

優婆塞戒經研習之三十九



談菩薩如何修六波羅蜜

智 銘

菩薩若想求得真正的解脫，從人生的生死痛苦的此岸，度到不生不死的涅槃快樂的彼岸，就非修六波羅蜜不可。「波羅蜜」是梵音，譯成中文就是「到彼岸」的意思，那末要如何修六波羅蜜呢？善生請問佛陀：

「善生言：『世尊！如佛先說供養六方，六方即是六波羅蜜，是人則能增長財、命，如是之人有何等相？』」

這意思是說：佛陀先教人供養六方，供養六方就是修六波羅蜜，然則發心修六波羅蜜的人，要有何等相呢？這裏所謂的「何等相」，就是要作怎樣的行相修爲呢？

一、說明如何修布施波羅蜜

「佛言：『善男子！若能不惜一切財物，常於他人作利益事，念於布施，樂行布施，隨有隨施，不問多少。當行施時，於身財物不生輕想；淨施不擇持戒、毀戒，讚歎布施，見行布施，歡喜不妒；見有求者心則悅樂，起迎禮拜，施牀

命坐；前人諮問若不諮問，輒爲讚歎布施之果。

見恐怖者，能爲救護，處飢饉世，樂施飲食，雖作是施，不爲果報，不求恩報恩，不誑衆生，能讚三寶所有功德，不以斗稱雜餘異踐欺誑於人。不樂酒博貪欲之心，常修慚愧羞耻之德。雖復巨富，心不放逸，多行惠施，不生憍慢，善男子！有是相者，當知是人則能供養施波羅蜜。』」

這一段經文是告訴菩薩們如何修布施波羅蜜，其法可分下列幾點說明：

第一是：菩薩要不吝惜自己所有的一切財物，常常作利益他人的事，那就是心中常念於布施功德，以快樂的心去行布施，只要自己有的而又有求者乞於我者，應隨即施予，不計較所布施的財物是多、是少。

第二是：當行布施功德的時候，不可以因爲自身有財物而生憍慢，見被施者受我之施而輕賤於他，如果有這種想法，雖行布

施，却沒有功德。凡受我布施之人，都要以清淨之心布施給他，不可以認為對方持戒，就布施給他；對方毀戒，就不布施給他，有這分別心行布施，功德很小。

第三是：看見他人行布施的時候，要生歡喜心，不可生妒嫉心。對布施者要加以讚歎，不可以毀訛。

第四是：凡見有求施於我者，應生悅樂之心，不可生厭惱心，而且要起迎禮拜，布施牀橈請他坐下，不管來者開口或不開口求布施，都要以悅樂之心讚歎行布施的果報，給予求者滿意的需求。

第五是：見有恐怖中的衆生，應生憐愍心，能爲他作有效的救護，使他得到安全，免於恐怖；若遇飢饉的荒年，要歡喜地去布施飲食。雖然做了這些布施，但不爲果報，更不求恩報。這一條是說明行無畏施的方法。

第六是：在行布施的時候，盡力而爲，不可以欺誑衆生，要一面行布施一面讚歎三寶功德，使自己永遠以至誠之心行布施，所以不可以斗稱量物行布施的時候，在所施的穀米之中麤雜其他較賤的雜糧，用以欺誑被施者。

第七是：修布施的人，對自己的德操要端正，不可耽於飲酒、賭博或尋花問柳的貪欲行爲。應常修慚愧羞恥之德，有德的人行布施，一定是有益自他的無量布施。

第八是：自己雖是巨富，不可恃富而憍，要能心不放逸地去多行惠施。這樣的富才更有意義。

如果有人能依以上所說的方法去行布施，就能知道他能供養

施波羅蜜，由布施而度到彼岸，解脫生死了。

二、說明如何修持戒波羅蜜

「善男子！若有人能淨身、口、意，常修軟心，不作罪過。設誤作者，常生愧悔，信是罪業，得惡果報；所修善事，心生歡喜，於小罪中，生極重想。設其作已，恐怖憂悔。終不打罵瞋惱衆生，先意語言，言輒柔軟。見衆生已，生愛念心，知恩報恩，心不慳吝，不誑衆生。如法求財，樂作福德，所作福德，常以化人。見窮苦者，身代受之，常修慈心，憐愍一切。見作惡者，能爲遮護；見作善者，讚德說果，復以身力，往營終之；身不自由，令他自在，常修遠離瞋恚之心，或時鬚起，覺生愧悔，實語、軟語，遠離兩舌及無義語。善男子！有是相者，當知是人則能供養戒波羅蜜。」

這一段經文，是說明如何修持戒波羅蜜，分別說明如下：

第一是：修身、口、意三業清淨，不去做一切的罪過事，而且要修軟心，軟心者就柔軟之心，不是鐵石之心，也就是要修慈悲心。唯有具慈悲心者，才會柔軟不瞋。

第二是：若在非意之中而誤作了罪惡之事，如一不小心踩死了一隻螞蟻，就應該立即生慚愧心並求懺悔，認爲自己造下了殺生之罪，來生必受被殺之報，如此懺悔以後，就會自我小心，不致再粗心大意而傷害衆生。

第三是：如果修習了一件於己於他有益的善事，應生歡喜

心，鼓勵自己繼續修善業；若不小心犯了一點點小罪過，就要生恐怖心，認為將受重罪之報。能如此用心，雖善小必努力為之，雖惡小亦必努力去之。

第四是：無論衆生作了什麼惡事，終不用打罵的方法去責罰衆生，而是用柔軟的語言去開導衆生，衆生聽了必改過遷善。

第三是：凡見一切衆生，都要生愛念之心，因為一切衆生都有恩於我，既於我有恩，就得知恩報恩。衆生恩是四恩之一，不可以慳吝而不報，更不可以欺誑衆生。

第六是：求財要如法，生財要有道，不求非法之財、非份之財、非義之財。既得財已，要樂於布施，作福德事業，以修功德，並且要以之教化他人，同樣作布施功德。

第七是：見有窮苦之人，要能以身代之受苦，常修慈心，給予他快樂，憐愍一切窮苦者，為他解困脫苦。

第八是：凡見到作惡衆生，也要為他們作遮護，使他們自我反省改進；見到為善者，要予以讚歎、鼓勵，說他將受善果之報，並且去幫助他作更大的善事。若見衆生陷於苦厄之中，身不得自由者，為他們設法解脫，令得自由自在。

第九是：常常修習遠離瞋恚之心，若瞋恚心一時生起要立即覺悟，並生慚愧懺悔心。常說實語軟語，遠離兩舌及無義語。

凡依以上修持戒者，即是戒波羅蜜成就。

三、說明如何修忍辱波羅蜜

「善男子！若人能淨身、口、意業，衆生設以大惡事加，

乃至不生一念瞋心，終不惡報；若來悔謝，即時受之。見衆生時，心常歡喜，見作惡者，生憐愍心，讚歎忍果，訶責瞋恚，說瞋果報，多有苦毒，修施忍時，先及怨家，正觀五陰，象緣和合，若和合成，何故生瞋？深觀瞋恚，乃是未來無量惡道受苦因緣，若暫生瞋，則生慚愧恐怖悔心，見他忍勝，不生妒嫉，善男子！有是相者，當知是人則能供養忍辱波羅蜜。」

這一段經文，是說明如何修忍辱波羅蜜：

第一：若菩薩要清淨自己的身、口、意三業，假設衆生有很大的惡事加諸於我，我也不能生一念的瞋恚之心，更不以惡心、惡行來報復；若有會加惡於我的衆生，一旦悔悟，前來懺罪的時候，不可猶記前嫌，不予接納，應以歡喜心，接受他的懺悔。

第二：見一切衆生時，都心生歡喜，不起厭惡心。雖見有作惡的衆生，也不可厭惡，而要生憐愍心，憐愍他的愚癡，過去造惡，所以今生不善，今生又造惡，來生必更苦，所以應予憐愍。

第三：見到有忍辱的衆生，應予讚歎忍辱應得無量善報，但若見有生瞋的衆生，也應向他說明瞋恚能生無量苦報，苦報之毒，難以忍受，所以勸他莫生瞋恚。

第四：菩薩修忍辱的時候，先要對怨家能忍，然後才忍受其他的苦惡，凡怨家之苦能忍者，其他諸苦也必能忍。修忍的方法就是正心觀照五陰，五陰者象緣所和合，若無因緣和合，即無五陰，既是因緣和合的東西，有什麼可以生瞋的呢？這麼一正觀，

不但會生瞋，反而會生慚愧、恐怖、懺悔之心，忍受內外一切苦。雖見他人修忍比我殊勝，也能忍而不生妒嫉心。因為他人之所以修忍勝過於我，是他的善根功德高過於我，這麼一觀照，自己只有慚愧，不會生妒嫉了。

凡依上列各點修忍者，即忍波羅蜜成就了。

四、說明如何修精進波羅蜜

「善男子！若有人能不作懈怠，不受不貪坐臥等樂，如作大事故德時力，及營小心心亦如是。凡所作業，要令畢竟，作時不觀飢渴、寒熱、時與非時，不輕自身。大事來說，不生悔心；作既終訖，自慶能辦，讚歎精進所得果報，如法得財，用皆以理，見邪進者，為說惡果，善教眾生令修精進，所作未竟，不中休息。修善法時，不隨他語。」

善男子！有是相者，當知是人則能供養精進波羅蜜。」

這一段經文，是說如何修精進波羅蜜：

第一：人不可以懈怠而不自振作，不可以整日貪坐貪臥等的逸樂，要起而行，作大事要用大力，作小事仍要用大力。所謂大力者，就是盡心盡力去做，使一切的事業，都能成功，不可半途而廢。

第二：作任何事時，不要想到飢渴、寒熱等等的苦惱。這些苦惱是心理作用，若不用心去想，就不會有飢渴、寒熱之苦的存在。不管在什麼時候，不要看輕自己，有志者事竟成，一時的飢渴、寒熱之苦，算不了什麼。

第三：凡是作大事時，若尚未完成，不可以半途而廢，生出後悔之心。既已完成以後，要自我慶幸能夠擔當重任，完成大事。

第四：凡見有人精進，要加以讚歎鼓勵，並且向他演說凡精進者，一定能得無量善根果報，使他更加精進。

第五：菩薩求財，必須依法，不可求非法之財。既得到了財物而使用的時候也要合理。用於布施或供養，都是依理用法，若用於玩樂，就是非理之用了。

第六：凡見有人依旁門左道邪進者，要為他們演說邪進的惡果惡報，誘導眾生入正精進。作任何有益於自他的事，沒有完成以前，不可中途休息。凡作一切善法的時候，應一心於善法的作為之上，不可分心與他人說話。

凡依以上修精進者，就能使精進波羅蜜成就。

五、說明如何修禪波羅蜜

「善男子！若有人能淨身、口、意，樂處空閒，若窟、若山、樹林、空舍、不樂憤鬧、貪著臥具；不樂聽說世間之事；不樂貪欲、瞋恚、愚癡、先語、軟語，常樂出家教化眾生，所有煩惱輕微軟薄。離惡覺觀，見怨修慈，樂說定報，心若逸亂，生怖愧悔。見邪定者，為說罪過。善化眾生，置正定中。」

善男子！有是相者，當知是人則能供養禪波羅蜜。」

這一段經文，是教人如何修禪波羅蜜：

第一：若有人能清淨自己的身、口、意三業，樂於獨處在那空閒之處，如洞窟、高山、樹林、空舍等等，一心修學禪定。

第二：不樂繁華都市慣鬧不靜的人群之中；不樂於貪着臥具，使自己放逸；不樂聽人宣說世間之事，也不樂貪欲、瞋恚、愚癡三毒。凡不樂這些事，必得自心清淨。

第三：要常樂出家修道，從最初的開口教化，都用柔軟語，不用粗鄙語，使衆生樂於欲聞，並歡喜親近。

第四：有煩惱來時，要輕微軟薄，不可心生貪欲，如此可逐漸離惡覺觀。見有怨患者，自修慈心以對。並樂說善惡定報，化惡爲善。自心若生逸亂，應即生恐怖、慚愧、悔悟心，不可耽於逸樂。

第五：見有修邪定之人，要爲他演說邪定的罪過與苦報，妥善地將邪定衆生引置於正定之中，修正定則能成正覺，獲得解脫。

凡依以上修禪定者，就能修禪波羅蜜成就。

六、說明如何修般若波羅蜜

「善男子！若有人能淨身、口、意，悉學一切世間事，於貪、瞋、癡心不貪着，不狂、不亂，憐憫衆生，善能供養父母、師長、和上、長老、耆舊有德，修不放逸、先語、軟語、不誑衆生。能分別說邪道、正道及善惡報，常樂寂靜，

出家學道，能以世事用教衆生，見學勝己，不生妒心，自勝他人，不生憍慢。受苦不憂，受樂不喜。

善男子！有是相者，當知是人則能供養般若波羅蜜。」

這一段經文，是教人如何修般若波羅蜜：

第一：若有人以身、口、意三業清淨，悉學一切世間之事，但却不於世間事生貪、瞋、癡心，不貪樂世間之事，於世間事則能不狂不亂。

第二：要憐愍衆生而度化衆生，以報衆生恩；要善爲供養父母、師長、和上、長老、耆舊有德之人，以報父母恩、師長恩，修精進而不放逸。

第三：先以軟語教導衆生，不可說欺誑衆生的話，要能分別說明邪道與正道的道理，行邪道有什麼惡報；行正道有什麼善報，使知邪而改正。

第四：應捨俗家而出家，樂於寂靜之處修學禪道，但能以世間善惡事教育衆生，努力行善，不去行惡。

第五：同學道友中，見有勝於己者，不生妒心；自己若勝過他人，也不生憍慢心。有苦受時不以爲憂；有樂受時不以爲喜。行於中道而不落二邊，這就是最高的智慧。

能依以上修般若者，就是般若波羅蜜成就。

以上所說的六波羅蜜，是每一修菩薩道的行者，所必修的德目，由六度而生萬行，用萬行來自度，並度衆生，自他均度，才能功德圓滿，解脫生死之苦。