









般若心經集解  
念佛圓通章集解  
靜坐數息法要  
合刊

智海法師述

佛陀教育基金會印贈

一切佛經，及闡揚佛法諸書，無不令人趨吉避凶，改過遷善。明三世之因果，識本具之佛性。

出生死之苦海，生極樂之蓮邦。讀者必須生感恩心，作難遭想。淨手潔案，主敬存誠。如面佛天，如臨師保。則無邊利益，自可親得。若肆無忌憚，任意亵瀆。及固執管見，妄生毀謗，則罪過彌天，苦報無盡。奉勸世人，當遠罪求益，離苦得樂也。

——恭錄自《印光大師文鈔三編卷四：靈巖山寺念誦儀規題辭》

釋智海編述

般若心經集解

佛陀教育基金會 印贈



般若波羅密多心經

觀自在菩薩行深般若波羅密多時。照見五蘊皆空。度一切苦厄。舍利子。色不異空。空不異色。色即是空。空即是色。受想行識亦復如是。舍利子。是諸法空相。不生不滅。不垢不淨。不增不減。是故空中無色。無受想行識。無眼耳鼻舌身意。無色聲香味觸法。無眼界乃至無意識界。無無明。亦無無明盡。乃至無老死。亦無老死盡。無苦集滅道。無智亦無得。以無所得故。菩提薩埵依般若波羅密多故。心無罣礙。無罣礙故。無有

恐怖遠離顛倒夢想。究竟涅槃。三世諸佛依般若波羅密多故得阿耨多羅三藐三菩提。故知般若波羅密多是大神咒。是大明咒。是無上咒。是無等等咒。能除一切苦。真實不虛。故說般若波羅密多咒。即說咒曰。揭諦揭諦。波羅揭諦。波羅僧。揭諦。菩提薩婆訶。

佛曆二五六六（二〇〇二）年觀世音菩薩出家紀念日智海敬書

# 般若波羅蜜多心經集解序

我佛釋迦如來在世，說法度生四十九年，其間二十二年廣談般若，梵語般若，華言智慧。佛陀智慧超人，佛教眞理甚深，佛學是啓發智慧之學，佛法是破愚痴之法；學佛可以增長智慧，學佛可以消除煩惱。人生種種問題，需要佛法啓示，故此信佛不是迷信；眞能減除精神負擔，眞能安心解脫自在，是故人生應當學佛。

然而學佛，需要般若智慧。佛說一大藏教，在般若部中，大般若經最長，有六百卷之多；般若心經最短，只有二百六十個字。而此二百六十個字，實是大般若經之心要，如人心臟，故名心經，極爲切要。此經傳入中國，玄奘法師譯本，流傳最廣，註解最多，古今以來，有百餘種，其中或略或廣，各有擅長。

余自弘法四十年來，研經講述，志在遊心法海；念佛習定，神則棲心淨土。曾在不同國家，講解此經幾遍，然於義理發揮，總覺未能盡其善美。常自思之，心經在中國佛教界內，早為家喻戶曉，大小寺院列為日課，如此重要經典，學佛之人，誰不應當加以深入研究！於是除依大般若經、大智度論外，又依古今大德註疏，例如：唐窺基、圓測、法藏、靖邁、明德清，及近代倓虛、斌宗、法舫、竺摩、真禪等高僧所解，並丁福保居士心經詳註，約三十種之多，盡量選諸家之所長，搜集以擇述其要。

此書編述之動機有三：一、為自己修學研究方便。二、為供給諸方弘法大德道侶參考。三、為佛學院求法同學，欲研究心經者，查閱資料節省時間。有如是等因緣，所以不揣鄙陋，編述這本般若心經集解，其中如有錯誤，尙望諸方大德高賢指正。

佛曆二五四六（一〇〇一）年觀音出家紀念日舊金山

佛山寺沙門智海謹序



# 般若波羅蜜多心經集解綱目

一、般若心經十種殊勝	一
二、般若心經五重玄義	八
三、譯者簡史	二〇
四、經文集解	一
一、自行般若	二六
二、正說般若	一
一、顯說般若	四八
二、密說般若	一二五



# 般若波羅蜜多心經集解

釋智海述

## 一、般若心經十種殊勝

一、義理精要殊勝：佛教一切經典，皆溯源於佛陀所說，諸大弟子共所結集，歷代高僧翻譯傳持，其所闡述內容，不出大小二乘佛教。小乘佛教，從根本佛教到原始佛教，由原始佛教到部派佛教，多以業力爲本，勸信因緣果報之理，解釋離苦得樂之法。大乘佛教，分爲空有二宗，性相二教。其中有宗經典，辨別法相唯識教義，屬法相唯識學，由無著、世親、玄奘等諸師傳承；空宗經典，談空顯性教義，屬般若性空學，由龍樹、提婆、羅什等諸師傳承。

般若部系經典，義理甚深，古今大德判教，見解雖有抑揚不同，但對般若法門，無不十分重視，因爲大乘佛教，是

以般若爲本。如唯識宗，立三時教，即有相教、無相教、中道教。判般若經，爲第二時無相教，由於無相法空，悟入圓滿中道。而天台宗，以五時判教，判般若經，在第四時，經過般若融通淘汰，蕩執成智，悟入法華圓教。

大藏經中記載，般若經典，共有七百四十七卷，其中大般若經，有六百卷，玄奘大師所譯，在大藏中，是屬經文最長之經。今此般若心經，是屬般若部系，經文最簡要，義理亦甚深，堪稱殊勝第一。

二、簡易受持殊勝：若法華經有七卷，華嚴經有八十卷，而大般若經，更多至六百卷，均不易受持。今此般若心經，雖有七種譯本，可是自古以來，皆以玄奘大師所譯，爲流通本。此本僅有二百六十個字，文簡義深，總該般若心要，老幼咸宜受持，並可顯密雙修，現生獲益。

大唐西域記所載：玄奘大師在西遊取經途中，經涉流沙

，越過蔥嶺，到一河畔，四顧無人，又無舟楫，不能得渡，彷徨之間，忽覩下流，有人用之器物，漂浮水面，則知上流必有人居，可探消息，便溯流而上，見有僧臥草舍，貧病欲死，無人照顧，乃細心護侍病僧。至癒欲走，僧出梵本心經，命其持誦，來日取經途中，必可解除厄難。奘師背熟梵本心經，果於途中，解除許多災難。

一次遇到當地土人，非常兇惡，捉來奘師，見其法相端嚴，擬以殺之祭神。奘師向彼求情，說由大唐而來，前往印度求法，請暫釋放，待取經回國後，願來以命祭神，土人不懂師語，定要綁殺祭神。奘師在此求救無門，只有專心閉目默誦心經，突然天地黑暗，狂風大作，飛沙走石，於是土人大驚，慌恐失色，以為和尚不可侵犯，齊向奘師跪拜求悔，將師釋放。奘師因誦心經功德，脫離災難，回到中國，再譯心經，勸人誦持，是故心經盛行中國，受持者眾。

三、弘傳普偏殊勝：因爲心經簡易受持，感應甚多，傳入中國，千餘年來，深入民心，甚至鄉間農夫幼童，對於「色即是空，空即是色」等句，雖不了知其義，有時亦能脫口而出。

宋朝時有一人，名賴省幹，常用妖術殺人祭鬼，曾在浙江一帶，專捉女童。時有一婦，敬奉觀音，常念心經，其女亦常隨之念誦，一日不幸，女童被捉，當日輪她祭神，先要沐浴更衣，鎖在空宅之中，女童自知必死，唯有一心念誦心經。正當中夜，忽有一物，從天窗而下，光如閃電，女見驚怖！只能順口念出「揭諦、揭諦」等句，忽然口中放光，妖物不敢進前，女童口中光明，漸放漸大，照射妖物，鏗然一聲，撲倒於地。適值巡邏經過，女童大聲呼喚救命，巡邏人破門而入，見一大蟒蛇，死於地上。女童述說經過，遂即報官，捉拿賴省幹，依法治罪。此類感應甚多，有助弘傳普偏

殊勝。

四、書寫供養殊勝：因爲心經文簡義深，超出世俗文字風格，不獨佛教人士書寫供養，甚至一般世俗學士，亦多欣賞心經文義優雅，常以各種文體書法，及諸石刻藝術品，製版印行心經，懸掛廳堂，莊嚴清雅。或時賓主藉斯微言，清談般若，啓發深思，以示禪機妙意。更有用竹板刻心經者，用貝葉寫心經者，甚至有用銅葉、金葉刻心經者，種種供養，殊勝不一。

五、早晚課誦殊勝：中國佛教，不論深山城市鄉間，大小寺院道場，凡在早晚課誦時，必誦心經，並回向四恩三有，國泰民安，風調雨順，冥陽兩利，可知佛教信徒，何等重視般若，決非一般以爲佛教只拜偶像，屬於迷信之類。應知佛教是純以理智破除迷信，說明善惡因果道理，顯示絕對真理境界。是以古德特選心經，加入早晚課中，必須朝夕誦持

，以顯具有冥陽兩利殊勝功德。

六、能導諸法殊勝：於諸法中，若無般若，是爲法縛，是故凡夫於諸法中，不得自在，以無般若智，不能見法性故；於諸法中，若有般若，便得解脫，故佛於諸法中，而得自在，以有般若智，徹底見法性故。今者菩薩所修諸法，指前五度善法，般若是擇法智眼，爲諸法之先導。若無般若智眼，則所修諸行，都似盲人，難免墮坑落塹危險。故智度論說：「般若爲導，五度如盲。」

七、蕩滌執情殊勝：修行一切善行功德，不出二種：一者修善行時，有我法執情者，是世間有漏善。二者修善行時，無我法執情者，成出世無漏善。故於所修善行功德，必須經過二空般若，洗滌掃蕩我法執情，始能成就出世無漏功德。

八、除苦得樂殊勝：一切佛法，無非爲令眾生，離苦得樂。今此般若心經，離苦方法有二：一者以顯說般若深智，

「照見五蘊皆空，度一切苦厄，」徹底解脫人生痛苦。二者以密說般若咒力，如「是大明咒，是無等等咒，能除一切苦，真實不虛。」是故以此般若心經，顯密兼修殊勝方法，即能除苦得樂。

觀音感應記中所載：昔陳有嚴，家中婢女，鬼魂上身，胡言亂語，自稱姓楊，爲她百般祈禱，鬼魂皆不許可，唯請念心經超度，於是大家虔念心經。婢女忽然瞑目大聲說：「此中有人，食肉粉團，來念心經，這樣無用。」當時查問眾人，其中果有一人，曾食肉粉團，便令退出，眾又虔誠念誦心經，鬼魂漸漸離去，婢女蘇醒，恢復本人，而解脫苦難。

九、轉迷成悟殊勝：眾生迷執不悟，因執五蘊諸法，皆爲實有，不能徹見諸法眞空實相，不能解脫生死輪迴，不能超出三界境界。若能發心，以觀自在菩薩方法，修行甚深般若，以智慧光，徹底照見五蘊諸法皆空，當下便能轉迷成悟。

，體現諸法眞空實相，廣大清淨妙有境界。

十、能生諸佛殊勝：因爲般若是諸佛之母，是故能生一切諸佛。大般若經說：「般若波羅蜜，能生諸佛。」金剛經說：「一切諸佛，及諸佛阿耨多羅三藐三菩提法，皆從此經出，」依此經句，證知般若，不但能生諸佛，亦能生諸佛法，以諸佛法，從佛口出故，是故般若能生諸佛，亦能生諸佛法。本經則說：「三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。」是故般若能生諸佛，堪稱殊勝第一。

## 一、般若心經五重玄義

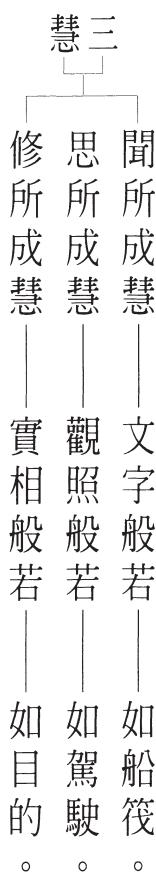
一、釋名：凡講一切經論，須先釋名，令由假名而會實體。天台智者大師，講解一切經論，不出七種立題釋名。七種立題，是從三種立題分出，即是單三複三具足一也。單三之中：一是人、有因人果人；二是法、有性法修法；三是喻

、有片喻全喻。複三之中：一是人法，二是人喻，三是法喻。具足一中：即人法喻一種。古人用此七種立題，解釋一切經名。

今此般若心經，是以法喻爲名，般若波羅蜜多六字是法，心字是喻，以喻心經是大般若經之中心，爲佛法之心要。以上七字是別題，別於諸經故。經字是通題，通一切經故。今先解釋經題。

## 般若波羅蜜多心經

般若，是梵語，華言智慧，經以真智妙慧爲般若智慧。所謂清淨無染是戒；知心不動，對境寂然是定；知心不動時，不生不動想，知心清淨時，不生清淨想，於中無染，得自在者，是名爲慧。慧有三種：



此三般若，文字、觀照、實相，如其次第，即是般若的妙相、妙用、妙體；即是緣因善性、了因慧性，正因理性；亦即是解脫德、般若德、法身德。法舫法師說：明心是觀照般若，見性是實相般若；見性可以頓悟，明心必須漸修。如神秀大師偈云：

「身是菩提樹，心如明鏡臺，時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」

此偈是作明心觀照工夫，即觀照般若。惠能大師偈云：

「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃？」

此偈則是證悟性空境界，就是實相般若。

若般種五  
 一 文字般若——真教。——能詮諸法實相。  
 二 觀照般若——真慧。——依教起真觀慧。  
 三 境界般若——諸法。——照了諸法本空。  
 四 實相般若——真理。——真如實相本體。

五 眷屬般若——萬行。——三學、六度、四加行等。

以上不論三種般若，或五種般若，總而言之，般若之智，雖有覺了與照明一切境界作用，而此智照之用，猶如日光，是無知而照，亦如明鏡，是無知而明。不但般若自身無知，其所照明之境界，即實相之境，亦是無相。大涅槃經說：「無相之相，名爲實相」。中觀論說：「諸法畢竟空，不生亦不滅，名諸法實相」，故實相之境，即是無相，即是諸法空相。僧肇大師云：般若之能照，在於無知；般若之所照，在於無相。

凡夫眾生，不識實相之境，不見五蘊諸法，本來是空，

以爲蘊等諸法實有，錯將般若正智，變成妄見，起惑造業，論迴三有。智度論云：「若不見般若，是則爲被縛，若人見般若，是亦名被縛」。若能以觀照般若，使妄見變成正見，識得五蘊諸法本空，則能度一切苦厄。智度論云：「若人見般若，是則得解脫，若不見般若，是亦得解脫」。又云：「知諸法實相慧，是般若波羅蜜」。諸法實相，即是本經之諸法空相，以其不生不滅，不垢不淨，不增不減，稱之爲空；以其無有變異，不可破壞，稱之爲實。經中五蘊皆空的境界，是實相般若，照見五蘊皆空的智慧，是觀照般若。

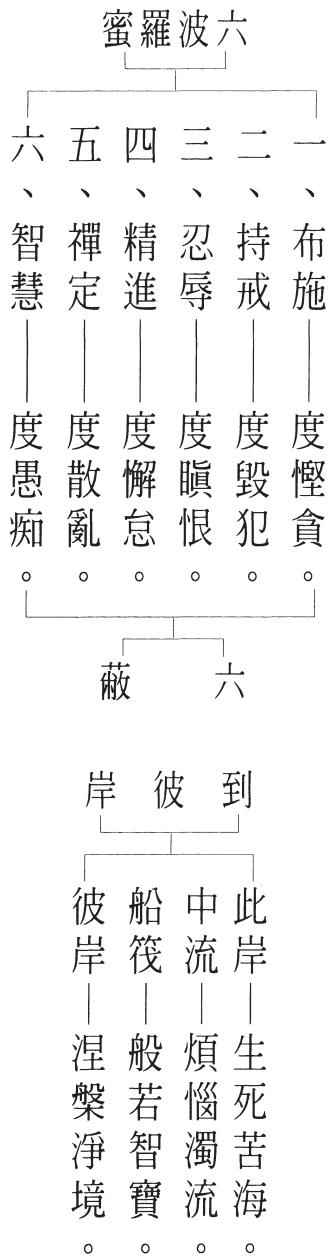
若約修行程度分別，有二種般若：一是共般若，二是不共般若。共般若名我空般若，亦名方便般若；不共般若名法空般若。智度論云：共般若是通聲聞、緣覺、菩薩，三乘共修共證的般若；不共般若是獨菩薩法，不共二乘所修，不與二乘共學，名不共般若。

**波羅蜜多**，是梵語，華言到彼岸。智度論卷十二云：此

岸是世間，以迷爲此岸，彼岸是涅槃，以悟爲彼岸。迷悟之間，只在一心。問、云何名不到彼岸？答、譬如渡河，未到而還，名不到彼岸。如舍利弗，於六十劫中，行菩薩道，欲渡布施河，有人來乞眼，舍利弗出一眼與之，乞者得眼，嗅之嫌臭，唾而棄地，又以腳踏，舍利弗思維言，如此弊人，甚難可度，不如自調，早脫生死，思維是已，退菩薩道，迴向小乘，是名不到彼岸。若能清淨布施，直進不退，無結使賊，無所怖畏，得至佛道，是爲佛檀，名到彼岸，是爲波羅蜜。

又智度論八十二卷云：爲般若波羅蜜故，說五波羅蜜，若人能直行諸法實相，則不爲說布施等入般若初門。以人鈍根罪重，故種種因緣說：以布施破慳貪，以持戒折煩惱，以忍辱修福德，以精進行難行，以禪定攝一心。是五波羅蜜皆

趣向般若波羅蜜，如一切眾流皆入大海。故云一切慧中第一慧，是名般若波羅蜜，以無漏慧根是第一故。



小乘出離生死河，到涅槃彼岸，不得名爲波羅蜜多。大乘出離煩惱所知二障，覺了一切所知事境，名到彼岸，亦名波羅蜜多。今此般若波羅蜜多，體即是慧，即別境中慧。生現行時，與第六第七識相應，能斷現行相縛；與第八識相應，於一身中，能熏所熏和合俱轉，由此能斷種子粗重縛。此經義顯般若波羅蜜多，能斷相縛及粗重縛。故本經云，菩薩

諸佛，依般若波羅蜜多故，證得涅槃及大菩提。

**心**者，佛說一大藏教，不離一心，或說三界唯心，萬法唯識，或說一切唯心造等。今以五義，解釋此心：

一、肉團心：是四大所組成，在生理學名爲心臟，掌理全身血液流動。瑜伽論云：「人受胎時，先生心臟，百骸五官次第而生；死時心臟最後方冷，生命活動一切停止」。然此肉團，假名爲心，實非真心。

二、緣慮心：指第六意識攀緣六塵，思慮善惡，虛妄意識，以爲中心。楞嚴經說：此心離塵無體，而非真心，凡夫暗昧，誤認爲心。圓覺經說：眾生妄認六塵緣影，以爲心相，即是指此緣慮妄心。

三、思量心：指第七末那染汙意識心，恒審思量第八識見分爲我，計著五蘊假相，執有實我實法，不能看破放下世界人生，爭人我論是非，種種煩惱，皆因此識染心而來。

四、積聚心：指第八阿賴耶識心，此心無始以來，集起眾多善惡功能種子，由業力熏習，遇緣變起根身器界。起信論說：眞如無明和合而成阿賴耶識。所謂「眞妄同源」，即指此識。

五、眞如心：眞謂眞實，顯諸法體，離諸虛妄，如謂如常不動，表諸法性，常住不變不改。此即自性清淨心，與佛性法身，如來藏、圓成實性，是同體異名。然而「聖人求心不求佛，愚人求佛不求心；智人調心不調身，愚人調身不調心」，故凡與聖不同。

上來列五種心，然此心經經題，是從法喻立名。若單從喻說，則指肉團心臟，是人全身之中心，比喻大般若經，是大乘佛法中心，而般若心經，又爲諸部般若經之中心，故以心臟爲喻。若單從法說，則指眞如心，因眞如心即是實相般若，實相般若是諸法空相無所得心，無所得心即是解脫涅槃。

槃到彼岸心，亦即是本來清淨之菩提心。故以此真心爲般若心要，爲萬法之根本。

### 佛法心要

- 一、菩提心：以般若智，觀心不迷，清淨三業，長時修集智慧資糧，令得圓滿。
- 二、大悲心：以般若智，觀諸有情，與我同體。對上孝順恭敬，對中柔和謙虛，對下憐愍救拔。

經，上面般若波羅蜜多心是別題，今之經字是通題。梵語修多羅，華言契經，即上契諸佛之理，下契眾生之機。又經者徑也，即是修行成佛的路徑。經說修多羅教，如標月指，學者應當依指見月，得月忘指；不可執指忘月，以失真正經義。

二、顯體：此經是以諸法空相爲體。小乘佛法，以三法印爲體；大乘佛法，以一法印爲體。此經從「舍利子！」是諸

法空相，乃至無智亦無得」，全は顯體之文，意在使人循名得體。諸大乘經，皆以諸法實相爲體，此般若經，雖不直說實相中道，是以破處爲顯處，意在導空入實，悟入實相般若，故以諸法眞空實相爲體。

三、明宗：此經是以觀照般若爲宗。宗是修行綱要，由修甚深觀照般若，照見五蘊等法皆空，至無所得，顯露諸法本體，了達諸法空相，徹悟本有真心，證入實相般若，故以觀照般若爲宗。依天台宗，修行一心三觀悟入一境三諦，證得諸法實相，即是實相般若。

四、辨用：前明宗，是會體之方法；今論用，是得體之妙用，此經是以度苦除障爲用。一有度苦作用，如經中說：「度一切苦厄」，或「能除一切苦」。二有除障作用、眾生受苦，因有三障，三障不除，性德難顯，性德不顯，眾苦難脫。一報障、正報身體，或受往業刀兵苦報，或六根相，醜

不具足，或四大失調病苦；依報環境，或生邊地下賤，或遭水火風災，或遇寒熱諸苦，有此報障，性德不顯。二業障，或過去惡業習氣，或現生惡業增長，六根雖具，三業垢重，性德不顯。三煩惱障，如有貪瞋痴慢疑邪見，六種根本煩惱，能障性德不顯。故欲顯性德，須除三障，欲除三障，當學般若，以戒學除報障，以定學除業障，以慧學除煩惱障。菩薩依般若故，心無罣礙，即除業障，無有恐怖，即除報障，遠離顛倒夢想，即除煩惱障。菩薩依般若故，能除三障，諸佛依般若故，能究竟成佛。

五、判教：判教，是判別一經所屬二種四教次第淺深之相。天台智者大師，以五時八教判釋如來一代時教。約五時說，此經爲第四般若時，以喻熟酥爲教相。以通教說無生四諦，明諸法體空；別教說無量四諦，明十界諸法，不昧因果。此二種四諦，是圓教無作四諦之前方便，爲令導入一實相

理，故判此經，爲第四時，喻熟酥味。若至法華，開權顯實，會三歸一，則喻無上醍醐妙味矣。此是依別五時，次第分判，故時有先後，教有權實。古有偈云：華嚴最初三七日，阿含十二方等八，二十二年般若談，法華涅槃共八年。若依通五時說，則五時之先後，亦可以互通矣。

## 二、譯者簡史

### 唐三藏法師玄奘奉詔譯

唐朝李淵三世仕隋有功，受隋禪讓，爲唐高祖，建都長安，國號曰唐。傳李世民，名爲太宗，史稱貞觀之治，盛極一時。本經從梵文譯成華文，先後共有七種譯本，其中以玄奘法師所譯文字，最爲簡明，歷代各宗法師，多依此本講解，古今流通。

## 三藏

經藏——修多羅——契經——爲佛所說——詮定學。  
律藏——毘奈耶——調伏——爲佛所制——詮戒學。  
論藏——阿毘曇——對法——弟子所造——詮慧學。

## 法師

一、以三藏法爲師——內修自利。  
二、以三藏法師人——外弘利他。

**玄奘**，俗姓陳，河南省偃師縣人。當時隋煬帝，敕令度僧，師十三歲，以不足歲，徘徊考場。考官鄭善果近便問其故？及志願如何？師答：「遠紹如來，近光遺法」，考官感動，破例許度爲僧。師依其兄長捷法師，於洛陽淨土寺出家，偏參國內各宗大德，所聽經論，疑難未決，因是志求梵文，以釋所惑。

師於貞觀三年八月，時年二十八歲，發志西遊取經，出發長安，偷度國境，經甘肅，出敦煌，取道哈蜜，越天山，渡流沙，過雪嶺，貞觀七年始抵印度。途經流沙八百里時，

水囊跌破，曾四日夜不得滴水沾唇，幾瀕於危，死後再生，終遂其志徧訪明師。

輾轉抵達那爛陀寺，依止戒賢論師，時戒賢論師，年已百零六歲，奘師未到印度，戒賢患病三年，痛如刀刺，欲不食而死，夢文殊菩薩告曰：「汝夙爲國王，多害物命，故得此報。將有中國僧人來此求學，汝當以法盡授之，使彼東歸流通大法，汝罪可滅，其病可愈」。戒公因此忍痛相待，奘師既至，喜極而泣！擁奘師曰：「吾忍死以待子久矣」。奘師在此先後五年，學習瑜伽唯識，盡得其傳，戒師門下數千人，精通三藏者僅十人，奘師爲十人中之一。

將回國前，戒日王在曲女城召開佛學辯論大會，請奘師爲論主。邀集五印十八國王，大小乘佛教學者三千人，外道二千人，及餘到會者，共萬餘人。奘師昇座標宗，立「真唯識量」，經十八日，無人能破。大乘佛法，聲震五印，當時

奘師，被尊爲「大乘天」。

**奉詔譯**，即奉承太宗意旨，將取回佛教經論，從梵文翻成華文。奘師印度取經，往返十七年，經一百三十八國，步行五萬餘里，歷盡艱險，收回梵本大小乘經論，六百五十七部。貞觀十九年回到長安，百官郊迎十里，太宗以師待之，請於弘福寺及玉華宮等刹，大開譯場。先後歷二十年，譯出大小乘之經論，七十五部，共一千三百三十五卷。其中以六百卷大般若經，爲最大部譯典，也是奘師晚年集中精力的譯典。在中國佛教史上，他是譯經最多，和譯文最精的一位高僧。

奘師門下，人才濟濟，據說有弟子幾千人，其中神昉、嘉尚、普光、窺基，稱爲奘門四哲，其於法相、俱舍、因明，各有專長。窺基大師爲唐開國功臣鄂國公尉遲敬德之子，爲百部論主。

奘師在中國佛教譯經史上，爲四大譯經家之一，後代稱奘師以前的翻譯，爲舊譯時代；從奘師以後的翻譯，爲新譯時代。奘師譯經組織，規模宏大精密，在長安弘福寺首開譯場時，先由朝廷發動，詔集全國各大寺院高僧，參加譯場。當時譯經組織，主要是有以下人員組成：

一、譯主，在譯經時，坐中間位，手執梵本，高聲宣讀梵文。

二、證義，坐在譯主左面，與譯主評量已譯出之梵文意義，與梵文經卷原文，有何不同，以便酌量修正。

三、證文，坐在譯主右面，明晰譯主高聲誦讀梵文，檢驗誦讀中有無差誤。

四、書字，亦稱譯語，根據梵文原本，寫成中文，但仍是梵音。

五、筆受，即翻梵音爲中國語言。

六、綴文，即調理文詞，將梵文倒裝句，重新組成漢語句義。

七、參譯，又稱證譯，參核漢梵二種文字，使之完全相同。

八、刊定，又稱校勘，使重複句，成爲簡句，定取句義。

九、潤文，坐於譯主對面，潤色文辭。

十、梵唄，用高聲調，將新譯經唱誦一遍，以檢驗其是否順口順耳，美妙動聽。

十一、監護大使，由皇帝欽命大臣，監閱譯經。

由有奘師在譯經時，組織如是精密，故所譯出經典，標準完美，可想而知。因此心經在七譯中，奘師譯本最爲流行。

高宗麟德元年（六六四）二月五日，師壽六十五歲，自知時至，見蓮花出現，於長安西明寺安祥圓寂，葬於陝西白鹿原，送葬者百萬餘人。奘師寂時，高宗大哭，三日不朝，

悲嘆對左右曰：「朕失國寶」！奘師德學，千古景仰，感人如是。

#### 四、經文集解

觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。

此段明自行般若，是全經的宗要。唐法藏略疏云：此既心經，是以無序及流通分。在本經八譯之中，除羅什、玄奘，及義淨三種譯本外，餘五家譯本，都具足序正流通三分。今所通行本爲奘師所譯，不具三分，有人以爲奘師所譯，才合心經原型；因心經原爲般若經之心要，在六百卷大般若經中有學觀品，與此心經文句幾乎完全相同，而是佛陀直接與舍利子說的。

若按般若共利言譯本云：「如是我聞，一時佛在王舍城耆闍崛山中，與大比丘眾及菩薩眾俱，時世尊即入三昧，名廣大甚深，爾時眾中有菩薩摩訶薩名觀自在，行深般若波羅蜜多時，即時舍利弗，承佛威力，合掌恭敬，白觀自在菩薩言：善男子，若有欲學甚深般若波羅蜜多行者，云何修行？爾時觀自在菩薩，告尊者舍利弗言……」遂說出此一部般若心經。又云：「如是說已，即時世尊從廣大甚深三摩地起，讚觀自在菩薩摩訶薩言：善哉！善哉！善男子，如是如是，如汝所說甚深般若波羅蜜多行，應如是行……皆大歡喜，信受奉行。」從這段經文證明，此經是舍利弗承佛力加持，請問觀自在菩薩，云何修行甚深般若？菩薩遂對舍利弗說出此部心經，然後又經佛讚歎印可的。今文簡略，無首無尾，即從觀自在菩薩句起，說此一部般若心經，是爲全經宗要。

**觀自在者**：即是觀世音菩薩之異名。約自行說，此菩薩

行深般若，照見蘊空，度諸苦厄，而得解脫自在，名觀自在。若約通說，凡八地以上菩薩，修無相觀，得相自在，及土自在，皆可以名觀自在菩薩。名觀世音菩薩：一、約因中自利說，如楞嚴經卷六說：「我於彼佛發菩提心，彼佛教我，從聞思修，入三摩地。」又云：蒙彼如來，授我如幻，聞熏聞修，金剛三昧。又云：佛問圓通，我從耳門，圓照三昧，緣心自在，因入流相，得三摩地，成就菩提，斯爲第一。世尊！彼佛如來，歎我善得，圓通法門，於大會中，授記我爲觀世音號。由我觀聽，十方圓明，故觀音名，徧十方界。」二、約果上利他說，如法華經普門品說：「若有無量百千萬億眾生，受諸苦惱，聞是觀世音菩薩，一心稱名，觀世音菩薩即時觀其音聲，皆得解脫。」又云：若有國土眾生，應以何身得度者，觀世音菩薩即現何身，而爲說法。」如是尋聲救苦，現身說法，故名大慈大悲觀世音菩薩。

若依天台宗空假中三觀修行法，以釋觀字。

一、空觀：用般若觀智，先觀一切外境，皆是緣起假相，本非實有，當體即空；次觀自身四大假合，亦是幻相，終歸壞滅，離四大外，本無實我，亦歸於空；再觀六識妄心，生滅無常，離根塵外，本無自性，自性不可得，是故亦空。

二、假觀：亦用般若觀智，觀一切內外身境，雖能體達空義，而假相歷歷不無，能於諸法不廢緣起，而隨緣應物，一切不生執著。

三、中觀：亦用般若觀智，觀一切法非空非有，皆是中道。即觀空時不取著空，知諸法無性故；觀假時不捨一切法，達諸法如幻故。觀中道時，圓融一切法，雖不著而同時不捨；雖不捨而同時不著。如是體證性相不二，色空不異之理，圓融無礙。

再依華嚴經第三十八卷，即十地品第二十六之五，在此

卷明第八地菩薩成就無生法忍，即時得入第八不動地，其中一段明菩薩得十種自在。今觀自在菩薩，古佛再來，位超八地，更應具十自在功德，故略釋如下：

一、壽命自在：凡夫人有壽命，但於長短不得自在；菩薩能長短不拘，延長劫而不長，促一念而不短。

二、心自在：凡夫妄識，猿猴意馬，心隨境轉，不得自在；菩薩於貪瞋痴、嫉妬我慢，及諸憎愛，皆得自在。楞嚴經說：「心能轉物，即同如來。」法華經說：「盡諸有結，心得自在。」

三、財自在：菩薩於諸資具，得大自在，如攬長河爲酥酪，變大地爲黃金。凡夫貪財，不得自在。相傳呂洞賓參黃龍禪師後，欲度化世人，見一小孩，便問他喜歡何物？答曰：喜歡黃金，呂遂以指點石成金，給他；小孩卻搖頭不要，呂問：何故不要黃金？答曰：我要你手指。大家參看？

四、業自在：業即造作，身口意三，造作善惡業。凡夫造作有漏雜染業，被業纏縛，不得自在；菩薩弘法是家務，利生爲事業，雖利眾生不著眾生相，屬有爲無漏淨業，不爲業繫，故得自在。

五、受生自在：凡夫眾生，從無始來，生死相續，此死彼生，天堂地獄，隨業受生，不能自主，不得自在；菩薩爲度眾生，隨願受生，隨緣示現，如觀世音菩薩，能尋聲救苦，隨類現身，應以何身得度者，即現何身而爲說法，故受生現身，皆得自在。

六、願自在：凡夫有願，難得自在，因爲凡夫所有願求，以我爲主，愚痴執著，或不眞誠，或發虛願，如新年恭喜語，雖是吉祥，但難自在如願；菩薩發願度生成佛，上求下化，如地藏大願，普賢大願，彌陀大願，真實不虛，皆得自在。

七、勝解自在：凡夫情執偏重，故於勝義諦理，難以了解自在。菩薩於佛法中，已得勝解，了達勝義；亦爲他說，普令眾生亦得勝解，是故自在。

八、如意自在：凡夫具貪瞋痴，乏戒定慧，凡事難得如意自在。菩薩已斷貪瞋痴，具足戒定慧，成就神通願力，作神變事如意示現，得自在故。

九、智自在：菩薩具大智慧，善說法要，辯才無礙，眾生愛樂，歡喜受化。

十、法自在：菩薩於一切法，通達無礙。於世間法，不爲法縛；於諸佛法，能善演說，普令眾生，受法圓滿，故得自在。

以上十種自在，能治十種怖畏：一、治死怖畏。二、治煩惱垢染怖畏。三、治貧窮怖畏。四、治惡業怖畏。五、治惡道怖畏。六、治求不得怖畏。七、治謗法罪業怖畏。八、

治追求時縛不活怖畏。九、治大眾威德怖畏。十、治種種疑惑怖畏。（見華嚴纂要一六〇三頁）

**菩薩者：**是梵語，具足應云菩提薩埵，菩提譯爲覺，薩埵譯爲有情，合云爲覺有情。單言有情，爲一切眾生通名。今言覺有情，則專指發心菩薩而說。此有二義：一約自己覺悟說，謂菩薩是已覺悟的有情。二就覺悟他人說，謂菩薩能覺悟其他的有情。具足自覺覺他，上求下化二義，方可稱爲菩薩。

**行深般若波羅蜜多時者：**般若波羅蜜多六字，釋經題時已解釋過。現在主要是講深字、行字和時字。

**深者：**是甚深，對淺而言，此經講諸法空相，本無淺深，因人觀智而有淺深。智度論云：如人入海，有始入者，有盡其源底者。又云：如人於暗室然燈，照諸器物皆悉明了，更有大燈，益復增明。余云：行人般若有淺深，如人入海有

邊中；亦如暗室燃燈光，燭有大小光不同。僧肇大師在涅槃無名論中說：三箭中靶子，與三獸渡河，中與渡無異，而有淺深之殊者，爲力不同故也。力喻智慧，由修行人智慧不同，故有淺深。

圓測心經贊云：深有二種：一者行深，是以無分別智，內證二空，離諸分別，無能所行以爲行相，故曰行深。大品云：不見行，不見不行，是名菩薩行深般若。二者境深，謂二空理，離有無相，絕諸戲論，無分別智，證此深境，故曰境深。

是知般若之體，約教有二：一淺二深。淺者名人空般若，破除我執，但見於空，不見不空，爲聲聞緣覺菩薩三乘所同修故，亦名共般若；此慧現前，但證偏眞，故名爲淺。深者名法空般若，既破我執，又破法執，不但見空，又見不空，盡破三惑，永斷二死，證入諸法第一義空，爲菩薩所獨修。

，非權教三乘所共修故，亦名不共般若；此慧現前，能至菩提，故名爲深。

**行者**：依俱舍論說，行有二義：一造作義，二遷流義。

現在此處，行是修行，觀行，妙行，是以甚深智慧觀照諸法空相，盡其源底，名爲行深般若波羅蜜多，此非凡夫外道所能知。觀自在菩薩依其般若波羅蜜多，能入甚深空相，爾時名爲行深般若波羅蜜多。設問云何是甚深空相？顯揚卷十五云：雖捨諸法而無所減；雖取諸法而無所增。無取無捨，無增無減，是甚深空相。般若波羅蜜多於此甚深空相，初能入時，說名爲行。若正入時，說名爲得。今此但舉初相，名行深般若波羅蜜多。

大般若經說：菩薩行般若波羅蜜多時，不見菩薩，不見菩薩字，不見般若波羅蜜，不見我行般若波羅蜜，亦不見我不行般若波羅蜜。由無所得無分別故，無行無不行，是名爲

行，是名爲行深般若波羅蜜多。

**時**者：時是時間，大乘百法明門論解云：時者，過現未來，成住壞空，四季三際，年月日夜，六時十二，隨方制立，故名爲時。又極短一剎那，長至一劫，亦名爲時。若依佛法說：離諸法外，實無有時，爲了開悟眾生，故假名爲時。**大智度論**說：依有爲法，假說時分，非蘊處等所攝。瑜伽師地論說：有爲法上，前後分位，假立時分，不相應行蘊所攝。即指修行功行甚深之時，亦即依文字般若起觀照般若，依觀照般若而證實相般若之時。故今行深般若波羅蜜多時，正是全經主要修行功夫，亦即是駕駛船筏從此岸渡到彼岸的功夫。

**照見五蘊皆空**者：蘊是積聚義；古時譯爲陰，是蓋覆義。五蘊是色受想行識。謂積聚色等五法而成眾生身，復由此身積聚見思塵沙無明，無量塵勞煩惱，而受無量生死之苦。

陰是由此五法能覆蓋眞性。

**色蘊**者：色是變礙義。指一切有質礙、能變壞者，名爲色。色蘊、是由四大五根和合積聚而成身，故名色蘊。

**受蘊**者：受以領納爲義。是由五根對五塵而起五識，根塵識和合積聚，領受違順俱境，而有苦樂捨等感受，能引起貪瞋痴心，故名受蘊。

**想蘊**者：想是取像義，想像義。謂對已受境界，重加分別想像，是由意識與六塵和合積聚而有想，以意識著色想色，著聲想聲等，特指第六識想像力最大故。是諸識觸境所起的種種認識作用，比如了解、聯想、分析、綜合及概念等，或一般所謂的感覺、知覺等，都屬於想的作用。俱舍論卷一說：想蘊，謂能取像爲體，即能執取青黃、長短、男女、怨親、苦樂等相。百法明門論忠疏說：想，謂於境取像爲性，施設種種名言爲業。謂要安立境分齊相，方能隨起種種名言。

。此說皆是想蘊含義。

**行蘊者：**行是有爲造作義。一、是心理活動作用，意識惟活動造作，或善或惡，心中念念遷流，前念後念生滅不停，即是心所有法，和合積聚爲行。亦可以說一切心理活動，除受蘊想蘊之外，其餘都可以包括在此行蘊之內。有說此行蘊指第七識意根，思力極勝故。二、是心法與色法的差別現象，如時間、空間、文字相、生滅相等，如覺得是日已過，命亦隨滅時，亦是行蘊所攝。

**識蘊者：**識是了別義，即是心識。小乘只有六識，指眼識耳鼻舌身意識；大乘唯識，說有八識。除六識外，加第七末那識，及第八阿賴耶識。今此識蘊，即指八識心王。

總括五蘊大意來說，色蘊以集合而有，屬於生理，指現實生命體。受蘊以接觸而成，即心理學上之感情。想蘊以緣影而生，即心理學上之觀念。行蘊以偏計而名，即心理學上

之意志。識蘊以了別爲相，即心理學上之認識。若依人生來說，人、是由五蘊組合而成，色蘊指吾人身體，餘四蘊是指精神。行蘊則是一種精神與物質和合者。

在大乘百法中，除六種無爲法外，其餘九十四種有爲法，都屬於五蘊。其中：十一色法屬於色蘊，遍行法中受心所是受蘊攝，遍行法中想心所是想蘊攝，其餘四十九心所，與二十四不相應行，屬行蘊所攝，八識心王爲識蘊。是故五蘊概括一切有爲法。從狹義說，一切眾生皆由五蘊構成；從廣義說，五蘊又是一切物質現象和精神現象的總和，離開五蘊，就沒有世間上一切事物與現象了。

**空**者：空的意義，如果說佛學是一種哲學，可以說是空的哲學，這很不易了解，今約六義解釋：一、佛學不是講斷滅空和頑空。二、無常故空。如四大無常，國土危脆，人有生必有死，世界有成亦有壞，諸行無常，是生滅法，生滅無

常故空。

三、緣生故空：如宇宙萬有諸法，皆從各種因緣而生，因是主因，緣是助緣。世間一切事物，皆是因緣和合相，就是金剛經所說的一合相。世間萬事萬物既從因緣而生，離開因緣之外，不見彼有自性可得，故說其體性空。但是，應當了知緣起即是性空，而性空就是緣起；緣起不異性空，性空不異緣起。緣起不異性空，故妙有即是眞空；性空即是緣起，故眞空即是妙有。

四、妄執故空：妄執是因無知，故虛妄顛倒執著。不了達諸行無常故空，緣生故空，而妄起執著。或執有實我存在，或執宇宙萬有由天神所創造，或執物質不滅等。佛法是破這種執著，而還萬有緣生自性本空的眞相。因為妄執是種顛倒知識，妄執若除真相自顯。依唯識說：妄執是偏計執，此執是依他起法，因緣生法。而依他起法的體性，又是圓成實

性。此中空者，是空偏計執性，而不空依圓二性，以依他起法是幻有，圓成實性是真實。其實，在緣起性空上，依圓二性也不可得，也是性空的。

**五、心空：**謂菩薩心上不著一物，無怨親，無貪瞋、無勝負、無人我、無妄想分別。一切俱捨，萬境俱空。境空由於心空，心空則五蘊自空。如是六根六塵、十八界、十二因緣、四諦等皆空，所謂心空境自空也。

**六、法空：**此空爲諸法皆空之實相，亦即真如。起信論說：所言空者，從本已來，一切染法不相應故。謂離一切法差別之相，以無虛妄心念故。又說，依一切眾生，以有妄心，念念分別，皆不相應，故說爲空。若離妄心，實無可空故。

**五蘊皆空者：**五蘊爲何皆空？以此五蘊身心，皆是因緣所生法。色蘊從四大假合而成，四大散滅無常時，此虛妄身當在何處？故謂之空。其餘四蘊，莫不皆空。以所對之色既

空，則能對之四蘊，當根塵不偶時，誰去領受？誰去想像？誰去貪念（行蘊）？誰去了別？故此五蘊，莫不皆空。增一阿含經說：色如聚沫，受如浮泡，想如野馬，行如芭蕉，識如幻法。大般若經也說：色如聚沫，受如水泡，想如陽焰，行如芭蕉，識如幻事。謂幻師以幻術現諸幻事，本非實有。何以故？以五蘊無自性故說空。唐法月譯本作「照見五蘊自性皆空」，自性就是我，無自性即無我性，故說皆空。又按義淨三藏譯本爲「照見五蘊等皆空」，即等蘊界入諦緣度皆空。

無名氏醒世歌云：「大藏經中空是色，般若經中色是空，朝走西來暮走東，人生恰是採花蜂，採得百花成蜜後，到頭辛苦一場空。夜深聽得三更鼓，翻身不覺五更鐘，從頭仔細思量起，便是南柯一夢中。」唐朝隱峰禪師偈云：四大五蘊本皆空，淨瓶搘破影無蹤，若能鎖得虛空去，回頭再拿鄧

隱峰。」

照見者：如何是照？如何是見？猶如以燈照物，因照而見，故名照見。今此照見，是因般若智慧光照，是用般若智慧眼見。而此照此見，是由修行甚深般若而生，故此照是般若心光照，此見是般若心眼見。若不修行甚深般若，則此照此見皆不能生。何以故？譬如雖有燈燭在此，若人不燃，則無有光，故不能照，亦不能見。若能修行甚深般若，猶如燃燈發光，是故能照能見，故名照見。

今此照見五蘊皆空，般若智慧是能照能見，五蘊諸法是所照所見，皆空是由般若智，照見五蘊之後，所得的結果，結果五蘊都是空。這裡破兩種執著：一、是破眾生我執，就說五蘊無實我故空。二、是破小乘人法執，就說五蘊無實法故皆空。照見五蘊皆空，是說無我可得，亦無法可得。若說有我可得可取，則我何以不能主宰、不能自在、不能常一、

不能不變？若說有法可得可取，則五蘊中每一法，皆是緣生，即是性空，則無實性可取可得。

進一步說，五蘊本來是空，即是諸法實相，亦即是諸法空相，所謂實相無相，故不可見。不可見而見，洞徹法界，都無所見，名爲照見。又、照是達諸法空，見是證實相有，空有兩忘，是名照見。又，照見即能觀之智，是觀照般若。五蘊即所觀之境，是文字般若。皆空即所顯之諦，是實相般若。此三般若只是一心，一心即具此三般若，所謂般若心，是此之心光，寂而常照，照而常寂，不假起念，徧照一切，洞見五蘊諸法，當體皆是真空實相，故曰照見五蘊皆空。菩薩行深般若，照見五蘊自性皆空，即五蘊離五蘊，即不空而見空，則是般若之心全體顯露。

再依相宗道理說，菩薩行深般若波羅蜜多時，於爾所時中，般若光明照了五蘊依他起法，皆非如言而有；解脫相縛

及粗重縛，現見諸法無我一味空相。由是總言照見五蘊皆空。即於五蘊依他起上，離其偏計所執自性；證得圓成實相。離偏計執，說之爲空；證圓成實，即其不空。要具二義，方能說空，非都無有，名爲空也。如是菩薩離諸雜染，證得清淨。自在隨欲現前，故能越度三界五趣一切苦厄。

**度一切苦厄者：**度是超出、出離、度脫等義。苦是痛苦，能逼迫身心。厄是厄難，指災厄險難。三界六道眾生，在輪迴途中，隨業流轉。善趣惡趣，此死彼生，痛苦厄難，誰都難免。唯有照見五蘊皆空，方能度脫而出離一切苦厄。種種苦相，從受蘊生，由有苦受、樂受、不苦不樂受，而感生苦苦、壞苦、行苦。行苦是指有爲心行，生滅無常，故有行苦。如是諸苦，逼迫身心，不分貧富貴賤男女老幼，誰也不能避免。欲免世間眾苦，必須照見五蘊皆空，要想照見五蘊皆空，定要行深般若。菩薩行深般若，照見五蘊諸法，皆即

眞空實相，故能度出一切苦厄。依諸經論記載，眾生有無量痛苦，今以四義略釋如下：

一、二苦：大智度論卷十九說：有二種苦，謂內苦外苦。內苦又二：一者身苦、指眾生身痛頭痛等，老病飢渴，寒熱等苦。二者心苦，指眾生憂愁、嫉妒、疑惑、瞋恚等苦。外苦亦二：一者身受惡賊、獅子、虎狼、蛇等毒害之苦。

二者身受風雨霜雪、雷電霹靂等苦。

二、三苦：一、人間三惡道有苦苦，謂此身已是苦具，再加寒熱飢渴等苦緣，或遇惡劣環境逼迫，從苦上增加苦，故名苦苦。二、壞苦，由榮華富貴消散苦，天上五衰相現苦，指眾生享樂，樂去苦來，故名壞苦。三、行苦，由生住異滅身心遷流，謂上二界，壽滿定盡時，心念漸起，流動不息，復受輪迴。爾時生大懊惱，如箭入體，痛苦倍常！智度論云：「上二界死時，生大懊惱，甚於下界；譬如極高之處，

墮落碎爛。」古人說：「欲界具三苦，色界無苦苦，無色唯行苦。」另外大智度論說：「無量眾生有三種身苦，謂老病死；三種心苦，謂淫瞋痴；三種後世苦，謂地獄餓鬼畜生。」

三、八苦：前四是生老病死苦，是由身發生；後三是愛別離苦，怨憎會苦，求不得苦，是由心發生；最後一苦，是五蘊熾盛苦，如火熾然，焚燒身心，前七苦外，所餘諸苦，皆攝在此苦中，總括身心，故後一苦是總苦。

四、約無量諸苦說：除前所說二苦、三苦、八苦之外，還有小三災之刀兵、瘟疫、飢饉；大三災之火水風；乃至八難種種諸苦無量。如蠶出絲，自纏自縛，受燒煮苦，故有苦時，亦有厄難。

眾生身心，常受一切苦厄，只因不知解脫方法，不知身心是由五蘊和合而成，是無常法，因無常故有苦。故應念無常，應勤學般若，菩薩由行深般若，入無相觀，照見五蘊身

心等法，皆是緣生無性，當體即空，故能度脫一切痛苦和災厄。故能證得菩薩與涅槃。以上是自行般若，解釋已竟。

下文正說般若，分爲兩科：一、顯說般若。二、密說般若。今一、顯說般若。

**舍利子！色不異空，空不異色；色即是空，空即是色。受想行識，亦復如是。**

此段是承上文，觀自在菩薩既已行深般若，照見五蘊皆空，而五蘊中，色蘊與空，究竟是一是異？菩薩知道舍利弗，對此定有疑問，故在經中提出，以解答釋疑。先舉色蘊爲例，說明色相與空性，是一非異，以融相歸性。然後例知受想行識四蘊與空，亦如色蘊是一非異，以融相歸性。

**舍利子者：**又稱舍利弗，是佛陀聲聞眾中大弟子，智慧第一。佛陀十大弟子，各有第一，古德偈云：「舍智連通說

富那，須空延論迦頭陀，那律天眼波離戒，慶喜多聞密行羅品。」舍利是鳥名，華言鷺鷺，據佛本行集經，舍利目連因緣古印度摩竭陀國王舍城人，婆羅門種姓。其母爲婆羅門摩陀羅女，因其聰慧，眼似舍利鳥眼，故名舍利。舍利所生子，故名舍利子。因其持戒多聞，智慧無窮，善說佛法，故稱智慧第一，標爲上首。

大智度論云：舍利弗出生至八歲時，通解一切經書義理。是時摩伽陀國，開大龍會，作樂演說，設敷四座，以供國王、太子、大臣、論師。時舍利弗年始八歲問眾人言：此四大座，爲誰敷之？眾曰：國王、太子、大臣、論師。時舍利弗，觀察眾會，無勝己者，便昇論座，結跏趺座。眾皆疑怪！或謂愚小無知，或謂智量過人。雖復嘉其神異，而猶各懷自矜，恥其年小，不自與語；皆遣少年弟子，傳言問之。其

酬答理趣，辭旨超絕，時諸論師，歎未曾有，一切皆伏，王大歡喜。

舍利弗十五歲時，一日因事去王舍城，於其城外，遇馬勝比丘，威儀具足，莊嚴端正，因問馬勝，師爲是誰？馬勝答言：釋迦牟尼佛，是我大師，我是弟子。又問：汝師平時對諸弟子，說何等法？馬勝答言：「諸法因緣生，諸法因緣滅，我佛大沙門，常作如是說。」舍利弗聞法歡喜，後與目連相率弟子，從佛出家。經十五日，便證阿羅漢果，能入甚深金剛三昧。時有大力鬼，能拳擊須彌，使之令碎。曾擊舍利弗頭一拳，出定感覺頭痛，問佛是何原因？佛說：若非你有金剛三昧定力，此頭早已粉碎了。

**色不異空，空不異色**者：色是色蘊，空指般若真空。色蘊爲五蘊之首，故先明色蘊空。凡夫執著諸色，不悟真空，妄增惑業，輪轉生死。今顯由翳所見華色，病目故然，非異

空而有故；此破世俗執取外色，別有眞空。若悟色蘊空，就可悟入其他四蘊亦空。大般若經云：五蘊者、色相譬如聚沫，性不堅固，瞬息歸空。受相如浮泡，起滅速如箭。想相如陽燄，水不可得，渴愛因緣，妄起此想。行相如芭蕉樹，葉葉析除，實不可得。識相如諸幻事，眾緣和合有。假使設有，實不可得。

此處之色，包括內五根，外五境，及無表色。空、指般若眞空。謂一切色都是幻色，原無自性，本體即空。即指幻有之色，不異眞空；猶如水動成波，波不異水。色相如波，空性如水，彼此不相離；不是離色相之波，另有空性之水；亦不是離空性之水，另有色相之波。眾生因迷眞空，而執幻色實有，與眞空異，是故菩薩開示色不異空。反過來說，色既不異於空，則空亦不異於色，猶如水不異於波，故又說空不異色。

指月錄二云：秦跋陀禪師，問生法師講何經論？生曰：大般若經。師曰：作麼生說色空義？生曰：眾微聚曰色，眾微無自性曰空。師曰：眾微未聚喚作甚麼？生不能答。師拂衣而去。生之徒懷疑不已，乃追師扣問，我師說色空不契，未審禪師如何說色空義？師曰：不道汝師說得不是；汝師祇說得果上色空，不會說得因中色空。其徒問曰：如何是因中色空？師曰：一微空故眾微空，眾微空故一微空；一微空中無眾微，眾微空中無一微。（上文問答，高僧傳作佛馱跋陀羅（華言覺賢），問鳩摩羅什之語。佛馱跋陀羅，乃佛大先之弟子。本爲甘露飯王之後裔，幼年出家，精修博學，禪律馳名，有神變，證三果。後經罽賓，至長安，羅什大悅，每有疑義，必共諮詢。不久南至廬山，慧遠大師，聞至欣喜，入滅後，塔在廬山。）

色不異空、是說色雖可見可聞，似有實物，其實是如夢

幻泡影，虛假無實。空不異色、是說雖然是空，亦不否認夢幻泡影等虛假相狀。色不異空、是破凡夫執實有色，此色指諸法現象，由因緣所生，虛幻不實，其體本空；菩薩內有大智，照見蘊空，故不住生死。空不異色、是破二乘執著偏空，故說從空出假；菩薩外有大悲，故不住涅槃。

**色即是空，空即是色**者：前色不異空、空不異色，是約破凡夫二乘執說。今色即是空，空即是色，再約破斷常執說：破除邪執爲顯正理。佛說一切經典爲破邪執，爲顯正理。此經是般若心經，更要破邪顯正。眾生邪見，多至六十二見，歸納而言，不出斷常二見。執常見者說：人死爲人，畜死爲畜，今經以色即是空，破執有的常見。執斷見者說：人死如燈滅，若是則爲善何益，作惡何懼！此等撥無善惡因果，死後墮落惡道，亦名惡趣空，今經以空即是色，破執無的斷見。佛法真正道理，在使眾生不落斷常二邊，轉迷歸悟，得

入中道。

若依勝義說，色本性空，不待色滅，方始見空；如翳見花，自性非有，豈要花滅，彼始成空？是故經言，色自性空，非色滅空。據實而說，此空非空不空，非言此空即定爲空，空亦空故。若諸有情，於佛所說空性經典，執著空性不能解了，應告彼言，此經不說一切諸法都無所有，但說諸法言說自性，都無所有，故說諸法皆無自性等。如是諸法，非如愚夫，言說串習，勢力所現，如實是有；亦非一切諸法勝義，言說自性都無所有。由此悟入一切諸法，非有非無，猶如夢幻，其性無二。

復再說明，色之與空，不但不異，而且是即是。若只講不異，恐有人誤解，謂色與空，二者雖不異，但色仍是色，空仍是空，色空雖不相離，仍是各別；故此又說即是，表示色與空，不但不相離，而且是相即，猶如波即是水，水即

是波。永嘉大師云：色外無空，故色即是空；空外無色，故空即是色。

總括而言，以緣起而性空，是色不異空，依性空而緣起，是空不異色；緣起無自性，當體即性空，故說色即是空，無性而緣起，一切法得成，故說空即是色。大般若經云：菩薩摩訶薩，行深般若波羅蜜多，不應於色求（色不異空），不應於受想行識求（受想行識不異空）；不應離色求（色即是空），不應離受想行識求（受想行識即是空）。應於色蘊作如是觀，其餘四蘊，亦作如是觀，故曰：「受想行識，亦復如是。」總結而言，五蘊不異本性空，本性空不異五蘊；五蘊即是本性空，本性空即是五蘊。此乃一經之要，亦是般若之心。

若約三觀而說，初說色不異空，是破凡夫我執住有，當修空觀。次說空不異色，是破二乘法執住空，當修假觀。後

說色即是空，空即是色，是破權教菩薩空假二邊之執，令修中觀。

寶誌公迷悟不二頌曰：「迷時以空爲色，悟即以色爲空；迷悟不無差別，色空究竟還同。愚人喚南作北，智者達無西東，欲覓如來妙理，常在一念之中。陽燄本非其水，渴鹿狂趁忿忿。自身虛假不實，將空更欲覓空。世人迷倒至甚，如犬吠雷吐吐。」

舍利子！是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減。

前段說五蘊諸法本體即是眞空，解釋已竟。今觀自在菩薩，又進一步闡明此理，再次直呼舍利子，說明諸法空相的意義。是諸法三字，從狹義說，即專指五蘊而言；從廣義說，則包括下文十二處、十八界、十二因緣、四諦等法。空相二字，就是眞空實相。是諸法空相者，謂五蘊諸法，當體即

是真空實相，不是離開諸法另外說空相。空相如鏡如月；五蘊諸法，如鏡中花，如水中月，皆非實有，雖不離鏡月本體，然亦非是鏡月本體，故曰真空才是實相。此是令行者，觀知蘊等諸法皆空無相，領悟當下即是真空實相。以諸法是以無自性爲自性故，無自性即是空性，爲自性即是實性，亦即是實相。此就破處即是顯處說。

**不生不滅者**：生滅、謂一切有爲法，因緣和合而生，因緣離散名滅，故說一切因緣所生之法，都是有生有滅。此是就事物個體存在與不存在說，如凡夫執五蘊爲實有，因而此死彼生，是故有生有滅。不生不滅、是顯緣生諸法，其性本空，即指諸法本無生滅之真空實相而說。有生滅來去之幻相影，如鏡上所現之痕影；無生滅來去之相者，猶如明鏡本體，影來則現影，影去鏡無痕，而明鏡本體，不隨影痕有來有去，無有一法可生可滅，故云不生不滅。

**不垢不淨者：**垢淨、謂眾生雖具佛性，但在迷時，卻爲無明所覆，煩惱染汙身心爲垢；諸佛豁破無明，斷盡煩惱，佛性顯現，成就菩提，證大涅槃，故名爲淨。不垢不淨、謂佛性本體，亦即諸法空性，在纏不染，出纏不淨；猶如明鏡，能現垢淨之相，而鏡之本體，非垢非淨，本無垢淨可言。諸法真空實相，亦非垢淨，故云不垢不淨。

**不增不減者：**增減、增是增多，減是減少。如凡夫善業增時，惡業減少；聖人淨業增時，染業減少，名爲增減。不增不減、是說諸法在事相上雖有增減；但在諸法真空實相中，毫無數量上之增減。而是生佛體同，無欠無餘，在凡不減，在聖不增。猶如月印千江，千江月影數量，雖有增減，而在天空中一輪明月，只是一個，故云不增不減。

其次再引北京三時學會，有韓清淨居士依法相義，以釋此六不義：五蘊諸法唯是有爲，相似相續爲生，不相續故名

滅；然約勝義，實無生滅，以彼諸法才生即滅，無剎那住，尙無自性可得，何況說有生滅？即此不生不滅，是其諸法空相。又彼五蘊煩惱雜時爲垢，若離煩惱名淨；然約勝義，性本清淨，以彼煩惱所間雜時，但爲客塵之所染汙，假說有垢，若離垢已，假說爲淨，實非先垢後淨，即此不垢不淨，是其諸法空相。又彼五蘊淨法增時名增，染法減時名減；然約勝義，尙無染淨自性可得，何有增減？即此不增不減，是其諸法空相。此中不生不滅，謂四地五地菩薩所證空相，不垢不淨，謂六地七地菩薩所證空相，不增不減，謂八地菩薩所證空相。

若依華嚴宗第三祖，賢首法藏大師心經略疏，該疏最有參考價值，此段經文有三種釋：

一、就位釋者：一不生不滅，是在道前凡位，謂諸凡夫，死此生彼，流轉長劫，是生滅位；眞空離此，故云不生不

滅。二不垢不淨，是在道中菩薩等位，謂諸菩薩障染未盡，淨行已修，名垢淨位；真空離此，故名不垢不淨。三不增不減，是在道後佛果位中，生死惑障，昔未盡而今盡是減，修生萬德，昔未圓而今圓是增；真空離此，故云不增不減。

以上三位，依佛性論，立三種佛性：一、道前，名自性住佛性。二、道中，名引出佛性。三、道後，名至得果佛性。佛性唯一，就位分三；今真空無異，亦就位分異。若依法界無差別論說：初名染位，次名染淨位，後名純淨位，義亦皆同此。

二、就法釋者：謂真空雖即色等，然色從緣起，真空不生；色從緣謝，真空不滅。又、隨流不染，出障非淨。又、障盡非減，德圓不增。此生滅等，是有爲法相，翻此以顯真空法相，故云是諸法空相。

三、就觀行釋者：謂於三性，立三無性觀。一、於遍計

所執性，作無相觀，謂彼即空，無可生滅。二、於依他起性，作無生觀，謂依他染淨，從緣無性。三、於圓成實性，作無性觀，謂前二不有而非減，觀智照現而不增。又：妄法如空花無生滅；緣起如幻非染淨；眞空實相無增減。以此三無性，顯彼眞空相。

最後再引大般若經云：此但有名，謂之爲色受想行識。如是自性無生無滅，無染無淨，菩薩摩訶薩如是行般若波羅蜜多，不見生，不見滅、不見染、不見淨，由不見故，不生執著。

又：不生不滅、傳燈錄云：杜漸鴻問無住禪師，云何不生？云何不滅？如何得解脫？師曰：見境心不起，名不生，不生即不滅。既無生滅，即不被前塵所縛，當處解脫也。

又：不垢不淨、大般若經云：一切法非染非淨，是謂般若波羅蜜多。又曰：色蘊非染非淨，受想行識蘊，亦非染非

淨，是謂般若波羅蜜多。

又：不增不減、大般若經云：一切法非減非增，是謂般若波羅蜜多。又曰：色蘊非減非增，受想行識蘊，亦非減非增，是謂般若波羅蜜多。以不增不減，不可得故。

### 是故空中無色，無受想行識。

此段明觀五蘊空。謂諸有爲法，不出五蘊，故先觀五蘊空。是故空中四字，應連貫下至無智亦無得句。是故二字，是承上起下之詞，謂承上諸法空相，起下指無色，無受想行識；乃至無智亦無得。空中二字，謂在般若眞空中，亦即在諸法空相中，不但無色，亦無受想行識。無色之無字，即是空義。蘊空道理，已如前釋。今此無字，乃至下文十二處、十八界、十二因緣、四諦等，亦皆含攝在此空義之中。

前說照見五蘊皆空，是就五蘊本身虛妄不實無我而言；

今就諸法眞空實相理體中，說明本來無此五蘊虛妄之法相，故非是重複。意謂前說五蘊皆空，破除凡夫所執實有五蘊爲我，正因五蘊等相虛妄不實，是畢竟空；因此推知空中無五蘊，是故今云，空中無色，無受想行識。

大論十七云：行者著作是念：若無色，則無飢渴寒熱之苦。是身色粗重弊惡，虛誑非實，先世因緣和合，報得此身，種種苦惱之所住處。云何當得免此身患！當觀此身，身中虛空，如籠如甌，常念不捨，則能度色，不復見身。如內空，外空亦爾。又云：如鳥閉著瓶中，瓶破得出，是名空處定。又云：行者觀虛空，緣受想行識，如病如癰，如瘡如刺，無常苦空，無我欺誑，和合則有，非是實有。

## 無眼耳鼻舌身意，無色聲香味觸法。

此段明觀十二處空。十二處是眼等六根，與色等六塵。

十二處，亦名十二入，舊譯爲入，新譯爲處。入者，此顯由內六根與外六塵和合，而生起六識時，會發生互相攝入，互相交涉的作用。處者，有二種義：一、是依託義，謂六根爲六識所依，六塵爲六識所緣托；亦即六根爲所依，六塵爲所緣。二、是生長義，謂根塵是識所生長處故。如眼根與色塵接觸，就會生起眼識；乃至意根與法塵接觸，就會生起意識。俱舍論說：心心所法生長門義是處義。又說：謂能生長之心所法，故名爲處。余意入者，偏指六根，謂根有入塵功能，而塵未必有入根功能。處者，是因內根與外塵接觸，分有內六處外六處，即名爲十二處了。

六根者，根是能生義，如草木之根，能生枝葉。猶如眼根，能生眼識；乃至意根，能生意識，故名爲根。約色法心法說：色法指前五根，心法指第六意根。根有二種：一、浮塵根。二、勝義根，勝於浮塵，故名勝義。

一、浮塵根，在外名浮塵根，亦名扶根塵。浮塵根是浮在外面，即指生理器官，是以四大爲體，如眼根器官，對取境生識，只起一種扶助作用，故亦名扶根塵。如佛經中說：眼如葡萄朵，耳如新捲葉，鼻如雙垂爪，舌如初偃月，身如腰皺膝，意如幽室見。如眼球在生理學，名視覺器官。

二、勝義根，在內名勝義根，亦名淨色根。是清淨四大所成，質淨而細，猶如琉璃，托在五根之中，肉眼所不能見，屬於神經系統，有取境生識作用。眼等前五根，屬於物質色法，名爲色根，如在眼根，名爲視神經。第六意根，屬於精神作用，名爲意根，有感覺器官，名爲感神經。

若分別說，浮塵根的器官無知覺，勝義根的神經系統有知覺，二者皆要健全，方起作用。若但有視神經，而無浮塵根眼球，則猶如盲人，不能見外物。相反，若只有浮塵根，而無視神經，則如死人，雖有眼球，亦不能見物。眼根如此

，其他諸根，可以例知。

六塵者，塵是染汙義，謂色等六塵，能染汙眾生情識，令不清淨，故名爲塵。塵亦名爲境，爲六根所取之境界故。如眼根能見色，以色爲境，耳根能聞聲，以聲爲境，乃至意根能緣前五塵境，及法塵境界。

此十二處中，前五根五塵，此十處是色法。意處是心法。法處是意根所對之境，其中一部份是心法，如意識所構造之名言，或概念等；另一部份名法處所攝色，這有五種：一、極略色，指極微小物質，非前五識所能感知。二、極迥色，相隔極遠，非眼識所能見。三、受所引色，即無表色。四、遍計所起色，謂由意識所幻現的五根五境等影像。五、定所生自在色，謂由禪定中所現的色聲香味等境。這五種色，都是意識所緣起，屬於法處，故名法處所攝色。

今此般若心經，特在眼等內六處上，加一個無字，說無

眼耳鼻舌身意；在色等外六處上，也加一個無字，說無色聲香味觸法，這才真正顯示般若的深義。前說五蘊皆空，今說十二處無，無就是空義。無是無自性，無自性就是空。

一、云何說內六根皆空呢？先說前五根爲色根，是由四大微及其本身的法所組成，例如眼根，是由四大四微及眼根本身，共有九法眾緣組成，於中抽出任何一部份，眼根就不能成立。如此誰是眼根自體呢？覓之了不可得，以眾緣所生之法，無有實在自體可得，其性本空，故說無眼根。眼根既如此，其餘耳等四根亦然，亦是緣生性空。再說第六意根，亦無獨立之自體，亦由因緣而有。此依小乘說，前念意識滅，爲後念意根，俱舍論云：無間滅爲意。若依大乘說，第七識名意，即思量爲意。總之，無有實在自性可得，故云：無眼耳鼻舌身意。

二、云何說外六塵皆空呢？先說色塵，色有能造色與所

造色，能造色是地水火風四大種，所造色是色香味觸四微，此能所八法合成之色塵，爲眼根所取。此處色塵限於眼根所對之境界，有二種色：一是長短方圓等形色。二是青黃赤白等顯色。此等色塵，皆是由因緣生，無自體性，名之爲空，故說無色塵。第二聲塵，爲耳根所對之境界，有有情聲、無情聲、可意聲、不可意聲等聲塵。第三香塵，爲鼻根所對之境界，有好香、惡香等香塵，此香塵又有三種：一是俱生香，如檀香之香氣，是與生俱來的，即本來就香。二是和合香，如經人工製成之香水，或由廚師烹調之香味。三是變異香，如水菓瓜類，生時則酸，熟時方甜。第四味塵，爲舌根所對之境界，如苦辣酸甜等味塵。第五觸塵，爲身根所對之境界，如冷暖澀滑，或粗細軟硬饑渴等觸塵。第六法塵，爲意根所對之境界，此有心所法，不相應行法，無表色法，無爲法，皆屬法處所攝。如是諸法，亦皆無自性，故說無色聲香。

## 味塵法。

凡夫對根塵諸法，認識不清，產生不正思想，或不良行為，故造眾業，輪轉三有，枉受諸苦。又此六塵境，亦名六賊，其以眼等六根爲媒，能劫自己本具功德法財。故涅槃經云：菩薩摩訶薩，對此六塵，如六大賊，何以故？以能劫奪一切善法故。佛曾對弟子說：若能守護六根，如龜藏六，便可入道。

真正修行人，眼雖看不要著在色上，耳雖聽不要著在聲上，應觀聲色，但有其名。指月錄卷二，寶誌公說：「六塵本來空寂，凡夫妄生執著。」又說：「不爲六塵所染，句句獨契無生。」若能眼不染著色，乃至意不染著法，則十二處當下皆空也。但要如何使不染著呢？大般若經說：「色處但有名，聲香味觸法處但有名。」

一、不染著色者，謂青黃赤白之色，及男女形貌等色，

是名色塵。大論十七云：云何棄色？觀色之患？若人著色，諸結使火，盡皆熾然，燒害人身。如火燒金銀，煮沸熱蜜，雖有色味，燒身爛口，急應捨之。若人染著妙色美味，亦復如是。以如是等種種因緣，是名呵色欲。

二、不染著聲者，如男女歌詠聲等，是名聲塵。大論十七云：云何呵聲？謂聲相不停，暫聞即滅。而愚痴人，不解聲相無常變失，故於音聲，妄生好樂。於已過之聲，念而生著。如五百仙人，在山中住；有甄陀羅女，於雪山池中住。仙人聞其歌聲，即失禪定，生邪念想，不能自持。智者聞諸天音樂，尙不能亂，何況人聲！如是等種種因緣，是名呵聲欲。

三、不染著香者，謂飲食及男女身分所有香等，是名香塵。大論十七云：云何呵香？人謂著香少罪，不知染愛於香，開結使門。如一阿羅漢常入龍宮食已，以鉢授沙彌令洗。

鉢中有殘飯數粒，沙彌嗅之大香，食之甚美，便作方便入師繩床下，兩手捉繩床腳，其師去時，與繩床俱入龍宮，龍言：此未得道，何以將來？師言不覺。沙彌得飯食，又見龍女身體端正，香妙無比，心大染著，即作要願：我當作福，奪此龍處，居其宮殿。龍言：後莫將此沙彌來。沙彌還已，一心布施持戒，專求所願，願早作龍。是時繞寺，足下水出，自知必得作龍。經至師本入處大池邊，以袈裟覆頭而入，即死，變爲大龍，福德大故，即殺彼龍，舉池盡赤。未爾之前，諸師及僧呵之，沙彌言：我心已定，心相已出，時師將眾僧就池觀之。如是因緣，由著香故。

四、不染著味者，謂種種飲食肴餚美味等，是名味塵。大論十七云：云何呵味？當自覺悟，我但以貪著美味故，當受眾苦，洋銅灌口，噉燒鐵丸。昔有國王，王有太子，愛著美味。王守園者，日送好果。園中有一大樹，樹上有鳥養子

，鳥母常飛至香山中，取好香果，以養其子。眾子爭之，一果墮地，守園人晨朝見之，奇甚非常，即送與王。王珍此果，香色殊異。太子見之便索，王愛其子，即以與之。太子食果，得其氣味，染心深著，日日欲得。王即召園人，問其所由，守園人說：此果無種，從地得之，不知其所由來。太子啼泣不食，王催責園人，仰汝得之。園人至得果處，見有鳥巢，知鳥銜來，隱身樹上，伺欲取之。鳥母來時，即奪得果送王，日日如是。鳥母怒之，於香山中取毒果，其色香味，全似前者，園人奪之送王，王與太子食之，未久身肉爛壞而死。如是等種種因緣，是名呵著味欲。

五、不染著觸者，觸即是著，謂男女身分柔軟細滑，及妙衣上服等，是名觸塵。大論十七云：云何呵觸？謂觸是生諸結使之大因，繫縛心之根本。何以故？餘四情各當其分，此則偏滿身識。生處廣故，多生染著，應知此著難離。

六、不染著法者，謂意根對前五塵，分別好醜，而起善惡諸法，是名法塵。大般若經云：法者、不應思惟善法不善法，有爲無爲，有漏無漏等法。何以故？如是諸法，皆無自性。若法無自性，則不可念，不可思惟。若無念無思惟，是爲法隨念。乃至如是諸念及所念法，若少實有，無有是處。故菩薩雖修一切般若波羅蜜多，而於其中，心皆不轉，以一切法，無自性故。

上來說無眼等十二處，總說無字有二種義：一、謂離因緣假合之外，眼等六根各無自性，色等六塵不能建立。二、謂眼等六根，對色等六塵時，不起妄念分別，自無根塵虛妄作業，如眼不貪色，耳不貪聲等，故曰不貪就是無，無就是空義。應知此內六根外六塵，皆是真空實相中之虛妄現象，無有實體。如能行深般若，悟了妄相本空，則處既非實處，法性空理本無處相可得，即無根塵可言。大般若經云：眼處

但有名，乃至法處但有名；眼處空，乃至法處空，即是此義。故曰：無眼耳鼻舌身意，無色聲香味觸法。

## 無眼界，乃至無意識界。

此段明觀十八界空。今先明十八界，次明觀十八界空。先明十八界者，此中「乃至」二字，是超略之詞，經文只說初後二界，略去中間十六界，用乃至二字超略，此顯譯者筆法之妙。具足應云：「無眼界、無耳界、無鼻界、無舌界、無身界、無意界；無色界、無聲界、無香界、無味界、無觸界、無法界；無眼識界、無耳識界、無鼻識界、無舌識界、無身識界、無意識界。」若隨種類分別，界類有三：一、六根界。二、六塵界。三、六識界。如是三六共成十八界。

界字有二義：一、界是因義。如六根六塵和合爲緣，而生六識，此中緣字，即含有因義。謂識從緣生，無自性故；

雖無自性，而識從緣生，是故緣字，含有因義。意謂每個識生起時，必須內有所依根，外有所緣境，二者缺一，識不能生。如眼識生起了別作用時，先要內有眼根爲所依，外有色境爲所緣，如是根境和合，才能生識。眼識如此，耳等五識生起亦爾。

二、界是種類義、界限義。以十八界，雖是互相關連，互有交涉，但是彼此界限各有分齊，彼此作用各有差別。如眼根對色塵，眼識生起了別顯色形色作用，乃至意根對法塵，意識生起了別色法心法甚至無爲法的作用。所以依根緣境起識，其中諸根諸境諸識，種類差別，界限分明，故在六根界六境界外，又建立六識界，共成十八界。此是說明十八界，亦即經中所說眼界，乃至意識界。

次明觀十八界空者，此中有二「無」字，即是空義，故云：「無眼界，乃至無意識界。」此部般若心經，共有二百

六十個字，而其中「無」字，就有二十一個；若單從「是故空中無色，」乃至「無智亦無得，」其中有十三個「無」字，是否定義，是空義。「無」字在此有二種釋：

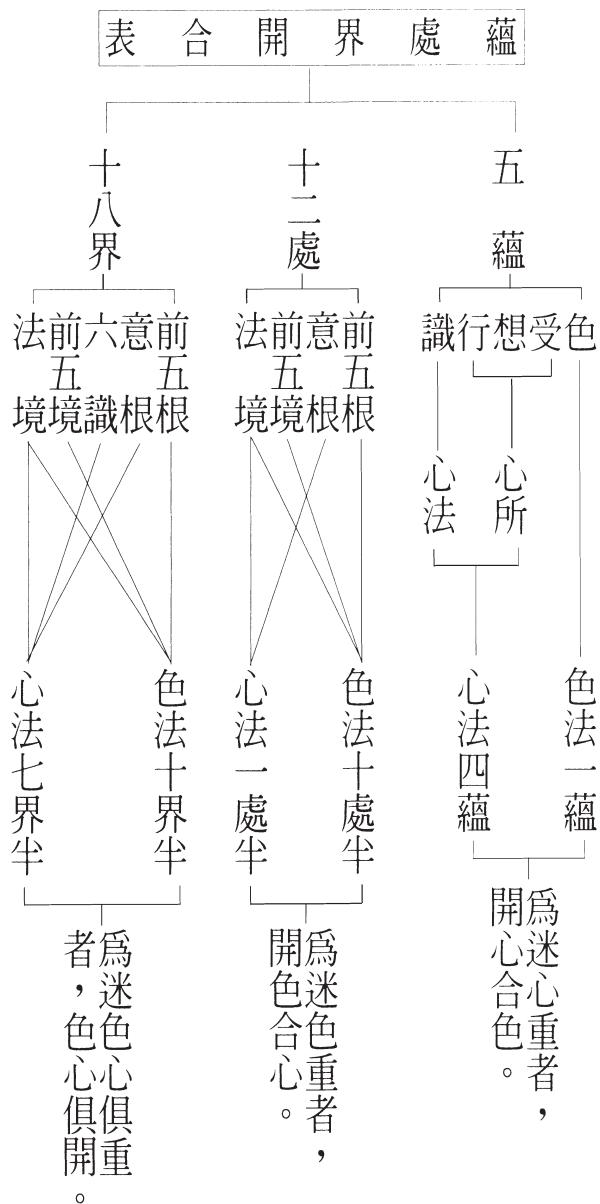
一、是諸法因緣所生，無自體性，自性本空故。六根六塵是因緣生法，無自體性，自性本空故；依根塵和合因緣而有六識，故六識亦是因緣生法，亦無自體性，亦自性本空故，是故一切皆無，即是一切皆空。此說諸法不待觀而後始空，是說諸法自性本來空故。

二、是約修行人，修二空觀，悟入空性時，不見眼等六根，不見色等六塵，自無根塵虛妄境界，根境皆空，故說爲無。楞嚴經云：「一人發眞歸元，十方虛空悉皆銷殞，」即是無義，即是空義。

大般若經云：「眼界但有名，耳鼻舌身意界但有名；色界但有名，聲香味觸法界但有名；眼識界但有名，耳鼻舌身

意識界但有名。」瑜伽師地論云：「蘊處及界等，遠離諸性相，能取所取執，諸法悉無我，平等如虛空，自性本不生，空性圓寂故，知諸法性空，則十八界空。」依此一經一論，性相二宗道理，證明此心經，無眼界，乃至無意識界，十八界空的道理。

佛說五蘊法，又說十二處及十八界，此三科諸法，有三種義：「一、爲迷心法重者，說五蘊法，開心合色。即於五蘊中，心法開有受想行識四蘊？色法只有色蘊一種。二、爲迷色法重者，說十二處，開色合心。故於十二處中，色法開出前五根，前五境、及法塵境半分，共十處半；心法只有意根，及法塵境半分。三、爲迷色心俱重者，說十八界，色心俱開。故在十八界中，色法開出十界半，如十二處中說；心法開有六識、意根，及法界境半分，共七界半。列表如下：



俱舍論云：「愚根樂三故，說蘊處界三。」釋此二句頌義：一、愚三者、佛化有情，爲愚心所者，說五蘊法，廣說心所，略說色心；爲愚色者，說十二處，廣說色法，略說心所法；爲愚色心者，說十八界，廣說色心，略說心所。二

、根三者，爲上根人，略說五蘊便解；爲中根人，說十二處方解；爲下根人，則須廣說十八界。三、樂三者，爲樂略中廣者，如其次第，爲說蘊處界三。智海偈云：一、破三愚迷故，說蘊處界三。二、令三根解故，說蘊處界三。三、隨機所樂故，說蘊處界三。

佛爲眾生色心俱迷，故開色心爲十八界，令其觀此色心二法，皆從虛妄因緣所生，以迷執故，起惑造業，輪轉生死。若達此妄源，無有實性，絕名離相，則不爲惑染所迷。五燈會元一云：世尊因黑氏梵志運神力，以左右手擎合歡梧桐花兩株，來供養佛。佛召仙人，梵志應諾。佛言：放下著，梵志遂放下左手一株花。佛又召仙人，放下著，梵志又放下右手一株花。佛又召仙人，放下著，梵志曰：世尊！我今兩手皆空，更教放下個甚麼？佛言：吾非教汝放下其花，汝當放捨外六塵、內六根、中六識。一時捨却，無可捨處，是汝

免生死處。梵志於言下，悟無生忍。

今此般若心經，是大乘經，爲破凡小執故。以彼所執都無，故說十八界無；無即是空，是故應觀十八界空。

**無無明，亦無無明盡；乃至無老死，亦無老死盡。**

此段明觀十二因緣空，亦名觀十二緣起性空。以此十二，待緣而起，故名緣起；緣起無自性，故名性空。十二因緣，亦名十二緣起，亦名十二重城，十二連環等。這裏分爲四段解釋。一、釋流轉門，即順觀順生門。二、釋還滅門，即逆觀還滅門。三、釋遣流轉門。四、釋遣還滅門。

一、釋流轉門。此喻凡夫生死無盡，如水流動不息，車輪旋轉不停，乃明順觀雜染次第。

1. **無明**：是以愚痴爲體，迷昧爲性。由迷昧我空眞理，故於五蘊如幻法上，妄執四大爲自身相，六塵緣影爲自心相

，生起我執無明；亦因迷理，不明三界諸法緣起性空，於諸幻化相上，妄執實有，生起法執無明。因迷二空眞理，亦名迷理無明；復於一切幻事幻相，認爲實有，而起貪愛等，名爲迷事無明，亦名枝末無明。

2. 行：行是行爲，造作一切有漏善惡行業，皆依迷理無明，因有貪等煩惱爲助緣，故能發動行爲，生起造作諸業功用。

3. 識：此指第八阿賴耶識，含藏諸業種子，由過去所造善惡業種，強者先牽。此識於中陰身位，當遇有緣父母交合會時，四週黑暗，唯見姪光上升，即從空中飛近父母身旁，生起男女憎愛染心，即便投入精血胎中，新的生命從此開始。

4. 名色：名是指心，即指入胎之神識；色指父精母血所成之肉質。當初入胎，心識迷蒙，但有心之名，而無了別用，故但曰名；又初入胎，形體未成，六根未具，不便稱身，

只稱爲色。此時精神與精血混合，人生胚胎初成，佛經稱爲名色位。

5. 六入：六入即是六根，從投胎後，每七日一變，至第六個七日，名髮毛爪齒位，第七個七日，名具根位，六根開張，有入六塵之用，名六入位。從名色六入到出胎，中間總共有三十八個七日，皆屬胎中位，即世俗所謂十月懷胎。

6. 觸：觸是接觸，嬰兒十月出胎，直到二三歲左右，由內六根，對外六境，生起六識，三事和合，而生觸覺。只是單純知覺，憎愛分別，還未明朗，皆屬觸位。

7. 受：受是領受，兒童自四五歲，到八九歲時，年紀稍長，知識漸開，根境相對時，在順逆境上，生起苦樂感受，領納於心。對衣服飲食等事，分別好醜，注意享受。唯憎愛之心未深，故名受位。

8. 愛：愛是貪愛，在所對順逆境上，生起憎愛之心。人

生十一二歲，到二十歲左右，愛憎之心強盛。此時貪愛之心偏強，染汙爲性，是輪迴根本，故名爲愛。

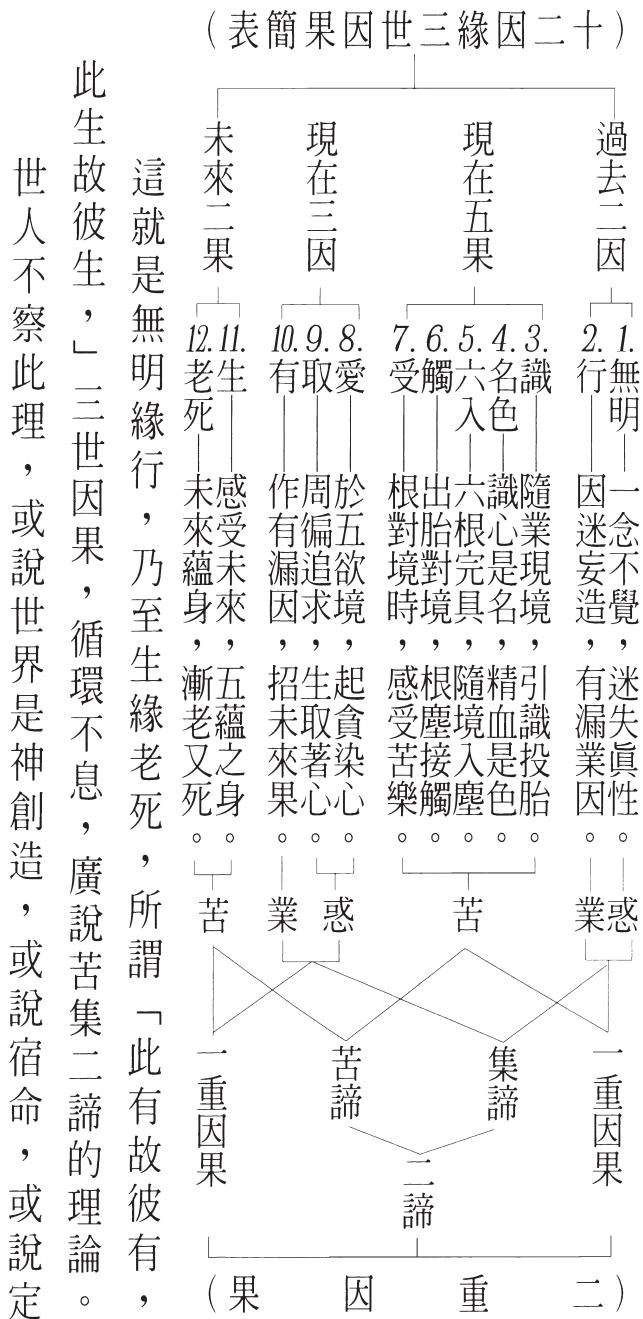
9. **取**：取是取著，由愛而取。人生從二十歲以後，貪欲轉盛，於可愛境，四方普遍追求，竭盡心力，想達到佔有欲望。

10. **有**：有指欲有、色有、無色有。由前愛取之心，追求五塵取諸愛境，造作有漏善惡業因，招感當來三有生死果報，因果不亡，故名爲有。

11. **生**：生即受生。由今生所造有漏業因，死後由中陰身帶業而去，隨自業力托胎受生，感招後世果報。正報身命分爲生有、本有、死有、中有之四有；依報住處不出欲有、色有、無色有之三界範圍。

12. **老死**：即從生到老，乃至於死。諸根衰退名老，身壞命終名死。人生有生必有死，如是生死死生，生生死死，三

世循環不息。若不遇諸佛出世，不聞諸佛正法，不依佛法修習十二因緣還滅觀，則生死輪迴痛苦，永遠流轉，無有出期。列表如下：



這就是無明緣行，乃至生緣老死，所謂「此有故彼有，此生故彼生」，三世因果，循環不息，廣說苦集二諦的理論。世人不察此理，或說世界是神創造，或說宿命，或說定

命論等，其實都不究竟。佛說眾生，由惑業苦，生死流轉，如果不信因果，不觀緣起，不斷惑業，生死輪迴，無有了期，豈不枉在人間，空走一遭！有日僧蓮如，白骨歌曰：「朝爲紅顏夕白骨，無常風來閉雙目，紅顏頓失桃李粧，六親悲嘆皆無益！」又古德云：「苦海滔滔業自招，迷人不醒半分毫，今生不把彌陀念，枉在人間走一遭！」仔細思量，豈不警惕！

二、釋還滅門：乃明逆觀清淨次第，即滅除煩惱生死，還歸涅槃真性。意謂眾生若能厭離老病死苦，得遇諸佛，或善知識，修戒定慧三學，於此十二因緣法中，以觀照般若，逆順觀察，悟知老死是由生有，一直逆觀，乃至悟知，行是由無明有。再觀無明，亦無實性，只因妄想顛倒故有，唯此虛妄顛倒，是眾苦根元，更無別物。如是正念，如理觀察，顛倒妄想不起，是名觀因緣智，亦即觀照般若。以是正智，

破除無明，無明滅故，則行亦滅；再一直順觀，乃至生滅故，則老死滅。所謂「此無故彼無，此滅故彼滅。」此是廣說滅道二諦，名還滅觀。

三、釋遣流轉門：上來十二因緣法，是佛方面施設，令彼緣覺乘人，觀察流轉還滅二門，而得悟道，出離生死，自證涅槃。而彼不了，妄執染淨緣起諸法，有真實性。現在心經此一段文，是雙破十二因緣流轉還滅二門，故說於諸法空相中，無彼染淨緣起可得，令捨執著。今先釋遣流轉門，是先破除十二因緣雜染流轉法，故經中說「無無明，乃至無老死。」意謂凡夫見無明行，乃至老死，認爲實有，故流轉生死。其實於諸法空性中，此十二法，皆如夢如幻，似有實無，無有流轉相可得。令彼了達，對此雜染十二緣起，遍計所執皆空，故說「無無明，乃至無老死。」

四、釋還滅門：是再破除十二因緣還滅門。謂於諸法

空相中，此十二法，既皆如夢如幻，似有實無，尙無流轉，何用還滅？爲令達此清淨十二緣起遍計所執皆空，故經中說「亦無無明盡；乃至亦無老死盡。」盡即是滅義，以眞空故，故無可盡。窺基大師云：無明至老死，唯有假名，自性空故，今說爲無。盡者空也，空亦空故，故說無無明盡，乃至無老死盡。此是破十二因緣還滅門。是故既無凡夫之流轉，亦無緣覺之還滅；既空生死，亦空涅槃；生死涅槃在諸法真空實相中，平等無差別也。

### 無苦集滅道。

此段明觀四諦法空。四諦就是苦集滅道，亦名四聖諦。

聖者正也，諦者理也，又諦者是審實義。謂此四種正理，或四種眞諦，唯有聖人審實不虛，悟證之後，始能通達此不變之眞理，是故名諦。佛在遺教經中曾說：日可令冷，月可令

熱，佛說四諦，不可令異。

佛成道後，說法度生，先說施論、戒論、生天之論，隨順世俗，而說人天因果等法；進而又說四諦十二因緣等法，令從世間到出世間。有時略說，即歸納說，就把世間因果與出世間因果道理，用苦集滅道四字，而歸納說之；有時廣說，即演繹說，便將四諦道理，演繹推廣，而變成十二因緣。

如是隨順眾生根性不同，有聞十二因緣而悟道者，則爲緣覺；有聞四諦而悟道者，則爲聲聞。若以四諦法與十二因緣對比，則四諦法說明世出世間二種因果；十二因緣是說明三世兩重因果，最爲顯明。今先解釋苦集滅道四諦法有的道理，後再解釋無苦集滅道空的道理。經言：爲求聲聞者，說應四諦法。

一、苦諦：苦是逼迫性，謂眾生身心，常爲無常逼惱。謂有情生，及所生處，如是二種，俱是苦性，皆能逼迫擾亂。

身心，令不安樂，故名苦諦。總說有三苦、八苦；別說則有無量諸苦。智度論云：「無量眾生，有三種身苦，謂老病死；三種心苦，謂貪瞋痴；三種後世苦，謂地獄、餓鬼、畜生。」何況隨時隨地會有天災人禍，盜賊搶劫，刀兵飢饉，寒熱瘟疫，所以佛說人生有無量諸苦。又苦有三苦：一、苦苦，謂苦受從苦緣生者是。二、壞苦，謂樂受壞時則苦生故。三、行苦，謂不苦不樂受，常爲無常遷動故。應知行以遷流爲義，故楞嚴經說：「譬如瀑流，波浪相續，前際後際，不相踰越。」古德觀行苦密遷偈云：「如以一睫毛，置掌人不覺，若安眼睛上，違害極不安；愚人如手掌，不覺行苦遷，智者如眼睛，違極生厭患。」法句經說：「昔有四比丘，論世間苦事：一云姪欲惱人最苦，二云飢渴逼體最苦，三云瞋火燒心最苦，四云驚怖恐懼最苦，各執己是，競謂他非。佛陀知之，乃告諸比丘說：汝等所論，不究苦義，須知身爲諸

苦之本，眾患之原，當求寂滅涅槃，此最爲樂。」還有八苦：就是生老病死，愛別離、怨憎會、求不得、和五陰熾盛苦，此等諸苦，皆是人生面對的現實。

**二、集諦：**集是招感性。謂諸煩惱增上，所生諸業，由此二種，而能集起生死苦故。諸聲聞人，諦審煩惱惑業，實能招集生死之苦，故名集諦。意謂眾生今世受苦，非從天降地生，亦非神罰人與，是由過去自己所集惑業，招感而來。過去所集是因，今生所感是果。集亦名煩惱，煩惱亦名惑，因迷惑而造業，因造業而招果；故世間一切善惡等業，苦樂等報，總名因緣果報。依天台宗說：煩惱有二種：一、根本煩惱，是無明惑。二、枝末煩惱，是見思惑。若依唯識說：一、根本煩惱，則有六種：謂貪瞋痴慢疑，及不正見。二、枝末煩惱，亦名隨煩惱，有二十種。一、大隨煩惱有八種：即掉舉、昏沉、不信、懈怠、放逸、失念、散亂、不正知。

二、中隨煩惱有二種：即無慚、無愧。三、小隨煩惱有十種：即忿覆慳嫉惱，害恨詭証惱。共成二十種。一切煩惱惑業，皆是人生苦因，總名集諦。

**三、滅諦：**滅是可證性。滅是寂滅，謂於所緣眞如境上有漏法滅，如聲聞人，既厭生死苦，諦審涅槃，實爲寂滅之樂；以結業既盡，則無生死患累，故名滅諦。即是滅去以前三界的苦果，與見思的集因，因爲滅前苦集，而領悟會歸真諦，便可證到涅槃寂靜安樂。小乘人因厭苦斷集，慕滅修道，證到我空真理，而趣向滅諦涅槃。這與大乘人所證的法空真理，與無住涅槃的道理不同。

**四、道諦：**道是可修性。道是能通義，謂聲聞人，諦審無漏戒定慧道，此道能令行人，實能通達到於涅槃。因是知苦斷集，慕滅修道，運用無壅，故名道諦。道是出世間因，聲聞乘人，唯有修行道品，才能永離生死眾苦，證得解脫涅槃。

槃之樂。道諦，略說則爲戒定慧道；廣說則有三十七道品：一、四念處，亦名四念住，有四：一觀身不淨，指色蘊；二觀受是苦，指受蘊；三觀心無常，指識蘊；四觀法無我，指想行蘊。二、四正勤有四：一未生惡令不生；二已生惡令滅；三未生善令生；四已生善令增長。三、四如意足，謂欲、念、進、慧。四、五根，謂信、進、念、定、慧。五、五力，同上根名。六、七覺支，謂念、擇、進、喜、輕安、定、捨。七、八正道，謂正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定。此三十七道品，是以八正道爲主體。其中正見、正思惟屬慧學；正語、正業、正命屬戒學；正念、正定屬定學；正精進則通於三無漏學。佛在臨涅槃時，曾對須跋陀羅說：「有八正道，才有四沙門果；無八正道，便無四沙門果。」

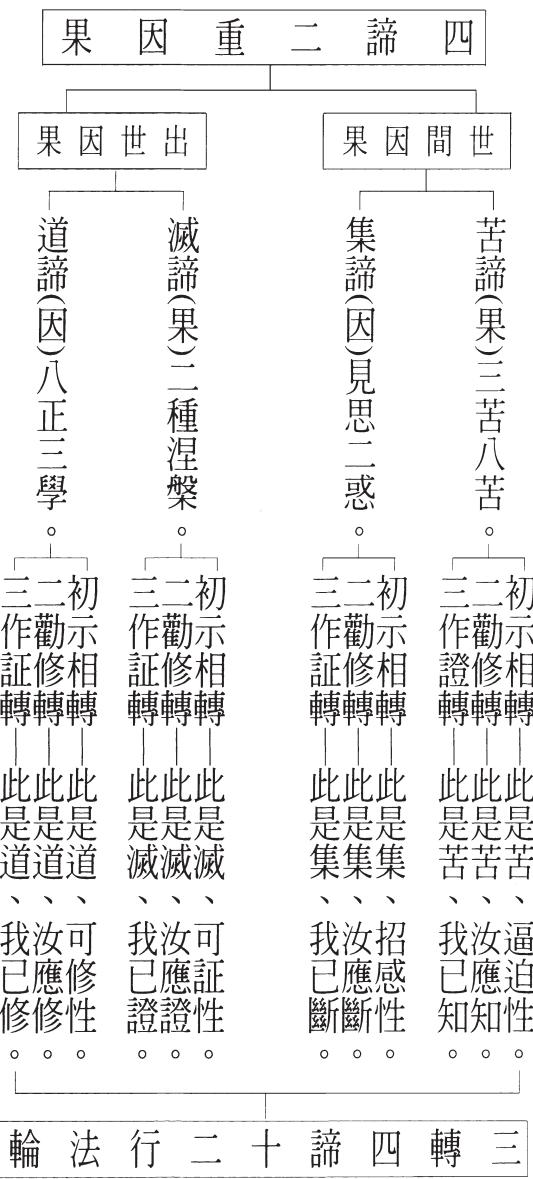
今再總結四諦合說，謂審實而知三界生死，有漏逼迫，

眞實是苦，不可令樂，故名苦諦。審實而知貪等惑業，眞實能招三界生死，不可避免，故名集諦。此是略說世間因果。又審實而知眞諦涅槃，寂滅爲樂，永離生死，故名滅諦。審實而知無漏有爲，出世道品，眞能運載行人，至涅槃地，故名道諦。此是略說出世因果。如療病者，知病、病因、病除、除法；觀生死苦、苦因、苦滅、滅法亦然。唯聖知實，名爲聖諦。

四諦法門，是佛成道之後，在鹿野苑度五比丘，初轉法輪時所說，當時三轉四諦十二行法輪：一、示相轉，是爲利根人，開示四諦眞相，如說此是苦，逼迫性等，一聞即悟。二、勸修轉，是爲中根人，對彼警惕勸修，如說此是苦，汝應知等，即便領悟。三、作證轉，是爲鈍根人，佛又引自作證，如說此是苦，我已知等，才能領解覺悟。

今將以上所說世出世間二重因果道理，及三轉四諦十二

行法輪的規則，爲使簡明起見，再列一表如下：



以上四諦法門，是佛爲聲聞人，三轉四諦十二行法輪，令彼知苦斷集，慕滅修道而說。彼等成就道果，名爲聲聞，有四階位：

一、須陀洹果，譯爲預流。謂初須陀洹果，用八忍八智即無漏十六心，斷盡三界八十八使見惑，見四聖諦理，初入聖人流類。得法眼淨，能以淨般若眼，照見諸法空性。證此初果，不墮惡道，極多再來人間受七反生死，證阿那含果。

二、斯陀含果，華言一來。前初果斷見惑，對真理已不迷；今二果以上斷修惑，對事實的思惑也要不迷。欲界有九品修惑，斷前六品證一來果；尚有後三品在，須再來人間受生一次，故名一來果。

三、阿那含果，華言不來，唐譯不還。因證此果聖人，已斷欲界後三品修惑盡，即已斷盡欲界迷事的思惑煩惱，再無受生之因，故不再來欲界受生死，名爲不來。

四、阿羅漢果，華言應供、殺賊、無生。此是聲聞乘極果聖人。因從三果之後，進斷上界八地思惑，每地有九品，八九共成七十二品思惑，合前欲界九品，便爲九九共成八十

一品思惑，完全斷盡，方證四果。便不再來三界受生死，故阿羅漢，譯爲無生。

此中初果，名爲見道；二果三果，名爲修道；四果羅漢，名無學道。前三果名有學，第四果名無學，無學就是「所應知者皆已知，所應斷者皆已斷，所應證者皆已證，所應修者皆已修；我生已盡，梵行已立，所作已辦，不受後有。」

修行人到此，方算是永斷三界一切煩惱，永離三界一切生死輪迴之苦。從原始佛教說，佛陀與阿羅漢，所證斷德，無有差別，依大乘般若義說，涅槃也是三乘共證的斷德果。

上來苦集滅道四聖諦法，解釋已竟。向下再講「無」苦集滅道，是何等義？在苦集滅道上，只加一個無字，意義就大不同。以知苦斷集，慕滅修道，是小乘聲聞人所修的法門；今此般若心經，是屬大乘菩薩所修的法門，是說明蘊入處界，乃至十二緣起諸法，無不皆空；至於苦集滅道，亦緣起

法，亦無自性可得。

但凡夫人，見此苦集，認爲實有煩惱生死，不知苦集是如夢如幻，似有實無；而聲聞人，知苦斷集，修道證滅，又認爲實有菩提涅槃。若於四諦法，執有定實，名義自性，及以差別，則名遍計所執。今此心經，謂一切法，當體即空。既無凡夫之苦集，亦無二乘之滅道；既空生死，亦空涅槃。以此四諦，唯有假名，自性空故，是故並無。故第五地，雖作此觀，尙執有實染淨粗相；第六地中，方除彼染淨障。染者有漏，此即所無苦集二諦；淨者無漏，此即所無滅道二諦。

菩薩以般若妙智，照見五蘊乃至苦等四諦，無不當體皆空。故在諸法眞空實相中，一法不立，本無生死可了，故無苦；亦無煩惱可斷，故無集；自性本具功德，故無道可修，亦無涅槃可證，故無滅。今達此四，遍計所執，一切皆空，故經云：無苦集滅道也。天台智者大師說：陰入皆眞如，無

苦可捨；煩惱即菩提，無集可斷；邊邪皆中正，無道可修；生死即涅槃，無滅可證，即是此意。

以凡夫迷此諦理，不知生死是苦，是迷苦諦理。反而認苦爲樂，起惑造業，是迷集諦理。依業受報，輪迴不息，不知有涅槃可證，是迷滅諦理。甘願受苦，不肯修學佛法，是迷道諦理。二乘聖者，悟此諦理，覺知三界是苦，是悟苦諦理。由能審知眾苦根源，是悟集諦理。更知有寂滅涅槃可證，是悟滅諦理。又肯修學三學道品，是悟道諦理。菩薩悟法空故，了知苦等諸法皆空，故曰無苦集滅道。

唐窺基大師引勝鬘經說：「安立四聖諦，非安立四聖諦，如是八聖諦，非二乘所知。分段生死名苦，煩惱及有漏業名集，擇滅名滅，生空智品名道。粗顯施設，淺智所知，名安立諦。變易生死名苦，所知障及無漏有分別業名集，自性清淨無住涅槃名滅，法空智品名道。微隱難知，非粗淺境，

名非安立諦。」從此段經文可以證明，苦集滅道，名安立諦道理；無苦集滅道，名非安立諦道理也。

## 無智亦無得。

此段明觀六度空。菩薩修行六度，有事有理：一、權教菩薩修事六度，隨相而修，有能觀之般若智，有所證得法空理，以彼能所未亡，故仍有智有得。唐窺基大師說：能證道名智，所證境名得。經言：爲求菩薩者，說應六波羅蜜多法。二、實教菩薩修理六度，離相而修，達到能所雙亡，理智一如時，證到諸法性空境界，非但空中無前諸法，即此知空之智亦不可得，故云無智；即彼所證空理亦不可得，故云無得。意謂無得，則無空相；無智，則無知空相者。諸因緣中，求法不可得；如五指中，拳不可得。

本經初說蘊處界三，皆空皆無，是破凡情法；次說四諦

十二因緣皆無，是破二乘聖解法；今說無智無得，是破菩薩法空之法。前空凡情法之智，是人空智；所證之理，是人空理；所得之果，是二乘果。次空諦緣之智，是法空智；所證之理，是法空理；所得之果，是菩薩果。今空智與空得之智，是俱空智；所證之理，是俱空理；所得之果，是成佛之果。由斯故知，若說智說得，是指法空智，與法空理；今說無智無得，是指俱空智，與俱空理，乃是第一義空，故言無智亦無得。

唯言無智無得者，意謂若法非空，初有所行，後可有得；今法既非有，初無所行，後何有得？故大經云：「一切智空，乃至無上菩提亦空，」故說亦無智得。以無分別智，證真如位，心境冥合，平等平等，能取所取，一切皆無，離二取故。破實能取，故說無智；破實所取，復言無得。」

至此，要說般若與證理，亦是假立名言，以般若之智，

無知無慮，無有形相，即是無智；金剛經說：「實無有法佛得阿耨多羅三藐三菩提，」楞嚴經說：「圓滿菩提，歸無所得，」即是無得。須知佛說諸法空相，爲破眾生實有之執，破執之後，亦不可以再立空見。大智度論說：「般若波羅蜜，譬如大火焰，四邊不可取，無取亦不取。」四邊不可取者，即不可取爲有，不可取爲無，不可取爲亦有亦無，不可取爲非有非無。無取亦不取者，即亦不可以取「無取」。此即是大乘般若空義。

上說無智無得，四邊不可取，此義云何？大寶積經卷一云：「佛告迦葉，若諸眾生，求佛智慧力無畏者，是等眾生，無有少法爲其所得。菩薩乃至求於菩提時，有所得者，即有著想；若著想者，於佛法外，起有爲想，於有爲外，起無爲想，即於佛法而生想著，及起解執；起解執時，於佛法中堅住不捨，當知是人，不名爲向無上佛道。何以故？以於佛

法，起想執我，而作勤修，則與我執數相應故。」

無智無得道理，依唐靖邁大師心經疏說：上言無四諦，是明所執皆空；此明能證亦空。言無智者，謂能觀智空；言無得者，謂所空境空。初言無智者，謂能觀蘊處等般若，本離名言性相，若執般若以爲定實，此亦即是遍計所執；今遣此定性之智爲空，故言無智。言無得者，謂蘊處等遍計所執本來自空，非由菩薩強觀使空，然後證得蘊處等空，故言無得。故中觀論曰：大聖說空法，爲離諸見故，若復見於空，諸佛所不化。何以故？本爲有病，借空以除，有病既除，空亦自止。如電摧草，草死電消。若其不然，捨有取無，譬如逃峰趣壑，俱不免於患。

再釋無得道理，無得即是不可得，不可得即是空。大智度論卷三十一問曰：「行不可得空，得何等法？」答曰：「得戒定慧，得四沙門果、五根、七覺分、八聖道分，得如是等聲

聞法；若得般若波羅蜜，則具足六波羅蜜，及十地諸功德。又問：上言一切法，乃至涅槃不可得，今何以言得戒定慧，乃至得十地功德？答曰：是法雖得，皆趣不可得空；無受著故，名不可得。聖人雖有所得，而不以爲得。是名爲不可得空。」

菩薩修行，有智有得，與無智無得，有何差別？今舉六祖壇經，有兩首偈，以顯不同：一、神秀大師偈云：「身是菩提樹，心如明鏡台，時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」此偈是有智有得見解。二、惠能大師偈云：「菩提本無樹，明鏡亦非台，本來無一物，何處惹塵埃？」此偈是無智無得見解。由此兩首偈，應當了解心經無智亦無得道理。

以無所得故。

此句經文，有二種義：一、是總結語。即總結前文，謂

從「是故空中無色，無受想行識。」乃至「無智亦無得」。以上如是諸法，如以般若智慧觀照，皆是空無自性，了不可得。何以故？答曰：以無所得故。二、是承上起下之詞。承上是承接上文，義與結前文同；起下是從「以無所得故，菩提薩埵……至三藐三菩提。」以佛法來說，由菩薩修觀照般若行，照見諸法皆空，通達一切法無自性空，皆不可得。以無所得故，再翻過身來，才是真有所得，而且是大有所得。便是得以下二般若果：一、是由斷德，斷煩惱障，得涅槃果；二、是由智德，斷所知障，得菩提果，所謂無用之用，方是大用。

對於諸法皆空，無所得的道理，有人所持觀點不同：一說境空心有，認為外境是空，而內心精神不空；另一說心空境有，認為空，只是空去內心執著，而外境不空。若以此經無智無得道理說，上兩種空皆屬偏空，未得實相般若妙有真

空的圓融中道；以般若真空中道，是要從蘊、處、界、緣起、四諦、智得諸法上，求其自性了不可得，心與境俱空，一空一切空，究竟空故，亦即是究竟清淨義。吾師倓虛大師曾說偈云：「一空一切空，空外無非空，無非空對空，空亦不可得。」此是絕對的畢竟空義。以有此無所得畢竟空義故，方有下文的大有所得，故菩薩依之而得究竟涅槃，諸佛依之而得大菩提果，是故說般若是諸佛之母。

唐慧海大師說：般若之體，畢竟清淨，無有一物可得。

雖修空，不以空爲證，即是不得作空想，不可以空更得空故；雖修定，不以定爲證，即是不得作定想；雖得淨，不以淨爲證，即是不得作淨想。若得定、得淨，得一切處無心之時，便作得如是想者，皆是妄想，即被繫縛，不名解脫；若得如是之時，了了自知，名得自在，即不得將此爲證，亦不得作如是想時，名爲解脫。故曰無得無證者，即是證得佛法身

。應以畢竟得爲得，畢竟證爲證；畢竟得者，無得無無得，畢竟證者，無證無無證，是名畢竟得，是名畢竟證。即是法華經所云：「破有法王，出現世間，」金剛經所云：「我於然燈佛所，無有少法可得。」

**菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙；無罣碍故，無有恐怖；遠離顛倒夢想，究竟涅槃。**

此段明菩薩依般若故，所得三乘共證的斷果，斷果是由斷煩惱障，所得的涅槃果；涅槃果亦名共果，是三乘聖人所共證的解脫境界。**菩提薩埵**，是梵語，簡稱菩薩；若梵語具云：「菩提薩埵、摩訶薩埵。」菩提薩埵譯「覺有情，」是對自利說，他已是覺悟的有情；摩訶薩埵譯「大心眾生，」是對利他說，他有大道心，而能上求下化。

**依般若波羅蜜多故，心無罣礙者，謂菩薩依般若法門修**

觀行，能通達諸法空相，了知諸法自性皆空，空無自相，能證所證，無有一法可得，故能心無罣礙。罣是牽罣，礙是障礙。若有執著諸法可得，則不能得到心無罣礙。罣如羅網，喻無明煩惱，覆蔽真心，如被羅網罩住，不得自由。礙是阻礙，喻眾生執著，阻礙正道，不得前進，直通寶所。凡夫被色牽罣，故有我執障礙；二乘被空牽罣，權教菩薩被二邊牽罣，故有法執障礙。一般眾生，無處不牽罣障礙，無物不牽罣障礙，原因就在心有執著。

在佛法中，心有罣礙，能障礙趣向涅槃，能障礙證得菩提。罣爲煩惱障，依於我執，能障涅槃；礙爲所知障，依於法執，能障菩提；或罣即礙，俱通二障。一切眾生，妄認四大六塵，執我及我所，輾轉生死，輪迴六道，是名罣礙。今菩薩修學般若法門，心中已無貪瞋痴等繫縛，於一切怨親，非怨非親人中，心無罣礙。大論卷六說：「一切世界眾生中

，若來侵害，心不恚恨；若種種恭敬，亦不喜悅。如有偈云：「於諸佛菩薩，其心不愛著；對外道惡人，其心不瞋恚。」如是清淨心，名意無罣礙。」菩薩依觀照般若，見諸法空無自性，於諸境界，不生取著，故能心無罣礙。唐靖邁大師云：「無有罣礙者，即空解脫門，謂達諸法自他俱空故。唐五代梁時明州奉化，布袋和尚云：『我有一布袋，虛空無罣礙，展開徧十方，入時觀自在。』」

**無罣礙故，無有恐怖者**，恐是驚恐，即一時驚恐，怖是畏懼，即常存畏懼。恐怖是從愚痴，心有罣礙而來，故易生恐怖；執我執法，患得患失，故有恐怖。佛經中說，初學菩薩，有五種怖畏：一、不活畏，爲度眾生，無暇再求生計，或布施時，影響生活。二、惡名畏，遭受毀謗，恐受惡名，是可怖畏。三、死畏，雖發菩提心，要爲法忘軀，因我執未破，仍顧惜身命故。四、惡道畏，恐墮惡道，受地獄苦故。

五、大眾威德畏，行菩薩道，集眾說法時，於善解法義人前，不敢暢談，恐有錯失故。

才說恐怖是由罣礙而來，再說罣礙又從何而來？由妄執四大身體實有是罣礙；貪著名利物業享受是罣礙；貪著兒女團聚美滿是罣礙；而這些失去時，不但罣礙，還會恐怖。如果能以般若智觀照一切，看破一切，放下一切，自然就可無有罣礙與恐怖了。唐代靖邁大師說：「無罣礙故，無有恐怖者，此明無相解脫門。由證諸法自他俱空故，則知諸法無相；若不知諸法無相，則外爲相礙，內多恐怖；若證諸法無相，外不爲相礙，內則無有恐怖。」凡夫有分段生死恐怖；二乘與權教菩薩，有變易生死恐怖，皆因不達諸法無相，而有執著罣礙故。今者此經，菩薩依般若故，深知諸法皆空無相，照破看破，再無罣礙故，所以亦無恐怖了。

**遠離顛倒夢想者**，顛是指頭，倒是將頭倒置，如人頭本

頂天，脚本立地，今則相反，頭使垂地，脚使朝天，是爲顛倒。顛倒是比喻，迷眞曰顛，逐妄曰倒，此喻眾生背覺合塵，認妄爲眞，造種種惡業，流浪生死苦海，頭出頭沒，故稱顛倒。顛倒、主要是由我執法執所引起，故凡夫與二乘，各有四種顛倒。

凡夫四種顛倒者：一、身顛倒，謂此身不淨，妄執爲淨；二、受顛倒，受本是苦，執苦爲樂；三、心顛倒，此心虛妄，生滅無常，執以爲常，造眾惡業；四、法顛倒，法本無我，妄執有我，愛我我所，廣造惡業，枉受輪迴諸苦。此是凡夫四種顛倒。大論三十一云：「世間有四顛倒：不淨中有淨顛倒，苦中有樂顛倒，無常中有常顛倒，無我中有我顛倒。」故佛臨滅度時，教誡弟子，「我滅度後，汝等當依四念處住」：一、觀身不淨，可治淨倒；二、觀受是苦，可治樂倒；三、觀心無常，可治常倒；四、觀法無我，可治我倒。

以此四念處觀，即能對治凡夫四倒；行者爲破四種顛倒，故修四種念處觀。

唐窺基大師云：「顛倒者，有七倒：一想倒，二見倒，三心倒，四於無常謂常，五於苦謂樂，六於不淨謂淨，七於無我謂我。於後四種妄想分別，名想倒；忍可欲樂，建立執著，名見倒；心倒者，謂煩惱，指貪等十使。」

二乘聖者四顛倒者：彼雖已悟凡夫所執身受心法，的確是不淨、是苦、是無常、是無我，因此而證得二乘聖果；此上所言四倒，是因世間凡夫妄識，所現之妄法，故言顛倒；今爲二乘所悟，已是遠離凡夫四種顛倒。但是，若依大乘佛法說，在無垢清淨識上所現起的，或依諸法無性所顯的涅槃法，具足常樂我淨四德，二乘人也以爲沒有，故此又成二乘人的四種顛倒妄見。

在破顛倒法中，佛說譬如慳貪是顛倒，即以布施破慳貪

；而眾生著是布施故，又爲說布施果報無常實空，從布施拔出眾生令持戒；從持戒及持戒果報中拔出眾生，謂天福盡時，無常苦惱，拔出眾生令離欲，行禪定。如是種種因緣，說無常苦惱過失。然後爲說諸法空，但稱讚實法，所謂無餘涅槃。若能如是行無所行，皆無所得，則顛倒虛妄煩惱，畢竟不生。如虛空清淨故，得諸法實相，以無所得爲得；遠離顛倒，顛倒處不可得故。大論五十三云：遠離者，是空之別名。菩薩得般若波羅蜜，於一切法，心皆遠離。現在般若心經，菩薩修行深般若觀，了知一切法空，無有一法可得，不但遠離凡夫四倒，二乘四倒亦復遠離，故說遠離顛倒夢想。

夢想者、夢是比喻，想是幻想。佛說生死長夜，人生沉迷不覺，如在夢中，處夢而行；一夜之夢爲小夢，一生之夢爲大夢。世事如戲，幻想所成，眾生以爲夢境實有，幻想皆眞。其實夢想，不離心王心所，於睡眠時，幻現妄境，不離

妄心，夢中不覺，以爲眞實。佛說人生，皆如夢境，夢中作夢，更是幻想，豈有眞實？依佛經說，從凡夫至三乘，都未離開夢境，唯佛一人無夢，因佛已斷盡一切煩惱習氣，大夢已醒，永不再有顛倒夢想。

其實夢境，即是妄想，指眾生種種虛妄錯誤想法，猶如夢中所有想法。凡夫執五蘊爲實有，而樂著生死，不求出離，名爲顛倒夢想。聲聞緣覺，雖著五蘊實有，而彼恐怖生死，志求出離；但仍是顛倒夢想。此經說菩薩以般若智，照見五蘊皆空，則無明夢破，虛妄相空，實相顯現，如夢初醒，求夢中境，了不可得。既不恐怖生死，亦不欣樂涅槃，以生死涅槃，皆不可得，名爲遠離顛倒夢想。唐永嘉大師云：「夢裡明明有六趣，覺後空空無大千。」唐靖邁大師云：「遠離顛倒夢想者，明無願解脫門。由證法無性，外不爲相礙，內無恐怖故，了知諸法但是顛倒，猶如夢想，虛妄不實，所以

遠離，不起願求也。

關於夢想，大智度論八十八云：凡夫於夢法著夢，得夢見夢者，亦著夢中所見事。又卷三十五云：如夢者，如夢中無實事，謂之有實，覺已知無，而還自笑；人亦如是，諸結使眼中，實無而著，得道覺時，乃知實無，亦復自笑，以是故言如夢。復次夢中，無喜事而喜，無瞋事而瞋，無怖事而怖；三界眾生，亦復如是，無明眠故，不應瞋而瞋，不應喜而喜，不應怖而怖。

復次夢有五種：若身中不調，若熱氣多，則多夢見火、見黃見赤；若冷氣多，則多見水、見白；若風氣多，則多見飛，見黑；又復於所聞見事，多思惟念故，則於夢見；或天與夢，欲令知未來事故。是五種夢，皆無實事而妄見。經云：「卻來觀世間，猶如夢中事。」無名氏大夢詞曰：急忙忙，西復東，亂叢叢，辱與榮；虛飄飄，一齊化作五更風，百

年渾被夢牢籠。夢醒人何在，賢愚大夢古今回。睜開巨眼運雙瞳，看破了本來面目，看破了天地始終，只見到五蘊皆空。

倓虛大師說夢偈云：

人生是一夢，事事皆若夢，能夢無非夢，所夢更是夢；  
合眼也是夢，開眼也是夢，夢雖有久暫，是夢無差別；  
夢中造諸業，同一受夢報，享樂一剎那，受苦無窮劫；  
同是夢中人，無智愚貴賤，心生夢境生，心滅夢境滅；  
夢中知是夢，當體即醒夢，能所夢雙亡，清淨心非夢。

**究竟涅槃者**，依法舫法師譯，涅字依原文有二義：一寂靜義，二寂滅義。槃字依梵文，是指身心及生活上的煩惱過患。意謂此諸煩惱皆已圓寂，一切痛苦完全消除，名爲涅槃。有處譯爲滅度，圓寂，法藏大師云：德無不備稱圓，障無不盡稱寂，佛教指修行到達最高境界。有人將涅槃與死相提並論，實是誤解，死是凡夫境界，死後還來受生；涅槃是聖

者境界，由於煩惱永盡，不再隨業受生，真正達到不生不滅境地，名曰涅槃。

涅槃含義有多種：一、眾生煩惱業因息滅，則生死苦果自息，名爲寂滅，或解脫。二、惑無不盡，德無不圓，稱爲圓寂。三、有緣眾生度盡，然後自己入滅，即緣盡入滅，名爲滅度。雜阿含經說：貪欲永盡，瞋恚永盡，愚痴永盡，一切煩惱永盡，名爲涅槃。大乘起信論說：云何熏習起淨法不斷？所謂以有真如法故，能熏習無明。乃至以無明滅故，心無有起；以無起故，境界隨滅。以因緣俱滅故，心相皆盡，名得涅槃。

涅槃有四種：一、自性清淨涅槃，謂一切法實相真如。指眾生自性本具佛性，佛性本自清淨，不生不滅，即是涅槃；然此唯指因中本具涅槃，非是修證圓成果上三德涅槃。二、有餘依涅槃，謂集諦盡，所顯真如。大智度論說，愛等諸

煩惱斷，指小乘聖者修至子縛見思煩惱已斷，而果縛即果報色身猶在，名有餘依涅槃；大乘須至眞如出煩惱障，而八識尚有所知障縛，名有餘依涅槃。此二種涅槃，皆非究竟。三、無餘依涅槃，謂苦諦盡，所顯眞如。小乘聖者，子縛既斷，果縛亦亡，即指生死因果都盡，不再來三界受生。大智度論說，聖人今世所受五眾（即五蘊）盡，更不復受，名無餘依涅槃；大乘則眞如出生死纏，八識亦無分別二障繫縛，名無餘依涅槃。但俱生二障種子仍在，尙非究竟解脫。四、無住處大涅槃，此是大乘分別俱生二障皆斷，眞如出纏，淨德圓滿，已無煩惱，故不住生死；爲度眾生，故不住涅槃。又以大智故，不住生死；以大悲故，不住涅槃。此岸彼岸皆不住，名無住大涅槃。

本經說菩薩所得的究竟涅槃，即是第四無住處涅槃。此種涅槃，不同聲聞緣覺所得之涅槃，彼是遠離生死。別求涅

槃，即滅卻五蘊，求證偏空，非是眞空。而今菩薩依般若法門修行，照見五蘊等諸法皆空，無所得故，而得到此涅槃境界勝利，知生死即是涅槃，生死涅槃皆不可得，名爲究竟涅槃。唐靖邁大師說：究竟涅槃者，正明解脫果。上明空無相願，但是所入解脫門，由此門故，便能趨入究竟涅槃解脫之處。亦可以說無有罣礙，明得法空，無有恐怖，明得人空；遠離顛倒，重牒人空；遠離夢想，重牒法空。由於通達此二空故，故能究竟證涅槃果。

依大智度論二十說：「是三解脫門，摩訶衍中是一法，以行因緣故，說有三種：觀諸法空，是名爲空；於空中不可取相，是時空轉名無相；無相中不應有所作爲，是時無相轉名無作。譬如城有三門，一人身不得一時從三門入，若入則從一門。諸法實相，是涅槃城，城有三門，謂空、無相、無作。若人入空門，不得是空，亦不取相，是人直入，事可辦

故，不須二門；若入是空門，取相、得是空，則於是人不得爲門，通途更塞故。若除空相，是時從無相門入；若於無相，心有著相，是時除取無相相，入無作門。摩訶衍義中，是三解脫門，緣諸法實相，以是三解脫門，觀世間即是涅槃。何以故？涅槃空、無相、無作，世間亦如是。」

唐黃蘖山希運禪師傳心法要云：「只教你莫覓，覓便失卻。如痴人山上叫一聲，響從谷出，便走下山趁囉；及尋覓不得，又叫一聲，山上響又應，亦走上山上趁。如是千生萬劫，只是尋聲逐響人，虛生浪死漢。汝若無聲，即無響。涅槃者，無聞無知無聲，絕跡絕蹤。若得如是，稍與祖師鄰房也。」

### 三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。

此段明諸佛依般若故，所得一乘不共的智果。智果即是斷所知障，所得的菩提果。此果唯佛與佛獨證，其他聖者所

無，故名不共，即不與三乘人共證的果。窺基大師云：上歎因依斷障染利，下歎果依得菩提利。唐靖邁大師云：前菩薩得涅槃，明從因至果；今諸佛得菩提，明果由因得。

**三世諸佛**者，佛是簡稱，梵語佛陀，華言覺者，覺有三義：一、自覺，外覺諸法，幻化無常，內覺眾生，皆有佛性。二、覺他，發起大悲，修六度行，救度眾生，同登彼岸，獲得解脫安樂。三、覺滿，即自覺覺他，二利功德，究竟圓滿。又自覺是慧滿，從初發心，依本覺理，起始覺智，依智斷惑，三惑圓斷，三智圓證，覺至復本心源，究竟清淨，智慧圓滿。覺他是福滿，發菩提心，起大悲行，弘法是家務，開示眾生，破迷啓悟，利生爲事業，揭妄顯真，離苦得樂，經三祇劫，廣修六度，開覺有情，福德圓滿。自覺覺他，福慧二足，稱爲三覺圓滿，萬德具足，名之爲佛。

又自覺是異凡夫不覺，則超六凡法界；覺他是異二乘自

覺，則超聲聞法界；覺滿是異菩薩分證，則超菩薩法界。又自覺是就理智邊講，以宇宙人生爲對象；覺他是就悲行邊講，以一切有情爲對象；覺滿是就自利利他，悲智不二，福慧圓滿，爲究竟果。

三世諸佛，約時間說，過去世、現在世、未來世，都有諸佛，出現於世。如過去世諸佛，有威音王佛、燃燈佛、乃至迦葉佛等；現在世諸佛，有釋迦牟尼佛、阿彌陀佛等；未來世諸佛，有彌勒佛、乃至賢劫九百九十五尊佛，皆屬未來佛，當出於世。彼等諸佛，皆依般若法門修行故，而得圓滿菩提，成就無上智果。故云依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。

**依般若波羅蜜多故者**，大般若經云：已得無上正等菩提，今得無上正等菩提，當得無上正等菩提，皆因如是甚深般若波羅蜜多，於諸如來，有大恩德。又大般若經，佛對憍尸

迦言：憍尸迦！我已成佛，尙遵如是甚深般若波羅蜜多，依止而住。況善男子等，欲求無上正等菩提，而不於此至心歸依，精勤修學！所以者何？求聲聞者，於此證得阿羅漢果；求獨覺者，於此證得獨覺菩提；求大乘者，於此證得阿耨多羅三藐三菩提。

**得阿耨多羅三藐三菩提者，阿耨多羅，是梵語，華言無上；三藐，是梵語，華言正等；三菩提，華言正覺。具足云：無上正等正覺。在五不翻中，是順古不翻。正覺者，正而不邪，覺者不迷，此是簡別於凡夫迷昧不覺；及外道心外求法等邪覺。正等者，正者不偏，等是平等，此是簡別二乘獨覺，唯覺我空，未覺法空，見生死涅槃有異，未能真正平等，自利利他。無上者，唯佛世尊，三覺圓滿，萬德具足，無有能過其上者，唯佛至高無上，此是簡別菩薩有上。佛陀在菩提樹下，夜覩明星悟道，徹底覺悟人生宇宙真相，才稱爲**

無上正等正覺。

約自證說，則智慧圓滿無上，約利他說，則福德圓滿無上，此爲簡別菩薩分證。菩薩約自證說，尚有微細無明未破，故其智慧未圓；約利他說，功德未滿，上有佛果可求，可稱正等正覺，不能稱爲無上。

本經說，三世諸佛，依般若法門修學，觀一切法無所得故，而證得無上菩提，稱爲無上士；菩薩亦依般若法門修學，亦以無所得故，而證得究竟涅槃，稱爲有上士。何以故？這是因爲菩薩所證，猶如十四夜月，雖有光明，未盡圓滿；諸佛所證，如十五夜月，圓明徹照。又菩薩所證，猶如百川入海之水，雖同海水，未盡深廣；諸佛所證，如大海水，深廣無盡。是故阿耨多羅三藐三菩提，唯有三世諸佛才能證得。

因爲三世諸佛，皆依般若法門，證得阿耨多羅三藐三菩提，是故說般若是諸佛之母，三世諸佛從般若生。金剛經云

：「一切諸佛，皆從此經出。」大論七十二云：阿耨多羅三藐三菩提，即是般若，但名字異；在菩薩心中爲般若，在佛心中，名阿耨多羅三藐三菩提。又大論八十二云：薩婆若即是般若異名，五波羅蜜福德，入般若波羅蜜中，即得清淨般若；般若清淨，故得佛道，變名薩婆若，是故言入薩婆若。

文中般若即是智慧，菩提即名爲覺，菩提與般若，略有差別：諸佛因地，修六度萬行，皆以般若爲先導，不離般若；諸佛證果，成就十力、四無所畏、十八不共法等智德，名爲菩提。故約修因說，偏重般若；約證果說，即名菩提，又名一切種智。

此經中說，菩薩依般若故，得究竟涅槃；諸佛依般若故，得無上菩提。此因涅槃是通於三乘同證共果，故聲聞人，每至證涅槃時，即以爲究竟；無上菩提是不共果，故此二者，在階位歷程上，有所不同。在唯識宗，名「二轉依果，」

即轉煩惱障，依涅槃果；轉所知障，依菩提果，是故有所不同。以上顯說般若已竟，以下密說般若。

**故知般若波羅蜜多，是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等々咒，能除一切苦，真實不虛。**

此段是以喻讚般若德。故知是承前起後，承前謂菩薩諸佛，皆依此甚深般若，而證得涅槃菩提智斷二德，智德無二障，名爲菩提；斷德無二死，名爲涅槃。起後則故知般若波羅蜜多，功用莫測，神效如咒。故以四種咒義，分別讚歎般若功德。此處舉喻，就是說咒，故特以咒，喻般若德。

咒者，梵語陀羅尼，義爲總持，謂總一切法，持無量義。陀羅尼有四種義：一、法陀羅尼，謂聞佛教法，受持不忘；二、義陀羅尼，謂悟解妙義，攝持不失；三、咒陀羅尼，是以定爲體，傳持密語，不失正念；四、忍陀羅尼，證諸法

實相，智忍印持成就。今以神咒，比喻般若，正顯般若妙智，具含此諸陀羅尼，功德妙用。

**是大神咒**：神是神變莫測，妙用無方，謂真言咒語，神變之力，大不可測。喻顯般若有大妙用，能滅惡生善，能驅除四魔怨敵，能解脫生死煩惱；能破相顯性，破相能破二執之相，顯性能證菩提涅槃二果。故曰是大神咒。

**是大明咒**：明是光明，能破黑暗，喻顯般若大智慧光，照見無明長夜黑暗，破除眾生愚痴迷惑，故曰是大明咒。

**是無上咒**：無上是對有上而言，以喻般若法門、最高無上，直趨無上涅槃，世出世間，無有一法超過其上。此讚般若之智，能令行者，超過聲聞緣覺，更無有法能出其上，故曰是無上咒。

**是無等等咒**：言無等者，是超絕無倫之意；下一等字，是相等之意。喻顯般若超絕無倫，般若是諸佛之母，三世諸

佛，皆依般若法門，證得無上菩提，無有一法，能與般若相等，故曰是無等等咒。又大論七十云：涅槃是無等法，一切有爲法，無有與涅槃等者，而般若與涅槃無等之法相等，以智如理如故，名無等等。

**能除一切苦，真實不虛者：**大論十九云：是身內苦，名老病死等；外苦名刀杖寒熱飢渴等。以有此身，故有是苦，知身不自在故。行者思惟，是身如是不淨、無常、苦、空、無我，有如是等，無量過惡。作如是等，種種觀身，是名身念處。又大經云：能於此經行十法行，一切障蓋，皆不能染，雖造一切極重惡業，而能超越一切惡趣。十法行者，慈氏頌曰：「謂書寫供養，施他聽披讀，受持正開演，諷誦及思修。行十法行者，獲福聚無量，勝故無盡故，由攝他不息。」應知般若功能奇妙，窮劫讚歎不盡。

因為印度人，喜誦咒語，或欲求福，或消災難，故以咒

力，讚喻般若。大論五十八，帝釋白佛言：「諸咒術中，般若波羅蜜是大咒術，何以故？能常與眾生道德樂故；餘咒術樂因緣，能起煩惱；又不善業故，墮三惡道。復次餘咒術，能隨貪欲瞋恚，自在作惡；是般若波羅蜜咒，能滅禪定佛道涅槃諸著，何況貪恚粗病。是故名大明咒、無上咒、無等等咒。」此顯般若功能，能徹底永除一切痛苦根源。

今經依般若，能破除無明，能顯諸法空性，能拔除生死苦厄大災難，能得菩提涅槃大安樂，或言無上菩提覺法樂，無上涅槃寂靜樂，故云「能除一切苦，真實不虛。」

故說般若波羅蜜多咒，即說咒曰：揭諦揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶。

上文爲顯說般若，此段咒語是密持般若，合爲顯密總持法門。咒的名稱及其功德，前已標出解釋，故今在此說般若

咒，爲令現在未來眾生，依之受持獲益。此段文有二種義：一者、咒語不可翻譯解釋，屬於秘密不翻；以是諸佛秘語，不因所解，但當誦持，除障增福。

佛法如大光明藏，無幽不燭，本無秘密；在不知者，就有秘密，如能證知，便無秘密。如日月在天，經常照耀，有眼共見，並無秘密；而盲人不見，即成秘密。如壇經中，明上座問六祖：「還有密意否？」惠能云：「與汝說者，即非密也，汝若返照，密在汝邊。」

佛教在印度，初期佛經，甚少咒語；後期大乘密教流行，因應婆羅門教再起，盛行咒語，故佛教中，咒語亦隨之流行。今奘師所譯心經，本無咒語，傳說此咒語，是後人所附加之文。又佛教爲益鈍根眾生，方便接引，顯說般若，如醫生治病，開示藥方；密持般若，如醫生所給藥丸，不必說明製作方法，只要有信心，吞食即可癒病。故密咒本無解釋。

二者、亦有方便解釋者，今略錄如下：

**揭諦揭諦**：意謂度、度；或云去、去。即以深慧功能，自度度他。

**波羅揭諦**：波羅是到彼岸，即度到彼岸。

**波羅僧揭諦**：僧是眾義，即大眾度到彼岸。

「菩提薩婆訶」：菩提是覺義，佛果義。薩婆訶是速疾成就義。至何等彼岸？謂速疾成就大菩提；或速疾成就佛果，即去到彼岸也。此咒總共四句，僅十八個字，很易受持，古德多不翻譯。但能誠心密持，功德不可思議，近則身心安寧，消災滅罪，增長福慧；遠則解脫生死煩惱，速證無上菩提。

結語：般若是苦海中的慈航，我們要登上駕駛；般若是長夜裡的明燈，我們要舉起點燃！

佛曆二五四六（二〇〇二）年八月

中秋日佛山智海謹記

智海法師述

念佛圓通章集解

佛陀教育基金會印贈

楞嚴經大勢至菩薩念佛圓通章

大勢至法王子與其同倫五十二菩薩卽從座起頂禮佛足而  
白佛言我憶往昔恆河沙劫有佛出世名無量光十二如來相  
繼一劫其最後佛名超日月光彼佛教我念佛三昧譬如有人  
一專為憶一人專忘如是二人若逢不逢或見非見二人相憶  
二憶念深如是乃至從生至生同於形影不相乖異十方如來  
憐念眾生如母憶子若子逃逝雖憶何為子若憶母如母憶時  
母子歷生不相違遠若眾生心憶佛念佛現前當來必定見佛  
去佛不遠不假方便自得心開如染香人身有香氣此則名曰  
香光莊嚴我本因地以念佛心入無生忍今於此界攝念佛人  
歸於淨土佛問圓通我無選擇都攝六根淨念相繼得三摩地  
斯為第一

民國二十八年己卯季夏

常慚愧僧釋聖量書

# 大勢至菩薩念佛圓通章集解

釋智海述

## 一、念佛十種殊勝

一、出處殊勝：本章原文，出自楞嚴，勢至菩薩，親白佛言，自陳往昔，有佛出世，教念佛法，依法修行，證無生忍。並於此界，攝念佛人，歸於淨土。

二、弘揚殊勝：歷代高僧弘揚念佛法門者，不乏其人，而特別弘揚本圓通章者，清有續法大師，民有印光大師。清康熙時，灌頂沙門，續法疏鈔，力弘此章。師建華嚴法會，誦至德雲念佛法門，深思沉觀，其夜夢見本師和

尙釋迦牟尼佛，爲講勢至圓通章，因是發心著作疏鈔，專弘念佛法門。民國印光大師，特將此章，列於三經之後，並讚此章，實爲念佛最妙開示。衆生果能都攝六根，淨念相繼以念，現前當來，必定見佛，近證圓通，遠成佛道。

三、助緣殊勝：本章在楞嚴經二十五圓通文中，屬第二十四根大圓通，以大勢至菩薩，依此根大修證，而得圓通。二十五圓通，是指二十五位賢聖，依於六根六塵六識及七大等各別修法，最後同證圓通。而大勢至菩薩，是依七大中之根大修行，以都攝六根而修念佛法門，第二十五即是觀音菩薩耳根圓通法門。若念佛人，能以都攝六根，

再用耳根反聞，務使意地純一，心佛相契，即是以觀音勢至二大法門，助成所念彌陀聖號，則成圓滿西方三聖之三大法門也。

四、末法殊勝：楞嚴二十五種圓通法門，文殊獨選耳根圓通，是對阿難多聞強記，不知反聞而言，亦兼此界衆生求道方便。若對末法障重衆生，則勢至菩薩念佛法門，最爲契機。大集經云：「末法億億人修行，罕有一人得道，唯依念佛法門，得度生死。」善導大師亦云：「唯有徑路修行，但念阿彌陀佛！」

五、契機殊勝：念佛法門，三根普被，利鈍全收，上

至文殊、普賢、馬鳴、龍樹，諸大菩薩；遠公、智者、永明、蓮池，諸大祖師，皆悉念佛，發願往生。下至愚夫愚婦，五逆十惡，乃至鸚鵡八哥，若肯發心念佛，亦能帶業往生。衆生生者，永不退轉。故念佛圓通，契機最普，方便殊勝，最爲第一。

六、功德殊勝：一者諸佛護念，彌陀常住其頂，諸神晝夜冥加。二者惡鬼毒藥，皆不能害，三災八難，悉皆消除。三者宿障冰清，怨命解脫。四者氣力充滿，無諸橫病。五者夜夢吉祥，見佛色像，無有非人，奪其精氣。六者現爲一切禮敬，臨終聖衆接引。此外余初出家，夜間怕

鬼，師友勸念彌陀，觀佛常住頭頂，放光隨行，如是不及數月，自然不再怕鬼矣。

七、互念殊勝：一衆生應當念佛，以衆生心內有本具之佛，故衆生正於念佛之時，是念衆生心中之佛，亦即是佛在衆生心中之時，故云憶佛念佛，現前當來，必定見佛。二佛常護念衆生，以衆生是佛心內之衆生，故佛正於念衆生時，實是念佛心中之衆生，亦即是衆生在佛心中之時，亦即是蒙佛護念而不自知之時，故云十方如來，憐念衆生，如母憶子。如是生佛互念，即是因該果徹，定獲殊勝功德。是故應知，心本是佛，由心不覺而佛隱，若欲作

佛，當須念心，若不念心，則佛難成；佛本是心，由起無明而心暗，若欲顯心，當須念佛，若不念佛，則心難明。

八、橫超殊勝：若豎超三界，修諦緣度法門，經歷諸多位次，始證道果。小乘須經三賢四加行，而證見修無學道果。中乘須修十二因緣，順生還滅，悟緣起理，證緣覺果。大乘須修六度萬行，經歷三賢十地，方乃成佛。今此念佛法門，橫超三界，如蟲在竹，豎則歷節難通，橫則一時透過，故念佛一門，古稱徑路。如觀經云：「諸佛如來，是法界身，入一切衆生心想中，是故汝等心想佛時，是心即是三十二相，八十隨形好，是心作佛，是心是佛，

諸佛正徧知海，從心想生。」本章云：「若衆生心，憶佛念佛，現前當來，必定見佛。」一見佛後，即可一生成佛，以彌陀壽命及其人民，皆是無量無邊阿僧祇劫，故不須經三生六十劫，或經三僧祇劫，而後始成佛果也。所以唐善導大師云：「唯有徑路修行，但念阿彌陀佛。」此即特讚持名念佛，爲徑中又徑之橫超殊勝法門。

九、資糧殊勝：謂淨土宗，以信願行，爲三資糧，念佛之人，仗此資糧，得生淨土。

一信有六：一信自、即信我現前念佛之心，非肉團心，非六塵緣影妄心，乃是豎窮橫徧之真心。微塵國土，

唯心所現，西方極樂，亦心所現。若以此一念心念佛，決定得生自心本具之極樂，更無疑慮，是名信自。二信他、深信淨土三經所說，釋迦如來，決無誑語，彌陀慈父，決無虛願，六方諸佛，決無虛讚。我應隨順諸佛，真實教誨，更無疑惑，是名信他。三信因、深信念佛，爲淨土因，爲我成佛種子。法華經云：「若人散亂心，入於塔廟中，一稱南無佛，皆已成佛道。」四信果、深信念佛，必生淨土，諸上善人，俱會一處，皆由念佛三昧眞因，得生九品四土實果。如種瓜得瓜，種豆得豆，決定功不虛棄，是名信果。五信事、以境爲事，深信境由心生，我今念佛

心，能現十方界，十萬億土外，實有極樂國，信此事無疑。六信理、理即法界一實相理，深信十萬億土外之事境，不出一念心之理性外。又信西方主伴，皆我現前一念所現影子。事依理成，全事即理；妄依眞起，全妄即眞；依性起修，全修即性。我心佛心衆生心，皆徧法界，如一室千燈，互徧互攝，理應無礙。

二願有二：一、厭離娑婆，娑婆是由自心染業所感穢土，自心染汙，理應厭離。一厭人生是苦，生老病死，苦惱交煎。二厭人生是空，富貴功名，無非是夢。三厭人生無常，人命在呼吸間。四厭人生無我，四大分離，我在何

處？故應厭離娑婆，如囚欲出牢獄，絕無繫戀之心。二、欣求極樂，極樂是由自心淨業所感淨土，自心清淨，理應欣求。一欣無衆苦，二欣佛說法，三欣上善俱會，四欣水鳥樹林皆演妙法，五欣衣食自然，六欣光壽無量，七欣一生成佛。故願生西方，如客歸故鄉，豈能因循懈怠。

三行者：依阿彌陀經義，若善男子善女人，執持名號，至一心不亂，臨終佛與聖衆現在其前，是人心不顛倒，即得往生極樂國土。華嚴經如來出現品云：「大地衆生，皆有如來智慧德相，但以妄想執著，不能證得；若離妄想執著，則一切智，皆得現前。」今教持名念佛，是以

念止念，即是以念佛之念止妄想之念，至一心不亂時，則妄想離，佛智現，方名是心作佛，是心是佛。蓮池大師說：衆生無始以來，妄想習氣，未易遣除，今教念佛，乃是以毒攻毒，用兵止兵之法。藕益大師說：持名爲正行，於此聞而信，信而願，乃肯執持，方名聞慧。念念憶佛名號，故是思慧。若未達是心作佛，是心是佛，彌陀即我心，我心即彌陀，心佛不二之理，但能念念相續，念茲在茲，如子憶母，無時暫忘，如是思慧，即是事持。若達彌陀，是我心具，是我心造，徹悟能念心外無佛，所念佛外無心，心佛一體，念而無念，無念而念，令不暫忘，如是

思慧，即是理持。

十、一心殊勝：不論事持理持，持至伏除煩惱，至見思盡，皆事一心。持至破一品無明，藏心開顯，親見本性法身佛，皆理一心。事一心，能破我執，斷見思惑。理一心，能破法執，斷二邊惑，皆是修慧。若至事理一心不亂，再加精進不退，將見開智慧，發辯才，得神通，成就念佛三昧，獲證念佛圓通，則種種靈異瑞相，皆得現前矣。

## 二、本章經文集解

**大勢至法王子，與其同倫五十二菩薩，即從座起，頂禮佛足，而白佛言：**

「大勢至」，是菩薩別號，法王子，是菩薩通稱。大勢至者，觀經云：「此菩薩行時，十方世界，一切震動，此菩薩坐時，七寶國土，一時動搖。」力大至極，名大勢至。又此菩薩，光明熾盛，觀經云：「此菩薩舉身光明，照十方國，有緣衆生，皆悉得見。又云：以智慧光，普照一切，令離三途，得無上力，故名大勢至。」

「法王子」，以佛爲法王，於法自在，不同人王天王。諸大菩薩，從法化生，爲法王子，紹隆佛種，承佛家業，助佛揚化故。悲華經云：「往昔彌陀，作輪王時，觀音爲長子，勢至爲次子。今在極樂，居彌陀左右，助佛揚化，次補佛處。觀音補佛，號普光功德山王如來，勢至補佛，號善住功德寶王如來，故今名法王子。」

「與其同倫下，至而白佛言。」勢至菩薩，於楞嚴會上，偕其西方同類五十二菩薩，參與法會，此表勢至念佛一門，能攝信等五十二位諸法。菩薩、具云菩提薩埵，名覺有情。以六凡衆生，善惡雖殊，愛情未斷；出世三乘，

雖皆聖者，識情未盡，故同稱有情。今大勢至菩薩，以智上求菩提，以悲下化有情，其自己是覺悟有情，更能覺悟其他有情，故名覺有情。即從座起，頂禮佛足者，是表身業恭敬，而白佛言，是向佛陳述，總表三業恭敬至誠。

**我憶往昔恆河沙劫，有佛出世，名無量光，十二如來相繼一劫，其最後佛，名超日月光，彼佛教我，念佛三昧。**

此段意謂：我大勢至記憶往昔過去恆河沙數大劫以前之事。彼時有佛出世，名無量光，並於同一劫中，有十二尊如來，次第出世，相繼成佛。其中最後成佛者，名超日

月光，彼佛教我，修行念佛三昧法門。

按無量壽經，稱阿彌陀佛：號無量光佛、無邊光佛、無礙光佛、無對光佛、炎王光佛、清淨光佛、歡喜光佛、智慧光佛、不斷光佛、難思光佛、無稱光佛、超日月光佛。俱名光者，因中念本覺佛，發明心光，果上成妙覺佛，現起身光；心光至極，成就權實二智，身光圓滿，福德莊嚴，或具常光，或時放光。往昔十二如來，乃是古佛，非今彌陀，同名號者，如古釋迦，古觀音等，非不同名也。

彼佛教我，念佛三昧者，此是大勢至菩薩向佛述說過

去發心修行，與得念佛三昧因緣。故云我憶往昔彼超日月光佛，教導開示我大勢至，如何從念佛法門得證三昧。念佛有事念理念，事念則一心憶念爲能念，阿彌陀佛爲所念，理念則念即始覺，佛即本覺，以始合本，名爲念佛。

念佛有四種念法：一、持名念佛，是聞說佛名，一心稱念。文殊般若經云：「衆生愚鈍，觀不能解，但令念聲相續，自得往生。」彌陀經云：「聞說阿彌陀佛，執持名號」等，皆是勸令持名妙行經文。二、觀像念佛有二：一觀現前佛相好光明，法華經云：「起立合掌，一心觀佛。」二觀綵畫塑造等像，如優填王，以栴檀木，塑造佛

像，注目瞻仰。三、觀想念佛，是以我心眼，觀想彼佛。如十六觀經云：「諸佛如來，是法界身，入一切衆生心想中。是故汝等心想佛時，是心即是三十二相，八十隨形好。是心作佛，是心是佛。諸佛正徧知海，從心想生。」

四、實相念佛，即念自性，真如實相佛。自性本空，即是無念；真如實相，如如不動，心性常住，名究竟覺。起信論云：「若能觀無念者，則爲向佛智故。」以上四種念佛，下手雖異，得果全同，皆名念佛三昧。念佛三昧，古稱徑路，而持名一法，爲徑中又徑，以觀像則像去間斷；觀想則心粗境細，妙觀難成；實相則衆生障重，解悟者

稀，故特勸持名也。

三昧者，華言正定，顯非凡夫不定，與外道邪定；又名正受，顯非邪受。此明念佛法門，由淺入深，熏修至極，因果相契，生佛一如，得證三昧，方名正定。三昧是通名，智度論云：「一切禪定攝心，皆名三昧。」念佛三昧是別名，唯依念佛所證，方名念佛三昧。又念佛三昧，即一行三昧，文殊般若經云：「佛告文殊，欲入一行三昧者，應處空閒，捨諸亂意，不取相貌，繫心一佛，專稱名字。隨彼方所，端身正向，能於一佛，念念相續，即於念中，能見過去未來現在諸佛。念一佛功德，與念無量佛功

德無二。若得一行三昧者，諸經法門，皆悉了知。」若得念佛圓通，圓滿通達一切諸法，故念佛三昧，爲三昧中王，而能統攝一切三昧。

**譬如有人，一專爲憶，一人專忘，如是二人，若逢不逢，或見非見。二人相憶，二憶念深，如是乃至從生至生，同於形影，不相乖異。**

此中文分兩段，一、譬如有人，至或見非見，是喻單憶有離。二、從二人相憶，至不相乖異，是喻雙憶不離。

一、譬如有人，是喻生佛二人。一專爲憶，是喻佛有

大悲願力，專心愍念受苦衆生。一人專忘，是喻衆生惑業所纏，無信願行，不能發心，念佛功德。如是二人，若逢不逢，或見非見者，若逢與或見，是明佛具大悲，專憶衆生，故常遊此界，能與衆生相逢相見。不逢與非見，是明衆生迷倒，專忘念佛，與佛相背，無緣見佛，是故與佛不逢非見；又解、衆生障重，專忘念佛，佛雖專憶衆生，能與衆生相逢相見，而衆生與佛，雖逢雖見，等於未逢未見。如見文殊，但覩老人，貧婆等類；如薄福人，見寶爲蛇。衆生見佛不識佛，如見寶不識寶，若是當面錯過，豈不可惜！

二、二人相憶，二憶念深者，是喻衆生念佛，猶如佛念衆生，名爲二人相憶。憶久不忘，憶念心深，名爲二憶念深。如是念佛，念久功深，自然心不離佛，乃至盡形，亦不暫忘，必能感應道交，生佛一如，佛亦不離心矣。如是不但此生，夢中定中常得見佛，與佛相隨，猶形與影，不相乖離；乃至從此生至他生，生生世世，與佛相隨，如同形影，永不乖違，亦不離異。心同相同，形同影同，身心合成，容貌如佛，名法王子。

十方如來，憐念衆生，如母憶子，若子逃逝，雖憶何爲？子若憶母，如母憶時，母子

## 歷生，不相違遠。

此中文分兩段，一、十方如來，至雖憶何爲，是合前喻，單憶無益。二、從子若憶母，至不相違遠，是合前喻，二人相憶，二憶念深。

一、十方如來，憐念衆生，如母憶子者，是合前喻，一人專憶。若子逃逝，雖憶何爲，是合前喻，一人專忘。

前二人喻，泛指親友猶疏，今以母子爲喻，骨肉親切，令人易起信行。世間慈母念子，念念不捨，子若忤逆不孝，忘恩負義，逃逝他方，徒憶無益，母念或衰，心生悔恨。十方諸佛，等視衆生，哀憐護念，過於慈母，逆惡愈重，

佛念愈深。慈母愛子，只能一世，佛愛衆生，慈心無盡，從生至生，永劫無窮，故云佛念衆生，如母憶子。若子逃逝，喻衆生逃避，枉入生死海中，輪迴六道，受苦無窮。雖憶何爲，喻佛雖具大悲，憐愍憶念，不能救拔，有因無緣，單憶無益。

二、子若憶母，如母憶時者，是合前喻，二人相憶，二憶念深。母子歷生，不相違遠者，是合前喻，生生不相乖異。意謂子若憶母，如母憶子之時，則母慈子孝，母子歷此一生，親情緣深，不相乖違遠離。此喻衆生，憶佛功德，發心念佛，猶如佛念衆生時之深切，方得感應道交，

生佛不二，若能如是，則佛與衆生，經歷多生永劫，亦不相違相遠，方合雙憶不離之理。

設問、前言念佛，但教念阿彌陀，云何此處，又言十方如來？應知此有二義：

一言十方如來，以佛佛道同，覺性平等，無二無別。

華嚴經問明品云：「十方諸如來，同共一法身，一心一智慧，力無畏亦然。」不但佛佛平等，實則佛與衆生，亦復平等，本來凡聖同源，生佛一體，故經云：「心佛及衆生，是三無差別。」但因佛與衆生，性德雖同，修德有異：諸佛無量劫來，順性而修，念念流入菩提覺海，福慧

圓滿，永受法樂；衆生無始劫來，逆性而造，念念流轉生死迷途，造諸惡業，受諸苦惱。是故諸佛，憐念衆生，悲心救苦，願力相同。三昧經云：「諸佛心者，大慈悲是，慈悲所緣，緣苦衆生，若見衆生，受苦惱時，如箭入心，欲拔其苦！」

二教念阿彌陀，令其心專故。又十方諸佛，共讚阿彌陀佛，最爲第一故。又生極樂土，親近彌陀，即能見十方佛故，如彌陀經云：「其土衆生，常以清旦，各以衣祫，盛衆妙花，供養他方，十萬億佛，」又觀經云：「見無量壽佛者，即見十方，無量諸佛。」又彌陀本願，特與娑

婆，濁世衆生，有因緣故，故教專念，阿彌陀佛。

**若衆生心，憶佛念佛，現前當來，必定見佛，去佛不遠。不假方便，自得心開。如染香人，身有香氣，此則名曰，香光莊嚴。**

上文譬喻，此文合法，由喻解法，由法達義。此中文分三段，一、若衆生心，至去佛不遠，是以法合前喻。

二、不假方便，自得心開，是明念佛見佛。三、如染香人，至香光莊嚴，是立染香妙喻。

一、若衆生心，憶佛念佛者，是重在衆生念佛。佛念衆生，不必再說。憶是憶持不忘，念是繫念在懷，亦可由

憶而念，由念而憶，名爲憶念。慈雲懶主云：「凡涉歷緣務，而內心不忘於佛，謂之憶念。譬如世人，切事繫心，雖經歷語言，去來坐臥，種種作務，而不妨密憶，前事宛然。念佛之心，亦應如是，若或失念，數數攝還，久久成性，任運常憶。或覺微起惡念，即便憶佛，憶佛力強，惡念自息。」

此中有事憶念，有理憶念。若事憶念，聞佛說有極樂世界，阿彌陀佛現在說法，深信不疑，確定志願，心常憶念佛名，口中常稱佛號，如子憶母，專心憶念不忘，具此念佛因緣功夫，猶尚未達心即是佛之理，名事憶念。若理

憶念，深信西方彌陀，是我心具之佛，亦我心造之佛，即以自心所具所造之佛，還念自心所具所造之佛。此則通達心佛不二，能所不二，性修不二，始本不二，起信論云：「雖念亦無能念可念，」便是念佛不二法門也。

綜合而言，若事憶念，多仗佛力，攝受自心，境殊勝故，心得自在，成就定力。若理憶念，多仗心力，體悟真理，二而不二之法門，心殊勝故，緣心自在，成就慧力。

有云：上智專於理念，下根專於事念，中根兼理事念。實則皆隨機宜，善於運用自心，不必自生疑礙，目的在得念佛三昧。且亦不論事憶念，理憶念，念至伏除煩惱，斷盡

見思二惑，即得事一心念佛三昧。亦不論事憶念，理憶念，念至心開，見本性佛，即得理一心念佛三昧。

現前當來，必定見佛，去佛不遠者，果真如上憶念佛號，時時憶念在心，決定可以見佛。或現在見佛，或當來見佛，然必見佛無疑。若現在見佛者，或在夢中見，或在定中見。夢中見者，如法華經，修行安樂行者，夢中見諸如來，放光說法。見身處中，合掌讚佛，聞法歡喜，而爲供養。又見自身，在山林中，修習善法，證諸實相，深入禪定，見十方佛。觀經下輩，臨終夢見彼佛，亦得往生。十四年前，余曾夢見，天台智者大師，親口說法，感動流

淚！醒來眼淚仍流未停，直至於今，不會再夢也。定中見者，如廬山慧遠大師，定中三度見佛；智者大師，修法華三昧，一日定中，親覩靈山一會，儼然未散。若當來見佛者，或臨終見，或花中見。臨終見者，臨命終時，見佛來迎，往生西方。如阿彌陀經云：「其人臨命終時，阿彌陀佛，與諸聖衆，現在其前，是人終時，心不顛倒，即得往生阿彌陀佛極樂國土。」花中見者，如觀經下品生者，生蓮華內，華開即能見佛。去佛不遠者，指現前當來見佛之人，一者身心，與佛接近不遠，二者見佛之後，進修不退，直至成佛不遠也。

設問、今有專心念佛，定中夢中，亦不見佛；又有一生念佛，臨終亦不能生，應如何釋？答、專心念佛，定中夢中，不見佛者，一由過去業障重故，二由現在善力弱故。若能專心念佛，雖不見佛，因緣未成熟故，決定功不唐捐，如勤讀書，雖不中第，亦不虛度，此理不難解知。

又一生念佛，臨終不生者，此或念佛不精誠故；或心生疑，信不切故；或有貪愛，不能斷故；或雖念佛，不願生故；或雖求生，臨命終時，怖畏死故。有如是等種種障緣，臨終不能往生，彌陀慈悲願力，決定平等故。若念佛人，深明此理，則平時念佛，必精誠，必斷疑，必堅信，

必斷貪，必發願，必求生；臨命終時，必萬緣放下，必不怕死，必一心求生。對此娑婆，念念厭離，對彼極樂，念念欣求，欣求至極，則必心佛相應，感應道交，蒙佛指引，於剎那頃，生極樂國，從此常與佛菩薩及諸上善人，俱會一處，亦從此時永爲極樂國人矣。

二、不假方便，自得心開者，此有現前不假方便，自得心開，亦有當來不假方便，自得心開。現在不假方便者，如今專心念佛，不必假借其他法門，如參禪研教等，各種方便，只從念佛一門深入，專心至誠，持佛名號，此是勝異方便。念至一念相應一念佛，念念相應念佛時，

譬如清珠投於水中，我以佛號投於心中，久久心佛融成一體，豁然頓覺，心地自開，內外瑩徹，充滿法界，到此光景，通身感受，充徧念佛法樂，佛號無處不在，此念佛人，可謂現前不假方便，自得心開也。

當來不假方便者，如念佛人，生到西方，華開見佛，聞說妙法，頓悟無生，心地豁開，心佛顯現，了知十方依正色心等法，皆不出我現前一念菩提心中，此時深知念佛法門，眞是無上深妙禪也。故永明大師云：「無禪有淨土，萬修萬人去，但得見彌陀，何愁不開悟？」何止開悟，佛亦能成，佛既能成，更有何法，勝過此念佛法門。

耶？故修行人，能肯發心一心念佛，即可不必假借其他方便也。

三、如染香人，身有香氣，此則名曰香光莊嚴者，靜權大師云：此喻妙極，最易明了。如染香人之人，喻上衆生心，香則喻佛，染喻憶念，合云如染香人句，喻上若衆生心憶佛念佛。身有香氣，喻上見佛去佛不遠。若人以香熏染自身，熏久自然身有香味氣分，以喻若衆生心，憶佛念佛，憶久念久，以佛功德熏染自心，熏久功深，與佛相應，自然通身有佛氣分，必定見佛，去佛不遠矣。香光莊嚴，喻上不假方便，自得心開。香光喻佛光，佛以慧光莊

嚴法身，成就大菩提果。衆生發心，憶佛念佛，即是以佛功德熏修自心，熏久則心與佛相應，相應至極，一念心得開悟，便能心光佛光，光光相契，猶如以光合光，莊嚴自心本覺，名爲以佛莊嚴而自莊嚴，故名香光莊嚴。

又香喻性德，光喻智德，染喻修德。由憶佛念佛修德熏染之力，漸能放下五欲塵勞，才不再戀娑婆五濁，才肯求生西方，才能去佛不遠，才能見佛聞法，才能從自心無明黑暗殼中出來，豁然心地開朗，智慧顯發，親見自己本具性德，亦知自己性德與佛性德，同體無二。故華嚴經云：「十方諸如來，同共一法身，一心一智慧，力無畏亦

然。」此時即是以己因心入佛果覺之時，如入香光之室，即是以佛莊嚴，而爲自己之莊嚴矣。

**我本因地，以念佛心，入無生忍。今於此界，攝念佛人，歸於淨土。佛問圓通，我無選擇，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯爲第一。**

此中文分三段，一、我本因地下三句，略述自利。二、今於此界下三句，略述利他。三、佛問圓通，至斯爲第一，結答圓通。

一、略述自利，本因地、是修因時，無生忍、是證果

位。此是菩薩略述過去，在本因地修行之時，曾遇超日月光佛，教以念佛方法，即以都攝六根，淨念相繼之心，如子憶母之心，而憶佛念佛。不用分別意識去念，不用九界有情心念，唯以一心專注佛界而念。如是精進修習，如是無雜無間，如是漸漸深入，如是深入至極，頓入無生法忍。

無生忍者，無生是指涅槃真理，忍即是智。由憶佛念佛，自得心開，證無生智，煩惱不生，則無生即忍。由此忍力，增長定力，不受六塵外境侵入，正念不動，名入無生忍。又由憶佛念佛，自得心開，證無生智，悟知諸法，

本自不生，今亦無滅，此之不生滅理，即是諸法實相，悟之名得無生。既得無生，具足忍力，以此忍力慧心，安住無生理中，名入無生忍。智度論卷五十云：「無生法忍者，於無生滅諸法實相中，信受通達，無礙不退，是名無生忍。」依龍樹菩薩說：「初地已上，亦得無生，」若依仁王護國般若經說：「無生在七八九地。」

二、略述利他，今於此界下三句，菩薩略述，以念佛心，入無生忍，然後運大悲心，乘大願力，來此娑婆，於五濁惡世中，助佛揚化時，以往昔因地所修念佛妙行，及其果地所證圓通妙果，攝受此界念佛衆生。生前用慈悲攝

受，令念佛心，堅固不退，臨終用願力攝受，令正念分明，即得往生，歸於淨土。

淨土有四種：一常寂光淨土，二實報莊嚴淨土，三方便有餘淨土，四凡聖同居淨土。每土蓮華，分爲九品，高下不同。藕益大師說：得生與否，全憑信願之有無，品位高下，全由持名之淺深。一若具真信切願，念佛未得一心，惑業消伏未盡，仍帶惑業往生者，則歸凡聖同居淨土。二念到事一心者，須斷見思粗惑，皆歸方便有餘淨土，此是聲聞緣覺，及未證法身菩薩，所居淨土。三念至理一心者，須破一品無明，乃至破四十一品無明，位居等

覺，皆歸實報莊嚴淨土。四念到無明破盡，證得究竟一心，則歸常寂光淨土，候補佛位。由此觀之，真得一心不亂，必須斷惑，親證一心，方能生上三土。末代凡夫，若能往生同居淨土，亦得離娑婆苦，永劫不退，不可不知。

慈雲懺主云：娑婆有十種苦，安養有十種樂。十苦者：不值佛、不聞法、惡友纏、羣魔惱、受輪迴、墮惡趣、塵緣障道、壽命短促、修行退失、塵劫難成。十樂者：常見佛、常聞法、聖賢會、離魔事、輪迴息、無惡道、勝緣助道、壽命無量、入正定聚、一生行滿。故念佛人，應具聞思修，三種妙慧，備信願行，三種資糧，始名

真念佛人。

問、若行五逆十惡，亦具三資糧慧，能否得生西方？答、雖有諸過，於彼佛土，有信願行，亦得生彼下輩下品。故大本云：「唯除五逆，誹謗正法，」則知五逆，兼謗法者，乃在所除；如不兼謗，亦未必除，由謗不信，不信則不生也。而觀經云：「五逆得生，」則知雖具五逆，不謗法者，必定得生，如兼謗者，亦不能生，所謂信則決定生也。

三、結答圓通，自佛問圓通，至斯爲第一，是本圓通章最後一段經文。因在楞嚴會上，諸聖各答所問，各述因

地修行，或由眼根方便，入三摩地，而得圓通，乃至或由五大方便，入三摩地，而得圓通，各各不同。唯我勢至，概無選擇，提起正念，都攝六根，如手握拳，五指俱攝。

專以現前一念誠心，而爲正念，以此正念爲主，故能都攝六根，憶佛念佛，如是淨念相繼無間，日久功深，遠離昏掉，定慧持心，得三摩地，是我所得圓通法門。

圓是圓滿，約自行則包含衆妙，總攝萬法。通是通達，約化他則徧入諸有，統無間隔。亦可二利，互爲圓通。無選擇者，非如那律，選擇眼根，空生選擇意根等，而我勢至，外不選眼耳等六根相，內不擇見聞等六根用，

唯依一精明，把握一念心，不行六根用，而能都攝六根。淨念相繼者，若不都攝六根，則依六根生起六識，染著六塵，攀緣不捨，不名念淨。由第七識，內執賴耶爲我，外認塵境爲法，執著實我實法，將此二執種子，熏入第八賴耶識中，遇緣生起現行，善惡業報，分明相續，流轉無窮。唯有都攝六根，念念心存至誠，憶佛念佛，始能背塵合覺，漸漸轉識成智，返妄歸真，轉染成淨。淨而又淨，淨無間斷，純一淨念相續，心與覺合，心與佛合，此是因果地覺，攝因地心，以因地心，該果地覺。如是因能該果，果能攝因，因果不二，心佛一如，法味之妙，三昧之

樂，如蜂採蜜，若得蜜味，取之不厭。念佛之人，若能都攝六根，淨念相繼，自然得三摩地，三昧之樂，自然現前，住佛正定，心不遷流，故云此念佛三昧，最爲第一。

故大集經云：「若人但念阿彌陀，是名無上深妙禪，」法門之妙，在乎行人，能否善用其心。譬如彈琴，妙音之發，在乎能否善用妙指。我等念佛人，要在都攝六根，六根究竟如何攝耶？今舉一則都攝六根故事，贈予念佛大衆，佛在世時，有一修道人，住恆河邊，苦修十二年，心意仍馳散，貪著六塵境界，不能入道。一日佛往其處，共坐樹下，不久，有一烏龜，從河灘走出，狗見烏

龜，便來戲咬，龜將頭尾四腳，縮入藏六甲中，狗不得便。待狗離去，龜伸六甲，狗再來咬，龜又藏之，如是多次，狗無奈何！龜得脫險。時修行人，不覺笑之！佛見彼笑，佛亦笑之，並開示彼：「有修行人，不如此龜，不守根門，放恣六情，魔得其便，形壞神散，隨業流轉，苦惱百千！」又說偈曰：「藏六如龜，防意如城，慧與魔戰，勝則無患！」今望我等諸上善人，善學大勢至菩薩念佛方法，眞能都攝六根，淨念相繼，不但現生得三摩地，臨終必能往生西方，華開見佛，朝夕親近彌陀，則更勝於烏龜藏六，巧妙多多矣。

智海法師 編述

# 靜坐數息法要

佛陀教育基金會 印贈



靜坐十二門基本觀法

(一) 端身正坐觀  
(二) 全身是光觀  
(三) 全光是空觀  
(四) 全空是息觀  
(五) 全息是心觀  
(六) 心息相依觀  
(七) 凝神內照觀  
(八) 綿密無間觀  
(九) 專注入息觀  
(十) 數百二十分觀  
(十一) 多即入定觀  
(十二) 久則悟證觀

佛曆二五二六年一月廿八日智海述  
公元一九八二年



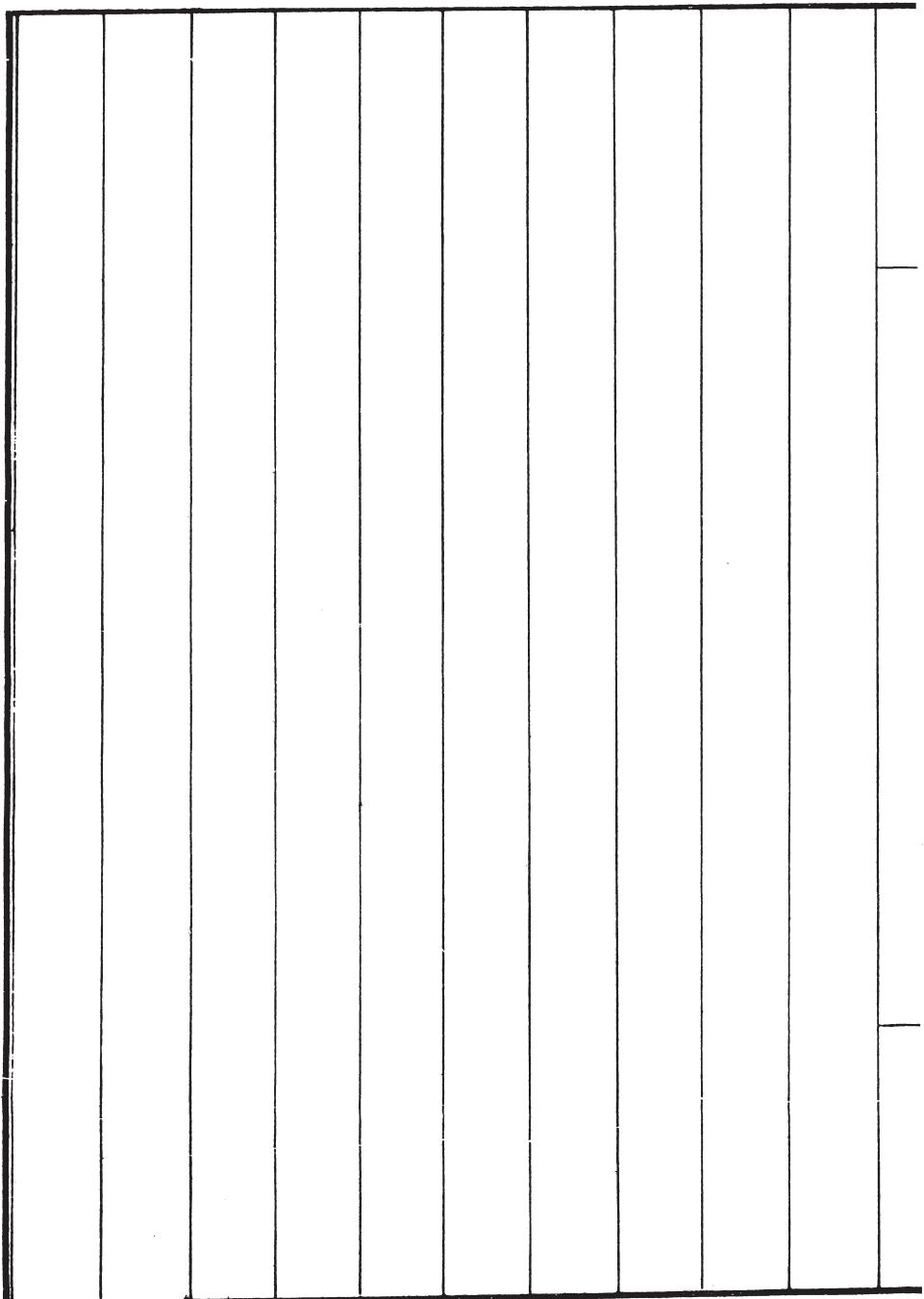
# 靜坐數息法要敘

原夫諸佛出現世間。因大悲心。施正教手。開示種種法門。化導種種眾生。以諸眾生無始時來。沉三有海。沒五趣河。此死彼生。互為輪轉。眾苦煎逼。不售出離。是故如來大慈憐愍。方便濟拔。因機施教。雖說歸元無二。豈礙方便多門。其門雖多。同歸無二。以無二故。世間相常。以多門故。應善思擇。是故經說。諸佛如來。有二甘露門。一者不淨觀。二者阿那波那。又云。阿那波那是三世諸佛入道初門。是故釋迦初詣道樹。欲習佛法。內思安那。一數二隨。乃至還淨。故我世尊成。

正覺已。復以此門開示眾生。欲令眾生初心習定。止心鼻端最易分明。所謂凝心一處。念息入出。見息繫身。如珠中縷。達摩多羅禪云。修行觀若增。制之令從止。修行止若增。起之令從觀。如經所說。因息修禪。一者疾得禪定。二者易悟無常。坐禪三昧云。觀無常時亦念息入出。又云。生時諸法空生。滅時諸法空滅。是中無我無人。無作無受。是名隨無常觀。古人有以數息助念佛者。尤為得力。故飛錫大師云。世人多以寶玉木穗等為數珠。吾以出入息為念珠焉。稱佛名號。隨之於息。大有恃怙。又云。余行住坐卧。常用此珠。縱

令昏寐含佛而寢覺即續之。必於夢中得見彼佛。如鑽木煙飛火之前相夢之不已。三昧成焉。是故若禪若淨勤修斯門。共獲裨益。余讀諸經論。每遇斯門。必深生欣慕愛念不已。故敢不揣鄙陋。採集經論要語。編排成行題曰。靜坐數息法要。以供諸同道。然自慚寡學。遺誤難免。望諸大德法侶慈悲指正。則深為感幸耳。

佛紀一五一零年丙午四月八日香港松山寺沙門智海謹敘



# 靜坐數息法要

摩訶衍論云。一切諸法中。但有名與色。若欲如實觀。亦當觀名色。一者色觀。有二種門。所謂不淨阿波。如經中說。二為甘露門。一者不淨觀門。二者阿那波那門。二者心觀。唯有一門。如經中說。能觀心性。名為上定。然此三門。一一門中。復有二種方便。如因息修禪。二方便者。一疾得禪定。二易悟無常。以色為門。二方便者。一能斷貪欲。二易了虛假。心為門者。亦二方便。一者能降一切煩惱。二者易悟空理。此三法門。是為禪門根本。舉要說三。開即無量。

今為修學易成就故。但說阿那波那法門。如經所說。阿那波那是三世諸佛入道初門。是故釋迦初詣道樹。欲習佛法。內思安那一數二隨。乃至還淨。具如瑞應經所說。復次安般守意經云。佛在越祇國時。自行安般守意九十日。獲得自在慈念。復欲度脫十方。

問曰。如來於此法門。先已修習。我今雖知。然於何經曾為誰說。彼人聞已。得何勝利。答曰。增一阿含安般品云。一時佛在給孤獨園。爾時羅云。往詣佛所。白世尊曰。云何修行安般。除去憂惱。無有諸想。獲大果報。得甘露味。佛告羅云。若諸比丘。樂於閑靜無人之處。

便正身正意結跏趺坐。無他異念繫意鼻頭。出息長知息長。入息長亦知息長。出息短亦知息短。入息短亦知息短。出息冷亦知息冷。入息冷亦知息冷。出息暖亦知息暖。入息暖亦知息暖。盡觀身體。入息出息皆悉知之。有時有息。亦復知有。有時無息。亦復知無。若息從心出。亦復知從心出。若息從心入。亦復知從心入。如是羅云。能修行安般者。則無愁憂亂惱之想。獲大果報。得甘露味。羅云聞已。禮佛而去。詣安陀園在一樹下。正身正意無他異念。端坐思惟。如是法門。使得解脫。遊諸四禪。自識宿命。能知一生十生。乃至

無數劫事。我曾生彼。名某姓某。食如此食。受如此苦。樂壽命長短。彼終生此。此終生彼。復以天眼觀眾生類。生者逝者。善色惡色。善趣惡趣。所行所造。皆如實知。更以漏盡心觀四聖諦。亦如實知之。是時尊者羅云。便成阿羅漢。

問曰。佛曾開示此勝法門。能令眾生依止修行。除諸憂惱。獲大果報。佛滅度後。誰復弘傳。雖久至今。令我得聞。答曰。如來滅後。大德比丘。遞相傳持。利樂有情。釋禪五云。昔日提婆初出世時。伏外道已。諸人信敬。度人出家。不可稱數。爾時菩薩昇師子座。普告大眾。

而說偈言。

佛說甘露門　名阿那波那　於諸法門中  
第一安隱道　因緣次第起　不雜諸妄想  
譬如種石榴　茅莖次第生　華實及色味  
自然非可作　時至時自證　非如脂色粉  
汝等調熟地　惠汝石榴種　令心入甘露  
道法次第生。

從是以來。西國法師相傳不絕。多以此法為學道之初。是故我今亦應修學。

問曰。今此法門。何故復名安般守意。答曰。此安般名。

含義眾多。今應略釋。安般守意經云。安為身。般為息。守意為道。復次安為念道。般為解結。守意為不墮罪。復次安為有。般為無。意念有。不得道。意念無。不得道。亦不念有。亦不念無。是應空定。意隨道行。復次安為未。般為起。以未起。便為守意。若已起。意便走。為不守。當為遠。是故佛說。安般守意。復次安為受五陰。般為除五陰。守意為覺。因緣。不隨身口意也。守意者。無所著。為守意。有所著。不為守意。何以故。意起復滅。故意不復起。為道。是為守意。守意莫令意生。生因有死。為不守意。莫令意死。有死因有生意。亦不死。是為道也。

複次道人行安般守意。何等為安。何等為般。安名為入息。般名為出息。念息不離是名為安般守意者。複次道人欲行道。要當知坐行二事。問曰。坐與行為同不同。答曰。有時同。有時不同。數息相隨止觀還淨此六事。有時為坐。有時為行。何以故。數息意定。是為坐。意隨法。是為行。已起意不離。為行亦為坐也。

問曰。坐有幾品。答曰。安般守意經云。坐有三品。一為味合坐。二為淨坐。三為無有結坐。何等為味合坐。謂意著行不離。是為味合坐。何等為淨坐。謂不念。為淨坐。何等為無有結坐。謂結已盡。為無有結坐也。

問曰。坐禪數息。云何得知罪福行相。答曰。安般守意經云。坐禪數息。即時定意是為今福。遂安隱不亂。是為未來福。益久續復安定。是為過去福也。復次坐禪數息。不得定意。是為今罪。遂不安隱。亂意起。是為當來罪。坐禪益久。遂不安定。是為過去罪也。亦有身過意過。身直數息。不得是為意過。身曲數息。不得是為身過也。

復次坐禪定意日勝。日勝為定意。有時從息得定意。有時從相隨得定意。有時從止得定意。有時從觀得定意。隨得定因緣直行也。自覺得定意時。意不得喜。

何以故。以行息亦墮貪故。因貪生喜是為亂意。便當計出入息念滅時。息生身生。息滅身滅。尚未脫生死苦。何以故。喜已計如是。其貪便止。不因貪喜是為道意。

問曰。坐禪數息。息有幾種。其相云何。答曰。安般守意經云。息有三輩。一為雜息。二為淨息。三為道息。不行道。是為雜息。數至十息。不亂。是為淨息。已得道。是為道息也。復有三輩。有大息。有中息。有微息。口有所語。大息止。念道中息止。得四禪。微息止也。復次息相者。息有四事。一為風。二為氣。三為息。四為喘。有聲為風。

無聲為氣。出入為息。氣出入不盡為喘也。釋禪二云。  
初入禪時。調息法者。息有四種相。一風。二喘。三氣。四  
息。云何風相。坐時鼻中息出入覺有聲。是名風相。云  
何喘相。坐時雖無聲而出入結滯不通。是名喘相。云  
何氣相。坐時雖無聲亦不結滯而出入不細。是名氣  
相。云何息相。不聲不結不粗。出入綿綿。若存若亡。資  
神安隱。情抱悅豫。此是息相。守風則散。守喘則結。守  
氣則勞。守息則定。此中前二為不調相。後一為調相  
也。

問曰。前已釋息。數復云何。答曰。此阿波門經說有六。

第一數門者。今應先釋。坐禪數息。一不數二。二不數一。安般守意經云。一數二者。謂數一息未竟。便言二。是為一數。二如是為過精進。二數一者。謂息已入二。甫言一。是為二數一。如是為不及精進。從三至四五。至六。七至八。九至十。各自有分部。當分別所屬。在一數一。在二數二。是為法行。便隨精進也。

復次行安般守意。莫過十數。莫減十數。息已盡。未數。是為過。息未盡。便數。是為減。失數亦惡。不及亦惡。是為兩惡。數息時。意在數息。未數時。有三意。有善意。有惡意。有不善不惡意。欲知人得息相者。當觀萬物。及

諸好色意不復著是為得息相。意復著是為未得當更精進行。閉口數息隨氣出入。知氣發何所滅何所意有所念不得數。息有遲疾大小亦不得數。耳聞聲亂亦不得數也。出息入息自覺出息入息自知。當時為覺。以後為知。覺者謂覺息長短。知者謂知息生滅粗細遲疾也。

已得息棄息已得相隨棄相隨。已得止棄止。已得觀棄觀。莫復遠。莫復還者。莫復數息。亦使意亦使息也。息有所念。為息使意。息無所念。為意使息也。應知人不使意。意便使人。人使意者。謂數息相隨止觀。還淨

念三十七品經。是為人使意。人不行道。貪求隨欲。是為意使人也。

行者數息。欲遮意。息中有長短。當復遮。是長短意也。數息亂者。當識。因緣所從起。當知是內意。一息亂者。是外意過。息從外入故。二息亂者。是內意過。息從中出故。三五七九屬外意。四六八十屬內意。嫉。瞋。恚。癡。是三意在內。殺。盜。婬。兩舌。惡口。妄言。綺語。是七意。及餘事屬外。數息所以先數入者。外有七惡。內有三惡。用少不能勝多。先數入也。數息意常當念。非常苦空。非身。計息出亦滅。入亦滅。已知是。得道疾。數息不得

有三因緣。一者罪到。二者行不工。三者不精進也。  
復次行息為使意向空。但欲止餘意。何以為向空。息  
中無所為故也。數息走意。不即時覺者。罪重意輕。罪  
引意去。疾故不覺也。行道已得息。自厭息意。欲轉。不  
復欲轉。如是為得息相。隨止觀亦爾也。知出入息滅  
為得息相。知生死不復用。為得生死相。已得四禪。但  
念空。為道種也。

修行道地經數息品云。數息行者。如是晝夜習數息。  
一月一年。至得十息。心中不亂。頌曰。

自在不動譬如山  
數出入息至令十

晝夜月歲不能止 修行如是守數息。

復次坐禪三昧。云習阿那般那三昧法門。有三種學人。或初習行。或已習行。或久習行。若初習行。當教一心念數。入息出息。若長若短。數一至十。若已習行。當教數一至十。隨息入出。念與息俱。止心一處。若久習行。當教數隨止觀。轉觀清淨。云何為數。一心念入息。入息至竟數一。出息至竟數二。若未竟而數為非數。若數二至九而誤。更從一數起。譬如算人。一一為二。二二為四。三三為九。問曰。何以故數。答曰。無常觀易得故。亦斷諸思覺故。得一心故。身心生滅無常相似。

相續難見。入息出息生滅無常。易知易覺故。如是等散心。當念阿那般那。學六種法。斷諸思覺。以是故念數息。

第二隨門者。坐禪三昧云。相隨法者。入息至竟當隨莫數一。出息至竟當隨莫數二。譬如負債人。債主隨逐。初不捨離。如是思惟。是入息。是還出。更有異。出息是還入。更有異。是時知入息異。出息異。何以故。出息暖。入息冷。問曰。入出息是一息。何以故。出息還更入故。譬如含水。水暖。吐水。水冷。冷者還暖。暖者還冷故。答曰。不爾。內心動。故有息出。出已。即滅。鼻口引外。則

有息入。入故息滅。亦無將出。亦無將入。復次少壯老人。息有長短異。少者入息長。壯者入出息等。老者出入息長。是故非一息。

復次脣邊風發。相似相續息出。至口鼻邊出已便滅。譬如蘢囊中風。開時即滅。若以口鼻因緣引之。則風入。是從新因緣邊生。譬如扇。衆緣合故。則有風。是時知入出息。因緣而有虛誕不真。生滅無常。如是思惟。出息從口鼻因緣引之。而有入息因緣。心動令生。而惑者不知。以為我息。息者是風。與外風無異。地水火空。亦復如是。是五大因緣合故。生識。識亦如是非我。

有也。五陰十二入十八界亦復如是。如是知之。逐息入息出是以名隨。

復次修行道地經數息品云。相隨者。數息已定。當行相隨。譬如有行人前行。有從如影隨行。修行如是。隨息出入。無他異念。頌曰。

數息意定而自由  
其心相隨而不亂  
數息出入為修行  
數息伏心謂相隨。

復次數隨二門者。安般守意經云。數息斷外。相隨斷內。數從外入。為斷外。亦欲離外因緣。數從中出。為欲離內因緣。外為身離。內為意離。身離意離。是為相隨。

出入息是為二事也。復次數息為欲斷內外因緣者。何等為內外。謂眼耳鼻舌身意為內。色聲香味細滑念為外也。

第三止門者。坐禪三昧云。止法者。數隨心極。住意風門。念入出息。問曰。何以故止。答曰。斷諸思覺故。心不散故。數隨息時。心不定。心多劇故。止則心閑。少事故。心住一處故。念息出入。譬如守門人。門邊住。觀人出入。止心亦爾。知息出時。從臍心胸咽至口鼻。息入時。從口鼻咽。心至臍。如是繫心一處。是名為止。

第四觀門者。坐禪三昧云。心於止法中住。觀入息時。

五陰生滅異。出息時。五陰生滅異。如是心亂便除却。  
一心思惟。令觀增長是名為觀法。復次修行道地經。  
數息品云。觀者其修行者已得相隨爾時當觀。如牧  
牛者住於一面遙視牛食。行者若茲從初數息至後  
究竟悉當觀察。頌曰。

如牧牛者遙住察 羣在澤上而護視  
將御數息亦如是 守意若彼是謂觀。

第五還門者坐禪三昧云捨風門住離粗觀法。離粗  
觀法知息無常此名轉觀。觀五陰無常亦念入息出  
息生滅無常見初頭息無所從來次觀後息亦無跡

處。因緣合故有。因緣散故無。是名轉觀法。

第六淨門者。坐禪三昧云。除滅五蓋及諸煩惱故。雖先得止觀。煩惱不淨心雜。今此淨法。其心獨得清淨。復次前觀與學相似行道。念息入出。今無漏道相似。行舍有漏道。是謂清淨。復次初觀身念止分。漸漸一切身念止。次行痛心念止。是中非清淨。無漏道遠故。今法念止中觀十六行。念入出息。得緩頂忍。世第一法苦忍。乃至無學盡智。是名清淨。

復次還淨二門者。修行道地經數息品云。何為還淨。其修行者。以成於觀。當復還淨。如守門者。坐於門上。

觀出入人。皆識知之。行者如是繫心鼻頭。當觀數息。知其出入。頌曰。

譬如守門者。坐視出入人。在一處不動。  
皆察知人數。當一心數息。觀其出入息。  
修行亦如是。數息五還淨。

如是數等六妙法門。前雖已說。今復應釋。釋禪七云。此六通稱妙門者。妙名涅槃。此之妙法。能通至涅槃。故名妙門。亦名六妙門。此六妙門。位即無定。所以者何。若於欲界未到地中。巧行六法。第六淨心成就。即發三乘無漏。况復進得上地諸禪。而不疾證道耶。今

約修證分別。有十二門。所以者何。如數有二種。一修數者。謂行者調和氣息。不澀不滑。安詳徐數。從一至十。攝心在數。不令馳散故。二與數相應者。覺心任運。從一至十。不加功力。心息自住。息既虛凝。心相漸細。患數為粗。意不欲數。爾時即應放數修隨。

隨亦二種。一修隨者。謂捨數法。一心依隨。隨息出入。心住息緣。無分散意故。二與隨相應者。謂心既漸細。覺息長短。徧身出入息。任運相依。意慮怡然。凝靜故。覺隨為粗。心厭欲捨。如人疲極欲眠。不樂眾務。爾時應當捨隨修止。

止亦二種。一修止者。應於繫緣制心體真。三止之中。  
但用制心止。制心息諸緣慮。不念數隨。凝靜其心。故  
名修止。二興止相應者。自覺其心。泯然入定。不見內  
外相貌。如欲界未到地等定法持心。任運不動。行者  
爾時。即作是念。今此三昧雖復寂靜。而無慧方便。不  
能破壞生死。復作是念。今此定者皆屬因緣。陰入界  
法。和合而有虛誕不實。我今應須照了。作是念已。即  
不著止。起觀分別。

觀亦二種。一修觀者。此復有三。一慧行觀。觀真之慧。  
故二得解觀。即假想觀故。三者實觀。如事而觀故。今

此六門。及十六特勝等。正用實觀成就。然後用慧行觀。觀理入道。云何修習實觀。行者於定心中。以心眼。諦觀。此身中微細出入思想。如空中風。皮筋骨肉。三十六物。如芭蕉不實。內外不淨。甚可厭惡。復觀定中。喜樂等受。悉有破壞之相。是苦非樂。又觀定中心識。無常。生滅。剎那不住。無可著處。復觀定中。善惡等法。悉屬因緣。皆無自性。如是觀時。能破四倒。不得人我。定何所依。是名修觀。二與觀相應者。如是觀時。覺息出入。徧諸毛孔。心眼開明。徹見身內三十六物。及諸虫戶。內外不淨衆苦逼迫。剎那變易。一切諸法。悉無

自性心生悲喜無所依倚。得四念處。破四顛倒。故名  
與觀相應。觀解既發。心緣觀境。分析覺念流動。非真  
實觀。爾時應當捨觀修還。

還亦有二。一修還者。既知觀從心發。若隨析境。此則  
不會本源。應當返觀此心。從何而生。為從觀心生。為  
從非觀心生。若從觀心生。則先已有觀。今實不爾。所  
以者何。數隨止等三法之中。未有觀故。若從非觀心  
生。應觀此心。為滅生。為不滅生。若不滅生。即二心並。  
若是滅法已謝。不能生現在。若言亦滅亦不滅生。乃  
至非滅非不滅生。皆不可得。當知觀心本自不生。不

生故不有。不有故即空。空無觀心。若無觀心。豈有觀境。境智雙亡。還源之要。故名修還。二興還相應者。心慧開發。不加功力。任運自能破析。返本還源。故名興還相應。

淨亦有二。一修淨者。知色淨故。不起妄想分別。受想行識。亦復如是。息妄想垢息分別。垢息取我垢。是名修淨。舉要言之。若能心如本淨。亦不得能所修。及淨不淨。是名修淨。二興淨相應者。作是修時。豁然心慧相應。無礙方便。任運開發。三昧正受。心無依倚。證淨亦二。一相似證者。謂五方便。相似無漏慧發故。二真

實證者。謂苦法忍乃至第九無礙道等。三乘真無漏慧發故。三界垢盡。故名證淨。

復次數等六門。前已具說。然於成實及坐禪三昧。皆說阿那波那。有十六行。今應當釋。行者一心。念息入出。若長若短。一念息短者。譬如人怖。疾走上山。或擔重疲極。如是等比。是名息短。行者亦爾。在粗心中。躁疾散亂。爾時則短。二念息長者。若行者在細心中。其息則長。所以者何。隨心細故。息亦隨細。如人疲極。止息歡喜。息即隨細。爾時則長。以一切息墮二處故。所謂若長若短。是故言息長息短。是中亦行安那般那。

六事。三念諸息徧身者亦念息出入。悉觀身中諸出入息。徧至身中乃至足指。信解身虛。則見一切毛孔。風行出入。徧諸毛孔。如水入沙。息出覺知。從足至髮。徧諸毛孔。亦如水入沙。譬如羈囊。出入皆滿。口鼻風入出亦爾。觀身周徧。見風行處。如藕根孔。亦如魚網。復次非獨口鼻。觀息出入。一切毛孔。及九孔中。亦見息入息出。是故知息徧諸身。四除身行者亦念息出入。初學息時。若身懈怠。睡眠體重。悉除棄之。身輕柔軟。隨禪定心得境界力。心安隱故。粗息則滅。爾時行者具身憶處。

五受喜者。亦念息出入。除却懈怠睡眠。重得心輕柔。轉隨禪定心受喜。復次入身念止中。竟次行痛念止。已得身念止實。今更得痛念止實受喜。復次已知身實相。今欲知心心數法實相。是故受喜亦念息出入。是人從此定法。心生大喜。本雖有喜。不能如是。爾時名為覺喜。六受樂者成實論云。從喜生樂。所以者何。若心得喜。身則調適。身調適故。則得猗樂。如經中說。心喜故身猗。身猗則受樂。復次坐禪三昧云。受樂者亦念息出入。是喜增長。故名為樂。復次初心中生悅。是名為喜。後徧身喜。故名為樂。復次初二禪中。樂痛

名喜第三禪中樂痛。名為受樂。七受諸心行者成實論云。行者見喜過患。以能生貪故。貪是心行。從心起故。以受中生貪。故見受是心行。復次坐禪三昧云。受諸心行。亦念息入出。諸心生滅法。心染法。心不染法。心散法。心攝法。心正法。心邪法。如是等諸心相。名為心行。八除心行者成實論云。行者自見。從受生貪過患已除滅。故心則安隱。亦滅除粗受。故說除心行。九覺心者成實論云。行者除受味故。見心寂滅。不沒不掉。十心作喜者成實論云。是心或時還沒爾時令喜。坐禪三昧云。復次若心不悅。勸勉令喜。釋禪七云。

既止心一境未有慧解必為沉心所覆沒以喜舉之令不沉沒故名作喜。一心作攝者成實論云若心還掉爾時令攝坐禪三昧云心作攝時亦念息入出設心不定強伏令定如經中說心定是道心散非道釋禪七云喜心動散則發越過常攝之令還不使馳散諸緣是故作攝十二心作解脱者成實論云若離二法爾時應捨故說令心解脱釋禪七云心不掉散均等無累故名解脫。

十三觀無常者成實論云行者如是心寂定故生無常行坐禪三昧云觀無常者亦念息入出觀諸法無

常生滅空無吾我。生時諸法空生。滅時諸法空滅。是中無男無女無人。無作無受。是名隨無常觀。釋禪七云。觀無常者已得自在。不為沉浮所敗。故能觀諸法無常。念念生滅。不可樂也。十四觀斷行者成實論云。以無常行。斷諸煩惱。是名斷行。十五觀離行者成實論云。煩惱斷故。心則厭離。是名離行。十六觀滅行者成實論云。以心離故。得一切滅。是名滅行。釋禪七云。此阿那波那等十六行。是慧性攝。無一息入出。而不覺故。

復次修此阿那波那法門。有三種善根發相不同。釋

禪卷三。辨。內善根發相中云。一數息。善根發者。行人  
善修繫緣。制心體真三止。身心調和。發欲界及未到  
地等諸禪。身心湛然空寂。定心安隱。於後或一坐二  
坐。乃至經旬。或經月。經年。將息得所。定心不退。即於  
定心中。忽覺身心運動。八觸次第而起。此即發根本。  
初禪善根之相。於此定中。喜樂善心安隱。不可為喻。  
如是發初禪已。乃至發四禪四空定等。

二隨息善根發者。亦於欲界未到靜定心中。忽然覺  
息出入長短。及徧身毛孔虛疎。即以心明。見於身內  
三十六物。猶如開倉。見穀麻等。心大驚喜。寂然安快。

除諸身行乃至心受喜樂等。是為特勝善根發相。  
三明觀息善根發者亦於欲界未到細靜心中。忽見  
自身氣息從毛孔出入。徧身無礙漸漸明利。如羅縠  
中見皮重數乃至骨肉亦如是。亦見身內八萬戶虫。  
粗細長短言語音聲定心喜樂倍於上說或見自身  
猶如芭蕉聚沫雲影等相。此是通明觀善根發相。  
復次前雖已說阿那波那為修行者入道初門。今更  
引經當廣分別達摩多羅禪經云。

正觀依風相 正觀依風時 其心猶馳亂  
止心在入息 數一以為二 數二以為一

至九猶錯亂。是說修行退。若於修行退。  
更數從初起。十數滿足者。遠離諸過行。  
不修與過修。或有異修起。有此諸過生。  
是說修行退。修行緣入息。而反緣出息。  
修行緣出息。而反緣入息。於二心寂靜。  
是應修行果。急喘而安般。則令念錯亂。  
由是錯亂念。修行心發狂。其心發狂故。  
不知應不應。於二無分別。是說修行退。  
修行數已成。息去亦隨去。去已處處住。  
於彼善觀察。既觀令息還。遠已起清淨。

不善知六種。是說修行退。掉舉失正念。  
由是意憤亂。其心不恬靜。斯從行者生。  
諸根悉馳縱。隨欲向所緣。邪意普流散。  
樂著諸境界。方便不精進。後則生悔恨。  
聞所應成就。欲進劣無能。不趣喜勝處。  
或見勝不取。皆由無智故。是說修行退。  
入時作出想。出時作入想。二想作住想。  
是說為顛倒。無量餘退過。是深非所測。  
諸深明智者。自當廣稱說。  
若於入出息。無見亦無覺。不解方便求。

是則初門住。若數已成就。息去亦隨去。  
不知隨順法。是說修行住。

修行於鼻端。繫心令堅住。專念諦思惟。  
正觀依風相。入息與出息。繫心隨憶念。  
憶念若不忘。是初功德住。修行觀若增。  
制之令從止。修行止若增。起之令從觀。  
已捨入息念。安處出息緣。亦捨出息念。  
安處入息緣。於數已究竟。息去亦隨去。  
如是一切種。亦名為迴轉。

善於出息念。入息俱亦然。出入諦思惟。

分別具明了。彼諸修行者。安住決定分。  
出息入息時。正觀無常相。息法次第生。  
展轉更相因。乃至眾緣合。起時不暫停。  
當知和合法。是性速朽滅。法從因緣起。  
性羸故無常。一切眾緣力。是法乃得生。  
虛妄無堅固。速起而速滅。非出息未滅。  
而有入息生。非入息未滅。而有出息生。  
謂息出與入。一切時逼切。於息能覺了。  
具足眾苦相。因緣力所起。從緣起故滅。  
捨離有我相。常住不變易。如是顛倒行。

一切悉遠離。惟作真實觀。是名為決定。  
非我無牢固。亦無有自在。非彼出入息。  
曾有覺知相。比丘安般念。雜想覺所亂。  
既亂心不悅。應當從數起。或從入息數。  
或從出息數。思亂覺觀想。由是究竟離。  
慧者於入息。繫心行數時。一入數為一。  
不雜數出息。專念不亂數。如是乃至十。  
捨彼十出息。從此得決定。此則說具足。  
成就根本數。更有餘數法。修行方便起。  
若於根本數。不能起決定。促息使易覺。

方便令心生。當捨二出息。然後數入一。  
究竟心不亂。第二數成就。若於二方便。  
猶不起決定。乃至越十出。然後數入一。  
正念心不亂。次第至具足。是說修行者。  
十種數成就。修行如是數。是則數法成。  
或說短在前。復進餘方便。或說長在前。  
或說短在前。如其決定義。今當次第說。  
出息漸增長。未至究竟處。是中所觀察。  
說名長中短。一心勤方便。專念正思惟。  
增長至究竟。說名長中長。觀已風迴轉。

捨離餘求想 然後得決定 此則短中長。  
入息極短時 還到所起處 於是所觀察  
說名短中短。如是正思惟 修行善明了  
已得決定分 復進餘方便。滿身徧覺知  
出入身行息 修行如是覺 則為決定分。  
譬如火熾然 光焰則長遠 薪盡火將滅  
光焰還漸短。若更增益薪 光焰普周遍  
勢盡乃歸滅。四種風亦爾。譬如仰射空  
矢發疾無礙 其去漸高遠 勢極還自下。  
修行正思惟 觀察依風相 初遠然後近

長短義亦爾。

復次安般守意經云。問。息出入甯有處否。報。息入時是其處。息出時是其處。

問。何以故。止在鼻頭。報。用數息相隨止觀還淨。皆從鼻出入。為易識。故應在鼻頭修止。入息至盡鼻頭止。謂惡不復入。至鼻頭止。出息至盡。著鼻頭。謂意不復離身。行向惡。故著鼻頭。

問。數息念風。為隨色。何以應道。報。行意在道。數不念色。氣盡便滅。隨非常。知非常為道也。

復次成實。出入息品。亦設問答。以釋羣疑。如彼問曰。

出入息為屬身。為屬心耶。答曰。亦屬身亦屬心。所以者何。處胎中無故知由身。若第四禪等及無心者無故知由心。

問曰。息不故起。不應由心。所以者何。是息不由意起。如心念餘事。息常出入。如食自消。如影自轉。非人為也。答曰。息不故起。不由憶念。但以眾緣和合故起。若有心則有。無心便無。故知由心。又隨心差別。粗心則短。細心則長。又出入息由地由心。若在出入息地。亦有出入息地心。爾時則有。出入息地。所謂欲界及三禪。若在出入息地。而無出入息地心。及在無心。爾時

則無。若在無出入息地。爾時亦無。

問曰。息起時先出耶。先入耶。答曰。生時先出。死時後入。出入第四禪亦如是。

問曰。是念出入息云何名具足。答曰。行者若得阿那波那十六行者。爾時名具足。有論師言。以六因緣故名具足。所謂數隨止觀轉緣清淨。數名數出入息。從一至十。數有三種。若等若過。若減。等謂十則數為十。過謂十一。數名為十。減名數九為十。隨名行者。心隨息出入。止名令心。住出入息。觀名行者。見息繫身。如珠中縷。轉謂轉身緣心。令受緣心現前。心法亦爾。清

淨名行者離一切煩惱諸難心得清淨。

此不必定所以者何是諸行中。不必要用數隨二法行者但令心住息中。斷諸覺故。若能行十六種名為具足。

靜坐數息法要 終

願以此功德 普及於一切

我等與眾生 皆共成佛道

# 法不思議恩寶

《大乘本生心地觀經》卷第二云：

法寶能破一切生死牢獄，猶如金剛能壞萬物；  
法寶能照癡闇眾生，如日天子能照世界；  
法寶能救貧乏眾生，如摩尼珠雨眾寶故；  
法寶能與眾生喜樂，猶如天鼓樂諸天故；  
法寶能為諸天寶階，聽聞正法得生天故；  
法寶能為堅牢大船，渡生死海到彼岸故；  
法寶猶如轉輪聖王，能除三毒煩惱賊故；  
法寶能為珍妙衣服，覆蓋無慚諸眾生故；  
法寶猶如金剛甲冑，能破四魔證菩提故；  
法寶猶如智慧利劍，割斷生死離繫縛故；  
法寶正是三乘寶車，運載眾生出火宅故；  
法寶猶如一切明燈，能照三塗黑闇處故；  
法寶猶如弓箭矛矟，能鎮國界摧怨敵故；  
法寶猶如險路導師，善誘眾生達寶所故。  
善男子！三世如來所說妙法，有如是等難思議事，是名法寶不思議恩。

# 法布施的功德利益

《金光明最勝王經》云：『由其法施，有五勝利故。云何為五？即：

- (一) 法施兼利自他，財施不爾。
- (二) 法施能令眾生出於三界，財施之福不出欲界。
- (三) 法施能淨法身，財施但唯增長於色。
- (四) 法施無窮，財施有盡。
- (五) 法施能斷無明，財施唯伏貪愛。』



# 印造佛經佛像之十大利益

- 一、從前所作種種罪過。輕者立即消滅，重者亦得轉輕。
- 二、常得吉神擁護，一切瘟疫、水火、盜賊、刀兵、牢獄之災，悉皆不受。
- 三、夙世怨對，咸蒙法益，而得解脫，永免尋仇報復之苦。
- 四、夜叉惡鬼，不能侵犯，毒蛇虎狼，不能為害。
- 五、心得安慰，日無險事，夜無惡夢，顏色光澤，身力充盛，所作吉利。
- 六、至心奉法，雖無希求，自然衣食豐足，家庭和睦，福祿綿長。
- 七、所言所行，人天歡喜。任到何方，常為多眾傾誠愛戴，恭敬禮拜。
- 八、愚者轉智，病者轉健，困者轉亨，不願為婦女者，報謝之日，捷轉男身。
- 九、永離惡道，受生善道。相貌端正，天資超越，福祿殊勝。
- 十、能為一切眾生，種植善根。以眾生心，作大福田，獲無量勝果。所生之處，常得見佛聞法。直到三慧宏開，六通親證，速得成佛。

印造經像，既如此殊勝功德，故凡遇到祝壽、賀喜、免災、祈求、懺悔、超薦之時，  
皆宜歡喜施捨，努力行之。

普為出資及讀誦受持

佛曆二五五七年／西元一〇一九年四月

恭印..1000本

流水號..1119  
書號..CH300-30

輾轉流通者回向偈曰

願以此功德

消除宿現業

增長諸福慧

圓成勝善根

所有刀兵劫

及與饑饉等

悉皆盡滅除

人名留禮讓

讀誦受持人

輾轉流通者

現眷咸安樂

先亡獲超昇

風雨常調順

人民悉康寧

法界諸含識

同證無上道

般若心經集解 念佛圓通章集解 靜坐數息法要

合刊

發行人：簡豐文

出版者：財團法人佛陀教育基金會

地址：100 台北市杭州南路一段五十五號十一樓

E-mail：budaedu@budaedu.org

電話：(02) 23951198-11~12

傳真：(02) 23965959

銀行帳號：○四五〇〇四五九七五〇一一

本會經書免費結緣之請取方式如下：

(一) 親臨本會三樓講堂。(二) 利用傳真：(02) 23965959

(三) 撥打電話：(02) 23951198-11~12

(四) 網址：<http://www.budaedu.org/books/>。 (五) 電郵地址：本會法寶流通股。

為提高服務效率，請您嚴謹認真，慎選所需經書，盡量少用複印，多利用文字方式請取，並請註明經書名稱、冊數及收件人姓名、地址、電話、郵遞區號，以減少本會之處理時間；若大量申請，請註明用途，並避免姓名、地址等文字上書寫之錯誤。

◎ 本會經書，歡迎翻印（請勿增刪），贈送流通，功德無量。

◎ 本會交通

※ 捷運：善導寺站5號出口，至杭州南路右轉，遇兩個紅綠燈。

※ 公車站牌：審計部站→212、299、232、205、276、605、257、262

台北商業技術學院→253、297、237 仁愛路1段→222、297

開南商工→208、295、297、15、22、671

行政院新聞出版事業司證局版臺業字第3869號







