

# 中華念佛禪教及其修學義理 ——念佛禪法的安心學理

陳平坤

國立臺灣大學哲學系助理教授

法鼓佛學學報第 21 期 頁 73-130 (民國 106 年) · 新北市：法鼓文理學院

Dharma Drum Journal of Buddhist Studies, no. 21, pp. 73-130 (2017)

New Taipei City: Dharma Drum Institute of Liberal Arts

ISSN: 1996-8000

## 摘要

以關懷佛法的「安心」課題為主軸，本論文側重探討中華禪教傳統的念佛禪法，希望藉由論議念佛禪法及其以「究竟安心」為價值導向的修學義理，來打開念佛禪法可資以安頓吾人身心或生命的有益內容，同時揭示中華念佛禪教所一貫承傳的佛法實踐精神。

文中，首先論議「念佛法門」在印度流傳的幾種型態；其次，探討中華禪門四祖道信（580-651）至永明延壽（904-976）之間的不同念佛禪教；接著，闡明念佛禪法落實在「安心」課題上的修學義理；最後，總結指出中華念佛禪教始終涵蘊的「念念不住」實踐精神。

# 目次

---

- 一、前言
  - 二、念佛法門在印度地區之流傳及其修學型態
  - 三、中華禪門的念佛禪法
    - (一) 四祖道信以下的「稱名念佛」
    - (二) 「內在超越」型態的初期中華念佛禪教
    - (三) 永明延壽所倡「禪淨雙修」的念佛法門
  - 四、念佛禪法的安心學理
    - (一) 「自作自成佛道」的念佛禪法
    - (二) 「念」而「無所念」的安心要道
  - 五、結論
- 

## 關鍵詞

安心、無念、無相、無住、念佛禪

## 一、前言

「思念」——思想、繫念，乃人情之常，尤其是對自己所深心愛敬的人事物。

在佛教史上，最初能夠朝夕跟隨釋迦牟尼（Śākyamuni）修行的弟子，既得親睹佛面、近聆佛教，便大多不必也不會太過思念釋迦佛陀。但少有機會親近釋迦的弟子，便難免多數思佛、念佛之情，要比前者更為殷勤而濃稠。

釋迦傳法期間，教導弟子持守「戒律」、奉行「正法」，<sup>1</sup> 自屬近情合理。不過，釋迦是否曾經勸導弟子思想、繫念佛陀，促使「念佛」（*Buddhānusmṛti*）<sup>2</sup> 成為一種禪觀法門，按理循情，卻非毋容置疑。雖然如此，但至少部派時期所流傳至今的經典，例如《雜阿含經》、《長阿含經》，除「念法」外，也確有「念佛」、「念僧」等被傳說是釋迦所教過的禪法。<sup>3</sup> 不止於此，從佛法不斷流變的視角切入，當代高僧釋印順（1906-2005）甚至論定「佛法」發展為「大乘佛法」的一大關鍵因緣，便是「佛涅槃以後，佛弟子對佛的永恒懷念」。<sup>4</sup> 因此，對於佛門弟子而言，縱使只是「思念」，

---

\* 收稿日期：2017/07/03，通過審核日期：2017/08/15。

由衷感謝審查委員的慷慨肯定暨諸多指正。本論文作為科技部補助專題研究計畫的成果之一，也要藉此機緣表達謝意。

<sup>1</sup> 《中阿含經》卷 34〈大品〉，《大正藏》冊 1，第 26 號，頁 646 下 4-6。

<sup>2</sup> 「念佛」，或作「佛隨念」，梵語“*Buddhānusmṛti*”，主要是指對佛陀（特別是其功德或精神）的想念、記憶、回憶、沉思等心意識活動。參見 Elsa I. Legittimo, “*Buddhānusmṛti* between Worship and Meditation: Early Currents of the Chinese Ekottarika-āgama”, *Études Chinoises*, Vol.66, No.2, p. 338; Heng-ching Shih, *The Syncretism of Ch’an and Pure Land Buddhism*, p. 27。又，有關“*Buddhānusmṛti*”的扼要解義，可見釋修優，〈道綽《安樂集》的念佛法門〉，《中華佛學研究》9，頁 82-85。

<sup>3</sup> 《雜阿含經》卷 20，《大正藏》冊 2，第 99 號，頁 145 中-下 2；《長阿含經》卷 2，《大正藏》冊 1，第 1 號，頁 12 上 12-16。

<sup>4</sup> 釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，頁 3、頁 17。

畢竟仍可將之深化為實踐佛道的一種非常行事——所謂「念佛法門」。例如佛經指出「信增上」的佛弟子可藉修習「念佛法門」以趣入「念佛三昧」(Buddhānusmṛti-samādhi)，便是一類。又至今仍然流行的「五門禪」，其中也有「念佛法門」。<sup>5</sup>

這一牽涉佛法修學、以及如何促使「念佛」成為一種禪修方式的課題，在中華禪教傳統裡，很早就被引入菩提達摩(?-535)以下的禪系——上承般若法性宗義的「南天竺一乘宗」<sup>6</sup>。就中，至今尚有文獻可徵的，便是四祖道信(580-651)根據《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》(簡稱《文殊說般若經》)所倡導的「稱名」念佛禪法。這一以「稱名」為修行方便的禪法，流衍至唐末、五代，結合當時盛行的「往生淨土」思想，又被永明延壽(904-976)所

<sup>5</sup> 《坐禪三昧經》卷1，《大正藏》冊15，第614號，頁276上7-277中7。

<sup>6</sup> 《續高僧傳》卷25，《大正藏》冊50，第2060號，頁666上3-中9。不過，傳中所謂「南天竺一乘宗」，到底它的意指為何？學界存有異見。例如胡適(1891-1962)認為「南天竺一乘宗」的意義，是指傳說在「南天竺」一帶宣講的《楞伽經》「一乘法」；詳見胡適，〈楞伽宗考〉，柳田聖山主編，《胡適禪學案》，頁175-176。印順也有跟胡適類似的看法；但又提及據說也是興起於「南天竺」的般若經典乃至中觀論典；詳見釋印順，《中國禪宗史》，頁85-88。至於認同「南天竺一乘宗」是尊主「般若法性」奧義的看法，可見湯用彤，《漢魏兩晉南北朝佛教史》下冊，頁782；柳田聖山，〈初期禪宗と止觀思想〉，《禪弘教の研究》，頁57-63。此外，審查委員認為「禪宗」雖以般若學、佛性論為其理論暨修學的兩大磐石，可是二者之中，佛性如來藏義尤為其立宗的究竟礎石；並且認為「如來禪」即「如來藏禪」，初期禪宗所根據的《楞伽經》也被判為真常唯心系的如來藏經典，而不是性空唯名系的般若經典。因此指出「禪宗」對於般若掃執之理論暨方法雖然多所發揮，但不宜逕認「南天竺一乘宗」上承般若經教的「法性」宗義，以免顛倒其主從。不過，本論文不全然——亦即無條件地——能夠贊同審查委員隨從印順等前輩學者們所懷抱的該類見解。可是，因為其中所牽連的問題深廣——例如「經」、「論」的教說性格差異；「三系教判」用來分別一切佛經，是否準確、合宜；菩提達摩選取「四卷本《楞伽經》」作為中華禪門薪傳典籍的根本意趣何在；所謂「般若」、「佛性如來藏」二類經教可否截然分別看待；乃至般若經教的性空之理、佛性如來藏經教的真常之教，在中華禪教中，究竟誰主誰從、孰本孰末，等等，皆非三言兩語所能解明、所得釋疑的研究課題，所以目前只好暫將審查委員的看法寄存於此，以待日後撰文，再詳論之。

特別掄揚，<sup>7</sup> 便在中華禪教史上留下越發深遠的影響。

本論文關注「念佛禪法」在安頓吾人生命或身心的可能作用及其價值意義，因此擬以念佛法門的修學義理暨實踐精神為研探主軸，設定就中華禪教傳統去展開一些與「念佛禪法」相關涉的問題反思暨義理闡析，希望藉此貢獻學界參考、指正。

既已說明本論文的寫作意趣，以下即將循著三大論題環節展開研討：（1）首先，考察「念佛法門」的形成、傳衍、以及它的修學型態，據此以為「念佛禪法」在發生學意義上的論述背景；（2）其次，探討「念佛禪法」在中華禪教傳統裡的不同講授，藉以顯示它的多樣表現，同時論及各種講授的重點差異；（3）接著，深入研明「念佛禪法」的安心學理，希望由此開顯「念佛法門」落實在安頓吾人身心或生命上的方便作用，以及其中所一貫承傳的佛法實踐精神。最後，總結研究成果，提示本論文之最要旨義。

## 二、念佛法門在印度地區之流傳及其修學型態

佛教傳說悉達多（Siddhārtha）出家、學道，最後在菩提樹下專精禪修時，夜睹明星，於是證道而成為「佛陀」（Buddha）。之後，伴隨佛陀在印度遊化的範圍日益擴大，盼望能夠親近佛陀聆聽其法教的人逐漸增盛，而願意出家跟隨佛陀修學的人也越來越多：這是至今也能夠想像得到的佛法傳播情景。因為這一盼望「見佛」以「聞法」的傳說，其所反映的，不過是極為平易的人類宗教心理。

關於「見佛」，佛教傳有須菩提（Subhūti）比蓮華色（Utpalavarnā）更早看見佛陀的故事。而它所提出的理由，便是須菩提以修行趣入「空三昧」（śūnyatā-samādhi）的方式，親證了佛陀所以為佛陀的真實之身、亦即「法身」（dharmakāya），因此說他已經「見佛」。相反地，急忙趕路去迎接佛陀的蓮華色，因為

---

<sup>7</sup> 《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁963中23-964上9。

她所看見的，只是佛陀的「色身」(rūpakāya)，而不是其「法身」，所以被認為晚於須菩提「見佛」。<sup>8</sup>

不管「色身」、還是「法身」，如果尚未親見佛陀，那麼，在自心中作意觀想特定形相——或是佛陀的身體形色，或是佛陀的功德精神，則毋寧也是以「自我超昇」為價值導向的宗教活動中一種合乎情理的做法！<sup>9</sup>

或許正是緣於這種世間情理，阿含經中傳有佛陀教導弟子修習「念佛」法門的記說，而且表示藉由修習「念佛」法門，可以獲得善化生命的許多效益。例如，死後不墮惡趣，乃至還能往生天界；<sup>10</sup> 或者，雖然身處苦難世間，但卻不會心生恐怖；<sup>11</sup> 甚至，還能得解脫、入涅槃。<sup>12</sup> 不過，該「念佛」法門最初所著重的，乃是專心思想佛陀修道所集成的功德法身，而不是一心繫念佛陀身體形色的相好莊嚴。

例如《雜阿含經》記載佛陀：

……說六法，出苦處，昇於勝處。說一乘道，淨諸眾生，離諸惱苦，憂悲悉滅，得真如法。何等為六？謂聖弟子念如來·應·等正覺所行法淨，……念如來·應所行法故，離貪欲覺，離瞋

---

<sup>8</sup> 《大智度論》卷 11〈序品〉，《大正藏》冊 25，第 1509 號，頁 136 下 26-137 上 21。

<sup>9</sup> Paul M. Harrison, "Buddhānsmṛti in the Pratyutpanna-Buddha- Saṃmukhāvasthita-Samādhi-Sūtra", *Journal of Indian Philosophy*, Vol.6, Iss.1, p. 37.

<sup>10</sup> 《雜阿含經》卷 33，《大正藏》冊 2，第 99 號，頁 237 下 2-7。

<sup>11</sup> 《雜阿含經》卷 35，《大正藏》冊 2，第 99 號，頁 254 下 24-255 上 2。

<sup>12</sup> 《雜阿含經》卷 33，《大正藏》冊 2，第 99 號，頁 237 下 21-29。

患覺，離害覺。如是，聖弟子出染著心，……修習念佛，正向涅槃。<sup>13</sup>

又說：

……我常為彼演說正法，……彼聞法已，依於我舍、我洲、我覆、我蔭、我趣，常以淨眼，觀我而住，作如是念：「佛所說法，我悉受持，令我長夜，以義饒益，安隱樂住。」……<sup>14</sup>

「常以淨眼，觀我而住」，意謂修學者當以不貪愛染著於佛陀身體形色的清淨心眼，來觀想、思念佛陀。就中，作為觀思焦點的，乃是佛陀的「所行法淨」，亦即應當觀想佛陀通過修行證得「無上正等正覺」而所成就的各種功德或身心品質；例如「戒」、「定」、「慧」、「解脫」、「解脫知見」等等。<sup>15</sup> 不止於此，而且願意學習佛陀所修得的清淨德行，來捨離以「五欲」為因緣所形成的貪、瞋、痴等各種不良心識狀態。因為唯有如此，才稱得上真在「念佛」或「觀佛」。

在阿含經中特重思念佛陀功德法身的念佛法門教學，雖然深化了念佛法門的修行內涵，不過，論其入手處，最初仍只專注在佛陀所有功德事相的分別想念上，而且它的修學目標，重點也多落在強調透過那些「有相念佛」的活動，不管最後能否證入「念佛三昧」，但至少皆可取得來世往生天界的入場券。

這種契合古代印度傳統宗教所重「升〔梵〕天」，或者獲得來世福報的念佛法門教學，在大乘佛教興盛期的印度，仍然相當流行。

<sup>13</sup> 《雜阿含經》卷 20，《大正藏》冊 2，第 99 號，頁 143 中 20-下 4。

<sup>14</sup> 《雜阿含經》卷 32，《大正藏》冊 2，第 99 號，頁 231 上 17-中 6。

<sup>15</sup> 《別譯雜阿含經》卷 5，《大正藏》冊 2，第 100 號，頁 410 上 3-21。

不過，那時也許「與十方佛現在的信仰，及造作佛像有關」<sup>16</sup>，換成是跟「往生〔他方佛國〕淨土」的思想相應，同時改以觀想某佛形相、稱念某佛名號的方式呈現。<sup>17</sup> 嗣後，期求「往生淨土」的念佛法門輾轉傳入中華，從東晉開始擴展其影響，到了隋、唐、五代，便更盛揚開來了！就中，觀想某佛形相的念佛法門，在東晉、南北朝，伴隨「禪窟」之開闢、<sup>18</sup> 以及佛像之製作，<sup>19</sup> 在中華西北一帶較為風行。相對地，稱念某佛名號的念佛法門，則流行得更為廣遠；例如曇鸞（476-542）<sup>20</sup>、乃至其私淑弟子道綽（562-645）<sup>21</sup>，便是提倡「稱名」念佛法門的代表人物。

除「觀想」（包括「觀像」、「觀相」）、「稱名」外，一般認為念佛法門還有「唯心」、「實相」二類。然而，本論文認為，不管「唯心念佛」、還是「實相念佛」，都不適合被視為意味著某種具體實踐方式的「法門」（dharma-paryāya）；因為它們都是意指觀想佛陀功德乃至形相、抑或專心稱念佛陀名號，以致得入某種

---

<sup>16</sup> 釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，頁 856。

<sup>17</sup> 因此，學者或把「觀像念佛」從「觀想念佛」這種類型予以獨立出來，而將它看成另外一種念佛法門。參見宇井伯壽，〈五祖門下的念佛禪〉，《禪宗史研究》，頁 180。

<sup>18</sup> 湯用彤，《漢魏兩晉南北朝佛教史》下冊，頁 775-776。

<sup>19</sup> 龍門、雲岡、敦煌等石窟或巖洞，便是代表。又，鄭阿財也指出：「早期的禪窟為僧人修禪觀的場所，壁畫的繪製自然是作為觀像以助習禪；其後的塔廟窟，則是禪修兼禮佛，不過主要還是以僧侶為對象，在繞塔的同時也發揮觀像的作用；……」詳見鄭阿財，〈觀音經變與敦煌莫高窟寺院講經之蠡測〉，《普門學報》35，頁 72。

<sup>20</sup> 《續高僧傳》卷 6，〈釋曇鸞〉，《大正藏》冊 50，第 2060 號，頁 470 上 13-下 15；《略論安樂淨土義》卷 1，《大正藏》冊 47，第 1957 號，頁 3 下 8-4 上 1。不過，湯用彤已指出《略論安樂淨土義》中的所謂「念佛名字」、「念佛相好」等等，猶是「禪定憶念之念」。詳見湯用彤，《漢魏兩晉南北朝佛教史》下冊，頁 805。

<sup>21</sup> 《續高僧傳》卷 20，〈釋道綽〉，《大正藏》冊 50，第 2060 號，頁 593 下 11-594 中 1。

禪定境界而目睹某佛顯現在眼前，然後退思那些形相、功德乃至名號，都是自心意識作用的結果。甚至進而通達「凡所有相，皆是虛妄」，<sup>22</sup> 所以解了一切諸法非實有相的「無相」，即是佛陀的「實相」，<sup>23</sup> 便以證見諸法無相之方式，獲得解脫、涅槃。換句話說，相對於作為念佛功夫入手處的「觀想」、「稱名」兩類實踐方式，「唯心」、「實相」乃是通過其中任何一類實踐方式所展開的心智鍛鍊活動而證得某種生命境界，再經反省思維之後所建立起來的一種智性上的認定；它們的意義，純粹是為貞定念佛功夫所證境界本身的體性、內涵為何，而不是指向作為念佛功夫入手處的某種方法或路徑。換言之，「觀想」、「稱名」，乃是屬於念佛實踐方式為何這一意義層面的概念；而「唯心」、「實相」，則為屬於念佛道理實質為何這個意義層面的概念。

例如《佛說般舟三昧經》教導學人習行「假想觀」型態的念佛法門時，<sup>24</sup> 「立一念，信是法，……斷諸念，一期念，意勿亂，常精進」，由此深入徹底，「便得三昧，現在諸佛悉在前立」。<sup>25</sup> 更進一步便是要求學人：

作是念：「佛從何所來？我為到何所？」自念：「佛無所從來，我亦無所至。」自念：「欲處、色處、無色處，是三處，意所作耳！我所念，即見：心作佛，心自見。心是佛心，佛心是我

---

<sup>22</sup> 《金剛般若波羅蜜經》卷 1，《大正藏》冊 8，第 235 號，頁 749 上 23-25。

<sup>23</sup> 《摩訶般若波羅蜜經》卷 22〈遍學品〉，《大正藏》冊 8，第 223 號，頁 382 下 6-10。

<sup>24</sup> 釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，頁 851。

<sup>25</sup> 《佛說般舟三昧經》卷 1〈行品〉，《大正藏》冊 13，第 417 號，頁 898 中 10-899 上 10。

身。心見佛，心不自知心，心不自見心。心，有想為癡心，無想是涅槃。是法無可樂者，設使念，為空耳！無所有也。」……<sup>26</sup>

換言之，藉由繫念佛陀形相的「觀想念佛」，雖然別有殊勝形質取代一般色身而能讓觀想者心底有所倚靠，但是觀想者必須明白在禪定中所看見的佛陀形相、乃至所聽見的佛陀說法，終歸是「心作佛」，並屬「心自見〔=現〕」的結果。<sup>27</sup> 不僅如此，縱使那樣觀佛入定而得見某佛顯像在自己的眼前，也還是要曉得自心所見任何形相都是本無「自性」或「實體」的虛在現象，因此，唯有進而捨離一切心思、意想，才能真正得解脫、入涅槃。於是《佛說般舟三昧經》被認為受到「般若波羅蜜多法門」的影響，乃是一部從「唯心念佛」轉入「實相念佛」的經典。<sup>28</sup>

相對於此，例如《佛藏經》，教導學人修習念佛法門，則是直截地以了悟諸法「畢竟空」、「無所有」的性空實相為所謂「見佛」。

佛陀這樣告訴舍利弗：

……見無所有，名為念佛。……「實」，名「無分別」。諸佛無分別，以是故言：「念無分別，即是念佛。」復次，見諸法實相，名為「見佛」。何等名為諸法實相？所謂諸法畢竟空、無所有。……是念佛法，斷語言道，過出諸念，不可得念，是名念佛。……無形、無色，無緣、無性，是名念佛。是故當知，無有分別，無取、無捨，是真念佛。<sup>29</sup>

<sup>26</sup> 《佛說般舟三昧經》卷1〈行品〉，《大正藏》冊13，第417號，頁899中23-下3。

<sup>27</sup> 參見 Paul Williams, *Mahāyāna Buddhism: The Doctrinal Foundations*, pp. 211-212。

<sup>28</sup> 釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，頁864-866。

<sup>29</sup> 《佛藏經》卷1〈念佛品〉，《大正藏》冊15，第653號，頁785上25-中9。

順著般若空觀視角切入諸法，則就客體面看，一切諸法本性空寂，其「實體」或「自性」一無所有；而從主體面來說，也就應當不分別執定彼此、不取著自他，唯有如此，才稱得上是「念佛」。引文所說，正是奠基在了悟諸法性空而所提出的念佛禪思想，同時也是嘗試從「假想觀」超轉入「實相觀」的念佛禪行為。最遲到四祖道信傳法時代，這已是被中華禪師所承傳的一種念佛禪思想暨禪行為。不過，崇信西方淨土的佛法教學者，特別尊重《佛說觀無量壽佛經》的說法，強調習行念佛法門，必須專心觀想阿彌陀佛，從「是心作佛，是心是佛」的見地出發，還建立起其所謂「正觀」以及「邪觀」的分別，<sup>30</sup> 因此，為了矯正這種事涉念佛修行方法暨思想觀念的偏向認識，爾後在中華禪師嘗試融攝「念佛」跟「往生淨土」的方法與思想時，才有越來越多的批判論議，而從中顯出中華念佛禪法的特色。

### 三、中華禪門的念佛禪法

龔雋曾經指出，道安（312-385）可說是「念佛禪」的濫觴。<sup>31</sup> 事實上，相傳廬山慧遠（334-416）曾塑佛像，跟當時社會賢達劉遺民（352-410）等人，相期往生西方淨土；<sup>32</sup> 而且根據《佛說般舟三昧經》的教導，「觀想」、「憶念」佛陀，修習「念佛三昧」。<sup>33</sup>

---

<sup>30</sup> 《佛說觀無量壽佛經》卷 1，《大正藏》冊 12，第 365 號，頁 343 上 18-中 14。

<sup>31</sup> 龔雋，〈「念佛禪」——作為問題史的再探討〉，《禪史鉤沉：以問題為中心的思想史論述》，頁 265。

<sup>32</sup> 《高僧傳》卷 6，〈釋慧遠〉，《大正藏》冊 50，第 2059 號，頁 358 下 21-22。

<sup>33</sup> 《廬山記》卷 3，〈彭城劉遺民〉，《大正藏》冊 51，第 2095 號，頁 1039 中 28-下 18；《廣弘明集》卷 30，〈念佛三昧詩集序〉，《大正藏》冊 52，第 2103 號，頁 351 中 10-下 7。

到了北魏時代，曇鸞不取「觀想」念佛，而是提倡稱念阿彌陀佛名號的「稱名」念佛方式。嗣後，道綽繼承曇鸞所倡導的「念佛往生淨土」，更批判其他宗師對於「念佛往生淨土」的不同見解——例如認為這一法門是「取相」之行、是「別時意說」，等等。可見，念佛法門到了南北朝，延及隋、唐，業已日漸廣大流行。不過，當時學人持行「念佛」法門，往往跟「往生淨土」的願求結合，<sup>34</sup>遂致一般便認為「念佛」就是要求「往生淨土」。

相對於「念佛」而願求「往生淨土」的外向超越型態，在中華禪門真正明白倡導「念佛」為一種禪法修行方便的道信、弘忍（601-674），他們所宣揚的念佛禪法——「觀佛即是觀心」、「念佛即是念心」，則屬於特別看重返視自心以及其運作情況的內向超越型態。例如道信根據《文殊說般若經》所教導的「稱名念佛」，便是富有身心安頓功用的念佛禪法。<sup>35</sup>

#### （一）四祖道信以下的「稱名念佛」

《文殊說般若經》教導學人習行「般若波羅蜜多」以證得「無上菩提」之餘，還另提示一種叫做「一行三昧」的禪修方便，認為它也能夠「速得阿耨多羅三藐三菩提」。<sup>36</sup>

經中所說「一行三昧」，雖然也有相對於「止定」的「觀慧」內涵，<sup>37</sup>但是，既然標名「三昧」（samādhi），畢竟主要偏從「攝

<sup>34</sup> 紀志昌，〈東晉居士劉遺民綜考〉，《臺大中文學報》27，頁179-189。

<sup>35</sup> 陳平坤，〈黃梅禪教之安心法門〉，《黃梅禪研究（上）》，頁318-357。

<sup>36</sup> 《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》卷2，《大正藏》冊8，第232號，頁731上21-25。

<sup>37</sup> 《大乘義章》卷10：「『止』者，外國名『奢摩他』，此翻名『止』。守心住緣，離於散動，故名爲『止』。止心不亂，故復名『定』。『觀』者，外國名『毘婆舍那』，此翻名『觀』。於法推求、簡擇，名『觀』。觀達，稱『慧』。」（《大正藏》冊44，第1851號，頁665下1-7。）

持亂心，令智慧得成」<sup>38</sup>的「止定」入手，因此經中在向學人開示「般若波羅蜜多法門」如何進修時，才另外提及這種禪修方便。

經中說道：

法界一相，繫緣法界，是名一行三昧。若善男子、善女人欲入一行三昧，當先聞般若波羅蜜，如說修學，然後能入一行三昧。……<sup>39</sup>

這是「一行三昧」的扼要界說。文中指出「一行」是扣緊「法界一相」，要求修學者專心繫念如此對象，所以得名「一行」。不過，經中又說，如果想要藉此「一行」以入「三昧」，則不是單靠心繫「法界一相」便得達成，而是必須按照「般若波羅蜜多」法門之修行要領暨實踐精神來展開禪觀，然後才能趣入「一行三昧」。

所謂「法界一相」，乃是指向宇宙萬法平等而無別異的普遍、共同性相，亦即經中所說「無相」——「本無定相」這一生存實相。然而，在禪觀修行中，「法界一相」或可作為理智思維的對象，但卻不是感官知覺所直接觸及的某種經驗實體抑或存在物，因此，您我無法通過感官知覺把握萬法本無定相而被稱為「法界一相」的生存實相，只能借助於理智思維，試著多少揣摩得知它的內涵；甚至，頂多可以憑藉學界所說「般若的直觀」<sup>40</sup>、「睿智的直覺」<sup>41</sup>，去體貼得見它的實質。而且由於「法界」之所以為「一相」，又奠基在它超越任何感官知覺暨理智思維中一一具體對象的差別相、特

<sup>38</sup> 《大智度論》卷 34〈序品〉，《大正藏》冊 25，第 1509 號，頁 314 上 21-26。

<sup>39</sup> 《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》卷 2，《大正藏》冊 8，第 232 號，頁 731 上 26-29。

<sup>40</sup> 鈴木大拙著，孟祥森譯，〈佛教哲學中的理性與直觀〉，《禪學隨筆》，頁 96-98。

<sup>41</sup> 吳汝鈞，〈從睿智的直覺看僧肇的般若智思想與對印度佛學的般若智的創造性詮釋〉，《純粹力動現象學》，頁 716-726。

殊性，因此，換句話說，對比於一一具有固定形相、亦即「有相」的感官知覺或理智思維對象，它實質也就是在經中被說為「無相」而其本身不可思議的緣起法空性本身。

辨明上述義理後，對於習慣依靠感官知覺暨理智思維去認定萬法性相的世俗凡夫來說，如果逕直指點他們當下從事「繫緣法界一相」的禪觀活動，那麼，恐怕多將因為路徑太過縹緲，以至於會有不知如何下手的疑滯。因此，經中隨後提出另外一種功夫下手處，亦即稱念某佛名號，而以方式來漸次趣入「一行三昧」。

經中說道：

……欲入一行三昧，應處空閑，捨諸亂意，不取相貌，繫心一佛，專稱名字。隨佛方所，端身正向，能於一佛念念相續，即是念中能見過去、未來、現在諸佛。何以故？……如是入一行三昧者，盡知恒沙諸佛法界無差別相。<sup>42</sup>

「不取相貌，繫心一佛，專稱名字。」換言之，也就是稱名、心念，而不是觀相、憶想。這樣「念佛」，按理不必「隨佛方所，端身正向」。不過，經中那般教說，也許是跟大乘十方佛陀觀點下每位佛陀所化國土皆有一定方位的想法有關。例如，東方有阿閼佛陀，西方有無量壽佛，南方有普滿佛，北方有難勝佛，等等。<sup>43</sup>此外，其中也透露念佛方便已從「觀想」轉向「稱名」的些許消息。但就引文而言，值得提出來深究的，概有兩項：（1）一是「於一佛念念相續」，（2）另一是「盡知恒沙諸佛法界無差別相」。

首先，「於一佛念念相續」，這是涉及「稱名念佛」如何不斷深入的一段表述。而它所意謂的，便是認為念佛行者如果不能念念

<sup>42</sup> 《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》卷2，《大正藏》冊8，第232號，頁731上26-中19。

<sup>43</sup> 參見《佛說佛名經》卷1，《大正藏》冊14，第440號，頁114上16-下12。

相續不斷口稱心念佛陀，那麼便無法因藉念佛功夫而得見三世諸佛。既然不得「見佛」，也就缺少了成就佛陀功德法身的基本條件。

其次，「盡知恒沙諸佛法界無差別相」，則是對於念佛行者通過「稱名念佛」以趣入「一行三昧」時的一種揭露。它所意謂的，是指念佛行者趣入「一行三昧」時，便能夠通達十方三世一切諸佛皆具「法界一相」這種彼此無別的「唯一真如」。換言之，這是對於念佛禪修實踐中，「止定」能夠發起「觀慧」的一種實質揭示；而其意旨，便是用來點撥念佛行者必須藉由禪觀定境打造出超越世俗的非凡心智能力。

這種以趣入「一行三昧」為修學重點的念佛禪法，在中華禪門，是先被道信所採用為「入道安心」的一種禪修方便，<sup>44</sup> 然後由弘忍及其門下弟子所繼承發揚，而以「東山法門」之稱號，<sup>45</sup> 顯揚於當時暨後世。<sup>46</sup> 就中，道信對於「稱名念佛」的修行功夫實質，有以下的開示：

即念佛心是佛，妄念是凡夫。<sup>47</sup>

並且進一步根據般若經典的「空」、「無所有」、「不可得」等法義，做出理趣更為深入的闡發：

《大品經》云：「無所念者，是名念佛。」何等名「無所念」？  
即念佛心，名「無所念」。離心，無別有佛；離佛，無別有心。

<sup>44</sup> 參見釋印順，《中國禪宗史》，頁 57-60；Heng-ching Shih, *The Syncretism of Ch'an and Pure Land Buddhism*, pp. 58-65。

<sup>45</sup> 《楞伽師資記》卷 1，《大正藏》冊 85，第 2837 號，頁 1290 上 29-中 4。

<sup>46</sup> 另參見冉雲華，〈敦煌遺書與中國禪宗歷史研究〉，《從印度佛教到中國佛教》，頁 104。

<sup>47</sup> 《楞伽師資記》卷 1，《大正藏》冊 85，第 2837 號，頁 1286 下 23-24。

念佛，即是念心；求心，即是求佛。所以者何？識無形，佛無形，佛無相貌。若也知此道理，即是安心。常憶念佛，攀緣不起，則泯然無相、平等不二。入此位中，憶佛心謝，更不須徵。即看此等心，即是如來真實法性之身；亦名正法，亦名佛性，亦名諸法實性、實際，亦名淨土，亦名菩提、金剛三昧、本覺等，亦名涅槃界、般若等。<sup>48</sup>

「心念」，乃是表徵人類生命存在及其活動的現象。正如六祖慧能所指出，<sup>49</sup> 人生在世，設若斷絕心念、沒有意識，則成箇「死人」，便也談不上修行成佛的事。不過，念慮紛馳的人心，雖為世俗常態，但並不意謂一切心思意想盡屬應當而且不可改變。不過，您我究竟打算成就什麼？以及如何將現實心念或意識轉化成品質更為良善的狀態？則又取決於您我到底要把自心意識活動導向哪個價值目標，來賦予其實質意涵。據此，也就有相應於該價值目標所當該採取的實踐方法或修行途徑。

且就佛法而言，如果有人志願於成就「無上菩提」，那麼，也就必須努力把一向紛雜馳作的心思意想，予以攝歸入深觀世界、廣聞法義的智慧運作中。而在這方面所當該採取的修行方法，如經所教，便可體現在觀思五蘊無常、觀念出入息、觀想佛陀功德、乃至觀見諸法無我等實踐活動中。唯有能夠如此，才得藉由觀思宇宙人生現象的心智運作，達成佛陀教導學人應不貪戀、不住著於任何事物或現象上的解脫、涅槃境界，乃至證得「無上菩提」。

引文所說「妄念是凡夫」，不僅是為指出目前有心思意想的世人為「凡夫」，尤其是想揭開世人通常難免會繫心念著在某些並不

---

<sup>48</sup> 《楞伽師資記》卷1，《大正藏》冊85，第2837號，頁1287上10-20。

<sup>49</sup> 參見《南宗頓教最上乘摩訶般若波羅蜜經六祖惠能大師於韶州大梵寺施法壇經》卷1：「……莫百物不思，念盡除却，一念斷即無，別處受生。」（《大正藏》冊48，第2007號，頁338下13-14。）

真實可貴的對象上、但卻未能醒覺自心不是一向只得任由那些對象制約其歸趣的情況。相反地，世人始終可能轉變自己的心意識，而把它們導向另一更有價值、更為真實的生命目標——例如「自淨其心」、「莊嚴佛土」、「成熟眾生」等佛教事業。適值此際，「念佛」正可作為踐行佛道的一道門戶。而「即念佛心是佛」的開示，也就一方面在於指出「佛陀」不是學人踐行佛道所獲功德法身的另一存在物，另一方面更為提醒念佛行者的實踐功夫必須深化至「念念相續」而已不再生起虛妄臆想的地步，才能在善化身心或生命品質的佛教事業上真正有分。

正是見及於此，所以道信進一步根據般若經典，為念佛行者演繹出《文殊說般若經》所教「稱名念佛」的更深修學義理。而從引文可以曉得道信特別尊重般若經中「空」、「無所有」、「不可得」等法義，乃是意欲引導「稱名念佛」的禪修活動，可以提升到心中已不再留存任何內外形相或名相的境界·因為唯有這樣，才真夠格稱為「念佛」。

不過，究竟為什麼、抑或根據什麼道理，以致道信認為「稱名念佛」就是必須那樣才算徹底呢？這個問題，道信在文中已經指出：那是由於念佛行者明白自心意識在本性上原無任何固定樣相，而自己所稱念的某佛名號，也從不意謂它有任何實體項目的指涉可得。換句話說，在「稱名念佛」之際，主客內外莫不「空」、「無所有」、「不可得」——內在作為主體的心意識活動，是虛在的作用；外在作為客體的某佛名號，也不是實在的對象。因此，通達如此事理後，念佛行者也才能夠據此安住在取相分別意識不復生起的「無作」、「無願」心智運作中，證顯「心」、「佛」不二的中道正觀境界；而這便是不再存有任何名相乃至形相的「念佛心」。

前面根據《文殊說般若經》指出，相對於該經所要引導學人證見的「法界一相」，作為趣入「一行三昧」之修行功夫入手處的「稱

名念佛」乃至「觀想念佛」，都是屬於先憑感官知覺認取某個外在對象——某佛名號或形相，然後再在自心意識中構作出一個意象，來展開由淺入深的禪修活動，因此，尅就這類禪修活動的本質而言，其實不外就是自心意識的取相、分別、執著等作用之展現。不過，「法界一相」，乃是指向宇宙萬法生存實相的說法東西；它是「道」而不是「物」，是「理」而不是「事」，所以論其真際，則本無形體可得執取，也無相狀可得分別。因此，道信所說「念佛心謝」乃至「無所念」的「念佛心」，其實不外是對於學人「繫緣法界」而後了悟諸法「無〔固定〕形」、「無〔決定〕相」之生存實相的一些具體表述，而那也就是念佛行者能夠用來究竟安頓其身心或生命的「淨土」。

此外，根據《佛說觀無量壽佛經》，道信也還曾指出：

《無量壽經》云：「諸佛法身，入一切眾生心想，是心（是佛、是心）作佛」。當知佛即是心，心外更無別佛也。<sup>50</sup>

《佛說觀無量壽佛經》的念佛法門，主要是「觀想念佛」一型。不過，在這裡，道信不是意欲採行經中所教「取相」以從事禪觀修行的方式，而是旨在擷取其中所蘊藏的安心學理，來為念佛行者開示「佛即是心」，藉此宣明「念佛即是念心」的想法。相對於該經所教導的「觀想念佛」，甚至順此取相、觀想而更期往生西方淨土的教學，道信所宣揚的念佛禪法，確實就是打算將念佛法門導向觀察、思維自心意識運作情況的另一修行方式。<sup>51</sup> 換言之，在化導學人「入道安心」的具體做法上，道信所教，主要是向內觀思自心

---

<sup>50</sup> 《楞伽師資記》卷1，《大正藏》冊85，第2837號，頁1288上13-15。

<sup>51</sup> 參見沖本克己，〈禪と念佛をめぐって〉，藤吉慈海，《禪と念佛——その現代的意義》，頁107。

意識情況的「參禪」活動，而不是往外攀取某佛名相或形相的「念佛」行履。

## （二）「內在超越」型態的初期中華念佛禪教

關於執取某佛名相或形相以專心從事禪觀的念佛法門，在道信弘傳禪法的時期，早有道綽在道信而立之年，便已努力宣揚那種期求往生淨土的「稱名念佛」法門了！<sup>52</sup>

《續高僧傳》指出：

自〔道〕綽宗淨業，坐常面西，晨宵一服，鮮潔為體，儀貌充偉，并部推焉！……纔有餘暇，口誦佛名，日以七萬為限，聲聲相注，弘於淨業，故得鎔鑄有識。師訓觀門，西行廣流，斯其人矣！<sup>53</sup>

道綽認為佛教末法時代，世人當以「稱名念佛」得度。<sup>54</sup> 而他自己躬行實踐，也經常向西端坐，稱念彌陀名號，便促使「念佛往生淨土」的思想暨方法更盛大傳開。不過，道信對於以祈求往生淨土為導向的念佛法門教學，卻有以下的論議：

問：「臨時，作若為觀行？」

信曰：「直須任運。」

又曰：「用向西方不？」

信曰：「若知心本來不生不滅、究竟清淨，即是淨佛國土，

---

<sup>52</sup> 《淨土論》卷 3，《大正藏》冊 47，第 1963 號，頁 98 中 6-12。

<sup>53</sup> 《續高僧傳》卷 20，《大正藏》冊 50，第 2060 號，頁 594 上 20-25。

<sup>54</sup> 參見陳劍鎧，〈道綽的末法觀念與淨土門的創立〉，《東華人文學報》13，頁 1-2。

更不須向西方。……佛為鈍根眾生，令向西方，不為利根人說也。」<sup>55</sup>

「直須任運」，是指「亦不念佛，亦不捉心，亦不觀心」，縱放身心自然無為，而不故意生起念想的另類禪修方式；而其指導理念，則是基於修行者已能通達自心意識「體性清淨，體與佛同」。<sup>56</sup> 不過，這一「體性清淨，體與佛同」的自心意識，並非世俗順著六根所緣境界而生起取相、分別、執著等作用的一般經驗心行，而是指向一般經驗心行所以可能發生的根本——「諸法空性」；就「心」來說，也就是人心意識的本性，被中華禪師稱為「〔自〕本心」或「〔自〕本性」的東西，其本身不生不滅、究竟清淨。如果修行者能讓「本心」流行發用，聽任它應接人事，則便是躋身於清淨佛土。因此，道信指出，修行者更不必心外覓境，以期求往生他方佛國土為念佛標的。不過，由於道綽所倡導的「稱名念佛」，畢竟仍屬盛行於當時的「念佛往生淨土」類型，所以針對世間流行這類法門的教學情況，道信乃採取分別學人根機不等的辦法，便認為「令向西方」的教學，雖然也是「佛教」，但卻是為「鈍根人」而不是為「利根人」所施設的念佛法門。不過，類似道信這種看法，道綽卻早就已不以為然。

《安樂集》記載一段問答，便說：

問曰：「或有人言：『大乘無相，勿念彼此。若願生淨土，便是取相，轉增漏縛，何用求之？』」

答曰：「如此計者，將謂不然。何者？一切諸佛說法，要具二緣：一、依法性實理，二、須順其二諦。彼計大乘無念，但依

<sup>55</sup> 《楞伽師資記》卷1，《大正藏》冊85，第2837號，頁1287下7-12。

<sup>56</sup> 《楞伽師資記》卷1，《大正藏》冊85，第2837號，頁1287中17-21-1288上16-17。

法性；然謗無緣求，即是不順二諦。如此見者，墮滅空所收。……此見者，破喪因果，多墮惡道，未來生處，必背我化。今勸行者，理雖無生，然二諦道理，非無緣求，一切得往生也。……」<sup>57</sup>

引文大意是說：若以佛法化導眾生，則一方面固然需據聖人心智所洞見的世界真相——「法性實理」為言，但另一方面也須明辨「世俗諦」、「第一義諦」這二種涉及宇宙萬法生存真實性問題的觀思視角有別，而由此展開適合學人根機的切要教說。

基於這種見地，假使認為「念佛」而又期望「往生淨土」是一種取相外求的修行，那麼，便可說那是僅見及於「法性實理」、但卻未隨順「世俗諦」、「第一義諦」有別而所形成的一種不當評判。相反地，宣揚「念佛往生淨土」的教說，毋寧是站在「二諦」有別之立場上，肯定學人當依佛說萬法皆各有因緣、果報等差異的教義，而可選擇修行念佛法門來打造出能夠往生淨土的契機。

因此，在「念佛」實踐歷程中，假使修行功夫深厚，那麼，也就能夠證見佛陀的「法身」。相對地，如果修為不夠，那麼，便只得觀見佛陀的「化身」或「報身」。然而，不管念佛功夫深淺如何，所謂「積功成德」，畢竟皆得往生淨土。於是在引文中，道綽便引用了《佛說無上依經》、《維摩詰所說經》等相關經教，來支持他的這種看法。

道綽的上述見解，固然持之有故、言之成理，但至少對於同樣採用「念佛」作為修行方便的中華禪師而言，他所做出的論議，並不完全諦當。因為就像四祖道信，他也教導學人稱名念佛；但難道那不是一種相應於「世俗諦」的做法嗎？可是，道信並不以「往生

---

<sup>57</sup> 《安樂集》卷1，《大正藏》冊47，第1958號，頁8中9-26。

淨土」為教旨。而若從宗教學理來看，道信教導念佛行者所體現的「超越性」<sup>58</sup>，並不是要求念佛行者在他自身從事佛法實踐活動以外的某佛國土上落實，同時也不訴求諸佛神力加持，而是要求念佛行者向內展開善化自己生命品質的轉變活動，以此貞定念佛行者經由念佛法門而能在自己生命品質上保有超出世俗情況的「超越性」。因此，念佛行者實踐佛道的主軸，一貫落在努力從事善化自己生命品質的種種行為上，亦即是要以《壇經》所說「自行佛行，自作自成佛道」<sup>59</sup>的修行精神，來達成證得「無上菩提」的修學目標。

通過上來論述可見：道綽、道信二人，踩著不同步伐，而走向同一目標。但是，就如道信所說，「念佛」而更求「往生淨土」的念佛法門教學，乃是適應根器次等者的方便施設；至於藉由「念佛」而特重善化自己生命品質的念佛禪法，則是佛陀教導上等根器者的修行正道。不止於此，不管「念佛」、還是「念摩訶般若」<sup>60</sup>，道信之後，雖然弘忍、慧能所宣揚的禪修方便或有不同，<sup>61</sup>但他們的看法也仍舊如此，都未寄望「念佛」以得「往生淨土」，而是要求修行者應當「守我本心」、「自淨其心」。

例如，弘忍說道：

---

<sup>58</sup> 正如勞思光（1927-2012）所說，佛教講「渡」，但怎樣才算完成一種價值的歸屬？那就是要離開「此世」，進入「彼世」。這裡便有一種所謂「超越性」的尋求。詳見勞思光講，郭朝順、林士華編註，《勞思光論哲學基本問題》，頁 96-102。

<sup>59</sup> 《南宗頓教最上大乘摩訶般若波羅蜜經六祖惠能大師於韶州大梵寺施法壇經》卷 1，《大正藏》冊 48，第 2007 號，頁 339 上 11-12。

<sup>60</sup> 《南宗頓教最上大乘摩訶般若波羅蜜經六祖惠能大師於韶州大梵寺施法壇經》卷 1，《大正藏》冊 48，第 2007 號，頁 337 上 15-17。

<sup>61</sup> 參見釋印順，〈東山法門的念佛禪〉，《淨土與禪》，頁 199-202。

問曰：「何名自心勝念彼佛？」

答曰：「常念彼佛，不免生死。守我本心，則到彼岸。《金剛經》云：『若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來。』故云：『守本真心，勝念他佛。』又云『勝』者，只是約行勸人之語，其實究竟果體，平等無二。」<sup>62</sup>

中華禪師勸化學人踐行佛道，有時為了強調自家修行方便的殊勝價值，也往往不免落入較量法門效能高下的評鹭脈絡中，以便展開宣傳。以此為背景，弘忍指出：如果學人能夠看守得住自心清淨、猶如虛空的真實本性——「守本真心」，那麼，便遠勝過口稱心念某佛名相。

弘忍的看法，乃是根據《金剛經》的「法空」、「非我」教義，來審思諸佛名相，從而因為通達它們都是欠缺獨立實體性的心意識現象，所以明白若把那些心意識現象，予以外在客觀化而執認實有那樣名相乃至淨土，則便不是正確掌握佛法修行的真正意義。相對地，如果根據自心意識如同虛空、本無半點雜染的清淨體性，來展開修行成佛之道，那麼，也才能夠使得自心意識由於取相、分別、執著所造成的煩惱塵勞，透過「守我本〔真〕心」的觀行，超度而至於涅槃彼岸。真能如此，也就不必一心期求往生淨土、或者寄望諸佛菩薩護助自己修道成佛。

就像慧能所說：

世尊在舍衛城說西方引化，經文分明，去此不遠。只為下根，說遠；說近，只緣上智。人有兩種，法無兩般。迷悟有殊，見有遲疾。迷人，念佛生彼；悟者，自淨其心。……心地但無不淨，西方去此不遠。心起不淨之心，念佛往生難到。除十惡，

---

<sup>62</sup> 《最上乘論》卷1，《大正藏》冊48，第2011號，頁377中17-21。

即行十萬；無八邪，即過八千。……但行十善，何須更願往生？不斷十惡之心，何佛即來迎請？若悟無生頓法，見西方，只在剎那。不悟頓教大乘，念佛往生，路遠，如何得達？<sup>63</sup>

佛經表示阿彌陀佛在西方弘法度化眾生，該佛國土離此娑婆世界，約有「十萬億佛土」。<sup>64</sup> 不過，慧能認為，那是針對尚未能夠了悟佛法真義者的一種「相說」；<sup>65</sup> 如果明白佛說意旨而不取「相說」，那麼，所謂「西方淨土」，實際上就是在修行十善業道以及剷除種種邪見的精勤努力中具體呈現了！後者，正是佛陀為上等根器者所開顯的念佛法門深層義趣。初期中華禪門的「念佛」，便是這種「內在超越」型態的禪修方便法門。換言之，佛法作為一種「宗教」，它所涵蘊的「超越性」，在初期中華禪師要求將之付諸實現的修行歷程中，便是一往就已內心意識活動及其情況的面對、深究著手。道信、弘忍、神秀（606-706）、法如（638-689），乃至於智詵（609-702）、慧能及其後輩禪師所開闡的，無分「南宗」、「北宗」、抑或「南山念佛門禪宗」<sup>66</sup>，主要就是如此型態的念佛禪法。

例如，神秀在《觀心論》<sup>67</sup> 中，便說：

---

<sup>63</sup> 楊曾文校寫，《新版敦煌新本六祖壇經》，頁 43-44。

<sup>64</sup> 《佛說阿彌陀經》卷 1，《大正藏》冊 12，第 366 號，頁 346 下 10-12。

<sup>65</sup> 《六祖大師法寶壇經》卷 1，《大正藏》冊 48，第 2008 號，頁 352 上 16-17。

<sup>66</sup> 參見宗密（784-841）的《圓覺經大疏釋義鈔》卷 3：「疏『有藉傳香而存佛』者，第六家也，即南山念佛門禪宗也。……」（《卍新纂續藏》冊 9，第 245 號，頁 534 下 20-535 上 5。）另見釋印順，《中國禪宗史》，頁 154-156。

<sup>67</sup> 《觀心論》是傳達神秀禪思想的代表論著。不過，關於《觀心論》是否為神秀所親撰的問題，學界看法不一。例如，印順認為它不是神秀所親撰，而是神秀弟子所記述抑或補充的作品。可是，John R. McRae 主張它是神秀所寫，而且是在入京以前所完成。詳見釋印順，《中國禪宗史》，頁 138；John R. McRae, *The Northern School and the Formation of Early Ch'an Buddhism*, p. 207。

夫「念佛」者，當須正念為正；不了義，即為邪。正念，必得往生淨國。邪念，云何達彼？「佛」者，覺也，所謂覺察心源，勿令起惡。「念」者，憶也，謂堅持戒行，不忘精勤。了如來義，名為正念。……且如「誦」之與「念」，名義懸殊。在口，曰「誦」；在心，曰「念」。故知念從心起，名為覺行之門。誦在口中，即是音聲之相。執相求福，終無是乎！故經云：「凡所有相，皆是虛妄。」又云：「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來。」以此觀之，乃知事相非真正也！……心為出世之門戶，心是解脫之開津。知門戶者，豈慮難成？識開津者，何憂不達？竊見今時淺識，唯見事相為功，廣費財寶，多積水陸，妄營像塔，虛役人夫，積木壘泥，圖丹畫綠，傾心盡力，於己迷他，未解慚愧，何曾覺悟？見「有」，勤勤執著。說於「無相」，兀兀如迷。但貪目下之小慈，不覺當來入大苦。此之修學，徒自疲勞；背正、歸邪，詐言獲福。但能攝心內照，覺觀常明，絕三毒，永使消亡，六賊不令侵擾，自然恒沙功德種種莊嚴，無數法門悉皆成就，超凡證聖，目擊非遙。悟在須臾，何煩皓首？<sup>68</sup>

說過「常念諸佛，心口相應」以為「齋食」的神秀，<sup>69</sup> 也以「齊速念佛名，令淨心」為修行禪法的一種方便。<sup>70</sup> 上來引文肯定「念佛」可以「往生淨國」，不過其前提在於「正念」。所謂「正念」，乃是：（1）一者要能「堅持戒行，不忘精勤」進修佛法；（2）另者必須「攝心內照，覺觀常明」，亦即常常時、恆恆時

<sup>68</sup> 《觀心論》卷1，《大正藏》冊85，第2833號，頁1273上5-中4。

<sup>69</sup> 《觀心論》卷1，《大正藏》冊85，第2833號，頁1272中14-20。

<sup>70</sup> 杜朮〈傳法寶紀〉，柳田聖山，《初期禪宗史書の研究》〈資料六：傳法寶紀〉，570-571；楊曾文校寫，《新版敦煌新本六祖壇經》〈附編（一）：傳法寶紀〉，頁181。

「觀心」<sup>71</sup>；（3）最重要的，則是要能不執相以尋求，因為一切「事相並非真正」的究竟安心處所。

又如，智詵再傳弟子、人稱「金和尚」的淨眾寺無相禪師（684-762）：

……每年十二月、正月，與四眾百千萬人受緣，嚴設道場，處高座說法。先教引聲念佛，盡一氣，念絕、聲停。念訖，說云：「無憶、無念、莫妄。無憶是戒，無念是定，莫妄是惠。此三句語，即是總持門。」又云：「念不起，猶如鏡面，能照萬像。念起，猶如鏡背，即不能照見。」又云：「須分明知起、知滅，此不間斷，即是見佛。……」……又云：「我此三句語，是達摩祖師本傳教法。」不言是詵和上、唐和上所說。<sup>72</sup>

這裡雖然也是以「引聲念佛」為修行方便，但終歸是以「無憶」為持戒、「無念」為止定、「莫妄」為觀慧，來開闡念佛法門的實踐要領。「無憶」，針對過去事相，意謂切莫心存顧戀、追悔。「無念」，尅就當前心識，是指不執意念想。「莫妄」，指向將來意願，則是表示不應亂起有所圖謀、期必的心思。總而言之，畢竟必須宗歸於其弟子、保唐寺無住禪師（714-774）所指出的「心無所得」——「圓滿菩提，歸無所得，無有少法可得，是名阿耨多羅三藐三菩提。」<sup>73</sup>

<sup>71</sup> 「觀心」的內涵，可分兩方面說明：（1）一是「消除染心對淨心的蒙蔽」，（2）二是「保持本覺淨心」。參見伍先林，〈神秀的禪法思想〉，《中國佛教與唐代禪宗》，頁 108。

<sup>72</sup> 《曆代法寶記》，佛光大藏經編修委員會主編，《佛光大藏經·禪藏》冊 17，頁 82-83。

<sup>73</sup> 《曆代法寶記》，佛光大藏經編修委員會主編，《佛光大藏經·禪藏》冊 17，頁 124。

他如，馬祖道一（709-788）的著名弟子大珠慧海（生卒年不詳）<sup>74</sup>，也有問答表示：

有法師問：「念佛是有相大乘，禪師意如何？」

師曰：「無相，猶非大乘，何況有相！經云：『取相凡夫，隨宜為說。』」

又問：「願生淨土，未審實有淨土否？」

師曰：「經云：『欲得淨土，當淨其心。隨其心淨，即佛土淨。』若心清淨，所在之處，皆為淨土。……其心若不淨，在所生處，皆是穢土。淨穢在心，不在國土。」……<sup>75</sup>

這裡指出學人心地到底清淨、還是垢穢，全由自己發心向學佛道後的實修功德所決定，而不是取決於自身所居住的國土世間。因為清淨佛國還是學人「自淨其心」後所親證得到的價值實踐場域；設若離開「自淨其心」的佛法修行，則便遍尋不著任何一種客觀實有的淨土本身。這也正是初期中華禪門引入「念佛」這一修行方便法門以來的根本見地。

這根本見地反映佛法作為善化自他生命品質的一類「宗教」，在意志取向上，初期中華禪師深信發自學人內心意識所帶動起來的各種善化努力，便可充足作為主導其價值實踐歸趣的根本動能，而挺立起其踐行佛道、以及展開佛教事業的「主體性」，因此，他們一向不把成就「無上菩提」的最高權力，交給「自作自成佛道」之外任何一位佛陀、以及該佛陀為方便眾生進修佛法而所開闢出來的清淨國土。

---

<sup>74</sup> 參見《景德傳燈錄》卷 6，〈越州大珠慧海禪師〉，《大正藏》冊 51，第 2076 號，頁 246 下 8-248 上 5。此外，對於大珠慧海著作的考辨，可見賈晉華，《古典禪研究：中唐至五代禪宗發展新探》，頁 117-119。

<sup>75</sup> 《景德傳燈錄》卷 28，《大正藏》冊 51，第 2076 號，頁 443 下 11-24。

於是從此立場出發，一切透過「念佛」而期求往生他方淨土的心願，也就全都無法脫離念佛行者「自淨其心」的「定慧等學」活動，來探得它們之所以能夠圓滿實現的必然性。因此，念佛禪法在初期中華禪門前後禪師的宣教中，容或不免有所差異，但是卻都非常肯定「自作自成佛道」是箇真實不虛的道理，從而也就不傾心懷想十方諸佛可以為自己提供某種客觀實有的清淨國土。

### （三）永明延壽所倡「禪淨雙修」的念佛法門

不過，初期中華禪門這種念佛禪思想暨禪行為的取向，日後在「禪」跟「淨土」分宗意識逐漸增強、固著的背景下，也相應發生過調適二宗見解以及其彼此關係的一些變化。永明延壽所倡導的念佛禪法，便有不同於初期中華禪門祖師見解以及相關做法的地方。

永明延壽《萬善同歸集》記載：

問：「經云：『觀身實相，觀佛亦然。』一念不生，天真頓朗，何得唱他佛號，廣誦餘經？高下輪迴，前後生滅，既妨禪定；但徇音聲，水動、珠昏，寧當冥合？」

答：「夫聲為眾義之府、言皆解脫之門，一切趣聲，聲為法界。……一言音中，包羅無外，十界具足，三諦理圓。何得非此重彼，離相求真？……未必息念消聲，方冥實相。……且如課念尊號，教有明文，唱一聲而罪滅塵沙，具十念而形棲淨土。……託此因緣，終投覺海。故經云：『若人散亂心，入於塔廟中，一稱南無佛，皆已成佛道。』……《大品經》云：『若人散心念佛，乃至畢苦，其福不盡。』……故飛錫和尚高聲念佛。《三昧寶王論》云：『浴大海者，已用於百川。念佛名者，必成於三昧。亦猶清珠，下於濁水，濁水不得不清。念佛，投於亂心，亂心不得不佛。既契之後，心、佛雙亡。雙亡，定也。」

雙照，慧也。定、慧既均，亦何心而不佛？何佛而不心？心、佛既然，則萬境萬緣，無非三昧也。』誰復患之於起心動念、高聲稱佛哉？……………稱念佛名，往生淨土，亦不得唯言名字虛假。……若人菩提心中行念佛三昧者，一切煩惱、一切諸障，皆悉斷滅。……」<sup>76</sup>

「念佛」可以遮除「亂心」，乃是修習念佛法門之後，最直截而顯明的效果之一。因此，道信援引「念佛」以為「入道安心」的一種禪修方便。不過，這種禪修方便，至少中唐（766-836）以前，尚未真正成為中華禪門修行方法主流。<sup>77</sup> 約莫要到唐末五代，因為永明延壽隨順教內修行念佛法門而且期求往生淨土的學佛風潮，在通過「觀心」以得究竟安心處所的實踐主軸下，<sup>78</sup> 略改先前面目，特別宣揚「念佛」、「參禪」二種法門兼重並行，可以獲益倍增——「有禪、有淨土，猶如戴角虎」，<sup>79</sup> 因此，作為一時修行方便的念佛禪法，才真正躍為中華禪門的修行方法主流。

上揭引文，永明延壽根據華嚴教學的「法界緣起」思想，而認為一方面固然必須明了諸法緣起而本無自性的實相一相、亦即「無相」的勝義諦理，但另一方面，也不應當忽略諸法本無自性而又隨

---

<sup>76</sup> 引見《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁962上3-下3。

<sup>77</sup> 弘忍門下弟子，例如智詵、法持（635-702）、無相、無住、南嶽承遠（712-802）等人，在各地傳禪時，事實上也教過「念佛」這一法門。詳見宇井伯壽，〈五祖門下的念佛禪〉，《禪宗史研究》，頁182-192。

<sup>78</sup> 永明延壽的「觀心」跟菩提達摩的「安心」，其彼此間的思想聯繫，可見胡順萍，《永明延壽「一心」思想之內涵要義與理論建構》，頁201-205。

<sup>79</sup> 《西方直指》卷2，《卮新纂續藏》冊61，第1163號，頁632上19-23。相關解義，可見鈴木大拙，《續鈴木大拙選集第三卷——禪と念佛の心理学的基礎》，頁141-142。

緣生起的萬殊樣相。<sup>80</sup> 因此主張：即使期求往生他方淨土的「念佛」法門，也不障礙學人習行「參禪」法門。同樣地，「參禪」法門實踐者，也不應當忌諱兼行「念佛」法門。<sup>81</sup>

話雖如此，永明延壽還是認為「念佛往生淨土」作為學人踐行佛道的一種方便法門，嚴格說來，仍只適宜認為它有作為「工具」的中介意義，而不應將它視為真正究竟徹底的修行要道。因為念佛行者往生他方佛國淨土後，如果不再進修佛法——不管是「念佛」以得入定、還是「參禪」而得入定，然後據此成就「『生』即『無生』」、「『無生』即『生』」<sup>82</sup> 的不二中道智慧，則最終仍將無力證得「無上菩提」。

所以永明延壽又說：

唯心佛土者，了心方生。……識心，方生唯心淨土。著境，祇墮所緣境中。既明因果無差，乃知心外無法。又，平等之門、無生之旨，雖即仰教生信，其乃力量未充、觀淺心浮、境強習重，須生佛國，以仗勝緣，忍力易成，速行菩薩道。……《十疑論》云：「智者熾然求生淨土，達生體不可得，即真無生，此謂『心淨故即佛土淨』。愚者為『生』所縛，聞『生』即作『生』解，聞『無生』即作『無生』解；不知『生』即『無生』，

---

<sup>80</sup> 參見《宗鏡錄》卷 12：「……以一切法緣生無性故，不得凡夫法，不得聖人法。以無性緣生故，若真、若俗，不相混濫。如云：『一切即一，皆同無性。一即一切，因果歷然。』雖即歷然，不失無性之理。雖即無性，不壞緣生之道。然，又雖但了一心，而於諸法一一了知，分明無惑。……」（《大正藏》冊 48，第 2016 號，頁 480 下 29-481 上 16。）

<sup>81</sup> 永明延壽融合「念佛」與「參禪」的方法路徑之一，便是通過其以「一心」為宗的佛法不二中道思維。相關討論，可以參見 Heng-ching Shih, *The Syncretism of Ch'an and Pure Land Buddhism*, pp.162-168。

<sup>82</sup> 《萬善同歸集》卷 1，《大正藏》冊 48，第 2017 號，頁 966 下 19-23。

『無生』即『生』。不達此理，橫相是非，此是謗法邪見人也。」<sup>83</sup>

這是根據馬祖道一所說《楞伽經》「佛語心為宗」而更張大佛陀說法以「一心」為尊主的永明延壽，<sup>84</sup> 把世界萬象攝歸入「一心」以建立其教說，於是「唯心佛土」也就成為該教說的當然結論了！<sup>85</sup> 因此，在他看來，假使不能夠站穩「自心作佛」為禪門修道根本的立場，但只就著某佛國土清淨或不清淨等各種心外境界，去諍論其是非或邪正，那麼，勢必也還無法促使自己超拔出取相、分別、執著某佛國土清淨或不清淨的虛妄臆想心識狀態。

不過，退論其次，「念佛往生淨土」作為能夠證得「無上菩提」的禪修方便之一，對於「力量未充、觀淺心浮、境強習重」的學人來說，畢竟還是有作為中介工具的效用。<sup>86</sup> 此外，「淨土」這個教門也自有它成立的理由；亦即，那是隨順世諦流布而試著引導學人認清佛教所肯定的行「因」證「果」這一宗教實踐法則，以免輕易墮入撥無世間一切因果事象的知見窠臼。

正如永明延壽所論：

……諸佛說法，不離二諦。以真統俗，無俗不真。以俗會真，萬法宛爾。經云：「成就一切法，而離諸法相。」「成就一切

---

<sup>83</sup> 《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁966中26-967上10。

<sup>84</sup> 《宗鏡錄》卷35，《大正藏》冊48，第2016號，頁619b。另見冉雲華，《永明延壽》，頁94-131；柳幹康，《永明延壽と『宗鏡錄』の研究——一心による中国仏教の再編——》，頁110-114；Albert Welter, *Yongming Yanshou's Conception of Chan in the Zongjing lu: A Special Transmission Within the Scriptures*, pp. 53-54。

<sup>85</sup> 另見 Yi-hsuan Huang, *Integrating Chinese Buddhism: A Study of Yongming Yanshou's Guanxin Xuansh*, pp. 152-153。

<sup>86</sup> 冉雲華，《永明延壽》，頁196。

法」者，世諦諸法也。「而離諸法」者，第一義諦無相也。又，經云：「雖知諸佛國及與眾生空，常修淨土行，教化諸群生。」汝但見說圓成實性無相之教，破遍計所執畢竟空無之文，不信說依他起性因緣之教，即是不信因果之人，說於諸法斷滅相者。……<sup>87</sup>

這是在「若人不能知，分別於二諦，則於深佛法，不知真實義」<sup>88</sup>的佛說二諦中道法義基礎上，肯定「念佛往生淨土」的法門，自有能讓世人不墮入撥無一切因果事象的斷滅見地之效用。不過，相對說來，如果修行者養成足夠深澈的心智能力，那麼，縱使「念佛」以得往生，也仍可在該淨土繼續深造，最終通達「生體不可得，即真無生」的佛實相義趣。

因此，永明延壽的念佛禪教，雖然融攝教界習行念佛法門而又期求往生他方淨土的思想暨實踐路數，但究實而言，並未曾遠離初期中華禪師所特重的「自作自成佛道」這一根本立場。例如在往生淨土九品階位的分劃下，永明延壽不但認為「修定」、「習觀」之類的「定心」念佛，得於往生淨土後，位居上品，而「但念名號」之類的「專心」念佛，則只能夠取得下品階位；並且最後仍舊歸宗於「隨其心淨則佛土淨」的中華禪修精神。

永明延壽這樣說道：

九品經文自有昇降，上下該攝，不出二心：一、定心，如修定、習觀，上品往生；二、專心，但念名號，眾善資熏，迴向發願，得成末品。仍須一生歸命，盡報精修，坐臥之間常面西向，當行道禮敬之際、念佛發願之時，懇苦翹誠，無諸異念，……如斯志誠，必不虛棄。如或言行不稱，信力輕微，無念念相續之

<sup>87</sup> 《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁966中26-967上10。

<sup>88</sup> 《中論》卷4〈觀四諦品〉，《大正藏》冊30，第1564號，頁32下18-19。

心，有數數間斷之意，恃此懈怠，臨終望生，但為業障所遮，恐難值其善友，風火逼迫，正念不成。何以故？如今，是因；臨終，是果。應須因實，果則不虛。……如要臨終十念成就，但預辦津梁，合集功德，迴向此時，念念不虧，即無慮矣！……若心淨，即香臺寶樹，淨刹化生；心垢，則丘陵坑坎，穢土稟質。……是以離自心源，更無別體。……故知一切歸心，萬法由我。欲得淨果，但行淨因。<sup>89</sup>

就中所論，要點有三：（一）雖然同樣念佛期求往生淨土，但是仍然必須根據念佛功夫深淺，來決定念佛行者往生淨土後的階位高低。（二）念佛得生淨土的條件是：（1）對於念佛法門懷有堅定不移的信心；（2）必須心意識相續不斷地念佛；（3）此外，需要其他善業資助。（三）念佛行者所居住的國土世間到底清淨、還是穢垢，最終必須交由修行者自己所打造出來的功德內涵如何來決定。

由此可見，即使期求往生淨土的念佛禪教，它的實踐方法暨修行原則，還是歸宗於道信所說「於一佛念念相續」；而且其畢竟之處，則落在「心無所念」。換句話說，念佛行者唯有能夠自心毫不留存任何取相、分別意識作用下所緣念的佛名、佛相乃至佛陀功德，才得徹底安頓生命或身心，究竟修行成佛之道。

#### 四、念佛禪法的安心學理

自從「稱名」這一念佛法門開設以來，相較於「觀想」乃至「觀像」等其他念佛法門，也許因為入門快捷、操作簡易，所以在佛教學界便廣大流行起來。單就中華地區而言，一如上來所述，初唐（618-712）以後，最遲晚唐（836-906）、五代（907-979）時期，

---

<sup>89</sup> 《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁968下12-969上13。

已經形成「稱名念佛」這一法門獨擅勝場的態勢。非但如此，日後跟念佛行者期求往生他方淨土的意願結合，再加上僧團著名領導者的大力宣傳，「念佛」跟「往生淨土」便儼然構成一種形動影隨的關聯，導致世俗一般認為「念佛」就是必定期求「往生淨土」，而「往生淨土」也要藉由「念佛」來達成。甚至，還竟以為「稱念佛名」是「念佛法門」的全部。

可是，就像印順所說：

淨土法門，一般都以稱名念佛為主，以為稱名就是念佛。其實，稱名並不等於念佛，念佛可以不稱名，而稱名也不一定是念佛的。<sup>90</sup>

「念佛可以不稱名」，因為別有「觀想」乃至「觀像」等其他念佛法門。至於「稱名也不一定是念佛的」，則更指出：如果僅僅止於開口誦唸某佛名號，然卻沒有深心繫念佛陀形相乃至功德，那麼也不真正夠格說是在「念佛」。<sup>91</sup>

### （一）「自作自成佛道」的念佛禪法

念佛法門要求學人一心繫念某佛名號、形相乃至其所成就的功德法身：這種專心繫念「佛名」、「佛相」乃至「佛功德」的禪觀實踐方式，教授者的最初用意，大多是為藉此摒除學人心中其他雜思亂想，促使其精神貫注在那些具有特定佛教價值的意識對象上。因此，若從修行念佛法門的具體運作情況看，則其實它本身就是被叫做「思惟修」或「靜慮」的所謂「禪那」（*dhyāna*）。念佛行者通過念佛法門而不斷精進，一旦深入達成某種「三昧」，便能

---

<sup>90</sup> 釋印順，〈念佛淺說〉，《淨土與禪》，頁 103。

<sup>91</sup> 釋印順，〈念佛淺說〉，《淨土與禪》，頁 105。

讓身心維持在一種淺深不等的安樂狀態。而這也正是念佛法門可以確保中華禪師所說「入道安心」獲得充足實現的具體表徵。甚至，通過念佛入定而往生天界抑或某佛國土，則不僅念佛行者的生命困苦可得解脫，而且還有迥異於五濁惡世的進修場所可以助成念佛行者在生命或身心安頓效果上不斷增上。

不過，經由「念佛」以得「入道」而「安心」的念佛禪法，在印度興起的初期，正如阿含經典所示，作為「六念」之一的「念佛」，<sup>92</sup> 如果權且從「自力」、「他力」二分的視角切入，那麼，大致可說，還是側重於展示念佛行者精勤修學佛法的主體能動力用這一層面的成佛條件為其主軸所在。<sup>93</sup> 可是，大乘佛法盛行後，或許一者真是由於學人對於佛陀所修功德法身及其精神人格的「永恆懷念」，再者加上大乘經典每每歎說諸佛菩薩神力不可思議，能夠護助學人進修佛法，所以大乘學人相對更為看重的成佛條件，便轉而偏向「信根」以為其核心的他力得度願求上。

例如《佛說觀無量壽佛經》記載：

……佛告韋提希：「汝是凡夫，心想羸劣，未得天眼，不能遠觀。諸佛如來有異方便，令汝得見。」

時，韋提希白佛言：「世尊！如我今者，以佛力故，見彼國土。若佛滅後，諸眾生等，濁惡不善，五苦所逼，云何當見阿彌陀佛極樂世界？」

佛告韋提希：「汝及眾生應當專心，繫念一處，想於西方。云何作想？……當起想念，正坐西向，諦觀於日，令心堅住，專

<sup>92</sup> 《雜阿含經》卷 30，《大正藏》冊 2，第 99 號，頁 218 中 25-28；《增壹阿含經》卷 34〈七日品〉，《大正藏》冊 2，第 125 號，頁 739 下 29-740 上 6。

<sup>93</sup> 正如釋傳發所指出：「……修觀者之念佛沒有他力的傾向，因念佛不外是二方面：其一，淺者依念佛而得止息散亂心；其二，深者則作為入定修觀之前方便（前奏）。……」詳見釋傳發，〈論禪淨自悟與他力思想之開展——從念佛見佛到即心是佛〉，《佛藏》15，頁 8。

想不移，見日欲沒，狀如懸鼓。既見日已，閉目開目，皆令明了。是為日想，名曰初觀。……」……佛告阿難及韋提希：「凡生西方，有九品人。上品上生者，若有眾生願生彼國者，發三種心，即便往生。何等為三？一者、至誠心，二者、深心，三者、迴向發願心。……生彼國時，此人精進勇猛故，阿彌陀如來與觀世音及大勢至、無數化佛、百千比丘、聲聞大眾、無量諸天、七寶宮殿，觀世音菩薩執金剛臺，與大勢至菩薩，至行者前。阿彌陀佛放大光明，照行者身，與諸菩薩，授手迎接。觀世音、大勢至與無數菩薩，讚歎行者，勸進其心。行者見已，歡喜踊躍，自見其身，乘金剛臺，隨從佛後，如彈指頃，往生彼國。……」<sup>94</sup>

這裡所說，便是藉由習行十六種「觀想」而得次第「見佛」的大乘佛法。其中特別值得留意的，乃是強調要以「至誠心」、「深心」、「迴向發願心」為三大條件，然後「觀想念佛」的成就者，在諸佛菩薩的神通光照下，便能往生西方淨土。

又，同樣看重念佛行者的「迴向發願心」，以及勸導念佛行者仰信諸佛菩薩神力護助，《佛說阿彌陀經》也這樣宣告：

……極樂國土，眾生生者，皆是阿鞞跋致；其中，多有一生補處，其數甚多。……眾生聞者，應當發願，願生彼國。所以者何？得與如是諸上善人俱會一處。舍利弗！不可以少善根福德因緣，得生彼國。舍利弗！若有善男子、善女人，聞說阿彌陀佛，執持名號，若一日、若二日、若三日、若四日、若五日、若六日、若七日，一心不亂，其人臨命終時，阿彌陀佛與諸聖

---

<sup>94</sup> 《佛說觀無量壽佛經》卷 1，《大正藏》冊 12，第 365 號，頁 341 下 22-345 上 4。

眾，現在其前。是人終時，心不顛倒，即得往生阿彌陀佛極樂國土。……<sup>95</sup>

因此，「念佛」結合「往生淨土」的念佛禪法教學，往往強調「自力念佛」必須達到「一心不亂」的地步；除此以外，仰信諸佛菩薩神力、以及至誠發心願生淨土的「信願力」，更是念佛行者究竟成佛之道的必要條件。<sup>96</sup>

這樣一種雖非完全仰仗「他力」的念佛法門，若從宗教心理角度切入，則它相對於那些似乎完全信靠「自力」以得佛果的念佛禪法，落實在宣稱須經三大阿僧祇劫才能成佛的大乘教說背景下，顯然便可基於多了一些超出自修功德的外援力量，而使得念佛行者在那樣長遠的佛道踐行歷程中，不至於感到過於孤單無助。這對於念佛行者來說，無疑也非常有利於他們想藉「念佛」以得「入道」而「安心」時所需具備之條件的不斷積累。更甬論結合他方清淨佛國土的信念以及其個人往生淨土的意願——所謂「得與如是諸上善人俱會一處」，則念佛行者一想及此，又怎不會因此心生欣樂，更加勵精圖進，以便不僅能夠往生淨土，同時還得以位居上品的身分，見佛、聞法，最終達成究竟安頓身心或生命的修學目標？

不過，念佛法門傳入中華地區後，單就菩提達摩以下被稱為「南天竺一乘宗」的中華禪門而言，由四祖道信所鄭重引入中華禪門的「稱名念佛」，一如前述，並不刻意仰求「稱名念佛」活動以外「他者」——例如諸佛、菩薩乃至天神的超凡能力介入，而是始終秉持阿含經教的「念佛」實踐精神，亦即不往外攀求一個獨立於

---

<sup>95</sup> 引見《佛說阿彌陀經》卷1，《大正藏》冊12，第366號，頁347中4-17。

<sup>96</sup> 例如蕩益智旭（1599-1655）、印光聖量（1861-1940）等人。參見《佛說阿彌陀經要解》卷1，《大正藏》冊37，第1762號，頁370下21-371上14；《印光法師文鈔》卷一之一，〈復濮大凡居士書〉，佛光大藏經編修委員會主編，《佛光大藏經·淨土藏》冊10-11，頁25。

念佛活動以外的「他者」，但僅內觀凝視自己的身心情況，去展開更為廣大深入的觀察思維，以及至誠投入各種能夠善化其生命內涵的修行功夫。因此，中華念佛禪行者所賴以究竟成佛之道的動力來源，在「自力」、「他力」輾轉依持的緣起中道正觀下，暫時順俗分別來表示時，便可說更傾重於「自力」的充足支持，而不心存異想地仰信「他力」護助自己調練身心或生命品質，於是相對也更易促成念佛行者原先雜亂的心意識活動，循此念佛法門而收攝、靜定下來，而更有利於其他修學項目——例如「四攝」、「六度」乃至「萬行」的極致展開。

## （二）「念」而「無所念」的安心要道

上來所說念佛法門，雖然格外尊尚「自力」而不偏崇「他力」，但落在印度佛學傳統，卻仍可說是嚴分「定」、「慧」二學意識下所呈現出來的念佛禪教特點。這也就是說，在開口唸誦佛號、觀心想像佛陀形相、甚至專心繫念諸佛功德法身的念佛禪修活動中，「念佛」以得「三昧」，然後根據「念佛三昧」，見佛、聞法，乃至往生天界或他方淨土，等等，乃是認為「止定」先行於「觀慧」，因此念佛法門修行者必須依「定」發「慧」，<sup>97</sup> 才能解脫生命困苦。而支持這種修行論觀點的念佛禪思想，它在探及「心性」(citta-prakṛti) 層面的修學義理基礎，便是認為眾生煩惱塵勞確實有待念佛修行功夫予以刮除淨盡的「非心性本淨」思想。為什麼？因為並未肯定眾生心意識於存在根本意義上是體性清淨、亦即「空的」(śūnya)——但也不可說它是雜染的——所以煩惱塵勞對於念佛行者所可能造成的情感困結、知見障礙、意志紛擾，等等，便被認為實實在在能夠滲透入眾生心意識底層的東西，因此也就不能容

---

<sup>97</sup> 參見 Edward Conze, *Buddhist Thought in India: Three Phases of Buddhist Philosophy*, pp. 51-53。

許念佛行者漠視它們的存在以及其作用。於是面對自心意識活動中這些實實在在而不容予以輕忽的煩惱塵勞，念佛行者必定得要想盡辦法，藉由念念相續不斷的念佛功夫，「時時勤拂拭」地努力把它們去除淨盡。可是，相對於此，立足於「佛性是不二之法」的見地上，<sup>98</sup> 強調「唯論見性」而「不論禪定解脫」的初期中華禪師，<sup>99</sup> 教導學人採取「稱名」方式，以「念佛」乃至「念摩訶般若」時，卻是奠基在「心性本淨」義理思維上的「念佛」乃至「念摩訶般若」法門。更具體地說，便是：因為能夠通達眾生心意識於存在的根本意義上，是體性清淨、本性空寂，猶如無形無相、不可限量的「虛空」（ākāśa）；而一切由心意識活動所造作出來的生命困苦——所謂「煩惱塵勞」，也畢竟是些虛妄不實的東西——「本來無一物」。所以在修學佛法的心態上，便可不再念茲在茲地視煩惱塵勞如同寇讎一般，必定得要作意生心地以念佛功夫將它們勦滅淨盡而後快。相反地，乃是只要「念起即覺，覺之即無〔=空〕」，<sup>100</sup> 而更不必起心入定，殷勤想要依「定」發「慧」，來掃除那些本來就是虛妄不實的煩惱塵勞。<sup>101</sup> 職此之故，在禪修義理上，雖然同

<sup>98</sup> 《曹溪大師別傳》卷1，《已新纂續藏》冊86，第1598號，頁50下。「佛性是不二之法」，在《六祖大師法寶壇經》中作「佛法是不二之法」；詳見《六祖大師法寶壇經》卷1，《大正藏》冊48，第2008號，頁349下16-28。

<sup>99</sup> 《六祖大師法寶壇經》卷1，《大正藏》冊48，第2008號，頁349下3-9。

<sup>100</sup> 參見《中華傳心地禪門師資承襲圖》卷1：「……覺諸相空，真心無念。念起即覺，覺之即無。修行妙門，唯在此也。故雖備修萬行，唯以無念為宗。……」（《已新纂續藏》冊63，第1225號，頁34上3-9。）

<sup>101</sup> 關於「心性本淨」、以及跟它相對的「非心性本淨」思想，在佛學發展史上，因為有不同學說可作為其詮釋背景，所以它們的內涵也前後乃至同時顯出大小不等的差異。本論文在此所說「心性本淨」，是取般若中觀學說所謂「『畢竟空』即是『畢竟清淨』」的觀點，而不是認為眾生心意識於存在本質上可被「清淨」、「雜染」等這些用來表示事物某種固著特質抑或性徵的概念所限定陳述。參見《大智度論》卷63〈歎淨品〉，《大正藏》冊25，第1509號，頁508下6-7；《大乘理趣六波羅蜜多經》卷1〈歸依三寶品〉，《大正藏》冊8，第261號，頁868上21-23。在佛學發展史上，相對較為早期的一些討論，可見《成實論》

屬「內觀自心意識」型態，不過，相對而論，因為心存「有『妄』須除」、「有『佛』要念」，所以前者在展開內觀自心意識的念佛活動時，便多少還有些許「仰望他力」的傾向。換句話說，在前者的念佛禪思想暨禪行為中所肯定的「超越性」，仍舊露出一種「外張」態勢，而不像後者所呈顯的是「內斂」姿態。這或許也是「念佛法門」比較容易跟「往生他方佛國淨土」思想緊密連結起來的內在原由之一吧！

對於不說根據「禪定」以得獲「解脫」的初期中華禪師而言，表現在施設「念佛」這一入道安心方便法門的作為上，正如前述，道信宣傳「繫緣法界」的念佛禪法時，他的教學重點，便是要求念佛行者應當斂攝心神而不向外張望，努力做到「念」而「無所念」的深度修為，來證實自心意識體性空淨而從不受著亦不捨離任何雜染的「法界一相」——所謂「無相」之本然狀態。而這也是念佛行者能夠究竟安頓身心或生命的清淨國土。嗣後，弘忍、慧能所努力開闡的中華禪法，也莫不皆然。只是這種「內斂」型態的念佛禪法，初唐乃至中唐以前，尚未蔚為中華禪修方法主流；相對地，在該時期，「念佛」方式結合「往生淨土」思想的「念佛往生淨土」法門，早已在中華地區相當盛行。因此，時至唐末五代，永明延壽順應「念佛往生淨土」的念佛修行風潮，而鄭重倡導「禪」、「淨」雙修時，便更多地以「往生淨土」為教門，來引導學人研習「參禪」、「念佛」並行不悖的念佛禪法。

永明延壽所傳念佛禪法，一方面固然尊重諸佛菩薩能夠冥加於念佛行者身上的外緣力用，不過，究其實質，則仍舊強調念佛行者「見佛」的根本條件，終歸是由其所下念佛功夫深淺如何來決定。換言之，也就是認為「定中見佛」、「往生淨土」等實質功業，還

---

卷3〈心性品〉：「論者言：『有人說心性本淨，以客塵故不淨。又說，不然。』……」（《大正藏》冊32，第1646號，頁258中3-20。）或見《阿毘達磨大毘婆沙論》卷27，《大正藏》冊27，第1545號，頁140中19-141上9。

是念佛功夫深達一切諸法實相後所自然呈現的結果。至於念佛行者蒙受諸佛菩薩的神力護持，則只是一些可能有助於念佛行者證得「無上菩提」的外緣因素。《萬善同歸集》中，便曾傳達如此意旨：

問：「凡所有相，皆是虛妄。但有好境，取即成魔，何得著相興心而希冥感耶？」

答：「修行力至，聖境方明。善緣所生，法爾如是。故將證十地，相皆現前。是以志切、冥加，道高、魔盛。或禪思入微，而變異相；或禮誦懇志，暫覩嘉祥。但了惟心，見無所見。若取之，則心外有境，便成魔事。若捨之，則撥善功能，無門修進。《摩訶論》云：「若真若偽，惟自妄心現量境界，無有其實，無所著故。又，若真若偽，皆一真如，皆一法身，無有別異，不斷除故。」《智論》云：「不捨者，諸法中皆有助道力故。不受者，諸法實相畢竟空無所得故。」……是知不有而有，無性緣生；有而不有，緣生無性。常冥實際，中道泠然，欣感不生，分別情斷，虛懷寂慮，何得失之所惑乎？……是以志心誦者，證驗非虛，常為十方如來、釋迦文佛密垂護念，讚言善哉！授手摩頭，共宿衣覆，攝受付囑，隨喜威加。乃至神王護持，天仙給侍，金剛擁從，釋梵散華。……」<sup>102</sup>

從事「念佛」乃至「誦經」等活動的修行功德，可以感得諸佛神力加被、諸天發心護持，確實是大乘經中處處宣揚的佛法利益。引文中的質問，乃是站在般若經教一切法「空」、「無所有」、「不可得」等見地，而認為「誦經」乃至「念佛」等等，都是一些作意起心、取著名相的行為，何況還更祈求諸佛菩薩以其神力護助自己！因此，對於那些行為以及想法，質問者懷疑它們也許正好背離般若

<sup>102</sup> 《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁962下4-963上28。

經教一切法「空」、「無所有」、「不可得」的意旨。

永明延壽對於這一質問的回答，雖然難免患有引用經中待證論點來做出解釋的循環論證弊病，但他的答覆扣緊「自性空」、「緣起有」相即不二的中道思維主軸展開，因此便能既不落入質問者所偏尚的「自性空」思維陣營，也不至於陷在相對崇重「緣起有」的思維窠臼。而更重要的，關於從事「念佛」乃至「誦經」等活動的修行者，到底他們是否「取相興心」？是否希求「冥感」？等等，這些問題，在永明延壽的解釋中，也儼然已經能夠把世俗一般或會採取類似質問者所懷抱的主客二元、能所二分之後的事物化乃至實體化思維模式，在「念佛」乃至「誦經」等活動中予以解消淨盡。這也就是說，永明延壽指出修行者所能夠看見的殊勝景象、以及他個人所感得的神力加被，莫不是修行者仗其「念佛」乃至「誦經」等活動所積累的修行功德而所自然招感得到的結果，<sup>103</sup> 並不是修行者心有取捨、意存得失所造成的思想產物。因為倘若單憑自心的取相、分別、執著等意識作用，而便寄望諸佛菩薩以其神力護持自己，那麼，終究還是無法徹底脫離自心錯將魔境認作佛地的虛妄臆想情況。

強調「自力」而又尊重各種能夠護助修行者「入道安心」的佛法，所以永明延壽說過：

……若約上上圓根，大機淳熟，無諸遮障，頓了頓修。若妄念不生，何須助道？大凡微細想念，佛地方無。……情塵障厚，卒淨良難；若非萬善助開自力，恐成稽滯。又，若論福業，遍行門中，萬行莊嚴，不捨一法，皆能助道，顯大菩提，具足十種受持，亦無所闕。……以知登地菩薩，非獨為他解說，尚自發願誦持，何況初心而不稟受？但先求信解悟入，後即如說而

---

<sup>103</sup> 參見《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁964中15-19。

行，口演、心思，助開正慧。若未窮宗旨，且徇文言，雖不親明，亦熏善本。般若威力，初後冥資。於正法中，發一微心，皆是初因，終不孤棄。……是以或因念佛而證三昧，或從坐禪而發慧門，或專誦經而見法身，或但行道而入聖境，但以得道為意，終不取定一門。惟憑專志之誠，非信虛誕之說。<sup>104</sup>

「念佛」、「坐禪」、「誦經」、「行道」等活動，並屬可能引導修行者入道安心、證果得度的修行法門。因此，「念佛」得與「參禪」并行，但視修行者能否隨緣調配、運用得當而已！不過，無論學習何種法門，一以貫之的實踐原則，便是修行者必須心神專一、努力從事，莫要分心仰望虛誕傳說——這是前面已經指出的「至誠心」。根據這種「至誠心」，落實在作為助道法的「念佛」法門方便上，<sup>105</sup> 如果能夠念念相續地不斷精進，那麼，便可養成「深心」。假使還想藉由「念佛」而往生他方淨土，則更需有「迴向發願心」，才得成辦。但不管「念念相續」到達哪種程度，作為「念佛」所依歸的實踐指標，畢竟落在到底是否做到「無〔所〕念」之上？<sup>106</sup>

所謂「無〔所〕念」，不是禁絕一切感知而以斷滅心思意想的狀態為其實質，而是意指雖然從未捨離心意識對象、但卻又絲毫不執著該對象，因此也才稱得上「念」同「無念」，「無〔所〕念」跟「念〔佛〕」之間從未有過隔礙不通的任何限界。

就像永明延壽回答來問所說：

---

<sup>104</sup> 《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁963上29-964上9。

<sup>105</sup> 《萬善同歸集》卷1：「……無念一法，眾行之宗。微細俱亡，唯佛能淨。……況居凡地，又在初心，若無助道之門，正道無由獨顯。……」（《大正藏》冊48，第2017號，頁965上3-11。）

<sup>106</sup> 永明延壽所說「念念相續」的真實意義，可參見孔維勤，《永明延壽宗教論》，頁309-315。

古德問云：「萬行統惟無念，今見善、見惡，願離、願成，疲役身心，豈當為道？」

答：「此離念而求無念，尚未得真無念，況念、無念而無闕乎？又，無念，但是行之一，豈知一念頓圓，如上所引，佛旨煥然？何得空腹高心，以少為足，擬欲蛙嫌海量、螢掩日光乎！」<sup>107</sup>

「如上所引」，是指永明延壽所說佛經處處開示「空」、「有」相即不二的中道正觀。<sup>108</sup> 至於「無念」、「有念」相對立說時，「無念」不過眾多教門之一。真正絕待的「無念」，則是一念之中具有「泯相離緣，空有俱亡，體用雙寂」等遠離一切意識取相分別執著情況的「頓」義，而且也寓含「具德同時，理行齊敷，悲智交濟」等心智能夠攝受諸法性相差別的「圓」義，因此落在「念佛」活動上，便可表示為「念」即「無念」、「無念」即「念」——「有空不乖」、「一二無闕」。<sup>109</sup> 於是念佛行者便可通過念念相續不斷的修行功夫，趣向而深入至「無念」、「無相」的真實空境，同時也能反過來掌握「念」而「無所念」的「念念不住」之實踐精神，於所處世界隨緣度化眾生時，適應機宜地施設「觀想」、「稱名」乃至「觀像」等不同方便行相。唯有如此「悲智交濟」、「理行齊敷」，方能在稱念佛陀而願生佛淨土的念佛禪法中，安頓自他身心或生命，而於現世抑或來生，臻乎極樂。

永明延壽這一念佛禪教，之所以也特別重視「往生淨土」的行願，如前所說，除有適應時代教學風潮的外緣因素，其實另有藉此

---

<sup>107</sup> 《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁959上6-12。

<sup>108</sup> 參見《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁958下4-959上6。

<sup>109</sup> 參見《萬善同歸集》卷2，《大正藏》冊48，第2017號，頁970中15-25。這也可說是永明延壽以其「一心」思想融合「念佛」暨「無念」的一種表現。相關討論，可見王鳳珠，《永明禪師禪淨融合思想研究》，頁353-355。

批判反思佛法教說方式的內在原由。簡要說來，便是：永明延壽鑑於教界學人，或多偏取「非心非佛、非理非事」等「泯絕之言」，同時執定它們就是佛法妙義所繫，但卻不曉得它們只是一時應機的「遮詮」說法，而不是意謂佛法妙義僅僅止於那樣的教說樣相。因此，為了破除邪見以顯揚正法，永明延壽嘗試使用「表詮」方式，來引導學人「見性成佛」。<sup>110</sup>

針對佛教學界的偏執，永明延壽強調教說者不應因為自己尊尚「遮詮」，而便非毀「表詮」。所以論道：

……祖立言詮，佛垂教跡，但破遍計所執，不壞緣起法門。「遍計性」者，情有、理無，如繩上生蛇、杌中見鬼，無而橫計，脫體全空。「依他性」者，即是因緣。若隨淨緣，即得成聖。若隨染緣，即乃為凡。是以從緣無性，故號「圓成」。……故欲顯性，先須破執。破執方便，須凡聖俱泯、功業齊祛，使心無所著，方可修禪。後學淺識，便執此言為究竟道，……皆謂遮言為深、表言為淺，故惟重非心非佛。良由以遮非之辭為妙，不欲親證自法體，故如此也。如上所引，祖教了然，但以所非者破其執——離性之相，而生常見；離相之性，成其斷滅。或有所讚者，乃是了：即性之相，用不離體；即相之性，體不離用。故知相是性之相，性是相之體。若欲讚性，即是讚相；若

---

<sup>110</sup> 《萬善同歸集》卷1：「……諸佛如來一代時教，自古及今，分宗甚眾，撮其大約，不出三宗：一、相宗，二、空宗，三、性宗。若相宗，多說是；空宗，多說非；性宗，惟論直指，即同曹溪見性成佛也。如今不論見性，罔識正宗，多執是非，紛然諍競，皆不了祖佛密意，但徇言詮。如教中，或說是者，即依性說相；或言非者，是破相顯性；惟性宗一門，顯了直指，不說是非。如今多重非心非佛、非理非事泯絕之言，以為玄妙，不知但是遮詮治病之文；執此方便，認為標的，却不信表詮直指之教，頓遺實地，昧却真心。如楚國愚人認雞作鳳，猶春池小兒執石為珠，但任淺近之情，不探深密之旨。迷空方便，豈識真歸？」（《大正藏》冊48，第2017號，頁959上13-27。）

欲毀相，祇是毀性。云何妄起取捨之心而生二見？若入一際法門，則毀讚都息。<sup>111</sup>

慧能說過：「佛法是不二之法。」而且表示：「無二之性，即是佛性。」<sup>112</sup> 永明延壽所說「相是性之相，性是相之體」，也是意在揭開「不二之法」、「無二之性」的內涵，藉以曉諭佛法教學者不要「妄起取捨之心而生二見」。不過，永明延壽在此論究法義時，觀念方面使用唯識學派的「三自相」，而經義根據上又汲取《大方廣佛華嚴經》的「如來性起正法」思想，因此，當他改從「如來性起正法」的視角，來看「念佛」乃至「誦經」等活動時，便不再單純認為它們只具一時方便的作用，而是認為其中還深藏著「法界實德」。

例如《萬善同歸集》有段問答，便說：

問：「諸佛如來、三乘教典，惟有一味解脫法門，云何廣說世間生滅緣起？擬心即失，不順真如；動念即乖，違於法體。」  
答：「若論一相一味，此乃三乘權教，約理而言，即以一切因緣而為過患。今所集者，惟顯圓宗，一一緣起，皆是法界實德，不成不破，非斷非常，乃至神變施為，皆法如是，故非假神力，暫得如斯。纔有一法緣生，無非性起功德。《華嚴經》云：『此華藏世界海中，無問若山、若河，乃至樹林、塵毛等處，一一無不皆是稱真如法界，具無邊德。』」<sup>113</sup>

「動念」、「擬心」，乃是世人各有因緣而隨機生起、應物施行的生命現象。如果從「空宗」立場檢視之，則全都是應被批判超越的

<sup>111</sup> 《萬善同歸集》卷3，《大正藏》冊48，第2017號，頁986下12-987中2。

<sup>112</sup> 《六祖大師法寶壇經》卷1，《大正藏》冊48，第2008號，頁349下16-28。

<sup>113</sup> 《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁959上28-中8。

現象。不過，改由「性宗」視角來看，則「擬心」、「動念」皆是體性空淨的如來性起功德，那麼，便也不必一向要求應當想盡辦法予以遮除、斷滅。在這一知見背景下，「念佛」、「誦經」等活動，從它跟「真如法界」潛符冥契的意義說來，都不僅只有作為中介或工具的「方便」意義，而是本身即為目的或宗標的「真實」顯現。至於「念佛」而又期求「往生淨土」的淨土念佛法門，在「自力」、「他力」相對分別的意識下，正如前論，雖然仍以「自力」為主、「他力」為輔，不過究竟說來，「自」、「他」既非絕對獨立，便也不是徹底互斥。

例如《萬善同歸集》記載一段問答，便說：

問：「即心是佛，何須外求？若認他塵，自法即隱。」

答：「諸佛法門，亦不一向，皆有自力、他力，自相、共相。十玄門之該攝，六相義之融通，隨緣似分，約性常合。從心現境，境即是心。攝所歸能，他即是自。古德云：『若執心、境為二，遮言不二，以心外無別塵故。若執為一，遮言不一，以非無緣故。』《淨名經》云：『諸佛威神之所建立。』智者大師云：『夫一向無生觀人，但信心益，不信外佛威加益。』經云：『非內非外，而內而外。』『而內』，故諸佛解脫於心行中求。『而外』，故諸佛護念。云何不信外益耶？夫因緣之道、進修之門，皆眾緣所成，無一獨立。若自力充備，即不假緣。若自力未堪，須憑他勢。……但可內量實德，終不以自妨人。又，若執言內力，即是自性。若言外力，即成他性。若云機感相投，即是共性。若云非因非緣，即無因性——皆滯闕執，未入圓成。若了真心，即無所住。」<sup>114</sup>

「自」、「他」分別而相對建立，固然各有一定作用暨意義，但卻

---

<sup>114</sup> 《萬善同歸集》卷1，《大正藏》冊48，第2017號，頁961下12-962上2。

不宜執定任何一邊而以為其有絕對彼此是非的定量，由此才能避免在當該展開種種與佛說緣起中道正法相應的實踐活動時，形成留滯不通的某種知見困境。因為對於證見緣起中道正法而擁有「真心」的聖者，<sup>115</sup> 了悟「真如法界」中一切緣起現象莫不融通無礙，便不會有類似「自」、「他」等訴諸主觀取相、分別心識作用後的任何執定，所以「念佛」而期求「往生淨土」，也不必定要說是由「自力」或依「他力」所成就；更甬論認為必須合會「自」、「他」二力，才能夠辦到了！

## 五、結論

釋迦佛陀勸導世人應從生死輪迴不斷的「此岸」，超越、拔出，而以充滿各種修行功德的身心品質或生命內涵，渡向解脫涅槃之「彼岸」。

這一涉及宗教「超越性」課題的修學要求，具體表現在探尋、實踐某種能夠使得自他身心或生命皆獲究竟徹底安頓的成佛之道上。不過，佛法教說本身的這種修學要求，畢竟是箇有其因緣、亦即必須具備特定體現條件的價值實踐課題。至少，對於佛教來說，如果未先擁有相對安寧、靜定的一分身心素質，那麼，要想從看清世界真相中，去採取某些法則，來引導自己以及他人歸向佛法教說所期求實現的價值目標——「解脫」、「涅槃」乃至「無上菩提」，成為一名「阿羅漢」、「菩薩」乃至「佛陀」，則以佛教標準來看，便是一件不可能的事情了！

---

<sup>115</sup> 永明延壽的「真心」，乃是「妄心」之體；「真心」與「妄心」一體無二。因此，雖說聖者擁有「真心」，但聖者也必通達「妄心」，是故能夠了悟一切緣生事象本來融通無礙。另見楊曾文，〈永明延壽的心性論〉，《中華佛學學報》13，頁466-468；胡順萍，〈永明延壽「一心」思想之內涵要義與理論建構〉，頁247-249；Huang, Yi-hsuan, *Integrating Chinese Buddhism: A Study of Yongming Yanshou's Guanzin Xuanshi*, pp. 67-73。

職此之故，涉及「念佛」這個法門的教說，不管它們最後所真正達成的結果，到底根據「自力」、還是仰賴「他力」，首先應被要求的，便是念佛行者必須具備一定禪修功夫所打造形成的安定心身素質，來作為進一步鍛鍊、提升自己生命能力的基本條件。不過，如果想要實現由低至高的佛法修學目標，畢竟聽任念佛行者的心智涵養到底如何而決定。因此，在念佛法門實踐過程中，念佛行者也就必須不斷檢視那些歷經鍛鍊、涵養的心智能力，到底是粗淺、還是已經達到深徹的程度？尤其最後還得覺悟自己通過念佛法門所實證親得的禪定暨智慧境界，並不同於「諸法實相」本身，所以即使能夠念相續不斷念佛，但也都不可生心住著在任何定慧境界上。唯有如此，才是真正符應「諸法實相」的念佛禪法，而可令自己成就非同凡俗的身心或生命品質。

單就大乘念佛法門的修學內涵來看，念佛法門在印度地區興揚期間，最初所寢盛的，乃是承繼阿含經中教導學人繫念佛陀功德的「念佛」修行方法，<sup>116</sup>一轉而成為觀想佛陀形相以及由此所日益帶起的仗佛神力思想。它的短程目標，落在趣入某種三昧正受境界，甚或期求能夠往生他方淨土；不過其終極目的，還是落在證得「無上菩提」。因此，在這念佛禪教體系中，「念佛」本就是「禪那」——「思惟修」或「靜慮」的一種。只是在印度宗教思想文化傳統下，這一念佛禪法的行持，多少特尊十方諸佛在學人踐行佛道上的護助作用。至於它的後續發展，從思想、繫念佛陀而趣入「念佛三昧」，然後根據所得禪定境界，進而證見「諸法實相」，則又流行出強調諸佛菩薩神力能夠護助學人進修佛法的觀佛形相、念佛名相等方便；而藉此往生淨土，便得以「不退轉」的菩薩摩訶薩

---

<sup>116</sup> 《大智度論》卷 22〈序品〉：「……摩訶衍人說：『三世十方諸佛、及諸佛從初發意乃至法盡，於其中間，所作功德神力，皆是念佛三昧所緣。』」（《大正藏》冊 25，第 1509 號，頁 223 上 17-19。）

身分，與其他菩薩同道一起進修佛法。<sup>117</sup> 但不管專心繫念佛陀功德、還是定心觀想佛陀形色及其國土清淨，甚至繫緣「法界一相」的稱名念佛，在操作上，都是依倚心意識所構作的某佛名相、某佛國土、乃至某佛功德，由此形成一種具有特定意象的「假想觀」，而不是直心現前觀看佛身空寂、清淨、無相的「如實觀」，因此並不足以說是真正徹底的人道安心要道。唯有念佛行者超越「假想觀」，轉入「如實觀」，以「念」而「無所念」——「心無所得」的般若波羅蜜多法門實踐精神，來操作念佛功夫，才真正能夠究竟成佛之道。

至於中華禪門所宣揚的念佛禪法，不管四祖道信的「稱名念佛」、乃至永明延壽結合「往生淨土」思想的念佛禪法，則是都先假道於「心想」的運作，然後進一步要求能夠證見本自空寂、清淨、無相的「心性」。這種念佛法門的禪修活動，既是念佛行者精神力從怯弱轉成勇毅的過程，也是念佛行者從原先把心智能力閉鎖在取相分別意識作用所造成的「化佛」世界走出，而轉入非分別取相意識所及「真佛」世界中的一種超拔歷程。因為任何「心想」都恒常與某一特定對象連結，<sup>118</sup> 所以一有心思意想，若是不動不轉，不能超拔出來，便會對身心或生命發展，構成一種繫縛或限礙。職此之故，不管過程到底如何，終究必須得像二祖慧可所為所說——「覓心，了不可得」，亦即要讓自心走出它在面對世界萬象時所可能不知不覺陷墮入的各式各樣意識樊籠，轉而歸向正觀諸法空相的緣起中道，念念不住地運作心智觀照世出世間一切諸法。等到心智智慧等持能力壯大後，便可達成「究竟安心」的大乘極果。

不過，分別來看，相對於四祖道信偏重使用「遮詮」方式開示

---

<sup>117</sup> 參見藤田宏達，《原始淨土思想の研究》，頁3；望月信亨，《中國淨土教理史》，頁1；藤原凌雪，《念佛思想研究》，頁215。

<sup>118</sup> 參見 Bernard Faure, *The Rhetoric of Immediacy: A Cultural Critique of Chan/Zen Buddhism*, pp. 68-69。

其以般若波羅蜜多法門實踐精神為核心的念佛禪法，永明延壽的念佛禪教，則兼取「表詮」，來宣明他從「如來性起正法」視角所建立起來的不二中道正觀。因此，永明延壽在「自作自成佛道」這一根本立場上所施設的往生淨土念佛禪法——「參禪」學人可以、也應當「念佛」而發願往生他方淨土，則便一來可為打算習行念佛法門的初心學人，開出另條容易成就、但取徑較為曲折的修行道路；再者也能為實踐氣力怯弱的念佛行者，指出別有更多扶助資源的修行成佛之道。這在特重「方便教說」之價值意義的大乘佛教傳統裡，豈不應當格外珍視它在導引更多學人趣入、證得究竟真實境界的階漸作用？

## 引用文獻

### 佛教藏經或原典文獻

《大正新脩大藏經》（簡稱《大正藏》），東京：大正一切經刊行會，1922-1934；《卍新纂大日本續藏經》（簡稱《卍新纂續藏》），東京：國書刊行會，1975-1989。「中華電子佛典協會」（Chinese Buddhist Electronic Text Association，簡稱 CBETA）電子佛典系列，2016 版光碟。

- 《長阿含經》。《大正藏》冊 1，第 1 號。
- 《中阿含經》。《大正藏》冊 1，第 26 號。
- 《雜阿含經》。《大正藏》冊 2，第 99 號。
- 《別譯雜阿含經》。《大正藏》冊 2，第 100 號。
- 《增壹阿含經》。《大正藏》冊 2，第 125 號。
- 《摩訶般若波羅蜜經》。《大正藏》冊 8，第 223 號。
- 《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》。《大正藏》冊 8，第 232 號。
- 《金剛般若波羅蜜經》。《大正藏》冊 8，第 235 號。
- 《大乘理趣六波羅蜜多經》。《大正藏》冊 8，第 261 號。
- 《佛說觀無量壽佛經》。《大正藏》冊 12，第 365 號。
- 《佛說阿彌陀經》。《大正藏》冊 12，第 366 號。
- 《佛說般舟三昧經》。《大正藏》冊 13，第 417 號。
- 《佛說佛名經》。《大正藏》冊 14，第 440 號。
- 《坐禪三昧經》。《大正藏》冊 15，第 614 號。
- 《佛藏經》。《大正藏》冊 15，第 653 號。
- 《大智度論》。《大正藏》冊 25，第 1509 號。
- 《阿毘達磨大毘婆沙論》。《大正藏》冊 27，第 1545 號。
- 《中論》。《大正藏》冊 30，第 1564 號。
- 《成實論》。《大正藏》冊 32，第 1646 號。
- 《佛說阿彌陀經要解》。《大正藏》冊 37，第 1762 號。
- 《大乘義章》。《大正藏》冊 44，第 1851 號。
- 《略論安樂淨土義》。《大正藏》冊 47，第 1957 號。
- 《安樂集》。《大正藏》冊 47，第 1958 號。

- 《淨土論》。《大正藏》冊 47，第 1963 號。
- 《南宗頓教最上乘摩訶般若波羅蜜經六祖惠能大師於韶州大梵寺施法壇經》。《大正藏》冊 48，第 2007 號。
- 《六祖大師法寶壇經》。《大正藏》冊 48，第 2008 號。
- 《最上乘論》。《大正藏》冊 48，第 2011 號。
- 《宗鏡錄》。《大正藏》冊 48，第 2016 號。
- 《萬善同歸集》。《大正藏》冊 48，第 2017 號。
- 《高僧傳》。《大正藏》冊 50，第 2059 號。
- 《續高僧傳》。《大正藏》冊 50，第 2060 號。
- 《曆代法寶記》。《大正藏》冊 51，第 2075 號。
- 《景德傳燈錄》。《大正藏》冊 51，第 2076 號。
- 《廬山記》。《大正藏》冊 51，第 2095 號。
- 《廣弘明集》。《大正藏》冊 52，第 2103 號。
- 《觀心論》。《大正藏》冊 85，第 2833 號。
- 《楞伽師資記》。《大正藏》冊 85，第 2837 號。
- 《圓覺經大疏釋義鈔》。《已新纂續藏》冊 9，第 245 號。
- 《中華傳心地禪門師資承襲圖》。《已新纂續藏》冊 63，第 1225 號。
- 《西方直指》。《已新纂續藏》冊 61，第 1163 號。
- 《曹溪大師別傳》。《已新纂續藏》冊 86，第 1598 號。
- 《曆代法寶記》。佛光大藏經編修委員會主編，《佛光大藏經·禪藏》冊 17。高雄：佛光出版社。
- 《印光法師文鈔》。佛光大藏經編修委員會主編，《佛光大藏經·淨土藏》冊 10-11。高雄：佛光出版社。

### 中日文專書、論文或網路資源等

- 孔維勤（1983）。《永明延壽宗教論》。臺北：新文豐出版股份有限公司。
- 王鳳珠（2007）。《永明禪師禪淨融合思想研究》。臺北：臺灣學生書局。
- 冉雲華（1996）。〈敦煌遺書與中國禪宗歷史研究〉。《從印度佛教到中國佛教》。臺北：東大圖書股份有限公司。頁 97-116。
- （1999）。《永明延壽》。臺北：東大圖書股份有限公司。

- 伍先林（2015）。〈神秀的禪法思想〉。《中國佛教與唐代禪宗》。北京：宗教文化出版社。頁 101-117。
- 宇井伯壽（1982）。〈五祖門下の念佛禪〉。《禪宗史研究》。東京：岩波書店。頁 169-194。
- 吳汝鈞（2005）。〈從睿智的直覺看僧肇的般若智思想與對印度佛學的般若智的創造性詮釋〉。《純粹力動現象學》。臺北：臺灣商務印書館。頁 685-752。
- 沖本克己（1983）。〈禪と念佛をめつて〉。藤吉慈海，《禪と念佛——その現代的意義》。東京：大蔵出版株式会社。頁 95-110。
- 柳田聖山主編（1975）。《胡適禪學案》。臺北：正中書局。
- （1999）。〈初期禪宗と止観思想〉。《禪仏教の研究》。京都：法藏館。頁 56-70。
- （2000）。《初期禪宗史書の研究》。京都：法藏館。
- 柳幹康（2015）。《永明延壽と『宗鏡録』の研究——心による中国仏教の再編一》。京都：法藏館。
- 紀志昌（2007）。〈東晉居士劉遺民綜考〉。《臺大中文學報》27。頁 167-202。
- 胡順萍（2004）。《永明延壽「一心」思想之内涵要義與理論建構》。臺北：萬卷樓圖書股份有限公司。
- 望月信亨（1964）。《中國淨土教理史》。京都：法藏館。
- 陳平坤（2012）。〈黃梅禪教之安心法門〉。黃夏年主編，《黃梅禪研究（上）》。鄭州：中州古籍出版社。頁 318-357。
- 陳劍鏗（2008）。〈道綽の末法觀念與淨土門の創立〉。《東華人文學報》13。頁 1-29。
- 勞思光講，郭朝順、林士華編註（2016）。《勞思光論哲學基本問題》。新北市：華梵大學勞思光研究中心。
- 湯用彤（1991）。《漢魏兩晉南北朝佛教史》下冊。臺北：臺灣商務印書館。
- 楊曾文（2000）。〈永明延壽的心性論〉。《中華佛學學報》13。頁 462-481。
- 校寫（2001）。《新版敦煌新本六祖壇經》。北京：宗教文化出版社。
- 賈晉華（2013）。《古典禪研究：中唐至五代禪宗發展新探》。上海：上

海人民出版社。

- 鈴木大拙（1983）。《續鈴木大拙選集第三卷——禪と念佛の心理学的基礎》。東京：春秋社。
- 鈴木大拙著，孟祥森譯（1993）。〈佛教哲學中的理性與直觀〉。《禪學隨筆》。臺北：志文出版社。頁 89-147。
- 鄭阿財（2006）。〈觀音經變與敦煌莫高窟寺院講經之蠡測〉。《普門學報》35。頁 57-80。
- 藤田宏達（1970）。《原始淨土思想の研究》，東京：岩波書店。
- 藤原凌雪（1957）。《念佛思想研究》。京都：永田文昌堂。
- 釋印順（1989）。《中國禪宗史》。臺北：正聞出版社。
- （1991）。《淨土與禪》。臺北：正聞出版社。
- （1994）。《初期大乘佛教之起源與開展》。臺北：正聞出版社。
- 釋修優（2005）。〈道綽《安樂集》的念佛法門〉，《中華佛學研究》9。頁 81-126。
- 釋傳發（1999）。〈論禪淨自悟與他力思想之開展——從念佛見佛到即心是佛〉。《佛藏》15。頁 7-11。
- 龔雋（2006）。〈「念佛禪」——作為問題史的再探討〉。《禪史鉤沉：以問題為中心的思想史論述》。北京：生活·讀書·新知三聯書店。頁 262-294。

## 西文專書、論文或網路資源等

- Conze, Edward. 2008. *Buddhist Thought in India: Three Phases of Buddhist Philosophy*. London: Routledge.
- Faure, Bernard. 1991. *The Rhetoric of Immediacy: A Cultural Critique of Chan/Zen Buddhism*. Princeton: Princeton University Press.
- Harrison, Paul. M. 1978. "Buddhānusmṛti in the Pratyutpanna-Buddha-Saṃmukhāvasthita-Samādhi-Sūtra". *Journal of Indian Philosophy*, Vol.6, Iss.1. pp. 35-57.
- Huang, Yi-hsuan. 2005. *Integrating Chinese Buddhism: A Study of Yongming Yanshou's Guanxin Xuansh*. Taipei: Dharma Drum Publishing Corporation.
- Legittimo, Elsa I. 2012. "Buddhānusmṛti Between Worship and Meditation:

- Early Currents of the Chinese Ekottarika-āgama”. *Études Chinoises*, Vol.66, No.2. pp. 337-402.
- McRae, John R. 1986. *The Northern School and the Formation of Early Ch’an Buddhism*. Honolulu: University of Hawaii Press.
- Shih, Heng-ching. 1992. *The Syncretism of Ch’an and Pure Land Buddhism*. New York: Peter Lang.
- Welter, Albert. 2011. *Yongming Yanshou’s Conception of Chan in the Zongjing lu: A Special Transmission Within the Scriptures*. New York: Oxford University Press.
- Williams, Paul. 2009. *Mahāyāna Buddhism: The Doctrinal Foundations*. London: Routledge, 2nd ed.

# Chinese Nianfo Chan Teachings and Their Theories on Practice: Pacifying the Mind in the Nianfo Chan

Ping-kun Chen

Assistant Professor

Department of Philosophy, National Taiwan University

## Abstract

Taking the philosophy of “pacifying the mind” in Chinese Chan tradition as the main theme, this thesis tries to explore the Nianfo Chan approach in order to uncover how the Nianfo Chan method may be used to settle our body and mind, and further reveal the practical spirit of the Chinese Chan approach as passed down by the Nianfo Chan teachings.

In this thesis, we first discuss the different Indian practices of “mindfulness of the Buddha” or “recollection of the buddha” (Nianfo in Chinese, Buddhānusmṛti in Sanskrit). Secondly, we go on to explore the different teaching points of the “Nianfo Chan” in the Chinese Chan Buddhism tradition, from the fourth Patriarch Daoxin (580-651) to Yongming Yanshou (904-976). Then we directly expound the doctrine for pacifying the mind in the the Nianfo Chan approach. Finally, we elaborate on the Nianfo Chan’s notion of “the non-abiding of the mind”, which exemplifies the practical spirit of the Buddha-Dharma.

## Keywords:

pacify the mind; non-thought; formless; non-abiding; Nianfo Chan