

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 129 講

2016年12月21日

(郭韻玲 老師 講解於1996年3月21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。說有所得安忍波羅蜜多。名說相似安忍波羅蜜多。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安忍。是行安忍波羅蜜多。復作是說。行安忍者。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安忍。是行安忍波羅蜜多。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。依此等法行安忍者。我說名為行有所得相似安忍波羅蜜多。憍尸迦。如前所說當知皆是說有所得相似安忍波羅蜜多。……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安忍。是行安忍波羅蜜多。復作是說。行安忍者。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安忍。是行安忍波羅蜜多。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。依此等法行安忍者。我說名為行有所得相似安忍波羅蜜多。憍尸迦。如前所說當知皆是說有所得相似安忍波羅蜜多。

P763 I 欄倒數11行～P771 I 欄29行

天帝釋又向佛陀請教：為什麼說善男子、善女人說有所得忍辱，是宣說相似忍辱？

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；如果能夠如是修行忍辱，就是行忍辱。又宣說修行忍辱的人，應求五蘊若常、若無常，若樂、若苦，若我、若無我，若淨、若不淨；如果能夠如是修行忍辱，就是行忍辱。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忍辱；如同前面所說，當知都是宣說有所得、相似忍辱。

經文又透過天帝釋對佛陀請教的問題來說明：有所得的忍辱波羅蜜多是相似忍辱波羅蜜多。

此段經文主要是說明什麼是真正的忍辱以及什麼是相似的忍辱。什麼是真正的忍辱呢？就是內心沒有分別的去承擔外在的污辱。此句話充份說明忍辱的真正內涵，在於內在完全沒有了分別，否則就算外在忍受著極大的屈辱，可是內在卻對自己的能夠忍辱產生了自得之意，那麼這樣還不是真正的忍辱。

為什麼呢？因為內在有一絲的自得，就是有為法，有為法的遊戲規則就是有生必有滅，那麼今天也許狀況很好，一切的屈辱都可以承擔下來，但萬一明天狀況不夠好，則是否能夠承擔就很難說了，故無所得的智慧，其深意是保護我們絕對不“失常”。意思就是說無論外境如何的變化，如何嚴厲的來考，或是過去生惡緣前來摧逼，只要我們深得「無所得」三昧，那麼我們永遠都能將忍辱功夫修好。

故一切忍辱能否真正證得功夫，完全還是內在的智慧，內在離開了分別，則忍辱亦非忍辱，若無辱可忍，那又怎會有忍不過的一天，故這實在是很深刻的智慧，必須細膩的、用心的、全力以赴的去了解、體悟、證入、安住。

如果我們沒有辦法得到這樣究竟的智慧，則其實忍辱是非常難修的一度，因為是完全處於“失”的狀態，所謂的辱就是失去了自尊、失去了面子、失去了利益、失去了風光、失去了榮譽、失去了被尊重……，一切的負面都可以與“辱”這個字連結在一起，如果由人的本能來看的話，每一個人碰到了這個字，都會不由自主向後轉，退避三舍，唯恐與自己有任何的關聯。

但是所謂的“忍辱”之“忍”，是非常有深意的。表示這樣的負面因緣往往是不請自來、被迫發生的，例如突然被罵、被打、被丟東西……都絕非是自己預期或等待來的，故忍辱其實是一個修行人的必修，因為忍辱的功夫，就是如何面對惡緣及逆境的最佳態度。因為除非已經成佛，否則任何一個人都有業力未了，只要有業力未了，就有可能遇到屈辱、挫折、毀謗、謾罵……一切不一而足的“不愉快”場面；但是佛陀實在是太慈悲了，他知道我們相當不喜歡“不愉快”；但是又深知“不愉快”是不可能不發生的，為什麼呢？就是前面提及業力未了的原因。

但是，在業力變現的種種因緣中，最需要先改變的是我們的心——當我們的心不在意不愉快或屈辱時，請問當外在再出現不愉快或屈辱時，我們會真的也隨之不愉快與屈辱嗎？

故一切的一切，真的就是心的問題，當我們的心認為不愉快或屈辱時，一切的感覺真的就變成不愉快與屈辱，但是當我們的心不認為有什麼愉快或不愉快、屈辱或不屈辱的分別時，那麼我們的心才真正的安頓了下來，不再會為了別人一句輕視的話，搞得受屈辱的自憐自傷感受，揮之不去，尤有烈者，還對對方生起了極大的嗔恨與報復之心，則豈不是上了分別意識的大當，把一句話的殺傷力未免擴張得太大了。

但是，世間的一切紛爭啊！往往就是忍辱功夫不夠，小而個人，大而國家，面子問題是很重要的問題，如果誰覺得面上掛不住，小則吵架，大則打架甚至戰爭都是有例可尋的。然而真正的傷害一旦造成時，又是什麼能彌補的呢？但追根究底，卻發現這些紛爭的癥結就是忍不下一口氣而已；但往往付出的代價有多麼大，金錢、體力還算事小，最划不來的是往往連許多人寶貴的生命也要斷送。

故忍辱是很重要的修為，尤其修行人希望與自己或與別人和平相處，就一定要趁早學會，否則會浪費太多精神體力去維護自尊或贏得別人的敬重。所以忍辱能夠讓我們有更多的時間精力去作更有意義的事，而不在低層次或微不足道的瑣事中打轉，浪費了寶貴的光陰。

忍辱實在好處太多，可說忍辱召致百祥，故宜多多修忍辱，不要太

在意別人的看法與批評，如果不早日看破，就難以把注意力放在生命更高層次以及更重要的部份，而生命如此珍貴而短促，我們怎麼忍心揮霍寶貴的歲月呢？

就是因為忍辱利益大，所以才要學會真正的忍辱功夫，就是無所得的忍辱，也只要一無所得，才能夠一無所失，既無失，怎會失去面子、尊嚴等等放不下的執著呢？故三輪體空的忍辱，才是真正的忍辱，否則就是相似的忍辱，也就是有所得的忍辱。

故忍辱波羅蜜多，一樣要涵蓋般若波羅蜜多，否則內在分別強大的去忍辱，不論今日修得有多麼完美，他日必定有通不過的一日，故忍辱、忍辱，其實無辱可忍，忍無所忍，是名真忍辱。

心超越了一切，一切就不會再傷害我們，包括我們最畏懼的顏面盡失。如果已經沒有顏面二字的概念束縛，連顏面都完全沒有了，又那來的得與失呢？

故佛法是真正的智慧，不是傻傻的面對問題非要答案不可，而是善巧的、宏觀的、智慧的得到了真正的答案，面對人類最怕的屈辱問題亦復如是，如果我們心中已經沒有了屈辱二字，我們還會有因之而衍生的千奇百怪種種問題嗎？哈哈哈哈哈！識得佛法真義，豈不快慰平生？春水任他吹皺，漣漪由他四起，只要汝心不動，一切干卿底事？

註釋之部

【忍辱】

梵語 ks ā nti，巴利語 khanti，西藏語 bzod-pa。音譯羼提、羼底、乞叉底。意譯安忍、忍。忍耐之意。六波羅蜜之一，十波羅蜜之一。即令心安穩，堪忍外在之侮辱、惱害等，亦即凡加諸身心之苦惱、苦痛，皆堪忍之。據瑜伽師地論卷五十七載，忍辱含不忿怒、不結怨、心不懷惡意等三種行相。佛教特重忍辱，尤以大乘佛教為最，以忍辱為六波羅蜜之一，乃菩薩所必須修行之德目。

聲聞、緣覺二乘與菩薩雖皆行忍，其意大別，優婆塞戒經卷七羼提波羅蜜品謂二乘所行之忍辱，唯為忍辱，非波羅蜜，菩薩所行之忍辱則特稱忍辱波羅蜜。大乘理趣六波羅蜜多經卷六安忍波羅蜜多品亦謂行觀一切皆空之安忍，稱為安忍波羅蜜，除外則為安忍；又存有自他或善惡分別之安忍僅為安忍，無此等分別則稱安忍波羅蜜。解深密經卷四地波羅蜜多品記載忍辱波羅蜜之類別，包括耐怨害忍（能忍受他人所作之怨害）、安受苦忍（能忍受所受之眾苦）、諦察法忍（能審諦觀察諸法）等三種。又十善行中有忍辱行，即指忍受各種侮辱惱害而不起瞋恨心之修行。

【無生法忍】

謂觀諸法無生無滅之理而諦認之，安住且不動心。又作無生忍、無生忍法、修習無生忍。為三忍之一，仁王經所說五忍之第四。大智度論卷五十：「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。」大乘義章卷十二：

「從境為名，理寂不起，稱曰無生；慧安此理，名無生忍。」據大智度論卷八十六載，於聲聞之八人地乃至已辦地、辟支佛地等觀四諦，一切智斷僅得菩薩無生法忍之部分，苦集滅道之四諦實乃分別諸法實相之一諦，以聲聞為鈍根，故觀四諦而得道；以菩薩為利根，故直觀諸法實相而入道。由此可知，無生法忍，即聲聞於入見道位時見四諦之理；菩薩則於入初地時諦認諸法無生無滅之理，以住不退轉地。

據瑜伽師地論卷七十四載，不退轉地之菩薩依遍計所執性、依他起性、圓成實性等三性，得本性、自然、煩惱苦垢三種之無生忍：（一）本性無生忍，又作本來無生忍。謂觀遍計所執之體性均無，而忍知本性無生者。（二）自然無生忍，謂觀依他之諸法因緣生，忍知非自然而生者。（三）煩惱苦垢無生忍，又作惑苦無生忍。謂諸法實性之真如法性，係安住無為與一切雜染不相應，忍知本來寂靜者。此乃忍知三無性之理，故稱無生忍。又六十華嚴經卷二十五「十地品」謂，第七地之菩薩，三業清淨，修無相行，得無生法忍，照明諸法。另仁王般若波羅蜜經卷上菩薩行品列舉伏忍、信忍、順忍、無生忍、寂滅忍等五忍，前四忍分上、中、下三品，而寂滅忍僅分上、下二品，信忍之三品配初、二、三地，順忍之三品配以四、五、六地，無生忍之三品配以七、八、九地。

【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

無論我們作了什麼
都是以心為依歸

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
是妄念的心
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