《心经》者何

《心经》,具称《般若波罗蜜多心经》,是佛教经论中文字最为简练，而内容又极为丰富的一部典藉。它和《金刚经》一样,在社会上广泛流传,影响极大。

《心经》在佛教中属于般若系经典。按天台宗对《般若经》的判摄,称为通教。所谓通者 具有通前与通后的意义。通前是说它与阿含教的关系，阿含经典对存在现象的透视，指出了苦、无常、无我；当然也讲到空，但不是很深刻，唯有到了般若经教，在阿含的基础上才把空的教义推向极致。通后是指《般若》与《华严》、《涅槃》、《维摩》等经的关系，般若经教所揭示的缘起性空，是大乘一切经教建立的理论基石。如实的把握般若中观正见，对于学习经教,指导修行,都具有重要意义。

《心经》与其它经典不同，一般经典都具有序

需要全本请访问 www.ertongbook.com

分、正宗分、流通分的三部分,而《心经》唯有正宗分,于是人们便怀疑《心经》的独立性。当代佛学界学术权威印顺法师在《般若经讲记》中就作了说明。印老以为玄奘所译《心经》,是从六百卷《大般若经》中单独录出的。在《大般若经》中有《学观品》,此品中有与《心经》完全相同的文句,是佛陀直接向舍利弗说的。《心经》是《大般若经》中最精要部分的内容,古德为易于受持,特摘出流通。

《心经》在中国有众多译本。方广锠先生编的《般若心经译注集成》中就收集了十八种，现在教界流传的是玄奘译本。至于本经注疏自古以来有百来家，可见此经传诵之盛。

人生的大智慧

——般若波罗蜜多心经

《般若波罗蜜多心经》是本经经题的全称。在佛教的典籍中，一部经典的题目，有时往往正是这部经典画龙点睛的内容所在。因此，在学习经典时，首先一定要注意到这部经典题目的内涵。

般若是梵语的音译。佛教经论的翻译有音译和意译两种方式。音译在特殊情况下才使用，就如般若一词，在汉语中没有相应内容的概念，所以采用音译。故玄奘三藏在译经过程中，制定有“五不翻”的规则，其中就说到般若以尊重故不翻。

由于般若是梵语的音译,我们显然无法从字面上依文解义。那般若是什么呢？古德为了人们理解的方便，有时也译般若为智慧，但它又不同于世间的智慧。世间的智慧是有限的,是夹杂着烦恼的,是有

缺陷的，它不足以认识宇宙人生的真相；而般若智慧则不然,它是无限的,是清净的,是圆满的,它能通达宇宙人生真相，彻底地解脱人生烦恼。

般若对于我们生命的改善有着至关的重要性。没有般若，人就会产生两种困扰：

一、认识上的迷惑。人活在世上,总是在充满着迷惑的状态下生活着，既不了解自己，也不能真正地认识世界。试问你们知道“我”是谁吗？这个问题看来很简单，有人可能会不假思索地回答，“我”就是我。其实这是一个很深奥的问题，你以为“我”是我，请问你究竟以身体为“我”，抑是以思维为“我”呢？倘以身体为“我”,身体乃四大假合,四大解散,“我”在何处？如以思维为“我”,思维乃建立在经验及概念上得以延续，亦无独立可言。足见这个问题不好回答，所以在西方哲学中的最高名言是：认识你自己。

“生从何来，死从何去”，也是人生的一大迷惑。记得有位西方哲学家曾经对人生做过一个形象的比喻：他说人生有如过一座桥,这座桥的桥头、桥

尾、桥下都充满着云雾，人从一团云雾走向另一团云雾。是啊！以佛家的智慧来观看人生，我们从娘胎中生下来，仅仅是一期生命的开端，当一期生命完了，它并不意味着生命的彻底结束，生命还会生生不已地延续下去。现世的人生只不过是生命延续中的一个片段。因此，一个稍有思想的人，他不应该仅仅着眼于现在的生存，还应该关心“生从何来，死从何去”这个古老而又现实的问题。

在现实生活中，人人都很关心自己的命运。命运是什么？人生是否存在命运？假如有命运这么一回事，那命运是由什么力量决定的？对于这些问题，人们的看法往往也不一样：有人不相信人生存在命运，以为生命的发展没有任何既定的规律；有人相信人生存在命运，以为冥冥之中有股力量在支配着我们；有人以为支配命运的力量是来自于生命自身。有人相信命运不可改变；有人相信命运可以改变。然而，命运究竟是怎么回事呢？

因果报应也是世人容易引起争议的问题。你说没有嘛，似乎世间万事万物各有因果，如“种瓜得

需要全本请访问 www.ertongbook.com

瓜,种豆得豆 ”。你说有因果嘛,可现实生活中又有许多现象无法解释：比如有人作恶多端，生活却过得逍遥自在；有人行善积德，日子反而过得穷困潦倒。因而唯物论者倡导一生论,不相信因果报应 而各种宗教都谈因果报应。世间果然存在因果报应吗？

人为什么活着？生存的意义是什么？在我讲座中,这也是经常有人提出的问题。生存在世界上,有许多人不知道为什么活着，他们只知道沿着前人约定俗成的习惯去生活,上学、工作、成家、生儿育女、升官发财、享受娱乐,乃至一命呜呼。人类一代又一代地重复着相同的生活方式。说到人为什么活着，其实大多数人都对此很茫然，谈不上为什么。不过，我们假如要让生命变得更有价值，当然还是应当关心 人,为什么活着 ？

二、执著欲望带来的痛苦。佛经称我们居住的这个世界是欲界，欲界的最大特点就在一个“ 欲 ”字上。可以这么说,我们这个世界上的人,都是生活在强烈的欲望中。欲是什么？欲是生命内在的希求。

有从生理上发出的,也有从心理上发出的。因此,欲望有生理因素和心理因素这两个方面。欲望非常复杂，其表现的形式千差万别，在佛经中简单地归纳为五种，称曰五欲：1.色欲，眼睛希望看到漂亮的颜色；2.声欲，耳朵希望听到动听悦耳的音声；3.香欲，鼻子希望闻到好闻的香味；4.味欲,舌头希望尝到可口的美味；5.触欲，身体希望接触到舒适的环境。五欲在佛经中有时另有所指：1.财欲，是对财富的希求；2.色欲,是对男女性交的希求；3.名欲,是对名誉地位的希求；4.食欲,是对饮食的希求；5.睡欲,是对睡眠的希求。有情生命就是在不停地追逐五欲境界中延续。通常人生所谓的幸福快乐,说穿了,那不过是欲望的满足。当人们欲望得到满足时，就感到快乐,感到幸福。

欲望又是没有一定的东西。人类欲望虽然与物质条件有关系，但具备什么条件才能满足并无标准，它往往随着物质环境的改善而水涨船高。古人生活条件简单,有吃、有住、有穿就能满足 而现在物质条件丰富了，人的欲望也随之膨胀。今天的人，

并不因为丰富的物质环境而感到满足，他们总是处在不断的追求中。

欲望的表现形式有三大特征：

(一)占有。人生活在欲望中,总想占有社会上的一切。你看那些温饱尚未解决的穷人，只要求有吃的、穿的、住的就行了。可生活基本需求一旦满足，于是就希望过上更方便舒适的日子，洗衣服太麻烦,最好有个洗衣机,代替手洗 走路觉得累,乘公共汽车又不方便，还是买辆轿车或者摩托车；工作之余，闲得无聊，搞个电视消遣多好……要添置这些就得有钱，为了赚钱就得拼命地工作。

有财富的人，他会想到社会上的名誉地位，有些富翁会花钱去买官当，跻身于政界；有些会办慈善事业,博得社会上的名誉。总之,别人拥有的,我得有 别人没有的,我也得有。欲望使得我们在不停地追求、不断的占有中度过。处在欲望中的人,总是忘记已有的东西,而去追逐未有的东西。俗话说 欲壑难填。一个想发财的人,当他拥有万元了,接着就要十万、百万、千万……由于目标永远都在现实的

前面，没有知足的时候。因此，他即使拥有很多钱，也总感觉到自己并不富有。

(二)比较。人生活在现实中，必然要与社会发生关系。当我们拥有钱时，别人也拥有，于是出现比较,你拥有百万,我得拥有千万,比你富有 你坐桑塔纳，我得坐奔驰，比你神气；你吃一桌用一千元，我吃一桌得花五千元，比你豪华；你穿一般的衣服，我得穿时装，比你时髦；你用黑白电视，我得用彩电,比你好看 你的电脑是 386,我得买 486,比你先进 你当处长,我得当上局长,官比你大。

带着比较心态去生活的人，他永远都没有满足的时候。因为人类社会的发展日新月异，就如电脑前两年 286 都觉得先进，而现在 386、486 都显得过时了,因为 586、686 也出来了。用比较心生活,总想出人头地，超过别人，希望从他人羡慕的眼光中去感受幸福。二十年前谁家如果有一辆自行车，就够他幸福很长时间了。但自行车一普及，拥有自行车就不再有幸福感了，于是要有摩托车才感到幸福。买摩托车的人多了，拥有摩托车的幸福感又随之消

失，要有轿车才觉得幸福。社会总在不断地推陈出新，生活在比较中的人，为了幸福是永远不会满足的。

（三）竞争。比较心态生活的结果，必然导致竞争。在一个班级里,同学间会因为成绩而竞争;在商业场中，同行会因为产品的占领市场而竞争；在学术界，学者会因为作品在学术界的影响而竞争；在家庭中，兄弟姐妹会因为博得父母的宠爱而竞争；在婚恋场中，众多男子会因为取得姑娘的好感而竞争;国与国之间,会因为国土的占有而竞争。达尔文大概因为人类社会及大自然的竞争性，乃提出了“物竞天择,适者生存”的理论。竞争的本身是残酷的,因此,竞争使人类活得疲惫不堪。

欲望使人向外攀求，人类在追逐欲望中，迷失了自己。佛经里有一个著名的故事：有一天佛陀静坐已，在林中漫步，这时有一群年轻人匆匆向前走来，向佛陀问曰：刚才你有没有看见几个女孩子从这边走过?佛陀问:找她们干什么?这群人说,昨晚他们与这些女子寻欢作乐，可是清早起来时发现她

们都跑光了,并卷走了钱财。佛陀于是又反问道:寻找女子、钱财重要,还是寻找你自己重要?是啊!世人在一味追求外物的时候，很少有人能够去注意自己，并意识到认识自己的重要性。

故事中的年轻人，和现代社会的一些人很相似。如今全社会几乎都在疯狂地赚钱,有人说:十亿人民九亿商。今天的中国大地：学术界与经济挂钩的学术著作特别吃香，学校中和经济相关的科系生源暴满。文化界尚且如此，至于社会上的生财之道更是五花八门，有的人为了赚钱挖空心思，甚至会不择手段。

随着经济的发展，社会给人们创造了广泛的消费机会，以此来不断的刺激消费意识。比较突出便是这些年来娱乐场所的出现：如舞厅、卡拉 OK、夜总会等等。人们白天忙于赚钱，晚上就泡在声色场中,于是迷失了自己。现代社会经济是繁荣了,但社会道德却淡漠了，甚至有道德沦丧的情况。

欲望导致的另一个结果是，给人类带来痛苦。《义品》说:"趣求诸欲人,常起于希望,所欲若不

需要全本请访问 www.ertongbook.com

遂,恼坏如箭中”。这首偈说的是,生活在欲望中的人,总是不停地向外追求,一旦所求不能得到,就会痛苦得像被箭射中一样。佛经所说八苦中的求不得苦，便是欲望不能满足所造成的痛苦。

《中阿含经·苦阴经》卷二十五中，也深刻阐明了欲的过患。经中说“云何欲患 族姓子者,随其技术以自存活,或作田业、或行治生、或以学书、或明算术、或知工数、或巧刻印、或做文章、或造手笔、或晓经书、或作勇将、或奉事王。彼寒时则寒,热时则热,饥渴、疲劳、蚊虻所蜇,作如是业,求图钱财。彼族姓子如是方便，作如是求，若不得钱财，便生忧苦、愁戚、懊恼 若得钱财,彼便爱惜,守护密藏……倘为王夺、贼劫、火烧、亡失,便生忧苦、愁戚、懊恼。”这是说追求钱财和钱财亡失而导致的痛苦。

经中又说“众生因欲缘欲,以欲为本故,母共子诤,子共母诤,父子、兄弟、姐妹、亲族辗转共诤。彼既如是共诤不已,母说子恶,子说母恶,父子、兄弟、姐妹、亲族更相说恶,况复他人。”社会上的许多家庭常常会因为财产的纠纷而造成兄弟打架、夫妻

反目、父子成仇、亲族离散,原因是什么?是因为占有欲造成的结果。

经中接着说:“众生因欲缘欲,以欲为本故,王王共争,梵志梵志共争,居士居士共争,民民共争,国国共争,彼因斗争共相憎故,以种种器仗转相加害,或以拳叉石掷,或以杖打刀斫。彼当斗时,或死、或怖,受极重苦。”说世间因为欲望的关系,商人与商人争,政客与政客争,国家与国家争。希特勒的席卷欧洲,日本的侵略亚洲,全人类在“一战”、“二战”中,遭受的种种痛苦还不都是因为欲望的关系。古代社会的科技不发达,军事武器落后,争争打打关系还不太大;今天的大国倘若出现无限的扩张欲,人类和地球可就有被毁灭的危险了。这是因为欲望产生战争,由此带来了痛苦。

人类倘要解决由认识上的困惑和执著欲望带来的痛苦,惟有依靠般若。经曰“般若波罗蜜”,“波罗蜜”汉译度,是到彼岸的意思。度是渡过烦恼,渡过痛苦的生死瀑流到彼岸。这里的彼岸不是指东方的琉璃世界,也非西方的极乐世界,而恰恰是指我

们现实的世界。假如我们生活在无明中，缺乏般若，就会有烦恼、痛苦、彷徨、苦闷、空虚、不安等，这是此岸。我们如果有了般若，能够正见宇宙人生，如理而行，就会拥有安乐、祥和、幸福、宁静的人生，这是彼岸。般若能把我们从此岸渡到彼岸。

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。

经文大意是：观自在菩萨进入般若深观状态时，照见五蕴诸法皆空无自性，因而度脱一切痛苦与灾难。这段经文在印顺法师的《般若经讲记》中称曰标宗,即标明一经的宗旨。那么,认识这段经文是学习本经的关键所在。

佛陀出世以解脱人类痛苦为目的，学佛修行是为离苦得乐。可有趣的是众生并非很愿意脱离苦海。正像我在讲座中说到离苦得乐时，有人就跳出来反对，说什么人生应该有苦有乐，生活才显得丰

富多彩 又说什么苦乐是相对而言,有苦才有乐。这种论调乍听起来似乎有理，然而仔细推敲，却站不住脚。因为如果说人生有苦有乐是合理的话，那么我们对待痛苦的来临应该要像迎接快乐一样欢呼雀跃。然而人类的行为始终处在逃避痛苦追逐快乐中,很少有人刻意地去追求痛苦,除非自虐。其实自虐也是因为心灵的痛苦太大了，为了转移痛苦的目标，于是始有肉体自虐的行为，以减轻心灵的痛苦，自虐的意义也在于寻求快乐。

觉得人生应该有苦有乐，这只不过是理想主义者的说法，而现实生活中的人是不希望有苦的。可见解脱痛苦这个前提，是佛法与世间法共同要解决的。然而如何解脱人生的痛苦呢？佛法以为首先要对苦有深刻的认识,这样才好对症下药。说到苦,有身苦与心苦两种：身苦的感觉人们大致相同，就像冬天、夏天大家都会觉得天冷、天热 感冒、胃痛大家一样觉得难受 火烧、刀斩都会觉得疼痛。心苦是心灵烦恼引起的痛苦，心苦是千差万别、因人而异的。例如同看一轮明月,有人欢喜赞叹,有人落泪伤

心 同游一处风景,有人心旷神怡,喜气洋洋,有人满目萧然，感极悲泣。

佛教中有时又把苦分为苦苦、坏苦、行苦三类。

一、苦苦 是指我们生活中感受到的痛苦。佛经中即使没有指出，我们也会认为是苦的。这有生理上引起的出生的痛苦、衰老的痛苦、病变的痛苦和死亡的痛苦；由社会环境引起的爱别离苦，即亲爱的人不能厮守在一起 求不得苦,即所求不能如愿 怨憎会苦，即冤家路窄，低头不见抬头见；五蕴炽盛苦，即五蕴身心不平衡的痛苦。

二、坏苦 是指我们通常快乐的感受。以佛法的智慧来看，我们所谓的快乐并非真正的快乐，其实质也是痛 苦的。例如我们饥饿时想吃，吃饱了就觉得快乐,但如果继续吃下去,还会觉得快乐吗 身体脏了，洗澡觉得快乐，但长时间在水里泡着觉得快乐吗？无聊时看电视觉得快乐，但没日没夜地看下去觉得快乐吗 由此可见,我们的所谓快乐,是因为我们有了某种欲望之后，通过外境的刺激得到满

需要全本请访问 www.ertongbook.com