觀音法門的修持方法

目錄

修持儀軌

- 《心經》……3
- 〈觀世音菩薩普門品〉……15
- 〈大悲咒〉……47

修持心要

- 觀世音菩薩的法門……聖嚴法師 63
- 〈大悲咒〉的修持……取材自《大悲心陀羅尼經》 81

心經

楊枝淨水讚

楊枝淨水　遍灑三千　性空八德利人

天　福壽廣增延　滅罪消愆（くㄧㄢ）　火燄化

紅蓮

南無清涼地菩薩摩訶薩（三稱）

南無般若會上佛菩薩（三稱）

般若波羅蜜多心經

唐三藏法師玄奘　譯

觀自在菩薩。行深般若波羅蜜多時。照見五蘊皆空。度一切苦厄。舍利子。色不異空。空不異色。色即是空。空即是色。受想行識。亦復如是。舍利子。是諸法空相。不生不滅。

不垢不淨。不增不減。是故空中無色。無受想行識。無眼耳鼻舌身意。無色聲香味觸法。無眼界。乃至無意識界。無無明。亦無無明盡。乃至無老死。亦無老死盡。無苦集滅道。無智亦無得。以無所得故。菩提薩埵。依般若波羅蜜多故。心無罣礙。無罣礙故。無有恐怖。遠離顛倒夢想。究竟涅槃。三世諸

佛。依般若波羅蜜多故。得阿耨多羅三藐三菩提。故知般若波羅蜜多。是大神咒。是大明咒。是無上咒。是無等等咒。能除一切苦。眞實不虛。故說般若波羅蜜多咒。即說咒曰。揭諦。揭諦。波羅揭諦。波羅僧揭諦。菩提薩婆訶。

摩訶般若波羅蜜多（三唱）

觀音偈

觀音菩薩妙難酬　清淨莊嚴累劫修
三十二應徧塵刹　百千萬劫化閻浮
瓶中甘露常時灑　手內楊枝不計秋
千處祈求千處現　苦海常作度人舟
南無普陀山琉璃世界　大慈大悲

觀世音菩薩

南無觀世音菩薩（七字轉四字）

發願

經云。若有比丘。比丘尼。優婆塞。優婆夷。童男。童女。欲誦持者。於諸衆生。起慈悲心。先當從我發如是願。

南無大悲觀世音　願我速知一切法
南無大悲觀世音　願我早得智慧眼
南無大悲觀世音　願我速度一切衆
南無大悲觀世音　願我早得善方便
南無大悲觀世音　願我速乘般若船
南無大悲觀世音　願我早得越苦海
南無大悲觀世音　願我速得戒定道

南無大悲觀世音　願我早登涅槃山
南無大悲觀世音　願我速會無爲舍
南無大悲觀世音　願我早同法性身
我若向刀山　刀山自摧折
我若向火湯　火湯自枯竭
我若向地獄　地獄自消滅
我若向餓鬼　餓鬼自飽滿

我若向修羅　惡心自調伏
我若向畜生　自得大智慧
南無觀世音菩薩（十稱）

三皈依

自皈依佛　當願衆生　體解大道　發
無上心
自皈依法　當願衆生　深入經藏　智
慧如海
自皈依僧　當願衆生　統理大衆　一
切無礙

迴向偈

願消三障諸煩惱　願得智慧眞明了
普願罪障悉消除　世世常行菩薩道

觀世音菩薩普門品

楊枝淨水讚

楊枝淨水　遍灑三千　性空八德利人

天　福壽廣增延　滅罪消愆（ㄑㄧㄢ）　火燄化

紅蓮

南無清涼地菩薩摩訶薩（三稱）

南無大悲觀世音菩薩（三稱）

開經偈

無上甚深微妙法
百千萬劫難遭遇
我今見聞得受持
願解如來眞實義

妙法蓮華經觀世音菩薩普門品

姚秦三藏法師鳩摩羅什　譯

爾時無盡意菩薩。即從座起。偏袒右肩合掌向佛而作是言。世尊。觀世音菩薩。以何因緣。名觀世音。佛告無盡意菩薩。善男子。若有無量百千萬億衆生。受諸苦惱。聞是

觀世音菩薩。一心稱名。觀世音菩薩。即時觀其音聲。皆得解脫。若有持是觀世音菩薩名者。設入大火。火不能燒。由是菩薩威神力故。若爲大水所漂。稱其名號。即得淺處。若有百千萬億衆生。爲求金。銀。琉璃。硨磲(ㄔㄜ)。瑪瑙。珊瑚。琥珀。眞珠等寶。入於大海。假使黑風吹其船舫。漂墮羅刹鬼國。其中若

有乃至一人。稱觀世音菩薩名者。是諸人等。皆得解脫羅刹之難。以是因緣。名觀世音。若復有人。臨當被害。稱觀世音菩薩名者。彼所執刀杖。尋段段壞。而得解脫。若三千大千國土。滿中夜叉羅刹。欲來惱人。聞其稱觀世音菩薩名者。是諸惡鬼。尚不能以惡眼視之。況復加害。設復有人。若有罪。

若無罪。杻(ㄔㄡˇ)械枷(ㄐㄧㄚ)鎖。檢繫其身。稱觀世音菩薩名者。皆悉斷壞。即得解脫。若三千大千國土。滿中怨賊。有一商主。將諸商人。齎(ㄐㄧ)持重寶。經過險路。其中一人作是唱言。諸善男子。勿得恐怖。汝等應當一心稱觀世音菩薩名號。是菩薩能以無畏。施於衆生。汝等若稱名者。於此怨賊。當得解脫。衆商人

聞。俱發聲言。南無觀世音菩薩。稱其名故。即得解脫。無盡意。觀世音菩薩摩訶薩。威神之力。巍巍如是。若有衆生。多於淫欲。常念恭敬觀世音菩薩。便得離欲。若多瞋恚(ㄏㄨㄟˋ)。常念恭敬觀世音菩薩。便得離瞋。若多愚癡。常念恭敬觀世音菩薩。便得離癡。無盡意。觀世音菩薩。有如是等大威神力。多所

饒益。是故衆生。常應心念。若有女人。設欲求男。禮拜供養觀世音菩薩。便生福德智慧之男。設欲求女。便生端正有相之女。宿植德本。衆人愛敬。無盡意。觀世音菩薩有如是力。若有衆生恭敬禮拜觀世音菩薩。福不唐捐。是故衆生。皆應受持觀世音菩薩名號。無盡意。若有人受持六十二億恆

河沙菩薩名字。復盡形供養飲食。衣服。臥具。醫藥。於汝意云何。是善男子善女人。功德多不。無盡意言。甚多世尊。佛言。若復有人。受持觀世音菩薩名號。乃至一時禮拜供養。是二人福。正等無異。於百千萬億劫不可窮盡。無盡意。受持觀世音菩薩名號。得如是無量無邊福德之利。無盡意菩薩

白佛言。世尊。觀世音菩薩。云何遊此娑婆世界。云何而爲衆生說法。方便之力。其事云何。佛告無盡意菩薩。善男子。若有國土衆生。應以佛身得度者。觀世音菩薩。即現佛身而爲說法。應以辟支佛身得度者。即現辟支佛身而爲說法。應以聲聞身得度者。即現聲聞身而爲說法。應以梵王身得

度者。即現梵王身而爲說法。應以帝釋身得度者。即現帝釋身而爲說法。應以自在天身得度者。即現自在天身而爲說法。應以大自在天身得度者。即現大自在天身而爲說法。應以天大將軍身得度者。即現天大將軍身而爲說法。應以毘沙門身得度者。即現毘沙門身而爲說法。應以小王

身得度者。即現小王身而爲說法。應以長者身得度者。即現長者身而爲說法。應以居士身得度者。即現居士身而爲說法。應以宰官身得度者。即現宰官身而爲說法。應以婆羅門身得度者。即現婆羅門身而爲說法。應以比丘。比丘尼。優婆塞。優婆夷身得度者。即現比丘。比丘尼。優婆塞。優婆

夷身而爲說法。應以長者。居士。宰官。婆羅門。婦女身得度者。即現婦女身而爲說法。應以童男。童女身得度者。即現童男。童女身而爲說法。應以天。龍。夜叉。乾闥婆（ㄍㄢˊ ㄊㄚˋ）。阿修羅。迦樓羅。緊那羅。摩睺羅伽。人。非人等身得度者。即皆現之而爲說法。應以執金剛神得度者。即現執金剛神而爲說法。無盡

意。是觀世音菩薩。成就如是功德。以種種形。遊諸國土。度脫衆生。是故汝等。應當一心供養觀世音菩薩。是觀世音菩薩摩訶薩。於怖畏急難之中。能施無畏。是故此娑婆世界。皆號之爲施無畏者。無盡意菩薩白佛言。世尊。我今當供養觀世音菩薩。即解頸衆寶珠瓔珞。價值百千兩金。而以與

之。作是言。仁者。受此法施。珍寶瓔珞。時觀世音菩薩。不肯受之。無盡意復白觀世音菩薩言。仁者愍我等故。受此瓔珞。爾時佛告觀世音菩薩。當愍此無盡意菩薩。及四衆。天。龍。夜叉。乾闥婆（ㄑㄧㄢˊ ㄊㄚˋ）阿修羅。迦樓羅。緊那羅。摩睺羅伽。人。非人等故。受是瓔珞。即時觀世音菩薩愍諸四衆。及於天。龍。人。非人

等。受其瓔珞。分作二分。一分奉釋迦牟尼佛。一分奉多寶佛塔。無盡意。觀世音菩薩有如是自在神力。遊於娑婆世界。爾時無盡意菩薩以偈問曰。

世尊妙相具　我今重問彼
佛子何因緣　名爲觀世音
具足妙相尊　偈答無盡意

汝聽觀音行　善應諸方所
弘誓深如海　歷劫不思議
侍多千億佛　發大清淨願
我爲汝略說　聞名及見身
心念不空過　能滅諸有苦
假使興害意　推落大火坑
念彼觀音力　火坑變成池

或漂流巨海　龍魚諸鬼難
念彼觀音力　波浪不能沒
或在須彌峰　爲人所推墮
念彼觀音力　如日虛空住
或被惡人逐　墮落金剛山
念彼觀音力　不能損一毛
或值怨賊繞　各執刀加害

念彼觀音力　咸即起慈心
或遭王難苦　臨刑欲壽終
念彼觀音力　刀尋段段壞
或囚禁枷鎖　手足被杻(ㄋㄧㄡˇ)械
念彼觀音力　釋然得解脫
咒詛諸毒藥　所欲害身者
念彼觀音力　還著於本人

或遇惡羅剎　毒龍諸鬼等
念彼觀音力　時悉不敢害
若惡獸圍繞　利牙爪可怖
念彼觀音力　疾走無邊方
蚖蛇及蝮蠍　氣毒煙火然
念彼觀音力　尋聲自迴去
雲雷鼓掣電　降雹澍大雨

念彼觀音力　應時得消散
衆生被困厄　無量苦逼身
觀音妙智力　能救世間苦
具足神通力　廣修智方便
十方諸國土　無剎不現身
種種諸惡趣　地獄鬼畜生
生老病死苦　以漸悉令滅

眞觀清淨觀　廣大智慧觀
悲觀及慈觀　常願常瞻仰
無垢清淨光　慧日破諸暗
能伏災風火　普明照世間
悲體戒雷震　慈意妙大雲
澍（ㄕㄨˋ）甘露法雨　滅除煩惱燄
諍訟經官處　怖畏軍陣中

念彼觀音力　衆怨悉退散
妙音觀世音　梵音海潮音
勝彼世間音　是故須常念
念念勿生疑　觀世音淨聖
於苦惱死厄　能爲作依怙
具一切功德　慈眼視衆生
福聚海無量　是故應頂禮

爾時持地菩薩即從座起。前白佛言。世尊。若有衆生。聞是觀世音菩薩品自在之業。普門示現神通力者。當知是人功德不少。佛說是普門品時。衆中八萬四千衆生。皆發無等等阿耨多羅三藐三菩提心。

觀音偈

觀音菩薩妙難酬　清淨莊嚴累劫修
三十二應徧塵刹　百千萬劫化閻浮
瓶中甘露常時灑　手內楊枝不計秋
千處祈求千處現　苦海常作度人舟
南無普陀山琉璃世界　大慈大悲

觀世音菩薩

南無觀世音菩薩（七字轉四字）

發願

經云。若有比丘。比丘尼。優婆塞。優婆夷。童男。童女。欲誦持者。於諸衆生。起慈悲心。先當從我發如是願。

南無大悲觀世音　願我速知一切法
南無大悲觀世音　願我早得智慧眼
南無大悲觀世音　願我速度一切衆
南無大悲觀世音　願我早得善方便
南無大悲觀世音　願我速乘般若船
南無大悲觀世音　願我早得越苦海
南無大悲觀世音　願我速得戒定道

南無大悲觀世音　願我早登涅槃山
南無大悲觀世音　願我速會無爲舍
南無大悲觀世音　願我早同法性身
我若向刀山　刀山自摧折
我若向火湯　火湯自枯竭
我若向地獄　地獄自消滅
我若向餓鬼　餓鬼自飽滿

我若向修羅　惡心自調伏
我若向畜生　自得大智慧
南無觀世音菩薩（十稱）

三皈依

自皈依佛　當願衆生　體解大道　發
無上心
自皈依法　當願衆生　深入經藏　智
慧如海
自皈依僧　當願衆生　統理大衆　一
切無礙

迴向偈

願消三障諸煩惱　願得智慧眞明了
普願罪障悉消除　世世常行菩薩道

大悲咒

楊枝淨水讚

楊枝淨水　遍灑三千　性空八德利人

天　福壽廣增延　滅罪消愆（ㄑㄧㄢ）　火燄化

紅蓮

南無清涼地菩薩摩訶薩（三稱）

南無大悲觀世音菩薩（三稱）

大悲咒

南無喝囉怛那哆囉夜耶　南無阿唎耶
婆盧羯帝爍鉢囉耶　菩提薩埵婆耶
摩訶薩埵婆耶　摩訶迦盧尼迦耶
唵　薩皤囉罰曳　數怛那怛寫　南無

悉吉唎埵伊蒙阿唎耶　婆盧吉帝室佛
囉楞馱婆　南無那囉謹墀　醯唎摩訶
皤哆沙咩　薩婆阿他豆輸朋　阿逝孕
薩婆薩哆那摩婆薩多　那摩婆伽
摩罰特豆　怛姪他　唵　阿婆盧醯
盧迦帝　迦羅帝　夷醯唎　摩訶菩提

薩埵　薩婆薩婆　摩囉摩囉　摩醯摩
醯唎馱孕　俱盧俱盧羯蒙　度盧度盧
罰闍耶帝　摩訶罰闍耶帝　陀囉陀囉
地唎尼　室佛囉耶　遮囉遮囉　麼
麼罰摩囉　穆帝隸　伊醯伊醯　室那
室那　阿囉嚂佛囉舍利　罰娑罰嚂

佛囉舍耶　呼嚧呼嚧摩囉　呼嚧呼嚧

醯利　娑囉娑囉　悉唎悉唎　蘇嚧蘇

嚧　菩提夜菩提夜　菩馱夜菩馱夜

彌帝利夜　那囉謹墀　地利瑟尼那

婆夜摩那　娑婆訶　悉陀夜　娑婆訶

摩訶悉陀夜　娑婆訶　悉陀喻藝

室皤囉耶　娑婆訶　那囉謹墀　娑婆
訶　摩囉那囉　娑婆訶　悉囉僧阿穆
佉耶　娑婆訶　娑婆摩訶阿悉陀夜
娑婆訶　者吉囉阿悉陀夜　娑婆訶
波陀摩羯悉陀夜　娑婆訶　那囉謹墀
皤伽囉耶　娑婆訶　摩婆利勝羯囉夜

娑婆訶　南無喝囉怛那哆囉夜耶

南無阿利耶　婆嚧吉帝　爍皤囉耶

娑婆訶　唵　悉殿都　漫多囉　跋陀

耶　娑婆訶

觀音偈

觀音菩薩妙難酬　清淨莊嚴累劫修
三十二應徧塵刹　百千萬劫化閻浮
瓶中甘露常時灑　手內楊枝不計秋
千處祈求千處現　苦海常作度人舟
南無普陀山琉璃世界　大慈大悲

觀世音菩薩

南無觀世音菩薩（七字轉四字）

發願

經云。若有比丘。比丘尼。優婆塞。優婆夷。童男。童女。欲誦持者。於諸衆生。起慈悲心。先當從我發如是願。

南無大悲觀世音　願我速知一切法
南無大悲觀世音　願我早得智慧眼
南無大悲觀世音　願我速度一切衆
南無大悲觀世音　願我早得善方便
南無大悲觀世音　願我速乘般若船
南無大悲觀世音　願我早得越苦海
南無大悲觀世音　願我速得戒定道

南無大悲觀世音　願我早登涅槃山
南無大悲觀世音　願我速會無爲舍
南無大悲觀世音　願我早同法性身
我若向刀山　刀山自摧折
我若向火湯　火湯自枯竭
我若向地獄　地獄自消滅
我若向餓鬼　餓鬼自飽滿

我若向修羅　惡心自調伏
我若向畜生　自得大智慧
南無觀世音菩薩（十稱）

三皈依

自皈依佛　當願衆生　體解大道　發
無上心
自皈依法　當願衆生　深入經藏　智
慧如海
自皈依僧　當願衆生　統理大衆　一
切無礙

迴向偈

願消三障諸煩惱　願得智慧眞明了
普願罪障悉消除　世世常行菩薩道

觀世音菩薩的法門

聖嚴法師 著

觀世音菩薩的法門

觀音法門很多，大致分爲顯密二門。密法多用觀想，必須身口意三業齊修，修學者必須師師傳承，師弟親授，修行時必須供養、作觀等儀軌壇場，而且不是短時間能夠成辦。顯法則不拘形式、不限時地、不擇師資，只要持之以恆，必有效驗。所以本文僅將人人可修的觀音顯法，介紹如下，願十方大眾，人人擇一而修，祈觀音加護，處處皆成佛土。

一、《楞嚴經》的耳根圓通法門

這是修定發慧的方法，出於《大佛頂首楞嚴經》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。

此一法門的修法與層級段落，已經非常清楚，不過初修之時，未必人人能夠得其要領，所以我在教授初入門者的初步修法，稱爲「聞聲音法」，共分四個步驟：①專念普聽一切聲音，不選擇對象，不分別對象，由大至小，由近至遠，不以耳根去聽，乃讓聲音自來。②知道自己在聽聲音，也有聲音在被自己所聽，此時只有聲音和自己的和應，沒有任何雜念現前。③僅有聲音而忘失了自己，自己已融入無分別、

無界限的聲音之中。④聲音與自己雙亡雙照，雙亡則無內外自他，雙照則仍歷歷分明，故與世間的四禪八定的僅存獨頭意識的境界不同，也與小乘的滅受想定有異。經此四階，再對照《楞嚴經》的耳根圓通法門，繼續用功修行。

二、《般若心經》的照見五蘊皆空法門

《心經》開頭便說：「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。」這是觀音法門中大小乘共通的基礎，也是大乘的極則。即是用分析的方法，觀察眾生及眾生所處的環境，包括色法

的物質世界和心法的精神世界，不出五類。物質的色法，即是眾生的身體及身體所賴以生存活動的環境；精神的心法，即是心理的活動以及其動因、動力、動的結果，此結果又成爲另一循環的動因，佛學專有名詞，稱之爲「心念」、稱之爲「識」。凡動皆由於因，凡動皆產生果，其間動的作用，稱爲「造業」，造業的結果，稱爲業力的感受果報。如果眾生能洞察五蘊所成的世界，無一是眞，無一能常，便不起貪瞋等執著，不執著的當下，即能不受貪瞋等的煩惱所苦，便能不再繼續造循環不已的生死業，便能雖處生死，而

離一切苦了。觀自在菩薩是以甚深的智慧力，直下徹見五蘊的世間法，無非是空。小乘知空而不住有，所以出世；菩薩證空，連空亦無，所以入世。凡夫未證五蘊皆空，所以戀世、迷惑、困擾、不知何去何從，而又事事執著，處處煩惱。

三、《法華經．普門品》的持名法門

〈普門品〉云：

佛告無盡意菩薩：善男子，若有無量百千萬億眾生，受諸苦惱，聞是觀世音菩薩，一心稱名，觀世音菩薩，即時觀其音聲，皆得解脫。

接著說明，若稱念觀世音菩薩名號，即能入火不燒、入水不淹、惡鬼遠離、刑器自毀、怨賊消退、除一切障、免一切難、滿一切願、成就一切福德，而且隨類應現、處處化身、救苦救難、無求不應。

這是最平易近人、人人可修、時時可修、處處可修，效驗也最彰著的一種法門。只要持之以恆，信之懇切，有事無事都可稱念的法門。

四、《大悲心陀羅尼經》的〈大悲咒〉修持法

此經屬於密教部類，卻是一種素樸的密法，雖無上師傳承，人人也都可以修持。該經中說：

觀世音菩薩重白佛言：世尊！我念過去無量億劫，有佛出世，名曰千光王靜住如來，彼佛世尊，憐念我故，及為一切諸眾生故，說此「廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼」，以金色手，摩我頂上，作如是言：「善男子！汝當持此心咒，普為未來惡世一切眾生，作大利樂。」我於是時，始住初地，一聞此咒故，超第八地。

此咒是觀世音菩薩，在無量劫前的千光王靜住佛處初聞，一聞此咒，頓從初地越登第八地。而且受命普爲未來惡世的一切眾生，以此心咒，作大利樂。嗣

後觀世音菩薩又於無量的佛前，無量法會之中，重聞此咒。由於誦持此咒，故所生之處，恆在佛前，蓮花化生。該經宣稱：若能深信不疑，誦持此咒，可得無量利樂。例如：臨命終時，十方諸佛，皆來援手；不墮三惡道；生諸佛國；得無量三昧辯才；現在生中，所願皆遂；轉女成男；消滅侵損常住的重罪；能除十惡五逆、謗法謗人、破齋破戒、破塔壞寺、偷僧祇物、污淨梵行等罪；能得十五種善生，並除十五種惡死。

又說此咒的相貌，即是大慈悲心、平等心、無爲

心、無染著心、空觀心、恭敬心、卑下心、無雜亂心、無見取心、無上菩提心。所以誦持此咒，即能通達外道典籍，能治世間八萬四千種病，能降一切天魔鬼神，能縛一切山精、魑魅魍魎，而能感得一切善神、龍王、金剛力士，常隨衛護。持此咒者，不論在何時何處，若有任何恐懼、災難、危險、迷路、病變、煩惱業障，確可應驗化解。所以名爲無礙大悲、救苦、延壽、滅惡趣、破惡業障、圓滿、隨心自在、速超十地。

〈大悲心咒〉，簡稱〈大悲咒〉，共有八十四句，

到處可以請到，此處不錄。根據此經的要求，誦持此咒者，也有規定：要發廣度眾生的大菩提心；身持齋戒；於諸眾生，起平等心；常誦此咒不斷。並且要求：住於淨室，沐浴淨衣、懸旛燃燈，香華及各味飲食，供養觀世音菩薩，然後攝心靜慮，不起雜念，如法誦持；這種規定，即是儀軌。若能如法如儀，當然最好，否則，至少也當以恭敬心及專注心來誦持此咒。若能恭敬專注，必能有願皆成。

五、〈六字大明咒〉

〈六字大明咒〉即是「唵嘛呢叭彌吽」，在中國的

流傳，始於元代，是跟著西藏及蒙古喇嘛密教的傳入而到漢地，故在元朝以前的佛教文獻中，尚未見到，至清初已被收入《禪門日誦》所錄十小咒內。然在蒙藏喇嘛教的化區，此咒是一般信徒經常持誦的法門，即是表徵觀世音菩薩利益六道的神咒。

六、〈白衣大士神咒〉

此咒的出現和流傳，爲時更遲，不知出於何經，爲何人譯出，大概是出於大士化現時爲某人所授的法門，而非來自印度的傳譯。內有「天羅神、地羅神、人離難、難離身，一切災殃化為塵」的句子，相當俚

俗化，近於道佛相融的民間信仰。可見，其中的皈敬三寶，皈敬觀世音菩薩，皈敬摩訶般若波羅蜜，乃是自古即爲佛教徒們日常持誦的內容，所以靈驗非常顯著，民間的傳誦也極爲普遍。並以持誦一萬二千遍爲一願，一願不成再持二願乃至多願，必得成就。滿願後即當印施此咒一千二百張。此咒的內容是：

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

怛垤哆　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

此咒文見於早期的大陸時代，僅僅於一張紙上，印刷白衣大士像、咒文、六百個小圓圈，以備持誦者每誦二十遍點一圓圈的計數之用。目前則有人參考了〈大悲咒〉持誦法而爲之加上了持誦的規則，而謂欲持誦此咒者，宜先在大士像前，沐手焚香、恭敬供

養、至誠頂禮，誦畢則發願迴向。凡爲正當心願，如求癒病、消災、解厄、求福、求職、求子、求延壽等，均有奇驗。

七、《延命十句觀音經》

此經係《高王觀音經》的精簡本，同出於古人的夢中傳授。《高王觀音經》早在東魏時代即已傳出，《延命十句觀音經》則出於劉宋元嘉二十七年（西元四五〇年）。據趙宋時代四明志磐於西元一二六九年撰成的《佛祖統紀》卷三十六所載：「元嘉二十七年，王玄謨北征失利，蕭斌欲誅之，沈慶之諫曰：

『佛貍（魏世祖小子）威震天下，豈玄謨所能當，殺戰將，徒自弱耳。』乃止。」不僅未遭刑戮，後來官至開府，年八十二，壽終正寢。王玄謨如何得此際遇？乃由於受誅之前，夜夢異人，告以若誦《觀音經》千遍，可免死難，並口授經文十句：

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。（《大正藏》卷四九・三四五頁中～下）

這部《觀音經》，雖出於古人的夢中感得，並非

傳譯自印度，以其僅僅十句，已具足三寶及觀音的持名念法，故迄趙宋乃至清初，仍受到佛教界的普遍傳誦。特別是相當於中國清初的日本江戶時代的白隱禪師（西元一六八五～一七六八年），爲了弘揚此經，蒐羅資料，編寫了一部《延命十句觀音靈驗記》。近代的日本著名禪匠原田祖岳，也寫了一部《延命十句觀音經講話》。而在我國，竟又很少有人知道此一法門，所以樂爲介紹，普勸誦持。

（本文原收錄於《佛教入門》——法鼓文化出版）

大悲咒的修持

取材自《大悲心陀羅尼經》

〈大悲咒〉的修持

一、〈大悲咒〉簡介

㈠此咒具名如標題，「大悲咒」爲其簡稱。亦名「千手千眼無礙大悲心陀羅尼」、「廣大圓滿陀羅尼」、「無礙大悲陀羅尼」、「救苦陀羅尼」、「延壽陀羅尼」、「滅惡趣陀羅尼」、「破惡業障陀羅尼」、「滿願陀羅尼」、「隨心自在陀羅尼」、「速超十地陀羅尼」等。

㈡此咒係過去九十九億恆河沙數諸佛所說，觀世音菩薩受之於千光王靜住如來。時觀世音菩薩始住初地，一聞此咒，立超八地；心生歡喜，發誓弘布，安樂眾生；即時應願，身生千手千眼。

㈢觀世音菩薩白佛言：「如眾生誦持大悲神咒，不生諸佛國者，不得無量三昧辯才者，於現在生中一切所求，若不果遂者，誓不成正覺；惟除不善及不至誠。」

㈣誦持此陀羅尼者，當知其人：

1. 即是佛身藏，九十九億恆河沙數諸佛所愛惜

故；

2.即是光明藏，一切如來光明照故；

3.是慈悲藏，恆以陀羅尼救眾生故；

4.是妙法藏，普攝一切陀羅尼門故；

5.是禪定藏，百千三昧常現前故；

6.是虛空藏，常以空慧觀眾生故；

7.是無畏藏，龍天善神常護持故；

8.是妙語藏，口中陀羅尼音無斷絕故；

9.是常住藏，三災惡劫不能壞故；

10.是解脫藏，天魔外道不能羈留故；

11.是藥王藏，常以陀羅尼療眾生病故；
12.是神通藏，遊諸佛國得自在故；其人功德，讚不可盡。

二、誦持〈大悲咒〉之功效

㈠誦持〈大悲咒〉之功效：

1.能得安樂；
2.除一切病；
3.延年益壽；
4.得富饒；
5.滅除一切惡業重罪；

6.離障難；
7.增長一切白法諸功德；
8.成就一切諸善根；
9.遠離一切諸怖畏；
10.臨命終時，任何佛土，隨願得生。

㈡誦持〈大悲咒〉者，能得十五種善生：
1.所生之處常逢善王；
2.常生善國；
3.常值好時；
4.常逢善友；

5. 身根常得具足；
6. 道心純熟；
7. 不犯禁戒；
8. 所有眷屬，恩義和順；
9. 資具財食，常得豐足；
10. 恆得他人恭敬扶接；
11. 所有財寶，無他劫奪；
12. 意欲所求，皆悉稱遂；
13. 龍天善神恆常擁衛；
14. 所生之處，見佛聞法；

15.所聞正法，悟甚深義。

㈢不受十五種惡死：

1.不爲飢餓困苦死；

2.不爲枷禁杖楚死；

3.不爲冤家仇懟死；

4.不爲軍陣相殺死；

5.不爲虎狼惡獸殘害死；

6.不爲毒蛇蚖蠍所中死；

7.不爲水火焚漂死；

8.不爲毒藥所中死；

9.不爲蠱毒害死；
10.不爲狂亂失念死；
11.不爲山樹崖岸墜落死；
12.不爲惡人魘魅死；
13.不爲邪神惡鬼得便死；
14.不爲惡病纏身死；
15.不爲非分自害死。

㈣誦持此咒者，世間八萬四千種病，悉皆治之。

㈤若在山野誦經坐禪，如有山精、魍魎、鬼神惱亂，誦此咒一遍，諸鬼魔悉皆被縛。

㈥如法誦持者，觀世音時敕一切善神、金剛密迹，常隨護衛，不離其側，如護眼命。

㈦若諸眾生現世求願者，於三七日淨持齋戒，誦此陀羅尼，必果所願。

三、誦持〈大悲咒〉之要領

㈠發願：觀世音菩薩言：「若有比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷、童男、童女欲誦持者，應於諸眾生起慈悲心，並當從我發如是願。」

1. 南無大悲觀世音，願我速知一切法。
2. 南無大悲觀世音，願我早得智慧眼。

3. 南無大悲觀世音，願我速度一切眾。
4. 南無大悲觀世音，願我早得善方便。
5. 南無大悲觀世音，願我速乘般若船。
6. 南無大悲觀世音，願我早得越苦海。
7. 南無大悲觀世音，願我速得戒定道。
8. 南無大悲觀世音，願我早登涅槃山。
9. 南無大悲觀世音，願我速會無爲舍。
10. 南無大悲觀世音，願我早同法性身。

接著說：

1. 我若向刀山，刀山自摧折。

2.我若向火湯，火湯自枯竭。
3.我若向地獄，地獄自消滅。
4.我若向餓鬼，餓鬼自飽滿。
5.我若向修羅，惡心自調伏。
6.我若向畜生，自得大智慧。

㈡稱名、念佛、誦咒：

1.發是願已，至心稱念觀世音菩薩聖號。
2.亦應專念阿彌陀佛。
3.然後誦咒。

一宿誦滿五遍，除滅身中百千萬億劫生死重

罪。

㈢依十心檢驗自己日常生活的修行：

1. 大慈悲心
2. 平等心
3. 無爲心
4. 無染著心
5. 空觀心
6. 恭敬心
7. 卑下心
8. 無雜亂心

9.無見取心

10.無上菩提心

誦持者須將慈悲、平等、無爲、空觀等心十句，細心尋繹，身體而力行之，則能入於〈大悲咒〉心髓義海。

觀音法門的修持方法

出版者：法鼓山文化中心
地址：11244台北市北投區公館路186號5樓
電話：（02）2893-4646
傳真：（02）2896-0731
網址：http://www.ddm.org.tw
初版：2007年6月
初版十四刷：2015年3月
ISBN：978-957-598-398-7

三寶弟子 敬贈

結緣書　歡迎助印
郵政劃撥帳號：16246478
郵政劃撥帳戶：財團法人法鼓山文教基金會
（請註明：助印結緣書《觀音法門的修持方法》）

有著作權◎不可翻印