

四念住如何是唯一之道

再探 “*ekāyana magga*” 之語意

溫宗堃

提要

早期的西方巴利學者，將巴利經典中描述四念住的術語 “*ekāyana magga*” 譯作「唯一之道」。如此的譯語，引起部分學者的檢討，此巴利語詞也被賦與不同的譯語與理解。本文回顧學者關於此語詞之語義的研究，並討論「唯一之道」之譯語在文獻與理論上的可能依據。

關鍵詞：四念住、四念處、念處經、*ekāyana*、一趣道

一、前言

巴利佛典中，有一段著名的定型經文，出現在幾乎所有論述四念住的經典，描述著修習「四念住」(*satipaṭṭhāna*) 的七大利益：

*Ekāyano ayam bhikkhave maggo sattānaṃ visuddhiyā
soka-paridevānaṃ samatikkamāya dukkhadomanassānaṃ
atthagamāya ñāyassa adhiḡamāya nibbānassa sacchikiriyāya,
yadidaṃ cattāro satipaṭṭhānā.*¹

這段經文的意思可以做如下的翻譯：

比丘們啊！這是為淨化眾生、超越哀愁與悲泣、滅除痛苦與憂

¹ MN I 55–56.

傷、成就正理與作證涅槃的 *ekāyana magga*，也就是，四念住。

另一種譯法是：

比丘們啊！這道路 (*magga*) 是為淨化眾生、超越哀愁與悲泣、滅除痛苦與憂傷、成就正理與作證涅槃的 *ekāyana*，也就是，四念住。

早期西文的翻譯或學術著作，大多將“*ekāyana*”或“*ekāyana magga*”譯為帶有排他、獨佔意味的「唯一之道」，例如，理斯·戴維斯夫婦 (Rhys Davids, T.W. and C.A.F.) 在 1910 年出版的《長部》英譯本譯作 “The one and only path”²；伍德沃 (Woodward) 在 1930 年出版的《相應部》英譯本，和德國向智長老 (Nyanaponika Thera) 1962 年出版的名著 *The Heart of Buddhist Meditation* (佛教禪修心要)，皆亦譯作 “the sole way”³；英國的智髻比丘 (Ñāṇamoli Bhikkhu) 在 1956 年出版的《清淨道論》英譯本⁴，和錫蘭的蘇摩長老 (Soma Thera) 在 1941 年所編譯的 *The Way of Mindfulness* (正念之道) 皆譯作 “the only way”⁵。另外，霍納女士 (I.B. Horner) 在 1954 年初出版的《中部》英譯本則將該巴利詞譯作 “this one way”⁶。

「唯一之道」這帶有「唯一」、「獨一」意涵的譯詞，在後來學者的重新檢驗下，被認為是不合適的譯詞，例如，魯柏·葛汀 (Rupert Gettin) 認為早期譯者「對其中含涉的困難置之不理，而以為我們可以直截了當地將

² Rhys Davids, T.W. and C.A.F., 1977, p.327: The one and only path, Bhikkhus, leading to the purification of beings, to passing far beyond grief and lamentation, to the dying-out of ill and misery, to the attainment of right method, to the realization of Nirvana, is that of the Fourfold Setting up of Mindfulness.

³ Woodward, 1930, p.119: This, monks, is the sole way that leads to the purification of beings, to the utter passing beyond sorrow and grief, to the destruction of woe and lamentation, to the winning of the Method, to realizing Nibbāna, to wit: The four stations of mindfulness.

Nyanaponika, 1962, p.117: 「This is the sole way, monks, for the purification of beings, for the overcoming of sorrow and lamentation, for the destroying of pain and grief, for reaching the right path, for the realization of Nibbāna, namely the four Foundations of Mindfulness」。

⁴ Ñāṇamoli, 1956, p.2: Bhikkhus, this path is the only way for the purification of beings, ... for the realization of nibbana, that is to say, the four Foundations of Mindfulness.

⁵ Soma, 1941, p.1: This is the only way, o bhikkhus, for the purification of beings, for the overcoming of sorrow and lamentation, for the destruction of suffering and grief, for reaching the right path, for the attainment of Nibbāna, namely, the Four Arousings of Mindfulness.

⁶ Horner, 1954, p.71: There is this one way, monks, for the purification of beings, for the overcoming of sorrows and griefs, for the going down of sufferings and miseries, for winning the right path, for realizing nibbāna, that is to say, the four applications of mindfulness. 與此類似的是片山一良 (1997, 頁 164) 的「一道」。

ekāyana 譯作類似唯一之道的語詞。」⁷菩提比丘 (Bhikkhu Bodhi) 亦認為：「這種譯語，從〔巴利〕經典和注釋書都得不到什麼支持。」⁸蘇迦托比丘 (Bhikkhu Sūjato) 甚至認為這樣的譯詞「告訴我們的是譯者的成見，而不是該巴利語的意思。」⁹

如下文將見到的，後來的學者重新理解 “*ekāyana (magga)*”，各自賦與這語詞不同的意涵與翻譯。然而，這「唯一之道」的譯語，不僅出現在西文的著作，在日文的巴利佛典譯作之中也被使用，例如，石川淨海¹⁰和佐々木教悟¹¹皆譯作「唯一趣向の道」，渡辺研二譯作「ただ一つの道」¹²。學者們不同的觀點顯示，*ekāyana magga* 一詞的意涵，仍然容有進一步分析、探究的空間。本文一方面回顧過往學者對此語詞的研究成果，另一方面，則希望呈現「唯一之道」之譯語在佛典文獻和理論上的可能根據。為達成後者的目標，本文將檢視保留在古漢譯的阿毘達磨與注釋傳統對此語詞的詮釋，並指出四念住修行在阿含經與尼柯耶教法體系中的獨特地位。

二、近來學界對 *ekāyana magga* 語義的討論

就筆者所見，最早對 “*ekāyana magga*” 提出不同於「唯一之道」之譯詞的佛典翻譯研究者，是英國的智髻比丘 (Ñāṇamoli Bhikkhu)。雖然在《清淨道論》的英譯本中，智髻比丘將 “*ekāyana magga*” 譯為 “the only way”，但是，他後來在《中部》英譯本的草稿中，依據《中部·師子吼大經》(Mahāsīhanāda

⁷ Gethin, 1992, p.60: Translators of the *ekāyana* formula seem largely to have passed over the difficulties involved here and assumed that we can straightforwardly render *ekāyana* along the lines of ‘the one (i.e. only) way.’

⁸ Bodhi, 2000, p.1505: Though the Pāli expression is often rendered “the sole way” or “the only way,” this translation has little support either from the suttas or the commentaries.

⁹ Sujato, 2005, p.177: Standard renderings of *ekāyana* as ‘the one and only way’ tell us more about the biases of the translators than about the meaning of the Pali.

¹⁰ 石川淨海，1935/1997，頁 335：「比丘等よ、これは眾生を淨くする為、憂悲を度する為、苦惱を滅す為、正理を得む為、涅槃を證せむ為の唯一趣向の道、即ち四念処なり」。

¹¹ 佐々木教悟，1988，頁 2：「比丘等よ、これは生を淨くする為、憂悲を度する為、苦惱を滅する為、正理を得ん為、涅槃を證せん為の唯一趣向の道、即ち四念処なり」。

¹² 渡辺研二，2003，頁 377：「修行僧たちよ、生きものたちを清淨にするために、さまざまな愁いと悲しみをのりこえるために、苦痛と憂いを消滅させるために、正しい道を修得するために、ニッパーナの実現のため、このただ一つの道がある」。

Sutta) 的經文，提出另一個譯詞，即 “a path that goes in one way only”。¹³《中部·師子吼大經》是巴利尼柯耶中，除了論及四念住的經文外，唯一出現 “*ekāyana magga*” 的地方。依據該經，佛陀能夠依據人的行為而正確地判斷出那人死後投生的趣處，如地獄、畜生、餓鬼、人或天，或者斷定那人將證得心解脫與慧解脫。佛陀舉例說，這就如同某人走在通往某地點的 “*ekāyana magga*” 上 (*āgaccheyya...ekāyanena maggena... paṇidhāya*)，終究會到達該地點。¹⁴智髻比丘認為，在這個文脈中，“*ekāyana magga*” 的意思不外乎是 “a path that goes in one way only”，「僅走單一路線的道路」。

菩提比丘 (Bhikkhu Bodhi) 認同智髻比丘的意見，在修訂智髻比丘的《中部》英譯草稿時，為了令譯文更流暢，改採 “the direct way” (直截之道) 的譯語。關於「念住」被稱為 “*ekāyana magga*” 的可能原因，菩提比丘說：「雖然這觀點沒有聖典和注釋書的依據，但是也許可以說：念住被稱為 “*ekāyana magga*”，直截的道路，以便將它和經由『禪那』或『梵住』的禪修進路區別開來，後二者雖也能夠導向涅槃，但不必然如此，它們也可能導向傍道。然而，念住必定導向最終的目標。」¹⁵菩提比丘在後來 (2000 年) 出版的《相應部》英譯本，改採 “one-way path” (單一路線的道路) 的譯語。他在書中說：《中部·師子吼大經》的 “*ekāyana magga*” 清楚地意味著「一條直通目的地的道路」，因此該詞意指「念住是直通淨化眾生等〔利益〕的道路；也許是拿正念之道和其他不總是直通目標的禪修類型作對比。」¹⁶

德國無著比丘 (Bhikkhu Anālayo)¹⁷ 同樣採用 “the direct way” 「直截之道」的譯語。他注意到，巴利語的《三明經》(*Tevijja Sutta*)¹⁸ 和《法句經》

¹³ Nānamoli & Bodhi, 1995, pp. 1188. 智髻比丘於 1960 年過世，此《中部》英譯草稿應是完成於 1960 年與《清淨道論》出版的 1956 年之間。

¹⁴ MN I 74–77.

¹⁵ Nānamoli & Bodhi, 1995, pp. 1188, n.135: Though there is neither canonical nor commentarial basis for this view, it might be maintained that *satipaṭṭhāna* is called *ekāyana magga*, the direct path, to distinguish it from the approach to meditative attainment that proceeds through the *jhānas* or *brahmavihāras*. While the latter can lead to Nibbāna, they do not do so necessarily but can lead to sidetracks, whereas *satipaṭṭhāna* leads invariably to the final goal.

¹⁶ Bodhi, 2000, p.1916, n.123: ... *satipaṭṭhāna* leads straight to “the purification of beings,” etc.; perhaps the way of mindfulness is being contrasted with other types of meditation that do not always lead straight to the goal.

¹⁷ Anālayo, 2003, p. 28.

¹⁸ DN I 235: *ayameva ujumaggo, ayamañjasāyano niyyāniko niyyāti takkarassa brahmasahabyatāya.*

(*Dhammapada*)¹⁹可能帶有像「唯一之道」的「獨佔」意味，但是卻未以“*ekāyana*”來表達。這事實表示巴利經典並未用 *ekāyana* 來表示「獨佔」的意味。所以，就他而言，經典用“*ekāyana*”來形容四念住，意在傳達「直接」而非「獨佔」的意思，欲將人們的注意力引向八正道中最直接導致如實知見諸法的要素，也就是「正念」。²⁰

菩提比丘和無著比丘的研究，皆參考了英國魯柏·葛汀 (Rupert Gettin) 的著作。就筆者所見，葛汀是最早為釐清“*ekāyana*”的意思而廣泛檢視梵文、巴利文獻的研究者。葛汀在其著作中，先指出巴利注釋書針對“*ekāyana*”所提出的五種解釋。為了方便讀者，筆者在此依據巴利注釋書，將這五種解釋翻譯如下：

(1) 此中，“*ekāyana*”，即單一的道路。的確！道有許多名稱，如說：「道、途、街、徑、街、路；船、渡橋，筏、艇、橋。」在這裡，用“*ayana*”指說道路。因此，“*ekāyano ayam, bhikkhave, maggo*”：在此應如是了知其意義為「比丘們！這道路是單一的道路，不是分為二的道路。

(2) 或者，應獨一而去，所以是“*ekāyana*”。「獨一」：捨離群眾而獨處、遠離。「應...而去」：應...而行。

(3) 或者，經由此〔道路〕而往，所以是“*ayana*”，意思是〔經由此道路〕從輪迴行往涅槃。單一者所有的道路即 *ekāyana*，「單一者」指最勝者。一切眾生之中最勝者是世尊，因此，說的是世尊。的確，其他人也藉由此〔道路〕而去，雖然如此，這仍是世尊的道路，因為是他使之生起的緣故，如說：「婆羅門！世尊令未生的道路生起。」

(4) 或者，它去，所以是“*ayana*”，意思是，它去、它生起。它在單一處去，所以是“*ekāyana*”，也就是說，不在其他處，而是僅出現在此〔佛陀〕法律中，如說：「須跋陀！在此法律裡有聖八支道」。這是說法不同，但意思一樣。

¹⁹ Dh 274: *Esova maggo natthañño, dassanassa visuddhiyā; Etañhi tumhe paṭipajjatha, mārassetaṃ pamohanam.* 可譯作「唯此是道，無有餘道，得見清淨。應行此道！此能欺魔。」

²⁰ 及川真介 (2004, 頁 137) 譯《中部·念住經》時，亦採用類似的意，譯作「一本道」。

(5) 再者，它去向一處，所以是“*ekāyana*”。也就是說，雖然在前階段裡，是多面的修行方法，但在後階段裡去向單一處，唯涅槃。如梵天主說：「見生之滅盡者，同情〔眾生的〕利益，了知那“*ekāyana*”的道路——〔人們〕在過去藉由此路渡過瀑流，〔未來〕將會〔藉由此路〕渡過〔瀑流〕，〔現在〕也正〔藉由此路〕渡過〔瀑流〕。」²¹

接著，葛汀引用 Böhtlingk 和 Roth 的研究指出，在奧義書和史書中，“*ekāyana*”有四種意涵：作為名詞有三種意思：(1)「孤獨的地方——只有一人去的地方」²²；(2)「會合處、人們或事物合而為一的地方，或者聚集為一」²³；(3)「去至太一，或者，產生該結果的修鍊」²⁴；作為形容詞時，則舉“*ekāyano mārgaḥ*”為例，意為(4)「寬僅容一人的小徑」²⁵。葛汀提到：此中的第一和第二的意思，分別對應注釋書五種解釋中的第二和第五種解釋的基本意思。葛汀接著探討“*ekāyana*”在其他巴利文獻中的意涵，他指出《中部·師子吼大經》的“*ekāyana magga*”，應理解作「導向某一特定處，且僅是該處的一條道路」²⁶；而出現在《本生經》三處偈頌裡的“*ekāyana*”，則應分別理解作(1)「一次攻擊」(*one charge*)²⁷、(2)「狹窄的或孤寂的」²⁸、

²¹ Ps I 229–230: *Tattha ekāyano ti ekamaggo. Maggassa hi, Maggo pantho patho pajjo, añjasam vaṭumāyanam Nāvā uttarasetū ca kullo ca bhisi saṅkamo ti*

Bahūni nāmāni. Svāyam idha ayananāmena vutto. Tasmā ekāyano ayam, bhikkhave, maggo ti ettha ekamaggo ayam, bhikkhave, maggo, na dvedhāpathabhūto ti evam attho daṭṭhabbo. Atha vā ekena ayitabbo ti ekāyano. Ekenā ti gaṇasaṅgaṇikam pahāya vavakaṭṭhena pavivittena. Ayitabbo ti paṭipajjitabbo. Ayanti vā etenā ti ayano, saṃsārato nibbānam gacchantī ti attho. Ekassa ayano ekāyano. Ekassā ti seṭṭhassa. Sabbasattaseṭṭho va Bhagavā. Tasmā bhagavato ti vuttaṃ hoti. Kiñ cāpi hi tena aññe pi ayanti, evaṃ santē pi bhagavato va so ayano tena uppāditattā. Yath’āha “So hi, brāhmaṇa, Bhagavā anuppannassa maggassa uppādetā” ti (M. iii. 15) ādi. Ayatī ti vā ayano. Gacchati pavattatī ti attho. Ekasmim ayano ekāyano, imasmim yeva dhammavinaye pavattati, nāññatrā ti vuttaṃ hoti. Yath’āha: “imasmim kho, Subhadda, dhammavinaye aṭṭhaṅgiko maggo upalabbhatī” ti (D. ii. 151). Desanābhedo yeva h’eso; attho pan’eko. Api ca ekaṃ ayatī ti ekāyano. Pubbabhāge nānāmukhabhāvanāyappavatto pi aparabhāge ekaṃ nibbānam eva gacchati ti vuttaṃ hoti. Yath’āha Brahmā Sahampati:

“*Ekāyanam jātikhayantadassī, maggam pajānāti hitānukampī*

Etena maggena atamsu pubbe, tarissanti ye ca taranti oghan”ti (S. v. 168 and 186).

²² Gethin, 1992, p.61: a lonely place—a place where only one person goes.

²³ Ibid, p.61: a meeting place, a place where people or things become one; an assembly, or gathering together as one.

²⁴ Ibid, p.61: going to the one, or the practice that brings this about.

²⁵ Ibid. p.62: a footpath that is only wide enough for one.

²⁶ Ibid. p.63: a particular path that leads to a particular place— and that place only.

²⁷ Ibid. p.63. 經文是 Ja IV 349: *sukarehi samaggehi vyaggho ekāyane hato ti*. (豬共同以一擊殺

(3)「狹窄的」²⁹。葛汀認為：綜合梵、巴文獻，“*ekāyana*”最常表示兩個意思：(1) 僅一人行的地方，意味著「孤寂的」或「狹窄的」；(2)「去向一處」；因此考慮到沒有一個例子顯示「唯一的」的意思是恰當的意涵，若在四念住脈絡中採用這個意思，似乎相當乖張。葛汀總結說，四念住作為“*ekāyana*”，代表著「一路直通最終目標的道路」³⁰，且這樣的意味與《念住經》的結尾非常相稱，因為那裡說到念住修習會有兩種成果：阿羅漢的盡智或者不還果。雖然葛汀不認同「唯之道」的譯語，但是他正確地指出四念住在三十七道品乃至整個佛教修行中獨一無二的地位。這一點，筆者將在下文再敘述。

上述的學者大體上一致地將“*ekāyana*”理解成「直截的道路」、「直通最終目標的道路」。但這個詮釋仍然未獲得所有研究者的共識，例如，蘇迦托比丘(Bhikkhu Sujāto)、珍·娜蒂爾(Jan Nattier)和關則富便都偏好“*ekāyana*”在梵語中的「匯集」(convergence)或「結合之中心」(center of unification)的語意，而各自提出他們對該語詞的理解與詮釋。

澳洲的蘇迦托比丘³¹認為，“*ekāyana*”一詞在梵文婆羅門教典籍中具有多種意涵，因此，沒有理由認為該語詞在巴利佛典的不同文脈中一定具有統一的意思，換句話說，《中部·念住經》的“*ekāyana*”未必和《中部·師子吼大經》的“*ekāyana*”同樣具有「直截之道」的語意。他認為“*ekāyana*”在早期佛典中通常出現在與婆羅門教有關的脈絡，而在婆羅門教典籍中，《廣林奧義書》(*Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad*)中的一段含有“*ekāyana*”的文段與此問題關係最為密切，其意思是「匯聚、集中」(convergence)。而其精神意涵主要是「心匯聚於三摩地」(convergence of the mind in *samādhi*)。他認為「集中」的這個意涵符合巴利注釋書的第五個解釋：「去向一(處)」(*ekaṃ ayati*)，只不過這裡的「一」應該代表著「一境」(*ekaggatā*)、「專一」(*ekodibhāva*)，也就是「三摩地」(*samādhi*)。對他而言，這樣的詮釋正是漢譯《增一阿含經》

死老虎)。

²⁸ Ibid. p.63. 經文是 Ja V 172–173: *ekāyane taṃ pathe addasāsiṃ balena vaṇṇena upeta-rūpaṃ*. (我在那條狹窄的路上看見充滿力量與美麗的色)。

²⁹ Ibid. p.63. 經文是 Ja VI 557: *ekāyano eka-patho sarā sobbhā ca passato, aññaṃ maggaṃ na passāmi yena gaccheyya assamaṃ*. (見到一條狹窄的道路，一旁有湖，一旁有洞，我未見其他能去到那寺院的道路)。

³⁰ Gethin, 1992, p.64: a path that leads straight and directly all the way to the final goal.

³¹ 以下的介紹，見 Sujāto, 2005, pp.177–186。

對「一入」(*ekāyana*)的說明³²所要表達的，同時也顯示四念住在「將心帶往三摩地」一事上扮演著關鍵的角色。如此的詮釋符合蘇迦托比丘自身對念住的獨特理解，即念住的主要目的在於引生禪那(*jhāna*)。³³

珍·娜蒂爾(Jan Nattier)在其〈漢譯阿含經的「一乘」：巴利舊問題的新解釋〉(Nattier 2007)一文中，找出大正藏阿含部對應“*ekāyana magga*”的漢譯語詞，分析它們的語意與所處文脈，嘗試從婆羅門教典籍中“*ekāyana magga*”本有的諸多意涵中，找出最適合作為描述四念住的“*ekāyana magga*”的語意。³⁴她指出，“*ekāyana magga*”的對應漢譯語包括「一乘道」、「一道」、「唯有一道」、「一入道」、「道一契」。此中，求那跋陀羅(Guṇabhadra) 435 至 443 年間譯的《雜阿含經》中，「一乘道」³⁵被用來描述「四如意足」(SĀ 561)、「六念」(SĀ 550)、「四念住」(SĀ 1189, 535, 607)、「三種離熾然、清淨、超出道」(即持戒、四種禪那、了知四諦)(SĀ 563)；法賢在 998 年譯的《人仙經》用「一乘法」描述四念住、「八正道法」。僧伽婆提於 397 至 398 年間譯的《中阿含經》用「一道」描述四念住和「聖正定有習有助」(可謂等同八正道)。綜合這些資料，加上葛汀曾指出“*ekāyana*”在《義釋》(*Niddesa*)被用來描述所有三十七道品，娜蒂爾認為：在漢譯阿含部和巴利三藏中被稱作“*ekāyana*”的實踐，沒有一個的內容是「單一的」，反而總是包括多個實踐方法。她認為從這些文脈來看，賦與“*ekāyana*”這「唯一之道」的語意，不僅是如葛汀說的「乖張」更是「錯誤的」(*simply wrong*)。針對之前研究者所提出的「直截之道」的詮釋，她認為這雖然「不是不可能」(*not impossible*)，但可能仍有其他更貼切的詮釋。

³² 《增壹阿含經》：「云何名為一入？所謂專一心，是謂一入。」(CBETA, T02, no. 125, p. 568, a4-5)

³³ Sujāto, 2005, p.186: the primary purpose of satipaṭṭhāna is to lead to jhāna。這主張當然具有極大的爭議性，至少大多學者與佛教界內部普遍認為「四念住」雖可包含「奢摩他」(*samatha*)的修行，但是，「內觀」(*vipassanā*)才是其主要目的。

³⁴ 以下的介紹出自 Nattier (2007)一文。

³⁵ 如許多研究者已指出的，《雜阿含經》的「一乘道」中「一乘」的譯語，令人想起《妙法蓮華經》的「一乘」，梵語作“*ekayāna*”。「一乘」的譯語其實不適合用來譯“*ekāyana*”。印順法師(1983/1994b, pp. 58–59)曾說：「宋譯『雜阿含經』，譯出的時代遲了些，而譯者求那跋陀羅，是一位唯心大乘師，所以譯文中偶有大乘的名義。」這「一乘道」的譯詞，顯然也可作為印順法師這段評論的證據之一。附帶一提的是，過去一些學者沿用「一乘道」作為“*ekāyana*”的譯語，如渡邊照宏(1940/1993, 頁 357)；干瀉龍祥(1935/1993, 頁 90)；安藤正見(1982, 頁 645)。

娜蒂爾認為，威廉氏梵英字典所提的兩個“*ekāyana*”的字義更適合漢巴文獻中“*ekāyana*”所處的文脈，即：《百道梵書》（*Śatapathabrāhmaṇa*）的「meeting-place」或「center of union」，以及《摩訶婆羅多》（*Mahābhārata*）和《唱讚奧義書》（*Chāndogya Upaniṣad*）的「absorption in one」或「unity」；這兩個語意也符合“*ekāyana*”在吠陀文獻中所具有的一般意義：「匯聚點」（point of confluence）、「合一點」（unification point）。由於漢巴文獻的“*ekāyana*”皆指涉被分爲一組的多個修習方法，因此娜蒂爾總結說：「在這種的脈絡下，“*ekāyano magga*”的最佳翻譯，也許是『統一的』或『整合的』道路，也就是多個實踐所組成的道路。而“*ekāyana*”一詞在某些經文中，也可意指『直截的、直達目標的』，這一事實也給這疊句一刻意的多義性：這幾組的實踐，不僅是統合的（即構成一整套應被採用的活動），它們也將帶領行者直達目標。」³⁶

最後一個想介紹的，是關則富的研究（Kuan, 2008）。他指出，雖然《雜阿含》中“*ekāyana magga*”（一乘道）被用於指「四神足」與「六念」，但依據《大毘婆沙論》，三十七道品中，只有四念住被稱爲“*ekāyana magga*”（一趣道）。³⁷因此，他認為，很可能“*ekāyana magga*”原本僅用於「四念住」，後來才擴大範圍，被用於「四神足」與「六念」。³⁸關於“*ekāyana*”的語意，關則富亦採用奧義書中「匯聚點」（point of convergence）的意思，他指出：“*ekāyana magga*”在四念住的脈絡，可能意味著「念住是一條各種實踐成分匯聚一起的道路」，可以將它譯作「綜合的或全包的道路」，而如此的名稱恰當地指出四念住的特徵：基本的普遍性教導，可應用於各種的佛教實踐。³⁹

歸結上述研究者對“*ekāyana magga*”一詞的理解。就意涵而言，魯柏·

³⁶ Nattier, 2007, p.199: In such a context the best translation of *ekāyano maggo* might be “unified” or “integrated” path, i.e., a path consisting of a combination of practices. The fact that the term *ekāyana* can clearly also mean “direct, going straight to the goal” in some texts may well have given the refrain a deliberate multivalence: the various sets of practices are not only unified (i.e., compromising a set of activities to be undertaken), but they will take one directly to the goal.

³⁷ 《阿毘達磨大毘婆沙論》：「問：正斷、神足、根、力、覺支、道支為是一趣道不？若是者，何故彼經唯說念住名一趣道，不說餘耶？……是故，彼經唯說念住名一趣道，而不說餘。」（CBETA, T27, no. 1545, p. 943, c15-p. 944, a1）

³⁸ Kuan, 2008, pp. 129–130.

³⁹ Kuan, 2008, p. 130: ... the four *satipaṭṭhānas* constitute the path where various strands of practice converge a comprehensive or “all-inclusive” path, which appropriately characterizes the four *satipaṭṭhānas* as basic general instruction applicable to various Buddhist practices.

葛汀、菩提比丘和無著比丘皆採用「直截之道」的意思，認為它表示四念住是直通最終目標，即涅槃的一條道路。蘇迦托比丘則採取「進入專一」的意涵，強調四念住的主要目的是在培養「禪那」。娜蒂爾的「整合的、統一的道路」或關則富的「綜合的或全包的道路」，不約而同地認為四念住之所以為“*ekāyana*”，乃是因為它是一條多種實踐要素共同匯聚於一處的道路。

從文法的角度而言，無論是採用「直截之道」譯語的魯柏·葛汀、菩提比丘、無著比丘，或者強調「進入專一」的蘇迦托比丘，還是強調「匯聚點」的娜蒂爾與關則富，在他們建議的譯語背後，皆是將“*ekāyana*”理解成依主釋複合詞，前語“*eka*”具備對格的意味，作為後語“*ayana*”的受詞，相當於巴利注釋書第五種詮釋對“*ekāyana*”所作的一般（不具宗教實踐意涵）的詮解，可以直譯為「去向一處（的）」，作為形容詞，修飾著“*magga*”，「道」。

三、保留在漢譯中的注釋傳統對 *ekāyana magga* 的詮釋

如上所示，學者們在探討“*ekāyana magga*”的語意時，使用了婆羅門教的典籍、巴利尼柯耶、漢譯阿含經的相關文獻，也參考巴利語注釋傳統的相關解釋。若說這些研究忽略了什麼的話，可以說它們遺漏了保存在漢譯中其他早期佛教部派對“*ekāyana magga*”的解釋。

娜蒂爾與蘇迦托比丘已注意到《別譯雜阿含經》的譯者支持「唯一之道」的理解，因為在《別譯雜阿含經》中，我們看到下列的經文：

唯有一道，能淨眾生，使離苦惱，亦能除滅不善惡業，獲正法利，所言法者，即四念處。⁴⁰

該經的譯者何以將“*ekāyana magga*”理解為「唯有一道」，我們大概不得而知。但是，我們確實可以從尚未被探討的印度佛教文獻中，找到其他支持「唯一之道」之譯語的文段和理論依據。玄奘大師翻譯許多印度論著，我們在他的譯作中可以看到非巴利語系的印度論師針對“*ekāyana magga*”所作的解釋。用 CBETA 搜尋「四念住」，可知道玄奘大師將“*ekāyana magga*”翻譯為「一趣道」。而在玄奘譯的《大毘婆沙論》中，便記載著有部論師對「一趣道」所做的十二種解釋：四念住之所以稱為一趣道，因為四念住這條道路 1.「起

⁴⁰ CBETA, T02, no. 100, p. 410, b12-14。

越一界」；2.「超越一趣」；3.「超越一生」；4.「能通達一諦」；5.「趣一究竟」；6.「但有一道」；7.「無異趣」；8.「不退還」；9.「至不退解脫」；10.「至背五趣之一趣」；11.「能對治異道」；12.「能趣一解脫宮門」。⁴¹

這裡，大多數的解釋將「一」(*eka*)理解成「單一」，作為「趣」(*ayana*)的受詞。「單一」有多種解釋，如「一界」、「一趣」、「一生」、「一諦」、「一究竟」、「不退解脫」或「一解脫宮門」等；而「趣」(*ayana*)則解釋為「超越」、「趣(向)」或「(達)至」的意思。特別吸引筆者注意的是，此中「但有一道」和「能對治異道」這兩種解釋，皆含有將「四念住」視為「唯一之道」的意味。兩段的說明如下：

亦以但有一道故名一趣道，即⁴²聖道。問：豈不有隨信行道乃至不時解脫道，如是便有多道耶？答：一切皆是趣苦滅行，故說名一道，如趣苦滅行，如是趣有滅、世間滅、生死滅、流轉滅、生老病死滅行說亦爾。⁴³

復有說者：能對治異道，故名一趣道。謂諸外道或執不食為道，或執隨日轉為道，或執臥灰、飲風、服水、茹菜、噉菓、裸形、龐衣、臥不平等，各以為道。佛為對治彼異道，故說一趣道。此意義言：彼種種道皆非真道，但是惡邪妄道，是不善士所習近道，非諸善士所習近道。所以者何？真道唯一，謂四念住。⁴⁴

第一段引文將「四念住」理解作趨向苦滅的聖道，所以是「但有一道」，即「只有一條道路」；第二段引文，指出「四念住」相對於外道的種種苦行邪道，是「唯一」的「真道」。這第二段的引文，令人聯想到巴利注釋書裡“*ekāyana*”的第四種解釋——視四念住為僅在佛陀的法律中出現，其他外教所沒有的道路。無著比丘認為「唯一之道」的譯語對應這第四種解釋。⁴⁵無

⁴¹ Walshe (1987/1995, p.589, n.626) 認為巴利注釋書針對“*ekāyana magga*”提供五種解釋，表示古代注釋家也不確定其正確的意思。《大毘婆沙論》的十二種詮釋，或許也意味著其編輯者當時也無法確定何種解釋代表正確的詮釋。不過，同樣可能的是，注釋家只是收集以往曾有的解釋，將它們並列出來而已，無意區別何者為正確，畢竟它們具有相同的宗教教化功能。

⁴² 「即」，大正藏作「則」，今依宋、元、明、宮本讀「即」。

⁴³ CBETA, T27, no. 1545, p. 943, b16-21。

⁴⁴ CBETA, T27, no. 1545, p. 943, b24-c2。

⁴⁵ Anālayo, 2003, p.27-28: A more commonly used translation of *ekāyano* is “the only path”, corresponding to the fourth of the five explanations found in the commentaries.

論如何，這兩段引文明確地顯示早在《大毘婆沙論》成立之時或更早，古代印度論師中，便有人主張“*ekāyana magga*”應理解作「唯一之道」或與之類似的意涵。《大毘婆沙論》這樣的理解，在印度佛典文獻中並非孤例。另外一個明確將“*ekāyana magga*”理解為「唯一之道」的文段，可見玄奘大師所譯的《瑜伽師地論·攝事分》：

應知除此四種念住，更無有餘不同分道或所緣境。由此道此境，
能盡諸漏，獲得涅槃，由無第二清淨道故，說純有一能趣正道。

46

依據印順法師的研究⁴⁷，這段論文，意在抉擇《雜阿含經》的 605、606、607 經的經義。依照論文，“*ekāyana*”被理解為形容詞，意思是「純有一(*eka*)的，且能趣向的(*ayana*)」，用以修飾「道」(*mārga*)。論文以「無有第二清淨道故」，清楚顯示這「純有一能趣正道」是「唯一之道」。之所以是「唯一之道」的緣故，是因為為了達到煩惱的盡除，必需修習四種「念住」的任一種，觀察「身、受、心、法」四種所緣境的任一種。這段解釋令人想起《中部·注釋書》在解釋《念住經》的「超越憂愁與悲泣」(*sokapariddavānaṃ samatikkamāya*)時所做的說明。⁴⁸該處提到，山達迪大臣(Santati)在聽聞偈頌後證得阿羅漢，帕特迦羅(Paṭācāra)在聽聞另一首偈頌後證得預流果。針對此事，注釋書評論說：

*Yasmā pana kāya-vedanā-citta-dhammesu kañci dhammaṃ
anāmasitvā bhāvanā nāma n'atthi, tesmā te pi iminā va maggena
sokaparideve samaikkantā ti veditabbā.*

因為若未觀察身、受、心、法之中的任一法，則不名為「修行」，
所以，應知：他們也是藉由此道路而超越憂悲與悲泣。

這段解釋說明：山達迪大臣等並非僅憑聽聞偈頌便證得聖果，而是實際以四念住的修行方法，觀察了身、受、心、法，藉由念住之道而證得聖果，因為若不觀察身、受、心、法的任一法，則便沒有「修行」可言。《瑜伽師地論》和《中部注》不約而同的說明，理當可算是「唯一之道」一詞之譯語的理論基礎。

⁴⁶ CBETA, T30, no. 1579, p. 859, b2-4。

⁴⁷ 釋印順，1983/1994a，頁 236–237。

⁴⁸ Ps I 232.

「唯一之道」的譯語，也可見於今日大多梵語、巴利語辭典對“*ekāyana*”的說明。這表示「唯一之道」的譯語，從文法上是站得住腳的。如娜蒂爾(Nattier, 2007, p.191)曾注意到的，《巴利精審辭典》⁴⁹和「巴利聖典協會」的《巴英辭典》⁵⁰，似乎都支持「唯一之道」是“*ekāyana*”的一個可能語意：前者列出“a single (= unique) road”；後者則舉出“leading to the goal as the one & only way (*magga*)”。可以再列為佐證的辭書是瑪格麗特·孔的《巴利辭典》，列有名詞“the only path”和形容詞“being the only way”的解釋。⁵¹另外，威廉氏的《梵英辭典》⁵²也列出“the only way”作為“*ekāyana*”的語意之一。

如此，將“*ekāyana magga*”理解為「唯一之道」，事實上不僅有古代漢譯的先例，從理論依據和梵、巴語法而言，也不是絕對不可能的事。就此而言，早期的西方學者將巴利佛典中描述四念住的“*ekāyana magga*”譯為「唯一之道」，也許並非是那麼「乖張」甚至「錯誤」的事。

四、四念住在初期佛典修行體系中的獨特地位

如果巴利尼柯耶描述四念住的“*ekāyana (magga)*”意指「唯一之道」，那麼，「四念住」相較於其他禪修方式，究竟有何獨特之處，使它在眾多修行方法中脫穎而出，而能夠被稱為「唯一之道」呢？

首先，四念住在尼柯耶中被呈顯的方式，有不少點是獨一無二的。除了獨佔“*ekāyana*”的標誌之外，在四部尼柯耶中，被指定為「以自己為洲渚、以自己為歸依處，不以他人為歸依處，以法為洲渚，以法為歸依處，不以他物為歸依處」的佛教實踐，就只有四念住而已。⁵³所謂的「自依自洲、法洲法依」僅僅指涉四念住，這事實給人的一種強烈的印象是：四念住便是佛弟

⁴⁹ *Critical Pali Dictionary*, p.632b.

⁵⁰ *Pali English Dictionary*, p.159b.

⁵¹ *A Dictionary of Pāli Part I*, p.529b.

⁵² *A Sanskrit English Dictionary*, p.230b。相對於此，《佛教混合梵語辭典》(*Buddhist Hybrid Sanskrit Grammar and Dictionary*, v.2, p.154a)僅列“narrow (path), traversable only by one at a time”等形容詞的意涵，並未提到「唯一」或類似的意涵。

⁵³ SN III 42; DN III 58: *attadīpā, bhikkhave, viharatha attasaraṇā anaññasaraṇā, dhammadīpā dhammasaraṇā anaññasaraṇā*。《雜阿含·639經》：「當作自洲而自依，當作法洲而法依，當作不異洲不異依。」(CBETA, T02, no. 99, p. 177, a6-7)《長阿含經》卷2：「當自熾燃，熾燃於法，勿他熾燃；當自歸依，歸依於法，勿他歸依。」(CBETA, T01, no. 1, p. 15, b6-7)。

子的安身立命的歸依處，是諸種佛法實踐之中最根本且最具代表性的實踐，修行者能夠僅憑自身四念住的修習，不假外求而完成佛教的終極目標。葛汀的兩段話，突顯了四念住之所以在佛陀教誨中具有根本與不可或缺地位的原因：

只有在完整描述念住的經文中，才能找到比丘基本實踐的具體內容，確實只有在這類經文中，才可能了解比丘應該如何開始沿著道路前進。換句話說，只有以四念住，我們才得到四部尼柯耶裡佛教（禪修）實踐或瑜伽（yoga）的基本概括教導。⁵⁴

……如果七組〔即三十七道品〕中的一組可以視為確立佛道實踐的基本指示的話，那會是四念住。⁵⁵

此處另外值得注意的一點是，「自依自洲」的教導，大多接續在佛陀自稱已經年老或不久亦將入滅的文段之後。⁵⁶如關則富已指出的，這樣的鋪陳明白顯示，經文的編輯者相信，佛陀晚年時特別諄諄囑咐佛弟子修行四念住。⁵⁷這類將說法背景設定在佛陀晚年的四念住經典，「顯示佛陀在他老年時特別強調四念住為其最後的教導。而這個被標誌為“*ekāyana*”的教導，可能代表佛陀嘗試概述或總結他整個關於如何實踐以體證最終宗教目標的教學。」⁵⁸

⁵⁴ Gethin, 1992, p.66: It is really only with the material associated with the full description of the *satipaṭṭhānas* that any concrete idea of the basic practice of the bhikkhu might be obtained; it is really only from this material that one might form an idea of how the bhikkhu might be expected to set about beginning his progress along the path. In other words, with the four *satipaṭṭhānas* we have the nearest thing in the four Nikāyas to basic general instruction in Buddhist '[meditation] practice' or yoga.

⁵⁵ Ibid, p.67: if any one of the seven sets can be characterized as setting down the basic prescription for practice of the Buddha path, it is the four *satipaṭṭhānas*.

⁵⁶ SN V 152–154, V 162–163, V 164–165; DN II 100–101。

⁵⁷ 關則富（Kuan, 2008, p.137）指出，《念住相應》有九部經典，其背景被設定在佛陀般涅槃前不久甚至之後，這可能意味著「這些經文的編輯者『記得』或相信這些關於四念住的經典是〔佛陀〕在較晚期才說的。這可能反映了佛陀在其教學生涯後期特別強調四念住的可能性。」

⁵⁸ Kuan, 2008, p.138: ...show that the four *satipaṭṭhānas* were especially emphasized as his final teaching in his old age. This teaching, which is characterized by the term *ekāyana*, may represent the Buddha's attempt to summarize or conclude his entire teaching on how to practice for the realization of the ultimate religious goal. 雖然關則富的整個論文更想建議的是四念住相較於其他的教法是在較晚的時期形成（Kuan, 2008, p.120），但是，有鑑於四念住完全融入在佛陀的整個教法體系，我認為更可能的情況是，四念住從佛陀最初說法便已成形（作為道諦中的正念道支），四十五年間一再重覆；由於其重要性，佛陀在入滅之前又給與特別的強調。

四念住在經典中另一個獨一無二的特質是，四念住的教學被呈顯為一種無有窮盡的教導。在《中部·師子吼大經》⁵⁹，佛陀說，假使四位聰慧絕頂，記憶過人的弟子，日夜不停毫無間斷地，詢問他關於四念住的種種問題，縱使歷經百年的問答對話，佛陀對四念住的說明與解答，仍然無有窮盡的一日。乍看之下，這樣的經文似乎僅是一種誇飾的文學手法。但若考慮到四念住教法的特質，便能理解何以佛陀在這裡單舉四念住而非其他。這特質是之前的學者指出的，四念住是「基本的概括的禪修實踐說明」。⁶⁰因此，許多的禪修實踐，只要符合四念住的架構，便能被含攝在四念住的修行當中。如向智尊者說：

佛陀的教法提供多種的心靈訓練方法與禪修主題，適合種種不同的個人需求、性情與能力。但是，所有這些方法最終匯聚於被佛陀稱為「唯一之道」（或獨一之道；*ekāyana magga*）的「正念之道」。因此，這正念之道堪稱「佛教禪修的心要」，甚至「整體佛法的心要」（*dhamma-hadaya*）。⁶¹

然而，在緬甸和此書若干頁裡對念住修習的強調，絕不是對其他方法或策略的反對或貶低。念住若不能包含它們全部，就不會是「唯一之道」。⁶²

四念住的教導是一種基本概括的說明，它提示的是原則指導與一些修行方法的例子，依照其原則可以衍生出許多經文未明示的禪修技巧與方法。舉例說明，研究當代內觀傳統，如馬哈希（Mahāsi）、葛印卡（Goenka）等禪修傳統，便可得知，一些內觀禪修技巧：如「觀察腹部上下」、「掃描全身」、「觀察手的規律移動」，雖未在《念住經》中明示，但卻符合《念住經》的禪修指

⁵⁹ MN I 82–83。《雜阿含·612經》也有類似的經文，見 CBETA, T02, no. 99, p. 171, c6-21。

⁶⁰ Kuan, 2008, p.130; Gethin, 1992, p.65–66.

⁶¹ Nyanaponika, 1962/1996, p.7: The teaching of the Buddha offer a great variety of methods of mental training and subjects of meditation, suited to the various individual needs, temperaments and capacities. Yet all these methods ultimately converge in the 'Way of Mindfulness' called by the Master himself 'the Only Way' (or: the Sole Way; *ekāyana magga*. The Way of Mindfulness may therefore rightly be called 'the heart of Buddhist Meditation' or even 'the heart of the entire doctrine' (*dhamma-hadaya*).

⁶² Nyanaponika, 1962/1996, p.104: The emphasis which the practice of Satipaṭṭhāna receives in Burma, and in the pages of this book, is, however, not meant to be a discouragement or disparagement of other methods or devices. Satipaṭṭhāna would not be the Only Way if it could not encompass them all.

導原則，亦可謂是《念住經》自身的教導。⁶³再者，如葛汀所指出的：四念住並非與三十七道品的其他法數無關；事實上，四正勤、四如意足、五根、五力、七覺支、八正道，無非從四念住的實踐而來，與四念住實踐的進展過程有關。⁶⁴如此，四念住的教法，不僅能衍生出種種禪修（尤其是觀禪）技巧與方法，也能開展出其餘三十七道品的教法。《師子吼大經》大概是因上述的理由而說四念住的教導能夠無窮無盡。

在巴利佛典中，四念住尚享有其他獨一無二的敘述。例如，唯獨四念住被描述為比丘「自己的境界、祖傳的領域」(*gocaro sako pettiko visayo*)；⁶⁵唯獨四念住被佛陀指定為想保護自己與他人的人們所應修習的禪修方法；⁶⁶也唯獨四念住具有如此的描述：「比丘們啊！那些你所憐愍的，那些認為你〔的話〕應被聆聽注意的——無論是朋友、同事、親人或家人，你應該勸誘、敦促、安頓他們於四念住的修行。」⁶⁷上述這些獨特的描述，雖然未能直接證明四念住是唯一之道，但確實突顯了四念住獨一無二而與眾不同的特質。

那麼，四念住究竟如何可說為是「唯一之道」？就上座部（Theravāda）傳統而言，四念住在巴利佛典中能成為唯一之道的的原因，無非是因為四念住的修習相當於「毗婆舍那禪修」(*vipassanā-bhāvanā*)。「毗婆舍那」或「內觀」是佛教獨有的禪修方法，也是證悟道、果、涅槃的唯一途徑，如英國學者金氏（King）說：

我們必須記住：毗婆舍那使佛教有別於所有其他的（尤其是婆羅門教的）方法；毗婆舍那獨自引領禪修者到達佛教徹底終極的解脫（涅槃）。毗婆舍那是（上座部）佛教世界觀在方法上的具體化。……毗婆舍那於作證涅槃是絕對必要的，但是寧靜

⁶³ 對一些內觀傳統的禪修技巧之描述，可見 Konfield (1988/1993)、Goenka (1999/2001)、Anālayo (2011)、無著法師 (2010)、溫宗堃 (2009)。

⁶⁴ Gethin, 1992, p.66: ...the remaining sets concern rather more exclusively what actually issues from that meditation practice and how it progresses—not that these elements are absent from the account of the four *satipaṭṭhānas*.

⁶⁵ SN V 148. 《雜阿含·617 經》：「自行處父母境界」(CBETA, T02, no. 99, p. 173, a26)

⁶⁶ SN V 169: *Attānaṃ, bhikkhave, rakkhissāmīti satipaṭṭhānaṃ sevitabbaṃ; paraṃ rakkhissāmīti satipaṭṭhānaṃ sevitabbaṃ*. 《雜阿含·619 經》：「比丘！當如是學。自護者修四念住，護他者亦修四念住。」(CBETA, T02, no. 99, p. 173, b17-18)

⁶⁷ SN V 189: *Ye, bhikkhave, anukampeyyātha, ye ca kho sotabbaṃ maññeyyūṃ mittā vā amaccā vā ñātī vā sālohitā vā, te vo, bhikkhave, catunnaṃ satipaṭṭhānānaṃ bhāvanāya samādapetabbā nivesetabbā patiṭṭhāpetabbā*.

住（禪那與無色等至）則不是。⁶⁸

但是，因為毗婆舍那智（慧）是導向涅槃之洞見力的要素，也是最終解脫的必要條件。聖典中曾暗示單單毗婆舍那的訓練便足以導致解脫。⁶⁹

關於毗婆舍那是唯一的道路，向智長老（Nyanaponika Thera）曾說：

毗婆舍那是對三共相，即無常、苦、無我的直接且深入的體悟，它不是僅在理智上了解這些真理，形成概念知識而已，而是對它們有毫無疑惑且不可動搖的個人體驗。這體驗乃透過反覆地在禪修中面對支撐這些真理的事實而獲得並達至成熟。……正是毗婆舍那的內在本質使人逐漸去除執著並遠離貪愛，終至心的究竟解脫，遠離一切使心淪為眾苦之奴隸的所有肇因。⁷⁰

在佛陀的教法中，修習奢摩他或禪那，只是到達目的的工具，無法憑藉它們到達解脫的最高目標，這只有透過毗婆舍那才能達成。⁷¹

因為「毗婆舍那」是證悟涅槃的唯一途徑，如果四念住等同毗婆舍那，那麼四念住便可謂是唯一之道。事實上，巴利《念住經》所教的四念住正是一種以「毗婆舍那禪修」為主軸，並可兼容「奢摩他禪修」(*samatha-bhāvanā*)的禪修系統。這一點，是許多學者所公認的，例如：關則富：「正念的練習，

⁶⁸ King, 1992, p.16: We must remember that *vipassanā* sets Buddhism apart from all other methods (especially Brāhmaṇical); it alone brings the meditator to full and final release (*Nibbāna*) in the Buddhist view. *Vipassanā* is the methodological embodiment of the Buddhist (Theravāda) world view. ... *Vipassanā* is absolutely essential to Nibbānic attainment, but the peaceful abiding (*Jhānas* and formless meditation) are not.

⁶⁹ King, 1992, p.117: But since the *vipassanā* understanding (wisdom) is the quintessence of the insight leading to Nibbāna, as well as sine qua non for that final liberation, it is implied in sacred scripture that *vipassanā* alone could be a discipline sufficient for salvation.

⁷⁰ Nyanaponika, 1962, p. 44: *Insight* is the direct and penetrative realization of the Three Characteristics of Existence, i.e. Impermanence, Suffering and Impersonality. It is not a mere intellectual appreciation or conceptual knowledge of these truths, but an indubitable and unshakeable personal experience of them, obtained and matured through repeated meditative confrontation with the facts underlying those truths. It is the intrinsic nature of *Insight* that it produces a growing detachment and increasing freedom from craving, culminating in the final deliverance of the mind from all that causes its enslavement to the world of suffering.

⁷¹ Nyanaponika, 1962, p.102: ... in the Buddha's teaching, the Development of Tranquility or the meditative Absorptions, are only means to an end, and cannot lead, by themselves, to the highest goal of liberation which is attainable only through Insight.

尤其是念住，被修行者與學者們普遍認為是毗婆舍那禪修的核心。」⁷²葛利非斯 (Griffiths)：「我們必須視『毗婆舍那』與『慧』為相等的語詞……在巴利聖典所述的培養智慧的最簡單且最有效的方法大概便是念住的方法。」⁷³彼得·哈維 (Peter Harvey) 亦曾說：「毗婆舍那修習的基本架構被稱為四念住。」⁷⁴喜戒禪師 (Sīlānanda) 亦說：「在本經〔即《念住經》〕中，強調的是毗婆舍那，而非奢摩他禪修，因為觀察生法與滅法，只有在毗婆舍那禪修中才有可能。……在本經中，每個業處都導向毗婆舍那，雖然在早期階段，它可能是奢摩他禪修。」⁷⁵

如此，由於四念住代表毗婆舍那，而毗婆舍那可謂是證得道果涅槃的唯一途徑，所以，就上座部佛教而言，四念住，無論是採純修「毗婆舍那」或兼修「奢摩他」的方式⁷⁶，理所當然可稱為「唯一之道」。⁷⁷

五、結論

上述對“*ekāyana magga*”的相關研究所做的回顧與介紹顯示：就婆羅門教的典籍而言，在不同的文脈、文本裡出現的“*ekāyana*”，並非皆具有相同的意涵，沒有單一個意涵能夠同時適用於所有的文脈。這個情況原則上也適用於初期佛教典籍。無論是魯柏·葛汀、菩提比丘和無著比丘採用的「直截之道」，蘇迦托比丘所建議的「進入專一」的意涵，或者娜蒂爾的「整合的、統一的道路」、關則富的「綜合的或全包的道路」，皆無法完全適用於“*ekāyana*

⁷² Kuan, 2008, p.58: The practice of mindfulness, especially *satipaṭṭhāna*, is widely considered to be the core of insight (*vipassanā*) meditation by practitioners and scholars alike.

⁷³ 轉引自 Kuan, 2008, p.58: Griffiths (1981: 611 and 614) “We may take *vipassanā* (insight) and *paññā* (wisdom) as equivalent terms ... Perhaps the simplest and most effective way of developing *paññā* described in the Pāli canon is that of *satipaṭṭhāna*.”

⁷⁴ 轉引自 Kuan, 2008, p.58: Harvey (1990: 254) also says, “The basic framework for developing Insight practice is known as ‘the four foundations of mindfulness’, the *satipaṭṭhānas*.”

⁷⁵ Sīlānanda, 1990, p.38: In this *sutta*, emphasis is on *vipassanā* and not *samatha* meditation, because contemplating the “origination factors” and the “dissolution factors” is only possible in *vipassanā* meditation. In this *sutta*, every object of meditation is directed toward *vipassanā*, although in the early stages, it can be *samatha* meditation.

⁷⁶ 這裡的「奢摩他」專指是色界定、無色界定。四念住的「毗婆舍那修行」本身便含有「定」(*samādhi*)的要素。毗婆舍那所具有的定，見 Nyanaponika, 1962, p.103; Gunaratana, 1985, p.45。

⁷⁷ 《念住經》不同傳本（上座部、有部、大眾部）所列舉的念住實踐並不相同。研究者曾依各自的研究方法，重建所謂《念住經》最原初的傳本，見 Kuan, 2008, pp. 106–108。

magga”在漢、巴文獻中所出現的文脈。我們必須個別考慮每一個個案，才能為該文脈中的“*ekāyana magga*”找出一個較合理的解釋。

同一部初期佛教的經典，其內容有時候會隨著部派的不同而有差異，而同一個術語名詞，也常因部派的不同或時間的演進而有不同的思想內涵。

“*ekāyana magga*”一詞具有如此多義的情況，似乎也與這樣的演變過程有關。從前幾節的討論看來，很可能“*ekāyana magga*”這語詞原本只用來描述四念住，如巴利尼柯耶的情況，但到了現存的《毗婆沙論》和《中阿含經》被編輯時，“*ekāyana magga*”不僅用於四念住，也用於和餘道支俱起的聖正定。⁷⁸當現存的《雜阿含經》被編輯、傳誦時，“*ekāyana magga*”的運用範圍變得更廣泛，運用於四念住、四如意足、六隨念，和以「戒、禪那、觀四諦」為一組的三法。

就《雜阿含經》的“*ekāyana magga*”（一乘道）而言，由於它被運用在具有不同屬性的禪修實踐上，最不具特殊的教理意涵的譯詞，即娜蒂爾的「整合的、統一的道路」，也許是最恰當的。而就《增一阿含經》而言，由於經文本身包含「一入」的解釋，「趨向專一的道路」；這應該就是該經的編輯傳誦者所要表達的意思。就巴利佛典僅用於描述四念住的“*ekāyana magga*”而言，「直截之道」雖然是一個較無爭議的譯詞，但是，因為四念住在巴利佛教文獻佔有獨特的地位，被視為是佛教禪修，特別是毗婆舍那禪修的基本概括教導，而毗婆舍那禪修又是直接導致作證涅槃的唯一不可或缺的修行途徑，所以，就上座部佛教而言，將專屬於四念住的“*ekāyana*”理解為「唯一之道」，不能說是完全不合理的事。屬於有部的《中阿含》將“*ekāyana*”（一道）也用於與餘道俱起的聖正定，也就是八正道。因為八正道在《法句經》確實被理解為唯一之道，現存《中阿含經》的“*ekāyana*”很可能亦是意味著「唯一之道」。

⁷⁸ 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 188：「如契經說：有一趣道能令有情清淨超滅憂苦，乃至能證隨正理法，謂聖正三摩地及彼因緣彼眾具。」(CBETA, T27, no. 1545, p. 944, a2-4)

略語

| | | |
|----|------------------------|---------|
| Ja | Jātaka | (本生經) |
| MN | <i>Majjhima Nikāya</i> | (中部) |
| Ps | <i>Papañcasūdanī</i> | (中部注釋書) |
| SN | <i>Saṃyutta Nikāya</i> | (相應部) |

參考書目

工具書

- A Dictionary of Pāli* (Part I) ed. by Margaret Cone (2001)
A Sanskrit English Dictionary ed. by M. Monier Williams (1899, 2002)
Critical Pali Dictionary begun by V. Trenckner (1924-1999)
Hybrid Sanskrit Grammar and Dictionary ed. by Franklin Edgerton (1953, 1998)
Pali-English Dictionary ed. by T.W. Rhys Davids and William Stede (1921-25, 2004)

西文

- Anālayo, Ven. (2003) *Satipaṭṭhāna: The Direct Path to Realization*. Kandy: Buddhist Publication Society.
- Anālayo, Bhikkhu (2011) “The Development of Insight : A Study of the U Ba Khin Vipassanā Meditation Tradition as Taught by S.N. Goenka in Comparison with Insight Teachings in the Early Discourses.” *Fuyan Buddhist Studies* 6, pp. 151–174.
- Bodhi, Bhikkhu (trans.) (2000) *The Connected Discourses of the Buddha: A New Translation of the Saṃyutta Nikāya*. Boston: Wisdom Publications.
- Gethin, R.M.L. (1992) *The Buddhist Path to Awakening*. Leiden: E.J. Brill.
- Goenka, S.N. (1999/2001). *Discourses on Satipaṭṭhāna*. Igatpuri: Vipassana Research Institute.
- Kornfield, Jack (1988/1993) *Living Buddhist Masters*. Sri Lanka: Buddhist Publication Society.
- Harrison, Paul (2007) “A Fragment of the *Sambādhāvakaśāsūtra from a Newly Identified Ekottarikāgama Manuscript in the Schøyen Collection.” *Annual Report of the International Research Institute for Advanced Buddhology at Soka University* 10. pp. 201–211.
- Horner, I.B. (1954/1976) *Middle Length Sayings* vol.1. London: Pali Text Society.
- King, Winston L. (1992) *Theravāda Meditation: The Buddhist Transformation of*

- Yoga*. Delhi: Motilal Banarsidass. 1980. Reprint.
- Kuan, Tse-fu (2008) *Mindfulness in Early Buddhism*. New York: Routledge.
- Nattier, Jan (2007) “‘One Vehicle’ (一乘) in the Chinese Āgamas: New Light on an Old Problem in Pāli.” *Annual Report of the International Research Institute for Advanced Buddhology at Soka University* 10. pp. 181–200.
- Nyanaponika, Thera (1962/1996) *The Heart of Buddhist Meditation*. Kandy: Buddhist Publication Society.
- Ñāṇamoli, Thera (1956/1991) *The Path of Purification*. Kandy: Buddhist Publication Society.
- Ñāṇamoli, Thera & Bhikkhu Bodhi (trans.) (1995) *The Middle Length Discourses of the Buddha: A New Translation of the Majjhima Nikāya*. Boston: Wisdom Publications.
- Rhys Davids, T.W. and C.A.F. (trans.) (1910/1977) *Dialogues of the Buddha* vol.II. London: Pali Text Society.
- Sīlananda, Sayādaw (1990) *The Four Foundations of Mindfulness*. Boston: Wisdom Publication.
- Soma, Thera (1941/1975) *The Way of Mindfulness: The Satipaṭṭhāna Sutta Commentary*. Kandy: Buddhist Publication Society.
- Sujato, Bhikkhu (2005) *A History of Mindfulness: How Insight Worsted Tranquility in the Satipatthana Sutta*. Taipei: The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation.
- Walshe, Maurice (trans.) (1987/1995) *The Long Discourses of the Buddha*. Boston: Wisdom Publications.
- Woodward, F.L. (trans.) (1930/1979) *The Book of Kindred Sayings* vol. V. London: Pali Text Society.

中日文：

- 干瀉龍祥 (1935/1993)。「念住經」。《南傳大藏經第九卷・中部經典 1》。東京：大藏出版株式會社。
- 及川真介 (2004)。「思念を発す——念処經」。《原始仏典第 4 卷・中部經典 I》。東京：春秋社。頁 135–153。
- 片山一良 (1997)。「中部根本五十經篇 I」。東京：大藏出版株式會社。
- 石川淨海 (1935/1997)。「大念住經」。《南傳大藏經第七卷・長部經典 2》。東京：大藏出版株式會社。
- 安藤正見 (1982)。「四部・四阿含におきる四念処について」。《印度學佛教學研究》30-2。頁 645–646。
- 佐々木教悟 (1988)。「パーリ語文献にあらわれたる四念処の修習について」。《佛教学セミナー》47。頁 1–13。
- 赤沼智善 (1939)。「仏教經典史論」, 破塵閣。頁 298。
- 何孟玲 (2001)。「中部念住經四念處禪修方法之研究」。台北：華梵大學東方

人文思想研究所碩士論文。

渡辺研二 (2003)。〈心の專注の確立——大念処經〉。《原始佛典第 2 卷・長部經典 II》。東京：春秋社，頁 376-418。

渡邊照宏 (1940/1993)。《南傳大藏經第十六卷・相應部經典 6》。東京：大藏出版株式會社。

溫宗堃 (2009)。〈初期佛教的經行——兼論當代上座部佛教的行禪〉。《福嚴佛學研究》4。頁 141-168。

無著比丘 (Anālayo) (2010)。〈上座部觀禪的原動力〉。王瑞鄉中譯。《法鼓佛學學報》7。頁 1-22。

釋印順 (1983/1994a) 《雜阿含經論會編 (上)》。新竹：正聞出版社。

釋印順 (1983/1994b) 〈雜阿含經部類之整編〉。《雜阿含經論會編 (上)》。新竹：正聞出版社。頁 1-74。