08 《楞嚴經》的耳根圓通法門

目　錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 39 ～ P. 47	無	1.《楞嚴經》耳根圓通法門的相關經文	1.1 卷六：於時有佛出現於世，名觀世音・・・與諸眾生同一悲仰 1.2 反聞聞自性，性成無上道。
		2. 耳根圓通法門的兩個層次	2.1 層次一，觀無聲之聲 2.2 層次二，「聞所聞盡，盡聞不住」 2.3 耳根圓通的重點在「破執」
		3. 從生活中聽聞自性之音	3.1 欲認證空性、契入空性，並非唯有「耳根圓通法門」 3.2 在生活中善用耳根是最方便的修行方法 3.3 梵音海潮音，勝彼世間音
		4. 一門通，一切門通	4.1 修行必須一門深入，門門皆是圓通法門 4.2 本體自性之門 － 自性裡面並沒有門
		5. 以耳根掌握觀音智慧	5.1 至為「當機」的「耳根圓通法門」 5.2 追隨觀音菩薩修行 － 觀音菩薩的傳承
		6. 人人都能成為觀世音菩薩	6.1 修行方法－本書介紹了七種法門 6.2 觀音菩薩的精神是利他 － 觀世音菩薩是施無畏者

08《楞嚴經》的耳根圓通法門

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.39	無	1.《楞嚴經》耳根圓通法門的相關經文	1.1 卷六：於時有佛出現於世，名觀世音．．．與諸眾生同一悲仰 1.2 反聞聞自性，性成無上道。

1.《楞嚴經》耳根圓通法門的相關經文

1.1 卷六：

於時有佛出現於世，名觀世音。我於彼佛，發菩提心，彼佛教我，從聞、思、修入三摩地。初於聞中，入流亡所；所入既寂，動靜二相，了然不生。如是漸增，聞所聞盡；盡聞不住，覺所覺空；空覺極圓，空所空滅；生滅既滅，寂滅現前。忽然超越，世出世間，十方圓明，獲二殊勝：一者，上合十方諸佛，本妙覺心，與佛如來同一慈力。二者，下合十方一切六道眾生，與諸眾生同一悲仰。

1.2 反聞聞自性，性成無上道。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.40 ～ P.42	無	2.耳根圓通法門的兩個層次	2.1 層次一，觀無聲之聲 2.2 層次二，「聞所聞盡，盡聞不住」 2.3 耳根圓通的重點在「破執」

2.耳根圓通法門的兩個層次

2.1 層次一，觀無聲之聲。

2.1.1 禪定中「光音無限」的境界

2.1.1.1 出現於禪定初期，未入真正的禪定前

2.1.1.1.1 常發生於打坐漸深，漸入定中的狀態

2.1.1.2 此時，會見到柔和清淨的光明，會聽見一種平穩悅耳的聲音

2.1.1.3 這種宇宙之光與音可以稱之為「元光」或是「天籟」，唯有在禪修中始能目視聽聞。

2.1.2 觀的過程 –「初於聞中，入流亡所」

2.1.2.1 釋義：

由能聞的我耳，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

2.1.2.2 例：聽水聲

2.1.2.2.1 初初聆聽水聲，逐漸水聲消逝，聽不見了，自己與宇宙合而為一。

2.1.2.2.2 周遭聲音一概不復聽聞，那時，宇宙之光及宇宙之音即會顯現。

2.2 層次二，「聞所聞盡，盡聞不住」

2.2.1「反聞聞自性」 – 向內聽聞「自性的聲音」

2.2.1.1「自性」無聲

2.2.1.1.1 甚至連宇宙之聲都不要去聽它了。因為，連宇宙之聲皆是外在的。

2.2.1.2「反聞」 – 徹底放下耳根

2.2.1.2.1 放下一切有形無形，可以讓我們依靠、參與、捉摸、把持，定名為「我」的東西。

2.2.1.3「自性」 – 即眾生本具的空性，也是每一個人本有的佛性。

2.2.2「性成無上道」 – 親聞那個自性，便能成就無上的佛道。

2.2.2.1 徹底破除深細的我執，認證了本體佛性

2.2.2.2「超越自我」的境界 – 不執取自我

2.2.2.2.1 行者在時間與空間中，卻又超越了時間與空間的執著

2.2.2.2.2 也超越了另一種「將時間與空間當成自我」的微細執取

2.2.2.3「無自性」 – 不是否定一切物性，是瞭解其中的幻化、不真，無所執取。

2.3 耳根圓通的重點在「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。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.42 ～ P.44	無	3.從生活中聽聞自性之音	3.1 欲認證空性、契入空性，並非唯有「耳根圓通法門」 3.2 在生活中善用耳根是最方便的修行方法 3.3 梵音海潮音，勝彼世間音

3.從生活中聽聞自性之音

3.1 欲認證空性、契入空性，並非唯有「耳根圓通法門」。

3.1.1 禪宗的開悟 – 所悟、所證者即是空性

3.1.1.1 禪宗的「明心見性」 – 所明的心是無漏的智慧，所見的性，即是空性

3.1.2 空性、佛性、法性，就是真如實相的異名

3.1.2.1 在有情眾生稱為佛性

3.1.2.2 在非情的諸法稱為法性

3.1.2.3 總名為真如實相

3.1.3 能見到空性的即是大智慧心

3.1.3.1 即是楞嚴的「本妙覺心」

3.1.3.2 即是《心經》的「般若」。

3.1.4 能夠「行深般若」，便常在大智慧中，便證本具的佛性

3.1.4.1 便能夠「度一切苦厄」

3.1.4.2 能夠使自我與他人皆能拔除因執著所引起的種種煩惱無明。

3.2 在生活中善用耳根是最方便的修行方法

3.2.1 善用耳根：

3.2.1.1 於靜態環境中，聆聽鳥聲、雨聲、水聲

3.2.1.2 於動態、嘈雜情境中，練習使一己成為一只吸音板

3.2.2 功夫漸深，進而將可會通「入流亡所」、「反聞聞自性」

3.2.3 此時聲塵將不再是干擾，而是使我們冥入自性，證入本性實相的途徑。

3.3 梵音海潮音，勝彼世間音

3.3.1 梵音、海潮音所指的，即是「自性之音」

3.3.2 梵音 – 來自清淨、無為、無我、不執著的佛性，不以耳聞。

3.3.3 海潮音 – 梵音的力量巨大，如同海潮一般，綿綿不絕流灌世間

3.3.3.1 倘若能夠聽到，便是真正聽到無聲亦無生的佛法、聞見真如佛性的消息了。

3.3.3.2 所謂「梵音宣流」即是指如海潮一般豐沛流灌、澤潤有情，使悟自性，使證空寂的佛法。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 44 ～ P. 45	無	4. 一門通，一切門通	4.1 修行必須一門深入，門門皆是圓通法門 4.2 本體自性之門 – 自性裡面並沒有門

4. 一門通，一切門通

4.1 修行必須一門深入，門門皆是圓通法門

4.1.1 一門深入是最為善巧、速捷的途徑。

4.1.1.1 一扇門進來以後，每扇門都是相通的，名為圓通

4.1.1.2 重複的學習不同法門，既迂迴而又疲憊

– 可能消耗了大量的心力、時光，而未曾掌握啟開任何一扇門的關鍵與訣竅

4.1.2《楞嚴經》的二十五種圓通

4.1.2.1 是每一位菩薩依據自我根性的不同，各自發展、經驗出不同的「圓通法門」。

4.1.2.2 二十五種法門，任何一門修持成功，都叫做「圓通法門」。

4.1.2.3 一門通，門門通。

4.1.2.3.1 就像房間有很多門，你只能走一個門進來，而不可能同時從幾個門進來。

4.2 本體自性之門 － 自性裡面並沒有門

4.2.1 修行時有方便門，即是修行的法門，悟入了即沒有門

4.2.2《楞伽經》說無門為法門

－ 有門可入是方便，無門為門是頓悟。

4.2.3《楞嚴經》的二十五種圓通，也是修行時的方便

4.2.3.1 修成時，「空所空滅」、「寂滅現前」，就是親證圓通，也是頓悟自性。

4.2.3.2 所謂圓通，即是「圓滿」、「共通」。

4.2.4 修成所證真如，都是一樣的，並沒有第二個

4.2.4.1 修耳根圓通的觀世音菩薩所悟的本體自性，跟其餘二十四位菩薩並無不同

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.45 ～ P.46	無	5.以耳根掌握觀音智慧	5.1 至為「當機」的「耳根圓通法門」 5.2 追隨觀音菩薩修行 － 觀音菩薩的傳承

5.以耳根掌握觀音智慧

5.1 至為「當機」的「耳根圓通法門」

5.1.1 世尊特別讚許觀世音菩薩的「耳根圓通法門」，以為最適合大眾修習

5.1.1.1 耳根最為善巧聰利，無論遠近、方所，有沒有阻隔

5.1.1.2 對不對境都可以聞聽，即使在睡眠時，仍未完全喪失它的功能

5.1.1.2.1 聲音來時，固然可以聽見，沒有聲音時，也可了知無聲

5.2 追隨觀音菩薩修行 － 觀音菩薩的傳承

5.2.1 觀世音菩薩從初發心開始，即追隨「觀音古佛」修行

5.2.2 觀音古佛所傳授的，即是耳根圓通法門

5.2.3 因為是一門「觀察聲音」的法門，因此，圓成了，也名為「觀音菩薩」。

5.2.4 每一位依持耳根法門修行而得到成就的，就是一尊觀音菩薩。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		

讀懂一句 受用一生 法鼓山心靈環保讀書會

P.46 ～ P.47	無	6.人人都能成為觀世音菩薩	6.1 修行方法－本書介紹了七種法門 6.2 觀音菩薩的精神是利他 － 觀世音菩薩是施無畏者

6. 人人都能成為觀世音菩薩

6.1 修行方法 － 本書介紹了七種法門

6.1.1 各種方法，只要成功，都是觀世音菩薩

如：持念「南無觀世音菩薩」、或〈白衣大士神咒〉、〈大悲咒〉、〈大明咒〉、《心經》、《延命十句觀音經》、或《楞嚴經》的耳根圓通法門

6.1.2 七種法門各自鋪展，不同的人也就依此得到不同的感應和利益

6.1.2.1 大乘佛教傳播的區域中，都傳播著以觀世音菩薩為核心的修持法門。

6.1.3 七種法門以《心經》與《楞嚴經》至為透徹、深入，能入佛心髓，抵達真正的圓滿。

6.1.4 修持重點

6.1.4.1 在於持之以恆、深心相續、以覺證自我、自利利他，為究竟圓滿。

6.1.4.2 如此，門門道道，皆是無上法門，皆是觀音手眼。

6.2 觀音菩薩的精神是利他 － 觀世音菩薩是施無畏者

6.2.1 學習觀音菩薩

－ 從初發心開始，一直到成佛，皆以利他為著眼，布施種種方便的法門，利益群生。

6.2.2 以此發心修持實踐的每一個人，都是觀世音菩薩的化身

討論題目

1. 描述耳根圓通法門的兩個層次與耳根圓通的重點。
2. 如何從生活中聽聞自性之音？
3. 說明為何修行必須一門深入，且一門通，則一切門通？
4. 為何世尊特別讚許觀世音菩薩的「耳根圓通法門」，並以為至為「當機」，最適合大眾修習？
5. 說明觀音法門的修持方針。