

序

《始終心要》為中唐天台九祖 湛然大師（711~782）所撰的一篇精要短文，乃針對天台宗解行核心所在的「三諦圓融」與「一心三觀」之理，進行綱要性的說明。本文首先揭櫫真、俗、中「三諦」，是法界之中一切情與非情的天然之德，乃含生本具，非造作所得，所謂：「真如界內絕生佛之假名，平等慧中無自他之形相」。而雖說三諦宛然，卻又是舉一即三、舉三即一，非前非後，「說之次第，理非次第」。此天台三諦圓融之理，不但是 智者大師對「唯一佛乘」之佛法所做的最根本之定義，同時也是大乘佛法中對於宇宙人生最終極圓滿的見解！以此思想為本，本文乃開出了修三觀、破三惑、證三智，以顯圓融三諦，最後成就三德秘藏之究竟佛果的天台教觀之綱領。全文雖僅短短二百八十七字，但已將天台宗最核心的教、理、智、斷、行、位、因、果等，大乘佛法修因證果的根本重心，綱舉目張地開示顯說了，可以說此《心要》，正是天台宗的「心經」、「心論」！後人欲研習天台宗教、觀雙美的教學宗旨，此文正是提綱契領的重要典籍。

此部論古來的註釋有：宋代淨岳大師之《科文》、從義大師之《註》，及日僧慈等（？）之《姆訓》、妙立（1637~1690）之《大義》、光謙（1652~1738或1739）之《異解》、本純（1702~1769）之《箋註》等，均各一卷。惜今日可見者，僅存宋代山外派 從義大師的《始終心要註》。近人的註解則有民初 諦閑（1858~1932）大師的《始終心要略解》、《始終心要略解鈔》、靜修大師的《始終心要義疏》及 倭虛（1875~1963）大師的《始終心要義記》等，皆是天台大

師們的名山之作，具有很高的參考、學習之價值。

二〇〇六年暮春，承^{學人}法和尚，美國紐約莊嚴寺退居方丈 顯公和尚之命，往該寺為當地華人及西方人士介紹天台教法，於是乃以二十小時的時間，講解了這部天台宗的心論。當時為了讓聽者有解行並進的經驗，因此除了每天早晚各於大佛殿講解二小時外，更於前三天的下午，以直念的方式帶領大眾禮拜〈法華三昧懺〉，後兩天下午則於觀音殿，另帶大眾行香靜坐修止觀。這期間，除了下午的共修外， 顯公老人以百歲之高齡，幾乎每一講次皆蒞臨旁聽，老人提攜、加持弟子之用心密意溢於言表，令^{學人}非常地感動與受用！也正因為這樣，才使^{學人}能在那個莊嚴而清涼的環境中，身心安穩地藉由準備講解的過程，對天台教理有了更深刻的領解，這應算是此次講座中^{學人}最大的收穫了。

此次的美東之行，除了藉由正式的《始終心要》講座對西方人士介紹天台思想外，二十小時的講座結束後，更以一天四堂課的內容，針對西方人士再講解天台宗概要。為了讓不懂華語的人士能得到受用，^{學人}很榮幸請到 宣化長老的高徒恆實法師擔任翻譯。法師學養俱佳，為人熱情謙遜、忍苦卓絕，曾於一九七七年，三步一拜由洛杉磯至萬佛聖城，全長八百里，寒暑無間、病苦無懼地歷時二年九月完成。師華語造詣甚深，即席翻譯英語信達雅具足，令聽者皆能得法受用深獲法喜。

要再附帶一提的是，此次講座對^{學人}而言意義誠屬重大，因為除了說法以報四恩之外，更以此次來美講說天台教法，而促成了稍後（同年十一月）在華盛頓特區禪學講堂接 顯公和尚天台法嗣的因緣。^{學人}以大學時代參加水里蓮因寺齋戒學會

而親近 顯公和尚，至今已二十餘年，老人家正是^{學人}天台教理的啟蒙師父。當年親承座下，除聽聞天台教法並充任侍者外，課餘之暇亦常常跟著老和尚，童言無忌地請示許多關於天台宗的教理、修行、教學規矩及老和尚年輕時代的教育養成情況，亦兼問及民國初年佛教界的一些實況。出家多年以來，這些當時可能是無心的問答，竟一直深深的影響著自己的僧格、行事方式與對天台宗的堅定信仰態度。可以說，老人家對於^{學人}的影響，早已超出了單純的佛法義理之授受。這樣的感覺，甚至亦隨著出家愈久而愈形深刻！所以，此次美東的接法，在旁人來看或許只是一個傳統的儀式，在自己來看固然是學修不足受之有愧、任重道遠履薄臨淵，但更重要的是，它對^{學人}而言有著一種法門尋根與繼承的義涵！能親自從老和尚的手中接下法卷，在某個意義上，代表著多年來親近老人家修學佛法所得的一個授記與囑咐，有著一種遊子返家的深刻安穩、感恩與感動，也代表著今後在漢傳佛教中，自己所應該負擔的角色與責任。因此，既使任重道遠，卻是責無旁貸；雖然學修甚寡，惟法和尚的囑咐乃是一生的鼓勵，日後自當戮力以赴！

由於回台之後，屢有好樂天台教理之同道，頻頻詢問講座光碟流通之事宜，復以佛教傳佈協會亦欲以此為衛星電視台曉光空中佛學院之課程，今課程講義出版在即，乃略述本論要義，並記講解因緣如上，願見者聞者同發道心焉。

時維

佛曆二五五一年仲春

始終心要講義

始終心要本文

荊谿尊者述

夫三諦者。天然之性德也。^{甲一、乙一、}中諦者。統一一切法。真諦者。泯一切法。俗諦者。立一切法。舉一即三非前後也。含生本具。非造作之所得也。^{甲二、乙二、}悲夫。祕藏不顯蓋三惑之所覆也。故無明翳乎法性。塵沙障乎化導。見思阻乎空寂。然茲三惑乃體上之虛妄也。^{丙二十一、}於是大覺慈尊喟然歎曰。真如界內絕生佛之假名。平等慧中無自他之形相。但以眾生妄想不自證得。莫之能返也。^{甲三、乙一、}由是立乎三觀。破乎三惑。證乎三智。成乎三德。空觀者。破見思惑。證一切智成般若德。假觀者。破塵沙惑。證道種智成解脫德。中觀者。破無明惑證一切種智成法身德。然茲三惑三觀三智三德。非各別也。非異時也。天然之理具諸法故。然此三諦性之自爾。^{甲四、乙一、}迷茲三諦轉成三惑。惑破藉乎三觀。觀成證乎三智。智成成乎三德。從因至果非漸修也。^{乙三、丙一、}說之次第。理非次第。大綱如此。綱目可尋矣。^{甲五、}

壹、講說緣起^{分五}

甲一、老人指示

甲二、報三寶恩

甲三、自利增上

甲四、弘揚漢傳

甲五、受授相資^{分七}

- 乙一、求法若渴
- 乙二、恭敬至誠
- 乙三、真為生死
- 乙四、生難遇想
- 乙五、即是修行
- 乙六、不圖名利
- 乙七、非關知識

貳、五重玄義_{分五}

- 甲一、釋 名：由初始發心終至成就圓滿一乘佛果位的修心法要。
- 甲二、辨 體：以介爾一念法界圓融不思議心為體。
- 甲三、明 宗：以一心三觀作修心法要為宗。
- 甲四、論 用：證三諦圓融，智成三德為用。
- 甲五、判教相：以圓頓大乘為教相。

參、入文科判_{分五}

- 甲一、舉三諦明心要_{分三}（諦：審實無虛）
 - 乙一、標歎諦德
 - 乙二、別釋諦相
 - 乙三、總舉融妙
- 甲二、示三惑明覆障_{分四}

乙一、總標不顯

乙二、別釋惑相

乙三、明惑非真_{分二}

丙一、總明三惑體妄

丙二、引聖言明妄想_{分三}

丁一、標聖歎

丁二、明三諦離名相

丁三、結示生妄莫返

甲三、立三觀以修顯_{分四}

乙一、舉三觀名

乙二、略示其用

乙三、別釋觀相

乙四、結示性具

甲四、結歸圓頓秘藏_{分三}

乙一、重歎諦性

乙二、示迷悟相

乙三、結示圓頓_{分二}

丙一、事非漸造（因賅果海，果徹因源，因果同時。一心三觀為因，破如幻三惑為緣，見一境三諦，證一心三

智，成一心三德為果）

丙二、理非次第

甲五、結指綱目

肆、補充資料

◎衛教致身無明翳本性

觀心念佛蓮蕊棲清神

◎晉陵荊溪尊者簡介：

湛然：(711~782)中唐僧，玄宗開元天寶年間，俗姓戚，常州晉陵荊溪(江蘇宜興縣)中興第九祖，家世儒，幼習儒學。17歲游浙東諸地，尋師訪道。十七歲從金華方(芳)巖，受天台止觀。開元十八年(730)二十歲入(八祖)左溪玄朗門下，專習天台教旨，盡得其學。三十八歲(天寶七年)父歿，方投宜興淨樂寺出家，至越州(會稽)開元寺從名僧曇一學《四分律》，又於吳郡開元寺講《摩訶止觀》。天寶十三年玄朗大師寂，乃游化東南，著述宣講，大開法筵盛弘台宗，以中興天台為己任。當時禪、華嚴、法相諸宗名僧輩出，師嘗謂：「今之人或蕩於空、或膠於有，自病病他，道用不振，將欲取正，捨予誰歸？」從而顯揚天台宗義，對抗他家。尊者一生遠離名利，天寶、大曆年間(742~779)，玄、肅、代三宗前後徵召，師皆托病不出。

師初住蘭陵(今江蘇武進)，歷住妙樂(常州，講法華，成《法華文句記》)又稱《妙樂記》)、清涼諸刹，晚歸天台國清寺。衣著儉樸，嚴以律己，以身誨人，所至之處，四眾景從，隨學者日眾，當兵災饑饉之際，學徒來集的更多，師仍廣接來者，不捨一僧。教導來學，耆年不倦，德譽廣被，為一切僧俗所敬仰。

一生著作等身，主要著作有天台三大部之注釋(《法華玄義釋籤》20卷、《法華文句記》30卷、《輔行傳弘決》40卷)上述三大部系闡釋智者大師的教觀深旨。又著《金剛錍》1卷、《止觀義例》2卷、《法華五百問論》3卷、闡發天台教的深理。此外更著有《摩訶止觀輔行搜要記》、《維摩經略疏》各10卷、以及《維摩經疏記》、《華

嚴經骨目》、《法華經大意》、《十不二門》、《始終心要》等。特別是以《金剛錍》、《止觀義例》、《法華五百問》破賢首、法相及禪宗而獨尊天台教，使得天台宗於中唐時期，沛然有中興之勢。

師除繼承發揚天台宗的傳統思想外，又提出「無情有性」論。在《金剛錍》、《止觀義例》及其他著作中，按「依正不二」、「凡聖一如」、「色心一如」之理，說佛性即法界，不隔有情無情，一草一木、一礫一塵，皆有佛性。但此處所說佛性，乃是三因（正因、了因、緣因）佛性中的「正因」佛性，即是法性，又即真如之理。尊者主張佛性不分有情、無情，一草一木，皆有佛性。乃是將「無情有性」與馬鳴菩薩的《大乘起信論》所闡發的「真如隨緣說」相結合。

德宗建中三年（782），師圓寂於佛隴，天台宗尊為第九祖。一般稱荊溪尊者、妙樂大師，又稱記主法師。北宋開寶年中，吳越王錢氏更追諡「圓通尊者」之號。嗣法弟子有道邃、行滿、元浩（皜）等39人，其中吳門元浩（？~817）於《法華》、《止觀》之學深有所得，為湛然囑累弟子。從其受學者還有華嚴宗僧人澄觀（大曆十年775，華嚴四祖，紹興人，737~838），早年亦嘗受學《止觀》及《法華》、《維摩》等疏，復有當時名士梁肅（官僚、能文，著有止觀一類的書，與中國的傳統思想相調和，提出返本之說等等，已不同於天台教義）、李華等數十人。道邃、行滿二弟子更傳教觀於日僧最澄（767~822），最澄盡寫此宗的教籍以歸，從而創立日本天台宗。

◎自然外道：

認為：一切世間相皆無因果、非因緣而有，說一切苦樂輪迴等，皆是自然存在的。

◎《瓔珞》卷下〈佛母品〉第五（T5, p1018b）：「佛言：所謂有諦、無諦、中道第一義諦，是一切諸佛菩薩智母。」又〈因果品〉第六（p1019b）：「慧有三緣：一照有諦、二無諦、三中道第一義諦。」

◎《仁王般若》卷11（T8, p833b）〈受持品〉第七：「世諦三昧、真諦三昧、第一義諦三昧，此三諦三昧，是一切三昧王三昧。」

◎天台宗所依經典，主要是：法華、涅槃、金光明經、大論、大品（什譯）、菩薩瓔珞經、中論。

◎三惑：

見惑（理惑）——見解、知見上的謬誤，指意根對法塵（思想概念）所起之邪見，分利鈍兩類共有十使：身（妄計五陰、界、人為「我」）、見取、戒禁取、邪見（撥無因果）此為五利使。

另有貪、瞋、癡、慢、疑，為五鈍使。

三界共有八十八使見惑。見道位（初果）所斷。

思惑（事惑）——思惟、情感上所生之貪染執著（五根對五塵而起）與倒想邪求，又名修惑。思惟道（修道）位上所斷。三界共九地（欲、四禪、四定）各有上上至下下皆九品，故有八十一品（貪、瞋、癡、慢、上八地無瞋）。

（見、思惑，乃迷三界內之事、理，故稱為「界內惑」，又為三乘所通斷，故又名「通惑」，以空觀斷之。）塵沙惑——執於空觀，迷於界內、外之塵沙數法，能障出假以利生。指能障礙俗諦的事智，令菩薩化道不得自在的無數不染污無知。界內通二乘有，以見思為體；界外獨菩薩有，以無明為體，此時又名「別惑」。

無明惑——不了中道實相，是根本無明，能招界外變異生死，名界外惑。又見思惑為枝末無明，為界內惑。

◎三觀出處：《菩薩瓔珞本業》卷上〈賢聖學觀品〉第三：「其正觀者，初地已上有三觀心入一切地。三觀者，從假名入空二諦觀，從空入假名平等觀。是二觀方便道，因是二空觀，得入中道第一義諦觀。」（T24 p1014b）

◎三智出處：《摩訶般若波羅蜜經》（小品）卷二十一〈三慧品〉（T8）：須菩提言：佛說一切智、說道種智、說一切種智。是三種智有何差別？佛告須菩提：薩婆若是一切聲聞、辟支佛智。道種智是菩薩摩訶薩智，一切種智是諸佛智。一切智：了知一切法總相（空相）；道種智：了知一切法別相，菩薩為教化眾生，說世間、出世間、有漏、無漏諸道的智慧（假智）；一切種智：通達一切總相與別相之智（中道智）。依次第三觀（別教）證別相三智，三智歷別不融；依一心三觀（圓教）證一境三諦，三智於一心中得，則三智即一智、一智即三智，互融無礙。

《大智度論》卷27：「總相是一切智，別相是一切種智；因是一切智，果是一切種智；略說一切智，廣說一切種智。一切智者，總破一切法中無明闇；一切種智者，觀種種法門破諸無明。」(T25 p259a)。卷27「(略)佛自說一切智是聲聞、辟支佛事，道(種)智是諸菩薩事，一切種智是佛事；聲聞辟支佛但有總一切智，無有一切種智。」(T25 p258c)

◎三德非前後，一而三，三而一

般若德—離情鑒照之用。智能鑑照，轉煩惱惑成般若德。覺了三諦法。(在因為「了因」佛性)↓智至果滿。

(離情明照理體)。(觀照軌)

解脫德—離一切繫縛。自體無累，能免他繫縛。轉繫縛業因成解脫德。於諸法無染無住。(在因為「緣因」佛性)

↓福至果滿。

(應物而自在度眾生)。(資成軌)

法身德—轉迷界眾生的苦果所得之果體。顯本法性以成身，以一切諸功德法為身。轉苦報身成法身德。「法」為諸

佛軌則，「身」者聚也，一一法皆具常、樂、我、淨謂之「德」。一法具一切法，無有缺減名身。(在因為

「正因」佛性)↓報至果滿。

(法身融即，一法攝一切法)。(真性軌)

◎涅槃四德：

涅槃超越時空，恆常不變而無生滅(無有二十五有生死，即三界有情異熟果體之生死)，隨緣化用常不絕謂之「常」；永絕生死逼迫之患累，無為安穩，寂滅永安(不受二十五有報)，運用自在，所為適心謂之「樂」；離妄執之我，得八大自在我(示一身多身、示一塵身滿大千界、大身輕舉遠到、現無常類常居、諸根互用、得一切法無得想、說一偈義經無量劫、身遍諸處猶如虛空)，是實是真、是主是依(破二十五有業)，性不變易謂之「我」；解脫一

切惑業垢染（破二十五有煩惱），湛然清淨，隨化處緣而不污謂之「淨」。【見《大涅槃經》卷1 T12 p377b，北本《涅槃經》卷二十三、三、七，及《佛性論》卷二】

伍、聽者所提問題參考

問 1：四時八教，其中四時是講佛說法不同的時間，或者是因個人根基，學習的次第時間而分成四個不同學習時間而說不同之法？

問 2：八教是不是祖師把佛所說的法，分門別類而分成八教？

問 3：一諦三觀，以心、佛、眾生，主要用力是「心」，心緣眾生知是幻，並眾生自性是佛，佛與眾生本無差別，最後觀心本無，可有類似？

問 5：六妙門，隨息法門，重點是否以心依息，是要注意到心的存在，息只不過是一個工具而已？

問 6：念佛！來修心、口誦佛號，入於耳，繫於耳根（心住於耳）以安其心，稍有定性，反聞聞自性，觀心是佛。這方法以佛為所緣境，以耳根為控馬索，令心馬不狂亂，進而觀心是佛，如是以佛念佛；心亂時，心繫不動之耳根，定時起諦觀即心是佛，這可是合理的念佛方法？

問 7：

- ① 天台行門為何？在中國佛教中之地位？
- ② 平常日用如何修天台？
- ③ 天台行門包含全或部份的法華經？若部份為何？
- ④ 智者大師對天台宗的影響如何？
- ⑤ 修淨土與天台宗有衝突嗎？
- ⑥ 請法師為說三歸依。

問 8：天台宗以“一心三觀”為主要修行方法，請問 師父此法與禪宗主張之明心見性，及密教之紅教的大圓滿和佛教的大手印，在修行方法上有何不同，所證果位差別如何？

問 9：法師慈悲：

如果對拜佛、拜懺、誦念無法馬上攝心，與佛相應，有沒有更直接、方便的方法來練習佛法修行，（在有限的時間和空間）的環境中，作有效的佛法認知和身心的轉化？

問 10：尊敬的法藏法師

我是一名男居士 33 歲，病重，拜萬佛懺 7 遍，想跟你簡短談談你一些指點。646-763-5085 劉皓□

問 11：如何安慰臨終的病人，和解除他的恐懼？

問 12：請問生相無明之義？

問 13：(1)您認為，對於一般美國大眾而言，（並無任何佛教背景或傾向），如何啟蒙較有效

(2)我教授一些美國養老院的老人坐禪，希望能就一些具體問題向您單獨請教一二，可否？（我今晚宿於莊嚴寺

。）謝謝！ 李永□

問 14：打坐時是否應放空（即什麼都不想）？

問 15：我有個朋友據說開了天耳通，耳朵都是鬼道眾生來找他評理，吵得他痛苦萬分，晚上也睡不著，外人看來他是被附身了，該怎辦？

問 16：怎樣入一心（行門上有何方便法門）？

問 17：日常生活中觀照念頭，是屬於四散中哪一散？怎麼入一心？一心中如何觀念頭？

問 18：念佛號與背誦經文，能夠自然流轉體會到如如不動的佛號與經文，此時做摩訶衍四念處觀，是否有何方法能證入中道實相？

問 19 : 《法華三昧懺儀輔行集註》p.11，天台懺法在事懺後更修三止三觀，為此類懺法之重心與特色。三止如何修持？
三止三觀與實相差別為何？

問 20 ..

Question (1)

If China was able to pursue the understanding of Buddhism far 500 years at the beginning of their experience. What has happened now?

When today Tibetan way of living is being erased, and millions of Chinese are finding an answer in falun gone and also there seems to be a vacuum of understanding that encourages. Such a rapid growth of underground Christian churches.

Question (2)

What does Tien Tai say about the method of breath awareness?

問 21 .. Please explain more about emptiness, falsevers of middle-way.

問 22 .. What is Tien Tai?

How to practice?

問 23 .. You have mentioned Ch'an a number of times, and noted of every

stage the 4th patriarch engaged? Ch'an. How does Ch'an as a school relate to Tien Tai?

問 24 .. So many people suffer in our Uiban areas-through their own addictions and the addictions of our society. I notice the monastery is in the country, and that the temple of enlightenment is the Bionx is just a small residence for nuns.

How can we help those who are living in this distracted environment by offering the Dharma to those who do not know

of it and creating a supportive sangha for all of us that could help focusing on practice?

問 25 · · · (1) · To practice Tien Tai · Should we start with “ five mind –

cessation contemplation ” · How ·

(2) · How to make use of “ one mind 3 contemplation ”

〈 encompassing 3 contemplation in one single thought ·
to practice five mind – cessation contemplation ·

(3) · Can we take a group photo at the end ·

(right in the great Buddha Hall)

問 26 · · · How to practice “ Encompassing 3 contemplation in a single

thought ” · ? 【如何修 “ 一心三觀 ” · ? 】【