

空 慧

了悟空慧 · 永斷輪迴

Enlightenment Magazine Monthly

空慧知見

全套般若系經典

諦聽法音

唯識學探索

念空靜坐

慧觀練習

空慧口訣

與空相應



封面·空之境——燈華夢影·覺然頓悟



詩·美學設計／鄭秉忠

在長夜漫漫的輪迴之路
感動夢中覺醒的空有能量
契應似空的光芒
寧美的照亮那黑暗
與此同時
也點亮了心中的光明

燈華夢影
夜行之歌
空與有的心證交會
夢醒之時的覺然頓悟

空



一切本空 · 萬法皆空

空慧月刊

2013年9月創刊

工作名錄



創辦人暨總編輯／郭韻玲
顧問／朱靜珍
郭伯達
社長／鄭鴻祺
資深主秘／周玉卿
編書／鄭秉忠
秘書／蔡承訓
美學監督／鄭博文
總務部經理／郭曉蓮
副經理／彭庭光
護持會會長／蔡定彥
護持會副會長／張寶桂
企劃部經理／黃連盛
和樂部經理／李銘泰
管理部經理／賴信仲
影音部經理／黃連春
推廣部經理／陳麗敏
人資部經理／李初春
素食部經理／李初升
事務副經理／陳麗卿
推廣部／穆少萍
資深經理／周育正
課程發展部經理／邱炳煌
音樂部經理／林淑靖
網路部經理／華美娟
推廣部／賴明鑑
推廣部／姚曉鈺
推廣部／李秋鴻
推廣部／駱麗娟
企劃部／彭聖芬
美學部經理／林慧蓉

空慧雜誌

讀者心線：886-2-2731-0099

社址／台北市忠孝東路四段153號5樓

製版印刷／福慧文物印刷有限公司

5F, No. 153, Sec. 4, Chung Hsiao E. Rd, Taipei, Taiwan

中華郵政台北雜字第1686號執照登記為雜誌交寄



本期結構大綱

了悟空慧 · 自由解脫 · 永斷輪迴！

一. 空慧知見

《建立空的正知見》

二. 空慧實修

《實修才能實証》

三. 空慧經典

《空慧知見與實修的依據》

四. 諦聽法音

《空慧法音宣流》

五. 空慧口訣

《念茲在茲能成就》

六. 唯識探索

《以空的態度了別萬有》

七. 與空相應

《三藏十二部的主旨精華》

目 錄

封面意境——雲水清瓶·空心妙境

- 1 刊頭詞
- 2 工作名錄
- 3 結構大綱
- 4 目錄
- 6 空慧行事曆

一、空慧知見

- 12 精進
- 13 善良是成就的基石
- 14 布施
- 15 佛由般若生

二、實修課程

- 18 觀空練習
- 19 慧觀練習
- 20 念空靜坐

三、空慧經典

- 24 心經
- 28 金剛經
- 32 大般若經

四、諦聽法音

- 88 了悟自心 一切本空
- 89 一切平等 無二無別
- 90 心即是佛
- 91 一切皆是心意識決定

Contents

五、空慧口訣

- 94 實修口訣提要
- 96 直指人心
- 98 是心作佛 是心是佛
- 99 一切有為法，如夢、幻、泡、影
- 100 其他口訣選項
- 102 念念不忘口訣

六、唯識探索

- 106 經之部
唯識最重要之經典～解深密經
- 111 名相之部
- 113 實修之部

七、與空相應

- 116 其實最需要用功的是空
- 117 無時無刻不與空相應
- 118 時時與空相應
- 119 空空空 萬法皆空

- 120 讀者按讚心聲
- 122 ■ 支持空慧雜誌
- 123 ■ 助印芳名錄
- 124 ■ 訂閱單

封底裡——
出刊詩

2月
2015年

空慧讀者

週日 <i>Sun</i>	週一 <i>Mon</i>	週二 <i>Tue</i>	週三 <i>Wed</i>
1	2	3	4
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	空義研習班 晚上7:30~9:30 地址：台北市忠孝東路 四段153號5樓 金色蓮花 免費參加	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	大般若經讀書會 晚上7:30~9:30 地址：台北市大安區 和平東路一段129號 師大進修推廣學院 一樓演講堂 免費參加
8	9	10	11
空義研習班 晚上7:30~9:30 地址：新界屯門堅基工業 大廈新安街9號1樓B室 金色蓮花-香港 免費參加	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	空慧靜坐班 晚上7:30~9:30 地址：台北市忠孝東路 四段153號5樓 金色蓮花 免費參加
15	16	17	18
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時
22	23	24	25
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	空慧靜坐班 晚上7:30~9:30 地址：台北市忠孝東路 四段153號5樓 金色蓮花 免費參加

行事曆 〔建議&參考〕

February

週四 <i>Thu</i>	週五 <i>Fri</i>	週六 <i>Sat</i>
<p>5</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>	<p>6</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>	<p>7</p> <p>空慧靜坐班 下午3:30~5:30 大般若經讀書會 晚上7:30~9:30 地址：新界屯門堅基工業大廈 新安街9號1樓B室 金色蓮花-香港 免費參加</p>
<p>12</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>	<p>13</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>	<p>14</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>
<p>19</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>	<p>20</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>	<p>21</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>
<p>26</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>	<p>27</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>	<p>28</p> <p>每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時</p>

PS：初基可隨性，老參宜精進！

3月
2015年

空慧讀者

週日 <i>Sun</i>	週一 <i>Mon</i>	週二 <i>Tue</i>	週三 <i>Wed</i>
1	2	3	4
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	空義研習班 晚上7:30~9:30 地址：台北市忠孝東路 四段153號5樓 金色蓮花 免費參加	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	大般若經讀書會 晚上7:30~9:30 地址：台北市大安區 和平東路一段129號 師大進修推廣學院 一樓演講堂 免費參加
8	9	10	11
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	空慧靜坐班 晚上7:30~9:30 地址：台北市忠孝東路 四段153號5樓 金色蓮花 免費參加
15	16	17	18
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時
22	23	24	25
空義研習班 晚上7:30~9:30 地址：新界屯門堅基工業 大廈新安街9號1樓B室 金色蓮花-香港 免費參加	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	空慧靜坐班 晚上7:30~9:30 地址：台北市忠孝東路 四段153號5樓 金色蓮花 免費參加
29	30	31	
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	

行事曆 〔建議&參考〕

March

週四 <i>Thu</i>	週五 <i>Fri</i>	週六 <i>Sat</i>
5	6	7
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	空慧靜坐班 下午3:30~5:30 大般若經讀書會 晚上7:30~9:30 地址:新界屯門堅基工業大廈 新安街9號1樓B室 金色蓮花-香港 免費參加
12	13	14
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時
19	20	21
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	空慧靜坐班 下午3:30~5:30 大般若經讀書會 晚上7:30~9:30 地址:新界屯門堅基工業大廈 新安街9號1樓B室 金色蓮花-香港 免費參加
26	27	28
每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時

PS: 初基可隨性, 老參宜精進!



空慧知見

Emptiness View

建立正知見
邁向解脫成就！

■ 空慧知見系列之一
精進

■ 空慧知見系列之二
善良是成就的基石

■ 空慧知見系列之三
布施

■ 空慧知見系列之四
佛由般若生

口述／郭韻玲

整理／仲光瑞象 美編／聖晏

精 進

精進是成就的不二法門，怎麼說呢？精進說得白話一點，就是努力。一個努力的人，是一定會成功的，因為天下其實沒有難事，對於一個努力的人，難事只是需要更多努力的事；所以天下其實也沒有易事，對於一個不努力的人，易事也會變成難事。

成佛可以說是三界中最難、最難、最難的一件事了，因為這個人必須是完美沒有一絲一毫缺點的，試想這是多麼多麼困難的一件事啊！

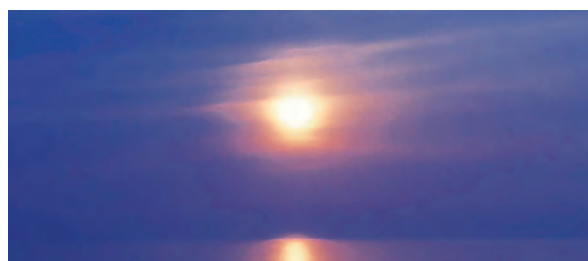
但是如同前面所說，再難的事，只要肯努力，一點一滴的去作，那麼即使再宏大的目標、再遙遠的路程，也終有完成與到達的一天。

故一個優秀的修行人，一定是一個努力的人，對於成佛這個生命終極目標，他

內心非常明白它的高難度，但是他不會把注意力放在困難，而是把注意力放在精進的態度與實踐。

是的，精進是良好的生命態度，一個擁有這樣生命態度的人，是一個容易成功的人。為什麼說容易成功呢？因為畢竟精進是成功者的特質之一，如果很精進，可是沒有智慧，其實還是不能獲致真正的成功，所以佛陀為我們開示了無所得的精進，就是包含大智慧的精進，也就是確保我們會真正而且完全的成功。

無所得就是最珍貴的智慧，能夠讓我們安然上路，能夠讓我們平安順利到達彼岸；一個修行人一定要擁有這樣的智慧，才能繼而大精進，則成就必定指日可待。



空慧知見之二——

善良是成就的基石

成就甚難，但其實也甚易，難在不善良，易在善良。

善良的人，會為自己著想，會為別人著想，也會為龍天護法著想，甚至為佛菩薩著想，著想越多，就越不忍為惡。善良的人，不但不敢為惡，更是不忍為惡啊！

因為他已甚深明白，眾生一體，自己為惡，不但自己要受報，許許多多的有緣眾生也要跟著受苦，於心何忍啊！？

由這樣的不忍為惡，再擴張為「不忍聖教衰，不忍眾生苦」，一個善良的菩薩才脈絡可循的於焉誕生！

所以修行人不急著作佛，先作一個善良的人吧！一個善良的人發展到了極致，也就離佛不遠了。

佛經經文中常常出現的「善男子、善女人」，實在充滿了甚深涵義，先把這句經文看懂了、作到了，再去學習第一義都還來得及，因為，善良是一切成就的基石啊！



空慧知見之三——

布施

布施是修行人的美德，也是累積福報最好的方法。

布施最起碼可以略分為精神的布施與物質的布施，一者無形，一者有形，但事實上，只要是誠心誠意的布施出去，都能感召無量無邊的福報。

故無論是有形的布施，或是無形的布施，關鍵在於布施者的心態如何。

如果是執著的心態，則無論是有形或無形的布施，感召的福報一定是有限的；相反的，如果是無所得的心態，則無論

是有形或無形的布施，都能夠感召無量無邊的福報。

故布施的重點在於心，而不在於到底布施了什麼。如果深刻的明白了這個道理，才真正懂得了布施。

故從今天開始，無論是布施了很多的錢財或只是布施一句關懷的話，我們都要以最純淨的心去作，那麼，這樣的布施，就是最美善的行為，也就是最圓滿的修行。



空慧知見之四——

佛由般若生



般若為什麼尊貴與稀有難得？是因為諸佛由般若而生。而眾生學佛，最終的目的就是要與佛一樣完美圓滿，既然要學佛，就要學到重點，那麼什麼才是重點？就是成佛的關鍵，佛與眾生，本質上無二無別，那麼到底是哪裡有所不同呢？最大的不同就是佛悟、眾生迷，最大的分野就在於佛證入般若，眾生依然

無明；故般若的相反就是無明，而破無明的唯一途徑就是般若，故般若當然就是成佛的唯一一條路了，既如是，般若能生諸佛，諸佛由般若而生，也就是佛子永遠不能忘失的法要，否則一旦忘失，真的是成就遙遙無期了。故“佛由般若生”，是佛法的真理，更是不可須臾與暫忘的佛法座右銘。



實修課程

Practice Emptiness

只有實修
才能實証

■ 實修課程系列之一——
觀空練習

■ 實修課程系列之二——
慧觀練習

■ 實修課程系列之三——
念空靜坐

觀空練習——

觀晴空萬里

《實修》

觀晴空萬里

《說明》

觀想

無雲晴空

那晴空萬里

萬里晴空

沒有一絲雲

清朗朗

乾乾淨淨

保任

越久越好

.....



慧觀練習——

看清自己

看清

看清自己

看清自己所作的事

看清自己所說的話

看清自己所動的念

看清身口意

看清自己的一切

三界如夢

已經身在夢中

如果不看清自己

豈不是

夢中又作夢

大幻化網

已經牢牢網住我們

如果不看清自己

豈不是幻上加幻

那麼

什麼時候

才能醒過來呢

看清自己

看得一清二楚

沒有分別

沒有批判

只是看清自己

請保持這樣的狀態

越久越好



實修課程系列之三——

念空靜坐

練習 / 大家一起來

口訣

身放鬆
息調柔
心念空

心法提示

直接觀空、念空、念佛號、念咒語、參話頭……皆可，以直接契入空性為佳，保持專注在心法上，越久越好。

姿勢提示

雙盤、單盤、散盤、
坐在椅子上皆可、以雙盤佳。
背脊打直、
但是盡量放鬆→背鬆而直
有無座墊蒲團皆可，以舒適為原則。

※其實，所有的靜坐方法，都必須以空為地基，這樣才是真正的實修靜坐，也才能真正的成就！

PS：由於課程主修內容是一致的，故文字內容並不會改變，而延伸學習則會不斷更新，特此說明。



相關延伸～

念 空



心念空經句

一切眾生等受大樂，於彼剎土具諸香花，皆如天上波利耶多拘毘陀羅樹花，一切莊嚴無有缺減，彼諸眾生乃至無有魔事恐怖。何以故？是時眾生無復亂心，煩惱微薄不為煩惱之所侵迫，皆常一心念空、無相、無願法門，於是法門發大精進修行無量。空三昧行、無願三

昧行、無相三昧行，滅覺觀除睡眠，斷掉悔離誼雜，常樂空閑阿蘭拏處，恒乞食但三衣，無違諍絕伴侶，畢竟如是行菩薩行；於諸佛法能決定知，菩薩為友無復恐怖，師子虎狼諸惡猛獸毒蟲之類終不能害。

——大法炬陀羅尼經



空慧經典

Emptiness Sutras

般若空慧·成就必修

心經、金剛經、大般若經

全套般若系經典

一次具足·圓滿映心

■ 般若系經典之一～

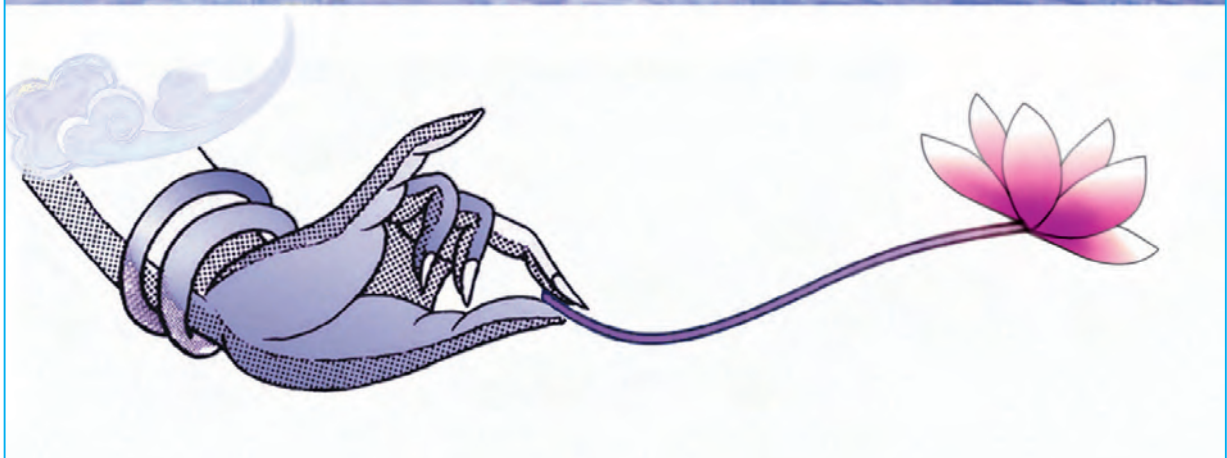
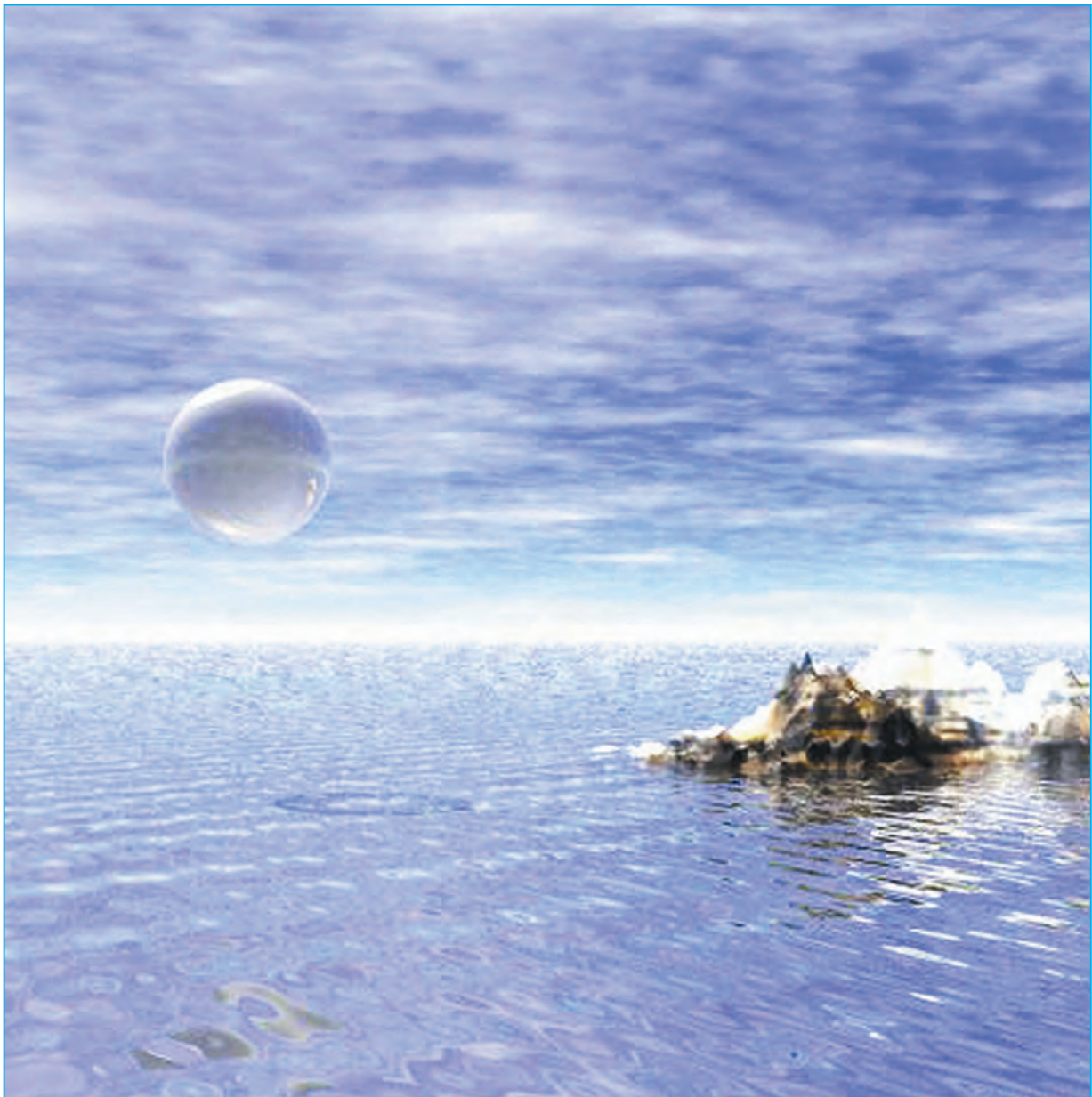
心經

■ 般若系經典之二～

金剛經

■ 般若系經典之三～

大般若經



智慧清澈心拈花

般若系經典之一——

玲瓏心清涼意～

心 經

講經／釋迦牟尼佛 譯／玄奘大師 優美散文解讀／郭韻玲 美編／賴信仲



前言：智慧晶瑩

心經

是以智慧著稱的經典

短短的經文

就把般若空慧闡釋得相當明晰

如果一個修行人想“深入經藏，智慧如海”的話

事實上

能夠把一部心經讀得通透

也就能夠掌握住佛法心要了

心經

到底在說什麼呢

以出世間智來看

心經就是說明了

如何究竟解脫的方法

以世間智來看

心經也說明了

該如何“身處紅塵心不染”的方法

故不論是入世、出世

心經都是我們心的皈依

現在

我們就一字一句來讀這部偉大的般若經典吧

接上期～

無色聲香味觸法

金剛經說：

「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」

這是照亮千古的真理名句，

古往今來，

讓多少沉迷於大幻化網中的三界修行人猛然——驚醒

是的，一切的

眼所見、

耳所聞、

鼻所嗅、

舌所嚐、

身所觸，

都是虛幻不實，

只有當色聲香味觸法

的幻化脫下騙人的外衣後，空的真相才真正水落石出。

般若系經典之二——

明明白白澈悟心～

金剛經

講經／釋迦牟尼佛 譯／鳩摩羅什法師 註釋／文華智慧 美編／賴信仲

前言：智慧清澈

金剛經

也是般若經典中重要的經典

此經充分說明了什麼是不執著：

“無我相、人相、眾生相、壽者相”

金剛經從首至尾從不同的角度來闡述這個主旨

清明的

告訴我們——

不執著的大智慧

如最澄澈的泉水

洗淨了生命中

種種煩惱的塵垢

還給了心

一個明淨的天空

本篇章採取擷取經文重點

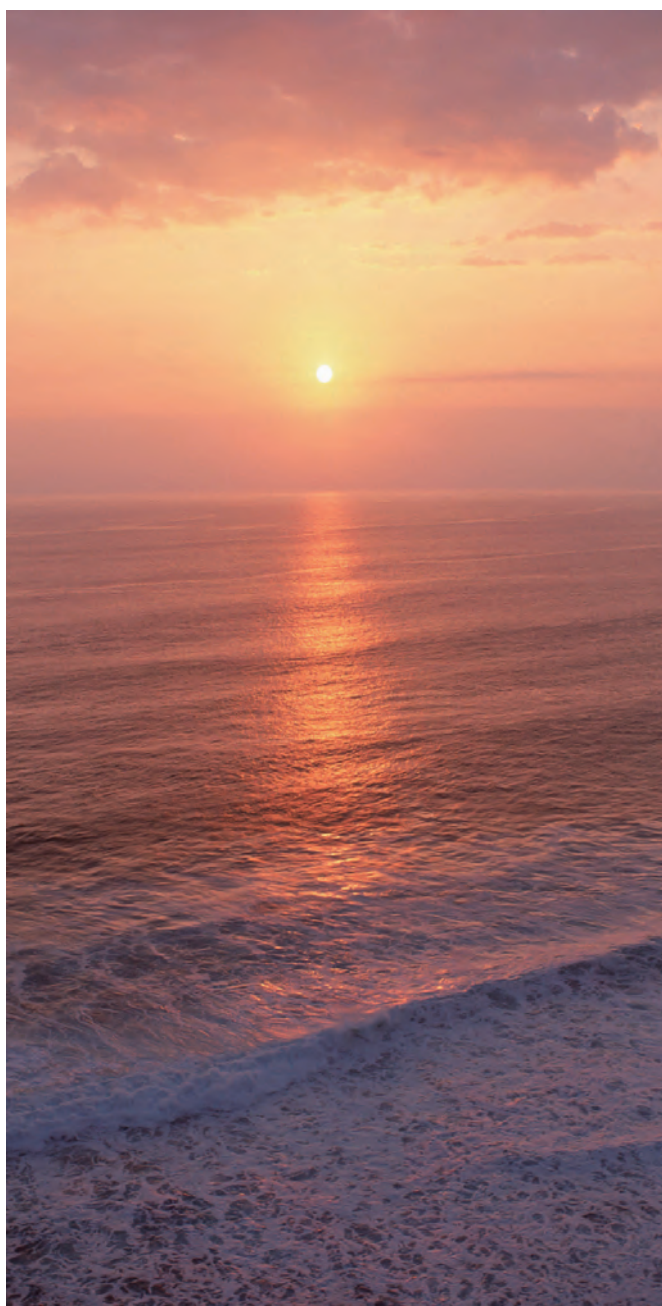
的方式來解讀

現在

就讓我們流浪的心

依靠

這顛撲不破的真理吧！



經文

須菩提
於意云何
可以三十二相見如來不
不也世尊
不可以三十二相得見如來
何以故
如來說
三十二相即是非相
是名三十二相
須菩提
若有善男子善女人
以恆河沙等身命布施
若復有人於此經中
乃至受持四句偈等
為他人說
甚福甚多
爾時
須菩提聞說是經
深解義趣
涕淚悲泣
而白佛言
希有
世尊
佛說如是甚深經典
我從昔來所得慧眼
未曾得聞如是之經
世尊
若復有人得聞是經
信心清淨
即生實相
當知是人成就第一希有功德

詮釋

此段指出一個修行的捷徑——

信。

大智度論說：

“佛法大海，信為能入”

事實上，

只有對於佛菩薩生出了全部的信心，

我們才能真正的離開世間的種種束縛。

否則，

當你的修

一旦和約定俗成的“遊戲規則”相違背時，

周遭的反對聲浪便四起了；

這時，

如果你沒有全部的信心，

很容易就動搖，

動搖後緊接著便會起疑，


這時雖然仍如平日一樣修行，

但是這樣的修行品質

已經不是純粹的了。

已經摻進了許多妄想的雜質，
一邊心裏惶惶惑惑，
一邊唸佛號或經文；
這樣的修行人，
不能說差；
因為只要肯唸一句佛號，
就已經功德無量；
但是如果想要究竟成就，
則必須心中完全的相信，
也只有維持如此清淨的信心，
一個人才可能真正明白佛法甚深實相。

所以，
信心是成就的不二法門，
信心愈強，
成就愈大。
成就愈大，
功德當然愈大，
故說“是人成就第一希有功德”



前言：智慧如海

世尊把般若門的心法及實修法門，全部在大般若經中宣說無遺，例如般若正念的真實境界，以及各種修行般若的實證方法，都鉅細靡遺的於經中宣說，是想深入經藏的佛子，最需要研讀的經典。

因為，「大悲為上首，方便為究竟」，如果沒有智慧，是不可能究竟度眾的，於此虛幻的世間，人們早已習於以假為真的顛倒世界，如果要說明完全背道而馳的真實法界，確實是十分困難的一件事，而說明，更是需要有真實的證量，作為辯才無礙的度眾基石。大般若經，正是一個有志以大智慧及辯才度眾的菩薩道行者，於難行難忍的菩薩道上，不論自度或度人，都是一部不可或缺的寶典。

而由於大般若經以現代的人眼光來看，實在太長——總共600卷，每天讀通1卷，也要花上二年的歲月。在講解此經時，更要有長期奮鬥的勇氣與毅力，其實，不論講者或聽者，皆需具備這樣不畏路遙的磅礴氣勢，方能克竟全功。

不過，我們實在應該想回來，如果能有幸講完或聽完這樣智慧如海的經典，實在是過去生功德福報的累積啊！

願釋迦牟尼佛賜予我們智慧的開展！

願十方三世諸佛菩薩賜予加持！

般若系經典之三——

實況錄音紀錄版～

大般若經講記

第十八講：第十三品 摩訶薩品〈二〉（卷47～卷49）

講經／釋迦牟尼佛 譯經／玄奘大師 講解／郭韻玲 美編／李秀英 錄音之部整理／林雪雲

〔說明：本次刊出文章，為郭韻玲老師講解大般若經十餘年的錄音整理版本中的第十八講，本講講於1993年8月19日。〕



大般若經講記 結構

一、開場

- (一) 祈請加持
- (二) 釋迦心咒
- (三) 開經偈

二、講解經文

- (一) 佛陀經文
- (二) 郭老師講義文字
- (三) 郭老師口頭說明

三、感恩與迴向

- (一) 感恩
- (二) 唱頌釋迦聖號
- (三) 迴向



■ 開 場

一、祈請加持：

請大眾合十跟著一起唸：

祈請釋迦牟尼佛加持 三遍

二、唱誦 釋迦心咒：

請大眾合十，一起唱誦釋迦心咒三
分鐘：

DeYaTa Om MoNi MoNi

得呀他 唵 牟尼 牟尼

MaHa Moni SaGa MoNiYa

摩訶 牟尼 釋迦 牟尼呀

SuHa

蘇哈

三、開經偈

請大眾合十，一起唸開經偈：

無上甚深微妙法

百千萬劫難遭遇

我今見聞得受持

願解如來真實義

■大般若經講記

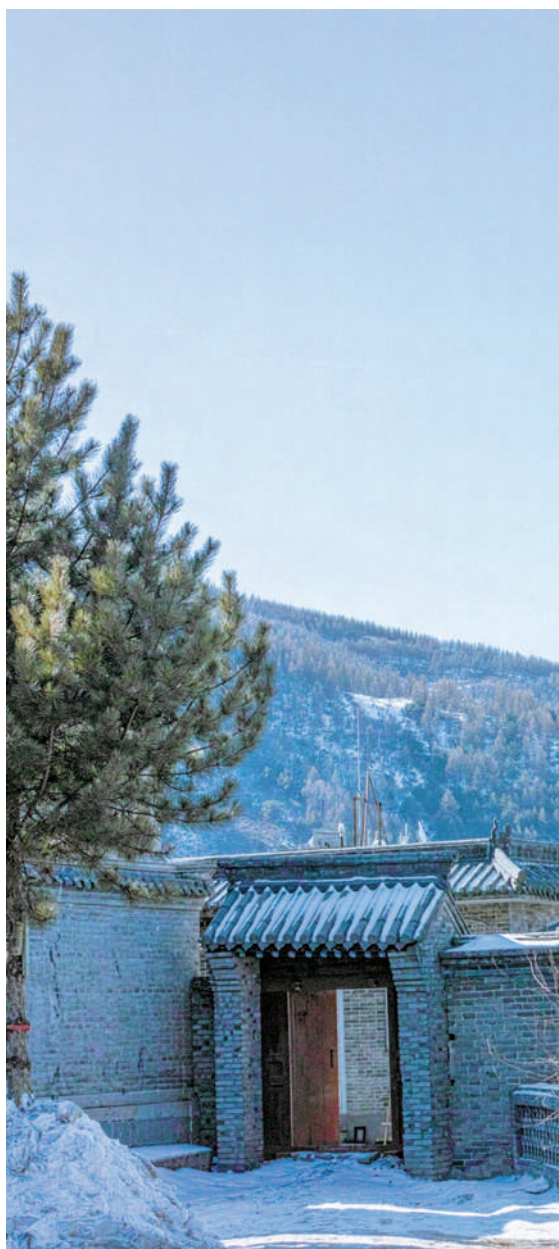
第十三品（二） 摩訶薩品

（接上次講義）

【佛 陀 經 文】

爾時具壽滿慈子白佛言。世尊。
我亦樂說菩薩由此義故復名摩訶

薩。佛言。滿慈子。隨汝意說。
滿慈子言。世尊。由諸菩薩為欲
利樂一切有情。擯大功德鎧故發
趣大乘。乘大乘故復名摩訶薩。
時舍利子問滿慈子言。云何菩薩
摩訶薩為欲利樂一切有情擯大功
德鎧。滿慈子言。舍利子。菩薩
摩訶薩修菩提行。不為少分有情
得利樂故。乃為一切有情得利樂
故。修菩提行。舍利子。如是名





為菩薩摩訶薩為欲利樂一切有情
擐大功德鎧。復次舍利子。菩薩
摩訶薩住布施波羅蜜多。修布施
波羅蜜多時。不為少分有情得利
樂故。乃為一切有情得利樂故。
修布施波羅蜜多。舍利子。菩薩
摩訶薩住淨戒波羅蜜多。修淨戒
波羅蜜多時。不為少分有情得利
樂故。乃為一切有情得利樂故。
修淨戒波羅蜜多。……

舍利子。如是名為菩薩摩訶薩為
欲利樂一切有情擐大功德鎧。復
次舍利子。菩薩摩訶薩擐大功德
鎧。利樂有情不為齊限。謂不作
是念。我教爾所有情令得無餘涅
槃。爾所有情不令其得。我教爾

所有情令住無上菩提。爾所有情
不令其住。然此菩薩摩訶薩。普
令一切有情得無餘涅槃。及住無
上菩提故。擐如是大功德鎧。復
次舍利子。菩薩摩訶薩作如是
念。我當自圓滿布施波羅蜜多。
亦教一切有情於布施波羅蜜多修
令圓滿。我當自圓滿淨戒安忍精
進靜慮般若波羅蜜多。亦教一切
有情於淨戒乃至般若波羅蜜多修
令圓滿。……

舍利子。如是名為菩薩摩訶薩為
欲利樂一切有情擐大功德鎧。

P267 III 欄倒數18行~P268 II 欄15行



【郭老師講義文字】

此段經文，滿慈子也舉一反三的說：由諸菩薩為欲利樂一切有情，擯大功德鎧，故發趣大乘、乘大乘，故復名摩訶薩。怎麼說呢？即菩薩摩訶薩修菩提行，不為少分有情得利樂，乃為一切有情得利樂，這樣就是“菩薩摩訶薩為欲利樂一切有情擯大功德鎧”。意思是說一個菩薩摩訶薩，他的發心是廣大的，他的所作所為，只是為了利益眾生，而且不只是少數的有情，是一切的有情，故這樣的心量，是廣大無邊，令人動容的。然而，越是如此發心，越是容易得到究竟成就，因為究竟圓滿的境界即：眾

生一體，無二無別。故一個菩薩摩訶薩不發心則已，一發心就為利益一切有情而發心，是名摩訶薩。

另外，一個菩薩摩訶薩在利益一切有情時，既是一切，就不會有差別待遇，例如他不會作如是想：我令這些有情得無餘涅槃，但其他有情不令其得。一個菩薩摩訶薩是公平公正的，他的心就像一輪太陽，普照大地，不會因為誰比較有錢就多照射他一點，誰比較貧窮，就少照他一點，而是大公無私的普照人寰。一個菩薩摩訶薩的大愛亦復如是，就像溫暖的陽光，公平的、廣大的、沒有差別的照亮每一個人。故經文才說：普令一切有情得無餘涅槃及住無上菩提故，擯如是

大功德鎧。

而且，一個菩薩摩訶薩是不斷精進自度度人的，例如他會作如是念：我當自圓滿六度，亦教一切有情於六度修令圓滿。所以，菩薩道就是兩利、兩全其美之道，他不可能只為自己好，也不宜只對別人好，為什麼呢？因為站在法界實相來看：眾生一體，那麼，自己和別人其實是同一體，如果把自己特別獨立出來，給予比較好的對待或比較壞的對待，是忘失了眾生一體的實相，故菩薩道的真義在於平等，唯有平等對待一切有情，包括自己在內，才是真正的菩薩道，只是自己與自己這個眾生的因緣比較深，所以有次第上的先後，但這是符合因緣所生法，是善巧方便，故自己也要善待自己，如同善待一切有情一樣，而且唯有自己圓滿了自己的修證，才能圓滿一切有情的修證，故菩薩道的成立是植根於法界實相以及因緣。

【郭老師口頭詮釋】

摩訶薩品主要就是在講菩薩的修證以及悲心，就是這裡所提到的，一個精進圓滿的境界是：眾生一體，無二無別。所以當一個菩薩在發心的時候，如果他對法界越了解的時候，那麼他心量越是廣大無邊，這是公平的，合乎因果律的。如果你越是發心廣大，不只是為了少數的有情，而是為一切的有情而發心，那麼這樣反而容易得





到成就；所以如果要得到成就，要作一個很好的菩薩摩訶薩，那麼發心必須廣大，而且很公平公正。

這裡舉的例子是像太陽一樣，太陽是非常公平的，只要你走出去，它一定照射你，不會說因為你比較差一點，比較醜一點，它就不照你，或者照少一點，沒有這回事。陽光的溫暖，尤其是經過寒冬的時候，特別令人感到珍貴與喜悅。所以一個菩薩也是一樣，他的愛是屬於大愛，不是私愛，那麼既然是大愛的話，它就是公平的、廣大的，沒有差別的照亮每一個眾生。所以這樣的菩薩摩訶薩是令人敬愛、令人景仰，也值得學習。

這裡有提到眾生一體，其實自己和別

人也是一體，在法界實相來看，確實是如此，如果我們把自己特別獨立出來，不論是對他特別好，或是對他特別壞。那麼事實上這是已經忘失了眾生一體的實相，也許這會有一些爭議，會覺得到底什麼是好？到底什麼是壞？

那麼如果一個菩薩行苦行，他到底是對自己好呢？還是對自己壞呢？當然表面看起來，比如有人在修刺血供佛，流幾滴鮮血也蠻辛苦的，何必這樣呢？對自己好像不太好，讓自己很痛，但是很多事情所謂的好壞，不是表面看得出來的，表面上看來對自己有點損傷，有點疼痛，但這是苦行的一種，而且對供佛的話有供養的

功德，經典上也記載所謂的燃臂供佛等，事實上就是在皮膚上受點創傷等等。但是我們以前也提過，當我們在作這些苦行時，事實上也是另外一種很好的學習，你會學習到當眾生在承受痛苦的時候，到底是什麼樣的狀況。因為很多修行人如果他過去生福報現前的時候，如果真的是修行很好的人，他的苦受是比較少的，而這樣子的話可能對於眾生的痛苦沒辦法有很多的了解，那麼經過某種苦行，就較能明白。所謂苦行是自己自願的，不是人家加諸你的，所以這是比較偉大的部分。

那麼經過這些苦行，會對於眾生所承受的痛苦，較能感同身受，那麼如果再看到眾生有痛苦的時候，才能真正明白一個受苦報的人是多麼值得同情，而不是隔岸觀火，是真正設身處地的替他想，去幫助他，那麼這才是一個真正菩薩的悲心。只是說在對自己的時候，可能會有一個次第的先後，那麼這也是符合因緣所生法。因為自己對自己當然因緣比較深，自己就是眾生，不過事實上確實，我們也是眾生之一而已，這是事實；但是當然因緣比較深，所以我們要先把自己修證好，唯有把自己的因緣從善緣越來越多，完整的修證以後，那麼才容易真正的去幫助別人。

所以我們常常在講並不鼓勵所謂的泥菩薩過江，當然並不是說你一定要修證到全部的圓滿，可是就是說不能說自己狀況很不好，或者說自己很不

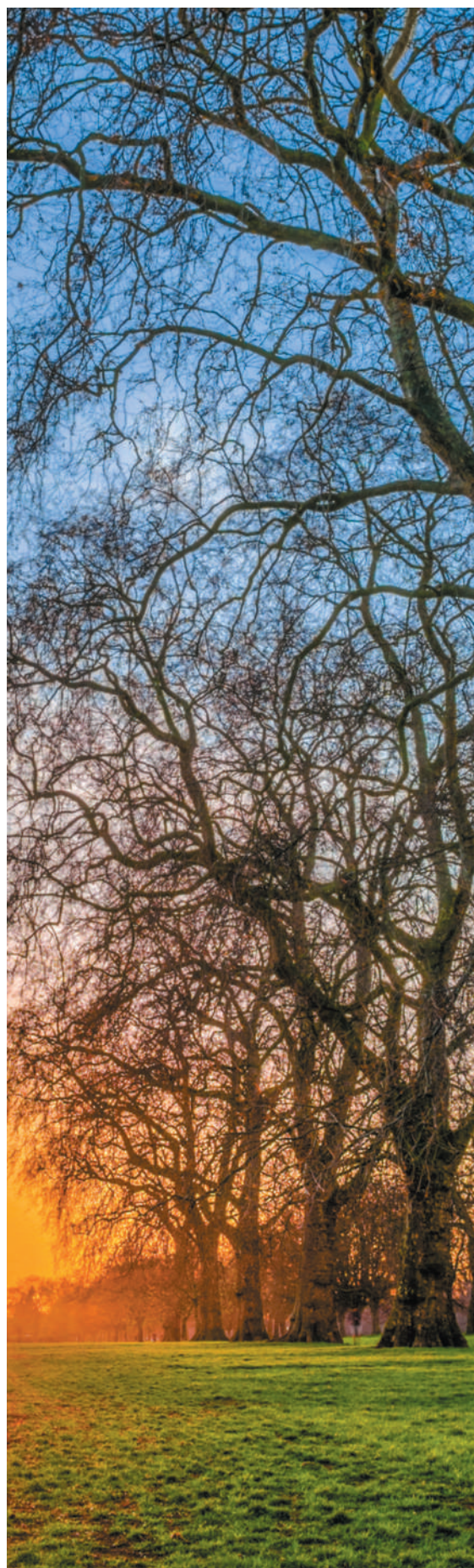


用功。這樣確實如同我們上堂所提及的扛眾生的黑業是要有能力的，如果不用功的話，扛來的黑業都會起現行的，可能會讓一個人在光明的大道上走歧路。

為什麼說修行歧路多？因為業力的干擾超乎我們的想像，不然為什麼成佛作祖這麼的困難，光是一個妄念就會讓我們起現行，就會讓我們走錯路，那麼何止一個妄念，千萬個妄念就在我們的一生當中，或者一日當中，都在那邊轉動牽引。所以我們真的要很用功，把自己修練的很好，才真正有辦法，有能力去扛眾生的業。所謂的「代眾生受苦」，否則扛了一段時間就發生問題，那麼菩薩道就難以為繼。

菩薩道真的是難行難忍，非常困難，不是這麼容易的，龍天護法不可能把所有狀況都幫你準備好、說明好，一定要經過自己千辛萬苦的努力，才能有一點小小的成就。不管是自度或是度人都是這樣，所以我們真的要對於整個修行的意義，還有它的神聖莊嚴以及必須付出的努力，都要很深刻的體認以及切身的實行，才不枉費今生得遇佛法，才不枉費今生能真正的修行。整個菩薩道的真義就在於平等，所以我們還沒聽過一個菩薩是不平等的，對待人是有差別的，那麼我想他不容易得到眾生的喜愛。

我們常講眾生的眼睛都是雪亮的，如果一個人是公平的，久而久之大家也會知道他是公平的；如果一個人是



不公平的，久而久之大家也會知道他是不公平的。所以一個菩薩真的要注意，這也是來自於他對法界真正的體認，因為平等，因為心、佛、眾生三者都無差別，所以菩薩道的真意在於平等，因為眾心一體，那麼自己和別人在法界的實相裡來觀察確實是無二無別。所以我們可以做個結論，就是菩薩道的成立是植根於法界的實相及因緣，它的真義在於平等，當我們在进行菩薩道的時候要注意這一點。

【 佛陀經文 】

復次舍利子。諸菩薩摩訶薩修行

布施波羅蜜多時。以應一切智智心。而修布施波羅蜜多。以無所得而為方便。與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提。於身命等都無所。舍利子。如是名為諸菩薩摩訶薩修行布施波羅蜜多時擯布施波羅蜜多大功德鎧。

復次舍利子。諸菩薩摩訶薩修行布施波羅蜜多時。以應一切智智心。而修布施波羅蜜多。以無所得而為方便。與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提。於布施行。不起聲聞獨覺作意。舍利子。如是名為諸菩薩摩訶薩修行布施波羅蜜多時擯淨戒波羅蜜多大功德鎧。



復次舍利子。諸菩薩摩訶薩修行
布施波羅蜜多時。以應一切智智
心。而修布施波羅蜜多。以無所
得而為方便。與一切有情同共迴
向阿耨多羅三藐三菩提。於布施
法信忍欲樂。舍利子。如是名為
諸菩薩摩訶薩修行布施波羅蜜多
時擐安忍波羅蜜多大功德鎧。

復次舍利子。諸菩薩摩訶薩修行
布施波羅蜜多時。以應一切智智
心。而修布施波羅蜜多。以無所
得。而為方便。與一切有情同共
迴向阿耨多羅三藐三菩提。於布
施行勤修不息。舍利子。如是名
為諸菩薩摩訶薩修行布施波羅蜜
多時擐精進波羅蜜多大功德鎧。

復次舍利子。諸菩薩摩訶薩修行
布施波羅蜜多時。以應一切智智
心。而修布施波羅蜜多。以無所
得而為方便。與一切有情同共迴
向阿耨多羅三藐三菩提。於布施
行一心迴向一切智智。不雜聲聞
獨覺作意。舍利子。如是名為諸
菩薩摩訶薩修行布施波羅蜜多時
擐靜慮波羅蜜多大功德鎧。

復次舍利子。諸菩薩摩訶薩修行
布施波羅蜜多時。以應一切智智
心。而修布施波羅蜜多。以無所
得而為方便。與一切有情同共迴
向阿耨多羅三藐三菩提。於布施
法住如幻如夢。如像如響。如光
影如空花。如尋香城。如變化事



想。不見施者受者施物。舍利子。如是名為諸菩薩摩訶薩修行布施波羅蜜多時。擐般若波羅蜜多大功德鎧。舍利子。是菩薩摩訶薩修行布施波羅蜜多時。具擐六種波羅蜜多大功德鎧。舍利子。若菩薩摩訶薩以應一切智智心。修行布施波羅蜜多時。於六波羅蜜多相不取不著。當知是菩薩摩訶薩擐大功德鎧。舍利子。如是名為菩薩摩訶薩為欲利樂一切有情擐大功德鎧。

P268 II 欄倒數8行~P269 I 欄第10行

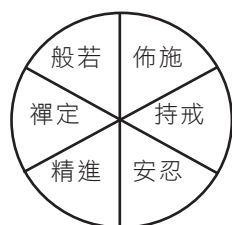
【郭老師講義文字】

六度是菩薩道的重心，每一度都是相輔相成，例如此段經文是以布施為出發點，可是一樣包含了持戒、安忍、精進、禪定、般若其他五度，故知六度是互相含攝的。布施中不可或缺持戒，即如經文所說「不起，聲聞獨覺作意」，這是謹守大乘的心戒，布施中也不可或缺安忍，如經文所說：「信忍欲樂」，這是深信並法喜安住的恆心。布施中也不可或缺精進，如經文所說：「勤修不息」，這是不停作下去的耐心。布施中也不可或缺禪定，如經文所說：「不雜聲聞獨覺作意」，這是用心單純的直心。布



施中也不可或缺般若，如經文所說：「不見施者、受者、施物」，這是與空相應的慧心。故六種波羅蜜就如六種大功德鎧，為眾生帶來無量無邊的利益，尤其是當菩薩摩訶薩修行六度時，以無所得為方便，與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提」，這樣的氣度與胸懷，才是真正的「摩訶薩」！

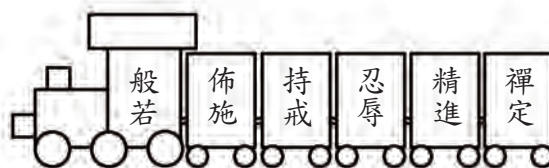
六度可以如下圖相來幫助明瞭：



六度如同一個圓滿的日月輪，六者相加，才能形成一個圓滿無缺的圓，無論少了那一度，都有所缺陷，故六

度萬行，宜如日日轉動不停的日月輪，永不停息的運行，誠如周易所言：「天行健，君子以自強不息」，人間的謙謙君子啊！自度度人圓滿即法界的菩薩摩訶薩，願菩薩道如日月輪，透明、澄澈、光照十方。

六度的總攝即般若波羅蜜多，故經文提醒：「菩薩以應一切智智心，於六波羅蜜多相不取不著」，是的，唯有對一切相“不取不著”，才是真正明白空性，才是真正掌握般若要義，而唯有掌握了般若，六度才有重心，才有火車頭，才能順利的馳騁於菩薩道上，廣利一切有情。亦可以一圖相來



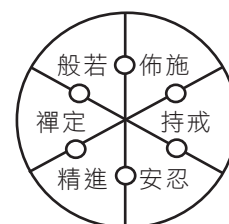


【郭老師口頭詮釋】

其實這邊所有的圖像都只是來幫助你明白瞭解，如果不常常記得在心的話，是不容易做到的，因為我們對於好的事情須常常憶念不忘，如同對於佛菩薩的慈悲與智慧，真的應該如子憶母一樣，不要暫忘。那麼一切的圖像也是幫助我們去了解真正的道理，然後不要暫忘，六度波羅蜜應該是以般若為火車頭，為一個帶領的作用，那麼它就是在最前面的部份來帶領著其他的五度，不斷地往前走、往前行。

【郭老師講義文字】

即六度之間，環環相扣，如最緊密之六個伙伴少了一個，就失去了連環作用，故六度如連環，必須連鎖運作，才能真正發揮最大效用，為眾生作最好的服務。亦可以圖相輔助說明：



故知六度波羅蜜，是菩薩摩訶薩的修行重點，是成就的必經之路，誠如經文所說：「為菩薩摩訶薩為欲利樂一

切有情撰大功德鎧」。

【郭老師口頭詮釋】

這裡有兩個圖它們之間可以幫助我們來了解，第一個圖我們把它比喻成日月輪，因為日月交輝象徵著慈悲和智慧圓滿，慈悲和智慧到達一個程度，日輪月輪合一代表菩薩道的圓滿。菩薩道其實是一點一滴六度萬行辛辛苦苦累積而成的，如果我們把它劃分成六個等份的話，布施、持戒、安辱、精進、禪定、般若各佔一份，那麼如果少了哪一度都會變成一個不完整的圓。所以我們要好好的去行六度，每一度都不可偏廢，如同這裡所說的，先以布施來說，就是不論你在修布施或是哪一度，事實上都包含了其他五度。

比如說這段經文所提及的，以布施為例，當你在布施的時候，事實上你的心中是怎麼樣的呢？這裡提到「不起聲聞獨覺作意」，意思就是說當你在布施的時候，並不是為了成就自己，是真的為了利益眾生而去作布施這個行為，這就是謹守大乘的心戒。因為你不會因為布施對它起了功德的一種執著想，而且把它限制為只是對自己有好處，因為這是一種小乘的心態，所以要安住於大乘的心戒就是不起聲聞獨覺作意。

另外，在布施的時候，其實也不可缺乏安忍這一度，就是當我們在布施的時候，最好是有「信忍欲樂」，就是所謂深信，並且法喜安住的一種恆





心。因為布施的功德或是其他善行，並不是說你今天做了明天就不用做，而是要在這一期生死當中，在你所有的修行當中不斷的去做了，在因緣和合、因緣成熟的時候，就去做最適當的布施。

當然布施有很多種，有：財物的布施、無畏施、法施等等，都是可以回歸到利益一切眾生，當然這需要有恆心去做的，如果沒有恆心的話，布施這個功德也是很難以圓滿，所以布施當然也需要安忍這一度。

接下來，布施中也不能缺乏精進這一度，就如同經文所說「勤修不息」。當我們在學世間法的時候，我們也常聽到「學海無涯，唯勤是岸」，學世間法如此，學出世間法更是需要如此，就是不停做下去的慣性。比如說當你在作法布施的時候，也許有人會聽得很歡喜，很喜歡聽你說；但有時候也會遇到某種狀況，人家開始不喜歡聽你說，這個時候你就要拿出耐心來，還是不斷的做下去，不能因為遇到一點挫折就開始往後退，否則就是很可惜的一件事情，所以勤修不息的精進，也是需要跟布施配合，因此這一度也是非常重要。

還有，布施中也不可以缺少禪定這一度，按照這裡所提出來的就是「不雜聲聞獨覺作意」，意思就是我們很單純用心，就是當你在布施的時候，不要有所謂的妄念跑出來。事實上我們曉得一個人在定境當中，他的妄念真的是比較少，所以當你在做任何布



施的時候，請用直心去做，所謂的三輪體空，這裡當然有所謂的慧，事實上如同六祖壇經常常在說的，其實是定慧不二。如果你在做任何事情的時候，都不跟妄念相應的話，那麼這是慧也是定，當然這裡談到的是比較強調定，所謂的禪定，如果你用禪定來支持你做布施的話，這樣的布施比較容易功德圓滿，也比較容易真正長久的做下去，所以真的看起來如同一個圓一樣，六度是互相幫助的。當然布施到最後絕對不能缺少的就是般若，經文所強調的就是「不見施者、受者、施物」，這是我們經常所聽到的三輪體空，當然這就是與空性、智慧相應。我們從布施當中，看

到光是這一度就可以跟其他五度相容相攝互相幫助，這在摩訶薩品所說的六種波羅蜜，把它作很生動的比喻，就是六種大功德鎧，這樣大的功德鎧會為眾生帶來無量無邊的利益，所以一個菩薩摩訶薩要好好的傳這六種大功德鎧。

但是經文還是不斷的強調，當我們在进行六度的時候，一定要以無所得為方便，經文中常常都有令我們感動的字句，這裡也有，就是以無所得而為方便，於一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提；這是一種悲心的壯闊生命，令人感動的一種境界，以無所得為方便，他是跟一切的有情一起迴向，並不是他一個人，三界的有情有



多少？無量無邊，這樣的功德有多麼的廣大，迴向阿耨多羅三藐三菩提，而這樣的氣度與胸懷才是真正的菩薩摩訶薩。那麼六度之間的關聯猶如另外一個圖所比喻的，它們之間是環環相扣，小小的圓代表了環，有連鎖的作用，而如果一個善巧方便的菩薩摩訶薩，他會讓六度之間互相連鎖運作，這樣才能真正發揮它的效用，替眾生做最好品質的服務。

經文還有提醒要對六波羅蜜多相不取不著，那麼還是在提醒，要真正掌握般若要義，要真正明白空性，那麼六度才有重心，所以六度波羅蜜是菩薩修行的重點，是成就的必經之路。所以每一個修行菩薩道的人都要好好的去正視六度的修行，好好的去六度萬行，無怨無悔。

大般若經非常的豐富浩瀚，圓潤恢宏，就以六度這個主題來說，事實上在前幾品當中，大家如果有印象的話，會記得我們也曾經針對六度做過一個比較深入的討論，它是在某一品當中是作一個主題。事實上這一品它是從不同的角度來闡述的，但其實都是在強調它的重要性，可見大般若經確實是從各個角度來幫助我們明白各種修行的方法，以及般若的要義。

接著，我們來做個五分鐘的觀想——身體放鬆、呼吸調柔、心無念。在這樣安定的狀態下，觀想全身如透明的水水晶，完全的透明，潔淨、光澈、毫無瑕疵，然後水晶化作七彩虹光，紅、橙、黃、綠、藍、靛、

紫……。

我們為什麼要學觀空？為什麼要安住？般若空性就是這樣，因為所有的境界都在變化當中，三界的一切包括你的證量也是一樣，都是高高低低，這是很正常的，沒有什麼，好與壞一如，事實上也沒什麼好壞差別，只要



有在修就好了。我們上次討論過，有什麼現象出現，不一定是好事，也不一定是壞事，都很好。

對於觀想還是要再說明一下，觀想我們特別強調過，不一定要開天眼的人才能修，有的人是因為他過去生的修行，所以他會有天眼的現象；但是我們一定要強調所謂的神通不光是只有天眼而已，還有天耳等等，如果只恢復了天眼並不代表這個人真的就修得非常的好，我們一定要有這樣的正知見，只能說這方面他恢復的比較好、比較快。當然以自己來講這樣的是不錯的，予以肯定，但是修行的層次真的是太複雜了，所以我們千萬不要以一個地方就論定此人如何如何；有些人可能什麼都看不到，但他的智慧很高，對空性有掌握，也對很多道理都明白，這樣的人未必比有天眼的人差。尤其是在行菩薩道的時候，智慧是比神通還要重要的一件事情，因為畢竟我們在人間行菩薩道，很多事情你是要很成熟的。

在經文有提到，諸佛菩薩會稱讚菩薩摩訶薩的功德，第一個談到的就是成熟有情。事實上菩薩跟佛比還是孩子，更何況你還沒有恢復菩薩的證量，更是小孩子中的小孩子，如幼稚園大班，所以要成就真的很困難；但是在人間行走時你真的必須要很成熟，起碼要比一般人成熟，如果個性很幼稚，處事很草率的話，就很難去行菩薩道，因為畢竟世間的人很難跟你學。所以一個成熟的人格是非常重

要的，我們千萬不要忽略這一點，就如太虛大師所說「人成即佛成」，為什麼是這樣，因為畢竟菩薩道是要落實在人間的，要讓人間能夠接受。

當然有些法界的奧秘是超越人間所能接受的，但畢竟對初機的接引必須要慢慢的，起碼有層次的分別，你要明白這個層次，才不會讓你的菩薩道窒礙難行；所以這樣的正知見是非常重要的，雖然我們每一次還是在做觀想，但是那是一種訓練，並不是對觀想產生一種執著，絕非如此。

所以大家一定要有這樣的正知見，常常聽到別人看到什麼，自己什麼也沒看到，那有什麼關係，沒有規定一定要看到，你內心的感受，甚至你修行的心得，都是很可貴的，是你一點一滴的生命經驗，這些都是非常可貴的，不一定要怎麼樣，本來就是法無定法。每一個生命都是非常可貴的、獨特的、珍貴的，什麼樣的展現就是屬於你最好的因緣，我們根據當下的因緣，做最好的努力，盡到最大的努力就是最好的展現。

【佛陀經文】

舍利子。諸菩薩摩訶薩如是安住一一波羅蜜多。皆修六波羅蜜多令得圓滿。是故名擐大功德鎧。復次舍利子。諸菩薩摩訶薩雖入諸靜慮及無量無色定。而不味著。亦不為彼勢力所引。亦不隨

彼勢力受生。舍利子。是為菩薩摩訶薩修行靜慮波羅蜜多時擐方便善巧般若波羅蜜多大功德鎧。復次舍利子。諸菩薩摩訶薩雖入諸靜慮及無量無色定。住遠離見寂靜見空無相無願見。而不證實際。不入聲聞及獨覺地。勝伏一





切聲聞獨覺。舍利子。如是名為菩薩摩訶薩修行靜慮波羅蜜多時撰方便善巧般若波羅蜜多大功德鎧。舍利子。以諸菩薩由為利樂一切有情撰如是等大功德鎧。故復名摩訶薩。

P271 Ⅲ欄8~22行

【郭老師講義文字】

此段經文為六度相融相攝的結語，前段所引是標準句型，接著又各以同樣的語法陳述持戒、安忍、精進、禪定、般若為中心與其他五度相攝的修行。此段則以「菩薩摩訶薩如是安住

——波羅蜜多，皆修六波羅蜜多令得圓滿」作為結語，由此句話可知，如果要修好任何一度，都必須配合其他五度，才能圓滿，足見六度必須互融互攝，須與不可分離。

接著又特別針對禪定的修行提出提醒：入諸禪定及無量無色定，而不味著，亦不為彼勢力所引，亦不隨彼勢力受生。意思是說一個菩薩摩訶薩會隨著禪定的修行而自由出入各種禪定境界，不會執著，也不會被境界所束縛，更不會因為如此而決定將來受生之所在。表示真正的禪定功夫是自主、自由、自在的，絕非僵化或受約束的。並提醒：住遠離見、寂靜見、空無相無願見，而不證實際，不入聲

聞及獨覺地，勝伏一切聲聞獨覺。意思是說，一個菩薩摩訶薩，會於各種禪定境界中見到各種屬於該境界中的一切種種，但此時他完全安住於空性，不會於所見起任何的染著，並且不入，勝伏聲聞、獨覺。表示真正的禪定功夫是不能離開空性的，也不能離開對於眾生的利益之心。

所以可知般若是重要的，是必須遍一切處的，而般若之用即方便善巧，所以此段話語更於末尾處特別強調出所謂的「方便善巧般若波羅蜜多大功德鎧」，足見一切的六度萬行都必須以方便善巧為實踐的究竟，否則會空有利益眾生之悲願，而無力達成究竟之作為。行菩薩道的佛子啊！宜甚深惕勵！

【郭老師口頭詮釋】

這一段如果有看原文的話，就曉得在這一段前面已經有一大段的延伸，就是根據前面的結構，前面是以布施為中心，然後來配合其他五度的修行；依此類推這樣開演下來，也是很長的一大段；但是因為我們把前面的標準句型已經講的相當清楚，所以其他部份也是如此。

那麼接著這一段就是前面一大段講到六度相融相攝的一個結語，這裡提到的就是菩薩摩訶薩如是安住波羅蜜多，皆修六波羅蜜多，令得圓滿；這裡強調的就是如果你安住每一個波羅蜜多，那麼才能圓滿。

所以我們就知道這裡再度告訴我們，



六度必須互融互攝，須臾不可分離，那麼才是真正六度萬行的圓滿；然後在節錄的地方，有特別提出禪定對於修行的重要，在這裡可以發現佛陀既然講完了六度，為什麼還要特別提出禪定呢？事實上我們明白戒、定、慧是佛學的三總綱，非常的重要，那麼既然「定」居於中，它是三學的中心，所謂由戒生定，由定生慧，因此我們就知道禪定在修行路上的重要性在哪裡了。

為什麼可以說由戒生定呢？因為戒律就是防止我們為惡，所謂的止惡揚善，當一個人是善良的時候，那麼起碼他夜半敲門心不驚。當一個人如果心比較容易定的時候，為善會比較

多，當然白業就比較多，黑業比較少，在這種狀況下，當然是比較容易安定。我們先不談比較深的定境，為什麼我們常說善良是學佛的基礎，因為善良的人，才能真正的把佛學好。戒其實是保護我們的白業，讓我們成為一個真正善良的人，這部份做好以後，那麼就要好好的修定；因為如果沒有定力的話，你很難生慧，一個人一天到晚非常的忙碌，很不安定的話，不要說對諸法實相，對每一件事情的處理，可能都難以掌握到重心。人間很多事情，事實上都在歷練我們，每一件人事物，如果我們有定力的話，比較能夠看清楚它的問題癥結所在，比較容易看清楚解決問題的快



速方法在哪裡，這樣才有辦法真正先獲得人間的智慧，然後才有辦法慢慢經過真正的修練而證得諸法實相。

人間的智慧在某些時候是很重要的，尤其對於人際關係的了解和一些調解的處理。一個行菩薩道的人一定要明白眾生的因緣，一旦因緣深以後一定會有惡緣現前，一定是如此的，絕對沒有說從頭到尾都是善緣；菩薩道的考驗就是在惡緣現前的時候，看你有沒有這個能力把它轉化；而在轉化的時候，一定要世間法與出世法並用，譬如說能夠用一般的談話而解決這個誤會，那麼就用談話的方式。我們不要先說反正「空」嘛！反正他誤會我也是沒有關係的，先不要講大話，很

多人都是一時空而已，一時被誤會沒關係，但久而久之就會反彈。當我們能夠用世間法解決的時候，我們可以去解決；但同時一樣可以空。所以我們可以明白很多事情，世間法的智慧在某些層次還是很重要的，尤其在行菩薩道的時候，還是要運用到世間法，所以六祖壇經才說「佛法不離世間覺」。

這裡有特別提醒就是，一個菩薩摩訶薩修行禪定的時候，他可以自由出入各種禪定的境界；而且不會執著也不會被境界所束縛，更不會因為如此而決定將來受生之所在；所以我們現在可以明白的就是，真正的禪定功夫我們可以注意到它的幾個特點，就是自





主、自由、自在。

因為禪定是很重要的修行，所以我們要有一些基本的正知見，如果你進入了一個禪定以後，你都不能動了，出不來了，這也就不是什麼入定，意思就是說非常的不自由。而定有定的境界，所謂的邪定，或者是發生一些神通現象等等，但是不能自主，這就不是好事情。所以我們一定要非常有正知見，因為禪定的修行是必經之路；所以我們要好好的去鍛鍊。

這裡還有提到安住於空性的問題，當你在禪定境界當中，會看到很多的狀況，事實上有些時候是幻相，有些時候是真正的看到；但是一個菩薩摩訶薩他在修禪定的時候，不管看到的是

真是假，他都不會起任何的染著；所以這時候慧就很重要，而且他也不會入所謂的聲聞獨覺。所以表示禪定的功夫也是不能離開空性，也是不能離開對於眾生的利益之心，畢竟是對菩薩摩訶薩來說的，而且提醒般若之用其實是方便善巧。所以六度萬行在實踐的時候，都必須有方便善巧，否則真的會空有利益眾生之悲願，而無力達成，這是菩薩道所不願發生的事情。

一個人會行菩薩道表示真的是已經發過悲願，發過宏願的，但是在做的時候呢？考驗確實是一重又一重，只要有曾經想幫助過別人的經驗，我相信你都會有點滴的記憶在心頭。

禪定的修行很重要，我們現在再做一些補充的說明。

剛剛提到如果沒有定的話，那麼就不容易產生慧，這是以定慧不二的眼光來看。為什麼是定慧不二呢？因為如果以整體來說，定可以說是慧的本體，而慧是定的起用。就是雖然你是很安定，很有定境的；但畢竟當你在面對菩薩道，當你在面對人世間種種的時候，就必須要有慧，所以慧是定的起用。到底禪定在修的是什麼？我們常聽到身有很多種，事實上確實有很多種，例如有：夢幻中陰身、死亡中陰身、禪定中陰身，還有所謂的法身、報身、化身等等，那麼到底什麼是中陰身呢？

其實中陰就是中有的意思，在這個狀態，其實就是它在作主的意思。比如夢幻中陰身，就是當你在做夢的時候，事實上是它在作主，因為你躺在那邊，肉身沒有在動，可是你的夢幻中陰很熱鬧，夢了很多，事實上真正在作主的主要是它，這當然非常複雜，所以為什麼才說生命甚深，為什麼說不要把我們肉身的感覺如此的擴大道理就在於此，因為它有時候不能代表全部的你，有時真的只是一部份的代表。而禪定中陰身就是一個修行人在修定時候的存在身，它的特性就是非常微細的一種存在，它可以任意隨著心的意念而組合。

所謂的神通變化事實上主要就是靠禪定中陰身而成就的，當我們在修禪定的時候，就是在修練禪定中陰身，當



你修禪定中陰身的究竟成就，與呼吸法及觀想法有很密切的關聯，因為事實上每一個身其實也是在互相影響，當然如果你的肉身比較不粗重的話。

為什麼三界分欲界、色界、無色界，事實上以天人來講，他們的色身是比較有利於修禪定，因為他們的色身不粗重，這當然牽涉到福報等等，但因為天人太有福報太享樂，沒有苦來磨練，那是另外一回事；但如果我們僅以修禪定來講，他們沒有粗重的肉身來束縛的話，事實上是比較容易成就，因為禪定中陰身非常的微細，而肉身會對禪定中陰身產生一種束縛，因為很粗重的關係。

那麼為什麼有時候要配合呼吸法，因為呼吸法它可以轉化我們粗重的肉身。另外為什麼要常常練習觀想，觀想當然它影響的層次也非常的廣泛，但是針對禪定中陰身而言，觀想法它可以增加禪定中陰身的活潑度，意思就是說當你的肉身清淨到某種程度，你的禪定中陰身比較不受束縛時，那麼你利用觀想的話，可以讓禪定中陰身產生神通變化的就是這個部份，可以讓它非常的活潑；但是禪定中陰身它的修練是非常不容易的，一定要經過長時期的靜坐，這是必然的一個訓練過程，因為只有長時期的讓禪定中陰身自然的舒展，它才能真正的展現神通變化，也就是所謂的神變，神通



變化簡稱神變。而所謂的神足通，為什麼是這樣呢？因為禪定中陰身是自由來去的一個身，真正修成的時候，它非常的快速，去哪裡就去哪裡，轉念即到，即所謂神足通。再以宿命通來講，也是因為有神足通的關係，所以他瞬間往返長遠的時間，查看過去未來，因此很多神通的部份，都跟禪定中陰身有很密切的關聯，所謂的天耳通、天眼通、他心通等，也都是因為它來去自如的關係，瞬間提起十方之身，瞬間看盡十方一切動態，這就是禪定中陰身所能夠展現的五通。但這裡我們要提出一些提醒，一個修行人一定要很有耐性的對禪定中陰身，予以長期而且小心謹慎的訓練。

我們為什麼要講神通？事實上神通跟名利一樣的，它是中性的，根本就沒有所謂的好與壞，它只是存在的現象，是人賦予它意義，賦予它好與壞。禪定中陰身也是一樣的，如果我們很正確的去訓練它，就會得到很好的成就，而且對眾生有益；但是如果沒有正知見，沒有好好的去訓練它的話，那麼很容易就跟魔界混淆。所以我們要提出一個提醒，為什麼呢？因為事實上磨羅也具備神通，他們沒有這個粗重肉身的時候，其實是非常敏銳的，很多事情他看的到你看不到，他知道你不知道，講過去的事情的話，他也會知道一些你過去的事情，如果被磨羅附身的話，他也可以告訴有關你的過去未來，這些他都知道，當然有時候也不是很準確；但是他基本上會知道一些事情，而如果你因為這樣而對他生起大信心的話，那麼可能就會被磨羅所騙。

所以修行本來就是這樣，也沒有什麼好害怕的，如果我們真正明白它的原則的話，是可以做的很好的，就如同我們比喻上高速公路當然你一定要遵守安全規則，不然你怎麼能上，但是來來往往還是天天在開，所以你的正知見為什麼這麼重要，就是這樣。我們一定要很有耐心的、長期的，而且小心謹慎的來訓練我們的禪定中陰身，那麼就絕對不會有問題；可是如果我們沒有好好的去修所謂的空性，沒有好好的長養慈悲，那麼這樣就有可能會與磨羅混淆，就要比較小心謹





慎一點。

以修行來講，長期的訓練就是每天都要靜坐，以忙碌的人來講或者是剛開始的人來講，最起碼要半小時，再上去50分鐘是一個不錯的階段，再上去的話當然是越多越好，所謂小心謹慎的訓練，有一個重點請大家記得，就是絕對不要與妄念相應，也可以說必須訓練自己心無雜念；當你在靜坐的時候，空性為什麼這麼的重要，就是當你發現任何妄念的時候，都不跟它相應，可是你知道動了負面的念頭。為什麼說神通有時候會被人家誤用？因為如果還沒有修得很清淨時，譬如說某個人曾經得罪過你，你現在有神通了，就趁這個機會整他，那就慘了，法界是非常公平的，你得來的神通只能用在正的方面，只能如此，只能利益眾生，因為你已經獲得，已經利益自己；可是你要起用的時候，只能用在光明面，只能去利益眾生，絕對不能說我一報私仇，大快己心，好過癮，那就慘了，那麼以後這個神通消失事小，萬一與磨羅相應的話就是走入歧途的一件大事情；所以一定要非常的小心，重點原則就是不要與妄念相應，起來什麼妄念就看著它，讓它謝滅，尤其是負面的念頭。

很多無稽的念頭或者雜念，還無所謂，連續劇編得很久想回來，就怕想去對某人不利等等，千萬不行，絕對不能，所以就是記得小心而謹慎的訓練，絕對不要與妄念相應，必需訓練自己心無雜念，就是這樣的訓練，禪

定中陰身才有可能正確的展現五神通，否則會走入歧途，這是要非常小心的，那麼我們會明白禪定中陰身確實很重要。

一個修行人既然明白它很重要，那麼就應該花很多時間來訓練，這樣才能早日達成五神通的展現，但是我們還是要再把它說明白。神通的展現完全是為了度眾方便，如果發心不正，例如他修只是想炫耀自己與眾不同的能力，那不行，不能有這樣的發心，有這樣的發心一定要懺悔、要謝滅，這就是妄念，因為「因地不正，果招迂曲」，極容易和磨羅相應，那麼會淪落為磨羅的工具。

不要以為所有的能力都是自己的，如

果發心不正就會跟魔界相應，那麼你的地位就會變成奴隸，是磨羅使喚的奴隸，他叫你去做這做那，他給你能力，但那能力並不是你的，他隨時可以抽回去，他離開你，你就沒有了，那這樣何必，我們要這樣的能力做什麼；而且他給你能力完完全全是叫你去造業，所以千萬要明白你的能力從哪裡來，如果是自己發心正確，是經過長期從修練得來的，那麼這是正確的；如果突然來的一定要小心，而且要反省心念是否正確，如果有妄念夾雜其中，或者發心不正確，那麼一定要小心，寧可不要有神通，因為神通也並不是來讓自己變得比較偉大，絕非如此，也不是讓自己變得比較能夠



有炫耀的本事，所以一定要發心正確。如果對於禪定中陰身以及神通都具備了正知見，那麼這才能成為一個真正在修行禪定中陰身的修行人，對於禪定這是一個補充，請大家要正視與重視禪定中陰身的修練，因為它是屬於比較後面的修行，但也是必經的階段。

【 佛陀經文 】

舍利子。如是為欲利樂一切有情
擐大功德鎧。菩薩摩訶薩普為十
方各如殑伽沙等世界諸佛世尊。
於大眾中歡喜讚歎。作如是言。
某方某世界中有某名菩薩摩訶
薩。為欲利樂一切有情擐大功德
鎧。成熟有情嚴淨佛土。遊戲神
通作所應作。如是展轉聲遍十
方。天人等眾聞皆歡喜。咸作是
言。如是菩薩速當作佛利益安樂
一切有情。

P271 Ⅲ欄23行~P272 I欄1行

【 郭老師講義文字 】

法界是公正的，只要一位菩薩摩訶薩為欲利樂一切有情擐大功德鎧，那麼他必定累積無量無邊的功德福報，那麼由於功德福報的感召，他必定得到諸佛菩薩的歡喜讚歎、成熟有情、嚴淨佛土、遊戲神通、作所應作。是



的，眾生都幼稚如小孩，三界猶如火宅，卻還以苦為樂，沉溺不已，菩薩摩訶薩能夠教導小孩成長、成熟，那麼這樣無量無邊的功德，當然就是莊嚴佛國淨土的最好方式。而且菩薩摩訶薩因為證量具足，故擁有自在變現的遊戲大神通，能夠悉知悉見一切因緣，善巧廣度群倫，作一切對眾生有利之作為。這樣的菩薩摩訶薩，當然是令人讚歎不已，連天人也稱歎：如是菩薩，速當作佛，利益安樂一切有情！這是稱頌之詞，也是預言，是必定實現的預言——速當作佛，因為他之所以如是，是因為“利益安樂一切有情”，此句是因，也是果，就是因為利益眾生，所以可以成佛，就是因為成佛，所以可以利益更多有情，善哉！善哉！如是菩薩摩訶薩，法界同喜，法界同賀，十萬空行歡頌！

【郭老師口頭詮釋】

當一個人成就的時候十萬空行歡頌，相反的當一個人墮落的時候，十萬空行悲泣；所以每個人都要努力，因為你所影響的因緣不只一個人，是很多人的，你上去了，你昇華了，你成就了，有多少人為你歡頌，這是多麼好的一件事，法界同喜，法界同賀；但是如果你退轉了，譬如說發大乘心、發悲願，結果退轉了，遇到種種重大挫折以後退轉，不再修大乘，回家自己修，結果十萬空行悲泣。所以我們要好好的面對一切的修行，所以不要輕易就退轉，因為其實重大或不重大，每天都會有很多事情的，如果我們不夠堅強，空性不夠的話，隨時都可能被打倒的，業力之侵襲，磨羅之攻擊，超乎人的想像，真的是三界如火宅，可是有幾人真正能明白呢？有幾人真正時時刻刻記得呢？所



以這裡有談到當十方各如苑伽沙等世界諸佛世尊為歡喜讚歎菩薩摩訶薩，為欲利樂一切有情，擯大功德鎧，成熟有情、嚴淨佛土、遊戲神通、作所應作。第一句話就是「成熟有情」，我們剛才也提到其實大家都是幼稚園大班，好像有一點言過其實，其實跟佛菩薩比起來也沒有過份，不但是小孩而且是幼兒，我想大家都會仔細觀察每一個人，如果都不是因緣深的話，都是很好相處，每一個人都好來好去，都彬彬有禮；但是如果因緣很深以後，就會發現每一個人都有他嚴重的缺點，就如同佛經中的至理名言「眾生有病」，每一個人都有病，病在哪裡而已，病重病淺而已。

但是我們對於這些也不要太失望，真的去看清楚的話確實如此，大家都一樣像小孩子，幾乎很難找到一個成熟的人；而佛菩薩就是這樣，菩薩摩訶薩就是來教導小孩子變大人的，想想看這樣的功德當然是很大，所以大家都盡量要做一個成熟的人，不要做一個幼稚的小孩子，更不要做幼稚園的小班，去體會好了，大家雖然都是大人了，可是很多作為卻像小孩子，希望都趕快成熟，如果有功德的話，當然就是嚴淨佛土，遊戲神通，作所應作。

「作所應作」這句話也是很重要的，因為一個菩薩摩訶薩他自己修到某種程度的時候，會隨順他的因緣，去作



他應該作的事情，到最後可能也不是說甚麼悲願不悲願，到最後可能也不是甚麼成就不成就，而是他就隨順當下的因緣，作他隨順因緣該作的事，如此罷了，這就是作所應作。

這裡談到連天人後來也在稱讚如是菩薩，速當作佛，當然這是一個預言，沒有馬上；但是這個預言是必定實現的，因為他利樂一切有情，根據這樣的功德他必定成佛。如同這裡所闡述的，這句話它是因也是果，當你真的在利益一切有情的時候，那麼當然會得到究竟成就，但也因為你得到究竟成就，所以倒過頭來可以再利益更多的有情。

我們現在來做五分鐘的觀空——身體

放鬆、呼吸調柔、心無念，在這樣的狀態下，看只是看，看著這樣的狀態，念頭的生住異滅，都看得清清楚楚，可是只是看著，對於這些念頭，完全都不加以批判，那個不受念頭影響的一種本來的狀態，就是空。如果我們真的安住於空的話，業力是找不到我們的；而一旦與妄念結合，三界現身，就無所遁逃於三界之間，妄念馬上找你，如影隨形，速度之快，超乎想像。

大家對於文字般若體會的還不錯，但是還要繼續加強實相般若的部分，所以為什麼每次都要訓練觀空，因為「空」就是萬事萬物本來的面目，一切一切的本質；但是它確實有大用





的，我們常講佛法的存在，是為了滅除生命之苦，生命確實充滿了無量無邊的苦，充滿各種的問題，而佛法就是來解決生命的問題，然而真正能夠解決生命問題的是空義。如果你真正明白了空，也安住於空，那麼你會發現很多事情，對你真的已經沒有干擾了，而一個不被干擾的狀況是多麼的好啊！

大家其實都是常常處在被嚴重的干擾之下，隨便有人說句不好聽的話，有人可能就難過一天，這就是沒有空，因為如果明白了空，就會知道不管別人說話多難聽，其實它的背後也是空，這個狀況確實是需要去修練，去安住的；因為如果你只有幾秒鐘明白

空，安住於空，但是過了一段時間離開空性，那麼還是會繼續受到許多的干擾。

三界輪迴是一個很重複、很辛苦的歷程，可是我們都在這樣做，不斷的輪迴、不斷的輪迴，如果能有記憶的話，如果能夠回憶到投胎的過程，真的是非常的痛苦的，快速的旋轉，速度超乎想像，我們就這樣一世又一世痛苦地旋轉，不曉得旋轉到什麼時候，真的就是在旋轉；而如果空性真正鞏固了，那麼我們就可以切斷這個旋轉，從此永斷生死的瀑流，不再受到任何的干擾，這就是空的狀態，這就是解脫的狀態，這就是涅槃。

所以真的要去實證空，明白空，最重

要的還要安住於空，否則一不小心還是被業力找到，還是被干擾的一塌糊塗。所以就像剛剛我們在觀想，要好好的在當下直接觀空時，就明白那個狀態，因為你不用去執著語言文字是什麼意思，只要當下明白它的意思就好。沒有辦法明白什麼是「狀態」？在此解釋一下，狀態也是人模擬出來的，所以解釋到最後也不是很清楚，反正都是人創造出來的，總要有個解釋，狀態、面目、風光、涅槃，到底是什麼東西？不要管它，反正它只是一個方式，是一種工具，目的也是讓你明白所謂不受念頭影響的什麼；而念頭就像一個出現的什麼，被你看到了。

所謂三界現身，所謂妄念，因為在三界中的，它就是生滅法，但是如果你透過這個生滅法當中去看，似乎有一個不受生滅念頭影響的一種存在，所以你不管它是狀態還是存在，反正就是有這樣一種，總是有一個名詞，就算XY也是一種代號，久了以後就變成名相，所以你不管它是什麼名詞，所以佛經為什麼也是苦口婆心，用各種名相來告訴我們，絕對也是有含意、有用心的，但是只用一個名詞，單單就可能產生執著，既然有這麼多名詞把你搞混也好，不要讓你執著在上面，所以為什麼說開悟原來是這樣，就是如此，甚至做一個動作就是開悟。

所以當下的掌握非常的重要，去體會那個狀態，所有的方法都是讓我們去



明白那個狀態，透過這個生滅到達那個沒有生滅的狀態，那麼輪迴就有可能成為過去。

【佛陀經文】

爾時具壽舍利子問滿慈子言。云何名為菩薩摩訶薩為欲利樂諸有情故發趣大乘。滿慈子言。舍利子。菩薩摩訶薩為欲利樂一切有情。擯六波羅蜜多大功德鎧已。復為利樂諸有情故。離欲惡不善法。有尋有伺離生喜樂。入初靜慮具足住。尋伺寂靜內等淨心一趣性無尋無伺定生喜樂。入第二

靜慮具足住。離喜住捨具念正知。身受樂聖說住捨具念樂住。入第三靜慮具足住。斷樂斷苦先喜憂沒不苦不樂捨念清靜。入第四靜慮具足住。復依靜慮起慈俱心。行相廣大。無二無量。無怨無害無恨無惱。遍滿善修勝解周普充溢十方盡虛空窮法界。慈心勝解具足而住。悲喜捨俱心勝解行相亦復如是。依此加行。復超一切色想。滅有對想。不思惟種種想。入無邊空空無邊處具足住。超一切空無邊處。入無邊識識無邊處具足住。超一切識無邊處。入無所有無所有處具足住。超一切無所有處。入非想非非想



處具足住。舍利子。是菩薩摩訶薩以無所得而為方便。持此靜慮無量無色。與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提。舍利子。是為菩薩摩訶薩為欲利樂諸有情故發趣大乘。

P272 1 欄2~24行

【郭老師講義文字】

佛此段經文，說明禪定對於菩薩摩訶薩所行的重要性，尤其是四禪：

- (一) 初靜慮具足住：即初禪，離欲，惡不善法，有尋有伺，離生喜樂。
- (二) 第二靜慮具足住：即二禪，尋伺寂靜內等淨心一趣性，無尋無伺，定生喜樂。
- (三) 第三靜慮具足住：即三禪，聖說住捨，具念樂住。離喜、住捨、具念正知，身受樂。
- (四) 第四靜慮具足住：即四禪，捨念清淨。斷樂斷苦，先喜憂沒，不苦不樂。

初禪至四禪，各有各特殊的證得境界，經文已經界定的相當清楚，事實上，一切的禪定境界，皆與三界的境界相應，即證得初禪，表示禪定中陰身已經能夠到達初禪天，證到四禪，則表示能到達四禪天，但到達不代表能夠安住，故禪定功夫是最需要花時間練習的，因為到達都已經很困難，更何況是安住，故禪定是每一個菩薩摩訶薩絕對不可偏廢的修行，因為唯

有禪定中陰身能夠安住初禪以上，才有可能開始真正轉化粗重的肉身，不再受到欲界種種的束縛，而唯有離開欲界的束縛，一個菩薩摩訶薩才能真正少欲知足，恬靜淡泊的專心致力於菩薩道，否則光是滿足種種欲想，一個欲界眾生就得花去不少時間，故禪定功夫甚為重要，宜多練習之。

經文接著提及，當一個菩薩摩訶薩證得四禪，還要依禪定，起慈俱心，行相廣大無二無量，無怨無害，無恨無惱，遍滿善修勝解，周普充溢十方盡虛空窮法界，慈心勝解具足而住，悲喜、捨俱心勝解行相亦復如是。此段明白的告訴我們慈悲的重要，當一個菩薩摩訶薩定力已經修持到某種境界





時，他還必須不能忘記慈悲的長養與修持，因為整個菩薩道之所以開展，就是從悲心開始。事實上，一個菩薩摩訶薩的修證過程，都是須臾不能離開悲心的，故當一個菩薩摩訶薩證得四禪時，他並不急於馬上進入無色界，而是以此為根基，好好的長養悲心一番，而且不止擁有勝解，還力行不已，故這樣的展現，就是菩薩大丈夫的展現，令人讚歎！

【郭老師口頭詮釋】

這段經文是對於菩薩摩訶薩修行禪定的重要提出看法，尤其是四禪。這裡提到初禪、二禪、三禪、四禪；對一個修行人來講，這些瞭解有大概的掌握即可，最重要的還是實修的工夫，以初禪來講，它也可以叫做有覺有觀三昧。

如果大家對禪定有興趣的話，智者大師所著作的「釋禪波羅蜜」可以去看，對於初禪，他在釋禪波羅蜜裡頭用所謂的精進來說明。初禪的境界他是這麼形容，「離欲及惡法，有覺並有觀，離生及喜樂，是人入初禪，已得離婬火，則獲清涼定。如人大熱悶，入冷池則樂，如貧得寶藏，大喜覺動心，分別則為觀，入初禪亦然」，這裡的形容就如同經文所說的「離欲惡不善法，有尋有伺離生喜樂」，初禪對一個修行人來講，是非常重要的，因為當你修行到一個境界的時候，尤其是禪定，就如同這裡所說的，事實上我們在修禪定時，連禪定的境界，真的是跟三界的境界互相搭配的。

三界的境界就是所謂的欲界、色界、無色界，這樣一直上去，那麼如果你在欲界的話，當然就是你會有欲想，而所謂初禪就是他已經離開欲界，



到達了初禪天，就是說禪定中陰身已經可以離開欲界，已經離開肉身的束縛，我們粗重的肉身會束縛我們的禪定中陰身，那麼如果你經過修練，經過禪定的修行——長期的打坐，那麼你的禪定中陰身會離開肉身的束縛，而到達初禪天。如果你的禪定中陰身自由了，它對你當然帶來很大的影響，第一個好處就是它會轉化你粗重的肉身，身體開始就會比較輕安，會覺得比較健康，這都是打坐帶來的好處。

另外最大的好處就如同這裡所說的，也是一個檢擇的方法，就是他離欲界惡法。離開了欲界，就代表離開了很多的欲想，這對於修行人，尤其是對於一個行菩薩道的人是重要的，我們在這裡形容一個菩薩摩訶薩的人，是少欲知足、恬靜淡泊，這個條件必須真正如是。如果還在欲界當中，雖沒辦法完全沒有欲，但最起

碼你要致力於菩薩道的話，確實要少欲知足，不然光要滿足我們的欲想，每天就不知道要花多少時間，大家可以反省一下的；每個人都有他所喜歡的、所執著的，欲界眾生之所以叫欲界就是這樣，有他的欲望、欲想；但如果沒有辦法減少的话，真的會浪費很多的時間，所以為什麼禪定這麼重要就是如此。

我們要離開欲想、離開惡法，這樣的人就是入初禪的人，就好像離開了所謂淫欲之火等等，他得到了清涼定。這裡做一個比喻，就好像一個人非常的悶熱，他進到一個清涼池裡頭，當然是很快樂的。也好像一個很貧窮的人，忽然得到無限的寶藏，他當然是很高興的。這時候他是屬於有覺有觀，還沒有離開覺和觀的感受，有尋有伺，離生喜樂，他是有很大的喜樂；但是以一個修行人來講，這是一個非常好的狀態，當然如果說你能到



達這個狀態，已經是相當不容易；但是對於一個很好的修行人來說，還不能只是到達而已，還要安住，所以為什麼要長期的修練就是這樣。

所以為什麼很多人修到的境界，為何曇花一現很快就沒有了，是因為才剛好到達，但是並沒有辦法安住，所以不容易，因為不夠清淨、業力束縛等等原因，當然讓人沒有辦法安住，所以要不斷配合其他消業的方法等等，才能安住於比較高的天界狀態。

再來就是所謂的二禪、三禪還有四禪，都是屬於無覺無觀三昧，越往上的天界當然是越來越清淨，就如同我們在丟棄包袱一樣，欲界的話當然是最粗重，當你到達色界的時候，當然比欲界好很多，可是再往前從初禪天到二禪天的時候，那麼你會更清淨，這個時候就是無覺無觀的狀態，因為

慢慢經過修行以後，或者已經能夠安住初禪天時，就會認為覺觀是一種多餘的負擔，所以就把它捨掉，經過修行而到達無尋無伺，定生喜樂。

在智者大師釋禪波羅蜜有這樣的形容：「知二法亂心，雖善而應離，如大水澄靜，波蕩亦無見。譬如人大極安隱睡眠時，若有喚呼聲，其心大惱亂。攝心入禪時，以覺觀為惱，是故除覺觀，得入一識處，內心清淨故，定生得喜樂。」這一段是把二禪的狀態形容的很清楚，他所作的比喻，就是說如果一個湖水真正平靜的時候，那麼它是沒有波紋的。就像如果一個人在睡覺的時候，有人要見他的話，他一般也是會生惱亂。而安住初禪久了以後，他會覺得有覺有觀是一種微惱的狀態，所以要把它捨棄，除去覺觀的狀態，得到內心清淨，所以證得

頓生喜樂，這就是二禪的狀態。

三禪、四禪也分別有經偈來說明，三禪的部分為：「攝心第一定，寂然無所見，患苦欲棄之，亦如捨覺觀。由愛故有苦，失喜則生憂，離苦樂身安，捨念及方便。」這個意思，就如同經文所說的，它是「離喜、住捨、具念正知，身受樂」，三禪也一樣是無覺無觀，但它的意思是說因為有愛，所以有苦，如果我們離開了苦樂，那麼身才能安，這裡講到捨念的部分，是三禪的特色。

四禪也有一段來形容：「聖人得能捨，餘人捨為難，若能知樂患，見不動大安。憂喜先已除，苦樂今亦斷，捨念清淨心，入第四禪中。第三禪中樂，無常動故棄，欲界中斷憂，初二禪除苦。是故佛世尊，第四禪中說，先已斷憂苦，今則除苦樂。」這裡的意思就是說因為境界越來越高的關係，那麼當證得初禪的時候，是非常的喜樂，因為離開欲界。欲界是比較粗重，比較污濁的地方，他能夠到達比較清淨的地方，當然是非常的快樂。

但是如果到達四禪的時候，事實上已經捨念清淨、斷樂斷苦。因為這時候已經覺得喜樂也是一種不是很安樂的狀態，所以四禪所謂的樂，它也是屬於無常的。四禪就是斷憂苦出苦樂，因此這裡說「捨念清淨，斷樂斷苦，先喜憂沒，不苦不樂」，這是四禪的一種境界。之後還會談到三界配合的禪定，即欲界定、色界、無色界等





等。還談到無色界的空無邊處、色無邊處、無所有處、非想非非想處等等，都是跟三界的境界配合；但是為什麼前面說一個菩薩摩訶薩，他不會隨著他的禪定工夫而決定受生哪裡，是因為並不是每一個天都很適合修行人在那裡，對於某些大修行者而言，四禪天是他的故鄉，因此會經常到四禪天去，那是一種在定慧等持的狀態，而非想非非想處天的話，對於修行者來講不見得是適合受生的地方。當然所有的禪定，都是跟禪定中陰身所能夠到達的地方有關。禪定確實是沒有辦法速成，所以我們一定要有正知見，就是要好好的修，這樣才有辦法讓我們的禪定中陰身真正的自由，然後到達比較高的境界，所以每天都禪坐是很好的修行者，越多越好；但

所謂的禪定我們還要有一個正知見，就是也不是一定要你坐在那裡；所以才有個公案，就是說你坐在那裡就能成佛了嗎？磨磚就可以成鏡了嗎？當然以初階來講，你安安靜靜坐在那邊坐禪是一件很好的事，而且身心比較容易得到安定和改變；然而久而久之，尤其是在行菩薩道時是非常忙碌的，但是你的心情難道就沒有定了嗎？什麼叫做動，什麼叫做不動？到底是動還是不動？外表是看不出來的。

【郭老師講義文字】

但是當悲心鞏固到一個程度，一個菩薩摩訶薩還是得不斷的朝上攀爬，即

進入無色界：

- (一) 空無邊處
- (二) 識無邊處
- (三) 無所有處
- (四) 非想非非想處

這四個層次的無色界定，也就是無色界的四個天界，因為它的存在狀態，沒有欲界的肉身，也沒有色界的色身，完全以意識的狀態存在，故是非常不可思議的存在，但禪定中陰身還是可以到達這樣的狀態，而且這些狀態也是禪定修行中必經的狀態，因為唯有歷經這些狀態，才能真正到達最後圓滿的定境——滅受想定。

【郭老師口頭詮釋】

這段經文除了談到禪定對於一個菩薩摩訶薩的重要，也談到慈悲的重要，就是當一個菩薩摩訶薩定境已經修到一個程度後，他還要好好地長養慈悲心。這裡講的非常令人感動，比如說因禪定起慈俱心，行相廣大，無二無量，無怨無害，無恨無惱，這八個字已經是相當的不容易「無怨無害，無恨無惱」，也學習到一個菩薩摩訶薩，他的心態就是這樣，對於眾生不再有任何的怨害之心，對於任何來欺負他、惹惱他的人，他也無恨無惱；而且是遍滿善修勝解，周普充溢十方，盡虛空、窮法界，慈心勝解具





足而住，悲喜捨俱心勝解行相亦復如是。

講到四無量心，慈悲喜捨，這樣一個境界就是一個菩薩摩訶薩的境界；但是這裡為什麼要提醒？也就是說事實上禪定還是很重要的，當你修到某種禪定的時候，才能安住在這樣一個慈悲喜捨的狀態，因為剛剛已經提到，如果你沒有辦法離開欲界束縛的話，你的欲望花很多時間都已經難以滿足，那麼又如何去行菩薩道呢？所以禪定是很重要的，它是一個重心，也是一個中心，你要依靠它為基礎，才能好好的來長養其他。慈悲的長養就非常的重要，「不忍聖教衰，不忍眾生苦」，菩薩道的開展，就是從悲心

開展開始，所以只要是一個菩薩摩訶薩，他從頭到尾的修證過程，其實都不能離開悲心，所以證得四禪以後，他是好好的來長養他的悲心。

對於慈悲心有所體會，就會有所心得，去行的話，就會發現佛陀所言不虛。為什麼我們剛剛要說，菩薩道的真義在於平等，因為如果你明白眾生一體、無二無別的時候，那麼你可以作自他互換的練習，可以把別人的事試著當作自己的事來解決；你可以試著把自己認為很重要的事，當做別人的事來看待，那麼你就會發現其實這樣做就是平等了，因為我們都是把自己特別標舉出來，把自己的事當作很重要，其實有時候是情緒上的小事，

可是如果別人沒有仔細傾聽的話，你就會認為他不重視你，或者把自己的情緒當作很重要的事；但是如果真正站在一個平等的立場、一個客觀的立場來講，會發現當你在傾訴你的情緒可能是一個小事情，可是當發生比較大的事情時我們可能會忽略掉，那麼這可能就是一個比較沒有站在平等的立場在修行。

如果真正能夠明白菩薩道平等真義的話，那麼眾生與你無二無別，就如同剛剛所講的菩薩道，發心是如此，一切都是為了眾生；然而事實上菩薩道絕對是自利利他兩全其美，得到的利益很大，絕對是兩利的；但是我們為什麼要作種種智慧的練習或者空性

的觀察、慈悲的練習，能體會到無我當然是很好，因為我們常常還是由於五官所接收到的訊息太真實了，我們習慣會把它誇大，所以為什麼常常講「平常心是道」，因為修持越久的人，可能對一切的反應會比較平淡；他不是麻痺，也不是僵硬、僵化，尤其是對自己的事情，他越來越平淡，人家對他觀感如何，罵他也好，他都越來越平淡的反應，不是很激烈的反應。

但是一般眾生的習氣，都是對自己有什麼損害的話，多半都會作比較激烈的反應，可是如果我們對別人，因為比較客觀的關係，尤其在吵架的時候你看別人都很激動，可是換了自己





可能也很激動；那時候就自他互換一下，自己的事情如果把它當作別人的事情來看，你就會比較客觀一點；別人的事情他很痛苦，可是你不是他，他到底多痛苦啊？你把他換過來看看他到底有多痛苦，你就會真正比較平等一點，這就是在行菩薩道，好好的去體諒別人，那麼才是起碼做到很平等。

有人體會到越是把自己的放掉，其實會得到更多的快樂，我們就是因為擅長把自己擺在比較前面、比較大、比較重要；而其實很多的痛苦來源就在此，行菩薩道更是要真正放掉這些，你才有辦法真正慈悲喜捨的去幫助一切有緣眾生，去幫助一些需要幫助的人。

這邊談到四無色界的定，因為禪定的修行對應到三界整個的結構；而三界的結構非常複雜，所以每個人對於自己的狀況都不要太在意，因為它牽涉的十分複雜，例如你過去生修到什麼樣的程度是一個原因，另外就是今生恢復的快慢，還有就是三界複雜的程度，都會產生不同的狀態。光是肉身，癢啊！熱啊！麻啊等等都會，其他境界看到什麼也都會有，那麼如果你有正知見的話，就不用管它太多，因為事實上整個修證的過程確實是相當複雜；但是如果你好好的修，整張修行的地圖就會越來越清楚，但是到底道理如何並不是非常的重要，只要大概知道一個大致的情形即可；因為如果你沒有到達過也是沒用，如果

沒有到過美國，人家跟你講如何如何還是不太清楚；但是你起碼知道美國是在地球的哪裡，大概情形，大概知道就可以了，最重要還是要靠努力修證，讓自己到達那個狀態，那麼就會一切明白。

如果唸過的地方不是很清楚或者不是很了解，把這個也放下，不了解和不清楚也是正常的；除非你真正到達而且安住，真正需要注意的地方就是用功，好好的不要與妄念相應，好好的禪定禪坐，一定會身心輕安，一定會越來越喜樂，得到法喜，而且啟發很多不可思議的狀態，沒有呼吸照樣存活在這個世界上，就如同經典所記載的，都會在你身上慢慢發現，而且所言不虛，好好的坐，一定會得到身心的利益。

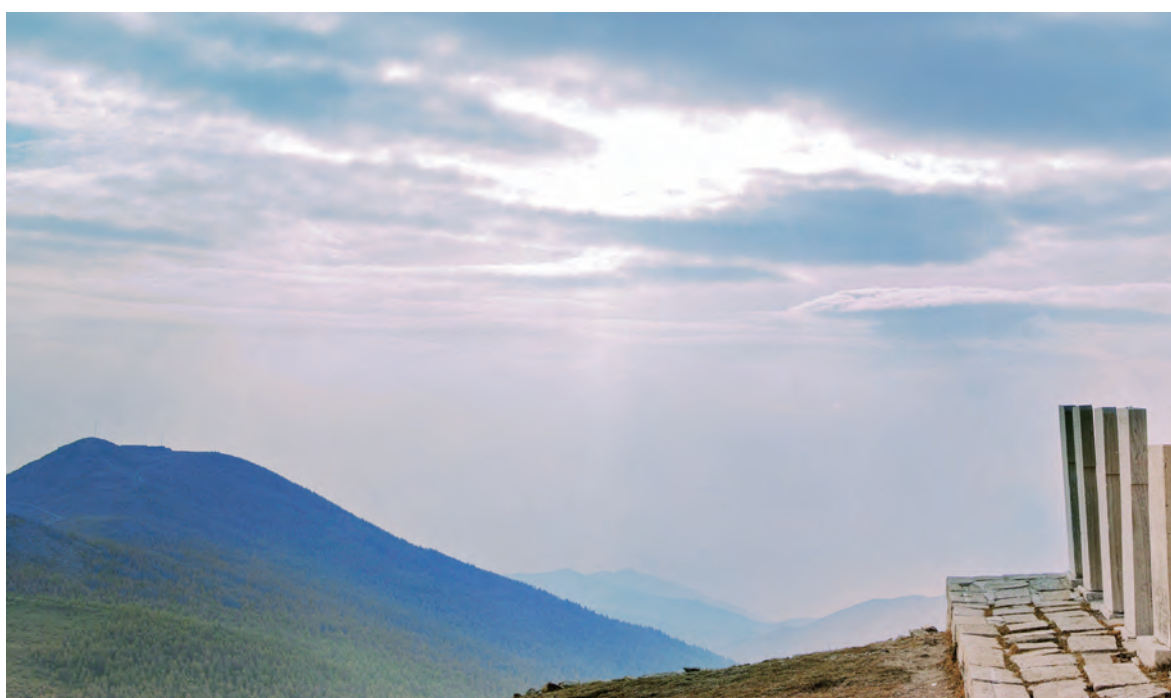
【郭老師講義文字】

此段經文的另一重點就是說明什麼是菩薩摩訶薩為欲利樂諸有情故發趣大乘？那麼依此段經文的說法，就是為利益一切有情修六度，並勤修禪定及悲心，而且以無所得為方便，持禪定證量，與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提，就是菩薩為欲利樂諸有情故發趣大乘。

〔下次接續摩訶薩品（三）〕

【郭老師口頭詮釋】

這段經文可以當作今天所說的一個總結，就是當一個菩薩摩訶薩在修行的時候，如果他在修廣度群倫的六度萬行，或者在修禪定的時候，或者是在好好長養慈悲的時候，都要以無所得為方便；而且就算他有禪定的證量、



一切證量的時候，他都是於一切有情共同迴向阿耨多羅三藐三菩提，這是多麼好的一個生命狀態；所以這就是菩薩為欲利樂諸有情故發趣大乘，因為所謂的發趣大乘是跟眾生一起發趣，與眾生一起同行，所以摩訶薩品是提升心量廣大，很殊勝！

因為篇幅的關係下一節課會將摩訶薩品講完。對於佛菩薩我們要衷心充滿感恩，在三界修行確實很不容易的，我們真的需要承蒙佛菩薩的加被，才能真正得到究竟的成就，所以我們要以無比虔誠的心、無比感恩的心，一起來感恩釋迦牟尼佛。

■ 感恩與迴向

一、感恩：

請大眾一起唸

“感恩南無本師釋迦牟尼佛” 三遍

二、聖號唱誦：

請大眾一起唱誦

“南無本師釋迦牟尼佛” 聖號

三分鐘

三、迴向：

請大眾一起唸

“謹以此功德 迴向法界眾生”





大般若經各品綱要

第一品 緣起品 (卷1~2)

主要就是說明整個法界如何欣喜的迎接這個宇宙大事—釋迦牟尼佛要宣講大般若波羅蜜多。

第二品 學觀品 (卷3~4)

充份說明一個大乘菩薩道行者該如何修行大般若波羅蜜多。

第三品 相應品 (卷4~7)

主要是說明與般若波羅蜜多相應的種種現象以及成就。

第四品 轉生品 (卷7~9)

主要是說明各種修行因緣以及感召的轉生處所果報的差別。

第五品 讚勝德品 (卷10)

主要是說明參加法會者對於般若波羅蜜多的讚頌。

第六品 現舌相品 (卷10)

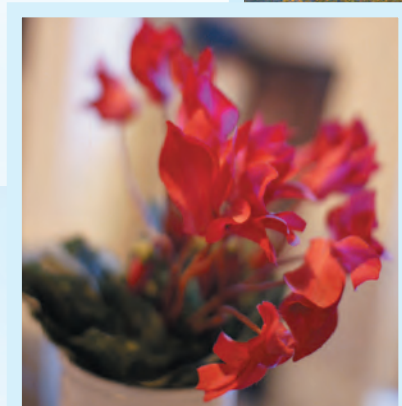
主要是說明世尊現廣長舌相，以及十方佛土睹此瑞相而紛紛前來聽經的盛況。

第七品 教誡教授品 (卷11~36)

主要是佛陀藉著要善現大菩薩為諸菩薩摩訶薩講授般若波羅蜜多，宣講名相不可得的般若波羅蜜多真實義。

第八品 勸學品 (卷36)

是敘述善現菩薩與舍利子藉由巧妙的一問一答，凸顯學習般若波羅蜜多的利益及重要。



第九品 無住品(卷36~37)

主要是說明般若波羅蜜多的主旨“無住”，即對一切都不執著之意。



第十品 般若行相品(卷38~41)

主要是說明般若波羅蜜多方便善巧的重要性，是修行般若不可或缺的部份。

第十一品 譬喻品(卷42~45)

主要是說明有方便善巧及善友所攝，聞般若波羅蜜多，不會驚、恐、怖，反之則會。

第十二品 菩薩品(卷45~46)

主要是說明菩薩句義就是沒有句義，因為一切句義皆空無所得。無所得故，句義亦無所得，故無句義可言。

第十三品 摩訶薩品(卷47~49)

主要是說明摩訶薩的定義以及菩薩摩訶薩的種種檢定方法。

第十四品 大乘鎧品(卷49~51)

主要是說明六度波羅蜜如六輛大車，能載修行者到達菩提大道。

第十五品 辯大乘品(卷51~56)

主要是說明什麼是大乘相以及發趣大乘的種種。

第十六品 讚大乘品(卷56~61)

主要是說明大乘的功德無量無邊。

第十七品 隨順品(卷61)

主要是說明大乘與般若，悉皆隨順，無所違越。



第十八品 無所得品 (卷61~70)

主要是說明一切法無所得。



第十九品 觀行品 (卷70~74)

主要是說明菩薩修行般若觀諸法時，於一切皆不受、不執、不著。

第二十品 無生品 (卷74~75)

主要是說明菩薩修行般若觀諸法時，見一切無生，因為畢竟淨的緣故。

第二十一品 淨道品 (卷75~76)

主要是說明當菩薩明白般若時，必安住於常不捨離一切有情大悲作意。

第二十二品 天帝品 (卷77~81)

主要是說明什麼是菩薩般若以及為什麼菩薩應住、應學般若。

第二十三品 諸天子品 (卷81~82)

主要是說明諸天子聽不懂般若，善現菩薩再為之深入宣說的經過。

第二十四品 受教品 (卷82~84)

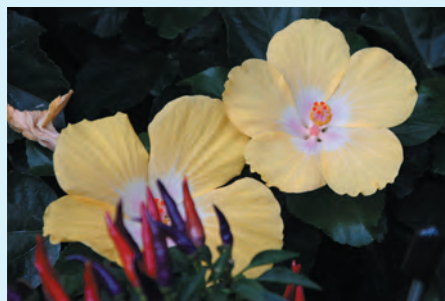
主要是說明有那些人能夠信受甚深、難見、難覺的般若，包括了住不退轉地的菩薩，已見聖諦及漏盡的阿羅漢以及種過深厚善根的善男子、善女人。

第二十五品 散花品 (卷84)

主要是說明諸天人散花供養釋迦牟尼佛、善現菩薩及諸菩薩、僧眾等的莊嚴殊妙，以此緣起探討花不生及一切法不生的般若智慧。

第二十六品 學般若品 (卷85~89)

說明善現菩薩智慧甚深，不壞假名，而說法性。





第二十七品 求般若品(卷89~98)

說明修行般若當於大菩薩的開示中求，並以佛陀為依歸。



第二十八品 歎眾德品(卷98)

說明菩薩所行般若是大、無量、無邊波羅蜜多，能夠證得無上正等菩提。

第二十九品 攝受品(卷98~103)

說明菩薩應於般若如說而行且不遠離。

第三十品 校量功德品(卷103~168)

說明般若的功德無量無邊，甚至供養般若經典的功德，比供養佛陀舍利還要殊勝廣大。

第三十一品 隨喜回向品(卷168~172)

說明一個菩薩應如何以無所得為方便，善巧修好隨喜回向法門。

第三十二品 讚般若品(卷172~181)

廣為讚歎般若是一切世出世間成就的根源，菩薩應以般若為導的修習六度萬行。

第三十三品 謗般若品(卷181)

說明毀謗及不敬般若的惡業果報，以及為何會謗般若的原因。

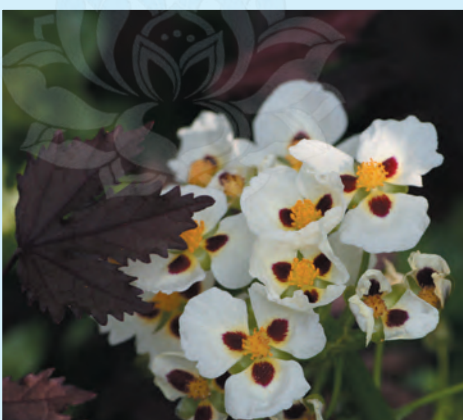
第三十四品 難信解品(卷182~284)

說明甚深般若難信難解的原因，以及正確與清淨的信解與相應之道。

第三十五品 讚清淨品(卷285~287)

說明什麼是畢竟清淨的意義，以及一切法清淨的真正涵義。

.....





諦聽法音

Listening Dharma

法音宣流／如幻行者

了悟自心 一切本空

一切平等 無二無別

心即是佛

一切皆是心意識決定



諦聽法音——

了悟自心 一切本空

善男子
善女人
諦聽
諦聽

三界流浪
辛苦備嘗
輪迴路險
此路崎嶇

無始劫以來
流浪三界
頭出頭沒
難有出期
只因不明自心
只因被幻相障蔽

一切都是幻相
幻相逼真

妄造無邊業
感召三有
流浪三界

了悟自心
一切本空
一切眼耳鼻舌身意
一切色身香味觸法
皆為虛幻
一切如幻

了悟實相
了悟自心
一切都是幻相
幻相逼真
業境逼真
遠離幻相
出離三界

人世啊
大夢一場
三界眾生
皆為大幻化網
牢牢網住
難以出離

出離之道
遠離幻相
了悟自心
一切本空

沒有時間
沒有空間
沒有生死
沒有去來
一切皆為心意識變現
一切皆為心王的遊戲
明白是理
方能離三界

諦聽法音——

一切平等 無二無別

善男子

善女人

諦聽

諦聽

空有六個層次

空

空亦復空

空有雙泯

空有一如

空有相攝

空有平等

空與有

無二無別

平等無異

空與有

一體二面

一即一切

一切即一

二即一

一即二

甚深知見

空有平等

穿越一切幻相

一切幻相背後即是真相

色聲香味觸法

一切背後即為真相

煩惱即菩提

煩惱背後即是實相

不生不滅

不垢不淨

不增不減

眾生平等

萬物平等

一切平等

轉染污識為平等性智

一切平等

無二無別

轉分別意識為無分別智

分別意識停止運作

不再分別

不再忘失三界幻相

平等智

出離幻相

斷除分別

平等性智

一切所見

一切平等

無二無別

無分別智

一切平等

無二無別

諦聽法音——

心即是佛

善男子

善女人

諦聽

諦聽

耳根圓通

開悟証果

透過音聲的背後

一切本空

聲音亦然

聲音本性亦為空

無有能所

能所雙泯

能聽所聽一切消融

無分別

無對待

無生滅

莫再流浪三界

斬斷分別意識

遠離分別

遠離對待

遠離生滅

証入空性

究竟空義

空有平等

一切平等

証入不生不滅

永恆的淨土

永恆的家鄉

莫再流浪

不如歸去

歸向不生不滅

唯心淨土

一切唯心造

是心作佛

心即是佛

是心是佛

諦聽法音——

一切皆是心意識決定

善男子	方能成就	妄念障蔽
善女人		難以成就
諦聽	去除黑色的種子	
諦聽	惡報自然消失	清除妄念
	種白色的種子	只種白色的種子
三界唯心	福報自然現前	入心意識八識田
萬法唯識		自然感召
一切皆是心意識決定	從今而後	無雲晴空
種子決定論	莫再種黑色的種子入八識田	晴空萬里
心意識八識田	黑色種子	
含藏的一切種子	全部消彌	純淨的心空
決定一切	白色種子	無一絲烏雲飄過
	全部具足	純淨的心空
黑白種子	水道渠成	輕安法喜
變現一切幻相	自然成就	解脫自在
黑白種子		
變現一切業境	無雲晴空	幻相消融
白色的種子	純淨心空	空性現前
變現福報	再也不會	一切具足
黑色的種子	黑雲現前	一切圓滿
變現惡報	黑業現前	
一切皆是心意識種子變現	黑雲黑業障蔽心空	真理現前
	黑雲黑業皆是黑色種子變現	昭然若揭
聰慧的修行人		依此而修
正本清源	黑色種子	必定證果
修行修心	即是妄念	
心意識下手	妄念變現	



空慧口訣

Oral Transmission of Emptiness

念茲在茲

修行成就

■ 本期空慧口訣之一～


直指人心

■ 本期空慧口訣之二～

是心作佛 是心是佛

■ 本期空慧口訣之三～

一切有為法，如夢、幻、泡、影



空慧口訣 實修提示

所有的口訣
都是用來提起正念的
以一念攝萬念
檢查妄念用的

所謂～
不怕念起
只怕覺遲

一旦發現妄念生起
就趕快回到口訣
所代表的正念

直到修行成片
進而成就！



上期空慧月刊登出的口訣～

《2015年1月號》

- (一) 法尚應捨 何況非法 —— 金剛經
 - (二) 持誦佛號：阿彌陀佛 —— 佛說阿彌陀經
 - (三) 警眾偈 —— 法句經
- } 已說明

本期空慧月刊登出的口訣～

《2015年2月號》

- (一) 直指人心 —— 楞伽阿跋多羅寶經
 - (二) 是心作佛，是心是佛 —— 佛說觀無量壽佛經
 - (三) 一切有為法，如夢、幻、泡、影 —— 金剛經
- } 今說明

下期空慧月刊登出的口訣～

《2015年3月號》

- (一) 色即是空，空即是色 —— 般若波羅蜜多心經
 - (二) 我有明珠一顆 —— 續傳燈錄 茶陵郁禪師
 - (三) 直心是道場 —— 維摩詰所說經
- } 將說明

空慧口訣——

直指人心

【口訣】

直指人心
見性成佛

【出處】

楞伽阿跋多羅寶經

【實修重點】

楞伽阿跋多羅寶經的名句其原文如下：

佛之所說經總十二部
而其多至於五千卷
方其正法流行之時
人有聞半偈
得一句而悟入者

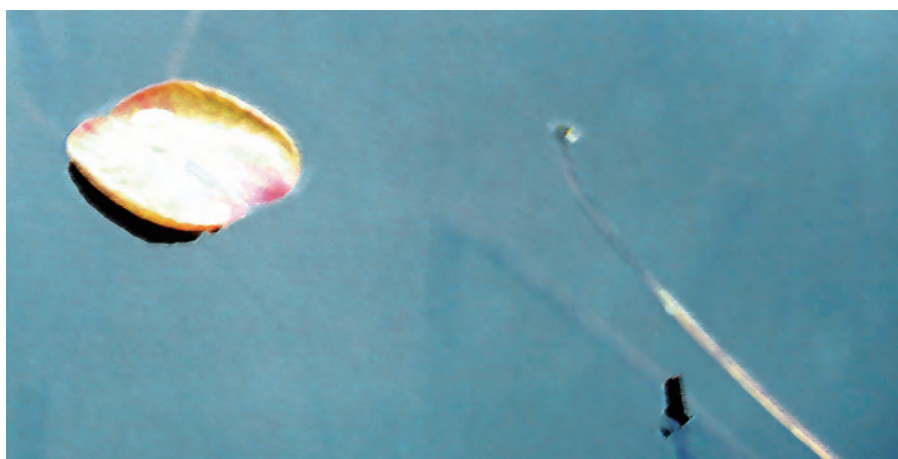
蓋不可為量數
至於像法
末法之後
去聖既遠
人始溺於文字
有入海算沙之困
而於一真之體乃漫不省解
於是有祖師出焉

直指人心

見性成佛
以為教外別傳
於動容發語之頃
而上根利器之人
已目擊而得之矣

大梵天王問佛決疑經，提到：

於時長老摩訶迦葉
見佛拈華示眾佛事





即今廓然
破顏微笑
佛即告言是也
我有正法眼藏涅槃妙心
實相無相微妙法門
不立文字
教外別傳
總持任持
凡夫成佛
第一義諦
今方付屬摩訶迦葉

兩點的距離
直線是最短的距離
所以
要直接了當

莫拐彎抹角
一切的一切
都要回歸於本心

因為
三界唯心
萬法唯識

因為
不識本心
修法無義

心 是唯一的真實
心 是一切的源頭

是心作佛
是心是佛！

是心作佛 是心是佛

【口訣】

是心作佛
是心是佛

【出處】

佛說觀無量壽佛經

【實修重點】

佛說觀無量壽佛經的名句其原文如下：

佛告阿難及韋提希
見此事已
次當想佛
所以者何
諸佛如來是法界身
遍入一切眾生心想中
是故汝等心想佛時
是心即是三十二相
八十隨形好
是心作佛
是心是佛
諸佛正遍知海
從心想生
是故應當一心繫念



諦觀彼佛
多陀阿伽度
阿羅呵
三藐三佛陀

若人欲了知
三世一切佛
應觀法界性
一切唯心造

因為
一切時空中
都只有心意識而已
一切
都是心意識的變現

所以
一切唯心造
是心作佛
是心是佛！

空慧口訣——

一切有為法，如夢、幻、泡、影

【口訣】

一切有為法
如夢、幻、泡、影

【出處】

金剛經

【實修重點】

佛說觀無量壽佛經的名句其原文如下：

何以故
一切有為法
如夢幻泡影
如露亦如電
應作如是觀
佛說是經已
長老須菩提
及諸比丘
比丘尼
優婆塞
優婆夷
一切世間天人
阿修羅
聞佛所說
皆大歡喜
信受奉行

這偈語是金剛經的心要
文詞美麗
言簡意賅
但是卻簡明扼要的說明了
世間如幻
應如是觀
在這無常的世間啊！
一切有作為的事物
都像大夢一場
又像虛無縹渺的幻影
海上的浮漚
清晨的露珠
天空的閃電
一切的一切
終究是要經過
生住異滅的歷程
無一是永恆
好花易謝
美景不常



其他口訣選項

- 菩薩清涼月·常遊畢竟空
- 猶如蓮花不著水·亦如日月不住空
- 諸惡莫作·眾善奉行·自淨其意
- 三界唯心·萬法唯識
- 一切都是心意識所變現
必須清淨心意識
- 直指人心·見性成佛
- 修行修心·莫此為要
- 大圓滿~一切圓滿·一切具足
眾生本具·法爾如是
- 善良是成就的關鍵
- 丈夫自有冲天志·不出三界誓不休
- 空
- 了悟空慧·永斷生死
- 空有雙泯
- 真空生妙有
- 不識本心·修法無益
- 心如牆壁·內心無喘·可以入道
- 若見諸相非相·即見如來
- 一切有為法·如夢幻泡影
- 一切都是幻相
- 生死如夢
- 是心作佛·是心是佛
- 我就是佛
- 欲觀法界性·一切唯心造
- 身放鬆·息調柔·心無念
- 不怕念起·只怕覺遲
- 所有的佛號，例如：阿彌陀佛、
釋迦牟尼佛……
- 所有的咒語，例如六字大明咒：
唵嘛呢叭吽吽……
- 所有的觀想，例如：觀音聖像
淨土十六觀等……
- 地獄不空·誓不成佛
眾生度盡·方證菩提
- 法尚應捨·何況非法
- 愛盡天下蒼生
- 大悲為上首·方便為究竟
- 大慈大悲·大雄大力
- 四弘願
- 四無量心
- 法無定法
- 悲智雙運
- 如如不動
- 頓悟來自漸修
- 舉足皆是道場·觸目無非正覺
- 像不動明王心不動





- 一任清風送白雲
- 飢來吃飯暈來眠
- 長空不礙白雲飛
- 一切都如空花水月·虛幻不實
- 莫忘初心
- 心、佛、眾生三者平等一如
- 塵盡光生
- 但願眾生得離苦·不為自己求安樂
- 擁臥寒波任愁流
- 誰家沒有明月清風
- 不忍眾生苦·不忍聖教衰
- 念死
- 不甘與草木同朽
- 成熟有情·莊嚴淨土
- 三界流浪·辛苦備嘗
- 作所應作
- 作無所作
- 警眾偈
- 一而二·二而一
- 發願大成就
- 自他不二
- 自他互換
- 心外求法是名外道
- 全身如透明水晶
- 修行修心
- 厭離三界
- 效法如來
- 但用此心·直了成佛
- 一切皆捨
- 六度萬行
- 於相離相·於空離空
- 直心是道場
- 隨緣消舊業·莫再造新殃
- 大道常在目前
- 善良+努力=成就
- 我有明珠一顆
- 沒有時間·沒有空間
沒有生死·沒有去來
- 一心不亂
- 心念不空過·能滅諸有苦
- 不離般若·觀空入定
- 制之一處·無事不辦
- 得失從緣·心無增減
- 一切本空
- 空亦復空
- 一即一切·一切即一
- 妄念止息·輪迴止息
- 念空
- 萬法皆空
- 無念為宗
- 誓與眾生共成佛道
- 心生果如是
- 修一切善法
- 心如工畫師
- 禪悅為食
- 這個（空）最重要！



念念提撕 · 處處醒覺——

念念不忘口訣

直指人心

是心作佛，是心是佛

一切有為法，如夢、幻、泡、影





一切有為法
如夢、幻、泡、影

佛作心是
佛是心是

直指人心



唯識探索

Explore Consciousness-only

三界唯心
萬法唯識



(一) 經之部

■ 唯識最重要之經典～
解深密經

(二) 唯識名相

■ 本期刊出～
之十：末那識

(三) 唯識實修

■ 本期實修～
觀惱種子消失



經之部——

唯識最重要的經典~

解深密經

講經／釋迦牟尼佛

譯／玄奘法師

解讀／郭韻玲

美編／鄭博文

一句一句的讀
一點一點的深入
自然讀懂深奧的唯識

(一) 經文：卷第一
勝義諦相品第二

(接上期)

如是
若有眾生
是愚夫類
是異生類
未得諸聖
出世間慧
於一切法
離言法性
不能了知
彼於一切
有為無為
見已聞已
作如是念
此所得者



決定實有
有為無為
如其所見
如其所聞
堅固執著
隨起言說
唯此諦實
餘皆癡妄
彼於後時



應更觀察
若有眾生
非愚夫類
已見聖諦
已得諸聖
出世間慧
於一切法
離言法性
如實了知
彼於一切
有為無為
見已聞已
作如是念
此所得者
決定無實
有為無為
然有分別
所起行相
猶如幻事
迷惑覺慧
於中發起
為無為想
或為無為
差別之想
不如所見
不如所聞
堅固執著
隨起言說
唯此諦實
餘皆癡妄
為欲表知
如是義故
亦於此中



隨起言說
 彼於後時
 不須觀察
 如是
 善男子
 彼諸聖者
 於此事中
 以聖智聖見
 離名言故
 現等正覺
 即於如是
 離言法性
 為欲令他
 現等覺故
 假立名想
 謂之有為
 謂之無為

爾時
 解甚深義密意菩薩
 欲重宣此義
 而說頌曰

 佛說離言無二義
 甚深非愚之所行
 愚夫於此癡所惑
 樂著二依言戲論
 彼或不定或邪定
 流轉極長生死苦
 復違如是正智論
 當生牛羊等類中

(勝義諦相品第二 終
 第三品經文待續)



(二) 解讀

解甚深義密意菩薩繼續說道：

如果有眾生，是愚鈍的，屬於凡夫眾生之類，沒有得到一切聖者的出世間智慧；所以對於一切法離開一切言詮的法性，不能了然知曉。

他於一切有為法、無為法，當他見聞之後，便這樣想：這些所得決定是實有，有為或無為，如其所見聞，相當的堅固執著；於是便隨著這樣的想法說：只有這個才是真的，其他都是愚鈍虛妄的！

但聖者會勸彼更觀，由彼頑鈍，不知是幻，執為實有，於後幻滅，更審觀察，

乃知非實。

又如果有眾生，並非愚夫之類，已照見第一義諦，已得到同一切聖者的出世間智慧；所以對於一切法離開一切言詮的法性，能夠如實的了然知曉。

他於一切有為法、無為法，當他見聞之後，便這樣想：這些所得決定是不實，然而有為法與無為法有所分別，所生起的行相，猶如虛幻之事，能夠迷惑覺慧。

而於其中發起了有為法與無為法的想法，或有為法與無為法差別的想法。

但是對於外相不如所見聞，也相當的堅固執著；於是便隨著這樣的想法說：只有這個才是真的，其他都是愚鈍虛妄的！

而且為了表達知道這樣的義理，也於此中隨起言說，此時聖者就勸這樣善慧根器的眾生不需要繼續觀察，因為他的智力如實知的緣故。

解甚深義密意菩薩又對如理請問菩薩說道：

善男子！一切的聖者於此事中，以他聖者之智與聖者之見，離開了一切的名字語言等外相，實修實證的示現出無上正等正覺。

而就在這樣的離開一切言詮的法性之中，慈悲的也想令他人證入示現無上正等正覺，於是就方便善巧的假名安立名

相，稱之為——有為或無為。

此時，解甚深義密意菩薩想再次整理宣說此中要義，於是宣說了一首偈頌道：

佛陀所開示離開一切語言文字的無二奧義

甚為深奧非愚夫之所能行

愚夫眾生被這樣的愚癡所迷惑

樂於耽著於有為或無為而言說戲論

這樣的眾生無法禪定或入邪定

將輾轉流浪生死苦海非常的長久

又違背這樣正確的智慧之論

會誕生在牛羊等愚痴畜生道中

本品充份的說明了，一切的法，無論是有為或無為，都只是佛陀的權宜方便；事實上，一切本空；有為法的本質是空，無為法的本質亦是空，無論有為或無為皆空，所以，一切畢竟空。



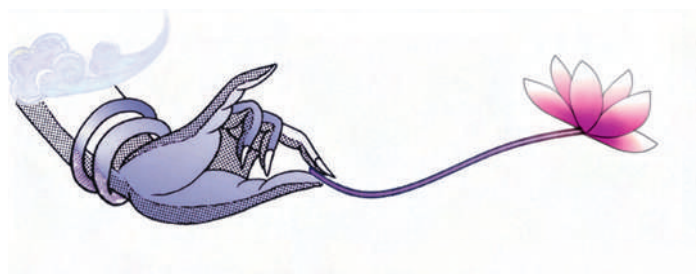
末那識

本期要認識的名相，是“末那識”。

名相解釋

梵語：

末那，為梵語 manas 之音譯，意譯為意，思量之義。唯識宗將有情之心識立為八種，末那識即為八識中之第七識。為恆執第八阿賴耶識為「我」之染污識。為與第六意識（意之識，乃依末那之識）區別，而特用梵語音譯稱為「末那識」。此識恆與我癡、我見、我慢、我愛等煩惱相應，恆審第八阿賴耶識之見分為「我、我所」而執著，故其特質為恆審思量。又此識為我執之根本，若執著迷妄則造諸惡業，反之，則斷滅煩惱惡業，徹悟人法二空之真理，故稱染淨識，又稱思量識、思量能變識。且其自無始以來，微細相續，不用外力，自然而起，故其性質為「有覆無記」；乃不引生異熟果，卻能覆聖道、蔽心性。法相宗依修行階段之淺深，而在末那識中立三位，稱為末那三位，即：（一）補特伽羅（梵 pudgala，即人）我見相應位，為末



那識緣第八阿賴耶識而起人我見之位。如凡夫、二乘之有學、七地以前之菩薩等有漏心位。（二）法我見相應位，為末那識緣第八異熟識起法我見之位。此乃指凡夫、二乘及未得法空智果之菩薩位而言。（三）



平等性智相應位，乃起無漏平等性智之位，即菩薩以法空觀入見道，又於修道位起法空智果及佛果。以上三位之中，前二位屬有漏之位，第三位則屬無漏之位。又依成唯識論卷五載，末那識之存在，可引用入楞伽經、解脫經二種教說，及六種道理證明之，此謂「二教六理」。二教，即：(一)入楞伽經卷九謂，思量之性，名意。(二)解脫經謂，染污意恆時與諸惑俱生滅。六理，即：(一)不共無明證，謂第六識之作用雖有間斷，凡夫不共無明，則恆無間斷而相續，故須有末那識。(二)六二緣證，前五識以前五根為所依，以前

五境為所緣，第六意識亦須有末那識作為其所依之意根。(三)意名證，末那名意，因係恆審思量，故末那識必須恆存。(四)二定差別證，聖者所入之滅盡定與外道所入之無想定有所區別，因滅盡定無末那識，而無想定有末那識之存在。(五)無想有染證，修無想定而得生之無想天，雖無第六意識，但仍有我執，故須有末那識。(六)有情我不成證，凡夫行布施等善，不會成為無漏，無法脫離我執，乃因有末那識之故。

【注：本名相資料整理自佛光大辭典】



實修之部——

唯識觀想法～

觀 惱 的 種 子 消 失

觀想的意義

修行修心，“是心作佛，心即是佛”，當我們的心如是觀想，亦即真實境。

觀想的方法

以心而觀，如心眼而視，例心中浮現熟悉家人的面容，可謂鉅細靡遺，觀想亦如是。

本次觀想主題～

觀想惱的種子消失了

理論依據

八識田中同時並存好與壞的種子，（種子說見佛名句——“阿陀那識甚深細，一切種子如瀑流”。即可略知一二）好的種子是白色的，

壞的種子是黑色的，菩提願的種子是金色的；故若要清淨八識田，直接觀想黑色的種子消失，是唯識的實修方法，亦是直接的修行方法。而瞋的種子即壞的種子，亦即黑的種子，可以觀想黑色瞋的種子消失。

觀想開始

觀想

八識田中

黑色惱的種子

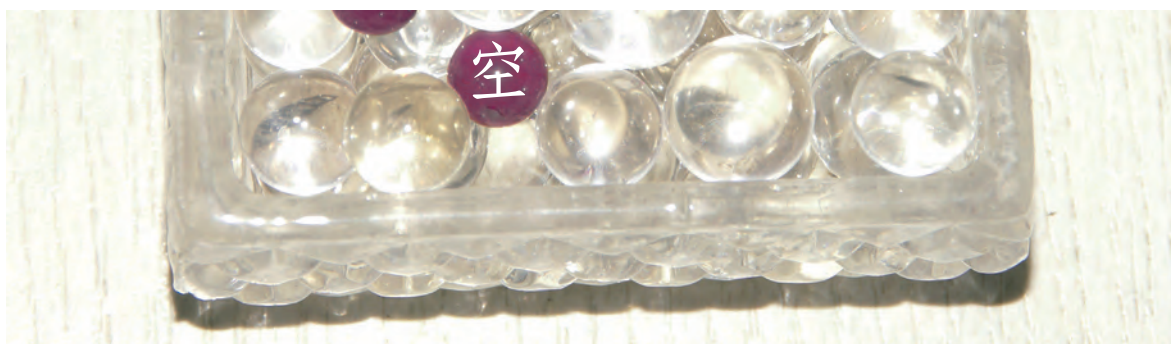
消失了

消失了

消失了

……

Ps：由於唯識觀想是固定修法，故每期內容皆雷同；但為方便實修，每期皆重複登出，只有更換圖片，特此說明。





與空相應

Associated with Prajna

三藏十二部
主旨精華

■ 與空相應～
其實最需要用功的是空

■ 與空相應～
無時無刻不與空相應

■ 與空相應～
時時與空相應

■ 與空相應～
空空空 萬法皆空

與空相應——

其實 最需要用功的是——空

法語／文華智慧

其實
最需要用功的是
——空

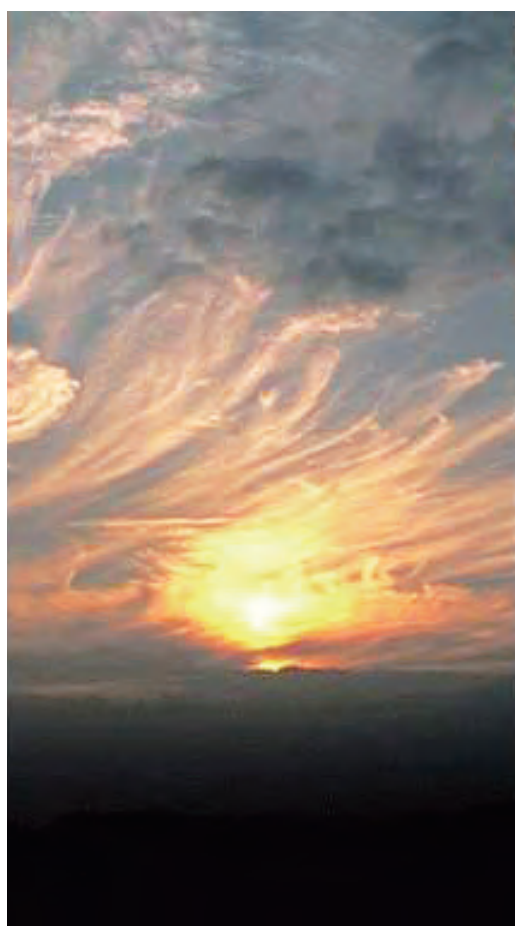
相應／千芬

在日常生活中我們多處在分別意識強大的狀態，所以練習與空相應，真的是我們最重要的人生課題。相信誰都想得到喜樂，但當業境來時，任誰也無法逃躲業力的催逼，只有靠平日的積功累德與善良慈悲，拼命的在我們的八識田中種下白色的種子，甚至努力發願，種下金色的菩提種子，如此才能感召善緣與善業。

唯有時時刻刻學習空、保有空，不受貪嗔癡慢疑五毒的危害，不再陷入無止盡的輪迴，這才是真正解決我們生命問題的正確方法。

其實，最需要用功的是一空

這真的是一個很好的提醒！須牢記在心，時時練習。感恩善知識的教導！



與空相應——

無時無刻不與空相應

法語／文華智慧

時時刻刻
與空相應
分分秒秒
與空相應
無時無刻不
與空相應

實修心得／心志和泰

法語的開示，清楚地指出修行的重點，就是修行成片，就是「時時刻刻 分分秒秒 無時無刻」，這是實修實證的體悟，可以為我們的修行，帶來莫大的幫助，由此更可以體會到善知識的重要，其實要清楚明白的知曉，我們的一切，都是來自於善知識啊！而修行對我們來說，是一件重要的大事，可以讓我們的生命提升，讓我們從這如火宅的三界解脫，自由自在的永斷輪迴；如同我們所知，修行就是要悟空，法華經劇本中佛陀的開示，只有了悟空，才能真正的自度，也才能真的度人，所以悟空對我們來說，真的是最重要的一件事啊！而且一個人的悟空，不僅僅利益了自己，還利益了千千萬萬的眾生，如同善知識的示現，一個悟空的菩薩，可以經由菩薩五明，來利益許許多多的苦難眾生，這是多麼慈悲廣大的菩提大道，真的讓人歡喜不已，所以就從當下開始，讓我們依法語而修，「時時刻刻 與空相應 分分秒秒 與空相應 無時無刻不與空相應」，進而來一同圓滿這悲智廣大的菩薩事業吧。



與空相應——

時時與空相應

空之法語／文華智慧

人生唯一正幹的只有這件事
——時時與空相應



與空相應／舒泰光顯

我們都知道人身難得，是過去生累積了十善業的功德，才能感召珍貴的人身寶，尤其是學佛的人身寶，今生能得遇佛法，真的要珍惜與感恩，佛法教導的就是般若大智慧，就是這珍貴稀有的空義，所以就如法語教導我們的，「人生唯一正幹的只有這件事——時時與空相應」，實相就是這樣，我們所有的一切，都是為了了悟空、證悟空，沒有比這更重要的事，如同善知識的開示，修行成就必需是要分分秒秒與空相應、時時刻刻與空相應，也就是一種成片的狀態，所以只要我們將法語運用在生活當中，這樣就會讓自己處於一種容易成就的狀態，也才能夠真正的自度度人、才能夠真正的自利利他；如果我們想要成就，有一個簡單的方式，就是做到時時刻刻聽話，聽從善知識的話，善知識就如同嚮導，能夠指引我們直趨無上道，能夠帶領我們究竟成就，而且要時時抱著感恩的心，因為善知識別無他求，善知識只是希望我們成就，善知識只是希望我們得究竟覺啊！

與空相應——

空空空

萬法皆空

空之法語／文華智慧

空空空
空之又空
一切本空
萬法皆空

與空相應／悅意泰然

聽聞了法語，讓人直接體悟到這本源的
空，這樣的狀態，正是修行人該追
尋的，法語告訴了我們，一切的一
切，都是空，萬事萬物的本質是空，
諸法的本質也是空，法語道出了整個
存在的實相，真是珍貴無比的法語
啊！當我們為業力所綑綁時，提起這
正知正見的法語吧，當我們迷失於事
相時，時時將法語謹記在心吧；在法
華經劇本中，文殊菩薩的開示，

「一切的外相

皆為虛妄

唯有悟空

方能穿越虛妄的外相

到達一切的本質

自由解脫

了知一切」，空真的很重要，而這樣
的境界，相信是我們所想企及，所以
對於給予我們教導的善知識，真的要
心存無盡的感恩，因為這是非常珍貴
的教導，可以解脫輪迴，可以自由自
在，所以心存感恩的實踐法語吧，將
法語落實在生活中的每一個片刻、每
一個分秒，必定能自由解脫。



讀者按讚心聲

生命解脫的關鍵就在於對「空」的了悟，本書對此正知見做深入而全面的探討，實在是現代人研究佛理的一本好書。

空慧雜誌提供了知見與實修的結合，並且深入淺出，讓即便是剛學佛的人也能看得懂，對於老參也助益良多，是相當好的一本佛教刊物。

一拿到這本雜誌就愛不釋手，一整個晚上都法喜充滿睡不著覺。

看到空慧雜誌中寫的「身放鬆、息調柔、心念空」的靜坐口訣，非常受用。

空慧是一本很有深度的雜誌。

看到空慧雜誌非常歡喜，從沒有一本雜誌都是在寫空慧，有這麼多空慧的知見跟文章都集合在這裡。

讀空慧雜誌，更明白許多道理，令人豁然開朗。

閱讀了空慧雜誌的內容，覺得都是相當實修的方法，讓我體會到學佛更需在實修方面下功夫，才能夠真實地獲得利益。

讀了這本雜誌，就知道總編輯在佛法方面下了很多的功夫，才會有這樣子的內容呈現。



在讀完空慧雜誌之後，會讓人感覺很輕鬆，體會到很多煩惱其實都是多餘的，都可以放下了，真的很棒。

很感激空慧雜誌給我的開示。郭老師的法語雖然重覆又重覆但不是累贅是重點說明，如長者的叮嚀，這正是重心所在。

——一位司機先生



空慧很難明白，要講清楚不容易，有了這本雜誌如獲寶。

文華智慧的法語簡單而直扣人心，後學看經典也有一段時間，像這簡單而扣人心弦的不多見。

明心見性，自心空慧，郭老師從自心發出的空慧般若。這個是文字般若。照片拍得很美。

這個般若真是不是普通人可以明白。如果人還是有私，物質太重，會看不進去，現在知道空慧才覺得這是本來面目從這裡方可以斷煩惱輪迴。

郭老師他用的文字好好。本身清淨才能用這個文表達出來，也很慈悲。空慧是心靈的滿足。

一般靜坐的人都不容易找到一個由粗至細、從繁入簡的方法，這個身放鬆、息調柔、心念空，一個初基至久修亦可運用的好方法。

看到空慧高興的晚上睡不著覺，沒有看過一本書以空慧這兩個字做主題，一般都是在一篇文章裡看到這兩個字，這本雜誌實在太好了。

——讀書會學員





莊嚴佛具文物流通中心

台灣進口

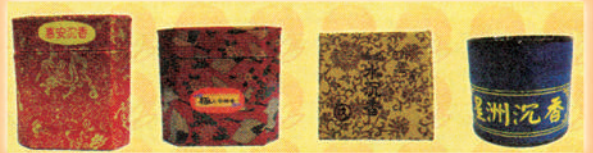
批發、零售、訂購

佛像、精製須彌佛桌、各式精銅香爐、法器、名貴沉香、水沉香、各式水晶、珠鏈、入口供佛酥油、僧服、縵衣、海青、虔備祖衣、長衫、中褂、短褂、僧襪、僧鞋、羅漢鞋、各式佛具總匯系列產品

本中心為台灣「專心」僧服及僧鞋香港代理



沉香專門店



地址：新界荃灣西樓角路186-200號荃昌中心昌安商場地下11號舖
電話：2492 2822 傳真：2492 9398 (三棟屋博物館斜對面)
營業時間：上午9:30至下午7:00 (逢星期一休息，公眾假期除外)



支持

空慧雜誌

出刊!

啟迪悲智
利益群生

鄭博文 敬祝

支持~空慧雜誌!

助印芳名錄

助印功德 福報綿長~

丁相云

丁顏星

三寶弟子

大般若經讀書會學員

毛志宏

毛柏歲

毛柏森

朱靜珍

何承靖

李叔芬

李秀英

李明仁

李魏玉圓

李碧惠

李碧齡

李鴻源

李鴻文

林蓮陰

林淑美

林雪雲

林品玉

周儉

周玉美

何承靖

邱添安

邱炳煌

范溢華闔家

范耀鳴

徐千芬

徐麗雪

徐莉雯

徐莉汝

陳吉政

陳惠美

陳睿聲

陳鴻賓

陳睿廣

陳發

陳林金英

陳俐伶

陳馥苓

陳寶珠

陳淑美

陳建雄

陳健富

陳麗敏

陳麗卿

梁永可

梁唐善闔家

梁晉富闔家

梁健財闔家

梁朝宗

梁錦華

曾五妹

游舜紘

游錦隆

陽光

張為鈞

張舒晴

張寶桂

張麗珍闔家

鄭麗堅闔家

蔡定彥

蔡長志

蔡承訓

蔡忠佑

蔡依伶

黎愛兒

廖沛衡

駱俊安

駱慧美

駱俊吉

駱麗娟

駱暉升

謝憲宏

以上按姓名筆畫順序排列

訂閱空慧雜誌

我是 新訂戶 續訂戶(訂戶號碼 _____), 我要從 _____ 年 _____ 月起開始訂閱, 並選擇下列方案:

寄送方式	地區	一年	二年	三年
平郵	台灣	<input type="checkbox"/> \$1,100	<input type="checkbox"/> \$2,000	<input type="checkbox"/> \$3,000
掛號	台灣	<input type="checkbox"/> \$1,580	<input type="checkbox"/> \$2,960	<input type="checkbox"/> \$4,440
航空	港澳	<input type="checkbox"/> \$2,312	<input type="checkbox"/> \$4,424	<input type="checkbox"/> \$6,636
	亞洲	<input type="checkbox"/> \$2,624	<input type="checkbox"/> \$5,048	<input type="checkbox"/> \$7,572
	歐美非	<input type="checkbox"/> \$2,924	<input type="checkbox"/> \$5,648	<input type="checkbox"/> \$8,472

訂戶資料

- 訂戶姓名 先生 小姐
 連絡電話 傳真 電子郵件
 聯絡地址□□□□□□
 發票抬頭 二聯式 三聯式 統一編號

助印雜誌

- 捐款人姓名 先生 小姐 助印金額NT\$
 連絡電話 傳真 電子郵件
 聯絡地址□□□□□□
 收據抬頭為
 備註

付款方式

- 付款日期 _____ 年 _____ 月 _____ 日
 付款金額: 訂閱金額NT\$ _____, 助印金額NT\$ _____
 信用卡資料(請填妥下列信用卡資料, 傳真至(02)8771-9157
 卡別 VISA MASTER JOB 聯合信用卡 信用卡號 _____ - _____ - _____
 持卡人簽名 _____ (必須與信用卡上簽名相符) 信用卡有效期限 _____ 年 _____ 月(請務必填寫)
 郵政劃撥: 劃撥帳戶: 金色蓮花雜誌社 劃撥帳號: 17029118

劃撥後請將收據及雜誌訂閱資料傳真至(02)8771-9157, 為保障您的權益, 傳真後請撥(02)2731-0099確認。

- 讀者服務電話 (02) 2731-0099, 傳真 (02) 8771-9157

2015

空慧雜誌 出刊詩 ~

詩·攝影／鄭秉忠

空慧的學習與探討

以通俗的型態

雜誌的媒介形式 達到傳達 空慧

以簡入繁 由繁至簡

期待讀者能 了解到空慧的義理

並且達到空慧的 悲智圓融狀態

讓空慧 走入平常生活之中

不論 行 住 坐 臥

每分每秒的安住在 空慧的狀態

進而更能理解 看清 三界如幻

不再執著於現象界

被現象牽著走

正所謂

一切有為法 如夢幻泡影

如露亦如電 應作如是觀

當下承擔 直接契入

並且 念茲在茲的 保任

從世間的層面來看

空慧

契合

正確光明的人生態度與處事方向

從出世法的角度 來看

空慧

讓人有了 修行的基礎

在觀照覺察之下

看清這一切如幻 只是心王的遊戲

我們不要讓自己身心都陷下去

保持客觀中立的態度

進而讓生命層次提高

八識田不再隨意隨著種子變現

果中生因 因果循環

今世 未來世

直到有一天 解脫輪迴之苦

不論何種角度 萬變不離其宗

與 空慧 相應 的慈悲

才是真正 慈悲智慧的圓融狀態

與 空慧 相應 才能真正無染著

正確的去愛我們身邊的親友

甚至一切有緣眾生

空慧

絕對值得我們身體力行的

當下契入

並保任之



菩薩清涼月，遊於畢竟空；垂光照三界，心法無不現。

—— 華嚴經

行深般若波羅蜜多，照見五蘊皆空，度一切苦厄。

—— 心經

猶如蓮華不著水，亦如日月不住空；諸惡趣苦願寂靜，一切群生令安樂。

—— 普賢行願讚

身色煌煌，喻于天金；意不著愛，志如虛空。

—— 梵摩渝經

於一切行法寂滅，證得真空，愛滅離欲；於無生涅槃，得入成住，信樂之心。

—— 廣義法門經

縱視而不耀，如觀空中月；自身光照耀，如日奪燈明。

—— 佛所行讚

我已解脫彼世間，如虛空風不可縛。

—— 本行集經