

天台宗一心三觀法門的實踐問題探討

On the Practice of “Threefold Contemplation in One Single Mind” in T’ien-t’ai Buddhism

林志欽

Chih-chin Lin

摘要

關於佛教的實踐修行法門，天台宗無疑地是論述最完備周詳的宗派之一。其中圓教的「一心三觀」又屬天台宗最玄妙、最高的法門。其不僅能證得天台宗所說的真正最高果位，且成就非常快速，故向來受到天台宗的研究學者最多的關注與研究，也多致力於如何解說之以落實於實踐。

然而，一心三觀並非如一般的，只要依據智者大師《摩訶止觀》等著作的說法，將之再述說一遍，即可輕易實踐之。不僅智者大師曾明言，此法是但化最上利根菩薩，筆者亦曾為文指出，一心三觀如何詮釋為一般人皆可行之實踐法門，目前學界與教界尚未成功。其故即在，要真正真實而具體地說明一心三觀之修法，由之能落實於實踐，其實是件艱難的事。

一心三觀說一心要同時作空、假、中三種觀。這不是指快速的一下子作空觀、一下子作假觀、一下子作中觀就算是的。也不是次第以一觀為主，餘觀為輔而修，就算是的。亦不是觀一種特殊之境，即所說的一念心具十法界或百法界，乃至一念三千。因為凡夫是不可能直接觀見此「不可思議境界」的。在此之下，一心三觀如何實踐仍是一重要課題。要凡夫一開始即能實踐之，真是難上加難。甚至可以提出懷疑：一心三觀是真正可行的嗎？還是只是智者大師所推述出來的境界而已？

本文即在對此重大問題，有別於傳統僅是在為其作解說之立場，採取分析與批判的立場，重新徹底檢視智者大師所詮釋的一心三觀法門，是否可行，又如何才能真正實踐。

關鍵詞

一心三觀、三觀、智顛、修行法門、天台宗

Threefold Contemplation in One Single Mind, Threefold Contemplation, Zhi-yi, practice way, T’ien-t’ai Buddhism