

智慧如海



大般若波羅蜜多經

第三十一品 隨喜迴向品
(卷 168~172)



〔釋迦牟尼佛莊嚴法相〕

第 152 講
2017年7月5日
(郭韻玲 老師 講解於1996年9月19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

第三十一品 隨喜迴向品

復次憍尸迦。新學大乘菩薩摩訶薩應普於十方無數無量無邊世界。一一世界各有無數無量無邊斷諸有路。絕戲論道。棄諸重擔。摧聚落刺。盡諸有結。具足正智。心善解脫。巧說法要。一切如來應正等覺。

P911 III 欄倒數3行～P912 I 欄2行

善現菩薩對天帝釋說：新學大乘菩薩應普遍於十方無邊世界，斷除一切有世間法之路、斷絕一切與法無關的戲論道理，拋棄一切障礙正法的世俗重擔，摧毀一切因世俗聚落而帶來的嚴重干擾、斷盡一切有為生滅的煩惱、具足圓滿的正知見智慧、內心善於一切解脫之法、更能方便善巧宣說法要的一切如來的功德隨喜迴向。

此段經文，主要說明一切如來如何遠離世間法，趨向出世法。

關於如何由世間法步入出世法，經文清楚明白的開示了八個步驟：（一）斷諸有路，（二）絕戲論道，（三）棄諸重擔，（四）摧聚落刺，（五）盡諸有結，（六）具足正智，（七）心善解脫，（八）巧說法要。

大般若經中不時出現非常珍貴的實修法門，此處也是一樣，只要按部就班的去作，就可以成為一個相當優秀圓滿的菩薩。

第一、斷諸有路。意思就是說當一個修行人，決定要好好的自度度人修行時，第一個要作到的步驟就是從此

在內心遠離了世間法。首先要清楚明白的是，什麼是世間法？絕非一般人所誤解在家就是世間法，出家就是出世法。而是真正明白了一切的有無生滅是沒有出路的，只有在內心一心向道，也就是內心完全明白了出世法的意義。什麼是出世法？就是與有無生滅世間法相反的內心狀態：不生不滅、不垢不淨、不增不減。

所以，所謂的「斷諸有路」，就是內心完全明白了出世法、第一義諦的珍貴與內涵，準備放下對世間法、世俗諦的執著以及注意力；而決定一心一意的追求第一義的真理：這就是邁向究竟解脫的第一步。

第二、絕戲論道。意思就是當一個人完全明白第一義的重要後，他就完全不會再把時間或注意力放在與第一義無關的任何理論或道理上了。因為一個人的生命是非常短暫的，時間是非常寶貴的，用來追求究竟的生命答案，都嫌不夠用、難以克竟全功；更何況分散注意力或時間去研究與真理無關的種種？就如同一個邁向目的地的旅人，他如果花了過多的時間停下來欣賞路旁的野花野草，而忘了趕路向前，則必定嚴重耽誤他抵達目的地的時間與速度。

耽溺於戲論的人就如同這樣的旅人，花了太多時間在次要的事上，怎還會有充裕的時間完成最重要的事？所以，除非不想成就，否則我們一定要遠離戲論，也就是絕對不浪費一分一秒在生滅有無法上，也絕對不花大把的時間與別人作無謂的爭論。如此才能成為一個有效率又務實精進的大修行人，也才能早

日悟得空性與聖者同步。

第三、棄諸重擔。意思就是當一個修行人把時間有效率的運用之後，也就是正式跨上修行之路後，他覺得他應該負擔越少越好的上路，才易早日到達目的地。什麼是修行人的重擔呢？內心的妄念就是修行人最大、最沉重、最雜亂的負擔。怎麼說呢？因為一切外在的負擔，其都是由於內心的妄念作祟，如果內心沒有了妄念，其實外在也就沒有重擔可言，所謂：“但自無心於萬物，何妨萬物常圍繞”，只要拋棄了內心的妄念，達到了“自淨其意”的境界，這個人就是一個沒有重擔的人，這個時候，他才能真正的輕鬆上路，也才不會背著重擔，走得極緩或一路跌跤。

拋棄妄念的重擔！越澈底越好！一切都要像快刀斬亂麻那樣乾淨俐落，就是把妄念斬得一乾二淨；也就是禪宗“去掉葛藤”的意境。因為沒有了妄念的糾纏與重壓，一個人才可能像一個完全空掉的杯子，佛法的甘露才可能注入，也就是去除了妄念，才有可能澈見諸法實相；所以，外在的工作、眷屬、家庭等等，其實都未必真正是修行人的重擔，以第一義而言，只有妄念需要拋棄，不需要急著去拋棄外在的人、事、物。

第四、摧聚落刺。意思就是不再受到大眾威德的嚴重干擾，怎麼說呢？「聚落」，就是人群聚居的地方，所謂“群眾就是力量”，“千夫所指，無疾而終”，只要人一多，就有了眾人的習氣、生活方式、價值觀……但是，人多不一定就對，在三界當中，越是人群聚

居的地方，就有可能是是非越多的地方，而且眾生有“盲從”的傾向，只要大家這麼作，即使是錯的，也覺得心安理得；例如全世界的人大都在吃肉，但因為人數太多，所以大多數的人們都認為是對的；相反的，只要人數少，即使是對的，也會覺得心中不安，生怕押錯寶、站錯位、走錯路，例如吃素者在全球的人口中還是少數，所以大多數的人們都未必能夠接受。

所以，由此可見，一個修行人要擁有“雖千萬人，吾獨往矣”的勇氣是相當不容易的，因為眾人的意見與看法，如果未能善巧處理，則會如芒在背般刺痛著修行人，例如不孝、怪異、孤僻、不通人情、走火入魔、宗教狂熱……等等誤解的形容詞都可能會加諸在修行人的身上，有智慧的人，可以善巧的化解內、外在的衝突；而智慧不足的修行人，則有可能在種種的壓力下，不是退縮屈服就是走上憤世嫉俗的偏激之路。

但佛法絕對不是要我們退縮，更不是要我們偏激，而是要以中道的智慧去化解一切內、外的矛盾與衝突，如此則可以避免一切世俗聚落所帶來的嚴重干擾，成為一個左右逢源、出入自在、智慧通達的入世、出世者。

意思就是說，其實只要內心清淨了，其實入世與出世是沒有差別的，以與佛陀同時代的著名菩薩居士維摩詰而言，他雖然娶妻生子、華衣美食，甚至出入酒肆歌坊；但這一切外在的“聚落”，完全不會妨礙他的極

高證量，甚至還為佛陀十大弟子生動的說法破執。故一切的證量，都在內心算數，如果因緣具足，能夠出家，固然了不得，如果因緣適合在家，只要內心清淨、老實修行，一樣可以如維摩詰居士般擁有成就與證量。〔當然，一般而言，還是出家僧寶，專業修行，較容易成就。〕

所以，人少的地方，如果內心喧鬧，也不會成就；相反的，人多的地方，如果內心寂靜，一樣也會成就，故修行人宜穿越一切的外相，不被一切所束縛，才能真正的成就。

第五、盡諸有結。意思就是斷盡了一切生滅有無世間法的煩惱，煩惱是從何生起的？就是從執著生起；執著什麼呢？就是執著有無、生滅、大小、高下、尊卑、得失……有了這些分別，一旦不符合心中大、高、多、尊、得……的期望，失望就來了，痛苦也接踵而至，最後煩惱就像揮之不去的蒼蠅，不斷在耳畔重複那嗡嗡嗡嗡的煩人叫聲。於是快樂也沒有了，輕安也沒有了，智慧當然也沒有了，慈悲就可能無容身之地了。所以煩惱就如同心中打結，如果沒有鬆綁的話，不可能自由，更不可能看清諸法實相。故煩惱是證入空性最大的障礙，如果不把它趁早斷除，要想空性鞏固、長養聖胎，是緣木求魚、煮沙成飯之事。

所以修行人要遠離煩惱，要常保

快樂、輕安、清明，如此才如同美麗的花床，易長出美麗的成就之花。故煩惱是沉重的，快樂是輕鬆的；煩惱是障礙，快樂是順利；煩惱是下墮，快樂是上升……從今以後，要對煩惱與快樂有正確的認知，才能真正遠離煩惱，與快樂常相左右。

第六、具足正智。經過了前五個步驟的修行，自然而然修行具備了圓滿的正知見，也就是智慧通達。正知見就是智慧，智慧就是正知見；正知見是智慧的顯現，智慧是正知見的真正源頭。也可以說有了正知見，也會有智慧，有了智慧，也會有正知見，正知見與智慧是互為表裡的一件事。

一個有智慧的人，才能夠自度圓滿，因為他會為自己作正確的抉擇，例如在原諒與不原諒別人的天人交戰中，他最後會選擇原諒別人，因為他能以智慧觀察；不原諒別人，其實是兩敗俱傷，而原諒別人，則是自利利他、自愛愛他的一件事，故擁有圓滿的正智，是作出一切正確抉擇的保障。

至於度人圓滿，也絕對少不了正智，所謂度人就是幫助別人，而幫助別人是需要有能力，最重要的能力就是智慧的能力，連西哲培根都說：「知識就是力量」。基本上，人類是崇尚智慧的，智慧又比知識重要以及擁有更多的能力，所以一個要幫助眾生的菩薩，他必須是一個擁有高度智慧的人，否則連眾生“病”在哪裡都不知道，又如何“因病予藥”呢？

故擁有圓滿的正智，是自度度人圓滿成就的保障，但這樣大智慧的狀態，

並不是能夠一蹴而成的，最起碼必須經過前五個步驟的訓練，才能慢慢具足，故當菩薩在學習的過程中，其實是需要得到別人的支持與包容，但站在恆順眾生的立場，如果眾生並不能支持與包容，也不能怨天尤人，這樣就會走入退轉的死胡同；故一個性情成熟的菩薩，要有獨力承擔的勇氣與見識，否則在眾人交相指責下，原本的菩提大願，就可能萎縮或消聲匿跡，故行菩薩道是千難萬難的，要能為人所不能為，要經得起“寒澈骨”的寂寞與考驗，否則那自度度人圓滿的曠世奇花，是不可能開放的。而面對一切的艱難險阻，菩薩真正可以依靠的就只有「正智」，故正智是穩靠的般若船，能夠載著菩薩乘風破浪到彼岸。

第七、心善解脫。一個修行人只要能夠分秒安住正智，則必定解脫。什麼是解脫？就是不再受到生死輪迴的束縛，就是出三界，就是掙脫大幻化網，就是妄念止息，就是意念清淨。所以心善解脫的人，於事上他已完全解脫生死，於理上他完全熟悉如何解脫之道；也就是說他是出三界的識途老馬，如何解脫，對他而言已經是輕車熟路，這樣的人，當然是一個自由自在的大成就者，神聖莊嚴，圓滿具足，值得人天禮讚！心善解脫的菩薩，分分秒秒都安住於空性，一切的外境，都不能再撼動他絲毫，就算是外在受報，他的法身也如如不動，完全不會影響他不生不滅、不垢不淨、不增不減的證悟境界，此時才有資格說：「烈火焚身亦宛然」。因為在順境中保持空性較不難，但在極大的逆境中

依然保持空性，則必須有鞏固的證量方能為之，故心善解脫者，是真正的達到苦樂一如、順逆無二的無分別境界，是真正的大圓滿。

第八、巧說法要。意思就是當一個人自度全部圓滿時，就要好好的度眾，而度眾的重點就是宣說佛法要旨，而且是不離方便善巧。為什麼要宣說法要？因為佛法實在太浩瀚，如果不把握重點的宣說，眾生會不知如何遵循，什麼是法要？就是解脫生死的大智慧，也就是菩薩自證的正智，以如此的正智，也就是般若空慧，去教導一切眾生，才能也幫助一切眾生脫離生死輪迴的束縛。

所以，其實般若空慧是最重要的法要，它從第一步驟到第八步驟都不可或缺。可以說，一個修行人從開始自度到圓滿度人，般若空慧都是主修項目，只是層次與證量不斷的在提升，最終至圓滿的境界。

故般若空慧是菩薩的必修，是眾生要學習的法要，唯有明白了般若空慧，一切的悲願才有實踐圓滿的可能。

當然其中要耗費的時間絕非一生一世能夠克竟全功，故菩薩要極有耐性的去成長自己、成長眾生。所以我們才會虔誠的發願迴向：「願消三障諸煩惱，願得智慧真明了，普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。」

不論這世界有多麼黑暗，我們都要堅持著光明。為償多劫願，浩蕩赴前程。南無本師釋迦牟尼佛！感恩，感恩，窮盡身口意的感恩！！

註釋之部

【戲論】

謂錯誤無意義之言論。即違背真理，不能增進善法而無意義之言論。佛遺教經：「汝等比丘！若種種戲論，其心則亂，雖復出家，猶未得脫。是故比丘！常急捨離亂心戲論，若汝欲得寂滅樂者，唯當善滅戲論之患，是名不戲論。」瑜伽師地論卷九十一：「此中能引無義思惟分別所發語言，名為戲論。何以故？於如是事勤加行時，不能少分增益善法，損不善法，是故說彼名為戲論。」

中論卷三觀法品分戲論為愛論與見論兩種。愛論謂於一切法取著之心，見論為於一切法作決定解。鈍根者起愛論，利根者起見論；在家者起愛論，出家者起見論；天魔起愛論，外道起見論；凡夫起愛論，二乘起見論。

佛性論卷三述及三種、九種戲論。三種為：(一)貪愛，(二)我慢，(三)諸見。九種為：(一)通計我，(二)約計是我，(三)計我應生，(四)計我不更生，(五)計我有色應生，(六)計我無色應生，(七)計我有想應生，(八)計我無想應生，(九)計我非想非非想應生。佛遺教經論疏節要說二種戲論：(一)於真實之理生戲論，(二)於世間之事生戲論。此外，中觀論疏卷一亦列舉五種戲論。

【有結】

有，生死之果報；結，可招感果報之煩惱。謂貪、瞋、癡等諸煩惱，能束縛人，而使住於生死境界之中，不得出離，故稱有結。法華經序品：「盡諸有結，心得自在。」

【正智】

<一>指契於正理之智慧，為「邪智」之對稱。即離凡夫外道之邪執分別及二乘

人之偏執，契於中道妙理者。在因明中，則指真現量與真比量。據因明入正理論載，即如實量知諸法的自性差別之智，為離染緣以到達涅槃之智慧。<二>指無學位所成就之無漏盡智及無生智。係無學十支之一。俱舍論卷二十五：「正脫正智其體是何？頌曰：『學有餘縛故，無正脫智支，解脫為無為，調勝解惑滅，有為無學支，即二解脫蘊，正智如覺說，謂盡無生智。』」此正智即以盡智、無生智為體，唯無學位能成就之。就見與智之寬狹而言，據大毘婆沙論卷九十七所說，於有漏及無漏之十智中，盡智與無生智屬無漏智，其餘之世俗智、法智、類智等八智皆攝於無漏正見。成實論卷十六見智品則謂，正見與正智一體而無差別。<三>三乘人所修之無漏根本智及後得智。據瑜伽師地論卷七十二載，正智有二種：(一)唯出世間正智，即聲聞、獨覺等二乘菩薩通達真如之根本智。(二)世間出世間正智，聲聞、獨覺以最初之正智通達真如後，由此後所得之世間的出世間正智，亦即能分辨一切差別相之後得智。

【聚落】

梵語 grama，音譯伽喇摩；巴利語 gama。又作聚洛。或稱村落、村。即眾人所聚居之處。五分律卷一：「若城塹若籬柵周迴圍繞三由旬乃至一屋，是名聚落。」蓋佛教教團之僧眾常在阿蘭若（比丘之住處），若於乞食說法外，非時入聚落，則犯波逸提罪。

【刺心】

為大日經所說六十種妄心之第四十。指行善事後所生之追悔心，與犯惡行後所生之慚懼心。亦即不善性之追悔心，如人於接近「刺」時，乃起惴惴不安之念。對治刺心之法，係對過失惡行，須行虔誠之懺悔；對嘉行善事，則生慶幸歡喜之心。

【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

煩惱的當下可以接近智慧
幻相的背後可以看到真相

慧觀練習——

停止分別

什麼是空
到底什麼是空
如果真的想明白空
就先把明白這個念頭放掉

因為
一切的思惟
統統是分別意識
只要還在分別
就永遠無法了解空
唯有放下了一切的分別
好壞的分別
美醜的分別
善惡的分別
輸贏的分別
高下的分別
尊卑的分別
大小的分別
是非的分別

不要再分別了
一切的分別
都是妄念
都是能量的浪費

唯有停止分別
才能真正明白
到底什麼是空

所以
不急著去了解空
要先放下分別
當分別意識
澈底止息
空性
就自然而然
水落石出

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》
注視著這樣的狀態
只是注視著
沒有任何的負擔
沒有任何的看法

注視
只是注視

就這樣
這就是空
就是涅槃
就是本地風光