

慧思《諸法無諍三昧法門》 之禪觀思想

釋正持

南華大學宗教學研究所博士後研究員

摘 要

慧思是天台宗的第三代祖師，被稱譽為天台宗的先驅人物，也是原始天台學的創始者之一，其禪法思想與止觀實踐的基礎，影響了智顗而創立天台宗，建構了一套義理精深的天台教學體系。慧思的禪觀著作有三部，即：《隨自意三昧》、《諸法無諍三昧法門》、《法華經安樂行義》，以《諸法無諍三昧法門》較少學者研究，其可能的原因是它對智顗的影響較小，沒有開展成四種三昧的任何一種。

本文所要探討的主題為「慧思《諸法無諍三昧法門》之禪觀思想」，將分為四個部分來說明：首先，「無諍三昧釋義」，「無諍三昧」是大乘的修行方法之一，其意義為何？慧思「無諍三昧」命名的由來，是依據哪一部經論而開演？其次，「慧思對大小乘禪法的重新詮釋」，在「禪的無量名字」中，有些是屬於小乘的

禪法，慧思以大乘經論來詮釋；在「四念處觀」中，慧思受到《大智度論》的影響，已將其視為大乘的修行法門。第三，「禪觀實踐的特色」，包括：持淨戒修禪定，持戒、修定是修學佛法的基礎；空慧的禪觀，禪定與般若二者是合一的；重視如意神通，此神通有廣大神變，能飛行自在，可廣度善惡之有情；心性與心相思想，心性指第八識，心相指第七識根本識、第六識枝條識。最後，「圓頓的真理觀」，一身、一心之觀法，即十法界與一念心中一時行的思想；佛智與佛果思想，佛智即是諸法實相之智，佛果功德即是修習四念處所成就的佛法界功德。



關鍵詞：無諍三昧、四念處、心性、心相、如意神通、諸法實相

Huisi's Contemplative Perspective of the Zhufa Wuzheng Sanmei Famen

Zheng-chi Shi

Postdoctoral Research Fellow, Graduate Institute of Religious Studies,
Nanhua University

Abstract

Huisi was the third founder of the *Tiantai* School and has been hailed as the pioneer of the school. He was also one of the earliest founders of the *Tiantai* Teaching. His contemplative perspective and the foundation for the practice have greatly affected *Zhiyi* and prompted him to establish the *Tiantai* School. *Zhiyi* developed an esoteric and profound *Tiantai* teaching system. *Huisi* wrote three books to explain his contemplative perspective: *Suiziyi Sanmei* (*Samādhi of Freely Following One's Thought*), *Zhufa Wuzheng Sanmei Famen* (*Dharma-Gate of the Samādhi Where in All Dharmas are Without Dispute*), and *Fahua Jing Anlexing Yi* (*The Meaning of the Lotus Sūtra's Course of Ease and Bliss*). Among the three publications, The *Zhufa Wuzheng*

Sanmei Famen has received the least academic scrutiny. One possible explanation of this may be that this book has a small impact on *Zhiyi* and thus failed to develop into any of the four *Samādhis*.

The study probes into “*Huisi*’s contemplative perspective of the *Zhufa Wuzheng Sanmei Famen*” and will dissect the topic into the following four parts: Firstly, the study will expound the meaning of the “*wuzheng sanmei (samādhi without dispute)*.” “*Wuzheng sanmei (Samādhi without dispute)*” is one of the cultivation means of *Mahāyāna* Buddhism, and what does it mean? The study will scrutinize the root of the naming of *wuzheng sanmei (samādhi without dispute)* and the *sūtra* based on which the term is developed. Secondly, the study will examine *Huisi*’s reinterpretation of *Mahāyāna* Buddhism and *Theravada* Buddhism. He reinterpreted some *Theravada* meditation practices mentioned in “infinite names of meditation” according to *Mahāyāna* Buddhist scriptures. *Huisi* was influenced by *The Great Treatise on the Perfection of Wisdom* in the “four foundations of mindfulness” and regarded them as a cultivation principle of *Mahāyāna* Buddhism. Thirdly, the study will examine the characteristics of the practice of the contemplative perspective which include the upholding of pureness and the cultivation of mediation; the obedience of disciplines and the cultivation of meditation are the cornerstone of studying Buddhism principles. In *Huisi*’s contemplative perspective, mediation and *Prajñā* (the highest wisdom) are inseparable. Focusing on the magical power of the mind, for it is capable of omniscient divine changes; it expands without limitations and bestows epiphany upon the good and evil alike. In Buddhism, the mind is the eighth consciousness and the receptive

mind is the seventh consciousness (the root consciousness) and the branch consciousness of the six consciousness. The last one is the true perspective of fulfilment. It is the perspective of one body and one mind. In other words, it is the idea of the “Realms of Ten Dharmas” and behaviours being carried out upon the production of a thought in mind. The ideas of wisdom (*prajñā*) and the fruits in Buddhism refer to the “Ultimate Truth” of all phenomena and the merits derived through practicing “four foundations of mindfulness” respectively.



Keywords: *wuzheng sanmei* (*samādhi* without dispute), the four foundations of mindfulness, the nature of mind, the appearance of mind, the magical power of the mind, the Reality of all Dharmas

一、前言*

慧思 (AD.515-577) 是天台宗的先驅人物，也是原始天台學的創始者之一，其禪法思想與止觀實踐的基礎，影響了智顗而創立天台宗。慧思的禪觀著作有三部，即：《隨自意三昧》、《諸法無諍三昧法門》（以下簡稱《無諍三昧》）、《法華經安樂行義》，這三部禪觀著作中，以《無諍三昧》較少學者研究，其可能的原因，它不像《隨自意三昧》影響了智顗，而開展成覺意三昧與非行非坐三昧；也不像《安樂行義》影響智顗，而將其撰述成《法華三昧懺儀》，開展成半行半坐三昧。雖然《無諍三昧》比較看不出某一特定義理對智顗的影響，但從文本中可發現，整部著作的核心思想是「一身、一心」之觀法，其中「一身觀法」，只談到十法界的眾生，尚未發展到十界互具的關係；但「一心觀法」中，一念心包含一切萬行，則已經奠定了智顗「一念三千」的雛型。

目前學界對於慧思之《無諍三昧》之研究，包括期刊、研討會論文集、專書的一章，共有五篇：(1) 坂本廣博的〈諸法無諍三昧と大集經〉，說明《無諍三昧》引用了《大方等大集經》（以下簡稱《大集經》）的「一念十二因緣」、「三乘人的法行觀念」、「心念處」等，故《無諍三昧》受到《大集經》的影響。¹ 由於坂本廣博此篇論文，才能追溯到《大集經》的部分原文，從而了

* 本文之部分內容曾發表於「第四屆法華思想與天台佛學研討會」（台北：中華民國現代佛教學會主辦，2008年5月）；亦是筆者的碩論《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5月），其中一章的內容再予以增刪修改而成。本文承蒙兩位匿名審查委員提供寶貴意見，謹此致謝。

¹ 坂本廣博，〈諸法無諍三昧と大集經〉，《印度學佛教學研究》第28卷第1號（東京：日本印度學佛教學會，1979年12月），頁366-368。

解《無諍三昧》受到《大集經》的影響部分。(2) 釋仁朗的〈慧思大師「諸法無諍三昧法門」詮般若體用之研究〉，說明慧思的無諍法門實依般若為體，依般若起修，證般若實相，顯興般若大用一行菩薩行悲願度生。² 釋仁朗之般若體用關係，解決了修持禪定的內容即是觀照般若，慧思的禪定與般若二者是合一的，也就是修禪定與所成就的空慧是合一，不可分割的關係。(3) 王晴薇的著作有三篇：第一篇，〈論中國早期天台禪法中之四念處——由《念處經》到《諸法無諍三昧法門》的比較研究〉，主要透過《中阿含·念處經》、南傳《大念處經》、《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品》（以下簡稱《小品般若經》）、《大智度論·釋四念處品》中所提到的四念處，與慧思的《無諍三昧》的四念處，進行比較研究。³ 第二篇，〈《諸法無諍三昧》及《法華經安樂行義》中的《摩訶般若波羅蜜經》〉，主要分析慧思的二部著作中，對《摩訶般若波羅蜜經》之引用與詮釋。⁴ 第三篇，〈《諸法無諍三昧法門》之法華禪觀——以如來／菩薩禪觀為目標之大乘「四念處」禪法〉，主要說明《無諍三昧》在慧思禪觀體系中位置之判定、《妙法蓮華經》如來／菩薩禪觀、大乘「四念處」、在天台禪觀中之重要性。⁵ 王晴薇有三篇與《無諍三昧》相關的論文，可見得她已經

² 釋仁朗，〈慧思大師「諸法無諍三昧法門」詮般若體用之研究〉，《華梵佛學年刊》第2、3期合刊（台北：華梵佛學研究所，1984年），頁33-36。

³ 王晴薇，〈論中國早期天台禪法中之四念處——由《念處經》到《諸法無諍三昧法門》的比較研究〉，《漢學研究集刊》第2期（雲林：國立雲林科技大學漢學資料整理研究所，2006年6月），頁19-38。

⁴ 王晴薇，〈《諸法無諍三昧》及《法華經安樂行義》中的《摩訶般若波羅蜜經》〉，《第三屆法華思想與天台佛學研討會會議論文集》（台北：中華民國現代佛教學會，2007年6月）。

⁵ 王晴薇，〈慧思法華禪觀之研究——法華三昧與大乘四念處的互攝與開展〉，〈《諸法無諍三昧法門》之法華禪觀——以如來／菩薩禪觀為目標之大乘「四

關注到學界對於《無諍三昧》研究之不足，也曾引用拙著並說明「學者對《諸法無諍三昧法門》在慧思禪觀體系中位置之判定」。⁶

本文所要探討的主題為「慧思《諸法無諍三昧法門》之禪觀思想」，分為四個部分來說明：首先，解釋無諍三昧的意義，以及「無諍三昧」與《大品般若經》、《大智度論》的關係。其次，慧思重新詮釋大小乘禪法，慧思受到早期禪法，以及鳩摩羅什翻譯禪經、《大智度論》的影響，因而開啟了對於大小乘禪法的統一。第三，探究禪觀實踐的特色，包括持淨戒修禪定、空慧的禪觀、重視如意神通、心性與心相思想。最後，說明圓頓的真理觀，可從二個面向討論：一身與一心之觀法、佛智與佛果功德。

二、無諍三昧釋義

首先，說明「無諍三昧」一詞的意義；其次，探討「無諍三昧」命名的由來，它是依據哪一部經論而開演？

(一) 無諍三昧的意義

無諍，梵文為 $araṇā$ ，音譯為阿蘭那，意譯為無諍。「諍」，即諍論，為煩惱之異名。無諍，是僧團和合的六要素之一。⁷在初期⁸、部派佛教⁹時期就有詳細的闡述，到了大乘佛教時期，也有

念處」禪法〉（台北：新文豐出版股份有限公司，2011年6月），頁241-292。

⁶ 同註5，頁241-242。

⁷ 六和敬：身和同住、語和無諍、意和同悅、見和同解、戒和同行、利和同均。

⁸ 初期佛教時期的「無諍」：（1）指沒有諍論。東晉·僧伽提婆譯，《中阿含經》

進一步的發揮，所以「無諍三昧」便成為大乘佛典中常見的修行方法之一。

無諍三昧，是指住於空理而與他人無諍之三昧。「無諍三昧」一詞，可用來稱讚離欲之阿羅漢，於《金剛般若波羅蜜經》云：「我得無諍三昧，人中最為第一，是第一離欲阿羅漢。」¹⁰以及《大智度論》云：「須菩提於弟子中，得無諍三昧最第一，無諍三昧相，常觀眾生，不令心惱，多行憐愍。」¹¹無諍三昧即是了解空理的三昧，其護持眾生是三昧力量的表現，對眾生起憐愍心，故能使眾生不起煩惱。「無諍三昧」亦可指具有慈悲心，且使他人不起煩惱，於《大智度論》云：「須菩提常行無諍

卷40：「心與慈俱，無結、無怨、無恚、無諍，極廣甚大，無量善修，遍滿一切世間成就遊。」《大正藏》冊1，頁680下。(2) 貪空、瞋空、癡空的「空心解脫」，指阿羅漢果；不動心解脫，指不可動搖而堅固的解脫。劉宋·求那跋陀羅譯，《雜阿含經》卷21：「復問長者：云何法一義種種味？答言：尊者！謂貪有量，若無諍者第一無量。謂貪者是有相，恚、癡者是有相，無諍者是無相。貪者是所有，恚、癡者是所有，無諍者是無所有。復次，無諍者空於貪，空於恚、癡，空常住不變易，空非我、非我所，是名法一義種種味。」《大正藏》冊2，頁150上。在對應之巴利《相應部》第41卷第7經作akuppā cetovimutti，不動心解脫。(Feer, M. Leon ed., *Saṃyutta-Nikāya*, London: The Pali Text Society, 1973. p.297.)《相應部經典》卷41：「大德！於無量心解脫中，知不動心解脫為此等之最第一。然此不動心解脫，為依染欲而空，依瞋恚而空，依愚癡而空。」《漢譯南傳大藏經》冊16，頁375上-376上。

⁹ 部派佛教時期的「無諍」：五百大阿羅漢等造，唐·玄奘譯，《阿毘達磨大毘婆沙論》卷179：「問：云何名無諍行？答：此行能對治他煩惱諍故，名無諍行。然諍有三：一、煩惱諍；二、蘊諍；三、闍諍。煩惱諍者，謂百八煩惱。蘊諍者，謂死。闍諍者，謂諸有情互相陵辱，言語相違。」《大正藏》冊27，頁899上。諍論有三種：煩惱諍、蘊諍、闍諍，只有透過修行來對治，才能使三種諍論止息不生起。

¹⁰ 姚秦·鳩摩羅什譯，《金剛般若波羅蜜經》，《大正藏》冊8，頁749下。

¹¹ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷11，《大正藏》冊25，頁136下。

三昧，常有慈悲心於眾生故。」¹² 慧思「無諍」之名，也有可能與其時代背景有關，因當時他曾遭到諸惡論師的惱亂、迫害，¹³ 所以，他所期待的是與他人無諍而能早日證入三昧。

(二)「無諍三昧」的命名與《大品般若經》、《大智度論》之關係

在慧思的《無諍三昧》中，並沒有對「無諍」命名之由來做詮釋；也沒有說明「無諍三昧」是依據哪一部經典而開演，我們只能依據文本的相關內容去做推測，可能與某部經典有關。根據日本學者大野榮人考察：「『諸法無諍三昧』的名稱，是依於《大品般若經》、《大智度論》而來。在《大品般若經》、《大智度論》中，以無諍三昧、無諍行三昧、攝一切有諍無諍三昧等來稱呼。」¹⁴ 由此可知，「無諍三昧」最初來自《大品般若經》、《大智度論》這二部經論，以下將臚列此二部經論的相關內容做說明。

在《大品般若經》卷3〈相行品〉、卷5〈問乘品〉，以及《大

¹² 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷76，《大正藏》冊25，頁598中。

¹³ 慧思有四次遭到諸惡論師的惱亂、迫害：(1) 34歲（AD.548），在河南兗州，與大眾論議，而為惡比丘所毒害，舉身爛壞，五臟亦爛，垂死而復活，這是他所遭遇的第一次法難。(2) 39歲（AD.553），至郢州為刺史劉懷寶講摩訶衍義，第二次遭諸論師的毒害，其三位弟子因此致死，慧思亦身負重傷。(3) 42歲（AD.556），於光州講摩訶衍義一遍，是時有眾多惡論師，競來惱亂、生嫉妬心、咸欲殺害，毀壞般若波羅蜜義。(4) 43歲（AD.557），於南定州講摩訶衍時，第四次遭諸惡論師惱亂、斷絕檀越飲食供養等。參見釋正持，《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5月），頁43。

¹⁴ 參見大野榮人，《天台止觀成立史の研究》（京都：法藏館，1994年7月初版），頁343-344。

智度論》卷43、卷47等皆有記載，三昧有一百零八種，稱為百八三昧，其中與「無諍三昧」相關的，稱為攝一切有諍無諍三昧，其梵文為 $\text{araṇa-saraṇa-sarva-samavasaraṇa}$ ，又作無諍行三昧、有諍無諍等趣、有諍無諍平等理趣三昧。在《大品般若經》卷3，提到菩薩行百八三昧，能疾得阿耨多羅三藐三菩提，其中的第一百零三種三昧，即是「無諍行三昧」。¹⁵ 在《大智度論》卷43中，並沒有對這百八三昧做各別的解釋，只是總體而論：「若菩薩能行是百八三昧等諸陀羅尼門，十方諸佛皆與授記。所以者何？是菩薩雖得是諸三昧，實無諸憶想分別我心故。」¹⁶ 為何行百八三昧，能得十方諸佛授記呢？欲得百八三昧，即須對於諸三昧不作憶想分別，則不會有覺與不覺之對立，且觀諸三昧畢竟空無自性、無所有，它是不生不滅，猶如虛空，若能如此作觀，則不會對諸法有所執著。對諸法無所執，真心就如如不動，故能受到十方諸佛授記於未來世證果而成佛。

此外，在《大品般若經》卷5中，其名稱則為「攝一切有諍無諍三昧」。¹⁷ 在《大品般若經》中，就有各別對這一百零八種三昧做解釋：「云何名攝一切有諍無諍三昧？住是三昧，能使諸三昧不分別有諍、無諍，是名攝一切有諍無諍三昧。」¹⁸ 在《大智度論》則又進一步做說明：「攝一切有諍無諍三昧者，得是三昧不見是法如是相，是法不如是相，不分別諸法有諍、無諍，於一切法中通達無礙，於眾生中亦無好醜諍論，但隨眾生

¹⁵ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷3，《大正藏》冊8，頁238上。

¹⁶ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷43，《大正藏》冊25，頁373下。

¹⁷ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷5，《大正藏》冊8，頁251中。

¹⁸ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷5，《大正藏》冊8，頁253中。

心行而度脫之。得是三昧故，於諸三昧皆隨順不逆不樂。」¹⁹攝一切有淨無淨三昧，是指菩薩住此三昧，則能於一切法中，通達無礙，故不會去分別執著諸法，也就不會產生有淨無淨；不見是法如是相，不見是法不如是相，則於眾生中也就沒有好醜的淨論，僅隨其心行，而攝受度脫眾生。若菩薩能證得無淨三昧，則於諸三昧皆能堪忍隨順趣向，不違逆亦不喜樂之中道正行。

在《大智度論》中，進一步闡釋「無淨三昧」之波羅蜜：「上以十八空釋般若波羅蜜，今以百八三昧釋禪波羅蜜，百八三昧佛自說其義，是時人利根故皆得信解，今則不然，論者重釋其義令得易解。」²⁰十八空與百八三昧闡釋的波羅蜜不同。十八空主要闡釋般若波羅蜜，百八三昧主要闡釋禪波羅蜜，故慧思引用百八三昧的第一百零三種三昧「無淨三昧」來說明禪波羅蜜，他是依據《大智度論》的論典而來。

綜上所述，慧思的《無淨三昧》受到《大智度論》的影響，可歸納為三個面向：觀諸法皆空及受記；菩薩住此無淨三昧，於諸法能通達無礙；整部《無淨三昧》皆在闡釋禪波羅蜜法門。

三、慧思對大小乘禪法的重新詮釋

在慧思出生前的一百年左右，中國佛教的禪法基本上是鳩摩羅什（AD.343-413）和佛跋陀羅（覺賢）（AD.359-429）兩家。其中「三論師、成實師大多歸宗羅什系，涅槃師、楞伽師、地論師等主要宗奉覺賢系所譯的經典。從禪法上說，羅什僧團與覺

¹⁹ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷47，《大正藏》冊25，頁402上-中。

²⁰ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷47，《大正藏》冊25，頁398下。

賢僧團都講小乘『五門禪法』，但羅什僧團融入了大乘的般若思想，而覺賢僧團融入了大乘的唯心思想。」²¹ 可見當時的兩個禪宗僧團，都興起了融合的學風。

慧思以前、乃至當時的禪法發展概況，可以從《高僧傳》、《續高僧傳》的〈習禪篇〉記載得到見證。禪者皆讀誦《法華經》、《維摩經》、《大品般若經》、《小品般若經》、《首楞嚴經》、四卷《楞伽經》、《涅槃經》、《大智度論》等大乘經論；於禪觀實踐上則是以四禪、五停心觀、十六特勝、死想、四念處等小乘禪法修行為主。所以，當時的禪者皆是大小乘禪觀並修。慧思也受到當時的思潮影響，於《續高僧傳》中提到，慧思與慧命同修定業，慧命「專行《方等》、《普賢》等懺，討據《華嚴》以致明道。」²² 此外，慧思的弟子中，與智顗齊名的是惠（慧）成，曾前往建業聽《成實論》師講經十年，先通三藏佛典；後遇慧思，學定習禪共十五年，慧思教其修《方等》、《觀音》、《法華》、般舟等三昧，歷經三年而業障消除。²³ 由此可知，慧思「乃以大小乘中定慧等法，敷揚引喻，用攝自他。」²⁴ 慧思的禪觀思想，是受到早期禪法和鳩摩羅什所翻譯的《思惟略要法》、²⁵ 《禪祕要法經》、《坐禪三昧經》禪經的影響，以及《大智度論》的影響，其

²¹ 李四龍，《天台智者研究——兼論宗派佛教的興起》（北京：北京大學出版社，2003年），頁55。

²² 唐·道宣撰，《續高僧傳》卷17，《大正藏》冊50，頁561上。

²³ 參見唐·道宣撰，《續高僧傳》卷16，《大正藏》冊50，頁557上。

²⁴ 唐·道宣撰，《續高僧傳》卷17，《大正藏》冊50，頁563上。

²⁵ 隋·費長房撰，《歷代三寶記》卷8：「《思惟要略法經》一卷」，鳩摩羅什譯。（《大正藏》冊49，頁78下）。梁·僧祐撰，《出三藏記集》卷2：「《思惟經》一卷，或《思惟略要法》。」（《大正藏》冊55，頁6上）。文中未記載譯者，可能是劉宋之後才翻譯。

兼融大小乘之禪觀，因而開啟了慧思對於大小乘禪法的統一。大野榮人提出：「慧思從自身法華三昧開悟過程（世間禪→小乘禪→《智度論》所說的空定發得→法華三昧證悟），而統攝了大小乘法門。亦即將各種三昧行法作為大乘禪法的規定。」²⁶ 慧思雖融攝大小乘禪法，其目的還是在大乘的精神，故其著作《隨自意三昧》、《無諍三昧》、法華三昧的證悟，皆是以大乘經論來詮釋其禪觀內容。

從慧思以前、乃至當時的禪法可以看出，早期的禪法架構是以小乘禪法為主，再配合大乘經典的讀誦、或觀想方式，而形成大小乘思想的融攝。根據Florin Deleanu之著作“A Preliminary Study on Meditation and the Beginnings of Mahayana Buddhism.”指出：「早期大乘行者已將傳統的止、觀納入禪波羅蜜。」²⁷ 所以，早期大乘經典的禪觀乃是採取原始佛教之禪法架構，再加以詮釋。從Deleanu的觀點，可以在慧思的著作中得到印證：「慧思與智顗的禪修著作中，常以所謂的『小乘修法』如『四念處』或『四禪』為其修法目標及重點，然而其對這些修法的詮釋，卻皆是取自漢譯大乘經論如《般舟三昧經》、《摩訶般若波羅蜜多若經》、《大智度論》及《首楞嚴三昧經》等經論。」²⁸ 南北朝末年是上乘思想興起之初，慧思正處於此交替時代，其禪觀著

²⁶ 參見大野榮人，〈初期天台の禪思想（上）—慧思における禪法組織の背景—〉，《印度學佛教學研究》第24卷第1號1975年12月，頁117。

²⁷ Deleanu, Florin. “A Preliminary Study on Meditation and the Beginnings of Mahayana Buddhism.”《創價大學國際佛教學高等研究所年報》第3號（東京：創價大學國際佛教學高等研究所，2000年3月），頁71。原文為：Apparently at an early date, Mahāyāna authors subsumed the traditional practice of trances (*dhyaṇa*), attainments (*samāpatti*), etc. under the perfection of meditation (*dhyaṇapāramitā*).

²⁸ 王晴薇2007，頁7。

作的形式：使用許多小乘禪法之名稱，但以大乘經論來詮釋其禪觀內容。可見慧思的禪觀思想，是大小乘融通，但主要精神是以大乘為主。以下從兩方面來說明禪的無量名字和四念處觀。

(一) 禪的無量名字

慧思的《無諍三昧》主要闡釋「禪波羅蜜」，受到《大智度論·釋初品中禪波羅蜜》的影響——「問曰：八背捨、八勝處、十一切入、四無量心、諸定三昧，如是等種種定，不名波羅蜜，何以但言禪波羅蜜？答曰：此諸定功德，都是思惟修。禪，秦言思惟修。言禪波羅蜜一切皆攝。」²⁹ 為何只有禪才稱為波羅蜜呢？「禪」之梵文為dhyāna，音譯為禪、禪那，意譯為靜慮，靜即定，慮即慧，令心專注於思惟，而達於心不散亂之狀態，亦即定慧均等。從禪觀中產生的定慧等持才稱為禪波羅蜜，能攝持一切佛法功德。慧多定少，不能攝心；定多慧少，不能入菩薩位，故定慧不均只能稱為波羅蜜，只有與般若相應的禪定，才能稱為禪波羅蜜。

禪波羅蜜具有無量功德，一切佛法皆從禪定產生，故禪有無量名字。《無諍三昧》云：

為求佛道，修學甚深微妙禪定，身心得證，斷諸煩惱，得一切神通，立大誓願，度一切眾生，是乃名為禪波羅蜜。立大誓願故，禪定轉名四弘。欲度眾生故，入深禪定，以道種智清淨法眼，觀察眾生是處非處十力智，爾時禪定轉名四無量心。……爾時

²⁹ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷17，《大正藏》冊25，頁185中。

禪定，轉名超越三昧。³⁰

為了成就佛道，故必須修學禪定。修學禪定，可證菩提、斷煩惱、得神通、立誓願、度眾生，故稱為禪定波羅蜜。但為何禪有無量名字呢？由於所修行的法門不同，所證的禪定亦不同，禪波羅蜜可轉化成無量法門，故禪定有無量名字。今說明如下：四弘、四無量心、慈悲喜捨、四攝法、神通波羅蜜、一切種智（佛眼）、十八不共法、十力、十號、般若波羅蜜、八背捨、十一智、三十七品、檀波羅蜜、尸波羅蜜、羼提波羅蜜、精進毘梨耶波羅蜜、九次第定、師子奮迅三昧、超越三昧、八解脫等二十一名字。此外，於《無諍三昧》的開端處亦有「得一切佛法諸三昧門：百八三昧，五百陀羅尼，及諸解脫，大慈大悲，一切種智，五眼，六神通，三明，八解脫，十力，四無畏，十八不共法，三十二相，八十種好，六波羅蜜，三十七品，四弘大誓願，四無量心，如意神通，四攝法。如是無量佛法功德，一切皆從禪生。」³¹ 此處有二十個三昧門，也是從禪定生起，故也是禪定的別名。若兩者禪定名加總再扣掉重複部分，則有三十三個禪的名字。³² 在這三十三個禪的名字中，有些是屬於小乘的禪法，例如：四念處、三十七道品、八背捨等。由此可看出，慧思受到早期禪法的影響，於其著作中仍保留小乘禪法的名稱，但詮釋禪觀內容則以大乘經論為主。

慧思將小乘禪法提升至大乘禪法的地位，並以大乘禪法來詮

³⁰ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁630下-632中。

³¹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁627下。

³² 根據佐藤哲英的研究，共有三十四個禪的名字，但發現其中有一個是重複算二次，故應是三十三個禪的名字。《續·天台大師の研究》（京都：百華苑，1981年11月），頁251-253。

釋，其意義何在呢？小乘禪法其修行成就只是為了個人的自我解脫，出三界、了生死、證涅槃。慧思所期盼的菩薩行者是以更宏觀的心胸來弘法度眾，不只是自利，又能利他的大乘菩薩行，為了成就佛道，必須修行禪定，禪定有無量的法門，故禪有無量的名字。所以慧思提升禪法的地位，是希望二乘行者皆能迴小向大，達到終極目標究竟圓滿的佛果。

(二) 四念處觀

在《無諍三昧》卷下將四念處觀分為四品：〈身念處觀如音品〉、〈受念處品〉、〈心念處品〉、〈法念處品〉，但於卷上末已探討身念處不淨觀的九想以及十想，故這部分亦應歸於四念處觀。在哈磊的《四念處研究》中，將四念處分為三篇：「上篇—《阿含經》與部派佛教時期、中篇—印度大乘佛教時期、下篇—漢傳佛教。」³³ 四念處是源自於佛陀時代的早期禪法，亦即觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我，而對治常、樂、我、淨等四顛倒的觀法。隨著大乘佛教興起之後，四念處不僅是二乘人的修行法門，還擴大到三乘的菩薩行。如《大品般若經·廣乘品》³⁴ 就有單品介紹「四念處」，而且《大智度論》更以相當長的篇幅，對大乘四念處的修行法進行闡述，故慧思亦受到《大智度論》的影響，將四念處視為大乘的修行法門。

四念處的禪法，在中國北齊、北周及陳隋之際，一度成為相

³³ 哈磊，《四念處研究》（四川：四川出版集團巴蜀書社，2006年12月），目錄頁1-3。

³⁴ 〈廣乘品〉，丹本名為〈四念處品〉。姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷5，《大正藏》冊8，頁253中。

當流行的禪法，僧稠、慧思等高僧皆有實證及闡發。雖二位祖師都重視四念處法門，但禪法有所不同。僧稠的禪法，以《涅槃經·聖行品》的四念處法為主，屬於小乘系統；而慧思的四念處，則融攝了大小乘禪法，以般若的角度來詮釋禪修方法。慧思的四念處法門，受到《大智度論》卷19的影響很大，已有當代研究成果，³⁵ 學者認為《大智度論》與慧思四念處的共同點，是觀諸法實相，以及強調心的作用這二部分。³⁶

1. 身念處

身念處有二種觀法：九想、十想觀，配合定慧來說明；觀息、心、身，其觀法次序為觀息→觀心→觀身，皆是觀其空無自性，是名身念處總體觀「諸法實相」。

(1) 九想、十想

九想，³⁷ 是指為滅除貪欲而對人之死狀所作九種不淨觀，即「脹相、壞相、血塗相、膿爛相、青相、噉相、散相、骨相、燒相。」³⁸ 十想，指十種觀想，即「無常想、苦想、無我想、食不淨想、一切世間不可樂想、死想、不淨想、斷想、離欲想、盡想。」³⁹。《大智度論》曾將九想、十想二者作比較，兩者不同之處：九相未得禪定，仍為姪欲所遮覆，而十想能除滅姪欲等三毒；九相如縛賊，十想如斬殺；九相為初學，十想為成就；九

³⁵ 參見大野榮人1994，頁73-78。王晴薇2006，頁28-29。

³⁶ 王晴薇2006，頁28。

³⁷ 在《大品般若經》、《大智度論》皆作「九相」，表示有九種不淨的相；而慧思則作「九想」，表示對人屍體之醜惡形相，作九種觀想。

³⁸ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷1，《大正藏》冊8，頁219上。

³⁹ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷1，《大正藏》冊8，頁219上。

相為因，十想為果；九相為外門，十想為內門。相同之處：十想與九相同為離欲，俱為涅槃。⁴⁰ 由上可知，九想與十想皆是為了達到斷見思惑、證涅槃的境界，但九想仍在觀行的初步，尚未得禪定；十想則對於禪定已有所領悟。

慧思將九想、十想，配合定、慧來做說明：「九想舍摩他，欲界金剛定，能破五欲如縛賊；十想毘婆舍那，欲界未到地金剛智，能觀五陰，畢竟盡想，不能更生，得盡智、無生智，斷一切煩惱，如意利刀，斬斷賊頭。」⁴¹ 不淨觀九想舍摩他，已達到欲界金剛定的禪定，能對治五欲，故說九相能繫縛五欲之賊的功能。而十想毘婆舍那，已達到未到地金剛智，智慧猛利，能觀五陰滅不復生，而斷一切煩惱、生死之業而證涅槃，故說十想就像快刀斬殺賊頭，證悟盡智、無生智之無漏智。慧思的九想、十想觀，運用了定慧雙開法，為其禪觀特色之一。

慧思引用《禪法要解》⁴² 的說法，對於淫欲多者，應修習二種不淨觀：「外想三四塊（醜），身器二六城（成），中含十二穢，九孔惡露盈。癰疽蟲血雜，膨脹臭爛膿，骨鎖分離斷。」⁴³ 二種不淨觀，即三十六種不淨物、觀死屍臭爛不淨。三十六種不淨物，⁴⁴ 即是外相、身器、內相各十二種不淨，九孔常流諸穢

⁴⁰ 參見姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷21，《大正藏》冊25，頁217下-218上。

⁴¹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁632中。

⁴² 姚秦·鳩摩羅什譯，《禪法要解》卷上云：「一者、觀死屍臭爛不淨。……二者、雖不眼見，從師受法憶想分別，自觀身中，三十六物不淨充滿。」《大正藏》冊15，頁286中-下。

⁴³ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁632下。

⁴⁴ 三十六種不淨物：即外相三四醜、身器二六成、中含十二穢。「外相三四醜」，髮、毛、爪、齒、眵、淚、涎、唾、屎、尿、垢、汗；「身器二六成」，皮、膚、血、肉、筋、脈、骨、髓、肪、膏、腦、膜；「中含十二穢」，脾、

惡。《大般涅槃經》云：「見凡夫身，三十六物不淨充滿。」⁴⁵ 三十六種不淨觀，即是觀自體不淨。觀死屍臭爛不淨，即是九想觀，「癰疽蟲血雜，膨脹臭爛膿，骨鎖分離斷」，此處只列舉五觀為代表：蟲噉想、血塗想、膨脹想、膿爛想、骨想。《禪法要解》又舉出，修習不淨觀，能對治眾生對於六種欲望之執著。

「觀死屍，若壞、若不壞。觀不壞，斷二種欲，威儀、言聲；觀已壞，悉斷六種欲。」⁴⁶ 觀死屍為不壞，能斷除威儀姿態、言語音聲二種欲望；觀死屍為已壞，則悉斷六種欲望。慧思是將死屍視為已壞，故斷六種欲望。

不淨觀九想，可對治六種煩惱欲——「煩惱者，六欲心也。初死想，能斷威儀、語言欲；膨脹想、壞想、散想，能斷形容欲；青瘀血塗想、膿爛想，能斷色欲；骨想、燒想，能斷細滑欲；散想、滅盡想，能斷人欲。」⁴⁷——六種煩惱欲即六欲心，指凡夫對異性所具有之六種欲望，藉著九想觀純熟，則能除世間貪愛，破六種欲。「死想」，能除威儀姿態、言語音聲欲；「膨脹想、壞想、散想（噉想）」，能除形貌欲；「青瘀血塗想、膿爛想」，能除色欲；「骨想、燒想」，能除細滑欲；「散想、滅盡想」

腎、心、肺、肝、膽、腸、胃、赤痰、白痰、生藏、熟藏。明·一如等編，丁福保重校，《三藏法數》卷19，《大藏經補編》冊22，頁381中。

⁴⁵ 宋·慧嚴等依《泥洹經》加之，南本《大般涅槃經》卷22，《大正藏》冊12，頁749中。

⁴⁶ 姚秦·鳩摩羅什譯，《禪法要解》卷上，《大正藏》冊15，頁286中。

⁴⁷ 陳·慧思撰，《無淨三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁632下。慧思六欲心之說法乃參考姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷21云：「死相，多除威儀、語言愛；臃腫相、壞相、噉相、散相，多除形容愛；血塗相、青瘀相、膿爛相，多除色愛；骨相、燒相，多除細滑愛；九相除雜愛及所著人愛；噉相、散相、骨相，偏除人愛；噉殘離散白骨中，不見有人可著。以是九相觀，離愛心。」《大正藏》冊25，頁218上。

能除人相欲。此九想既除六欲，瞋癡亦很微薄。

觀身之不淨相，可達到真如性不變，故稱常定，於《無諍三昧》云：「觀色如，受想行識如，深觀五陰如，如性故，即無煩惱可斷，亦無解脫涅槃可證。」⁴⁸ 深觀五陰皆從緣生，緣生無性，當體即空，即是真如，此時真如之體畢竟平等，無有變異，故無煩惱可斷、涅槃解脫可證之差別。所以「色即是空，空即是色；受想行識即是空，空即是受想行識；空即是涅槃，涅槃即是空；煩惱即是空，空即是煩惱；智慧即是空，空即是智慧。」⁴⁹ 五陰、涅槃、煩惱、智慧、空，皆是無自性，沒有實體的狀態，故是平等一如的。

(2) 觀息、心、身

觀身念處，其觀法次第為：觀息→觀心→觀身，與《隨自意三昧·住威儀品》說法相同，但觀出入息順序有所不同。在觀息時，「先觀入息從何方來？都無所從，亦無生處。入至何處？都無歸趣，不見滅相，無有處所。入息既無，復觀出息從何處生？審諦觀察，都無生處。至何處滅？不見去相，亦無滅處。既無入出，復觀中間相貌何似？如是觀時，如空微風，都無相貌。」⁵⁰ 觀氣息法，是先觀入息→次觀出息→最後觀中間息。氣息的入處是空、歸處亦空，無有生處、亦無滅處。入息如此，出息、中間息亦是如此，空不可得，而且氣息如虛空中的微風般，沒有相狀，亦沒有實體。

觀息之後，接著觀心的實相。氣息之生滅，源自於心。「生

⁴⁸ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁632中。

⁴⁹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁632中-下。

⁵⁰ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁633上。

減由心，妄念息即動，無念即無生。」⁵¹ 心生起妄念，氣息即動；妄念不生起，氣息則不可得，故轉而觀心。「即觀此心住在何處？復觀身內，都不見心；復觀身外，亦無心相；復觀中間，無有相貌。」⁵² 觀心時，發現心念不住在身內、身外、中間，尋不著心念之住處，故覓心了不可得。

觀氣息、心念都不可得，接著觀身。「我今此身從何生？如是觀時，都無生處，但從貪愛虛妄念起。復觀貪愛妄念之心，畢竟空寂，無生無滅，即知此身化生不實。頭等六分色如空影、如虛薄雲；入息氣出息氣，如空微風。如是觀時，影雲微風，皆悉空寂。無斷無常、無生無滅、無相無貌、無名無字。既無生死，亦無涅槃，一相無相，一切眾生亦復如是，是名總觀諸法實相。」⁵³ 身體是從何而生？身體是由貪愛虛妄之心念而生起，而此貪愛之念亦虛妄不實，故身體亦不真實。此色身如空中雲、影，出入息如空中的微風，皆是幻化不實。如此觀身、心、息皆是無斷常、無生滅、無相貌、無名字、無生死、無涅槃，真如實相法的寂滅平等相，亦不可得。觀自身的身、心、息不可得，故一切眾生的身、心、息亦不可得，故名為身念處總體觀「諸法實相」。

2. 受念處

受念處可分為三項做說明：三受，即三種感受，能令有情長劫受苦而不得出離；心的作用即心王，能主宰眾生造作善惡業，只有勤修三學，才能不受其制伏；觀三受、受念處，皆是

⁵¹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁633上。

⁵² 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁633上。

⁵³ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁633上-中。

空不可得。

(1) 三受

「受」指領納作用，即內六根、外六境，所領納的三種感覺。三受，指苦受、樂受、不苦不樂受。苦受，即領納違情之境，使身心受到逼迫；樂受，即領納順情之境，使身心感到適悅；不苦不樂受，即領納中容之境，身心沒有逼迫、適悅的感受。

因為有三受的和合，才會產生煩惱。⁵⁴《大集經》云：「若自、若他，受樂受時，遠離愛心，生於慈心；若受苦時，遠離瞋心，生於悲心；若受不苦不樂，離無明心，生於捨心。是故菩薩，受樂受時，不生貪著；受苦受時，不生瞋恚；受不苦不樂，不生無明。」⁵⁵凡夫於感觸到三受時：樂受生起貪欲，苦受生起瞋恚，不苦不樂受生起愚癡。三受會產生三毒，即是三種煩惱。一切煩惱通稱為毒，然此三種煩惱通攝三界，係毒害眾生出世善心中之最甚者，能令有情長劫受苦而不得出離，故特稱三毒。菩薩於感觸到三受時，若能於樂受時，不貪欲、生起慈心；苦受時，不瞋恚、生起悲心；不苦不樂時，不愚癡、生起捨心，就不會長劫受苦而得出離。

(2) 心的作用

內受、外受、內外受等心的作用共有三十種，即六根、六塵、六識、六觸、六受。此三十種心的作用之根源，皆是無明而起，因而造善惡業，而於六道輪迴受苦。心即是心王，是心的主

⁵⁴ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下：「如是三受和合共成事，不能一一獨生煩惱。」《大正藏》冊46，頁633下。

⁵⁵ 北涼·曇無讖譯，《大集經》卷25，《大正藏》冊13，頁177上。

體，能主宰眾生造作善惡業，故稱自在王。慧思引用《大般涅槃經》⁵⁶的說法，心王造作惡業，無人能制伏，故又稱「無上死王」、「死金剛雨」、「死金翅鳥」、「死轉輪王」等詞。⁵⁷為何用這些語詞來詮釋呢？這是一種譬喻，譬喻心如自在王般，內六根貪著外六塵，至死不捨；惡雹雨如金剛般堅固，能摧毀農作物、人畜等，斷諸善根；金翅鳥王於虛空四大海中，擒捉諸龍，食噉令盡；惡轉輪王飛行虛空四天下，擒捉諸王，壞他事業。心王具有如此大的威力，有誰能制伏呢？「一切天人王，無能制者。唯除一人，大力神僊，幻術呪師，智如金剛，能伏一切，乃能伏此生死心王。亦復如是，二十五有，無能制者。唯除菩薩，修戒、定、慧智，獲得初禪，至第四禪及滅受想定，成就四念處，法忍具足，得大神通，乃能降伏生死心王。」⁵⁸在天人中，只有大力神僊，能使用種種的法術、呪語等神變，具有如金剛般的智慧，才能降伏生死心王。在三界中，只有大力菩薩，勤修三學，獲得初禪至第四禪、滅受想定，成就四念處，證得無生法忍，具大神通力，才能降伏生死心王。

由上可知，心王能造無數惡業，那麼心王如何造善業呢？《無諍三昧》云：「若能修習戒、定、智慧，淨三毒根，名曰六度。」⁵⁹勤修戒、定、慧三學，就能斷除貪、瞋、癡三毒，登於六道的彼岸，就叫六度。三毒的根源來自三受，故必須修習三學，才能閉塞惡趣之門，通達善趣之門，也就是必須關閉一切

⁵⁶ 參見宋·慧嚴等依《泥洹經》加之，南本《大般涅槃經》卷11，《大正藏》冊12，頁678中-679上。

⁵⁷ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁634上。

⁵⁸ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁634上。

⁵⁹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁634上。

諸惡趣門，才能開啟通往佛道的無上菩提門。心王的力量巨大無比，只有勤修三學，斷除三毒，通往成佛之道，才能不受其制伏。

(3) 觀三受、受念處

苦受，指內苦、外苦。內苦，指四百四病之身苦；以及怨憎會、愛別離、所求不得而生之心苦。外苦，指惡賊虎狼之害、風雨寒熱之災所生的苦。遇到怨瞋處、虎狼獅子、惡音聲等內外苦，應生起慈悲心修空觀，就能安忍而不生瞋恚；聽到好音聲，稱揚讚歎等樂受，不應生歡喜。菩薩要求無上佛道，應先學大地，無憎愛心，不因有人耕種而喜，亦不因有人掘穴而瞋，此「苦受樂受，皆如幻化，無有定相，不應瞋喜。」⁶⁰亦應學虛空三昧，不苦不樂受。苦樂中間，又有不苦不樂，此三者皆是因緣所生法，當體即空，故求之不可得。若能如此觀時，則無三受，得三解脫。而「男女等相，亦復如是，如幻如化，無生無滅，不可得故。」⁶¹由此可知，慧思之三受、男女之觀法，皆是觀如幻如化，當體即空，求之不可得。

此外，「觀受念處，無生無滅，無一切受，即是涅槃。觀察涅槃，亦不可得，無名字故，即無涅槃。」⁶²可見受念處之觀法，亦是觀空不可得，為趨向真理的方法。

3. 心念處

行者在初學禪時，心思散亂，妄想紛飛，如猿猴般躁動，無

⁶⁰ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁634中。

⁶¹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁634下。

⁶² 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁634下。

法暫歇。此時若用數息觀，亦不能收攝其心，即應思惟：「三界虛妄，但是心作。」⁶³ 有情生存的迷界，皆是一心所變現。所以心外實有之物，皆是妄想所致，於是開始探求妄想心之生處。心若在內，遍觀身內，求心不得；心若在外，遍觀身外，亦不見心；復觀中間，亦是如此。故《大集經》云：「不見內入心，不見外入心，不見內外入心，不見陰中心，不見界中心。」⁶⁴ 此心空無有主，不見「陰、界、入」之中有心。觀心念，念念生滅；又觀念念相，亦不可得；復觀心性，亦無相貌。所以觀心皆是幻有，求之不可得。若能如此觀察，即能達到身心空寂，就能次第進入禪定，又能起神通妙用。

4. 法念處

法念處有二種觀法：觀善法、不善法、無記法，三者皆空，但不可著於惡趣空；觀十二因緣，眼不對色，就不生愛，故觀眼根、色塵幻化不可得。

(1) 善法、不善法、無記法

觀法念處，是指觀善法、不善法、無記法。善法有二種：一種是指有漏十善道、有漏四禪四空定，是世間善法；另一種是指無漏四禪四空定、四四定、滅受想定、三十七品，是出世間善法。不善法有二種：一種身口意十惡法；另一種身口意作五逆罪。⁶⁵

無記法有二種：一種非十善；另一種非十惡。在兩者之間散

⁶³ 姚秦·鳩摩羅什譯，《十住經》卷3，《大正藏》冊10，頁514下。

⁶⁴ 北涼·曇無讖譯，《大集經》卷25，《大正藏》冊13，頁177中。

⁶⁵ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁638中。

亂無記之心，善惡皆不攝者，稱為無記。⁶⁶《無諍三昧》云：「復次《阿毘曇》中，色中一可見，十則說有對，無記謂八種，餘則善不善，此是十二入。」⁶⁷在十二入中，色中一可見，即眼根能見，其餘十一不可見。在十一不可見中，有十個是有對，即耳對聲、鼻對香、舌對味、身對觸、意對法。無記有八種，是指四根對四塵，此四對不能記錄，即耳對聲、鼻對香、舌對味、身對觸。意與法相對，皆能記錄善不善事，故稱善不善。⁶⁸

慧思於法念處，觀善法、不善法、無記法，皆是觀諸法皆空。諸法雖皆是空，但不可落入撥無因果的邪見中，仍須藉著持戒、行善、修禪才能證悟聲聞、緣覺、佛之果位，否則容易墮入三惡道中。故慧思舉例說明，有人初學道，遇惡知識，魔鬼入心，故常言：「我解大乘甚深空義。」⁶⁹因有錯誤的見解，而認為「諸法悉空，誰垢？誰淨？誰是？誰非？誰作？誰受？」⁷⁰因著於惡趣空，而認為空是什麼都沒有，甚至連因果也沒有的虛無主義，因而破壞威儀、破壞正命，又毀謗三寶，斷諸佛種，且又帶領無量破戒眷屬，因而犯下四種重罪：婬欲、飲酒、食肉、破戒。⁷¹

(2) 十二因緣

在法念處中，內法、外法、內外法指什麼呢？內法，指六情，亦名六根；外法，指六塵，亦名六境；內外法，指六識，亦

⁶⁶ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁638下。

⁶⁷ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁638下。

⁶⁸ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁638下-639上。

⁶⁹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁638中。

⁷⁰ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁638中。

⁷¹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁638中-下。

名六神。三法，合稱十八界，其中三毒、四大、五陰、十二入、十二因緣，皆攝於其中。⁷² 慧思接著引用《大集經》的一念十二因緣：「因眼見色而生愛心，愛心者即是無明，為愛造業即名為行，……次第不斷名之為生，次第斷故名之為死，生死因緣眾苦所逼名之為惱，乃至識法因緣生貪，亦復如是。如是十二因緣，一人一念皆悉具足。」⁷³ 一念十二因緣，即是隨一念心起，而具足十二因緣。

欲求解脫，應觀察生死父母，令其斷絕。亦即眼不對色，就不生愛，無愛行二法，就不會有識種的產生。⁷⁴ 那如何觀察呢？於眼見色時，「反觀察內求覓眼，誰能見色？何者是眼？從何處生？如是處生？如是觀時，都不見眼，亦無生處，亦不見，亦無生，名無字，都無明貌。復觀於色，從何處生？誰使汝來？如是觀時，不見生處，亦無使來者，求其生處，不可得故。如空中影，如夢所見，如幻化，無生無滅，即無有色，無所得故。耳鼻舌身意，亦復如是。」⁷⁵ 向內觀察眼根，但找不到眼根，也找不到眼根的生處，它是無生，無名字，亦無相貌。又觀察色塵，找不到它的生處，也沒有人派遣前來，欲尋找其生處，亦不可得。所以，眼根、色塵皆是幻化不可得，如夢幻泡影，當體即空，其它五根亦如是觀。

5. 諸法實相觀

在《無諍三昧》卷下四念處觀中，〈身念處觀如音品〉、〈受

⁷² 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁639上。

⁷³ 北涼·曇無讖譯，《大集經》卷23，《大正藏》冊13，頁163下-164上。

⁷⁴ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁639中。

⁷⁵ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁640上。

念處品〉、〈心念處品〉、〈法念處品〉此四品皆是總體觀，故三十七品皆在其中。於卷上末云：「修四念處，得三十七品。」⁷⁶ 〈身念處觀如音品〉云：「三十七品亦在中，今已總說身念處。」⁷⁷ 〈受念處品〉云：「三十七品亦在其中，觀受念處多故，受念處為主，獨稱其名。」⁷⁸ 〈心念處品〉云：「三十七品一切佛法，悉在其中，觀心念處本，是故心念處為主，獨舉其名宣心議。」⁷⁹ 〈坐禪修覺意〉云：「三十七品亦在其中，但法念處為主，獨稱其名，總說法念處竟。」⁸⁰ 由此可知，四念處的四品，三十七品皆在其中，獨以四念處命名，是因四品中，皆以「身、受、心、法念處」為主，故獨稱四念處之名，皆是總體的觀諸法實相。

〈身念處觀如音品〉中，九想、十想、觀息、心、身；以及〈受念處品〉的三受、受念處之觀法，都是總觀諸法實相，兩者皆能達到「能斷五欲一切煩惱，能除五蓋。」⁸¹ 《無諍三昧》云：「斷五欲故煩惱盡，斷五蓋故獲五通；斷五欲故獲如意，斷五蓋故獲三明。」⁸² 斷五欲煩惱，可獲得如意神通；滅除五蓋，可獲得五通、三明。身念處不淨觀，可獲得如意神通，「總名八大自在我，一切形色能變化；總名十四變化心，非但變化如上

⁷⁶ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁632中。

⁷⁷ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁633下。

⁷⁸ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁636中。

⁷⁹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁637中。

⁸⁰ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁640下。

⁸¹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁633下。〈受念處品〉：「具五方便除五欲，亦除五蓋障道因。」頁636上。

⁸² 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁636上。

事；能令大地六種動，變十方穢為淨土。」⁸³ 又能具足八種神變，以及欲界、色界四禪的十四種能變化心，能使大地六種震動，故能將十方穢土變為淨土。

〈心念處品〉中，觀心念、心相、心性；〈法念處品〉中，觀善法、不善法、無記法、十二因緣，亦是總觀諸法實相，兩者皆能達到「一切禪定、解脫、起如意神通、立大誓願、度一切眾生。」⁸⁴ 行者於初學心念處時，身心皆能有所體證，但尚未得神通，故利益較少。此時思惟，若能修禪定，則能獲得大神通如意自在，得他心智差別三昧，一念悉知凡聖差別之心，故「還入初禪觀於身心空如影，息如空風。心無相貌，輕空自在，即得神通，住第四禪。放大光明：一者、色光，遍照十方凡聖色身；二者、放於智慧光明，遍照十方九道凡聖上下智慧。」⁸⁵ 入初禪修身念處，觀身心如空中的影、出入息如空中的微風，皆是幻化不實。觀心念處的心性，沒有相貌，清淨自在，即獲得神通，進入第四禪。此時散發出二種光明：一種是色光，能普照十法界凡聖的色身；另一種是智慧光，能普照九法界凡聖的智慧。修禪定之後，為眾生說法，使他們皆能獲得解脫，又現種種不思議神通。

從慧思所闡釋的四念處觀中，可看出四念處皆是觀諸法實相，其觀諸法實相又可分為二類：一是分析諸法以入空之觀法，即壞色歸空；一是觀色心諸法的當體如幻即空，即非色滅空。在

⁸³ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁633下。

⁸⁴ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁636下。又於同書的〈坐禪修覺意〉提到：「復次修法念處，應勤坐禪，久久修習，得一切定、解脫三昧、如意神通、發願誓度一切眾生。」頁640中。

⁸⁵ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁637上。

「身念處」中，九想之觀法，即是壞色歸空。「身念處」之十想，以及觀息、心、身之觀法；「受念處」中，觀三受、受念處；「心念處」中，觀心念處；「法念處」中，觀善法、不善法、無記法，以及十二因緣，即是非色滅空。

四、禪觀實踐之特色

《無諍三昧》禪觀實踐的特色，大致可分為四項來說明：持淨戒修禪定，強調持戒修定雙運；空慧的禪觀，是指修持禪定的內容即是觀照般若，二者是合一的；重視如意神通，具有廣大神變，飛行自在，能廣度善惡之有情；心性與心相思想，心性指第八識，心相指第七識根本識、第六識枝條識。

(一) 持淨戒修禪定

《大品般若經·一念品》於一開始，就說諸法無所有性，那為何還要說六度呢？〈一念品〉云：「無所得法，布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧、神通，無有差別，以眾生著布施乃至神通故，分別說。」⁸⁶ 諸法本身是無所有性，所以萬行是無差別的平等法性；只因眾生執著種種法，難以解脫，才分別說諸法，故萬行名字皆不相同。在《無諍三昧》的開經處，慧思就引用了〈一念品〉之觀念：

如萬行中說，從初發心至成佛道，一身、一心、一智慧，欲為教化眾生故，萬行名字差別異，夫欲學

⁸⁶ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷23，《大正藏》冊8，頁386下。

一切佛法，先持淨戒勤禪定。⁸⁷

「一身」可指諸佛菩薩法身，也可指凡夫身。首先探討佛菩薩的法身，於《無諍三昧》云：「諸佛菩薩一法身，亦同一心、一智慧。」⁸⁸ 慧思的諸佛菩薩法身的觀念，是承襲《大方廣佛華嚴經·菩薩明難品》的「一法身、一心、一智慧」⁸⁹ 的思想。一切諸佛，只須一乘法，就可以出離生死，但為了說法教化眾生，則須具備一切佛法，才能成就無上菩提。慧思接著探討凡夫身：「一切凡夫共一身，一煩惱心、一智慧，真如一像不變易，善惡業影六道異。」⁹⁰ 如來藏具備清淨且不變之本性，它是不增不減的，只因凡夫生起煩惱心，而有善惡六道的業報不同。由此可知，凡夫與諸佛，「一身、一心、一智慧」雖不相同，但持戒、修定是兩者的共通德目，也是修學一切佛法的基礎。《無諍三昧》是屬於漸次止觀，須透過持戒修定，才能漸次悟入諸法實相，故慧思於《無諍三昧》卷上，多次提到「持淨戒勤禪定」、「持戒禪定」、「持淨戒專修禪觀」、「持清淨戒修禪定」。

慧思先談論修禪的利益，勝過多聞的弊病。提及《最妙勝定經》中說發心修禪已勝一切論師：「若復有人，不須禪定，身不證法，散心讀誦十二部經，卷卷側滿，十方世界皆聞誦通利。復大精進，恒河沙劫，講說是經，不如一念思惟入定。何以故？但使發心欲坐禪者，雖未得禪定，已勝十方一切論師，何況得禪定？」⁹¹ 若依《續·天台大師の研究》一書，《無諍三

⁸⁷ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁627下。

⁸⁸ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁630中。

⁸⁹ 東晉·佛跋跋陀羅譯，《大方廣佛華嚴經》卷5，《大正藏》冊9，頁429中。

⁹⁰ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁630中。

⁹¹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁629中。

昧》是慧思第三期光州教化時代前期的作品，⁹² 此時慧思是在光州講摩訶衍，遭到諸惡論師的惱亂、迫害，故慧思強調「專修禪智獲神通，能降天魔破外道。」⁹³ 論師雖智慧通利、大精進、講說三藏十二部經典，但只注重理論說明，而沒有實際修證，不如發心坐禪的功德。世尊批評多聞的弊病：「我見汝智，亦如蚊翅，欲障日月。汝如盲者，欲登須彌山；如無船舫，欲度大海；如折翼鳥，欲飛虛空，汝亦如是。」⁹⁴ 以上所舉蚊翅、盲者、無船舫、折翼鳥，譬喻論師雖具多聞，但不能達到究竟解脫，想與禪定較量，則是不可能的。

接著探討身不證法的論師，以及輕慢坐禪之果報。《無諍三昧》云：「若有比丘，不肯坐禪，身不證法，散心讀誦，講說文字，辨說為能。不知詐言知，不解詐言解，不自覺知，高心輕慢坐禪之人。如是論師，死入地獄，吞熱鐵丸；出為飛鳥，豬羊畜獸，雞狗野干，狐狼等身。」⁹⁵ 若有一種論師，身不證法而昇座說法，且「不知言知，不解言解」的犯下妄語戒，顛倒說法，又輕慢坐禪者。此種論師，死後墮入地獄，從地獄出，又出生為畜生。

另有一種闇證禪師，不親近善知識，即《大智度論》四禪比丘的典故。⁹⁶ 「不近善知識，無方便智，謂得實道，起增上

⁹² 參見佐藤哲英1981，頁160。

⁹³ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁629下。

⁹⁴ 《最妙勝定經》（敦煌出土），收入關口真大，《天台止觀の研究》（東京：岩波書店，1969年7月），頁399。《最妙勝定經》是一般人所說的偽經，大概是南北朝時代製作，曾經散逸，在昭和十九年為關口真大發現（關口真大1969，頁379-380）。

⁹⁵ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁629中。

⁹⁶ 參見姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷17，《大正藏》冊25，頁189上。

慢，臨命終見受生處，即生疑悔。阿羅漢者更不復生，我今更生，當知諸佛誑惑於我。作是念時，即墜地獄，何況餘人不坐禪者？」⁹⁷ 有一比丘因坐禪持戒而證得四禪，因而生起增上慢心，而妄自以為已得「四果」。即在得初禪時，謂是初果須陀洹；得第四禪時，謂是第四果阿羅漢，恃此而不再精進。至其命將盡時，見到四禪之中陰相現前，便生邪見，謂「無涅槃，佛為欺我」，因而犯下謗佛重罪，故失四禪之中陰相，而見阿鼻泥犁之中陰相，命終墮入阿鼻地獄。

「禪定修行首要條件，在於持戒。」⁹⁸ 若文字論師能持淨戒，並且禪定、智慧雙修，則能達到究竟解脫。闍證禪師，雖坐禪持戒，但因生起增上慢心，而墮入邪禪，因而犯下謗佛重罪，墮入地獄。所以，慧思再三強調「持戒修定」的重要性，亦即持戒修定兩者必須雙運並修，而無輕重之別。

(二) 空慧的禪觀

一般傳統觀念認為，慧思佛學思想的特色之一是「定慧雙開」。此一思想，不僅為智顗以及天台宗所繼承，也成為天台宗的宗風，甚至影響整個佛教界。若是「定慧雙開」，則定、慧二者，應是並重的，但有學者提出不同的看法：「在慧思看來，定與慧雖須雙修，但二者的地位並不是等量齊觀的。慧思強調『三乘一切智慧皆從禪生』，只有在禪定中親身體證的智慧才是真正的智慧，因此，必須走『由定發慧』的路子，禪定乃

⁹⁷ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁629中-下。

⁹⁸ 釋仁朗1984，頁35。

是智慧的根本。」⁹⁹ 雖然慧思注重定慧雙修，但他特別強調「般若從禪定生」，亦即禪定之實修能開發般若的妙智，只有落實於禪定，所顯發的智慧，才是真智慧。這種說法是否合乎慧思的本意呢？

慧思舉了許多經證，說明六波羅蜜中，般若的重要性。《大品般若經》云：「欲學聲聞地亦當應聞般若波羅蜜，持誦讀正憶念如說行；欲學辟支佛地亦當應聞般若波羅蜜，持誦讀正憶念如說行；欲學菩薩地亦當應聞般若波羅蜜，持誦讀正憶念如說行。何以故？是般若波羅蜜中廣說三乘，是中菩薩摩訶薩、聲聞、辟支佛當學。」¹⁰⁰ 般若教法共通於聲聞、辟支佛、菩薩三乘，是三乘人共稟共行的教法。以及《大品般若經》云：「譬如轉輪聖王（常）四種兵，輪寶在前導。般若波羅蜜亦如是，導五波羅蜜到薩婆若。」¹⁰¹ 般若是五波羅蜜的前導，能引導我們證入佛果。《大智度論》云：「實般若波羅蜜，名三世諸佛母。」¹⁰² 三世一切諸佛皆依般若妙智悟道而成佛。《大智度論》云：「五波羅蜜如盲，般若波羅蜜如眼。」¹⁰³ 般若如眼能引導我們趣入佛道；五波羅蜜則如盲人無導，不能到達彼岸。由上列經證，可知般若是六波羅蜜中最重要者。

般若既是六波羅蜜中最重要者，為何慧思只讚歎禪定的功德呢？要產生智慧、破外道執著、說法度眾生，皆先入禪定。《無

⁹⁹ 張風雷，〈天台先驅慧思佛學思想初探——關於早期天台宗思想的幾個問題〉，《世界宗教研究》，2001年第2期。http://www.wuys.com/news/Article_Show.asp?ArticleID=25331

¹⁰⁰ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷3，《大正藏》冊8，頁234上。

¹⁰¹ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷21，《大正藏》冊8，頁369上。

¹⁰² 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷4，《大正藏》冊25，頁93上。

¹⁰³ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷34，《大正藏》冊25，頁314中。

諍三昧》云：「《禪定論》中說，三乘一切智慧皆從禪生。《般若論》中，亦有此語，般若從禪生。」¹⁰⁴ 禪定能夠產生智慧，所以三乘人的智慧是由禪定而來。為了破外道執著，須先修禪定：「外道六師，常作是言：我是等智慧，於一切常用常說，不須入禪定。佛為降伏如是邪見諸外道輩，先入禪定，然後說法。」¹⁰⁵ 六師外道認為，他們具有大智慧，能夠自在無礙的說法，故不須入定。世尊為了降伏這些邪師外道，才先入禪定，再說法。

此外，於《法華經》中，亦提到要說法度眾生前，先入禪定，也就是「三變土田」的典故。《無諍三昧》云：

以神通力，能令大地十方世界，六種震動，三變土田，轉穢為淨，或至七變。能令一切未曾有事，悉具出現，悅可眾心，放大光明，普照十方，他方菩薩，悉來集會。復以五眼觀其性欲，然後說法。¹⁰⁶

釋迦如來於靈鷲山講說《法華經·見寶塔品》時，為供養多寶塔，故集合十方分身之諸佛，並以神力三度將娑婆穢土變為清淨國土。也就是釋迦牟尼佛要說《法華經》前，先入禪定，再運用神通力，三變土田，轉穢為淨，此時十方菩薩來集。又以五眼觀眾生的根機，依其所樂欲，為他們說法。說法度眾生前，須先修禪定，另一個原因是入禪定可以具足道種智（法眼），一切種智（佛眼）。《無諍三昧》云：「三世十方無量諸佛，若欲說法度眾生時，先入禪定。以十力道種智，觀察眾生根性差別，知

¹⁰⁴ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁629上。

¹⁰⁵ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁629上-中。

¹⁰⁶ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁629上。

其對治，得道因緣，以法眼觀察竟。以一切種智，說法度眾生。一切種智者，名為佛眼。」¹⁰⁷ 十方諸佛先以道種智（法眼），來觀察眾生的根機，予以對治；再以一切種智（佛眼），說法度眾生。

由上可知，慧思既強調般若是六波羅蜜中最重要者，卻一再讚歎禪定的功德，這不是互相矛盾嗎？今將探究慧思如何結合這二者：「若欲斷煩惱，先以定動，然後智拔；定名奢摩他，智慧名毘婆舍那。」¹⁰⁸ 以及「若修定時解無生，禪智方便般若母，巧慧方便以為父，禪智般若無著慧，和合共生如來子。」¹⁰⁹ 由此可知慧思所示之禪法，不但是因禪定生般若，而且在修禪定實踐上已依般若慧起觀照實修，融合禪定（定）與般若（慧）之定慧雙修，是奠定天台止觀之基礎。¹¹⁰ 慧思本身是一位禪師，相當注重禪定，但他的禪定是空觀的禪定，也就是修持禪定的內容即是觀照般若，所以慧思的禪定與般若二者是合一的，也就是修禪定與所成就的空慧是合一，不可分割的，故不能單向強調「由定發慧」。所以，慧思的禪觀思想是雙向的，不僅是「由定發慧」的層次；還涉及實踐層面，於禪定時依般若空慧起觀照的「定慧雙開」，故必須完整的看待慧思的禪觀思想。

(三) 重視如意神通

慧思由於屢次的遭到諸惡論師的惱亂、迫害，故相當注重神

¹⁰⁷ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁627下。

¹⁰⁸ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁627下。

¹⁰⁹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁630中。

¹¹⁰ 參見釋仁朗1984，頁36。

通，甚至還說：「不得他心智，不應說法。」¹¹¹ 顯示具備神通力對於說法者之重要性，故慧思把「證得神通」列為修行「四念處」之首要精進目標，亦即以修習四念處的方式，證得神通。¹¹² 慧思雖注重神通，但每一部著作所注重的神通有所不同，在《南嶽思大禪師立誓願文》中，特重五通仙、六神通。其中，五通仙出現六次，六神通出現五次；在《無諍三昧·四念處》中，特別重視如意神通。如意神通，為六神通之一，又稱神境通、身通、身如意通、神足通。如意神通，指能隨己意飛行無礙，自在轉變境界，化現人等的神通力。慧思「如意神通」的觀點，來自《大智度論》。《大智度論》云：「問曰：如禪經中說，先得天眼見眾生而不聞其聲故，……求漏盡通，得具足五通已，不能變化故，所度未廣，不能降化邪見、大福德人，是故求如意神通，應如是次第。何以故？先求如意神通。答曰：眾生麤者多、細者少，是故先以如意神通，如意神通能兼麤、細，度人多故，是以先說。」¹¹³ 前四種神通，¹¹⁴ 所具有的神通變化皆有限；漏盡通，雖具足前五通的功能，但不能任運變化，只有「求菩提、斷煩惱」教導眾生如何發心修行的教誡神變，¹¹⁵ 故不能廣度有情，故必須先求如意神通。如意神通具有廣大神變，飛行自在，故能廣度善惡之有情。

在〈身念處觀如音品〉中，觀身念處可證得六神通的二通：

¹¹¹ 陳·慧思撰，《南嶽思大禪師立誓願文》，《大正藏》冊46，頁787中。

¹¹² 參見王晴薇2007，頁28。

¹¹³ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷28，《大正藏》冊25，頁264下-265上。

¹¹⁴ 前四種神通：天眼通、天耳通、他心通、宿命通。

¹¹⁵ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷26云：「是菩薩漏盡神通智證，用是漏盡神通智證故，為眾生隨應說法，或說布施乃至或說涅槃。」《大正藏》冊8，頁411上。

天眼通、如意通。如何才能證得神通呢？

欲得神通，觀身四大，如空如影；復觀外四大，地水火風、石壁瓦礫、刀杖毒藥，如影如空。影不能害影，空不能害空。入初禪時，觀息入出，從頭至足，從皮至髓，上下縱橫，氣息一時，出入無礙。常念己身，作輕空想，捨麤重想，是氣息入無聚集，出無分散，是息風力能輕舉。自見己身空如水沫、如泡、如影、猶如虛空。如是觀察，久修習竟，遠離色相，獲得神通，飛行無礙，去住遠近，任意自在，是身念處不淨觀法。九想、十想、及觀氣息生滅出入，空無障礙，亦能獲得如意神通。先證肉眼，次觀天眼，能見無量阿僧祇十方三世微細色等。¹¹⁶

想要證得神通，先觀內四大、外四大，皆空不可得，而得以進入初禪。進入初禪時，先觀全身氣息的出入無障礙；復觀「繫心身中虛空，減麤重色相，常取空輕相，自知心力大能舉其身，譬如學趨。常壞色麤重相，常修輕空相，是時便能飛。」¹¹⁷ 以及觀色身如水沫、泡、影、虛空般，皆是虛幻不實，空不可得。若能長期如此修觀，則能證得如意神通。此外，九想、十想、觀氣息出入，先證得天眼通，能見十方三世微細諸物，以及眾生的善惡業報；又能起廣大神通變化諸物，及能作十方法界之身，而證得如意神通。

在〈受念處品〉中，觀受念處可證得六神通的三通：天眼

¹¹⁶ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁633中。

¹¹⁷ 參見姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷28，《大正藏》冊25，頁264中。

通、宿命通、如意通。

如是觀時，初學能斷一切煩惱，又得一切宿命通。……以身念處天眼力故，住初禪中，能見如是宿命神通。……欲度十方三惡道眾生，欲度餓鬼，觀受念處，住初禪中，用如意通，施美飲食，令其苦息，而為說法。欲度畜生時，觀受念處，入初禪時已入第四禪，從四禪起住第二禪，用如意神通，令諸眾生離畜生業得人天，令其歡喜，而為說法。¹¹⁸

如何證得宿命通呢？必須先以身念處的天眼通為基礎，住初禪中，才能證得宿命通。所以，慧思在此強調必先證得天眼通之後，才能證得宿命通。觀受念處，不僅能知自身、六凡法界的三世宿命，亦能知四聖法界的一切宿命。具有宿命通之後，再以「如意通」之廣大神變，令三惡道眾生離苦，心生歡喜，而為說法。

在〈心念處品〉中，觀心念處可證得六神通的五通：他心智、如意通、天眼通、宿命通、漏盡通。

復次菩薩摩訶薩，觀心念處，……應先觀其心入初禪，次第入至第四禪，乃至滅受想定，還入初禪。心觀念處，內心、外心、內外心，……如是觀竟，觀諸解脫遍一切他心智三昧，以他心智、如意神通，亦入天眼、宿命、漏盡神通遍觀中。如是諸神通已，觀七覺分，住他心智三昧。……用如意神通，普現色身，上中下根，隨機說法，悉令解脫。¹¹⁹

¹¹⁸ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁634下。

¹¹⁹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁636下。

觀心念處，先觀心入初禪、二禪、至滅受想定等九次第定，還入初禪。於初禪，觀內心、外心、內外心、三毒、四大等，觀身心空寂，而斷一切心想妄念、煩惱。接著修禪定，觀解脫、他心智三昧，而證得他心智、如意通、天眼通、宿命通、漏盡通等五通。證得五神通之後，再觀七覺分，運用如意神通，普現色身隨機說法，悉令一切眾生悉皆解脫。

在〈法念處品〉中，觀法念處可證得六神通的如意通。

復次修法念處，……先觀眾生感聞何法而得入道。若修多羅，若優婆提舍，若毘尼，若阿毘曇，若布施、戒、忍辱、精進、禪定、智慧，……如是觀竟，示諸眾生，一切世事，應可度者，乃得見耳，餘人不見。如是籌量，觀弟子心，而為說法，是名好說法，不令著機，十號中名修伽陀佛。如是觀察入初禪，初禪起入二禪，二禪起入三禪。三禪起入四禪，四禪起入四空定，四空定入滅受想定，滅受想定起住第四禪。觀四念處，入法念處三昧，如意神通，十方世界六種震動，放大光明，遍照十方。¹²⁰

修法念處必先觀察眾生之智慧力，而為其說修多羅、優婆提舍、毘尼、阿毘曇、六度、五陰、十二因緣等諸法，如諸法之實相而說，不著於法愛而說，稱為「好說法」，是佛十號之一的善逝，音譯修伽陀佛。引導眾生入於佛道之後，不難他心，依次從初禪、二禪修習九次第定，住於第四禪。於第四禪，觀四念處，證入法念處三昧，獲得如意神通，示現神通變化，使十方世界大地六種震動，放大光明，普照十方世界。

¹²⁰ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁640中-下。

表1：四念處所證得的神通

四念處	六神通
身念處	天眼通、如意通
受念處	天眼通、宿命通、如意通
心念處	他心智、如意通、天眼通、宿命通、漏盡通
法念處	如意通

由上表中可看出，在四念處中「身、受、心、法」每一念處都證得如意通，而且由《無諍三昧》卷下所引用的次數亦可得知：如意通共15次、天眼通共3次、宿命通共6次、他心智共4次、漏盡通共1次。由此可見在《無諍三昧》中，慧思特別強調如意神通。

(四) 心性與心相思想

在《隨自意三昧》已出現前六識、第七識、第八識三識，且每一識又有許多異名。《隨自意三昧》云：前六識稱為分張識、生死識、六情識、凡夫識；第七識稱為剛利智、金剛智、健識、轉識、聖慧根、覺慧、聖識；第八識稱為藏識、阿梨耶識、佛性、自性清淨藏、如來藏、真識。¹²¹ 以及第八識，又稱

¹²¹ 參見陳·慧思撰，《隨自意三昧》，《叢新纂續藏經》冊55，頁500下、503上。《隨自意三昧》無「凡夫識、聖識、真識」，筆者依據安藤俊雄之說法而推論出：前六識是生死識，也是凡夫之識；第七識是由凡轉聖之樞紐，此時已進入聖人之淨識；第八識阿梨耶識是指真如的淨識，與南道地論宗相同皆是「真識」。參見安藤俊雄著，蘇榮焜譯，《天台學根本思想及其開展》（台北：慧炬出版社，2004年），頁29。釋正持2008，頁84。

心性、自性清淨心。¹²²

慧思於《無諍三昧》中，對於心識論，不再使用前六識、第七識、第八識等三識，而是使用心性、心相等術語表示。心性已經於《隨自意三昧》中出現，代表第八識，心相代表第幾識呢？將於下文中做探討。《無諍三昧·心念處品》將心法分為心性、心相兩種。此外，〈法念處品〉亦談到「更總說心作，二分名心相，二分名心性。」¹²³可見在《無諍三昧》中，將心法（心作）分為心相、心性兩種。

〈法念處品〉云：「六識為枝條，心識為根本。無明波浪起，隨緣生六識；六識假名字，名為分張識；隨緣不自在，故名假名識。心識名為動轉識。」¹²⁴六識只是心法的旁支，故稱枝條識；而心識才是其根本，故稱根本識。因無明緣行，行緣識，才產生六識；六識本是離散的，是因緣和合而生，故稱分張識；因緣和合而生，假名而有，故稱假名識。心識是根本識，具有轉第六識意根的能力，故又名為動轉識。在〈法念處品〉中，談到六識是枝條識、分張識、假名識，若套用《隨自意三昧》的說法，則是前六識；而心識是根本識、動轉識，若套用《隨自意三昧》則是第七識。所以，心相即是枝條識、根本識。「心性畢竟常空寂，無有生滅。」¹²⁵心性則是指《隨自意三昧》中的第八識。

在〈心念處品〉中，如何談心法呢？《無諍三昧》云：

¹²² 參見釋正持2008，頁83。

¹²³ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁640上。

¹²⁴ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁640上。

¹²⁵ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁640上。

內心、外心、中間心，一切皆是心、心數。心性清淨無名相，不在內外、非中間，不生不滅常寂然。……行者初學求道時，觀察心數及心性，觀察心數名方便，覺了心性名為慧。……一名心相、二名性，三假由相不由性。從無明緣至老死，皆是心相之所造，此假名身及諸受，善不善法及無記，皆由妄念心所作。觀妄念心無生處，即無煩惱、無無明。¹²⁶

心相指心、心數，也就是心隨著諸緣所生的種種對境。慧思認為，觀察心相是一種方便法門，透過觀察心相才能覺照心性，方可稱為智慧。心相可指前六識、第七識，〈心念處品〉中的前六識，指「從無明緣至老死，皆是心相之所造，此假名身及諸受，善不善法及無記，皆由妄念心所作。」也就是無明緣行，行緣識等十二因緣心相的造作，產生六識，乃至有三受、善法、不善法、無記法等諸法的產生。由於無明妄念心生起，因而受到六識的繫縛，在生死輪迴當中流轉不停，套用《隨自意三昧》的說法，即是前六識。〈心念處品〉中的第七識，是指「觀妄念心無生處，即無煩惱、無無明。」也就是《隨自意三昧》云：「新學菩薩用第七識剛利智，觀察五陰、十八界等，無有集散虛妄不實，無名無字，無生無滅，是時意根名為聖慧根者。」¹²⁷新學菩薩能善用第七識金剛智，觀察五陰、十八界皆虛妄不實，皆因緣和合而有，此時意根轉為聖慧根。十二因緣的流轉，皆是心相的造作，以及身體的種種苦受、樂受、不苦不樂受，善、惡、無記三性，這些心的對境都是妄念所產生，但是尋找妄念心的生

¹²⁶ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁637中-下。

¹²⁷ 陳·慧思撰，《隨自意三昧》，《卍新纂續藏經》冊55，頁500下。（CBETA, X55, no. 903, p. 500c）

處，它是幻化而有，故不可得。既然妄念心不可得，則煩惱、無明亦不可得，也就沒有煩惱、無明。而心性則是清淨、常住不動、無念、無相貌。

在《無諍三昧》卷上，亦談到心性、心相，只是其名稱有所不同：「復次欲坐禪時，應先觀身本。身本者，如來藏也，亦名自性清淨心，是名真實心。不在內，不在外，不在中間，不斷不常，……無前無後，無中間，從昔已來無名字，如是觀察真身竟。次觀身身，復觀心身。身身者，從妄念心生，隨業受報，天人諸趣，實無去來，妄見生滅，此事難知，當譬喻說。」¹²⁸ 身本，即是如來藏、自性清淨心、真實心、真身。所以，身本即是《隨自意三昧》中的第八識，即是心性。身身，即是凡夫的一念妄念心生，產生六識的繫縛，因而在六道當中流轉不息。所以，身身即是《隨自意三昧》中的第六識。慧思接著又舉二個例子，說明身本與身身之不同：

身本及真心，譬如虛空月，無初、無後、無圓滿，無出、無沒、無去來；眾生妄見謂生滅，大海江河及陂池，溪潭渠浴及泉源，普現眾影似真月。身身、心心如月影，觀身然欲甚相似，身本真偽亦如是。月在虛空無來去，凡夫妄見在眾水，雖無去來無生滅，與空中月甚相似，雖現六趣眾色像，如來藏身未曾異。……身本及真心，譬如幻師睡，身心無思覺，寂然不變易；身身及心數，如幻師遊戲，故示六趣形，種種可笑事。¹²⁹

¹²⁸ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁628上。

¹²⁹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁628上-中。

第一個例子：身本、真心是指虛空月，它是無初、無後、無圓滿，無出、無沒、無去來，亦即不生不滅的如來藏；身身、心心是指水中的月影，因凡夫的妄念心生，而現出六趣的不同。第二個例子：身本、真心是指幻師睡覺時，即幻師的本來面目，清淨的如來藏；身身、心數，即是幻師隨妄念心起，變現種種六趣的形像。所以，身本、真心即是指第八識，自性清淨心；身身、心心、心數，指第六識，隨妄念生起而輪迴六道。

由上面《隨自意三昧》、《無諍三昧》卷上、〈心念處品〉、〈法念處品〉中，探討心法部分可歸納為：心性指第八識，心相指第七識根本識、第六識枝條識。

表2：《隨自意三昧》、《無諍三昧》之心法

《無諍三昧》		《隨自意三昧》、《無諍三昧》	
心法	心性	第八識、藏識、阿梨耶識、佛性、自性清淨藏、如來藏、真識、自性清淨心、身本、真實心、真心、真身	
	心相	根本識	第七識、剛利智、金剛智、健識、轉識、覺慧、聖慧根、聖識、動轉識、心識
		枝條識	前六識、分張識、生死識、六情識、凡夫識、假名識、身身、心心、心數

慧思由於受到當時《地論》、《攝論》學說的影響，已有了八識思想。慧思的唯識思想，雖受到當時流行學說的影響，但又有自己獨創的見解。在《隨自意三昧》中，有前六識、第七識、第八識三識思想的出現；到了《無諍三昧》中，則以心性、心相等名稱代替，但其所要表達的意思仍然不出三識的範圍。慧思為何於二部著作中，同樣的思想，而其表達的術語有所不同呢？其可能的原因是為了配合前後文脈而有所調整，在《無諍三昧》中，

四念處的中心思想是心的作用，故為了配合整體的思想而將三識改為心性、心相等名稱代替，從中可看出慧思對於同一思想，會隨著其文脈之不同，名稱而有所調整，所以其思想具有圓融性。

五、圓頓的真理觀

圓頓的真理觀可從二個面向來討論：一身、一心之觀法，即十法界與一念心中一時行的思想，是《無諍三昧》的核心思想；佛智與佛果思想，佛智即是諸法實相之智，佛果功德即是修習四念處所成就的佛法界功德。

(一) 一身、一心之觀法

從慧思《無諍三昧》卷上、卷下，可看出其核心思想為：十法界與一念心中一時行的思想。

表3：《無諍三昧》一身、一心之特色

品名 \ 特色	一身（十法界）	一心 （一念心中一時行）
《無諍三昧》卷上	上作一切佛身、諸菩薩身、辟支佛身、阿羅漢身、諸天王身、轉輪聖帝諸小王身、下作三塗六趣眾生之身，如是一切佛身，一切眾生身。 (T46,627c)	一念心中一時行，無前無後，亦無中間，一時說法度眾生。 (T46,627c)
《無諍三昧》卷下	上作十方一切佛身、緣覺、聲聞一切色形、下作六趣眾生之身，如是一切	一念心中一時行，無前、無後、無中間，一時說法度眾生。

	佛身，一切眾生身。 (T46,630c)	(T46,630c)
〈身念處觀如品〉	作十方佛身，……亦復能作菩薩、緣覺、阿羅漢身、釋梵四王諸天身、……亦作六趣眾生之身，如是凡聖眾色像。 (T46,633b-c)	一念心中一時行語言、音聲，亦復如是。 (T46,633c)
〈受念處品〉	亦知諸天、六趣眾生三世宿命，知己不異。亦復能知諸佛、菩薩、緣覺、聲聞一切宿命。(T46,634c)	一念心中，稱量盡願，明了無礙。(T46,634c)
〈心念處品〉	凡聖差別。(T46,637a)	一念悉知凡聖差別之心。(T46,637a)
〈法念處品〉	如是十二因緣。(T46,639a)	一人一念，悉皆具足。 (T46,639a-b)

「一身、一心」之間有什麼關連呢？「上作一切佛身、諸菩薩身、辟支佛身、阿羅漢身、諸天王身、轉輪聖帝諸小王身，下作三塗、六趣眾生之身。如是一切佛身、一切眾生身，一念心中一時行。無前無後、亦無中間，一時說法度眾生，皆是禪波羅蜜功德所成。」¹³⁰ 慧思提到先以道種智觀察眾生根機，再以一切種智覺知「上至一切佛身，下至三塗、六趣眾生」等十法界眾生，而能在一念心中，一時為眾生說法，這都歸功於禪定而來。所以禪定成就，則能一心具足萬行，能一時為十法界眾生說法，而圓融無礙。一身，慧思只談到十法界的眾生；一心，指一念心中具足諸法，亦即一念心包含一切萬行，可見慧思注重心靈的融通。在心靈方面，心涵蓋萬法，相即相入，可做為一念三千

¹³⁰ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁627下。

的啟發。故有學者指出，慧思的「一念心中一時行，無前無後，亦無中間。」這種「一心萬行」的圓融思想，在某種意義上說，為智顗後來創立的「法華圓頓之旨」、「一念三千」和「十如實相」等天台宗教理，打了理論基礎。¹³¹但在身體方面，仍是單純的十法界，尚未發展成智顗的十界互具之關係。所以，慧思的一心觀法，可做為一念三千的雛型。

(二) 佛智與佛果功德

佛智是指佛的智慧，包括如實智、四十二字門，唯佛與佛才能究竟了知。佛果功德是指十法界中的「佛法界」，修四念處所達到的「佛果功德」，包括《法華經》的受記思想、《華嚴經》的「一多相攝」思想。

1. 佛智

慧思將智慧分為三乘的智慧，與佛的智慧——「三乘般若同一觀，隨證淺深差別異，如大海水無增減，隨取者器大小異，聲聞緣覺及菩薩，如來智慧亦如是。十二因緣四種智，下智聲聞中緣覺，巧慧上智名菩薩，如來頓覺上上智，以無名法化眾生，方便假名差別異，三乘智慧不能知，唯佛世尊獨知耳。」¹³²——三乘人雖同稟般若教法，但因根機不同，所證亦有所不同。亦即所依據的真理是相同的，但因智慧力不同，所見就有所不同，故將智慧分為四種：聲聞下智、緣覺中智、菩薩上智、如來上上智，

¹³¹ 參見朱封鰲，《天台宗概說》（四川：四川出版集團巴蜀書社，2004年），頁24。

¹³² 陳，慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁627下-628下。

此說法來自南本《大般涅槃經》，¹³³ 後為智顗發展成化法四教。¹³⁴ 慧思雖區分三乘智慧、佛的智慧，但其本懷是《法華經》的會三歸一，三乘行者都能趣向一佛乘。

佛智是不可思議，不是凡夫的智慧推測所能及，故《法華經》云：「佛所成就第一希有難解之法，唯佛與佛乃能究盡諸法實相。」¹³⁵ 慧思又分別說十一智，即是於「法智、世智、他心智、宿命智、苦智、集智、滅智、道智、盡智、無生智」¹³⁶ 小乘的十智外，又加了大乘的「如實智」，此是引用《大品般若經》的說法。其中的如實智是指「於一切法總相、別相，如實能知，故名如實智。是諸智慧，即是一切智，亦名無智。」¹³⁷ 如實智具有何種相貌？於《大智度論》云：

如實智有何等相？答曰：有人言，能知諸法實相。
……此中說如實智，唯是諸佛所得。何以故？煩惱未盡者，猶有無明，故不能知如實。二乘及大菩薩，習

¹³³ 宋·慧嚴等依《泥洹經》加之，南本《大般涅槃經》卷25云：「觀十二緣智凡有四種：一者、下；二者、中；三者、上；四者、上上。下智觀者，不見佛性，以不見故，得聲聞道；中智觀者，不見佛性，以不見故，得緣覺道；上智觀者，見不了了，不了了故，住十住地；上上智觀者，見了了，故得阿耨多羅三藐三菩提道。」《大正藏》冊12，頁768下。

¹³⁴ 隋·智顗撰，《維摩經玄疏》卷3云：「但以眾生有四種根性不同，所謂下、中、上、上上四根不同，致感四說四教之殊，即是《法華經》明三草、二木、一地所生之譬，譬此四根也。」《大正藏》冊38，頁533中。隋·智顗撰，《摩訶止觀》卷6云：「下、中、上、上上，即是四門入池。」《大正藏》冊46，頁78下。

¹³⁵ 姚秦·鳩摩羅什譯，《法華經》卷1，《大正藏》冊9，頁5下。

¹³⁶ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁628上。慧思十智的名稱，其中一項與一般不同。在《大品般若經》為「比智」，慧思則使用「宿命智」。

¹³⁷ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁628上。

未盡故，不能遍知一切法一切種，不名如實智。但諸佛於一切無明盡無遺餘，故能如實知。¹³⁸

如實智即是諸法實相之智，只有斷盡見思二惑、餘習的佛，才能稱為如實正知，是唯佛所得之智。由上可知，如實智即是一切智、無智、佛智，也就是《大品般若經》中，先尼梵志問佛的典故，智慧從何處來？「非內觀中得是智慧，非外觀中得是智慧，非內外觀中得是智慧，亦非不觀得是智慧，是故智慧無有得處，故名無智。」¹³⁹ 遍尋智慧，它既不是內觀、外觀、內外觀、不觀中獲得，故它是無所不在，但又無固定方所，它是觀照實相之真理者，則可超越有相、無相之別，故名無智。

此外，慧思又舉四十二字門的例子，「一字入四十二字，四十二字還入一字，亦不見一字。唯佛與佛善知字法，善知無字法，為無字法故說於字法，不為字法故說於字法，是故四十二字，即是無字。」¹⁴⁰ 也就是《止觀輔行傳弘決》云：「《大品》四十二字《大論》廣釋，南嶽大師分為二解：一、通約三乘；二、別約圓頓。今廢通從頓。」¹⁴¹ 四十二字門，可就通教三乘來談；亦可就圓教的佛智來談。而慧思則從佛的境界來談，因為

¹³⁸ 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》卷84，《大正藏》冊25，頁650下-651上。

¹³⁹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁628上。

¹⁴⁰ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷上，《大正藏》冊46，頁628上。慧思的「四十二字門」出自姚秦·鳩摩羅什譯，《大品般若經》卷24云：「善男子！當善學分別諸字，亦當善知一字乃至四十二字。一切語言皆入初字門，一切語言亦入第二字門，乃至第四十二字門，一切語言皆入其中。一字皆入四十二字，四十二字亦入一字，是眾生應如是善學四十二字。善學四十二字已，能善說字法；善說字法已，善說無字法。須菩提！如佛善知字法，善知字、善知無字，為無字法故說字法。」《大正藏》冊8，頁396中。

¹⁴¹ 唐·湛然述，《止觀輔行傳弘決》卷5之1，《大正藏》冊46，頁308上。

此四十二字門是唯佛與佛才能究竟了知，故是諸法實相之智。

2. 佛果功德

在上面「一身、一心之觀法」，已經說明了《無諍三昧》的核心思想，是十法界與一念心中一時行的思想，其中十法界中最高的境界即是「佛法界」，修四念處所達到的「圓頓思想」究竟如何殊勝呢？今舉〈受念處品〉、〈心念處品〉為例，探討「佛法界」之佛果功德。

在〈受念處品〉的佛法界，則與《法華經》的二種放光受記有關。慧思談放眉間白毫相光、頂上肉髻光，召集十方菩薩，獲得二種如來受記。《無諍三昧》云：

若放頂上內（肉）髻光明，遍照十方，集大菩薩，并集過去多寶佛等，又及十方分身應化無量諸佛十方世界，為一切佛土滿中諸佛，移諸天人三塗八難，置於他土，不令在會，無餘雜眾，當知此會，但說一乘，為一生補處菩薩受如來記。若放眉間大光明，同頂光中事，當知此會，為大聲聞密行菩薩，過十地入佛境界者，受如來記，如《法華》中說，二種放光受記之法。但說佛果事一乘佛智慧，無餘雜眾故，不說九道記。¹⁴²

第一種如來受記，指頂上肉髻光明，聚集大菩薩、過去多寶佛、釋迦佛的十方分身佛，此法會只說一乘法，為一生補處菩薩受如來記，其餘天人、三塗八難，被移置他方國土。第二種如來受記，指眉間放白毫相光，此法會只為「內祕菩薩行，外現是聲

¹⁴² 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁635上。

聞」的弟子，於十地法雲地之後，進入佛地者，受如來記。慧思所說《法華經》二種放光受記，即是〈見寶塔品〉為十方分身佛受記、〈五百弟子受記品〉為富樓那授記。¹⁴³ 所以，《法華經》中二種放光受記，皆是說一佛乘的智慧，而不說三乘及六道等九種受記。

慧思為了說明《法華經》法會的純一無雜，故「三變土田」將娑婆穢土，變為清淨國土，此國土中只留下諸佛菩薩，其餘的天人、阿脩羅等三塗八難眾生皆被移置於他方。接著又說明那些眾生被移開的原因：「《妙法華》會，但說一乘頓中極頓諸佛智慧，為大菩薩受如來記，難信難解。……此會不說引導之教，是故餘人不得在座，餘人若聞不解故，即生疑謗，墮於地獄。是故移之置於他土，四眾五千，亦復如是。」¹⁴⁴ 《法華經》的法會，在說明一佛乘的諸佛智慧，以及為大菩薩受當來成佛之記別，是一般人難以相信、難以理解的。《法華經》所說的教法是圓頓教，所以根機未熟的眾生不得在場，主要是怕聽了之後若不信解，易生毀謗，而墮入地獄，故先將他們移置他土，就像〈方便品〉的四眾五千人一樣。

關於移置他土，慧思又自問：諸佛有無量的神通方便，「佛以一音演說法，眾生隨類各得解」，為何要移置他方呢？自答：「如汝所問，他土之音有二義：一者、本土，是如來藏，一切眾生不能解故，貪善惡業輪迴六趣；二者、一切眾生無量劫來，常在六趣，輪迴不離，如己舍宅，亦名本土。」¹⁴⁵ 他土的

¹⁴³ 在〈法華經·見寶塔品〉中，「佛放白毫一光」，而不是頂上肉髻光；而在〈法華經·五百弟子受記品〉中，則沒有放光。

¹⁴⁴ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁635中。

¹⁴⁵ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁635下。

二義：一者、本土，「是以如來藏為本土，此是一切眾生之超越的本土，……是法、報、化三身合一說。」¹⁴⁶但眾生不能了知如來藏，因而造作善惡業，輪迴六道。二者、眾生無始劫來，在六道輪迴不已，就如自己的舍宅，亦稱本土。他土的二義，本指娑婆世界的本土，因〈見寶塔品〉的三變土田，使娑婆世界變成淨土，而使原本在《法華》會的六道眾生，移置到他方國土。

慧思接著解釋這二種他土：「天人、阿脩羅等，薄福德故，不能感見三變座席，復不感聞本無如教甚深妙聲，是本無如、如來如、一如無二如、本末究竟等，唯佛與佛乃能知之，餘人不解。……不聞本無如，不得究竟解故，是故名為置於他土。復次，五千天人、阿脩羅，及難處，異座異聞，得解薄少，永捨六趣，是故復名置於他土，實不移却，不覺不知，不離本座，物解不同，故言他土。」¹⁴⁷第一種他土，指天人、阿脩羅等，福德淺薄，雖在《法華》會上，本具有如來藏，卻不能感受到三次變更座席，又「法性無佛、無涅槃，亦無說法度眾生」，¹⁴⁸它是實相、如實、真如，其性本一，故眾生與佛是一如的，它是從始至末究竟平等無差別的，只有佛與佛，才能究盡了解的諸法實相。其被置於他土的原因是如來藏覆藏著煩惱，而輪迴六道，故無法理解諸法實相。第二種他土，是指五千天人、阿脩羅、三塗八難的眾生，在《法華》會上，所坐的位置不同、所聽聞的法也不同，所領悟的很稀少，聽聞了一乘法而能捨離六道，故稱置於他土。上面雖說《法華》會上，天人被置於他土，實際

¹⁴⁶ 牟宗三，《佛性與般若》（下冊），（台北：臺灣學生書局，1993年修訂版），頁1086。

¹⁴⁷ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁635下。

¹⁴⁸ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁636中。

上根本沒有被移走，只是他們根機不夠，雖在《法華》會上，卻如聾如啞而不覺不知，根本沒有離開本座。

在〈心念處品〉的佛法界，則與《華嚴經》的「一多相攝」思想連結。《無諍三昧》云：

或有菩薩，現不思議。四大海水，置一毛孔，水性之屬，不覺往來。須彌王置芥子中，亦不迫迮，還置本處，諸四天王及忉利天，不覺不知。三千世界，置一毛端，亦不傾側，一切大眾不覺寬迮。¹⁴⁹

在慧思當時的華嚴經學，是以東晉佛跋陀羅所翻譯的六十《華嚴》為主，此理論被視為華嚴經學的成熟形態。在《華嚴經》諸品，普遍從「一」與「多」的方面立論，強調一多的兩種關係：一多的等同關係—相即或相是；一多的轉化關係—相入或相攝。¹⁵⁰《華嚴經》的一多關係，是指對一切現象或事物間的概括，它可以包括世間、出世間的現象，皆可用一多的關係來說明。慧思舉出《華嚴經》的一多的相入或相攝的關係：毛孔納江河，芥子納須彌，毛端置眾剎等三例。此三例的相入、相攝關係，主要說明所有差別的事物或現象之間，亦可以互相轉化、包含、融攝。慧思的「一多相攝」思想，主要闡釋菩薩能現此不思議神通之事，故能與十方諸佛、四天王等面對面共語，而能以一面對一切面的圓融無礙，然後為他們說法，使眾生皆能一時聽聞而開悟，這是菩薩住於心念處。

¹⁴⁹ 陳·慧思撰，《無諍三昧》卷下，《大正藏》冊46，頁637上。

¹⁵⁰ 參見魏道儒，《中國華嚴宗通史》（南京：江蘇古籍出版社，2001年），頁32。

六、結論

「無諍」在初期、部派佛教時期已有詳細的闡述，到了大乘佛教時期，更進一步的發揮。所以，「無諍三昧」便成為大乘佛典中常見的修行法門之一。無諍三昧，是指住於空理而與他人無諍之三昧；也可用來稱讚離欲之阿羅漢；亦可指具有慈悲心，且使他人不起煩惱。慧思《無諍三昧》之命名，可能來自《大品般若經》、《大智度論》。慧思的《無諍三昧》受到《大智度論》的影響，可歸納為三個面向：觀諸法皆空及受記；菩薩住此無諍三昧，於諸法能通達無礙；整部《無諍三昧》皆在闡釋禪波羅蜜法門。

在慧思之前、當時，早期的禪法是以小乘禪法為架構，再配合大乘經典的讀誦、或觀想方式，而形成大小乘思想的融攝。慧思也受到當時的學風之影響，以及鳩摩羅什翻譯禪經、《大智度論》的影響，因而開啟了對於大小乘禪法的統一。在禪的無量名字中，有些是屬於小乘的禪法，慧思則以大乘經論來詮釋。在《無諍三昧》卷下的四念處觀，慧思受到《大智度論》的影響，已將其視為大乘的修行法門。「身念處」的九想、十想觀，運用了定慧雙開法，為其禪觀特色之一；觀息、心、身皆是幻化不可得，是名為身念處總體觀諸法實相。「受念處」的三受，能令有情長劫受苦而不得出離；心的作用能主宰眾生造作善惡業，必須勤修三學，才不受心王的制伏；觀三受、受念處，皆是如幻如化，當體即空。「心念處」是觀心念、念念相、心性，皆不可得。「法念處」是觀善法、不善法、無記法，以及十二因緣皆是幻化不可得。「諸法實相觀」，指四念處觀所照見的真理，此四念處，皆是總體觀諸法實相，故三十七品皆在其中。身念處、受念

處，總觀諸法實相，能達到斷五欲一切煩惱、除五蓋。心念處、法念處，亦是總觀諸法實相，能達到一切禪定、解脫、起如意神通、立大誓願、度一切眾生。

慧思於《無諍三昧》中，所顯現的禪觀特色有四點：「持淨戒修禪定」，指凡夫與諸佛，一身、一心、一智慧雖不相同，但持戒、修定是兩者的共同德目，也是修學一切佛法的基礎。「空慧的禪觀」，慧思的禪定是空觀的禪定，也就是修持禪定的內容即是觀照般若，所以慧思的禪定與般若二者是合一的，也就是修禪定與所成就的空慧是合一，不可分割的。「重視如意神通」，慧思在《無諍三昧·四念處》中，特別重視如意神通，因如意神通具有廣大神變，飛行自在，故能廣度善惡之有情。「心性與心相思想」，指《無諍三昧》對於心法的分類；《隨自意三昧》則出現前六識、第七識、第八識三識。慧思受到地論宗、攝論宗的影響，已有八識思想¹⁵¹，從其二部著作中可推出：心性指第八識，心相指第七識根本識、第六識枝條識。

圓頓的真理觀，是指諸佛所照見的真理，可分為二點：「一身、一心之觀法」，即十法界與一念心中一時行的思想，是這部《無諍三昧》的核心思想。一身，指十法界的眾生；一心，指一念心中一時行，心涵蓋萬法，相即相入，可做為一念三千的啟發。「佛智與佛果功德」，其中佛智即是如實智、一切智、無智，是諸法實相之智。四十二字門，亦是唯佛與佛才能究竟了知的諸佛境界。佛果功德指十法界的「佛法界」，修習四念處所成就的功德，包括《法華經》的受記思想、《華嚴經》的一多相攝思想。

（收稿日期：民國108年1月3日；結審日期：民國108年4月25日）

¹⁵¹ 參見釋正持2008，頁83-85。

引用文獻

一、原典文獻（依時代先後順序排列）

1. 東晉·僧伽提婆譯，《中阿含經》，《大正藏》冊1。
2. 劉宋·求那跋陀羅譯，《雜阿含經》，《大正藏》冊2。
3. 姚秦·鳩摩羅什譯，《摩訶般若波羅蜜經》，《大正藏》冊8。
4. 姚秦·鳩摩羅什譯，《金剛般若波羅蜜經》，《大正藏》冊8。
5. 姚秦·鳩摩羅什譯，《妙法蓮華經》，《大正藏》冊9。
6. 姚秦·鳩摩羅什譯，《十住經》，《大正藏》冊10。
7. 姚秦·鳩摩羅什譯，《禪法要解》，《大正藏》冊15。
8. 姚秦·鳩摩羅什譯，《大智度論》，《大正藏》冊25。
9. 東晉·佛跋陀羅譯，《大方廣佛華嚴經》，《大正藏》冊9。
10. 宋·慧嚴等依《泥洹經》加之，南本《大般涅槃經》，《大正藏》冊12。
11. 北涼·曇無讖譯，《大方等大集經》，《大正藏》冊13。
12. 梁·僧祐撰，《出三藏記集》，《大正藏》冊55。
13. 陳·慧思撰，《諸法無諍三昧法門》，《大正藏》冊46。
14. 陳·慧思撰，《南嶽思大禪師立誓願文》，《大正藏》冊46。
15. 陳·慧思撰，《隨自意三昧》，《已新纂續藏經》冊55。
16. 隋·智顗撰，《維摩經玄疏》，《大正藏》冊38。
17. 隋·智顗說，《摩訶止觀》，《大正藏》冊46。
18. 隋·費長房撰，《歷代三寶紀》，《大正藏》冊49。
19. 唐·道宣撰，《續高僧傳》，《大正藏》冊50。
20. 唐·玄奘詔譯，《阿毘達磨大毘婆沙論》，《大正藏》冊27。
21. 唐·湛然述，《止觀輔行傳弘決》，《大正藏》冊46。
22. 《相應部經典》，《漢譯南傳大藏經》冊16。

23. 《最妙勝定經》（敦煌出土），收入關口真大，《天台止觀の研究》，東京：岩波書店，1969年7月。
24. Feer, M. Leon ed., *Samyutta-Nikāya*, London: The Pali Text Society, 1973.

二、近人論著

（一）專書及論文集

■ 中文

1. 王晴薇，〈《諸法無諍三昧》及《法華經安樂行義》中的《摩訶般若波羅蜜經》〉，《第三屆法華思想與天台佛學研討會會議論文集》，台北：中華民國現代佛教學會，2007年6月。
2. 王晴薇，《慧思法華禪觀之研究——法華三昧與大乘四念處的互攝與開展》，〈《諸法無諍三昧法門》之法華禪觀——以如來／菩薩禪觀為目標之大乘「四念處」禪法〉，台北：新文豐出版股份有限公司，2011年6月。
3. 朱封鰲，《天台宗概說》，四川：四川出版集團巴蜀書社，2004年。
4. 安藤俊雄著，蘇榮焜譯，《天台學根本思想及其開展》，台北：慧炬出版社，2004年。
5. 牟宗三，《佛性與般若》下冊，台北：臺灣學生書局，1993年修訂版。
6. 李四龍，《天台智者研究——兼論宗派佛教的興起》，北京：北京大學出版社，2003年。
7. 哈磊，《四念處研究》，四川：四川出版集團巴蜀書社，2006年12月。
8. 魏道儒，《中國華嚴宗通史》，南京：江蘇古籍出版社，2001

年。

9. 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5月。

■ 日文

1. 大野榮人，《天台止觀成立史の研究》，京都：法藏館，1994年7月初版。
2. 佐藤哲英，《續・天台大師の研究》，京都：百華苑，1981年11月。

(二) 期刊論文

■ 中文

1. 王晴薇，〈慧思禪觀思想中之「四念處」〉，《佛學研究中心學報》第13期，臺北：臺大佛學研究中心，2007年6月。
2. 王晴薇，〈論中國早期天台禪法中之四念處—由《念處經》到《諸法無諍三昧法門》的比較研究〉，《漢學研究集刊》第2期，雲林：國立雲林科技大學漢學資料整理研究所，2006年6月。
3. 釋仁朗，〈慧思大師「諸法無諍三昧法門」詮般若體用之研究〉，《華梵佛學年刊》第2、3期合刊，台北：華梵佛學研究所，1984年。

■ 日文

1. 大野榮人，〈初期天台の禪思想（上）—慧思における禪法組織の背景—〉，《印度學佛教學研究》第24卷第1號，東京：日

本印度學佛教學會，1975年12月。

2. 坂本廣博，〈諸法無諍三昧と大集經〉，《印度學佛教學研究》第28卷第1號，東京：日本印度學佛教學會，1979年12月。

■ 西文

1. Deleanu, Florin. “A Preliminary Study on Meditation and the Beginnings of Mahayana Buddhism.”，《創價大學國際佛教學高等研究所年報》第3號，東京：創價大學國際佛教學高等研究所，2000年3月。

（三）網路資源及工具書

1. 張風雷，〈天台先驅慧思佛學思想初探——關於早期天台宗思想的幾個問題〉，《世界宗教研究》，2001年第2期。
http://www.wuys.com/news/Article_Show.asp?ArticleID=25331
2. 中華電子佛學協會（CBETA）<http://www.cbeta.org/>
3. 明·一如等編，丁福保重校，《三藏法數》卷19，《大藏經補編》冊22。

