

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 71 講

2015年10月28日

(郭韻玲 老師 講解於1994年10月20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

慶喜當知。以苦聖諦無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智修習布施淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多。以集滅道聖諦無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智修習布施淨戒安忍精進靜慮般若波羅蜜多。慶喜當知。以苦聖諦無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智安住內空外空內外空空空大空勝義空有為空無為空畢竟空無際空散空無變異空本性空自相空共相空一切法空不可得空無性空自性空無性自性空。以集滅道聖諦無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智安住內空乃至無性自性空。……慶喜當知。以苦聖諦無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智修習無上正等菩提。以集滅道聖諦無二為方便。無生為方便。無所得為方便。迴向一切智智修習無上正等菩提。

P603 欄11行~P604 欄2行

佛陀繼續開示：以四聖諦無

二、無生、無所得為方便，迴向一切智智而修一切善法；也同樣列舉了六度、二十空、真如乃至不思議界……無上正等菩提。

此段經文，結構與前幾段完全一樣，只是把五蘊或十二處或眼耳鼻舌身意界乃至眼耳鼻舌身意觸為緣所生諸受或地、水、火、風、空、識界或十二因緣或二十空或真如乃至不思議界代換成四諦。那麼也是佛陀以不同的角度來說明空性的特質即是無二、無生、無所得。

苦、集、滅、道四聖諦，是非常重要的佛理，只要能夠真正參透，也足以了生脫死。苦，是說明人生的真實存在相貌，這是佛陀的偉大發現，再聰明絕頂的人也無法駁倒，因為生命中真的充滿各種苦，最常聽的三苦，所謂苦苦、壞苦、行苦。苦苦是身心兩方面所感受到的苦，飢餓、寒冷、酷熱等都是身體能感受到的苦，而且這些苦如果加劇的話，都足以損傷身體，甚至失去身體，而在一切的天災人禍中，這些苦幾乎是如影隨形，難以迴避，故身體所必須承受的苦，就已經充分說明人世之苦，苦不堪言；而心能感受到的苦，更是多得不勝枚舉，例如哀傷、失望、沮喪等，都足以讓心覺得十分痛苦，而可悲的是，在這些痛苦中，人往往不但不能為痛苦找到釋放的途徑，反而因為無明障蔽、業力纏牽，會

在痛苦上再加上更多對於痛苦所感受到的痛苦，也就是說，原來的痛苦並沒有解決，卻又加上與原來痛苦有關的更多痛苦；猶如雪上加霜，猶如火上加炭，真是苦上加苦，心何以堪？故人的一生，就在這身心俱苦的狀態下匆匆而過。當然，馬上會有人說道：不能這麼說，人也有快樂的時候，例如與好友重逢、實現夢想、意外的驚喜等，都能讓人身心都處在一種相當愉悅的狀態，是的，這些確實都是人生的快樂，但是，千萬別忘了，快樂沒有永恆，一切的快樂，都是生滅法，既有生，則必定有滅，與好友重逢，無論把晤言歡的時光有多麼愉快，離別都是不可避免的結局，無論多麼夢寐以求的人、事、物得到了，都會發現，真正得到時，也是缺點同時看清的時候；無論多麼意外的驚喜，那份興奮也會遞減，直到心境完全恢復平常……。人生中還有許許多多的快樂，都會讓人感到身心俱悅，但是每一種快樂，不論當時是多麼驚心動魄、盪氣迴腸，它們的命運都是一樣的終有曲終人散的時候；而且事實上，越大的快樂，結束時的痛苦就越大，而且更與執著於這份快樂的程度成正比，越執著，當失去這份快樂時就越痛苦，例如愛情的擁有，當花前月下、海誓山盟的甜蜜感越多，越想延長這份感受

的世間男女，當失去這份感受時的痛苦就越巨大，甚至巨大到難以承擔的地步，所以到底什麼是快樂呢？如果當初的快樂越大，就越凸顯以後失去這份快樂的痛苦，那麼這樣的快樂，可以真的叫作快樂嗎？如果和以後的痛苦相加除以二，痛苦會不會多於快樂呢？所以快樂的結束，很可能就是更大痛苦的來臨，故快樂其實並沒有離開痛苦而單獨存在，快樂中隱藏著痛苦，這樣的苦，就是所謂的壞苦，即失去快樂時所感受到的苦。至於所謂的行苦，更是無時無刻不存在著，而且是遍三界存在著，因為苦苦、壞苦、行苦是欲界眾生皆具備的痛苦，而色界眾生則只剩下壞苦和行苦，無色界眾生則剩下最後的行苦，但其實行苦是最大的苦，最無可奈何的苦，最根本的苦，行苦就是諸行無常、一切遷流不息、永遠得不到安定的苦，也就是輪迴之苦，沒有一樣人、事、時、地、物能夠免除無常的命運，再親愛的眷屬，也終有生離死別的一天；再完美的事件，也終有改變的時候；再快樂的時光，也終有結束的時刻；再美麗的地方，也終有滄海桑田變化的日子；再喜歡的東西，也

終有壞朽的一天，所以，沒有人能在這三界中留下任何，一絲一毫也不可能，這是三界中最大的悲哀，也是最大的悲劇，所以連無色界也無法免除，再高的無色界天人，也終有結束無色界生命的時候，那時候，色界、欲界都有可能墮入，故無常之苦，是苦中之苦，難描難繪。因此，佛陀是睿智的，他所歸納的三苦，無人能夠反駁，因為這是佛陀發現的三界真相，並不是他所發明的，而真相就是真相，並不會因為我們相信與否而有所改變，故苦聖諦是佛法第一個要揭示的真理。

集聖諦，是佛法第二個要揭示的真理。就是說明苦因，也就是痛苦形成的原因；苦聖諦既然已經成立，那麼就要接著找出形成苦的原因，因為佛法是為了解決生命問題而存在的，如果生命的問題就在於生命是苦的，而如果想解決問題，就必須找出苦的原因，才能繼而找出對治的辦法，如果連原因都找不出來，那麼試問要從那裡下手來解決問題呢？所以四聖諦也可以說是四個步驟，第一個步驟是看清問題，第二個步驟是找出問題的原

因，第三個步驟是解決問題的原因，第四個步驟是問題得到了答案。而集聖諦找到苦的原因就是無明，原來三界中的一切苦，皆來自於無明，也就是沒有般若，也就是沒有智慧，就如同萬古的長夜，沒有光明，所以無明就是苦因，亦即集聖諦。

滅聖諦，是佛法第三個要揭示的真理。既然生命是苦，既然苦的原因是無明，那麼就要想辦法消滅無明。要如何消滅無明呢？就是朝與無明相反的方向走，也就是與空相應，與般若相應，與智慧相應，這就是滅苦的方法，所以一切的修行都是為了滅苦，都是為了與般若相應，都是為了消滅無明，如果滅聖諦實踐圓滿的話，自然而然會到達第四個步驟。

道聖諦，是佛法第四個要揭示的真理。當明白生命是苦，當找出苦因，當滅除苦因，也就是苦結束的時候，也同時是道完成的時候，所以可以說它是過程的結束，也可以說它是結果的開始，所以道聖諦是第四個步驟，也就是最後一個步驟。生命的問題到此已經得到了圓滿的答案，一切的苦都已經成為過去，生命已經無苦可言，生命已經完成，生命已經脫離了苦海，脫離了束縛，得到了解脫，得到了圓滿，得到了自由，一切都不再是問

題，因為問題已經澈底解決了。

苦、集、滅、道四聖諦，猶如最科學的解決問題流程，只要按此公式運作，每一個眾生都能夠成就，故苦集滅道是出三界的公式，也是成就的公式，故只要四聖諦實踐圓滿，也就是把佛法實踐圓滿，佛法八萬四千種法門，也可以說就總賅在四聖諦，離苦得樂，就是四聖諦的過程，也是成佛的過程，故真正會修行的人，是以簡馭繁，只要聞四聖諦，便能圓滿實踐，便能了生脫死，而不需要捧著金飯碗還繼續要飯。佛法知見，每一種都是珍貴、殊勝、稀有、難得，只要聽聞，就已經受益甚深，更何況身體力行的實踐，故每一個大乘菩薩道行者皆宜深自惕勵，已聽聞的作得圓滿否？既未圓滿又何苦貪求更多的法？四聖諦雖只有四項，但要作到圓滿談何容易，故切莫上了妄念貪求的當，總覺得法學得還不夠，其實真正的缺失往往不是法學得不夠多，而是實踐得不夠多，故切莫誤解四弘願中「法門無量誓願學」的真正含意，如果學了無數的法門，可是都只是蜻蜓點水式的帶過，那麼就算學盡了八萬四千種法門，一個人還是離成就甚遠，因為所謂一通百通，只要下過深耕功夫，才可能於某法有甚深體悟與證量，而以此為基礎，才能真

正遍學一切法，否則整個修行過程，都將變得浮而不實，所以一切的佛法都是一樣，無論你正在學淨土、禪宗、密宗，都要真正深入你有緣聽聞的法門，才不致於貪多嚼不爛，空入寶山而回，佛法的重心在於實踐，而且要深深紮實的實踐，否則佛法再好，也不能真正改變什麼，一切的改進都要下功夫的，世間法如此，出世法亦然，故請常常想起「高高山頂立，深深海底行」這句名偈，無論知見立得多高，都一定得從最基礎作起，登高必自卑，切莫忘記：美麗莊嚴的蓮花，開自最低卑的窪泥，大成就者，一定是基礎功夫下得最深的人，敬請甚深思惟，甚深思惟。

此段經文，以四諦無二、無生、無所得的角度來觀察空性，事實上，以四諦的本身，就能充份的觀察空性，所以經文的結構相當巧妙，雖然透過的角度有所不同，事實上就是重複所列舉的六度、二十空、真如乃至不思議界……，那麼什麼是主，什麼是客，已經泯然雙融，最重要的是，一切的一切，在空性中都得到了統一。

註釋之部

【三界】

<一>指眾生所居之欲界、色界、無色界。此乃迷妄之有情在生滅變化中流轉，依其境界所分之三階級；係迷於生死輪迴等生存界（即有）之分類，又稱三有。又三界迷苦之領域如大海之無邊際，故又稱苦界、苦海。(一)欲界，即具有情欲、色欲、食欲等有情所居之世界。上自第六他化自在天，中包括人界之四大洲，下至無間地獄等二十處；因男女參居，多諸染欲，故稱欲界。(二)色界，色為變礙之義或示現之義，乃遠離欲界姪、食二欲而仍具有清淨色質等有情所居之世界。此界在欲界之上，無有欲染，亦無女形，其眾生皆由化生；其宮殿高大，係由色之化生，一切均殊妙精好。以其尚有色質，故稱色界。此界依禪定之深淺粗妙而分四級，從初禪梵天，終至阿迦膩吒天，凡有十八天。(三)無色界，唯有受、想、行、識四心而無物質之有情所住之世界。此界無一物質之物，亦無身體、宮殿、國土，唯以心識住於深妙之禪定，故稱無色界。此界在色界之上，共有四天（空無邊處天、識無邊處天、無所有處天、非想非非想處天），又稱四無色、四空處。三界可細分為二十五有（界），若將色界之那含天析而為五（即五那含天），則共為「二十九有」。其與九地之關係，

如下表所示：此三界之果報雖有優劣、苦樂等差別，但屬迷界，係眾生生死輪迴之趣，故為聖者所厭棄。法華經譬喻品：「三界無安，猶如火宅；眾苦充滿，甚可怖畏。」又化城喻品：「能於三界獄，勉出諸眾生。」即勸三界諸有情莫以三界為安，當勤求解脫。

<二>指斷界、離界、滅界等三種無為解脫之對治道。(一)斷界，即斷除九結（九種煩惱）中除貪以外之其餘八種煩惱，或斷除無明結。(二)離界，調斷離貪煩惱或斷除愛結。(三)滅界，調斷滅有漏善及諸有為、無覆無記等煩惱。即除九種煩惱外之其餘有漏法。大毘婆沙論卷二十九：「一切行斷，故名斷界；一切行離，故名離界；一切行滅，故名滅界。」<三>指色界、無色界、盡界。<四>指法界、心界、眾生界。此係基於華嚴經心、佛、眾生三無差別之說而立。<五>薩滿教基本觀念之一。主張宇宙分為上、中、下三界。依各族而說法稍異。如蒙古族薩滿教認為上層世界為神靈世界，中層世界為人類、動物之居地，下層世界為地獄。

【苦諦】

又稱苦聖諦。指聖者如實審察三界有漏之苦果（有情及器世間），如三苦、五取蘊苦、八苦等。在婆沙諸論中謂，此有漏諸果中，或生樂，或生非苦非樂（未必所生皆苦）；此即說一切有部之諸師以樂受為實有，而以苦多樂少為苦諦之義；然經部則謂，諸蘊中全無樂受可言。成實論卷六行苦品：「此三受皆苦諦攝，若實是樂，苦諦云何攝？又苦

為真實，樂相虛妄。何以知之？以觀苦心能斷諸結，非樂心也，故知皆苦。」此即主張三界皆苦之說。另據顯揚聖教論卷十五載，由於苦受、樂受、捨受等三受之相各有差別，故建立三苦之相，即苦苦之相、壞苦之相、行苦之相。亦即就有漏法「非可意」的苦受之運轉而言，其體性為苦，故苦受必然即是苦；就「可意」的樂受之運轉而言，於其壞滅之時，必感受苦，故樂受亦為苦；就「不可意非不可意」的捨受之運轉而言，亦不免有生滅遷流之時，聖者觀之，生起苦怖之心，故捨受亦為苦。由此三苦之相觀之，是知一切有漏之法皆為苦。又大乘阿毘達磨雜集論卷六：「所謂生苦乃至怨憎會苦，能顯苦苦，順苦受法，苦自相義故。愛別離苦、求不得苦，能顯壞苦，已得未得，順樂受法，壞自相義故。略攝一切五取蘊苦，能顯行苦，不解脫二無常所隨不安隱義故。（中略）生苦乃至求不得苦，是世俗諦苦，世間智境界故，略攝一切五取蘊苦，是勝義諦苦。」又瑜伽師地論卷五十五，於順苦樂、不苦不樂諸行中，由自相差別而建立世俗諦，由共相一味之苦而建立勝義諦。

【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、悲覺及害覺。(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。

【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

一個善人

即不斷的發揮自己善的影響力

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

用你的直覺

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