

空相舍利弗何等是心云何空相舍利弗心
名意識即是識陰意入意界心空相者心無
心相亦無作者何以故若有作者則有彼作
而此人受若心自作則自作自受舍利弗是
心相空無有作者無使作者若無作者則無
作相若人戲論是心相者則與無礙空無相

如金銀隱起金處異名生與金無前後且如
金銀隱起功德之形但有異名金體不動例
似一心現出凡聖之道雖立別号心性無生
達此名空見法如鏡自然息意冥合真宗矣

十五末

宗鏡錄卷第三十

第十一

釋

諍若與無礙空無相諍是人則與如來共諍
若與如來共諍當知是人則墮深坑是知若
入宗鏡海中已攝餘一切法門如登法性山
悉見諸無邊境界如大涅槃經云譬如有人
在大海浴當知是人已用諸河泉池之水菩
薩摩訶薩亦復如是修習如是金剛三昧當

知已爲修習其餘一切三昧又云譬如如高山

有人登之遠望諸方皆悉明了金剛定山亦
復如是菩薩登之遠望諸法無不明了故知
自心無能過者所以教中亦名甚深法亦名
最上乘是以一法指南萬途歸順但有名字
差別終無異體別陳如有頌云諸色心現時

鴟鳥名牙反 頹杜回反 羥許救反 鼻殞于敏反
詐丑琰反 偽也 反 駃側駕反 騃徒何 反 驃毗召反 窺窺去
箭小朱反 眇莫經反 悵苦協反 挹馬黃色反 無遠
誅步輸反 卸司 反 陣直刃 反 奮式車反 燒燒 驛徒協
布毛 裕許歸反 徒反 后襪居兩 反 袋博袍 反 槊古 僕僕
慧日永明寺主智覺禪師 延壽集

宗鏡錄卷第三十一

領

夫諸佛境界唯趣不思議一心解脫之門何
謂不思議解脫以一切法非有而有有而非
有非定量之所知故稱不思議既以非有而
有即不住於無有而非有即不住於有有無

潘刊

不住即於諸法悉皆解脫以一切法不出有無故是知一心解脫之中無有文字則無生死無煩惱無陰界無衆生無憂喜無苦樂無繫縛無往來無是無非無得無失乃至無菩提無涅槃無真如無解脫以要言之一切世出世間諸法悉皆無有如首楞嚴經云知見

立知即無明本知見無見斯即涅槃無漏真淨云何是中更容他物如上所說世間生死出世涅槃等無量差別之名皆從知見文字所立若無知見文字名體本空於妙明心中更有何物如六祖偈云菩提亦非樹明鏡亦非臺本來無一物何用拂塵埃融大師云至理無詮非解非纏靈通應物常存目前目前無物無物宛然不用人致體自虛玄又云無物即天眞天眞即大道寒山子詩云寒山居一窯窯中無一物淨潔空堂堂皎皎明如日糲食資微軀布裘遠幻賛任汝千聖現我有天眞佛所以大涅槃經中佛說一百句解脫

況百斤金即諸佛無上之珍涅槃秘密之寶是以句句皆云真解脫者即是如來夫如來者即一心真如自性中來故云如來又如者不變不異不失自性故名爲如來者即真如不守自性隨緣顯現故名爲來斯乃是不來之來以真如性徧一切處實無去來從心所感無出沒故又經云如來者即是法也故起信論云所言法者即衆生心所以古德云心本清淨亦無淨相方見我心故知一百句解脫中句句明心心解脫未有一文一字不是宗鏡之指南如經云尔時迦葉菩薩復白佛言世尊唯願哀愍重垂廣說大涅槃行解

脫之義佛讚迦葉善哉善哉善男子真解脫者名曰遠離一切繫縛若真解脫離諸繫縛則無有生亦無和合譬如有父母和合生子真解脫者則不如是是故解脫名曰不生迦葉譬如醍醐其性清淨如來亦余非因父母和合而生其性清淨所以示現有父母者爲欲

化度諸衆生故真解脫者即是如來如來解脫無二無別譬言如春月下諸豆子得煖氣已尋便出生真解脫者則不如是又解脫者名曰虛無虛無即是解脫解脫即是如來如來即是虛無非作所作凡是作者猶如城郭樓觀却敵真解脫者則不如是是故解脫即是

如來又解脫者即無爲法譬言如陶師作已還破解脫不余真解脫者不生不滅是故解脫即是如來如來亦余不生不滅不老不死不破不壞非有爲法以是義故名曰如來入大涅槃不老不死有何等義老者爲遷變髮白面皺死者身壞命終如是等法解脫中無以無是事故名解脫如來亦無髮白面皺有爲之法是故如來無有老也無有老故則無有死又解脫者名曰無病所謂病者四百四病及餘外來侵損身者是處無故故名解脫無疾病者即真解脫真解脫者即是如來如來無病是故法身亦無有病如是無病即是如

來死者名曰身壞命終是處無死即是甘露是甘露者即真解脫真解脫者即是如來如來成就如是功德云何當言如來無常若言無常無有是處是金剛身云何無常是故如來不名命終如來清淨無有垢穢如來之身非胎所汙如分陀利本性清淨如來解脫亦復如是如是解脫即是如來是故如來清淨無垢又解脫者諸漏瘡疣永無遺餘如來亦余無有一切諸漏瘡疣又解脫者無有關諱譬如飢人見他飲食生貪奪想解脫不余又解脫者名曰安靜凡夫人言夫安靜者謂摩醯首羅如是之言即是虛妄真安靜者畢竟

一

三

解脫即是如來又解脫者名曰安隱如多賊處不名安隱清夷之處乃名安隱是解脫中無有怖畏故名安隱是故安隱即真解脫真解脫者即是如來如來者即是法也又解脫者無有等侶有等侶者如有國王有隣國等夫解脫者則無如是無等侶者謂轉輪聖王

無有能與作齊等者解脫亦尔無有等侶無等侶者即真解脫真解脫者即是如來轉輪法王是故如來無有等侶有等侶者無有是處又解脫者名無憂愁有憂愁者譬如國王畏難強隣而生憂愁夫解脫者則無是事譬如壞怨則無憂慮解脫亦尔是無憂畏無憂

畏者即是如來又解脫者名無憂喜譬如女人止有一子從役遠行卒得凶問聞之愁苦後復聞活便生歡喜夫解脫中無如是事無憂喜者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者無有塵垢譬如春月日沒之後風起塵霧夫解脫中無如是事無塵霧者喻真解脫真解脫者即是如來譬如聖王髻中明珠無垢穢者喻真解脫真解脫者即是如來如真金性不雜沙石乃名真寶有人得之生於財想夫解脫性亦復如是如彼真寶彼真寶者喻真解脫真解脫者即是如來譬如瓦瓶破而

聲鑿金剛寶瓶則不如是夫解脫者亦無鑿破金剛寶瓶喻真解脫真解脫者即是如來是故如來身不可壞其聲鑿者如莊麻子盛熱之時置之日曝出聲震爆夫解脫者無如是事如彼金剛真寶之瓶無鑿破聲假使無量百千之人悉共射之無能壞者無鑿破聲

傾一

四

喻真解脫真解脫者即是如來如貧寶窮人負他物故爲他所繫枷鎖策罰受諸苦毒夫解脫中無如是事無有負責猶如長者多有財寶無量億數勢力自在不負他物夫解脫者亦復如是多有無量法財珍寶勢力自在無所負也無所負者喻真解脫真解脫者即是如來又解脫者名無逼切如春涉熱夏日食甜冬日冷觸真解脫中無有如是不適意事無逼切者喻真解脫真解脫者即是如來又無逼切者譬如有餉食魚肉而復飲乳是人則爲近死不乆真解脫中無如是事是人若得甘露良藥所患得除真解脫者亦復

如是甘露良藥喻真解脫真解脫者即是如來云何逼切不逼切也譬如凡人我慢自高而作是念一切衆中誰能害我即便攜持蛇虎毒蟲當知是人不盡壽命則爲橫死真解脫中無如是事不逼切者如轉輪王所有神珠能伏蟻娘九十六種諸毒蟲等若有聞是

神珠香者諸毒消滅真解脫者亦復如是皆悉遠離二十五有毒消滅者喻真解脫真解脫者即是如來又不逼切者譬如虛空解脫亦尔彼虛空者喻真解脫真解脫者即是如來又逼切者如近乾草然諸燈火近則熾然真解脫中無如是事又不逼切者譬如日月

便二

五

不逼衆生解脫亦尔於諸衆生無有逼切無有逼切喻真解脫真解脫者即是如來又解脫者名無動法猶如怨親真解脫中無如是事又不動者如轉輪王更無聖王以爲親友若更有親則無是處解脫亦尔更無有親若有親者亦無是處彼王無親喻真解脫真解

脫者即是如來如來者即是法也又無動者譬如素衣易受染色解脫不尔又無動者如婆師華欲令有臭及青色者無有是處解脫亦尔欲令有臭及諸色者亦無有是處是故解脫即是如來又解脫者名爲希有譬如水中生於蓮華非爲希有火中生者是乃希有有

人見之便生歡喜真解脫者亦復如是其有見者心生歡喜彼希有者喻真解脫真解脫者即是如來其如來者即是法身又希有者譬如嬰兒其齒未生漸漸長大然後乃生解脫不尔無有生與不生又解脫者名曰虛寂無有不定夫不定者如一闡提究竟不移犯

重禁者不成佛道無有是處何以故是人若於佛正法中心得淨信尔時即便滅一闡提若復得作優婆塞者亦得斷滅於一闡提犯重禁者滅此罪已則得成佛是故若言畢定不移不成佛道無有是處真解脫中都無如是滅盡之事又虛寂者墮於法界如法界性

即真解脫真解脫者即是如來又一闡提若盡滅者則不得稱一闡提也何等名爲一闡提耶一闡提者斷滅一切諸善根本心不攀緣一切善法乃至不生一念之善真解脫中都無是事無是事故即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名不可量譬言如穀聚其量

可知真解脫者則不如是譬言如大海不可度量解脫亦尔不可度量不可量者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名無量法如一衆生多有業報解脫亦尔有無量報無量報者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名爲廣大譬言如大海無與等者解脫亦尔

領一
六
無能與等無與等者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰最上譬如虛空最高無比解脫亦尔最高無比者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名無能過譬言如師子所住之處一切百獸無能過者解脫亦尔無有能過者即真解脫真解

脫者即是如來又解脫者名爲無上譬如北方諸方中上解脫亦尔爲無有上無有上者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名無上上譬如如北方之於東方爲無上上解脫亦尔無有上上無上上者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰恒法譬如人天

身壞命終是名曰恒非不恒也解脫亦尔非是不恒非不恒者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰堅住如佉羅栴檀沉水其性堅實解脫亦尔其性堅實性堅實者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰不虛譬如竹葦其體空疎解脫不尔當知解脫即是如來又解脫者名不可汗譬如牆壁未見塗治蚊蟲在上止住遊戲若以塗治彩畫彫飾蟲聞彩香即便不住如是不住喻真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰無邊譬如村落皆有邊表解脫不尔譬如虛空無有邊際解脫亦尔無有邊際如是解脫即

是如來又解脫者名不可見譬喻空中鳥跡難見如是難見喻真解脫真解脫者即是如來又解脫者名甚深何以故聲聞緣覺所不能入不能入者即真解脫真解脫者即是如來又甚深者諸佛菩薩之所恭敬譬如孝子供養父母功德甚深功德甚深喻真解脫真

解脫者即是如來又解脫者名不可見譬喻有人不見自頂解脫亦余聲聞緣覺所不能見不能見者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名無至生譬言如虛空無有屋宅解脫亦余言屋宅者喻二十五有無有屋宅喻真解脫真解脫者即是如來又解脫者名不可取如阿摩勒果人可取持解脫不余不可取持不可取持即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名不可執譬如幻物不可執持解脫亦余不可執持不可執持即真解脫真解脫者即是如來又解脫者無有身體譬如有人體生瘡癩又諸癰疽癩狂乾枯真解脫

中無如是病無如是病喻真解脫真解脫者即是如來又解脫者名爲一味如乳一味解脫亦余唯有一味如是一味即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰清淨如水無泥澄靜清淨解脫亦余澄靜清淨澄靜清淨則真解脫真解脫者即是如來又解脫者名

曰一味如空中雨一味清淨一味清淨喻真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰除却譬言如滿月無諸雲曠解脫亦余無諸雲曠無諸雲曠即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰寂靜譬如有人熱病除愈身得寂靜解脫亦余身得寂靜身得寂靜即真解

脫真解脫者即是如來又解脫者即是平等譬如野猫毒蛇鼠狼俱有殺心解脫不余無有殺心無殺心者即真解脫真解脫者即是如來又平等者譬如父母等心於子解脫亦余其心平等心平等者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者無有異處譬如有人唯

僕一

居上妙清淨屋宅更無異處解脫亦爾無有異處無異處者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰知足譬如飢人值遇甘膳食之無厭解脫不爾如食乳糜更無所須更無所須喻真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰斷絕如人被縛斷縛得脫解脫亦

爾斷絕一切疑心結縛如是斷疑即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名到彼岸譬如如大海有此彼岸解脫不爾雖無此岸而有彼岸有彼岸者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰默然譬如大海其水泛漲多諸音聲解脫不爾如是解脫即是如來又解脫者名曰美妙譬如衆藥雜訶梨勒其味則苦解脫不爾味如甘露味如甘露喻真解脫真解脫者即是如來又解脫者除諸煩惱譬如良醫和合諸藥善療衆病解脫亦尔能除煩惱除煩惱者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰無窄譬如小舍不容多

人解脫不尔多所容受多所容受即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名滅諸愛不雜姪欲譬如女人多諸愛欲解脫不尔如是解脫即是如來如來如是無有貪欲瞋恚愚癡嬌慢等結又解脫者名曰無愛愛有二種一者餓鬼愛二者法愛真解脫者離餓鬼愛

僊一

九

憐愍衆生故有法愛如是法愛即真解脫真解脫者即是如來又解脫者離我我所如是解脫即是如來如來者即是法也又解脫者是滅盡離諸有貪如是解脫即是如來如來者即法也又解脫者即是救護能救一切諸怖畏者如是解脫即是如來如來者即是法也又解脫者即是歸處若有歸依如是解脫不求餘依譬如有人依恃於王不求餘依雖復依王則有動轉依解脫者無有動轉無動轉者即真解脫真解脫者即是如來如來者即是法也又解脫者名為屋宅譬如有人行於曠野則有險難解脫不尔無有險難無險

難者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者是無所畏如師子王於諸百獸不生怖畏解脫亦尓於諸魔衆不生怖畏無怖畏者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者無有窄狹譬如隘路乃至不受二人並行解脫不尓如是解脫即是如來又有不窄譬如有人

畏虎墮井解脫不尓如是解脫即是如來又有不衆如大海中捨壞小船得堅牢船乘之渡海到安隱處心得快樂解脫亦尓心得快樂得快樂者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者拔諸因緣譬如因乳得酪因酪得酥因酥得醍醐真解脫中都無一因無是因者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者能伏憍慢譬如大王慢於小王解脫不尓如是解脫即是如來如來者即是法也又解脫者伏諸放逸謂放逸者多有貪欲真解脫中無有是名無是名者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者能除無明如上妙酥除諸

偈一

十

淳穢乃名醍醐解脫亦尓除無明淳生於真明如是真明即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名爲寂靜純一無二如空野象獨一無侶解脫亦尓獨一無二獨一無二即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名爲堅實如竹筍朶麻莖幹虛空而子堅實除佛如來其餘人天皆不堅實真解脫者遠離一切諸有流等如是解脫即是如來又解脫者名能覺了增益於我真解脫者亦復如是如是解脫即是如來又解脫者名捨諸有譬如有人食已而吐解脫亦尓捨於諸有捨諸有者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰決定如婆師華香七葉中無解脫亦尓如是解脫即是如來又解脫者名曰水大譬如水大於諸大勝能潤一切草木種子解脫亦尓能潤一切有生之類如是解脫即是如來又解脫者名曰爲入如有門戶則通路入金性之處金則可得解脫亦尓如彼門戶修無

我者則得入中如是解脫即是如來又解脫者名曰爲善譬如弟子隨逐於師善奉教勑得名爲善解脫亦余如是解脫即是如來又解脫者名出世法於一切法最爲出過如衆味中酥乳最勝解脫亦余如是解脫即是如來又解脫者名曰不動譬如門閨風不能動

真解脫者亦復如是如是解脫即是如來又解脫者名無濤波如彼大海其水濤波解脫不爾如是解脫即是如來又解脫者譬如宮殿解脫亦余當知解脫即是如來又解脫者名曰所用如闍浮檀金多有所任無有能說是金過惡解脫亦余無有過惡即真解脫真

便

十一

解脫者即是如來又解脫者捨嬰兒行譬如今人捨小兒行解脫亦余除捨五陰除捨五陰即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰究竟如被繫者從繫得脫洗浴清淨然後還家解脫亦余畢竟清淨畢竟清淨即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名無作

樂無作樂者貪欲瞋恚愚癡吐故喻如有人悞飲蛇毒爲除毒故即服吐藥既得吐已毒即除愈身得安樂解脫亦余吐於煩惱諸結縛毒身得安樂名無作樂無作樂者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名斷四種毒蛇煩惱斷煩惱者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名離諸有滅一切苦得一切樂永斷貪欲瞋恚愚癡拔斷一切煩惱根本者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名斷一切有爲之法出生一切無漏善法斷塞諸道所謂若我無我非我非無我唯斷取著不斷我見我見者名爲佛性佛性者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名不空空空空者名無所有無所有者即是外道尼捷子等所計解脫而是尼捷實無解脫故名空空真解脫者則不如是故不空空不空空者即真解脫真解脫者即是如來又解脫者名曰不空如水酒酪酥蜜等瓶雖

無水酒酪酥蜜時猶故得名爲水等瓶如是瓶等不可說空及以不空若言空者則不得有色香味觸若言不空而復無有水酒等實解脫亦尔不可說色及以非色不可說空及以不空若言空者則不得有常樂我淨若言不空誰受是常樂我淨者以是義故不可說

空及以不空空者謂無二十五有及諸煩惱一切苦一切相一切有爲行如瓶無酪則名爲空不空者謂真實善色常樂我淨不動不變猶如彼瓶色香味觸故名不空是故解脫喻如彼瓶彼瓶遇緣則有破壞解脫不尔不可破壞不可破壞即真解脫真解脫者即是

傾一

十二

如來又解脫者名曰離愛譬如有人愛心希
望釋提桓因大梵天王自在天王解脫不尔
若得成於阿耨多羅三藐三菩提已無愛無
疑無愛無疑即真解脫真解脫者即是如來
若言解脫有愛疑者無有是處又解脫者斷
諸有貪斷一切相一切繫縛一切煩惱一切

傾一

十三

生死一切因緣一切果報如是解脫即是如
來如來者即是涅槃一切衆生怖畏生死諸
煩惱故故受三歸譬如群鹿怖畏獵師既得
免離若得一趨則喻一歸如是三趨則喻三
歸以三趨故得受安樂衆生亦尔怖畏四魔
惡獵師故受三歸依三歸依故則得安樂受

安樂者即真解脫真解脫者即是如來如來
者即是涅槃涅槃者即是無盡無盡者即是
佛性佛性者即是決定決定者即是阿耨多
羅三藐三菩提釋曰上來一百句解脫文現
不繁更釋大意只明一心真性解脫以實慧
解脫顯此真性然後成方便慧解脫故能自
覺覺他名之爲佛即是平等法身天真之佛
所以經云當知解脫即是如來如來之性即
是解脫解脫如來無二無別是以如來之性
即衆生性衆生之性即一切法性一切法性
即是心性以心性徧一切處故則一切處悉
是不思議解脫以不見自性故則隨處貪著

著即被縛若了斯宗縛脫俱寂所以云離即著著即離幻化門中生實義亦無離亦無著何更求無病藥又此一百句解脫委曲拔陳是最後指歸究竟垂示則涅槃之秘藏祖佛之正宗所以具錄全文證明宗鏡請不厭繁覽所冀乎細明心斯乃解縛之原迷悟之

本若心解則一切解與真性而相應若心縛則一切縛與塵勞而共處出要之道於此絕言方便之門更無過上此不思議真性解脫法門一入全真真外無法意消能所情斷是非此非誦文法師湊其智海闍證禪伯了此慧燈唯除直見性人一乘道種方能悟入頓了無疑此圓頓教門唯一無分別法耳無有際畔不涉一多以即邊而中故無法可比以即妄而真故無法可待豈更佛法待於佛法唯一絕待如來法界故出法界外無復有法無所可待亦無所絕唯證相應不在言說如大集經云不待莊嚴了知諸法以得一總得

餘故所以云一葉落天下秋一塵起大地收一華開天下春一事寂萬法真則上根一覽終不再疑中下之機寧無方便如孤寂吟云舉一例諸足可知何用喃喃說引詞只見餓夫來取飽不聞漿逐渴人飛問衆生法身與佛平等云何不起報化之用耶答雖本

平等隱顯有殊隱名如來藏顯名法身起信疏云但衆生迷自真理起於妄念是時真如但現染相不顯其用鈔問云衆生心與佛體既同衆生迷時何不起用答以無明有力起於九相真如無力被隱故不能現用如水爲風所繫但起波瀾而不能現像石壁鈔云論云本覺常起用者有其二意一約內熏即身體相熏習義故論云從無始來具無漏法備有不思議業作境界之性依此二義恒常熏習二約應化不起者但以妄染覆之非謂本覺無此應用亦非固心抑令不起斯則過在於妄迷而不知何關於覺以本覺常具常熏

故如脩竹有龍鳳之音塵鏡有照膽之用是知靈臺絕妙衆生莫知若暫返照迴光無有不得之者如地中求水鑛裏求金唯慮不肯承當沉埋心寶宗鏡委細意囑於斯普勸後賢直須知有

十四末

宗鏡錄卷第三十一

傾一

糲麌鹿|反疣羽求反瘻結病也斃息移反羸邊奚反曝蒲報
乾反爆捕各反迫於火也葦蘆子鬼反蟲武庚反羈制力
也灰疫癩都年反曠於詎反膳陰風反膳時戰反窄則革反
狹病也狹俟交反津阻史反闡苦本反逃門限反
恃時止反湊倉奏反水激也喃女咸反

宗鏡錄卷第三十二

傾二

慧日永明寺王智覺禪師 延壽集

夫華嚴經是圓滿教所明一法織起皆有眷屬隨生今此何故唯論絕待答所言眷屬者皆是理內眷屬衆生如佛如一如無二如理性相關故稱如來爲世間之一

父一切衆生爲諸佛之子若法門眷屬者約自證法則禪定爲父般若爲母而生真淨法身若化他法則方便爲父慈悲爲母而生應化佛身從般若真性起同體大悲所有萬行莊嚴皆是性起功德必無心外法而爲主伴如般若經云欲爲佛親侍者及內眷屬等應

學般若般若即心靈之性故是以諸佛菩薩凡有施爲皆是內秘外現不捨道法現凡夫事如華嚴入法界品云獲次善男子菩薩以般若波羅蜜爲母方便善巧爲父檀那波羅蜜爲乳母尸羅波羅蜜爲養母忍辱波羅蜜爲莊嚴具精進波羅蜜爲養育者禪那波羅