

# 從「天臺教觀」論 「代眾生懺悔」之思想與實踐

## 以遵式大師為主

釋大拙  
中華佛學研究所畢業

### 提要

宋代天臺懺法除了為求自身罪滅、觀行成就或往生淨土而行懺外，對「代眾生懺悔」的懺他精神，較隋唐時期也益加重視，此應是受到晚唐以來政治動亂及宋朝建國後，除社會經濟困頓之外，又相繼受到遼、夏、金等北方民族的覬覦，使得國家百姓無一日不處在內憂外患之中所受到的影響。

因此，遵式大師認為，為使自己及芸芸大眾能安心於佛法上修行，應先消除所共之惡業，進而了達因果緣起，方能成就解脫。是以大師於懺儀中提出，行者於披陳懺悔時，應心念自己及眾生無始來常為重罪所障，是故於諸佛菩薩座前應普為眾生歸命懺悔，由此而融入了代眾生懺悔的修行。

然而，在因果平等的法則之下，代眾生懺悔或受苦的理論將如何成立？我輩凡夫又應如何落實此菩薩精神？

於此，筆者首先從經典之中溯源「代眾生懺悔」之依據；繼之，從天臺教觀角度探討「一念三千」、「三因佛性」等圓頓思想，以作為「代眾生懺悔」之立論基礎；最後，就遵式大師之著作整理出懺悔、放生、誡酒肉五辛及施食等行法，探討如何以天臺之觀行配合「代眾生懺悔」之實踐，一方面達到幫助眾生令其離苦得樂之願行，一方面則在實踐的過程中，能對緣起諸法有更深刻的體會，早日證得實相。

關鍵詞：1.慈雲遵式 2.天臺教觀 3.懺悔 4.代眾生懺悔

### 【目次】

## 一、前言

### 二、「代眾生懺悔」之經典依據

### 三、以「一念三千」為立論基礎

### 四、遵式大師對「代眾生懺悔」之實踐

#### (一) 禮懺

#### (二) 放生

#### (三) 誡酒肉五辛

#### (四) 施食

## 五、小結

## 一、前言

宋代天臺懺法除了為求自身罪滅、觀行成就或往生淨土而行懺外，對「代眾生懺悔」的懺他精神，較隋唐時期也益加重視，此應是受到晚唐以來政治動亂及宋朝建國後，除社會經濟困頓之外，又相繼受到遼、夏、金等北方民族的覬覦，使得國家百姓無一日不處在內憂外患之中所受到的影響。

因此，遵式大師認為，為使自己及芸芸大眾能安心於佛法上修行，應先消除所共之惡業，進而了達因果緣起，方能成就解脫。是以大師於懺儀中提出，行者於披陳懺悔時，應心念自己及眾生無始來

[1]

常為重罪所障，是故於諸佛菩薩座前應普為眾生歸命懺悔，由此而融入了代眾生懺悔的修行。然而，在因果法則之下，代眾生懺悔或受苦的理論將如何成立？我輩凡夫又應如何落實此菩薩精神？於此，筆者將透過「代眾生懺悔」的經典依據，從遵式大師之天臺教觀的角度，試著探討立足於此思想之論點及施行方法，希望能藉此梳理出「代眾生懺悔」之可能性與可行性。

## 二、「代眾生懺悔」之經典依據

[2]

大乘佛教講求自利利他的精神，尤其在弘化佛法、利濟眾生方面更是重視。但由於所作因緣不同，並非所有眾生皆能得遇善知識，因此，菩薩為救度不知出離生死苦的眾生，應常作願迴向為諸眾生懺悔諸罪、除一切苦惱，如《大寶積經》記載釋尊對弟子的開示：

善男子！菩薩摩訶薩行於方便，若見十方世界眾生受諸樂報，見已作如是念：願一切眾生

得一切智樂。若見十方世界眾生受諸苦報，為諸眾生懺悔諸罪，作是大莊嚴，如是眾生所受苦惱，我悉代受，令彼得樂。以是善根，願成一切智，除一切眾生苦惱，以是因緣故，<sup>[3]</sup>

畢竟不受一切諸苦，純受諸樂，是名菩薩摩訶薩行於方便。

菩薩為悲智俱行之行者，是以，當見眾生受樂報，應更進一步作願，願眾生亦能修習佛法而得一切智，俱足一切究竟解脫樂；又，見受苦報的眾生時，應發慈悲，為諸眾生懺悔業障，並願代眾生受諸苦惱；行者由此善根發向，亦應作願，願以此善根，得成一切智，除一切眾生苦惱。由此，在智慧成就下，見自身內外一切皆空無自性，畢竟不受一切諸苦，而得解脫之樂，此是菩薩行者為修習諸波羅蜜而行方便度化眾生，而在度化眾生中亦同時以法增益自身，而達悲智圓滿。換言之，透過「代眾生懺悔」的發心與實踐，是菩薩修集助道功德的行門之一，如《大方等大集經》云：

復次，舍利弗！菩薩摩訶薩修集助道功德智慧亦不可盡，云何修集功德無盡？若布施、持<sup>[4]</sup>

戒心所修集，發行慈悲自所有罪發露懺悔，亦代眾生發露懺悔。

菩薩為成就圓滿佛果，必須廣修一切助道因緣法，諸如四攝、六度、八正道等等，藉由布施、持戒、禪定、智慧等行法的修持而自利利人，乃至在修行懺悔時，也應發起無上悲心代眾生發露懺悔。由此可知，「懺悔」是菩薩修行的重要行法之一，而「代眾生懺悔」則可謂是將大悲心落實於懺悔行門的具體實踐。因此，在《華嚴經·普賢行願品》中提出，菩薩若欲成就佛的圓滿功德，應<sup>[5]</sup>

修十種廣大行願，其中，第四大願即是「懺悔業障」，其內容如下：

懺除業障者，菩薩自念：我於過去無始劫中，由貪瞋癡發身口意作諸惡業無量無邊。若此惡業有體相者，盡虛空界不能容受，我今悉以清淨三業，遍於法界極微塵刹一切諸佛菩薩眾前，誠心懺悔，後不復造，恆住淨戒、一切功德。如是虛空界盡，眾生界盡，眾生業盡，眾生煩惱盡，我懺乃盡。而虛空界，乃至眾生煩惱不可盡故，我此懺悔無有窮盡，念<sup>[6]</sup>

念相續無有間斷，身語意業無有疲厭。

由願文可知，菩薩行者在勉力自懺前愆罪障，使能常住淨戒，修集一切功德之際，並沒有離開眾

生，而是在行懺的同時，悲愍眾生如己一般，亦深受煩惱罪障之苦，是故應念念相續，無有間斷地懺除己身與一切有情的罪障，及至己身與眾生的煩惱業障懺除清淨時，懺悔行門和所發的悲願才真正圓滿。

另外，據《千手千眼觀世音菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼經》所載，觀世音菩薩曾對梵天王開示為眾生懺悔之殊勝功德果報：

若能精誠用心，身持齋戒，為一切眾生懺悔先業之罪，亦自懺謝無量劫來種種惡業，口中馱馱誦此陀羅尼聲聲不絕者，四沙門果此生即證。其利根有慧觀方便者，十地果位剋獲不

[7]

難，何況世間小小福報?!所有求願，無不果遂者也。

如上所言，行者若能虔誠持齋戒，為自身及眾生懺悔先業之罪，並精進於持誦大悲神咒而不絕者，此生即能證得四果位；又，若行者根器屬利，能起深廣慧觀作意者，則欲證十地果位亦可期。舉凡

[8]

菩薩為眾生作種種方便利益者，在大乘經典如《華嚴經》等多有所記載，由此更可證明，濃厚的菩薩思想為大乘佛教的主要特色。

然而，眾生所感得之樂苦果報，一切皆自作自受，於此又何以能代眾生懺悔？

### 三、以「一念三千」為立論基礎

遵式大師在所作《圓頓觀心十法界圖》（以下簡稱《十法界圖》）提到，十方諸佛以「中」為法界，菩薩以「假」為法界，緣覺、聲聞以「空」為法界，地獄、鬼、畜、修羅、人、天同以「因緣

[9]

生法」為法界，而其空假中之關係則為：

空、假、中者，三而一也；十界者，亦一而十也，故使互含，一復具九，如帝珠交映成百

[10]

法界也，一因緣一切因緣，一空一切空，一假一切假，一中一切中，良由於此。

在此，遵式大師以「一念三千」的觀念為《十法界圖》之立論根據，而天臺「一念三千」之說，據《摩訶止觀》解釋云：

夫一心具十法界，一法界又具十法界、百法界；一界具三十種世間，百法界即具三千種世

[11]

間，此三千在一念心，若無心而已，介爾有心即具三千。

由上之論述可知，「三千法界」意味著無量無邊不可思議之佛、菩薩等聖者及六道眾生之世界；同時，據《摩訶止觀》所言，一念心起即具三千法界，不假次第。是以，一心起即一切心起，一眾生即一切眾生，此猶如《華嚴》所說：「當知一切法，其性亦如是，心如工畫師，畫種種五陰，一切

[12]

世界中，無法而不造。」在此，畫師即是眾生之心，此心依因緣而起，造一切世間，亦即假

[13]

國土而現十法界為境。然此一念三千不可思議境卻因眾生之煩惱障蔽而不可悉得盡見，不能了達心、佛及眾生三者之間本無差別，才會在自己所造的幻境中，輪迴不休無能出離。

再者，一切眾生皆具足十法界，在經過無量劫中，何以能僅止於一念無明心內而不相妨礙呢？對於此一疑問，在《維摩經玄疏》有所說明：

此《經》（指《維摩詰經》 筆者按）明不思議，須彌入芥子不相妨闕，無情之物，尚

[14]

得如此，心神微妙，一念具一切三世諸心諸法，何足致疑？！

無情之物無論是大如須彌山或小如芥子，其體相是緣起的，是故能須彌藏芥子或芥子納須彌，更何況有情眾生之一念心具一切三世諸心諸法。是以，遵式大師以「一空一切空，一假一切假，一中一切中」之不思議三諦為一念三千、法界互攝之觀點再加以說明，而此一論點亦可從《摩訶止觀》中找到證明：

若一法一切法即是因緣所生法，是為假名，假觀也。若一切法即一法，我說即是空，空觀也。若非一非一切者，即是中道觀。一空一切空，無假中而不空，總空觀也；一假一切假，無空中而不假，總假觀也；一中一切中，無空假而不中，總中觀也；即《中論》所說

[15]

不可思議一心三觀。

由於一念心起即具三千，所以一法即一切法，皆為因緣所生法，故為假名、假觀；一切法為緣起而有，其性本空，故為空觀；不落於有亦不執於空即是中道觀。因此，總和而說，緣起無自性即是

空；所現之無量境相即是假；又知其空不著於空，知其假不著於假，即是中，即空即假即中，即是一心三觀、圓照三諦之理。眾生若能悟得此理，則能不斷癡愛，起諸明脫，般若真智現前，如水清澈，自然得見珠相。

再者，據《法華玄義》所明，凡夫一念心即皆具十法界，又一一界悉有煩惱性相、惡業性相及苦道性相。又提到，無明煩惱性相即是智慧觀照性相；惡性相即是善性相；苦道性相即是法身性相。是

[16]

以，三道性相即是三軌性相，三軌性相亦類通三佛性，其關係如下：

苦道（苦）	真性軌（法身）	正因佛性（中）
煩惱道（惑）	觀照軌（般若）	了因佛性（空）
業道（業）	資成軌（解脫）	緣因佛性（假）

依智者大師之「三因佛性」說，正因佛性即是中道實相；了因佛性是具足觀照般若實相之能力的智

[17]

慧；緣因佛性則是透過誦經、持戒、懺悔等修行之實踐而能顯明觀照實相的智慧能力，而此三因佛性與三諦之關係，分別是「觀心即中是正因佛性，即空是了因佛性，即假是緣因佛性。」

[18]

因此，站在圓頓思想的角度來看，三因佛性是即空即假即中，遍攝一切萬法，含容一切眾生，亦即一切眾生皆有成佛的因子，皆具法性平等。因此，遵式大師於《摩訶止觀義題》之「化他境」中闡述道：

忘（亡）惑，則四句俱寂；赴機，則四悉繁興。蓋由法性虛通，語、默未之有礙；真如無住，自、他以之同時。故理雖無名，應眾名而逗物；境雖無相，垂眾相以赴緣，涌若珠玉，照同寶鑑。蓋是即中之假，方應用以無窮；雖假而空，乃運為而常寂。若身若說，不

[19]

離三因；若自若他，寧乖一性，《經》云：「善能分別諸法相，於第一義而不動」。

[20]

[21]

又云：「不起滅定而現諸威儀」。皆斯義也。

諸佛法性雖不可思、不可議，非境相能示，但為了度化眾生亦可假方便而照，是以，無論是《阿含》、《方等》或《般若》等經教，無不是釋尊應眾生根機而說，其最終目的無不是為令眾生悟入

佛之知見。因此，即中道之假才能應用無礙，雖假而空才能如如常寂，如斯從本垂跡，假三因之說而互通感應，其中的奧妙正如遵式大師所云：

既許一念三千，三千何所不攝，剎那百界何所不該。既知界界互通，感應自然，斯立性

[22]

德。一念既爾，果滿百界亦然。念念三業交參、身土互現，非由性具，果用何施？

由此可知，十法界互具之不思議境乃是站在法性虛通、真如無住的立場來看，而十法界之佛、菩薩、緣覺、聲聞、六道眾生彼此互具互攝的情形，正如《華嚴》所說「重重無盡」、「緣起法界，

[23]

一即一切」之意境。

[24]

誠然，菩薩行者「若見十方世界眾生受諸苦報，我悉代受，令彼得樂」，這樣的願心已超越眾生可思議的範圍，但就天臺的立場來說，其代眾生懺悔之論點即是建立於此圓教思想之上。如

[25]

《摩訶止觀》所云：「一心一切心，一切心一心，非一非一切」，菩薩所起一念懺悔之心，實已遍及一切眾生，猶如繫於因陀羅網上無數的寶珠，其一一寶珠皆映現自他一切寶珠之影，又一一影中亦皆映現自他一切寶珠，如是寶珠無限交錯映照，重重影現，互顯互隱，重重無盡。只是眾

[26]

生因障所蔽，無能徹見緣起法界，亦無能了知菩薩二六時中為眾生所作大饒益之事，因此不自覺有所感應。

另外，眾生之所以輪迴於生死，無能出離，總因於妄想執著，若欲永離苦海，唯有培養正知見，證諸法實相，是故菩薩廣行布施、忍辱、禪定等一切方便救度眾生時，終不離佛法，亦即以種種善巧

[27]

開演無漏妙法，令眾生離六道之苦、五欲之樂，而證究竟解脫。因此，菩薩發大悲心代眾生懺悔、受苦，並非以自身承載眾生之業報，而是立基於緣起上，以種種方便為眾生說法，令其永離無明煩惱，與法相應而得入解脫，如《華嚴經》云：

菩薩如是觀一切法皆不可得，然非無一切法，如實無異，不失所作，普示修行菩薩諸行，不捨大願，調伏眾生，轉正法輪，不壞因果，亦不違於平等妙法，……善能開演，心無所

[28]

畏，不捨佛住，不違世法，普現世間而不著世間。

由上引文可知，菩薩在理上了知諸法皆是緣起性空，無一法可得，但並非否定事上的一切法，因此在廣度眾生時能不昧因果、不失因緣果報而施予種種方便，令入佛之知見。是以，菩薩若遇利根眾生，則施以種種教法，令其於念念中能與諸佛菩薩相應，證得實相現前，即使在現世中有苦、樂、不苦不樂受，但因為了達諸法緣起，心安住於法而不隨境轉，猶如目蓮尊者雖受亂石而死，心卻無所恐懼，則能超越因果業報；又，若是遇鈍根眾生，則在觀機逗教下，施以種種善巧方便，令其漸漸與佛法相應，而能深觀諸法空無自性之理，徹悟本無受苦之「我」，亦無苦境，在不執於境相、堪破無明後，於未來即便果報不失，但因了達業性本空，終將不為業報所苦。如此，以法教育大眾，令永離輪迴之苦，方為菩薩發願代眾生懺悔之慈悲願行，而菩薩也在此利他之行中，逐漸成熟己身之大悲心、般若智，斷除無明惑，終至成佛。

由前述可知，遵式大師於懺儀中如此強調代眾生懺悔，乃由於其對天臺教觀之法界緣起互具互攝的圓教思想有深入了解，由此而自然地激發其不忍眾生苦之徹骨悲心，如在《請觀音三昧儀》裡提到：

我及眾生無始常為三業六根重罪所障，不見諸佛，不知出要，但順生死，不知妙理。我今 [29]

雖知，猶與眾生同為一切重罪所障，今對觀音、十方佛前，普與眾生歸命懺悔。

自己與眾生無始以來，不知諸法緣起的道理，而常為煩惱所障，輪迴生死不休。而今雖知之，但仍為一切重罪所障，故應普與一切眾生歸命懺悔，令早日離苦得樂。誠然，我輩眾生尚位於薄地凡夫的階位，離出苦還有很長的距離，但若能仿效菩薩之悲心，在慢慢薰習下，將能在自利中利人，也能在利人中自利，終趣入不可思議之諸佛菩薩境界，而「代眾生懺悔」正是培養悲心願行的重要行法之一，因為菩薩行者以其對法的證悟及愍念眾生常受無明之苦，而發願以己身代眾生受苦、懺悔，其最終目的無非是幫助眾生悟入佛之知見，而此「無緣大慈，同體大悲」的體現，正如維摩詰居士所言：「以一切眾生病，是故我病；若一切眾生病滅，則我病滅。所以者何？菩薩為眾生故入 [30]

生死，有生死則有病；若眾生得離病者，則菩薩無復病。」 由此可說，菩薩迴入穢土度眾，正是為成就代眾生苦之願行！

#### 四、遵式大師對「代眾生懺悔」之實踐

關於自身懺悔的方法，行者逕可依經典或懺儀而行，其內容約有坐禪觀實相、誦大乘經典、拜佛、



誦咒等等；而對於代眾生懺悔的方法，除以禮懺的方式外，自隋唐以降，隨著經典逐漸的漢譯、流通，祖師大德即依經據而開展出以放生、素食及施食等為代眾生懺悔的方法，其間所蘊含的意義乃在於藉由佛法實踐關懷、照護眾生，減少或消除眾生之苦，進而增廣自身的悲智願行。

又，《梵網經》云：「一切男子是我父，一切女人是我母，我生生無不從之受生，故六道眾生皆是

[31]

我父母。」 正因一切眾生於無量劫以來互為親眷，並在無明覆蓋下，恩怨情纏不斷，苦惱叢生，因此，有幸得遇佛法，又知求出離苦海者，理應為自懺悔，也要為他懺悔，使彼此宿怨消除，

[32]

以免互相障礙解脫。 故，筆者謹從記載遵式大師之傳記及其著作中，理出大師實踐「代眾生懺悔」的方法，約計有禮懺、放生、誦酒肉五辛及施食等，其內容如下：

## （一）禮懺

在遵式大師所作的懺儀中，幾乎在「懺悔」科門裡皆有普為法界一切眾生懺悔的述文，可見其對實踐代眾生懺悔的重視，因此除了在觀行上特別強調外，對事修的部份也要求行者、信眾要恭敬慎行，才能在理觀事修打成一片中，達到一心一切心、一眾生一切眾生，法界互具、三諦圓融之理，透過自身懺悔清淨，亦代眾生懺悔清淨。

另外，在遵式大師所著的 放生慈濟法門 中，還提出了「代物類懺悔」的思想。由於 放生慈濟

[33]

法門 的主要作用是為傍生之水族魚類所用的放生儀軌， 因此儀軌所說的「物類」乃是針對放生的水族而言，不過，就內容上亦適用於一切放生之對象。

又，在儀軌中，行者為畜類眾生誦咒、授三歸依、念佛及說法後，當更為其懺悔，使能懺滌罪垢，去遮障而開悟。故在「懺悔」一章裡，遵式大師主張「當更焚香、存念三寶，代為物類懺悔發露」

[34]

， 透過行者的身行、語、意為飛禽走獸、水族等傍生類懺悔無始劫來因六根所造之種種業障，並仰仗彌陀大願、觀音慈悲拔出輪迴之苦。

[35]

依現存漢譯文獻中，將專為物類懺悔之儀軌加以組織化者，並不多見， 而自北宋之後，由於

[36]

對放生、施食等日愈重視，因此在法會儀軌中加入代傍類眾生懺悔亦愈普遍， 此應可追溯是受到遵式大師對懺悔法門推廣的影響。

## （二）放生

據《釋門正統》記載：「放生之說，儒釋皆談，世論諄諄，其文山積。」<sup>[37]</sup> 可見放生在中國與佛教皆有所行。如在《列子·說符篇》即提到：

邯鄲之民，以正月之旦，獻鳩於簡子。簡子大悅，厚賞之。客問其故。簡子曰：「正旦放生，<sup>[38]</sup> 示有恩也。」

由此可知，在中國民間，很早即有放生的風俗，以示感恩生靈所惠予之意。

在佛教方面，從釋尊所說的教法中可知，三皈、五戒、十善為五乘所共修，其內容之戒惡行善思想是確保來世再得人身、聽聞正法的基礎，而其中的「不殺生」正是重要的戒行之一。在經典中對於為廣修慈心而戒殺、行放生者多有所記載，如《梵網經》云：

若佛子以慈心故，行放生業，一切男子是我父，一切女人是我母，我生生無不從之受生，故六道眾生皆是我父母。而殺而食者，即殺我父母，亦殺我故身。一切地水是我先身，<sup>[39]</sup> 一切火風是我本體，故常行放生，生生受生常住之法，教人放生。

[40]

在天臺學人中，首先重視放生行業者為智者大師<sup>[40]</sup>，也自此開始，放生不但受到佛教人士的重視，也受到朝廷及民間百姓的崇尚而日漸盛行。

迨至遵式大師時，對於放生儀式已具完整，如在其所作的《放生慈濟法門》中，即將儀軌分為：• 由、• 水、請加、三歸依、稱佛、說法、懺願七章。

在「• 由」中，即是為所放生的眾生開示何以會趣入三途業道，受苦無量之緣由；在「• 水」章裡，則以陀羅尼神咒加持之法水為其灑淨，使滌淨身心垢穢，令成法器；在「歸依」章中，以三寶<sup>[42]</sup>

力加被於眾生身，令其一心受法，去惡向善；在「稱佛」章裡，是以稱念寶勝如來名號為主，仰仗如來之願力，使聞名者即得生天及諸佛國土；在「說法」章中，為眾生開示甚深十二因緣之理；在「懺悔」章裡，則以行者之身代傍生之類行懺，並代發願，得生佛國淨土，如云：

今更為汝懺滌罪垢，去汝遮障，令速開悟即得解脫，故帝釋一念懺悔滅永劫傍生之難，慈

童剎那慚愧頓離地獄之苦，是知懺悔名第一法。又願汝捨此身得生淨土，我聞《阿彌陀經》說薜荔蝸蜚皆生我國，信知異類亦有往生之理，汝勿自疑，當一心信受我為對三寶一

[43]

心陳辭。

由上引文可知，在透過佛法的開示及懺悔的儀式中，啟發傍類眾生之慚愧心及往生淨土之願心是助其脫離三途惡道的要因。同時，行者於行放生之時，亦能培養、顯發本身之慈悲心，共同結下善因，成為懺悔的助道因緣。

在現今時代裡，放生行業依然盛行，然而，部份團體卻忽略評估生態環境因素，任意選擇山林或河流進行放生，不是造成生物無法適應環境而死，便是因為沒有天敵而大量繁殖，威脅到其他原本在此地生存的生物，使生態失衡；同時，在競相放生之中，間接鼓勵商人濫捕生物，以供應團體大量放生之用，造成生物在捕獵、運送等的過程中已傷亡無數，對於這一點，早在二千多年前，古德已意識到護生遠比放生來得更重要而說到：

民知君之欲放之，競而捕之，死者眾矣。君如欲生之，不若禁民勿捕。捕而放之，恩、過

[44]

不相補矣。

因此，若能做到徹底的護生，不蓄意與眾生結下獵殺捕食的惡緣，已是慈悲的表現；又若必須行放生，務必於事前作完善的評估與規劃，如此才能達到真放生的善行。

### （三）誠酒肉五辛

[45]

從遵式大師的生平可知，他對於「改祭修齋」的推行一直不遺餘力，一方面勸導民間大眾以齋戒代替殺生拜祭神祇，另一方面也積極奔走於民間，勸導大眾戒酒肉、五辛之食。何以遵式大師對於提倡素食一事如此關心？

依文獻記載，在經典中多有提到不食肉的觀念，如在《法句譬喻經》即提到：

夫人生世，所食無數，何以不作有益之食而殘害群生以自濟活，死墮惡道，損而無益；人

[46]

食五穀，當愍眾生蠕動之類莫不貪生，殺彼活己，殃罪不朽；慈仁不殺，世世無患。

又，在《大乘入楞伽經》記載：

[47]

凡殺生者，多為人食，人若不食，亦無殺事，是故食肉與殺同罪。

另外，在《梵網經》亦有記載：

若佛子，故食肉一切肉不得食，斷大慈悲性種子，一切眾生見而捨去，是故一切菩薩不得

[48]

食一切眾生肉，食肉得無量罪；若故食者，犯輕垢罪。

吾人可見，小如螻蟻尚求生怕死，何況一般血肉之軀的眾生？又，眾生不斷在六道中輪迴，在過去皆有可能互為眷屬，是以，菩薩不忍食眾生肉，若食者，無異於食自己之親眷。因此，孟子曾言：

[49]

「見其生，不忍見其死；聞其聲，不忍食其肉。」其不忍之心即是大慈悲心，若忍心殺生食肉，不但斷絕大悲種，障礙成佛修行，同時也與眾生結下惡緣，得無量惡果。

在中國最早極力提倡佛教徒應完全戒殺、戒酒、茹素者為梁武帝，其在位期間不但親頒 斷殺絕宗

[50]

[51]

廟犧牲詔，也制定 斷酒肉文，一再強調食肉者罪報，與諸親眷常為怨懟及種種障礙等惡報。自此以後，素食成為佛教僧侶的飲食特徵，也因為食肉所帶來的苦果如此深廣，歷代祖師大德於行化間，無不勸導眾生應茹素戒殺，也因此遵式大師會如此心切推行素食飲食，並撰著

[52]

誠酒肉慈慧法門 警策大眾。

另外，遵式大師在勸眾戒酒肉的同時，亦提倡連食物中的「五辛」也應戒除，如在行文中提到「五

[53]

辛之屬，不利腹口，無故噉食，空為道障，深為苦也。」又據《大佛頂經》云：

一切眾生食甘故生，食毒故死，是諸眾生求三摩提，當斷世間五種辛菜，是五種辛，熟食發姪，生啖增恚。如是世界食辛之人，縱能宣說十二部經，十方天仙嫌其臭穢咸皆遠離，諸餓鬼等因彼食次，舐其唇吻，常與鬼住，福德日銷，長無利益。是食辛人修三摩地，菩薩、天仙、十方善神不來守護，大力魔王得其方便，現作佛身來為說法，非毀禁戒，讚姪怒癡，命終自為魔王眷屬，受魔福盡，墮無間獄。阿難！修菩提者，永斷五辛，是則名為

[54]

第一增進修行漸次。

[55]

在此所謂的五辛，依《梵網經》記載為大蒜、革蔥（•）、慈蔥（•）、蘭蔥（薤）、興葉，因有如上所提熟食發婬、生啖增恚，菩薩諸天遠離及餓鬼舐唇等障道果報，故不但為受菩薩戒之佛子不應食之物，遵式大師認為也是僧俗應遠離之物。

#### （四）施食

[56]

據《佛祖統紀》記載，遵式大師「嘗夜施搏食於水濱」，並撰有施食文、施食法等相關施食的文獻，由此可知遵式大師對此一行門的重視。關於施食的由來，據宗鑑大師（?-1206）撰集之《釋門正統》有載：

若夫施食之法，又非一切人天所知，惟如來以大慈普覆，不忍一切含靈受其飢餓苦惱。故

[57]

假面然鬼王緣起，令阿難尊者以一搏食，誦咒施之。今緇素通行，謂之施餓鬼食。

由此內容可知，施食之法乃緣自於《救拔餓口餓鬼陀羅尼經》裡，阿難遇餓鬼告知：「卻後三日汝

[58]

命將盡，即便生此餓鬼中。」阿難心生恐怖，疾至佛所，請佛教示，佛陀即為阿難開示此一施食法門。在唐•不空大師所譯之《瑜伽集要救阿難陀羅尼焰口儀軌經》中，對於施食的因緣與方

[59]

法皆有詳細的記載。

又，自五代及宋以降，施食在佛教中可說是普遍的行門之一，因此宗鑑大師才會在《釋門正統》提到，此施食法「今緇素通行」。既是普遍流行之法，從各家各宗所呈現出來的觀行也就融合了各家修行的特色。遵式大師對施食法的實踐即融合了天臺教觀思想於其中。

遵式大師所著之施食法共分為三部份：一、先和會經文，即將實叉難陀尊者所譯之《佛說救面燃餓鬼陀羅尼神咒經》與不空大師譯之《救拔餓口餓鬼陀羅尼經》作一比較及會整；二、正示方

[60]

法，於持咒加持飲食時，亦配合觀想「器中飲食，色味無盡，•施不匱」；三、勸修，世人若能以搏食作大施會者，將常生梵天乃至成佛。其中，遵式大師對施食的觀行有如下的闡釋：

飲食具色、香、味、觸、法五塵，唯闕聲耳。於五味中，味塵為主，味依色住，亦可觀色為境，《大品》云：色中無味相，凡夫不應著色；中無離相，二乘不應離；即是非味非離，顯色中道，法界何法不備。是故，一色具一切心，亦具聲、香等一切諸塵，及一切

[61]

法、一切心隨感而施，何法不現！

由引文可知，遵式大師是以法界互具、三諦圓融的觀念，說明一搏之食所具色、味皆空無自性，是故不應著於色、味；又，色、味為假緣起而有，是故亦不應離於色、味；由於不落二邊故能顯中道，則一味、一色即一切法，一心即一切心，以一切心隨感一切法而施，則無法不現，因此，一搏之食能出無量食，普施一切眾生。然因眾生為種種分別所惑，無法了達法界互具之理，故須藉密•之法力令其得食，如遵式大師云：

眾生在迷，於理既惑，於事亦礙，於自在法中而自桎梏，如水為冰，安責水用？故聖人方

[62]

便密說此法名陀羅尼。令誦以•之，•句與色味法性相應，能令鬼神見食無量。

由於陀羅尼•即是不思議法，具足無量威德妙力，故透過行者持•之•力能與搏食之色味法性相應，並以此加持之力令鬼神見食無量，故遵式大師又提到，「•食」之意即是法食，因法隨食而

[63]

入，如人服用良藥能治病療傷，若餓鬼食之，則能捨三途惡報。

從遵式大師所作之施食法來看，施食能否廣利一切餓鬼眾生，乃決定於行者持誦陀羅尼咒之專注與觀想的得力與否，此與不空大師所譯之《瑜伽集要救阿難陀羅尼焰口儀軌經》的施食行法次第雖有

[64]

不同，但就理上而言，一切萬法本由心造，不離於心，即使在《瑜伽集要救阿難陀羅尼焰口儀軌經》中，主法者於誦持真言時，亦需配合觀想作意，如此方能使整場儀軌達到圓滿，因為唯有透過對法的了達而作甚深理觀並配合誦咒等等之事修，方能使所修之行法更加深廣，而這樣的修道理是通於各家各宗的行門，並非如周叔迦學者所言「宋代諸師對於施食一法是不夠了解的」、

[65]

「只是取經中真言，附以臺宗觀想而已」之說。

另外，從佛法的根柢來看，施食行門亦是行者悲智願行的實踐，如在《大寶積經》云：

善男子！行方便菩薩以一搏食給施一切眾生，何以故？行方便菩薩以一搏食施與，下至畜生，願求一切智，以是菩薩與一切眾生共之，迴向阿耨多羅三藐三菩提。以是二因緣攝取

[66]

一切眾生，所謂求一切智心及願方便。

在行施食法間，行者必需持誦真言並配合己身之觀想，才能使有限之飲食幻現成無量無邊，普施一切眾生。因此，透過施食行門的實踐，一方面能培養行者對法的緣起無自性之認知；另一方面也是自利利人的菩薩行，因眾生皆有佛性，亦具足一切智，只是因緣果報差別，各在六道中受生輪迴，是以，行者所修之施食法，不僅只是拔眾生之苦，助其出離苦道，因在利益眾生的同時，無形中也不斷增長己身之悲智，實踐自利利人的菩薩願行。

## 五、小結

大乘佛教講求自利利他的精神，尤其在弘化佛法、利濟眾生方面更是重視。是以，到了以實踐行門為主的宋代佛教時，遵式大師對於懺法的弘揚，除了提倡為求自身罪滅、觀行成就或往生淨土而行懺外，更將「代眾生懺悔」的懺他精神融入於懺法中，並以天臺「一念三千」、「三因佛性」等圓頓思想為立論基礎，亦即，就理上而言，菩薩所起一念代眾生懺悔之心，猶如繫於因陀羅網上無數的寶珠，透過重重的映現遍及一切眾生；就事上來說，菩薩因愍眾生之苦，而戮力於布施、持戒、智慧乃至懺悔等種種行門的修持，並藉由身行、口說、意念等種種善巧將佛法教導予有情，助其永離生死苦。

因此，為了落實「代眾生懺悔」的精神，遵式大師承襲天臺諸師之懿德，以透過懺悔、放生、施食及素食等行門的實踐，達到利濟眾生之行，其中，值得吾人注意的是，遵式大師在代眾生懺悔的行法中，皆或在其儀軌裡融入開示法要，幫助有情提起正念，種下解脫的種子；或在行法的背後蘊含甚深的法義。換言之，無論是理上分析或事上的實踐，從天臺教觀的角度來看，「代眾生懺悔」行門隱含了甚深的不思議妙法與行者的無上悲心，此不但落實了菩薩道的精神，同時也是天臺圓教思想的具體實踐！

## 【參考書目】

### 一、原典

- 《法句譬喻經》。《大正藏》冊4。  
《摩訶般若波羅蜜經》。《大正藏》冊8。  
《妙法蓮華經》。《大正藏》冊9。  
《華嚴經》。《大正藏》冊10。  
《大寶積經》。《大正藏》冊11。  
《大方等大集經》。《大正藏》冊13。  
《維摩詰所說經》。《大正藏》冊14。  
《金光明最勝王經》。《大正藏》冊16。  
《大乘入楞伽經》。《大正藏》冊16。  
《大佛頂首楞伽經》。《大正藏》冊19。  
《千手千眼觀世音菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼經》。《大正藏》冊20。  
《瑜伽集要救阿難陀羅尼焰口儀軌經》。《大正藏》冊21。  
《救拔餓口餓鬼陀羅尼經》。《大正藏》冊21。  
《梵網經》。《大正藏》冊24。  
遵式。《請觀世音菩薩消伏毒害陀羅尼三昧儀》。《大正藏》冊46。  
遵式。《金光明懺法補助儀》。《大正藏》冊46。  
遵式。《熾盛光道場念誦儀》。《大正藏》冊46。  
遵式。《天臺智者大師齋忌禮讚由序》。《大正藏》冊46。  
遵式。《往生淨土懺願儀》。《大正藏》冊47。  
遵式。《往生淨土決疑行願二門》。《大正藏》冊47。  
遵式。《金園集》。《卍續藏》冊101。  
遵式。《天竺別集》。《卍續藏》冊101。  
智顛。《法華玄義》。《大正藏》冊33。  
智顛。《維摩經玄疏》。《大正藏》冊38。  
智顛。《金光明經玄義》。《大正藏》冊39。  
智顛。《摩訶止觀》。《大正藏》冊46。  
知禮。《千手眼大悲心・行法》。《大正藏》冊46。  
道宣編。《廣弘明集》。《大正藏》冊52。  
法藏。《華嚴一乘教義分齊章》。《大正藏》冊45。  
志磐編。《佛祖統紀》。《大正藏》冊49。  
志磐。《水陸道場儀軌》。《卍續藏》冊129。  
株宏修。《瑜伽集要施食壇儀》。《卍續藏》冊104。  
宗鑑編。《釋門正統》。《卍續藏》冊130。  
元照。《蘭盆獻供儀》。《卍續藏》冊130。

## 二、專書（按作者姓氏筆劃排列）

### 1.中文

- 李志夫（1997）。《妙法蓮華經玄義研究》。臺北：中華佛教文獻編撰社。  
周紹賢（1983）。《列子要義》。臺北：中華書局。  
陳英善（1995）。《天臺緣起中道實相論》。臺北：東初出版。  
（1997）。《天臺性具思想》。臺北：東大出版。  
野上俊靜著，釋聖嚴譯（2000）。《中國佛教史概說》。臺北：臺灣商務印書館出版。



湯用彤（1979）。《漢魏兩晉南北朝佛教史》。臺北：臺灣商務印書館。

（1997）。《隋唐及五代佛教史》。臺北：慧炬。

傅偉勳主編（1990）。《從傳統到現在——佛教倫理與現代社會》。臺北：東大圖書出版。

劉真編（1974）。《四書讀本》。臺南：綜合出版。

釋大睿（2000）。《天臺懺法之研究》。臺北：法鼓文化。

釋慧嶽（1995）。《天臺教學史》。臺北：中華佛教文獻編撰社。

## 2. 日文

呂淑玲（2004）。慈雲遵式の生涯について——特に実践行儀面からみた遵式の生涯。收錄於《高橋弘次先生古稀記念論文集》中。

福島光哉（1995）。《宋代天臺淨土教の研究》。京都：文榮堂。

## 三、叢書

中華佛教百科文獻基金會編（1994）。《中華佛教百科全書》冊7。臺北：中華佛教百科文獻基金會。

藍吉富主編（1987）。《宋代佛教史研究》。《世界佛學名著譯叢》冊47。臺北：華宇出版社。

## 四、期刊論文（按作者姓氏筆劃排列）

### 1. 中文

呂澂（1980）。宋代佛教。《中國佛教》第1號。

林伯謙（1998）。北傳佛教與中國素食文化。《東吳中文學報》第4期。

### 2. 日文

中山正晃（1985）。趙宋天臺と淨土教。その実践面について。《印度學佛教學研究》第34號。

末廣照純（1979）。慈雲遵式の教學。《印度學佛教學研究》第27號2卷。

呂淑玲（2003）。慈雲遵式の宗教信仰について。《佛教學會紀要》第11號。

### 3. 博碩士論文

徐立強（2000）。《梁武帝制斷酒肉之主張與中國佛教素食文化之關係》。臺北：華梵大學東方人文思想研究所碩士論文。

[1]

「我及眾生無始常為三業六根重罪所障，不見諸佛，不知出要，但順生死，不知妙理。我今雖知，猶與眾生同為一切重罪所障，今對觀音、十方佛前，普為眾生歸命懺悔。」《請觀世音菩薩消伏毒害陀羅尼三昧儀》，《大正藏》冊46，頁971c。

[2]

如《法華經》卷2 譬喻品 提到：「若有眾生，從佛世尊聞法信受，勤修精進，求一切智、佛智、自然智、無師智、如來知見、力、無所畏，愍念安樂無量眾生，利益天人，度脫一切，是名大乘。」《大正藏》冊9，頁13b。

[3]

《大寶積經》卷106，《大正藏》冊11，頁595a。

[4]

《大方等大集經》卷30，《大正藏》冊13，頁206a。

[5]

「如來功德，假使十方一切諸佛經不可說不可說佛刹極微塵數劫，相續演說不可窮盡。若欲成就此功德門，應修十種廣大行願，何等為十？一者禮敬諸佛。二者稱讚如來。三者廣修供養。四者懺悔業障。五者隨喜功德。六者請轉法輪。七者請佛住世。八者常隨佛學。九者恆順眾生。十者普皆迴向。」《華嚴經》卷40，《大正藏》冊10，頁842c。

[6]

《華嚴經》卷40，《大正藏》冊10，頁845a。

[7]

《千手千眼觀世音菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼經》，《大正藏》冊20，頁109b-c。

[8]

如華嚴經云：「我當普為一切眾生備受眾苦，令其得出無量生死，眾苦大壑；我當普為一切眾生，於一切世界，一切惡趣中，盡未來劫受一切苦，然常為眾生勤修善根。何以故？我寧獨受如是眾苦，不令眾生墮於地獄，我當於彼地獄、畜生、閻羅王等，險難之處，以身為質，救贖一切惡道眾生，令得解脫。」《華嚴經》卷23，《大正藏》冊10，頁125c。

[9]

《天竺別集》卷中，《卍續藏》冊101，頁272a。

[10]

《天竺別集》卷中，《卍續藏》冊101，頁272b。

[11]

《摩訶止觀》卷5上，《大正藏》冊46，頁54a。

[12]

《華嚴經》卷10，《大正藏》冊9，頁465c-466a。

[13]

參考《法華玄義》卷2下，《大正藏》冊33，頁699c。

[14]

《維摩經玄疏》卷2，《大正藏》冊38，頁528c-529a。

[15]

《摩訶止觀》卷5上，《大正藏》冊46，頁55b。

[16]

參考《法華玄義》卷5下，《大正藏》冊33，頁743c-744a。

[17]

「云何三佛性？佛名為覺，性名不改，不改即是非常非無常，如土內金藏，天魔外道所不能壞，名正因佛性；了因佛性者，覺智非常非無常，智與理相應，如人善知金藏，此智不可破壞，名了因佛性；緣因佛性者，一切非常非無常，功德善根資助覺智，開顯正性，如耘除草穢，掘出金藏，名緣因佛性。當知三佛性一一皆常樂我淨，與三德無二無別。」《金光明經玄義》卷上，《大正藏》冊39，頁4a。

[18]

《金光明經玄義》卷下，《大正藏》冊39，頁8a-b。

[19]

《維摩詰所說經》，《大正藏》冊14，頁537c。

[20]

《維摩詰所說經》，《大正藏》冊14，頁539c。

[21]

《天竺別集》卷下，《卍續藏》冊101，頁294b-295a。

[22]

《天竺別集》卷下，《卍續藏》冊101，頁295a。

[23]

《華嚴一乘教義分齊章》卷4，《大正藏》冊45，頁505b。

[24]

《大寶積經》卷106，《大正藏》冊11，頁595a。

[25]

《摩訶止觀》卷5上，《大正藏》冊46，頁55b。

[26]

「菩薩初發心無有量，充滿一切法界故；菩薩大悲門無有量，普入一切眾生界故；菩薩大願門無有量，究竟十方一切法界故；菩薩大慈門無有量，普覆一切眾生界故。」《華嚴經》卷7，《大正藏》冊10，頁695b。

[27]

「菩薩摩訶薩行六波羅蜜時作是念：是世間心皆顛倒，我若不行方便力，不能度脫眾生生死，我當為眾生故，行檀那波羅蜜、尸羅波羅蜜、羼提波羅蜜、毘梨耶波羅蜜、禪那波羅蜜、般若波羅蜜。……菩薩為眾生故，乃至阿耨多羅三藐三菩提終不離智慧，何以故？除智慧，不可以餘法度脫眾生故。」

《摩訶般若波羅蜜經》卷21，《大正藏》冊8，頁369b。

[28]

《華嚴經》卷20，《大正藏》冊10，頁107a。

[29]

《請觀世音菩薩消伏毒害陀羅尼三昧儀》，《大正藏》冊46，頁971c。

[30]

《維摩詰所說經》卷中 文殊師利問疾品，  
《大正藏》冊14，頁505a。

[31]

《梵網經》，《大正藏》冊24，頁1005b。

[32]

「一切緣障皆由宿因，過去、今生與諸有情何惡不造，罪累既積，世世相逢為冤為親，為障為惱，若不懺悔，無由解脫，道法不成。」《千手眼大悲心·行法》，《大正藏》冊46，頁976c。

[33]

參考《金園集》卷中 放生慈濟法門，  
《卍續藏》冊101，頁233b。

[34]

《金園集》卷中 放生慈濟法門，  
《卍續藏》冊101，頁234b。

[35]

自北宋之前，純為他道眾生懺悔之具體記載有唐·不空譯的《瑜伽集要救阿難陀羅尼焰口儀軌經》是為餓鬼眾生施食之儀軌。（《大正藏》冊21，頁470b-472b。）

[36]

如南宋·志磐著有《水陸道場儀軌》盛行於世（《卍續藏》冊129，頁527。）；元照集有《蘭盆獻供儀》一卷（《卍續藏》冊130，頁178。）；到了明末，雲棲株宏重修《瑜伽集要施食壇儀》（《卍續藏》冊104，頁792。）等等。

[37]

《釋門正統》卷4，  
《卍續藏》冊130，頁799a。

[38]

引自周紹賢著《列子要義》 說符篇（臺北：中華書局，1983），頁172。

[39]

《梵網經》，《大正藏》冊24，頁1006b。

[40]

「太建十三年，四十四歲，講金光明經，漁人捨扈梁立放生池。」《國清百錄》卷4，  
《大正藏》冊46，頁823b。

[41]

「唐肅宗乾元二年，詔天下置放生池凡八十一所（顏真卿為碑）。本朝（宋）真宗天禧元年詔復天下放生池，沿江淮州郡上下水五里，並禁採捕（二事詳見通塞志）。慈雲奏西湖為放生池，以四月八日會郡人縱魚鳥。法智於南湖以佛生日放魚鳥，祝聖人壽。樞密劉均奉敕撰碑。此皆放生之梗概也。」

《佛祖統紀》卷33，  
《大正藏》冊49，頁322c。

[42]

據 放生慈濟法門 所載，寶勝如曾發願：若有眾生臨命終時，聞我名者，即得往生三十三天乃至成佛。因此，為廣利眾生，而以稱念寶勝如來名號為主。參考《金園集》卷中 放生慈濟法門，  
《卍

續藏》冊101，頁234a。

[43]

《金園集》卷中 放生慈濟法門 ，《卍續藏》冊101，頁235b。

[44]

引自周紹賢著《列子要義》 說符篇 （臺北：中華書局，1983），頁172。

[45]

「杭俗好以酒肴會葬，師為說佛事之勝，卒變葷為齋。」《佛祖統紀》卷10，《大正藏》冊49，頁207c。

[46]

《法句譬喻經》卷1 慈仁品 ，《大正藏》冊4，頁581b。

[47]

《大乘入楞伽經》卷6，《大正藏》冊16，頁624a。

[48]

《梵網經》，《大正藏》冊24，頁1005b。

[49]

引自劉真編《四書讀本》（臺南：綜合出版社，1974年），頁238。

[50]

《廣弘明集》卷26，《大正藏》冊52，頁293b-294a。

[51]

《廣弘明集》卷26，《大正藏》冊52，頁294b。

[52]

《金園集》卷中 誠酒肉慈慧法門 ，《卍續藏》冊101，頁241a。

[53]

《金園集》卷下 誠五辛篇 ，《卍續藏》冊101，頁245a。

[54]

《大佛頂首楞伽經》，《大正藏》冊19，頁141c。

[55]

《梵網經》，《大正藏》冊24，頁1005b。

[56]

《佛祖統紀》卷10，《大正藏》冊49，頁207c。

[57]

《釋門正統》卷4，《卍續藏》冊130，頁801 b。

[58]

《救拔啖口餓鬼陀羅尼經》，《大正藏》冊21，頁464c。

[59]

請參考《瑜伽集要救阿難陀羅尼焰口儀軌經》，《大正藏》冊21，頁468c-472b。

[60]

《金園集》卷中 施食法 ，《卍續藏》冊101，頁237b。

[61]

《金園集》卷中 施食觀想・答崔育材職方所問 ，《卍續藏》冊101，頁238b。

[62]

《金園集》卷中 施食觀想・答崔育材職方所問 ，《卍續藏》冊101，頁239a。

[63]

「•食者，名為法食，法隨食入，如服良藥能差重病，身康受樂。《經》云：捨餓鬼身得生天上。即此意也。」《金園集》卷中 施食觀想・答崔育材職方所問 ，《卍續藏》冊101，頁239b。

[64]

在《瑜伽集要救阿難陀羅尼焰口儀軌經》中的施食行法次第依序為：一、破地獄真言；二、召餓鬼真言；三、召罪真言；四、摧罪真言；五、定業真言；六、懺悔真言；七、施食真言；八、開咽喉真言；九、七如來名；十、發菩提心真言；十一、三昧耶戒真言；十二、施食真言；十三、乳海真言；十四、普供養真言；十五、奉送真言。《大正藏》冊21，頁470b-472b。

[65]

「宋代諸師對於施食一法是不夠了解的。在遵式《金園集》中有施食正名、施食法、施食文、施食觀想諸篇。其法並非密教儀軌，只是取經中真言，附以臺宗觀想而已。」間接引自《中華佛教百科全書》冊7，頁4370a。臺北：中華佛教百科文獻基金會，1994年。

[66]

《大寶積經》卷106 阿闍世王子會 ，《大正藏》冊11，頁594c。