

智慧如海



大般若波羅蜜多經

第四品
轉生品
(卷7~9)



〔釋迦牟尼佛莊嚴法相〕

第 4 講
2012年9月26日
(郭韻玲 老師 講解於1993年5月6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

第四品·轉生品(一)

大般若經「轉生品」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。

本品中除了說明各種不可思議的因緣以外，主要還是藉此說明，修行般若波羅蜜多的殊勝，以及能夠感召的福報。

一開始舍利子問世尊：

安住般若波羅蜜多諸菩薩摩訶薩。從何處沒來生此間。從此間沒當生何處。

P37 欄15~17行

舍利子素以智慧第一稱著，許多經典也是在他所問而應機說法，本品也是由他的問題而開始開演，所謂：「善問者如叩鐘，小問則小鳴，大問則大鳴」，舍利子就是一位善問的發問者，此問題表面看起來與修行般若重點無關，但是舍利子是何等聰明之人，他深知眾生都是有得失心的，固然，般若波羅蜜多強調的，就是不要有得失心，但是在眾生習氣尚未調伏清淨時，如果不以一點「得」的觀點來予以鼓勵的話，很多人在修行障礙現前時，就會馬上退轉，故舍利子方便善巧的代眾人問，也讓佛陀有因緣開示。

佛陀應此機緣，開始以無與倫比的佛智，廣為說明各種修行

般若波羅蜜多菩薩的種種過去生修證境界以及現在感召的福報，甚至未來世的功德福報等，可謂詳盡豐富、層次分明。例如：

安住般若波羅蜜多諸菩薩摩訶薩。有從他方佛土沒來生此間。有從覩史多天沒來生此間。有從人中沒生此人中。舍利子。若菩薩摩訶薩安住般若波羅蜜多。從他方佛土沒來生此者。是菩薩摩訶薩速與般若波羅蜜多相應。由與般若波羅蜜多相應故。轉生便得深妙法門疾現在前。從此已後恒與般若波羅蜜多速得相應。在所生處常得值佛。供養恭敬尊重歎。能令般若波羅蜜多漸得圓滿。

舍利子。若菩薩摩訶薩安住般若波羅蜜多。從覩史多天沒來生此者。是菩薩摩訶薩多為一生所繫。布施淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多自在現前。常不忘失。亦於一切陀羅尼門三摩地門自在現前。常不忘失。舍利子。若菩薩摩訶薩安住般若波羅蜜多。從人中沒生人中者。是菩薩摩訶薩除不退轉。其根昧鈍。雖勤修般若波羅蜜多。而不能速與般若波羅蜜多相應。又於一切陀羅尼門三摩地門未得自在。又舍利

子。汝後所問安住般若波羅蜜多諸菩薩摩訶薩。從此間沒當生何處者。舍利子。是菩薩摩訶薩由與般若波羅蜜多恒相應故。從此處沒生餘佛土。從一佛國至一佛國。在在生處常得值遇諸佛世尊。供養恭敬尊重歎。乃至無上正等菩提終不離佛。

P37 II 欄17行~III 欄13行

此段經文清楚的說明了從他方佛土、觀史多天、人道轉生來此的菩薩，因為過去生的修法不同，所以造成前世轉生處不同，而今生雖然都同樣轉生人道，但由於過去生修法境界的不同，今生所呈現的證量，也將產生極大的差異。例如由他方佛土轉生來此的人，能夠「速與般若波羅蜜多相應」，而且來世「轉生便得深妙法門疾現在前」，而由人道轉生人道者，除不退轉外，「雖勤修般若波羅蜜多，而不能速與般若波羅蜜多相應，又於一切陀羅尼門三摩地門未得自在。」所以，修行般若波羅蜜多的大乘菩薩行者，由於過去證量的不同，今生以及來世的轉生處與福報也將不同。至於為什麼會不同呢？完全是因緣果報的問題，更牽涉到無量劫以來，每一生努力的情形，以及今生努力的多寡。

是菩薩摩訶薩有方便善巧故。不隨靜慮無量無色勢力

而生。隨所生處常遇如來應正等覺。供養恭敬尊重歎。常不遠離甚深般若波羅蜜多。當知是菩薩摩訶薩。此賢劫中定得無上正等菩提。

P38 I 欄倒數13行~倒數9行

方便善巧其實就是般若波羅蜜多的展現，因為只有擁有般若，才有可能有方便善巧，故一個菩薩能夠展現般若，又能夠「常不遠離甚深般若波羅蜜多」的話，世尊已經清楚的預言：「此賢劫中定得無上正等菩提」。故知般若波羅蜜多是珍貴殊勝的，能夠展現一切的辯才無礙、度眾善巧等，隨緣度化事迹。例如佛陀善巧度化阿那律的故事，就是方便善巧度化有緣眾生的最佳示例。把修行比喻成調琴，確實是絕頂聰明，因為要彈出一首悅耳的樂曲，必須先有一把好琴，而一把好琴的先決條件，是必須把琴弦音調得正確，否則，如果連音符都不準確，那麼，勢必彈出一曲荒腔走板音調。修行又何嘗不是如此呢？必須先把般若安立，以此為琴，再配合其他方便善巧，猶如調好的琴弦，才能奏出六度萬行、隨緣度眾的和諧優美樂章。故般若波羅蜜多是修行一切法的總綱，是六度萬行的先導，是究竟成就的保障。

有菩薩摩訶薩。雖住六種

波羅蜜多。而以布施波羅蜜多常為上首。勇猛修習。施諸有情一切樂具。常無懈怠。一切有情須食與食。須飲與飲。須乘與乘。須衣與衣。須花香與花香。須瓔珞與瓔珞。須房舍與房舍。須床榻與床榻。須臥具與臥具。須燈明與燈明。須財穀與財穀。須珍寶與珍寶。須伎樂與伎樂。須侍衛與侍衛。隨其所須。種種資具。歡喜施與令無所乏。施已勸修三菩提道。

P40 II 欄19～第27行

六度都是到彼岸的一種方式，所以不論把哪一度實踐澈底了，一樣能夠得到大成就。例如此段所舉的以布施為主修的菩薩：「施諸有情一切樂具」，而且「常無懈怠」。能夠作到這樣的境界，事實上已經與空相應了，因為既能夠毫不吝惜的給予，就已經澈底明白三輪體空的真義，否則難免會對於物產生些許捨不得，或對自己產生滿意，又或對被布施者產生比自己低下之感受。而且又能無懈怠的布施，絕對是安住於一切本空的大菩薩，才能如是勇猛精進的大布施。

以下的經文依序說出各以持戒、忍辱、精進、禪定、般若為主修的菩薩：持戒者「具身語意清淨律」，忍辱者「遠離一切

忿恚等心」，精進者「具足修行一切善法」，禪定者「具修一切勝奢摩他」，般若者「見修一切毘鉢舍那」。

持戒，是六度的第二度，能夠持戒清淨圓滿，一樣可以得到大成就。因為修行主要就是修身口意，而一個菩薩如果三者都能夠守住清淨戒律，表示此菩薩也兼具定與慧，因為只有定功深者，能夠真正數十年如一日的持守戒律，也只有慧觀明覺者，才能夠深切體會守戒的意義，而從不動搖。故守戒圓滿，也必定與般若相應，才能究竟圓滿。

忍辱，是六度的第三度，能夠安忍受辱而不動的菩薩，是非常難能可貴的，因為人人皆有自尊心，一旦自尊心受損，本能的反應往往馬上就是起了自衛心理，這還屬好者，多半是馬上就不高興起來，甚至罵回去或打回去，這樣就離開了如如不動，就是與忿恚相應，故如果能夠專修忍辱而且有成的話，這個人已經是擁有相當的定力與般若了。因為唯有定力深厚，才能如如不動的去面對別人的侮辱，也唯有般若通達，才能深刻的觀察到：一切寵辱、平等無二。故忍辱也必須與般若相應，才能究竟圓滿。

精進，是六度的第四度，能夠大精進而且持續不斷的菩薩，也是定慧等持者，因為唯有定力深厚，才能一直保持精進，也唯有般若通達，才能深刻觀照到「三界如火

宅，宜精進，如救頭燃」的實相。故精進也必須與般若相應，才能究竟圓滿。

禪定，是六度的第五度，能夠安住定境的菩薩，必定同時擁有相當的智慧觀照，因為一切就是因為安定不下，所以看不清楚實相，如果一切都定，看清楚事物本貌的機會也提高許多，而且愈看清楚，就愈沒有執著，愈沒有執著，也就更容易安住於定境，故禪定也必須與般若相應，才能究竟圓滿。

般若是六度的最後一度，也是最重要的一度。因為前五度都不能缺少第六度作為內涵，因為如果缺少了般若，就一定會於所行起執著，一旦起執著，即使表面作得再好，事實已離波羅蜜很遙遠了。故般若是最主要的、也是不可或缺的波羅蜜。

六度，以般若為重心，其他五度才能平衡。

六度，以般若為骨幹，其他五度才能支撐。

六度，以般若為先導，其他五度才能統攝。

六度，以般若為依皈，其他五度才有憑靠。

六度，以般若為明燈，其他五度才不致目盲。

六度，以般若為究竟，其他五度才能夠圓滿。

有菩薩摩訶薩。安住布施淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜

多。常為邪見盲冥有情。作法照明。亦持此明常以自照。乃至無上正等菩提。此法照明曾不捨離。舍利子。是菩薩摩訶薩。由此因緣。於諸佛法常得現起。是故舍利子。諸菩薩摩訶薩修行般若波羅蜜多。於身語意三有罪業。無容暫起。

P41 I 欄17~24行

六度是可貴的，能讓人得到究竟成就。六度如同驅散無明的光明，能夠破除邪見。一個修行六度的菩薩，如同一盞明燈，照亮了黑暗的人間，而且這盞明燈的光亮，來自於六度的殊勝佛法，不但能夠照亮世人，亦能照亮修行六度的菩薩自身。因為，好的法，不是只適合別人用，更要適合自己用。故經文才說：「作法照明，亦持此明常以自照」，而且「曾不捨離」。佛陀接著提醒聽經者說：「諸菩薩摩訶薩修行般若波羅蜜多，於身語意三有罪業，無容暫起」。

這句話猶如暮鼓晨鐘，敲醒了多少大乘菩薩行者，除非你不想究竟自度度人，否則，當你在行菩薩道的時候，請念茲在茲的提醒自己：身語意罪業，無容暫起！是的，唯有不讓身語意起罪業，才能圓滿菩薩道，因為菩薩道本來就是要恆順眾生，與眾生廣結善緣。可是如果身語

意起了罪業的話，以因果律來觀察，必定與眾生結惡緣，故可知，一個大乘菩薩道行者，真的是要小心戒慎的防範身語意起罪業，因為累積功德尚且不及，哪有時間再去造業呢。而且一旦造業，還得花時間去淨除彌補，那這些時間拿來行菩薩道不是更划得來嗎？故一個真正修行般若波羅蜜多的菩薩，是如臨深淵、如履薄冰」的管好身語意業，不讓其造任何罪業。而唯有如是，也才能以「最有效率」的方式接近目的地——佛。

舍利子白佛言。世尊。云何名為諸菩薩摩訶薩。有罪身業。有罪語業。有罪意業。佛告具壽舍利子言。舍利子。若菩薩摩訶薩作如是念。此是身我。由此故而起身業。此是語我。由此故而起語業。此是意我。由此故而起意業。舍利子。如是名為諸菩薩摩訶薩有罪身業。有罪語業。有罪意業。又舍利子。

諸菩薩摩訶薩修行般若波羅蜜多。不得身及身業。不得語及語業。不得意及意業。又舍利子。若菩薩摩訶薩修行般若波羅蜜多。得身語意及彼業

者。便起慳貪犯戒忿恚懈怠散亂惡慧之心。若起此心不名菩薩摩訶薩。是故舍利子。諸菩薩摩訶薩修行般若波羅蜜多。生此念者無有是處。

又舍利子。諸菩薩摩訶薩。修行布施淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多。起身語意三種麤重無有是處。何以故。舍利子。諸菩薩摩訶薩修行六種波羅蜜多。能淨一切身麤重故。能淨一切語麤重故。能淨一切意麤重故。爾時舍利子白佛言。世尊。云何菩薩摩訶薩。能淨身語意三種麤重。佛告具壽舍利子言。舍利子。諸菩薩摩訶薩修行六種波羅蜜多。不得身及身麤重。不得語及語麤重。不得意及意麤重。如是舍利子。諸菩薩摩訶薩修行六種波羅蜜多。能淨身語意三種麤重。

又舍利子。若菩薩摩訶薩。從初發心。常樂受持十善業道。不起聲聞心。不起獨覺心。於諸有情。恒起悲心欲拔其苦。恒起慈心欲與其樂。舍利子。我亦說如是菩薩摩訶薩。能淨身語意三種麤重。利樂有情心力勝故。復次舍利子。有菩薩摩訶薩。修行布施淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多。淨菩

提道。爾時舍利子白佛言。世尊。云何名為菩薩摩訶薩菩提道。佛告具壽舍利子言。舍利子。諸菩薩摩訶薩修行六種波羅蜜多。不得身業及身麁重。不得語業及語麁重。不得意業及意麁重。不得布施波羅蜜多。不得淨戒波羅蜜多。不得安忍波羅蜜多。不得精進波羅蜜多。不得靜慮波羅蜜多。不得般若波羅蜜多。不得聲聞。不得獨覺。不得菩薩。不得如來。舍利子。是名菩薩摩訶薩菩提道。何以故。以菩提道於一切法皆不得故。

P41 I 欄25行~III 欄7行

舍利子智慧善巧，一聽到佛陀勉勵聽經者：不要讓身口意起罪業！馬上就代眾人請佛陀說明：什麼才是身口意起罪業？佛陀慈悲的開示，說明一切的罪業還是「念」的問題。如果一個菩薩如是念：「此是身我，由此故而起身業。此是語我，由此故而起語業。此是意我，由此故而起意業。」那麼這個菩薩就是有罪身、罪語、罪意業。

為什麼是這樣呢？佛陀馬上進一步說明：一個菩薩是「不得身及身業，不得語及語業，不得意及意業」。因為不得與無所得是般若的內涵，如果一旦得或有所得就離開了般若，一離開了般

若，——「便起慳貪、犯戒、忿恚、懈怠、散亂、惡慧之心，若起此心不名菩薩摩訶薩」。

而起慳貪、犯戒、忿恚、懈怠、散亂、惡慧，正好與六度是相對立的，故六度即是對治身語意的殊勝法門，故經文說：「諸菩薩摩訶薩修行六種波羅蜜多，能淨一切身麁重故，能淨一切語麁重故，能淨一切意麁重故」。所以，六度能夠讓我們的身語意清淨，身語意清淨了，罪業也就無從而起了。故心清淨才是一切修行最終的境界，因為一切都是心意識的變現，一切的源頭在心，心清淨了，一切都清淨。

另外，悲心廣大的菩薩，一樣可以清淨身語意，如同經文所說：「於諸有情，恒起悲心欲拔其苦，恒起慈心欲與其樂，舍利子，我亦說如是菩薩摩訶薩，能淨身語意三種麁重，利樂有情心力勝故。」所以，慈悲是重要的，更是菩薩道行者的人格特質，唯有大慈大悲，能夠對治剛強難調難伏，而輪轉於六道的眾生，由於業習已深，多半是剛強的，易嗔、易怨、易動搖的，而唯有柔軟慈悲，能夠讓一個大乘菩薩道行者在面對眾生時能夠順利的廣度有情、利樂人天。

因為剛強對剛強，只有兩敗

俱傷，古往今來的戰爭，都是以剛強降伏剛強，以暴制暴，結果是惡業相循，果報何時了？故一個慈悲的菩薩，是不會與眾生起衝突的，看得起自己也好，看不起自己也好，看得懂也好，看不懂也好，站在「一切本空」的立場來看，外在的得失實在無須掛礙，能夠安住這樣的正知見，一個慈悲的菩薩能夠更慈悲，故悲心廣大是可貴的，但依然不能離開般若，才能夠究竟圓滿。否則只有慈悲而無智慧，一旦業力現前，也有可能由慈悲的人轉為一個嗔恨的人，故唯有「空」，是真正皈依處，是真正不再造任何罪業的依靠，大乘菩薩行者，宜深思之。

接著佛陀說明什麼是「菩提道」——於一切法皆不得。此句話的意思也可說成：以無所得的心態去面對一切。是的，唯有不希冀任何的“得”，一個菩薩才能真正圓滿菩提道，因為只要還有一絲的希冀，由於過去生業力尚未了盡的緣故，一定會遇到業障來障礙。業障為什麼叫業障呢？就是在我們最在意的地方就往往受到了阻礙，如果根本不在意成果到底如何，請問過去生的冤親債主又從何來障礙呢？故聰明的修行人啊！如果真的想沒有

障礙，那麼請先從心開始，只要心先沒有得失心理了，一切的外在就再也不是充滿挫折、惡耗、不安的來源了，既然下雨或天晴並不曾讓心失落或得到什麼，那麼其實一切的希望或夢想，破滅或實現，也並不曾讓心失落或得到什麼，故切莫「抽刀斷水」，但請「釜底抽薪」。

有菩薩摩訶薩。安住般若波羅蜜多。速能圓滿一切智智。成勝智故。關閉一切險惡趣門。不受人天貧窮下賤。諸根具足形貌端嚴。世間天人阿素洛等。咸共尊重恭敬供養。爾時舍利子白佛言。世尊。何等名為是菩薩摩訶薩所成勝智。佛告具壽舍利子言。舍利子。是菩薩摩訶薩成此智故。普見十方殑伽沙等諸佛世界一切如來應正等覺。普聞彼佛所說正法。普見彼會一切聲聞菩薩僧等。亦見彼土清淨功德莊嚴之相。舍利子。是菩薩摩訶薩成此智故。不起世界想。不起如來想。不起正法想……諸菩薩摩訶薩由此智故。雖修一切菩薩摩訶薩行。而不得一切菩薩摩訶薩行。雖修諸佛無上正等菩提。而不得諸佛無上正等菩提。舍利子。是名菩薩摩訶

薩所成勝智。諸菩薩摩訶薩由成此智。速能圓滿一切佛法。雖能圓滿一切佛法。而於諸法無執無取。以一切法自性空故。

P42 I 欄倒數11行~III欄倒數5行

只要能安住般若波羅蜜多，便可以快速的圓滿佛智，也就是「勝智」。故知「安住」之重要，因為唯有須臾不離般若波羅蜜多，方能稱為「安住」，而唯有在一切的歷緣對境中都不曾離開空性，才有可能快速成就，故一個大乘菩薩行者宜警惕戒慎——時時安住於空性。

所謂的「勝智」，按經文的說法，即是：見諸佛、聞諸佛說法、見一切聲聞菩薩僧等，亦見一切淨土功德莊嚴，而且不起一切想。不起一切想，也可以說成：不立一切見。例如：當一個大乘菩薩行者，當他看到世界的種種森羅萬象，於他而言，世界只是世界，並沒有任何的執著或觀念，看到如來，看也只是看，並沒有任何的執著或觀念……

因為啊！空中是了無牽掛的，即使只是一個小小的想法、一個小小的見解，一個小小的希求；想法還是想法，見解還是見解，希求還是希求；在因緣複雜的現象界中行走，總有可能會遇到與這小小想法不同的另一個小小想

法，與這小小見解不同的另一個小小見解，與這小小希求不同的另一個小小希求。這時，小小的障礙就產生了，而如果沒有辦法馬上與空相應，因果業力就馬上開始作用，而且一旦開始作用，就有可能業上加業、果中生因。那麼，一個小小的見解可能會衍生出來許多小小的見解，許多小小的見解就可以匯合成一種主張或一種主義，當主張強烈時，就在不知不覺中遠離了般若波羅蜜多，而成為一個執著的人。

所以啊！如果真的想成為一個自由自在的人，請千萬不要用任何念頭來束縛自己，即使是一個好的念頭，如果成為了束縛，那麼好的也會開始變質，久而久之，產生質變都還不自知，量變也就隨之而至。故知：一切的見解都是可變的，都是無常的。——故不立一切見，才是真正安穩處，才是永恆的答案。所以經文也說：「諸菩薩摩訶薩由成此智，速能圓滿一切佛法，雖能圓滿一切佛法，而於諸法無執無取，以一切法自性空故。」

佛陀慈悲，教導我們如此甚深般若知見，直趨無上道；我們真的該感恩涕零，念茲在茲，早日成就啊！

大般若經～註釋之部

【具壽】乃對佛弟子、阿羅漢等之尊稱。又作賢者、聖者、尊者、淨命、長老、慧命。音譯阿瑜率滿。指具足智慧與德行，得受尊敬之人。其後不限於佛弟子，凡祖師或先德，亦可稱具壽。具有世間壽命及出世之法身慧命之義，故舊譯慧命，係就其法身慧命而言；亦即謂比丘異於世俗者，除愛色身之恆壽外，更以智慧之命為寶。然就新、舊譯之得失而言，荊溪湛然以「慧命」之譯為勝，慈恩窺基則以「具壽」之譯為妥。法華玄贊卷六：「慧命者，應云具壽。世俗之徒，皆愛身恆之壽；聖者之輩，並寶智慧之命。歎願雙成，故言具壽。單言慧命，義便闕也。」又長老喚少年亦用具壽。

【兜率天】兜率，又作都率天、兜術天、兜率陀天、兜率多天、兜師陀天、睹史多天、兜駛多天。意譯知足天、妙足天、喜足天、喜樂天。與夜摩天合稱為兜夜。乃欲界六天之第四天，位於夜摩天與樂變化天之間，距夜摩天十六萬由旬，在虛空密雲之上，縱廣八萬由旬。關於此天之名，立世阿毘曇論卷六謂，歡樂飽滿，於其資具滿足，於八聖道不生知足，故稱為兜率陀天。佛地經論卷五則謂，後身菩薩於中教化，多修喜足，故稱為喜足天。此天有內外兩院，兜率

內院乃即將成佛者（即補處菩薩）之居處，今則為彌勒菩薩之淨土；彌勒現亦為補處菩薩，於此宣說佛法，若住此天滿四千歲，即下生人間，成佛於龍華樹下。又昔時釋迦如來身為菩薩時，亦從此天下生人間而成佛。一般所傳內院有四十九院，或即依據彌勒上生經之說而來，其經文謂：「此摩尼光迴旋空中，化為四十九重微妙寶宮。」外院屬欲界天，為天眾之所居，享受欲樂。天人之壽命約四千歲，其一晝夜相當於人間之四百年，換算之，約人間五億七千六百萬年，但古之記數法為五十七億六千萬年。此外，此天眾生，情欲動時，兩相執手，即成陰陽，初生之兒如人間八歲小孩，七日成人，身長四由旬，衣長八由旬，寬四由旬，重一銖半。又密教將此天子安在現圖胎藏界曼荼羅外金剛部院之西北方。其形像，身呈白肉色，右手屈臂，置於乳下，屈中間三指，伸小指，持未開之蓮花。左手作拳印，叉腰。左右有侍女，身亦呈白肉色，右手皆持未開之蓮花。種子為（taj），三昧耶形為荷葉上之未開蓮花。

【八定】定，收攝散亂之心而歸於凝然不動之狀態。色界、無色界各有四定，故稱為八定。即：（一）初禪天定，謂人於欲界中修習禪定之時，忽覺身心凝然，運運而動，如雲如影。又覺遍身毛孔，氣息悉皆出入，入無積聚，出無分散，稱為初禪天定。（二）二禪天定，謂既得初禪天定已，

心厭初禪，覺觀動散，因攝心在定，澹然澄靜，覺觀即滅。乃發勝定之喜，如人從暗室中出見日月光明，朗然洞徹，稱為二禪天定。

(三)三禪天定，謂既得二禪天定已，而又厭二禪。喜心湧動，定不堅固，因攝心諦觀，喜心即謝，於是泯然入定，綿綿之樂從內心發。樂法增長，遍滿身中，於世間樂最為第一，稱為三禪天定。

(四)四禪天定，謂既得三禪天定已，又覺三禪樂法擾心，令心不清淨，遂生厭離，加功不止。即得安隱，出入息斷，空明寂靜，如明鏡離垢，淨水無波，湛然而照，萬象皆現，絕諸妄想，正念堅固，稱為四禪天定。

(五)空處天定，空，即虛空。既得四禪天定已，猶厭身心繫縛，不得自在，乃轉加功力，觀察己身猶如羅縠，內外通徹，一心念空，唯見虛空，無諸色相，其心明淨，無礙自在，如飛鳥出籠，自由自在，稱為空處天定。

(六)識處天定，識，即心之意。謂既得空處天定已，即以識心遍緣虛空；而虛空無邊，以無邊故，定心復散，於是即捨虛空，轉心緣識，與識相應，心定不動，現在過去未來之識悉現定中，與定相應，心不分散。此定安隱，清淨寂靜，稱為識處天定。

(七)無所有處天定，謂離上空處識處，故稱無所有處。得識處天定已，以心緣現在過去未來三世之識，無量無邊，能壞於定，惟有無心識處，心無依倚，乃為安隱。於是即捨識處，

專繫心於無所有處，精勤不懈，一心內淨，怡然寂靜，諸想不起，稱為無所有處天定。

(八)非想非非想處天定，謂前識處為有想，無所有處為無想。至此，則捨前有想，名非想；捨前無想，名非非想。蓋此天既得無所有處天定已，又知此處如癡如醉，如眠如暗，以無明覆蔽，無所覺了，無可愛樂，於是一心專精，即於非有非無，常念不捨，則無所有處定，便自謝滅，加功不已，忽然真實定發，不見有無相貌，泯然寂絕，清淨無為，三界定相，無有過者，稱為非想非非想處天定。

【二十八天】謂欲界之六天、色界之十八天，與無色界之四天。欲界六天即：四王天、忉利天、夜摩天、兜率天、樂變化天、他化自在天。色界十八天即：梵眾天、梵輔天、大梵天、少光天、無量光天、光音天、少淨天、無量淨天、徧淨天、無雲天、福生天、廣果天、無想天、無煩天、無熱天、善見天、善現天、色究竟天。無色界之四天即：空無邊處、識無邊處、無所有處、非想非非想處。其中，色界之十八天據上座部而立。薩婆多部立十六天，經部立十七天。大乘亦據上座部立十八天。

【十八不共法】十八種不共通之法。即不共通於聲聞、緣覺，唯佛與菩薩特有之十八種功德法。

(一)佛之十八不共法。全稱十八不共佛法。(一)出自大品般若經卷五廣乘品：(1)諸佛身無失，佛自無量劫來，持戒清淨，以此功德滿足之故，一切煩惱皆盡，故於身無失。(2)口無失，佛具無量之智慧辯才，所說之法隨眾機宜而使皆得證悟之謂。(3)念無失，佛修諸甚深禪定，心不散亂，心於諸法無所著，得第一義之安穩。以上三法指身、口、意三業皆無過失。(4)無異想，佛於一切眾生平等普度，心無簡擇。(5)無不定心，佛之行住坐臥常不離甚深之勝定，攝心住善法中，於諸法實相中不退失。(6)無不知己捨心，於苦等之受，佛念念之中覺知其生住滅等相，而住於寂靜平等。(7)欲無減，佛具眾善，常欲度諸眾生，心無厭足。(8)精進無減，佛之身心精進滿足，為度眾生恆行種種方便，無有休息。(9)念無減，三世諸佛之法、一切智慧，相應滿足，無有退轉。(10)慧無減，指佛具一切智慧，又三世之智慧無礙故，於慧無缺減。(11)解脫無減，佛遠離一切執著，具有為、無為二種解脫，一切煩惱之習悉盡無餘，即於解脫無缺減。(12)解脫知見無減，佛知見諸解脫相，了了無閼障。(13)一切身業隨智慧行。(14)一切口業隨智慧行。(15)一切意業隨智慧行。以上三項，乃佛造作身、口、意三業時，先觀察得失，後隨智慧而行，故無過失，皆能利益眾生。(16)智

慧知見過去世無閼無障。(17)智慧知見未來世無閼無障。(18)智慧知見現在世無閼無障。上三者謂佛之智慧照知過去、未來、現在三世所有一切之事，皆通達無礙。

(二)即指十力、四無所畏、三念住、大悲等十八種法。此十八種乃諸佛初成道時，於盡智位所修得之法，為餘之聖者所無。即唯佛獨得十力，除諸惑習氣；得四無所畏，說法無怖畏；得三念住，不生歡感心；得大悲，緣一切有情，得明三苦之行相。十力為：處非處智力、業異熟智力、靜慮解脫等持等至智力、根上下智力、種種勝解智力、種種界智力、偏趣行智力、宿住隨念智力、死生智力、漏盡智力。四無所畏為：正等覺無畏、漏永盡無畏、說障法無畏、說出道無畏。三念住為：於恭敬聽聞者住平等心、於不恭敬聽聞者住平等心、於恭敬聽聞與不恭敬聽聞者住平等心。

(三)有餘師所說佛之十八不共法。大智度論卷二十六舉：一切智、功德無量、大悲、智慧中自在、定中自在、變化自在、記無量、記不虛、言無失、智慧無減、常施捨行、常觀眾生、不失念、無煩惱習、無有能如法出其失、無能見頂、足下柔軟、得神通波羅蜜故，轉眾生心令歡喜得度。大抵此不共法皆以智慧為義。另外十住毘婆沙論卷十之四十不共法品說佛四十不共法，卷十一說四十四不共法，瑜伽師地論卷四十九出佛一百四十不共法。

(二)菩薩之十八不共法。出自寶雨經

卷四。即：(一)行施不隨他教。(二)持戒不隨他教。(三)修忍不隨他教。(四)精進不隨他教。(五)靜慮不隨他教。(六)般若不隨他教。(七)行於攝事，能攝一切有情。(八)能解迴向。(九)方便善巧為主，自在令一切有情有所修行，復能示現於最上乘而得出離。(十)不退大乘。(十一)善能示現於生死涅槃，而得安樂，言音善巧能隨世俗。(十二)智為前導，雖現前起種種受生，而無所作，離諸過失。(十三)具足十善身語意業。(十四)為攝諸有情，恆不捨離，常能忍受一切苦蘊。(十五)能為示現一切世間之所愛樂。(十六)雖於眾多苦惱愚夫及聲聞中住，而不忘失一切智心，如寶堅固清淨莊嚴。(十七)若受一切法王位時，以繒及水繫灌其頂。(十八)能不捨離諸佛正法示現怖求。又新譯華嚴經卷五十六離世間品出菩薩十不共之說，與寶雨經所載雷同。奮迅王問經卷下亦出菩薩十八不共法，亦有不少與前載相通者。

【四果】指小乘聲聞修行所得之四種證果。其階段依次為預流果、一來果、不還果、阿羅漢果。或僅指第四之阿羅漢果。此外，俱舍論卷六列舉之安立果、加行果、和合果、修習果等，亦稱四果。

【妙奢摩他】即最高之禪定。妙，即不可思議、絕對、無比之意。奢摩他，為梵語 *amatha* 之音譯，意譯止、寂靜、能滅，為禪定七名之一，

乃攝心而不被外境所動，遠離並止息一切之散亂，使心寂靜。首楞嚴經卷一（大一九·一〇六下）：「殷勤啟請十方如來得成菩提，妙奢摩他三摩禪那最初方便。」

【毘婆舍那三行】毘婆舍那，觀之義；即以寂靜之慧，觀察六根、六塵內外諸法，使三昧成就而進趣菩提之修法。據深密解脫經卷三載，修毘婆舍那之法，有下列三種，即：(一)相，即觀境。謂修觀時於此心觀之中，分別了知三昧境界之相；猶如明鏡照徹一切，而影像了了分明。(二)修行，謂既了知觀法之相，則善能修習一切妙行，而無有過失。(三)觀，即觀察。謂修觀之時，於一一觀法中善能觀察一一法相，不證小乘寂滅解脫，而直趣無上菩提。

【七大】即色心萬法之體性，可大別為地大、水大、火大、風大、空大、見大、識大七種。又作七大性。地、水、火、風稱四大，為色法之體；加空大為五大，復加識大為六大。大，乃周遍法界之義。萬法之生成，不離四大，依空建立，依見有覺，因識有知。前五乃非情所具，後二則有情所兼；然舉七法該攝萬法。其中，地大稱萬法之堅性，火大為煖性，水大為濕性，風大為動性，空大為無礙之性，見大為覺知之性，識大為了別之性。即前五大約於六境，見大約於六根，

識大約於六識，故與十八界僅有開合之不同。此七大非各各獨立之實性，乃真性如來藏觸緣所發動者。

【五眼】指五種眼力。即：(一)肉眼，為肉身所具之眼。(二)天眼，為色界天人因修禪定所得之眼，此眼遠近前後，內外晝夜上下皆悉能見。(三)慧眼，為二乘人之眼，能識出真空無相；亦即能輕易洞察一切現象皆為空相、定相。(四)法眼，即菩薩為救度一切眾生，能照見一切法門之眼。(五)佛眼，即具足前述之四種眼作用之佛眼，此眼無不見知，乃至無事不知、不聞；聞見互用，無所思惟，一切皆見。

天台家說因位有肉眼、天眼、慧眼、法眼四者，果位有佛眼。又藏、通、別、圓四教於五眼之義各不相同。密教則認為五眼無優劣之分，主張前四眼之德皆與佛眼相等。此外，真言家特重佛眼，將其佛格化，稱為佛眼尊。

【五見】又作五染汙見、五僻見、五利使。指在根本煩惱中之五種惡見。即：(一)薩迦耶見，譯作有身見、偽身見、壞身見、身見。此乃有部之說；經部則釋為虛偽；而唯識宗作「移轉」解。即自執有「我」之存在，稱為「我見」，而以為此屬於我，則稱「我所見」。(二)邊執見，又作邊見。為偏執於極端一邊之見解；如謂我死後仍常住不滅，此稱為常見（有見）；

謂我死後則斷絕，此稱為斷見（無見）。(三)邪見，為否定因果道理之見解。(四)見取見，即執著錯誤之見解以為真實者。(五)戒禁取見，又作戒取見、戒盜見。即視不正確之戒律、禁制等，為可達涅槃之戒行，此種執著即稱為戒禁取見。

【六神通】又作六通。指六種超人間而自由無礙之力。即：(一)神境通，又作身通、身如意通、神足通。即自由無礙，隨心所欲現身之能力。(二)天眼通，能見六道眾生生死苦樂之相，及見世間一切種種形色，無有障礙。(三)天耳通，能聞六道眾生苦樂憂喜之語言，及世間種種之音聲。(四)他心通，能知六道眾生心中所思之事。(五)宿命通，又作宿住通，能知自身及六道眾生之百千萬世宿命及所作之事。(六)漏盡通，斷盡一切三界見思惑，不受三界生死，而得漏盡神通之力。

以上天眼通、宿命通、漏盡通三者並稱為三明。此外，雜阿含經卷八、瑜伽師地論卷二十七等亦舉出三種神變之說，三種神變又稱三示現，乃佛陀教化眾生所施設之三種妙用，即：(一)隨時可現身出沒之「神通神變」，(二)知他人之心之「記心神變」。(三)如何求菩提、斷煩惱之「教誡神變」。三種之中，又以教誡神變最為殊勝。

PS：注釋引用自佛光大辭典。

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

不求名聞於天下
不求富甲於一方
但求心中
慈悲、智慧
光明的
活在人間

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

觀空練習——
觀想無形無相的空

《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撿擇。

《實修》
觀無形無相的空性

《說明》
一切本空
法爾如是

這是萬事萬物的本質
一切的真相
所以
空是究竟的答案
是真實的義理
是解脫的要津
是成就的關鍵
因此
我們真的宜多多練習
早日得證！