

## 智者大師早期止觀架構之基礎—— 以《釋禪波羅蜜次第禪門》中的「四禪」為中心

王惠昕

國立雲林科技大學漢學所助理教授

〔提要〕在學界對早期中國佛教禪修史的研究中，《釋禪波羅蜜次第禪門》（以下簡稱《次第禪門》）是一部極具參考價值但卻常被忽略之資料。雖然太虛大師在很早就指出《次第禪門》為集漢末至魏晉南北朝禪法之大成者，然而對於《次第禪門》之體系性研究，目前為數仍不多。因此在本文中，我將詳細分析智者大師的第一部著作：《次第禪門》中之架構及體系。智者大師在《次第禪門》中對「四禪」之詳細討論，不但顯出六世紀後期天台早期禪修之特性，而且在《次第禪門》中，智者大師常論述其當代禪師對於各種禪修法門之不同意見，因此《次第禪門》為研究早期天台止觀史及中國早期禪修史之珍貴史料。

〔關鍵字〕《釋禪波羅蜜次第禪門》、四禪、四無量心、十六特勝

太虛大師在〈中國佛教之特質在禪〉中，將中國定學的發展，分為數個時期，而將禪宗之前的中國禪稱為「依教修心禪」。總結魏晉南北朝這一時期禪修，亦即「依教修心禪」之集大成者，即是智者大師的《釋禪波羅蜜次第禪門》（以下簡稱為《次第禪門》）。<sup>1</sup> 近年對於中國早期禪法的研究中，最有貢獻及最具代表性的當推冉雲華先生據僧傳及敦煌典籍所作之研究。在其〈中國早期禪法的流傳和特點〉中，冉雲華依據慧皎的《高僧傳》與道宣的《續高僧傳》，並輔以禪經而的研究，對南北朝禪修的流傳作了一相當詳實而層次分明的縱論。<sup>2</sup> 從五世紀後期到第七世紀初，禪法開始在中國各處流傳之際，天台禪法獨盛江南，成為當時四個重要禪法流派之一。<sup>3</sup> 因此智者大師講述的第一部著作——《次第禪門》之重要性似乎是無庸置疑的，<sup>4</sup> 然而綜觀近代有關早期禪學及早期天台止觀之研究，卻有一個共同的特點，即是鮮少注意到智者大師的《次第禪門》。雖然日本天台學者已提出一些關於《次第禪門》之研究專著，然而在這些著作中所提出許多重要問題，尚有分析不夠深入之處，實有待進一步澄清。因此本文擬詳細分析這部較為學界所忽略但卻極為重要的典籍，藉由勾勒出《次第禪門》中禪法的架構，來釐清智者大師早期止觀之基礎，及早期中國禪修之特性。

學者們之所以對《次第禪門》如此忽略，乃因為很多學者皆持有下列二種看法：第一：在《次第禪門》中，智者大師將禪法分為：「世間禪」、「亦世間亦出世間禪」、「出世間禪」、和「非世間非出世間禪」等四大類。目前有許多天台學者認為智者大師在討論「世間禪」與「出世間禪」

<sup>1</sup> 見太虛大師，〈中國佛教之特質在禪〉，收於張曼濤編，《現代佛教學術叢刊—禪學論文集》，5-6頁。

<sup>2</sup> 見冉雲華〈中國早期禪法的流傳和特點〉，11-15頁。依據《高僧傳》慧皎的《高僧傳》與道宣的《續高僧傳》，冉雲華認為早期禪經的傳譯以安世高至法護為一時期，安世高在公元一四八至一七〇年間譯介了「小乘」禪法的經典，及竺法護又在第三世紀中葉，譯出大乘禪經。中華早期禪法至佛馱跋陀（359-429）而較為廣傳，佛馱跋陀譯共傳四代弟子。

<sup>3</sup> 道宣提到流行於五至七世紀的四個流派的禪法為：北齊僧稠（480-560）和北周僧實的（476-563）所傳的「念處」一系禪法；菩提達磨在江、洛之間所傳的「壁觀」；慧思和智顛的天台止觀；慧瓚（536-607）在北方晉趙地區所傳的頭陀行。詳見冉雲華，頁23-38。

<sup>4</sup> 見《智者大師別傳》。有關智者大師著作之詳細討論見安藤俊雄（日文版：頁439-440，中文版：523-524）及佐藤哲英《天台大師の研究》，頁103-127頁。

這二部分時，只是大量參考《大智度論》，因此研究價值不高。<sup>5</sup> 第二：有許多天台學者皆認為《摩訶止觀》為智者大師的圓熟之作，而《次第禪門》則為大師早年著作，因此向來即有重《摩訶止觀》而輕《次第禪門》之趨勢。

實則將《摩訶止觀》視為智者大師的圓熟之作，而輕智者大師早年所作的《次第禪門》的看法中含有一種預設，即將天台止觀視為是一種哲理思想，而非實際觀行，因而最後發展成的圓熟思想當然較為重要。然而若將天台禪修不單視為哲思的發展，而且亦視為「實際觀行之進路」，則必然應考慮到智者大師針對學習者之程度與根性所作之論述，和止觀基礎的建立等課題。

而另一種看法，即因《次第禪門》中，智者大師大量引用《大智度論》，故認為其研究價值不高之看法，筆者以為：《次第禪門》中卻有較大量引用《大智度論》的部份，然而若仔細加以比較及分析，正可看出智者大師對《大智度論》之詮釋及其將《大智度論》中禪法付諸實修之方式。

另外在灌頂所著的《隋天台智者大師別傳》中，有一段敘述值得我們注意。

...又常在高座云：「若說《次第禪門》，一年一遍，若著章疏可五十卷，若說《法華玄義》并圓頓止觀，半年各一遍，若著章疏各三十卷。...」<sup>6</sup>

若果真如現代學者觀點，《摩訶止觀》為智者大師的最重要的圓熟之作，何以智者大師在已完成《法華玄義》及《摩訶止觀》的晚年，仍會認為需以講述《摩訶止觀》兩倍的時間和篇幅來解說其早年所作，而且長度只有《摩訶止觀》一半的《次第禪門》呢？透過以上省思，我們是否應重新評估作為一種昇進及解脫法門的天台止觀中，「止觀基礎之建立」和「修行止觀證驗之進路」等課題之重要性呢？因此本文試由分析《次第禪門》原文，討論智者大師如何以「四禪」作為其早期禪修體系之基礎，來建立其菩薩禪波羅蜜之進路。

## 壹. 「禪波羅蜜」之「禪」即指「四禪」

### 1-1. 「禪」即「四禪」

《次第禪門》的第一至第五章乃在綜論禪波羅蜜之大意、釋名、詮次等重要面向。直到第六章才真正開始討論禪修細節。在《次第禪門》的〈釋禪波羅蜜名第二〉章中，智者大師即明確地指出「禪」即「四禪」，亦即是凡夫外道及二乘菩薩和諸佛所共得的禪定。

「禪」一字，凡夫外道，二乘菩薩，諸佛所得禪定，通得名「禪」。故名為共。……復次「禪」名「四禪」。凡夫外道，二乘菩薩諸佛，同得此定，故名為共。<sup>7</sup>

此外，智者大師亦引《大智度論》來說明何以以禪來攝一切禪定修法。

如《摩訶衍論》中云：「問曰：背捨、勝處、一切處等，何故不名波羅蜜，獨稱「禪」為波羅蜜？」

答曰：「禪」最大如王，言「禪」波羅蜜者，一切皆攝。

<sup>5</sup> 見關口真大《天台小止觀の研究》，頁43-44。

<sup>6</sup> 見《智者大師別傳》，大正藏五十冊，197頁。此外《次第禪門》序中，亦引述別傳中的這段話，見大正藏四十六冊，475頁上。

<sup>7</sup> 大正藏四十六冊，477頁中及477頁下。底線為筆者所加。智者大師同時也指出：「不共名者，波羅蜜三字，名到彼岸，此但據菩薩諸佛故。《摩訶衍論》云：禪在菩薩心中，名波羅蜜，是名不共。」（大正藏四十六冊，477頁中。）

是四禪中，有八背捨、八勝處、十一切處、四無量心、五神通、練禪、自在定、十四變化心、無諍三昧、願智頂禪、首楞嚴等諸三昧，百則有八。諸佛不動等百則二十，皆在「禪」中。若諸佛成道轉法輪入涅槃，所有勝妙功德，悉在「禪」中。

說「禪」則攝一切，若說余定則有所不攝，故「禪」名波羅蜜。

智者大師更進一步引述《大智度論》，再次肯定四禪之重要性。

復次「四禪」中智定等，故說波羅蜜。

未到地中間禪，智多而定少。

四無色定多而智少。

如車輪一強一弱，則不任載。

「四禪」智定等，故說波羅蜜。<sup>8</sup>

此段引文中，值得我們注意的是：在數百年後惠能的《六祖法寶壇經》中，說定慧不二之時，「定」及「慧」之內涵及定義與《次第禪門》中此處所說的「定」與「慧」可能已有相當差距。然而以「定慧等」作為禪修理想之概念，早在《大智度論》中就已出現，且智者大師也因「四禪」具有「定慧等」之特性，而強調應以「四禪」來統攝一切禪法。

## 1-2. 以「無漏四禪」總攝一切禪法

若是「四禪」可含攝其他禪法，則為何還需修其他禪法？此種疑問，在智者大師的弟子中，即已有人提出：

若以論說，今得四禪者，亦應悉得「四無量」等諸禪定否？

智者大師的回答如下：

答曰：此依義而說。若「無漏四禪」中說，有「四無量心」則於義無過。何以故？無漏禪中具諸觀行法門故。

若有漏根本禪，說者當之乳中說酪耳。<sup>9</sup>

此一思想與《大智度論》之說法有所不同。在《大智度論》中，乃是以「四禪」而非「無漏四禪」來包含一切禪法。在〈釋初品中四無量義〉中，提到：

問曰：「四禪中已有四無量心乃至十一切處，今何以故別說？」

答曰：「雖四禪中皆有，是法若不別說名字，則不知其功德。譬如囊中寶物，不開出則人不知。

若欲得大福德者，為說四無量心。

患厭色如在牢獄，為說四無色定。

於緣中不能得自在隨意觀所緣，為說八勝處。

若有遮道不得通達，為說八背捨。

心不調柔不能從禪起次第入禪，為說九次第定。

不能得一切緣遍照隨意得解，為說十一切處。<sup>10</sup>

<sup>8</sup> 大正藏四十六冊，478 頁中。此段乃引述《大智度論》，大正藏二十五冊，185 頁中。

<sup>9</sup> 大正藏四十六冊，516 頁下。

<sup>10</sup> 大正藏二十五冊，208 頁下。底線為筆者所加。

而且在《大智度論》中，提到「無漏四禪」之處，並未明確提到「無漏四禪」包含各種禪法。如在《大智度論》〈釋初品中禪波羅蜜第二十八〉中提到：

是諸禪定禪定有二種，若有漏若無漏，有漏即是凡夫所行如上說，無漏是十六聖行，若有漏道，依上地邊離下地欲，若無漏道，離自地欲及上地。<sup>11</sup>

另外在《大智度論》〈釋初品中三三昧義第三十二〉中，又提到：

四禪有二種，一者淨禪，二者無漏禪。云何名淨禪？有漏善五眾是。云何名無漏？無漏五眾。

若智者大師以「無漏四禪」攝一切禪法之思想出處並非《大智度論》，則其經論依據為何？檢閱大藏經中諸經論，「無漏四禪」的討論最常見於阿毘達磨論典。如在《眾事分阿毘曇論卷第十》中即提到：

問：「禪幾有漏？幾無漏？」答：「一切應分別。禪或有漏、或無漏。云何有漏？謂禪所攝有漏五陰。云何無漏？謂禪所攝無漏五陰。一切是有為，若有漏，彼有報。若無漏，彼無報。一切從因緣生世所攝。」<sup>12</sup>

此外，在《阿毘曇八捷度論卷第二十七》<sup>13</sup>、《尊婆須蜜菩薩所集論卷第八》、

《阿毘曇心論經卷第五》等論典中皆有提到。此外，在淨影慧遠所著的《大乘義章》卷第十三中，慧遠也曾加以討論。<sup>14</sup> 在慧思大師之《諸法無諍三昧法門》卷下的〈法念處品〉中，慧思也僅以「世間善法」及「出世間善法」來分別「有漏四禪」及「無漏四禪」。<sup>15</sup>

然而上述論典中，皆未見有如大師所說之以「無漏四禪」統攝一切禪法，而以「有漏四禪」指一般普通四禪之說法。此段可能是智者大師自己的引伸及發揮，所以智者大師以「此依義而說」的方式來回答此一問題，而未引證其他經論。

由上述討論，可清楚看出在《次第禪門》中，智者大師不但明確地定義「禪」即為「四禪」，並且認為就意涵上來說，「無漏四禪」包含了一切的禪法。因此，以下筆者將分析《次第禪門》的第六章和第七章中的前方便及各種禪法，以期進一步界定「四禪」在智者大師早期止觀架構中有何重要性。

## 貳. 《次第禪門》中之「前方便」及各禪法與「四禪」間之關係

日本學者坂本広博曾在〈天台於ける四禪〉一文中，列出《次第禪門》中諸禪相之位次。<sup>16</sup> 然而坂本広博在其研究中，並未討論「前方便」及「四無量心」之位次，且亦未詳論諸禪法位次之意義，因此以下我將詳細分析《次第禪門》中諸禪法與「四禪」之關係。

<sup>11</sup> 大正藏二十五冊，186頁下。類似敘述亦見於《甘露味論》，大正藏二十八冊，976頁中至977頁上。

<sup>12</sup> 尊者世友造，宋天竺三藏求那跋陀羅共菩提耶舍譯，《眾事分阿毘曇論卷第十》，大正藏二十六冊，674頁下。

<sup>13</sup> 迦旃延子造，符秦罽賓三藏僧伽提婆共竺佛念等譯《阿毘曇八捷度論卷第二十七》，大正藏二十六冊，893頁下。

<sup>14</sup> 大正藏四十四冊，717頁下。

<sup>15</sup> 大正藏四十六冊，638頁中。

<sup>16</sup> 見坂本広博〈天台於四禪〉，《印度學仏教学研究》61(31-1), 1982, 頁260。

## 2-1. 前方便

在《次第禪門》中，智者大師以長達三卷的篇幅來討論修行之「前方便」，可見「前方便」具有相當的重要性。在《大正藏》《釋禪波羅蜜次第禪門卷第二·分別禪波羅蜜前方便第六之一》之標題下，有記錄或編定現存《次第禪門》者以較小字體所做註解，說明「外方便」之功用，乃在調伏欲界的動亂羸心。

今之一卷正釋外方便，是中明調伏欲界羸心，淺近方便。行者想不，便疑一向攝事淺近。說易行難，豈得即論諸深方便也？至下釋第七大段修證中有十二卷，乃當隨禪事理深淺，約證位之前，節節名行行、慧行二種善巧用心之相。<sup>17</sup>

另外在《釋禪波羅蜜次第禪門卷第三之上·分別禪波羅蜜前方便第六之二》即〈內方便〉章之標題下，亦有同樣以較小字體所做註解：

從此有兩卷，並明內方便。今之一卷正釋因，止發內外善根，是中明事理諸禪，三昧善根發，通約初禪。初境界罔像而辨止，表行人習因善根不同，故於初證之時，發禪有異。若論初禪已後，發事理諸禪三明深妙境界，並在第七大段修證中廣明此文。<sup>18</sup>

由以上二章節之前的縱論性註解中，可見智者大師之弟子皆習於以四禪之位次，來分別內外方便修法之位次。由於一進入「四禪」，即已離開欲界，因此「外方便」被視為是調伏「欲界羸心」之法。而「內方便」中，因修「三種止」所發得之善根，則有「報得」與「修得」的二種可能性，且會因行者往昔所修禪法不同，而有不同發相。然而無論其發相為何，總而論之，其位階皆約相當於「四禪」中的「初禪」，所以被稱為「內方便」。

此點在智者大師《次第禪門》的正文中對「善根發相」的解說，亦有說明：

因止發十五門禪相，並悉約初禪。<sup>19</sup>

由以上所引的註記及智者大師本人的講說內容看來，自〈內方便〉章開始，智者大師本人及記錄或註記者，即已很有意識地作此種次第性之分別。因此「前方便」被分為「外方便」及「內方便」之原因及意義即在於：「外方便」乃指「定」外用心之法，而「內方便」指「定」內用心之修止法。<sup>20</sup> 而此處之「定」即指「四禪」中的「初禪」而言。

在「前方便」中，以「內」與「外」的概念來代表分別「初禪」以內及以外的心態的論述，尚有「外善根」與「內善根」。「內方便」的修習方法即為三種止門，而在證止之際，行人既能善修止門，息諸亂想，則其心澄靜，以心靜故，宿世善根自然開發。若無善者，則發諸惡。…止為初門，善惡二事之中，必有其一。

其中善根又分為「外善根」與「內善根」。「外善根」指過去或今生在「散心」中所修善行。而「內善根」指以前所修禪現行。通常行人要已能善修如上所討論的三止後，達到身心的調和，並已發於欲界及未到地等諸禪，感受到身心「湛然空寂，定心安隱」之後，並經過由一坐甚至可能至一個月或一年的持續定心不退，方能有以下各種善根現起。

由於智者大師所描述之善根發相種類相當多，以下筆者將智者大師所列發相之善根內容，依大

<sup>17</sup> 大正藏四十六冊，483 頁下。

<sup>18</sup> 大正藏四十六冊，491 頁中。

<sup>19</sup> 大正藏四十六冊，496 頁中。

<sup>20</sup> 大正藏四十六冊，483 頁下。

師所採取的「五門禪」的分類法，並依其將每門各再分為三門的方式，簡要列表如下，<sup>21</sup>

(表一：「內方便」中約當「初禪」之善根發相之種類)

五門禪	一門開為三	發相所見	所發相為
阿 那 波 那 門	數息善根	於定中心，忽覺身心運動，八觸次第而起	根本初禪善根
	隨息善根	於未到靜心中，忽覺息出入長短，及遍身毛孔虛疏，即以心明見於身內三十六物，猶如開倉見穀粟麻苳等，心大驚喜，寂靜安快。	十六特勝善根
	觀息善根	於未到靜心中，忽見自身氣息，從毛孔出入，遍身無礙，漸漸明利，如羅穀中見皮重數，乃至骨肉等，亦如是。亦見身內八萬戶蟲，羸細長短，言語音聲，定心喜樂，倍於上說，或見自身猶如芭蕉聚沫雲影相等。	通明觀善根
不 淨 觀 門	九想善根	於欲界未到靜定心中，忽然見他男女死屍絳脹，爾時其心驚悟，自傷往昔，昏迷厭患，所愛五欲，永不親近，或見青淤、血塗、濃爛，啖殘狼籍，白骨散壞等相。	九想善根
	背捨善根	於未到靜心中，忽見內身不淨，絳脹狼籍，或見自身白骨，從頭至足，節節相拄，乃至骨人光明顯耀，定心安隱，厭患五欲，不著人我。	背捨善根
	大不淨觀	於未到定心中，見於內身及外身，一切飛禽走獸，衣服飲食，山林樹林，皆悉不淨，或見一家一聚落，一國土，乃至十方皆悉不淨，或見白骨，乃至見自身白骨，光明顯耀。	大不淨觀勝處善根發相
慈 心 門	眾生緣慈	於欲界未到靜心中，忽然發心，慈念眾生，先緣親人得樂之相，因發定，安隱快樂，乃至中人怨人，悉見得樂，無瞋無恨，無怨無惱，廣大無量，遍滿十方	眾生緣慈 (悲、喜、捨)
	法緣慈	於欲界未到靜心中，忽然自覺一切內外，但有因入法，起唯法起，滅唯法滅，不見眾生及我我所，但有五陰，於受陰中，有樂受，如是知己，及緣此樂受，發於慈定，無瞋無恨，無怨無惱，廣大無量，遍滿十方	法緣慈 (悲、喜、捨)
	無緣慈	於欲界未到定心中，忽然覺悟，一切諸法非有非無，不見二邊，所謂若眾生，非眾生，若法非法，皆不可得，則無所緣，以無緣故，顛倒想息，寂然安樂，心與慈定相應，等觀一切，同此安樂，無瞋無恨，無怨無惱，廣大無量，遍滿十方	無緣慈善根發相
因	三世十二緣	於欲界未到定心中，忽然覺悟，心生推尋，三世過去，無明以來，不見我人無明等法，不斷不常，能破六十二種諸邪見網。心得正定，安隱寂然，觀慧分明，通達無礙，身口清淨，正行成就。	三世十二因緣觀 慧善根成就

<sup>21</sup> 即「阿那波那門」、「不淨觀門」、「慈心門」、「因緣門」、「念佛三昧門」等五類法門。亦即所謂的「五停心觀」。以下內容見《大正藏》四十六冊，495-496頁。

緣門	果報十二緣	於欲界未到定心中，忽覺心識明利，即自尋思，我初生時，攬父母身分，以為己有，名歌羅邏，歌羅邏時，名曰無明，因緣則有行識乃至老死，名為十二因緣，若歌羅邏時，但有三事，合和無人無我，三事不實，今無明等十二因緣諸法，竟何所依，若不見無明等諸法，定是有者，豈是無邪？如是念時，破有無二見，歸心正道，正定相應，慧解開發，離諸邪行。	果報十二緣觀智善相開發
	一念十二緣	於欲界未到定心中，忽然自覺，剎那之心，無人無我，性本無實，所以者何？一念起時，必藉因緣，言因緣者，即具十二因緣，緣無自性，一念豈有定實？若不得一念之實，即破世性邪執，心與正定相應，智慧開發猶如湧泉，身口清淨，離諸邪行。	一念十二因緣善根發相
念佛三昧門	念應佛	於欲界未到靜定心中，忽然憶念佛之功德，即作事念，如來往昔阿僧祇劫中，為一切眾生故，備行六波羅蜜，一切功德智慧故，身有相好光明，心有智慧圓照，降伏魔怨，無師自悟，自覺覺他，轉正法輪，普度一切，乃至入涅槃後，舍利經教，廣益眾生，如是等功德，無量無邊，作是念時，即敬愛心生，三昧開發，入定安樂。或於定中見佛身相，善心開發，或聞佛說法，心淨信解，如是等勝善境界非一。	念應佛善根發相
	念報佛	於欲界未到靜細心中，忽然憶念十方諸佛真實圓滿果報之身，湛然常住，色心清淨，微妙寂滅，功德智慧，充滿法界，不生不滅，無作無為，豈有王宮之生，亦非雙樹之滅，為化眾生十方佛土，普應生滅，如是等功德無量無邊，不可思議，作是念時，心定安隱，三昧開發，慧解分明。或作定中，見不可思議佛法境界，即便生出無量願行。無量功德，無量智慧，三昧法門。	念報佛善根發相
	念法佛	於欲界未到靜定心中，忽然憶念十方諸佛法身實相，猶如虛空，即便覺悟一切諸法，本自不生，今則無滅，非有非無，非來非去，非增非減，非境非智，非因非果，非常非斷，非縛非脫，非生死非涅槃，湛然清淨，有佛無佛，相性常然，眾生諸佛，同一實相者，即是法身佛，故《小品經》云：諸法如實相，諸法如實，即是佛，離是之外，更無別佛，如是念時，三昧現前，實慧開發，即時通達無量法門，寂然不動，一切不可思議境界，皆現定中成就之相。	念法佛善根發相

以「五門禪」來通攝一切諸禪，似乎出於羅什，但在羅什所譯禪經中並不見如智者大師所描述善根發相之證相。<sup>22</sup>在此智者大師對於各種禪法達到初禪時之發相的極詳細的說明，實為《次第禪門》第七章〈釋禪波羅蜜修證〉中各禪法之證相之縮影。惟在第七章〈釋禪波羅蜜修證〉中，對於修法及證相之體系更具全面性及完整性。因而在《次第禪門》中形成一首尾對應，極為完整之禪修體系。然而值得注意的是：由於「念佛三昧」部份，應屬第七章〈釋禪波羅蜜修證〉中尚未討論到的「非世間亦非出世間禪法」。因此在《次第禪門》中，「內方便」的「念佛三昧善根發相」為智

<sup>22</sup> 在冉雲華〈中國早期禪法的流傳和特點〉中，提到雖然羅什譯出許多禪經，然而慧皎在《高僧傳·習禪篇》中卻不提羅什，且慧遠、慧觀對羅什禪法及傳承皆有所批判。見冉雲華〈中國早期禪法的流傳和特點〉，頁15-17。

者大師對「念佛三昧」唯一的討論。

## 2-2. 智者大師對於「四禪」修法的討論

〈釋禪波羅蜜修證七之一〉四禪章共分三部分：〈第一釋名〉為「四禪」不同名稱之討論，〈第二明修習〉談智者大師本人修法，並評論當代其他禪師之修法。〈第三明證相〉則依個人經驗講解證相及禪支。

在《大智度論》中，對於「四禪」的專章討論可見於卷二十〈釋禪波羅蜜及三三昧〉中。《大智度論》〈四禪〉章可分為兩部分。第一部份為以阿毘達磨論證方式提出的關於四禪之十四個論門，第二部分則是有關菩薩修禪波羅蜜之問答。<sup>23</sup> 與大智度論二十卷中所討論之「四禪」比較，智者大師在《次第禪門》中對四禪的討論略去了與阿毘達磨相關之十四門論門，而增加了當時不同派別之修法及智者大師個人的評論，還有許多與四禪證相及禪支相關之討論。

有關四禪修法方面，智者大師乃教導弟子以安那般那法，即《大安般守意經》中所敘述的數、隨、止、觀、還、淨等六種方法來修成初禪。再以「厭下苦塵障，攀上勝妙出」之「六行」來進至二、三、四禪。智者大師引用的主要經典為《大安般守意經》。智者大師對於《大安般守意經》的引用及討論，有幾點值得討論之處：

第一：智者大師並未將《大安般守意經》視為小乘禪法經典

雖然安世高所譯的《大安般守意經》常被視為「小乘」經典，然而在智者大師的《次第禪門》中，不但未見此種評論，而且盛讚安般修法為「三世諸佛入道初門」，並舉《瑞應經》中釋迦修行之例，和提婆菩薩所說：「佛說甘露門，名阿那波那，於諸法門中，第一安隱道。」及西國法師以此法為學道之初為例，來說明：「若四依大士，六通菩薩，說法度人，此為首唱，豈非入道初門？」<sup>24</sup> 可見其將由印度和中亞傳來的禪法皆視為「大乘」法門。智者大師這種看法，是否為六世紀中國佛教徒普遍所持之態度呢？依周伯勤教授之研究指出，在六世紀初期僧佑所編的《出三藏記集》中，將安世高所譯的有部禪數經典皆列入「大乘」經典中，因而反映出六世紀中國佛教徒之大乘小乘觀。<sup>25</sup> 而仔細檢視《次第禪門》的體系，智者大師不但未將安世高的禪法斥為小乘，更在《次第禪門》卷九中詳細討論「出世禪法」。雖在〈明禪波羅蜜門第三〉中提到：「出世間禪門，亦名滅法攝心，一往據二乘禪門」<sup>26</sup>，但毫無疑問的，智者大師將「出世間禪門」視為菩薩「禪波羅蜜」的一部份，且綜觀《次第禪門》全文中，智者大師皆未曾以貶抑之態度來討論「出世間禪法」，顯然智者大師的看法與一般看法不同，而將「出世禪法」為「禪波羅蜜」重要的一環。考其思想依據，可追溯至《次第禪門》卷一的〈修禪波羅蜜門大意第一〉中所討論的發心問題。智者大師只以發心正確與否來作為是否能入「禪波羅蜜法門」之標準，而未以禪法來作為分別「禪波羅蜜」之準繩。<sup>27</sup>

第二、在由安世高譯出《大安般守意經》（142 A.D.）至智者大師講授《次第禪門》（571 A.D.）的四百多年間，安般修法或由於不同西國禪師之傳承不同，或由於其在中國之發展，已發展出多種

<sup>23</sup> 有關第一部份關於四禪之十四個論門部分，莊昆木已有詳細研究，見莊昆木，〈「大智度論」禪定學初探〉，頁 208-214。

<sup>24</sup> 見大正藏四十六冊，509 頁中。

<sup>25</sup> 見周伯勤，〈早期中國佛教的大乘小乘觀〉，《文史哲學報》38(1990)，頁 256-257。

<sup>26</sup> 見大正藏四十六冊，479 頁中。

<sup>27</sup> 見大正藏四十六冊，476 頁上至中。



不同的修習法。因為在《大安般守意經》中，安般守意經僅提出應數入息。

數息所以先數入者，外有七惡，內有三惡，用少不能勝多，故先數入也。<sup>28</sup>

然而在《次第禪門》，智者大師提到可修成「四禪」之安般法就有四、五家之多：（1）數出息、（2）數入息、（3）數入出息無在，但取所便、及（4）依四時用數者四家。<sup>29</sup> 可見當時安般修法之盛。智者大師乃兼採前三師之法皆可用，惟警告弟子不可入出息皆數，以免引發禪病。<sup>30</sup>

第三，智者大師的四禪修法與《大安般守意經》不同之處在於智者大師將其中修法分為「息」與「心」兩個面向來討論，並給予同等的重視，呈現出一種「身」與「心」並重的禪法。洪修平在《禪宗思想的形成與發展》中指出：在中國禪學的發展中，「心」的地位日益突出。由康僧會「明心」、至僧稠「修心」、和僧實「調心」，皆顯出此一趨向。<sup>31</sup> 與智者大師同時的禪師，亦有許多是以「心」為重點來行禪的。如以「融心」、「覓心」、及「踏心」等禪法聞名之九師。<sup>32</sup> 相對於中國禪修對「心」逐漸重視的發展潮流，智者大師不但在〈禪波羅蜜門前方便第六〉中，特別重視飲食、生活作息之調整、且在「四禪」的修法和證相中，時常強調「身」的反應在禪修中佔有相當重要之角色，常被作來禪修進退與否之指標。

在證相方面，智者大師討論了許多達到四禪時所會發生之身心反應，詳見本人博士論文及相關研究，在此則不再贅述。<sup>33</sup>

## 2-3. 「四無量心」與「四禪」之關係

〈釋禪波羅蜜修證七之二〉中所討論的「四無量心」一節，為《次第禪門》中引述《大智度論》最多的部分。因此在坂本広博的研究中，並未討論到《次第禪門》中「四無量心」與「四禪」的關係。<sup>34</sup> 然而在仔細比對〈釋禪波羅蜜修證七之二〉與《大智度論》之後，我們卻可發現智者大師對於「四無量心」的修法及其與四禪之間的關係，提出兩種看法。智者大師首先同意《大智度論》的看法，認為行者在色界四禪及中間定，皆可修習「四無量心」，但若要詳細分別，也可在特定的禪定階位修習某一特定無量心：

第三明修處所，自有二種：一為通明處，二者別明處。

第一通明處者，四禪中間定，悉得修四無量心。如釋論中說。是慈在色界根本禪，亦在禪中間。無色界無色，於緣眾生為不便，欲界未到地定淺，不任修諸功德。...

對於《大智度論》中提出需在四禪狀態下才能修「四無量心」之說法，智者大師的弟子曾提出疑問，然而由以下問答中可非常清楚的看出，智者大師對此採取堅定不移的立場。

問曰：「欲界未到地利根之人，能用此定，發見思真解。何故不得修四無量心？」

答曰：「緣理之慧利故，得發若神通無量等。是事法必假深定，而欲界未到，非全不得修無量心，但發

<sup>28</sup> 大正藏十五冊，164 頁下。

<sup>29</sup> 大正藏四十六冊，508 頁下。

<sup>30</sup> 大正藏四十六冊，508 頁下。

<sup>31</sup> 見洪修平，《禪宗思想的形成與發展》，頁 30-31 和頁 39。

<sup>32</sup> 見湛然，《止觀輔行傳弘訣》，大正藏四十六冊，149 頁。

<sup>33</sup> 有關「身」在智者大師禪修體系中所扮演角色，請見本人論文，頁 147 至 184，及本人發表於第四屆天台宗學會之〈釋禪波羅蜜次第法門中「禪」字的涵義之一——「功德叢林」〉。

<sup>34</sup> 見註十八。

得即屬初禪，是故不說。<sup>35</sup>

由此問答中可見：在《次第禪門》的禪修體系中，即使是最利根的修行者，也不可以「緣理」的方式逕行跳過四禪的事行，而修成「四無量心」。在此智者大師肯定的表示，他在《次第禪門》中為修菩薩禪波羅蜜的行者所說明的禪修體系，及慈悲心的修習，皆必須要以紮實的禪定事行為基礎。

此種對於重於事行的修習特性，亦顯現在其為弟子說明如何利用「四禪」的特性來修習「四無量心」的開示中：

第二別明修處者，

如初禪以覺觀為主，深識欲界眾生苦惱之相，此處修悲則易。

二禪內有大喜，此處修喜無量則易。

三禪內有遍身之樂，此處修慈則易。

四禪妙捨莊嚴，此處修捨為易。

在其他禪經及《大智度論》中，似乎皆無明文討論到這一點，因此此種之修法應為智者大師本身之修法或是承襲自慧思的禪法。

在盛行「大乘」佛教的中國及台灣佛教，智者大師對於培養慈悲心的「四無量心」之詮釋及其必須基於「四禪」事行之重視，應特別值得吾人深思。

## 2-4. 「亦世間亦出世間禪法」中的「十六特勝法」

在《次第禪門》中的「亦世間亦出世間禪」法共有三種：「六妙門」、「十六特勝」、及「通明觀」。由於適合慧性多行者的「六妙門」無固定的位次，所以在此不予討論。另外雖然「通明觀」禪法與四禪之關係相當密切，然而「通明觀」禪法之體系過為龐大，且筆者已在本人論文中約略分析過其與「四禪」之關係，因此在本文中暫不討論。在此筆者僅討論「亦世間亦出世間禪」中的「十六特勝」禪法與四禪之關係。

由《次第禪門》的〈十六特勝〉一節中，可看出十六特勝在當時為一種相當流行而重要的修法。智者大師在《次第禪門》所舉出就有三位以修「十六特勝」而聞名的當代禪師，然而此三位禪師對於「十六特勝」之詮釋都不同。智者大師並未將這三位禪師之姓名標出，然而對其看法則討論甚詳。

由智者大師的討論中看來，當時最普遍的觀點，是以「四念處」來說明「十六特勝」的修法。然而智者大師以為，由「四禪」之經驗和基本立場來判攝，「四念處」其實不足以說明「十六特勝」修行之內容：

若約「四念處」而明，當知但在欲界未到地，乃至初禪則具足也。欲至上地，非為不得，但觀法式少不具足。如四禪既無出入息及喜樂等，若約息及喜欲明「念處」則不便也。<sup>36</sup>

大師雖然說出他個人看法，但仍將當時兩派以「四念處」來制立「十六特勝」觀門之詳細內容納入《次第禪門》的〈十六特勝〉一節中，且對於此二位禪師為何對以「四念處」與「十六特勝」有不同相對方法之原因亦說明得非常清楚。根據智者大師的說明，在以「四念處」來解釋十六特勝修法之一派禪師中，有一禪師認為：前五特勝應對「身念處」，中三特勝對「受念處」，次三特勝

<sup>35</sup> 大正藏四十六冊，517 頁上。

<sup>36</sup> 大正藏四十六冊，525 頁下至 526 頁上。

對「心念處」，後五特勝對「法念處」。<sup>37</sup> 此派禪師將「阿那波那等十六行」視為是慧性，因「無一息入出而不覺故」。此與智者大師將「十六特勝」視為是偏重定性之分判法亦不同。智者大師以相當委婉地方式對此派說法表示存疑：

彼師自云依經明十六特勝，今既未見經文，但述而不作，亦未敢治定。

另有一派禪師認為，應依無漏十六行約四諦之模式，以四四十六之分法來配置。而其對於與前派禪師之說法不同之處，則提出《大集經》和《大智度論》為佐證，來說明「除身行」應屬於「受念處」，而「觀無常」則應屬「心念處」而非「法念處」。<sup>38</sup> 考諸當代淨影慧遠所著的《大乘義章》第十六卷中，亦有以四四分法來說明十六特勝者，但似乎並未提到「四念處」。<sup>39</sup>

根據冉雲華教授對中國早期禪法之研究，在當時僧稠一派的禪法，即以「四念處」為主。<sup>40</sup> 由僧稠及其弟子之傳記中可見僧稠的禪法還有「五停心觀」和「十六特勝」。然而由於僧稠本人著作只有《止觀法》二卷且並未流傳下來，僧稠及其弟子所修「四念處」禪法之內容已不得而知。<sup>41</sup> 雖然智者大師對於「十六特勝」及「四念處」之討論中，並未說明僧稠之「四念處」修法是其中之何派，然而至少對我們瞭解南北朝末期之「四念處」禪法之思想及修行實況有很大幫助。

智者大師本人較為贊同的詮釋法，是以「四禪」及其禪支來與十六特勝相對之方法。智者大師認為：「此解為勝也。」<sup>42</sup> 以下筆者將智者大師引述的三師說法簡單列表如下。

（表二：十六特勝之各種詮釋）

十六特勝修法	對禪八觀法相  第三師	以四念處解十六特勝者	
		第二師	第一師
1. 知息入	對數息	對身念處	對身念處
2. 知息出	〃	〃	〃
3. 知息長短	對欲界定	〃	〃
4. 知息遍身	對未到地定	〃	〃
5. 除諸身行	對初覺支	對受念處	〃
6. 受喜	對初禪喜支	〃	對受念處
7. 受樂	對初禪樂支	〃	〃
8. 受諸心行	對初禪一心支	〃	〃
9. 心作喜	對二禪內淨喜支	對心念處	對心念處

<sup>37</sup> 對於此派說法詳見大正藏四十六冊，525 頁上，行五至行二十七。惟 526 頁上行三中「次二對心」應為「次三對心」，此點可由後文中考知。

<sup>38</sup> 有關此派禪師之說法，見大正藏五百二十六頁中，行四至十五。

<sup>39</sup> 大正藏四十四冊，771 頁中，《大乘義章》卷十六。「特勝不同，離分十六。名字是何？念出入息：若長若短，遍身除身行，以為初四。覺喜覺樂，覺心行，除心行，念出入息，復以為四，通前為八。……」

<sup>40</sup> 見大正藏五十冊，553 頁下，《續高僧傳》卷十六，有關僧稠依《大般涅槃經》「涅槃聖行四念處」得定之事。

<sup>41</sup> 見冉雲華，〈敦煌文獻與僧稠的禪法〉，75 頁；〈稠禪師意的研究〉，93 頁，冉教授指出，道宣曾親赴僧稠的故寺考察，且師事僧稠再傳弟子，在《續高僧傳》中道宣曾提到，僧稠的著作只有《止觀法》二卷和偈語。

<sup>42</sup> 大正藏四十六冊，526 頁中。

10. 心作攝	對二禪一心支	〃	〃
11. 心作解脫	對三禪樂支	〃	〃
12. 觀無常	對四禪不動定	〃	對法念處
13. 觀出散	對空處	對法念處	〃
14. 觀欲	對識處	〃	〃
15. 觀滅	對不用處	〃	〃
16. 觀棄捨	對非想非非想	〃	

雖然智者大師對於「十六特勝」之位次詮釋大多與前述第三師相似，但亦多有發明之處。限於時間與篇幅，在此先不作討論，日後當另為文討論之。

## 2-5. 「出世間禪法」與「四禪」之關係

智者大師將「無漏禪」分為兩大類：一類為「對治無漏」法門，一類為「緣理無漏」法門。而此二大類又相對於大集經之「慧行」及「行行」。慧行是指觀慧，而行行則包括了九種法門。現將至者大師「無漏禪」體系簡要列表如下：

（表三：出世間禪法體系）

兩種無漏	大集經	壞法不壞法	法門	成就
對治無漏	行行	壞法道 (壞滅欲界身相)	九想 八念 十想	壞法阿羅漢 (不能具足三界觀練薰修，三明八解)
		不壞法道	背捨 勝處 一切處 九次第定 師子奮迅三昧 超越三昧	不壞法大阿羅漢
緣理無漏	慧行			

「九想」即依身體敗壞過程觀想之修法，可對治六欲，而「八念」則為對治修「九想」所起之恐怖。此時若行者欲斷三界結使則可修行「十想」。成就「十想」，則成斷結阿羅漢。

智者大師在討論「九想」時提到：

是九想法緣欲界色身想陰攝，亦身念處少分，或欲界攝，或初禪二禪攝，未離欲散心人得欲界繫，離欲人得色界。繫胖脹等八想欲界初禪二禪中攝，淨骨想欲界初禪二禪四禪中攝，三禪中樂多，故無是想。

「背捨」，「勝處」，「一切處」，「九次第定」，「師子奮迅三昧」，及「超越三昧」則為不壞法道，行者順此修法則可具足三界觀練薰修三明八解。

在「八背捨」章中，智者大師提到多種不同背捨及四禪位階相對法，如曇無德部、薩婆多人，及《大智度論》三種說法。<sup>44</sup>

（表四：各部派及《大智度論》對背捨位次之不同說法）

說者	欲界	初禪	二禪	三禪	四禪	四無色定	滅受想定
曇無德人	初背捨 二背捨	三背捨	三背捨	三背捨	三背捨	四五六七背捨	八背捨
薩婆多人	初背捨，二背捨			三禪樂多 不立背捨	三背捨	四五六七背捨	八背捨
有師言				三禪無勝處	四禪無背捨		
《大智度論》		初背捨	二背捨	三背捨		四五六七背捨	八背捨

智者大師不但對於「背捨」的位次論述甚詳，且在《續高僧傳》卷十七中，也有智者大師弟子在天台山修行「背捨」禪法之記述。

時天台又有釋法彥者，姓張氏，清河人。

周朝廢教之時，避難投陳，於金陵奉遇智者。

以太建七年陪從入天台，伏膺請業。

授以禪那，既蒙訓誨不停房舍。

每處山間林樹之下，專修禪寂。

三十年中常坐不臥，或時入定七日方起，具向師說所證法相。

有人聽聞曰：「如汝所說，是背捨觀中第二觀相。」<sup>45</sup>

智者大師並分別討論「八勝處」及「十一切處」之位次。智者大師依照《大智度論》，認為初二勝處在初禪，第三第四勝處在二禪，三禪無勝處，而五至八勝處在四禪。

今但依《摩訶衍》中說，初二勝處位在初禪，次第三第四勝處，位在二禪後，四勝處位在四禪，所以三禪不立勝處者，以樂多心鈍故。前二禪離欲界近，欲界煩惱難破。雖位居二禪，猶觀不淨破下地結。四禪既是色中之極，故色勝位極於此。四空既無色故，亦以破地煩惱薄故，故不立勝處。<sup>46</sup>

此外，前八種一切處修法皆在第四禪，而「空一切處」及「識一切處」則已到達無色定之空處及識處之階位。

初八色一切處位在第四禪中，次九空一切處位在空處，第十識一切處位在識處。所以前三禪中不立一切處者，行者初學彼三地中，有覺觀喜樂動故，不能令色遍滿，停住上無所有處無物可廣，亦不得快樂，

<sup>43</sup> 大正藏四十六冊 537 頁上，行十七至二十二。

<sup>44</sup> 大正藏四十六冊 537 頁上

<sup>45</sup> 見大正藏五十冊，571 頁上。

<sup>46</sup> 見大正藏四十六冊，543 頁下。

佛亦不說無所有處，無量無邊，故不立一切處。非有想非無想處，心鈍難取想廣大，故不立一切處。<sup>47</sup>

此外，智者大師於九次第定與「四禪」之關係，亦有所闡發。

此位雖一往約四禪四空及滅盡定，然實位通諸禪。所以者何？如上所說特勝、通明、背捨、勝處、皆有四禪四空，未必但是根本。今修鍊之法，悉應普入諸禪令心無間，不可的約根本世間禪以為次位也。故《大品》云菩薩依八背捨逆順出入九次第定，若依《成論》、《毘曇》義，但用無漏心入八禪，緣真入滅以為九次第定。<sup>48</sup>

至此我們可確認，智者大師的禪修體系中，雖然將各種禪修法皆與「四禪」位次相配，然而「特勝」、「通明」、「背捨」、「勝處」、之四禪，與「根本四禪」是不同的，故坂本広博在列出《次第禪門》中諸禪相之位次後，所作之評論：「《次第禪門》中的禪法不出四禪四空定。」是不正確的。<sup>49</sup> 這一點是我們在討論《次第禪門》中以「四禪」為基礎而建立的禪法體系之前，應有的認知。

### 參. 《次第禪門》中以「四禪」為基礎而建立之禪法體系

綜合以上所述，首先筆者將《次第禪門》中以「四禪」為基礎，而建立之各禪法間關係列表如下：

(表五: 《次第禪門》中以「四禪」為基礎的禪修體系架構)

未到地定	初禪	二禪	三禪	四禪	四無色定
	內方便之十五種善根發相				
	初禪 修習數隨止 並修習六行觀	二禪 修習六行觀	三禪 修習六行觀	四禪 修習六行觀	
	四無量心之 悲 ( <i>Karuṇā</i> )	喜 ( <i>Muditā</i> )	慈 ( <i>Mettā</i> )	捨 ( <i>Upekkhā</i> )	
					四無色定

<sup>47</sup> 見大正藏四十六冊，545 頁上至中。

<sup>48</sup> 見大正藏四十六冊，546 頁下。

<sup>49</sup> 見坂本広博〈天台於四〉，『印度学仏教学研究』61(31-1), 1982. 頁 261。

亦世間亦出世間禪	六妙門					
	十六特勝之前四法：知息入、知息出、知息長短、知息遍身	除諸身行、受喜、受樂、受諸心行	心作喜、心作攝、	心住解脫	觀無常	觀出散、觀離欲、觀滅、觀棄捨
	通明觀					
出世間禪	九想一未離欲散心人得欲界繫，淨骨想	離欲人得色界繫 胖脹等前八想初禪、二禪繫，淨骨想		三禪多樂無此想	淨骨想	
		八背捨之初背捨（內有色相外觀色）	二背捨（內無色相外觀色）	三背捨（淨背捨）		虛空處背捨、識處背捨、不用處背捨，非有想非無想背捨、（滅受想背捨超三界）
		1-2 勝處	3-4 勝處	不立勝處	5-8 勝處	
					1-8 一切處	9-10 一切處
	九次第定（除根本外並可普入諸禪）	九次第定（除根本外並可普入諸禪）	九次第定（除根本外並可普入諸禪）	九次第定（除根本外並可普入諸禪）	九次第定（除根本外並可普入諸禪）	

在此因限於時間及篇幅，無法將《次第禪門》與同樣作於六世紀的南傳《清淨道論》作一完整的比較，然而若將二者有關「四禪」的結構及論述稍作比較，則可歸納出幾個要點：

在後期的南傳論典《清淨道論》對「四十業處」的十種解說中，提到若依禪來區分，在安止的三十業處中，「入出息隨念」及「十遍處」是屬於四種禪的（初禪至第四禪），「身隨念」及「十不淨」是屬於初禪的，初三種「梵住」是屬於三種禪的（初禪至第三禪）。「第四梵住」及「四無色」是屬於第四禪的。如是依禪的區別而決擇業處。<sup>50</sup>

此外，Paravahera Vajirañāṇa Mahāthera 所著的對清淨道論的研究 *Buddhist Meditation—in Theory and Practice* 中，對四十業處所可達到之四禪禪定位階，曾列表如下說明：

（表六：以禪來分別《清淨道論》四十業處）<sup>51</sup>

定	業處	近分定	安止定			無色定
			初禪	三禪	四禪	
	1-6 隨念 其他隨念(念死)					空無邊處
	疾止隨念	10 不淨 身隨念				識無邊處 無所有處
	食厭想 四界差別		四梵住之 慈、悲、喜	四梵住之 捨		非想非非想處
		10 遍 (1-4 禪)				
		安那般那念(入出息隨念) (1-4 禪)				

與智者大師的菩薩禪法比較，《清淨道論》中許多禪法的位次顯然有所不同，而其體系也顯得較為素樸。此外，《清淨道論》中對於「九次第定」的說明也並無《次第禪門》中智者大師所言，不但可於「四禪」、「四空」、及「滅盡定」自在出入，更能自在出入「特勝」、「通明」、「背捨」、「勝處」等各種修法的境界中。智者大師根據《大品般若經》、《大智度論》、《成論》、《毘曇》等較早期的大乘經論對禪法的演繹及修行，使我們聯想起近代西方學者 Paul Harrison 對於大乘起源之新理論。Paul Harrison 認為大乘佛教並不是一種起於佛塔崇拜之佛教普及化運動，而是針對過於學術及理論化的佛教，所興起的一種禪定復興運動，其目的及其訴求皆在超越尼柯耶或主流佛教之禪定修行，並以其優越的禪定力所得之神通，來取得弘法上之優勢。<sup>52</sup>

<sup>50</sup> 見覺音著，葉均譯，《清淨道論》。華宇出版社。印贈或年份？上冊，173 至 174 頁。

<sup>51</sup> Paravahera Vajirañāṇa Mahāthera, *Buddhist Meditation—in Theory and Practice*. M. D. Gunasena & CO., LTD. 1962., 109 頁。原文為英文，由筆者將之譯為中文。

<sup>52</sup> 見 Paul Harrison, "Searching the Origin of *Māhayanā*: What are We Looking For?" *The Eastern Buddhist* 28, no. 1(1995): 48-69.



智者大師的菩薩禪法，乃建立於紮實的傳統印度佛教四禪禪修體系及事行之上的一套精鍊禪修體系。不但具有清楚的位次以作為修行進路之指標，並承襲了大乘經典中對原始佛教禪法的超越及推進之精神。此外智者大師更以提綱挈領的方式在〈修禪波羅蜜大意第一〉中以發心之問題，點出了中國佛教中對「心」重視的特性。惟此處的「心」並非是一個供參究或證悟的「體性」，也並不是一種飄忽而難以捉摸的修法，而只是一種對自我心態的深度反躬自省。智者大師的《次第禪門》不但提供了一個中華佛教融合印度禪法的極佳模式，也提供了許多研究早期禪史的寶貴資料，值得學者多加研究及運用。

## 參考書目——近代研究

### 一．書籍

- 冉雲華，《中國禪學研究論集》，台北：東初出版社，民國八十年二版。
- 佐佐木憲德，《漢魏六朝禪觀發展史論》，東京：平文社，1953。
- 關口真大，《天台止觀の研究》，東京：岩波書店，1969。
- 安藤俊雄，《天台學：根本思想とその展開》，Kyoto: Heirakui shoten, 1968。
- 佐藤哲英，《天台大師の研究》，百華苑，1961年3月。
- 大野榮人，《天台止觀成立史の研究》，Tokyo: Daizo Shuppan, 1994。

### 二．單篇論文或期刊論文

- 太虛大師〈中國佛教之特質在禪〉張曼濤編，《現代佛教學術叢刊—禪學論文集》。
- 坂本広博〈天台に於ける四〉，《『印度学仏教学研究』61(31-1), 1982. 頁 259-262。
- Paul Harrison, "Searching the Origin of *Māhayanā*: What are We Looking For?" *The Eastern Buddhist* 28, no. 1(1995): 48-69.
- 莊昆木，〈「大智度論」禪定學初探〉，《諦觀》第六十七期，民國八十年十月，頁 191-253。
- 陳英善，〈從數息觀論中國佛教早期禪法〉，《中華佛學學報》，第十三期，2000年5月，頁 323-348。
- 釋道昱，〈禪觀法門對南北朝佛教的影響〉，《正觀》雜誌，第二十二期，2002年9月25日，頁 22-110。