

# 「十遍處」於各佛教傳承間的演變與 差異之比較研究

釋昭慧、釋性廣\*

## 摘要：

本篇論文中，作者研究「遍」或「遍處」禪觀法之原理與原則，並關注不同佛教傳承中的「十遍處」，尤其是上座部，說一切有部與大乘瑜伽行派。

覺音的《清淨道論》記述的「十遍處」是：地遍、水遍、火遍、風遍、青遍、黃遍、赤遍、白遍、限定虛空遍與光明遍。

但根據原始佛典如《尼柯耶》與《阿含經》，申請人初步發現兩點：

一、「十遍處」在原始佛典中出現的次數不多。此外，「遍處」作為

---

\* 第一作者為玄奘大學宗教與文化學系教授，第二作者為玄奘大學宗教與文化學系兼任副教授兼董事長。

本文係科技部研究計畫〈「十遍處」於各佛教傳承間的演變與差異之比較研究〉（*A Comparative Research on the Evolution and methodological features of "Kasina Meditation" among Different Buddhist Heritages*）之研究成果。該項計畫編號：NSC MOST 108-2410-H-364-004-。本計畫執行期間自民國 108 年 08 月 01 日起至 109 年 07 月 31 日止。

一類禪修方法，在原始佛典中並沒有受到高度的關注。

二、「十遍處」中沒有「光明遍」，而是「識遍」。至於“ākāsa kasiṇa”原始佛典也只是稱其為或「虛空遍」，然則「虛空」是「封閉空間（或有限空間）的代名詞嗎？這必須進一步而作探討。

在上座部佛教中，「遍」指的是一種古老的禪修系統，作為四十種「止業處」中的第一大類「止業處」，「遍處」旨在使用視覺對象，培養修持者的專注力，並且為進一步的禪觀修學奠定基礎。

本研究比較原始佛教到不同學派間，「遍處」的學說演變和方法特徵，包括原始文本、修學條目、理論內容和修持技巧。作者探討這些差異的形成原因，這涉及不同禪法系統的理論結構與經驗累積，也是不同學派之禪師與論師們在禪學方面的鉅大貢獻。

**關鍵詞：**遍、十遍處、止、觀、所緣、業處

## **A Comparative Research on the Evolution and methodological features of “Kasiṇa Meditation” among Different Buddhist Heritages**

Shih, Chao-hwei and Shih, Shing-kuang \*

### **ABSTRACT :**

In this paper, the author intends to study the theory and principle of “kasiṇa” (totality) or “kasiṇāyatanāni” (spheres of totality) meditation methods. In addition, the author also concerned about the different evolution of meditation methods “Dasa kasiṇā” (ten kasiṇas) among different Buddhist heritages, especially Theravada, Sarvāstivāda, and Yogācāra, a major Mahāyāna philosophical school.

There are ten kasiṇas described in Buddhaghosa's *Visuddhimagga*. That is: earth (paṭhavī kasiṇa), water (āpo kasiṇa), fire (tejo kasiṇa), air or wind (vāyo kasiṇa), blue or green (nīla kasiṇa), yellow (pīta kasiṇa), red (lohita kasiṇa), white (odāta kasiṇa), enclosed space, hole or aperture (ākāsa kasiṇa), bright light (āloka kasiṇa) .

But according to the original Buddhist scriptures like Nikāya, Agama sutras, The author initially found two points:

1. There were not many times that “dasa kasiṇāyatanāni” appear in the original Buddhist scriptures. In addition, “dasa kasiṇāyatanāni” as a type of meditation methods, were not highly regarded in the original Buddhist scriptures.

---

\* The first author is professor and the second author is associate professor of Department of Culture and Religion in Hsuan Chuang University

2. There are no bright light (*āloka*) *kaṣiṇa* in these ten kinds of *kaṣiṇas*, but instead of consciousness (*viññāṇa*) *kaṣiṇa*. As for “*ākāsa*”, the original Buddhist scriptures only call it “space-*kaṣiṇa*”. However, is “*ākāsa*” synonymous with “enclosed space” or “limited space”? Perhaps further research is needed.

In Theravada Buddhism, *kaṣiṇa* refers to an ancient system of meditation. As the first category of forty *samatha kammatthanas* (canonical objects of meditation, 止業處), *Kaṣiṇa* meditation uses visual objects to focus the mind, intended to cultivate the concentration ability of practitioners, and create a foundation for further practices of meditation.

This paper compares academic evolution and methodological features of “*Dasa kaṣiṇā*” among Primitive Buddhism and different Buddhist schools, including original texts, practical items and theoretical content and practice skills. The author explores the reasons for these differences, and pays attention to the relationship among these three types of meditation methods. This involves different theoretical structures and experience accumulation of different Buddhist meditation systems, and is also a great contribution of the meditation masters and *śāstra* writers from different heritages.

**Keywords :** *kaṣiṇa* (complete), *dasa kaṣiṇrāyatanāni* (ten spheres of totality),  
Śamatha (quiescence or tranquility), *Vipaśyanā* (insight),  
ālamhana (sense object or object of cognition),  
*kammatthana* ( an object of meditation)

## 一、前言

第一作者在研究各種禪觀所緣／業處的過程中，發現：「十遍處」（梵：daśakṛtsnāyatanāni，巴：dasa kasiṇāyatanāni）是一類十分有趣味性的修學方法，它在《清淨道論》（*Visuddhimagga*）受到高度的重視。論主覺音（Buddhaghōṣa）將「十遍」放在「四十種止業處」之首，並且在它的內容、方法與功效方面，作了非常詳盡的介紹。

《阿毘達磨大毘婆沙論》就著「遍」（梵：kṛtsna，巴：kasiṇa）與「遍處」，作了如下定義：

問：何故名遍處？答：所緣廣普，勝解無邊，故名遍處。<sup>1</sup>

問：何故名遍處？遍處是何義？答：由二緣故名為遍處。一由無間，二由廣大。由無間者，謂純青等勝解作意不相間雜，故名無間。由廣大者，謂緣青等勝解作意，境相無邊，故名廣大。<sup>2</sup>

勝解（梵：adhimokṣa，巴：adhimokkha），即是一種對於所知的確證、印可。「勝解作意」（adhimokṣa-manaskāra），是與「真實作意」（tathatā-manasikāra）對應的禪修技巧，如《瑜伽師地論》所述：

勝解作意者，謂修靜慮者，隨其所欲，於諸事相增益作意。真實作意者，謂以自相、共相及真如相，如理思惟諸法作意。<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 141，《大正藏》冊 27，頁 727 上。CBETA T27, p.727, a23-24。

<sup>2</sup> 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 85，《大正藏》冊 27，頁 440 中。CBETA T27, p.440, b17-24。

<sup>3</sup> 《瑜伽師地論》卷 11，《大正藏》冊 30，頁 332 下。CBETA T30, p.332, c22-24。

顯然，這是一種「於諸事相增益作意」，也就是將所緣境加以擴大的假想觀。這與「如理思惟諸法」的「真實作意」不同，前者可於所緣境加以「增益」，後者卻必須「如理思維」，以確證能如實地呈現所緣境的範疇與內涵。

「遍」之所以為「遍」，其特質就在於「所緣廣普，勝解無邊」，也就是：在這種禪修技巧操作下，所緣境可以在觀心中無限擴大，心識對所緣境也可隨其擴大而確認其範疇與內涵，乃至確認所緣境漸至超限而無涯無畔，並且所緣境的內容（如：地相，青相）非常純粹，沒有其他不同質地（如水相）、不同顏色（如黃相）間雜其中。

然則「遍」的操作過程，恰是《瑜伽師地論》「四種所緣境事」中，「遍滿所緣」的絕佳範例——禪心專注於「地」等所緣而無所流散；於是禪者的視覺圖像，遂在極其專注的過程中，無限擴大地周遍而成定中影像。

此一「遍滿所緣」的絕佳範例，引起了第一作者的關注，因此進一步針對「遍處」，作了後續探討。於是發現：即使同樣提及「十遍處」，南傳佛教（如：覺音的《清淨道論》）與北傳佛教（如說一切有部的《阿毘達磨大毘婆沙論》、大乘瑜伽行派的《瑜伽師地論》）所陳述的條目，有著兩項差異。

《清淨道論》記述的「十遍」是：地遍、水遍、火遍、風遍、青遍、黃遍、赤遍、白遍、限定虛空遍與光明遍。

相對而言，說一切有部與大乘瑜伽行派，對「十遍處」的條目陳述，則是非常的一致：地遍、水遍、火遍、風遍、青遍、黃遍、赤遍、白遍、無量空處遍、無量識處遍。前八遍處可達色界禪定，後二遍處成就的是無色界定。

其次，「十遍處」中沒有「光明遍」，而是「無量識處遍」。至於 *ākāsa-kasiṇa*，北傳佛教的原始佛典《阿含經》，也只是稱其為「虛空遍」。然則「虛空」是有限空間（或物質空隙）的代名詞嗎？這也還需要進一步作詞彙與內涵的比對。

顯然，「十遍處」的條目與內涵，在南、北傳佛教間，很早已出現了歧義。至少，南傳佛教「十遍」業處的修習效益，沒有被高推到無色界，至多只能達致第四禪。北傳佛教「十遍處」的後二遍處，則上達無色界的前兩種定。為何出現這樣的差異？值得作深層探討。

這不能只運用「遍處」、「十遍」、「十遍處」之類的巴利語及中文關鍵詞，透過CBETA的蒐尋引擎，逐筆找出論典的相關段落。倘若只是這樣，所獲得的禪學知識將是眾多碎片，不能呈現體系性學問。因此，作者擬擴大文本的閱讀範圍，掌握不同學派的禪學理論，理解「十遍處」在學派禪觀體系中的意義與效用，俾能解答如下問題：

1. 「十遍處」異於其他所緣／業處的修學概念與操作要領，到底是什麼？
2. 為何會出現南北傳佛教間，在「十遍處」條目上的差異？
3. 這些差異背後的思考脈絡？

本文先從原始佛教聖典中探索「十遍處」的原貌，其次再就印度佛教不同的學派傳承中，針對「十遍處」的相關陳述，進行比較研究。

在不同佛教傳承方面，作者初步鎖定南傳上座部與北傳說一切有部作為對照，偶亦參照大乘瑜伽行派的相關論義。南傳上座部是部派佛教中，分別說部系的赤銅鑠部；說一切有部是北傳佛教諸學派中，論典最多的部派；而大乘瑜伽行派對禪觀修學的陳述最為完整，而且甚能作高

度抽象的哲學性歸納。<sup>4</sup> 這三個學派的論書與論釋都很豐富，較諸其他學派，「十遍處」的相關陳述也更為完整。

## 二、原始教典中的「十遍處」

### (一) 十遍處之條目

就「十遍」學理的根源處進行探索，借助 CBETA 的搜尋功能，第一作者發現：在 *Nikāya*<sup>5</sup>（《尼柯耶》）中，雖然提及「十遍處」，但是次數不多，著墨也不深。《相應部》（*Samyutta Nikāya*）完全沒有「十遍處」的經文，連僅只是「遍」（*kaṣiṇa*）的單獨陳述都未之見。

*kaṣiṇa* 於《中部》（*Majjhima Nikāya*）裡，出現在 MN.77/(7) *Mahāsakuludāyisuttaṃ*。於《長部》（*Dīgha Nikāya*）出現在 DN.33/(10) *Saṅgītisuttaṃ* 與 DN.34/(11) *Dasuttarasuttaṃ*。於《增支部》（*Aṅguttara Nikāya*）則出現三次：AN.1.443-562、AN.10.26/ 6. *Kāḥisuttaṃ* 與 AN.10.29/ 9. *Paṭhamakosalasuttaṃ*。易言之，完整陳述「十遍處」的四部 *Nikāya*，計有六處經文段落。值得注意的是，在這為數不多的「十遍」陳述中，第九、第十遍處的內容，似乎與北傳佛教相同。以 *Aṅguttara Nikāya*（AN 10.29）為例，巴利語之經文段落、莊春江漢譯及英譯版對照如下：

---

<sup>4</sup> 在這方面，第一作者已於〈《瑜伽師地論》與《清淨道論》之「所緣／業處」——聚焦論述其理論架構與教學特色「四種所緣境事」與「四種道理」〉一文詳加論述，茲不贅引。該篇論文刊於《法鼓佛學學報》第 25 期（2019），頁 1-28。

<sup>5</sup> *Samyutta Nikaya, Majjhima Nikaya, Digha Nikaya, Aṅguttara Nikaya*, from: *The Tipitaka (Pāli)*. URL: [https://tipitaka.fandom.com/wiki/Sutta\\_Pitak](https://tipitaka.fandom.com/wiki/Sutta_Pitak). (search date: 2020.11.1)



Dasayimāni, bhikkhave, kasiṇāyatanāni. Katamāni dasa? Pathavikasiṇameko sañjānāti uddhaṃ adho tiriyaṃ advayaṃ appamāṇaṃ; āpokasiṇameko sañjānāti ... pe... tejokasiṇameko sañjānāti... vāyokasiṇameko sañjānāti ... nīlakasiṇameko sañjānāti... pītakasiṇameko sañjānāti... lohitakasiṇameko sañjānāti... odātakasiṇameko sañjānāti... ākāsakasiṇameko sañjānāti... viññāṇakasiṇameko sañjānāti uddhaṃ adho tiriyaṃ advayaṃ appamāṇaṃ. Imāni kho, bhikkhave, dasa kasiṇāyatanāni.

比丘們！有這十遍處，哪十個呢？認知地遍：上、下、水平四方無二種、無量；認知水遍……（中略）認知火遍……認知風遍……認知青遍……認知黃遍……認知赤遍……認知白遍……認知虛空遍……認知識遍：上、下、水平四方無二種、無量，比丘們！這些是十遍處。<sup>6</sup>

"Monks, there are the ten kasina devices (for concentration). What are the ten? Someone perceives the earth kasina, above, below, on all sides, undivided, unbounded; another person perceives the water kasina... the fire kasina... the wind kasina... the blue... yellow... white... red kasina... the space kasina... the consciousness kasina, above, below, on all sides, undivided, unbounded. These are the ten kasina devices. Among these ten, this is the highest — when one perceives the consciousness kasina above, below... unbounded."<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> 莊春江，〈漢譯增支部〉10集29經「禪薩羅經」。網址：  
<http://agama.buddhason.org/AN/AN1561.htm>。2020.11.1 線上查索。

<sup>7</sup> *Aṅguttara Nikāya (The Discourse Collection in Numerical Order)*, An Anthology

對照之下，無論是南傳 *Nikāya* 還是漢譯《阿含經》，都是將第九、第十遍標明為 *ākāsakaṣiṇameko sañjānāti*（認知虛空遍、the space kasina）與 *viññāṇakaṣiṇameko sañjānāti*（認知識遍、the consciousness kasina），這顯然同於北傳佛教所傳「無量空處遍」、「無量識處遍」，而非「限制虛空遍」與「光明遍」。這點似乎間接證明了，將「限制虛空遍」與「光明遍」納入「十遍」，是在南傳上座部佛教禪修師承系統中，較晚出現的一種組合。

## （二）十遍處之修行特色

早期漢譯經典（鳩摩羅什以前），大都「遍處」譯為「一切處」或「一切入處」。如《雜阿含經》第 109 經：

愚癡無聞凡夫，見色是我，異我，我在色，色在我；見受、想、行、識是我，異我，我在識，識在我。云何見色是我？得地一切入處正受觀已，作是念：地即是我，我即是地，我及地唯一無二，不異不別。如是水，火，風，青，黃，赤，白，一切入處正受觀已，作是念：白即是我，我即是白，唯一無二，不異不別。如是於一切入處，一一計我，是名色即是我。<sup>8</sup>

云何見色是我？得地一切入處正受，觀已，作是念：「地即是我，我即是地，我及地唯一無二，不異不別。」如是水、火、風、青、黃、赤、白一切入處正受，觀已，作是念：『行即是我，我即是

---

by Nyanaponika Thera. URL:

<https://www.accesstoinight.org/lib/authors/nyanaponika/wheel238.html>. (search date:2020.11.1)

<sup>8</sup> 《雜阿含經論會編（上）》，CBETA Y30, p.198。

行，唯一無二，不異不別。』如是於一切入處，一一計我，是名色即是我。云何見色異我？若彼見受是我，見受是我已，見色是我所，或見想、行、識即是我，見色是我所。<sup>9</sup>

依此以觀，「一切處」大都只是「八種入處」，亦即地、水、火、風、青、黃、赤、白，而非「十種入處」。本段經文指出，依這八種入處作觀，由於心識投射而放大所緣境，這時行者很有可能會將定中所現「地」等影像，當作是「我」（「地即是我，我即是地，我及地唯一無二，不異不別。」），這是錯謬的我見。但這裡並未說明，要如何針對這八種入處來作「如實正觀」？亦即：由勝解作意直接切換到真實作意，要如何觀照這八種入處？

至《雜阿含經》第 549 經，已談到「十種入處」（而非只是「八種入處」），摩訶迦旃延向一位優婆夷作了較為清楚而完整的解說：

尊者摩訶迦旃延語優婆夷言：「姊妹！有一沙門婆羅門言：『地一切入處正受，此則無上，為求此果。』姊妹！若沙門婆羅門於地一切入處正受，清淨鮮白者，則見其本、見患、見滅、見滅道跡；以見本、見患、見滅、見滅道跡故，得真實義存於心，寂滅而不亂。姊妹！如是水一切入處……空一切入處、識一切入處為無上者，……以見本、見患、見滅、見滅道跡故，是則實義存於心，寂滅而不亂，善見、善入。」<sup>10</sup>

這是《雜阿含經》中談及「十遍處」，最為完整的一段經文。本經

---

<sup>9</sup> 《雜阿含經》卷 5，《大正藏》冊 2，頁 34 中。CBETA T02, p.34, b15-22。

<sup>10</sup> 《雜阿含經》卷 20，《大正藏》冊 2，頁 143 上。CBETA T02, p.143, a22-26。

之中，摩訶迦旃延指出：必須在「清淨鮮白」（亦即純一無瑕、無有間雜）的地遍等處成就正受（即三摩鉢底，梵：samāpatti），即身心經由禪定勢力所領受的輕安和順之相。有了身心在入地遍等時所產生的正受，再作「見其本、見患、見滅、見滅道跡」的四聖諦現觀，才能有真正的解脫。也就是說，地等遍處是「於諸事相增益作意」的「勝解作意」，接下來就地等遍處所引生的正受，「如理思惟諸法」而作諦現觀，這才是「真實作意」。這是「因定發慧」的禪觀次第。

第一作者進一步對照《中部》與《中阿含經》。《中部》的 *Mahāsakuludāyisuttaṃ* 經文略述「十遍處」。對照同經漢譯的《中阿含》第 207 經「箭毛經（上）」，經中並無「十遍處」的相關陳述。但《中阿含》也不是沒有「十遍處」的經文，分別出現在「第一得經」與「例經」之中。

*Mahāsakuludāyisuttaṃ* 中的「十遍處」經文段落如下：

Ākkhātā mayā sāvakaṇaṃ paṭipadā, yathāpaṭipannā me sāvakā dasa kasiṇāyatanāni bhāventi. Pathavī-ka-siṇa-meko sañjānāti uddhamadho tiriyaṃ advayaṃ appamāṇaṃ; āpokasiṇameko sañjānāti ... pe... tejokasiṇameko sañjānāti ... vāyokasiṇameko sañjānāti ... nīlakasiṇameko sañjānāti ... pītakasiṇameko sañjānāti ... lohita-ka-siṇa-meko sañjānāti ... odāta-kasiṇameko sañjānāti ... ākāsa-kasiṇa-meko sañjānāti ... viñ-ñā-ṇa-ka-siṇameko sañjānāti uddhamadho tiriyaṃ advayaṃ appamāṇaṃ. Tatra ca pana me sāvakā bahū abhiññāvosaṇapāramippattā viharanti.<sup>11</sup>

<sup>11</sup> *MahāsakuludāyisuttaM*，通妙譯作《善生優陀夷大經》，參見元亨寺版漢譯《南傳大藏經》。本段經文摘自 *Tipiṭaka*，巴利經文電子檔引用自 *Sutta Central*。

本段大意是指：佛陀為弟子們宣說「道跡」(paṭipadā)，當依此以行道之時，弟子們修習十遍處，認知地等遍處的「上、下、水平四方無有分裂、無量」(uddhamadho tīriyaṃ advayaṃ appamāṇaṃ)，由此而住於終極完善的證智(abhiññāvosānapāramippattā)。

此中值得注意的是，sañjānāti，《南傳大藏經》譯作「認知」，這是saññā(想)的第三人稱動詞，亦即：這是指佛陀的弟子們初步還是依「想心所」的運轉。因此《中阿含》「第一得經」譯為「思維」。在這初學階段，還沒有達致證智(abhiññā)的擴大、終極(vosāna)與圓滿(pārami)。

其次，這是將地、水、火、風等所緣境(業處)，透過實體構像，進階到心識構像，經過無限放大而形成「周遍於一切處」的心靈圖像。因此漢譯《阿含經》直接譯作「一切處」，這就是「遍滿所緣」的原理。

對照《中阿含經》，「第一得經」與「例經」名為「十一切處」，並且明確地將修學十一切處的功效，上推到斷除無明乃至老死的十二緣起，即於十二緣起還滅門中，依「十一切處」的修學，可以「趣至涅槃」：

復次，有十一切處。云何為十？有比丘無量地處修一，思惟上下諸方不二，無量水處……無量空處，無量識處第十修一，思惟上下諸方不二。眾生如是樂一切處意解者，變易有異。

多聞聖弟子如是觀則厭彼，厭彼已，尚不欲第一，況復下賤？是謂第一清淨說，施設最第一，謂我無、我不有，及為彼證故，施設於道，是謂第一外依見處、最依見處，謂度一切色想，乃至得非有想非無想處成就遊。是謂於現法中第一，求趣至涅槃，於現

---

*Early Buddhist texts, translations, and parallels*

(<https://legacy.suttacentral.net/pi/mn77>. search date: 2020.11.5)。

法中最施設涅槃，謂六更樂處生、滅、味、離、慧見如真，及為彼證故，施設於道。<sup>12</sup>

欲斷無明者，當修十一切處。……彼斷，乃至五蓋、心穢、慧羸，修第一地一切處，四維上下不二、無量，如是修……無量空處一切處，修第十無量識處一切處，四維上下不二、無量，是謂欲斷無明者，當修十一切處。……欲斷老死者，當修十一切處……。<sup>13</sup>

「地一切入處」，是以地相為所緣，觀想其周遍於一切處的修定法。以此類推，「水一切處」乃至「無量識處一切處」，莫不如此。

這些就原始教典「十遍處」經文所作的初步判讀，顯示「十遍處」的修學，是可以「從定發慧」而達致解脫、證得涅槃的。首先要依「勝解作意」，以「地」等遍處為所緣境，專注其心，「思惟上下諸方不二」，即讓所緣境擴大到無量無邊，由是而證得「地」等遍處的三昧（梵：samādhi）。待到遍處的修學成就，就要將修行重點由轉向「真實作意」，觀察到所緣境的「變易有異」（即「無常」），從而生厭，離欲。於所緣境觀察到「我無、我不有」（即「無我」）。

問題是：要如何達致這個效果？經中提出的要領是：「六更樂處生、滅、味、離、慧見如真」。此中「更樂」，是指「觸」（phassa）。<sup>14</sup> 然

---

<sup>12</sup> 《中阿含經》卷 58，《大正藏》冊 1，頁 800 中。CBETA T01, p.800, b3-16。

<sup>13</sup> 《中阿含經》卷 60，《大正藏》冊 1，頁 807 上-808 下。CBETA T01, p.807, a12-p.808, c21。

<sup>14</sup> 《阿含字典》說明：「觸」在經中有時譯作「更樂」。並進一步陳述：「《中阿含經》譯於西元 398 年，其實，早在西元 180 年左右，安世高就已經將「十二緣起」的「觸」譯作「更樂」（或僅作「更」）。網址：<https://www.douban.com/group/topic/97403570/>。2020.11.5 線上查索。

則從定發慧而達致解脫、證得涅槃，此中所述過於簡略，第一作者認為，由六觸下手，這是《阿含》「處相應教」的修行要領之一。將這些遍處成就所得的身心正受，依於根境識和合的觸處，洞察地（水、火、風）等生滅無常，且此中但見根境識三和合之「觸」，而不見有我、我所相。

這顯然已從地相等「遍處」修學成就，轉而在地相等所緣境上，依於身心六觸所產生的「正受」，修學「界分別觀」（梵：dhātumanasikāra，巴：dhātuvavatthāna）。所觀察的是地（水、火、風、空、識）等之「內六界」，屬於四念處中的身念處。

一般凡夫沒有這樣「慧見如真」的洞察力，就只能依於六觸入處的可意觸或不可意觸，而產生種種苦、樂覺受，因種種受而產生愛憎，由愛憎而產生取著。此中不但樂受會產生愛取，即便是引起憎惡的苦受，也同樣會引生「必欲除之」的執念，這種「牢牢抓住，好能把它徹底甩開」的執念，依然是「取」，而非是不愛不憎的平等「捨」。由愛取故，作種種業，於是，生、老、病、死，種種憂悲惱苦層出不窮。因此經中才會提到「味、離」——味著（愛取）於地、水、火、風等所緣境，必將產生前述憂悲惱苦得過患，必須反其道而行，於此諸所緣境生厭、離欲、滅斷、捨離，從而達致涅槃。

以上陳述，顯然是將遍處的修學，作為由「勝解作意」到「真實作意」，「由定發慧」的系列禪觀功課。值得注意的是，經中並沒有特別提到：對照四禪八定的定地位階，修學「地遍」等，到底能獲得怎麼樣的定地。

### 三、說一切有部的「十遍處」義

#### （一）十遍處之加行

到了部派佛教時代，「十遍處」的修學重點，已不放在「從定發

慧」，而是：得諸禪定，乃至引發種種神通。此中，說一切有部的《阿毘達磨集異門足論》對十遍處的加行要領，敘述得最為詳細而完整。茲舉前四遍處為例：

地遍一想：如是上下傍布，無二、無邊、無際。是第一遍處。……  
水遍……火遍……風遍……青遍……黃遍……赤遍……白遍……  
空遍……識遍……。

問：地遍處定加行云何？修觀行者由何方便而能證入地遍處定？

答：初修業者創修觀時，於此大地彼彼方所，若高、若下、若刺、若杌、若醜、若榛、若險、若穢，如是等處皆不思惟。於此大地彼彼方所，平坦顯了，猶如掌中，具淨園林可愛樂處。隨取一相，以勝解力，繫念思惟，假想觀察，安立信解是某地相。……

水遍處定加行……初修業者創修觀時，於此世界或取大水注相，或取大泉水相，或取大池水相，或取大陂水相，或取大湖水相，……。

火遍處定加行……初修業者創修觀時，於此世界或取清淨日輪火相，……或取火聚大猛焰相，或取燒村大火焰相，或取燒城大火焰相，或取燒川大火焰相，或取燒野大火焰相，……，或取燒無量百千載木大火焰相，……。

風遍處定加行……初修業者創修觀時，於此世界或取東方所有風相，……或取有塵風相，或取無塵風相，或取吠濕摩風相，或取吠嵐婆風相，或取小風相，或取大風相，或取無量風相，或取大風輪相，……。<sup>15</sup>

---

<sup>15</sup> 《阿毘達磨集異門足論》卷 19，《大正藏》冊 26，頁 447 上-449 中。CBETA



原來，於地遍勝解作意的所緣境，可以是自然界的一切地相。同理，修習水、火、風遍，亦可取自然界一切水、火、風相。以地遍為例，地相有高山，有深谷，地面凹凸不平，且有各種植被乃至穢物覆蓋其上，修地遍的行者不要針對這些地表內容而作思惟，但觀地相「平坦顯了，猶如掌中」。

所緣境可以於大自然中隨宜選取，但修習（加行）過程還是會有心念流散的挑戰，有待克服。於此，論主不厭其煩地作了詳細說明：

彼由於此，以勝解力繫念思惟，假想觀察，安立信解是某地故，心便散動，馳流諸相，不能一趣繫念一境，思惟此境是地，非餘。……為攝散動馳流心故，於一地相繫念思惟，謂「此是地，非為水等」。……

精勤數習此加行已，復進修行此定方便。謂於加行所引生道，數習數修，數多所作。……由心安住、等住、近住，相續一趣，繫念一境，思惟此境定是地相，無二無轉能入地定。而未能入地遍處定。

即依如前所入地定，令心隨順、調伏、趣向，漸次柔和，周遍柔和。一趣定已，復想此地，漸次增廣，東南西北遍皆是地，……心便散動，馳流諸相，不能一趣，繫念一境，思惟此境遍皆是地。……為攝散動馳流心故，於遍地相繫念思惟：「此遍是地，非遍水等。」思惟此相精進勇猛。乃至令心相續久住。由斯加行，乃漸能入地遍處定。

……既於加行所引生道。數習數修，數多所作，心便安住、等住、

近住，相續一趣，繫念一境，思惟此境遍皆是地。由心安住、等住、近住，相續一趣，繫念一境，思惟此境遍皆是地，無二無轉，從此乃入地遍處定。<sup>16</sup>

行者在作「地遍」等假想觀時，很有可能無法安住所緣，導致其心散動，馳流諸相，不能繫念一境，因此要一再於此「地相」繫念思惟，並且自我提醒：「此是地，非為水等」（餘相），精勤勇猛地思惟此一地相，令心相續久住，並且「數習數修，數多所作」，讓心安住、等住、近住，相續一趣，繫念一境，方能成就地遍處定。水等其餘九遍，莫不如是。顯見得：令心專注別無他法，就只能於所緣境，以精進力反覆繫念，逐漸調順其心，達致心一境性。

順為一提：依《瑜伽師地論》，奢摩他（止）的修習過程，前後通過九個階段的訓練，方可進入心一境性以成就正定。九住心分別為令心內住（*adhyātmam eva cittamsthāpayati*）、等住（*saṁsthāpayati*）、安住（*avasthāpayati*）、近住（*upasthāpayati*）、調順（*damayati*）、寂靜（*śamayati*）、最極寂靜（*vyupaśamayati*）、專注一趣（*ekoṭīkaroti*）、等持（*samādhatte*）。<sup>17</sup>部派佛教時代，雖未歸納為「九住心」階次，但是只要將以上「安住、等住、近住，相續一趣，繫念一境」，「令心隨順、調伏、趣向」等名相與「九住心」作一對照，就可看出語彙與內容的相似性。

<sup>16</sup> 《阿毘達磨集異門足論》卷 19，《大正藏》冊 26，頁 447 中。CBETA T26, p. 447, b18- c22。

<sup>17</sup> 《瑜伽師地論》卷三十譯為「九種心住」，並針對此九種心住，作出逐一詳釋。《大正藏》冊 30，頁 450 中-451 上。CBETA T30, p.450,c18-p.451,a17。  
《大乘莊嚴經論》卷七則明此為「九住心」。詳見《大正藏》冊 31，頁 624 中。CBETA T31, p. 624, b20-22。

## (二) 十遍處之效益

「十遍處」的修學，可以成就哪些定境？《阿毘達磨大毘婆沙論》云：

此十遍處界者，前八遍處是色界，後二遍處是無色界。地者，前八遍處在第四靜慮，第九遍處在空無邊處，第十遍處在識無邊處。<sup>18</sup>

也就是說，地遍、水遍、火遍、風遍、青遍、黃遍、赤遍、白遍，這前八遍處，最高能達致色界第四禪。第九無量空處遍、第十無量識處遍，分別可達致無色界的空無邊處定與識無邊處定。

《阿毘達磨大毘婆沙論》作了「遍處」自性的描述：

此中前八無貪善根為性，若并助伴，即五蘊性。後二遍處即以彼地有漏加行善，彼勝解俱品四蘊為性。<sup>19</sup>

也就是說，前八遍處的修學，是在一類相續和合而轉的有情五蘊中，增長並成就「無貪」善根，無量空處遍與無量識處遍，則是在受、想、行、識蘊相續和合而轉的過程中，分別增長無量空處定與無量識處定地的有漏善法。

然則在說一切有部的陳述中，「十遍處」的重點已放在四禪乃至無色界前二定的修習，其效益是增長「無貪」善根與定地的有漏加行善法，

---

<sup>18</sup> 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 85，《大正藏》冊 27，頁 440 中。CBETA T27, p. 440, b24-26。

<sup>19</sup> 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 141，《大正藏》冊 27，頁 727 上。CBETA T27, p. 727, a20-23。

而不再像《阿含經》那樣直下連結勝解作意與真實作意，將定、慧二學統合於「十遍處」中。

但從另一方面來說，第四禪有其在諸禪定中非常獨特的重要性。第四禪成就，對修學毘鉢舍那最為有利，佛依第四禪而成正覺，也從第四禪出定，而後入於涅槃。第四禪的定力強，行者若欲轉換所緣境，在第四禪中轉換是最快捷的，因其「捨念清淨」的意境，如實觀照所緣也會是最精準的。

因此論師們將「十遍處」定位為依勝解作意而成就禪定的「定學」，這樣，依「地遍」等修習十遍處，才不會與依「地大」等修習界分別觀（梵：Dhātumanasikāra，巴：dhātuvavatthāna）乃至身念處（梵：kāya-smṛty-upasthāna，巴：kaye kāyānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā），產生「同依地相」的混淆認知。至於依十遍處修習而成就四種禪那或二種空定，再依此諸禪定，於所緣地大等相而作諦現觀，這已屬於毘鉢舍那，是於地等相之自相、共相與真如相而真實作意。

## 四、南傳上座部的「十遍」義

### （一）十遍業處之遍作相

在南傳上座部的論典中，「十遍處」的陳述非常豐富，其條目也非常一致。茲舉《清淨道論》為例。《清淨道論》將所緣統稱「業處」（巴：Kammatthana）。「業處」，就是止觀修行時，心識專注於「所緣」的運轉。本論列述四十種止業處與六種慧業處，這是將定、慧修學作出分別論述。

四十種止業處，分別是十遍、十不淨、十隨念、四梵住、四無色定、食厭想、四界差別等四十種定境的修習。本論重視實作教學，因此於每

一業處，都鉅細靡遺地教導操作要領。此從其「地遍品」中，鉅細靡遺地敘述如何獲致地遍的「取相」(uggaha nimitta)與「似相」(patibhāga nimitta)，以達到安止定( appana-samadhi)的初禪乃至四禪，可見一斑。

「遍處」被安立於四十種「止業處」中的第一大類，旨在使用視覺圖象，培養修持者的專注力，從而得諸禪定，乃至引發種種神通。十遍處的修習，必須先選取遍作相( parikamma nimitta)，即專注的對象——所緣境：

取於人為的或自然的地相，其地須有限而非無限的，有際而非無際的，有周而非無周的，有邊而非無邊的，如米篩或米升那樣大。<sup>20</sup>

若過去有經驗而具福者，看見任何自然界的地相，都可據以修學「地遍」而得成就；若是初修，則不妨建置人為的地相。本論就著這種人工製作的地相，作了邊界、大小及建置地點的詳細描述：

不應在寺院的中央為沙彌等行走之處作遍。當在寺院的邊隅隱蔽之處，或山窟或茅庵中而作可移動的或固定的。可移動的是在四根棒所組合的中間縛上一塊布片或皮革、或席片，再用除去草根、石子、沙粒，而善加揉捏了的泥塗到那上面，當作如前所說的篩和升那樣大而圓形的。在其遍作(準備)之時，當放在地上觀看。固定的是先打諸樁於地中，然後以蔓草標織起來，作成蓮蓬那樣的圓形。……當作一張手又四指的直徑的圓形。這便是說關於米篩或米升那樣大的。……若以木掌拍之，則會現起異樣之色，故

---

<sup>20</sup> 葉均譯，《清淨道論》中譯本(高雄：正覺學會，2002年)，頁124。

不宜取用，應以石掌磨之，作成鼓面一樣的平坦。<sup>21</sup>

相較於說一切有部《阿毘達磨集異門足論》，本論同樣不拘泥於各種地相，同樣重視地平如掌。不止是如《集異門足論》所述，在觀心中忽略地表的凹凸、植被、穢物等相，而是在人工製作的範圍之內，「除去草根、石子、沙粒」，使所緣境紮實平坦，以免於修習時，分心觀看並辨別其凹凸、植被、穢物等，而令心散動。為了讓地相平坦，論主甚至嚴格要求，要用平滑的石掌而非帶有紋路的木掌來拍打其中泥土。

此外，本論也教導行者，要在「邊隅隱蔽」等比較不受干擾的地點，用人工製作一個如篩和升大小的圓形地相，圓形地相的直徑大約是「一張手又四指」，應有二十至二十五公分左右的直徑。可見這人工製作的圓形地相不是很大，便於攜帶移動。

修習地遍，與圓形地相要保持甚麼樣的距離？本論說，要在「離遍的圓相二肘半以內之處」。一肘差不多是三十公分，二肘半約略是七十五公分左右，不要與這個圓形地相離得太遠，也不要靠得太近。坐下來的高度，要剛好可以垂首而視圓形地相，若座位過低，可能會為了看清地相，導致身體不當使力而膝蓋會痛。這些操作上的細節，本論陳述得非常細膩。

## （二）十遍業處之效益

於此遍作相（圓形地相）起修，「取相」（uggaha nimitta）成就後，持續繫念修習，可以達致「似相」（patibhāga-nimitta）成就，捨離五蓋，

---

<sup>21</sup> 葉均譯，《清淨道論》中譯本（高雄：正覺學會，2002年），頁124-125。

止息煩惱，由近行定（*upacara samadhi*）而入安止定（*appana-samadhi*）<sup>22</sup>

接下來的進路分為兩軌：

第一、在「欣上厭下」的心理動力下，反覆修習而得入於初、二、三、四禪。依本論以觀，修習十遍處，最高可達致第四禪，但並未上達無色界的前二定。本論以極大篇幅，闡述依「地遍」而獲致的有哪些禪定，分別捨離哪些不善支，具足那些禪支。

第二、運用定力引發神通。本論詳述十種遍處各能引發那些神通。例如：依於「地遍」可成就「以一成為多等，或於空中，或於水中，變化作地，以足行走其上及作坐立等」種種神變。<sup>23</sup>

「地遍」修習要領如上。水、火、風、青、黃、赤、白等遍，同樣可以取人為的或自然的水等諸相。

## 五、對照與解析後二「遍處」之差異

### （一）後二「遍處」之條目差異

值得注意的是最後的兩種遍處。如前所述，在南傳佛教系統中，十遍處的第九、第十遍處，分別是「光明遍」（*āloka-kasiṇa*）與「限定虛空遍」（*paricchinnākāsakasiṇa*），這與原始教典及北傳佛教論典所描述的第第九、第十遍處——「無量空處」與「無量識處」，勝解作意以受、想、行、識等四蘊為性，可達致無色界的空無邊處、識無邊處定境，顯然大相逕庭。

在《清淨道論》中，「光明遍」與「限定虛空遍」的遍作相，都限

---

<sup>22</sup> 葉均譯，《清淨道論》中譯本（高雄：正覺學會，2002年），頁125-126。

<sup>23</sup> 葉均譯，《清淨道論》中譯本（高雄：正覺學會，2002年），頁174。

定了明確的觀想範疇。「光明遍」的修學者，可以人工限制光線的大小：

於壁隙或鍵孔或窗牖之間而取光明相，……於甕中點一燈 封閉它的口，再把甕留個孔，放在那裡把孔向到壁上。這樣從甕孔中透出的燈光照到壁上便成為曼陀羅，然後對它作「光明、光明」的修習。

這裡的「取相」是與壁上或地上所現的曼陀羅一樣的。「似相」則如很厚而淨潔的光明積聚一樣。餘者同樣。<sup>24</sup>

限定虛空遍的「虛空」，修習的所緣絕非廣大無涯的虛空，而必須限定其範圍：

即於壁隙或鍵孔或窗牖之間而取虛空相，……於蓋得很密的假屋的壁或任何皮革席子，穿一個（直徑）一張手即四指大的孔，僅於那種壁孔等的孔而作「虛空、虛空」（阿迦沙、阿迦沙）的修習。<sup>25</sup>

阿迦沙（ākāsa），即「虛空」，限定虛空遍的人為空相，是在密度很高的牆面、窗戶或皮革蓆子上，鑿穿一個四指大的孔竅，從這個縫隙裡取「虛空」相。

## （二）條目差異的緣由探討

「無量空處」、「無量識處」，這與「光明遍」、「限定虛空遍」，絕對是不一樣的概念。為什麼會出現這樣的差異？第一作者的初步研判是：

---

<sup>24</sup> 葉均譯，《清淨道論》中譯本（高雄：正覺學會，2002年），頁173。

<sup>25</sup> 同上註，頁174。



原始佛教與北傳佛教的「十遍處」，只要所緣境能夠周遍廣大，無有邊際，就被歸納到「遍處」中。無量空處與無量識處，正好是周遍廣大，無有邊際，恰恰符合「遍」的特徵，所以被囊括進來。

而南傳佛教的禪法修學有其師承，它不是在概念上講「遍」，而是在十遍處的實地操作中，設定一個觀想的明確範圍。初修者甚至需要運用人為加工，在實體上建置一個大小適中的地相等「遍作相」，就此範圍以觀其地相等，從「取相」清晰到「似相」成就，才能夠向十方擴大而觀其遍一切處。也因此，南傳禪法的師承系統，不可能把空無邊處、識無邊處放入「十遍」，因為這「無邊」是「遍處」修學成就的效應，而非「遍處」的操作的方式。「十遍」的每一種「遍」都是在設定範圍的前提下，反覆操作練習的，所以後二遍的所緣境，就改為設定觀照範圍的「光明遍」與「限定虛空遍」。

這種著眼於操作需求的「十遍」組合，必然晚於北傳佛教的「十遍處」，畢竟在北傳佛教系統，將空無邊處、識無邊處放入「十遍」，這是從《雜阿含經》就已有之，即使南傳*Nikāya*也不例外。表示這套組合是從原始佛教、部派佛教到大乘佛教都非常一致的，其流傳年代早於南傳佛教的「十遍」組合。

以下是第二作者針對「十遍」所作的綜合研判：

一、南傳佛教的「十遍」，包括「光明遍」與「限定虛空遍」，都是在色法上的勝解作意。被選定為「遍作相」的色法，無論質地、顏色、亮度，還是它與空間的關係，都必須非常明確，因此每一種「遍」的定義與範疇都非常清晰，由設定範疇而無限擴大的操作步驟也非常完整，其所能達致的禪定效應——由取相而似相，由近行定而安止定，由初禪而二、三、四禪，乃至引發種種神通，這套業處的成就都止於色界，而

不可能上達無色界。

二、無色界定中，第一項就是「空無邊處定」，這與「限定虛空遍」以物質與物質間的空隙為遍作相不同，必須要超越色法的概念，超越以色法的「空隙」為所緣的觀察，透過禪定將「空隙」放大，從而超越了色界定，上達無色界。因此可以說，「限定虛空遍」是修行的功夫，「空無邊處定」是修行成就的效果。

三、「限定虛空遍」以色法「空隙」為所緣，在心識操作中將它放大而至「無邊」，這「無邊」也就意味著不再有色法作為「虛空」的邊框。其次，「識無邊處定」是在獲得空無邊處定之後，取其緣無邊虛空的禪心，而洞察能觀禪心與所觀虛空同樣無邊無際，這就入於識無邊處定。南傳佛教「十遍」的遍作相都是色法，北傳佛教的第九、第十遍處，以超越色法的「虛空」或「心識」為所緣境，這已是觀名法，而非觀色法了。因此《大毘婆沙論》才會把後二者的自性都設定在受、想、行、識等四蘊，而不包括色蘊。

四、就南傳佛教系統而言，「十遍」業處遍作相的基礎固然不離色法，但其所以能夠順利取相，成就似相，也必須有如下要素：

第一、不散亂；

第二、超越色法的極限（而達於無量）；

第三、能夠讓地相等擴大到無有邊際，關鍵在於心識，這是心識（而非色聚）的特色、功能和作用。所以即使是南傳佛教的「十遍」，從「色蘊」出發，到最後還是依於「受等四蘊」（名法），而將設定範疇擴大而至無限。

空隙無論再怎麼擴大，都還是在色法的範圍之內，所以其邊際還是被色法框定。若要超越色法的邊框而達致無色界，就要破除行者對於色

法（堅固而恆常）的執念。空無邊處定的成就，意味著行者業已破除了色法的三種密集：相續密集、組合密集與作用密集。

## 六、結語

本文就著「遍」與「遍處」，將它定位為「勝解作意」，這是一種將所緣境加以擴大而至超限的假想觀，與「如理思惟諸法」，以確證能如實地呈現所緣境的範疇與內涵之「真實作意」大相逕庭。

「遍」之所以為「遍」，其特質就在於「所緣廣普，勝解無邊」，這樣的操作過程，恰是《瑜伽師地論》「四種所緣境事」中，「遍滿所緣」的絕佳範例——禪心專注於「地」等所緣而無所流散；於是禪者的視覺圖像，遂在極其專注的過程中，無限擴大地周遍而成定中影像。

「十遍處」之條目，南、北傳佛教間有兩項差異。南傳佛教的「十遍」是：地遍、水遍、火遍、風遍、青遍、黃遍、赤遍、白遍、限定虛空遍與光明遍，「十遍」的修習，可以上達色界四禪。相對而言，北傳佛教對「十遍處」的條目陳述，前八遍處一致，後二遍處則是無量空處遍、無量識處遍。前八遍處可達色界四禪，後二遍處則可成就無色界定。

對照南北傳佛教的原始佛典——漢譯《阿含經》與巴利藏中的 *Nikāya*，發現 *Nikāya* 在第九、第十遍處的內容——*ākāsakaṣiṇameko sañjānāti*（認知虛空遍、the space kasina）與 *viññāṇakaṣiṇameko sañjānāti*（認知識遍、the consciousness kasina），顯然同於北傳佛教所傳「無量空處遍」、「無量識處遍」，而非「限制虛空遍」與「光明遍」。這點似乎間接證明了，將「限制虛空遍」與「光明遍」納入「十遍」，反倒是在南傳上座部佛教禪修師承系統中，較晚出現的一種組合。

漢譯《阿含經》將遍處的修學，作為由「勝解作意」到「真實作意」，「由定發慧」的系列禪觀功課。值得注意的是，經中並沒有特別提到：對照四禪八定的定地位階，修學地遍等，到底能獲得怎麼樣的定地。到了部派佛教時代，「十遍處」的修學重點，已不放在「從定發慧」，而是：得諸禪定，乃至引發種種神通。

在北傳佛教，十遍處的所緣境可以於大自然中隨宜選取，但在南傳佛教的十遍業處，只有過去有經驗而具福者，看見任何自然界的地相，都可據以修學「地遍」而得成就；若是初修，則不妨建置人為的地等遍作相。

就《阿含經》所述，十遍處的修學成就，可以由「勝解作意」而轉入「真實作意」，依身念處作諦現觀而達致涅槃，但部派佛教發展後，南、北傳禪法系統已將定、慧二學分而述之。十遍處的修學還是以「勝解作意」為主，修學成就時，會產生如下兩種效應：第一、在「欣上厭下」的心理動力下，反覆修習而得入於初、二、三、四禪。第二、運用定力引發神通。依據北傳佛教，後二遍處甚至可以達致無色界的前二種定。

至於原始佛教與南、北傳佛教中，第九、第十遍處之所以出現條目差異——「無量空處」、「無量識處」與「光明遍」、「限定虛空遍」的差異，探索其因，原始佛教與北傳佛教的「十遍處」，只要所緣境能夠周遍廣大，無有邊際，就被歸納到「遍處」中。無量空處與無量識處，正好符合「遍」的特徵，所以被囊括進來。

而南傳佛教是在十遍處的實地操作中，設定一個觀想的明確範圍。初修者甚至需要運用人為加工，在實體上建置一個大小適中的地相等「遍作相」。這十遍業處，包括「光明遍」與「限定虛空遍」，都是在色

法上的勝解作意。被選定為「遍作相」的色法，無論質地、顏色、亮度，還是它與空間的關係，都必須非常明確，因此每一種「遍」的定義與範疇都非常清晰，由設定範疇而無限擴大的操作步驟也非常完整，其所能達致的禪定與神通，也都止於色界，而不可能上達無色界。也因此，南傳禪法的師承系統，不可能把空無邊處、識無邊處放入「十遍」。

這種著眼於操作需求的「十遍」組合，必然晚於北傳佛教的「十遍處」，畢竟北傳佛教系統將空無邊處、識無邊處放入「十遍」，這是從《雜阿含經》就已有之，即使南傳*Nikāya*也不例外。表示這套組合是從原始佛教、部派佛教到大乘佛教都非常一致的，其流傳年代早於南傳佛教的「十遍」組合。

「限定虛空遍」以色法「空隙」為所緣，在心識操作中將它放大而至「無邊」，這「無邊」也就意味著不再有色法作為「虛空」的邊框。必須要超越色法的概念，透過禪定將「空隙」放大，從而超越了色界定，上達無色界。因此可以說，「限定虛空遍」是修行的功夫，「空無邊處定」是修行成就的效果。「識無邊處定」是在獲得空無邊處定之後，取其緣無邊虛空的禪心，而洞察能觀禪心與所觀虛空同樣無邊無際。

然則北傳佛教的第九、第十遍處，以超越色法的「虛空」或「心識」為所緣境，這已是觀名法，而非觀色法了。因此《大毘婆沙論》才會把後二者的自性都設定在受、想、行、識等四蘊，而不包括色蘊。

以上，就「十遍處」的研究，歸納兩位作者在本文中所達致的幾點結論。未來將依前述研究成果為基礎，進一步探討「十遍處」與「八解脫」、「八勝處」之間的連結性與差異性，並就「光明遍」的定義與內涵，獨立成篇另作論述。

## 參考書目

### 一、藏經（引自中華電子佛典協會，《電子佛典集成》CBETA，2016年6月版）

東晉·瞿曇僧伽提婆譯，《中阿含經》，《大正藏》冊1。CBETA T01，no.26。

劉宋·求那跋陀譯，《雜阿含經》，《大正藏》冊2。CBETA T02，no.099。

唐·玄奘譯：《阿毘達磨集異門足論》，《大正藏》冊26。CBETA T26，no.1536。

唐·玄奘譯：《阿毘達磨大毘婆沙論》，《大正藏》冊27。CBETA T27，no.1545。

玄奘譯：《瑜伽師地論》，《大正藏》冊30。CBETA T30，no.1579。

唐·波羅頗蜜多羅譯，《大乘莊嚴經論》，《大正藏》冊31。CBETA T31，no.1604。

### 二、專書

葉均譯，《清淨道論》，高雄：正覺學會，2002年。

印順導師，《雜阿含經論會編（上）》，CBETA Y30。

Acaeiya Buddhaghosa: *The Path of Purification: Visuddhimagga* (English)  
Hardcover, 1990.

### 三、論文

釋昭慧，〈《瑜伽師地論》與《清淨道論》之「所緣／業處」——聚焦論述其理論架構與教學特色「四種所緣境事」與「四種道理」〉，《法鼓佛學學報》第25期，2019，頁1-28。

#### 四、網站

莊春江，《漢譯增支部》10集29經「憍薩羅經」，網址：

<http://agama.buddhason.org/AN/AN1561.htm>，2020.11.1 線上查索。

《阿含字典》，網址：<https://www.douban.com/group/topic/97403570/>，  
2020.11.5 線上查索。

*Anguttara Nikāya (The Discourse Collection in Numerical Order)*, An

Anthology by Nyanaponika Thera. URL:

<https://www.accesstoinsight.org/lib/authors/nyanaponika/wheel238.html>.

(search date: 2020.11.1)

*TipiTaka*，*Sutta Central: Early Buddhist texts, translations, and parallels.*

<https://legacy.suttacentral.net/pi/mn77>.(search date: 2020.11.5)

*Samyutta Nikaya, Majjhima Nikaya, Digha Nikaya, Anguttara Nikaya* ,

from:*The Tipitaka (Pāli)*.URL:

[https://tipitaka.fandom.com/wiki/Sutta\\_Pitaka](https://tipitaka.fandom.com/wiki/Sutta_Pitaka). (search date: 2020.11.1)

