

《成佛之道》

第五章 大乘不共法（甲二 1/2）

（印順導師《成佛之道（增注本）》p.313 ~ p.334）

釋貫藏 敬編 2026.5

目次¹

※後二度總說.....	2
辛一 定慧勝德.....	2
辛二 止觀次第.....	5
庚五 禪定.....	8
辛一 禪定勝德.....	8
辛二 修治.....	11
壬一 總明：修八斷行 治五過失.....	11
壬二 別詳.....	12
癸一 治懈怠〔修信欲勤安〕.....	12
癸二 治忘聖言〔修念〕.....	13
子一 正念明記〔安住明顯〕.....	13
子二 二類所緣〔能向出離〕.....	14
子三 多習二念.....	16
丑一 總說.....	16
丑二 別詳.....	20
寅一 念佛.....	20
寅二 念息.....	22
癸三 治沈掉〔修知〕.....	25
癸四 治不作行〔修思〕.....	26
癸五 治作行〔修捨〕.....	27
辛三 止方便〔九住心（住心九階段）〕.....	27
辛四 止成就.....	29
辛五 定的通德與差別（差別由觀）.....	30

——本文²——

¹ 案：凡「加框」者，皆為編者所加。

² 案：1、印順導師原文的每一段落，首行所空的二字元，標以灰色網底。

2、凡「首行未空二字元的段落」，在印順導師原文中，皆屬「同一段落」。

3、文中「上標編號」，為編者所加。

4、註腳引文，若為編者所略部分，以「…〔中略〕…」或「…〔下略〕…」表示。

5、註腳引文，梵巴字原則上不引出。

6、印順導師原文中，括號內的數字，如「(1.001)」，表示原文本有的註腳。

※後二度總說

辛一定慧勝德

三乘諸勝德，悉由定慧生。

一、總說後二度

以下先總說禪那及般若二度。

二、詳論本頌

（一）辨定慧的同異：相應與分別——不即不離

1.釋名

^{〔一〕}禪那，譯義為靜慮，³一般稱為禪定；為定的一名。

³（1）印順導師《空之探究》〈第一章『阿含』——空與解脫道 一 引言〉p.12：
禪，譯義為靜慮，舊譯作思惟修。

（2）印順導師《空之探究》〈第一章『阿含』——空與解脫道 一〇 勝解觀與真實觀〉p.67 ~ p.69：
^{〔一〕}從經文所說的四禪異名，也可以了解四禪的特勝，如『瑜伽師地論』卷一一（大正三〇·三三一上）說：

「是諸靜慮名差別者，^{〔1〕}或名增上心，調由心清淨增上力正審慮故。^{〔2〕}或名樂住，調於此中受極樂故，所以者何？依諸靜慮，領受喜樂、安樂、捨樂、身心樂故。又得定者，於諸靜慮，數數入出，領受現法安樂住故。……^{〔3〕}或復名為彼分涅槃，亦得說名差別涅槃。由諸煩惱一分斷故，非決定故，名彼分涅槃；非究竟涅槃故，名差別涅槃。」

比丘們依四禪得漏盡，解脫，是經中所常見的。如經說五安穩住，也就是四禪及漏盡(11.001)。

^{〔二〕}^{〔1〕}上面說到，『善星經』與『不動利益經』（漢譯名『淨不動道經』），都以不動，無所有，無相為次第。第四禪名不動，在不動與無所有中間，為什麼沒有空無邊處、識無邊處呢？原來，^{〔A〕}不動，無所有，無相，是如實觀的三昧，^{〔B〕}而空無邊處與識無邊處，是世俗假想觀的三昧。

^{〔2〕}這二類觀想的分別，如^{〔A〕}『大毘婆沙論』說：「有三種作意，謂自相作意，共相作意，勝解作意。……勝解作意者，如不淨觀，持息念，（四）無量，（八）解脫，（八）勝處，（十）遍處等」（11.002）。

^{〔B〕}『瑜伽師地論』說：「^{〔a〕}勝解作意者，謂修靜慮者，隨其所欲，於諸事相增益作意。^{〔b〕}真實作意者，謂以自相，共相及真如相，如理思惟諸法作意」（11.003）。依此可以知道：^{〔a〕}自相作意，共相作意，真如作意，是一切法真實事理的作意；^{〔b〕}勝解作意是假想觀，於是有所增益的。如不淨觀，想青瘀或膿爛等，觀自身及到處的尸身，青瘀或膿爛，這是與事實不符的。是誇張的想像所成的定境，所以說是「增益」。…〔下略〕…

（3）印順導師《成佛之道（增註本）》〈第三章 五乘共法〉p.119 ~ p.122：
調攝於三事，心一境名定。漸離於分別，苦樂次第盡。

…〔中略〕…

要修習怎樣才算得定呢？^{〔1〕}能達到「心一境」性，就「名」為「定」。定在梵語，是三摩地，意思是等持。等是平正，不高揚掉舉，不低沈昏昧。持是攝持一心，不使散亂。^{〔2〕}^{〔A〕}初習定時，繫念一境，頓時妄想紛飛，不易安住。念如繩索，使心常在一境上轉，^{〔B〕}久之妄念漸息；^{〔C〕}再進，僅偶爾泛起妄念；^{〔D〕}久久，能得平等持心，心住一境，^{〔E〕}如發起身心輕安，就是得定了。

定有種種階段，由淺入深，即平常所說的四禪八定。現在作一部分的說明。

一、約分別來說——「漸離於分別」。^{〔1〕}眾生心都是有分別的，^{〔A〕}如常人的心念，不是不斷的改變所緣，就是不斷的更易行解。^{〔B〕}習定的，使心安住一境，念念相續，『安住明顯』——心是極其安定，也非常明了，才能入定。^{〔a〕}有些人妄念小息，或者昏昧不覺，便以為心無分別了。^{〔b〕}不知道^{〔1〕}深入初禪，還是心有分別（不易緣，不易解）；還有粗分別的尋（考慮），細分別的伺，所以叫有尋有何三摩地。^{〔III〕}初禪到二禪中間，得中間禪，這才不起粗分別，名為無尋有何三摩地。^{〔III〕}到二

^{〔二〕}般若，譯義為慧，⁴一般稱為智慧。

2. 修習成就：定與慧是相應不離

定與慧，在修習成就的（聲聞）菩薩行中，^{〔1〕}是相應不離的，稱為『止觀雙修』，『定慧均等』。^{〔2〕}也就因此，聲聞及菩薩法中，每以禪及三摩地等定，來稱那與慧相應的禪定。

^{〔A〕}聲聞法中，如空三摩地，勝義禪等；^{5〔B〕}大乘如首楞嚴三摩地，如來禪等。⁶

禪，連細分別也沒有了，名無尋無伺三摩地。到此境界，雖有自性分別，不再有概念分別，所以也就不會引發語言了（語言是內心尋伺的聲音化）。^{〔IX〕}到三禪，直覺得內心平等清淨，所以說：『內等淨，正念正知』，但這是外道所共的，切勿以為心無分別而證得心體本淨了。^{〔2〕}不過約世間法說，二禪以上，就可說超越尋思的無分別定了。

二、約情緒來說——「苦樂次第盡」。…〔下略〕…

（4）印順導師《成佛之道（增註本）》〈第五章 大乘不共法〉p.320 ~ p.321：

聖說是所緣，能淨惑障者，或順於正理，能向於出離。

…〔中略〕…這些所緣，^{〔1〕}都是通於止觀的。^{〔2〕}如繫心於這些所緣，持心令住，不使流散，不加觀察，這就被稱為『無分別影像』，而是奢摩他——止的所緣了！

（5）印順導師《成佛之道（增註本）》〈第五章 大乘不共法〉p.332 ~ p.334：

明顯無分別，及妙輕安樂，是道內外共，由觀成差別。

成就定的，能得由定所發的殊勝功德。通遍的定德，有三：^{〔1〕}一、「明顯」；^{〔2〕}二、「無分別」；^{〔3〕}三、「及」微「妙輕安樂」。^{〔1〕}明顯是：心極明淨，所緣於心中現，也極為明顯，如萬里無雲，空中的明月一樣。^{〔2〕}無分別是：心安住而自然任運，了了分明，不曾有什麼作意的功用。所以當時的心境，澄淨得如波平浪靜的大海一樣。真可說惺惺寂寂，寂寂惺惺了！^{〔3〕}而在這樣的定境中，又有微妙的身心輕安，因而離惡行善，非常有力，又極其自然，不像平時的逆水行舟那樣。於欲境自然不起染著，大有染著不了的情況。最低階段的定境，就是那樣的深妙！

…〔中略〕…

這還是共世間的定道初階，要「由觀」慧而「成」為「差別」：這是世間的，出世間的；小乘的，還是大乘的。這是說，得此未到地定後，^{〔1〕}如修欣上厭下的六行觀，就次第上升，而成世間的色無色定。^{〔2〕}如以無常為觀門，漸入無我我所觀，才是聲聞乘的定。^{〔3〕}如依此，觀法性空不生不滅，與大乘般若相應，就成大乘禪定。所以但修禪定，不修觀慧，是不能解脫生死的，更不要說成佛了！

如修此定，與無所得慧相應，就是三輪體空的禪波羅蜜多。

⁴ 印順導師《成佛之道（增註本）》〈第五章 大乘不共法〉p.336 ~ p.337：

現證由修得，修復由思聞；善友及多聞，實為慧所依。

般若，^{〔1〕}有勝義般若，世俗般若。^{〔2〕〔A〕}真實的般若，是由修習所得的「現證」般若——親切體證的般若。如說：『般若定（契合而如如不動的意思）實相，甚深極重，智慧輕薄，是故不能稱』（5.053）。

^{〔B〕}要知道，般若本是世間固有的名詞，是以簡擇為性的理智。但現證實相的般若，為世間所從來沒有的，當然也就不是世間固有名詞所可以稱呼的，這要叫做什麼好呢？佛有善巧，使眾生依著世間固有的慧性，使他向高深處進展，進展到超越世間理智的——現證實相。這是依簡擇的慧性所引發來的，所以雖不是世間固有的慧，也就叫做般若了。其實修持而得的真般若，決非世間理智所可比的。^{〔3〕}佛法的現證，不是脫空而來的，有方便，有因緣，那就是離不了聞、思、修三慧。…〔下略〕…

⁵（1）印順導師《空之探究》〈第二章 部派——空義之開展〉p.106：

六 三三摩地

^{〔1〕}空，無所有，無相，是^{〔A〕}方便不同^{〔B〕}而究竟一致的；究竟一致的，就是空。^{〔2〕}後來演化為三三昧：空，無願，無相；又名三解脫門，這已在前一章說明了。在三三昧中，顯然空是更重要的，如『雜阿含經』說：「若得空已，能起無相、無所有，離慢知見者，斯有是處」（17.001）。這是說，真正的無所有（或無願）、無相，要先得空住，才有修得的可能。…〔下略〕…

（2）印順導師《成佛之道（增註本）》〈第四章 三乘共法〉p.216 ~ p.219：

此是佛所說，緣起中道義，不著有無見，正見得解脫。

…〔中略〕…佛說中道，都是依緣起而立論的。最重要的，要算不有不無的緣起中道了。

〔¹〕佛為刪陀迦旃延，說過不落有無二邊的緣起中道。迦旃延是不著一切相，而深入「勝義禪」的大師。大乘龍樹的《中觀論》，彌勒的《瑜伽論》，都引證這《阿含經》的教授，來說明諸法的真實相，所以這一教授，在抉擇佛法的緣起正見中，有著無比的重要性。佛對迦旃延說：「世人顛倒，依於二邊，若有若無」。佛的聖弟子呢？「正觀世間集者，則不生世間無見。如實正觀世間滅，則不生世間有見。迦旃延！如來離於二邊，說於中道，所謂此有故彼有，此生故彼生。……此無故彼無，此滅故彼滅……」（4.047）。換言之，世人不知緣起義的，顛倒妄執，不能脫出二邊——有見與無見的窠臼。佛弟子依緣起法正觀，那就不起有見與無見了。…〔中略〕…總之，一切是緣起的，唯是緣起的集、滅，並沒有實我、實法，所以不起有見。沒有實我、實法，所以也不會起無見的。

〔²〕真能正觀緣起，就能「不著有」見「無見」，依中道「正見」而「得解脫」了。三學的增上慧學——甚深般若，八正道的正見，都是緣起的中道觀。所以佛弟子能不著常我，不落斷常，一異，有無的執見，破無明而了脫生死。

(3) 印順導師《空之探究》〈第一章『阿含』——空與解脫道 六 無相〉p.41 ~ p.42：

不取著一切法的三昧，〔¹〕與佛化說陀迦旃延的未調馬——強梁禪，應有一定程度的關係，〔¹〕如『雜阿含經』（「如來記說」）卷三三（大正二· 二三六上——中）說：

「如是說陀！比丘如是（不念五蓋，住於出離如實知）禪者，不依地修禪，不依水、火、風、空、識、無所有、非想非非想而修禪；不依此世，不依他世，非日（非）月，非見、聞、覺、識，非得、非求，非隨覺、非隨觀而修禪。說陀！比丘如是修禪者，諸天主、伊溼波羅、波闍波提，恭敬合掌，稽首作禮而說偈言：南無大士夫，南無士之上！以我不能知，依何而禪定」？

「佛告跋迦利：比丘於地想能伏地想，於水、火、風，……若覺、若觀，悉伏彼想、跋迦利！比丘如是禪者，不依地、水、火、風，乃至不依覺、觀而修禪」。

於地等能伏地等想，不依地等一切而修的，是無相禪。

〔²〕『別譯雜阿含經』引申為：「皆悉虛偽，無有實法，但以假號因緣和合有種種名，觀斯空寂，不見有法及以非法」（6.023）。「不見有法及以非法」，〔^A〕與佛『教迦旃延經』的不起有見、無見相合；〔^B〕也與離有見、無見，不見一法可取而無罪過說相合（6.024）。

〔³〕無所依而修禪，見於『增支部』「十一集」（6.025）已衍化為類似的十經。各部派所誦的經文，有不少出入，大抵合於自宗的教義（6.026）。然從『雜阿含經』與『增支部』相同的來說，這是不依一切想而修的無相禪。

⁶ (1) 《一切經音義》卷 26(CBETA, T54, no. 2128, p. 480, a1)：

首楞嚴三昧(此云勇健定也，此經中自釋云：首楞嚴者於一切事究竟堅固也)。

(2) 印順導師《初期大乘佛教之起源與開展》〈第十二章 文殊師利法門〉p.889：

以下三部長行，文殊所說的，只是一部分。

1.『首楞嚴三昧經』，後漢支婁迦讖初譯。現存姚秦鳩摩羅什譯的『首楞嚴三昧經』，二卷(96.029)。經說十住地菩薩所得的首楞嚴三昧，堅意菩薩為當機者，多為天子們說，多說大菩薩的方便行。卷下，部分與文殊有關。…〔下略〕…

(3) 印順導師《初期大乘佛教之起源與開展》〈第十二章 文殊師利法門〉p.952 ~ p.953：

「文殊師利法門」，依勝義而開示（般若的）甚深法相，又廣明菩薩的方便。「文殊師利法王子，住首楞嚴三昧」（99.027）；首楞嚴三昧，是「十地菩薩」，「住十地、一生補處、受佛正[職]位」所得的(99.028)。『維摩詰經』所說的「不思議（解脫）門」，與首楞嚴三昧相近，都顯示了菩薩的大方便。…〔下略〕…

(4) 印順導師《以佛法研究佛法》〈如來藏之研究〉p.304：

禪宗在弘揚如來藏的各宗中，可說它將如來藏思想發揮到最高的頂點，也更與如來藏相契應。〔¹〕後代的禪師們，雖然竭力倡導祖師禪，〔²〕但在初期的禪宗，卻是宗本如來禪的。就初期禪宗傳授心印的《楞伽經》說，魏譯楞伽即將（宋譯的）如來禪譯作如來藏禪，以體悟如來藏為修證的法

3. 下手學習、定慧的特殊性能：定與慧是有分別

〔一〕但從〔一〕下手學習，〔二〕及定慧的特殊性能來說，定與慧是有分別的。

〔二〕所以〔一〕〔A〕聲聞法的三增上學，心增上學以外，有慧增上學；〔B〕大乘法六波羅蜜多，禪波羅蜜多以外，有般若波羅蜜多。

〔二〕從修習來說，多稱之為止觀，止與觀也是不同的。⁷

〔三〕大乘的修學者，〔一〕必須肯定定與慧的特性，〔二〕否則就會以禪為慧，以〔A〕修得四禪為證四果，〔B〕得定德而以為得慧成佛了。

（二）明定慧為要著：大小行果的要著——沒有定慧一切功德都不能成就

1. 論述

其次，定與慧，〔一〕〔一〕不但為大乘行果的心髓，〔一〕也是聲聞行果的要目。

〔二〕〔一〕菩薩的修行，〔A〕雖重在菩提願，大悲心，迴向等功德，〔B〕但如沒有定慧，這一切都是不能成就的。

〔二〕所以《解深密經》說：『〔A〕若諸聲聞，若諸菩薩，若諸如來，所有世間及出世間所有善法，〔B〕應知皆是此奢摩他及毘鉢舍那（止、觀）所得之果』（5.044）⁸。止與觀，是定慧所攝的，從修習方便得名。

2. 釋「三乘諸勝德，悉由定慧生」

對於定、慧——止、觀的尊重修習，為修學大乘行的要著。所以稱讚說：「三乘諸」殊「勝」功「德」，「悉由定、慧」所「生」！

辛二 止觀次第

門。如《信心銘》說：「恆沙功德，盡在心源」，也無非是如來藏說，可說在禪宗已充分地表達出來了。

（5）印順導師《中國禪宗史》〈第一章 菩提達摩之禪〉p.20：

以「楞伽印心」，達摩所傳的禪法，本質是「如來藏」法門；「如來禪」就是「如來藏禪」。

（6）印順導師《中國禪宗史》p.a8：

〔一〕從達摩「理入」的體悟同一「真性」，〔二〕到慧能的「自性」（原本應為「法性」、「佛性」），〔三〕南方宗旨的「性在作用」，達摩門下是一貫的「如來（藏）禪」。…〔下略〕…

（7）印順導師《永光集》〈《我有明珠一顆》讀後〉p.236：

如慧能以下，〔一〕南嶽門下是「直顯心性」；〔二〕青原以下，受江東牛頭禪的影響而被稱為「泯絕無寄」，然泯絕無寄也還是「無心即真心」的。所以，論禪宗的思想，與「空」有關，而核心到底是「真心」（或「真我」）系的。

⁷ 印順導師《學佛三要》〈慧學概說〉p.161 ~ p.162：

再說慧、觀二名義：〔一〕慧以「簡擇為性」；約作用立名，這簡擇為性的慧體，在初學即名為觀。學者初時所修的慧，每用觀的名稱代表，及至觀行成就，始名為慧。其實慧、觀二名，體義本一，通前後後，祇是約修行的久暫與深淺，而作此偏勝之分。

〔二〕我們如要了解慧的內容，就不可忽略觀的意義。關於觀的名義，佛為彌勒菩薩說：「能正思擇，最極思擇，周遍尋思，周遍伺察，若忍、若樂、若慧、若見、若觀，是名毘鉢舍那（觀）」。分別、尋伺、觀察、抉擇等，為觀的功用；而這一切，也是通於慧的。慧也就是「於所緣境簡擇為性」。

⁸ 註解~5.044 《菩提道次第廣論》卷一四引經（四九頁上）。

修習止觀者，應先修習止；止成觀乃成，次第法如是。

※止觀（定慧）下手修習的次第

說到定、慧的修習，就是止、觀的修習。

一、止觀（定慧）的特性不同

什麼是止、是觀？什麼是定、是慧？

（一）觀慧特性

慧是以『簡擇為性』的。^{〔一〕}梵語毘鉢舍那，譯義為觀，經說觀是：『正思擇，最極思擇，周遍尋思，周遍伺察』(5.045)⁹。

〔二〕所以，^{〔一〕}慧是以觀察抉擇為特性的。^{〔二〕}有人以為明了就是觀慧，這是不合經義的。¹⁰

⁹ (1) 註解~5.045《解深密經》卷三（大正一六·六九八上）。

(2) 印順導師《我之宗教觀》〈修身之道〉p.85：

什麼是觀？梵語毘鉢舍那，經上說：「能正思擇，最極思擇，周遍尋思，周遍伺察；若忍，若樂，若慧，若見，若觀，是名毘鉢舍那」。

(3) 印順導師《學佛三要》〈慧學概說〉p.161~p.162：

關於觀的名義，佛為彌勒菩薩說：「能正思擇，最極思擇，周遍尋思，周遍伺察，若忍、若樂、若慧、若見、若觀，是名毘鉢舍那（觀）」。**分別、尋伺、觀察、抉擇等，為觀的功用；而這一切，也是通於慧的。慧也就是「於所緣境簡擇為性」。**

(4) 《瑜伽師地論》卷 30(CBETA, T30, no. 1579, p. 451, b13-23)：

云何四種毘鉢舍那？^{〔一〕}謂有苾芻依止內心奢摩他故，於諸法中能^{〔一〕}正思擇、^{〔二〕}最極思擇、^{〔三〕}周遍尋思、^{〔四〕}周遍伺察，是名四種毘鉢舍那。

〔一〕云何名為能正思擇？謂於淨行所緣境界、或於善巧所緣境界、或於淨惑所緣境界，能正思擇盡所有性。

〔二〕云何名為最極思擇？謂即於彼所緣境界，最極思擇如所有性。

〔三〕云何名為周遍尋思？謂即於彼所緣境界，由慧俱行有分別作意，取彼相狀周遍尋思。

〔四〕云何名為周遍伺察？謂即於彼所緣境界，審諦推求周遍伺察。…〔下略〕…

¹⁰ (1) 印順導師《學佛三要》〈慧學概說〉p.161~p.162：

再說慧、觀二名義：^{〔一〕}慧以「簡擇為性」；約作用立名，這簡擇為性的慧體，在初學即名為觀。學者初時所修的慧，每用觀的名稱代表，及至觀行成就，始名為慧。其實慧、觀二名，體義本一，通前通後，祇是約修行的久暫與深淺，而作此偏勝之分。

〔二〕我們^{〔一〕}如要了解慧的內容，^{〔二〕}就不可忽略觀的意義。^{〔一〕}關於觀的名義，佛為彌勒菩薩說：「能正思擇，最極思擇，周遍尋思，周遍伺察，若忍、若樂、若慧、若見、若觀，是名毘鉢舍那（觀）」。**分別、尋伺、觀察、抉擇等，為觀的功用；^{〔二〕}而這一切，也是通於慧的。慧也就是「於所緣境簡擇為性」。**

〔三〕修習觀慧，對於所觀境界，^{〔一〕}不僅求其明了知道，^{〔二〕}而且更要能夠引發推究、抉擇、尋思等功用。緣世俗事相是如此，即緣勝義境界，亦復要依尋伺抉擇等，去引發體會得諸法畢竟空性。因為唯有這思察簡擇，才是觀慧的特性。

〔四〕《般若經》中的十八空，即是尋求諸法無自性的種種觀門。如觀門修習成就，名為般若；所以說：「未成就名空，已成就名般若」。

〔五〕因此，修學佛法的，若一下手就都不分別，以為由此得無分別，對一切事理不修簡擇尋思，那他就永遠不能完成慧學，而只是修止或者定的境界。

(2) 印順導師《學佛三要》〈慧學概說〉p.187~p.188：

修慧 在三有漏慧的修行過程中，^{〔一〕}思慧與修慧，同樣對於諸法起著分別抉擇，祇是^{〔一〕}前者

〔二〕止禪特性

〔1〕梵語奢摩他，譯義為止，經說止是『心一境性』；『內心相續』（5.046）¹¹。〔2〕定是『平等持心』的意思，所以止是安心一境而不散動的。

二、正釋

〔一〕釋「修習止觀者，應先修習止」

止與觀不同，若「修習止觀」，^{〔-〕}就「應」該「先修習止」。

〔二〕〔1〕這不是說：把定修好了，再來修習觀慧。

〔2〕事實上，止與觀有互相助成的作用。在沒有修正成就以前，也是有散心觀察慧的。¹²

（雖也曾習定）未與定心相應，〔2〕後者與定心相應。〔1〕思惟，又譯為作意，本是觀想的別名，因為修定未成，不與定心相應，還是一種散心觀，所以稱為思慧。〔2〕如定心成熟，能夠在定中，觀察抉擇諸法實相，即成修慧。

〔二〕〔1〕心能安住一境——無論世俗現象，或勝義諦理，是為止相；止相現前，對於諸法境界，心地雖極明了，但並非觀慧，而是止與定應有的心境。〔2〕止修成就，進一步〔A〕在世俗事相上，觀因果、觀緣起、乃至觀佛相好莊嚴；〔B〕或在勝義諦中，觀法無我，本來寂滅。這不但心地極其寂靜明了，而且能夠於明寂的心境中，如實觀察、抉擇，體會得諸法實相。從靜止中起觀照，即是修觀的成就。這是佛為彌勒菩薩等開示止觀時，所定的界說。

〔三〕〔1〕單是緣世俗相，獲得定心成就，並不能趣向證悟；〔2〕必須觀察一切法無我畢竟空寂，才可從有漏修慧引發無漏的現證慧。修慧雖不能直接取證，但卻是到達證悟的必經階段。…〔下略〕…

〔3〕印順導師《華雨集第一冊》〈大樹緊那羅王所問經偈頌講記〉p.73 ~ p.75：

接著又問：「若定及與慧，彼云何莊嚴」？則答以「心寂名為定，知法名為智」。不論小乘的定、慧，或是大乘的禪波羅蜜多、般若波羅蜜多，真正修行求開悟者，皆是不離於此二者。定與慧，是有嚴格定義的，應將此二者的定義略予解說，由於平常人容易將定誤解為慧。

前面我們說到禪，要有正知正念，一心不亂。定，是將心安定下來而並非蒙昧；那是一種非常安靜的心境，在安靜中的心境，是非常明白的。平常眾生的心，清楚明白了，會陷於散亂掉舉了；一旦安定下來，便會昏沉睡眠。這都不是定，定是一種修行，訓練自己，將心安置，寂然不動而卻又明了。

有些人稍微得到一點定的境界，心境朗然清澈，他便以為這就是慧了。不知道任何一種定，內心應該都是明明白白的。有些通俗的說法，認為心靜便是定；明白便是慧，這是不大正確的。定、慧是由修習止、觀而來，所以我們應該說修正或修觀；止成就得定，觀成就得慧。

以修正達到定，是心無二用，將心制於一境，如此方可得到寂然不動。所以說心寂名為定；這裏的寂，並非涅槃寂滅，而是非常地安靜明朗。

智與慧皆須由知法而來。所謂知法，就小乘而言，是知苦、集、滅、道，或者是知十二因緣。大乘法則是當知一切法空性。

所以定、慧之定義不同，實際上是由於其修行方法之不同而來，不是因境而不同。現在舉個例子說明：剛才我們說到的四諦，其中的滅諦，是慧所悟入的。但我們將心止於滅諦，或是將心止於一切法空性，從心安定不動的意義上說，這仍是定。…〔下略〕…

¹¹ 註解~5.046《解深密經》卷三（大正一六·六九八中、上）。

¹² 〔1〕印順導師《空之探究》〈第一章『阿含』——空與解脫道〉p.11 ~ p.12：

〔-〕定與慧，要修習而成。〔1〕分別的說：修正——奢摩他可以得定，修觀——毘鉢舍那可以成慧。止是住心於一處，觀是事理的觀察，在修持上，方法是不相同的。

〔2〕但不是互不相關，而是相互助成的，如〔A〕『雜阿含經』卷一七（大正二·一一八中）說：

「修習於止，終成於觀；修習觀已，亦成於止。調聖弟子止觀俱修，得諸解脫界」。

依經說，有先修正而後成觀的，有先修觀而後成止的。一定要止觀雙修，才能得「淺深不等

（二）釋「止成觀乃成，次第法如是」

那怎麼說先修止呢？

1. 止成觀乃成

在止與觀的修習過程中，^{〔一〕}^{〔1〕}一定^{〔A〕}先修「止成」就；止成就了，然後才能修「觀」
「成」就，^{〔B〕}如定心不成就，那觀慧也是不會成就的。^{〔2〕}依這個意思，所以說先修止。

^{〔二〕}經中說到止觀，定慧，禪慧，也總是先定而後慧的。

2. 次第法如是

這是修習的必然「次第」，^{〔1〕}不管你橫說豎說，頭頭是道，^{〔2〕}如真的修習止觀，那「法」
定有「如是」次第的。

三、起下

這樣，現在就先說止，就是禪度的修習。

庚五 禪定

辛一 禪定勝德

依住堪能性，能成所作事。

一、總說

為什麼要修止而得禪定？因修止而能得定，就能成辦種種有義利的事業。所以說：
『制心一處，無事不辦』(5.047)¹³。

二、詳釋

（一）釋「依住堪能性」

^{〔一〕}修止而得住心時，^{〔1〕}身心引發輕安，身心都輕快舒適，^{〔2〕}而有行善離惡的力量。

^{〔二〕}^{〔1〕}眾生^{〔A〕}一向在散亂心中，對欲境的抗拒力，煩惱的制伏力，善事的進修力，都非常薄弱，總覺得有心無力，如逆水行舟那樣的艱難。^{〔B〕}身體也如此，身體健康的，也時有煩勞不堪的感覺。如久病一樣，身心都滯重遲緩，軟弱無力。

^{〔2〕}如修止而能住正定，「依住」心而發生「堪能性」，就是從身輕安而生身精進，從心輕安而生心精進；過去無能不堪的情形，全部改觀。

的)種種解脫界。^{〔B〕}『增支部』分為四類：一、修止而後修觀；二、修觀而後修止；三、止觀俱修；四、掉舉心重的，在止觀中特重於修止(2.005)。

^{〔二〕}這可見，止與觀，定與慧，^{〔1〕}可以約修持方法而分別說明，^{〔2〕}而在修持上，有著相成的不可或缺的關係。所以『大毘婆沙論』引『法句』說：「慧闕無靜慮（禪），靜慮闕無慧；是二具足者，去涅槃不遠」(2.006)。

(2) 印順導師《學佛三要》〈慧學概說〉p.187 ~ p.188：

修慧 在三有漏慧的修行過程中，思慧與修慧，同樣對於諸法起著分別抉擇，祇是^{〔1〕}前者（雖也曾習定）未與定心相應，^{〔2〕}後者與定心相應。^{〔1〕}思惟，又譯為作意，本是觀想的別名，因為修定未成，不與定心相應，還是一種散心觀，所以稱為思慧。^{〔2〕}如定心成熟，能夠在定中，觀察抉擇諸法實相，即成修慧。…〔下略〕…

¹³ 註解~5.047《佛般般涅槃略說教誡經》（大正一二，一一一一上）。

（二）釋「能成所作事」

^{〔一〕} 依止這樣的堪能性，就「能」勇於進修，作「成所」要「作」的「事」業。

^{〔二〕} 什麼是要作的事？^{〔1〕} 聲聞人，依定才能^{〔A〕}得現法樂住，^{〔B〕}得殊勝知見（天眼），^{〔C〕}得分別慧，^{〔D〕}得漏盡解脫。¹⁴^{〔2〕} 大乘行人，依定才能^{〔A〕}引發身心輕安，^{〔B〕}引發神通等

¹⁴ 印順導師《華雨集第三冊》〈修定——修心與唯心·秘密乘〉p.151 ~ p.159：

三 修定的四種功德

^{〔一〕}「心性本淨」，^{〔1〕}是從修定——修心的譬喻來的。^{〔2〕}在佛法開展中，^{〔A〕}雖已轉而為義理的重要論題，^{〔B〕}但與定，與修行——瑜伽者，始終是有深切關係的，所以要略說修定。

^{〔二〕}為什麼要修定，修定有什麼功德？經論中說：有「四修定」：一、為了「現法樂」（住）；二、為了「勝知見」；三、為了「分別慧」；四、為了「漏盡」。為了得到這四種功德，所以行者要修禪定。

一、為得「現法樂」：^{〔一〕}現法是現生（不是來生）的。修習禪定的，能得到現生的安樂，這不是一般欲界所有的喜樂。如修得初禪的，能得「離（欲所）生喜樂」；修得二禪的，能得「定生喜樂」；修得三禪的，能得「離喜妙樂」；修得四禪的，能得「捨念清淨」。四禪雖沒有說到樂，而所得的「寂靜樂」，是勝過三禪的。禪心與輕安相應，能引發身心的安和、調柔、自在。明淨的禪心與輕安相應，為欲界人類所從來沒有的；對照於人世間的龐重憔悴，禪定中的「現法樂」，成為修行者的理想之一。不但一般修得禪定的俗人，就是得禪定的聖者，也有時常安住禪定而得「現法樂住」的。從初禪到四禪的「現法樂」，不但是心的明淨、輕安，身體也隨定而得輕安，所以經上說：「身輕安、心輕安」。禪是身心相關的，所以佛說四禪，立「禪枝」功德；如再向上進修，四無色定是純心理的，所以就不立「禪枝」（也不說是現法樂住）了。

^{〔二〕}四禪的「現法樂」，與身體——生理有關，所以如修行而偏重於禪樂，那就^{〔1〕}不是多在身體上著力，^{〔2〕}就是（即使是聖者）不問人間，而在禪定中自得其樂（被一般人指為自了漢）。

二、為得「勝知見」：^{〔一〕}得勝知見，又可分三類：^{〔1〕}一、修光明想：這本是對治昏睡所修的。睡眠是闇昧的，昏睡中每每夢想顛倒；睡眠重的，到了起身時刻，還是昏睡不覺。修光明想的，多多修習，在睡眠中，也是一片光明，不失正念，不會亂夢顛倒，也會應時醒覺，起來精勤修行，如「覺寤瑜伽」所說（大正三〇·四一三上——中）。在修定中，如修光明想，能依光明相而見天（神）的形色，與天共會、談論，進而知道天的姓名，苦樂，食，及天的壽命等，如『中阿含』（七三）『天經』（大正一·五三九中——五四〇下），『增支部』，『八集』（南傳二一·二四一——二四六）所說。『中阿含』（七九）『有勝天經』所說，能生光天、淨天、遍淨的，也是由於「意解作光明（天，也是光明的意思）想成就遊」（大正一·五五〇中——五五一下，南傳一一·一八三——一九〇）。這樣，修光明想成就的，能見天人，生於光天、淨天。^{〔2〕}二、修淨想，也就是「淨觀」：為了對治貪著物欲，釋尊教出家弟子修不淨念，也就是不淨想、不淨觀。觀想尸身的青瘀、膿爛，……枯骨離散；如修習成就，開目閉目，到處是青瘀、膿爛，……枯骨離散。貪欲心是降伏了，但不免引起厭世的副作用。「律藏」中一致說到，由於修不淨觀，比丘們紛紛自殺。釋尊這才教比丘們修持息念，也就是「安般」，「數息觀」。不過，不淨觀有相當的對治作用，所以沒有廢棄，只是從不淨觀而轉化為淨觀。依白骨而觀明淨，如珂如雪，見「白骨流光」，照徹內外。這樣，依不淨而轉為清淨，開展出清淨的觀法，如八解脫，八勝處，十遍處中的清淨色相觀。八解脫的前二解脫，是不淨觀，第三「淨解脫身作證」是淨觀。八勝處的前四勝處，是不淨觀；後四勝處——內無色相外觀色青，黃，赤，白，是淨觀。十遍處中的前八遍處——地遍處，水，火，風，青，黃，赤，白遍處，都是淨觀。如地遍處是觀大地的平正淨潔，沒有山陵溪流；清淨平坦，一望無際的大地，於定心中現前。水，火，風，也都是清淨的。觀青色如金精山，黃色如瞻婆花，赤色如赤蓮花，白色如白雪，都是清淨光顯的。淨觀是觀外色的清淨，近於清淨的器世間。光明想與淨色的觀想，是勝解作意——假想觀，而不是真實觀。是對於定心的增強，煩惱的對治，而不是引向解脫的勝義觀慧。如專在色相——有情（佛也在內）與國土作觀，定境中的禪心明淨，色相莊嚴，與禪定的「現法樂」相結合，不但遠離解脫，更可能與見神見鬼的低級信仰合流。^{〔3〕}三、發神通：五通是天眼通，天耳通，他心通，宿命通，神境通。修得第四禪的，依方便能引發五通，這是超越常情的知見。如天眼通，能見近處的，也能見非常遼遠地區的事物（因定力的淺深，所見也有近遠不同）；能見一般所見的，也能見一般不能見的微細物質；能見物體的外表，更能透視而見到物體內部的情況；能見前面的，也能見後方的；能在光明中見，也能在黑闇中見，這由於一般是依光明想為方便而引發天眼的。天耳通能聞遠處及微弱的聲音；他心通能知他人內心的意念；宿命通能知自己

功德；^(C)能深入勝義，^(D)更能作饒益眾生的種種事業。

三、結說

總之，佛法的殊勝功德，都是離不了定的，所以應專心修習禪定。

與他人的宿世事（知未來事，是天眼通，但未來是不定法，所以一般是不能絕對正確的）。神境通有「能到」（往來無礙，一念就到）與「轉變」——大能作小，小能作大，一能作多，多能作一等諸物的轉變。

^(二)以上所說的光明想，淨觀，五通，都是依禪定而起的「勝知見」，在宗教界，⁽¹⁾一般人聽來，真是不可思議。⁽²⁾但在佛法中，這不是能得解脫道的主體，沒有這些，也一樣的可以得到究竟的解脫。所以，如偏重於求得「勝知見」，那就意味著純正佛法的低落！

三、為得「分別慧」：^{(-)(1)(A)}修學禪慧的，依佛法說，要從日常生活中去學。如穿衣時知道自己在穿衣，乞食時知道自己在乞食，行路時知道在行路，談話時知道在談話，起善念知道是善念，起不善念知道是不善念，受時知道是受，覺想時知道是覺想。平時心寧靜明了，那進修禪慧，也就會順利而容易達到了（這所以說「依戒得定」）。^(B)人類的知識是外向的，特別是現代，科學進步得非常高；生理組織，心理作用，都有深入的了解，但就是不能知道自己。在語默動靜中，做事，研究，歡笑或忿怒中，都不能知道自己。等到意識到自己，可能（說錯、做錯）已經遲了；有些連自己說過做過也都忘了。⁽²⁾『中部』（一五一）『乞食清淨經』說到：要修入「大人禪」的，應怎樣的觀察思惟，才能知已斷五蓋而入禪；才能知五取蘊等而修三十七道品，為明與解脫的證得而精進（南傳一—下·四二六——四三二、大正二·五七中）。

^(三)深入禪定而定心明淨的，出定以後，有定力的餘勢相隨，似乎在定中一樣，這才能語默動靜，往來出入，觸處歷歷分明，不妨說語默動靜都是禪了。這是修定者所要得到的；在初學進修中，這就是「守護根門」，「飲食知量」，「覺寤瑜伽」，「正知而住」的「正知而住」了，如『瑜伽論』（大正三〇·四一四上——四一七上）說。

四、為得「漏永盡」：漏是煩惱，有二漏，三漏，四漏等安立，這裏是一切煩惱的通稱。生死的根源是煩惱，所以只有淨除一切煩惱，才能證無學，得究竟的解脫。定力也能伏斷煩惱，卻不能根除煩惱，「諸漏永盡」，是要依智慧的。觀一切行無常，無常故苦；無常苦故無我我所，無我無我所就是空。經上說：「空於貪，空於瞋，空於癡」。契空（無相、無願）而淨除一切煩惱，才能得涅槃解脫。無常、無我我所——空慧，要依定而發，所以說：「依定發慧，依慧得解脫」。雖然有的慧解脫阿羅漢，是不得四根本定的，但也要依近分定（或名「未到定」），才能發慧而斷煩惱。所以修定——修心，對轉迷啟悟，從凡入聖來說，是不可缺少的方便。

四修定中，前二是通於世間的，外道也能修得；如佛弟子依慧而得解脫，那前二也是佛弟子修得的方便。不過，如偏重前二行，不免有俗化與神化的可能！四修定行，如『增支部』（南傳一八·八〇——八一），『阿毘達磨集異門足論』（大正二六·三九五下），『成實論』（大正三二·三三五下——三三六上），『瑜伽師地論』（大正三〇·三三九上）等說。

順便要說到的，⁽⁻⁾修定——三摩地與修心，含義相同，三摩地與心，成為一切定的通稱。

^(二)在「佛法」中，定有種種名字，如一、禪那——禪，譯義為「靜慮」。二、三摩地，譯義為「等持」；三、三摩鉢底，譯義為「等至」；四、三摩呬多，譯義為「等引」，這三名，古人每泛譯為「定」。三摩地古譯為三昧，但在「密續」中，三昧大抵是三昧耶的簡譯，這是不可混雜的。五、（善）心一境性，稱定為心，是依此心一境性而來的。六、八勝處的勝處；七、八解脫的解脫；八、十遍處的遍處；九、四無量的無量，都是定學。

^(三)論定學，不外乎九次第定——四禪，四無色定，滅盡定，而「佛法」重在禪，釋尊就是依第四禪而成佛，依第四禪而後涅槃的。因為在定學中，禪是身心調和，四禪以上是偏重於心的；禪是寂靜與明慮最適中的，初禪以前心不寂靜，四禪以上心不明了（一直到似乎有心又似乎無心的境地）。

^(四)在「佛法」中，禪是殊勝的，三摩地是泛通一般的。所以在定學的類別中，如「有尋有伺」等三三摩地；「空、無相、無願」三三摩地；電光喻三摩地，金剛喻三摩地，都是通稱為三摩地的。也就因此，在「大乘佛法」中，菩薩所修的定，如般舟三昧等，或依修法，或依定心功德，或約譬說，成立更多的三摩地，如『般若經』的百八三昧等。修得三摩地，有止也有觀。說到觀，有世俗的事相觀（如觀五蘊），假想觀（如觀不淨）；勝義觀（如觀空無我），所以三摩地一詞，含義極廣。這些，對於定學的理解，是不可不知，不可誤解的！

辛二 修治

壬一 總明：修八斷行 治五過失

由減五過失，勤修八斷行。

一、修定資糧與調攝三事，如五乘共法說

^[1]『依慈住淨戒』，為修定所不可缺的資糧；^[2]調身、調息等，略如五乘共法中說。

15

¹⁵ (1) 印順導師《成佛之道（增註本）》〈第三章 五乘共法〉p.117 ~ p.121：

欲樂不可著，散亂多眾苦，**依慈住淨戒**，修定最為樂。

…〔中略〕…

但修習禪定，不可不**先有兩項準備**，否則可能會弊多於利。^[1]一、「依」於「慈」心：修定，不是為了好奇，不是企圖滿足無限的欲樂，延壽長生，或者為了引發神通來報仇；要存著慈念，就是利樂眾生的意念來修定。有慈心，心地就柔和，容易修習成就。成就了，也不會利用定力通力來擾亂眾生，如聚眾作亂等。^[2]二、「住」於「淨戒」：必須受持淨戒（十善等），身口有善良的德行。如行業不端，修定就會招魔著邪。成就定力，也是邪定，結果是成為魔王眷屬，自害害人。

…〔中略〕…

調攝於三事，心一境名定。漸離於分別，苦樂次第盡。

說到**修習禪定的方法**，不外乎**調攝身心**。⁽⁻⁾⁽¹⁾「調」^[A]是調伏，調柔，人心如[心龍] 候的劣馬，不堪駕御；又如惡性牛，到處踐踏禾稼，必須加一番調練降伏功夫，使心能伏貼溫柔，隨自己的意欲而轉，所以古來有『調馬』，『牧牛』的比喻。^[B]調又是調和，**身體，呼吸，心念**，都要調和到恰好，勿使動亂，才能漸入安定。^[2]「攝」是收攝，使心念集中，勿讓他散亂。

^[2]調攝的對象，有「三事」——身，息，心，如《小止觀》等說。^[1]身體要平穩正直，舒適安和，不得隨便動搖，也不使身體有緊張積壓的感覺。閉目，閉口，舌抵上顎，也不可用力。^[2]調息——呼吸，要使之漸細漸長，不可有聲，也不可動形，似有似無，但也要漸習而成，不可過急。^[3]調心，使心繫念緣中，不散亂，不昏沈，不掉舉，心意集中（歸一）而能平正，自然安定。三者有相互關係，以心為主，在身體正常的安靜中，心息相依，而達定境。

要修習怎樣才算**得定**呢？^[1]能達到「心一境」性，就「名」為「定」。定在梵語，是三摩地，意思是**等持**。等是平正，不高揚掉舉，不低沈惛昧。持是攝持一心，不使散亂。^{[2][A]}初習定時，**繫念一境，頓時妄想紛飛**，不易安住。**念如繩索，使心常在一境上轉**，^[B]久之**妄念漸息**；^[C]再進，僅偶爾泛起妄念；^[D]久久，能得平等持心，心住一境，^[E]如**發起身心輕安**，就是**得定了**。

…〔下略〕…

(2) 印順導師《成佛之道（增註本）》〈第四章 三乘共法〉p.192 ~ p.205：

密護於根門，飲食知節量，勤修寤瑜伽，依正知而住。

…〔中略〕…

知足心遠離，順於解脫乘。

…〔中略〕…

此能淨尸羅，亦是定方便。

…〔中略〕…

進修於定學，**離五欲五蓋**。

…〔中略〕…

不淨及持息，是名二甘露。

…〔中略〕…

依此而攝心，攝心得正定。能發真慧者，佛說有七依。

…〔中略〕…

二、正釋「由滅五過失，勤修八斷行」

（一）由滅五過失

〔一〕〔1〕要怎樣用心修習，才能引生正定？〔2〕這要「由滅五」種的「過失」而成就。

〔二〕五過失是：〔1〕懈怠，〔2〕忘聖言，〔3〕惛沈掉舉，〔4〕不作行，〔5〕作行。

（二）勤修八斷行

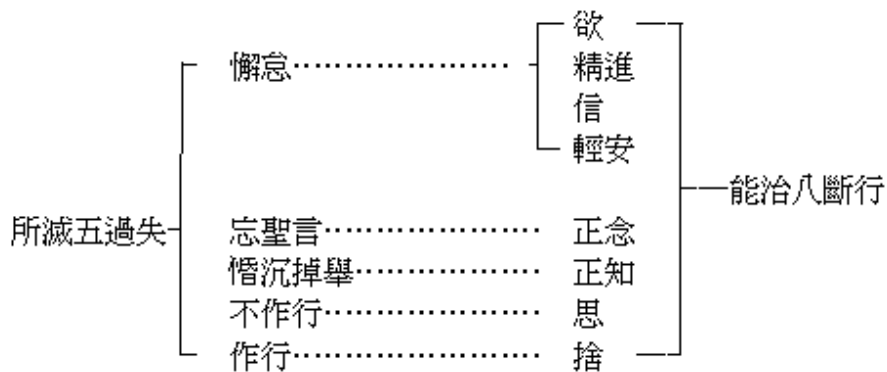
〔一〕〔1〕怎能滅除這五失呢？〔2〕這要「勤修八」種「斷行」。

〔二〕八斷行是：〔1-4〕信、欲、勤、安、〔5〕念、〔6〕知、〔7〕思、〔8〕捨。

三、結說

〔一〕〔1〕修八斷行，滅五過失，自能成就定心了。〔2〕如破除了障礙，才能平安的到達目的地一樣。

〔二〕〔1〕五過失與八斷行，以下會分別解說。〔2〕現在總列一表如下：



壬二 別詳

癸一 治懈怠〔修信欲勤安〕

懈怠為定障，信勤等對治。

一、釋「懈怠為定障，信勤等對治」

禪定，〔一〕〔1〕是修所成的勝德，〔2〕要有信心，有耐心，不斷的學習，才能成就。

〔二〕所以從初學到學習成就，〔1〕「懈怠為」習「定」的大「障」礙，〔2〕非修「信勤等對治」行不可。

二、詳論

（一）修四法治懈怠的相關次第

〔一〕懈怠，是對善事缺乏勇氣，敷衍，泄沓¹⁶，為障精進的煩惱。要滅除懈怠，非精進不可。

三乘賢聖弟子，是為了修發真慧而修定的。...〔中略〕...

關於定學的修習，就是攝心令住的修法，下面會有更詳明的說明。

¹⁶【泄〔一〕沓〔去Y〕】弛緩；懈怠。（《漢語大詞典（五）》p.1049）

〔二〕但定的修習精進，要從對於禪定的希求願欲而來。如一心想成就禪定功德，非得不可，自然就樂意修習而不疲懈了。

〔三〕但這要從信心中來：深信禪定的功德，深信定是可以修習而成的，更信自己能切實修學，一定能成就。有了這樣的信念，自然『信為欲依，欲為勤依』，而勤修不懈怠了。

〔四〕在禪定的信心中，第一要深信定境的輕安自在，身心勇銳，使自己的身心，進入一新的境地。如於定的輕安而能深信，實為引發精進的要著。¹⁷

〔二〕修四法治懈怠，貫徹修定的始終過程；而在開始修習時應特別重視修信，欲，勤，安——四種斷行，滅除懈怠過失，^{〔1〕}實是貫徹於修定的始終過程；^{〔2〕}而在開始修習時，這是應特別重視的學程。

癸二 治忘聖言〔修念〕

子一 正念明記〔安住明顯〕

正念曾習緣，令心不餘散，明記不忘念，安住而明顯。

一、正釋

〔一〕釋「正念曾習緣，令心不餘散」

1. 正念曾習緣

〔一〕^{〔1〕}在修止時，主要是使心在同一境相上安定下來。

〔2〕使心繫住一境的，是「正念」的力量。正念如繩索一樣，使心繫在一境上，不致流散開去。

〔二〕念什麼境呢？^{〔1〕}是「曾習緣」。緣是所緣境；曾習緣是曾經慣習了的境相。^{〔A〕}如修念佛的，先要審視觀察佛相；修習時憶念佛相，使佛相在心上現起來。^{〔B〕}如修不淨念的，就要先取青瘀、膿爛等不淨相。

〔2〕^{〔A〕}念，就是曾習境的憶念；^{〔B〕}修念才能成定，所以定是不能以幻想而修習成就的。

2. 令心不餘散

〔一〕有了正念，就能對治「忘聖言」的過失。

〔二〕聖言是聖者所開示的法義，作為修止的所緣，^{〔1〕}念念不忘於所緣，^{〔2〕}就能「令心不」向「餘」處馳「散」，心就漸漸安定了。

〔二〕釋「明記不忘念，安住而明顯」

¹⁷ 印順導師《成佛之道（增註本）》〈第三章 五乘共法〉p.117 ~ p.119：
欲樂不可著，散亂多眾苦，依慈住淨戒，修定最為樂。

…〔中略〕…

在未修前，應確信：在世間法中，「修定」是「最為」安「樂」的。世間樂，莫過於五欲之樂，男女淫樂是最勝了，但比起定樂來，簡直不可比擬。定中的喜樂，徹骨徹髓，『周遍浹洽』，如大雨滂沱，從溝渠到池沼，到處大水遍滿一樣。如能確切信解，修定能引發世間無比的喜樂，那在修習時，就能不繫戀外物的欲樂，持之以恆，不斷不懈的修去。

1.總說

〔一〕眾生的心，〔1〕明了時就散亂了；〔2〕心一靜就昏昧了，睡著了。〔1〕昏昧而不明了的，是無力的；〔2〕明了而散亂的心，如風中的燭光一樣，動搖不定，也是沒有大用的。

〔二〕所以修止成定的主要目標，是心力增強，能作常人所不能作的大事。這就要修習這個心，〔1〕明顯而又安住，〔2〕安住而又明顯。

2.釋頌

怎樣才會安住又明顯呢？

〔1〕明記不忘念

這〔一〕要以〔1〕正念為主，〔2〕正知為助來修習，此心能〔1〕「明」白的「記」憶所緣，〔2〕「不」致於「忘念」；

〔二〕忘念是障於正念的，使心忘失所緣的。

〔2〕安住而明顯

修習時，〔一〕〔1〕如心以正念力，能安住所緣，不向餘境流散，就讓他安住而相續下去。〔2〕但安住而要求明顯，就要以正知來時時關照，確知住在所緣境。

〔二〕如念佛的，〔1〕不但要心住佛相，〔2〕而且要明了佛相，佛相漸漸的明顯現前。

〔三〕這樣的〔1〕「安住〔2〕而」又「明顯」——〔1〕明〔2〕與靜，為修止學程中的重要內容。

3.警言

切勿以為專心一境就得了，落入無記昏昧中去。

二、特評：不用繫心一境而有修有證的觀念

〔一〕述意

有以為我是〔1〕不取相而修的，是無分別的，〔2〕不用繫心一境，也還是有修有證的。

〔二〕評破

〔一〕這當然是有些誤會了！

〔二〕〔1〕即使是不著相，無分別，也還是對此有一解了，然後專心向著修去。這還不是繫念所緣嗎？〔2〕如什麼都不想（初學是無此可能的），幽靈似的茫無著落，那能成什麼呢？

〔三〕例如中國的禪者，提起一句：「念佛的是誰」？「拖死屍的是誰」？〔1〕雖然由此激起疑情，方便小小不同，〔2〕但由此使心打成一片，撥落無邊妄念，這還不算繫念於一嗎？

子二 二類所緣〔能向出離〕

聖說是所緣，能淨惑障者，或順於正理，能向於出離。

一、總問

到底應住心於什麼所緣，才能修習成定呢？

二、正釋

〔一〕釋「聖說是所緣」

「聖」者「說：是所緣」是沒有一定的。^{〔一〕}沒有一定，這^{〔1〕}不是說什麼都可以，^{〔2〕}而是說，在可為念境的種種緣中，沒有一定而已。

〔二〕瑜伽師說有四種所緣：周遍所緣，淨行所緣，善巧所緣，淨惑所緣。¹⁸

¹⁸（1）印順導師《說一切有部為主的論書與論師之研究》〈第十二章 闍賓瑜伽師的發展 第三節 大乘瑜伽師〉p.634 ~ p.636：

『瑜伽師地論』的核心——瑜伽行，是依頡隸伐多所傳的瑜伽行為本，而整理為大乘瑜伽的。如『瑜伽師地論』卷二六（大正三〇·四二七下——四二八中）說：

「曾聞長老頡隸伐多問世尊言：大德！諸有苾芻勤修觀行，是瑜伽師，能於所緣安住其心。為何所緣安住其心？云何於緣安住其心？齊何名為心善安住？佛告長老頡隸伐多……諸有苾芻勤修觀行，是瑜伽師，能於所緣安住其心。^{〔1〕}或樂淨行，^{〔2〕}或樂善巧，^{〔3〕}或樂令心解脫諸漏；於相稱緣安住其心，於相似緣安住其心，於緣無倒安住其心，能於其中不捨靜慮」（下更分別解說）。

傳說佛為頡隸伐多所說的瑜伽，^{〔一〕}從所修的法門來說，不外三類：^{〔1〕}一、「淨行所緣」，是隨煩惱特重而施以淨治的，就是「五停心」。貪行的，以「不淨」淨治其心；瞋行的，以「慈愍」治；是癡行的，以「緣性緣起」治；慢行的，以「界差別」治；尋思行的，以「安那般那念」淨治其心。^{〔2〕}二、「善巧所緣」，是治於法愚蒙而迷謬的，就是五善巧。如愚法自相而執我的，修蘊善巧；愚於因的，修界善巧；愚於緣的，修處善巧；愚於無常苦空無我的，修緣起善巧，處非處善巧。^{〔3〕}三、「淨惑所緣」，有二：以世間道而淨惑的，修六行觀——苦羸障靜妙離；以出世道而究竟淨惑的，修四諦觀。

〔二〕這是修法的大綱，^{〔1〕}要適合——稱機而修的，所以名為「於相稱緣安住其心」。^{〔2〕}在修行中，於上所說的所緣，能勝解現前，止觀明寂，名為「於相似緣安住其心」。^{〔3〕}進修到於所緣，能如實的無倒了知，名「於緣無倒安住其心」。^{〔4〕}進而修到有所證得（世間靜慮，出世解脫），名「能於其中不捨靜慮」。^{〔1〕}從稱緣修學，^{〔2〕}到勝解相似，^{〔3〕}如實了知，^{〔4〕}證得，而修法不外乎前三類。這純粹是聲聞瑜伽行的綱要。

怎麼會成為大乘瑜伽行呢？以頡隸伐多所傳的為基礎，進而安立為四種所緣境事，如『瑜伽師地論』卷二六（大正三〇·四二七上）說：

「謂有四種所緣境事。何等為四？一者，遍滿所緣境事；二者，淨行所緣境事；三者，善巧所緣境事；四者，淨惑所緣境事」。

四種所緣境事的後三種，就是頡隸伐多所傳的三類。大乘瑜伽者，在這上面，總立遍滿所緣境事。遍滿所緣境事的內容，分四：一、有分別影像，是觀修。二、無分別影像，是止修。三、事邊際性，是盡所有性（事），如所有性。如所有性，含攝四諦如，法無我如，唯識性如。四、所作成辦，是修止觀，通達事理而成就的，可攝得世間道果，出世間——聲聞、辟支、佛菩薩道果。這樣，在同於聲聞瑜伽的規模下，成為大乘瑜伽的綱目。

（2）印順導師《印度佛教思想史》〈第七章 瑜伽大乘——「虛妄唯識論」〉p.244 ~ p.246：
瑜伽行，都是有所傳承，展轉傳授而後集出的。^{〔一〕}『瑜伽師地論』卷二六（大正三〇·四二七下——四二八上）說：

「曾聞長老頡隸伐多問世尊言：大德！諸有苾芻勤修觀行，是瑜伽師能於所緣安住其心：為何於緣安住其心？云何於緣安住其心？齊何名為心善安住？佛告長老頡隸伐多：……諸有苾芻勤修觀行，是瑜伽師能於所緣安住其心，^{〔1〕}或樂淨行，^{〔2〕}或樂善巧，^{〔3〕}或樂令心解脫諸漏；於相稱緣安住其心，於相似緣安住其心，於緣無倒安住其心，能於其中不捨靜慮」。

「曾聞」，是沒有經典明文，是傳承下來這樣說的。勤修觀行的瑜伽師，不外乎止——奢摩他與觀——毘鉢舍那，止觀於所緣而安心。所緣有三：^{〔1〕}「淨行」是對治煩惱偏重的不同方便，就是五停心——不淨，慈愍，緣性緣起，界差別，安那般那念。^{〔2〕}「善巧」是於法無倒了知的，是蘊善巧，界善巧，處善巧，緣起善巧，處非處善巧。^{〔3〕}「淨惑」是斷除煩惱的：世間道斷惑，是羸、靜——厭下欣上的一種定法；出世道斷惑，是四諦（十六行相）觀。這一瑜伽行，是聲聞行。

〔二〕『瑜伽論』總立「四種所緣境事」：「一、遍滿所緣境事；二、淨行所緣境事；三、善巧所緣境

（二）釋「能淨惑障者，或順於正理，能向於出離」

1. 正釋

總之，^{〔一〕}聖教中所說的種種所緣，^{〔1〕}一定是合於二大原則的：^{〔A〕}一、是「能淨」治「惑障」的；^{〔B〕}二、是契「順於正理」的。凡緣此而修習住心，就能使煩惱漸伏，或者斷而不起，這才能引生正定；定是離（煩惱）欲而修得的。^{〔2〕}這或是共世間的，或是出世的，「能向於出離」道的斷惑證真，這才是值得緣以為境的。

^{〔二〕}如緣^{〔1〕〔A〕}荒謬悖理的，^{〔B〕}反增煩惱的，如^{〔A〕}緣淫欲，緣怨敵，^{〔B〕}或是緣土塊木石無意義物，^{〔2〕}那不發狂成病，就算萬幸，不要說得定了！

2. 詳列

^{〔一〕〔1〕}對治煩惱而漸伏的，如^{〔A〕}不淨治貪欲，^{〔B〕}慈悲治瞋恚，^{〔C〕}緣起治愚癡，^{〔D〕}界治我執，^{〔E〕}持息治尋思散亂。這是隨煩惱的增強，而施以不同的對治法門。

^{〔2〕}順於正理的，如以蘊，界，處，緣起，處非處——五種善巧為緣；這五者都是契順於正理而能滅除愚癡的。

^{〔3〕}出世斷惑的總相所緣，是一切法無我，一切法性空。

^{〔二〕}這些所緣，^{〔1〕}都是通於止觀的。^{〔2〕}如繫心於這些所緣，持心令住，不使流散，不加觀察，這就被稱為「無分別影像」，而是奢摩他——止的所緣了！¹⁹

子三 多習二念

丑一 總說

事；四、淨惑所緣境事」。^{〔1-3〕}後三者，就是頡隸伐多所傳的。^{〔4〕}「瑜伽論」增列「遍滿所緣境事」，內容為一、「有分別影像」——觀；二、「無分別影像」——止；三、「事邊際性」，是盡所有性、如所有性；四、「所作成滿」，是止與觀的修行成就(18.011)。在「解深密經」的「分別瑜伽品」中，佛為彌勒說瑜伽行，就專約「有分別影像境事」等四事（即「遍滿所緣境事」）說；這是與彌勒有關的，大乘的瑜伽行。所以「瑜伽論」的四種所緣境事，是在頡隸伐多的，聲聞瑜伽行的基礎上，與彌勒的大乘瑜伽行——「遍滿所緣境事」相結合而成的。

¹⁹ 印順導師《成佛之道（增註本）》〈第五章 大乘不共法〉p.367 ~ p.368：

以無性正見，觀察及安住。止觀互相應，善入於寂滅。

想修學般若，契悟真實，^{〔一〕〔1〕}先要對於一切是世俗假名有，自性不可得，深細抉擇，而得空有無礙的堅固正見。假名有與無性空，是相成不相礙的。所以說：『宛然有而畢竟空，畢竟空而宛然有』。有極「無」自「性」的「正見」，而不壞世俗緣起有的一切，這就是聞、思慧的學習。^{〔2〕〔A〕}如定心沒有修成，那還只是散心分別的觀察。^{〔B〕}如修止而已得到輕安，已經成就正定，就可以不礙假有的空性正見，依定修觀，入於修慧階段。那時，以無性空為所緣而修「觀察」，名「有分別影像」。觀察久了，就以無性空為所緣而修「安住」——定，名為「無分別影像」（這是不加觀察的無分別）。如安住了，再修觀察；這樣的止觀雜修，都是以無性空為所緣的。觀心純熟時，安住、明顯、澄淨，如淨虛空的離一切雲翳一樣。那時，『一切法趣空』，觀一切法相，無一法可當情而住的，都如輕煙一樣。修觀將成就時，應緩功力，等到由觀力而重發輕安，才名修觀成就。

^{〔二〕}以後，就「止觀互相應」，名為止觀雙運。以無分別觀慧，能起無分別住心；無分別住心，能起無分別觀慧。止觀均等，觀力深徹；末了，空相也脫落不現，就「善入於」無生的「寂滅」法性。到此，般若——無分別智現前，如說：『般若波羅蜜，能滅諸邪見煩惱戲論，將至畢竟空中』（5.079）。又說：『慧眼都無所見』（5.080）。唯識學也說：無分別的真見道，是離一切相的，從凡入聖的畢竟空慧，為印度大乘學者所公認。這與末世的擬議圓融，不知重點突破的方便，不可並論！

大乘多修習，念佛與念息。

一、總說：大小所緣念的同異

可作為修止的所緣境，雖然很多，^[1]聲聞法是多修不淨與持息念的；因為這是對治貪欲及散亂，而最易發定的。^[2]但「大乘」佛教界，「多修習」的是：「念佛與念息」。

二、正論

（一）總說

^[1]念息，多少有著重身體的傾向。²⁰

^[2]大乘以成佛為標的，所以念佛為大乘要門。

（二）特論：念佛

1. 念佛法門：由淺入深，貫徹一切

^[1]^[1]如易行道的稱名念佛，若得一心不亂，也就是念佛三昧。

^[2]不過念佛法門的重點，是念佛的^[1]身相^[2]與功德，舊稱^[1]觀相^[2]與觀想念佛。

^[3]如依此而念佛由心起，念佛如實相，那就是實相念佛，趣入出世的勝義禪觀了。

^[2]^[1]淺一些，念佛有懺業障，集善根的功能；^[2]深一些，就緣相成定，^[3]更進而趣入證悟。念佛法門，是由淺入深，貫徹一切。

^[3]所以在大乘五淨行中，早就有以念佛來替代界分別了。²¹

2. 念菩薩

念佛，還念菩薩，如文殊，觀音，普賢等菩薩，並可依相攝心而修習。

3. 念天（以金剛夜叉是佛菩薩化現）

※ 佛天合一的修天（金剛夜叉天的忿怒相、貪欲相）

（1）述

進一步，^[1]金剛，夜叉，是佛菩薩的化現，所以也可依以修習。

^[2]但這就成為修天了，因為佛^[1]再不是解脫相，慈和相，^[2]而化為忿怒相，貪欲相。

²⁰ 下文（《成佛之道（增註本）》〈第五章 大乘不共法〉p.325 ~ p.326）所說：

佛法的持息，本意在攝心入定，所以不可在身體上著想。修習久了，如少腹充滿，發熱，或吸氣時直達到足跟趾端，或覺臍下氣息下達，由尾閭而沿脊髓上升，或氣過時，幻覺有光色，音聲等——這都是氣息通暢，生理上的自然現象。切勿驚奇誇眩，落入氣功及丹道的外道窠臼！

²¹ 印順導師《說一切有部為主的論書與論師之研究》〈第十二章 闍賓瑜伽師的發展〉p.625 ~ p.626：

在修習瑜伽前，由於眾生的煩惱根性不同，應先給予契機的調治。譬喻的大瑜伽師僧伽羅叉，造『修行道地經』，「分別行相品」中，在「人情十九輩」段，說：慈心治瞋，因緣治癡，數息治多思覺，不淨（死尸至白骨）治我慢。長行在慈心前，又插入不淨治淫欲。這就與一般所說的五停心相近了（114.006）。西元四世紀，大乘的『瑜伽（行）師地論』已集成。稱不淨、慈、緣性緣起、界差別、安那般那念，為「淨行所緣」，能淨治貪行、瞋行、癡行、慢行、尋思行（114.007）。『瑜伽師地論』的五淨行（五停心），與『修行道地經』的意趣相合。與佛陀跋陀羅同時前後的闍賓禪法，傳來中國的，也都明五門。鳩摩羅什所傳的『坐禪三昧經』，『思惟要略法』，都說五法門：不淨治多淫欲，慈心（四無量）治多瞋恚，因緣觀治多愚癡，念息治多思覺，念佛治多等分。以念佛代界差別，是受大乘法的影响。

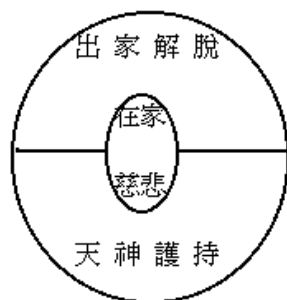
〔三〕到此，佛與天幾乎合一。²²

²²（1）印順導師《佛在人間》〈從依機設教來說明人間佛教〉p.38 ~ p.43：

在印度一千五百年的佛教史中，也可看出三期的演變。試畫為曼荼羅，以說明機教的差別：

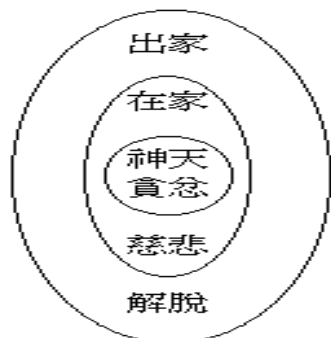


初期佛教，^{〔1〕}以出家的聲聞僧為中心，釋迦佛自身，舍利弗，目犍連，大迦葉們，都是現出家相的。出家有什麼特殊風格？可稱為自在解脫。如穿衣、吃飯、住處都不怎麼講究，隨緣度日。少事少業，減除煩惱，林野風致，現出清淨自在的精神。初期佛教，以此出家的解脫為中心。^{〔2〕}此外有在家弟子，如舍衛國的給孤獨長者，摩竭陀國的頻婆娑羅王，憍薩羅國的波斯匿王，以及文臣武將，農工商賈，男女老幼。這些人都是現在家——一般人的常相，重布施、持戒，盡力於對國對家對人應作的正事。他們也修定，但重於慈定。也能了生死，但不處於住持佛教的地位，而是外圍的信眾。^{〔3〕}最外層的，是鬼神——從淨居天到餓鬼、畜生。《阿含經》與毘尼中，每有天人、阿修羅、乾闥婆、夜叉等，偶爾也參預法會；少分是守護佛教，以免惡性的鬼神來搗亂。在佛教中，處於不關重要的地位。他們有二種特徵：一、貪求，對世間的五欲，貪心最極強烈；二、忿怒，在什麼時候，最容易引發瞋恚。佛對於這些，總是勸他們，不為自己的貪欲，暴劣的忿怒，而害人害世。天、人（在家）、聲聞（出家）三類，佛教的重心極為明確。此初期的佛教，鬼神僅是世間悉檀，不加尊重，也不否定。神教的色彩極淺，迷信的方便極少。內重禪慧，外重人事，初期以出家解脫為中心的佛教，是如此。



佛滅後五百年的佛教情況，即大乘教興起的時代，也約有五百年。^{〔1〕}佛教的中心是演變了。處於佛教中心的佛與弟子，都現為在家相。如文殊、觀音、普賢、維摩詰、善財、常啼等菩薩，可說都是在家的。大乘歸極的佛陀，為毘盧遮那佛，也是有髮髻，戴頭冠的，身上瓔珞莊嚴的在家相。這以在家為中心的佛菩薩，表現了大悲、大智、大行、大願的特徵，重六波羅蜜、四攝等法門。^{〔2〕}當時，出家解脫相的聲聞僧（連釋迦佛在內），被移到右邊去，不再代表佛法的重心，而看作適應一分根性的方便了。聲聞乘所說的三寶觀，不是佛法的根本；究竟而根本的，是以發菩提心度生成佛為宗的一大乘。二乘雖然被推移到方便的外圍，但並沒有拒絕他們，是處在旁聽的地位。不過，迦葉等聲聞弟子，時常在怨恨自己，輕視自己，為什麼不知道修菩薩以成佛。末了才決定，二乘都要回心入大乘的，如《法華經》所說。^{〔3〕}天（鬼畜），不遠處於外圍，地位抬高了，處在左邊的地位。舉例說：傳說佛在世時有護法神——金剛力士，本是夜叉而已。在大乘佛教中，就尊稱為菩薩化身。海龍王、緊那羅王、犍闥婆王、阿修羅王，稱為菩薩的也不少，連魔王也有不可思議大菩薩。這些天菩薩，在大乘法會中，助佛揚化，也還是本著悲智行願的精神，助佛說六波羅蜜、四攝等大乘，不過增加一些神的特徵。一分低下的天神，大抵是熱心的護法者。

這一期的佛教，從出家移入在家，從人而移向天，為高級的天與在家人的趣入佛法，也是適應於崇奉天神的在家婆羅門而發揚起來。入世利生，充滿了本生談中的菩薩精神。但同時，天的傾向發達起來，天神的地位也顯著起來。所以，這是佛教的人間化，也是天化。印度大乘佛教的隆盛，是包含這兩個內容，也影響了後來發展的傾向。這不如初期的樸素，重於集團生活，而多少曲應世間俗習，而傾向於唯心及個人的偉大。



第三期的佛教，一切情況，與初期佛教相比，真可說本末倒置。⁽¹⁾處於中臺的佛菩薩相，多分是現的夜叉、羅剎相，奇形怪狀，使人見了驚慌。有的是頭上安頭，手多，武器多，項間或懸著一顆顆貫穿起來的骷髏頭，腳下或踏著兇惡相的鬼神。而且在極度兇惡——應該說「忿怒」的情況下，又男女扭成一堆，這稱為「具貪相」。⁽²⁾那些現在家慈和的菩薩，又移到外圍去了。⁽³⁾至於現出家解脫相的，在最外圍，簡直是毫無地位！這種境況，從密宗曼荼羅中，可以完全看出。由於天神（特別是欲界的低級的）為佛教中心，所以一切神教的儀式、修法，應有盡有的化為佛法方便。這即是虛大師稱為以天乘行果而趣向佛乘的。

由此，可見⁽¹⁾初期佛教以聲聞乘為中心，⁽²⁾中期以人（天）菩薩為中心，⁽³⁾後期以天（菩薩）為中心。

中期的大乘佛教，⁽¹⁾一方面傾向天菩薩，⁽²⁾同時又傾向人菩薩。⁽¹⁾人菩薩法，在印度的中期佛教，有著充分的表現；⁽²⁾為了適應於印度神化極深的環境，佛教就更攝取婆羅門教的方便，發展到天菩薩去。

⁽¹⁾現在所提倡的人間佛教，我們是人，應以人為中心，應攝取印度初中二期佛教的人菩薩的慈悲與智慧，特應從悲起智，而不取後期佛教的天菩薩法。⁽²⁾傳到中國的佛法，唐代也還是印度後期佛教的開始，所以還不像傳於西藏的完全天化。中國所傳的佛教，天神化本來不深，也許聲聞的傾向要濃厚些。⁽³⁾提倡純粹的人菩薩法，即由人發菩薩心，以悲智普濟一切有情，直趣無上正等菩提，應著重中期佛教，而脫落天化的傾向。

(2) 印順導師《華雨集第四冊》〈契理契機之人間佛教〉p.26 ~ p.28：

⁽¹⁾到了「後期大乘」，說一切眾生本有如來藏，我，自性清淨心，也就是本有如來德性，於是修念佛觀的，不但觀外在的佛，更觀自身是佛。⁽²⁾「秘密大乘佛法」，是從「易行道」來的「易行乘」，認為歷劫修菩薩行成佛，未免太迂緩了，於是觀佛身，佛土，佛財，佛業（稱為「天瑜伽」），而求即生成佛。成佛為唯一目標，「度眾生」等成了佛再說。念佛觀，在佛法的演化中，是有最深遠影響的！

⁽²⁾方便道的「念法」，「初期大乘」中，有了獨到的發展。如『般若』、『法華經』等，⁽¹⁾說讀經，（背或誦）誦經，寫經，布施經典等，有重於現生利益的不可思議功德，⁽²⁾並稱般若「是大神咒，是大明咒，是無上咒，是一切咒王」。咒術，本是「佛法」所禁止的，漸漸的滲入「大乘佛法」，主要是為了護法，降伏邪魔。誦經與持咒，有共同的傾向，也與稱名的念佛相通；音聲佛事，特別是咒語，成為「秘密大乘」修持的要目。

⁽³⁾「念佛」、「念法」外，「念天」是非常重要的！⁽¹⁾「佛法」容認印度群神——天的存在，但梵天、帝釋、四大王眾天的鬼神，佛弟子是不信敬、不禮拜的。佛與在家、出家弟子，諸天卻表示了恭敬、讚歎、歸依、（自動的來）護法的真誠（邪神惡鬼在外）。佛與人間弟子，勝過了天神，是佛法的根本立場。⁽²⁾「大乘佛法」興起，由於『本生』中，菩薩有天神、畜生身的，所以有天菩薩在大乘經中出現，如『海龍王經』，『大樹緊那羅王所問經』，『密跡金剛力士經』等。『華嚴經』圓融無礙，有無數的執金剛神，主城神，主地神，……大自在天，來參加法會，都是大菩薩。善財童

(2) 評

^{〔一〕}不過^{〔1〕}大乘並非天乘，^{〔2〕}修止並非修觀。

^{〔二〕}所以儘管也稱為念佛，但^{〔1〕}到底^{〔A〕}重定而流入天乘，^{〔B〕}還是化天乘行而入佛乘，^{〔2〕}那就要看有否依大乘的特質——三心相應而修了。

丑二 別詳

寅一 念佛

念佛由意念，真佛非像佛；觀相而持心，善識於方便。

一、釋「念佛由意念，真佛非像佛」

(一) 念佛由意念

1. 總釋

^{〔一〕}繫「念佛」為所緣而修習時，應知這是「由意念」的。

^{〔二〕}^{〔1〕}一般散心的稱名念佛，也還要重在意念，^{〔2〕}何況緣佛相而修止？

2. 詳論：繫念所緣相，是向內攝心而由意識安立的影像；修止，是意識安立影像相而使他安住

※修止成定：是定中意識，不是五識

^{〔一〕}在起初，審取佛的相好而修習，切勿^{〔1〕}因為佛相的^{〔A〕}不易現起，^{〔B〕}現起而不易堅定，^{〔2〕}就置佛像在前，望著佛像而修習。

^{〔二〕}修止成定，^{〔1〕}是定中意識，^{〔2〕}不是屬於五識的。

^{〔三〕}^{〔1〕}所以如眼識取色相而修，就是心「由外門轉」，這是怎麼也不會入定的。

^{〔2〕}要知繫念所緣相，^{〔A〕}是向內攝心的，是由意識所安立的影像，^{〔B〕}所以止觀的所緣相，

子參訪的善知識，也附入了不少的主夜神（女性夜叉）。夜叉菩薩名為金剛手，或名執金剛、金剛藏，在『華嚴經』中，地位高在十地以上。「初期大乘」經，深（觀）廣（大菩薩行）而與通俗的方便相統一，入世而又有神秘化的傾向。^{〔3〕}到了「後期大乘」，如『楞伽經』、『大集經』，說到印度著名的天神，都是如來的異名；在鬼、畜天的信仰者，所見的如來就是鬼、畜。在理論上，達到了「天佛一如」，也就是「神佛不二」，這是與印度教的興盛有關的。^{〔4〕}到了「秘密大乘佛法」，念天的影響更深。如做五部夜叉，及帝釋在中間，四大天王四方坐的集會，而有五部如來的集會方式。天菩薩著重忿怒相，欲樂的身相。觀自身是佛的佛慢，也名為天慢。而忉利天與四大王眾天的男女交合而不出精，也成為實現大樂，即身成佛的修證理想。欲界天神——大力鬼王與高等畜生天的融入佛教，不但有五甘露——尿、屎、骨髓、精、血，五肉——狗肉、牛、馬、象、人肉等鬼神供品；而「佛法」所禁止的咒術以外，占卜、問鏡、觀星宿，火祭——護摩，這些印度神教的，都納入「秘密大乘」。念天而演變到以「天（鬼神）教」方式為佛法主流，真是世俗所說的「方便出下流」了！重信仰，重秘密（不得為未受法的人說，說了墮地獄），重修行，「索隱行怪」的「秘密大乘佛法」，是「念佛」與「念（欲）天」的最高統一。

(3) 印順導師《華雨集第四冊》〈契理契機之人間佛教〉p.8 ~ p.9：

第五期的「梵佛一如」，應改正為「天佛一如」。因為「秘密大乘」所重的，不是離欲的梵行，而是欲界的忉利天，四大王眾天式的「具貪行」。而且，「天」可以含攝一切天，所以改名為「天佛一如」，要更為恰當些。

(4) 印順導師《華雨集第四冊》〈契理契機之人間佛教〉p.41：

什麼是「（梵化之機應慎）」？梵化，應改為天化，也就是低級天的鬼神化。

也叫做『影像』。

^{〔四〕}凡是修止的，^{〔1〕}都是意識所安立的影像相而使他安住，^{〔2〕}不但念佛是這樣的。

3.警

有些修止的，^{〔1〕}略得安定，前五識相續等流，沒有隨念及計度分別，^{〔2〕}就以為無分別定，極為可笑！²³

〔二〕真佛非像佛

還有，^{〔一〕}初學時^{〔1〕}從石刻的，或木雕的，紙繪的佛像，取相明了，^{〔2〕}然後再緣此攝心而修習。

^{〔二〕}但在修時，^{〔1〕}應覺得所念的是「真佛」，²⁴並「非」木石等「佛像」。這才能修習成就時，佛現前住，放光說法等。

^{〔2〕}如作為佛像而修，就失去這些功德了。

二、釋「觀相而持心，善識於方便」

〔一〕總釋

總之，「觀」佛「相」為境「而持心」令住，^{〔1〕}應該知道的方便是很多的，^{〔2〕}所以說：「善識於方便」。

〔二〕詳論

1.初取佛相不求細微，略現大體即可；等佛相現前漸堅定，就不妨緣明顯部分而修

※起初必須專一；切勿念此念彼或急求明顯、細微，反成定障

例如^{〔一〕}^{〔1〕}初取佛相而修習時，不必過求細微，能略現佛相大體就得。^{〔2〕}等到佛相現前，漸漸堅定，如某部分特別明顯，就不妨緣此而修。

^{〔二〕}如破竹，^{〔1〕}能破了初節，^{〔2〕}餘節就可迎刃而解。

^{〔三〕}觀佛相等也一樣，^{〔1〕}如粗相安住明顯了，^{〔2〕}再觀細相；心力愈強，就是《華嚴經》等所說的佛相，也都有修習成就的可能。

^{〔四〕}所以起初^{〔1〕}必須專一，^{〔2〕}切勿^{〔A〕}念此念彼，^{〔B〕}或急求明顯，急求細微，反而成為

²³（1）印順導師《攝大乘論講記》〈第三章 所知相〉p.208：

^{〔1〕}五識是有漏的現量性，只有自性分別，不能分析，綜合，推比，聯想等，所以說它無分別。^{〔2〕}意識就不然，具有三種分別，能隨念，計度，所以名為有分別。

（2）【三種分別】三分別者：

一、自性分別 謂於現在所受諸行自相行分別，此有二：

一、尋伺為體 雜集云：「唯在意識者是也。」

二、非尋伺為體 通在八識，唯論及攝論許五識有者是也。

二、隨念分別 謂於昔曾所受諸行追念行分別，尋伺為體，唯在第六。

三、計度 謂於去來今不現見事思構行分別，此有二：

一、尋伺為體 緣三世境，局在第六。

二、體非尋伺 依思慧立，緣現在境，通在六七二識。（佛學次第統編（明，楊卓））

²⁴「應覺得所念的是「真佛」：應覺得，是第六意識應覺得；即第六意識所安立的影像是真佛。

定障。

2.因果相應

又如佛相是意識現起的影像，隨心力而成，所以^{〔一〕}必須是因果相應的。

^{〔二〕}^{〔一〕}如緣阿彌陀佛相而釋迦佛現前，緣佛相而菩薩相現，緣立佛而坐佛相現；修的與現起的不一致，都是不相應。切不可跟著現起的境相而住，^{〔二〕}應該仍依起初修習的所緣相而攝心。

寅二 念息

念息數隨止，非風非喘氣。

一、釋「念息數隨止」

（一）念息

^{〔一〕}以「念息」為方便而修止，也是容易得力的法門。

^{〔二〕}一呼一吸，叫做一息。

^{〔三〕}^{〔一〕}息是依緣身心而轉的，²⁵對身心的粗動或安定，有密切關係，^{〔二〕}所以安定身心的定學，對修息極為重視。

^{〔四〕}修息的^{〔一〕}有六門：數、隨、止、觀、還、淨；^{〔二〕}但後三者，是依止起觀的觀法。²⁶

²⁵ 印順導師《成佛之道（增註本）》〈第三章 五乘共法〉p.119 ~ p.120：

調攝於三事，心一境名定。漸離於分別，苦樂次第盡。

說到修習禪定的方法，不外乎調攝身心。^{〔一〕}^{〔一〕}「調」^{〔A〕}是調伏，調柔，人心如[心龍] 候的劣馬，不堪駕御；又如惡性牛，到處踐踏禾稼，必須加一番調練降伏功夫，使心能伏貼溫柔，隨自己的意欲而轉，所以古來有『調馬』，『牧牛』的比喻。^{〔B〕}調又是調和，身體，呼吸，心念，都要調和到恰好，勿使動亂，才能漸入安定。^{〔二〕}「攝」是收攝，使心念集中，勿讓他散亂。

^{〔二〕}調攝的對象，有「三事」——身，息，心，如《小止觀》等說。^{〔一〕}身體要平穩正直，舒適安和，不得隨便動搖，也不使身體有緊張積壓的感覺。閉目，閉口，舌抵上顎，也不可用力。^{〔二〕}調息——呼吸，要使之漸細漸長，不可有聲，也不可動形，似有似無，但也要漸習而成，不可過急。^{〔三〕}調心，使心繫念緣中，不散亂，不惛沈，不掉舉，心意集中（歸一）而能平正，自然安定。三者有相互關係，以心為主，在身體正常的安靜中，心息相依，而達定境。

…〔下略〕…

²⁶ 【六妙門】天台宗所立的六種禪觀，即數息門、隨息門、止門、觀門、還門、淨門。相當於三種止觀中的不定止觀。智顓《六妙法門》一書（《大正藏》第四十六冊），即闡釋此種法門者。

（1）數息門：默數呼吸以收攝心神，俾為入定之方便。有修數、證數二種。修數者，調和氣息，從一至十，數息攝心，令不散馳。證數者，覺心任運，從一至十，不加功力，心住息緣，覺息虛微，心相漸細，患數為粗，意不欲數，故應捨數修隨。

（2）隨息門：數息法之後的第二階段修持法。有修隨、證隨二種。修隨者，捨前數息法，一心隨息出入，攝心緣息，知息出入。證隨者，心漸微細，覺息長短遍身入出，心息任運相依，意慮恬然凝靜，覺隨為粗，心厭欲捨，故當捨隨修止。

（3）止門：有修止、證止二者。修止者，息諸緣慮，不念數隨，凝寂其心。證止者，覺身心泯然入定，不見內外相貌，定法持心，任運不動。此時應作是念，謂此定者，皆屬因緣，陰界入法和合而有，虛誑不實，即不著止，而起觀分別。

（4）觀門：有修觀、證觀二種。修觀者，觀微細出入息相如空中風，皮肉筋骨、三十六物如芭蕉不

（二）數隨止

1. 「數」息

一、「數」息：^{〔一〕}以息為所緣，^{〔1〕}吸入時，以心引息而下達於臍下；^{〔1〕}呼出時，心又隨息而上，自鼻中呼出。

^{〔二〕}這樣的一呼一吸為一息，^{〔1〕}數入息的不再數出息，^{〔2〕}數出息的不再數入息。

^{〔三〕}一息一息的默數下去，^{〔1〕}到十數為止，^{〔2〕}再從一數起。

^{〔四〕}數息，^{〔1〕}如念佛的捏念珠一樣，^{〔2〕}使心在息——所緣上轉，^{〔A〕}不致於忘失。

^{〔B〕}初學的^{〔a〕}如中間忘記了，那就從一數起，^{〔b〕}以做到一息一息的不加功力，憶念分明為限。

2. 「隨」息

二、「隨」息：^{〔一〕}久久心靜了，不再會忘失，^{〔1〕}就不必再數，^{〔2〕}只要心隨於息，心息相依，隨息而上下，覺息遍身等。

^{〔二〕}這樣，連記數的散亂，也離去了。

3. 「止」息

三、「止」息：^{〔1〕}久久修息漸成，心與息，如形影的不離。^{〔2〕}忽而心息不動，身心泯然入定，也就是修止成就。

二、釋「非風非喘氣」

（一）總說

凡修息的，^{〔1〕}以細長為妙，但初學不可勉強，以免傷氣。^{〔2〕}又息須均勻，切勿忽長忽短。

（二）警

1. 佛法的持息：本意在攝心入定，不可在身體上著想

佛法的持息，^{〔1〕}本意在攝心入定，^{〔2〕}所以不可在身體上著想。

2. 對於氣息通暢的生理自然現象，切勿驚奇誇張而落入氣功丹道的外道窠臼

^{〔一〕}修習久了，如^{〔1〕}少腹充滿，發熱，^{〔2〕}或吸氣時直達到足跟趾端，^{〔3〕}或覺臍下氣息下達，由尾閭²⁷而沿脊髓上升，^{〔4〕}或氣過時，幻覺有光色，音聲等——這都是氣息通暢，

實，心識無常，剎那不住，無有我人。證觀者，覺息出入遍諸毛孔，心眼開明，徹見三十六物及諸蟲戶，內外不淨，剎那變易，心生悲喜，得四念處，破四顛倒。

(5)還門：有修還、證還二者。修還者，知觀從心生，應反觀觀心，則知觀心本自不生，不生故不有。不有故即空。空故無觀心。若無觀心，豈有觀境。境智雙亡，即還源之要。證還者，心慧開發，不加功力，任運自能破折，返本還源。

(6)淨門：有修淨、證淨二種。修淨者，能知色淨，不起分別妄想，受想行識亦復如是。故能息妄想垢、分別垢、取我垢。證淨者，豁然心慧相應，無礙方便，任運開發，三昧正受，心無依恃。

其中，前三門屬定，後三門屬慧，依此定、慧能發真明，出離生死。又，涅槃曰妙，能通曰門，修此六門能通涅槃，故稱六妙門。（中華佛教百科全書）

²⁷ (1)【尾閭】1.古代傳說中泄海水之處。《莊子·秋水》：“天下之水，莫大於海，萬川歸之，不知何時止而不盈；尾閭泄之，不知何時已而不虛。”成玄英疏：“尾閭者，泄海水之所也。”《文

生理上的自然現象。

〔二〕切勿驚奇誇眩，落入氣功及丹道的外道窠臼！²⁸

選·嵇康〈養生論〉》：“自力服藥，半年一年，勞而未驗。志以厭衰，中路復廢，或益之以呶澹而泄之以尾閭。”李善注引司馬彪曰：“尾閭，水之從海水出者也，一名沃燠，在東大海之中。尾者，在百川之下故稱尾。閭者，聚也，水聚族之處，故稱閭也。”…〔中略〕…2.泛指事物趨歸或傾泄之所。…〔中略〕…郭沫若《創造十年》十二：“《季刊》和《周報》的標準太高，外來的投稿百分之九十九以上不能用，因而失掉不少的讀者，應該要有一種日報來做尾閭，以銷納外來的投稿。”（《漢語大詞典（四）》p.13）

(2)【閭〔ㄍㄨㄢˊ〕】1.里巷的大門。…〔中略〕…2.民戶聚居處；里巷。…〔中略〕…3.泛指門戶。…〔中略〕……〔中略〕…7.聚集。《莊子·秋水》：“尾閭泄之，不知何時已而不虛。”郭慶藩集釋引司馬彪曰：“閭者，聚也。水聚族之處，故稱閭也。”（《漢語大詞典（十二）》p.109）

²⁸ 印順導師《佛法是救世之光》〈美麗而險惡的歧途〉p.322 ~ p.328：

關於內心不由自主的活動，且說兩類：一、由醒而睡眠，在未到熟睡以前（真正的熟睡是無夢的）；二、由散亂而凝定，在未得真正禪定以前。⁽¹⁾ 當我們從清醒而漸入夢境時，明了的意識，漸失去制導力，昏昧而鬆弛了。那時，明了意識所制導的，一向被抑制遺落的種種心象，就會伴著「夢中意識」而活動起來。不由自主的夢境，糊糊塗塗，顛顛倒倒，就由此出現。⁽²⁾ 當我們由散亂心而漸得凝定時，也有類似的情形。無論是由熱烈的虔信神力而來，或由心意寧靜的凝定而達到，等到心意凝定到某一程度，也就是明了意識的制導權衰落。或者陷於恍惚狀態，重的陷於昏迷，或者到達明了而不亂的心態，就會從內心深處，湧出種種不同的心境。或見幻相——虛空相、光明相等，神靈相、魔鬼相、蟲魚鳥獸相等；或聽到幻聲——神聖的語言，微妙的天樂，可怖的聲音等；或嗅到特殊的香氣等。與此同時，內心會發現種種的心情：或歡喜，或憤怒，或憂愁悲哀，或欲念勃發，或起慈悲心。這些，佛法稱之為「善惡熏發」。這與過去生及現生的熏習，個性深藏的善念與惡念，個人所作的善業與惡業有關。平時深藏在內，由於心意凝定而引發出來。譬如水中有種種雜物，在水色渾濁時，什麼也不見，等到水清下去，一切就現出來了。這種由於心意凝定而引發的心境，對我們的身心，有強大的影響力。這是善惡熏發，所以結果非常不同。有的從此變一新人，善良的德性，大大的發達，身體也有良好影響。有的變得忽喜忽怒，時歌時笑，僻執狂妄，睡眠飲食都不正常。不過也有精神略帶病態，而德性卻很好。神教徒以為，這是神力或是魔力的關係；不知這只是深藏於內心的「善惡熏發」罷了。依佛法說，這大體可依身心所引起的影響，以判斷他的是善是惡，是正常還是變態。惡的，當然要放下，除遣他；就是良善的，也不可以執著。如執著了，會成為一種慣習性，又引起不良的副作用。由凝定而起的，不由自主的內心動態，與夢境有一顯著的不同：夢境，由明了意識的無力鬆弛而現起，而這是有意識的，用種種方法促成心意凝定而引起的。所以夢境雖形形色色，但一旦警覺，明了意識現起時，夢境就立刻消失，很少能在夢後的明了意識內占有勢力（占有，如心有餘怖，也是極短暫的）。但從心意凝定而引發的心境，對於此後的身心，有著強大的影響力。這可以舉譬喻來說：夢境，如遇到特殊節日，政府放寬控制力，引起民間種種的自由活動。平時不許可的，也暫時由他去。節期一過，又平復如常了。由凝定而引發的心境，如政府因匪亂或敵人侵入，特地准許，號召民間的力量來共紓國難。等到恢復平靜時，那已經起來的，或良或不良的種種力量，就要或淺或深的影響政局了。

說到身體上的自動，理由也還是一樣。由於有意識的修習，進入心漸凝定階段，就自然的引發身體的震動等。這是不由自主的，但大抵是能自己意識到的。這種身體的自動，不但與心有關，也與「風」有關。佛法說，身體的一切動作，都有關於風力，而呼吸是風力中最主要又最特殊的。呼吸——息與心，有著相互影響的相應關係。如心躁動，息也就躁動；息平靜，心也就容易平靜。心能制導身心，呼吸也影響於身心的活動。由於敬虔誠信的緊約，或由於放捨雜念的寧靜，一到心意漸凝集時，息——呼吸也就微長而集中。那時，明了意識的制導力漸弱，而風力卻增強起來。這因為，由於呼吸平靜而能到處流通，由於氣息集中而能強力推動。在這樣的情形下，身體不由自主的震動，就開始了。如有意無意的，一次又一次的發動，就會造成新的慣習性，流變為拳術一樣的動作。這種不由自主的震動，大都是近於自然的活動，所以能對身體引起良好的影響。不過，如身心與呼吸的調理不得當，那伴這自動而來的，將是身心病態的發展了。

身體不由自主的震動，到底是佛法，還是外道？應該這樣說：⁽¹⁾ 這是基於生理的可能性，得因緣和合而引發。在震動現象本身，既不是佛法，也不是外道，只是世間的常法。不過，如把他看作神力，就流為低級宗教所憑藉的神祕現象了。如作為健身運動，在限度內，與太極拳等一樣，當然沒有什麼

〔三〕詳釋

又修息以**微密勻長**為準，所以

1.非風

「非風」相：息出入時，如**風的鼓盪**一樣，**出入有聲**，那是太粗而要不得的。

2.非喘

也「非喘」相：這^[1]雖然出入無聲，^[2]但**不通利（艱澹²⁹）**，如刀刮竹一樣，一頓一頓的有形可見。

3.非氣

也非「氣」相：^[1]雖然通利了，^[2]但**口鼻仍有氣入的感覺**。

4.結說

^[1]離此風相，喘相，氣相，^[2]**微密勻長**，古人形容為「悠悠揚揚」，「若存若亡」，才合於**息相**的標準。

癸三 治沈掉〔修知〕

不可以。^[2]不過，如由此而誇大，幻想熏煉血肉之軀為永劫不變，修精煉氣，那麼長生成仙的邪見，就由此引出——這就成為外道法了。

一般外道，老是這樣說，佛法——也許指一般顯教，修性不修命，修心不修身，修靜不修動。而自以為是性命雙修，身心雙修，動靜雙修。**其實，他們不知道佛法，不能忘情於必朽的血肉，幻想在呼吸，任督脈，唾液精血中，不落因果，出現奇蹟。**不知佛法的修學宗要，不外三學。戒學是德行的；慧學是智證的；定學是安定身心，強化身心，而為到達自在解脫，利濟眾生的依據。**什麼身心雙修之類，大抵不出定學。然而，如缺乏德行的戒足，智證的慧目，即禪定不過是生死業，味定、邪定，還會引人墮落呢？**佛法的修習禪定，起初是身心動亂——身息還沒有調柔，心中雜念紛飛。久之，漸離動亂而身心安定。漸凝定時，由於宿習熏發，心中的善念或惡念，善境界或惡境界，又紛紛現前。由於風力增強，身體也不由自主的震動起來。**在修定過程中，這種身心的震動（或先或後），還在門外呢！如執著這虛幻形相，虛幻音聲，身體震動，便停滯不前，或轉而退失，不再能進入定境，開發無邊功德寶藏了。**如去公園遊觀，在公園門外，見到一些野草閑花，便覺得真好，留連忘返，那他也無緣入門，再不見園中的名貴花木，珍異禽獸，精巧建築了。所以必須透此一關。對於染惡心境，除遣他；良善的心境，也不要執他。這樣的進修，心境轉而更為空靈明淨，由此發生正定。身體的震動等，也不著相而透脫了，內身也就進為更靈妙、更平和、更微密的活動。呼吸是微細綿密，似有似無（最高的出入息滅）；血脈是舒暢平流，無著無滯（最高的脈似中斷）。**如真的成就了定，經說「身輕安」，「心輕安」；「身精進」，「心精進」。**由於身心安定所引發的輕安樂，周遍澆洽，不是世間的一切安樂所能及的。由此而湧出的身心的力量，也勇銳莫當，能「堪任」一切。這不是身心雙修，動靜雙修嗎？

^[1]^[A] 佛法的修習禪定，不論是小乘、大乘，不論是重在依定發通，或依定發慧，都是要超過這些身心的幻境。因為非超過這些，不能進入身心更安寧，更平和的定境，不能得到體悟真理，解脫生死，神通自在。^[B] 而外道呢？卻是死心塌地的，迷醉這身心的幻境，戀著這必朽的身體。不是因此而迷信神權，便是**夢想在這呼吸、血脈，甚至男女和合中去成仙得道。**^[2] 這種身心幻境，可說是看來美妙無比，其實是險惡無比的途程。這裡風景幽美，使人迷戀。當你經過這裡時，^[A] 如不迅速通過，前進到安樂之鄉，^[B] **迷戀逗留，那可險惡極了。**因為這裡有定時的瘴氣來侵，你如走向兩旁去觀賞，毒蛇猛獸正在等著你呢！

如身體引發得不由自主的震動，或心中熏發得行相幻音，^[1] **第一不要著相，坦然直進的過去吧！**^[2] **如貪染這必朽的血肉之軀，那就可能會落入外道圈套，自外道去討消息了！**定時的瘴氣要來，左右的毒蟲要來！**迷戀逗留，等到喪身失命，可就後悔莫及了！**

²⁹ 【澹〔ムセ〕】1.不流利；不通暢。（《漢語大詞典（六）》p.160）

覺了沈與掉，正知不散亂。

一、總論

〔一〕以正念攝心，達到了安住所緣的階段，

〔二〕那就要以正知來滅除『^{〔1〕}昏沈^{〔2〕}與掉舉』的過失了。

〔1〕掉舉^{〔A〕}是貪分，^{〔B〕}是染著可愛境，心不自在，引起心的外散。

〔2〕昏沈^{〔A〕}是癡分，^{〔B〕}是身心沈重，引起攝心所緣的力量低弱，不大明顯。

二、正釋「覺了沈與掉，正知不散亂」

〔一〕覺了沈與掉

〔一〕^{〔1〕}初修時，妄想紛飛，或者昏沈闇昧，與修止全不相應的重大過失，容易覺知，^{〔2〕}不是這裏所說的。

〔二〕這裏所要說的是：念既安住所緣了，應「覺了」微細的昏「沈與掉」舉。

〔1〕^{〔A〕}如^{〔a〕}不能覺了，^{〔b〕}或誤以為定力安穩，^{〔B〕}那就會^{〔a〕}停滯而不再進步；^{〔b〕}日子一久，反而會退落下來。這是非常重要的！

〔2〕如在修習中，^{〔A〕〔a〕}覺得影像不安定，不明顯，^{〔b〕}或覺得心力低弱，不能猛進，^{〔B〕}這就是微細沈、掉存在的明證。

〔二〕正知不散亂

這只要正念安住，相續憶念，綿密的照顧，就能^{〔1〕}生起「正知」，知道沈、掉^{〔A〕}已生起了，^{〔B〕}或要起來了，^{〔2〕}能使心「不」向「散亂」流去。

癸四 治不作行〔修思〕

為斷而作行，切勿隨彼轉。

一、總釋「為斷而作行，切勿隨彼轉」

〔一〕^{〔1〕}覺了到微細的昏沈與掉舉，假使^{〔A〕}由他去，^{〔B〕}或因沈、掉過失的深重，不容易遣除，就不設法對治。這種『不作行』的過失，^{〔2〕}要以思來對治他，才能達到滅除沈、掉的目的。

〔二〕^{〔1〕}思，是推動心心所而使有所作為的，^{〔2〕}所以這就是「為」了「斷」除沈、掉，「而」以思來「作行」；「切勿隨彼」沈、掉等流或增長下去。

二、詳論：作行

要怎樣的作行呢？

〔一〕沈掉不太嚴重：沈，舉心或觀修；掉，下心或止修

如沈、掉不太嚴重的，那麼^{〔一〕〔1〕}沈相現前，就^{〔A〕}舉心而使他明了有力；^{〔B〕}或修觀察。

〔2〕如掉相現前，那就^{〔A〕}下心而使他舒緩；^{〔B〕}或專修安住。

〔二〕^{〔1〕}所以在修止的過程中，舉心或下心，止修或觀修，有隨心的情況而應用，以達平

衡中正的必要。^[2]這如騎馬的，馬向左就拉他向右，馬向右就拉他向左，總以使馬向中馳去為標準。

（二）沈掉嚴重：沈，修光明想菩提心等可欣喜功德相；掉，修無常等可厭患相

但沈、掉嚴重的，不容易遣除，就應該修特別的對治。^[1]如沈沒重的，修光明想，或修菩提心等可欣喜的功德相。^[2]如掉舉重的，應修無常等可厭患相。

三、結說

^[1]等沈、掉息去，^[2]再依本來所修的，安住所緣而進修。

癸五 治作行〔修捨〕

滅時正直行，斷於功行失。

一、釋「滅時正直行，斷於功行失」

^[1]^[1]如修習到沈掉息「滅」了，心就能平等正直。那「時」，^[2]就應該不太努力，讓心平等「正直」而「行」就得了，這叫做捨。

^[2]^[1]捨時不加功用，讓心在平等正直的情況下自由進行，^[2]這就能「斷於功行」的過「失」。

二、舉喻合法

^[1]這如騎馬的，如馬不偏向左，不偏向右，^[1]就應放寬韁繩，讓他驀直的向前去。^[2]這時候，如依舊把馬韁拉得緊緊的，馬反會因不適意而走向兩邊去。

^[2]修止的也如此，如心已平等安住，^[1]還是為了防護沈、掉而『作行』，結果反而使心散亂了。^[2]所以到這階段，應修捨，舒緩功用。

三、結說

這是第八斷行的捨，能滅第五過失的作行。能這樣，心就快要得定了！

辛三 止方便〔九住心（住心九階段）〕

^[1]內住^[2]亦續住，^[3]安住^[4]復近住，^[5]調順^[6]及寂靜，^[7]次最極寂靜，^[8]專注於一趣，^[9]等持無作行：聖說止方便，不越九住心。

一、釋「內住亦續住，安住復近住，調順及寂靜，次最極寂靜，專注於一趣，等持無作行」

（一）總說

從初學的攝心，到成就正定，有九住心，也就是住心的修習過程，可分為九個階段。

（二）詳釋

1.前四住：安住所緣的過程

（1）內住：收攝外散的心，住到內心所緣（粗動不息而不肯就範）

一、「內住」：^[1]一般人，一向是心向外散；儒者稱為放心，如雞犬的放失而不知歸家一樣。^[2]修止，就是要收攝此外散的心，使心住到內心所緣上來，不讓他向外跑。

（2）續住：心住內境，相續而住（還有失念而流散的時候）

二、「續住」：^[1]起初攝心時，心是粗動不息的，如惡馬的騰躍一樣，不肯就範。^[2]修習久了，動心也多少息下來了，才能心住內境，相續而住，不再流散了。

〔3〕安住：妄念一起、心一外散即覺，攝心還住所緣

三、「安住」：^[1]雖說相續而住，但還不是沒有失念而流散的時候。^[2]但修習到這，能做到妄念一起，心一外散，就立即覺了，攝心還住於所緣中。到這階段，心才可說安定了。

〔4〕近住：心安定住於所緣，不會遠散出去

※不起妄念，不向外散失（妄念將起，就能預先覺了而先為制伏）

四、「近住」：這是功夫更進了！^[1]已能做到不起妄念，不向外散失。因為妄念將起，就能預先覺了，先為制伏。^[2]這樣，心能安定住於所緣，不會遠散出去，所以叫近住。

2.五到七住：降伏煩惱的過程

〔1〕調順：不為外境（十相）所誘惑而散亂

五、「調順」：^[1]色、聲、香、味、觸——五欲，貪、瞋、癡——三毒，加男、女為——十相，這是能使心流散的。^[1]現在心已安住了，深知定的功德，也就能了知「欲」的過失。^[1]所以以靜制欲，內心柔和調順，不會因這些相的誘惑而散亂。

〔2〕寂靜：克制內心不善法，不受其擾亂（以靜制伏而還有現起）

六、「寂靜」：^[1]十相是重於外境的誘惑，^[2]還有內心發出的「不善」法，如^[1]不正尋思——^[1]國土尋思、親里尋思、不死尋思、^[B]欲尋思、恚尋思、害尋思等。³⁰^[1]五蓋——貪欲、瞋恚、惛沈睡眠、掉舉惡作、疑。對這些，也能以內心的安定功德而克制他，免受他的擾亂。

到這，內心是寂靜了。^[1]寂靜，如中夜的寂無聲息一樣，並非是涅槃的寂靜。

〔3〕最極寂靜：內心不善煩惱一起，就立即除遣、除滅

七、「最極寂靜」：^[1]上面的寂靜，還是以靜而制伏尋思等煩惱，還不是沒有現起。^[1]現在能進步到：尋思等一起，就立即除遣，立刻除滅。

3.特論：前四住與五到七住的重點不同

^{〔一〕}^[1]前四住心，是安住所緣的過程。^[2]但修止成定，主要是為了離欲惡不善法，所以定力一強，從五到七，就是降伏煩惱的過程。

^{〔二〕}必^[1]靜^[2]而又淨，這才趣向正定了。

³⁰ (1) 《瑜伽師地論》卷 11(CBETA, T30, no. 1579, p. 330, b10-14)：

^[1]親屬尋思者，謂因親屬或盛或衰、或離或合，發欣感行，心生籌慮等。^[2]國土尋思者，謂因國土盛衰等相，廣如前說。^[3]不死尋思者，謂因少年及衰老位，諸有所作或利他事，發欣感行，心生籌慮等。

(2) 《瑜伽師地論》卷 89(CBETA, T30, no. 1579, p. 803, a18-27)：

^[1]心懷愛染，攀緣諸欲，起發意言，隨順隨轉，名欲尋思。^[2]心懷憎惡，於他攀緣不饒益相，起發意言，隨順隨轉，名恚尋思。^[3]心懷損惱，於他攀緣惱亂之相，起發意言，餘如前說，名害尋思。^[4]心懷染污，攀緣親戚，起發意言，餘如前說，是故說名親里尋思。^[5]心懷染污，攀緣國土，起發意言，餘如前說，是故說名國土尋思。^[6]心懷染污，攀緣自義，推託遷延，後時望得，起發意言，餘如前說，是故說名不死尋思。

4.後二住：趣向臨近正定的階段

(1) 專注一趣：有作行的相續而住

八、「專注一趣」：^[1]心已安住，不受內外不良因素所動亂，臨到了**平等正直持心的階段**。^[2]就此**努力使心能專注於同一**，能不斷的，任運的（自然而然的）**相續而住**。

(2) 等持：無作行的相續而住——就將要得定了

九、「等持」：這是^[1]^[1]專注一趣的更進步，^[1]功夫純熟，**不要再加功用**，「無作行」而任運自在的，無散亂的**相續而住**。^[1]**修習止而到達這一階段**，就是**要得定了**。³¹

二、釋「聖說止方便，不越九住心」

^[-]^[1]修定的^[A]方法不一；^[B]到達的時間，也因人而不同。^[2]住心的教授，也說有種種，如八斷行等都是。³²

^[-]但從最初攝心，到成就正定，敘述這一完整的學程，^[1]依「聖」者所「說」：**修「止」的「方便」過程**，「不」會超「越九住心」的，也就是不外乎九住心的法門。

^[2]所以**修習止**，應依此修習，^[A]而認識自己的進程，到了什麼階段，^[B]以免增上慢而貽誤了自己。

辛四 止成就

若得輕安樂，是名止成就。

一、總釋「若得輕安樂，是名止成就」

^[-]在修止過程中，早就有些輕快舒悅的身心感覺，而也一定有熱觸，動觸等發現。但一直到**第九住心**，能無分別，無功用的任運，**還只是類似於定**，不能說已成就定。

^[-]這一定要，「若得」生起身心的「輕安樂」，引發身心精進，於所緣能自在，有堪能，這才「名」為「止成就」，也就是得到第一階段的「未到地定」。

二、詳論

^[-]發定時，^[1]起初頂上有重觸現起，但非常舒適，^[2]接著引發身心輕安：

³¹「要得定了」：是將要得定，不是已得定。下一頌「若得輕安樂，是名止成就」，才是得定。

³²參見《瑜伽師地論》卷30(CBETA, T30, no. 1579, p. 450, c18-p. 451, b12)：

云何名為**九種心住**？…〔中略〕…當知此中由**六種力**，方能成辦**九種心住**。一、聽聞力，二、思惟力，三、憶念力，四、正知力，五、精進力，六、串習力。初由**聽聞、思惟二力**，數聞數思增上力故，最初令心於**內境住**，及即於此**相續方便澄淨方便等遍安住**。如是於內繫縛心已，由**憶念力**數數作意，攝錄其心**不散亂安住、近住**。從此已後由**正知力**調息其心，於其諸相諸惡尋思諸隨煩惱不令流散調順、寂靜。由**精進力**設彼二種暫現行時能不受，尋即斷滅除遣變吐，最極寂靜、專注一趣。由串習力，等持成滿。

即於如是**九種心住**，當知復有**四種作意**：一、力勵運轉作意，二、有間缺運轉作意，三、無間缺運轉作意，四、無功用運轉作意。於內住、等住中，有力勵運轉作意。於安住、近住、調順、寂靜、最極寂靜中，有有間缺運轉作意。於專注一趣中，有無間缺運轉作意。於等持中，有無功用運轉作意。

當知如是四種作意，於九種心住中是奢摩他品；又即如是獲得內心奢摩他者，於毘鉢舍那勤修習時，復即由是四種作意，方能修習毘鉢舍那，故此亦是毘鉢舍那品。

^[A]由心輕安，起身輕安。這是極猛烈的，樂遍身體的每一部分，徹骨徹髓。當時內心大為震動，被形容為「身心踴躍」。

^[B]等到衝動性過去，就有微妙的輕安樂，與身相應；內心依舊無功用，無分別的堅固安住所緣，這才名為得定。

^[二]從此出定以後，^[1]在行、住、坐、臥中，都有輕安及定的餘勢隨逐，^[2]好像常在定中一樣。

^[三]如再修止入定，持心不散，^[1]一下子就能入定，生起身心輕安，^[2]而且能不斷增勝起來。

辛五 定的通德與差別（差別由觀）

^[1]明顯^[2]無分別，^[3]及妙輕安樂，是道內外共，由觀成差別。

一、釋「明顯無分別，及妙輕安樂」

（一）總釋

成就定的，能得由定所發的殊勝功德。通遍的定德，有三：^[1]一、「明顯」；^[2]二、「無分別」；^[3]三、「及」微「妙輕安樂」。

（二）詳論

1. 明顯

明顯是：^{[1][A]}心極明淨，^[B]所緣於心中現，也極為明顯，^[2]如^[A]萬里無雲，^[B]空中的明月一樣。

2. 無分別

無分別是：^{[1][A]}心安住^[B]而自然任運，了了分明，不曾有什麼作意的功用。^[2]所以當時的心境，澄淨得如^[A]波平浪靜的^[B]大海一樣。真可說惺惺寂寂，寂寂惺惺了！

3. 妙輕安樂

而在這樣的定境中，又有微妙的身心輕安，因而^{[1][A]}離惡行善，非常有力，又極其自然，^[B]不像平時的逆水行舟那樣。^{33 [2]}於欲境自然不起染著，大有染著不了的情況。³⁴

³³ 印順導師《成佛之道（增註本）》〈第五章 大乘不共法〉p.315 ~ p.316：

依住堪能性，能成所作事。

為什麼要修止而得禪定？因修止而能得定，就能成辦種種有義利的事業。所以說：『制心一處，無事不辦』（5.047）。修止而得住心時，身心引發輕安，身心都輕快舒適，而有行善離惡的力量。眾生一向在散亂心中，對欲境的抗拒力，煩惱的制伏力，善事的進修力，都非常薄弱，總覺得有心無力，如逆水行舟那樣的艱難。身體也如此，身體健康的，也時有煩勞不堪的感覺。如久病一樣，身心都滯重遲緩，軟弱無力。如修止而能住正定，「依住」心而發生「堪能性」，就是從身輕安而生身精進，從心輕安而生心精進；過去無能不堪的情形，全部改觀。依止這樣的堪能性，就「能」勇於進修，作「成所」要「作」的「事」業。什麼是要作的事？聲聞人，依定才能得現法樂住，得殊勝知見（天眼），得分別慧，得漏盡解脫。大乘行人，依定才能引發身心輕安，引發神通等功德；能深入勝義，更能作饒益眾生的種種事業。總之，佛法的殊勝功德，都是離不了定的，所以應專心修習禪定。

³⁴ 印順導師《佛法概論》〈第十八章 戒定慧的考察〉p.237：

（三）結說

最低階段的定境，就是那樣的深妙！

二、釋「是道內外共」

（一）總釋

然而，這樣深妙的定，在世出世道中，大小乘道中，還「是」「內外共」的，還只是共世間的定，也是凡夫所可以修得的。

（二）詳警：禪修而遠離三藏教典的過失

※修禪不修觀慧，以為禪即般若；永不得出世法，真是可悲愴

^{〔一〕}有些偏好禪修的，^{〔1〕}不讀不誦三藏教典，^{〔2〕}以為這只是增長知解，於修持沒有多大用處。

^{〔二〕}^{〔1〕}在這種遠離顯了教典，專心修習，憑自己的一些修持經驗，就以為了不得。

^{〔A〕}^{〔a〕}由於這是離欲的，所以覺得自己不起煩惱（欲界的），就以為斷煩惱而不為煩惱所染了。³⁵

^{〔b〕}由於任運的無功用無分別心，就以為無分別智的證悟了。³⁶

^{〔c〕}由於起定而定的餘力相隨，就以為動靜一如，常在定中了。

^{〔B〕}^{〔a〕}看作解脫的有（如說修得四禪，以為得了四果），看作成佛的也有，^{〔b〕}不知這還是共世間定的初步呢！

禪定，要遠離物欲與男女欲，但不知定境也同樣的是貪欲。《中含·苦陰經》中，論到「五欲」，主要的是物質佔有欲。論到「色」，即是男女互相佔有的淫欲。論到「覺」，即四禪定的定相應受。經中一一說明他的味著，過患與出離；禪定以離物欲及性欲為主，而不知禪定也還是無明貪欲的產物。這對於專談「受用」的學者，是怎樣適當的教授！

³⁵ 印順導師《佛法概論》〈第十八章 戒定慧的考察〉p.237：

禪定，要遠離物欲與男女欲，但不知定境也同樣的是貪欲。《中含·苦陰經》中，論到「五欲」，主要的是物質佔有欲。論到「色」，即是男女互相佔有的淫欲。論到「覺」，即四禪定的定相應受。經中一一說明他的味著，過患與出離；禪定以離物欲及性欲為主，而不知禪定也還是無明貪欲的產物。這對於專談「受用」的學者，是怎樣適當的教授！

³⁶ 印順導師《成佛之道（增註本）》〈第三章 五乘共法〉p.119 ~ p.122：

調攝於三事，心一境名定。漸離於分別，苦樂次第盡。

…〔中略〕…

定有種種階段，由淺入深，即平常所說的四禪八定。現在作一部分的說明。

一、約分別來說——「漸離於分別」。^{〔1〕}眾生心都是有分別的，^{〔A〕}如常人的心念，不是不斷的改變所緣，就是不斷的更易行解。^{〔B〕}習定的，使心安住一境，念念相續，『安住明顯』——心是極其安定，也非常明了，才能入定。^{〔a〕}有些人妄念小息，或者昏昧不覺，便以為心無分別了。^{〔b〕}不知道^{〔1〕}深入初禪，還是心有分別（不易緣，不易解）；還有粗分別的尋（考慮），細分別的伺，所以叫有尋有伺三摩地。^{〔II〕}初禪到二禪中間，得中間禪，這才不起粗分別，名為無尋有伺三摩地。^{〔III〕}到二禪，連細分別也沒有了，名無尋無伺三摩地。到此境界，雖有自性分別，不再有概念分別，所以也就不會引發語言了（語言是內心尋伺的聲音化）。^{〔IX〕}到三禪，直覺得內心平等清淨，所以說：『內等淨，正念正知』，但這是外道所共的，切勿以為心無分別而證得心體本淨了。^{〔2〕}不過約世間法說，二禪以上，就可說超越尋思的無分別定了。

二、約情緒來說——「苦樂次第盡」。…〔下略〕…

^[2]^[A]其實，有這樣修驗的人，也並不太多。^[B]有些還在修正過程中，有些身心特殊經驗，就狂妄得不知自己真面目！

^[三]^[1]修禪而不修觀慧，以為禪那就是般若，^[2]這是永不能深入出世法中，真是可悲愍的！

三、釋「由觀成差別」

^[一]^[1]這還是共世間的定道初階，^[2]要「由觀」慧而「成」為「差別」：這是^[A]世間的，^[B]出世間的；^[a]小乘的，^[b]還是大乘的。

^[二]這是說，^[1]得此未到地定後，^[2]^[A]如修欣上厭下的六行觀，³⁷就次第上升，而成世間的色無色定。^[B]如以無常為觀門，漸入無我我所觀，才是聲聞乘的定。^[C]如依此，觀法性空不生不滅，與大乘般若相應，就成大乘禪定。³⁸

³⁷（1）印順導師《佛法概論》〈第十八章 戒定慧的考察〉p.236 ~ p.237：

一般的禪定，也有觀慧，如厭此欣彼的「六行觀」；又如四無色的「唯心觀」；「不淨觀」與「九想觀」等，都可從定中去修習，也可修此來得定，但這不一定能解脫。佛法常說依定發慧，所依的定不必是極深的，多少能集中精神就可以了。所以不得「根本定」的，或但得「未到定」的，但是一念相應「電光喻定」的，都可以引發勝義慧，離煩惱而得解脫。如「慧解脫阿羅漢」，不得禪定，但對於生死的解脫，已切實做到。否則，定心愈深，愈陶醉於深定的內樂中，即愈對佛法不相應。如因定而生最高或頂好的世界，也不能解脫，反而是「八難」的一難。佛法修定而不重定，是毫無疑問的。偏於禪定的，必厭離塵境而陶醉於內心。久而久之，生活必流於忽略世間的現實生活，思想必落於神我型的唯心論。佛法是緣起論，從現實經驗的有情著手。立足於心色依存的緣起論，有自他和樂的僧制，這不是傾向獨善，唯心者的境界。後期佛法的唯心論，與禪師瑜伽師結不解緣，這是有他發展的必然性的。禪定，要遠離物欲與男女欲，但不知定境也同樣的是貪欲。《中含·苦陰經》中，論到「五欲」，主要的是物質佔有欲。論到「色」，即是男女互相佔有的淫欲。論到「覺」，即四禪定的定相應受。經中一一說明他的味著，過患與出離；禪定以離物欲及性欲為主，而不知禪定也還是無明貪欲的產物。這對於專談「受用」的學者，是怎樣適當的教授！

（2）【六行觀】以有漏智次第斷除修惑之際所修厭下欣上之觀法。三界分為九地，比較上地與下地，下地為粗、苦、障，故觀而厭之；上地為靜、妙、離，故觀而欣之。依此欣上厭下之力，可次第斷除下地之惑，故又稱欣厭觀。

…〔中略〕…

另據禪波羅蜜次第法門卷五所載，厭下地之苦、粗、障，欣上地之勝、妙、出，依此六法修行，是為六行觀，其一一之觀法為：（一）厭粗觀，思惟欲界五塵能起眾惡，是為因粗。而此身為屎、尿等三十六種臭穢之物所成就，是為果粗。粗因粗果，皆須厭惡。（二）厭苦觀，思惟身中所起心數緣於貪慾，不能出離，是為因苦。而欲界報身常受飢渴寒熱、病痛刀杖等種種所逼，是為果苦。苦因苦果，皆須厭惡。（三）厭障觀，思惟煩惱障覆真性，是為因障。而此身質礙，不得自在，是為果障。因障果障，皆須厭惡。（四）欣勝觀，厭惡欲界下劣貪慾之苦，欣喜初禪上勝禪定之樂。（五）欣妙觀，厭惡欲界貪慾五塵之樂，心亂馳動，欣喜初禪禪定之樂，心定不動，是為因妙。厭惡欲界臭穢之身，欣喜受得初禪之身，如鏡中像，雖有形色，無有質礙，是為果妙。因妙果妙，皆可欣喜。（六）欣出觀，厭惡欲界煩惱蓋障，欣喜初禪心得出離，是為因出。厭惡欲界之身質礙不得自在，欣喜初禪獲得五通之身自在無礙，是為果出。因出果出，皆可欣喜。（《佛光大辭典（二）》p.1263）

³⁸ 印順導師《佛法概論》〈第十二章 三大理性的統一〉p.165 ~ p.167：

三法印即是一法印 ^[一]平常說：小乘三法印，大乘一實相印。這是似乎如此，而並不恰當的。《阿含經》與聲聞學者，確乎多說三法印；大乘經與大乘學者，也確乎多說一法印。這三印與一印，好像是大乘、小乘截然不同的。其實，這不過多說而已。佛法本無大小，佛法的真理並沒有兩樣，也不應該有兩樣。

^[二]無常、無我、寂滅，^[1]從緣起法相說，是可以差別的。^[A]豎觀諸法的延續性，念念生滅的變異，

^{〔三〕}所以但修禪定，不修觀慧，是^{〔1〕}不能解脫生死的，^{〔2〕}更不要說成佛了！

四、結說：三輪體空的禪波羅蜜多——無所得慧相應的大乘定

如修此定，與無所得慧相應，就是三輪體空的禪波羅蜜多。

稱為無常。^{〔B〕}橫觀諸法的相互依存，彼此相關而沒有自體，稱為無我。^{〔C〕}從無常、無我的觀察，離一切戲論，深徹法性寂滅，無累自在，稱為涅槃。《雜含》（卷一〇·二七〇經）說：「無常想者，能建立無我想。聖弟子住無我想，心離我慢，順得涅槃」，這是**依三法印而漸入涅槃**的明證。^{〔2〕}然而真得無我智的，真能體證涅槃的，從**無我智證空寂**中，必然通達到**三法印不外乎同一法性的內容**。^{〔A〕}由於本性空，所以隨緣生滅而現為無常相。如實有不空，那生的即不能滅，滅的即不能生，沒有變異可說，即不成其為無常了。所以延續的生滅無常相，如從法性說，無常即無有常性，即事相所以有變異可能的理則。^{〔B〕}彼此相依相成，一切是眾緣和合的假有，沒有自存體。所以從法性說，無我即無有我性，無我性，所以現象是這樣的相互依存。^{〔C〕}這樣，相續的、和合的有情生死，如得無我智，即解脫而證得涅槃。涅槃的不生不滅，從事相上說，依「此無故彼無，此滅故彼滅」的消散過程而成立。約法性說，這即是諸法本性，本來如此，一一法本自涅槃。涅槃無生性，所以能實現涅槃寂滅。

^{〔三〕}**無常性、無我性、無生性，即是同一空性**。會得佛法宗旨，三法印即三解脫門，觸處能直入佛陀的正覺。由於**三法印即同一空性的義相**，所以**真理並無二致**。否則，執無我，執無常，墮於斷滅中，這那裡可稱為法印呢！

^{〔一〕}^{〔1〕}佛為一般根性，大抵從無常、無我次第引入涅槃。但為利根如迦旃延等，即直示中道，不落兩邊。聲聞弟子多依一般的次第門，所以在聲聞乘中，多說三法印。^{〔2〕}大乘本是少數利根者，在悟得無生法忍，即一般聲聞弟子以為究竟了的境界，不以為究竟，還要悲願利他。**從這無生的深悟出發，所以徹見三法印的一貫性，惟是同一空性的義相，這才弘揚真空，說一切皆空是究竟了義。**

^{〔二〕}^{〔1〕}拘滯名相的傳統學者，信受三法印而不信一法印；久之，大乘者也數典忘祖，自以為一法印而輕視三法印了。^{〔2〕}**惟有龍樹的中觀學，能貫徹三印與一印**。如《智論》（卷二二）說：「有為法無常，念念生滅故，皆屬因緣，無有自在，無有自在故無我；無常，無我，無相，故心不著，無相不著故即是寂滅涅槃」。又說：「觀色念念無常，即知為空。……空即是無生無滅。無生無滅及生滅，其實是一，說有廣略」。這真是直探佛法肝心的名論！