欄)
	卷六	此諸眾生去佛漸遠，邪師說法如恒河沙。欲「攝其心」，「入三摩地」。云何令其安立道場遠諸魔事，於菩提心得無退屈？(頁 131，中欄)
	卷七	汝問「攝心」？我今先說「入三摩地」，修學妙門，求菩薩道，要先持此四種律儀，皎如冰霜，自不能生一切枝葉。(頁 133，上欄)
	卷九	若得妙「發三摩地」者，則妙「常寂」；有、無二無，無二亦滅。(頁 147，上欄)

摩 地	卷九	汝坐道場，銷落諸念，其念若盡，則諸「離念」，一切精明，動靜不移，憶忘如一，當住此處，「入三摩提」，如明目人處大幽暗，精性妙淨，心未發光，此則名為色陰區宇。（頁 147，下欄）
修 觀	卷五	驕梵鉢提...如來示我一味清淨心地法門，我得「滅心」，「入三摩地」。觀味之知非體非物，應念得超世間諸漏，內脫身心，外遺世界。遠離三有，如鳥出籠。離垢銷塵，法眼清淨，成阿羅漢。如來親印，登無學道。佛問圓通，如我所證，還味旋知，斯為第一。（頁 126，中欄）
所 得	卷五	月光童子...有佛出世名為水天，教諸菩薩修習「水觀」「入三摩地」。...我於是時，初成此觀，但見其水，未得無身。（頁 127，中欄）
三 摩	卷五	瑠璃光法王子...我憶往昔經恒沙劫，有佛出世名無量聲，開示菩薩本覺妙明，觀此世界及眾生身，皆是妄緣風力所轉。我於爾時，觀界安立，觀世動時，觀身動止，觀心動念。諸動無二，等無差別。...佛問圓通，我以「觀察風力無依」，悟菩提心，「入三摩地」。（頁 127，下欄）
地	卷五	虛空藏菩薩...佛問圓通，我以「觀察虛空無邊」入「三摩地」，妙力圓明，斯為第一。（頁 127，中欄-頁 128，上欄）
	卷五	彌勒菩薩...爾時世尊教我修習「唯心識定」入「三摩地」。歷劫已來，以「此三昧」事恒沙佛。求世名心，歇滅無有。至然燈佛，出現於世，我乃得成無上妙圓識心三昧，乃至盡空如來國土淨穢有無，皆是我心變化所現。世尊我了如是唯心識故，識性流出無量如來，今得授記次補佛處，佛問圓通，我以「諦觀十方唯識」，識心圓明，入圓成實，遠離依他及遍計執，得

	無生忍，斯為第一。(頁 128，上欄)
卷五	大勢至法王子…我本因地，以念佛心入無生忍。今於此界，攝念佛人歸於淨土。佛問圓通，我無選擇，都攝六根，「淨念」相繼，「得三摩地」，斯為第一。(頁 128，上欄)
卷六	觀世音菩薩…於時有佛出現於世，名觀世音。我於彼佛，發菩提心。彼佛教我，從聞、思、修「入三摩地」。…佛問圓通，我從「耳門圓照三昧」，緣心自在，因入流相，「得三摩地」，成就菩提，斯為第一。(頁 128，中欄-頁 129，下欄)

依上表中引文所示，可從兩方面談「得定之三摩地」：一者，修止所得三摩地；二者，修觀所得三摩地。

第一，修止所得三摩地。上文已指出，本經所指奢摩他(止)是修定的方法與過程，以成就三摩地為其目標，故卷五即問「從何方便，入三摩地？」此中方便一詞，即是指方法，意即使用何種修定方法，進入此三摩地，所以卷六中「欲『攝其心』入三摩地」，卷七之「汝問『攝心』？我今先說『入三摩地』」、「『入三摩地』，身心泰然，得大『安隱』」，卷九之「銷落諸念，其念若盡，則諸『離念』，一切精明，動靜不移，憶忘如一，當住此處，『入三摩提』。」，及卷九之「若得妙『發三摩地』者，則妙『常寂』。」等，其中「攝心」、「離念」、「常寂」及「安隱」等字詞，皆是修習奢摩他(止)的方法與作用(見本文頁 25)。簡言之，此處所入三摩地，乃是透過修止所得三摩地。

第二，修觀所得三摩地。圖表中卷五的引文說：「最初發心，悟十八界，誰為『圓通』？從何方便，『入三摩地』？」本經所說的二十五種圓通法門，是指透過二十五種方法能圓滿通達諸法真如聖境，住於融通無礙的心地，即得首楞嚴三摩地(《中華百科全書》，頁 169)。如從最初憍陳如等五比丘首「觀聲性從緣，緣滅聲銷；銷無所銷，融歸藏性。」(《楞嚴經指掌疏》，頁 159，下欄)而証悟阿羅

漢果，乃至最後觀世音菩薩反觀聞性，「入流亡所，所入既寂，動靜二相了然不生」《楞嚴經》頁 128，中欄)，一念頓空聞性而成就菩提；可見，此二十五種圓通，皆是種種修觀的方法。誠如上表中所舉：驕梵鉢提以反觀味知，還味旋知入三摩地；月光童子修習水觀入三摩地；瑠璃光法王子觀察風力無依悟菩提心，入三摩地；虛空藏菩薩觀察虛空無邊入三摩地；彌勒菩薩則修習唯識觀入三摩地，得無生忍；大勢至法王子反觀念佛心，能所俱寂，得三摩地。由此可知，此處所入三摩地，乃是透過修觀（毗婆舍那）所得之三摩地。此時，毗婆舍那是因，三摩地是果。

(2) 出定修觀之三摩地

如上文所述，本經「三摩地」涵義之一，是指「得定之三摩地」。原是透過修習奢摩他（止）或毗婆舍那（觀）所得之三摩地，奢摩他與毗婆舍那是因，三摩地是果。而此處「出定修觀之三摩地」正好相反，三摩地是因，同時也是果。例舉相關經文如下表：

卷數	三摩地
卷一	十方如來，得成菩提；妙奢摩他、「三摩」、禪那最初方便。（頁 106，下欄）
卷一	有「三摩提」名大佛頂首楞嚴王具足萬行，十方如來，一門超出，妙莊嚴路。（頁 107，上欄）
卷二	世尊憐愍阿難及諸大眾，將欲敷演大陀羅尼，諸「三摩提」妙修行路。（頁 113，上欄）
卷四	宣示阿難及諸大眾，汝等決定發菩提心，於佛如來妙「三摩提」不生疲倦。（頁 122，上欄）
卷六	汝教世人「修三摩地」，先斷心婬。是名如來先佛世尊第一決定清淨明誨。（頁 131，下欄）

卷七	欲「修真三摩地」，直詣如來大涅槃者，先當識此眾生、世界二顛倒因，顛倒不生，斯則如來真三摩地。(頁 138，中欄)
卷八	汝今「修證佛三摩地」，於是本因元所亂想，立三漸次方得除滅。(頁 141，中欄)

如上表中，卷一經文所出現的三摩「方便」、大佛頂首楞嚴王具足萬行三摩提妙莊嚴「路」，卷二的三摩提妙修行「路」等字詞，可知三摩地一詞，除了由修習奢摩他(止)所得的結果(定)之外，另指修行的方法、修行的道路，故卷四即說「汝等決定發菩提心，於佛如來妙三摩提不生疲倦」、卷六「教世人修三摩地」、卷七「修真三摩地，直詣如來大涅槃」、以及卷八勸人「修證佛三摩地」，此中顯示三摩地確實是一種修行方法，況「三摩地」一詞前皆冠以「修」字。然而，此方法意指何種？本經繼而教以「出定修觀之三摩地」法門，例舉相關經文如下表：

卷數	三摩地
卷九	汝坐道場銷落諸念，其念若盡，則諸離念一切精明，動靜不移，憶忘如一，當住此處「入三摩提」，如明目人處大幽暗，精性妙淨心未發光，此則名為色陰區宇；若目明朗，十方洞開無復幽黯，名色陰盡，是人則能超越劫濁。「觀」其所由，堅固妄想以為其本。(頁 147，中欄)
卷九	彼善男子「修三摩提」，「奢摩他」中，色陰盡者見諸佛心，如明鏡中顯現其像，若有所得而未能用，…若魘咎歌，其心離身返觀其面，去住自由無復留礙，名受陰盡，是人則能超越見濁。「觀」其所由，虛明妄想以為其本。(頁 148，中欄)
卷九	彼善男子，「修三摩提」，受陰盡者，雖未漏盡心離其形，如鳥出籠已能成就，從是凡身上歷菩薩六十聖位，得意生身隨往無礙，…若動念盡，浮想銷除，於覺明心如去塵垢，一倫生死首尾圓照，名想陰盡，是人則

	能超煩惱濁。「觀」其所由，融通妄想以為其本。(頁 149，中欄)
卷十	彼善男子「修三摩地」，想陰盡者，是人平常夢想銷滅，寤寐恒一，覺明虛靜，猶如晴空，無復麤重前塵影事，觀諸世間大地河山如鏡鑑明，來無所粘過無蹤跡，…若此清擾，熠熠元性，性入元澄一澄元習，如波瀾滅化為澄水，名行陰盡，是人則能超眾生濁。「觀」其所由，幽隱妄想以為其本。(頁 151，中欄)
卷十	<ol style="list-style-type: none"> 1. 當知是得正知「奢摩他」中，諸善男子凝明正心，十類天魔不得其便，方得精研窮生類本，於本類中生元露者，「觀」彼幽清圓擾動元，於圓元中起計度者，是人墜入二無因論。(頁 151，下欄) 2. 是「三摩」中，諸善男子，凝明正心，魔不得便。窮生類本，「觀」彼幽清，常擾動元。於圓常中起計度者，是人墜入四遍常論。(頁 151，中欄-頁 152，上欄) 3. 又「三摩」中，諸善男子，堅凝正心，魔不得便。窮生類本，觀彼幽清，常擾動元。於自他中起計度者，是人墜入四顛倒見。(上欄) 4. 又「三摩」中，諸善男子，堅凝正心，魔不得便。窮生類本，觀彼幽清，常擾動元。於分位中生計度者，是人墜入四有邊論。(中欄) 5. 又「三摩」中，諸善男子，堅凝正心，魔不得便。窮生類本，觀彼幽清，常擾動元。於知見中生計度者，是人墜入四種顛倒。(中欄) 6. 又「三摩」中，諸善男子，堅凝正心，魔不得便。窮生類本，觀彼幽清，常擾動元。於無盡流生計度者，是人墜入死後有相發心顛倒。(頁 152，下欄) 7. 又「三摩」中，諸善男子，堅凝正心，魔不得便。窮生類本，觀彼幽清，常擾動元。於先除滅色受想中生計度者，是人墜入死後無相發心顛倒。(同上) 8. 又「三摩」中，諸善男子，堅凝正心，魔不得便。窮生類本，觀彼

幽清，常擾動元。於行存中兼受想滅，雙計有無自體相破。(同上)

9. 又「三摩」中，諸善男子，堅凝正心，魔不得便。窮生類本，觀彼幽清常擾動元。於後後無生計度者，是人墜入七斷滅論。(頁 153，上欄)

10. 又「三摩」中，諸善男子，堅凝正心，魔不得便。窮生類本，觀彼幽清，常擾動元。於後後有生計度者，是人墜入五涅槃論。

如是十種禪那狂解，皆是行陰用心交互故現斯悟。眾生頑迷不自忖量，逢此現前，以迷為解，自言登聖。(同上)

依卷九引文所述，今修禪定志在成佛之人，將破色陰而銷落諸念，雖先「依前方便(奢摩他)入正定，依此離念之處深入正受(三摩地)」(《首楞嚴義疏注經》，頁 948，下欄)，然色蘊未破而深處幽暗之中，須修習觀行乃能破之，故須從定出，回「觀」色陰由何而生；又說，色陰已破之人，雖空色俱忘，然猶為受陰所覆，故須回「觀」受蘊由虛明妄想所生，則能超越見濁；又說，受陰已盡之人，雖得意生身，然猶為想陰所覆，煩惱仍在，故須從定出，回「觀」想陰由融通妄想所生，則能超越煩惱濁；卷十又說，想陰已破之人，無復龜重之前塵影事，能觀諸世間山河大地猶如鏡子明鑑，來無所粘過無蹤跡，若能回「觀」行蘊由幽隱妄想所生，則能超越眾生濁。

以上所教導的四種出定後修觀的方法，主要是要破除色、受、想、行四蘊。其中，卷十又舉出十種因修正定而發生的十種悟境；此十種三摩地悟境，因妄想計著故，乃是邪見，是由色、受、想三蘊滅，覺至行陰用心差異所致，唯有「以(觀)慧照察唯心境界，不取不著，自然消歇」(《首楞嚴義疏注經》，頁 960，中欄)。由此可知，因修奢摩他所得之三摩地，不足以破除定中五蘊交互所生之種種魔境，而須起修觀行以除之，故每於「三摩地」字詞後，銜接一「觀」字，意即教人起修觀行。

綜上所論，《楞嚴經》三摩地(samādhi)之義，當有兩種意涵，一者，得定之三摩地，是由修習奢摩他（止）或毗婆舍那（觀）所得之三摩地(定)；止與觀是因，三摩地則是果。二者，出定修觀之三摩地，乃是止所得之定，不足以破除定中五蘊交互所生之種種魔境，而須起修觀行，以慧力揀擇定境是非。此時，三摩地是因，同時是果。「三摩地」為因，則是「觀」之義；「三摩地」為果，則名之為「定」。此時之定，已別於修習止所得之定，而是從定出修習觀行所得之慧定，其名為「大佛頂首楞嚴王具足萬行三摩地」，亦名首楞嚴大定。

（四）抉擇禪那

首先，將字源分析、《大毘婆沙論》《瑜伽師地論》之詮釋及從《圓覺經》看三定中有關「禪那」的部分作一圖表彙整。圖解如下：

	禪那(Dhyāna)
字源	①靜慮。 ②令心專注於所緣境，達至寂靜後，於所緣予以觀察、思惟。
大毘婆沙論	①兼具「斷結」與「正觀」二義。 ②止觀均行、定慧均等。 ②指色界四禪。
瑜伽師地論	①於所緣境，繫念寂靜，正審思慮。 ②指色界四禪。
圓覺經	①寂觀。 ②以「不取」為行，以「靜幻(定慧)雙融」為用，以「寂滅輕安」為相。

由上述圖解可知，禪那(Dhyāna)的共義即是「靜慮」。「令心專注於所緣境，達至寂靜後，於所緣予以觀察、思惟。」(止觀均行)是禪那的修習方法；「定慧雙融」是禪那的作用；「色界四禪」是禪那的果相。準此而言，禪那本身具有雙層意義：一者，指一種禪定境界而言，專指色界四禪；二者，指修行進入禪定(samādhi)的方法，即奢摩他(Śamatha)與毘婆舍那(vipaśyanā)之合稱。

再者，如何依《楞嚴經》抉擇禪那？關於經中對於「禪那」一詞的敘述，非常簡略，難以抉擇「禪那」之義。不過，筆者在整理《楞嚴經》有關「禪那」一詞出現的情況發現，自卷一談及「『禪那』為十方如來，得成菩提之方便」後，卷二至卷七皆只說明「奢摩他」及「三摩地」修習的過程與方法，「禪那」一詞始終未再言及，直至卷八才開始談起？此一疑問，據交光大師(頁418)指出：「本經從初歷談，但言奢摩他及三摩提，而未言禪那，直至此處始一稱之。下連修進聖位，足顯談『聖位處』乃是說『禪那』耳。」交光大師所說「聖位處」是指經文第八卷中之「頓悟禪那，修進聖位。增上妙理，心慮虛凝，斷除三界，修心六品微細煩惱」(頁143，上欄)一文。禪那一詞再度出現於卷八經文，其目地主要是藉由「禪那」的修行方法，前進聖位，頓悟「禪那」，証得道果，如智旭大師於《楞嚴經文句》((2003，頁348)中所指：「禪那此云靜慮，即『止觀』之異名，前文所謂『奢摩他』中用諸如來『毗婆舍那』清淨修證是也」。文中「前文」是指第八卷經文之「是種種地，皆以金剛觀察，如幻十種深喻。『奢摩他』中用諸如來，『毘婆舍那』清淨修證，漸次深入。阿難！如是皆以三增進故，善能成就五十五位真菩提路。」(頁142，下欄)此文意在顯示，禪那一詞是指奢摩他與毘婆舍那之合稱，而「止觀均行」的部分多出現於卷八，卷九、卷十(見本文頁27-頁30)文中。

依上述文言，筆者再回溯「抉擇奢摩他」與「抉擇三摩地」前二節研究所得之結果，推測本經所說之「禪那」一詞，應指涉及整個修行的過程及成就，包含「奢摩他」與「毘婆舍那」、乃至聲聞道果與菩薩道果。換言之，於卷二至卷七，先教導止與觀的修行方式，直至定慧力成就，止與觀純淨圓熟，得証首楞嚴大定(三摩地)，破除五蘊定障，至卷八以後繼以金剛心止觀雙運，漸次深入，修進聖位。

例舉相關經文如下表：

【禪那】

卷數	禪那
卷一	十方如來，得成菩提；妙奢摩他、三摩、「禪那」最初方便。(頁 106，下欄)
卷九	阿難！世間一切所修心人，不假「禪那」，無有智慧。(頁 146，上欄)
卷九	汝猶未識修「奢摩他」、「毘婆舍那」微細魔事。魔境現前，汝不能識，洗心非正，落於邪見。(頁 147，上欄)…？是故神、鬼及諸天、魔、魍魎、妖精，於「三昧」時，僉來惱汝。然彼諸魔，雖有大怒，彼塵勞內，汝妙覺中，如風吹光，如刀斷水，了不相觸。汝如沸浪，彼如堅冰，煖氣漸隣，不日銷殞。徒恃神力，但為其客，成就破亂。由汝心中，五陰主人。主人若迷，客得其便；當處「禪那」，覺悟無惑，則彼魔事，無奈汝何。陰銷入明則彼群邪咸受幽氣，明能破暗，迷自銷殞，如何敢留擾亂禪定？(頁 147，中欄)
卷九	阿難！如是十種「禪那」現境，皆是色陰用心交互，故現斯事。(頁 148，上欄)
卷九	阿難！如是十種「禪那」現境，皆是受陰用心交互，故現斯事。(頁 149，中欄)
卷九	阿難！如是十種「禪那」現境，皆是想陰用心交互，故現斯事。」(頁 151，中欄)
卷十	阿難！如是十種「禪那」狂解，皆是行陰用心交互，故現斯悟。」(頁 153，上欄)
卷十	阿難！如是十種「禪那」，中途成狂。因依迷惑，於未足中，生滿足證。皆是識陰用心交互，故生斯位。…此是過去先佛世尊「奢摩他」中，「毘

婆舍那」，覺明分析微細魔事。魔境現前，汝能諳識，心垢洗除，不落邪見，陰魔銷滅天魔摧碎，大力鬼神褫魄逃逝，魑魅魍魎無復出生，直至菩提無諸乏少下劣增進，於大涅槃心不迷悶。若諸末世愚鈍眾生，未識「禪那」不知說法，樂修「三昧」，汝恐同邪。(頁 154，中欄)

據上述引文，卷一始提出以「『禪那』方便，十方如來，得成菩提」，此中「方便」一詞，乃指法門、方法，如奢摩他、三摩地亦如是，故卷九再度重申世間一切修心、修定之人，若不透過「止觀雙運」(禪那)的方式修習，於定中五蘊交互作用所生之妄境，便無有智慧可堪詳辨。然而，「抉擇三摩地」中一文已言，為破除定中五蘊交互所生之種種魔境故出定修習觀行，以修觀所得之慧定破除定障，何以此處須再提「禪那」？誠如卷九引文中所說，若「猶未識修『奢摩他』、『毘婆舍那』微細魔事。魔境現前，汝不能識，洗心非正，落於邪見」，是故「當處『禪那』，覺悟無惑，則彼魔事，無奈汝何。」以此故知，三摩地中修觀所得之慧定是破除定障，今以止觀雙運所得的果智破除定、慧二重微細之障。

爾後，卷九至卷十的經文，皆在闡明修習止觀之人破除「禪那」中色、受、想、行、識五陰所引發的五十種蘊魔，如「色陰中之身能出礙等十，受陰中之得大光耀等十，想陰中之圓定發明等十，行陰中之幽清擾動等十，識陰中之根隔合開覺知通[泳-永+習]等十。」(《楞嚴經指掌疏》，頁 338，下欄)換言之，於奢摩他止定之中，以毗婆舍那正觀明慧，分析、辨別五十種定境，聲聞得超四向、四果，菩薩得超十信、十住、十行、十迴向、四加行心、十地、等覺，入於如來妙莊嚴海，圓滿菩提。

綜上所論，《楞嚴經》中「禪那」(Dhyāna)之義，當有兩種義涵：一者，指一種修行方法，即奢摩他(止)與毘婆舍那(觀)的並用，或稱「止觀均行」、「止觀雙運」；二者，指涉及「奢摩他」與「三摩地」整個修行的過程及成就。

五、 結論

在梵語中「奢摩他」、「三摩地」、「禪那」三個名詞皆被漢譯為「定」，他們之間確有細微的不同，但傳統漢傳佛教界較不重視。根據《楞嚴經》定學的教導，「奢摩他」、「三摩地」與「禪那」各有其定義，不會被混淆。

梵語「奢摩他」，源自於義涵為「止」、「寂靜」的字根√śama。本經多藉「奢摩他」顯示修定的方法與過程，以成就三摩地為目標。除此之外，亦多藉奢摩他（Śamatha 止）與毗婆舍那（vipaśyanā 觀）並舉表示止觀相依。而《楞嚴經》為保護初學行者，先單舉奢摩他為其下手初方便，意即須先從修止入門，繫心一緣，漸入靜定，達三摩地時，則可在此寂定心中修觀。

經中「三摩」一詞實為梵語 Samadhi 之音譯。「三摩地」依本經的解釋有兩種涵義，一者，得定之三摩地，二者，出定修觀之三摩地。「得定之三摩地」又可分為修止所得、修觀所得，而「修觀所得三摩地」，主要是透過二十五種修觀方法(二十五圓通)所入的三摩地。「出定修觀之三摩地」，則兼具「觀」與「定」之義；當「三摩地」為修定方法時，則是「觀」之義；若顯示為修觀結果，則名之為「定」。故出定修觀所得三摩地，是從定出修習觀行所得之慧定，其名為「首楞嚴大定」。

梵語「禪那」一詞，依本經的解釋當有兩種意義：一者，指一種修行方法，即「止觀均行」或稱「止觀雙運」；二者，指涉及奢摩他與三摩地整個修行的過程及成就。

三學中的定學，實乃佛教實踐方法之大綱。十卷的《楞嚴經》，將定學的實踐方法與過程闡述得鉅細靡遺，卷二至卷七先教導止與觀的修習方式，直至定慧力成就，止與觀圓熟，得証首楞嚴大定，卷八繼而教導以金剛心止觀雙運，漸次深入，成就聖道。

參考文獻

一、 原典暨註疏

- 唐·天竺沙門般刺蜜帝譯。《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》。《大正藏》冊十九，第 945 號。
- 唐·天竺三藏地婆訶羅譯。《大乘密嚴經》。《大正藏》冊十六，第 681 號。
- 唐·罽賓三藏佛陀多羅譯。《大方廣圓覺修多羅了義經》。《大正藏》冊十七，第 842 號。
- 唐·玄奘大師譯。《阿毘達磨大毘婆沙論》。《大正藏》冊二十七，第 1545 號。
- 唐·玄奘大師譯。《瑜伽師地論》。《大正藏》冊三十，第 1579 號。
- 唐·玄奘大師譯。《解深密經》。《大正藏》冊十六冊，第 676 號。
- 唐·慧琳法師撰。《一切經音義》。《大正藏》冊五十四，第 2128 號。
- 唐·窺基法師撰。《瑜伽師地論略纂》。《大正藏》冊四十三，第 1829 號。
- 唐·義淨法師譯。《六門教授習定論》。《大正藏》冊三十一，第 1607 號。
- 唐·宗密大師述。《大方廣圓覺修多羅了義經略疏》。《大正藏》冊三十九，第 1795 號。
- 唐·懷遠錄。《楞嚴經義疏釋要鈔》。《卍續藏》冊十一，第 267 號。
- 唐·通理大師撰。《楞嚴經指掌疏》。《卍續藏》冊十六，第 307 號。
- 宋·子璿法師集。《首楞嚴義疏注經》。《大正藏》冊三十九，第 1799 號。
- 明·智旭大師著。《楞嚴經玄義》。《卍續藏》冊十三，第 282 號。
- 明·智旭大師著(2003)。《楞嚴玄義並文句》。台北：財團法人佛陀教育基金會。
- 明·交光大師著(2003)。《大佛頂首楞嚴經正脈疏》。台北：財團法人佛陀教育基金會。

二、 近代專書

守培法師著(2002)。《大佛頂首楞嚴經妙心疏》。台北：財團法人佛陀教育基金會。

圓瑛法師著(1997)。《大佛頂首楞嚴經講義》。高雄縣：白聖長老文獻會。

太虛大師著(1954)。《太虛大師全書·首楞嚴經攝論》。台北：海潮音社。

太虛大師著(1954)。《太虛大師全書·楞嚴經研究》。台北：海潮音社。

太虛大師著(1954)。《太虛大師全書·楞嚴大意》。台北：海潮音社。

印順長老著(1985)。《印度之佛教》。台北：正聞出版社。

印順長老著(1985)。《空之探究》。台北：正聞出版社。

南懷瑾著(1960)。《楞嚴今釋》。台北：考古文化出版社。

三、 工具書

荻原雲來編纂(2003)。《梵和大辭典》。台北：新文豐出版社。

美國佛教會製作(2005)。《佛學辭典集成》。美國：佛教會佛
教電腦資訊庫功德會

佛光山宗務委員會製作。《佛光大辭典》光碟版(1997)。高雄：佛光山。

藍吉富(2000)。《佛教百科全書》。台南：中華佛教百科文獻基金會。

四、 期刊論文

大航法師(1999)。《慈光禪學學報·定中作觀與出定作觀二說之比較》。
台中：慈光寺。

李志夫(1980)。《楞嚴校釋》。台北：中國佛教。

許宗興著(2002)。《寂滅與普照－談圓覺經的佛性論》。擷取日期：2011/11/15。

摘自：華梵大學中國文學系第一屆生命實踐學術研討會

<http://www.hfu.edu.tw/~stssts/0108%B3%5C%A9v%BF%B3.pdf>