臺大佛學研究．第四十期
民 109 年 12 月，臺北：臺灣大學文學院佛學研究中心
頁 135-184
DOI: 10.6727/TJBS.202012_(40).0004

由智顗之「事一心、理一心」論聖嚴之「統一心、無心」——以常行三昧念佛方法為主*

釋修優**

摘　要

本論文研究由智顗法師的「事一心、理一心」，來探究聖嚴法師的「統一心、無心」，探討二者在常行三昧念佛法上，其「事一心、理一心」和「統一心、無心」的異、同；所用之方法論為文本的、義理的、歷史的分析。

智顗的「事一心」是指「沒有第二念」，聖嚴「統一心」是指「前後念統一」，這是二者相同的部分。智顗在《釋禪波羅蜜次第法門》中討論初禪、二禪、三禪、四禪，其中論及一心，此與「不散亂、不動」有關連；聖嚴的統一心是放在明心見性、開悟的前一個過程，銜接其後的是「無心」，他主要是為了「無心」的鋪陳，而論述統一心，統一心最多只能入定；這是二者不同的部分。

至於智顗的「理一心」和聖嚴的「無心」，其相同處在於二者都與般若、空慧有關。而「理一心」與「無心」之不同處如

2020.04.08 收稿，2020.12.02 通過刊登。
* 感謝各位編輯委員及審查人賜正！您們的寶貴建議豐富了本文。本文之部分內容，將於「第八屆漢傳佛教與聖嚴思想國際學術研討會」發表（臺北：財團法人聖嚴教育基金會主辦，原本訂於 2020 年 6 月 29 日至 7 月 1 日，因新冠疫情預計延至 2021 年）。本文乃就職「中華佛學研究所」「聖嚴漢傳佛教禪學博士後研究員」時之研究案，接受聖嚴教育基金會之獎助；於此也感謝果鏡所長、廖肇亨老師、鄧偉仁老師、陳英善老師。
** 作者係美國西來大學宗教所博士。

下：智顗之「理一心」如果不以圓教的觀點，指的是「佛法界心」；如果以圓教之觀點，則「理一心」是指「十法界心」。聖嚴之「無心」，如果以智顗之別教來論，是「初住」到「十住」，如果每次都見道，那就是「初地」以上的菩薩；如果以智顗之圓教來說，只到第四「相似即佛」位。

關鍵詞：事一心、理一心、統一心、無心、明心見性

臺灣大學學術期刊資料庫

壹、前言

在漢傳佛教各家的念佛方法中，聖嚴法師（限於篇幅，以下敬稱省略）（1930-2009）的念佛方法結合了禪修，他提出念佛禪，其方法可分為「有相」和「無相」兩種。而從有相到無相有一定的過程：從散心念佛、專心念佛，到一心念佛。在《聖嚴法師教淨土法門》中，他引用蓮池法師的事一心念佛和理一心念佛。聖嚴認為「念佛根本就是禪法中的一個項目」，[1] 常行三昧念佛法也就是禪修的一種。至於聖嚴思想中之禪修與念佛之統一心、無心有無異同？這個疑問，就讓他的著作直接回答：「禪修是鍊心，就是用方法從散亂心到集中心，再從集中心到統一心，最後到達無心的過程。**念佛也相同**。念佛是一向專念念阿彌陀佛，一直念到一心不亂。一心不亂有事一心和理一心之分；事一心就是統一心，此時定境現前，已經入定；理一心則是禪修最後所到達的無心，心無執著，不顛倒、不貪戀、不攀緣，是清淨的，這就是《金剛經》所說的『應無所住而生其心』的無住心。」[2] 所以，答案是二者是相同的。

智顗法師（538-597）以《摩訶止觀》四種三昧講止觀（禪修），常行三昧是其中的第二種。而事一心、理一心可以溯源到智顗的《法華三昧懺儀》；而在《觀音義疏》他提出「事一心」念佛和「理一心」念佛。

為何「事一心、理一心」與「統一心、無心」能夠一起討論、比較？因為聖嚴以禪攝淨，來說明其淨土教學；智顗所講述的四種三昧就是禪修，基於都是在禪修的脈絡下，上述命題有共

1 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》（臺北：法鼓文化，2010 年），頁 187。

2 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 195。

臺灣大學學術期刊資料庫

同的立足點（即禪修），因此，可以一起討論。那麼，智顗的事一心的內涵是否同於聖嚴的統一心？智顗的理一心是否同於聖嚴的無心？

在探究事一心、理一心、統一心、無心之同異之前，本論文先究明智顗「事」和「理」思想所蘊涵的義理內容為何？接著，各別討論智顗和聖嚴以「常行三昧念佛法」（般舟三昧）作為一種修行方法，它的操作方法、修行目的以及修持重點為何？再來，辯證「事一心」和「統一心」之相同處，「事一心」和「統一心」之不同處；「理一心」和「無心」之相同處，「理一心」和「無心」之不同處。

貳、究明智顗「事」、「理」思想所蘊涵的義理內容

宇宙之間具足森羅萬象，而人類的學識又博大精深，智顗以事、理來解釋釋迦牟尼佛之一代教法，以事、理來包含所有的佛法。智顗於《妙法蓮華經玄義》（《法華玄義》）卷 1 中定義了「事」、「理」，智顗闡釋本體用「理」來解釋，顯現本體要靠行，行即因果，也就是「宗」。以「宗」、「用」來探討「事」，分別教義要用「事」、「理」；從體起用才能引導眾生，亦即從「理」起「事用」才能利益眾生。[3] 智顗在這段很簡明地解釋釋迦牟尼佛之一代教法，能以事、理來總括。

《法華三昧懺儀》中更清晰指出「事一心」和「理一心」的重要：事中修一心，是指在修行佛法時，心不散亂就是「事一心」；理中修一心是指修種種行，了知心是不生不滅，知道一切心都是一心，因為心性從根源起就是一相，修行人能這樣反觀心

[3] 隋．智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 1，CBETA, T33, no. 1716, p. 685, a20-22。

臺灣大學學術期刊資料庫

性的根源，就是「理一心」。[4]

智顗認為「理」，可分為世俗人所見的理稱為「有諦」、「俗諦」，出世間的修行人所見的理稱為「無諦」、「真諦」、「中道第一義諦」，而佛、菩薩所見的理是「中道第一義諦」（亦即「一實諦」）；他更用《大涅槃經》來說明，凡夫所見的理是「有」，聲聞、緣覺二乘所見的理是「無」，諸佛菩薩所見的理是「不有不無」；而「不有不無」就是「中道第一義諦」、「實相」。[5]

從事到理，如果眾生可以理解佛之大道，就是利根。在《妙法蓮華經玄義》，智顗根據事、理，配合眾生鈍、利根之不同，而開展出四種根性及其所修行之內涵，如下：依據苦、集、滅、道四諦配合事、理之深淺，而區分出根性之鈍、利：聲聞的「生滅四諦」、緣覺的「無生四諦」、菩薩的「無量四諦」、佛的「無作四諦」。聲聞的「生滅四諦」是緣四諦的「事」，緣覺的「無生四諦」是緣四諦的「理」，菩薩的「無量四諦」是緣「不思議事」，佛的「無作四諦」是緣「不思議理」。[6]

他在《妙法蓮華經玄義》引用《大般涅槃經》中提到十因緣從無明到有（為生作因），[7] 而成就四種根性的眾生：

> 若十因緣所成眾生有下品樂欲，能生界內事善，拙度破惑，析法入空；具此因緣者，如來則轉生滅四諦法輪，起

---

4 隋．智顗，《法華三昧懺儀》卷 1，CBETA, T46, no. 1941, p. 949, c25-p. 950, a15。

5 隋．智顗，《維摩經玄疏》卷 3，CBETA, T38, no. 1777, p. 534, c19-26。

6 隋．智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 3，CBETA, T33, no. 1716, p. 711, c5-10。

7 亦即無明、行、識、名色、六入、觸、受、愛、取、有這十種因緣，而不提生、死，因為此二者屬於未來，所以十因緣法叫「為生作因」。

臺灣大學圖書館提供

> 三藏教也。若十因緣法所成眾生有中品樂欲，能生界內理善，巧度破惑，體法入空；具此因緣者，如來則轉無生四諦法輪，起通教也。若十因緣所成眾生有上品樂欲，能生界外事善，歷別破惑，次第入中；具此因緣者，如來則轉無量四諦法輪，起別教也。若十因緣所成眾生有上上品樂欲，能生界外理善，一破惑一切破惑，圓頓入中；具此因緣者，如來則轉無作四諦法輪，起圓教也。[8]

下品樂欲根性的眾生，所理解的是三界內的「事」善，以分析十八界、陰界入等等，以修四念處等三十七道品，以剖析而知萬事、萬物皆歸於空性的「析空觀」，理解如來教法的「生滅四諦」，知道所有的現象都是空，這是三藏教。中品樂欲根性的眾生，能理解三界內的「理」善，直接體驗陰、界、入及一切現象都是無自性，當下每一念都是空之「體空觀」，如來轉「無生四諦」法門，而開啟了通教。上品樂欲根性的眾生，能理解三界外的「事」善，先修體假入空觀，再修從空入假觀，之後修中觀，依次第修三觀；如來為其說「無量四諦」法門：苦諦、集諦、道諦、滅諦都有無量相；因而開啟了別教。上上品樂欲根性的眾生，所理解的是三界外的「理」善，這是最利根的菩薩，如來教其一空一切空、一假一切假、一中一切中的一心三觀，以「一心」為觀；如來為其說「無作四諦」法門：五陰、十二入都是真如，無苦可捨，無集可斷，邊見、邪見都是中道，生死就是涅槃，所以無滅諦可證，因而開啟了圓教。

由「事」、「理」導出了界內事、理及界外事、理，總共四種不同根性的藏、通、別、圓等「化法四教」。《妙法蓮華經

[8] 隋．智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 1，CBETA, T33, no. 1716, p. 688, a20-b3。

臺灣大學學術期刊資料庫

玄義》卷 3，為界內事、理及界外事、理分了粗、妙，三藏教以生滅智為主導，希望出苦，所以是「粗」；通教的體空觀雖說是巧，但是導出苦，仍然是「粗」；別教的事、理不圓融，所以是「粗」；只有圓教行融、智圓，所以是「妙」。[9] 由此可知，因事、理的粗妙與否，可以發展出藏、通、別、圓四教。

在《妙法蓮華經文句》清楚地解釋「事」、「理」的內涵，智顗認為理的內涵是真如，不論有佛出世或無佛都不會改變，所以是實；而事是指心、意、識，因為心、意、識會造作淨業和不淨業，是會變化、改變、不是恆定的，所以是權。如果沒有理，事無法成立，沒有事，理無法顯現，因為事可以展現理的存在，所以被稱為「方便」。[10] 換言之，以「諸法實相」作為「理」，以諸法的「如是相」作為「事」，以「事」、「理」來論「權」、「實」；亦即，理的深奧法相，具有實功德，而事相則具有權功德。聽聞佛所說的深遠義理，即便程度未到，仍然信受不疑，這是「順理者」；聽聞佛陀三世利益眾生之事遍一切處，深信不疑，這是「順事者」；雖然，事和理看似不同，但不論開始是由事入手，還是理入手（由事之廣、遍一切處而達到深理，或由理之深而達到事之廣、遍一切處），到最後，二者是沒有差別的。

由上述《妙法蓮華經文句》中指出心是「事」，真如是「理」，在十法界當中，只有佛法界心可以等於「理」，其餘九法界心都不能等於「理」；最高無上之理是「無等」，最初發心因為這無等的「畢竟理」之心，可以等於「理」，所以說是「無等等」。但又因為「心」和「理」都不可得，都是空，如何能說

9 隋．智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 3，CBETA, T33, no. 1716, p. 716, b22-27。
10 隋．智顗，《妙法蓮華經文句》卷 3，CBETA, T34, no. 1718, p. 37, c11-20。

臺灣人文及社會期刊資料庫

是相等呢？心和理都不可說，因為不可說而說此心等此理，所以才說是「無等等」。[11] 換句話說，最初發的一念菩提心，這一念菩提心是可以等於「理」，亦即這一念是可以等於佛法界心。概括來說，對智顗而言，「理」只存於佛法界，而「事」則存在於菩薩、緣覺、聲聞、天、人、阿修羅、畜生、餓鬼、地獄等九界。但是以圓教而言是否如此，將於下文繼續論證。

參、「常行三昧念佛法」之操作方法、修行目的、修持重點

想要成就常行三昧，要達成四種「四事法」，這四種「四事法」，智顗和聖嚴所討論的內容類似的，雖然在一小部分用詞不太一樣，故於此先說明此四種「四事法」如下：第一種「四事法」是要有信心、要精進、要有智慧、常向善知識學。第二種「四事法」是三個月內不可有任何世間思想、三個月內不可片刻躺下休息、三個月內不可坐下（除了吃飯、飲食、上廁所外）、為護持居士說法。第三種「四事法」是邀請眾人到寺院或佛前、邀請眾人到寺院或佛前聽經、沒有嫉妒心、引導他人學佛道。第四種「四事法」是用各式各樣的材質技術塑造佛像、用上好白絹請人手書《般舟三昧經》、接引貢高我慢者學佛、常常護持三寶。[12] 以下分別說明智顗和聖嚴的常行三昧念佛方法。

一、由智顗來論

（一）操作方法

---

[11] 隋．智顗，《妙法蓮華經文句》卷 10，CBETA, T34, no. 1718, p. 146, b21-26。

[12] 後漢．支婁迦讖譯，《般舟三昧經》，CBETA, T13, no. 418, p. 902, c23-p. 919, c5。

臺灣大學學術期刊資料庫

智顗說明念佛方法，[13] 最主要在於《摩訶止觀》卷 2，其四種三昧的前二種：常坐三昧（一行三昧）和常行三昧（般舟三昧）。他藉由《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》[14] 和《文殊師利所問摩訶般若波羅蜜經》來說明常坐三昧，修行常坐三昧時，要專稱一佛名字，雖然是專稱一佛名，其功德等同於稱十方佛名；除此之外，還可以專心繫念法界，這一念繫念法界，繫念即是修止，一念即是修觀，[15] 這法界就是佛的法身，就是實相（亦即實

---

13 本論文研究智顗對念佛方法的看法，將參考《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》、《十住毘婆沙論》、《摩訶止觀》、《法華三昧懺儀》、《妙法蓮華經玄義》、《妙法蓮華經文句》、《維摩經玄疏》、《觀音義疏》、《隋天台智者大師別傳》、《續高僧傳》（《唐高僧傳》）卷第 17、《國清百錄》卷第三等等佛典文獻。至於《觀無量壽佛經疏》、《淨土十疑論》、《阿彌陀經義記》、《五方便念佛門》等等著作，雖然在《大正藏》中標示是「隋智顗說」或「隋智顗撰」，因為以下理由被判定不是智顗的作品：（一）其用詞、用字與智顗其他的作品的用詞、用字不同；（二）其行文習慣不同；（三）被證明其引用文是出於比智顗更晚的年代；（四）其用翻譯名詞是比智顗更晚的年代才有的譯語；諸如：世親是玄奘（602-664）之新譯詞，而出現於智顗之著作，基於這種種原因，因此，本論文不用這些文本作討論。這些文本不見得不好，只是本論文是探究智顗的念佛方法，所以不用，如果有適當的論文題目，仍然有用的機會。有關《觀無量壽佛經疏》、《淨土十疑論》、《阿彌陀經義記》、《五方便念佛門》等等著作，不是智顗所作，可以參見佐藤哲英，《天台大師の研究：智顗の著作に關する基礎的研究》（京都：百華苑，1961 年），頁 569-584、584-588；安藤俊雄，《天台思想史》（京都：法藏館，1959 年），頁 343-344；張廷仕，〈智顗的淨土思想〉，收入佛光山文教基金會編，《中國佛教學術論典 23》（高雄縣：佛光山文教基金會，2001 年），頁 314-380；Mei-Yu Lin, “Coming to Terms with Zhiyi’s *Buddhānusmṛti*: A Critical Reading of Zhiyi’s Theory in Dynamic Mind” (PhD diss., University of the West, 2016), 181-185。

14 梁．曼陀羅仙譯，《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》，CBETA, T8, no. 232, p. 726, a25-p. 732, c9。

15 至於有關繫緣法界，繫心一佛名，其與止定、慧觀，請參見陳平坤，〈中華念佛禪教及其修學義理——念佛禪法的安心學理〉，《法鼓佛學學報》第 21 期（2017 年 12 月），頁 86-88。

臺灣大專院校期刊論文庫

相念佛），[16] 所以這法界就是菩提、般若、不生不滅。[17] 根據智顗的《法華三昧懺儀》中發願，願臨命終有正念、能往生極樂世界、面見阿彌陀佛，[18] 及傳記 [19] 中提及專「稱彌陀、般若、觀音」來推測，這一佛名很有可能是指「阿彌陀佛」。

《摩訶止觀》中的第二種三昧是常行三昧（般舟三昧），智顗藉《般舟三昧經》以闡述常行三昧，常行三昧亦名佛立三昧，因為佛的威德力、三昧力、行者本身的功德力，而成就於定中見十方佛立於修行者面前——能面見十方現在一切佛就是修行常行三昧的目的。修此三昧須要九十天，口常專念阿彌陀佛名，身常行走無休息，念阿彌陀佛一佛名，即等同念十方佛之功德。[20] 此處之口稱佛名即稱名念佛。

《摩訶止觀》說明常行三昧段落中，方法分身、口、意三種，其中第三意論止觀，引用《婆沙》說明新發意菩薩的修行方法和所得。新發意菩薩念佛色相、相體、相業、相果、相用，只要和「相」有關的念佛方法就是得下勢力，亦即和「事」有關連者。念阿彌陀佛是在修行止觀，其念法有念其三十二相，從足下千輻輪相到無見頂相，一一順觀，再一一逆觀；在觀的同時，心

---

16 這說明常坐三昧可以修稱名念佛、實相念佛，稱名念佛以佛的名字為相，這是「事」，藉由繫念法界可以直達實相，實相是「理」，就是實相念佛。《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》所提的念佛三昧，根據印順法師《淨土與禪》的研究，因其「繫緣法界」，所以藉由稱名念佛可以直達實相念佛。可參見印順法師，《淨土與禪》（臺北：正聞出版社，1986 年），頁 183。

17 隋・智顗，《摩訶止觀》，CBETA, T46, no. 1911, p. 11, a28-b29。

18 隋・智顗，《法華三昧懺儀》，CBETA, T46, no. 1941, p. 953, b22-23。

19 隋・灌頂撰，《隋天台智者大師別傳》，CBETA, T50, no. 2050, p. 191, a21-p. 198, a1。唐・道宣撰，《續高僧傳》（《唐高僧傳》）卷 17，CBETA, T50, no. 2060, p. 564, a18-p. 568, a14。隋・灌頂撰，《國清百錄》卷 3，CBETA, T46, no. 1934, p. 808, a7-p. 816, a13。

20 隋・智顗，《摩訶止觀》，CBETA, T46, no. 1911 p. 12, a19-c4。

臺灣大學 圖書館 版權所有 請勿重製

要想：佛不能用心得，也不能用身得。[21] 這是觀像念佛。

念佛的四十不共法得中勢力，這四十不共法 [22] 出自於《十住毘婆沙論》卷 10，其中說明要念佛的功德法，就是以四十不共法念佛。但是因為諸佛不是色身、是法身，所以應當以法觀，[23] 所以是觀想念佛。念實佛得佛的上勢力，這是指念佛的實相，不著於色、法，亦即實相念佛。[24] 於此，智顗將念佛的修行方法粗略分了上、中、下勢力。

智顗的常行三昧念佛法是稱名念佛、觀像念佛、觀想念佛、實相念佛。以上是智顗教導修行常行三昧念佛，其實際操作的方法；修行常行三昧念佛法，除了具體的操作方法外，其修持的重點才是修行得以成功的關鍵。這就相當於烹飪除了食材的鮮美，對食物作適當的處理（包括清洗、解凍、削皮、切塊、切片、切絲、切丁或切末），烹飪前的調味（為了方便入味，食材常於烹飪前先行醃漬），而最重要的是烹調方式，烹調方式中火候的控制為其關鍵；而這修持的重點，就相當於火候的控制。

（二）修行目的

其修行常行三昧的目的是能在定中見到十方現在諸佛在前站立，這是其理想，智顗利用《十住毘婆沙論》來說明，修行常行三昧有少、中、多種種差別，這少、中、多的種種差別還搭配所修到次第的位階、住在三昧時間之長短、見的世界之多少、見的

---

[21] 隋．智顗，《摩訶止觀》，CBETA, T46, no. 1911, p. 12, b27-p. 13, a4。

[22] 後秦．鳩摩羅什譯，《十住毘婆沙論》卷 10，CBETA, T26, no. 1521, p. 71, c19-p. 72, a2。

[23] 後秦．鳩摩羅什譯，《十住毘婆沙論》卷 10，CBETA, T26, no. 1521, p. 71, c13-19。

[24] 隋．智顗，《摩訶止觀》卷 2，CBETA, T46, no. 1911, p. 13, a3-6。

臺灣大學學術期刊資料庫

佛之多少等等。[25] 而在智顗說明四種三昧的總綱中，提到修行四種三昧，其目的是要入菩薩位。[26] 由此可見，在修行次第上有各式各樣的位階，希望能入菩薩位，而實際修行的過程中，希望能在定中見到十方現在諸佛，這就是修行常行三昧的目的。

《摩訶止觀》卷 2 根據《大智度論》，提到「三昧」的意思就是心定住於一處不動，而這「一處」的範圍指的是法界，以「正觀」能夠使心安住不動；[27] 這裏的「正觀」如《妙法蓮華經文句》所說的是「中道正觀」，而這中道正觀所觀的對象就是實相。[28] 四種三昧是所緣的對象，亦即是心活動的對象，觀心藉這對象（所緣）來調整心。[29] 在常行三昧就是以念佛來調整心。而在《維摩經略疏》說明「中道正觀」就是在教導眾生進入實慧。[30]《金光明經文句》則說：「含受一切法者，即是中道正觀。」[31] 整體說來，以常行三昧為例，就是心以常行念佛法為所緣，其目的是要讓心達到中道正觀，能正觀實相，能正觀實相後，就能進入實慧。

所以，綜括而言，整個智顗之常行三昧的目的就是用來調心，至於這心可以調到什麼程度，或者可以見佛、達到實相念佛，或者以事相念佛、稱名念佛；但是這稱名念佛根據第一種常坐三昧，是可以直達實相。至於如何可以貫通事相念佛、實相念佛，其秘訣就在於實際修持的重點，雖然表面上看到的都是心緣

---

25 隋．智顗，《摩訶止觀》卷 2，CBETA, T46, no. 1911, p. 12, a25-b1。
26 隋．智顗，《摩訶止觀》卷 2，CBETA, T46, no. 1911, p. 11, a21-22。
27 隋．智顗，《摩訶止觀》卷 2，CBETA, T46, no. 1911, p. 11, a26-27。
28 隋．智顗，《妙法蓮華經文句》卷 5，CBETA, T34, no. 1718, p. 69, b28-29。
29 隋．智顗，《摩訶止觀》卷 2，CBETA, T46, no. 1911, p. 11, a27-28。
30 隋．智顗，《維摩經略疏》卷 5，CBETA, T38, no. 1778, p. 597, b25-26。
31 隋．智顗，《金光明經文句》卷 5，CBETA, T39, no. 1785, p. 77, b25。

臺灣大學佛學研究中心版權所有

著所緣（念佛），但是各有不同的巧妙。但是可以得知：智顗之常行三昧可以開展出藏、通、別、圓各種不同的階位。

（三）修持重點

《摩訶止觀》講解常行三昧的段落，其中方法分三種，在第三「意論止觀」部分，又可分為三段來說明，作者整理出四點來說明常行三昧的修持重點：一者「又念我當從心得佛、從身得佛，佛不用心得、不用身得。不用心得佛色，不用色得佛心，何以故？心者佛無心，色者佛無色，故不用色心得三菩提。佛色已盡，乃至識已盡，佛所說盡者，癡人不知，智者曉了，不用身口得佛，不用智慧得佛」；二者「一切所有法皆如夢」；三者「我所念即見，心作佛，心自見；心見佛，心是佛」；四者「無所從生、無所可滅」。[32]

一者「又念我當從心得佛……不用智慧得佛」：色法、心法都在三界內，到了無色界連色法都沒有了，出了三界，色法、心法都不存在，所以出三界以後就是不生不滅。所以「不以心得佛、不以色得佛」就是指出三界，處於「不生不滅」的狀態；亦即修行常行三昧的修持重點在於出三界，得不生不滅。由《佛說大般泥洹經》得知佛就是不生不滅；[33] 換言之，修行常行三昧最高境界應該是到佛界。如果配合上述念佛方法中的實相念佛，到達佛界是可能的。

在《大般涅槃經》中提到聲聞如乳、緣覺如酪、菩薩如生蘇

[32] 隋・智顗，《摩訶止觀》卷 2，CBETA, T46, no. 1911, p. 12, b29-p. 13, a1。
[33] 東晉・法顯譯，《佛說大般泥洹經》卷 5，CBETA, T12, no. 376, p. 890, b5-6。

臺灣大學學術期刊資料庫

熟蘇、世尊如醍醐。[34] 在《妙法蓮華經文句》中提到「智慧」，以「一心三觀」攝一切智慧，而這智慧可以觀心即空，這就攝得了「酪智慧」（緣覺），觀心即假，就攝得了「生蘇、熟蘇」兩種智慧及世智慧（菩薩），觀心即中就是「醍醐智慧」（世尊），這觀心中的一慧一切慧、一切慧一慧、非一慧非一切慧。[35] 當「一慧一切慧、一切慧一慧、非一慧非一切慧」都同時成立時，此時便超越智慧，所以說「不用智慧得佛」。換言之，即以空、假、中三觀之圓融三諦來圓修常行三昧念佛法。

二者「一切所有法皆如夢」：這句很類似於《金剛經》中的「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」[36] 在鳩摩羅什等人所譯的《禪祕要法經》曾說明，當觀「一切有為法，如夢幻泡影」等法時，化佛不現，亦即「一切有為法，如夢幻泡影」是在觀空，觀空時化佛即滅，所以這句是在教「觀空」。[37]《大智度論》說：「若能觀空，是名得三昧。」[38] 如果依據《仁王護國般若經疏》，所謂觀空就是「無相的妙慧」照「無相之境」，內外都寂靜，能觀的人、所緣的境都是空。[39] 即能觀、所觀都是空。

三者「我所念即見，心作佛，心自見；心見佛，心是佛」：我心中念佛，我就見佛；由心產生佛，由心見佛，佛是在心中的；心見佛，心是清淨的，心與佛感應道交，心就是佛；這是就

---

34 北涼・曇無讖譯，《大般涅槃經》卷 10，CBETA, T12, no. 374, p. 423, b2-3。
35 隋・智顗，《妙法蓮華經文句》卷 1，CBETA, T34, no. 1718, p. 13, b20-25。
36 後秦・鳩摩羅什譯，《金剛般若波羅蜜經》卷 1，CBETA, T8, no. 235, p. 752, b28-29。
37 後秦・鳩摩羅什譯，《禪祕要法經》卷 1，CBETA, T15, no. 613, p. 254, a28-b4。
38 後秦・鳩摩羅什譯，《大智度論》卷 5，CBETA, T25, no. 1509, p. 97, a22。
39 隋・智顗，《仁王護國般若經疏》卷 3，CBETA, T33, no. 1705, p. 265, a6-7。

臺灣大學佛學期刊資料庫

理的層面來說。這和《佛說觀無量壽佛經》所言：「是心作佛，是心是佛。」[40] 有異曲同工之妙。所以，此即說明念佛成佛的可能性，因為十方諸佛是心的反映；亦即修行常行三昧，念佛成佛是可行的。

四者「無所從生、無所可滅」：《放光般若經》提到「無所從生」法是「無有為、無無為」，是菩薩摩訶薩行般若波羅蜜。[41]《道行般若經》說明過去、現在、未來，若有人能於法無所取、無所捨、無所知、無所得、無所生、無所滅、無所從生、無所從滅，若能如此助人，此人則能快速得無上正等正覺。[42]《度世品經》中討論，得到聖智慧，隨眾生根性說「無所從生」法，達到諸佛不退轉地（阿毘跋致）。[43]《最勝問菩薩十住除垢斷結經》說明到了不退轉法，了解空慧無所從生，便成就了無上、正真的佛道。[44] 綜合上述而論，「無所從生、無所可滅」法是眾生藉由空慧、般若波羅蜜，而了解「無有為、無無為」，超越了兩邊，因為超越兩邊，便能證得無上正等正覺，而到達不退轉地，所以能成就無上的佛道。

綜觀上述智顗四個常行三昧的修行重點，般若波羅蜜（照了實相之智慧）是關鍵，因為般若波羅蜜，所以有無相的妙慧；因為無相的妙慧，便可以了解空假中三觀、「無有為、無無為」；了解了「無有為、無無為」，便能證得無上正等正覺；證得了無

---

40 宋．畺良耶舍譯，《佛說觀無量壽佛經》卷 1，CBETA, T12, no. 365, p. 343, a21。

41 西晉．無羅叉譯，《放光般若經》卷 2，CBETA, T8, no. 221, p. 10, a20-22。

42 後漢．支婁迦讖譯，《道行般若經》卷 3，CBETA, T8, no. 224, p. 440, a14-20。

43 西晉．竺法護譯，《度世品經》卷 5，CBETA, T10, no. 292, p. 644, a29-b2。

44 姚秦．竺佛念譯，《最勝問菩薩十住除垢斷結經》卷 2，CBETA, T10, no. 309, p. 979, b27-29。

臺灣大學學術期刊資料庫

上正等正覺，便能成就無上、正真的佛道，能成就不生不滅；能成就無上、正真的佛道，其起點就在於念佛的一念心，所以「是心作佛，是心是佛」。

二、由聖嚴來論

（一）操作方法

由《聖嚴法師教淨土法門》，聖嚴根據現代人所能理解的方式來解釋常行三昧，其解釋方式略不同於智顗，其具體操作方法，細分為修成常行三昧的條件、修持常行三昧的態度，亦即修行常行三昧應具備的要項、對事情採取的主張或立場，這更符合現代人對實際操作方法的理解，其使用了類似「使用手冊」及「心理調適」的層面來解釋操作方法，於此分以下幾點說明：（1）生大信心；（2）如法行；（3）持戒完具；（4）獨一處止念阿彌陀佛；（5）親近善知識，尊重如佛；（6）日常生活信受奉行；（7）見佛而不執著[45]。[46]

修行常行三昧要具有大信心，他解釋「信」有三種：仰信、解信、證信。仰信是完全沒有懷疑的信；解信是理解其道理後而信；證信是因修行實證而得到的信。以常行三昧來說，其證信就是見到佛立於其前，而產生的信，而感應也能產生證信，所以證信是有層次之別。證信，一者是因為感應，二者是因為證悟、見空性、見佛性。後者是體悟、體驗到佛法身是無相，這個部分是比較難的，而且和明心見性有直接的關係。[47]

---

[45] 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 244-250、265-272。

[46] 其中的（1）生大信心；（4）獨一處止念阿彌陀佛；（5）親近善知識，尊重如佛；（7）見佛而不執著等四項智顗也於《摩訶止觀》中提到。

[47] 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 245-246。

除了建立大信心，還有如法修行、持戒清淨，如法修行[48]和持戒清淨[49]能減少不好的因緣，這些都是幫助修成常行三昧的實際操作方法。接著，他介紹稱名念佛、實相念佛來修行常行三昧（智顗除了稱名念佛、實相念佛，還介紹觀想、觀像念佛）。

在實際操作方法還有包括其態度的調整，這樣一來修行常行三昧成功的機率便會大為增加。諸如：親近善知識（即老師），尊重如佛；在日常生活中信受奉行；見佛而不執著。善知識是教導修行方法、佛法義理、常行三昧、念佛法門等等，有善知識的指導才不會走錯路，或者盲修瞎練、修不成，甚至走岔路、修成魔，因此，他特別提到要親近善知識，而且在心態上要把善知識當成佛一般地尊敬。對善知識的需要，要盡力協助，而且對善知識不能有瞋心，不能看其短處。聖嚴更討論到「信」是信佛、信法、信老師；如果對老師懷疑、批評、瞋恨，那麼之前於此老師所聽聞到之佛法，就失去作用，最終，還是這學生的大損失。[50]

至於日常生活修行常行三昧，聖嚴建議可以念佛、抄寫《般舟三昧經》、念誦《般舟三昧經》、守持《般舟三昧經》；即是信受奉行本經，就是牢牢把握住《般舟三昧經》的法義，照著去做，不間斷、不放棄、不忘掉。[51]

---

48 如法修行是指：「從最基礎的人天道修起，依序完成解脫道、菩薩道。所謂人天道就是修五戒十善來積功累德，得人天福報；解脫道主要是以人天的五戒十善為基礎，繼續修四聖諦、三十七道品，以證得阿羅漢果和辟支佛果，出離三界、得解脫；而菩薩道則需以人天道及解脫道為基礎，然後再進一步修六度萬行和四攝，最後才能成佛。」請參見聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 82。

49 以居士而言持戒清淨是指：五戒十善；籠統說來則是「對眾生要有慈悲心，對於父母、師長、親屬，要有感恩心、報恩心、尊敬心，這樣才能順利往生極樂世界。」請參見聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 148。

50 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 265-267。

51 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 267-268。

臺灣人文與社會科學引用資料庫

聖嚴之修行常行三昧有一個最重要的態度就是：見佛不執著。這是根據《般舟三昧經．無著品》來說明，站在修行者面前的佛，究竟是心看到？還是身看到？通常因為有身體，才覺得有心；所以佛出現時，是心看到？還是身看到？如果沒有身體，心在哪裡？如果沒有心，身體能見佛嗎？如果是心看到，當心離開身體，心可以看到嗎？離開了身體，心在哪裡？沒有心，只有身體，那身體就是死人，能看到嗎？如果說是身、心兩者合起來，這就是因緣法，因緣法是空的、不實在的，是暫時的現象，沒有實體，亦即沒有一樣實際的東西在那裡，所以不用身得見佛、不用心得見佛，因為是空，所以，佛是沒有心，佛是沒有色；佛既不是色法，也不是心法。[52]

色法、心法都是凡夫的執著，到了無色界沒有色法，出了三界，色法、心法都不存在，出了三界就是不生不滅，佛就是出了三界、不生不滅，所以，佛對心、色都無執著。[53]

聖嚴常行三昧念佛法的操作方法，是為了讓現代人能理解，而作了調整，其親民性，使得《般舟三昧經》艱澀的經文深義，以淺顯、流暢的闡釋，讓現代人能得到共鳴。

（二）修行目的

修行常行三昧能見佛，這是常行三昧的功德，根據經文所說專念阿彌陀佛，若一日若二日……，最多七天便可以見佛，在一卷本的《般舟三昧經》說見阿彌陀佛時，感覺好像在夢中，而三卷本的《般舟三昧經》卻直接說是在夢中見佛，二者說法略有不

[52] 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 268-270。
[53] 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 270。

臺灣大學佛學期刊資料庫

同。[54]

聖嚴討論到修行常行三昧所見的佛是無形、無相的佛，佛是遍一切時、遍一切處，超越一切時、一切處，沒有不是佛，也沒有是佛，任何法都是佛的法身，修行常行三昧見到佛，是不執著佛相。《般舟三昧經．無著品》說：「是菩薩守是三昧，當作是見佛，不當著佛，……不著者疾得是三昧。」[55] 於此「見佛」有二種，一者是見自心中的佛，二者是見幻想中的佛。自心中的佛是從沒有執著、內心自然顯現，修行人從有相、有心念佛開始，這是著力點，正念不斷、淨念相繼，最後念到不念而自念，念而無念，心中沒有牽掛，沒有追求什麼，也沒有討厭什麼，這時就進入無相、無念；這念佛是念佛禪。[56] 這就證得了無心（這和明心見性有關）、無念、無相，「見」自心中的佛，這佛才是真正的佛。第二種是由不清淨的心、內心有所執著而出現的佛，這是自己幻想出來的佛，不是真正的佛，真正的佛是無形、無相。[57]

所以，要能真正見佛，要有空慧，知道一切法都是空，世間法、出世間法都是空，連佛也是空，佛的福德、智慧當然是有，但要空去對佛的執著。如果修行常行三昧，執著見到具體、有形、有相的十方諸佛——這就不是空，是自我的執著，有了執著，就不容易修成常行三昧。[58]

---

54 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 248。

55 後漢．支婁迦讖譯，《般舟三昧經》卷 2，CBETA, T13, no. 418, p. 908, c17-25。

56 有關有相、無相念佛，及念佛即是禪觀等，請參見釋果鏡，〈再探聖嚴法師的淨土思想——有無二相的念佛觀〉，收入聖嚴教育基金會學術研究部編，《聖嚴研究》第四輯（臺北：法鼓文化，2013 年），頁 305-351。

57 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 271-272。

58 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 264-265。

臺灣人文學期刊資料庫

聖嚴探討見佛有兩種：一是見無形無相的佛；二是見自己幻想中的佛。無形無相的佛才是真正的佛，這真正的佛和無心相應，是空掉對佛的形相之執著，而見的佛；這是常行三昧念佛法和「無心」所作出之連結。

（三）修持重點

聖嚴認為能修成常行三昧的修持重點是因為：（1）靠佛力所成；（2）心清淨，佛由心生；（3）自心是空，佛亦是空。第一所討論的佛力，根據《般舟三昧經．行品》，[59] 聖嚴提出有三種，再加上其對這三種力的解釋：一者佛的威神力；二者三昧力；三者本功德力。佛的威神力就是佛的福德智慧力，佛的三昧力就是佛的定慧力，佛的本功德力就是佛於因地時所發的願之力用，例如阿彌陀佛所發的四十八大願就是其本功德力，以此願力來成就佛土，成熟眾生；只要有信、願、行，就能得到佛的這三力所加持，以常行三昧來說，就能見一切諸佛，或者任何一尊想見的佛，於此再次強調，不是見有形、有相的佛。[60]

修成常行三昧的第二點修持重點是「心清淨，佛由心生」，心清淨就好像器皿中平靜的水面或乾淨的鏡面，可以呈現出身影，心清淨就可以見到十方佛，心中有佛，修成了常行三昧後，心中的佛就能顯現出來，這佛是一切佛，一切佛的心和我的心沒有分開，一切眾生是諸佛心中的眾生，一切佛是眾生心中的佛，眾生可以見到心中的佛，是因為心清淨。[61]

---

59 後漢．支婁迦讖譯，《般舟三昧經》卷 1，CBETA, T13, no. 418, p. 905, c13-18。

60 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 250-251。

61 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 251-252。

臺灣大學學術期刊資料庫

一切法分色法和心法，色法是心法以外的一切現象，如果是對色法沒有障礙，其涵義就是色法不會讓眾生產生煩惱、執著、污染，如此一來，一切色法（一切現象）就是清淨的。國土是色法，見到國土清淨，就是眾生的心清淨；因為無差別心，所以見到一切都是清淨的。心清淨了，想見佛[62]就能見到佛，見佛後向佛請問法，請問「無執著法」。何種無執著法？就是「『佛從何所來？我為到何所？』自念：『佛無所從來，我亦無所至。』」[63]佛是如來如去，對煩惱眾生來說，佛是如去，因為心中沒有佛，對有善根的眾生或佛教修行人而言，佛是如來，當修行常行三昧時，佛是如來，佛立於眾生前，修成功後，佛是如來如去、不來不去、無來無去，這就是佛的真義。[64]

修成常行三昧的第三點修持重點是「自心是空，佛亦是空」。欲界、色界、無色界是由心念產生的，這是根據「三界唯心」，[65]心中有三界的業就會有三界，心中要是沒有三界的業，就沒有三界，這就是「一切唯心造」，所以善業惡業都是由心造，像《大方廣佛華嚴經》說：「若人欲了知，三世一切佛，應

---

62 關於見佛，廬山慧遠與鳩摩羅什於信件往返中有精闢的探討，其中羅什回答：見佛三昧有三種，一是以神通力前往佛所；二是雖無神通，心住一處即可見佛；三是學習念佛，或見佛像，或見佛本身，或見過去未來現在一切諸佛。其中有以夢作比喻，雖然佛在遠方，行般舟三昧的菩薩，因為定力的緣故，也能見到遠方的佛。持戒清淨的人，信心、恭敬心深重，再加上佛的神力，和本身的定力，眾緣和合，就能見佛，這見佛就好像人看到鏡中的像一般。還有，修行人沒有到佛面前，佛也沒有來我的處所，而能見佛聞法，是因為心中憶念、分別的緣故，而有見佛之可能。以上請參見東晉．慧遠問，羅什答，《鳩摩羅什法師大義》卷中，CBETA, T45, no. 1856, p. 134, b4-p. 135, a11。

63 後漢．支婁迦讖譯，《般舟三昧經》卷 1，CBETA, T13, no. 418, p. 905, c27-29。

64 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 253-254。

65 唐．實叉難陀譯，《大方廣佛華嚴經》卷 54，CBETA, T10, no. 279, p. 288, c5-7。

臺灣大學學術期刊資料庫

觀法界性，一切唯心造。」[66] 所以心中有佛就能見佛，心中沒有佛就見不了佛，念佛的人可以見佛、生淨土，就是依據這道理。[67]

心中有佛，念佛所見之佛就是自己的心，心清淨，心與佛相應，心就是佛，《佛說觀無量壽佛經》說：「是心作佛，是心是佛」，[68] 只要心念佛，心就是佛，十方諸佛就是心的反映。[69]

心不能知道自己，心不能見到自己，一定要有對象，才能知道心的存在，如果沒有對象當作心的反映，心是不能見到自己，根本不知道有心的存在，所以當有念頭時就是有觀念、符號，這些觀念、符號都是心的對象。念有清淨念、不清淨念、定慧等持、心一境（在定中）。心有思想、戲論就是愚癡，因為思想是分別、執著的。心無想就是涅槃寂靜；[70] 而「無想」有二種層次，一是有為法的無色界無想天之無想定（這是通外道的）；一是聖人出三界的無想定，也就是滅受想定，此無想定與空慧相應，不會執著於定境，出定後也不受環境困擾，不管入定、出定，都是在定中，因為不執著於定，也不執著於不定，所以叫「無想」。[71]

而常行三昧的「無想」是指出三界聖人 [72] 的「滅受想定」；一切都是由「一念」產生，念頭滅了，就能入涅槃，由受會產生想、念，想不空、念不空，就無法解脫。例如：念佛，佛是被念

---

66 唐．實叉難陀譯，《大方廣佛華嚴經》卷 19，CBETA, T10, no. 279, p. 102, a29-b1。
67 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 254-255。
68 宋．畺良耶舍譯，《佛說觀無量壽佛經》卷 1，CBETA, T12, no. 365, p. 343, a21。
69 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 255。
70 此處的「無想」是指聖人的「滅受想定」。
71 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 256-257。
72 大小乘見道以上，斷惑證理之人。

臺灣大學佛學期刊資料庫

的對象，如果知道自己和佛無二無別時，還有佛可念嗎？這時就無佛可念，念就是空。常行三昧見到的佛是自心中的佛，自心是空，所以佛也是空。修行常行三昧要多念佛，修成常行三昧時，可以見一切佛、一切佛國土，但是實際上是沒有一切佛、一切佛國土，因為自己已經和佛合而為一，一切佛、一切佛國土都是自己心中的顯現，而連顯現的心也沒有，那就沒有一切佛、一切佛國土。在成佛前，有行可修，是要去除一切執著，這時還有佛可成，但成佛之後就無佛可成。佛和眾生是相對的，當自己成佛後，看每一位眾生都是佛，所以心中、心外還有什麼佛——空無所有，這才是真正實證佛果。[73]

聖嚴論證了修持能成就、能見佛的重點，在於佛的福德智慧力、定慧力、本願功德力，還有修行者能生出佛心之清淨心，除此之外，能體證人、我、法皆空，能緣、所緣全都空，而成就「一切唯心造」。

分別探討了智顗和聖嚴對「常行三昧念佛法」之操作方法、修行目的、修持重點等論點，接著要著手於常行三昧念佛法之「事一心」、「理一心」和「統一心」、「無心」之同異處作討論。

肆、「事一心」和「統一心」之同異

一、「事一心」和「統一心」之相同處

智顗於《法華三昧懺儀》中指出「事一心」和「理一心」，心不散亂就是「事一心」；了知心是不生不滅，就是「理一心」。智顗於《觀音義疏》提出「事一心稱名」和「理一心稱

[73] 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 257-259。

臺灣大學學術期刊資料庫

名」，智顗認為念佛可分「事」和「理」；而用心念佛，念念相續不間斷，就可以說是「一心」，心中繫念數息，十息都沒有亂，就可以說是「一念」；或者無數念不夾雜其他的念頭、思想，雖然這「念」時間很長或次數很多，但是還是叫做「一心」，「一心」就是沒有第二念，所以叫做「事一心」。這是智顗對「事一心念佛」的定義。[74]

在《聖嚴法師教淨土法門》中提到，用念佛的方法修行，可以從散亂心、集中心、統一心到無心這四種過程，專念阿彌陀佛，念到一心不亂，一心不亂可分為「事一心」和「理一心」，「事一心」就是「統一心」，「理一心」就是「無心」。如果念佛念到「統一心」，則是九品蓮花中的上品和中品；[75] 如果還是散亂心，必須要有十念不斷才能進入下品。[76]

「統一心」有三種層次：（1）身、心統一（2）內、外統一（3）前、後念統一。有了修行基礎，雜念會越來越少，感覺身、心結合，這是「身心統一」。之後再進一步繼續修行，會覺得身心沒有負擔，還聽得到環境中的聲音，但是自己和環境合為一體，這就是「內外統一」，內指自己，外指環境；進入統一心後，覺得身處在無限的空間中，自由自在，諸如物我一體、內外一體、自他平等、天人合一，就以為自己開悟，其實還沒有開悟。前念、後念，念念止於一念，是念的統一，這進入深定（是

74 隋．智顗，《觀音義疏》卷 1，CBETA, T34, no. 1728, p. 922, c9-13。

75 對於往生上品上生還是被界定為「事一心」不亂，請參見陳劍鍠，〈聖嚴法師倡導的念佛方法及對「念佛禪」的詮釋〉，收入聖嚴教育基金會學術研究部編，《聖嚴研究》第十一輯（臺北：法鼓文化，2018 年），頁 40-41。

76 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 195-196。有關十二禪門之說法，請參見楊惠南，〈天台漸次止觀判攝問題之研究〉，《正觀》第 82 期（2017 年 9 月），頁 18-19。

臺灣大學學術典藏庫

念念統一的定境），便沒有時間的感覺，一天和一秒鐘是一樣的，這是「前後念統一」（這是入定，念的統一，絕對統一）。如果沒有對立，即使在動中修，也是統一。[77]

依據智顗「事一心」的定義：「沒有第二念」。根據聖嚴「統一心」第三種的定義：前念、後念，念念止於一念的「前後念統一」。此二者是相同的，都是在講一念，統一念頭。至於「統一心」是「事一心」還是「理一心」？於此引用《聖嚴法師教淨土法門》來說明：「事一心就是統一心」。[78]

二、「事一心」和「統一心」之不同處

智顗將禪法分為：「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。並明確指出「禪」即「四禪」，是凡夫、外道、二乘菩薩、諸佛所共得的禪定。[79] 另外在《釋禪波羅蜜次第法門．通明觀》中「通明觀」之位次等同「四禪」，但是「四禪」被歸為「世間禪」，而「通明觀」被歸為「亦世間亦出世間禪」；其主要的原因在於「通明觀」同時觀察「息」、「色」、「心」，「世間四禪」只觀察「息」、「心」。[80]

---

77 聖嚴法師，《聖嚴法師教默照禪》，《法鼓全集 4-14》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 135-143、173。

78 事一心就是統一心，請參見聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 195-196。

79 有關智顗禪法的部分，請參見王晴薇，〈智者大師早期止觀架構之基礎——以「釋禪波羅蜜次第法門」中的「四禪」為中心〉，《成大宗教與文化學報》第 3 期（2004 年 6 月），頁 61-88。

80 有關智顗「通明觀」和「四禪」的部分，請參見王晴薇，〈早期天台止觀對道教修法的融攝模式——以智者大師《釋禪波羅蜜次第法門》〈通明觀〉章為中心〉，收入國立成功大學中國文學系，《第五屆魏晉南北朝文學與思想學術研討會論文集》（臺南：國立成功大學中國文學系，2004 年），頁 389-414。

臺灣大學學術期刊論文

至於「一心」，智顗在《釋禪波羅蜜次第法門》中討論初禪、二禪、三禪、四禪，其中論及一心，[81] 四禪是「內色界定」，而四無量心是「外色界定」，四空處定（四空定）是「無色界定」，前述這十二禪門 [82] 都是有漏法，是屬於凡夫定。[83] 以四禪八定中最初階的初禪來說，初禪有五支：一、覺支；二、觀支；三、喜支；四、樂支；五、一心支。[84] 初禪的覺支是覺悟的第一念叫「覺」，之後細心分別叫做「觀」，愉快賀喜之心叫「喜」，心境安然淡泊叫「樂」，沉靜無聲、不散亂叫「一心」。[85]「一心」有專心守一之意；[86] 還有，「一心」容易得定。[87]

二禪的「一心」是指不依據外念思想、思想不動。[88] 三禪的「一心」是指受樂的心停止、寂靜不動。[89] 四禪也有「一心支」，四禪的「一心」是指定心寂靜、對眾多的外緣心不動任何念頭。簡言之，智顗在四禪的「一心」和「不散亂、不動」有關連。

---

81 隋．智顗，《釋禪波羅蜜次第法門》卷 5-10，CBETA, T46, no. 1916, p. 511, a11-p. 546, b27。

82 有關十二禪門之說法，請參見楊惠南，〈天台漸次止觀判攝問題之研究〉，頁 18-19。

83 隋．智顗，《釋禪波羅蜜次第法門》卷 1，CBETA, T46, no. 1916, p. 480, a22-29。

84 隋．智顗，《釋禪波羅蜜次第法門》卷 5，CBETA, T46, no. 1916, p. 511, a11-12。

85 隋．智顗，《釋禪波羅蜜次第法門》卷 5，CBETA, T46, no. 1916, p. 511, a12-15。

86 隋．智顗，《釋禪波羅蜜次第法門》卷 2，CBETA, T46, no. 1916, p. 491, b12-14。

87 隋．智顗，《釋禪波羅蜜次第法門》卷 3，CBETA, T46, no. 1916, p. 492, c15。

88 隋．智顗，《釋禪波羅蜜次第法門》卷 5，CBETA, T46, no. 1916, p. 513, c17-26。

89 隋．智顗，《釋禪波羅蜜次第法門》卷 5，CBETA, T46, no. 1916, p. 514, c19-24。

臺灣大學學術期刊資料庫

聖嚴則在一念統一（即「前後念統一」）之前，加了二個層次，以助現代人了解這統一的一念（即「統一心」）：「身心統一」和「內外統一」，這兩個部分是智顗所沒有提到的，相較於智顗的「事一心」，聖嚴更詳盡地說明「統一心」。

聖嚴探討統一心的階段會有的一些身心現象如下：

1. 光音無限。有光，有音，不一定是同時，而是在無限中。
2. 澄澄湛湛。不一定有光有音，但是心是透明、透徹的，就像透明的水晶，不會動，但是很清澈，此時會覺得是悟境出現。
3. 一片悟境。好像什麼都知道，沒有一樣東西不是自己的，天地萬物皆從自性中出，再回到自性中去。[90]

以上三種都是統一心會出現的境界：具聰明境和神通境的能力。聰明是指靈感，神通包括他心通（知道他人在想些什麼）、天眼通（此眼能見六道中的遠、近、粗、細各種東西）、宿命通（能知道自己和六道眾生過去、未來百千萬世所作之事）等，但這些都和悟境無關。[91]

根據聖嚴《禪與悟》中討論到，定分為四禪八定，但都不離開統一心的範疇。[92] 四禪八定的四禪只到色界天，四定在無色界天（四空處定），四禪加上四空處定合稱為「四禪八定」；[93] 所

[90] 聖嚴法師，《聖嚴法師教默照禪》，頁 137。
[91] 聖嚴法師，《聖嚴法師教默照禪》，頁 137。
[92] 聖嚴法師，《禪與悟》，《法鼓全集 4-6》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 10。
[93] 聖嚴法師，《華嚴心詮：原人論考釋》（臺北：法鼓文化，2006 年），頁 146。

臺灣大學學術期刊資料庫

以，四禪八定還在三界內，在《學術論考》中提到四禪八定是凡夫禪。[94]

聖嚴的統一心是放在明心見性、開悟的前一個過程，銜接其後的是「無心」，他主要是為了「無心」的鋪陳、論述統一心。統一心最多只能入定，統一心是心繫於一境（一念），[95] 根本不是明心見性、開悟，是念的統一，絕對統一。統一心要配合三法印（諸行無常、諸法無我、涅槃寂靜）之後，才有機會觸發開悟的情況。[96]

以上是聖嚴「統一心」和智顗「事一心」之不同處。

伍、「理一心」和「無心」之同異

一、「理一心」和「無心」之相同處

智顗在《觀音義疏》中討論到「理一心」和「理一心稱名念佛」，其原文如下：

> 理一心者，達此心自、他、共、無因不可得，無心、無念、空慧相應。此乃無一亦無心，知聲相空呼響不實，能稱、所稱皆不可得，是名無稱，是為理一心稱名也。[97]

智顗《觀音義疏》的「理一心」定義是「瞭解通達到心的自生、他生、共生、無因生都是不可得、是空的[98]」；以修常行三昧為

---

[94] 聖嚴法師，《學術論考》，《法鼓全集 3-1》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 58。

[95] 聖嚴法師，《七覺支》，《法鼓全集 7-14-4》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 41。

[96] 聖嚴法師，《聖嚴法師教默照禪》，頁 172。

[97] 隋．智顗，《觀音義疏》卷 1，CBETA, T34, no. 1728, p. 922, c15-18。

[98] 這是根據龍樹《中論》的四種不生：（一）不自生：萬法不以自己為因而生

臺灣大學佛學期刊資料庫

例，他的「理一心稱名念佛」是指念佛和「無心、無念、空慧」相呼應，亦即能稱名念佛的「人」，和被稱念的「阿彌陀佛」之名，都是不可得、是空的。[99] 其重點在於空與空慧。

在智顗《摩訶止觀》常行三昧中討論到，我應當從心得佛、從身得佛，可是佛不用心得、不用身得，不用心得佛色、不用色得佛心，這是因為以心來說，佛沒有心，以色來說，佛沒有色。[100] 這一段和其《觀音義疏》中所探討「理一心」的定義相呼應；所以不論是以色來論佛，或是以心來論佛，都是不可得，是空的；既然都是不可得，那麼念佛的人和所念佛也是不可得，也是空的。

另外，智顗在《法華玄義》中討論到，一切禪有三種，一是「中三昧」，二是「真三昧」，三是「俗三昧」。其中的「中三昧」和實相空慧有關，[101] 而基於「色即是空」說明了事中有理，這理是真、是體，亦即以空慧、般若來觀照，以各種行動來幫助促成、成就三昧。[102] 如果只是隨著事項而行，便無法顧及「體」；如果能隨理而行，便能讓空慧和行互相呼應，能破解無量的障礙真理的罪行，能得到無生法忍，就是因為能隨理而行，這行便具備「體」。[103]

般若即是空慧，有了般若、空慧，能觀的人和所觀的對象都

成；（二）不他生：萬法不以他因而生成；（三）不共生：萬法不以自他為共因而生成；（四）不無因生：萬法不以無因而生成。後秦．鳩摩羅什譯，《中論》卷 1，CBETA, T30, no. 1564, p. 2, b6-7。

99 隋．智顗，《觀音義疏》卷 1，CBETA, T34, no. 1728, p. 922, c15-24。

100 隋．智顗，《摩訶止觀》卷 2，CBETA, T46, no. 1911, p. 12, b29-c8。

101 隋．智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 4，CBETA, T33, no. 1716, p. 726, a24-28。

102 隋．智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 5，CBETA, T33, no. 1716, p. 742, a17-19。

103 隋．智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 5，CBETA, T33, no. 1716, p. 793, c22-25。

臺灣大學 法律學院圖書館

是離一切相、都是空的；而法位（即真如）一定要有慧才能入，空慧能讓人迅速進入真如。[104] 以常行（念佛）三昧而言，也是須要有般若、空慧來相助，以達成快速進入常行三昧，繼而能見佛聞法、修法，親證實相，以智顗而言，其常行三昧可以是稱名念佛、實相念佛。

由智顗著作的思想推論，粗略來說，智顗的理一心念佛和般若、空慧有直接的關係，至於智顗所言之般若、空慧可到達或影響之程度為何，於下一個子題（「理一心」和「無心」之不同處）會有詳盡的論述。

再討論到聖嚴的無心，《聖嚴法師教淨土法門》中提到「無心」，是指心沒有執著、不顛倒、不貪戀、不攀緣，就是《金剛經》所說的無住心。[105] 而且如果以無心念佛，便會失去能念佛的眾生和所念的佛號，就是能所具失，這和《楞嚴經》所說的「入流亡所」是同樣的道理。[106]

聖嚴由「無心」引申出「無相念佛」，他論述無相念佛有兩種層次，無相念佛和他所提倡的人間淨土相呼應，此無相念佛的兩種層次即是：一、有佛號，但不執著、不期求、不等待佛號，就是一直念佛號，念到一念佛號都不生；二、不一定有佛號，不須要出聲，心中也不須要有佛號，但是心心念念和佛的無緣大慈、同體大悲、無我的智慧相應，能和這三項相應就是無相念

[104] 隋．智顗，《摩訶止觀》卷 6，CBETA, T46, no. 1911, p. 74, b22-25、CBETA, T46, no. 1911, p. 85, b15-16。

[105] 後秦．鳩摩羅什譯，《金剛般若波羅蜜經》卷 1，CBETA, T8, no. 235, p. 749, c22-23。

[106] 聖嚴法師，《念佛生淨土》，《法鼓全集 5-8》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 78。

臺灣大學學術期刊資料庫

佛。[107] 這也是聖嚴對念佛念到「無心」的另一種詮釋，念念和佛相應，念念就是佛，佛就出現在面前，這就是見佛的法身，就是修成常行（念佛）三昧。

而其中無我的智慧就是空慧，就是般若波羅蜜，在修行常行三昧（般舟三昧）要時時念著空，知道一切法（世間法、出世間法）都是空的，連佛都是對凡夫而方便說「有」，實際上佛也是空的——意思是不執著有佛。因為不執著，所以說空；亦即佛的福德是有，要空去的是執著。[108] 由不執著而親證空慧，才是真正見道，[109] 也就是明心見性。

在空慧之作用下，才能了解一切都是無苦、無集、無滅、無道的，如此一來，便不離生死也不受生死之束縛，這才是真正的自在。[110] 但是，如果沒有空慧，便無法與無我相應，與無我的佛法不相應，則修行任何佛法，都不可能與菩提心相應，最終和佛法也無法相應。[111] 因為般若、空慧能將自我的執著清除，才能顯現清淨的智慧，這清淨的智慧等同於佛心，也就是「應無所住而生其心」之心。[112]

綜合而言，智顗的系統（包括常行三昧）和聖嚴的念佛法門都與般若系列經論有關，[113] 並且，《大品般若經》和《大智度

---

[107] 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 206-207。
[108] 聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 260-264。
[109] 聖嚴法師，《四十二章經講記》，《法鼓全集 7-5-1》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 33。
[110] 聖嚴法師，《心經新釋》，《法鼓全集 7-1》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 103。
[111] 聖嚴法師，《八大人覺經》，《法鼓全集 7-13-1》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 27。
[112] 聖嚴法師，《心經新釋》，頁 61。
[113]《法華經》是「大乘頓覺」、「一乘頓中的極頓」教法，《大品般若經》、

臺灣大學哲學期刊資料庫

論》都以般舟三昧作為十方諸佛現前說法的善巧方便，因此而重視般舟三昧。[114] 基於上述理由，智顗和聖嚴的常行三昧都注重般若、空慧。[115]

《般舟三昧經》中本來就具「空、有」二門，空門是指存在的「無自性」。[116] 本經中所言：

《大智度論》的基調是統攝實踐法，慧思則以《大品般若經》、《大智度論》為基礎，來組織其修行體系；智顗前期依《大品般若經》、《大智度論》組織修行法門的體系，後期依《法華經》的「方便」與「真實」而組織其圓頓止觀體系，統合圓教理論。【上述請參見大野栄人，《天台止観成立史の研究》（京都：法藏館，1994 年），頁 324-328。】而聖嚴的念佛法門，直接與般若的經典有關連，如《聖嚴法師教淨土法門》、《念佛生淨土》、《無量壽經講記》中引用《般舟三昧經》、《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》、《大智度論》等經論來說明。【上述請參見聖嚴法師，《念佛生淨土》，頁 108。聖嚴法師，《無量壽經講記》，《法鼓全集 7-6》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 48、49、52、71、83。聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 23、240-283。】此外，其念佛禪有三種文獻，可以了解其念佛禪的修行方法，除了前面提的《般舟三昧經》、《文殊般若經》再加上《楞嚴經》之〈大勢至菩薩念佛圓通章〉。【上述請參見聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 220-240。】由上述所論，可見智顗和聖嚴都引用《般若經》系列的經典及《大智度論》。

114 武田浩学，《大智度論の研究》（東京：山喜房佛書林，2005 年），頁 178-190。

115 智顗和聖嚴的般舟三昧都注重般若，這是因為《般舟三昧經》和《道行般若經》、《八千頌般若經》（二經為同本異譯）的關係極為密切，【上述請參見梶山雄一，《般若の思想》（東京：春秋社，2012 年），頁 368-371。】《道行般若經》中，薩陀波倫菩薩得悉見十方諸佛三昧，【上述請參見後漢・支婁迦讖譯，《道行般若經》卷 9，CBETA, T8, no. 224, p. 471, b19-25。】《小品般若波羅蜜經》也有和見佛相應的經文。【上述請參見後秦・鳩摩羅什譯，《小品般若波羅蜜經》，CBETA, T8, no. 227, p. 554, c1。】二法師之般舟三昧不但都著重智慧——這是無住涅槃的菩薩行實踐，也重視慈悲——是利他的展現；而見佛是佛的威神力、三昧力、本功德力的開展，亦即以人為主體的心力、精神領域之開展。【上述請參見大田利生，〈般舟三昧と浄土教〉，《龍谷大學論集》第 423 號（1983 年 10 月），頁 134-158。】佛的威神力屬於他力，三昧力、本功德力是屬於自力，所以，般舟三昧是自力、他力相輔相成的。【上述請參見陳敏齡，〈般舟三昧經的阿彌陀佛觀〉，《東方宗教研究》舊第 1 期（1987 年 9 月），頁 3-16。】

116 本部圓静，〈般舟三昧経におけるさとりの周辺〉，《印度學佛教學研究》第 25 卷第 1 號（1976 年 12 月），頁 158-159。

臺灣人文與社會科學引用資料庫

> 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。[117]

「無所至」、「無想」、「無所從來」等，其思想就是般若，由般若指導修行，因修行之實踐更發揮了般若的思想。就常行三昧而言，就是無相三昧，[118] 常行三昧由事修稱阿彌陀佛之名，到理觀佛的法身，這過程要有般若空慧，[119] 當念佛念到得無相三昧、空三昧，這就是理一心（無心）。以上便是智顗之「理一心」和聖嚴之「無心」之相同處——在於般若、空慧。

二、「理一心」和「無心」之不同處

聖嚴借重天台學來解釋止觀、[120] 修行次第及禪宗修行，[121] 因此，本節便以天台學為基礎而作論述。根據本論文「貳、究明智顗『事』、『理』思想所蘊涵的義理內容」的分析，智顗之「理」的最嚴格標準是只有佛法界心才可以等同「理」，其餘九法界心都不能等同「理」。在上述智顗說明「理一心」、「理

---

[117] 後漢・支婁迦讖譯，《般舟三昧經》卷 1，CBETA, T13, no. 417, p. 899, b25-c1。

[118]「般舟三昧、無相三昧」是以無相為定，無我相、人相、眾生相、壽者相，三昧是「即定即慧」，不論身處何種狀態都不受影響，不會有煩惱，以智慧為基礎，心在運作，可是心是安定的。本註請參見聖嚴法師，《聖嚴法師教淨土法門》，頁 269；聖嚴法師，《聖嚴法師教話頭禪》（臺北：法鼓文化，2009），頁 227。

[119] 梶山雄一在〈般舟三昧経——阿弥陀仏信仰と空の思想〉討論到般舟三昧因念佛而得空三昧。本註請參見梶山雄一，〈般舟三昧経——阿弥陀仏信仰と空の思想〉，《浄土仏教の思想二：観無量寿経・般舟三昧経》（東京：講談社，1992 年），頁 310。

[120] 王宣曆，〈聖嚴思想融合性之歷史根源與特色〉，《臺大佛學研究》第 34 期（2017 年 12 月），頁 101。

[121] 聖嚴法師，《聖嚴法師教話頭禪》，頁 162。

臺灣大學學術期刊資料庫

一心稱名念佛」的定義中，其最高的標準也是到達佛法界，以常行三昧念佛法來說，其實相念佛就是到達佛法界；然而，智顗的常行三昧念佛法中還有稱名念佛、觀像念佛、觀想念佛，以《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》[122] 的角度來思考，稱名念佛也可以直達實相，[123] 亦即由稱名念佛可以直達佛法界。所以，智顗的「理一心」是在三界外之佛法界。

但是以《妙法蓮華經玄義》圓教之三諦圓融觀點來探討，不但是中道具足佛法，所有的俗諦、真諦也都具備佛法，空、假、中三諦，任何一諦都具足三諦，空諦中具足假、中二諦，假諦中具足空、中二諦，中諦中具足空、假二諦，一諦而三諦、三諦而一諦。[124]

如果就圓教三諦圓融的說法，於一諦中具足三諦，三諦中具足一諦，那麼可以推論出佛界具足其他九界，菩薩、緣覺、聲聞、天、人、阿修羅、畜生、餓鬼、地獄等界也一一具足其他九界，如此一來，即使在地獄界也具足佛界。智顗的「三而一、一而三」，一空一切空，一假一切假，一中一切中，能在十法界中成就如來行。[125] 同理可證，「理一心」便不只在於佛法界，其他九界也同時具足「理一心」。

至於禪宗「無心」義的開展，不論是默照禪、話頭禪、念佛禪的開展，都是直觀中道實相的不可思議境界，真正的「無心」是在體現生死即是涅槃、煩惱即是菩提、穢土即是淨土、非三界

---

[122] 梁．曼陀羅仙譯，《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》卷 1-2，CBETA, T8, no. 232, p. 726, a25-p. 732, c9。
[123] 印順法師，《淨土與禪》，頁 179-183。
[124] 隋．智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 2，CBETA, T33, no. 1716, p. 705, a5-7。
[125] 隋．智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 4，CBETA, T33, no. 1716, p. 725, c14-15。

臺灣人文及社會期刊資料庫

內非三界外之不可思議境界，也就是行、住、坐、臥不離本心之圓悟妙境。而念佛禪中所證的明心見性其「無心」，和智顗圓教思想中三諦圓融之微妙境界是否相同？就以明心見性之「無心」作為下手處，分析聖嚴對明心見性的看法，再評論其無心是否就等同於智顗圓教三諦圓融之境界。

聖嚴把「無心」和明心見性結合，[126] 且將「無心」細分為「相似無心」、「感覺無心」、「真正的無心」。「相似無心」不同於「真正的無心」，還是在三界內；「真正的無心」在三界外。聖嚴在《信心銘講錄》中探討了「感覺無心」：「『感覺到無心』的這種微妙的心依然存在，那還是『一』。因此，感覺到『無』還在三界以內。」[127]

聖嚴在《漢藏佛學同異答問．密教史》中有非常精采的討論：真正的無心即見空性，最初見到空性以聲聞乘來說是初果，以大乘來說是「初住」到「十住」；如果是每次都能見道，那就是「初地」以上的菩薩。[128] 以下將以天台學對「初住」、「十住」、「初地」之看法而議論。

---

[126] 聖嚴把「無心」和明心見性結合是根據以下幾本書的論點論證而得：一、《禪的世界》：「人們對生命的無奈與困擾，無法自救，便要用佛法的智慧來處理，有了智慧的人，自我中心，自然淡化，而至消融消失，那便是證入無我的實相，亦即是佛的境界——禪宗所謂的『明心見性』。」【上述請參見聖嚴法師，《禪的世界》，《法鼓全集 4-8》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 180。】二、《東西南北》：「無我就是無心。」【上述請參見聖嚴法師，《東西南北》，《法鼓全集 6-6》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 287。】三、《禪鑰》：「若能實證無我，便得解脫自由，便是明心見性，開悟成佛。」【上述請參見聖嚴法師，《禪鑰》，《法鼓全集 4-10》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 82。】

[127] 聖嚴法師，《信心銘講錄》，《法鼓全集 4-7》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 111。

[128] 聖嚴法師，《漢藏佛學同異答問．密教史》，《法鼓全集 2-4-1》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 48-49。

臺灣大學期刊資料庫

以天台智顗「化法四教」的系統，三藏教的主要當機者是聲聞人，根據《妙法蓮華經玄義》卷 4，其凡、聖位[129]分：一、七賢位（七方便位）是凡位（未斷惑），其內容有「五停心、（四念住的）別相念處、總相念處、煗法、頂法、忍法、世第一法」，其中「五停心、別相念處、總相念處」是「三賢位」，「煗法、頂法、忍法、世第一法」是「四善根位」。二、七聖位是聖位（斷惑），其內容有「隨信行、隨法行、信解、見得、身證、時解脫、不時解脫」，其中「隨信行」是「須陀洹向」，「隨法行」是「須陀洹果」，「信解」是「斯陀含向」，「見得」是「斯陀含果」，「身證」是「阿那含（向和果）」，「時解脫」是「阿羅漢向」，「不時解脫」是「阿羅漢果」；其中「須陀洹向」是「見道位」，「阿羅漢果」是「無學道位」，其餘皆是「修道位」。[130]

根據《妙法蓮華經玄義》卷 4，通教分三乘共十地，三乘是聲聞、緣覺、菩薩，聲聞是十地中之七「乾慧地、性地、八人地、見地、薄地、離欲地、已辦地」，「乾慧地」是三藏教的「五停心、別相念處、總相念處」，性地是三藏教的四善根，[131]薄地是藏教的二果，離欲地是三果，已辦地是四果。緣覺是「辟支佛地」，菩薩是「菩薩地」（因）和「佛地」（果）。[132]

綜合以上可得：「四禪八定」是凡夫定；三藏教的七賢位

---

[129] 凡、聖位可參見後秦・鳩摩羅什譯，《大智度論》卷 3，CBETA, T25, no. 1509, p. 81, c9-18。

[130] 隋・智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 4，CBETA, T33, no. 1716, p. 727, c13-p. 729, b4。

[131] 隋・智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 4，CBETA, T33, no. 1716, p. 729, c15-p. 730, a21。

[132] 福田堯穎，《天台学概論》（東京：文一出版社，1972 年），頁 178-183。

臺灣大學學術期刊資料庫

是凡位，聖位開始於「隨信行位」，也就是「須陀洹向」（見道位）；「統一心」所修得之「四禪八定」還未到達「須陀洹向」。須陀洹是初果，聲聞乘見空性是從初果開始。目前為止，聖嚴所教的「統一心」及聲聞乘初次見空性（無心）是初果，符合智顗「化法四教」中的三藏教所言。

聖嚴指出真正的無心是見空性——在三界外，最初見到空性，以大乘來說是「初住」到「十住」，如果每次都見道，那就是「初地」以上的菩薩。[133] 上述討論了聲聞乘見空性是從初果開始，再來申論初見空性是「初住」到「十住」，如果每次都見道，那就是「初地」。因為藏教理解的是界內之事善，通教所理解的是界內之理善，都屬三界內，他們無法理解界外之事、理，因此，由別教來探究，別教分凡位、聖位，凡位是十信（外凡）、十住、十行、十迴向（除十信外，十住、十行、十迴向是內凡），凡位是指未斷無明惑；聖位是十地、等覺、妙覺，聖位是指斷了無明煩惱。凡聖共五十二個位階，其中「十信」修從「假入空觀」，但未證空諦，只是到外凡伏惑位；「十住」修成從「假入空觀」，且證了空諦，初住斷了見惑，二住至七住斷了思惑，八住至十住斷了塵沙惑；「十行」修成從空入假觀，且證了假諦，斷了界外的塵沙惑；「十迴向」，迴向就是迴因向果，迴事向理，其修「中道第一義諦觀」（中道正觀），伏無明；「十地」中，每證一地斷一分無明，證一分中道，證中觀；「等覺」斷第十一品無明；「妙覺」，剩最後一品無明。別教次第修空、假、中三觀（漸次三觀），圓教是修「一心三觀」法，圓教的位次分為五品弟子位（外凡）、十信位（內凡）、十住位、十行位、十迴向位、十地位、等覺位、妙覺位，由「十住位到妙覺

[133] 聖嚴法師，《漢藏佛學同異答問．密教史》，頁 48-49。

臺灣大學學術期刊資料庫

位」是聖位。[134] 而在《仁王護國般若經疏》中提到，圓教在「十信」即能圓修三觀。[135]

在《維摩經玄疏》討論到十住位：

> 入理般若名為「住」。所語入理者，直入偏真，似入圓真理也。若望《大涅槃經》，正是修無生四真諦觀。今明此十住皆是修體假入空觀，發偏真之慧，斷界內見思，得一切智、慧眼，生相似中道之解，即是別教煖法位也。[136]

別教十住修的是體假入空觀，發的慧不是圓滿的慧，和圓教比起來，其慧是「偏」的，是斷三界內的見思二惑，得「一切智」；因是一切智，果是一切種智，「一切智」為「視平等界、空性之智也」。十住即得空性之智，且證了空諦，在《維摩經略疏》討論到十住位：「若別教者，十住是位不退。」[137] 即七住以上不再退轉於二乘之地，所以是位不退。這點和聖嚴所說：「但初見道位有小乘、大乘之別，小乘初果見道，相當大乘初住至十住位」[138] 吻合。

聖嚴於《漢藏佛學同異答問・密教史》，討論到每次入定都能見道，那是初地以上菩薩。[139] 初地是歡喜地，《維摩經玄疏》云：「初地名見道」；[140] 綜合而論，初地至十地菩薩是因修行

---

[134] 隋・智顗，《妙法蓮華經玄義》卷 4，CBETA, T33, no. 1716, p. 732, a2-b13。福田堯穎，《天台学概論》，頁 191-196、198-206。

[135] 隋・智顗，《仁王護國般若經疏》卷 4，CBETA, T33, no. 1705, p. 273, b27-28。

[136] 隋・智顗，《維摩經玄疏》卷 3，CBETA, T38, no. 1777, p. 539, a9-13。

[137] 隋・智顗，《維摩經略疏》卷 5，CBETA, T38, no. 1778, p. 636, a11-12。

[138] 聖嚴法師，《漢藏佛學同異答問・密教史》，頁 48-49。

[139] 聖嚴法師，《漢藏佛學同異答問・密教史》，頁 48-49。

[140] 隋・智顗，《維摩經玄疏》卷 3，CBETA, T38, no. 1777, p. 539, b9。別教之界外「無明見惑」，不是三藏教、通教人能見其理，而別教十信、十住、十

臺灣人文學術期刊資料庫

空、假、中三觀，而漸次成就其階位；而十地中的初地，修的是中道正觀，破無明見，而得見道，得根本無分別智，達到平等的真實智慧，這和聖嚴所討論的有異曲同工之妙。

聖嚴之無心和明心見性有直接的關係，那麼明心見性所蘊含之涵義為何？在《禪與悟》中指明：

> 明什麼心？見什麼性？明真心，見佛性。[141]

了解了明性見性，是在於明真心、見佛性，再理解明心見性、開悟的真實內涵是什麼。在《聖嚴法師教觀音法門》清楚地定義了「開悟」：

> 中國禪宗修行者所謂的「開悟」，所「悟」、所「認證」的，假名為佛性，其實就是「空性」。其中的「明心見性」，所明的心是無漏的智慧，所見的性，也即是空性－在有情眾生稱為佛性，在非情的諸法稱為法性，也可總名

行、十迴向也都只能伏而不能斷，只有別教初地才能見其理、而破無明見，故稱為「見道」。菩薩最初先修空觀，再修假觀，之後修中道觀，而證得初地；地以上斷一品無明、證一分中道。歡喜地因念一切佛、一切佛法而得宗教之喜悅，因大悲心而發救度眾生之心，菩薩道的第一步就是發菩提心，歡喜地菩薩發自利利他的大願。此外，十地中地地都能修十波羅蜜多，只是在初地，布施波羅蜜多特別殊勝，依次到十地；初地見道，而根本無分別智在初地獲得，無分別智捨離主觀和客觀之相，達到平等的真實智慧。《止觀の研究》中討論到，初地以上是修正觀，正觀就是從假入空觀、從空入假觀、中道第一義諦觀；從假入空觀（二諦觀）得慧眼、一切智，從空入假觀得（平等觀）法眼、道種智，中道正觀（圓觀）得佛眼、一切種智。本註中有關「見道」請參見林志欽，《智者大師教觀思想之研究》（臺北：文化大學哲研所博士論文，1999 年），頁 533；福田堯穎，《天台学概論》，頁 195-197；李道業，《華厳経思想研究》（京都：永田文昌堂，2001 年），頁 495-598；川田熊太郎、中村元等著，李世傑譯，《華嚴思想》（臺北：法爾出版社，1989 年），頁 40-53；佐藤哲英，〈三観思想の起源及び発達〉，收入関口真大編，《止観の研究》（東京：岩波書店，1976 年），頁 217-251。

141 聖嚴法師，《禪與悟》，頁 180。

臺灣大學學術期刊資料庫

為真如實相。[142]

雖然明心見性在籠統的定義中可說明是空性、佛性，但是如果在再更精密的論述下是否仍舊成立？

聖嚴在《正信的佛教》中有很明確的說明，如下：

> 開悟並非成佛，如說開悟即是成佛，乃是成的「理佛」乃至「相似佛」，而絕不是「究竟佛」。充其量，禪宗的開悟，相近於「得法眼淨」——見道——小乘的初果、大乘的初地而已，所以禪宗破了三關——本參、重關、牢關之後，才是走出生死之流的邊沿。如果以天臺圓教的「六種即佛」來衡量，禪宗破了第三的牢關，也僅同於第四「相似即佛」位。[143]

初關是破疑團見佛性，第二關是重關（大小悟不斷），第三關是牢關（破牢關就真正出三界）；初關和重關只是解悟，破牢關是證悟。於此很明確地論述了其無心（真正出三界）只到智顗的圓教第四「相似即佛」位，[144] 在《聖嚴法師教話頭禪》中很明確討論了明心見性不等於成了圓滿究竟的佛，明心見性所見的是「理性佛」而不是「究竟佛」，見了理性佛能使信心不退。[145]

而且聖嚴在《抱疾遊高峯》他解釋了他對空觀和中觀的定義：

---

[142] 聖嚴法師，《聖嚴法師教觀音法門》，《法鼓全集 4-13》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 42-43。

[143] 聖嚴法師，《正信的佛教》，《法鼓全集 5-2》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 92。

[144] 圓教六即佛，其中理即、名字即是信悟，觀行即、相似即（十信）是解悟，分證即（十住、十行、十迴向、十地、等覺）、究竟即（佛）是證悟。

[145] 聖嚴法師，《聖嚴法師教話頭禪》，頁 36。

臺灣大學圖書館期刊論文授權

> 用中觀法觀相對的境是空，觀與境合一的我也非真有，故中觀也就是空觀[146]

這段文字表示聖嚴對中觀、空觀的看法，二者處於相同的地位，並不像智顗分出空、假、中三觀。[147] 當然智顗最後以圓融三諦，統合了三諦，成就了圓教之即空即假即中。

至於智顗事理觀的前後演變與異同？綜合上述之討論，智顗的藏、通、別三教時期，其理是指佛法界，事是指其他九界；但是到了圓教時期，理事圓融、不二，從佛界到地獄界都是理、同時也都是事，十法界無二無別。至於聖嚴「統一心、無心」在不同時代的著作中是否有一樣的意涵？統一心都是指「四禪八定」。而無心因內涵之不同，可分為心不在焉的無心和修證經驗的無心，後者又分為「有心栽花花不發」、「放下身體得自在」、「道是無情卻有情」、「應無所住而生其心」四種不同的無心；而本論文著重於「應無所住而生其心」的「無心」。

---

146 聖嚴法師，《抱疾遊高峯》，《法鼓全集 6-12》（臺北：法鼓文化，2005 年），頁 83。

147 對此陳英善於其〈從「明心見性」論聖嚴禪法與天台止觀〉論及：「禪宗的『明心見性』，一般往往以『空性』來明之，亦有從佛性來表達之。換言之，『空性』即是佛性，亦可說『空性』蘊含著佛性。對於所謂的空性、佛性，禪宗較少做明顯的區分。然對天台來說，若不加以做細分，皆可稱之空；若細分之，則空性與佛性（中道）二者仍是有別的，以『空』說明界內法之無自性，而以『中』（中道佛性）說明界內、界外法之無自性。若就中道佛性而言，所遮破的，不僅遮除人我、法我之執取，且連『空』也要遮除，連所行的菩薩道之『假』也要遮除，呈現雙遮雙照的中道觀，甚至連中道佛性也要遮除，而呈現『即空即假即中』。因此，若從遮除來看，中道佛性所遮除的，是遍破一切的執著，此包括了遮除我法的『空』、遮除菩薩道之『假』，乃至遮除象徵佛性的『中』。若從所立來說，不僅『假』、『中』是立，『空』亦是立。而禪宗的『明心見性』，以空性或佛性來表達，不外乎是破、立的問題」。本註中有關請參見陳英善，〈從「明心見性」論聖嚴禪法與天台止觀〉，收入聖嚴教育基金會學術研究部編，《聖嚴研究》第三輯（臺北：法鼓文化，2012 年），頁 237-269。

陸、結論

本論文分析了智顗之「事一心、理一心」和聖嚴之「統一心、無心」，「事一心」和「統一心」的相同處，在於都在講統一念頭。但聖嚴的統一心是放在開悟的前一個過程，智顗之「事一心」和開悟沒關係。智顗「理一心」和聖嚴「無心」之相同處在於般若、空慧。與智顗龐大的教觀系統相較，聖嚴以簡單的四個階段來說明，使現代人更容易瞭解修行次第，可見其常行三昧教學之親民性。

智顗處於百家爭鳴的時代，其著作展現出對當時傳入之大小乘經典的融通，亦顯現其因應自身文化而作的調整；面對時代議題，他提出了相對應的解決方案，由於他的努力，奠定了漢傳佛教龐大的天台教觀體系，繼而影響整個東亞佛教；其以禪修解釋經典的努力，也顯而易見。佛陀之慈悲與智慧，由其所講述之經論與修行體系，更能有系統地傳承下來。

聖嚴師承曹洞、臨濟二宗，其將默照、話頭、念佛皆納入禪修，而創了法鼓宗；其「統一心、無心」與常行三昧修法之論述，可見其面對現代議題之努力；其不只致力於禪宗素樸、生活化之特色，以法華鐘作為法鼓山之精神象徵，更將漢傳佛教發展歷程中之宏觀貢獻，藉由精研、弘揚經論與天台教觀體系，而使漢傳佛教的消融性及包容性發揮得淋漓盡致，他更期待能推出適合全人類需求的佛教。

臺灣大學學術期刊資料庫

引用書目

一、大藏經

西晉・無羅叉譯，《放光般若經》，CBETA, T8, no. 221。
後漢・支婁迦讖譯，《道行般若經》，CBETA, T8, no. 224。
後秦・鳩摩羅什譯，《小品般若波羅蜜經》，CBETA, T8, no. 227。
梁・曼陀羅仙譯，《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》，CBETA, T8, no. 232。
後秦・鳩摩羅什譯，《金剛般若波羅蜜經》，CBETA, T8, no. 235。
唐・實叉難陀譯，《大方廣佛華嚴經》，CBETA, T10, no. 279。
西晉・竺法護譯，《度世品經》，CBETA, T10, no. 292。
姚秦・竺佛念譯，《最勝問菩薩十住除垢斷結經》，CBETA, T10, no. 309。
宋・畺良耶舍譯，《佛說觀無量壽佛經》，CBETA, T12, no. 365。
北涼・曇無讖譯，《大般涅槃經》，CBETA, T12, no. 374。
東晉・法顯譯，《佛說大般泥洹經》，CBETA, T12, no. 376。
後漢・支婁迦讖譯，《般舟三昧經》，CBETA, T13, no. 417。
後漢・支婁迦讖譯，《般舟三昧經》，CBETA, T13, no. 418。
後秦・鳩摩羅什譯，《禪祕要法經》，CBETA, T15, no. 613。
後秦・鳩摩羅什譯，《大智度論》，CBETA, T25, no. 1509。
後秦・鳩摩羅什譯，《十住毘婆沙論》，CBETA, T26, no. 1521。
後秦・鳩摩羅什譯，《中論》，CBETA, T30, no. 1564。
隋・智顗，《仁王護國般若經疏》，CBETA, T33, no. 1705。

臺灣大學學術期刊資料庫

隋・智顗，《妙法蓮華經玄義》，CBETA, T33, no. 1716。
隋・智顗，《妙法蓮華經文句》，CBETA, T34, no. 1718。
隋・智顗，《觀音義疏》，CBETA, T34, no. 1728。
隋・智顗，《維摩經玄疏》，CBETA, T38, no. 1777。
隋・智顗，《維摩經略疏》，CBETA, T38, no. 1778。
隋・智顗，《金光明經文句》，CBETA, T39, no. 1785。
東晉・慧遠問，羅什答，《鳩摩羅什法師大義》，CBETA, T45, no. 1856。
隋・智顗，《摩訶止觀》，CBETA, T46, no. 1911。
隋・智顗，《釋禪波羅蜜次第法門》，CBETA, T46, no. 1916。
隋・灌頂撰，《國清百錄》，CBETA, T46, no. 1934。
隋・智顗，《法華三昧懺儀》，CBETA, T46, no. 1941。
隋・灌頂撰，《隋天台智者大師別傳》，CBETA, T50, no. 2050。
唐・道宣撰，《續高僧傳》（《唐高僧傳》），CBETA, T50, no. 2060。

二、專書

川田熊太郎、中村元等著，李世傑譯，《華嚴思想》，臺北：法爾出版社，1989 年。
大野栄人，《天台止観成立史の研究》，京都：法藏館，1994 年。
印順法師，《淨土與禪》，臺北：正聞出版社，1986 年。
安藤俊雄，《天台思想史》，京都：法蔵館，1959 年。
李道業，《華厳経思想研究》，京都：永田文昌堂，2001 年。
佐藤哲英，《天台大師の研究：智顗の著作に關する基礎的研究》，京都：百華苑，1961 年。
武田浩学，《大智度論の研究》，東京：山喜房佛書林，2005

臺灣人文學術期刊資料庫

年。
梶山雄一，《般若の思想》，東京：春秋社，2012 年。
福田堯穎，《天台学概論》，東京：文一出版社，1972 年。
聖嚴法師，《漢藏佛學同異答問．密教史》，《法鼓全集 2-4-1》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《學術論考》，《法鼓全集 3-1》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《禪與悟》，《法鼓全集 4-6》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《信心銘講錄》，《法鼓全集 4-7》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《禪的世界》，《法鼓全集 4-8》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《禪鑰》，《法鼓全集 4-10》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《聖嚴法師教觀音法門》，《法鼓全集 4-13》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《聖嚴法師教默照禪》，《法鼓全集 4-14》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《正信的佛教》，《法鼓全集 5-2》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《念佛生淨土》，《法鼓全集 5-8》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《東西南北》，《法鼓全集 6-6》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《抱疾遊高峯》，《法鼓全集 6-12》，臺北：法鼓文化，2005 年。

臺灣大學學術期刊資料庫

——，《心經新釋》，《法鼓全集 7-1》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《四十二章經講記》，《法鼓全集 7-5-1》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《無量壽經講記》，《法鼓全集 7-6》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《八大人覺經》，《法鼓全集 7-13-1》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《七覺支》，《法鼓全集 7-14-4》，臺北：法鼓文化，2005 年。
——，《華嚴心詮：原人論考釋》，臺北：法鼓文化，2006 年。
——，《聖嚴法師教話頭禪》，臺北：法鼓文化，2009 年。
——，《聖嚴法師教淨土法門》，臺北：法鼓文化，2010 年。

三、論文

（一）期刊論文

大田利生，〈般舟三昧と浄土教〉，《龍谷大學論集》第 423 號，1983 年 10 月，頁 134-158。
王宣曆，〈聖嚴思想融合性之歷史根源與特色〉，《臺大佛學研究》第 34 期，2017 年 12 月，頁 87-120。
王晴薇，〈智者大師早期止觀架構之基礎——以「釋禪波羅蜜次第法門」中的「四禪」為中心〉，《成大宗教與文化學報》第 3 期，2004 年 6 月，頁 61-88。
本部圓静，〈般舟三昧経におけるさとりの周辺〉，《印度學佛教學研究》第 25 卷第 1 號，1976 年 12 月，頁 158-159。
陳平坤，〈中華念佛禪教及其修學義理——念佛禪法的安心學

臺灣人文學與術期刊資料庫

理〉，《法鼓佛學學報》第 21 期，2017 年 12 月，頁 73-130。

陳敏齡，〈般舟三昧經的阿彌陀佛觀〉，《東方宗教研究》舊第 1 期，1987 年 9 月，頁 3-16。

楊惠南，〈天台漸次止觀判攝問題之研究〉，《正觀》第 82 期，2017 年 9 月，頁 5-37。

（二）專書論文

佐藤哲英，〈三観思想の起源及び発達〉，收入関口真大編，《止観の研究》，東京：岩波書店，1976 年，頁 217-251。

梶山雄一，〈般舟三昧経——阿弥陀仏信仰と空の思想〉，《浄土仏教の思想二：観無量寿経・般舟三昧経》，東京：講談社，1992 年，頁 199-348。

張廷仕，〈智顗的淨土思想〉，收入佛光山文教基金會編，《中國佛教學術論典 23》，高雄縣：佛光山文教基金會，2001 年，頁 314-380。

（三）論文集論文

王晴薇，〈早期天台止觀對道教修法的融攝模式——以智者大師《釋禪波羅蜜次第法門》〈通明觀〉章為中心〉，收入國立成功大學中國文學系，《第五屆魏晉南北朝文學與思想學術研討會論文集》，臺南：國立成功大學中國文學系，2004 年，頁 389-414。

陳英善，〈從「明心見性」論聖嚴禪法與天台止觀〉，收入聖嚴教育基金會學術研究部編，《聖嚴研究》第三輯，臺北：法鼓文化，2012 年，頁 237-269。

陳劍鍠，〈聖嚴法師倡導的念佛方法及對「念佛禪」的詮釋〉，

臺灣人文與藝術期刊資料庫

收入聖嚴教育基金會學術研究部編，《聖嚴研究》第十一輯，臺北：法鼓文化，2018 年，頁 7-64。

釋果鏡，〈再探聖嚴法師的淨土思想——有無二相的念佛觀〉，收入聖嚴教育基金會學術研究部編，《聖嚴研究》第四輯，臺北：法鼓文化，2013 年，頁 305-351。

（四）學位論文

林志欽，《智者大師教觀思想之研究》，臺北：文化大學哲研所博士論文，1999 年。

Lin, Mei-Yu. “Coming to Terms with Zhiyi’s *Buddhānusmṛti*: A Critical Reading of Zhiyi’s Theory in Dynamic Mind.” PhD diss., University of the West, 2016.

臺灣大學學術期刊資料庫

From Zhiyi's "Concentration on Phenomena and Concentration on Principle in One Mind" to Investigate Shengyen's "United-mind" and "No-mind" *

Shi, Xiuyou **

Abstract

This thesis bases on Ven. Zhiyi's "concentration on phenomena in one mind" and "concentration on principle in one mind" to investigate Ven. Shengyen's "united-mind" and "no-mind." In the method of mindfulness of Buddha in constantly walking *samādhi*, the similarities and differences between Ven. Zhiyi's "concentration on phenomena in one mind and concentration on principle in one mind" and Ven. Shengyen's "united-mind and no-mind" are discussed. The methodology of this thesis is textual, doctrinal, and historical analysis.

Ven. Zhiyi's "concentration on phenomena in one mind" means that there is no second thought. Ven. Shengyen's "united-mind" means that the preceding thought and the following thought are united. This is the similarity of "concentration on phenomena in one mind" and "united-mind." In Ven. Zhiyi's *Shi Chanboluomi Cidi Famen* 釋禪波羅蜜次第法門 , the first *dhyāna*, second *dhyāna*, third *dhyāna*

* The original title was 'From Zhiyi's "Concentration on Phenomena in One Mind" and "Concentration on Principle in One Mind" to Investigate Shengyen's "United-mind" and "No-mind": Based on the Method of Mindfulness of Buddha in Constantly Walking *Samādhi*.'

** Ph.D., Department of Religious Studies, University of the West (USA).

臺灣人文學術期刊資料庫

and fourth *dhyāna* are connected to “one mind,” which are related to “not scattered” and “still” mind. Ven. Shengyen’s “united-mind” is in the process of enlightenment, which is the phase before “no-mind.” As to “united-mind,” it is related to enter concentration. This is the differences between these two.

As to Ven. Zhiyi’s “concentration on principle in one mind” and Ven. Shengyen’s “no-mind,” the similarity is both related to wisdom (*prajñā*). The differences as follow. Ven. Zhiyi’s “concentration on principle in one mind,” if not from the opinion of the Perfect Teaching (*yuanjiao*) 圓教 , it means “the mind of Buddha realm.” If from the viewpoint of the Perfect Teaching, it means “the mind of ten realm.” Ven. Shengyen’s “no-mind,” according to the Separate Teaching (*biejiao*) 別教 , the people of “no-mind” attain “the first to tenth of the resting-places 初住至十住 ,” or “the first stage of the *daśabhūmi* 初地 ,” who are in the stages of “seeing the true Way 見道 .” If from the opinion of the Perfect Teaching, “no-mind” is similar to the fourth “Identity of semblance 相似即 ” of the Six Identities to the Buddhahood (of Tiantai Teaching) (*liu liujifo* 六即佛).

Keywords: concentration on phenomena in one mind, concentration on principle in one mind, united-mind, no-mind, enlightenment

臺灣大學學術期刊資料庫