

# 談談「止觀等持」（上）

／高明道

最近於某讀書會因緣下，看到兩位佛研所畢業、多聞博學的夥伴討論起「止觀等持」一句，場面精彩，令人歡喜。不過，當我得知該句「在中國佛教的道場常聽到」時，內心頗感震撼：近四十年來跟中國釋氏結了不解之緣的我，竟然一點都沒有印象曾經接觸過那麼一句話。疑惑、納悶之餘，雙管齊下，一方面考察古代資料，一方面瞭解當今情況，然後稍加整理，拼湊成文，並借《法光》雜誌一角，跟大家分享目前的研究結果，順便向各位先進請益，唯盼方家不吝指教。

第一個得釐清的問題在於：「止觀等持」一句是否長久以來為中土佛門大德使用，且如果是的話，都是在怎麼樣的場合出現？於是檢索了藏經及藏外文獻。結果，發現該句在趙宋之前數以千計的佛教典籍裡連一個出處都沒有。至於宋朝後、民國前，所有高僧當中也只有兩位曾在個人著作提過前後相連的「止觀等持」。第一位是宋代錢唐釋曇應，第二位是明末四大師之一的憨山德清。曇應在其《〈金剛經〉采微》卷下針對經文中「發阿耨多羅三藐三菩提心者於一切法應如是知，如是見，如是信解，不生法相」句陳述說<sup>1</sup>：「經言『應如是知，如是見，如是信解』者，此顯示增上心、增上智故，於無分別中知、見、勝解。於中若智，依止奢摩他，故知；依止毗鉢舍那，故見。此二依止三摩提，故勝解。以三摩提自在故，解內攀緣影像，彼名勝解。」到此為止，曇應其實都在引述無著菩薩所造、由隋南印度三藏達磨笈多翻譯的《〈金剛般若〉論》。<sup>2</sup>論中用的「依止」是及物動詞，依止對象則有「奢摩他」、「毗鉢舍那」和「三摩提」，三個名詞平行並列。不過曇應接著卻說：「且增上心即菩提心，增上智即圓妙智。『奢摩他』，此云『止』；『毗鉢舍那』，此云『觀』；『三摩提』，此云『等持』。以此止、觀等持故，明、靜不二，則自在。」最後一句似乎改變了《〈金剛般

若〉論》的意思，不再把「三摩提」的「等持」當作名詞，而是說：靠毗鉢舍那顯示的明以及靠奢摩他顯示的靜能夠不二，是因為一樣維持觀跟止。

曇應有感於其原書「有缺辯及文略者，所以再行料理，補餘未釋」，出了一部《〈金剛經采微〉餘釋》<sup>3</sup>。其中相關的文字為：「『若智，依止奢摩他，故知……『奢摩他』，此云『止』』：所謂以止止散，即散而寂。散動，則不知；寂靜，則能知。『依止毗鉢舍那，故見……『毗鉢舍那』，此云『見』』：由觀能見，所謂以觀觀（平聲）昏，即昏而明<sup>4</sup>。昏暗，則不見；明朗<sup>5</sup>，則能見。吾祖云<sup>6</sup>：『明』、『靜』者，止、觀之體也。是則止、觀等持，乃知、見實理。非見實，不能知，乃見實理而能證知。故於一切法無所分別。』<sup>7</sup>這更進一步說明曇應的確把「持」當動詞用，主張止跟觀若能同樣地行持，實理則既能見，又能知。古代的《金剛經》注釋裡，儘管別人也提出「『三摩提』，此云『等持』」的說法<sup>8</sup>，卻只有曇應衍生出一個對後代也沒有任何影響的「止、觀等持」。

明朝典籍中的「止觀等持」也僅僅有一例，是見於德清（1546-1623）的《憨山老人夢遊集》卷第十二：「其實修心工夫條目不出止、觀、等持三門而已。此集中奢摩他，止也；毗婆舍那，觀也；優畢叉，止、觀雙運，定、慧等持也。」<sup>9</sup>明明以「止、觀、等持」為平行陳列的三項而已，不像曇應的用法構成句子。當然，由「止、觀雙運，定、慧等持」來看，三項彼此之間的關係不是在同一個層次上：「止、觀」固然是對，「等持」卻以「止、觀」為對象，所以《夢遊集》的「止、觀雙運，定、慧等持」意指「止跟觀二者的雙運，或者說定與慧二者的等持」。另外跟曇應明顯不同的是憨山以「優畢叉」為「等持」，不是以「三摩提」。

「優畢叉」這個寫法僅見於一部漢譯經論，即《大乘寶雲經·陀羅尼品》

卷第四所謂：「善男子！菩薩摩訶薩具足十法住優畢叉。何者爲十？所謂：眼識所了諸色境界，此中捨離，不以色境而自損害，不作瘡疣。……善男子！菩薩摩訶薩具足十法住於捨心。」<sup>10</sup>舊宋藏的版本在「優畢叉」下加雙行夾注一則，說「陳言『捨』」，意即外國語的「優畢叉」在翻譯當時——隋前南方陳朝——用當地語言講，等於「捨」，也就是該段經文末句所說的「捨心」。不過憨山德清比較不可能從《大乘寶雲經》這部在中國佛學始終不起作用的修多羅看到「優畢叉」。就淵源論，這個詞的運用應該出自北涼天竺三藏曇無讖翻譯的《大般涅槃經·師子吼菩薩品》：「復次——善男子！——若取色相，不能觀色常無常相，是名『三昧』。若能觀色常無常相，是名『慧相』。三昧、慧等觀一切法，是名『捨相』。善男子！如善御駕駟，遲疾得所。遲疾得所，故名『捨相』。菩薩亦爾：若三昧多者，則修習慧；若慧多者，則修習三昧。三昧、慧等，則名爲『捨』。……又奢摩他者名曰能清，能清貪欲、瞋恚、愚癡三濁法故。以是義故，故名『定相』。毘婆舍那名爲正見，亦名了見，名爲能見，名曰遍見，名次第見，名別相見。是名爲『慧』。憂畢叉者，名曰平等，亦名不諍，又名不觀，亦名不行。是名爲『捨』。」<sup>11</sup>

譯典中這些文字帶給後代本土學者不少靈感。例如隋天台沙門灌頂撰《〈觀心論〉疏》卷第五說：「觀心六道即空名『止』，觀心六道即假名『觀』，觀心六道即中名『優畢叉』，即是修平等觀。是名第三、明修止觀也。」<sup>12</sup>或如唐慎水沙門玄覺撰《禪宗永嘉集》卷上：「大章分爲十門，慕道志儀第一：夫欲修道，先須立志，及事師儀則彰乎軌訓，故標第一、慕道儀式。戒橋奢意第二：初雖立志修道，善識軌儀，若三業橋奢，妄心擾動，何能得定？故次第二、明戒橋奢意也。淨修三業第三：前戒橋奢，略標綱要，今子細檢責，令羸過不生。故次第三、明淨修三業，戒乎身、口、意也。奢摩他頌第四：前已檢責身、口，令羸過不生，次須入門。修道漸次不出定慧、五種起心、六種料

簡。故次第四、明奢摩他頌也。毘婆舍那頌第五：非戒不禪，非禪不慧。上既修定，定久慧明。故次第五、明毘婆舍那頌也。優畢叉頌第六：偏修於定，定久則沈；偏學於慧，慧多心動。故次第六、明優畢叉頌，等於定、慧，令不沈、動，使定、慧均等，捨於二邊。……」<sup>13</sup>這段十分清楚的敘述不牽涉到天臺的空、假、中，巧妙從「捨於二邊」切入，把一個語義分歧的「捨」字詮釋成「等於」、「均等」，且仍保留止、觀、優畢叉的搭配。

永嘉大師的著作是個人境地的呈現，而同樣活動在唐代的西明寺沙門圓測則不同，注釋修多羅，寫了一部《〈解深密經〉疏》。在第六卷剖析「慈氏菩薩復白佛言：『世尊！云何止相？云何舉相？云何捨相？』」時，圓測「釋曰：自下第十一、止舉捨相差別門。於中有二：先問，後答。此即問也。此問意云：世尊處處說止、舉、捨三種別相。梵音『奢摩他』，此翻名『止』。守心住境，離於散動，故名爲『止』。『毗鉢舍那』，此翻名『觀』。於法推求、簡擇名『觀』。或名爲『舉』，離沉沒故。梵音『優畢叉』，此翻名『捨』，離沈、掉故。」<sup>14</sup>嚴格來說，這樣的表達容易誤導讀者，讓他覺得梵語的「毗鉢舍那」可以翻成「觀」，也可以譯爲「舉」。實際上，華文這個「舉」字逐譯梵語 *pragraha*，不過在瑜伽行派的思想中「舉」可以指「觀」<sup>15</sup>，所以圓測的理解並沒有錯，而且圓測的「離沈、掉故」形成了「捨」跟唐宋學者「三摩提」之間的橋樑。諸如唐青龍寺翻經講論沙門良賁《〈仁王護國般若波羅蜜多經〉疏》：「『三摩地』者，此云『等持』。體離沈、掉，故名爲『等』；專注一境，即名爲『持』。等即持故。亦名『三摩提』，『提』<sup>16</sup>義同『地』也。」<sup>17</sup>唐京兆靜法寺沙門慧苑述《〈續華嚴經〉略疏刊定記》：「三昧，正云『三摩地』，此曰『等持』。離沈、掉，故名『等』；攝心一境，名『持』。」<sup>18</sup>

總結上文所述，則一、北宋前無任何「止觀等持」例，二、宋清之間，德清的「止、觀、等持」只是列目，不算句子，所以三、目前能掌握的華夏釋氏

文獻中，孤零零的「止、觀等持」句僅見於十二世紀曇應兩部流傳不廣的書<sup>19</sup>。如果說「在中國佛教的道場常聽到」，必然是民國以後的事，但近代的中國佛教使用「止觀等持」一句又廣泛到怎麼樣的地步呢？這就是第二個要探索的問題。由方法來說，最理想的應該是進行田野調查，不過筆者因緣不具足，著實辦不到，所以只好退而求其次，透過網路網羅 e 時代的相關訊息。當然，網頁不能代表寺院或佛教團體裡真正講些什麼，不過數位化的資訊本來極其多元，也許還是有其參考價值。於是便以 Google 搜尋引擎檢索，竟然發現：網路上含「止觀等持」的近代資料並沒有想像中的多，或者講得具體點，其實意外地少，因為扣掉重複內容，所剩者不到三十筆。對這些資料初步進行歸納後，在此依作者或編者，將之暫且分為單筆資料和多筆資料兩大類。顧名思義，其中所謂「單筆」指同一作者（編者）的資料中僅發現一個相關的出處。這類網頁可進一步分為對「止觀等持」的內容或意思未加說明以及有所解釋的兩種，二者各有出家跟非出家<sup>20</sup>作者。

沒有解說的用例當中，沙門的著作包括律航法師《百日念佛自知錄》的「茲約念佛拜佛靜觀三項，分別體驗如下：……靜觀雖白毫略成，而心神不定，未至止觀等持也」<sup>21</sup>、釋可祥《覺光法師與寧波佛教》的「覺老雖年已八十有餘，但精神矍鑠，思維敏捷，步履輕健，聲如宏磬，若非止觀等持、定慧雙修者，難有如此精神面貌」<sup>22</sup>、星雲大師《中國佛教階段性的發展芻議》論智者大師（智顛）「一生『止觀等持』，重在修學『法華三昧』，而其手著《法華玄義》、《法華文句》、《摩訶止觀》為法華宗所依據的三部主要論典」<sup>23</sup>和釋心皓《智者大師禪觀實踐與三大部講說歷程述略》的「天臺智者大師一生止觀等持，依據經論，以《法華經》經義為宗旨，以《大智度論》為指南」<sup>24</sup>。律航法師的文字是記錄他在民國三十九年末至四十年初間閉關念佛的經驗，其中的「靜觀」，據作者指「觀想依正」。果然沒錯，引文裡「心神不定」

既牽涉到「止」，「止觀等持」的「觀」則與「白毫略成」搭配。換句話說，律航法師的「觀」是「觀想」的「觀」，並非毗婆舍那。這樣的用法不但跟古人都有別，和可祥法師也不同，因為後者文中從對仗的「止觀等持」與「定慧雙修」來看，「觀」自與「慧」相應。另外，作者如何理解「等持」，《百日念佛自知錄》裡沒有線索，但在《覺光法師與寧波佛教》「修」、「持」既成一對，「等」當然就和「雙」相應，意謂「兩個都同樣」。這一點倒跟曇應相似。至於星雲、心皓二位法師談智顛，顯然把「止觀等持」的「止觀」看成天臺的「止觀」。問題是：傳統的天臺宗從來不這樣講。

出家師父們無解說的單筆資料雖然只有以上四則，但已經夠分歧。至於非出家身分的作者，字裡行間表達出來的意思也並非一致。例如唐岐《止觀雙運》「這亦同於歷緣對境中，於觀慧中成就九住心，成就止觀等持，成就般若波羅密」<sup>25</sup>和趙文竹《就是這樣》「真坐禪者，身雖不動，心卻收放自在，止觀等持」<sup>26</sup>，語義有些模糊。前者不知「九住心」、「止觀等持」、「般若波羅密」是同時成就的還是代表前後三個程度不一的階段，後者則難解「止觀」是回應「身」、「心」還是補充「收放」。常然的《從初步的止和觀到初步的止觀等持》僅僅在標題中提到「止觀等持」<sup>27</sup>，而筆名為「心情笑笑生」者所謂：「生擒煩惱，活捉無明，起始於四念住而歸結於止觀等持。修止之根本在於心行平等，心若平直，煩惱止息；《認識煩惱 方能心安得初止》。修觀之根本在於觀物自性，知物緣生，無明止息；《安住於無常 體味不遷》。」<sup>28</sup>也並沒有闡述「止觀等持」到底怎麼理解。不過常然和心情笑笑生跟趙文竹一樣都是大陸的作者，說明了「止觀等持」這句基本上是當代人才提出來的話在彼岸也慢慢流行。

其他非出家作者的例子都把「止觀等持」跟天臺宗聯繫在一起，即俞學明《湛然與禪宗的交涉·內容提要》「湛然對禪宗的批評主要體現在……用止觀等持對斥單輪隻翼」<sup>29</sup>和羅倫斯《第

76章》「智者大師一生修學『法華三昧』，著有《法華玄義》和《法華文句》，大師亦重於『止觀等持』」<sup>30</sup>，跟星雲、心皓二位法師一樣，點到為止，並未釐清概念。<sup>31</sup>另外特別值得注意的是蔡惠明《天台宗曉的〈樂邦文類〉與〈樂邦遺稿〉》中所說：「由於入宋以後，淨土信仰不僅扎根於民間，而且得到天台宗、禪宗、律宗、華嚴宗等祖師大德的極力提倡，形成爲各宗的『共宗』。有的主張念佛與止觀等持，有的提倡禪淨雙修，性相圓融……」<sup>32</sup>這邊講的不是「止觀等持」，而是和「『禪』、『淨』雙修」對等的「『念佛』與『止觀』等持」。

以上諸例當中「止觀等持」顯然並沒有一致、分明的意思，簡直是高興怎麼用，就怎麼用，頗爲自由、活潑、不拘，所以緊接著就拜讀略帶定義或解說的單筆資料，看看使用狀況會不會嚴謹些。先從釋常真的《〈佛說觀無量壽佛經〉的念佛三昧》著手。作者在《一、〈佛說觀無量壽佛經〉中觀法的相關課題》之《（Ⅱ）觀法的「自力／自他二力結合」的定位》中表示：「行者須對自他二力結合和自身的內在推力加以掌握，期能獲得止觀等持，亦即禪定的境界。」<sup>33</sup>此句語義未免有些模糊地帶。若是突破標點符號的障礙，將第二子句理解成「期能獲得止觀等持——亦即禪定——的境界」，那就看來直接，實際上卻很不具體在「止觀等持」與「禪定」之間劃上等號。結果，「止觀等持」受語義分歧的「禪定」<sup>34</sup>牽累。

同樣跟淨土有關的另一分資料出自淨空法師的《阿彌陀經疏鈔演義》講解：「《楞嚴經》裡面，佛講了三個名詞，奢摩他、三摩提、禪那，奢摩他翻作止，三摩提翻作觀，禪那翻作止觀等持，三種都是屬於禪定。一種偏在止，止就是放下，一切放下；三摩提比較偏重在觀，實在講禪定都是止觀並運，目的都是幫助我們恢復清淨心。我們有妄念，念頭止不住，我們修定把一切都捨掉。雖然想捨，妄念還是往上冒，止不住，用第二個方法，用觀，觀是什麼？我們只想一樁事情，其他的念頭就不生了，這也是個方法。或者兩種方法都

用，止觀同時來作。我們念這句阿彌陀佛就是這個辦法，這一句阿彌陀佛，佛號念得清清楚楚明明白白，這是觀；所有一切妄想執著統統放下，放下是止。我今天教諸位念誦《無量壽經》也是止觀同時並用，念經的時候什麼念頭都不生這是止，念這個經文清清楚楚明明白白這就是觀。念經就是修止觀，止觀就是禪定，目的在恢復清淨心，……」<sup>35</sup>這顯然是弟子記錄師父的演說，相信他們不會扭曲老人家的意思。其中文字、標點未經編輯、整理這些問題撇開不談，單從佛學的立場看內容，有不少說法——包括「禪那翻作止觀等持」——不容易站得住腳。不過對拙文核心論題而言，從「止觀等持」、「止觀並運」、「止觀同時來作」、「止觀同時並用」這些多元的表達看得出作者的理解。當然，把傳統中國佛教並不慣用的「止觀等持」擺在第一個位置是值得注意的。

接著要討論的資料則反映寶島教界一個較新興的研究方向。釋覺華在其「榮獲九十二學年度第二學期林拱辰居士獎學金」的《〈觀呼吸〉十六階段之研究（二）》裡說：「《清淨道論》：『令心等持。玲〔sic〕以初禪等令心等持等置於所緣之中；菱〔sic〕或者既於彼等諸禪入定而出定之後，他觀與禪相應的心是可滅、可衰壞的，當他在觀的剎那，由於通達（無常等）相，生起了剎那的心一境性，由於生起了這樣的剎那心一境性，亦令其心等持置於所緣之中。（如是等持者）故說：『爲學令心等持，我將出息入息。』」行者於此階段，必須於諸禪出定之後，一一觀其與每一禪相應的心都是無常、壞滅性時，也因此心的專注而生起剎那的『心一境性』，也就『止』、『觀』等持於所緣境之中。換言之，『觀』的動作當下就包含『止』、『止』中有『觀』，所以，就《清淨道論》而言，此特勝指的就是『止』與『觀』等量、等比例的結合一起，無有偏倚，故言『令心等持。』」<sup>36</sup>這段文字中「『止』、『觀』等持於所緣境之中」、「『止』與『觀』等量、等比例的結合一起」等言論<sup>37</sup>，無疑淵源於漢譯《清淨道論》的「令心等持」。問題是：這樣的譯法跟原文距

離既大，望文生義的發揮能否跟原本的  
法義貼切、相應，答案大概可想而知。

巴利經中出現的 “samādahaṃ  
cittaṃ” 很單純指「當他把精神集中  
（在……上）」或者「專注（……）的  
時候」。背後的動詞 “samādahati” 猶  
如對等的梵語動詞 “samādadhāti”，在  
語義上跟「等」了無關係——其前綴  
“sam” 含「一起」義，因此，整個的動  
詞以 “to place or put or hold or fix to-  
gether” 為本義，而搭配「心」為對象  
時，就表達 “to direct or fix the mind  
upon [loc.]”、“to compose the mind,  
concentrate” 的概念。<sup>38</sup>這是經的意  
思，清楚明白。大寺派學者的詮釋<sup>39</sup>用  
副詞 “samaṃ” 來闡釋前綴 “sam” 不  
應該影響到經文本身的翻譯。英譯《清  
淨道論》的 Nāṇamoli 比丘掌握了這個  
原則，說 “concentrating (samādahaṃ)  
the [manner of] consciousness: evenly  
(samaṃ) placing (ādahanto) the mind,  
evenly putting it on its object ...”，作法  
值得肯定。<sup>40</sup>

一個跟覺華法師很像的問題見於  
護法法師的《清淨道論導讀——涅槃的  
北二高》。該文第八章《修觀的五清淨》  
（*Five kinds of Visuddhi of Develop-  
[sic] Samaadhi*）第六節《智見清淨》  
裡說到四道智的四種威力。其中第二個  
是「止觀等持。四道智都是止觀均等，  
止是以滅為所緣而不散亂，觀也是以滅  
為所緣而離煩惱與諸蘊，也就是定慧均  
等。而修世間定的階段，止的力量強；  
修無常隨觀等的階段，觀的力量強。」  
<sup>41</sup>這段文字背後的巴利語術語應該是  
“balasamāyogo”，亦即《清淨道論》英  
譯本所謂 “coupling [samāyogo] of the  
powers [bala]”<sup>42</sup>。覺音論師解釋這個概  
念說 “ariyamaggakkhaṇe pana yuga-  
naddhā te dhammā pavattanti aññamañ-  
ñam anativattanaṭṭhena” ——聖道這一  
剎那止力（samathabalaṃ）與觀力  
（vipassanābalaṃ）相稱，因為互不偏  
重。被強調的是二者和諧相結合，語義  
上並不牽涉到「等」或「持」。有意思  
的是：護法法師這位相傳精通巴利語的  
尼泊爾籍比丘抵不過環境的影響力，理  
所當然似地把近代產物的「止觀等持」

搬到覺音論師的著作裡。

- 1 《金剛般若波羅蜜經》原文見鳩摩羅  
什譯本，T 8.235.752 b 20-22；《〈金  
剛經〉采微》則見 X 24.464.630 c  
4-11。曇應此著序下記「峇紹興壬子  
仲春二十有三日寓思溪蘭若敘」（見  
604 a 17-18），日期等於西曆 1132 年  
3 月 14 日。
- 2 見 T 25.1510a.766 a 4-8 及  
1510b.780 b 20-25。唯一的差別在於  
《論》引經，《高麗藏》（T 25.1510a）  
本說「應如是知，應如是見，應如是  
勝解」，《宋》、《元》、《明》三  
藏（T 25.1510b）作「應如是知，如是  
見，如是信」，而曇應改用羅什譯本  
的「應如是知，如是見，如是信解」。  
羅什譯本影響之大，也可以從《仁王  
護國般若波羅蜜多經》這部偽經卷下  
《奉持品》一模一樣地說「應如是知，  
如是見，如是信解」（T 8.246.842  
c9-10）窺出一斑。
- 3 參見 X 24.465.635 a 21-23。由後記署名  
年代「乾道陸年太歲庚寅仲夏」，即西  
曆 1170年 5 月 18 日至 6 月 15 日。
- 4 「明」，《卍續藏》本作「即」。茲據  
上下文邏輯與句義本身判斷「即」是  
錯字。
- 5 「朗」，《卍續藏》本作「即」。參上注。
- 6 這句話淵源於唐翰林學士梁肅《天台  
止觀統例》之「照昏者，謂之『明』；  
駐動者，謂之『靜』。明與靜，止、  
觀之體也。」見 T 46.1915（《修習止  
觀坐禪法要》）473 c 27-28、X 55.915  
（《刪定止觀》）691 a 8-9、T 49.2035  
（《佛祖統紀》）439 a 1-2 等處。
- 7 見 X 24.465.635 a 12-20。
- 8 見宋長水沙門子璿錄《〈金剛經〉纂  
要刊定記》，T 33.1702.224 c 25。
- 9 見 X 73.1456.541 a 9-11。
- 10 見 T 16.659.262 b 25-c 7。
- 11 見 T 12.374.547 a 7-26。趙宋桐洲  
沙門思坦集註、明石孟後學比丘慧基  
重校訂、明巡視漕河監察御史長安霍  
達參閱錄的《楞嚴經》集註引《大  
般涅槃經》此文，「憂」即作「優」。  
（當然，「畢」又誤作「異」。）見 X  
11.268.195 a 5-6。
- 12 見 T 46.1921.620 b 22-24。
- 13 見 T 48.2013.387 c 21-388 a 7。
- 14 見 X 21.369.318 a 22-b 6。
- 15 參 Nagao Gajin, “Tranquil Flow of  
Mind: An Interpretation of Upekṣā” 第  
94-95 頁（收於 Nagao Gajin 著、  
Leslie S. Kawamura 譯 *Mādhyamika  
and Yogācāra: A Study of Mahāyāna  
Philosophies* [Albany: State University  
of New York Press, 1991]）。
- 16 第二個「提」字，現傳本無。

- 17 見 T 33.1709.449 a 9-11。
- 18 見 X 3.221.605 b 1-2。
- 19 有關釋曇應的生平、傳承等，在正藏、續藏都找不到進一步的資料。
- 20 不直接用「在家」而較曲折說「非出家」，是爲了避免混淆，因爲這些作者未必都是佛門弟子。
- 21 見律航法師《百日念佛自知錄》，<http://www.bfn.org/bookgb/books/0545.htm> (October 20, 2009)。
- 22 見釋可祥(2009)《覺光法師與寧波佛教》，[http://www.hkbuddhist.org/magazine/589/589\\_25.html](http://www.hkbuddhist.org/magazine/589/589_25.html) (October 20, 2009)。
- 23 見星雲大師(2001)《中國佛教階段性的發展芻議》，<http://www.fgs.org.tw/master/masterA/books/delectus/discourse/01.htm> (October 20, 2009)。
- 24 見釋心皓。“《智者大師禪觀實踐與三大部講說歷程述略》。”《浙江佛教》第03期(2004): 104-06。
- 25 見唐岐(2007)《止觀雙運》，<http://tw.myblog.yahoo.com/you-er/article?mid=689&prev=695&next=142&l=f&fid=34> (October 20, 2009)。
- 26 引自 pippipi(2009)《三等拜佛人》，[http://koudai.360.cn/u/10137022/article\\_139670837.html](http://koudai.360.cn/u/10137022/article_139670837.html) (October 20, 2009)。
- 27 見常然(2009)《從初步的止和觀到初步的止觀等持》，<http://bbs.zgfj.cn/ShowPost.asp?ThreadID=61873> (December 31, 2009)。
- 28 見心情笑笑生(2009)《一念生淨信者 如來悉知悉見》，[http://xinqingxiaoxiaosheng.blog.hexun.com/40638271\\_d.html](http://xinqingxiaoxiaosheng.blog.hexun.com/40638271_d.html) (December 31, 2009)。
- 29 見俞學明(2003)《湛然與禪宗的交涉》，<http://www.china2551.org/Article/fjls/stwd/200809/7933.htm> (December 30, 2009)。
- 30 見羅倫斯(2008)《說說禪宗：「達摩祖師」與「六祖慧能」》第76章。[http://ebook.tianya.cn/chapter/32189\\_951942.aspx](http://ebook.tianya.cn/chapter/32189_951942.aspx) (October 20, 2009)。
- 31 只能從俞學明正文說「湛然高舉智顛倡導的教觀並重、止觀雙修思想，對治禪宗『暗證』之『單輪只翼』」體會到《提要》裡的「止觀等持」等同「止觀雙修」。問題還是一樣——「止觀雙修」並不是天臺祖師、大德的用語。
- 32 見蔡惠明(1998)《天台宗曉的樂邦文類與樂邦遺稿》，<http://www.macau-buddhism.org/09/09-3f.htm> (October 20, 2009)。
- 33 見釋常真《〈佛說觀無量壽佛經〉的念佛三昧》，<http://enlight.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-BJ013/bj013133061.pdf> (October 20, 2009)。
- 34 據 Hirakawa, Akira. *A Buddhist Chinese-Sanskrit Dictionary*. Tokyo: The Reiyukai, 1997. 第 898 頁，「禪定」曾用以逐譯 dhyāna、samādhi、dhyānapārami、dhyānavāri、dhyāyin、pratisaṃlayana、śamatha、samāpatti、samāhita，所以說它語義不明。
- 35 見淨空法師(1984)《阿彌陀經疏鈔演義》(第一七七集)。<http://www.amtb.tw/01/01-03-177.xml> (December 31, 2009)。
- 36 見釋覺華《〈觀呼吸〉十六階段之研究(二)》，<http://enlight.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-AN/an142551.pdf> (October 20, 2009)。
- 37 礙於篇幅的限制，其他問題在此不談。
- 38 分別見 Monier-Williams, Monier. *A Sanskrit-English Dictionary*. (Edited by E. Leumann, and C. Cappeller. compact edition ed. Oxford: Clarendon Press, 1899.) 第 1159 頁、Rhys Davids, T. W., and William Stede. *Pali-English Dictionary* (London: Pali Text Society, 1921) 第 684 頁。
- 39 例如覺音論師《清淨道論》所謂“samādahaṃ cittanti paṭhamajjhānādivasena ārammaṇe cittaṃ samaṃ ādahanto samaṃ ṭhapento”。
- 40 見 Buddhaghosa. *The Path of Purification: Visuddhi Magga*. Translated by Ñāṇamoli (Kandy: Buddhist Publication Society, 1979, fourth ed.) 第 311 頁。更不用說，“samaṃ”的意思本來極爲豐富，可以指“always the same, constant, unchanged”、“having the right measure, regular, normal”、“equally distant from extremes, ordinary, common, middling”、“just, upright, good”、“full, complete, whole, entire”等(見 Monier-Williams 上引書第 1152 頁)。注釋家心目中究竟要用哪一個，也是有必要考慮。
- 41 見護法法師(1998)《清淨道論導讀》第八章《修觀的五清淨》，<http://nt.med.ncku.edu.tw/biochem/lsh/Dharmagupta/Buddhism-for-the-Sagacious/5visuddh.htm> (October 21, 2009)。
- 42 見上引 Buddhaghosa 著第 798 頁。