

析論長蘆宗隨〈坐禪儀〉、 〈戒酒肉文〉及《勸化集》兼其 對居士的教化*

蒲傑聖

美國布朗大學宗教系助理教授

摘要

本論文專注於聖嚴法師所留意的〈坐禪儀〉，尤其《勸化集》（1104年序刊本）居士修行文本及其十五篇短文，與其作者長蘆宗隨禪師（？-1106）。《勸化集》包含〈坐禪儀〉最早文獻證據，早於《重雕補註禪苑清規》文本一百年。《勸化集》之唯一善本是二十世紀初在黑水城被發現，收錄於《俄藏黑水城文獻》第三冊（上海古籍出版社，1996）。近來中國、日本學者關注文獻研究，因此本論文在東亞研究成果上將融合東西學術。本論文討論〈坐禪儀〉在其《勸化集》之景況，初探前後短文包含淨土、懺悔、發菩提心、素食及其他在家修行要略、科儀的意義。推論《勸化集》全本是居士修行文本，因此宗隨禪師應該指導當代居士使用〈坐禪儀〉與各種居士佛教之形式合在一起。本論文以兩篇〈坐禪儀〉、〈戒酒肉文〉為中心，並再次考證宗隨禪

* 本人很榮幸能將此研究初步成果宣讀於「二〇一八年第七屆漢傳佛教與聖嚴思想國際學術研討會」，並獲聖嚴教育基金會支持。謹致謝忱。

師圓寂之年。

關鍵詞：坐禪儀，勸化集，長蘆宗頤，雲門宗

一、前言

北宋（960—1127）禪僧長蘆宗頤（？—1106）因編纂對後世影響深遠的《禪苑清規》，以及最早的禪宗之禪修指南〈坐禪儀〉而聞名。^①宗頤（亦被尊稱為慈覺禪師）自南宋（1127—1279）以來也被視為一位重要的中國淨土祖師。^②聖嚴法師注意到了宗頤這種同時提倡禪修與淨土實踐的雙重身分，指出「宗頤是一位主張禪淨雙修的大師」。^③這個觀點可以從《勸化集》得到證實，此書有一一〇四年的〈序〉文，其內容包括宗頤的許多教法，也有對禪修與淨土教法的介紹。

這篇文章以《勸化集》及其他近年新發現的宗頤的文獻為材料，主要進行兩方面研究。第一，關於宗頤對居士飲食的看法，本文探討〈坐禪儀〉與《勸化集》中一篇名為〈戒酒肉文〉的文獻。筆者比較了〈戒酒肉文〉與其他北宋與飲食有關的文獻，闡明〈戒酒肉文〉一文的價值以及當時的風

書名略號：

TK132：《慈覺禪師勸化集》，《俄藏黑水城文獻》第三冊，（上海：上海古籍出版，1996年），頁82-103。本文亦簡稱《勸化集》。

T：線上版《大正新脩大藏經》（CBETA），「中華電子佛典協會」製，引用格式依冊數（T）、經號（no.）、頁數（p.）、欄數（c）、行數（數字）。

X // R：線上版《卍新纂大日本續藏經》（東京：國書刊行會，1975-1989），「中華電子佛典協會」製，引用格式依冊數（X）、經號（no.）、頁數（p.）、欄數（c）、行數（數字）。R指臺灣版一百五十冊《卍續藏經》。

① 關於《禪苑清規》與其在禪宗清規中的定位研究，可參考 Griffith Foulk, “Chanyuan qinggui and other ‘rules of purity’ in Chinese Buddhism” in *The Zen Canon: Understanding the Classic Texts*, ed. by Heine and Wright (Oxford University Press, 2004), 275-312。另外，《禪苑清規》前七卷英譯注本可參考：Yifa, *The Origins of Buddhist Monastic Codes in China* (Honolulu: University of Hawai'i Press, 2002)，此書亦有專文探討早期中國禪林戒律的演變與發展。

② 南宋《樂邦文類》將宗頤列為「蓮社繼祖五大法師」之一。（T47, no. 1969A, p. 192, c18）有些明清的文獻則尊宗頤為淨土宗第八祖。

③ 釋聖嚴，《禪門修證指要》（臺北：法鼓文化，1999年），頁149-151。

尚。其二，筆者藉由《勸化集》與近來新發現的《慈覺禪師語錄》等材料重新檢視宗蹟的生平，也帶出宗蹟生平的重要活動。

普遍認為黑水城文獻 TK132 號是宗蹟仍在世時的創作，雖然它可能是經過金、西夏或元朝擴充後的版本。^④ 無論如何，保存在 TK132 中的《勸化集》使我們看到一份針對居士的教導文，約莫在一一〇四年左右被集結編纂。關於 TK132 的十五篇短文及其結構，敬請參考附錄。之後筆者將另行撰文分析 TK132 上更多的修行內容。

二、現存〈坐禪儀〉版本

宗蹟所撰〈坐禪儀〉被認為是禪宗最早的禪修指南。在此之前，禪宗禪修的文獻與論述包含稱作坐禪箴與坐禪銘等韻文；^⑤ 宗蹟的〈坐禪儀〉則使用清晰明辨的散體。如果與天台智顛（538—597）著《修習止觀坐禪法要》（T. 1915）

^④ Lev N. Men'shikov（孟列夫）根據風格與形式的特徵將 TK132 題為宋代文獻，椎名宏雄〈黑水城文獻『慈覺禪師勸化集』の出現〉一文第十八頁，引用一九九四年《黑水城出土漢遺書敘錄》，亦作此解。馮國棟、李輝，〈《俄藏黑水城文獻》遼代高僧海山思孝著作考〉一文中，懷疑有一些更早的遼代資料，經過廣泛流傳後，在一一〇四年被北宋的編者所收錄。基於這些遼代的資料，筆者認為成書的年代可能更遲，關於這個問題俟後另撰文詳考。參椎名宏雄，〈黑水城文獻『慈覺禪師勸化集』の出現〉，《駒澤大學佛教學部研究紀要》第 62 號，2004 年，頁 15-42。馮國棟、李輝，〈《俄藏黑水城文獻》遼代高僧海山思孝著作考〉，《西夏學》第 8 輯，2011 年 10 月，頁 276-280。

^⑤ 參禪相關的韻文文獻可見於《景德傳燈錄》最後一部分「銘記箴歌」、《禪門諸祖師偈頌》和《緇門警訓》。

（或稱《小止觀》）相比，^⑥〈坐禪儀〉的篇幅相對短小。《小止觀》包含了部分操作細節，現於《大正藏》中可見十頁左右。與宗蹟簡短的禪修指南相比，《小止觀》則顯得更精深，篇幅也更長。Bielefeldt 教授綜觀〈坐禪儀〉認為：「它實質上是一本全新的著作，無論是使用的語言或著重的修行內容都屬原創。」^⑦ 並指出宗蹟此文表面上雖簡要，但內容含有典故自天台宗《小止觀》以及圭峰宗密（780—841）著作的《圓覺經道場修證儀》之綱要，在這部分，Bielefeldt 之文獻研究及其英文注釋值得讚美。而《勸化集》新出現的文獻讓我們重新研究一個問題——關於它所預設的讀者，以及在北宋流傳的狀況。

現存的兩版〈坐禪儀〉，較為流傳且易見的是收於宗蹟一二〇二年改編且增集的《禪苑清規》的版本。^⑧ 這顯示該文最早可能流傳於叢林之中。然而，另一部一二五四年的高麗版《禪苑清規》被認為是接近一一〇一年北宋版的本子，^⑨ 此版《禪苑清規》在宗蹟圓寂後不久便出版，其中並不包含〈坐禪儀〉。因此，學界普遍認為〈坐禪儀〉最早並不屬於《禪苑清規》的內容。^⑩ 這留給學界一個棘手的狀況是：似

^⑥ 參考 Bielefeldt, *Dōgen's Manuals of Zen Meditation* (Berkeley: University of California Press, 1988), p. 63, no. 19。

^⑦ Bielefeldt, *Dōgen's Manuals of Zen Meditation*, p. 63.

^⑧ Bielefeldt, *Dōgen's Manuals of Zen Meditation*, p. 57, n. 3.

^⑨ 鏡島元隆，〈解說〉，《訳注禪苑清規》（東京：曹洞宗宗務廳，1972 年），頁 5-11。

^⑩ 詳見 Yifa, *Origins of Buddhist Monastic Codes in China*, p. 108。

乎最早流傳於居士之間的〈坐禪儀〉卻出自於一部年代較晚的禪林規則著作中。

黑水城文獻 TK132 號被發現與出版前，宗頽的〈坐禪儀〉最早可知的版本著錄在《大藏一覽》（一部供居士概覽、分門別類的介紹書）中，¹¹該書約略早於一一五七年由陳實所編。¹²《大藏一覽》中的〈坐禪儀〉與一二〇二年《禪苑清規》中的版本內容上有相當大的差異。椎名宏雄比較了這兩個版本，發現一一五七年供居士概覽的〈坐禪儀〉與一二〇二年廣泛流傳於叢林的〈坐禪儀〉，兩者的差異顯而易見。¹³換句話說，對於〈坐禪儀〉這部禪修文獻早期的流傳與受容狀況，在此之前，學界缺乏直接的證據做更多論斷。

多數學者認為一二〇二年的版本反映了更早所佚失的版本，我們現在可以確認這樣的推論是正確的。TK132 中的版本非常接近《禪苑清規》中的〈坐禪儀〉，也幾乎吻合現代所翻譯的版本。¹⁴同時，並無證據顯示最通行的一二〇二年

¹¹ 《大藏一覽》的著錄可見於《昭和法寶總目錄》第3卷（東京：大正新脩大藏經刊行會，1934年），頁1035a-b。此外，《大藏一覽》的部分內容曾於十八世紀翻譯為法文，並於一八二五年出版，見 Jiang Wu, “Finding the first Chinese Tripitaka in the West,” in *Reinventing the Tripitaka*, ed. by Wu and Wilkinson (Lanham, MD: Lexington Books, 2017), p. 13。

¹² 關於成書年代見西谷啓治、柳田聖山編，《禪家語錄II》，《世界古典文学全集》36B，（東京：筑摩書房，1974年），頁496。

¹³ 椎名宏雄，《宋元版禪籍の研究》（東京：大東出版，1993），頁148-151。

¹⁴ 如梶谷宗忍、柳田聖山、辻村公一譯作，《信心銘、証道歌、十牛圖、坐禪儀：禪の語錄16》（東京：筑摩書房，1974年）。

版〈坐禪儀〉來自《勸化集》，筆者推測有另一個更直接的來源，也許是那本由元照（1048–1116）寫〈序〉且已佚失的文集。

基於如此頻繁的出版情形，Morten Schlütter 教授認為從北宋到南宋，宗頽所說的這些能助人開悟的禪修方式在當時應該是被視為正統禪學。¹⁵在《勸化集》的其他篇章中顯示宗頽自詡為主流，然而並未被普遍接受。Schlütter 教授同時也認為在《大藏一覽》中出現〈坐禪儀〉顯示了南宋文人對禪修實踐有廣泛的關注。在這點上，TK132 提供了證據讓我們能將居士對禪修的關注上推至北宋時期。¹⁶

TK132 文獻也解答了另一個關於〈坐禪儀〉作者的爭論。鏡島元隆（1912–2001）在其一九七二年所譯的日譯本《禪苑清規》導言中，質疑宗頽是否真的寫過〈坐禪儀〉。同時，由於〈坐禪儀〉收於《禪苑清規》中，鏡島元隆也懷疑它是否曾單獨流傳，並將其視為禪林內的修行指南。¹⁷對於鏡島元隆的質疑，柳田聖山（1922–2006）援引一份提及法雲法秀的文獻（1027–1090，宗頽最初歸依的老師），做為間接證據支持宗頽為作者。¹⁸其後包含釋依法等學者提到

¹⁵ 見 Schlütter, *How Zen Became Zen* (Honolulu: University of Hawai'i Press, 2008), pp. 169-180。

¹⁶ 同樣見於椎名宏雄，〈黑水城文獻『慈覺禪師勸化集』の出現〉，頁23。此處他補充了《宋元版禪籍の研究》的說法，頁148-151。

¹⁷ 鏡島元隆，〈解說〉，頁10-11、21-22。同樣持懷疑的立場，更早可見於 Bielefeldt, *Dōgen's Manuals of Zen Meditation*, p. 57-58。

¹⁸ 柳田聖山，〈解說〉，《信心銘、証道歌、十牛圖、坐禪儀：禪の語錄

元照替宗蹟文集所寫的〈序〉中亦提及〈坐禪儀〉，故早在元照圓寂的一一一六年，宗蹟即被視為〈坐禪儀〉的作者。¹⁹

更重要的是，TK132 證實了現代佛教界廣泛討論並用以教導的〈坐禪儀〉相當接近最初的版本，且毫無疑問宗蹟是其作者。同時，TK132 亦可佐證宗蹟生前所出版的〈坐禪儀〉，其形式與後來收錄於《禪苑清規》的版本大抵相同。

此外，TK132 顯示〈坐禪儀〉是流傳於居士群體。Bielefeldt 教授檢視過當時可見的資料後，推測這份禪修指南「起初是寫成一份獨立成篇的小文，而且比較不像是為禪堂規則所寫，更像是在禪修的基礎上，為了眾多初心者（無論是僧俗）而寫」。²⁰ 上述的論斷相當程度被 TK132 證實。我們現在知道〈坐禪儀〉是整套居士禪修的一部分。宗蹟所擘劃的居士佛教修行包含悔罪儀式、淨土法門修持、發菩提心之活動與齋戒。筆者將會另外撰文全面探究宗蹟所主張的修行實踐。總而言之，筆者認為宗蹟對居士的修行教法對機於多樣的受眾，既有所繼承又有所權變。接下來，本文將聚焦討論宗蹟對素食的看法，以及重新檢視其生平。

16》，頁 231-233。該論點在 Bielefeldt, *Dōgen's Manuals of Meditation* 一文中有更細部的討論，Bielefeldt, *Dōgen's Manuals of Meditation*, p.58。另外，關於法雲研究可參考 Robert Gimello, "Mārga and Culture: Learning, Letters, and Liberation in Northern Sung Ch'an" in *Paths to Liberation*, ed. by Buswell and Gimello (Honolulu: University of Hawai'i Press, 1992)。

¹⁹ Yifa, *The Origins of Buddhist Monastic Codes in China*, pp. 108-109.

²⁰ Bielefeldt, *Dōgen's Manuals of Meditation*, p. 57.

三、素食與戒酒

在宗蹟的禪修指南中，他建議修學者首要發心向菩提道。接著修學者便能著手一些初步的事情，像是準備一處適合坐禪的場所。在禪修開始前，修學者應「量其飲食，不多不少」。除了這項對進食的自我擲節，宗蹟在〈坐禪儀〉並沒有說更多關於飲食的事情。另外在 TK132 中的〈戒酒肉文〉，宗蹟勉勵居士要戒除飲酒食肉。筆者認為，《勸化集》的編輯者將這兩篇文章（第七、八）放在一起，或許會鼓勵讀者更深入地思考禪修與素食之間的關係。

在中國，佛教大規模地推廣茹素，曾被描述為「佛教對中國菜最重要的貢獻」，同時也是中國佛教徒對佛教傳統影響最廣的一項改變。²¹ 除了中國僧侶與茹素經常被聯想在一起，其實居士茹素同樣也始於中國早期佛教。²² 至遲在唐代就有明確的證據顯示，居士在齋期節食是相當常見的。²³ 在宋代，非出家人茹素的人數似乎有所成長，也許與宋代道學傳統出現有關。²⁴ 不過，雖然儒家與道教皆有素食之舉，儒

²¹ John Kieschnick (柯嘉豪), "Buddhist Vegetarianism in China" in *Of Tripod and Palate*, ed. by Roel Sterckx (New York: Palgrave Macmillan, 2005), p. 186.

²² Eric Greene, "A Reassessment of the Early History of Chinese Buddhist Vegetarianism," *Asia Major* 29.1 (2016) pp. 1-43.

²³ Kieschnick, "Buddhist Vegetarianism in China," pp. 195-196, 203-205. Greene, "Chinese Buddhist Vegetarianism," p. 26.

²⁴ Robban Toleno, "Skilled Eating: Knowledge of Food in Yichu's *Shishi liutie*, a Buddhist encyclopedia from Tenth-century China," PhD Dissertation, University of British Columbia (2015), pp. 54-65.

家經典規定在喪期不得飲酒，但僅有佛教嚴格禁止飲酒——向他人買賣酒水在宋代被認為是相當嚴重的惡業。

宗賾的〈戒酒肉文〉並沒有收在藏經中，今日我們只能在 TK132 文獻看到。在這篇文章中，宗賾強調茹素與戒酒對修行菩薩道而言是必要的，他表示「身田未淨，法器難成；世味不忘，寧尊妙道？」但於此同時，宗賾也理解茹素與戒酒可能對某些居士而言有相當難度。他將戒除酒肉視為一種自我犧牲與梵行。雖說如此，他也根據不同根器的人提供了漸進的次第。與其完全放棄茹素，他認為不如在每日午前維持素食。以下是這篇〈戒酒肉文〉的英譯：

“Tract on Abstaining from Alcohol and Meat”

(TK132.19a-20b)

(Some characters have been transcribed using common variant forms.)

夫有為雖偽，棄之則功行不成。無為雖真，趣之則聖果難尅。剎那悟道，要須長劫鍊磨；頓悟一心，必假圓脩萬行。身田未淨，法器難成；世味不忘，寧尊妙道。

況夫三界之內，六道之中，眾生皆我父母，四大皆我故身。肉非自然，皆從斷命，殺他活己，痛哉可傷！菩薩大悲猶護生草；凡夫麁行反食眾生。探其根源，實非清淨，推其敗壞，不忍見聞。人方耽味，自謂甘香；淨眼傍觀，如啖膿血。人羊相食，因果無差，命債轉多，如何解脫？

至若酒為毒水，濁亂有情，三十六失之禍胎，八萬塵勞

之業海，未了真心常居幻夢，沉資狂藥轉墮迷途。醞醞竟日，兀兀浮生，如以全身自投糟甕。沉復一杯才舉，萬福潛生。五刑三千，據款結案。世尊制戒，尚禁毛頭，「過酒器與人」，「五百世無手」。

故知酒肉為患極深，雖快一時之心，終嬰萬劫之苦。

蔬食度世，清樂有餘，般若光中，精脩梵行，隨緣銷舊業，更莫造新殃。若欲改往修來，便請一刀兩段。其如習力深重，且戒日中已前，非唯匹下有餘，亦乃修行有漸。所以道，莫因三寸舌，空負百年身。努力勸修，同登妙覺。

Conditioned existence [*samskṛta*] may be provisional, but if you disregard it then good practices cannot come to fruition. Although what is unconditioned [*asamskṛta*] is real, if you chase after it then the noble fruit is difficult to achieve. An instantaneous awakening to the way requires long kalpas of tempering and refinement. A sudden understanding of the one-mind necessarily relies on having fully carried out myriad practices. How difficult it is to be a vessel for the dharma when the fields of the self are not yet purified! How will one honor the wondrous path if one has not yet left behind a taste for the world?

Besides, living beings within the three realms and the six destinies [of rebirth] have all been my mother and father. The four elements are entirely my former bodies. A bodhisattva

in his great compassion would protect even the life of a blade of grass, 25 while to the contrary bumbling fools act carelessly and eat living beings. Eating meat is not so-of-itself, for it always entails ending life. Killing another to live oneself, what pain! Such anguish! If you investigate the root source of [meat eating], truly it is not pure. If you examine its violence, what you hear and see will be unbearable. When people focus on the taste, they think it sweet and fragrant. But if one beholds it with a pure eye, [eating meat] is like chewing on puss and blood. Whether man or beast eats the other, the cause-and-effect are no different, and as the life-debt is repeatedly passed on, how will you obtain liberation?

As for alcohol, it is poisonous water that clouds and disturbs [the minds] of sentient beings; it is the womb of misfortune and “the thirty-six losses”; it is the sea of karma

with eighty thousand wearisome afflictions. If you have not yet understood clearly the perfect mind that dwells constantly through delusions and dreams, then surely adding [alcoholic] tinctures of madness can only make you stumble onto paths of ignorance. To be drunk throughout the day and airily waft through existence, this is like tossing a lifetime into a bottle of dregs. If you instead lifted even one cup of goodness, myriad blessings would quietly grow. As for “the five punishments for three thousand crimes,” 26 cases are decided on the basis of confessions. 27 The world-honored one established prohibitions that forbid even [a drop from] the tip of a hair, and “passing a bottle of alcohol to another person ... will lead to five hundred lifetimes without a hand.” 28

25 此處可能取自《首楞嚴經》(Śūraṅgama-sūtra)：「清淨比丘及諸菩薩，於岐路行不踏生草，況以手拔；云何大悲取諸眾生血肉充食？」(T19, no. 945, p. 132, a21-23)。在之後的中國佛教傳統中，這段話有時被認為出自《梵網經》的戒令「不殺生草」，然而，它實際上並不存在《梵網經》裡。「不殺生草」四字曾出現在《十誦律》(T23, no. 1435)中，然而該段落無涉肉食戒律，因此應該不是宗蹟此處的出處。護生草另外的解釋亦見於《四分律》(T22, no. 1428, p. 830, b7-20)，認為草滋養微小的有情眾生，乃生命之根源。這些說法有別於「無情有無佛性」的爭辯，可參 Sharf, “How to think with Chan *gong’an*,” in *Thinking with Cases*, ed. by Furth, Zeitlin, and Hsiung (Honolulu: University of Hawai’i Press, 2007), 205-243。

26 引自《孝經》：「五刑之屬三千，而罪莫大於不孝。要君者無上，非聖人者無法，非孝者無親。此大亂之道也。」(James Legge 英譯：“There are three thousand offenses against which the five punishments are directed, and there is not one of them greater than being unfilial.”)

27 「據款結案」自宋代開始常見於禪籍中，參考古賀英彥、入矢義高，《禪語辭典》(京都：思文閣，1991年)，頁89；又《禪學大辭典》(東京：大修館，1978年)，頁186d。「款」字於北宋便以用來指稱供詞，如司馬光《資治通鑑》與胡三省注本，引自《漢語大詞典》。

28 出自《梵網經》(T24, no. 1484, p. 1005, b6-9)。亦可參船山徹，《東アジヤ仏教の生活規則『梵網經』——最古の形と発展の歴史》(京都：臨川書店，2017年)，頁363-364。原句英譯見 James Benn, “Buddhism, Alcohol, and Tea in Medieval China,” *Of Tripod and Palate: Food, Politics, and Religion in Traditional China*, ed. by Roel Sterckx (New York: Palgrave Macmillan, 2005), pp. 213-236。

Thus, know that drinking alcohol and eating meat create grave troubles. Despite momentary pleasures of the mind, ultimately you will encounter ten thousand eons of suffering.

By vegetarian eating, you will pass through this world [to the other shore] with an abundance of pure joys, and finely cultivate ascetic behavior in the refulgence of *prajñā*. Conforming with conditions you will exhaust past karma,²⁹ and will no longer create new misfortune. If you desire to change your destiny and improve the future,³⁰ then slice through the matter with a single stroke.³¹ As the strength of habits (*vāsanā*) is vast, you may even keep the vow only before noon. This is not just “an abundance when compared with an inferior,”³² rather these practices may be performed in degrees. This is what is meant by the verse, “do not for the sake of the tongue, / squander an entire lifetime.”³³ With all my strength I exhort you to practice! Together we will reach

²⁹ 參考 Kirchner, *Record of Linji*, p. 171, 對此句的詮釋。

³⁰ 「改往修來」出自早期漢譯經典，包含《阿含經》，同時後來中國的懺悔文中亦可見。這與懺悔儀式有關，如《金光明經文句》中的「釋懺悔品」（T39, no. 1785, p. 59, a13）。

³¹ 古賀英彥、入矢義高直譯為用一把刀將它砍成兩塊，《禪語辭典》，頁 18。

³² 更常見以八字諺語「匹上不足匹下有餘」，古賀英彥、入矢義高，《禪語辭典》，頁 393。

³³ 數十年後另一份雲門宗禪籍亦引用這個典故，見《慈受懷深禪師廣錄》（X73, no. 1451, p. 124, a12 // R126, p. 596, b18）。

wondrous awakening!

此文關於戒肉食與飲酒的概念來自於一本中國生成的菩薩戒經《梵網經》與其注疏。宗頤直接引用《梵網經》中的字句，如「眾生皆我父母」、「四大皆我故身」等。³⁴此外，宗頤可能也援引了法藏（643–712）的《梵網經菩薩戒本疏》。〈戒酒肉文〉中最令人印象深刻的一句「肉非自然，皆從斷命」，法藏就曾提出過。³⁵宗頤反覆強調《梵網經》中大乘佛教關於戒食肉的觀點。然而，這樣強硬的態度也有所妥協，考量到部分人僅能遵守一天茹素一到兩餐。

宗頤所援引的思想概念與慈雲遵式（964–1032）所寫的兩千字長偈〈誠酒肉慈慧法門〉有所不同。³⁶慈雲遵式稱戒食肉既是慈慧法門，也是一種梵行，典出《大般涅槃經》。³⁷慈雲的偈前〈序〉宣稱為了完成此偈，他引用了眾多經典，包括《涅槃經》、《楞伽經》、《薩遮尼乾經》、《阿含經》。相對於此，宗頤所引用的經典內容幾乎全部來自於《梵網經》。

除此之外，宗頤此文還引用了至少一次禪宗文獻，其言「殺他活己，痛哉可傷！」可能借自永嘉玄覺（665–713）

³⁴ 《梵網經》（T24, no. 1484, p. 1006, b9-20），又船山徹，《東アジア仏教の生活規則『梵網經』—最古の形と発展の歴史》，頁 381-382。

³⁵ 《梵網經菩薩戒本疏》（T40, no. 1813, p. 636, c13-19）。

³⁶ 《金園集》（X57, no. 950, p. 13, a12-p. 15, a17 // R101, p. 241, a3-p. 244, b18）。

³⁷ 《大般涅槃經》（T12, no. 374, p. 386, a5-6）。元照曾以相似的名稱寫偈，參〈慈慧梵行法門偈〉，《樂邦遺稿》（T47, no. 1969B, p. 237, a28-b19）。

《禪宗永嘉集》十篇之二。³⁸可惜《禪宗永嘉集》繁複的文獻歷史讓我們無法斷言兩份文獻的關聯。《禪宗永嘉集》現存的版本包含了這十篇文章，但此版本是十七世紀的本子，在這幾百年間也許曾被一些善意的謄抄者更動。先不論是誰引用誰，這確實是說明《勸化集》與禪籍之間互文現象的一個例子。

宗頤此文在語調上也不同於其他北宋的勸戒文，遵式反覆地強調吃肉者會有惡報現前，註定遭受可怕的病痛。訴諸惡報的說法明顯地在宗頤文章中消失了。中世早期的志怪故事記載著被食者的靈魂會回過頭來傷害吃的人。³⁹這類怪誕的志怪故事在宋代應該相當流行，如收錄在《夷堅志》中的故事。然而在宗頤提倡茹素的戒文中並沒有涵蓋這種修辭。但另一方面，宗頤卻談及鼓勵他人飲酒會導致的業報。既然如此，不禁讓人困惑為何宗頤在提倡茹素時不訴諸業報。也許，此文的受眾是那些原本便傾向茹素，但要勸他們戒酒卻難如登天的人，因此訴諸食肉會引來業報並不那麼必要。

北宋關於飲食的相關文類尚未被充分研究，筆者留意到宗頤提到飲酒有「三十六失」。在幾部早期的漢譯經典中，飲酒被認為招致三十六失（雖然究竟是哪三十六失並未列舉出來）。⁴⁰後來中國論師經常引用《大智度論》中一段問

³⁸ 《禪宗永嘉集》（T48, no. 2013, p. 388, b3）。

³⁹ Robert Campney, *Strange Writing: Anomaly Accounts in Early Medieval China* (Albany: State University of New York Press, 1996), pp. 384-393, cited in Kieschnick.

⁴⁰ 例如支謙譯《佛開解梵志阿毘經》（T01, no. 20, p. 261, a8），以及竺佛念譯《出曜經》（T04, no. 212, p. 675, b6-13），見 James A. Benn, *Tea in*

答——問曰：「酒能破冷益身，令心歡喜，何以不飲？」經中的回答是雖然飲酒既能讓人愉悅又有療效，但另外有三十五種壞處。⁴¹而三十六這個數字又與《沙彌尼戒經》被聯繫起來。⁴²在宋代初期，天台宗論師曾為這三十種壞處寫了背誦口訣，例如知禮（960—1028）的《金光明經文句記》與孤山智圓《維摩經略疏垂裕記》中都以詩偈的形式呈現。為了比較，以下是知禮詩偈的英文翻譯。每一列至少代表一項《大智度論》裡的三十五失。

財虛招病諍（三）	[Drinking] evaporates wealth, and invites illness and disputes; (3)
裸露醜名彰（二）	Clothing will be shorn, and a poor reputation will follow you; (2)
無智得者失（二）	You will become ignorant, and that which was gained will be lost; (2)
說匿廢事業（二）	You will speak falsehoods, and squander attainments; (2)
醒愁身少力（二）	When sober you will feel ashamed, your body weakened; (2)
色壞慢父母（二）	Your appearance will be rotten, and you neglect your parents, ... (2)
沙門婆羅門（二）	... as well as śramaṇa and brāhmaṇa, ... (2)
及伯叔尊長（二）	... as well as uncles and elders. (2)
不敬佛法僧（三）	You will not respect the buddha, dharma, and sangha; (3)
黨惡遠賢善（二）	and instead affiliate with sinners and keep distance from the wise and good; (2)
破戒無慚愧（二）	You will break precepts and feel no remorse; (2)

China, pp. 55-56。

⁴¹ 《大智度論》（T25, no. 1509, p. 158, b5-c10）。

⁴² 詳見 James A. Benn, *Tea in China*, p. 56。

不守情縱色(二)	You do not guard the [six] senses, instead indulging the flesh. (2)
人憎親屬棄(二)	You will arouse the enmity of strangers and be abandoned by family; (2)
行惡捨善法(二)	You will do bad and abandon the good practices; (2)
智人所不信(一)	Wise men will regard you as untrustworthy. (1)
遠涅槃狂癡(二)	You will grow further from nirvana and grow crazed and stupid. (2)
命終墮惡道(一)	In the next life you will be reborn in a terrible destiny; (1)
若得人常駭(一)	And even when born a human again, you will be endlessly dimwitted. (1)

宗頤期待他的讀者能熟悉飲酒有三十六失這樣的概念，而不是《大智度論》所細密地記載，被天台論師評論過的三十五失。這透露宗頤想將這個規訓式的概念當成修辭手段，而不期待讀者熟知三十五失的具體內容。無論如何，我們可以說僧侶們非常關注宋代居士群體中普遍又根深柢固的飲酒狀況。如果飲酒不是重點，我們應會看到更少關於勸戒酒的詩文。這也解釋了宗頤對於耽溺飲酒有相當嚴厲的告誡。雖說宗頤在食肉戒上提供了一個漸進式或者說緩衝的空間，但在飲酒戒上卻一滴不讓。這類對居士絕對禁絕飲酒的戒在宋代來說似乎相當普遍。

四、長蘆宗頤生平再考

過去二十年，不少關於宗頤的文獻陸續被發現與出版。一一〇四年序刊本的《勸化集》就提供了關於宗頤生平的重要資訊。另外二〇〇八年由椎名宏雄所翻刻新發現的《慈覺

禪師語錄》提供了許多具體與相關的生平細節。⁴³該語錄的〈序〉作於大觀三年（1109），其時宗頤才圓寂不久。它顯然是按照時間順序編排，將宗頤於三處禪寺上堂說法與應答內容分三部分記錄下來，每一階段由不同的弟子記錄，其中也包含了舉古。⁴⁴此外，本文提及的「元照〈序文〉」，是指曾註釋淨土經典與復興戒律的元照所寫的短序。⁴⁵元照這篇〈長蘆禪師文集序〉是替宗頤一本曾流傳但佚失已久的文集所寫。文集雖佚，但這篇〈序文〉保存於元照自己的文集中。⁴⁶

關於近年來所發現的宗頤《語錄》，椎名宏雄將一份駒澤大學圖書館江田文庫藏的《慈覺禪師語錄》手抄本翻刻。⁴⁷這本《語錄》是曾服務於原朝鮮佛教專門學校（現東國大學）教授的江田俊雄先生（1898—1957）所抄，椎名教授推斷江田

⁴³ 椎名宏雄，〈《慈覺禪師語錄》（翻刻）〉，《駒澤大學禪研究所年報》第20號，2008年，頁169-224。

⁴⁴ 更詳細的說明可參椎名宏雄，〈長蘆宗頤撰『慈覺禪師語錄』の出現とその意義〉，《印度學佛教學研究》第57卷第2號，2009年，頁172-178。

⁴⁵ 對元照的介紹可參考Huang Ch'i-chiang（黃啟江），“Pure Land Hermeneutics in the Song Dynasty: The Case of Zhanran Yuanzhao (1048-1116)” *Chung-Hwa Buddhist Journal* 13.2 (2000), 385-429。另外，以元照為主題的研究專著可參考佐藤成順：《宋代仏教の研究：元照の浄土教》（東京都：山喜房佛書林，2001年）。

⁴⁶ 元照，《芝園集》（X59, no. 1105, p. 665, b12-c20 // R105, p. 603, b4-p. 604, a18）。

⁴⁷ 椎名宏雄，〈《慈覺禪師語錄》（翻刻）〉，《駒澤大學禪研究所年報》第20號2008年，頁169-224。

應是抄自一份高麗版刻本，由崔南善（1890—1957）所收藏，並且根據書誌資料顯示它的來源是中國宋或元版。⁴⁸然而二十世紀四〇年代之後崔南善氏藏的刻本便不在著錄之列，可能已佚失。現存江田的抄本包括了一一〇九年的〈序文〉，提供了此《語錄》編纂年代的下限。筆者傾向將《語錄》的部分內容視為宋代原版的呈現，這是因為部分文本與《勸化集》雷同（《勸化集》因其佚失已久不太可能受到後人竄改）。另一方面，雖然《語錄》內容看似是按照編年排列（椎名教授以此完成宗蹟的生平繫年），筆者認為現存的《慈覺禪師語錄》並不是宗蹟生平的完美編年紀錄。

宗蹟的生年應早於一〇五六年。根據元代《廬山蓮宗寶鑑》，宗蹟二十九歲時在長蘆寺法秀座下受戒。⁴⁹這自然要早於法雲一〇八四年秋天離開長蘆寺（他隨後前往宋首都開封任新落成的法雲寺方丈）。⁵⁰如果元代這條二十九歲受戒的記載正確，法雲在一〇八四年離開長蘆寺，則可以推論宗澤出生略早於一〇五六年。可惜的是，我們無從得知在法雲離開長蘆寺前，宗蹟已經在他身邊聞法多久了。

⁴⁸ 椎名宏雄，〈長蘆宗蹟撰『慈覺禪師語錄』の出現とその意義〉，《印度學佛教學研究》第57卷第2號，2009年，頁172-178。

⁴⁹ 《廬山蓮宗寶鑑》：「二十九歲禮真州長蘆秀禪師出家。」（T47, no. 1973, p. 324, c19）

⁵⁰ 法雲寺，內有一法雲寺鐘，成於一〇八六年，蘇軾作〈法雲寺鐘銘（並敘）〉，該文提及法雲任此寺住持的時間為元豐七年（1084）十月。見蘇軾：〈法雲寺鐘銘（並敘）〉，《蘇軾文集》，頁561。亦見於〈法雲寺禮拜石記〉，頁404。

另一個有關宗蹟生年的估算是椎名宏雄提出的一〇三七年或一〇四〇年。他這個說法並沒有定論。椎名教授從《語錄》中宗蹟一段早春的開示中，指出宗蹟用了「人生百歲，七十者稀」這幾個字。⁵¹椎名相信在此宗蹟是表達自己七十歲。⁵²基於此，椎名再從《語錄》一一〇九年的〈序〉做為宗蹟的卒年，往前推七十年，認為宗蹟生於一〇四〇年。然而，這個估算忽視了《嘉泰普燈錄》中的證據（論證詳後）。筆者認為這段開示的年代應該落在一一〇六年初，⁵³這樣的話宗蹟的生年就會被推至一〇三七年。不過，對筆者而言，上述的開示（七十者稀）更像是引用諺語，而不一定是自陳具體年歲。

假設《語錄》的開示與《廬山蓮宗寶鑑》的紀錄都是正確的，宗蹟應該生於一〇三七年，並且在二十九歲的時候（1065）初禮法秀。若參考僧傳資料，當時差不多是法秀初次到長蘆的時候。⁵⁴這樣說來，宗蹟跟隨法秀長達二十年的時間，一直到新住持繼任。不管宗蹟是哪一年抵達長蘆寺，一〇八四年法秀離開時他都還在長蘆寺。礙於這些材料的可

⁵¹ 椎名宏雄，〈《慈覺禪師語錄》（翻刻）〉，頁223。

⁵² 椎名宏雄，〈長蘆宗蹟撰『慈覺禪師語錄』の出現とその意義〉，頁176。典故也許來自杜甫《曲江》。

⁵³ 雖然本文撰寫時並未參閱，但中國上海師範大學碩士論文《宋僧慈覺宗蹟新研》亦持相同見解。見陽珺，《宋僧慈覺宗蹟新研》，上海師範大學碩士論文，2012年，頁12-13。

⁵⁴ 根據惠洪，《禪林僧寶傳》，法雲住持長蘆寺二十年（雖然這是一個啟人疑竇的整數）。（X79, no. 1560, p. 543, c13 // R137, p. 544, b6）

信度不一，關於宗蹟的生年仍未能有定論。

宗蹟持續在長蘆寺修學，並受到繼任住持長蘆廣照（又名應夫、鐵腳夫）的青睞。⁵⁵宗蹟與廣照的師徒關係，可以在《語錄》中獲得證實。根據《語錄》，宗蹟初次住任普會禪院時，他在開堂儀式宣稱長蘆廣照有法乳之恩。

根據《語錄》，宗蹟初次主持的寺院是洺州的普會禪院。⁵⁶洺州也是宗蹟的故里，⁵⁷又稱作廣平。明代時洺州的城牆至今仍存於河北省邯鄲市永年區。普會禪院開堂儀式上，宗蹟拈三次香並尊長蘆廣照為師。第一次拈香是為了哲宗皇帝與高太后（1032—1093），《語錄》中稱後者為太皇太后。因此宗蹟首任住持的時間當開始於哲宗臨位（1085年3月）後與高太后薨逝（1093）前。

椎名教授統計《語錄》中宗蹟結夏安居的次數，據此

⁵⁵ 廣照繼法雲之後接任住持亦可見《補續高僧傳》（X77, no. 1524, p. 492, c17 // R134, p. 293, a13）。「夫」有時會誤寫為「孚」。鐵腳夫事跡可見《禪林寶訓音義》（X64, no. 1262, p. 459, a6-8 // R113, p. 290, b16-18）。關於應夫禪師的卒年，學者據陳師道詩〈送法寶禪師〉推測為一〇九八年，法寶德一禪師為應夫禪師弟子，很可能是法寶禪師將其師捨報的消息帶給陳師道，陳於此詩的開頭敘述了應夫禪師圓寂一事。見《禪燈世譜》（X86, no. 1601, p. 442, a15）。

⁵⁶ 椎名宏雄，〈《慈覺禪師語錄》（翻刻）〉，頁172b。

⁵⁷ 早期文獻有些認為其故里為「洺州」，但此應是「洺州」的訛誤。記載見於一一〇一年雲門僧惟白所編的《建中靖國續燈錄》，當時宗蹟仍住世。據續藏經版《續燈錄》宗蹟「姓孫氏，洺州永年人也。」（X78, no. 1556, p. 754, c13 // R136, p. 266, a10）但日藏宋板的確有洺州。然在宋代，永年地屬洺州，後來永年也被稱為屬於廣平（洺州的別稱）。最後，洺州做為宗蹟的故里，也讓宗蹟住持普會禪院時照顧老母一事更為可信。

推測宗蹟開始任普會禪院住持為一〇九二年。⁵⁸然而，《語錄》編於一一〇九年，宗蹟在這間相對而言不那麼重要的寺院的語錄，似乎不太可能完整記錄。用宗蹟被記錄下來的說法次數來判斷宗蹟住持的時間並不可靠。

還有兩條間接的證據顯示宗蹟初任住持的時間或許更早，約莫在一〇八〇年代後期。首先，《廬山蓮宗寶鑑》記載宗蹟迎生病老母親於方丈室，七年間日日持誦阿彌陀佛不曾間斷。⁵⁹如果我們將宗蹟一〇九五年擔任下一間寺院的住持視作上述七年的結束時間點，則往前回溯七年，宗蹟初任的起點當不晚於一〇八八年。附帶一提，這個記載雖然真實性難以確定，但應與宗蹟已佚失的〈勸孝文〉有關，據推測宗蹟於其母親安詳過世後撰寫了該文。那麼〈勸孝文〉應是寫於他在洺州普會禪院的時期。

證實宗蹟在元祐四年冬（1089）前已擔任普會禪院住持的另一個證據在TK132的〈蓮池盛會錄文〉。⁶⁰宗蹟在此文中提到了一個一〇八九年的夢。在這個奇妙的夢境中，一男子期望能加入宗蹟的「彌陀會」，宗蹟應允，便取《蓮池盛會錄》並問該男子的名諱。該男子回答「普慧」——跟普會禪院同音。夢中這名男子又希望能將他兄長也名列《蓮池盛會錄》當中，宗蹟亦答允，結果普慧的兄長名為「普

⁵⁸ 椎名宏雄，〈長蘆宗蹟撰『慈覺禪師語錄』の出現とその意義〉，頁176。

⁵⁹ 《廬山蓮宗寶鑑》，「日以勤志始終七載」（T47, no. 1973, p. 324, c22）。

⁶⁰ 某些文獻作〈蓮華勝會〉。

賢」——也就是普賢菩薩。宗蹟夢醒後，發現普慧與普賢都出現在《華嚴經》裡。⁶¹他隨後將這兩個名字列於《蓮池盛會錄》的會首。隨著這個故事在南宋、元、明各代被改寫，有人將其改寫成彌陀會的組成是源於此夢；另外，也有人說宗蹟是添加普慧、普賢於既有名冊的會首。⁶²TK132 文獻可證實後者比較準確，因為宗蹟是「更以二大菩薩為首」（改寫讓普慧、普賢置於會首）。而普慧菩薩與普會禪院諧音，也許能推論這個一〇八九年的夢境發生時他已經接任普會禪院住持。同時，宗蹟主持組織這個淨土團體於洺州普會禪院，而不是過去所認為的長蘆。

從《樂邦文類》開始的南宋文獻記載宗蹟撰寫〈盛會錄文〉，並且組織這個盛會在其住持長蘆寺期間。⁶³但這與《語錄》中住持寺院的順序無法相吻合。在這個問題上筆者傾向優先採用北宋時期《語錄》的說法（雖然其出處不無疑問），並認為南宋的記載是晚出的誤解。部分原因也是因為《樂邦文類》錯認宗蹟一生只住持過一處寺院。如果我們推測宗蹟一生只住持過一處寺院，那表示他寫〈盛會錄〉在其最為人所知的洪濟禪院時期（容後詳述）。另一種可能是，宗蹟組織彌陀會時他還不是長蘆寺的住持，而僅是一位學

⁶¹ 見《大方廣佛華嚴經》，〈離世間品〉有一段對話帶出普慧、普賢兩位菩薩。（T09, no. 278, p. 631, c9-p. 633, b27）

⁶² 例如《淨土聖賢錄》（X78, no. 1549, p. 249, b10 // R135, p. 253, b6）和《諸上善人詠》（X78, no. 1547, p. 175, a17-18 // R135, p. 106, a15-16）。

⁶³ 見《樂邦文類》（T47, no. 1969A, p. 193, c13-14），也見於編於一二五八年至一二六九年的《佛祖統紀》（T49, no. 2035, p. 278, c23）。

僧。不過，最可能的情況是當時他已經是住持，並且這關乎他在普會禪院的任期。總之，以上是關乎宗蹟初任住持一事現存最可能的情況，大約是發生在一〇八〇年代中晚期。

住持洪濟禪院為宗蹟第二任住持，根據《語錄》中記載的開堂，始於紹聖二年四月十八日（1095）。《語錄》所提供的時間也能被最近所出土的楊畏夫人王氏之墓誌所證實，楊畏是延請宗蹟至洪濟禪院的官員。⁶⁴洪濟禪院做為宗蹟編纂其大作《禪苑清規》而為人所知，其中有提到皇宋元符二年（1099），以及宗蹟作〈序〉的崇寧二年（1103）。⁶⁵在TK132 文獻被發現以前，一一〇三年被認為是宗蹟住持洪濟禪院的下限。然而，TK132 中崔振孫替《勸化集》寫的〈序〉，題為崇寧三年（1104）九月初八，此〈序〉文中仍稱宗蹟為「洪濟禪院慈覺和尚」。根據這份文獻，宗蹟離開洪濟禪院的時間不可能早於一一〇四年冬天。

宗蹟第三次也是最後的住持在長蘆寺，也是在此他初禮法秀，並遇見了他的老師廣照。宗蹟在開堂的說法中提到自己回到長蘆寺，⁶⁶然而我們只知道此次開堂的時間落在崇寧年間（1102—1106）。筆者認為這次開堂是在一一〇五年的春天。理由是我們可以看到宗蹟在長蘆寺期間有許多關於節慶的上堂說法，筆者稱之為「節曆上堂」（seasonal

⁶⁴ 宋坤，《俄藏黑水城宋慈覺禪師《勸化集》研究》，河北師範大學2010年碩士論文，頁10-11。

⁶⁵ 前者見《重雕補註禪苑清規》（X63, no. 1245, p. 527, c6 // R111, p. 886, a3）；後者見前註（X63, no. 1245, p. 522, a18 // R111, p. 875, a12）。

⁶⁶ 椎名宏雄，〈《慈覺禪師語錄》（翻刻）〉，頁212b。

sermons)。統計這些已知年份的節曆說法，可以推知在宗頤圓寂前他在長蘆寺有過兩次夏安居。假設他在一一〇四年秋末來到長蘆寺，並在一一〇七年以前圓寂，則這兩次安居應當是一一〇五年與一一〇六年。

先說明為什麼筆者傾向於以《語錄》中說法順序當作基礎討論宗頤的生平，而不是傳世的文獻證據。首先，這份《語錄》極可能是在宗頤短暫的住持任期結束後不久就編成。其次，《語錄》中開示的次數與宗頤住持長蘆寺的時間大致能相符，可說是相當周全的紀錄。比起宗頤過去住持寺院的紀錄，長蘆寺的說法紀錄更像是反映他在長蘆寺的種種活動。此時期的編者顯然嘗試按照時間序保留這些說法紀錄（雖然這些順序仍有待商榷）。在這卷《語錄》中，首次出現的節曆上堂是結夏上堂。如果一一〇四年的秋天宗頤仍在洪濟禪院（如前述《勸化集·序》所言），則宗頤在長蘆最早遇到的結夏就是在一一〇五年。其他出現的結曆上堂包含十二月的臘八日。假設這些上堂說法的紀錄也是按照時序書寫，則這場臘八日上堂也是在一一〇五年。之後，有一段「佛涅槃日上堂」也許是在一一〇六年二月。同時我們也假定宗頤規律地上堂說法，每月三、八、十三、十八、廿三、廿八，一個月六次，這也是宗頤自己在《禪苑清規》中所寫。雖然《語錄》不可能紀錄下每一次的開示，但是在《語錄》中所紀錄的八十則，這個數字讓我們知道宗頤住持長蘆寺時至少有過八十次說法。而這個數量也顯示宗頤於長蘆寺至少超過一年，而且是始於一一〇五年結夏之前。

基於近來可見的資料，宗頤一生應擔任過三次住持：首次是洺州普會禪院，第二次為鎮陽洪濟禪院，最後則是長蘆寺。元照的〈序〉也支持這個說法。雖然也有可能元照的說法就是來自《語錄》。至於說宗頤在洺州那一任住持前就已經擔任長蘆寺住持，這個說法是錯誤的，它襲自《樂邦文類》的記載（其認為宗頤一生只擔任過一次住持）。今日我們應捨棄此說。相對於此，筆者另外要指出另一條可供佐證的資料，它出現在〈新添瀘水法（並頌）〉一文裡。⁶⁷此文未證實了上述宗頤先住洪濟禪院，「後住長蘆」之事。它同時錄於一一〇一年版的《禪苑清規》與元代的《敕修百丈清規》中。⁶⁸

接著，筆者打算檢視認為宗頤於一一〇七年以前圓寂的南宋文獻。根據一二〇四年序的《嘉泰普燈錄》，其中記載雪巢法一禪師尚未出家時曾想師事宗頤，然被宗頤所拒，「未幾，慈覺沒。大觀改元，禮靈巖通照愿禪師祝髮登具。」⁶⁹若據此文，則宗頤圓寂於一一〇七年以前。

根據《語錄》與元照的〈長蘆頤禪師文集序〉可以推知宗頤在秋末圓寂。《語錄》中最後的上堂紀錄為「病起

⁶⁷ 《重雕補註禪苑清規》（X63, no. 1245, p. 556, a7-12 // R111, p. 942, a10）。

⁶⁸ 見鏡島元隆，〈解說〉，《訛注禪苑清規》，頁 8-9；《敕修百丈清規》（T48, no. 2025, p. 1139, c21-28）。

⁶⁹ 《嘉泰普燈錄》：「未幾，慈覺沒。大觀改元，禮靈巖通照愿禪師」（X79, no. 1559, p. 353, c18 // R137, p. 169, b12）。

上堂」，⁷⁰這則是在前述臘八上堂後大約第十六則，也可以說是幾個月之後的事情。⁷¹這則語錄裡有幾句詩意的描述如「金風」，一般來說是借喻秋天。此外，元照〈序〉寫道：「正道難聞，知音罕遇。方圖款扣以盡所懷，俄聞暮秋奄歸真寂。」⁷²顯示宗蹟很可能死於秋天（也許是九月），在最後一次上堂說法之後不久。

綜上所述，如果宗蹟在一一〇五年冬天演說了臘八上堂，而在一一〇七年換住持之前圓寂，那麼他去世的那個秋天必然是一一〇六年。宗蹟的生年目前尚難斷定（最早可推到一〇三七年，至晚不過一〇五六年）。考量到《語錄》的文獻來源仍待商榷，本文對生卒年的討論未來仍需進一步考察。

五、結論

黑水城文獻 TK132 號（《慈覺禪師勸化集》）收錄了十五篇長蘆宗蹟的文章，是一本居士修行的指南。筆者以為此《勸化集》善本讓學界得以一窺流傳在居士間多樣禪修實踐的例子。此書由宗蹟所處的群體所集結，很可能用於那些寺廟或在家的向佛者，也包含發心皈依的信徒。從這些篇章中可以看到編者明確地考慮到各式各樣的社會群體，包含僧

眾、豪門、軍門、鄺中與公門。文中亦不時透露出宣教的意圖。宗蹟提供了居士們一套的修行方式，包含透過坐禪以求悟道，藉此讓自己的禪法能觸及至叢林之外。

得力於晚近發現的文獻，如《勸化集》與《慈覺禪師語錄》，宗蹟的生平與行止意外地有了一個現代新面貌。他教導居士們禪修，因為這能放鬆他們的身心。又，他鼓吹修持淨土法門的重要，特別是臨終的時刻。此外，他也主張日常的素食習慣（儘管並不要求整天茹素）。宗蹟也跟上媒體發展的脚步，讓印刷品的流通能形成一個網絡，突破地域的限制。然而，與此同時，宗蹟也在《禪苑清規》中發表其對僧眾儀軌嚴格的解釋與要求，這點引起當代許多中國佛教法師的共鳴。看到宗蹟多樣豐富的主張，讓人不禁好奇若他生於現代，他又會採取哪些教法與哪些傳播媒介呢？（賴需澄譯 / 臺灣大學中國文學系博士候選人）

⁷⁰ 椎名宏雄，〈《慈覺禪師語錄》（翻刻）〉，頁 224b，no. 80。

⁷¹ 椎名宏雄，〈《慈覺禪師語錄》（翻刻）〉，頁 222b，no. 64。

⁷² 《芝園集》：「正道難聞，知音罕遇。方圖款扣以盡所懷，俄聞暮秋奄歸真寂。」（X59, no. 1105, p. 665, c16-17 // R105, p. 604, a14-15）

附錄：黑水城文獻 TK132 號的篇名與相關異文

目錄中的篇名	篇名別稱	篇名英譯	TK132 頁數	相關異文
1 蓮池勝會錄文	--	“Register of the Lotus Pool Resplendent Assembly”	2a-7b	樂邦文類, 卷 2 Also given the title: 「真州長蘆禪師勸參禪人兼修淨土」龍舒增廣淨土文, j. 11
2 念佛懺悔文	--	“Buddha Recollection Repentance Writ”	7b-11a	附慈覺懺悔文 in 華嚴經海印道場懺儀 X74, no. 1470, p. 354, a21-c12
3 念佛發願文	--	“Writ for Vows of Buddha Recollection”	11a-14a	Similar to but not identical with 「念佛迴向發願文」 in 樂邦文類, 卷 2; compare also with 《禮念彌陀道場懺法》卷 7, and 《華嚴經海印道場懺儀》卷 42
4 發菩提心文	發菩提心要略法門	“Writ for Developing Bodhicitta” “The Essential Methods for Giving Rise to the Aspiration for Awakening”	14a-14b	無
5 念佛防退方便	勸念阿彌陀佛防退方便	“Admonition to Recollect Amitabha Buddha, an expedient to prevent backsliding”	14b-15a	「念佛防退方便文」 in 樂邦文類, 卷 2 2 seven-character poems 「勸念佛頌」 in 樂邦文類, 卷 5

6 淨土頌	--	“Pure Land Hymns”	15b-19a	Last two poems 「勸念佛頌」 in 樂邦文類, 卷 5
7 戒酒肉文	--	“Writ on Abstaining from alcohol and meat”	19a-20b	Not preserved elsewhere
8 坐禪儀	--	“Principles of Seated Meditation”	20b-23a	坐禪儀 Chanyuan qinggui, j. 8
9 自警文	--	“Writ for Admonishing Oneself”	23a-24a	自警文 Chanyuan qinggui, j. 8
10 在家修行儀	在家菩薩修行儀	“Protocols of Practice for Householder Bodhisattvas”	24a-25a	「勸檀信」 Chanyuan qinggui, j. 10
11 事親佛事	--	“Buddha Activity Serving One’s Parents”	25a-26b	《永樂大典》第 11620 卷 30-31 頁: “Elder Cijue [Zongze on Serving Parents” 〈慈覺禪老奉親〉
12 豪門佛事	--	“Buddha Activity for Wealthy Households”	26b-28a	無
13 軍門佛事	--	“Buddha Activity for Martial Households”	28a-30a	無
14 鄺中佛事	--	“Buddha Activity Amid the Marketplace”	30a-33a	少林寺碑文 (公元 1114 年), 參考溫玉成與劉建華 〈佛教考古兩得〉 《佛學研究》 11 號 2002 年
15 公門佛事	公門佛事並頌	“Buddha Activity for Public Officials”	33b-39b	無
16 人生未悟歌 (二首)	Two separate texts	“Song of the Unawakened” [*not attributed to Zongze]		
	人生未悟歌		39b-44a	無
	未悟歌		44a-45b	無

參考文獻

佛教藏經或原典文獻

T：線上版《大正新脩大藏經》（CBETA），「中華電子佛典協會」製，引用格式依冊數（T）、經號（no.）、頁數（p.）、欄數（c）、行數（數字）。

X：線上版《新纂大日本續藏經》（東京：國書刊行會，1975-1989），「中華電子佛典協會」製，引用格式依冊數（X）、經號（no.）、頁數（p.）、欄數（c）、行數（數字）。而後 R 指引臺灣版一百五十冊《續藏經》。

《十誦律》，T23, no. 1435。

《大方廣佛華嚴經》，T09, no. 278。

《大般涅槃經》，T12, no. 374。

《大智度論》，T25, no. 1509。

《出曜經》，T04, no. 212。

《四分律》，T22, no. 1428。

《佛祖統紀》，T49, no. 2035。

《佛開解梵志阿毘經》，T01, no. 20。

《芝園集》，X59, no. 1105。

《金光明經文句》，T39, no. 1785。

《金園集》，X57, no. 950。

《建中靖國續燈錄》，X78, no. 1556。

《昭和法寶總目錄》，東京：大正新脩大藏經刊行會，1934年。

《重雕補註禪苑清規》，X63, no. 1245。

《首楞嚴經》，T19, no. 945。

《敕修百丈清規》，T48, no. 2025。

《梵網經》，T24, no. 1484。

《梵網經菩薩戒本疏》，T40, no. 1813。

《淨土聖賢錄》，X78, no. 1549。

《慈受懷深禪師廣錄》，X73, no. 1451。

《慈覺禪師勸化集》，《俄藏黑水城文獻》第三冊，上海：上海古籍出版，1996年，頁82-103，文獻號TK132。本文亦簡稱《勸化集》。

《補續高僧傳》，X77, no. 1524。

《嘉泰普燈錄》X79, no. 1559。

《樂邦文類》，T47, no. 1969A。

《樂邦遺稿》，T47, no. 1969B。

《諸上善人詠》，X78, no. 1547。

《禪宗永嘉集》，T48, no. 2013。

《禪林僧寶傳》，X79, no. 1560。

《禪林寶訓音義》，X64, no. 1262。

《禪苑清規》，看《重雕補註禪苑清規》。

《禪燈世譜》，X86, no. 1601。

《廬山蓮宗寶鑑》，T47, no. 1973。

專書、論文（中·日·英）

孔凡禮點校，《蘇軾文集》，北京：中華書局，1986年。

古賀英彥、入矢義高，《禪語辭典》，京都：思文閣，1991年。

西谷啓治、柳田聖山編，《禪家語錄II》，《世界古典文學全集》36B，東京：筑摩書房，1974年。

佐藤成順，《宋代仏教の研究：元照の浄土教》，東京：山喜房佛書林，2001年。

宋坤，《俄藏黑水城宋慈覺禪師《勸化集》研究》，石家莊：河北師範大學碩士論文，2010年。

- 梶谷宗忍、柳田聖山、辻村公一譯作，《信心銘、証道歌、十牛
圖、坐禪儀：禪の語録 16》，東京：筑摩書房，1974 年。
- 船山徹，《東アジア仏教の生活規則『梵網經』——最古の形と発
展の歴史》，京都：臨川書店，2017 年。
- 椎名宏雄，〈《慈覺禪師語録》（翻刻）〉，《駒澤大學禪研究所
年報》第 20 號 2008 年，頁 169-224。
- 椎名宏雄，〈長蘆宗蹟撰『慈覺禪師語録』の出現とその意義〉，
《印度學佛教學研究》第 57 卷第 2 號，2009 年，頁 172-178。
- 椎名宏雄，〈水城文獻『慈覺禪師勸化集』の出現〉，《駒澤大學
佛教學部研究紀要》第 62 號 2004 年，頁 15-42。
- 椎名宏雄，《宋元版禪籍の研究》，東京：大東出版，1993 年。
- 陽琚，《宋僧慈覺宗蹟新研》，上海：上海師範大學碩士論文，
2012 年。
- 馮國棟、李輝，〈《俄藏黑水城文獻》遼代高僧海山思孝著作
考〉，《西夏學》第 8 輯 2011 年 10 月，頁 276-280。
- 禪學大辭典編纂所，《禪學大辭典》，東京：大修館，1978 年。
- 鏡島元隆，《注禪苑清規》，東京：曹洞宗宗務廳，1972 年。
- 釋聖嚴，《禪門修證指要》，臺北：法鼓文化，1999 年。
- Benn, James. “Buddhism, Alcohol, and Tea in Medieval China,” *Of
Tripod and Palate: Food, Politics, and Religion in Traditional
China*, Roel Sterckx ed. (New York: Palgrave Macmillan, 2005),
213-236
- Benn, James. *Tea in China: A Religious and Cultural History* (University
of Hawai'i, 2015)
- Bielefeldt, Carl. *Dōgen's Manuals of Zen Meditation* (Berkeley:
University of California Press, 1988)
- Campany, Robert. *Strange Writing: Anomaly Accounts in Early Medieval
China* (Albany: State University of New York Press, 1996)

- Foulk, T. Griffith. “*Chanyuan qinggui* and other ‘rules of purity’ in Chinese
Buddhism” in *The Zen Canon: Understanding the Classic Texts*,
Heine and Wright eds. (Oxford University Press, 2004), 275-312
- Gimello, Robert. “Mārga and Culture: Learning, Letters, and Liberation
in Northern Sung Ch’an” in *Paths to Liberation*, Buswell and
Gimello eds. (Honolulu: University of Hawai'i Press, 1992)
- Greene, Eric. “A Reassessment of the Early History of Chinese Buddhist
Vegetarianism,” *Asia Major* 29.1 (2016): 1-43
- Huang, Ch'i-chiang (黃啟江), “Pure Land Hermeneutics in the Song
Dynasty: The Case of Zhanran Yuanzhao (1048-1116)” *Chung-Hwa
Buddhist Journal* 13.2 (2000): 385-429
- Kieschnick, John. “Buddhist Vegetarianism in China” in *Of Tripod and
Palate*, Roel Sterckx ed. (New York: Palgrave Macmillan, 2005)
- Kirchner, Thomas Yūhō. *The Record of Linji*. (University of Hawai'i,
2009)
- Schlütter, Morten. *How Zen Became Zen* (Honolulu: University of
Hawai'i Press, 2008)
- Sharf, Robert. “How to think with Chan *gong'an*,” in *Thinking with
Cases*, Furth, Zeitlin, and Hsiung eds. (Honolulu: University of
Hawai'i Press, 2007), 205-243.
- Toleno, Robban. “Skilled Eating: Knowledge of Food in Yichu's *Shishi
liutie*, a Buddhist encyclopedia from Tenth-century China,” PhD
Dissertation, University of British Columbia, 2015
- Wu, Jiang. “Finding the first Chinese Tripitaka in the West,” in
Reinventing the Tripitaka, ed. by Wu and Wilkinson (Lanham, MD:
Lexington Books, 2017)
- Yifa. *The Origins of Buddhist Monastic Codes in China* (Honolulu:
University of Hawai'i Press, 2002)

Salvation for Laypeople: Changlu Zongze's "Principles of Seated Meditation" and the recovered Tracts Encouraging Transformation booklet

Jason Protass

Assistant Professor, Department of Religious Studies, Brown University

Abstract

This essay analyzes the structure and contents of the booklet referred to as *Quan hua ji* 勸化集, also known as *Quan hua wen* 勸化文 ("Tracts Encouraging Transformation"), a compilation containing fifteen texts attributed to the Chan master Changlu Zongze 長蘆宗蹟 (d. 1106), including the earliest known version of Zongze's *Zuo chan yi* 坐禪儀 ("Principles of Seated Meditation"). This rare book with preface dated 1104 was recovered in the early 20th century together with a cache of Tangut documents preserved outside the city walls of Khara-Khoto. The text predates by nearly a century the appending of *Zuo chan yi* to a later 1202 edition of Zongze's opus *Chanyuan qinggui* 禪苑清規 (Rules of Purity for Chan Monasteries), which heretofore was the main object of pertinent scholarly inquiry. This paper considers the significance of the inclusion of *Zuo chan yi* in the *Quan hua wen* booklet, which I argue was a collection for lay householders. The *Quan hua wen* compilers placed the *Zuo chan yi* alongside instructions for reciting Pure Land hymns, repentance rites, admonitions to abstinence from meat and alcohol, and exercises to generate bodhicitta. This paper draws this evidence together to corroborate and nuance the earlier scholarly insights about *Zuo chan yi*. Then, Zongze's tract on vegetarianism is translated; thereafter, the chronology of Zongze's career and year

of death are reconsidered. It is hoped this initial inquiry will be a foundation for further study of Yunmen masters and their place in the broader religious culture of the late Northern Song.

Keywords: *Zuo chan yi* ("Principles of Seat Meditation"); *Quan hua ji* ("Writs of Admonition and Transformation"); Changlu Zongze; Yunmen Sect

聖嚴思想論叢 14

聖嚴研究 第十四輯

——聖嚴法師與禪學研究

Studies of Master Sheng Yen Vol. 14:
Master Sheng Yen and the Research of Chan Study

編者	聖嚴教育基金會學術研究部
出版	法鼓文化
主編	楊蓓
封面設計	胡珮珮
地址	臺北市北投區公館路186號5樓
電話	(02)2893-4646
傳真	(02)2896-0731
網址	http://www.ddc.com.tw
E-mail	market@ddc.com.tw
讀者服務專線	(02)2896-1600
初版一刷	2021年6月
建議售價	新臺幣360元
郵撥帳號	50013371
戶名	財團法人法鼓山文教基金會—法鼓文化
北美經銷處	紐約東初禪寺 Chan Meditation Center (New York, USA) Tel: (718)592-6593 Fax: (718)592-0717



本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本社調換。
版權所有，請勿翻印。

國家圖書館出版品預行編目資料

聖嚴研究. 第十四輯 / 聖嚴法師與禪學研究 / 聖
嚴教育基金會學術研究部編. -- 初版. -- 臺北
市 : 法鼓文化, 2021. 6

面 ; 公分

ISBN 978-957-598-913-2 (平裝)

1.釋聖嚴 2.學術思想 3.佛教哲學 4.文集

220.9208

110005660