

智慧如海



大般若波羅蜜多經

釋迦牟尼佛講經 第三十六品 著不著相品
(卷 287)



〔釋迦牟尼佛莊嚴法相〕

郭韻玲老師 詮釋經義

第 314 講

(發表於2001年11月1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

第三十六品 著不著相品

爾時具壽舍利子問具壽善現言。菩薩摩訶薩行般若波羅蜜多時。云何為著及不著相。善現答言。舍利子。住菩薩乘諸善男子善女人等。若無方便善巧行般若波羅蜜多時。於色謂空起空想著。於受想行識謂空起空想著。……若於諸佛無上正等菩提謂空起空想著。若於過去法謂空起空想著。於未來現在法謂空起空想著。

P461Ⅲ欄18行～P462Ⅱ欄15行

舍利子問善現菩薩道：菩薩行般若時，什麼是著相或不著相呢？

善現菩薩答道：住菩薩乘的修行人，如果沒有方便善巧行般若，就會於五蘊乃至於諸佛無上正等菩提等一切法，說空卻生起空想的執著；並且於過去、未來、現在法，生起過去、未來、現在法的想著。

本段的重點在於“謂空起空想著”，也就是說雖然知道萬法的背後是空，但卻於這樣的真理起了執著；這是儘管對於空這樣真理的認知已經遍及十方三世，例如經文所說“於色謂空起空想著”……“於諸佛無上正等菩提謂空起空想著”，就是說對於色受想行識一直到諸佛無上正等菩提等十方一切法都知道背後是

空；亦對於經文所說：於過去法謂空起空想著，於未來現在法謂空起空想著，也就是對於過去、未來、現在三世一切法都知背後是空；這樣想來，這樣的認知夠普及了吧!?

然而，如果最後是對這樣普及於三世十方的真理有了想法——不論什麼想法，即便是如經文所說的這麼單純、單一的：謂空起空想著；但是只要還殘留了一絲想法，那麼，這就不是空、就不再是空，也絕對不會是空了！故空本空、一切本空、空亦復空，絕對不會有“空想”容身之地，只有空得徹徹底底，才是真理、才是究極的真理，亦才是真理中的真理啊！

至於“空想著”的“想”，是想法、概念之意；為俱舍宗的十大地法之一，唯識宗的五遍行之一；詳細說明，即指對境之像，於心中浮現的精神作用；相當於表象的知覺，為次於“受”而起的心所作用；想所依的根為眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根六根，進而由眼觸、耳觸、鼻觸、舌觸、身觸、意觸六觸所生的想，則為六想。另外，根據所緣境的大、小、無量的不同，而有所謂的大想、小想、無量想之“三想”。至於與貪、嗔、害三種煩惱相應而產生的貪欲想、嗔恚想、殺害想為所謂的“三不善想”；相反的，與三不善想相對的則是出離想、不恚想、不害想，為所謂的“三善想”。

可整理成下表～

三善、惡想：

序	善		惡	
	相應	→ 結果	相應	→ 結果
1	貪煩惱	欲想	不貪	出離想
2	嗔煩惱	嗔想	不嗔	不恚想
3	害煩惱	害想	不害	不害想

研究完“想”，我們再來看“空想著”的“著”。什麼是“著”呢？就是執著，亦即心情纏綿於某事裡不捨離的狀態，例如愛著、貪著等都是。另外，根據大乘義章卷二對於著的解釋則是：「纏愛不捨名著」；釋門歸敬儀卷上則說明了：「著是病本」，指陳了執著才是心生病的根本原因；至於法華經方便品則說：「吾從成佛已來，種種因緣，種種譬喻，廣演言教，無數方便，引導眾生，令離諸著」，充份說明世尊的一切教導，都直指眾生的執著，因為唯有一切的執著清除了，心才能獲得解脫，也才能真正的悟入空性，了生脫死。

另外，與“著”有關的常見詞有取著、染著、動著、貪著、惑著、愛著等；分別解說如下～

（一）取著：

執取所對之法，貪著而不捨離，這是凡夫的境界；因為凡夫視心外的對象為實有，所以會捨離不下。

（二）染著：

由於貪愛等煩惱，心中產生了染

污與執著；新華嚴經卷七十八說：「菩薩摩訶薩亦復如是，服菩提心延齡之藥，於無數劫，修菩薩行，心無疲厭，亦無染著」；充份說明與染著相反才是解脫狀態，亦即延齡妙藥。

（三）動著

這是禪林用語，指心搖動不定，起了妄想；出自碧巖錄第六則：「空花巖畔花狼籍，彈指堪悲舜若多，莫動著！動著三十棒。」

（四）貪著

可說多求無厭足為貪，貪心固執而不離為著；指於一切欲染中貪愛執著；然而貪著的結果來自於邪念，但是一旦起了貪著，煩惱必將接踵而至，不可不慎；唯有生起不執著的空慧才能遠離；故法華經序品以及義足經卷上，都開示道：「若有智慧，則無貪著」。

（五）惑著

就是於心貪愛，迷惑於所對之境，執著而不離之意；摩訶止

觀卷七上說：「若緣女色，耽緬在懷，惑著不離，當用不淨觀為治」，此處再次證明佛法之偉大，在於不但精密的指出生命痛苦所在，亦貼切的指示離苦得樂之良方。

（六）愛著

愛是恩愛、親愛的意思，著是執著、染著的意思；愛著就是執著於恩愛境難以分離之情；這樣的狀態是屬於三毒中貪欲的煩惱，然而對於一個修行人而言，如果想修道證果，當然是避之唯恐不及，所以要深切認知其為痛苦的淵藪、下墮的糟粕，因此大寶積經卷十九才懇切的用生動的譬喻告知我們：「如蠅見於吐，而生愛著心」。

人的一生，不論是修行或不修行，都要面對自己苦樂參半的人生，如果不修行的話，也只能載浮載沉、隨業受報，怎一個“無奈”了得！然而如果修行的話，這點點滴滴的人生苦與樂，其實都可以轉化昇華為悟空的教材，甚至證果的養份；端看我們的心是否以“樂好苦也罷”的不執著去看待，所以啊！好好的、善心的、全心全意的去過我們的人生吧！因為——生活即道場啊！！

願眾生早日成就！

願佛法弘揚全世界！

註釋之部

【大地法】

遍大地法之略稱。指與一切心相應俱起之十種心理作用。即：(一)受，領納之義；有苦受、樂受、非苦非樂受等三種。(二)想，想像之義；對境而取差別之相。(三)思，造作之義；令心有所造作。(四)觸，由根、境、識三者和合而生，能有觸對。(五)欲，緣外境而有所希求。(六)慧，對法能有所分別、簡擇。(七)念，對所緣之事銘記不忘。(八)作意，警覺之義；能令心警覺。(九)勝解，即殊勝之解；對境而產生印可審定之作用。(十)三摩地，又作等持、正定，即使心專注一境。此十法遍善、不善、無記等三性之心品而與之相應，故稱大法；此大法之依地為心王所有，故稱大地法。

說一切有部主張此十法遍一切心，而俱起於剎那之間，且此十法皆有別體；經量部則主張，十法之中唯有受、想、思三法有其體，餘者則無；唯識家將十法分成五遍行、五別境兩種，即：(一)作意、觸、受、想、思等五法，遍與一切之心、心所相應，故稱遍行。(二)欲、慧、念、勝解、三摩地等五法緣各別之境而生，故稱別境。

【五遍行】

唯識家所立六位心所之一。指周遍於一切心王、心所而相應之五種心所，即觸、作意、受、想、思等五者。此五心所皆具四種一切之義，即：(一)一切性，遍於善、惡、無記等三性之心而起，故謂一切性。(二)一切地，遍於三界九地或有尋有伺、無尋有伺、無尋無伺等三地而起，故謂一切地。(三)一切時，又分為三義：(1)於一切有心之中皆具有此義，此係就「自他」相待之情形而言，即「他」之一切心若起，則「自」心必與之相應而

起；而一切之有心莫不具有此自他相待之性質。(2)自無始以來皆不間斷。(3)緣一切境時皆起。(四)一切俱，此五遍行相互俱生，故謂一切俱。此五心所之外，無一具有如是四一切者，故唯立此五者而稱為遍行。於薩婆多部，除上記五心所之外，別加欲、慧、念、勝解、三摩地等五別境，而立十心所之說，是為大地法。

【六根】

又作六情。指六種感覺器官，或認識能力。為十二處之內六處，十八界之六根界。根，為認識器官之意。即眼根（視覺器官與視覺能力）、耳根（聽覺器官及其能力）、鼻根（嗅覺器官及其能力）、舌根（味覺器官及其能力）、身根（觸覺器官及其能力）、意根（思惟器官及其能力）。前五種又稱五根。五根乃物質上存在之色法，即色根。有二種之別，生理器官稱為扶塵根，以四大為體，對取境生識僅起扶助作用；實際起取境生識作用者稱為勝義根，以四大所生淨色為性。對此，意根則為心之所依生起心理作用之心法，即無色根。據有部之說，前剎那之六識落謝於過去，意根即是引起次剎那六識之等無間緣。故六識之作用，須常以意根為所依（通依）。然前五識除依意根之外，另有特定之根為其所依（別依）；意識則僅依意根，並無其他特定之根。瑜伽行派等則由唯識義上說六根，主張六根、六境均為內識所變。又六根可視為我人之身心全體，如法華經說讀誦、書寫經典，六根即可清淨。

【六想】

指六根觸對六塵時，與識相應而起之想念，稱為六想。據大集法門經卷下載，

即：(一)眼想，謂眼根對色時，與識相應而起之想念。(二)耳想，謂耳根聞聲時，與識相應而起之想念。(三)鼻想，謂鼻根聞香時，與識相應而起之想念。(四)舌想，謂舌根嘗味時，與識相應而起之想念。(五)身想，謂身根覺觸時，與識相應而起之想念。(六)意想，謂意根分別諸法之時，與識相應而起之想念。

【三想】

<一>指三種惡想。又作三惡想、三不善想。即：(一)欲想，起貪慾之想。(二)瞋恚想，起瞋恚之想。(三)殺害想，又作惱想，起害人之想。依無量壽經連義述文贊卷中之說，不貪名利則不生欲覺，不惱眾生則不生瞋覺，不損物命則不生害覺。故三覺不生，則三想亦必絕之。

<二>指三種善想。又作三善想。即：(一)出要想，又作出離想。(二)不害想。(三)不恚想。依增一阿含經卷十三之說，有出離想者，命終時必生於人中；有不害想者，命終時自然生於天上；有不恚想者，命終時斷五下分結，於彼處般涅槃。

<三>依大寶積經卷八十二之說，指在家菩薩見乞者而起之三種心念，即：(一)善知識想。(二)他世富想，又作令後世大富想。(三)菩提基想，又作令得佛道想。

<四>依大智度論卷二十三之說，斷除貪等諸結時所起之三種心念，即：(一)離想，又作離欲想，行者於煖法、頂法、忍法、世間第一法中，欲以正智慧觀想，而遠離諸煩惱。(二)斷想，行者欲得無漏道而斷除諸結使。(三)盡想，又作滅想，入涅槃時，欲滅五受之眾而不復相續。

<五>淨土行者念佛之時所生之三種心念，即：(一)歸命想，本尊向東，行者向佛以歸命。(二)引攝想，本尊向西，行者作隨佛之

後過十萬億國土之念。(三)往生想，行者作往生彼國而見佛聞法之念。

<六>據般若經，菩薩欲成無上道，應起平等心，於一切眾生無有偏黨，皆生親愛之想，莫生怨心、中人心，故稱三想。(一)怨想，有人加害於我及害我父母兄弟，亦生親愛之想。(二)親想，於父母兄弟、親戚朋友生親愛之想。(三)中人想，於非怨非親之人，亦生親愛之想。

【害】

為心所之一。指欲損害他人之心，屬有部小煩惱地法之一，法相宗隨煩惱之一。與此相反之心，稱為不害，即不損害他人之心，屬大善地法之一。

【菩提心】

梵語 bodhi-citta。全稱阿耨多羅三藐三菩提心。又作無上正真道意、無上菩提心、無上道心、無上道意、無上心、道心、道意、道念、覺意。即求無上菩提之心。菩提心為一切諸佛之種子，淨法長養之良田，若發起此心勤行精進，當得速成無上菩提。故知菩提心乃一切正願之始、菩提之根本、大悲及菩薩學之所依；大乘菩薩最初必須發起大心，稱為發菩提心、發心、發意；而最初之發心，稱初發心、新發意。求往生淨土者，亦須發菩提心。無量壽經卷下謂，三輩往生之人皆應發無上菩提心。菩提心之體性，大日經卷一住心品謂，如實知自心，即為菩提。即以本有之自性清淨心為菩提心。

菩提心依種種緣而發，據菩薩地持經卷一載，發菩提心有四種緣，以如是四種緣為增上緣，欣樂佛之大智而發心，即：(一)見聞諸佛菩薩之不可思議神通變化。(二)雖未見神變，但聞說菩提及菩薩藏。(三)雖不聞法，但自見法滅之相，故護持正法。(四)不見法滅

之相，但見濁世眾生為煩惱所擾，而難得發心。另發菩提心經論卷上發心品載有四緣：(一)思惟諸佛，(二)觀身之過患，(三)慈愍眾生，(四)求最勝之果。無量壽經宗要以「四弘誓願」作菩提心，且將之分為隨事發心（由具體之事項而發）與順理發心（由普通之真理而發）二種。大乘義章卷九對發心立三種之別：(一)相發心，見生死與涅槃之相，遂厭生死，發心求涅槃。(二)息相發心，知生死之本性寂滅，與涅槃無異；離差別相，始起平等之心。(三)真發心，知菩提之本性為自心，菩提即心、心即菩提，而歸於自己之本心。摩訶止觀卷一上調，藏教、通教、別教，乃至圓教之菩薩各因推量生滅、無生、無量、無作之四諦理而發心，故稱推理發心。大乘起信論則說信成就發心、解行發心、證發心等三種發心，於信成就發心所起之直心、深心、大悲心等三心，亦作三種發心。密宗主張，發心為阿字五轉之一，復基於「菩提心論」行願、勝義、三摩地等三種菩提心，而說四種發心：(一)信心，指對於求無上菩提毫無疑惑之心。以其為萬行之基礎，故又稱白淨信心。(二)大悲心，發白淨信心後更立四弘誓願。亦作行願心、行願菩提心。(三)勝義心，於諸教中選擇殊勝之真實。亦作深般若心、勝義菩提心。(四)大菩提心，決定捨劣擇勝之際，十方諸佛即現眼前證知，諸魔見此則退怯不前。亦作三摩地菩提心。以上四心雖一度區分，但本為一體，以至佛果間無須臾或離，此是為自行化他、世間出世間修諸尊之三密所得者，故稱有相菩提心；然以本來有相即無相，如虛空離一切相，故與無相菩提心相契。

於日本淨土宗，源空著選擇本願念佛集，以為菩提心是雜行，而加以廢斥。基於此理，淨土宗鎮西派區分為聖道門與淨土門之菩提心，且謂菩提心為總安心、三心為別安心，

而主張不應排斥發菩提心。另外，淨土宗西山派區分為行門與觀門之菩提心，主張廢前者，後者即是「三心」。淨土真宗則分為自力菩提心與他力菩提心，其中佛以本願誓與眾生信樂，即真實之信心為願作佛心（願成佛之自利之心）、度眾生心（濟度一切眾生之利他之心），故稱他力菩提心、淨土大菩提心。

【舜若多神】

舜若多，意譯為空性。乃虛空之神。又指無色界天。祖庭事苑卷七蓮華峰錄（已續一一三・九七上）：「舜若多神，此云空，即主空神也。無色界天亦是此類，隨其所主亦無色質，既為風質者，此約體不可見，故云元無，以佛力故，故曰能暫見，亦顯有定自在色無業色也。無色界天淚下如雨，正同此事。」

【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。

第三十六品 著不著相品(卷287～291)

說明什麼是著般若波羅蜜多相，什麼是不著般若波羅蜜多相。

.....



清心小語

在這愁苦的世界
要努力醒過來
無論醒來的人
是多麼的稀少
是多麼的寂寞

慧觀練習——

提起觀照

提起
提起觀照
觀照
一切掠過心中的
念頭
不論是正念
還是妄念
都觀照得
清清楚楚
明明白白
不批判
不分別
觀照只是觀照
維持這樣的狀態
越久越好

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
空只是
這樣的狀態

一直
維持著
這樣的狀態
妄念仍然會
生起
但
妄念與這個狀態

並沒有牽扯
是妄念的心
去牽扯

所以
放掉
放掉
放掉心對妄念的牽扯
這就是空
就是本體
就是父母未生前的本來面目