

獨存與解脫： 瑜伽派與佛教解脫道的比較

莊國彬
法鼓文理學院佛教學系

摘 要

本篇是〈瑜伽經與佛教思想比較〉的續篇，上一篇主要在於簡介帕坦伽利（Patañjali）的《瑜伽經》（Yoga-sūtra），並與佛教思想做重點式的比較。本篇則更進一步，主要從修行解脫的角度，也會較著重在毗耶沙（Vyāsa）的《瑜伽經注》（Yoga-sūtra-bhāṣya）與佛教的比較。

本篇的比較以解脫方法為主軸，分根、道、果三部分討論。根是以神我論、剎那論、宇宙觀為主，道是比較佛教的八正道與瑜伽派的八支瑜伽，果則是討論佛教的解脫和瑜伽派的獨存的境界。

關鍵詞：《瑜伽經注》、解脫、獨存、宇宙觀、剎那、八支瑜伽

***Kaivalya* and *Vimokṣa*:
The Comparison of the Path to Liberation
between Yoga School and Buddhism**

Kuo-pin Chuang

Buddhist Studies, Dharma Drum Institute of Liberal Arts

Abstract

The present paper is a further discussion of comparison between *Yoga-sūtra* and Buddhist thoughts. In my previous article, I introduce the *Yoga-sūtra* of Patañjali and compare to the Buddhist Thoughts in terms of several topics. The present paper focuses on the techniques for liberation, also focuses on *Yoga-sūtra-bhāṣya* instead of *Yoga-sūtra*.

The techniques of liberation is able to divide into three parts: the primary theory, the path, and the result. The primary theory discusses the theory of *Puruṣa*, the theory of momentary, and the theory of cosmology. In the path, this paper delineates comparison between the eightfold noble path of Buddhism and *Aṣṭāṅga Yoga* of *Yoga-sūtra*. In

the result, the meaning of *vimokṣa* according to Buddhism and the meaning of *Kaivalya* in the *Yoga-sūtra* are explained.



Keywords: *Yoga-sūtra-bhāṣya*, *vimokṣa*, *Kaivalya*, cosmology, *Kṣaṇa*, *Aṣṭāṅga Yoga*

一、前言

在〈《瑜伽經》與佛教思想的比較〉這篇文章中，筆者主要介紹《瑜伽經》的基本背景和文獻，而且以心、戒、三昧、智等主題，比較《瑜伽經》與佛教思想。¹由於是初步的比較，文中比較著墨在《瑜伽經》的文獻介紹，以及《瑜伽經》和佛教思想的共同點。在這樣的基礎上，本篇則再進一步，從修行解脫的角度，有系統性的比較佛教與瑜伽派的異同。對於解脫方法的說明，傳統上可分為根、道、果三部分。根是修行的基本理論，在本篇主要是比較神我論、剎那論和宇宙觀。道的部分主要是比較兩派解脫法的異同，從《瑜伽經》來看，是八支瑜伽（Aṣṭāṅga Yoga）的成立與意義，而從早期佛教思想來說，是強調八正道的修習。果的部分則是說明修行的成果，從早期佛教的角度，是解脫證得阿羅漢果，而瑜伽派則是以獨存（Kaivalya）的形態，描述神我不受原質所影響，彰顯出原來清淨的本質。

其次，本篇比較的重點也從原先的帕坦伽利的《瑜伽經》轉成以《瑜伽經》和毗耶沙（Vyāsa）的《瑜伽經注》（Yoga-sūtra-bhāṣya）並重為主。從傳統上說，毗耶沙《瑜伽經注》的地位不亞於帕坦伽利的《瑜伽經》，因為後來的注解者在注解《瑜伽經》時，都會以《瑜伽經注》的意見為主。而且幾本英譯，如早期的James Haughton Woods²，以及Swami Hariharānada Āraṇya³，

¹ 莊國彬，〈《瑜伽經》與佛教思想的比較〉，《圓光佛學學報》第26期（2015年12月），頁51-108。

² James Haughton Woods, *The Yoga-system of Patañjali*, 1914.

³ Swami Hariharānada Āraṇya, *Yoga Philosophy of Patañjali*, 1963.

M. R. Yardi⁴，乃至於較新的Edwin F. Bryant⁵，當然包括本多惠的日譯本一樣⁶，也都以《瑜伽經注》為基本，再加上其他的注解本和作者本身對《瑜伽經》的理解。

基本上，本篇可以說是瑜伽解脫道與佛教解脫道的比較，目的是希望從這樣解脫觀念上的相互比較，能夠更清楚佛教思想在印度宗教和文化中的影響與地位。因此，所進行比較的佛教思想主要集中在早期佛教和阿毗曇佛教，較不涉及到大乘思想，主要是讓這樣的比較有清楚的對象，而且在《瑜伽經》第四品中有涉及到批判唯識思想的部分，若再加入這部分的討論，恐怕就會變得有些雜亂而模糊了焦點。⁷ 此外，雖然傳統上一致認為《瑜伽經》和《瑜伽經注》的地位都很重要，但也希望透過這樣的比對，能夠更清楚地呈現毗耶沙的《瑜伽經注》是如何注解帕坦伽利的《瑜伽經》，也讓《瑜伽經》和《瑜伽經注》的關係更清楚。以下就分根、道、果三部分來探討。

二、根

根的討論可分為三項，第一是神我論，第二是剎那論，第三是宇宙觀。神我論可說是瑜伽派的核心理論之一，沒有神我的存在，就沒有修行的基礎。第二部分的剎那論，主要是從瑜

⁴ M. R. Yardi, *The Yoga of Patañjali*, 1979.

⁵ Edwin F. Bryant, *The Yoga Sūtras of Patañjali: a new edition, translation, and commentary with insights from the traditional commentators*, 2009.

⁶ 本多惠，《ヨーが經注上卷—真實無畏—》、《ヨーが經注下卷—統一批判—》，京都：平樂寺，2007年。

⁷ 在《瑜伽經》批評唯識思想的部分，主要是第四品第14-16頌和第19-21頌，但這議題與本篇主旨稍有出入，因此不在這篇文章中討論。

伽派神我的立場，批評佛教的剎那論。第三部分宇宙觀的探討。從印度宗教來看，宇宙觀並不代表這物理性的實質世界，而是從修行解脫的角度，來討論這宇宙的組成。

(一) 神我論

以正統（Āstika）的印度教派而言，都相信眾生有個清淨的本體，不論它是被稱為梵（Brahma），或是真我（Ātman），或是神我（Puruṣa）。一般認為瑜伽派在哲學上是二元論，一方面相信我們都有個清淨的神我（Puruṣa），另一方面主張原質（Prakṛti）是構成這世間的基礎。⁸ 而心不屬於神我，而是屬於原質之一。因此，瑜伽派認為當行者解脫輪迴時，神我就不會受到原質的影響，不論是對物質的欲望，還是心中的煩惱、雜念。這樣的解脫境界就稱為「獨存（Kaivalya）」，表示染污的心已不在，只有清淨的神我獨立存在。這也是為什麼帕坦伽利在他的《瑜伽經》第一品第二頌就說：「瑜伽是心念活動的息滅。」⁹

帕坦伽利並沒有在《瑜伽經》解釋為何神我會受到染污心的影響，只在《瑜伽經》第一品第三頌接著說：「此時，見者安住於自體之中。」¹⁰ 毗耶沙的《瑜伽經注》說當覺知的能力（Citiśakti）安住自體中，這時就是獨存。但在散亂心時就不是這樣。¹¹ 換句話說，毗耶沙用覺知的能力（Citiśakti）來描述神

⁸ 原質表現出來的是三質性（Triguṇa），也就是Sattva（光明性）、Tamas（闇性）、Rajas（燥動性）三種性質。

⁹ 《瑜伽經》1.2: Yogaś citta-vṛtti-nirodhaḥ.

¹⁰ 《瑜伽經》1.3: Tada draṣṭuḥ svarūpe 'vasthānam.

¹¹ 《瑜伽經注》1.3: Svarūpapratiṣṭhā tadānīm citiśaktir yathā kaivalye. vyutthānacitte

我，在某一程度上是很容易跟心念的覺知混合在一起。不過，這是在散亂心的狀況下，但在專注的狀態下，神我就會彰顯出來它的覺知能力。

帕坦伽利接著在第一品第四頌提到：「若不是這樣，[神我]就會隨順[心念的]活動。」¹² 毗耶沙注解說當在散亂心的狀態下，神我跟心是無法分辨的。接著引一段經文說：「唯有一種見，這種見就是智。」¹³ 換句話說，就是能夠分辨神我和心念的智。其次，毗耶沙說心念就像是磁石一樣，讓神我跟心念之間就像是所有者（Svāmin）和所有（Svam）的關係緊緊地黏在一起，而且這樣的關係是從無始以來就有。¹⁴ 簡單地說，從毗耶沙的詮釋方式來看，在散亂心的狀態下，我們一直誤以為心念的覺知能力就是神我的覺知能力。只有透過在專注的狀態下，我們才能了知這樣的覺知能力是來自神我，而心念只不過是反映出神我的覺知能力而已。因此從瑜伽派的立場來看，了解神我和定力的修練是非常重要的兩件事。

從早期佛教來說，我們都了解佛陀教導無我的教理。如在《無我相經》中所說的：「色無我，乃至識無我」¹⁵ 在這部經

tu sati tathāpi bhavantī na tathā.

¹² 《瑜伽經》1.4: Vṛttisārūpyam itaratra.

¹³ 《瑜伽經注》1.4: Vyutthāne yāś cittavṛttayas tadaviśiṣṭavṛttiḥ puruṣaḥ. tathā ca sūtram “ekam eva darśanam khyātir eva darśanam” iti.

¹⁴ 《瑜伽經注》1.4: Cittam ayaskāntamaṅikalpaṃ saṃnidhimātropakāri dṛṣyatvena svam bhavati puruṣasya svāmiṇaḥ. tasmāc cittavṛttibodhe puruṣasyānādiḥ saṃbandho hetuḥ.

¹⁵ Saṃyutta Nikāya III, p.66: Rūpaṃ bhikkhave, anattā, rūpaṅca hidaṃ bhikkhave, attā abhaviṣṣaṃ nayidaṃ rūpaṃ ābādhāya saṃvattēyya, labbhettha ca rūpe evaṃ me rūpaṃ hotu, evaṃ me rūpaṃ mā ahoṣīti. Yasmā ca kho bhikkhave, rūpaṃ anattā, tasmā rūpaṃ ābādhāya saṃvattati. Na ca labbhati rūpe “evaṃ me rūpaṃ hotu,

中，佛陀說明在五蘊中是找不到有個我們可以控制的我。從上下文來看，佛陀認為從經驗的角度而言，在我們身心的變化中，是沒有一個永恆不變的主體。但是當染污心息滅後，是否有一個清淨的主體，佛陀的態度是聖默然，也就是傾向於不談論。就像在《中阿含》的《箭喻經》一樣，鬘童子尊者問佛陀一些形上學的問題，而佛陀並不正面回答他，只說中了毒箭的譬喻，重點是在於如何解毒，而不是討論與解毒無關的事物上。¹⁶ 這樣的態度從早期佛教不談論是否有清淨的主體，到後來部派佛教，乃至大乘佛教否定有個獨立自主的主體，不論這樣的主體是清淨的，還是染污的。這使得傳統印度宗教視佛教為「非正統 (Nāstika)」的教派。

(二) 剎那論

帕坦伽利在《瑜伽經》中一共有三處提到「剎那」這一語詞。第一處提到：「剎那心念的息滅」¹⁷，第二處提到：「由總制對剎那剎那和相續[的修習]」¹⁸，第三處提到：「次第中就能掌握到剎那的連續」¹⁹。前兩處是指心念的剎那，第三處指的是事物的剎那變化。看來帕坦伽利似乎是接受剎那的概念。

evaṃ me rūpaṃ mā ahoṣi” ti...“evaṃ me viññāṇaṃ mā ahoṣi” ti.

¹⁶ 《中阿含·箭喻經》，《大正藏》冊1，頁804上。

¹⁷ 《瑜伽經》3.9：「業行有顯現和止息，當顯現受到降服，會有剎那心念的止息，這是止息轉變。(vyutthānanirodhasaṃskārayor abhivhavaprādurbhāvau nirodha-kṣaṇacittānvayo nirodhapariṇāmaḥ)」。

¹⁸ 《瑜伽經》3.52：「由總制對剎那剎那和相續[的修習]，而生起決擇智。(kṣaṇatatkramayoh saṃyamād vivekajaṃ jñānam)」。

¹⁹ 《瑜伽經》4.33：「次第中就能掌握到剎那的連續，在最後的轉變中止了。(kṣaṇapratiyogī pariṇāmāparāntanirgrāhyaḥ kramah)」。

但是《瑜伽經注》1.32 提到：「為對治這些[修行障礙]，應修習唯一真實義。」²⁰ 毗耶沙認為真實義應否定剎那的觀念，言下之意是說或許可以在世俗上說有剎那的現象，但從真實的立場，是沒有剎那現象。毗耶沙提到有一「剎那論者（Kṣaṇika）」，認為心在一剎那只能緣取一個對象。這明顯指的就是佛教的阿毗曇教義。接著毗耶沙就批評這樣的理論，因為若是心一剎那只緣取一剎那所緣，那心就永遠都是在定中，也就不會有散亂心的情形發生。²¹

接著毗耶沙提到佛教徒會說是從心相續（Pravāha）的角度來說剎那。但毗耶沙批評說既然說心相續，又說剎那心，這是矛盾的。而且就算是心相續，還是沒有解釋為何只緣取單一所緣的剎那心是如何會散亂的。因此，一心能夠認知許多所緣。²²

其次，若是心剎那剎那不同，那前一剎那所緣取的所緣，後一剎那又如何能記憶前一剎那的所緣？而且剎那的心又如何接續之前所造的業？這樣的理論會造成牛所產生的牛奶和牛大便是一樣的。²³

²⁰ 《瑜伽經》1.32: tatpratiśedhārtham ekatattvābhyāsaḥ.

²¹ 《瑜伽經注》1.32: vikṣepapratīśedhārtham ekatattvāvalambanam cittaṁ abhyaset. yasya tu pratyarthaniyatam pratyayamātram kṣaṇikam ca cittaṁ tasya sarvam eva cittaṁ ekāgram nāsty eva vikṣiptam. yadi punar idam sarvataḥ pratyāhṛtyaikasmin arthe samādhīyate tadā bhavaty ekāgram ity ato na pratyarthaniyatam.

²² 《瑜伽經注》1.32: yo 'pi sadṛśapratyayapravāhena cittaṁ ekāgram manyate tasyaikāgratā yadi pravāhacittasya dharmas tadaikam nāsti pravāhacittaṁ kṣaṇikatvāt. atha pravāhāmśasyaiva pratyayasya dharmāḥ, sa sarvaḥ sadṛśapratyayapravāhī vā visadṛśapratyayapravāhī vā pratyarthaniyatatvād ekāgra eveti vikṣiptacittānupattiḥ. tasmād ekam anekārtham avasthitam cittaṁ iti.

²³ 《瑜伽經注》1.32: yadi ca cittenaikenānanvitāḥ svabhāvabhinnāḥ pratyayā jāyerann atha katham anyapratyayadrṣṭasyānyaḥ smartā bhavet. Anyapratyayo-

進一步，如果是主張剎那心的話，那就會否定神我的存在。例如：「我觸摩我曾看見的」、「我看見我曾觸摩的」，這都表示背後有個相同的認知者。那這樣的認知者又如何說是剎那剎那變化的？而且現量是無法由前後剎那變化的心所成立。因此是一心能夠認知許多所緣。²⁴

從以上的分析來看，毗耶沙否定剎那論的主要原因是因為在佛教思想中，並沒有神我的存在。由於沒有神我，而且又主張心是剎那生滅，那麼當心在一剎那緣取外境時，這不就是在定中嗎？由於沒有神我，所以許多剎那心的連接，也無法成為一心相續。由於沒有神我，剎那心的業行也就不可能。由於沒有神我，剎那心的記憶也就不可能。因此，毗耶沙的看法是，當神我存在時，世間的心念和物質是可以剎那變化的。若否定神我存在，那說心念和物質是剎那變化，那就會犯上述的四種錯誤。

簡言之，雖然帕坦伽利在他的《瑜伽經》並沒有明顯地否定剎那論，但是基於神我論，毗耶沙積極地在他的《瑜伽經注》否定佛教的剎那論，以加強神我存在的論證。當然從佛教的角度，剎那論是代表著諸法無常，現象無常，心念也是無

pacitasya ca karmāsayasyānyaḥ pratyaya upabhoktā bhavet. kathamcit samādhīyamānam apy etad gomayapāyasīyānyāyam ākṣipati.

²⁴ 《瑜伽經注》1.32: kiṃ ca svātmānubhavāpahnavaś cittasyānyatve prāpnoti. katham, yad aham adrākṣaṃ tat sprśāmi yac cāsprākṣaṃ tat paśyāmīty aham iti pratyayaḥ sarvasya pratyayasya bhede sati pratyayiny abhedenopasthitaḥ. ekapratyayaviśayo 'yam abhedātmāham iti pratyayaḥ katham atyantabhinneṣu citteṣu vartamānaḥ sāmānyam ekam pratyayinam āśrayet. svānubhavagrāhyaś cāyam abhedātmāham iti pratyayaḥ. na ca pratyakṣasya mātmyam pramāṇāntareṇābhībhūyate. pramāṇāntaram ca pratyakṣabalenaiva vyavahāram labhate. tasmād ekam anekārtham avasthitaṃ ca cittam.

常。從阿毗曇的教義來說，一剎那的心只能緣取一個所緣，而下一剎那的所緣是有可能改變的，所以這不能說是在定中。而且在佛教的禪修理論中，禪定的定義是相當清楚，如初禪一定會有五禪支。因此毗耶沙認為剎那心就是禪定的說法是站不住腳的。其次，由於佛教主張心和現象都是剎那生滅，而這種剎那生滅的現象就是緣起法，因此不需背後有神我來支持。這些看法都是與瑜伽派的理論是相反的。

(三) 宇宙觀

從傳統印度文化來看，最早提到關於世界起源的神話是《梨俱吠陀》中的〈原人歌〉(Puruṣasūkta)。其實〈原人歌〉的基本模型跟中國的槃古開天有些類似，都是以自身作為創造宇宙的原料。當宇宙造就出來後，槃古和原人也都化滅了。不同的是，在〈原人歌〉中，從原人不同部位中，化出了四種姓，這就是印度種姓制度的最初根據。但是對於整個宇宙觀，〈原人歌〉著墨不多。

除了〈原人歌〉外，在《梨俱吠陀》中，另一篇跟宇宙起源有關的就是〈金胎歌〉(Hiraṇyagarbha Sūkta)。在〈金胎歌〉第八頌中提到：「它是神中之神，無神與之匹比」²⁵。在《奧義書》中，認為這就是宇宙的起源，也就是梵(Brahma)。

雖然金胎在《梨俱吠陀》中是神話人物，但就瑜伽派的發展來看，是把他當成瑜伽的始祖。David Frawley的一篇網路文章〈瑜伽的最初教法：從帕坦伽利回溯到金胎〉(The Original Teachings of Yoga: From Patanjali Back to Hiraṇyagarbha)中提

²⁵ Hiraṇyagarbha Sūkta 8 : yo deveṣv ādhi devā eka āsīt.

到，或許有許多人會認為瑜伽派的哲學理論是從帕坦伽利開始，但是從《吠陀》、《摩訶婆羅多》、和《往世書（Purāṇa）》中，都提到最初的瑜伽是傳自於金胎。他認為瑜伽的發展不應說是從帕坦伽利開始，在帕坦伽利之前的瑜伽發展，或許可以稱之為金胎瑜伽（Hiraṇyagarbha Yoga）。²⁶ 換句話說，雖然在《吠陀》中，金胎是神話人物，但從瑜伽派的角度來說，將金胎視為從《吠陀》時代到帕坦伽利之前的瑜伽發展，可稱之為「金胎瑜伽」。

《瑜伽經》第三品第二十六頌提到：「[由總制]對太陽[的修習]，有[了知]世界的智。」²⁷。《瑜伽經》第三品第二十七頌提到：「[由總制]對月亮[的修習]，有[了知]星位的智。」²⁸。《瑜伽經》第三品第二十八頌提到：「[由總制]對北極星[的修習]，有[了知星]運行的智。」²⁹ 這三頌主要是說透過甚深的三昧，去觀察太陽、月亮、星星等，就會有與宇宙相關的智慧。帕坦伽利並沒有進一步闡釋瑜伽派的宇宙觀，而是毗耶沙在《瑜伽經注》第三品第二十六頌中詳細地說明了瑜伽派的宇宙觀。

在《瑜伽經注》中，毗耶沙說有七重世界：

- (1) 從無間地獄（Avīci）到須彌山底（Meruprṣṭha）是為地界（Bhūrloka）。
- (2) 從須彌山底到北極星之間，是為空界（Antarikṣaloka）。

在這之上，有五重天界（Svarloka）：

²⁶ <https://vedanet.com/2012/06/13/the-original-teachings-of-yoga-from-patanjali-back-to-hiranyagarbha/>. 登錄日期：2016, 5, 25。

²⁷ 《瑜伽經》3.26: Bhuvanajñānam sūrye saṃyamāt.

²⁸ 《瑜伽經》3.27: Candre tārāvīyūhajñānam

²⁹ 《瑜伽經》3.28: Dhruve tadgatijñānam.

(3) 大因陀羅界 (Māhendra-loka)；

(4) 生主 (Prajapati) 所領導的摩訶界 (Maharloka)；

之後有三重梵界 (Brāhmaloka)，分別是：

(5) 天人界 (Janaloka)、

(6) 苦行界 (Tapoloka)、

(7) 真實界 (Satyaloka)。

如是總攝為一世界。³⁰

在《毗濕奴往世書》(Viṣṇu-Purāṇa) 第二篇第七章所描述的七界是：地界(Bhūloka)、空界(Bhuvan-loka)、天界(Svarloka)、摩訶界(Maharloka)、天人界(Janaloka)、苦行界(Tapoloka)、真實界(Satyaloka)。³¹ 看來毗耶沙是以這為底本，再加以修改。而這跟佛教的宇宙觀結構是不一樣。佛教的宇宙觀主要是從禪定的角度，欲界是未到初禪的散地，對外境很容易就會產生執著、欲望。色界、無色界就代表著四禪和四無色定。若是如毗耶沙在第一品第一頌的注解所說的：「**瑜伽就是三昧**」³²，那麼其實他應採用佛教的三界說，這會與瑜伽派的教義比較一致。不過毗耶沙所使用的七重世界，除了是遵循印度傳統文化外，我想也是對應於人體七個脈輪，由人體的小宇宙對應於整

³⁰ 《瑜伽經注》3.26: Tatprastārah sapta lokāḥ. tatrāvīceḥ prabhṛti meruprṣṭham yāvad ity evaṃ bhūlokaḥ. meruprṣṭhād ārabhya --- ādhruvād grahanakṣatratārāvicitro 'ntarikṣalokaḥ. tataḥ paraḥ svarlokaḥ pañcavidho māhendras tṛtīyo lokāḥ. caturthaḥ prājāpatyo maharlokaḥ. trividho brāhmaḥ tadyathā --- janalokas tapolokaḥ satyaloka...iti saṃgrahaślokaḥ.

³¹ 其中空界指的是從地界到須彌山頂，而天界是須彌山之上，諸星所在的位置。參Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa* (Delhi: 1980, Reprint 1989), pp. 307-308.

³² 《瑜伽經注》1.1：「**瑜伽就是三昧** (yogaḥ samādhiḥ)。」

體的宇宙觀吧！

接著毗耶沙就這七重世界再進一步說明：

1. 地界 (Bhūrloka)

(1) 世界的基礎

毗耶沙在《瑜伽經注》中並沒有提到在地界之下是由什麼所支撐。但是在佛教的文獻中，如《俱舍論》世間品第三提到這器世界是由眾生的業力所感，在最底層有一極大的風輪 (Vāyu-maṇḍala)，厚十六億由旬。在風輪之上有一水輪 (Apā-maṇḍala)，厚十一億二萬由旬。在水輪之上。有一金輪 (Kāñcana-maṇḍala)，厚八洛叉 (Aṣṭalakṣa)³³。在金輪之上才是大地。³⁴

(2) 地獄 (Naraka)

印度的各宗教教派基本上都相信地獄的存在，只是地獄的數量，似乎有各種不同的說法。毗耶沙提到從無間地獄 (Avīci) 開始，有六大地獄 (Mahānaraka)，分別是由地、水、火、風、空、暗所造成。這些地獄的名稱分別為大時地獄 (Mahākāla)、奄婆梨地獄 (Ambarīṣa)、號叫地獄 (Raurava)、大號叫地獄 (Mahāraurava)、黑繩地獄 (Kālasūtra) 和闇黑地獄 (Andhatāmisra)。在這些地獄的眾生，由於他們所造的業，會受到長時間的苦痛。³⁵

³³ 一洛叉 (Lakṣa) 為十萬。

³⁴ 《俱舍論》第三品第45頌：「安立器世間，風輪最居下，其量廣無數，厚十六洛叉。次上水輪深，十一億二萬。下八洛叉水，餘凝結成金，此水金輪廣，徑十二洛叉，三千四百半，周圍此三倍。」(《大正藏》冊29，頁57上)。

³⁵ 《瑜伽經注》3.26: tatrāvīcer upary upari niṣiṭṭhāḥ ṣaṅmahānarakabhūmayo

《毗濕奴往世書》中則是說有二十八種地獄。其中跟《瑜伽經注》名稱一致的，除了最低層的無間地獄（Avīci）外，只有號叫地獄（Raurava）和黑繩地獄（Kālasūtra）。³⁶ 耆那教則提到七種地獄，但這七種地獄的名稱則和《瑜伽經注》中所提的不太一樣。³⁷ 而《俱舍論》是提到八大地獄，跟《瑜伽經注》一致的有黑繩地獄（Kālasūtra）、號叫地獄（Raurava）、大號叫地獄（Mahāraurava）等三種。³⁸

對於地獄的位置，毗耶沙的《瑜伽經注》和《毗濕奴往世書》都沒有明確的描述。一般會認為無間地獄是在最底層，而其他地獄則依次垂直而上。但若是根據佛教文獻《起世經》的描述，地獄並不是在地下，而是在鐵圍山的外面，還有一重大鐵圍山，在這兩大高山之間，因光線照不到，所以是極黑暗無有光明，而有八大地獄。³⁹ 不過這樣的說法似乎只是曇花一現，後來

ghanasalilānalānīlākāśatamaḥpratiṣṭhā mahākālāmbarīṣarauravamahārauravakālasūtrāndhatāmīsrāḥ. yatra svakarmopārjitataduḥkhavedanāḥ prāṇinaḥ kaṣṭam āyur dīrgham ākṣīpya jāyante.

³⁶ Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.299, 這二十八種地獄的名稱是: Raurava, Śūkara, Rodha, Tāla, Viśasana, Mahājvāla, Taptakumbha, Lavaṇa, Vimohana, Rudhirāndha, Vaitaranī, Krimīśa, Krimibhojana, Asipatravana, Kriṣṇa, Lālābhaksha, Druṇa, Pūyavāha, Pāpa, Vahnijvāla, Adhośiras, Sandaṃsa, Kālasūtra, Tamas, Avīci, Śvabhōjana, Apratishṭha, and another Avīci.

³⁷ Walther Schubring, *The Doctrine of the Jains* (Delhi: 1962, Second Revised Edition 2000), p.210. 這七種地獄的名稱是: Rayaṇappabhā, Sakkarappabhā, Vālyupabhā, Pankappabhā, Dhūmappabhā, Tamappabhā, Tamatammā (Ahesattamā).

³⁸ 《俱舍論》：「一等活地獄、二黑繩地獄、三眾合地獄、四號叫地獄、五大叫地獄、六炎熱地獄、七大熱地獄、八無間地獄。(aṣṭau mahānarakāḥ, sañjīvaḥ, kālasūtraḥ, saṅghātaḥ, rauravaḥ, mahārauravaḥ, tapanāḥ, pratapanāḥ, avīciśceti.)」（《大正藏》冊29，頁41上）。這是八熱地獄，其實還有八寒地獄和十六小地獄。參《俱舍論》（《大正藏》冊29，頁58中）。

³⁹ 《起世經》：「諸比丘！於四大洲、八萬小洲，諸餘大山及須彌山王之外，別有

被位處地下的說法所取代。如《俱舍論》提到：「此瞻部洲下過二萬，有阿鼻旨大奈落迦。深廣同前，謂各二萬故，彼底去此四萬踰繕那。」⁴⁰ 不過《俱舍論》只提到地下兩萬由旬有無間地獄，但其他七大地獄的位置並沒有描述。不過對於熱愛分析的說一切有部毗婆沙師們，並沒有放過這件事，在《大毗婆沙論》中，他們分析了八大地獄的排列，有三種可能的方式：

(A) 無間地獄到地面的距離有兩萬由旬，由無間地獄往上的—萬九千由旬，安立了七大地獄。距離地面的最後一千由旬，則是有五百由旬的白色土和五百由旬的泥土所覆蓋。⁴¹ 這樣的說法雖然簡單明瞭，但—萬九千由旬無法由七整除，表示七大地獄的高度距離並非整數，讓人覺得這樣的說法不夠細膩。

(B) 從無間地獄到地面是四萬由旬，而七大地獄的面積是長、寬、高各五千由旬的立方體，如此有三萬五千由旬。而距離地面的最後五千由旬，有一千由旬的青色土，在上面是一千由旬的黃色土，其次是一千由旬的紅色土，然後是一千由旬的

—山，名斫迦羅（也就是鐵圍山），高六百八十萬由旬，縱廣亦六百八十萬由旬，彌密牢固，金剛所成，難可破壞。諸比丘！此鐵圍外，復有一重大鐵圍山，高廣正等，如前由旬。兩山之間，極大黑暗無有光明，日月有如是—大神大力大德，不能照彼令見光明。諸比丘！於兩山間，有八大地獄。何等為八？所謂活大地獄、黑大地獄、合大地獄、叫喚大地獄、大叫喚大地獄、熱惱大地獄、大熱惱大地獄、阿毘至大地獄。」（《大正藏》冊1，頁320中）。

⁴⁰ 《大正藏》冊29，頁58中。

⁴¹ 《大毗婆沙論》：「問地獄在何處？答多分在此瞻部洲下。云何安立？答有說：從此洲下四萬踰繕那至無間地獄底，無間地獄縱廣高下各二萬踰繕那。次上—萬九千踰繕那中，安立餘七地獄。謂次上有極熱地獄，次上有熱地獄，次上有大團叫地獄，次上有團叫地獄，次上有眾合地獄，次上有黑繩地獄，次上有等活地獄。此七地獄—縱廣萬踰繕那，次上餘有—千踰繕那，五百踰繕那是白塔，五百踰繕那是泥。」（《大正藏》冊27，頁865下）。

白色土，最後是一千由旬泥土。⁴² 這個說法修改了(A)，由原先無間地獄距離地面兩萬由旬改成四萬由旬，如此七大地獄的深、廣高度便能夠都是相當一致的五千由旬的立方體，而且距離地面還有五千由旬的各種顏色的土。

(C) 第三種說法則是別出心裁，八大地獄的位置並不是像我們所想像的垂直並立，而是水平排列。以無間地獄為中心，其他七個地獄圍繞排列，就像有七個聚落圍繞著大城一樣。⁴³ 這樣的描述，不用修改(A)的說法，無間地獄還是距離地面兩萬由旬，不過七大地獄的大小就沒有特別的說明了。⁴⁴

從業行輪迴的角度來說，地獄的安立是必要的。但是從上述的分析來說，光是佛教的文獻，地獄的位置已不太一樣，有各種說法。再加上印度其他教派，各家有各家的說法。總之，在中世紀的印度，地獄有各種不太一致的說法。而毗耶沙的地獄版本並不按照某一文獻的說法，而是雜揉了各家說法而自成一格。

(3) 下界 (Pātāla)

《瑜伽經注》說：

在這地獄之上，有七個下界 (Pātāla)，分別是大下界

⁴² 《大毗婆沙論》：「有說：從此洲下四萬踰繕那至無間地獄，此無間地獄縱廣高下各二萬踰繕那。次上有三萬五千踰繕那安立餘七地獄。一一縱廣高下各五千踰繕那，次上餘有五千踰繕那，千踰繕那青色土，千踰繕那黃色土，千踰繕那赤色土，千踰繕那白色土，五百踰繕那白塼，五百踰繕那是泥。」（《大正藏》冊27，頁866上）。

⁴³ 《大毗婆沙論》：「有說：無間地獄在於中央，餘七地獄周迴圍遶，如今聚落圍遶大城。」（《大正藏》冊27，頁866上）。

⁴⁴ 日本學者定方晟也提到了這樣的說法，參定方晟著，劉欣如譯，《須彌山與極樂世界》（台北：大展出版社，1996年），頁37-38。

(Mahātala)、液下界 (Rasātala)、無底界 (Atala)、善下界 (Sutala)、離下界 (Vitala)、下下界 (Talātala)、和下界 (Pātāla)。⁴⁵

在佛教的宇宙觀中並沒有這下界的描述。⁴⁶ 耆那教宇宙觀的地下世界跟佛教類似，也只有提到地獄，並無這下界之說。提到在大地之下有七下界的是在《毗濕奴往世書》。這七下界各厚一萬由旬，所以七下界共厚七萬由旬。這七下界的名稱分別為無底界 (Atala)、離下界 (Vitala)、中下界 (Nitala)、具光界 (Gabhastimat)、大下界 (Mahātala)、善下界 (Sutala) 和下界 (Pātāla)。⁴⁷ 不過在《薄伽梵往世書》和《蓮花往世書》則是跟《瑜伽經注》的描述一樣。⁴⁸ 看來毗耶沙的資料來源主要是這些《往世書》。

(4) 大地 (Vasumatī)

以印度傳統的傳說，有四洲大地說 (catur-dvīpa vasumatī) 和七洲大地說 (sapta-dvīpa vasumatī)。根據 D. C. Sircar 的研究，四洲說是說大地像蓮華般，須彌山在中間，四大洲像四個花瓣圍繞著須彌山，東邊是賢馬洲 (Bhadrāśva)，西邊是計都鬘洲 (Ketumāla)，南邊是瞻部洲 (Jambu) 或是婆羅多洲 (Bhārata)，北邊是俱盧 (Kuru)，或北俱盧洲 (Uttara-kuru)。⁴⁹

⁴⁵ 《瑜伽經注》3.26: tato mahātalarasātalātalasutalavitalatalātālālapātālākhyāni sapta pātālāni.

⁴⁶ 見《俱舍論》，《大正藏》冊29，頁57上。

⁴⁷ Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, pp.294-295.

⁴⁸ Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.295, footnote 1.

⁴⁹ D. C. Sircar, *Studies in the Geography of Ancient and Medieval India* (Delhi: 1971, Reissued 1990), p.18.

七洲說主要的文獻來源是各類的《往世書》(Purāṇa)，雖然都提到了七洲，但在不同的《往世書》中，名稱則稍有不同。根據D. C. Sircar，最早提到七洲的是帕尼尼文法的注解——《大注》(Mahābhāṣya)中提到：

1. 瞻部洲 (Jambu) 的中間有須彌山，被鹽 (Lavaṇa) 海所圍繞。
2. 波叉洲 (Plakṣa) 包圍著鹽 (Lavaṇa) 海，而被甘蔗汁 (Ikṣa) 海所圍繞。
3. 設拉末梨洲 (Śālmala) 包圍著甘蔗汁 (Ikṣa) 海，而被酒 (Surā) 海所圍繞。
4. 俱薩洲 (Kuśa) 包圍著酒 (Surā) 海，而被奶油 (Sarpis) 海所圍繞。
5. 鶴洲 (Krauñca) 包圍著奶油 (Sarpis) 海，而被乳酪 (Dadhi) 海所圍繞。
6. 薩伽洲 (Śāka) 包圍著乳酪 (Dadhi) 海，而被牛奶 (Dugdha) 海所圍繞。
7. 青蓮華洲 (Puṣkara) 包圍著牛奶 (Dugdha) 海，而被水 (Jala) 海所圍繞。

這樣的描述也在《毗濕奴往世書》中看到，而且還進一步說明須彌山有八萬四千由旬高，而深入地下有一萬六千由旬深，整座山的半徑有三萬兩千由旬，基座有六萬由旬廣。⁵⁰

從以上描述來看，七洲像是個同心圓，圍繞著以須彌山為中心，而洲與洲之間則是以大海隔開。而且大海的成份也都不同，有甘蔗汁、酒、牛奶等。若是說從人體的結構來對應於宇

⁵⁰ Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.249.

宙的角度來看，七洲說是合理的。因為須彌山就代表著脊椎，而七洲就代表著人體的七個脈輪，而連貫著脈輪的是像大海的血管。換句話說，這樣的七洲說與七重世界類似，就是整個宇宙跟人體小宇宙是相呼應的。

關於大地的說法，在毗耶沙的《瑜伽經注》中先是這樣描述的：

在地獄和下界之上是大地（Bhūmi），有著七大洲（Dvīpa）和有著稱為金色山王（Parvatarāja Kāñcana）的須彌山（Sumeru）在中間。須彌山頂有著寶石、銀子、水晶、青金石、和金子。由於這些珍寶的反映，南方的天空看起來是深藍色，就像是藍蓮華的花瓣顏色。東方的天空是白色，西方是透明的，北方是黃色⁵¹的。⁵²

從以上的描述來看，須彌山看起來應該是方形的，如此須彌山的東邊是寶石，才能反映出深藍色的東方天空。同樣地，其他三方也是如此。須彌山若是圓形的話，那應會混合其他礦石的顏色，而呈現出不同顏色才對。接著毗耶沙提到：

在須彌山的南邊土地上生長著蓮霧樹（Jambū），所

⁵¹ ‘kurañtakābha’，根據 Monier Monire-Williams, 《梵英辭典》（*Sanskrit-English Dictionary*）（以下略為 SED, p.293c），說是黃色的莧菜（yellow amaranth）。在台灣所常見的莧菜是綠色葉但中間帶有些許紅色。但在印度也有一種是金黃色葉的莧菜。

⁵² 《瑜伽經注》3.26: bhūmir iyam aṣṭamī saptadvīpā vasumatī, yasyāḥ sumerur madhye parvatarājaḥ kāñcanaḥ. tasya rājatavaidūryasphaṭīkahemamañimayāni śrīḡāṇi. tatra vaidūryaprabhānurāḡān nīlotpalapatraśyāmo nabhaso dakṣiṇo bhāḡaḥ, śvetāḥ pūrvaḥ, svacchaḥ paścimaḥ, kurañtakābha uttaraḥ.

以就稱為瞻部洲（Jambūdvīpa）⁵³。由於太陽的運行，而有白天與黑夜。⁵⁴

然後接著再敘述須彌山的北面。

在須彌山的北面有著青山（Nīla）、白山（Śveta）、角山（Śṛṅgī）等三座高山，兩千由旬廣。其中，有三洲，共有九千由旬，分別是羅麻那洲（Ramaṇaka）、喜蘭麻洲（Hiraṇmaya），和北邊的俱盧洲（Uttarāḥ Kurava）。⁵⁵

其次再敘述須彌山的南面：

在須彌山的南面有牡牛山（Niṣadha）、黃金峰山（Hemakūṭa）和雪山（Himaśaila）等三座大山，廣兩千由旬。介於須彌山和這三座大山之間，有九千由旬廣的哈利瓦沙洲（Harivarṣa）、金補魯沙洲（Kimpuruṣa）和婆羅多洲（Bhārata）等三大洲。⁵⁶

最後，是描述須彌山的東面：

在須彌山的東面，有鬘具山（Mālyavat）所圍繞的

⁵³ 就如文中所述，‘Jambū’的意思是蓮霧樹，所以理論上‘Jambūdvīpa’應翻譯為「蓮霧洲」，但以傳統漢譯的習慣，在此還是以音譯，譯為「瞻部洲」。

⁵⁴ 《瑜伽經注》3.26: dakṣiṇapārśve cāśya jambūr yato 'yaṃ jambūdvīpaḥ. tasya sūryapracārād rātriṃdivaṃ lagnaṃ iva vartate.

⁵⁵ 《瑜伽經注》3.26: tasya nīlaśvetaśṛṅgavanta udīcīnās trayāḥ parvatā dviśāhasrāyāmāḥ. tadantareṣu trīṇi varṣāṇi nava nava yojanasāhasrāṇi ramaṇakaṃ hiraṇmayam uttarāḥ kurava iti. 也參Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.251.

⁵⁶ 《瑜伽經注》3.26: niṣadhahemakūṭahimaśailā dakṣiṇato dviśāhasrāyāmāḥ. tadantareṣu trīṇi varṣāṇi nava nava yojanasāhasrāṇi harivarṣaṃ kimpuruṣaṃ bhāratam iti. 也參《毗濕奴往世書》，Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.251.

賢馬洲 (Bhadrāśva)。在須彌山的西面，有香醉山 (Gandhamādana) 所圍繞的計都鬘洲 (Ketumāla)，在中間是名為伊拉維他 (Ilāvṛta) 的地方。⁵⁷

以上是以須彌山為中心點，描述須彌山的東、南、西、北方的大山與大洲。看起來像是以四洲說為主。但有趣的是，接下來毗耶沙的描寫卻又是像七洲說：

瞻部洲有一萬由旬廣，被有兩倍大的腰帶般的鹽海所圍繞。其次，有薩伽洲 (Śāka)、俱薩洲 (Kuśa)、鶴洲 (Krauñca)、設拉末梨洲 (Śālmala)、牛祭洲 (Gomedha)、青蓮華洲 (Puškara)，後一洲的面積都比前一洲大兩倍。這些洲也分別被七大海所圍繞，這七大海的成分分別是甘蔗汁、酒、奶油、乳酪、奶油、牛奶、糖蜜。而這些大海以看起來像芥子般的山作為邊界。⁵⁸

這些洲被腰帶般的七海洋所圍繞，而七大洋則被界非界 (lokāloka) 的高山所圍繞。這大約有五億由旬廣。所有這些都安立在蛋狀的中間。而這蛋狀般的世界在宇宙中只是很小的一部分，就像是在空中

⁵⁷ 《瑜伽經注》3.26: Sumeroh pṛacīnā bhadrāśva-mālyavatsīmānaḥ pratīcīnāḥ ketumāla gandhamādanāsīmānaḥ. madhye varṣamilāvṛtam. tad etad yojanaśatasāhasraṃ sumeror diśidiśi tadardhena vyūḍham. 也參《毗濕奴往世書》，Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.252.

⁵⁸ 《瑜伽經注》3.26: Sa khalv ayaṃ śatasāhasrāyāmo jambūdvīpas tato dviguṇena lavaṇodadhīnā valayākrīṇā veṣṭitaḥ. tatas ca dviguṇā dviguṇāḥ śākakuśakrauñca-śālmalagomedha (plakṣa) puṣkaradvīpāḥ, samudrās ca sarṣaparāśīkalpāḥ savicitra-sailāvataṃsā ikṣurasasurāsarṣīravadhimaṇḍakṣīrasvādūdakāḥ.

的螢火蟲一樣。⁵⁹

很明顯地，對於大地的描述，毗耶沙混合了四洲說和七洲說，但對於其中的矛盾處並沒有進一步解釋，如瞻部洲到底是在須彌山的南邊，還是將須彌山圍繞起來，像是一腰帶形狀的大洲，這在《瑜伽經注》並沒有交代清楚。充其量，我們只能說毗耶沙只是將四洲說和七洲說並存而已。有趣的是，我們在《俱舍論》也看到這樣混合的現象。基本上，世親採取的是四洲說，如《俱舍論》世間品第三中所說，只不過在名稱上，東邊變成了勝身洲（Pūrva-videha），西邊變成了牛貨洲（Apara-godānīya），在這一點上稍有不同而已。⁶⁰ 但是世親在《俱舍論》也提到了在這大地之上有九山，中央是須彌山，其餘八山則是像腰帶般圍繞著須彌山，從內到外，分別是：踰健達羅山（Yugandhara）、伊沙馱羅山（īśādhāra）、竭地洛迦山（Khadiraka）、蘇達梨舍那山（Sudarśana）、頰濕縛羯拏山（Aśvakarṇa）、毘那怛迦山（Vinitaka）、尼民達羅山（Nimindhara）和鐵圍山（Cakravāḍa）。⁶¹

為了避免四洲說和七洲說的矛盾，我們看到《俱舍論》將傳統所說的七洲變成了七山，而四洲位於最外圍的尼民達羅山（Nimindhara）和鐵圍山（Cakravāḍa）之中。如此，八大山是

⁵⁹ 《瑜伽經注》3.26: Sapta samudrapariveṣṭitā valayākṛtayo lokālokaparvataparivārāḥ pañcāśad yojanakotīparisaṃkhyātāḥ. tad etat sarvaṃ supratīṣṭhitasamsthānamanḍamadhye vyūḍham. aṇḍam ca pradhānasyāṇur avayavo yathākāśe khadyota iti.

⁶⁰ 在《俱舍論》中，四洲的名稱是：謂四大洲：一、南瞻部洲（Jambu-dvīpa），二、東勝身洲（Pūrva-videha），三、西牛貨洲（Apara-godānīya），四、北俱盧洲（Uttara-kuru）。《大正藏》冊28，頁41上。接著提到這四大洲各有二中洲，所以總共是四大洲八中洲。《大正藏》冊29，頁57下。

⁶¹ 《大正藏》冊29，頁57中。

如環狀般的圍繞須彌山，但四大洲則是按四個方位排列。

《俱舍論》也提到須彌山是由金 (Vaidūrya)、銀 (Sphaṭika)、吠琉璃 (Samkhyā)、頗胝迦 (Pārśva) 等四寶所構成，而中間的七山是由金子所構成，而最外圍的鐵圍山則是由鐵所構成。⁶² 這跟《往世書》的說法有相同點，也有些相異處。另外，定方晟根據《俱舍論》的描述，認為須彌山應是方形，而不是圓形。⁶³ 這跟毗耶沙對須彌山的描述是一致的。

總之，在《往世書》、瑜伽派和佛教文獻中都已混合四洲說和七洲說，就看誰的詮釋會比較合理。

接著，《瑜伽經注》提到住在地界、須彌山的眾生：

在下界 (Pātāla) 中，在海洋中和高山上住著有阿修羅 (Asura)、乾闥婆 (Gandharva)、緊那羅 (Kinnara)、妖精 (Kimpuruṣa)、夜叉 (Yakṣa)、羅刹 (Rākṣa)、鬼 (Abhūtapreta)、魅 (Piśāca)、阿跋摩羅鬼 (Apsmāraka)、天女 (Apsara)、婆羅門魅 (Brahmarākṣasa)、惡魔 (Kūsmāṇḍa)、頻那夜迦 (Vināyaka)。⁶⁴ 在一切陸地上住著有福德的天人和人。須彌山是天人所安住的處所，分別有雜林園 (Miśravana)、歡喜園 (Nandana)、寶車園 (Caitraratha)、善意園 (Sumā-

⁶² 《俱舍論》：「於金輪上有九大山，妙高山王處中而住，餘八周匝繞妙高山。於八山中前七名內，第七山外有大洲等，此外復有鐵輪圍山。周匝如輪，圍一世界，持雙等七，唯金所成，妙高山王，四寶為體，謂如次四面北、東、南、西，金、銀、吠琉璃、頗胝迦寶。」（《大正藏》冊29，頁57中）。

⁶³ 定方晟著，劉欣如譯，《須彌山與極樂世界》，頁13。

⁶⁴ 《瑜伽經注》3.26: Tatra pātāle jaladhau parvateṣv eteṣu devanikāyā asura-gandharva-kinṇara-kimpuruṣa-yakṣarākṣasabhūtapretapiśācāpsmārakāpsarobrahmarākṣasakūsmāṇḍavināyakāḥ prativasanti.

nasa) 等四處花園。「善法 (Sudharma)」是天人們的聚會所,「善見 (Sudarśana)」是天人的城市名,「殊勝 (Vaijayanta)」是天人的皇宮名稱。⁶⁵

行星、星座和恆星是在須彌山的天空,以北極星為主,圍繞著須彌山,因穩定風的推動而轉動。⁶⁶

這些描述也是跟著傳統印度文化的說法,將各種傳說中的人、非人、天人等生物羅列出來。

2. 大因陀羅界 (Māhendraloka)

毗耶沙接下來談五重天界的第一界——大因陀羅界：

在大因陀羅天又可分為六天：三十天 (Tridaśā)、火盡天 (Agniṣvātā)、夜摩天 (Yāmyā)、兜率天 (Tuṣitā)、非他化自在天 (Aparinirmitavaśavartina)、他化自在天 (Parinirmitavaśavartina)。這些天人只須思維 (Saṃkalpasiddha) 就能獲得想要的東西,因為他們都有將原子聚合化的能力。他們的壽命都超過一劫。他們長相莊嚴,而且他們的身體並非由父精母血所構成。但他們喜歡激情的交合,且願意等候最好的、最美的天女。⁶⁷

⁶⁵ 《瑜伽經注》3.26: Sarveṣu dvīpeṣu puṇyātmāno devamanuṣyāḥ. sumerus tridaśānām udyānabhūmiḥ tatra miśravanaṃ nandanaṃ caitraraṭhaṃ sumānasam ity udyānāni.

⁶⁶ 《瑜伽經注》3.26: Sudharmā devasabhā sudarśanaṃ puram. vaijayantaḥ prāsādaḥ. grahanakṣatratārakās tu dhruve nibaddhā vāyuvikṣepaniyamenopalakṣitapracārāḥ sumeror upary upari saṃnviṣṭā divi viparivartante.

⁶⁷ 《瑜伽經注》3.26: Māhendranivāsinaḥ ṣaḍdevanikāyāḥ --- tridaśā agniṣvātā yāmyās tuṣitā aparinirmitavaśavartinaḥ parinirmitavaśavartinaś ceti. sarve saṃkalpasiddhā

在《毗濕奴往世書》中並沒有提到這大因陀羅界，看來是毗耶沙自己所安立的。而所描述的大因陀羅天其實和佛教的六欲天有相當類似。《俱舍論》提到六欲天是：一、四大王眾天（Cātur-mahārājika），二、三十三天（Trayastrimśa），三、夜摩天（Yāma），四、覩史多天（或譯為兜率天 Tuṣitā），五、樂變化天（Nirmāṇarataya），六、他化自在天（Paranirmitavaśarttina）。⁶⁸除了天界的名稱相似之外，毗耶沙描述這天界的天人也喜歡身體的歡愉之樂，和佛教將這天界歸屬於欲界也是有異曲同工之妙。

3. 摩訶界（Maharloka）

大因陀羅界之上有摩訶界，毗耶沙說：

在大的生主界（Mahati loke prājāpatye）中，也就是摩訶界，又可分為五天：白蓮華天（Kumuda）、熟練天（Rbhu）、破壞天（Pratardana）、安禪那天（Añjanābha）、和知光天（Pracitābha）。這些天人能夠掌控大種（Mahābhūta），以禪悅為食，壽命可達一千劫。⁶⁹

在佛教的宇宙觀中，並沒有這摩訶界，《毗濕奴往世書》雖然有這摩訶界，但並沒有進一步再區分，不過提到摩訶界是位於天界的一俱胝由旬（Ekayojanakoṭi，也就是一千萬由旬）之

añimādyaiśvāryopapannāḥ kalpāyuṣo vṛndārakāḥ kāmabhogina aupapādikadehā uttamānukūlābhir apsarobhiḥ kṛtaparicārāḥ.

⁶⁸ 《俱舍論》，《大正藏》冊29，頁41上。

⁶⁹ 《瑜伽經注》3.26: Mahati loke prājāpatye pañcavidho devanikāyaḥ --- kumudā ṛbhavaḥ pratardanaṁ añjanābhāḥ pracitābhā itī. ete mahābhūtavaśino dhyānāhārāḥ kalpasahasrāyuṣaḥ.

上。⁷⁰ 看來這也是屬於瑜伽派所安立的天界。

4. 三重梵界 (Brāhmaloka)

七重界的最上面是三重梵界，根據毗耶沙的描述：

三重梵界(Brāhmaloka)的第一重是天人界(Janaloka)，又可分為四天：梵輔天(Brahmapurohitā)、梵眾天(Brahmakāyikā)、梵大眾天(Brahmamahākāyikā)、不死天(amarā)。這些天人也能掌控大種和諸根。後一天的天人比前一天的天人的壽命長兩倍。⁷¹

在《毗濕奴往世書》中，只提了天人界、苦行界、真實界的名稱，並沒再區分為其他天。同時也沒有說到這是三重梵界，不過提到最後的真實界就是梵界。⁷² 而天人界是在摩訶界兩俱胝由旬之上。⁷³ 如眾所周知，《俱舍論》描述色界有四禪天，初禪天有三天，分別是：一、梵眾天(Brahmakāyikā)，二、梵輔天(Brahmapurohitā)，三、大梵天(Mahābrahmāṇa)。⁷⁴ 看來毗耶沙的天人界(Janaloka)與《俱舍論》有些類似，但又有點不同。

接著是苦行界，毗耶沙說：

三重梵界(brāhmaloka)的第二重是苦行界(Tapoloka)，

⁷⁰ Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.308.

⁷¹ 《瑜伽經注》3.26: Prathame brahmaṇo janaloke caturvidho devanikāyo brahmapurohitā brahmakāyikā brahmamahākāyikā amarā iti. te bhūtendriyavaśīno dviguṇadviguṇottarāyūṇaḥ.

⁷² Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.309.

⁷³ Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.308.

⁷⁴ 《俱舍論》，《大正藏》冊29，頁41上。

又可分為三天：有光天（Ābhāsvara）、大光天（Mahābhāsvara）、真實大光天（Satyamahābhāsvara）。這些天人能夠掌控大種、諸根和微粒子（Tanmātra）。這些天人以禪悅為食，且獨身（Ūrdhvaretasa）。上界的天對他們沒有阻礙，下界對他們也沒有任何東西可隱藏。⁷⁵

同樣地，在《毗濕奴往世書》中並沒有再進一步區分為其他天，只描述苦行界是在天人界的四俱胝由旬之上。⁷⁶ 佛教的二禪天也有三天：一、少光天（Parīttābha），二、無量光天（Aparamānābha），三、極光淨天（Ābhāsvara）。⁷⁷ 又一次，毗耶沙的苦行界（Tapoloka）與《俱舍論》也是相當類似，但似乎又刻意與《俱舍論》不同。

最後是真實界，《瑜伽經注》中提到：

三重梵界（brāhmaloka）的第三重是真實界（Satyaloka），又可分為四天。這些天人不需居住的地方，以自己為安住處，或安住在其他天人上面。他們能夠掌控大種，且壽命跟這世界一樣長（Sargāyuṣa）。在不退天（Acyuta）中，天人處於有尋禪樂（Savitarkadhyānasukha），在淨住天（Śuddhanivāsa）中，天人處於有伺的禪樂（Savicāradhyānasukha）。在真實

⁷⁵ 《瑜伽經注》3.26: Dvītye tapasi loke trividho devanikāyaḥ --- ābhāsvarā mahābhāsvarāḥ satyamahābhāsvarā itī. te bhūtenḍriyaprakṛtīvaśīno dviguṇadviguṇottarāyuṣaḥ sarve dhyānāhārā ūrdhvaretasa ūrdhvam apratihatajñānā adharabhūmiṣv anāvṛtajñānaviśayāḥ.

⁷⁶ Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.308.

⁷⁷ 《俱舍論》，《大正藏》冊29，頁41上。

光天 (Satyābhā) 中，天人處於唯喜的禪樂 (Ānanda-mātradhyanasukha)。在想非想天 (Samjñāsamjñina) 中，天人處於唯自我意識的禪樂中。這些都在三界中安立。⁷⁸

跟前兩界一樣，《毗濕奴往世書》中並沒有再區分真實界為其他天，只是描述真實界是在苦行界的六俱胝由旬之上。⁷⁹ 在毗耶沙的四天描述中，我們又看到佛教宇宙觀的影子，但又不盡相同。

在說明瑜伽派宇宙觀的最後，毗耶沙說：

包括梵天界，這世界共為七界。但是離身者 (Videha) 和入於原質者 (Prakṛtilaya) 屬於解脫，並不算在這世界中。由原戒修習太陽之門 (Sūryadvāra)，以及修習其他[月亮、星星等]，他就能看見這一切。⁸⁰

描述完這七界之後，從修行的角度，毗耶沙當然要提到解脫者是不受這七界所限制。從以上的敘述中，我們看到作為一位注解者，毗耶沙為瑜伽派建構出屬於瑜伽派自身的宇宙觀。

⁷⁸ 《瑜伽經注》3.26: *tr̥tīye brahmaṇaḥ satyaloke catvāro devanikāyā akṛtabhavanan-yāsāḥ svapratīṣṭhā uparyuparisthitāḥ pradhānavaśīno yāvat sargāyuṣaḥ. tatrācyutāḥ savitarkadhyānasukhāḥ, śuddhanivāsāḥ savicāradhyānasukhāḥ, satyābhā ānandamātradhyanasukhāḥ, samjñāsamjñīnāś cāsmitāmātradhyanasukhāḥ. te 'pi trailokyamadhye pratīṣṭhanti.*

⁷⁹ Horace Hayman Wilson trans, *The Viṣṇu Purāṇa*, p.308.

⁸⁰ 《瑜伽經注》3.26: *ta ete sapta lokāḥ sarva eva brahmalokāḥ. videhaprakṛtilayās tu mokṣapade vartanta iti na lokamadhye nyastā iti. etad yoginā sāksātkaraṇīyaṃ sūryadvāre saṃyamam kṛtvā, tato 'nyatrāpi evaṃ tāvad abhyased yāvad idaṃ sarvaṃ dṛṣṭam iti.*

而他所建構的宇宙觀，有照著傳統印度文化的說法，也有以身體的小宇宙去呼應整體大宇宙的理論為基礎，但其中又似乎有些佛教宇宙觀的影響。總之，毗耶沙《瑜伽經注》的宇宙觀，並沒有完全模仿某一種說法，而是認真地塑造出一個不同於其他教派的宇宙觀，可說在某種程度上補足了作一個學派所須具備的理論基礎。

三、道

許多學者都提到，瑜伽派哲學在六派哲學中是最缺乏獨立性的一派，因為其他五派多多少少都有自己獨特的哲學理論，而瑜伽哲學的方法則是自《奧義書》以來所有的哲學派別都通用的修行法，換句話說，就是從古代就傳下來的一種宗教實踐，而不是在思想上有特殊的教義。⁸¹ 再加上如Surenranath Dasgupta在《印度哲學史》的說法，《瑜伽經》的描述方式比較傾向於整理瑜伽的系統，而且是從各學派中擷取一些教義，如數論派、佛教、耆那教等，而不是開創式的說明。⁸² 如此，若是從哲學思想的角度來看瑜伽派，似乎會讓人感到瑜伽哲學的薄弱。

但是從印度傳統宗教而言，其實重點不在於是否有開創性的哲學主張，作為一個獨立的印度學派，比較重要的是它是否有清楚、明瞭的修行方式和解脫體系。以梵語來說，就是見地（Darśana）。如Ian Whicher在他的《瑜伽見的一致性》（*The*

⁸¹ 如孫晶，《印度六派哲學》（台北：大元書局，2011年），頁151；李世傑，《印度哲學史講義》（台北：新文豐出版公司，1987年），頁174；黃心川，《印度哲學史》（北京：商務印書館，1989年），頁304等都有類似的看法。

⁸² Surendranath Dasgupta, *A History of Indian Philosophy*. vol. I (Delhi: 1922, Reprint 1992), pp.227-229.

Integrity of the Yoga Darśana) 中提到，瑜伽派的特色就在於它吸收了傳統印度宗教的各種修行方式，所以它沒有一個單一系統，同時從吠陀、奧義書以來，瑜伽原本就不是單一起源。從這樣的角度來看，反而看到瑜伽派對修理解釋的豐富性。⁸³ 而這也反應在帕坦伽利的《瑜伽經》中，藉由歸納印度文化各種修行方式，而提出屬於瑜伽派本身的見地和修行方式。

從以上分析來看，帕坦伽利面臨到的是如何整理印度傳統的修行方式和理論，不論它被稱為「瑜伽 (Yoga)」，還是被稱為「苦行 (Tapas)」，或是其他術語。能夠整合這些修行方式，而又能夠標榜出瑜伽派修行法，或是解脫道的獨特性，這就是帕坦伽利在《瑜伽經》所要解決的問題。從結果論來說，帕坦伽利是成功的，不然《瑜伽經》就不會被視為瑜伽派的經典，自然也不會有那麼多，包括其他學派的注解。⁸⁴

而作為《瑜伽經》第一個注解者，毗耶沙勢必要將帕坦伽利的成功處再加以深化，甚至哲學化，或理論化。這也是我們所擔心的，因為大多數的注解往往很容易就將原經典導引到一個僵化理論的境界，就像佛教的發展一樣，從早期佛陀應機的教導方式，到了部派佛教時期，為了能夠有系統地傳承佛陀的教法，於是不可避免地走向了理論化、哲學化的阿毗曇佛教。毗耶沙的《瑜伽經注》是否也掉入這樣的泥淖，我想重點就在於他如何詮釋帕坦伽利的瑜伽道架構。

關於瑜伽修行的方法與次第，帕坦伽利在《瑜伽經》第一

⁸³ Ian Whicher, *The Integrity of the Yoga Darśana* (New York: 1998), pp.38-39.

⁸⁴ 關於《瑜伽經》的注解，請參考莊國彬，〈《瑜伽經》與佛教思想的比較〉，《圓光佛學學報》第26期，頁81-104。

品第二頌就開宗明義說了：「瑜伽是心念活動的息滅。」⁸⁵ 既然要息滅心念活動，所以在第一品第十二頌中，就提到了透過兩種方式：「[心念的]止息是經由修習和離欲。」⁸⁶ 其中，帕坦伽利的修習用的是‘Abhyāsa’這個詞，是由前置詞abhi加上字根ās。根據M. Monier-Williams《梵英字典》，字根ās有sit, to be present, to exist, to inhabit等的意思。⁸⁷ 而體位法‘Āsana’的字根也是從ās來的。⁸⁸ 帕坦伽利用‘Abhyāsa’這個詞，而不用佛教常用的‘Bhāvana’這個字，或許代表著瑜伽派的修習跟體位法有較深的關係，也就是重視於調身⁸⁹。而佛教所用的‘Bhāvana’，從字根bhū來的，有to become, come into being, exist, be found live, stay abode等意思，⁹⁰ 似乎是較著重於當下心的狀態。

如帕坦伽利在第一品第十三頌和第十四頌解釋什麼是「修習」。第十三頌說：「其中，修習是努力於安定。」⁹¹ 和第十四頌：「長時間、不間斷地精進用功，就會有穩固的基礎。」⁹² 從這兩頌的定義來看，修習（Abhyāsa）是要保持安定（Sthiti）和不間斷地努力。毗耶沙說明「安定」是指心的不妄動（Avrṭtika）、

⁸⁵ 《瑜伽經》1.2：Yogaś cittavṛttinirodhaḥ.

⁸⁶ 《瑜伽經》1.12：Abhyāsavairāgyābhyāṃ tannirodhaḥ.

⁸⁷ M. Monier-Williams, SED, p.159c.

⁸⁸ 因為字根ās有坐的意思，所以Āsana也有譯為安坐法。

⁸⁹ 傳統瑜伽派的調身並不是現代鍛鍊身體，或者是養生的意思，當然更不是如現代瑜伽教室所做的體位法。調身的意義在於將身體中的不淨清除掉，最好的方法就是苦行（Tapas），而其實施方法以現代觀點看，甚至是會傷害身體健康的。

⁹⁰ M. Monier-Williams, SED, p.760a.

⁹¹ 《瑜伽經》1.13：Tatra sthitaḥ yatno 'bhyāsaḥ.

⁹² 《瑜伽經》1.14：Sa tu dīrghakālanairantaryasatkārāsevito dṛḍhabhūmiḥ.

寂靜（*Praśānta*）。⁹³ 然後毗耶沙在第十四頌進一步說明要以苦行（*Tapas*）、梵行（*Brahmacarya*）、明（*Vidya*）、信（*Śraddha*）努力地精進。⁹⁴ 前兩者苦行和梵行是較著重於身的修練，而後兩者明與信則是心的修練。換句話說，毗耶沙的注解強調修習是身與心努力於安定、穩定。

息滅心念活動的第二個方式是「離欲（*Vairāgya*）」。*《瑜伽經》*第一品第十五頌：「離欲是對於所見的、所聽聞的對境不產生渴愛，能有自在想。」⁹⁵ 第十六頌是：「最殊勝的離欲是能夠審思神我，離三質性想。」⁹⁶ 從瑜伽派的理論來說，是主張神我（*Puruṣa*）與原質（*Prakṛti*）不同的二元論。而離欲就是要神我不受原質的影響，所以第十五頌說離欲是對境不產生渴愛，第十六頌說最殊勝的離欲是能夠遠離有三質性的原質，思惟清淨的神我。毗耶沙解釋：對於不論是現世的婦女、食物、寶物等的外境，還是天界的殊勝境界，都能夠不產生渴愛。其過程首先是有思擇力（*Prasaṃkhyābala*），分辨這些對境的過患。其次是不論對善，或對惡都不起分別，不受影響（*Anābhogātmikā*）。最後才能生起自在想（*Vaśīkāra-saṃjñā*）。⁹⁷ 在這樣的

⁹³ 《瑜伽經注》1.13：Cittasyāvṛttikasya praśāntavāhitā sthitiḥ. tadarthaḥ prayatno vīryam utsāhaḥ. tat saṃpipādayiṣayā tat sādhanānuṣṭhānam abhyāsaḥ.

⁹⁴ 《瑜伽經注》1.14：Dīrghakālāsevito nirantarāsevitaḥ satkāraśevitaḥ. tapasā brahmacaryeṇa vidyayā śraddhayā ca saṃpādiṭaḥ satkāravān dṛḍhabhūmir bhavati. vyutthānasamskāreṇa drāḡ ity evānabhibhūtaviṣaya ity arthaḥ.

⁹⁵ 《瑜伽經》1.15：Dṛṣṭānuśravikaviṣayavitr̥ṣṇasya vaśīkārasaṃjñā vairāgyam.

⁹⁶ 《瑜伽經》1.16：Tat paraṃ puruṣakhyāter guṇavaitṛṣṇyam.

⁹⁷ 《瑜伽經注》1.15：Striyo 'nnapānam aiśvaryaṃ iti dṛṣṭaviṣaye vitṛṣṇasya svargavaidehya-prakṛtilayatvapṛāptāv ānuśravikaviṣaye vitṛṣṇasya divyādivyaviṣayasamprayoge 'pi cittasya viṣayadoṣadarśinaḥ prasaṃkhyānabalād anābhogātmikā heyopādeyaśūnyā vaśīkārasaṃjñā vairāgyam.

注解中，我們看到了毗耶沙將離欲分了三種階段，從第一階段的思擇如何抗拒欲望，到第二階段是不受會引起欲望的外境所影響，然後到第三階段不但不受外境影響，而且更進一步能夠自在於外境之中，而不會生起任何欲望。這讓後來的注解更進一步描述為四種層次：節欲（Yatamāna），遠離（Vyātireka），單根（Ekendriya），自在想（Vaśīkāra-samjñā）。⁹⁸ 節欲也就是毗耶沙的思擇力，這是屬於要抗拒外境誘惑的階段。第二階段是遠離，就是要遠離會產生欲望的外境。⁹⁹ 第三階段的單根類似於毗耶沙所說的不受影響（Anābhogātmikā），意思是這時行者專注在本身的感官（根）上，而不在外境上。第四階段就是如帕坦伽利所說的自在想。這四種離欲的階段後來成為瑜伽派常見的解釋。¹⁰⁰

在第一品第十六頌的注解中，毗耶沙說明若是能夠看到對境的過患，而且能夠修習神我見，就能獲得清淨的決擇智。¹⁰¹ 綜合第十五和第十六頌，毗耶沙說有兩種離欲，第一種就如第十五頌所描述的，遠離外境的誘惑，而第二種就是如第十六頌所說，由離欲而生起清淨智（Jñānaprasāda）。而且生起這樣最高的離欲，實際上就與獨存無異了。¹⁰²

⁹⁸ Hariharānada Āraṇya, Swāmi, trans. by P. N. Mukerji, *Yoga Philosophy of Patañjali* (Albany: 1963, Revised Edition 1983), pp. 37-38.

⁹⁹ 或許像老子所說的：「不見可欲，使心不亂。」見《老子》第三章。

¹⁰⁰ 如在邱顯峰的《瑜伽經》中文翻譯中，就提到了這四種階段，這應是來自阿南達瑪伽傳承的老師所講授的。見邱顯峰翻譯、講述，《勝王瑜伽經詳解》（台北：喜悅之路，2014年），第193頁。

¹⁰¹ 《瑜伽經注》1.16 : Dṛṣṭānuśravikaviṣayadoṣadarśī viraktaḥ puruṣadarśanābhyāsāt tacchuddhipravivekāpyāyitabuddhir guṇebhyo vyaktāvryaktadharmakebhyo virakta iti.

¹⁰² 《瑜伽經注》1.16 : Tad dvayaṃ vairāgyam. tatra yad uttaram taj jñānaprasādamātram. yasodaye sati yogī pratyuditakhyātir. evaṃ manyate --- prāptam

從早期佛教契經來說，離欲（Virāga）往往是出現在定型句中，如「厭（Nibbidā）、離欲（Virāga）、滅盡（Nirodha）」¹⁰³。就像在《雜阿含》中所描述的：

若聞色是生厭、離欲、滅盡、寂靜法，是名多聞；
如是聞受、想、行、識，是生厭、離欲、滅盡、寂
靜法，是名多聞比丘，是名如來所說多聞。¹⁰³

在這樣的定型句中，厭的階段是類似於毗耶沙的思擇力（Prasamkhyāna-bala）。然後是離欲，若能完全地離欲，也就是類似《瑜伽經》所提的自在想，接著就是滅盡、寂靜。換句話說，經由離欲是可以導向解脫。就離欲這一點來說，瑜伽派和早期佛教的立場是相同的。¹⁰⁴

如是，修習和離欲是瑜伽派趨向解脫的兩大修行原則。若說瑜伽修行道的話，最有名的大概就是所謂的「八支瑜伽（Aṣṭāṅga Yoga）」¹⁰⁵。如在《瑜伽經》第二品第二十九頌提到：「瑜伽的八支是禁戒（Yama）、律儀（Niyama）、體位法（Āsana）、調息法（Prāṇāyāma）、[諸根]內攝（Pratyāhāra）、總持（Dhāraṇā）、禪那（Dhyāna）、三昧（Samādhi）」¹⁰⁵ 帕坦

prāpaṇīyam, kṣīṇāḥ kṣetavyāḥ kleśāḥ, chinnaḥ śliṣṭaparvā bhavaśamkramaḥ, yasyāvicchēdāj janitvā mriyate mṛtvā ca jāyata iti. jñānasyaiva parā kāṣṭhā vairāgyam. etasyaiva hi nāntarīyakaṃ kaivalyam iti.

¹⁰³ 《雜阿含經》，《大正藏》冊2，頁5下。相對應的巴利語為：Rūpassa ce bhikkhu nibbidāya virāgāya nirodhāya dhammaṃ deseti, dhammakathiko bhikkhu ti. (SN III, p.163)

¹⁰⁴ 其實不止佛教和瑜伽派，耆那教也是一樣，將斷除欲望視為解脫非常重要的一項。參Jagdīsh Prasad Jain ‘Sadhak’, *Fundamentals of Jainism* (New Delhi: 2005), pp. 69-70.

¹⁰⁵ 《瑜伽經》2.29：Yama-niyama-āsana-prāṇāyāma-pratyāhāra-dhāraṇā-dhyāna-samādhayo 'ṣṭāv aṅgāni.

伽利所提的八支瑜伽並不是憑空創造的，在《彌勒奧義書》（*Maitrāyaṇīya Upaniṣad*）中已有提到六支瑜伽（*Ṣaḍaṅga yoga*）：「調息法（*Prāṇāyāma*）、內攝[諸根]（*Pratyāhāra*）、禪那（*Dhyāna*）、總持（*Dhāraṇā*）、思擇（*Tarka*）、三昧（*Samādhi*）。」¹⁰⁶

基本上，帕坦伽利將六支瑜伽中的思擇（*Tarka*）拿掉，並將禪那（*Dhyāna*）和總持（*Dhāraṇā*）前後次序對調，形成最後三支都與禪定有關，而且一支比一支的禪定更深。同時，在《瑜伽經》第三品第四頌提到若這三支合一的話，就稱為「總制」（*Samyama*）。¹⁰⁷ 接著，帕坦伽利加入了禁戒（*Yama*）、律儀（*Niyama*）、體位法（*Āsana*），做為八支瑜伽中的前三支。若以身、心的分類來看的話，八支瑜伽中的前四支是調身，最後三支是調心，而第五支的諸根內攝，則是溝通著前四支的調身和最後三支的調心。

若以佛教的戒、定、慧三學來看，這八支瑜伽主要是著重於戒和定。而八支瑜伽中的戒就有兩支：禁戒（*Yama*）和律儀（*Niyama*）。基本上，禁戒是外在的、與他人互動關係的戒律，而律儀則是內在的，個人內心所持的戒律。禁戒的內容是：不害、真實、不偷盜、梵行、無所有¹⁰⁸，雖然與佛教的禁止殺、盜、淫、妄相當類似，不過從編排的次第和強調無所有來看，這五條禁戒和耆那教的戒是相同的。而律儀的內容：清淨、知

¹⁰⁶ E. B. Cowell tran. *Maitrāyaṇīya Upaniṣad with Commentary of Rāmātīrtha* (Delhi: 1935, Revised Edition 2007), pp.92-94, 6.18: 'tathā tat-trayoga-kalpaḥ prāṇāyāmaḥ pratyāhāro dhyānaḥ dhāraṇā tarkaḥ samādhiḥ ṣaḍaṅgā ity ucyate yogah.'

¹⁰⁷ 《瑜伽經》3.4：「這[總持、禪那、三昧]三者同處，就是總制。（*trayam ekatra samyamaḥ.*）」。

¹⁰⁸ 《瑜伽經》2.30: *ahiṃsātyāsteyabrahmacaryāparigrahā yamaḥ.*

足、苦行、念誦、祈求自在神，¹⁰⁹ 其中的苦行、念誦、祈求自在神這三項，帕坦伽利在第二品第一頌中定義為「行瑜伽」。¹¹⁰ 也就是行瑜伽的三項再加上清淨、自足¹¹¹，就成了八支瑜伽的第二支律儀。從內容來看，清淨和自足都與離欲有關，而苦行、念誦、祈求自在神則是修習的要項。因此，我們可以看到從耆那教來的禁戒，加上以行瑜伽為主的律儀，就成了帕坦伽利所要安立的屬於瑜伽派獨特的戒律。

另外，我們看到了帕坦伽利將「體位法」(Āsana)放在這八支中，我想這也是在對應於之前所說的「修習 (Abhyāsa)」這個詞跟「體位法」(Āsana)的字根都是從ās來的有關。對於八支瑜伽的詮釋，根據當代瑜伽大師K. Pattabhi Jois的教法，他認為練習體位法，是要配合調息法，同時當一位瑜伽者認真地、持續地練習時，自然就會持守戒律。再加上練習時，需要不斷地覺知身體，這就是諸根內攝。所以若是照Pattabhi Jois的理解，藉著體位法的練習，事實上也就是修習八支瑜伽的前五支，同時也是為了後三支的禪定作為準備。¹¹²

¹⁰⁹ 《瑜伽經》2.32: śaucasamtoṣatapaḥsvādhyāyeśvarapraṇidhānāni niyamāḥ.

¹¹⁰ 《瑜伽經》2.1:「苦行、念誦、祈求自在神，這是行瑜伽。(tapaḥsvādhyāyeśvarapraṇidhānāni kriyāyogaḥ)」。

¹¹¹ 帕坦伽利定義清淨為：「由[修習]清淨，會對自己的身體感到厭惡，也不想接觸到別人。」(《瑜伽經》2.40: Śaucāt svāṅgajugupsā parair asamsargaḥ)，這是指對自己和他人身體的離欲。而知足則是：「由[修習]自足，將獲得無上安樂。」(《瑜伽經》2.41: samtoṣād anuttamaḥ sukhālābhaḥ) 毗耶沙引用偈頌說：「世間欲樂與天界大樂，比不上渴愛滅盡樂的十六分之一」(《瑜伽經注》2.41: yac ca kāmasukhaṃ loke yac ca divyaṃ mahat sukhaṃ, tṛṣṇākṣayasukhasyaite nārhatāḥ ṣoḍaśīm kalām iti.)。

¹¹² 蓋伊·唐納海 (Guy Donahaye)、艾迪·史登 (Eddie Stern) 著，伍立人譯，《傳承》(台北：大塊文化出版社，2016年)，頁319-324。

總之，帕坦伽利在《瑜伽經》第二品第二十九頌說了八支瑜伽之後，從第二品第三十頌到第三品第三頌，總共有二十九頌都在分別解釋這八支瑜伽的內容。在《瑜伽經注》中，我們也看到毗耶沙很努力地在進一步說這八支瑜伽。如在注解體位法時，提到了大約八、九種體位法，如蓮華式、英雄式、大象式、駱駝式等。¹¹³ 這讓我們知道了在西元四、五世紀時，這些體位法就已存在了。¹¹⁴ 還有第二品第四十八頌提到：「由此，不受兩邊極端所害。」¹¹⁵ 從經文看不太出來兩邊極端是什麼，但毗耶沙告訴我們兩邊極端是指太冷或太熱的天氣會傷害我們的身體，但修習體位法之後，就不會受這種極端的天氣所害。¹¹⁶ 像這樣的資訊，雖然多多少少對理解《瑜伽經》有些幫助，但是我們更想看到毗耶沙是如何詮釋這八支瑜伽的哲學，或是修行上的整體意涵。很可惜地，在《瑜伽經注》中並沒有看到這樣的訊息。

若是拿佛教的八正道與《瑜伽經》的八支瑜伽比較的話，八正道的最後三支正精進、正念與正定被視為定學，與八支瑜伽的最後三支，總持、禪定、三昧是相似的。而正語、正業、正命則被視為戒學，與八支瑜伽的前兩支禁戒和律儀相似。看起來八正道的戒是三支，八支瑜伽是兩支，似乎佛教比瑜伽派更注重戒律。但是八支瑜伽的禁戒和律儀的內容共有十項，算起來瑜伽派的戒律內容還是比較多。以上是早期佛教和瑜伽派

¹¹³ 《瑜伽經注》2.46: *tadyathā padmāsanam bhadraśanam svastikaṃ daṇḍāsanam sopāśrayam paryaṅkaṃ krauñcaṇiśadanam hastiniśadanam uṣṭraniśadanam samasamsthānam sthiraśukhaṃ yathāśukhaṃ cety evamādīni.*

¹¹⁴ 較清楚地提到各種體位法的作品，要到十五世紀左右，Svāmi Svātmārāma所編寫的Haṭhayogapradīpika。

¹¹⁵ 《瑜伽經》2.48: *Tato dvandvānabhighātaḥ.*

¹¹⁶ 《瑜伽經注》2.48: *Śītoṣṇādibhir dvandvair āsanajayān nābhībhyate.*

就修行道部分相似的地方。

另外，八正道與八支瑜伽不同處是八正道中的正見、正思惟為慧學，在八支瑜伽是沒有的；而八支瑜伽中的體位法和調息法則是瑜伽派獨特的修行法，並不見於八正道。從瑜伽派來說，慧學，或者說智的產生是來自三昧，當八支瑜伽中的後三支，總持、禪定、三昧合在一起時，便稱為「總制」(Samyama)。¹¹⁷ 而由通達「總制」，便會產生智慧之光。¹¹⁸ 也就是說，智的產生是來自於甚深的定力，當瑜伽行者能夠進入甚深的三昧時，除了生起智之外，也能產生神通。¹¹⁹ 因此八支瑜伽並不需要慧學。而體位法和調息法的修習則是重視調身的重要，如帕坦伽利重視行者鍛練出完美的身體(kāyasamṣat)。¹²⁰ 這樣的想法明顯地是跟密教重視身體修練思想有關，如脈輪、氣脈的修練。¹²¹ 當然也跟印度傳統以來，重視苦行(Tapas)的修練，所謂藉由體內所產生的熱能而清除身體上的不淨，這就是瑜伽派本身的基本修行思想。

從早期佛教的契經來看，佛陀非常強調修行中一定要正見(Sammādiṭṭhi)。如在《正見經》¹²² 中，藉由舍利弗尊者的口，

¹¹⁷ 《瑜伽經》3.4：「這[總持、禪那、三昧]三者同處，就是總制。(trayam ekatra samyamah)」。

¹¹⁸ 《瑜伽經》3.5: tajjayāt prajñālokaḥ.

¹¹⁹ 《瑜伽經》從第三品第十八頌到第三十四頌，便是在說明種種神通的產生。

¹²⁰ 《瑜伽經》3.46：「身體完美是指色身是美麗的、有力的、如金剛般堅強。(Rūpālāvanya-bala-vajra-saṃhananatvāni kāyasamṣat)」。

¹²¹ 關於瑜伽與密教的關係，可參考Geoffrey Samuel, *The Origins of Yoga and Tantra*一書。其中特別討論到精微身(the subtle body)的問題，參頁271-289。

¹²² *Majjhima Nikāya* No.9 *Sammādiṭṭhi Suttam*.

說出要了解什麼是不善、什麼是不善根、什麼是善、什麼是善根，這是正見。這也是佛陀一直強調的，在修行中，要有正確的理解和正確的心態，如是才能有正確的修行。另外，一般的印象是佛陀在契經中並不強調身體的修練，甚至在某種程度對身體似乎有負面的態度，如在戒律中提到有些比丘因修習不淨觀而對身體厭惡，甚至會有自殺的想法。但是根據德籍無著法師（Bhikkhu Anālayo）的研究，他認為從早期契經來看，佛陀對身體的態度的確不是非常地積極重視身體的修練，但也並不是如一般所想的是以負面的態度，而是以中性的方式在看待。¹²³

總之，由以上的比對，我們發現早期佛教與瑜伽派對於修道方式有相同點，也有不同處。而《瑜伽經注》對八支瑜伽的整體理論並沒有多加著墨，似乎也代表著毗耶沙完全同意帕坦伽利對八支瑜伽的詮釋，不需再加任何的其他理論。當然這也代表著《瑜伽經注》並沒有將《瑜伽經》的詮釋方式走向理論化和哲學化，而維持著《瑜伽經》的實修立場。

四、果

瑜伽派的解脫稱為「獨存（Kaivalya）」，這是表示神我不再受到原質（Prakṛti）的染污和影響，能夠彰顯出清淨的本性而獨立存在。帕坦伽利的《瑜伽經》第四品就稱為「獨存品（Kaivalya-pāda）」，但是在這一品，我們沒有看到帕坦伽利對獨存境界有特別地描述。前面二十多頌主要是理論性的討論，特別是在批

¹²³ 見Bhikkhu Anālayo, 'Perspectives on the Body in Early Buddhist Meditation', 收於莊國彬主編，《佛教禪修傳統：起源與發展》（台北：新文豐出版公司，2014年），頁21-49。

判佛教的唯識思想。¹²⁴ 從第二十五頌開始，提到若能分辨神我和心念的差別而逐步修行，讓心念所產生的種種無明、煩惱能夠降服，就能產生決擇智（Viveka-jñāna）。由決擇智的確立，最後就能進入法雲三昧（Dharmamegha-samādhi），而達到解脫的境界，也就是獨存。¹²⁵

根據Georg Feuerstein的研究，「獨存」這個詞早在《奧義書》就已出現，而且用法就是代表著清淨的本我（Ātman）的存在，另外在《摩訶婆羅多（Mahābhārata）》出現的次數就更多了。¹²⁶ 而耆那教稱解脫者為「獨存者（Kevalin）」，這是耆那教將行者分立了十四種功德處（Guṇasthāna），第十三種稱為「有行獨存者（Sayoga-kevalin）」，第十四種為「無行獨存者（Ayoga-kevalin）」。¹²⁷ 這都顯見帕坦伽利用「獨存」來描述解脫的狀態，是源自於傳統印度文化。然而「獨存」這樣的語詞幾乎不見於佛教文獻，或許是跟佛教思想從不承認有不變的神我或本

¹²⁴ 從第四品第14頌到第21頌，是對佛教唯識思想的批判，其中包括對自證分的批判。參本多惠，《ヨ一が經註上卷—真實無畏—》，頁21。

¹²⁵ 或許與佛教中說一切有部的解脫道有類似的地方，因為有部提到當行者進入金剛喻定時，就能斷除一切煩惱而證得阿羅漢果位。

¹²⁶ 如《白騾奧義書（Śvetāśvatara Upaniṣad）》I.11, IV. 18。參Georg Feuerstein, *The Philosophy of Classical Yoga* (New York: 1980, Reprint 1996 by Georg Feuerstein), pp. 51-52.

¹²⁷ 參 Wikipedia, 'Gunasthana', <https://en.wikipedia.org/wiki/Gunasthana>. 登錄日期：2016, 6, 11。這十四種功德處可分為三類，第一類為信，因為行者是從無明、具有邪見的狀態下修行：1. 邪性者（Mithyātva），2. 盲信者（Sasādana），3. 混見者（Misradrsti），4. 不斷正見者（Avirata samyagdrsti）。第二類是小戒行：5. 部分戒行者（Deśavirata）。第三類是大戒行：6. 放逸戒行者（Pramattasamyata），7. 不放逸戒行者（Apramatta samyata），8. 未曾有行者（Apūrvakarāṇa），9. 未斷欲行者（Anivṛttikarāṇa-sāmparāya），10. 薄欲者（Sukshma sāmparāya），11. 癡寂靜者（Upaśānta-kaśāya），12. 癡盡者（Ksīna kaśāya），13. 有行獨存者（Sayoga kevalin），14. 無行獨存者（Ayoga kevalin）。

我有關吧。

在《瑜伽經》中，「獨存」這個詞出現了五次。¹²⁸ 其中，第二品第二十五頌以「見者 (Dṛṣi)」描述獨存中只有神我這見者。¹²⁹ 而第三品第五十五頌說明當神我清淨時，就產生了「獨存」。¹³⁰ 另外在第四品第三十四頌提到神我的存在就是覺知能力 (Citiśakti)。¹³¹ 簡言之，根據《瑜伽經》的描述，在解脫的狀態中，只有清淨神我的覺知能力。就如毗耶沙在《瑜伽經注》中所說的：「這樣的獨存狀態，安住於自體之中，隔離了心念的了知，而只存在神我的覺知能力，永存在那樣的狀態下，就是『獨存』。」¹³²

在數論派大師Swāmi Hariharānada Āraṇya的《帕坦伽利的瑜伽哲學》(*Yoga Philosophy of Patañjali*)一書的前言中，以數論派 (Sāṃkhya) 的教義為主，配合瑜伽教義，將瑜伽哲學的解脫觀歸納了十二點意見：¹³³

1. 解脫 (Mokṣa) 是指完全地永離一切的苦難。
2. 解脫的狀態是指不動，安住在神我 (Puruṣa) 之中。

¹²⁸ 參《瑜伽經》2.25; 3.50; 3.55; 4.26; 4.34.

¹²⁹ 《瑜伽經》2.25：「由[無明]消失，混合就會斷除，這是見者的獨存。(tadabhāvāt saṃyogābhāvo hānaṃ taddṛṣḥ kaivalyam)」。

¹³⁰ 《瑜伽經》3.55：「當光明性和神我清淨且平等時，就產生了獨存。(sattvapuruṣayoḥ śuddhisāmye kaivalyam iti)」。

¹³¹ 《瑜伽經》4.34：「當三德回歸，不需為神我[而彰顯]，安住於自體，這便是獨存，或稱為[神我]覺知的能力。(puruṣārthaśūnyānāṃ guṇānāṃ pratiprasavaḥ kaivalyaṃ svarūpapratīṣṭhā vā citiśaktir iti)」。

¹³² 《瑜伽經注》4.34: Svarūpapratīṣṭhā punar buddhisattvānabhisambandhāt puruṣasya citiśaktir eva kevalā, tasyāḥ sadā tathaiṅvāsthānaṃ kaivalyam iti.

¹³³ Hariharānada Āraṇya, Swāmi, trans. by P. N. Mukerji, *Yoga Philosophy of Patañjali*, pp. xiv-xv.

3. 在解脫的狀態中，心回歸到原始的狀態。
4. 心念的止息可透過三昧中所獲得的出離與智。
5. 三昧是透過持戒和修持總持和禪那所獲得。
6. 解脫（Mokṣa）是指輪迴的終止。
7. 輪迴是沒有起始，而其運作是由無窮無盡過去世的業（Karma）所造成的業力（Saṃskāra）所推動的。
8. 原質和神我是造成這世界的因和果。
9. 原質和神我並不是被創造的，沒有起始，也不會終止。
10. 自在神（Īśvara）是完全自在的神我。
11. 自在神跟宇宙的創造無關。
12. 宇宙的存在是由生主（Prajāpati），或金胎神（Hiraṇyagarbha）所維持。

在這十二點中，我們特別需要注意的是從第九點到第十二點。雖然我們都認為瑜伽派是承認自在神的有神論學派，但從這幾點我們看到宇宙並不是由自在神所創造，神我也不是由自在神所創造。所以當在解脫的狀態下，神我並不會回到自在神的懷抱。這也是Georg Feuerstein在他的研究中提醒我們，帕坦伽利在《瑜伽經》所描述的解脫狀態，恐怕跟傳統印度文化是不太一樣的。例如在《博伽梵歌》中的描述，行者要全然地虔信（Bhakti）有位創造一切的神，也就是梵（Brahma）。一切身口意的業行都是為了這位創造神，而解脫的境界就是回到創造神之中，這就是「梵涅槃（Brahma-nirvāṇa）」。¹³⁴ 這明顯跟《瑜伽經》中的說法是不同的。如《瑜伽經》第一品第二十四頌提到自在神是最殊勝的神我（Puruṣaviśeṣa）¹³⁵，而且第二十五頌說自在神是無上

¹³⁴ Georg Feuerstein, *The Philosophy of Classical Yoga*, p. 56.

¹³⁵ 《瑜伽經》1.24：「自在神是最殊勝的神我，不被煩惱、業、異熟、習氣所沾

的一切智種子¹³⁶，和第二十六頌說自在神是過去諸師的老師。¹³⁷ 從這樣的描述中，帕坦伽利概念中的自在神並不是一位創造宇宙的上帝，而倒是比較像能引導我們解脫的導師。就這一點來看，《瑜伽經》中的自在神跟佛教的佛陀為導師的概念是比較接近的。

最後，我們知道在耆那教有十四種功德處的安立，或佛教四雙八輩的聖者分類。相對於此，在《瑜伽經》中看不到有任何瑜伽行者果位上的安立。充其量，帕坦伽利對三昧有些不同的分類，如種子三昧和無種子三昧，或有想三昧和無想三昧，乃至到最高的法雲三昧，但這並不是果位的安立。¹³⁸ 唯一與瑜伽派果位的安立有關的，是《瑜伽經》在第二品第二十七頌提到：「[決擇智行者]在究竟的階段，有七種智。」¹³⁹ 帕坦伽利並

染。(kleśakarmavipākāśayair aparāmr̥ṣṭaḥ puruṣaviśeṣa īśvaraḥ.)」。

¹³⁶ 《瑜伽經》1.25：「此中，[自在神]是無上的一切智種子。(tatra niratiśayam sarvajñabījam.)」。

¹³⁷ 《瑜伽經》1.26：「[自在神]是過去諸師的老師，因為他不受時間的束縛。(pūrveṣām api guruḥ kālenānavacchedāt.)」。

¹³⁸ 參莊國彬，〈《瑜伽經》與佛教思想的比較〉，《圓光佛學學報》第26期。關於《瑜伽經》中較有系統性的三昧的分類，參底下表格：

種子三昧 (Bīja samādhi)		無種子三昧 (Nirbīja samādhi)
有想三昧 (Saṃprajñāta samādhi)	無想三昧 (Asaṃprajñāta samādhi)	(9)法雲三昧 (Dharmamegha samādhi)
(1)有尋 (Savitarka)	(2)無尋 (Nirvitarka)	
(3)有伺 (Savicāra)	(4)無伺 (Nirvicāra)	
(5)有喜 (Sānanda)	(6)無喜 (Nirānanda)	
(7)有自我意識 (Sāsmitā)	(8)無自我意識 (Nirasmitā)	

¹³⁹ 《瑜伽經》2.27：tasya saptadhā prāntabhūmiḥ prajñā.

沒有進一步說明這七種智是什麼。在《瑜伽經注》中，毗耶沙把這七種智分為兩類¹⁴⁰，第一類是四種所作解脫（*Kārya vimukti*），分別是遍知智（*Parijñāta prajñā*）¹⁴¹、斷盡智（*Heya kṣīṇa prajñā*）¹⁴²、得應得智（*Prāpya prāpti prajñā*）¹⁴³、所作成就智（*Kārya śuddhi prajñā*）¹⁴⁴。第二類是三種心解脫（*Cittavimukti*），就是已至智（*Caritādhikāra prajñā*）¹⁴⁵、離德智（*Guṇātīta prajñā*）¹⁴⁶、自體唯光智（*Svarūpa mātra jyoti prajñā*）¹⁴⁷。毗耶沙所提前四種智跟佛教《轉法輪經》中所提的對四聖諦應已知（*Pariññātaṃ*）、應斷已斷（*Pahīnaṃ*）、應證已證（*sacchikataṃ*）、應修已修（*bhāvitaṃ*）相當類似。¹⁴⁸若是如此，那毗耶沙對這

¹⁴⁰ 《瑜伽經注》2.27：「*eṣā catuṣṭayī kāryā vimuktīḥ prajñāyāḥ, cittavimuktis tu trayī*」。

¹⁴¹ 《瑜伽經注》2.27：「應該斷除的煩惱已經遍知了，不需再有其他應遍知。（*parijñātaṃ heyaṃ nāsyā punaḥ parijñeyam asti*）」。

¹⁴² 《瑜伽經注》2.27：「應斷的已經斷除，不需再有其他應斷。（*kṣīṇā heyahetavo na punar eteṣāṃ kṣetavyam asti*）」。

¹⁴³ 《瑜伽經注》2.27：「已經證悟，是由減定而斷除。（*sākṣātkṛtaṃ nirodhasamādhinā hānam*）」。

¹⁴⁴ 《瑜伽經注》2.27：「斷除法已修，決擇智成形。（*bhāvito vivekakhyātirūpo hānopāya iti*）」。

¹⁴⁵ 《瑜伽經注》2.27：「證得了已至智。（*caritādhikāra buddhiḥ*）」。

¹⁴⁶ 《瑜伽經注》2.27：「就像石頭從山頂上落下來一樣，三德本身沒有可立足的地方，將歸於息滅。當這三德已息滅後，就不會再生起，因為因緣（*Prayojana*）已不存在。（*guṇā giriśikharataṭācyutā iva grāvāṇo niravasthānāḥ svakāraṇe pralayābhimukhāḥ saha tenāstaṃ gacchanti. na caiśāṃ pravilīnānāṃ punar asty utpādaḥ prayojanābhāvād iti*）」。

¹⁴⁷ 《瑜伽經注》2.27：「神我已不再與三德相關連，自體唯光，無垢且獨存。（*etasyāṃ avasthāyāṃ guṇasambandhātītaḥ svarūpamātrajyotir amalāḥ kevalī puruṣa iti*）」。

¹⁴⁸ 參 S.N. 56.11 *Dhammacakkappavattanasuttaṃ*: *dukkhaṃ ariyasaccaṃ pariññātaṃ...dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ pahīnaṃ...dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ*

偈頌的理解並不是從果位安立的角度，而是從解脫後，一位瑜伽行者所會獲得的智。簡言之，不論在《瑜伽經》或《瑜伽經注》，我們只看到瑜伽派對三昧的分類，並沒有安立果位，這也表示從瑜伽派的立場言，當瑜伽行者的禪定力愈深，他的境界也就愈深。而一旦能進入法雲三昧，他就能證得種種解脫智，而使他的神我獨存。

五、結語

本文是以修行解脫為主，分根、道、果來討論、比較佛教與瑜伽派的異同。首先在根的部分，其主要的差別在於瑜伽派主張有神我，而佛教沒有。這也導致瑜伽派會依神我的存在而批評佛教的剎那論。另外，在宇宙觀上，瑜伽派雖然秉承印度傳統文化，但也有些不同的說法。而佛教則站在禪修的立場上，主張與傳統印度文化不同的宇宙觀。

在道的部分，瑜伽派的八支瑜伽與佛教的八正道雖然有戒與定的相似處，但也有對身體和心的理解不同，而強調不同的修練。在果的部分，佛教的解脫，對瑜伽派來說是神我的獨存。而且瑜伽派雖然是有神論，但自在神的地位跟佛教中做為導師的佛陀是相似的。

從根、道、果的分析，我們在毗耶沙的《瑜伽經注》看到一個有趣的現象。首先是毗耶沙所安立的宇宙觀，並不是簡單地沿襲傳統印度文化，如諸《往世書》中所述的宇宙觀，也不是模仿佛教的宇宙觀，而是參考各教派說法，建構出屬於瑜伽

派的獨特宇宙觀。但是在道的部分——如八支瑜伽，和果的部分——如獨存的境界等，卻沒有進一步的闡釋。換句話說，毗耶沙花了相當多的精力在描繪宇宙觀，卻沒有花太多篇幅於八支瑜伽和獨存境界上。

這是說毗耶沙迷失了瑜伽派的理論重點嗎？我想並不是這樣，反而是因為毗耶沙掌握了瑜伽派的理論重點，才會如此注解《瑜伽經》。因為就輪迴與解脫的角度來看，宇宙觀的建構是非常重要的，這是建立因果業行的理論根據。就如阿毗曇佛教的發展中，宇宙觀的產生是相當重要的一部分。至於道、果的詮釋在《瑜伽經注》中著墨不多的原因，或許是毗耶沙並不希望瑜伽派的理論走向系統化、哲學化的路上。就像阿毗曇佛教中、後期的發展，原先以禪定、解脫為目的，後來就趨向了哲學上的分析與討論。

總之，毗耶沙的《瑜伽經注》並沒有超越《瑜伽經》而有新的哲學上，或理論上的創見，他只是從禪修的理論基礎，補充了《瑜伽經》沒有提到的部分，如宇宙觀和剎那論的批評等。換句話說，毗耶沙謹守著瑜伽派以苦行、禪修為主的修習原則，而並沒有進一步理論化。以佛教文獻來作比喻的話，《瑜伽經注》對於《瑜伽經》的關係，類似於《俱舍論頌》與《俱舍論注》的關係。不同的是《俱舍論頌》與《俱舍論注》都是世親所撰，但《瑜伽經》與《瑜伽經注》是不同人所寫。另外，就像我們在讀《俱舍論頌》時會隨著《俱舍論注》一起讀，同樣地，閱讀《瑜伽經》時，就應隨著《瑜伽經注》一起讀，這就是瑜伽派的傳統。

（收稿日期：民國105年7月9日；結審日期：民國105年9月29日）

引用文獻

電子檔

1. Yogasūtra & Yogasūtra-bhāṣya, Input and proof reading by Philipp A. Maas, based on the edition by Kāśinātha Śāstrī Āgāṣe: Pune: Ānandāśramamudraṇālaye 1904 (Ānandāśrama Sanskrit Series, 47). http://gretil.sub.uni-goettingen.de/gretil/1_sanskrit/6_sastra/3_phil/yoga/patyogbu.htm

一、經典文獻

(1) 漢譯經典

1. 《起世經》，《大正藏》冊1，經24。
2. 《雜阿含經》，《大正藏》冊2，經9。
3. 《大毗婆沙論》，《大正藏》冊27，經1545。
4. 《俱舍論》，《大正藏》冊29，經1558。

(2) 巴利語經典

1. *Majjhima-Nikāya* I-III, edited by V. Trenckner, R. Chalmers, London: Pāli Text Society, 1888-1902.
2. *Saṃyutta-Nikāya* I-V, edited by L. Feer. London: Pāli Text Society, 1884-1898.

二、二手文獻

1. 本多惠，《ヨ—が經註上卷—真實無畏—》，京都：平樂寺，2007年。
2. 本多惠，《ヨ—が經註下卷—統一批判—》，京都：平樂寺，2007年。

3. 李世傑，《印度哲學史講義》，台北：新文豐出版公司，1987年。
4. 定方晟著，劉欣如譯，《須彌山與極樂世界》，台北：大展出版社，1996年。
5. 定方晟，《インド宇宙觀大全》，東京：春秋社，2011年。
6. 邱顯峰翻譯、講述，《勝王瑜伽經詳解》，台北：喜悅之路，2014年。
7. 孫晶，《印度六派哲學》，台北市：大元書局，2011年。
8. 黃心川，《印度哲學史》，北京：商務印書館，1989年。
9. 莊國彬主編，《佛教禪修傳統：起源與發展》，台北：新文豐出版公司，2014年。
10. 莊國彬，〈《瑜伽經》與佛教思想的比較〉，《圓光佛學學報》第26期，中壢：圓光佛學研究所，2015年。
11. 蓋伊·唐納海（Guy Donahaye）、艾迪·史登（Eddie Stern）著，伍立人譯，《傳承》，台北：大塊文化出版社，2016年。
12. Bryant, Edwin F., 2009. *The Yoga Sūtras of Patañjali: a new edition, translation, and commentary with insights from the traditional commentators*. New York: North Point Press.
13. Cowell, E. B. tran. 1935. *Maitrāyaṇīya Upaniṣad with Commentary of Rāmātīrtha*. Delhi: Bharatiya Kala Prakashan. Revised Edition 2007.
14. Dasgupta, Surendranath. 1922. *A History of Indian Philosophy*. Vol. I, Delhi: Motilal Banarsidass. Reprint 1992.
15. Feuerstein, Georg, 1980. *The Philosophy of Classical Yoga*. New York : St. Martin's Press. Reprint 1996 by Georg Feuerstein.
16. Frawley, David. 2012. "The Original Teachings of Yoga: From

- Patanjali Back to Hiranyagarbha”. <https://vedanet.com/2012/06/13/the-original-teachings-of-yoga-from-patanjali-back-to-hiranyagarbha/>登錄日期：2016, 5, 25。
17. Hariharānada Āraṇya, Swāmi, trans. by P. N. Mukerji. 1963. *Yoga Philosophy of Patañjali*. Albany: State Univeristy of New York. Revised Edition 1983.
 18. Jaini, Padmanabh S. 1979. *The Jaina Path of Purification*. Delhi: Motilal Banarsdiass.
 19. Monier-Williams, Monier. 1992. *Sanskrit-English Dictionary*. Oxford: Oxford University Press.
 20. Prasad, Jagdish Jain ‘Sadhak’. 2005. *Fundamentals of Jainism*. New Delhi: Radiant Publishers.
 21. Samuel, Geoffrey. 2008. *The Origins of Yoga and Tantra-- Indic Religions to the Thirteenth Century*. Cambridge: Cambridge University Press. 4th Printing 2013.
 22. Schubring, Walther. 1962. *The Doctrine of the Jainas*. Delhi: Motilal Banarsidass. Second Revised Edition, 2000.
 23. Sircar, D. C.. 1971. *Studies in the Geography of Ancient and Medieval India*. Delhi: Motilal Banarsidass. Reissued 1990.
 24. Whicher, Ian. 1998. *The Integrity of the Yoga Darśana-- A Reconsideration of Classical Yoga*. New York: State University of New York.
 25. Wilson, Horace Hayman trans, enlarged & arranged by Nag Sharan Singh. 1980. *The Viṣṇu Purāṇa*. Delhi: Nag Publishers. Reprint 1989.
 26. Woods, James Haughton. 1914. *The Yoga-system of Patañjali*.

Delhi: Notilal Banarsidass. Reprint 1992.

27. Yardi, M. R.. 1979. *The Yoga of Patañjali*. Poona: Bhandarka Oriental Institute Research.



