

毗婆舍那也是禪那？

—巴利註釋文獻裡的「觀相(禪那)」—

Is vipassanā also jhāna?

—the *lakkhaṇūpanijjhāna(-jhāna)* in Pāli
commentarial literature—

溫宗堃

澳洲昆士蘭大學·歷史哲學宗教古典文獻學院·博士候選人

摘要

當代緬甸禪師在詮釋「禪那」時，曾有將之區分為「奢摩他禪那」、「毗婆舍那禪那」二種禪那的詮解。其中，對於「毗婆舍那禪那」一詞，有學者曾提出評論，指出此語詞未見於巴利經、論及註釋文獻。就此，本文即以「毗婆那是否也是禪那」為題，探討於巴利註釋文獻裡，「觀相(禪那)」的理論依據及其禪支的相

關論題。依據巴利註釋書，「禪那」具有「燃燒義」及「觀照義」，在此意義下，不僅屬於色界、無色界的八等至可稱為禪那，毗婆舍那乃至出世間的道、果，亦涵蓋於禪那的範疇中。「毗婆舍那禪那」一詞，即使未出現在巴利經、論及註釋文獻中，然就其內涵而言，實乃與上座部註釋書所稱的「觀相(禪那)」相合，也能找到其於聖典文獻的典據。

關鍵詞：禪那、毗婆舍那、觀相(禪那)、巴利註釋書。

1. 前言

在一本探討佛教「念處」(satipaṭṭhāna)的書中，Anālayo 法師(2003: 65)提到：當代緬甸禪師，如馬哈希尊者(Mahāsi, 1904-1982)及班迪達尊者(Paṇḍita, 1921-)有時會以 vipassanā-jhāna 一詞來說明念處修行裡較進階的階段。但 Anālayo 認為，vipassanā-jhāna 一詞，是巴利經、論乃至註釋文獻裡未曾出現的名稱。尋查 Anālayo 所引用的馬哈希與班迪達的著作，其中 vipassanā-jhāna 一詞顯然被當作「持業釋」複合詞(kammadhāraya-samāsa)來理解，換句話說，vipassanā 即是 jhāna。然而，漢譯為「禪那」或「靜慮」的 jhāna，在一般的認知裡¹，通常指透過「奢摩他修行」(samatha-bhāvanā)而獲得的色界四禪那乃至無色界禪那，與常被漢譯為「觀」或「毗婆舍那」的 vipassanā，似乎無直接的關係。因此，複合二詞成為 vipassanā-jhāna，作為持業釋、視二詞為等同義(「毗婆舍那禪那」或「毗婆舍那的禪那」)的用法，不免讓人

¹ 如 *Pali English Dictionary*, p. 286 對 Jhāna 的說明，便只涉及奢摩他修行的禪那。

感到困惑；加上 Anālayo 對此一措詞的評論，指稱其為：「未見於經、阿毗達磨及註釋書裡的措詞」(an expression not found in the discourses, the Abhidhamma, or the commentaries)，則更易使人對 vipassanā-jhāna 一詞的用法之正當性產生質疑。

雖然誠如 Anālayo 所說，vipassanā-jhāna 一詞似未見於經、論及註釋文獻，然而值得注意的是，在巴利註釋文獻裡，其實是存在著與此措詞意義相當的用語：lakkhaṇūpanijjhāna，亦即「觀相(禪那)」²。就筆者所知，學術界雖有不少以初期佛教或巴利佛教的「禪那」為主題的文章，然而這些著述絕大多數是探討屬於奢摩他修行的色界禪那³，罕有論及另一類與毗婆舍那修行相關的「禪那」，即「觀相(禪那)」的文章。⁴因

²如下巴利註書引文所示，「觀相」雖確為一種「禪那」，但巴利註釋書提此時，未將「觀相」與「禪那」合為一複合詞，而只是說：「有兩種禪那，『觀相』與『觀所緣』」。因此，查訊「第六次結集光碟」(CSCD)時，吾人只能找到 lakkhaṇūpanijjhāna，而找不到 lakkhaṇūpanijjhāna-jhāna。為了凸顯「觀相」(或譯為「相之觀照」)也是一種「禪那」，筆者在正文中，以「觀相(禪那)」一詞表示 lakkhaṇūpanijjhāna。

³ 如 Cousins (1973)；Gunaratana Thera (1985)；Suart-Fox (1989)；Kuan (2005)。

⁴ 如 Vajirañāṇa (1987), pp. 23-25。

此，本文即嘗試逐譯並爬梳與此論題相關的巴利註釋文獻，除了向華語世界介紹巴利註釋文獻裡 *lakkhaṇūpanijjhāna* 的意涵，並釐清巴利上座部佛教關於 *jhāna*(古譯作禪那或靜慮)與其動詞型 *jhāyati* 的用法之外，本文的目的也在於顯示，在巴利佛教的禪修理論裡，「禪那」不僅指色界、無色界禪那，廣義而言，「毗婆舍那」亦可在「禪那」的範疇之中。

2. 「觀相(禪那)」與「觀所緣(禪那)」

巴利律的註書《善見註》在解釋「第一禪那」(*pathama jhāna*)時，提到禪那有兩類：「觀所緣」及「觀相」。

它使敵對法燒燃(*jhāpeti*)，故是「禪那」；又，禪修者藉由它而禪思(*jhāyanti*)，故它是禪那。意思是：「燃燒(*ḍahanti*)敵對法」或「思惟(*cintenti*)行境(*gocaraṃ*)」，故是「禪那」。或者，它自己觀照(*upanijjhāyati*)彼〔行境〕，故為禪那，因此說禪那以「觀照」為相。禪那有兩種：

「觀照所緣」(*ārammaṇūpanijjhāna*)及「觀照相」(*lakkhaṇūpa-nijjhāna*)。此中，以「觀照所緣」說八等至與近行。何以故？觀照「遍」等所緣之故。以「觀照相」說「毗婆舍那」、「道」及「果」。何以故？觀照「相」之故。此中，「毗婆舍那」觀照(*upanijjhāyati*)無常相、苦相、無我相；毗婆舍那的觀照工作藉由「道」而完成，故說「道」也是「觀照相」。再者，「果」觀照「滅」的真實相(*tatha-lakkhaṇa*)，故也被說為「觀照相」。⁵

⁵ Sp I 145-46: *Paccanīkadhamme jhāpetīti jhānaṃ, iminā yogino jhāyantītipi jhānaṃ, paccanīkadhamme ḍahanti gocaraṃ vā cintentīti attho. Sayam vā taṃ jhāyati upanijjhāyatīti jhānaṃ, teneva upanijjhāyana-lakkhaṇanti vuccati. Tadetam ārammaṇūpanijjhānaṃ lakkhaṇūpanijjhānanti duvidhaṃ hoti. Tattha ārammaṇūpanijjhānanti saha upacārena attha samāpattiyo vuccanti. Kasmā? Kasinādi-ārammaṇūpanijjhāyanato. Lakkhaṇūpanijjhānanti vipassanāmaggaṃ lakkhaṇāni vuccati. Kasmā? Lakkhaṇūpanijjhāyanato. Ettha hi vipassanā aniccalakkhaṇādīni upanijjhāyati, vipassanāya upanijjhāyanakiccaṃ pana maggena sījjhātīti magga lakkhaṇūpanijjhānanti vuccati. Phalaṃ pana nirodhassa tathalakkhaṇaṃ upanijjhāyatīti lakkhaṇūpanijjhānanti vuccati.*

對應的《善見律毗婆沙》(T24, p. 700c)譯為「『初禪定者』：『初』者，第一禪；『〔禪〕定』者，善燒；亦言禪師所觀法。何

針對此段文，《善見註》的疏鈔——《實義燈疏》(Sāratthadīpanī)，提供了一些有助於解讀的註解：

使敵對法燒燃：燃燒(ḍahati)蓋等敵對法，意思是藉由「鎮伏斷」而斷除。行境：遍等所緣。彼：彼行境。觀照：見(passati)。⁶

從《善見註》及其疏鈔《實義燈疏》的這兩段註解文，我們得知下列幾項訊息：

一、禪那有「禪思」及「燃燒」之義。

註釋家認為「禪那」(jhāna)一語源自巴利語 jhāyati，而此字詞乃源自「禪思」(jhāyati)或「使燃燒」

謂為『善燒』？答曰：極能燒覆蓋，又言斷煩惱。〔禪定者〕亦言『見』。何謂為見？答曰：觀見法相。接取威儀八三昧法。何以故？迦師那阿攬摩那(漢言三十八禪定)相。觀迦師那阿攬摩那故，名為禪定。此是見道、果。何以故？為觀相故。何謂為觀相？觀無常故。以觀故成道。以果觀滅諦。是故名禪定為『觀相』。」古譯有語意不明朗之處，與現存巴利文本比較，似乎文有脫落。

⁶ Sp-ṭ I 363: Paccanīkadhamme jhāpetīti
nīvaraṇādīpaccanīkadhamme dahati, vikkhambhanavasena pajahatīti
attho. Gocarantī kaṣiṇādi-ālabanaṃ. Tanti taṃ gocaṃ.
Upanijjhāyati passati. Saha upacārenāti saddhiṃ
upacārajjhānena.

(jhāpeti)的動詞字根，即√jhe。不過，《巴英辭典》(PED 286)認為：「禪那」，在梵文裡相當於源自字根√dhī⁷ (直說法現在式為 dhyāyati；意思是 to perceive, think, reflect)而作成的名詞 dhyāna。循此可知，禪那(jhāna)的巴利字根，應只是意指「覺知」、「想」、「思惟」、「禪思」的√jhe，而與同形異義的「燃燒」(字根√jhe，直說法現在式 jhāyati，使役態 jhāpeti)無關(與此相當的的梵語字根是√kṣā, kṣāyati)。註釋家所解釋的「燃燒義」雖是一種「通俗語源解釋」(popular etymology)。然而，如巴利語學者 Norman(1997: 158-161)所說，印度註釋家的語源解釋，並非如西方的語源學意在為一個語源問題尋找一個唯一的答案，而是有著宗教、教化的目的。

對於「禪那」的燃燒義，《實義燈疏》的解釋是，透過「鎮伏斷」燃燒蓋(nivarāṇa)等敵對法。於此，「鎮伏斷」的用語，似乎意指「燃燒義」的解釋只是針對奢摩他修行的「禪那」而作。因為，就「斷」的功能而言，鎮伏斷是針對奢摩他修行而說的。同樣地，《佛種姓註》，似乎也有類似的指稱：「此中，觀照無常等

⁷ PED 以為 dhyāyati 源自√dhī，但依據 Whitney (2000), p.85，dhyāyati 實源自√dhyā。

相，故內觀智被說為觀相(禪那)。但是，初禪等，因觀照所緣或因燃燒敵對法，故被稱為禪那。」⁸然而，《小義釋註》則提供不同的觀點：「**禪那**：藉由燃燒敵對法，及觀照所緣或相，而心遠離。此中，八等至因燃燒蓋等敵對法，且因觀照所緣，故說為禪那；毗婆舍那、道、果，因燃燒眾生想等敵對法，且因觀照相，故說為禪那。」⁹就此而言，「燃燒義」也適用在屬於「觀相(禪那)」的毗婆舍那、道及果。當然，相較於八等至藉由「鎮伏斷」而燃燒敵對法，「毗婆舍那」、「道」及「果」，則應分別藉由「彼分斷」、「正斷」及「止息斷」來燃燒眾生想等煩惱。¹⁰

⁸ Bv-a 63: Tattha aniccādīlakkhaṇaṃ upanijjhāyatīti vipassanāñāṇaṃ “lakkhaṇūpanijjhānaṃ”ti vuccati. Paṭhamajjhānādikaṃ pana ārammaṇūpanijjhānato paccanīkajhāpanato vā jhānanti vuccati.

⁹ Sn-a I 111: **Jhānanti** paccanīkajhāpanato ārammaṇalakkhaṇūpanijjhānato ca cittaviveko vuccati. Tattha aṭṭhasamāpattiyo nīvaraṇādīpaccanīkajhāpanato kasīṇādi-ārammaṇūpanijjhānato ca jhānanti vuccati. Vipassanāmaggaṭṭhāni sattasaññādīpaccanīkajhāpanato lakkhaṇūpanijjhānato ca “jhānaṃ”ti vuccati.

¹⁰ Mp I 36: Tattha vipassanāya kilesā tadaṅgavasena pahīyantīti vipassanā **tadaṅgappahānanti** vedītabbā. Samāpatti pana kilese vikkhambhetīti sā **vikkhambhanappahānanti** vedītabbā. Maggo samucchindanto uppajjati, phalaṃ paṭippassambhayamānaṃ, nibbānaṃ sabbakilesehi nissaṭanti imāni tīṇi **samuccheda-paṭippassaddhi-nissaraṇa-ppahānānīti** vuccati. (此

二、禪那的特相是「緊密觀照」、「反覆觀照」。

「禪那」的特相(lakkhaṇa)是 upanijjhāyana。upanijjhāyana 可譯作「觀照」，此詞和 jhāna 乃源自同一個巴利字根√jhe (skt. √dhyā 或√dhī)，但多加兩個接頭詞 upa-，及 nir-。接頭詞 upa-有「朝向、緊近」之意，nir-則可有「強調」之意，因此 upanijjhāyana 可說有「緊密地觀照、思惟」的義涵。雖然在《實義燈疏》中，upanijjhāyana 只被解釋為「看」(passati)；但《相應部疏》則提供此語詞的動詞型之解釋：「**觀照**：趨近後以智眼看見，意思是隨觀」¹¹，配合註書對「隨觀」的普遍性解釋：「以種種方式，一再一再地觀察」¹²，我們可以得知在巴利上座部的禪修理論中，名為「禪那」者乃具有「能夠緊密觀照」或「反復觀察」的特質。

三、近行定、八等至、毗婆舍那、道、果皆可名

中，毗婆舍那以彼分的方式斷除煩惱故，應知毗婆舍那是**彼分斷**。等至鎮伏煩惱故，應知彼是**鎮伏斷**。道正斷〔煩惱〕而生起；果是〔煩惱的〕止息；涅槃離一切煩惱。此三者，說為「正斷、止息、出離斷」。

¹¹ Spk I 109: **Upanijjhāyatīti** upecca ñāṇacakkhunā pekkhati, anupassatīti attho.

¹² Vism 642: Ettha a **anupassatīti** anu anu passati, anekehi ākārehi punappunaṃ passatīti attho.

為禪那。

基於「禪那」以「觀照」為其特相的道理，註釋家將「禪那」分為兩種：「觀相」(lakkhaṇūpanijjhāna)以及「觀所緣」(ārammaṇūpanijjhāna)。其中，「觀所緣」指的正是一般所謂的色界四禪、無色界四定以及欲界近行定，換言之，這也是指依奢摩他修行，如遍處(kasiṇa)等所證得的禪那。相對於此，「觀相」則是指三種與「毗婆舍那」有關的「禪那」，即「毗婆舍那」本身，及依「毗婆舍那」而得證的「道智」、「果智」。「毗婆舍那」之所以稱為「觀相」，乃是因為它觀照諸有為法的三共相：無常相、苦相、無我相。「道智」之所以名為「觀相」，則是因為毗婆舍那藉由「道」而得以完成觀照三相的工作。而「果智」得以名為「觀相」，是因為它觀照「滅諦」——即涅槃的真實相。

至此，我們已清楚地瞭解巴利註釋家將「毗婆舍那」也稱為「禪那」的原因。與此類似的說明也出現在其他的註釋書之中¹³，值得一提的是，部分註書提供

¹³ 如 Paṭis-a 170, Nidd1-a 112: **Jhānanti** duvidhaṃ jhānaṃ ārammaṇūpanijjhānaṃca lakkhaṇūpanijjhānaṃca. Tattha aṭṭha samāpattiyo pathavīkasiṇādi-ārammaṇaṃ upanijjhāyanti “ārammaṇūpanijjhāna”ti saṅkhyāṃ gatā. Vipassanāmaggaṃphalāni

一些比《善見註》更為細緻的解釋。如《增支部註》提到「果」所觀照的「滅」之真實相：「果觀照涅槃之空、無相、無願之相，故被稱為觀相。」¹⁴《增支部疏》則進一步說明「道」亦名為「觀相」的意思：毗婆舍那藉由「道」斷除愚痴而完成觀相之工作，故「道」亦名為「觀相(禪那)」，但並非說「道」的所緣是無常等三相。如同「果」以涅槃為所緣而觀照涅槃的無為相一樣，「道」也是如此。¹⁵再者，《無礙解道註》說到：

pana lakkhaṇūpanijjhānaṃ. Tattha vipassanā aniccādilakkhaṇassa upanijjhānato lakkhaṇūpanijjhānaṃ, vipassanāya katakiccaṃ maggena ijjanato maggo lakkhaṇūpanijjhānaṃ, phalaṃ pana nirodha saccam tathalakkhaṇaṃ upanijjhāyati lakkhaṇūpanijjhānaṃ. (禪那：兩種禪那，觀所緣及觀相。此中，八等至觀照地遍等所緣，故得名『觀照所緣』。毗婆舍那、道、果名為『觀照相』，此中，毗婆舍那所作的工作藉由『道』而完成，故『道』是『觀照相』；『果』觀照滅諦的真實相，故亦是『觀照相』)。

¹⁴ Mp I 381: phalaṃ suññata-animitta-appaṇihita-lakkhaṇassa nibbānasseva upanijjhānato lakkhaṇūpanijjhānanti vuccati.

¹⁵ Mp-ṭ I 234: Apica **vipassanāya lakkhaṇūpanijjhānaṃ maggena uppānena sījjhātī** itarathā parivattanato, tasmā **maggo lakkhaṇūpanijjhānaṃ**, na aniccādilakkhaṇānaṃ ārammaṇakaraṇato. Yathā phalaṃ nibbānassa asaṅkhatalakkhaṇaṃ ārammaṇakaraṇavasena upanijjhāyati, evaṃ maggopi. (再者，因為毗婆舍那的觀相工作藉由道而完成，否則，[毗婆舍那]會變異，故道是觀相[禪那]，非因[道]以無常等相作為所緣之故。如同果以涅槃作為所緣而觀照涅槃的無為相一樣，道也是如此。)

「禪那有兩種：觀所緣及觀相。毗婆舍那在觀照諸行的自相、共相之意義下而為禪那，出世法在觀照涅槃的真實相之意義下而為禪那。」¹⁶如此，《無礙解道註》的解釋可謂補充說明了毗婆舍那不僅觀照諸行的共相，也觀照了諸行的自相。事實上，依照《清淨道論》的道次第，在智慧開展的過程中，禪修者會先觀察到諸行的自相，唯有觀察自相之後，方能觀照到諸行的共相。¹⁷

3. 《尼柯耶》中「禪那」的動詞型之用法

如上所述，依照註釋書，作為名詞的「禪那」(jhāna) 源自巴利字根√jhe，意思是「看」、「見」、「思惟」、「禪思」，可指涉整個修行的過程及成就，包括奢摩他、毗婆舍那乃至聖道果。在巴利聖典裡，Jhāna 的動詞型也

¹⁶ Paṭis-a 258: Jhānaṃ nāma duvidhaṃ ārammaṇūpaniḥhānañca lakkhaṇūpaniḥhānañca, vipassanā saṅkhārānaṃ sabhāva-sāmañña-lakkhaṇūpaniḥhānaṭṭhena jhānaṃ, lokuttaraṃ nibbāne tathalakkhaṇūpaniḥhānaṭṭhena jhānaṃ.

¹⁷ 亦參見 Pandita Sayadaw (1995) pp. 63-72。

經常出現，或為直說法現在式、或為現在分詞、或為命令法，意指著廣義的「禪思」、「禪修」，而非專指「色界、無色界禪那的修習」。以下舉幾個例子加以說明。

首先，在《尼柯耶》中，我們常看到佛陀為弟子說法之末，告誡弟子應到樹下、空屋處「禪修」，不要放逸，以免將來後悔。經文如是記載：

諸比丘！凡為弟子尋求利益，具悲愍的老師基於憐愍而應為弟子所做之事，我皆為你們做了。諸比丘！那裡有樹下、空屋！諸比丘！應禪修，莫放逸！不要於後來追悔！這是我對你們的教誡！¹⁸

【例 1】

此段經文裡的「應禪修」，巴利文為 jhāyatha，是√jhe 的命令式，第二人稱，複數。針對此字，巴利註釋書解釋如下：

¹⁸ S IV 359: Yaṃ kho, bhikkhave, satthārā karaṇīyaṃ sāvakānaṃ hitesinā anukampakena anukampaṃ upādāya, kataṃ vo taṃ mayā. ‘Etāni, bhikkhave, rukkhamūlāni, etāni suññāgārāni, jhāyatha, bhikkhave, mā pamādattha, mā pacchāvippaṭṭisārino ahuvattha’-ayaṃ kho amhākaṃ anusāsan’ṭi.

應禪修：應以觀所緣〔禪那〕，觀照三十八所緣；以觀相〔禪那〕觀照蘊、處等為無常、苦、無我。也就是說，增長奢摩他與毗婆舍那。¹⁹

在經典裡，佛陀給的教誡是「應禪修，莫放逸」，註書解釋其意思：應以「觀所緣(禪那)」修習三十八種業處：八遍、十隨念、十不淨、四無量、食厭想、四界差別、四無色定；或以「觀相(禪那)」，觀察五蘊、十二處、十八界的共相。亦即，要修習奢摩他與毗婆舍那。這樣的解釋將 *jhāyatha* 「應禪修」視為廣義的禪修，而非限定在一般色界四禪那乃至無色界禪那。註書的這個解讀符合經文的脈絡，也獲得漢譯經典的支持。巴利經文裡的「應禪修」(*jhāyatha*)，在相對應的《雜阿含經》裡，譯作「思惟禪思」(T2, 282c)、「善思正念」(T2, 71c)或「精勤禪思」(T2, 313c)，於此，倘若梵文本與巴利本於此段文是相合的，那麼即表示漢譯者也是將與「*jhāyatha*」對應的梵文，理解作廣泛的禪修之義，

¹⁹ Ps I 199, Mp III 33, Spk III 148: **Jhāyathāti** ārammaṇūpanijjhānena aṭṭhatimsārammaṇāni, lakkhaṇūpanijjhānena ca aniccādito khandhāyatanādīni upanijjhāyatha, samathaṇca vipassanaṇca vaḍḍhethāti vuttaṃ hoti.

而非專指「修習色界或無色界禪那」。

在偈頌裡，「禪那」的動詞型態，也常以廣義的禪修之義而出現。例如在《相應部·天相應》的一經(S 1:36)，有位天人在佛陀面前誦出以下的偈頌：

愚痴、無慧的人們，致力於放逸；
智者守護不放逸，如守最勝財富。
莫行放逸，莫與欲樂親愛，
因為不放逸的禪修者(*jhāyanto*)方得最上樂。²⁰

【例 2】

針對此偈頌裡的「禪修者」(*jhāyanto*，√*jhe* 的現在分詞，單數主格)，註釋書解釋說：

禪修者：藉由觀相及觀所緣而禪修者。²¹

註解文接著說明「觀相」與「觀所緣」的意思，其說明與上引《一切善見》的內容大致相同。如此，*Jhāyanto*

²⁰ S I 25: Pamādam-anuyuñjanti, bālā dummedhino janā; appamādaṇca medhāvī, dhanam seṭṭhamva rakkhati. Mā pamādamanuyuñjetha, mā kāmarati santhavaṃ; appamatto hi jhāyanto, pappoti paramam sukhan'ti。現在分詞在此作名詞使用。

²¹ Spk I 64: **Jhāyantoti** lakkhaṇūpanijjhānena ca ārammaṇūpanijjhānena ca jhāyanto.

是指廣義的禪修，包括奢摩他與毗婆舍那，約相對應的漢譯經文而言，則可譯作「禪思」。²²更何況「最上樂」可能如註書所說，正是指「阿羅漢樂」，若將 jhāyanto 理解作「修習色界禪那」，便不符合初期佛教以慧方能解脫的教義。因此，於此處，將 Jhāyanto 做廣義的禪修來理解，是最符合經義的。

另外，《相應部·魔羅品》的一經(S 4:25)說到佛陀與魔王的三位女兒之對話。名為渴愛(Taṇhā)的魔王之女問佛陀說：

你是因為沈浸於憂傷因而於林中禪修？
還是因為失去了財產？或是在希求財產？
或是在村裡犯了罪？為何你不與人作朋友？
為何你不和人建立情誼？

對此，佛陀回答：

征服可愛、可悅色的軍隊後，我獨自禪修(jhāyaṃ)，證悟至樂，即心之寂靜與利益之獲得。因此，我不與人作朋友，不

²² T2, p. 354b.

和人建立情誼。²³【例3】

《相應部疏》解釋「我獨自禪修(jhāyaṃ, √jhe 的現在分詞，單數主格)」時說：

我獨自禪修：未與群眾交際、未與煩惱來往，我獨自、無伴，依「觀相」而禪修。²⁴

如此，《相應部疏》似乎認為經文所說的「禪修」只是指「觀相(禪那)」(lakkhaṇūpanijjhāna)，也就是僅指內觀、道、果。

《小部·自說經》提到，佛陀於菩提樹下初證佛果，體驗了七日的解脫樂，在思惟緣起法之後，說了以下的偈頌：

²³ S I 126: Sokāvatiṇṇo nu vanamhi jhāyasi, vittaṃ nu jīno uda patthayāno; āguṃ nu gāmasmimakāsi kiñci, kasmā janena na karosi sakkhiṃ; sakkhī na sampajjati kenaci teti. Atthassa pattiṃ hadayassa santim, jetvāna senaṃ piyasātarūpaṃ; ekoṃ jhāyaṃ sukhamanubodhiṃ, tasmā janena na karomi sakkhiṃ; sakkhī na sampajjati kenaci me"ti.

²⁴ Spk-pt I 220: **Eko ahaṃ jhāyantoti** gaṇasaṅgaṇikāya kilesagaṇikāya ca abhāvato eko asahāyo ahaṃ lakkhaṇūpanijjhānena nijjhāyanto.

當諸法向精勤禪修(jhāyato)的婆羅門顯現時，他的一切疑惑便消失，因為他見到諸法皆有因。²⁵【例 4】

針對此偈中的「禪修」(jhāyato, √jhe 的現在分詞，單數，所有格)一詞，註釋書註解如下：

禪修：以觀所緣及觀相而禪修。²⁶

再者，《長老偈》第 892 偈，描述阿那律尊者辭親出家禪修：

離開父母、姊妹、親戚、兄弟，
斷捨五欲索後，阿那律禪修(jhāyati)。²⁷【例 5】

註書解釋這裡的「禪修」(jhāyati, √jhe 的直說法現在式，第三人稱，單數)時說：

²⁵ Ud 1: Yadā have pātubhavanti dhammā, Ātāpino jhāyato brāhmaṇassa. Athassa kaṅkhā vapayanti sabbā, yato pajānāti sahetudhamman"ti.

²⁶ Ud-a 44: **Jhāyatoti** ārammaṇūpaniijjhānena lakkhaṇūpaniijjhānena jhāyantassa.

²⁷ Th 892: Pahāya mātāpitaro, bhaginī nātibhātarō; pañca kāmagaṇe hitvā, anuruddhova jhāyati.

禪修：修習兩種禪那而住：觀所緣及觀相。²⁸

在巴利《尼柯耶》裡還有眾多類似的例子，但上述的例子應足以呈顯巴利《尼柯耶》裡源自√jhe 的動詞型態(jhāyati)，未必只是指色界、無色界的禪那，而是可以廣泛地包括世間的止、觀修行乃至出世間道、果智。

4. 觀相(禪那)的聖典依據及其禪支

雖然「毗婆舍那禪那」(vipassanā-jhāna)或「觀相(禪那)」(lakkhaṇūpaniijjhāna)有其註釋書的依據，然而，毗婆舍那、道、果也是禪那的說法，引生兩個問題：此說法是否也有巴利三藏(經、律、論)的支持？再者，依巴利阿毗達磨的教義，「觀相(禪那)」是否如「觀所緣(禪那)」一樣，也因不同等級而有不同的禪支？以下，即針對此二問題，嘗試作進一步的論述。

《分別論·禪那分別》的「論分別」，依「色界善」、

²⁸ Th-a II 342: **Jhāyatīti** ārammaṇūpaniijjhānaṃ lakkhaṇūpaniijjhānañcāti, duvidhampi jhānaṃ anuyutto viharati.

「無色界善」、「出世間善」、「色界果報」、「無色界果報」、「出世間果報」、「色界無色界唯作」來區別「禪那」的種類。²⁹此處的分析支持註釋書的說法：除了色界、無色界禪那之外，「道」、「果」，確實也是一種禪那。³⁰在《分別論》的「出世間善」及「出世間果報」兩段文中，它們被稱為「出世間禪那」(lokuttaram jhānam)，並與色界禪那一樣，可分為四個禪那(依經)或五個禪那(依論)，且擁有各自的禪支。

《分別論》對「出世間初禪」及「出世間的初禪果報」描述如下：

此中，什麼是初禪？當比丘修習出離的，趨向〔輪迴的〕減損的出世間禪那，為了斷除邪見，為了達至初地，他進入離欲、離不善法、有尋、有伺、從離所生、有喜有樂、有苦行遲通達的初禪而住。此時，有觸、受、想、思、心、尋、伺、喜、樂、心一境性…不動。這些是善法。已作、已修習彼出世間善禪那故，他進入離欲的、離不善法的…有苦行遲通達的、為空的初

²⁹ Vibh 263-269.

³⁰ 亦可參考 Dhs 60-75。

禪果報而住。此時有五禪支，即尋、伺、喜、樂、心一境性。這被稱為初禪。其餘與禪那相應的法〔也是如此〕³¹

這段文明白指出作為「出世間初禪」的「道」、與作為「出世間初禪果報」的「果」，皆擁有與色界初禪相同的五禪支，即尋、伺、喜、樂、心一境性。緊接於上引文之後的論文則繼續指出：「道」、「果」尚可分為出世間二禪、三禪、四禪、五禪；它們分別具有「伺、喜、樂、心一境性」四禪支，「喜、樂、心一境性」三禪支，「樂、心一境性」二禪支，以及「捨、心一境性」二禪支。

³¹ Vibh 267-268: Tattha katham pathamaṃ jhānaṃ? Idha bhikkhu yasmim samaye lokuttaram jhānaṃ bhāveti niyyānikaṃ apacayagāmiṃ diṭṭhigatānaṃ pahānāya paṭhamāya bhūmiyā pattiya vivicca kāmehi vivicca akusalehi dhammehi, savitakkaṃ savicāraṃ vivekajaṃ pītisukhaṃ paṭhamaṃ jhānaṃ upasampajja viharati dukkhapaṭipadaṃ dandhābhiññaṃ, tasmim samaye phasso hoti, vedanā hoti, saññā hoti, cetanā hoti, cittaṃ hoti, vitakko hoti, vicāro hoti, pīti hoti, sukhaṃ hoti, cittassekaggatā hoti...pe... avikkhepo hoti. Ime dhammā kusalā. Tasseva lokuttarassa kusalassa jhānassa katattā bhāvitattā vipākaṃ vivicceva kāmehi...pe... paṭhamaṃ jhānaṃ upasampajja viharati dukkhapaṭipadaṃ dandhābhiññaṃ suññataṃ, tasmim samaye pañcaṅgikaṃ jhānaṃ hoti- vitakko, vicāro, pīti, sukhaṃ, cittassekaggatā. Idam vuccati “paṭhamaṃ jhānaṃ”. Avasesā dhammā jhānasampayuttā.

雖然《分別論》對「禪那」的說明，提到色界定、無色界定，以及出世間「道」、「果」都屬於禪那³²，但它卻未說到「毗婆舍那」也是「禪那」。因此，「毗婆舍那也是禪那」的論點，是否有聖典的文獻根據或理論支持，便成為一個問題。對此，筆者以為，《尼柯耶》中「內觀是一種定」以及「修行內觀者擁有的定是正定」的說法，可以間接支持毗婆舍那也是「禪那」的說法。

《長部》33 經，《合誦經》(Saṅgīti Sutta)說到四種「定的修習」：1.若多修習，能導向現法樂住(ditṭhadhammasukhavihāra)；2.若多修習，能導向「智見之獲得」(ñānadassanapaṭilābha)；3.若多修習，能導向「念與明覺」(satisampajañña)；4.若多習，能導向「漏盡」(āsavānaṃ khaya)。此中第三、四種皆指「毗婆舍那」的修習，而它們皆被說為是一種「定的修習」。經文如下描述此二類「定的修習」。

友！修習、多修什麼定之修習，能導向念與明覺？友！受生時，比丘知之；受住時，比丘知

³² Vism 666-667.

之；受滅時，比丘知之。想生時，比丘知之；想住時，比丘知之；想滅時，比丘知之。尋生時，比丘知之；尋住時，比丘知之；尋滅時，比丘知之。友！修習、多修此定之修習，則能導向念與明覺³³

友！修習、多修什麼定之修習，能導向漏盡？友！比丘於五取蘊隨觀生滅而住：「此是色，此是色之生，此是色之滅。此是受…此是想…此是行…此是識，此是識之生，此是識之滅。友！修習、多修習此定之修習，則能導向漏盡。」³⁴

³³ D III 223: Idhāvuso, bhikkhuno viditā vedanā uppajjanti, viditā upaṭṭhahanti, viditā abbattham gacchanti. Veditā saññā uppajjanti, viditā upaṭṭhahanti, viditā abbattham gacchanti. Veditā vitakkā uppajjanti, viditā upaṭṭhahanti, viditā abbattham gacchanti. Ayaṃ āvuso, samādhībhāvanā bhāvitā bahulīkatā satisampajaññāya saṃvattati.

³⁴ D III 223: Katamā cāvuso, samādhībhāvanā bhāvitā bahulīkatā āsavānaṃ khayāya saṃvattati? Idhāvuso, bhikkhu pañcasu upādānakkhandhesu udayabbayānupassī viharati. Iti rūpaṃ, iti rūpassa samudayo, iti rūpassa atthaṅgamo. Iti vedanā...pe...iti saññā...iti saṅkhārā...iti viññānaṃ, iti viññānaṃssa samudayo, iti viññānaṃssa atthaṅgamo. Ayaṃ āvuso samādhībhāvanā bhāvitā bahulīkatā āsavānaṃ khayāya saṃvattati.

在此，我們看到「觀照『受、想、伺』之生、住、滅」以及「觀照五蘊之生滅」被說成一種「定之修習」(samādhi-bhāvanā)。由於這二種修行方法皆屬「毗婆舍那」的修法，因此我們可確定「毗婆舍那」在《尼柯耶》中已被說為是一種「定」。

另外，《中部》149 經，《六處大經》(Mahāsaḷāyatanika Sutta)也指出，修內觀者所擁有的定是正定。該經文說到，如實知見六根、六塵、六識、六觸及三受的人——亦即修習「內觀」的人——能夠去除身、心的熱惱。此類人所擁有的「見」即名為「正見」；其所擁有的「思、精進、念、定」，則分別名為「正思、正精進、正念、正定」。³⁵依此經文，我們可肯定的是，如實知六根等(為無常、苦、無我)的內觀者，具有「正定」。此「正定」顯然並非一般常說的「色界四種禪那」，而是修習內觀——如實知見五蘊之時所產生的「定」。《中部疏》的解釋，也肯定此經的「正定」是修得「至出起觀」的禪修者所具有的「定」。³⁶

³⁵ M III 288-289.

³⁶ MLDB 1356, n. 1341。

「定」在《中部》被解釋為「心一境性」³⁷，這「心一境性」的特質正是「禪那」最重要的要素。同時，「正定」在《尼柯耶》中也常(但非絕對)被用來指涉色界四禪。如此「禪那」、「定」與「毗婆舍那」三者顯然有著共通的特質，也就是說，它們都是一種「心一境性」，具有「緊密專注所緣」的特質。如此，即使聖典未明言毗婆舍那也是一種禪那，我們或可認為「毗婆舍那是一種禪那」的說法，已隱含在《尼柯耶》裡「毗婆舍那是一種定」的說法之中。

既然毗婆舍那也是一種禪那，那麼「毗婆舍那」是否如「色界禪那」、「道」、「果」一般，可分為四個階段或五個階段，且各自含有不同的禪支呢？就筆者所知，巴利註書只說明毗婆舍那智的開展次第，對於毗婆舍那的禪支似乎未有明確的說明。如此，我們似乎只能從阿毗達磨的理論來加以推論。

因為「毗婆舍那」作用時，其定力被稱為「剎那定」(khaṇika-samādhi)或「近行定」(upacārasamādhi，有時也被稱為「近行禪那」upacārajhāna)，從阿毗達磨

³⁷ M I 301: Yā kho, āvuso visākha, cittassa ekaggatā ayaṃ samādhi.

的理論來說，這兩種定皆為「欲界善心」所攝，因此我們似乎可從阿毗達磨的欲界善心與其相應心所來討論「毗婆舍那」的禪支問題。依據阿毗達磨³⁸，所有的欲界善心，即欲界八大善心、八果報心及八大唯作心，無一能夠缺少「尋」心所與「伺」心所。如此看來，為欲界善法所攝的毗婆舍那心，不可能缺乏「尋」、「伺」兩個心所。理論上，若要進昇到第二禪那，必須去除「尋」、「伺」兩個心所。因為毗婆舍那心不能缺少「尋」、「伺」兩個心所，所以它似乎就無法成就無尋、無伺的「二禪」。就此而言，從阿毗達磨的理論架構來說，「毗婆舍那禪那」至多具備初禪的五禪支。考慮到《清淨道論》³⁹的說法：欲界近行禪那雖然具備五禪支，但強度不及初禪的五禪支，所以嚴格說來，「毗婆舍那禪那」的五禪支，乃較色界初禪為弱，並不等同初禪的五禪支。緬甸馬哈希尊者的巴利文著作《清淨智論》引用《清淨道論大疏鈔》，而認為行捨智的定力接近，而仍不及初禪安止定的定力。⁴⁰

³⁸ 參考 CMA pp. 112-113。

³⁹ Vism 126.

⁴⁰ Appito viyā'ti etena appanāpattasamādhissa viya tassā'pi balavattaṃ dasseti, so hi (appanāsamādhisadiso khaṇikasamādhi)

5. 結論

總結上來對「觀相(禪那)」的探討成果如下：

- (1). 巴利語「禪那」，源自於義涵為「覺知」「思惟」「禪思」的字根√jhe。由於在巴利語中，「燒燃」與「覺知」同形，皆為 jhāyati，因此巴利註釋傳統在說明「禪那」時，也列出「令燒燃」的意思。
- (2). 「禪那」的特相是「觀照」，進一步說是「緊密地觀照」、「一再地觀照」。
- (3). 欲界近行定、四色界禪那及四無色界定，以鎮伏斷「燃燒」五蓋等敵對法，並「觀照」地遍等三十八種所緣，因此近行定與八等至被稱

sikhāpattavipassanāya pākaṭo saṅkhārupekkāya pi'ti，參見溫宗堃 (2003)，頁 385。雖然馬哈希尊者及班迪達尊者的英譯著作(Mahasi Sayadaw 2000a, pp. 24-25; (2000b) pp. 68-72; Pandita Sayadaw, (1993), p. 203)曾將不同的毗婆舍那階智與不同的禪那配對，即名色分別智、緣攝受智及觸知智配初禪；生滅智的初始階段配二禪；生滅智的成熟階段配三禪；壞滅智及其後毘婆舍那階智配四禪，然而，就筆者的理解，兩位尊者所說的，似乎是就實際禪修經驗上的類同度而言，而非阿毗達磨意義下的等同。

為「禪那」，名為「觀所緣(禪那)」。

- (4). 毗婆舍那以「彼分斷」的方式「燃燒」眾生想、常想、樂想、我想等邪見，同時它「觀照」五蘊、十二處、十八界等身、心現象的自相、共相，因此毗婆舍那被稱為「禪那」，屬於「觀相(禪那)」的一種。
- (5). 由於「道」幫助毗婆舍那完成「觀照」三共相的工作，因此道也如毗婆舍那一樣得名為「觀相(禪那)」。
- 再者，「道」與「果」，皆「觀照」滅諦、即涅槃的真實相，因此，道、果得名為「觀相(禪那)」。
- (6). 巴利語「禪那」的動詞型如 *jhāyatha*、*jhāyato* 等，經常出現在《尼柯耶》經文中，這些動詞型，依經文脈絡可知其指涉廣義的禪修；依據註釋書，則知其包含「觀所緣(禪那)」及「觀相(禪那)」，也就是可指奢摩他、毗婆舍那及出世間的道、果。
- (7). 出世間的道、果被認為是一種「禪那」，這種說法可見於阿毗達磨。如《分別論》將道、果

稱為「出世間禪那」。

- (8). 在《尼柯耶》中，屬於毗婆舍那修行的五蘊生滅之觀照，被說為是一種定的修習。而「定」又是「心一境性」，是禪那的重要構成份子。如此，「毗婆舍那」與「禪那」顯然都有「專注所緣」的特質，也因此，我們或可認為「毗婆舍那是一種禪那」的說法已隱含在《尼柯耶》之中。
- (8). 毗婆舍那心是欲界心，由於欲界八大善心、八大善果報心及八大唯作心，無一能缺乏「尋」、「伺」心所，因此，毗婆舍那顯然不會有阿毗達磨意義下的二禪(無尋、無伺)。因毗婆舍那作用時，其定力等同欲界近行定，所以毗婆舍那應也擁有尋、伺等五禪支，只是其力較初禪五禪支為弱。

以上述的討論為基礎，再來考慮最初引發本文寫作動機的問題：「毗婆舍那禪那一詞的正當性」，我們可以確定的是：儘管「毗婆舍那禪那」一詞並未出現在巴利三藏乃至註釋文獻，但是，「毗婆舍那亦是禪那」的說法，早已出現在早期的巴利註釋文獻，含攝在「觀

相(禪那)」的概念之中。同時，「毗婆舍那禪那」所傳達的意涵——毗婆舍那本身即具有緊密專注所緣的特質——也有《尼柯耶》經典的依據。

略語

Bv-a	Madhurattavilāsinī	《佛種姓註》
CMA	Comprehensive Manual of Abhidhamma	《攝阿毗達磨義論英譯》
D	Dīghanikāya	《長部》
Dhs	Dhammasaṅgaṇi	《法集論》
M	Majjhimanikāya	《中部》
MLDB	The Middle Length Discourse of the Buddha	《中部英譯》
Mp	Manorathapūraṇī	《滿足希求》 = 《增支部註》
Mp-ṭ	Manorathapūraṇī-ṭīkā	《滿足希求疏》 = 《增支部疏》
Niddl-a	Cūḷāniddesa-aṭṭhakathā	《小義註》
Pal.	Pali	巴利語
PED	Pali English Dictionary	《巴英辭典》
Paṭis	Paṭisambhidāmagga	《無礙解道》
Paṭis-a	Paṭisambhidāmagga-aṭṭhakathā	《無礙解道註》
Ps	Papañcasūdanī	《破除迷障》 = 《中部註》
S	Saṃyuttanikāya	《相應部》
Skt.	Sanskrit	梵語
Sn-a	Suttanipāta-aṭṭhakathā	《經集註》

Sp	Samantapāsādikā	《一切善見》 = 《巴利律註》
Sp-t	Sāratthadīpanī	《實義燈》 = 《一切善見疏》
Spk	Sāratthapakāsīnī	《顯揚實義》 = 《相應部註》
Spk-pt	Sāratthapakāsīnī-purāṇaṭṭikā	《顯揚實義古疏》 = 《相應部古疏》
T	Taisho	大正藏
Th	Theragāthā	《長老偈》
Th-a	Theragāthā-aṭṭhakathā	《長老偈註》
Ud	Udāna	《自說經》
Ud-a	Udāna-aṭṭhakathā	《自說經註》
Vibh	Vibhaṅga	《分別論》
Vism	Visuddhimagga	《清淨道論》

參考書目

印順法師 (1983), 〈雜阿含經部類之整編〉, 《雜阿含經論會編》(上), 台北: 正聞。

溫宗堃 (2005), 〈巴利註釋文獻裡的乾觀者〉, 《正觀》第 33 期, 5-90 頁。

——(2003), 〈純觀乘者所依的定: 剎那定與如電三昧〉, 收於《宗教與心靈改革研討會論文集(2003年)》, 高雄: 道德院, 頁 367-405。

Anālayo (2004) *Satipaṭṭhāna: The Direct Path to Realization*.

Cousins, L. S., (1973) "Buddhist Jhāna: Its Nature and Attainment According to Pāli Sources." *Religion* 3: 115-131.

Gunaratana Thera, (1985) *The Path of Serenity and Insight: An Explanation of Buddhist Jhāna*. Delhi: Motilal Banarsidass.

Kuan, Tse-Fu, (2005) "Clarification on Feelings in Buddhist Dhyāna/Jhāna Meditation", *Journal of*

Indian Philosophy 33: 285-319.

Mahasi Sayadaw, (2000a) *Sallekha Sutta: A Discourse on the Refinement of Character*, tr. by U Aye Maung, 2nd ed. Yangon: Buddhasāsanānuggaha Organization.

--, (2000b) *A Discourse on Hemavatasutta*, tr. by U On Pe, 2nd ed. Yangon: Buddhasāsanānuggaha Organization.

Norman, K.R., (1997) *A Philological Approach to Buddhism*. London: School of Oriental and African Studies.

Pandita Sayadaw, (1993) *In This Very Life*, tr. By U Aggacitta, Kandy: Buddhist Publication Society.

--, (1995) *On the Path to Freedom*, Selangor: Buddhist Wisdom Centre.

Satuart-Fox, Martin, (1989) "Jhāna and Buddhist Scholasticism", *JIABS* 12-2: 79-110.

Vajirañāṇa, Paravahera Mahāthera, (1987) *Buddhist Meditation in Theory and Practice : A General*

Exposition According to the Pāli Canon of the Theravāda School. 3rd ed. (a revised version of his Phd thesis submitted to Cambridge University in 1936) Kuala Lumpur: Buddhist Missionary Society.

Whitney, W.D (2000), *The Roots, Verb-forms and Primary Derivatives of the Sanskrit Language*, Delhi: Motilal Banarsidass Publishers.