

# 心经讲记

圣一法师讲述  
一九九二年五月于九龙文化中心  
弟子衍轮恭录

## 内容简介：

佛经云：‘若人欲了知，三世一切佛，应观法界性，一切唯心造。’

惟是很多人还未认识此心，迷了此心，受苦无量，生死轮回无了期，惟有诸佛菩萨明了此心，圆满明白此心时名之为佛，所谓水清月现，心清佛现。

圣一老菩萨很慈悲，在‘心经讲记’内清楚地讲解应如何明心见性，为大家种下菩提种子。

## 【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。

各位善知识、各位法师、各位居士：

今日是宝莲禅寺主办一连三晚的讲经法会，经文最普通，亦人人识得，名叫般若波罗蜜多心经，简称心经。

这个心字很重要，成佛也是心，造众生也是心，天堂也是心，地狱也是心，所以大方广佛华严经云：‘若人欲了知，三世一切佛，应观法界性，一切唯心造。’

香港是由心所造，由有福德的人的心来造，祖国锦绣山河，也是由善人君子的心所造，乃至我们这个娑婆世界，也是由娑婆世界众生的心所造，极乐世界是由阿弥陀佛，及清净海众的清净心而造。惟是很多人还未认识此心，迷了此心，受苦无量，生死轮回无了期，惟有诸佛菩萨明了此

心，圆满明白此心时名之为佛，一分一分的明白此心，名之为菩萨；菩萨是佛因，佛是菩萨的果，佛因佛果不离明心，若心未明，佛因无你的分，佛果更无你分，所以学佛的人有一个条件：诸佛如来这样行，我们便这样行，诸佛如来这样修，我们便这样修，如何修？就是明心嘛！

大乘起信论谓心有四相：生、住、异、灭。凡夫于四相中只明灭相，心灭了凡夫以为明，其实不明，心走了，灭了，心已不在，那时如何明心，所谓贼后兴兵，贼走了，兵来地无用，所以凡夫不称为觉——心灭了才觉又有什么用呢？

何谓灭相？例如我刚才打了一个妄想，当打妄想的时候不知道自己打妄想，打完妄想，才‘觉’刚才打妄想，妄想在何处？你有没有捉到？——减去了！所以凡夫觉灭相，不名为觉。又如起了一个恶念，你‘觉’这个恶念吗？——灭了才觉，未灭以前不觉，灭了之后才觉不称为觉，所以凡夫对自己的心一点也不觉，灭了之后才觉称为不觉。

异相又如何呢？觉异无异，一觉心的异相，这个‘异’便空了，是为觉异无异。例如人发梦，觉梦无梦，想错，觉错无错。

二乘人觉心的异相，异即变异也，是与非是异相，善与恶、生与死、人与我、怨与亲等是异相，二乘人觉心的异相，觉异无异便无是非、善恶、生死、人我、怨亲，无异便是涅槃，所以二乘人亦没有什么了不起，他们只不过修行用功，见到心的异相，觉异无异，生死便了。

菩萨进一步觉‘住’相，觉住无住，迷时便有住相，觉时则无，例如作恶时是迷，觉时便不作：不修善是迷，一觉便修善则无迷，所以觉住无住——觉‘住’时，一切不住，有所住便是妄心，一切不住便是真心。

菩萨无住，不住又是什么相呢？不住便是无相，不住则内无我相，外无人相，中间无物相，叫作三轮体空。例如布施时，无能施的我相，无所施的物相，亦无受施的人相，如何无？不住则无，住便有，世人拣佛来拜，拣僧供养，也是住相，拣佛来拜，功德不会大，拣僧供养，失去普供的心，不名为普供养，名为别请供养，心小，功德亦小。

不住相布施，一供一切供，无住心犹如虚空，功德亦犹如虚空。金刚经云：‘菩萨于法，应无所住行于布施，所谓不住色布施，不住声香味触法布施，须菩提，菩萨应如是布施，不住于相，何以故，若菩萨不住相布施，其福德不可思量，须菩提，于意云何，东方虚空可思量不，不也，世尊，须菩提，南西北方，四维上下虚空可思量不，不也，世尊，须菩提，菩萨无住相布施，福德亦复如是不可思量。’

菩萨觉住无住，所以不住生死，不住涅槃；若住布施，不能修持戒，若住忍辱，不能修禅定，菩萨如是无所住，六度万行齐修。

心的生相又如何？若觉生则无生，无生又是什么？无生就是佛，等觉菩萨还有一分无明生，十地菩萨还有二分无明生，初地菩萨有十分无明生，佛见心的生相，觉生则无生，见无生心，观一切法无生，证得无生法忍：烦恼是生法，烦恼不生便是菩提，业障不生就是解脱，生死不生是涅槃，众生无生是为诸佛，所以众生成佛很容易，只要能够觉生无生便是佛，因此，佛称为大圆满觉。

佛对心的四相最清楚，最明白，所以称为明心——觉生无生、觉住无住、觉异无异、觉灭亦无减，生住异灭四相皆无，是为菩提心、清净心，也就是般若波罗蜜多心，唯佛究竟，凡夫迷而不觉。

修行就是想明心，但心不易明，达摩祖师有一首偈云：

‘心心心，难可寻，即时遍法界，窄也不容针。’

心心心就是指过去心、现在心、未来心，金刚经云：‘过去心不可得。’既不可得又如何寻？有可得方可寻，例如虚空不可得又怎可以捉摸，三心不可得故谓难可寻。‘宽时遍法界’，宽即大也，宽时周遍法界，‘窄也不容针’，窄时一口针也容不下，后两句是指心的相貌。

又云：

‘我本求心不求佛，了知三界空无物，若欲求佛但求心，只这心心心是佛。’

达摩祖师云：‘我只求心，不求佛。’东方有恒河沙数佛，南西北方，四维上下亦有恒河沙数佛，你求那一尊佛，故云我本求心不求佛。

‘了知三界空无物’，三界是唯心所造，明心时三界便空，古人云：‘三界无别法，唯是一心作，若人识得心，大地无寸土。’所以三界唯心，不是心外有三界，我们住在这三界之内，完全是唯心所现，唯心所造，故祖师云了知三界空无物。‘若欲求佛但求心，只这心心心是佛。’想成佛，便要明心，佛是心造，不是佛作佛，是心作佛，所以净土经云的：‘是心是佛，是心作佛。’达摩祖师教我们明心，即心是佛。

又一首几偈曰：

‘我本求心心自持，求心不得待心知，佛性不从心外得，心生便是罪生时。’

首两句的意思是：我们若想求小时，这个心一早已把持了你自己。昔日须达多长者建祇桓精舍，舍利弗与他一起拉地基线，舍利弗忽然笑起来，长者问他何故而笑，舍利弗说：‘祇桓精舍还未建造，现在只是拉地线，但你六欲天的果报已现了出来。’长者说：‘我只希望生兜率陀天，

亲近弥勒菩萨。’说完这句话，六欲天中五层天都隐没，只有兜率陀天现在眼前，是谓‘心自持’。

持即把持之意，祇桓精舍虽未建造，只动一念头，天的福报便现出来，我们还未求心，已被心把持了自己。

‘求心不得待心知’，心很灵敏，求七时不可以被心知道，虽然心是自己的心，称为菩提心，又称为本心，但无始劫以来我们迷了这个本心，若想寻回这个本心，不能够起心动念去求，一起心动念，被心知道便求不到，古人修行都是无心悟道，那一个是有心去悟道，个个都是无心道人，无心悟道，若有心，道不会现在眼前，所谓无心合道。

‘佛性不从心外得’，不是心外有佛性，所谓水清月现，心清佛现。‘心生便是罪生时’，心生起时，不但佛性见不到，罪已经现在眼前，所以学佛的人要小心，心生便是罪生时，起心即差，动念即歪，起心动念都有罪，有罪还见到佛性吗？有罪便要受果报。

我们要认识清楚这个是什么心，这是菩提心、涅槃心、真如心、佛心、又是常住真心，各位可能还未明白，现在显浅的解释一下：

所谓明心，就是明白烦恼未生以前的那个心，烦恼是后来有，有无明便有烦恼，一念不觉而有无明，无始劫以来的烦恼迷了心，烦恼本来无，本来无烦恼的心是如何？我们要明白。若烦恼本来有，无一人可以成佛，因烦恼本来无，我们就有机会成佛，只要悟到烦恼本来无，便明白到无烦恼的清净心，直修至成佛。

本来无烦恼的心是什么？是我们的本来面目，本来面目无烦恼，有烦恼不是本来面目，本来面目无生死，生死是后来有，生死未生以前本来是无生死，无生死的本来心就是我们的菩提心、涅槃心、真如心、佛心，我们以这个无生死的涅槃心修行，直至成佛。

是否要待烦恼灭了方可以见这清静菩提心？不是，有烦恼时亦可以见，因为烦恼不能染污菩提心，有烦恼的时候，方可以在烦恼中识取本来无烦恼的清净心，不过，一定要有善知识指点，又要自己拼命修行，两种因缘和合，可以不断烦恼，即见菩提。

生死本来无，众生有生死，清静心无生死，不一定要离生死才见涅槃心，在生老病死的几十年间，可以见到无生死的涅槃清静心，不过，也是要有善知识指点，自己的勇猛精进。

然则如何用功方可以见到涅槃心呢？经题说般若波罗蜜多，若想见清静心，就要靠般若波罗蜜的力量，般若是什么？般若是佛母。世人只有聪明，称为世智辩聪，来自背心取境，就是违背自心而取外境，取境时必有一个我在，背心取境学究世法，名向外而学，不能离开一个我字，有一个

我来积聚学问，叫作聪明，所以世间的聪明智慧肯定有我，而聪明人的我见很重，越学问多，我见越重。

有我是有为法，般若不是有为法，而是背外境求明白自己的心，明心肯定没有一个我在，心明则万法齐观，万法不离自心呀！明白了这个心后，三世诸佛在口许，十方世界在其中，十方世界也清楚，明白了这个心后，不论中外文字，甚至鸟兽之语言也清楚，得语言陀罗尼，所以明心时万法皆通，但一定无我，无我而万法皆通就是般若智。

般若，一般称作智慧，但我认为要加多两个字—菩提，菩提智即是般若，菩提就是佛性，从佛性流出智慧就是般若，不是向外学有般若，向外学只称聪明，不称般若，唯有离境明心，明心生智慧，就叫作般若。

背境观心，眼自看，看自己，不是看人，看自己则知自己的过失，能够反醒，把自己的过失洗得干干净净，所以六祖云：‘若真修道人，常自见己过。’为什么我们不能常自见己过？皆因我们的眼不是自看，而是看人，看人又如何见到自己过，一定要回光返照，然后才见自己过。

眼自看是否很消极而不够积极？不是，自看是积极不是消极，自看到一程度，肉眼便出生天眼，天眼现前，天上天下也见到，天眼无碍，也可以见到极乐世界；自看再进一步，慧眼现前，无我，生死一时空，能出三界；再进一步自看，法眼也现出来，一切法都知道，六度万行乃至八万四千法门，皆能清楚了知，到后来佛眼亦现前，见佛境界，所谓三十二相、八十种好、十力、四无所畏、十八不共法、大慈大悲、大喜大舍，佛的功德，一一都清楚。

如果我们眼能自看，不向外看，便能具足五眼，因此，般若不是向外求，般若就是自看、自见。

昔日五祖命六祖作务，六祖答曰：‘弟子自心常生智慧，不离自性，便是福田，末审和尚教作何务？’智慧从自心生出来，不离自性，这便是福田，可知六祖一开始便懂得自看，但自看是难事，眼看人容易，自望则难得很呀！

所以眼不易自见，耳不易自闻，心不易自觉，意不易自知，自看自观，不是容易，但我们一定要向这个地方下手。

昔日马祖有一弟子，名石拱禅师，未出家时是一个大将军，喜欢射鹿。有一天，经过马祖的道场，马祖问他何人，他说我是个猎士，要射鹿，马祖问他一箭射多少只，他说一箭射一只，马祖说：‘你不懂射。’‘我不会射，然则和尚懂射否？’马祖说：‘我懂射。’‘那你一箭射多少只？’祖曰：‘一箭射一群。’猎士曰：‘彼此是众生，何必一箭射一群呢？’马祖曰：‘你既然明白这道理，何不自射？’‘若教某甲自射，无下手处。’

你看，射鹿有下手处，自射却无下手处，马祖即时赞叹：‘这汉历劫无明，一时倾尽。’自射无下手处即无自己，所以历劫无明，一时倾尽，彼因此出家。

你要知道呀，断烦恼若一个一个的来断，需要很长久的时间，若能自断，所有烦恼，一时都清。烦恼从甚么地方生？从我而生，无我，烦恼便尽灭，所以自看、自见，是最妙的法门，但是，无下手处。因此，般若不是向外而求，背心向境一有我，属世智辩聪，背境求心一无我，明心生智慧，智慧不离自性，便是般若。

有了般若又如何？般若波罗蜜嘛！

何谓波罗蜜？即到彼岸之意，到诸佛、圣人、佛土的彼岸，到涅槃的彼岸，到菩提的彼岸，到常寂光的彼岸，简单的来说：返我们的老家。

到彼岸又作何解？六祖解释得最清楚：‘梵语波罗蜜，此云到彼岸，解义离生灭，著境生灭起，如水有波浪，即名为此岸，离境无生灭，如水常流通，即名为彼岸。’著境有生灭，犹如大海有波浪，故名此岸，离境无生灭，即名彼岸。是故以般若波罗蜜，观一切法无生无灭，是名涅槃彼岸，若聪明有我，见一切法有生有灭，就是生死的此岸，在这个世界，一切都有生灭：国土有生灭、入有生灭、事情有生灭，如水有波浪，此波浪不同被波浪，香港不是伦敦，若到彼岸，离境无生灭，是净土，如水常流通，此水与被水打成一片，极乐便是娑婆，娑婆也是极乐，是名流通。

有了般若智慧，观一切法不生不灭，一切法清净，清净和合，万法打成一片，是名到彼岸，万法清净，就是波罗蜜多心；心是清净，无生死、无烦恼、无业障。到了彼岸，然后见真如心、清净心、涅槃心。

但般若不是一件物，般若未曾离开一切法，而又不是一切法，般若是无相，般若经云：‘色空故，般若亦空，色无我故，般若无我，色无尽故，般若无尽，色不坏故，般若不坏，色清净故，般若清净，受想行识清净故，般若清净，受想行识无我故，般若无我，受想行识空故，般若空。’所以般若不是离开一切法，般若

与一切法打成一片，如来讲般若经，讲了二十二年，就是因为无一法离开般若。

以观照般若自看、自闻、自觉、自照，背境欢心，无我，故能了生死，古时有一僧人问惟正禅师：‘请问和尚，道在何处？’禅师答：‘道在眼前。’‘道在眼前，为何我不见？’禅师曰：‘有我，所以不见。’‘有我不见，和尚还见否？’‘有你有我，转转不见。’‘无你无我，还见否？’‘无你无我，阿谁求见？’

是以，若想求般若，尽量把我执减低，减至无，无我即见道，见道生智慧，就是般若。

现在入文——

### 【观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空。】

心经何故无如是我闻、一时、佛在某处等六种成就，以证明是佛说呢？

唐太宗时，有一位国师名玄奘法师，在家姓陈，十二岁时跟随哥哥出家，出了家后，读一切经典，有些经典是鸠摩罗什法师翻译，有些经典是别的法师翻译，他对有些语句生疑，很想到印度取经，后来在四川成都挂单，遇到一位老和尚，身生疥癩，人不敢近，惟有年轻的玄奘法师，以一颗同情心侍奉他，为他洗脓血，涂药，不久，这老和尚的疥癩病痊愈，老和尚感他调治之恩，无以为报，惟有一部经，可以口传给他，就是这一部心经，一共二百六十字，念了一遍，玄奘法师便记在心内，后来把它译出来，一个字也没有更改；鸠摩罗什法师也有翻译这部心经，名叫摩诃般若波罗蜜多心经，有如是我闻等语，但不及老和尚传给玄奘法师所说的那么简洁流利清楚，那位老和尚又是甚么人呢？他就是观音菩萨。

玄奘法师后来到印度取经，经过八百里沙漠，上无飞鸟，下无走兽，中间无人，惟多鬼怪，念任何经也不能降服，一念心经，所有邪魔鬼怪隐藏，仗这心经的功德神力，成功到印度取经，十五年后回中土，成为国师，专心翻译经典。

心之神力是观音菩萨，心之智力是大智文殊师利菩萨，心内的法力，就是大行普贤菩萨，心中的愿力，就是地藏王菩萨。

这部心经是观音菩萨教我们明心，凡夫未明心，起烦恼作业，受无边生死苦，所以文中云：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。一开始就教我们要认识自己，自己不认识不能度自己，认识自己就能度自己，还要认识众生，认识众生就能度众生，诸佛认识自己，也认识众生，故诸佛成佛度众生。

华严经云：‘十方诸如来，同共一法身，一心一智慧，力无畏亦然。’十方如来同一个心，无两个心，阿弥陀佛的心与释迦佛的心相同，释迦如来的心与药师琉璃光如来的心亦相同，所以十方无量佛都是一个心，返观众生心，个个不同，因为众生的心是妄心，妄心又如何会相同，你有你的妄，我有我的妄，一百人有一百人的妄，所谓人心不同，各如其面。

何谓观自在？对机说法，对病落药，一切众生无始劫以来，背了自己的菩提心而去观法，背菩提心观法是非常危险的，所以于一切法不得自

在，被法所缚，离菩提心观色，便著色，为色所缚，不得自在，离菩提心闻声，便染声，被声音所缚，不得自在，离菩提心嗅香，为香所染，为香所缚，不得自在，离菩提心讲话，著了语言文字，亦不得自在，离菩提心觉触，昧著了触，为触尘所缚，不得自在，过在何处呢？皆由背了自己的心而观一切法，著一切法，于一切法不得自在，若能背法观心，心明法空，于一切法得自在，故观音菩萨的‘观’字，不是叫我们观法，若观黄金，可能起盗心：观色则著色，观名则求名，所以要离境—离三界之境、离六尘之境、离人天之境、还有，离目前之境，而观自己的心，观心则无心，心空境寂，一切法如幻如化，于一切法得自在。

大悲忏内，观音菩萨云：‘我若向刀山，刀山自摧折，我若向火汤，火汤自枯竭，我若向地狱，地狱自消灭，我若向饿鬼，饿鬼自饱满，我若向修罗，恶心自调伏，我若向畜生，自得大智慧。’观音菩萨观心，于一切法得自在，故名观自在。

普门品云：

假使兴害意，推落大火坑，念彼观音力，火坑变成池—于火坑得自在。

或漂流巨海，龙鱼诸鬼难，念彼观音力，波浪不能没—于水得自在。  
或遭王难苦，临刑欲寿终，念彼观音力，刀寻段段坏—于王难得自在。

或值怨贼绕，各执刀加害，念彼观音力，咸即起慈心—于怨贼得自在。

观音菩萨不但于种种难得自在，于贪嗔痴三毒亦得自在，亦令受持观音菩萨圣号的人得自在。

若有女人，设欲求男，礼拜供养观世音菩萨，便生福德智慧之男，设欲求女，便生端正有相之友—于求男求女得自在。

但供养观音菩萨，与受持供养恒河沙菩萨的功德相同—所谓一多自在。

应以何身得度，即现何身而为说法—于一切身得自在。

有些人把‘观自在’解作观自己所在，那自己又是甚么？自己要认识自己，自己是众生：只缘众生迷了佛，识得众生便识得佛，不是佛迷了众生，度了众生便无迷，不迷便见佛，佛是众生所成，一定要认识众生，犹如馒头、水饺，为面粉所成，是故一定要认识面粉。

下文照见五蕴皆空，五蕴就是色、受、想、行、识，如何照见五蕴皆空呢？要用般若力，般若不是向外求，而是向内发现。自己就是五蕴，五蕴空，度一切苦厄，若被五蕴所覆，便不能认识自己，所以人人念佛，也



不识得念佛是谁，因为被五蕴所覆，因此要加般若力，所谓行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空。

但这个‘深’字很重要，大乘称为深般若，小乘称为小般若，我认为这个深般若是大乘的般若，般若必定深，我们念佛，佛从何处出呢？

你要看！

越看越深，绝不容易看到底，所以如来者，无所从来，亦无所去，故名如来，我们看这个念佛是谁，亦无有来处，惟有看他从那个地方出，就从那个地方直看下去，诸法无有来处，是故看不到来处，若有来处，如来便不是无所从来，而是有所从来，既然如来无所从来，佛号亦无所从来，既无来处，便是深，是故甚深般若无底。虽然看不到佛号从何处来，但已入了另一世界，而这个浊恶世便空了，无论你看甚么，看念佛是谁、看自己拜佛、看自己讲话、看生从何来，死往何去，一切法都无来处，甚深！甚深！故般若称为深般若。

有些有善根的人，坐禅时身体空了，他使惊恐起来，切不要惊恐，身体虽然空了，但心还末空嘛！身体空的时候，心便现出来，你再看这个心，心有无量的妄想，你便看这些妄想，无量的妄想不生，那时你的涅槃心便现出来，所以在深般若中，观音菩萨说照见五蕴皆空。

五蕴就是众生，五蕴也就是自己，各位若想认识自己，你自己就是五蕴，蕴即盖覆之意，五蕴盖覆佛性，菩提心被五蕴所覆，一定要空了五蕴，菩提心才现出来：我们现在这个心名叫妄想心，不是菩提心，亦不称为道心，可以说是人我是非，贪名贪利的心，五蕴空时见菩提心，从菩提心起修，直修至成佛。

生极乐世界也要空五蕴：劫浊就是色蕴，烦恼浊就是想蕴，见浊就是受蕴，众生浊就是行蕴，命浊就是识蕴，空了五蕴便能到极乐世界见自性弥陀，唯心净土。

释迦佛所说的一切经典，都教我们空五蕴，心经故然如此，弥陀经离五浊即空五蕴，妙法莲华经过五百由旬到宝所，五百由旬亦即五蕴，乃至解深密经空八识，转八识成四智，八识也是五蕴，眼耳鼻舌身识便是受蕴，所对五尘是色蕴，第六意识是想蕴，第七识是行蕴，第八阿赖耶识便是识蕴，是故八识便是五蕴，唯识教我们转八识成四智，不是教我们分别甚么名相，转八识即空五蕴，四智即佛性，亦即是菩提心。

‘行深般若波罗蜜多时’的‘时’字也要解释一下：一切法唯识所变，唯心所现，时指过去时、现在时、未来时，过去现在未来都行深般若，所谓过去不可得，过去便有般若，未来不可得，未来便有般若，现在不可得，现在便有般若，时者，即过去未来现在不可得，故名行深般若波罗蜜多时。

把六百卷大般若经浓缩为五千字的是金刚经，再把五千字的金刚经浓缩为二百多字的是心经，我现在再把心经浓缩为一句，就是‘照见五蕴皆空’。观音菩萨照见五蕴皆空，未来的菩萨亦照见五蕴皆空，过去的菩萨亦照见五蕴皆空，现在学佛的人亦要照见五蕴皆空，路就是这样行，把照见五蕴皆空，再浓缩为一个字——照！

照即照顾，人人可以照顾，例如带小孩子出外一定要照顾，不照顾便会跌倒，或是走失了，行路要照顾呀，不照顾便踏著粪秽，或是堕进坑内，讲话也要照顾，不照顾便会讲错话，拜佛也要照顾，当照顾时便发觉能礼所礼性空寂，感应道交难思议，所以礼佛一拜，罪灭河沙；诵经时口诵心思惟，随文入观，照顾其义，便会发现经中义理无穷，便能演说经中道理，持咒时亦要照顾，照顾这个音声从那处地方出来，若能照顾看，跟著它入去，便能入定，一入定，这个世界便空了，从生死的此岸，到涅槃的彼岸，从娑婆的秽土，到毗卢性海。

过去有一位和尚，脾气很坏，知客师要他清单，他使求情忏悔，从此止语，在藏经楼当香灯，一心持大悲咒，日夜用功，念了三年，跟著大悲咒一个字一个字的到了涅槃彼岸。持咒是一个无分别法门，若能跟著一个字一个字的走入去，便能离开这个世界，到另外一个禅定的国土去，俗称三昧。

参禅又如何？参禅更加要照顾，禅堂内称为照顾话头，时时刻刻要照顾话头，但照顾话头我不懂呀，就是要照顾这个不懂，在不懂中而摸索，在不懂中参究，谁不知一不懂，一切都不懂，人家骂你，你不懂，人家打你，你不懂，人家求名，你不懂，人家争权夺利，你不懂，是非人我，你不懂，念佛是谁？不懂，在这地方，不防不懂一年，不懂两年三年；虚云老和尚参‘拖死尸是谁’，行不知行一不懂，食不知食一不懂，视而不见一不懂，最后，不懂的疑情断了，便悟过来，照见五蕴皆空，五蕴空就是般若，般若便是佛性。

所以一定要下苦功，用个‘照’字，时时刻刻要照顾自己，动一个念头都要照顾，善念可以保存，恶念要消灭，我们动一个念头，照顾这个念从何处来，照顾这个念往何处去，若能照顾自己的心念，则受想行识空，若照顾自己的色身，则身体空，但心未空，妄想生生灭灭，见到粗妄想，后来粗妄想熄灭，变了细妄想，细妄想犹如流水一样，古人称为流注生灭，赵州老人称其为急水上打皮球，念念不停留，如瀑布一样，还看无生灭，其实微细生灭不停，再照顾，生灭灭已，寂灭现前，便能心空及第，完全靠这个照字。

所以修行不用多，照见五蕴皆空，留意那个照字，照甚么？照自己，自己就是五蕴，何人无五蕴，五蕴本来空，迷的时候才有，悟的时候即无，古人云：色蕴犹如聚沫，受蕴犹如水泡，不论苦爱乐受，很快便过

去，想蕴犹如阳焰，打甚么妄想也不实在，行蕴犹如芭蕉，层层剥落，剥到最后便成空，识蕴犹如幻化。

### 【度一切苦厄】

以般若照见五蕴皆空，出三界火宅。

### 【舍利子，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。】

般若的功用，照见五蕴皆空，五蕴空则能度一切苦厄，一切苦厄度尽，然后才见到诸法的清净相，清净是空的别名，所以名为诸法的空相。

诸法的本来面目就是空相，诸法的实相亦是空相，诸法未曾离开空相，故云是诸法空相，例如生死是一个空相，迷的时候以为有，以般若观之，生死是空的，不是离开生死然后有涅槃，生死当下空就是涅槃：般若照见烦恼本来是空，烦恼空就是菩提，众生也是本来空，实无众生得灭度者，一切法的实相是空，是故一切法从本以来，不生不灭，不垢不净，不增不减。

一切法不生，试问水中月有没有生？无生。水中月有没有灭？无灭。水中月无生无灭，一切法亦无生无灭。又水中月有没有垢秽？一无，污水里也有水月，但不被污水所染，清净水内亦有月，亦不染清净水，故云不垢不净。

‘不增不减’，大海一天两次潮水，海水不会增加，一天两次退潮，亦不会减少，所以众生成佛时，佛性不会增加，未成佛时，佛性也不会减少，生净土，佛性不会清净，堕地狱，佛性不会染污，凡夫轮迴有生有死，佛性无生亦无死，等于虚空一明来暗去，空性无生无灭、无垢无净、无增无减。

### 【是故空中无色，无受想行识。】

在诸法实相的空相内，无色受想行识的五蕴，因此诸佛如来绝不著色，不著受想行识，诸法空相内，无五蕴可得，是故诸法空相内一个众生也无，金刚经云：‘灭度无量无边众生，实无众生得灭度者。’就是此意。

在诸法实相内，无色的相可得，色的性就是诸法的空相，空相内无色的相可得，无楞严咒、大悲咒的字可得，亦无金刚经的文可得，是故空中无色。

无色，身便空，无受想行识，心亦空，所谓身心两亡，身空心空佛现前，就是因为我们的身体不空，故有生老病死苦，心不空，故有生住异

灭，若身空，无生老病死苦，心空，无生住异灭，身心两亡，佛性现前，所以学佛，是很简单，很现实的事。

### 【无眼耳鼻舌身意。】

眼耳鼻舌身意，称为六根，根以能生为义，根是积业润生，如眼看色，当见色的时候，或邪视、或偷看，于是便作业，又如眼见黄金起盗心，见美女起淫心，见名贪名，见食贪食，于是因眼根而积业。

六根空即是清静，不是作无解，如来眼根空，出生肉眼、天眼、慧眼、法眼、佛眼，五眼具足，所以眼根要空，否则便会作业，耳根亦复如是，若不空耳根，一切是非、淫词歌曲，会使人作业，鼻舌身意亦如是，所谓六贼为媒，自劫家宝，六根即六贼，劫去了真如佛性之宝。以般若观照，见到诸法的实相是空相，是故空相中无眼耳鼻舌身意，不是无，是空，是清静。

### 【无色声香味触法。】

色声香味触法是六尘，尘是染污，能遮盖本来清静的佛性，如眼观色尘起贪念，色尘盖覆佛性，如是耳闻声尘起执著，鼻嗅香尘起取著，舌尝味尘乐著，身著触尘，意缘法尘，都能盖覆佛性。

六根对六尘，六根空，六尘亦跟著空，若六根取六尘便是生死，若六根回光返照，返流全一，便是涅槃，所以观音菩萨，从闻思修，入三摩地，是用耳根，返闻闻自性，性成无上道，耳根听是非闲言会造罪，若耳根返闻，远离声尘，会令你成等正觉。

修行人一定要离六尘，出家便是离六尘，所谓出家，是出六尘之家，例如沙弥戒完全是离六尘，杀盗淫妄酒是五戒，在家居士也可受，但沙弥戒再加：

6. 不唱歌不跳舞，亦不往观听，是离声及色尘之家。7. 不戴香花蔓，不香油涂身，是出香尘之家。8. 不坐卧高广大床，是出触尘之家。9. 过午不食，不贪著饮食之味，出味尘之家。10. 手不捉金银财宝，出法尘之家 [分别我有多少财宝是法尘]。

### 【无眼界乃至无意识界。】

眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识、共称为六识，加上六尘六根，称为十八界，十八界就是众生，六根在内，六尘在外，中间是六识。六尘无知，六根有觉，六识起分别，但六根无分别，如眼见物，不会分别长短方圆，是由眼识分别，耳根只能闻声音，不能分别是男声、女声、风声、火声等，是由其识去分别，众生不肯出离生死，皆因留恋自己有六根、六识、六尘，在十八界内打圈，离十八界即无众生，所谓此无故彼

无，十八界和合即有众生，故云此有故彼有，众生本来空，若无六根、六尘、六识，何来会有众生，只是众生不肯把十八界放下，十八界盖覆佛性，是故处处受生，六道轮回，无有了期。

昔日，有一梵志拿花供佛，世尊叫他‘放下著’，梵志把左手的花放在地上，世尊又说‘放下著’，梵志把右手的花又放下，世尊又说‘放下著’，梵志问：‘我两手的花都放下，世尊还要我放下个甚么？’世尊说：‘我要你内放下六根、外放下六尘、中间放下六识，十八界一齐放下，放到无可放之处，便是你安身立命处。’梵志即时悟道。

我们现在约六根六尘六识都未放下，被十八界盖覆佛性，欲想见佛性，一定要把十八界放下。以般若观照，无眼界乃至无意识界，十八界都无，十八界空，十八界清净，便是诸法实相，便是佛性。

### 【无无明，亦无无明尽。】

何谓无明？众生十八界不能放下，十八界盖覆佛性，佛性不明，名之无明，经云：‘真如不守自性，一念不觉，而有无明。’

真如人人有，但不守自己的岗位，经云：‘是法住法位，世间相常住。’便是真如守自性，凡夫真如不守自性，一念不觉而妄动，故有无明，无明无实体，有了无明必定有行，所谓不觉是无明，妄动就是行，行分善行、恶行、不动行，总称为业行，行必有识，善行有善识，恶行有恶识，不动行有不动识，行即业，人业有人识一例如见水是水，天业有天识一见水如琉璃，饿鬼业有饿鬼识一见水成火焰。

有了识，业牵识走去投胎，识与父精母血，三缘和合而成胎，是为名色，色是父精母血，自己的识是心，心有其名而无作用，所以称为名色，名色七日一变，四十九日后有五个胞：即头、双手、双脚，十个月后六根成熟，六根有入六尘的功能，故称为六入，小儿出生后与六尘相触，所谓六入缘触，触境有苦有乐，属受，故触缘受，受是果报，受果报时心生系著，故受缘爱，若乐受爱其长合，若苦受爱其常离，爱合爱离而生取，取即作业，若依理而取属善业，若非理而取属恶业，故取缘有，有即业，有业故有生，生故有老病死忧悲苦恼。

由无明缘行，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，有缘生老病死忧悲苦恼，名十二因缘，若以般若智观，无明灭则行灭，行灭则识灭，识灭则名色灭，名色灭则六入灭、六入灭则触灭、触灭则受灭、受灭则爱灭、爱灭则取灭、取灭则有灭、有灭则生灭、生灭则老病死忧悲苦恼灭，十二因缘是空的，可以证辟支佛果，若以般若观照诸法的实相，不但无无明，无凡夫无明，亦无辟支佛的无明尽。

### 【乃至无老死，亦无老死尽。】

无凡夫的老死，亦无辟支佛的老死尽。以般若观一切法，可以超越世间法无明，超越出世间法一无明尽。

### 【无苦集灭道。】

苦、集、灭、道，称为四圣谛，谛即真实之意，四圣谛不是辟支佛道，是罗汉道，世尊三转十二行法轮，示二乘人四谛法门：

#### 一、示相转

此是苦，逼迫性一指众生的果报完全是苦的，生老病死再加上贫病交逼，是为苦苦，就是快乐也是无常，乐坏苦生，名叫坏苦，享禅定之乐也是无常，属于行苦，是故三界中有苦苦、坏苦、行苦，是名三苦，另外还有八苦：生、老、病、死、爱别离、怨憎会、求不得、五阴炽盛苦等，众生不知苦，所以如来示苦相。

此是集，招感性一苦从何来？是自招的，名集谛，集即招感之义，人人都有贪嗔痴烦恼，由三烦恼作杀盗淫妄等业，由业而招感上述八苦，苦是果，烦恼业是苦因。

此是灭，可证性一灭苦因苦果名为灭谛，苦尽就是涅槃。

此是道，可修性一灭苦因苦果需要修道，道谛是无漏法，修无漏法，不漏落生死。

#### 二、劝修转

此是苦，汝应知一知即觉也，觉[苦]生则无生，觉[苦]住无住，觉[苦]灭无灭。觉苦无生，何来有苦，所以谓此是苦，汝应知。

此是集，汝应断一集是烦恼，烦恼可以断，如何断呢？一定要觉，觉集无集即断集，故云此是集，汝应断。

此是灭，汝应证一如何证呢？苦因苦果‘灭’了，这个‘灭’因生而有，无生则无灭，生灭灭已，寂灭现前，是云证。

此是道，汝应修一道是可以修，如持戒则有戒，不持戒则无，修定则有定，不修则无，断惑则有慧，不断则无，故云汝应修。

所谓修道就是修三十七助道品：四念处、四正勤、四如意足、五根、五力、七觉支、八正道，还有三无漏学：戒、定、慧。

#### 三、得证转

此是苦，我已知，不用更知：此是集，我已断，不用更断：此是灭，我已证，不用更证：此是道，我已修，不用更修。

何以不用更知、更断、更证、更修呢？因为如来悟了四谛真实之理，例如苦，是有为法，有为不离三相：生、住、灭，如来悟苦的生相不可得，悟苦的住相不可得，悟苦的灭相不可得，若悟到苦的生住灭三相不可得，苦当体即空，空就是苦的实谛之理，是名苦谛。

集也是有为法，不离三相：烦恼有生耶？悟则无生相可得，烦恼有住耶？悟则无住相可得，烦恼有灭耶？悟则无灭相可得。如是迷时见有烦恼生、住、灭可得，悟时，烦恼生住灭三相皆不可得，当体就是空，此是集的真实相，故名集谛。

灭又如何？有生则有灭，觉则无苦生，亦无苦可灭，寂灭现前，就是灭的真谛，如来说灭，因苦灭而见谛，见谛时无苦无集，故无灭。

道又如何呢？例如修戒定慧之道，戒有生耶？戒无生相，戒有住耶？戒无住相，戒有灭耶？戒无灭相，戒定慧无生住灭三相可得，无生住灭三相就是无为法，戒定慧当体即空，道即是空相，修即无修，故云此是道，我已修，不用更修，六祖云：‘心地无非自性戒，心地无痴自性慧，心地无乱自性定。’此是戒定慧的真理，道的真谛。

在诸法的空相、实相内，无凡夫苦集之法，亦无贤圣灭道之法，故谓无苦集灭道。

### 【无智亦无得。】

一切法空，空相便是清净相，在清净相内，六根清净，故无眼耳鼻舌身意，六尘清净，无色声香味触法，六识亦清净，无眼界乃至无意识界，无明清净，故无无明，无明尽亦清净，故无无明尽，老死清净，无老死，老死尽亦清净，故无老死尽，无菩萨能修六度万行之智，智亦清净，是为无智，万行清净，有何可得，故无得，世间法出世间法清净，是为无所得。

此是菩萨法门，菩萨以六度为智，皆是断惑，在未证得一切法寂灭以前，要以智去断惑，但是一切法本来寂灭，无能得之智，无所得之法，亦无能修之智，无所修之法，若见有能所，是生灭心，不见有能所即寂灭心，所以道无智亦无得。

### 【以无所得故，菩提萨埵。】

悟一切心空名为菩提，了一切法空名为萨埵，心法一如，并无能得所得，以无所得故即是菩提萨埵。

**【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。】**

何谓挂碍？例如眼[珠]与眼[白]相合是为无挂碍，眼与沙不能相合，是为挂碍，又如皮与肉相合是为无挂碍，肉中有刺则有挂碍，’挂碍者，与般若心不相同故，般若心是空，一切法是有，若一切法不空，有与空不能合便有挂碍，若一切法空，法空与般若心空相合便无挂碍，所以一切法空即般若，般若即一切法空，般若与一切法空打成一片，即一切法空不碍般若，般若不碍一切法空，犹如大悲咒放在心内一空，所以不会碍楞严咒，楞严咒在心内也是空，此空彼空，空与空台，无有挂碍，假如有一法不空，便有挂碍。

六祖菩萨在世时，有一僧名法达，来顶礼六祖，但是头不到地，六祖说他心中必有一物，法达说：‘我诵法华经已有三千部。’自谓读法华经三千部，何必叩头到地，这三千部法华经未空，放在心内，便成为他的挂碍。

世间法不空，与般若合不来便有挂碍，出世间法不空，与般若合不来亦有挂碍，若世间法空，出世间法亦空，与般若空相合便无挂碍，无挂碍则无有恐怖，恐怖即忧虑之意，如眼内有沙，若不除去便会盲，盲便是恐怖，眼内无沙便不会恐其盲，又如肉中有刺，若不除去，则有溃烂成疮的恐怖，凡夫有生死的恐怖，二乘人有沈空滞寂的恐怖。要是有一法放在心内不能空，此一法便牵你入生死。

过去有一位金碧峰入空定，无常鬼找他不到，无常鬼便请土地公帮忙，土地公云：‘金碧峰甚么东西也可以空，惟有一水晶钵他最爱，你们俩一变作老鼠，把玩他的水晶钵，一拿锁链，预备他出定时锁他。’金碧峰入定时身体空掉，但在定中听到老鼠把弄水晶钵的声音，立即出走，大骂‘谁人碰我的水晶钵’，另一无常鬼立即锁他，金碧峰知道水晶钵的挂碍令他被无常鬼找到，于是求情许他延期七日，无常鬼走后，金碧峰便把水晶钵打烂，然后入定，临入定前，在墙上写下四句偈：欲来找我金碧峰，犹如铁链锁虚空，虚空若然锁不得，莫来找我金碧峰。

世间法不空，与般若挂碍，等于眼中有沙，认生死轮回为实有，出世间法不空，与般若亦有挂碍，等于肉中有刺，认化城为宝所，故有凡夫生死，二乘涅槃的颠倒梦想。

凡夫生死有四颠倒：

1. 身不净，计为净，
2. 受是苦，计为乐，



3. 心无常，计为常，
4. 法无我，计为我。此是凡夫的颠倒相。

二乘人的涅槃亦有四倒：

1. 看不净，不见法身净，
2. 看苦，不见寂灭乐，
3. 看无我，不见自在我，
4. 看无常，不见佛性常。是为二乘人的颠倒梦想。

所以般若照见五蕴皆空，何只离一切苦厄，离一切苦厄后才见到诸法空相。五蕴空，色空，空亦空，一切法空，便是诸法的空相，亦是五蕴的空相，所以先讲度尽一切苦厄，后说诸法空相，若五蕴未空，即一切法不空，不但一切苦厄不能度尽，而且会生出恐怖及颠倒梦想，即凡夫认生死为真实，二乘人认涅槃为实有，悟道的人‘生死涅槃等空花’，生死空，涅槃亦空。

以无所得故，菩萨证般若波罗蜜多，若有所得，便不能证般若波罗蜜多，证到般若波罗蜜多，见一切法即心，心即一切法，所以心与一切法无挂碍，无挂碍便无有世出世间法的恐怖，既无世间凡夫生死的四倒，亦无出世间二乘涅槃的四倒，是为远离颠倒梦想，究竟证大般涅槃。

### 【究竟涅槃。】

心不可得，法不可得，心与法一如，俱无所得。是为究竟涅槃，又名大般涅槃，大涅槃是常寂光净土，常寂光净土是我们的老家，常是法身德，寂是解脱德，光是般若德，三德秘藏，是诸佛行处，菩萨依般若修行，心无挂碍，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟得大涅槃。

### 【三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。】

过去无明尘劳烦恼妄想空，是过去佛，现在无明尘劳妄想烦恼空，是现在佛，未来无明尘劳妄想烦恼空，是未来佛，以般若观照，过去烦恼空，过去成佛，现在烦恼空，现在成佛，未来烦恼空，未来成佛。

三世诸佛，依般若波罗蜜多，无明妄想尘劳烦恼空，三世佛都得阿耨多罗三藐三菩提。

阿耨多罗三藐三菩提是梵语，此云无上正等正觉，菩提是最上，菩提是最平等，菩提是最真，故又称为无上正真之道。

上来所说诸法空相内，无凡夫五蕴十八界之法，无声闻苦集灭道四谛之法，无缘觉十二因缘之法，亦无菩萨能得之智，所得之法，总说就是无二乘之法，汇三乘归一佛乘，汇九法界同归一佛界。

**【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。】**

依般若波罗蜜多修行，佛得菩提，菩萨证大涅槃，所以般若波罗蜜多是：

大神咒—神力最大，能度众生成佛，

大明咒—能破除众生的无明烦恼，

无上咒—般若最上，更无有上，无等等咒—般若是佛母，出生一切佛，无一法能与她相等。能除一切苦—依般若波罗蜜多修行，越出三界火宅，远离生死轮回之苦。真实不虚—即心即佛，决定不虚。

**【故说般若波罗蜜多咒，即说咒曰。】**

心经有显说，也有密说，现在讲的是密说，密说很简单：

**【揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃。】**

密是无可解，亦不破人知，佛门中有很多人依显教修行，亦有依密教修行，例如大悲咒、楞严咒等，都不可以解释，若有以解，不称为密，密是如人饮水，冷暖自知，讲不出，解不来，唯有自己知，不过今天我将此咒的意义约略说出来：

揭谛揭谛——去、去。波罗揭谛——到彼岸去。波罗僧揭谛——大众到彼岸去。菩提萨婆诃——迅速成就证菩提。