

# 飯前供養法門之一二

／高明道

學佛者在用齋之前是否要唸誦若干固定的文句，針對這個問題，當今華人佛教的答案基本上是肯定的。有規定相當簡單的方式者，僅說：「供養佛、供養法、供養僧、供養一切眾生。」<sup>1</sup>有主張文字較多者，如：「供養佛，供養法，供養僧，供養一切眾生，施者、受者俱獲五常——色、力、命、安、獲無礙辯」<sup>2</sup>。有甚至包括音譯的咒語者，像對「在家如何做供養偈」的回答：「一般通用簡易供養偈：供養佛 供養法 供養僧 供養一切眾生 眾生無邊誓願度 煩惱無盡誓願斷 法門無量誓願學 佛道無上誓願成 薩多喃 三藐三菩提 俱姪南 但姪他 唵 折隸主隸 準提薩婆訶 所謂布施者，必獲其利益，若為樂故施，後必得安樂。供養已訖 當願眾生 所作皆辦 具諸佛法」<sup>3</sup>。有順便批評、指正者，例如：

用食前，請先合掌供養三寶，口中念：「供養佛、供養法、供養僧、供養一切眾生」。飯食時，「但願眾生都得飲食飽滿，無有饑餓者」心存感恩心。※一般只念供養佛、法、僧、一切眾生，是不圓滿的，佛制當加念「飯食時，但願眾生都得飲食飽滿，無有饑餓者」，方是如法如律。

且對最簡短的用詞，教界裡也可以聽到各種不同的聲音，諸如：「臨齋時，念的供養偈：『供養佛，供養法，供養僧，供養一切眾生。』可說是修行禪法的靈魂，亦可說是大乘佛法的心要。」<sup>4</sup>「開動前，我至誠感恩佛陀的教導，讓我的生命得以覺醒，我願以面前的這份食物，先供養三寶及一切眾生，讓食物滋養我的身體的同時，也能成為心靈覺醒的助緣，我默念思惟下列偈誦：供養佛，供養法，供養僧，供養一切眾生。」<sup>5</sup>「在一般寺院道場裡面都念供養咒，供養咒裡面最簡單的是『供養佛，供養法，供養僧，供養一切眾生』。我們念佛人，如果沒有這個心，這個供養要真心才會起作用，沒有這麼大的心量，沒有這樣真實的心，念十聲佛號供養也可以。」<sup>6</sup>

足見用齋供文是個說法多元的話題<sup>8</sup>，不過令人備感訝異的是：當今一致被提倡該唸的四句——「供養佛」等等——，在資料無比龐雜的佛典資料庫CBETA裡竟未成串出現，意味著恐怕並非古人慣用，而代表中國佛教相當晚期的發展。鮮有人

知，就現傳文獻來理解，華夏最遲在隋唐之前已提出飲食修持的方法，即南朝陳代「南岳大師」慧思(515-577)的《隨自意三昧·食威儀中具足一切諸上味品》。<sup>9</sup>另一種修法見於相傳同樣為「南嶽思大禪師」所造的《大乘止觀法門》(又稱《曲授心要》)，是編入其末卷卷尾、置於「禮佛止觀」與「大小便利時止觀」之間的「食時止觀」<sup>10</sup>。據說，《大乘止觀法門》在本土曾遺失了好一段時間<sup>11</sup>，要等到趙宋，書從日本傳返<sup>12</sup>，但似流通不廣，所以明朝高僧蕩益智旭(1599-1655)感慨地形容其「微言將絕」<sup>13</sup>，而古今一貫，現代學界對「食時止觀」顯然也興趣缺缺<sup>14</sup>。當然，《大乘止觀法門》是否真為慧思的作品，雖部分學者如此認為<sup>15</sup>，卻另有聲音強烈否定<sup>16</sup>。無論如何，趙宋以後此書在中土流通有限是事實，且確知的注釋僅僅有兩種——宋「東掖白蓮釋了然述」

(1077-1141)的《〈大乘止觀法門〉宗圓記》<sup>17</sup>與蕩益大師的《〈大乘止觀法門〉釋要》。嚴格來講，蕩益單單提供科判，把全文的解說概分「題目」、「入文」兩段<sup>18</sup>，並將後者進一步細分：「初、略標大綱，二、廣作分別，三、歷事指點」<sup>19</sup>。其中第三項又含三目：「初、明禮佛時止觀，二、明食時止觀，三、明便利時止觀。」<sup>20</sup>拙文探討的「食時止觀」，蕩益劃分成「初、觀門，二、止門」之後，再剖析其架構說：「初中二：初、普供觀，二、除貪觀。初又二：初、轉粗作妙觀，二、轉少為多觀。」<sup>21</sup>依此分法，「轉粗作妙觀」<sup>22</sup>的文字如下<sup>23</sup>：

凡食時亦有止、觀兩門。<sup>24</sup>所言「觀」者，初得食時，為供養佛故<sup>25</sup>，即當念於：「此食是我心作。我今應當變此疏食<sup>26</sup>之相以為上味。何以故？以知諸法本從心生，還從心轉故。」<sup>27</sup>作是念已<sup>28</sup>，即想所持之器以為七寶之鉢。其中飲食，想為天上上味——或作甘露，或為粳糧，或作石蜜<sup>29</sup>，或為酥<sup>30</sup>酪，種種勝膳等。作此想已，然後持此所想之食，施與一切眾生，共供養三寶、四生等食之。當念：『一切諸佛及賢聖<sup>31</sup>，悉知我等作此供養，悉受我等如是供養。』作此供養已，然後食之。是故經言：『以一食施一切，供養諸佛及諸賢聖，然後可食。』問曰：既施與三寶竟，何為得自食<sup>32</sup>？答曰：當施一切眾生，共供養三寶時，即兼共施眾生食之。

我此身中八萬戶蟲，即是眾生之數故<sup>33</sup>。是故得自食<sup>34</sup>，令蟲安樂，不自為己<sup>35</sup>。」

讀了以上文字，令人最震撼的是：這邊的「觀」看來跟一般瞭解止觀的觀——即講慧的毘婆奢那——迥異其趣<sup>36</sup>，而指觀想或智旭所說與「實事觀」相反的「假想觀」<sup>37</sup>。此處「假想觀」一詞淵源於《大乘止觀法門》本身，因為在「歷事指點」之第一目——「禮佛時止觀」——文字中有如此問答<sup>38</sup>：

問曰：前之一番供養實有道理，可與現前供養無異。此後一番想作佛身者，則無道理。何以故？以實不見佛身，假想作見，即是妄想相故<sup>39</sup>。

答曰：佛在世時，所有眾生現前所見佛者，亦是眾生自心作也。是故經言：「心造諸如來。」以是義故，即時心想作佛，則與彼現前見佛一也。

這樣的論證——正如轉粗作妙觀中的「此食是我心作」、「諸法本從心生，還從心轉」句——無遺顯露《大乘止觀法門》的唯心色彩。至於「經言」的出處，乃指「東晉天竺三藏佛跋陀羅」譯《大方廣佛華嚴經·夜摩天宮菩薩說偈品》裡如來林菩薩講的「若人欲求知 三世一切佛 應當如是觀 心造諸如來」<sup>40</sup>。是唐代釋氏學者如窺基、湛然、智儼、法藏、澄觀、惠英、見登等樂意引用的偈頌，而「假想觀」一語也並非智旭所發明，隋唐就有，如隋「天台山修禪寺沙門智顛述」《修習止觀坐禪法要·治病》：「有師言：『善用假想觀，能治眾病。如人患冷，想身中火氣起，即能治冷。』」<sup>41</sup>或如「隋章安頂法師撰、唐天台沙門湛然再治」《〈大般涅槃經〉疏》：「如比丘作假想觀，觀羹為葷，而實非葷。」<sup>42</sup>皆是利用認知的轉換，把甲看成乙，以達到修行上的一個目標。<sup>43</sup>

回到食時止觀，有幾處可注意：（一）智旭的「粗」分容器、飯菜兩層面，將手上拿的器皿觀想成「七寶之鉢」，鉢中普通、平凡之食再想成「種種勝膳」，讓二者由粗糙轉化為微妙。（二）供養的對象是佛。在食物放入鉢後，觀想鉢、食品質極致演變前，心裏先確定真實能變的原理——「諸法本從心生，還從心轉」。既然如此，原本是我心造作的物品，當然可以從心轉。此說在修多羅上的根據仍是《華嚴經》裡如來林菩薩的偈頌：「諸佛悉了知 一切從心轉 若能如是解 彼人見真佛」。<sup>44</sup>《大乘止觀法門》則用成熟的唯識理論來加以發揮。（三）假想把鉢、食昇華後，有兩步驟：先將佳餚施予一切眾生，接著才與眾生一

起供養三寶、四生，請大家享用。

（四）自己與一切含識進行供養的觀想結束，內心進而確認：「諸佛及賢聖，都知道我們剛剛這樣供養，也都接受我們的供品。」這念頭在宗教心理上發揮重要的作用，讓行者深信諸佛時時眷顧著自己以及自己帶領的眾生，明瞭個人行持上的努力，且慈悲、歡喜納受自己奉上的供養，質言之，行者與佛陀之間的關係直接而親切。或者用《大乘止觀法門》本身的話<sup>45</sup>：

當知：十方三世一切諸佛，悉與我身同一淨心為體，但以諸佛修習淨業熏心故，得成淨果差別，顯現遍<sup>46</sup>滿十方三世。然一一佛，皆具一切種智，是正遍知海，是大慈悲海。念念之中盡知一切眾生心、心數法，盡欲救度一切眾生。一佛既爾，一切諸佛，皆悉如是。是故行者若供養時，若禮拜時，若讚歎時，若懺悔時，若勸請時，若隨喜時，若迴向時，若發願時，當作<sup>47</sup>是念<sup>48</sup>：「一切諸佛，悉知我供養，悉受我供養，……」乃至：「悉知我發願。」猶如生盲之人於大眾中行種種惠施，雖不見大眾諸人，而知諸人皆悉見己<sup>49</sup>所作，受己所施，與有目者行施無異。行者亦爾：雖不見諸佛，而知諸佛皆悉見己所作，受我懺悔，受我供養。如此解時，即時<sup>50</sup>現前供養與<sup>51</sup>實見諸佛供養者等無有異也。

智旭在此注明：「《行願品》所謂『起深信解，如對目前』者也。」<sup>52</sup>指出《大乘止觀法門》的這些法門跟《華嚴》的《入不思議解脫境界普賢行願品》關係密不可分。<sup>53</sup>然而《大乘止觀法門》為食時止觀的修行方法所舉的經證（「是故經言」），出處並非《華嚴》，而是「姚秦三藏鳩摩羅什譯」的《維摩詰所說經·弟子品》。<sup>54</sup>鳩摩羅什的弟子僧肇在此提出「無闕施法」：「若能等邪、正，又能以一食等心施一切眾生，供養諸佛、賢聖者，乃可食人之食也。無闕施者，凡得食，要先作意，施一切眾生，然後自食。若得法身，則能實充足一切，如後一鉢飯也。若未得法身，但作意等施，即是無闕施法也。」<sup>55</sup>可見後來的「假想」或「觀」，僧肇稱之為「作意」。

轉粗作妙觀之餘，作者假設一個有意義的問題：食物都已經供養給三寶，不再屬個人所有，自己怎麼還能吃之？答案中提到：將食物布施給眾生以便一起供養三寶之際，也同時提供給眾生享用<sup>56</sup>，而自己身內的八萬蟲當然是有情，所以自食供過的食物，是為了那些小生命，好讓他們獲得安樂，並非「自為己」。這解說的依據仍出自東晉的《華嚴》譯本。其《菩薩十無盡藏品》

裡提到：「何等為菩薩修習施法？此菩薩從本以來習<sup>57</sup>平等施——珍饈美味，不自貪著，惠施一切，其餘諸物亦復如是。所施之餘，然後自食，作是念言：『為我身中八萬戶蟲故。我身安樂，彼亦安樂；我身飢苦，彼亦飢苦。』是故菩薩有所服食，皆為諸蟲，欲令安樂，不貪其味。」<sup>58</sup>不僅如此，連《大乘止觀法門》的「不自為己」裡似乎看到六十《華嚴》的影子，因其《金剛幢菩薩十迴向品》中有偈頌說：「除滅一切心垢穢 思惟修習無上智 不自為己求安樂 常欲利益諸群生」。<sup>59</sup>

「轉粗為妙觀」後，接著就步入智旭的「轉少為多觀」<sup>60</sup>：「又復想一鉢之食，一一米粒復成一鉢上味飲食，於彼一切鉢中一一粒米<sup>61</sup>復成一鉢上味飲食。如是展轉出生，滿十方世界，悉是寶鉢，成滿上味飲食。作此想已<sup>62</sup>，持此所想之食，施與一切眾生，令供養三寶、四生等。作此想已，然後自食，令己<sup>63</sup>身中諸蟲飽滿。<sup>64</sup>瞭解了上段的方法，本段類推，就應該沒有問題，與此「轉少為多」雷同的模式在《華嚴》亦屢見不鮮，像《入法界品》的「於念念中，一一微塵中出生一切世界海……於一切佛刹微塵一一微塵中，悉見十方不可說不可說佛刹微塵等世界」<sup>65</sup>。唯一較令人稍微愣住地方只是：前面都已表明「然後食之」，怎麼現在又來個「然後自食」呢？這似乎顯示作者原本把「轉粗作妙」與「轉少為多」當作兩個獨立的修持方法，並非意味二者在一餐中要前後進行。

以上是直接跟飯前供養有關的部分，即智旭所謂的「普供觀」。往下則載「觀門」中處理具體煩惱的第二類型法門——「除貪觀」。《大乘止觀法門》的陳述是<sup>66</sup>：「若為除貪味之時，雖得好食，當想作種種不淨之物食之，而常知<sup>67</sup>：『此好惡之食<sup>68</sup>，悉是心作，虛<sup>69</sup>相無實。何故得知<sup>70</sup>？以向者鉢中好食，我作不淨之想看之，即唯見不淨，即都<sup>71</sup>不見淨故。將知本時淨食亦復如是，是心所作<sup>72</sup>。』此是觀門。」方法上明顯超越聲聞斷除貪著食物時用的法門<sup>73</sup>，因是從整體的心理作用著手處理問題，以慧對治顛倒，瞭解食物的可口或噁心不在食物本身，而端賴吃者以怎麼樣的心看待它。如此，貪欲亦順便化解。文中提的唯心說，在《大乘止觀法門》多處可見，如第一卷的「由此似識念念起時，即不了知：似色等法但是心作，虛相無實」<sup>74</sup>，或第三卷的「雖由止行<sup>75</sup>知一切法畢竟無相，而復即知性依熏起，顯現諸法，不無虛相，但諸凡<sup>76</sup>惑無明覆意識故，不知諸

法唯是心作，似有非有，虛相無實」<sup>77</sup>與「由此似識一念起現之時，即與似塵俱起故，當起之時即不知似塵、似色等是心所作，虛相無實」<sup>78</sup>。充分代表《大乘止觀法門》思想的基本立場。

末段雖名為「止門」，實際的操作卻與「觀門」極為相近<sup>79</sup>：「喫食者當觀所食之味及行食之人、能食之口<sup>80</sup>、別味之舌等。一一觀之，各知：從心作故，唯是心相，有即非有，體唯一心，亦不得取於一心之相。何以故？以心外無法能取此心相故。若有能取、所取者，即是虛妄，自體非有。此名『止門』。」有差異之處在於「觀門」的「觀」指作意識觀想，而「止門」的「觀」意味著思惟觀察。因此，《大乘止觀法門》「一一觀之」的含義與《觀無量壽佛經》「此想成時，一一觀之，極令了了，閉目開目，不令散失，唯除食時，恒憶此事」<sup>81</sup>的「一一觀之」迥然不同——經裡描述的是觀想法門的操作，而《大乘止觀法門》所指卻是認清「從心作」、「唯是心相」、「有即非有」等等書中重複揭示的原理。《大乘止觀法門》的「食時止觀」整體而言與《隨自意三昧》之《食威儀中具足一切諸上味品》差異甚大，是否皆出自慧思之手確實可疑，但儘管如此，毋須置疑的是：中國佛教傳統中的飯前供養曾經多元而豐富。

1. 見星雲大師《佛教科書·第六冊實用佛教·第十五課佛教徒的一日行》（<<http://www.masterhsingyun.org/article/article.jsp?index=117&item=257&bookid=2c907d4944dd5ce70144e285bec50005&ch=7&se=15&f=1>>, 30.12.2020）。
2. 見《【中台世界】佛典故事 — 施食獲五福報》（<[https://www.ctworld.org.tw/sutra\\_stories/story601-800/story696.htm](https://www.ctworld.org.tw/sutra_stories/story601-800/story696.htm)>, 1.1.2021）。
3. 見《法鼓山心靈環保學習網 在家如何做供養偈》（<<https://www.dharma-school.com/sharing3032.html>>, 30.12.2020）。標點、格式遵照原文。
4. 見常律法師著《學佛應知禮儀》（高雄縣烏松鄉，慈音雜誌社，2010）第38頁。
5. 見《禪的體驗·禪的開示 340》（<<https://ddc.shengyen.org/mobile/text/04-03/340.php>>, 1.1.2021）。
6. 見《靈鷲山平安禪-五觀堂系列【二】--用齋時的修行》（<<https://peace-meditation.ljm.org.tw/page.aspx?id=794>>, 1.1.2021）。
7. 見《淨空法師：如何在飯前供養三寶？供養咒要用真心念才有作用 | 紫晶宮》（<<http://www.tzyy-jing-gong.com.tw/blog/?p=1874>>, 1.1.2021）。

8. 各說合理與否，謹交由專攻現代佛教的學者探究，但針對用詞現象，在此不得不指出「供養佛」等四句既非「偈」，也非「咒」。
9. 見 X 55.903.504 a 2-505 a 15。學界有相關的討論，如 Ching-wei Wang (王晴薇) 著 “The Practice of Mahāyāna *Si Nianchu* in Sixth Century China: Huisi’s Interpretation and Practice of *Si Nianchu* in His *Sui Ziyi Sanmei*” (收錄於《中華佛學研究所》第二十二期〔2009〕第 153-178 頁) 第 162-164 頁。
10. 參明·北天目沙門釋智旭彙輯《闍藏知津·大乘論藏·宗經論》(J 32.B271.155 b 23-24)。對於如此的安排，宋釋了然述《〈大乘止觀法門〉宗圓記》說明：「為善之最無出恭佛，資己之要無出飲食，穢物之極無出便利，而於此三止觀者，是日用故，無有一法非止觀故，皆治惡故，皆得道故。」見 X 55.904.585 b 7-10。
11. 照明代高僧蕩益智旭的推測，原因在於智者大師性質雷同的著作比較完備，取代了較早的作品。參「古歙門人成時編輯」《靈峰蕩益大師宗論》卷第六《序三·刻〈大乘止觀釋要〉自序》：「北齊大師悟《中論》四句偈義，直接龍樹心印，一傳南嶽，再傳天台。天台述為《摩訶止觀》等書。由是止觀法門盛聞於世，頓漸不定，三法並圓，乃南嶽所示《曲授心要》，世皆罔聞。」(見 J 36.B348.360 c 14-17。)
12. 「天竺寺懺主慈雲大師敕謚法寶大法師述、住持傳天台教觀五世法孫慈明大師 慧觀重編」《天竺別集》卷上《南嶽禪師止觀後序》描述此過程，同時也敘述天臺信仰裡的止觀傳承：「嗚呼！此法自鶴林韜光授大迦葉，迦葉授之阿難。阿難而下，燈燈相屬，至第十一馬鳴。馬鳴授龍樹。樹以此法寄言于《中觀論》。《論》度東夏，獨淮河慧文禪師解之，授南嶽大師。南嶽從而照心，即復于性獲六根清淨，位鄰乎聖。斯止觀之用驗矣。我大師惜之無聞後代，從大悲心出此數萬言，名為《大乘止觀》，亦名《一乘》，亦名《曲示心要》，分為二卷。初卷開止觀之解，次卷示止觀之行，解、行備矣！猶目足焉，俾我安安不遷，而運到清涼池。噫！斯文也，歲月遼遠，因韜晦于海外。道將復行也，果咸平三祀，日本國圓通大師寂照錫背扶桑，杯汎諸夏。既登鄮嶺，解篋出卷，天竺沙門遵式首而得之。」(見 X 57.951.22 b 6-17。)此文另見於「宋咸淳四明東湖沙門志磐撰」《佛祖統紀》卷第五十「慈雲大師遵式」撰《南岳〈止觀〉後序》(T 49.2035.447 c 9-23, 簡稱《磐》)、「明古吳沙門智旭述」《〈大乘止觀法門〉釋要》(X 55.905.589 c 10-21, 簡稱《旭》)、「萬曆十年刊增上寺報恩藏本」《大乘止觀法門》(T 46.1924.641 b 26-c 9, 簡稱《曆》)及「天台山幽溪沙門傳燈撰」《天台山方外志》卷第十九《文章考·宋·慈雲大師〈南嶽止觀〉後序》(GA 90.89.684 a 8-685 a 6, 簡稱《燈》)。文字上的出入有：(1)「嗚呼」的「嗚」，據《磐》本 CBETA 勘勘注，《大正藏》作「鳴」。(2)「寄言于」、「即復于」、「于海外」諸「于」，據《大正藏》的《磐》本勘勘注，其底本——明本，增上寺報恩藏本——均作「於」，而輔本《大日本續藏經》一律作「于」。《燈》亦均作「於」。「于海外」處，《旭》本有注云：「『于』，一作『於』。」(3)「淮河」，據《燈》本 CBETA 勘勘注，《志彙》本同，而 CBETA 改為「河淮」。(4)「位鄰」的「鄰」，《磐》、《曆》用俗字作「隣」。(5)「惜之」的「之」，《旭》本作「其」。(6)「二卷」，《旭》作「三卷」，注云：「『三』，一作『二』。」(7)「清涼池」，《磐》、《燈》作「清涼之池」。(8)「果咸平」，《磐》、《燈》作「果於咸平」。(9)「錫背」的「背」，據《磐》本《大正藏》勘勘注，底本作「皆」，輔本作「背」。《曆》本作「贊」。(10)「杯汎」的「汎」，《磐》、《燈》作「泛」。(11)「天竺」，《燈》改為「天台」。
13. 參上引《靈峰蕩益大師宗論》：「今試細讀，實為圓三、止觀總綱。文不繁，而義已備，獨慈雲懺主五百年後序而行之，迄今又將五百餘年，微言將絕。」見 J 36.B348.360 c 17-19。
14. 最顯著之例是陳堅著《無明即法性——天台宗止觀思想研究》(北京，宗教文化出版社，2004)，第二章題為《〈〈大乘止觀法門〉〉中的止觀思想》，總佔三十五頁的篇幅，但僅於末尾(第 71 頁)出現「凡食時亦有止觀兩門」九字。
15. 如釋慧嶽編著《天臺教學史》(臺北縣新店鎮，中華佛教文獻編撰社，1979)第 36-37 頁或潘桂明、吳忠偉合著《中國天臺宗通史》(南京，江蘇古籍出版社，2001)第 76-77、82-86 頁。
16. 如曾祺海《天臺佛學》(上海，學林出版社，2002)第 62 頁或董平《天臺宗研究》(上海，上海古籍出版社，2002)第 10 頁。
17. 見 X 55.904.587 b 23-c 18。
18. 見上引《〈大乘止觀法門〉釋要》，X 55.905.590 c 2-3。
19. 見同上，592 b 8-9。
20. 見同上，631 b 18-19。
21. 見同上，633 b 18-20。
22. 在《〈大乘止觀法門〉宗圓記》，此段落題為「反劣為勝」。
23. 見《大乘止觀法門》(T 46.1924.663 b 20-c 6)、《〈大乘止觀法門〉釋要》(X 55.905.633 b 21-c 9)。

24. 此句，了然說是「初、總標」。
25. 了然視此句為「總示」，並注明：「由佗是勝田故，標章居首。」此處「佗」指佛陀。
26. 「疏食」的「疏」，兩個本子都用俗字「疎」。
27. 「即當念……」一段，了然分科為「心體能變」。
28. 《〈大乘止觀法門〉釋要》的「已」字，據 CBETA 勘勘注，《卍續》本作「巳」。
29. 「石蜜」的「蜜」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，「慶安二年刊、宗教大學藏本」的輔本作「密」。
30. 「酥酪」的「酥」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本作「蘇」。
31. 「賢聖」前，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本有「諸」字。
32. 「自食」後，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本有「也」字。
33. 「故」字，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本無。
34. 「之」字，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本無。
35. 「己」後，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本有「也」字。另據 CBETA 勘勘注，《〈大乘止觀法門〉釋要》的「己」字，《卍續》作「巳」。
36. 至於修行相關用語意涵的演化，最近刊行、Mario Poceski 著“Disappearing Act: Calmness and Insight in Chinese Buddhism”(收錄於 *Journal of Chinese Religions*, Volume 48, Number 1 [2020] 第 1-30 頁) 值得參考。
37. 見 X 55.905.631 b 20-21。
38. 分別見 T 46.1924.662 b 29-c 6、X 55.905.632 a 11-16。
39. 「相故」的「相」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本無。
40. 見 T 9.278.466 a 5-6。
41. 見 T 46.1915.472 a 13-15。
42. 見 T 38.1767.139 a 21-22。
43. 其用法甚廣。茲舉與《〈大般涅槃經〉疏》相似處之一例即「大宋國智覺禪師注置」《心性罪福因緣集》卷下《藥叉神示比丘語》中：「大師釋迦教比丘云：『汝等比丘不求欲樂，於諸法中可生厭離——觀身如沫，觀命如露；觀於財物，如幻雲想；觀於男女，生地獄想；觀飯如蟲，觀糞如屎；觀於僧房，猶出獄所想；觀眷屬，生獄率想；觀衣服，生蛇皮想；觀鉢器，生觸體想——乃至夢中不生貪樂。所以者何？多諸苦故，比丘常以少欲知足為其所行。』」見 X 88.1640.16 a 8-13。「獄率」的「率」疑是「卒」字訛誤。
44. 見 T 9.278.466 a 1-2。
45. 分別見 T 46.1924.662 b 10-25、X 55.905.631 b 22-c 6、c 9-11、14-16。
46. 「遍」，《〈大乘止觀法門〉釋要》均作「徧」。
47. 「當作」的「當」，《〈大乘止觀法門〉釋要》作「常」。
48. 「是念」的「是」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本作「此」。
49. 據 CBETA 勘勘注，《〈大乘止觀法門〉釋要》的「己」字，《卍續》作「巳」。
50. 「即時」的「時」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本作「是」。
51. 「與」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本作「前」。
52. 見 X 55.905.631 c 7-8。
53. 經句的出處是 T 10.293.844 c 3-4。據《大正藏》勘勘注，「起深」，《宋》、《元》、《明》三藏作「深心」。
54. 較完整的句子是：「若能不捨八邪，入八解脫，以邪相入正法，以一食施一切，供養諸佛及眾賢聖，然後可食。」見 T 14.475.540 b 6-8。《大乘止觀法門》以「諸賢聖」取代「眾賢聖」。此用法，趙宋以後偶見，如《佛祖統紀·諸師列傳·明智詔法師法嗣·法師元淨》：「後聞明智講止觀方便五緣，曰：『《淨名》所謂：「以一食施一切，供養諸佛及諸賢聖，然後可食。」此一方便也。』師悟曰：『今乃知色、香、味、觸本具第一義諦！』因泣下如雨。」( T 49.2035.211 a 29-b 4) 此因緣，另參元「嘉興路大中祥符禪寺住持華亭念常集」《佛祖歷代通載》卷第十九( T 49.2036.675 b 9-13)、宋「良渚沙門宗鑑集」《釋門正統·本支輝映傳·附五人·元淨》( X 75.1513.322 c 6-9)、清「汪孟鋤恭纂」《龍井見聞錄·名賢文·宋·蘇轍(辯才法師塔碑)》( GA 22.20.286 a 4-7)。所謂「止觀方便五緣」，見《摩訶止觀》：「一、持戒清淨，二、衣食具足，三、閑居靜處，四、息諸緣務，五、得善知識。」智者大師在此引「《禪經》云：『四緣雖具足，開導由良師。』」(見 T 46.1911.36 a 9-11。) 他當時所見何經，吾人不得而知。後代學者表達同樣的概念，也未見再提《禪經》，如趙宋「四明沙門知禮」《〈金光明經〉文句記》的「四緣寧闕，善知識緣最不可捨」與《千手眼大悲心呪行法》：「若未深諳一家教觀，須近善師，咨決解行，方識正邪。故方便五緣，四或可闕，善知識緣必須具也。」(分別見 T 39.1786.89 a 19、T 46.1950.978 a 8-10。)
55. 參見後秦釋僧肇選《注〈維摩詰經〉》， T 38.1775.349 a 5-11。
56. 可注意的是：此處出現的「兼共」，在唐宋的著作裡才有。

57. 「習」，據《大正藏》勘勘注，《明藏》作「修」。
58. 見 T 9.278.476 b 9-15。
59. 同上，491 a 7-9。唐「于闐國三藏實叉難陀」譯《大方廣佛華嚴經·十迴向品》對等處「除滅一切諸心毒 思惟修習最上智 不為自己求安樂 但願眾生得離苦」（T 10.279.127 a 12-14），「不自為己」調整為「不為自己」。
60. 分別見 T 46.1924.663 c 6-12、X 55.905.633 c 11-15。此乃了然所謂「變一為多」。
61. 「粒米」據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本作「米粒」。
62. 同 22 第注。
63. 同 42 第注。
64. 了然在此引述古德：「南岳別有《隨自意》云：『凡所得食，應云：「此食色香味 上供十方佛 中奉諸賢聖 下及六道品 等施無差別 隨感皆飽滿 令諸施主得 無量波羅蜜。』又云：『念食色香如旃檀風，一時普熏十方世界。凡聖有感，名得上味。六道聞香，發菩提心。於食能生六波羅蜜及三昧。』」此處實際上非直接抄自《隨自意三昧》，而是參考「唐毘陵沙門湛然述」《〈止觀〉輔行傳弘決》（見 T 46.1912.264 a 21-27），且把「各得」、「及以三行」誤作「名得」、「及三昧」。值得注意的是：現傳本《隨自意三昧》作「等施無前後」，與湛然引文略有不同，參見 X 55.903.504 a 5-7。至於湛然「又云」的出處，今已不可考。接著，了然還說：「智者亦云：『譬如熏藥，藥隨火熱。入人身中，患除方復。并觀食，亦復如是：以食施時，食為法界，具一切法。凡諸事者，法隨食入，乃至冥益，或近或遠，終破無明。』應知：豈惟施於前人有此之德，己身戶蟲何不然耶？」這也是參考《〈止觀〉輔行傳弘決》（參 T 46.1912.264 a 27-b2），將「《〈淨名〉疏》中」改為「智者亦云」，並將「火勢」、「菩薩（并）」、「受者」、「乃為」誤寫成「火熱」、「并」、「事者」、「乃至」。
65. 見 T 9.278.725 a 7-8、736 c 20-22。據《大正藏》勘勘注，「見十方」的「十」，《高麗藏》無。自從《宮》、《宋》、《元》、《明》四藏。
66. 分別見 T 46.1924.663 c 12-17、X 55.905.633 c 17-21。
67. 「常知」的「常」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本作「當」，與《旭》本同。後者並有注云：「『當』，一作『常』。」
68. 「之食」的「之」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本作「二」。
69. 「虛」，《旭》本從俗作「虞」。以下皆同。
70. 「得知」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本作「得知之」。
71. 「即都」的「都」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本無。
72. 「所作」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本作「所作也」。
73. 如佛聲《清淨道論》所闡釋的“perception of repulsiveness in nutriment”。參 Buddhaghosa 著、Ñānamoli 譯 *The Path of Purification: Visuddhi Magga* (Kandy: Buddhist Publication Society, 1979) 第 372-380 頁。
74. 分別見 T 46.1924.642 c 14-15、X 55.905.595 b 12-13。
75. 「止行」的「止」，據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，輔本作「心」，形近而誤。
76. 據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，「但諸凡」後輔本有「成本見」三字，且據 CBETA 勘勘注，《〈大乘止觀法門〉釋要》的「但」字，《叢書》作「但」。
77. 分別見 T 46.1924.654 a 7-10、X 55.905.614 b 16-19。
78. 同上，656 c 22-24、619 b 18-20。
79. 同上，663 c 17-227、633 c 23-634 a 3。
80. 據《大正藏》的《大乘止觀法門》勘勘注，「能食之口」後輔本有「以」字。
81. 見 T 12.365.342 a 19-21。「食時」的「時」，據《大正藏》勘勘注，《明藏》與流本作「睡」。