



15

聖嚴法師教觀音法門

在家居士的修持之道

# 目 錄

| 教材範圍                 |    | 主題         | 子題                                   |
|----------------------|----|------------|--------------------------------------|
| 書籍                   | 光碟 |            |                                      |
| P. 99<br>~<br>P. 101 | 無  | 1. 具足信念    | 1.1 兩項必要的信念<br>1.2 持念《心經》文句          |
|                      |    | 2. 不執著夢幻泡影 | 2.1 觀「災難是什麼？」、「困頓危險是什麼？」<br>2.2 用佛智慧 |

# 15 在家居士的修持之道

| 教材範圍                 |    | 主題      | 子題                          |
|----------------------|----|---------|-----------------------------|
| 書籍                   | 光碟 |         |                             |
| P. 99<br>~<br>P. 100 | 無  | 1. 具足信念 | 1.1 兩項必要的信念<br>1.2 持念《心經》文句 |

## 1. 具足信念

### 1.1 兩項必要的信念：

1.1.1 其一：必須從觀念上，從理念的分析中，接受它。

1.1.2 其二，願意接受，且具足信心與信念。

### 1.2 持念《心經》文句

1.2.1 在我們剛開始觀修色身，尚未著力的時候，得從心底先接受它的概念思維，信念不疑

1.2.2 當遇見巨大煩惱衝擊時，能於深刻的痛苦中，持念《心經》文句：

1.2.2.1 持念：「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。」

1.2.2.2 或是減短為「照見五蘊皆空，度一切苦厄」

1.2.2.3 甚至縮短為「五蘊皆空，離一切苦」。

1.2.3 於痛苦、煩惱，無法解決，也不知何去何從之時，即持念《心經》文句

1.2.4 以信心而念、而持，苦即會少些，煩惱也將輕些。

| 教材範圍                  |    | 主題         | 子題                                   |
|-----------------------|----|------------|--------------------------------------|
| 書籍                    | 光碟 |            |                                      |
| P. 100<br>~<br>P. 101 | 無  | 2. 不執著夢幻泡影 | 2.1 觀「災難是什麼？」、「困頓危險是什麼？」<br>2.2 用佛智慧 |

## 2. 不執著夢幻泡影

### 2.1 觀「災難是什麼？」、「困頓危險是什麼？」

2.1.1 於煩惱、災難，或困難、危險時，做這樣的觀想

2.1.2 知道無論它們是什麼，都只是一個暫時的現象，終將消失。



2.1.3 知道它依因緣出現，也將依因緣而離去。

2.1.4 我們所要做的，也只是當下現前的面對。

2.1.4.1 倘能趨吉避凶，則避；不能，則面對它、接受它，以智慧的方式處理、對待。

2.1.4.2 心裡不須再難過，需要一再告訴自己：煩惱也沒有用。

2.1.4.3 愈煩惱，愈焦慮、愈多障礙，愈缺乏智慧；愈缺乏智慧，則愈痛苦，問題愈嚴重！

## 2.2 用佛智慧

2.2.1 用菩薩、經典的智慧。狀況該怎麼處理，就怎麼處理。

2.2.2 實在沒有辦法，則念觀自在菩薩，或觀世音菩薩。

2.2.3 念了菩薩名號，則須以安定心面對事件，了知種種現象皆如夢幻泡影。

2.2.4 種種現象，我們須當下便能覺知並提醒自己：

2.2.4.1 一切都是臨時的有、暫時的有、因緣的有，本質皆空！

2.2.4.2 一切沒有不變的存在。現在出現了，只要面對它，很快便將過去。

2.2.4.3 僅要依著智慧尋找因緣、促成因緣，好因緣自然會於時空中翩然綻開



# 討論題目

---

1. 學習觀音法門有那兩項必要的信念？
2. 初學者可以持念那幾句《心經》文句？
3. 為什麼在災難來時，要觀「災難是什麼？」？
4. 自己智慧不夠時，要如何用佛的智慧？

