

# 《般若波罗蜜多心经》 现代意译

常渡 译著

中国文献出版社

# 《般若波罗蜜多心经》 现代意译

常渡 译著

中国文献出版社

# 《般若波罗蜜多心经》现代意译

常渡 译著

出 版 中国文献出版社  
发 行 深圳市星河名扬文化发展有限公司  
电话：0755-82561406  
传真：0755-82561490  
邮箱：xjxdyy@163.com

统 筹 深圳家鼎堂 孙楠  
出版策划 冀庆峰  
手机：13802234249  
邮箱：jirich@163.com  
(如需出书，敬请联系)

美术编辑 余应勤  
校 对 孔宏攀

印 刷 深圳市财富通印刷有限公司  
开 本 787×1092mm 1/16  
字 数 36千字  
版 次 2010年12月第1版  
印 次 2010年12月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-988-18797-7-6  
定 价 人民币：25元 港币：30元

版权所有





释迦牟尼佛



宋代观音菩萨像

# 目 录

自序	1
《般若波罗蜜多心经》现代意译	7
附：《般若波罗蜜多心经》唐·玄奘法师译文	21
佛法学是宇宙智慧学、未来学	
——学习《心经》和佛法的体会及给政府的建议	23
一、《心经》演绎了佛法宇宙本体观和一境三谛存在状态	25
二、《心经》为娑婆世界众生演说宇宙人生价值观	39
附图一：佛说宇宙十道众生示意简图	61
附图二：六祖慧能法师真身	63
附图三：NASA拍到的宇宙天国世界	65
三、佛法学与科学的关系	67
四、佛教与佛法宇宙哲学的真理和实践渊源	87
五、建议政府将佛法学列入国家正规教育课程	105
后记	113

# 自序





将佛法经典《般若波罗蜜多心经》（简称《心经》）260个古文汉字，用太极阴阳学说，揉合儒、道两家的道德观，深入浅出简明扼要地意译为现代汉语文字，并与物理学、数学、哲学互相联系、互相印证，对于初学者深入理解、领会佛法宇宙本体论的真理内涵，相信会有一定的帮助。

佛法的本体观博大精深，玄乎又玄，超乎常理和阴阳逻辑思维法则而难以为世俗所认知。译者怀着对佛教高僧大德、善知识千年艰苦承传弘扬佛法的崇敬心情，来研究《心经》所诠释的佛法宇宙绝对真理和入世法指南。在学习佛法、意译《心经》的十多年中，写下了五点学习体会，仅仅三万多字的心得企图把佛法学庞大的系统，包括本体观、宇宙存在状态、人生永恒存在价值观、佛法学与科学的血缘关系、佛教与佛法的真理和实践渊源进行全面的阐述，显然是不可能的事情。译者只是切望此举能给初学佛法者一个比较清晰的轮廓，至少在科学的认识论上对佛法学有一个基本的管窥。如能达到这个目标，也就感到十分欣慰和满足了。

佛法学是科学之母，是宇宙智慧学、未来学。译者冒昧地在本书中专列章节，建议政府将佛法学列入国家正规教程，是借鉴西方发达国家的做法。科学先进国家尚且如此重视神学，将其列为国民教育的主要课程之一，我们为何不能注重古老文明和文化的修习，让子孙后代以拥此道德真理而引以为荣呢？简言之，重视佛法学宇宙本体真理渊源与科学的关系探讨、学习，特别是道德风范的修习，有助于解决世人对真理信仰的失衡，对世风日下的社会风气能够起到积极的引导作用。

二千五百多年前，佛就高瞻远瞩地认知宇宙本体公正、公平以及圆满和谐的众生平等境界和人生永恒存在的终极进化价值，指出万物“成、住、坏、空”只是相对存在的时空过程，并将宇宙本体绝对存在和阴阳万物相对存在这两种不同性质的概念，用永恒实相和虚妄之相有机地区别开来。译者把佛法的入世手段与出世宗旨，通过因果律、轮回说用《佛说宇宙十道众生示意简图》进行表现，虽然不足细腻，但也基本上清楚地表述了佛法学对宇宙十法界严谨的阶级分野。译者

在学习体会中特别对佛说“人身难得”、“佛法难遇”的难度、广度和深度，在时空四维上进行较大篇幅的说理，目的是凸显历代佛教高僧大德、佛家弟子普度众生的慈悲心以及乘愿再来的决心。对佛亲自授记的地藏法门、弥勒法门，译者也在学习体会中略施笔墨，目的是让世人在“末法年代”了解更多学佛的方便法门。《心经》是开智法门。修习《心经》了解宇宙本体真理，帮助人们打破传统思维的陈旧观念，有利于开悟得智、拓展宇宙思考空间和提高观察分析问题的能力。有了正确认识才能在工作生活中随缘、理智、中庸、不执着，少走弯路。佛教入世行善止恶的道德持修方法论，素食节欲的戒律本身就是世俗的不可思议行为，坚持“不为自己求安乐，但愿众生得离苦”的思想境界更是艰难的较量。“叶公好龙”固然不可取，但起码还有缘起的实验平台，关键在于是否做到发菩提之心，即毫无自私自利的无我心。

佛在《圆觉经》中说过：“末世众生都希望自己能成佛永恒存在、长生不老，但在现实中却不愿意追求根本的悟道，满足于对佛法学理论的一知半解和道听途说，更不注重现实入

世的修心和行为实践，这样只会增长自我执着，往往阻碍修行效果的取得”。

愿有缘看到本书的读者，皆能起欢喜之心而认识佛法本体真理，开悟得大智慧，离苦得乐德大自在；社会和平发展，人民安居乐业。祝愿佛法本体绝对真理渊源广泛深入人心；佛教弘扬的众生平等宗旨，与时俱进、光大承传。

常渡

2010年5月21日于檀林苑

# 《般若波罗蜜多心经》现代意译



2500年前，众徒根据佛陀住世时亲自主持法会，由观世音菩萨代佛回答舍利弗的提问。佛涅槃100年后，众徒第二次集结回忆并开始用巴利文记录，后用梵文改写，由唐代玄奘法师将梵文译成中国古文的《心经》。

这是一个超脱阴阳六道轮回、回归宇宙本源实相的大智慧法门。（心经题目）

译文：

十方三世诸佛菩萨之所以能够在这浩瀚无际的宇宙之中毫无拘束、自由自在地穿梭宇宙的任何层次和维度，那是因为佛菩萨具有宇宙本源的无上智慧和能量，并按宇宙万物阴阳变幻的生存法则度化众生。

宇宙的本源实相是不生不灭、不垢不净、不增不减的中空状态。本源不存在阴阳、正负、真假、大小、善良与邪恶、科学与谬误等一切互相矛盾的概念，包括佛法本身。宇宙本体的基本特征就是：超越万物阴阳法则和逻辑思维形式，也就是不存在时间和空间等一切数理概念。

宇宙存在的状态是一境三谛，即中谛、真谛和假谛。中谛是宇宙本源无极而太极、阴阳未判前的圆满自在中空（用数字0表示）。这是均等永恒存在的绝对实相；而由宇宙本源真性（如来法性）缘起，太极阴阳判化后所生成的万物，及其各种矛盾对立的规律，是相对存在的真空、假谛，是相对之相，不能永恒存在，只能成就在“成、住、坏、空”的无常变幻之中。真空假谛的特点，就是存在时空和数理推算的显著特征。

宇宙阴阳六道众生的生存法则，全息在入世法中是阴阳平衡律，从宏观的宇宙场到微观的量子场，都超越不了这个规律。佛菩萨用这个宇宙阴阳平衡律、因果律去洞察、观听这六道中的芸芸众生，特别是娑婆世界中众生的色、想、受、行、识五阴，发现这些众生皆具有宇宙本体真性，但却在生、老、病、死，悲、欢、离、合的虚妄梦幻中流连忘返，如羔羊般迷失方向。众生在物欲的烦恼中追逐刹那间的金钱美色和名利享受，寻欢作乐而造孽深重，不能辨别宇宙一境三谛的真、假实相。他们为了眼前的丁点利益和私欲，全然



不顾因果规律的约束，面对悬崖峭壁还自以为是平坦通途，造业（恶）深重而无法悬崖勒马，不可避免地堕入六道中的万丈深渊（比如顽石之类），不得不去经受那百千万劫、因果报应的轮回之苦；在暗无天日的苦海中呻吟而不能自拔。所有这一切，都是因为娑婆世界众生完全不懂得宇宙本源实相是众生平等、不生不灭、永恒存在的；不懂得人人皆有的宇宙本源真性和圆满智慧，可以通过持修佛法开发出来。娑婆世界众生的宇宙本体真性，被身体的物欲阴雾所屏蔽，无法显现出本源的智慧之光，导致世俗对宇宙本体实相和阴阳万物虚妄之相的认知颠倒，把本源中空大道绝对存在与万物阴阳小道相对存在的规律、特征互相混淆，因而必然导致偏离正知，而不能从根本上去认清因果报应的规律，更不可能去理解佛说宇宙十道众生，宇宙能级的量变、质变分野。娑婆世界众生在阴阳六道中漫无目标地轮回，在“我执”的烦恼苦海中无奈地呻吟而很难自我解脱。

佛法的宇宙整体观，是严格遵循形而上阳升、形而下阴浊的十道能级因果分野的。即便是修习净土宗，发愿往生