



受想在證得滅盡定中的作用

釋圓貌

華梵大學東方人文思想研究所博士班三年級

提要：

滅盡定又名滅受想定，受想對於證得滅盡定究竟有什麼作用呢？首先，要釐清此中的受與想，是指受蘊與想蘊，或是受心所與想心所。在《俱舍論》中指出將受想別立為蘊的原因是：諍根因、生死因，及次第因，意即有「受」就有取著，有「想」就有分別；正因為耽著於種種的樂受，貪得無厭，以致陷於愛取染著的煩惱之中，而造作種種的業行；或因為對於真理沒有正確的認識，生起顛倒錯誤的分別，做出種種的惡行。是故，受與想是生起煩惱、造作業行，而生死繫縛不已的根源與最勝因。

次就受想與止觀的關係加以探討，色界定是以喜、樂、捨等受作為區分四禪的禪支，受蘊的行相最為增勝；而無色界是由作意於無邊虛空等相而入，想蘊最是增勝。受想同屬於五遍行心所，有相互俱生的作用，意即受或想心所一旦生起，思心所必隨之而起，則信等善心所也會相應地俱起，便形成心的散動疲憊。反之，受與想的止息，心心所法必隨之而滅，生起近似於涅槃的無心定，便入於超過色、無色界的無相三昧，即滅盡定中。進而探究受想與觀慧修習的關係，以緣起觀與念住觀，及無常想與《小空經》為例說明。正觀十二緣起中與無明相應的受，正是生起愛戀樂著，造作無量惡不善法的原因。故由如實觀察苦、樂、捨三受的念住觀，建立起「只有受」的無常生滅，生起「無我」的正觀，可以滅除有情最根本的妄想執著——「有我想」，而斷除我慢，順得涅槃解脫。

最後就受想對於證得滅盡定的作用，而論及滅盡定有心、無心，及有漏、無漏的問題。滅盡定與無想定，都以止息想心所的動亂而修習，無想定可以暫伏受想的現行，滅盡定可滅除受想，使一切的心心所法止息，超越三界尋思所行的境界。《攝大乘論》中無想定是使前六識的心心所不起，還有染污意的存在，而滅盡定更使第七染末那不起；然滅盡定中是否還有一細心不滅，執持著根身呢？滅盡定在阿含經教中，是修止所得的有漏定法，但為何大眾分別說系及大乘的行者，以為滅盡定就是能斷除煩惱，使正智現前的深定，意即是一能綜合定慧止觀的聖行。

關鍵字：

受、想、受蘊、想蘊、滅盡定、滅受想定、無想定



一、前言

「滅盡定」(nirodha-samāpatti) 又名想知滅定或滅受想定 (saññavedayita-nirodha-samāpatti)，又名增上想滅智定 (abhisaññānirodha-sampajāna-samāpatti)，滅盡定為何被稱為滅受想定呢？與受想二蘊的關係為何？

有情生死流轉之苦的徹底解決，是從煩惱中解脫，證得究竟涅槃。而從十二緣起的流轉與還滅上來探究，無明與愛二煩惱支，是造成生死輪迴的根源，「無明與愛」和「受與想」是否有直接的關係呢？

觀四聖諦，經十六心見道的過程，是就聞思修慧的增進，即觀 (vipaśyanā) 的修習來說，由深觀「苦與集」諦，現證無漏正智；而就修止 (śamatha) 而言，由四禪、四無色定入滅盡定，是滅「受與想」心所而入的無心定。由止得定，修觀得慧，而定慧雙修從阿含經教中即是能獲得解脫之道¹。如此，則定與慧兩者的關係為何？或者，換句話說「苦與集」和「受與想」之間，存在著什麼樣的關係呢？

二、受、想與解脫的關係

受 (vedanā) 是「領納」的意思，即納受各種外境於心時，所引起的感覺 (sensations)、情緒 (feelings) 等作用。當受用 (upabhogāt) 順境時，會生起喜樂；而不合意的境界，即產生憂苦的感受。受是有情最容易感知到的心理作用，像受傷或失意所帶來的巨大痛受，或快樂時喜悅的樂受，明顯易知且對身心都造成影響。想 (saṃjñā) 是「取像」，攝取境相，構成概念，即是認知 (perception) 青黃、長短、男女、怨親、苦樂等相的認識 (recognition) 作用。² 依眼根乃至意根，會生起六種想，即隨著見聞覺知境相，內心能構畫出種種的意象，而產生想像、聯想、語言、概念、知識、記憶等心理作用。³ 想是人類比起其它有情來說，最為特勝的心理作用，所以語言文學、思想觀念、想像創作力豐富且有多元多樣、難以思議的發展。

¹ 《雜阿含經》卷 17：「修習於止，終成於觀；修習觀已，亦成於止。調聖弟子止、觀俱修，得諸解脫界。」(T02, 118b23-25)

² 《阿毘達磨品類足論》卷 1〈1 辯五事品〉：「受云何？謂領納性。此有三種，謂樂受、苦受、不苦不樂受。想云何？謂取像性。此有三種，謂小想、大想、無量想。」(T26, 693a10-12)；《阿毘達磨俱舍論》：「想蘊調能取像為體，即能執取青黃、長短、男女、怨親、苦樂等相，此復分別成六想身。」(T29, 4a4-6)。

³ 《大乘阿毘達磨雜集論》卷 1〈1 三法品〉：「構了相是想相，由此想故，構畫種種諸法像類。隨所見聞覺知之義，起諸言說。見聞覺知義者：眼所受是見義，耳所受是聞義，自然思構應如是如是，是覺義，自內所受是知義。諸言說者，謂詮辯義。」(T31, 695c7-11)；。



滅盡定的異名為滅受想定，此中的受與想，是指受蘊與想蘊，或是受心所與想心所呢？或者受心所與受蘊、想心所與想蘊有何分別呢？

其實受想蘊與受想心所的分別，是佛法中對於法的分類問題。在阿含經教時期，以蘊、處、界來說明一切法，到部派阿毘達磨時期，由於對諸法的分類漸趨詳細繁雜，將一切法分為有為與無為法，有為法中又分別出色法、心法、心所法、不相應行法。此中，對心所法的分類最為詳盡，將原本屬於行蘊中的種種心所有法，依善、染、無記分門別列，而卻將原來的受蘊與想蘊別立為受心所與想心所。受與想到底有何重要性，為什麼在五蘊及心所法中都將之別立呢？在《俱舍論·界品》頌言：

諍根生死因 及次第因故 於諸心所法 受想別為蘊。(T29, 5b10-11)

頌中指出受與想別立的原因為：諍根因、生死因，及次第因⁴，而在長行中解說：

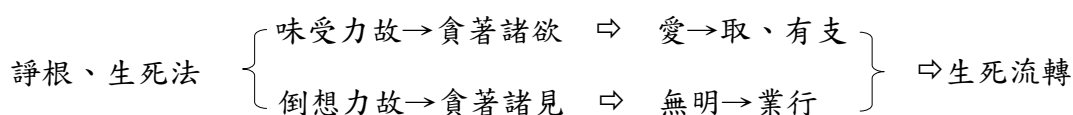
諍根有二，謂著諸欲，及著諸見，此二受想，如其次第，為最勝因。味受
力故，貪著諸欲；倒想力故，貪著諸見。又生死法，以受及想，為最勝因。
由耽著受，起倒想故，生死輪迴。(T29, 5b12-16)

(一) 諍根因：「諍 (raṇa)」是煩惱⁵，「諍根」是指促使煩惱產生的根源力，這是由於愛著「諸欲」與「諸見」所引起的。而會產生諸欲的最主要原因，是由味著於身心的覺受而生起的，是故貪著樂受、厭惡苦受，而有無法饜足的欲求與繫著；種種錯誤的知見，是由顛倒的想法所引起的力用，進而執迷於偏邪的見解。是故，受與想是造成煩惱生起的最勝因。

(二) 生死因：造成有情生死輪迴的原因，也是由於耽著於種種的樂受，貪得無厭，以致陷於愛取染著的煩惱之中，造作種種的業行，而於六道中生死不已；或由對於世間的現象沒有正確的認識，生起顛倒的見解，而有錯誤的知見，做出種種的惡行。是故，貪著於欲愛與顛倒的知見，產生憂悲苦惱與固執邪見，而造作種種的惡業與引起諍鬪，是生死繫縛的最勝因。將受、想與十二緣起的支分相應，可以用下圖簡示其所引起的生死流轉不已的現象：

⁴ 在眾賢《順正理論》卷 3 (T29, 344c) 同《俱舍論》立三因；《雜阿毘曇心論》卷 1 (T28, 872c) 立生死因及諍根因；《大毘婆沙論》卷 74 (T27, 385a) 先分別諸蘊次第，又別立十因，此中第五、六、十與禪定有關，將於下節中述，而第七、八即是生死因及諍根因。

⁵ 《阿毘達磨俱舍論》卷 1：「有漏法亦名有諍 (sarāṇa)，煩惱名諍，觸動善品故，損害自他故，諍隨增故，名為有諍，猶如有漏。」(T29, 2a28-b1)



（三）次第因：在《俱舍論》中分為隨粗、隨染、隨器、隨界四項加以解釋：

色有對故，諸蘊中麤；無色中麤，唯受行相，故世說我手等痛言；待二想麤，男女等想，易了知故。……

或從無始生死已來，男女於色，更相愛樂；此由耽著，樂受味故；耽受復因，倒想生故；此倒想生，由煩惱故。……

或色如器，受類飲食，想同助味。……

謂欲界中，有諸妙欲，色相顯了；色界靜慮，有勝喜等，受相顯了；三無色中，取空等相，想相顯了。……即由如是諸次第因，離行別立受想二蘊。

（T29, 5c2-18）

次第因是在解釋色、受、想、行、識五蘊的次第，以下專就受與想的次第加以探討，根據上述引文而論述：

- 1.隨粗：粗是指粗顯。在五蘊當中，色法等五境，是有對礙性的物質，最為粗顯排列在前；而心法沒有形狀，比起色法微細得多，當中，最粗顯的心法是生起感覺作用的受蘊，如心痛等苦受，很容易覺知；其次，想蘊是取像的作用，如面對男女、長短、大小等境相，自然地取像認知這是什麼，形成概念，進而安立名言，比起行蘊與識蘊，是較明顯易知的認識作用。
- 2.隨染：是指染淨，雜染與清淨是導致有情生死流轉與涅槃還滅的主因，這裡偏重於受染的程序上來談。即同於上文諍根與生死因中所言，受與想是煩惱起業的最勝因，但就染污性來說，男女色欲的愛樂，是起因於樂受的耽著，而此味著是因顛倒妄想所產生的。
- 3.隨器：器是譬喻有情的身體，指有情需要飲食的資益長養，而米、麵等主食需要鹽、醬等的助味，才會可口好吃。以此比喻覺受苦樂的情緒作用，能增益或損減有情的身心，如同米麵等飲食；而執有親愛、怨敵等想，會助成樂、苦等情緒感受的生起，如同鹽醬的助味。⁶
- 4.隨界：界是指欲、色、無色界。欲界有情，享受五欲的境界，以色相顯了的五境作為所執取的對象；而色界的四靜慮，有禪定所生的喜、樂、捨等禪相，故覺受相特別的殊勝明顯；無色界的空無邊處、識無邊處、無所有處，以無邊的

⁶ 《俱舍論記》卷 1〈1 分別界品〉：「調色如器，受所依故，故色初說。既得器已，擬有所盛。次求飲食，調米·麵等。受類飲食，增益損減有情身故，故次說受。求得食已，不可獨進，次求助味，調菹·鹽等。想同助味，由取怨·親·中平等相，助生受故。」（T41, 30c6-11）



虛空、心識做為所觀想的對象，或以心識的一無所有做為境界，是故，取像觀想的想蘊作用最為有力。

從上來受想二蘊別立的三因來看，是從探究有情生死流轉的根源性問題，作為出發點，而安立出受與想是造成煩惱與生死雜染的最勝因。這也符合於阿含經教中的緣起教說——因「無明相應觸」生起受、愛、取、有支，而不得生死流轉。有情既然由妄想顛倒而貪著五欲的樂受，生起憂悲苦惱的煩惱，進而造作種種的身語意業，以致在三界六道中輪迴不已。同樣的，受與想就是建立我們涅槃解脫的關鍵處，如能確立緣起的正見，修治善法，斷除對於覺受的貪愛，就能去除煩惱的繫縛，清淨身口意三業，是獲得離欲自在的解脫之道。

二、受、想與止觀的關係

(一) 受想與止——定門

在上文有關五蘊的次第因中，指出欲界有情，執取五境的妙相，色蘊顯了；而色界四禪有因定所生的喜受、樂受等禪相，故受蘊最為顯了；無色界是由取像觀想的力用而入，故想蘊的作用顯了。在《大毘婆沙論》卷 74 中，論及別立受想二蘊十因中的第五及六個原因為：

受想二法，二界所顯，故別立蘊，謂受蘊色界所顯，喜樂等受，色界增故。想蘊無色界所顯，空識等想，無色界增故。

復次由二法故，諸⁷瑜伽師於二界勞倦，故別立蘊。謂受力故，諸瑜伽師於色界勞倦；想力故，諸瑜伽師於無色界勞倦。(T27, 385a21-27)

第五因同樣論及，受蘊在色界中行相明顯易了，從初禪起的離生喜樂、定生喜樂、離喜妙樂、捨念清淨，都是以受蘊作為區分四禪的禪支，所以，在色界中受蘊的行相最為增勝。而想蘊是由無色界所顯了，以空無邊、識無邊等想而入於無色界定，故想蘊在無色界中是最增勝。

第六因指出色界的喜、樂等受，比起欲界五欲樂的散動而言，是由定力所生的寂靜禪樂；但有受就會引起取著，即味著於禪樂，會讓瑜伽師在色界定中疲勞倦弊。無色界定是由作意於無邊虛空等相而入，但有取像就有分別，是故瑜伽師在無色界定中有因分別所生的勞倦。

⁷ 諸=謂【宋】【元】【明】。



又從《雜阿含經·559 經》中可知，定有「有想」與「無想」之分：

尊者阿難語迦摩比丘言：若比丘離欲、惡不善法，有覺有觀，離生喜樂，初禪具足住，如是有想比丘，有法而不覺知；如是第二、第三、第四禪，空入處、識入處、無所有入處具足住，如是有想比丘，有法而不覺知。云何無想，有法而不覺知？如是比丘一切想不憶念，無想心三昧身作證具足住，是名比丘無想，於有法而不覺知。（T02, 146c5-13）

從色界初禪到無色界無所有處定，是有想心三昧；無所有處以上，就是非想非非想處與滅盡定，是屬無想心三昧。無想心三昧即是無相三昧，是於一切相不加以作意或憶念⁸，而得入的禪定。

受想是屬於五遍行心所（作意、觸、受、想、思），這五個心所具有「一切俱」——相互俱生的作用，只要其中一個起行，其餘四個心所必隨之俱起⁹。是故，無受想心所，必無思心所；思心所一滅，以思分位的十一信等善心所也應隨滅。相反地，如有受想心所，則思心所必隨起，則信等善心所也應生起，造成心的散動疲憊。意即屬於遍行心所的受想一滅，心心所法必隨之而滅，生起近似於涅槃解脫的無心定，入於超過色、無色界的無相三昧，即滅盡定中。上述可以下表簡示：

色界——受相顯了→生執取	⇨	滅受→超色界	} →滅受想定
無色界——想相顯了→生分別	⇨	滅想→超無色界	

（二）受想與觀——慧門

受的觀法，可以從阿含經教的緣起觀與念住觀中，了解佛陀如何教導比丘觀察樂、苦、不樂不苦等受。同樣阿含中佛也教授修習種種想，如：無常、苦、空、無我、一切世間不可樂想等。想的觀法與受都是以觸為因緣，由對色等境的知覺與經驗作為對象，生起色等的表象，而觀察色等為無常、非我、不淨等想；或以特定的對象，取像而觀想；在此以《雜阿含》的無常想與《小空經》的空觀為例，說明想蘊於觀法的實際修習方式。

1. 緣起觀

在《中阿含·大因經》¹⁰中，佛為阿難廣明緣起甚深，如能於此緣起知如真者，則心不染著，而證得解脫，是為阿羅漢的慧解脫；然如於此緣起不能得如實知見，令眾生如織機相鎖，從此世到彼世，從彼世到此世，流轉不已，不能從生

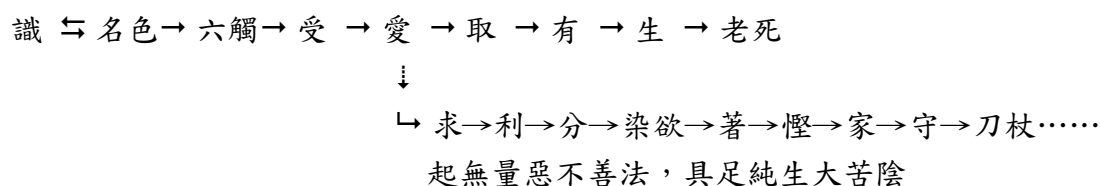
⁸ 《雜阿含經》卷 21：「云何為無相三昧？謂聖弟子於一切相不念。」（T02, 149c27-28）

⁹ 窺基，《瑜伽師地論略纂》卷 2：「隨其自位，起一必俱。」（T43, 20c4-5）

¹⁰ 本經異譯本另有：長部（D. 15. Mahā-Nidāna-Suttanta 大緣經）、宋·施護譯《佛說大生義經》（T1, 844b）、長阿含第十三經《大緣方便經》（T1, 60a）、後漢·安世高譯《佛說人本欲生經》（T1, 241c）、唐·玄奘譯《緣起經》（T2, 547b）。



死中出離。經中如實觀察四諦的苦諦與集諦——身心苦惱的狀態與原因，為順觀十二緣起的次第，可以下圖簡示，將更為清楚：



此中，由愛而生起無量惡不善行的次第，對照同本異譯，語意更為明白，①為《大生義經》，②為《大緣方便經》，③為《大因經》：

①愛→希求→有所得→心不決定→無所厭足→喜貪→我見→所取著→散亂→妄語…

②愛→求 → 利 → 用 → 欲 → 著 → 嫉 → 守 → 護 → 刀杖…

③愛→求 → 利 → 分 → 染欲 → 著 → 慳 → 家 → 守 → 刀杖…

有情身心面對六境，¹¹生起六觸，觸生受，由愛著於享用樂受，而起希求心，希望能有所得，心自然患得患失，無有厭足，而生起貪著、慳嫉、執著、守護，以致不免有刀杖、鬪諍、諛諂、欺誑、妄言、兩舌，而造作無量惡不善之法。這是社會混亂的原因，更是個人生死流轉不已的根源，探究其因，是由樂著於覺受，而生起的貪愛與希求。

2. 四念住——受念住

四念住從阿含經教以來，一直到現今的南傳佛教，都是最受重視的觀法，在《中阿含·念處經》¹²及巴利《中部·念處經》¹³中明確地指出四念住實際的修行方法。在《念處經》中對於受念住的觀法，計有如下¹⁴：

¹¹ 識緣名色，名色中名法是指五蘊中的受、想、行、識四蘊，色法是色蘊，名色是六入所取的，所以是認識的對象，可以概括內外一切的物質與精神。即識、名色、六入，是識、境、根，三事和合生觸，識在前說明先有識體，然後是名色（境）顯現，同時在完具六處（根）時，發生三事和合的觸。見印順導師，《唯識學探源》，頁 15-21；水野弘元，在〈十二緣起について〉《日本印佛研究》第 3 卷第 1 號 p.19，亦同此主張，且皆引《雜阿含》：「如是內有識身，外有名色，此二緣生六觸入處」(T02, 83c29-4a1) 作為說明。

¹² T01, 582b7-584b29，另一部內容大致相同的經為：《增一阿含·壹入道品》第一經 T02, 568a1-9b12。

¹³ Satipatthāna sutta, Mn. 1. 10, (London: The Pali Text Society)，另一部內容大致相同的經為：Mahā-Satipatthāna Suttanta, Dn. 22，即《長部·大念處經》。

¹⁴ T01, 583c24-4a5。



- (1) 受樂受、苦受、不苦不樂受
- (2) 樂、苦、不苦不樂身〔受〕
- (3) 樂、苦、不苦不樂心〔受〕
- (4) 樂、苦、不苦不樂食〔受〕
- (5) 樂、苦、不苦不樂無食〔受〕
- (6) 樂、苦、不苦不樂欲〔受〕
- (7) 樂、苦、不苦不樂無欲受

此中，(1) 為總句，從 (2) 至 (7) 是分別觀身受、心受、味著（食）於受、無味著（食）於受、耽欲於受、無耽欲於受。而在《法蘊足論·念住品》¹⁵中 (6) 與 (7) 分別為「耽嗜依受」與「出離依受」，故知這是觀察身、心的三受，及有無味著於三受，乃至由味著而生起耽嗜欲求，或由無味著而出離於覺受。經中對於身、受、心、法四念住的觀法，有如下的定型句：

如是比丘觀內覺如覺，觀外覺如覺，

立念在覺，有知、有見、有明、有達。(T01, 584a2-3)

將之與《中部·念處經》相當的定型句對照，於受念住的觀法，將會更加明白：

如是，他於內受住「受的隨觀」，或於外受住「受的隨觀」，或於內外受住「受的隨觀」。或於受而住「法的集起」的隨觀，或於住而住「法的滅壞」的隨觀，或於受而住「法的集起與滅壞」的隨觀。

他建立了「只有受」的正念，用以發展純粹的智慧與念力，他無所依賴於住，對於世間沒有任何執著。比丘如是於受住於受的隨觀。¹⁶

先如實觀察自身的三受，再推及於他人的三受，並交替地觀察自身與他人的三受；復次，如實地觀察三受的生起、壞滅，與生、滅變化的過程。由於如是的觀察，他建立起「只有受」的無常生滅，並沒有一個恆常不變易的法或我，由此「無我」的正觀，斷除對於受的執著，生起只有受而無我的正念與正智。

¹⁵ T26, 475c24-9b23。

¹⁶ Satipatthāna sutta, Mn. 1. 10, p. 57. 中譯引用自溫宗堃，〈漢巴念處經四念處禪修方法同異之研究〉，《大專學生佛學論文集》十，華嚴蓮社出版，2000，pp. 317-348。



3.無常想

在《雜阿含·270 經》¹⁷中，佛告諸比丘：

諸比丘！云何修無常想，修習、多修習，能斷一切欲愛、色愛、無色愛、掉、慢、無明？若比丘於空露地、若林樹間，善正思惟，觀察色無常，受、想、行、識無常。如是思惟，能斷一切欲愛、色愛、無色愛、掉、慢、無明。所以者何？無常想者，能建立無我想。聖弟子住無我想，心離我慢，順得涅槃。（T02, 70c25-1a2）

多修習無常想，能除遣對於欲、色、無色界的貪愛。欲貪的煩惱，掉為助伴；色貪的煩惱，慢為助伴；無色貪的煩惱，無明為助伴¹⁸。由對於五蘊多修習無常想，觀察在念念生滅的變化當中，只有眾緣和合的假我，沒有一個不變異的我；只有在無常相續中，假和合的我，而安住於無我想，永害我慢，便能隨順、趣向、臨入於涅槃。所以，無常想修習的次第為：

於五蘊修習無常想→斷一切三界貪愛…無明→住無我想→離我慢→順得涅槃

有情面對世間，取像生起認識的同時，也產生種種的妄想顛倒。其中，最根本的想倒，即是「有我想」，執著有一個真實的我，所以起惑造業，而生死不已，有我想就是這個流轉動亂的根源。如能從有為法的無常生滅當中，如實知見沒有實自性的生滅，一切法因緣和合而生，因緣離散而滅，只有幻有的假我，本來空無我，便能斷除我慢，順得涅槃解脫。¹⁹

4.小空經——以想遣相

在《中阿含·小空經》中，以想來遣相而入於空觀，將觀察的對象由有情的色界而次第除遣，入於無色界的無想心定，進而連想的心也除遣，而空去三界有為生滅。經中以想遣相的觀空次第，列表如下²⁰：

¹⁷ 相應部 (S. 22. 102. Aniccaṣaṅṅāsuttaṃ 無常想經)。

¹⁸ 《瑜伽師地論》卷 86：「當知此中，顯示三種本煩惱斷，及顯三種隨煩惱斷。欲貪煩惱，掉為助伴；色貪煩惱，慢為助伴；無色貪惑，無明為伴。」(T30, 783a28-b1)

¹⁹ 《大毘婆沙論》卷 108：「問：修無常想能除七慢，何故此說唯除我慢？答：此中且說近對治故，謂無常想是我慢近對治，如契經說：『若諸苾芻，修無常想者能引無我想，若住無常、無我想者，能斷我慢速盡諸漏。』」(T27, 559a24-28)

²⁰ 此表參考陳一標，〈他空說的系譜與內含——論印順導師對唯識空性說的理解〉，《「印順導師與人菩薩行」海峽兩岸學術會議》上，2006，(六) 1-24。



	所空者	所不空者
有情世間	象、馬、牛、羊等	僧眾
	村想、人想	無事想
器世間	無事想	有高下地想
	有高下地想	平正如掌地想
無色界	平正如掌地想	無量空處想
	無量空處想	無量識處想
	無量識處想	無所有處想
	無所有處想	無想心定（非想非非想處）
超三界	無想心定（非想非非想處）	（解脫）
	欲漏、有漏、無明漏	六處身

《小空經》的空觀次第，印順導師以為是不同於自性空的「他空」說²¹，如同佛為阿難所舉的譬喻，如說鹿子母講堂空，是說講堂中空無牛羊，並不是說連講堂也沒有：

若此中無者，以此故我見是空；若此有餘者，我見真實有。阿難！是謂行真實、空、不顛倒也。（T01, 737a10-12）

經中即是以取相觀想的作用，於所緣對象有所取（不空）、有所不取（空），空去所不取之相，專注繫想於所餘者。如將所緣由色界物質的動亂複雜，漸次簡化為平正的大地，所緣才能強而有力；再依次超越色界而繫想於虛空；再捨去虛空，而取內識；進而境、識皆不取，到連心識的想也不起。最後，觀察這無想心三昧，並不是本來就有的，是由思願所成；既是思願所成的，就是有為無常的，於是由正見無常生滅中，引發無漏知見，而斷除三界煩惱。

三、受想對證得滅盡定的作用

在《大毘婆沙論》152、153 等卷，及俱舍論卷 5，對滅盡定有非常詳盡的論述，但在阿含經教中對於滅盡定的敘述相當簡略，且有不同的意見；在各部派的思想中對於滅盡定有心無心、有為無為、異生聖者等，更是有諸多的諍論。本文將從受想對證得滅盡定的作用，而論及滅盡定有心、無心，及有漏、無漏的問題。

²¹ 同上。



(一) 滅盡定有心、無心

滅盡定與無想定，在法的分類上都是屬於無心定，如《大智度論》卷 47 中言：「無心三昧者，即是滅盡定或無想定，何以故？佛自說因緣，入是三昧中，諸心心數法不行」(T25, 399c)，明白地指出入於滅盡定與無想定時，心與心所有法都不現行生起。而二者之間的差異，在《俱舍論》卷 5〈2 分別根品〉中用加行、地別、順受、感果、相續等五項差別，詳細地加以論述，²²此中第一點加行差別為：

如是二定差別相者，前無想定為求解脫，以出離想作意為先；此滅盡定為求靜住，以止息想作意為先。(T29,25a4-7)

意指滅盡定與無想定的差別在於，外道執入無想天，以為是證得涅槃，因此，厭患於想心所，如同厭患癰瘡一樣，令人痛苦熱惱，是生死之因；是故，以出離於想的作意為先，而修習無想定，令想心所漸細漸微，損伏想心的種子，而使想心不起，入無想定中。滅盡定則是了知想心所的種種妄想顛倒，是引起心心所鹿動，造成身心勞慮的原因，故以止息想心的作意為先，依於定力，心漸細漸微，更修習無常等正觀的加行，而滅除想心的煩惱，清淨而寂住。²³二定同樣都是為了停止想心的動亂而修習，無想定可以暫時伏損想心的現行，而滅盡定可以真正地止息心心所的鹿動。在《雜阿含》568 經²⁴與《中阿含》卷 58〈法樂比丘尼經〉²⁵、〈大拘絺羅經〉²⁶三經中都有討論到滅盡定，其中論及入滅盡定與無想定的差別時，則敘述道：

比丘入滅盡定者，想及知滅；入無想定者，想知不滅。(T01, 789a15-16)

²² 又下文對滅盡定與無想定，根據《俱舍論》列出十種差別加以探討，唐·智周《成唯識論演秘》卷 4：「二定差別，但舉加行及地二別。又准俱舍第五卷論，有十差別。一、地有異。謂第四禪，有頂別故。二、加行異。出離、止息二想別故。三、相續異。異生、聖者身不同故。四、感果異。五蘊、四蘊報差別故。五、順受異。唯順生受通生後等時差別故。六、初起異。無想二界，滅定唯人。七、退有異，得不經生、經生別故。八、名號異。九、還不還異，如箭射空無惑不返。十、二得異，初唯加行，後通二得。離染唯佛，加行餘聖。如次配彼無想、滅定，是二差別。」(T43, 905a3-13)

²³ 上文參考唐·曇曠《大乘百法明門論開宗義記》卷 1：「無相定者，唯識釋云：有諸外道，執無想天，以為涅槃。厭患此想，為癰瘡等，是生死因。以出離想，作意為先，修習此定。由修定時，於定加行，厭患想故。令此心想，漸細漸微。漸微心時，熏異熟識。成極增上，厭心等種。由此損伏心想種故，令不恒行心想不起。依此分位假立此定。想滅為首，名無想定。滅盡定者，唯識論云：謂二乘者，見鹿動心，起必勞慮，厭患鹿動心心所故。以止息想，作意為先。依有頂地，遊觀無漏為加行入，遮心心所。令心心所，漸細漸微。漸微心時，熏異熟識，成極增上厭心等。此種勢力，而能損伏不恒行心心所法，依此分位，假立此定。由定能令不恒行心等皆滅，名滅盡定。」(T85, 1062b22-c6)

²⁴ T02, 150a17-c7, 相應部 (S. 41. 6. Kāmaḥ 迦摩浮)。

²⁵ 中部 (M. 44. Cūlavēdallasuttaj 有明小經)。

²⁶ 中部 (M. 43. Mahāvēdallasuttaj 有明大經)。



滅盡定能滅想與受，因為想與受為遍行心所，心念生起時，一定有受與想相應，受與想的入滅，一切心念自然皆止息；而無想定只是不起想，不作意於想，受與想並沒有真正地滅去。《大毘婆沙論》卷 152，引尊者世友說言：「云何滅盡定？謂已離無所有處染，止息想作意為先，心心所法滅，是名滅盡定。」（T27, 774a22-24）入無所有處定時，以作意於心識與境相的無所有而入，滅盡定捨離對於無所有處的執取，以止息想的作意為先，而寂滅所有的心心所法。所以，此二定雖然同屬於無心定，滅盡定能寂滅受想，進而使心心所法止息；無想定只能暫時使想心所或者受想心所不現行。如下簡圖所示：

《阿含》、《婆沙》、《俱舍》 { 無想定：厭患於想，暫時伏損想心的現行
滅盡定：滅除受想的煩惱，一切心心所止息

然而，在《攝大乘論》卷 1 所知依章中述：「復次，云何得知有染污意？……又無想定與滅盡定差別無有，成過失故。謂無想定染意所顯，非滅盡定；若不爾者，此二種定應無差別。」（T31,133c12-18）以染污意的有無，作為此二定的差別，而證明必有第七染污意的存在；即無想定只有滅去前六識的心心所，還有染污意；滅盡定更進一步的使第七染末那不起。如下簡圖所示：

《攝大乘論》 { 無想定：滅前六識心心所，染污意存在
滅盡定：滅前六識心心所，染污意心聚皆悉滅盡

這其實是從部派以來滅盡定有心、無心的爭論，有部毘婆沙師站在滅盡定無心的立場，反對滅盡定細心不滅的主張，《大毘婆沙論》卷 152：

謂譬喻者、分別論師執滅盡定細心不滅，彼說無有有情而無色者，亦無有定而無心者。若定無心，命根應斷，便名為死，非謂在定。（T27, 774a14-17）

譬喻者、分別論師以為無有定而無心，若是無心，命根應斷。對此問題在上述《雜阿含》568 經中，論及死亡與滅盡定的差別時，言：

捨於壽暖，諸根悉壞，身命分離，是名為死。滅盡定者，身、口、意行滅，不捨壽命，不離於暖，諸根不壞，身命相屬。此則命終、入滅正受差別之相。（T02, 150b12-15）



壽、暖、識是有情的生命現象，依〈大拘絺羅經〉中言，意識依於壽住，壽依於暖住；譬喻論者以為壽暖識互不相離²⁷。死亡時壽、暖捨離，造成諸根的崩壞。而入滅盡定時，滅身、口、意行。身口意三行，有遍行、不遍行之分，如身行中的出入息不是遍行的，所以出入息滅了，身體還是存在；尋伺於語行是遍行，所以尋伺滅了，語行也就隨滅；受想於心行也是遍行的，所以受想滅時，心心所法全部隨滅。如下圖所示：

滅盡定：	}	身行滅：出入息滅——不遍行：出入息滅，身體還是存在
		口行滅：尋伺滅 ——遍行：尋伺滅，語行隨滅
		意行滅：受想滅 ——遍行：受想滅，心心所法全部隨滅

問題是死亡時壽暖的捨離，是因心識的斷滅，心識不執取著有情的身心；滅盡定時心心所法全滅，卻不捨壽與暖，是故譬喻者、分別論師主張滅盡定時，還有細心不滅，執持著根身。又，若是沒有細心的存在，那出定時心心所是如何生起的呢？雖然，在《俱舍論》中以為：「毘婆沙師許過去有前心，為後等無間緣。」(T29, 25c21-22) 即以入定時的前心，作為出定時後心的等無間緣。然而，前心早已滅去多時，如何能做為出定後心生起的等無間緣呢？而世親另在《大乘成業論》中述：

云何許滅定等諸無心位亦有心耶？應如一類經為量者，所許細心彼位猶有，謂異熟果識具一切種子，從初結生乃至終沒，展轉相續曾無間斷。(T31, 784b28-c2)

這是一類直通瑜伽大乘思想的經量部，以為在六識之外，別有一細心——異熟果識，含藏一切種子，從最初的結生相續乃至命終，在生死流轉當中，一類展轉相續，曾無間斷。²⁸

總之，同屬於無心定的滅盡定與無想定，都以止息想心所的動亂而修習，無想定可以暫時伏損受想的現行，而滅盡定可以滅除受想，進而使心心所法全部止息不行。而從《攝大乘論》中知無想定是使前六識的心心所不起，還有染污意的存在；滅盡定更使第七染末那不起。然而，滅盡定雖無第七末那識，定有一細心不滅，執持著根身。因此，滅盡定有心、無心的探討，在瑜伽行派是被作為論證有阿賴耶識的主張，而對各部派有關無心定說的思想一一加以評破，如《成唯識論述記》卷 4 即從小乘無心定的論述中，以求證第八阿賴耶識存在的價值。

²⁷ 《阿毘達磨順正理論》卷 13：「譬喻論者，作如是言：滅盡定中，唯滅受想，以定無有無心有情。滅定、命終，有差別故。經說入滅定，識不離身故。又言壽暖識，互不相離故」(T29, 403a21-24)

²⁸ 同上註。



（二）滅盡定有漏、無漏

滅盡定為有漏或無漏定的問題，關涉到滅盡定是否能斷盡煩惱，得究竟解脫。在《雜阿含》卷 17·474 經²⁹，阿難問佛陀所開示的三受，樂受、苦受、不苦不樂受，及說一切諸受悉皆是苦，有何種意義？佛陀說：「我以諸行漸次寂滅故說，以諸行漸次止息故說，一切諸受悉皆是苦。」有情長時的生死流轉，一切苦樂的覺受，可以說都是苦的，即使是愛欲的快樂，乃至禪悅的定樂，終會消逝，在無常中幻滅；因此，這不自由、不究竟的生死，應該徹底地解決，將帶給眾生無限諸苦的有漏身口意三業漸次止息，才能得到出世清淨的解脫，佛說：

佛告阿難：初禪正受時，言語寂滅；第二禪正受時，覺觀寂滅；第三禪正受時，喜心寂滅；第四禪正受時，出入息寂滅；空入處正受時，色想寂滅；識入處正受時，空入處想寂滅；無所有入處正受時，識入處想寂滅；非想非非想入處正受時，無所有入處想寂滅；想受滅正受時，想受寂滅；是名漸次諸行寂滅。……想受滅正受時，想受止息；是名漸次諸行止息。

佛陀從修習色界定，言語、尋伺、喜受、出入息漸次寂滅，到無色界定，色想、虛空想、識想、無所有想漸次寂滅，乃至最後入想受滅定，想受的漸次寂滅到完全止息，說明止息有漏諸行的方法，但最後佛陀又開示：

復有勝止息、奇特止息、上止息、無上止息，如是止息，於餘止息，無過上者。…於貪欲心不樂、解脫，恚、癡心不樂、解脫，是名勝止息、奇特止息、上止息、無上止息，諸餘止息，無過上者。

意即還有一種更為殊勝、奇特、最上、無上的止息，就是不樂著於貪欲、瞋恚、愚癡，從貪欲、瞋恚、愚癡中究竟解脫的止息，才是最為無上的止息。從此經文來看，滅受想定是能暫時止息諸身口意行，卻無法徹底地斷除煩惱，而得出世解脫。然而，在其它經中卻又指出滅盡定是能順趣於解脫的，如《雜阿含》卷 21·568 經伽摩尊者言：

入滅正受者，順趣於離、流注於離、浚輸於離，順趣於出、流注於出、浚輸於出，順趣涅槃、流注涅槃、浚輸涅槃。（T02, 150b28-c1）

滅盡定相同於八聖道等道品，是能隨順、趣入、臨入於出世清淨，證得究竟涅槃的聖行。因此，從此二經中看來，滅盡定是不等同於涅槃解脫，但滅盡定是能順得無漏的有為正行。是故在《中阿含·成就戒經》中，舍利弗以為：

²⁹ T02, 121a19-b25。



若比丘成就戒、成就定、成就慧者，便於現法出入想知滅定，必有此處。
若於現法不得究竟智，身壞命終，過搏食天，生餘意生天中，於彼出入想
知滅定，必有此處。(T01, 449c9-13)

如果比丘成就戒、定、慧三學，得究竟智，斷除煩惱，才是真正苦的滅盡；而如果不得究竟智，而出入於滅盡定中，身壞命終必生欲界以上的天。是故，在阿含經教中滅盡定是超越非想非非想處所入的定，是能順向、趣入於涅槃的聖行，但還是屬於有漏的正行。由此便能明白《中阿含·大因經》所說的二種解脫，由廣觀緣起的流轉到成就無我正觀，識不住於欲天，乃至無所有處，及不入無想天與非有想非無想天二處，由心的不染著，而得解脫者，是為阿羅漢的慧解脫；進而修習八解脫，得禪定自在者，名為阿羅漢的俱解脫。³⁰

而在部派思想當中，有部以為滅盡定有漏，引尊者世友 (Vasumitra) 的意見：「住此定者，心心所法暫時解脫，乃至暫時極勝離繫，故說此言，非謂此能斷諸煩惱。」(T27, 777a29-b2) 明白地指出此定由於心心所法的止息，暫時得到煩惱的解脫，但卻不能永斷煩惱，得究竟離繫。但是，大眾系與分別說系，主張滅盡定是煩惱的滅盡，是八解脫 (aṣṭau vimokṣāḥ) 中的第八解脫，如《成實論》中：「第八解脫一切滅盡，所以者何？若滅色滅心，則有為都滅，是名阿羅漢果。以如是次第乃得滅盡，是名八解脫。」(T32, 339a27-29) 以為第八解脫一切色心的有為諸行次第滅盡，是阿羅漢的無漏果智。

{ 有部引世友之見：滅盡定有漏，心心所法暫時解脫，不能斷諸煩惱。
大眾、分別說系：滅盡定無漏，一切煩惱滅盡，為第八解脫。

對此滅去受想的滅盡定是有漏、無漏的爭議，印順導師以為是站在「定慧差別論」與「定慧綜合論」的不同立場所致。有部主張定慧差別論，定能發慧，但禪定不是智慧，定境也不等同於解脫，故滅盡定是有漏的；大眾分別說系則能指出佛說禪定不純為禪定的目的，將空慧的次第禪定化，以滅盡定為無漏。³¹如同《雜阿含經》464 經所述：「修習於止，終成於觀。修習觀已，亦成於止。謂聖弟子止、觀俱修，得諸解脫界。」(T02, 118b23-25) 有先修止而後成就觀的，也有先修觀而後成就止的；一定要止觀雙修，才能得智慧解脫。可見止與觀、定與慧，有著相輔相成，不可或缺的關係。是故阿含中說「慧闕無靜慮，靜慮闕無慧。是二具足者，去涅槃不遠。」³²因此，大乘瑜伽止觀的思想中，也都是主張定慧等持、止觀雙修，將禪定與空慧結合，修定是為了通達智慧而得解脫，且以滅盡定為菩薩所入的無相深定。是故，上節所述滅盡定能使第七染末那不起，即

³⁰ T01, 578b8-582b6。

³¹ 參見印順導師，《性空學探源》，頁 75-6。

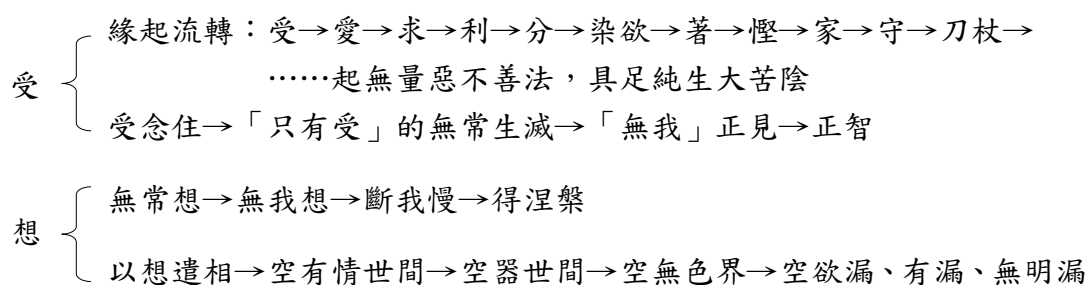
³² 《大毘婆沙論》卷 134 所引契經，T27, 693b28-29。



因滅盡定能令染污的心心所滅，³³是菩薩證得二空，由後得智所引發的深定，³⁴是法空智現行相應的有為無漏定法，故能使第七末那識的法執不現行。³⁵

四、結論

受與想是有情生起煩惱、造作業行，而生死流轉的最勝因。由味著於受，而貪著諸欲，生起愛、取、有支，以至輪迴不已；由倒想力故，執著諸見，生起無明顛倒，造作種種身語意行。而從受想與禪定的關係來說，色界有喜樂受等禪樂，受相顯了；無色界由想取相而入，想相顯了；是故，滅受想即能超色、無色界，而入於滅盡定。就受想與觀慧而言，以緣起觀與四念住中的受念住，及無常想與小空經為例說明；在十二緣起中與無明相應的受，正是生起愛著樂受，而造作無量惡不善法的根源。受念住是如實地觀察苦、樂、捨三受，建立起「只有受」的無常生滅，並沒有一個恆常不變易的我，由此「無我」的正觀，生起正念與真實智見。可以下表簡述：



有情取像認識世間的同時，由於妄想顛倒，而造業受報。其中，最根本的想倒，就是「有我想」，執以為有真實的我與世間，以致生起愛著與繫縛；如能由無常觀中，建立無我正見，便能斷除我慢，順得涅槃解脫。《小空經》中的取相觀想，對於所緣有所取、有所不取，而漸次空去欲界的動亂複雜，超越色界、無色界，最後空去欲漏、有漏、無明漏，而斷除三界煩惱。

總之，滅盡定在阿含經教中，是從修止所得的無心定，能順向、趣入於涅槃的聖行，但還是屬於有漏的，這是說一切有部的主張。而大眾分別說系以為定慧相資，將空慧的次第禪定化，以滅盡定為無漏。其實，就上述受想對於止觀的作用而論，四聖諦中「苦與集諦」，是起於受的愛染與想的無明，進而造作業行所致；「滅諦」是十二支緣起的無明滅故行滅……，如能對受與想生起正觀，是滅淨根與生死的最勝因；而由滅盡定的滅受想，是趣向涅槃的聖行，即是「道諦」；意即滅受想是能斷除苦與集，直通解脫的正行。如下圖所示：

³³ 《成唯識論》卷 7：「令不恒行、恒行染污心心所滅，立滅盡名。」（T31, 37c14-15）

³⁴ 《成唯識論》卷 7：「此定微妙，要證二空，隨應後得所引發故。」（T31, 38a1-2）

³⁵ 《成唯識論述記》卷 9：「菩薩法空智品，許與此第八識俱起故。第七有法執，法空智起即不行。……既八現行與彼〔法空智〕俱起，定知第八無法執俱。」（T43, 561a6-10）



苦、集諦：起於受的愛染與想的無明→發業潤生→生死輪迴……世間因果
減諦：想滅→無明滅→行支滅；受滅→愛取滅→有支滅……出世因果
道諦：正觀受、想過患，斷無明、貪愛煩惱，趣向涅槃的聖行……

是故，就滅盡定本身滅受想的性質而言，已不止是聲聞行聖者用以暫息身心勞累，修此以滅除心心所法的定法，是更符合於大眾分別說系及大乘的行者所主張的，滅盡定就是能清淨煩惱，使正智現前的深定，是一種能綜合定慧止觀的聖行，與有情的生死流轉及涅槃還滅息息相關。

參考書目及資料

1. 佛典的引用主要是用「中華電子佛典協會」(CBETA)的電子佛典系列(大正新脩大藏經第1冊至55冊暨85冊, 卍續藏54至88冊), 引用出處的記錄(例如:T30, 490c23-28)是表示冊數、頁數、欄數、行數。
2. 印順法師著作的引用是採用電子版「印順法師佛學著作集」(2005), 新竹: 財團法人印順文教基金會。
3. 電子檔《佛光大辭典(二)》與《中華佛學百科全書》。
4. Griffiths, Paul, J., *On Being Mindless: Buddhist Meditation and the Mind-body Problem*, Open Court, La Salle, Ill.
5. 溫宗堃, 〈漢巴念處經四念處禪修方法同異之研究〉, 《大專學生佛學論文集》十, 華嚴蓮社, 2000, 317-348。
6. 羽矢辰夫, 〈『スッタニパータ』(Suttanipaata)におけるSa~n~naaの意義〉, 《印度学仏教学研究》v.37 n.2 (=n.74), 1989.03.20, 95-99 (L)。
7. 袴谷憲昭, 〈Nirodhasamapatti Its historical meaning in the Vijnaptimatratra system〉, 《印度学仏教学研究》v.23 n.2, 1975.03.31, 33-43 (L)。
8. 洪鴻榮, 〈俱舍論における止觀〉, 《印度学仏教学研究》v.51 n.1 (=n.101), 2002.12.01, 369-372。
9. 真田英範, 〈「撰大乘論」の滅盡定におけるアラヤ識の存在証明の, 世親釈の諸訳の文の錯簡とその統一的の修正のための論〉, 《印度学仏教学研究》35(1), 1986/12, 19-21。
10. 村上真完, 〈原始仏教研究法の検討に基づく五蘊説の考察〉, 《印度学仏教学研究》v.55 n.2 (=n. 111), 2007.03.20, (856) - (849)。
11. 村中祐生, 〈禪觀における觸法について〉, 《印度学仏教学研究》v.32 n.2 (=n.64), 1984.03.25, 103-108。
12. 長崎法潤, 〈滅盡定について〉, 《大谷學報》v.39 n.2 (=n.142), 1989.11.15, 64-76。



- 13.定源，〈試述《俱舍論》之五蘊思想〉，《閩南佛學院學報》v.22，1999.12.01，59-72。
- 14.文智，〈從二無心定觀賴耶存在之價值〉，《現代佛教學術叢刊》25，大乘文化，147-167。
- 15.穆克紀（Mukherjee, Biswadeb），方怡蓉 譯，〈Gotama Becomes the Buddha : A Study in Nikaaya Traditions（由尼柯耶論喬達摩成佛之道）〉，《中華佛學學報》n.15，2002.07.01，471-493。
- 16.野澤靜証，〈清辨造『中論學心髓の疏 思擇炎』--「真如智を求むる」章 第三（V）〉，《密教文化》v.43/44，1959.08.31，118-105。
- 17.羅耀明，〈《阿含經》之禪定——以佛成道的禪定為脈絡〉，華梵大學東研所碩論，2003.01.01。
- 18.李世傑，〈原始佛教的涅槃思想〉，《現代佛教學術叢刊》n.94，1980.10.01，161-168，大乘文化。
- 19.釋性儀，〈漢譯《俱舍論》〈界品〉中「受、想」別立為蘊之探討〉，《諦觀》n.77，1994.04.01，67-86。
- 20.關則富，〈想與念（Sanna and Sati）〉，《正觀》n.32，2005.03.25，191-224。