

2016年9月9日

[9/9 4:52] 吳竹筠:

竹筠問：「『一念三千』與淨土法門的關係？」

覆：首先，我們先說明彌陀淨土法門裡所言的「一念」，接著，導入天台思想的「一念三千」。這樣一來，脈絡較為清晰，眉目可見，進而得其要領。

《佛說無量壽經》卷下，起首便云：「十方恆沙，諸佛如來，皆共讚歎，無量壽佛，威神功德，不可思議。諸有眾生，聞其名號，信心歡喜，乃至一念，至心迴向，願生彼國，即得往生，住不退轉。唯除五逆，誹謗正法。」這段經教，大抵教導眾生保持歡喜信樂之心來持佛名號，即使「一念」，能夠至心迴向，願生彼國者，皆得往生。再者，此處「一念」的功用行，即表明：

一切眾生從無量劫以來，流浪生死，乃因最初一念無明。如今阿彌陀佛興發大願，眾生只要信願念佛，求生彼國，一旦往生，則能住於不退轉位，乃至成等正覺。藉由「一念淨心」來轉換「一念無明」，只此一念「阿彌陀佛」，即能成就極樂；只此一念「阿彌陀佛」，即能往生淨土。誠如《無量壽經》亦云：「其有得聞彼佛名號，歡喜踴躍，乃至一念，當知此人為得大利，則是具足無上功德。」這是一念念佛的功德利用。

吾人皆知，一念迷即眾生，一念覺即是佛。可見，一念之力，不可思議。因而眾多經論皆強調「一念」的重要性，如《摩訶般若波羅蜜經》云：「菩薩於是中，不生瞋恚心，乃至一念。」《蘇婆呼童子請問經》云：「若起不善思惟，速應遠離，乃至一念，勿使在心。」《金剛經》云：「聞是章句，乃至一念，生淨信者。」諸佛的教示，唯指一念，因此，修淨行者在此下手，功不唐捐。積極修煉心念，以至誠心稱念彌陀名號，則能具有「空、靈、明、淨」的道意。性梵法師（[1920-1997](#)）對此四字有以下解釋：

「『空』則心如虛空，不起分別；『靈』則靈靈覺覺，照朗萬有；『明』則一句彌陀，了了分明；『淨』則都攝六根，淨念相繼。」

可見，一念念佛的當下，即念即佛，即佛即念，非內非外，頓入如來大光明藏。

《淨土聖賢錄》記載慈愍三藏慧日法師（680-748）到印度求法，他因為能夠「至心念佛」而遇到觀世音菩薩顯現的事蹟：

慧日法師，俗姓辛，唐中宗（656-710）時剃度出家。他知道義淨法師（635-713）到西域求法後，非常嚮往。於是花了三年時間渡海到天竺，禮拜如來聖跡，找尋梵文經典。慧日法師在艱困的旅途中，開始思索什麼地方才是有樂無苦？哪一種法門才能快速見佛？他詢問了很多天竺的修行者，大家都勸他修行淨土法門，慧日聽了以後，就此信受。

他到了北印度健馱羅國，王城東北有座大山，山中有觀世音像，只要信眾誠心誠意祈禱，就能看見觀音大士現身。慧日法師到這座山叩頭禮拜七日，而且斷食，希望能夠見到菩薩。到了第

七天晚上，觀音菩薩現紫金身，身長約有一丈高，坐在蓮華座上，右手撫摩慧日的頭頂說：「你要傳法，自利利他，只有至心念阿彌陀佛佛號，發願往生極樂淨土。到了極樂淨土，就能夠見到阿彌陀佛與我，得到大法利。你要知道，淨土法門遠勝過其它修行法門。」說完之後，觀世音菩薩便隱去不見。

慧日法師原本相當疲憊，聽完菩薩的開示後，精神變得十分健旺。後來回鄉後，經過七十餘國，花費十八年，在開元七年（719）到達長安，朝廷賜號慈愍三藏。慧日法師日夜勤修持淨業，提倡淨土法門，著作《淨土集》流傳後世。天寶七年（748）將要過世前，看見蓮花現前，狀如日輪。

由於慧日法師的至誠心，終使觀世音菩薩顯現，並教示他勤修淨土法門，以為自利利他之據。從這則故事可以印證，為什麼十方諸佛都讚歎阿彌陀佛的威神功德不可思議，因為「諸有眾生，聞其名號，信心歡喜，乃至一念，至心迴向，願生彼國，即得往生，住不退轉。」慧日法師是淨土教門的大德，其作略及行徑，成為修淨行者的楷模。

從此，我們轉入「一念三千」的說明。

首先說明，何謂「一念三千」？天台宗的三千諸法思想，是將《華嚴經》之十法界、《法華經》之十如是、《大智度論》之三世間等，三者相乘而得的法數。

一心具有十法界（地獄、餓鬼、畜生、修羅、人間、天上、聲聞、緣覺、菩薩、佛），十法界又界界相具，是為百界；每一法界具十如是（相、性、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟等），故百界乘十如是，是為千如是；復乘三世間（國土、眾生、五陰），是為三千世間。因而有「一念三千」之說，即於陰妄剎那之一念心中具足三千諸法，故又稱「心法三千」、「心造三千」。

「一念三千」究竟是理論？抑或是修證？據智顛大師《摩訶止觀》卷5上所云：

夫一心具十法界，一法界又具十法界，（而成）百法界。一界具三十種世間，百法界即具三千種世間，此三千在一念心，若無心而已，介爾有心，即具三千。亦不言一心在前，一切法在後。……若從一心生一切法者，此則是縱；若心一時含一切法者，此即是橫。縱亦不可，橫亦不可。祇心是一切法，一切法是心故。非縱非橫，非一非異，玄妙深絕，非識所識，非言所言，所以稱為不可思議境，意在於此。（《大正藏》第46冊，頁54a）

天台宗的「一念三千」，其「一念」亦稱為「一心」，指心念於剎那之間的活動情況；「三千」則表示世間與出世間的一切善惡、性相等種種差別。換言之，「一念三千」的意思在於表明，凡夫當下一念之中，具足三千世間之諸法性相。由此可見，天台宗認為介爾一心即具三千世間之迷悟諸法，而無欠缺。

若從上引《摩訶止觀》這段說法，我們可以依此推演，眾生於二六時中所起之一念心，必屬十法界中的某一法界，如與殺生等之瞋恚相應，是地獄界；若與貪欲相應，是餓鬼界；若與人倫道德律相應，是人間界；若與真如法界相應，是佛界。是故，一念與某界相應，此心即在某界，更且此眾生之一念心並非與一切諸法之間有所隔歷，而是互具互融。

因此，印光大師曾說：「彌陀淨土，總在吾人一念心性之中。則阿彌陀佛，我心本具。既是我心本具，固當常念。既能常念，則感應道交。修德有功，性德方顯，事理圓融，生佛不二矣。故曰：以我具佛之心，念我心具之佛，豈我心具之佛，而不應我具佛之心耶。」此乃藉天台宗的「一念三千」的性具思想，說明生佛感應的道理。

我們再繼續解釋上引智顛大師的那段話。「一念三千」的重點在「一念心」，而「三千」即代表一切諸法；「心」與「法」之關係，其中間並沒有任何阻隔，換言之，智顛大師對所謂「心生法」或「心含法」是持否定態度，惟因心「生」法或心「含」法，心與法之間是有前後互動之關係存在，有前後即有隔、有對，如是即無法達到不可思議境。

牟宗三先生對此亦有相似見解：「說此『一念心』，不但只是一念心，而且是即具一切法的一念心。一切法趣此一念心，是趣不過。(此是將《般若經》的「一切法趣某某，是趣不過」之語移于此存有論的圓具上說)。此亦即是『一念三千』也。若只是分解說的識心，則不能說一念心即具三千。若只是分解說的真心，則亦不能說此一念真心即是三千世間法，而只能說它隨緣起現三千世間法。但此一念心，相應開權顯實之圓教，在「不斷斷」中，它必須存有論地圓具一切法一一三千世間法。」（《佛性與般若》下冊，《牟宗三先生全集（4）》，台北：聯經出版公司，2003年，頁605-606）牟先生接著引用上述智顛大師《摩訶止觀》的那段話。所以「不斷斷」的圓具思想，亦表明「心」與「法」的關係是無有阻隔，心即是法，法即是心。

而「心」之不可思議境，在於「心是一切法，一切法是心」，故智顛大師認為除非是「無心」，否則「有心即具三千」。「心」既不與萬法為對，故亦絕不落於「縱橫」、「一異」之有待中。「心」之玄妙處是「非識所識、非言所言」，智顛大師顯然將「一念三千」之境，定於「不可思議」，就「境」而言，「不可思議」當是修證之「理境」。藍吉富先生對「一念三千」，有如下見解：

一念三千說，是智顛為修持方法「觀法」所立的玄學基礎。即要使修行者瞭解人心一念之中，融攝有三千諸法(即宇宙萬法)。然後才在止觀境界中去觀這一理境。(藍吉富：《隋代佛教史述論》，台北：臺灣商務印書館，1993年10月2版，頁178)。

若以「一念三千」為修持方法「觀法」之玄學基礎，則「一千三念」將只是指出「理境」所要達成之說明；然而，智顛大師解行兼重，「一念三千」更是止觀修證之理境成就，惟此理境之成就便須在「止觀境界中去直觀」而得，此是智顛大師將「一念三千」列於《摩訶止觀》中的原因之一。

由此可知，「心」決定德性之昇降，亦即決定上昇佛界或下墜三塗苦之關鍵；於十法界中，包括佛界之善法，及菩薩界以下九界之惡法，此十法界具善惡諸法，其昇降唯在「一念」，此即天台宗「一念三千」之思想。

《大寶積經·無量壽如來會》云：「西方去此十萬億佛刹，彼有世界名曰極樂，法處比丘在彼成佛，號無量壽，今現在說法。」（《大寶積經》，《大正藏》第11冊，頁95c）無量壽佛離此娑婆世界，十萬億佛國土之遙，在娑婆世界的眾生如何到彼佛土？這是當時有人依此經據，對智顛大師提出的質疑。智顛大師依照他的「一念三千」觀點，回答這問題：一念即具三千大千世界，三千大千世界不過在一念心之中。儘管彌陀淨土去此十萬億佛土，但動念之際，即是生淨土之時。

依據上述的說明，引述兩位學者的說法，作為引證。

（一）望月信亨於《中國淨土教理史》裡說：「《佛祖統紀》第十六中《道琛傳》載：於臨終時書偈曰『唯心淨土，本無迷悟，一念不生，即入初佳』。此皆基於天台『一念三千』論，說心性本具也。」（北京：中國佛教文化研究所，1999年，頁221）。

（二）聖嚴法師曾云：「此間的凡夫，雖還不曾往生西方，而彼西方即在此凡夫當下的一念心中。是以蕩益非常愛用永明延壽所說的話：『一念相應一念佛，一日相應一日佛』或『一念相應一念佛，念念相應念念佛』。此所謂『一念』，絕對是指凡夫當下的妄念心。這一思想的源頭，是天台學的『一念三千』論，以及『性具』說。無盡傳燈的《圓中鈔》也說，非天台之『性量』、『性體』、『性具』，不可以明『唯心淨土，本性彌陀』之妙法。」（《明末佛教研究》，《法鼓全集》，第1輯第1冊，頁186）。

以上所云，蕩益大師、永明延壽大師所論之「一念相應一念佛，念念相應念念佛」，以及傳燈大師「性量」、「性體」、「性具」等問題。我皆曾撰有拙文，但囿於篇幅，以及避免無限擴展。便不再進一步討論。

另外，補充說明，「一念三千」一詞，最早提出的是天台宗九祖湛然大師（711-782），此一思想源於智顛大師《摩訶止觀》卷五，上引的那段話。

[9/95:04] 吳竹筠: 感恩陳老師的詳細分析!



學生竹筠上

[9/95:18] [+886 933 586 872](tel:+886933586872):

[9/911:53] [+852 9650 2066](tel:+85296502066): 感恩陳教授詳盡解說!

[9/912:14] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 天台學派的 一念三千 如同前文所說 一念 即是一心。因此 天

台學人 運用一念心 的 理念來實踐念佛。 他們強調 此一念心即是介爾一心 或是一念無明心， 除非佛界， 其餘九界之介爾一心， 皆具無名污染(如同“一念三千”之意)。 因此， 可以藉由念佛心， 轉換此“介爾一念無明心”。 這是 天台修行念佛法門的要義， 並且配合止觀， 輾轉增上， 以他佛顯自心佛， 達致一心不亂。

[9/912:15] 吳竹筠: 

[9/912:15] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 天台學派與 彌陀淨土法門 有許多交涉， 這是歷代以來中國祖師大德關心的問題。

[9/912:16] 洪麗孟: 謝謝陳教授！

[9/912:18] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 各位先進， 如果平時 有在禪修， 以如此進路， 來修持念佛法門， 便很快可以進入狀況。

[9/912:21] 吳竹筠: 陳老師:

如您所說， 有許多交涉， 範疇是否說起來会很濶呢？

我也好想了解， 有空可否說多些。 

感恩老師♥

學生竹筠上

[9/912:23] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 好的。 有時間的話， 再多談一些， 與各位先進切磋。

[9/912:23] 吳竹筠: 

[9/912:24] 洪麗孟: 太好了！ 謝謝陳教授！ 也謝謝 Isabela！


[9/912:27] 吳竹筠: 不用謝啦 lumen, 大家同修， 一齊學習 

我識得太少， 想多學習。

真是感恩， 會珍惜。



[9/912:40] 李玉權: 一直只知道“行歸淨土， 教演天台”， 以為兩者本是融和， 不知原來有很多交

涉...期待陳教授的繼續講解！ 

[9/916:35] 戴少中: 

[9/922:47] 1 林張雨琮: 陳教授， 請問在順境中修行， 是永遠不能成佛嗎？