

心经的人生智慧

观自在菩萨
行深般若波罗蜜多时，
照见五蕴皆空，
度一切苦厄。
舍利子！
色不异空，空不异色。
色即是空，空即是色。
受想行识，亦复如是。
舍利子！
是诸法空相，不生不灭，
不垢不净，不增不减。



法苑
著

《心经》
的人生智慧



图书在版编目 (C I P) 数据

心经的人生智慧 / 济群著. —兰州: 甘肃民族出版社,
2007.8

ISBN 978-7-5421-1204-0

I. 心… II. 济… III. 佛教—人生哲学—通俗读物
IV. B948-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第109190号

书 名: 心经的人生智慧

作 者: 济群 著

责任编辑: 李青立

封面设计: 安 隐

出 版: 甘肃民族出版社 (730030 兰州市南滨河东路520号)

发 行: 甘肃民族出版社发行部 (730030 兰州市南滨河东路520号)

印 刷: 苏州望电印刷有限公司

开 本: 960毫米×640毫米 1/16 印张: 13.5 插页: 2

字 数: 180千

版 次: 2007年8月第1版 2007年8月第1次印刷

印 数: 1~7 000

书 号: ISBN 978-7-5421-1204-0

定 价: 22.00 元

甘肃民族出版社图书若有破损, 缺页或无文字现象, 可直接与本社联系调换。

邮编: 730030 地址: 兰州市南滨河东路 520 号

电话: 0931-8773261(编辑部 联系人: 李青立) E-mail: LiLi295@sohu.com

电话: 0931-8773271(发行部 联系人: 葛慧)

版权所有 翻印必究



济群法师人生佛教系列丛书

济群法师人生佛教系列丛书



· 学佛者的信念
· 《心经》的人生智慧
· 幸福人生的原理

xinjingderenshengzhahui

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com

序言

让佛法走进我们的生活

——读济群法师“人生佛教丛书”

湛 如

《心经》作为般若系统典籍的精华，言简意赅，揭示了般若思想的精髓。自三国以来，被译出21次，历代为之注疏者有百人以上，流行至今超过80种。在般若学发展史上占有重要的位置。《心经》的千古魅力，就在于它仅用260个字，揭示了究竟解脱的不二法门，对修学佛法来说是必不可缺的根本典籍之一。

济群法师长期从事佛教教育及研究工作，现为闽南佛学院研究部导师。1980年始，他先后在中国佛学院、福建佛学院、闽南佛学院参学任教。近年来，一领长衫，一个香袋，在欧洲、澳洲、日本、港台等地，留下了作者的弘法足迹。而在

厦门大学、复旦大学、北京大学及云南一些高校的学子中，也传诵着兰若法师的名字。他对佛学在知识阶层的推广，厥功甚伟。在教学弘法的同时，济群法师亦撰写了大量著述，先后在海内外杂志上发表。从时间及内容上看，主要以唯识学及律学为主。这些文章在佛学界产生了强烈反响，深为教内外学者所瞩目。此外，法师还撰写了《生命的痛苦及其解脱》、《金刚经的现代意义》，印刷数万册，广为流传。目前，法师又撰写了《心经的人生智慧》，字里行间流露出法师对人生的智慧透视，皇皇四万言，洋溢着法师对世事的精湛分析。从1988年开始，我与法师同住阿兰若处，问学于朝夕，于切磋琢磨之中深受启迪。此次归国回兰若小住，蒙法师不弃，应邀写篇序言。在拜读全文之后，认为本文有三个主要特点，亦是本人的感想，聊充序言。


一、用最通俗的语言，阐述了最深奥的佛法。

有许多人觉得修学佛法很难，打开一本经书总有众多的专业术语，简直让人觉得不知所云。其次，对于佛学的深奥哲理，假如没有相当的思辨能力，也很难弄懂。因此，对于初学者来说，佛法简直是高深莫测。本书是法师根据“《心经》人生智慧”讲座的思路整理出来，书中运用最通俗的语言，大量的日常生活事例，人们喜闻乐见的譬喻、典故，娓

娓娓道出，既有口语的生动，又不失书面语言的简练。《心经》一向以深奥难懂著称，在这里却变得通俗易懂了。

二、用生活解释佛法，用佛法指导生活。

佛法是什么？人们向来把它理解为宗教、哲学、科学，或以为佛法就是佛法。法师以为都不够贴切、易解。确切地说法是：佛法是人生的智慧，是生活的智慧。人生有了佛法，才可能获得真正的幸福，否则就是苦海无边。本书就在这样的前提下，用生活阐释佛法，用佛法指导生活。如“人生的大智慧”一节中，指出造成人生痛苦的两种原因。法师总结了人生的种种迷惑，又对欲望作了深入分析，基于对生活的细微观察，对人生痛苦的精密审视，揭示了欲望使人追名逐利、沉溺声色、迷失自己，走向无尽痛苦深渊的真相。法师在这里运用了大量生活事例，层层深入，字字珠玑。在“解脱痛苦的原理”一节中，指出人生的种种痛苦和烦恼，而认识人生痛苦的现状，正是解脱痛苦的首要条件。经文“照见五蕴皆空，度一切苦厄”是指出解脱人生痛苦的方法。人类的痛苦是因为对存在（有）的困惑和执著造成的，“空”的智慧能对治它。“有空不二”之后的各节，从人生现实着眼，对日常生活中各种事物，以缘起的智慧，显示其无永恒性、独存性、实在性，说明宇宙人生一切是无自性，是空、



是假有，以般若智慧观照生活，引导生活，成就解脱自在的人生，正是法师撰写本书的目的所在。

三、从发现问题入手，到解决问题结束

法师在教学过程中，常常有来自不同阶层人士的提问，这些问题既有代表性，又有普遍性，对其中名利、得失、情爱等一系列具体而现实的问题，法师给予了全面的解答说明。使人生解脱自在的是般若，成佛的唯一途径还在般若。本书开头提出了人生痛苦根源在于没有般若智慧。从没有般若发现问题，到因为有了般若对我们人生的改善，通篇以般若二字为中心，进行字句剖析、演绎、归纳，加上法师雄厚的佛学理论基础，使人读之既掩卷沉思，又拍案叫绝。在商品经济发达的今天，人们往往迷失自我，这一般若《心经》法门，将是大家修学佛法的最佳途径，也是追求圆满生命的最佳指南。

法师基于现代社会人生的问题，并提出适合现代人的解决办法，这正是本书对现代人的意义所在。怀着诚挚的心情，愿意向关怀人生的朋友们推荐这一智慧之书。

前言

济群

1995年夏，应澳洲明月居士林邀请，前去参加佛学冬令营的弘法活动，开设《心经》讲座。回国后，时常运用《心经》的智慧，结合现实生活作些思考，深深体悟到这一法门的殊胜，感觉很有必要将其内涵揭示出来，供养大众，让更多人获益。于是，根据讲座时的提纲、思路撰写成文，名《心经的人生智慧》。

学佛，最难的是将佛法与生活打成一片。一般不接触佛教的人，往往将佛教视为神秘或迷信，敬而远之。而对佛教稍有涉猎的文人，则会视佛教为文化，为哲理，将之当做学术看待。至于学佛者，或仅偏重某个法门的实践，或仅偏重经论教理的闻思。于是乎，学佛几十年，观念言行依然故我者大有人在。

我觉得，学佛首先应该认识佛法的内涵。唯有这样，才能树立正确的学佛态度。民国以来，教界就曾有过关于佛法是宗教或非宗教，是哲学或非哲学，是科学或非科学的讨论。

近年来，针对国人视佛教为迷信的普遍误解，又出现佛教是文化之说。迷信论调自然不值得理喻，而“文化”说，也未免泛泛。佛教固然是文化，但饮食也是文化，艺术也是文化，仅仅以文化来理解佛教，并不能彰显佛法的独特性。

佛法究竟是什么？学修过程中，我时常在思考。佛法有宗教的济世悲心，但不同一般宗教建立主宰神的崇拜。佛法有哲学的思想体系，但不同哲学仅是玄想的产物，而是佛陀所亲证，是智慧海的流露。佛法具有科学的实证精神，但科学始终局限于自我的经验认识，而佛法修证是要从无我智中体验宇宙人生实相。可见，以佛法为宗教、哲学、科学，都失之偏颇。

我以为，如果要用一句话概括佛法，那就是“人生的大智慧”。人生存在种种困惑、种种烦恼、种种痛苦，而世间的一切文化、科学和经济、政治，无一不在寻求解决之道。但由此而有的种种离苦得乐的方法，总是扬汤止沸式的，不能从根本上着手解决。每每是旧问题尚未解决，新问题又层出不穷。唯有佛法才能正确观照人生，从根本上解决问题。

本书正是在“人生大智慧”这一理念指导下创作，试图以生活解释佛法，用佛法指导生活。事实上，佛法并不神秘、深奥、遥远，而是非常现实的，它就在生活中，就在我们的举手投足处。生活中有了佛法，就会充满安祥、宁静、自在，所谓“平常一样窗前月，才有梅花便不同”。



般若波罗蜜多心经

观自在菩萨行深般若波罗蜜多时，

照见五蕴皆空，度一切苦厄。

舍利子！色不异空，空不异色。

色即是空，空即是色。受想行识，亦复如是。

舍利子！是诸法空相，

不生不灭，不垢不净，不增不减。

是故空中无色，无受想行识，

无眼界乃至无意识界，无色声香味触法。

无眼界乃至无意识界，无无明亦无无明尽，

乃至无老死亦无老死尽，无苦集灭道，无智亦无得。

以无所得故，菩提萨埵依般若波罗蜜多故，

心无挂碍，无挂碍故，无有恐怖，

远离颠倒梦想，究竟涅槃。

三世诸佛依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。



心经的人生智慧·金刚经的现代意义·六祖坛经的般若思想



1 序言·让佛法走进我们的生活

5 前 言

1 第一章·《心经》者何

在佛教中，《心经》属于般若系经典。
般若经教揭示的缘起性空，是大乘思想的理论基石。

5 第二章·人生的大智慧

认识上的迷惑
执著欲望带来的痛苦

17

第三章·解脱痛苦的原理

观自在菩萨行深般若波罗蜜多时，
照见五蕴皆空，度一切苦厄。

25

第四章·有空不二

舍利子！色不异空，空不异色。
色即是空，空即是色。受想行识，亦复如是。

35

第五章·诸法真实相

舍利子！是诸法空相，
不生不灭，不垢不净，不增不减。

45

第六章·不住世间

是故空中无色，无受想行识，无眼耳鼻舌身意，
无色声香味触法，无眼界乃至无意识界。

57

第七章·超越生死

无无明亦无无明尽，
乃至无老死亦无老死尽。

71

第八章·烦恼即菩提

无苦集灭道。

85

第九章·解脱自在的人生

无智亦无得，以无所得故，菩提萨埵依般若波罗蜜多故，
心无挂碍，无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。

97

第十章·成佛的唯一途径

三世诸佛，依般若波罗蜜多故，
得阿耨多罗三藐三菩提。

109

第十一章·无上法门

故知般若波罗蜜多是大神咒，是大明咒，
是无上咒，是无等等咒，能除一切苦，真实不虚。

113

第十二章·劝勉

故说般若波罗蜜多咒，即说咒曰：
揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆訶。

附录一

116 《金刚经》的现代意义

119 一部家喻户晓的经典

121 《金刚经》与禅宗

126 成佛是智慧的成就

129 日常生活中的修行

132 《金刚经》解决什么

135 四相与人生

138 发菩提心与行菩萨道