

法鼓人文學報 第三期
2006年12月，頁135～162

《首楞嚴三昧經》的禪修設計

蔡耀明*

提 要

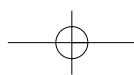
本文探討《首楞嚴三昧經》的禪修設計，包括對首楞嚴三昧的界說、禪修設計理念、設計者、和執行者，並且及於生命安頓處所的抉擇。由於《首楞嚴三昧經》以禪定的專業修煉為軸心，而專業的禪修有賴專業的設計，本文在從事理念的挖掘時，就環繞著禪修設計理念，試著一層又一層解析開來。在生命歷程眾多層面的課題當中，把焦點僅放在生命安頓處所的抉擇，約略論陳由首楞嚴三昧的修煉所發揮的特色，尤其是在生命安頓處所的考量，由守勢，轉為攻勢；由心繫當前短暫所屬的寸土片瓦，轉為胸懷一切世界；以及由消費生存環境，轉為貢獻生命世界。

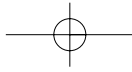
在論述架構的安排，第一節，緒論；第二節，由後台情境與背景觀念入手，強調《首楞嚴三昧經》所承載的為修煉型的宗教，而以戒律、禪定、智慧、空、不二中道為所著重的觀念。第三節，就文獻的課題，說明本文何以拿《首楞嚴三昧經》做為最主要的文獻依據，進而略述《首楞嚴三昧經》在文獻的流傳情形。第四節，解析首楞嚴三昧字面的意思，進而整理經文界說首楞嚴三昧所運用的手法和帶出的內容。接下來的二節，為本文的主幹部分。第五節，逐一拋出議題，論陳《首楞嚴三昧經》的禪修設計理念。第六節，關注的焦點，放在首楞嚴三昧的設計者與執行者。最後，第七節，做收尾的結論。

經由本文的鑽研，不僅使禪定學和生命哲學可結合來做學術處理，而且由於《首楞嚴三昧經》深奧的內涵，開啓禪定學和生命哲學嶄新的視野。

關鍵詞：《首楞嚴三昧經》、禪修設計理念、生命安頓處所的抉擇

* 台灣大學哲學系副教授





136 蔡耀明

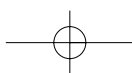
- 一、緒論
- 二、修煉型的宗教：後台情境與背景觀念
- 三、文獻依據的說明
- 四、何謂首楞嚴三昧？
- 五、《首楞嚴三昧經》的禪修設計理念
- 六、首楞嚴三昧的設計者與執行者
- 七、結論與展望

一、緒論

本文探討《首楞嚴三昧經》的禪修設計，包括對首楞嚴三昧的界說、禪修設計理念、設計者、和執行者。由於禪修的進展依託在生命歷程的相續，並且有賴生命安頓處所的適切抉擇，使抉擇的處所，或者有助於禪修的經營，或者有利於施展禪法的度眾事業。有鑑於此，本文在研究的形態上，將帶著生命關懷的眼光，採取深層挖掘的做法。接著僅就深層的挖掘與生命的關懷，略做解說。

首先，所謂深層的挖掘，特指從經文字面的解讀出發，試著從表面上琳琅滿目的字詞和語句，探索較為深層的且接近軸心的理念。這樣的做法預設著，要不是有其深層且軸心的理念，整部經典極可能欠缺理念的貫串，而變成沒什麼理念的一大堆文字的散漫的堆砌。若就研究方法而論，藉由深層且軸心理念的把握，應可開闢學術理解的道路，做出自成一格的學術理解。由於《首楞嚴三昧經》以禪定的專業修煉為軸心，而專業的禪修有賴專業的設計，本文在從事理念的挖掘時，就環繞著禪修設計理念，試著一層又一層解析開來。

其次，既然以生命關懷為著眼點，在生命歷程眾多層面的課題當中，把焦點僅放在生命安頓處所的抉擇，約略論陳由首楞嚴三昧的修煉所發揮的特色，尤其是在生命安頓處所的考量，由守勢，轉為攻勢；由心繫當前短暫所屬的寸土片瓦，轉為胸懷一切世界；以及由消費生存環境，轉為貢獻生命世界。



二、修煉型的宗教：後台情境與背景觀念

爲了避免讓整篇論述成爲封閉在古代文獻和專門用詞所堆砌或構築的堡壘，尤其當今之世一大半對於宗教或禪修到底在做什麼很可能還在霧裡看花的狀態，一些後台情境與背景觀念的快速鋪陳，應當是滿有必要的。

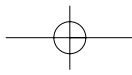
佛教經典通常很強調修煉。在世間，尤其在學校，一般稱爲學習或鍛鍊；在佛法，則稱爲修煉、修學、或修行。

如果問說何以強調修煉，猶如問說何以在校期間應當好好學習，或甚至學校教育告一段落之後，何以仍然有必要活到老、學到老。佛教經典處處在大力呼籲，生命體到世間，最重大或最根本的事情之一，就是修煉。透過修煉，消極面，可以排除諸多缺失，不糟蹋寶貴的生命歷程，不必處處依賴它者，受到的局限也將隨之減輕或降低；積極面，則可引發生命的潛能，以及培植去貢獻世間的本事。就此而論，佛教可以歸類爲修煉型的宗教。

初步瞭解何以強調修煉，接著可以問說修煉在什麼地方。有個說法叫做盲修瞎練，修在嘴皮子，或修成形式主義，另外還偶爾聽說不知道在修什麼的。假如會有類似這些問題，那就有必要認識修煉的工夫應當放到什麼地方。通常以戒、定、慧、和道次第，做爲佛法修煉的重點所在。以此爲依據，首先，戒律，修在適切的道德、規矩、和職責。其次，禪定，修在適切的起心動念和心態內容。第三，智慧，修在適切的觀察、思維、見解、洞察、和了悟。第四，道次第，可粗略分成解脫道和菩提道的次第昇進，修在生命歷程的打通、生命境界的提昇、和生命事業的施展。簡言之，佛法修煉的工夫，重點放在道德、心識、智慧、和生命適切的運作。¹

佛法既然這麼強調修煉，如果想要使整套的做法或說法確實行得通，而不至於成爲自欺欺人的或白費力氣的一回事，接著即有必要指出修煉的理論基礎爲何。理論基礎並非哲學工作者獨享的專利；事實上，宗教的修煉可能比其他任何事情都還需要修煉的理論基礎。指出理論基礎，也就是至少指出何以修煉是可能的，以及何以修煉的目標是可達成的。假如凡夫原本就是且固定只是凡夫，想要修煉成比凡夫還高超，就成爲不可能的事情；假如修煉所要處理或改善的問題根本受到限定或決定而完全動彈不得，想要藉由修煉去改善問題，大概只是做白

¹ 參閱：蔡耀明：〈菩薩所學的專業內涵及其相應研究〉，《法光》，第202期（2006年7月），第1版。



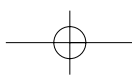
工；假如生命體徹頭徹尾只是一輩子，不多也不少，想要一輩子又一輩子修煉，簡直成爲天方夜譚。然而，無論是誰想出一大堆這既不可能、那又不可能的說詞或理由，佛教經典不僅通通不接受，而且反過來貫徹強調一切皆可能。修煉之所以全面且貫徹可能，其理論基礎，以語詞來表達，稱爲「空」和「不二中道」。

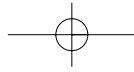
佛教經典相當普遍做爲核心學說標記的「空」，意思可以簡略說成「可源源不斷地因緣變化，因此在變化歷程所認定的事物或現象，通通不具有本身單獨且固定不變的存在，亦即通通不具有自性」。至於「不二中道」，意思是說，任何藉由相對概念或分別式認識，對事情所形成的判然二分，或在二邊或二端所設下的邊界或端點，其實情，通通不成立，而是離於二邊或二端，貫徹行於因緣變化之道。簡言之，空，在於說明因緣變化打通被一般世人所認定的事物本身的存在；不二中道，在於說明因緣變化打通被一般世人所認定的事情的二邊或二端。²

由於可源源不斷地因緣變化，無所謂本身固定不變的存在物或牢不可破的邊界，世間或者被動受到變化因緣的推動，或者主動追逐變化因緣，即層出不窮出現各式各樣的生命歷程、生命體、生命現象、和生命問題。正好由於遍一切皆無自性，任何生命歷程都在不斷地變化，當然也都可透過學習或修煉而徹底予以改變。因此，指出修煉的理論基礎，一方面，指出任何現象或問題皆非原本且固定如此，而是因緣變化累積或結合而來，另一方面，指出修煉即在於就因緣變化之流帶入可因勢利導的關聯條件，去適切地改變現狀，掙脫現狀的局限與問題，以及展望可無限開展的未來。

以空和不二中道爲理論基礎，著眼於生命世界因緣變化的流程，透過修煉，使生命體的道德、心識、和智慧獲得適切的改善，並且使生命歷程以解脫或覺悟爲出路之導向，進而成就高超的生命境界，以及推動自度度它的生命事業，由此構成佛教做爲修煉型的宗教之旨趣。本文後續的論述，其背景觀念，將寄託在如此之旨趣。

2 參閱：蔡耀明：〈《阿含經》和《說無垢稱經》的不二法門初探〉，《佛學研究中心學報》，第7期（2002年7月），頁1-26；〈「不二中道」學說相關導航概念的詮釋進路：以佛法解開生命世界的全面實相在思維的導引爲詮釋線索〉，《台灣大學哲學論評》，第32期（2006年10月），頁115-166。





三、文獻依據的說明

本文以《首楞嚴三昧經》為最主要的文獻依據，探討佛法在禪修設計的相關事宜，兼及於生命安頓處所的抉擇。在一些背景觀念交代過後，以及正式展開探討之前，理應就文獻依據的部分，至少初步回應如下二項提問：其一，何以拿《首楞嚴三昧經》為最主要的文獻依據？其二，《首楞嚴三昧經》在文獻的流傳情形為何？

(一)《首楞嚴三昧經》做為最主要的文獻依據之考量

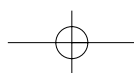
佛教為數不少的經典都以修煉為重，進而帶出佛法在道德、心識、智慧、和生命的教學。在這些重點科目，或者個別地或者整體地入手；至於修煉的道路、次第、法門、格局、網絡、或修行者等項目，也都在應機設教和漸次昇進的權衡下，偏重的情形，即可能相互之間顯現頗大的差異。這樣子交織出來的景象，往往既有共通的關切和旨趣，又有各自獨特的闡揚。

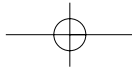
如果想要認識禪修和生命安頓在佛教經典的教學情形，而且意在形成較根本且較全幅的瞭解，《阿含經》、《大般若經·第十五會》、和《首楞嚴三昧經》，這三部經典搭配而成的一組，應可列為一開張的首選。

第一部，《阿含經》在禪修方面，顯然著重在核心骨幹和基本工夫的養成。核心骨幹以七覺支的步驟，拉出九次第定和三三昧；至於基本工夫的養成，則在於就操作技術的熟練和無常、非我、緣起、空、不二中道等相關理念的確立，發而為踏實的要求。在生命安頓方面，《阿含經》以解脫道的進展，指引生命的出路，輔之以至少維持人天善趣的水準。

第二部，《大般若經·第十五會》，亦即《大般若經》總共十六個法會當中以靜慮波羅蜜多為核心標幟的一個法會，在禪修方面，顯然著重在禪定工夫的不斷提昇，配合般若波羅蜜多在理念與了悟的開拓，拉出一條稱為靜慮波羅蜜多的修煉主軸。在生命安頓方面，《大般若經·第十五會》以菩提道的進展，不僅指引生命的出路，而且規畫自度度它的生命事業。

第三部，《首楞嚴三昧經》在禪修方面，顯然由首楞嚴三昧挑大樑，以統整式的定力，形成類似艦隊當中的旗艦的威勢，發而為勢如破竹且隨緣自在的高階運用。在生命安頓方面，《首楞嚴三昧經》遠遠超過消極地尋求安頓的想法，不再有生命安頓的問題，而以積極貫徹菩薩行，將生命的無限開展發揮到淋漓盡致的地步。





根據以上精選的三部經典，禪修和生命安頓不僅各自位居佛法教學的要津，而且一步又一步交錯拉成修煉的主軸。就拉出來的修煉的主軸檢視其形態，這三部經典又可依次充當佛教經典三部曲的代表作：佛法首部曲，在於解脫；佛法二部曲，在於般若波羅蜜多；佛法三部曲，在於隨緣自在的無限開展。

瞭解到這三部經典的重要性與特色之後，展開專門且深入的探討，將會是很讓人躍躍欲試的工作。在這之前，已陸續就《阿含經》和《大般若經·第十五會》嘗試做一些這一方面的鑽研。至於《首楞嚴三昧經》，則僅從文獻的和文字的層面入手，尚未及於禪修和生命安頓的部分。³爲了延續和推展這幾年來在這一塊領域深具重大涵義的探討，以《首楞嚴三昧經》爲最主要的文獻依據，檢視其有關禪修和生命安頓的實踐與學理，就像水到渠成那樣，很自然成爲本文著力的焦點。

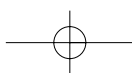
(二)《首楞嚴三昧經》在文獻的流傳情形

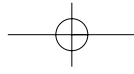
由於本文自成一格，而且《首楞嚴三昧經》又是本文所依據最主要的一部典籍，爲求湊出一些時空背景方面的認識，理應就文獻的流傳情形予以說明。然而，先前已就此一課題做過相當詳細的探討，於此不贅。⁴如果僅著眼於扼要說明《首楞嚴三昧經》的流傳情形，則可從印度和印度之外的地區分別入手。

首先，印度的部分。如果不準備採納經典字面的說法，也不是以佛法專業的修煉爲著眼點，而是僅就文獻可稽的程度做爲立論的根據，雖然首楞嚴三昧一詞屢次出現在眾多的經典，但是《首楞嚴三昧經》如何成爲書寫下來的文本，以及與其他的經典之間的文獻關係又如何，就目前留存的證據來看，稱得上可做爲直接佐證的史料，連一筆也找不出來，因此在文獻史層面這一類的議題，學界目前爲止的任何說詞，幾乎要不是出之於想當然爾的臆測或武斷，就是流於人云亦云的窠臼。有鑑於此，本文對文獻史層面這一類的議題，暫時採取存而不論的辦

3 參閱：蔡耀明，〈《阿含經》的禪修在解脫道的多重功能：附記「色界四禪」的述句與禪定支〉，《正觀》，第20期（2002年3月），頁83-140；〈《大般若經·第十五會·靜慮波羅蜜多分》的禪修教授：做爲佛典「摘要寫作」的一個練習〉，《中華佛學學報》，第17期（2004年），頁49-93；〈解讀有關《首楞嚴三昧經》的四篇前序後記：以《首楞嚴三昧經》相關文獻的探討爲背景〉，《佛學研究中心學報》，第8期（2003年），頁1-42。

4 參閱：蔡耀明，〈解讀有關《首楞嚴三昧經》的四篇前序後記：以《首楞嚴三昧經》相關文獻的探討爲背景〉，《佛學研究中心學報》，第8期（2003年），頁1-42。





法。

其次，離開印度。《首楞嚴三昧經》目前已知尚留存的，包括在中亞二個地方出土的梵文寫本殘片，各一份完整的漢譯本、藏譯本，以及和闐文（Khotanese）譯本殘片。其中，現存的漢譯本，大約在公元402-412年，出自姚秦·鳩摩羅什（Kumārajīva）之手。然而，在此之前，打從186年，由後漢·支婁迦讖（Lokakṣema）開端，還曾歷經九次的翻譯、改譯、或合輯，可惜皆已佚失。

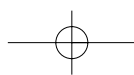
在漢文的部分，《首楞嚴三昧經》僅存列為第十次翻譯的鳩摩羅什譯本，這也正好是本文所依據的傳本。除了經典譯本，相關的文獻，見之於現存的佛典目錄、史傳、論著，尚有四篇前序後記，歷代眾多人士在《首楞嚴三昧經》持誦、講說、修持、或靈驗的記載，以及得之於《首楞嚴三昧經》的啟發而發展的禪觀思想。這許多史料，有一些，學界已有專文討論；另有一些，則越出本文處理的範圍。⁵不過，可以肯定的是，《首楞嚴三昧經》在啟迪中亞和中土的禪觀思想與禪修文化上，皆曾發揮廣泛且深遠的影響。

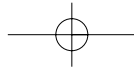
附帶一提，《首楞嚴三昧經》的當代譯本，數目稍微可觀，包括以鳩摩羅什的漢譯本為底本的法文、英文、日文翻譯，⁶以藏譯本為底本的英文、日文翻譯，⁷還有以和闐文譯本為底本的英文翻譯。⁸在已具備如此可觀的傳譯文獻的

5 參閱：陳英善，〈慧思的禪觀思想與首楞嚴三昧〉，《佛學研究中心學報》，第3期（1998年），頁151-185；蔡耀明，〈解讀有關《首楞嚴三昧經》的四篇前序後記：以《首楞嚴三昧經》相關文獻的探討為背景〉，《佛學研究中心學報》，第8期（2003年），頁12-13；仙石景章，〈天台三大部の引用書目について：「摩訶止觀」と「首楞嚴三昧經」〉，《印度學佛教學研究》，第30卷第1號（1981年12月），頁344-346；木村周誠，〈『次第禪門』におはる首楞嚴心について：内方便なめぐって〉，《天台學報》，第34號（1992年），頁131-135。

6 Étienne Lamotte (tr.), *La Concentration de la Marche Hérokique (Śūraṅgamasamādhisūtra)*, Bruxelles: Institut Belge des Hautes Études Chinoises, 1965; *Śūraṅgamasamādhisūtra: The Concentration of Heroic Progress*, English translation by Sara Boin Webb, Richmond: Curzon Press, 1998; John McRae (tr.), "The Śūraṅgama Samādhi Sūtra translated by Kumārajīva," *The Pratyutpanna Samādhi Sūtra & The Śūraṅgama Samādhi Sūtra*, BDK English Tripitaka 25-II, 25-III, Berkeley: Numata Center for Buddhist Translation and Research, 1998, pp. 1-86; 河村孝照（譯），〈佛說首楞嚴三昧經〉，收錄於《文殊經典部（II）：維摩經、思益梵天所問經、首楞嚴三昧經》，高崎直道、河村孝照校註，（東京：大藏出版，1993年），頁403-468。

7 Thubten Kalsang Rimpoché, Bhikkhu Pasadika (tr.), *Excerpts from the Śūraṅgama samādhi Sūtra*, Dharamsala, 1975; 丹治昭義（譯），〈首楞嚴三昧經〉，收錄於《大乘佛典7：維摩經、首楞嚴三昧經》，長尾雅人、丹治昭義譯，（東京：中央公論社，1992年新訂再版），頁181-371, 393-415。





情況下，是否足以推動首楞嚴三昧相關禪修研究的風潮，或助成當代相關禪修活動的進展，則尚有待進一步的觀察。

四、何謂首楞嚴三昧？

為求引發問題意識以及形成對話式的探討，本文盡量採取問答的方式，逐一拋出議題，隨即依據《首楞嚴三昧經》，直來直往做出回應或討論，並且維持理路的簡明，方便在深奧涵義的理解。⁹這一節議題出場的順序，以首楞嚴三昧字面的意思開其端，接著根據經文的界說，稍加整理其手法和內容，並且略窺禪修設計的風采。

(一)首楞嚴三昧字面的意思是什麼？

首楞嚴三昧 (*śūraṅgama-samādhi*) 為音譯詞，其意譯為勇健等持或健行等持，以如同勇士般之行進為其特色的禪定上的修為 (*the meditative concentration of the heroic march*)。此一複合詞，由 *śūraṅgama* 和 *samādhi* 所組成。*śūraṅgama* 又由 *śūraṅ* (勇健的、健壯的、勇健者、勇士) 和 *gama* (行進、道路) 所組成，意指勇健的行進、如同勇士般的行進。至於 *samādhi* (*sam-ā-√dhā*)，表達心識經由專門的鍛鍊而成收攝、專注、或平等任持的狀態。簡言之，首楞嚴三昧藉由勇健的行進，所要表達的，不僅具有高超的動能與進取的作為，而且還能在心識上達到平等任持的修為。¹⁰

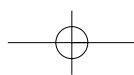
(二)《首楞嚴三昧經》對首楞嚴三昧做了什麼樣的界說？

想要瞭解一部經典的核心概念的涵義，光是從字面的拆解或字源的追溯，也

8 R. E. Emmerick, *The Khotanese Śūraṅgama-samādhi-sūtra*, Oxford: Oxford University Press, 1970.

9 相關的方法學說明與運作實例，可參閱：蔡耀明，〈《大般若經·第十五會·靜慮波羅蜜多分》的禪修教授：做為佛典「摘要寫作」的一個練習〉，《中華佛學學報》，第17期（2004年），頁49-93。

10 這只是簡略的說明，稍微詳細的分析，可參閱：蔡耀明，〈解讀有關《首楞嚴三昧經》的四篇前序後記：以《首楞嚴三昧經》相關文獻的探討為背景〉，《佛學研究中心學報》，第8期（2003年），頁3-4；*Śūraṅgamasamādhisūtra: The Concentration of Heroic Progress*, English translation by Sara Boin Webb, Richmond: Curzon Press, 1998, pp. xii-xiv; R. E. Emmerick, *The Khotanese Śūraṅgama-samādhi-sūtra*, Oxford: Oxford University Press, 1970, pp. xv-xvi.



就是停留在辭典層次或辭源層次的知識，顯然是不夠的；根本上，還是必須從經典的文本，整個把工夫用下去。

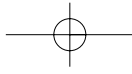
《首楞嚴三昧經》就首楞嚴三昧，給出相當特殊的界說。特殊的地方，在於多重重點地入手。凸顯多樣的重點，雖然內容相當豐富，卻容易造成一般讀者把握上的負擔。因此，在這兒，似乎有必要稍加整理。

在《首楞嚴三昧經》多重重點的界說當中，可整理出如下四個手法。其一，借用譬喻，扼要點出首楞嚴三昧的特色。其二，對應十地菩薩的修為，逐一列出首楞嚴三昧總共一百項特別足以稱道的能耐。其三，呼應首楞嚴三昧法會的主題，從而帶出首楞嚴三昧的積極功能。其四，以修道次第的進展為線索，標示首楞嚴三昧在心識鍛鍊的延續性、涵攝性、與高超性。接下來，即針對這四個手法，逐一展開論陳。

(1)《首楞嚴三昧經》對首楞嚴三昧，借用譬喻，給的最扼要的界說，先抄錄如下：

堅意！首楞嚴三昧，不以一事、一緣、一義可知；一切禪定、解脫、三昧、神通、如意、無礙智慧，皆攝在首楞嚴中。譬如陂、泉、江、河諸流，皆入大海。如是，菩薩所有禪定，皆在首楞嚴三昧。譬如轉輪聖王有大勇將，諸四種兵皆悉隨從。堅意！如是，所有三昧門、禪定門、辯才門、解脫門、陀羅尼門、神通門、明解脫門，是諸法門悉皆攝在首楞嚴三昧；隨有菩薩行首楞嚴三昧，一切三昧皆悉隨從。堅意！譬如轉輪聖王行時，七寶皆從。如是，堅意！首楞嚴三昧，一切助菩提法皆悉隨從。是故，此三昧名為首楞嚴。¹¹

順著如上引文，可凸顯二點要旨。其一，菩薩各式各樣的禪定，以及和禪定密切相關的法要，例如，神通、如意、無礙智慧、辯才、陀羅尼、明解脫，通通包含於首楞嚴三昧，或伴隨首楞嚴三昧。其二，一切有助於趨向覺悟的法要，都伴隨首楞嚴三昧。引文舉大海、大勇將、轉輪聖王，藉以譬喻首楞嚴三昧。從這些拿來譬喻的，也就帶出廣大且動態的意象，以及標示涵攝和隨從的關係。當然，首楞嚴三昧主要是拿來修煉的，而修煉者專業的身分，即稱為菩薩。根據以上的二點要旨，或可嘗試這樣子界說：並不是很普通的像一件簡單的小事那樣，而是用以造就菩薩專門修煉的三昧，以極其廣大的格局和動態的方式，將各式各樣的禪定以及和禪定密切相關的法要，或者涵攝在內，或者為其所伴隨，並且在趨向覺悟的道路上，走在前頭，帶領所有伴隨的法要，做得出這些事情的三昧，



就叫做首楞嚴三昧。

(2)《首楞嚴三昧經》不僅強調必須在菩薩修煉的道路持續往上提昇到十地菩薩的等級，才確實滿足首楞嚴三昧的修為，而且還以條列的方式進行界說，總共列出一百項特別足以稱道的能耐。由於受限於篇幅，在此無法針對用以界說的所項目進行全面的引述，因此用節錄的辦法，只就頭尾略帶一筆：

首楞嚴三昧，非初地、二地、三地、四地、五地、六地、七地、八地、九地菩薩之所能得；唯有住在十地菩薩，乃能得是首楞嚴三昧。何等是首楞嚴三昧？謂：（一）修治心，猶如虛空；……（一百）入大滅度，而不永滅。堅意！首楞嚴三昧，如是無量悉能示佛一切神力，無量眾生皆得饒益。¹²

順著節錄的經文，首楞嚴三昧的特色，已然呼之欲出，也就是表現在卓越的修道等級，重重障礙皆足以突破的高超能力，以及無量眾生皆可予以饒益的本事。根據這些特色，或可嘗試這樣子界說：並非落在一般凡夫的領域或中階以下的修煉者所能經驗得到的範圍，亦非僅憑概念層次就被限定的東西，而是只有拉到菩薩最高的等級，既足以全面發揮成佛所必備的所有不可限量的高超實力，又足以廣泛饒益不可勝數的眾生，做得出這些事情的三昧，就叫做首楞嚴三昧。

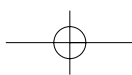
(3)在探討《首楞嚴三昧經》所界說的首楞嚴三昧時，大概很難不去注意首楞嚴三昧是如何躍上經典舞台的核心。藉由這一段緣由的記載，首楞嚴三昧被界說成什麼樣子，即不至於弄成好像是孤立而無法理解的東西。就此而論，將首楞嚴三昧首度介紹到法會而成爲舞台焦點的一段對話，至少其提問的部分，值得完整抄錄如下：

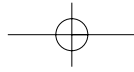
堅意菩薩白佛言：「世尊！頗有三昧，能令菩薩疾得阿耨多羅三藐三菩提；常得不離，值見諸佛；能以光明普照十方；得自在慧，以破諸魔；得自在智；獲自然智；得無生智，能不隨他；得不斷辯才，盡未來際；得如意，受無量命；樂聲聞者，示聲聞乘；樂辟支佛者，示辟支佛乘；樂大乘

11 T. 642, vol. 15 (指「大正藏」第 642 經 (即《佛說首楞嚴三昧經》)，在「大正藏」第 15 冊)，pp. 631c-632a。

12 T. 642, vol. 15, p. 631a-c.

此外，類似的經證：「其諸菩薩，得住十地、一生補處、受佛正位，悉皆得是首楞嚴三昧。」(T. 642, vol. 15, p. 643c.)





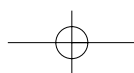
者，爲示大乘；通達聲聞法，而不入聲聞道；通達辟支佛法，而不入辟支佛道；通達佛法，而不畢竟滅盡；示現聲聞形、色、威儀，而內不離佛菩提心；示現辟支佛形、色、威儀，而內不離佛大悲心；以如幻三昧力，示現如來形、色、威儀；以善根力，示現在於兜率天上，現·受後身、入於胞胎、初生、出家、坐佛道場；以深慧力，現·轉法輪；以方便力，現·入涅槃；以三昧力，現·分舍利；以本願力，現·法滅盡。唯然，世尊！行何三昧，能令菩薩示現如是諸功德事，而不畢竟入於涅槃？」¹³

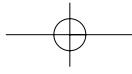
貫穿整場法會表現爲關鍵提問者的堅意菩薩 (Bodhisattva Dṛḍha-mati)，在法會一開始的提問，至少可看成在凸顯二大要點：第一，這一場法會準備積極帶出什麼樣的課題；第二，佛法是否拿得出對應的三昧，使帶出來的課題，的確可予以實現，而不至於淪爲空談。

第一個要點當中，積極的性格很顯著。整場法會，幾乎嗅不出任何消極的味道；諸如抱殘守缺，鞏固利益，處處挨打，或被動填補什麼樣的漏洞，通通不見蹤影。如果主動出擊可看成法會的基調之一，那麼，堅意菩薩的提問，即可看成是在勾勒一張動感十足的圖畫。至於這一張圖畫準備帶出來課題，在引文結尾的地方，以類似畫龍點睛的手法標示出來：菩薩的修煉與事業，應可持續不斷地施展開來，而不會弄到最後只是安住在超出生死輪迴的涅槃境界。有關菩薩的修煉與事業，除了直趨最極高超、正確、圓滿的覺悟，以及培養足以打通菩提道的如幻三昧力、善根力、深慧力、方便力、三昧力、本願力，很值得深思的地方，大概就在於怎麼「處理」解脫道上的聲聞乘與辟支佛乘（獨覺乘）這二條道路。簡單地說，這二條道路，不僅不被當成對立的敵體，也不構成任何的限隔或問題，而是完全消化在且靈活地納入菩提道，成爲菩提道可修煉且可運用的要素。具體言之，首先，菩薩理應經由紮實且廣博的修煉，進而有能力通達聲聞乘和辟支佛乘的教法，卻不因而僅止於固守在這二條道路裡面。再者，菩薩理應有能力示現聲聞或辟支佛的外貌，卻不因而偏離菩提心或大悲心。猶有進者，菩薩理應尊重所要引導的修行者的志願，有能力因應地教出聲聞乘、辟支佛乘、或大乘的修道趨向。¹⁴

第二個要點，就在堅意菩薩提問之後，佛陀即毫不迴避地正面予以回應；首楞嚴三昧此一名稱及其特色，也跟著被介紹到檯面：

13 T. 642, vol. 15, pp. 629c-630a。





佛告堅意：「有三昧，名首楞嚴。若有菩薩得是三昧，如汝所問，皆能示現於般涅槃，而不永滅；示諸形色，而不壞色相；遍遊一切諸佛國土，而於國土無所分別；悉能得值一切諸佛，而不分別平等法性；示現遍行一切諸行，而能善知諸行清淨；於諸天、人最尊、最上，而不自高、憍慢、放逸；現行一切魔自在力，而不依猗魔所行事；遍行一切三界之中，而於法相無所動轉；示現遍生諸趣道中，而不分別有諸道相；善能解說一切法句，以諸言辭開示其義，而知文字入平等相，於諸言辭無所分別；常在禪定，而現化眾生；行於盡忍、無生法忍，而說諸法有生滅相；獨步無畏，猶如師子。」¹⁵

佛陀的回應擺明著，如果菩薩的修煉與事業想要持續不斷地施展開來，就不能說最需要定力做為後盾來推動的時候，或做為前導來帶動的時候，卻偏偏最缺乏定力，結果卻落入大打折扣、扯後腿、或一籌莫展的地步。既然菩薩任務的推動設定為重大的前提，而且實力的展現又成為無可推托的必備條件，首楞嚴三昧適時的提出，即為水到渠成的一回事。根據以上的二個要點，或可嘗試這樣子界說：透過三昧，具備示現涅槃的本事，但是又不僅止於安住涅槃，而以持續不斷地帶動菩薩的修煉與事業為能事，使菩薩執行再怎麼高難度的任務所必備的能力都可獲得源源不斷且充分的供應，做得出這些事情的三昧，就叫做首楞嚴三昧。

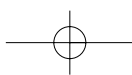
(4)以修道次第的進展為線索，不僅帶出首楞嚴三昧此一名稱，而且彰顯禪修的能耐逐步在強化與提昇，這不妨看成《首楞嚴三昧經》在界說首楞嚴三昧，走在最內層以及由內層打通表層或外層的一個手法。所謂內層，本文指的是經由自家修煉所打造的真實內涵或真材實學，乃相對於表層或外層而言。所謂表層，意指借用語詞，做為在表面傳達或溝通的工具。至於外層，則可意指在廣大的世界，一層又一層擴散地遂行菩薩事業。

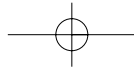
堅意菩薩在連番的提問當中，果然以修煉為著眼點，問說怎麼下工夫，才能學會首楞嚴三昧。¹⁶ 佛陀隨即以練習射箭做為譬喻，一步一步來，就能越來越精

14 此即以三乘從事因材施教，並且確立教學上的人我分際；《首楞嚴三昧經》並非特例，而是見諸佛教經典幾乎共通的做法。相關的討論，可參閱：蔡耀明，〈因材施教與教學上的人我分際：以《論語》、《阿含經》、和《大般若經》為根據〉，《佛學研究中心學報》，第5期（2000年），頁37-78。

15 T. 642, vol. 15, p. 630a-b。

16 堅意菩薩白佛言：「世尊！菩薩欲學首楞嚴三昧，當云何學？」(T. 642, vol. 15, p. 633c.)





準，甚至成爲神射手；同樣地，如果想要學會首楞嚴三昧，基本功在於改善或轉變心態，然後一步一步跨出心識鍛鍊的步伐。從首楞嚴三昧的基本功出發，一路上，重大的環節包括：學愛樂心，學深心，學大慈，學大悲，學四聖梵行，學習經由長期努力的累積以至於生生世世得以水到渠成的方式引發最上五通，成就六波羅蜜，通達方便，安住柔順忍，證得無生法忍，諸佛授記，有能力進入第八菩薩地，證得諸佛現前三昧，經常不離於親見諸佛，有能力具足一切佛法成就之因緣，有能力現起莊嚴佛土之功德，有能力確保出生、家庭和種姓的水準，有能力確保入胎和出生的水準，有能力達到十地菩薩的程度；接下來：

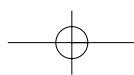
具十地已，爾時便得受佛職號。受佛職號已，便得一切菩薩三昧。得一切菩薩三昧已，然後乃得首楞嚴三昧。得首楞嚴三昧已，能爲眾生施作佛事，而亦不捨菩薩行法。堅意！菩薩若學如是諸法，則得首楞嚴三昧。菩薩已得首楞嚴三昧，則於諸法無所復學。何以故？先已善學一切法故。¹⁷

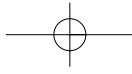
順著如上說詞，首楞嚴三昧雖然集所有的菩薩三昧之大成，而且必須十地菩薩才有能力證得，但是打從練習愛樂心 (*āśaya*)，也就是培養適當的心意，應可看成已經在做遙遠的準備工作。根據這一番要點，或可嘗試這樣子界說：從培養適當的心意出發，點點滴滴打通心識鍛鍊的道路，諸如大慈大悲可成爲發乎心念的真實，成爲菩薩終究用得上的所有三昧都可因而全面修煉出來，成爲菩薩核心鍛鍊科目的六波羅蜜可因此學而有成，菩提道的一個又一個等級可因而提昇到菩薩第八地乃至第十地，成就佛陀果位所必要的修煉能力可因而開發出來，成就佛陀果位的歷程上的重大轉折可因而精準無誤地伸展過去，以及執行諸佛菩薩的事業該當具備的能力和涵養都可因而鍛鍊成熟，這一整條心識鍛鍊的道路若以三昧爲名，就叫做首楞嚴三昧。

這一小節以《首楞嚴三昧經》爲依據，整理出界說上的四個手法，重點分別擺在譬喻的借用，對應於十地菩薩一百項特殊能耐的列舉，呼應法會主題的宣說，以及扣緊修道次第逐步昇進的標示。透過這四個手法的拆解，不僅對於經典在首楞嚴三昧的界說，找出多重切入的門路，而且對於接下來有關禪修設計系列的提問，也可充當據以回應的參考。

總之，《首楞嚴三昧經》以禪定的專業修煉爲軸心，帶動菩提道眾多法目的進展；隨著主幹的六項波羅蜜益趨成熟，菩提道的環節與階位也跟著漸次打通與

17 T. 642, vol. 15, p. 634a。





昇進，菩薩第十地即可成爲重點攻下的目標。¹⁸眼看著修煉漸成氣候，基調也告確立，也就是以開展的姿態，傾全力在貢獻所學。至於其格局和對象，扼要地說，走向一切世界，貢獻一切眾生，亦即以一切世界爲其格局，以一切眾生爲其對象。因此，首楞嚴三昧、菩提道、六項波羅蜜、菩薩第十地、一切世界、一切眾生——這些關鍵項目，透過專業修煉的帶動，即可構成一套關聯的系統，成爲深具意義的組合。換言之，消極面，不至於弄到不知道在修什麼，或不清楚爲何而修；積極面，正好在打開且打通首楞嚴三昧、菩提道、一切世界、和一切眾生這樣的系統，佛法專業的修煉，即成就其之所以如此修煉的意義。

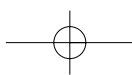
這一路過來，從修煉型的宗教入手，逐一說明文獻依據，以及設定首楞嚴三昧之界說。在這些背景的、先遣的階段鋪陳過後，即將上場來擔綱的，也就是做爲本文主幹的二節，一爲禪修設計理念，另一爲設計者與執行者。

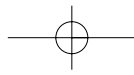
五、《首楞嚴三昧經》的禪修設計理念

《首楞嚴三昧經》雖然特別對中土的禪觀思想與禪修文化曾經有過廣泛且深遠的影響，這畢竟是一個範圍很大的題目。爲了深入討論，本文將範圍僅限定在經典的文本，並且主要集中在禪修設計理念此一專門用詞，然後約略延伸到生命安頓處所的抉擇此一專門用詞。

接下來，基於如下三點考量，準備就這二個專門用詞，分別予以釐清，並且設定相關的學術議題。一者，釐清專門用詞和設定學術議題，幾乎是學術工作相當不可或缺的一環。二者，一方面，避免把《首楞嚴三昧經》及其專門用詞，弄成在文獻、語詞、和思想，都只是封閉性的碉堡或老古董；另一方面，放眼當代乃至未來的生活世界和學界，使《首楞嚴三昧經》在概念、思辨、學理、實踐等方面，都可相當程度地活化與開放。三者，藉以表達經由《首楞嚴三昧經》的鑽研，就這些語詞與議題所抱持的很基本的觀點。

18 參閱：《首楞嚴三昧經》(T. 642, vol. 15, pp. 632a-633a) 相當完整地逐一鋪陳「菩薩住首楞嚴三昧·檀波羅蜜 (*dāna-pāramitā*) 本事果報」、「菩薩住首楞嚴三昧·尸波羅蜜 (*śīla-pāramitā*) 本事果報」、「菩薩住首楞嚴三昧·羼提波羅蜜 (*kṣānti-pāramitā*) 本事果報」、「菩薩住首楞嚴三昧·精進波羅蜜 (*vīrya-pāramitā*) 本事果報」、「首楞嚴三昧·禪波羅蜜 (*dhyāna-pāramitā*) 本事果報」、「菩薩住首楞嚴三昧·般若波羅蜜 (*prajñā-pāramitā*) 本事果報」。





釐清專門用詞和設定學術議題之後，再把探討的焦點放在禪修設計的二個面向：其一，首楞嚴三昧在設計什麼；其二，首楞嚴三昧基本的理念為何。

(一)禪修設計理念做為專門用詞及其學術議題

嚴格意義來講，並不是像日常的談話那樣在表面使用的次數很頻繁，也不是僅止於做一些字詞的湊合，即可稱為專門用詞；而是至少必須成為在關切、思維、或實踐的重點所在，切入其內涵、堂奧、結構、或歷程，然後確實有那個必要，為了尋求更精確地指向或表達所關聯的專門世界，才藉助專門用詞。所謂禪修設計理念，即基於這樣的意義，而成為本文首要的專門用詞之一。

毋庸置疑，《首楞嚴三昧經》的核心在首楞嚴三昧。然而，首楞嚴三昧並不是像所謂與世隔絕、只要靜靜地坐著那樣孤立的、點狀的、或靜態的東西，而是表現出打造禪定上結合的、統整的、與動態的功能。因此，如同無障礙空間、庭園景觀、電腦作業系統、網頁界面等，通通有賴各個專業的設計理念；首楞嚴三昧的打造，當然也需要借助在禪定專業的設計理念。

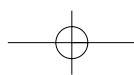
世間有一種情形，也就是面對一件大企畫案，找來數十位專家，結果卻變成多頭馬車或吵成一團。就此而論，設計理念不應該只是專門用詞或褊狹領域的事情，更加是敞開而成為可多層面且廣泛討論的議題的事情。就禪修設計理念而言，關聯的議題而且可用學術的方式來討論的，其實多到不勝枚舉。就本文限定的範圍來看，如下議題，或可稍加留意：所謂禪修設計，在設計什麼？基本的理念是什麼？禪修設計理念在整部《首楞嚴三昧經》扮演了什麼樣的角色？誰在設計？誰去執行？

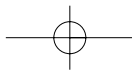
如同隔行如隔山，禪定對許多非專業人士而言，可能蒙上許多所謂神祕的面紗，但是至少就禪修設計理念來看，這將不失為在字面的意思多少可予以理解的專門用詞。再者，藉由禪修設計理念相關學術議題的提出，使得禪定由學術的方式來討論，至少成為一條可嘗試或甚至可行的道路。

(二)生命安頓處所的抉擇做為專門用詞及其學術議題

以篇幅所限故，本文無法深入討論《首楞嚴三昧經》在生命安頓處所的抉擇很精彩的說法，而只能在論陳禪修設計理念的餘波蕩漾中，略帶幾筆，藉以形成延伸關聯的瞭解。

先舉世間的情形，好方便形成譬喻式的瞭解。如同做好了城鄉設計，不只納入人文、科技、美感、便利、和生態保育等要項，還要考量一旦實施開來，特別





150 蔡耀明

是以永續經營為念，應該怎麼在空間的分布做配置或取捨，以及如何讓設計的進行禁得起時間的沖刷或淬鍊。如果設計出來的，反而擴大族群衝突，惡化貧富差距，徒增資源耗費，或者快速走向泡沫化，那就很有深切檢討的必要。簡言之，城鄉設計不只是設計專業的事情，更加是生態調適、安居樂業、打通未來的事情。

接著，把焦點拉到禪修設計。這也是有關生命的事情。如果設計的禪定，反而造成生命品質的偏執、傲慢，流連忘返於所謂不適當的處所，或者扼殺生命的開展，那就很有深切檢討的必要。然而，相對於檢討，未雨綢繆或預做抉擇，應當來得尤其緊要，因為特別是有關生命的事情，不必都在付出慘痛的代價之後再來檢討。

在有關生命眾多的事情當中，值得預做抉擇的，《首楞嚴三昧經》就很強調生命安頓的處所。依託在生命的歷程，到底要做什麼事情，那是極其重大的一回事；至於要將生命的歷程往哪裡擱，在重大的程度上，應該至少無分軒輊。假如擱錯地方，很可能縱使胸懷再大的抱負，也難以伸展；更壞的情況，甚至扼殺所有的抱負。

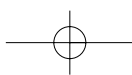
由於《首楞嚴三昧經》再三強調慎選生命安頓的處所，就此帶出相當獨特的看法，並且提供支撐的緣由，因此所謂生命安頓處所的抉擇，雖然借用通俗的話語來表達，卻完全不妨礙做為一個專門用詞。

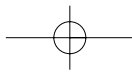
藉由生命安頓處所的抉擇此一專門用詞，可用來敲開《首楞嚴三昧經》的學術議題，同樣不在少數。例如：《首楞嚴三昧經》以什麼樣的系統關聯，納入生命安頓處所的抉擇此一課題？構成生命安頓處所的抉擇，其基礎為何？什麼樣的處所，適合成為生命安頓的首選？首楞嚴三昧和抉擇生命安頓的處所，這二者之間的關係為何？

(三)《首楞嚴三昧經》的首楞嚴三昧在設計什麼？

針對某一對象，一開始就問該對象是什麼，大概是滿司空見慣的表現。本文不想免俗，在專門用詞經過一番釐清之後，首先拋出的議題，同樣是在追問：首楞嚴三昧關聯的禪修設計，到底在設計什麼？

針對什麼是什麼的提問，據以回應的著眼點，例如，概念、本質、歷史、社會、辯證，五花八門都行。然而，由於經典記載的首楞嚴三昧明顯帶有目的導向的（purpose oriented）性格，而且根據導向的目的，確實可用以理解什麼是什麼在座標上的位置，本文即準備以導向的目的為著眼點，來做出回應，並且通過回





應，來尋找可深入理解的蛛絲馬跡。

如果以導向的目的為著眼點，可考慮從負面的排除和正面的確立這二方面各別切入。然後，再把這二方面擺在一起，或可組成一張大視野的圖畫的粗略輪廓。

首先，負面的排除：首楞嚴三昧關聯的禪修設計，並非盡是做一些技術細節的設計，甚至也不是在設計任何走大眾化路線的或特別狹隘的禪定。

其次，正面的確立：一言以蔽之，首楞嚴三昧關聯的禪修設計，主要在設計以成就十地菩薩為導向所應當具備的三昧。就此而論，首楞嚴三昧的出現，可以說是目的驅動的（purpose driven）；假如不是為了一路昇進到十地菩薩，根本不必修煉首楞嚴三昧，甚至連那樣的名稱，都可以完全省略不提。

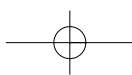
附帶一提，強調首楞嚴三昧是目的導向的或目的驅動的，並不必然因此掉在手段與目的（means and end）的二元性對立，也不必然使目的成為外在的對象。事實上，目的並不是只那麼一點的存在，尤其不是外在的、對立的一點，而是類似整條大方向。修煉首楞嚴三昧，當然不是老在原地踏步踏，而是持續不斷地進展：進展的道路，就掛在菩提道；進展的方向，就是菩提道的方向，亦即趨向最極高超、正確、圓滿的覺悟；至於菩薩第十地在菩提道的位置，正好最為鄰近最極高超、正確、圓滿的覺悟。因此，如果說，首楞嚴三昧關聯的禪修設計主要在導向菩薩第十地，其實就是在說，把首楞嚴三昧本身的大方向給「發現」與落實下來。簡言之，禪修設計，基本上，就在於「發現」內在於禪定本身的大方向，再配合禪修，即可落實在大方向的行進。以無比勇猛的姿態拉出禪修之道，往禪修的大方向貫徹行進，《首楞嚴三昧經》的首楞嚴三昧在設計的，大概就是這麼一回事。¹⁹

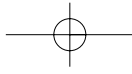
（四）《首楞嚴三昧經》禪修設計的基本理念為何？

初步理解《首楞嚴三昧經》的首楞嚴三昧大概在設計什麼，也就是在設計上有關什麼是什麼得出起碼的認識之後，接下來可探問的，焦點就擺在什麼樣的基本理念，才使首楞嚴三昧得以如其所是地設計出來。

所謂禪修設計的基本理念，意指在很基本的層次特別強調或講究一些特質，

19 有關目的（purpose）類似整條大方向，內在於歷程，是被「發現」的，卻不是「另外被造成」的，很簡明的討論，可參閱：Peter McWilliams, *Life 101: Everything We Wish We Had Learned About Life In School - But Didn't*, Allen Park: Prelude Press, 1994, pp. 268-272。





藉由這些特質的結合，即可組裝成所要設計的禪定該有的樣態。根據不同的基本理念，例如，通俗、便利、新潮、精緻、高貴、人文、科技化，設計出來的，當然各有千秋。

《首楞嚴三昧經》禪修設計的基本理念，大致可整理成如下特質：實踐性、基礎性、延續性、涵攝一味性、貫徹通達性、功能性、高超性。

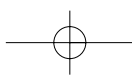
首先，實踐性。禪修原本就帶有高度的實踐性。設計首楞嚴三昧，當然不能光談理論、理想、或一些花邊式的插曲，而是必定把實踐性設計進去，使設計出來的，徹頭徹尾都可修煉。

其次，基礎性。一套良好的設計，往往在基本功，絲毫馬虎不得，否則容易成為虛有其表，或一受到衝激就快速崩塌。設計首楞嚴三昧，注重愛樂心、深心、大慈、大悲、四禪、四無色定，都可看成把地基打穩，也就是將心態的調整與練出基本的定力，列為首先務必達成的要件。

第三，延續性。想要實現首楞嚴三昧，一方面，必須徹底排除急功近利或反反覆覆的毛病；另一方面，準備在生命的旅程和修煉的道路，做長期的投入，以及延續的進展。

第四，涵攝一味性。首楞嚴三昧如果和一般的三昧有什麼特別與眾不同的地方，涵攝一味性可以看成很關鍵的一項特質。延續性凸顯在生命的旅程和修煉的道路，都不至於在努力一個段落之後，例如，轉世、變換學習項目，就又前功盡棄，或陷入嚴重的斷層，而是可以站在一路走來所奠定的基礎，持續進展下去。然而，延續性極有可能只是累積一大堆混雜的或彼此不相容的東西，變成類似雜排隊伍或漏洞百出的套裝軟體。將涵攝一味性設計進來，除了避免混雜而不相容的問題，積極的作用，在於將不論是狹義的禪修的點點滴滴的努力，或是廣義的菩提道的修煉的各式各樣的收穫，不僅通通收編成為至少有機式的整合體，而且遂行類似徹底消化與轉成養分的處理。經由這一番處理，從一個方向來看，禪修的陣容不斷擴大與整合；從另一個方向來看，修煉之所及的任何項目，例如，布施、淨戒、安忍，皆灌注或洋溢定力。²⁰由於修煉所開發的內涵都整合在軸心的禪定，修煉之所及又全然散發禪定的光芒，整個修煉就可以理直氣壯地以三昧為高標的旗幟；首楞嚴三昧，正好就是拿來標示以禪定為軸心且具備涵攝一味之特

20 涵攝一味性根據的說法之一，見於《首楞嚴三昧經》(T. 642, vol. 15, pp. 632a-633a) 逐一勾勒的菩薩一貫安住首楞嚴三昧同時展現在布施波羅蜜、淨戒波羅蜜、安忍波羅蜜、精進波羅蜜、靜慮波羅蜜、以及般若波羅蜜的修為與成果。



質的修煉。

第五，貫徹通達性。涵攝一味性使首楞嚴三昧壯大與整全，貫徹通達性則使首楞嚴三昧一路臻於登峰造極。首先，在修煉的過程，如果換個項目、段落，之前的規格、做法、成果通通變得不適用，而必須一再汰換或整個捨棄，那將疲於奔命於除舊布新的浪費上。再者，如果做一件事情，就卡在一件事情裡面，做更多事情，就受到更多事情的牽絆，那頂多只能成爲很小範圍的專家，而成不了打通各個領域的行家。針對除舊布新可能的弊病，可在設計上，將各式各樣的禪定接軌或打通，將不同的修煉道路，例如，聲聞乘、辟支佛乘、大乘，都做跨平台的處理。針對受困於狹隘格局可能招致的弊病，《首楞嚴三昧經》再三強調，首楞嚴三昧在設計上，不僅要落實一個又一個的科目，做出一件又一件的事情，而且還要逐一越出隨著所進行的科目或事情可能陷落的局限。例如：

有三昧，名首楞嚴。若有菩薩得是三昧，如汝所問，皆能示現於般涅槃，而不永滅；……常在禪定，而現化眾生。（p. 630a）

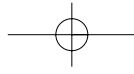
何等是首楞嚴三昧？謂：（一）……（九十二）現行一切二乘儀法，而內不捨諸菩薩行；……（九十四）於眾伎樂，現自娛樂，而內不捨念佛三昧；……（一百）入大滅度，而不永滅。（p. 631a-c）

首楞嚴三昧去至一切眾生心行，而亦不緣心行取相；去至一切諸所生處，而亦不爲生處所污；去至一切世界佛所，而不分別佛身相好；去至一切音聲、語言，而不分別諸文字相；普能開示一切佛法，而不至於畢竟盡處。（p. 636a-b）

堅意！是皆首楞嚴三昧自在神力。菩薩示現入於涅槃，不畢竟滅，而於三千大千世界，能現如是自在神力，示現如是諸莊嚴事。堅意！汝觀如來於此四天下，轉法輪，餘閻浮提，未成佛道，或有閻浮提，現入滅度，是名首楞嚴三昧所入法門。（p. 640b-c）

有十法行，名爲福田。何等爲十？住空、無相、無願解脫門，而不入法位；見知四諦，而不證道果；行八解脫，而不捨菩薩行；能起三明，而行於三界；能現聲聞形、色、威儀，而不隨音教，從他求法；現辟支佛形、色、威儀，而以無礙辯才說法；常在禪定，而能現行一切諸行；不離正道，而現入邪道；深貪染愛，而離諸欲、一切煩惱；入於涅槃，而於生死不壞、不捨。有是十法，當知是人真實福田。（p. 641b）

菩薩住是首楞嚴三昧，皆能遍行諸賢聖行；亦隨其地，有所說法，而不住



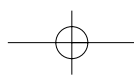
中。(p. 643a)

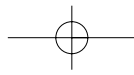
菩薩若能通達首楞嚴三昧，當知通達一切道行；於聲聞乘、辟支佛乘、及佛大乘，皆悉通達。(p. 643c)

迦葉！汝今且觀首楞嚴三昧勢力——諸大菩薩以是力故，示現入胎、初生、出家、詣菩提樹、坐於道場、轉妙法輪、入般涅槃、分布舍利，而亦不捨菩薩之法，於般涅槃，不畢竟滅。(p. 644a)

以上可謂洋洋灑灑的經證，其實只是冰山的一角。之所以不厭其煩地羅列這些經證，在於顯示貫徹通達性並非偶然一現的特例，而是設計在內，成為首楞嚴三昧的一項特質。如果暫以內外為著眼點來分析，這一項特質表明的，在修煉者內部或佛教內部，完全不做內部傾軋或虛耗的事情，反而力求在自家的各個路徑之間做接軌或跨平台的切換；至於在修煉者的外部或佛教外部，則完全不做坐困愁城的事情，反而力求不斷地突破障礙，精益求精，走向一切世界，貢獻一切眾生。如果另以模式為著眼點來分析，這一項特質表明的，大致根據如下三個要點，進而組成運作的模式。(1)修煉出任何一項本事，卻不停留在該項本事的疆域裡面。例如，具備對應於色界和無色界的各個定力，卻不因此逗留或執著在任一定境或天界。其中最顯眼的一點，而且再三強調的，亦即具備安住涅槃的本事，卻不因此逗留在涅槃的境界。(2)進行禪修，並非只圖禪定的安適，或僅止於守住禪定的版圖，而是正好藉由強大的定力為後盾，推動或帶動菩提道的整體進行，以及施展度化眾生之菩薩事業。(3)在度化眾生或引導不同路徑的修煉者的時候，一方面，接觸的界面，可配合世間或對象情況的差異，甚至做出極大幅度的調整，另一方面，卻不因此耽溺在接觸的界面，或受到接觸界面的蒙蔽或摧折，而能不改菩薩本色，照樣堅定且貫徹推動以三昧為骨幹的菩薩行。透過這三個要點所組成的模式，或許較容易理解《首楞嚴三昧經》如下的宣告是怎麼辦到的：**「菩薩若能通達首楞嚴三昧，當知通達一切道行；於聲聞乘、辟支佛乘、及佛大乘，皆悉通達。」**(p. 643c)

第六，功能性。首楞嚴三昧在本身的名稱，就直截了當標榜勇健的行進，因此在設計上，並不是要弄出鬆垮垮或一事無成的模樣，而是自然透發剛猛的力道。整篇經文，可以說劇力萬鈞，處處力透紙背。然而，孔武有力，並非為了匹夫之勇，逞一時之快，而是在於具備高度的執行力，藉以達成菩提道的眾多功能。為了節省篇幅起見，在此僅引一則經證，約略顯示首楞嚴三昧功能導向的執行力：





世尊！唯願我等聞是首楞嚴三昧善根因緣，當得菩薩十力。何等十？於菩提心·得堅固力，於不可思議佛法·得深信力，多聞·得不忘力，往來生死·得無疲力，於諸眾生·得堅大悲力，於布施中·得堅捨力，於持戒中·得不壞力，於忍辱中·得堅受力，魔不能壞·得智慧力，於諸深法·得信樂力。²¹

第七，高超性。首楞嚴三昧在設計上，順著涵攝一味性、貫徹通達性、和功能性，高超性其實即已呼之欲出。所謂高超性，意指持續不斷地進展和提昇，不僅在修道的路程次第進階，使修道的領域漸次拓展，將修道的障礙逐一被轉化或超越，而且壓根兒不帶有任何走到邊界或最後完結的想法。²²正好是這樣的高超性設計在內，才使首楞嚴三昧真正偉大。

以上從實踐性到高超性總共七項特質，是就首楞嚴三昧何以如其所是此一議題，以禪修設計的基本理念為著眼點，在來來回回閱讀《首楞嚴三昧經》之後，抽繹與整理的結晶。這七項特質，或許在涵蓋面並不很周全，不過已盡力將重點抓出。由設計在內的基本理念，可錘鍊和凝聚為基本精神。總攝來講，首楞嚴三昧的基本精神，在於持續與貫徹地勇往直前，完全不認為世間有什麼克服不了的障礙或突破不了的難關。

六、首楞嚴三昧的設計者與執行者

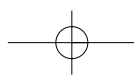
禪修設計，除了問說在設計什麼，以及基本的理念為何，還可關聯地探討二個面向：其一，誰在設計；其二，誰在執行。

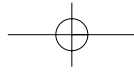
(一) 誰在設計首楞嚴三昧？

雖然佛教經典在切向高超的涵義上，一向不建立有那一種本身就是固定且永

21 T. 642, vol. 15, p. 643a-b。

22 有關修道的障礙，《首楞嚴三昧經》再三強調，依於魔界真如即佛界真如之理趣，首楞嚴三昧以無與倫比的定力，在轉化、降伏、超越、乃至示現魔事，特別在行。隨手捻來，四處可見像這樣的說法：「降魔怨敵」；「得自在慧·以破諸魔」；「善知·出過一切魔道」；「現行一切魔自在力，而不依倚魔所行事」；「示現一切行魔界行，而能不為魔行所污」。由於這當中的論點與論據都值得另外撰文專門討論，在此僅列相關說法的出處頁碼，以供參考：T. 642, vol. 15, pp. 629c, 630a, 631b, 637b-638c, 639b-640a, 643a。



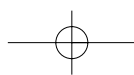


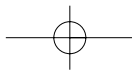
遠不變的設計者，但是約定俗成上，就人、事、時、地、物尚且用得上指稱詞約略加以論斷的範圍而論，依據《首楞嚴三昧經》，首楞嚴三昧的設計一事，不僅談得上參與在內的設計者，而且還可區分出二個段落的設計，一為基本規格與基本理念，另一為禪定的高階執行。

第一個段落，設計的重點，在於基本規格與基本理念。誰來參與設計，採取開放而非壟斷的形式，包括釋迦摩尼佛，延伸為諸佛如來，²³ 以及在法會上針對首楞嚴三昧該怎樣修煉或如何運用的回應者或討論者，例如堅意菩薩 (Bodhisattva Dṛḍha-mati)、持須彌頂·天帝釋 (Śakra Devendra Meru-Śikhara-dhara)、瞿域天子 (Devaputra Gopaka)、現意天子 (Devaputra Maty-abhimukha)、魔界行不污菩薩 (Bodhisattva Māra-gocarān-upalīpta)、文殊師利法王子 (Mañjuśrī kumāra-bhūta)、彌勒菩薩 (Bodhisattva Maitreya)。由於法會採取問答的方式，以首楞嚴三昧為焦點，有關基本規格與基本理念，隨處可見精彩的討論，而參與對話的這些行家，理所當然成為共同的设计者。

第二個段落，設計的重點，擺在禪定的高階執行。誰來參與設計，同樣採取開放而非一言堂的形式；原則上，只要在首楞嚴三昧達到高階的或熟練的修為，尤其十地菩薩，雖然不見得直接參與法會的問答，照樣可就首楞嚴三昧怎樣做出最適切或最有效的運用，保有相當大的揮灑空間。如同大學或研究所的授課教師對於課程設計，不僅有權力進行，而且應該用心且盡力把課程設計妥當；如同藝術家不許像普通工匠打鐵那樣流於十足的匠氣，總該發揮藝術的想像或創新；同樣地，由於首楞嚴三昧本身就帶有不斷突破限定與靈活運用的特性，因此高階的修煉者，以類似獨當一面的姿態，放手設計與執行首楞嚴三昧，不僅得到肯定，而且深受讚許。這當中可看成頗具代表性的一位典範，即文殊師利法王子，於過去世照明劫 (Vairocana kalpa) 期間，在弗沙佛 (Buddha Puṣya) 涅槃之後，面對許多只想、只能、或只願走辟支佛道路的眾生，只好放下身段，示現辟支佛身，教導辟支佛法，甚至以身作則，現前趣入辟支佛道路的涅槃，卻絲毫不因此受限於辟支佛的格局，照樣馬不停蹄遂行千變萬化的菩薩事業。²⁴ 首楞嚴三昧的高超威力，支持高階的修煉者拿得出雄厚的本事，進行靈活的設計與運用；反過來，高階的修煉者也使出渾身解數，將首楞嚴三昧打造出十足的藝術味。就此而論，首楞嚴三昧可看成禪定修為的藝術極品；像文殊師利法王子那樣的修煉者，則可看成宗教修煉頂級的藝術家。關聯於此，假如不培養一些藝術的眼光，恐怕

23 「一切諸佛，無有不說首楞嚴三昧者。」 (T. 642, vol. 15, p. 636c.)





不容易深一層理解《首楞嚴三昧經》在做什麼。

以上分成二個段落說明的首楞嚴三昧的設計者，可總括整理出一些特色，包括高度專業、共同參與、藝術創新、以及實務變通。環繞設計者的這些特色，一方面，可據以理解《首楞嚴三昧經》，另一方面，或可成爲當代從事設計專業的靈感泉源之一。

(二) 誰在執行首楞嚴三昧？

如果說，設計首楞嚴三昧第一個基本理念就是實踐性，接著很自然就會問到，由誰執行首楞嚴三昧。

針對這一個議題，既然涉及到「誰」的問題，若要做出鞭辟入裡的認識，至少有必要區別如下四類的身分形態。其一，三界六道的生物層次的身分形態，例如天界眾生、人、馬。其二，人類世界的生物層次的身分形態，例如女人、男人、兒童、老人；人類世界的社會層次的身分形態，例如子女、父母、員工、老闆；人類世界在世間層次的專業領域的身分形態，例如教師、醫師、工程師、數學家。其三，根據相關宗教在居住上或生活圈的身分形態，例如出家者、出家而四處遊行（遊化）者、出家而共住者、在家者；根據相關宗教在年齡上或資歷上的身分形態，例如年輕出家者、年長出家者、新進出家者、資深（長老）出家者。其四，根據相關宗教從事專業修煉所對應的身分形態，例如聲聞（聲聞乘的修煉者）、辟支佛乘的修煉者、菩薩（大乘或菩提道的修煉者）。

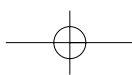
在如上約略區分的四類身分形態當中，《首楞嚴三昧經》，甚至佛教所有的經典，一旦涉及專門的或進階的事情，最看重的，就是第四類，也就是在宗教從事專業修煉所對應的身分形態。²⁵

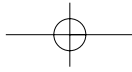
首楞嚴三昧並不是前三類任何一個身分形態專屬的東西，也不是光靠前三類

24 「舍利弗！彼時照明劫中，有佛出世，號曰弗沙；利益世間諸天、人已，入於涅槃。是佛滅後，法住十萬歲。法滅之後，其中眾生，於辟支佛有度因緣。假使百·千·億佛爲之說法，不信、不受；唯皆可以辟支佛身、威儀、法則而得度脫。是諸眾生皆共志求辟支佛道。……如是，舍利弗！我於爾時，滿一小劫，三百六十億世，作辟支佛身，示入涅槃；於諸大城，一一皆以辟支佛乘，度脫三十六億眾生。舍利弗！菩薩如是以辟支佛乘，入於涅槃，而不永滅。」(T. 642, vol. 15, p. 642b-c.)

25 爲了節約篇幅，僅舉一例，以供參考：

佛告善現：「學一切法無著、無礙，覺一切法無著、無礙，求證無上正等菩提，饒益有情，是菩薩義。」(《大般若波羅蜜多經·第四會》，唐·玄奘譯，T. 220 (4), vol. 7, p. 766b.)





任何一個身分形態推動出來的東西。首楞嚴三昧對前三類任何一個身分形態永遠敞開大門，甚至對處處作梗者或麻煩製造者亦然；²⁶ 反過來，前三類任何一個身分形態，只不過是走上專業修煉在外圍環圈的依託項目之一。做為外圍環圈的其它依託項目，還有很多，例如所在區域、房舍、天氣、時節、飲食、名利、權勢。光是這些外圍項目，或可當成專業修煉的依託，也可影響或甚至嚴重到摧毀專業的修煉，但是無法在內層或軸心推動專業出修煉的躍進。如同幾何無王者之路（There is no royal road to geometry），物理學也不是光靠女人、男人、出家者、或在家者等身分形態推動出來的；尤其是談到宗教上專業的修煉，假如都是一些外圍的項目所專屬或在推動，那麼宗教的招牌大概就可以卸下來了。

There is no royal road, but there is a road. 首楞嚴三昧主要是由禪定的專業修煉往菩提道貫徹昇進，才一步一步推動出來的。隨緣拿著前三類任何一個身分形態做為依託，真正切要的，還是在於透過專業的打造，卓然有成，即可披掛對應的身分形態，稱為菩薩，或甚至十地菩薩。簡言之，做為首楞嚴三昧執行者的菩薩或十地菩薩，關聯的，正好是在宗教從事專業修煉所對應的身分形態。

修煉首楞嚴三昧的路程，往往一輩子接連一輩子，不僅極其漫長，最好不要半路偏離了趣向菩提的正道，而且還得持續不斷地累積修煉的內涵與能量。²⁷ 當修煉的內涵與能量已經累積到極其深厚的地步，舉手投足，幾乎都能發自早已內化且純熟的法力，從而擺脫軀體或感官對象的驅使或衝激。²⁸ 藉由首楞嚴三昧，

26 《首楞嚴三昧經》(T. 642, vol. 15, especially pp. 637b-640a) 不僅不將處處作梗者或麻煩製造者汙名化，不製造敵人，而且貫徹強調所謂惡魔 (Māra Pāpīmat) 毫無必要作繭自縛，以及首楞嚴三昧照樣對惡魔敞開大門。在此僅錄出一則對話，以供參考：

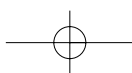
堅意菩薩白佛言：「世尊！今此惡魔聞說首楞嚴三昧，為解縛故，發菩提心。亦得具足佛法因緣耶？」

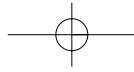
佛言：「如汝所說。惡魔以是三昧福德因緣、及發菩提心因緣故，於未來世，得捨一切魔事、魔行、魔諂曲心、魔衰惱事。從今已後，漸漸當得首楞嚴三昧力，成就佛道。」(T. 642, vol. 15, p. 638b.)

27 例一，「若人不厚種諸善根，聞首楞嚴三昧，不能信受。少有眾生聞首楞嚴三昧能信受者；多有眾生不能信受。善男子！人有四法，聞是三昧，能得信受。何等為四？一者，曾於過去諸佛，聞是三昧。二者，為善知識所護，深樂佛道。三者，善根深厚，好樂大法。四者，身自得證大乘深法。有是四法，則能信受如是三昧。」(T. 642, vol. 15, p. 641a.)

例二，「於諸無量、阿僧祇劫所修善法，皆悉成就。」(T. 642, vol. 15, p. 629b.)

28 「菩薩住首楞嚴三昧，六波羅蜜，世世自知，不從他學；舉足、下足，入息、出息，念念常有六波羅蜜。何以故？堅意！如是菩薩，身皆是法，行皆是法。」(T. 642, vol. 15, p. 633b.)





一路帶動菩提道眾多法目的修煉，就這樣打造出菩薩之身分形態。然而，正如教師或醫師不必在所有的場合都擺出一副教師或醫師的模樣，菩薩基於度化眾生的考量與首楞嚴三昧靈巧的威力，同樣不必一直死板板地擺出菩薩的架式。事實上，菩薩在世間出現的身分形態，應有盡有，包括天界眾生、人、女人、男人、出家者、在家者、聲聞、辟支佛乘的修煉者。²⁹

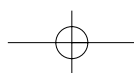
總而言之，首楞嚴三昧的執行者，稱為菩薩，尤其是十地菩薩。菩薩此一身分形態的取得，主要有賴在宗教從事既長久且高超的專業修煉。隨緣依託三界六道的生物層次任何的身分形態，人類世界的生物層次、社會層次、或世間專業領域任何的身分形態，或是根據相關宗教在居住上或生活圈任何的身分形態，只要在禪定的專業修煉好好下工夫，配合在菩提道不斷地上進，通通可取得菩薩之身分形態，乃至於可成為首楞嚴三昧的執行者。然而，身為首楞嚴三昧的執行者，卻不必然全以菩薩的外貌出現在世間，而是三界六道或宗教上的各個道路的身分形態，都可隨緣而普門示現。

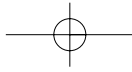
以上針對首楞嚴三昧的執行者展開的分析與論陳，積極面，可據以認清，菩薩主要是宗教專業修煉所打造的身分形態；消極面，可據以帶出二點省思。其一，如同科學一旦放棄科學專研，宗教假如放棄宗教專業修煉，通通無異於自砸招牌。其二，從事學術工作，如果面對的是在軸心一貫講究專業修煉的宗教，自當極力避免予以塑造成只是一些外圍環圈的依託項目在推動或主導的產物，還要避免過分強調三界六道的生物層次的身分形態，從而混淆或宰制宗教專業修煉的身分形態。

七、結論與展望

假如問《首楞嚴三昧經》是在什麼樣的歷史或社會背景影響之下的產物，這當然留有盡情發揮史學想像或社會學想像的空間。然而，如果著眼於禪修設計和生命安頓，並且看出經典處處表現極其積極、勇猛的氣概，超越軀體的、生物

29「今此會中，自有菩薩·得首楞嚴三昧·現帝釋身，有現梵王身，有現諸天、龍、夜叉、乾闥婆、阿修羅、迦樓羅、緊那羅、摩睺羅伽身；有得首楞嚴三昧·現比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷身；有得首楞嚴三昧，以諸相好，而自嚴身；自有菩薩，為化眾生，現作女身形、色、相貌，有現聲聞形、色、相貌，有現辟支佛形、色、相貌。」(T. 642, vol. 15, p. 635b.)





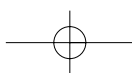
160 蔡耀明

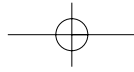
的、社會的、世俗心態的、一期生死的拘限，那麼禪修水準的提昇、禪定力量的增強、對開發生命內涵的看重、貫徹生命覺悟的決心、以及對生命事業的投入，這些在佛法專業的修煉特別講究的，本身不正是首楞嚴三昧之所以成為首楞嚴三昧最佳的理由！

本文從修煉型的宗教入手，逐一說明文獻依據，以及設定首楞嚴三昧之界說。在這些背景的、先遣的階段鋪陳過後，即由主幹的二個部分來擔綱，一為禪修設計理念，另一為設計者與執行者。

就字面的意思，首楞嚴三昧藉由勇健的行進，所要表達的，不僅具有高超的動能與進取的作為，而且還能在心識上達到平等任持的修為。《首楞嚴三昧經》可整理出四個用以界說首楞嚴三昧的手法，重點分別擺在譬喻的借用，對應於十地菩薩一百項特殊能耐的列舉，呼應法會主題的宣說，以及扣緊修道次第逐步昇進的標示。一言以蔽之，首楞嚴三昧關聯的禪修設計，主要在設計以成就十地菩薩為導向所應當具備的三昧。以無比勇猛的姿態拉出禪修之道，往禪修的大方向貫徹行進，《首楞嚴三昧經》禪修設計的基本理念，大致可整理成如下特質：實踐性、基礎性、延續性、涵攝一味性、貫徹通達性、功能性、高超性。由設計在內的基本理念，可錘鍊和凝聚為基本精神。總攝來講，首楞嚴三昧的基本精神，在於持續與貫徹地勇往直前，完全不認為世間有什麼克服不了的障礙或突破不了的難關。

經由本文的鑽研，不僅使禪定學和生命哲學可結合來做學術處理，而且由於《首楞嚴三昧經》深奧的內涵，開啓禪定學和生命哲學嶄新的視野。





Meditation Design in the *Śūraṅgama-samādhi-Sūtra*

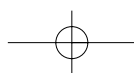
Yao-ming Tsai^{*}

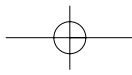
Abstract

The present study aims to discuss two topics: the design ideas of meditative practice, and making choice from among localities for life to settle down. Since the main point of the *Śūraṅgama-samādhi-Sūtra* is the devoted practice of meditation, and devoted practice of meditation needs professional design ideas to present them, the present study focuses on design ideas of meditative practice and tries to reveal the quintessence of the targeted scripture layer by layer. As to the multi-faceted life process, the present study lays emphasis on making choice from among localities for life to settle down. By analyzing the most basic theories of the targeted scripture and pointing out its distinctive features, the choice between localities for life to settle down in particular, the present study progresses from passively being in the present to actively developing loving kindness toward all beings in the world, from consuming the living environment to contributing to the living world.

The structure of the present study is as follows. Section One: Introduction. Section Two: Starting from background information, the *Śūraṅgama-samādhi-Sūtra* carries a Buddhist spirituality, comprising ethical precepts, meditation, penetrating wisdom, emptiness and non-duality, that lays emphasis on practice. Section Three: Literature Review. The importance of the *Śūraṅgama-samādhi-Sūtra* as the literature for the present study, and the circulation and translation of the targeted scripture. Section Four: The definition and explanation of the two key terms, “design ideas of meditative practice” and “making choice from among localities for life to settle down,”

^{*} Associate Professor, Department of Philosophy, National Taiwan University





162 蔡耀明

for further philosophical discussion. Section Five and Section Six introduce the two main themes of the present study. Section Five: By bringing up issues and questions, explaining the design ideas of meditative practice in the *Śūraṅgama-samādhi-Sūtra*. Section Six: With the support and strength supplied by meditative practice, the *Śūraṅgama-samādhi-Sūtra* reveals the choice from among localities for life to settle down. Section Seven: Conclusion.

With the contribution of the present study, not only can the enquiries into meditative practice and life philosophy be put together to conduct further academic research, but also can the rich teachings of the *Śūraṅgama-samādhi-Sūtra* bring a wider vision for both fields.

Key words: *Śūraṅgama-samādhi-Sūtra*, design ideas of meditative practice, making choice from among localities for life to settle down

