

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 95 講

2016年4月20日

(郭韻玲 老師 講解於1995年5月11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！

～郭韻玲

### 第三十品 校量功德品

時天帝釋復白佛言。世尊。是善男子善女人等。云何覺知於此三千大千世界并餘十方無邊世界。所有四大王眾天三十三天夜摩天覩史多天樂變化天他化自在天梵眾天梵輔天梵會天大梵天光天少光天無量光天極光淨天淨天少淨天無量淨天遍淨天廣天少廣天無量廣天廣果天無繁天無熱天善現天善見天色究竟天。及餘無量有大威德諸龍藥叉健達縛阿素洛揭路荼緊捺洛莫呼洛伽人非人等來至其所。觀禮讀誦彼所書寫甚深般若波羅蜜多。供養恭敬尊重讚歎。合掌右繞歡喜護念。爾時佛告天帝釋言。憍尸迦。是善男子善女人等。若見如是甚深般若波羅蜜多所安置處有妙光明。或聞其處異香芬馥若天樂音。當知爾時有大神力威德熾盛諸天龍等來至其所。觀禮讀誦彼所書寫甚深般若波羅蜜多。供養恭敬尊重讚歎。合掌右繞歡喜護念。復次憍尸迦。是善男子善女人等。修淨妙行嚴潔其處。至心供養如是般若波羅蜜多。當知爾時有大神力威德熾盛諸天龍等來至其所。觀禮讀誦彼所書寫甚深般若波羅蜜多。供養恭敬尊重讚歎。合掌右繞歡喜護念。憍尸迦。隨其如

是具大神力威德熾盛諸天龍等來至其處。此中所有邪神惡鬼。驚怖退散無敢住者。由此因緣。是善男子善女人等。心便廣大。所修善業倍復增長。一切所為無有障礙。以是故。憍尸迦。若此般若波羅蜜多。隨所在處周匝除去諸不淨物。掃拭塗治香水散灑。敷設寶座而安置之。燒香散華張施幃蓋。寶幢幡鐸間飾其中。衣服繚絡金銀寶器。眾妙珍奇伎樂燈明。無量雜綵莊嚴其處。若能如是供養般若波羅蜜多。便有無量具大神力威德熾盛諸天龍等來至其處。觀禮讀誦彼所書寫甚深般若波羅蜜多。供養恭敬尊重讚歎。合掌右繞歡喜護念。復次憍尸迦。是善男子善女人等。若能如是供養般若波羅蜜多。身心無倦身樂心樂。身輕心輕。身調柔心調柔。身安隱心安隱。繫心般若波羅蜜多。夜寢息時無諸惡夢唯得善夢。謂見如來應正等覺身真金色。具三十二大丈夫相。八十隨好圓滿莊嚴。放大光明普照一切。聲聞菩薩前後圍繞。

P694 I 欄5行~II 欄20行

此時天帝釋又請教佛陀：修行人如何能夠知道龍天護法來了呢？佛告訴天帝釋：如果修行人看到般若安置處有妙光明、聞到異香或聽到美妙的天樂，就知道龍天已經來了。又對天帝釋說：如果修行人能夠修持清淨妙行，又能準備乾淨無比之處誠心供養

般若，則必會有大神力威德熾盛的龍天前來，並且退散一切的邪神惡鬼。由於這樣的因緣，修行人便能夠心量廣大，所修的善業加倍增長，一切的作為都沒有障礙。所以修行人應該在供養般若之處，除去周遭一切不淨之物，清掃乾淨，並用香水洒淨，陳設寶座安置之，並且燒香散花、佈置幃蓋幢幡等裝飾其中，更以衣服、繖絡、金銀、寶器等莊嚴其處，如果能夠如是供養，便會有無量具有大神力威德熾盛的龍天前來。佛又告訴天帝釋：這樣的修行人身心能夠無倦、樂、輕、調柔、安穩、繫心般若，晚上睡覺時都不會作惡夢，只有好夢，而且會看到如來的金身，具足三十二相及八十隨形好，放出大光明普照一切，聲聞以及菩薩前後圍繞。

此段經文，佛陀又詳細說明修持供養般若的利益。最直接的利益就是對我們的身心產生莫大的好處，例如不會疲倦、快樂、輕安、調柔、安穩，這些其實都是了不得的利益，像不會疲倦就多麼的好，一個人大精進時，無論自度或度人，總是會有疲倦的時候，那時不論自己多麼想繼續精進，但疲倦的感覺最終還是必須讓自己先休息一會後才能再度上路；而如果一個人不會疲倦，表示他不用休息，最起碼他休息得很短暫，而且清醒的時候，由於不會有倦怠感，所以作任何事的效率都奇高無比，那麼以自度度人皆須全力以赴而言，一個不會疲倦的身心條件實在是太好了，這樣的人，一定能夠迅速得到圓滿的成就。

再談到身心的快樂，一個人如果一直都覺得很快樂，這樣才是容易自度度人圓滿的人，為什麼呢？因為佛法本來就是要眾生去得到快樂，只是這個快樂是永恆的快樂，所以要費盡千辛萬苦才能得到；但如果依循佛陀的教導，至心供養般若，一樣可以得到如是快樂；而事實上，也只有自己快樂的人，能夠帶給別人快樂，如果連自己都不快樂，是很難能夠同樣帶給別人快樂，故基本上，一個菩薩，一定是一個快樂的人，唯有如此，他才能把自己的快樂與眾生分享；而這個分享的結果是十分值得研究的，就是快樂越分享越多，為什麼如此呢？一般的物質絕對是越分越少；但是無形的快樂卻是越分享越多，因為無形的快樂如果來自於空性的快樂，那麼本身就是源源不絕，不假外求，也就是所謂的「俱生法喜」，這樣的快樂當然是永遠也分不完的，而且基於萬物一體的真理，其實別人的快樂，就是自己的快樂，自己的快樂，也就是別人的快樂，本來就已經無二無別了，只是回到原本的狀態，故自己的快樂一旦與別人分享，就是回到了法界的真實狀況，自己的快樂馬上擴大為法界的快樂，馬上成為無量無邊的快樂，所以無形的快樂才會越分享越多，明白了這個道理，就知道了“分享”的真義。

繼而談到身心的輕安，我們的身心由於處於三界火宅，其實沒有片刻是輕鬆安然的，都是處於五濁煎熬、眾苦摧逼的狀態，如果身心能夠輕安，真是莫大的休息與舒服；而事實上，一個大修行人，一定要盡量早日讓自己修到身心輕安的境界，為什麼呢？因為唯有身心輕安，才能真正全力前進，身心輕安即表示業力已經清除到一個“安全距離”，怎麼說呢？即現在要受的惡業皆已化解，未來要報的惡業也還有一段距離，趁著這段輕安，可以作千里馬御風而行，不會有任何的阻力，這樣的進步才能快速的離開業力網的束縛，繼而衝破大幻化網的束縛，故身心輕安是修行的溫床，能夠快速得到成就的花果。

繼而再談到身心的調柔，這也是修持般若能夠得到的大利益，我們的身心，由於業力的摧逼，多半是粗重而僵硬的；而這樣的身心條件，真的是不易入定，更別說入甚深禪定，所以身心能夠調柔，這樣的修行人必定很快就能夠禪定功夫成片；而也唯有定境成片，才能真正澈見諸法實相，也唯有定慧等持，一個人才能真正於這業力纏牽的世間作出一切正確身口意的回應，也唯有如是才能漸漸斬斷因果的鎖鍊，遠離一切黑暗，累積無量無邊的功德福報，自利利他，自度度

人。

最後談到身心的安穩，因為身心不會疲倦，所以快樂；因為快樂，所以一直感到輕安；因為輕安，所以身心全部調和柔軟；因為調柔，所以身心就到達了一個安穩的狀態。修持般若就是有這樣的大利益，我們的身心總是動盪不安，躁動不已，安穩的身心是多麼令人夢寐以求的生命境界，因為唯有身心皆安穩，這樣的人才幸福安樂可言，身心都安定不下來，幸福安樂就沒有生長的溫床，因為只有自己不再折磨自己、折磨別人，才有幸福安樂可言，可是一個身心不安穩的人，絕對逃不了折磨自己與別人的命運；因為眾生一體是法界實相，自己的不安一定會影響到周遭的不安，最起碼與自己因緣深的人就會受到影響，故切莫小看星星之火，真的足以燎原，又如一朵小小的漣漪，也可以擴散到整個湖面，故唯有讓自己安穩下來，周遭才能安穩；也就是說，唯有自己安穩，才能讓別人安穩。

偉大實用的佛法，絕非要我們遠離快樂，相反的，要我們得到一切的快樂，即如經文所說的「身心無倦、身樂心樂、身輕心輕、身調柔心調柔、身安穩心安穩」，只是要得到這一切的喜樂，就如同要尋找永恆喜樂之泉，要經過一路上的重重考驗與難關，如果正在路上，請不斷的努力，總有一天，一定能夠親嚐清冽的甘泉，永不相離。

## 註釋之部

### 【蓋】

<一>覆障之義。指煩惱，因煩惱覆障善心，故稱為蓋。有五種，即：貪欲蓋、瞋恚蓋、惛沈睡眠蓋、掉舉惡作蓋、疑蓋，合稱五蓋。 <二>乃遮日防雨之傘。又稱傘蓋、笠蓋、寶蓋、圓蓋、花蓋。用樹皮、葉、竹、絹等所造之幡，名為幡蓋。 印度位處熱帶，彼國人日間在屋外時，多以蓋遮日。蓋，依形狀可分二種，一般多見柄附於內部中央者，亦有柄附於外面上部之懸蓋，稱天蓋。後世作圓筒形絲帛製品，高懸於佛座或高座之上，而成為佛殿之莊嚴具。

### 【正覺】

<一>意指真正之覺悟。又作正解、等覺、等正覺、正等正覺、正等覺、正盡覺。等者，就所證之理而言；盡者，就所斷之惑而言。即無上等正覺、三藐三菩提之略稱。梵語sambodhi之意譯，音譯三菩提。謂證悟一切諸法之真正覺智，即如來之實智，故成佛又稱「成正覺」。阿彌陀佛在往昔十劫即成就正覺，最初成佛之瞬間即稱為正覺一念。又極樂淨土之蓮花，為依彌陀如來成就正覺所成之花，故稱正覺花。 以上係就正覺之廣義而言。若狹義言之，則特指釋尊於菩提樹下金剛座上覺悟緣起之法，證得解脫。長阿含卷二遊行經：「佛昔於鬱鞞羅尼連禪水邊，阿遊波尼俱律樹下，初成正覺。」又於華嚴宗所判之五教中，釋尊之初成正覺，在「小乘教」係指釋迦生身之實成，在「始教」則指八相化身之示現，在「終教」則謂十地行滿之報身，在「頓教」則稱法身之初成，在「圓教」乃意味遍滿因陀羅網無邊世界念念初初之成正覺。 <二> (1091~1157) 宋代曹洞宗僧。隰州(山西)人。俗姓李。

十一歲出家，十四歲受具足戒，十八歲出遊參學。一日，聞僧誦法華經，至「父母所生眼，悉見三千界」文，瞥然有省。既而聞丹霞子淳之道譽，遂往參禮諮詢，言下釋然，時年二十三。及丹霞退居唐州大乘寺，師亦隨之。宣和二年(1120)，遷住大洪寺，亦相隨掌理牋記。翌年，遷首座之職，復於圓通寺照闡提席下任分座。未久，應長蘆寺真歇之請而住寺開法。當時有眾一千七百，見師秉拂提唱，悉皆歎服。留居六年，轉至泗洲普照寺弘法，並承嗣丹霞衣。 建炎元年(1127)，移住舒州太平寺，後轉江州之圓通、能仁兩寺。又遊雲居山，參謁圓悟克勤，勤與安定郡王，共請師住持長蘆寺。建炎三年，渡浙江而至明州，禮拜普陀山，過天童山時，郡守懇請住持天童寺。九月，受敕命住持靈隱寺。十月，再還天童。住於天童，前後垂三十年，整備伽藍，嚴飭清規，世稱天童和尚，譽為天童中興之祖。時值北宋末年之亂世，宗風不振，流弊百端；師乃特為舉揚正傳之禪宗宗風，並提倡「坐禪」、「默照」之禪風，世稱之默照禪、宏智禪。紹興二十七年九月示寂，享年六十七。詔諡「宏智禪師」。所著天童百則頌古為元代萬松行秀「從容錄」之依據，另有宏智廣錄九卷、宏智覺禪師語錄四卷、宏智和尚語要一卷等。

### 【三十二相】

係轉輪聖王及佛之應化身所具足之三十二種殊勝容貌與微妙形相。又作三十二大人相、三十二大丈夫相、三十二大士相、大人三十二相。略稱大人相、四八相、大士相、大丈夫相等。

與八十種好（微細隱密者）合稱「相好」。關於三十二相名稱之順序，各有異說，今依大智度論卷四所載，即：(一)足下安平立相，又作足下平滿相、兩足掌下皆悉平滿相。即足底平直柔軟，安住密著地面之相。係佛於因位行菩薩道時，修六波羅蜜所感得之妙相，此相表引導利益之德。(二)足下二輪相，又作千輻輪相。即足心現一千輻輪寶之肉紋相。此相能摧伏怨敵、惡魔，表照破愚癡與無明之德。或謂「足」亦指手足，故又稱手足輪相、手掌輪相。(三)長指相，又作指纖長相、指長好相、纖長指相。即兩手、兩足皆纖長端直之相。係由恭敬禮拜諸師長，破除憍慢心所感得之相，表壽命長遠、令眾生愛樂歸依之德。(四)足跟廣平相，又作足跟圓滿相、足跟長相、腳跟長相。即足踵圓滿廣平，係由持戒、聞法、勤修行業而得之相，表化益盡未來際一切眾生之德。(五)手足指縵網相，又作指間雁王相、俱有網鞞相、指網縵相。即手足一一指間，皆有縵網交互連絡之紋樣，如雁王張指則現，不張則不現。此相乃由修四攝法、攝持眾生而有。能出沒自在無礙，表離煩惱惡業、至無為彼岸之德。(六)手足柔軟相，又作手足如兜羅綿相、手足細軟相。即手足極柔軟，如細劫波毳之相。係以上妙飲食、衣具供養師長，或於父母師長病時，親手為其拭洗等奉事供養而感得之相，表佛以慈悲柔軟之手攝取親疏之德。(七)足趺高滿相，又作足趺隆起相、足趺端厚相、足趺高平相。即足背高起圓滿之相。乃佛於因位修福、勇猛精進感得之相，表利益眾生、大悲無上之內德。(八)伊泥延[足\*專]相，又作踰如鹿王相、鹿王踰相、兩踰鹿王

相。即股骨如鹿王之纖圓，係往昔專心聞法、演說所感得之相，表一切罪障消滅之德。(九)正立手摩膝相，又作垂手過膝相、手過膝相、平住手過膝相。即立正時，兩手垂下，長可越膝。此相係由離我慢、好惠施、不貪著所感得，表降伏一切惡魔、哀愍摩頂眾生之德。(十)陰藏相，又作馬陰藏相、陰馬藏相、象馬藏相。即男根密隱於體內如馬陰（或象陰）之相。此相係由斷除邪淫、救護怖畏之眾生等而感得，表壽命長遠，得多弟子之德。(十一)身廣長等相，又作身縱廣等如尼拘樹相、圓身相、尼俱盧陀身相。指佛身縱廣左右上下，其量全等，周匝圓滿，如尼拘律樹。以其常勸眾生行三昧，作無畏施而感此妙相，表無上法王尊貴自在之德。(十二)毛上向相，又作毛上旋相、身毛右旋相。即佛一切髮毛，由頭至足皆右旋。其色紺青，柔潤。此相由行一切善法而有，能令瞻仰之眾生，心生歡喜，獲益無量。(十三)一一孔一毛生相，又作毛孔一毛相、孔生一毛相、一一毛相、一孔一毛不相雜亂相。即一孔各生一毛，其毛青琉璃色，一一毛孔皆出微妙香氣。乃由尊重、供養一切有情、教人不倦、親近智者、掃治棘刺道路所感之妙相，蒙其光者，悉能消滅二十劫罪障。(十四)金色相，又作真妙金色相、金色身相、身皮金色相。指佛身及手足悉為真金色，如眾寶莊嚴之妙金臺。此相係以離諸忿恚，慈眼顧視眾生而感得。此德相能令瞻仰之眾生厭捨愛樂，滅罪生善。(十五)大光相，又作常光一尋相、圓光一尋相、身光面各一丈相。即佛之身光任運普照三千世界，四面各有一丈。此相以發大菩提心，修無量行願而有，能除惑破障，表一切志願皆能滿足之德。(十六)細薄皮相，又作皮膚細軟相、身皮細滑塵垢不著相。即皮膚細薄、潤澤，一切塵垢不染。係以清淨之衣

具、房舍、樓閣等施與眾生，遠離惡人，親近智者所感得之相，表佛之平等無垢，以大慈悲化益眾生之德。(十七)七處隆滿相，又作七處滿肩相、七處隆相。指兩手、兩足下、兩肩、頸項等七處之肉皆隆滿、柔軟。此相係由不惜捨己所愛之物施予眾生而感得，表一切眾生得以滅罪生善之德。(十八)兩腋下隆滿相，又作腋下平滿相、肩膊圓滿相。即佛兩腋下之骨肉圓滿不虛。係佛予眾生醫藥、飯食，又自能看病所感之妙相。(十九)上身如獅子相，又作上身相、師子身相、身如師子相。指佛之上半身廣大，行住坐臥威容端嚴，一如獅子王。係佛於無量世界中，未曾兩舌，教人善法、行仁和，遠離我慢而感得此相，表威容高貴、慈悲滿足之德。(廿)大直身相，又作身廣洪直相、廣洪直相、大人直身相。謂於一切人中，佛身最大而直。乃以施藥看病，持殺、盜戒，遠離憍慢所感；能令見聞之眾生止苦、得正念、修十善行。(廿一)肩圓好相，又作肩圓大相、兩肩平整相。即兩肩圓滿豐腴，殊勝微妙之相。係由造像修塔，施無畏所感得，表滅惑除業等無量功德。(廿二)四十齒相，又作口四十齒相、具四十齒相。指佛具有四十齒，一一皆齊等、平滿如白雪。此相係由遠離兩舌、惡口、恚心，修習平等慈悲而感得，常出清淨妙香；此一妙相能制止眾生之惡口業，滅無量罪、受無量樂。(廿三)齒齊相，又作齒密齊平相、諸齒齊密相。即諸齒皆不粗不細，齒間密接而不容一毫。係以十善法化益眾生，復常稱揚他人功德所感得之相，表能得清淨和順、同心眷屬之德。(廿四)牙白相，又作四牙白淨相、齒白如雪相。即四十齒外，上下亦各有二齒，其色鮮白光潔，銳利如鋒，堅固如金剛。係以常思惟善法，修慈而感得此相。此妙相能摧破一切眾生強盛堅固之三毒。(廿五)獅子頰相，

又作頰車相、頰車如獅子相。即兩頰隆滿如獅子頰。見此相者，得除滅百劫生死之罪，面見諸佛。(廿六)味中得上味相，又作得上味相、常得上味相、知味味相。指佛口常得諸味中之最上味。此係由見眾生如一子，復以諸善法迴向菩提感得之相，表佛之妙法能滿足眾生志願之德。(廿七)大舌相，又作廣長舌相、舌廣博相、舌軟薄相。即舌頭廣長薄軟，伸展則可覆至髮際。係發弘誓心，以大悲行迴向法界而感得之相；觀此相，則滅百億八萬四千劫生死罪，而得值遇八十億之諸佛菩薩受記。(廿八)梵聲相，又作梵音相、聲如梵王相。即佛清淨之梵音，洪聲圓滿，如天鼓響，亦如迦陵頻伽之音。乃由說實語、美語，制守一切惡言所得之相；聞者隨其根器而得益生善，大小權實亦得惑斷疑消。(廿九)真青眼相，又作目紺青色相、目紺青相、紺眼相、紺青眼相、蓮目相。即佛眼紺青，如青蓮花。係由生生世世以慈心慈眼及歡喜心施予乞者所感得之相。(卅)牛眼睫相，又作眼睫如牛王相、眼如牛王相、牛王睫相。指睫毛整齊而不雜亂。此相係由觀一切眾生如父母，以思一子之心憐愍愛護而感得。(卅一)頂髻相，又作頂上肉髻相、肉髻相、烏瑟膩沙相。即頂上有肉，隆起如髻形之相。係由教人受持十善法，自亦受持而感得之相。(卅二)白毛相，又作白毫相、眉間毫相。即兩眉之間有白毫，柔軟如兜羅綿，長一丈五尺，右旋而捲收，以其常放光，故稱毫光、眉間光。因見眾生修三學而稱揚讚歎遂感此妙相。以上三十二相，行百善乃得一妙相，稱為「百福莊嚴」。

【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

在這人世紛雜中  
偶爾能暫時獲得  
一秒鐘的  
寧靜  
也是好的

## 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