

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 81 講

2016年1月6日

(郭韻玲 老師 講解於1994年12月29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。以一切陀羅尼門無二為方便。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。以一切三摩地門無二為方便。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。以一切陀羅尼門無二為方便。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。以一切三摩地門無二為方便。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。以一切陀羅尼門無二為方便。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。以一切三摩地門無二為方便。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。

P613 II 欄3行~P614 I 欄倒數2行

佛陀繼續開示：以一切陀羅尼

門、一切三摩地門無二、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、……一切智、道相智、一切相智代換成一切陀羅尼門、一切三摩地門，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。

一切陀羅尼門，什麼是陀羅尼？陀羅尼是“總持”的意思。總持即對一切佛法憶持不忘，這表面看起來，真的是不可能的事，一個人在一剎那只能記得一件事，而佛法如此浩瀚，怎麼可能在一剎那間全部記得，世上最聰明的人也辦不到。但是佛法為什麼叫出世間法？即因許多現象早已超越世間，早已超出人們的極限，以此為例，一剎那記得全部的佛法是因為時間與空間的束縛已經擺脫。時間其實是妄念，空間其實也是妄念，如果時間的妄念解除了，那麼一剎那即永恆；如果空間的妄念解除了，那麼一方即無邊；試想如果時間空間都消失了，那麼無量無邊的佛法又怎麼不可能在一剎那間全部記得呢？故人類的所知實在太有限了，唯有佛法是真正的全知全能，唯有佛法才是真正的科學，因為如果連條件的本



身都超越了，那麼由條件而產生的種種問題，又何須去解決呢？故唯有佛法是正本清源的在解決生命的問題，唯有佛法是面對核心的在解決一切的問題，故其實佛法是全人類的必修課程，不只是佛教徒而已。

圓滿的總持證量，即一剎那記得全部的佛法，但這只有佛能夠如此；故總持還是有許多層次的證量差別；也有初中後之別，也有所謂的少分證得。什麼是少分證得？例如一剎那記得所有的咒語，又如一剎那記得所有的手印，又如一剎那記得所有的靜坐方法……，事實上，能夠如此，都已經是大修行人了，因為光是咒語能全部記得，就已經是無量無邊了。因為事實上，當天耳通證得時，自然而然就會聽到一切的音聲，當然也包括咒語聲，那麼到底什麼是咒語呢？就是對於人有益的聲音，而且不斷的重複才能達到共振的效果。一旦共振，則能量就能互換，例如不斷的唸 （音 o m）這個咒語，當 （音 o m）這個聲音與心輪產生共振時，心輪的能量就能被釋放出來，而且聲音與物質能夠達到同一頻率，則聲音即物質，物質即聲音，這就是為什麼有時要人觀想全身化成種子字的原因，也就是心經所說的「色即是空，空即是色」。

事實上，任何的聲音、影像、物質等在最後都是共通的，都是無二無別的，所以心經才說「色不異空，空不異色」。這個宇宙充滿了我們所不明白的奧秘，光是咒語，就是奧秘之一；每一個咒語，其實都是佛菩薩的語言，即所謂的梵音，如同普門品所說：「梵音海潮音，勝彼世間音」。佛菩薩因為身心全部清淨，所以發出的音聲也是清淨之音，如果我們不斷的重複這些清淨之音，則我們的身心也會隨之而清淨，故為什麼佛教徒要持咒的原因即在於此。

陀羅尼，除了總持之義以外，咒語也可以叫作陀羅尼。因為持咒的最大方便是行住坐臥皆可持誦，剛好契合總持的本義：分秒不忘失一切佛法，有其相當共通之處，故「陀羅尼」後來多半被稱作「咒語」。如同前面所提及：咒語即梵音；是的，一切的咒音皆是梵音，到底什麼是梵音？事實上，除了說它是佛菩薩的語言外，梵音的來源與人體有極大的關聯。因為人體實在太奧妙了，奧妙到不可思議的地步，例如三脈七輪，當一個修行人，隨著證量的開展，三脈七輪都會開展，三脈會發光，七輪會盛開蓮花，而蓮花的花瓣上自然而然

會浮現種子字——即梵文，這就是梵文的真正來歷。而更奇妙的是，我們的身體真的如同小宇宙，還有不同的聲音在振盪著，如果身心不夠清淨，振盪的就是雜音；而如果身心清淨了，自然而然就振盪出清淨的梵音。而且更妙的是，每一個種子字發出來的聲音都不一樣，總共有五十種基本聲音，這就是梵文五十音的來源，而這五十音在不同的部位，會巧妙的排列組合，這就是眾多咒語變化的來源，故人體實在太奇妙了，但只有身心清淨了，才能親見人體這小宇宙的浩瀚與不可思議。

一切陀羅尼門的意思是無量無邊的咒語，佛教徒為什麼要持咒？除了前面提及能讓身心清淨的好處外，最重要是能停止妄念，一切的法門其實都是不約而同的指向此功能。故不論持咒、持名、靜坐、觀想……，其實都是以正念相續，一念代替萬念，目的都是不要與妄念相應。因為妄念是有為法，是生滅法，只要一與妄念相應，就是與有為生滅相應，也就是與輪迴生死相應。學佛正是要出三界、了生死，而法門到底該如何修呢？止息妄念！就是最重要的法門。空就是止息妄念的狀態；但一般人要立即入空，實在非常困難，故先以

正念相續為修行目標，再進入空的狀態，是最善巧的步驟；故一切的修行法門都是正念。所以一句咒語除了它本身清淨以外，最重要的是它是“正念”；故不斷的唸咒語，就是不斷的離開妄念，只要離開妄念，就離開了有為生滅。故一切陀羅尼門，是正念相續的修持，只要擇一而行，都能夠到達止息妄念的境界，故宜專心的唸、持久的唸、沒有妄念的唸；久而久之，自然會唸而無唸，進入正念相續、一心不亂的境界，故一切陀羅尼門一樣可以了生死、出三界；只要根器適合，都不妨多多持誦。

一切三摩地門，什麼是三摩地？即定境，而且是定慧等持的定境。那麼三摩地和禪定到底有什麼不同之處？三摩地是一定要同時包含定與慧，而禪定則一定要包含定，慧則不一定。當然圓滿的禪定必定是定慧等持；但是由於每一種修行法門都是殊途同歸，故無論從強調定的禪定入手，或從強調定慧等持的三摩地入手，到最後都是要究竟成佛。故所謂的法門，是強調的重點不同，本質是沒有差別的。例如持咒與持名，一個是唸咒語，一個是唸佛號，也許表面上一串梵音和一個佛菩薩的聖號是有極大的差異；但是在本質上都是要以正念代替妄念，故其實是沒有差異的，只是因為眾生根器千差萬別，所以才有這

麼多不同的法門讓眾生選擇，故法門多是適應眾生的不同需要，是佛法的方便善巧，亦是眾生的福報，可依個人根器與喜好而修行，結果都能到達目的地——成佛。三摩地的法門亦然，是讓喜歡定慧等持的眾生修行之方法，也就是所謂的「止觀雙運」。例如觀空靜坐，這就是屬於止觀雙運的修行方法，因為觀空是屬於慧觀，也就是「觀」，也就是「慧」；靜坐是屬於禪定，也就是「止」，也就是「定」。所以觀空靜坐可以說是觀空的禪定方法，也可以說是空三摩地，故一切的名相都無需太執著；但基本的了解與定義的掌握也是必須的，畢竟語言文字還是相當好的橋樑與船筏，善於應用而把捉到修行的重點，一樣可以讓我們成就，一樣可以讓我們到彼岸。

一切三摩地門即一切定慧等持的法門，能夠讓修行人安定下來，生出智慧；是相當殊勝的法門，這是以法門的角度來看。如果以證量的角度來看，三摩地是屬於相當高的修行境界，因為一定是定與慧都同時到達了相當鞏固的境界，才能到達所謂的「三摩地」，也就是所謂的「三昧」。三摩地與三昧是同義而音譯不同而已，故其實是同一個名詞，我們常聽人說他已經得到「個中三昧」，此三昧則是把佛法名詞俗化的用法，意思就是說他這

方面的領悟、造詣或表現等等，已經到達了爐火純青的境界；但儘管俗化了的名詞，如果往源頭推回來，還是可以明白三昧境界了不得的原義。故三昧或三摩地的證得，確屬不易，多半是菩薩才能證得的證量，故所謂的百八三昧，多半是大乘菩薩才能證得的境界，例如「海印三昧」，是入此三摩地時，能親眼看見法界重疊相印，如海般壯闊無邊，層層無盡，而且在目睹此法界壯觀時，心中並無驚懼，安住於甚深禪定中，故三昧境界甚深、甚高，唯有親證方能完全知悉。所以學佛一點都不枯燥；相反的，宛如進行壯闊無比的生命科學之旅，故修行苦乎？過程也許確實是千辛萬苦，但一旦有所證悟，則一切的辛苦，都得到了代價，就如同親睹曠世奇花之峰的過程，當然是辛苦備嚐、身心俱疲；但如果能夠不屈不撓的爬到顛峰，那麼當你站在峰頂俯視無邊的雲海以及霞光萬丈的壯闊日出時，一切的辛苦，豈不都得到了報償嗎？修行亦復如是，切莫中途而廢，切莫畏難不前，只要不斷的前進，總有一天生命的答案，宇宙的奇觀都將如實在你眼前親現！

## 註釋之部

### 【陀羅尼】

又作陀憐尼。意譯總持、能持、能遮。即能總攝憶持無量佛法而不忘失之念慧力。換言之，陀羅尼即為一種記憶術。大智度論卷五、佛地經論卷五載，陀羅尼為一種記憶術，即於一法之中，持一切法；於一文之中，持一切文；於一義之中，持一切義；故由記憶此一法一文一義，而能聯想一切之法，總持無量佛法而不散失。陀羅尼能持各種善法，能遮除各種惡法。蓋菩薩以利他為主，為教化他人，故必須得陀羅尼，得此則能不忘失無量之佛法，而在眾中無所畏，同時亦能自由自在的說教。有關菩薩所得之陀羅尼，諸經論所說頗多。及至後世，因陀羅尼之形式，類同誦咒，因此後人將其與咒混同，遂統稱咒為陀羅尼。然一般仍以字句長短加以區分，長句者為陀羅尼，短句者為真言，一字二字者為種子。關於陀羅尼之種類，依大智度論卷五、卷二十八載，陀羅尼分為幾類：(一)聞持陀羅尼，得陀羅尼者耳聞之事不忘。(二)分別知陀羅尼，能區別一切邪正、好醜之能力。(三)入音聲陀羅尼，聞一切言聲音聲，歡喜而不瞋。(四)字入門陀羅尼，聽聞阿羅波遮那等四十二字門，即可體達諸法實相；蓋以悉曇四十二字門總攝一切言語之故。上述之前三者稱為「三陀羅尼」。瑜伽師地論卷四十五舉出四陀羅尼：(一)法陀羅尼，能記憶經句不忘。(二)義陀羅

尼，能理解經義不忘。(三)咒陀羅尼，依禪定力起咒術，能消除眾生之災厄。(四)忍陀羅尼，通達諸法離言之實相，了知其本性，忍法性而不失。有關修得此陀羅尼之法，詳載於大乘義章卷十一。天台宗據法華經普賢菩薩勸發品之說，立有：旋陀羅尼、百千萬億旋陀羅尼、法音方便陀羅尼等三陀羅尼，而以之配於空、假、中三觀。咒，名為陀羅尼，故對經、律、論之三藏而言，集聚咒之記錄，稱作陀羅尼藏、明咒藏、祕藏等。乃五藏之一。基於此之陀羅尼，有大隨求陀羅尼、佛頂尊勝陀羅尼等，以及應不同諸尊之特殊修法，依修法之目的而誦相應之陀羅尼。此外，密教中，於供養祖師或祈亡者冥福之法會，誦持尊勝陀羅尼，稱為陀羅尼會、陀羅尼講會。

### 【三昧】

梵語 sam ā dhi 之音譯，巴利語同。又作三摩地、三摩提、三摩帝。意譯為等持、定、正定、定意、調直定、正心行處等。即將心定於一處（或一境）的一種安定狀態。又一般俗語形容妙處、極致、蘊奧、訣竅等之時，皆以「三昧」稱之，蓋即套用佛教用語而轉意者，然已與原義迥然有別。於佛典中，sam ā dhi 譯為等持時，「等」乃指離開心之浮（掉舉）沈（昏沈），而得平等安詳，「持」則指將心專止於一境之意，此即為將心止於一境而不散亂之狀態，稱為心一境性。俱舍宗視之為十大地法之一，唯識宗則認為是五別境之一，且兩宗均以之為心所之一，但經部與成實宗則認為心所並無別體。一般修行大都止心一處，不令散



亂，而保持安靜，此一狀態稱為三昧。達三昧之狀態時，即起正智慧而開悟真理，故以此三昧修行而達到佛之聖境者，則稱三昧發得或發定。舊譯常將三摩地（梵 sam ā dhi，三昧、等持）、三摩鉢底（梵 sam ā patti，等至、正受、正定、現前）及三摩呬多（梵 sam ā hita，等引、勝定）混同，而一概譯為三昧。實際上，三昧應指三摩地而言。有部認為凡是一切心共同之精神作用（即大地法），共通於定、散及善、惡、無記之三性，而僅限於一切有心位（不通於無心定）不亂心，且對一境地有集中之作用者，即稱三摩地。對此，三摩鉢底與三摩呬多則通於有心、無心，而僅局限於定（包含有心定、無心定而不通於散定）。俱舍論卷二十八調，就所依止之定（等至）有四靜慮（四禪）、四無色定、八等至、三等持之別。四靜慮及四無色定乃以善等持（三摩地、三昧）為體；又四靜慮及四無色定之根本等至有八種，故稱八等至；三等持（三三昧）即：有尋有伺、無尋唯伺、無尋無伺等三種。此外亦指空、無相、無願，或空空、無相無相、無願無願之三重等持（三重三昧）而言。二種三昧之中，第一種係以尋（尋求推度之粗雜的精神作用）與伺（伺察思惟之深細的精神作用）之有無，而分為：（一）初靜慮（初禪）與未至定。此屬有尋有伺三摩地。又作有覺有觀三昧。（二）中間靜慮（中間定），屬無尋唯伺三摩地。又作無覺有觀三昧。（三）第二靜慮（第二禪）之近分以上屬無尋無伺三摩地。又作無覺無觀三昧。第二種則指觀「人、法」皆空之三昧，稱為空三昧。捨離差

別相之三昧，稱為無相三昧；捨離願求之思之三昧，則稱為無願三昧。其次在三重三昧中，又有空空三昧、無相無相三昧、無願無願三昧等。據十住毘婆沙論卷十一載，三昧乃四禪（四靜慮）、八解脫以外之一切定。又謂唯三解脫門（無漏之空、無相、無願三昧）和有尋有伺等之三三昧稱為三昧。同論又揭示定之範圍較狹，三昧之範圍則較廣，依此，諸佛菩薩所得之定可視為三昧。大乘義章卷十三舉出雜阿毘曇心論卷六、成實論卷十二、十地經論卷五等之說，而述明禪、定、三昧、正受、解脫、奢摩他等之差異。依其說法，則狹義之三昧指空等之三三昧，廣義則指四無量心及其他諸定。阿含經認為四禪八定之外，另有空、無相、無願等之三三昧與有尋有伺等之三三昧，而大乘則有數百上千種種三昧之說。大乘經典之名稱，以「三昧」為名者，即有般舟三昧經、首楞嚴三昧經、慧印三昧經、自誓三昧經、佛印三昧經、法華三昧經、念佛三昧經、月燈三昧經、金剛三昧經等多種，這些經典對標題所示之「三昧」均有詳細說明。其中，般舟三昧，亦稱諸佛現前三昧與佛立三昧。此外，法華經卷一曾舉出無量義處三昧之名，舊譯華嚴經卷六與卷四十四，有華嚴三昧、海印三昧、師子奮迅三昧之說。大品般若經卷三、卷五，亦有首楞嚴（健行）、寶印、師子遊戲等百八三昧之說。

【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

悲與智

宜如雙璧佩身

永不相離

## 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