

般若波羅蜜多心經非臺頌解  
宣化上人講述

前言：《般若波羅蜜多心經》雖僅二百六十個字，卻是六百卷《大般若經》的要義精髓。何謂「般若波羅蜜多」？宣化上人以自題之八句偈頌，依天臺宗智顛大師所立五重玄義一釋名、辨體（顯體）、明宗、論用、判教（判教相），闡釋本經經題，為學人點出箇中的玄妙義理與豐富蘊含。

妙智方可達彼岸 真心自能契覺源  
法喻立名超對待 空諸法相體絕言  
宗趣原來無所得 力用驅除三障蠲  
熟酥判作斯教義 摩訶逆轉般若船

前邊這八句偈頌講的是《般若波羅蜜多心經》的經題，按照五重玄義來解釋。前三句是解釋題目的意思。

### 第一、釋名

妙智方可達彼岸：什麼是妙智呢？般若就是妙智。「到彼岸」，就是波羅蜜；「波羅蜜多」就是到彼岸。所以你用般若的妙智，才可以到彼岸。

真心自能契覺源：「真心」就是說這個「心」字，也就是「般若」。你有般若的妙智慧，有這種真心，自然就可以契合覺源。契合覺源，就是和佛的本覺相契合，就是得到本覺的體了。契合就是相合，和它合成一體了。

法喻立名超對待：這部《般若波羅蜜多心經》是法喻立題，以法和喻來立它的名字，「般若波羅蜜多」是法，「心」是喻。「超對待」，這是一個絕待的法，不是對待法；它超過對待，而到絕待的這種境界上。

般若是什麼？般若分文字般若、觀照般若、實相般若三種。由文字般若而生出觀照般若，由觀照的般若來契合本體的實相般若。般若又叫究竟的智慧，又叫妙智慧，又叫徹底的智慧。徹底的智慧，是說智慧到底了，也可以說是到家的智慧，也可以說是佛的智慧，也可以說是真心。真心也就是智慧，智慧也就是真心。「般若」本來就可以翻譯成「真心」，可以說是《大真心經》，不是假心的，這完全都是講真心實用的妙理。而這一部《心經》是般若心中的心，因為它雖然只有二百六十個字，可是在六百卷《大般若經》裏邊，它好像是一個心，一個主體，所以叫心中的心。現在又加上一個心字，心中的心又心，這是真心裏邊的真真心，所以用一個「心」字，簡稱叫《心經》。

「般若波羅蜜多」，這是法，是到彼岸的法。「心」是一個比喻，比喻這部經就像人的心，是一身的主體，所以它是絕對待的，超過對待，而到絕待的境界上。

每一部經都有通名、別名。通名就是共通的名字，佛經統統都叫經，所以「經」字是每部佛經的通名。別名，就是每一部經都有它自己獨特的名字，其他的經就不叫這一個名字。「般若波羅蜜多心」就是這部經的別名，表示這一部《般若波羅蜜多心經》，是般若部裏的中之心。「般若波羅蜜多心」這幾個字的意思解釋已竟，現在略略地來講一講「經」字。

什麼叫做「經」呢？「經」，是經常不變之法。不能改變的，一字也不可去，一字也不可添，這是經常之法，所以叫經。經者，「徑」也，就是道路，修行所必經過的一條道路。你想要修行，一定要走這一條道路；你若不修行，就不必走這條道路了。為什麼？因為你不修行。可是若要修行，這一條道路你必須要走，你若不走，這條道路就會荒的。怎麼叫「荒」呢？荒，就是長草了；這條道路若沒有人走，它就會生草，就荒了。你若常常走修行這條道路，它不但不會荒，而且會一天比一天平坦，一天比一天光明。「經」又怎麼會荒了呢？我告訴你，這個經若荒了，就是你忘了。你本來不用看本子也可以念的，可是經過三、五個月不念，就把它忘了，這就是把這條路荒了。

那麼念經有什麼好處呢？念經啊，沒有好處！念經，要費很多的時間，費很多的氣力。好像在佛前念《金剛經》，你說有什麼好處？你從頭念到尾，啊，費了很多氣力、精神、時間，也沒有看見什麼好處，就以為這是沒有好處！各位居士，不要那麼愚癡喔！你所能看見的好處，都不是真的！「凡所有相，皆是虛妄。」凡是有形相，能看得見的，那並不是好處，都不是真的，所以我才說念經沒有好處。但這個好處你是看不見的。怎麼樣呢？你每念一次經，在你的自性裏邊就經過一次的刷洗。譬如念《金剛經》，念一遍，這經中的意思就明白一點；念兩遍，更明白一點；念三遍，就更明白多一點。所以，念經是在你自性上，智慧會增加的。但是智慧增加了多少？你是看不見的，不過只有這麼一種感覺，所以念經的好處是說不出的。

而且，你多誦一遍經典，就少生一點煩惱，不要因為誦經又生出煩惱了。不要說：「你念得不對！」「你念得太快了，我跟不上你！」或者「你念得太慢了，要我等著你！」或者「你念的聲音不好，我聽得不順耳！」不要在這上面用工夫。況且大家都是初學，誰也不一定會念。但是不管會不會念，大家都一定要念。大家一同念，叫共同薰修；不是共同在一起，你找我毛病，我找你毛病。但若真有毛病，大家還是一定要找到毛病。若不找毛病，那麼自己的毛病太多，修行就不相應了。所以，念經對自性上是有幫助的。幫助什麼呢？幫助開智慧。念《金剛

經》是開智慧，念《心經》更是開智慧的。所以念經雖說是沒有好處，其實好處是最大的，你看不見的。你看不見的，才是真好處；你能看見的，那完全都是皮毛。

「經」還有另外四個意思，就是貫、攝、常、法。

「貫」是「貫穿所說義」，把佛所說的義理都貫穿到一起，好像用一條線把字都穿成一串。

「攝」是「攝持所化機」，經能攝受一切眾生的機緣，對症下藥。什麼叫攝？我常常講，你看見吸鐵石了沒有？吸鐵石，鐵塊雖然離它很遠，它也能把鐵給吸上來。經也就像吸鐵石一樣，所有的眾生好像鐵塊似的，又硬又剛強，脾氣也大，毛病也多，可是一吸到這吸鐵石上，慢慢也就軟了，慢慢毛病也沒有了，這就是攝。

「常」是古今不變，也就是永遠都不會變的經常之法。無始無終，亙古亙今，由古來到現在，都是依照這個經典去修行，這就是常。古今不變就叫常。

「法」是個方法，就是三世同遵的一個方法。這方法有什麼用呢？是用來修行的。無論是過去世、現在世、未來世，都用這個方法來修行，所以叫三世同遵。

「經」又有繩墨的意思。好像古來做木匠的，都有個墨斗，墨斗上有一條繩線，用墨把繩線染成黑色。在需要畫直線的地方，木匠把繩線一拉出來，用手往前一拎，再放下，木板上就現出一道黑印了；不像現在有尺，有鉛筆，就可以畫一道線。所以繩墨有規矩、準繩的意思。經是一個規矩，你若念經就會守規矩，不念經就不守規矩。我們現在研究般若，一定要守般若的規矩。你守般若的規矩，就會開啟你的智慧。

## 第二、顯體

空諸法相體絕言：按照五重玄義，第一是釋名，解釋經名，這部經是以法喻為名。第二是顯體。什麼是這部經的體呢？「空諸法相」就是它的體。

空諸法相也就是諸法空相，你不要弄錯了，說：「那個諸法空相就是諸法空相，它跟空諸法相這個文字不相同啊！」這是相同的！在中國文法上，「是諸法空相」也就是「空諸法相」。

體絕言，以「空諸法相」，作這部經的體；「絕言」就是沒有什麼可以說的。

體既是空諸法相，什麼都沒有了，你說還有什麼好說的？所以說「體絕言」，已經就是離言說相、離心緣相、離文字相，「離一切相，即一切法」。

### 第三、明宗

宗趣原來無所得：第五句就是明宗。這部經是以什麼作它的宗旨呢？以「無所得」為它的宗旨。經上說：「無智亦無得。」無智亦無得就是無所得，因此以「無所得」作為這部經的宗趣。

我現在用世間法來給你們講佛法，譬如我們人，所有的人都叫「人」，這是人的一個通用名稱，好像所有的佛經都叫「經」一樣。至於單一個人叫什麼名字？這就是「釋名」，解釋名字。或者叫張三，或者叫李四，有個自己的名字了。那張三又是個什麼樣子的人呢？是高的、矮的？是黑的、白的？是胖的、瘦的？他的體是個什麼樣子的？體是完全的，或不完全的？有沒有眼睛？有沒有耳朵？有沒有鼻子？這就要研究他的體了，這就是「顯體」。顯體然後就要明宗。明宗是怎麼樣？哦！他這個人是很壯的，大約可以做苦工；或者他這個人很有學問，大約可以做個祕書 *secretary*，或者做老闆 *boss*，這就叫明宗。

### 第四、論用

力用驅除三障：第四是論用，論他這個人可以做什麼？力用，就是他有什麼用？可以做什麼？《般若波羅蜜多心經》可以做什麼呢？它可以破除三障。所以「破除三障」就是它的力用。

三障是什麼呢？第一報障，第二業障，第三煩惱障。

（一）報障。報障又分正報和依報。什麼叫正報？什麼叫依報？正報就是正當來受報的，也就是我們這個身體。依報就是依靠這些來生活而受報，也就是衣、食、住等。

我們人這個正報的身體，有好的，有壞的。有的相貌生來就非常英俊、非常圓滿，人人見著，人人歡喜，人人愛敬，可說是出乎其類、拔乎其萃。什麼叫出乎其類、拔乎其萃？英文就叫 *outstanding*。這樣的人，人人見了都讚歎：「喔，這個人真是有智慧，真是有善根！」

這又分出兩種。有的人，你看他有智慧，但沒有善根，這是什麼呢？這種人多數是邪魔鬼怪來到世界上。什麼叫邪魔鬼怪？好像山精，在山裏頭藏的妖怪，就是精靈、魑魅、魍魎等，這些妖怪年頭多了，成了老妖精，可以吃人的。後來

他也死了，死了來做人，他就比一般人多少聰明一點。但是他做事一點也不聰明，盡做糊塗事。什麼事壞，他就做什麼，專門不守規矩。哪一種事情是對人最有害處，他就做這種事情，所謂「唯恐天下不亂」，專門擾亂社會的秩序。這一類就是有智慧而無善根的人。

又有些人在前生盡作好事，但是不研究經典，所以智慧就沒有那麼多，很愚癡的，這是有善根而無智慧。又有的人，相貌既美滿，壽命又長，也富貴；有的人相貌既醜陋，壽命也不長，歲數很小就死了，這都是前因後果所現出來的正報。

依報，就是我們依以為生的衣、食、住、行。依報也是由前生所種的因而來的。你前生種善因，今生果報就好；前生種惡因，今生果報就壞。所以，我們做事情一定要小心謹慎，不要種惡因，將來就不會受惡的果報了，這叫報障。

(二)業障。業就是事業的業，不論出家人、在家人，一定都要有事業來做。一做事業，就會有很多的問題，很多困難發生。遇到困難的問題，就會生出煩惱，生出種種不愉快的事情，這就叫業障。

(三)煩惱障。我們人都有煩惱，這煩惱多數由什麼地方生出來的？多數由貪心、瞋心、癡心生出的。

怎麼會有煩惱？你有貪心，貪不來，就生出煩惱了。你有脾氣，事情不合你的意了，就生出煩惱。你愚癡，不明白，就生出煩惱。

為什麼你有煩惱？就因為你有一種慢心，你有一種驕傲心，你看不起人，於是就生出一種煩惱。

為什麼你有煩惱？又因為你有一種疑心，對一切的事情都生出懷疑，一懷疑也就生出煩惱。

還為什麼生出煩惱？因為你有邪見，見解不正當，所以就有煩惱生出來。如果你有正知正見，有真正的智慧，對一切事情都會看得清清楚楚、明明白白的。既然清清楚楚、明明白白，由始至終都非常明瞭，就不會有煩惱。所以煩惱障是由貪、瞋、癡、慢、疑、邪見生出來的。

這部《心經》能把報障、業障、煩惱障這三障給破除了。怎麼破除的？因為它有真正的妙智慧，有真正如如不動的真心，所以能把三障給破除了。所以我們明白了《般若波羅蜜多心經》，才會有真正的智慧，有了真正的智慧，就能把三障破除了。

## 第五、判教相

熟酥判作斯教義：《般若波羅蜜多心經》的教義屬於熟酥，這熟酥是指五時裏的第四般若時。

佛說法分為五時八教，這五時和八教，是天台智者大師判斷出來的。今天我依照權實這兩種的智慧來解說五時。

（一）華嚴時。《華嚴經》是佛最初所說的法，說了二十一天。在這個法裏頭有「一權一實」，一種權法，一種實法；一種權智，一種實智。怎麼說它一種權智、一種實智呢？《華嚴經》裏邊講法界的道理，有事法界、理法界、理事無礙法界、事事無礙法界。這個教義，雖然是為菩薩說的，但是在實智的真實佛法裏邊，也有一種方便權巧的法，所以是一權、一實。

（二）阿含時。這個時候是「唯權無實」，只有權法而沒有實法。那時的眾生都像小孩子，不懂佛法，所以要用種種權巧方便的法門，來誘導，來化度這一些眾生。那時佛說的都是方便法門，所以在第二時裏只有權法而沒有實法，沒有實智。

（三）方等時。這個時候是「三權一實」，有三種的權法，一種的實法。為什麼叫「方等」呢？因為這時候是四教並談，同時講四教的道理。四教是藏、通、別、圓。所謂「彈偏斥小，歎大褒圓。」彈偏，就是說：「你那個偏的不對。」斥小，是說：「你這個小乘也錯了。」歎大，就是讚歎大乘。褒圓，就是褒獎圓教。三種的權法就是藏、通、別，一種實法就是圓教，所以方等時是三權一實。

（四）般若時。般若時是「兩權一實」，有兩種權法，一種實法。兩權就是通教、別教這兩種權教，一實就是講的圓教。

（五）法華涅槃時。這時候是「唯實無權」，只有一個實智，沒有權智，沒有方便權巧的法。

所以五時若按著權實來論，法華時是唯實無權，般若時是二權一實，方等時是三權一實，阿含時是唯權無實，華嚴時是一權一實，它是有頓漸的。這是按著權實二智，來講這五時。這五時若往詳細地講，是很多很多的，所以我每講一次經，就多講一點你們沒有聽過的，那麼你們聽得多了，慢慢懂得也就多了。

摩訶逆轉般若船：摩訶，是大的意思；逆轉，就是倒過來，倒過來什麼呢？

倒過來般若船。「倒過來般若船，不就沒有般若了嗎？」不是的！這個教你逆轉，逆轉什麼呢？逆轉你那個愚癡。你把你那個愚癡逆轉過來，轉過來就是般若了！逆轉就像逆水行舟似的，要費一點力量，不是那麼容易就可以做得到的。雖然不需要三大阿僧劫那麼長的時間，但也要經過一生、兩生、或者三生……，才能得到真正的智慧。「這個都很長啦，我還是不修了！」你不修，也不必勉強，勉強就不是道。所以我的弟子，哪一個歡喜墮落，就隨你墮落去！你不願意逆轉般若船，那麼就隨大流去，順流而下，越下越遠，越流越遠。你若逆轉，這就上流；你不逆轉，這就下流。全看你願意往上逆流，還是往下順流而去。以上是按著五重玄義，解釋《般若波羅蜜多心經》的經題。

本文由法界佛教印經會提供



