

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

觀空練習



封面·空之境——逐光冥想·心凝香



詩·美學設計／鄭秉忠

鋪陳五彩機緣

點亮燭光夢影

也點燃心中的那盞明燈

冥想於空的體悟

此時當下契入

夢光逐影 冥想心緣

凡塵之語 此時契入

繽紛花蕊 燈燭燃香

禪悟禪境 五感俱空

空

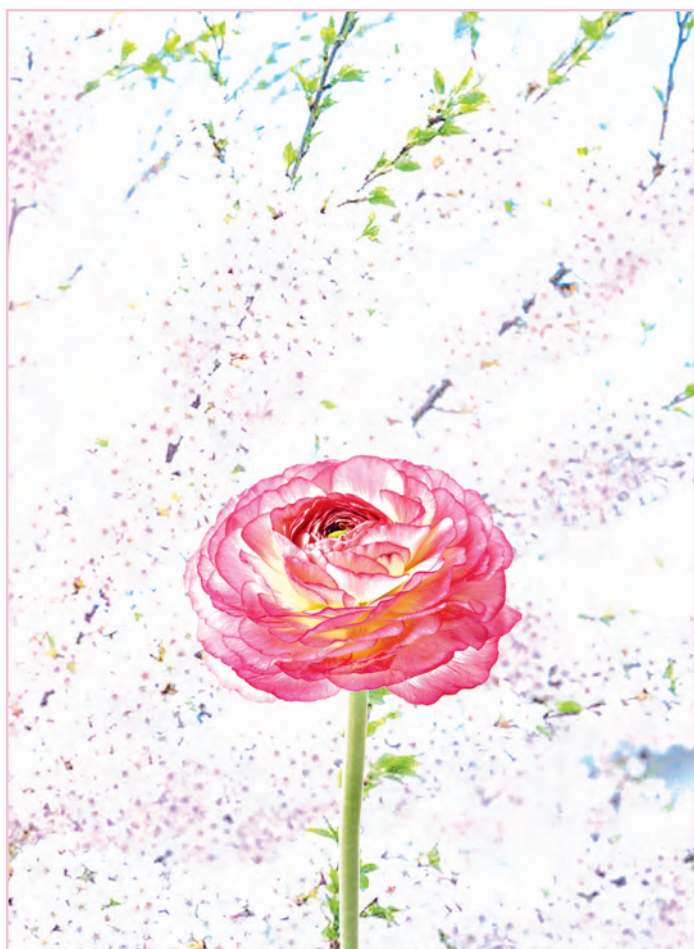


一切本空 · 萬法皆空

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
資深主秘編書／周玉卿
鄭秉忠
美術學監督／蔡承訓
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. 善知識開示

《真誠法語 · 空性智慧》

五. 空的六個層次

《念茲在茲能成就》

六. 唯識探索

《以空的態度了別萬有》

目 錄

封面意境——流雲空境·夢光弦

- 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 真正的布施
- 13 真正的持戒
- 14 悟空是修行的關鍵
- 15 實修實證

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
- 36 大般若經

四、善知識開示

- 90 佛法以智慧為重心
- 91 禪定的重要
- 92 無所得的智慧
- 93 大智慧的精進

Contents

五、空的六個層次

- 96 空
- 100 空亦復空
- 104 空有雙泯
- 105 空有一如
- 107 空有相攝
- 110 空有平等

六、唯識探索

- 118 名相之部 五識
- 119 實修之部 覆

- 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

6 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
	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	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
7	8	9	10
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	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
14	15	16	17
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	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
21	22	23	24
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
28	29	30	
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〕

June

週四 Thu	週五 Fri	週六 Sat
4	5	6
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
11	12	13
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
18	19	20
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
25	26	27
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!

7 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 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時
5 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	6 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	7 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	8 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
12 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	13 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	14 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	15 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
19 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	20 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	21 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	22 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
26 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	27 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	28 每日靜坐 30分鐘~1小時~2小時	29 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]

July

週四 <i>Thu</i>	週五 <i>Fri</i>	週六 <i>Sat</i>
2	3	4
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
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
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	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
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
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	

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
真正的布施
- 空慧知見系列之二
真正的持戒
- 空慧知見系列之三
悟空是修行的關鍵
- 空慧知見系列之四
實修實證

口述／郭韻玲

整理／仲光瑞象 美編／李秀英

空慧知見之一——

真正的布施

什麼是真正的布施？可以說內心完全不執著的去作布施這件事，才是真正的布施。怎麼說呢？也就是所謂的三輪體空，就是完全不執著布施的人、被布施的人以及布施本身。

為什麼布施時完全不能有任何執著呢？因為當我們有任何執著時，就會感召障礙，一絲執著就會感召一絲障礙，布施是件好事，可是作任何好事，還是障礙越少越容易完成；相反的，如果障礙很多，是很難把一件好事作完的。

然而執著是與妄念息息相關的，故也可以說作一切善事時，皆不與妄念相應，才是真正的行善，那麼以布施波羅蜜多而言，也可以說不與妄念相應的布施，是名真布施。

所以，當我們在行布施時，內心宜清淨，既沒有布施比較好，被布施比較不好的分別，也沒有作了布施就功德了不得的自滿，一切的布施都是在具體的延伸內在的慈悲與智慧。

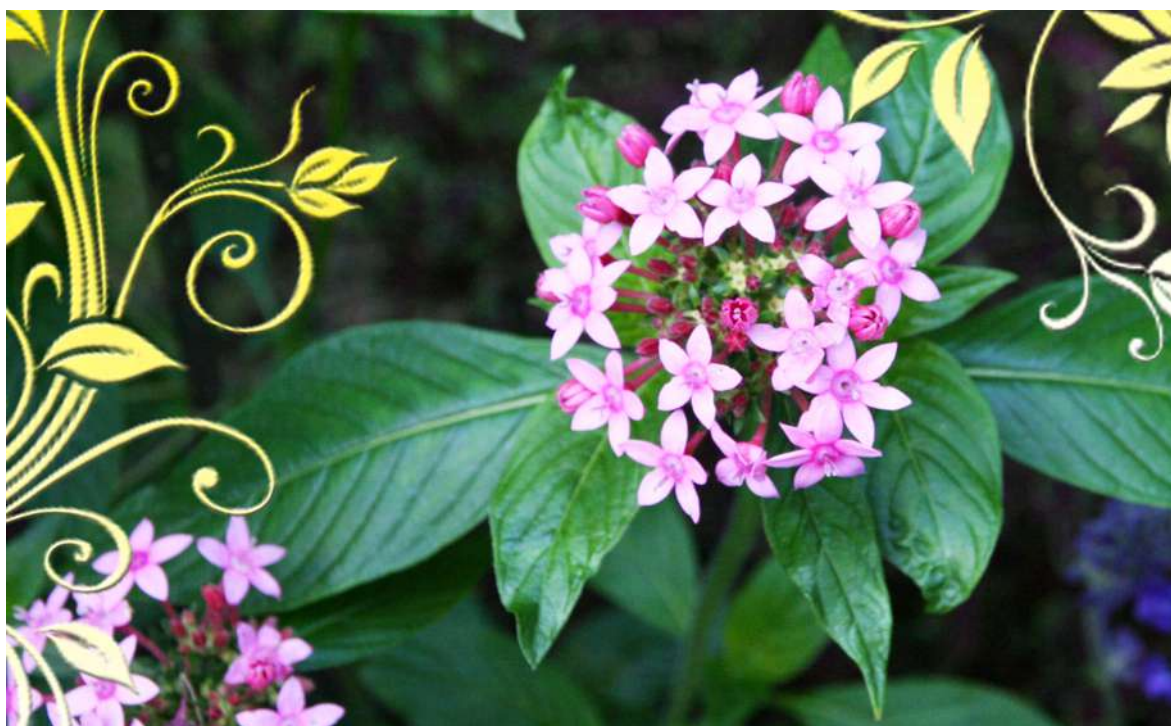


空慧知見之二——

真正的持戒

什麼是真正的持戒？就是內心沒有分別的遵守戒律，例如守五戒中的不飲酒戒，自己守到了，但是對於喝酒者完全沒有一絲一毫的輕視，因為甚深明白一切平等無二，自己能守戒，是自己具足了守戒的善因，別人不能守戒，是因為不具足守戒的善因，但自己和別人的佛性則是一樣的清淨、自在、無礙，完全沒有差別的，所以一切都是因緣顯現，如果我們對於因緣的顯現起了分別的心，就是沒有真正明白萬事萬物的本質，就是不了解自性的圓滿具足，這樣即使表面守戒守得多麼的完美，事實上

並不是真正的守戒，而且這樣根據外在因緣而守的戒，總有一天會無法作到，因為外在的因緣是不斷在改變的，今天的因緣能夠守戒，不代表未來的因緣也能夠守戒，而事實上最高境界的守戒是守心戒，也就是說內在完全離開了妄念與分別，守戒只是守戒，沒有任何的原因，也沒有任何的目的，這樣的守戒，因為不與外在因緣發生有為法的關聯，才能真正的守戒，而且把捉到守戒的真正內涵與主旨：守戒是陶冶，而非束縛。



空慧知見之三——

悟空是修行的關鍵

悟空實在是修行的關鍵，也是真正上路的里程碑，否則無論我們跑得多快，也無論我們跑得多遠，都不如不要跑、站在原地想清楚要好一些。為什麼呢？因為如果無法涇渭分明的了解什麼是空，什麼是有；什麼是本質，什麼是現象；什麼是無為，什麼是有為；什麼是不生不滅，什麼是生住異滅……，那麼，當現象一複雜起來，我們就被搞糊塗了，於是我們就躁動起來，於是我們就做作了許多不該作的事，於是我們就等著果報來傷害我們，於是三界的苦海於焉形成。

所以一切的苦痛真的就是來自無明，也就是沒有智慧，也就是愚癡的狀態，因此可以說，眾生為什麼會造業呢？皆因無明。就是因為無明，才如盲人騎瞎馬，試想這個成語有多麼的生動，又有多麼的可畏，盲人已經看不到了，如果有一匹明眼之馬，多少還可以依賴一些，但竟然唯一的坐騎也看不到了，

那麼請問這個盲人要騎著一匹瞎馬到那兒去呢？縱騎走天涯嗎？可以說如臨深淵、如履薄冰，因為再危險的路況，人與坐騎皆渾然不覺啊！

而無明的狀態，千真萬確就如盲人騎瞎馬，所以當然眾生是在崎嶇的輪迴路上，跌得遍體鱗傷，但是更可畏的事實是，盲人不知盲為何事，也不知自己騎的竟然是隻瞎馬，因為已經習慣了昏天黑地，便以為路況本來就是這樣，因為已經習慣了瞎馬亂闖，所以跌得遍體鱗傷也就變成天經地義的事。

然而，我們能不能離開這樣危險又愚昧的狀態呢？當然可以，偉大的佛陀就是要教導我們成為一個明眼的人。只要我們覺醒了，什麼是覺醒呢？就是悟空，就是對本質與現象已經能夠涇渭分明。當我們能夠清清楚楚、明明白白於本質與現象的不同時，我們才能離開無明，也才能離開痛苦，最後離開輪迴。



空慧知見之四——

實修實證

如何才能活得不茫然、不痛苦呢？就是要澈澈底底的明白一切的外在都是心的投射，如果不把所有的注意力都拿來修正這顆心的話，無論我們怎麼費盡千辛萬苦去修正外在，都是沒有用的。就如同抽刀斷水，就如同揚湯止沸，如果生命的問題並沒有真正的解決，那麼生命怎麼活得不茫然？怎能活得不痛苦呢？佛法就是來教導我們正本清源，教我們釜底抽薪。不能再頭痛醫頭、腳痛醫腳，一定要確確實實的找出真正的病因來。

什麼是真正的病因？就是不明白本質，也就是不明白空，也就是不明白般若。只要明白了本質，明白了空，明白了般若，一切的痛苦就解決了，真的！真的！

然而對於實相般若，唯有實修，從來沒有第二條路可以真正到達。所以，真的必須在實修方面下足真功夫，否則一日不明白空，一日就不能解脫痛苦。

因為所有的痛苦都是幻相，可是如果沒有實證功夫，無論頭腦怎麼告訴自己這一切都是幻相，無情的業力還是把我們逼真的拉入痛苦的每一絲感受裡。

所以修行一定要了業力，而唯有真正的於佛法功課下功夫，才可能了業力，否

則無論我們學佛學了多久，我們都還是在業力大海中載浮載沉的凡夫俗子。

什麼才是聖者呢？就是由努力修行而遠離催逼的人。就是懂得生命本質的人，這樣的人，才是真正快樂的人，也才是真正不受束縛的大丈夫。

唯有努力實修，才能明白生命的答案，才能遠離業力的無情催逼，才能解除無量無邊的苦痛，才能成為一個自由自在的覺者。





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——

觀全身如廣大虛空

《實修》

觀全身如廣大虛空

《說明》

羅馬只有一個
卻有千百條路
可以到達！

同理
空的狀態只有一個
而指稱它的名稱
卻可以有千百種
例如
空、勝義、第一義諦
不執著、無為法、
無漏
……

所以
無論對哪一個名稱
有所“領悟”的話
都可以
順藤摸瓜
尋指見月
到達“羅馬”——空

空實在太重要了
所以
無論如何
都要想辦法
認得它
然後再也不要離開它！

空
是最終的答案
因為是宇宙一切森羅萬物象的本質

空
是最美的境界
因為自由自在 無憂無慮

空
是最高的証量
因為可以超凡入聖 解脫輪迴

所以
大家一起發願
早日悟空！
早日証果！



慧觀練習 ——

放下念頭

放下

放下一切的概念

對於人的概念

對於大自然的概念

對於成功的概念

對於失敗的概念

對於一切一切的概念

統統放下

沒有概念

在空性之中

沒有任何概念可言

任何的概念

都是念頭

念頭就是有

無念就是空

從放下概念開始

再放下一切一切的念頭

所有的念頭

都是虛幻的

放下

放下這一切的虛幻

真實

真相

答案

就水落石出

請保持在這樣

沒有念頭的狀態

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

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。

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。

※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

第一明證相者，行者既一心念空不捨則，其心泯然任運自住空緣，此亦似如前說未到地之相，於後豁然與空相應，其心明淨不苦不樂益更增長，於深定中

唯見虛空無諸色相，雖緣無邊虛空，心無分散既無色縛，心識澄靜無礙自在，如鳥在籠中籠破得出飛騰自在，證虛空定亦復如是。

——釋禪波羅蜜次第法門



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～

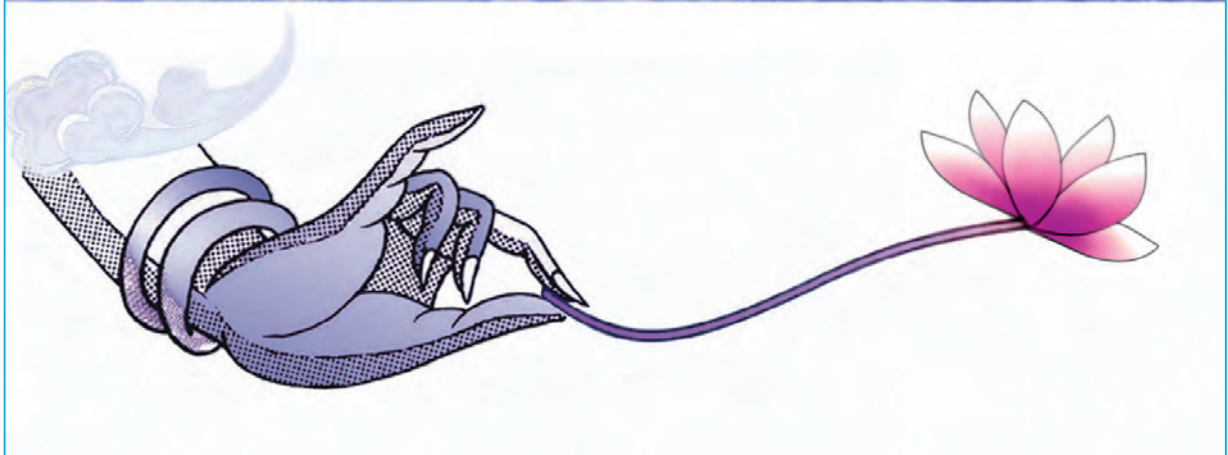
心經

■ 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／李秀英



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～

乃至無老死





佛是慈悲與智慧圓滿的象徵，

而且已經脫離了生死輪迴的強大束縛，

是自由、

自在、

無拘無束、

沒有生住異滅變化、

沒有生老病死、

沒有悲歡離合、

沒有一切執著的永恆。



心空法空一切空

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 詮釋／文華智慧 美編／李秀英

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

這顆撲不破的真理吧！



The page is framed by a decorative border of various flowers including pink lotuses, white daisies, and colorful spherical ornaments. The background features a large, faint, golden lotus flower with a geometric pattern. The text is centered within this design.

經文

是故須菩提


菩薩應離一切相

發阿耨多羅三藐三菩提心




詮釋

偉大的佛陀，
對於弟子的教誨，
真是綿密而鞭辟入裏。
此段再度提醒，
一位大乘的菩薩道行者，
要擺脫
一切外相的束縛，
發無上正等正覺大願。
因為一個修行人發願的時候，
必須是完全的純淨，
不染著任何的雜質，
例如名聞利養等等。
也只有如此純淨的發願，
才能感召純淨的法緣，
才能真正開展
純淨無染的大乘菩薩道。
所以，
在過去生悲願的感召下，
菩薩可能以各種身分
示現於人間的任何一個角落，

The page is framed by a decorative border of various flowers, including pink lotuses, white daisies, and colorful spherical ornaments, set against a background of a repeating geometric pattern. The text is centered within this frame.

可能是政治家，
可能是大和尚，
可能是藝術家，
也可能是乞丐………
一個菩薩，
對於自己在人間扮演什麼樣的角色
已經完全沒有了執著，
是權位高重的君主也好，
是衣食不繼的乞丐也好，
只要是能利益眾生，
他都會沒有分別的去承擔，
因為一切的外相都是如幻，
我們的角色也是如幻，
既如幻還去執著，
就是無明，
就是被幻相所障蔽。
所以一個菩薩道行者，
一定要對自己今生所擔任的角色，
完全沒有執著；
是名滿天下的大人物也好，
是默默無聞的市井小民也好；

The page is framed by a decorative border of various flowers, including pink lotuses, white daisies, and colorful circular ornaments, set against a background of a repeating geometric pattern. The text is centered within this frame.

其實在法界都是平等的，
一切的角色都不重要，
重要的是有沒有用心去扮演好這個角色。

所以

“離一切相”的般若是

最重要的、
最珍貴的、
最殊勝的、
最有功德的。

我們還猶豫什麼呢？

趁著身體尚健，

要全力以赴的修持般若，

因為般若，

實際上已經攝受一切世間法與出世間法，

故修持般若只會讓我們立於不敗之地，

連世間法的富貴也是來自於修行，

故大乘菩薩道行者，

為了眾生，

為了自己，

皆宜大精進，

早日證得般若。



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

第二十二講：第十五品 辯大乘品〈一〉（卷51～卷56）

講經／釋迦牟尼佛 譯經／玄奘大師 講解／郭韻玲 美編／蔡承訓 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二十二講，本講講於1993年9月16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

第十五品「辯大乘品」(一)

本品主要說明什麼是大乘相以及發趣大乘的種種。

【 佛 陀 經 文 】

爾時。具壽善現白佛言。世尊。
云何當知菩薩摩訶薩大乘相。云
何當知菩薩摩訶薩發趣大乘。如
是大乘從何處出。至何處住。如
是大乘為何所住。誰復乘是大乘
而出。佛告善現。汝問云何當知
菩薩摩訶薩大乘相者。謂六波羅
蜜多是菩薩摩訶薩大乘相。何等
為六。謂布施波羅蜜多。淨戒波
羅蜜多。安忍波羅蜜多。精進波
羅蜜多。靜慮波羅蜜多。般若波
羅蜜多。善現白佛言。世尊。云
何菩薩摩訶薩布施波羅蜜多。佛
言。善現。若菩薩摩訶薩發應一



切智智心。大悲為上首。以無所得而為方便。自施一切內外所有。亦勸他施內外所有。持此善根與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提。善現。是為菩薩摩訶薩布施波羅蜜多。善現白佛言。世尊。云何菩薩摩訶薩淨戒波羅蜜多。佛言。善現。若菩薩摩訶薩發應一切智智心。大悲為上首。以無所得而為方便。自住十善業道。亦勸他住十善業道。持此善根與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提。善現。是為菩薩摩訶薩淨戒波羅蜜多。善現白佛言。世尊。云何菩薩摩訶薩安忍波羅蜜多。佛言。善現。

若菩薩摩訶薩。發應一切智智心。大悲為上首。以無所得而為方便。自具增上安忍。亦勸他具增上安忍。持此善根與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提。善現。是為菩薩摩訶薩安忍波羅蜜多。善現白佛言。世尊。云何菩薩摩訶薩精進波羅蜜多。佛言。善現。若菩薩摩訶薩。發應一切智智心。大悲為上首。以無所得而為方便。自於六波羅蜜多勤修不息。亦勸他於六波羅蜜多勤修不息。持此善根與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提。善現是為菩薩摩訶薩精進波羅蜜多。善現白佛言。世尊。云何菩





薩摩訶薩靜慮波羅蜜多。佛言。善現。若菩薩摩訶薩。發應一切智智心。大悲為上首。以無所得而為方便。自能巧便入諸靜慮無量無色。終不隨彼勢力受生。亦能勸他入諸靜慮無量無色同己善巧。持此善根與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提。善現。是為菩薩摩訶薩靜慮波羅蜜多。善現白佛言。世尊。云何菩薩摩訶薩般若波羅蜜多。佛言。善現。若菩薩摩訶薩。發應一切智智心。大悲為上首。以無所得而為方便。自能如實觀一切法性。於諸法性無所執著。亦勸他如實觀一切法性。於諸法性無所執

著。持此善根與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提。善現。是為菩薩摩訶薩般若波羅蜜多。善現。當知是為菩薩摩訶薩大乘相。

P290 I 欄倒數4行~III欄16行

【郭老師講義文字】

本品開宗明義就點出要探討的重點是（一）大乘相（二）發趣大乘（三）大乘從何處出、至何處（四）大乘為何所住（五）誰復乘是大乘而出。

此段經文由善現菩薩善巧的提出五個重點向佛陀請教，佛陀則根據這五個

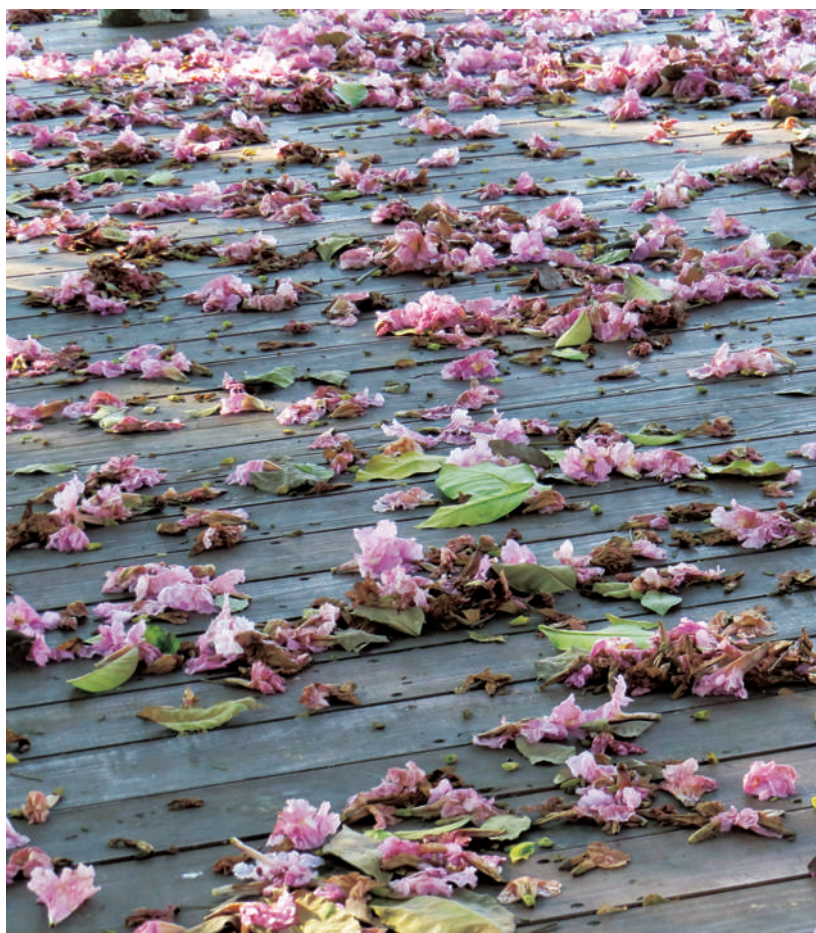
重點，非常有條不紊的予以系統性的回答，結構嚴密，詳細完備，令人收穫良多。佛陀首先針對「大乘相」這個重點來回答，說明六度即大乘相，然後以「發應一切智智心，大悲為上首，以無所得而為方便」作為前提，然後一一說明六度的特性，最後都是「持此善根與一切有情同共迴向阿耨多羅三藐三菩提」。布施：自施一切內外所有，亦勸他施內外所有；持戒：自住十善業道，亦勸他住十善業道；安忍：自具增上安忍，亦勸他具增上安忍；精進：自於六波羅蜜多勤修不息，亦勸他於六波羅蜜多勤修不息；禪定：自能巧便入諸靜慮無量無色，終不隨彼勢力受生，亦能勸他入

諸靜慮無量無色同己善巧；般若：自能如實觀一切法性，於諸法性無所執著，亦勸他如實觀一切法性，於諸法性無所執著。

能夠內外都無所吝惜的布施，確實是相當不容易的一件事，而此段經文提及的「一切內外所有」，其實已經是毫不牽掛於任何有形或無形的牽絆，已經是一個完完全全自在解脫的人，這樣的布施是最完整的布施，而且難得的是，不但是自己如是作，也教導別人如是作。十善業道是善業的聚合，能夠全部作到，已是一個相當完美的人，而且難得的是，不但是自己如是作，也教導別人如是作。所謂的「增上安忍」是代表非常有力量的安



忍功夫，一切的成就，其實都跟力量，也可以說與能量有關，力量或是能量越大，越能夠產生作用，故增上安忍是一種十分有能量的持戒狀態，是非常有持久、恆心、耐心、毅力等美德的滙聚，所以這樣的持戒，易帶來極大的利益，而且難得的是，不但自己如是作，也教導別人如是作。精進就是把有限的時間、體力、能力、金錢……作最有效率的使用，而效率就牽涉到方向的問題，於正確的方向精進才是真正的精進，如果走錯了方向，就算是再精進也不能算是精進，所以此段經文很清楚的說明是於「六波羅蜜多」精進，而且難得的是，不但自己如是作，也教導別人如是作。



禪定是成就不可或缺的證量，而且必須修行到巧便入出諸禪定境界的程度，因為這樣才不會受到各種境界的束縛，才是真正最好的禪定，而一個菩薩即必須修禪定修行至如此境界，才能真正有所進步，進而長養智慧，故禪定功夫宜多練習才能純熟，此處難能可貴的是，不但自己如是作，也教導別人如是作。般若的重心即如實觀一切法性，因為唯有透澈的了解了諸法實相，才能真正算是一個有智慧的人，才能真正明白一切的虛實，一切的奧祕，而且真正了解的人，也同時是一個不執著的人，執著最主要還是在於對實相的矇蔽，只要明白實相，就容易離開一切的執著了。此處



【郭老師口頭詮釋】

本品如同大般若經一貫地結構嚴謹，從一開始就開宗明義的點出這一品所要討論的重點，就是(一)大乘相(二)發趣大乘(三)大乘從何處出、至何處(四)大乘為何所住(五)誰復乘是大乘而出。在第一段就馬上告訴我們這五個重點，是由善現菩薩非常善巧的向佛陀請教，佛陀也馬上根據這五個重點非常有條不紊的來回答。第一回答大乘相，根據經文所說，非常清楚明白六度波羅蜜多就是大乘相，我們常常聽到六度萬行，在這裡經典為我們指出六度與大乘的關係是如此的密切，如此的清楚。如果我們要行大乘

難能可貴的是，不但自己如是作，也教導別人如是作。

此段經文，在說明六度時，都有一個共同的特點，即“不但自己如是作，也教導別人如是作”，這個就是菩薩道的精神，即不論作任何好事，得到任何的好處，不忘記與別人共享，故菩薩摩訶薩的胸懷是令人感動的，他的眼中，不再只有個人的得失、名利、權力、兒女情長……而是始終不忘“六道眾生互為眷屬”，時時想利益別人，這樣的人，猶如人間的光明，驅散黑暗，帶來溫暖與希望。這樣的人，是真正單純、喜悅、光明、美好、莊嚴……的實際展現，值得每一個修行人效法之。



菩薩道的話，那麼就是要行六度。

在過去的幾品當中，我們也常常讀到六度，大般若經確實是非常殊勝，它用不同的角度，如大功德鎧等等來說明六度；這裡又從大乘相這個角度有次第的來說明六度。事實上，六度大家都已經非常明白，但是很多的學問和很多的知見，都需要從不同的角度去明白，才會更鞏固。

按照這段經文所說，所謂的布施，是一切內外所有都無所吝惜的布施。這只是一句話，但是非常的不容易——內外所有，包括自己的色身等等。經典有很多的記載，不管是內外，或是自己所有的一切等等，事實上它是牽涉到內心的證量。這一定是已經毫不牽掛於任何有形或無形牽絆的一個人，他才能做到這樣最完整的布施，所以是一切內外所有，都無所吝惜的布施，這是布施波羅蜜多很高的境界。

接著來解釋持戒，這裡所提到的重點是講十善業道，十善業如果能夠做到的話，已經是非常的難得。其實所謂的人身寶，就是所謂的功德身，為什麼人身寶那麼難得？可以這麼比喻，就是一個人一定要善業累積到一個程度，到一個分數，才能得到一個人身寶。事實上十善業就是能夠得到人身寶的保證，如果十善業都能夠做到的話，當然他是一個非常好的人，就是一個非常持守禁戒的人。

接著談安忍，這裡所強調的是增上安忍，所謂逆增上緣等等。這增上安





忍，我們可以從一個角度來解釋，就是它是一種非常有力量、非常有能量的一種安忍的狀態。其實我們都明白，一切的安忍確實是需要有能力、有力量；如同一個人要去愛別人、要去慈悲別人的時候，事實上他必須有能力。一個人如果沒有能力的話，他愛人的能力也會非常薄弱；所以持戒也是一樣的，一個人如果沒有能量、沒有力量的話，他持戒的能力也會非常薄弱，如果是這樣的話，他就比較容易犯戒。當然我們從第一義來看的話，是不會去分別，或者是批判所謂的犯戒，但是畢竟一切的善行都要好好的去維護。

前幾堂有提過，所謂的學佛，如果用很簡單的方式來解釋，就是把一切的好習慣養成，這就是在學佛。學佛一點都不神秘，他就是簡簡單單的做一個很好的人，就是很單純的面對我們的生活，面對我們的生命，讓我們的生活和生命過得一切都美好。但是我們知道這樣是非常困難的，100分要達到是很困難的；但是我們可以一分一分地去做，一分一分地累積。所以安忍的力量就顯得非常的重要，因為你要把自己所養成的好習慣，要很有耐性、很有恆心、很有毅力的去保持，這確實是不容易的。因為不論任何的一個好習慣，它都可能因為某些因素：朋友的因素、時間的因素等等而中斷，所以要知道，一個好習慣如果能夠養成的話，必定是終生受益。所以增上安忍是非常的重要，一



個有能量、有力量的持戒，才真正能夠持久。

精進，這裡馬上告訴我們正確的方向，就如同前段所提到的，大乘相就是六度波羅蜜多，而精進就是很努力，非常的努力。但是我們也說過，有的人是努力的造業，而不是努力的積功德。所以如果我們很善巧的在學佛的話，所謂的精進真的是要找對方向，不然真的是會浪費我們的時間、體力、能力或金錢。因為事實上我們的這些資糧，其實都是非常有限的，如果在這個有限的擁有之中，沒有做一個很好的規劃與把握的話，那麼其實也是在浪費我們非常寶貴的能量，這樣的話就會離目標越來越遠了。所

以我們在精進的時候，一定要把握住是很清楚的正確方向，這樣才是在精進，否則妄念動了很多，那也很精進，不過那不是真正的精進，而是離精進很遠了。

禪定，當然是六度很重要的部份，我們都知道禪定是成就不可或缺的證量，而且在這裡所要求的是必須巧便入出諸禪定境界，為什麼要這樣呢？因為在前面有提過，一個好的禪定修行人，是非常自由自在、不受束縛的。我們明白禪定中陰身是根據你的修行，而到哪一個天界去；但是待在那個天界時，如果修得不夠好的話，可能就會因為這樣的緣故，在結束一期生死以後下來受報。所以往生天



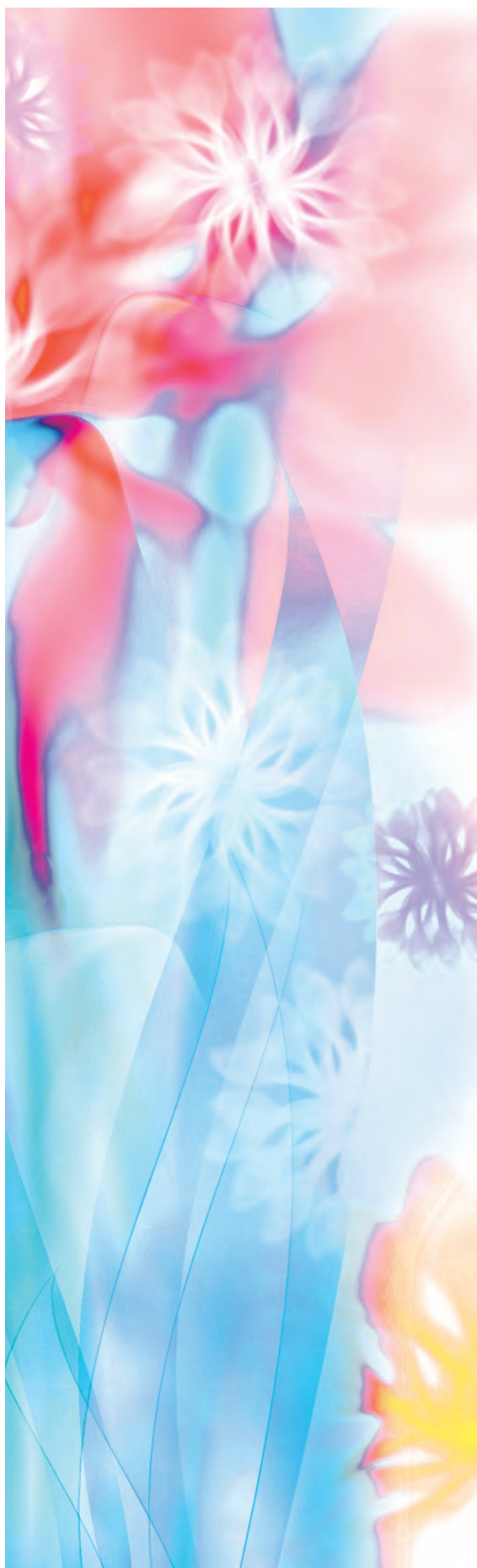


界，對於修行人而言，未必是好事；因為如果我們往生天界，就會享受很大的福報，可是畢竟在人間是最容易成佛的地方；因為人間有苦有樂，所以很多修行人他不是要在天界享福，雖然他有這個福報可以在天界享很長的壽命，享很大的福報；但是因為他修行的境界很好，所以他可以出入自在，那麼就可以不一定要根據這個力量去受生，他可以選擇要到人間，不要到天界去享福。事實上很多修行人都是這麼選擇的，很快的上天界，很快的就下來，這是一個很好的選擇；只是因為隔陰之迷太可怕，很多人都忘記了。所以禪定是非常重要的修行，要好好的練習、長期的練習，才

能真正的出入自在。

最後來談六度的般若，這裡所提到的當然也就是般若的重心，如實觀一切法性。其實佛法最不共的地方，就是般若；因為每一個宗教都在談慈悲，都在談愛別人；但是只有佛法，把般若的智慧講得如此的通透。而且唯有證入般若、安住般若，才有辦法真正的解脫三界，永斷輪迴，所以般若是非常、非常重要的一個部份。我們常常在談不要執著，但是如果一個人對於真相沒有辦法明白的話，他還是會執著，所以我們對於真相要真正的明白，就如同三界，其實是非常辛苦的一個地方，它是火宅；佛菩薩看得非常的清楚，他看到了這個實況，





是三界流浪、辛苦備嘗，可是我們卻一直在留戀，因此要醒過來，不要再作夢了；但是如果對於實相還沒有辦法真正明白的話，我們真的很難放棄對三界的執著，還是會對於一切的擁有，是那麼地迷戀，不管對人、對物、對名、對利等等，對周遭所圍繞的一切，我們總是放不下；為什麼般若這麼重要？因為它會讓你明白，真的是沒有辦法擁有啊！既然沒有辦法擁有，為什麼要去執著？而且三界的一切都是無常的，都是會毀壞的，都是生滅法，都是有為法；那麼要進入無為，要進入不生不滅，那才是真正的永恆。當我們明白這一切的時候，我們才有辦法真正的、全部的離開執著。事實上三界受生也是來自於一切的執著，所以我們一定要懂得般若，才有辦法放棄執著，那麼我們才有希望離開這個流浪不已的三界。所以般若是非常重要的，大般若經當然也就是在講這個重要的部分。

這段經文是非常有重點的用另外一個角度，又把六度般若波羅蜜多講得非常的清楚，非常的令我們嚮往；但是畢竟它是在講大乘相，所以它一定會提到菩薩道的精神。在這個結構嚴謹的大般若波羅蜜多經的這一品當中，在講六度的時候也不斷的在重複一句話，就是它的精神不但是自己如是做，也教導別人如是做。我們可以發現講到每一度的時候，都有這一段，這就是菩薩道的精神；而菩薩道的精神就是與眾生分享一切，當然是

分享一切好的，不是分享不好的，不好的留給自己就好了，譬如說心情不好的時候，不要跟眾生分享。我們看到六度都是很好的東西，都是很好的重點，所以不但自己要做到，自己全力以赴，還要教導眾生也做到，因為這是一個非常好的事情。所以一個有菩薩胸懷的人，在他的眼中，不但沒有個人的得失、名利、權力、兒女情長，這些都要放下，因為修行第一。以菩薩道的精神去修行到一個境界的時候，你會發現那會變成一個很自然的展現，並不是故意要那樣。但是因為你越來越純淨，越來越單純，越來越美善，所以自然而然就會變成這樣的一個人，你會關懷別人，不會看

到別人的苦卻視而不見，你會自然而然的展現這些方面。所以這樣的菩薩摩訶薩在這個黑暗的人間就像光明一樣，他能夠帶來無限的溫暖與希望。事實上，人都是在追求真、善、美，這是人的本能，每個人一定都喜歡這樣的人，既然喜歡這樣的人，我們為什麼不去作這樣的人？我們不要因為一時的境界而迷失，三界中的一切幻有，不管你擁有多少的錢財，不管你曾經有過多大的權勢，其實這些都不是真的非常實在的；只有我們內心的狀態，內在的慈悲，內在的智慧，才是我們真正能夠帶走的，才是我們真正擁有的。所以一個菩薩摩訶薩他也不是多麼複雜的一個人，他也不是



多麼神奇的一個人，他就是一個很單純、很喜悅、很光明、很美好、很莊嚴的實際展現，這就是菩薩摩訶薩。我們每一個人在面對自己生命的時候，事實上真的可以活成這樣：我們不要管別人的價值觀是如何，我們不要管別人對於一個善男子的訕笑，或者是認為他是一個傻子；因為我們真正明白內心的喜悅、光明、幸福其實都來自於內在真正的解脫，絕對不可能從外在獲得，所以我們要真正的讓我們越活越單純，像一個赤子一樣，如此單純、善良、美好的活在人間，那麼你就是一個很好的修行人，你就是一個很聽佛陀的話的佛子，所以這些好的部份我們都需要好好的去學

習，去學習菩薩摩訶薩偉大的胸懷以及他的作為。

我們現在來做一個觀想，請計時5分鐘，身體放鬆、呼吸調柔、心無念。放鬆，身體真正的放鬆，你的身體沒有必要繃得這麼緊張，很多的緊張都是不必要的；放下，把你身體變得很輕鬆；呼吸調柔，呼吸自然而然就可以變得很輕、很柔；讓你的心休息，很安靜的、很單純的、很光明的休息，就是休息；沒有雜念，就是最好的休息。讓你的身及心保持在這樣的狀態，然後做一個觀想，觀想你的全身如水，如透明、清澈、純淨的水。人放鬆的時候對妄念看得比較清楚，人其實是活得蠻緊張的，我們每一個



人的神經都蠻緊張的，其實好像也沒有必要，所以我們真的要學習放鬆、放下。

【佛陀經文】

復次。善現。菩薩摩訶薩大乘相者。謂內空外空內外空空空大空勝義空有為空無為空畢竟空無際空散空無變異空本性空自相空共相空一切法空不可得空無性空自性空無性自性空是菩薩摩訶薩大乘相。善現白佛言。世尊。云何內空。佛言。內謂內法。即是眼耳鼻舌身意。此中眼由眼空。何以故。非常非壞本性爾故。耳鼻舌



身意。由耳鼻舌身意空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為內空。善現白佛言。世尊。云何外空。佛言。善現。外謂外法。即是色聲香味觸法。此中色由色空。何以故。非常非壞本性爾故。聲香味觸法。由聲香味觸法空。何以故。非常非壞本性爾故。善現是為外空。善現白佛言。世尊。云何內外空。佛言。善現。內外謂內外法。即是內六處外六處。此中內六處。由外六處空。何以故。非常非壞本性爾故。外六處由內六處空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為內外空。善現白佛言。世尊云何空空。佛言。善現。空謂一切法空。此空由空空。何以故。非常非壞本性



爾故。善現是為空空。善現白佛言。世尊。云何大空。佛言。善現。大謂十方。即是東南西北四維上下。此中東方由東方空。何以故。非常非壞本性爾故。南西北方四維上下。由南西北方四維上下空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為大空。善現白佛言。世尊。云何勝義空。佛言。善現。勝義謂涅槃。此勝義由勝義空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為勝義空。善現白佛言。世尊。云何有為空。佛言。善現。有為謂欲界色界無色界。此中欲界由欲界空。何以故。非常非壞本性爾故。色無色界由色無色界空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為有為空。善現白

佛言。世尊。云何無為空。佛言。善現。無為謂無生無住無異無滅。此無為由無為空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為無為空。善現白佛言。世尊。云何畢竟空。佛言。善現。畢竟謂諸法究竟不可得。此畢竟由畢竟空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為畢竟空。善現白佛言。世尊。云何無際空。佛言。善現。無際謂無初中後際可及無往來際可得。此無際由無際空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為無際空。善現白佛言。世尊。云何散空。佛言。善現。散謂有放有棄有捨可得。此散由散空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為散空。善現白





佛言。世尊。云何無變異空。佛言。善現。無變異謂無放無棄無捨可得。此無變異由無變異空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為無變異空。善現白佛言。世尊。云何本性空。佛言。善現。本性謂一切法本性。若有為法性。若無為法性。皆非聲聞所作。非獨覺所作。非菩薩所作。非如來所作。亦非餘所作。此本性由本性空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為本性空。善現白佛言。世尊。云何自相空。佛言。善現。自相謂一切法自相。如變礙是色自相。領納是受自相。取像在想自相。造作是行自相。了別是識自相。如是等若有為法自相。若無為法自

相。此自相由自相空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為自相空。善現白佛言。世尊。云何共相空。佛言。善現。共相謂一切法共相。如苦是有漏法。共相無常是有為法共相。空無我是一切法共相。如是等有無量共相。此共相由共相空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為共相空。善現白佛言。世尊。云何一切法空。佛言。善現。一切法謂五蘊十二處十八界若有色無色有見無見有對無對有漏無漏有為無為法。此一切法由一切法空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為一切法空。善現白佛言。世尊。云何不可得空。佛言。善現。不可得謂此中一切法不可得。若



過去不可得。未來不可得。現在不可得。若過去無未來現在可得。若未來無過去現在可得。若現在無過去未來可得。此不可得由不可得空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為不可得空。善現白佛言。世尊。云何無性空。佛言。善現。無性謂此中無少性可得。此無性由無性空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為無性空。善現白佛言。世尊。云何自性空。佛言。善現。自性謂諸法能和合自性。此自性由自性空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為自性空。善現白佛言。世尊。云何無性自性空。佛言。善現。無性自性謂諸法無能和合性。有所和合自性。此無性自性由無性自性空。何以故。非常非壞本性爾故。善現。是為無性自性空。復次善現。有性由有性空。無性由無性空。自性由自性空。他性由他性空。云何有性由有性空。有性謂五蘊。此有性由有性空。五蘊生性不可得故。是為有性由有性空。云何無性由無性空。無性謂無為。此無性由無性空。是為無性由無性空。云何自性由自性空。謂一切法皆自性空。此空非智所作。非見所作。亦非餘所作。是為自性由自性空。云何他性由他性空。謂若佛出世。若不出世。一切法法住法定法性法界法平等性法離生性真如不虛妄性不變異性實際。皆由他性故空。是為他性由他性空。善現。當知是為菩薩摩訶薩大乘相。

P290 卍 欄倒數13行~P291 卍 欄26行

【郭老師講義文字】

此段經文說了什麼是二十空。

(一)內空：

內

=內法

=眼、耳、鼻、舌、身、意

=空

非常非壞，
本性爾故。

(二)外空：

外

=外法

=色、聲、香、味、觸、法

=空

非常非壞，
本性爾故。





(三)內外空：

內外
 =內外法
 =眼耳鼻舌身意、
 色身香味觸法
 =空

非常非壞，
 本性爾故。

(四)空空：

空
 =一切法空
 =空

非常非壞，
 本性爾故。

(五)大空：

大
 =十方
 =東南西北四維上
 下
 =空

非常非壞，
 本性爾故。

(六)勝義空：

勝義
 =涅槃
 =空

非常非壞，
 本性爾故。

(七)有為空：

有為
 =欲界、色界、無
 色界
 =空

非常非壞，
 本性爾故。

(八)無為空：

無為
 =無生、無住、無
 異、無滅
 =空

非常非壞，
 本性爾故。

(九)畢竟空：

畢竟
 =諸法究竟不可得
 =空

非常非壞，
 本性爾故。

(十)無際空：

無際
 =無初、中、後際
 可及無往來際
 可得
 =空

非常非壞，
 本性爾故。

(十一)散空：

散
 =有放、有棄、有
 捨可得
 =空

非常非壞，
 本性爾故。



(十二)無變異空：

無變異

=無放無棄無捨可得
=空

非常非壞，
本性爾故。

(十三)本性空：

本性

=一切法本性，若
有為法性、若無
為法性、皆非聲
聞所作、非獨覺
所作、非菩薩所
作、非如來所作
=空

非常非壞，
本性爾故。

(十四)自相空：

自相

=一切法自相，如
變礙是色自相，
領納是受自相，
取像是想自相，
造作是行自相，
了別是識自相，
如是等若有為法
自相，若無為法
自相
=空

非常非壞，
本性爾故。

(十五)共相空：

共相

=一切法共相，如
苦是有漏法共相
。無常是有為法
共相，空無我是一
切法共相，如
是等有無量共相
=空

非常非壞，
本性爾故。





(十八)無性空：

無性
 =此中無少性可得
 =空 } 非常非壞，
 本性爾故。

(十九)自性空：

自性
 =諸法能和合自性
 =空 } 非常非壞，
 本性爾故。

(二十)無色性自性空：

無色自性
 =諸法無能和合性
 ，有所和合自性
 =空 } 非常非壞，
 本性爾故。

【郭老師講義文字】

以上是佛陀非常嚴密的從二十種角度來闡明空性，空性只有一個，為什麼要從這麼多的角度來探討呢？因為空性實在

(十六)一切法空：

一切法
 =五蘊、十二處、
 十八界、若有色
 無色、有見無見
 、有對無對、有
 漏無漏、有為無
 為法
 =空 } 非常非壞，
 本性爾故。

(十七)不可得空：

不可得
 =此中一切法不可
 得，若過去不可
 得、未來不可得
 、現在不可得；
 若過去無未來、
 現在可得，若未
 來無過去、現在
 可得，若現在無
 過去、未來可得
 。
 =空 } 非常非壞，
 本性爾故。





太難了解，佛陀慈悲的引領眾生，體諒眾生的智慧有限，故從不同的角度接引根器不同的眾生，只要從一個角度看懂了，一切皆通，故佛陀實在是用心良苦，我們實應更用功的去理解、領悟、體證空性，才不致辜負他的諄諄教誨。接著佛陀又說明為什麼有性由有性空、無性由無性空、自性由自性空、他性由他性空。

有性由有性空：

有性 = 五蘊 = 五蘊生性不可得 = 空

無性由無性空：

無性 = 無為 = 空

自性由自性空：

自性空 = 一切法皆自性空，此空非智所作、非見所作、亦非餘所作 = 空

他性由他性空：

他性 = 謂若佛出世、若不出世，一切法法住法定法性法界、法平等性、法離生性、真如不虛妄性，不變異性實際，皆由他性故空 = 空

此段補充說明有性、無性、自性、他性，但不論從那一個角度來觀察，亦是得到同樣的結論——空。故知空實為諸法實相，是一切的本質，是萬事萬物的本然，是本體，是心的本質，是一切的答案！

【郭老師口頭詮釋】

大般若經非常的殊勝，而且結構是



非常的嚴密。在過去的課中，這二十空其實也常常在重複；但我們發現這段經文非常的善巧，看了很多次以後，在這一段中二十空出現了很仔細的解釋，所以一切的佛法、一切的知見，大般若經幾乎都有提到；像這個重要的部份，就講得相當的清楚。我們以前在講般若空慧的時候，講到空與十八空，事實上並不是說空有十八個，現在又多了變成二十個，絕對不是這樣，是方便這樣談而已。

因為空確實很難明白，不論我們從十八個角度、二十個角度，或更多的角度來探討，然而空永遠只有一個空，並不是有那麼多的空。而是它進入的方式、瞭解的方法可以有很多種。比如說內空，我們無論如何來觀照、來檢查，就會發現所謂的內法——眼、耳、鼻、舌、身、意，其實它就是非常、非壞，本性爾故，所以它空。在這裡講到二十空的時候，都是同樣的結論在說明，為什麼是空？因為不論從哪個角度來看，事實上它本來就是法爾如是，本性爾故；因為它並不是所謂的常或壞，它的本質就是如此，佛陀用二十個角度讓你來看，如果你是某一個根器的話，那麼你就會對某一個角度比較容易了解，所謂一通百通，只要你明白了，剎那之間從某一個角度看懂了，那麼就一切皆通。所以事實上佛陀確實是用心良苦，用很多的角度來告訴我們，其實這裡說來說去，就是告訴我們一切本空，空就是一切的本質，是



麼難明白呢？因為我們人類所擁有的，所去感知外界的一切，都是用我們有限的五官。但是我們的五官所能接收的，真的是非常的有限。事實上所謂的空，所謂的真真空和妙有，在第一義來講是真空，對五官而言，根本感知不到它是什麼東西，所以為什麼我們要超越五官？因為如果用五官去了解的話，根本不可能從這個方向去得到答案，所以它是超越的。而為什麼說妙有呢？因為事實上你也不能說它是一無所有、空無一物；而是說在超越五官以外的時候，它又是所謂的妙有。只是因為這個妙有，它超越了五官，所以你沒有辦法去明白，你沒有辦法去說明，所以為什麼難？那是

心的本質，也是一切的答案。所以我們讀了很多很多的角度，也許文言文在我們看起來，是有點吸收上的障礙；但是用你的直心去體會，你還是能夠明白它到底在說什麼？空性為什麼這麼重要？它真的是太重要，所謂的開悟，當然就是悟空，就是明白一切的本質；所謂的空，因為太重要，所以我們現在用另外一個角度來談。事實上所謂的悟，確實是有層次的差別，悟也有它方便善巧的一個學習的方法。我們現在要講一個非常重要的部份，為什麼要好好的去講？因為空性實在是相當、相當難以掌握，因為空性實在太困難了，所以我們必須用各種角度去了解它。為什麼空這



因為工具的限制，人身寶的限制。但是畢竟所謂的肉身，事實上還有許多其他的身，尤其我們的肉身還不明白的時候，但是你的其他身或許有點明白。所以說為什麼有那麼多的層次，就是事實上你的每一個身都要悟，每一個身都要明白。

事實上如果我們明白這個真空妙有道理的時候，我們要打破一個藩籬，就是不要去分別精神和物質。事實上在真正的所謂法界當中，根本沒有精神和物質的藩籬，沒有精神和物質的分別。明白這層道理以後，真正明白真空妙有以後，我們才會進入沒有分別的狀態。

我們現在要談有六種訣竅去安住於這

樣的狀態，就是所謂的去明白空，去安住於空。請一定要仔細的聽，非常非常的重要，第一個請你放下五官的感受，為什麼要這樣呢？因為其實我們一切五官的感受，都是錯謬的，都是不正確的。所以只有放下五官的感受，才能真正明白什麼是空的狀態，所以我們要常常如此的練習，就能夠明白什麼是空。那麼它微細、微妙到人類五官永遠不可能明白，但是畢竟它是一切的源頭、一切的開始、一切的能量、一切思想的能源、一切物質、一切情感等等，都跟它非常有關。所以我們可以從第一個訣竅來做，就是你常常訓練自己放下五官的感受，不要去管五官的感受，就是放下，放下就是超越啊！你沒有超越五官的感受，你不在乎它的感受，你不管它的感受，你才有辦法去明白超越五官的那個狀態，這是很重要的。只有在五官停止作用的時候，才能夠真正的明白空。因為這樣的存在是到幾乎沒有的境界，這是不得已的形容，除非是佛菩薩能夠親見，凡夫是不可能見到的。所以所謂的開悟，只是剛剛停止五官的狀態，稍微碰觸到一點而已，實在還離涅槃境太遠、太遠了。所以為什麼要大精進修行？悟後起修原因就在這裡，如果你剛剛看到，剛剛把五官停止的時候，其實只是剛剛開始而已。所以為什麼說開悟前如喪考妣，開悟後如喪考妣，原因就在此。五官停止作用的時候，是開始真正的明白，可是還不是完整的，



所以要達到完整的空性，是十分困難的一件事情。所以必須念茲在茲的修行，才能到達。

除了停止五官的運作以外，還有一個訣竅就是什麼也不想，不要誤會這個什麼也不想。現在就來說明，什麼是什麼也不想，也可以說就是停止念頭，停止妄念。怎麼做呢？我們訓練自己非常的警覺，一發現有念頭進來，就馬上離開它，什麼是離開它呢？並不是你就沒有這個念頭，而是馬上明白，明白它是它的狀態，你是你的狀態，劃分的很清楚。因為其實一切的念頭，都是消耗能量的一種狀態。那麼如果以能量的觀點來看的話，空就是能量達到最飽和的狀態，

如果能量消耗太多，必定是離空性越遠，所以真的要離開一切的念頭，才是到達空性的捷徑。請記得一旦念頭進來，就馬上跟它分離，涇渭分明，你是你，它是它，千萬不要跟它攀緣，一攀緣，就會浪費你寶貴的能量，寶貴的能量受到損耗，那麼就是離開空性。請記得第二個訣竅，就是什麼也不想，離開念頭。

第三個訣竅是調整，調整到最舒服的狀態，舒服這兩個字也是不得已而用，因為它本來就是超越語言文字，但是你可以去體會，這裡可以做一個比喻，什麼是調整到最舒服的狀態？你可以把自己比喻成好像在尋找頻道的人，你要找你的頻道，你要找一個





你最喜歡聽、最喜歡看的頻道，你就一直找、一直找，找到你要的頻道，那就對了，為什麼是這樣呢？因為空是超越一切語言文字的存在，所以它只能用超越語言文字的方式去找，所以絕對不要在語言文字當中找，否則會找一輩子也找不到，因為那不是正確的方向。所以你可以調整，就是要調整到你用自己用直心去體會你的精神狀態，我們又不得已用精神狀態，事實上精神、物質真的是沒有分別的，是因為我們的感知有分別，所以我們把它硬是分別為這兩方面，事實上我們姑且用精神狀態，你去調整後會發現，在某種狀態下，你會感到很放鬆，或者是很舒服，那麼那個就是，

試著去安住在那個狀態。

還有第四個訣竅，就是禪定，為什麼禪定這麼重要？事實上定其實就是慧，定慧其實是一體的兩面，可以說一個是體，一個是用。事實上體用是二者不可分家，所以只要長期的打坐，一定可以見性，一定可以親見空性，這個證據我們可以從六祖壇經看得到。

我們現在把六祖壇經談到定慧的部份來唸給大家聽，「師示眾云：善知識！我此法門，以定慧為本，大眾勿迷，言定慧別。定慧一體，不是二。定是慧體，慧是定用，即慧之時定在慧，即定之時慧在定。若識此義，即是定慧等學。諸學道人，莫言『先定

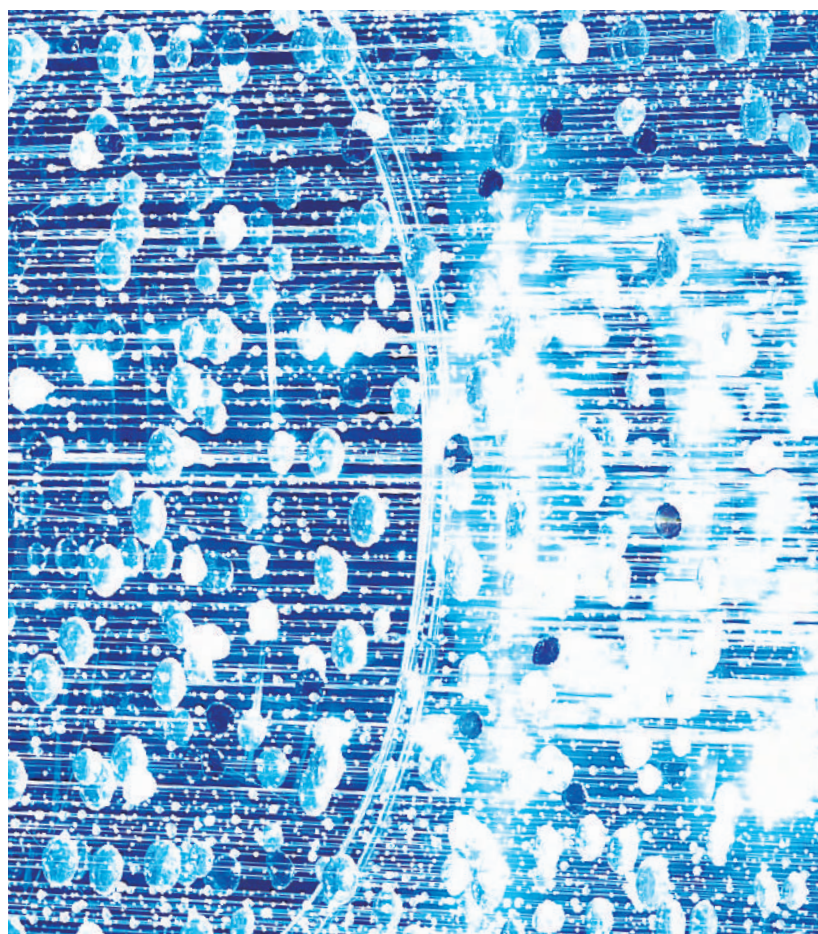
發慧，先慧發定』各別，作此見者，法有二相。口說善語，心中不善，空有定慧，定慧不等；若心口俱善，內外一如，定慧即等。自悟修行，不在於諍；若諍先後，即同迷人。不斷勝負，卻增我法，不離四相。善知識！定慧猶如何等？猶如燈光，有燈即光，無燈即闇。燈是光之體，光是燈之用，名雖有二，體本同一。此定慧法，亦復如是。」

六祖慧能的證量是非常的圓融、非常的圓滿，證量很高的。他在這裡提出了非常清楚的界定，他告訴我們，定慧一體，不是二；說明定是慧的本體，慧是定的運用。所以這裡講得非常的清楚，而且這裡做了一個非常好、很善巧的比喻，就是如果以燈光來講，它們其實是不可分的；就是當你打開燈的時候，它馬上就有光，到底這兩個可以分開嗎？是不能分開的，因為一定要放出光，我們才能看得到，所以燈是光之體，光是燈之用，名雖有二，體本同一，這個比喻是非常的深入深動。所以我們要去分定或慧的時候，事實上也是一種方便善巧，也是讓人在修行的時候，比較能夠明白各種狀態，但是我們現在要明白其實是定慧一如。

第四個訣竅禪定，為什麼要強調禪定？因為事實上就如我們常聽到的那句話：「定水澄清，心珠自現。」定水澄清，代表你的定力已經修行到某種程度，就像一潭水本來非常的混濁，因為經過禪定長期的修行，就變

成像一潭清澈的水一樣。既然這麼清澈的話，那麼在底下的東西，就清可見底，非常的明白清楚。這個時候，因為定的關係，你才看清楚，所以可見定才能帶來慧。心珠自現，就是代表你的慧力可以觀照，所以觀照的時候是用，但是定是本體，一定要定，才能看得清楚諸法實相；一定要定，你才能真正明白空是什麼？空實在是太難明白了，所以我們一定要把一切的妄念，一切的干擾都停止，才能靜下來，才能得到很高的禪定功夫，那麼我們才能擁有慧力，事實上禪定修行很高的時候，才是一個擁有智慧的人。

再來第五個訣竅是行善，也許大家會



覺得行善跟空有什麼關係呢？事實上我們要明白它背後的道理是非常重要的，因為我們剛剛有提到空其實可以用能量來解釋，它是一個能量飽和的狀態，空是一切能量的總聚。事實上當我們在行善的時候，其實也是在聚集能量，不斷地做好事，尤其是不斷的幫助別人，一樣可以見性，可以明白空，當然它背後要求就是其他智慧的配合。不過如果你就是非常單純的去行善，真的是這麼善巧的一生一世、生生世世都在行善的話，那麼就是在聚集能量，你也會明白空。

第六個訣竅是忘記自己的存在，套句佛法的說法就是無我。忘記的時候不代表我們就消失了，所以忘記自己的

存在，根本就沒有恐懼可言，為什麼要這樣呢？因為以能量的觀點來看，所有能量的最大障礙都是自私，我們要去明白、去體會，為什麼行善、幫助別人可以累積能量？為什麼修行最大的障礙就是自私？當你不關心別人，只關心自己，拔一毛以利天下而不為，這樣的人是非常自私的人。但是自私的人是自我毀滅的人，是沒有能量的人，一個自私的人，能量是縮小的狀態；那麼相反的，一個愛別人的人，能量是擴張的狀態。所以一個忘記自己存在的人，他就不會斤斤計較別人對自己如何，可是放心啊！千萬不要有任何的恐懼啊！因為在這樣的狀態下，自己非但不會消失，你



的法身反而會越來越大，就是我們常說的無量無邊，或者是高大身、廣大身。

讓我們從一個角度來看自己就知道，我們是多麼的執著、多麼的愚癡啊！因為我們對自己總是忘不了，對自己非常的執著，可是我們執著到的是什麼呢？我們這麼渺小的一個肉身，事實上是佔有一個空間，也佔有一些元素，可是我們仔細看看，這些空間、這些元素在浩瀚的宇宙來說，真的只是滄海一粟而已。在這個大的宇宙當中，你沒有辦法看到它的邊際，然後再回頭看看我們的肉身，好小好小啊！滄海一粟可能都不到啊！這麼小小的空間，這麼稀少的元素，可是我們卻這麼的執著，執著的認為這小小的空間、這稀少的元素就是我，所以這是多麼愚蠢的觀念；但是這個觀念就會造成我們的限制，因為我們怎麼想我們就會成為什麼。所謂的神通變化，事實上也是打破這種觀念，你認為這個元素就是你嗎？如果被這個觀念所限制的話，如何去變化你所認為的你就是這樣，你怎麼思想就怎麼存在，所以這個觀念要打破。當我們能夠忘記自己存在的時候，其實是走向更大空間，擁有更多元素的開始，而這樣的話就必能見到空性，所以為什麼佛家這麼強調無我，原因也是在此。

所以記得不要當一個自私的人，要當一個廣結善緣、普愛眾生的人，而這就是要忘記自己的存在；但是千萬不



要把妄念和恐懼摻雜進來，你不會變小，你也不會消失的，你也不會這樣就沒有了，其實是相反啊！完全的相反，你反而會越來越大，你的法身會變得好好大大，所以請記得這幾個重點。

以上這六個重點其實就是非常、非常重要的階梯，就是非常、非常重要的途徑，如果能夠身體力行，奉行不渝，那麼必能夠早日見性、早日悟道、早日證果，所以必須勤修不息，這非常、非常的重要。所以看自己是什麼樣的根器，就選一個適合自己的方法，好好的去提醒，而且它是有方法可循的，隨便你走哪一條，隨便你根據哪個訣竅去做，你都可以慢慢的



去明白什麼是空？這一段是非常、非常的重要，請牢牢的記在八識田中，請大家記得剛剛的訣竅。我們接著來做觀想，直接觀空，請記時5分鐘；身體放鬆、呼吸調柔、心無念；在這樣的狀態直接去觀究竟什麼是空……為什麼要講那六個訣竅呢？事實上我們文字般若研究到一個程度以後，一定要開始著手，所謂的準備開悟，是準備也不是準備，但是你畢竟要開始有入手處，不然會一直在文字般若當中打轉，即使累積再多的知識，可能對空到底是什麼？還是沒有辦法捕捉，所以要開始離開這個階段。因為文字般若它是一個工具，但是事實上六祖已經作了最好的示現，就是

他不認識字，他一樣可以懂空，當然那樣是否有點否定聽經聞法呢？為什麼要聽經呢？語言文字既然不重要，那為什麼還需要？因為本來就是法無定法，每一個人開悟的根器、因緣都不同；如果你是語言文字能夠駕馭的人，那你為什麼不用？可以用啊！所以還是可以，只是說它不是唯一的途徑，所以六祖他可以捨棄這個東西，他可以捨棄語言文字而達到空、證入空，這就是一個展現。但是並不是每一個人都是這樣，也有很多人他是因為文字般若奠定很好的基礎，然後他開始有得力的著手處。而因為空確實無形無相難以掌握，它超越了五官，所以它非常難以去掌

握。可是無門關你還是要過，就算是無門你還是要找到那個門，沒有階梯還是要找到那個階梯。所以六個訣竅就是六種方法，你隨便擇一而專修的話，都是可以打開這個沒有門的門。我們遲早要離開這些語言文字，不然語言文字又會成為我們另外一個束縛；如果我們不離開的話，請問我們什麼時候見到空呢？不能再打轉了，因為時間差不多夠了，就要開始真正進入所有你要下功夫的階段，所以剛剛講的第一個訣竅就是放下五官的感受，才有辦法去明白空；不然就是什麼也不想，就是離開念頭；第三個是調整到最舒服的狀態；第四個是修禪定；第五個是行善；第六個是忘記自



己的存在；就是把它非常清楚的強調出來，比較好入手，然而它還是屬於不是很物質或者可以把捉的東西，但是你去體會的話，事實上它已經比較離開文字般若了，它已經開始在心，而心非常的重要。

準備要行是非常的重要，不能只有文字般若，我們一定要行，那時候你才能真正看懂，譬如說下面要講「心銘」，你真正明白了空，你才會懂他說什麼，不然東講、西講、左講、右講，還是被它搞糊塗，如果你都清楚了，你就不會被它搞糊塗，一看就明白。

「大洋海裡打鼓，須彌山上聞鐘。業鏡忽然撲破，翻身透出虛空。」事



黃梅東山法門的五祖弘忍並峙，在牛頭山開創牛頭宗，他本人當然是經過很用功的修行，才有所證悟。他是一個教義與實証並重的大師，曾經在建初寺講經，聽眾有一千餘人；著作有很多，譬如說絕觀論、淨名經私記、華嚴經私記、法華經名相等等，比較有名的就是這一篇「心銘」。我們來看看他的證量以及他所說的，事實上講的跟經典與禪宗的觀點其實都是一樣，他說：「心性不生，何須知見」，馬上就有禪宗的特色出來了。禪宗一向都說不立文字，直指人心，所以他馬上否定知見，心性它的本質本來就是不生不滅，何需要頭上安頭的一些知見呢？「本無一法，誰論熏

實上語言文字確實有它的限制性，所以當我們在看禪詩的時候，常常會有點矛盾的現象。翻身透出虛空，既然都已經虛空了，翻身為什麼要透出虛空？不合邏輯的，但是事實上這也就是禪師的特性，故意講一些很不合邏輯的，但是就要打破我們那種框框，打破我們那種束縛限制，事實上那就是所謂的翻身透出虛空，這也是一樣的矛盾。

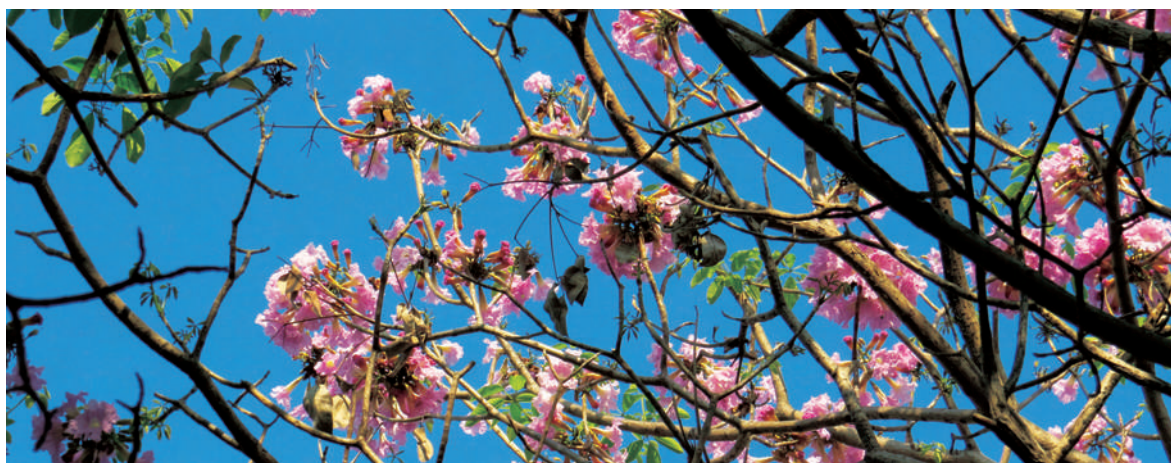
我們現在來看「心銘」，這是禪宗的高僧牛頭法融的作品，當然他是個開悟的人，才有辦法寫出這樣的禪詩，他用不同的方法來指陳同樣的東西，牛頭法融他是西元594年到西元657年的人，是禪宗四祖道信的弟子，與





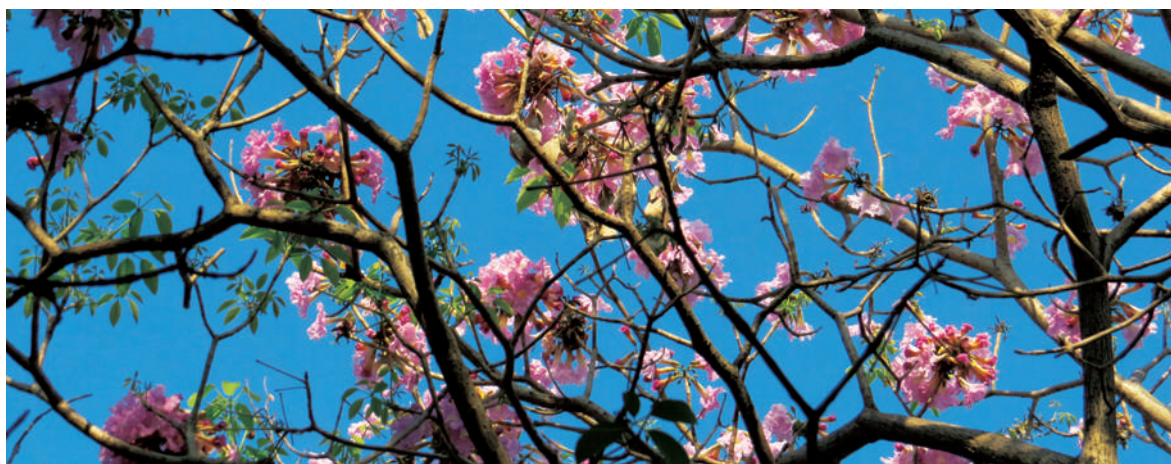
鍊。」本來就沒有任何一法，何必再所謂的薰習或者是修煉，因為我們一旦落入有為法的觀念裡頭的時候，就已經離開了空，事實上所謂的空性，原本就是本來無一法，以它的本性、本質來講，是根本不需要有勞去薰習修煉的，這是站在第一諦來講；那麼「往返無端，追尋不見。」它本來就是所謂的禪行鳥道，空性它根本就沒有所謂的往或返，來或去，根本沒有痕跡，所以當你動念要找它的時候，那麼就找不到它。「一切莫作，明寂自現。」這個意思當然就是比較指我們內心妄念的狀態，事實上你只要不生起一切的妄念，不要跟妄念相應，明寂的本體自然而然就會現前。「前

際如空，知處迷宗。」事實上不管什麼前後際，它也是一樣如空，當你硬要知道什麼的時候，已經是無明而離開了本體。「分明照境，隨照冥蒙。」只要我們了了分明，觀照一切的境界，一切迷矇不明的地方都會清楚。「一心有滯，諸法不通。」只要你還有一絲的念頭在障礙，只要還有一點的理解在束縛，只要有一絲的罣礙，那麼即是一不通就全不通；而所謂的一絲不罣，就是你心中都沒有任何的罣礙，那麼你當然就是通達，就是沒有滯礙。「去來自爾，胡假推窮。」所謂的去來，它本來就是法爾如是，也沒有所謂的去來，就算有去來的痕跡或者是外相，也不用隨便胡



亂的去推敲尋求等等。「生無生相，生照一同。」所謂的生滅，也沒有生滅的相，本質來講都是一同。「欲得心淨，無心用功。」如果你真的想讓你的心靜下來，那麼請你不要有心就好了，有人不是講嗎？供養什麼什麼？不如供養一個無心道人，當然不是說沒有心臟，而是說他沒有任何分別的心，沒有任何貪婪的心，就是一個本來的心，本來如此的狀態，就是無心，沒有要特別怎樣，這就是精進。所謂「但心不起妄，是名真精進。」所以也是一樣，如果你希望你的心精進，那麼無心就是最好的用功。「縱橫無照，最為微妙。」事實上這個本體本來就是縱橫自如，它也

沒有所謂的一定要觀照什麼？這才是最甚深微妙之處。「知法無知，無知知要。」如果你真的要明白萬法，真的要知道諸法實相，事實上你就是要離開一切的知見，不要想知道什麼？因為你一旦起了心念，一旦想知道什麼，事實上你已經不知道什麼；所以無知就是知要，就是無知，你反而可以說般若無知，因為它並不是動用我們所明白的五官去運作等等，它是超越這些，表面上是無知，事實上是更超越的一種智慧，它並不是要所謂的頭腦去想清楚、去明白，所以這個無知是舉這個例子，無知知要。「將心守靜，猶未離病。」這是講一個修行弊病的問題，如果你還有這種見的觀





念，希望我們的心就是這麼的安靜，通通沒有任何的吵雜，甚至有事情來了，也想最好不要有，如果替眾生服務也嫌太麻煩，當然這就是誤解所謂見地的一個意思；將心守靜，如果你還有這種靜或不靜的觀念，那麼這還是沒有離開一種弊病的修行，還不是一個徹底的修行。「生死忘懷，即是本性。」由生死輪迴當中，我們忘記了生死輪迴，並不是忘記生死輪迴的可怕，而是我們不去計較有生有死，就如同不去分別精神與物質是一樣的，當你離開這個分別心的時候，就是本性透露的時候。「至理無詮，非解非纏。」真正至極的道理是不用言詮的，不需要用到語言文

字的，因為它也非關所謂解脫、束縛和纏縛，它就是這樣，根本也不需要去解釋，就是所謂的直心是道場。「靈通應物，常在目前。」你真的修得好的話，大道常在目前，對於一切的萬事萬物，你都會有很好的應對，而且不論對任何的境界，你都會看到道。「目前無物，無物宛然。」你所看到的一切，好像無物一樣，事實上對你而言，好像無一物，本來無一物，何處惹塵埃，也是這個意思。「不勞智鑒，體自虛玄。」事實上這個本體也不需辛勞我們，用所謂的智慧拼命地去檢查、去看，為什麼呢？因為它本來就是這樣，它的本體就是如此的虛玄微妙，根本不勞煩我們去



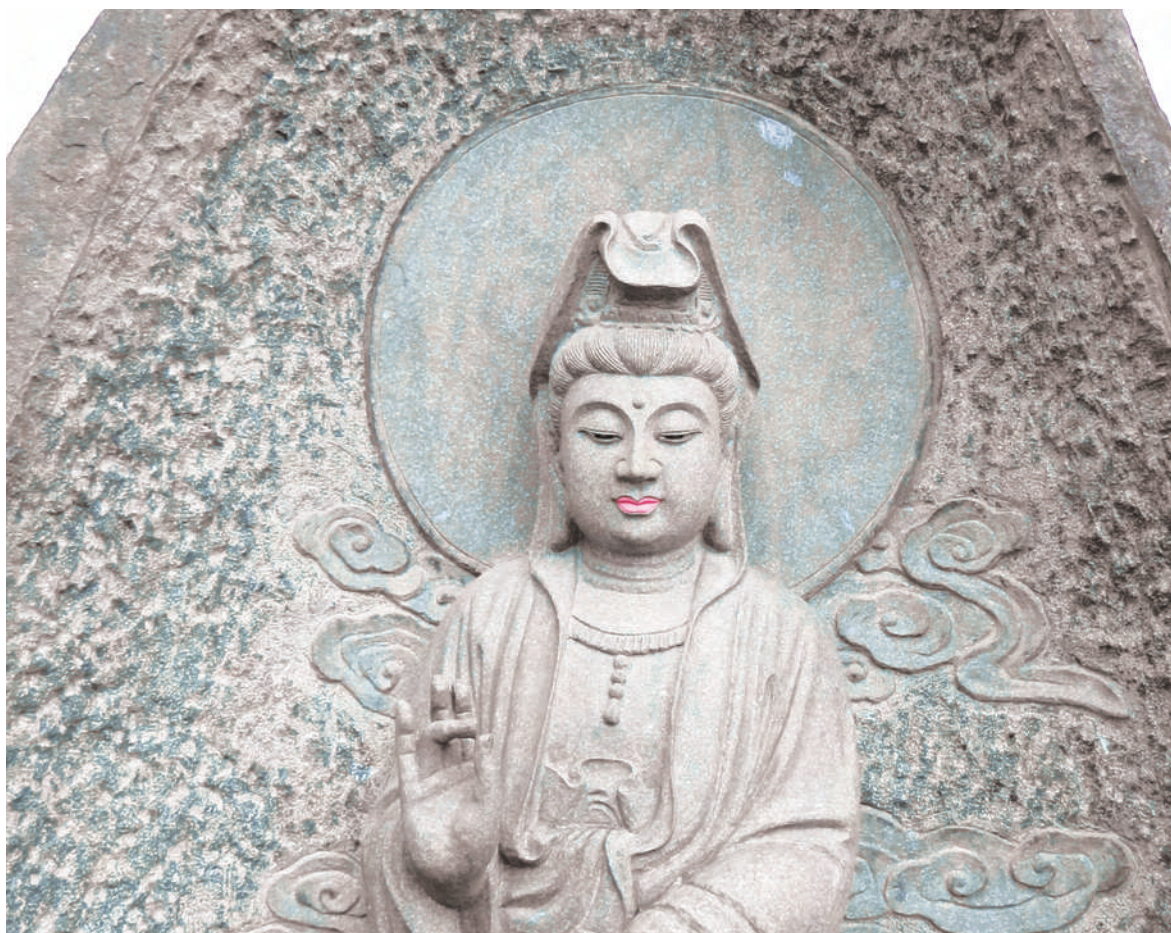
可以出三界，就可以解脫塵勞。「分別凡聖，煩惱轉盛。」如果再去分別什麼是凡人，什麼是聖者的話，事實上就又落入了分別心之中，你本來不煩惱還要煩惱，本來煩惱就更煩惱。所以牛頭法融禪師的文字非常的簡潔，非常的工整，非常的對正，而且不管他寫了多少句，都沒有離開這個本體，所以他是一個開悟見性的人，怎麼說都沒有離開這個本體。「計校乖常，求真背正。」當我們越計較什麼是空？什麼是常？事實上我們越計較的話，我們越要求的話，我們就越離開了正道。「雙泯對治，湛然明淨。」當我們把一切都泯絕了，沒有對立的時候，當然明淨就很清楚的浮

添加什麼東西。「念起念滅，前後無別。」所謂的生滅或者是起滅，其實也是在一種時空的觀念當中，事實上在法界當中，根本也沒有什麼前後的差別。「後念不生，前念自絕。」我們也不要老是怪自己的前念，或者後念的問題，只要我們當下放下一切的念頭，那麼後念不要再生起的時候，前念是生滅法，自然就絕斷，就進入不生不滅的狀態。「三世無物，無心無佛。」輪迴三世事實上也是空無一物可言，一切的相都是虛幻的，事實上也無心也無佛，雖然它都存在，可是對你而言三世無物，一切本空。「眾生無心，依無心出。」眾生事實上如果能夠證到無心的境界，那麼就





現。「不須功巧，守嬰兒行。」所謂的直心是道場，就是這樣，你可以守住你赤子般的心，不需要用很多的方法，如用功、有為法、巧妙的等等，事實上都不是真正的需要，它是屬於枝微末節，不是重要的部份；那什麼是重要的部份呢？你只要讓你的心像嬰兒一樣就可以了；什麼是嬰兒呢？他是如此的純潔，不會隨便動妄念，當然不是像嬰兒那樣小小的，我們就知道語言是很有限制的，只能用它的一部份，意思就是形容你要直心就對了；因為小孩子本來就是這樣，很童貞、很直心的，有什麼話就直接了當的講，就又有什麼不可以呢？包括大人都這樣的話，用嬰兒的行為直接反應有什麼不好？這樣的話兒童就不用長大，每個人都不用老，像嬰兒行；當然，這是一種境界的比喻。「惺惺了知，見網轉彌。」事實上在沒有辦法形容當中，你就明白了一切，知見的網就不再纏縛了。「寂寂無見，暗室不移。」雖然它是如此的寂靜，沒有辦法見到，難以見到，但是不管在什麼光明或黑暗的地方，它不會因為境界的不同而有所轉變。「惺惺無妄，寂寂明亮。」不管任何的狀態，它就是這樣的存在，只要沒有任何的妄念干擾，它就是如此的清晰，如此的寂靜明亮。「萬象常真，森羅一相。」不管外相是多麼的複雜，事實上它的背後都是通往真正不變的真理，森羅與萬象講的都是同樣的意思，宇宙一切的萬有、一切的外相，



事實上它也是一，一即一切，一切即是一。「去來坐立，一切莫執。」不管是去來或坐或立，都不要執著，譬如說在打坐的時候，也不一定要執著說我們一定要怎麼樣坐，一切都沒有執著，這個都是見性。「決定無方，誰為出入。」當然如果它沒有方所、沒有甚麼，它就是真正的空性。「無合無散，不遲不疾。」真正的空性來講，它也沒有合或散的問題，它也沒有快或慢的問題。「明寂自然，不可言及。」這裡就提及了禪宗的特色，根本就離開言詮，不立文字，本來就是明寂自然的。「心無異心，不斷貪淫。」事實上如果你沒有第二念，沒有隨便動念頭的話，你表面上可能沒

有離開什麼染著的境界。我們也講過穢跡金剛，他當然是見性者，當然是很有證量，才可以成為金剛；可是他是穢跡啊！為什麼？因為它現這種比較骯髒的外相；而事實上不管貪或淫，它也是一種外相，你離開了這個執著，所謂也有人他是轉五毒為五智，你很貪嗎？你貪功德好了，其實各種都可以轉化提升，轉五毒可以成五智。「性空自離，任運浮沈。」一切本性皆空，我們自己會把它分清楚，「任運浮沈」就是它的本性本來就是如此，不是我們要去分開或者是什麼，本來就是這樣，當你證入以後，事實上你的生活方式是一任清風送白雲，在自由的大海上，一切任運

載浮載沉，可是你明白是怎麼一回事。「非清非濁，非淺非深。本來非古，見在非今。」當然這個空性也不是清濁的問題，也不是淺深的問題，它沒有這些的對待，當然它也沒有什麼古今時空的對待。「見在無住，見在本心。」事實上只要無住，六祖也常談無住、無相、無念，應無所住而生其心；而只要無住的話，本心自現。「本來不存，本來即今。」它本來就是如此，也不是說今天或什麼時候，它本來就是。「菩提本有，不須用守。」菩提本無樹，明鏡亦非台，本來無一物，何處惹塵埃；菩提大道本來就存在，不須用守就是說我們不要得到以後就把它保守著，守持著，



並不是需要這樣，因為它本來就是這樣，本來就有的，法爾如是。「煩惱本無，不須用除。」事實上煩惱的本質也是空性，是我們去跟煩惱認同，是我們去跟煩惱相應，所以事實上我們根本不用去斷除煩惱，因為煩惱的本性也是空，所以為什麼有憤怒相也是如此，因為現憤怒相只是用，它的本體還是空。「靈知自照，萬法歸如。」當我們知道空性的時候，我們會靈明知道一切，一樣的法，我們都會回歸到同樣一如的地方，就是一，就是萬法歸一。「無歸無受，絕觀忘守。」而最後事實上也沒有一切的所謂的歸或受，也沒有什麼需要觀照，或者是持守的地方，因為它本來就是

這樣。「四德不生，三身本有。」我們本來就是擁有法、報、化三身，本來就是，不需要特別去頭上安頭等等。「六根對境，分別非識。」如果我們用眼、耳、鼻、舌、身、意的六根去面對一切境界的時候，你去分別，事實上你就不認識本體了。「一心無妄，萬緣調直。」只要你的心安守一境，沒有了妄念的干擾，那麼你就是萬緣都能夠調伏的很好，都能夠協調的很好。「心性本齊，同居不携。」心性它沒有什麼高下參差的問題，所以根本不需要去分別它的參差等等。「無生順物，隨處幽棲。」只要你明白了無生無滅，就是不生不滅的道理，那麼你在任何的順情應物的時候，事實上你是隨處而安的，到那裡都是很自在、很如意、很隨緣的。「覺由不覺，即覺無覺。」覺是由我們不去跟任何的妄念相應開始，覺悟就是沒有覺這件事情。「得失兩邊，誰論好惡。」事實上我們不要去關心得或失的兩邊，就是中道而行，也不要去論什麼是好？什麼是壞？這都是在得失心，這都是有所得，是沒有辦法悟道的。「一切有為，本無造作。」事實上一切根本沒有什麼造作，一切有為法如夢幻泡影，本無造作。「知心不心，無病無藥。」當你了悟心的本質以後，事實上你已經沒有病，那當然不需要藥了。「迷時捨事，悟罷非異。本無可取，今何用棄。」我們在迷的時候，不明白道理的時候，我們總是想去離開某些不好



的事情，離開外相、離開境界等等；當你悟的時候你就知道，原來不需要這樣的。事實上我們一切的煩惱，也是心的投射，一切不如意的事情也是業緣的感召。當明白這個道理的時候，我們就知道是不可逃躲的，逃也沒有用。所以事實上只要回到我們自心，那麼就不用再逃，也不用再捨；為什麼呢？因為本來就沒有可以取的，本來就沒有可以捨的，所以今何用棄，就本來就沒有可取，那為什麼還有拋棄，這些都是多此一舉。「謂有魔興，言空象備。」事實上也不用講什麼外魔，只要言空，一切都具備，就不怕魔擾。「莫滅凡情，唯教息意。」就是說我們也不一定要離開



凡人的生活，也不一定去深山裡隱居，或者是把我們一切的念頭都沒有了，也不是的，就是自淨其意；離開一切的妄念，離開一切的念頭就對了，不要去跟它相應，不要跟它混淆就對了。「意無心滅，心無行絕。」如果我們再沒有這些作意的話，事實上一切的妄念就停止，只要做個無心道人的話，一切的業就不受後有。「不用證空，自然明徹。」這樣的狀態我們也不用特別去證悟，自然而然就明白徹底。「滅盡生死，冥心入理。」這時候就沒有所謂老死，老死盡，這個時候就自然而然明白了真理。「開目見相，心隨境起。」只要我們張開眼睛，隨處觸目所見都是道

場，真心也隨順一切境界無所不現。「心處無境，境處無心。」如果我們執著於外相的話，我們的心念越會隨著外境而生起；但是如果心處無境，境處無心，只要我們已經證入無心，已經進入了無生的狀態，事實上不管你是處在什麼的境界當中，你還是無心，並沒有因為這樣而生起各種心念，應無所住而生其心。所以不管是什麼樣的狀態，你都是無心的狀態，你就是一個開悟的人。「將心滅境，彼此由侵。心寂境如，不遣不拘。」如果我們真的希望用心來滅境的話，事實上也是彼此在干擾；但是如果我們的心寂境如的話，事實上你也不需要特別離開什麼，也沒有什麼拘縛的

意思。「境隨心滅，心隨境無。兩處不生，寂靜虛明。」事實上他在後面講的也都是前面的重複，但他非常明白他所證悟的，所以用各種方法、各種語言文字來說明。事實上一切的外境還是我們心的投射，如果你的心已經沒有再繼續投射的話，那麼也就沒有什麼外境來干擾我們的問題。所以事實上所謂的兩邊或是有無都沒有，而進入不生不滅的話，當然就是寂靜虛明的狀態。「菩提影現，心水常清。」當然如果你好好修的話，你的心就像湛盈的水一樣，非常的清澈。「德性如愚，不立親疎。」真正所謂的大道的德性，他好像是一個表面看起來傻傻的人一樣，他沒有遠近親疏



的分別，表面看起來是這樣的，像一個傻子一樣，就像我們常聽到大智若愚，意思是一樣的；事實上他並不是真的愚，而是在這種情況下，就是所謂的冤親平等，他不會特別的說哪一個是比較親近的，哪一個是比較疏遠的；而是一律以悲智平等的愛盡天下蒼生。「寵辱不變，不擇所居。」當然如果你是一個開悟的人，你是一個證空的人，外境的好與壞，人家對你的寵愛，或者是人家對你的侮辱，你都不會因為這樣而改變你的證量，或者改變你的心境；不擇所居，就是說你是隨遇而安，你不一定要住在哪裡才快樂，我們常說如果你心解脫了，你到天崖海角你都解脫，如果你心沒

有解脫，不管你住在多大的房子裡，還是受了很多的束縛。「諸緣頓息，一切不憶。永日如夜，永夜如日。」事實上如果我們真正明白了本心以後，一切的外擾就真正的止息了；一切不憶，就是說一切不會再掛在你的心頭，一絲不罣，這樣是永日如夜，永夜如日，日月對你而言又有什麼差別呢？只是日日夜夜如此的循環而已，它並沒有什麼太大的差別，也不會去分別外境。「外似頑嚚，內心虛真。」外表看起來比較甚囂塵上，或者是比較頑強等等，事實上他的內心是非常虛無真性的；「對境不動，有力大人。」歷緣對境他的心都如如不動，這就是一個有力量、有能量的所



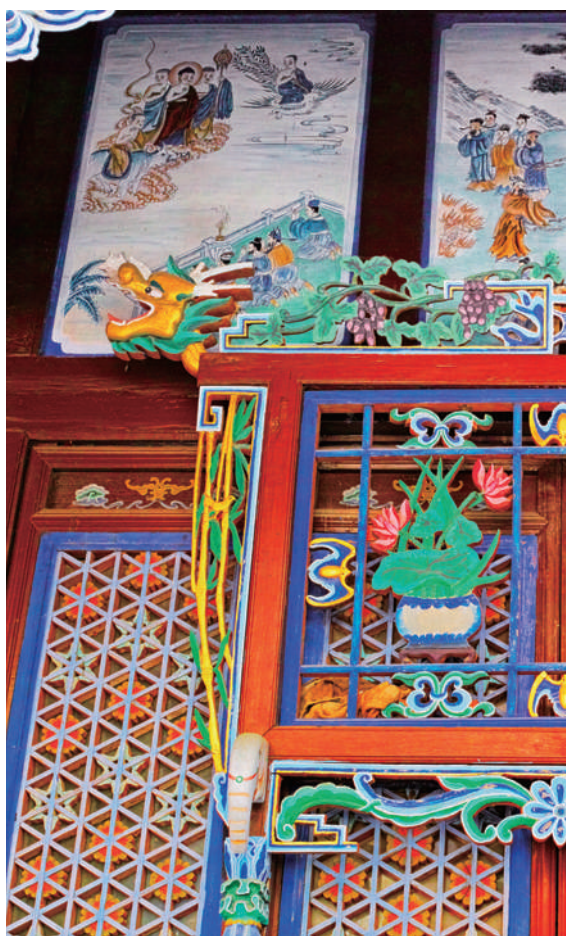
謂的有證量的人。「無人無見，無見常現。」當我們沒有所謂的我相、人相、眾生相、壽者相的時候，那麼事實上才是真正明白一切的見解。「通達一切，未嘗不遍。思惟轉昏，汨亂精魂。將心止動，轉止轉奔。」當他明白一切的時候，他是遍照一切；但如果思惟轉向昏沉，則將擾亂他的精魂；而唯有用一顆了悟清明的心，才能停止一切的紊亂。「萬法無所，唯有一門。」事實上本來就是一切沒有方所，空性沒有方所，沒有邊界；唯有一門，就是說我們要通過空性。事實上就是通過這個心；我們明白了心，我們就明白了一切。「不入不出，非靜非喧。」事實上也沒有什麼



入和出的分別，也沒有什麼靜和喧的對待。「聲聞緣覺，智不能論。實無一物，妙智獨存。」這樣的境界，連聲聞、緣覺都無法企及；而本來無一物，唯有妙智獨存。「本際虛沖，非心所窮。正覺無覺，真空不空。」所謂的無上正等正覺，你可以去明白，它其實是無覺，真空不空，只談到真空妙有之間的分際。事實上真空難道真的也就是空嗎？其實真空妙有一如。「三世諸佛，皆乘此宗。」事實上一切的十方三世諸佛菩薩都是從這裡開悟的，都是從這裡成就的，就是心。「此宗豪末，沙界含容。一切莫顧，安心無處。」事實上小如芥子，大如須彌，它的性質是非常不可思議

的，小可以無限的小，大可以為限的大；而對於一切的外境、外名、外利、外緣、外情等等，我們都不要太眷顧，也不要太理會，那麼你安心在無心之處，就是很好的安心處。「無處安心，虛明自露。」等到真正到處都可以安心的時候，那麼當然你的本體虛明自然顯露。「寂靜不生，放曠縱橫。」寂靜的本體，寂靜、寂滅為樂，不生不滅，它的力量其實是非常不可思議的，可以放曠縱橫法界。「所作無滯，去住皆平。」當你所作你都能真正明白的時候，你是很有能量的人，一切的所作所為都不再有黏滯，都不再有執著，不管去或住都是安住於平等心。「慧日寂寂，定光明

明。」這裡有講定慧等持，慧日破諸暗，它的體性、空性就是如此，是「寂寂明明。照無相苑，朗涅槃城。」當你證入空性，當你明白本心的時候，你就是照亮了如果真的有所謂苑的話，它是沒有外相的，所謂朗涅槃城，就是說不是有個城；所謂常寂光淨土，所謂的土也是不得已而用，因為三界眾生很難明白沒有土是怎麼存在；無相苑、涅槃城；其實講的是同樣的意思，照和朗也是同樣的意思。「諸緣忘畢，詮神定質。不起法座，安眠虛室。」事實上一切的外緣你都已經心齋坐忘，都已經忘記的時候，忘記自己的存在等等，一切的外緣你都不計較的時候。事實上你並



沒有離開你的地方或什麼，你非常安然於這一切的地方。「樂道恬然，優遊真實。」所謂無心淡然，他也是一個身貧道不貧，其實是非常快樂的一個人，他放棄了肉身的執著，然後得到了大道的快樂，這個快樂是法喜的快樂，是永恆的快樂；當然這是恬然之樂，優遊真實，他優遊度日，可是他就是活在真實的法界。「無為無得，依無自出。四等六度，同一乘路。」他只要做到明白無為法、無所得，就能依靠無為法得到自己的出路；而四等就是慈悲喜捨的四無量心，事實上也是在走向同一條路，同一條心的解脫。「心若不生，法無差互。」如果我們的心不隨便跟生滅法



所以在一切心的解脫狀態，一切的道理，只有證入的人，只有大智慧的人才能夠知道，並不是語言文字能夠說明白，或者能夠去清楚的，就是我們要直指人心，見性成佛。

以上是牛頭法融禪師「心銘」的說明，要唸這個的用意也是在於讓大家明白，不管經典說什麼，只要有證入的人，他都可以用他自己的方法去描述空；當然他引用了很多經典的文詞，但是事實上講來講去都在講他的證量，都沒有離開過他的證量，所以他用了很多的對照句，但是都沒有離開所謂的心；所以我們要明白心或者是空性、或者是涅槃、或者是無相等，其實講的都是同樣一件事情。

相應的話，不落入有為法，不落入生滅法，不隨便起心動念的話，那麼事實上法法平等，每個法它都沒有什麼差別和互異。「知生無生，現前常住。」事實上一切本不生，我們知道生滅以後就知道沒有生滅，事實上這個心的本質的道理，就在你的目前，大道常在目前，現前常住，你就明白它不會離開你。事實上這些本體，法爾如是，從來沒有離開我們，就如同我們的佛性，也從來就沒有離開過我們，是因為我們不知道而沒有認識而已；就如同法華經講的，都是在講這個。不要頭上安頭，你本來就這樣，何必再找呢？你本來就有了，何必再去找呢？「智者方知，非言詮悟。」





我們今天講的六個開悟的方法確實是一個很重要的跳板，大家要開始慢慢離開文字般若，雖然我們在談文字，可是我們真的不要被文字所束縛，我們要用它而不被它轉，這樣才是真正的在聽經聞法，才是真正的善巧在用一切的工具。語言文字是工具，我們肉身也是工具，一切都是所謂的船，法者筏也，法尚應捨，何況非法？所以我們要明白這個道理，把一切本質看清楚，一切的法都只是船而已，那麼語言文字也只是船而已，我們不要撐這船在走路，那就很可笑。所以我們要好好的去利用各種方法，譬如說今天談到六個訣竅都非常的重要；如果你有心，那就可以開始好好

的去做，隨便的擇一而行，甚至像牛頭所體會的，一起做，確實也是沒有差別。這是可以根據你的根器或是你的喜好，擇一而常常提醒自己，比如說今天有沒有行善啊！每天都可以反省，而且要求自己行善，這個要求並不是執著，是真正的精進在你的方向，就可以慢慢有所體會。因為不可能一蹴即成，一定要漸修的。每一個人都要經歷三大阿僧祇劫，要很長遠、很長遠的時間才能見性成佛，所以這個任務是遲早要去達成的。既然今生已經學佛，就要很認真的去面對它，那麼如果已經有方法，就要開始真正去行、去做；不然這條路對你而言，是不存在的，這條路真的是無門

關，你找不到門的，那麼真的會變成沒有路，你不知道怎麼走入。事實上如果提醒的話，就知道在這沒有路的當中，同時可以找到路，你真的去走，你一定會慢慢發現，行門本來就是很重要，解行並重，我們一定要常常提醒；譬如說忘記自己的存在，也常常提醒；或者調整自己在最舒服的狀態，你就不妨常常在那個狀態，你找到了，你就停下來去體會，安住在這樣的狀態，慢慢會明白的；或者你將五官放下，離開五官的感覺，放下一切五官的感受，試著去做，放下、放下、就是這樣；或者是你覺得你對念頭比較容易掌握，那麼你就常常看著自己，一有念頭，你要像很有警覺的警犬一樣，而不是隨隨便便，好像懶貓坐在那邊看家，什麼來了都不知道，讓念頭在你家進進出出，來了好多次，在你家翻來跑去，你也無所謂，反正你也沒看到；那不行，要像一個很盡忠職守的警犬一樣，把念頭看得好清楚，看清楚後離開它，這樣才有辦法，因為一切的因果輪迴都在一念造作，一念開始，後有就不斷。所以唯有把這個念解決了，我們才有辦法不受後有，那麼因果的鎖鏈才會斷掉，當然才能解決生死的鎖鏈，這是非常、非常重要的部份，是解決生死輪迴關鍵的辦法，所以一定要去做，不然沒有辦法醒來，三界的大夢很難醒來的，我們都作得很津津有味，很不忍心醒來，以為在夢中遇到什麼奇遇了，很樂。但三界之樂其實

不可樂，而因為我們是小孩子，不成熟，我們很留戀、很喜歡遊戲啊！所以我們要醒來，不斷的醒來，醒來是有方法的，好好的去做這些方法，那麼就會明白。

■ 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)

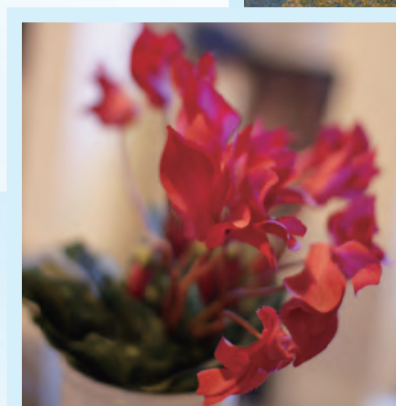
主要是說明世尊現廣長舌相，以及十方佛土睹此瑞相而紛紛前來聽經的盛況。

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)

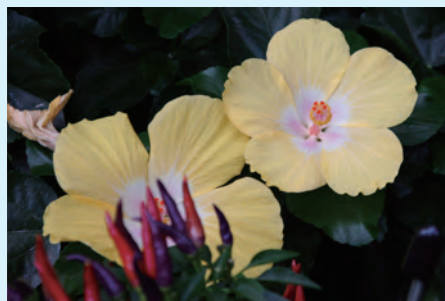
主要是說明有那些人能夠信受甚深、難見、難覺的般若，包括了住不退轉地的菩薩，已見聖諦及漏盡的阿羅漢以及種過深厚善根的善男子、善女人。

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。

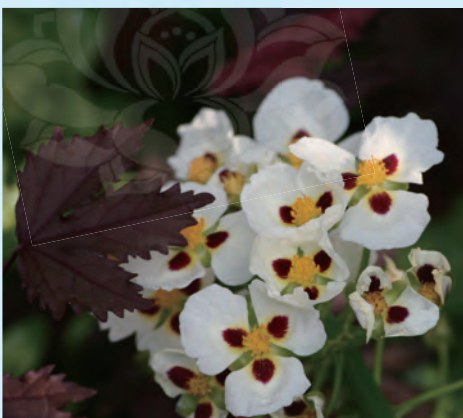
第三十四品 難信解品(卷182~284)

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。

.....





善知識開示

Buddhist Friend's Teachings

■ 開示之一～

佛法以智慧為重心

■ 開示之二～

禪定的重要

■ 開示之三～

無所得的智慧

■ 開示之四～

大智慧的精進

開示／如夢行者

筆記／仲光瑞象 美編／慈訓瓔珞、秀英、聖晏

善知識開示之一——

佛法以智慧為重心



一切的佛法都是應病予藥，就以戒律來說，如果我們的心不再生病了，我們還需要戒律嗎？所以六祖才說：「心平何勞持戒？」所以當我們守戒時，最重要的還是守住心中的那份真誠與悲智，而不是外表完美無缺，這才是真正的修行戒律，這才不是有所得的相似戒律。所以佛法甚深，需要真正玲瓏剔透、冰雪聰明，才能了然於心，最起碼也要一顆非常真誠的心，以最真誠的態度去

面對佛法，才能真正有所體悟，戒律如是，其他佛法亦復如是。

故佛法是以智慧為重心，這個世間之所以苦痛，就是因為太缺乏智慧，如果人人皆能以智慧之光自我照明，就不會傷害自己與傷害別人，故智慧是人類最欠缺的，也是佛法真正要教導我們的，故每一個菩薩大丈夫，皆應努力學習佛法智慧，才能真正自我救度，也才能真正救度眾生。

善知識開示之二——

禪定的重要

禪定是佛法中相當重要的實修法門，也可以說是必修法門，幾乎從佛陀開始到歷來的高僧大德，凡是有所證悟，都與禪定有極大的關聯。

為什麼證悟與禪定有這麼密切的關聯呢？最重要的原因就是因為澈見諸法實相是非常困難的一件事，這麼困難的一件事一定要靠強大的定力才有辦法完成。

什麼是強大的定力？就是不容易受到一切外緣的影響。試想，就算要看清一幅畫，也得好整以暇、氣定神閒的去看，更何況要看清諸法實相這件艱難不已的大事呢？

故不容易受到外緣影響的人，才是有定力的人。什麼是外緣？就是與定力本身無關的一切，例如煩惱、執著等等，這些非但對定力沒有任何的好處，只會

嚴重的障礙定力的增長，例如當我們被煩惱占據時，心中就是煩煩的，絕對是定不下來的；相反的，當我們心中沒有煩惱時，態度是輕鬆的，氣是平和的，心中是平靜的，那麼這些特質再予以深化，不就是定力嗎？

故定力是內在的心靈品質，是生命最優美的狀態。而所謂的修行人當然是要越修越神定氣閒、越來越有莊嚴的氣度，這就是非得靠定力不能克竟全功了。

故定力實在是非常重要的環，只有擁有定力了，才能下而鞏固戒律，上而開啟智慧，故定力在戒、定、慧三學中占著重心的位置，是非常重要的實修功夫，必須非常踏實的去訓練，才能在日積月累的陶冶下，練就神定氣閒的修行人風範。



善知識開示之三——

無所得的智慧

一切的修證都必須以正知見為依歸，聽經聞法的真正用意也是在學習正知見，並且在實際的修證過程中運用正知見。如果不能如是，則當意志不夠堅定時，就是一個精勤努力的修行人退轉之時。故無所得的智慧，是多麼的重要，是多麼的不可或缺，我們只有真正與空相應，才能在努力的過程中，真正的只問耕耘，不問收穫；才能在千難萬難的歷程中，百折不撓。

所謂「百煉鋼化成繞指柔」，只有經過千錘百煉的修行人，才能真正荷擔起如來家業，絕對沒有溫室的花朵而能夠歷經風霜雨雪存活下來，只有把自己訓練成不畏一切的寒霜，不畏一切凌厲的風雨，才能真正熬過嚴冬，目睹來春的百花盛開，風光明媚！

而如何才能練就這樣強韌的生命力呢？就是無所得的智慧，有了這樣的生命深沉智慧，我們才能在這煩惱無邊的輪迴大海中越度一切的驚濤駭浪，安抵彼岸。

所以生命中一切的一切，都需要無所得的智慧，擁有了這樣珍貴的智慧，我們才能真正修行成就，完成歷千百劫不滅的菩提大願。



善知識開示之四——

大智慧的精進

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，試想這是多麼困難的一件事啊！

但是再難的事，只要肯努力，一點一滴以愚公移山的精神去作，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？因為畢竟精進還是成功者的特質之一，如果很精進，可是卻沒有智慧，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精進，也就是包含了大智慧的精進，這就是確保我們能夠真正而且完全的通往成就。





空的六個層次

作者／郭韻玲



一、空

二、空亦復空

三、空有雙泯

四、空有一如

五、空有相攝

六、空有平等



一、空

什麼是空？

到底什麼是空？

這是每一個佛子必須面對的問題，也可以說是必須解決的問題。

為什麼空這麼重要？

因為，佛法本來就是為了解決生命的種種問題而存在，而空正是生命本質的答案，牽涉到生命大事，那麼你說重要不重要呢？

空，是解脫的狀態，所以它可以稱作涅槃、常寂光淨土、佛國、究竟成就。

空，是一切的答案，所以它可以稱作本來面目、本地風光、父母未生之前。

空，是生命圓滿的達成，所以它可以稱作大圓滿、自性寶藏。

空，還有許許多多的名稱，但是不論它叫什麼，最重要的是——你究竟認識了它沒有？

空，確實很難認識，因為它無形無相，超越一切感官及語言文字。

那麼，到底有沒有方法可以到達空？

有的，整個佛法的知見到修行都是指向這個最終的目的與答案。

所以，到達無形無相的空，其實可以從有形有相腳踏實地的修行開始，念佛可以到達、持咒可以到達、靜坐可以到達……所以，老實修行是証入空性的唯一條路。

空，從來沒有離開過我們，只要我們肯認識它，總有一天，在我們歷經風霜雨雪的考驗之後，我們會與永恆的春天相逢——空。



空——究竟解脫的境界

空，是究竟解脫的境界。

那麼，到底什麼是究竟解脫的境界呢？以人類有限的感官而言，實在是難以一窺究竟。然而，畢竟「眾生皆有佛性」，所謂的佛性，即那不生不滅、不垢不淨、不增不減的真如本性，既是眾生本有，則不假外求，只要你肯當下承擔，你便是「佛」。

迷時眾生悟時佛

六祖壇經說得好：「迷時是眾生，悟時是佛。」眾生與佛本來無二無別，只因無明障蔽，才有眾生與輪迴。而無明之所以會障蔽人的本性，是因為對於心的本質未能有真正掌握，只要掌握了心的本質，即能明白什麼是「本地風光」、「本來面目」、「父母未生之前」、「真如本性」、「涅槃」、「空」、「本性」、「大手印」、「大圓滿」……。

所以，空即是心的本質，只有證悟了空性，一個修行人，才有可能從五光十色的大幻化網中掙脫出來。因為，不要輕視束縛三界眾生大幻化網的厲害，它的繽紛多變，猶如世界上最好看的電影，足以讓看的人誤以為電影中發生的一切情節，都是千真萬確的。而且，當情節豐富、曲折、離奇、動人時，看的人真的會忘記自己是在看戲，而完全融入劇情之中，忘了我是誰。

而事實上，人世如幻，浮生若夢，一期生死，匆匆而過，一切都如大夢一場，都如易散的雲煙，也如一齣終究會落幕的好戲。

「諸行無常，是生滅法。生滅滅已，寂滅為樂。」

在這無常的世間啊！眾生皆以苦為樂，不知三界如火宅、不知人命在呼吸之間、不知黑暗的力



量隨時在鯨吞蠶食著光明。如果你有幸已經聽聞佛法，也開始修行，那麼，請一定要對於耳熟能詳的這些基本佛法甚深思惟。因為「高高山頂立，深深海底行。」只有對於甚深微妙的佛法有了極深且堅固的體認，你才有辦法真正放下對於無常世間的妄念執著，才有辦法真正付出全部心力去開悟！

而且，當你愈走向開悟之路，艱難險阻也就愈多。然而，唯有一一通過最嚴苛的考驗，你才能如歷經風霜雨雪的寒梅，在春光爛漫時，綻放出最美麗的花朵。

開悟是全生命的抉擇！

修行，沒有捷徑，只有不斷的努力，才是唯一的捷徑。

修行，沒有易行道，只有不斷的努力，才是唯一的易行道。

如果遇到一點挫折就退轉；如果遇到一點問題就開始懷疑；如果遇到一點障礙就懈怠。那麼，有一點可以肯定的是：這樣的修行人，勢必沒有辦法親嚐開悟的清泉，將永遠與開悟二字迢遙分隔。

所以，如果你真正的不甘於流浪生死，如果你真正的想親眼目睹涅槃境，你別無選擇：就是不斷的努力、不斷的努力、不斷的努力……

總有一天，血淚似乎已經流盡，汗水也似乎已經流盡，當你覺得開悟似乎仍遙不可及時，突然的一剎那，大地如初生的嬰兒，在你的眼前重生——開悟，是如此的遙遠，又如此的近密。

因為，開悟並不是時間或空間的問題，而是你要不要的問題。如果你真的用整個生命去開悟、用全部努力去開悟。你決心要開悟！你準備要開悟！你執行要開悟！那麼，那神聖莊嚴的一刻，終究是會來到。

所以，只要你願意，開悟並不是遙不可及的星辰，只要你發自內心的想了解生命的意義與本質，一切終究會水落石出、真相大白。

成佛嗎？要你本人真正願意！

開悟就是明白空性，空就是一切的本體，然而，空的究竟境界必須由你自己去體會，不能用任何語言文字描述清楚，所謂「言語道斷」，所謂「開口即妄」，所謂「不立文字」、所謂「直指人心」等等，實在是因為這是人間最困難的一件事——用有限的感官去明白超越，有限感官的「無限」；用相對的方法去明白超越相對方法的「絕對」；用可能的推理去明白超越可能推理的「不可思議」。

空——究竟解脫的境界。如果你要解脫三界，你必須了解空；如果你要永別生死，你必須了解空；如果你要開悟，你也必須了解空。

而且，所謂「長養聖胎」，一個修行人悟了空之後，並不代表他能時時刻刻了解、明白、徹悟、鞏固於空。所以他必須對於悟的品質予以深化，對於悟的時間予以拉長，對於悟的範圍予以擴大，如此他才能真正時時刻刻安住於空性。

然而，唯有時時刻刻都安住於空，才是一個真正解脫者。否則，只要有一秒鐘沒有安住於空，他於這一秒鐘就非墮落三界不可。因為唯有空才是出三界的狀態，既然有一秒鐘不屬於三界的狀態，那麼當然得於三界現身，不得出離。

所以，所謂的佛，即是分分秒秒都安住於空性的大徹大悟者。如果亦能夠如是，你便是佛、調御大夫、天人師、三界的導師。

不要再浪費你寶貴的生命，不要再沈溺於幻相的千變萬化，只有你本人願意，你才能成為你願意成為的什麼。

空的功用

空，到底有什麼功用、功能？

也可以說，悟空，到底可以帶來什麼利益？

事實上，悟空真的好處多多，最起碼有如下好幾個好處～

■身體健康

比對一下學佛前後的身體狀況即知。

■長壽耄耋

看歷代高僧即知。

■人格高尚

佛家講大慈大悲，而慈悲是最高尚的情操。

■心情快樂

看許多人學佛前與學佛後即知。

■智慧進步

越學佛理，人越擁有智慧。

■服務精神

自度度人，自利利他，充滿服務精神，而利益他人，即是利己。

■自由解脫

人越來越自在，終至解脫三界！

■永斷輪迴

修行得道，不再三界受生，永斷生死瀑流！



二、空亦復空

空亦復空

空亦復空

是中觀的開端

為什麼呢？

因為當一切本空皆成立以後

那麼

當觀盡一切萬物背後皆空時

亦即觀到最後時（盡頭時）

一個問題會自然而然浮現

即——空的本身呢？

如果它是一切的答案

那麼

這個答案本身又是什麼呢？

是的

由於空已是終極的答案、盡頭的真相

那麼

想當然耳

空的本質

——還是空！

所以

空的更上一層樓的修持

即是——空亦復空！

所以

空亦復空

是理論的究竟答案

是實踐的無上口訣

所以對於“空亦復空”的實修口訣

——要當下承擔

直接契入！



“空”與“空亦復空”

到底什麼是空亦復空呢？

說得白話些

就是——

空的本質還是空！

是的

空的本質還是空

因為

既然空已經是一切現象背後的本質

是一切的究竟答案

那麼

空的本質

也不可以跳脫出來、超越其外

否則

空就不能成為一切的答案

生命的本質

實修的關鍵

所以

空就是本質

本質就是空

本質的本質還是本質

所以

當一切皆顯

真相外露時

（生命的真相，世界、宇宙的本質）

空的答案

就鞏固而顛撲不破

是至極的真理

是永恆的真相



所以

不論從外相來看本質

或從本質來看本質

都會得到一致的答案

——空

所以

一切的本質是空

空的本質還是空

因此

空亦復空

就成為更上一層樓的答案

也就成為更上一層樓的觀想實修

是的

空是觀想的狀態

空亦復空也是觀想的狀態

那麼

有什麼不同呢？

有的

觀想狀態的本質是一如

但是觀想的角度

有了微細的差異

可以說

觀想空的狀態

是把修行者自身融入了空

也可以簡潔的說是～

自 = 空

也就是自空不二的境界

然而觀想空亦復空的狀態

就是修行者跳脫出來

客觀的、如實的、長久的

觀察空是什麼呢？

也可以簡潔的表達為～

自 → 空

自觀察空

也就是超越空的境界

這個差別是微細的

但是只要靜下心來

好好的思惟

就會清晰易辨

這就是中觀的開端

當觀空已觀畢時

就要離開這樣的境界

朝更高的境界邁進

那麼

空亦復空

就是更高的境界

就是回光返照

而一定要實修

才能真正知曉空亦復空的境界

怎麼實修呢？

就是——

直接契入

空亦復空！



空亦復空可當口訣

在光讚經

大哀經

大智度論等經論中都曾提及空亦復空

例如大智度論在描述空亦復空時說道：

菩薩行般若波羅蜜時

普觀諸法皆空

空亦復空

滅諸觀

得無礙般若波羅蜜

這說明了

當一個人行般若時

就會普遍觀察到諸法的本質皆空

而且更深入的觀察

連空的本質亦復是空

所以 很清楚了

空是最究竟的答案

無論從什麼角度來觀察都是一樣

所以

這個口訣是從更深層次

來觀察一切的本質

連空的本身都不會例外

所以

好好總持這口訣！

一路順風到彼岸吧！



三、空有雙泯

什麼是空有雙泯？
就是相對的境界消失
絕對的境界現前

這是出三界的証量標準
沒有到達空有雙泯境界的修行人
表示尚未出三界

因為
只有空與有相對的境界全部消融殆盡
才是出三界的証量
而三界正是相對分別的境界層次

所以
只有空與有的對立
完全泯除消融了
才有資格出三界
才能解脫生死輪迴

以拙火的修持而言
當法身衝出頂輪之後
也就是出三界之後
在剎那之間
法身覺醒
大澈大悟
空有雙泯
了生脫死
永斷輪迴！



四、空有一如

空與有，是一體的兩面。

空與有，是本體與現象的代名詞。

空與有，是生命的兩極。

空與有，是佛法的兩個重要關鍵問題。

空與有，是佛法的實證重點。

空與有，是修行人必須透徹了悟的實相。

空是本體，有是現象

那麼，到底空與有的本質差異在哪裡？相同又在哪裡？以中觀的觀點來看，空與有都是不能執著的；以空觀的觀點來看，你必須深入空性，而且從有入空。因為，空與有，就是本體與現象，而本體是永恆不變，現象則生滅不已。唯有從這重要的分野，不斷深入，才能真正了然空與有的本質差異。

空與有，以一般人的看法，是截然的二分，即：空即完全沒有，有是實體的有。但事實上，這是因為我們的感官實在太有限了，所以沒有辦法真正明白空與有之間的奧妙，沒有辦法真正了

解空與有的微妙機轉。

然而，在宇宙的運作原則之下來看空與有的話，可能會提供一種更廣的角度，即宇宙有邊無邊，是佛陀十四不答之一，因為這個問題無論如何從哪個角度來回答，都沒有辦法用人類有限的感官去予以領悟，故佛陀不答是方便善巧的展現。

然而，宇宙的有邊與無邊，正是空與有觀念極限的一個考驗，因為空的本質是什麼？宇宙無邊的話，無邊又是一種什麼狀態？有異曲同工之妙。同樣的，有的本質是什麼？宇宙有邊的話，而邊之外又是什麼狀態？也有異曲同工之妙。故空與有其實是人間難以真正解答的高難度問題。因為，要表達的已經超越感官及所使用的表達工具，那麼，當然所要表達的就十分困難被清晰的把握。所以，禪宗才要說：「不立文字，直指人心」。所以佛陀才對迦葉拈花，迦葉會心微笑，那會心微笑的那，是超越一切感官以及語言文字的。





說空說有秘密藏

然而，再難把捉也必須把捉，因為整個佛法的重心即在空與有；整個生命的大秘密也同時在空與有。所以，除非不想修證究竟，除非不想得窺生命奧妙的極致，我們一定得付出全部的心力去了解、認知固、深入、強化對於空與有的證量。

所以，即使我們所使用的工具是如此的不足，我們還是必須積極的透過這些工具，盡量不被工具所限，尋求超越與了達之道。

空與有，是多麼難被真正了解；空與有，是多麼難被真正說明出來，就如同一個沒有門的殿堂，而你卻必須進入，所以，禪宗才有一個生動的比喻～無門關。是的，在沒有門的地方找門；在沒有路的地方找路；在沒有光明的地方尋找光明；在沒有花朵的地方尋找花朵；在沒有訊息的地方尋找訊息；在一切不可能的狀態下尋找一切的可能。這就是每一個欲得究竟覺的修行人，所面對同樣的窘境與絕路！

然而，真的是窘境嗎？真的是絕路嗎？當沒有找到超越之門的時候是，當沒有找到超越之路的時候是。然而，只要你不斷的找、不斷的找、不斷的找……你總有一天，會在沒有路的地方找到超越之路；在沒有花朵的地方找到超越之花；一切都是如此的不可思議！

山窮水盡，柳暗花明

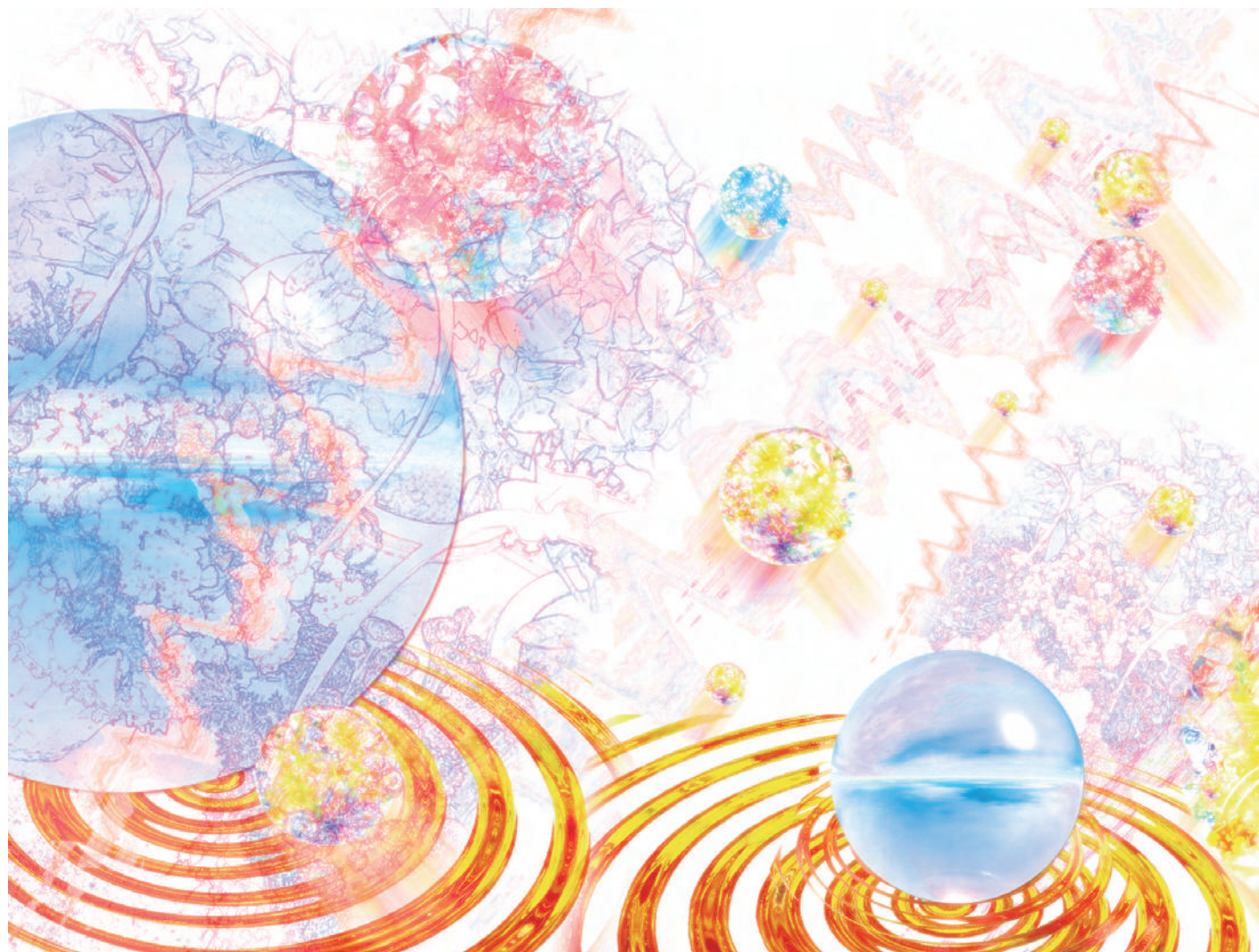
正如同常聽的詩句所說：「山窮水盡疑無路，柳暗花明又一村。」在路的盡頭還有路，在水的源頭還有源頭。因為，空與有是同一個來源，有門等於無門，有路等於無路；無門等於有門，無路等於有路。因為，一切的對待，只是心王遊戲時的遊戲規則，而我們因為已經忘記是在遊戲，所以連規則也予以忘記。

空與有，是絕對與相對，那泯絕一切語言文字的境界，即空的境界，而森羅萬象，紛然雜陳的世界則屬於有的世界。然而，在更高的觀點來觀察，事實上，空與有是渾然一體的，你不能說湖面上的漣漪是不屬於湖面的，然而漣漪只有在風吹過才會浮現，所以對於湖而言，漣漪是現象，風是業感緣起，湖是不變的主體。空與有，在更高的視野來觀察，是互相融合的，所以心經才說：「色即是空；空即是色。」這句話以空與有的觀念來看，可以代換成許多類似詞，例如：空即是有；有即是空。心即是佛，佛即是心等等。

所以，空有一如，空即是有，有即是空，這是空與有的融通，也是理與事的圓融。當我們應用到佛法實際修行時，我們就能明白，空與有、得與失、黑與白、是與非、高與下、大與小等等，都是來自於心意識的分別。因為，當你已經是完整的“一”的時候，一即是一切，一切也即是一。

五、空有相攝

空有是一件事
不但
空有雙泯
空有一如
而且
空有相攝
意思就是
空中有有
有中有空
無二無別
互融互攝



互融相攝不思議

空與有
其實二者之間
並不是像一般想像的
如此的壁壘分明
而可以是互融互攝的

怎麼說呢？
就如同冰塊
在融化的過程中一樣
冰塊中有水
水中有冰塊

就如同悲與智的關係
慈悲中一定包含了智慧
智慧中也一定包含了慈悲

而以修行的角度而言
空的正向極致意義是智慧
有的正向極致意義即慈悲

故空有相攝的義理
會在紅白菩提雙運
亦即慈悲與智慧的雙運中
得到最大的彰顯



悲智雙運

慈悲不能離開智慧
智慧也不能離開慈悲
真正慈悲的人
一定擁有智慧
真正智慧的人
一定擁有慈悲

慈悲中一定包含智慧
智慧中一定包含慈悲
所以 慈悲與智慧
其實是一體的兩面

末法時代 五濁惡世
成就

甚難 甚難 甚難

但如果
擁有無量無邊的 慈悲
擁有方便善巧的 智慧
還是一樣可以究竟成就

所以
一定要朝圓滿的悲智
不眠不休的邁進
一定要朝圓滿的悲智
永不懈怠的努力
一定要朝圓滿的悲智
永不厭煩的實踐

如果如是奉行不渝
則必定成就！



六、空有平等

空與有
到最後無二無別
平等無異

空與有
是一體的兩面
是宇宙的基本二元

空與有
終極實相是二而為一
究竟答案是二即是一

偉哉平等見

佛法的偉大特質
除了不可思議的大慈大悲以外
另一個偉大的特質
就是——公平公正！
即以“平等見”而言
——實在是太了不起了！
因為
這樣的見地就是——
對於別人的

價值觀與評斷標準
當放到自己身上時
絕對是同樣的一套
價值觀與評斷標準
絲毫不差！
也就是說
當評斷別人為惡不對時
不會到了自己身上
便偏袒自己
就認為自己很對

也就是說
自他不同評價的不平等知見
絕對不可能出現在
佛法的“平等見”裡
所以偉哉平等見！

而除了已經夠偉大的世間平等以外
還有超越世間的出世法觀點
亦即萬事萬物的背後
都有著平等一如的實相
——空
這是究極的平等見！



延伸篇之一——

空觀要義

空觀，是一個修行人的必修法門。因為，只有對於空性有真正的了解與體悟，一個修行人才有可能解脫輪迴，永別生死。

而於此相對的世界，一切都有其名相，空觀亦不例外，它的名相即是一空的觀察。

那麼，到底什麼是「空的觀察」？當我們說出這句名相的時候，事實上我們已經離所要說明的狀況有一段距離了。因為，名相只是我們為了方便說明而使用的工具，那麼當我們在使用名相這個工具時，我們心中一定要有一個大前題：那就是——名相≠實質。

莫掉入名相的陷阱

我們只有在確立這個前題後，才能進一步去探討。否則，我們只不過在玩名相的遊戲，永遠與要說明的實質保持一段距離。這是非常重要的，也是每一個修行人必須避開的陷阱。

名相，是不得不使用的方法，並非目的。所以，我們不能沈迷於方法，而忘記到達目的。

名相，是不得不使用的善巧，並非作品。所以，我們不能沈迷於善巧，而忘記完成作品。

名相，是不得不走的路途，並非終站。所以，我們不能迷失於路途，而忘記到達終站。

名相，是不得不經過的過程，並非結果。所以，我們不能沈溺於過程，而忘記收穫結果。

總而言之，名相歸名相，實質歸實質，這是完全不相干的兩回事。



名相永遠只是到達實質的媒介與橋樑，它絕對不能和實質相互混淆。否則，名相將喧賓奪主，而讓實質的真義隱晦不明。

名相不等於實質，這個重點，必須予以牢記，才能進而討論實質。否則，必定迷失於名相層出不窮的浩瀚森林，而找不到出路。

當名相的定位清楚以後，我們就可以開始正式討論、研究、了解、實踐空觀了。空觀，就是空的觀察，也就是說——從本體直接觀察。

空即心的本質

那麼，到底什麼是空？可以說空即是心的本質，也可以說空即是一切的本體。它沒有辦法被人類有限的感官感覺出來，也沒有任何科學儀器能夠

測出它的狀態。因為它是沒有聲音、味道、重量、顏色等等的存在，所以沒有辦法被證明出來。

因此，「空」這個名相，並不能十分貼切的描述出真正的狀態，至於空的特性到底是什麼呢？可以引用佛經所說：「小如芥子，大如須彌」，因為它的特性十分奧妙，也就是說：它可以無限量的擴大，也可以無限量的縮小。

掌握空觀，透視萬象

那麼，到底是什麼造成它的擴張或縮小呢？可以這樣說：以物質眼光來看，就是純淨的物質會促使它擴張；相反的，不純淨的物質會使它縮小。以光明與黑暗的眼光來看，光明會促使它擴張；



而黑暗會促使它縮小。以愛和恨的眼光來看，愛會促使它擴張；而恨會促使它縮小。以美和醜的眼光來看，美會促使它擴張；而醜會促使它縮小。以智慧和愚昧的眼光來看，智慧會促使它擴張；而愚昧會促使它縮小。……所以，空的狀態即是法身，即是心，即是一切的源頭。

所以，般若波羅蜜多心經說：「色不異空，空不異色；色即是空，空即是色。」

所以，金剛經說：「如來說一合相，即非一合相，是名一合相。」

所以，空即是有，有即是空；空不礙有，有不礙空。

空觀，是一個修行人必經之路，唯有掌握了空觀，才能透視萬事萬物的本質，真正進入不生不滅，不垢不淨、不增不減的本體。

如果了解了本體，再去觀察本體，當然就變得容易多了。所以，只要明白了本體，觀察本體就變成一件十分容易的事。

空性鞏固，方能得究竟覺

然而，我們畢竟是最粗重的肉身活著，我們受限於感官，對於空的究竟狀態，真的只能以隔靴搔癢來形容。所以，空觀的修行者，必不能只了解本體，而不住於本體，這個本體，也就是佛法常提及的法身，所以，空=心=法身=本體=一切的本質。

那麼，該如何安住於空呢？這就牽涉到佛法最實際、最核心的部份。因為，只有完全安住於法身，一個人才有可能永斷生死，超出三界。這實際而核心的部份，就是空觀的徹底實踐！也就是說，我們已經放下一切阻礙到達本來狀態的障礙，例如：放下一切的貪、瞋、痴、慢、疑，也可以說：放下一切的妄念，放下了一切與本體無



關的東西。

佛經說：「萬法唯心造」，又說：「心、佛、眾生，三者等無差別」，都說明了本體才是一切的本源。那麼，既然是一切的本源，我們只有維持在沒有任何生滅、垢淨、增減的狀態下才能回到本源，否則，我們與本源之間永遠還是有著阻隔與障礙。

空觀，就是要我們以沒有任何的生滅、垢淨、增減的狀態，真正回到一切的本源。如果以能量的觀點來解釋的話，就是生命的能量已經高於三界，所以這樣的生命，當然就是擁有三界眾生所沒擁有的高能量生命——佛。

所以，如果想成佛，如果想解脫生死，就必須付出全部的生命力去念茲在茲的修行空觀。因為，唯有空性鞏固，才能真正放下一切執著的行一切善，得究竟覺。正如金剛經所說：「以無我、無人、無眾生、無壽者，修一切善法，即得阿耨多羅三藐三菩提。」

延伸篇之二—— 觀空練習～直接觀空

《實修》

直接觀空

《說明》

當下承擔！

空

是修行人必須證得的証量！

因為

唯有證得了空性

才能了生脫死

才能大成就！

所以

只有勇往直前

只有當下承擔

直接了當



作者其他與空有關之文章著作～

(1) 慧觀練習 共三十二篇

(2) 觀空練習 共十一篇

(3) 中觀要義

(4) 從中觀到空觀

(5) 空中生有

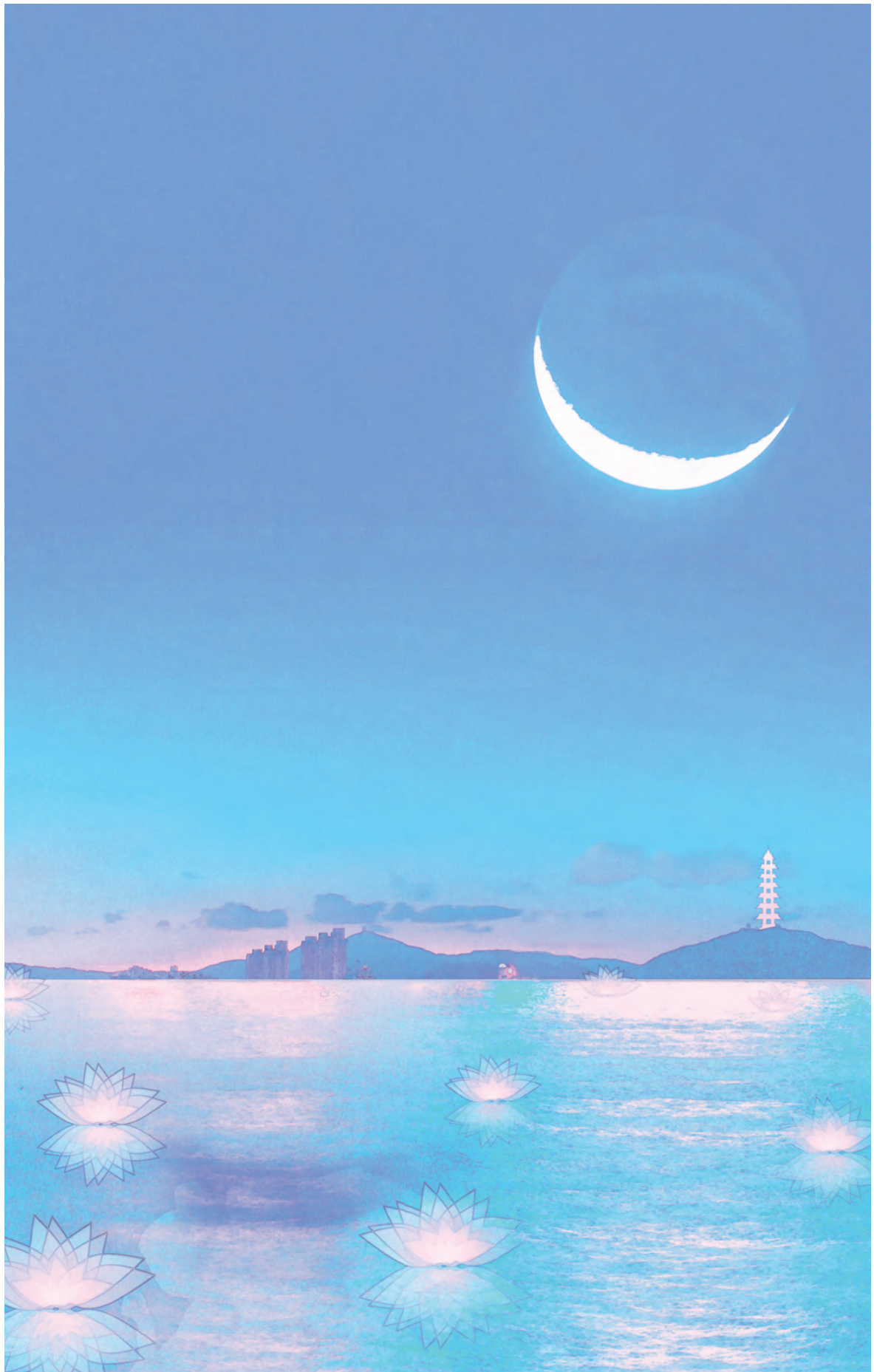
(6) 空與十八空

(7) 觀照的方法

(8) 唯識與修行

(9) 開悟

(10) 第一義諦～空 共兩篇



唯識探索

Explore Consciousness-only

三界唯心
萬法唯識

(一) 唯識名相

■ 本期刊出～
之十一：五識

(二) 唯識實修

■ 本期實修～
觀覆種子消失



五識

本期要認識的名相，是“五識”。

名相解釋

〈一〉五種心識之意。指眼識、耳識、鼻識、舌識與身識。乃六識或八識中之前五識，故亦稱前五識。或有附加「身」字以表示複數，而稱五識身。五識中，眼識以眼根為所依，緣色境；耳識以耳根為所依，緣聲境；鼻識以鼻根為所依，緣香境；舌識以舌根為所依，緣味境；身識以身根為所依，緣觸境。是所謂前五界。如上五識各別，以眼等五根為所依，即就不共依而言之意。然據俱舍論卷一載，眼等五識亦以無間滅之意根為共通之所依。又成唯識論卷四謂五識之俱有所依有同境依、分別依、染淨依、根本依四種。同境依謂眼等五根為五識同境之依，即能依與所依共取現境。分別依謂第六意識為前五識分別之依。又第六意識為明了分別之識，前五識則無明了之用，依第六意識之力，明了緣境，故第六識亦稱明了依。染淨依謂第七識為五識染淨之依，即五識由第七識之染淨而成有漏或無漏。根本依謂第八識為五識之根本依，即第八識為諸識之根本，能持諸識之種子，而令諸

識生起。此五識皆為外門轉，皆以物質之感官（色根）為所依，而以物（色法）為對境，僅於現在之對象起作用，亦僅由直覺（現量）識知對境，而非恆常起作用。依說一切有部之義，五識之行相粗，恆與尋伺相應，通善、不善、無記三性，唯通於染，而無離染，唯為修所斷。鼻、舌二識唯在欲界，眼、耳、身三識在色界初禪，即二禪以上皆無五識。在唯識大乘，主張五識與尋伺不相應，通於三性，有染有離染，二禪以上亦無五識。又此五識在五蘊中，與意識同攝於識蘊；在十二處中，亦合意識而攝於意處；在十八界中，則各立為眼識界乃至身識界。此外，唯識家說五識乃由第八本識中之種子轉變生起，故五識亦稱為五轉識。〔成唯識論卷七、五事毘婆沙論卷下、識身足論卷六、大毘婆沙論卷四十二、卷七十二、雜阿毘曇心論卷一、俱舍論卷二、順正理論卷四、成唯識論述記卷四末、卷七本、大乘義章卷三末〕

〈二〉大乘起信論說「意」有五識。即：（一）業識，（二）轉識，（三）現識，（四）智識，（五）相續識。

【注：本名相資料整理自佛光大辭典】

實修之部——

唯識觀想法～

觀覆的種子消失

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～

觀想覆的種子消失了

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。



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

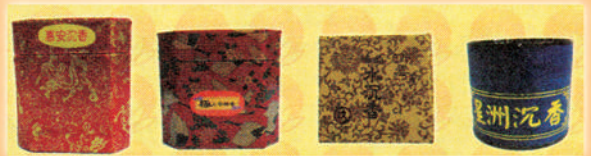
批發、零售、訂購

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

行深般若波羅蜜多時，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

