

智慧如海



大般若波羅蜜多經

第三十品 校量功德品

(卷 103~168)



〔釋迦牟尼佛莊嚴法相〕

第 76 講

2015年12月2日

(郭韻玲 老師 講解於1994年11月24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

第三十品 校量功德品

慶喜當知。以空解脫門無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智。修習布施淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多。以無相無願解脫門無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智。修習布施淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多。慶喜當知。以空解脫門無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智。安住內空外空內外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。以無相無願解脫門無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智。安住內空乃至無性自性空。……慶喜當知。以空解脫門無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智。修習無上正等菩提。以無相無願解脫門無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智。修習無上正等菩提。

P608 Ⅱ 欄10行~P609 Ⅱ 欄6行

佛陀繼續開示：以三解脫門無二、無生、無所得為方便，迴向一切智智而修一切善法；也同樣列舉了六度、二十空、真如乃至

不思議界、……無上正等菩提。

此段經文，結構與前幾段完全一樣，只是把五蘊、……三十七道品代換成三解脫門，那麼也是佛陀以不同的角度來說明空性的特質即是無二、無生、無所得。

三解脫門，即：

（一）空、解脫門

（二）無相、解脫門

（三）無願、解脫門

為什麼叫解脫門呢？因為此三個修法是能夠出三界的解脫之門，解脫即出三界，即涅槃，故三解脫門是屬於較高深的修行方法，適合定慧已經修持到不錯境界的修行人擇一來修。

空解脫門，是以直接觀空為修行法門，而且不只是甚深禪定中如實觀空，一切歷緣對境中皆觀空；空是一切的本質，此法門是永遠不偏離萬事萬物本質的修法。事實上，是屬於非常高級的法門，因為只是第一步觀空就已經是千難萬難，也就是禪宗所說的開悟，開悟真的是要累積無量無邊的功德福報，消除無量無邊的業力障蔽，並且要配合大精進才能得到的證量；故開悟實在必須付出全部的生命力，否則根本不可能於此業力摧逼甚急的三界中，遠離業力的束縛，而得完全醒覺的狀態。開悟以完全醒覺來比喻，是非常貼切的，因為一個未開悟之人，就如同一個沉睡的人，試問在睡夢之中，我們能真正分辨什麼？又能真正明白什麼？唯有醒過來了，我們才能真正分辨，也才能真正明白。那麼，開悟到底是悟了什麼呢？

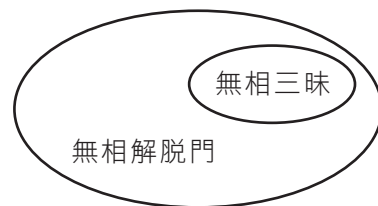
即萬事萬物的本質——空。故空解脫門是以悟空為第一步，然後再修行禪宗所謂的「長養聖胎」，開悟是聖者的誕生，是成佛的初胎，故聖胎之喻極為巧妙，因為只要明白了一切的本質，就不會再沉迷於五欲，不會再迷戀於幻相，會真正以清明的態度去面對一切，當然此階段比開悟還要難，所以禪宗才說「未開悟之前，如喪考妣；開悟之後，如喪考妣」，為什麼要如是說呢？因為要安住於空性真的是比開悟還要難上千百萬倍，因為開悟是剎那間明白了一切的本質，但是安住於空性，則是分分秒秒都完全清醒，分分秒秒都沒有離開空性；但我們要明白，一個人開悟，就要累積多少不可思議的福報，消除多少不可思議的業障；但是事實上，離成佛的福報還相當遠；離完全沒有業力干擾的狀況也相當遠，故開悟前要大精進，開悟後更要大精進，因為如果開悟之後是聖者之旅的起點，那麼安住於空性則是終點，而中間的旅途，絕非風光明媚，一路順風；相反的是困難重重，驚險萬端，為什麼呢？因為無始劫以來累積的業障，真的如須彌山龐大到不可思議的地步；而開悟只是擺脫了一部份的業力束縛，還有多不勝數的業力尚未了盡，那麼在這條聖者之旅上，當然充滿了各種業力設下的關卡，當然充滿了各種業力迸現的危急狀態。所以空性變得更為重要，如果我們沒有空性的體悟，是不可能繼續走下去的，一定會大退轉，一定會半路折回，一定會畏難裹足不前；所

以聖者除了是一位智者以外，他更是一位勇者，有空性的智慧，再配合無比的勇氣，才能昂然前進，就算業力的暴風雨來襲，就算跌得遍體鱗傷，也要堅毅的、勇敢的、不屈不撓的前進；而唯有如此，才能真的走完這條漫長崎嶇之路。而空解脫門，就是在這條路上，以空奉為圭臬，不斷的前進，終於到達了終點，獲得空性圓滿的證量——出三界，解脫生死輪迴。

無相解脫門，是以離一切相為修行的法門，可以說是空解脫門一體的兩面，空解脫門是直接觀察本體，並且安住於本體而修；無相解脫門則觀察外相，再安住於外相的本質而修；什麼是外相的本質呢？即空，空就是一切外相的本質，所以無相解脫門與空解脫門其實只是入手處不同，在內在的體悟是完全沒有差別的；可以說空解脫門是直接觀空，無相解脫是透過對外相的觀察與離執而得到空的領悟；故二者的過程也許稍有差異；但結果則無二無別。六祖壇經中「定慧品」說：「善知識！本來正教無有頓漸，人性自有利鈍。迷人漸修，悟人頓契，自識本心，自見本性，即無差別。所以立頓、漸之假名。善知識，我此法門從上以來，先立無念為宗，無相為體，無住為本。無相者，於相而離相」。又說：「外離一切相，名

為無相，能離於相，則法體清淨，此是以無相為體」。此段的宗、體、本，都是指修行的法要，那麼如同空解脫門與無相解脫門，甚至無願解脫門，空、無相、無願，其實是一而三，三而一，其實無念、無相、無住又何嘗不是如此呢。法門也許有三種、六種、十二種，甚至千百萬種，但是空性永遠只有一個。所以無相解脫門雖然名相與方法與空解脫門不同，但是所悟的是完全無二無別的——空。那麼，無相解脫門應如何修呢？第一步就是觀察外相，而且不帶任何分別的觀察外相，久而久之，就會進入雖在觀察外相，卻完全不受到外相影響的境界，這就是三三昧中的無相三昧，三昧是定慧等持的甚深禪定，表示無相的修持已經達到於禪定中完全圓滿的狀態，但是如果以無相解脫門的角度來看，則尚未圓滿，因為於甚深禪定中，比較不易受到業力的障蔽，但是一旦出定，尤其是大乘菩薩道行者，要接觸甚為龐雜的人、事、物；如果在歷緣對境中，尤其是甚劇惡緣迸現時，還能維持無相的境界，那麼這才是真正無相解脫門修至圓滿的境界；故三三昧中的無相三昧較屬於禪定法門，三解脫門中的無相解脫門則較屬於定慧等持、止觀雙運的法門，為什麼要用“較”呢？因為事實上，定慧不二，定

中有慧，慧中有定，一定是定力深厚了，才能開智慧，也一定是智慧開展了，定力必定增長；故“較”是站在修法的角度來看，而不是站在定慧不二的角度來看，而且所謂的“較”，也就是說法門的特色；每一個特色的發揮到淋漓盡致，就是一種修法，就是一種法門。故無相三昧，就是在禪定中於相離相，而且沒有偏離；無相解脫門，就是在一切的歷緣對境中於相離相，完全沒有偏離；故無相三昧是無相解脫門的一部份，無相解脫門包含了無相三昧。我們可以作一個簡圖來幫助了解：



無願解脫門，也叫無作或無欲解脫門，無願是無所願求的意思。人的最大苦痛，就是來自於對這個三界願求太多，每一個人都有屬於自己大大小小各種不同的願求；但事實上，願求越多，痛苦越多；願求越大，痛苦越大；為什麼呢？因為，「有求皆苦」，連世間法都說：「人到無求品自高」，只要有願求，就有滿足或失落的問題，那麼滿足時快樂，失落時痛苦；一個人的情緒就將難以安定了；而一個要努力悟空的修行人，如果連情緒都非常難以保持一個較平穩的狀

態，那麼開悟證果是根本不可能的事；所以少欲知足，恬淡寡欲是一個修行人必備的美德。以對治煩惱來說，無所願求就是最釜底抽薪的辦法，如果少願求，必然少失落，甚至無願求，那麼就完全不會有失落的苦痛了。故無所願求的解脫門，事實上是相當有實用價值的法門，這當然不能說空、無相解脫門沒有實用價值，而是說無願解脫門的特色就是在於對治煩惱；而煩惱如果對治成功，一定能夠在圓滿的無願無求狀態中，真正的澈見諸法實相——空。無願無求不但讓修行人能夠成為一個品格高潔之人，還能讓修行人成為一個無憂無惱之人；那麼事實上，人成即佛成，佛就是人格完美的人，只要人格圓滿無缺，就是佛，就是覺者，就是聖者；故無願解脫門一樣可以讓人解脫輪迴，出離三界。不過無願的觀念有一個陷阱一定要注意，就是觀念上的無所願求，絕對不等於行為上的沒有作為，因為無所願求的另一層更深的含義其實是願無所願；對於世間法或非法，我們當然要作到無所願求；但是對於出世法或善法，難道我們真的就可以不再願求了嗎？不是的，絕對不是這樣的，如果真的是這樣，我們就可以不再發菩提大願，也不用發四弘願、文殊大願、普賢十願等等；而是以空性去發一切的願，無願的真正含義也是如此，只有與空相應的發願，這個願才是真正清淨的願，如

果有任何的執取而發願，這個願力要實踐，過程一定會特別的辛苦；因為只要有一絲的執取，就會感召一絲的障礙，故願無所願，求無所求；才是一個大乘菩薩道行者發願時的正確心態。但是行為上則絕對不是無願就無行，相反的，要積極的行，精進的行，甚至六度萬行。應該說因為語言文字實在太有限，無願這二個字，只能意會不能言傳，更不能只局限在表面字義；那一定會離題甚遠，甚至大錯特錯，故一切的名相皆為指月之指，切莫混淆，更切莫執取。所以無願解脫門的另一個名稱是「無作解脫門」，如果按字面解釋即是沒有作為，事實上，真的要巧妙的運用語言文字這個工具的話，那麼沒有作為顯然是錯誤，而作無所作才是「無作」二字試圖要表達的真義，即作盡一切善法，可是心中對於所作沒有一絲一毫的執取，既無任何執取，即空；故無願解脫門，不論它叫無願、無作或無欲，都必須與空相應，所以猶如前文所說，三解脫門，可以是三個法門，也可以是一個法門，可以同時是三，也可以同時是一，因為，一切的法門，都在空性中得到了統一。

此段經文，透過對於三解脫門的觀察，一樣可以得到同樣的結論：即空的特質即是無二、無生、無所得。

註釋之部

【三昧】

<一>梵語 sam ā dhi 之音譯，巴利語同。又作三摩地、三摩提、三摩帝。意譯為等持、定、正定、定意、調直定、正心行處等。即將心定於一處（或一境）的一種安定狀態。又一般俗語形容妙處、極致、蘊奧、訣竅等之時，皆以「三昧」稱之，蓋即套用佛教用語而轉意者，然已與原義迥然有別。於佛典中，sam ā dhi 譯為等持時，「等」乃指離開心之浮（掉舉）沈（惛沈），而得平等安詳，「持」則指將心專止於一境之意，此即為將心止於一境而不散亂之狀態，稱為心一境性。俱舍宗視之為十大地法之一，唯識宗則認為是五別境之一，且兩宗均以之為心所之一，但經部與成實宗則認為心所並無別體。一般修行大都止心一處，不令散亂，而保持安靜，此一狀態稱為三昧。達三昧之狀態時，即起正智慧而開悟真理，故以此三昧修行而達到佛之聖境者，則稱三昧發得或發定。舊譯常將三摩地（梵 sam ā dhi，三昧、等持）、三摩鉢底（梵 sam ā patti，等至、正受、正定、現前）及三摩呬多（梵 sam ā hita，等引、勝定）混同，而一概譯為三昧。實際上，三昧應指三摩地而言。有部認為凡是一切心共同之精神作用（即大地法），共通於定、散及善、惡、無記之三性，而僅限於一切有心位（不通於無心定）不亂心，且對一境地有集中之作用者，即稱三摩地。對此，三摩鉢底與三摩呬多則通於有心、無心，而僅局限於定

（包含有心定、無心定而不通於散定）。

俱舍論卷二十八謂，就所依止之定（等至）有四靜慮（四禪）、四無色定、八等至、三等持之別。四靜慮及四無色定乃以善等持（三摩地、三昧）為體；又四靜慮及四無色定之根本等至（三摩鉢底）有八種，故稱八等至；三等持（三三昧）即：有尋有伺、無尋唯伺、無尋無伺等三種。此外亦指空、無相、無願，或空空、無相無相、無願無願之三重等持（三重三昧）而言。二種三昧之中，第一種係以尋（尋求推度之粗雜的精神作用）與伺（伺察思惟之深細的精神作用）之有無，而分為：（一）初靜慮（初禪）與未至定。此屬有尋有伺三摩地。又作有覺有觀三昧。（二）中間靜慮（中間定），屬無尋唯伺三摩地。又作無覺有觀三昧。（三）第二靜慮（第二禪）之近分以上屬無尋無伺三摩地。又作無覺無觀三昧。第二種則指觀「人、法」皆空之三昧，稱為空三昧。捨離差別相之三昧，稱為無相三昧；捨離願求之思之三昧，則稱為無願三昧。其次在三重三昧中，又有空空三昧、無相無相三昧、無願無願三昧等。據十住毘婆沙論卷十一載，三昧乃四禪（四靜慮）、八解脫以外之一切定。又謂唯三解脫門（無漏之空、無相、無願三昧）和有尋有伺等之三三昧稱為三昧。同論又揭示定之範圍較狹，三昧之範圍則較廣，依此，諸佛菩薩所得之定可視為三昧。大乘義章卷十三舉出雜阿毘曇心論卷六、成實論卷十二、十地經論卷五等之說，而述明禪、定、三昧、正受、解脫、奢摩他等之差異。依其說法，則狹義之三昧指空等之三三昧，廣義則指四無量心及其他諸定。阿含經認為四禪八定之外，另有空、無相、無願等之三三昧（三解脫門）與

有尋有伺等之三三昧，而大乘則有數百上千種種三昧之說。大乘經典之名稱，以「三昧」為名者，即有般舟三昧經、首楞嚴三昧經、慧印三昧經、自誓三昧經、佛印三昧經、法華三昧經、念佛三昧經、月燈三昧經、金剛三昧經等多種，這些經典對標題所示之「三昧」均有詳細說明。其中，般舟三昧，亦稱諸佛現前三昧與佛立三昧。此外，法華經卷一曾舉出無量義處三昧之名，舊譯華嚴經卷六與卷四十四，有華嚴三昧、海印三昧、師子奮迅三昧之說。大品般若經卷三、卷五，亦有首楞嚴（健行）、寶印、師子遊戲等百八三昧之說。南本涅槃經卷十三列出菩薩破除「二十五有」之二十五種三昧之名，法華經卷七之十六三昧，即為法華三昧之異名。又身發火焰之三昧，稱為火界三昧、火定、火光三昧，有火葬屍骸之意。最勝之三昧，則稱王三昧或三昧王三昧。日僧法然在其選擇本願念佛集中將念佛稱為王三昧，又瑩山紹瑾撰之坐禪用心記亦將坐禪稱為王三昧。修三昧之堂，稱三昧堂。依修三昧之種類而分，即有法華三昧堂、常行三昧堂、理趣三昧堂等。

【三三昧】

又稱三三摩地、三等持、三定。指三種三昧。三昧，禪定之異稱。依大乘義章卷十三載，心體寂靜，離於邪亂，稱為三昧。此三昧分有漏、無漏二種，有漏定為三三昧，無漏定為三解脫門。三三昧之分類有下列幾種：<一>據增一阿含經卷十六等之說，即：(一)空三昧，即觀一切諸法皆悉空虛，為與苦諦之空、無我二行相相應之三昧，觀諸法為因緣所生，我、我所二者皆空。(二)無相三昧，即一切諸法皆無想念，亦不可

見，為與滅諦之滅、靜、妙、離四行相相應之三昧。涅槃離色聲香味觸五法、男女二相，及三有為相之十相，故稱無相。(三)無願三昧，又作無作三昧、無起三昧。對一切諸法無所願求，為與苦諦之苦、無常二行相，集諦之因、集、生、緣四行相相應之三昧。非常、苦、因等可厭患，故道如船筏，必應捨之；能緣彼定故，得無願之名。<二>俱舍論卷二十八所論之三三摩地。即：(一)有尋有伺三摩地（又作有覺有觀三昧），係與尋伺相應之等持，為初靜慮與未至定所攝。(二)無尋唯伺三摩地（又作無覺有觀三昧），係唯與伺相應之等持，為靜慮中間地所攝。(三)無尋無伺三摩地（又作無覺無觀三昧），係不與尋伺相應之等持，由第二靜慮之近分，乃至非想非非想所攝。以上，心之粗者稱為尋，細者則為伺。<三>成實論卷十二所說之三三昧。即：(一)一分修三昧，修定不修慧，或修慧不修定。(二)共分修三昧，修定亦修慧，為世間三昧，在煖等法之中。(三)聖正三昧，入於法位而能證滅諦之三昧，稱為聖正三昧。行者以定修心，因慧能遮煩惱；以慧修心，因定能遮煩惱。以定慧修心，因性得解脫性；又以定慧一時具足，故稱聖正。

此外，法華經玄義卷四所言之三三昧為：(一)真諦三昧，破見思垢。(二)俗諦三昧，破惡業垢、塵沙垢。(三)中道三三昧，破無明垢。

【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

永遠在內心保持——
青春活力
這是年齡所不能剝奪的

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