

「般若波羅蜜多心經」——「心」字

上章已經解釋「般若波羅蜜多」的意義。現在講「心」字。

佛教文獻對於「心」的分析，是非常精細深入的。人生的存在都是在心的主導下，從事一切活動，透過心才能認知萬物，所以心的作用最為重要。但心卻是看不見，摸不着，無法具體描述的一個抽象的「精神存在狀態」。悲觀、樂觀、善惡、貴賤、貧富、美醜、優劣等價值觀都是心所成立的。人生的目的與意義，亦是心所建構與推動的；心的力量無限，可成就眾事，也可以破壞一切，所以禪門常說：「制心一處，無事不辦。」

現在先將「心」歸納為五種解釋：肉團心、緣慮心、思量心、積藏心、真如心：

(一) 肉團心：指生理學所說的心臟。它是全身的總樞紐，掌管血液流動。但這肉團心祇屬於物質，並非《心經》所指的「真心」。

(二) 緣慮心：指人的第六意識(註二)，即我們見聞覺知的心識，亦即眼見、耳聽、鼻聞、舌嚐、身觸等五根對外境攀緣，生起五識(註二)，由第六「意識」去思量分別。我們日常思善作善，思惡作惡，皆由第六「意識」引起，但它卻不是我們的「真心」。《楞嚴經》形容這第六「意識」為：「塵(註二)有則現，塵無則亡，離塵無體，純屬妄想，而非真心，凡夫暗昧，誤認為心。」「意識」屬於「妄心」，因為它是隨外境而生的，境現則有，境滅則無，猶如海上的波浪，遇風而起，風靜則滅，並無自體，不過是因風而起的泡沫積聚現象而已。

(三) 思量心：指眾生的「末那識」，即「我執識」。用唯識學的術語來說，這個心識不斷思量第八識「阿賴耶識」的「見分」為我，於是生起「我執」，看不破、放不下；世上一切人我煩惱、是非鬥爭，皆因「末那識」的「思量執着」作祟

而起。這亦非《心經》所指的「真心」。

(四) 積藏心：指第八識「阿賴耶識」，此心識自無始以來積聚無量善惡、非善非惡之功能種子，由於業力之薰習，遇各種因緣而漸變成宇宙人生種種現象。所以，這個心識是宇宙的本體，具「真、妄」兩種元素；「真」指「真如」，「妄」指「阿賴耶識」。

前面所談的四種心：肉團心、緣慮心、思量心、積藏心，都不是《心經》所指的「心」，因為這四個都屬於「妄心」。《心經》所說的心，並非「妄心」，而是「真如心」，或簡稱為「真心」。

認識自己的心

凡修習佛法或對人生哲理有興趣的人，必須要認識自己的心，才可以掌握到下手處，所以佛門有句諺語「悟明自心，方可起修」，否則不但徒勞無功，且會誤入

歧途！

甚麼是「自心」呢？初學者須知自心有真妄之分。「妄心」是生死的起源；「真心」是涅槃的根本。「妄」屬「迷」，「真」屬「悟」。真妄各異，而且是不能相容的。雖然不相容，卻又同是不離於一心，因為真妄皆由自心而生。

妄心

甚麼是「妄心」？它就是你當下剎那不停，永無竭止的心識活動。從無始以來，這心識就與你形影不離地存在於宇宙之間。你曾被它迷惑而作惡，遂招致惡果，帶給你不少痛苦；但它也曾教你作善，產生善報，令你享受了很多樂果。你過去、現在、未來的一切遭遇，不論逆境、順境，都是由它所帶動的。

這「妄心」是本無而錯認的，即是說：「妄心」是虛幻的；眾生因一念無明，迷了「真」而生「妄」，遂起惑造業，因造業而受報，流轉生死苦海。這業有善、

惡、無記（註二）二性。在因果律的支配下，極惡者生地獄道，次惡者投餓鬼道、畜生道；極善者生天道，次善者投人道、阿修羅道。這就是「六道輪迴」。《楞嚴經》說：「一切眾生，生死相續，皆由不知常住真心，性淨明體，用諸妄想，此想不真，故有輪轉。」

妄心是由六根染六塵產生六識（註一）而起的，換言之：「妄心」離塵無體（註三），所以不是常住的，是生滅法，可以用鏗而不捨的毅力去修行把它滅除。當妄心滅盡，涅槃之樂（真如）就會現前，所以《大般涅槃經》說：「諸行無常，是生滅法；生滅滅已，寂滅為樂。」

當你了解自己的「妄心」，原來是生死的根本，並設法去降伏它，先不讓它作惡，繼而廣行善業，這就是你修心的最為重要的第一步功夫。

真心

人生的真義是甚麼？人為甚麼生於世上？為甚麼要經歷悲歡離合的遭遇，生老病死的痛苦？佛陀說當你證悟「真心」時，這一切人生的疑惑和痛苦，就能徹底消除了。

這「真心」就在你的內心深處（註四），佛經稱之為佛性，實相般若、菩提、法界、實相、空相、總持、法身、如如、如來藏、真如等。無論用哪一個名詞，它所指的就是你的「真心」。

剛才說「妄心」是離塵無體的，所以不是常住的，是有生滅的。相反，「真心」是離塵有體的，所以是常住的，不生不滅的。在「妄」時，「真心」雖然蒙塵，但還是有體性（註五），因為它的自性即是「如來藏真如妙性」，猶如明鏡，雖然被塵埃蒙蔽，但亦不會失卻其本具的反照性。這就是禪門所講的「本來面目」。

或許你會問：「既然真心本來清淨無染，為何會迷昧無明，生起妄想而成眾生

呢？」「真心」並沒有迷悟，只是眾生迷悟，依「真心」而起無明，並非真心轉為迷悟。所以佛門有句諺語：「真如為迷悟所依，不為迷悟所轉。」例如水隨寒氣之因緣結為冰，冰隨暖氣之因緣而溶為水，冰和水雖名稱、體量不同，但濕性原是一體。同樣地，迷和悟雖在名稱、境界上各自不同，但「真心」總是一樣不變的。

「真心」是不需要刻意去尋求的，祇要息「妄」就會歸「真」，所以《信心銘》說：「不用求真，唯須息見。」《起信論》云：「一切境界，唯心妄動，心若不起，一切境界相滅，唯一真心，偏一切處。」

為甚麼「真心」不須尋求呢？因為「無所得」是佛的境界。何謂「無所得」？「真心」是本自清淨的，既是清淨，則離一切相，怎會着於相而有所得？若然有所得，能得是智，所得是境，就完全落於凡夫的境界了。所以，欲證不可得的佛果，首先要明白自己從本以來，就有此不生不滅的「真心」，一切修行必須與「真心」相應。

或許你又會問：「當我的內心應對外境時，如何辨別這心念是「真」抑或是「妄」呢？」

當自心對順、逆境起貪、瞋心，對中容境時起痴心，就知道這是「妄心」。「妄心」執着「有」、「無」。它對境而生取捨，所以有聖凡、染淨、斷常、好醜、善惡、動靜、去來、生滅等二元分別。相反，當自心對順、逆境時不生愛憎心，對中容境時靈明不昧，就知道這是「真心」。「真心」居「有」、「無」而不執着「有」、「無」，離卻取捨分別心，所以《信心銘》說：「至道無難，惟嫌揀擇，但莫憎愛，洞然明白。」

註一：人體有六根，即六種感覺器官：眼、耳、鼻、舌、身、意。外界有六塵：指色、聲、香、味、觸、法。「六根」相對「六塵」而生「六識」，即「眼」對「色」生「眼識」、「耳」對「聲」生「耳識」、「鼻」對「香」生「鼻識」、「舌」對「味」生「舌識」、「身」對「觸」生「身識」、

「意」對「法」生「意識」。六根六塵六識統稱為十八界，是眾生精神世界的總相。唯識宗將眾生的心識立為八種，即前述六識，加「末那識」、「阿賴耶識」，共八識。「末那識」是第七識，此識恆與我痴、我見、我慢、我愛等四煩惱相應，是我執的根本。「阿賴耶識」為第八識，是萬有的根源，蘊藏着一切善、惡、無記種子，故亦稱為「藏識」。詳述請參閱唯識學典籍。

註二：無記，即不善、不惡的中容心態。

註三：塵，是外境的意思。妄心雖然因塵而生，當它離塵時，就沒有體性。真心是離塵有體的，其體性即「如來藏真如性」。若欲探討此義理，請參閱楞嚴經卷一二。

註四：其實，真心不生不滅，超越時間、空間，哪有住處可言？這裏說真心在內心深處，不過是方便初學者領會其義而已。

註五：體梵語svabhava，為諸法之本質，亦即其存在的根本條件。體之不變易為性，故體即性。關於體性的研究，唯識宗與三論宗稍有不同的見解。若依唯識教義，現象雖屬空假，然實體為真有；三論宗則以絕對不可得之空為究極理想。無論以何宗的義理闡釋，宇宙萬有的體性，超越凡夫的言語思惟，祇有甚深般若，方能照了；唯有無分別智，才能親證。