

濟群 著

般若波羅密多心經

唐三藏法師玄奘奉詔譯

觀自在菩薩行深般若波羅密多時照見五蘊皆空度一切苦厄
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
舍利子是諸法空相不生不滅不垢不淨不增不減是故空中無色
無受想行識無眼界耳鼻舌身意色聲香味觸法無眼界乃無意
識界無明以投薩依老羅智亦無以投薩依老羅

心經的人生智慧

聖嚴故無有恐怖遠離顛倒夢想究竟涅槃三世諸佛依般若波羅
密多故得阿耨多羅三藐三菩提故知般若波羅密多是神呪是
大明呪是無上呪是無等等呪能除一切苦真言下度故般若波
羅密多呪即說呪曰揭諦揭諦波羅揭諦波羅揭諦菩薩婆訶

二十六年歲次丁丑四月書奉 仙崎居士書

三小



民族出版社

济群 著

心经的人生智慧

2005年夏讲于澳洲墨尔本明月居士林

附

『金刚经』的现代意义

『六祖坛经』的般若思想

民族出版社



责任编辑：李有明

装帧设计：洪顺章

图书在版编目 (CIP) 数据

《心经》的人生智慧/济群法师著.-北京：民族出版社，
1998.12

ISBN7-105-03357-6

I. 心… II. 济… III. 佛经-普及读物 N. B94-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 38953 号

EVSS/16

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街14号 邮编100013)

中央民族大学印刷厂印刷

各地新华书店经销

1999年10月第1版 1999年10月北京第1次印刷

开本：850×1168毫米 1/32 印张：6.875 字数：100千字

印数：0001—10000册 定价：14.80元

该书如有印装质量问题，请与本社发行部联系退换

(总编室电话：64212794；发行部电话：64211734)

前 言

95年夏,我应澳洲佛学明月居士林邀请,前往参加佛学冬令营的弘法活动,开设了《心经》讲座,法缘殊胜。回国后,时常运用《心经》的智慧,结合生活作些思考,越来越强烈地感到《心经》法门的殊胜性,觉得很有必要把它的内涵揭示出来,供养大众,让更多人获益。于是就根据讲座时的提纲、思路撰写成文,称曰“《心经》的人生智慧”。

学佛,大概让人觉得最难的是佛法与生活打成一片。一般不接触佛教的人,会把佛教看得神秘并迷信,往往敬而远之;部分稍微接触佛教的文人,就认为佛教是文化,是高深的哲理,当作学术去看待;学佛的人:有的注重某个法门的实践,有的停留在学理上,学佛几十年,观念言行依然故我者,则大有人在。

学佛,我觉得首先应该认识佛法的内涵,这样

才有可能树立正确的学佛态度。在民国年间，教界有关于佛法是宗教、是哲学、是科学或佛法非宗教、非哲学、非科学的讨论。文化大革命以来，又有迷信或文化的提法。迷信的论调，自然不值得我们去理喻；而“文化”一说未免太泛了。佛教诚然是文化，但包饺子也是文化，用文化去理解佛教，并不能显示佛法的独特性。

佛法是什么？这几年在学修的过程中，我时常想着，如果以佛法为宗教，佛法有宗教的济世悲心，但又不同一般宗教建立主宰神的崇拜；以佛法为哲学，佛法对世界、人生的探讨，的确具有哲学般的思想体系，但哲学是玄想的产物，缺乏真实性及可行性，而佛法是佛陀亲证宇宙、人生真相，是智慧海的流露；以佛法为科学，佛法具有科学的实证精神，但科学始终局限在自我经验认识上，而佛法的修证则要无我，从无我智中，体验宇宙人生的真实相。

那么，以佛法为宗教、哲学、科学，都未免失之偏颇；以佛法为非宗教、非哲学、非科学，而佛法就是佛法，也让人难以理解。那佛法是什么呢？我以为

佛法是人生的大智慧。人生,存在种种困惑,种种烦恼,种种痛苦,世间的一切学术:教育、经济、政治、哲学、法律及科学的声光电化,无一不在寻求解决之道,但世间离苦得乐的方法,总是扬汤止沸似的,不能从根本上下手,每每是旧问题还没解决,新问题又层出不穷,总是扶得东来西又倒,唯有佛法才能正确的观照人生,从根本上解决人生问题。

本文就是在“人生大智慧”这一理念指导下创作的。笔者试图用生活解释佛法,用佛法指导生活。从而使我们感觉到,佛法并不神秘、深奥、遥远,而是非常的现实,它就在生活中,就在我们的举头投足处。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”。

作者写于厦门南普陀寺阿兰若处



序 言

般若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。自三国时代以来，曾被译出 21 次，历代为之注疏者约有百人以上，流行至今超过 80 种。在般若学发展史上占有重要位置。般若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、香港等地，又留下了作者的弘法足迹。而在厦门大学、复旦大学、北京大学及云南的一些高校的学子中也传颂着兰若法师的名字，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,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,广为流通。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;煌煌四万言,洋溢着法师对世事的精湛分析。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,对于一个初学者来说,佛法简直是高深莫测。本文是作者根据“《心经》人生智慧”讲座的思路整理出来的,书中用了最通俗的语言,

大量的日常生活事例，人们喜闻乐见的譬喻、典故，娓娓道出，既有口语的生动，又不失书面语言的简练。《心经》向以深奥难懂著称，而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？向来人们把它理解为宗教、哲学、科学；或以为佛法就是佛法。作者以为都不够贴切、易解。确切的说法是：佛法是人生的智慧，是生活的智慧。人生有了佛法，才会获得真正的幸福，假如没有佛法就是苦海无边了。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“人生大智慧”一节中，指出造成人生痛苦的两种原因。作者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，把欲望表现形式归纳为占有、比较、竞争；进而提出执著欲望使人追名逐利，沉溺声色，迷失自己，走向无尽的痛苦深渊。作者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，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)的困惑和执着造成的,“空”的智慧能对治它。“空有不二”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,用般若智慧观照生活,引导生活,成就解脱自在的人生,正是作者撰写本书的目的所在。

三、从发现问题入手,到解决问题结束。

作者在教学过程中,常常有来自不同阶层人士的提问,而这些问题既有代表性,又有普遍性:其中名利、得失、情爱等一系列具体而又现实的问题,本书都给予全面的解答说明。而解脱自在人生是般若,成佛的惟一途径还在般若。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,通篇以般若两字为中心,进行字句剖析、演绎、归纳,加上作者有着雄厚的佛学理论基础,使人读之即掩卷沉

思,又拍案叫绝。同时,也清楚地意识到这一般若心经法门,在商品经济发达的社会,对人们迷失自我的今天,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。因为本书是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。所以怀着诚挚的心情,愿意向关怀人生的朋友们推荐这一智慧之书。

湛如

1996.2.11 于阿兰若处



目 录

前言	1
序言	5
《心经》者何	1
人生的大智慧	3
解脱痛苦的原理	15
有空不二	23
诸法真实相	33
不住世间	43
超越生死	57
烦恼即菩提	73
解脱自在的人生	87
成佛的唯一途径	101
无上法门	113
劝勉	115
附一：《金刚经》的现代意义	117
附二：《六祖坛经》的般若思想	183
后记	201

