

## 《心經》的生命智慧 第六講 人類觀（一）

舍利子！色不異空，空不異色；色即是空，空即是色。

胡健財/2022.1.2

### 一、課程目標

1. 人類觀：人類是甚麼的說明
2. 色空與空色的關係：即色成空與因空生色
3. 大乘佛法的觀點：諸法皆空與空即不空
4. 生命的實踐：「自我」的瞭解與期許

### 二、課程內容

#### 1. 觀諸法皆空——人類觀：五蘊皆空——人的本身即解脫自在

- (1) 《心經》所講的色，主要是指人的身體。（《禪解》 p.37）
- (2) 人是由五蘊所成，我們若能如實觀照五蘊本空，那麼，雖有身心的現象，也能夠生活得解脫自在。然而要把五蘊看空，必須用智慧。（《講記》 p.106）
- (3) 這裡的「色」，就是五蘊中的「色蘊」，屬於生理的、物質的現象。其餘受、想、行、識四種，是屬於心理的、精神的活動，它們與空的關係，和色蘊完全一樣。（《講記》 p.107）
- (4) 空是對有而說，亦即是無的意思，但是空義更為廣大活潑。（《禪解》 p.37）

#### 2. 色不異空，空不異色

- (1) 「色不異空」是說，一切物質現象，皆不離成、住、壞、空的四態；肉體的生命，不離生、老、病、死的四苦。臨時有而終歸空，從空而有還原為空，現象雖有而自性是空。（《禪解》 p. 37）
- (2) 「空不異色」是說，一切物質現象，雖然自性皆空，卻又不妨礙因緣而有。凡夫愛有而懼空，大菩薩們，見有不貪愛，見空不恐懼。因為有色不異空的無色，空的無色不異有色，當空則空，當有則有，平等自在，心無牽掛。（《禪解》 p. 37）
- (3) 凡夫眾生執為實有的這個身體，殊不知從因緣的觀點來看，它是四大和合，一息不停地變化，根本沒有獨存性、不變性與實在性，只是「假有」——暫時的有，空幻而不真實，一旦和合的關係結束了，身體也就隨之死亡、朽壞、消失。這就是「色不異空」的道理所在。（《講記》 p.108）

- (4) 可是，倘若僅僅抱持一味「色不異空」的觀念，三世論者會流於小乘聲聞的「偏空」思想，而一世論者則會墮入可怕的虛無主義了。因此下文要緊接上一句「空不異色」。前句以因緣滅故，色不異空；後句以因緣生故，空不異色。（《講記》 p.108-109）
- (5) 這裡我們要注意到，「空」是因為有「色」才知道有「空」，離開了「色」來說「空」，不是真的「空」。（《講記》 p.108）

### 3. 色即是空，空即是色

- (1) 這是說：我們的色身，無非是以四大為因緣而起生滅變易的延續現象，真觀色身的本身就是無常（非不變的）、是無我（非獨存的），合而言之就是空的（非實在的）。反過來說，這無常、無我的空相，絕非一無所有的空，而是因緣而生，宛然存在的身體。如此，色與空，空與色，只是一體兩面的說法，彼此是沒有分別的。（《講記》 p.110）
- (2) 空不能離開五蘊，五蘊本身就是空。（《禪解》 p. 37）
- (3) 空不能離開色，空不能離開現實的有。實相是空，因緣因果是有，否則就是虛無的頑空。開悟的人因為身體還在，和普通人一樣會講話、活動，所以念頭還在，但是自我心中的執著不存在，因緣要他動時他就動，在動時頭腦清清楚楚知道在做什麼。要空的是對於色法等執著，色法等現象仍是有的，不但身體是有，心理活動也有，這是真正的解脫者。……如果有思想、有念頭，但沒有自我主觀的感情和自我立場的情緒，這就是空的意思。就好似鏡子本身不會動，當外面的景物動時，反映到鏡中，鏡面才有景象的活動。（《禪解》 p. 39）
- (4) 因此禪修觀想第一步是觀一切空，第二步要運用假有的現象，使眾生能成就菩薩道，進而成佛。所以實證「色即是空」，能夠解脫苦惱，實證「空即是色」，能夠成就佛道。體悟了空以後，要以積極的行動度眾生。（《禪解》 p. 38）

### 4. 結論：空即不空

- (1) 總括而言，就是「五蘊不異空，空不異五蘊；五蘊即是空，空即是五蘊」。也就是說我們的生命就是「空」，「空」就是我們的生命。「五蘊皆空」是因為沒有我，我不在裡面，可是並非「無我」就什麼都沒有了，而是指沒有「我執」。（《實踐》 p.189）
- (2) 如果僅知道「色不異空，空不異色」，換句話說，只停留在我們的生命就是空，空就是我們的生命的觀念中，這是消極的，因為既然一切皆空，那還需要做任何事嗎？但是身體的生命雖是空的，空裡面卻仍有生命存在。其實空理是叫我們不要用身體製造煩惱，要用生命修福修慧，自利利他；這叫作自在，叫作解脫。（《實踐》 p.189）