

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 128 講
2016年12月14日
(郭韻玲 老師 講解於1996年3月14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。云何諸善男子善女人等。說有所得精進波羅蜜多。名說相似精進波羅蜜多。

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精進。是行精進波羅蜜多。復作是說。行精進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精進。是行精進波羅蜜多。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。依此等法修行精進者。我說名為行有所得相似精進波羅蜜多。憍尸迦。如前所說當知皆是說有所得相似精進波羅蜜多。……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精進。是行精進波羅蜜多。復作是說。行精進者。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精進。是行精進波羅蜜多。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。依此等法修行精進者。我說名為行有所得相似精進波羅蜜多。憍尸迦。如前所說當知皆是說有所得相似精進波羅蜜多。

P754 III 欄倒數1行~P763 I 欄8行

天帝釋又向佛陀請教：為什麼說善男子、善女人說有所得精進，是宣說相似精進？

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；如果能夠如是修行精進，就是行精進。又宣說修行精進的人，應求五蘊若常、若無常，若樂、若苦，若我、若無我，若淨、若不淨；如果能夠如是修行精進，就是行精進。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

精進；如同前面所說，當知都是宣說有所得、相似精進。

經文又透過天帝釋對佛陀請教的問題來說明：有所得的精進波羅蜜多是相似精進波羅蜜多。

此段經文主要是說明什麼是真正的精進，而什麼又是相似的精進。什麼是真正的精進呢？言簡意賅的說就是：內心不起妄念。為什麼說內心不起妄念是真正的精進呢？我們一定要從修行的根本來檢查起，修行的目的就是要解脫生死輪迴；而生死輪迴的原因就在於妄念不斷，如果妄念止息了，生死輪迴也就止息了，因此任何的修行，只要是朝向減少妄念甚至止息妄念，就是進步，也可以說就是精進。

所以，所謂的精進絕對是有方向性的；也就是說只有朝光明前進，才是精進。因為，事實上為惡也可以很精進的，例如當我們在盛怒中想找一個人理論時，真的是踏破鐵鞋也非找到他不可。

但是所謂眾生顛倒，眾生多半是對惡法相當精進；相反的，對於善法反而要費盡千辛萬苦才能顯現出毅力、恆心、耐力等屬於精進等特質。故知下墮容易上升難；但只要有志的大丈夫，都不甘於繼續枉受生死輪迴無量無邊的辛酸與痛苦。這一場歷劫多時的生死大夢該結束了，流浪三界遍一切處的歲月該終止了；那麼憑什麼結束？憑什麼終止？就是精進，而且朝向光明永不停止的精進。

所以，除非願意繼續三界受生，除非願意繼續輪迴生死；如果想要出離三界，如果想要獲致圓滿的成就，一個修

行人就必須具備精進的美德，則一切艱難困苦，都可以在永不退縮的精進中一一克服。

然而，在一切的精進修行中，不論是在懺悔、念佛、持咒、禮拜、靜坐等等善法中，最重要的就是心中不起任何的妄念，這樣善法才成其善法，精進也才是真正的精進。

那麼，什麼是相似的精進呢？就是只是外表作到，內在卻妄念不斷、分別強大。例如雖然外表在不斷的禮佛，可是內在卻不斷的分別、得失、掛礙，那麼即便外表作得多麼的努力，多麼的汗流浹背，其實都不是真正精進的人。當然，話又說回來，能夠作到外表精進，已經是相當不容易的一件事，只是修行畢竟是要了卻生死大事，只要是對此一目的有所幫助的事都是精進，可是於此一重要目的並無真正幫助的事，即使作得再努力，也不能算是真正的精進。

所以佛陀實在是太慈悲了，他不忍心我們如此本末倒置，放著最重要的不管，卻儘是在枝微末節下足了功夫，這樣的努力，真的是好比煮沙成飯、緣木求魚、磨磚成鏡了。

所以，一切的精進，必定要包含智慧，唯有智慧作了正確的抉擇，才能繼而正確的精進，也才能繼續長養智慧。

故八正道的正精進，實在是非常重要的提醒，唯有正確的精進，才能夠真正到彼岸。如果沒有正確的精進，是不可能圓滿成就的，故每一個修行人在精進時，正知見實在是太重要了，也就是般若，精進絕非傻傻的精

進，而是充滿智慧的、清明的、覺醒的看著自己一切的所作所為，好的就是好的，壞的就是壞的；沒有批判，沒有得失，甚深明白“緣起性空”，一切都是因緣和合在作變化的遊戲，如果我們在意這些外相的得與失、高與低、安全與危險……，其實都不能算是真正的修行得力，但並不是要我們喪失了分辨的能力，或者不知道趨吉避凶，而是只管種善因，精進的種善因，然而受一切善惡業報時，則真的不是我們所能改變什麼的。佛法如此先進，如此科學，如此偉大，只可惜有些地方比動物還要笨的人類卻往往聽不懂啊！為什麼說比動物還要笨呢？那是因為最起碼動物不會發明核子彈足以把地球炸毀，也從來沒聽過哪隻豬把自己用槍給打死了。

忝為萬物之靈的人類啊！只有佛法是我們真正的出路，只要依循佛法而作正確的努力：人類互信互愛互助，慈愛一切的物種，不任意吃牠們……，則世界必定有和平安定的一日。

世上的人間佛國（人間佛國指佛法興盛之地）亦復如是，只要人們互信互愛互助，戒殺止殺，減少肉食，全面推動素食，則戰爭的殺業必定遠離我們而去，啊！這些都是佛法珍貴的教導，人們真的必須相信、必須傾聽、必須去作啊！

殺業可怖可畏，刀兵劫可怖可畏，一旦刀兵劫現前，血流成河，人間地獄，但事實上是人類先給動物們這樣一個人間地獄，才會繼而感召同樣的果報。

因果循環，絲毫不爽。只有戒殺止

殺，才是消弭戰爭殺業的最根本途徑，而且要精進的戒殺止殺，因為人們在吃肉造業的時候，也是多麼的精進啊！真是令人慨嘆，世人總是嫌行善多，真的是喝酒吃肉造業卻從來不嫌多過，可是因果的算盤是打得清清楚楚的，廣欽老和尚已經講得非常的清楚：吃他一斤，還他十六兩。真的是一斤不會多，一斤也不會少啊！我們曾經給別的眾生什麼樣的痛苦，這些痛苦都會一五一十的回到我們自己的身上啊！

末法時代，殺業深重，唯有柔軟慈悲是甚深契機對治法門。無緣大慈，同體大悲，慈愛一切眾生吧！慈愛一切的飛禽走獸、花鳥蟲魚吧！誰不寶愛自己的生命呢？——唯一的生命，誰願意成為別人的口中食物呢？將心比心，人心都是肉作的，想想被吃的痛苦有多麼巨大到不可思議啊！

我們能依靠誰呢？其實誰都是不可依靠的，世上大部份的國家或人民都是站在自己的利益去打算，並未真正尊重別人的生命或安全。我們唯一能依靠的是自己的福報啊！不要再吃眾生的肉，就能感召福報，就能靠福報轉危為安，真的！真的！人間佛國多麼稀有難得，請讓我們大家一起來戒殺、止殺，則一切的劫難都會成為過去，真的！真的！

南無大慈大悲、救苦救難、廣大靈感觀世音菩薩，祈求您保佑人間，也祈求您讓人們明白慈悲的重要，慈悲別的眾生，就是慈悲自己。

願諸佛菩薩加持一切眾生，願龍天護法護持一切眾生。

願佛法普傳！願世界光明！

註釋之部

【八正道】

八種求趣涅槃之正道。又作八聖道、八支正道、八聖道分、八道行、八直行、八正、八道、八支、八法、八路。乃三十七道品中，最能代表佛教之實踐法門，即八種通向涅槃解脫之正確方法或途徑。釋尊轉法輪時，所說離樂欲及苦行之二邊，趨向中道者，即指此八正道。八者即：(一)正見，又作諦見。即見苦是苦，集是集，滅是滅，道是道，有善惡業，有善惡業報，有此世彼世，有父母，世有真人往至善處，去善向善，於此世彼世自覺自證成就。(二)正思惟，又作正志、正分別、正覺或諦念。即謂無欲覺、恚覺及害覺。(三)正語，又作正言、諦語。即離妄言、兩舌、惡口、綺語等。(四)正業，又作正行、諦行。即離殺生、不與取等。(五)正命，又作諦受。即捨咒術等邪命，如法求衣服、飲食、床榻、湯藥等諸生活之具。(六)正精進，又作正方便、正治、諦法、諦治。發願已生之惡法令斷，未生之惡法令不起，未生之善法令生，已生之善法令增長滿具。即謂能求方便精勤。(七)正念，又作諦意。即以自共相觀身、受、心、法等四者。(八)正定，又作諦定。即離欲惡不善之法，成就初禪乃至四禪。八聖道乃眾生從迷界之此岸渡到悟界之彼岸所持之力，故以船、筏為譬，有八道船、八筏之稱；又如車輪之輻、轂、輞相互助車轉動，故亦譬稱八輪。又此為聖者遊行之所，故又作八遊行、八由行。反之，邪見、邪思、邪語、邪業、邪命、邪精進、邪念、邪定，稱為八邪、八邪行。

【精進】

又作精勤、勤精進、進、勤。謂勇猛勤策進修諸善法；亦即依佛教教義，於修善斷惡、去染轉淨之修行過程中，不懈怠地努力上進。蓋精進為修道之根本，俱舍宗以其為十

大善地法之一，唯識宗則以為十一善心所之一。又精進為三十七道品中之四正勤、五根、五力、七覺支、八正道之一。另精進亦為六波羅蜜、十波羅蜜之一。

關於精進與精進波羅蜜之別，諸經論中說法不一，據優婆塞戒經卷七毘梨耶波羅蜜品、大智度論卷十六等所舉，精進乃指世間及三十七道品中之精進；精進波羅蜜則指菩薩為證佛道之精進。就精進之種類而論，諸經論中亦有多說，茲列舉如下：(一)據大乘莊嚴經論卷八舉出六種精進，即：增減、增上、捨障、入真、轉依、大利。同論另將三乘之精進配以上、中、下三品，即：聲聞之精進為下品，緣覺之精進為中品，菩薩之精進則屬上品；又以聲聞、緣覺二乘小利之精進為下覺，菩薩大利之精進為上覺。(二)據大智度論卷十六將菩薩之精進分為身精進與心精進二種：精進雖為心數法，然由身力而出，故稱身精進，如行布施、持戒是為身精進，而修忍辱、禪定、智慧是為心精進；勤修外事為身精進，內自專精為心精進；粗之精進為身精進，細之精進為心精進；為福德之精進為身精進，為智慧之精進為心精進等。(三)據大方廣十輪經卷八精進相品舉出世間、出世間二種精進。世間精進乃勤修布施、持戒等諸有漏業；出世間精進則勤修滅一切煩惱、惑障等諸無漏業。此外，成唯識論卷九舉出被甲（被甲則勇）、攝善（修行善法）、利樂（利益眾生）等三種精進。次就精進之功德利益而論，大乘莊嚴經論卷八舉出七種，即：(一)得現法樂住，(二)得世間法，(三)得出世間法，(四)得資財，(五)得動靜，(六)得解脫，(七)得菩提。又菩薩地持經卷二力品，亦舉出四種精進之功德力。又一般慎身心、斷酒肉之精進，稱為精進潔齋。

【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

於貧窮中自在
於富貴中也自在
才是真正的自在

慧觀練習——

放下一切的執著

放掉執著
放掉一切的執著

一切的執著
都消失了

一切的執著
都化成了過眼雲煙

一切的執著
都成為昨日黃花

一切的執著
都被拋到九霄雲外

一切的執著
全部都消失得無影無蹤

啊
沒有任何的執著
是多麼的
輕鬆
自在
逍遙
是多麼的沒有負擔
沒有障礙

請保持這樣的狀態
越久越好

觀空練習——

全身融入虛空

《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》
全身融入虛空

《說明》
一切的本質
都是虛空
我們這寶貴的人身
亦不能例外
而這人身寶
與我們的關聯最親近
所以由之觀想起
也算是善巧的由身邊易著手的開始
觀想全部的身體
完完全全的融入了
廣大無邊的虛空
保任
越久越好

《叮嚀》
鞏固於空性
是修行中
最重要的實修重點
所以觀空練習
是非常重要的練習
能夠隨時想到就練習
是最好的狀態
而且越熟練越好
這樣才能修行成片
產生實修的效果而成就