

国际佛教大学

关于禅定境中诸禅发相的研究

田 刻 明

本论文乃呈交予国际佛教大学
以作为获取文科硕士学位的
部分毕业条件

宋卡，泰国

2014 年 4 月

论文独创性声明

本人所提交的学位论文是我在导师的指导下进行的研究工作及取得的研究成果。据我所知，除文中已经注明引用的内容外，本论文不包含其他个人已经发表或撰写过的研究成果。对本文的研究做出重要贡献的个人和集体，均已在文中作了明确说明并表示谢意。

作者签名：_____

鸣 谢

本篇论文能够得以圆满完成，主要得益于法庆博士的悉心指导和学校给予的大力支持，在此对于法庆老师表示我深深的敬意和由衷的谢意。

首先感恩国际佛教大学创办人唯悟法师，因为国际佛教大学的创建，让我们各国的学生有更进一步发现学习佛法的机会。在学校学习的这两年，学校给予了很多方便，无论是教务还是日常生活。都为异国学子提供帮助。再次感恩学校创办者唯悟法师及佛教大学中所有老师教务人员。

感谢法庆博士在我写论文之前给予的指导及写作中所提出的良好的意见与建议，让我能够轻松的在写作论文中摸清方向，理清思路。在后来的修改论文中，法庆博士更是帮助我建立严谨地写作态度。这为我今后学习及研究打下基础。感恩法庆老师的良苦用心。

感谢教务长真禅法师，从入学到学业圆满的整个过程，几乎都由真禅法师在辛苦地为全体同学做着学务方面的周到安排，在第一学期年尾的时候，由于家中变故，真禅法师为了能让我更好的完成学业，给我提供了网络考试的机会。感恩真禅法师的慈悲与方便。

感谢教授我每一门课，并给与我学习指导的各位老师，他们的严谨教学和特色的教学水平使我受益匪浅，使我丰富了知识，开阔了视野，增长了见识。

摘 要

本文主要阐述了天台宗《摩诃止观》中所提出的十境中诸禅发相的产生与变化。透过智顓大师所描述的诸禅发相，来进一步了解诸禅发相的特征与性相。

在论文中可以清晰的看出，智顓大师所用的禅法是依大乘菩萨行来确立的，尤其是慈心发相之后，菩萨六度尤为明显。从而展示大乘佛教止观所具有的根本修行的教育与指导的功能，在法意上能与其它一切法相融合，这也体现了天台止观的圆融性。最后章节通过对诸禅发相的重要意义来说明，大乘禅法较根本四禅殊胜之处。确认并确立了《摩诃止观》为大乘止观法门，是建立在根本禅法之上的结论。受诸禅发相的启发，本文在论述的同时，提出了大乘佛教的殊胜之处，对于中国禅宗的兴盛起到肯定的定义，尤其是对于弘扬已久的天台禅法起到新的认识。特别是受《摩诃止观》全书的启示，对于禅法重新定义了一下，禅法并非无有头绪，而是次第依旧很明显，甚至细微之处远超南传之法。对当今学佛人群认为汉传禅法不明次第，能起到提示作用；对想要学习修行止观的人，也能发挥其根本的导向作用。

关键词 止观 根本四禅 诸禅发相 天台宗 六度

缩 写

《大正新修大藏经》，简称“大正”，日本渡边海旭、小野玄妙等人编辑校勘。

台北世桦印刷企业有限公司，1998 年复印。

电子版，CBETA（中华电子佛典协会）：<http://cbeta.org>

目 录

摘 要

第一章 绪论	1
第一节 研究动机与研究方法.....	1
第二节 研究意义与贡献.....	1
第二章 《摩诃止观》中所说的十境	3
第一节 十境的提出.....	3
第二节 十境组成之分析.....	5
第三章 《摩诃止观》的诸禅发相	7
第一节 诸禅发相的意义.....	7
第二节 诸禅发相的开合.....	8
第三节 诸禅发相的发起因缘.....	12
第四节 诸禅发相的发相.....	13
第五节 智顓对于止观修法的见解.....	39
第四章 《摩诃止观》在诸禅境中的启示	44
第一节 诸禅发相对于修行的核心意义.....	44
第二节 诸禅发相对于止观的重要意义.....	45
第三节 “十乘观法”在“诸禅发相”中的用法.....	46
结 论	52
参考文献	

第一章 绪论

第一节 研究动机与研究方法

（一）研究动机

《摩诃止观》一共有十卷，是隋代，智顛所说，其弟子灌顶做记整理下来的，是天台宗详述圆顿止观法门的主要著述，为天台三大部之一。作为天台宗的核心典籍，这本书被很多学者进行研究，大都为了探究中国佛教为主，因天台教法以圆融为主，它无所不包，皆为圆教，所以《摩诃止观》一书是非常具有代表性的。

在这本书中，第七正观章，也就是卷五到卷十，这段讲述的是本书的中心，它详细讲解了圆顿止观的观心方法，按照这种方法去体证三谛圆融的妙理。其中先叙述观法的对象，开作十种，称为十境。依照这十境来正修的观法，也分别为十种，称为十乘观法。

十境为观心实践中所现起的十种境界，自造业受报的凡夫开始，到尚未证得究竟解脱的大小乘圣人止，视不同条件而呈现。这十种境分别为：1、阴入界，2、烦恼境，3、病患境，4、业相境，5、魔事境，6、禅定境，7、诸见境，8、增上慢境，9、二乘境，10、菩萨境。

本文的研究主要是围绕第六禅定境来展开的。本文大胆展开对于诸禅定境的分析与解说，希望能够借由此次关于《摩诃止观》观诸禅发相来更加深入的了解天台教理及当今汉地禅法不如古来兴盛的原因。

（二）研究方法

本文的研究方法主要是以《摩诃止观》为主，通过详细的阅读与理解，参考《摩诃止观》中智顛所引用过的典籍，重新分析整理，对于诸禅发相的说法进行细致的研究。

第二节 研究意义与贡献

（一）研究意义

对于《摩诃止观》诸禅发相的研究，其目的有三点，第一是其创新性，由之前的介绍，可见并未有人着手研究这方面资料，第二是研究是诸禅发相的意趣，以期如实的理解智顓对于止观修行中诸境的提出的重要性。同时也希望能在研究《摩诃止观》中对于天台宗的思想有更明确的了解，对于日后更进一步了解天台止观打下坚实的基础。

（二）贡献

本文的主要贡献是：通过系统的论述，解析诸禅十种所分发相的定义及现行。由大乘菩萨所具的解脱智慧来分别对治诸禅发相，对于当今汉地禅宗方法不通，止观不明指出了修习禅定的目标与方向。并依《摩诃止观》诸禅发相一章向学习天台的学人展现天台禅法的精妙之处。最终阐明了《摩诃止观》修禅方法乃根本解脱王三昧，与其它二乘所修之禅的不同之处，是具有大智慧与随缘利生之功能的菩萨解脱禅门的结论。但是如此殊胜却不如南传兴盛其原因进行分析，并指出今汉地禅法不如古来兴盛的原因。

第二章、《摩诃止观》中所说的十境

第一节 十境的提出

在《摩诃止观》一书中从第五卷开始，智页全面的讲解了止观法门的修习方法，止与观的相互协调，因为在之前的四卷中，所提出的方法是通过经藏来开慧解的，而之后是根据之前所说的来确立正行止观。为什么要具有正行呢？最重要的一点就是，慧净于行，行出于慧。智慧可以改变行为，行为是出发于智慧的。还有就是，若不付出行动的话，单靠闻法而得的不足通达一切魔障，对治一切魔障，解脱更是不可能的了。所以智页在《摩诃止观》中先讲解如何开慧解，然后就讲解如何修正行。

智页认为，止观有十种境需要对治，分别为：一、阴界入境、二、烦恼境、三、病患境、四、业相境、五、魔事境、六、禅定境、七、诸见境、八、慢境、九、二乘境、十、菩萨境。这十个境， 如图所示：

名称	概 述
阴界入境	阴，覆盖之义。即色受想行识五阴也，亦名五蕴，蕴即积聚之义。若言覆盖一切善法，此就因得名；若言积聚无量生死，此就果得名。十境以阴居初者，有二义：一现前，二依经。现前者，谓人受一期果报之身，即是五阴，五阴重担，常自现前，是故初观。依经者，大品般若云：声闻依四念处行道，五阴即四念处所观之境。又经中凡列法门，无不以五阴为首，是故初观，此且就五阴通总而言。若专论所观之境，必须于五阴中，除却前四，的取第五识阴，为所观之境也。

<p style="text-align: center;">烦恼境</p>	<p>昏烦之法，恼乱心神；又贪嗔等法，与心作烦，令心得烦恼，故云烦恼。谓无始以来，积集重惑，今因用观观察阴境，烦恼即发。譬如流水，寻常不觉其急，若[既/木]之以木，流即奔迸，莫能止遏。是时应舍阴境而观烦恼境也。</p>
<p style="text-align: center;">病患境</p>	<p>病起之因虽多，不出四大增损，致有患生。又由观阴、惑，激动四大，致有患生。身若染病，废修圣道。若能观察，弥益用心；复须识其病之原由，宜以何法治之。或内观力，或术或医。其病若愈，圣道可修。为是须观病患境也。</p>
<p style="text-align: center;">业相境</p>	<p>业即身口所作之业。谓修行之人，无量劫来，所作善恶诸业，或已受报，不复更发。或未受报，于静心中，忽然俱发。盖善业将受报，故发；恶业来责报，故发。于此善恶业相现时，勿喜勿怖，弥须用观，令业谢行，成一心取道。为是须观业相境也。</p>
<p style="text-align: center;">魔事境</p>	<p>魔，梵语具云魔罗，华言杀者。谓能夺人智慧之命故也。言魔事者，大论云：魔以破人善法为事。又天魔正以顺生死，贪五欲，退菩提为事，故名魔事。此由观前诸境，惑虽未破。天魔犹恐出其境界，而复化度于他，失我民属，空我宫殿；又虑夫得大神通，得大智慧，必当调伏控制于我；我今应预破之，坏彼善根。故有魔事发也。治魔之法有三：初、观察诃弃，如守门人遮恶不进。二、当从头至足，一一谛观，身心了不可得，魔从何来？欲恼何等？如恶人入舍，处处照捡，不令得住。三、观之不去，即当强心抵捍，以死为期，一心用观，令道行成就。为是须观魔事境也。（天魔者，即欲界第六他化自在天也。五欲者，色欲、声欲、香欲、味欲、触欲也。梵语菩提，华言道。）</p>
<p style="text-align: center;">禅定境</p>	<p>禅，梵语具云禅那，华言静虑。谓魔事已过，而且真明未显。以修观故，发过去习，诸禅纷现，当置魔事，用观观之，良以禅乐美妙，喜生耽味，虽免魔害，更为定缚，如避火堕水，无益正行。为是须观禅定境也。（过去习，即宿习也。诸禅者，即色界中，初禅、二禅、三禅、四禅等禅也。）</p>

<p style="text-align: center;">诸见境</p>	<p>非一曰诸，邪解曰见。谓推理不当，而偏见分明，作决定解，名为见也。此之诸见，或因禅发，或因闻发。因禅发者，谓初因心静，后观转明，见解透彻，有如妙悟。因闻发者，谓听本不多，广能晓悟，见解分明，问答聪辩。虽因禅因闻而发，既推理不当，皆属邪见，实非辩悟。此等见发，即须用观观之，令达正道，不为所障。为是须用观诸见境也。</p>
<p style="text-align: center;">慢 境</p>	<p>自恃轻他之心，名慢。谓既伏诸见，妄执之心则息。无智者谓为涅槃，滥叨高位，起大轻慢；慢心既发，废于正行。为是须观慢境也。</p>
<p style="text-align: center;">二乘境</p>	<p>谓声闻、缘觉，以四谛之法而修，则能运出生死之苦，名之为乘。谓见慢之心，既因修观而息；则先世所习小志，因静而生。盖小志溺于空寂，不能至于大乘究竟之地，所谓宁起疥癩野干心，勿学声闻、缘觉行。故二乘境界若发，亦须用观观察，毋令生着。为是须观二乘境也。</p>
<p style="text-align: center;">菩萨境</p>	<p>菩萨，梵语具云菩提萨埵，华言觉有情。天台大师解云：用诸佛道，成就众生。谓由上见慢之心既息，或发先世所习，若忆本愿，则不堕二乘之境，而发三教菩萨境界之心。今修观者，既依大乘圆顿妙教，开解立行，故藏等三教菩萨境界若发，亦须观察，毋令生着。为是须观菩萨境也。¹</p>

如表格中所显示的十境之相，可更将凡夫地到成佛所要经历的各种境界都包括了。这也是智顓所指出的，正修佛法的时候所要对治的境。

当然在这十种境之中还是有不同的，在一期生命轮回之中，这十种境未必会一一具足，只有第一种境，观阴界入境是通凡圣的，而其它九种要看个人因缘是否具足。在修习这十种境中，若四大先出问题，则先修病患，若四分增多的话，应该先修烦恼，在修行这十种境的时候，就应该随强者先修。因为境强的时候，可以很方便的观察到，并能用功。

¹ 黄忏华，《佛教各宗大意》，三辑第一种<天台宗大意>，

<http://www.foyan.net/article-557339-4.html>。

第二节、十境组成之分析

接下来我们分析一下十境的组成与原始依据。第一便是观阴界入境，智顱将这一观法作为第一观，是因为阴界入境为所缘境，是凡夫和圣人都具有的，其余的如烦恼境到菩萨境，未必人人具有，所以以阴界入境为第一观。所谓的观阴界入所说的就是观五阴、十二入、十八界，因为众生迷于心，便将心分作四阴，后所说的五阴是把心王识阴也算作其中，由迷五阴而分十二入，又分十八界等等。对于五阴而言，识阴为心王，其它四阴为数，王数相辅才能生起。但是宏观来看，一切内外之阴皆是由心升起的，所以智顱提出，若想解决根本问题，就要从根着手，而不在枝叶做功夫，如文中说：

心是惑本其义如是。若欲观察须伐其根。如炙病得穴。今当去丈就尺去尺就寸。置色等四阴但观识阴。识阴者心是也。²

由此可见，智顱提出将观阴界入境安排在第一位是非常有道理的。也是很彻底的说明了根本问题。

当然就十境而言，后九境都是由观阴界入境手才能观察的，因为能观与所观相互成就后，九境次第而生，这方面有些类似于心王与心所的关系，但又并不相同，例如，观阴界入境后，升起病患境，但未必能升起诸见境，但通过阴界入境（因为阴界入境常现前故，所以可以时刻观察），就可以观察到余下九境的升起，所以阴界入境为主，其后九境为辅。九境的关系并不是共生的，可能同时升起多种，可能只单单升起一种。用最简单的说，观阴界入境后，九境会次第生，但九境不同生，或生一二，或生五六，这是不定的。智顱大师的说法是，对于阴界入境必须观，对于后九境，生起就观，当然这就要通过十乘观法来进行观照了。

止观中对于境的生起有文解释：

自有一境，久久不去，或有一境，即起即去。更不更者，自有一境。一更两更乃至多多。自有一境一发即休。后不复发。如是等种种不同。³

如文所解释，后九境生起，毫无次序可得。故只能在某一境生起的时候，用心观察。这样才能对境而修。

² 大正第46卷《摩诃止观·卷五》，52页上。

³ 大正第46卷《摩诃止观·卷五》，50页中。

第三章、《摩诃止观》的诸禅发相

第一节、诸禅发相的意义

上文已经对于十境做了个大概的介绍，现在回归本文的主要研究对象，禅定境诸禅发相的研究，首先是其意义，禅定境位于《摩诃止观》卷九，智顓大师用一卷的篇幅来阐述禅定境的修持方法，可见其重要意义。

首先禅定境是指在修完魔事后，还未能发起真明，这段时间过去生中的诸多禅定相就会先前，它们现前会形成禅定障。因为它们并不是需要刻意的修持，而是很自然的诸相现前，它们生起的时候会带来相应的禅悦，因为禅悦美妙，所以人很容易痴迷进去。这样就称为通往真明路上的最大障碍了。由此修禅的行者必将禅定障作为魔事观。

无论经典还是论典，乃至律藏，都有文字称赞禅定的种种殊胜。但禅定毕竟是分为有漏法，有漏亦无漏法，无漏法三类，而在真明未发的时候，禅定是很容易成为障碍的。文中智顓大师说《文殊问菩提经》中说禅定有三十六种，但关于禅定垢障最明显的可以分为五种：

1、掉悔：掉举与后悔合为一种。掉举：心散乱到色声香味等外境上，一直不能收回来，看见美色就起耽着，听到妙音又去贪执等；后悔：是对以前所做之事追悔莫及，对那段经历放不下，想不开。

2、嗔恚：就是对不悦的对境产生愤恨之心，同时在修习禅定的同时有些人会对自己产生愤恨等

3、昏睡：昏沉和睡眠合为一种，由于身体或者精神原因，导致提不起观照。

4、贪欲：对人或财物的贪心比较严重，或者对于神通、境界、乃至于禅定中升起的禅悦升起贪欲等

5、怀疑：对道果等满腹怀疑，对于指导禅定上师的怀疑，对于境界现行等的

怀疑。

这五种是所有修禅者必然经历过的，若在其中一条上生起执着，必然不利修习禅定。在《摩诃止观》中智页大师所说的必须观禅定境最主要是，过去修习的禅法，在这一期生命未能究竟时候出现了，会很容易让人生起增上慢。如文：

禅乐美妙喜生耽味垢腻日增。若谓是道堕增上慢。若呵弃者全失方便。如此等过不可具记。虽免魔害更为定缚。如避火堕水无益三昧。为是义故须观禅境。⁴

凡夫修禅，期初会经历本文之前所说的种种禅障，那些由于粗大，还比较好控制，可过去所修诸多禅现前，却很容易让修行的人迷失其中。

所以在修习诸禅之前，要很用功的先了解下诸禅的修习次第，所谓知己知彼百战不殆，在修行上也要如此才能更好的成就殊胜真明。

诸禅发相所指就是这类在魔事境之后过去诸禅发的相，在禅修之时，这些相会很多，所以智页大师大致分为四类来说明。

第二节、诸禅发相的开合

禅法通外道所以禅法无数，但从佛教本身而言，可以分为五门、或十门、十五门。虽然分类不一，但都以五门禅为本。《释禅波罗蜜次第法门》卷三有文记载：

二明内善者。即是五门禅。一阿那波那门。二不净观门。三慈心门。四因缘门。五念佛三昧门。此五法门通摄一切诸禅。发诸无漏故。⁵

这段话说明了五门禅的根本地位，由五门禅分出十门禅，分别为：

(1) 根本四禅 (2) 十六特胜 (3) 通明 (4) 九想 (5) 八背舍 (6) 大不净 (7) 慈心 (8) 因缘 (9) 念佛 (10) 神通

这十门的分法是将数息分出特胜与通明，将不净分出八背舍与大不净，慈心与因缘保留不细分，如此分为十门，而十五门就很简单了，将五门禅每门分为三门，这就是十五门了。由开得知，五门禅与十门禅、十五门禅并无区别，只不过是分出的数量着重之处不同罢了。

⁴ 大正第 46 卷《摩诃止观·卷八》，117 页中。

⁵ 大正第 46 卷《释禅波罗蜜次第法门·卷三》，494 页上。

智顓大师在《摩诃止观》中独取十门，也是有特殊目的的，因为五门禅虽为根本，但是单单五门不能全通二乘，如文中说：

禅是门户论次事法。法缘是二乘入理观。无缘是大乘入理观。没理去二存事唯一。若开者。即属二乘菩萨两境中摄。因缘亦三门。三世轮转。果报一念明义细。细故附理。麤故属事。今没细存麤但称三世门也。念佛亦三但取念应佛耳。神通但取五通。若但取五门有所不收。若取十五义滥于理。是故简理开事。虽开合不同各有其意。⁶

智顓大师在之后对于次第做了详细说明，也就是智顓大师将禅门分十的细微说明，其根本在于修行的次位。

首先十门禅法皆是有漏法，只有依解脱慧才能够进入无漏位，但进入无漏位了，禅法就不再是有漏禅，是无漏禅。换一种说法可以理解为，十门禅体相是有漏的，而修者用心是关键，是具足空无相心修行还是缘事而修。若是空无相心，则为无漏禅，若是缘事修就是有漏禅。在通晓禅的漏与不漏问题后，下面分析各个禅法的次第。

一、四禅，四禅通外道法门，佛陀在初出家时候，分别从外道处学得此法，但是由于不通达空无相解脱慧的四禅，不能够得无漏果。虽然不能通达无漏果，但四禅也依旧可以成为根本禅法，在《法界次第初门》中，智顓大师对于根本四禅有如下解释：

初禅觉观动。二禅喜所动。三禅乐所动。是四禅中先离忧喜。今复除苦乐。故名真定也。三界胜定。无复过此若三乘行人。善巧照了分明。则因此定发真无漏。有漏外道无慧方便。入此定时。不坏身色。直灭其心。入无想定。谓为涅槃。是为邪倒。非涅槃也。⁷

这段文解释的非常详细，虽然四禅殊胜美妙，但就解脱而言，若不能发真无漏，将不成涅槃。

二、十六特胜与通明，十六特胜说的是数息观了，分别为：

(1) 知息入：最开始修习念处的时候，由于心散乱，要先调心，观照呼吸吸

⁶ 大正第 46 卷《摩诃止观·卷八》，117 页中。

⁷ 大正第 46 卷《法界次第初门·卷八》，672 页上。

入，便是调心之法。只有心寂静了才能步入解脱路。

(2) 知息出：知道气由内呼出，与入相互作用，清晰观照到。

(3) 知息长短：较之前所观出入息更进一步，观照到呼吸出入长短。这是心已经逐渐定下来的表现。

(4) 知息徧身：这时候了知的是身与定法皆是虚假的。呼吸的出入，若有若无，观照分明，染著心薄弱了。这也是达到未到地相的表现。

(5) 除诸身行：不造诸业，了知所证境界皆是空无人我，由此之前都是属于身念处。

(6) 受喜：喜是指初禅成就喜支生起。

(7) 受乐：初禅乐支生起。

(8) 受诸心行：心能够得证初禅的一心支，不起颠倒，获得正受，这便是受诸心行。

(9) 心作喜：初禅入二禅的时候，喜由观慧而生，得内净喜这就是心作喜。

(10) 心作摄：颠倒不起，具足二乘一心支。这便是心作摄。

(11) 心作解脱：由二禅进入第三禅的时候，所受妙乐，而心能不贪着妙乐，这便是心作解脱。以上都是属于心念处。

(12) 观无常：在修习三禅入四禅的时候，常修观照，在发四禅不动定的时候，观照到定中心识是刹那生灭的。如此便是观无常了。

(13) 观出散：在四禅入虚空处定的时候，加修观照。证得虚空处定的时候，能观照到缘空之识，自在消散，虚诞不实，心不贪着，如此便是观出散。

(14) 观离欲：离欲之心生起识处定，得定观照到识定不实，心不爱着，由此便是观离欲。

(15) 观灭：离识处定证得无所有处定，能观照到无所有处也是虚妄不实的，由此便是观灭。

(16) 观弃舍：修习非有想非无想定定时，以智观察所修之法。能修之心。是故若发非想定时。即观照分明。观照到非想处两舍之定。还是具有细想。四众和合而有虚诞不实。非是涅槃安乐真法。则心不爱著。这便是观弃舍。

如此十六种只是略说，在后文中有更为详细的解释。在修习数息的时候，能在其中每一处清晰明了的观照到，这就是通明。通明就是能够解脱的慧，而不能观察到，数息也就用空了功夫，不能解脱，在次位上，智顓说明，虽然十六

特胜美妙远胜于根本四禅，但仍属于有漏亦无漏禅法。

三、九想虽然是事法，但是却能够发起无漏慧，九想分别为：

不净想、观食想、一切世间不可乐想、死想、无常想、无常苦想、苦无我想、尽想、无欲想。⁸

在摩诃止观中，智顓大师用迦絺那五百罗汉的故事来阐述了九想的妙用，故事的大致是佛陀为他们说了七遍四谛法门，他们仍然不能悟道，佛陀便对他们说九想，因为九想可以让人生起厌患心，由于厌患力强大而生起无漏慧，所以这五百罗汉成就解脱，那么九想究竟是有漏还是无漏法，如果说是漏法的话，九想能生起不净，不净能生起身念处，身念处能生起三十七道品，三十七道品能生起涅槃，涅槃是究竟的，所以是无漏法。如果说九想是无漏法的话，它又不能遍布二乘行者。所以九想只能算作方便行法。不能列位有漏或者无漏法。

在修法上，初期不净不能现前更多的功用，但是在七地八地菩萨位的时候，则突出其重要性了，若修根本四禅，必须要具足谛智，要不不能证位，而不净禅则在最开始便具足谛智，直了成就。

四、慈心，这是一个很中庸的法门，因为慈心如果缘于根本四禅的话，不能成就无漏业，若缘于不净的话，就能成就无漏业。依根本就会成众生缘，依背舍成就法缘。因缘也和慈心一样，所以在位置上，二者相同。

五、至于余下两种，念佛与神通也都同慈心等，所以。后四者是相同地位的。

依文得知，四禅为凡圣同修的入门禅。特胜就是中间贯通所用，可修念处，可修根本。通明就是慧力观照。九想是方便加行，也由于是方便加行，所以不能治心。背舍虽然是破内外之贪，但是不够细微，所以要靠大不净来总别对治贪欲，修习此门之后，未修福德，所以后续慈心来内治贪欲，外修福德。为了能够成就正见，所以因缘门也要修行开来，即因缘门之后虽然定力成就，但是不能自由转变，所以需要修持神通及念佛。十门禅法，次第相依。

关于十禅有漏无漏，在李志夫所著的《摩诃止观之研究》中有一图表尤为清楚，如图所示：

⁸ 大正第1卷《佛说长阿含经·卷九》，56页下。

漏别 禅别	有漏	无漏	备注
四禅	√		共凡夫、外道
十六特胜	√		凡夫、外道修之不能发无漏，佛弟子可发无漏
通明	√	√	同上
九想		√	能防欲过，厌患力强故
八背舍		√	同上
大不净		√	同上
慈心	√	√	依根本禅起慈，属有漏；依不净等起慈属无漏
因缘	√	√	如上，依其据以生起的禅法不同，而有有漏，无漏之分。
念佛	√	√	同上
神通	√	√	同上 ⁹

第三节、诸禅发相的发起因缘

对于发禅的因缘，智顓大师在摩诃止观中所用的篇幅不多，但是却简明扼要的说明了发起的缘由。首先智顓大师引用《大般涅槃经》中：

如欲界众生一切皆有初地味禅。若修不修常得成就。遇因缘故即便得之。¹⁰

这段话来说明过去生中诸禅的发生因缘，但是为何当世众生不能够体会到禅味，最主要的原因是修习禅法间隔时间太久远，就好像读书，昨天看的书今天再看一遍熟读能记，而一年之后再来看可能就不记太多，一劫之后就连看书这回事都不可能记忆了。但是诸禅行持却不同。依阿赖耶识来说，过去所行诸业，皆以种子的形式保留在阿赖耶识之中，而止观的修持就像雨润大地，种子会重新生起现行，这样一来，过去生中的诸多禅相就纷纷现前。

当然如果想成就过去诸禅发起相的话，也是需要外缘功夫的，虽然成就之事佛陀不能帮忙，需要自力，但是若无佛典藏开解脱慧，如何能成就解脱。在修习的时候，也不是一蹴而就的，也是需要用力才行。所以在《摩诃止观》中智顓大

⁹ 李志夫，《摩诃止观之研究》下册，986页，图表。

¹⁰ 大正第12卷《大般涅槃经·卷二十五》，516页中。

师这样描述：

地虽有种非日不芽。佛无憎爱随缘普益。若次第缘即次第加。乃至事修缘即事加。鸿钟任击巨细由桴。加常平等浅深听习。大论云。池华不得日翳死无疑。善不被加沈溺未显。净度经云。众生自度耳。佛于其无益。净度菩萨言。众生若不闻佛十二部经。云何得度。二言相乖共成一意。是名外缘发也。¹¹

由此可见，诸禅想要具足发相因缘还是较为难的，必须要行者用功修禅才可。

第四节、诸禅发相的发相

介绍完诸禅发相因缘，正式讲解诸禅的发相。智顓大师在讲述诸禅发相是依十门禅来分别说明的。

一、根本四禅

无论是南传禅修还是汉地禅法，都是多以坐为主，像是般舟三昧的禅法，修习的人就会略少一些。所以智顓大师在修习四禅八定这段是讲述坐修的。

首先是指坐姿问题，在坐的时候，首先先将身体调整好，要身体端正，摄心一处，气息调和。这段加行需要使用数息观来进行调整，或者参话头，观佛形象等，将心摄住，这颗心能守住缘而不散乱，那么可以说此心是粗住。若是心念已经很微细而且比之前还要细微，这时候就是心细住，在心粗住与心细住之间，身体不必用心力调正，自动平衡，已经习惯了，而且坐久也不疲倦，这就是持身法。如文中说：

若身端心摄气息调和。觉此心路泯然澄静。怙怙安隐蹶蹶而入。其心在缘而不驰散者。此名麤住。从此心后怙怙胜前。名为细住。两心前后中间必有持身法。¹²

持身法正确的情况下，身体会安然舒适，若不正确的话，会忽然剧痛，或者疲劳困乏，这就是粗恶持法。若前文所说的都能如实正确的做到，那么能更近一步，更加细微，安住所缘，心不散乱，这个时候，内心空净，但仍然能见身心之

¹¹ 大正第 46 卷《摩诃止观·卷九》，118 页中。

¹² 大正第 46 卷《摩诃止观·卷九》，118 页中。

相，可以说已经踏入欲界定。

欲界定不能牢固，如电光火石。但是欲界定能够发起无漏，发起无漏的时候如同电光，把握住了，就如同阿难成就时候一般，若不住则不生无漏。在长时间修习欲界定的时候，心会转细至安于空处，不见身心及身边一切物品等。这个时候的定称之为未到地相。

未到地相虽然接近初禅，但仍然不是初禅境界，因为这个时候性障还在。关于未到地相的说法各有不同，这要看人修持之时所要经过的时间而谈。这个过程可以分为四种过程，如图所示：

退	退中分为两种：1、任运退，2、缘触退。缘又分内外。 外缘触退：外诸方便二十五种吐纳失所。 内缘触退：于静心中三障四魔。而生忧爱。后或更修得。或修不得此人甚多。
护	护分者。善以内外方便。将护定心不令损失。
住	住分者。或因守护安隐不失。或任运自住。即是住分。
近	或任运进。或勤策进。各有横竖。横竖各有渐顿。若十二门一一而进是名渐进。若一时具足是名顿进。特胜、通明，品品而发是名横渐。一时俱发是名横顿。

在经历过这四种之后，继续修行出离欲界，那么就会感觉到，身心具寂，内不见身体，外不见事物，原本静下来的身体，慢慢地会感觉到又再动起来。这时候会因为四大转细，感受到八种触受，分别为（1）冷（2）暖（3）动（4）痒（5）涩（6）滑（7）轻（8）重。根据摩诃止观中说，这八种的生起是由于，数息转心，心转火，火转风，风转水，水转地，四大由此转细，所以生起八种触受。

这八种触受生起的时候，或从头、背、腰、肋、脚等处。渐渐遍布全身。身内觉动，而外在并无动相。头至足多成退分。腰发成住分。足发多是进分。而在身体触动的时候，能生起十种功德，分别为：

（1）空（2）明（3）定（4）智（5）善心（6）柔软（7）喜（8）乐（9）解脱境界（10）相应。其生起的相及功德甚为微妙，如书中所说：

空者。动触发时空心虚豁。不复同前性障未除时。明者。罔净美妙皎皎无喻。定者。一心安隐。无有散动。智者。不复迷昏疑网心解静利.....然此八

触凡有八十功德庄严¹³

虽然八触生起十种功德很殊胜，但是初禅八触要必须小心应对，智顓大师提出两点，第一是：边地去欲界近，第二是：欲界心，邪法易入。因为这两点，所以要小心对治。如果不能明了还以为依旧处于八触之中便是危险的了。智顓大师取空来做比喻，无碍空是正空，如果是寂静空处是空过了，如果还有滞碍就是不及。其它的也是要如此观照，要依照中道法来观。

八触修持正确了，是生起大功德的助道法，若修持错误，则是大患。因为一法坏，所有法都坏了，如文中所说：

若单欲界中但有邪触。增病、增盖、无正功德。若入色定则动八触空明十功德。复有百六十邪不可不识……若初触无邪，余法皆善也。¹⁴

由文可知，八触中入动触及余七触各有二十种邪相，合共一百八十种邪相，修学禅法，若不能够步步小心，脚踏实地，通达慧解。那么很容易就丢失善法。其最为根本的觉观的重要，如果能正确的觉观，则八触生起十种功德，若错误的行持，则八触生起一百六十种邪相。

在正修才初禅的时候，初禅有五种特点，称为五支，分别为：（1）觉（2）观（3）喜（4）乐（5）一心。

觉是指，触身在缘，如修习安般念时觉知明点，也就是身体接触外境的感受。但是此时的知觉是初禅的心态，而非欲界的知觉。

观是指，细心分别八触及十眷属，在南传中也将观翻译为“伺”，觉是观察粗大的，而观是观察细微的。

喜是指，生起过去未得近得喜悦之感，属于内心欢喜的感觉。

乐是指，身体五根所生起的乐，初禅也称为“离生喜乐”，意思即是因为出离（欲界）的心生起喜欢与快乐的感觉。

一心是指，寂然不动，也就是心一境性。

这五种特征的显现表示进入初禅，在成实论中，将一心定位为定体，其它四支为方便，因为禅定本身以心一境性为主，其它都是助道法。

在对于五支生起上，智顓大师却提出自己的看法，他认为，这五支是次第升

¹³ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，118页下至119页上。

¹⁴ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，119页上。

起的，如文：

初缘觉相盛。不妨已有观等四支。觉强观未了，觉息观，方明。初已有喜，观息喜支成。初已有乐，乐未畅喜，息则乐成。初已有一心四支所动。今乐谢一心成。¹⁵

由文可以分析出来，五支生起的相续性，但是若以五支中的一心为根本的话，又是如何分出四禅的。在二禅的时候，初禅会消失，但是在二者之间，智顓提出这段期间会有一种中间单定生起，名为转寂心。亦名退禅地。亦名篋屑心。这个心生起的时候是在初禅消失，二禅未生的刹那，如果其间不生忧悔之心，那么就可以进入二禅。

二禅期间，没有八触的受纳分别了，整合四大合为一净色，这个时候粗大的觉与观会消失，而同时，心转净，喜生起，这个时候的二禅只有四支，分别为心内净、喜、乐、一心。这一禅中，喜动而乐不稳。因为断除觉与观，就是圣默然定，这个时候的行者是没有眼识等前五识，只留有意识。

若想进入三禅，就必须先断喜而生乐，因为三禅之乐称为“离喜妙乐”。此定中之乐是与外境无关，是由内心发出的快乐。由于三禅以上没有乐受，故经中常说世间之最乐是在三禅。三禅共有五支，即舍、念、智、乐、一心。在这一禅中，会感受到乐也是苦受，于是舍去乐受，心不在为苦乐所动，这个时候称为不动定。定法安住不动后，入息就断掉了。这个时候成就四禅，而四禅也具足五支，分别为不苦不乐、舍、念、清静、一心。

就算是已经达到四禅，还是在色界，这个时候若想进一步，就要灭掉三种色法，《大乘义章》中说，三种色分别为：

色有三种，一可见有对。二不可见有对。三不可见无对。¹⁶

当灭掉此三种色后，也就没有色法了，故空；没有所谓的边沿，所以缘空得定称为“空无边处定”。进入此定，并不表示心没有任何作用，反之，还有受、想、行、识的作用。

空无边处定中，由于发现空无边处也不究竟，所以进一步缘识而观，而一心缘识。这个心识也会产生作用，从而发现无量无边过去和未来的心识，这就是所

¹⁵ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，120页上。

¹⁶ 大正第44卷《大乘义章·卷八》，633页中。

谓的识无边处定了。

识无边处定定尽缘无所有，一心安住于无所有处，第六识还在产生作用，当置身与这个定中就会发现，这个定依旧很粗重，进而不要一切有、无所有，既是有想、无想都不要。因为空无边处定是空想；识无边处定有作识想；无所有处定是无想，实际上是有很微细的想，所以会认为无所有处定之前的定都是有想，而只有无所有定才是无想。他是要进入没有“想”，也没有“无想”，既是非想非非想处定。到达非想非非想处定后，便成就了三界最高禅法。

对于外道而言，这就是究竟了，但是实际上，依旧在三途之中。

二、特胜发相

特胜有十六种，如前文所说。在《摩诃止观》中，智顱大师将之列位第二说，原因是特胜属于实观，而不净属于假想是实观。按前文所介绍，不净属于加行法，而特胜是有其所观之处。当然在阐述十六特胜的同时，要结合四念处来谈。如图所示：

观身念处	知息入
	知息出
	知息长短
	知息徧身
	除诸身行
观受念处	受喜
	受乐
	受诸心行
观心念处	心作喜
	心作摄
	心作解脱
观法念处	观无常
	观出散
	观离欲
	观灭
	观弃舍

特胜突发的时候，应该这样修习特胜。先观察呼吸，观照呼息的出入。这也

是调心之法。因为刚刚进行禅修，心是粗大的，观慧的觉知力并不清晰明了。随后渐渐知息入，知道呼出。这时候观照呼吸出入的慧力就分明。利根之人很快就会发现，呼吸出入，无所从来亦无所去。如文中智顓大师所描述：

忽见气息出入长短。知来无所从去无所至。入不积聚出不分散。若约根本即是麤细住。¹⁷

这个过程就是由粗转细的过程，通过继续的前行，会观察到出入息遍布全身，这个时候如前文所说进入未到地定，这个时候会发觉身体还有观呼吸的这种定法并不真实。呼吸出入并不明显，但却清晰出入。于外会感觉坐具等皆希察觉不到，虽有实物，但感觉中什么都没有。观中清晰明了呼吸遍布全身，定心安稳，不散乱。随即能观察到身中三十六物，如经中所说：

复次，须菩提！菩萨摩訶萨观内身，从足至顶周匝薄皮，种种不净充满身中，作是念：身中有发毛爪齿、薄皮厚皮、筋肉骨髓、脾肾心胆、肝肺小肠大肠胃脘、屎尿垢汗泪涕涎唾脓血、黄白淡癯肪[月*册]脑膜。¹⁸

能如实的观察到这些的时候，证明已经踏入初禅境界，在初禅境界中，就可以观察到五蕴身心的不净、无常、苦、空、无我。由于身心不造恶故，所以这一境界也被称为除诸身行。如是达到初禅了，身念处就成就了。

在初禅中，受念处生起。粗思能开心眼是觉，细思能分别三十六物是观，如前文所说。在初禅时，喜支便能生起了，但是这个喜是隐没有垢的称为受喜，而达到二禅的时候，这喜支转变为不隐无垢味的称为法喜，如文中说：

前喜名隐没有垢味。今喜不隐没无垢味。即是法喜非是受喜也。¹⁹

同时在初禅中，乐也会被观照到，这个乐和喜一同，并不是受乐所带来的乐，因为由受生的乐，有三种并不可乐相，第一是受诸心行。第二是知众心。第三是不同根本计。所以这时候无所着而生的乐就是法乐。

初禅入二禅时。时时清晰观照。发二禅内净喜。则真喜从观慧而生。也就是前面说的法喜。进入二禅的时候，要摄受喜心，因为喜动的话，禅即散，所以要小心摄受，因为特胜有观慧，所以得入一心。如前问所说的二禅境界。

¹⁷ 大正第46卷《摩訶止观·卷九》，120页中。

¹⁸ 大正第8卷《摩訶般若波罗蜜经·卷五》，253页下。

¹⁹ 大正第46卷《摩訶止观·卷九》，120页下。

离二禅入三禅的时候。要生起舍心，但是由于乐太强大，超过之前修行禅所得的喜乐等，所以这个时候就需要特胜来观照了，观慧生起了知乐也不实，这样就能够生起舍心。这个过程属于心念处。

而三禅入四禅就属于法念处了，进入十六特胜的观无常念处。在其它禅境的时候，观照无常不能够究竟，只有第四禅不动定中观才能究竟观无常。所说无常是因为，定中心识虚诞。念念生灭不能久住，所以才说无常。

观无常后，观散，四禅入虚空处时。通过修习观智。能够内外皆希观照。所以在证得空定的时时候。能了知到离色界。缘空之识。自在消散。而虚诞不实。心不起爱著。在离虚空处定。入识处时。通过观慧。离散而成就无所有处，渐次观灭成就非想非非想处，这是断掉识及无所有处后证得的定。

在成就最高位定的时候，佛弟子应当清楚，此刻的烦恼还是具有的，虽然没有粗大的烦恼了，但是还是具有细微的烦恼。这十六种殊胜，是能够根本帮助行者成就禅定的，智顓大师做比喻，凡夫不通此十六种，行持四禅如同菜中无盐，食之无味。若通达十六种殊胜，就好像一道美味的菜肴。

如上文中描述的可知，此禅全凭对治力，对治力弱则有漏，具足念处慧对治便能成就无漏。

三、通明禅发相

前文所说的特胜是修观慧的，观慧三十六相趋向解脱。至于通明禅根据智顓大师所说出自《大方等大集经》名字叫做宝炬陀罗尼。但是在原经中虽然有宝炬陀罗尼这个名字，却没有通明禅或者通明观的说法，针对与这一点，智顓大师给出的解释是：

正是此禅也。请观音亦是此意。修时三事通修。能发三明六通。又修宝炬时乃至入灭受想定。当知此门具八解脱三明六通。故名通明也。²⁰

但是在《释禅波罗蜜次第法门》中是这样说明的，此禅名非智顓大师所发现所提倡，在南北朝时期北方禅师，就已经广泛地修习这种禅法了。至于具体如何得这个名字，智顓大师提出三种说法。

第一是，如果将这一禅法归类到如根本禅、十六特胜、八背舍等之中，又不

²⁰ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，120页下。

同于它们本有的含义，所以就领取一个名字叫做通明禅。

第二种说法是，《大方广佛华严经》中有这种叫法，如文：

所言通者，谓从初修习，即通观三事：若观息时，即通照色心：若观色乃至心亦如是。此法明净，能开心眼，无诸暗蔽。既观一达三，彻见无阂，故曰通明。²¹

智顓大师认为，可能是华严经中说的通观三事与通明禅所修三事一如，都是观息、观色、观心这三事。所以命名为通明禅

第三种说法是源自于，《大方等大集经》中，法行比丘修这个禅法时希望得到神通，立即得到神通。所以智顓大师提出，这个通字是说明能够得六神通，而明字是能够生起三明，所以以通明禅来命名。

通明禅它位于四禅四定之间，如《释禅般罗密次第法门》卷八对于通明禅位的描述：

此禅无别次位。犹是约根本四禅四空立次位。但于一一禅内更有增胜出世世间规定之法能发无漏及三明六通疾利。亦于非想后心灭诸心数入灭受想定故。²²

由此可知通明禅和九次第定非常接近，但是它们却又不同，虽然在修此定时候也是心心无间，但是仍然不是九次第定。

正修通明禅证初禅相，初禅名分二，一种叫做离，是离五盖之意，一种叫做具，是具五支之意，如《摩诃止观》中说：

大集辨此五支名目。谓如心觉大觉思惟大思惟观于心性。是名觉支。观心行大行遍行。是为观支。如实知大知心动至心喜。是为喜支。身安心安受于乐触。是为安支。心住大住不乱于缘。是名定支。²³

根据文中所说，五支分别为觉支、观支、喜支、安支、定支。这五支中，先说觉支中的如心，如心只得是未到地定。要修行未到地定的话，必须先摄心调和呼吸等，然后一心观呼吸遍身出入，如果是根机好的，那么很快便会察觉到出入

²¹ 大正第 46 卷《释禅般罗密次第法门·卷八》，529 页上。

²² 大正第 46 卷《释禅般罗密次第法门·卷八》，529 页中。

²³ 大正第 46 卷《摩诃止观·卷九》，121 页中。

息无所有性。接下来观色，也就是前文所说观三十六相及四大微一一分神，这就是从粗观至细的方法，等达到心无分别了，就是观色成功。接下来是观心，要知道因为有心，所以有分别，若无心，谁在分别。如是观照此心如何而生。分别了知，心无所从来亦无所去，无有住处也无有来处，其心不可得。将三性归一了才能称之为如心。当然，利根之人刚刚才观息，便能通达色心空寂。根据禅法经历，可以分析得出，这三者和合便会生起一切阴入界众。而能观察三性皆不可得，那么心便可任运自如了，泯然明净就是证得欲界定。进入此定后，心依真如法，与如相应，所观一切有如虚空。这就是如心了。也就是证得未到地定。

觉支中如心是到达未到地定，明觉、大觉五支成就初禅之相。初禅发相分为三段，第一段是能够观照到三十六物及四大生身的不可悦相。这个时候会觉知五种不净之相，分别为：

1. 见外十物相不净，而生起厌恶，这就是说自相不净
2. 见内二十六物不净，也就是自性不净
3. 自身是有父母精血所合，种子不净
4. 这一期生命中，在出生之时的不净，为生处不净
5. 此身死后，火化或者埋葬皆是不净相，称为究竟不净

在观照到这五种不净之后定心缘诸境界念念不停，诸心数法相续升起，所念相异亦复非一，这便是初禅所证的第一段了。

之后进入初禅的第二阶段，就是能够做细微观，如前文介绍，可以观察到身体一切毛孔，血脉，其间积聚诸多小虫，若能通晓语言三昧的话，可以听见它们在说的是什么。

第三阶段，三昧智慧转深净明利，见出入呼吸无常生灭，皆是空寂不可得。因为人的身体是由于细胞生灭交替而维持的，一天的新陈代谢让我们每时每刻都不同，这也就是身心四大的无常相。如此就是初禅三种阶段所观照到的。

五支中，觉支修证的实质乃是要形成，真俗二谛的认知，即作为真谛的觉与作为俗谛大觉之间，觉是属于世间相所以是有漏的，大觉是属于出世间相的所以是无漏的。关于觉与大觉的相互关系，智顓大师将世间分为三种：

一根本世间，一期正报五阴是也，二义世间者，知根本之法与外一切法

义理相关也，三事世间者，发五通时悉见一切众生种类及世间事也。²⁴

对世间的这种三分法是智顓大师的自己发明的，因为佛教中将世间三分为：五阴世间、众生世间、国土世间这三种。这三种时间的分法是从境的角度来划分的，而智顓大师所分的三种世间则是从修行者主体的角度来划分的。

其中根本世间是指由五阴和合而成的人身，义世间是指人的思想和感情，事世间指的是人发五通时所见的种种世间的相。既然是站在修行者的角度而分的三世间，所以智顓大师又提出下根之人只能依根本世间而修出世间果，中根之人能依义世间而修出世间果，而上根之人则能依事世间而修出世间果。智顓接着指出，世间、出世间既有三种，那么初禅修习中的觉、大觉也分为三种。如文中说：

如异既有三种觉、大觉亦应为三也²⁵

首先是下品觉与下品大觉，智顓大师是这样讲解的：

觉气息入出，赤黄赤白，诸色隔别，名为觉，觉此诸息同一风大无异名大觉。次觉三十六物隔别名为觉，觉余三大无有别异名大觉。觉于心数非一名为觉，同是四心无异名大觉。²⁶

初禅修习的过程中，开始的时候若能清清楚楚地一一觉知各个组成部分隔别不同，这就是下品觉；再进一步修习，当觉其中之一时，就能会及其他部分，各个部分相互融通，五阴不异，四大合一，一即一切，一切即一，四大即是一大，三十六物即是一物，心数即是四心，这就进入了下品大觉的境界。

接下来进入中品觉与中品大觉了，若能了知四大、四心一一并列存在，不会混淆，便是中品觉；但是它们的存在实际上又是生灭无常的，既存在又不存在，若能明见这一点就是中品大觉。

最后是上品觉与上品大觉，了知四大与四心皆有八相是上品觉；明见四大与四心之八相其实都是本来空寂的空相为上品大觉。

初禅阶段的觉支修证，这最主要还是与修行的人根器有关。之后的四支也是如此修证，

观支的修证是指正观四谛，也就是观苦、集、灭、道四谛。如文说：

²⁴ 大正第 46 卷《释禅般罗密次第法门·卷八》，530 页上。

²⁵ 大正第 46 卷《释禅般罗密次第法门·卷八》，530 页下。

²⁶ 大正第 46 卷《释禅般罗密次第法门·卷八》，531 页上。

若人不了心故，无明不了，造诸结业，名为集谛，集谛因缘，必招未来名色苦果，是名苦谛，若观心性即是具足戒定智慧，行三十七品，故名道谛，若有正道，则现在烦恼不生，未来苦果亦灭，名为灭谛。²⁷

由文可知智顓大师指出，深观四谛，就可以通达空性，遍行随意，任运自然。

喜支的修证。喜指的是通过上述的四谛观而豁然开悟，称理而知，心生法喜。但是，既得法喜心动，若随此喜则为颠倒，所以，喜生起的时候亦不能执着，一执着便成颠倒。因此，得了喜后，还须修真实知，能了知喜本无有，就是得到了喜性，这样的喜性就是至心，所谓至心即喜。

安支的修证。安指身安、心安和受安，对这三安，如文字所说：

身安者，了达身性故，不为身业所动，即得身安，故名身安。心安者，了达心性故，不为心业所动，即得心乐，故名心安。受安者，能观之心名之为受，知受非受断诸受故，名之为乐，故名受安。²⁸

由文可见安支的修习就是对世出世间所造的种种业的超越，并且通过这种超越“断诸受”而得乐。在三安中，身安和心安是安支修习的过程，而受安则是安支修习的结果。

定支的修习。定包括心住与大住两方面，所谓心住，指的是住世间定法，持心不散，而心大住，指的是住真如定法，持心不散。如《摩诃止观》中说：

心住者于俗谛得一心。大住者于真谛得一心。²⁹

在住与大住之间达成中道义，既不偏取世间相，又不偏取真如相，因为若心偏取世间相，即随有见，沉没生死，不得解脱。若心偏取如相，即随空见，破世间因果，不修善法，是大可畏处，所以住于世间，并不是执着于世间；大住于真如，亦不是执着于真如，在世间和真如之间取中道，住而不执着二边。

在修通明禅的时候，能够如实的观照身、息、心三事，就能够分证诸禅。如《维摩经略疏》中说：

通明观发得。初禅观色如沫二禅如云三禅如影四禅如镜像。次灭色取空一心缘空乃至非想。虽无麤烦恼而成就十种细法。犹是烦恼生死。佛弟子知

²⁷ 大正第46卷《释禅般罗密次第法门·卷八》，531页中。

²⁸ 大正第46卷《释禅般罗密次第法门·卷八》，531页下。

²⁹ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，121页下。

非圣法即能灭之。亦灭能灭之心。心数法灭故言灭受想定。³⁰

所以可见，修习通明禅还是非常迅速成就的，最主要还是在观的方面。有俗观就是有漏的，有真观就是无漏。这也是止观禅法的重心所在。

四、不净禅发相

不净禅发相就是过去修习不净观今生修习禅法的时候所发的禅相，在《摩诃止观》中，智顗大师并没有详细说明修持之法，只是略说了两种修习此不净禅相的人，在修观所得的结果。第一种就是坏法人，第二种是不坏法人。单独从名字上便可得知，不坏法是为正行。

智顗大师提出，坏法人在修习不净九想：（1）胀想（2）坏想（3）血涂想（4）脓烂想（5）青瘀想（6）噉想（7）散想（8）骨想。9、烧想时，并不能发起殊胜功德，因为这类人在修习此法多先观苦，然后不喜观照。很难成就禅定神通等。如此不能正法而行，最多也不过成就三果，当然这并不是固定的，但大多数会是这种结果。而居于前三种禅果中。还非常容易退失道心，如文中所引用的阿舍经案例说：

阿舍云。三果退戒还家毁失律仪。不失道共。俗人生谤言无圣法。佛言。欲饱起厌。不久当还，更求出家。诸比丘不度。佛即度之便得罗汉。³¹

那么在什么情况下是不会退转的，依《俱舍论》中所说经部认为，只有在无学位也就是四果的时候，才能够不退转。二若依大乘来说，只有到达八地菩萨才能不退。为何在有学的时候会退，因为在有学的时候，是通过世智来断惑的，属于慧解脱，所以才会有退。而无学的行者是通过无漏智来断一品惑，进一品解所以才不会有退。也正是如此，所以无学的人如果去观照九想的时候，并不和有学人一样，有学不坏法人在观照的时候是通过无漏智来观的。

正修此相的时候，应该在前 8 想之间来回思维，如文中说：

从初胀想来住骨想。不进烧想。得有流光，背舍胜处，观练薰修，神通变化。一切功德具足，成俱解脱人也。若修时爱多观外。见多观身。见爱等

³⁰ 大正第 38 卷《维摩经略疏·卷四》，611 页上。

³¹ 大正第 46 卷《摩诃止观·卷九》，122 页上。

内外观。若发时准此可知。³²

如文中说说的，来往反复，多多熏修，这样就能具足一切功德，而功夫成就的时候，依智顗大师所说，此刻过去不净禅相就发起了：

首先在定中便见到一个临死的人，与修者说话几句，然后便倒地而亡，随之便会观到，此尸体无人收尸，经过风吹日晒，渐渐变化与之前所见不同。进一步观照的时候，有可能见到一具尸体或者多具尸体，这些尸体或者一具先变，或者多具一起变化，生起如是观照的时候，就名为大不净观。此时当晓知此种景象皆是想蕴而生，非真实相，此时更应该小心观察，不要迷失。

尸体颜色逐渐变黑，然后发肿，如同气球一般，内脏血浆通过九孔流出，甚为污秽，这个时候，应该观照自身与尸体一同，所爱之人也是如此。如此思维见相便证得一分定。须臾之间，这个如气球般肿胀的尸体因为烈日狂风吹散，而使得原本薄弱的皮肉变坏，身体崩裂，形色变坏，再有分辨不出形象，当生起这种观的时候，表示坏相成就。

接下来观察到，血液沿着崩坏之处流出，臭气蓬勃，这个时候成就血涂相。

血涂相成就后，观到流出肮脏秽物粘稠如蜡，这时成就脓烂相。

此时的尸体在风吹日晒之中，死尸变黄赤色，复又发黑青。这就成就了青瘀相。

青瘀相后，观到诸多鸟兽来吃死尸，这就成就了噉相。

由于尸体被鸟兽噉事，四肢分散，头身不合，五脏分张，不能在合为一体，这个时候成就散相。

最后成就的是骨相，这里智顗大师说，骨相分二，一种是浓膏色，一种是白净色。

如是行者在修行不净禅的时候，在这八相中反复转动的时候，定也随着转动成就。从而生起种种安乐之相，如文中说

沈寂愉愉静妙。安快之相，说不可贵。不坏法人，所观齐此。³³

这是不坏法人修习之时所能观到的与成就的，而坏法人便不会察觉此中殊胜相。反而由于不能了知身无常，而执着淫欲，贪爱自身。就好像难陀贪恋妻子美

³² 大正第 46 卷《摩诃止观·卷九》，122 页上。

³³ 大正第 46 卷《摩诃止观·卷九》，122 页上。

色，后见天女相好而转心爱慕一般。但是不坏法人修行此相后，与五欲身心不起贪爱，故成道疾也。如文中称赞云：

九想观成时，六贼稍已除。及识爱怨诈，兼知假实虚。如是厌患，何但除欲。亦能发无漏，亦成摩诃衍。³⁴

可以看出，智顓大师对于不净禅还是有很高的赞誉的，如果从一开始便具足出世一切声闻缘觉世间出世间善法而修习此禅。岂能果位不具。所以所加行次第必然也要提起修持。

五、八背舍发相

首先八背舍是什么？背是违背，舍即弃舍，意思是说背弃三界之五欲，舍却诸有之着心，所以称为背舍。而背舍在修行上，共有八法，分别为：

- (1) 内有色相外观色
- (2) 内无色相外观色
- (3) 净背舍身作证
- (4) 虚空处背舍
- (5) 五识处背舍
- (6) 无所有处背舍
- (7) 非有想非无想背舍
- (8) 灭受想背舍

修这次第八法，观能开发无漏智慧，断能断三界见思烦恼。当然这也是有问题的，问题在于是否能够成就。如文：

今先明背舍。背舍又有总别。总共二乘，别在菩萨。又背舍不定。或因中说果名背舍，为解脱。自有果中说因名解脱，为背舍。若定判者。断惑究竟。事理具足。称为解脱。若惑未尽，定未备，但名背舍。³⁵

如文中所说，背舍分别只在菩萨，其原有就是在因上与果上。文中所说，事理具足，称为解脱。而在毘昙中，证得灭定，是俱解脱。不能证灭定称之为慧解脱。成实论说得电光名慧解脱，具得世间禅名俱解脱。其实从根本证得禅相来说，二者所说并无差别，只是不够详细罢了。

那么背舍发相是如何，依文中所说，简单叙述一遍。

1、内有色相观外色，背舍发相的时候身在定中观察到肿胀相，从手指开始蔓延，直到臂膀，随后覆盖全身都发生肿胀相，当然这个过程也有从脚往上，或者从头往下发展。渐渐的皮肤被肿胀撑爆，血肉流出，非常污秽。这就好像气球注水，然后水多炸裂一般。随后逐渐血肉流走，只剩下白骨。

³⁴ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，122页中。

³⁵ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，122页中。

覆盖在白骨上还没流失干净的余肉，就好像一堆肉虫覆盖，甚为丑陋。这个时候应当发心，此身无可爱相，应当舍弃。随后应该配合九想观察，外有皮肉污秽相，内有白骨，净洁相。这个时候，就是欲界定成就。

随后观到白骨生起四种颜色，青色、黄色、白色、鸽子色这四种色最初都很朦胧，心念所缘在何处，光芒遍覆盖何处。如果不能够发现这四种光，就先心缘双眉间的白骨中，所缘一安，则光明现前，最初很小，慢慢放大，最后遍照十方一切世间。

通过深的观想，可以发现八种光明：地、水、火、风、青、黄、赤、白，全身白骨也都遍布这八种光明。

起初发现色的时候，称之为觉，之后能分别了知这八种颜色了，称之为观。由于从前并不晓得白骨中有如此八种美妙光明，而今发现，这时候生起喜支。在色发的时候，深有乐法，这时候就成就了乐支。定心安然不动，定支成就。具足此五支，也表示着这个时候，初禅成就。

如果在修行之时，所发八种光明，并不清晰，这便是邪相入八色。所以说必须要有观慧，只有这样才能时刻观察看住念头，不让邪相生起。

此中所说的背舍，其实就是刚开始，就背离欲界定、初禅未到地定，正式进入初禅。在初禅定心中，已不再贪恋初禅之乐。初背舍从内观不净、白骨入门，即所谓“内有色相”；随后外观八种光明，即所谓“观外色”。这一背舍，如文中所说：

八色之光便是界外法也。若发此相。初背舍成位在初禅。³⁶

同文所说，只有能清晰观照到八色之光，才可以说成就初禅。

2、内无色相观外色，由于初背舍时，观想了血肉污秽、白骨裸露，自身所显现的骨人在八种光明中入定，能够看到光明从体内出。而到第二背舍的时候，骨人不见了，所能看到的只有八种光明，如文中所说：

忽见骨人自然消磨。但有八色及外不净在。骨人灭时位在中间。又见八色与内净法同时俱起。青黄等光更作一番增明。内净、喜、乐、一心四支功德。转胜于前。是为二背舍位在二禅。³⁷

³⁶ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，122页下。

³⁷ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，123页上。

由文可知，进入二禅的时候，光明更胜之前，由此而生内净、喜、乐、一心这四支。第二背舍与第一背舍都是借由不净入观的，但是由于是有背舍禅观，所以起点就是很高的。首先内无色相，就是消磨对自身的贪爱，坚定出世的信心。而外观色是给予正相的动力与支持。

3、净背舍身作证，这一背舍是二禅合在一起的。首先是净有四种含义，第一种是不净不净，第二种不净净，第三种净不净，第四种净净。

其中不净不净是指欲界的身体本来就不净，如之前所说出生等相，而今通过不净观内也是不净。所以说不净不净。第二种净不净是说去除不净的污秽肉体，可见光明的白骨。第三种是说，白骨所发出的八种光明，没有经过炼制所以说其净不净，第四种就是说的这一背舍，被净缘炼制后的，因为缘净则净。但是净色在四禅，通过四禅的净化，本来光明的八色更加清静光明。但是有八色必然还有身相，由于三禅是乐之极致。而且三禅是具有遍身乐，所以说，在这一背舍中，两支禅境同时具足，所证相在三禅，所证境界却在四禅。

4、空背舍，称作“空无边处解脱”。由于在前面三个背舍修习时候，已经将内外两色破除干净。但是虽然色被破了，可八色仍然显现，只有观想之力转胜，在四禅定心中，一心观想虚空无边无处，在空处定中观空、无相、无作，并能不着于空处定，依四无色定而起以获得解脱。也正是因为缘空所以，成就空无边处定。

5、五识处背舍，在空背舍的时候，已经成就空定，而凡夫不通究竟的便会沉迷与空定之中，不思进取。通达观慧的，便能观察空定依旧有苦，从而舍空缘识，与识法相应。进而成就识定。

6、无所有处背舍，由于五背舍时，舍弃空而缘识，但通过慧观，心识也是无所有，因此没有所缘，成就无所有处定。

7、非有想非无想背舍，修禅到了这地步，心已完全寂然入定，没有任何爱乐，发觉识不可得，无所有也不可得。从而成就非想非非想处定

8、灭受想背舍，然而既是在非想非非想处定，仍然能发现，此境界中的想依旧有细微烦恼，这时候灭自他两地，成就灭受想背舍。

修行八背舍走到这一步，便进入解脱了，因为前文已经说过了，证得灭定，是俱解脱。不能证灭定称之为慧解脱。成实论说得电光名慧解脱，具得世间禅名俱解脱。当然，在修习最后灭定的时候，一定要以无漏心修，不然不能解脱。

六、大不净发相亦名大背舍发相

所谓的大不净相或名大背舍相是相对于不净相与背舍相而谈的。如前文所说的，通不净观发背舍相处时候，所能观照的是自身的不可悦相，然后观到自身的白骨所放八种光明，通过正见禅定的发展，可成就最后的解脱。而这里所说的大不净相或大不背舍也是基于此而观的，只不过不同不净相与背舍那么小而已，大不净相所观的是，正报所带来的一切，如衣服、卧具、房舍、饮食、国土、世界等，都是基于正报而得的相，这些所得的相，皆希不净。

在此禅相出现的时候会突然观到，山河大地无一处好，如文中所说：

虫脓流出臭处腥臊。舍如丘墓，钱如死蛇。粪如屎汁，饭如白虫。衣如臭皮，山如肉聚。池如脓河，园林如枯骨。江海如汪秽。³⁸

在初观的时候，只能如同不净观背舍观中所描述的，只有单一的一尸或尸体等，这个时候，能够成就观觉，对于自他报身生起不可悦相，那么就是不净相成就，而若能在此中，也能观到正报所带来的世间诸物皆希不净，这样就是大不净发相了。

但是在禅中，外界发相并非全部是恐怖的相，随人果报不同，所见的相也不同，智顫大师举出璎珞经中的故事来说明，随然都是地狱果报，但是根据每个人细微果报的不同，所受报也不同，如感召到自身变成大地，被别人耕耘等。这些都是果报不同所带来的相的不同。同理可知，如果是行善之人，所见景象必然美妙殊胜，如天人果报。所以说，随然在定中能观，但是根据个人善业恶业的不同，所观的色也分为净色与不净色。

在能观照到色的时候，应该有大勇猛才行，必然观察到可悦净相，应当知道这个相的虚假性，应该用观慧观照，破除执着，不生颠倒。这样就成就了大不净观。

综上所述，在修行此观的时候与修不净禅与背舍禅时候有所不同。智顫大师指出：

若根本但除下地着。不能除自地。若小大背舍未是无漏。但除下地自地

³⁸ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，123页下。

着。若无漏缘通，则下自上皆除着也。³⁹

也就是说，具有高起点再修与低起点渐次修是有差别的，若能站在高处所修，则具足无漏法，成就无疑。若渐次来修，后不能生起观慧，那么很难成就。如文中说：

钝人修八背舍竟。方修胜处一切处。中根修三背舍竟。于四禅中修胜处等。上根祇修初背舍即修一切法也。⁴⁰

虽然大不净如此殊胜，但是能不能观到，观到的境相是多是少，都是需要依赖正报所能感召的。或者是多，或者少，或者美，或者臭。都要靠正报所感。就算正报不够，也要具足胜知见，具足胜知见了，心便能转色而不被色转。具足胜见，观解成就。如文中说：

若胜处成时。身尚不惜。况财物他身耶。上古贤人，推位让国。还牛洗耳。皆是昔生经修此观。自然成性，无复爱染。不得此意，贪之至死。何能忽荣弃位耶。⁴¹

内心有法，自然能于法自在，遍及一切。如在禅定中，八色之光遍布，也不过就是多少而已，但是具足胜解，那么便能够遍布一切处，在四禅中。初禅觉支观多。二禅喜支。三禅乐支。都不能遍布一切处。只有不动念慧则能广普一切处。若心中无法，光再强也不能遍布，就好像月亮，本身不发光，所照之下便是暗淡，而太阳本身发光，所照必然清晰光明。

文中最后，智顓大师指出，如果是不坏法人在修的时候，这些光明是可以自然而生的。如果刚修通明的人，那么就必须假借外物来修。必如南传禅法中，再修不净观的时候，多处坟见，见裸露于外尸骨来观。这也就是过去生中禅相的功用了。

此大不净法也通菩萨六度，首先，能够对美妙境而不起贪爱，身体尚且可以舍掉，更何况身体之外的，所以是布施。不起贪爱，便不会为了美妙之物而贪爱破净戒，如此便是持戒。能够在不起贪爱后，他人欺负，与人无诤这便是忍辱。此观成就后，不净尸身。不净国土间退定心。是名精进。此观能具，观练熏修。

³⁹ 大正第 46 卷《摩诃止观·卷九》，124 页上。

⁴⁰ 大正第 46 卷《摩诃止观·卷九》，124 页上。

⁴¹ 大正第 46 卷《摩诃止观·卷九》，124 页上。

神通变化。愿智顶等。是则名禅定，得此观时一切法能所皆不可得。不生不灭毕竟清净。这就是智慧。所以说菩萨行六度，必须具足空性及无相。否则很难行。

所以可以知道，成就心定，尤为重要，虽然发种种妙相，但是心定不动，这样就无碍一切境相侵袭。同时，由于心定无染，与菩提之路也畅行方便，速往无上菩提。

七、慈心者发相

慈心发相的时候，就是缘一切众生，见众生乐，或诸天乐，或其它乐，皆希观照到，定心中分明了知，三界一切众生，都与乐中这便是慈心发相。

在修持慈心的开始，应该缘三种人来修，首先缘自己的亲人，接着缘旁人，最后缘怨敌来修。缘亲人修的话，称之为广慈。缘旁人修的话，称为大慈。缘怨敌来修的话，称之为无量慈。还要就是，如果缘一方众生修的话称之为广慈，缘思维上下来修，称之为大慈。缘十方来修称之为无量慈。

虽然如此在修法上是这样的，但是这支禅也有分隐没来说，如文中：

此定有隐没，不隐没。若心缘众生。决定作得乐想心甚分明。而所缘处，不见众生得受于乐。是内不隐没而外隐没。复有内心明净外见得乐。是为内外俱不隐没。⁴²

由文中可知，对于隐没而言，是心与所缘是否相应，心成就慈而缘未成，则内不隐而外隐。若心与其所缘皆希成就，那么内外二者都显现出来。成就慈观。

在修禅的次第中，如果此观先成就，而后的初禅五支的话，那么功效将倍增。因为内外皆生乐。智顓大师举出了一个例子，就比如如果只是一般的方法修习禅法，在不成就的情况下，能够成就梵天众生，但是如果有慈观的话，则不同了，能够生为梵天。这样滴差别可以说是天壤之别。由此可见，有慈观为指导，禅定成就将不可限量。

那么单独修慈观的话，也是可以成就禅位的，如文中说：

心与定合自心亦乐。善修得解。名觉支。分别得乐。或人中天上无量差品皆悉明了。名观支 怨亲平等无复畏怨忧亲之苦。名喜支。喜支动息心神愉

⁴² 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，124页上。

怪亦如所缘得乐之相。名乐支。定法转深持心不动。名一心支。⁴³

依文可知，单单凭借着慈观也可以成就初禅位的。在慈定中，也可发二禅乃至四禅的。但是在四禅的时候，舍乐而成就四禅，这时候就形成，慈观无所缘，因为慈观缘他人乐而成就，到第四禅，应当舍乐，但是舍乐并非无乐。此乐更胜前乐。因为菩萨乃至佛陀都具有慈悲喜舍四无量心。由此可知，此时的慈观不同之前。如文中说：

慈心福至遍净。悲心福至空处。喜心福至识处，舍心福至不用处但菩萨恒与慈悲俱。何地而无慈悲。慈悲熏一切善，岂止齐三禅耶此一往语耳。⁴⁴

所以说，由慈观而发的禅，更胜普通四禅。当然也可先发四禅后修慈观。结果是相差不多的，以上是说慈观依根本而成。

若慈观依特胜通明而成，那么这时候就如同虎生双翼，既有观慧，又有不隐慈观。而在成就五支初禅的时候，比单修根本还有殊胜。而二者反过来，因为慈定生起特胜通明，那么慈观不隐，通明更胜。

若慈观发大小不净禅，那么此时观中虽然无众生可乐之相，但是仍然可以观到涅槃乐。如果依旧无法观，那么可以观妙好之相，端正衣服，这样在生慈定的同时并不影响不净的修学。依次类推，慈定也能庄严一切禅定，使诸禅定更胜之前。但是，从比较来看，慈观也是根据所发不同，所生也会不同，比如慈观附根本四禅而发，那么所生之法就是有漏法，若是依通明而发，那么就会形成有漏无漏法，依不净发必成就无漏法。这主要是用在什么地方。比如青菜，在普通厨师手中，便会作出普通的菜，在中等厨师手中，便能做出中等的菜，而在厨神手中，就变成美味一般。慈观如菜，所依不同，所证不同。慈悲喜舍四无量心都是如此一同。

八、因缘发相

因缘发相之人皆是有两种情况，一种是自己用功所致，一种是过去生中所薰习的种子生起现行而生的。

因缘者，即佛说的十二因缘。龙树菩萨在《中论》中用一卷来阐述缘起法。十二支相互关联的法则，就是缘起法。具体：（1）无明（2）行（3）识（4）名色

⁴³ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，124页中。

⁴⁴ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，124页中。

(5) 六处(六入) (6) 触 (7) 受 (8) 爱 (9) 取 (10) 有 (11) 生 (12) 老死。

智顓大师描述十二因缘发相，在坐禅的时候，忽然思维心所缘之处，或者是善心或者是不善心。而能缘与所缘是属于十二支中的有支。有支由取生，心取善恶而成有。若不取善心恶心，那么也就不能有能所二缘了。取有爱而生，爱善者取善事。取由爱生。爱由受生，领受善恶所以生爱。受由触生，六根对六尘而生六触。六识统摄六根，摄入诸尘所以才能生触。入由名色而生起，名色分开来说，不能生入，但是色心合和，则生于触。色即色阴。心即四阴。了别此色名识阴。领纳此色名受阴。行起贪瞋，名想行两阴。五阴具足故有觉触。所以入又名色生，而名色又由出生识而生，人之受生，皆有父精母血和合而生，具足三种特性，分别为一命、二暖、三识⁴⁵。中有由业报而来是命。精血不臭，不烂名为燻。是中心意为识。而胎儿在母亲肚子中，是一点点形成人性，具足名色，所以名色由识生。识由于过去所造作的业行而受报。过去持五戒善业。业力便会令在人天中受名色。过去破五戒恶业。业力便令堕入三涂。所以识是由于业行而生。行由无明痴爱而生。由于无明，从而造作众行使识流转。从过去至今，从今爱取缘有。有能含果招未来生死。十二支轮回相续，无受者，无作者，只是惑业苦假和合而生，所以三世因缘空无有主。

能够在了知三世十二因缘轮回相后，证得空性见，便是观智成就。我见颠倒等便不在起作用，而定心也由粗变细，逐渐成就初禅五支，与四禅相融合，便形成根本因缘法，如文中说：

觉因缘空无有主。名觉支。三世流转更相因赖。明识无差。名观支。得因缘智深识三世岂不欣幸。名喜支。定法持心恬愉美妙。名乐支。定心湛然无缘无念。名一心支。此因缘三昧是慧性。此慧明故即发根本。或根本与因缘相和。法味淳浓不同单发五支。⁴⁶

五支成就，初禅也便证得。因缘三昧也具有隐没及不隐没性，若能了解因缘法，不生我执颠倒，也能与禅相应，但是见到因缘相的时候不能明了，这就是因缘三昧隐没相。而不隐没则是，能在三昧发时，在隐没的前提下，还能够观察到

45 《新修大正大藏经》，第一卷<杂阿含经>：“寿暖及与识，舍身时俱舍，彼身弃塚间，无心如木石”。约经而言，此三事皆不可得。

46 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，124页中。

整个生命从过去到未来流转的过程，清晰明了，三世分明，这样就是不隐没了。隐没与不隐没皆具足空、明十法，乃至通明、特胜、不净只要是由因缘发相，必然如是都具有隐没不隐没。以上是说明了，由因缘发根本的相。

由根本发因缘则不同，在具足根本定中，观照到根本诸定皆是因缘所成，所成，能成则是有，如前文中说十二支轮转，既然有有，便具足十二因缘相，如文中所说：

忽于定中思惟根本诸定。皆是因缘所成。所成能成即是有。此麤细住含炎魔兜率天有。有生必有死。欲界定亦是因缘有。有则含果应受化乐天生。生则有死。未到定亦是因缘有。有则含果应受魔天有。初禅相应即含彼有。乃至非想非非想亦如是。如是等有皆由于取，取初禅相如前二十五方便中。种种希望取其相貌。故知有，由于取，取又由于爱。以闻人说初禅功德而生爱味。又知此爱由受。以闻彼功德而领受之。而起爱也。又知此受由入，入即是根。无根入，无所受。受又由触尘，触故有入触由名色。五阴合故有触。名色由初识三事。三事由业而来受身。业由无明致有生识乃至老死。⁴⁷

如文中所描述，禅定亦为诸天之因，有因果必含，所以成有，因为有有，如是分分所证皆是出自根本无明，若不能通了因缘禅相，发起无漏慧观，则单独修禅则于解脱，永无出期。

虽然十二因缘是观慧，但是依旧属于三昧禅法，毕竟在观的时候，心是心一境性。因心停住才能念处观，念处观成就了就是闻慧，闻慧属于理观。但是若在念处之前，因为没有念处破惑力，便属于事观。

《禅经》将这种发相称之为因缘三昧，因为此三昧能破我倒，与界方便破我一同，若还有胜解观智，可以观到初禅也是由因缘所生，有生必有死，乃至色界、无色界诸禅，四禅四定皆是因缘生灭而成就，便可趋向解脱，如《光赞经》中说：

彼何谓除断因缘三昧？住是定意时，断诸三昧缘，无有众乱，是谓除断因缘三昧。⁴⁸

智顓大师用龙树菩萨《中论·因缘品》来解释十二因缘，就是破十二因缘，

⁴⁷ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，126页上。

⁴⁸ 大正第8卷《光赞经》，192页上。

便是究竟法，无漏法，若不能破十二因缘，便是又漏法。

九、念佛发相

念佛发相有两种情况可以产生，一种是先发念佛后发禅定，一种是在禅定中忽然念佛。所谓念佛是指忆念佛的形象、功德、福报、智慧、殊胜等。智顓大师描述念佛发相。与定中忽然思维佛的无量功德，并且能对于佛所有的功德一一清晰明了。虽然心在思维，但是定相渐起。因为心安住在佛的功德形象之上不起动摇。定心也随之由粗变细，成就未到地禅相。渐渐发起初禅五支，先是因为能够觉知念佛境界，成就觉支。接着能够分别念佛的种种相、种种功德法门。皆分明识。成就观支。由于观支成就，接下来心生大欢喜。成就喜支。一心安隐遍体怡乐。成就乐支。无缘无念湛湛深入。成就一心支。如此初禅五支与念佛法同起。如来功德力加持，禅味倍余支。不可称说。证者自知。

更为殊胜的是，由于念佛功德无量不可思议，所以三昧成就也就无量不可思议。五支每一支都具有十种功德，遍布禅定之中，由初禅进步达到四定等，在能发起特胜通明不净慈心十二因缘等，成就不可思量。这便是因念佛而发起诸禅。

而因诸禅发起念佛则是在禅定中，忽然于定心中忆念诸佛如来。由于诸佛相好而感叹佛陀福德殊胜，同时了知此殊胜皆由佛陀造种种善业而成就的，此三种法门与心相应了了分明。此法发时禅定五支倍增其妙。四禅特胜背舍等亦如是。

在念佛发相上也有两种，一种隐没，一种不隐没。最初隐没，不解佛陀功德，但是后来见佛的形象清清楚楚，了知佛的功德之事清晰分明，这是增进功德，而不是魔相现前，也就是不隐没。智顓大师说此禅发相可以生起六念法门，如文中说：

因于念佛，广能通达六念法门。所谓念佛功德法门即是念法。弟子受行念相业体果三事和合。名念僧。此即以念僧、以念佛、以念法善夺诸恶念即是念舍。如是念时信敬惭愧即是念戒。念此定中支林功德与诸天等即是念天。三自念三念他。乃至通达一切法于念佛门成摩诃衍。⁴⁹

由文中智顓大师的分析，可见此禅功德巍巍。还有一种情况便是，内心未能生起佛的种种功德，但是却在定中见到佛陀相好，这时候便是魔事生起，因为是

⁴⁹ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，125页中。

魔事生起，则不能与中证得相应的法门。此时应观《金刚经》中说，若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来是一个道理。因为在禅定中，应当取正法，而非色相。取色相则入旁门。

还有就是，佛陀乃是应机度化，可以现一切相，不一定非要现端正佛像，可以是父母师长富人乞丐。所以在禅定中，虽然见相，但也要小心应对才是。由此是有色相生起的时候。能成就善根才是真正的念佛三昧。

值得一提的是，智顓大师所提倡的念佛法门不同其它法门，他所提倡的五方便念佛门也是借由念佛发相而阐述的，所以智顓大师所说的念佛是融天台教理与念佛之法于一体，极其具代表性。众说周知，如今提及念佛法门，无非是称佛名号，而忽略念佛法身、念佛功德两处。智顓大师将之称为称名念佛。

智顓大师在《五方便念佛门》中对于念佛的方法进行详细的解说，如文：

一凝心禅、二制心禅、三体真禅、四方便随缘禅、五息二边分别禅。

凡住心一境，名曰凝心。且如行者，念佛之时谛观如来玉毫金相，凝然寂静了亮洞彻，名凝心禅。

次，前虽凝心，所习惯驰散，令制之，令还谛缘金相，名制心禅。

复次，前虽制心，得住定境，既非理观，皆属事修，今体本空，谁制？无佛、无念，名体真禅。

复次，前虽谓体真，犹滞空寂，无量名相昧然不知。今以无所得而为方便，从空入假，万相洞明，不为空尘之所惑乱，名方便禅。

复次，体真及以方便各据空有，不离二边，令谛观静乱本无相貌，名言路断，思想亦绝，名息二边禅。

从浅至深，如是分别，原夫圆观亦无浅深，而浅深宛然。⁵⁰

从文中可以看出，所修之法与禅发相一如，先从粗大渐入细微，观佛形象以至到不离二边的中道观佛。于五观中逐一成就诸解脱。也就是观相念佛。但是在引文最后一句，智顓大师提出属于自己的看法，既是圆观无浅深。这里便是天台核心教义：纯一实相，实相外更无别法。

智顓大师将渐次、不定、圆顿三种通过纯一实相融汇于一体，即同为一体，

⁵⁰ 大正第47卷《五方便念佛门》，81页下。

只是分具三名罢了。由此细分，五门虽五，但是五门一体，所以圆观无浅深就是这个道理。如果列在修行上，便是于一念五门念佛成就。

天台教法重在止观双运，上面是由止来说五门念佛，下面来说无观，如文：

叙开念佛五门：第一称名往生念佛三昧门、第二观相灭罪念佛三昧门、第三诸境唯心念佛三昧门、第四心境俱离念佛三昧门、第五性起圆通念佛三昧门……诸佛以众生乐称诸佛名生彼国者，则示以称名往生门；众生有乐睹诸佛身，惧障不见者，则示以观相灭罪门；众生有迷心执境者，则示以诸境唯心门；众生有计实有者，则示以心境俱离门；众生乐深寂定趣无生灭者，则示以性起圆通门⁵¹

从智顓大师所立五门的起因说明来看，此五门皆是佛所制定，为令众生解脱而立五门，从次第类别来看，是应众生根机来设立的，再有就是修习五门的次第方法。在之前发相中也提到，见到什么相应当升起什么心来观。这五种观门与之前说的五种止门并非一一对应的，如图：

念佛五门	五门禅
称名念佛门	凝心禅
观相灭罪门	制心禅
诸境唯心门	体真禅、方便禅
心境具离门	方便禅、息二边禅
性起圆通门 ⁵²	

如此便是智顓大师最有代表性的念佛法门，而诸禅发相的时候，智顓大师也是根据此中念佛五门来进行阐述的。而在禅定中念佛发相便是依靠此五门止观的运用来破执成就诸禅解脱的。

十、神通发相

神通所指的是五通，分别为：天眼通、天耳通、他心通、宿命通、身通五种，至于佛所具足的无漏通则是解脱后证得。以上五种皆属于通外道而能成就的神通。

从禅定与神通的角度来说，神通是由定而发。禅不能由神通而发。因为神通

⁵¹ 大正第47卷《五方便念佛门》，82页上。

⁵² 作者不详，《〈五方便念佛门〉解读——智顓净土思想之研究(二)》，

<http://www.chinabuddhism.com.cn/yj/2012-10-29/1699.html>。

是禅定附属的方便法，并非同等的。

若仔细分析，可以知道一一禅法皆能发神通，只是相对来讲，根本四禅多数不能发起神通，假使发起了，使用上也并不通畅。不能自在游戏。文中对于神通基于十境中所易发神通的做了说明。如文：

特胜、通明多发轻举身通。背舍、胜处多发如意转变自在身通。若慈心中缘人色貌取得乐相。因色知心识其苦乐。此多发知他心通。既藉色知心。亦知其言语音声亦发天耳通。因缘观人三世。照过去事多发宿命通。照未来事多发天眼通。若念佛定不隐没者多发天眼通。⁵³

由文中可知，若能在之前的诸禅发相中能有所成就，那么神通还是很容易生起的，但是若不能够有禅相生起，则发起神通还是需要很大的功夫才行。

在五种神通中，智顓大师指出，每一种神通皆具有初禅五支，他用眼通做了说明，眼通成就就能觉眼根与色作对，这时候是觉支，能分别色等无量种相，便是观支成就，因为眼通成就，生大喜悦是喜支，内心受乐便是乐支。无缘无念湛然一心安住，便是一心支成就。如是四通皆同此理。都具足五支。

第五节、智顓对于止观修法的见解

《摩诃止观》一书所阐述的是大乘禅法，所以在全书之中，所述皆含摄菩萨法，而针对菩萨修禅智顓大师提出，若修习止观的时候，不能够具有方便，不求出离，不能深念实相，体达本无，那么便形成菩萨缚。此段的依据是出自《维摩诘所问经》：

贪着禅味，是菩萨缚；以方便生，是菩萨解。又无方便慧缚，有方便慧解；无慧方便缚，有慧方便解。⁵⁴

不能解脱生死，还是会轮回六道之中。在《摩诃止观》中，智顓大师评价初学禅法，虽然在定中可以安住身心，不生恶业，但是一旦出禅定，面对事境的时候，还是会退失禅定的，而且有可能还会造作更大的恶业。如外道师，虽然具足禅定乃至具足神通，但是无解脱慧，那么依旧造种种恶业。所以说禅法不等于果

⁵³ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，125页下。

⁵⁴ 大正第14卷《维摩诘所说经·文殊师利问疾品第五》，545页中。

位。证果之人具足解脱慧，而具足禅定者不一定证果。

失去定的，恶业牵引至恶趣。不失定的人，禅报用尽后，恶业便会现前。落入三恶趣中。因为在不能得禅之前，名利不能得到，可是一旦具禅了，又不能解脱，便成为了三恶道的因。

还有就是一种，在禅定中执着定相，出观可以生起慈心、仁爱等善心造诸善业。这种禅报尽后，能生善道，小善能为人，中善阿修罗，十善具足则生天道，随禅定而受报。若是专修禅定，贪着禅相，则永无出期，智顓大师举出《妙法莲华经》中的例子：

世尊甚稀有，久远乃一现，一百八十劫、空过无有佛，三恶道充满，诸天众减少。⁵⁵

这是在大通智胜佛出世时候，诸天请佛说法时候所唱的偈语。由此可见单单只是修禅定，一百八十劫过，也是不能解脱的。只有具有解脱慧才能成就。

更进一步的说，若是能够在修行禅法的时候，专修不净、背舍等，就如前文中所说的，是能够发起无漏果的。解脱轮回入声闻法界。

若能观诸禅能破六蔽，便是六度菩萨法界，如文中说：

若观诸禅能破六蔽。蔽是集集招苦果。能破是道道能至灭。亦是声闻法界。亦是六度菩萨法界。又禅必弃欲是为檀。若不持戒三昧不现前是为尸。得禅故无嗔是为忍。得禅故无杂念是为精进。此法自名禅。知诸法皆无常名为智。是名因禅起六度菩萨法界。⁵⁶

蔽是蔽覆净心的，一共有六种。(1) 悭贪，覆布施而使不生。(2) 破戒，覆戒行而使不生。(3) 嗔恚，覆忍辱而使不生。(4) 怜念，覆精进而使不生。(5) 散乱，覆禅定而使不生者。(6) 愚痴，覆智慧而使不生。这六种在文中，智顓大师已经详细阐述了如何破掉。

若是能够观禅是因缘生法，便是缘觉法界，如前文中所说，诸禅是有支，由有支到老死支十二因缘轮转成就。这便是因缘观法。

若能观到诸禅发起因缘是空，便是无生道谛，因为因缘诸法，悉皆幻化，当体即空而无有生灭，这是通教声闻菩萨等法界。

⁵⁵ 大正第9卷《妙法莲华经·卷三》，23页下。

⁵⁶ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，130页下。

能够观诸禅生起具足空假中三观，则成就一念三千。十法界便是从禅出生从禅而灭。因为禅出三途六道，便是增长了三界二十五有因。不能解脱，若是能因背舍等观照，便能灭三界二十五有之因，成就解脱。

若观禅因缘生法为空，那么便是用菩萨观法破二十五有，生菩萨法界。若能观察禅是假，那么便是小乘观法破二十五有及染污心性之无明等外来烦恼，也就是客尘烦恼，生声闻法界。

若能观诸禅因缘生法是中道，用一实相菩萨观法破二十五有及无明惑。灭九法界成就佛法界。于禅定成就三昧王三昧，三昧王三昧在很多经中都有记载，是佛所具有的最盛三昧，王三昧如大海，其它三昧如同小溪流必将通汇入大海。摄受一切诸三昧，灭无明烦恼，生如来智慧。慈定成就无缘慈悲。念佛成就最上念佛，诸佛皆现在前。从思议境上来讲，因禅生灭十法隐显三谛，具足五行：

九法界中诸戒、定、慧入王三昧者。变名圣行。圣行所契安住谛理即名天行。天行有同体无缘慈即梵行。单明悲同烦恼，欲拔苦，即病行，单明慈同小善欲与其乐即婴儿行。以是五行生十功德。乃至究竟成大涅槃。是名因禅生灭十法隐显三谛。次第生出展转增进摄成佛法。具在即中王三昧内。此乃思议之境非今所观。⁵⁷

如文中所说，此五行生十功德，乃至究竟能成大涅槃，为佛可思议境。而不可思议境则是无明法性，法界、十界、百法无量，定乱一念定心便能具足。因为已经破无明烦恼，便解法性本质，解法性本质所以成就一切定法，于一念定心，便能尽观法界。这是佛的境界，唯有佛与佛能解了，一切语言难以描述。如是一念观法界性相烦恼病愈则是成就者。如不能证观，则需要九法成就。

假使修观不能成就，就重新升起更大的慈悲，因为众生迷茫，无明戏论覆盖，所以要起悲心来拔济根本重苦。又因为前面所说的无明既是法性，为令众生法身显现，应该起慈与究竟乐。只要能够生起如是三心，慈心、悲心、究竟乐来上求佛道，下化众生。便是发菩提心。此心发起，当下得悟。

若仍旧不能得悟，应该修持三止三观。所谓三止，即是体真止，方便随缘止，和息二边分别止。至于三观，即是空观、假观、中观。三止三观皆出一念定心。

⁵⁷ 大正第46卷《摩诃止观·卷九》，131页上。

众生执着一个“我”字，执着于这个世间万物都有，真实不虚，对我，对有，特别的执着，以致颠倒、无明、惑业，他缺乏对世间万物空性的理解，因此，第一先依行体真止修空观，体念真如之理，止息一切夙缘之妄想。第二个就是行方便随缘止修假观。止于诸法幻化之理；分别药病化益者。知空非空为方便，分别药病随缘历境为随缘，安住假谛之理而不动谓之止。第三是行息二边分别止修中观。断除之前偏空偏假的二边见，修习中观。

三观便是：空观，观一切法之空谛。假观，观一切法之假谛。中观，此观有二种，第一是观一切法非空非假即是中，也就是双非中观。第二是观一切法亦空亦假即是中。就是双照中观。

在修持的时候，修止亦应兼观，修观亦应兼止，这样才能使定慧均等不偏执一边，而且见思惑也可以因止而伏，因观而破，这是修一心三观的妙处。

如果胜义法与四谛法依旧不能入心，那么便应该观察胜义非假非空，四谛真实中道相，如此缘空、缘假、缘中而修。能够具足这四观法，便能依此四念开道品门。道品门成就便开三解脱门。入涅槃道定具足。岂能不悟。

再有菩萨发菩提心修诸禅法，但是因为不能

由于过去不修解脱法，执着禅味，不能舍弃。应该在感受到苦谛来临，生起忏悔心，舍弃身财，舍弃贪着禅味，修布施波罗蜜，助治悭贪。

还有就是因为贪着诸禅，不能够持好初果须陀洹人，随顺谛理而破见惑，无所分别的随道戒，乃至具足戒，过去与现在禅相生起，遭致苦生，应该忏悔，修诸戒法，来对治戒障。

再有事禅仍具嗔心，禅定非生非灭，非具众生忍与无生法忍，所以含有嗔，而过去禅相及今时禅相相互作用，便成为了嗔障，应该忏悔而加修慈来助忍辱破嗔障。

还有就是贪着禅味而生放逸，不能精进，过去现在禅相发起形成懈怠障碍。应该忏悔，修精进无有间断，以此来助精进来治懈怠障碍

诸禅所发的业相能够恼乱禅心，二乘之人不能成障碍。但是菩萨行者要断烦恼成就法性身，那么必须要面对诸法门有开不开，应当知道为业所障碍。所以要修善法，用修善业来助定障。

菩萨六度还有智慧，而贪着禅味皆是不能通了无常生灭，更不知道贪着亦是不生不灭的中道实相。过去禅相与现在禅相相辅成为痴障。应该忏悔广学对治。

若能够在修完此菩萨六度助道法后，仍然不能开悟，智顓大师称之为大钝根，具有大遮障罪。应该继续修十乘观法。先知次位内防止增上慢，安忍来对治外八风，除法爱防止顶堕。十乘观法成就便能速入无生。成就解脱。

第四章 《摩诃止观》中诸禅境的启示

第一节 诸禅发相对于修行的核心意义

如上文中说的，诸禅发相是基于过去有所修持禅法，而今期生命复修禅法而生的禅相，相应的禅相会获得不同的修行体念。

总观《摩诃止观》一书，智顓大师是依菩萨六度广设方便来阐述的，又立十乘观法来对观十境。而诸禅发相便是其中所观，在最后明止观中，智顓大师使用十乘观法来方便助道十境成就。可以说诸禅发相是过去生中修行的积累，也是助道的最上因缘，但是若不能明了所生意趣，皆归空假中三性，便不能借助诸禅发相来成就解脱。反而诸禅发相称为了道障。

在修行中，根本四禅是通外道法，而修习禅法的时候，同期学人有人获利很快，有人获利很慢，这便是诸禅发相的初期表现。因为近期生命中有修禅定，所以在修四禅获利很快。若根机猛利，急速成就四禅四果也是很正常的，比如释迦牟尼佛在为王子时，从外道处所习禅定，七日便能成就一理贯通。皆是佛过去期中对于四禅四定薰习甚久有关。于一切禅定方便成就。

十六特胜中，是根据《四念处经》来收录总结的，也是唯一佛所传修证禅定的方法。不同于后期人所发明的禅法，如参话头等。根据粗观呼吸来调服身心渐渐深入禅定，具四禅四定开观慧成就解脱禅定。也是最盛二乘人所行能够决定解脱的法门。

通明禅相是能够如实的观照身、息、心三事，本自空寂，就能够分证诸禅。所证的相，也是具足四禅四定的，但是不同的是，通明禅属于观在起作用，其成立是建立于数息观的基础上，也就是说通明禅是观慧，能够具足无漏观慧便能解脱，具有漏观，那么便不能解脱，如前文中所描述观禅诸相，或浮云等，即分证诸禅。也可以证明此通明的重要性。

九想是小观不净，与通明都属于观的范畴，观身诸多不净，便能不生贪欲，在发相中，此九想自然而显。不坏法正行之人若能直心去观，真是殊胜因缘。成就解脱必然无碍，若是坏法人行，因为生苦受，不能入禅定，假设入禅定也不能于禅定中行走久远。

八背舍是基于菩萨因上还是果上而说的，事理具足，证得灭定是俱解脱，不能证得灭定便是慧解脱。由观骨之八色方便进驻成就最后禅定，由此属于八背舍观门如法，于发相中成就解脱。

大不净则也属菩萨观法，不同于前说不净九想，此大则有广意，是尽包法界一切有情山河大地来说的不净，乃是菩萨究竟意义的广大发心禅相。依此成就速去解脱。

慈心也是站在菩萨立场而说的，所用慈心不同二乘所用的小慈，而是无缘大慈。就是缘法界一切众生，见众生乐，或诸天乐，或其它乐，皆希观照到，定心中分明了知，三界一切众生，都与乐中这便是慈心发相所应观照的。接着生起悲喜舍三种心。借由慈心发相成就菩萨四无量心。

因缘是站在最胜菩萨而说，那是三界轮转真谛，能观十二支，断支当下得证解脱轮回，智顓大师在这一章中，是依龙树菩萨的《中论》因缘品来说，其中意趣深远，非初心之人所能解了。

念佛所缘三千大千世界一切诸佛功德相好，与定中忽然得现，由观佛种种成就禅定，趋向解脱。这也是过去期命所种善因缘而有所成。

神通是通所有修禅者而说的，因为神通为外道共通法，但是若具解脱人所用神通，不同凡夫所用神通，更为顺畅通利。为助道法。

如是十种相起，基于不同角度而随众生因缘来相应生起。智顓大师所提出诸禅发相是因为，诸禅发相实在是修禅的最胜助道法，若是不能通明其中厉害，很容易贪着禅味永无出期。如《妙法莲华经》中诸天所说，一百八十劫，空过无有佛。

第二节 诸禅发相对于止观的重要意义

诸禅发相作为禅定的增上缘，具足了止与观的双重方法。观是具足慧力来观的，止则是心一境性而成就的。有止无观则如《妙法莲华经》中所说的，一百八

十劫，空过无有佛。有观无止，则虽具文字般若，无定遇缘也无法止息。更不能成就出离。

止观作为修学任何法门的基础。各家都有其自己衍生出的方法。智顓大师主要以菩萨修禅为止观门，而南传则以声闻解脱为止观门。这在前文中已经说过，此段不在提。止是由思维而生的，正行导引思惟；可以由粗而细，也可以由细而粗，进而达到精微的境界。如《解深密经》中说：

佛告慈氏菩萨曰。善男子。如我为诸菩萨所说法假安立。所谓契经应诵记别讽诵自说因缘譬喻本事。本生方广希法论议。菩萨于此善听善受。言善通利。意善寻思。见善通达。即于如所善思惟法。独处空闲作意思惟。复即于此能思惟心。内心相续作意思惟。如是正行多安住故。起身轻安及心轻安。是名奢摩他。如是菩萨能求奢摩他。彼由获得身心轻安为所依故。即于如所善思惟法。内三摩地所行影像。观察胜解舍离心相。即于如是三摩地影像所知义中。能正思择最极思择。周遍寻思周遍伺察。若忍若乐若慧若见若观。是名毘鉢舍那。如是菩萨能善毘鉢舍那。⁵⁸

如文佛说的，止即由思维而成，思维是靠广学正见而成就的。既是闻思修发慧。由慧发观。然而这个过程依旧需要止的协助，从为到地定至非想非非想处定。都具有心一境性。由于心一境性来止息散乱的思维及顽固的执着。若不能够止息思维，假使学习再多，也不过空谈苦空妙偈，最后反而成为文字般若。中土禅师多提不立文字主要也是在破文字般若的执着。

由此因缘，可见止离不开观，观离不开止。二者缺一法不能成就。所以止观是双运等持的。而诸禅发相作为修禅的增上缘，虽然有故去的遗产帮助，但这一期生命中不好好修习解脱法，则成就艰难。

诸禅发相在止观中是双刃剑，善面可以急速成就诸禅，也可直去解脱。但不善面，却可以成为最难根治的禅障。因为它于定中发相，若观照力有所不足。便能使禅者生起增上慢心，难以拔出。所以若想能够把持住诸禅发相，则必须要具有强大的出离心及观慧支撑，这样才能在止中不生散乱，不起恶法。成就最胜解脱。

⁵⁸ 大正第16卷《解深密经·卷三》，698页上。

第三节 “十乘观法”在“诸禅发相”中的用法

如上文中所阐述的诸禅发相都是可用“十乘观法”去修的，与诸禅十种发相不同的是，“十乘观法”在修行上分为三类，随众生根性不同而所成就也各不相同，如利根人在第一观不可思议境时便能成就，中根的要修第二到第七观的时候才能成就，下根必须全部修完“十乘观法”才能成就。而在诸禅发相修持的时候可以不用按照“十乘观法”的顺序来进行修行的，十乘观法虽然并不是按次第在诸禅发相中去修持，但是却要对应去修，因为诸禅不同发相，所起因各有因缘，对治之法也各有区别，下面便逐一叙述十乘观法在下面便略说十乘观法在诸禅发相中的用法。

一、观不可思议境

就是一念具足五阴、十二入、十八界，观照这一念之心，当体即空，即假，即中，圆具三千性相，三者尽一念心，所以圆融无碍，更无文字的意解与意识的思量，这就是不思议妙境，十乘观法是以观不思议境为主，其余九乘是理观事而起到辅助作用的，

前文也已经叙述过了，十乘观法是以观不思议境为主而在修持发相上，首先应该具足观不可思议的见，即使不能够立即解了此殊胜见，但是仍然应具有此观于高空照下。智顓大师将一心三观贯彻整个十乘观法，所以从初根本禅发相到神通发相都应该具足。

不思议妙观，境观不二，全体法界，当下圆明。如能从此顿悟顿证，即可圆证佛道。若悟而未证，亦可以此悟智，扫荡无始情执，化转一切习染，逐渐消融妄习，开显功德妙用，直至圆成，也无别法可修与位次可依。这是直显实相、相应佛道的无上妙道。由此可知，能单单靠第一乘便能证悟的，实在是利根之辈，中庸之人不能当下体悟，所以只需先纠正自己的念就好了。

不可思议观最好是在观十二因缘发相生起，如前文中所说的因缘发相，观照因缘当体即空，一念具足。

二、真正发菩提心

从真正发菩提心到对治助开是属于中根之人所修法门。智顓大师在《摩诃止

观》前五卷部分皆是讲述如何发心，为何发心，可以说发心是成道的地基，只有菩提心 即发上求佛道，下化众生的大精进心，大慈悲心。如于以上观修中，既未悟证，那么肯定在因地中，带有个人私有的情见，未能大公于天下，为众生而修行，所以应圆发四宏誓愿，使心与理相应，念与智不二，直使此心同佛心，此愿合佛愿，更进而于念念之中全依佛觉而觉之，以佛念而念之。如此在发心中，悟入不发之妙发，忽然顿悟自心即佛，一切众生本自圆成，于是空一切执时，妙假顿现，慈悲付缘，应用无差，中道不立，平直无碍，因此，由发心而证入佛道。牢固的菩提心，才能在修道路上走的很远。菩提心就是即发上求佛道，下化众生的大精进心，大慈悲心。

如在诸禅发相中，凡夫之人不能悟证，最主要是在修行中，带有个人的知见，不能大公于天下。所以应该弃小向大，发起为众生而修行的广大菩提心。

最好的时候是基于特胜、通明、不净、八背舍、慈心、神通发相的时候修持，因为这个时候很容易生起大菩提心，进而发四宏誓愿，使心与发相相应，念与智不二，直使此心同佛心，此愿合佛愿，发起为利一切有情的菩提心。例举不净禅相，因为色身不净故，生起厌离心，而复观一切轮回众生也是如此不净，故生起令众生也于此轮回不净中解脱之心，如此便是基于禅相来发菩提心。

三、善巧安心

善巧安心，便是将心安住法性实相上，从次第而言，这是在菩提心之后，也是在发起菩提心后还不能证悟的进一步次第，如用显微镜在看树叶，不可思议境便是树叶，菩提心便是距离树叶一厘米可以见到树叶的结构，而到善巧安心便是进入树叶的细胞组织了。而在修习诸禅发相的时候，善巧安心最好是用于根本禅时，初入禅定不是偏昏沉就是偏于散浮，所以先通过善巧安心来对治，

当然在实际抄作上，还是要对治自己的根机及所生之境，善巧安心最重要是能够将心善巧的安住法界，而不是强硬的安住与某一处，可根据自己的需要调整修行的内容和重点，从实际出发来实践观法的。

如前文中描述的禅相发时，便可从安般念来修证，通过安心而后在禅观中惺惺寂寂，朗朗虚明，在反照时，当下顿悟实相妙体，心体明静，圆含一切。这便是善巧安心在诸禅发相时候的用法。

四、破法遍

破法遍便是用圆融三观来破三惑。三惑便是：见思、尘沙、无明三种。由于在前三种观中还不能安心入道，必然还存在这三种惑。必须以一心三观之智慧，遍破见思、尘沙、无明三惑之情执，即所谓破法遍。智者大师提出破法遍的三种办法：竖破、横破、非横非竖破。如文中：

次明破法遍者为三：一、无生门从始至终，尽其源底，竖破法遍；二、历诸法门，当门从始至终，尽其源底，横破法遍；三、横竖不二，从始至终，尽其源底，非横非竖破法遍。竖则论高，横则论广。竖来入横，无横而不高；横来入竖，无竖而不广。《法华》云：其车高广，横竖不二，则非横非竖。⁵⁹

所以破法遍必须努力破除对善恶迷悟的执著，彻底断除三惑，依一心三观证三智，成三德。在诸禅发相中，此破法遍是应对因缘发相与念佛发相而观的。在因缘发相中，了知十二缘支的实相，用一心三观所成就的三德来观照，必得成就，而念佛发相也如此，通过观佛三身，来成就破法遍观，由此来破三惑使之证悟。

五、识通塞

即识别助道和障道因缘，或护或破，以进证实相之理。这一门通惯发相十门，因为就止观大处来说，必须要知通与塞的状况，因为修的法门此刻不适合，就会出现障道的问题。

最显明的例子是不净发相，因为不净发相时让人生起厌离心，但是如果心不定，相过猛，便会出现障。由此应该了解通与塞。对机来修其它法门，使之趋入菩提涅槃。如《妙法莲华经》中的药草喻，雨润万物，应机而各自有所得。

简单的说，识通塞就是知得失，在观上也要与破法遍一同，都要通入无生法，不通无生法的话，必定成塞。如文中说：

五识通塞者。亦名知得失。亦名知字非字。如上破法遍。应通入无生。若不入者。当寻得失必滞是非。不得一向作解。何者。若同外道爱着观空智慧。宜以四句遍破。能破如所破令众塞得通。若不执观空智慧。则能破不如所破。但破塞存通。如除膜养珠破贼护将。⁶⁰

如是通塞是贯通的，贯通诸禅所发十相。如前文中所说的诸禅十相中，但有

⁵⁹ 大正第46卷《摩诃止观·卷五》，62页上。

⁶⁰ 大正第46卷《摩诃止观·卷五》，86页上。

观慧在，毕竟速往究竟解脱。而破法遍与识通塞便可生起观慧，能够通达诸法实相去观照诸禅。而禅定如车，这两观如导航，必然能趋向解脱地。

六、道品调适

即应用大乘三十七道品，一一调适自心，有用则用，无用则不用，这样便能使观智成就，而昏惑渐消，乃至清静自显，妙明湛然。对于三十七道品智顓大师分为四分：

(1) 当分：当分是指三十七道品在修习的时候，可以任意摘取，选择对自己修行有益处的方式，如修根本、特胜、通明等发相的时候，就可以用四念处来观。能用则称为当分道品。

(2) 相摄：是指在三十七道品互相摄受，虽修念处，仍摄受其他品。

(3) 约位：如念处当其位，正勤是四加行暖位，如意足是四加行顶位，五根是忍位，五力是世第一位，八正道是见谛位，七觉支是修道位，这就是约位。

(4) 相生

相生者，如修念处，能生正勤，正勤能发起如意足，如意足可以生五根，五根生五力，五力生七觉，七觉入八正，是为善巧调适，戒定慧等，皆名为正。清静心常一则能见短期，是为相生，亦是调适。

在三十七道品中当分、相摄，约位三种分别是依道品的当其自分、互相含摄以及所证位次而说，都没有调停道品，令其适当的意思。只有道品在修习上互连带起，才含有善巧调停的意义。

七、对治助开

对治助开就是用方便法门对治障难，助开圆理。在用功过程中，如产生种种道障的因缘，如烦恼业报等，使自己无法开启实相正理，就应当运用各种对治的法门来排除事障，比如用六度对治六蔽。

而在前文中第二真正发菩提心到第六道品调适为入理之常规，是修习十乘观法者循序渐进的过程。唯有第七对治助开一法，是以三十七道品对治惑业，助开妙理，无论利根钝根，皆可对破遮障，得大解脱。

而在修习诸禅发相的时候，对治法门是极为重要的，比如前文中所描述诸禅发相的时候，应该生起何种心，如何对治，皆是属于对治助开一门的。如慳贪，用布施而使不生，属于对治法门。

八、知次位

知次位是知道自己现在所修在何位，或在初禅、或者四禅，如此禅位了了分明，如果这时不知自己所处的修证地位，就会以凡滥圣，未得以为得，未证以为证，产生增上慢的通病，反而丧失已修的功德。

而在《摩诃止观》中对于知次位阐述的比较清楚，如初禅需要具足五支等。而若说果位的话，在诸禅发相中并未细说，所以在诸禅发相中应当了解禅位次第就是了。

九、能安忍

能安忍又被称为安忍成就，就是不为逆缘与顺缘所扰，安心于道，不起动摇。在前知次位中，晓知自身所证所得，安忍内外荣辱，若能再安忍烦恼业等内生的逆缘，便能够对外转障开慧，对内破宿障，最后能于安住必定成就，但是忍确实是很难具足的，如文中所引大品中文：

大品云。無量人發菩提心多墮二乘地。為辦大事彌須安忍。若得此意不須九境。若未了者當更廣明。⁶¹

如此可知，此安忍若想成就也并不容易，在诸禅发相中，最多所用便是能安忍了，因为过去诸禅发相会产生很多令人贪着的东西，比如前文中所说的念佛发相，佛陀相好现在与前，岂能不起动摇。由此种种如前文中说。所以安忍观在诸禅发相中所用最广。

十、离法爱

离法爱是指已经完成前九种观法了，破除内外二障，住六根清净位。这时候如果贪爱这十信相似位的功德，不思进取，称之为顶堕。虽然不会堕落到凡夫二乘位，但是也不能究竟成就佛果。如此应该不执着十信位，也就不产生法爱。只有这样才能契入中道实相，妙证无生，使自心进趣到十住乃至等妙二觉之位。

而在诸禅发相中，唯有修持到了最后才会产生法爱，所以诸禅发相除了最后神通发相外其余皆会面对这一问题。由此应该将菩萨六度从初学禅法时便贯彻生命之中。生起坚固菩提心。如此方能成就佛果。

⁶¹ 大正第46卷《摩诃止观·卷七》，99页下。

结 论

以上通过对《摩诃止观》诸禅发相的分析，可见智顓大师所提倡的禅修方法是大乘菩萨所修对治来直奔如来究竟处，而非二乘行者。对于二乘行者位，只不过是方便开演而已。

在近年来修禅盛行的时候，汉传佛教禅宗所保持的究竟的修禅系统并不如南传兴盛。其原因也在于汉传禅师固守究竟味，不倡小方便所造成的，从研究诸禅发相中来看，汉地禅法精妙绝伦，将大乘禅味开演的淋漓尽致，修持条理甚为严谨，并非只知道不立文字，参参话头。

如今南传禅法兴盛，主要借由南传行者广演修习次第所造成，而汉地禅法为古文所记述，鉴于时代变化，社会学科的关系，今时学人能读懂的并不太多，而能读懂的并能如法修持禅定的又不太多，能如法修禅的人能证得禅味的人又不太多。能证禅味并宣说修法的人尤为稀少。如此原因使得汉地禅法虽胜不宏。

所以本文的研究也目的在于，能够解析天台止观次第，通过诸禅发相，来体会智顓大师所提出的圆融法味，并能发起大菩提心，利益一切有情。弘扬大乘禅法。

参考文献

《摩诃止观》智顛述，灌顶记，南京：金陵刻经处，2008。大正第 46 册。

《释禅波罗蜜次第法门》智顛述，法慎记，台南，祥光彩色制版社，1988。

《楞严经》，上海：上海古籍出版社，1991。

《菩萨地持经》，昙无讖译，大正新修大藏经第 30 册，No.1581，台北：新文丰出版公司，1983。

《佛说长阿含经》，释僧肇述，大正新修大藏经第 1 册，No.0001，台北：新文丰出版公司，1983。

《法界次第初门》，智顛著，大正新修大藏经第 46 册，No.1925，台北：新文丰出版公司，1983。

《光赞经》，法护译，大正新修大藏经第 8 册，No.0222，台北：新文丰出版公司，1983。

《五方便念佛门》，智顛著，大正新修大藏经第 47 册，No.1962，台北：新文丰出版公司，1983。

《大般涅槃经》，昙无讖译，大正新修大藏经第 12 册，No.0374，台北：新文丰出版公司，1983。

《大乘义章》，释慧远著，大正新修大藏经第 44 册，No.1851，台北：新文丰出版公司，1983。

《摩诃般若波罗蜜经》，鸠摩罗什译，大正新修大藏经第 8 册，No.0223，

台北：新文丰出版公司，1983。

《维摩经略疏》，释湛然著，大正新修大藏经第 38 册，No.1778，台北：新文丰出版公司，1983。

《维摩诘所说经》，支谦译，大正新修大藏经第 14 册，No.0474，台北：新文丰出版公司，1983。

《妙法莲华经》河北，河北省佛教协会中国佛教网印经处，2005。

《解深密经》，玄奘译，大正新修大藏经第 16 册，No.0676，台北：新文丰出版公司，1983。

龙树菩萨造，鸠摩罗什译，《中论》，大正新修大藏经第 30 册，No.1564，台北：新文丰出版公司，1983。

龙树菩萨造，鸠摩罗什译，《大智度论》，大正新修大藏经第 25 册，No.1509，台北：新文丰出版公司，1983。

玄应译，《阿毗昙毗婆沙论》，大正新修大藏经第 57 册，No.1163，台北：新文丰出版公司，1983。

智顓述，《四念处》，大正新修大藏经第 46 册，No.1918，台北：新文丰出版公司，1983。

智顓述，《观心论》，大正新修大藏经第 46 册，No.1920，台北：新文丰出版公司，1983。

释如戒，《天台智顓〈摩诃止观〉所引用典籍笱记》台中，昱盛印刷事业公司

黄忏华，《佛教各宗大意》，扬州，广陵书社，2009

李志夫，《摩诃止观之研究》（下），法鼓文化事业股份有限公司，2001

吴汝钧，《天台智顓的心灵哲学》，台湾：台湾商务，1999。

王雷泉,《摩诃止观释译》。高雄:佛光出版社,1997。

潘桂明,《智顛评传》,南京:南京大学出版社,1996。

丁福保,《佛学大辞典》,台北:天华出版事业股份有限公司,1993。

佛光山宗务委员会,《佛光大辞典》,台北:佛光文化事业有限公司,2000。

汤用彤《隋唐佛教史稿》大学出版社,武汉,2008。

程群《〈摩诃止观〉修道次第解读》上海:上海古籍出版社,2008。

新田雅章着,涂玉盞译《天台哲学入门》台北东大图书股份有限公司,2003。

佐藤哲英著,释依观译《天台大师之研究》台北,中华佛教文献撰社,2005。

期刊

Huang, Xia-nian. “Tian Tai Research in the 20th Century” Wuhan. 黄夏年.
“20 世纪天台佛教研究” [武汉]社会科学动态, 2000 年第 10 期 9-15 页
<http://www.chinawts.com/list/budedu5/091144262.htm>。

王小明,《〈五方便念佛门〉解读——智顛净土思想之研究(二)》,《法音》,2000
年第 10 期, <http://www.chinabuddhism.com.cn/yj/2012-10-29/1699.html>。