

研讀阿毗達磨的意義與方法 — 投影片 R4

投影片一：標題頁

研讀阿毗達磨的意義與方法

講於 台灣，福嚴佛學院 April, 2026

— 本講旨在重新確立阿毗達磨在佛教哲學、詮釋學與修行中不可或缺的地位，並就研讀的態度與方法提出思考。

— 背景：阿毗達磨在當代佛學中長期被邊緣化，被貼上「經院哲學」「與大乘無關」「枯燥」等標籤。後果：佛教思想結構性基礎的流失。

投影片二：問題的提出

當代佛學中阿毗達磨的邊緣化

常見標籤：

- 「經院哲學」 (scholastic)
- 「與大乘開展無關」
- 「枯燥乏味」

後果：

- 佛教思想結構性基礎的流失
- 詮釋學的貧乏
- 實修上的貧乏

— 「詮釋學的貧乏」 = 缺乏阿毗達磨訓練，導致對經律論的膚淺甚至錯誤解讀。

— 「實修上的貧乏」 = 缺乏精密的心靈地圖，導致禪修者缺乏將止觀正確整合的精準度。當代 mindfulness 運動的問題即在於此。

— 這些不是空泛的批評——後面會逐一以教證說明。

投影片三：阿毗達磨的定義——世親

AKBh, T29, 1b8-11:

*svalakṣaṇa-dhāraṇād dharmah |
tad ayaṃ paramārthaṃ vā nirvāṇaṃ dharmalakṣaṇaṃ vā praty abhimukho dharmā ity
abhidharmah |*

「釋此名者，能持自相故名為法。若勝義法唯是涅槃，若法相法通四聖諦——此能對向或能對觀，故稱對法。」

兩個要點：

- 「法」以自相 (svalakṣaṇa) 為基本特徵——指向經驗的直接性
- 阿毗達磨的根本取向：**轉向勝義**——具方向性的、轉化性的般若

∴ 研讀者應能在自身經驗中**辨認出**法的運作，而不僅僅在概念上理解定義。

— 世親的定義有兩層：(1) 「法」以自相為辨認標誌——不是抽象範疇而是經驗中可直接覺知的實在；(2) 阿毗達磨 = 「對向」勝義——具有方向性，朝向涅槃或四聖諦（令行者親證）。

— 「任持自相」這個定義本身就指向經驗的直接性——法不是書本上的概念，而是每一剎那心理活動中正在發生的事件。

投影片四：阿毗達磨的定義——毘婆沙師與眾賢

MVŚ : abhi- = abhimukha (對向)

→ 能令一切善法直接顯現

→ 能夠「現前覺了諸法」 = 現觀

眾賢 Ny :

→ 唯無漏般若堪稱 abhidharma

→ 藉此能現前了達諸法之相，不再迷惑

∴ 阿毗達磨 = **解脫論的現象學** (soteriological phenomenology)

此處「現象學」非指西方胡塞爾式的哲學方法，而是指：以**第一人稱的嚴密考察**，如實觀察諸法在經驗中呈現的構成結構。阿毗達磨正是這樣一種以解脫為目的的、對經驗結構的系統考察——它所分析的「法」不是抽象的哲學範疇，而是經驗中可以被直接覺知的實在。

— 《大毘婆沙論》從詞源學闡明：abhi- = 對向、面向。阿毗達磨論師更進一步：能「現前覺了諸法」 = 現觀。

— 眾賢的判斷最為嚴格：唯有無漏般若才堪稱阿毗達磨——因為只有藉此才能現前了達諸法之相。

— 「解脫論的現象學」(soteriological phenomenology)：此處「現象學」不是胡塞爾的意思（胡塞爾懸擱存在判斷），而是指以第一人稱的嚴密考察，如實觀察經驗結構。阿毗達磨是以解脫為目的的這種考察。

— 此定義本身即為研讀方法提供了根本指導：既然阿毗達磨的本質是般若的直接運作，研讀態度也應與此相應。

投影片五：五種常見誤解

誤解	實際
1. 注釋或智識操練 (scholasticism)	以實證體驗為基礎的般若
2. 對經藏的後期腐化或偏離	對經典的 深化與澄清
3. 與大乘開展無關	大乘 預設 阿毗達磨的洞見
4. 現代意義上的「佛教心理學」	不可剝離解脫論深度和教理完整性
5. 純粹歷史學/文獻學的對象	活的 詮釋學工具

「活的」= 非已死的歷史遺產，而是至今仍可被主動運用的理解與實踐工具

→ 共同後果：對佛教思想的**碎片化**和**去脈絡化** (decontextualization：將教理從其所屬的修行論整體和解脫論脈絡中抽離出來，孤立地理解)

— 五種誤解逐一澄清。「活的」= 不是博物館中的展品，而是至今仍可運用的工具。

— 「去脈絡化」= 把教理從修行論整體中抽離——如把心所理論當純粹的「認知模型」而忽略其解脫論目的。

— 最核心的誤解是第一種（經院哲學）——下一張投影片專門處理。

投影片六：為什麼不是「經院哲學」？

根本差異：

	西方經院哲學	阿毗達磨
方法	理性推論系統化啟示性教義	系統分析引發 禪觀證智
目的	維護神學正統	導向解脫 (prajñā)

權威 來源	文本啟示	作為 實證體驗地圖 的有效性
教條 主義	內在傾向——以維護正統為目的的 推論本質上趨向教條化	「皆可推徵」的方法論精神構成內在制衡 (詳見投影片十五)

但——**必須警惕的陷阱**：

當法相分類和概念辨析成為純粹的知識建構、與研究者自身的觀照和轉化完全脫節時
→ 確實淪為 scholasticism。

→ 這是**方法論**問題，不是阿毗達磨本身的問題。

— 根本差異在三個維度上：方法（推論 vs. 禪觀證智）、目的（維護正統 vs. 導向解脫）、權威來源（文本啟示 vs. 實證體驗地圖的有效性）。

— 但誠實地說：當研究者把法相分類當純粹知識操作，與自身觀照脫節——確實淪為經院哲學。這是方法論問題，後面在研讀方法部分（投影片十八）正面處理。

投影片七：意義（一）——教理詮釋的基礎

核心主張：阿毗達磨 = 了義 (nītārtha) = 「經之量」 (see infra, 投影片十~十一)

阿毗達磨論師的立場：

- 阿毗達磨所說是「了義」 (nītārtha)，在**勝義諦**層面開顯
- 經典 (sūtra) 往往是「不了義」 (neyārtha)，是方便施設 (aupacārika)
- 阿毗達磨揭示佛陀的**真實意趣** (abhiprāya)

∴ 阿毗達磨是衡量經典真義的準繩

→ 忽略阿毗達磨 → 經律論的膚淺乃至錯誤解讀

— 阿毗達磨論師的自我定位極為清晰：阿毗達磨 = 了義，經 = 不了義。阿毗達磨揭示佛陀的真實意趣。

— 「經之量」的概念將在投影片十~十一中通過眾賢對世親的反駁來展開。

投影片八：意義（二）——連結初期佛教與大乘

忽視阿毗達磨 → 「歷史健忘症」 (historical amnesia)

→ 在「初期佛教」與「大乘佛教」之間製造人為斷裂

一些大乘核心概念的阿毗達磨淵源：

- 假必依實
- 同時因果 (sahabhū-hetu)
- 種子薰習
- 潛意識 → 阿賴耶識
- 唯識 (vijñaptimātratā)
- 止觀教義、修證階次

→ 瑜伽行派的發展端緒已見於《瑜伽師地論》「本地分」和 MVŚ

另：Jaini 指出《阿毗達磨燈論》(Abhidharmadīpa) 中已有大乘教義線索

— 大乘不是憑空而起的。忽視阿毗達磨就看不到大乘概念的土壤。

— 列舉的淵源每一個都可以展開——如「假必依實」之於瑜伽行派的「依他起性」，「種子薰習」之於阿賴耶識理論。

— 下一張投影片以具體例證說明。

投影片九：例證——五識不能無間相續 (MVŚ 與 YBŚ 的對照)

YBŚ:

*na cāsti pañcānām vijñānakāyānām saha dvayoḥ kṣaṇayor utpattiḥ nāpy
anyonyasamanantaram anyonyotpattiḥ | ekakṣaṇotpannānām pañcānām kāyāvijñānām
antaram manovijñānam avaśyam utpadyate |*

《瑜伽師地論》T30, 291a29-b3：

「又非五識身有二剎那相隨俱生，亦無展轉無間更互而生。又一剎那五識身生已，從此無間，必意識生。」

MVŚ T27, 682b1-4：

「問：眼等五識展轉無間現在前不？答：諸瑜伽師說：眼等五識展轉無間不現在前，皆從意識無間生故。阿毘達磨諸論師言：眼等五識展轉皆得無間而起。」

- MVŚ 中的「諸瑜伽師」(yogācārāḥ)= YBŚ 「本地分」 的立場
- 與「阿毘達磨諸論師」構成部派內部之辯論
- 瑜伽行派教義非憑空而起，而是在阿毗達磨土壤中生長

— 這是一個精確的對照：《大毘婆沙論》中「諸瑜伽師」的立場與《瑜伽師地論》完全一致——五識不能展轉無間相續，中間必有意識介入。

— 「阿毘達磨諸論師」持不同意見——這構成了部派內部的辯論。

— 關鍵啟示：瑜伽行派的教義在《大毘婆沙論》時代已經以「諸瑜伽師」的名義存在。大乘在阿毗達磨的土壤中生長。

投影片十：阿毗達磨作為佛語——眾賢對世親的系統反駁

世親（引佛對阿難之語）主張「依經量」：

「如世尊告阿難陀言：『汝等從今當依經量。』」

眾賢反駁（Ny, 329c21–330a7）——多層論證：

（一）佛語的根據：

「諸大聲聞，隨佛聖教而結集故；阿毘達磨是佛所許，亦名佛說。能順遍知雜染清淨因果智故，如諸契經。」

（二）歸謬——若佛所許不名佛說：

「若佛所許，不名佛說，便應棄捨無量契經。」

（三）經與阿毗達磨不可分割：

「又定應許阿毘達磨是經差別，故成所依。或應頌等亦非所依——世尊唯勸依經量故。」

— 世親引佛對阿難之語「當依經量」來主張以經為權威、排斥阿毗達磨。

— 眾賢的反駁是多層的：(1) 阿毗達磨由大聲聞依佛說結集，佛所許可，亦名佛說；(2) 歸謬——如果佛所許的不算佛說，那大量經典也要被棄捨；(3) 阿毗達磨是「經差別」——經的特殊形態——因此同樣應作為所依。

投影片十一：「經量」即「經之量」

眾賢反駁 Ny, 330a18–24 (續) ——重新詮釋「依經量」：

「又勸阿難依經量者，正為勸依阿毘達磨。是經之量，故名經量。即是眾經所有定義，阿毘達磨能決眾經，判經了義不了義故。」

「阿毘達磨名能總攝，不違一切聖教理言。故順此理，名了義經。與此理違，名不了義。不了義者，恐違法性，依正理教應求意旨。」

論證結構：

1. 「經量」≠「依經為量、排斥阿毗達磨」
2. 「經量」=「經之量」= 衡量經義的準繩 = 阿毗達磨
3. 阿毗達磨之功能：決眾經、判了義不了義
4. 順阿毗達磨者 → 了義；違者 → 不了義

— 這是眾賢最精彩的詮釋翻轉：「經量」不是「依經為量」（以經為標準），而是「經之量」（衡量經義的尺度）= 阿毗達磨。

— 阿毗達磨的功能是「決眾經」「判了義不了義」——它是衡量一切經義的準繩。

— 順此理→了義；違此理→不了義。「不了義者，恐違法性，依正理教應求意旨」——不了義的經典要依正理教（=阿毗達磨）來求其真正意旨。

投影片十二：早期大乘的原則性支持——《八千頌般若》

善現（須菩提） T07, no.220, 763b20–25：

「佛先為他宣說、顯了、開示法要。彼依佛教精勤修學，乃至證得諸法實性，後轉為他有所宣說、顯了、開示。若與法性能不相違，皆是如來威神加被，亦是所證法性等流——」

tathāgata-dharmadeśanāyā ... eva eṣa niṣyandaḥ

(དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཚོས་བསྟན་པའི་ལྗོ་མཐུན།)

要點：

- 弟子依佛教精勤修學 → 證得諸法實性 → 為他宣說

- 條件：與法性不相違
- 結論：皆是根源於如來法教的流類 (niṣyanda)

→ 阿毗達磨作為對諸法的直接實證，正在此範疇之內

→ 至少在原則上，早期大乘不是否定阿毗達磨，而是以其洞見為前提

— 這段善現的話極為重要：弟子依佛教修學、證得諸法實性、為他宣說——若與法性不相違，皆是如來法教的「等流」 (niṣyanda, 流類)。

— 阿毗達磨作為對諸法的直接實證，完全在此範疇之內。

— 意義：即使是早期大乘經典，也在原則上肯認了實證性教法的權威。從此意義上說：大乘不是否定阿毗達磨，而是以其洞見為前提，批判之、超越之。

投影片十三：意義（三）——古代的批判性佛學研究

核心問題：佛陀聖教具有「多差別」

眾賢 Ny, 708b27–28：

「謂，諸聖教略有二種：」

分類

於義有了、有不了	nītārtha / neyārtha
無所待、有所待	
說世俗諦、勝義諦	saṃvṛti / paramārtha
總相說、別相說	
隨自意、他意說	
屬法相、屬法教	就諸法實相 (dharmalakṣaṇa) 而說 / 就教化方便 (dharmaśāsana) 而說

「如是等類有無量門。」

「無一經中具眾義故。」

→ ∴ 必須有能「決眾經」、「判了義不了義」的方法論工具

— 眾賢的論點極為精要：佛陀聖教具有「多差別」——了義/不了義、世俗/勝義、總相/別相、隨自意/隨他意、屬法相/屬法教……「如是等類有無量門」。

— 最關鍵的一句：「無一經中具眾義故」——沒有任何一部經能涵蓋一切義理。

— 「屬法相、屬法教」：就諸法實相 (dharmalakṣaṇa) 而說的，是法相說 (辯法相 lākṣaṇika)；就教化方便 (*dharmaśāsana) 而說的，是法教說。同一教法可能在不同層面有不同的歸屬。

— 結論：必須有能「決眾經」「判了義不了義」的方法論工具——這就是阿毗達磨。

投影片十四：「行」 (saṃskāra) ——聖教多義性的具體展示

眾賢 Ny, 708c04–13 (續)：

經文	「行」的所指
無明緣行	業行
入息出息尋伺想思名身等行	身、語、意行
欲等名行 (八斷行)	精進等
諸行非常	有漏法
一切行無常	一切有為法
壽行	命根

「如是等行，有無量種。」

→ 對每一種皆可進一步追問：

「為欲界繫、為色、無色、為三界繫？為無漏攝？為在何地分位如何？此如理言，為顯何義、如何生起？」

— 以「行」為例展示聖教多義性：僅「行」一個概念在不同經典中就有截然不同的所指。

— 「如是等行，有無量種」——種類無量。對每一種都可以進一步追問：它屬於哪一界？是有漏還是無漏？在什麼地、什麼分位？

— 這正是阿毗達磨的工作：對每一個概念進行如此精密的分析和歸位。

投影片十五：「皆可推徵」 ——阿毗達磨的方法論精神

眾賢 Ny, 708c15–19 (續) :

「如是等類皆可推徵。」

「故聖教中，必應有處，具釋諸法自性名等。以薄伽梵為欲攝益所化有情，觀處、觀時、觀根性等種種差別，隨應為說爾所法門。非一經中見有具說，故離餘說義難顯了。」

三重意義：

1. 阿毗達磨的**核心功能**：決眾經，判了義不了義——批判性的聖教研究方法
2. 「皆可推徵」= 阿毗達磨自身的批判性方法論精神
 - 不是把論典中的每一個結論都當作不可質疑的定論
 - 恰恰構成防止阿毗達磨研究淪為**教條主義**的內在保障
3. ∴ 繼承阿毗達磨 = 不僅繼承其**分析成果**，更要繼承其如理推徵的批判性**方法**

— 「如是等類皆可推徵」——這六個字是阿毗達磨方法論精神的精華。一切都可以被追問、被考察。

— 「非一經中見有具說，故離餘說義難顯了」——不是一部經能說完的，必須整合眾經才能顯了義理。阿毗達磨正是做這個工作的。

— 「皆可推徵」的精神恰恰構成了防止阿毗達磨研究淪為教條主義的內在保障。教條主義是經院哲學的特徵；阿毗達磨自身的方法論精神正好與之相對。

— 繼承阿毗達磨 = 不僅繼承分析成果，更要繼承如理推徵的批判方法。

投影片十六：意義（四）——禪修實踐的根基

阿毗達磨提供：

- 心所 (caitta)、認知過程、煩惱 (kleśa) 的精確分析圖式
- 毗鉢舍那 (vipaśyanā) 與奢摩他 (śamatha) 正確整合的必要精準度
- 以解脫為根基的禪觀地圖——非「技術」而是**般若**

缺乏阿毗達磨 →

- 當代 mindfulness 運動的問題：剝離教理深度 → 還原為「減壓」技術
- 缺乏將止與觀正確整合的精準度

傳統的啟示：

「唯識三年，俱舍八年」

→ 這一傳統課程安排之所以有效，正因為學僧的教理研習與禪觀實踐是**同步進行**的——法相分析的學習以止觀體驗為驗證，止觀實踐又以法相分析為導引。脫離了這個整合，「俱舍八年」就只是書齋中的知識積累。

— 阿毗達磨不是與禪修脫節的書本知識——它就是禪觀實踐的精確地圖。

— 「唯識三年，俱舍八年」：這不僅是學術偏好，而是傳統僧伽教育中深思熟慮的課程結構。但前提是學僧同時在進行聞思修——法相分析以止觀體驗為驗證，止觀以法相分析為導引。

— 當代 mindfulness 的問題恰恰在於剝離了這一教理深度。

投影片十七：意義（五）——跨學科對話

領域	阿毗達磨的貢獻	警示
心理學/ 心理治 療	非病理化的、以過程為導向的心靈模型；心所理論；業與輪迴	≠ 世俗臨床心理學的工具化
認知科 學	主觀經驗的結構化類型學；禪修過程研究的溝通媒介	神經現象學挪用的 還原風險
哲學	拒絕笛卡爾二元論和唯物還原論；sarvāstitva 之時間性；同時因果；物質理論（avijñapti-rūpa, rūpa-prasāda 等）	需嚴格哲學中介， 避免「量子佛教」

— 三個領域各有貢獻也各有警示。

— 心理學：阿毗達磨的心靈模型不是病理化的——它不把煩惱當「疾病」而是當一切有情的基本狀況。但不能簡單等同於世俗臨床心理學。

— 認知科學：阿毗達磨為主觀經驗提供了結構化的類型學——比認知科學目前使用的現象學工具精密得多。但必須避免還原主義的挪用。

— 哲學：sarvāstitva 的時間理論、同時因果、物質理論等都具有深刻的哲學意義。但需要嚴格的哲學中介，不能做膚淺類比。

投影片十八：研讀方法——態度與資源

態度（印順導師：「以佛法研究佛法」）：

- **研讀態度**：不是站在佛法之外的中立旁觀。例：研讀「五蘊」不僅問邏輯關係，更問「如何鬆動對『我』的執取」——概念分析是必要的工具，但不應停留於概念分析本身而與解脫的根本關懷脫節
- **聞思修整合**：從文本到經驗、從經驗回到文本的循環。基本止觀體驗作為理解基礎 → 阿毗達磨研究即不可能淪為空洞的經院哲學

資源：

- 北傳：玄奘（MVS 二百卷、Ny 等）；呂澂、印順；水野弘元、平川彰、江島惠教
- 西方：La Vallée Poussin（AKBh 法譯）；Lamotte（《成業論》、《大智度論》）
- **亟待突破**：研究過度集中於 AKBh + Vyākhyā → Ny 與 MVS 僅存漢譯 → 漢語學界的特殊優勢與責任
- 新資源：安慧梵文俱舍論疏（小谷信千代等刊布中）

— 印順導師「以佛法研究佛法」：不是站在佛法之外的中立旁觀，而是帶著對解脫道的真實關懷（要有信願）。

— 研讀五蘊不僅問「邏輯關係」更問「如何鬆動執取」——概念分析必要，但不應成為自足目的而與解脫關懷脫節。

— 聞思修整合：從文本到經驗、從經驗回到文本。一旦建立這種循環，阿毗達磨研究就不可能淪為空洞的經院哲學。

— 亟待突破：研究過度集中於《俱舍論》和稱友疏。《順正理論》和《大毘婆沙論》僅存漢譯——漢語學界在此有得天獨厚的優勢和不可推卸的責任。

投影片十九：結語

阿毗達磨——

- 不是經院哲學，而是**直接的智慧**（prajñā）——為人類的解脫而設
- 為佛所印可的權威佛語；大乘亦在原則上肯認之（《八千頌般若》）
- 「**經之量**」——決眾經、判了義不了義的方法論工具
- 「**皆可推徵**」——批判性佛學研究的古代先驅
- 為後期佛教哲學（含瑜伽行派）提供現象學基礎
- 禪觀實踐的精確地圖

忽視阿毗達磨 = 喪失佛教思想的建築結構

— 六點歸結：(1) 直接的智慧，非經院哲學；(2) 權威佛語，大乘亦肯認；(3) 經之量——方法論工具；(4) 皆可推徵——批判精神的先驅；(5) 後期佛教哲學的基礎；(6) 禪觀的精確地圖。

— 結語一句話：忽視阿毗達磨＝喪失佛教思想的建築結構。重新確立阿毗達磨＝恢復佛教學術和實踐的完整性。