

编 后 记

宗教历史悠久，有广泛的社会影响。这一辑既选有《佛经概述》这类综合研究的文章，也选有《般若心经的研究》、《南传法句经略探》、《那先比丘经简介》，《西藏学简介》这类对著名经典和学术进行专题研究的文章，同时还选了印度等国外人士对宗教研究的资料，这对我们了解台、港及国外宗教研究动态和进行研究，是有参考作用的。

宗 教 研 究 (3)

——台港及海外中文报刊资料专辑
北京图书馆文献信息服务中心剪辑

书目文献出版社出版
(北京市文津街六号)

河北省南宫市印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

787×1092毫米 1/16开本 9印张 230千字

1986年10月北京第1版 1986年10月北京第1次印刷

印数1—2,000册

统一书号: 2201·16 定价: 2.30元

〔内部发行〕

B91
23
:3

目次

试论孔子的宗教观

佛经概述

佛家四禅八定的静坐工夫

佛性、佛法、佛曲与佛教

般若、及其弘传中华

般若心经要解

般若心经的研究

南传法句经略探

那先比丘经简介

西藏学简介

读夏峰先生集

羯磨济度禅戒相彰

试说无量寿经四十八别愿的宗教精神

印度思想的潮流 (1—4)

佛家“戏论”(PRAPANCA)义的一个衡定 (1—5)

初访国内天主教神哲学院

五位亚洲主教访华后感

补白

中产化的信仰

教牧人员访穗随感

佛教在美方兴未艾

谭宇权 一

戴月芳 八

杨政河 一四

王冬珍 二二

朴庵 二五

柳絮 三四

戴朴庵 四一

温秀英 四九

姚孝彦 五五

许明银 五七

王明荪 五九

晓云 六七

郑志明 七九

许明银译 八四

万金川 一一九

汤汉 1

关尚义著 林瑞琪译 9

曼华 七八

李鼎新 一一八

沈颂芳 一三〇

呢？傅先生說：「孔子的天下，大約即是齊魯宋衛，不能甚大，可以『登太山而小天下』爲證」。又說：「……即三年之喪，在東周，在民間，有相當的通行性，蓋殷之遺禮，而非周之制度。」（見「周東封與殷遺民」，中國上古史論文選集第一冊，頁一〇九。國風出版社）

我認爲：傅斯年的分析，可與重作賓講的殷人對祖先的崇拜「相互發明」。如果他們的話是完全真實、可靠的話，那麼，我們似乎可說，孔子在承繼三代的宗教信仰中，特別接受了商人對「人鬼」（祖先）這項信仰。而且將它「變成」他思想中的一部份（即主張三年之喪）——我以為：這實在是造成後代儒家注重「厚葬」，以及中國人何以如此重視「慎終追遠」的原因。

總之，孔子雖然沒有一套宗教思想，但他幾乎是承繼了古代的宗教觀念，例如上帝、山川神等。尤其，他贊成對祖先（人鬼）的崇拜，更顯示了他並不排斥宗教，而且有贊成部份宗教的傾向。

叁、孔子思想中，宗教觀念的地位

在這一部份中，我們將研究：孔子的思想中，宗教究竟占了什麼樣的地位呢？

將分二部份來分析：①從他整個哲學來看「宗教觀念」的地位。②從他的宗教觀念中，觀察他着重的是什麼？

①從他整個哲學來看他的「宗教觀念」的地位

一般所謂宗教觀念，不外乎上述的「上帝」、「鬼神」和牠們的影響力。那我們看：到底在孔子的哲學中，這些「觀念」有怎樣的地位呢？

誠如大家共知：孔子哲學是一種「仁」的哲學；而所謂「仁」乃指一種極高的境界，或是一個人品德修養到顯著的境界——此境界却全然不講上帝和牠的影響力的「存在」。此點，我們試將墨子的兼愛和孔子的仁愛作一比較，將能完全明白。

根據淮南子要略篇的記載：墨子早年接受過儒術。但他的思想發展後，顯然又是一套；這一套思想，有人將它與儒家的思想作成這樣「強烈的對比」——即墨子講平等的愛，而孔子孟子講的是有差等的愛。但我却以為：儒墨「最重要」的分別，在前者未向宗教方面求發展。而後者已向宗教方面發展了。何以見得？

譬如墨子雖以兼相愛、交相利，爲解決天下問題的方法。但，他最終是將這套方法，交給了宗教、交給了上帝，而成為上帝治人的一部份。試看子墨子說：「順天意者，兼相愛、交相利，必得賞；反天意者，別相惡，交相賊，必得罰。」（天志上）

這明顯是將「兼相愛、交相利」交給了上天。下面一段話，更明白表示了「天」是一切的主宰、一切的準繩——「我有天志，譬若輪人之有規，匠人之有矩；輪匠執其規矩，以度天下之方員。」（同）

可是，我們看孔子講的「仁」，上頭有一個「上帝」嗎？他叫人達到的「境界」，有沒有要人去

依靠「天志」呢？完全沒有。

再看，孔子說「成就」君子的三要件；其中講到「知者不惑」（憲問）。知是什麼？（樊遲也曾問此問題）子曰：「務民之義，敬鬼神而遠之，可謂知矣！」（雍也）——意謂：專心致力在人民所宜的事物上，至於不可知的鬼神，應該敬重而不可迷信它——從這句話更充分可見：孔子的哲學雖然不「排斥」宗教，但起碼他是專心於人世問題的解決，而不願觸及宗教問題上的。

再看，他提出來的各個得道階段的「高人」，也沒有講到要以「天志」爲規矩。反之，高人們注意的是怎樣修養個人的品行，如何去推己及人，去愛人。

例如說到「士」。孔子曾說修士的方法是——「行己有恥，使於四方，不辱君命。」求其次的方法是：「宗族稱孝焉，鄉黨稱弟焉。」再其次的方法是：「言必信，行必果。」（子路）說到「君子」的方法，有九件是要仔細想的事，也沒說要法「天志」——九件事是「視思明，聽思聰，色思溫，貌思恭，言思忠，事思敬，疑思問，忿思難，見得思義。」（季氏）。說到「仁聖」。子貢曰：「如有博施於民，而能濟衆，何如？可謂仁乎？子曰：何事於仁？必也聖乎！堯舜其猶病諸！夫仁者，己欲立而立人，己欲達而達人，能近取譬，可謂仁之方也已。」（雍也）

從上多次引述可知：孔子哲學的確是一種求「現世」道德問題解決的哲學，而未觸及像墨子所追求的宗教思想。所以，從孔子整個哲學看，他的宗

教觀念似乎沒有什麼地位。

②從他的宗教觀念中，觀察他着重的是什麼？

以上曾說孔子哲學中，沒有宗教的思想。但却包含了宗教的觀念。現在就來分析：孔子這些宗教觀念，着重的意義到底在那裏呢？

譬如前述他重視祖先崇拜（重三年之喪）的用心在那兒呢？是宗教性的？還是其他方面（如道德性）的呢？

我們爲明白起見，直接引述孔子答辯宰我的話如下：「予之不仁也！子生三年，然後免於父母之懷。三年之喪，天下之通喪也。予也，有三年之愛於其父母乎？」

這段話中，孔子不從宰我不尊重「宗教」的觀點來評，而由宰我「有三年之愛於父母」的觀點來評。充分可見：孔子雖有「崇拜祖先」的觀念，但他是由道德仁愛的眼光來主張三年之喪的。所以他是由道德仁愛的眼光來主張三年之喪的。所以他講祖先崇拜，不是重其宗教性，而是重其道德性。

再舉實例說，論語八佾篇記：祭如在，祭神如神在。子曰：「吾不與祭，如不祭。」——這段話翻成白話是：祭祖先時，就像祖先在上一樣；祭神明時，就像神明在上一樣。孔子說：「我如不親自參與祭祀，像我不曾祭祀過一樣。」——從這段話可知：孔子的崇拜祖先或祭神行爲，主要是着重在道德上的誠敬。所以在此再次證明：他參與宗教信仰，是重視這種信仰表現出來的道德性，而非宗教性。

總之，我們從孔子整個哲學看，他的「宗教觀

念」似乎沒有地位。再由他的宗教觀念中，觀察他所着重的宗教信仰表現出來的道德性，而非宗教性。那麼，吾人大概可以說：「宗教觀念」在孔子思想中，是沒有什麼地位的。

肆、孔子爲什麼沒有宗教思想？

最後，我試圖解決一個千古的大問題——孔子爲什麼沒有宗教思想呢？

一般人常以爲：孔子在二千年前，就能解除了宗教的迷信，是表示孔子思想的「進步」與「偉大」。但我現在提出不同的看法。因爲我以為：光以「偉大」來作爲「孔子爲什麼沒有宗教思想」，是不能在理論上站得住腳的。當然，孔子有其偉大的一面。但我們似乎不能一切都拿「偉大」一詞，作爲解釋孔子思想的「有效」方法。——尤其，在事理、講證據的今天，「歌功頌德」已經不是求真理和取得大眾信任的方法了。

那該怎麼辦呢？我以為：就是一切從「頭」做起！一切從「事實」上去求真象！

誠如上述，孔子並沒有排斥宗教信仰，而且他在行爲上、言論上，還主張崇拜祖先呢（即人鬼——此由三年之喪的主張可知）。那麼，孔子，並非一般人誤會的孔子，早已超越了宗教、超越了信仰、甚至放棄了信仰。相反的，他事實上還有某方面的信仰。

但也許有人會問：他有宗教信仰，何以又無宗教思想呢？

我覺得，這就必須從一種宗教思想是怎樣產生

上看了。

在我看，宗教思想的產生，似乎有二個必備條件：

第一：必須有一位思想家，對「宗教問題」有興趣，而且設法去求此一問題的合理解決。

第二：這一位思想家的宇宙論必須是有神的宇宙論。

如何說呢？

首先，我試以印度佛教何以產生宗教哲學來說明。譬如印度哲學史上的「無有歌」（*Naadasthya Sutra*）——它是形成「吠陀主義」（認爲宇宙的第一原理非人格神）的先驅，也是印度哲學的出發點。這個「歌」中，到底包含了怎樣的思想呢？

佛學專家李世傑先生曾將此歌翻譯出來。我們將它全錄出來如下：

第一條說：那個時候（太初），沒有「無」（*Asat*），也沒有「有」（*Sat*）。沒有空界，亦無蓋在上面的天。有什麼東西在活動？在什麼地方？在誰的庇護之下？深淵而不可測量的水（*Ambhas*），它（水）究竟有沒有存在呢？（究竟有沒有水的存在呢？）

第二條：那個時候（太初），沒有死，也沒有不死（*Amrita*）。沒有「夜晚」與「白天」的標幟（分別）。那個唯一物（*Tadekam*），靠它的自力，無風（*Avatam*）而能在吸收。除了這個之外，並無任何物的存在。

第三條：太初，唯有黑暗又黑暗的存在。宇宙的一切（當時的一切 *Idam sarvam*）是一種無光

明的水波(Salila)狀態。被虛空所包蔽而正在出現(ahnu 原子)的那個唯一物，它由自己的熱(apas)的力量而生了出來。

第四條：那個唯一物，最初表現為「愛欲」(Kama 意欲)，這是意識(manas)的第一的種子(retas)。聖賢經過深慮，求之於心(hrd)，將「有」的親緣(bandhn)發現於「無」(明)「有」與「無」之關係的意思)。

第五條：他們的聖賢的紳尺(raamni)橫遍各地。下面的東西是什麼？上面的東西是什麼？含有種子者(retohdah)能够存在，保持勢力者(mahimanah)能存在。自存力(svadha)在下面，衝動力(prayati)在上面。

第六條：誰能確實知道，誰能宣言：這個開展(virsiti)是由何處而生，來自何處？諸神的存在，是比宇宙的開展以後的事。那末，誰能知道：宇宙的開展是從何處而發生的呢？

第七條：宇宙造化的本主，他究竟有否造作？或不造作宇宙？這是要住在最高天而在監視着世界的人，才能够知道的，或不知道亦未可知。(印度哲學史講義，頁十四—十五，新文豐版)

這首詩，已在下列三點獲得解答：

一、以宇宙的太原為「唯一」的思想——此詩中說「唯一」是「唯一物」，以求諸神的統一。

二、「萬有」的生起為這個「唯一」太原的發展——此即前面提到的：唯一物開展變成「愛」，「愛」再開展變成現識，於是形成現象界。

三、萬有發展後，太初還保留其自體，現象雖

由本體流出，但本體與現象之間仍有分別——此即無有歌說的：聖賢藉紳尺而設立界限於本體界與現象界之間。

那麼，「無有歌」一方面將現象界，用一元的原理來解釋，以應「哲學」的要求。他方面又認為此原理是「超越」的存在，以應宗教的要求。所以日本佛學大師說：這是一種「萬有有神觀」(pantheism)(見高楠順次郎、木村泰賢著，高觀廬譯，印度哲學宗教史，頁一四〇，商務版)——而這種「萬有有神觀」(或譯為「泛神論」)，也就是有神的宇宙論。

由上可知：一種宗教思想的產生，通常都要以有神的宇宙論為基礎的。

可是我們看孔子，就沒有這樣的宇宙論。又如何說呢？

因為根據現存的可靠思想史料，孔子根本沒有一套宇宙論。他的宇宙觀念則可說得自易經；他曾說：「五十以學易，可以無大過矣！」又說：「五十知天命」，如果我們將這些話與他在易經中說的話合看，就會發現：他幾乎是以易經的宇宙觀，作為他的宇宙觀。也就是說，他瞭解的易經，不是作為宗教作用(卜卦)的易經。那是什麼易經呢？是一種有道德化宇宙論的易經。孔子不但接受這種「天道思想」，而且認為：他理想中品行修養到達登峯造極的「聖人」，即以此「天道」為追求的「目標」；試看他在易繫辭上怎麼說：

①子曰：「易其至矣乎！夫易，聖人所以崇德而廣業也，知崇禮卑，崇效天，卑法地。」(上7

)——意謂：「易經的道理精深博大，該是至高無上的吧！易經是聖人所以進德使崇高，修業使廣大的大學問呀！知識貴乎崇高，禮儀則貴乎謙卑篤實，崇高效法乎天，卑實效法乎地。」

②子曰：「夫易，何為者也？夫易，開物成務，冒天下之道，如斯而已者也。是故聖人以通天下之志，以定天下之業，以斷天下之疑。」(上11)

——意謂：「易學究竟有什麼用處呢？乃是用來開發萬物，成就業務，覆冒天下的一切道理，無所不包，如此而已。所以聖人依據這種學理，以貫通天下的意志，奠定天下的事業，斷決天下的疑慮。」因此，孔子的思想可說完全以這種「道德化」的宇宙，為其「目標」，那麼自然就無法，也不會產生出一套宗教思想了。

接着，我們再以方東美等人，視為孔子早期思想的「論語」，看孔子如何觀察世界中的人、事、物，似乎也可發現他的世界究竟是道德世界，還是宗教世界呢？

例如他看人，全然是以道德眼光來看；他分人為道德高的人(如士、君子、聖人、成人)和道德低的人(小人或小人儒)。又如看古代傳下來的文化，如詩經，他說：「詩三百，一言以蔽之，思無邪。」——也是以道德眼光看。評音樂也是；子謂韶：「盡美矣，又盡善也」。謂武：「盡美也，未盡善也。」(八佾)子曰：「師摯之始，闕雉之亂，洋洋乎，盈耳哉！」(泰伯)子曰：「吾自衛反

魯，然後樂正，雅頌各得其所」（子罕）。他看「萬物」，更顯示出他的「道德」眼光了——如：「歲寒，然後知松柏之後彫也。」（子罕）「天何言哉？四時行焉，百物生焉，天何言哉？」（陽貨）

總之，孔子的言行錄與他在易經上的言論，前後可說完全一致——都是在一個「道德」的世界中思想和行動，也以這個道德世界為最高的「指引」。那麼，自然談不上離開這個世界，去尋找另外一個「宗教世界」，也談不上產一種有神的宇宙論了。我以為，這可能是孔子沒有宗教思想的一個原因。

※ ※ ※

其次，我再來分析他沒有宗教思想的另一可能原因。

上面以印度宗教思想為例。現在改用中國宗教思想作例子。

我們知道：墨子有一套宗教思想，他的思想實在是承繼了中國古代的宗教文化，而且尋求這些文化中「宗教問題」的合理解決；例如他試圖以他發明的邏輯法則——「三表法」，去證明「鬼」的存在。他說：「是與天下之所以察知有與無之道者，必以衆之耳目之實，知有與亡為儀者也。請惑聞之見之，則必以為有。莫聞莫見，則必以為無，若是，何嘗入一鄉一里而問之，自古以及今，生民以來

者，亦有嘗見鬼神之物，聞鬼神之聲，則鬼神何謂無乎？若莫聞莫見，則鬼神可謂有乎？」（明鬼下）

這裏墨子從「訴諸羣衆」之理，來求宗教信仰的合理解決，從現代人眼光看，當然是不能成立的。但墨子的方式，正說明了宗教思想的產生，必須對宗教思想有興趣，而且尋求其合「理」的解決。

然而相對的，我們看孔子，他雖然具備了宗教信仰的環境，但是他對於宗教問題顯然沒有興趣去求合理解決——同時還可說，他是避開宗教問題的；此由季路問事鬼神，子曰：未能事人，焉能事鬼？曰：敢問死。曰：未知生，焉知死？——可知。因此，他就無法產生一套宗教思想。這是我認為孔子無宗教思想的另一個可能原因。

歸納來說，孔子在宗教思想產生的必備條件中（一為具備一個有神的宇宙論，一為對宗教問題有興趣，而求一合理解決），沒有具備任一條件，所以他無宗教思想。

※ ※ ※

最後，也許會有人提出這樣一個疑問：孔子為什麼不求宗教問題的解決呢？（此問題，與本節有關，故一併討論。）

我的看法是：孔子覺得他的時代最大的問題，乃在倫理價值系統崩潰的問題，而不是軍事問題，

也不是農業問題，更不是宗教問題。所以他最急切解決的是如何重建這一套道德「價值系統」（他最後找到的方法是「君君、臣臣、父父、子子」——

詳細分析參考拙作「試論孔子的政治思想」）。而他平時看當時的文化和人的所作所為，也是按照他這套「標準」去看的。例如他看當時含有宗教意味的祭禮，完全是看它有無道德上的誠意——「禮，與其奢也，寧儉。喪，與其易也，寧戚」。又如前引季氏在泰山設祭典，孔子感嘆說：「嗚呼！曾謂泰山不如林放乎？」此感嘆不是為了季氏祭典中有宗教問題，而是季氏亂了價值系統的問題。

凡此，都可以充分證明：他祇關心一個最大的問題——倫理價值問題。

反之，他對「倫理價值」之外的問題如此說：①軍事問題——「俎豆（禮制）之事，則嘗聞之矣。軍旅之事，未之學也。」（衛靈公）

②農業問題——「上好禮，則民莫敢不敬；上好義，則民莫敢不服。上好信，則民莫敢不用情。夫如是，則四方之民，襁負其子而至矣。焉用稼？」（子路）

③宗教問題——正如前引，他認為：「未能事人，焉能事鬼？」「未知生，焉知死？」

從以上種種問題的臚列比較，可知：孔子不但對宗教問題不發生興趣，就是其他一些與倫理價值

(如軍事、農業)無關的問題，也沒興趣。那麼，可見他是一位以「倫理價值」問題為「中心問題」，去尋求解答的思想家。而非以其他問題為中心問題，去尋求答案的思想家，所以，自然也不必去尋找「宗教問題」的解決了。

伍、感想

一、孔子沒有宗教思想，但不能說他沒有宗教信仰。不過他的信仰與其道德觀有關係。

二、中國人的宗教信仰向來不如西方人強烈，可能是受了孔子重視人「生」問題，不重視人「死」問題(宗教問題)的影響，但事實上，人「死」問題，也是人生問題中很重要的一部份；佛教幾乎可充分「供應」中國這一部份的「缺憾」。所以我以爲：中國二千年來的宗教思想(包括道教思想)，幾乎承自佛家。從此看，文化的交流與融合，好處多於壞處。

三、孔子沒有宗教思想，似乎不能用「偉大」一詞解釋；因爲從他的思想中，我們知道：他注意的是一個「重大」的時代問題——道德價值問題的解決。他以爲這個問題如獲解決，其他一切問題都獲解決了。因此他沒興趣關心價值問題以外的問題。當然關於宗教的一切問題也就不在他研究範圍內了。於是他沒有這方面的思想，應是極其自然的事。

七十二年七月

(原載：中華文化復興月刊(台)一九八四年

一七卷五期 五——二一頁)

(上接第一三頁)

翻、此間(中土)無不翻、秘語不翻。不翻之處，蓋採音譯。

22

佛教因緣起不同而產生爭執，可參看曹仕邦著，論釋門正統對紀傳體裁的運用，中國史學史論文選輯(一)(台北，華世出版社，民國六十八年十月)。

23

這些入門書籍，梵文方面有羅振玉輯，天竺字源；慧晃撰，梵語字典；荻原雲來譯，梵漢對譯佛教辭典。西夏文有羅振玉輯，番漢合時掌中珠。滿文有日人羽田亨主持編纂，滿和字典。

(原載：中國佛教(台)一九八四年二八卷

二期 三六——四一，四五頁)



佛經概述

戴月芳

一、前言——佛經的四次結集

在本文開始之前，有一件事情必須說明，就是本文是將佛經當史料處理，而不敘述任何的教義。

佛教的創始人爲釋迦牟尼佛，^①他原是印度北部迦毗羅國境內的王子，十五歲那年被他的父親淨飯王立爲太子，十七歲結婚生子，因感人世生老病死的痛苦，於十九歲那年離家修行，^②先經歷六年苦修無成，後到摩揭陀國境內之迦南地方，在一棵菩提樹下靜坐七天，終於夜睹明星而證道，自此以後他就以救渡衆生爲務，獲得不少信徒，他的信徒尊稱他爲「佛陀」，意即「覺者」，含有自覺、覺他、覺行圓滿的三重意思，這就是佛教的起源。

釋迦牟尼大約在八十歲那年涅槃，由於他在世時僅用口頭佈道，未留下任何文字記載，只於涅槃前囑咐弟子以法和律爲師，於是有經典結集的必要。佛教的經典結集共有四次，對日後佛教的傳佈發展有重大的影響。

第一次結集是由釋迦牟尼的大弟子大迦葉主持，阿難、

優婆離主講。^③這次結集的機緣，依現存巴利文律藏小品之說，佛滅度後有愚癡比丘善賢竊以爲喜，謂不復有佛制戒律之拘束，大迦葉聞而有感，思編定佛說以防非法非律之流行，爰於王舍城附近集五百比丘大德，舉行結集，^④所謂結集，原是梵文（Sanghi）會誦之義，這次結集由大迦葉居上座，先命優婆離結集律藏部份，大迦葉就戒律各條目質問優婆離，優婆離一一具答，五百比丘大衆合誦，然後通過爲佛所制，此爲律藏之由來，所結集者即今八十誦律；^⑤次命阿難結集經藏部份（即法藏），阿難是釋迦牟尼十大弟子之一，素以多聞著稱，於此次結集前方開悟，^⑥故衆囑以大任，結集前儀式隆重，以求徵信，由大迦葉發問，阿難誦佛所說，首唱「如是我聞，一時，佛在……」一問一答，次第誦畢，五百比丘大衆印可，遂泐爲定本，歷時七月完成，此爲阿含經的由來，^⑦這次結集，並無書寫記錄，不過衆傳誦，定其詞句，不使紛歧而已，但已具日後藏經之骨幹，因這次集五百比丘大德，故又稱五百結集。

第二次結集由耶舍主持，薩婆迦主講，時間是在釋迦牟尼滅度後百年左右。這次結集的機緣有二：一是佛滅度後，

其大成，流傳不絕¹³。

梵文經典被發現是在十九世紀時，一八二二年英人荷德生（B. H. Hodgson）在今尼泊爾發現三百八十部梵文新舊寫本。一八七三年至一八七六年英人萊特（P. Wright）繼荷德之後，又得梵文本三百二十餘部，同時兼得關於婆羅門教之多數古本，成績在荷德氏之上。

據荷德及萊特之研究，尼泊爾所藏梵文經典，是西元九世紀前後，印度境內僧侶爲避回教徒迫害，抱守遺籍至尼泊爾避難，以後輾轉抄寫保存而被發現。

本世紀初，在中國西北亦發現許多梵文經典，無論對佛學、語言學、考古學來說，均有特殊意義。這項發掘首先由英人斯坦因（M. A. Stein）在一九〇〇年至一九〇一年於于闐發掘，一九〇六年至一九〇八年在敦煌發現。德人格隆威（A. Griepredel）於高昌收集；法人伯希和（P. Pelliot）於一九〇九年在敦煌收集；日人亦在一九〇九年至一九一三年在龜茲一帶蒐集，均有所得，¹⁴最令人遺憾的，當上述外人來我國境內發掘蒐尋時，我國竟毫不知情，致使這批史料流傳國外。

根據梵文本所譯的佛經中，以中譯的佛經中，以中譯本數量最多，保存最完全，價值最高，這和我國譯經時間最久，譯場制度完備，翻譯人才鼎盛有關，以明萬曆刻本大藏經爲例，蒐集經典共六千七百七十一卷，其間不少爲其他文字譯本所無，有的甚至連梵文及巴利文本亦告失傳，其價值於此可見。西藏文本佛經，有的直譯於梵文本，有的重譯於中文本，蒙文、滿文、日文、西夏文則大部份譯自中文本，對佛法流傳，有特殊貢獻。

在諸文譯本中，較令人忽略的是西夏文本，因西夏文經典出土不多，且殘缺不全，研究者少，¹⁵故知道者不多。西夏文經典是由俄人柯智洛夫於宣統年間，在西夏故城黑水發現，繼之有英人斯坦因，同時國立北平圖書館亦收購不少元刻本西夏文大藏經，¹⁶經由陳寅恪和他的門生王靜如研究，西夏文經典已可通解。西夏文佛經大部份由中文重譯，另一小部份則譯自藏文，其中有不少珍貴之處，如佛說寶雨經是譯自藏文，今藏文本已失傳，中文本藏經亦無收輯，所發現的西夏文本可謂字內孤本。另外在所發現的經典中，滲雜不少摩尼教哲理成份，摩尼教自唐武宗禁教後，轉向地下發展，成爲日後秘密宗教的淵源，亦有少數佛、道二教合流，最後被佛、道二教所同化，¹⁷今研究摩尼教，可從西夏文經典中探查它的轉化迹象，其價值不下於敦煌摩尼教經殘卷的發現。

三、藏經介紹

藏經又稱一切經，內分經、律、論三部，謂之三藏。所謂「藏」是梵文 *Piṭaka* 的意譯，原指竹篋之屬可容花果者，以喻佛典集成之攝藏含容。「經」是梵文 *Sūtra* 之譯，本義是線，謂能貫穿花束令不散失，佛說教理，經以貫攝之，亦由線也，故譯稱經¹⁸。

藏經是研究佛教最基本典籍，一切宗派論者之產生，均由藏經而來。現代的藏經，是由各朝代累集而來。早期的作品，大都由外人翻譯，主要翻譯家有鳩摩羅什、安世高、竺法護、支婁迦讖等人，這期的作品，可由廣弘明集收集的北

齊三部一切經願文爲代表，這期的特色較重文采的修飾，有不少文學價值很高的經典。晚期以玄奘、義淨、金剛智等人爲代表，此期的特色是忠於佛典原意，文詞表達不如前期。

唐玄宗開元十八年，智昇撰有開元釋教錄，對於典籍區分，譯經緣起，均有詳細敘述，收集經文凡五千零四十八卷，全部四十八帙，以千字文爲函架記號。北宋太祖開寶四年（西元九七一年），敕張從善往益州雕刻大藏經，至太宗太平興國八年（西元九八三年）完成，號爲蜀本，是我國雕刻大藏經之始，蜀本是根據開元釋教錄而來。以後宋神宗、徽宗亦各有藏經，今尚有存於日本者。南宋於高宗紹興之年亦刻有藏經，較開元釋教錄多八百四十四卷，稱爲宋藏。元世祖至元十四年（西元一二七七年）刻者稱元藏，凡六千一十七卷。明太祖、成祖亦分別刻印，至英宗正統五年（西元一四四〇年）始成，凡六千三百六十一卷，神宗萬曆十四年（西元一五八六年）密藏道開等於五台山刊行藏經，並改摺本爲方冊，後移徑山楞嚴寺，凡六千七百七十一卷，世稱萬曆本，亦稱徑山本，通稱明藏，後來藏經印行均取法明藏。清代在上海頻伽精舍亦刻有藏經，稱爲頻伽本，頻伽本是根據高麗本和宋、元、明諸本細加校勘，註及異同，並增收宋代以降之經論著，和日本撰述者，凡八千五百六十二卷，是諸藏中最好的版本。¹⁹近日中國佛教會亦有刻輯藏之計劃，若能完成，民國本藏經亦將在佛教史上佔一重要地位。

我國刻行藏經的次序，大體依開元釋教錄，先大分經、律、論三部，然後一一區別大小乘，再將大乘分般若、寶積、大集、華嚴、涅槃五部次序排列，以般若（智慧之意）爲首，蓋取諸般若爲諸佛母之意。至明代智旭遍閱大藏，著「

閱藏知津」一書，對大藏的次序有所變動；他本天台宗五時之說，分大乘爲華嚴、方等、般若、法華、涅槃五部，合寶積、大集和密經爲方等，而別加法華，次涅槃之前，其他律、論二藏亦加以變更。此種方法後傳到日本，爲日本縮刷藏經所採用，²⁰是爲藏經組織的一大革新。

四、研究經的方法

佛經因受體例，用字的限制，且數量龐大，對一個初學者來說，可能形成障礙，阻止了研究的興趣，若研讀得法，這些障礙是可以克服的。下面的研究法，是個人一向所採用的，寫下來的目的，祇是提供參考：

1 認識經典術語

因佛經是譯文的原故，所以同一事物，也許因人、因時、因地而有不同的譯法，例如釋迦牟尼有如來、世尊、佛陀等十種名號，菩薩有十地五十二階之別。同一名詞，也有音譯，音譯的區別，²¹例如阿耨多羅三藐三菩提是音譯，無上正等正覺則是意譯。這些不同的譯名常使初學者混淆不清，進而視讀佛經爲畏途，這點在佛學上稱爲「文字障」，克服之道可預備一本佛學常見詞彙或佛學詞典等工具書，或看有詳細註釋的佛經，看完幾部註本佛經後，則一般術語將不成問題。

2 先看小乘經典

釋迦牟尼在世時，因衆生根器不同而隨緣說法，一般說

來，現在所稱的小乘經典較合乎佛教的原始教義，且道理平常易懂，如四聖諦、十二因緣、因果報應、六道輪迴等觀念。大乘經典是建立在小乘之上，高深處已脫離宗教軀殼，到達哲理探討的境界，如因明、唯識等探討，若無佛學基本概念者，驟然接觸，可能無從下手，或因理路不通而產生「理障」，故佛學研究從小乘進到大乘是較實際的。

3 認清緣起

緣起的觀念是佛教和其他宗教不同之點。所謂緣起，是指造成事件法起的機緣，亦即探討事情法理的第一因，如人生痛苦在無常，而人生感到無常是因無明，故無明是人生痛苦的緣起。後來佛教形成各種不同的宗派，就是因為他們對於緣起的看法不同，於是各有各的開宗緣起，修持方法和經典，認清緣起，可避免因宗派不同而產生的爭執²²。

4 應證經典

有關佛學的論著，均本之經典而來，故對佛學之疑點，當以佛經應證，凡不合乎佛經記載者，不可輕易相信，如魏晉和宋、明之人常喜將佛學附會儒、道二家學說，若輕易相信，則容易認偽作真，曲解義理，產生錯誤論斷。

5 由中文譯本推及其他文字譯本

史家王國維對歷史研究，提出所謂的「二重證據法」，以地下遺物印證文字記載，以邊疆記載印證本部記載，以外國記載印證中國記載，如此反覆論證，以求新的發現、新的解釋。一個研究歷史的，祇讀中譯本佛經是不夠的，最好能

研究其他文字的佛經，如梵文、巴利文、蒙文、藏文、滿文或西夏文本，研究這些文字佛經需要邊疆語文、歷史的輔助，研究邊疆語文，最重要的是入門書籍的指引，這些入門書籍，在中國來說是較缺乏的，必須借重外人著作；²³若由懂得邊疆語文者教讀，將可收到事半功倍的效果，普通一個熟讀中譯本佛經者，再研讀其他譯本，是不太困難的。

五、結語

佛教流傳中土，對中國歷史發生重大的影響，佛教教義充實中國思想內容，成為中國思想的三大支柱之一；因佛經的流傳，使中國聲韻產生革新——平上去入四聲的使用，佛經亦是研究中國中古聲韻的重要材料；佛經偈語，韻語的型式，彈詞的運用，對中國文學發展有引導的作用，因佛教強調抄寫經文的功德，間接促使雕板印刷的發達。同時各種文字譯本的佛經，是我們研究邊疆民族、歷史、語言、中西交通史的重要史料，如果將中國歷史抽去佛教部份不談，則歷史將有許多地方將無法理解。

近代歷史大師，如梁啟超、陳寅恪、王國維、錢穆諸人，他們對佛經均有很透徹的認識，俗謂「泰山不讓細土，故能成其大」。歷史研究一味的排斥宗教是不必要的，歷史研究亦不能同宗教人士一般，本著門戶主義，排斥其他宗教。而任何一種宗教，流行於不同的國度，經過長久時間，它的教義必須經過改造，以適應於當國的人民，如中國佛教不同於印度，錫蘭佛教不同於尼泊爾，這點必須通過民族心理學方能理解。

- ① 關於釋迦牟尼的生卒年代，目前有許多爭論，大體可分三種說法：一是主張相當於中國西周時候；二是主張與孔子同時而稍前於孔子；三是主張與孔子同時而稍後於孔子。這些說法因缺乏直接證據，不能論斷誰是誰非，但據近人梁啟超考證，以第二種說法較為合理。（見梁啟超著，中國歷史研究法，台灣商務印書館，頁一四五）
- ② 佛陀離家年歲，另一說法為二十九歲，據一般說法，釋迦牟尼離家時，他的兒子羅猴羅尚在在襁褓，因其十七歲娶妻生子；故本文採十九歲之說。
- ③ 釋迦牟尼生前有所謂十大弟子，其中舍利弗和目犍蓮先釋迦牟尼而死，故這次結集工作由大弟子大迦葉主持，和有持戒第一之稱的優婆離和多聞第一之稱的阿難主講。
- ④ 見呂澂著，佛教研究法（台灣印經處，民國四十四年十月），頁二。
- ⑤ 周紹賢著，佛學概論（台北，文景出版社，民國六十二年十月），頁十三。
- ⑥ 釋星雲著，十大弟子傳（高雄，佛光出版社，民國六十七年十月）。
- ⑦ 阿含，譯言「法歸」，謂萬法所歸趣，亦言「無比法」，謂法之最上者也，今為小乘佛教所本，亦稱聲聞藏。大藏將阿含分四部份：長阿含、中阿含、雜阿含、增一阿含，有四阿含之稱。
- ⑧ 周紹賢，佛學概論，頁十三；木村泰賢著，釋演培譯，大乘佛教思想論（台北，內明出版社，民國四十三年），頁十四—十五。
- ⑨ 根據梵文所載，第二次結集時，有大天比丘，提出「五事說」，討論阿羅漢異於常人之處，以此機緣，而產生承認新說的大眾派，和不承認新說的上座派。
- ⑩ 黃士復著，佛教概論（台北，商務出版社，民國六十七年），頁三。
- ⑪ 周紹賢，佛學概論，頁十四。
- ⑫ 高亞偉，世界通史上（台北，民國六十四年十二月），頁一三七。
- ⑬ 呂澂，佛教研究法，頁十三。
- ⑭ 同上，頁六。
- ⑮ 我國研究西夏文的學者有羅福菴、陳寅恪、王靜如等人。羅福菴的研究成果大部份發表於國立北京圖書館季刊，四卷三期；王靜如的研究成果發表於中央研究史語所專刊——西夏研究專集，共三冊。
- ⑯ 王靜如，西夏文專號序文（國立北京圖書館季刊，民國五十六年二月影印本），四卷三期。
- ⑰ 摩尼教有一部份演變為齋教，最後被佛教同化，亦有一部份被全真教吸收，成為今日道教的一部份。
- ⑱ 呂澂，佛教研究法，頁一。
- ⑲ 黃士復，佛教概論，頁九—十。
- ⑳ 日本縮刷藏經刊於明治時代，由弘教書院印行為我國清代頻伽本藏經所本。
- ㉑ 佛經翻譯有五不翻之例：尊重不翻、多含不翻、順古不

佛家四禪八定的靜坐工夫

楊政河

(一)修禪定的步驟

禪定，有時說它爲禪觀，「禪」是從佛陀妙覺的心中衍生出來的；定者，定其身心；觀者，觀其內心，純然是一種精神集中與安定身心，制心一處的修養方法。當禪定工夫日漸精純時，自然就有其次第修證的禪境產生，即由世間禪的修證，到達出世間禪的境界。對於這種禪觀的修法，是有其所入的階梯；在「天台止觀修行法要」中，我們介紹修行中的二十五種方便法，及爲掃除昏沈、散亂、失念三障，使能觀的心勇往直前的「九次第定」的觀法，自然有其修行步驟，祇要我們有明師傳授，或如法奉行，由解而行，或由解而行而證驗，將可令知、行、意的作用不起，所有雜念自然消失，氣息幾乎斷絕，將能呈現心靈上的一片光明，內不見身心，外不見世界，而體驗到言亡慮絕，不可思議的直覺境界。如果不達到這種境界，不能體現覺心，不論千言萬語，都是空談理論，於事無補。對於有志學佛者，不僅要修世間禪，還要修出世間禪，因爲如果不修禪定不能入於天界。而且

禪的本體，就是在究明自己的內在覺性，啟發自己的菩提心，圓滿達成佛果菩提的妙境也要從禪定中去體會，才能如實地獲得智慧解脫。

張澄基教授在美國紐約哥倫比亞大學講「禪定之理論與實踐」，曾對禪定下一個嘗試性的定義，他說：「禪定是一個特殊的心理生理狀態。在這個狀態下，心理方面的顯著現象，是心注一境，或無波動式妄念起伏的現象；生理方面的顯著現象，是呼吸作用、血液循環，和心臟跳動的緩慢、微細、以至於絕的停止。」換句話說，當人在入定時，心識的作用已經幾乎達到停止活動的狀態。根據張教授實際修行的經驗認為：妄念之流，是一個非常可怕、非常不易調伏的東西。而且妄念之流也唯有在修定中有了相當成效時，才會覺察到。

有關修習禪定的境界，張教授分爲三部；首先會覺察到妄念特別多，煩惱盛，心不能安。第二步，由於心氣集中和刺激，精神上會產生種種虛幻境界，如定中見光明……千萬不可執著。如果心生執著，就會着「魔」，萬一着魔，就必須用般若慧來觀照，自然能冰消瓦解。至於第三步，要克服

妄念煩惱的干擾，不執著幻境以爲是真實的，不斷的精進修習，將身心氣息調勻，定力增長，便自然入於正定境界。此時妄念不生，心注一境，氣息微細或留住停滅，次第產生樂、明、無念的境界。

(二) 修禪定的方法

因此對於修禪定的方法，張教授特別提出比較重要的六種：

(1) 依專注修禪定：這就像道家修守竅（丹田）的方法，或心緣外境，如觀目前的木、石等物，或在暗室點一柱香，着意於這一點亮光。這裏所說的專注，也就是以心專緣一處而修禪定。攀緣外境的某一點或緣身內的某一點都可以。

(2) 依觀想修禪定：像淨土宗觀無量壽經裏面的十六觀法與密宗的壇城觀、本尊觀。這裏所說的觀想，就是在訓練我們的心意識，讓它們能連續的觀想或意繪一物，用心理的意念來轉化生理，具有心物合一的作用。

(3) 依調息而入禪定：這就是佛家的數息觀，在密宗有金剛誦法，寶瓶氣等修法。在道家的調息方法也有多種。

(4) 依念誦而修禪定：如一心專持一佛名，或一咒語（真言），也能入定。在佛家認爲若因持佛名號，像阿彌陀佛萬德宏名，能得佛力加被。

(5) 依運動而入禪定：如道家太極拳；佛家也有以運動來遣除定障的方法，如達摩易筋經，密宗裏面的拳法等。

(6) 依心性而入禪定：當人能了解當下一念，便能如實知道自心，那麼不論是處於任何時間，都能經由觀心而修習禪

定。心無一物，萬緣始空，繫心一處，無事不辦。一切眾緣，種種差別：祇要能提撕運用，總屬此心。所以修習靜坐者，在調和氣息，收斂元氣，以達心定、心細、心閑，若無一事掛心頭，便是人間好時節。

依據「天台止觀」文中九次第定的修法，從粗住、細住、安住、近住、調順、寂靜、最寂靜、專注一趣、等持，最後進到欲界定時，內外雙泯，身心自然明淨，定境一如。故當能與定相應時，就以定法持身，而任運不動，經此一坐而無散意，忽失欲界身，稱爲「欲界定」。（佛家所說的三界，爲欲界、色界、無色界。）欲界衆生有食欲與色欲，本爲散地。容易分散他的心思，並不是說沒有少分定心，而是要取其少分的定，稱其名爲欲界定。因爲這種定心不永久，也不能相續，遇到外緣很快就散去，所以又稱爲電光定。依據楞嚴經裏面的記載，如果不斷色欲，永遠無法開展甚深禪定，所謂煮沙是不能成飯是也。

當欲界定的境界慢慢轉深，則身心泯然虛豁，便會完全泯失欲界身相。坐中不見己身，猶如虛空，是名「未到地定」，也可稱之爲初禪方便定。爲將入禪定而未入禪定，所以才稱其爲未到地。從此再深入就能達到初禪的境界。

(三) 靜坐時所生八觸的相狀

在靜坐修禪定時，起初會覺得身熱，體溫漸增高，出汗等現象。這時除了空氣流通外，應防風寒侵入。功夫用得好的，身心調得暢，日久功深，會有八觸產生：

(1) 動：氣息既調，血液流暢，便聞後頸部似有響聲，身

體內部自然會微微動；起初體外是看不見這種現象，而且當發生這種現象時，身體好像被風吹動似的，微微運動，從頭部、腰部、足部次第發生，或前後、或左右不一定。

(2) 癢：像螞蟻在身上爬時，微微的發癢，然後部分或全身，甚至如無置身之地。這是氣在全身流動到神經末梢時所產生的現象。

(3) 涼：有時覺得全身清涼，如泡在涼氣房中。

(4) 煖：全身發煖，定力功深時，甚至可使冬雪融化。

(5) 輕：感到身體輕鬆無比，如羽毛狀，或白雲、飛塵，有飛行之感。

(6) 重：有時却覺身重如大石，不能動彈。

(7) 澀：忽然覺得身體表皮粗澀，猶如木皮。這是血液循環，新陳代謝的作用，如蠶蛻皮狀。

(8) 滑：覺得身體變得柔滑如乳。

對於這八觸發生的原因；這是因為當我們要想修得初禪定時，對於上界的極微要入於欲界的極微而生相替的作用，地水火風狂亂而如此發動，才使得身中生八種感觸。如果一個修行者不知道有這種法相的話，他們的心中必生狂怖，以致於會認為是走火入魔，擾亂修道的心情，甚至變成發狂。在摩訶止觀卷八說：「八觸者，心與四大合則有四正體觸，復有四觸，合成八觸。」對於這八觸：入息順地大而有重、澀。入息順水大而有冷、暖。出息順火大而有熱、粗。出息順風大而有輕、滑。

以上這八種觸境，在修習禪定的靜坐中，有時會生出一種或兩種或發三、四種，及五、六種、七、八種不定，並不是同時而發，也不一定是八觸全發。在修行前如果不知道這

種道理，往往修行到這種地步而退失功行，甚至誤認是魔境現前而退失道心。在寶靜法師的全集中曾說：「當八觸發起時，要能了達這是定中的境界，不為所動，身心安定。如果八觸發過之時，身心即得寂然虛明，清淨快樂，無法用譬喻來形容這種現狀，由於有這種禪定之樂，真是別有一種殊勝的意味，絕非人間五欲之樂所能比的，是名息道。」所以當我們透過這些感觸後，身心寂然虛明，而清淨安穩，所謂「禪悅為食，法喜充滿」。如果我們未能善加調節，有時會令頭痛，全身僵硬，或染患風濕症狀等，下次再坐時，心中生起煩悶，或急躁不安。

(四) 修習禪定所生十種善法功德為眷屬

修行者入定漸深時，身心虛寂，不可名狀，便會自然產生十種善法功德為眷屬：

(1) 空：當八觸過後，心地全空，毫無罣礙的境界便油然而生，並且能逍遙自在而不覺得有任何負擔，叫做正空。相反的，如果毫無感覺的狀態，乃是太過之相。倘若好像有一物障礙住時，這是不及之相。

(2) 明淨：像中秋滿月，萬里無雲，明潔淨皎，不可名狀，有如被太陽光所照一樣的光明。相反地，如果生出種種變幻的光色，那是太過之相。如果毫無所見，那是不及之相。因為我們修行者，如果不能修至隨時隨地開眼閉都是光明之相時，那仍然還處在大黑天的無明之中，未能真正了道。

(3) 定：一心安穩，毫無散動，乃是正定。相反的，若心似頑石，毫無動靜，為太過之相。倘若心散動於外境，不得

安靜，爲不及之相。

(4) 智：遠離昏沉，歷歷分明，如印印物，有如獲得睿智之明。

(5) 善心生：在修持禪定法門後，忽然對於這些以前所未曾學過的法門，生起未曾有的歡喜。對於未曾習得的，將會生起慚愧心，認爲必須要通達到先聖先賢所習得的境界爲究竟，自然會發起四弘誓願，具備無上法門，各種善心念便油然而生。

(6) 柔軟：對於前面修持禪定的過程通達到初禪之境時，便會生起脫離欲界身的粗獷，獲得柔和心境的相狀。

(7) 喜悅：當我們精進修行，而修得某一種境界，自然會深感驚喜，有時候會覺得那些毫無修行的俗人，他們的一舉一動都是粗獷笨重得可笑。

(8) 樂：身心似乎完全解放，有如脫殼的烏龜飛上天那樣的目的，自己覺得無限的安慰與快樂。

(9) 無累解脫：當人徹底脫離貪欲、瞋恚、睡眠、悼悔、懷疑五蓋時，身心毫無罣礙、沒有絲毫累罪、任運自在，逍遙無礙，才可算是解脫。

(10) 境界相應：這是指真心與八觸融合後，便能生起各種善法功德，所以能夠鎮定不亂。

五、禪定境界中所具足的五種境

在修禪定境界時，因爲工夫漸進，便可從八觸、十種善法中闡發出定體，所以證得初禪時，必須具足五種境：

(1) 覺境：最初所領悟的境界，即指身根與身識的相應稱

之爲「覺」。

(2) 觀境：這是指細心分別，即意根與意識相應，稱之爲「觀」。證得初禪時，覺觀二境最爲顯明。

(3) 喜境：對於所得的定相產生喜悅之心。

(4) 樂境：這是指以安穩而恬澹的心爲樂。

(5) 一心：即心住於靜寂之境時，寂然不散的定心。未到地定中雖然具有單靜的定心，可是沒有覺、觀等境，共相扶持，所以定心淺薄而且容易散失。如果能證得初禪，那麼定心安隱，牢固而不滅壞。

六、四禪八定

從禪定境界的深淺有別，顯明的有四禪八定：

(1) 初禪——定生喜樂：當一位修行者在得到未到地定時，由於入定漸深，身心虛寂，心一境性，毫無紛雜思念，自然不見有內外，或經一日、七日，或至一月、一年。而定心不壞，收獲增長，定中忽然覺得身心凝然，任運而動。當動之時，還覺其身，如雲如影。漸漸引發生理上、生命本能上的快樂，這種快樂與我們平常感覺上的快樂，或心理上的喜悅不同。如果我們要想達到這種境界，就必須像道家那樣，要先打通任督二條氣脈。氣是我們生理上的本能活動；脈是指我們神經系統的狀態。打通氣脈，遇事都能心平氣和，如此才能達到心一境性的地步。在前面的五境中完全具備，其中以覺、觀二境最爲明顯。

(2) 二禪——離生喜樂：對於初禪中未到地中之覺觀二境還會擾亂，因覺悟有如人睡覺中得醒，貧窮人家忽然得到寶藏

末世的修行者以爲得到這種覺悟的境界爲極則的事，他那里知識要想入於二禪，但是尚有覺有觀都是病患。如果知道覺觀爲亂源，會逼惱定心。因爲從覺、觀所生的喜樂定爲粗。它會障礙二禪的內淨。現在要想遠離，就必須常修三法：1 不領受不執著才能遠離。2 要加以訶責才能遠離。3 不斷觀察分析才得以遠離。由於修此三法，便能遠離初禪覺、觀的過患，覺、觀既滅，對初禪的五境及默然心均謝。在已離初禪，然二禪未生時，稱之爲「中間禪」。對於中間禪，又可稱之爲轉寂心。在此定中，必須依據六行觀來修。即厭下的有苦、粗、障。欣上的有勝、妙、出。修行者必須從深定中才能獲得，所以必須首先要這六行觀。如果到達初禪，而不用這六行觀，將會常生憂悔心，而生憂悔心一生，便永遠不能修至二禪的境界，乃至於令轉寂心散失，甚至令退轉到初禪，或連初禪的境界也散失。因此修行者應該深知六行觀法，令心不憂悔，一心專精，加功修行，其心澹然澄靜，沒有分散，稱未到地，也就是二禪的前方便定。久而久之，不失不退，專心不停止，其心豁然，明淨皎潔，則定心與喜境俱發，就好像人從暗室中走出來，看見屋外的日月光明，豁然明亮，則十種前面所講的功德俱發，具足初禪時所見境界，而且喜境甚爲美妙，勝過初禪境界。

所以如果就二禪來說，具有四境：1 內淨：這是對外塵來說稱爲內淨；如果對內垢來也稱內淨。在初禪中所得的觸樂時，由於觸是身根與身識相應，故稱爲外境。二禪是心識相應，故稱內淨。初禪心爲覺觀所動，故稱內垢；二禪心無覺觀之垢，所以稱內淨。既然已離覺觀，依內淨心發定，皎潔分明，沒有垢穢，這是內淨的定相。2 喜境：這是深心目

慶，由內心中所生起的喜定等十種善功德，則悅豫無量。3 樂：深受喜中之樂，恬澹悅怡，綿綿美樂。在初禪中的喜、樂是由覺觀而生，與身識相應；可是二禪的喜樂是從內心中生起，與意識相應；這些喜、樂之名雖然相同，而內容却不是，不可不加辨別。4 一心：雖有喜樂，可是內不緣喜樂，外不緣思想，一心不動。故這四境圓滿具足，或默然於心時，是比初禪更深，稱「聖默然定」。

(3) 三禪——離喜妙樂：對於二禪又稱喜俱禪，因爲其定與喜俱發。而三禪又稱樂俱禪，這是說其定遍身與樂俱發。所以要想修到三禪，又應當訶責二禪的過患。二禪雖然是內淨所發；但是大喜涌動，令定不牢固，應當捨棄，要用不受、訶責、觀心窮檢以遣除之。在窮檢而知過患，知過患要訶責，知訶責而不受，那麼喜及默然漸次退謝。不過在三禪未修到前，中間有定，還要一心一意的精進修行，令心湛然，不加功力，其心自然澄靜，這是三禪的未到地。等到其心泯然能入定，這種入定是不依內外，而與樂境俱發，當樂產生時，也具十種功德，但並無涌動之喜，而綿綿之樂，從內心而發，美妙難用譬喻形容。而且在樂定初生時，既然能遍及全身，將會有三種過患：1 樂定如果淺，則其心沉沒，少有智慧之用。2 樂定如果微少，心智涌發時將會顯示出不安穩。3 樂定之心，與慧力相等時，綿綿微妙，將會生起貪著，令其心迷醉。所以經上說：此樂惟聖人能捨，餘人捨爲難。所以三禪達到時，會具有這三種過患，那麼樂定就不得增長而充滿其全身，所以修學者必須了解如何加以調適，其對治的方法有三種：1 心若沉沒時，要用念、精進、慧等法而第起之。2 如果心涌發時，應當用三昧禪定法在含攝之。3 如