

心經法要

賢護

心經是最熱門的經典之一，不論講解及註釋者，多不勝數。何以仍要繼續註解？

一. 精簡——或許心經義理太深太廣，很多解經者太詳盡，使忙碌的現代人無法接近。尤有甚者，除作多方面的學術比較外，更將多方面的資料搜羅論列，叫人吃不消。因此，本解務求精簡，純以義理探討為主，如欲進一步瞭解，可參考其他著作。

二. 不同的切入角度——心經是一本很好的概論書，涵盡了佛教世出世間的重要概念。故研讀心經無異對掌握佛法或將來鑽研，打下了良好的基礎。此解從一個新角度切入，希望對理解有助。

心經法要

作者：賢護

印行者：佛教慈悲服務中心

贈閱者：佛哲書舍

太子店- 電話：2391 8143

銅鑼灣店- 電話：2895 2890

中環店- 電話：3421 2231

元朗店- 電話：2479 5883

馬頭圍店- 電話：2994 6619

台灣店- 電話：(02)2370 4971

承印者：慧恆倡印社 電話：2787 1986

日期：二零零八年十一月

免費結緣◎歡迎助印

迴向文
一切諸善法
同歸於佛道
所有眾生類
究竟得成佛

在一個佛學班裡，代課的佛學老師作如下的開示：

你們的佛學老師臨時因事告假，我暫代一堂，希望這一個多小時的課程能為你們帶來一點佛法的甘露，不要為一些突發事件浪費光陰。

首先和你們溫習一些概念：

佛教的生命觀

生命由五蘊（五組東西）構成，即生理的色及心理的受、想、行、識

一. 色——物質或肉體，主要由四大（四大種類）構成，即1. 地——堅硬性如骨骼、肌肉、指甲等。2. 水——濕潤性如血、汗、尿等。3. 火——溫熱性如體溫等。4. 風——流動性如呼吸，血液循環等。

這四大種類組成我們的色身，不停變化，生住異滅，生老病死，無常變遷，虛

1

幻不實，任何人皆可輕易體會。

二. 受——即領納、感受。如苦、樂、不苦不樂。冷暖等心理活動。

三. 想——即作意，聯想。分析、判斷、分別等心理活動。

四. 行——即造作，行為，引發身業、口業等心理活動。

五. 識——即了別義。是一切精神活動的主觀力，也是生命的主體，隨業力不斷流轉變化。其特質是充滿無明，有著強烈的愛執染著，常被誤作不變的「靈魂」、「真我」。

以上四種精神活動的生、住、異、滅並不容易察覺，但仔細觀察，其遷流不息絕不下於色蘊，剎那變化，叫人咋舌。

佛不斷強調五蘊無常，因無常故苦，因苦故無我，即空。不只是五蘊的組合體是空，就是構成五蘊的各個元素也是空的。

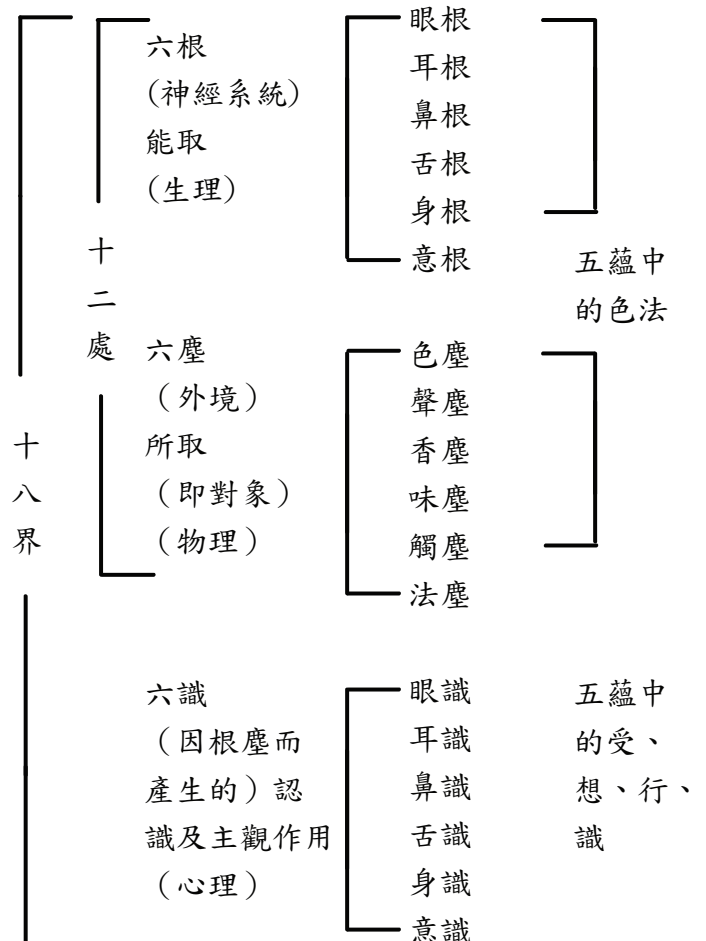
2

佛說生命觀、世界觀、三世因果觀等的真義不在解釋現象，而是從各層面解釋一切法皆從眾多因緣生起，因此是無常的、苦的、無我的、是空的。能了悟自能體悟真理，去除無明，消除一切苦。

佛教的世界觀

佛教的世界觀，有能取的六根：眼、耳、鼻、舌、身、意根，接觸外界（所取）的六塵：色、聲、香、味、觸、法塵而產生認識及主觀作用的六識：眼、耳、鼻、舌、身、意識。根塵合成十二處（處. 即生起），六根六塵和合生起六識，總成十八界，界即種類。一切法皆涵蓋在這些物理、生理及心理活動內。所有認識作用需根、塵、識和合才能成立。也就是眾緣和合，各別種類也是。

3



4

出世法

諸位同學，上來所講的皆是「世間法」，世間的現象，世間的關係。但「世間法」已啟示了我們「出世間法」，只是我們沒有出離心，無法抽離去觀察。在原始的教法裡，佛特開顯解脫道，十二因緣及四聖諦：

生命的流轉觀—十二因緣

- | | | |
|------------------|---|-------|
| 1. 無明—沒有智慧 | 緣 | } 過去生 |
| 2. 行—產生身、口、意行為 | 緣 | |
| 3. 識—產生業力的潛藏 | 緣 | |
| 4. 名色—產生精神與肉體的胎兒 | 緣 | } 今生 |
| 5. 六入—產生六根 | 緣 | |
| 6. 觸—產生與外界的接觸 | 緣 | |
| 7. 受—產生感受 | 緣 | |
| 8. 愛—產生貪愛的反應 | 緣 | |
| 9. 取—產生執取的慾求 | 緣 | |

5

- | | | |
|----------------|---|------|
| 10. 有一產生未來受生的因 | 緣 | } 來世 |
| 11. 生—產生來世又去受生 | 緣 | |
| 12. 老死—產生老死 | 緣 | |

生命循著這十二支不斷的流轉，「此有故彼有，此生故彼生」，一環扣著一環，結束後，再構成另外的因，變化循環，我們便陷於生死輪迴中。有流轉自有還滅，亦是佛說十二因緣的真義，還滅解脫。將無明除滅，無明滅則行滅，行滅則識滅，識滅則名色滅，名色滅則六入滅，六入滅則觸滅，觸滅則受滅，受滅則愛滅，愛滅則取滅，取滅則有滅，有滅則生滅，生滅則老死滅，結論是純大苦聚滅。

生命循著這十二支的還滅，「此無故彼無，此滅故彼滅」，最後是苦痛的消滅，輪迴的止息。

佛教的基本教理—四聖諦

佛的原始教義四聖諦是真實不虛的，

6

亦是佛修道的最初動機。

第一聖諦—苦：有

三類：苦苦—直接感受到的苦

壞苦—失去的苦

行苦—無常變幻，深層的苦

八種：生、老、病、死—人的一生命運

求不得—慾求不得

怨憎會—怨瞋的聚會，強在一起

愛別離—恩愛的別離

五陰熾盛—身體及心理的不調和，衝突。對身心的愛戀及執著。

第二聖諦—集

即苦的原因，不明白真理，執我而產生的種種錯誤行為導至輪迴受苦不息。

第三聖諦—滅

知道苦可以止息，瞭解滅苦的方法。有信心世間有聖者，過去有成道之人，輪

7

迴可以解脫。

第四聖諦—道

即解脫的方法，有八正道：

正見—正確的見解，對事理、善惡、因果、真理有智慧的理解。

正思維—正確的思想，斷除惡念，執著，代以善念。

正語—正確的語言，不作傷害他人的口業。

正業—正確的行為。

正命—正當的職業。

正精進—努力防止未生的惡法；斷除已生的惡法；修習未生的善法；保持已生的善法。

正念—正確的專注，繫念。

正定—正確的定境，導向善解脫等。

大乘法更有布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧六波羅蜜多等各類修道方法。

8

世出世法

佛教是智慧的宗教，每個佛教徒都希望證得智慧，去度脫生死苦厄。祈福、趨吉避凶，只是信佛的一點附帶利益，人生中逆境是無法避免的，能夠證得智慧去面對逆境，才是究竟之道。智慧除了大家認識的世俗智慧外，更有出世的智慧，就是了別事物、煩惱、人生的真相，不去作世俗煩惱糾纏的無謂事。更有進一步的世出世間智慧，就是抱著出世心入世間普度眾生的智慧。有了這些智慧，自能自利利他，度一切苦厄。

小乘主要修戒定慧，側重對治，斷煩惱，果位是四向四果。大乘主要修六度、四攝，有五十二階位。品位高低，視乎修行功夫，亦即智慧的深淺。

菩薩修行功深，再不執著斷煩惱，離生死，證悟。他深入空性，看破萬事萬物，

們的理解及受益多寡而定，更是你們過去學習程度的指標。

有了以上的基礎，去瞭解心經將變成容易的事情。

現在請跟我一起誦心經，看有否特別的體會，更可入正定，深入經藏。

觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時· · · · ·

心經，心即最精要，最中心，最簡要的意思。

心經分三部分：

一. 序分——即大綱：觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。

二. 正宗分——即內容：從「舍利子！色不異空· · · · · 三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。」

三. 流通分——即總結、讚嘆、迴向：「

了悟煩惱即菩提，生死涅槃無別。消除對立，二分。能無懼無惑入世。到最後，任運自然，連那種智慧都沒有了，只是默默做著度眾生的事，卻沒有感覺有眾生可度，就如水，當滲入糖分，拌勻後，跟一般水沒有分別，只是較甜，有甜的作用。

菩薩與佛沒有分別，只是修証不同而已，菩薩如十三、十四的月亮，還沒有圓滿，而佛如十五夜月的圓滿，故名無上，無上正等正覺。菩薩覺未圓滿，名為般若；及證得究竟圓滿，即名為無上菩提。無上菩提，更是福與慧兩相圓滿，即福慧兩足尊。

諸位同學，上來已幫你們重溫了佛學班的重要概念。佛學的基礎，你們已打得很好，憑著這基礎，你們可深入研究或自我進修，悉隨尊便，但不可停頓下來，人生要不斷上進，渴求進修的程度，視乎你

故知般若波羅蜜多是大神咒· · · · ·」至尾。

一. 序分：即大綱：「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。」

觀自在菩薩——

觀世音菩薩，或是能做到觀自在境界的所有大菩薩

觀：照見五蘊

自在：度一切苦厄

行深般若波羅蜜多時——

行：修行

深：深入，深定境界

般若：無漏智慧

波羅蜜多：圓滿到達彼岸

照見五蘊皆空——

照：觀察
見：體驗 } 觀照證悟到

五蘊：生命現象，乃至世間一切現象皆空：都是不實在，無常無我的

度一切苦厄——

修行至此境界，就能

度：度脫

一切苦厄：所有的苦惱，包括我自己的苦惱

到此修行境界，不單能解脫自己的苦惱，更能影響，解脫別人的苦惱，自利利他。

這序分由大菩薩的深定修行，帶出下文的描述，何謂般若智慧？如何發揮作用？如何度一切苦厄？乃至最高的成佛境界，其關鍵處在修行般若及度一切苦厄兩點。亦即修福修慧的成佛要素。

全篇盡在解釋般若，而般若貫一切，包括世間法及出世間法，般若無處不顯現。

般若是佛教的核心思想，也是不共法，修行般若能了生脫死，能滅苦，能自度度人。因此是最精要，最上，最重要的。

五蘊皆空，五蘊是生命觀，亦是世間主要現象，如能理解五蘊皆空，其他森羅萬象便不難理解了，更可藉此進一步理解其他深義。

二. 正宗分：即內容，全在解釋般若，及其貫一切處，乃至無上佛道。分五段

第一段：舍利子，色不異空、空不異色，色即是空，空即是色。受想行識，亦復如是。

舍利子——即舍利弗，這樣叫舍利弗，喚起注意及開始一個新段落。

色不異空，空不異色。色即是空，空即是色——生命現象裡的肉身，抱括世間物質都是因緣和合，變化不實在的。但也是幻化，產生作用，有因有果，變化莫

測的。空與色，不是分開，不同的。它們是一而二，二而一的。

受想行識，亦復如是——生命體中的精神現象，受想行識也是如此，也是空的，不實的，變化莫測的。受、想、行、識與空也是一而二，二而一的。

第二段：舍利子是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減。

舍利子——這句同樣喚起注意及開始一個新段落。

是諸法空相——一切事物的真實狀況是空的，不實的。故

不生不滅——在時間上，沒有生滅。

不垢不淨——在聖凡上，沒有垢淨、喜惡之分。

不增不減——在空間上，沒有增加或減少，只是調配不同。

空相是即一切又超越一切的。它在萬

事萬物上顯現變化的緣起幻相，同時隱含不生不滅，不垢不淨，不增不減的寂滅性。

第三段：是故空中無色，無受想行識。無眼耳鼻舌身意，無色聲香味觸法，無眼界，乃至無意識界。

無無明，亦無無明盡；及至無老死，亦無老死盡。無苦集滅道，無智亦無得。以無所得故。

在空相的寂滅性下，森羅萬象，包括聖道皆是幻化的，是無的。

是故無生命體的五蘊

無宇宙觀的十八界

無流轉及還滅的十二因緣

無解脫道的四諦

無大乘的智慧證得

所有諸法，都是因緣而起的，幻現的，不實的。本身已不實，如何會有得呢？既無所得，如何會實有諸法呢？

第四段：菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙。無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。

所有諸法，包括聖道，本來沒有，連修證的智慧也沒有，能做到這無所得時，就是般若智慧的顯現。

菩提薩埵——即菩薩

依般若波羅蜜多故——藉著這至彼岸之智慧

心無罣礙——內心再無牽掛，妨礙，執著。得大自在

無有恐怖——主要是怖畏生死，生死恐怖沒有的話，其他恐怖算不了什麼

遠離顛倒夢想——顛倒是因為我執，錯視諸法。主要是視無常為常；苦為樂；無我為我；不淨為淨。夢想：妄想、妄念。主要指如夢如幻的人生

究竟涅槃——涅槃：寂滅，煩惱的止

17

息，生死的超脫。

究竟涅槃：即大乘的涅槃，遍一切處的法身，即是般若波羅蜜，卻以度眾生為用。

第五段：三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。

阿耨多羅三藐三菩提——無上正等正覺

就是如佛的最高境界——無上正等正覺，也是依靠修此般若波羅蜜多成就的。

三. 流通分：即總結、讚嘆、迴向

故知般若波羅蜜多是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等等咒，能除一切苦，真實不虛。

咒語有總持義，就是將無量義理、功德，總持在簡短的咒語裡，使能容易執持。更有一種神秘力量，使能容易達到效用。

但以上的大神咒等咒字是用作比喻，

18

總結及讚嘆般若波羅蜜多

大神咒——神奇、不可思議的功用

大明咒——大智慧，照破黑暗迷茫的功用

無上咒——這法門無有比之更高、更好的

無等等咒——無有其他法門能與之比較

有了以上經文的理解，自能知道般若波羅蜜多功效不可思議，能去除一切苦，一點都不會假的。真實不虛句有起信作用。

故說般若波羅蜜多咒，即說咒曰：揭諦，揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶。

揭諦——去

波羅揭諦——到彼岸去

僧揭諦——大眾一道去

菩提——覺

19

為了將所學總持在咒語裡，產生一種力量，所以做了以上精簡的咒語，最好是依音譯咒語而誦。

這般若波羅蜜多咒含迴向義，翻譯如下：

去吧！去吧！往那彼岸去吧！眾齊往那彼岸去吧！祝願覺悟！

語體文翻譯：作用在以淺白語重溫經文，如仍有不解之處，請重複深究義理，務求徹底解瞭。

觀自在菩薩，在修持甚深般若波羅蜜多時，觀照體驗到生命現象，乃至世間一切森羅萬象，無不是空的狀態。修持至此境界，自能度脫一切苦惱災厄，自度度人。

舍利子啊！色身、物質與空無別，空也與色身、物質無別；色身、物質是空的，空也是色身、物質的。五蘊中的受想行識，也是如此。

20

舍利子啊！所有事物的空相狀態，都是不生不滅，不垢不淨，無增無減的。

因此在空的狀態下，沒有色受想行識五蘊；沒有眼耳鼻舌身意六根；沒有色聲香味觸法六塵；沒有眼界至意識界等十八界。沒有十二因緣的由無明流轉，亦沒有由無明的還滅，乃至沒有老死的流轉，亦沒有老死的還滅；沒有四諦的苦集滅道；沒有智慧亦沒有得著。以無得著故，菩薩依般若智慧，心沒有罣礙，因為沒有罣礙，沒有生死恐怖，遠離顛倒妄想，達到究竟涅槃的境界。

三世諸佛，也依般若智慧，得無上正等正覺。故知般若智慧如大神咒、如大明咒、如無上咒、如無相等之咒般，能夠破除一切苦惱，真實不虛假。

即此說咒如下：揭諦，揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶。