

第一章

无上菩提 说法缘起

[古译经文]

如是我闻 ①：

一时，佛在舍卫国 ② 祇树给孤独园 ③，与大比丘众千二百五十人俱。尔时，世尊食时 ④，著衣持钵，入舍卫大城乞食于其城中，次第乞已，还至本处。饭食讫，收衣钵，洗足已，敷座而坐。

时，长老须菩提 ⑤，在大众中，即从座起，偏袒右肩，右膝著地，合掌恭敬而白佛言：“希有世尊！如来善护念诸菩萨 ⑥，善付嘱诸菩萨。世尊！善男子，善女人 ⑦，发阿耨多罗三藐三菩提心 ⑧，云何应住？云何降伏其心？”

佛言：“善哉，善哉！须菩提，如汝所说如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。汝今谛听 ⑨，当为汝说：善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，应如是住，如是降伏其心……”

“唯。然。世尊！愿乐欲闻。”

[注释]

[如是我闻] 据说佛（释迦牟尼）即将涅槃时，曾指示阿难尊者，由他记录结集的一切佛经，开头都要写上“如是我闻：一时佛在某处，与某大众若干人俱”等语。所以佛门经典，凡冠以“如是我闻”的，

都是佛亲自说法的纪录、并由阿难尊者所整理结集的。

②[舍卫国] 中印度境内，古之一国。

③[祇树给孤独园] 舍卫国中有一位乐善好施的长者，尤其怜悯孤独之人，人们称他为“给孤独长者”。他在祇陀王子的庭园里为佛建了一座精舍，而王子则自留其树来供佛。因此，祇陀的树木，给孤独长者的庭园，合称为“祇树给孤独园”。

④[食时] 吃饭时间。佛法中定诸天食时为清晨，人食时为日中，畜牲食时为日暮，鬼神食时为昏夜。

⑤[须菩提] 佛十大弟子之一。出身富家，出生时，家中库藏金银财宝突然不见，故名“空生”；过七天，所失财宝又突然显现，故又名“善现”。

⑥[菩萨] 佛教中福慧双修、地位仅次于佛的人。此处“诸菩萨”泛指上求佛道、下化众生的众弟子。

⑦[善男子，善女人] 指一般善男信女。

⑧[阿耨多罗三藐三菩提]梵语音译。“阿耨多罗”即“无上”；“三藐”即“正等”；“三菩提”即“正觉”。合起来，即“无上正等正觉”的意思。

⑨[谛听] 用心仔细地听。

[白话经文]

我亲自听佛这样说法：

那一天，佛在舍卫国祇树给孤独园，与大比丘等一千二百五十人在一起。

那天清晨食时，佛穿好袈裟，双手托钵，前往舍卫城中去乞食，在那里逐家依次乞食盛满钵后，回到孤独园。吃过饭，

收好衣钵，洗净手脚，铺好座位，结跏趺坐。

这时，围坐的众人之中，有一位叫须菩提的长老，从座位中站了起来，袒露着右肩，右膝跪地，两手合掌，恭恭敬敬地对佛说：“稀有的世尊！您老如来总是非常护念着（我们这些能亲近您的）诸位菩萨（弟子），善于嘱咐诸位弟子修行。世尊啊，那些（不能亲近您的）善男信女们，如果他们产生要修行无上正等正觉之心，那么，请问应该怎样才能降伏他的妄念之心呢？”

佛说：“善哉，善哉！须菩提，诚如你所说的——如来总是护念诸位弟子，善于嘱咐诸位弟子修行，现在你用心仔细听着，我对你所提出的这个问题的解说：所有善男信女，产生了要修行无上正等正觉之心，应当怎样修行，应当怎样降伏妄念之心……”

“好好！世尊！弟子非常高兴听您解说。”

[阐说]

这第一章是佛（释迦牟尼）说《金刚经》的缘起。

“缘起”是佛教中的一个名词，是“因缘生起”的略称。因缘，意为一事物所以产生的原因、关系或条件。

《金刚经》缘起很平常

这里的缘起很平常：

佛在清早，穿好衣服，拿着钵子，到城里挨家逐户乞食后

回到住处，吃了饭，收好衣钵，洗干净脚，铺好座位，然后面对一千多弟子，跏趺（双盘腿）而坐。

这时，须菩提突然产生了一个问题：佛所显示的这些形相不也是很普通很平常么，而佛又具有无上正等正觉境界，那么，一般人要达到无上正等正觉境界，应当怎样修行呢？于是，他就恭敬地向佛发问请教，这样，引发了佛讲演这部《金刚经》。

这里说的事很平常，文字也很浅白，可以说，整部《金刚经》也都如此。正因为如此，禅宗六祖慧能这个不识字的文盲也能一下子听懂它说什么。我这样说，是希望读者不要因为听说《金刚经》是一部著名的佛教经典，就认为它一定玄奥莫测。

若见缘起便见法

但是，这样平常的事作为一部经典的缘起，却蕴含着很大的意义。正如《中阿含经》所说：“若见缘起便见法（佛法），若见法便见缘起。”我们从这个缘起可以领悟整部《金刚经》所宣示的佛法道理。

并不是一切佛经开头都是这样显示佛的平常生活形相的，恰恰相反，许多佛经往往是以显示佛如何放光动地的特异形相来开头。例如《地藏菩萨本愿经》开头：

是时如来含笑，放百千万亿大光明云。所谓大圆满光明云，大慈悲光明云，大智慧光明云，大般若光明云，大三昧光明云，大吉祥光明云，大福德光

明云，大功德光明云，大皈依光明云，
大赞叹光明云。放如是等不可说光明云
已，又出种种微妙之音……

这样一比较，我们可以益发觉得《金刚经》中的佛很平常，他不是和普通人一样穿衣、乞食、吃饭么？

这也就启示我们：佛来自凡人，凡人是可以修行无上正等正觉而成佛的。

乞食与谋生

顺便说说“乞食”。乞食在佛教中，本是古印度出家的比丘（和尚）一种修行的方式。它有三方面的意义：一是出家人用以获得维持生命所需的简单食物；二是可以增进出家人“忍辱”的修养；三是使施舍的人获得造福的机会。出家人因而称他们为“施主”。后来中国的禅宗就把“乞食”改为耕作自给，要求“一日不作，一日不食”。

从一般社会意义上说，也可以把“乞食”理解为“谋生”我们每个人都需要“穿衣乞食”。

《金刚经》一开头用“穿衣乞食”这些平常生活一下子把佛和凡人拉到了一起。

佛是大觉大悟者

那么，平常的佛与凡人有什么区别呢？

“佛”的本意是“觉者”的意思，佛就是达到无上正等正觉境界的人。

用六祖慧能的话来说，佛与凡夫众生的区别就在于觉悟还是执迷不悟这一点上：

“当知愚人智人，佛性本无差别，只缘迷悟不同，所以有智有愚”；前念迷即凡夫 后念悟即佛”。

乞食随缘过，逢山任意登

佛学所讲的“觉”、“悟”我们从《金刚经》开头可以看到是不离“穿衣乞食”这样平常生活的。以后的禅宗特别提倡“平常心”这一点；“乞食随缘过 逢山任意登”。

有一个故事，说一个新来的僧人向赵州禅师请教怎样修行。

赵州问：“你吃粥了么？”

他说吃过了。

赵州接着说：“那么，你就洗钵去。”

这样的回答据说就使那位僧人当下省悟。

有人会问，那个僧人究竟悟得什么呀？那么，另一个故事也许可以说得更明白一点。

饥来吃饭，困来即眠

有人问一位禅师：“你有很高的道行 还用不用功修行呢？”

禅师说，用功。

那人又问：“怎样用功呢？”

禅师说：“饥来吃饭 困来即眠。”

听了这样回答，那人不禁充满疑惑：“一般人都是这样的，那岂不是人人都同你一样用功修行了？”

禅师说：“不同。”

“有什么不同呢？”

禅师说：“一般人吃饭时不肯吃饭，百种须索；睡时不肯睡，千般计较。所以不同也。”

佛教哲学有一个观点，就是认为一般的人生活在世上都很苦恼。海德格尔也把“烦恼”作为他的存在主义哲学的一个重要范畴。这位禅师说的就是在平常生活里解脱烦恼而持平常心的道理，这也就是《金刚经》讲“净心”的具体表现。

不离世间觉

我们还可以进一步思考：穿衣乞食这些是发生在世俗生活中的平常事情，而修行佛法却是为了解脱人生烦恼而寻求超越红尘，这两者能够“辩证统一”么？

《金刚经》实际上给予我们一个肯定的回答。禅宗六祖慧能对此则说得更直接了当：“佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，恰如求兔角。”

有许多人认为佛学主张“远离红尘”，不食人间烟火，应当说，这是极大的误解。

那么，如何不离世间生活而修行佛法呢？就是把修行贯穿于穿衣、谋生工作、睡觉等日常生活之中。当然，每天都应有一段专门修行学佛，主要是坐禅。

佛学可以归为“三学”或“六度”。三学，指的是“戒”、“定”、“慧”。六度，即“布施”、“持戒”、“忍辱”、“精进”、“禅定”和“般若智慧”。据说小乘佛教讲“三学”，大乘佛教讲“六度”。其实，“六度”包含了“三学”，只不过小乘佛教重个人修行而大乘佛教则重“普度众生”。

无论“三学”或“六度”其中心环节是禅定。《金刚经》缘起讲佛吃饭洗足之后，“敷座而坐”就是讲禅定。

说说禅定

有必要讲一讲禅定。陈兵先生在《佛教气功百问》中说：禅定是佛教之源。佛教可以说是建立于释迦牟尼禅思所得的体验之上。日本木村泰贤《大乘佛教思想论》说：“一切佛教思想都是禅定中思察的结果。”

佛教千经万论，可以说其主旨都是宣说禅定的重要性。忽视了佛教这一特质，便很难正确理解佛教的一切。

外离相即禅，内不乱即定

佛教修禅定的姿势有行、卧、坐、立四种，称为“四威仪”，而一般以坐式为主，所以，许多人把修禅定称之为“坐禅”。

坐禅的标准姿势，称“跏趺坐”。趺是足背，跏趺，指脚心向上把足背加压力于腿上。跏趺坐式分为全跏和半跏。仅以一足背压另一大腿，称半跏趺坐。全跏趺坐俗称“双盘腿”，它又分为两种坐式：“吉祥坐”和“降魔坐”。先以右足背压左大腿上再以左足背压右大腿上称“吉祥坐”反之则称“降魔坐”。

佛教认为这种跏趺坐有三种好处：一是形相端庄，躯体正直，如莲花之高洁形相，能令心正，易于入“定”；二是能坚持较长时间，习惯了可以久坐不疲；三是具有佛门特色。

释迦牟尼早期曾修行多年，最后就是在一棵菩提树下打坐七天七夜，终于悟得无上大觉的。

有些人认为禅宗“原则上反对坐禅”，我认为这是对慧能的一大误解。慧能说“我此法门以定慧为本”“定是慧体 慧是定用”。《坛经》开头描述慧能自己“升高座，……大师不语，自身净心，良久乃言……”说的也就是坐禅。所以慧能并不是不提倡坐禅，他反对的只是“口说善 心不善”的形式主义、只讲如何坐而不讲般若智慧、不讲明心见性的“相教”，认为那样不但难以入定，反而容易“执迷成颠”（如同气功中所说的“走火入魔”）。

因为慧能之后的中国佛教特别是禅宗中不少人误解了慧能的本意，不大提倡坐禅，如近人江味农先生所说，后世修行人未尝不多，而得力者少，此于修禅定方法之不讲，颇有关系。有些人读了许多大乘经典，而道理是道理，而对于人生贪嗔痴的烦恼，毫不能除，也是不知修禅定、或禅定功夫不深的缘故。所以，我们特别强调说坐禅是修禅定的主要方式，也是佛法境界“精进”的必由之路。

当然，坐禅并不是修禅定的唯一方式。慧能解释什么是禅定，他说“外离相即禅 内不乱即定。”禅宗据此提倡不拘行立坐卧形式，把禅修贯穿于日常生活一切方面，这是很积极、很有意义的。这种思想，其实也来自《金刚经》。所谓“外离相即禅”就直接是对《金刚经》中反复讲“无相”、讲“凡所有相皆是虚妄”的发挥。

只有“悟”才能点亮“灯”

所以，对须菩提的问题——修无上正等正觉，要怎样“住”、怎样“降伏其心”我想，也可以从修禅定的角度上去理解它。尽管《金刚经》全文讲的是般若而似乎没有怎样说禅

定，但它作为对发大乘、发最上乘者所说的佛法，其本身就是佛对禅定体验的结果。

我们从其他佛经也可以得到相应的启示。如《圆觉经》说：“一切诸菩萨，无碍清净慧，皆依禅定生。”据说是释迦牟尼最后所说的《佛遗教经》中劝勉弟子如“善治堤塘”那样“善修禅定”，不要令“智慧水”漏失”。再如天台宗祖师慧思的《诸法无诤三昧法门》，开首也强调：佛学所讲的五眼、六通、三明、八解脱、十力、四无畏等“无量佛法功德，一切皆从禅定生”。因此我们在以下各章也会从禅定的角度来解说。

那么，为什么《金刚经》强调是“般若”而不是禅定呢？我认为，一方面，正如慧能所点明的：禅定和般若智慧，是“定慧一体，不是二。定是慧用，慧是定用”，定和慧“犹如灯光”；“有灯即有光”；“灯是光之体，光是灯之用”。因此，《金刚经》讲最上乘般若智慧，同时，也就是讲最上乘的禅定修行。

另一方面，正如“灯”毕竟还不是“光”，需要“点火”才能发光一样，禅定也毕竟还只是佛学的一种手段、一种修行方法，它是能够产生般若之灯，但毕竟悟得无上大觉的般若智慧才是佛学的根本目的。

只有“悟”才等于把“灯”给点亮了。

在佛法六度中，最强调的是般若，因为只有般若才体现了佛教哲学思想。如《大般若经》所比喻的：“五度如足，般若如首”，就是说佛学是以般若为首来统帅包括布施、持戒、精进和禅定这五度的。

首先要靠自己发心

般若本义是妙智慧、超越的智慧，它包括闻、思、修三

种。

闻慧，指从听讲、阅读、学习佛经各种知识所得的智慧；思慧，指通过静思冥想佛学道理所得到的智慧；而修慧，则是指修禅定所得的超越一般理性的特殊智慧。

《金刚经》主要讲的是佛身获得最高般若的体验，它对于一般众生是“闻慧”，也可以启迪“思慧”，但是，《金刚经》强调“无度自度”、“实无有法”，绝对不能代替任何个人修禅定的“修慧”。这也是我们读《金刚经》所必须明白的道理。

讲无度自度，首先就是要靠自己“发心”、“发愿”，靠自己下决心修行无上正觉。佛教很讲这个“发心”，认为心愿产生的“愿力”是很大很大的。现代人也同样讲“下决心”如何；“发誓”如何如何。

无心修行，一切免说，拉牛上树是不行的。因此，须菩提所提的问题，其前提就是“善男子善女人发无上正等正觉之心”，也就是讲先有“正信”然后才有“怎样坚持修行”、“怎样降伏修行时出现的妄念之心”的问题。

那么，应该怎样修行呢？

第二章

无余涅槃 无住布施

[古译经文]

佛告须菩提：“诸菩萨摩訶萨 ①应如是降伏其心：所有一切众生之类——若卵生、若胎生、若湿生、若化生、若有色、若无色、若有想、若无想、若非有想、若非无想——我皆令入无余涅槃 ③而灭度之。如是灭度无量无数无边众生，实无众生得灭度者。何以故？须菩提，若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，即非菩萨。

“复次，须菩提！菩萨于法，应无所住 行于布施 ⑥。所谓不住色布施，不住声香味触法 ⑦布施。须菩提！菩萨应如是布施：不住于相。何以故？若菩萨不住相布施 ⑧，其福德不可思量！

“须菩提！于意云何：东方虚空，可思量不？”

“不也，世尊！”

“须菩提！南西北方，四维 ⑨上下虚空，可思量不？”

“不也，世尊！”

“须菩提！菩萨无住相布施，福德亦复如是不可思量！须菩提！菩萨但应如所教住。”

[注释]

①[菩萨摩訶萨] 有两义：一为菩萨中之大菩萨，如称“观世音菩