

聖嚴法師教觀音法門

摘要

許仁壽

大綱

緣起

一、求觀音

二、學觀音

三、學做觀音

四、結語

附錄：《大悲懺》

緣起

- (一) 開課宗旨
- (二) 課程系列概說
- (三) 課程進行方式
 - 1. 議題探討與省思
 - 2. 學習的目標
 - 3. 師父的教法
- (四) 教材：《聖嚴法師教觀音法門》

一、求觀音

(一) 議題探討與省思

1. 人們在感到恐懼、駭怕的時候，即自然持誦起觀世音菩薩的聖號。
2. 觀音菩薩，足具母親的慈悲愛念，又神通廣大，普救無邊。
3. 為了孩子的健康、智慧，求菩薩保護孩子。

一、求觀音

(二) 學習的目標

1. 為什麼觀世音菩薩有如此獨特的地位？

(1) 《觀世音普門品》

(2) 〈大悲咒〉

(3) 《觀世音菩薩耳根圓通章》

一、求觀音

(三) 師父的教法

1. 人們在感到恐懼、駭怕的時候，即自然持誦起觀世音菩薩的聖號。(觀P7)
2. 為什麼觀世音菩薩有如許獨特的地位？
 - (1) 《法華經》《觀世音菩薩普門品》，觀音菩薩能聽聞或心聞一切眾生的種種聲音，普開慈悲之門，施以救拔(觀P24)
 - (2) 《大悲心陀羅尼經》鼓勵大眾持誦〈大悲咒〉，即消災解厄，有求必應。(觀P8)
 - (3) 《楞嚴經》《觀世音菩薩耳根圓通章》觀世音菩薩能「聞聲救苦」、「聞聲化現」(觀P8)

一、求觀音

3. 這樣的觀音，足具母親的慈悲愛念，又神通廣大，普救無邊，因此，一遇困苦，大家便自然稱誦觀世音菩薩的聖號。（觀P9）
4. 觀世音菩薩是否有真人、真事？觀世音菩薩是過去早已成就的佛，佛號「觀音佛」或號「正法明如來」，因是「過去佛」自然不是我們這一世界的人，無從考証他的出生、背景。（觀P12）
5. 為了孩子的健康、聰明、智慧，一個人應多念觀世音菩薩，恆常薰習，修持觀世音菩薩的慈悲慈懷，常行種種福澤，一則自己的心、行，影響孩子，另一則善行感天，菩薩保護孩子（觀P17）

一、求觀音

6.正信佛教與民間信仰的差別

- (1) 〈普門品〉強調，一心持誦觀世音菩薩，一切困難災厄，業報受苦，應時解除，只要信，即能得救，這與民間信仰十分接近，與西方的基督教及其他宗教是相通的。
(觀P21)
- (2) 這層次上的人佔絕對多數，為「起信」故開啟觀世音菩薩度眾生的特殊方便法門 (觀P21)
- (3) 唯願有情蒙受接引後，當真正解厄獲益了，便能慢慢接觸正信的佛法，深入法義，自民間信仰層次提昇，開發智慧發揮慈悲精神，圓成菩薩種性。(觀P21)
- (4) 終極點學習《法華經》的精神---一切眾生皆將成佛。
(觀P21)

二、學觀音

(一) 議題探討與省思

1. 正信佛教與民間信仰的差別：

(1) 為「起信」故

(2) 深入法義，開發智慧與慈悲，圓成菩薩種性

(3) 學習《法華經》的精神，一切眾生皆將成佛

二、學觀音

(二) 學習的目標

1. 觀音法門的真實義涵：

(1) 兩重意義

- ① 反聞自性，與諸佛智慧相應
- ② 普開慈悲之門，聞聲救苦

(2) 兩重法要

- ① 自利：耳根圓通，圓滿覺慧
- ② 利他：普門示現，廣修悲濟

二、學觀音

2. 學習自利利他的七種法門

- (1) 《法華經、普門品》的持名法門
- (2) 〈六字大明咒〉「唵嘛呢叭彌吽」
- (3) 〈白衣大士神咒〉
- (4) 《延命十句觀音經》
- (5) 《大悲心陀羅尼經》〈大悲咒〉
- (6) 《心經》照見五蘊皆空法門
- (7) 《楞嚴經》耳根圓通法門

二、學觀音

(三) 師父的教法

1. 觀音法門的真實義涵

(1) 兩重意義：

- ① 《楞嚴經》觀音古佛修「耳根圓通法門」反聞聲音的自性，自性本空，了悟空性，實証空性，即與諸佛的智慧圓滿相應（觀P23）
- ② 《法華經》〈普門品〉觀音，頃刻聽聞或心聞眾生聲音，普施救拔，「普門」即普開慈悲之門，聞聲救苦即稱為「觀音法門」（觀P24）

(2) 兩重法要：

- ① 自利：自我修行「耳根圓通法門」，圓滿覺慧
- ② 利他：普門示現，救苦救難，廣修悲濟（觀P25）

二、學觀音

2. 自利利他的七種法門

- (1) 《法華經、普門品》的持名法門
- (2) 〈六字大明咒〉也就是誦「唵嘛呢叭彌吽」的修持法門
- (3) 〈白衣大士神咒〉
- (4) 《延命十句觀音經》
- (5) 《大悲心陀羅尼經》的〈大悲咒〉修持法
- (6) 《心經》的照見五蘊皆空法門
- (7) 《楞嚴經》的耳根圓通法門（觀P28）

二、學觀音

3. 〈普門品〉的「持名法門」即是持誦「觀世音菩薩」聖號，一心皈命，心心念念，相續不絕。（觀P28）
4. 〈六字大明咒〉即常誦「唵嘛呢叭彌吽」此六字表徵了觀世音菩薩利益六道的智慧慈悲，是蒙藏地區一般信眾恆持的神咒。（觀P29）
5. 〈白衣大士神咒〉
南無大慈大悲救苦救難廣大靈感觀世音菩薩（三稱三拜）
南無佛 南無法 南無僧 南無救苦救難觀世音菩薩 怛埵哆唵
伽囉伐哆 伽囉伐哆 伽訶伐哆 囉伽伐哆 囉伽伐哆 娑婆訶
天羅神 地羅神 人離難 難離身 一切災殃化為塵 南無摩訶
般若波羅蜜（觀P30）

二、學觀音

6. 《延命十句觀音經》

- (1) 觀世音，南無佛，與佛有因，與佛有緣，佛法相緣，常樂我淨，朝念觀世音，暮念觀世音，念念從心起，念念不離心。（觀P32）
- (2) 本經於我國已失傳，師父於日本禪宗寺院重新請回。（觀P32）
- (3) 本經於禪宗寺院為一種輔助修行法門，當修行者業障深重時，無法採「禪」的方法修持，誦這十句偈，持續地念，直到病苦、業障消解，「身安」後「道隆」進一步「續佛慧命」。（觀P33）

二、學觀音

(4) 這十句包括了佛、法、僧、皈依三寶，學佛、學法、學僧，終抵「常樂我淨」的淨土，由此可以開展、延續一己及佛法的慧命。(觀P33)

7. 〈大悲咒〉

(1) 此咒屬於《大悲心陀羅尼經》為過去九十九億恆河沙諸佛所說，觀世音菩薩於千光王靜住如來處聽聞傳授，彼時，觀世音菩薩由初地頓超八地，發誓弘布此咒，利益安樂有情。(觀P34)

(2) 〈大悲咒〉涵蓋了觀世音菩薩的聖號及諸佛菩薩的願力、智慧、功德，它的力量非常強大、靈驗不可思議，因而被稱為〈大悲神咒〉。(觀P34)

二、學觀音

- (3) 持此神咒是使十惡五逆、重罪業障一概滌淨，而且「必然滿願」遠離病難、長壽豐饒，乃至圓成佛道、圓成佛果。（觀P35）
- (4) 咒語即是「一種聲音的感應」不能了解意思，也無需罣礙，修持者精勤持誦即可，(觀P35)，日日持誦，長久薰修，自然能與諸佛菩薩感應道交。（觀P62）
- (5) 持咒貴在行者的虔誠，只要一心專注，誦至一念不生，便能感受到內在的定靜安和，也自有心蓮啟綻，將每一次的持誦，皆當作一次虔心的呼喚與祈請。（觀P63）

二、學觀音

8. 《心經》的照見五蘊皆空法門

體解生命的元素---五蘊

- (1) 「五蘊」代表構成「人」之生命的五個要素，即是色、受、想、行、識，色是有形的物質體，我們的肉體，山河林木等都是，受、想、行三者是心理的功能，「受」即感受、覺受，「想」即思考、想像，「行」是心理的作用、變遷、變化，「行」的特質，即是「相續流轉」自然，我們的「念頭」也是「行」的一部分，精確地說，「受」「想」都屬於「行」的一部分「識」含了三個層面：①認識、認知②分析、辨別③儲存生命種種行為、印記的「藏庫」或「主體」
(觀P67)

二、學觀音

(2) 如何「照見五蘊皆空」呢？

① 第一個層次，首先觀察我們的生命，由「五蘊」組合而成，只要「五蘊」少了一項，生命即不存在，然而五蘊本身不離「緣起」法則，皆依著時空的因緣不住變化，組合並沒有自性，因此生命現象是暫時，而非永恆。（觀P68）

② 第二個層次，逐一檢視「五蘊」本身

(i) 色蘊，即地、水、火、風四個元素，「四大和合」，「地大」即皮膚骨骼等，「水大」即血液、唾沫等，「火大」即體溫、熱量等，「風大」即呼吸等，身體本身恆常於新陳代謝中，四大也是，日日地變化流轉。（觀P69）

二、學觀音

(ii)受蘊，分為苦、樂、憂、喜、捨等五種狀態，五種受的程度，在時光中有所變化、有所消長，皆不是恆定的，這「受蘊」的本質是短暫、變動、游離。

（觀P70）

(iii)想蘊，是一種觀念、思想、想法，不難發現自己的思想、想法，都在蛻變中，所以一樣是了無自性。

（觀P72）

(iv)行蘊，淺地說：凡是心理作用，如「受」和「想」皆含有「行」的成分和功能，持續不住地轉變，都屬於心念的活動，深一層凝觀，睡眠中、禪定中，心裡的變化仍然流動著。（觀P73）

二、學觀音

- ③如是受、想、行三者都是變化、無常，「無常」故「無我」，「無我」即是「空」，既是「空」就不是「真正的我」。（觀P74）
- ④我們執持身體為「我」，感覺、思想為「我」，迷頭認影，以為它具體實存，而牢執不捨。（觀P74）
- ⑤道理易解，但倘不以智慧參照、印証，一旦遭遇不順，聽見逆耳，立即又生氣，因為它並未形成經驗，僅是知識、理論，並非來自於切身的驗証，不是真功夫。（觀P74）

二、學觀音

⑥ 識蘊

(i) 第六意識的「識」含有兩種功能，(第一)和五識同時並現稱為「五俱意識」例如眼睛觀看，為什麼能知紅色、白色？這是第六意識所賦予的「分別」眼、耳、鼻、舌、身五識必定是與外緣、外境接觸後產生，此五識單獨不能產生任何功能，必須與第六意識相合，才能產生作用，因此共同稱為「前六識」，(第二)第六意識自身具有單獨運作能力，稱為「獨頭意識」，諸如在夢中，精神疾病或禪定中。（觀P77）

二、學觀音

- (ii) 第六意識的特質既流動、又變化，受環境、情境的影響，通過五官、五根而產生功能，恆常依情境而變化不已。（觀P77）
- (iii) 第七識即是把「第八識」當成「我」，將「八識所藏的種子」視為「自己」而牢執不捨。（觀P78）
- (iv) 第八識即「阿賴耶識」，亦即「藏識」，收藏一切業的種子，我們一生一生把種子藏進第八識，一生一生的果報也從第八識的種子顯現，第八識的種子永遠是川流不息，隨著業因、業力而改變。（觀P78）

二、學觀音

(v)八識雖是攜帶業的種子，卻非一個永恆不變的「真我」，雖具有「持續」的性質，卻是遷流、變化不實的，僅是虛幻的「有」隨因緣、業力而變化、組合。
(觀P79)

(vi)第八識與靈魂絕對不同，靈魂的量和體是永遠不變的，如同人搬家，家是搬了但人還是同一個，但第八識，它不斷地在變化、更動，類似說，這個人是從過去來的，但已不是過去那個人，有了新的質與量的遞轉、流變。(觀P81)

二、學觀音

- ⑦心經的五蘊皆空，初以「分析法」，了知色法、心法，無自性故空，終以空慧觀照，「當體即空」，毋須分析，觀自在菩薩即以甚深的般若空慧，隨時照見自身的五蘊所成「我」是空，眾生的五蘊可成「我」亦無一不空，亦助眾生照見五蘊皆空，能度一旦苦厄。
- （觀P82）

二、學觀音

9. 照見五蘊皆空的法門

~如何將「五蘊皆空」的觀念，具體轉化為生命的經驗？

如何地起修與行證呢？

(1) 身體是禪修的工具

(i) 須修「觀想」的「觀」，如果沒有禪修的訓練，於日常生活中突然要起觀，是很難的事。（觀P83）

(ii) 先從身體觀起，觀「身」和「受」，觀「身體」於「受」中的狀況，也觀「心」於「受」中的感覺，「受」是身體在受，而感覺是「心」之後，再觀感覺的時候，心的反應是什麼？（觀P84）

二、學觀音

(iii) 例如喝一杯咖啡，先透過身體，聞到味道「好香！」，通過身體的嗅覺的「受」，而在心裡上產生「很想喝它」的欲望，此刻進一步觀察，一己心裡的反應是什麼？是一種貪愛、喜歡、占有...等種種心態的呈現，整個喝咖啡的過程，乍看之下，好像有個實在的「我」在那個地方，其實只是一串身、受、心的反應。

(觀P84)

二、學觀音

(iv)打坐，先觀身，先從身體的「受」觀起，漸漸地由強烈而淡化...，淡至沒有感覺身體的存在，只餘心理的活動，身體對自己而言，已不是自我中心的代表物，此時，即是觀「色即是空」色身有，在此打坐，卻對自己不是負擔，我們將發現，有身體是負擔，沒有身體才是解脫，至此，漸次突破「色蘊」的羅網，但要記住，禪修必從身體入手，身體是禪修的工具，不是自我的中心。（觀P86）

二、學觀音

(2) 無住於心

(i) 進一步屬於「觀心」的層次，心理的「受」與身體接觸，產生樂、痛、苦、癢、癢、麻、脹等，但當身體的觸受淡去以後，苦、樂漸漸析離，變成「不苦不樂受」，也叫「捨受」，捨，還是「受」，在不斷捨苦捨樂之後，將感到一種輕鬆、安定、寧靜，這樣的感覺仍在受、想、行之中，尚未超越，仍要將之逐漸放下，即是要「觀空」，也就是說，舉凡清靜、寧靜，也是一種心理的反應，不要在乎，不要執取，這樣的覺受，也是自我中心的一種狀態。此時便須「觀空」，告訴自己我只是在修行，不要貪戀它，執著它，此受也將離開，行者的思想將日趨澹泊。（觀P88）

二、學觀音

(3) 以真智慧積極看待世間

(i) 思想漸呈澹泊，並未解脫，「依佛智慧、用佛智慧」來觀察我們的身心世界，了解它們都是幻構，都是空的。（觀P88）

(ii) 沒有修行的人，將虛幻的身體和心理現象視為「我」、
「我的」或「有我」在主宰，修行之後，發現身心現象，全是虛幻的，可能進一步什麼都不要、都放下，呈現「滯止於空」的狀態，佛法名之「頑空」，一但「住」入「頑空」，行者將對世間採取消極、逃避、否定的態度，但本質上還是有一個「非常堅固的自我」。（觀P89）

二、學觀音

(iii) 因此，有也好，空也好，超越空和有，不住於「空」，不住於「有」，不執著空，不執著有，即是智慧，即《心經》「照見五蘊皆空」「不即」「不離」這才是以積極態度看世間的真智慧。（觀P90）

二、學觀音

(iv)首先，自我中心消除，回到生活中，待人處事，互動交流中，並沒有我、現象有、眾生有、業力有，但不再受五蘊現象的變化，生起喜、怒、哀、樂煩惱的情緒，但環境中，身體還在，要吃喝、要工作、還存在人與人的責任與互動，這個存在，其一，是我們原有業力的持續，其次，眾生還在，並未解脫離苦，行者雖已離苦，但業仍在，離苦僅是離卻心靈的負擔，但昔日所造的業仍殘存，並不因悟覺，便可不認帳。

（觀P91）

(v)如此，不即不離，即空即有，則可以起大智而離苦，起大悲而濟厄，入於五濁而恆保清涼，現於煩惱而恆觀自在。（觀P91）

二、學觀音

10. 《心經》中的時空觀

- (1) 《心經》「五蘊皆空」僅是它的總綱，「五蘊」可再細分為四個要目：①從空間來分析 ②從時間來分析 ③從凡夫立場來分析 ④從已成佛、已解脫的聖者狀態來分析。（觀P93）
- (2) 《心經》所談的是生命相關的命題，解釋「人」是怎麼產生的？為什麼受苦？又如何可以不受苦？從受苦至不受苦的過程如何？（觀P93）

二、學觀音

(3) 從空間上分析《心經》論及六根、六塵、六識、六根即我們生理的現象，六塵即環境、情境的現象，六識即生理與情境連結後產生的心理現象，這三組十八界，必定聯合互動，始能產生一個人的生命和生活現象，從菩薩智慧觀照，十八界是「空間中『我』的存在」是依不斷的因緣組合而缺乏自性的存在，因此是空的，這十八個項目，依因緣構成，形成了「我」，但是空其本質，那一個項目是「我」呢？它僅是組合起來，是虛幻不實，非永恆存在。（觀P97）

二、學觀音

(4) 從時間上分析，時間上構成的「我」，名為「十二因緣」即「無明、行識、名色、六入、觸、受、愛、取、有、生、老死」十二個項目。

生命的入胎，由無始的無明煩惱，引發妄想的變動與連續，即是「無明緣行」，於微細識中產生「我」的執取，衍為更粗、更鮮明的六識，便是「行緣識」

「名色」，名指心理、色即是肉體、更進一步發展出眼、耳、鼻、舌、身、意等「六入」，經由六入產生「觸」覺，產生苦「受」、樂「受」，於中，又產生喜歡「愛」或不喜歡不「愛」，一但有「愛」，便有悅愛與憎惡，便有「取」捨與執「取」。（觀P100）

二、學觀音

(5) 因為有愛、有取，生命中便造做種種的業，將我們的身心，視為實存的「有」，牢牢執取，不肯放下，便任由愛取，埋首造業，業力種子又埋藏在於第八識「阿賴耶識」中，七識於微細的流轉識中，依然將「業識的種子」，視為「真實有」，以為「有我」「我在」於是又具胎成形，投入下一生了，下一生一旦出生，又難免於老死憂悲苦惱，十二因緣如是運轉不歇，鋪蓋了一世世的生死輪迴。（觀P101）

二、學觀音

(6) 因之，佛家說，三界最難突破的「見惑」（見解的迷惑）及「思惑」（貪、嗔等煩惱），在十二因緣流轉中，不斷地因惑而造業，因造生死業而感生死果報，便是「有」，因視業報體的自我及身、心世界為實有，便構成見、思二惑，便造生死之業，感生死果報，這就是十二因緣的三世流轉。（觀P102）

二、學觀音

11. 《心經》的解脫觀

- (1) 五蘊是時空整合的我的生命，十八界是空間的我的組合，十二因緣是時間的我的持續，這些都是欲界眾生的生死法，若能以無我的空慧觀照此三類因緣的組合及因果循環，當體即空，便得解脫，便得轉凡夫為聖人，唯聖人有二類，一是小乘，二是大乘，小乘聖者的解脫，是出離三界生死，大乘聖者的解脫，是不戀生死亦不畏生死，斷除煩惱是解脫，利益眾生入生死，那就是《心經》說：「無無明亦無無明盡，乃至無老死，亦無老死盡」。 (觀P103)

二、學觀音

(2) 從凡夫的立場來分析，「無明」為首，推動十二因緣，皆在無盡的「無明...老死」中，永遠生而老，老而死。凡夫生存的狀態是「有無明，有老死」，無明生、無明滅，是解脫聖者的狀態，「無明盡」乃至「老死盡」是小乘聖者的解脫；「無無明，亦無無明盡」乃至「無老死，亦無老死盡」是大乘菩薩摩訶薩的解脫。（觀P104）

二、學觀音

(3) 小乘，解脫輪迴。小乘佛法是「從有到無」「有無明...有老死」生死之輪，依此持續下去，欲離苦得樂，欲証解脫，則須「斷無明」，無明一斷則老死永斷，輪迴永斷，便得解脫，由是拔除根本無明，泯滅煩惱，解脫三界，永不再往返於三界，墮於輪迴死生中。

小乘觀點認為「我」是空的，五蘊十八界、十二因緣的「法」是有的，所以凡夫是「有無明、有老死」由是摧破無明，出離三界，不復再入輪迴，是具體的「無明盡，老死盡」。(觀P105)

二、學觀音

(4) 大乘，覺醒有情，大乘聖者認為，生死中的「我」，如化如幻，當體即空。五蘊十八界、十二因緣「法」，也是如化如幻，當體即空，當體便不執取，不執取如化如幻的自我，也不執取五蘊、十八界、十二因緣為實有，便能清涼安住，不必厭離，也無所迷惑。輾轉三世，凡夫以為「有」，所以牢牢執取，小乘聖著也一樣認為「有」，急於脫離，永不再來。大乘菩薩了知，本是幻構，無論如何華麗、顛倒、恐怖...都沒有實相，當下即「看破生死，不執著生死」，連生死也是虛幻色心的起滅來去，本然空性，本來沒有起滅來去，所以《心經》說：「是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減」。(觀P106)

二、學觀音

(5) 由於累世所發的悲願，菩薩乘著悲願，迴歸虛幻之柱，於生死中來來去去，協助一切有情，於風雨旱潦，備嘗荼苦，卻能安住空寂，於煩惱中離煩惱，於老死中離老死，於無明中離無明，他人的生死輪，卻是菩薩的悲願輪，小乘聖者「有無明、有無明盡」「有老死，老死盡」，大乘菩薩卻是「無無明，亦無無明盡」乃至「無老死，亦無老死盡」，修行，在於生死煩惱中，恆保安定，恆住清涼，一世世投入輪轉中，一世世覺醒有情。（觀P107）

二、學觀音

12.如吸音板的耳根練習

(1) 靜態的耳根練習：

- (i)聽鳥的聲音，心神愉快、安悅，帶來安靜、開朗，卻不能入定。
- (ii)聽雨聲，絲絲微微，沙沙沙沙，規律持續，容易靜定下來。
- (iii)聽水聲，嘩嘩嘩嘩，同樣的節奏與旋律，心融入水音中，內外靜寂，可能因此入定。（觀P39）

二、學觀音

(2) 將耳朵變成吸音板，僅用耳朵來「享受」聲音，不刻意聽什麼，讓聲音自動送過來，送過來便接受它，並不主動尋找聲音，只是被動如同一只吸音板，聲音到了板上，音就不見了，沒有反彈作用，倘有反彈，那便不名吸音板，而是「回音板」。(觀P40)

二、學觀音

- (3) 聲音到了耳朵，自然不見了，因我不產生第二個念頭，不給它「定名」，不在想：「那是什麼聲音？該用什麼方式回應？」人家用粗話罵你，不要回應，也無庸反應，因為，我是個吸音板，曉得聲音，不給它回應，便是一個會用功，修行的人」（觀P41）
- (4) 初步修行音聲法門，可以入淺定，避煩惱，但尚不能開智慧得圓通。（觀P42）

二、學觀音

13. 《楞嚴經》的耳根圓通法門

- (1) 耳根圓通法門，包含兩個層次，第一個層次，觀無聲之聲，打坐漸深，漸入定中的狀態，初聽水聲，水.水.水...，逐漸水聲消逝了，周遭的聲音不復聽聞，自己與宇宙合而為一，經文的「初於聞中，入流亡所」，是由能聞的耳朵，聞所聞的聲音，深入之後，便不再感覺有所聞之境，也無能聞之我，超越一切，便合於諸佛的本妙覺心，也合於一切六道的眾生，便進入第二個層次。（觀P45）

二、學觀音

(2) 第二個層次，即是「聞所聞盡，盡聞不住」，那便是「反聞聞自性」，一般人用耳朵，總是聽外面的聲音，「反聞自性」，卻是完全放下耳根，向內聽聞「自性的聲音」，由於「自性」無體無聲，所以，這個階段甚至連宇宙之聲都不要去聽它了，「反聞」，即徹底放下耳根，放下一切定名為「我」的東西，「自性」即每一個人本具的佛性。（觀P46）

二、學觀音

- (3) 「反聞聞自性，性成無上道」，親聞那個自性，便能成就無上的佛道，當進入了「聞自性」的層次，行者在時空中，卻又超越時空的執著，也超越了「將時空當成自我」的執取，因此，超越自我，而不離自我，行者經由此「入流亡所」，「反聞聞自性」的修証過程，徹底破除了我執，認証了本體佛性。（觀P46）
- (4)如此，耳根圓通的重點，也僅是「破執」，契入空性，破除生命萬相的執著，而自在解脫於一切情境中。
（觀P47）

二、學觀音

(5) 觀音菩薩從初發心，即追隨「觀音古佛」修行，觀音古佛即傳授「耳根圓通法門」，因為是一門「觀察聲音」的法門，因此，圓成了，也名「觀音菩薩」，觀音菩薩的傳承如此，因此，你、我及每一位有情，倘依持耳根法門修行，成就了，將來也是一尊觀音菩薩。（觀P51

三、學做觀音

(一) 學習的目標

人人都可能成為觀世音菩薩，即使僅持念「南無觀世音菩薩」都可以一邊修行，一邊自利、利他，以智慧、慈悲心協助自己，也協助他人，師父自己，是修觀音法門，也勸導大眾，共同努力修持，肯以此發心修持，實踐觀世音菩薩精神的每一個人，也都是觀世音菩薩的化身了。

三、學做觀音

(二) 師父的教法－江心上的月影

一、「千江有水千江月」

1.之於我，觀世音菩薩如同一輪皎潔的明月，從孩提乃至為師，始終映照著一己的生命，以及修行的途軌。

(觀P117)

2.孩提的家鄉，流行「觀音會」，持誦《心經》《觀音經》，每每望著堂上所掛的粗糙「觀音畫像」，便發想，長大要塑一個又大又美的觀音像。(觀P121)

3.在狼山「廣教寺」剃度，狼山是觀音道場，算是與觀音菩薩的甚深因緣。(觀P121)

三、學做觀音

4. 幼時體弱智弱，每日拜觀音，持續三個月內，八十八佛便如清泉般流通胸臆。（觀P122）
5. 進入上海靜安佛學院及在高雄美濃山寺閉關，日日拜《大悲懺》，使我能克服重重的艱難，成就行願。（觀P123）
6. 成為禪師，觀音的慈悲與智慧，仍如一輪皎月，時時垂照生命的行路，永奉為修持的圭臬。（觀P124）
7. 說法鼓山是個觀音道場，並不為過，這是我所予以自身，和所有法鼓人的期許與叮嚀。（觀P124）

三、學做觀音

二、智慧修行，戒慎覺醒

1.觀世音的特質在於「大悲」，真正的慈悲，則建立於「無我的智慧」，這樣的慈悲，必須透過智慧，修行的覺醒，始能抵達。（觀P125）

2.一般在學習的過程中，可分為四類階梯：

(1)並不特別了解觀世音，將觀音菩薩與民間神、仙等一起並供，且以「只要能保佑我，我便拜」，依次，所求為個人世俗長壽、幸福等。

三、學做觀音

- (2) 略略認識觀世音，學習一點佛法，卻無法放下「自我中心」，一面持誦觀音、拜懺、做種種善業，但無法放下「自我中心」，仍充滿各種慾望、貪婪、恐懼，善善惡惡，內心拉鋸。
- (3) 進入《心經》的「照見五蘊皆空」，及《楞嚴經》的「反聞聞自性」階段，進入「解脫道」中，契入觀音修証的心髓，能「入流亡所」，放下主觀的自我和客觀的對象，而能証覺「空性的智慧」。

三、學做觀音

(4)融入眾生和娑婆苦難中，和光同塵，體達空性，無我的智慧，返歸娑婆濁世，拔贖沉淪，救苦救難，以無量的心，行諦現了生命的尊嚴與光華。

(觀P126)

(5)依此四個階段，人人可成為觀世音、代表觀世音，但是要避免傲慢心。(觀P127)

三、學做觀音

三、千江觀音，具現光華

1. 凡夫總是取於「相」，常將觀音畫成「千手千眼」的形象，千眼，象徵著智慧廣大的覺觀。千手，象徵慈悲的行動、普濟。（觀P128）
2. 每一條江流，皆可投映明月，於自性自心中，形塑出皎皎清華，又大又美的觀音。（觀P128）
3. 如是，千江有水，千江之中皆顯現觀音，具足光華。（觀P128）

四、結語

(一) 道理知道, 如何做到?

(二) 理觀

(三) 事修

附錄：《大悲懺》

- 一、為宋代知禮和尚，根據《大悲心陀羅尼經》所編寫，制定出的儀軌，包含了<大悲咒>及經典的核心思想及懺悔，觀行的種種程序和儀式。（觀P55）
- 二、為什麼一定要「共修」？「共修」以集體的力量，轉化了個體所可能的散亂、倦怠，而能傾全副心意地，達到「拜懺除障」的目的。（觀P57）

附錄：《大悲懺》

- 三、《大悲懺》雖屬懺門，它的內容，並不僅僅消極的懺悔，它指涉了觀音証覺的般若與涅槃，及觀音的慈悲與方便，終極地，此懺的意義，仍在自我的悟覺與拔贖，通過個我的証覺解脫，而發起與觀音的慈悲相應的廣大菩提心，以種種的善行方便、利益，也協助有情証覺性法。（觀P59）
- 四、究竟《大悲懺》的意義，不僅在於拜懺的那兩小時的滌淨而已；更在於日常生活中，時時念起觀音的慈悲與柔忍，以之做為「淨化」的楷模與行則，如此，「懺」才能在我們的生命內容中發生根本的意義。（觀P61）