

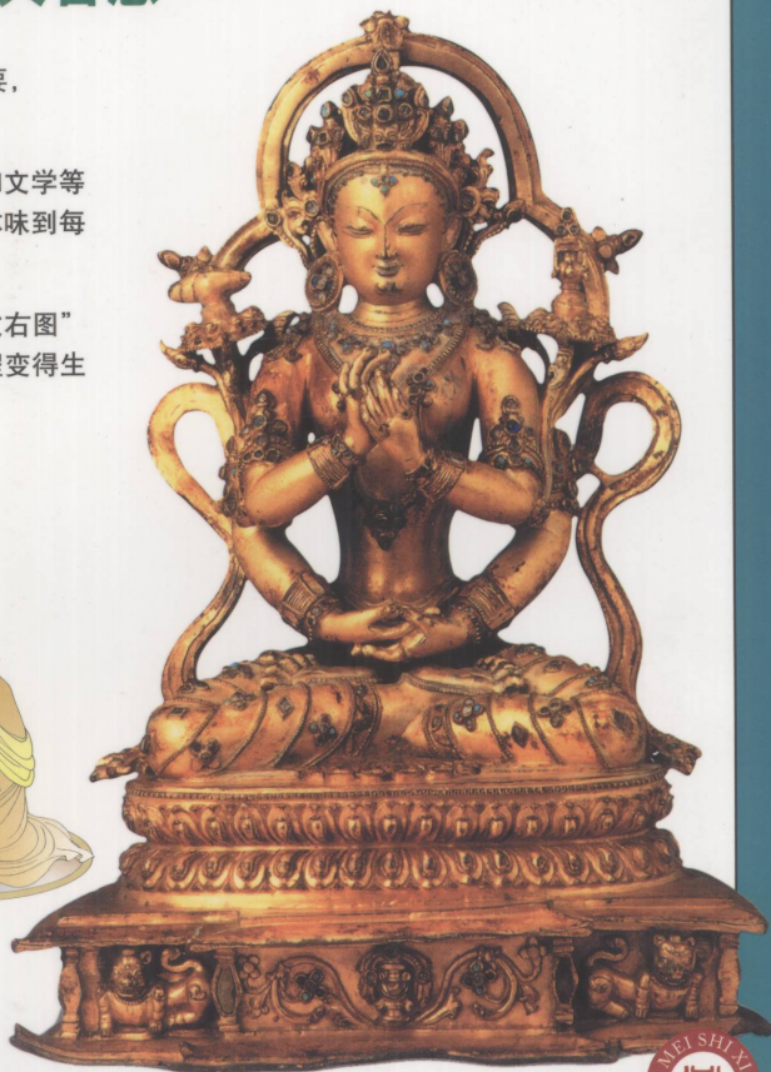
图解

第一次读就上心 01

读懂般若心经

260字点透人生大智慧

- 260字浓缩佛教般若经典之精要，为您破解人生真相。
- 从思想、宗教、哲学、历史和文学等多角度立体解读经文，让您体味到每句经文背后的深意。
- 400多幅手绘精美插图，“左文右图”的图解形式，让您的读经过程变得生动有趣。



(唐)玄奘法师◎译

山东美术出版社 于丽◎编著



图书在版编目 (CIP) 数据

图解读懂般若心经 / (唐) 玄奘法师译; 于丽编著.

— 济南: 山东美术出版社, 2008.10

ISBN 978-7-5330-2626-4

I. 图… II. ①玄…②于… III. ①大乘—佛经

②般若心经—图解 IV. B942.1-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 154064 号

读懂经典 系列

丛书主编 / 黄利 监制 / 万夏

项目创意 / 设计制作 / 紫图图书 ZITU®

本书著作权、版式和装帧设计受国际版权公约和
中华人民共和国著作权法保护。

本书中所有文字、图片、示意图等著作权为北京紫图图书有限公司所有,
未事先获得北京紫图图书有限公司书面许可。

本书的任何部分不得以图表、声像、电子、影印、缩拍、录音或其他任何手段进行复制和转载,
除非在一些重要的评论及文章中作简单的摘录。违者必究。

TUJIE DUDONG BANROUXINJING

图 解 读 懂 般 若 心 经

原 著 (唐) 玄奘法师

编 著 于 丽

责任编辑 徐 嫣

封面设计 紫图装帧

出版发行 山东美术出版社 电话 (0531) 82098268 传真 (0531) 82066185

社 址 济南市胜利大街 39 号 邮编 250001

<http://www.sdmspub.com> E-mail:sdmscbs@163.com

山东美术出版社发行部

济南市顺河商业街 1 号楼 邮编 250001

电话 (0531) 86193019 86193028

制版印刷 北京盛兰兄弟印刷装订有限公司

开 本 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张 15

字 数 120 千

版 次 2008 年 11 月第 1 版 2008 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5330-2626-4

定 价 38 元

版权所有 盗版必究

04

读懂经典

03

第一次读就成专家

图解 读懂般若心经

260字点透人生大智慧

(唐)玄奘法师 / 原译
于丽 / 编著



山东美术出版社



观世音与般若心经

观世音也可称为“光世音”，它是指观察听闻众生苦难之意。据《法华经·观音普门品》，凡受若的人一心念着观世音的名字，即时观见其音声，皆可解脱，而且她会经常随缘显现应身，来为众生消灾解困。《般若波罗蜜多心经》是观音菩萨用来教世人明心的，她一开始就教我们要认识自己，自己不认识不能度自己，认识自己就能度自己，还要认识众生，认识众生就能度众生，诸佛认识了自己，也认识了众生，自然就可以普渡众生了。

救疾病观世音

女相，袒裸上身，绿袂，赤脚，黑鬋发，戴金佛饰冠，佩珍珠宝石满身，八臂，手持莲花、珊瑚、净瓶、柳枝，面容慈祥，站立于莲花座上。下方有一尊三眼四臂金刚力士坐在莲花座上，一鸟嘴赤发兽首人身者正向力士抱拳跪拜。



《法界源流图》 清代 丁观鹏 官廷画

该画成于清乾隆三十二年（1767），该画是临摹宋代张胜温的《大理国梵像卷》。此画卷横长1635厘米，纵33厘米，人物场景浩大，众神像如佛祖、菩萨、观音、护法天神、金刚、六祖、罗汉等，其名位都经过当时佛学大师章嘉国师勘校整理，使《法界源流图》兼具艺术欣赏与佛学研究的宝贵价值。

救苦观世音

女相，黑鬋发，戴金佛饰冠，一手持柳枝，一手持净瓶，赤脚站立于莲花座上。左右两侧各有一男身大士神像，水中有纠结的双蛇、鱼、海螺。

除怨报观世音

女相，袒裸上身，赤脚，着紧身裤，蓝发，头戴金佛饰冠，金耳环，有镶红、绿、蓝宝石的金项圈及金臂饰、金腰饰，满身珠光宝器，坐于五彩缤纷的高莲在座上，佛光光焰四射。周围出现八位观世音。分别是解救世人盗难、水难、火难、风难、鬼难、蛇难、象难、虎难八大难，有众生十七人。水中有鱼精，岸边有法轮、宝珠。



普门品观世音

观世音有种种化身，有六观音、七观音乃至三十三观音。此图是第十六尊六臂观世音即“普门现相”。普门品观世音是观世音的总体，“普门”指佛法周遍融通，可使人得上解脱。此像为金身，胸前饰珠宝璎珞，右手作说法印，左手持花式金盃，端坐于莲花座上。左右两侍女对坐，中置喷火焰的三足金炉。下方一僧人双手捧红色帛物，生翅膀童男、生翅膀异兽首人身及一鸟首人身者，正礼拜坐于石座上的一位年轻菩萨。

抚慰心灵的良方

我们生活在一个飞速发展和复杂多变的时代。科学技术日新月异，政治、经济也日趋复杂，产生了许多造福于全人类的新事物。总之，这是一个物质文明空前发达的社会。

而相比之下，我们的精神世界却显得有些贫瘠，尽管新的思想观念层出不穷，但现代人不变的普遍信仰依然是物质崇拜和金钱至上，是“越多越好”、“越快越好”这样的欲望理论。

让许多人困惑的是，无论从物质追逐中获取多少财富和多高的地位，他们仍时常会感到空虚，不能真正获得身心的平和与安宁。

此时，浮躁无聊的人，寂寞难耐的人，都来静下心来读一遍或听一曲《般若心经》吧，你或许会从中找到答案。比如“色不异空，空不异色，色即是空，空即是色”，这句我们耳熟能详的玄妙经句，即出自《般若心经》。即使不考虑宗教的因素，你还是能从中找到普世的精神价值。

《般若心经》全称《般若波罗蜜多心经》，又略称《心经》，经文只有260个字，在佛教中的地位却举足轻重。它和《金刚经》一样，在佛界广为流传，是大乘般若类经典汇编《大般若经》的一部分，并被认为是600卷《大般若经》的心髓。《般若心经》的汉译本最早由鸠摩罗什于公元5世纪译出，自那时起，就逐渐受到人们的喜爱。如今，因其安抚人心、治疗心灵隐疾的巨大作用，受到越来越多人的尊崇。

260字的《般若心经》不但涵盖洋洋600卷《大般若经》的微言奥义，并且还将佛教思想的核心概念完整呈现了出来。如此简练的经文，包含的

佛教内容却如此丰富，因此被佛教徒信奉为法宝。寺庙的早晚课诵本中都有编录，将它作为早晚必诵和常诵的一部经典。

一般人接触到《般若心经》，常通过写经即抄写经典或出声诵读的方式表示虔诚。大乘佛教认为：经典可以根据不同的场合默读或在心中默念。但是如果我们能够更好地、更进一步地理解《般若心经》的话，那岂不是更好？

本书中，我们从思想、宗教、哲学、历史和文学等多方面来解读这部著名的《般若心经》。本书尝试从整体和部分两个方面多角度、全方位地解读《般若心经》，或正面解释，或侧面剖析。无论用哪一种解释方法，我们都会被《般若心经》的深邃含义所震撼。在形式上，本书采用“左文右图”的图解手法，运用图表和插图等多种元素，让你阅读佛经的过程变得生动有趣。

《般若心经》的“心”字，不仅蕴含着丰富的哲学智慧，更能治愈现代人的心病，这对今天的人们来说更有意义。因此，《般若心经》可说是帮助我们找回自心的佛经。通过阅读该书，大家也一定会更珍视生活中的时光，体味到生命的真意。

编者
2008年9月

目 录

编者序：抚慰心灵的良方	4
本书阅读导航	10
唐代欧阳询书《般若心经》	12
《心经》结构分析图	14

第1章

追根溯源：《般若心经》的由来与主旨

1. 佛教是世界宗教：佛陀及佛教的产生	18
2. 结集与传承：经、律、论三藏的完成	20
3. 佛教的发展史：教派的分裂与佛教的传播	22
4. 《般若心经》与《大般若经》：260字由600卷文字浓缩而成	24
5. 被高僧译成多国语言的经典：《般若心经》的翻译	26
6. 《般若心经》汉译本首位译者：鸠摩罗什	28
7. 《般若心经》从此传入中国：丝绸之路	30
8. 遗存的未解之谜：敦煌的《般若心经》	32
9. 流传最广的汉译本：玄奘法师与《般若心经》的因缘	34
10. 历久弥新的译注：《般若心经》的版本与译者	42
11. 出身于大乘佛教经典：历史上的《般若心经》	48
12. 《般若心经》思想的核心要义：空	52
13. 智慧及其威力：《般若心经》的两部分	54
14. 生活中的《般若心经》：帮我们找回内心	56
15. 超越时空的经典：《般若心经》受欢迎的三个理由	58
16. 般若菩萨曼荼罗：《般若心经》和曼荼罗	60
17. 诵读的功德：作为护身符的《般若心经》	62
18. 开发自我，净化心灵：抄写《般若心经》	64

19. 刻进石头或装入佛像：《般若心经》的保存	66
20. 超越佛教的经典：仪式里的《般若心经》.....	68
21. 读懂“空”与真言：《般若心经》的阅读方法	70

第2章

核心要素：解读《般若心经》的关键词

1. 说法盛会：释迦牟尼在《般若心经》中的角色	74
2. 王舍城灵鹫山：说法的地点	76
3. 参加者：盛会中有谁	78
4. 三种对象：《般若心经》的听众	80
5. 教理的经典：《般若心经》与藏传佛教	82
6. 说法者和咒语：《般若心经》的密宗化	84
7. 《般若心经》的佛（1）：深沙大将	86
8. 《般若心经》的佛（2）：般若波罗蜜多菩萨	88
9. 《般若心经》的佛（3）：守护般若的十六善神	90
10. “佛说”是什么：佛说，还是菩萨说	92
11. “大的”、“伟大的”东西：“摩诃”的含义	94
12. 成佛的大智慧：“般若”的意义	96
13. 到彼岸，另一个世界：解析“波罗蜜多”	98
14. 《般若心经》的精髓：“心”是真正的关键词	100
15. 纵线与横线的交汇：何谓“经”	102
16. 《般若心经》的流通分：与一般佛经的区别	104
17. 揭谛揭谛，波罗揭谛：《般若心经》咒语的出处	106

第3章

微言大义：《般若心经》经文详解

1. 人生皆苦，破除执著：《般若心经》的真意	110
------------------------------	-----

2. 大慈大悲，济世救难，世人最爱：观自在菩萨 112
3. 修习“般若波罗蜜多”的状态：行深般若波罗蜜多时 116
4. 世界五要素皆为空无：照见五蕴皆空 118
5. 利益众生，救赎一切苦难：度一切苦厄 120
6. 智慧第一的释迦牟尼弟子：舍利子 124
7. 一切事物都是变化的：色不异空 126
8. 空的存在生成事物：空不异色 128
9. 所有物质存在为空：色即是空 130
10. 摆脱束缚，空是世界：空即是色 132
11. 四种精神作用：受想行识亦复如是 134
12. 没有不变的事物：是诸法空相 138
13. 存在的会灭亡，灭亡的会重生：不生不灭 140
14. 超越肮脏与干净的价值：不垢不净 142
15. 增减只是相对的：不增不减 144
16. “无”字是对小乘佛教的反驳：是故空中无色 146
17. “五蕴”是心的作用而非存在：无受想行识 148
18. “六根”为空：无眼耳鼻舌身意 150
19. 抛弃“六尘”：无色声香味触法 152
20. 眼睛能看到的世界为空：无眼界 156
21. 从意识世界中解脱：乃至无意识界 158
22. 了解无知的自己：无无明 160
23. 没有迷惑，也就无法成佛：亦无无明尽 162
24. 没有了“十二因缘”中最后的痛苦：乃至无老死 164
25. 衰老和死亡都没有尽头：亦无老死尽 166
26. 超越“四谛”：无苦集灭道 168
27. 去掉执著，真正解脱：无智亦无得 174
28. 一种无拘无束的境界：以无所得故 178

29. 为谋求得道而修行的人：菩提萨埵	182
30. 菩萨修行的十个项目：依般若波罗蜜多故	184
31. 心无牵挂，一切顺其自然：心无挂碍	186
32. 治愈受伤的心：无挂碍故	188
33. 无牵挂则无恐惧：无有恐怖	190
34. 远离所有错误的见解：远离颠倒梦想	192
35. 当所有烦恼都已止息：究竟涅槃	196
36. 过去、现在和未来出现的佛：三世诸佛	200
37. 无法超越的完全正觉菩提：得阿耨多罗三藐三菩提	204
38. 《般若心经》真言有极大的效力：故知般若波罗蜜多是大神咒	206
39. 真言是有威力，能带来某种结果的圣言：是大明咒	208
40. 真言拥有天下无敌的力量：是无上咒	210
41. 最上的伟大真言：是无等等咒	212
42. 专心祈祷，得到解脱：能除一切苦	214
43. 接近真实，看得更精彩：真实不虚	216
44. 经文与咒语的分界：故说般若波罗蜜多咒	218
45. 以下是圣语：即说咒曰	220
46. 神圣的语言：揭谛	222
47. 度向成佛的彼岸：波罗揭谛	224
48. 完全度到彼岸：波罗僧揭谛	226
49. 成就圆满的智慧：菩提萨婆訶	228
附录一：鸠摩罗什《大品般若》与玄奘《般若心经》比较分析表	232
附录二：玄奘《大般若经》与玄奘《般若心经》比较分析表	234
附录三：《般若心经》的各种译本	236

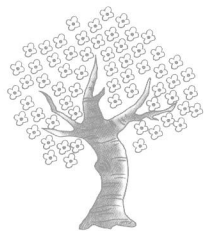
本书阅读导航

序号

用醒目的序号提示该文
在本章下的排列序号。

正文

通俗易懂的文字，让你
轻松阅读。



超越肮脏与干净的价值观

不垢不净

去掉对生活中的干净、肮脏的拘泥，才能实现真正的“不垢不净”。

◇ 何谓“不垢不净”

六不的第二组组合是“不垢不净”。如果说意味着“没有污垢、不肮脏的东西”的词语的话，大家可能更熟悉“无垢”。

“不垢不净”，污垢与清净本来是两相对立而存在的。世人染于有漏的恶缘，名为垢；圣人熏修无漏的善缘，名为净。然而他们的垢净只是空而已。空是既不可谓净，也不可谓垢的。世人若一念头不觉，生出妄心便是垢；圣人了达空性实相，不受诸法色相影响，则是净。从诸法的本然之相上说，垢也没有，净也没有，这叫“不垢不净”。

《般若心经》中，六不的第二组组合“不垢不净”，使用了比较价值观中较为明显的对立概念，我想这是因为在宗教中，“净”与“不净”的对立较为明显的缘故。

◇ “干净”与“肮脏”的标准

环顾周遭，我们可以发现，既有有洁癖、不能忍受一点污垢的人，也有家里地板上即使垃圾堆成山也能视而不见、心平气和的人。“干净、肮脏”是一种非常主观的、因人而异的、具有很大差别的思想。

即使是同一个人，去印度旅行的话价值观可能也会发生变化。印度的净与不净并非是以人的卫生或是舒适感为标准的。拘泥于日常生活中净与不净的人到印度会比较辛苦。因为在坚信“神圣的事物就是洁净的”的印度人的想法中，外表的污垢和肮脏并不有损于其洁净。

与“不垢不净”相关联的概念，并不是单单指洗澡、淋浴等。拘泥于外表上的洁净或是肮脏的是我们的心。能够去掉这种拘泥，才是“不垢不净”。



图解读懂般若心经

图解标题

针对内文所探讨的重点，进行图解分析，帮助读者深入领悟。

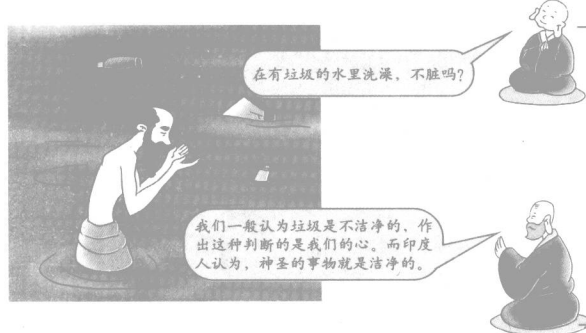


去掉污垢，“不垢不净”

“不垢不净”，世人染于有漏的恶缘，名为垢；圣人熏修无漏的善缘，名为净。然而他们的垢净只有其名，究其本体，根本无所谓垢净，所存在的只是空而已。空是既不可谓净，也不可谓垢的。

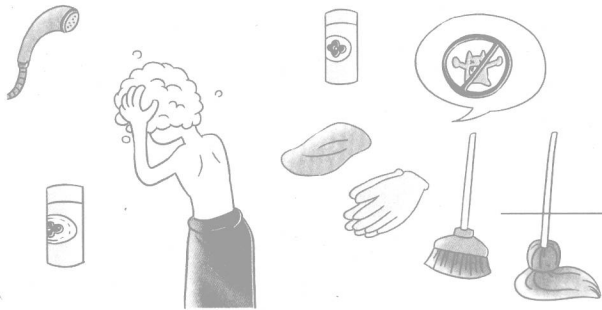
洁净的判断

在印度人眼中，神圣的事物就是洁净的。因此不管恒河水是否有污染，人们都愿意在圣河恒河中沐浴。



对清洁感的拘泥

除臭、除菌、淋浴、擦地……仅是这样就是真正的“净”吗？生出洁净与污垢的是我们的心。不垢不净是超越这些而存在的价值观。



第 3 章
《般若心经》经文详解

般若童子

帮助读者提出疑难问题。

本章主标题

本章所要探讨的主题。

智慧老人

为大家解答疑惑，回答《般若心经》中的难解问题。

插图

较难懂的抽象概念运用具象图画表示，帮助读者尽量理解文意。

唐代欧阳询书《般若心经》

所得故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
竟涅槃三世諸佛依般若波羅蜜多故得阿
耨多羅三藐三菩提故知般若波羅蜜多是
大神呪是大明呪是無上呪是無等等呪能
除一切苦真實不虛故說般若波羅蜜多呪
即說呪曰 揭帝揭帝波羅揭帝

波羅僧揭帝菩提薩婆訶

般若波羅蜜多心經

貞觀九年十月旦日奉更令歐陽詢書

般若波羅蜜多心經

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
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乃至無老死
亦無老死盡無苦集滅道無智亦無得以無

《心经》结构分析图

