

讀沈家楨居士《金剛經的研究》心得

2015年慧炬大學院校佛學論文獎學金
心得寫作組優秀作品

◆ 王雅雯

法鼓文理學院佛學系碩士



photo by Voidvector · 引用自wikimedia · CC BY-SA 3.0

在大學就讀期間，接觸到《沈家楨傳》一書，讓我認識了這樣一位具有長者智慧與德行的沈家楨居士。沈居士的生命疑情起於少年時期，他在上課認識自己的五官時，起了與身體相關的疑念，也在養病時思考著「支配身體的是誰？」因此使他展開生命源頭的探索。沈家楨居士年輕時期，經歷抗日戰爭與國共內戰，這些因緣激起他的愛國熱忱，希望以科學來加強中國人民的實力，因而發行中國第一份科學技術雜誌，到後來成立「人人企業公

司」，總是以大眾利益為前提。他在國家抗戰期間，被派往德國學習電話機技術，以其設備做為作戰的後援。在過程中有幾次非常驚險地度過危難，都不曾減弱他對於國家奉獻的心。晚年更致力於推廣佛法、普濟眾生。從沈家楨居士的傳記，吸引我想更深入了解，是什麼樣的動力讓他面臨這些生死關頭，能有如此堅忍的信心為國家奉獻？同時讓他發起大願心來護持佛法、不遺餘力地推廣佛教，這是我研讀沈家楨居士《金剛經的研究》緣起。

這篇文章為沈家楨居士於1989年應紐約菩提心基金會的邀請，在僑聲廣播電台菩提心節目中所講的內容。沈居士開頭先以明鏡與蠟，來比喻本性的光明與無明，並且說明可以藉由持誦《金剛經》來慢慢融化無明，使得光明自性顯現。

沈居士以同修居和如18年誦持《金剛經》的歷程，來證明《金剛經》的功德殊勝。居和如女士從罹患骨癌到往生時，不因癌症而受到病痛之苦，並能安詳離世。因為居和如女士持誦《金剛經》的虔

誠，使得沈家楨居士此後發願，繼續為同修以《金剛經》為恆課。應該如何持誦？沈家楨居士提出他的看法，因為《金剛經》可以完整全部念一遍，也可只念一偈或一段。於是，沈居士特別以其中的三個段落來介紹這部《金剛經》，以佛說「諸菩薩摩訶薩應如是降伏其心，所有一切眾生之類……我皆令入無餘涅槃而滅度之。」及第二小段，佛說：「如是滅度無量無數無邊眾生，實無眾生得滅度者。」和第三小段，佛說「菩薩於法，應無所住，行於布施」這三小段為《金剛經》的精華。

在閱畢沈家楨居士的闡述後，以我的淺見，認為它們可以跟四弘誓願相通。以沈居士描述第一小段「諸菩薩摩訶薩應如是降伏其心，所有一切眾生之類……我皆令入無餘涅槃而滅度之。」視為佛

陀教我們應發的廣大心願「眾生無邊誓願度」。而第二小段，佛說：「如是滅度無量無數無邊眾生，實無眾生得滅度者。」沈居士以科學角度說明萬物的本質都是相同的，來破除我相、人相、眾生相、壽者相；因為度眾生過程，若有四相就有煩惱，能知道三輪體空，就能「煩惱無盡誓願斷」。第三小段，佛說「菩薩於法，應無所住，行於布施」沈居士說：「《金剛經》所著重的是無相布施。通常說布施有財施、法施、無畏施三種，其實不只是以外

在為施捨對象才是布施，在自身修行中，還可以有更深入、更廣泛的布施意義。如六波羅密中布施捨貪，持戒捨瞋、貪、放逸，忍辱捨瞋，精進捨懈怠，禪定捨散亂，般若捨兩邊空、有見。」

如何應無所住？唯有修持六度波羅蜜。此法門為無量廣大的大悲願行，要無量劫的精勤修煉（法門無量誓願學），才能成就不捨眾生大悲心。以上的三個誓願若能實踐，就能「佛道無上誓願成」，以上是我認為跟四弘誓願相通的部分。沈居士文中更強調修慧與修福的平



photo by 陳子豪

和如圖書館

衡，他提到一個重要的修行觀念，因為我們多生累劫的生命，難免有做過不好的事，以修福消業，才能避免障礙修行；並以讀誦《金剛經》做為開啟善根的功課，用受持《金剛經》的信心，來累積無量善根福德，若我們能配合「無所住」的觀念，就真的是修福又修慧。

前面提到的「消業障」，文中以故事說明，為何受持《金剛經》能重報輕受。故事中一位有修行的老居士臨命終時，被姨太太的哭啼拉扯影響往生，告誡我們有關造業受報的因果，在修行與臨終

時都會出現。在《金剛經》中，有一段：「善男子、善女人，受持讀誦此經，若為人輕賤，是人先世罪業應墮惡道，以今世人輕賤故，先世罪業，則為消滅，當得阿耨多羅三藐三菩提。」沈居士說明此生受到的業報，是因為受持《金剛經》，已將原先要投生惡道的果報，轉為在這輩子重報輕受。因此沈居士提醒我們，若在生活中有種種逆境與不愉快，要記得這句話的含義，才能將逆緣與障礙我們的人，視為感恩的對象。

在經文的開頭，沈家楨居士認為這是不可忽

略的部分。這段文是對佛陀生活作息的描述：

「爾時，世尊食時，著衣持鉢，入舍衛大城乞食，於其城中次第乞已，還至本處。飯食訖，收衣鉢，洗足已，敷座而坐。」沈居士認為佛陀以平等心乞食是持戒也是攝慧；他沿途不因貧富差距，而向每戶人家托鉢，示範了如何培養自己的平等心，讓人都有機會布施；受供養者，也是修福報，因為可以讓布施者有種福田的機會；佛陀從托鉢到吃飯過程的安詳莊嚴、有條不亂，正是示範不取相、不取法相的般若妙理。一切都在生活中教育，以身教化度弟子，這就是佛教修行生活體現。沈居士認為我們若能以此為榜樣，吃飯時專心吃飯，時時刻刻都能靜下心來，活在每個當下，就能以此為報佛恩的方法，這實在為現代人應該學習的方向。因為現



代人的忙碌，造成一心多用，也讓心不停地在外相上打轉，無法回到自己的心，所以常常會跟著環境而情緒起伏，使得心變得不快樂，因此需要練習這個方法，讓我們能找回單純的生活。

我認為此文特殊的地方，在於沈居士閱讀《金剛經》時，提出一些疑惑，這有分成兩個部分：「為什麼佛回答時，說『諸菩薩摩訶薩』和先答『應云何降伏其心』？」以上第一個問題，因為須菩提向佛陀請示的問題是：「世尊！善男子、善女人，發阿耨多羅三藐三菩提心，應云何住？云何降伏其心？」為何須菩提問的是「善男子、善女人」，而佛在後來的詳細解釋時，卻回答說「諸菩薩摩訶薩應如是降伏其心」呢？沈居士提到他於參加一個大學演講時，在此得到了解答。這個學校



的校長對著新生訓話時，講的都是大學的碩士及博士生如何做研究，而不是說新生進來時如何。沈居士認為就如同初發心菩薩，應該向著大菩薩們降伏其心的修法，一直修上去，以大菩薩為榜樣，我們才有修行的基準點，這是他的觀點。第二個問題，須菩提問：「世尊！善男子、善女人，發阿耨多羅三藐三菩提心，應云何住？云何降伏其心？」為何佛陀不直接照須菩提所問的次序先答「應云何住」，而先解釋「應云何降伏其心」？「應云何住」的部分，沈居士以

兩個部分說明他的觀點。「應云何住」這個「住」的解釋有兩種。一個是保有菩提心使之不退失，一個是如何使真心不受到動搖？就真心的部分，他認為其實也無所謂動搖，因為只要妄心降伏，真心就顯現；而保有菩提心的方法，一樣是降伏其心，只要能將妄想心降伏，菩提心一樣不會受到影響。以沈居士的看法，認為以上兩點是非常重要的部分，跟接下來要說明的「如何降伏其妄想心」配合著修持，才是直趨菩提成佛的正路，因為它們能與阿彌陀佛的四十八大悲願，及

觀世音菩薩摩訶薩的無量悲心相應。沈居士以《金剛經》福慧雙修的基本觀念來說明如何降伏其妄想心，在助人的同時就是修福；並且以「實無眾生得滅度者」的觀念來修持，即是修慧。且舉出佛的方便善巧，告訴我們要幫助眾生離苦得樂來得到無量福報，讓我們能生歡喜心信受奉行。實際則是當一切眾生都解脫成佛了，我們也就都能離苦得樂了。這比消滅堅固的我見，容易得多，因為度人等於就是自度。以上觀念，讓我想到《阿彌陀經》中說到「不可以少善根福德因緣得生彼國」，為何要發菩提心、精進持名、孝養父母、奉事師長、慈心不殺、修六度（布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧）等，目的都是為了將悲心發起，才能跟佛的心相應。當我們的心已經能以眾生的苦樂為自己的苦樂，並以智慧來看待因



緣，該放下的都能放下，那麼往生淨土就有希望。因為已能將自我漸漸消融，不再執著自我；而現世的利益也因為「實無眾生得滅度者」的觀念，了知我與眾生都是暫時的因緣合和所生，就能以平等心看待眾生及世間相，不容易起執著。這也就是「修無相因，方成無相果」，這是幫助我們累積成佛資糧的重點所在。這讓我感受到每部經典，其因（如《阿彌陀經》發菩提心、持名念佛）、緣（如《阿彌陀經》三福六度、回向淨土）、果（成佛）都是相同的。佛所說的每部經典，是為了接引不同根性的眾生而說，只要依照經典所教的

方法，老實實踐它，就都能圓滿自己的修行道路。

這篇文章所說《金剛經》福慧雙修的法門「六度波羅蜜」，其中戒、定、慧三無漏學，是修學佛法非常重要的部分。我們應以智慧為主要的中心，因為智慧能引導正確的持戒與修定，才不落入持錯誤的戒，以及修行成跟外道相通的禪定；唯有三學並行，才能正確修持。在二埋法師《在家律學》有提到資持記說：「森然的萬境，都是發戒、持戒之境；如果不先使受著發心，戒行從那裡生起？」還說到：「戒是依自己正報、依報的境而制立的，

戒體就從這依正報境上而發，境無限量，戒體也就無限。」看到這裡，我覺得跟沈家楨居士提出的：「為什麼佛列了那麼多眾生的類別？」有其相應的地方，為什麼呢？因為佛說：「若卵生，若胎生，若濕生，若化生；若有色，若無色；若有想，若無想，若非有想非無想，我皆令入無餘涅槃而滅度之。」沈居士說：「佛陀就是想引起聽法的人好好地想一下此中的涵義。」及「要證入空性，則必須照見五蘊皆空，有情無情都包括在內。」還有「既然實無眾生得滅度者，為什麼佛又叫我們去度無量無邊的眾生呢？」我認為因為我們尚未證悟空性，必須要先幫助無量無數無邊眾生之後，才能真正從過程中證悟空性。此時，就會發現我們持戒與修行的對象，就是森羅萬象的有情與無情眾生；若無眾生

的存在，我們沒有修行的立足點。所以必須對於世間萬法都非常熟悉，而不是否定它的存在，才能真正從「有我」到「無我」，這是我們修學佛法要用智慧去觀察的地方。

對於《金剛經》中有關眾生本空的觀點，為了用現代人容易理解的方式，沈居士以科學方式幫助我們觀想。他以「物質」及「能」說明萬物的存在。在「物質」的層面有水、冰、土等；在「能」的方面則有電可以變光、變熱，而光熱也可以變作電。下面介紹的，是我認為很特別的地方。因為物理學家愛因斯坦用

數學計算，發現「物質」和「能」可互相變換；讓我們知道宇宙間的一切，都是「能」在各種不同條件之下變現出來的現象。例如原子彈（物質）爆發後（變作大量的熱和光）；那個「能」是不可捉摸，看不見，也沒有聲音的。我們將生活中的物質體都以此「能」來做觀想，就會發現所有一切都是無形無相的；這樣的理解雖然不是實證的，但是至少可以幫助某種程度的減輕煩惱與執著。為何我認為這很特別？因為它與華嚴、天台的「一即一切，一切即一」相通。在華嚴的思想當中，就現象之同體關係



引用自美國佛教會莊嚴寺 (Chuang Yen Monastery) FACEBOOK專頁

而言，一塵之中，即與一切佛土相即；若用以上例證解釋，我與眾生都是生命共同體，不應為了自私的小我，而忽略幫助整體的一切眾生。但最後需要補充的觀念是，以上沈居士說明的「能」，他認為也是人類所制定出的名稱而已，是一種假名。似乎是要我們知道，包含我們所認知的一切、所接觸的事物與心理現象等，都是虛妄相，並非真實相，是為了幫助理解而設立的名字而已；我想這樣才能與《金剛經》相應，即是「凡所有相，皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來

(空性)。」以上句子，也是《金剛經》非常重要的部分。不只眾生本空，連我們自己也是空的；因緣所生法都是無常相，無需執著修行是否能成佛。就如同沈居士說到佛陀在《佛藏經》中的解釋，因為仍存有一個「為求阿耨多羅三藐三菩提」的心、有想成佛的法見，以及有「我成佛」的我見，都是沒有放下自我的；越是這樣的念頭，越跟諸佛菩薩的悲心背道而馳。佛陀也是一直到燃燈佛的時代，在他透徹了實在沒有阿耨多羅三藐三菩提可得，也無佛可成，所以才有《金剛

經》所說的：「是故燃燈佛與我授記，作是言：汝於來世，當得作佛，號釋迦牟尼。」這是我們修學佛法不可不知的部分。

沈家楨居士還提到一個待人處事非常重要的觀念，就是「責己嚴而待人寬」。我們平時與人互動，在看到表相時，常會被愚弄而起無明，沒有發現自己的我相是很重的。他說我相不僅是說有我的形相，也包括了表現在外，我的觀念、見解、情緒。凡一切由我為中心而產生的作用都是我相。比如說，我們生氣時，氣的到底是這件事的本身，或者氣自己沒有做好，或是氣與我們互動的人？若能分別清楚對象是什麼，再以智慧觀照生氣的感覺是短暫的，而自己沒有做好也是暫時的，下次不一定會再做錯。若是生氣互動的人，也是沒有智慧，因為做錯的是自己，不是別



引用自美國佛教會莊嚴寺 (Chuang Yen Monastery) FACEBOOK專頁

人。以這些方法，慢慢分析後，就能知道我相、人相、眾生相、壽者相都是虛妄的，沒有必要去瞋恨；且要懂得對人寬恕，這樣才能從四相當中破除執著，也才能使自己得到自在。以上是閱讀沈家楨居士寫的《金剛經的研究》後，所整理出的心得，下面想介紹有關《金剛經》的相關歷史。

從歷史角度來了解《金剛經》，這部經典大約西元4、5世紀時，在印度開始流行。印度本土有許多重要注疏，如無著菩薩造《金剛般若論》二卷、《金剛般若波羅蜜經論》三卷，天親菩薩造《金剛般若波羅蜜經論》三卷；這兩位都是唯識宗的偉大論師，也都很重視這部經典。而在中國方面，依照聖嚴法師在《金剛經講記》的介紹：「中國漢文註《金剛經》者，自晉之僧肇、隋之吉藏，



迄於清之俞樾，所著註釋收於《卍續藏經》中者，共四十三種。」而翻譯的

版本從晉朝的羅什三藏到唐朝的義淨三藏，只有三百年的時間，這部《金剛經》在中國就有出現六種之多的譯本；可見得《金剛經》受到佛教相當大的重視。近代也有許多高僧大德，因為持誦《金剛經》而有所啟發，並能在修持上得到獲益。

在閱畢沈家楨居士的《金剛經的研究》後，深刻了解到這位慈悲與智慧兼具的長者，為何能對《金剛經》產生如此的信心。他與《金剛經》的

特殊因緣，使得他的生命經驗，都是與「無住」相應，讓他能從中培養堅毅不拔的性格。他在文章末篇，非常謙虛的自稱所下功夫膚淺；這實在是一位已將《金剛經》內化到生命的當代長者。我希望在未來，能以沈家楨居士為模範，當作我修學佛法的學習對象；並以持誦《金剛經》及研究《金剛經》為我個人的定課，期望自己也能「應無所住而生其心」。發菩提心、行菩薩道，努力推廣佛法。並願這世間的眾生，都能因佛法的普及，而真正的離苦得樂。◎

親愛的法友：

正法的流傳，需要許多人的護持，慧炬有您的支持與贊助，才能在弘法利生的道業上繼續努力。佛法說，只要把一杯水倒入大海，這杯水就可以跟大海結合在一起；只要大海在，這杯水就會永遠存在。您的涓滴布施、發心付出，都會像這杯水一樣，匯流至成佛的菩提大海之中，永遠不會乾涸。謝謝您！

捐 款 方 式

1. 銀行匯款

土地銀行仁愛分行

帳號：057-001-007-663

戶名：財團法人台北市慧炬雜誌社

2. ATM轉帳

帳號：057-001-007-663

土地銀行(銀行代碼：005)

※採用上述兩種方式者，請將匯款單或ATM收據及姓名、地址、電話，傳真至(02)2708-5054，並來電(02)2707-5802確認。

3. 郵政劃撥：00034845

戶名：財團法人台北市慧炬雜誌社

請於劃撥單通訊欄註明：


免寄收據

請寄收據(可報稅用)/

收據姓名：_____


4. 使用二維碼捐款方式


(1) 操作方式：

① 開啟「 台灣行動支付(台灣Pay)」APP→點選「掃描收付」→掃描本頁左下QR CODE圖檔→輸入金額→輸入「交易密碼」→確認→交易成功

② 開啟「行動銀行」APP→點選「行動銀行Pay」圖示→掃描本頁左下QR CODE圖檔→輸入金額→確定→輸入「交易密碼」→確認→交易成功

(2) 如須開立收據或詢問捐款相關問題，請洽 (02) 2707-5802分機215

(3)  台灣行動支付(台灣Pay) APP啟用說明

請於手機下載「 台灣行動支付(台灣Pay)」APP→註冊帳號→新增卡片→推廣行員代號(非必填，可略過)→開始啟用

(4) 網路銀行「行動銀行APP」啟用說明

① 開啟「行動銀行APP」→點選「行動密碼」圖示→輸入手機號碼(接收簡訊用)→「開通密碼」→輸入「開通密碼」並設定「交易密碼」→完成開通作業(交易密碼最好跟提款卡一致，避免忘記)

② 開啟「行動銀行APP」→點選「行動銀行Pay」圖示→開通「行動服務」→推廣行員代號(非必填，可略過)→閱讀「QR CODE啟用同意書」→點選同意→開始啟用

 台灣行動支付(台灣Pay) APP可支援的銀行：



網路銀行「行動銀行APP」可支援的銀行：

