图解心经

终于可以读懂《心经》了！

अथ प्रज्ञापारमिताहृदयंसुत्रं

ཨཱ། །ཀྲུ་གར་སྐད་དུ། །ཤེ་ག་བ་ཏི་ཧྲྀ་ད་ཡ་སཱུ་ཏྲཾ་ཡ།

The Heart Sutra

般若波罗蜜多心经

(中国台湾)张宏实/著

◎ 读懂心经的4大关键

◎ 10个中外《心经》版本逐字交叉比对
还原心经的完整面貌

◎ 日本的空海大师、中国的东初老人
精辟分析《心经》



- “般若波罗蜜多心经”这八个字该怎么念?
- 玄奘大师为何不将“般若”直接翻译成“智慧”?
- 佛陀到底在不在《心经》的说法现场?
- 《心经》是为什么人所说的?
- 密教的心经女神和《心经》有什么关系?

海南出版社

读懂《心经》的4个关键

关键1 关键佛法词汇的学习
关键2 掌握关键词汇的梵语原义
关键3 读略本，也要读广本
关键4 掌握《心经》的修学次第：文字般若→观照般若→实相般若

* 《心经》起源于何时？
* 《心经》＝《大般若经》？
* “波罗蜜多”是什么意思？
* 《心经》第一个汉译本是谁翻译的？
* 流传最广的《心经》译本又是谁译的？
* 《心经》到底有多少译本？
* 广本与略本《心经》有何不同？
* 还有哪些人物参加了《心经》这场盛会？
* 《心经》的核心思想是“空”吗？
* 《心经》是经还是咒？
* 如何解读大神咒、大明咒、无上咒、无等等咒？
* 如何具体实践《心经》的修学次第？
* 到底该怎么念《心经》最后的咒语？

这些有趣的问题在本书中都可以得到清楚解答。

*10*个心经版本的特色比较

现存*7*个汉译本、*3*个重要英译本的逐字比对分析

ISBN 978-7-5443-3449-5
9 787544 334495 >
定价：36.00元
陈列类别◇哲学类◇随笔

本书中文简体字版权由台湾大雁文化事业股份有限公司橡实文化事业部授权出版发行

版权所有　不得翻印

版权合同登记号：图字：30-2009-062 号

图书在版编目(CIP)数据

图解心经/张宏实著.

—海口：海南出版社，2010.10

ISBN 978-7-5443-3449-5

Ⅰ.①图…　Ⅱ.①张…　Ⅲ.①心经－图解　Ⅳ.①B942.1－64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 168606 号

图解心经

作　　者：[中国台湾]张宏实

责任编辑：李智勇

装帧设计：第三工作室·黎花莉

责任印制：杨　程

印刷装订：三河祥达印装厂

读者服务：杨秀美

海南出版社　出版发行

地址：海口市金盘开发区建设三横路 2 号

邮编：570216

电话：0898-66812776

E-mail：hnbook@263.net

经销：全国新华书店经销

出版日期：2010 年 10 月第 1 版　2010 年 10 月第 1 次印刷

开　　本：787mm ×1092mm　1/16

印　　张：15

字　　数：121 千

书　　号：ISBN 978-7-5443-3449-5

定　　价：36.00 元

本社常年法律顾问：中国版权保护中心法律部

【版权所有　请勿翻印、转载，违者必究】

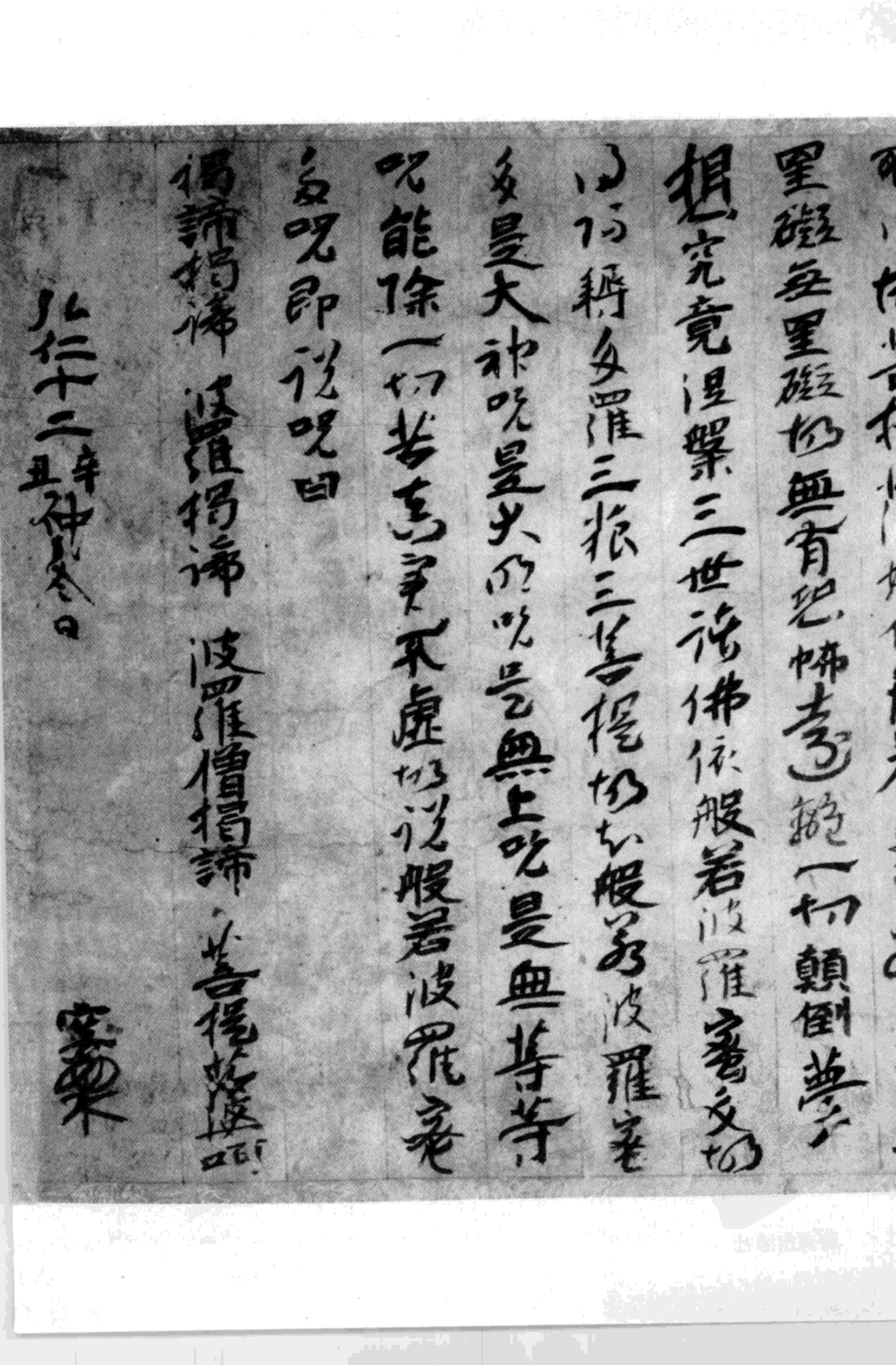
如有缺页、破损、倒装等印装质量问题，请寄回本社更换

图解心经

（中国台湾）张宏实／著



海南出版社



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

前页图片说明

日本空海的“破体心经”
空海（774~835），人称“弘法大师”，是日本真言宗的祖师，也是有名的艺术家、书法家和诗人。空海曾以密教立场来阐述心经的显义与密义，见解独到。此幅心经打破一书一体的原则，以草书、隶书、楷书、行书等多种书体混合写成，称为“破体心经”。空海的书法神秘而瑰丽，仿佛是一幅心经曼陀罗。

般若波罗蜜多心经

唐三藏法师玄奘译本

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。无眼耳鼻舌身意。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。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。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。菩提萨婆诃。

【出版缘起】

佛陀的弟子绝大多数是不识字的
佛陀说法时用的是弟子能懂的语言，而非贵族或知识分子语言
佛陀弘法时不在乎使用何种形式，有效则用之
佛陀也鼓励弟子为他人说法时要用普通的语言

“图解心经”希望灵活运用图绘、表解与文字的方式
诠释这部字数最少、阅读人口最多的古老经典

图绘比纯文字叙述更能清楚表达经典里的浓缩义理
表列可以比文字更能说明、比较佛法概念的发展与变化
特别是“般若”、“涅槃”等佛法独有的概念
文字的线性特质，往往限制了读者思考的脉络与顺序
如果用图绘来传达，则显得立体与清楚
图解书给了编辑更多元的工具去传播知识
也给了读者新的阅读经验与思考方式

佛陀用八万四千法门帮助众生成佛
图解心经则尝试以更立体的方式转述佛陀的法义

目录

【作者序】读懂《心经》的四个关键 14
十个《心经》版本的特色比较 26

part 1 先睹为快 基础19问

1 “般若波罗蜜多心经”这八个字该怎么念? 30
- 透由般若智慧到达解脱彼岸

2 玄奘大师为何不将“般若”直接翻译成“智慧”就好? 32
- 般若＝妙智慧

3 “波罗蜜多”是什么意思? 34
- 六波罗蜜多

4 《心经》起源于何时? 36
- 260字经文的来源初探

5 《心经》＝《大般若经》? 38
- 萃取《大般若经》的精华

6 什么是《大般若经》? 40
- 般若十六会

7 《心经》第一个汉译本是谁翻译的? 42
- 四大译经家
- 鸠摩罗什：西域最伟大的译经家

8 流传最广的汉译本是谁译的? 46
- 为了《瑜伽师地论》而远行印度
- 玄奘大师的西行足迹

9 《心经》到底有多少种译本? 50
- 留存下来的七个汉译本

10 “广本”心经与“略本”有何不同? 52
- 广本与略本的结构比较
- 广本《心经》的完整结构

11 佛陀到底在不在《心经》的说法现场? 56
- 《心经》里的三个主角
- 《心经》盛会的六幕场景

12 哪些人物参加了《心经》说法盛会? 60
• 《心经》人物表
13 佛陀和观自在菩萨在哪里开示《心经》? 62
• 印度灵鹫山
14 在佛教史上，王舍城为何那么重要? 64
• 历史古城王舍城
15 《心经》的核心思想是“空”? 66
• 空的三种层次
16 《心经》是为谁所说的? 68
• 三乘
17 《心经》是“经”还是“咒”? 70
• 《心经》的“显”与“密”
18 密教的“般若佛母”与《心经》有什么关系? 72
• 般若佛母
19 为何人人都爱读《心经》? 74
• 《心经》流行的四个原因

part 2 逐字解经 详解53句经文

《心经》经文结构分析图 78
1 观自在菩萨 ① 80
• “菩萨”和“菩提萨埵”
• 到底是“圣观自在”? 还是“圣观世音”?
• 比较玄奘和鸠摩罗什的翻译
2 行深般若波罗蜜多时 ② 84
• 般若有深浅之分?
3 照见五蕴皆空 ③ 86
• 五蕴
4 度一切苦厄 ④ 88
• 八苦
• 八难
5 舍利子 ⑤ 92
• 最有智慧的佛陀弟子

6 色不异空 ⑥ 空不异色 ⑦ 94
- 空与色的定义
- 空与色的五种特性

7 色即是空 ⑧ 空即是色 ⑨ 98
- 空与色的比喻

8 受想行识 ⑩ 亦复如是 ⑪ 100
- 五蕴的代数法则

9 舍利子 ⑫ 是诸法空相 ⑬ 不生不灭 ⑭ 不垢不净 ⑮ 不增不减 ⑯ 102
- 诸法皆空
- 六不的比喻

10 是故空中无色 ⑰ 无受想行识 ⑱ 106
- 小乘与菩萨乘追求的空性有何不同?
- 从人类观到宇宙观的空性概念

11 无眼耳鼻舌身意 ⑲ 无色声香味触法 ⑳ 110
- 十二处：人类认识活动的基础（一）
- 六根与六尘：主体与客体的对应
- 五蕴与十二处的关系

12 无眼界 ㉑ 乃至无意识界 ㉒ 116
- 十八界：人类认识活动的基础（二）
- 五蕴、十二处、十八界的关系

13 无无明 ㉓ 亦无无明尽 ㉔ 乃至无老死 ㉕ 亦无老死尽 ㉖ 120
- 十二因缘
- 如何终止十二因缘，出生死轮回?
- 生命轮回的大旋涡
- 生命的接力赛

14 无苦集灭道 ㉗ 128
- 初转法轮
- 四谛之间的因果关系
- 四谛中的“道”：灭苦的方法
- 从“四谛”到“四谛空”
- “四谛空”和“无十二因缘”的修行比较

15 无智亦无得 ㉘ 136
- 真正的“智”与“得”
- 比较凡常人、小乘圣者、大乘圣者的智慧
- 三兽渡河

16 以无所得故 ㉙ 菩提萨埵 ㉚ 依般若波罗蜜多故 ㉛ 心无挂碍 ㉜ 140

- 菩萨要怎样做才能“无所得”？
- 空性智慧的总复习

17 无挂碍故 ㉝ 无有恐怖 ㉞ 144
- 初学菩萨的五种恐惧

18 远离颠倒梦想 ㉟ 146
- 什么是颠倒梦想?
- 八颠倒

19 究竟涅槃 ㊱ 150
- 涅槃与究竟涅槃的不同
- 法相宗的四种涅槃
- 中观派的涅槃城

20 三世诸佛 ㊲ 154
- 诸佛的说法

21 依般若波罗蜜多故 ㊳ 得阿耨多罗三藐三菩提 ㊴ 156
- 解读“阿耨多罗三藐三菩提”
- 菩提萨埵与三世诸佛的境界有何不同?
- 阿罗汉、菩萨、佛的“觉”的境界有何不同?
- 《心经》正宗分总复习

22 故知般若波罗蜜多 ㊵ 是大神咒 ㊶ 162
- 咒语、真言、陀罗尼有何不同?

23 是大明咒 ㊷ 是无上咒 ㊸ 是无等等咒 ㊹ 164
- 解读大神咒、大明咒、无上咒、无等等咒

24 能除一切苦 ㊺ 真实不虚 ㊻ 166
- 二谛：世俗谛和胜义谛

25 故说般若波罗蜜多咒 ㊼ 即说咒曰 ㊽ 168
- 分析咒语结构

26 揭谛 ㊾ 揭谛 ㊿ 170
- 去啊！去啊！

27 波罗揭谛 (51) 172
- 前往究竟彼岸！

28 波罗僧揭谛 (52) 174
- 一起前往究竟彼岸！

29 菩提萨婆诃 (53) 176
- 成就了圆满智慧！

part 3

追根究底　进阶 15 问

1《心经》的文字是撷取自《大般若经》的哪些部分？ 180
- 《心经》文字的原始出处

2《心经》流通分的结构有何特殊之处？ 182
- 《心经》流通分的出处

3《心经》咒语的原始出处在哪里？ 184
- 唐代大慈恩寺
- 《心经》咒语是般若菩萨的咒语

4《大般若经》的四处十六会分别在哪里举行？ 188
- 四处：《大般若经》的说法地点
- 四处十六会的分析总表

5 西方学者孔兹将般若思想的发展分为哪四个阶段？ 192
- 般若经的四个发展阶段

6 要到达佛陀境界，可透过哪三种般若？ 194
- 三种般若

7 小乘圣者与大乘菩萨获得的智慧有何不同？ 196
- 我执、我空、法执、法空

8 不同根器如何运用“三科”来修行？ 198
- 三科与三门

9《心经》里的“是”字并非“是”的意思？ 200
- “是”这个字的用法

10 观自在菩萨处于修观状态，可以说法吗？ 202
- 东初老人的三种论点

11 日本的空海大师怎么看《心经》？ 204
- 空海的《般若心经秘键》
- 保坂玉泉的《心经》组织分析图

12 东初老人为什么认为《心经》是密教经典？ 208
- 东初老人的《心经》研究
- 般若思想说法者的演变
- 《心经》密教化的证据
- 东初老人比对分析《心经》经文的出处
- 东初老人比对分析《心经》经文的出处（续）

13 第一部《心经》英译本何时出现？由何人所译？ 218
- 穆勒对《心经》的贡献

• 穆勒译本和玄奘译本的比较
14 德国学者孔兹的《心经》英译本为什么那么盛行? 222
• 孔兹英文译经的独到之处
• 孔兹译本和玄奘译本的比较
• 孔兹译本和玄奘译本的比较（续）

附录

1《摩诃般若波罗蜜大明咒经》姚秦天竺三藏鸠摩罗什译 228
2《般若波罗蜜多心经》唐三藏法师玄奘译 228
3《普遍智藏般若波罗蜜多心经》摩竭提国三藏沙门法月重译 229
4《般若波罗蜜多心经》罽宾国三藏般若共利言等译 230
5《般若波罗蜜多心经》唐上都大兴善寺三藏沙门智慧轮奉诏译 231
6《般若波罗蜜多心经（敦煌石室本）》唐三藏法师沙门法成译 232
7《佛说圣佛母般若波罗蜜多经》西天译经三藏朝奉大夫试光禄卿传法大师赐紫臣施护奉诏译 233
8 The Heart Sutra 穆勒译 234
9 The Heart Sutra 孔兹译 235
10 The Heart Sutra Geshe Thupten Jinpa 译 236

1 【作者序】

读懂《心经》的四个关键

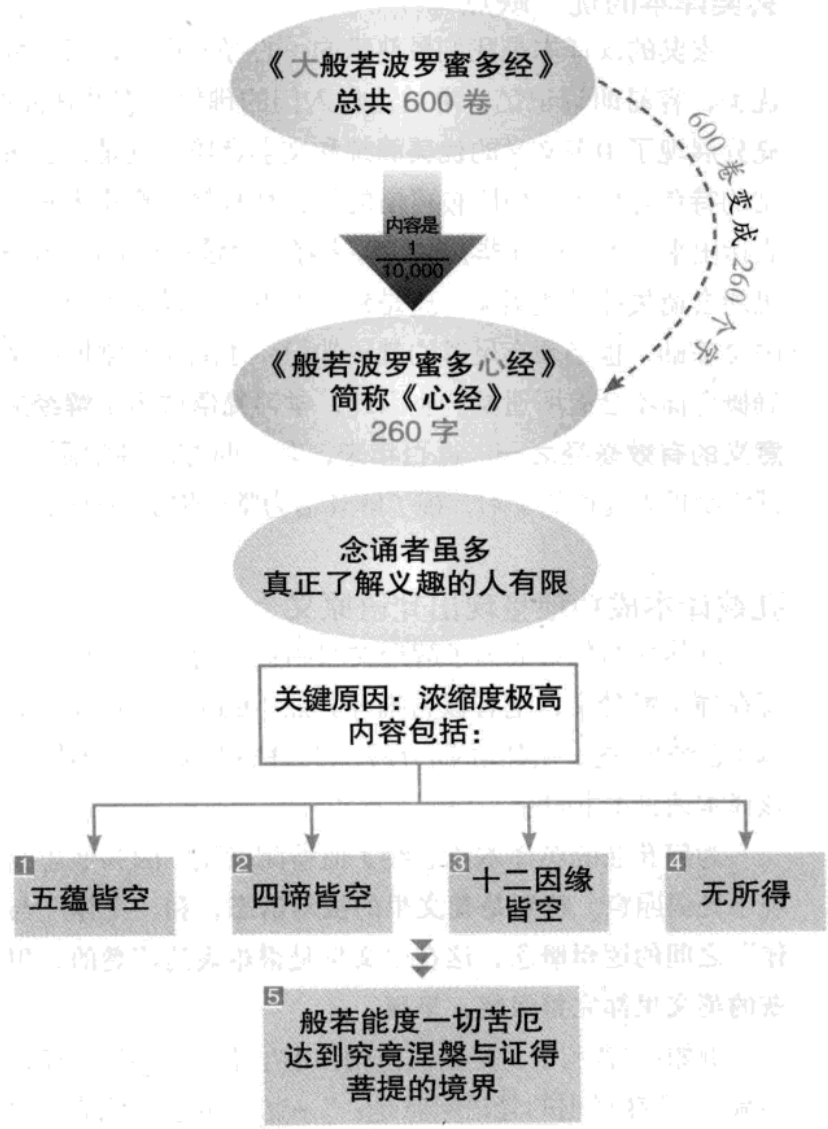
【关键 1】关键佛法词汇的学习
【关键 2】掌握关键词汇的梵语原义
【关键 3】读《心经》略本，也要读广本
【关键 4】掌握《心经》的修学次第：文字般若→观照般若→实相般若

《般若波罗蜜多心经》，简称《心经》，全经只有 260 个字，是佛教大乘典籍中，文字最短少，却最深奥微妙的经典。这部简短的经广受世人喜爱，在佛教道场里，从日常课诵到大小佛事，无不念诵此经。然而，诵念者虽多，但是能真正了解义趣的人却很有限。关键在于这是一部经过萃取，浓缩度极高的经，它精简阐述五蕴、三科、四谛、十二因缘、十八界等皆空的佛教核心义理，最后归于无所得，且认为“般若”能度一切苦厄，达到究竟涅槃与证得菩提的境界，清楚传达给人们获得真正解脱智慧的修学次第。

关键1 关键佛法词汇的学习

要能真正地了解《心经》，关键佛法词汇的认识是非常重要的。因为有了这样的基础认识，才能进一步探索《心经》的义理。因此，本书的首要目的是带领读者通过认识佛法最根本、最重要的名词，去体会《心经》世界。**特别是读者若能回归到这些词汇原始梵文语义的认识，将会对《心经》有一番新的体认**。而更重要的是，有了这些佛学基础知识之后，往后更容易阅读其他的佛教经典。因此，在本书里，对于《心经》所提及的关键佛法词汇，特别开辟“梵语学习”的小栏目，提醒读者了解原始字义。对初学者来说，整部心经所要认识的关键词汇不超过二十个。

萃取《大般若经》的精华



“梵语学习”小栏目

梵语学习

sunya 空

❶ 一切事物的现象都有各自的因缘，并无实体的概念。
❷ 等于英文 empty

rupa 色

❶ 一切有形象或是占有空间的物质。
❷ 等于英文 form or thing

关键2 掌握关键词汇的梵语原义

玄奘译本的优、缺点

玄奘的汉译本是我们最熟悉的《心经》译本，其文辞简洁优美，容易朗诵记忆，常被选作入门的佛经。玄奘在此经里，充分展现了中国文学的优美简练和文字意境。这是许多古典经文的特色与优点，但比较可惜的是，某些梵语意思未被完整地表达出来。不过这并非玄奘译得不好，而是不同语言经过转译，可能会遗失掉某些语义，这是常见的事。所以除了要有深厚的中文基础，也必须有足够的梵语知识，才能完整掌握经文的正确概念而不会有所遗漏。也因此，**学习梵语成为了解经文原始意义的有效途径之一。**近百年来，东、西方的佛学研究专家，都纷纷投入梵语的学习，视了解梵语为掌握佛学的基础。

孔兹译本成功地呈现出梵语原义

既然学习梵语成为了解经文原始意义的有效途径，无论你现在懂不懂梵文，笔者极力推荐孔兹（Edward Conze）的英译本《心经》，这是由梵语《心经》直接译成英文的，很值得一读。该译本请见本书附录。

为何孔兹的英译本《心经》值得阅读呢？因为他忠实地呈现了梵语原意。**特别是梵文里的被动语态，和“主体”与“客体”之间的逻辑概念，这在中文里是很难表达清楚的，但在孔兹的英文里都完整保留、呈现。**

例如：“舍利子！是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。”孔兹译出的梵语原意是：“一切的诸法都具备了空的特性。它们没有被生起，也没有被止灭。没有被污染，也没有不洁净。没有缺陷，也没有完美（圆满）。”很明显，“诸法”的相状都是采用“被动式”来描述的。如此关键而且重要的概念中文译版并没有表达出来。

因此，提醒读者，阅读梵、英佛典时，一定要随时警觉注

孔兹英文译经举例（一）

呈现梵语里的被动语态

舍利子！是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。（玄奘译文）

Here, O Sariputra all dharmas are marked with emptiness ;they are not produced or stopped, not defiled or immaculate, not deficient or complete.（孔兹译文）

	舍利子！是诸法空相
Here, O Sariputra all dharmas are marked with emptiness	一切的诸法都具备了空的特性

	不生不灭
they are not produced or stopped	它们没有被生起，也没有被止灭
	不垢不净
not defiled or immaculate	没有被污染，也没有不洁净
	不增不减
not deficient or complete	没有缺陷，也没有完美（圆满）

孔兹译文：
“诸法”的相状采用“被动式”来描述。

玄奘译文：
“不生不灭、不垢不净、不增不减”完全看不出是被动语态！

孔兹英文译经举例（二）

时态的准确表达

观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空。（玄奘译文）

Avalokita, The Holy Lord and Bodhisattva, was moving in the deep course of the Wisdom which has gone beyond. He looked down from on high. He beheld but five heaps, and he saw that in their own–being they were empty.（孔兹译文）

孔兹译文：
"was moving in the deep course" 以过去进行式时态，表达当时观自在菩萨正处于甚深修行状态。

	观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时
Avalokita, The Holy Lord and Bodhisattva, was moving in the deep course of the Wisdom which has gone beyond.	观自在！这位神圣的尊者与菩萨，当时正在进入超越的智慧的甚深修行状态之中。

孔兹译文：
1. 此句采过去式时态。
2. 句中的 "in their own–being" 是复数所有格，表达出“五蕴的本质”的意思。

	照见五蕴皆空
He looked down from on high. He beheld but five heaps, and he saw that in their own–being they were empty.	祂由高处往下看，确切地观照到五蕴，也观照出它们的本性是空的。

but 强调：
正是那……仅有那……就是那……

their own–being 意思是他们（五蕴）所拥有的本性（自我、存在）
加上“–”是转化成专有名词，强调“状态”。

that 说明：
“就是在那个当下”或说“正在那个情况下”

（这些在中文是看不到的，但却是体会心经深层概念的关键之处）

孔兹英文译经举例（三）

注重字词翻译的精准性

心经的经文	梵语	孔兹翻译	玄奘翻译	张宏实的分析
❶ 受想行识	Samjna	Perceptions	想	感官意识（六识中的“眼耳鼻舌身”）
说明：“受”代表着感官的反应，“想”则更复杂，提升至感官的看法与能力。受想行识的“想”，梵语是 samjna，孔兹译为 perceptions，牛津字典意思是 ability to see, hear or understand，中文意思是：（1）感知能力；（2）感知看法，相当于感官意识，也就是六识中的“眼耳鼻舌身”。				
❷ 受想行识	Vijnanam	Consciousness	识	感官意识（六识中的“眼耳鼻舌身”） ＋ 心理意识（六识中的“意”）
受想行识的“识”，梵语是 vijnanam，孔兹译为 consciousness，也就是“意识”，既包括感官意识（六识中的“眼耳鼻舌身”），也包括心理意识（六识中的“意”）。				
❸ 无智亦无得	Jnanam	Cognition	智	感官意识（六识中的“眼耳鼻舌身”） ＋ 心理意识（六识中的“意”） ＋ 直觉的认知
无智亦无得的“智”更宽广了，梵语 jnanam，孔兹译为 cognition，牛津字典意思是 ability to acquire knowledge: the mental faculty or process of acquiring knowledge by the use of reasoning（理解）, intuition（直觉）, or perception（感官的知觉）。 中文意思是认知的能力：透由理解或直觉；或感官所得的认知。所以此“智”包含：分析的认知、直觉认知与感官的认知。				
❹ 阿耨多罗三藐三菩提	Bodhi	Enlightenment	菩提	开启心中与生俱有的潜能
无上正等正觉的“觉”，梵语 bodhi，孔兹译为 enlightenment，而 Encarta ® World English dictionary 对 enlightenment 的解释是 the realization of spiritual or religious understanding, or, especially in Buddhism, the state attained when the cycle of reincarnation ends and human desire and suffering are transcended，在这里，enlightenment 的中文意思有：（1）启迪、启发、启蒙；（2）开导，有开启心中与生俱有的潜能的意思。				
❺ 心无挂碍	Cittavarana	Thought	心	思惟分别
心无挂碍的“心”，梵语作 citta，孔兹译为 thought，中译：（1）思索；（2）思维的能力；（3）思考的过程。				

意词句中对于下列四个状态的表达：

❶ 主动与被动语态
❷ 主体与客体的关系
❸ 进行式与完成式时态
❹ 单数或复数的名词，甚至集合名词

孔兹是近代著名的“般若经”专家，通晓包括梵语、藏语、巴利语等十四种语言。平心而论，孔兹《心经》对于梵语语义表达的准确度肯定不输玄奘，甚至超越他。但两人的时空背景相差了一千三百年，孔兹拥有的知识量与交通便利度远远超越玄奘的年代，因此，拿两人来比较并不公平。不过我们所关心的是孔兹所拥有的优势，在现代有英语基础的读者也同样拥有。

没有学过梵语的读者，仍可透由现代英文精准的翻译，来探索梵语原意。

今天，透过网络，能协助我们跨越梵、英、汉语等不同语言限制而读经的便利工具至少有三种：

❶ **梵、汉、英计算机辞典：**能协助我们间接学习梵语，直指经文的原始意义。例如：香光信息网的佛教字辞典。

❷ **现代英文佛经译本：**认识现代英文精准的翻译模式，如孔兹的梵、英佛经。例如：大乘佛典英译数据库。

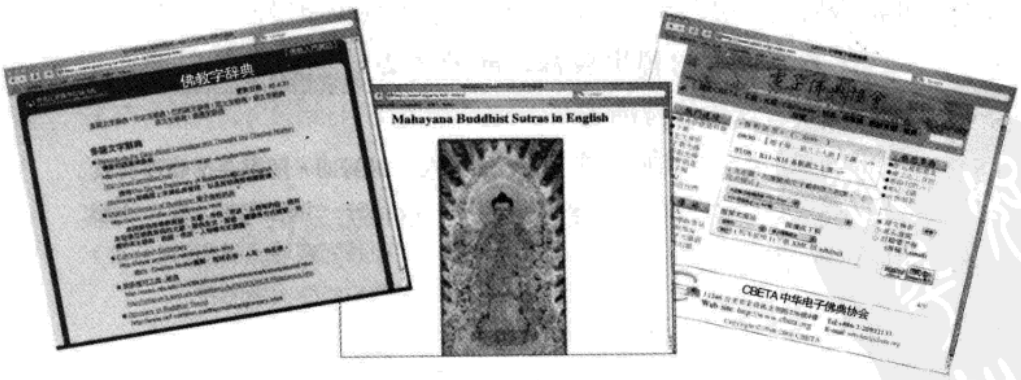
❸ **汉语佛经数据库：**体验古典经文的中文优美词句。例如：CBETA 中华电子佛典协会。

在此特别说明，梵语拼音系统有多种表现方式，涉及细微的发音差异，本书所采用的是让没有学过梵语的人能容易念诵的拼音标示。

善用现代读经工具

孔兹所拥有的优势，在现代有英语基础的读者也同样拥有。没学过梵文的读者，仍可透由现代英文的精准翻译，来探索梵语原始意义。

❶ 梵汉英计算机辞典	❷ 现代英文佛经译本	❸ 汉语佛经数据库
间接学习梵文，直指经文的原始意义	选择翻译精准的梵英佛典	体验古典经文的中文优美词句
香光信息网的佛教字辞典 网址： http://www.gaya.org.tw/library/bip/dictionary.htm	**Mahayana Buddhist Sutras in English** **（大乘佛典英译数据库）** 网址： http://www4.bayerea.net/~mtlee/	**CBETA 中华电子佛典协会** 网址： http://www.cbeta.org/index.htm



关键3 读《心经》略本，也要读广本

广本的重要意义

研读《心经》时，若能将广本配合略本来理解，就会有更全面、正确的认识。

什么是略本与广本呢？略本即是玄奘的译本，为了方便流通，直接切入主题探讨，而省略序分与流通分的部分文字。广本即是包括序分、正宗分与流通分，完整叙述《心经》说法现场的来龙去脉。

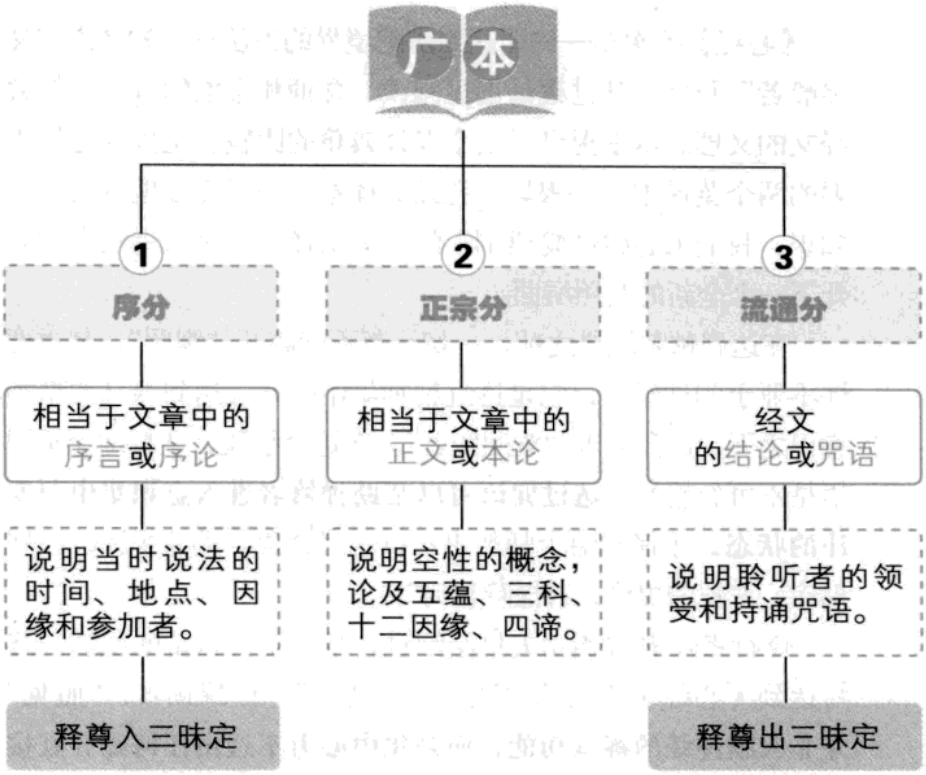
许多人可能会以为经文中所说的“观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，度一切苦厄”，只是观自在菩萨本身的行境，与初学者的修学毫无关联。这是因为在略本里并无问答的缘起，所以才有这样的误解。若阅读广本《心经》，就会有清楚的面貌。关键答案就在序分里的“释尊入三昧定”，以及流通分里的“释尊出三昧定”，两句话，**透露出“禅定观修”是整部心经实践的关键，**这已是超越“领悟心经义理概念”的层次。读者要慢慢体会。

不可忽略密教的观点

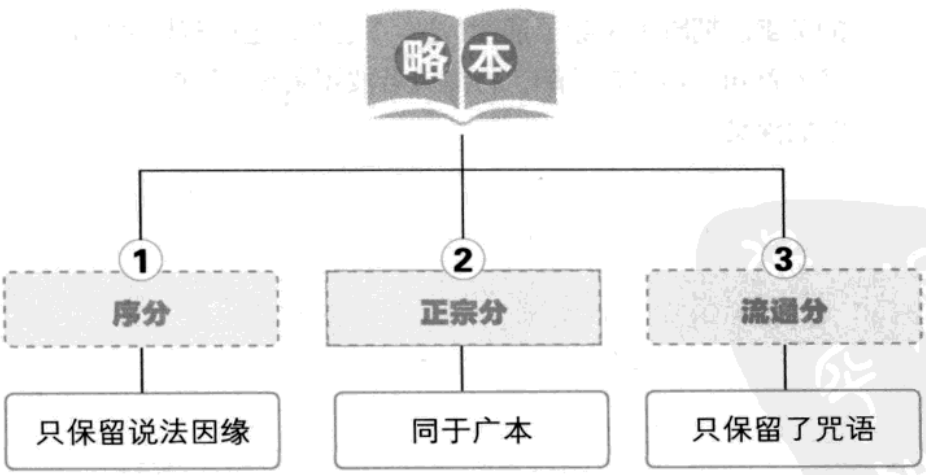
该如何进一步体会呢？《心经》里相关名相与义理的学习都是“文字般若”，如能透彻这些概念思想，是有机会体悟“世俗谛”（世间的真理）的。但若想要领悟“胜义谛”（宇宙究竟实相），必须对广本所说的“三昧定”有具体实践与心灵体悟，如此才可能更进一步到达“实相般若”的境界。这也就是说不可忽略从文字般若到达实相般若之间的“观照般若”。

有关三昧定的禅定观修，触及《心经》的实践层面，这一点在密教里有其独特的表现，这部分请仔细阅读本书第三部分“追根究底”里，空海大师与东初老人二人，如何从显义到密义层层剖析《心经》与《心经》咒语。这部分就是《心经》实践的修学次第所在。

《心经》略本与广本的差异比较



这两句话是整部《心经》实践的关键



关键4 掌握《心经》的修学次第：文字般若→观照般若→实相般若

《心经》的次第——即达到佛陀境界的方法——先是由“文字般若”开始。其过程是透过阅读、念诵和思惟的方式去领会经文的义理。本书提供了七个汉译典籍的比较，也呈现近代重要的两个英译本——穆勒与孔兹的译本。为了充分理解文字的知识，我们细心整理梵语词汇的字根意译，期盼读者能借此展开下一个全新的观照层面。

在达到佛陀境界之前，一切法都不能离开“观照”，其重要性不亚于阅读经文，它是透过精神集中的方式达到很高的精神意识之下，进而追求“观照般若”。在这个阶段，认真地念诵咒语是不可忽略的，**透过咒语可以帮助禅修者进入意识集中与专注的状态**，难怪空海大师严肃看待心经咒语“揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃”。

修行者随着观照功夫日渐深进，常住于三昧定的状态，终将达到《心经》所谓的“照见五蕴皆空”。提醒读者，**“照见”并非大脑神经的视觉功能，而是集中心力不透由任何媒介直接观照**，如此持续安住在专注于一的直观状态之下。

无论是“文字般若”或“观照般若”，我们都认真地为读者整理，试图成为一本重新阅读《心经》最适切的工具书。阅读与观照是学佛成道的重要途径，两者是修持成就与明心见性的关键。期盼大家除了诵读《心经》之外，也能有机会体认《心经》首句“观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时”的“行深”二字的深义。

行深——禅定观修的重要

文字般若	观照般若	实相般若
《心经》相关名相与义理的学习	“三昧定”的具体实践与心灵体悟	达到究竟涅槃与证得菩提的境界

实践比理解更重要

心经的实践——三昧定的禅定观修——在密教里有独特的表现。这部分请仔细阅读日本空海大师以及东初老人二人如何从显义到密义层层剖析心经以及心经咒语。这部分就是心经实践的修学次第所在。

日本空海《心经密键》	东初老人《心经思想史》
以密教的立场由显义至密义论述心经	推断出《心经》与密教的紧密关系

十个《心经》版本的特色比较

两个重要略本的特色比较

❶《摩诃般若波罗蜜大明咒经》姚秦·鸠摩罗什译（402~412）

❷《般若波罗蜜多心经》唐·玄奘译（649）

【推荐分析】

• 出现于魏晋南北朝，由鸠摩罗什所译的《心经》，可说是《心经》最早的版本，虽然它并无唐代玄奘译本语调顺畅、容易诵读的优点，但两者内容几乎相同。

• 两个版本的明显差异是，鸠摩罗什的译本在“正宗分”**多了一段强调“相状”的段落：**“舍利弗！色空故无恼坏相，受空故无受相，想空故无知相，行空故无作相，识空故无觉相。何以故。”有关“相状”的描述，与鸠摩罗什所译的另一部经《金刚经》表现方式近似，可相互呼应。

五个重要广本的差异

❶《普遍智藏般若波罗蜜多心经》唐·法月重译（739）

❷《般若波罗蜜多心经》唐·般若与利言等译（790）

❸《般若波罗蜜多心经》唐·智慧轮译（约860）

❹《般若波罗蜜多心经》（敦煌石室本）唐·法成译（856）

❺《佛说圣佛母般若波罗蜜多经》宋·施护译（980）

【推荐分析】

• 先说❶法月译本，在“序分”里详述此经的缘起，**细腻呈现分段的场景动作，**值得读者逐字阅读，体会其中的过程。

• ❷般若与利言共译的译本，不仅在正宗分保持略本简洁易诵的特质，序分与流通分等处同样维持能朗朗上口的优点。

• 这五个译本的重要性在于“三昧定”的描述，除了❶法月译本必读之外，在其他四个版本中，不妨取其一、二译本来阅读，肯定有助于了解三昧定更清楚的相貌。

• 多本比对能帮助概念的澄清。例如“无智亦无得”，在❸

智慧轮译本写着“无智证无得”，而❹法成译本是“无智无得，亦无不得”，两者对“无所得”的概念是更为清晰与宽广的。本书最后，将两个略本和五个广本的经文分段比对，制作成大表格，供读者参考。

三个近代英译本的特点

❶ 穆勒译本（1884）

穆勒首度将梵文《心经》以天城体与罗马拼音译本呈现给欧美世界，他的译本有着重要的历史地位。

❷ 孔兹译本（1967）

20 世纪西方研究般若经典最出色的学者孔兹，研究并翻译了略本梵文《心经》，这是非常精确的英文译本。

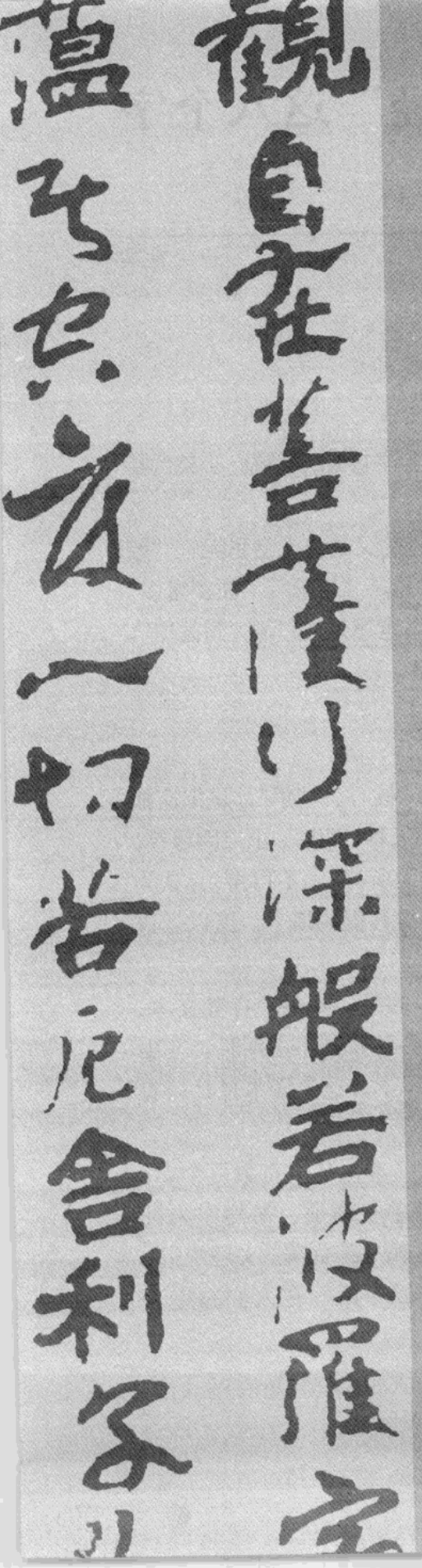
❸ Geshe Thupten Jinpa 译本（2002）

Geshe Thupten jinpa 所译的藏译英《心经》，是最新且重要的英文译本。

【推荐分析】

- 这三个译本首推孔兹译本，孔兹是语文天才，他的英文翻译用字精确，能忠实呈现梵语原义，**对于想真正了解般若思想的读者，一定要逐字思考阅读，才能领略此译本的优秀之处。**
- 至于穆勒译本，内容近似于玄奘译本，简单易读是其特性。

读者若欲详读本文所介绍的几个《心经》译本的经文，请详见本书附录。



Part 1

先睹为快

基础19问

1 “般若波罗蜜多心经”这八个字该怎么念?

《般若波罗蜜多心经》是中国人最常见的佛经之一，也最常被选作入门的佛教经典。但是有许多人却无法正确念出经名的这八个字，你怎么念呢?

◎ 正确的断读是“般若·波罗蜜多·心·经”

先说“般若波罗蜜多心经”这八个字该怎么断读呢？正确的断读是“般若·波罗蜜多·心·经”。

其次，这八个字该怎么念？它们所指的又是什么意思呢？“般若”是梵语 Prajna 的音译，念成 bōrě，意思是“智慧”。“波罗蜜多”是梵语 Paramita 的音译，或译成“波罗蜜”，意思是“度”或“到彼岸”。“般若波罗蜜多”**即是指透过智慧到彼岸**。

◎《心经》是代表般若思想的核心

“心”一字，梵语是 hrdaya，意思是“核心、精华”，是指这部经代表般若思想的扼要，精简阐述五蕴、三科、四谛、十二因缘等，都是空性的佛教核心义理。最后归于“无所得”（不可得），认为般若能度一切苦厄，达到究竟涅槃与证得菩提的境界。所以，这部经又简称为《心经》或《般若心经》。

《心经》是大乘般若思想中字数最少的经，此经现存梵文本，包括有尼泊尔发现的广本与日本保存的各种摩刻小本两种。在中国、日本广泛流传的是唐代玄奘大师的译本，这个译本总共只有二百六十字。

《心经》的版本甚多，无论是略本或广本，都只有数百个字，也都完整地阐述了佛教教义。不论是佛弟子读诵、书写作为日课，或是一般人当作护佑平安的经咒，这部文辞优美、义理深远，透着人生解脱真理的经典，千百年来早已“活”在人们的生活之中。

透由般若智慧到达解脱彼岸

《心经》的梵名

Prajna-paramita-hrdaya-sutra

般若　　波罗蜜多　　心　　经

【译名】般若·波罗蜜多·心·经

【意思】❶ 波罗蜜多经的核心

❷ 般若思想的核心

《心经》的目的



2 玄奘大师为何不将“般若”直接翻译成“智慧”就好？

“般若”所代表的智慧指的是证悟一切现象的真实性的智力。由于找不到适当的中文来表达，于是多数的汉译佛经就直接音译为“般若”。

“般若”的意思既然是“智慧”，那么玄奘大师为何不将“般若”直接翻译成“智慧”就好？

◎ “般若”一词在2世纪就出现了

其实Prajna（般若）这个梵语词汇，约在东汉时期，早已随佛教传入中国，当时就有西域高僧支娄迦谶（Lokak Shema）译出《道行般若经》（公元179年），是最早传译入中国的般若经。后来“般若”学说成为魏晋南北朝时期的显学，而现今在经藏中大乘经典重要的一大类——“般若部”，即是以般若波罗蜜多为中心的经典集成。所以，在玄奘大师译出《心经》（644）时，“般若”一词早已流行近五百年了。

Prajna除了最常见的“般若”译法之外，还有“波若”、“钵罗若”等不同的音译，而佛教典籍中的意译则为“智慧”、“智”、“慧”、“明”等。般若虽意指“智慧”，但与一般的智慧在意义上还是有差异的。“般若”不同于一般理解或辨识能力的智慧，它所代表的智慧指的是“圆满的知识”，是证悟空性的智慧。

◎ 没有适当汉字可表达而采音译

此外，“般若”既不是单纯的分析、判断、创造、思考的能力，也非一般所谓的聪明才智，它是指从**比较超越的角度（例如，非二元的观点）来看事情的智慧，是证悟一切现象真实性的智力。**由于找不到适当的中国文字来表达，于是多数的汉译佛经干脆不译，而直接音译为“般若”。

为了区别这种智慧不同于一般的智慧，佛经称“般若”为通达真理的“妙智慧”，以“妙”一字用来区隔世俗认定的智慧概念。

般若 = 妙智慧

梵语学习

Prajna 般若

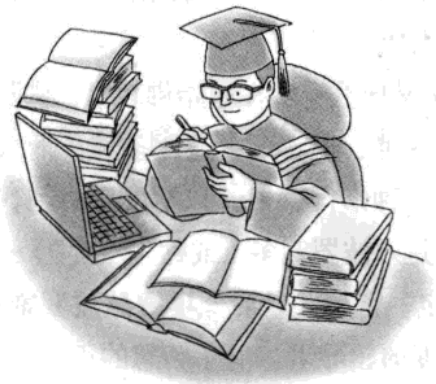
❶ 音译：念成 bō rě

❷ 意思：证悟空性的智慧 = 妙智慧



般若的古音和现在的发音差很多，试试看用闽南语发音应该比较接近。

比较两种智慧



世间的智慧

一般理解或辨识的能力，例如善恶、美丑、有无等等（即二元观点）。



般若 = 妙智慧 = 圆满的知识

超越二元的观点

妙智慧

佛经里的“妙”字是用来表达超越世俗、无法形容的意思：

妙智慧	妙吉祥	妙乐	妙有
用来说明般若，是“圆满的知识”，不同于一般理解或辨识能力的智慧。	无法用人类文字语言描述的吉祥。	殊妙之欢乐，无法用人类文字语言描述的喜乐，不是人类心理或身体的喜乐。	非有之有，表面像是有，实际却是空，是特殊的存在状态等等。

3 “波罗蜜多”是什么意思？

“波罗蜜多”简称“波罗蜜”，意思是“渡过生死轮回的苦海，到达解脱的彼岸。”

《心经》第二个重要词汇是“波罗蜜多”，或译成“波罗蜜”。它可有两种意思，一是在**圆满成就任何事时**，印度人就称它为“波罗蜜多”。二是当想要成就任何事时，从开始朝向目标，到圆满达成，**这中间的过程、方法，也称为“波罗蜜多”，这就是“度”或“到彼岸”的意思**。

就佛法的究竟目的来说，所谓的“彼岸”意指没有烦恼、不再轮回的彼岸。所以，“波罗蜜多”比较完整的解释是“从生死轮回的苦海，渡到解脱的彼岸”，脱离生死轮回的苦海而获得自在，这便是佛法解脱人生苦痛的最终目的。

但能让人到达彼岸的方法又是什么呢？在原始佛教里，佛陀说要修习戒、定、慧三学，要直观苦、集、灭、道四圣谛；而大乘菩萨道则标举包括三学在内的六种修行德目，只要发愿修习，就能协助人进入解脱的境界，那就是六波罗蜜多（或称“六度”）——布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧。**最后一项智慧波罗蜜多，即是般若波罗蜜多，是其他五度的领导者**，有了智慧的正确引导，修习其他五度才能真正实践出自利利他的精神，让一切众生到达无有苦痛的清凉彼岸。

六波罗蜜多

梵语学习

Paramita 波罗蜜多

❶【音译】：“波罗蜜多”或“波罗蜜”

❷【意思】：是“度”或“到彼岸”

❸【引申义】：没有烦恼、不再轮回的彼岸

❹【六波罗蜜多】：修行者若经由这六种修行德目，可达到解脱的境界。亦译作六度。

英文翻译是 six perfections，包括：

1. 布施（dana）charity
2. 持戒（sila）morality
3. 忍辱（ksanti）forbearance
4. 精进（virya）effort
5. 禅定（dhyana）meditation
6. 智慧（prajna）wisdom

六波罗蜜多，是指布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧六种修行德目，可以度“六蔽”，就是悭贪、毁犯、瞋恨、懈怠、散乱与愚痴。修行者经由此六种修行德目，便可到达解脱的境界。六波罗蜜多亦译作六度。

六波罗蜜多

1. 布施波罗蜜多 —度→ 悭贪
2. 持戒波罗蜜多 —度→ 毁犯
3. 忍辱波罗蜜多 —度→ 瞋恨
4. 精进波罗蜜多 —度→ 懈怠
5. 禅定波罗蜜多 —度→ 散乱
6. 般若波罗蜜多 —度→ 愚痴

六蔽

4 《心经》起源于何时?

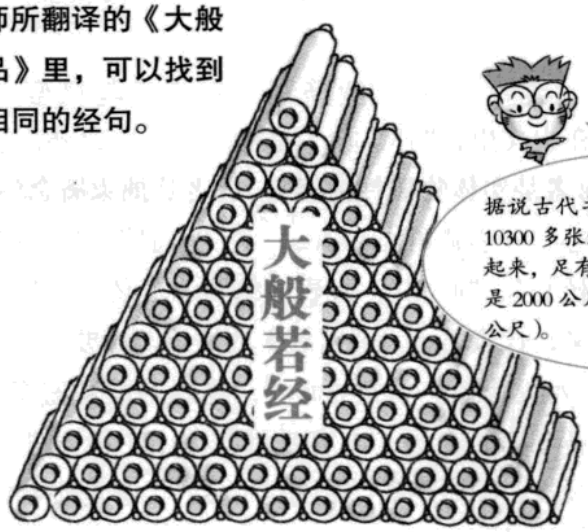
《心经》本来并非独立的经典，而是出自玄奘大师翻译的《大般若经》。那么，它是于何时开始单独流通的呢?

许多人读诵、书写《心经》，但大部分的人大概不知道它本来并非独立的经典，而是出自玄奘大师翻译的《大般若波罗蜜多经》(Maha-prajna-paramita-sutra，以下简称《大般若经》)，在此经中的《学观品》可以找到与《心经》几乎完全相同的经句。由于《大般若经》多达600卷，部帙庞大，**为了易于受持，所以古德才将这最精要、最核心的部分摘录出来，**单独流通，因此而得“心经”之名。

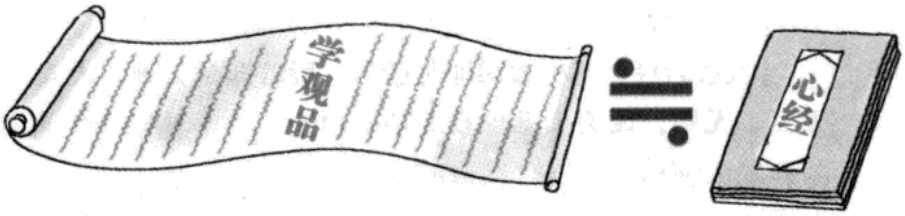
《心经》既然是出自《大般若经》，那么它是于何时开始单独流通的呢?学者们始终无法确认。但从流通的版本，可以推断一二。《心经》的版本甚多，短者称“略本”，长者称“广本”。较为著名的略本有二本：一是姚秦的鸠摩罗什所译的《摩诃般若波罗蜜大明咒经》(402~412)，二是唐代的玄奘所译的《般若波罗蜜多心经》(649)。所以，根据鸠摩罗什译本的翻译年代推断，**《心经》开始单独流通的时间，应不会晚于5世纪初。**

260字经文的来源初探

《心经》是大乘般若思想里字数最少的经，在玄奘大师所翻译的《大般若经》的《学观品》里，可以找到与《心经》几乎相同的经句。



据说古代书写大般若经需要用到10300多张纸，如果把这些纸连接起来，足有四华里多的长度，也就是2000公尺长呢！（1华里＝500公尺）。



从现存最早的版本看《心经》的流行年代

【现存最早的版本】

五世纪（402 ~ 412）

鸠摩罗什翻译





原来中国人在五世纪就已经在读《心经》了。

《摩诃般若波罗蜜大明咒经》里的摩诃，是梵文maha，是“大”的意思。大明咒指的是《心经》里的那几句咒语：揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛……



注意！他们两人翻译的经名差很多哩！

【现存最早的版本】

七世纪（649）

玄奘大师翻译



5 《心经》=《大般若经》？

《心经》的“心”一字，梵文原意是“心脏”、“肝脏”两种意思，引申为“核心”、“心要”，代表最精要的法义。因此《心经》是最精要的法义，代表《大般若经》的浓缩与精要。

◎《心经》是《大般若经》的浓缩与精要

在中文里，“心”除了是指“心脏”之外，还有“意识”的意思，**前者是实体物质性的器官，后者是抽象概念的名词**。而《心经》的“心”一字梵语作 hrdaya，有“心脏”、“肝脏”两种意思，引申为“核心”、“心要”，代表最精要的法义。因此《心经》是最精要的法义，代表着《大般若经》的浓缩与精要。

《大般若经》总共 600 卷，是般若波罗蜜多义理的说法结集。经文各卷有长有短，内容是佛陀在四个地方进行十六次集会所记载的经文，即所谓的“四处十六会”。这是般若经总集中最完整的编辑作品，其中涵盖一般人熟知的《般若波罗蜜多心经》（简称《心经》）与《金刚般若波罗蜜经》（简称《金刚经》）。

《大般若经》宣称**大乘即是般若，般若即是大乘，大乘与般若无二、无别，成为大乘佛教的基础理论**。据说当时玄奘原本考虑将此经浓缩精简，以舍弃诸多重复的内容。不过，后来因一场梦而改变心意，决定进行完整的翻译，于是今日我们得以看到《大般若经》的全部文集。

◎《心经》呈现重要的佛教核心概念

在距玄奘千年之后，英国研究大乘佛教的代表人物艾德华·孔兹（Edward Conze, 1904~1979），于 1973 年起，也陆续将梵语的《大般若经》翻译成英文，最后也同样进行了浓缩版的《心经》翻译。

虽然《心经》的字数只有二百六十个字，但所包含的意义非常广阔。不仅是《大般若经》的精华，同时也完整地呈现重要的佛教核心概念。如：五蕴、六根、六触、十二处、十八界、十二因缘、四谛、六度、究竟涅槃、阿耨多罗三藐三菩提等。在此提醒读者，**认识《心经》重要的词汇与关键词，势必有助于佛教典籍的阅读与理解**。

萃取《大般若经》的精华

梵语学习

hrdaya 心

❶ 原义：心脏、肝脏

❷ 引申义：核心、心要，代表最精要的法义

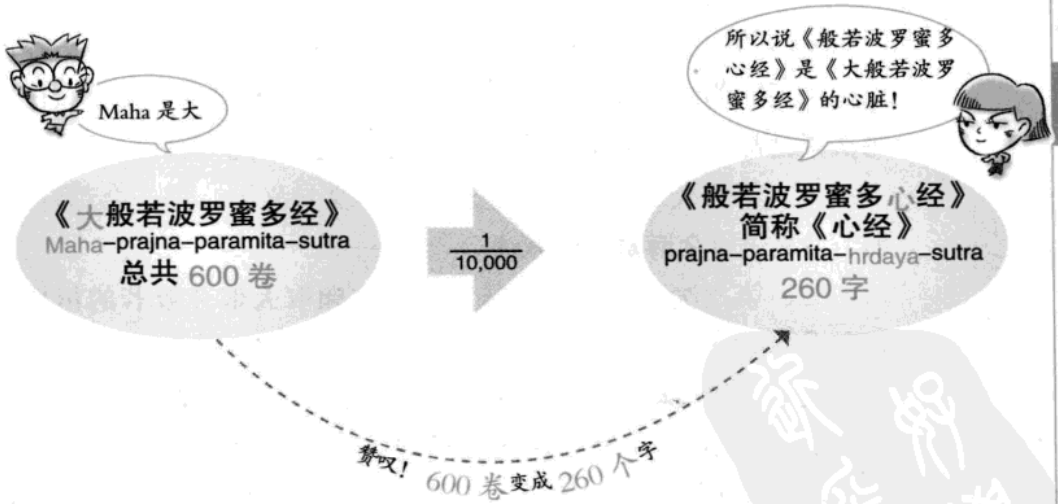
两部经的梵文比较：

Maha – prajna–paramita – sutra

大　般若　波罗蜜多　经

Prajna–paramita – hrdaya – sutra

般若　波罗蜜多　心　经



6 什么是《大般若经》？

《大般若经》由玄奘大师所译，总共六百卷，全经共十六会，据说是佛陀分别在灵鹫山、给孤独园、他化自在天宫、竹林精舍，所宣说的诸法皆空的义理。

◎《大般若经》的结集

《心经》是般若思想的精要说明，而完整的般若思想则必须参看《大般若经》，其内容主要是**佛陀宣说诸法皆空的义理**。

这部经由玄奘大师翻译，总共六百卷、十六会，是中观学派（注：架构于龙树思想的学派，主张一切现象都无真实体性，仅是概念所假立）所依据的根本经典，其中第二会《二万五千颂般若》、第四会《八千颂般若》与第九会《金刚般若》是般若经的基本思想。这三会的内容大概成书于公元前一世纪左右，至于其他各会则是在后来的几个世纪中成书的。一般认为**《大般若经》的结集最早出现于南印度，后传播到西、北印度，且在贵霜王朝（一世纪至四世纪）时广为流行**。很幸运的是，《大般若经》诸多梵文本至今多数保存良好。

◎ 十六次集会的内容

《大般若经》全经共十六会，据说是佛陀分别在王舍城的鹫峰山、舍卫国的给孤独园、他化自在天宫、竹林精舍的白露池说出。每次集会都在宣说空理，但重点不同，其差异性整理如下：

一、第一次至第五次：这五会内容文异义同，每一会都针对般若教义进行**全面系统**的叙述。

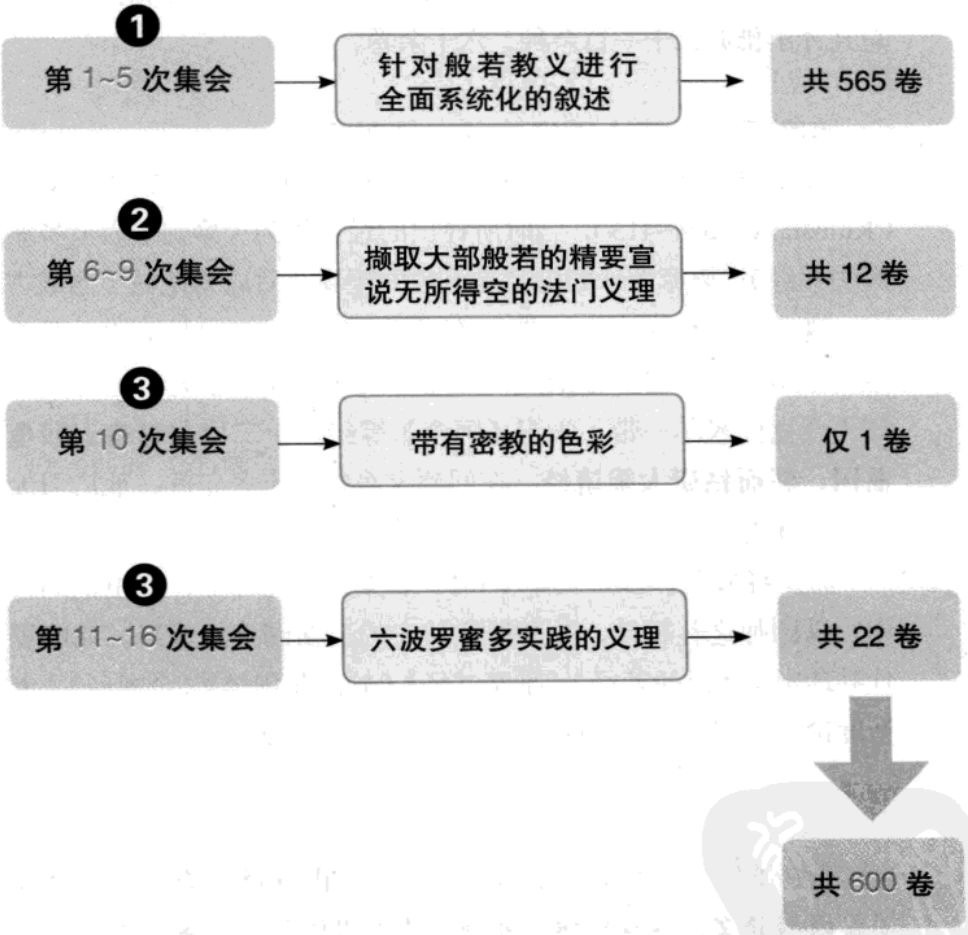
二、第六次至第九次：这四会内容**撷取大部分般若的精要**，宣说无所得空的法门义理。

三、第十次集会：此会最特殊，带有**密教的色彩**。内容是为佛对金刚、菩萨等说一切法甚深微妙般若理趣清净法门等。

四、第十一次至第十六次：最后的六会内容依序谈论**六波罗蜜多**（六度）实践的义理，人们如果修习这六种方法，就有机会获得解脱。

般若十六会

般若十六会是大乘佛教史上关于般若思想的十六次讨论集会，从公元前一世纪以来，前前后后历经了数百年才完成。整个般若十六会所结集出来的庞大内容，经过玄奘大师大规模地整编、翻译，就是我们今天所见到的 600 卷《大般若经》。



7 《心经》第一个汉译本是谁翻译的?

五世纪，来自西域龟兹的鸠摩罗什，在中国长安译出了《摩诃般若波罗蜜大明咒经》，这是目前所留传下来最早的《心经》版本。

佛教从一世纪传入中国后，二世纪起开始译经，现今所见的汉译佛典绝大部分完成于魏晋南北朝（三至六世纪）与隋、唐时期（六至十世纪初），这段时期出现许多伟大的佛经译师。其中以西域龟兹鸠摩罗什、印度西北的真谛、中国河南的玄奘与斯里兰卡的不空等四位最为著名，在中国他们被称为“四大翻译家”，至于其他有姓名记载的佛典翻译家尚有二百多位。在诸译师们的努力下，总共译出佛典二千一百余种，六千余卷。

◎ 鸠摩罗什广习大乘经论并主持译经

最早译出《心经》的是五世纪来自西域龟兹的鸠摩罗什（Kumarajiva, 344~413），当时所译出的经名称为《摩诃般若波罗蜜大明咒经》。鸠摩罗什的父亲是天竺的望族，后成为龟兹（西域古国，现今中国新疆库车一带）的国师，娶龟兹王之妹为妻，后来生下了他。七岁时，他跟随母出家学习小乘佛教，九岁随母到罽宾（今克什米尔一带）学习《阿含》等经。**十二岁与母亲返回龟兹国，转而钻研大乘诸经**。在回到家乡的二十多年间，他广习大乘经论并为大众说法，名闻西域诸国。

后几经战乱，弘始三年（401）后秦主姚兴称王，敬重他的才学，以国师之礼相待，并邀他住长安的逍遥园主持译经。鸠摩罗什共译出《大品般若经》《维摩诘经》《妙法莲华经》《金刚经》《大智度论》《中论》《百论》《成实论》等著名的大乘经典 35 部 294 卷。

◎ 译文融合汉、梵文，易于理解

鸠摩罗什在佛经翻译上最大的特色是**由直译改为意译，融合了汉语与梵文，辞藻华丽，使诵习佛经者能易于理解接受**。其弟子多达三千人，其中闻名者有僧肇、僧叡、道融、道生，称为“什门四圣”。他于公元 413 年圆寂，火化后据说舌头不烂，表示他所翻译的经典，绝对可靠无误。

四大译经家

中国人推崇的四大译经家，有三位分别来自不同的国家，包括西域的龟兹国、印度西北的优禅尼国、斯里兰卡的师子国，只有玄奘来自中国河南。也就是说，除了玄奘之外，其余三位都是来到中国译经擅长汉语的外国人。



他就是第一位译出《心经》的人。



① 鸠摩罗什

（Kumrajva，344~413，一说 350 ~ 409）后秦的僧人、译经家

西域龟兹人（今新疆库车一带）



③ 玄奘

（602 ~ 664）唐代旅行家、高僧

洛州缑氏人（今河南）



② 真谛

（Paramrtha，499 ~ 569）南朝梁、陈时的僧人、译经家

优禅尼国人（当时的印度西比，今巴基斯坦）。

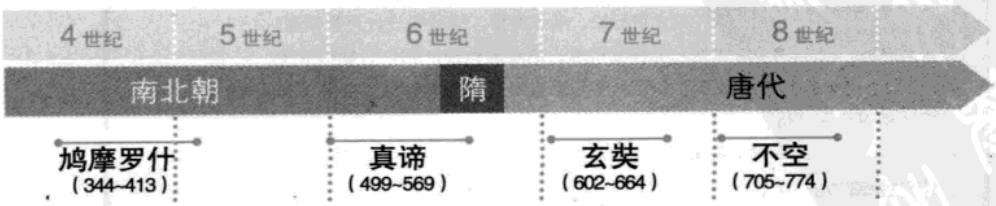




④ 不空

（Amoghavajra，705 ~ 774），唐代僧人，密宗祖师之一

师子国（今斯里兰卡）人



鸠摩罗什：西域最伟大的译经家



鸠摩罗什在9岁时就做了小留学生，与母亲同往克什米尔、疏勒一带学习佛法。

鸠摩罗什40岁时决心前往中国弘法，却因为长年战乱，18年后才到达中国长安，展开译经工作。

鸠摩罗什的一生

1. 公元344年，鸠摩罗什于龟兹（今新疆库车）诞生。鸠摩罗什的父亲鸠摩炎是天竺（印度）人，曾被拜为龟兹国师，母亲是龟兹国王白纯之妹。
2. 7岁随母出家，初学小乘佛教阿毗昙学（Abhidharma）。
3. 9岁随母，越过葱岭，渡印度河到罽宾（今克什米尔一带），学习《阿含》等经。
4. 12岁和母亲返回龟兹，途中在沙勒（即沙勒国，今新疆疏勒一带）停留一年，遇到莎车大乘名僧须利耶苏摩（Aryasoma，莎车国王子），聆听《阿耨达经》（Anavatapta），悟世界事物空无自相，从此改学大乘方等诸经，受诵《中论》、《百论》和《十二门论》等。
5. 返回龟兹后二十多年间，广习大乘经论，学识渊博，讲经说法，声誉很高。
6. 公元382年，前秦苻坚派遣吕光出兵西域，后攻陷龟兹（384），掳得罗什。
7. 后因苻坚被杀，吕光回不了中原，便割据凉州（今甘肃省武威县）（386），自立为凉王，罗什相随留在凉州。
8. 公元401年，后秦姚兴打败凉州吕光，迎罗什入关，罗什于长安开始译经（402），这时罗什已经58岁。



是谁促使鸠摩罗什前往长安译经？

四世纪的中国，是魏晋南北朝时期，佛教颇为盛行，当时有位重要人物道安法师，他是中国佛教界领袖，不仅创立了中国僧伽制度，也系统性整理佛教经典目录。许多从龟兹游学归来的僧人，经常向他称赞鸠摩罗什才华洋溢、博学多闻，在西域拥有很高的声誉。道安得知后，力劝当时的前秦国王苻坚迎请鸠摩罗什前来长安说法。



为什么鸠摩罗什走了十八年才到长安？

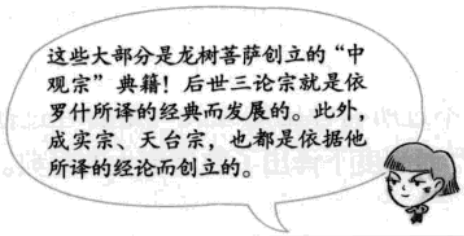
公元 382 年，前秦苻坚派遣大将吕光出兵西域，随后攻陷龟兹（384），鸠摩罗什被掳，准备被带回长安。此一期间中原境内发生淝水之战（383），东晋大败前秦大军，之后苻坚被杀（386），吕光无法回到长安，只好割据凉州，自立为凉王，建立史上的后凉。被掳的鸠摩罗什便随吕光滞留在凉州达十六年。

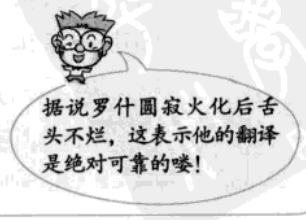
直到公元 401 年，后秦打败吕光，后秦国王姚兴便赶紧派人将鸠摩罗什迎到长安。姚兴信奉佛教，迎得鸠摩罗什如获至宝，待他以国师之礼，并全力协助他在长安逍遥园主持译经工作。

鸠摩罗什译出的重要经典

《妙法法华经》、《维摩诘经》、《金刚经》、《中论》、《百论》、《十二门论》、《大品般若经》、《小品般若经》、《大智度论》……鸠摩罗什留下来的翻译典籍共有 35 部 294 卷。







8 流传最广的汉译本是谁译的?

唐代玄奘大师西行印度取经十七年后,回到长安译出了《心经》,这是大乘佛教般若思想的核心典籍,由于译文直接清晰,朗朗上口,遂广为流行。

◎ 玄奘西行取经的目的

玄奘是中国唐代旅行家、译经家与高僧。他生于公元600年前后,十三岁在洛阳出家,成年后游历学法,接触各派理论。虽然唐朝佛法昌盛,但当时译经多讹谬,异说纷纭,玄奘经常感到困惑,无从获解。**特别是对于“摄论”、“地论”两家关于法相之说各异,深感疑惑,**于是兴起去印度求法以会通一切的念头。就在这时,一位由印度来到长安的印度僧人波颇密多罗,向他介绍了印度那烂陀寺高僧戒贤法师的讲学规模,以及他所讲授的《瑜伽师地论》,更坚定了玄奘赴印度求法的决心。

唐贞观年间,玄奘为了一探《瑜伽师地论》,悄悄地自长安出发,越过严密的军事关防,成为偷渡客一路西行。好在有高昌国王的帮助(高昌即今天的新疆吐鲁番一带),玄奘顺利越过了险恶沙漠和天山屏障,游历当时世界经济、交通最繁华的西域诸国(即今天战乱的中亚一带),最后来到克什米尔和印度各地学法,并在印度赫赫有名的那烂陀寺学习与讲学。

玄奘前后西游长达十七年,跋山涉水,行程五万里,携回梵文经典520匣、657部。回中国之后主持国家译经场,专门从事翻译,十九年间共译佛经75部、1335卷。**曾助他度过险恶沙漠的《心经》和他一心向往的《瑜伽师地论》都在其中。**

◎ 主持有史以来规模最大的国家译经场

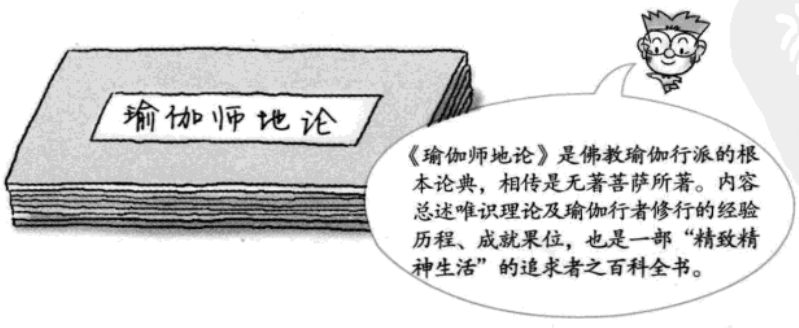
玄奘共译出了上千卷经典,他是怎么做到的?佛经传入中国,早期是个人独力完成,后来便是靠团队工作完成的。**中国从四世纪东晋以来,便由官方设立“译场”专门翻译佛典,来自各地的译经家在译场从事译经。**五世纪鸠摩罗什主持的译场有四百多人,而唐代玄奘大师的译场有六百多人,是历代规模最大的译场。译场都是有编制和流程的,所有译经工作都在玄奘的领导主持下进行,虽不一定是他亲自翻译,不过所有译出的经文一定要经过他严格审定,玄奘就是在这样的严谨制度下译出了数量庞大的经典。

为了《瑜伽师地论》而远行印度

玄奘西游印度前后达十七年，行程五万里路，总共携回梵文经典 520 匣、657 部。随后十九年间在长安主持译经工作，共译出佛经 75 部、1335 卷，堪称译经数量最多的译经大师。但大家也许未注意到他远行印度是为了一探《瑜伽师地论》这一部经书。后来玄奘大师也如愿以偿地将这部经译成中文。

- **627** 年 玄奘为了一探《瑜伽师地论》而潜离长安，前往印度。
- **636** 年 到达印度那烂陀寺，见到戒贤大师，学习了《瑜伽师地论》这部经，并在印度各地游历求法。
- **645** 年 玄奘回到长安，隔年口述完成《大唐西域记》。
- **648** 年 玄奘 47 岁终于在长安译出《瑜伽师地论》100 卷，同时由唐太宗为此经作序。
- **649** 年 译出当年陪同玄奘度过艰厄旅途的《心经》。
- **658** 年 玄奘迁居玉华寺，持续致力译经。
- **660** 年 开始译《大般若经》。此经梵本计二十万颂，卷帙浩繁，门徒每请删节，玄奘颇为谨严，不删一字。公元 663 年，终于译完这部多达 600 卷的巨著。





玄奘大师的西行足迹


快乐的旅程：中亚的探险旅行
辛苦的旅程：沙漠的探险旅行
正式展开在天竺的学习
持续在天竺各地的学习
在佛学辩论大会上大显身手
哈萨克
碱海
乌兹别克
吉尔吉斯
天山
库车
吐鲁番
(高昌国)
土库曼
塔什干
撒马尔罕
塔吉克
葱岭
伊朗
阿富汗
喀布尔
巴米扬
白夏瓦
喀什米尔
西藏
巴基斯坦
勒克瑙
(曲女城)
尼泊尔
摩揭陀国
孟加拉
缅甸
阿拉伯海
孟加拉湾
❸
❷
❹
❺
❽
❻
❼



❶ 离开长安（627）

为了求法《瑜伽师地论》，偷渡出境，冒险西行。

❷ 新疆高昌之旅（628）

受到高昌国王曲文泰的礼遇，赠与马匹和西行推荐信。并经过屈支国（库车），准备越过天山山脉。

❸ 探索中亚佛国

越过天山山脉之后，展开中亚诸国的探险。包括：

1 素叶城古国（今吉尔吉斯的碎叶城）

2 笯赤建国

3 飒秣建国（分别为今乌兹别克首府的塔什干、撒马尔罕城，是当时丝路上的两大国际经贸重镇）

4 迦毕试国（阿富汗首都喀布尔的西北）

5 梵衍那国（世界著名巴米扬大佛的所在地）

6 犍陀罗国（犍陀罗佛教艺术的重镇）

7 乌仗那国（莲花生大师的家乡）

❹ 克什米尔的求法学习（631）

即迦湿弥罗国，这是现在印巴冲突的火药库，在公元七世纪可是佛法昌隆之地，玄奘就在这里全面展开求法的学习。

❺ 北天竺的学习（633~635）

两年内参访六位大师。

❻ 中天竺那烂陀寺的学习（636）

这是世界佛教的最高学府，玄奘终于见到了戒贤大师，学习七部重要佛典，包括了他所向往的《瑜伽师地论》。玄奘极受戒贤赏识，后来还特为那烂陀寺僧众开讲摄论、唯识抉择论。

❼ 南天竺各地的持续学习

到七个国家访师参学。

❽ 在曲女城大显身手（642）

曲女城即现在印度恒河西岸之勒克瑙。玄奘会见戒日王，参加佛学辩论大会，辩才无碍，获得大乘天与解脱天的称号，并参加为期七十五天辩经的无遮大会，名震五印。而后玄奘便整装归国，公元 645 年回到长安。

9 《心经》到底有多少种译本？

《心经》有两个重要的略本，分别由鸠摩罗什与玄奘所译，还有其他五个重要的广本。现在最流行的译本是玄奘的译本。

从第五世纪初姚秦鸠摩罗什到第十世纪北宋太宗近六百年间，印度梵语的《心经》被译成中文，前后多达十一次，可见其受大众欢迎的程度。在如此多次的迻译之中，大致上可分略本（小）与广本（大）两种形式。

略本与广本的差异在哪里呢？一般而言，佛经的结构通常都分成三大部分——序分、正宗分、流通分。“序分”如同一篇文章的序言，说明佛陀说法的时间、地点、因缘、与会听众；“正宗分”是文章的主要部分，重点是在阐述该经的义理；而“流通分”好比结论，点出与会听众谛听佛法之后皆大欢喜，信受奉行作礼而去。**《心经》的略本仅特别着重“正宗分”的部分，而广本的内容则有完整的三个结构**。

在所有现存的《心经》汉译本中，除有《摩诃般若波罗蜜大明咒经》（鸠摩罗什译）、《般若波罗蜜多心经》（玄奘译）的两个重要略本外，还有其他五个重要的广本。此外，中国并传有玄奘**直译**梵音的《梵本般若心经》。另外还有由藏文转译成汉文的《心经》。现在最流行的译本是玄奘的译本，全经有二百六十字。

◎ 重要的二个略本

一、《摩诃般若波罗蜜大明咒经》（402~412），姚秦・鸠摩罗什译

二、《般若波罗蜜多心经》（649），唐・玄奘译

◎ 重要的五个广本

一、《普遍智藏般若波罗蜜多心经》（739），唐・法月重译

二、《般若波罗蜜多心经》（790），唐・般若与利言合译

三、《般若波罗蜜多心经》（敦煌石室本，856），唐・法成译

四、《般若波罗蜜多心经》（约860），唐・智慧轮译

五、《佛说圣佛母般若波罗蜜多经》（980），宋・施护译

留存下来的七个汉译本

略本

402~412 一、《摩诃般若波罗蜜大明咒经》(402~412)，姚秦·鸠摩罗什译

649 二、《般若波罗蜜多心经》(649)，唐·玄奘译

广本

739 一、《普遍智藏般若波罗蜜多心经》(739)，唐·法月重译

790 二、《般若波罗蜜多心经》(790)，唐·般若与利言合译

856 三、《般若波罗蜜多心经》(敦煌石室本·856)，唐·法成译

860 四、《般若波罗蜜多心经》(约860)，唐·智慧轮译

980 五、《佛说圣佛母般若波罗蜜多经》(980)，宋·施护译

还有四种译本已遗失

223 一、《摩诃般若波罗蜜多咒经》(223？)，三国·支谦译
→只出现在《开元释教录》的目录

693 二、《般若波罗蜜多那经》(693？)，唐·菩提流志译
→只出现在《开元释教录》的目录

700 三、《摩诃般若随心经》(700？)，唐·实叉难陀译
→只出现在《开元释教录》的目录

? 四、《佛说般若波罗蜜多心经》(？)，唐·义净译
→此版本在咒语后有一段不同一般译本、独有的流通分，描述读经的功效。有些学者认为此版本可能是玄奘汉译本的误用，因此《大正藏》未收录，但日本存有此本的抄本。

(注：七种《心经》汉译本请见附录第232页。)

10 “广本”心经与“略本”有何不同？

广本与略本的不同在于序分、正宗分与流通分“三分”结构的增减。

《心经》的目的是阐述佛教的空性义理，那么，广本与略本的不同到底是什么呢？主要在于序分、正宗分与流通分“三分”结构的增减。

◎略本精简了三分结构，广本则有完整铺陈的三分结构

玄奘或鸠摩罗什的略本，当时可能因方便读诵，因而省略了交代时空背景和缘由的序分的部分文字，以及赞扬勉励的流通分的局部文字。其他多种古译广本或藏译本，则仍维持完整铺陈的序分、正宗分与流通分三部分。

精简过的略本，虽然方便流通持诵，却省略掉很重要而不可忽略的情境说明，即序分里的“释尊入三昧定”，以及流通分里的“释尊出三昧定”。**以下以唐·智慧轮译的《般若波罗蜜多心经》说明这部分的内容。**

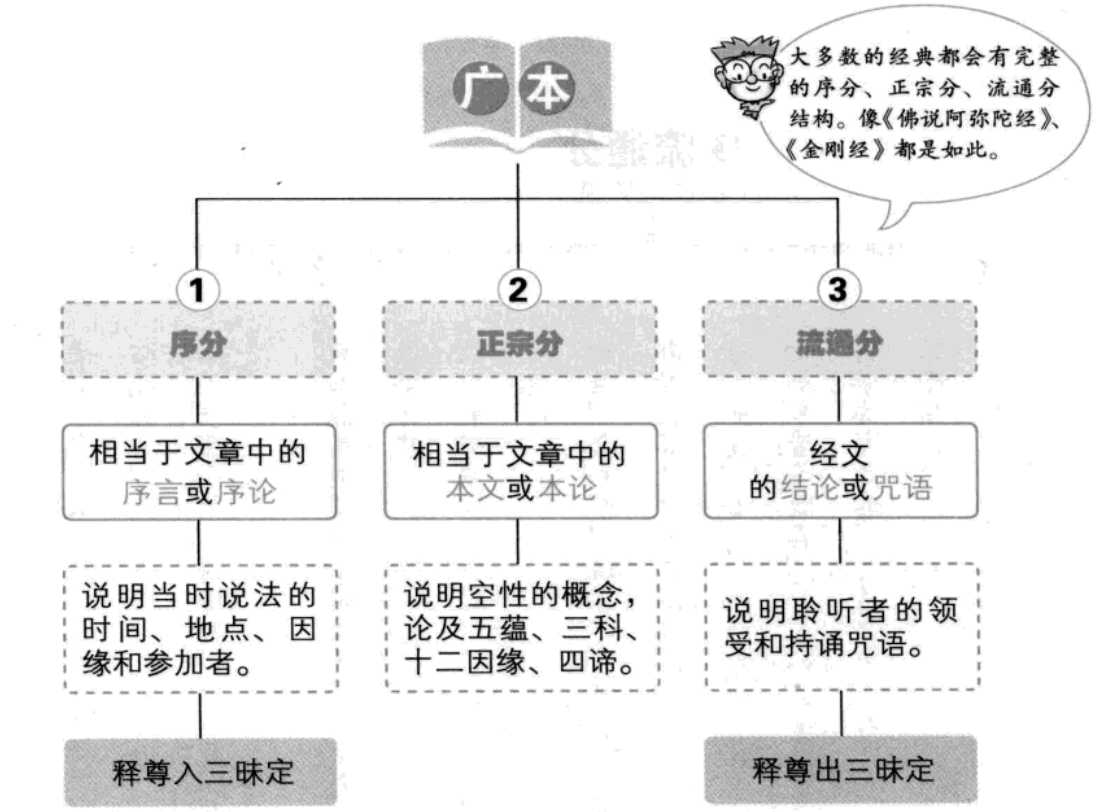
（序分）如是我闻，一时薄诃梵，住王舍城鹫峰山中，与大比丘众，及大菩萨众俱。尔时世尊，入三摩地，名广大甚深照见。时众中有一菩萨摩诃萨，名观世音自在，行甚深般若波罗蜜多行时，照见五蕴自性皆空。即时具寿舍利子，承佛威神，合掌恭敬。

说明这场盛会是在王舍城的灵鹫山举行的，许多大比丘与大菩萨都来参加。**一开始，佛陀就进入三摩地（三昧），观自在菩萨也在观照甚深微妙的般若波罗蜜多。**接着点出舍利弗依仗佛陀的威神力，恭请观自在菩萨说法。

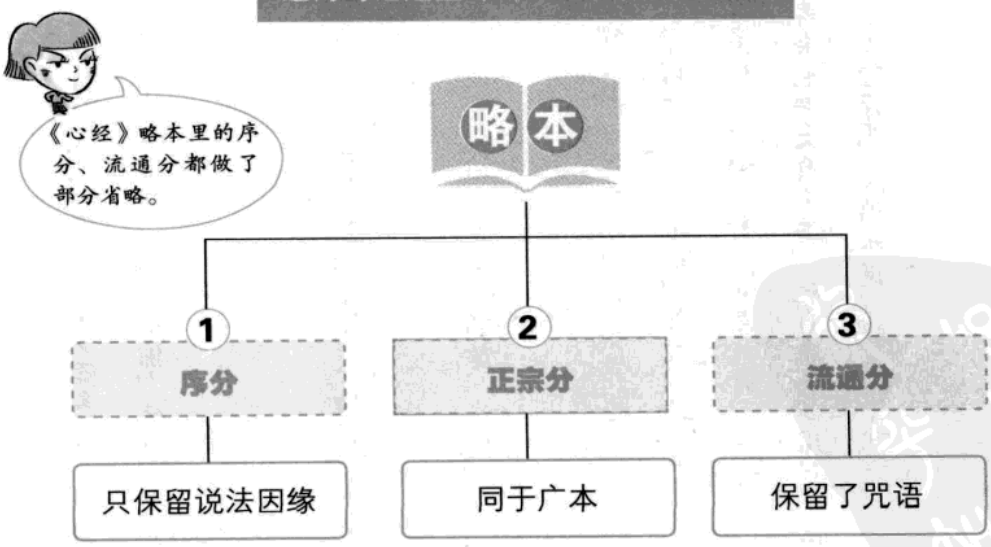
（流通分）如是，舍利子！诸菩萨摩诃萨，于甚深般若波罗蜜多行，应如是学。尔时，世尊从三摩地安详而起，赞观世音自在菩萨摩诃萨言：“善哉！善哉！善男子，如是如是，如汝所说，甚深般若波罗蜜多行，应如是行。如是行时，一切如来，悉皆随喜。”尔时，世尊如是说已，具寿舍利子，观世音自在菩萨及彼众会一切世间天、人、阿修罗、干闼婆等。闻佛所说，皆大欢喜，信受奉行。

流通分写着佛陀出定后，赞叹圣观自在菩萨并告诉勉励与会人士。听众们谛听佛陀说法后都无比欣喜，进而信受、奉行佛陀所说的法。这种有完整铺陈的三分结构，亦可见于唐代般若和利言合译的版本中。

广本与略本的结构比较



这两句话是整部《心经》实践的关键



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。

❶ 流通分

（结论与咒语）

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。

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，菩提娑婆诃。

如是，舍利弗！诸菩萨摩诃萨于甚深般若波罗蜜多行，应如是行。』如是说已，即时世尊从广大甚深三摩地起，赞观自在菩萨摩诃萨言：『善哉！善哉！善男子，如是，如是。如汝所说，甚深般若波罗蜜多行，应如是行。如是行时，一切如来皆悉随喜。』尔时，世尊说是语已，具寿舍利弗大喜充遍，观自在菩萨摩诃萨亦大欢喜。时彼众会，天、人、阿修罗、干闼婆等，闻佛所说，皆大欢喜，信受奉行。

《般若波罗蜜多心经》（唐·般若与利言合译）：

❶ 序分
（序文或序论）

如是我闻。一时，佛在王舍城耆阇崛山中，与大比丘众及菩萨众俱。时佛世尊即入三昧，名广大甚深。尔时众中有菩萨摩诃萨，名观自在，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，离诸苦厄。

❷ 正宗分
（本文或本论）

即时舍利弗承佛威力，合掌恭敬白观自在菩萨摩诃萨言：『善男子！若有欲学甚深般若波罗蜜多行者，云何修行？』如是问已。尔时观自在菩萨摩诃萨告具寿舍利弗言：『舍利子！若善男子、善女人，行甚深般若波罗蜜多行时，应观五蕴性空。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、耳、鼻、舌、身、意；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；

11 佛陀到底在不在《心经》的说法现场？

玄奘所译的《心经》一开始便是观自在菩萨与舍利弗的对白，经文看似由观世音菩萨所说，但佛陀到底在不在《心经》的说法现场呢？答案在广本《心经》里。

我们**以般若与利言合译的广本《般若波罗蜜多心经》为例**，来看完整的说法过程。

❶ 如是我闻，一时，佛在王舍城耆阇崛山中，与大比丘众及菩萨众俱。

❷ 时佛世尊即入三昧，名广大甚深。

❸ 尔时众中有菩萨摩诃萨，名观自在，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，离诸苦厄。

❹ 即时舍利弗承佛威力，合掌恭敬白观自在菩萨摩诃萨言："善男子，若有欲学甚深般若波罗蜜多行者，云何修行？"

❶ 这几句经文点出说法地点在灵鹫山，与会人士有佛陀、菩萨众、大比丘众。由阿难记下整个说法的过程，这是诸多佛经的典型模式。

❷ 这描述非常关键，说明此时佛陀进入三昧定的状态，这是透过精神集中，以达到很高的意识境界。

❸ 此时观自在菩萨在修习般若波罗蜜多的状态中，持续进行观照五蕴皆空。**无论是佛陀的"三昧定"，或观自在菩萨的"行深般若波罗蜜多"都是关键的修行状态。玄奘的略本于此略去了。**

❹ 接着舍利弗承佛威力，向观自在菩萨摩诃萨请问如何修行般若波罗蜜多。于是两人展开对话，即玄奘与鸠摩罗什所译略本的大部分内容。

至于观自在菩萨扮演讲说者的过程，在诸广本有两种不同的说法。一是观自在菩萨自告奋勇请示佛陀后开始说法；二是舍利弗承佛威神力后，恭请观自在菩萨指导说法。**所谓"承佛威力"是指舍利弗"在佛陀的启发之下"，开始有能力与观自在菩萨沟通。**两者于意义上应是相同的，无论是哪一种，当时佛陀都是在旁入三昧定的禅定状态。

《心经》里的三个主角

在《心经》广本记载世尊在王舍城耆阇崛山（即灵鹫山）与菩萨与比丘共聚。世尊入三昧之后，舍利弗承佛威力，接着观自在菩萨开始指导舍利弗。这在玄奘的略本中未深入讨论的。整个经文最重要的三位人物：（1）世尊：达到成佛的境界。（2）观自在菩萨：正在前往成佛境界的菩萨。（3）舍利弗：代表大比丘众提出问题的人类。他们三位主导了《心经》的说法盛会，宛如一出六幕剧。

第1幕



由阿难道出时空背景

第2幕



佛陀处于甚深禅定的冥想状态之中

第3幕



观自在于甚深般若观照中

第4幕



舍利弗提问

第5幕



观自在在释尊的启发下开始为舍利弗讲经说法

第6幕



佛陀结束禅定冥想，并且美言观自在菩萨的讲说

第5幕

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。

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。

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，菩提萨婆诃。

如是，舍利弗！诸菩萨摩诃萨于甚深般若波罗蜜多行，应如是行。』

第6幕

❻如是说已，即时世尊从广大甚深三摩地起，赞观自在菩萨摩诃萨言：『善哉！善哉！善男子，如是，如是。如汝所说，甚深般若波罗蜜多行，应如是行。如是行时，一切如来皆悉随喜。』尔时，世尊说是语已，具寿舍利弗大喜充遍，观自在菩萨摩诃萨亦大欢喜。时彼众会，天、人、阿修罗、干闼婆等，闻佛所说，皆大欢喜，信受奉行。

《般若波罗蜜多心经》（唐·般若与利言合译）：

第1幕

❶如是我闻。一时，佛在王舍城耆阇崛山中，与大比丘众及菩萨众俱。

第2幕

❷时佛世尊即入三昧，名广大甚深。

第3幕

❸尔时众中有菩萨摩诃萨，名观自在，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，离诸苦厄。

第4幕

❹即时舍利弗承佛威力，合掌恭敬白观自在菩萨摩诃萨言：『善男子！若有欲学甚深般若波罗蜜多行者，云何修行？』如是问已。

❺尔时观自在菩萨摩诃萨告具寿舍利弗言：『舍利子！若善男子、善女人，行甚深般若波罗蜜多行时，应观五蕴性空。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、耳、鼻、舌、身、意；无色、声、香、味、触、法；无眼界，乃至无意识界；无无明，亦无无明尽，

12 哪些人物参加了《心经》说法盛会?

《心经》这部谈般若空性的浓缩经典，虽然经的主要内容是观自在与舍利弗的对谈，但听众却是菩萨多过于比丘，这点颇为特殊。

◎ 序分的人物

在这场《心经》说法盛会上，有哪些人聆听了佛陀开示的殊胜空义呢？在玄奘的略本中，我们看不到听法者，但在诸多广本的“序分”，则包括三组与会人物：（一）菩萨众；（二）大比丘众；（三）大菩萨众。有的译本将“大比丘众”写成“大苾刍众”，“苾刍”与“比丘”同样都是音译自梵语 Bhiksu。“大菩萨众”或称“摩诃菩萨众”，“摩诃”是梵语 Maha 的音译，意思是“大”，显然**菩萨还有分菩萨与大菩萨两种不同的修行境界**。

到底有多少人呢？比较诸多译本，并未详尽说明正确参与人数，只有两部经提到人数。一部是《普遍智藏般若波罗蜜多心经》（唐代法月的译本），描述**有百千位大比丘众，以及七万七千位菩萨摩诃萨，一同聆听法义**，而菩萨众中，更以观世音、文殊师利、弥勒等诸大菩萨为上首。显见**菩萨的人数多过比丘，这点颇为特殊**。另一部是《佛说圣佛母般若波罗蜜多经》（施护译），说明有大苾刍众千二百五十人与诸菩萨摩诃萨众参与盛会，但并未说明诸菩萨的人数。

◎ 正宗分的人物

在正宗分出现的人物是《心经》的三个重要角色——观自在菩萨、舍利弗与佛陀。舍利弗或称为舍利子，是佛陀的十大弟子之一，以“智慧第一”著称。

◎ 流通分的人物

在流通分中，听法大众——众比丘、诸菩萨、天、人与天龙八部、阿修罗等，以及一切世间的修学道众，他们一起听闻观自在与舍利弗的对谈，都产生了前所未有且无法形容的安乐与喜悦，这种喜悦超越一切世间所有的喜乐。

《心经》人物表

到底佛陀和观世音讲说《心经》的时候有哪些人物在现场？唐代三藏沙门法月所译的广本《普遍智藏般若波罗蜜多心经》里有具体的描述，以下依序分、正宗分、流通分三大结构来看参加这场盛会的人物。

序分人物



菩萨众



大比丘众



大菩萨众

正宗分人物



佛陀



观自在菩萨



舍利弗

流通分人物



大比丘众

百千位大比丘有的版本写着大苾刍众，苾刍是梵语 Bhiksu 的音译，意思也就是比丘。



菩萨众

有七万七千位大菩萨，包括弥勒、文殊等等。大菩萨众或称摩诃菩萨众，摩诃是梵语 Maha 的音译，意思是大。



一切世间天人

一切世间天人，天人有两种意思“天上的人”或“天道与人道”。



阿修罗

阿修罗容貌相当丑陋，本性好斗，经常与帝释争战。阿修罗有男有女。男的形貌丑陋，女的面貌美艳。



干闼婆

干闼婆与阿修罗均属天龙八部，是一群乐神。不食酒肉，以香气维生，居住在寻香城。

13 佛陀和观自在菩萨在哪里开示《心经》？

虽然《心经》略本并未交代说法地点，但透由诸多的广本得知，佛陀和观自在菩萨开示《心经》的地点是位于王舍城的灵鹫山。

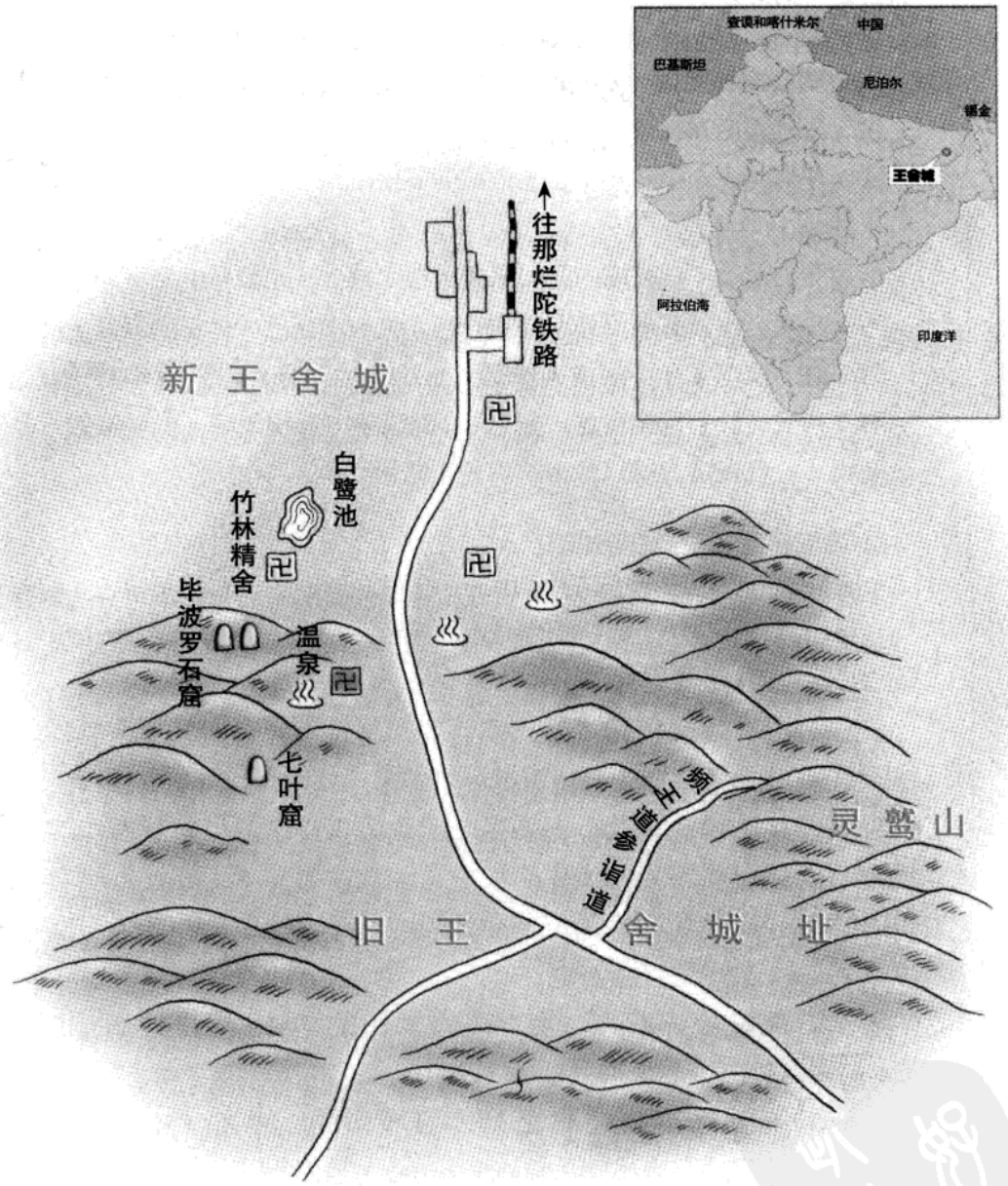
在鸠摩罗什与玄奘所译的《心经》略本中，都未交代佛陀和观自在菩萨开示《心经》的时空背景，但在诸多的广本则有详尽且一致的说法。透由以下不同经文的内容，可找出《心经》的说法地点。

> 如是我闻，一时，佛在王舍大城灵鹫山中，与大比丘众满百千人，菩萨摩诃萨七万七千人俱。其名曰：观世音菩萨、文殊师利菩萨、弥勒菩萨等，以为上首……（《普遍智藏般若波罗蜜多心经》，唐 · 法月重译）
>
> 如是我闻。一时，佛在王舍城耆阁崛山中，与大比丘众及菩萨众俱……（《般若波罗蜜多心经》，唐 · 般若与利言合译）
>
> 如是我闻，一时薄诃梵，住王舍城鹫峰山中，与大苾刍众及大菩萨众俱……（《般若波罗蜜多心经》，唐 · 智慧轮译）

◎灵鹫山 = 耆阁崛山 = 鹫峰山

诸多的广本都说明《心经》的说法地点是在王舍城（Rajagrha）的灵鹫山，此处是**佛陀经常居住与说法的地方**。灵鹫山有时简称“灵山”，或音译为“耆阁崛山”(Gijjhakuta)。因其山形状似鹫鸟，且山上鹫鸟又多，因而得名。灵鹫山位于摩揭陀国王舍城的东北方，由印度古代贤君频婆娑罗王所建，他是最早皈依佛教的印度国王。**这里同时也是佛陀讲说《法华经》的地点**。

印度灵鹫山


查谟和喀什米尔
中国
巴基斯坦
尼泊尔
锡金
王舍城
阿拉伯海
印度洋
往那烂陀铁路
新王舍城
白鹭池
竹林精舍
毕波罗石窟
温泉
七叶窟
频毕娑罗王参诣道
灵鹫山
旧王舍城址

14 在佛教史上，王舍城为何那么重要？

王舍城是古印度摩揭陀国的首都，佛陀时常在其附近的灵鹫山上说法，城南的七叶窟更是佛教第一次经典结集之处。

王舍城是摩揭陀国（Magaha）的首都，有旧城与新城两处，相距仅四公里，分别是摩揭陀国频婆娑罗王（Bimbisara）与阿阇世王（Ajatasatru）所建。他们两人在位时，正是王舍城的极盛时期，并曾先后在旧城与新城接见佛陀。

根据历史记载，当时城内人口众多，楼宇林立，是繁华的商业中心，城中的富商甚至经营海外贸易，外国的商人也经常来此。但王舍城终究于岁月的啃蚀中没落了，中国僧人法显（337~422）于五世纪来此地时，城已荒废；到玄奘于七世纪所见，已是“外郭已坏，无复遗堵。内城虽毁，基址犹峻”。现在这古城只余古迹供后人凭吊了。

◎ 佛陀最常说法居住的城市

王舍城不仅是一座印度的历史古城，且与佛教的发展有密不可分的关系，其重要之处如下：

一、**国王接见佛陀之处：**频婆娑罗王曾先后在旧城与新城接见佛陀，并把王舍城的竹林精舍送给佛陀，作为传教住所。

二、**佛陀说法之处：**旧城东北的查塔吉里山，也就是古代的鹫峰山，这是佛陀经常居住与说法之地，频婆娑罗王亦曾来此向佛陀求教。灵鹫山确切的位置在今印度北部比哈尔（Bihar）巴特那（Patna）县境的丘陵谷地。

三、**佛陀坐禅石窟：**西北毗布罗山的毕钵罗石窟（Pippali Cave），是佛陀饭后坐禅之处。

四、**第一次佛典结集之处：**旧城南的七叶窟（Saptaparna Cave）是佛陀弟子大迦叶（Mahakasayapa）与五百位罗汉，于佛灭后进行第一次结集（约公元前五、六世纪）的地方。

五、**佛教徒与耆那教徒共同的圣地：**谷中有温泉，四周山上有耆那教庙宇，是佛教徒与耆那教徒的朝圣地。

历史古城王舍城

王舍城是印度历史古城，也是佛教八大圣地之一。佛陀在世间的传法与生活修行，几乎都在这城里。佛陀涅槃后，佛教徒第一次佛典结集会议也在此城举行，显见王舍城在佛教历史上有其重要位置。



15 《心经》的核心思想是“空”？

“空”是大乘佛教的核心观念，《心经》开宗明义一口气用了一百三十四个字提出三种层次的空性，分别是：我空、法空、一切法皆空。

什么是“空”？“空”，梵语 Sunya，是佛教基本教义，用来表述“非有”、“非存在”的一个基本概念。用最简单的方式来说，佛教的“空”是指**世间一切现象都是因为各种条件的聚合而形成的，当条件改变时，现象也跟着改变，本身并没有一个真正存在的实体。**

◎ 空是般若思想的核心要义

围绕在这个概念下，佛教在不同时代产生了各种空的见解和讨论。特别是大乘佛教时期，庞大的般若经系统便是以空做为探讨的核心，显见这个概念在佛教思想发展上的重要性。而《心经》的主要目的也在说明空的概念，经典一开始便开宗明义，简练而有力地说出“五蕴皆空”、“色不异空，空不异色；色即是空，空即是色”等朗朗上口的经典名句。

《心经》总共用了六段文字来表达“空”的意义和层次：

❶ 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。

❷ 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。

❸ 舍利子！是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。

❹ 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。

❺ 无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽，无苦集灭道。

❻ 无智亦无得。

这六段经文以组织严谨的逻辑铺成，从“照见五蕴皆空，度一切苦厄”开始一路下去，在“无智亦无得”达到最完整的空性认识，循序渐进地提出了三种层次的空性理解，分别是：（a）我空：即去除我执；（b）法空：即去除法执；（c）一切法皆空：即去除所有概念名相的执著。特别是最后一句“无智亦无得”，虽无“空”字，却阐述出空性体验的终极境界。

空的三种层次

梵语学习

Sunya 空

❶ 音译成“舜若”

❷ 在佛教中用来表述非有、非存在的一个基本概念

这五段经句，由“我空”走向“法空”。

❶ 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。 → 我空（去除我执）

❷ 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。 → 我空（去除我执）

❸ 是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。 → 认识空的本性

❹ 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。 → 我空（去除我执）

❺ 无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽，无苦集灭道。 → 法空（去除法执）

❻ 无智亦无得

这一句虽无“空”字，但去除对“概念名相”的执著，阐明“一切法皆空”。

我空与法空

在空性理论里，如果针对所否定的对象来说，空是可分我空、法空两种。

我空，即认为一切有情都是由各个组成元素聚合而成，不断流转生灭，因此不存在常一主宰的主体——我，这是小乘佛教的观点。

法空，则认为一切事物都依赖于一定的因缘或条件才能存在，本身没有任何质的规定性。法空并非虚无，它是一种不可描述的实在（存在），称为“妙有”，这主要是大乘中观派阐明的观点。

16 《心经》是为谁所说的？

佛陀为三乘人开示《心经》，声闻乘达到四谛空，缘觉乘达到没有无明、老死的困扰，菩萨乘依凭般若波罗蜜多而达无智、无得的菩萨空性境界。

佛陀说法的目的便是要引导众生获得解脱，但众生根机不同，所以佛陀依根机的差别而说种种法。佛陀为天道与人道的众生说五戒、十善法，为声闻说四谛法，为缘觉说十二缘起，为菩萨说六波罗蜜。那么，《心经》是佛陀为谁而说，说的又是什么法呢？

《心经》精简阐述五蕴、三科、四谛、十二因缘等诸法皆空的佛教核心义理。最后归于“无所得”（不可得），认为般若能度一切苦厄，达到究竟涅槃。其中涵盖不同的空性层面，包括缘觉乘、声闻乘和菩萨乘等三乘。“乘”代表达到涅槃的不同方法或工具，三乘原本各有不同的教法到达解脱彼岸，在《心经》的空性里，一一超脱每个教法。

◎ 声闻乘超越四谛法

声闻乘是**听闻佛说四谛法而觉悟的圣者**，他们体悟苦谛是世间的果，集谛是世间的因，灭谛是出世间的果，道谛是出世间的因，因而成为阿罗汉。《心经》中“无苦、集、灭、道”的空性解说，超越四谛的层面，达到四谛空的境界。

◎ 缘觉乘超越十二缘起

缘觉乘是由**观察缘起而觉悟的圣者**，他们观察无明缘行、行缘识、识缘名色、名色缘六入、六入缘触、触缘受、受缘爱、爱缘取、取缘有、有缘生、生缘老死。由于这十二缘起，而有过去、现在、未来三世的起惑、造业、受生等生死流转。《心经》中“无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽”，就是说若没有无明、老死的困扰，那就没有灭却无明与老死的需要。

◎ 菩萨乘无智亦无得

菩萨乘是**修习六波罗蜜多而能自觉、觉他的圣者**。《心经》中“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”，无智、无得是菩萨的空性境界，依凭的即是般若波罗蜜多。

三乘

梵语学习

Yana 乘

❶ 原义：乘，为运载之意，指能乘载众生至彼岸的工具。乘是古代计算车辆的单位，如“万乘之国”、“百乘之家”。

❷ 引申义：在佛教用语中用来譬喻佛陀的教法，以其能载修行者到达解脱境界的不同工具。大乘就如大众运输工具，能载乘运送很多人。大乘菩萨不只追求自己的解脱，并进一步帮助他人，共证究竟菩提。

《心经》的三种对象







❶ 声闻乘	❷ 缘觉乘	❸ 菩萨乘
听闻佛说的四谛法音而悟道	观察因缘而觉悟依此脱离生死苦海	除“自觉”外还须“觉他”
四谛法门	十二因缘法	六波罗蜜多

17 《心经》是“经”还是“咒”？

《心经》是指导人们了解空性与体悟空性的知识基础，既有大乘佛教般若思想的精要，也有密教经典重视的持咒力量。

◎ 玄奘度过一切苦厄

据传公元622年前后，玄奘在益州（今四川）遇到一位满身癞病的老者，于是停留照顾他。老者因感念玄奘的慈悲，送他一本梵文《心经》。在一望无际的大漠探旅之中，玄奘经常面临狂风卷袭与烈阳炙热，随之而来的是蜃楼魅影或奇魔异幻，**据说只要他一心虔诵《心经》，鬼魅魔影都会顿时消散无踪**。

◎《心经》是“经”或是“咒”？

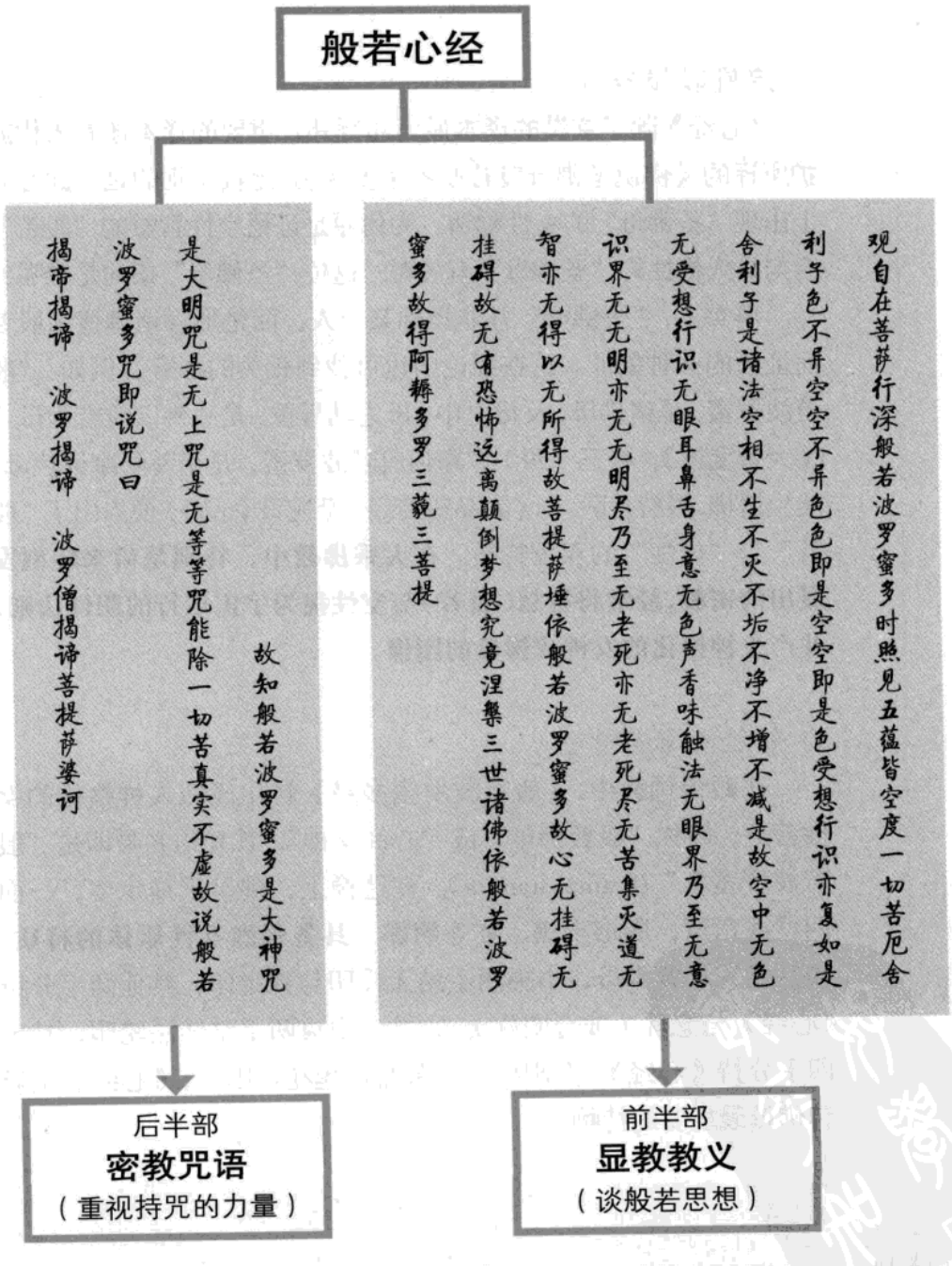
“经”重义理，“咒”重音韵，两者在概念与功能上都不相同。在沙漠危难之中的玄奘持诵《心经》，是为了体悟空性还是持咒除厄呢？《心经》真能“度一切苦厄”吗？许多经文经常出现“大神咒”、“大明咒”、“无上咒”等字眼，但真正的咒语却很少出现于经文中。可是，不论略本或广本的《心经》最后皆附有咒语，因此有人提出《心经》是“咒”的不同看法。

《心经》究竟是“经”或是“咒”？**可由“显”与“密”两种层面来探讨**。就“显”的层面来说，由“观自在菩萨”到“三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提”为止，都是指导阅读者了解空性与体悟空性的知识基础。而由“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”之后，转入“密”的层面，开始一连串咒语：“揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提娑婆诃。”

翻译咒语虽可译出其内含的意义，但有时译语无法完全表达，因此常音译而不意译。**这些咒是具有特殊灵力的秘密语，若一心持诵咒语，能使精神专一，作为引发智慧的方便**；此外，密教认为咒语超越文字语言，能协助修行者体悟空性。因此，《心经》可说既有大乘佛教般若思想的精要，也有密教经典重视的持咒力量。

《心经》的“显”与“密”

《心经》里有显教的义理，也有神秘的密教层面，特别是咒语部分，虽然只有音译而没有翻译出咒语的意思，却是千余年来被人们所持诵，并相信它们具有神秘的力量。



18 密教的“般若佛母”与《心经》有什么关系?

在大乘佛教中，特别是转型发展出的密教，经常将智慧般若视为宇宙运行的阴性法则，并产生神格化女神或佛母的图像，像般若佛母就是《心经》的神格化表现。

◎ 诸佛以般若为母

《心经》除了玄奘的译本最为通行外，重要的译本还有宋代施护所译的《佛说圣佛母般若波罗蜜多经》。比较特别的是，此经名上出现“圣佛母”的女性称谓。为何原是证悟空性智慧的“般若”，会与具人格性的“圣佛母”有关呢？这位“圣佛母”指的是谁呢？

事实上，“圣佛母”并非指称某个人，而是形容诸佛皆由般若而证悟的一种象征。这在经论中也可找到相关的形容，例如：“般若波罗蜜，是诸佛母，父母之中，母之功最重，是故佛以般若为母。”(《大智度论》，卷三十四)、“摩诃般若波罗蜜，是诸菩萨摩诃萨母，能生诸佛，摄持菩萨。”(《大品般若经·萨陀波仑品》)便点出了“般若”与“母性”的双重特质。**在大乘佛教中，特别是后来转型发展出的密教，经常将智慧(般若)与空性视为宇宙运行的阴性法则，并产生神格化的女神或佛母的图像。**

◎ 般若佛母的特征

在藏传佛教中，《般若波罗蜜多经》转化成拟人神格化的女性菩萨，简称“般若佛母”或“心经女神”，其梵语名号即是“般若波罗蜜多”(Prajnaparamita)。在造像上，佛母采禅定姿，一面四臂或六臂，胸形丰满，姿态婀娜，**具备强烈女性躯体的特质**。较常见的四臂佛母，中央两手结无畏印与禅定印，其他两手分持《心经》与念珠(或金刚杵)。六臂者中央两手结转法轮印，其余四手分持《心经》、金刚杵与一朵蓝色莲花。因此，《心经》是般若佛母最重要的持物。

般若佛母

在藏传佛教里，《般若波罗蜜多心经》所代表的般若智慧被神格化为般若佛母，或称为心经女神，具有强烈女性身躯以及多臂的特质。

《心经》
Prajnaparamita
-hrdaya-sutra

神格化

特征
多臂与强烈的
女性身躯

般若佛母
Prajnaparamita
般若经**拟人化的女神**



四臂心经女神

般若佛母＝心经女神＝智慧女神（goddess of wisdom）

19 为何人人都爱读《心经》？

《心经》字句简短，声韵顺畅，含义深远，可得现世利益，使得它成为最普遍、最深入人心的佛经。

《心经》以二百六十个字，浓缩了600卷《大般若经》的要义，可说是般若思想的核心，也是佛法教义的结晶。它也是字数最少，诠理最深奥微妙的大乘般若教典。为何人人都爱读《心经》呢？就是因为它字句简短，声韵顺畅，含义深远，可得现世利益，使得它成为最普遍、最深入人心的佛经。

◎ 简单明了

同样是般若思想的经典，《金刚经》超过五千个字，繁多不易背诵，而《心经》总共二百六十字，简单明了，非常适合初学者背诵。

◎ 适合口诵

整本经字句语调顺畅，容易诵读，例如“色即是空，空即是色”，人人皆可朗朗上口。

◎ 思想深远

简短的“是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减”四经句，即阐明诸法实相的真理。同时也呈现完整的大、小乘思想，包括五蕴、十二处、十八界、四谛、十二因缘、六波罗蜜多，为人乘、声闻乘、缘觉乘，乃至于菩萨乘的修行者提供不同的教法。

◎ 可得功德利益

“菩提萨埵，依般若波罗蜜多故……无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃”，这段经文说明菩萨因般若波罗蜜多而得到的功德，也说明“三世诸佛依般若波罗蜜多故”，有了“阿耨多罗三藐三菩提”的佛果。最后赞叹不可思议的咒语力量“故知般若波罗蜜多是大神咒，是大明咒”，最终“能除一切苦”。当有了明确清楚的功效利益，在诵读《心经》时更能加强信心。

《心经》流行的四个原因

只要是大乘佛教盛行的地方，就看得到《心经》，特别是东亚地区，人们对于《心经》耳熟能详，多能读诵经句，可说是最普遍、最深入人心的佛教经典。



1 简单明了

总共 260 字简单明了
方便初学者记忆

2 适合口诵

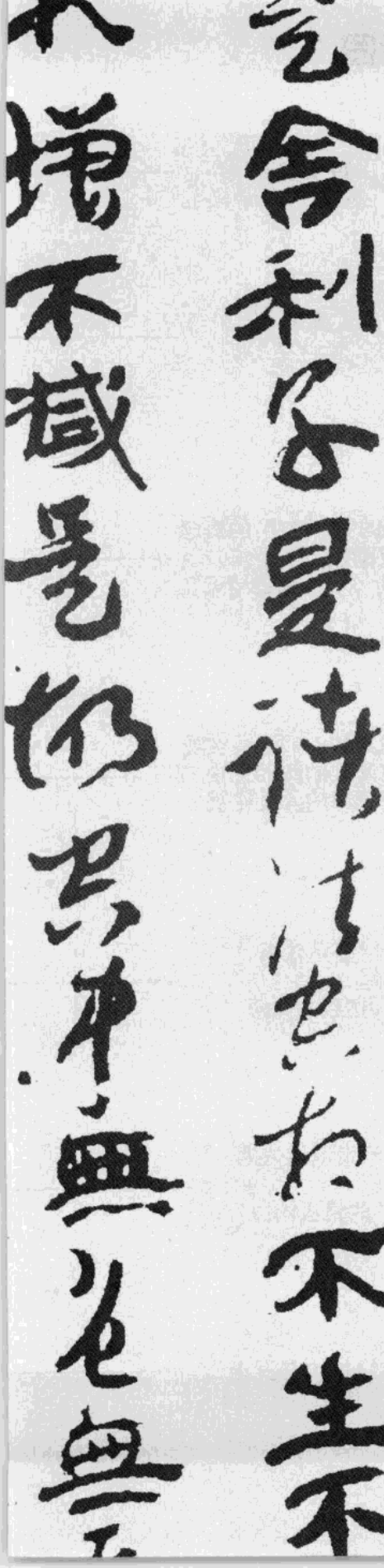
语调顺畅容易诵读
“色即是空，空即是色”
人人皆可朗朗上口

3 思想深远

1. 阐明诸法实相的真理
2. 大小乘完整思想

4 功德利益

1. 菩提道的证悟
2. 诸佛的果位
3. 念诵咒语的力量

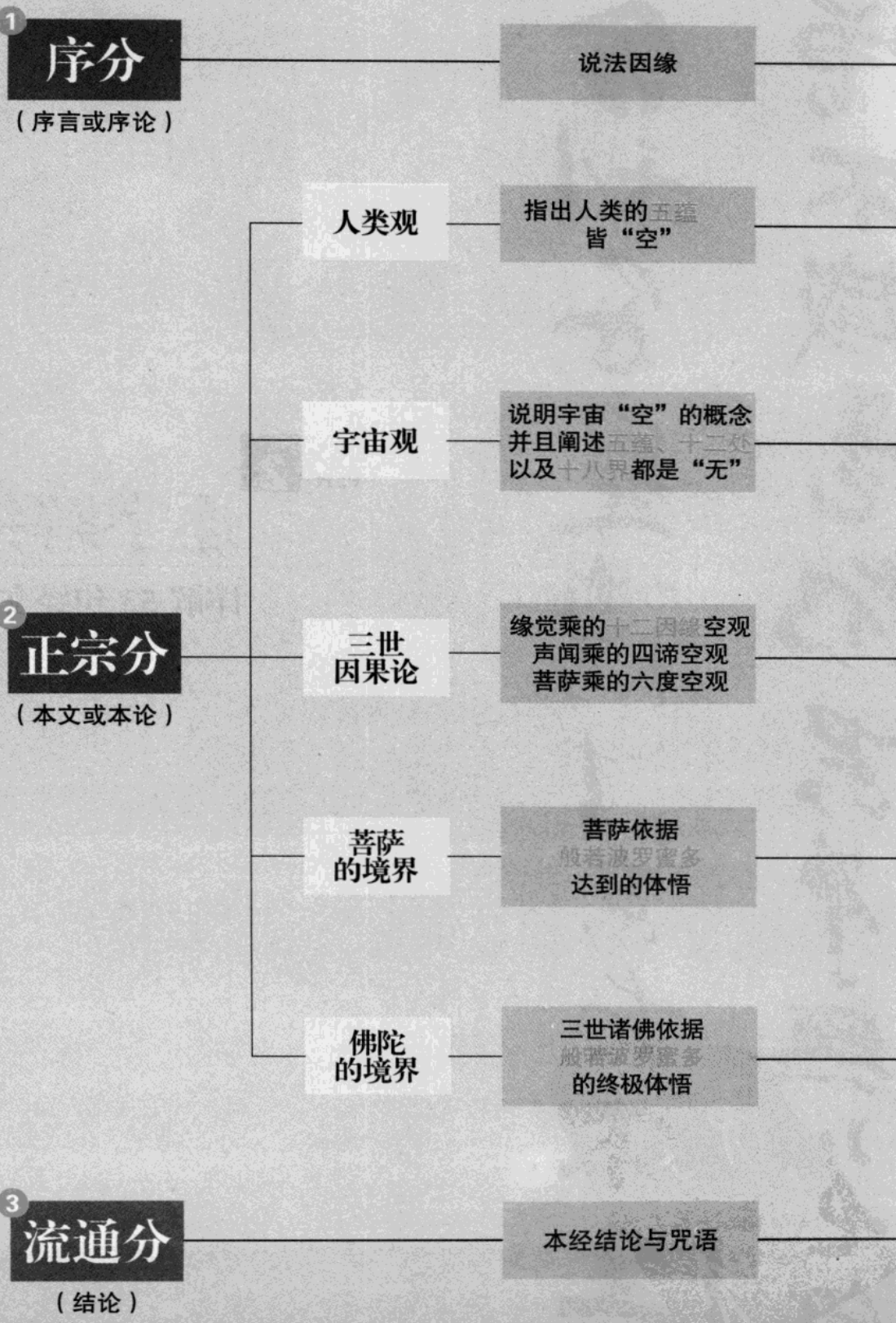


Part 2

逐字解经

详解 53 句经文

《心经》经文结构分析图


1
序分
（序言或序论）
说法因缘
2
正宗分
（本文或本论）
人类观
指出人类的五蕴皆“空”
宇宙观
说明宇宙“空”的概念并且阐述五蕴、十二处以及十八界都是“无”
三世因果论
缘觉乘的十二因缘空观
声闻乘的四谛空观
菩萨乘的六度空观
菩萨的境界
菩萨依据般若波罗蜜多达到的体悟
佛陀的境界
三世诸佛依据般若波罗蜜多的终极体悟
3
流通分
（结论）
本经结论与咒语

4句

观自在菩萨①行深般若波罗蜜多时②照见五蕴皆空③度一切苦厄④

7句

舍利子⑤色不异空⑥空不异色⑦色即是空⑧空即是色⑨受想行识⑩亦复如是⑪

11句

舍利子⑫是诸法空相⑬不生不灭⑭不垢不净⑮不增不减⑯是故空中无色⑰无受想行识（五蕴）⑱无眼耳鼻舌身意⑲无色声香味触法（十二处）⑳无眼界㉑乃至无意识界（十八界）㉒

6句

无无明㉓亦无无明尽㉔乃至无老死㉕亦无老死尽㉖无苦集灭道㉗无智亦无得㉘

8句

以无所得故㉙菩提萨埵㉚依般若波罗蜜多故㉛心无挂碍㉜无挂碍故㉝无有恐怖㉞远离颠倒梦想㉟究竟涅槃㊱

3句

三世诸佛㊲依般若波罗蜜多故㊳得阿耨多罗三藐三菩提㊴

14句

故知般若波罗蜜多㊵是大神咒㊶是大明咒㊷是无上咒㊸是无等等咒㊹能除一切苦㊺真实不虚

故㊻说般若波罗蜜多咒㊼即说咒曰㊽揭谛㊾揭谛㊿波罗揭谛(51)波罗僧揭谛(52)菩提萨婆诃(53)

1 观自在菩萨①

“观自在菩萨”与众所周知的观世音菩萨是同一个人，但也可以是指般若智慧已达自在境界的任何菩萨。

◎ 观自在与观世音

有些人在读诵《心经》时，可能不知道首句中的“观自在菩萨”，其实与众所周知的观世音菩萨原来是同一个人。那么，为何会有两个完全不同的译名呢？那是因为梵语 Avalokitesvara 一词经拆解后，**其字根有不同解释的缘故**。鸠摩罗什五世纪的译本称为“观世音”，七世纪时，玄奘的译本改称为“观自在”，而现代则已习惯称为“观世音”或“观音”。但也有人认为，《心经》中的观自在菩萨并非一定是指一般所知住在普陀洛山（Potala）的观音菩萨，**他可以是般若智慧已达“自在境界”的任何菩萨**。

◎ 菩萨的梵语字义

“菩萨”一词是“菩提萨埵”（Bodhisattva）的简称，第一个字根 bodhi（菩提）是梵语音译，意思是“完美智慧的觉醒”或“真理的觉悟”，一般佛教典籍多译为“觉”，能修成菩提是所有佛教徒的最终理想。第二个字根 sattva（萨埵），有生命、情感、本质之意，译为“有情”或“众生”。bodhi 与 sattva 两字合译为“觉有情”，简单来说，**就是“让一切众生觉悟完美智慧的本质”**。“菩提”是对真理的觉悟（自觉），“菩提萨埵”是致力于让一切众生得以觉悟（由自觉走向觉他），在这进行的过程中达到究竟觉悟者，则为佛陀（Buddha）。菩萨是自觉、觉他的进行式；佛陀则为完成式，是更高的自觉、觉他、觉行圆满的状态。

“菩萨”和“菩提萨埵”

《心经》的第一句话“观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时”的菩萨，究竟是什么意思呢？菩萨是梵语 Bodhisattva 的简称，可以分成为 bodhi 和 sattva 两个部分来解释：

Bodhisattva（菩提萨埵）
= bodhi（菩提）+ sattva（萨埵）



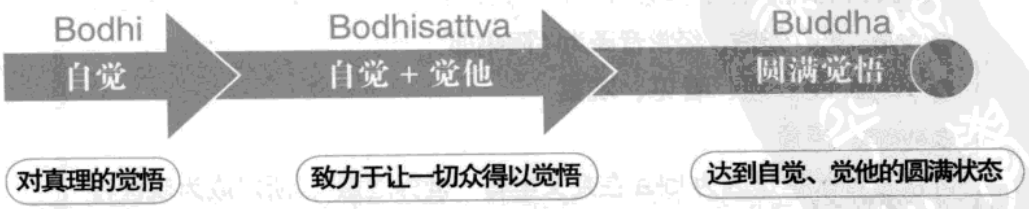
❶ bodhi =菩提（音译）=完美的智慧（perfect wisdom）=觉悟（enlightment）=觉（佛教典籍多半译为“觉”）

❷ sattva =萨埵（音译）=有生命的（a living being）或有感情意识的（a sentient being）=生命体（creature）=有情（佛教典籍的常见译法）

❸ bodhisattva =菩提萨埵（音译）=菩萨=觉有情=追求菩提（完美智慧）的有情众生







到底是“圣观自在”？还是“圣观世音”？

在梵文版的《心经》里，“观自在”是这样写的：Aryavalokitesvaro，该字的原形是 Aryavalokitesvara，可拆解成三个字根，依据字根有圣观自在与圣观世音两种不同的译法。

圣观自在

Aryavalokitesvara 的第一种译法是“圣观自在”，是公元七世纪中国唐代高僧玄奘的译法。观自在的译法是强调“无论是自利或利人，都能得到大自在”，同时也点出这位菩萨“观一切法很自在”。该字词源自三个字根：arya + avalokita + isvara。



阿喇耶（arya）这个字眼好像听过，其实在大悲咒里就有它，我还以为是印度的雅利安人，原来是指圣洁的人。

梵语学习

Aryavalokitesvara = arya + avalokita + isvara

❶ arya：圣、圣洁，经常音译为“阿喇耶”

❷ avalokita：观、观察、观照到的

❸ isvara：自在、自主，等于英文 be capable of



原来玄奘《大唐西域记》的“阿缚（fù）卢枳（zhǐ）多”，就是 avalokita 的音译，我还以为是个特殊的咒语。

圣观世音

Aryavalokitesvara 的第二种译法“圣观世音”，是公元五世纪西域龟兹高僧鸠摩罗什的译法。观世音的译法是特别强调“经常观察世人称念他的名号，或观听世人痛苦的声音，而前去解救”的特性。该字词源自三个字根： arya + avalokita +svara。

梵语学习

Aryavalokitesvara=arya + avalokita +svara

❶ arya：圣、圣洁，经常音译为“阿喇耶”

❷ avalokita：观、看见、观察

❸ svara：声音

❹ 观世音的世是因为 loka 在梵文里有“世界之意”，所以成为观世音的译法。

比较玄奘和鸠摩罗什的翻译

两位伟大的译经师五世纪的鸠摩罗什与七世纪的玄奘，对于梵语 Avalokitesvara 这一词，因为拆字的方式不同而有不同的译法，前者译为观世音，后者译为观自在。

Avalokita

观

+

svara

音（声音）

↓

观世音

（译者）
五世纪
西域的龟兹高僧
鸠摩罗什

+

isvara

自在

↓

观自在

（译者）
七世纪
中国唐代高僧
玄奘

“自在”的由来：
isvara 的字根是 is，原意是“控制、统治”。因此 isvara 成为统治者的意思。引申为“独立自在者”，汉文译为自在。



“观自在”强调菩萨能自利利他，得到大自在；“观世音”强调菩萨能闻声救苦，解救众生。两者都能得到人们的认同。

2 行深般若波罗蜜多时②

这句说明了观自在菩萨此时处于甚深微妙的修行状态之中，正在体悟不同于凡夫的智慧。

“行深般若波罗蜜多时”应如何断读呢？正确的断读是“行深·般若·波罗蜜多·时”。

“般若”是指通达真理的无上妙智慧；“波罗蜜多”是指到彼岸；“般若波罗蜜多”是说般若如船只，能将众生从生死的此岸，渡到不生不灭的涅槃彼岸。

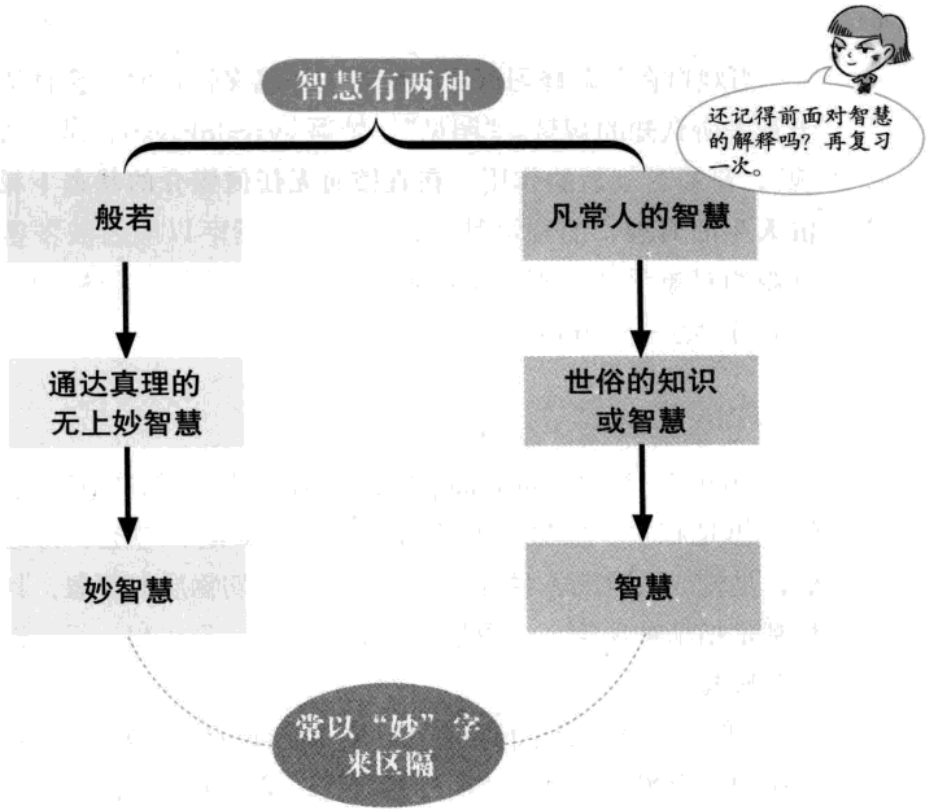
◎“行深”二字的深刻含义

“行深”一词说明观自在菩萨处于甚深微妙的修行状态之中，正在体悟不同于凡夫的智慧。大乘佛教认为透由六波罗蜜——布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若等六种修行德目，便有机会到达彼岸的。《心经》的开头就是点出观自在菩萨**正处在修习般若波罗蜜多的状态之中**。

为何要加入“深”这个字呢？那是因为般若智慧有不同的层次，声闻乘与缘觉乘者体验的般若智慧是相对的，两者都是依据人类的推理判断，因了悟因果而生的智慧。而观自在菩萨的智慧是直观真理的本体，超越文字、语言，是绝对的般若智慧。**为了要与声闻、缘觉圣者的般若智慧作区隔，于是在般若之前加个“深”字，**表示菩萨的智慧是甚深的。所以，观自在菩萨此“时”依据“深”般若，照见宇宙真理的本体，以般若波罗蜜多而完成自利、利他的理想。

般若有深浅之分？

般若与凡常人的智慧有何不同？



深般若与浅般若

浅般若	依据人类的推理判断，了悟因果而生成的智慧。	相对的智慧	自觉	声闻乘与缘觉乘的圣者（小乘圣者）
深般若	超越文字语言、直观真理的本体而生成的智慧。	绝对的智慧	自觉、觉他	观自在菩萨（大乘菩萨）





3 照见五蕴皆空③

“照见”是一种“直观”，是般若观慧的作用。观自在菩萨以智慧照见构成存在的五蕴，是空无实体的。

当观自在菩萨修习深奥的般若波罗蜜多法门时，会体悟不同于凡夫所认知的智慧。“照见”，梵语 vyavalokayati，是一种“直观”，是般若观慧的作用，**在直接而无任何媒介的状态下观察宇宙人生的真理，**而领悟其空性。观自在菩萨以般若波罗蜜多所直观的对象是什么呢？那就是佛陀所说构成物质与精神一切元素的五种法——五蕴。

◎了知众生系缚于生死的原因

“五蕴”，梵语 panca skandha，又称为“五阴”，“蕴”或“阴”的意思是积集、聚集。五蕴包括色蕴、受蕴、想蕴、行蕴、识蕴，是构成人身的五种要素。色蕴是指一切物质的现象，其余四种都是指精神现象，这便是说人身是由色、受、想、行、识的聚集而构成。

一般人总感觉有个自我存在，而佛陀便以这五蕴指出自我是不存在的，若想要离开五蕴而寻找自我，是不可得的，一切身心现象的活动只是五蕴的作用而已。**但若以为五蕴就是自我，那也是错误的见解，**因为五蕴本身也是因缘和合而存在，是空的。能照见五蕴的本质是空的，就能见到一切法的本质同样都是空的，而不会以为它们是实有而产生执著了。

观自在菩萨以智慧照见构成存在的五蕴，是空无实体的，如此了知系缚于生死的原因，而能“度一切苦厄”。

五蕴

五蕴就是色蕴、受蕴、想蕴、行蕴、识蕴。第一种属于物质，后四种属于精神，是构成人身的五种要素。五蕴用简单的话讲，就是指一切有形的生理和无形的心理现象。



梵语学习

Panca Skandha 五蕴或五阴

❶ panca：五　　❷ skandha：积集、聚集

色	受	想	行	识
sups	vedand	samjna	samskara	vijnana
物质 一切有形象或是占有空间的物质	**感受** 眼睛看见外境时所产生的热的、苦的、乐的、不苦不乐的感受	**概念** 对所见的事物所形成的概念	**意志** 集中注意力于观看	**了别** 对所看到的对象进行分别判断

4 度一切苦厄④

观自在菩萨因照见五蕴皆空，而能度一切苦厄。“苦”是苦痛，“厄”是困难，两者都是因为执著于五蕴不空所致。

观自在菩萨因照见五蕴皆空，而能度一切苦厄。苦厄可分成“苦”与“厄”两部分来解释，“苦”是苦痛，“厄”是困难；或说“苦”是生死苦果，“厄”是烦恼苦因，能厄缚众生，**两者都是因为人执著于五蕴不空所致**，因众生将自己看成真有实体，随之而来的便是无尽的苦痛。在《心经》的前四句，点出观自在菩萨以般若波罗蜜多而照见五蕴皆空，这是自利、自度，是自我的解脱道；也点出观自在菩萨以般若波罗蜜多而度一切苦厄，这是利他、救世，是利益众生的济度行。

“照见五蕴皆空，度一切苦厄”这两句经文点出观自在菩萨的修行状态：

照见五蕴皆空	自利、自度	为了自己的解脱道
度一切苦厄	利他、救世	利益众生的济度行

◎ 八苦与八难

众生的苦痛、困难不外内、外两种，内是属于自己身心的，外则是外在环境因素而引起的。佛陀教导苦圣谛时说有八种苦——生、老、病、死、爱别离、怨憎会、求不得、五阴炽盛等苦，前四种即属于身心的苦，后四种则是外起的痛苦。苦圣谛论及八苦，是要众生能认清一切的苦是由于将自己看成实体而造成的，这是产生痛苦的关键之处。

至于“厄”所象征的困难有哪些呢？在诸经中，佛陀并未有明确的说明，我们可引藏传佛教中救苦救难的六字观音作参考，他是能救度八种危难的慈悲菩萨，这八种危难隐喻贪、瞋、痴三毒。

八苦

佛陀阐述的四圣谛苦、集、灭、道之中，苦谛共有八苦。前四种是生、老、病、死，这是属于身体层面的苦。后四种是由外在引起的痛苦，包括爱别离苦、怨憎会苦、求不得苦、五阴盛苦。

肉体层面的苦

生 因出生而带来的痛苦。



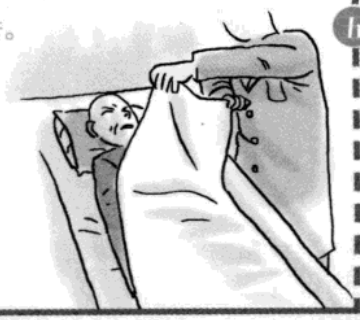
老 因生命衰老带来的痛苦。



病 病痛带来的痛苦。



死 死亡的痛苦。

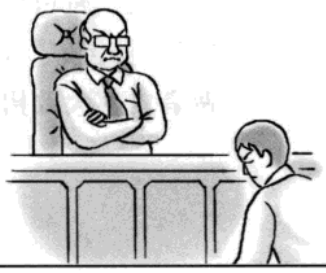


外在引起的痛苦

爱别离苦 与喜爱的人分离的痛苦。



怨憎会苦 与讨厌的人相会或见面的痛苦。



求不得苦 无法满足欲求的痛苦。



五阴盛苦 因为五蕴（色、受、想、行、识）旺盛不稳定而带来的痛苦。



◎ 梵文本《心经》并无“度一切苦厄”一句

在现存梵文诸多版本中，并无“度一切苦厄”这段经句。为何在玄奘的译本中多了这段经句？佛教学者也多有疑惑，且有两种不同的解释。根据《大正藏》收录西安大兴善寺墙上所刻的观音写本前言，有描述观世音菩萨化作一位老弱的病人。当玄奘西行前经过四川，因缘际会之下，老者将《心经》传给他。玄奘在险恶的旅途过程中，《心经》协助他渡过种种难关苦厄。因此，回国后翻译此经时，特别增加一句“度一切苦厄”，以感念诵读《心经》所带来的伟大力量。但是以这故事要佐证玄奘增加经句一事，是有待商榷的。因为玄奘译经的特色除了寻求梵文原典的全本外，就是绝对忠于原典，不会任意更改删补，所以应不可能为了见证，而自行增加了经句。

另一种可信度较高的说法是，学者发现鸠摩罗什的译本也有“度一切苦厄”这句话。**此译本比玄奘的译本至少早了两百多年，两者内容大致相同，因此推测玄奘参考了鸠摩罗什的译本。**

八难

《心经》说“度一切苦厄”，这里的“厄”代表困难，是烦恼苦因，能扼缚众生。佛教有八难（八种困难）的说法，下面我们以西藏能救苦救难的六字观音为例，说明观音能救助哪八种苦难？



狮子侵袭之难→骄傲



野象袭击之难→执著狂热

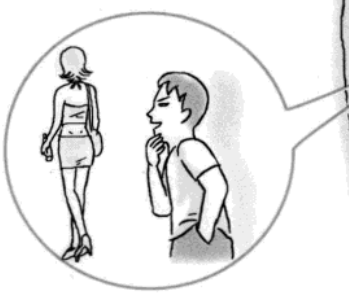


毒蛇攻击之难→嫉妒



火难→怨恨





盗取之难→邪见



魔难→非人难



牢狱之难→吝啬



水难→贪欲

5 舍利子 ⑤

“智慧第一”的舍利子，在与般若经有关的众多经典中，经常扮演对话者。他智慧敏捷，善说佛法，是比丘们的模范与良师。

舍利子是佛陀的十大弟子之一，号称“智慧第一”。他原是位婆罗门，起初是印度怀疑论派的代表者删阇耶（Sanjaya）的弟子，后因感动于马胜比丘（Assaji）说“因缘所生法”的偈颂，而改学佛法。这位马胜比丘是当时最早在鹿野苑听闻佛陀说法的五比丘之一。舍利子追随佛陀之后，持戒多闻，智慧敏捷，对佛法有甚深的体悟，且善说佛法，是比丘们的模范与良师，**当佛陀有事不在时，他还会代替佛陀说法，给予比丘们指导与教诫**。他也是佛陀之子罗睺罗（Rahula）的老师。

◎ 舍利子的梵语原意

舍利子，梵语 Sariputra，此中文译名是音译 Sari（舍利）与意译 putra（孩子）合并翻译而成。“舍利”是舍利子母亲的名字，古印度有一种鸟名为舍利，眼力明快锐利，舍利子母亲的眼睛似舍利，故而得名，而舍利所生的孩子就称为“舍利子”。此外，舍利子尚有“鹙鹭子”（如《六度集经》）与“舍利弗”（如《佛说阿弥陀经》）的译法。

◎ 舍利子的独特地位

为何《心经》的当机者是舍利子，而不是别的弟子呢？因为《心经》的主旨是要发挥智慧空性的，而舍利子是佛弟子中“智慧第一”者，所以才由他来作为当机者。

在法月所译的《普遍智藏般若波罗蜜多心经》又称他为“慧命舍利弗”。“慧命”是比丘的尊称，说明比丘博闻强识，“以广大甚深之慧为命”（《胜鬘宝窟中本》），有时“慧命”又称“慧寿”。此外，在般若与利言合译的《般若波罗蜜多心经》中，称舍利子为“具寿舍利弗”，**“具寿”是“慧命”的另一种译法，是说比丘不但具有世间的寿命，而且具有法身的慧命**。

最有智慧的佛陀弟子

Sariputra（舍利子）
= sari（舍利）+ putra（子）

❶ sari：舍利，古印度的一种鸟，眼力锐利。

❷ putra：孩子。

❸“舍利”是舍利子母亲的名字。据说舍利子的妈妈有好眼力，好像古代印度一种称为“舍利”的鸟，所以舍利妈妈所生的孩子就叫舍利子。

据说，舍利子当年在路上遇见托钵的马胜比丘，见他举止安详，风度感人，便上前询问以谁为师。马胜比丘以偈回答：“诸法因缘生，诸法因缘灭。诸行无常，是生灭法，生灭灭已，寂灭为乐。我佛大沙门，常作如是说。”舍利子听闻此偈后，忽有所悟，宛若晨曦与星光穿越了黑暗云层。



6 色不异空⑥空不异色⑦

观自在菩萨一开始便开宗明义，清楚点出了色与空两者相互依存而不相离的关系。这句话是说：色若离开空，便无法存在；空若离开色，也无法显出空。

从这个段落开始有一连串对空的阐述，除了以凡夫的角度来看空，也涵盖声闻乘者与缘觉乘者不同层面的空。观自在菩萨先以“色不异空，空不异色；色即是空，空即是色；受、想、行、识，亦复如是”六句话，来说明五蕴皆空。在此先解释关键性的两句——“色不异空，空不异色”，它是说明“色”与“空”的关系。

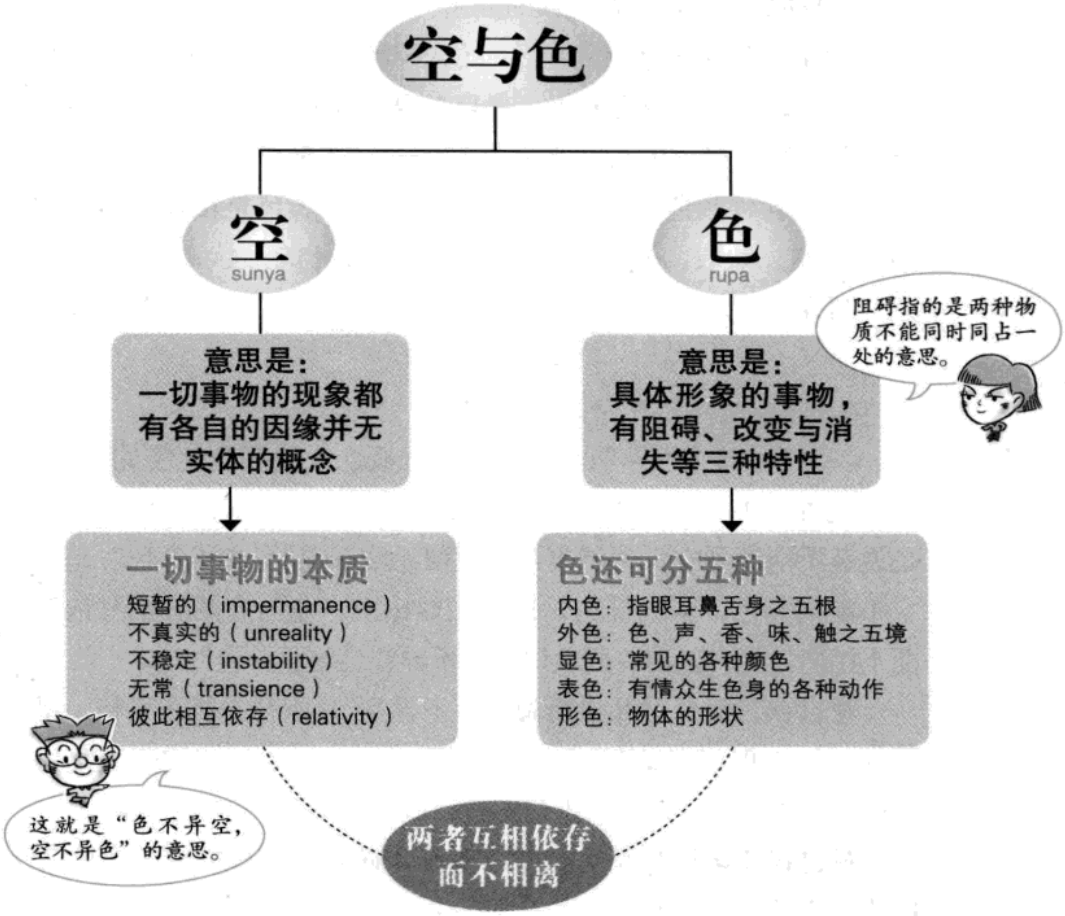
◎ 空的定义

就中文字面上的意思而言，“空”的意义很多，最常见的是指“没有东西的”，例如：空屋、空手而回、赤手空拳。或可解释成“不切实际的”，例如：空言、空论。它也可用来形容具体事物的“广阔、高旷”，例如：海阔天空。此外，还有“虚无所有”的抽象形容，例如：扑空、买空、卖空等。

然而，“空”（sunya）在佛教是种严肃的哲学概念，是佛教思想中最重要的关键语汇之一。**佛教所谓的“空”，并非单指“空无一物”，而是指一切事物的现象都有各自的因缘，并无实体**。因为在“空”的概念之下，一切事物的本质是短暂的、不真实的、不稳定的、无常的，而且彼此相互依存，因条件而存在或依对方的存在而存在，并无自我，也无自性。无论是“空门”或“色即是空，空即是色”，都是描述这种没有真实性的存在状态。例如，本经接着所说的“是诸法空相，不生、不灭；不垢、不净；不增、不减”，或《大智度论》所说“人爱著空相，堕在断灭”，都是对“空”不同层面的描述。

空与色的定义

“空”认为一切事物的现象都有各自的因缘，并无实体的概念。在空的概念之下，一切事物的本质是短暂的、不真实的、不稳定、无常，而且彼此相互依存。与“空”对应的是“色”，意指具体形象的事物，是人类感官所对应的对象。



梵语学习

sunya 空

❶ 一切事物的现象都有各自的因缘，并无实体的概念。

❷ 等于英文 empty

rupa 色

❶ 一切有形象或是占有空间的物质。

❷ 等于英文 form or thing

◎ 色的定义

与“空”对应的是“色”（rupa），意指**具体形象的事物，或是一切有形相、占有空间的物质**。它严肃的哲学定义是“质碍”（有阻碍，两种物质不可能同时同占一处）、“变碍”（改变）、“变坏”（消失），这便是对一切事物现象的描述。

色还可分为内色、外色、显色、表色、形色五种。内色是指眼、耳、鼻、舌、身之五根，来自自身，故名内色。外色是指色、声、香、味、触之五境，来自外在环境，故名外色。显色是指我们常见的各种颜色，如青、黄、赤、白等。表色是指众生色身的各种动作，如取、伸、屈等。形色是指物体的形状，如长、短、方、圆等。

◎ 色不异空，空不异色

《心经》以“不异”、“即是”两个概念来说明色与空的关系，在此先说“不异”。“不异”的意思是不离、无差别，“色不异空”是说色不能离开空，色若离开空，便无法存在。“空不异色”是说空不能离开色，若离开色，也无法显出空。色与空两者相互依存而不相离，无有差别，所以说“色不异空，空不异色”。

观自在菩萨针对凡夫而说“色不异空”，因凡夫执著于相，错以为一切境相都是实有，于是贪得无厌，产生烦恼。佛陀以此点醒迷惑的人们，一切色相虚幻不实，不可执著。

观自在菩萨针对缘觉乘与声闻乘者而说“空不异色”，因二乘体认凡夫执著于色相，而引生烦恼，于是致力于远离色相。虽了断生死之因，脱离六道轮回，但因执著于空，因而废色守空，终究不得解脱。

空与色的五种特性

九·二一大地震

在“空”的概念之下，眼睛可见的繁荣景象都有可能会瓦解消失，因为事物的本质是不稳定的、无常的、无我的。它们因条件而存在，因特定的原因而显现，依对方的存在而存在。



地震前的繁荣街景或高楼屋舍

色的五种特质：

1. 内色：指眼、耳、鼻、舌、身之五根
2. 外色：色、声、香、味、触之五境
3. 显色：常见的各种颜色
4. 表色：有情众生色身的各种动作
5. 形色：物体的形状



地震后的倒塌景象

空的五种特质：

1. 短暂的（impermanence）
2. 不真实的（unreality）
3. 不稳定（instability）
4. 无常（transience）
5. 彼此相互依存（relativity）

7 色即是空⑧空即是色⑨

反过来说，一切物质现象皆是空，而一切空也正是物质现象。两者是一体的两面，如同水波的比喻：从水中生起波，说明“空即是色”，当波又回归于水，说明“色即是空”。

观自在菩萨以“不异”的概念说明色与空的关系之后，接着再以“即是”的概念来说明。

“色即是空”的“是”，意思是“此”，而非“我是老师”的“是”，两者意义不同。因此“色即是空，空即是色”可说成“色即此空，空即此色”。也就是说，一切物质现象皆是空，而一切空也正是物质现象。

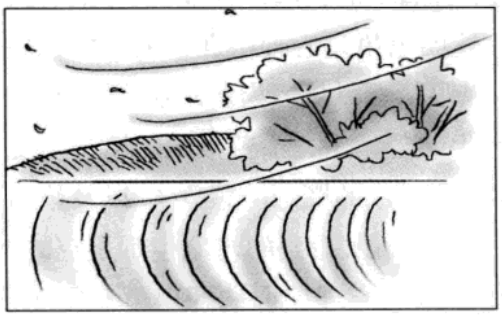
如前所述，“色”是指有形的万物，而这一切存在的事物，都是由因缘所生的，由种种条件所组合，并非本来实有。例如水因风吹而产生水波，水波是因有水与风而形成；当风停止吹动，水波随之止息。水如同“空”，波代表“色”。从水中生起波，说明“空即是色”，当波又回归于水，说明“色即是空”。

于是，在“空”的概念之下，无论是五蕴或五蕴构成的人身终究都会瓦解消失。一切事物的本质是不稳定的、无常的、无我的。它们因条件而存在，因特定的原因而显现，依对方的存在而存在。因此，“色即是空，空即是色”说明了空不能离开五蕴，五蕴本身就是空。

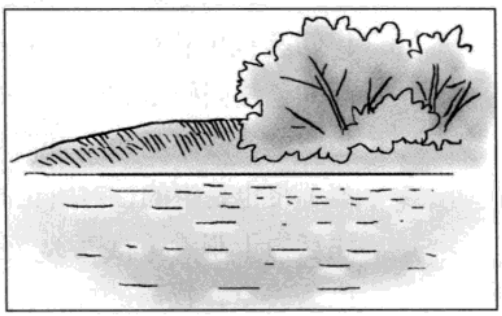
空与色的比喻

水与水波的比喻

水就如同“空”，水波就如同“色”。当水因风吹而生起了水波，说明“空即是色”，当波又回归于水，说明“色即是空”。



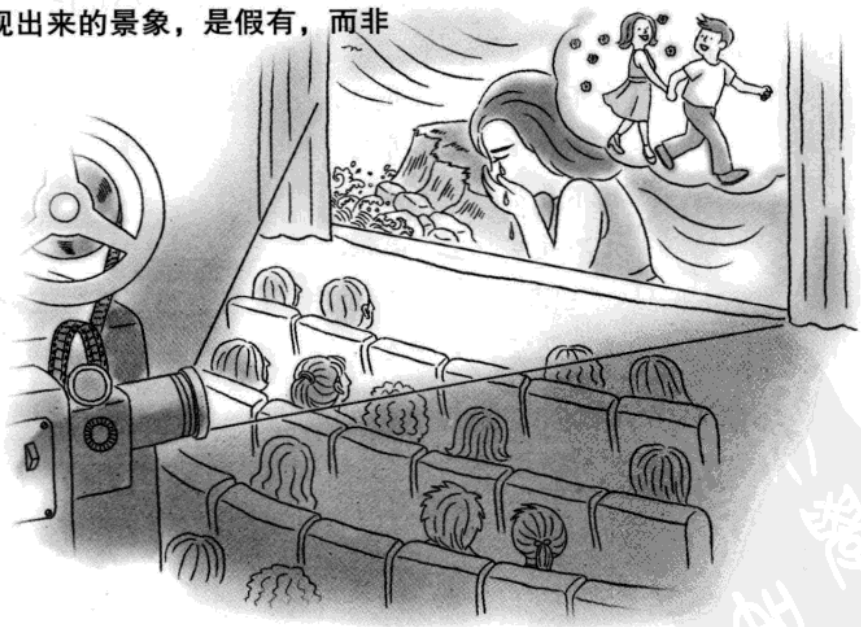
水因风吹而产生水波。
（空即是色）



当风停止吹动，水波随之止息。
（色即是空）

电影的比喻

我们也可以放映电影来做比喻“色即是空，空即是色”：电影的剧情感人泪下，但却不是真实的，是经由放映机放映所呈现出来的景象，是假有，而非真实的。



8 受想行识⑩亦复如是⑪

当色蕴一空，物质的虚幻消失了，跟着心理层面的四蕴——受（感受）、想（概念）、行（意志）、识（了别）也就都空了，所以说“受、想、行、识，亦复如是”。

“空”的概念不只是适用于五蕴中的色蕴，其他受、想、行、识四蕴也可获得相同的推论。这四蕴虽是心理层面，但和物质层面的色法同样是虚幻不实的。以眼睛看见外境为例，眼睛（色蕴）是空的；眼睛看见外境时所产生的苦、乐、不苦不乐的感受（受蕴）将也是空的；对所见的事物所形成的概念（想蕴），以及集中注意力于观看（行蕴），还有分别判断所看到的对象也都是空的。色蕴一空，物质的虚幻消失了，跟着心理层面的四蕴就都空了，所以说“受、想、行、识，亦复如是”。

对这段经文，印顺导师说：“空是一切法普遍而根本的真理，大至宇宙，小至微尘，无不如此，即无不是缘起无自性的。能在一法达法性空，即能于一切法上通达了。”归纳而言，“色不异空，空不异色；色即是空，空即是色；受、想、行、识，亦复如是”这六句经文的意思是说，构成人身心一切的五蕴皆空。

依据经句的结构，除了“色不异空，空不异色”之外，还可推衍出：

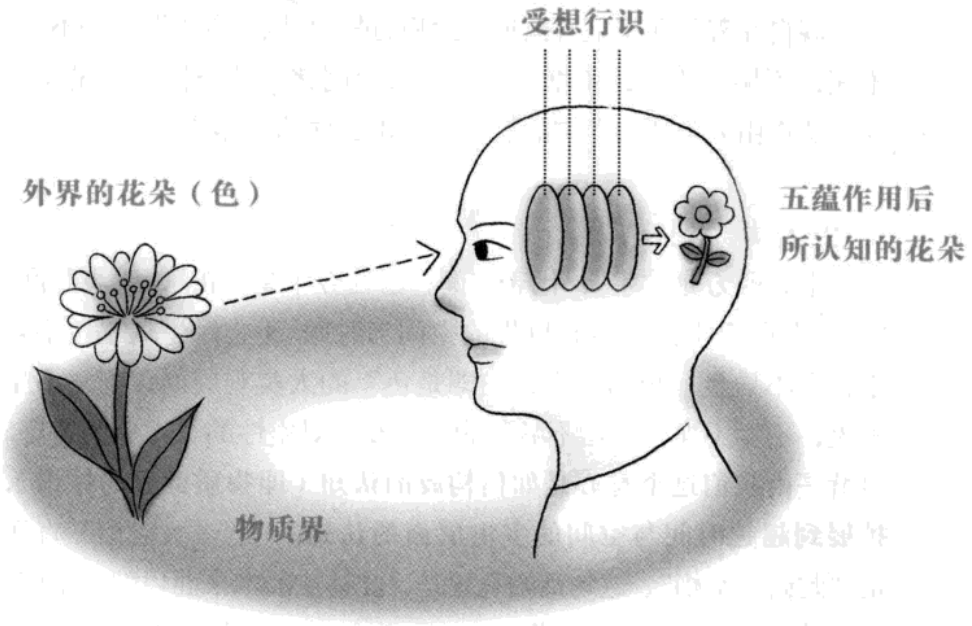
受不异空，空不异受；
想不异空，空不异想；
行不异空，空不异行；
识不异空，空不异识。

同样，“色即是空，空即是色”之外，也可推衍成：

受即是空，空即是受；
想即是空，空即是想；
行即是空，空即是行；
识即是空，空即是识。

五蕴的代数法则

五蕴：色、受、想、行、识，是构成人身心存在的作用。当物质显现在我们的眼前（色蕴）时，心理层面的感受（受蕴）、概念（想蕴）、意志（行蕴）、了别（识蕴）便跟着发生了。如果色蕴一空，物质的层面虚幻消失了，心理层面的四蕴就都跟着空了。



【考题】：已知色与空的关系是：色不异空，空不异色；色即是空，空即是色。那么受、想、行、识呢？

【答】公式：□不异空，空不异□；□即是空，空即是□

代换→

受	不异空，空不异	受	；	受	即是空，空即是	受
想	〃	，	〃	想	；	想	〃	，	〃	想
行	〃	，	〃	行	；	行	〃	，	〃	行
识	〃	，	〃	识	；	识	〃	，	〃	识

9 舍利子⑫是诸法空相⑬不生不灭⑭不垢不净⑮不增不减⑯

一切法皆由因缘和合而生，并无自性，所以一切法是空性的。观自在菩萨在此便是以“六不”的否定方式，来显示超越相对概念的空性。

观自在菩萨在亲证五蕴皆空之后，进一步以“六不”——不生、不灭；不垢、不净；不增、不减，来说明诸法的空性。这是将空性的认识由人类认知的层面扩展到宇宙层面的认知。

◎ 由人类观到宇宙观

上下四方是“宇”，代表空间；古往今来是“宙”，代表时间。“宇宙”两个字涵盖所有世界的空间与时间。《心经》从“色不异空，空不异色，色即是空，空即是色”的人类观层面，到“不生不灭，不垢不净，不增不减”的宇宙观，对空性的认识更为宽广。也就是**由我们这个身心是如何构成的认知（即物质世界的体悟），扩展到超越时间与空间的宇宙层面的认知**。“是诸法空相”直译是“此诸法空相”，这句话的意思是，此诸法的本来面目就是空相，或者是诸法的实相亦是空相。诸法未曾离开空相，所以说诸法空相。例如生与死本来是一个空相，但是唯有迷惑的时候才会感觉生死的存在。但如果以般若智慧来观看，其实生死是空的。《心经》则以“六不”来说明诸法空相。以下分两部分来说明：

◎ 一切法是空性的

“是诸法空相”的“是”等于“此”，“诸法”意指“一切法”，也就是内而身心，外而世界的一切法。“性”与“相”在佛典里并无严格的分别，如实相、实性，一般译经者也常常互用。所以，**空相等同于空性，空性即一切法的自性，**因为一切法皆由因缘和合而生，并无“自有、常有、独有”的自性，所以一切法是空性的。

诸法皆空

诸法空相

诸法

一切法

世界上一切存在的现象

一切法是以无自性为自性，自性即是无自性的。

空相

空性

佛典里空性与空相二词经常互用

空性在《心经》是以不生不灭，不垢不净，不增不减来表示。





六不

不生不灭

从“体”来看

事物的存在
生是生起，是有，存在
灭是灭却，是无，不存在

超越
存在与否的相对概念

不垢不净

从“质”来看

事物性质
垢是杂染
净是清净

超越
性质的相对概念

不增不减

从“量”来看

事物的数量
增即数量增多
减即减少

超越
数量的相对概念

◎ 打破有限与相对的“六不”

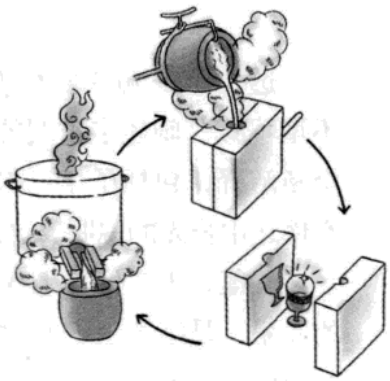
“不生不灭，不垢不净，不增不减”是《心经》中著名的“六不”，是阐述空性义理最重要的六句话。为何《心经》要以生灭、染净、增减，一组一组的否定方式来阐述空性呢？这是因为**人的言语、思想表达大多是有限的、相对的**，例如：人我（他人与自我）、是非、顺逆、得失、美丑、憎爱。但“诸法空相”是说明世间的一切存在，不同于生灭、垢净、增减的相对概念。观自在菩萨在此便是以“不生不灭，不垢不净，不增不减”的否定方式，来显示超越相对概念的空性。

此外，这“六不”还可依体、质、量三方面来解释“诸法空相”：（一）不生不灭，“生”是生起，是有；“灭”是灭却，是无。这是就事物自体是否存在来解释。（二）不垢、不净，“垢”是杂染；“净”是清净。这是就性质上来分析 。（三）不增、不减，“增”是数量增多；“减”是减少。这是就数量上来说明 。简单地说，**世间的一切事物，一般说来不外乎是体性的有无，性质的好坏，数量的多少。《心经》就是以这“六不”来说明诸法空相而显示空性。**

六不的比喻

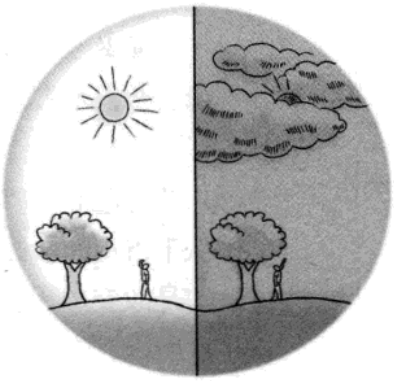
❶ 金杯的比喻：不生不灭

用金做成一个金杯，一个新物件诞生了。若把金杯熔化，金杯就没了、灭了。好像金杯有生有灭，其实金杯的本体只是金，并无别物。杯成时，金也没有生，杯灭时，金也没有灭。所谓生灭只是众生于无生无灭之中妄见种种生灭而已。



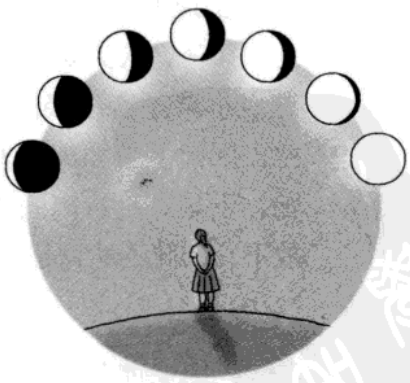
❷ 太阳的比喻：不垢不净

满天是乌云的时候，看见的太阳是乌黑的，好像弄脏了。其实太阳并没有脏，只是被乌云遮蔽了。既然没有脏，也就没有什么要恢复干净，它本来就是如此。之所以会有净浊之分是因为众生有分别心。



❸ 月亮的比喻：不增不减

初一的时候我们看见的月亮是上弦月，只有在十五、十六我们才看得见完整的月亮，其实月亮并没有增减，这只是星球运转所造成的视觉形象。



10 是故空中无色⑰无受想行识⑱

到了这里，《心经》从宇宙观角度对“五蕴”再一次做了阐示，从“五蕴皆空”到“空中无五蕴”，是彻底看透五蕴的本质，因此无须害怕、逃避或执著了。

透由上一句“舍利子！是诸法空相：不生不灭，不垢不净，不增不减”阐述宇宙观的空性概念之后，接着就是一连串空性的全新解释，包括了第二次对五蕴的解释，以及十二处、十八界在空性之中皆无的说明，这是佛教宇宙观的精髓。

五蕴、十二处、十八界三者合称为“三科”，它们是构成世界的元素，是宇宙组织的要素，也就是宇宙间的万法。《心经》里一共使用了六个“无”，说明空性之中无五蕴、无十二处、无十八界，**一句接着一句以“无”的否定方式来超越三科所架构的世界：**

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。

◎ 从“五蕴皆空”走向“空中无五蕴”

从宇宙观的层面，《心经》如何再次解说五蕴，并超越五蕴呢？就是“是故空中无色，无受、想、行、识”。这两句话。用白话来说是：所以，在此空性状态中，物质现象是假有，感觉（受）、概念（想）、意志（行）、了别（识）也都是假有。前面从人类观谈五蕴时说明“五蕴皆空”，而到了宇宙观的解释则是说“空中无五蕴”。两者的体会有很大的差别，一定要分辨清楚：

第一，人类观的层面是“五蕴皆空”，五蕴构成的现象是空的。这点小乘圣者已经能有深刻的体认，他们知道五蕴的无常、苦、空，因此急着要离开五蕴法的世界。这就如同知道酒色欲望的可怕，于是认真远离酒色欲望，但心中依然存在着念头，并未完全放下，因此不能算是真正的解脱。

小乘与菩萨乘追求的空性有何不同？

● 小乘圣者以人类观追求“五蕴皆空”

就好像内心充满情欲，所以想脱离情欲。



● 大乘菩萨追求“空中无五蕴”

就好像内心并没有情欲，就没有脱离或不脱离情欲这件事。



● 不同的五蕴体认

	认　识	层　面	因应的态度	空
人类观	五蕴皆空	小乘的境界	急于脱离五蕴法的世界	偏空
宇宙观	空中无五蕴	菩萨乘的境界	超越害怕、逃避与执著的限制	究竟空

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耳鼻舌身意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 菩提萨婆诃

审视整本《心经》，260 个字中共出现了 21 次的“无”字。“无”是《心经》最多的字，也是阐述空性最重要的字，空与无的紧密关系由此可见。

透由舍离五欲而获得的这种空性体悟不算究竟，只能称为偏空。

第二，宇宙观的层面是“空中无五蕴”，既然五蕴是假有，就无须害怕五蕴，也不用逃避五蕴，更不会执著于五蕴。人类观的“五蕴皆空”是小乘圣者追求的境界；宇宙观的“空中无五蕴”则看透此点，超越了害怕、逃避与执著的限制。**菩萨乘所体悟的空性就是这种更为完整、更为究竟的空性体认，它超越小乘的偏空，这样的空性体悟称为毕竟空**。在这种无惧于五蕴之苦，生生世世留在世间关怀帮助众生，是伟大的菩萨道。

从人类观到宇宙观的空性概念

人类观的空性

五蕴皆空

色不异空·空不异色·
色即是空·空即是色·
受想行识·亦复如是·

宇宙观的空性

诸法空相

是诸法空相·
不生不灭·
不垢不净·
不增不减·

空中无五蕴

是故空中无色
无受想行识

空中无十二处

无眼耳鼻舌身意
无色声香味触法

空中无十八界

无眼界
乃至无意识界

有关三科空性的阐述共计6个“无”。

三科

五蕴

色受想行识

十二处

眼耳鼻舌身意
色声香味触法

十八界

眼界
乃至意识界

11 无眼耳鼻舌身意⑲无色声香味触法⑳

此处进入了六根与六尘的讨论，这是一切认识活动的基础。无六根代表身空，无六尘则是境空。了解六根是空的，六尘也就不会影响到自身。

在“六不”的概念下，前一单元谈完“空中无五蕴”，本单元续谈“空中无十二处”。

◎ 六根对应于六尘

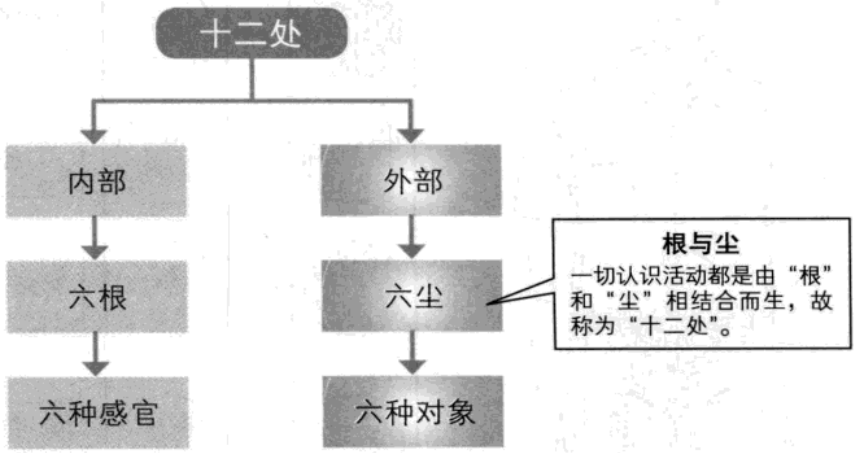
眼、耳、鼻、舌、身、意六根与色、声、香、味、触、法六尘，合称为“十二处”，它是对一切法的分类。**“处”的意思是生长、生起，还可代表所依托之处，是指一切精神活动，依此处得以生起**。观自在菩萨对舍利子阐述十二处，主要是为了说明“空无自性”的道理。十二处是把世间的一切现象，总分为“内在能取”与“外在所取”两类，我们的一切认识活动，都不离这能取与所取。这点不同于五蕴，五蕴仅谈色、受、想、行、识，强调物质层面与精神层面，并无强调内、外之别。

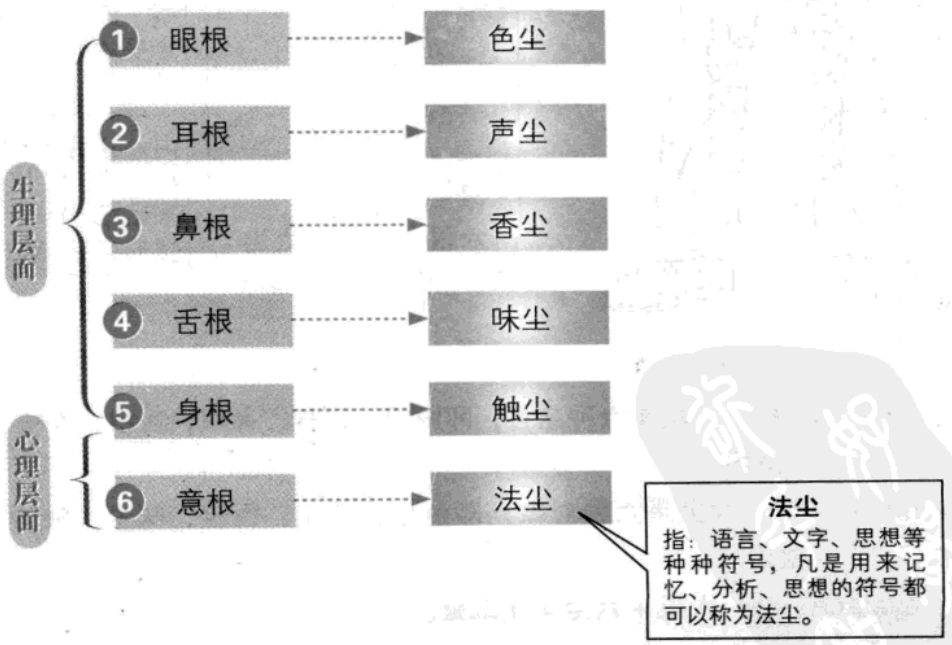
“能取”是指眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根等六根。这六根所指的不是外在可见的眼睛、耳朵等器官，而是一种极微细的物质（如视神经、耳神经等），佛法称它们为“净色根”。这些净色根，就是我们认识外界的基础。

“所取”是指色尘、声尘、香尘、味尘、触尘、法尘等六尘。为何会把色等六者称为“尘”呢？**因为它们是外来的客体，是杂染的，如同尘土一般**。六尘之中的前五尘是比较容易理解，而第六尘“法尘”需做进一步的解释。“法尘”是指语言、文字、思想等种种符号，凡是用来记忆、分析、思想的符号都可以称为“法尘”。举例而言，《心经》这本经的文字的思想、概念与分析都可以视为法尘，因为有了分别概念，所以法也是污染（尘）的一种。（下接第 114 页）

十二处：人类认识活动的基础（一）

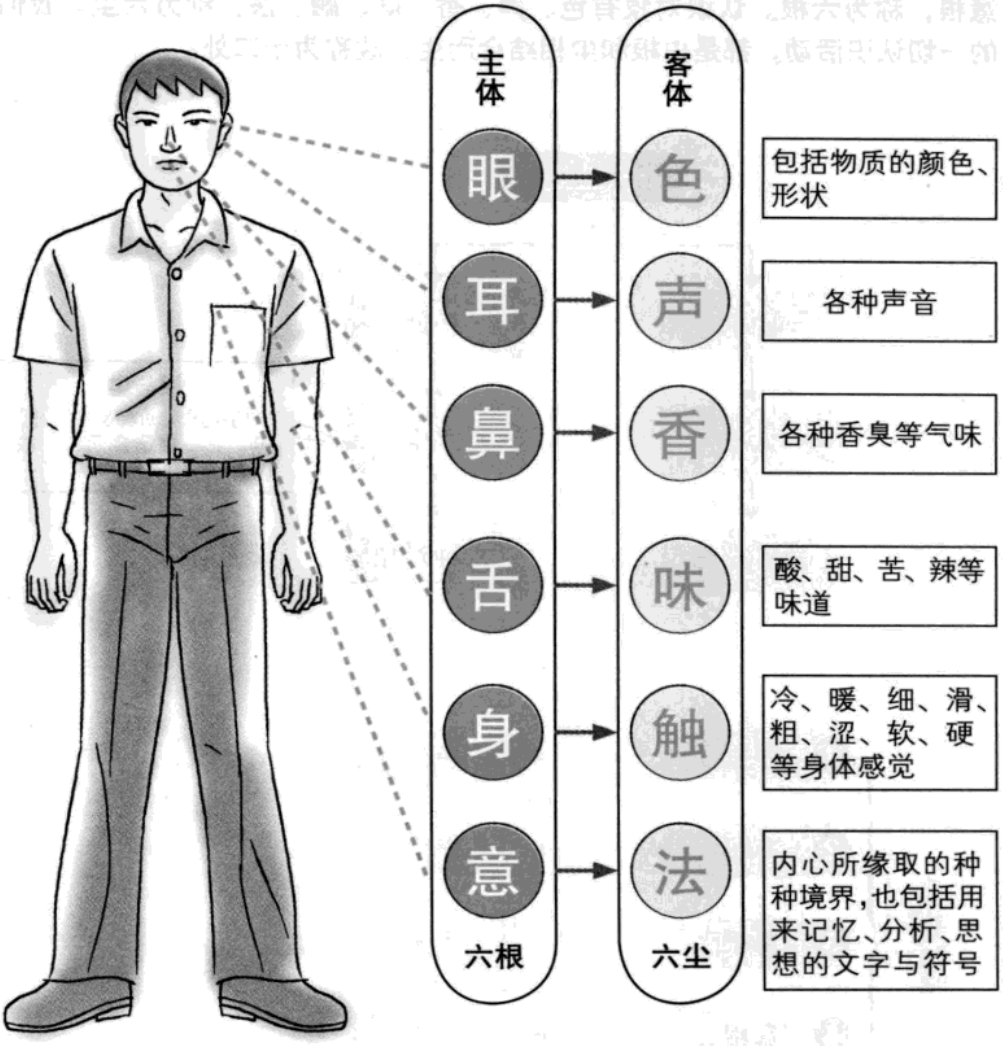
“十二处”说明了我们生活中的认识活动是如何产生的。佛教把认识活动分为认识器官和认识对象。认识器官即眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根，称为六根。认识对象有色、声、香、味、触、法，称为六尘。我们的一切认识活动，都是由根和尘相结合而生，故称为十二处。





六根与六尘：主体与客体的对应

一切认识活动可以分为客体和主体的对应关系，或是内部与外部的对应关系。这种对应关系的任一方是互相依存的，无法独立存在。



梵语学习

indriyas：根。六根是六种感官，即眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根。

gunas：尘。六尘是六种对象，即色尘、声尘、香尘、味尘、触尘、法尘。

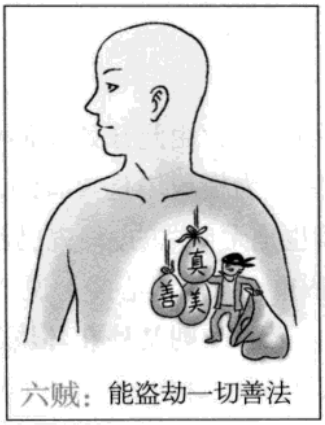
ayatana：处。六根 + 六尘 = 十二处。

六尘 = 六境 = 六贼

依据从《出涅槃经》的说法，“尘”代表染污的意思，好比空气中的灰尘，过多会造成污染。“尘”会染污情识，而使真实本性无法显发，所以涅槃经中称此为“六尘”。六尘又名“六大贼”，意指它们能够盗劫一切善法。



六尘：好比空气中的灰尘



六贼：能盗劫一切善法



六境：客体的环境

意根与法尘

意根：可解释成微细物质的感知系统，这如同生理学家所说的神经器官，是一切神经系统的总枢。

法尘：是指语言、文字、思想等种种符号。这些符号是被用来描述物质世界的，所以法尘被列入五蕴中的色法。举例而言，《心经》的思想、概念与分析都可以视为法尘。法里有了分别概念，所以法也是污染（尘）的一种。



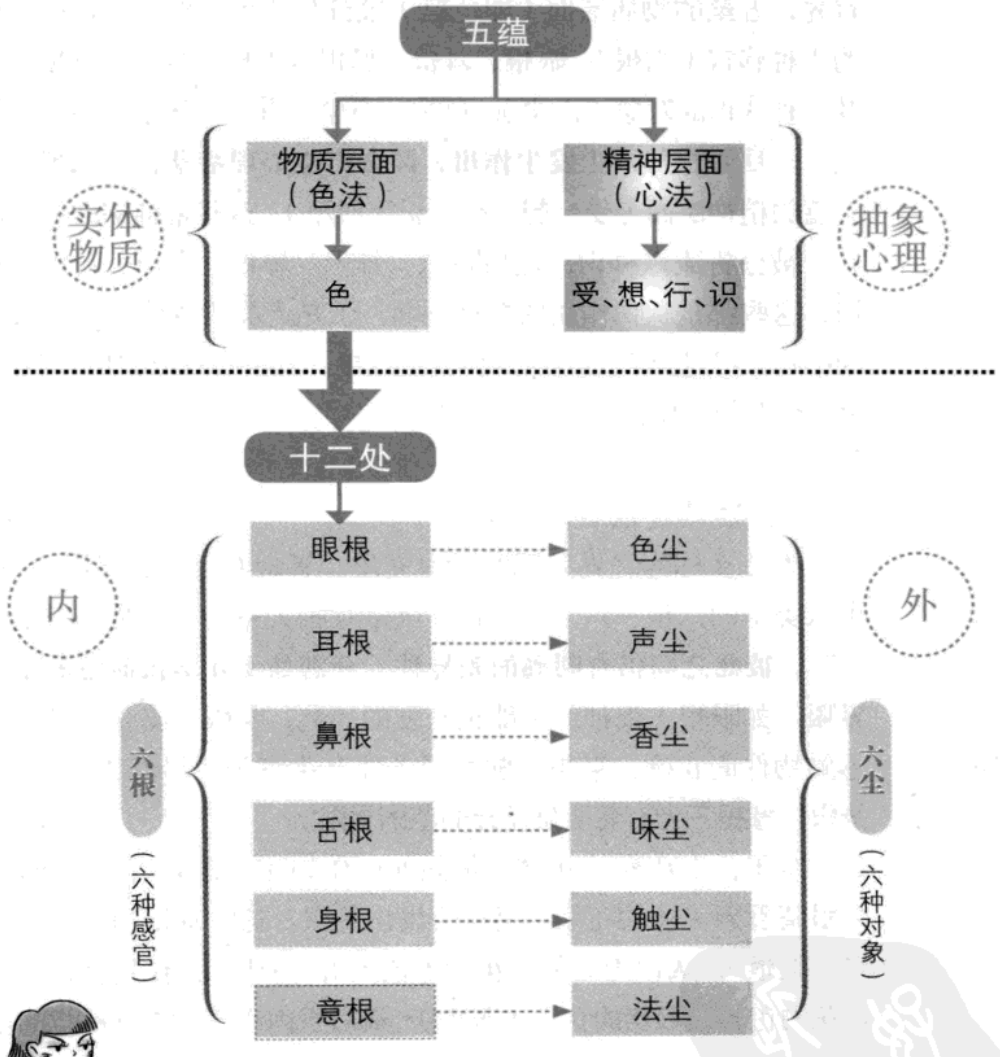
六根对应于六尘，眼根所取的是色尘，如青色、白色等颜色，或长短、方圆等形状；耳根所取的是声音；鼻根所取的是香或臭等气味；舌根所取的是酸、甜等味道；身根所取的是冷暖、软硬等触感；**意根所取的是对前五尘分别好坏而起的善恶诸法，这也包括了用来记忆、分析、思想的文字与符号**。

◎ 身空与境空

根与境和合而生识，由此开始我们见、闻、觉、知的一切认识活动。而凡夫因认为根与境是实有的，所以产生许多妄见、烦恼，殊不知根与境也是无自性的，终究仍是空。要能真正体悟空性，身空与境空两者皆重，所以《心经》说“无十二处”。**无六根代表个人身体的身空，无六尘则是外在环境的境空**。若能体认外界的六尘是空的，那么身体的六根就不会产生与之相对的反应。同样的，了解六根是空的，那么六尘也就不会影响到自身，自然就不会在十二处中生起种种烦恼了。

五蕴与十二处的关系

五蕴法是透由物质层面与心理层面来分析的，前者代表色法，后者代表心法。色法对应色蕴，心法对应受、想、行、识等四蕴。至于十二处谈的都是物质层面，由图解可看出由“色蕴”延展至“十二处”。《心经》文中所说的“无眼、耳、鼻、舌、身、意，无色、声、香、味、触、法”，便是借由十二处皆非实有，再一次解释了“空无自性”的道理。



注意！意根是“真实”存在于身体，是涉及心理层面的实体官能。它指的是微细物质的感知系统，也就是生理学家所说的神经器官，是一切神经系统的总枢。

12 无眼界㉑乃至无意识界㉒

佛教认为一切世间现象可以被归纳为十八个构成要素，称为“十八界”。这十八界由宇宙观的层面来看，依然是空无。

◎ 什么是十八界？

在《心经》里，佛教的宇宙观由五蕴开始详细的逻辑推展。首先，五蕴的物质层面（即色蕴）被分析成十二处。包括：认识的六种感官（六根）：眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根，以及六种认识的对象（六尘）：色尘、声尘、香尘、味尘、触尘、法尘。**一旦六根与六尘发生作用，即会产生心理活动，**这就来到了五蕴的精神层面（受、想、行、识等四蕴）。这些精神层面的活动共可被分析成六种识，包括眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识，这些都是认识作用的精神层面。于是人类的身体与外在环境的事物，经过意识的作用，也就是六根、六尘、六识的相互运作，最后合并起来便构成了“十八界”。

◎ 界的意思是范围、界限

为什么称为“界”呢？在中文里，界含有范围、界限之意。十八类中的六根、六尘、六识，虽是互相关系的，但是在个别作用时，**彼此之间仍有明确的差异性，分别处于互不相混淆的范围界限。**如眼根（视神经）能见头发的黑色，身根（皮肤神经）来感触物件的软硬，意根（脑神经）能产生意识，显然可见眼根、身根、意根三者有着明确差异的范围界限。

至于，十八界彼此之间是如何运作的呢？例如当人赏花时，因眼睛看到美丽的花朵，而内心发出赞叹。这时认识的器官是眼睛（眼根），认识的对象是花朵（色尘），而认识的作用就是心中对花的色彩、形状的认识（眼识），最后于内心产生美好感觉的便是意识！

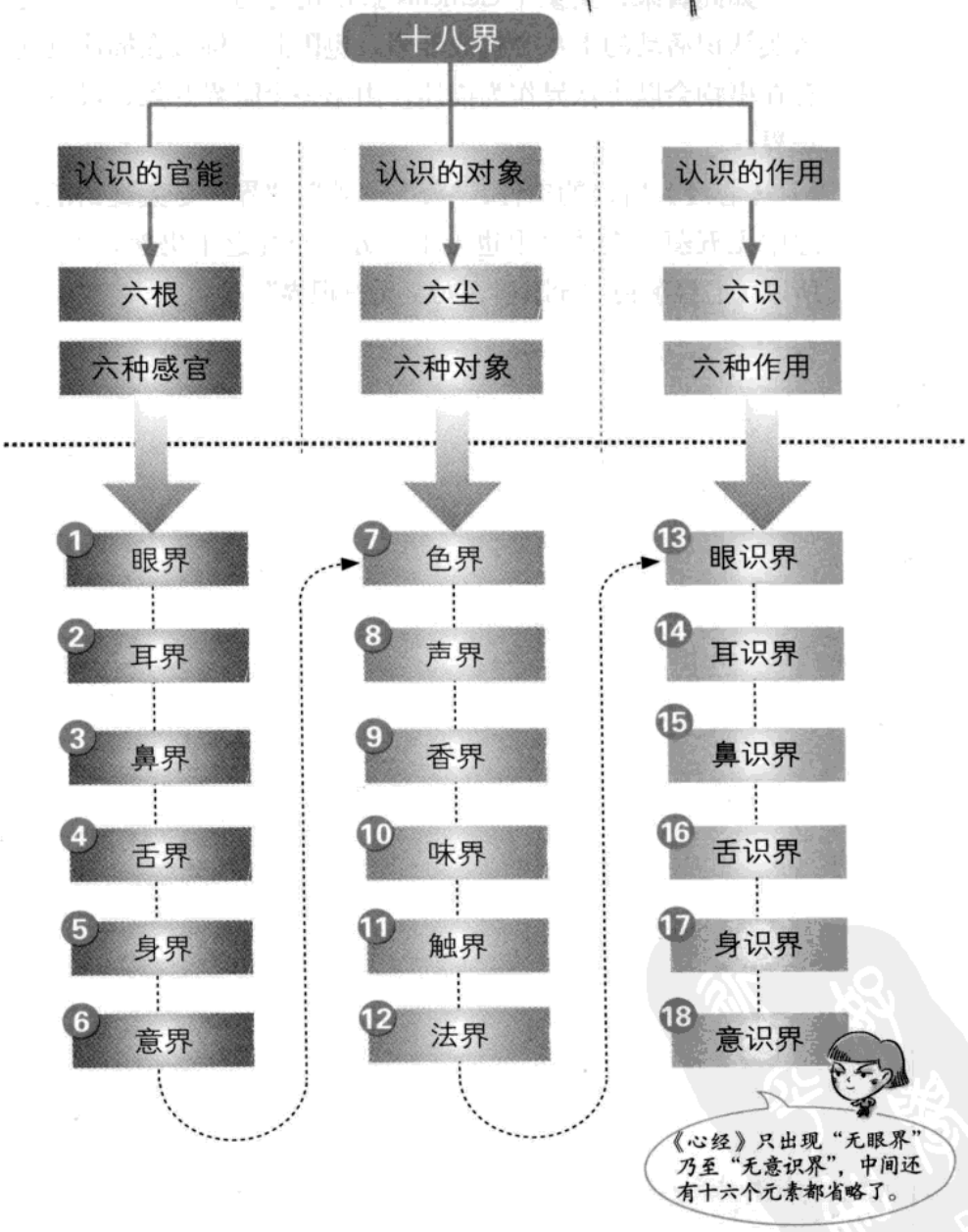
◎ 界也有构成要素的意思

这里的“界”是范围、界限的意思，但十八界的“界”在诸

十八界：人类认识活动的基础（二）

十八界，梵语 astadasa-dhatavah，是指人们依据认识官能（六根），对应外界环境（六尘），会产生六种不同的认识作用（六识）。所以，十八界是六根、六尘与六识的总和。





多的英文典籍被译成 elements（构成的元素），似乎与范围、界限的概念略有不同。印顺导师曾引用《阿毗达磨大毗婆沙论》的一段文章来解释“界”，认为“界”是具有特性的不同质素，有质素、因素、自性、类性等意思。

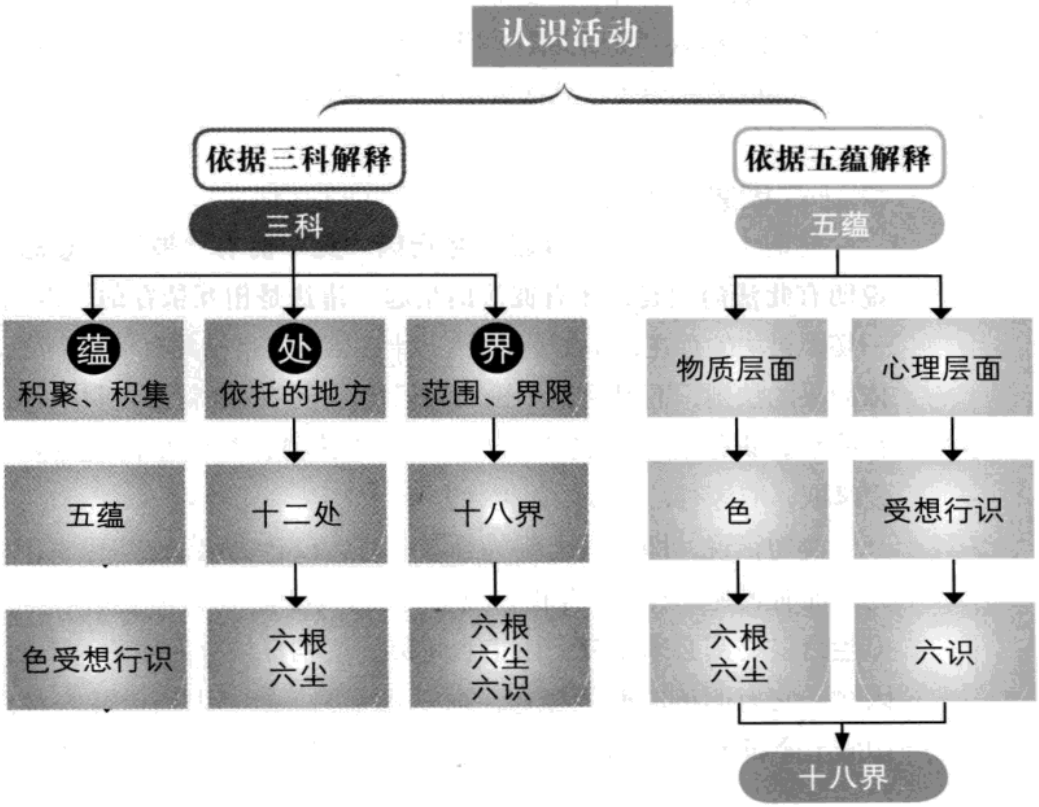
早期印度佛教思想分析“蕴”、“处”、“界”三个概念，定义“五蕴”是**分析**“存在的构成要素”；“十二处”是**讨论**“认识的构成要素”；“十八界”则是**详加讨论**“认识的构成要素”。

如此看来，英文用 elements 就很说得通了，十八界就是分析人类认识活动的十八个构成要素。也因此，佛教在描述世间一切存在事物会以十八界作为描述，由第一个眼界开始，最后止于意识界。

《心经》所谈的空性，“蕴”、“处”、“界”是关键语汇，空性之中无五蕴，空性之中也无十二处，空性之中仍然是无十八界，所以《心经》说“无眼界，乃至无意识界”。

五蕴、十二处、十八界的关系

世间一切的认识活动可以依据三科“蕴”、“处”、“界”来解释。也可以由五蕴中分成物质部分与心理部分来说明。三科与五蕴的分析，两者最后都来到了十八界。五蕴是空，十二处也是空，当然十八界还是空。



几个关键语词的比较

在分析《心经》时，总会看到很多关键字词，若不了解其关键意义，会看得一头雾水。以下总整理几个重要梵语意译的关键词语：

- 五蕴的蕴：聚积。五种性质相似的事物聚积，构成人类的身与心。
- 六根的根：生长。如同树木有树根，能生枝干，于是六识可依六根而生出。
- 六入的入：侵入。受外界侵入的感官。共有六种感官。
- 六尘的尘：污染。外在的环境对纯净的心造成污染。
- 十二处的处：依托的地方。
- 十八界的界：种类界限。

13 无无明㉓亦无无明尽㉔乃至无老死㉕亦无老死尽㉖

十二因缘依因果的法则而呈现生死轮回的相状。它是无自性的，所以没有无明至老死的生起相，也没有无明至老死的灭尽相。

在说明十八界是空性之后，观自在菩萨接着说明十二因缘也是空性的。他以“无无明，亦无无明尽；乃至无老死，亦无老死尽”四句的缩减形式，总括来谈十二因缘的流转与还灭。

◎ 十二因缘的内容

何谓十二缘起？**“缘起”是指因“此”而有“彼”的意思，说明有此法的生起，才有彼法的生起，诸法是相互依存的。**世间一切因果法的存在，也都是如此。“十二因缘”是指共有十二个法，依因果的法则，而呈现生死轮回的相状。十二因缘就是无明缘行，行缘识，识缘名色，名色缘六入，六入缘触，触缘受，受缘爱，爱缘取，取缘有，有缘生，生缘老死。

换句话说，即是以无明为缘而有行，以行为缘而有识，以生为缘而有老死。凡是有生的，就必然会有老死，虽寿命长短不一，但生命最终都必须结束。由生到死每一法相互依存，便称为十二因缘。它有明确的时间概念，前三者无明、行、识属于过去式，中间七个属于现在式，最后两个生、老死属于未来式。

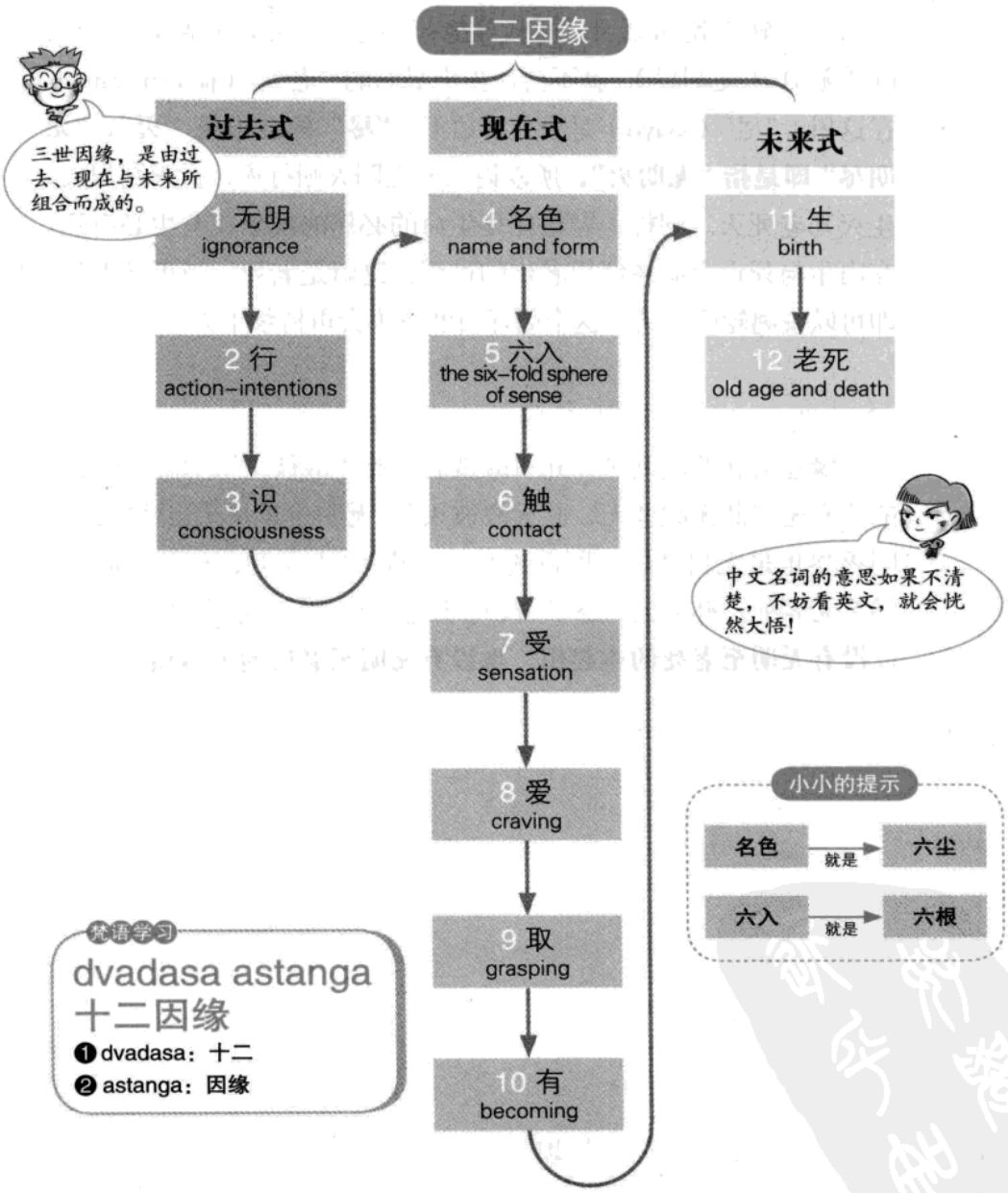
◎ 无明至老死的流转（这是凡夫的状态）

《心经》说：“无无明，亦无无明尽；乃至无老死，亦无老死尽。”这里只出现第一支的无明与最后一支的老死。首先必须先了解“无明”的含义。无明，梵语 avidya，是指**无法认识现象的真实性而生起的愚痴，是障碍智慧通达真理的愚痴**，它是十二因缘的第一支，也是一切烦恼的根源。因为有了无明才有一连串的十二因缘。

凡夫因为无明所以执著一切法有自性，这种错误的见解是一切烦恼的根本，人类的爱欲或追求等烦恼都可包括在内。而这种

十二因缘

十二因缘是指十二个阶段，说明人的生命是从何而来，从何而去。每个阶段都是一个果，但又连接着“前因”与“后果”。这种因果的关系，就是缘。造成因果发生关系的是“缘”，而果是缘于“因”，所以称为因缘关系。人的生命总共有十二个阶段，故称十二因缘。



无始以来的无明，最后会招感生死，依生死身而又产生无明，形成无尽的轮回。

◎ 无明至老死的还灭（这是缘觉乘的境界）

如何能停止无尽轮回的循环呢？佛陀了知十二因缘的法则，知道人流转生死的原因，而教导缘起的还灭，若能在起始之处灭除“无明”（无明尽），就不会衍生出最后的“老死”（jara-marana）。在这里，“尽”（ksayo）是个关键语汇。**“尽”的意思是“灭”，“无明尽”即是指“无明灭”，**所以说只要无明灭则行灭，行灭则识灭，生灭则老死灭。同样，老与死是生命的必然的现象，有生必有死。在出生与死亡之间还经历老化的过程，这就是老死。当灭除老死，即可以脱离轮回之苦。这个循环自然就不会再持续下去。

◎ 无明至老死没有生起相，也没有灭尽相

缘起流转的法则是“此有故彼有，此生故彼生”，而缘起灭除的法则是“此无故彼无，此灭故彼灭”。无明生起是无自性的，无明灭尽也是无自性的，所以《心经》说：“无无明，亦无无明尽；乃至无老死，亦无老死尽。”换句话说，十二因缘是无自性的，所以**没有无明至老死的生起相，也没有无明至老死的灭尽相。**

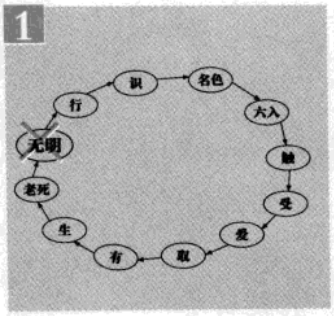
如何终止十二因缘，出生死轮回？

十二因缘包括：❶无明→❷行→❸识→❹名色→❺六入→❻触→❼受→❽爱→❾取→❿有→⓫生→⓬老死。由起始的“无明”一直到“老死”共有十二个互相依存的因果关系。



要终止轮回关系的法则是“此无故彼无，此灭故彼灭”：

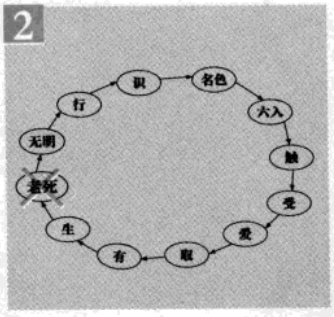
1



无明尽

即无明灭。灭除无明，就不会衍生后面的老死。

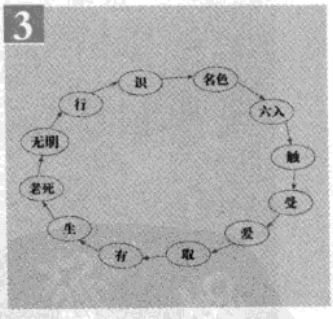
2



老死尽

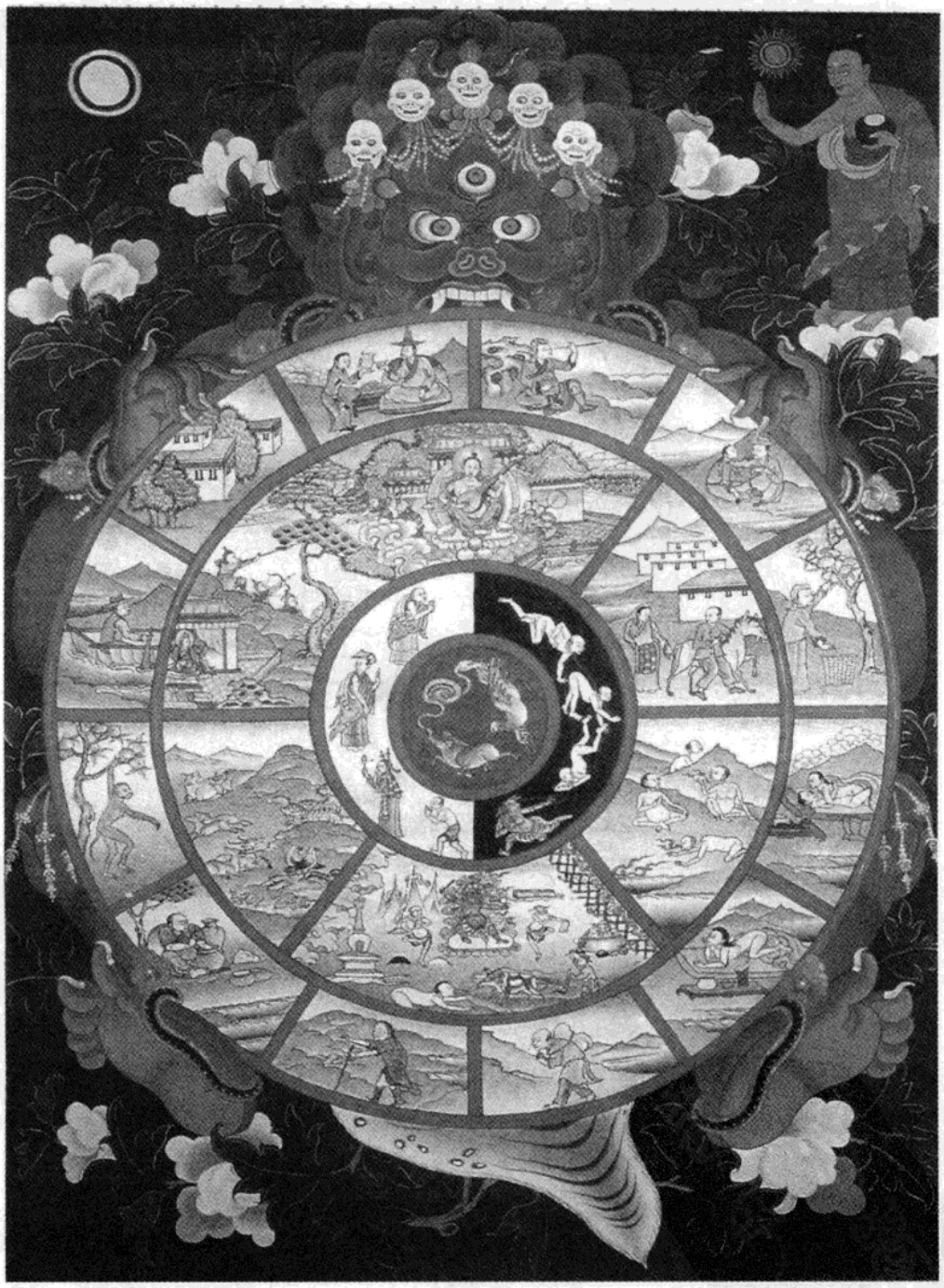
即老死灭。老与死是生命的必然现象，有生必有死。在出生与死亡之间还经历老化的过程，这就是老死。当灭除老死，即可以脱离轮回之苦。

3



无无明，亦无无明尽；乃至无老死，亦无老死尽。

即在空性之中没有无明，也就没有灭除无明这件事；在空性之中没有老死，也就没有灭除老死这件事。



六道轮回图（长河艺术文物馆　黄英峰先生提供）

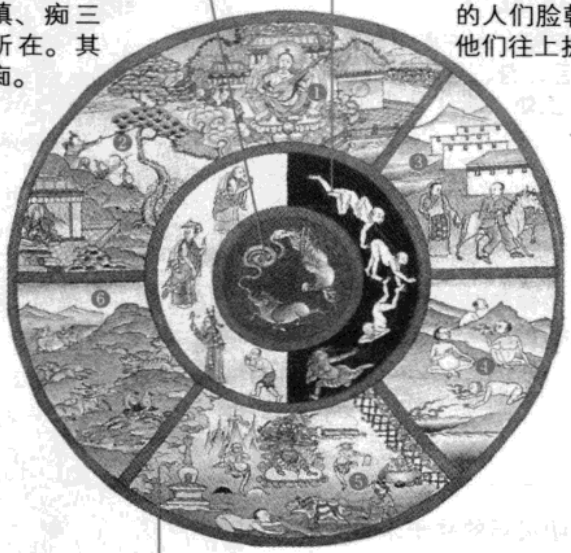
生命是怎么来？怎么去？我为何成为现在的我？藏传佛教的“六道轮回图”细腻地描绘出了这个问题的答案。左页唐卡的右上方是释迦牟尼佛手指象征解脱的月亮，说着离苦得乐之道。巨大的怪兽咬着大圆轮，圆轮由里到外分成四圈，剖析生命如何陷入苦难漩涡的原因和过程。

第一圈

三毒 公鸡、蛇和猪三种动物分别象征贪、瞋、痴三毒，是根本烦恼所在。其中，猪代表无明愚痴。

第二圈

善业与恶业 黑半圈里的人们头朝下，代表恶业会将他们带往更低的层次。白色半圆里的人们脸朝上，象征善行会将他们往上提升到较高的善道。



第三圈

六道 分别是：

❶ 天道：天人们享受着幸福且长寿的生活，这是凭借着过去世中行善的业力，一旦福报用尽，仍得往下五道沉沦。

❷ 阿修罗道：因为嫉妒天人，时常与天人征战。

❸ 人道：人道众生须承受各种苦乐以及生老病死的折磨，却独独拥有改善生命的机会。

❹ 饿鬼道：饥饿是饿鬼道众生痛苦的原因。有大肚皮和胃口，喉咙却很细小，只要一吃食，喉咙便灼烧到胃。

❺ 地狱道：这里的众生因造恶业而承受种种痛苦折磨，据说有十八层地狱苦刑。

❻ 畜牲道：这里的众生存在的目的只为了供应其他众生使用。

● 第四圈：十二因缘。请见下一页详解。

第四图

六道轮回图的第四图分成十二格，说的是生命如何受困于轮回，生死不息的过程。这十二图格称为十二因缘。



6 触

接触与感受。一男一女的接触代表触。指的是与感知对象的接触，以及紧接在后对于该境所产生的苦、乐、舍受的分别。

5 六入（六处）

感知能力的发展。空屋上有许多房间，代表眼、耳、鼻、舌、身、意等六根，这六根是六识的依止处，能让各识分别认知其对象。

4 名色

受孕的胚胎状态。以一个人在船上象征名色。名指心识和伴随其发生的心因，色指身体，两者都发生在受孕的时候。

3 识

因识与果识。以聪明灵巧的猴子来象征识。

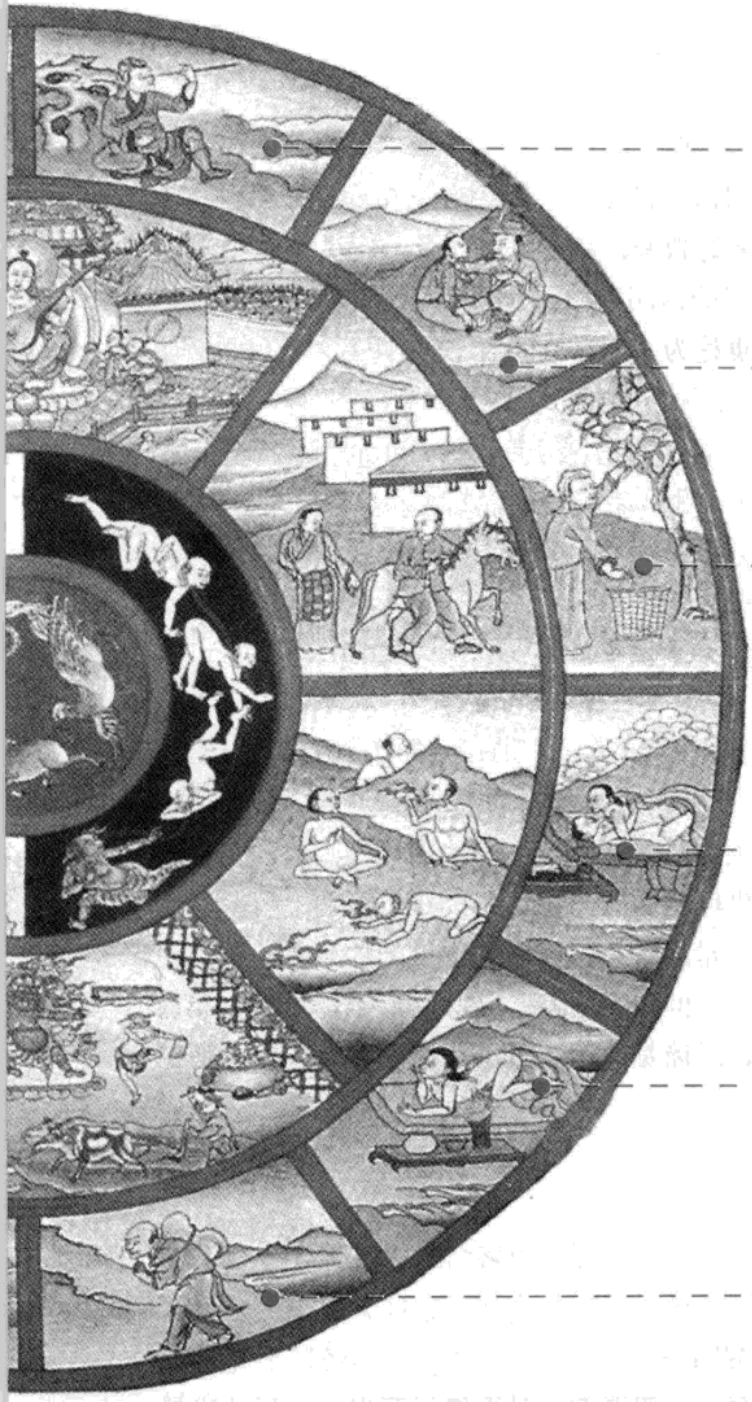
2 行

投胎这一生的主要因缘。以陶匠捏陶来象征行。过去生中的无明愚痴令我们有所行为而成为投胎今生的主要原因。

1 无明

产生痛苦的根源。以拄着拐杖的盲眼老人代表无明。老人代表轮回没有起始，眼盲是看不见真相，拄着拐杖是因为无明没有真实的基础。





7 受

分别苦乐的开始。以一支插入眼中的箭或树枝代表受，生动描绘受是我们日常生活的重心。它的强度说明苦乐对我们活动的控制程度。

8 爱

因分别而贪恋执著。宴乐的人们代表爱。表达人们趋乐避苦的欲求。

9 取

为爱不辞劳苦的追求。一个人正在采摘树上果实象征取。取是爱的一种更强烈的染著，包括对色、声、香、味、触、法而生的坚固执著。

10 有

召感下一生的业力。以交媾的男女代表有。有指充分现行的业力发生在现世的最后一刻，能召感未来世的果报。

11 生

受孕的刹那。以妇人产子表现受孕的那一刹那，而不是指脱离母胎的时候。

12 老死

衰变毁坏。扛背重物的成人象征老死。这是最后一支缘起。老化现象可始于受孕时候或肉体退化。

14 无苦集灭道㉗

苦谛是说人生毕竟是苦；集谛是说产生痛苦的原因；灭谛是谈痛苦的止息；道谛是说止息痛苦的方法。体认四谛是空的，才能达到真正的自在与解脱。

◎ 真实不虚的四种真理

苦、集、灭、道四谛是佛法的总纲，佛陀在鹿野苑第一次说法的内容，以及入灭前的教诫，都不出这四谛。“谛”的意思是真实不虚，因为佛陀阐述的这四项教法是真实、无错乱的，**所以四谛可说是四种真理，也称为“四种真实”**。又这四者只有已达解脱的圣者才能知见、通达，所以也称为“四圣谛”。

苦谛是说人有生、老、病、死等苦，虽有乐而毕竟是苦，是不圆满的。集谛谈的是产生痛苦的原因，如无明、爱、见等烦恼。灭谛谈痛苦的止息，只要苦灭即得解脱。道谛则是说止息痛苦的方法，如八正道、六波罗蜜多等等。

◎ 四谛之间的因果关系

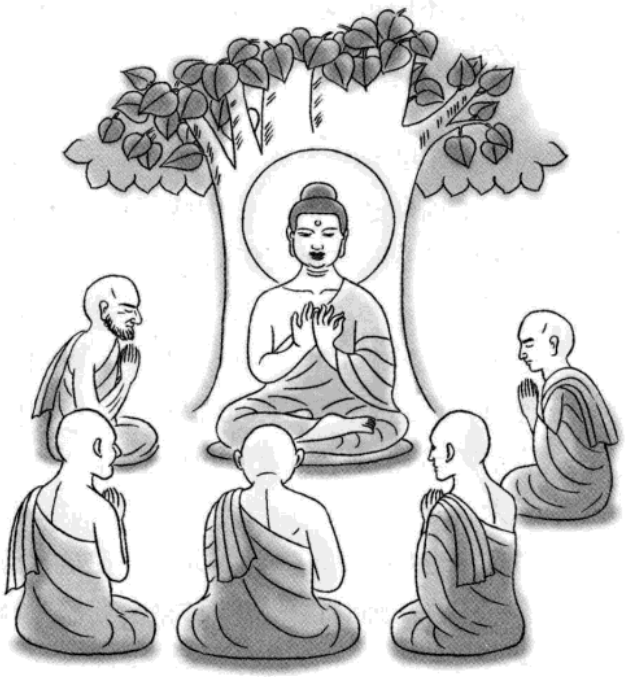
四谛间的关系是：苦谛是结果，集谛是原因，灭谛是结果，道谛是原因，苦、集应舍弃，灭、道应取、应行。苦、集二谛说明有漏的世间因果，灭谛与道谛分析清净的出世间因果。苦谛谈的是生死报，对应于世间的苦果。集谛说的是烦恼业，可分析为世间的苦因。灭谛说的是涅槃果，对应于出世间的乐果。道谛说的是菩提道，可分析为出世间的乐因。**所以说苦谛是结果，集谛是原因，灭谛是结果，道谛是原因，苦、集应该舍弃，灭、道应取应行。**

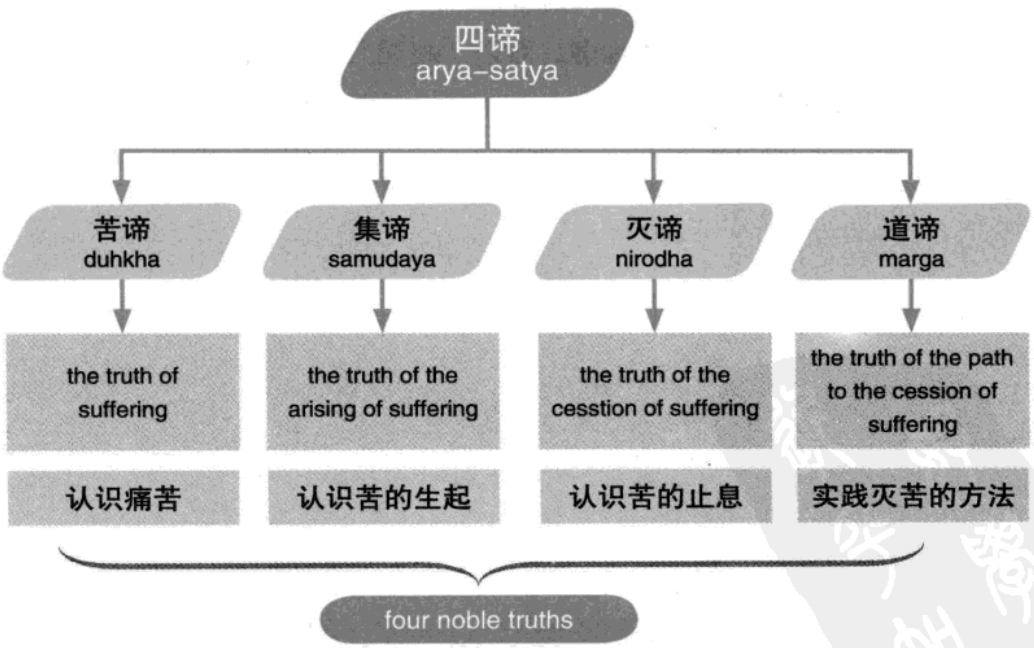
◎ 四谛空

“无苦、集、灭、道”是《心经》里著名的“四谛空”，“四谛”是诸法的理性，是不可变异的真理，为何《心经》提出否定型式的分析，难道是要推翻四圣谛吗？其实不然，《心经》于此阐述的是空性的另一个层面——四谛空。对于修行而言，一开始当然

初转法轮

释迦牟尼佛在菩提树下证得涅槃后，寻找到当年跟他一起离开皇宫出家求道的五位比丘，向他们讲说四谛。这是释迦牟尼第一次公开说法，即史上所称的“初转法轮”。他对五比丘说明理解四谛的重要性，也就是必须认识苦，了解苦的生起与止息，实践灭苦的方法。





是要先体认苦、集、灭、道的真理。但以大乘菩萨道的概念而言，那仍是不够究竟的，唯有了知四圣谛是空性的，才能达到真正的自在与解脱。

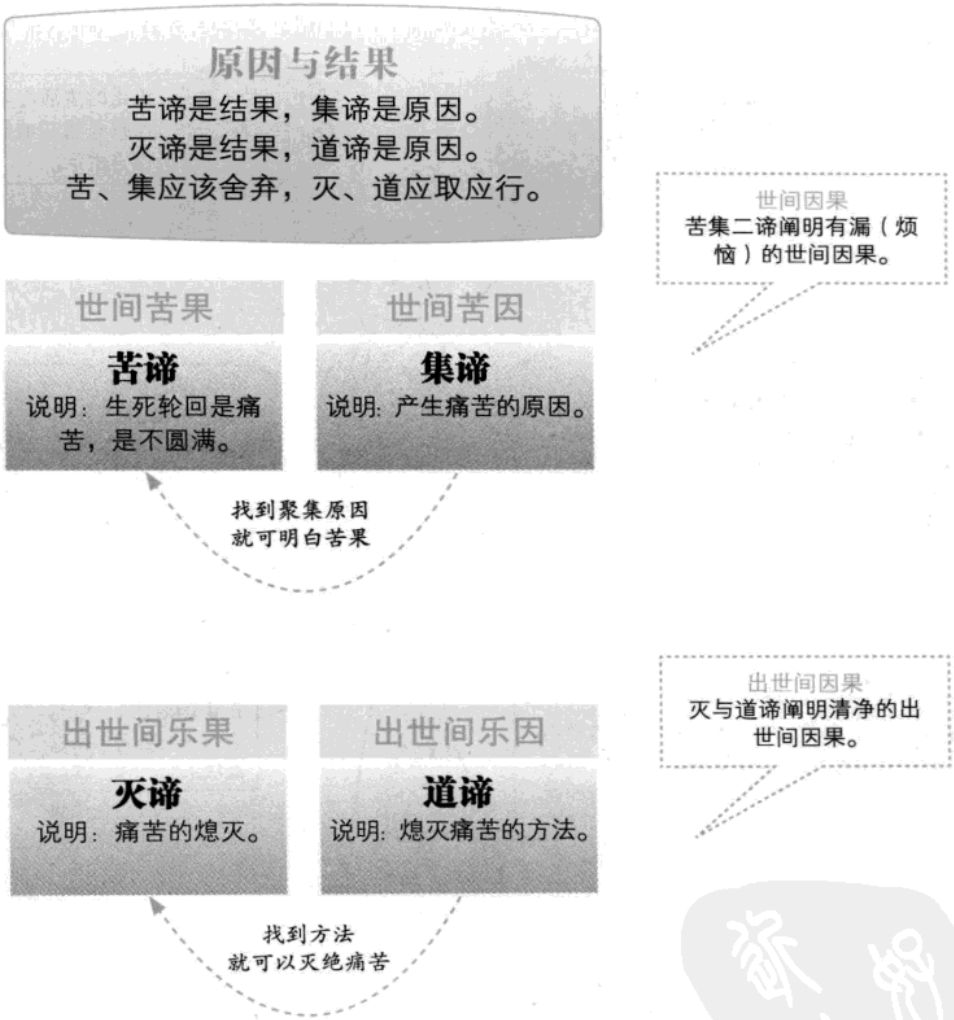
◎ 超越四谛

如前所述，观十二因缘能出离生死苦海，但那不过是缘觉乘圣者的境界与成就，仍是不究竟。所以，《心经》说“无无明，亦无无明尽；乃至无老死，亦无老死尽”，目的便是为了超越缘觉乘这个层次的修行。同样，观四圣谛的修行法门虽然也可脱离生死苦海，但这种声闻乘的境界也是不够究竟的。唯《心经》的“四谛空”可超越声闻乘的四谛限制，于是说“无苦、集、灭、道”，因为苦是无自性的，苦的生起是众缘和合而起，自然灭苦与灭苦的方法也是空性的，这即是四谛空的概念。

圣严法师对这段经文的解释是：“**了解**苦、集、灭、道的意义，**观照**苦、集、灭、道的道理，**超越**苦、集、灭、道的范围。”也就是说先认识与了解四圣谛、继而观照与体悟四圣谛，最后超越四圣谛。法师简短的几句话清楚精准地阐述“无苦、集、灭、道”。**请注意“无”并非推翻，而是“超越”，是理解《心经》空性概念关键中的关键。**

四谛之间的因果关系

苦谛是结果，集谛是原因，灭谛是结果，道谛是原因。苦、集应该舍弃，灭、道应取应行。苦集二谛阐明有漏的世间因果，灭与道谛阐明清净的出世间因果。《中论》卷四："以无四谛故，见苦与断集，证灭及修道，如是事皆无。或作四圣谛。"



四谛中的“道”：灭苦的方法

道谛是通达之意，也是道路的意思。这种道路是达到寂灭解脱的方法和手段，原始佛教认为道谛是指八正道，而大乘佛教认为是六波罗蜜多。

八正道：声闻乘的解脱之道

（梵 aryastango-margo，英 eightfold path）



正见 Right View
正确的知见
坚持佛教四谛的真理。

正命 Right Livelihood
正当的生活与职业
过符合佛陀教导的正当生活。

正思惟 Right Thought
正确的思考
根据四谛的真理进行思维、分别。

正精进 Right Effort
正当的努力
毫不懈怠地修行佛法，以达到涅槃的理想境地。

正语 Right Speech
正当的言语
说话要符合佛陀的教导，不说妄语、绮语、恶口、两舌等违背佛陀教导的话。

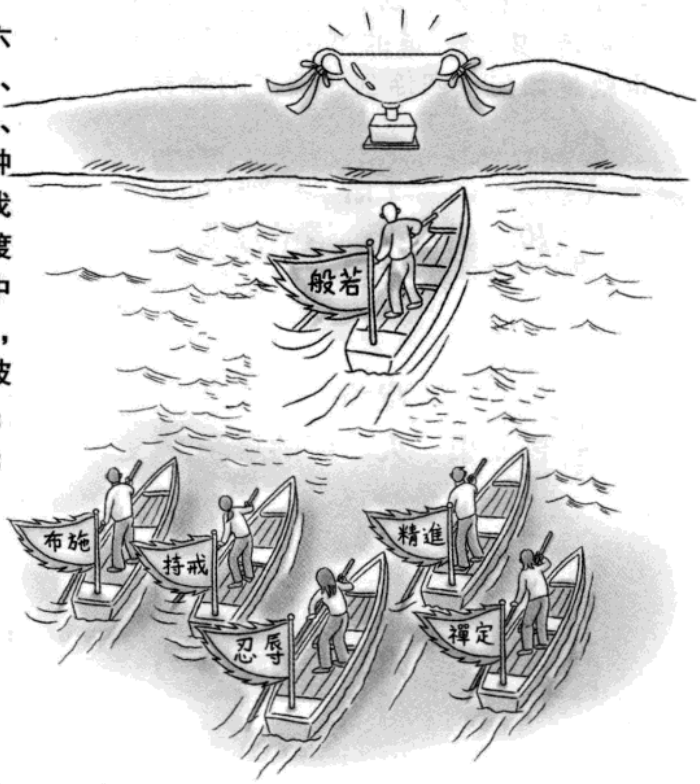
正念 Right Mindfulness
正确的观念
念念不忘四谛真理。

正业 Right Action
正当的行为
一切行为都要符合佛陀的教导，不作杀生、偷盗、邪淫等恶行。

正定 Right Concentration
正确的禅定
专心致志地修习佛教禅定，于内心静观四谛真理，以进入清净无漏的境界。

六波罗蜜多：菩萨乘的解脱之道

六波罗蜜多又称六度，即一布施、二持戒、三忍辱、四精进、五禅定、六般若（智慧）。这六种修行方法目的是破除我执，断生死此岸，而渡越到涅槃彼岸。六度中如果没有般若波罗蜜多，其他五度是无法达到彼岸，所以《大智度论》说："般若为导，五度为伴；若无般若，五度如盲。"



布施（梵 dana，英 charity/giving），能对治吝啬、贪爱、烦恼，予众生利乐。

持戒（梵 sila，英 conduct/taking precepts），包括出家、在家、大乘、小乘一切戒法和善法，菩萨由修一切戒法和善法，能断身口意一切恶业。

忍辱（梵 ksanti，英 patience），能忍受一切有情骂辱击打及外界一切寒热饥渴等之大行，即能断除瞋恚烦恼。

精进（梵 virya，英 vigor/devotion/energy），精励身心，精修一切大行，能对治懈怠，成就一切善法。

禅定（梵 dhyana，英 contemplation/meditation），又音译为禅那波罗蜜，止观双运名禅那，亦名静虑、三昧、三摩地、定。思维真理，定止散乱，心一境性，调伏眼耳等诸根，会趣于寂静妙境。

般若（梵 prajna，英 wisdom），通达诸法体性本空之智，断除烦恼证得真性之慧，能对治愚痴暗昧无知（即无明）。

从“四谛”到“四谛空”

圣严法师认为“无苦集灭道”的内容包含了“了解苦、集、灭、道的意义，观照苦、集、灭、道的道理，超越苦、集、灭、道的范围”三个层面，也就是如何从四谛到四谛空的境界。



1 **了解**
苦、集、灭、道的意义 → **文字般若**（概念理解）

2 **观照**
苦、集、灭、道的道理 → **观照般若**

3 **超越**
苦、集、灭、道的范围 → **实相般若**

梵语学习

arya-satya 四谛

❶ arya：圣　　❷ satya：谛 = 真理 = 道理

❸ arya-satya：四谛 = 四种真理 = 四种真实 = 佛陀阐述的这四项教法是真实、无错乱的

苦谛	集谛	灭谛	道谛
duhkha	samudaya	nirodha	marga
生死轮回是痛苦、是不圆满的。例如人类基本生理的痛苦：生、老、病、死。精神上的痛苦：爱别离、怨憎会、求不得等。	**产生痛苦的原因。**集谛是聚集受苦的原因，是无明、爱、见等烦恼。集合这些导致苦果的原因，所以称为集谛。	**谓痛苦的熄灭。**灭，是灭苦与断集。从因生果，并非不可灭，苦灭即得解脱，这是灭谛的意义。	**谓熄灭痛苦的方法。**如果想要达到苦灭的境界，必须依循灭苦之道，也就是熄灭痛苦的方法。原始佛教的八正道与大乘菩萨道的六波罗蜜多就是其中的方法。

“四谛空”和“无十二因缘”的修行比较

“无苦集灭道”这句话并非要否定苦、集、灭、道这四个真理。对于修行而言，一开始当然是要修行苦、集、灭、道的真理。但是那还是不够究竟，唯有超越四谛，才能达到真正的自在与解脱。同样的，观十二因缘虽然可以出离生死苦海，但也不够究竟，必须要超越十二因缘，才有真正自在真解脱。

本单元由“四谛”走向“四谛空”

四谛
苦集灭道

观四谛是可以脱离生死苦海，但不够究竟。

声闻乘圣者的境界与成就



四谛空
观苦集灭道

四谛空是超越了四谛的层面。在这种境界里没有苦，也没有苦的生起，自然也没有灭苦，更不用说实践灭苦的方法。

大乘菩萨道的境界与成就



前一单元由“十二因缘”走向“无十二因缘”

十二因缘

观十二因缘是可以脱离生死苦海，但不够究竟。

缘觉乘圣者的境界与成就



无十二因缘

共四句经“无无明，亦无无明尽；乃至无老死，亦无老死尽”尽意指灭除，因为没有“无明”与“老死”，所以也就没有灭除的对象。

大乘菩萨道的境界与成就



15 无智亦无得㉘

“无智亦无得”重点是去除对概念名相的执著。“无智”显现出菩萨对般若最高的体验，“无得”破除菩萨对“得”的执著，这是《心经》的最终目的。

“无智亦无得”一句是空性概念的总结。前述空性之中无五蕴、十八界、十二因缘、四谛，这一连串的“无”，是在阐述去除法执，脱离理论的执著。直到“无智亦无得”，此句重点则是去除对概念名相的执著，是《心经》的最终目的。

◎“智”与“无智”

智（jnanam）即是“现观”，意思是“直觉的现前观察，洞见真理”。但若以自我为中心，现前观察所获得的知识、观念或见解，是有漏智（有烦恼的智慧），并非真正的智慧。只有不以自我为中心，才是无漏智（无烦恼的智慧）。**声闻乘、缘觉乘的圣者认为实证四谛、十二因缘的无漏智是真正的智慧；但菩萨乘的行者们追求的不止于这个层面**。大乘佛教认为，获得智慧与佛法只不过是解脱自在的过程而已，唯有无智（na jnanam）才能显现出菩萨对般若最高的体验。对大乘的菩萨们而言，他们自在解脱，既证四谛是空性的，又证无漏智也是空性的，一切毕竟空，所以说“无智”。

◎“得”与“无得”

得（praptih）是获得结果。未学佛的凡夫，最关心世间财富名利的取得；初学佛者渴望获得功德与福报；学佛甚深者，则希望获得解脱。这些都是有所求的，也对应于随之而来的“得”，在求与得之间，执著接踵而至。

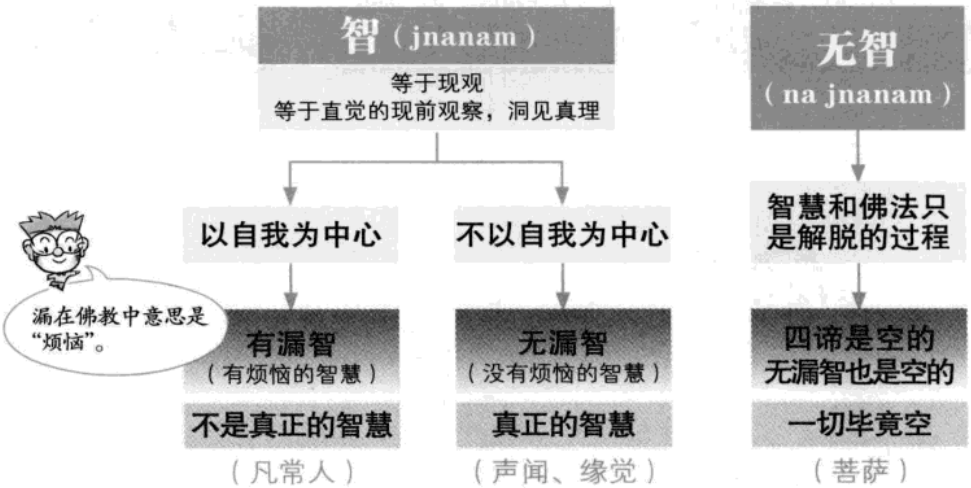
凡夫有所得，得到的是世间智；声闻乘、缘觉乘圣者也有所得，得到的是出世间智；**佛陀看到菩萨对“得”的执著，为了破菩萨对此的法执，而说“无得”（na praptih），所以大乘菩萨是无所得**。

得的境界	对象
财富名利的取得	未接受佛法的凡常人
渴望获得功德与福报	对佛法有初步认识的人
求取佛法、般若智慧与解脱	修行甚深的学佛者
无智无得	大乘菩萨

真正的“智”与“得”

无智

“无智”显现菩萨对般若最高的体验。对大乘的菩萨们而言，他们自在解脱，既无四谛（无苦集灭道），当然也无需无漏智，这就是无智的概念。



无得

“无得”是佛菩萨的体悟境界。就像一个有成就的人，不会自以为很有成就。一个有钱人，认为钱财属于众人，愿意分享给众人，才是真正有钱的人。证得佛果的人，觉得获得果位只不过是个过程与经验，根本不会在乎它与执著它。简单地说，真正达到自在与解脱的时候，就会发现智与得也可以抛开，这就是“无智亦无得”所要表示的意思。



比较凡常人、小乘圣者、大乘圣者的智慧

凡常人	小乘的圣者	大乘的菩萨
以自我为中心，是有烦恼的智慧	认为实证四谛、十二因缘的无漏智是真正的智慧	自在解脱，既无四谛、无十二因缘，当然也无须无漏智。
有漏智	无漏智	无智







本单元完整的连续概念如下：

世间智（凡常人的聪明才智，或是学者的学理研究）➡ 出世间智（小乘圣者以四谛、十二缘觉法门获得的智慧）➡ 无智无得（菩萨乘先以六度达到般若境界，再去除一切法的执著，到达没有任何智慧可得的状态）

《心经》在这部分的完整概念是：

1. 无苦集灭道 ➡ 破执著于四谛的法执

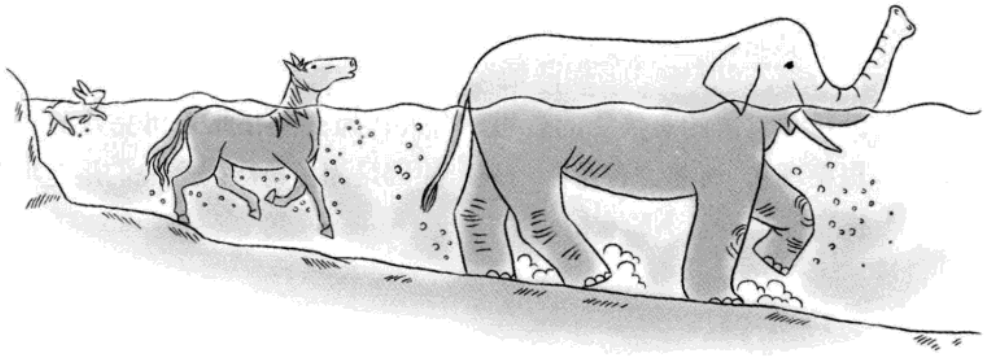
2. 无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽 ➡ 破执著于十二因缘法的法执

3. 无智亦无得 ➡ 破执著于六度的法执

三兽渡河

《心经》在“无智亦无得”这句话已经说明了三种不同层次的般若。这三种般若的差异可透由三兽渡河的譬喻来说明。

三兽渡河的“河”代表空性，“河的深浅”代表不同层次空性般若的体悟。“三种动物”是象、马、兔，分别象征：菩萨乘、缘觉乘与声闻乘等三乘的圣者。渡河的过程中，兔浮水上，马及一半，象穷底。这个比喻是用来说明证悟空性义理时，随个人的根器大小，体悟有浅深，这如同象、马、兔渡河，有浅深之别。



声闻乘	缘觉乘	大乘的菩萨
渡河的方法即是四圣谛	渡河的方法即是十二因缘论	渡河的方法即是六波罗蜜多
小兔全程浮游	马渡河两端踏河底	大象体型庞大可直接勇猛渡河
只能浮在河面，对于河的深浅一无所知。	虽然无法得知河中央的最深处，但能知两端岸边的深浅。	河的这岸与彼岸之间全程的深浅都清清楚楚
断见惑 断思惑 但未能除断习	断见惑 断思惑 能兼断习气但未能净	断见惑 断思惑 也断习气尽

三兽渡河的比喻出自《毗婆沙论》。《毗婆沙论》的完整经名：《阿毗达磨大毗婆沙论》。阿毗达磨 Abhidharma 意思是大法、无比法，毗婆沙 Vibhasa 意思是广说、胜说。

16 以无所得故㉙菩提萨埵㉚依般若波罗蜜多故㉛心无挂碍㉜

任何菩萨只要依据般若波罗蜜多的甚深智慧，就能证得空性，超越一切苦，心中将了无挂碍。

《心经》由此接下来说“以无所得故，菩提萨埵，依般若波罗蜜多故，心无挂碍”，是描述菩萨解脱自在的范例，也是对应于《心经》初始的经句“观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空”。其中“菩提萨埵”是梵语的音译，意译为“觉有情”，就是“觉悟的有情”的意思。有人认为**玄奘在此采用完整的“菩提萨埵”，而非“菩萨”一词**，原因是为了再次提醒他们是追求菩提（完美智慧）的有情众生。

◎ 无所得

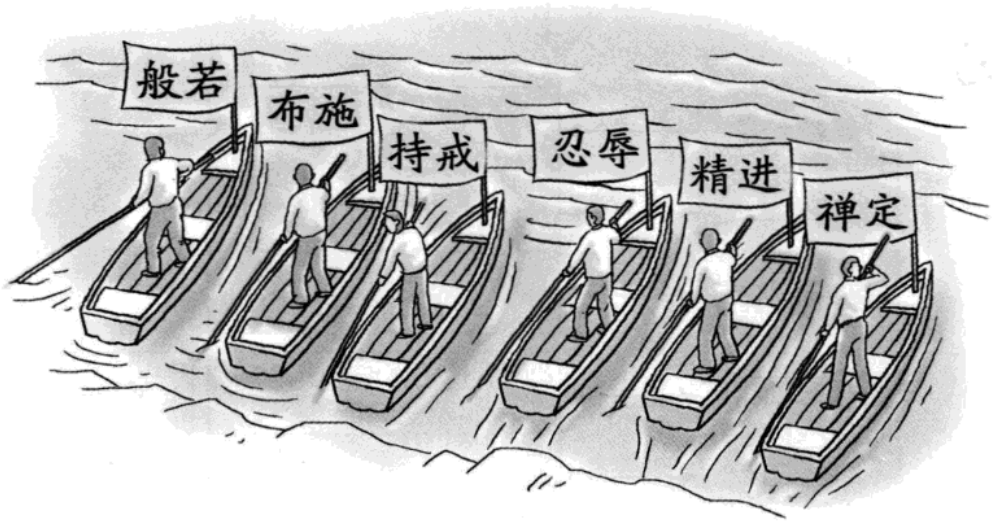
菩萨以无所得的智慧照见五蕴、十八界、十二因缘、四谛皆空，一切法都是无自性的，自性本不可得，是根本不会在乎它和执著它，于是了悟无智、无得，这是佛、菩萨的体验，是真正自在解脱的境界。

◎ 心突破了种种挂碍

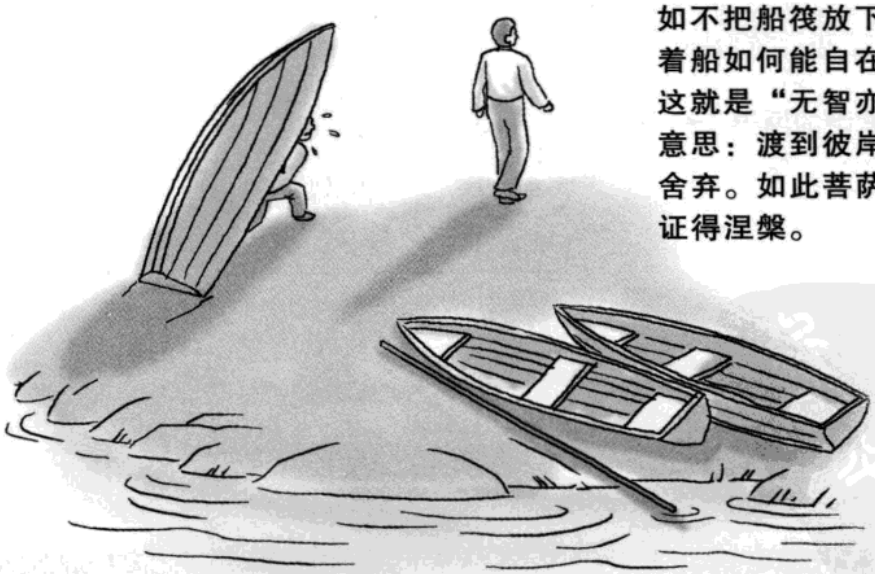
“挂碍”的意思是牵制阻碍，“心无挂碍”是说心突破了烦恼障碍与认识障碍，不再有任何桎梏。菩萨们“依般若波罗蜜多故”了悟一切法的本质是空不可得，因此能“心无挂碍”。而与之相对的无智凡夫，因为未能领悟诸法是空，处处有“我执”与“法执”，造成心中的烦恼，如同汹涌波浪，所以处处生碍。所以，“以无所得故，菩提萨埵，依般若波罗蜜多故，心无挂碍”整句经文的意思是：**任何菩萨只要依据般若波罗蜜多的甚深智慧，就能证得空性，超越一切苦，心中将了无挂碍。**

菩萨要怎样做才能“无所得”？

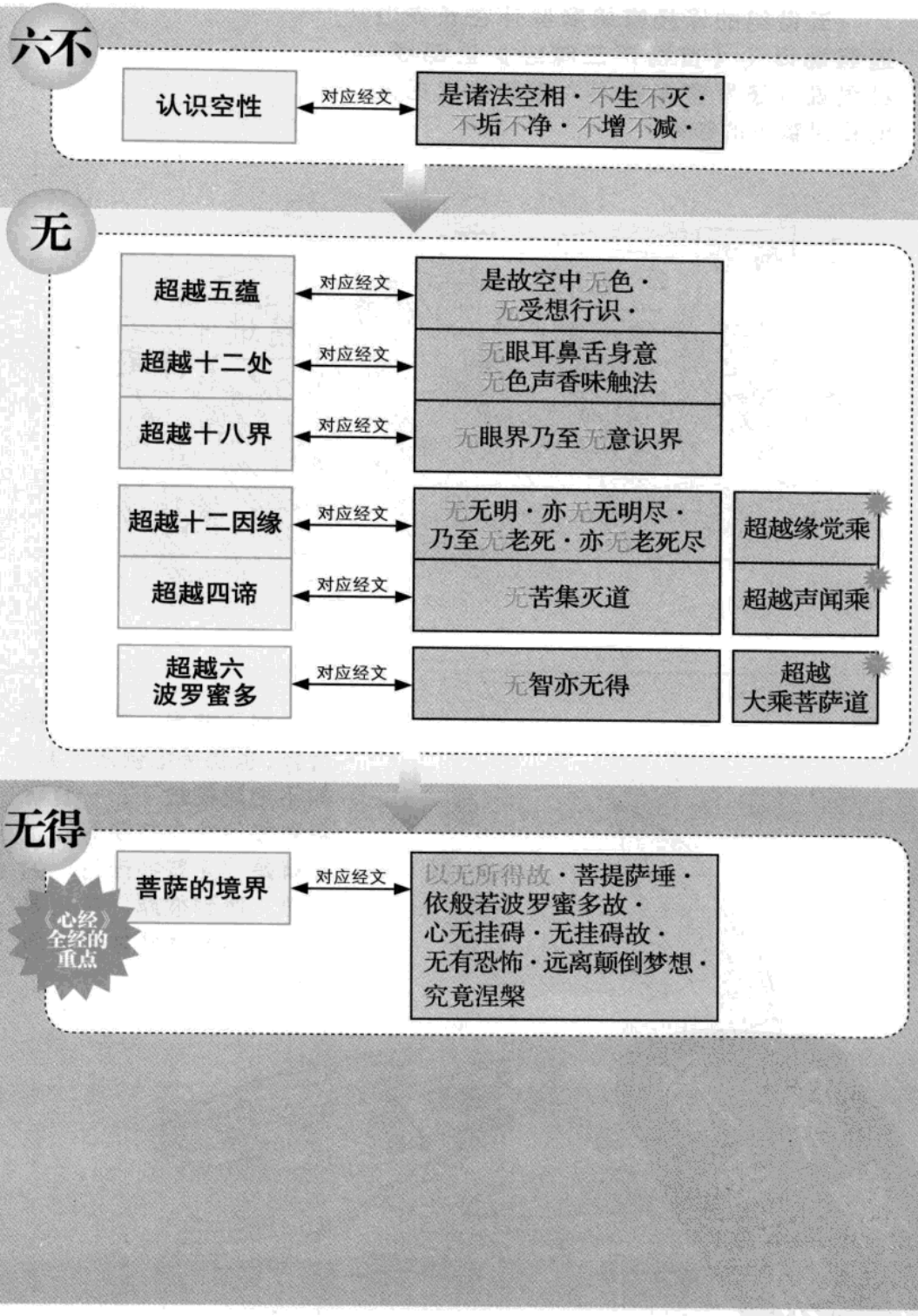
五世纪的译经家鸠摩罗什在长安逍遥园翻译了《首楞严三昧经》这部经。经里说六波罗蜜多如同六艘船可以把人们载往解脱的彼岸。

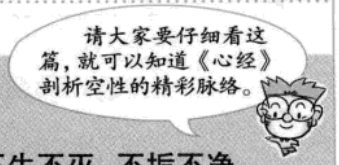


到了彼岸，就应把船舍弃，也就是把佛法舍弃。如不把船筏放下，一直背着船如何能自在解脱呢？这就是“无智亦无得”的意思：渡到彼岸，法也要舍弃。如此菩萨才能因而证得涅槃。



空性智慧的总复习


六不
认识空性
对应经文
是诸法空相·不生不灭·不垢不净·不增不减·
无
超越五蕴
对应经文
是故空中无色·无受想行识·
超越十二处
对应经文
无眼耳鼻舌身意无色声香味触法
超越十八界
对应经文
无眼界乃至无意识界
超越十二因缘
对应经文
无无明·亦无无明尽·乃至无老死·亦无老死尽
超越缘觉乘
超越四谛
对应经文
无苦集灭道
超越声闻乘
超越六波罗蜜多
对应经文
无智亦无得
超越大乘菩萨道
无得
菩萨的境界
对应经文
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
《心经》全经的重点



❶“六不”是万法的本质

- 《心经》阐释空性的重点在于“六不”：是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。这是从宇宙观来看，是一切万法的本质。

❷ 一连串的“无”是一连串的“超越、放下”

- 在“六不”之后，观自在菩萨进行阐述一连串的“无”，来表达不同层次的空性体悟。
- 这一连串的“无”超越了五蕴、十二处、十八界与十二因缘以及四谛，最后并结束在“无智亦无得”，这句话是转进菩提萨埵境界的关键，也是说明菩提萨埵的功德。

❸ 无智无得之后的新境界

- 《心经》用“以无所得故”揭开新一个阶段的重点。因为“无所得”，加上“依般若波罗蜜多”才能有“心无挂碍、无有恐怖、远离颠倒梦想、究竟涅槃”的境界。
- 这里的“无所得”是指超越法执，这是针对大乘菩萨道的六波罗蜜多来讲。
- 波罗蜜多原本意思是渡船到没有烦恼的彼岸，佛经喜欢将佛法比喻成船筏，六波罗蜜多即代表六种渡河的工具。“无智无得”说的是渡过河时，船也要舍弃。到了彼岸，就把船舍弃，也就是把佛法舍弃。如此，空性的体悟便超越了六波罗蜜多，由法执走向法空，菩萨也将佛法放下。
- 这种“无智无得”是菩提萨埵迈向成佛的修行境界。需特别注意这一连串的经句并非否定声闻乘与缘觉乘，无智无得也不是否定六波罗蜜多这个般若法门，而是要点出不同层次的超越，强调的是不可执著于法。

17

无挂碍故㉝无有恐怖㉞

菩萨因远离了烦恼执障，所以心中清净无碍，不怖畏生死，自然没有任何恐怖了。

人类心中的恐怖是因为愚痴所生起的。当心中有我执，便放不下，于是产生挂碍，随之患得患失。未得到的，一心想追求；已得到的，又担心失去，于是整天患得患失，惊恐害怕，无时无刻不在烦恼之中打转。正在世上修行的初学菩萨，在追求佛法过程中，因我执、法执而患得患失也是如此。

针对初学的菩萨而言，因其烦恼未尽，所以仍有挂碍，共有五种恐怖，称为“五畏”或“五怖畏”。《佛地经论》说“五畏”是：（一）恶名畏：怕给自己带来不好的名誉；（二）恶道畏：担心自己死后会堕落三恶道；（三）不活畏：怕自己活得不如他人，担心生活成问题，因此，布施不敢尽其所有；（四）死畏：对死的畏惧；（五）大众威德畏：于大众中感到畏怯。在《心经》里，“恐怖”一词应该解释为对生死的怖畏。当**菩萨不畏生死，自然就没有任何恐怖了**，便能一路归结到下两句话：“远离颠倒梦想，究竟涅槃。”

初学菩萨的五种恐惧

心中的恐怖是因为愚痴无明所生起的，在世修学的初学菩萨有五种恐怖，称为“五畏”或是“五怖畏”。《佛地经论》说五畏是：恶名畏、恶道畏、不活畏、死畏、大众威德畏。

五怖畏

1. **恶名畏**：害怕沾染恶名，担心遭人鄙视与排斥。



2. **恶道畏**：害怕死后堕入地狱、饿鬼、畜生三道。



3. **不活畏**：布施不敢尽其所有，担心生活成问题。



4. **死畏**：怕死



5. **大众威德畏**：在大众面前或是有威德者面前胆怯，不敢说法。



18 远离颠倒梦想㉟

菩萨了悟诸法皆空，自然能远离一切不合理的思想行为和痴心妄想，而消除身与心、自与他、物与我之间对立的种种错误。

◎ 颠倒是指一切不合理的思想与行为

菩萨了悟诸法皆空，不怖畏生死，无有任何恐怖，自然便能远离颠倒梦想。“颠倒”是指一切不合理的思想与行为，是谬误的认知，包括我执（执著于我）与法执（执著于法）。**凡夫因迷于此二执而有四种颠倒：**（一）常颠倒：无常认为有常；（二）乐颠倒：以苦当作乐；（三）净颠倒：以不净为净；（四）我颠倒：无我认为有我。

声闻乘与缘觉乘的圣者虽已克服我执，但仍有法执，所以也有四种颠倒：（一）无常颠倒：于涅槃之常而计无常；（二）无乐颠倒，于涅槃之乐而计无乐；（三）无我颠倒：于涅槃之我而计无我；（四）无净颠倒：于涅槃之净而计无净。

菩萨了悟诸法皆空，同时去除我执与法执，而达自由自在的境界。就大乘的角度而言，当尽除我执与法执时，才算是真正地远离颠倒。

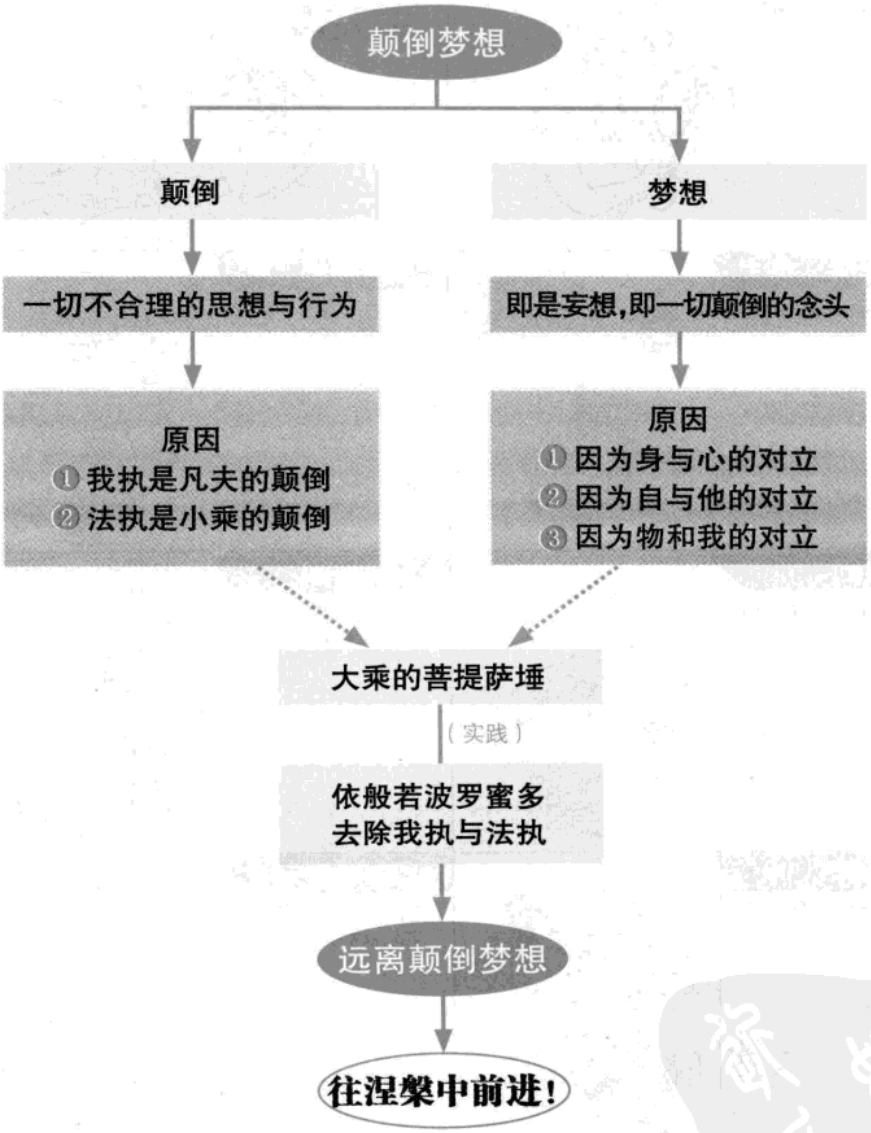
凡夫	我执、法执	凡夫四颠倒
声闻、缘觉二乘	我空、法执	二乘四颠倒
大乘菩萨	我空、法空	中道不颠倒

◎ 梦想即是妄想

“梦想”即是妄想，指一切颠倒的念头。梦想犹如梦境，一切境界都是由心而生。凡夫的身心世界，因无明而昏迷幻想，执妄为实，宛如颠倒梦境。这该如何对治呢？在此，菩萨依般若波罗蜜多，而了悟空性的道理，修中道行，远离一切颠倒梦想，于是菩萨能消除“身”与“心”、“自”与“他”的对立，以及“物”与“我”之间的种种错误。在拔除苦厄的根本后，菩萨至此可不因生死而恐怖，而获得“究竟涅槃”。

什么是颠倒梦想？

颠倒，是指一切不合理的思想与行为，其根本是执我（执著于我）、执法（执著于法）。而梦想，即是妄想，即一切颠倒的念头。菩萨能领悟空性的道理，远离了一切颠倒梦想。



八颠倒

凡夫的四颠倒

凡夫的四种不合理的思想与行为，包括：

常颠倒

把世间的“无常”认为有常



乐颠倒

以世间的“苦”当作乐



我颠倒

将世间的“无我”认为有我



净颠倒

以世间的“不净”妄认为净



声闻、缘觉乘的四颠倒

声闻与缘觉二乘的四颠倒，包括：

无常颠倒

执著于涅槃之“常”而太计较无常



无乐颠倒

执著于涅槃之“乐”而太计较无乐



无我颠倒

执著于涅槃之“我”而太计较无我



无净颠倒

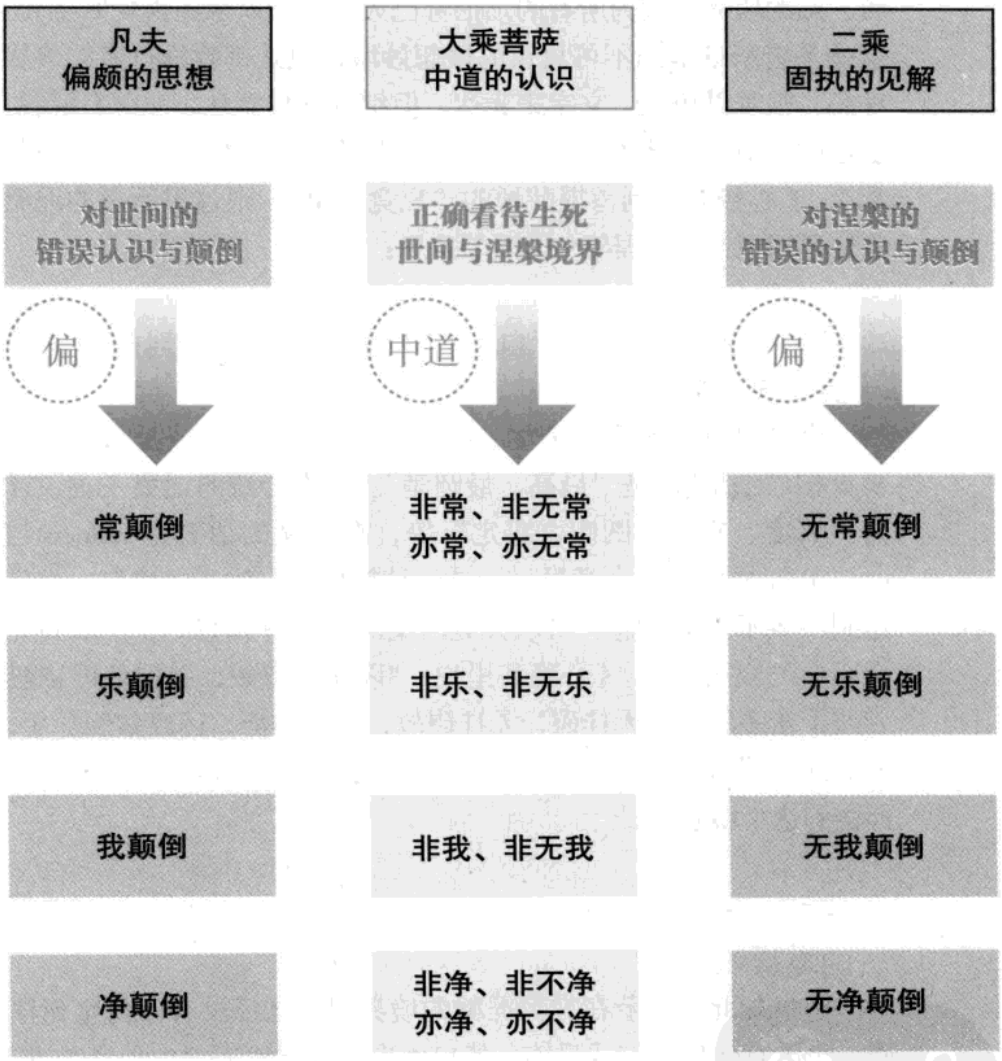
执著于涅槃之“净”而太计较无净





无常、苦、无我、不净是一切有为法的特性。

人如何能避免这八种颠倒呢？大乘菩萨不偏于任何一端的中道，以平等智了知现实世界与涅槃境界的价值，不厌现实生死的世界，也不执著理想的涅槃境界，正是远离凡夫和二乘颠倒的途径。



19 究竟涅槃㊱

究竟涅槃的境界是指一切烦恼都已止息，并能自由自在地穿梭于生死之中救度众生，逐渐迈向最完美的成佛境界。

涅槃（nirvana）的意思是“灭”、“灭尽”、“寂灭”，也就是灭尽贪、瞋、痴的境界，因为所有的烦恼都已灭尽，所以永不再轮回生死。这是圣者所证悟的不可思议的理想妙境，也是佛教修行者的终极理想，很难以语言、文字来表达。但综合种种概念，涅槃有解脱、永恒的喜悦、个体（我）的灭尽、不生不灭、寂静的喜悦等意思。那么，《心经》提到菩提萨埵的“究竟涅槃”，跟这里所说的涅槃有何不同呢？究竟涅槃包含两层意思：

◎ **第一，菩萨已获得“自觉”境界，一切烦恼到此完全止息，不再轮回。**

究竟是指“至极、穷尽、推求到完全明白”，或是可以“代表真相与结果”，是“最高、最圆满”。再看传统的涅槃一词汉译为“灭度、寂灭、圆寂、寂定”等，在英文的语意上 stillness 与 extinction 最接近这个意思。这是一种超越时空的真如境界，也是达到不生不灭的状态。所以究竟涅槃可以解释成穷尽、推求到完全明白的寂灭境界。《心经》里说：“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。”很明显，菩提萨埵他们是用般若波罗蜜多和般若观照而达到这个境界了。

◎ **第二，菩萨行于慈悲的“觉他”过程中，逐渐迈向完美的成佛境界。**

不仅如此，菩萨在究竟涅槃的境界里，已经没有任何生死挂碍，也没有任何不安或恐怖，能自由自在地于生死之中救度苦难，在慈悲的“觉他”过程中，逐渐地迈向成佛境界。成佛境界的涅槃就是大般涅槃（Mahaparinirvana），亦即释迦牟尼佛度世已毕，归于圆寂的境界一般。换句话说，菩萨的究竟涅槃就如同释迦牟尼佛一样，在慈悲的救度众生（觉他）中，逐渐朝着完美的觉悟境界前去，最后到达佛陀伟大的安息状态（the great death of the Buddha）。

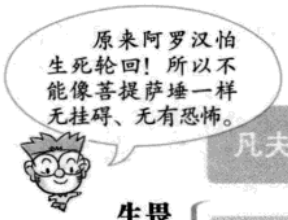
涅槃与究竟涅槃的不同

梵语学习

Nirvana 涅槃

❶ 原始字意：圆满完美的寂静（perfect stillness）

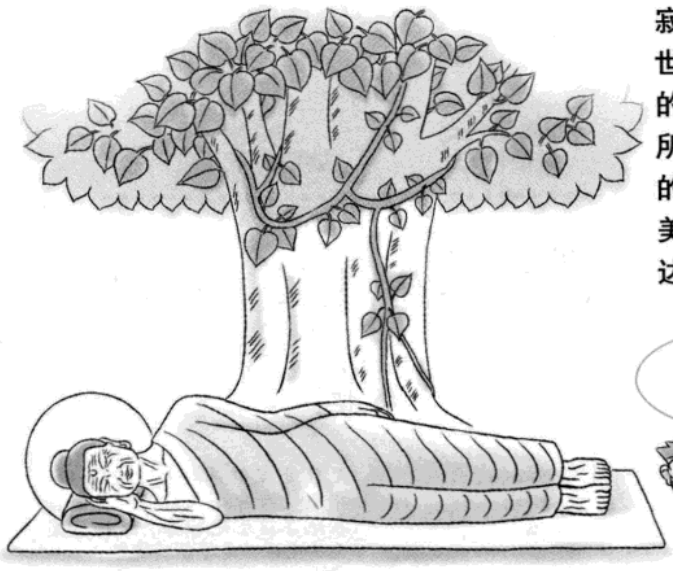
❷ 衍生含意：解脱、永恒的喜悦、寂静的灭绝、个体（我）的灭绝、无生无灭、寂静的喜悦



	凡夫俗子	在生死苦海中轮回	受苦受难	不断轮回	承受轮回之苦
畏惧生死苦海	阿罗汉	努力脱离生死苦海	自由解脱	涅槃	脱离轮回之苦
无畏生死	菩提萨埵	无畏生死自由自在	救苦救难	究竟涅槃	

大般涅槃

大般涅槃，梵文Mahaparinirvana，意思是大入灭息，或大灭度、大圆寂入等。意指释迦牟尼佛度世已毕，归于圆寂。这样的境界是接近《心经》里所说的究竟涅槃，在慈悲的觉他状态下朝着伟大完美的觉知境界而去，最后达成佛陀伟大的安息状态。



法相宗的四种涅槃



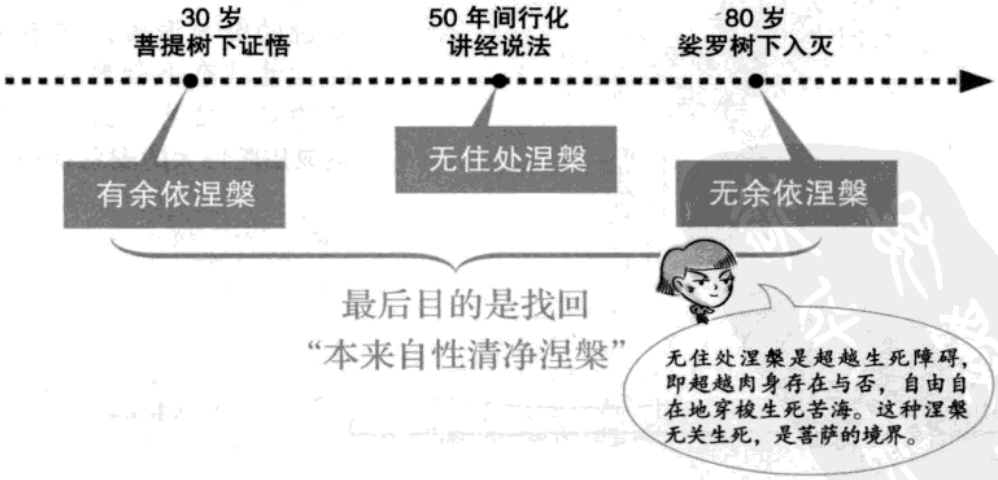
涅槃是佛法里永恒讨论的主题，各个经典有不同的演绎和诠释。法相宗为了帮助大家厘清涅槃概念，整理经典的说法，提出了四种涅槃：

有余依涅槃 Nirvana with residue	出烦恼障	肉身尚在	小乘圣者
无余依涅槃 Nirvana without residue	出生死障	肉身已死	小乘圣者
无住处涅槃 Nirvana of abiding in neither samsara nirvana	出烦恼障 出所知障	不住生死 不住涅槃 （超越肉身羁绊）	菩萨乘
本来自性清净涅槃 Nirvana of pure, clear self-nature	清净不变的法性真如 为一切有情万物所平等共有，但被客尘烦恼所覆障	任何人不假外求便可证得	众生皆有

法相宗

法相宗是大乘八宗之一，由唐代玄奘与窥基师徒两人所创，因是穷明万法性相之宗，故名法相宗；又因依唯识论，明万法唯识之理，故又名唯识宗。

佛陀的一生

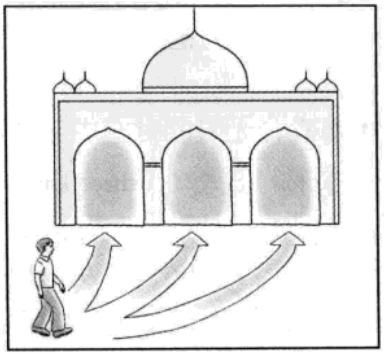


中观派的涅槃城

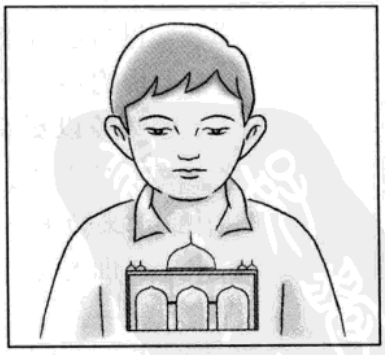
涅槃的世界里有一座圣者居住的都城，称为涅槃城。对于这个都城的描述，第二世纪印度中观派大师龙树的《大智度论》是这样写："诸法实相是涅槃城。城有三门：空、无相、无作。"空门的"空"代表因缘和合而生的一切事物是究竟无实体的。无相门的"无相"是涅槃的别名，因涅槃离一切虚妄之相。而"无作"是无因缘的造作，它与"无为"同义。到达涅槃城是佛教修行者的终极理想，当圣者进入这个都城等同于来到灭却贪、瞋、痴的境界。因为所有的烦恼都已灭绝，所以永不再轮回生死，可以安住在这个都城。这样的世界是无为安乐的，是寂静的，这种圣者达到的状态称为涅槃寂静。要达到这个境界有不同的时间点或不同的层面，包括肉身依在的有余依涅槃，肉身不存的无余依涅槃，还有超越生死羁绊的无住处涅槃。



比较中观派与法相宗的涅槃



中观派的涅槃宛若一个真实存在的城堡，人们有三扇门可以抵达。



法相宗认为人人心中皆有本来自性清净涅槃，不假外求。

20

三世诸佛㊲

“三世”是指过去、现在、未来；“诸佛”是指十方一切佛。所以“三世诸佛”统指三世、十方一切佛，是三世佛与十方佛融合的概念。

“三世”（tryadhva）是指过去世、现在世、未来世；“诸佛”是指十方一切佛。在释迦牟尼的时代，因释迦牟尼觉悟了世间的真理，于是人们尊称他为“佛陀”（Buddha，觉者），这时的“佛陀”是特指释迦牟尼。但随着佛教思想的演进，在原始佛教时期，依时间发展出过去、现在、未来的三世佛。接着到了大乘佛教时期，依空间概念而形成十方诸佛，十方是指四方（东、南、西、北）、四维（东南、西南、东北、西北）与上、下，在这些空间中均有佛的存在，也就是在同一时间有众多佛陀并存的思想。

时期	诸佛概念的发展	说明
释迦牟尼的时代	释迦牟尼佛	仅一位
原始佛教	三世佛	过去世、现在世、未来世各有不同的佛
大乘佛教	十方佛	同一时间，不同的空间有诸佛的存在
	三世诸佛	三世佛与十方佛融合的概念

《心经》中说的三世诸佛，统指出现于三世的一切佛，是三世佛与十方佛融合的概念。一般而言，**若以佛陀时代为时间参考点**，过去佛是指迦叶佛或特指燃灯佛（这位佛曾预言释尊成佛），现在佛是指释迦牟尼佛，未来佛是指弥勒佛。

如果不以佛陀在世作为时间轴的参考点，而是依据现在来看，那么，世尊已经离开世间，同样被视为是过去佛。于是佛教产生过去七佛的名词。

如果改以更宽广的时间来看，无限的时空中应该不会只有过去七佛，而是在过去、现在、未来的三大劫（three kalpas）中都有千佛出现前来教化众生。这里三大劫的“劫”是一段很长的时间单位，每当一尊佛入灭后，就要经历相当漫长的岁月，另一尊佛才会出现于世。第一、过去庄严劫，因为有千佛出世，让这段期间的世界更为庄严美好，故名之。第二、现在贤劫，又名善劫。第三、未来星宿劫，因为在未来的一段时间千佛其数多如天上之星宿，故名之。

诸佛的说法

三世诸佛

过去佛 迦叶诸佛

1. 毗婆尸佛 Vipasyi
2. 尸弃佛 Sikhi
3. 毗舍浮佛 Visabha
4. 拘留孙佛 Krakucchanda
5. 拘那含牟尼佛 Kanakamuni
6. 迦叶佛 Kasyapa

现在佛

7. 释迦牟尼佛 Sakyamuni

未来佛

8. 弥勒佛 Matriya



另有“过去七佛”的说法

1. 毗婆尸佛
2. 尸弃佛
3. 毗舍浮佛
4. 拘留孙佛
5. 拘那含牟尼佛
6. 迦叶佛
7. 释迦牟尼佛

三大劫的千佛

过去庄严劫

1. 毗婆尸佛 Vipasyi
2. 尸弃佛 Sikhi
3. 毗舍浮佛 Visabha

现在贤劫

4. 拘留孙佛 Krakucchanda
5. 拘那含牟尼佛 Kanakamuni
6. 迦叶佛 Kasyapa
7. 释迦牟尼佛 Sakyamuni

未来星宿劫

8. 弥勒佛 Matriya

唐代僧人释道世在《法苑珠林》里对过去七佛的差异作了说明。他认为前三佛毗婆尸佛、尸弃佛与毗舍浮佛是属于过去庄严劫之末，由拘留孙佛之后，出于现在之贤劫。

21 依般若波罗蜜多故[38]得阿耨多罗三藐三菩提[39]

三世一切诸佛的修行，从凡夫的最初发心，到修习六度，最后证得无上的人生真理而成佛，这种种的修行历程，无不是以般若波罗蜜多为前导。

◎ 无上正等正觉

阿耨（nòu）多罗三藐三菩提是般若经的重要关键字，用来点出佛陀境界的智慧。阿耨多罗三藐三菩提是梵语 Annutara-samyak-sambodhi 的音译。仔细分析可以拆解成阿耨多罗、三藐、三菩提三个字词。阿耨多罗（Anuttara）的意思是无上、无法超越的。三藐（samyak）是完全地、彻底地、正确地。三菩提（sambodhi）意思是正等菩提。整句合称为“无上正等正觉”或“无上正遍觉”。

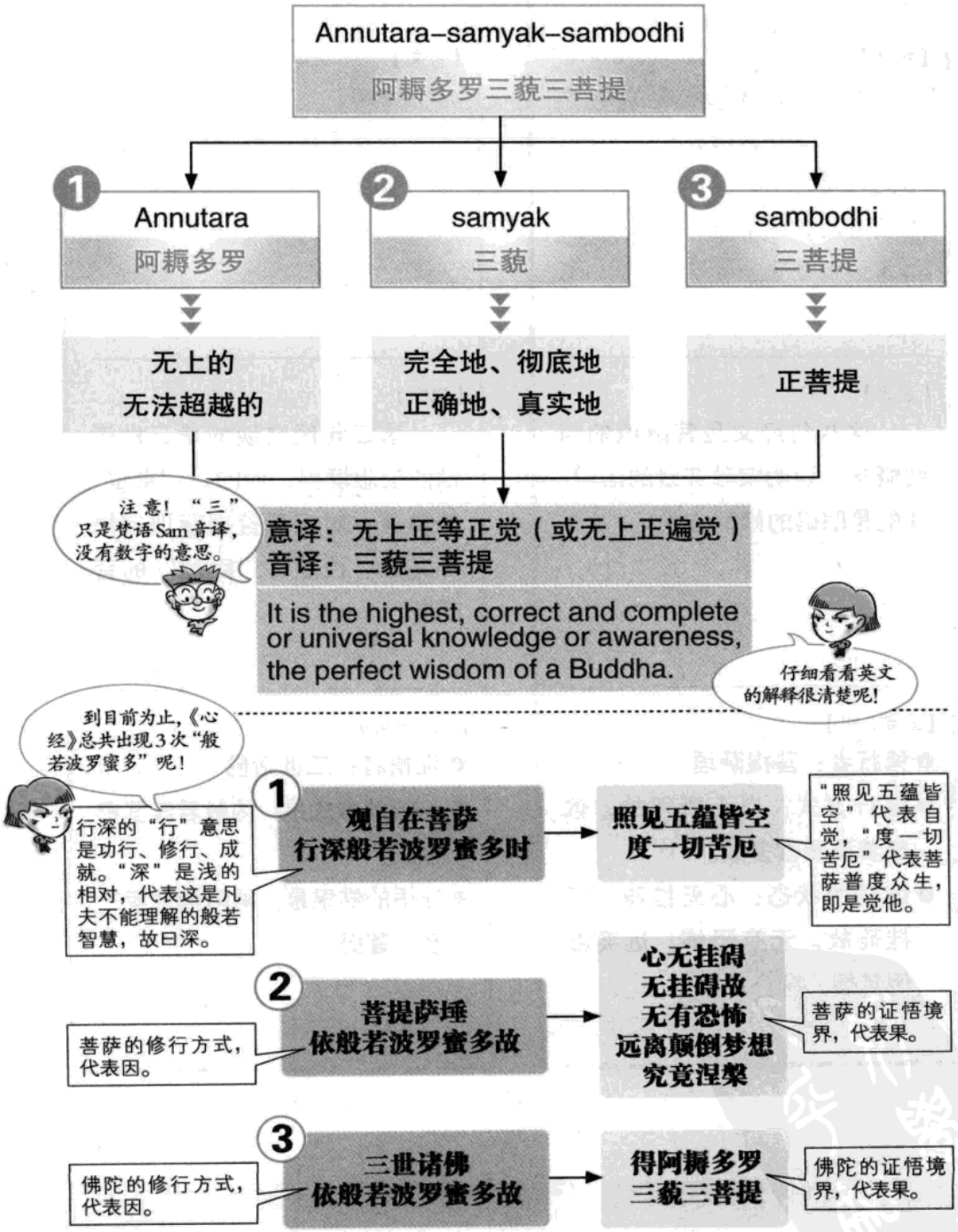
这么长的一句梵语是代表佛陀所觉悟的智慧，故称正觉，其内含有平等、圆满的意思所以称正等；也因为佛陀境界体悟的真理至高，故称无上；而其道理周遍而无所不包，又称正遍觉。但一般佛经仍遵循玄奘“五不翻”的第四项“顺古不翻”的原则，将此词直译为“阿耨多罗三藐三菩提”。

◎ 菩萨与三世诸佛的圆满境界的差异

大乘菩萨行的最终目标，就是成就无上正等正觉。在此，“依般若波罗蜜多”是指修行的方法，代表佛行；“得阿耨多罗三藐三菩提”则是成果，是指佛果。依般若波罗蜜多而成佛的，不仅仅是菩萨，诸佛也是如此。不过，两者依般若波罗蜜成就的境界是不同的，菩萨依般若波罗蜜多，而能“心无挂碍，无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃”，这是同时体悟自觉与觉他的境界；而三世诸佛依般若波罗蜜多，能“得阿耨多罗三藐三菩提”，这是到达自觉、觉他与觉满的圆满境界。

解读“阿耨多罗三藐三菩提”

阿耨多罗三藐三菩提是梵语 Annutara-samyak-sambodhi 的音译。可以拆解成“阿耨多罗 + 三藐 + 三菩提”三个字词。



菩提萨埵与三世诸佛的境界有何不同？

菩提萨埵的修养方式

【经文】

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。

【说明】

这八句经文是菩萨道的精髓概念，说明宗教实践的法门，谈的是明确的修行方式。

【三点分析】

❶ 修行者：菩提萨埵

❷ 修行方式：以无所得故，依般若波罗蜜多故。

❸ 证悟的状态：心无挂碍，无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。

三世诸佛的理想境界

【经文】

三世诸佛，
依般若波罗蜜多故，
得阿耨多罗三藐三菩提。

【说明】

这三句经文谈的是三世诸佛的理想境界，谈的是“果位”的佛道。对应于菩提萨埵的修行方式，谈的是“因位”的菩萨道。

【三点分析】

❶ 证悟者：三世诸佛

❷ 修行的方式是：依般若波罗蜜多故。

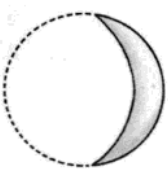
❸ 证悟的佛果是：得阿耨多罗三藐三菩提。

阿罗汉、菩萨、佛的“觉”的境界有何不同？

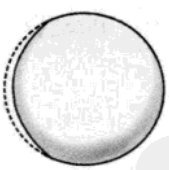


0	1	2	3
凡常人	阿罗汉 **体悟四谛**	菩提萨埵 **依般若波罗蜜多故**	三世诸佛 **依般若波罗蜜多故**
在生死苦海中	脱离生死苦海	无畏生死 自由自在 继续救苦救难	到达 最圆满的 觉悟境界
受苦受难 不断轮回	**涅槃** 自觉	**究竟涅槃** 自觉、觉他	**阿耨多罗 三藐三菩提** 自觉、觉他、觉满
	（追求智慧）	（追求慈悲与智慧）	（完成慈悲与智慧结合）

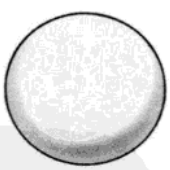
印顺导师曾以月亮圆缺来比喻阿罗汉、菩萨和佛的觉悟境界：



上弦月：阿罗汉
（包括声闻乘和缘觉乘）
（自觉）

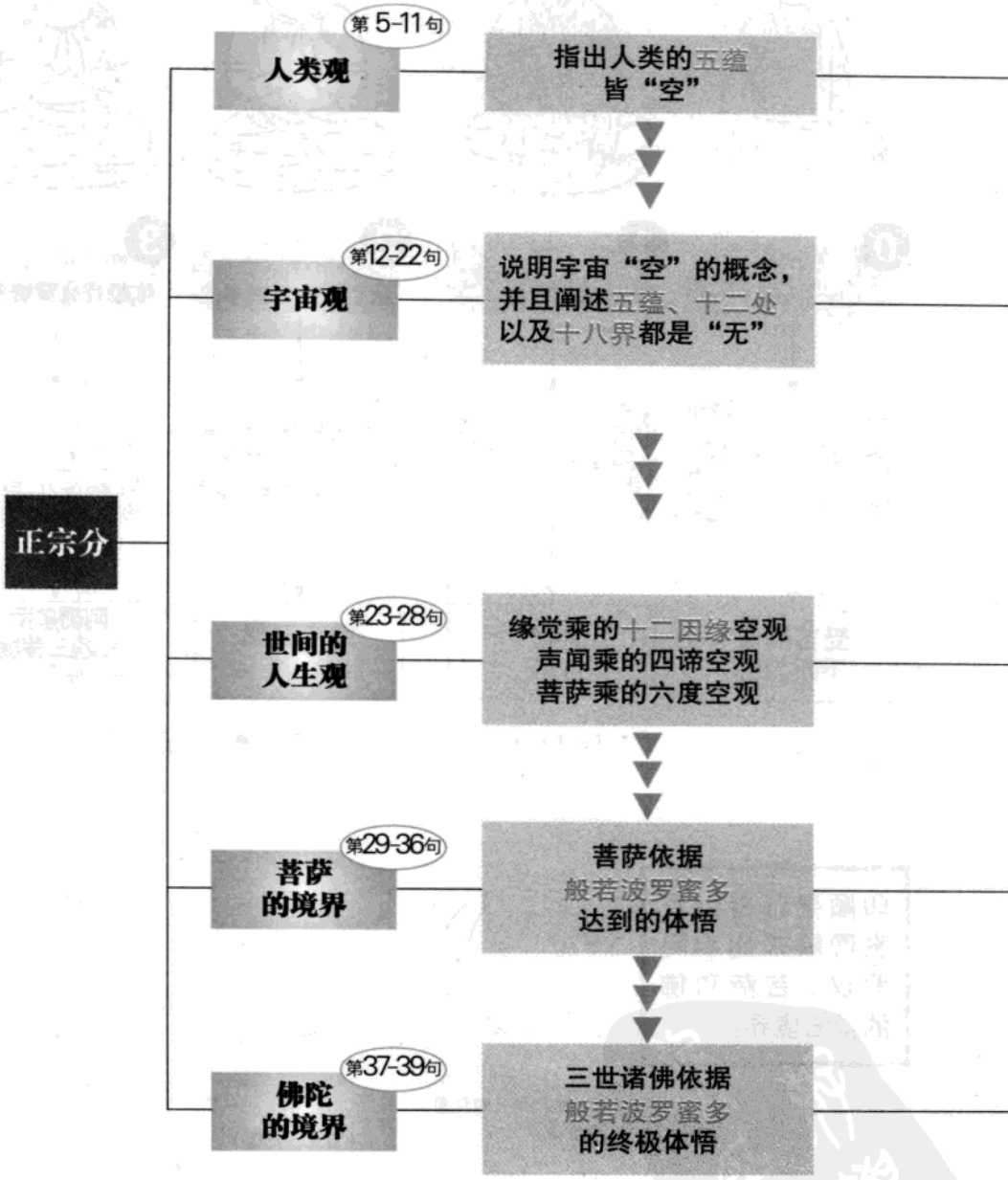


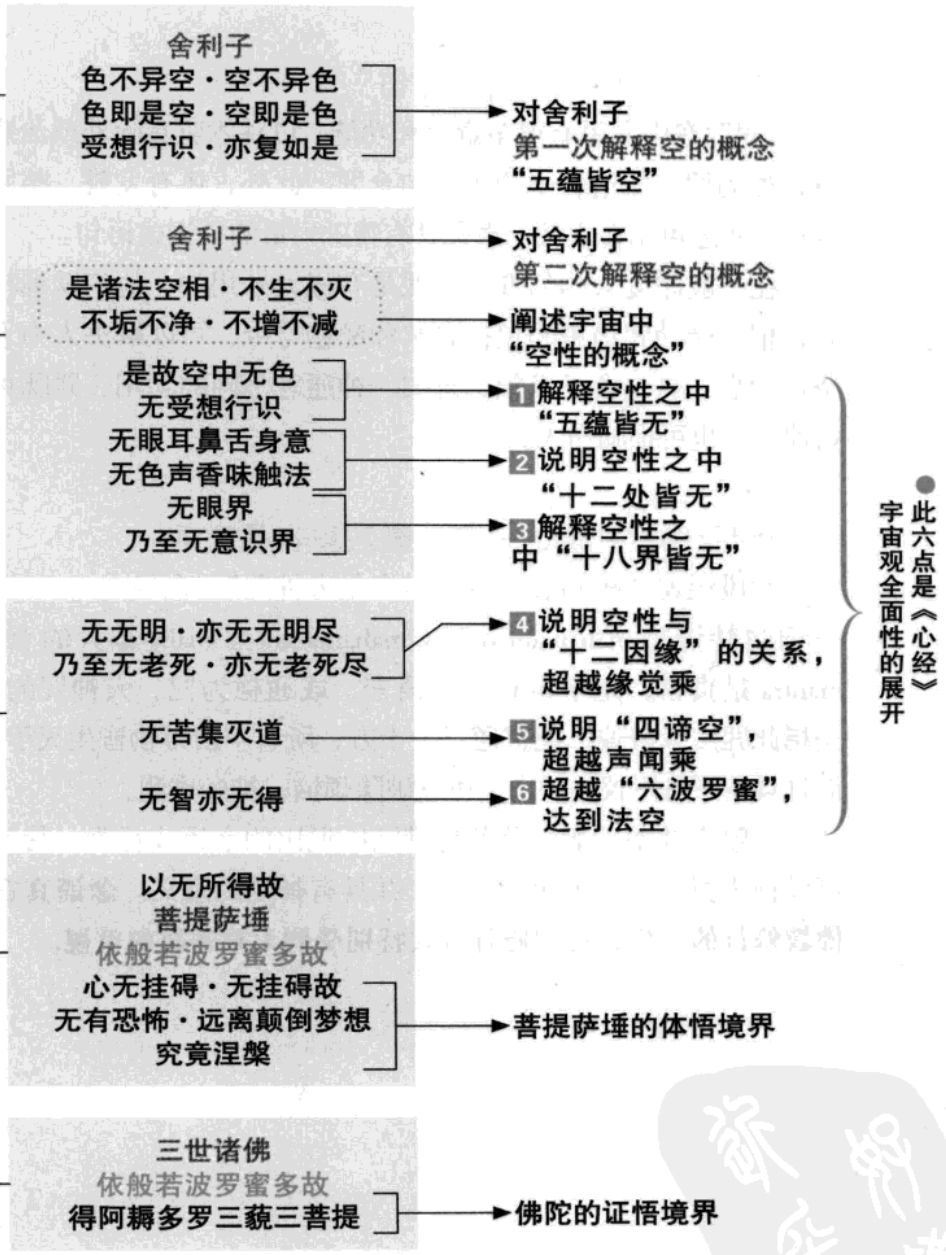
十三、十四夜的月亮：菩萨
（自觉、觉他）



十五夜的满月：佛
（自觉、觉他、觉满）

《心经》正宗分总复习


正宗分
人类观
第5-11句
指出人类的五蕴皆“空”
宇宙观
第12-22句
说明宇宙“空”的概念，并且阐述五蕴、十二处以及十八界都是“无”
世间的人生观
第23-28句
缘觉乘的十二因缘空观
声闻乘的四谛空观
菩萨乘的六度空观
菩萨的境界
第29-36句
菩萨依据般若波罗蜜多达到的体悟
佛陀的境界
第37-39句
三世诸佛依据般若波罗蜜多的终极体悟


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
对舍利子
第一次解释空的概念
“五蕴皆空”
舍利子
对舍利子
第二次解释空的概念
是诸法空相·不生不灭
不垢不净·不增不减
阐述宇宙中
“空性的概念”
是故空中无色
无受想行识
1 解释空性之中
“五蕴皆无”
无眼耳鼻舌身意
无色声香味触法
2 说明空性之中
“十二处皆无”
无眼界
乃至无意识界
3 解释空性之
中“十八界皆无”
无无明·亦无无明尽
乃至无老死·亦无老死尽
4 说明空性与
“十二因缘”的关系，
超越缘觉乘
无苦集灭道
5 说明“四谛空”，
超越声闻乘
无智亦无得
6 超越“六波罗蜜”，
达到法空
●此六点是《心经》
宇宙观全面性的展开
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
菩提萨埵的体悟境界
三世诸佛
依般若波罗蜜多故
得阿耨多罗三藐三菩提
佛陀的证悟境界

22

故知般若波罗蜜多㊵是大神咒㊶

“大神咒”在此是赞叹般若有极大的力量，菩萨透过般若波罗蜜多而了悟诸法的空性，也因透彻了解性空而能直观空性，所以它是大神咒。

◎ 宗教上具有特殊力量的语句

“咒”在中文里有很多意思和功能。以法术驱鬼除邪或治病的口诀称为咒，如道教中的画符与念咒。此外，还有发誓、赌咒的意思。咒还可用在宗教上声称具有特殊力量的语词或语句。

在一般印度人的信仰上，咒是有极大妙用的，他们以诵持密咒，相信借助咒语里的鬼神名字和秘密号令，可以解决人力无可奈何的事。这包含了求福、息灾、神通等不同的功用。咒既可利益他人，也可损脑伤人。

◎ 持咒是佛教礼佛的一环，最注重者是密乘

此段经说“故知般若波罗蜜多是大神咒”。在经文“大神咒”一词的梵语是 mahamantro（或 mahamantra）。maha 是大的意思，mantra 是真言，是宇宙真实的语言，或通称为咒。大神咒的大，是指此咒广大普遍，能贯通三世十方，所有宇宙万物皆生灭于此，而且具备不可思议的神力，可以破除烦恼，神妙难测。

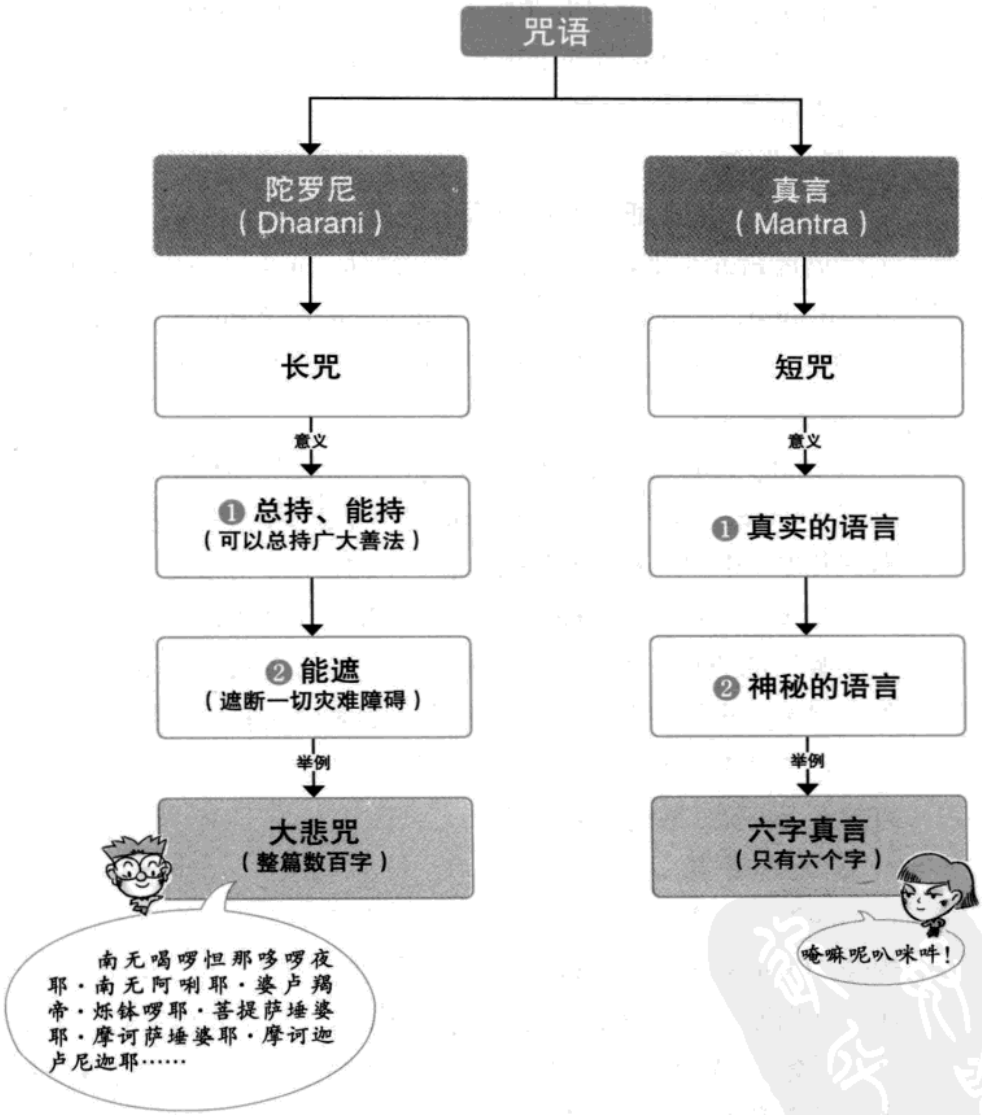
一般人并不了解凡菩萨与佛陀所说出的字语或行为，其实都可以视为真言，是神秘的声音，并具有神秘的意义。**念诵真言是佛教修行的一环，这种修行方式特别受到大乘密教的重视。**

咒语、真言、陀罗尼有何不同？

梵语学习

mantra 咒语或真言

❶ = mans + tra
❷ = 想（to think）+ 解救（rescue）
❸ = 透由冥想获得解救



23 是大明咒㊷是无上咒㊸是无等等咒㊹

“大明”赞诵般若波罗蜜多能破一切黑暗愚痴；“无上”比喻般若波罗蜜多为一切法门之最；“无等等”代表般若波罗蜜多是等同于佛陀境界的咒语。

般若波罗蜜多实在是太奥妙了，于是《心经》用了“是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒”来称赞它，赞颂般若波罗蜜多是伟大的神咒，是破除黑暗的大明咒，是无法超越其上的无上咒，是个无与伦比的咒语。那么“大明咒”、“无上咒”、“无等等咒”究竟有哪些不同的含义呢？

◎ 是大明咒

“大明”是赞诵般若波罗蜜多能破一切黑暗愚痴。“大明咒”的梵语是 maha vidya-mantro，可分解为大（maha）、明（vidya）与咒（mantro，即 mantra）。“明”（vidya）是指觉悟的智慧，但也含有“知识”的意思。“大明”与无明相对，可破根本无明，照灭痴暗。

◎ 是无上咒

“无上咒”的梵语是 nutrara-mantro，它是无法超越的（anutrara）与咒（mantra）的组合字。anutrara 是非常重要的字，“阿耨多罗三藐三菩提”中“阿耨多罗”就是这个字的音译，意思是“无上”。

在《心经》里，anutrara 一字玄奘共使用了两种译法，因为“顺古不翻”的原则，所以在“阿耨多罗三藐三菩提”是采用音译，但在“无上咒”则改为意译。“无上”用来比喻般若波罗蜜多为一切法门中之最，没有任何法门能超越其上，它能总持无量法门，直趋无上正觉，故说“无上咒”。

◎ 是无等等咒

涅槃是无等法，非一切可及，而般若如涅槃，所以名为“无等等”（samasama-mantrah）。“无等”的意思就是“无与伦比”、“无法与之相等”。这是佛陀的境界，因为没有能与佛陀相等的，所以称“无等”。但可以与佛等同的是般若波罗蜜多，于是般若波罗蜜多是无等等咒，代表与“无等”（佛陀境界）相“等”的咒语。

解读大神咒、大明咒、无上咒、无等等咒

梵语学习

maha-mantro 大神咒

❶ = maha + mantra

❷ = 大 + 咒



梵字里只有“大咒”的意思，玄奘多译了一个“神”字，可能是表达般若波罗蜜多具有伟大神力的推崇吧！

梵语学习

maha-vidya-mantro 大明咒

❶ = maha + vidya + mantra

❷ = 大 + 明 + 咒

❸ vidya（明）：指觉悟的智慧，亦含有“知识”的意思。

明 = **智慧** = **扫除无明愚痴的威力**

梵语学习

nuttara-mantro 无上咒

❶ = anutrara + mantra

❷ = 无法超越的 + 咒



anutrara 这个词就是“阿耨多罗三藐三菩提”的阿耨多罗。

无上 = **一切之最，无法超越**

梵语学习

samasama-mantrah 无等等咒

❶ = samasama + mantra

❷ = 无等等 + 咒

等 相等

无等 无上的、最高的、无与伦比的

无等等 相等于无上的、相等于无与伦比

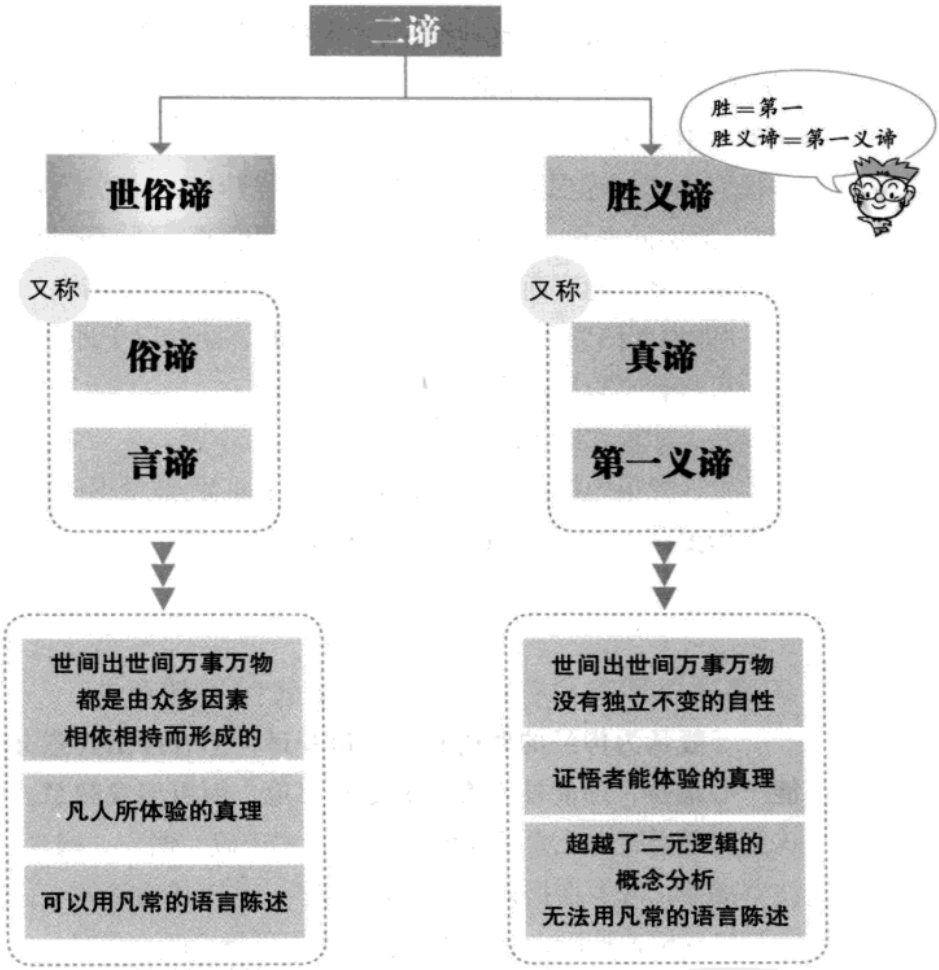
24 能除一切苦㊺真实不虚㊻

印度人诵咒是为了离苦得乐。观自在菩萨说透过般若波罗蜜多可以脱离生死苦海，能除一切苦，达到涅槃。这是“真实不虚”的。

从古至今印度人诵咒，为的就是离苦得乐。观自在菩萨说透过般若波罗蜜多可以脱离生死苦海，所以般若波罗蜜多不仅是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒，而且“能除一切苦”，达到涅槃的喜乐境界。这是“真实不虚”的，为什么呢？因为在空性之中，体悟空性的智慧与存在是一致的，同时般若波罗蜜多可以圆满人类所追求的目标与功德，因此“真实不虚”。

二谛：世俗谛与胜义谛

谛代表真理。佛教有二谛：世俗谛和胜义谛。佛教依凡夫和圣人认知的差别，分为世俗谛和胜义谛。世俗谛是指凡夫所认知的真理，胜义谛是指圣人所认知的真理。



25 故说般若波罗蜜多咒㊼即说咒曰㊽

整部《心经》来到这里要以持诵咒语收尾了。“即说咒曰”是咒语的起始语，在此之前是经文义理，在此之后是未被翻译的梵音咒语。

◎“即说咒曰”是咒语与经文的分水岭

对于众多般若系经典而言，“大神咒”、“大明咒”、“无上咒”、“无等等咒”等字眼经常可见，但像《心经》这样在经文中出现咒语的却很少见。无论广本或略本的《心经》，在经文的最后皆附上一段咒语“揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃”。从“显”的层面来看，这段咒语被视为了解般若义理与观念的文字段落。就“密”的层面而言，它仅以梵音念诵，无须翻译。

“即说咒曰”是咒语与经文的分水岭，此句以下即是咒语的内容，可将意义与用途将它分成三小段如下：

一、即说咒曰（tadyatha）

二、咒语内容：揭谛（gate），揭谛（gate），波罗揭谛（paragate），波罗僧揭谛（parasamgate），菩提（bodhi）

三、结尾语：萨婆诃（svaha）

◎ 咒语以罗马拼音或闽南语念会较接近梵音

一般认为佛经的咒语宜用梵语音译，不宜译出其意义。只要能一心诵持，即能使心专一而达到定境，而可引发智慧。问题是这些咒语当时怎么念的呢？要如何念才正确？例如“揭谛，揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃”，若以普通话发音去念，肯定与梵音相去甚远，如此能达到咒语不可思议的力量吗？

很多佛教用语词汇流传至今产生许多不同的音译，追根究底是因为不同时代的音韵问题。**就现代人而言，古代音韵恐不容易学习，那就不妨试看看以罗马拼音的方式，或许比起现代汉语注音的念法较为接近。**除此之外，熟悉咒语的人可能还会发现这段咒语若改以闽南语念诵，会来得正确许多。

分析咒语结构

一般咒语的结构可以分成三部分：起始语、咒语内容、结尾语，以《心经》咒语来说明：

1 起始语

tadyatha
即说咒曰

这些咒语是诸佛身语意三密之一的密语，含意深远，神圣秘密不可思议，所以未予翻译，保持梵语原音辗转流传！



2 咒语内容

gate
揭谛！

gate
揭谛！

paragate
波罗揭谛！

parasamgate
波罗僧揭谛

bodhi
菩提

3 结尾语

svaha
萨婆诃



用普通话发音和梵音相差甚远，建议用罗马拼音或闽南语发音会比较接近梵音。

咒语该不该翻译？

唐代玄奘大师的看法：五不翻	现代《梵藏心经自学》的作者林光明先生的看法
❶ 秘密故不翻（咒语不翻） ❷ 含故不翻（一词多义不翻） ❸ 此无故不翻（汉语找不到对应词句不翻） ❹ 顺古故不翻（遵循前辈翻译不翻） ❺ 善故不翻（可以产生诚敬之情的词语不翻）	❶ 一般咒语的内容，经常是部分有文字意义，而部分无文字意义。 ❷ 对懂梵文的人来说，咒文内容可能全部或部分会有意义。 ❸ 对新一代的学习者来说，解释咒文的意义并作结构分析，对咒文的学习与记忆，应该很有帮助，能让人很快学会并背咒文，立即感受持诵咒文的功效。 ❹ 虽然我们能了解与接受前贤咒语不翻的理由；但时代不同了，通晓梵文的人越来越少，且对现代人不解释意义，反而可能有误学习。 ❺ 因此林光明先生主张，咒语可以解释与翻译。

26

揭谛㊾揭谛㊿

“揭谛”意思是“前往”、“到达”，也有“已完成”之意，所以“揭谛！揭谛！”可译成“去啊！去啊！”

揭谛（gate）的意思是“前往”、“到达”，也有“已完成”之意，所以“揭谛！揭谛！”可以译成“去啊！去啊！”。对于咒语是否需要翻译，有不同的论点，反对翻译的人认为平时人们的思想散乱，而智慧必定要从静定中培养。因此，密咒无需任何解说，它们是自然的声音，是佛菩萨的启示，只要能一心持诵，即能使精神集中专一，引发智慧。

梵语学习

gate

音译：揭谛

意译：前往、到达，也有“已完成”之意



the first “go” as an exhortation to enter the path of accumulating merit

the second as an exhortation to the path of preparing the mind to deeply perceive emptiness



显意 去啊！去啊！



密意 前往解脱彼岸这趟旅程的行前准备。

27

波罗揭谛㊿

“波罗”的意思是“超越”、“到彼岸”。隐含义是：“走在观见真理的道路上，直接且无任何媒介地证悟空性。”

“波罗揭谛”（para-gate），它可分开为“波罗”（para）与“揭谛”（gata）两个字根。“波罗”（para）的意思是“超越”、“究竟”、“到彼岸”。对“波罗揭谛”隐含义的解释是“走在观见真理的道路上，直接且无任何媒介地证悟空性”。

“直接且无任何媒介地证悟空性”（the direct and unmediated realization of emptiness）这句话的意思是说，不透由文字、语言、逻辑判断，也并非透由五根（眼、耳、鼻、舌、身）接触而证悟，而是完全不借任何媒介，而能了解空性。这样的方式也可称为“直观”（intuition），它在哲学中是指**既不靠推理或观察，也不靠理性或经验，而可获得知识的能力**。人类认为它是原始的、独立的知识来源，对于一些无法说明的真理与基本道德原则的知识，便以这种方式解释。

梵语学习

para-gate

❶ =para+ gata

❷ para 的意思：是“超越”、究竟、到彼岸

❸ gata：前往、去

❹ 音译：波罗揭谛

❺ 意译：前往究竟彼岸





显义 前往究竟彼岸！



密意 走在观见真理的道路上，直接且无任何媒介地证悟空性。

28

波罗僧揭谛㊷

“波罗僧揭谛”的意译是“一起向彼岸去吧！”隐含义是：“前往彼岸的路上，透过持续地禅修，达到甚深熟悉空性的境界。”

波罗僧揭谛（para-samgate）是“波罗”（para）、“僧”（sam）与“揭谛”（gate）三个字根所组成。此句较前一句“波罗揭谛”只多出一个僧（sam），此字的意思是“共同”、“相同”。因此，“波罗僧揭谛”可意译成“一起向彼岸去吧！”

对此句隐含义的解说是：“波罗僧揭谛”是指“前往彼岸的路上，透过持续地禅修，达到甚深熟悉空性的境界。”在此，点出“禅修”（meditation）这个关键字眼，说明**熟悉空性的境界是透过持续地禅修而来，并不同于阅读与了解经文的方式**。这时修行者的体悟不只是“文字般若”的层面，而是在“波罗僧揭谛”的咒语帮助之下进入“观照般若”的状态。

观照般若就是禅修时所启发的智慧，不同于累积佛学知识所获得的文字般若，“波罗僧揭谛”这句咒语即具备这种引发般若智慧的功能。而借助“观照般若”这种真理的体验，最后可亲自证得宇宙根本的实相般若，达到涅槃。如星云法师所说：“文字般若”就如同船筏（工具），“观照般若”就如同驾驶（划船的动作），而“实相般若”就如同终点（目的地）。

一起前往究竟彼岸！

梵语学习

para-samgate

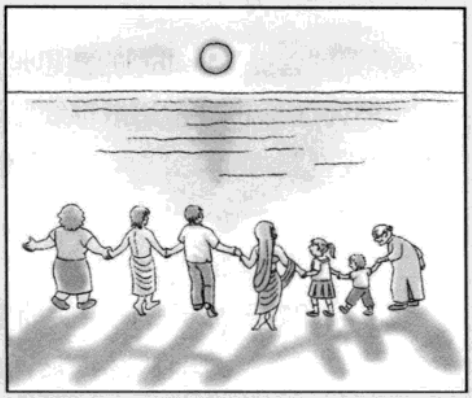
❶ =Paragata + sam

❷ = 前往彼岸 + 共同、相同

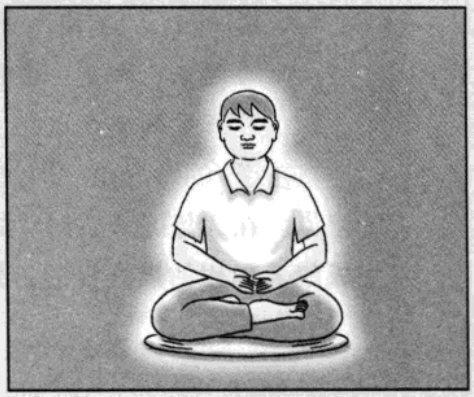
❸ 音译：波罗僧揭谛

❹ 意译：一起向彼岸去吧！

波羅僧揭諦



显义 一起向彼岸去吧！



密意 往彼岸的路上，透过持续地禅修，达到甚深熟悉空性的境界。

星云法师说三种般若的比喻

文字般若	方便引导	解悟	如同舟筏（交通工具）
观照般若	体验真理	实行	如同驾驶（划船的动作）
实相般若	所依所证	性体	如同终点（目的地）

29

菩提萨婆诃㊸

“菩提”是指“圆满的智慧”,“萨婆诃”常用做佛经咒语的结尾,是一种祝福语,有“究竟、成就、圆满、真实”之意。

“菩提”(bodhi)的意思是“圆满的智慧”,经常意译成“觉”。“萨婆诃”(Svaha)常用做佛经咒语的结尾,是一种祝福语,有“究竟”、“成就”、“圆满”、“真实”之意,印顺导师就将之译成“速疾成就”。

◎ 印顺导师的说明

印顺导师于此的说明简要易懂,他说:

> 如从慧悟说:密咒不可解说,而解说起来,实与教义一致。如“揭谛”是去义,“波罗”是到彼岸义,“僧”是众义,“菩提”是觉义,“萨婆诃”是速疾成就义。综合起来,即是:去啊!去啊!到彼岸去啊!大众都去啊!愿正觉的速疾成就!

“速疾”的意思是“很快的”、“迅速”,“成就”就是最后涅槃的境界。**在“菩提萨婆诃”的咒句下,修行者可快速地到达彼岸,完成般若思想的最终目的,到达人生的理想境界。**

梵语学习

Bodhi

❶ 音译：菩提

❷ 意译：圆满的智慧

Svaha

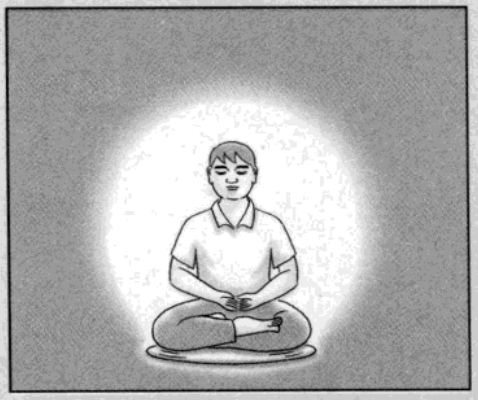
❶ 音译：萨婆诃或婆诃

❷ 意译：究竟、成就、圆满、真实





显义　成就了圆满智慧，到达目的地的欢呼。



密意　鼓励能坚定地将自己安住在觉悟之地，进入最后的涅槃境界。

萨婆诃 Svaha

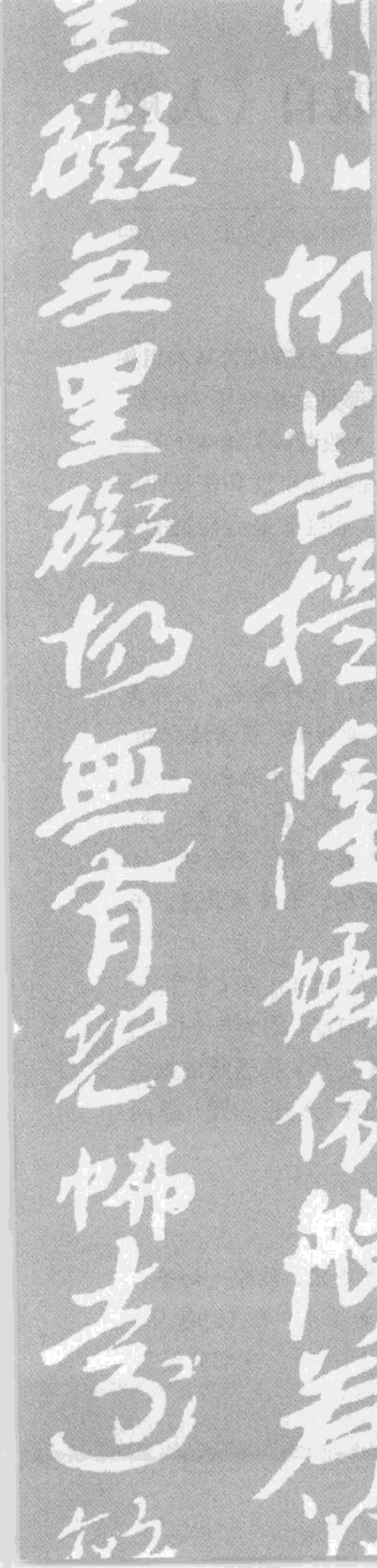
Svaha 的语意转化：

❶ 火供仪式中对火神的祈祷语，意思是好好安放供物在火中。

❷ 保持火的燃烧永不熄灭。

❸ 安住不退转。





Part 3

追根究底

进阶 15 问

1 《心经》的文字是撷取自《大般若经》的哪些部分？

《心经》的文字撷取自《大般若经》第421卷与第429卷，两卷都是出自第二会。

《大般若经》共十六会，其中第二、四、九会等般若基本思想大概成书于公元前一世纪左右。其余各会都是之后结集的经典。依据经文比对，《心经》的文字是撷取自《大般若经》第421卷与第429卷，两卷都是出自第二会。其中，在阐述空性和赞扬咒语两部分的文字大同小异，最接近了。至于《心经》最后持诵的咒语则是出于《陀罗尼集经》。

◎ 空性部分

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、耳、鼻、舌、身、意，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。

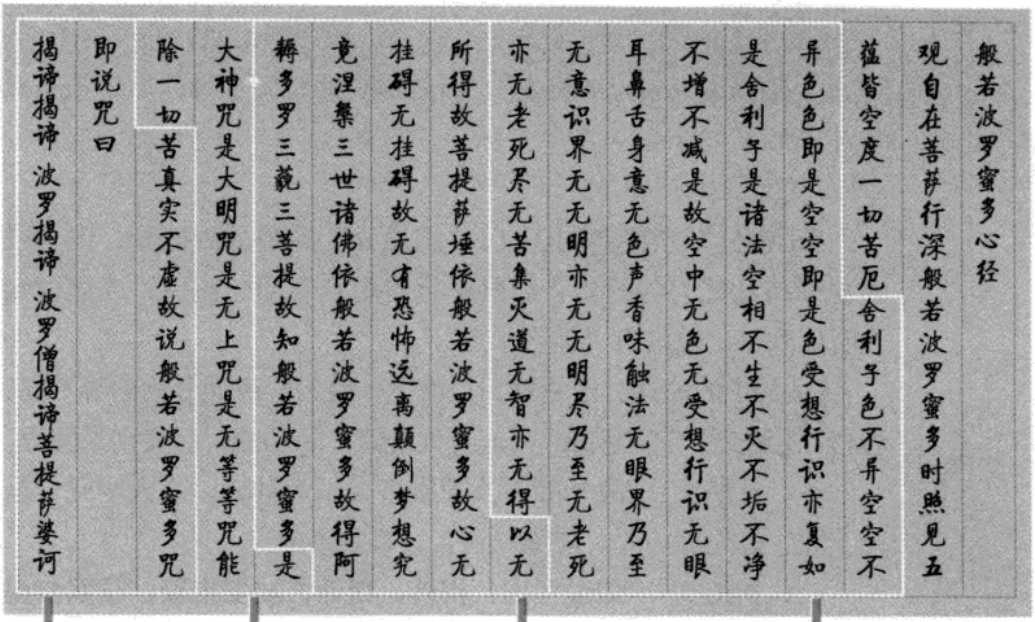
这部分共计一百零九字，源自《大般若经》第421卷《观照品》第三之二。在《习应品》第三也可找到相同的内容。因为与《心经》本文对照，实在是太相似了。几乎可断定《心经》构造是依据这段文为主体，采用经的形式，再附加前面的序与结论的咒，这两部分的经文也属于十六会的第二会。

◎ 赞扬咒语部分

是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒，能除一切苦。

这部分共计二十二字，源自《大般若经》第429卷《功德品》第三十二，且与《持勤品》第三十四文字大同小异。这部分经文也属于十六会的第二会。

《心经》文字的原始出处



源自《大般若经》第421卷《观照品》第三之二，或《习应品》第三

谈空性，共 **109** 字
相似度 99%

源自《大般若经》第429卷《功德品》第三十二，或《持勤品》第三十四

赞扬咒语，共 **22** 字
相似度 90%

源自《陀罗尼经集经》第三卷《般若大心陀罗尼》

持诵咒语，共 **22** 字
相似度 99%

自《大般若经》第429卷《功德品》第三十二，或《持勤品》第三十四

流通礼赞文，共 **69** 字
相似度 85%

2 《心经》流通分的结构有何特殊之处?

《心经》的流通分很特殊，与前述一般经典流通分的内容不同，包含“礼赞文”与“护持文”，前者称赞此经的功德，后者则是咒语部分。

“正宗分”是经典的正文，“流通分”则是最后部分，内容或述说受持此经有何好处，鼓励修行者愿意学习、流传；或述说大众听后欢喜，鼓励有兴趣者学习。

《心经》的流通分很特殊，与前述一般经典流通分的内容不同，包含“礼赞文”与“护持文”，前者称赞此经的功德，后者则是咒语。

一、礼赞文：“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。”

二、护持文：“即说咒曰：揭谛，揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃。”

◎ “礼赞文”的可能出处

礼赞文的出处可能来自这三个地方：一是鸠摩罗什所译的《大品般若·大明品第三十二》，二也是鸠摩罗什所译的《大品般若·劝持品》，三是玄奘所译的《大般若经》第一会《功德品》。这三段经文除了与《心经》相似度极高之外，原是世尊与释提桓因（或帝释天）的对话，在《心经》则改以观自在菩萨与舍利子的对话。

◎ “护持文”的可能出处

在《陀罗尼集经·般若大心陀罗尼》有咒语：“跢侄他，揭帝揭帝，波罗揭帝，波罗僧揭谛，菩提莎诃。”它与“即说咒曰：揭谛，揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃”几乎完全相同。其中，“跢侄他”（tadyatha）意译即为“即说咒曰”。

《心经》流通分的出处

《般若心经》流通分的分析

礼赞文

赞诵该经功德广大

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·故说般若波罗蜜多咒·

源自

第1来源

《大明品第三十二》（丹本作宝塔品）鸠摩罗什所译

是般若波罗蜜是大明咒是无上明咒。若善男子、善女人，于是明咒中学……不得色受想行识，乃至一切种智亦不可得，以不得故。不自恼身亦不恼他亦不两恼。学是大明咒故，得阿耨多罗三藐三菩提。

第2来源

《摩诃般若波罗蜜经·劝持品第三十四》鸠摩罗什所译

般若波罗蜜，是大明咒，无上明咒，无等等明咒。何以故？世尊。是般若波罗蜜能除一切不善。能与一切善法。

第3来源

《大般若经·功德品》三藏法师玄奘译

是大神咒，是无上咒，是无等等咒，是一切咒王……能降伏一切，不为一切之所降伏。

护持文

咒语的念颂

即说咒曰·揭谛·揭谛·波罗揭谛·波罗僧揭谛·菩提萨婆诃·

源自

《陀罗尼集经第三卷》唐代，印度僧人阿地瞿多译

跢侄他，揭帝揭帝，波罗揭帝，波罗僧揭谛，菩提莎诃。



传统流通分的要点

一般经典的流通分内容大致包括四点：

一、赞诵该经功德广大。

二、记录听闻者的欢喜法悦。

三、书写经文、受持读诵或流通宣布，将可获大功德。

四、说明受持的方法与目的。

3 《心经》咒语的原始出处在哪里？

《陀罗尼集经》有段咒语："跢侄他，揭帝揭帝，波罗揭帝，波啰僧揭帝，菩提莎诃。"与《心经》咒语非常相似，《心经》咒语可能是出自此处。

◎《陀罗尼集经》

中天竺高僧阿地瞿多（Atikuta），于公元652年携带了许多梵本到长安。唐高宗非常重视他，特下敕安置在大慈恩寺。**阿地瞿多进行秘密经典的传译，也影响了当时的玄奘译经相关的品类，**其中一份《陀罗尼集经》的内容讲说诸佛菩萨、诸天的印咒。在该经第三卷《般若大心陀罗尼》第十六咒写着：

跢侄他，揭帝揭帝，波罗揭帝，波啰僧揭帝，菩提莎诃。

这段咒语显然与《心经》咒语相似度极高，《心经》咒语可能是出自此处，它不仅是密教真言，并且是般若波罗蜜菩萨的咒语。在密教胎藏界的"持明院"共有五尊菩萨，分别是四周的不动明王（佛部）、降三世明王（金刚部）、大威德明王（莲花部）、胜三世明王（佛部），以及中央的般若波罗蜜菩萨。

◎ 密教胎藏界的般若菩萨

这位般若波罗蜜菩萨形貌似天女之相，共有六臂，其左一手持梵篋，内含有般若的真言。他的密号是"智慧金刚"，与大日如来四波罗蜜中的金刚波罗蜜同体，是大日如来的正法轮身。依据《仁王经仪轨》记载："金刚般若波罗蜜者，即般若菩萨也。"此外，《秘藏记末》说："五大院中坐般若菩萨，天女貌，白肉色，并有六手。左一手持梵篋，五手信契印。"

唐代大慈恩寺

大慈恩寺是世界闻名的佛教寺院，唐代长安的四大译经场之一，也是中国佛教法相唯识宗的祖庭，迄今已历一千三百五十余年。大慈恩寺位于古城西安南郊，创建于唐太宗贞观二十二年（648）。寺院新建落成时，唐代高僧玄奘受朝廷圣命，为首任上座住持，并在此翻译佛经十余年。此外，中天竺的印度高僧阿地瞿多也在这里进行了秘密经典的传译，影响了当时玄奘译经的相关品类。





大慈恩寺的大雁塔



唐代的印度高僧阿地瞿多译出《陀罗尼集经》，里面有般若菩萨的咒语，应该就是《心经》咒语的出处。

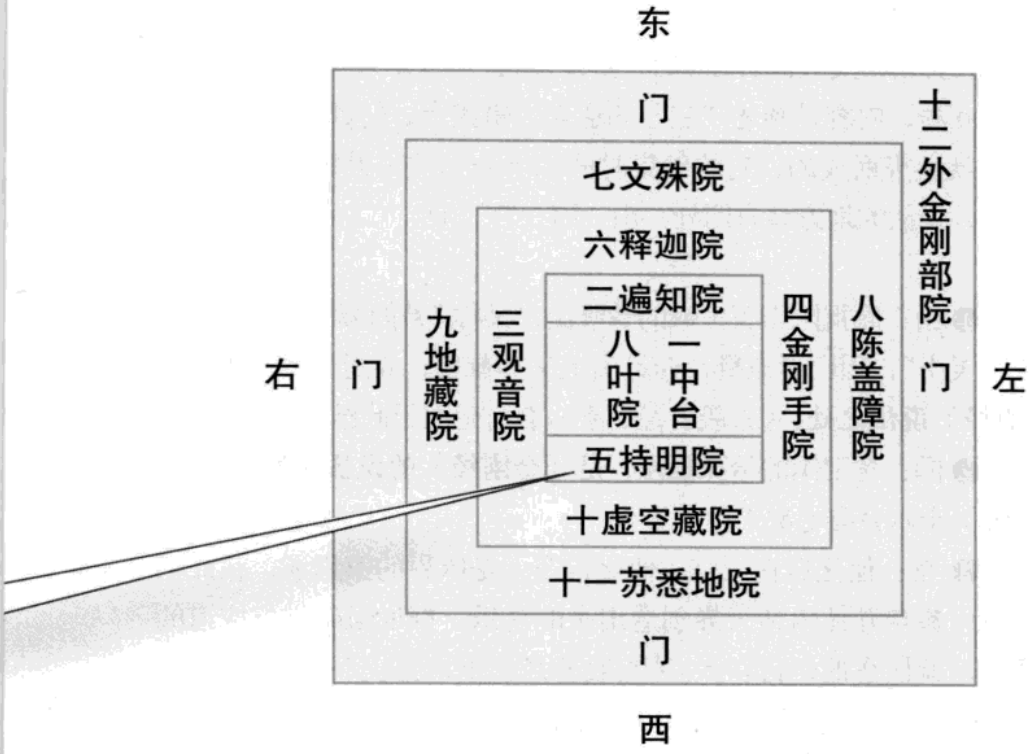
《心经》咒语是般若雅菩萨的咒语

在密教胎藏界的“持明院”共有五尊菩萨，分别是四周的不动明王（佛部）、降三世明王（金刚部）、大威德明王（莲花部）、胜三世明王（佛部），以及中央的般若波罗蜜菩萨（Prajna-bodhi-sattva），也就是心经女神，“揭帝揭帝，波罗揭帝，波啰僧揭帝，菩提莎诃”即是她的咒语。



般若波罗蜜菩萨，又称般若菩萨，貌若天女，白肤，共有六臂，其左一手持梵箧，内含有般若的真言，其他五手持印相。他的密号是“智慧金刚”，与大日如来四波罗蜜中的金刚波罗蜜同体，是大日如来的正法轮身。

密教胎藏界坛城



金刚界与胎藏界

金刚界与胎藏界的概念分别是用来说明密教里大日如来的“智”与“理”，理是指所观察的道理，智是指能观察的智慧，理与智合一，便叫作觉悟。其中金刚界代表金刚不坏的意思，阐明智慧坚固不坏的特质，可以摧破烦恼，如同金刚一般。而胎藏界意思是胎藏子，是说生命在母胎内孕育成长，阐明理体广大，能摄万德，犹如胎藏。

《青龙寺仪轨》

《青龙寺仪轨》乃是《大毗卢遮那成佛神变加持经莲华胎藏菩提幢标帜普通真言藏广大成就瑜伽》的异名，共有三卷，唐朝时由法全在青龙寺译出，被视为《大日经》四部仪轨中的一部。

4

《大般若经》的四处十六会分别在哪里举行？

《大般若经》并非一次就结集而成的，它的结集时间始于公元前一世纪，延续至十世纪，说法的地方共有四处：山、园、宫、池。

《心经》是《大般若经》的心要，《大般若经》是最长的佛教经典，共600卷，内容是阐述“空”的道理。事实上，《大般若经》并非一次就结集而成的，它的结集时间始于公元前一世纪，延续至十世纪，说法的地方共有四处：山、园、宫、池。

❶ 山：摩揭陀国王舍城的鹫峰山，又称“耆阇崛山”、“灵鹫山”或“灵山”，因山形似鹫，而且山上又多鹫鸟，故而得名。**此处是《心经》说法之处**，《大般若经》十六会有七次于此结集。

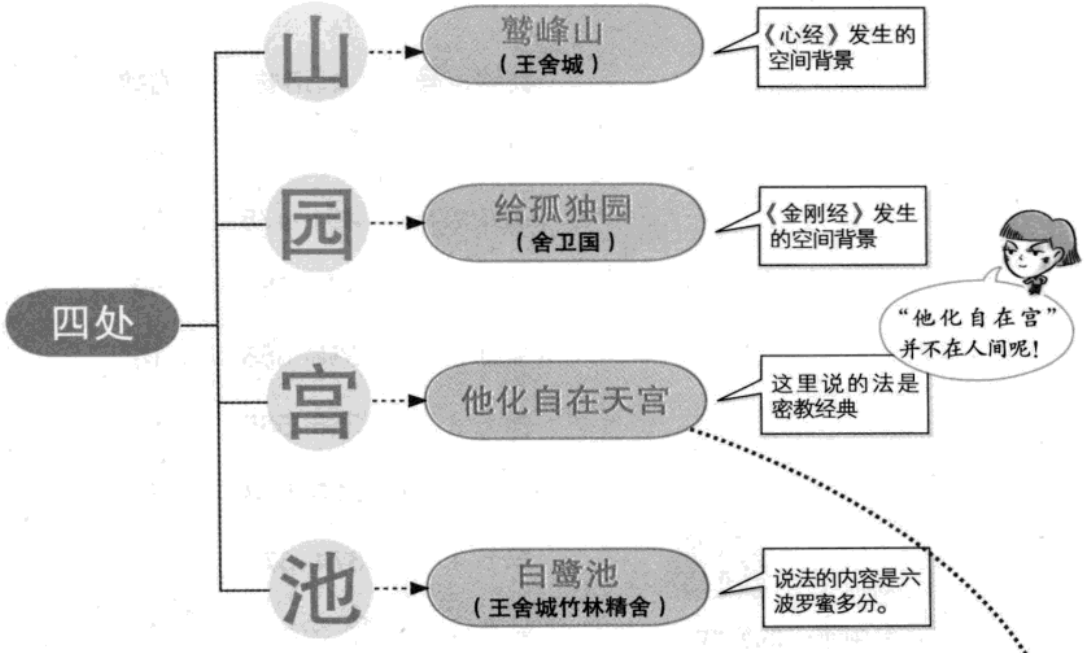
❷ 园：舍卫国的给孤独园，**是《金刚经》的说法之处**，《大般若经》十六会有七次于此结集。

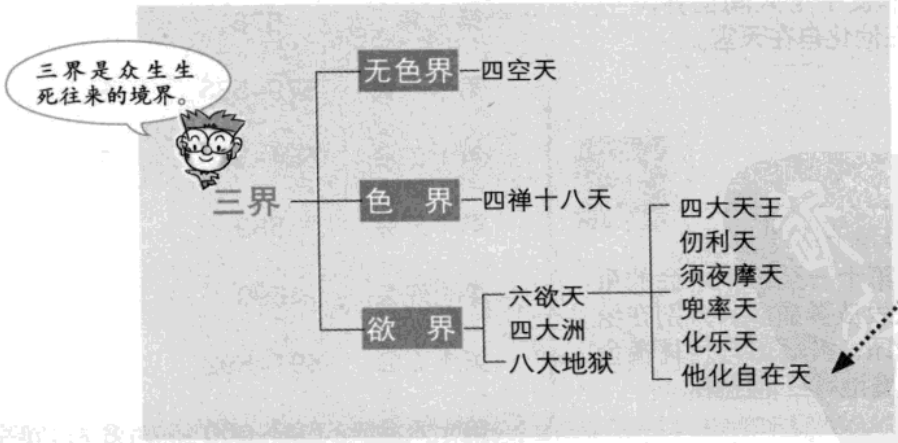
❸ 宫：他化自在天宫。他化自在天是欲界的第六天，在此世界里可参与并体悟诸天界创造出来的喜乐。据说阻碍佛陀成道的魔王，就住在他化自在天。《大般若经》十六会仅一次于此结集，结集的经即是《般若理趣分》，是密教的般若经。

❹ 池：摩揭陀国王舍城竹林精舍的白鹭池。《大般若经》十六会中的第十六会即说于此处，内容是六波罗蜜多的《般若波罗蜜多分》。

四处：《大般若经》的说法地点

《大般若经》总共600卷，是般若波罗蜜多义理的讲听结集。经文有长有短，据说是佛陀在四个地方与十六次集会所记载的经文，也就是所谓的“四处十六会”。这十六会的内容涵盖一般人熟知的《心经》与《金刚经》，可说是总集般若波罗蜜多义理最完整的编辑品。





四处十六会的分析总表

1 较早完成的三个集会

第二、四、九会般若基本思想大概成书于公元前一世纪左右。其余都是这之后结集的经典。

2 《心经》经文的来源

第二会的内容主要是《二万五千颂般若》,《心经》便是浓缩节录自第 421 与 429 卷。

会的编号	起迄卷	卷数
第一会	1 ~ 400	400
第二会	401~478	78
第三会	479~537	59
第四会	538~555	18
第五会	556~565	10
第六会	566~573	8
第七会	574~575	2
第八会	576	1
第九会	577	1
第十会	578	1
第十一会	579~583	5
第十二会	584~588	5
第十三会	589	1
第十四会	590	1
第十五会	591~592	2
第十六会	593~600	8

4 唯一的密教典籍

十六会中唯一的密教经典是在第十会中传出的，仅一卷。第十会的地点并非发生于人间世界，而是在他化自在天宫。

5 大乘菩萨的六波罗蜜多

第十一至第十六会的重点是六波罗蜜多。分别在给孤独园、灵鹫山与竹林精舍的白鹭池等三地结集。

3

年代最古的《八千颂般若》

《八千颂般若》出自第四会。原始的般若经一般称为《八千颂般若经》，也就是汉地所称的《小品般若经》。

地点	要点
王舍城之鹫峰山	卷数最多。
王舍城之鹫峰山	与第一会内容大致相同。
王舍城之鹫峰山	与第一会“开”、“合”之处不同。
王舍城之鹫峰山	唯最后随顺品中之文，与第三会不同。
王舍城之鹫峰山	较第四分，则更略。
王舍城之鹫峰山	有十七品。与前分全别。
舍卫国之给孤独园	曼殊室利分。
舍卫国之给孤独园	那伽室利分。
舍卫国之给孤独园	能断金刚分。
他化自在天宫	般若理趣分。
舍卫国之给孤独园	布施波罗蜜分。
舍卫国之给孤独园	净戒波罗蜜多分。
舍卫国之给孤独园	安忍波罗蜜多分。
舍卫国之给孤独园	精进波罗蜜多分。
王舍城之鹫峰山	禅定（静虑）波罗蜜多分。
王舍城竹林精舍之白鹭池	般若波罗蜜多分。

注：大般若经对于经文的开头和结束，称为“开”、“合”

6

著名的《金刚经》

《金刚经》出自第九会，此会仅第577卷一卷。

5

西方学者孔兹将般若思想的发展分为哪四个阶段？

“般若经”的结集由公元前一世纪开始，直至十世纪。孔兹将般若经的发展分成四个阶段：原始的、发展中的、浓缩的与密教的。

《心经》是般若思想中分量甚重的典籍。大约公元前一世纪，在新佛教思想运动——大乘佛教——的萌芽阶段中，般若经开始被结集出来。但那时般若经的名目并非明确，只是笼统的称呼而已。由历史看来，般若经的结集一般认为是由公元前一世纪开始，直至十世纪，陆续仍有新的结集出现。因此，**今日所看到的般若经，其实是长达十一个世纪结集的结果**。西方研究般若思想的知名学者孔兹 (E. Conze)，将般若经的发展分成四个阶段：

◎ 第一阶段：原始的般若经

原始的般若经，一般称为《八千颂般若经》，也就是《小品般若经》。目前推断《八千颂般若经》的初品为“根本般若”，**是般若经最古老的部分**。

◎ 第二阶段：发展的般若经

这是般若经篇幅迅速扩张的时期，少则一万八千颂与二万五千颂，甚至在最后产生十万颂的巨大篇幅。这其间思想复杂，虽然经文丰富，却很不容易掌握结构的重点，于是产生第三阶段的般若经结集。

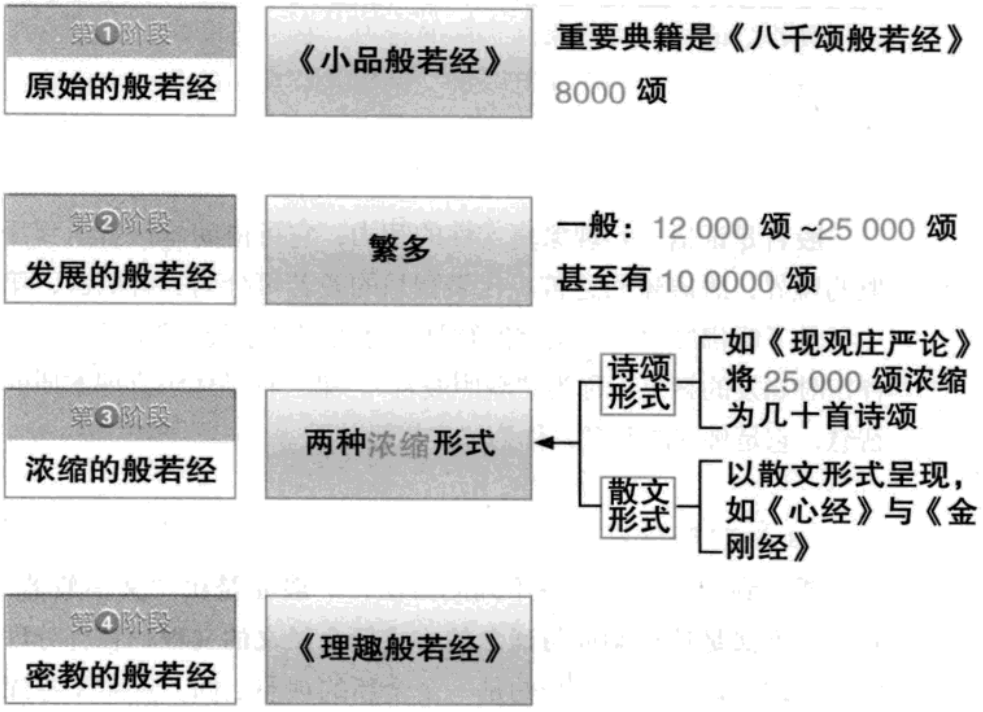
◎ 第三阶段：浓缩的般若经

浓缩的形式有两种，第一种是将经文要义用诗颂的形式表现，以方便持诵，如《现观庄严论》，将二万五千颂般若经要义以几十首诗颂表现出来。第二种是以散文形式来浓缩要义，例如《心经》与《金刚经》。

◎ 第四阶段：密教的般若经

随着密教的崛起，新的般若经应运而生，代表的经典是《理趣般若经》。**密教的教理，基本上是以大乘中观派与瑜伽行派的思想理论为基础，再加上一些具有神秘色彩的咒术与仪轨**。

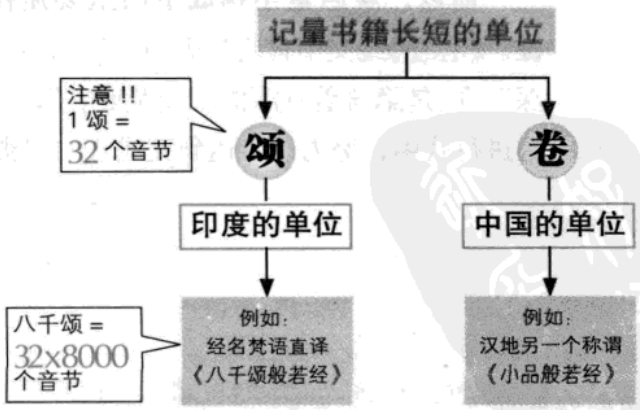
般若经的四个发展阶段



颂与卷

“颂”是印度计量书籍长短的单位。

“卷”是中国计量书籍长短的单位。



6

要到达佛陀境界，可透过哪三种般若？

般若是证悟一切现象真实性的智力，它可协助修行者达到涅槃的境界，依不同层次又可分成文字般若、观照般若、实相般若三种。

般若是证悟一切现象真实性的智力，它可协助修行者达到涅槃的境界，依不同层次又可分成文字般若、观照般若、实相般若三种。

般若是证悟一切现象真实性的智力，它可协助修行者达到涅槃的境界，脱离轮回之苦。代表智慧的般若可分为三种层次，第一种是了解佛经语言、文字的智慧，称为“文字般若”。第二种是禅定时启发的智慧，称为“观照般若”。第三种是体悟真理本质的智慧，它是佛陀的智慧，称为“实相般若”。

◎ 凡夫的聪明才智

要达到佛陀的境界有不同的方法，**一般先是由“文字般若”开始。方法是透过阅读与诵念的方式领会经文的义理**。在充分理解文字的知识之后，展开的是一个全新的观照层面。观照是甚深的禅定功夫，其重要性可能甚过于阅读经文。修行者随着观照功夫的深进，终将达到《心经》的“照见五蕴皆空”。“照见”并非大脑神经的功能作用，它不是用肉眼观看，也不同于以第六意识进行“分别观想”，而是不透过任何媒介“直接观照”。这种观被称为“直观”，如果能持续专注直观状态，最后就有机会透过般若波罗蜜多证得“实相般若”。

所以，观照是学佛成道的重要途径，是能否修持成就的关键。《心经》经文中首句“观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时”的“行深”，已是隐含着甚深的“观照般若”，且也是在证悟“实相般若”的进行式中，努力逐步达到完成式的“实相般若”。

三种般若





1 文字般若

文字语言内含的智慧

在理解与读诵经文过程中，获得语言文字的智慧。



2 观照般若

禅定冥想的智慧

在禅定冥想时，个人体悟的智慧。



3 实相般若

究竟本质的智慧

究竟本质的真理智慧，是终极智慧，是佛陀境界的智慧。



7

小乘圣者与大乘菩萨获得的智慧有何不同？

凡夫、小乘圣者到大乘菩萨的智慧皆有所不同，每个阶段差异的关键要点在于我执、我空、法执、法空。

大乘佛教思想兴起于公元初，不同于小乘佛教注重自利，大乘强调众生皆可成佛，自利、利他两者皆重。由于大、小乘拥有不同的修行态度，因此获得不同层次的智慧，差异的关键要点在于我执、我空、法执、法空，这些概念在《心经》中完整地呈现。

◎ 凡夫的聪明才智

凡夫的聪明才智通常是指个人的学识经验与世间的价值判断，这是世间的智慧。因凡夫有我执，妄执人类有个恒存的“我”的实体，即使拥有世间极佳的学识经验，但仍迷惑于虚妄轮回的苦恼之中，无法获得解脱。

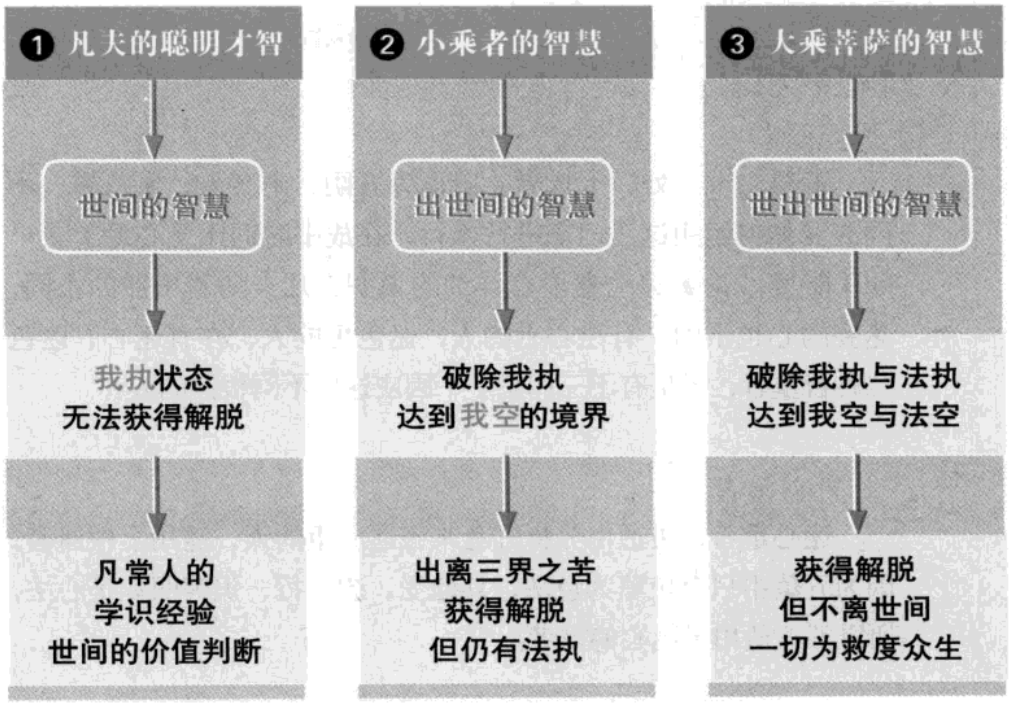
◎ 小乘者的智慧

小乘者的智慧是出世间的智慧。声闻乘与缘觉乘的圣者致力于追求这种智慧，他们透过四谛法门与观十二因缘法，破除了我执，达到我空的境界，体悟众生虽有一个身心，但那是五蕴假合而成的，并无恒存的“我”的实体。**小乘圣者虽已出离三界，获得解脱，但不够究竟，因为还有法执**。他们畏惧生死轮回，急于脱离生死苦海，于是执著能脱离苦海的法门，执著于一切法是实有的，所以心中仍有挂碍，无法自由自在。

◎ 大乘菩萨的智慧

大乘菩萨的智慧是世出世间的智慧，这种智慧能超越小乘执著于法的障碍。**它同时破除我执与法执，达到我空与法空的境界**。菩萨体悟法空，知道一切万法都是因缘而生，也了悟缘起的诸法其性本空，并无真实的自体可得。当菩萨能证得此法空智慧，就能破除法执。不过菩萨获得解脱时，仍不离世间，一切为救度众生，依旧自由自在地往来于生死与涅槃之间，因为有了这种世出世间的智慧，所以才能心无挂碍。

我执、我空、法执、法空



四个关键概念

1. 我执：妄执人类有一个实在的我体。
2. 我空：众生虽然都有一个心身，但那是五蕴假合而成的，没有实在常一的我体，叫作我空。
3. 法执：执著于一切法是实有的。
4. 法空：缘起性空是说宇宙间一切万法都是因缘而生起的。而缘起的诸法，其性本空，并无真实的自体可得。如果菩萨能证得此法空智慧，就能破除法执。

比较	凡夫	小乘对者	大乘菩萨
我执	●		
我空		●	●
法执		●	
法空			●

8 不同根器如何运用“三科”来修行？

《心经》里曾完整说明三科，即五蕴、十二处、十八界。三科又称为“三门”，用来描述一切法，目的是为了破除凡夫“实我之执”的迷妄。

五蕴、十二处、十八界，旧译为五阴、十二入、十八界，不同人要如何运用这三门来进行修行，在成书时间比《心经》更早的《毗婆沙论》第七卷里有详细的说明：凡夫随着根器的不同，迷妄的心也不同，有迷心重的人，迷色重的人，亦有迷心、迷色二种皆重者，于是有了三门来一一因应这些不同根器的人：

◎ 迷心重者

迷心重者，可透由分析五蕴来破迷心重的人，适用上根器者，因为五蕴中只有色蕴为色法，其他受、想、行、识等四蕴是心法，所以五蕴适用于迷心偏重者。

◎ 迷色重者

迷色重者，可透由分析十二处来破迷色重的人，适用中根器者。因为五根、五境等十处，是色法。只有意根、法境二处是心法，所以十二处适用于迷色偏重者。

◎ 迷心、迷色二者重者

迷心、迷色二者重者，可透由分析十八界来破心色皆重，适用下根器者。因为五根、五境等十界，是色法；意根与法境及六识等八界，是心法，所以十八界用来破心色皆重。

在另一部典籍《秘藏记钞》第九卷，则是从密教观点来讨论三门，它与《毗婆沙论》第七卷的说法相近，只不过是再搭配大乘密教里胎藏界佛部、莲华部与金刚部等三部的概念。为迷于心法者，说五蕴，表金刚部的智。为迷于色法者，说十二处，表莲华部的理（密教色属于法理）。为色心双迷者，说十八界，表莲华部、金刚部不二的佛部。

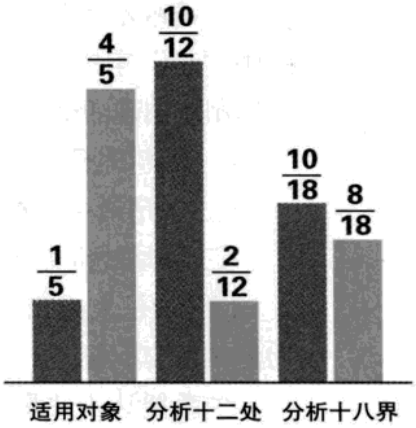
三科与三门

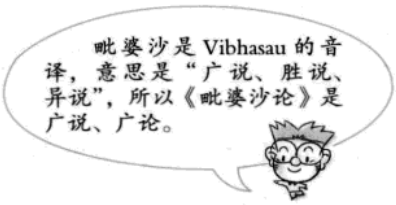
《毗婆沙论》说法

有关《毗婆沙论》第七卷解释三门的内容，简单扼要的条例式说明如下：

《毗婆沙论》解释三门表

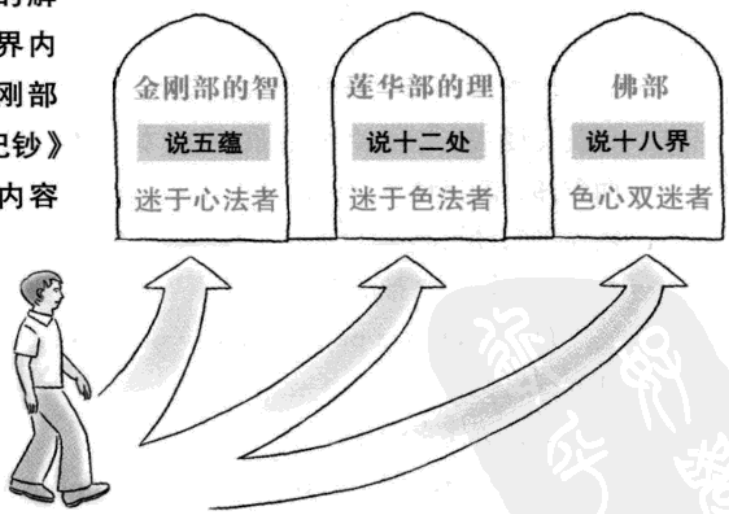
适用对象	方法	根器类别
迷心重者	分析五蕴	上根器者
迷色重者	分析十二处	中根器者
迷心、迷色二者重者	分析十八界	下根器者





密教《秘藏记钞》说法

密教对于三门的解释法，会搭配胎藏界内佛部、莲华部与金刚部等三部。在《秘藏记钞》第九卷解释三门的内容整理如下：



9 《心经》里的“是”字并非“是”的意思？

竺家宁教授认为“是”字在上古时期先秦的用法，主要只有两种意思，分别是“此”与“是、非”，《心经》的“是”应译为“此”。

台湾政治大学中文系教授竺家宁在其著作《色即是空：论心经中“是”字的功能》一文中指出，玄奘大师《心经》里“是”字的用法出现四处，共有九个字。

（一）色即是空，空即是色；受、想、行、识，亦复如是。

（二）是诸法空相，不生、不灭；不垢、不净；不增、不减。

（三）是故空中无色，无受、想、行、识。

（四）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。

竺教授认为“是”字在上古时期先秦的用法，主要只有两种意思，分别是“此”（类似英语 this）与“是、非”（类似英语 is、is not），所以《心经》的“是”应译为“此”。

竺教授在文章中指出“我是老师”的用法，在语法学里称为“系词”，是东汉以后才产生的，且一般只见于口语中，很少用于正式文章。同时，他分析《大般若波罗蜜多经》最常见的“是”字结构，推论出玄奘大师的用语风格，一般都将“是”字作“此”字用，《心经》当然也是如此。

竺教授例举“故知般若波罗蜜多，是大神咒”这句经文的两种英文译法，指出铃木大拙的英译本，将“是”译为 is 是有问题的，而贺伟志的英译本 (1977，UC Berkeley)，将“是”译为 this，是比较精确的译法。

一、铃木大拙的翻译：

Therefore, one ought to know that the Prajnaparamita is the great Mantra.

二、贺伟志的翻译：

Therefore, know this greatly luminous magical charm, this unexcelled charm, this charm that is equal of the unequalled, that can remove all woes.

“是”这个字的用法

梵语学习

是

❶ 此（this）
❷ 是（系词，is/am/are）

●竺家宁教授提出，《心经》里的“是”应该是“此”的意思，所以：

色即是空，空即是色；受、想、行、识，亦复如是

↓

色即此空，空即此色；受、想、行、识，亦复如此

是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减

↓

此诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减

是故空中无色，无受、想、行、识

↓

此故空中无色，无受、想、行、识

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

↓

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

10 观自在菩萨处于修观状态，可以说法吗？

《心经》开头说“观自在菩萨行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空”。随后便对舍利弗说般若真谛。在这种已进入甚深禅定观修状态下，观自在菩萨可以同时说法吗？东初老人在《心经思想史》里提出三个重要论点：

◎ 论点一：正在修持甚深般若的不只是观自在菩萨，而是许多菩萨摩诃萨

在唐代法月重译《普遍智藏般若波罗蜜多心经》中写着：“如是我闻，一时佛在王舍大城灵鹫山中，与大比丘众满百千人，菩萨摩诃萨七万七千人俱，其名曰观世音菩萨、文殊师利菩萨、弥勒菩萨等，以为上首，皆得三昧总持，住不思议解脱。”从这段经文我们可以看到得三昧总持，住不思议解脱的是菩萨摩诃萨，包括观世音菩萨、文殊师利菩萨、弥勒菩萨等等，并非单指观自在菩萨。接着经文又写着：“尔时观自在菩萨摩诃萨在彼敷坐，于其众中即从座起，诣世尊所，面向合掌曲躬恭敬，瞻仰尊颜而白佛言。”这时候观自在菩萨应该是离开了甚深三昧总持的状态，才会有这一连串的动作，并向舍利弗阐述般若要义。

◎ 论点二：能自由穿梭于轮回世界与涅槃境界的菩萨都可视为观自在菩萨

东初老人的意思应该是凡能自由自在地穿梭于“轮回世界”与“涅槃境界”的菩萨都可视为观自在菩萨。达到这样境界的菩萨已经是人空与法空的状态，就如同四地菩萨能真（理想世界）俗（世俗人间）双行，观一切境界皆得自在。

◎ 论点三：强调“深般若”，来彰显观自在菩萨的伟大

《大品般若》认为般若智慧是有不同层次的，**声闻乘与缘觉乘圣者体验的般若智慧是相对智慧，是“浅般若”**。与之相对的“深般若”是直观真理的本体，是超越文字语言的绝对智慧，为了要与声闻、缘觉圣者的般若智慧作区隔，于是在般若之前加个“深”字。所以说观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空。如此解释就没有在修观状态下说法的问题了。

东初老人的三种论点

观自在菩萨已进入禅定观修状态，又对着舍利弗说法，这种状态成立吗？针对此问题，东初老人提出三个可以深入讨论的观点：

第一种可能

观自在菩萨是从甚深禅定中出来，才向舍利弗说法。



观自在菩萨和文殊、弥勒等等大菩萨们一起进入甚深禅定，后来观自在离开禅定状态，起身走向佛陀而有了后面的说法。（见唐代法月译本）

第二种可能

菩萨能在轮回世界和涅槃世界来去自如，所以可以同时修观又说法。



修行果位到达四地的菩萨能在理想世界和世俗人间并行穿梭，观一切境界皆自在。

第三种可能

“行深般若”只是强调菩萨的智慧境界胜过一般小乘圣者。



11 日本的空海大师怎么看《心经》？

日本佛教高僧空海认为《心经》是密教的经典，并从密教立场来论述《心经》之大意、经题、翻译之异同。而他对《心经》咒语的独到看法则记录在《般若心经秘键》中。

◎ 日本真言宗创始人

日本佛教高僧空海（774~835），史称弘法大师，是日本佛教真言宗（又称东密）开山祖师，也是佛教唯心主义哲学家。空海为了解决密教经典种种疑难问题，曾于804年以一个留学僧的身份来到中国长安（今西安），是当时长安赫赫有名的密教高僧惠果的得意门生。惠果人称“三朝国师”，受到唐代宗、德宗和顺宗三位皇帝重用礼遇，**空海在其门下竟能以短短三个月的时间，奇迹似的习得所有密教典籍课程，并成为正统密宗第八祖**。两年后，空海回到日本，在高雄山寺开创具有自己特点的日本真言宗，后来在高野山建佛寺。823年，得天皇钦赐京都的东寺作为镇护国家的真言道场，“东密”的名称即由此而来。

◎ 以真言密教来诠释心经

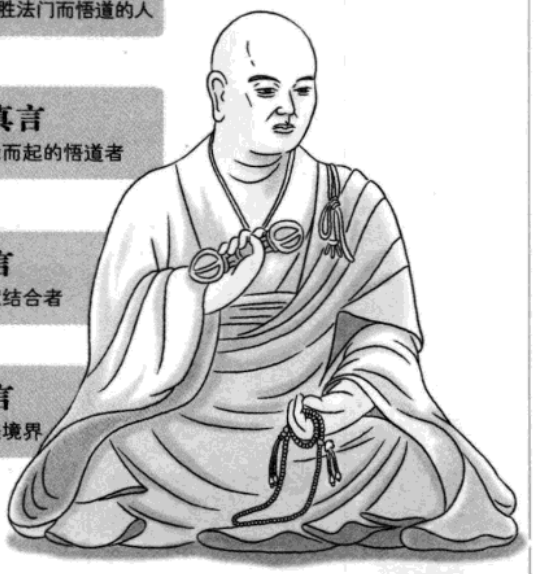
空海曾以真言密教之立场注释《心经》，并断定它是密教之经典，他从密教立场来论述本经之大意、经题、翻译之异同，此见于其所著《十卷章》中的《般若心经秘键》。空海对《心经》咒语有其独到的看法，他认为般若波罗蜜多“是大神咒”，这句赞颂是代表声闻乘的咒语，所以念诵般若波罗蜜多，即可超越体悟四圣谛的层面。般若波罗蜜多“是大明咒”，是对应缘觉乘的咒语，也就是超越十二因缘的体悟。而般若波罗蜜多“是无上咒”，则说明它是大乘的咒语。至于最后的般若波罗蜜多“是无等等咒”，则来到密乘的层面。总之，这个**般若波罗蜜多咒适合于声闻乘、缘觉乘，乃至于大乘与密乘，力量广大能除一切苦，真实不虚。**

空海的《般若心经秘键》

空海对咒语的见解

空海是日本真言宗的创始人，他曾以真言密教的立场提出《心经》咒语的独到见解，记载在他的著作《般若心经秘键》中：

maha-mantro 大神咒	**声闻乘的真言** 闻佛音声和修四胜法门而悟道的人
maha-vidya-mantro 大明咒	**缘觉乘的真言** 独立依十二因缘而起的悟道者
nuttara-mantro 无上咒	**大乘的真言** 追求慈悲与智慧结合者
samasama-mantrah 无等等咒	**密乘的真言** 直接成佛的完美境界



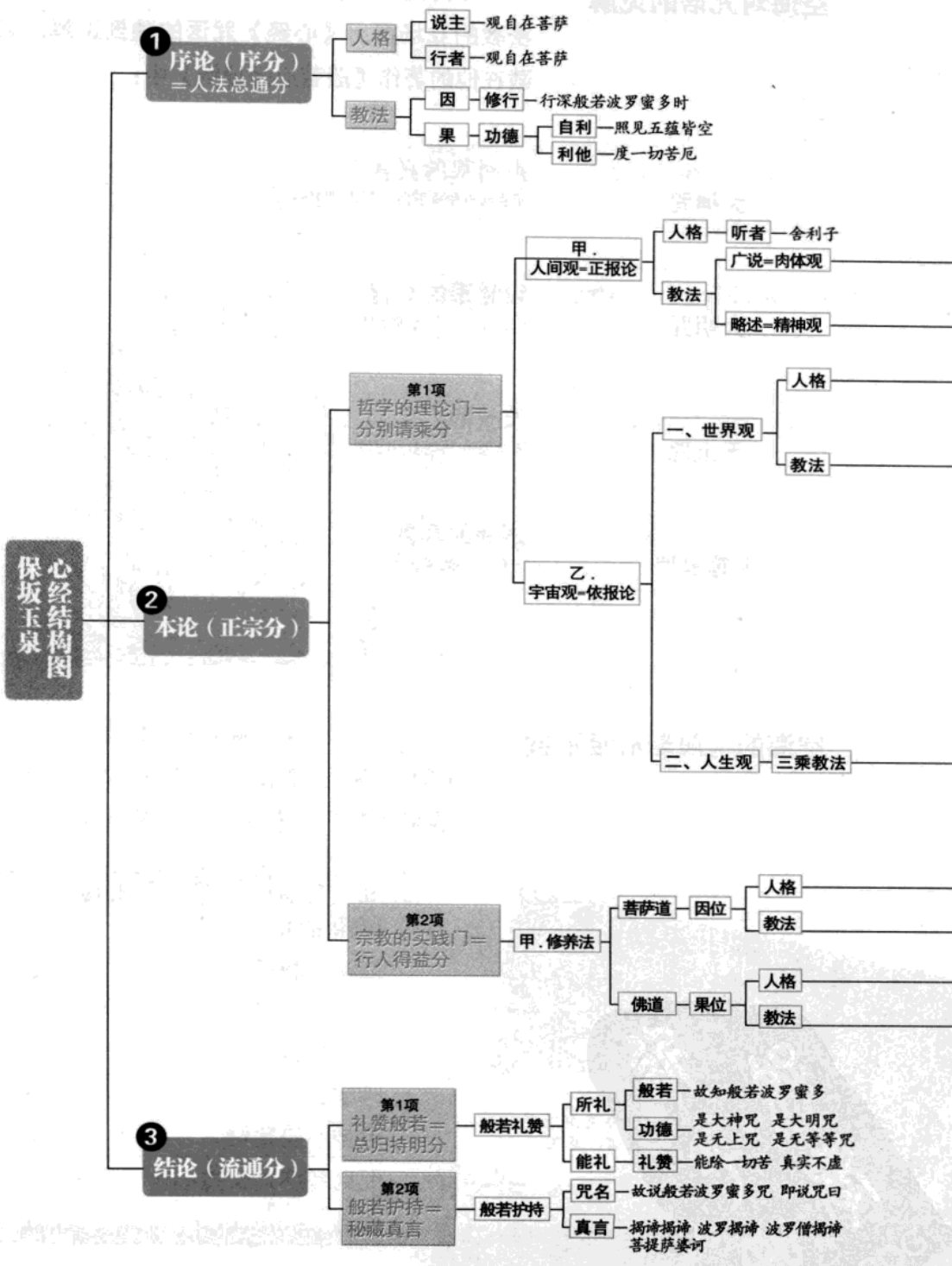
空海的《般若心经秘键》

《般若心经秘键》见于日本弘法大师（即空海）所著的《十卷章》之中。《十卷章》又曰《十卷疏》。内容如下：

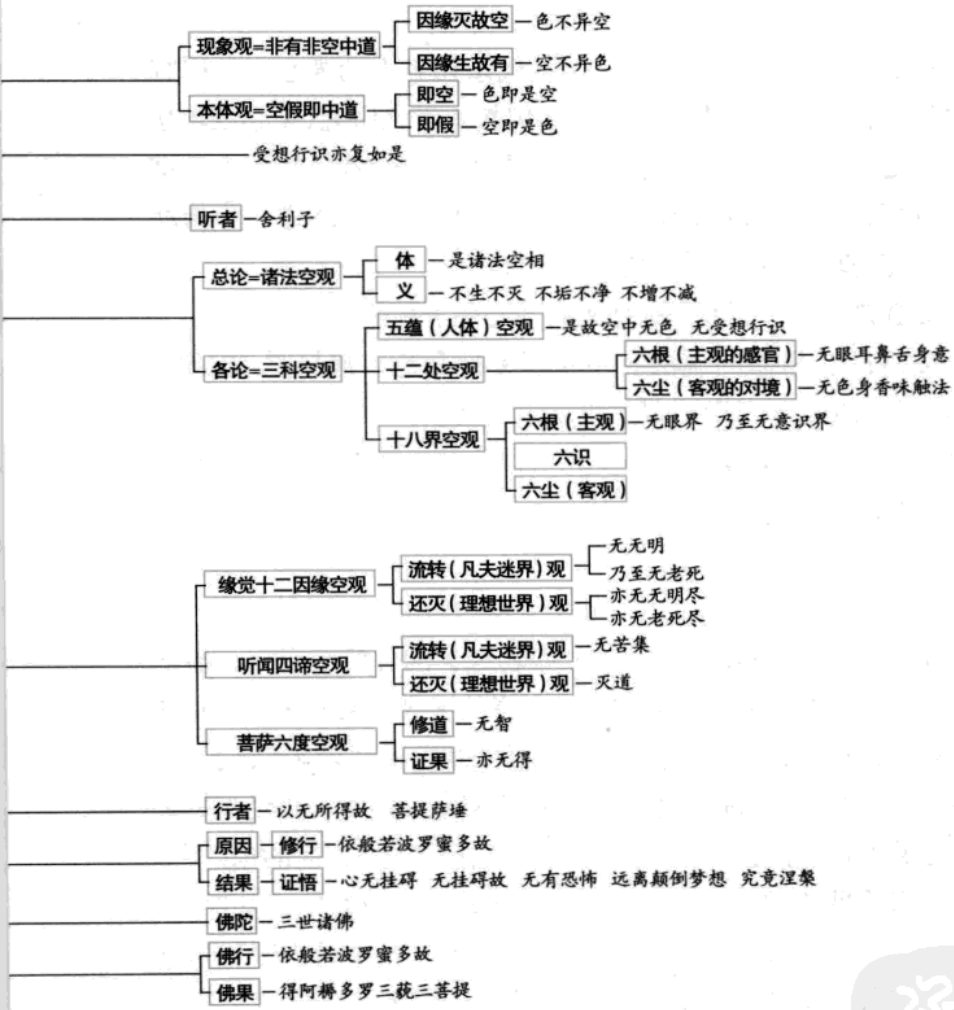
卷名	卷数
秘藏宝钥	三卷
显密二教论	二卷
即身成佛义	一卷
声字实相义	一卷
吽字义	一卷
般若心经秘键	一卷
龙猛菩萨之菩提心论	一卷
总计	十卷



保坂玉泉的《心经》组织分析图



保坂玉泉（1887~1964）是明治、大正、昭和期的曹洞宗僧侣与佛教学者。曹洞宗是日本佛教禅宗最大的支派，主张坐禅以证觉悟。此宗于九世纪由僧人良价和本寂创立于中国，中心寺院在曹山与洞山，故名。这份组织分析图是保坂玉泉分析空海的《般若心经秘键》所制成的，广为近代佛教般若思想的学者引用，包括东初老人的著作《心经思想史》。



12

东初老人为什么认为《心经》是密教经典?

认为《心经》是密教经典的，不只是日本密教高僧空海一人，近代中国的东初老人也提出了他的看法。他提出两个论点基础：第一是般若思想的说法者的演变过程，第二是《心经》经文最后增添了咒语，两者让《心经》密教化。

历代有诸多《心经》研究，而近代东初老人的《心经》研究也颇值得参究。东初老人一生致力于佛教史学之研究，《心经思想史》是重要的著作之一，内容主要是透过《大般若经》庞大数据的细腻分析，完整呈现般若思想的发展过程，并由此进一步推断《心经》与密教有紧密关系。其推论过程：

1. 参览典籍，全面而仔细地比对《心经》和般若思想。

2. 发现般若思想的说法者不断在更换角色，最早是须菩提、舍利弗，再来是文殊菩萨，最后是观自在菩萨。

3. 密教家在经文最后加上了咒语，让《心经》成为不折不扣的密教经典。

◎ 东初老人分析《心经》所参览的典籍

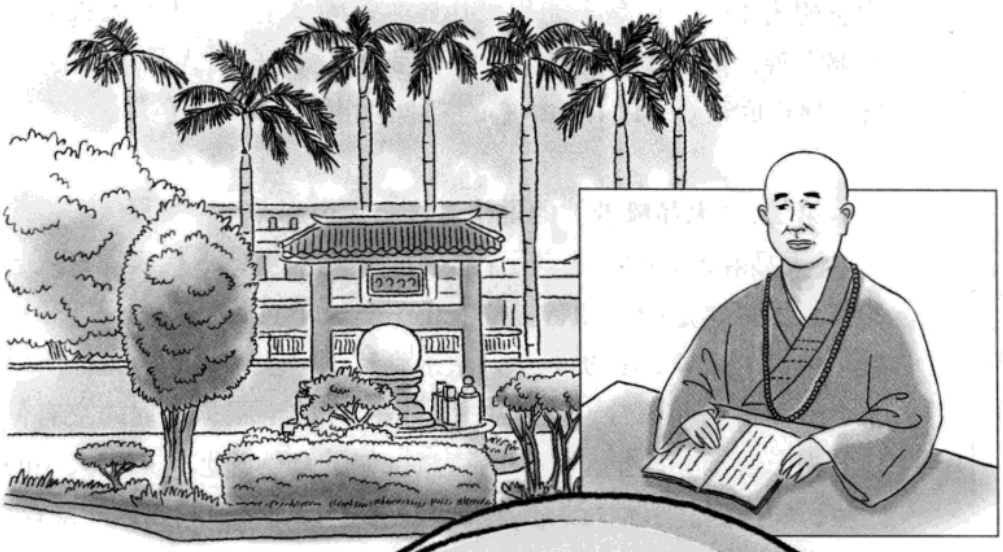
东初老人自 1950 年起深入《大般若经》的分析与研究，他发现《心经》并没有列入第七世纪玄奘所译的《大般若经》的 600 卷之内，后几经搜寻，在第五世纪鸠摩罗什的《大品般若》找到了《心经》每一句经的可能来处。他又参览唐代窥基大师的《心经幽赞》，窥基是玄奘大师的得意学生，与玄奘同为中国“唯识宗”的创始者，曾留下很多重要的佛学著作。此外，在撰写般若思想的闭关期间，东初老人还分析唐代慧净、靖迈的《心经疏》，其中慧净所著的是一卷发现在敦煌的重要注疏。最后，他在著作《心经思想史》中列入了近代日本学者保坂玉泉引用空海大师《般若心经秘键》所完成的《心经》组织分析图。

◎ 提出般若思想说法者的演变过程

东初老人对《心经》和般若思想进行了全面而仔细的比对研究，

东初老人的《心经》研究

东初老人是法鼓山圣严法师的老师，一生致力于佛教史学研究，特别挹注心力于《大般若经》的研究分析，写下了《心经思想史》这部现代重要佛学著作。



东初老人分析《心经》所参览的典籍

唐代	玄奘大师领导编译的 600 卷《大般若经》
唐代	窥基大师的《心经幽赞》
唐代	慧净的《心经疏》
唐代	靖迈的《心经疏》
近代	日本佛教学者保坂玉泉引用空海大师《般若心经秘键》所做的《心经》组织分析图

发现了一个有趣的演变：600卷《大般若经》中，作为般若思想代言人（说法者）的角色，曾经历数次换角，他们分别是须菩提、舍利弗、文殊菩萨、释迦牟尼佛，最后是观自在菩萨。东初老人的分析是这样的：

第一，《小品般若》的说法者：须菩提

《小品般若》是般若经之中较早的经，这时以解空第一的须菩提为空性的说法者，他代表原始的禅学派思想，以破坏与分析空的思想为中心，但是未能积极开显般若的真空。由于须菩提的空不够完善，接着才会发展出以舍利弗为说法者的《大品般若》。须菩提属声闻乘众，以其为中心的空性思想仍含有小乘色彩。

第二，《大品般若》的说法者之一：舍利弗

《大品般若》的说法者是智慧第一的舍利弗，他代表后来兴起的智慧派。这是因为须菩提的空不究竟，不具体，至多只能分析破坏诸法的现象，实质上并无法达到认识诸法本体的真空，所以才会改由舍利弗来宣说般若思想。舍利弗的空跟须菩提的空有何差异呢？舍利弗的空是相对的智慧，偏于真伪善恶、长短大小的比较，能达到判断相对的因果律。由于他和须菩提同属声闻乘众，所以舍利弗的空性思想仍含有小乘色彩。

第三，《大品般若》的说法者之二：文殊菩萨

东初老人分析另一位《大品般若》的说法者，是智慧化身的文殊菩萨，他与须菩提、舍利弗不同的是，并不是历史上真实存在过的人物。他以绝对平等智宣说本体空观的般若，这种智慧是直观现前，也就是宇宙本体如实相的显现。

文殊菩萨之所以成为说法者是因为舍利弗的空仍然不够究竟。舍利弗所代表的是差别的相对智慧，属于分析物理界或现象界事物的智慧，不是超经验界或本体界的智慧。因此，无论是须菩提或是舍利弗，都没有足够的条件来说明广大无边甚深的般若思想，于是《大品般若》持续发展改为以文殊菩萨的绝对平等性智说法，透由直观的智慧来超越舍利弗差别相对的智慧。由《小品般若》

般若思想说法者的演变

小品般若
相当于第四会

1 须菩提

破坏与分析空的思想为主
缺点：未能积极开显般若的真空。

2 舍利弗

相对的智慧
缺点：偏于真伪善恶、长短大小的比较，仅能达到判断相对的因果律。

大品般若
相当于第二会

3 文殊菩萨

绝对平等智
宣说本体空观的般若。
直观现前，即是宇宙本体如实相的显现。

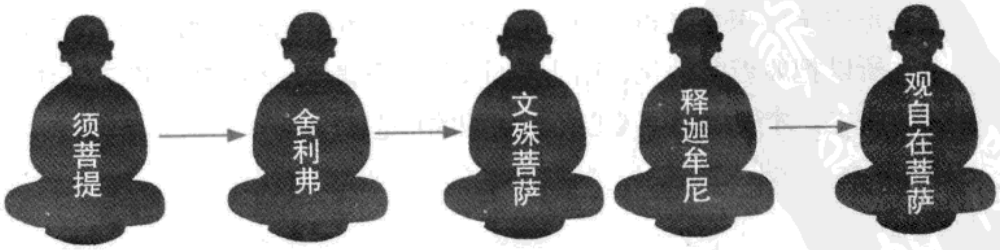
4 释迦牟尼

心经
未列入
《大般若经》之内

5 观自在菩萨

由《大品般若》而来的般若思想。
不但《大品般若》内的“菩萨摩诃萨”改成“观自在菩萨”，也将说法者由“释迦牟尼佛”改成“观自在菩萨”。

在密教兴起的影响下，观自在菩萨的地位大为提升。《心经》的最后加上咒语，在庞大般若经典中是少有的！



到《大品般若》，讲说空性的说法主由须菩提、舍利弗一直到文殊菩萨，其变化与发展说明了小乘般若前进到大乘般若的不同阶段。

第四，《大品般若》的说法者之三：释迦牟尼

释迦牟尼是佛教的创始者，这位历史上伟大的智者证悟了生命的真相，成就了正觉。在他真实的一生之中，到处说法，组织僧团，直至圆寂为止，自然《大品般若》的说法者一定有他，而且重要。

第五，《心经》的说法者：观自在菩萨

东初老人进一步分析《心经》是出于《大品般若》，这时正值大乘转型期，也就是密教即将兴盛时期的般若思想，这时般若思想的说法者改由当时备受崇拜的观自在菩萨来担纲。

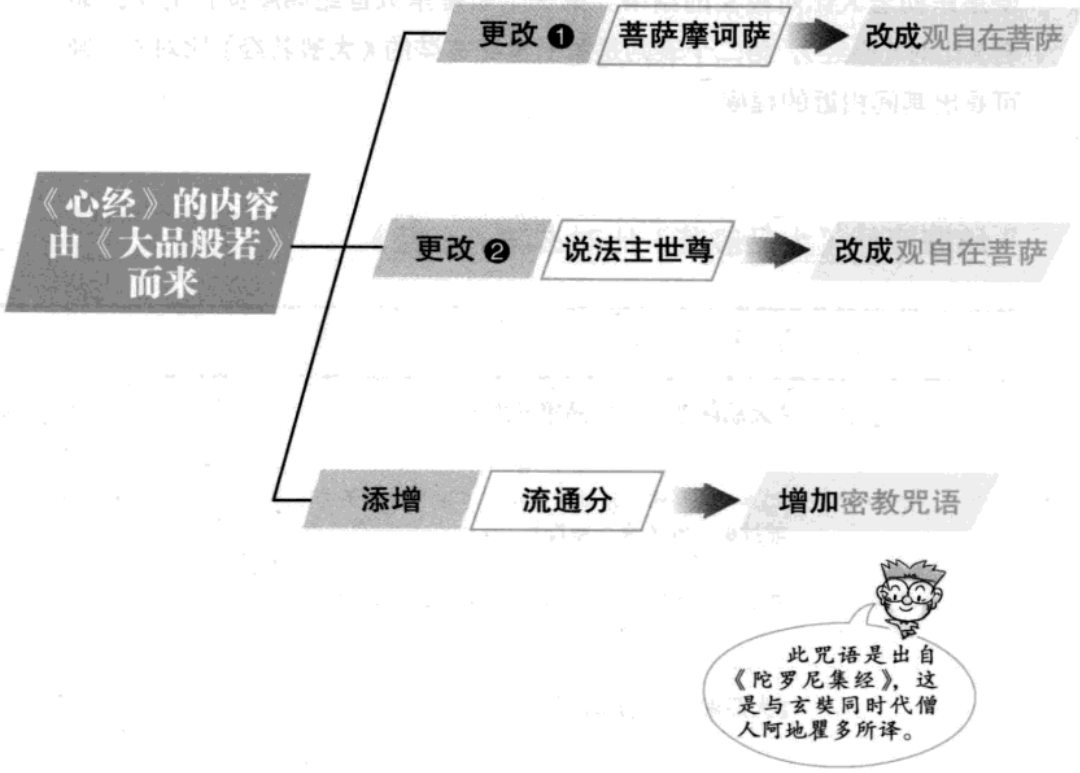
观自在菩萨在当时的印度是神迹灵验的大菩萨，被佛教各宗派所崇拜，其中最为尊崇的是大乘密教。在这时期，许多经典也时常以观自在菩萨为说法主，并不仅仅止于《心经》。例如在《大品般若》的经典中，原本是“菩萨摩诃萨”的地方被改成“观自在菩萨”，但内容思想与原经相同维持不变；此外，也有将说法者由“释迦牟尼佛”改成“观自在菩萨”的情形。

◎ 添加咒语让《心经》密教化

除此之外，另一个更重要的改变是《心经》的流通分添增了密教胎藏界持明院般若菩萨的咒语，**这在般若思想的经典是非常罕见的情形。观自在菩萨地位的提升与咒语添增这两项特质，**让东初老人深信《心经》是般若思想的密教化。东初老人在《心经思想史》这样写着：“《心经》，除去此咒语真言，完全为经的体裁。即‘三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提’，这是完全结束经文的文句。因为密教家想把此部当为自己的经典，所以把般若密教化，附上密咒真言，同时奉请观自在菩萨为其说法主，才完成现今《心经》组织的形态。”

《心经》密教化的证据

东初老人支持《心经》是般若思想密教化的三个理由：





东初老人简介

东初老人（1907~1977）是江苏泰县人，俗姓范，曾亲近太虚大师。1949年抵台，同年在北投法藏寺创办《人生杂志》，六年后兴建中华佛教文化馆。东初老人一生致力于佛教史学之研究，其重要著作之一是《心经思想史》，文章内容来自《大般若经》的庞大数据，经过他细腻的分析，完整呈现般若思想的发展过程，他也推断出《心经》与密教的紧密关系。东初老人最后为世人留下《中印佛教交通史》、《中日佛教交通史》、《中国佛教近代史》等代表著作。而台湾著名的法鼓山团体便是由东初老人创建的"农禅寺"与"中华佛教文化馆"发展而来的。

东初老人比对分析《心经》经文的出处

东初老人提出《心经》可能是出自鸠摩罗什的《大品般若》或玄奘的《大般若经》。他透由详细比对经文，找出了经文原型的出处。以下的两个表格便是东初老人比对经文的结果。第一个表是第五世纪鸠摩罗什的《大品般若》比对《心经》，第二个表则是第七世纪玄奘的《大般若经》比对《心经》，可看出其间相近的程度。

鸠摩罗什《大品般若》比对玄奘《心经》

比较的重点	第五世纪鸠摩罗什的《大品般若》
主文般若思想	《大品般若》习应品第三之一 舍利弗，非色异空，非空异色，色即是空，空即是色，受想行识亦如是。舍利弗，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减，**是空法非过去，非未来，非现在，**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。亦无无明，亦无无明尽，乃至亦无老死，亦无老死尽。无苦集灭道。亦无智亦无得。 《大品般若》劝持品第三十四 复次憍尸迦，若有善男子善女人若诸天子天女，闻是般若波罗蜜经耳，是功德故渐当得阿耨多罗三藐三菩提。何以故？憍尸迦，过去诸佛及弟子皆学是般若波罗蜜，得阿耨多罗三藐三菩提入无余涅槃。憍尸迦，未来世诸佛今现在十方诸佛及弟子，皆学是般若波罗蜜得阿耨多罗三藐三菩提入无余涅槃。何以故？憍尸迦，是般若波罗蜜摄一切善法，若声闻法若辟支佛法，若菩萨法若佛法。
流通礼赞文	《大品般若》劝持品第三十四 释提桓因白佛言：世尊，般若波罗蜜是大明咒、无上明咒、无等等明咒，何以故？世尊，是般若波罗蜜能除一切不善，能与一切善法。佛语释提桓因言：如是如是。憍尸迦般若波罗蜜是大明咒、无上明咒、无等等明咒，何以故？憍尸迦，过去诸佛因是明咒，故得阿耨多罗三藐三菩提。未来世诸佛今现在十方诸佛，亦因是明咒得阿耨多罗三藐三菩提。
流通咒语护持	《陀罗尼集经》般若大心陀罗尼第十六 咒曰 跢侄他（一）揭帝揭帝（二）波罗揭帝（三）波啰僧揭帝（四）菩提（五）莎诃（六）

玄奘译本没有这句话呢！

七世纪玄奘的《心经》	比较结果
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，无眼耳鼻舌身意，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。**	**相似度：95%** 《大品般若》习应品第三之一说法者是佛陀，听法者是舍利弗。除此之外，内容与《心经》玄奘译版的正宗分是极为相近。两者的差异只在习应品多出“是空法非过去，非未来，非现在”，其他部分，一字不差。合理的推测，玄奘可能是参考第五世纪鸠摩罗什所译《大品般若》。
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。**	**相似度：80%** ❶《心经》的“究竟涅槃”在《劝持品》是“无余涅槃”。 ❷“三世诸佛”是“过去、未来、现在”诸佛。
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。**	请特别注意这里的对话者是佛陀与帝释天（或称憍尸迦、释提桓因）。
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·菩提萨婆诃	**鸠摩罗什译出《大品般若》并未提及咒语真言的念诵，而是放在《陀罗尼集经》。此经共十二卷，说明诸佛菩萨诸天的印咒。**

玄奘《大般若经》比对玄奘《心经》

比较的重点	第七世纪玄奘的《大品般若》
主文般若思想	**《大般若经》第二分观照品第三之二** 舍利子！色不异空，空不异色，色即是空，空即是色。受想行识不异空，空不异受想行识，受想行识即是空，空即是受想行识。**舍利子！是诸法空相，不生不灭、不染不净、不增不减。非过去、非未来、非现在。**如是空中，无色受想行识，无眼处、无耳鼻舌身意处，无色处、无声香味触法处，无眼界、色界、眼识界，无耳界、声界、耳识界，无鼻界、香界、鼻识界，无舌界、味界、舌识界，无身界、触界、身识界，无意界、法界、意识界，**无无明、亦无无明灭，乃至无老死愁叹苦忧恼、亦无老死愁叹苦忧恼灭，无苦圣谛、无集灭道圣谛，无得、无现观，无预流、无预流果，无一来、无一来果，无不还、无不还果、无阿罗汉、无阿罗汉果，无独觉、无独觉菩提，无菩萨、无菩萨行，无正等觉、无正等觉菩提。** **《大般若经》第二分功德品第三十二** “憍尸迦！若善男子、善女人等或诸天子及诸天女，甚深般若波罗蜜多一经其耳，善根力故，定当渐次证得无上正等菩提。何以故？憍尸迦！**过去未来现在诸佛及诸弟子，一切皆学如是般若波罗蜜多，证得无上正等菩提，入无余依般涅槃界。**何以故？憍尸迦！如是般若波罗蜜多，普摄一切菩提分法，若诸佛法、若菩萨法、若独觉法、若声闻法皆具摄故。”
流通礼赞文	**《大般若经》第二分功德品第三十二** 尔时，天帝释白佛言：“世尊！如是般若波罗蜜多是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒，**是一切咒王，最尊最胜、最上最妙，能伏一切，不为一切之所降伏。何以故？世尊！如是般若波罗蜜多能除一切恶不善法，能摄一切殊胜善法。”**
流通咒语护持	**《陀罗尼集经》般若大心陀罗尼第十六** 咒曰 跺侄他（一）揭帝揭帝（二）波罗揭帝（三）波啰僧揭帝（四）菩提（五）莎诃（六）

从东初老人所做的经文比对，我们得到一个结论：

1. 主文般若思想：无论是《大品般若》或《大般若经》，都是佛陀与舍利弗的对话。
2. 流通礼赞文：无论是《大品般若》或《大般若经》，都是佛陀与帝释天的对话。
3. 流通咒语护持：是持明院般若菩萨的咒语。



七世纪玄奘的《心经》	比较的结果
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，无眼耳鼻舌身意，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。	**相似度：99%** ❶ 玄奘《大般若经》第二分观照品的说法者是释迦牟尼佛，听法是舍利子。而《心经》玄奘译版的说法者是观自在菩萨，这是主要的差异。 ❷《心经》于正宗分谈论人类观的五蕴皆空，直到宇宙观的空性概念，在《大般若经》第二分观照品第三之二可以找到乎完全相同的概念。
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。	**相似度：85%** ❶《功德品》是说明念诵般若波罗蜜多可以获得的功德。主要人物之一憍尸迦（Kausika，是帝释的姓），即是代表帝释天。这里透由帝释天与佛陀的对话，说出般若波罗蜜多能除一切苦。 ❷“究竟涅槃”则可以对照《功德品》的“无余依般涅槃界”。
故知般若波罗蜜多，是大神咒，大明咒，无等等明咒，能除一切苦，真实不虚。	**相似度：90%** 在说明般若波罗蜜多咒的伟大力量，两者几乎完全相同。唯独《心经》“能除一切苦，真实不虚”的部分《功德品》是说“能伏一切，不为一切之所降伏”。
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・菩提萨婆诃	玄奘所译的《大般若经》并未提及咒语真言的念诵，这个咒语是放在《陀罗尼集经》般若大心陀罗尼第十六。此经共十二卷，说明诸佛菩萨诸天的印咒。

13

第一部《心经》英译本何时出现？由何人所译？

穆勒是首位将梵文的广本、略本《心经》译成英文的学者，从此西方世界得以了解这部重要的佛教经典。研究《心经》，穆勒版本是不可遗漏的。

从19世纪起，欧美学者开始研究佛教，公元1884年，德裔英国东方学家麦克斯·穆勒（Friedrich Max Muller, 1823~1900）首度将梵本《心经》以天城体与罗马拼音版本呈现给欧美世界，成为第一位将梵文的广本、略本《心经》译成英文的学者。当时英文佛学用词尚未固定，以现代的标准来看，有些尚待修正，但并无损于穆勒对《心经》研究的历史贡献。

◎ 东方宗教学家和语言学家

穆勒是德国出生的东方学家与语言学家，起初攻读梵文，后来研究比较语言学。1845年开始研究《阿维斯陀》（即Avesta，就是古代的波斯经典），亦曾编校印度最早的赞歌集《梨俱吠陀》。穆勒无疑是近代西方重要的宗教学家，擅长佛学，在巴黎大学随东方学家布尔诺夫（Eugene Burnouf）研究梵文与佛学。他后来定居于英国，担任牛津大学教授，从事印度宗教与哲学等研究工作，并大量进行校勘、翻译与出版佛典。穆勒对印度宗教、神话、哲学、语言等也都有比较广博、深湛的研究。**他可说是19世纪兴起的比较语言学、比较宗教学与比较神话学的创建人之一**。1857年后，穆勒为“巴利圣典协会”主编《东方圣典丛书》（Sacred Books of the East Series），使佛教的学术价值与哲学意义备受重视。

◎ 与日本佛学界合作翻译佛典

在翻译佛教典籍工作上，穆勒与日本学者的渊源甚深。在日本学者南条文雄（1849~1927，日本佛教净土真宗大谷派僧人）与竺原研寿等协助下，穆勒校勘、翻译与出版了《佛说阿弥陀经》、《金刚经》等多部经典。而南条文雄与高楠顺次郎（1866~1945，**日本著名佛教学者与教育学者，最大的成就为刊印《大正藏》100卷**），都出自穆勒的门下。

穆勒对《心经》的贡献



穆勒翻译的英文《心经》是直接由梵文版翻译的。也是第一个采用天城体与罗马拼音对照的方式。

天城体

印度的天城体文字是婆罗米文字的后代，最早用于书写梵语。梵语本身虽然今天已经消失，但梵文仍靠着宗教的力量保存至今。现在天城体文字用于书写印度的官方语印地语（Hindi）以及Marathi 语等语言，是北印度的主要文字之一。

अथ प्रज्ञापारमिताहृदयंसुत्रं

Atha prajñā pāramitā hṛdaya sūtraṃ

न्मस् सर्वज्ञाय

Namaḥ sarvajñāya

आर्यावलोकितेश्वरो बोधिसत्त्वो गंभीरायां प्रज्ञापारमितायां चर्यां चरमाणो

Āryāvalokiteśvaro-Bodhisattvo gaṃbhīrāyaṃ prajñā-pāramitāyaṃ caryāṃ caramāno

व्यवलोकयतिस्म।

Vyavalokayati sma

पञ्च स्कन्धास्तांश्च स्वभाव शून्यान्पश्यति स्म

pañca skandhās tāṃś ca svabhāva śūnyān paśyati sma

इह शारिपुत्र रूपं शून्यता शून्यतैव रूपम्रूपान्न पृथक्शून्यता शून्यताया न पृथम्रूपं

Iha Śāriputra rūpaṃ śūnyatā śūnyataiva rūpaṃrūpān na pruthak śunyata śūnyatāyā na pruthagrūpaṃ

यद्रुपं सा शून्यता या शून्यता तद्रूपमेवमेव वेदनासंज्ञासंस्कारविज्ञानानि

yadrūpaṃ sā śunyatā yā śūnyatā tadrupam
Evam eva vedanā saṃjñā saṃskāra vijñānāni.

इह शारिपुत्र सर्वधर्माः शून्यतालक्षणा अनुत्पन्ना अनिरुद्धा

Iha Śāriputra sarva dharmāh śūnyatā lakṣanā anutpanna aniruddh

अमलाविमला नोना न परिपूर्णाः

amalāvimalā nonā na paripūrnāh



以现代的标准来看，当时所用的英文佛学用词虽有待修正，但无损于穆勒对《心经》研究的贡献。

穆勒翻译的佛典

穆勒与日本学者的渊源甚深，他在日本学者南条文雄和笠原研寿等协助下校勘、翻译和出版了几个重要的佛教文献，包括了：

1.《阿弥陀经》（梵文 1881，英译 1894）

2.《无量寿经》（梵文 1883，英译 1894）

3.《金刚经》（梵文 1881，英译 1894）

4.《心经》（梵文 1884，英译 1894）

5.《佛顶尊胜陀罗尼经》（1884）

6.《法集经》（1884）

穆勒译本和玄奘译本的比较

穆勒的英译本	（中文直译）
When Bodhisattva Avalokitesvara practices the profound Prajna-paramita, he intuitively realizes that the five aggregates (skandhas) are of Sunyata nature thus securing his deliverance from all distress and sufferings.	当观自在菩萨进行般若波罗蜜多甚深的修行中，他以直观的方式体悟了五蕴皆空，也依此在一切苦难之中获得解脱。
Sariputra! Form (rupa) does not differ from Sunyata, nor Sunyata from form. Form is identical with Sunyata (and) Sunyata is identical with form. So also are reception (vedana) , conception (sanjna) , mental conduct (samskara) and consciousness (vijnana) in relation to Sunyata.	舍利子！色不异空，空不异色；色与空完全相同，空与色也完全相同；受、想、行、识，都是如此。
Sariputra, the Sunyata nature of all things **is neither created nor annihilated;** neither impure nor pure; and neither increasing nor decreasing.	舍利子！一切事物的空性本质**不被创造也不被消灭，**不是不纯净也不是纯净，不增加，也不减少。
Therefore, in Sunyata, there is neither form (rupa) , reception (vedana) , conception (sanjna) , mental conduct (samskara) , nor consciousness (vijnana) ; there is neither eye, ear, nose, tongue, body nor mind; there is neither form, sound, odor, flavor, feeling nor **idea**; there are no such things as **the eighteen realms of sense** (dhatus) from the realm of sight up to that of the faculty of mind(vijnana)	因此，在空性之中没有色、受、想、行，也没有识（consciousness），也没有眼、耳、鼻、舌、身，也没有意（mind）。没有色、声、香、味、触、也没有**法**（idea）。没有眼界到意识界等**十八界**的感受。
There are no such things as **the twelve links in the chain of existence** (nidanas) from ignorance (avidya) with also the end of ignorance up to old age and death (jaramarana) with also the end of old age and death; there are no (such things as) **the four noble truths** and there is neither Wisdom nor obtainment.	没有十二因缘的存在，所以没有无明（avidya），亦没有无明尽。乃至于没有老死（jaramarana），也没有老死尽。没有**四谛**，也没有智慧，亦没有获得。
Because of no obtainment, Bodhisattvas who rely on Prajna-paramita, have no hindrance in their minds, and since they have no hindrance, they have no fear, are free from perversive and delusive ideas and attain the Ultimate Nirvana.	因为无所得的缘故，依般若波罗蜜多的菩提萨埵们，在祂们的心中没有任何障碍，因为没有障碍，所以没有恐惧，没有颠倒迷惑的念头，并且获得究竟涅槃。
All Buddhas of the past, present and future attain the Full Enlightenment (anuttara-samyak-sambodhi) by relying on Prajna-paramita.	过去、现在与未来的诸佛，依据般若波罗蜜多得圆满智慧（阿耨多罗三藐三菩提）。
So we know that Prajna-paramita is the great supernatural Mantra, the great bright, unsurpassed and unequalled Mantra which can truly and without fail wipe out all sufferings.	所以我们知道般若波罗蜜多是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒，能真实而且不失败去除所有一切的痛苦。
Therefore, **He** uttered the Prajna-paramita mantra which reads: Gate, Gate, Paragate, Parasamgate Bodhi Svaha!	因此，**祂**发声念诵般若波罗蜜多咒：揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃！

玄奘汉译本	比较结果
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。	与玄奘译本的相似度 95%。
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。	与玄奘译本的相似度 100%。
舍利子！是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。	与玄奘译本的相似度 95%。 请注意，一切事物的空性本质是采“被动式”的描述方法，梵本正是如此。这点玄奘译版并未表达出。
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。	与玄奘译本的相似度 95%。 穆勒译出了“十八界”这个专有名词。此外，佛教里的“法”一字共有三种意思。这里的“法”指的是“与文字语言相关的思想与概念”，穆勒译成了 idea 是颇接近梵语原意的。另外两种法的意思是“代表宇宙一切现象的法”、佛陀亲证的法”，但不是《心经》在这里的意思。
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。	与玄奘译本的相似度 95%。 差异在于穆勒译出“十二因缘”、“四谛”等专有名词。
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。	与玄奘译本的相似度 100%。
三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。	与玄奘译本的相似度 99%。
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。	与玄奘译本的相似度 98%。
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，菩提萨婆诃。	与玄奘译本的相似度 95%。 穆勒强调是观自在（He）诵出般若波罗蜜多咒。

14

德国学者孔兹的《心经》英译本为什么那么盛行？

孔兹是近代西方的般若学专家，他的《心经》英译本精确度极高，几乎被视为欧美《心经》的标准本，地位甚至等同于玄奘的汉译本。

孔兹（Edward Conze，1904~1979）原籍德国，是当代最有名的佛学家。十三岁时开始接触佛教，二十四岁时已通晓十四种语言，包括了梵文、巴利文、中文、藏文、蒙古文和日文。三十多岁正式投入佛教研究，时值第二次世界大战初期，当时他接触到铃木大拙的佛学著作，马上就着迷了，并将后来的生命岁月全都奉献给佛教。

◎ 近代“般若学”专家

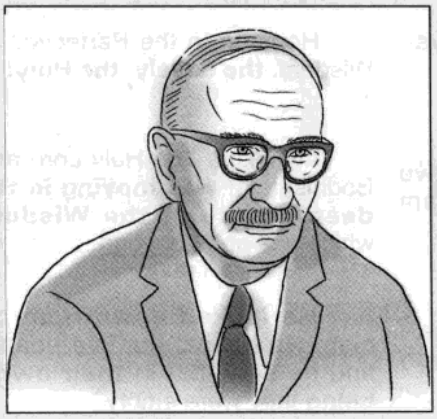
孔兹在英国佛教界原先致力于研究巴利语系佛教，后来对北传般若学产生兴趣，开始深入研究，是英国佛学界开始转向北传大乘佛教的重要人物，更是近代研究般若经典最著名的西方学者。在长达二十年的译经工作中，完成般若经的相关经典多达三十本，其中包括《金刚经》与《心经》。

《心经》虽被译成多国语言，但无论是任何语言翻译，在翻译过程中，似乎是很难避免语意的流失，毕竟很难有两个语言能表现完全相同的意境。那么孔兹的《心经》为什么值得阅读呢？**孔兹译本的最大特点是用语精准，并能完整呈现梵文《心经》里的过去进行式、被动式等时态表达。这些时态对于解析《心经》原意是很大的关键，**可惜在玄奘或鸠摩罗什的中译本里并未表达出来。因此，仔细阅读孔兹的译本，留意时态的表现，有助于深入了解《心经》文句的原始相貌。

◎ 学问和修行兼备的佛学翻译家

孔兹是优秀的佛教学者，他也实践修行，特别是禅定冥想。虽然有人认为，研究佛教思想不该涉入个人的宗教体验，但孔兹如此解释：“把佛学陈述作为一个可理解的、可能被信赖的、正确的系统的同时，本人从来没忘记佛学真正的目的，是为了使我们能从这世间获得解脱因而建构的一种修行上的方便。”孔兹把研究作为修行，在研究佛法的当下，尽己所能去实践佛法，甚至体悟真实。

孔兹英文译经的独到之处



❶ 孔兹是近代西方重量级的般若学者
❷ 精通梵文、巴利文、藏文、中文等十四种语言
❸ 同时精通大乘经典与小乘经典
❹ 他所译出的般若相关经典多达三十本，《心经》、《金刚经》都在其中。
❺ 强调禅修实践与佛学研究同样重要，是一位具有实修体验的学者。

孔兹的《心经》译本，几乎成为西方社会的阅读定本，他译经的最大特点是用语精准，能忠实呈现梵语原义的精神。阅读他的《心经》译本，我们可以归纳出孔兹从事梵英译经所注意到的四个关键：

1. 主动与被动语态
2. 主体与客体的关系
3. 进行式与完成式时态
4. 单数或复数的名词，甚至集合名词的表达



孔兹译本和玄奘译本的比较

编号	孔兹译本（梵文罗马拼音）	（梵文英译）
1	Om namo **Bhagavatyai** Arya–Prajnaparamitayai!	Homage to the Perfection of Wisdom, **the Lovely, the Holy!**
2	Arya–Avalokitesvaro bodhisattvo gambhiram prajnaparamitacaryam caramano.	Avalokita, The Holy Lord and Bodhisattva, **was moving in the deep course of the Wisdom** which has gone beyond.
3	vyavalokayati sma: panca–skandhas tams ca svabhavasunyan pasyati sma.	He looked down from on high, He beheld but five heaps, and he **saw** that in **their own–being** they were empty.
4	Iha Sariputra rupam sunyata sunyataiva rupam.	Here, O Sariputra, form is emptiness and the very emptiness is form ;
5	rupan na prithak sunyata sunyataya na prithag rupam, yad rupam sa sunyata ya sunyata tad rupam; evam eva vedana–samjna–samskara–vijnanam.	emptiness does not differ from form, form does not differ from emptiness, whatever is emptiness, that is form, the same is true of feelings, perceptions, impulses, and consciousness.
6	Iha Sariputra sarva–dharmah sunyata–laksana, anutpanna aniruddha, amala aviamala, anuna aparipurnah.	Here, O Sariputra all dharmas are marked with emptiness ;they **are not produced or stopped, not defiled or immaculate, not deficient or complete.**
7	Tasmac Chariputra sunyatayam na rupam na vedana na samjna na samskarah na vijnanam.	Therefore, O Sariputra in emptiness there is no form nor feeling, nor perception, nor impulse, nor consciousness.
8	Na caksuh–srotra–ghranajihva–kaya–manamsi. Na rupa–sabda–gandha–rasa–sprastavaya–dharmah. Na caksur–dhatur yavan na manovjnana–dhatuh.	No eye, ear, nose, tongue, body, mind; No forms, sounds, smells, tastes, touchables or **objects of mind**; No sight–organ element, and so forth, until we come to: No mind–consciousness element.

（中文直译）	玄奘汉译本	比较结果
嗡！为圆满智慧、慈爱神圣的尊者献上敬意！		the Lovely, the Holy! 即是 Bhagavatyai 的梵文原意，一般翻译成“世尊”，意指受世间敬重的人。
观自在！这位神圣的尊者与菩萨，正在进入超越的智慧的甚深修行状态之中。	观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时。	请注意 was moving in the deep course 是过去进行式。
他由高处往下看，确切地观照到**五蕴**，也观照出**它们**的本性是空的。	照见五蕴皆空，**度一切苦厄**。	❶ their own-being 是意指“五蕴”。 ❷ 注意！梵文里并没有“度一切苦厄”这一句话。
舍利子！色即是空，**正是**此空是色。	舍利子！色不异空，空不异色	very 强调“正是”或“完全是”。
空不异于色，色不异于空。所有的空都是色；受、想、行、识也都是这样。	色即是空，空即是色；受想行识，亦复如是。	
舍利子！一切的诸法都具备了空的特性。它们**没有被生起，也没被止灭；没有被污染，也没有不洁净；没有缺陷，也没有完美（圆满）**。	舍利子！是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。	❶ 请注意描述“诸法”都是采用“被动式”来描述。这点关键而重要的概念在中文里很容易被忽略！ ❷“不增不减”译为“没有缺陷，也没有完美”，这是梵文的原意。
因此，舍利子！在空性之中没有色，同样也没有受、想、行、识。	是故空中无色，无受想行识。	
没有眼、耳、鼻、舌、身、意。没有色、声、香、味、触或是**心念的对象**。没有眼界，乃至于没有意识界。	无眼耳鼻舌身意，无色声香味触法，无眼界，乃至无意识界。	色、声、香、味、触、法的“法”于英文是 objects of mind，清楚点出心的“对象”。有主体（mind）与对象（objects）的概念。孔兹翻译得太好了！

编号	孔兹译本（梵文罗马拼音）	（梵文英译）
9	Na-avidya na-avidya-ksayo yavan na jara-maranam na jara-marana-ksayo. Na duhkha-samudaya-nirodha-marga. Na **jnanam**, na praptir na-apraptih.	There is no ignorance, no extinction of ignorance, and so forth, until we come to: there is no decay and death, no extinction of decay and death. There is no suffering, no origination, no stopping, no path. There is no **cognition**, no attainment and non-attainment.
10	Tasmac Chariputra apr-aptitvad bodhisattvasya prajnaparamitam asritya viharaty acittavaranah. Cittavarana-nastitvad atrastro viparyasa-atikranto nishtha-nirvana-praptah.	Therefore, Sariputra, it is because of his non-attainmentness that a Bodhisattva, through having relied on the Perfection of Wisdom, dwells without thought-coverings. In **the absence of thought-coverings** he has not been made to tremble, he has overcome what can upset, and in the end he attains to Nirvana.
11	Tryadhva-vyavasthitah sarva-buddhah prajnaparam-itam-asritya-**anuttaram samyak-sambodhim** abhisambuddhah.	All those who appear as Buddhas in the three periods of time fully awake to **the utmost, right and perfect Enlightenment** because they have relied on the Perfection of Wisdom.
12	Tasmaj jnatavyam: prajna paramita **maha-mantro maha-vidya-mantro nuttara-mantro samasama-mantrah, sarva-duhkha-prasamanah,** satyam amithyatvat. Prajnaparamitayam ukto mantrah.	Therefore one should know the prajnaparamita as **the great spell, the spell of great knowledge, the utmost spell, the unequalled spell**, allayer of all suffering, in truth – for what could go wrong ? By the prajnaparamita has this spell been delivered.
13	Tadyatha: Gate gate para-gate parasamgate bodhisvaha. Iti prajnaparamita-hridayam samaptam.	It runs like this: Gone, gone, gone beyond, gone altogether beyond, O what an awakening, all-hail!

（中文直译）	玄奘汉译本	比较结果
没有无明，也没有灭除无明。乃至于没有衰败死亡，也没有灭除衰败死亡。没有苦集灭道。没有智，没有得，也没有无得。	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。	无智亦无得的“智”，孔兹的翻译是知识（cognition），而非智慧（wisdom），似乎是刻意区分两种层次的智。
因此，舍利子！这是因为祂无所得的缘故，菩提萨埵依圆满的智慧，安住在没有种种思惟覆盖的状态下。**没有种种的思惟覆盖**，就没有了担忧，也就克服了让人颠倒的事物，最后祂证入了涅槃的境界。	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。	❶“没有种种的思惟覆盖”（the absence of thought-coverings）即是心无挂碍的意思。 ❷“远离颠倒梦想”这句话，在梵文里并没有“梦想”这两个字，其原意是“克服了一切让人颠倒的事物”，清晰明白。
在三世显现为佛陀者，依据圆满的智慧，所以彻底证得**究竟、正确、完美的觉知**。	三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。	孔兹对“阿耨多罗三藐三菩提”的翻译是 the utmost, right and perfect Enlightenment，即“究竟、正确、完美的觉知”。
因此，人们应该知道般若波罗蜜多如同**伟大的咒语**，如同具有**伟大知识的咒语**，如同**最究竟的咒语**，如同**无与伦比的咒语**，可以灭除一切痛苦。这是真实的，哪里有可能错呢？借着般若波罗蜜多，释出（说出）这个咒语。	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。故说般若波罗蜜多咒。	请注意孔兹对大神咒、大明咒、无上咒、无等等咒的翻译。
咒语是这样念：去吧！去吧！越过去了！全部都超越过去了！伟大的觉悟啊！为一切喝彩！	即说咒曰：揭谛！揭谛！波罗揭谛！波罗僧揭谛！菩提萨婆诃！！	

1

《摩诃般若波罗蜜大明咒经》

姚秦天竺三藏鸠摩罗什译（402~412）（大正藏 No. 250）

观世音菩萨。行深般若波罗蜜时。照见五阴空。度一切苦厄。舍利弗。色空故无恼坏相。受空故无受相。想空故无知相。行空故无作相。识空故无觉相。何以故。舍利弗。非色异空。非空异色。色即是空。空即是色。受想行识亦如是。舍利弗是诸法空相。不生不灭。不垢不净。不增不减。是空法。非过去非未来非现在。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。无无明亦无无明尽。乃至无老死无老死尽。无苦集灭道。无智亦无得。以无所得故。菩萨依般若波罗蜜故。心无挂碍。无挂碍故无有恐怖。离一切颠倒梦想苦恼。究竟涅槃。三世诸佛依般若波罗蜜故。得阿耨多罗三藐三菩提。故知般若波罗蜜是大明咒。无上明咒。无等等明咒。能除一切苦真实不虚。故说般若波罗蜜咒即说咒曰

竭帝竭帝　波罗竭帝　波罗僧竭帝　菩提僧莎呵摩诃般若波罗蜜大明咒经

2

《般若波罗蜜多心经》

唐三藏法师玄奘译（649）（大正藏 No. 251）

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。无眼耳鼻舌身意。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。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。真实不虚故。说般若波罗蜜多咒即说咒曰

揭帝揭帝　般罗揭帝　般罗僧揭帝菩提僧莎诃般若波罗蜜多心经

3

《普遍智藏般若波罗蜜多心经》

摩竭提国三藏沙门法月重译（739）（大正藏 No. 252）

如是我闻。一时佛在王舍大城灵鹫山中。与大比丘众满百千人。菩萨摩诃萨七万七千人俱。其名曰观世音菩萨。文殊师利菩萨。弥勒菩萨等。以为上首。皆得三昧总持。住不思议解脱。尔时观自在菩萨摩诃萨在彼敷坐。于其众中即从座起。诣世尊所。面向合掌曲躬恭敬。瞻仰尊颜而白佛言。世尊。我欲于此会中。说诸菩萨普遍智藏般若波罗蜜多心。唯愿世尊听我所说。为诸菩萨宣秘法要。尔时世尊以妙梵音。告观自在菩萨摩诃萨言。善哉善哉具大悲者。听汝所说。与诸众生作大光明。于是观自在菩萨摩诃萨蒙佛听许。佛所护念。入于慧光三昧正受。入此定已。以三昧力行深般若波罗蜜多时。照见五蕴自性皆空。彼了知五蕴自性皆空。从彼三昧安详而起。即告慧命舍利弗言。善男子。菩萨有般若波罗蜜多心。名普遍智藏。汝今谛听善思念之。吾当为汝分别解说。作是语已。慧命舍利弗白观自在菩萨摩诃萨言。唯大净者。愿为说之。今正是时。于斯告舍利弗。诸菩萨摩诃萨应如是学。色性是空空性是色。色不异空空不异色。色即是空空即是色。受想行识亦复如是。识性是空空性是识。识不异空空不异识。识即是空空即是识。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。无眼耳鼻舌身意。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。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。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　菩提莎婆诃

佛说是经已。诸比丘及菩萨众。一切世间天人阿修罗干闼婆等。闻佛所说皆大欢喜。信受奉行。普遍智藏般若波罗蜜多心经

4

《般若波罗蜜多心经》

罽宾国三藏般若共利言等译（790）（大正藏 No. 253）

如是我闻。一时佛在王舍城耆阇崛山中。与大比丘众及菩萨众俱。时佛世尊即入三昧。名广大甚深。尔时众中有菩萨摩诃萨。名观自在。行深般若波罗蜜多时。照见五蕴皆空。离诸苦厄。实时舍利弗承佛威力。合掌恭敬白观自在菩萨摩诃萨言。善男子。若有欲学甚深般若波罗蜜多行者。云何修行。如是问已。尔时观自在菩萨摩诃萨告具寿舍利弗言。舍利子。若善男子善女人行甚深般若波罗蜜多行时。应观五蕴性空。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。无眼耳鼻舌身意。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。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。故说般若波罗蜜多咒。即说咒曰

羯谛　羯谛　波罗羯谛　波罗僧羯谛菩提娑婆诃

如是舍利弗。诸菩萨摩诃萨于甚深般若波罗蜜多行。应如是行。如是说已。即时世尊从广大甚深三摩地起。赞观自在菩萨摩诃萨言。善哉善哉。善男子。如是如是。如汝所说。甚深般若波罗蜜多行。应如是行。如是行时一切如来皆悉随喜。尔时世尊说是语已。具寿舍利弗大喜充遍。观自在菩萨摩诃萨亦大欢喜。时彼众会天人阿修罗干闼婆等。闻佛所说皆大欢喜。信受奉行般若波罗蜜多心经

5

《般若波罗蜜多心经》

唐上都大兴善寺三藏沙门智慧轮奉　诏译（约860）（大正藏No. 254）

如是我闻。一时薄诅梵。住王舍城鹫峰山中。与大苾刍众。及大菩萨众俱。尔时世尊。入三摩地。名广大甚深照见。时众中有一菩萨摩诃萨。名观世音自在。行甚深般若波罗蜜多行时。照见五蕴自性皆空。即时具寿舍利子。承佛威神。合掌恭敬。白观世音自在菩萨摩诃萨言。圣者。若有欲学甚深般若波罗蜜多行。云何修行。如是问已。尔时观世音自在菩萨摩诃萨。告具寿舍利子言。舍利子。若有善男子。善女人。行甚深般若波罗蜜多行时。应照见五蕴自性皆空。离诸苦厄。舍利子。色空。空性见色。色不异空。空不异色。是色即空。是空即色。受想行识。亦复如是。舍利子。是诸法性相空。不生不灭。不垢不净。不减不增。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。无无明。亦无无明尽。乃至无老死尽。无苦集灭道。无智证无得。以无所得故。菩提萨埵。依般若波罗蜜多住。心无障碍。心无障碍故。无有恐怖。远离颠倒梦想。究竟寂然。

三世诸佛。依般若波罗蜜多故。得阿耨多罗。三藐三菩提。现成正觉。故知般若波罗蜜多。是大真言。是大明真言。是无上真言。是无等等真言。能除一切苦。真实不虚。故说般若波罗蜜多真言。即说真言

唵诅帝诅帝。播啰诅帝。播啰散诅帝。冒地娑缚贺

如是舍利子。诸菩萨摩诃萨。于甚深般若波罗蜜多行。应如是学。尔时世尊从三摩地安详而起。赞观世音自在菩萨摩诃萨言。善哉善哉。善男子。如是如是。如汝所说。甚深般若波罗蜜多行。应如是行。如是行时。一切如来。悉皆随喜。尔时世尊如是说已。具寿舍利子。观世音自在菩萨及彼众会一切世间天人阿苏啰嬖驮嚩等。闻佛所说。皆大欢喜。信受奉行般若波罗蜜多心经

《般若波罗蜜多心经（敦煌石室本）》

唐三藏法师沙门法成译（856）（大正藏 No. 255）

如是我闻。一时薄伽梵住王舍城鹫峰山中。与大苾刍众。及诸菩萨摩诃萨俱。尔时世尊等入甚深明了三摩地法之异门。复于尔时。观自在菩萨摩诃萨。行深般若波罗蜜多时。观察照见五蕴体性。悉皆是空。时具寿舍利子。承佛威力。白圣者观自在菩萨摩诃萨曰。若善男子。欲修行甚深般若波罗蜜多者。复当云何修学。作是语已。观自在菩萨摩诃萨答具寿舍利子言。若善男子及善女人。欲修行甚深般若波罗蜜多者。彼应如是观察。五蕴体性皆空。色即是空。空即是色。色不异空。空不异色。如是受想行识。亦复皆空。是故舍利子。一切法空性。无相无生无灭。无垢离垢。无减无增。舍利子。是故尔时空性之中。无色。无受。无想。无行。亦无有识。无眼。无耳。无鼻。无舌。无身。无意。无色。无声。无香。无味。无触。无法。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。无智无得。亦无不得。是故舍利子。以无所得故。诸菩萨众。依止般若波罗蜜多。心无障碍。无有恐怖。超过颠倒。究竟涅槃。三世一切诸佛。亦皆依般若波罗蜜多故。证得无上正等菩提。舍利子。是故当知般若波罗蜜多大密咒者。是大明咒。是无上咒。是无等等咒。能除一切诸苦之咒。真实无倒。故知般若波罗蜜多。是秘密咒。即说般若波罗蜜多咒曰

峨帝峨帝。波啰峨帝。波啰僧峨帝。菩提莎诃

舍利子。菩萨摩诃萨。应如是修学甚深般若波罗蜜多。尔时世尊从彼定起。告圣者观自在菩萨摩诃萨曰。善哉善哉。善男子。如是如是。如汝所说。彼当如是修学般若波罗蜜多。一切如来。亦当随喜。时薄伽梵说是语已。具寿舍利子。圣者观自在菩萨摩诃萨。一切世间天人阿苏罗干闼婆等。闻佛所说。皆大欢喜。信受奉行般若波罗蜜多心经

《佛说圣佛母般若波罗蜜多经》

西天译经三藏朝奉大夫试光禄卿传法大师赐紫臣施护奉　诏译（980）
（大正藏 No. 257）

如是我闻。一时世尊。在王舍城鹫峰山中。与大苾刍众千二百五十人俱。并诸菩萨摩诃萨众。而共围绕。尔时世尊。即入甚深光明宣说正法三摩地。时观自在菩萨摩诃萨在佛会中。而此菩萨摩诃萨。已能修行甚深般若波罗蜜多。观见五蕴自性皆空。尔时尊者舍利子。承佛威神。前白观自在菩萨摩诃萨言。若善男子善女人。于此甚深般若波罗蜜多法门。乐欲修学者。当云何学。时观自在菩萨摩诃萨。告尊者舍利子言。汝今谛听为汝宣说。若善男子善女人。乐欲修学此甚深般若波罗蜜多法门者。当观五蕴自性皆空。何名五蕴自性空耶。所谓即色是空即空是色。色无异于空。空无异于色。受想行识亦复如是。舍利子。此一切法如是空相。无所生。无所灭。无垢染。无清净。无增长。无损减。舍利子。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。无眼识界。乃至无意界。无意识界。无无明。无无明尽。乃至无老死。亦无老死尽。无苦集灭道。无智。无所得。亦无无得。舍利子。由是无得故。菩萨摩诃萨。依般若波罗蜜多相应行故。心无所著。亦无挂碍。以无着无碍故。无有恐怖。远离一切颠倒妄想。究竟圆寂。所有三世诸佛。依此般若波罗蜜多故。得阿耨多罗三藐三菩提。是故应知。般若波罗蜜多。是广大明。是无上明。是无等等明。而能息除一切苦恼。是即真实无虚妄法。诸修学者。当如是学。我今宣说般若波罗蜜多大明曰

怛𠺕他唵诫帝诫帝播啰诫帝播啰僧诫帝冒提莎贺

舍利子。诸菩萨摩诃萨。若能诵是般若波罗蜜多明句。是即修学甚深般若波罗蜜多尔时世尊。从三摩地安详而起。赞观自在菩萨摩诃萨言。善哉善哉。善男子。如汝所说。如是如是。般若波罗蜜多。当如是学。是即真实最上究竟。一切如来亦皆随喜。佛说此经已。观自在菩萨摩诃萨。并诸苾刍。乃至世间天人阿修罗干闼婆等。一切大众。闻佛所说皆大欢喜。信受奉行佛说圣佛母般若波罗蜜多经

8

The Heart Sutra

穆勒译 (Friedrich Max Muller, 1884)

When Bodhisattva Avalokitesvara practices the profound Prajna-paramita, he intuitively realizes that the five aggregates(skandhas)are of Sunyata nature thus securing his deliverance from all distress and sufferings.

Sariputra, Form(rupa) does not differ from Sunyata, nor Sunyata from form. Form is identical with Sunyata (and) Sunyata is identical with form. So also are reception(vedana), conception(sanjna), mental conduct(samskara) and consciousness(vijnana) in relation to Sunyata.

Sariputra, the Sunyata nature of all things is neither created nor annihilated; neither impure nor pure; and neither increasing nor decreasing.

Therefore, in Sunyata, there is neither form(rupa), reception(vedana), conception(sanjna), mental conduct(samskara), nor consciousness(vijnana); there is neither eye, ear, nose, tongue, body nor mind; there is neither form, sound, odor, flavor, feeling nor idea; there are no such things as the eighteen realms of sense(dhatus) from the realm of sight up to that of the faculty of mind(vijnana).

There are no such things as the twelve links in the chain of existence (nidanas) from ignorance(avidya) with also the end of ignorance up to old age and death(jaramarana) with also the end of old age and death; there are no (such things as) the four noble truths and there is neither Wisdom nor obtainment.

Because of no obtainment, Bodhisattvas who rely on Prajna-paramita, have no hindrance in their minds, and since they have no hindrance, they have no fear, are free from perversive and delusive ideas and attain the Ultimate Nirvana.

All Buddhas of the past, present and future attain the Full Enlightenment(anuttara-samyak-sambodhi) by relying on Prajna-paramita.

So we know that Prajna-paramita is the great supernatural Mantra, the great bright, unsurpassed and unequalled Mantra which can truly and without

fail wipe out all sufferings.

Therefore, He uttered the Prajna-paramita mantra which reads: Gate, Gate, Paragate, Parasamgate Bodhi Svaha!

9

The Heart Sutra

孔兹译 (Edward Conze, 1967)

Homage to the Perfection of Wisdom, the Lovely, the Holy!

Avalokita, the Holy Lord and Bodhisattva, was moving in the deep course of the Wisdom which has gone beyond.

He looked down from on high, He beheld but five heaps, and He saw that in their own-being they were empty.

Here, O Sariputra, form is emptiness and the very emptiness is form ; emptiness does not differ from form, form does not differ from emptiness, whatever is emptiness, that is form, the same is true of feelings, perceptions, impulses, and consciousness.

Here, O Sariputra, all dharmas are marked with emptiness ; they are not produced or stopped, not defiled or immaculate, not deficient or complete.

Therefore, O Sariputra, in emptiness there is no form nor feeling, nor perception, nor impulse, nor consciousness ; No eye, ear, nose, tongue, body, mind ; No forms, sounds, smells, tastes, touchables or objects of mind ; No sight-organ element, and so forth, until we come to : No mind-consciousness element.

There is no ignorance, no extinction of ignorance, and so forth, until we come to : There is no decay and death, no extinction of decay and death. There is no suffering, no origination, no stopping, no path. There is no cognition, no attainment and no non-attainment.

Therefore, O Sariputra, it is because of his non-attainmentness that a Bodhisattva, through having relied on the Perfection of Wisdom, dwells without thought-coverings. In the absence of thought-coverings he has not

been made to tremble, he has overcome what can upset, and in the end he attains to Nirvana.

All those who appear as Buddhas in the three periods of time fully awake to the utmost, right and perfect Enlightenment because they have relied on the Perfection of Wisdom.

Therefore one should know the prajnaparamita as the great spell, the spell of great knowledge, the utmost spell, the unequalled spell, allayer of all suffering, in truth -- for what could go wrong ? By the prajnaparamita has this spell been delivered.

It runs like this : gate gate paragate parasamgate bodhi svaha.

(Gone, gone, gone beyond, gone altogether beyond, O what an awakening, all-hail !)

This completes the Heart of perfect Wisdom.

10

The Heart Sutra

Geshe Thupten Jinpa 所译的藏译英心经，2002

The Blessed mother, the Heart of the Perfection of Wisdom.

In SANSKRTT: Bbagavati Prajna Paramita Hridaya

THUS HAVE I ONCE HEARD:

The Blessed One was staying in Rajgriha at Vulture Peak along with a great community of monks and a great community of bodhisattvas, and at that time, the Blessed One entered the meditative absorption on the varieties of phenomena called the appearance of the profound. At the time as well, the noble Avalokiteshvara, the bodhisattva, the great being, clearly beheld the practice of the profound perfection of wisdom itself and saw that even the five aggregates are empty of intrinsic existence.

Thereupon, through the Buddha's inspiration, the venerable Shariputra spoke to the noble Avalokiteshvara, the bodhisattva, the great being, and said, "How should any noble son or noble daughter who wishes to engage in the

practice of the profound perfection of wisdom train?"

When this had been said, the holy Avalokiteshavara, the bodhisattva, the great being, spoke to the venerable Shariputra and said, "Shariputra, any noble son or noble daughter who so wishes to engage in the practice of the profound perfection of wisdom should clearly see this way: they should see perfectly that even the five aggregates are empty of intrinsic existence. Form is emptiness, emptiness is form: emptiness is not other than form, form too is not other than emptiness. Likewise, feelings, perceptions, mental formations, and consciousness are all empty. Therefore, Shariputra, all phenomena are emptiness; they are without defining characteristics; they are not born, they do not cease; they are not defiled, they are not undefiled; they are not deficient, and they are not complete.

"Therefore, Ṣhariputra, in emptiness there is on form, no feelings, no perceptions, no mental formations, and no consciousness. There is no eye, no ear, no nose, no tongue, no body, and no mind. There is no form, no sound, no smell, no taste, no texture, and no mental objects. There is no eye-element ad so on up to no mind-element including up to no element of mental consciousness. There is no ignorance, there is no extinction of ignorance, and so on up to no aging and death and no extinction of aging and death. Likewise, there is no suffering , origin, cessation, or path; there is no wisdom, no attainment, and even no non-attainment.

"Therefore, Shariputra, since bodhisattvas have no attainments, they rely on this perfection of wisdom and abide in it. Having no obscuration in their minds, they have no fear, and by going utterly beyond error, they will reach the end of nirvana. All the buddhas too who abide in the three times attained the full awakening of unexcelled, perfect enlightenment by relying on this profound perfection of wisdom.

"Therefore, one should know that the mantra of the perfection of wisdom—the mantra of great knowledge, the unexcelled mantra, the mantra equal to the unequalled, the mantra that quells all suffering—is true because it is not deceptive. The mantra of the perfection of wisdom is proclaimed. tadyatha gate gate paragate parasamgate bodhi svaha!

Shariputra, the bodhisattvas, the great beings, should train in the perfection of wisdom in this way."

Thereupon, the Blessed One arose from that meditative absorption and commended the holy Avalokiteshvara, the bodhisattva, the great being, saying this is excellent. "Excellent! Excellent! O noble child, it is just so; it should be just so. One must practice the profound perfection of wisdom just as you have revealed. For then even the tathagatas will rejoice."

As the Blessed One uttered these words, the venerable Shariputra, the holy Avalokiteshvara, the bodhisattva, the great being, along with the entire assembly, including the worlds of gods, humans, asuras, and gandharvas, all rejoiced and hailed what the Blessed One had said.