

《楞嚴經》的耳根圓通法門 — 聖嚴法師

現在要介紹《楞嚴經》的耳根圓通。在《楞嚴經》卷六，有如下的一段經文：

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。

還有兩句經文也極重要：「反聞聞自性，性成無上道。」

一、耳根圓通法門的兩個層次

《楞嚴經》中的觀世音菩薩耳根圓通法門，是透過耳根成佛的境界，也是耳根修持的至高法門。它包含了兩個層次：

第一個層次，觀無聲之聲。

禪定之中，有一種境界，名為「光音無限」，出現於禪定初期，未入真正的禪定前，此時，會見到柔和清淨的光明，會聽見一種平穩悅耳的聲音，可以稱之為「元光」或是「天籟」，它是由內視及內聽的功能與宇宙頻率的交感所得的反應。

通常，它發生於打坐漸深，漸入定中的狀態。初初聆聽水聲，水，水，水，水……逐漸水聲消逝，聽不見了，自己與宇宙合而為一。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。

這個光和音非人間可以形容、製作的，唯有在禪修中始能目視聽聞。它與平常所稱的日月星燈之光及天籟是不同的。

經文的「初於聞中，入流亡所」。是由能聞的我耳，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，便進入了第二個層次。

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、耳根傾聽，因此，總是往外的，聽著外面的聲音。「反聞自性」，卻是完全放下耳根，向內聽聞「自性的聲音」。

一般人一聽到「向內聽」，便誤以為是聽「五臟六腑」的聲音。

不是。打坐時，於闐寂中，我們的確可以聽見脈搏、心跳、腸胃，以及內臟蠕動、血液流動或氣脈浮沉的聲音；它是我們身體的運作、活動中自然的機能，不要老是注意它。因為心念注意時，全身的力量便集中過去，那個地方就會發生問題，因此，務必謹慎！至於天台智者大師說，若為治某一部位的某一種病，可以專心專注該一部位，必須觀想該一部位的病症，逐漸消除於無形，不是專注該部位的觸覺。

由於「自性」無形無體，所以也無聲可聞。

自性無聲。意思是，這一階段，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。「反聞」，即是徹底放下耳根，放下一切一切有形、無形，可以讓我們依靠、參與、捉摸、把持，定名為「我」的東西。自性，即眾生本具的空性，也是每一個人本有的佛性。

所以「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，行者在時間與空間中，卻又超越了時間與空間的執著，也超越了另一種「將時間與空間當成自我」的微細執取—佛法就是要否定自我的。所謂「否定自我」，並不等於「沒有自我」，而是「不要執著自我」。因此，是超越自我，而不離自我。行者經此「入流亡所」、「反聞聞自性」的修證過程，徹底破除了深細我執，認證了本體佛性。所以經文要說：「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。」

特別要提醒的即是「自性」一詞。我們總是說「水有水性，火有火性」，但是，這不是「自性」，任何一樣東西，它的組織成分皆必須與因緣配合。因緣一變，它的成分與形狀，也就隨之改變了。因此，稱為「無自性」。「無自性」並不是否定了一切物性，僅是瞭解其中的幻化、不真，而無終極執取之物。

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。

二、從生活中聽聞自性之音

自然，欲認證空性、契入空性，並非唯有「耳根圓通法門」。中國禪宗修行者所謂的「開悟」，所「悟」、所「認證」的，假名為佛性，其實就是「空性」。其中的「明心見性」，所明的心是無漏的智慧，所見的性，也即是空性—在有情眾生稱為佛性，在非情的諸法稱為法性，也可總名為真如實相。能夠見到空性的，即是大智慧心，即是楞嚴的「本妙覺心」，即是《心經》的「般若」。能夠「行深般若」，便常在大智慧中，便證本具的佛性，便能夠「度一切苦厄」，使自我與他人皆能拔除因執著所引起的種種煩惱無明。

雖然，並不一定必須使用觀世音耳根圓通法門始能契悟自性。但是，由於我們日常便生活在聲音與耳根的世界中，倘能善巧使用耳根，於靜態的環境中，聆聽鳥聲、雨聲、水聲；而於動態、嘈雜的情境中，練習使一己成為一只收音板，功夫漸用漸深，進而會通觀世音菩薩的耳根圓通法門所揭示的「入流亡所」、「反聞聞自性」，那麼，聲塵，將不止於干擾，而是協助修行、開展修行，使我們冥入自性，證入本性實相的途徑。

「但是，《法華經》中不是說，觀世音菩薩不是聽海潮而悟道的嗎？」曾有居士好奇地問到。

的確，〈普門品〉曾經提到「妙音觀世音，梵音海潮音，勝彼世間音」，意思是，梵音海潮音，是超勝一切世間所有聲音的。自然，也不是世間的音聲。「梵音」即是來自清淨、無為、無我、不執著的佛性。它可以聽得見嗎？不能。不是以耳朵聽的。「海潮音」即是說，梵音的力量巨大，如同海潮一般，綿綿不絕流灌世間，只是我們聽不到。倘若聽到，那麼便真正聽到無聲亦無生的佛法、聞見真如佛性的消息了。佛弟子們所謂的「梵音宣流」所指的即是如海潮一般豐沛流灌、澤潤有情，使悟自性，使證空寂的佛法。

因此，梵音、海潮音所指的，仍是「自性之音」；它所修行的，仍是觀世音菩薩證悟佛性的「耳根圓通法門」。

三、一門通，一切門通

《楞嚴經》中世尊為了使眾生悟入自性，便請二十五位菩薩各自敘說他們「發明心地，悟覺本體」的方法。其中，每一位菩薩依據自我根性的不同，都各自發展、經驗出不同的「圓通法門」。也就是說，二十五種法門，任何一門修持成功，都叫做「圓通法門」。一門通，門門通。我們經常如此比喻，譬如房間一共有五個門、或四個門，進來時，你只能走一個門進來，而不可能同時一個人從五個門進來。當然，如果我們希望通過或瞭解這五個門各自不同的狀況、特質，自然可以一次又一次地、重複五次，分別從五個門進來，五個門經驗，但是，這是一件迂迴而又疲憊的事，我們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；也因而，從未曾進入其中的一扇。因此，修行，必須一門深入。從一扇門裡直接進入，這是至為善巧、速捷的途徑。一扇門進來以後，每扇門都是相通的，這名為圓通。

一門通，一切門通。自性裡面並沒有門，只有悟入自性時有修行的法門。修行時有方便門，悟入了即沒有門，所以《楞伽經》說無門為法門；有門可入是方便，無門為門是頓悟。《楞嚴經》的二十五種圓通，修行時是方便，一旦修成，「空所空滅」與「寂滅現前」，就是親證圓通，也是頓悟自性。所謂圓通，這即是「圓

滿」、「共通」。因為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；都是完全相同的真如，並沒有第二個。

四、以耳根掌握觀音智慧

世尊特別讚許觀世音菩薩的「耳根圓通法門」，以為至為「當機」，最適合大眾修習，唯因耳根最為善巧聰利，無論遠近、方所，有沒有阻隔，對不對境（聲音來時，固然可以聽見，沒有聲音時，也可了知無聲）都可以聞聽，即使在睡眠時，仍未完全喪失它的功能（夢中聽見打鑼，醒來時，仍可依稀記得，昨夜恍然有人在打鑼），因此，特別期勉行者善用耳根，掌握觀世音菩薩的智慧。

觀世音菩薩從初發心開始，即追隨「觀音古佛」修行。觀音古佛所傳授的，即是耳根圓通法門，因為是一門「觀察聲音」的法門，因此，圓成了，也名為「觀音菩薩」。觀音菩薩的傳承如此，因此，你、我，以及每一位有情，倘若也依持耳根法門修行，成就了，將來，也是一尊觀音菩薩。

人人都可能成為觀世音菩薩。即使僅只是單獨持念「南無觀世音菩薩」、或〈白衣大士神咒〉、或〈大悲咒〉、或〈大明咒〉、或《心經》、或《延命十句觀音經》、或《楞嚴經》的耳根圓通法門，都是修行觀音法門，只要成功，也都是觀世音菩薩，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。

我自己，是修觀音法門的；方式很簡單，僅只是念觀音、拜觀音，心中恆常有觀音。也依此，勸大家一起念觀音、拜觀音，常於心中見觀音。我如此一個普通的凡夫，只能以自己修行的法門，勸導大眾共同發心修持觀世音菩薩的法門，自利利他。經由自己，觀世音菩薩悲智的力量—他的梵音、海潮音也從此傳播、弘揚出去；那麼，就某一方面說，自己也代表了觀世音菩薩；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。

而觀世音菩薩的精神，即是利他。從初發心開始，一直到成為聖位的菩薩摩訶薩，乃至「性成無上道」的觀音佛，皆以利他為著眼，布施種種方便的法門，利益群生，所以觀世音菩薩是大施主，稱為施無畏者。

在這冊書中，一共介紹了七種觀音法門。但是，卻含納了無量無數的法門，如同七株根部相連的大樹般，各自鋪展出無數的花果枝葉，而不同的人也就依此得到不同的感應和利益。大乘佛教傳播的區域中，無論漢傳佛教或藏傳佛教，都傳播著以觀世音菩薩為核心的修持法門。漢傳系的大乘佛教，傳遍東北亞乃至東南亞，也都廣泛地流傳著觀世音菩薩的修持法門。

七種法門，唯有《心經》與《楞嚴經》至為透徹、深入，能入佛心髓，抵達真正的圓滿。其餘的，自然也不能說不圓滿—倘若持〈大悲咒〉及觀世音聖號等，不以自我中心的自私心修持，而能以尋聲救苦的大悲心來持誦，念念薰習，也都是悟入自性成就無上菩提的法門。

七種法門，即使僅是持念一句「南無觀世音菩薩」，也是無上法門，重點在於持之以恆、深心相續、以覺證自我、自利利他，為究竟圓滿。如此，門門道道，皆是無上法門，皆是觀音手眼。

本文摘錄自法鼓文化出版《聖嚴法師教觀音法門》