

智慧如海



# 大般若波羅蜜多經

釋迦牟尼佛講經 第三十四品 難信解品  
(卷 233)



〔釋迦牟尼佛莊嚴法相〕

郭韻玲老師 詮釋經義

第 231 講

(發表於1998年7月16日)

世尊佛相繪製／蔡承訓 敬繪



講 經／釋迦牟尼佛

譯 經／玄奘法師

解 讀／郭韻玲



## 總 序

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，相當需要研讀的經典。

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。所以在講解此經時，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遠的磅礴氣勢，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！

～郭韻玲

### 第三十四品 難信解品

菩薩十地清淨故色清淨。色清淨故一切智智清淨。何以故。若菩薩十地清淨。若色清淨。若一切智智清淨。無二無二分無別無斷故。菩薩十地清淨故受想行識清淨。受想行識清淨故一切智智清淨。何以故。若菩薩十地清淨。若受想行識清淨。若一切智智清淨。無二無二分無別無斷故。……

菩薩十地清淨故諸佛無上正等菩提清淨。諸佛無上正等菩提清淨故一切智智清淨。何以故。若菩薩十地清淨。若諸佛無上正等菩提清淨。若一切智智清淨。無二無二分無別無斷故。

P171 Ⅲ欄10行～P174 I 欄倒數2行

佛開示：菩薩十地清淨，所以五蘊乃至無上菩提清淨，五蘊乃至無上菩提清淨，所以一切智智清淨。為什麼呢？因為菩薩十地、五蘊乃至無上菩提以及一切智智的本質，都是無二、無二分、無別、無斷的緣故。

什麼是菩薩十地？即：（一）歡喜地（二）離垢地（三）發光地（四）焰慧地（五）難勝地（六）現前地（七）遠行地（八）不動地（九）善慧地（十）法雲地。

《十住毗婆沙論》說：「問曰：汝欲解菩薩十地義，以何因緣故說？答曰：地獄、畜生、餓鬼、人、天、阿修羅，六趣險難，恐怖大畏……。苦惱諸受以為沃焦，死為崖岸，無能越

者，諸結煩惱，有漏業風，鼓扇不定，諸四顛倒以為欺誑，愚癡無明為大黑暗，隨愛凡夫無始已來常行其中，如是往來生死大海，未曾有得到於彼岸，或有到者兼能濟渡無量眾生，以是因緣說菩薩十地義。」

此段說明菩薩十地的修行意義，主要是因為六道輪迴實在是太苦了，不論是地獄、畜生、餓鬼、人、天、阿修羅，都是無常生滅的大苦聚，尤其是下三途，更是危險艱難，難以描繪，令人生起大恐懼、大怖畏。所以三界六趣，可以說是一切所愛皆是苦辛煩惱，猶如身處為阿鼻地獄，火氣所炙的沃焦山上，真是辛苦備嘗。誠如《法華文句》中所描述「大海有石，可名曰沃焦，萬流沃之，至石皆竭。」試想這是多麼炙熱之石啊！萬流都不足以潤澤，又試想這三界就如這沃焦一樣，那麼可怖可畏，又更清晰生動了。

而更可怖可畏的是如果不修行的話，什麼才是活受罪的終點呢？就是死！所以生生世世的活著受苦，而終止就是死；更何況死也只是暫時的停止活著的受苦，死又何嘗沒有死的痛苦呢？所以歸根結底，三界無明眾生流浪生死的實際苦況就是：無量無邊的煩惱纏縛著，有漏的業力強風勁吹著；對於常、樂、我、淨的顛倒非常頑強，無力解了真理，備受幻相欺瞞哄騙而不自知；而隨著一切癡愛迷境逐流的凡夫，從無始劫以來，就一直在這樣狀況中行走流徙；一次又一次無止盡的來回生死大海，而不曾休歇到達彼岸，就更別說自己到達彼岸還能夠濟渡無量的眾生了；這就是凡夫眾生的輪迴實相，也就是菩薩修行

者，為何要修十地須先了解的事實，否則不知三界眾生之苦，又怎會興起大慈大悲，為了救度眾生而勇猛大精進？

所以該段緊接著就說：「問曰：若人不能修行菩薩十地，不得度生死大海耶？答曰：若有人行聲聞、辟支佛乘者，是人得度生死大海，若人欲以無上大乘度生死大海者，是人必當具足修行十地。」

此段把菩薩十地定位得非常清楚，就是如果只是個人出離生死大海，那麼聲聞、辟支佛，也就是小乘、中乘即可辦到；但是如果一個修行人擁有無量無邊的大慈大悲，視眾生如子，不忍眾生受苦的話，就必須以無上的大乘來帶領眾生出離生死大海；這樣的修行人，是菩薩，不能空有悲願，必須要有能力真正荷擔如來家業，所以他一定要有實修的證量，即是——菩薩十地。

此兩段經文，先是說明三界到底有多麼的苦，也就是說明猶在生死輪迴中的眾生到底有多麼的苦；接著就說明一個菩薩如果不忍見眾生受苦的話，就必須老實的修行具足圓滿菩薩十地。所以，一個是說明眾生的苦況，一個是說明菩薩該如何修才能解救眾生；因此，這樣的關聯就再清楚不過了：眾生需要菩薩來解救痛苦，菩薩需要為了解救眾生痛苦而努力。

然而，看清別人的痛苦也許是較容易；落實在自己的努力上就也許困難叢生了，因為，不要說十地，連要登上菩薩初地，都是千難萬難的。這是事實，但是菩薩要長養悲心，要對眾生有無量無邊的悲心，也就是視每一個眾生如獨生子一般的去愛他；試想，如果你的獨

生子餓了，你會不會趕快煮飯給他吃？如果你的獨生子冷了，你會不會馬上為他加衣服？如果你的獨生子病了？你會不會憂心如焚的趕緊張羅醫藥，期望他的病能夠快點好？……是的，如果我們有了心愛的獨生子，我們都一定會這麼無微不至的呵護他、愛惜他、心疼他。

因此，圓滿的大慈大悲再清楚不過了：視眾生如獨子。這也是偉大的釋迦牟尼佛的親身示現，他愛眾生真的如同愛他的獨生子羅睺羅是一樣無分軒輊的；所以他真的不忍心我們繼續在這苦痛無邊的生死大海中沉淪，所以他說法四十九年，所以他唯恐我們不明白的用盡各種方法來教導……這一切的一切都源自於那令我們動容的——大慈大悲。

所以，我們發願當菩薩的人，要深深切切去體會佛陀的良苦用心，要感同身受的去明白自己受到了佛陀的父愛，真的如同慈父般的愛我們啊！我們也要以同樣的愛，去愛眾生，去呵護他們，去引領他們離開這無常苦痛的三界！

所以，菩薩為了慈悲眾生，要努力的修證菩薩十地，因為唯有憑藉著菩薩的證量功德力，才真正有能力引領眾生出三界，菩薩十地有哪些殊勝功德呢？瑜伽師地論卷七十八說：「觀自在菩薩白佛言：世尊！如佛所說菩薩十地。所謂極喜地、離垢地、發光地、焰慧地、極難勝地、現前地、遠行地、不動地、善慧地、法雲地……安立諸地而得阿耨多羅三藐三菩提，離彼繫縛。世尊！阿耨多羅三藐三菩

提甚奇希有，乃至成就大利大果，令諸菩薩能破如是大愚癡羅網，能越如是大重稠林，現前證得阿耨多羅三藐三菩提。」

是的，修得菩薩十地，能夠“令諸菩薩能破如是大愚癡羅網，能越如是大重稠林，現前證得阿耨多羅三藐三菩提”。多麼殊勝啊！眾生最大的問題就在於無明愚癡，而且是如天羅地網般的層層纏繞，幾乎是難以擺脫，而菩薩修得十地後，便能以悲智穿破這樣牢固的大愚癡羅網，實在是稀有難得啊！

而一切的業力又如一重又一重的廣大稠密的黑森林，讓眾生如迷途的旅人、如身陷迷宮的羔羊，東走、西走、南走、北走，都難以走出這重重的大森林；然而菩薩修得十地後，便能以悲智穿越這樣險象環生的大重稠林，當然亦是稀有難得啊！更何況還能現前證得阿耨多羅三藐三菩提，也就是無上正等正覺，亦是菩薩修行人歷劫修行、夢寐以求的終極偉大目標——成佛！

這樣的殊勝稀有功德，當然是偉大崇高而且充滿了大利益，所以經文接著說：「世尊！如是諸地幾種殊勝之所安立？善男子！略有八種。一者增上意樂清淨，二者心清淨，三者悲清淨，四者到彼岸清淨，五者見佛供養承事清淨，六者成熟有情清淨，七者生清淨，八者威德清淨。」

這菩薩十地的八種殊勝都包含了“清淨”，足見清淨心之重要，不但是因地的修持，亦是果地的證量，分別是增上意樂、心、悲、到彼岸、見

佛供養承事、成熟有情、生、威德；就以“見佛供養承事”而言，即明白清淨之重要，因為只要供養承事佛，必定能夠獲得無量無邊的功德福報；但是最重要的是要以清淨心去供養、去承事，否則一邊供養承事，一邊打著許多不淨的妄想，例如：我會不會多作了呢？你到底值不值得我供養承事？我怎麼覺得你好像跟我也差不多，最起碼外相都長得一樣啊！……當我們在作任何善事時，最怕的就是磨羅來用各種妄念干擾我們，這樣一旦相應，就會造業；足見清淨於任何修行法門中都扮演了極重要的份量，宜深自惕勵，努力為之。

菩薩十地的證量是偉大而令人讚歎的，但是中間每一地的上升真的是千辛萬苦，所以修行人真的是不能畏難畏苦，而要作到無所憂懼，最大的秘訣還是在於——大慈大悲。慈悲永遠是一個菩薩最重要的特質，如果沒有了慈悲，這個菩薩真的不名為菩薩，因為唯有悲心廣大，才會為了自己與眾生而大精進，才會為了不忍眾生苦而永不退墮，這不但是自己得證的保證，也是眾生得救的保障，因為只有自己擁有了圓滿的證量，才能圓滿的救度眾生，故大慈大悲真的是因地、也是果地；是修持，也是證量；若能悟得其中三昧，必能獲大成就，甚深思惟！

願眾生早日成就！

願佛法弘揚全世界！

## 註釋之部

### 【十地】

即指十種地位。又作十住。地，乃住處、住持、生成之意。即住其位為家，並於其位持法、育法、生果之意。諸經論所舉十地名稱，共有五類：

(一)乾慧等之十地：此說見於大品般若經卷六、卷十七等，以此十地共通於三乘，故稱三乘共十地，或共十地、共地；天台宗稱之為通教十地。大品般若經卷六述及乾慧乃至佛之十地，謂菩薩依方便力修六波羅蜜，同時順次行四念處乃至十八不共法，經前九地至佛地。此十地為菩薩所具者；所謂佛地在此非指佛果，乃指菩薩如佛修十八不共法等。又大智度論卷七十五中，以此十地各配於三乘之階位。智顗之法華玄義卷四下、摩訶止觀卷六上釋其意如下：

(一)乾慧地，又作過滅淨地、寂然雜見現入地、超淨觀地、見淨地、淨觀地。乾慧意指單有觀真理之智慧，而尚未為禪定水所滋潤。此位相當於聲聞之三賢位，以及菩薩自初發心乃至得順忍前之覺位。(二)性地，又作種性地、種地。即聲聞之四善根位與菩薩得順忍之位，雖愛著諸法實相，但不起邪見，係智慧與禪定相伴之境地。(三)八人地，又作第八地、八地。人即忍意。相當於聲聞見道十五心（已體認四諦十六心之八忍七智）之須陀洹向，與菩薩之無生法忍。(四)見地，又作具見地。相當於聲聞四果中之初果須陀洹果，與菩薩阿鞞跋致（不退轉）之位。(五)薄地，又作柔軟地、微欲地。聲聞已斷欲界九種煩惱（修惑）一分之位，即須陀洹果或斯陀含果。亦指菩薩已斷諸煩惱，猶存薄餘習之位，即阿鞞跋致以後至未成佛間之覺位。(六)離欲地，又作離貪地、滅婬怒癡地。聲聞

斷盡欲界煩惱得阿那含果之位，與菩薩離欲得五神通之位。(七)已作地，又作所作辦地、已辦地。即聲聞得盡智、無生智證得阿羅漢果，或菩薩成就佛地之位。(八)辟支佛地，即觀十二因緣法而成道之緣覺。(九)菩薩地，指從前述之乾慧地乃至離欲地，或指自後述之歡喜地乃至法雲地（初發心至金剛三昧），即菩薩自最初發心至成道前之覺位。(十)佛地，指一切種智等諸佛之法完全具備之位。大智度論卷七十五載，此三乘共位之菩薩，依無漏智斷盡疑惑而開悟；如燈心燃燒，不一定於初焰或後焰燃燒，同理十地之斷惑亦不固定於任何一地，而係各自皆能至於佛果，故喻謂燦爛之十地。

(二)歡喜等之十地：此說見於舊譯華嚴經卷二十三以下、新譯華嚴經卷三十四以下、仁王般若經卷上與合部金光明經卷三等。菩薩修行之過程，須經五十二位中之第四十一至第五十之位，即十地。菩薩初登此位之際，即生無漏智，見佛性，乃至成為聖者，長養佛智。並以其護育一切眾生，故此位亦稱地位、十聖。地位之菩薩稱為地上菩薩；登初地（初歡喜地）之菩薩稱為登地菩薩，初地以前之菩薩稱為地前菩薩，即指十住、十行、十迴向之地前三十心。據十住毘婆沙論稱，「地」意為住處，故十地又譯作十住。依新譯華嚴經卷三十四所舉者，十地之名稱如下：(一)歡喜地，又作極喜地、喜地、悅豫地。(二)離垢地，又作無垢地、淨地。(三)發光地，又作明地、有光地、興光地。(四)焰慧地，又作焰地、增曜地、暉曜地。(五)難勝地，又作極難勝地。(六)現前地，又作現在地、目見地、目前地。(七)遠行地，又作深行地、深入地、深遠地、玄妙地。(八)不

動地。(九)善慧地，又作善哉意地、善根地。(十)法雲地，又作法雨地。

又菩薩瓔珞本業經卷上賢聖覺觀品有四十二賢聖之說，其中第三十一至第四十位，即相當於前述十地，順次為：(一)鳩摩羅伽（逆流歡喜地），(二)須阿伽一波（道流離垢地），(三)須那迦（流照明地），(四)須陀洹（觀明炎地），(五)斯陀含（度障難勝地），(六)阿那含（薄流現前地），(七)阿羅漢（過三有遠行地），(八)阿尼羅漢（變化生不動地），(九)阿那訶（慧光妙善地），(十)阿訶羅弗（明行足法雲地）等。

此外，梵文大事對十地亦另有異說。然十地之解釋固然不一，今據慧遠之大乘義章卷十四所釋：(一)歡喜地，又作淨心地、聖地、無我地、證地、見地、堪忍地。即初為聖者，遂起大歡喜心之位。(二)離垢地，又作具戒地、增上戒地。即捨離起誤心、破戒、煩惱垢等之覺位。(三)明地，依禪定而得智慧之光，並修聞、思、修三慧，使真理漸明之覺位。(四)炎地，捨離前三地之分別見解，以智慧火燒煩惱薪，因此而悟智慧之本體。即依其覺所起之阿含光，如珠之光炎之位。(五)難勝地，已得正智，難再超出之位。或謂已得出世間智，依自在之方便力救度難救眾生之位。(六)現前地，聽聞般若波羅蜜，而現前生起大智之位。(七)遠行地，又作方便具足地（無相方便地）、有行有開發無相住。即修無相行，心作用遠離世間之位。此位往上更無可求之菩提，往下更無被救之眾生，因此沈潛於無相寂滅之理，有不能修行之虞，此謂七地沈空之難。此時十方諸佛以七種法勸勵精進，再鼓起修行之勇氣，以進至第八地；此謂七勸。(八)不動地，又作色自

在地、決定地、無行無開發無相住、寂滅淨地。不斷生起無相之智慧，絕不為煩惱所動之覺位。(九)善慧地，又作心自在地、決定行地、無礙住。菩薩以無礙力說法，完成利他行，即智慧之作用自在之覺位。(十)法雲地，又作究竟地、最上住。得大法身、具自在力之覺位。

菩薩地持經卷九之十二住中，十地相當於其第三歡喜住乃至第十二最上菩薩住；於同書卷十種性第七地之說，初地相當於第三淨心地，第二乃至第七地相當於第四行跡地，第八地相當於第五決定地，第九地相當於第六決定行地，第十地及佛地相當於第七畢竟地。此外，或謂初地相當於見道（通達位），二地以上相當於修道（修習位），或七地及其以前為有功用地，八地以上為無功用地。或初、二、三地為信忍，四、五、六地為順忍，七、八、九地為無生忍，十地為寂滅忍。或謂前五地為無相修，六、七地為無相修淨，八、九地為無相修果，十地為無相修果成。或初地為願淨，二地為戒淨，三地為定淨，四、五、六地為增上慧，七地以上為上上出生淨。如稱十地以前之階位為信地，則十地總稱為證地。

又十地之各地有入、住、出三心；入而未安住時為入心，久止其位之盛時為住心，近終入次位時為出心。成唯識論卷九謂，此十地依次修習施、戒、忍、精進、靜慮、般若、方便善巧、願、力、智等十波羅蜜（十勝行），依之各除異生性障、邪行障、闇鈍障、微細煩惱現行障、於下乘般涅槃障、粗相現行障、細相現行障、無相中作加行障、利他門中不欲行障、於諸法中未得自在障等十重障；各獲證遍行真如、最勝真如、勝流真如、無攝受真如、類無別真如、無染淨真如、法無別真如、不增減真如、智自在所依

真如、業自在等所依真如。依此轉煩惱、所知二障，而得菩提、涅槃之果。其中初地至七地之菩薩，有漏心與無漏心相雜混合，故有分段生死與變易生死之分；八地以上之菩薩，唯有無漏心，故為變易生死。

天台宗調別教、圓教皆各具十地之階位，然自別教初地之菩薩斷一品無明之觀點言之，其證智與圓教之初住同等，故調初地初住證道同圓。因此別教初地以上之菩薩皆能成為圓教之行人，但實際上並無修成者，此調有教無人。於華嚴宗，華嚴經探玄記卷九解釋十地，調由根本言之，即屬果海不可說之性質者；由覺證之內容言之，有離垢真如；由覺智而言，即有根本、後得、加行等三智；由斷煩惱之觀點言，係為離開二障；自修行而言，有修願行乃至受位行；自所修之成就而言，初地修信樂行，二地修戒行，三地修定行，四地以上修慧行；自修行果位而言，有證位與阿含位；自十地寄乘而言，初、二、三地為人天乘，四、五、六、七地為三乘，八地以上為一乘，係寄其位以示行，相當於十波羅蜜；自十地寄報而言，係盡攝於閻浮提王乃至摩醯首羅天王等十王，心念三寶，引導眾生。

真言宗亦有十地之說，然於大日經中僅舉出第八地與第十地，金剛頂經亦僅說初地與第十地，故真言宗乃援引華嚴、仁王等顯教經論而一一設定十地之名目與內容。真言宗之十地可大別為深淺二義，淺略義之十地與前記所述顯教十地相同，深祕十地則歸結於密教之實義，即強調初地與十地並無高下之別，初地即極果，此因初地能悟極果之故。二地以上則分別顯示初地之總德，並對所判別之淺略、深祕二義加以解釋。又為表大日如來之果德，故以四佛四親近之十六大菩薩配以十地。又自本有與修生兩面解之，則本

有無垢之十地，暗示所有眾生本具之菩提心無所限量，故無高下之別；而修生顯得之十地係依三密之行來斷三妄執而現本有之十地者，故欲至佛果，猶須斷一障。

日本淨土真宗調，行者若得到他力之信心，即篤信彌陀救度力量之心，必定能成佛，其時內心充滿歡喜，故稱歡喜地。據世親之淨土論一書，菩薩為救度眾生，示現種種形相，此一階位稱為教化地。曇鸞之往生論註卷下調，此為八地以上之菩薩所有，生於淨土而成佛之菩薩，得再依「還相迴向」之作用復入迷界。又教化地一語，意調教化之場所，即指迷界。

(三)聲聞之十地：即聲聞修行之階位，分為十種，即：(一)受三歸地，又作三歸行地。即入佛法受行三歸之位。(二)信地，又作隨信行地。即外凡資糧位中之鈍根者。(三)信法地，又作隨法行地。即資糧位中之利根者。(四)內凡夫地，又作善凡夫地。即內凡加行四善根之位。(五)學信戒地，又作學戒地。或指見道以上之信解者。(六)八人地，又作第八人地。乃見道十五心之位，即須陀洹向。(七)須陀洹地，即初果。(八)斯陀含地，即第二果。(九)阿那含地，即第三果。(十)阿羅漢地，即第四果。

(四)辟支佛之十地：又作支佛十地、緣覺十地、獨覺十地。即辟支佛修行之階位，分為十種，即：(一)昔行具足地，又作眾善資地、方便具足地。即於過去之四生百劫等修苦行之位。(二)自覺甚深十二因緣地，又作自覺深緣起地。即不依師教而自覺十二因緣理之位。(三)覺了四聖諦地，又作覺四聖諦地。即覺了四聖諦理之位。(四)甚深利智地，又作勝深利智地。即起深智之位。(五)八聖道地，又作八聖支道地。即修八正道之位。(六)覺了法界虛空界眾生界地，

又作知法界虛空界眾生界地、覺了法界等地。即覺了法界虛空界眾生界之相之位。

(七)證寂滅地，又作證滅地。即證寂滅涅槃之位。

(八)六通地，又作六通性地、通地。即證得漏盡等六通之位。

(九)徹祕密地，又作入微妙地、徹微密地。即通徹緣起微密之理之位。

(十)習氣漸薄地，又作習氣薄地。即斷習氣至漸漸微薄之位。

(五)佛之十地：即佛地之諸德，計有十種，即：(一)甚深難知廣明智德地，又作最勝甚深難識毘富羅光明智作地。(二)清淨身分威嚴不思議明德地，又作無垢身威莊嚴不思議光明作地。(三)善明月幢寶相海藏地，又稱作妙光明月幢寶幟海藏地。(四)精妙金光功德神通智德地，又作淨妙金光功德神通智作地。(五)火輪威藏明德地，又作光明味場威藏照作地。(六)虛空內清淨無垢焰光開相地，又作空中勝淨無垢持炬開敷作地。(七)廣勝法界藏明界地，又作勝廣法界藏光明起地。(八)最淨普覺智藏能淨無垢遍無礙智通地，又作最勝妙淨佛智藏光明遍照清淨諸障智通地。(九)無邊億莊嚴迴向能照明地，又作無邊莊嚴俱胝願毘盧遮那光作地。(十)毘盧遮那智海藏地，又作智海陪盧遮那地。大乘同性經卷下：「此地是如來十地名號，諸佛智慧不可具說。善丈夫！佛初地者，一切微細習氣除故，復一切法得自在故。第二地者，轉法輪故，說深法故。第三地者，說諸聲聞戒故，又復顯說三乘故。第四地者，說八萬四千法門故，又復降伏四種魔故。第五地者，如法降伏諸外道故，又復降伏傲慢及眾數故。第六地者，教示無量眾生六通中故，又復顯現六種大神通故。謂現無邊清淨佛刹功德莊嚴，顯現無邊菩薩大眾圍繞，顯現無邊廣大佛刹，顯現無邊佛刹自體，顯現

無邊諸佛刹中從兜率天下託胎乃至法滅，示現無邊種種神通。第七地者，為諸菩薩如實說七菩提分無所有故，復無所著故。第八地者，授一切菩薩阿耨多羅三藐三菩提四種記故。第九地者，為諸菩薩現善方便故。第十地者，為諸菩薩說一切諸法無所有故，復告令知一切諸法本來寂滅大涅槃故。」以上聲聞十地、辟支佛十地、佛十地皆出自大乘同性經卷下，三者與菩薩十地，合稱為四乘十地。

#### 【十地心】

出自菩薩瓔珞本業經卷上，為十地之異名，即：四無量心、十善心、明光心、焰慧心、大勝心、現前心、無生心、不思議心、慧光心、受位心。

#### 【十地品】

華嚴經之品名。即舊譯六十華嚴之第二十二品（卷二十三至卷二十七），新譯八十華嚴之第二十六品（卷三十四至卷三十九）。此品乃佛於第六會（他化自在天）所說十地之法，內容詳述十地菩薩之修業。

#### 【十地經論義地】

凡十四卷（今存八卷）。又作十地義記、十地論疏。隋代慧遠撰。收於卍續藏第七十一冊。乃注解世親菩薩十地經論之作。本書初反覆說明十地經論所言之心意識，並以未見經文之阿梨耶識一語說明之。且謂阿梨耶識與心意識不同，阿梨耶識為真，心意識為妄，然若不以阿梨耶為第八識，則不得以賴耶緣起之八識論直接比擬真如緣起。至慧遠作本書，以心意識（妄識）配前七識，而總第八真識、前七妄識為真如緣起論之大成。華嚴之六相圓融義雖亦據世親之十地經論，

實際係依用慧遠之解釋始得大成。其章疏有十地經論義記抄出二卷、十地義記心意識考略一卷。

### 【十地廢立】

真言宗於歡喜地等十地有廢立二門，即：(一)廢門者，謂於三劫之外不立十地，以三劫斷三妄執而究竟十地。此為祕藏記等所說。(二)立門者，大日經疏卷三入漫荼羅具緣真言品調，於三劫之上立十地，以之為開發金剛寶藏位。

### 【十地斷障證真】

十地，謂菩薩所證之十地位，即指歡喜地、離垢地、發光地、焰慧地、難勝地、現前地、遠行地、不動地、善慧地、法雲地。據華嚴經疏卷三十一載，此十地之中，所斷之障及所證之真如各不同，分別為：(一)歡喜地斷障證真，謂菩薩修捨行，於內身外財無所吝惜，由因感果，而登初地，心生歡喜，即斷異生性障（性，即凡夫之性；障，即執著我法，障於初地功德），證遍行真如，此真如由人法二空所顯，無有一法而不在。(二)離垢地斷障證真，謂菩薩修十善業，遠離欲垢，捨念清淨，即斷邪行障（謂身、口、意三者誤犯禁戒），證最勝真如，此真如具無邊之德，於一切法為最勝。(三)發光地斷障證真，謂菩薩加功用行，發起深廣之心，如法修行，智慧光發，即斷闇鈍障（謂忘失聞、思、修三慧，照法不能顯現），證勝流真如，此真如流出教法，於餘教法極為勝。(四)焰慧地斷障證真，謂菩薩具修三十七品道法，發起慧焰，即斷微細煩惱現行（無明微細之惑現起）障，證無攝受真如，證此真如，則無所繫屬。(五)難勝地斷障證真，謂菩薩修習平等加行，悟真俗二諦無差別智，

無有能勝，即斷下乘（聲聞乘、緣覺乘）涅槃障，證類無差別真如（生死涅槃，其類平等，無有差別）。(六)現前地斷障證真，謂菩薩加修平等利生之行，智慧現前，即斷粗相（於四諦中，執苦集為染，執道滅為淨）現行障，證無染淨真如，此真如本性無染，亦不可言後方淨。(七)遠行地斷障證真，謂菩薩加修一切菩提分法，悟空、無相、無願三昧，即斷細相現行（於一切法執有緣生及執無相）障，證法無別真如（了種種教法，同一真如，而無別相）。(八)不動地斷障證真，謂菩薩加修清淨道行，離心意識，得無生法忍（謂一切諸法，性本不生，而於此法，忍可印證），一切煩惱所不能動，即斷無相中作加行（無相指第七地，謂於無相中加功用行）障，證不增減真如，此真如不隨淨染而有增減。(九)善慧地斷障證真，謂菩薩以無量智觀察眾生境界，皆如實知，得無礙智慧，遍說諸法，普令獲益，即斷利他門中不欲行（謂第八地於無相中，捨離功用）障，證智自在真如，得此真如，能於四無礙智得自在。(十)法雲地斷障證真，謂菩薩以無量智慧，觀察覺了，三昧現前，得大法故，以法身為雲，普周一切眾生，具足自在，即斷諸法中不得自在障，證業自在真如（一切業惑悉得解脫，而與真如之理相應）。

### 【十地願行】

指菩薩於十地所修之十波羅蜜多行。修行須具四弘誓願，故稱願行。

【以上註釋之部名相出自佛光大辭典】

## 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。

.....



## 清心小語

接納

完全的接納

才是改進最重要的第一個步驟

如果沒有辦法落實在此一步驟

則下一個改進的步驟

也會變得地基不穩

而難以見到良好的績效

## 慧觀練習——

### 心念止息

全身放鬆

心念止息

在這樣的狀態下

沒有任何的干擾

沒有任何的負擔

一切的念頭

都停止了

一切的分別

都停止了

## 觀空練習——

### 直接觀空

《知見》

所謂的觀空，就是觀想空性，也就是以己心直接悟入本體，證入一切萬事萬物萬象背後的本質，這是成就的必經之路，亦是成就證果的唯一抉擇。

《實修》

直接觀空

《說明》

什麼也不想

只是看著

這樣的狀態

不是全部都沒有

觀空

直接觀察空

觀察空到底是什麼樣的狀態

用你的直覺

不要用任何的思考

只是用直覺

去觀察

一個妄念止息的狀態

然後

盡量保持在這樣的狀態

愈久愈好