

# 修正觀的第一關卡——從假入空觀 大寂法師撰

## ● 大綱

### 摘要

- 一 · 四種止觀
- 二 · 從假入空的淵源處
- 三 · 從假入空的恐懼
- 四 · 從假入空的充足理由原理——止觀雙運
- 五 · 漸次之從假入空觀
- 六 · 圓頓之從假入空觀
- 七 · 從假入空觀所證之智
- 八 · 結論

## 摘 要

古來天台大德大概地將止觀分為四種，這四種止觀在全文中都或隱或顯地表達出來了，唯須細心體會才知。一心三觀中，以從假入空觀為第一階段，也是最主要與關鍵的階段，因為這一關通過後，往後的兩階就快了。然而，在了解正修之前，尚須知其所由來。《中論》與《瓔珞經》皆可見其端倪。

當一個人首次要進入空性，以致於獲得空智的時候，有一種奇怪的現象，就是發生恐懼的心理。一者是對這種內在狀態感到陌生，二者是這種內在狀態空無一物，一反在物質界有所得的特質。因此，剛入門的行者，往往心生恐懼而不敢更進一步。但是只要不斷地入出此境，久了自然能突破。

一般而言，從假入空觀只須有止的基礎即可，但從究竟義來講的話，止觀雙運才能真正使其鞏固。止觀雙運的聖教量可從《雜阿含經》獲得強力的支持。

若要漸次地證得空觀，可以從身、息、心的觀照中下手，其中息處於中間，觀照之將獲得最大的方便，因為從觀息之中就同時能觀得身與心，那就三位一體了。若約圓教，圓人受法，無法不圓，藏通別教經過圓人的吸收後，都能轉成圓教。以圓解而修萬行，事半功倍。

從假入空觀證得的是一切智，是了達諸法總相之智，因為諸法氣象萬千，卻都離不開「虛假」的本性，既是虛假，即是空，空就是萬法的總相。因此從假入空觀所證得的一切智。

## 一·四種止觀<sup>1</sup>

天台止觀共有四種，一曰圓頓止觀，《摩訶止觀》為代表之作，力呈理上之圓頓，仍不偏廢於事；二曰漸次止觀，以《釋禪波羅密次第法門》主，理事兼顧而側重於事；三曰不定止觀，則《六妙門》是也，從觀呼吸入手而遍於法理之無礙；四曰《小止觀》，乃智者大師為其俗兄而出的，內容深入淺出，為初入天台者的最佳讀物。

## 二·從假入空的淵源處

想從世俗諦而入第一諦，非透過止觀的洗禮不可，天台的「一心三觀」可以是入手處，也可以是完成處。即空即假即中的渾然圓融，本於最初的「從假入空」觀。而智者大師這種三法圓融的思想可溯源至龍樹菩薩的《中論》，

眾因緣生法，我說即是空，亦為是假名，亦是中道義<sup>2</sup>

空、假、中分別取了四句偈中的第二、三、四句而組成了智者大師一心三觀的思想。另有一說，三觀之名出於瓔珞經，智顛於《維摩經玄疏》說：

三觀之名出瓔珞經，云：從假入空名二諦觀，從空入假名平等觀，是二觀為方便道，因是二空觀，得入中道第一義諦觀，雙照二諦，心心寂滅，自然流入薩婆若海。<sup>3</sup>

由此可以得知，「三觀」在「經證」方面有《瓔珞經》，在「論證」方面有《中論》，充分顯示智顛在教理上的任何發揮，不是口說無憑，而是相當符合治學的精神，尤其與今日論文寫作的精神若合符節。

<sup>1</sup> 見〈小止觀序〉，釋元照著，收於《四念處 小止觀》，台南市：湛然寺天台藏版，三版，民 84，p. 187.

<sup>2</sup> 見《中論》，T30, p.33b。

<sup>3</sup> 見《維摩經玄疏》，智顛撰，三版，台南市：湛然寺天台藏版，民 85，p. 50.

### 三·從假入空的恐懼

一心三觀中又以從假入空觀最為艱辛與重要，因為它是初入門處，阻礙會比較大。如同運動學中的原理，一物從靜到動的過程中，靜摩擦力遠大於動摩擦力，也就是說，從靜到動的轉變剎那需要較大的推力，一旦推動了，推力不必再那麼地大即可運動。<sup>4</sup>同理，人們從未學佛到學佛，從世俗思想到出世思想，這需要一段緩衝期來加以適應與調整，其中包括適應禮儀、威儀、經典的文字型態、看待事物的取角、面對宇宙或世界的態度、與不同人群的相處（專指修出世法的人）……等等。當人們第一次碰觸到完全不同的思考模式而想加以接受時，勢必經過一場強烈的震盪，因為它動搖人們過去既有的自以為是的想法。當人們赤裸裸地面對震盪後，只有兩條路可以選擇，不是脫落自己的污垢就是轉身逃走，<sup>5</sup>而選擇脫落自己污垢的人必須再一次接受更大的震憾與沖刷：捨掉既存的，進入那未知的。那未知的通常令人驚駭不安，它就如黑洞一樣恐怖，任何東西皆無法躲避，即使光也無法幸免於難。什麼是佛法所說的黑洞——空，「以有空義故，一切

---

<sup>4</sup> 見大一共同科目之普通物理。

<sup>5</sup> 關於逃走或留下來，有一則非常深刻、有趣的禪宗故事：曾經有一位主人邀請一位禪師到他七樓的家裡去說法，主人還請了許多客人前來聆聽法教。忽然間，發生地震，全部的人都恐慌地向樓下跑，想趕緊跑向屋外，其中又以主人跑在最前面，他一邊跑一邊回頭看，禪師仍然坐著，如如不動，主人開始覺得有點過意不去，他身為主人又跑在最前面，顯得最為怕死。由於被禪師的鎮靜所感，他停止跑步，並往回走。地震停了，主人問禪師：「你到底怎麼了，大家都急著往外逃，你怎麼動也不動？」禪師答：「我也逃走了。」主人一臉困惑，百思不解。禪師接著說：「你們的『逃』是沒有用的，你們可以從七樓逃到六樓、五樓、四樓……，你們可以繼續逃，但是地震總是存在，生命隨時受到威脅。你們向外在逃，我向內在逃了，我逃到一個禪定的平衡點，在那裡，一切的『動』都消失了，不管是地震的動，還是心理的動，全部靜止，在那裡，我真正的平穩，在那裡，有真正的安全。」參見《奧修故事 108》，奧修大師著，余若飛編譯，初版，臺北市：探索文化，民 89，p. 4.

法得成，若無空義者，一切則不成」<sup>6</sup>。人們無法感知那「什麼都沒有」是什麼樣的世界，殊不知它與我們的關係最密切，事實上，「空」與我們的關係並不比「有」與我們的關係來得密切，它們兩者與我們的密切度恰恰相等，只不過「空」是被遺忘的一群，「有」則被大加寵愛。故人們需要的只是回憶這固有的空，並不需要對空特別增益，而只需要把它放回應有的、原有的位置，只需要再度喚醒這本有的記憶，還它個本來面目。

「空」對人們是這麼地不可知，以致於說從假入空觀是最艱辛的一關，並不為過。想踏出第一步又畏畏縮縮的心情，乃一切人共有的爭扎。但無論如何，終究必須放下萬緣，才可能在菩提道有所進展，否則它就如老牛拖車，越拖越疲憊不堪。

#### 四．從假入空的充足理由原理——止觀雙運

入道雖有多門，卻有一條迅速而準確的道路，謂之止觀、定慧、寂照<sup>7</sup>、明靜。<sup>8</sup>有止觀的基礎後，從假入空觀才成為可能，因為它是在止觀雙運之下而動轉的，這種動轉是連根性地拔除，它需要強勁的力量方能除盡原有的「假」(在此不論及菩薩回假<sup>9</sup>)，力量增強的來源即是止觀，止觀是「體」，止觀雙運是「用」，止觀雙運使得從假入空開始動轉。

---

<sup>6</sup> 見《中論》，T30, p.33a。

<sup>7</sup> 關於寂照，《摩訶止觀》云：「法性寂然名止，寂而常照名觀。」見《摩訶止觀》，智者大師說，灌頂記，初版，台南市：智者，民 80。

<sup>8</sup> 關於明靜，湛然大師云：「止觀二字正示聞體，明靜二字嘆體德也。」見《止觀輔行傳弘決》，T46, p. 142b.

<sup>9</sup> 藏教人與通教人只修生滅四諦與無生四諦，在接入圓教的無作四諦前，別教菩薩所修的「無量四諦」扮演了一項重要的關鍵，此為《教觀綱宗》所說(T46, p. 938c~ p. 941a)；若依《維摩經玄疏》(p. 69)，「菩薩為度如是無量眾生故，遊戲神通，淨佛國土，成就眾生，入假修無量願行，是為觀成化物也！」

止觀雙運的強力聖教量基礎在於《雜阿含經》的第 464 經，<sup>10</sup>有一次阿難（Ānanda）到德高望重的上座前請法，問曰：應該以什麼方法來專精思惟？上座答曰：止、觀。注意：上座所回答的，不是只有止，也不是只有觀，而是止和觀。上座並進一步答言：修習於止，可使「觀」得以成就；修習於觀，可使「止」得以成辦。換句話說，止觀二者互相滋潤，相輔相成。俱修止觀二法，最後將離所有的愛染而獲得解脫。更絕的是，阿難復以同樣的問題問其它的五百上座，所得到的答案一模一樣，最後又以同樣的問題問佛陀，佛陀亦如是答，至此阿難不得不讚嘆：「奇哉！世尊！大師及諸弟子皆悉同法、同句、同義、同味。」<sup>11</sup>

「悟心容易息心難，息得心時處處閑」，要悟得動盪不安的心、虛妄不實的心並不是件難事，它只運用到哲學所講的悟性而已，德國哲學家叔本華說「世界是我的表象」<sup>12</sup>，人們運用悟性即可認識一切外在世界，乃至認識認識之所以可能的主體結構，故悟到內心處不是件困難事，因為我們只是悟到一堆垃圾、一堆亂七八糟的表象。真正困難的是「息心」，息心之後才有如大圓鏡的智慧，一切才會圓融地實現於心，時時處處也就安閑自得了。悟心所悟的是表象世界的假，乃至所觀的核心是妄心，如智顛說「一念無明法性心」<sup>13</sup>，這句話彰顯了性具善惡的原理，能觀是一念，所觀是無明；息心後所生的是空智，所入的空是不生不滅、不增不減、不垢不淨，人在此空智中，無所罣礙，事物只是以其本來面貌呈現出來而已。

## 五·漸次之從假入空觀

<sup>10</sup> 見《雜阿含經》（卷 17）（四六二） T02, p0118b。

<sup>11</sup> Ibid., p. 118c.

<sup>12</sup> 《意志與表象的世界》，叔本華著，劉大悲譯，台北市：志文出版，1974, p.23。

<sup>13</sup> 一念無明法性心是圓教的修法，行者在觀照貪瞋癡諸煩惱時，發現它們念念趨向寂滅，是本來無動的，因為它們亦按照「法性」的原理而動轉。參見《摩訶止觀》，p. 11c.

四念處的念是能觀心，處是所觀境<sup>14</sup>——身、受、心、法，以一念心觀虛妄而染汙的身受心法，這四者中最常被修的是身念處，而身念處中又以觀呼吸為最大的方便，然而，如何區別大小乘的四念處呢？謂菩提提心，如《摩訶止觀》中的五略十廣，五略的第一個就是「發大心」。可以這麼說，修正觀在於顯發菩提心，<sup>15</sup>菩提心從大悲心來，大悲心從禪定中來，諸禪定修法中又以息門入手最簡易。為什麼呢？慧思大師的《隨自意三昧》中說：

息由心遍色，處中易知。<sup>16</sup>

身、息、心三者，息恰恰處於中間，心則為一抽象的概念，它可遍於一切法中，由於心過於抽象，初修者難以一下子唯心而修。若要觀身，身太羸重，意易隨轉而羸，故以息最為恰當，通過觀息，身體與心皆可輕易地掌握與明瞭。息粗心就粗，所謂粗心大意；息細心就細，所謂小心翼翼。息羸身羸重，息細身輕安。通過息，身滋潤心，心滋潤身。身是假，心是空，息是方便，藉著觀息，易直接從身心的體會中領悟從假入空之真諦。

## 六·圓頓之從假入空觀

「春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪，若無閑事掛心頭，便是人間好時節。」前二句說的是四季無常的運轉，屬假；閑事是心中的無明或五蓋，當除掉無明與五蓋後，心中朗然一片，再也沒有比這空境

---

<sup>14</sup> 智者大師於《四念處》中云：「念者，觀慧也；處者，境也。」見《四念處》卷一，T46, p. 558c。四念處的「念」是能觀慧，「處」是所觀境，數數串習四念處時，也就相續地長養「能觀慧」，換句話說，智慧正被不斷地增長廣大。這樣的「慧」必須透過深沈的注意與警覺（mindfulness），使之獲得充分的發展。

<sup>15</sup> 若依《釋禪波羅蜜》，發菩提心除了要有大悲心，還須以中道正觀觀諸法實相，發四弘誓願。（見湛然寺天台藏版，民 77，p. 12.）

<sup>16</sup> 慧思云：「若先觀心性，沈細難知；若先觀色性，羸樸難解；應先觀息，是息由心遍色，處中易知。」見《隨自意三昧》，初版，台南市：湛然寺天台藏版，民 90，p. 19。

更加惹人注目的了。為何有無明？因為人有「惑」，有太多生命的疑惑在人心打轉而找不到出頭。《摩訶止觀》說：

見惑附體而生，還能障體。<sup>17</sup>

眾惑雖成假，但總現於一念間，只須觀這一念為三假所成，<sup>18</sup>謂因成假、相續假、相待假。因成假者，意根觸法塵時，一念心起，此一念乃因緣和合，故是假——因成假；相續假者，念念生滅，前念與後念不斷，即相續假；相待假者，悟得此一念心必由非心來陪襯，如觀眼識之生起，必由眼根與色塵來顯眼識，此為相待假。觀得此三假皆是無明後，當下體得無明亦與法性無二無別，無明照常順從緣起的法則，故不異於法性。見理的當下即斷惑，法性不因佛在而住，亦不因無佛而滅，它總是在那裡，「法住法界」，<sup>19</sup>故法性本來清淨，不生不滅，而無明惑心既與法性不異，當亦復清淨。沒有誰令它起，也找不到誰令它滅。無明本來不生的話，誰生憂悲苦惱，無明本來不滅的話，誰生喜樂。至此，能觀之一念心，所觀之無明境，同如虛空，畢竟清淨，此為圓頓之修法，利根信行者一聞即悟，法行者思惟後旋即得解。

一個真正的圓教人，一切法經過他圓頓的心後，都能同登圓教，也就是說，藏教、通教、別教經由圓教人的消化後，都能圓融地貫通無礙，如滿益大師於《教觀綱宗》云：

圓人受法，無法不圓；又未開圓解，不應輒論修證，縱令修證，未免日劫相倍。<sup>20</sup>

從這段話可以讓我們得知，圓教人的修學方法重於以「圓解」為前導，以此為基礎而修萬行，則事半功倍。時下許多學佛之人，動輒講「實修」，否定教理上的通達無礙，實是愚癡。沒有通達教理就想有

---

<sup>17</sup> 見《摩訶止觀》，p. 61b.

<sup>18</sup> 以下所說明的三假，參見《摩訶止觀》，p. 62a.

<sup>19</sup> 《雜阿含經》(卷 12) (二九五) T02, p0084b 的法住法界是用來解釋緣起的常住性，筆者將之應用於「法性」的詮釋上。

<sup>20</sup> 見《教觀綱宗》，T46, p. 938b~c。

所證，只會使證悟的日期以等比速度無限地延後。

## 七·從假入空觀所證之智

諸法的總相即是空，如《心經》云「五蘊皆空」，儘管萬法有其各自的差別相，但也正由其分殊性而顯出「假」。以般若無分別心加以觀照，即能從假入空，即獲總相之「一切智」。<sup>21</sup>然而，這種智慧所具的禪定因素過強，易墮入二乘：

若住此觀，即墮聲聞、辟支佛地。故經云：諸聲聞眾等自歎言，我等若聞淨佛國土，教化眾生，心不喜樂，所以者何？一切諸法皆悉空寂，無生無滅，無大無小，無漏無為，如是思惟，不生喜樂。<sup>22</sup>

定力過強，偏於枯定，則不容易見到佛性，因此需要進一步修習「從空入假觀」，這就是以內在證空性之心而起妙用，「能於空中修種種行」。<sup>23</sup>如果沒有空觀的基礎，就行種種濟世的事業，只會在行動中顯得散心雜亂，有了空觀，歷萬境，修萬行，則能開啟「道種智」，此智的特色在於了知一切法的別相。凡夫雖亦能了知諸法的別相，然而其中沒有任何智慧的成份。一個有道種智的行者，別相具有清晰、明白、遠離顛倒……等等特質。此時，行者雖在具體的事物中行動，但他了了分明只有將「事」給圓滿了，「理」才能究竟清淨，即是《維摩詰經》所說的：

隨成就眾生則佛土淨。……。若菩薩欲得淨土，當淨其心，隨其心淨則佛土淨。<sup>24</sup>

---

<sup>21</sup> 見《小止觀》，p. 264.

<sup>22</sup> Ibid., pp. 264-265.

<sup>23</sup> Ibid., p. 265.

<sup>24</sup> 見《維摩詰所說經》，T14, p. 538c.

然而，原本具有空觀基礎的菩薩，不管這個基礎多麼穩固，做事做久後，明辨的智慧是增長了，禪定力卻變弱了，「雖見佛性，而不明了」<sup>25</sup>。因此，老實地講，前兩種觀法都只能算是方便法門，這兩種方便必須導入中道正觀，才算功行圓滿。中道正觀不僅照理，也能照事；不僅照空，也能照假；不僅了知總相，也能了知別相，換句話說，中道正觀所產生的智慧是一切智與道種智的總和，此智即稱為「一切種智」<sup>26</sup>，這是佛的智慧。

## 八·結語

天台最強調的就是一心如何把握的問題，《大智度論》說三智實在一心，一切智、道種智、一切種智皆源自一心。華嚴說鈍根者需歷劫修行，利根者初發心便成正覺；法華則只一意，「正直捨方便，但說無上道」<sup>27</sup>。一心、初發心、一意同時表明「心」該被準確地掌握。從假入空是初階，從空入假是二階，雙照空假的中觀則為最上階。

有人以大乘佛法的立場而側重於從空入假觀，殊不知它是因於從假入空的基礎。若無空觀的強固基礎，就妄修假觀，則容易沈淪為「敗壞菩薩」<sup>28</sup>，這不是使得當年智者大師所創的三觀法妄遭蒙羞嗎！

---

<sup>25</sup> 見《小止觀》，p. 266.

<sup>26</sup> Ibid., p. 267.

<sup>27</sup> 見 No. 262《妙法蓮華經》(卷 1) T9, p. 10a.

<sup>28</sup> 敗壞菩薩出自《大智度論》卷二十九 (T25, p.271a)，「敗壞菩薩者，本發阿耨多羅三藐三菩提心。不遇善緣，五蓋覆心，行雜行，轉身受大富貴，或作國王或大鬼神王、龍王等，以本造身、口、意惡業不清淨故，不得生諸佛前及天上人中無罪處。」

參考書目：

1. 《摩訶止觀》，智者大師說，灌頂記，初版，台南市：智者，民 80。
2. 《四念處》，台南市：湛然寺天台藏版，三版，民 84。
3. 《小止觀》，台南市：湛然寺天台藏版，三版，民 84。
4. 《中論》，《大正藏》第三十冊。
5. 〈小止觀序〉，釋元照著，收於《四念處 小止觀》，台南市：湛然寺天台藏版，三版，民 84。
6. 《維摩經玄疏》，智顛撰，三版，台南市：湛然寺天台藏版，民 85。
7. 《止觀輔行傳弘決》，《大正藏》第四十六冊。
8. 《教觀綱宗》，《大正藏》第四十六冊。
9. 《雜阿含經》，《大正藏》第二冊。
10. 《釋禪波羅蜜》，台南市：湛然寺天台藏版，民 77。
11. 《隨自意三昧》，初版，台南市：湛然寺天台藏版，民 90。
12. 《維摩詰所說經》，《大正藏》第十四冊。
13. 《大智度論》，《大正藏》第二十五冊。
14. 《奧修故事 108》，奧修大師著，余若飛編譯，初版，臺北市：探索文化，民 89。
15. 《意志與表象的世界》，叔本華著，劉大悲譯，台北市：志文出版，1974。