

慧思禪觀思想中之「四念處」*

王晴薇

國立雲林科技大學漢學資料整理研究所助理教授

摘要

早期天臺典籍中之一個尚未被全面檢視之要點，即是其對「四念處」之討論與實踐。

幾乎在慧思所有禪觀著作中，「四念處」或者被慧思採用來作為其禪法討論之架構，抑或扮演著相當重要的角色。因此本文以慧思三部禪修著作：《諸法無諍三昧》、《隨自意三昧》、與《法華經安樂行義》為主，分析「四念處」在慧思禪觀中的重要性。

* 收稿日期：2007/05/01，通過刊登日期：2007/06/05。
本文初稿曾於 2006 年發表於「曉雲法師思想行誼研討會暨第十三屆國際佛教教育文化研討會」，經修改而成本文。

本文首先重新思考在近代學術界對中國早期禪史之重新探討之學術思潮中，如何重新解讀天臺典籍。天臺典籍和史傳提供了完整而豐富之史料，含藏第六至第七世紀之禪師如何修習禪坐並與經典解讀互相搭配之重要線索。本文首先透過西方新興的大乘起源與禪修關係之理論，對於傳統將「四念處」禪法歸類為小乘禪法之觀點提出再商榷之提議，並對中國早期禪史與四念處相關之資料進行檢視。之後即分析慧思之《諸法無諍三昧》、《隨自意三昧》和《法華經安樂行義》等三部著作中對「四念處」之討論。

關鍵詞：

中國早期禪史、四念處、慧思、《諸法無諍三昧》、《摩訶般若波羅蜜多經》

Si nianchu (smṛty-upaśthāna) in Huisi's **Meditation System**

Ching-wei Wang

Assistant Professor

Graduate School of Chinese Studies, National Yunlin University of
Science and Technology

Abstract

One of the important features in early Tiantai texts remains to be examined is the emphasis on *Si nianchu* (四念處, *smṛty-upaśthāna*) in these texts. *Si nianchu* is not only an essential element in Huisi's *Dharma-Gate of the Samadhi Wherein All Dharmas are Without Dispute* (*Zhufa Wuzheng Sanmei* 諸法無諍三昧, T. 1923) but also serves as a framework of Huisi's *Samadhi of Freely Following One's Thought* (*Suiziyi sanmei* 隨自意三昧, XZJ 98). Huisi's discussion

of *Si nianchu* in the *Dharma-Gate of the Samadhi Wherein All Dharmas are Without Dispute* can actually be seen as a way through which he approaches and understands the *Moho boruo boluomi jing* (摩訶般若波羅蜜經, *Pāṇcaviṅśatisahasrikā Prajñāpāramitā*) and the *Da zhi du lun* (大智度論 *Prajñāpāramitopadeśa* or *Mahā-Prajñāpāramitā-sūtra-upadeśa*). As one of the earliest historical figures who practiced the above Mahayana *sūtras* as well as the *Bozhou sanmei jing* (般舟三昧經 *Pratyutpanna-Buddha-Sāṃghāvasthita-Samādhi-sūtra*), *Shoulengyan sanmei jing* (首楞嚴三昧經, *Wuśāntamāsamādhi-sūtra*), and *Miaofa lienhua jing* (妙法蓮華經, *Saddharmapundarīka*), Huisi's interpretations of the *Si Nianchu* may not only provide clues for his readings of these *sūtras*, but also shed new lights on our understanding of the practice of Mahayana meditation in the sixth century China.

Keywords:

Early Chinese Buddhist Meditation, Huisi, *Si nianchu* (四念處, *smṛty-upasthāna*), *Dharma-Gate of the Samadhi Wherein All Dharmas are Without Dispute* (*Zhufa Wuzheng Sanmei* 諸法無諍三昧), *Moho boruo boluomi jing* (摩訶般若波羅蜜經, *Pāṇcaviṅśatisahasrikā Prajñāpāramitā*)

一、前言：「中國早期禪史」之重要性與 天臺典籍之重新解讀

中國早期禪史為一個極重要但仍有待開發之領域，其中慧思和智顛的天臺止觀論著，更因其為此一時期最完整之禪修史料，而逐漸受到學界重視。「中國早期禪史」及「天臺止觀論著」受到學界之重新定位及肯定，乃肇因於近年興起的兩股重要學術潮流。首先敦煌出土文獻中與早期禪宗史相關的史料，使得學者重新檢視早期禪宗史以及六至七世紀禪宗以外宗派之禪修情況¹；第二股使得中國早期禪史備受注目之研究風潮，乃是西方學者根據早期漢譯大乘佛典及印度佛教考古學，而提出之大乘起源理論。其中何離巽所提出之大乘起源論，特別強調早期漢譯大乘佛典與

¹ 在敦煌早期禪宗文獻和禪宗史書出土之前，中國早期禪史一向相當受到忽略。雖然早在西元 1978 年即有日本學者佐佐木憲德寫成《漢魏六朝禪觀發展史論》一書，參見佐佐木憲德，《漢魏六朝禪觀發展史論》，東京：平文社，1979。然而大多數日本學者常將早期中國禪史劃定為禪宗之「準備期」，如忽滑谷快天《中國禪學思想史》及其他禪學研究者大多持此種論點，參見朱謙之譯，忽滑谷快天，《中國禪學思想史》，上海：上海古籍出版社，2002。受日本學風影響之西方學者 Dumoulin 在其禪宗史 *Zen Buddhism: A History* 中對中國早期禪史亦持同樣態度。參見 Dumoulin, *Zen Buddhism: A History—India and China*. Macmillan, 1988.

由於這些敦煌文獻幾乎完全改寫了前代學者根據禪宗的南宗史書所建立的禪宗史，因此學者也開始注意到與禪宗同時期之其他禪修宗派及時代背景，如 1983 年由美國加州大學和舊金山禪學中心聯合舉辦的會議論文集結而成的 *Early Chan in India and China* 一書，即是此種學術風潮之具體表現之一。參見 Whalen Lai and Lewis Lancaster edit, *Early Chan in India and China*, Berkeley Buddhist Studies Series, 1983. 近年來之重要成果並有陳金華提出對道宣《續高僧傳·習禪錄》之英譯及撰述立場研究。參見 Chen Jinhua, “An Alternative View of the Meditation Tradition in China: Meditation in the Life and Works of Daoxuan (596-667),” *T'oung Pao*, 2002.

禪修之關係，及禪修在大乘起源中所扮演之重要角色。² 此一觀點使得國際間佛學學者開始興起研究早期漢譯大乘佛典之風潮，連帶引起學者開始重視由二世紀至七世紀間的中國早期禪史，及二至七世紀的中國祖師對大乘經典詮釋之重要性，其中尤以著作及史傳資料皆相當豐富的天臺祖師慧思及智顓最受到注目。以近幾年來出版的重要英文著作來說，即有陳金華的 *Making and Remaking History: A Study of Tiantai Sectarian Historiography*³ 和 Daniel Stevenson 與菅野伯史合譯和著之 *The Meaning of the Lotus Sutra's Course of Ease and Bliss: An Annotated Translation and Study of Nanyue Huisi's (515-577) Fahua jing anlexing yi*⁴ 等兩部重要天

² 何離異 (Paul Maxwell Harrison) 所提出的大乘起源說，為近年來西方佛學研究中，最引人注目，且最具影響力之重要理論之一。何離異以漢藏譯本對讀之方式研究《般舟三昧經》，並引用 Gregory Schopen 之一系列與印度考古學相關的研究之後，提出下列論點：大乘經典中最重要，但最受忽略之要素，即為禪修、神通與大乘經典間的密切關係。何離異認為，唯一能解釋為何大乘佛教能獲得如此全面性成功之主因，乃在於大乘禪修者透過更深刻的禪修後所獲得之神通和智慧，使其能受到大眾信服，因而得以宣揚大乘教理和經典。何離異相信，大乘佛教起源之動力，應該來自森林比丘。這些比丘由於遠離世俗，潔淨身心，嚴守戒律，因而能得神通而在各宗派競爭間取得優勢。見 Harrison, Paul. "Searching for the Origin of Mahayana Sutras: What are We Looking for?" *The Eastern Buddhist* 28, no. 1, 1995. pp. 48-69. 並參見其近作 "Mediums and Messages: Reflections on the Production of Mahayana Sutras." *The Eastern Buddhist* 35, no. 2. 2003, pp. 115-151.

在何離異提出此新論之前，學界中有關大乘起源之理論多依平川彰於 1968 年所提出的大乘起源出自佛塔崇拜及對佛陀的追思之說。平川彰提出此學說後，其影響遍及日本、西方與臺灣。雖然印順法師早在西元 1981 年即在《初期大乘佛教之起源與開展》中提出對平川彰之理論之質疑，並提出對大乘起源之不同看法，可惜由於《初期大乘佛教之起源與開展》並未以英文出版，因而國際學界對印順法師之理論較不熟悉。參見釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，臺北：正聞出版社，1992。

³ Chen Jinhua, *Making and Remaking History: A Study of Tiantai Sectarian Historiography*. Tokyo: The International Research Institute for Advanced Buddhism, Soka University, 1999.

⁴ Daniel Stevenson and Hiroshi Kanno, *The Meaning of the Lotus Sutra's Course of Ease and Bliss: An Annotated Translation and Study of Nanyue Huisi's (515-577) Fahua jing anlexingyi*. *Bibliotheca Philologica et Philosophica Buddhica*, IX.

臺研究成果。

在何離異提出此一理論之後，研究大乘起源與禪修關係較重要的著作有 Florin Deleanu 之“A Preliminary Study on Meditation and the Beginnings of Mahayana Buddhism”一文，文中指出大乘禪法所批判的對象，並非原始佛教之禪修方法，而是其對於這些方法的詮釋與應用，因此早期大乘經中所見之禪觀乃是採取原始佛教之禪法架構，而加以重新詮釋並更靈活運用。⁵ Deleanu 此一觀點可以在下列對慧思著作的分析中得到更深入的印證，因為慧思與智顛的禪修著作中，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。

有關慧思禪法體系，雖已有 1979 年法國學者 Paul Magnin 寫成之 *La Vie et Loevre de Huisi*（慧思的生平與著作）一書⁶、聖嚴法師於 1979 所作《大乘止觀法門之研究》⁷、仁朗法師於 1984 年寫成之〈慧思大師諸法無諍三昧法門詮般若體用之研究〉⁸、1994 年韓子峰〈法華三昧的修學原理與實踐——以慧思安樂行義為中心〉⁹，以及陳英善在〈慧思的禪觀思想與首楞嚴三昧〉中以「實

Tokyo: The International Research Institute for Advanced Buddhology, Soka University, 2006.

⁵ 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』第三號，1999。

⁶ Paul Magnin, *La Vie et Loevre de Huisi*, Ecole Francaise D’extreme-orient, Paris.

⁷ 釋聖嚴，《大乘止觀法門之研究》，臺北：東初出版社，1979。

⁸ 刊於《華梵佛學年刊》第二、三輯合刊，臺北：中華學術院佛學研究所，1984，頁 33-40。

⁹ 收於《華梵大學第九屆國際佛教教育研討會論文集》，臺北：華梵佛學研究

相觀法」與「金剛智」為重點之研究成果¹⁰，近來還有楊麗莉寫成〈南嶽慧思「隨自意三昧」禪觀思想之探微〉¹¹一文及其碩士論文，以及日本學者和大陸學者對慧思的研究，¹²然而慧思的禪觀體系還有許多有待釐清之處。例如在現存慧思禪觀著作中，有一個明顯但卻尚未被討論清楚之特性，亦即，幾乎在慧思所有禪觀著作中，「四念處」或者被慧思採用來作為其禪法討論之架構，抑或扮演著相當重要的角色。目前唯一注意到此一問題之研究成果，當屬近年來大陸學者哈磊之《四念處研究》。¹³哈磊在其著作中對慧思《諸法無諍三昧》中的「四念處」雖略有討論，但卻並未對慧思全部禪修著作中所見之「四念處」及慧思對「四念處」之詮釋進行深入的分析與討論。因此本文以慧思三部禪修著作：《諸法無諍三昧》、《隨自意三昧》、與《法華經安樂行義》為主，分析「四念處」在慧思禪觀中的重要性。

二、中國早期禪法中之「四念處」

所，1994，頁 193-215。

¹⁰ 見陳英善，〈慧思的禪觀思想與首楞嚴三昧〉，《佛學研究中心學報》第三期，臺北：臺大佛學研究中心，1998，頁 151-185。

¹¹ 印順文教基金會九十年年度論文獎學金得獎論文。其碩士論文為：《釋摩訶般若波羅蜜經覺意三昧》之研究，2003年南華大學哲學研究所碩士論文。

¹² 如新田雅章，〈慧思における禪定思想展開〉，《印度學佛教學研究》第廿一卷第二期，東京：印度學佛教學會，1973。並見大野榮人，《天台止觀成立史の研究》，京都：法藏館，1995，頁 37-82。

¹³ 哈磊，《四念處研究》，四川：巴蜀書社，2006。哈磊在此書中試圖以分析「《阿含經》與部派佛教時期」、「印度大乘佛教時期」、與「漢傳佛教」中之「四念處」來嘗試「關連南北傳、溝通大小乘、和會中印佛學」，雖然由於其題目涵蓋範圍過於龐大，而無法對於其所提到之典籍進行細部分析，但其所蒐集之基礎資料相當豐富，對於進一步分析「四念處」發展的歷史軌跡具有重要參考價值。

（一）傳統將「四念處」禪法歸為「小乘禪法」之再商榷

「四念處」，為梵語 *catvari-smṛty-upasthānani* 之漢譯名稱，此一修法體系之其他漢譯名稱共有「四念住」、「四意止」、「四止念」、「四念」、或身受心法等多種譯名。¹⁴ 所謂「四念處」，意指將心念集中於身、受、心、法四個所緣，藉以捨離煩惱之禪修法門。在中國禪史研究中有關「四念處」之研究不但相當有限，且大多將「四念處」判定為「小乘」禪修法門，即以近來在學界相當有影響力之冉雲華〈中國早期禪法的流傳和特點〉為例，即將僧稠禪法分判為「小乘禪法」¹⁵。而湯用彤在《漢魏兩晉南北朝佛教史》中亦認為「四念處」一詞意指「小乘修法」，然而湯用彤注意到，將「四念處」判為小乘修法，顯然與史傳中的記載有明顯的矛盾。湯用彤指出：「《續傳》言僧稠習《涅槃》聖行，四念處法。此謂稠師依《涅槃經·聖行品》所載四念處法以修心。《涅槃》雖為大經，而四念處法則為小乘最勝之方便。……僧稠特重四念處法，故與達摩取法於大乘虛宗者不同。」¹⁶ 然而湯用彤雖然注意到《續高僧傳》所記載的僧稠禪法所依之經典為大乘之《涅槃經》，但卻未加以深究，僅提出「四念處」亦為有部所重視，及毘曇諸論中亦多言及「四念處」之史實來為此衝突點暫下註腳。在早期禪史研究成果中特別值得注意的是太虛〈中國佛教的特質在禪〉一文。¹⁷ 太虛幾乎是近代中國禪史研究中，唯一不以「大乘禪法」及「小

¹⁴ 有關「四念處」之不同譯名及經典出處，可參見哈磊，《四念處研究》，頁 23-24。

¹⁵ 冉雲華，〈中國早期禪法的流傳和特點〉，《中國禪學研究論集》，臺北：東初出版社，1991，頁 29。

¹⁶ 湯用彤，《漢魏兩晉南北朝佛教史》，臺北：臺灣商務出版社，1997，頁 783。

¹⁷ 見釋太虛，〈中國佛教的特質在禪〉，《禪學論文集》，臺北：大乘出版社，1980。

乘禪法」等標籤來評判安世高之「安般念」及僧稠之「四念處」等禪法者。太虛將「四念處」視為與「五門禪」相關之禪法，並以「依教修心」之特性來統括漢魏兩晉南北朝之禪法，以與禪宗之「悟心成佛禪」相對。太虛未將「四念處」歸類為「小乘禪法」之作法，對於研究太虛大師之學者及研究早期禪史者，應有重要意義。

據天臺典籍，特別是跟僧稠約同時代之慧思之禪修著作來看，慧思著作中多以「四念處」為架構，並根據《大般若經》、《大智度論》、《法華經》、《般舟三昧經》和《首楞嚴三昧經》等經典來重新詮釋此一架構，以開展出天臺禪法。由此看來，將「四念處」禪法界定為「小乘」修法，與中國早期禪史之史實是不符的。此外，天臺的「依教修心」所依之經典，恰好是國際間最注目的早期漢譯大乘經典，而慧思和智顛可說是最早依這些經典來建立實相觀法的歷史人物。本文將以分析慧思在其著作中對「四念處」的詮釋脈絡，期能為公元第六世紀至第七世紀的「四念處」修法及禪史研究，提出更多線索。

（二）中國早期禪史與「四念處」相關之資料

在中國早期僧傳中，以「四念處」禪法著稱之禪師為僧稠。¹⁸

¹⁸ 哈磊在《四念處研究》中，約略討論早期漢傳佛教中「四念處」，如安世高《安般守意經》中之「四意止」、竺法護《修行道地經》中之「觀身五十五事」、鳩摩羅什《禪祕要法經》中之「白骨觀」和《坐禪三昧經》中之「心念處」、收於《歷代三寶記》中的求那跋摩之詩偈、僧稠之「四念處」和慧思之「四念處」。其有關僧稠禪法之討論多參考冉雲華之研究成果。哈磊所收集之資料當為近代漢文佛學研究中最豐富者，雖其分析有不夠詳盡之嫌，亦有對經論解讀錯誤之處，但其蒐集之資料值得加以注意並深入分析之。參見頁 255-318。

道宣在《續高僧傳·習禪篇》中，即以「稠懷念處，清範可崇。」來總結僧稠之禪法與禪風。¹⁹ 根據《續高僧傳·習禪篇》可知由第五世紀後期至第七世紀初期，有僧稠一派活動於高齊河北中原一帶，教導「念處」禪法，同時並有傳於華中江洛一帶之菩提達摩「壁觀」一派，及流行於晉趙一帶，以「嘉尚頭陀」著稱之慧瓚禪師一派。而同時弘化一方的天臺禪觀，雖然盛行於江南，然其源頭，則始於北朝之慧文及慧思禪師。現代有關僧稠之研究相當有限，其中最重要之研究當推冉雲華之〈敦煌文獻與僧稠的禪法〉一文，文中對僧稠之生平、禪法有深入討論，更對舊有僧稠資料如《續高僧傳》及《法苑珠林》外，更整理了出土敦煌文獻中，與僧稠有關之四部文獻。²⁰ 根據《續高僧傳》記載，及冉雲華研究，僧稠為北朝在公元第七世紀地位最崇高，影響力最大之禪師，道宣並將僧稠與僧實在北朝皇室之地位，與道安和佛圖澄相比擬。僧稠對禪法不但有開創之功，且其禪法系統在第七世紀時是「接踵傳燈，流化靡歇」的。²¹

然而就著作來說，僧稠留給後世之著作僅有《止觀法》二卷及另說有偈語，《止觀法》不但已失傳，且不錄於隋唐時代之目錄。而據冉雲華對敦煌文獻伯希和 3559 及 3664 號中四份與僧稠有關文獻之研究，斷定《先德集於雙峰山塔各談玄理十二》、《稠禪師藥方療有漏》及《大乘心行論》雖與僧稠一系的禪法有關，然可確定為託名之作，而《大乘安心，入道之法》也尚未能確定為僧

¹⁹ 《大正藏》冊 50，頁 596 下。

²⁰ 有關僧稠著作及敦煌文獻中所保存之僧稠著作，並參見冉雲華〈稠禪師意的研究〉一文。二文皆收入冉雲華，《中國禪學研究論集》。

²¹ 見冉雲華，〈敦煌文獻與僧稠的禪法〉，頁 54。僧稠一支的法脈系統，見該文頁 74。

稠所作。²² 依與僧稠有關之文獻看來，我們對南北朝時期之「四念處」之理解，僅能根據道宣的敘述，而推斷僧稠之四念處為「當依涅槃聖行四念處法」。²³

然而考諸原本在北方活動，但因屢遭迫害而自北往南遷移之慧思著作中，卻保留了許多慧思根據《大般若經》、《首楞嚴三昧經》，和《般舟三昧經》對「四念處」所做之發揮。此現象在中國早期禪史上，可說是一個相當奇特的現象。²⁴ 分析早期天臺禪法典籍中之「四念處」，可使我們對於早期中國禪史，特別是早期天臺禪史中慧思著作中之「四念處」修法有一較完整之理解。

根據道宣在西元 645 年完成之《續高僧傳》卷十七中的慧思傳記所載，慧思著作共有七部：《四十二字門》、《無諍行門》、《釋論玄》、《隨自意》、《次第禪要》、《法華經安樂行義》與《三智觀門》，共計七部九卷。²⁵ 在西元 664 年道宣所編之《大唐內典錄》卷五中，則多了一部《立誓願文》，且以《釋論玄門》、《隨自意三昧》之題名代替了《釋論玄》和《隨自意》，共計列出八部十卷慧思著作。²⁶ 在志槃於西元 1269 年所作之《佛祖統記》中，方有二

²² 同上註，頁 66-76。

²³ 《大正藏》冊 50，頁 553 下。

²⁴ 潘桂明在《中國天臺宗通史》頁 55 中提到，天臺先驅者慧文及慧思，和早期楞伽師同樣受到以僧稠系統為代表的傳統禪法排斥，而在傳法地域上漸趨南移。然而據冉雲華〈敦煌文獻與僧稠的禪法〉中探討曾經流行於長安之僧稠系禪法在短期後快速消失之原因來看，筆者以為，來自僧稠派之排擠，程度應不太嚴重。以禪修為主之隱士型僧稠系，常遁林泉，應不會起如此嗔心。慧思在《立誓願文》中也常提及「惡論師」。潘桂明亦在同書頁 80 中指出，北方諸惡比丘對慧思的種種迫害，都涉及到「論義」。見潘桂明，吳忠偉，《中國天臺宗通史》，江蘇：江蘇古籍出版社，2001。

²⁵ 《大正藏》冊 50，頁 564 上。又《景德傳燈錄》卷 27 之〈南岳傳〉與《續高僧傳》說法相同。見《大正藏》冊 51，頁 431 下。

²⁶ 《大正藏》冊 55，頁 283 下。另外釋聖嚴在《大乘止觀法門之研究》頁 109

卷的《大乘止觀》被列入慧思著作中，因此有關《大乘止觀法門》作者是否為慧思之問題歷來一直有學者討論，未能達成結論。²⁷ 現存大藏經中標明為慧思所作之典籍共有六部，即分別收於大正藏第四十六冊之《諸法無諍三昧法門》二卷（No.1923）、《大乘止觀法門》四卷（No.1924）、《法華經安樂行義》一卷（No.1926）、《立誓願文》（No.1933），及收於卅續藏第 55 冊之《隨自意三昧》（No.903）及卅續藏第 59 冊之《受菩薩戒儀》（No.1085）。由於有關《大乘止觀法門》作者問題學界仍是眾說紛紜，因此本文將以《諸法無諍三昧法門》、《隨自意三昧》、及《法華經安樂行義》中的禪觀思想為主，來討論慧思禪法中的「四念處」。

三、《諸法無諍三昧法門》中的「四念處」

筆者曾於〈論中國早期天臺禪法中之四念處——由「念處經」到「諸法無諍三昧法門」的比較研究〉²⁸ 一文中，比較漢譯《中阿含》第 98 經《念處經》、南傳《大念處經》、羅什譯《摩訶般若波羅蜜經》、《大智度論》及《諸法無諍三昧》中與「四念處」有關之部分。在比較上列典籍中對「四念處」的討論後，筆者得到之初步結論為：在南傳《大念處經》中，觀照身心之最終理解常

提到在日本傳教大師最澄（767-822）的《將來目錄》中，有《臺洲錄》一卷，錄有慧思《受菩薩戒文》一卷。見釋聖嚴，《大乘止觀法門之研究》，頁 109 及註 36。

²⁷ 見釋聖嚴，《大乘止觀法門之研究》。並見朱文光〈考證、典範、與解釋的正當性：以「大乘止觀法門」的作者問題為線索〉，《中華佛學研究》第一期，臺北：中華佛學研究所，1997，頁 196-230。

²⁸ 該文曾於 2005 年 10 月在「第六屆天臺宗國際學術研討會」以〈中國早期禪法中之四念處——由「大念處經」到「諸法無諍三昧」中的四念處〉為名發表，修改後刊載於國立雲林科技大學《漢學研究集刊》第二期，2006，頁 19-38。

以下列表達方式來敘述之：「於是『有身』之念現起，唯有正念與覺照，無所依而住，不再貪著世間之任何事物。」而在漢譯《中阿含·念處經》及《摩訶般若波羅蜜經》中，則將日常生活行住坐臥作為觀照起點，且在《摩訶般若波羅蜜經》中，並強調觀諸法之「不可得」。但直到《大智度論》，才有「觀身不淨」和「緣起實相」等名詞出現。由其對「四念處」之敘述重點、次序、偏重點及所用語詞，我們可看出「四念處」觀法在漢譯經典和論典中演變發展之脈絡。

在本文中筆者將接續該文之討論，分析《諸法無諍三昧法門》和慧思其他著作中的「四念處」。但由於在《諸法無諍三昧法門》中，一切禪法皆以「禪波羅蜜」來含括，因此在討論《諸法無諍三昧法門》的「四念處」前，必須先討論《諸法無諍三昧法門》中「禪波羅蜜」之意義。

（一）《諸法無諍三昧法門》中的「禪波羅蜜」

《諸法無諍三昧法門》卷上首先引用《摩訶般若波羅蜜多經》中〈一念品〉佛陀與須菩提十五番問答中之第四番問答。此段被慧思引用之經句，在《摩訶般若波羅蜜多經·一念品》中之原文為：

須菩提白佛言：「世尊，若諸法無所得相，布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧、諸神通，有何差別？」

佛告須菩提：「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。」²⁹

慧思並非以逐字引用的方式引述經文，而是將此經文之大意化約為以下論述：

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。³⁰

此一論述，成為慧思以「禪波羅蜜」釋萬行之理論基礎。³¹ 雖然吾人可以質疑，若是法法平等，又為何要強調「禪波羅蜜」，而非其他法門？然而對照《諸法無諍三昧》卷下慧思以「四念處」為主要修法來詮釋「禪波羅蜜」，則此處慧思將所有修法融攝至「禪波羅蜜」，而非「般若波羅蜜」之思想開演，似乎為卷下「四念處」的修法論述預作了理論基礎之預備工作。換一個角度來說，吾人也可將慧思以「禪波羅蜜」及「四念處」來解明《摩訶般若波羅蜜經》引文之論述方法，視為慧思解讀《摩訶般若波羅蜜經》之一種方式。而此種解讀方法之重要元素，乃為慧思個人對禪定之重視，及其個人對《摩訶般若波羅蜜經》之修學經驗。³² 慧思以此種對《摩訶般若波羅蜜經》的解讀觀點為基調，而在《諸法無諍三昧》中充分發揮「禪定」及「禪波羅蜜」之重要性。³³

首先慧思以「無量佛法功德，一切皆從禪生」³⁴、「制心禪智，

²⁹ 《大正藏》冊 8，頁 386 下。

³⁰ 《大正藏》冊 46，頁 627 下。

³¹ 詳見筆者 2007 年 6 月發表於「第三屆法華思想與天臺佛學研討會」之〈《諸法無諍三昧》及《法華經安樂行義》中的《摩訶般若波羅蜜經》〉一文。

³² 同上註。

³³ 至於慧思是否因此種創新的詮釋方式和觀點來解說《摩訶般若波羅蜜經》而屢遭迫害，則有待再進一步的深入分析與查證。

³⁴ 《大正藏》冊 46，頁 627 下。

無事不辦，欲求佛道持淨戒，專修禪觀，得神通能降天魔，破外道。能度眾生斷煩惱。」³⁵ 來論述其強調禪定之理由。甚至以「般若從禪生。」³⁶ 來對應弟子根據《般若經》中所言：「五度如盲，般若如眼。」而提出之疑問：「《般若經》中佛自說言，欲學聲聞，當學般若；欲學緣覺，當學般若；欲學菩薩，當學般若。復次有六波羅蜜，般若為前導，亦是三世諸佛母。汝今云何偏讚禪，不讚五波羅蜜？」³⁷ 慧思在此文中對「禪波羅蜜」之特別討論，當為後來智顛所承襲，並講說《釋禪波羅蜜次第法門》之前導。

慧思回答此一質疑之方式，乃是以大乘佛經中常見之「十方諸佛，若欲說法度眾生時，先入禪定，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。」³⁸ 來回應弟子的此類疑問。慧思此種將大乘經典中佛陀說法時放光及大地震動的描述，作為佛陀說法時乃進入禪定之經證的詮釋方式，可說是與前揭西方大乘起源理論中所提出之觀點之最直接相關的文本資料。

由於慧思以《摩訶般若波羅蜜多經·一念品》中之「萬行僅是名字之差異」為立論基礎，因此慧思除在《諸法無諍三昧法門》卷上，以「禪波羅蜜」代「般若波羅蜜」統攝萬行外，「禪波羅蜜」本身亦可自由地轉化為無量法門，而有「無量名字」。在《諸法無諍三昧法門》卷上，「禪波羅蜜」之體現大約可分為五個部分³⁹：(1)

³⁵ 《大正藏》冊 46，頁 628 中。

³⁶ 《大正藏》冊 46，頁 629 上。

³⁷ 《大正藏》冊 46，頁 628 中-下。

³⁸ 《大正藏》冊 46，頁 629 上。

³⁹ 哈磊在《四念處研究》中，以「實相觀」、「五方便與四念處之雜說」二部分

首先慧思以具體方式說明如何由「禪定」或「禪波羅蜜」修習「般若波羅蜜」⁴⁰；(2) 慧思並說明如何以「禪定」修習「出世間」解脫法，如以八背捨得初禪而至滅受想定來斷煩惱⁴¹；(3) 慧思以自覺他為要點，說明菩薩如何修習十一智、三十七品、及摩訶衍⁴²；(4) 慧思再來說明為達到「教化眾生，令生清淨歡喜信心故。」之目的，應如何以「禪波羅蜜」來修「檀波羅蜜」、「尸波羅蜜」、「羸提波羅蜜」、「精進毘梨耶波羅蜜」。值得注意的是，本段並無討論「般若波羅蜜」，而是由「精進毘梨耶波羅蜜」之發揮，直接轉到菩薩為起神通故，修練禪定，由四禪、四空定、修至「滅受想」後，「一心次第，入無雜念心，是時禪波羅蜜轉名九次第定」，而進而修成「道種智慧神通」，並轉入「師子奮迅三昧」；⁴³ (5) 最後慧思以為「菩薩禪定，修四念處，得三十七品，具足佛法。」

來分析慧思《諸法無諍三昧》卷上中之「四念處」，亦有值得參考之處。參見哈磊，《四念處研究》，頁 297-300。

⁴⁰ 《大正藏》冊 46，頁 630 下-631 上。

⁴¹ 《大正藏》冊 46，頁 631 上-中。

⁴² 《大正藏》冊 46，頁 631 中。此處慧思對於各種修法之解釋值得加以再深入探討。因此段有關「總持『旋陀羅尼』，戒定慧三分，八聖道、破四顛倒獲四真諦，爾時禪波羅蜜轉名三十七品，起一切神通，所謂四念處、四正勤、四如意足、五根五力、七覺分、八聖道分、名為摩訶衍。」之描述次序，不但包含了幾個慧思著作中一再強調之重點，亦揭示了其對「摩訶衍」修學次序之看法。至於此處之「摩訶衍」是否即指「般若波羅蜜」，尚待考證。

⁴³ 《大正藏》冊 46，頁 631 中-632 中。有關此段慧思對於這些名詞之詮釋，如在討論「師子奮迅三昧」時，以「入初禪時，觀入出息，見三是色，……是名天眼神通，乃至四禪，亦復如是；入初禪時，觀息出入，以次第觀聲，悉同十方凡聖音聲，是名天耳神通，乃至四禪，亦復如是。」顯然有與南傳經論以能自由出入四禪為「師子奮迅三昧」之說法大不相同，值得再進一步研究。此外對於慧思之「超越三昧」、「八解脫」、及「九想」解說與南傳說法差異之處，皆值得討論。哈磊亦曾注意到此問題，然在其《四念處》研究中，卻誤將慧思對「八解脫」之解釋視是對「八背捨」之解釋，其實此二種修法在慧思《諸法無諍三昧》中應被視為兩種不同修法，「八背捨」是一種「出世間法」，且由慧思《諸法無諍三昧》中可看出是修「八解脫」時之基礎，在此基礎之上尚需再深入觀察才能得「八解脫」。見《大正藏》冊 46，頁 632 中。

來總結，並以「身念處」為主，說明「八解脫」和「九想」之修習，及其斷煩惱之功能，然而在此亦未提到「般若波羅蜜」，然而行文中也同時一再強調「餘五波羅蜜，亦復如是。是少一波羅蜜，不名五波羅蜜」。⁴⁴

慧思在《諸法無諍三昧》中首先論述「禪波羅蜜」如何成爲證成「般若波羅蜜」之修行必要條件。在此段論述中，「禪波羅蜜」之意涵即爲「爲求佛道，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，是乃名爲禪波羅蜜。」由以上理路進發，菩薩因而發起諸種願行，而有如下進路：

菩薩意欲或菩薩願行	禪定轉名
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」。
慈悲愍眾生，拔苦與樂，離憎愛心，平等觀察，	禪定轉名「慈悲喜捨」。
既觀察已，與其同事，隨應說法，	爾時禪定轉名「四攝法」。
大慈大悲，現如意神通一切色身，以神通力入五欲中，遍行六趣，隨欲度眾生，	爾時禪定轉名「神通波羅蜜」。
深大慈悲憐憫眾生，上作十方一切佛身，緣覺聲聞一切色形，下作六趣眾生之身，如是一切佛身、一切眾生身，一念心中一時行，無前無後無中間，一時說法度眾生，	爾時禪定及神通波羅蜜轉名「一切種智」，亦名「佛眼」。

⁴⁴ 《大正藏》冊 46，頁 632 中-633 上。

<p>菩薩摩訶薩持戒清淨，深妙禪定，斷習氣故，遠離三世諸愛見故，</p>	<p>爾時禪定轉名「十八不共法」。</p>
<p>復次菩薩摩訶薩，以三明智分別眾生，</p>	<p>爾時禪定轉名「十力」，善知是處及漏盡故。</p>
<p>菩薩摩訶薩色如、受、想、行、識如，觀一切法，始從初學，終至成佛斷煩惱，及神通盡知。十方世界名號亦知，三世諸佛名號及知諸佛弟子名號亦知，一切眾生名號、及知眾生煩惱名號、解脫名號，一念一時知。及知宿命因緣之事，</p>	<p>爾時禪定轉名「十號」也。</p>
<p>菩薩摩訶薩以諸法無所有性，一念一心具足萬行，巧方便慧，從初發心至成佛果，作大佛事，心無所著，總相智、別相智，辯說無礙，具足神通波羅蜜，供養十方一切佛，淨佛國土，教化眾生。</p>	<p>爾時禪定轉名「般若波羅蜜」。</p>

以上說明，菩薩修禪定而成就「般若波羅蜜」之過程為：首先發誓願、之後為度眾生以「道種智」觀察眾生、拔苦與樂、與眾生同事、以神通力入五欲中遍行六趣度眾生、於一念中作一切佛身及眾生身，並為對治習氣修「十八不共法」、為分別眾生修「十力」，而能盡知一切佛名號及眾生煩惱名號解脫名號，最後了諸法無所有性，但仍以具足神通淨佛國土教化眾生，成就「般若波羅蜜」。此無盡願行及善巧方便之映現，無不以「禪定」或「禪波羅蜜」為能源及推動力。

在討論過由「禪定」證成「般若波羅蜜」之過程後，在第二及第三部分中，慧思又談到了為出世而將「禪波羅蜜」轉為「八

背捨」、「十一智」和「三十七道品」等修行，以及將「禪波羅蜜」修成六度之修行。其中以第四部份的討論較為詳細，如「檀波羅蜜」之修行要點為：

菩薩摩訶薩欲教化眾生，令生清淨歡喜信心故，與一切聖人，建立一聖官階位次第，眾生之得大歡喜，決定無疑，爾時誓願勤修禪定，得六神通，作轉輪聖王，入五道中，飛行十方，廣行布施，須衣與衣，須食與食，金銀七寶、象馬車乘、樓櫓宮殿、房舍屋宅、五欲眾具、簫箏篪篴、琴瑟鼓吹、隨眾生欲，盡給與之，後為說法，令其得道。雖作如是種種法施，實無施者，無財物、無說、無示、無聽法者。⁴⁵

在對檀波羅蜜的討論中，慧思並不像《摩訶般若波羅蜜經》中一般一再強調無施者、無財物、無聽法者之般若空觀。在《諸法無諍三昧法門》卷上慧思首先以「身本」及「真心」（即「如來藏」、「自性清淨心」或「真實心」）如虛空月，「身身」及「心數」則如月影，此外並以「身本」及「真心」為幻師睡，「身身」及「心數」則如幻師夢之譬喻來作為修習禪定之觀法基礎概念，但在作此譬喻後，慧思還是歸結到「心體尚空無，何況有夢事？」⁴⁶之結論，因此可見慧思的觀法仍以「甚深觀慧」為基底。

此外慧思除「空觀」之外，亦強調一切的功德皆透過「禪波羅蜜」而來，並一再說明行者需依勤修禪定所得之六神通，來廣行布施，或作各種變化度眾。慧思更以「幻法」來比喻此種依神

⁴⁵ 《大正藏》冊 46，頁 631 下。

⁴⁶ 《大正藏》冊 46，頁 628 中。

通而行的「檀波羅蜜」布施：

譬如幻師幻作幻人，四衢道中化作高座，廣說三乘微妙聖法，又作四眾集共聽受，如是幻師所作幻事，無色、無心；無示、無聽；無受、無聞；無得菩薩。⁴⁷

慧思這種同時重視「空觀」與「禪定」之詮釋及比喻，在《摩訶般若波羅蜜多經》中亦有討論，但發揮之重點有所不同。如在「尸波羅蜜」之討論中，慧思首先提到菩薩雖有「諸法空」、「罪相不可得」、「諸法無生滅」之空義發揮，但仍堅持守戒，並以「神通」來化導眾生之大用：

菩薩摩訶薩雖知諸法空罪相不可得，持戒破戒，如夢如幻，如影如化，如水中月，雖知諸法無生滅，堅持淨戒無毀缺，亦以戒法為他人說。若人惡心不受戒，化作禽獸行，禮儀人類，見此大羞辱，各發善心，堅持淨戒，發大誓願，遍十方不顧身命行戒施，常現六道種種形，廣說如來清淨戒。以宿命智觀察之，必令歡喜無瞋害，非但為說戒法，亦說攝根定共戒、道共戒、性寂戒、報寂戒。爾時禪波羅蜜轉名尸波羅蜜。

在上文中筆者以下標線標出之部分，慧思即在說明如何以「他心通」、「如意通」、與「宿命通」三種神通，令眾生起歡喜心，意欲持戒。此種說法雖非《摩訶般若波羅蜜多經》之主要論述方式，然而在《摩訶般若波羅蜜多經·一念品》中亦有此種以禪定力行六波羅蜜之描述：

⁴⁷ 《大正藏》冊 46，頁 631 中-下。

須菩提，菩薩摩訶薩云何於無相、無得、無作法中，具足尸羅波羅蜜？須菩提，是菩薩摩訶薩行尸羅波羅蜜時，持種種戒，所謂聖無漏，入八聖道分戒，自然戒報得戒，受得戒心生戒。……但為一切眾生，共之迴向阿耨多羅三藐三菩提，以無相、無得、無二、迴向，為世俗法故，非第一實義。是菩薩具足尸羅波羅蜜以方便力，起四禪不味著，故得五神通。因四禪得天眼，是菩薩住二種天眼修得、報得。得天眼已，見東方現在諸佛，乃至得阿耨多羅三藐三菩提，如所見事不失，南西北方四維上下，現在諸佛，乃至得阿耨多羅三藐三菩提（菩提）如所見不失，是菩薩用天耳淨，過於人耳，聞十方諸佛說法，如所聞不失，能自饒益亦益他人，是菩薩以知他心智知十方諸佛心，及知一切眾生心，亦能饒益一切眾生。是菩薩用宿命智，知過去諸業因緣，是業因緣不失故，是眾生在在處處所生，悉知是菩薩用是漏盡智，令眾生得須陀洹果、乃至阿羅漢果、辟支佛道，在在處處，皆令眾生入善法中。如是須菩提。菩薩摩訶薩於諸法無相、無得、無作中具足尸羅波羅蜜。⁴⁸

比較《諸法無諍三昧》及《摩訶般若波羅蜜多經》之說法，其實慧思對於以「禪定」和「神通」行六波羅蜜之敘述方式，比《摩訶般若波羅蜜多經》還要簡短。慧思個人發揮之處乃在以「如夢如幻，如影如化，如水中月」等譬喻及「以六道幻化度眾生」等說法。

⁴⁸ 《大正藏》冊8，頁387上。

這種以重視透過「空觀」來引發禪定力，以及重視以禪定力引發「神通」度眾之思想，不但見於慧思作品中，在其傳記及生平中也有許多記載。以「空觀」、「般若波羅蜜」與「禪定」之深度結合，在慧思早年修習禪定之時，甚至是禪病發作時，我們即可見到慧思以「空觀」來消除禪病：

又於來夏束身長坐，繫念在前，始三七日發少靜觀，見一生來善惡業相，因此驚嗟，倍復勇猛，遂動八觸，發本初禪，自此禪障忽起，四肢緩弱，不勝行步。身不隨心，即自觀察：「我今病者，皆從業生，業由心起，本無外境。」反見心源，業非可得，身如雲影，相有體空，如是觀已，顛倒想滅，心性清淨，所苦消除。⁴⁹

在《續高僧傳》慧思傳中，亦有慧思修禪而得「宿命通」之記載：

又夢梵僧數百形服瑰異，上坐命曰：「汝先受戒律儀非勝，安能開發於正道也？既遇清眾，宜更翻壇，祈請師僧三十二人，加羯磨法具足成就。」後忽驚寤方知夢受。自斯已後勤務更深，剋念翹專無棄昏曉，坐誦相尋用為恒業，由此苦行得見三生所行道事。⁵⁰

又如在慧思所著《立誓願文》中，亦有數則慧思遭受毒害，而能以禪定力得以不死之記錄：

年三十四時在河南兗州界論義，故遭值諸惡比丘，以惡毒藥令慧思食。

⁴⁹ 《大正藏》冊 50，頁 563 上-中。

⁵⁰ 《大正藏》冊 50，頁 562 下。

舉身爛壞，五臟亦爛，垂死之間，而更得活。⁵¹

此外，在《立誓願文》中還有另一則在慧思南下途中被毒害，但卻以「向十方佛懺悔」及「念般若波羅蜜」之方法，得以不死之記載：

至年三十九，是末法一百二十年，淮南郢州刺史劉懷寶共遊郢州山中，喚出講摩訶衍義。是時為義相答，故有諸法師起大瞋怒，有五人惡論師，以生金藥置飲食中，令慧思食。所有餘殘三人噉之，一日即死，慧思于時身懷極困，得停七日，氣命垂盡。臨死之際，一心合掌，向十方佛懺悔。念般若波羅蜜作如是言：「不得他心智，不應說法。」如是念時，生金毒藥，即得消除，還更得差。⁵²

由慧思的生平及傳記中，可以看出對慧思來說，「空觀」並非遙不可及的玄理，而是親身體會實踐之真理。以此理解為基礎，我們方能真正領會《諸法無諍三昧法門》中，慧思以「禪波羅蜜」進入「般若波羅蜜」及其他波羅蜜之深意。而慧思之說法雖以「禪波羅蜜」為主，然其內容參考《摩訶般若波羅蜜多經》之處頗多，在引用《摩訶般若波羅蜜多經》時，其發揮個人禪觀思想之處僅有「如夢如幻，如影如化，如水中月」等譬喻及「以六道幻化度眾生」等說法。而全文中慧思真正的創見，應是以「四念處」來解釋修習「禪波羅蜜」之具體方法，以下即開始分析《諸法無諍三昧法門》中的「四念處」及與「四念處」相關之概念。

⁵¹ 《大正藏》冊 46，頁 781 上。

⁵² 《大正藏》冊 46，頁 787 中。

（二）《諸法無諍三昧法門》中的「四念處」

1. 「四念處」與「旋陀羅尼」

在《諸法無諍三昧法門》卷上有三段提到「四念處」。第一段談到行者「總持旋陀羅尼」時：

爾時禪波羅蜜轉名三十七品，起一切神通，所謂四念處、四正勤、四如意足、五根、五力、七覺分、八聖道分、名為摩訶衍，如〈四念處品〉中說，轉一切智慧，以一神通，現一切神通，以一解脫，作一切解脫，轉一名字語句，入一切名字語句。如是一切名字語句，還入一名一字一語一句，平等不異，是〈四念處〉字等、語等，諸字入門，一切佛法盡在其中。⁵³

此段中所提到之「旋陀羅尼」在天臺思想及歷史中，具有相當的重要性。在《法華經·普賢菩薩勸發品》中提到普賢菩薩發願護持讀頌《法華經》者：

時受持讀誦法華經者，得見我身，甚大歡喜，轉復精進，以見我故，即得三昧及陀羅尼，名為旋陀羅尼、百千萬億旋陀羅尼、法音方便陀羅尼。⁵⁴

據智顛所作《法華三昧懺儀》，「陀羅尼」即「大智慧」。得如是大智慧，除了可「諸佛所說，一聞不忘，通達無闕。於一句中，通達一切義說，無窮盡。如虛空中風，得如是種種諸智慧門。」⁵⁵ 之

⁵³ 《大正藏》冊 46，頁 631 中。

⁵⁴ 《大正藏》冊 9，頁 61 上-中。

⁵⁵ 《大正藏》冊 46，頁 955 中。

外，還可「獲六根清淨，普現色身，開佛知見，入菩薩位。」⁵⁶ 而在《法華三昧懺儀》中，智顛提到要證法華三昧或旋陀羅尼，初行者即需在三七日中行法華懺法，但若是久修者，依《法華經·安樂行品》即可證得。而「旋陀羅尼」之證得，又有不同證相展現。在《法華三昧懺儀·略明修證相第五》，智顛提到中品慧根行者所證淨相：

中品慧根淨相者，所謂行者，於行坐誦念之中，身心寂然，猶如虛空。入諸寂定，於正慧中，面見普賢菩薩，乘六牙白象，與無量菩薩眾，而自圍遶，以一切眾生所喜見身，現其人前。是人以見普賢菩薩故，即得三昧及陀羅尼，其名曰旋陀羅尼、百千萬億旋陀羅尼、法音方便陀羅尼。⁵⁷

上品慧根淨相者之證相與中根行者之不同之處則是：

行者亦於行坐誦念之中，身心豁然清淨，入深禪定，覺慧分明，心不動搖，於禪定中，得見普賢菩薩、釋迦多寶分身、世尊、及十方佛，得無闕大陀羅尼，獲六根清淨，普現色身，開佛知見，入菩薩位。⁵⁸

然上品慧根行者所證，亦包含了「旋陀羅尼」在內。在智顛門人灌頂為智顛所立之傳《隋天臺智者大師別傳》中，亦有智顛本人在慧思指導下證得「旋陀羅尼」，亦即「法華三昧之前方便」而辯才縱發之記載：

⁵⁶ 同上註。

⁵⁷ 《大正藏》冊 46，頁 955 上-中。

⁵⁸ 出處同上註。

思師歎曰：「非爾弗證，非我莫識！所入定者，法華三昧前方便也。所發持者，初旋陀羅尼也。縱令文字之師，千群萬眾，尋汝之辯，不可窮矣。於說法人中最高為第一。」⁵⁹

《諸法無諍三昧》卷上此段提及「四念處」，除了是在讀頌《法華經》時所證之「旋陀羅尼」來說明，更以《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》（在單本中名為〈四念處品〉）來加以發揮。值得注意的是，在引用〈四念處品〉時，慧思提出之重點為「四十二字門」。在《諸法無諍三昧法門》中，慧思甚至以「是〈四念處〉字等、語等，諸字入門，一切佛法盡在其中」來強調〈四念處品〉中四十二字之重要性。「四十二字門」梵語為 *dvācatvārij śad-aksaramukha*，乃是針對梵文四十二個字母，而論其各自之意義之法門。僧傳中記載慧思曾將四十二字門配於大乘菩薩修行之四十二階位，即十住、十行、十迴向、十地、等覺、妙覺。然而慧思所著之《四十二字門》現今已佚失，不過慧思之「四十二字門」出於《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》，亦即〈四念處品〉之一事，且慧思於《諸法無諍三昧法門》中將旋陀羅尼、四念處、與四十二字門並列之論述，更顯出「四念處」在慧思禪法中之重要性，以及慧思禪觀中《法華經》和《摩訶般若波羅蜜多經》間之深刻關係。⁶⁰

2. 「四念處」與「精進毘梨耶波羅蜜」

在《諸法無諍三昧法門》卷上中討論到「四念處」之第二段

⁵⁹ 《大正藏》冊 50，頁 192 上-中。

⁶⁰ 見註 28。

爲討論「精進毘梨耶波羅蜜」之部分。在討論菩薩「精進」度時，慧思以修四念處時，尙未能得神通爲菩薩反省重點及精進目標：

復次，菩薩學四念處時獲得四禪，復作是念：「我於身念處，未得如意神通；受念處。未獲宿命神通；修心念處。未獲他心智，不知十方凡聖心故。」修法念處時，如是思惟：「我今未獲漏盡神通，修身念處，觀一切色，亦未得清淨天眼；於受念處，未證因緣業報垢淨神通；於心念處，未得眾生語言三昧。」作是念已，勤精進求乃至成就，具六神通，爾時禪定轉名精進毘梨耶波羅蜜。⁶¹

可見正如慧思在卷首所說，佛欲說法度眾生時，先入禪定，以神通力，令大地震動，變穢土爲淨土，放大光明，並以五眼觀眾生及聽法菩薩性情及所欲爲何，方才說法。而菩薩亦爲求佛道，需學「甚深微妙禪定，身心得證，斷諸煩惱，得一切神通後，方才立大誓願，度一切眾生。」也因神通在說法時之重要性，因此慧思將其列爲修行「四念處」之首要精進目標。在此段中，慧思即提到了「如意通」、「宿命通」、「他心通」、「漏盡通」、「天眼通」及「眾生語言三昧」等神通爲菩薩應精進修行之法，且皆以修習「四念處」的方式得到這些神通，在《摩訶般若波羅蜜多經·一念品》的相對應經文中，僅以「身精進、心精進」、「入初禪乃至第四禪」、及各種神通來討論毘梨耶波羅蜜，而無提到以「四念處」爲修得神通之方法。⁶² 由此可看出，慧思以爲「四念處」爲菩薩修習禪定及取得神通之主要修法，此點爲慧思對《摩訶般若波羅

⁶¹ 《大正藏》冊 46，頁 631 下。

⁶² 見《摩訶般若波羅蜜多經·一念品》，《大正藏》冊 8，頁 388 中。

蜜多經》發揮之重點，此點在下文中將再加以詳述。

3. 「四念處」與「觀五陰」

在《諸法無諍三昧法門》卷上之最後一段，慧思第三度討論到「四念處」。此段之重點為「身念處」之修行，特別是有關以「不淨觀」來觀身之討論。在討論觀「身念處」時，慧思亦提出「身念處」之重要性：

菩薩禪定修「四念處」，得三十七品，具足佛法，何以故？是「身念處」，觀色法故，一念具足「四念處」故，是「身念處」，用念覺分，觀五陰時，斷一切煩惱，故觀色陰時，是「身念處」。⁶³

簡而言之，慧思在此段中指出「觀身念處」即「觀五陰」。此一思想，與後來智顛在《摩訶止觀》正修止觀十境之第一境——「觀陰入界境」中所提到的「四念處陰別」應有關連。值得再作進一步之考察。⁶⁴

此外，若分析此段結構，此段論述似乎為慧思針對《摩訶般若波羅蜜經》〈四念處品〉所作之論述，因《摩訶般若波羅蜜經》〈四念處品〉之重點即在觀身之四大、身內不淨、及九想不淨觀之說明。⁶⁵ 而《諸法無諍三昧法門》此段在說明「身念處」之重要性之後，亦討論「九想」及「十想」，並分別以「欲界金剛定」和「欲界未到地金剛智」來定義這兩種不淨觀。慧思最後並以「煩

⁶³ 《大正藏》冊 46，頁 632 中。

⁶⁴ 《大正藏》冊 46，頁 51 中。

⁶⁵ 見鳩摩羅什譯，《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》，《大正藏》冊 8，頁 253 中-254 中。

惱者，六欲心也。」來說明「九想」所對治之煩惱：如威儀言語欲、形容欲、色欲、細滑欲、人欲。⁶⁶

綜觀以上三段《諸法無諍三昧法門·卷上》中有關「四念處」之段落，第一段與《法華經》有密切關係，而第一段與第三段皆與《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九(四念處品)》有密切關係。而第二段中有關以「四念處」修神通為「精進毘梨耶波羅蜜」之進昇目標之思想，而慧思《諸法無諍三昧法門》卷下，則全為針對此一菩薩所修「四念處」修法之討論。

4. 由「身念處」到「心念處」之重心轉移

在筆者曾發表過之〈慧思《諸法無諍三昧法門》與《大念處經》、《摩訶般若波羅蜜經》、《大智度論》之比較研究〉一文中，已闡明慧思《諸法無諍三昧法門》卷下之「四念處」受《大智度論》卷 19「菩薩修念處觀」影響很大，尤其是慧思對於「觀諸法實相」及「心」之強調乃是受《大智度論》之影響並加以發揮。由於《諸法無諍三昧法門》卷下全為菩薩「四念處」修法之深入討論，因此在本文中筆者將深入分析《諸法無諍三昧法門》卷下中之「四念處」，特別是其與《大智度論》和《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》之關係。

《諸法無諍三昧法門》卷下「四念處」最明顯之特色是對「心」和「心念處」的重視。⁶⁷ 由《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》到《大智度論》，再到慧思的《諸法無諍三昧法門》卷下，我們可

⁶⁶ 《大正藏》冊 46，頁 632 下。

⁶⁷ 哈磊在其《四念處研究》中對《諸法無諍三昧》卷下中「四念處」之分析，以「實相觀」為主，筆者以為，慧思對《大智度論》「實相觀」之引用，在《諸法無諍三昧》卷上中即已非常明顯。見哈磊，《四念處研究》，頁 300-302。

看到「四念處」所經歷的一連串變化。基本上《大智度論》討論「四念處」之依據及架構乃是依照《摩訶般若波羅蜜經》之次序來討論，《大智度論》此段所論述之經文原文為：

菩薩摩訶薩以不住法，住般若波羅蜜中。不生故，應具足四念處、四正勤、四如意足、五根、五力、七覺分、八聖道分。⁶⁸

由於此段經文很短，無法看出此一架構，但若參照《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》，則可清楚看出《大智度論》之「身念處」由肉身之不淨，經內身、外身、內外身之次序觀照實與《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》有密切關係。《大智度論》之「身念處」與《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》不同之處，乃在於對「空、無相、無願」之發揮及「實相」一詞之提出。然而如上所述，《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》討論「四念處」之方式是以「身念處」統攝各種「念處」之觀法，且如上文所述，慧思亦曾承襲此種思想，但是在《諸法無諍三昧法門》卷下，慧思則特別標舉出「心」之重要性。相對於在《諸法無諍三昧法門》卷上，慧思承襲《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》之說法而認為可以「身念處」斷一切煩惱，具足一切佛法之思想，然而慧思在卷下則不斷強調「心念處」之重要性。⁶⁹ 以下則依《諸法無諍三昧法門》卷下中之四個念處分別討論慧思對在各個念處中對「心」之詮解。

4-1. 《諸法無諍三昧法門·身念處觀如音品》中的「心」

⁶⁸ 《大正藏》冊 25，頁 197 中。

⁶⁹ 見註 25。

首先，如大野榮人所指出的：《大智度論》之身念處乃在由肉身之不淨，由內身、外身、內外身之次序觀照。而慧思則由「息」的入出生滅，到「心」與「心相」，再到「身」的不淨來討論身念處。⁷⁰ 慧思亦討論他之所以由「息」和「心」入手，而不由「身」入手之原因。在天臺典籍中提到觀「息、色、心」修法的除了慧思之《諸法無諍三昧》外，最詳細的即是智顛的《釋禪波羅蜜次第法門·通明觀》，而根據智顛的說法，觀「息、色、心」修法之理論來源為《大集經》。筆者於「第五屆魏晉南北朝文學與思想學術研討會」所發表之〈早期天臺止觀對道教修法的融攝模式——以智者大師「釋禪波羅蜜次第法門·通明觀」章為中心〉一文中，曾仔細討論智顛承襲自慧思及北方禪師，以「息」、「色」、「心」來分判禪門或分別修禪入手處之理論根據，乃為《大集經》卷 23 中之生命生成之原理：

善男子！法行比丘先觀無明乃至老死。云何名為觀於無明？先觀中陰，於父母所生貪愛心，愛因緣故，四大和合，精血二滯合成一滯，大如豆子，名歌羅羅。是歌羅羅有三事：一「命」、二「識」、三「煖」。過去世中業緣果報，無有作者及以受者，初息出入是名無明。歌羅羅時氣息入出，有二種道，所謂隨母氣息上下。七日一變，息入出者名為「壽命」，是名風道。不臭不爛，是名為「煖」。是中心意名之為「識」。⁷¹

而依此生命構成之成分，則有以觀察「息」、「色」、及「心」等三大生命成分的禪修法門之設置，由於此三門乃依據生命本源

⁷⁰ 參見大野榮人，《天台止觀成立史の研究》，頁 74。

⁷¹ 《大正藏》冊 13，頁 164 中。

構成之三大成分而設立，因此可含攝一切禪門。而在《釋禪波羅蜜次第法門》中，「通明觀」之行者在定中同時觀察「息」、「色」、及「心」，而「世間四禪」之觀察範圍只涵蓋「息」與「心」，因此所成就之證相及禪支大不相同。《諸法無諍三昧法門》卷下「身念處」觀法與「通明觀」之不同在於，《諸法無諍三昧法門》之觀行次序為「息」、「心」、「色」而「通明觀」之觀行次序則為「息」、「色」、及「心」。此二者間之差別，或許是慧思及智顛對此禪法修行重點之差異。如智顛所講說之《釋禪波羅蜜次第法門·通明觀章》中之討論較著重於對「色」的觀察，如「三十六物」、「九十九層薄皮、厚皮、膜肉」、「大骨、小骨」、「五藏葉葉相覆」、「內觀諸虫語言聲音」、「四百脈」、「脈內微細諸虫」等。但在《諸法無諍三昧法門》卷下「身念處」中，慧思之重點即在「息」與「心」，既能觀察到「息」、「心」、和「心相」無所從來，亦無歸處，自然了知此身「化生不實」，根本不需再加以說明。

慧思唯有在討論到菩薩欲得神通時，方對「四大」之觀察再加以討論，且其觀察方式與《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》中「觀身四大」之討論方式亦有不同，在《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》中，菩薩觀身四大乃是如屠牛弟子以刀將牛分爲四分之「界分別觀」：

復次須菩提，菩薩摩訶薩，觀身四大，作是念：身中有地大、水大、火大、風大，譬如屠牛師，若屠牛弟子，以刀殺牛，分作四分，作四分已，若立若坐，觀此四分，菩薩摩訶薩亦如是，行般若波羅蜜時，種種觀身四大，地大、水大、火大、風大。如是須菩提，

菩薩摩訶薩內身中循身觀，以不可得故。⁷²

但慧思之「觀內身、外身四大」卻是以「如空如影」之方式來進行，並進入初禪後，獲致神通之過程描述：

如是觀竟，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，捨龐重想。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。⁷³

有關神通之部分，我們當留待下一小節討論，而有關「如影如空」之部分，當由慧思在《諸法無諍三昧法門》卷上一開頭以「身本」、「身身」、「心心」之思想來說明禪修進程之理論架構。⁷⁴「身本」為「如來藏」、「自性清淨心」或「真實心」，如虛空月，「身身」及「心心」則如月影。在「身念處品」中慧思由「息」和「心」的觀察來證成對「身」本質之理解，「心」已被視為是比「身」更貼近、更直接的方法，因此可以透過「心」來理解「身」。

4-2. 《諸法無諍三昧法門·受念處品》中的「心」

慧思在討論受念處，內受即「六根」時，即以相當長的篇幅

⁷² 《大正藏》冊8，頁253下。

⁷³ 《大正藏》冊46，頁633中。

⁷⁴ 此點亦需考察慧思作品中的般若思想。見註30。

來討論「心」在「六根」中的主導地位：

六根名為門，心為自在王，造生死業時，貪著六塵，至死不捨，無能制者，自在如王，是故名為無上死王。譬如世間五月時兩大惡雹，五穀果樹，摧折墮落，人畜皆死，是惡雹雨，譬如金剛，無能制者，斷諸善根，作一闡提，是故名為死金剛雨。譬如世間金翅鳥王，飛行虛空四大海中，擒捉諸龍，自在無礙，食噉令盡，無能制者，是故名為死金翅鳥，譬如世間惡轉輪王，飛行虛空，遍四天下，擒捉諸王，自在無礙，壞他事業，無能制者，是故復名死轉輪王。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，一切凡夫及二乘人，不能降伏如是死王，為無常法之所遷故，不能降伏，唯有法大力菩薩生分盡者，乃能降之，無習氣故。⁷⁵

相對於《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》，〈四念處品〉中僅以「身念處」來達成解脫，以及《大智度論》卷 19 中，僅以「是菩薩如是求諸受，不在過去，不在未來，不在現在，知是諸受空、無我、無我所、無常、破壞法」⁷⁶ 的方式來修習「受念處」，慧思對「心」之重要性之提出，可謂其詮釋觀點的特殊之處。而且慧思強調以修「四禪」及「四念處」來降服「心」在個人在世

⁷⁵ 同上，頁 643 上。

⁷⁶ 《大正藏》冊 25，頁 203 下。

界活動而產生感受時，「心」對於個人的無比強大之控制力，此點即為慧思在討論「受念處」時對「心」之強調重點。

4-3. 《諸法無諍三昧法門·心念處品》中的「心」

在《大智度論》卷 19 中，有一段關於「心」和心相之敘述，以觀「內心」之三相，即生、住、滅，而做是念：是心無所從來，滅亦無所至，但從「內外因緣和合生，是心無有定實相，亦無實生、住、滅。」因而此心不在內、外、中間、此心亦「無性、無相」，以外有種種雜六塵因緣，內有顛倒心相，而「強名為心」。然而此段以甚深空觀為基點論述之文字後，卻又轉出一段有關「心性常淨」之敘述：

如是心中，實心相不可得。是心性不生不滅，常是淨相，客煩惱相著故，名為不淨心。⁷⁷

然而在此段「心性常淨，客塵煩惱」之論述後，再度回到一切皆空之論述：

心不自知，何以故？是心、心相空故。是心本末，無有實法。是心與諸法，無合、無散，亦無前際、後際、中際。無色、無形、無對，但顛倒虛誑生。是心空，無我、無我所，無常、無實。是名隨順心觀。知心相無生，入無生法中。何以故？是心無生、無性、無相，智者能知。⁷⁸

在否定了心性與心相之實有性後，卻又再度將轉回「心」之清淨

⁷⁷ 《大正藏》冊 25，頁 203 下-204 上。

⁷⁸ 《大正藏》冊 25，頁 204 上。

之上，但此次未用「心性」這一名詞：

智者雖觀，是心生滅相，亦不得實生滅法。不分別垢淨，而得心清淨。以是心清淨故，不為客煩惱所染。⁷⁹

依筆者所見，此二段之敘述乃是對上段「心性清淨」的一種更深層的否認，可視為是不同的說法層次。智顛即曾在《釋禪波羅蜜次第法門·通明觀》觀中，討論《大智度論》中，行者須以層層突破現有理解，層層轉深轉進的方式，來領悟甚深空義。⁸⁰ 在透過「心相」理解到「心性」後，對於「心相」、「心性」之空性再進一層地去領悟，最後了知「心相」與「心性」皆無實有生滅，方能達到真正的「清淨」，不為客煩惱所染。正如印順導師在《如來藏之研究》中提到，《般若經》「對部派佛教中，以為相續心或煩惱相應的心，本來是清淨的見解，是從根本上予以否定的。《般若經》所說的「非心」，是心空、心不可得的意思。心性（*cittata*）寂滅不可得，所以說『心（的）本性清淨』（*prakti w cittasya prabhsvrata*）」。⁸¹ 印順導師對《般若經》中心的「本性清淨」之立場解說，對於我們瞭解此段論文，亦有幫助。此外，亦可參考釋如定〈「心念處」之探討——以《大智度論》為主〉一文⁸²，其對於《大智度論》此段之解讀，與印順導師之立場大致相同。

《大智度論》第十九卷此種由「心相」至「心性」至勝義體

⁷⁹ 《大正藏》冊 25，頁 204 上。

⁸⁰ 見筆者於〈早期天臺止觀對道教修法的融攝模式——以智者大師「釋禪波羅蜜次第法門·通明觀」章為中心〉分析智顛對《大智度論》三層「如相」、「異相」之討論。該文收於《第五屆魏晉南北朝文學與思想學術研討會論文集》，頁 389-414。

⁸¹ 印順，《如來藏之研究》，臺北：正聞出版社，1998，頁 80。

⁸² 《福嚴佛學院第九屆學生論文集》上冊，新竹：福嚴佛學院，2002，頁 353。

悟之進路，被慧思予以吸收並加以發揮。慧思不但在《諸法無諍三昧法門·心念處品》中以「心數」或「心相」與「心性」之各種差別來說明「心念處」之修習，更在《諸法無諍三昧法門》卷上開頭以「身本」即「如來藏」、「自性清淨心」或「真實心」，如虛空月，「身身」及「心數」則如月影，來作為禪定觀察之對象。可見慧思將《大智度論》卷 19 中由「實心相不可得」所推知之「心性本淨」二者間之關係，更延伸到「身本」與「身身」上去。「心相」及「心性」之概念，實為慧思提供一重要架構。也因此慧思在《諸法無諍三昧法門·心念處品》中以「身念、受念、及法念，覺了三念由觀心。」之偈頌來凸顯「觀心」之絕對重要性。

然而問題是，慧思是否亦繼承了《大智度論》立足於勝義體悟之「空性」觀呢？由《諸法無諍三昧法門·心念處品》中看來，慧思仍是立足於勝義空性體悟的：

眾生之性即心性，性無生死無解脫，如虛空性無明暗，
無有生死無解。⁸³

然而，慧思在《諸法無諍三昧法門》卷上及〈心念處品〉中，多次以「身本及真心為虛空月，身身及心數如月影」及「心性清淨如明珠，不為眾色之所污……，眾生心性如明珠，……，隨業受報遍六道，若持淨戒修禪智，法身處處皆應現，雖隨業影種種現，心性明珠不曾變」⁸⁴ 等例子來說明心性，亦可說是對《大智度論》卷 19「心性清淨」又進一步地加以發揮。

4-4. 《諸法無諍三昧法門·法念處品》中的「心」

⁸³ 《大正藏》冊 46，頁 638 中。

⁸⁴ 同上註。

在〈法念處品〉中，慧思將法分爲善法、不善法、及無記法來討論。之後又將法分爲內法、外法、內外法來討論。內法爲六情，外法爲六塵或六境，內外法爲六識，在討論六識時，慧思對心識之重要性，又有長篇的發揮。

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，遊戲六情作煩惱，六識緣行善惡業，隨業受報遍六道。

能觀六根空無主，即悟諸法畢竟空，觀妄念心無生滅，即斷無始無明空。解六識空得解脫，無六識空無縛解，何以故？六識非有亦非空，無名、無字、無相貌；亦無繫縛、無解脫；為欲教化眾生故，假名方便說解脫。解脫心空，名金剛智。何以故？心不在內、不在外、不在中間、無生滅、無名字、無相貌、無繫、無縛、無解脫，一切結無障礙，假名說為金剛智。⁸⁵

慧思亦繼續〈心念處品〉中對「心相」與「心性」之討論：

更總說心作，二分名心相，二分名心性，常相共六識行……，心相如夢者，諸行如夢法，諸行如夢法，無夢無夢法，亦無觀夢者，……，觀察心相及行業不斷不常，觀亦爾，是名觀心相破一切業障，名之為解脫，即觀心性時，心性無生滅，無名無字，無斷常，無始

⁸⁵ 請參見陳英善〈慧思的禪觀思想與首楞嚴三昧〉一文，文中曾就慧思觀法中之「實相觀法」與「金剛智」為重點加以討論。

無原，不可得，當知無心，無無心，亦無無心名字。⁸⁶

可見在討論「心念處」時，慧思除了延續其一貫對「心相」與「心性」之思維角度，亦強調在修「法念處」時，「觀心」對「身念」、「受念」及「法念」覺了之重要性，因而「心」之重要性在此得到絕對之肯定。

5. 以「四念處」修神通度眾

慧思在《諸法無諍三昧法門》卷下對「四念處」討論之另一大特色為對「禪定」及「神通」操作方法之詳細討論。由於慧思在《諸法無諍三昧法門》中強調為度一切眾生，需修得神通，方能以道種智觀察眾生根器差別，知其對治。因此其對修「四念處」後，欲度眾生得神通，或是自然得神通之操作及運用過程之說明極為詳盡。如在〈身念處觀如音品〉中，慧思提到，在「總觀諸法實相」後：

如是觀竟，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

⁸⁶ 《大正藏》冊 46，頁 640 上-中。

處不淨觀法。⁸⁷

亦即在觀「身念處」時，以「觀息」的方式達到「如意通」。接下來慧思提到修「九想」、「十想」等不淨觀法亦可得「如意神通」，視眾生所需，盡給與之，然後才說法。此處取得如意通神變之重點為能作十方佛身、菩薩緣覺阿羅漢身、四種佛弟子形，六趣眾生之身、亦能作臭爛死屍，以達到使眾生起信、捨欲、降慢而發清淨心信求佛道之目的。

在〈受念處品〉中提到神通的部分則為：

禪波羅蜜中，觀受念處，無生無滅，無一切受，……，如是觀時，初學能斷一切煩惱，又得一切宿命通。為眾生故，現一切身，受一切命。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，從第四禪起住第二禪，用如意神通……。⁸⁸

此處所強調的，是先以「宿命通」了知自身宿命及其他一切眾生宿命之後，再以「如意通」隨眾生意欲而變化，令其歡喜，而為說法。

在〈心念處品〉中，修得之神通及其妙用為：「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」後，觀念處之「內心、外心、內外心，……」得「遍一切他心智三昧」再以「他心智如意神通」得「天眼」、「宿命」、「漏進神通」。其運用

⁸⁷ 《大正藏》冊 46，頁 633 中。修輕空想而得神通在慧思作品中常可見到，如《隨自意三昧》中即也曾提到。

⁸⁸ 同上，頁 634 下。

爲「以如意神通，普現色身，上中下根，隨機說法，悉令解脫」。

在〈法念處品〉中，也有類似的神通修法及度眾法：

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，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；若說三毒對治之法；若四大、若五陰、若十二入、十八界、若十二因緣、若四念處、若四禪、若四真諦、若不說法直現神通、若疾、是遲、是處、非處，如是各各感聞。不同色像音聲，名字差別，各各不同，皆得聖道。

或有眾生，不可教化，假使說法，神通變化，無如之何。或有眾生，若先說法，及現神通，不能生信，要先同事自恣五欲，及餘方便破戒之事，欲心得息，隨應說法，即可得道。

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，諸大菩薩三界人天悉來集會，四念處力，能令大眾各見世界淨穢不等，各不相知，現不思議神通變化無量種異，感見佛身，亦復如是，於一法門，無量名字，差別不等，

現無量身，為眾說法，各不相知，獨見一佛，一念心中，一時說法，見聞雖復各不同，得道無二，只是一法，是名菩薩法自在三昧。

此處以神通度眾之特點在於「觀眾生感聞何法而得入道」及「令大眾各見世界淨穢不等，各不相知。」及「為眾說法，各不相知，獨見一佛，一念心中，一時說法，見聞雖復各不同，得道無二。」

小結：

綜合慧思在《諸法無諍三昧法門》卷下對「四念處」之描述，我們可做出下列二個結論：(1) 相對於《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》(四念處品)及《大智度論》卷 19 中對「身念處」之重視，慧思提高了「心念處」，亦即「觀心」之重要性，且其理論基礎雖然是立基於《大智度論》卷 19 中之「心相」與「心性」，但在其敘述方式方面，較《大智度論》卷 19 有更進一步之發揮，此外慧思並將此理論運用到「身本」及「身身」上去。(2) 綜觀慧思在《諸法無諍三昧法門》卷下對身、受、心、法等四個念處修法之描述，可知慧思之「四念處」修行，皆需在「初禪」至「四禪」的程度中進行，而進入甚深禪定之目的則是為了修得神通，以作為度眾之方便。

四、《隨自意三昧》中的四念處

慧思之《隨自意三昧》為成就「首楞嚴定」的一種三昧修法，

其修法重心為以大悲眼觀眾生，舉足下足具六波羅蜜菩薩行。由於這是一種隨時隨地，在行者一行一止中的舉心動念上去修行的禪法，《隨自意三昧》之文本結構乃是依行、住、坐、眠、食、語來論說。在以上這些生活的動靜態活動中，行者需同時對眾生產生對自身兒女一般的慈悲心，但又同時觀一切為如幻化、如影、如空，不可得。由於此文之禪觀思想已有楊麗莉作過相當詳細的分析⁸⁹，本文僅在此簡要說明筆者對《隨自意三昧》與「四念處」之關係之初步觀察，以點出「四念處」在慧思著作中之全面重要性。

雖然慧思在此文中強調「隨自意三昧」與《首楞嚴三昧經》和《般舟三昧經》之關係，但「隨自意」三昧之修法，顯然與《摩訶般若波羅蜜多經》有相當密切之關係。首先，《隨自意三昧》之章節為〈行威儀品第一〉、〈住威儀品第二〉、〈坐威儀品第三〉、〈眠威儀品第四〉、〈食威儀中具足一切諸上味品第五〉、〈語威儀品第六〉。此一架構即來自「四念處」中對在威儀中修習念處之描述。然而據筆者在〈論中國早期天臺禪法中之四念處——由「念處經」到「諸法無諍三昧法門」的比較研究〉⁹⁰中之比較研究指出，在《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》中，「威儀」之觀察是身念處修行中的第一個觀察對象，但在南傳《大念處》中，則以「安般念」為身念處修行之入手處，因此似可看出在《摩訶般若波羅蜜經》中對於將念處修行遍及到生活中之加強重視。在《摩訶般若波羅蜜經·廣乘品第十九》中，「身念處」之修行乃是以下列方

⁸⁹ 見註 11。

⁹⁰ 見註 27。此文之目的並非在建立南傳《大念處經》、《摩訶般若波羅蜜經》、《大智度論》及《隨自意三昧》之歷史傳承關係，而僅是嘗試由經論中討論「四念處」之敘述用語之差異，來分析「四念處」一詞在時空流轉中其修法及詮釋重點之轉移。此外並參見哈磊《四念處研究》。

式爲起點：

復次須菩提，菩薩摩訶薩，若來若去，視瞻一心，屈申俯仰，服僧伽梨，執持衣鉢，飲食臥息，坐立、睡覺、語默，入禪、出禪，亦常一心。如是須菩提，菩薩摩訶薩行般若波羅蜜，內身中循身觀，以不可得故。

91

而在較素樸的《中阿含經》第 24 卷，第 98 經中，有關威儀之描述如下：

云何觀身如身念處？比丘者，行則知行，住則知住，坐則知坐，臥則知臥，眠則知眠，寤則知寤，眠寐則知眠寤，如是比丘觀內身如身，觀外身如身，立念在身，有知有見，有明有達，是謂比丘觀身如身。

復次，比丘觀身如身，比丘者，正知出入，善觀分別，屈伸低昂，儀容庠序，善著僧伽梨及諸衣鉢，行住坐臥，眠寤語默皆正知之，如是比丘觀內身如身，觀外身如身，立念在身，有知有見，有明有達，是謂比丘觀身如身。⁹²

由以上二段引文看來，《隨自意三昧》不但「威儀」爲其篇章名稱，更以「四念處」中之觀「威儀」⁹³ 修法來架構其行威儀品、住威儀、坐威儀、眠威儀、食威儀、語威儀之篇章次序，因此《隨自意三昧》其實亦可視爲是一種慧思運用大乘經典如《摩訶般若

⁹¹ 《大正藏》冊 8，頁 253 中-下。

⁹² 《大正藏》冊 1，頁 582 中。

⁹³ 「威儀」即巴利語：Iriyāpaṭṭa，之漢譯名稱，意為「姿勢」。

波羅蜜經》、《首楞嚴三昧經》和《般舟三昧經》等大乘禪觀來進行「四念處」之修行法。由於《隨自意三昧》與《摩訶般若波羅蜜經》之關係相當密切，且其對「四念處」之討論當在釐清其與《摩訶般若波羅蜜經》之關係後，方能進行討論，因此筆者將另外為文對《隨自意三昧》中之「四念處」，特別是其與《摩訶般若波羅蜜經》之關係，進行詳細地分析與論述。

五、《法華經安樂行義》中的四念處

在《法華經安樂行義》中僅有一段提到「四念處」，原文為：

一切二乘諸聲聞人，陰界入中，能對治觀。不淨觀法能斷貪婬；慈心觀法能斷瞋恚；因緣觀法能斷愚癡。別名字說，名為四念處。是四念有三十七種差別名字，名為道品。

觀身不淨，及能了知，此不淨身，是無明根本，空無生處，不淨觀法，能破身見，男女憎愛，及中間人，皆歸空寂，是名破煩惱魔。

觀十八界三受法，外苦受陰、內苦受陰、知是苦受陰，身心所行，受念著處一切皆苦，捨之不著。內樂受、外樂受、內外樂受。觀此樂受，心貪著故，能作苦因，捨之不受，知樂受一切皆空，苦樂二觀，能破世諦，心住真諦，初捨苦樂，便得不苦不樂。以貪著故，復是無明，復更觀此，不苦不樂受，無所依止，無常變壞，何以故？因捨苦樂，得不苦樂，苦樂二觀，既無

生處，亦無滅處，畢竟空寂。不苦不樂，從何處生？如是觀時，空無所得，亦無可捨，既無可捨，亦復不得，無可捨法，若無世諦，則無真諦，真假俱寂，是時即破陰入界魔。

觀心無常，生滅不住，觀察是心，本從何生？如此觀時，都不見心，亦無生滅，非斷非常，不住中道，如此觀已，即無死魔。

法念處中，觀一切法，若善法、若不善法、若無記法，皆如虛空，不可選擇。於諸法中，畢竟心不動。亦無住相，得不動三昧。即無天子魔。

因捨三受，得此解脫，名為苦樂行。因果俱名為聲聞，非菩薩道。

鈍根菩薩亦因此觀，無取捨為異，何以故？色心三受，畢竟不生，無十八界故，無有內外受取，既無受，即無可捨，觀行雖同，無三受間故，巧慧方便能具足，故是名安樂行。⁹⁴

在《法華經安樂行義》中，「四念處」既是聲聞行者斷煩惱所修之「苦樂行」，也是鈍根菩薩所修之「安樂行」。以上論述雖以較多篇幅描述「受念處」，但其原因不是要闡明「受念處」之重要性，而是在說明聲聞對「受念處」如苦樂等受之觀察思惟過程。由於聲聞行者對於苦受、樂受、不苦不樂受「三受」之無法像鈍根菩薩一般直接以空觀來了悟，而需慢慢觀察思惟。因此其「四念處」行被稱為「苦樂行」，來與鈍根菩薩之「安樂行」相對。

在此段論述中，「身念處」指「觀身不淨」，及了知此身，空

⁹⁴ 《大正藏》冊 46，頁 701 上-中。

無生處。而「受念處」則是對於「樂受」之捨，至於「不苦不樂受」之捨離，而得離苦因，了達諸受畢竟空寂。「心念處」則是觀心無常，直至見心都無生滅，非斷非常，不住中道。最後「法念處」則能觀一切法皆如虛空，於諸法中，畢竟心不動，亦無住相。

由於《法華經安樂行義》乃是以「法華三昧」為論述中心，因此雖然聲聞修「四念處」中對空性之瞭解及煩惱對治方面其實已達到「身念處」能破「煩惱魔」、「受念處」能破「陰入界魔」、「心念處」能破「死魔」、「法念處」修成即無「天子魔」之境界，而鈍根菩薩亦可以巧慧方便而達到「色心三受，畢竟不生」的境界，然與《法華經》修法相對，聲聞行者對「三受」仍視為「實有」而需逐一觀察「捨離」，因此被判為聲聞之行。而鈍根菩薩雖能以空觀直接破除「三受」之「畢竟不生」和「無所得性」，然亦未疾成佛道之法。在上文中筆者曾提到，智顛在《法華三昧懺儀》中提到初學者可修《法華三昧懺儀》，而久學者則僅依《法華經安樂行義》修習則可，可見《法華經安樂行義》是為較進階之行者所作。因此《法華經安樂行義》對「四念處」之判別和解說與慧思其他著作有所不同。

六、結論

綜合以上所述，可見在現存的慧思著作中，「四念處」扮演著相當重要的角色。然而，既然在早期天臺禪法中，「四念處」佔有如此重要地位，為何在《續高僧傳》及其他史料中卻對慧思的「四念處」觀法隻字未提？此點對於慧思時代的禪法，又說明了些什

麼呢？此問題尚有待進一步查證。目前僅以慧思著作中所見的「四念處」修法資料，對於現代佛教研究學界來說，即已具有相當特殊之重要性，也否定了「四念處」為「小乘禪法」的說法。慧思「四念處」觀之特色，不但融合《法華經》、《般若經》、《般舟三昧經》、《首楞嚴三昧經》等大乘禪觀於一爐，並強調甚深禪定與「神通」在菩薩度眾時之重要性。此外慧思更承襲《大智度論》對「心」之討論，對「心念處」之討論多所發揮，此點對於後代天臺禪者，因而兼具有奠立基礎與開創新局之重要性。

就前言中提到現代國際佛學研究之潮流來看，慧思之「四念處」觀更具有獨特之重要性。近年來西方佛學界中最重要的理論之一，即 Paul Harrison（何離異）所提出的「大乘起源理論」雖主張大乘之起源，乃在藉由更深入的禪定，來復興及重新彰顯佛陀教化本懷，以超越尼柯耶或主流佛教之禪定修行層次，並以其因優越的禪定力所得之「神通」，來取得弘法上之優勢。⁹⁵ 然而由於史料之不足，其理論中尚有許多有待更多證據加以充實之處。慧思之論著是融合所有早期大乘禪觀，且將禪定及「神通」之修法，及其與菩薩說法度眾之關係，以如此清楚之方式，予以體系化說明之最早論著之一。透過慧思採用的印度佛教架構，即「四念處」，並加之其以大乘禪觀發揮的菩薩「四念處」觀法，我們不但可以看到佛教的禪定，如何在時間的長河中推移、演化、及深化，並可以瞭解慧思如何將其詮解為菩薩度眾之利器。透過慧思留下之文字，也許我們也能穿越時空的長廊，看見六世紀時苦修禪定之中國大乘禪師，如何以自身的生命，精進於禪定的修行與菩薩道

⁹⁵ 見 Paul Harrison, "Searching the Origin of Mahayana Sutras: What are We Looking For?" *The Eastern Buddhist* 28, no. 1(1995): 48-69.

之實行。或許，我們會如 Harrison 所預測的一般，發現在時空長廊的那頭，大乘行者的臉龐，因深刻的禪定，而較我們所想像的要來得瘦削而深思。⁹⁶ 本文僅以對慧思禪觀的分析，來作為闡明及整理中國早期禪師之貢獻之起點，並期能為早期中國禪史之研究，提供一新的角度及視野。

⁹⁶ 同上註，頁 68-69。

引用書目

1. 瞿曇僧伽提婆譯，《中阿含經》，《大正藏》冊 1。
2. 鳩摩羅什譯，《摩訶般若波羅蜜多經》，《大正藏》冊 8。
3. 曇無讖譯，《大集經》，《大正藏》冊 13。
4. 鳩摩羅什譯，《大智度論》，《大正藏》冊 25。
5. 慧思撰，《諸法無諍三昧法門》，《大正藏》冊 46。
6. 慧思撰，《法華經安樂行義》，《大正藏》冊 46。
7. 慧思撰，《隨自意三昧》，《卍續藏》冊 55。
8. 道宣撰，《續高僧傳·習禪篇》，《大正藏》冊 50。
9. 道原撰，《景德傳燈錄》，《大正藏》冊 51。
10. 釋聖嚴，《大乘止觀法門之研究》。臺北：東初出版社，1979。
11. 釋太虛，《禪學論文集》，臺北：大乘出版社，1980。
12. 冉雲華，《中國禪學研究論集》。臺北：東初出版社，1991。
13. 釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》。臺北：正聞出版社，1992 年 7 版。
14. 湯用彤，《漢魏兩晉南北朝佛教史》。臺北：臺灣商務出版社，1997。
15. 釋印順，《如來藏之研究》。臺北：正聞出版社，1998 年 4 版。
16. 潘桂明，吳忠偉著《中國天台宗通史》。江蘇：江蘇古籍出版社，2001。
17. 朱謙之譯，忽滑谷快天，《中國禪學思想史》。上海：上海古籍出版社，2002。
18. 哈磊，《四念處研究》。四川：巴蜀書社，2006。

19. 大野榮人，《天台止觀成立史の研究》。京都：法藏館，1995。
20. 佐佐木憲德，《漢魏六朝禪觀發展史論》。東京：平文社，1979。
21. 王晴薇，〈早期天臺止觀對道教修法的融攝模式——以智者大師「釋禪波羅蜜次第法門·通明觀」章爲中心〉，收於《第五屆魏晉南北朝文學與思想學術研討會論文集》，臺南：成功大學中文系，2004，頁 389-414。
22. 王晴薇，〈論中國早期天臺禪法中之四念處——由「念處經」到「諸法無諍三昧法門」的比較研究〉，《漢學研究集刊》第二期，雲林：雲林科技大學，2006，頁 19-38。
23. 朱文光，〈考證、典範、與解釋的正當性：以「大乘止觀法門」的作者問題爲線索〉，《中華佛學研究》第一期，臺北：中華佛學研究所，1997，頁 196-230。
24. 陳英善，〈慧思的禪觀思想與首楞嚴三昧〉，《佛學研究中心學報》第三期，臺北：臺大佛學研究中心，1998，頁 151-185。
25. 新田雅章，〈慧思における禪定思想展開〉，《印度學佛教學研究》第廿一卷第二期，東京：印度學佛教學會，1972，頁 77-83。
26. 楊麗莉，〈南嶽慧思「隨自意三昧」禪觀思想之探微〉，印順文教基金會九十年度論文獎學金得獎論文。
27. 韓子峰，〈法華三昧的修學原理與實踐——以慧思安樂行義爲中心〉，收於《華梵大學第九屆國際佛教教育研討會論文集》，臺北：華梵佛學研究所，1994，頁 193-215。
28. 釋仁朗，〈慧思大師諸法無諍三昧法門詮般若體用之研究〉，刊於《華梵佛學年刊》第二、三輯合刊，臺北：中華學術院佛學研究所，1984，頁 33-40。
29. 釋如定，〈「心念處」之探討——以《大智度論》爲主〉，《福嚴佛學院第九屆學生論文集》上冊，新竹：福嚴佛學院，2002，

頁 319-367。

30. Chen Jinhua, *Making and Remaking History: A Study of Tiantai Sectarian Historiography*. Tokyo: The International Research Institute for Advanced Buddhology, Soka University, 1999.
31. Chen Jinhua, “An Alternative View of the Meditation Tradition in China: Meditation in the Life and Works of Daoxuan(596-667),” *T’oung Pao*, 2002.
32. Daniel Stevenson and Hiroshi Kanno, *The Meaning of the Lotus Sutra’s Course of Ease and Bliss: An Annotated Translation and Study of Nanyue Huisi’s (515-577) Fahua jing anlexingyi*. Bibliotheca Philologica et Philosophica Buddhica, IX. Tokyo: The International Research Institute for Advanced Buddhology, Soka University, 2006.
33. 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』第三號，1999.
34. Dumoulin, *Zen Buddhism: A History — India and China*. Macmillan, 1988.
35. Harrison, Paul. “Searching for the Origin of Mahayana Sutras: What are We Looking for?” *The Eastern Buddhist* 28, no. 1, 1995. pp. 48-69.
36. Harrison, Paul. ”Mediums and Messages: Reflections on the Production of Mahayana Sutras.” *The Eastern Buddhist* 35, no. 2. 2003, pp. 115-151.
37. Whalen Lai and Lewis Lancaster edit, *Early Chan in India and China*, Berkeley Buddhist Studies Series, 1983.

