

11

六波羅蜜¹

很多佛學的書籍都討論“六波羅蜜”概念。“六波羅蜜”可以視為佛教關於善行為的總結。“六波羅蜜”包含了一個人應當修行的所有內容。每一個佛弟子應當認識並實踐六波羅蜜。

波羅蜜 1：布施

這裡包括了布施金錢和服務。有三種形式的布施：

- 1) 財布施：包括以幫助別人為目的捐贈。提供服務也是一種形式的布施 (內財布施)。對人友善的態度亦可視為布施。
- 2) 法布施：使人們明瞭事情的真相，例如佛陀的教誨。這種形式的布施比財布施有更大功德。《金

¹ 六度或六波羅蜜，亦作六波羅密。“波羅密”是梵語，可譯作到彼岸。六波羅蜜的意思是指出六種修行方法，教導我們如何進入最高的層次，包括：1. 布施; 2. 持戒; 3. 忍辱; 4. 精進; 5. 禪定; 6. 般若。請參閱《大乘理趣六波羅蜜多經》。

剛經》第 32 分說得最為清晰：“... 若有人以滿無量阿僧祇世界七寶，持用布施；若有善男子、善女人，發菩提心者，持於此經，乃至四句偈等，受持讀誦，為人演說，其福勝彼...”。

3) 無畏布施：使眾生遠離恐懼，保持心態的平靜。

“三輪體空”：

現在讓我們進一步闡釋布施波羅蜜的更深層意義。佛門中人常言行善助人之舉，應了解“三輪體空”的概念。例如我打算把一萬元捐贈予一個貧困病苦的人，這裡其實牽涉了“三輪”，即三個方面。第一，“我”為施贈者；第二，“貧困病苦的人”為受施者；第三，“一萬元”為布施物。當我的思想充斥著這三個因素，那麼行善之心便變得相當貧乏。因為佛學教導我們，摒除“三輪”，其功德則不可思量。故所有因素包括誰是受施者，誰是受惠者，布施物是甚麼都是次要。這個概念便謂之“三輪體空”。不論是助人行善、或是個人舉止操守，都要時刻謹記布施波羅蜜的重要性與“三輪體空”的教誨；這與《《金剛經》》說“應無所住而行布施”之義相若。

波羅蜜 2：持戒

佛弟子被教導必須守法，戒律提供了完美行為，杜絕惡行的指南。

波羅蜜 3：忍辱

忍辱一詞與耐心稍有差別。忍辱是指在面臨侮辱或逆境的時候仍然能夠自製。採取這種態度很可能會減少心中的仇恨，使你回復“自性”更邁進一步。

面對侮辱時，一個佛弟子不應心中產生仇恨。當然這並不是一件容易的事情。

忍辱波羅蜜，就是在忍辱的同時，沒有半點憎恨心。而俗語所說的“君子報仇，十年未晚”實在害人不淺。

波羅蜜 4：精進

“精”代表了專一，“進”就是不斷地努力和進步。這裡說明了修行要一門深入的重要性，按指定的目的努力不懈地進發，這樣才能早日證果。

波羅蜜 5：禪定

禪定向來被看作修習佛教的一個重要方法，特別是佛教的禪宗。事實上，各種派別都修習禪定。他們

給予了這個過程以不同的名稱。禪宗六祖惠能大師在《壇經》中為禪定下了一個定義：²

“禪”是“外不著相”，“定”是“內不動心”，亦作“如如不動”。練習禪定簡單地說就是我們不要被外面的境界所影響，在我們的生活中有一個明確的目標。我們可以這樣來解釋它：無論我們做甚麼，都應當堅持以回復“自性”為目的。

這種禪定觀念與花時間在一個清靜的地方盤腿打坐有些不同。這話不是減低我們認為的坐禪的重要性，而是解釋在六祖惠能大師看來，作為六波羅蜜之一的禪定有一個相對更加有意義的含義。

在談論坐禪時，我們還應當注意的一個事實，安定寧靜的心境在中國文化中一直佔據著一個重要的地位。在著名四書《大學》一書中提到：“知止而後有定，定而後能靜，靜而後能安，安而後能慮，慮而後能得。”一個人能保持定的心境，對他的行為舉止有莫大的幫助。

波羅蜜 6：般若

這是一種能夠明瞭萬物的本性以及萬物如何相關的能力。智慧有所謂根本智與後得智之別。唐朝大圓

² 即《六祖壇經》。

居士說：“佛法教人，先求根本智，無相無分別，次求後得智，能分別一切法”。般若智慧與一般的智慧相比具有更深層的含義，是因為它包含了從佛陀的角度出發明瞭和理解事物的能力。有所謂“般若無知，無所不知”。般若無知，因為般若智慧從不因人間之色受想行識而起心動念；然而般若智慧又無所不知。

因為按《六祖壇經》所說：“真如有性，所以起念”³。《六祖壇經》又說：“真如自性起念，六根雖有見聞覺知，不染萬境，而真性常自在。”故《維摩詰經·佛國品》云：“能善分別諸法相，於第一義而不動。”

《六祖壇經》對般若亦有所解釋：“何名般若？般若者，唐言智慧也。一切處所，一切時中，念念不愚，常行智慧，即是般若行。一念愚即般若絕，一念智即般若生。世人愚迷，不見般若。口說般若，心中常愚。常自言我修般若，念念說空，不識真空。般若無形相，智慧心即是。若作如是解，即名般若智。”⁴

³ 《六祖壇經》定慧品第四。

⁴ 《六祖壇經》般若品第二。

六波羅蜜的其他參考資料

“六波羅蜜”在一篇文章中有如下撮要：

“六波羅蜜從慈悲心開始，這是“布施”。我們認識到一切作為都有方法，都有程式，這是“持戒”；有耐心、有毅力，這是“忍辱”；能專精不懈，這是“精進”；心地有主宰，不會被外境所動，這是“禪定”；一切事物無一不透徹、不明了，這是“般若”，佛學教導我們這六條要應用在日常生活當中，能做到就是地地道道的菩薩行。”

《大乘理趣六波羅蜜多經》對“六波羅蜜”有以下介紹：

“...若善男子善女人，應當導引五趣眾生，置於無上正等菩提，遠離外道邪法及惡知識，應當親近修行布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧具足，行大乘者而為伴侶。應於自身聽聞正法精勤誦持，應常安住如是六種波羅蜜多，精進修行降伏心意攝護六根，由此勢力疾證無上正等菩提，是名菩薩摩訶薩。云何名為六種波羅蜜多？所謂布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧，是為六種波羅蜜多。”