

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 75 講

2015年11月25日

(郭韻玲 老師 講解於1994年11月17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。以四念住無二為方便。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。以四正斷四神足五根五力七等覺支八聖道支無二為方便。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。以四念住無二為方便。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。以四正斷四神足五根五力七等覺支八聖道支無二為方便。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。以四念住無二為方便。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。以四正斷四神足五根五力七等覺支八聖道支無二為方便。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。

P607 Ⅱ 欄6行～P608 Ⅱ 欄10行

佛陀繼續開示：以三十七道品無二、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、……八解脫、八勝處、九次第定、十遍處，代換成三十七道品，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。

三十七道品，是解脫的三十七個步驟，如果能按此循序而修，必能解脫三界，故值得深入了解，更宜踏實的實踐。

三十七道品，可以分為七大階段～

- 一．四念處
- 二．四正勤
- 三．四如意足
- 四．五根
- 五．五力
- 六．七覺分
- 七．八正道

七大階段分別是～

四念處：（一）身念處

（二）受念處

（三）心念處

（四）法念處

四正勤：（一）已生惡、令永斷

（二）未生惡、令不生

（三）未生善、令生

（四）已生善、令增長

四如意足：（一）欲、如意足

（二）精進、如意足

（三）念、如意足

（四）思惟、如意足

五根：（一）信、根

（二）精進、根

（三）念、根

（四）定、根

（五）慧、根

五力：（一）信、力

（二）精進、力

（三）念、力

（四）定、力

（五）慧、力

七覺分：（一）念、覺分

（二）擇法、覺分

（三）精進、覺分

（四）喜、覺分

（五）輕安、覺分

（六）定、覺分

（七）捨、覺分

八正道：（一）正、見

（二）正、思惟

（三）正、語

（四）正、業

（五）正、命

（六）正、精進

（七）正、念

（八）正、定

所謂的「四念處」，是四個讓念頭安住的方法，可以由身念住起修，也可以四者一起修。

身念處：即觀身不淨。

受念處：即觀受是苦。

心念處：即觀心無常。

法念處：即觀法無我。

所謂的「四正勤」，是四個必須努力的正確方向，可以從「已生惡、令永斷」起修，也可以四者一起修。

已生惡、令永斷：即不好之處，永不再犯。

未生惡、令不生：即未來的不好，令不生起。

未生善、令生：即未作到的好，令生起。

已生善、令增長：即已經擁有的好，令增益長養。

所謂的「四如意足」，是四個定慧等持得到如意神通的方法，可以從「欲如意足」起修，也可以四者一起修。

欲、如意足：是欲樂正法，而且達到定慧等持引發神通的境界。

精進、如意足：是精進不懈，而且達到定慧等持引發神通的境界。

念、如意足：是正念相續，而且達到定慧等持引發神通的境界。

思惟、如意足：是思惟正法，而且達到定慧等持引發神通的境界。

所謂「五根」，是五個必須紮根的重點，可以從「信根」起修，也可以五者一起修。

信、根：是信心得到深厚的紮根。

精進、根：是精進得到深厚的紮根。

念、根：是正念得到深厚的紮根。

定、根：是定力得到深厚的紮根。

慧、根：是智慧得到深厚的紮根。

所謂的「五力」，是五根得到成就，能夠發揮力量，也就是作用力，可以從「信力」起修，也可以五者一起修。

信、力：信心發揮了作用力。

精進、力：精進發揮了作用力。

念、力：正念發揮了作用力。

定、力：定功發揮了作用力。

慧、力：智慧發揮了作用力。

所謂的「七覺分」，是七個覺悟的方法，可以從「擇法覺分」起修，也可以七者一起修。

念、覺分：透過安住於正念，而得到覺悟。

擇法、覺分：透過抉擇善法，而得到覺悟。

精進、覺分：透過精進於善法，而得到覺悟。

喜、覺分：透過安住於法喜，而得到覺悟。

輕安、覺分：透過安住於身心輕安，而得到覺悟。

定、覺分：透過定功深厚，而得到覺悟。

捨、覺分：透過捨離一切善惡的分別，而得到覺悟。

所謂的「八正道」，是八個正確修道的的方法，可以從「正見」起修，也可以八者一起修。

正、見：正確的知見。

正、思惟：正確的思惟。

正、語：正確的言語。

正、業：正確的造作。

正、命：正確的生活方式。

正、精進：正確的努力。

正、念：正確的念頭。

正、定：正確的禪定。

從四念處一直到八正道，每一個步驟其實都是互融互攝的，可以說四念處包含了其他六大階段，以此類推，每一階

段都包含了其他階段。為什麼如此說呢？其實佛法的偉大之處，就是永遠不會僵化，也就是金剛經所揭示的：「法無定法」，一切都因為天時、地利、人和的不同，每一種教導方法都是充滿了變通與權宜，所以在三十七道品中，我們會看到許多重複之處，例如思惟、信、慧重複出現二次，定重複出現四次，精進、念重複出現五次；這在在都顯示出三十七道品的修法，充滿自由與開放，也就是說我們可以按步就班由四念處開始修起，但我們也可以直接從八正道下手起修，因為如果四念處修得圓滿，事實上等於八正道也圓滿，因為一切的修行都離不開“心”，心才是任何修法永遠不能離開的重點，既然四念處能夠修得圓滿，表示心已經解脫，既然心已經解脫，那麼八正道也一定能夠圓滿，故一切的癥結點永遠不會離開“心”，只要心圓滿具足，則一切的修法自然圓滿具足。

所以，三十七道品亦然，無論它是三十七個步驟，或者是七大階段，其實是沒有差別的；也不論我們按步就班修，或者是跳級而修，也都是一樣的；因為我們一直不能逃避的是“心”，一切的修法，都必須能夠讓心解脫才能成為修法，故敬請牢記金剛經所說：「法者筏也，法尚應捨，何況非法」；三十七道品是三十七個方法，即三十七條船，只要擇一深入踏實的修，都能夠讓我們度過驚濤駭浪的生死大海，到達永恆喜樂的佛國淨土。

此段經文，透過對於三十七道品的觀察，無論法門多麼複雜而有層次，它的本質絕對不會離開空性，而空之特質即經文所一再重複的「無二、無生、無所得」。

註釋之部

【三十七道品】

道品，又作菩提分、覺支，即為追求智慧，進入涅槃境界之三十七種修行方法。又稱三十七覺支、三十七菩提分、三十七助道法、三十七品道法。循此三十七法而修，即可次第趨於菩提，故稱為菩提分法。三十七道品可分七科如下：（一）四念處，又作四念住。（1）身念處，即觀此色身皆是不淨。（2）受念處，觀苦樂等感受悉皆是苦。（3）心念處，觀此識心念念生滅，更無常住。（4）法念處，觀諸法因緣生，無自主自在之性，是為諸法無我。

（二）四正勤，又作四正斷。（1）已生惡令永斷。（2）未生惡令不生。（3）未生善令生。（4）已生善令增長。（三）四如意足，又作四神足。（1）欲如意足，希慕所修之法能如願滿足。（2）精進如意足，於所修之法，專注一心，無有間雜，而能如願滿足。（3）念如意足，於所修之法，記憶不忘，如願滿足。（4）思惟如意足，心思所修之法，不令忘失，如願滿足。（四）五根，根，即能生之意，此五根能生一切善法。（1）信根，篤信正道及助道法，則能生出一切無漏禪定解脫。（2）精進根，修於正法，無間無雜。（3）念根，乃於正法記憶不忘。（4）定根，攝心不散，一心寂定，是為定根。（5）慧根，對於諸法觀照明了，是為慧根。（五）五力，力即力用，能破惡成善。（1）信力，信根增長，能破諸疑惑。（2）精進力，精進根增長，能破身心懈怠。（3）念力，念根增長，能破諸邪念，成就出世正念功德。（4）定力，定根增長，能破諸亂想，發諸禪定。

（5）慧力，慧根增長，能遮止三界見思之惑。（六）七覺分，又作七覺支、七覺意。（1）擇法覺分，能揀擇諸法之真偽。（2）精進覺分，修諸道法，無有間雜。（3）喜覺分，契悟真法，心得歡喜。（4）除覺分，能斷除諸見煩惱。（5）捨覺分，能捨離所見念著之境。（6）定覺分，能覺了所發之禪定。（7）念覺分，能思惟所修之道法。（七）八正道，又作八聖道、八道諦。（1）正見，能見真理。（2）正思惟，心無邪念。（3）正語，言無虛妄。（4）正業，住於清淨善業。（5）正命，依法乞食活命。（6）正精進，修諸道行，能無間雜。（7）正念，能專心憶念善法。（8）正定，身心寂靜，正住真空之理。

【精進】

音譯作毘梨耶、毘離耶。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。梁譯攝大乘論卷中舉出勤勇、加行、不下難壞無足等三種精進。大乘莊嚴經論卷八舉出弘誓、發行、無下、不動、無厭等五種精進。舊華嚴經舉出不轉、不捨、不染、不壞、不厭倦、廣大、無邊、猛利、無等等、救一切眾生等十種精進。瑜伽師地論卷四十二精進品亦舉出自性、一切、難行、一切門、善士、一切種、遂求、此世他世樂、清淨等九種精進。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。

【慧】

指推理、判斷事理之精神作用。心所之名。俱舍七十五法之一，唯識百法之一。慧，通於善、不善、無記三性。惡慧中，作用強者，稱惡見，為五見之一。善慧又作正見、正慧。依俱舍論之說，慧係與任何種心皆有相連屬之作用，為大地法之一；然唯識宗謂慧為別境五心所之一。此外，慧與智為相對之通名，達於有為之智相稱「智」，達於無為之空理則稱「慧」。俱舍論卷二十六亦言，慧有「有漏慧」與「無漏慧」兩種。前者與煩惱法有密切不可脫離且相互影響之關係，屬於「智」之性質；後者又稱聖慧。由聞法而來之慧，稱作聞慧；由思考而來之慧，稱作思慧；由修行而來之慧，稱作修慧；以上三者合稱聞思修三慧。三慧加上與生俱來之「生得慧」，合稱四慧。依菩薩瓔珞本業經卷上說，菩薩之階段可分六種智慧，即聞、思、修三慧與「無相慧」（已證悟空無自性）、「照寂慧」（以中道之慧觀照見中道之理）、「寂照慧」（寂照不二，定慧平等）。以上六者依次與十住、十行、十迴向、十地、等覺、妙覺等六位配合。此外，天台宗亦有劣慧之說。慧與戒、定二者係佛教之重要德目，合稱「三學」。又就五根、五力之中，而有慧根、慧力之稱。以上之慧屬狹義之解釋；廣義之慧，則指梵語之 *prajna*，一般音譯作般若。

【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

慈悲的眼睛
看一切都美

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