

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 127 講

2016年12月7日

(郭韻玲 老師 講解於1996年3月7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

時天帝釋復白佛言。世尊。云何諸善男子善女人等。說有所得靜慮波羅蜜多。名說相似靜慮波羅蜜多。

佛言。憍尸迦。若善男子善女人等。為發無上菩提心者。說色若常若無常。說受想行識若常若無常。說色若樂若苦。說受想行識若樂若苦。說色若我若無我。說受想行識若我若無我。說色若淨若不淨。說受想行識若淨若不淨。若有能依如是等法修行靜慮。是行靜慮波羅蜜多。復作是說行靜慮者。應求色若常若無常。應求受想行識若常若無常。應求色若樂若苦。應求受想行識若樂若苦。應求色若我若無我。應求受想行識若我若無我。應求色若淨若不淨。應求受想行識若淨若不淨。若有能求如是等法修行靜慮。是行靜慮波羅蜜多。憍尸迦。若善男子善女人等。如是求色若常若無常。求受想行識若常若無常。求色若樂若苦。求受想行識若樂若苦。求色若我若無我。求受想行識若我若無我。求色若淨若不淨。求受想行識若淨若不淨。依此等法行靜慮者。我說名為行有所得相似靜慮波羅蜜多。憍尸迦。如前所說當

知皆是說有所得相似靜慮波羅蜜多。……復次憍尸迦。若善男子善女人等。為發無上菩提心者。說諸佛無上正等菩提若常若無常。說諸佛無上正等菩提若樂若苦。說諸佛無上正等菩提若我若無我。說諸佛無上正等菩提若淨若不淨。若有能依如是等法修行靜慮。是行靜慮波羅蜜多。復作是說。行靜慮者應求諸佛無上正等菩提若常若無常。應求諸佛無上正等菩提若樂若苦。應求諸佛無上正等菩提若我若無我。應求諸佛無上正等菩提若淨若不淨。若有能求如是等法修行靜慮。是行靜慮波羅蜜多。憍尸迦。若善男子善女人等。如是求諸佛無上正等菩提若常若無常。求諸佛無上正等菩提若樂若苦。求諸佛無上正等菩提若我若無我。求諸佛無上正等菩提若淨若不淨。依此等法行靜慮者。我說名為行有所得相似靜慮波羅蜜多。憍尸迦。如前所說當知皆是說有所得相似靜慮波羅蜜多。

P746Ⅲ欄13行～P754Ⅲ欄倒數2行

天帝釋又向佛陀請教：為什麼說善男子、善女人宣說有所得禪定，是宣說相似禪定？

佛回答：如果善男子、善女人，為發無上菩提心的人，宣說五蘊若常、若無常，若樂、若苦，若我、若無我，若淨、若不淨；如果能夠

如是修行禪定，就是行禪定。又宣說修行禪定的人，應求五蘊若常、若無常，若樂、若苦，若我、若無我，若淨、若不淨；如果能夠如是修行禪定，就是行禪定。所以如果善男子、善女人，如是求五蘊若常、若無常，若樂、若苦，若我、若無我，若淨、若不淨，我說就是行有所得的相似禪定；如同前面所說，當知都是宣說有所得、相似禪定。

經文又透過天帝釋對佛陀請教的問題來說明：有所得的禪定波羅蜜多是相似波羅蜜多。

前一大段經文，都在充份的說明六度之一的般若，此一大段，則充份的說明禪定。為什麼有所得的禪定是相似禪定呢？經文也是用同樣的角度來探討：若常、若無常，若樂、若苦，若我、若無我，若淨、若不淨。而且也是從五蘊一直探討到無上正等菩提，結構與前段完全一樣。

六度是菩薩道的六大綱領，只要完全作到，必定成就圓滿的佛果。只是在行六度時，其實品質與內涵永遠是最重要的，不能只是表面作到，實際並不是；這就是經文之所以要花這麼多的篇幅來釐清的原因。

因為事實上要表面作到，已經是一件不容易的事，例如禪定，如果一個人能夠一天到晚都在打坐，姑且先不論其品質與內涵，光是這份

毅力、恆心與耐力，就已經是非常非常令人讚歎的了。

但是佛陀是無比慈悲的，他希望我們能夠全部的大得，如果表面已經如此難能可貴的作到了；那麼如果品質與內涵也跟上來，這豈不是兩全其美，真正大得與圓滿嗎？

所以此段經文最重要的主旨，就是要我們修行人在修習禪定時，不要只是表面功夫作得很好；因為如果要禪定真正成就，真的必須同時擁有品質與內涵，嚴格的說起來，甚至品質與內涵比外表還要重要千百萬倍。

這話怎麼說呢？就是一個修行人在靜坐時，固然所有的靜坐要領都作得很標準，例如雙盤、脊椎直而鬆、舌抵下顎等等；都作得十分的無懈可擊；可是在看到這樣莊嚴的禪定外相時，我們還是必須找到真正禪定的品質與內涵。

那麼，到底什麼才是禪定的品質與內涵呢？就是內心離開了妄念，進入了無分別的狀態，而且能夠保任很長的時間，這才是禪定真正需要要求、也絕對不能馬虎的部份。

所以我們可以得到一個很清楚的結論：如果禪定的外相很莊嚴是不錯的；但如果內心沒有斷除了妄念，那麼這樣的禪定並不是真正的禪定，也就是經文所謂的

「相似靜慮波羅蜜多」。

故有所得的禪定，真的並不能等於真正的禪定。例如相當執著於雙盤是否已經練成，也相當在意靜坐時身體有沒有亂動，甚至連某處奇癢，也忍著不去處理，表面看起來，此人禪定功夫真是了不得。但我們必須深切的明白，如果一個人內心妄念不斷，即便外在定若塑像，此人並未得定。但是如果一個人真的有事情要處理即起座，也不在乎身體到底動了幾次，但內心已經斷除妄念的人，此人才是真正的得定。

所以禪定與般若在此找到了真正的交集處，即真正的禪定一定包含了慧，也就是定慧等持。那麼既然如是，有人會問：何不直接修般若，為何還要繞圈子修禪定呢？是的，往往擺在六度最後才說的般若，是六度中最高的階段，也可以說前五度都是為了到達第六度——般若。

「定水澄清，心珠自現」，講的就是這樣的過程，當我們的定力增長時，智慧之珠才能自然而然的光明照耀。其他五度亦然，當我們布施到一切都無相布施時，我們就從布施中學到了智慧。當我們在嚴格的戒律中自然而然守戒時，我們就從持戒中學到了智慧。當我們在忍辱中不再分別榮辱時，我們就從忍辱中學到了智慧。當我們在精進中只是

純淨的精進時，我們就在精進中學到了智慧。

六度圓滿，智慧必在其中。故每一度都不可或缺的就是——般若。當我們禪定功深，我們就越來越清明，當我們越來越清明，就總有一天看懂了諸法實相——空，亦即般若。

故定慧不二，就是因為圓滿的定，一定包含了智慧。其他亦然，圓滿的布施、持戒、忍辱、精進，必定包含般若，否則絕對不可能圓滿。

禪定的訓練，是修行人宜深深下功夫的法門，因為定力深厚，才可能真正不輕易被世間八風所動，才可能在這無常變遷的三界中，有一方寧靜的心空，好整以暇的去看清宇宙的真理——般若。

世間無常、三界如幻。每一個眾生都被生老病死所苦苦摧逼，末法時代眾生更要面對更多的天災人禍，甚至戰爭的威脅，辛苦的人類，何時才能明白般若？何時才能真正互愛？

越看清世間的殘酷與荒謬，就越需要定力與智慧去面對，否則就算是憂心如焚、聲嘶力竭，又有誰真正聽懂？又有誰肯真正實踐？

不忍聖教衰，不忍眾生苦。在黑暗的時代裡，越需要佛法來照明，願眾生早日證得空性，願眾生早日和平互愛，願天地祥和、願世界太平。

註釋之部

【常樂我淨】

<一>大乘涅槃與如來法身所具足之四德。又稱涅槃四德。達涅槃境界之覺悟為永遠不變之覺悟，謂之常；其境界無苦而安樂，謂之樂；自由自在，毫無拘束，謂之我；無煩惱之染污，謂之淨。

<二>凡夫不知一己與世界之真相本為無常、苦、無我、不淨，而生之四種謬誤見解。常，以為人將永遠存在；樂，以為人生是快樂的；我，以為有自由、自主、可掌握的主體之「我」；淨，以為身心是清淨的。此亦即四顛倒。故印度之早期佛教，為對治此四顛倒，而教之修習觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我等四念處。

【六波羅蜜】

全稱六波羅蜜多。譯作六度、六度無極、六到彼岸。波羅蜜譯為度，為到彼岸之意。即為達成理想、完成之意。乃大乘佛教中菩薩欲成佛道所實踐之六種德目。即(一)布施波羅蜜，又作施波羅蜜、檀那波羅蜜、布施度無極。有財施、法施（教以真理）、無畏施（除去眾生恐怖，使其安心）三種，能對治慳貪，消除貧窮。(二)持戒波羅蜜，又作戒

波羅蜜、尸羅波羅蜜、戒度無極。持守戒律，並常自省，能對治惡業，使身心清涼。(三)忍辱波羅蜜，又作忍波羅蜜、羼提波羅蜜、忍辱度無極。忍耐迫害，能對治瞋恚，使心安住。(四)精進波羅蜜，又作進波羅蜜、毘梨耶波羅蜜、精進度無極。實踐其他五德目時，上進不懈，不屈不撓，能對治懈怠，生長善法。(五)禪定波羅蜜，又作禪波羅蜜、禪那波羅蜜、禪度無極。修習禪定，能對治亂意，使心安定。(六)智慧波羅蜜，又作慧波羅蜜、般若波羅蜜、明度無極。能對治愚癡，開真實之智慧，即可把握生命之真諦。以上六波羅蜜，始於布施，而終於智慧，由此可知大乘菩薩之偉大胸襟。

此六波羅蜜為戒、定、慧三學所攝，據解深密經卷四載，施、戒、忍三波羅蜜為增上戒學所攝，禪波羅蜜為增上心學所攝，般若波羅蜜為增上慧學所攝，進波羅蜜則通為三學所攝。又法相宗將六波羅蜜之智慧波羅蜜開為方便善巧、願、力、智等四波羅蜜，合為十波羅蜜，作為菩薩之勝行，以配菩薩十地，說明修行次第。

【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

只要我們的心沒有捨棄真理
真理就永遠不會捨棄我們

慧觀練習——

心念止息

全身放鬆
心念止息
在這樣的狀態下
沒有任何的干擾
沒有任何的負擔
一切的念頭
都停止了
一切的分別
都停止了

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

觀空
直接觀察空
觀察空到底是什麼樣的狀態

用直覺
不要用任何的思考
只是用直覺
去觀察
一個妄念止息的狀態

然後
盡量保持在這樣的狀態
愈久愈好