

「修行」的標點—— 釋典整理亟需準繩雜談之一

／ 高明道

若干年前，林崇安先生在《法光》雜誌的《世出世間》專欄發表一篇題為《談談佛法的「修習、多修習」》的大作，見解精闢，不過可惜，援引契經時，偶有些許矛盾。特別明顯的一個例子是「修習、多修習」跟其受詞間的處理：《雜阿含》第 635 經的引文作「若比丘於四念處，修習、多修習，未淨眾生令得清淨，……」，但第 660 經卻改為「於此五根修習、多修習，過去、未來、現在一切苦斷」；等到參考第 753 經，又變成「有道、有跡，修習、多修習，得甘露法不」，而《第 270 經》則重回「無常想修習、多修習，能斷一切欲愛……」。足見「修習、多修習」的前置受詞——「於四念處」、「於此五根」、「有道、有跡」、「無常想」——有時用逗點和動詞分開，有時則無，釐不出任何規律。不過拙文擬著重的並非此項問題，而是唯一貫徹到底的標點符號，亦即「修習」、「多修習」間放頓號。當然，這樣的「修習、多修習」，其他論文、資料中也不乏其例，如釋如源著《有部菩薩行之探微——以四波羅蜜多之成立為主的研究》引了《雜阿含》第 625 經說：「……，若比丘於四念處，修習、多修習。未淨眾生令得清淨，……」³；淨光法師講述的《禪修正確知見》引《雜阿含》第 281 經的「有七覺分修習、多修習，明、解脫福利滿足」等等⁴；「隨佛禪師」於 2008 年刊行的《相應菩提道次第綱要·古老經法共說的菩提道次第·別說菩提道次第》中第七單元《佛陀教導「一乘菩提道」》引他擅自改名的

「《相應阿含》」第 810 經的「頗有一法修習、多修習，令四法滿足」等等⁵。這樣的頓號不僅出現在引文，新翻譯的作品裡同樣看得到它，例如水野弘元著、釋達和譯《巴利語佛典精選》中翻了一段《相應部》小經裡的「阿難！確實有一法被修習、多修習而圓滿四法」句子⁶；溫宗堃《純觀乘者所依的定—剎那定或如電三昧》裡將「覺音在《中部註》」的一句話譯成「他行、修習、多修習彼道，諸結被斷」⁷；同一句話——不過是出自契經，而不是注釋——，莊春江翻作「當他實行那個道，修習、多修習時，結被捨斷了」⁸。

用到「修習、多修習」的作者不少。其背景未必相同，標點的抉擇卻很一致。問題在於這樣的選擇是否跟新式標點符號的規範相符。根據教育部 2008 年 12 月發行的《〈重訂標點符號手冊〉修訂版》⁹，雖說明頓號「用於並列連用的詞、語之間」¹⁰，但《手冊》上列出的例句不是講當主語的名詞¹¹或專有名詞¹²，就是名詞的修飾語¹³或當例子的短語¹⁴，沒有一句反映並列動詞的狀況，且老實說，即使是有，也不能解決「修習、多修習」的疑惑，因為「多修習」並非動詞，而是副詞、動詞二者組合的短句，無論如何都不適合用頓號。不知是否基於這方面的考量，極少數的作者此處寧願採取逗號，例如葉阿月著《三法中的「所知」與「所識」之研究——以〈阿毘達磨集論〉為中心》把《瑜伽師地論》某句標成「由緣真如境智修習，多修習故，而得轉依」¹⁵，或如顏大量《試論四念處與八正道之重要性》中引

《雜阿含》(第 629 經):「有法修習,多修習,能令行者得不退轉,謂四念處」¹⁶。也有新譯文的例子,即果儒《究竟解脫之道——四念處禪修法》一文引《增支部》說:「阿難!此隨念處,如是修習,多修習,則能引生正念正知。」¹⁷從句子結構看,這樣的處置遠比用頓號來得更有道理。

值得注意的是:較合乎語法的標點符號頗為罕見,而佔優勢的,除了違背標點規範的頓號外,尚有更常見的五字連成一團法,例如楊郁文先生《阿含要略》引《雜阿含》第 281 經「諸弟子有法修習多修習,令明、解脫福利滿足者不」¹⁸等多處;釋聖嚴著《十善業道是菩薩戒的共軌論》引《雜阿含》第 1048 經:「若離殺生,修習多修習,得生天上,若生人中,必得長壽,……」¹⁹;溫宗堃較早期的作品《〈中部·念處經〉四念處禪修方法之研究——兼論馬哈希念處毗婆舍那禪法》²⁰引《雜阿含》第 281 經的「有七覺分修習多修習,明解脫福利滿足」²¹;滿紀《大乘唯識止觀的研究——以〈瑜伽師地論·菩薩地〉為範圍》引《瑜伽師地論》作:「由緣真如境智,修習多修習故而得轉依」²²;吳慧苑《從佛教對知識的界說進一步探究知識與解脫的關係——以〈雜阿含經〉為主要依據》引《雜阿含》第 633 經²³:「若比丘於四念處修習多修習,未淨眾生令得清淨,已淨眾生令增光澤」²⁴;夏允中、越建東合著《以佛教的死亡本質及生命無常觀點來探討死亡恐懼》引《雜阿含》第 760 經「有道有跡,修習多修習,斷此三法」²⁵。諸如此類,為數甚多。

五字緊密連寫該如何讀,自令人費解,不過有少數英文作品提供讀者透過另一種語言窺出作者看法的機會,例如 Bhikkhu Anālayo (無著比丘) 所著 “Paccakabuddhas in the Isigilisutta and its Ekottarika-āgama Paral-

lel” 一文將引用過的《雜阿含》第 635 經「於四念處修習多修習...得辟支佛」句譯成 “Developing the four establishments of mindfulness, developing them often ... one [can] become a Paccakabuddha”²⁶。一看,就明白:作者雖然不管中文的標點符號,但很清楚地把「多修習」視為獨立的短句,指「當一個人常常修四念處」。這樣的處理和煒傑 (Mun-keat Choong) 迥然不同。後者在 “A Comparison of the Pāli and Chinese Versions of the *Gāmaṇi Saṃyutta*, a Collection of Early Buddhist Discourses to Headmen” 裡引述《雜阿含》第 916 經「如甲上之土甚少。大地之土其數無量。如是心與慈俱。修習多修習。諸有量業者。如甲上土。不能將去。不能令住。」時,完全忽視漢文標點的存在與意義,逕把經文譯成: “Just as the soil on the fingernail is little and the soil in the ground is much more, similarly one practises thought full of loving-kindness frequently. All limited karmas [that were done], like the soil on the fingernail, do not remain there, do not persist there.”²⁷撇開其句子的邏輯通抑或不通的問題,單就「修習多修習」論,馬上看出只剩下一個殘缺的 “one practises ... frequently”。同樣,煒傑的 “A comparison of the Chinese and Pāli versions of the *Śāriputra Saṃyukta*, a collection of early Buddhist discourses on the Venerable Śāriputra” 援引《雜阿含》第 490 經「舍利弗。有道有向。修習多修習。得涅槃耶。」,對標點符號仍持不想負責的態度,英文作 “Śāriputra, is there a path, is there a way which, if well practised, leads to attainment of Nirvāṇa?”²⁸, 副詞「多」則從 “frequently” 調整為 “well”。

若是華文作品裡採取「修習多修習」的混沌連寫方式,沒有進一步解說的情況下,讀者其實

無法體察作者的認知或想法。這個困難，英譯本就應該比較沒有，而的確現代譯者的態度十分具體，只是立場有別——華語為母語的煒傑綜合用一個概念來翻，而深受印度語文佛典影響的無著比丘分開用兩個。到底哪一個較合理，從古代譯本所覓得的線索，可以瞭解到印度佛教至少有一個傳承主張「修習」與「多修習」意義上有所不同，因為玄奘譯《瑜伽師地論·攝事分中契經事·行擇攝》如此記載：「盡自性差別者，謂：於此中，由正修習聞所成慧，說名『親近』；由正修習思所成慧，能入修故，說名『修習』；由正修習修所成慧，名『多修習』。又由修習了相作意故，名『親近』。唯除加行究竟作意，由正修習諸餘作意故，名『修習』；修習加行究竟作意，名『多修習』。」²⁹這是針對前後用「親近」、「修習」、「多修習」三個動詞的經文而說的。既然是三個，就可以套上「三慧」等現成的法數。不過拙文談的是不包括「親近」的經文，所以在此嘗試找出單單針對「修習」和「多修習」的傳統注釋。結果發現，《雜阿含》經文的對等巴利傳本，注釋裡確實保存了重要的相關資料。

《雜阿含》第 1098 經的「世尊今有四如意足，修習多修習」³⁰，相當的巴利本（SN 4.20 *Rajjasuttam*）作“bhagavatā kho bhante cattāro iddhipādā bhāvitā bahulīkatā”。當今譯者有將原來被動型態的巴利語調整為較貼切、習慣的主動型態，如 Bhikkhu Bodhi（菩提比丘）的“Venerable sir, the Blessed One has developed and cultivated the four bases for spiritual power”³¹和莊春江的「世尊已修習、已多修習四神足」³²。如此作是譯者的權利，但是巴利的《義述》（“*aṭṭhakathā*”，即「注」）和《疏》及（“*ṭīkā*”，即《注》的注解）上，語法形式必須跟被說明的語詞、語句一樣。因此，《相應部》的《義述》在此配合句中的主語

“cattāro iddhipādā”（「四神足」）說“bhāvitāti vaḍḍhitā, bahulīkatāti punappunam katā”³³。第一項用來自動詞“vaddheti”的被動過去分詞“vaḍḍhitā”解釋從動詞“bhāveti”變出的被動過去分詞“bhāvitā”。經文的“bhāveti”與注中的“vaḍḍheti”語義上的重疊在於“increase”、“cultivate”的概念（「增廣／增強」、「培養／增進」）³⁴，所以其過去分詞以“increased”、“developed”（「增廣／增強過的」、「培養／增進過的」）為共同範疇。當然，這個核心意義跟漢譯「修習」所表示的「透過練習學成」³⁵不一樣，可見上引無著比丘譯文中的“developing”只是表面上翻譯中文的「修習」，骨子裡還是脫離不了先人為主的巴利語窠臼。至於如何培養過，《疏》中則補充說明“vaḍḍhitāti bhāvanāpāripūrivaseṇa anubrūhitā”，亦即是以讓修行圓滿的方式（“bhāvanāpāripūrivaseṇa”）加強過的（“anubrūhitā”）³⁶。

《義述》第二項“bahulīkatāti punappunam katā”，用「再三」（“punappunam”）³⁷來詮釋“bahulī”。這樣一來，“bahulīkatā”就變成「重複作過的」。《疏》裡認同《義述》的發揮，說“punappunam katāti bhāvanāya bahulīkaraṇeṇa aparāparam pavattitā”，也就是假借“aparāparam”（「屢次」、「頻頻」）³⁸來訓釋“punappunam”，並以“bhāvanāya bahulīkaraṇeṇa pavattitā”（「透過修行的重複操作而產生過的」）轉述“katā”（「作過的」）。³⁹這似乎是印度古德提出的一種詞義衍生，未必反映本義。從「多修習」的「多」看出《雜阿含》的譯者受某一程度影響，不過「多修習」的「修習」進一步證明譯者當時非常清楚對等於巴利語“bhāvitā bahulīkatā”的《雜阿含》印度原文其實是同義詞，正同當代大譯師菩提比丘所謂“developed and cultivated”。“bahulī”即“bahula”，含「廣」（“broad, wide”）、「多」

（“many, much”）等義——副詞“bahulam”才指「常常」、「頻繁」（“often, frequently”）⁴⁰——，所以動詞“bahulikaroti”原來表達「增廣」、「加大」（“to increase, to enlarge”）⁴¹或「擴大」（“to amplify”）⁴²的意思，跟“bhāveti”、“vaḍḍheti”極其相似。⁴³《雜阿含》的譯者顯然清楚這一點，所以把對等於“bhāvitā bahulikātā”的兩個詞一致翻成「修習」，只是為了加以區別，決定將第二動詞的“bahulī”，另外單獨重譯為副詞「多」，形成程度上的差異。

古譯者的選擇，筆者認為理應予以尊重，同時也相信使用合理的新式標點符號是表達尊重不可或缺的一部分。在上文探討的基礎上，不得不把「多修習」看成「修習」的補充語，用以強調：不要誤以為修習一下就夠了；一定要作到「多修習」，方有所獲得。「多修習」既然身為補充說明，而且是要讀的或必須講出來的⁴⁴，不然達不到加重效果，那最好採取夾注號（或在特殊狀況之下用破折號）。依初步分析，「修習多修習」的「修習」在《雜阿含》多半當條件子句中的及物動詞。其受詞往往置於動詞前，有時用介系詞「於」來標示，有時則無。有的話，既然假借虛詞當受詞的標記，句子結構便清楚，不需要用逗點提示停頓，但是少了該「於」字，在「修習」前就應該加逗號，免得讀者誤以受詞為主語。在此將相關文句分為陳述、疑問兩大類，簡要加以剖析，方便讀者諸君對經文情況能更熟悉。⁴⁵

甲、陳述句

未用虛詞標記的假設子句，未提主語，因語境清楚未提受詞

梅陀外道白尊者阿難：「此是賢哉之道、賢哉之跡！修習——多修習——，能斷貪欲、瞋恚、愚癡。」

佛告縈髮目犍連：「有七覺分。修習——多修習——，明、解脫福利滿足。」

尊者阿難語尊者跋陀羅：「有法，修習——多修習——，能令行者得不退轉，謂四念處。」⁴⁶

未用虛詞標記的假設子句，未提主語，受詞無「於」

爾時世尊告諸比丘：「無常想，修習——多修習——，能斷一切欲愛、……」

爾時世尊告諸比丘：「……〔如上說。差別者：〕此七覺分，修習——多修習——，當得二果：……」

佛告婆羅門：「正見者為清淨道。正見，修習——多修習——，斷貪欲，斷瞋恚，斷愚癡。」

佛告阿難：「唯精進，修習——多修習——，得阿耨多羅三藐三菩提。」

此二法，修習——多修習——，得知界、果，覺了於界，知種種界，覺種種界。

如是四念處，修習——多修習——，於此法律得盡諸漏，……

於四念處繫心，住無相三昧，修習——多修習——，惡不善法從是而滅，……

比丘！心與慈俱，多修習，於淨最勝；悲心，修習——多修習——，空入處最勝；喜心，修習——多修習——，識入處最勝；捨心，修習——多修習——，無所有入處最勝。⁴⁷

先用虛詞標記、後省略之假設子句，未提主語，受詞無「於」

若離殺生，修習——多修習——，得生天上；若生人中，必得長壽。不盜，修習——多修習——，得生天上；若生人中，錢財不喪。……⁴⁸

未用虛詞標記的假設子句，未提主語，受詞標「於」

尊者阿那律語尊者舍利弗言：「於四念處修習——多修習——，成此大德神力。」

於此五根修習——多修習——，過去、未來、現在一切苦斷。

如是於六觸入修習——多修習——，滿足三妙行。⁴⁹

用虛詞標記的假設子句，提主語，受詞標「於」

爾時世尊告諸比丘：「若比丘於四念處修習——多修習——，名『賢聖出離』。」⁵⁰

非假設子句，未提主語，因語境清楚未提受詞

佛告婆蹉：「有二法，修習——多修習——，所謂『止』、『觀』。」⁵¹

非假設子句，提主語，受詞標「於」

如是我於四念處修習——多修習——，成此大德神力。⁵²

甲、疑問句

未用虛詞標記的假設子句，因語境清楚未提主語、受詞

復問：「舍利弗！有道有向，修習——多修習——，常修善法增長耶？」

時尊者跋陀羅問尊者阿難言：「頗有法，修習——多修習——，得不退轉耶？」

諸弟子有法，修習——多修習——，令明、解脫福利滿足者不？⁵³

未用虛詞標記的假設子句，未提主語，受詞無「於」

縈髮目捷連白佛言：「云何六觸入處律儀，修習——多修習——，令三妙行滿足？」⁵⁴

非假設子句，未提主語，受詞標「於」

尊者舍利弗語尊者阿那律言：「奇哉，阿那律有大德神力！於何功德修習——多修習——，而能致此？」⁵⁵

非假設子句，提主語，受詞標「於」

爾時尊者阿那律陀詣佛所，稽首禮足，退坐一面，白佛言：「世尊！若有比丘住於學地，未得上進、安隱涅槃，而方便求，是聖弟子

當云何於正法律修習——多修習——，得盡諸漏，〔乃至〕自知不受後有？」⁵⁶

除了以上粗糙分析的例子之外，《雜阿含》的譯文還蘊藏了若干特殊狀況，不宜用夾注號來處理，最好改為破折號。第一種情形是：緊接在「多修習」之後是一個單音節的語詞，才來一個逗點。語詞的性質又分成虛詞跟實詞兩類。虛詞包括「已」和「者」，實詞則僅有「住」。先看「已」的實例：

比丘！貪想、恚想、害想、貪覺、恚覺、害覺及無量種種不善，云何究竟滅盡？於四念處繫心，住無相三昧，修習——多修習——，惡不善法從是而滅，無餘永盡，正以此法。善男子、善女人信樂出家，修習無相三昧。修習——多修習已，住甘露門，乃至究竟甘露涅槃。」⁵⁷

魔白佛言：「我面從佛聞作是說：『若四如意足，修習——多修習已，欲令雪山王變為真金，即作不異。』世尊今有四如意足，修習——多修習——，令雪山王變為真金，如意不異。」⁵⁸

佛告婆羅門：「正見者為清淨道。正見，修習——多修習——，斷貪欲，斷瞋恚，斷愚癡。……正志、正語、正業、正命、正方便、正念、正定，是名清淨道。正定，修習——多修習已，斷貪欲，斷瞋恚，斷愚癡。」⁵⁹

針對諸多不好心理狀態該如何消除的問題，第一段經文裡提出要修習無相三昧，而且是要常常修習。如此，那些負面的心理將根本解決，所以修習後——而且一定是認真再三練習過之後——，連涅槃都可以成就。這邊的「已」既屬於「修習」，又屬於「多修習」⁶⁰，所以「多修習」不宜與「已」字分開，換句話說，只能用破折號表示帶出加強語氣的停頓。第二段經文中魔

聽過佛陀說：倘若有人修習過四如意足——不是隨隨便便修的，而是重複又重複加以實踐的——，想要把雪山變成黃金，都有可能。「已」字的角色跟前例無別。至於有沒有那麼一個「已」是否一定表示意義上的差別，依第三段經文判斷，未必每次都是。在該經文裡，古文的標點符號使用雖然不同，但「如果修習 x ——而且是頻頻練習，不只是一兩次——，就能夠斷除貪欲等」與「如果修習過 y ——而且是頻頻練習過——，就能夠斷除貪欲等」，意義相當。

虛詞「者」的例子極少，甚至只有一筆嚴格合乎拙文討論的句型：

爾時世尊告諸比丘：「當修安那般那念！安那般那念，修習——多修習者，斷諸覺想。云何安那般那念，修習——多修習——，斷諸覺想？若比丘依止聚落、城邑住……〔如上廣說，乃至〕於出息滅善學，是名『安那般那念，修習——多修習——，斷諸覺想』。」⁶¹

由經文前後語境可見，說「修習安那般那念這件事——而且是常常修的這件事——，就能斷諸覺想」相當於「修習安那般那念——且是常常修的——，就能斷諸覺想」，兩者的差別似純屬修辭層面，無關文義。其他三筆「多修習者」的例子也全部都集中在《雜阿含》同一卷⁶²，或許反應譯者團隊成員變更或經文譯後曾經局部修改之類的狀況。

至於唯一的「多修習 + 實詞」例——

爾時釋氏摩訶男來詣佛所，稽首禮足，退坐一面，白佛言：「世尊！若比丘在於學地，求所未得上昇進道、安隱涅槃，——世尊！——彼當云何修習——多修習住，於此法律得諸漏盡，……？」⁶³

抉擇標點的考量跟虛詞一樣，也就是釋氏摩訶男向佛陀請益的問題在於：一位尚未證得涅

槃，仍在追求解脫的比丘到底要怎麼維持修習的狀態——而且是過著穩穩重複又重複修練的日子——，才能夠達到漏盡的境地？「住」一詞補充「修習」跟「多修習」兩者。

第二種建議單用破折號的情形十分好懂，因為是「多修習」的位置在句末：

「一時佛住舍衛國祇樹給孤獨園。〔乃至〕尊者大目犍連問尊者阿那律：『云何名為「四念處，修習——多修習」？』尊者阿那律語尊者大目犍連言：『……如是——尊者大目犍連！——是名『四念處，修習——多修習』。』」⁶⁴

綜覽以上拙文所舉《雜阿含》經文實例，其情況複雜多元，變化無窮，一方面看得出古代譯者何等用心避免翻譯單調、機械性代替的毛病，另一方面足以迅速體認到：假借新式標點符號來整理古書並沒有那麼容易，因為一旦將語法、句型等問題一併納入考慮，絕不敢任憑「直覺」，認為哪裡停頓，就來個逗號，等到覺得句子太長，才換上句點。當然，希望學界能用較科學、具根據的方式來爬梳古書文句的同時，也必須冷靜面對國人使用標點符號，多半純靠未經思索且帶情感的習慣，極少把語言現象的分析作為參考。

1. 見林崇安《談談佛法的「修習、多修習」》（刊於《法光》雜誌第 212 期〔2007 年 5 月〕第一版）。
2. 此經號，作者弄錯了，應如林文所說第 635 經。
3. 見釋如原著《有部菩薩行之探微——以四波羅蜜多之成立為主要的研究》（收錄於《福嚴佛學院第八屆高級部學生論文集》〔新竹，福嚴佛學院，1999 年〕第 85-104 頁）第 88 頁。
4. 見《四聖諦人間教團全球資訊網》（<<http://4truth.org.tw/zen.php>>, 6.10.2017）。
5. 見《3-2-7. 佛陀教導「一乘菩提道」| 原始佛教會 Original Buddhism Society》（<<http://www.arahant.org/fo-tuo-jiao-dao-yi-cheng-pu-ti-dao>>, 6.10.2017）。
6. 見水野弘元著、釋達和譯《巴利語佛典精選》（《中華佛學研究所論叢》41）（臺北，法鼓文化事業股份有限公司，2004 年）第 91 頁。其對等巴利語經句見第 90 頁：“Atthi kho Ānanda eko dhammo bhāvito bahulīkato cat-tāro dhamme paripūrenti”。
7. 見溫宗堃《純觀乘者所依的定—刹那定或如電三昧》第 8-9 頁。（該文原於 2003 年 12 月在高雄道德院、文山教育基金會與如實佛學研究室主辦的第六屆《宗教與心靈改革》研討會上首次發表。後來（2011 年）在蘇州《佛法與心理治療研討會》上再發表一次。所引注文，巴利原文作：“tassa taṃ maggaṃ āsevato bhāvayato bahulīkaroto saṃyojanāni pahīyanti”。
8. 見 AN.4.170（<<http://agama.buddhason.org/AN/AN0752.htm>>, 6.10.2017）。
9. 參見《〈重訂標點符號手冊〉修訂版》第 4 頁。
10. 說明的第二部分「或標示條列次序的文字之後」與經文狀況無關，故不多論。
11. 「喜、怒、哀、樂、愛、惡、欲，叫做七情。」
12. 「子路、曾皙、冉有、公西華侍坐。（《論語·先進》）」
13. 「我們的憲法精神是要建立一個民有、民治、民享的國家。」
14. 「形容女子的美麗，可以用『閉月羞花』、『明眸皓齒』和『國色天香』等成語。」
15. 見葉阿月《三法中的「所知」與「所識」之研究——以〈阿毘達磨集論〉為中心》（收錄於《哲學論評》第八期〔1985〕第 37-64 頁）第 60 頁。最新版 CBETA（2016 年），該句作：「……由緣真如境智。修習多修習故而得轉依。」見 T 30.1579.581 c 5-6。
16. 見《明珠佛學社 - 宏揚正法-善導後學》（<<http://www.brightpearl.hk.org/ShowNews.asp?newsid=108>>, 6.10.2017）「第一屆經論研習班（1983 -1986 年度）修業報告」。
17. 見果儒《究竟解脫之道——四念處禪修法》，刊於《靈山現代佛教月刊》第 322 期（2011 年 3 月）第三版《專題論述·佛教修行方法》。
18. 見楊郁文《阿含要略》（臺北，法鼓文化事業股份有限公司，1993 年）第 24 頁。
19. 見釋聖嚴著《十善業道是菩薩戒的共軌論》（收錄於《中華佛學學報》第八期〔1995 年〕第 17-40 頁）第 25 頁。另參釋見豪《如何看待戒法的修學》（收錄於《香光莊嚴》第 106 期〔2011 年〕第 32-41 頁）第 40 頁：「若離殺生，修習多修習，得生天上，若生人中，必得長壽。」
20. 據溫氏 *Tzungkuen article* 網頁（<http://tkwen.sutta.org/tzungkuen_article.htm>, 6.10.2017），該文「發表於 1999 第三屆宗教與心靈改革研討會（台北），刊於《宗教與心靈改革研討會論文集》（2002 年），高雄：道德院，頁 97-139」，但超連結的檔案，頁碼卻是 83-119。至於網頁上提供的英文標題“A preliminary study of Mindfulness meditation methods in the Satipaṭṭhānasutta: with a note on Mahāsi Vipassanā meditative techniques”，從對等的中文難以體會到的“preliminary”意涵。
21. 見溫宗堃《〈中部·念處經〉四念處禪修方法之研究——兼論馬哈希念處毗婆舍那禪法》第 91 頁。
22. 見滿紀《大乘唯識止觀的研究——以〈瑜伽師地論·菩薩地〉為範圍》（收錄於《普門學報》第 26 期〔2005 年 3 月〕）第 12 頁。
23. 此經號，作者跟釋如源一樣弄錯了，應是像林氏大作所說第 635 經。
24. 見吳慧苑《從佛教對知識的界說進一步探究知識與解脫的關係——以〈雜阿含經〉為主要依據》（收錄於《大專學生佛學論文集》〔台北，華嚴蓮社，2012 年〕第 257-268 頁）第 262 頁。
25. 見夏允中、越建東合著《以佛教的死亡本質及生命無常觀點來探討死亡恐懼》（收錄於《本土心

- 理學研究》第 38 期〔2012 年〕第 167-187 頁) 第 182 頁。
26. 見 Bhikkhu Anālayo 著 “Paccakabuddhas in the *Isigili-sutta* and its *Ekottarika-āgama* Parallel” (收錄於 *Canadian Journal of Buddhist Studies* 第 6 期〔2010 年〕第 5-36 頁) 第 33 頁第 59 注。
27. 見 Mun-keat Choong 著 “A Comparison of the Pāli and Chinese Versions of the *Gāmaṇi Saṃyutta*, a Collection of Early Buddhist Discourses to Headmen” (收錄於 *Journal of Oxford Centre for Buddhist Studies* 第七期〔2014 年〕第 98-115 頁) 第 111-112 頁。
28. 見 Mun-keat Choong 著 “A comparison of the Chinese and Pāli versions of the *Śāriputra Saṃyukta*, a collection of early Buddhist discourses on the Venerable Śāriputra” (收錄於 *Journal of Oxford Centre for Buddhist Studies* 第十期〔2016 年〕第 27-52 頁) 第 33 頁。
29. 見 T 30.1579.783 b 2-8。唐釋遁倫集撰《〈瑜伽論〉記》解釋該段說：「第二、解自性者，是無常等想自性，即是三慧。聞慧名『親近』，思慧名『修習』，修慧名『多修習』。又約六作意，解了想作意名『親近』，除加行究竟作意餘四作意名『修習』，加行究竟作意『名多修習』。」見 T 42.1828.822 c 17-21。
30. 見 T 2.99.288 c 26-27。此暫用 CBETA 的標點。
31. 見 Bhikkhu Bodhi 譯 *The Connected Discourses of the Buddha. A Translation of the Saṃyutta Nikāya* (Boston: Wisdom Publications, 2000) 第 210 頁。
32. 見 SN.4.2 (<<http://agama.buddhason.org/SN/SN0156.htm>>, 9.10.20 17)。
33. 本文參考的巴利文獻以 *Chaṭṭha Saṅgāyana Tipitaka Version 4.0 (CST 4)* 為根據。
34. 參 T. W. Rhys Davids、William Stede 合編 *Pali-English Dictionary* (London: Pali Text Society, 1921) 第 503b、595 頁。
35. 「修」、「習」二字可以相通，如《韓非子·五蠹》「今修文學，習言談，則無耕之勞而有富之實，無戰之危而有貴之尊」(見陳奇猷《韓非子新校注》〔上海，上海古籍出版社，2000〕第 1111 頁)，而「修習」一詞既可定義為「學習」，又可界說為「練習」(參羅竹風主編《漢語大詞典》第一卷〔上海，漢語大詞典出版社，1994〕第 1376 頁)。然而從實踐佛法的角度來看，「修習」不可能單純指認知上的學習而已，因為功德的培養與成就、煩惱的減輕與斷除、境界的熏習與體證，無一不靠建立在聞所成慧的基礎上長期行持的功夫。於是在此參照唐孔穎達《〈禮記注疏〉疏》「『如琢如磨者，自脩也』者，……言初習謂之『學』，重習謂之『脩』」(見《十三經注疏》第五冊《重刊宋本〈禮記注疏〉附校勘記》〔臺北，藝文印書館，1979〕第 983/5b 頁)與《欽定四庫全書》魏何晏集解、梁皇侃義疏《〈論語集解〉義疏·學而第一》釋「學而時習之，不亦說乎」說：「『習』是『修故』之稱也。言人不學則已，既學，必因仍而修習，日夜無替也。」(見《論語集解義疏卷一~卷二》第 30 頁 (圖書館) - 中國哲學書電子化計劃)〔<<http://ctext.org/library.pl?if=gb&file=51098&page=30>>, 11.10.20 17〕)。
36. 《疏》中用 “anubrūhitā” 是很有意思的抉擇。這個含 “increased, strengthened” 義的過去分詞 (Margaret Cone 編 *A Dictionary of Pāli. Part I: A-Kh.* [Oxford: The Pali Text Society, 2001] 第 128a 頁) 來自 “anubrūheti”，而該動詞不僅指 “makes increase, fosters” (「使增強」、「培養」)，且更表達 “devotes oneself to, practices” (「致力／獻身於……」、「修行」) 的概念 (同上，第 127b 頁)。其基本動詞 “brūheti” 同樣可以傳到「令增長」、「使增強」以及「促進」、「培養」、「修行」、「致力／獻身於……」等等 (“to cause to grow, increase; hence: to promote, develop, practise, to put or devote oneself to; …”) (參 Rhys David/Stede 上引書第 495b 頁)，前置詞綴 “anu-” 則無疑帶出 “repeatedly” 的意味 (參 Cone 上引書第 105a 頁)。
37. 參 Rhys David/Stede 上引書第 466b 頁。
38. “again and again”，參 Cone 上引書第 166a 頁。
39. 參 Rhys David/Stede 上引書第 443a 頁。
40. 參見 Monier Monier-Williams 編 *A Sanskrit-English Dictionary* (Oxford: Clarendon Press, 1899) 第 726b 頁。
41. 見 Charles Duroiselle, *Practical Grammar of the Pali Language*

- (Rangoon: Printed at the British Burma Press, 1921) 第 270 頁。
42. 見 A. P. Buddhadatta Mahāthera 編 *English-Pali Dictionary* (Delhi: Motilal Banarsidass Publishers Private Limited, 1997 repr.) 第 17 頁。
43. 這也可以從 *Khuddakanikāye Cūlaniddese Pārāyanatthutīgāthāniddeso* 所謂 “bhāventoti bhāvento āsevanto bahulīkarontoti” 直接用 “bahulīkaronto” 來解釋 “bhāvento” 而獲得印證。另參相當巴利語 “bahulīkata” 的梵語詞 “bahulīkṛita” 含 “made much or manifold or wide, extended, increased, augmented” 義，見 Monier-Williams 上引書第 726a 頁。《相應部》除了 *Rajjasuttam* 外，尚有 *Kulasuttam* (SN 20.3) 的 “mettācetovimutti bhāvitā bahulīkatā” 和 *Cetiyasuttam* (SN 51.10) 的 “cattāro iddhipādā bhāvitā bahulīkatā”，《義述》中完全一樣地訓解為 “bhāvitāti vaḍḍhitā, bahulīkatāti punappunam kata”，但《疏》裡都用 “paribhūhitā” 來取代 *Rajjasuttam* 《疏》的 “anubrūhitā”，甚至《疏》中第二句在 *Cetiyasuttam* 處變化較多，說 “punappunam katāti bhāvanāya bahulīkaraṇavasena aparāparam pavattitā ānitā”。*Cetiyasuttam* 在《雜阿含》沒有對等經文，且 *Kulasuttam* 雖有(即《雜阿含》第 1254 經)，卻無相當經文，因此拙文不贅論。
44. 不須唸的補充說明部分宜安頓在括弧裡。
45. 當然，這邊的分析恐怕有不少地方應該重新斟酌、推敲。
46. 分別見 T 2.99.251 c 18-20、77 b 19-21、175 b 27-29。
47. 同上，70 c 3-4、197 a 11-12、309 c 7-9、195 c 14-15、247 b 16-18、141 a 9-11、72 a 26-27、197 c 11-13。
48. 同上，274 b 9-11。
49. 同上，139 c 22-23、184 a 22-24、77 c 9-10。
50. 同上，176 a 3-4。
51. 同上，247 b 15-16。
52. 同上，140 a 4-5。
53. 同上，126 14-15、175 b 26-27、77 b 18-19。
54. 同上，77 b 29-c 2。
55. 同上，139 c 19-22。
56. 同上，175 a 29-b 4。
57. 同上，72 a 24-b 1。此段經文，無著比丘譯作：“Monks, perceptions of lust, perceptions of hatred, perceptions of harming, thoughts with lust, thoughts with hatred, and thoughts of harming—these are innumerable types of what is unwholesome. What is their complete cessation? If the mind is well settled in the four establishments of mindfulness or established in concentration on the signless. Cultivating it, much cultivating it, evil and unwholesome states will thereby cease, be forever eradicated without remainder, rightly by way of this practice. A clansman or a clanswoman who out of faith delights in going forth and cultivates concentration on the signless, who has cultivated it, much cultivated it, stands at the door of the deathless and proceeds to the supreme deathless of Nirvāṇa.” (見 <<https://suttacentral.net/en/sa272>>, 18.10.2017。)此譯文似有不少待商榷之處——諸如將「害覺及無量」的「及」完全抹煞，把「云何究竟滅盡」的「究竟滅盡」當名詞片語，用 “If the mind is well settled” 來理解「繫心」，在「於四念處繫心，住無相三昧」二句中間多出一個選擇性的 “or”，將省略符號「乃至」看成 “and proceeds to” (此用法可參照同經 238 b 28-c 6)，把「究竟甘露涅槃」的「涅槃」視為標隸屬關係的所有格——，不過這些並非拙文重點，故不詳論。要注意的是：在第 635 經譯成 “developing often” 的「多修習」，在此改為 “much cultivated”。
58. 同上，288 c 24-27。
59. 同上，309 c 7-13。
60. 即使所修的對象放置「修習」、「多修習」中間，「多修習」後的「已」仍然也修飾隔開的「修習」，如：「若修習七覺支——多修習已，轉成不退。何等為七？謂念覺支、擇法、精進、猗、喜、定、捨覺支。如是七覺支，修習——多修習已，轉成不退轉。」見 T 2.99.190 a 25-28。
61. 同上，206 b 16-21。
62. 即「若比丘修習安那般那念——多修習者，得身止息及心止息，……」(206 a 10-11)、「若比丘修習安那般那念——多修習者，得身、心止息，……」(206 a 16-17)、「諸比丘修不淨觀——多修習者，得大果大福利」(207 b 23-24)。
63. 同上，237 c 10-14。
64. 同上，139 b 25-c 5。情節相似，但句型不同的經文，參 139 c 16-140 6、140 a 7-24。