

广论 068 深信业果-思已正行进止之理-特以四力净修之理

我们在此一起学习殊胜的菩提道次第教授，记得大概是几年前尊贵的大悲尊者在宣说正法。结束前他说，所有的所学的经书法义目的是要在心地上运用为主，基于这个理由，所以必须要善巧学习与修习，并且必须内心谦下、卑下。尤其要知道佛法的功德生起，不太容易马上成就，我们的教主释迦世尊他成就佛果，若以显乘讲是历经了伟大的精进苦行，长劫累积圆满的成佛道次第以及成佛资粮而成就。释迦世尊的前生尚且如此而修习，具有这么好的善根，钝根如我者，或者说刚从三恶道出来的人应该持续、尽可能去修行是非常合理的。

这让我想到两点：第一，学佛的目的主要在于改变自己的身口意，尤其是要改变内心，心不改变其实学佛利益是不大的，很不容易做、很辛苦做，这个我们都有经验。而且有时候各位知道，心一直在，假如没有修行，烦恼心一直在，只是有时候现行、有时候不现行而已。

如果你认为换了某个地方，接触什么环境，这个当然有时候需要，因为我们是初业行者，很需要靠一个环境来加持来改变我们本身的内心，容易受影响，但你往往不清楚说其实环境换掉了，心不换还是很难的，那是暂时新鲜，可能你会觉得说好像有帮助你，其实严格讲、往内探讨，未必。因为我刚刚提到，烦恼心如果不减少、甚至不对治的话，它到什么地方都会带过去的。去道场也会带过去的，工作也会带过去的，自己独住也会带过去的，那这个问题就跑出来了。

道场不是说一定固定在某个地方，当然我们安立世间共许说某个地方安立修行的所在，可是它是个硬件而已，一个缘，主要主要是运用这种缘来让自己检查到你的修心的程度改变多少。

有一个人在工作，他对他的老板说我很没有福报、业障很重，我必须工作所以不能去道场修行。老板跟他说，是啊，难道去道场就有修行，在工作就没有修行吗？固然可能因为工作的关系所以你很烦，没有时间去安立法习，但是所谓修行，是要一切时、一切处、一切对象尽可能调心判断，这个没有去好好的安立，虽然不好做，一直说好像认为去道场就有修行，那是不一定的，那是暂时因为环境的关系让你觉得住在善缘处你比较不会发脾气，不见得你没有嗔心，举个例子来讲，要想一想。

心、心相、起心动念，你的思心所、意乐这些要照顾比较重要。我们没有那么清静，像我也没有那么清静，有时候也是很染污的，但至少佛法是告诉你是这样的，心不去往内观的话是很麻烦的事情，也许越学越我慢、越学越嫉妒、越学越烦恼都还不知道，这都是可能的，因为没有看心会有那种情况。不会说因为学很多佛法就会相应的。要知道说那是很现实的问题，有没有改变你自己慢慢会知道的，好比说你的习气、你的烦恼、你的善念、对境时候内心的分别作意、心思模式，对事情的看法、知见，还有以前不好控制的心态，现在是如何继续对境时是如何安立的，这些绝不是你不说或者不知道就没有的，它一直会延续的，那这个就很实际。

所以我讲到这部分，是要我们学道次第的人有这种认知，以这个为主要。修不好没有关系，修不好是很正常的，你怎么可能修的好？严格讲各位不太可能修的好的，修得好就很奇怪，因为不顺因果，刚从三恶道跑出来的人修什么？学点佛法，习气那么重，烦恼一堆。一下就修很好，那是暂时的，讲讲而已，没那么好。我自己觉得我是太差了，要认识到这一点。可是你不想修或者修错就是问题。你不想修那是你没有动力了，已经不可能往上了。你修错，虽然很用功，不相顺因感得不相顺果，这就是问题，所以注意到说，真的有想修，为修而学，同时要尽量所修功德的教法要正确，不要错误，这之上还要圆满，这样更好。如果可以这样，慢慢修也没

有关系的，只要不要退心就好了，我们的根器也没有那么利，付出也没有那么多，还有智慧力理解很难，那这种情况之下，佛法又那么深广，我们投入时间又不多，外缘也蛮多诱惑，这种情况之下怎么可能修那么好呢？各位有这种模样、这种成果就很不错了，说实话。这样让自己觉得还好啊，我也不是自以为的那么差，这样有信心，安慰自己，给自己鼓励，慢慢地学的有点心得，然后慢慢去增上，你这样就快乐。这个我讲的是蛮实际的问题，没有修是真的，但是还是有点修，看看你的心有没有慢慢改变就知道了，这个不容易。各位，圣人改变没有什么了不起，因为他也不用操心了，他知道怎么修了，他是圣者。凡夫改变是非常值得随喜跟肯定的，像我们这种人，五浊恶世，这种因缘之下，然后又这么坏到底的情况还可以改变一下，实在很不容易。我看有些学员，心慢慢有些改变，然后头脑慢慢开发了，就心开意解，那种智慧力在慢慢增长当中，我看到那个就很欢喜，实在做菩萨是很赞叹的，因为你不容易。不容易可以做，是不是功德很大？圣人是凡夫做的，凡夫才要修，圣人还修什么，本来就会知道怎么修。我们不能退，要指向一个正确的方式修行是需要的。

第二点，就是从大悲尊者开示，我觉得，当下的人生、临命终时、中阴身的过程以及来世的投生、感得因缘，大概生生世世比较有用的，是智慧跟善心。因为这是佛法的礼物。如果我们说听过谁的开示，去参加什么修行的活动，假如你可以获得什么礼物的话，应该是到底你的善心和智慧有没有慢慢开发，这要注意到。众生快乐的主要因素在于智慧和善心。智慧是证悟诸法实相的心，所以它不会迷糊、不会无知、不会颠倒。一个人的心任其多少没有无知、愚蒙、不颠倒的话，他心会比较健全，那布施前判断比较正确，所以就不会做错，这个是快乐的因素之一。不快乐往往是因为你判断错误，这个是一个因素。第二个善心是最根本，学佛如果心底不善良，从消极来讲，恶业要减少，恶心要减少；积极来讲，善心增长、

善行增长，这个是很基本的。自净其意是诸佛教，众善奉行。这个告诉我们说检查你内心有没有相应、进步的征兆在这个地方，其它我觉得是次要。第一就是说得到佛法的相应和加持，千万不要寄望在一两次法会，或者一个仁波切讲经当中，法业里面得到，这个都不太可能。哪有说你要不修行，来一个大德说你要怎么样，佛陀都做不到的事，怎么可能呢？有种了善根，有加强火力，但这个没有。这是错误的，要怎么样？平常改变自己的相续，或者你必须透过一个具相上师一直持续不断的由浅至深引导你，这个是比较实际的。这个有的话，再听一个大上师、仁波切讲经的时候就比较会不一样，这个都没有的时候那是结缘，这个各位认同不认同？一定是这样，我个人就这个体会。那是来自于什么恩泽？平常师长教你的。这个各位要有这种想法，还有就是我刚刚提到的，到底怎么设法开发智慧、增长善心，永远都是学佛的主要主题，这我们要注意到。你可能业障很重，你可能愚痴，你可能外缘很多，没有关系，这个目标锁定住，慢慢学就好了，每个人都有不同的业力因缘的，怎么要求平等呢？就像我出家你不出家啊，有什么好平等，对不对？那你只能说依个人目前的因缘，可以突破就突破，不能突破就安住于因缘中创造业行就好了。

现在我们谈到为究竟利他，所以必须圆满成佛，为了圆满成佛，所以必须实修成佛之道，从外缘的如法依师，蒙师长摄受教化，到内缘具足堪能修学佛法的身心的暇身已具足而善用，善用什么？善用暇身来修行。修什么行？闻思修证三士道次第。能够舍下现世主要靠下士道次修心，主要是什么呢？思维自己的生死无常、三恶道苦、皈依三宝、业果以及忏悔业障。这个当然不够，轮回苦还是在，离开三途苦不表示离开轮回苦，像我们。还要继续想到自己的十二因缘，从策发出离心到修学解脱道，这部分要思维苦集二谛的过患、思维灭道二谛的功德好好修三学。这也不够，因为众生在苦海中，你在烦恼中，同时报众生恩也是应该，自己不成佛也是

不圆满。基于这些种种为了自利圆满、利他圆满故所以必须要志求佛果，那主要就是要入大乘道，入大乘道的门在于大悲心和菩提心，所以要好好的重视菩提心教法。

接着就是：发心、受戒、学行、积资、断障、证果、利他，这七个。这是大乘佛道的主要内容。这是想很久讲出来的，这要想一想。

我们目前提到什么地方呢？为了利他成佛必须要生生世世不堕三涂，或者往生净土，继续依止弥陀上师或者其他上师修学佛道这样，因此要好好的来奉行业果，我们提到主要两种。从现在到以后尽可能照顾三门，从意乐上不要伤害众生，不要起恶心，如果起就要忏悔。积极来讲，意乐上可以利益众生行善行，加行上绝不做伤害众生的行为，像口出恶言，谩骂，内心瞋，不欢喜，所以行之于身口去伤害有情，这要遮止。我们叫做说要断恶修善，这是学佛的最初，入法之门。

同时，对于往昔无始生死以来到今生为止，自己想得到的、想不到的身口意对上师三宝、对众生所造的恶业，要有所察觉而忏悔。当然，也不是只有忏悔业障，还包括恶心这些。那我们现在就是看到这一部分，就是四力忏悔。

第二特以四力净修道理者，如是励力，虽欲令其恶行不染，然由放逸，烦恼盛等增上力故，设有所犯，亦定不可不思放置，须励力修，大悲大师所说，还出方便。

必须要个别修习四力忏悔的理由在于，业障要忏悔，因为必定由同因得同果，不同因得不同果，我们修忏悔业障的业行，可以得到忏悔果报的功德，所以我们要忏悔业障。而且一般讲修行有四种形态：祈求、回向、随喜、忏悔，多祈求，多回向，多随喜，多忏悔，这都是可以做的。忏悔是其中之一。忏悔的方式。

「如是励力，虽欲令其恶行不染」，这个是最好的，就是完全不但不

伤害众生，完全利益众生为主，这当然是很难，我们是凡夫有情，不容易，实在是不容易，那怎么办呢？最好能够让恶行不染污，没有恶心。

假如由「墮罪四门」，放逸、烦恼炽盛等，这个「等」包括不恭敬以及无知这四种。有时候因为无知而造恶业对不对？也有比如不恭敬教法而造恶业对不对？有时候因为放逸行、有时候因为烦恼太重了造恶业，这些增上四个缘故有所违犯时，违犯是指性罪、遮罪。

什么叫性罪？就是不管你有没有受戒，做了都不对叫性罪，像杀盗淫妄这些。遮罪是指你有受戒承诺要守护，可是你没有守护好的话，叫做犯遮罪，像饮酒，五戒来讲是不能饮酒，当然不是只有戒法，还有很多伤害行，这些身三口四意三，这些所犯的，那这些不可以放着不管。凡夫要让这些业消失只有或者去感异熟果，或者四力忏悔对治。如果放着不管，只要因缘成熟，它会感的。好比说种子放在那边，没有给它烧焦，有一天它会长芽的，现在不会长，以后也会长的。

「大悲大师」是指大悲教主，具恩的大悲教主释迦世尊所教说的还出方便，还出就是还净，各位知道出罪吧，还出就是还净的意思。我们叫布萨有没有？在藏文叫长净，「苏迴」是藏文，我们聚在一起用各种方便去忏悔。共修忏悔、独修忏悔都可以。

密勒日巴尊者的故事启示我们什么？一个人的罪那么重，他降冰雹杀了很多，结果他一世成佛，因为他非常忏悔，觉得自己业障很重，所以不忏不行了，忏悔之上寻求名师而苦修，想想看，这么罪重的人都可以，告诉我们说问题在自己，甚至成佛，问题在自己。不要说罪障不能忏，可以的。所以必须要励力忏悔。因为智者很善巧，他罪重也变轻，因为他可以忏悔。愚者罪轻也变重，因为他不懂得忏悔。

如果我们都不会犯错，佛何必说忏悔法门呢，如果忏悔不会清净，佛何必说忏悔法门呢？佛会说忏悔法门表示我们会犯错，而且可以清净的。

各位记住，因忏悔只有四种，对上师和佛宝所造的业障、对法宝所造的业障、对僧宝所造的业障还有对众生所造的业障，我们大部分对众生和僧宝比较会造业，因为佛宝跟法宝不会讲话，只有出家人和你接触在一起，然后你跟莲友和生活中的亲人也是，我看越有关系、越认识，越容易造业。没有关系、没有利益大概也不会造业，这些其实都是因缘法，不过这个因缘就是我们知道的对象，基本上我们是会造恶业的，不那么容易的。

此复堕罪还出之理，应如三种律仪别说。

这边讲到就是说，「堕罪还出之理」是说淨罪的道理。比如说什么叫堕罪，就是犯到遮制了，有这个罪过。无始以来，我们心上的恶业跟烦恼，像黑炭一样黑，你说忏悔可以断掉，好像没有这么快变白色，不容易转白。大部分我们造恶业像水往下流，造善业像水往上引导。业造了一定有果报，果报感之前可以忏罪，所以有必要这样想，那要还出。还出的话就是三种律仪，如别解脱律仪，菩萨律仪以及密宗律仪，我们所谓的别解脱戒、菩萨戒跟密宗戒，还有个别个别的还出仪轨。

分两点，第一，律仪跟戒不一样，律仪是指正式在一位或多位阿阇黎面前透过如法的清净仪轨而经由三次羯磨启白得到一种承诺的清净守护的心，就是律仪，就是持戒，叫律仪。戒是很广的，律仪是很严格的，律仪一定要在阿阇黎面前透过三次随念，最有一句声音落地时要观想纳受戒体，叫律仪、得到律仪。

戒是比较广的，像十善业道不是律仪的，因为他没有通过受戒得到，五戒就是律仪了，叫别解脱戒。十善业道是属于戒法，戒法比较广，比如说皈依也许是戒，承诺断十恶业道也可能是戒，不是律仪，律仪只有八关斋戒、居士五戒、出家戒、菩萨戒、密宗戒，那是律仪了，也是戒，这样懂不懂？这个记住，律仪要有承诺的，没有承诺不算的，要有一个得纳受戒体的仪轨。

第二，别解脱戒跟密宗戒，未受戒不能看戒条的，菩萨戒未受戒一定要看戒条的，这两个是不同的地方。而且上上戒不能受下下戒，不然就犯戒。现在很多人颠倒，出家众去受八关斋戒，颠倒。比如说菩萨戒、密宗戒还有出家戒更高，出家戒去受比较低的戒这样不行的，你是出家人你还受底下的戒干嘛？如果为了增益戒可以，否则不行的，那会犯戒，我们现在都不知道这一个问题吗？有的人不知道还跑去受，这样不行。除非说你犯戒了或者说增益不谈之外，否则已经具有上上戒就不能再受下下戒了，因为有上上戒的人一定有以下戒的。增益戒，比如说菩萨戒来讲不坚固，或者说多受多好那种，我们守不好，那这个多受多好。犯了根本堕，就要重新受戒，如果没有就要布萨，那你可以一直受。要看戒条，你不看戒条你受戒不好，而且如果具相受菩萨戒得戒的话，还有条件的。像别解脱戒不管是五戒还是出家戒，他有条件的，至少要出离心，叫出离戒。菩萨戒是利他戒，两种性质是不太一样，但没有相违，要是讲起来还有很多可说，我们不谈。总之，假如犯了戒，可以依个别个别仪轨去忏悔。像我们出家众来讲，有初一、十五布萨，布萨就是羯摩，或者我们叫做长净的意思。讲回来菩萨戒也有布萨的，汉传目前还是有这种仪轨。三大寺布萨很吓人的，一个寺院里面可以容下两三千个法师一起布萨，那场面很壮观的，都是出家法师。可是，就算是个别也不违背四力，我们看：

诸恶还出者，应由四力。

虽然受戒、犯戒是个别戒法的还净仪轨，主要主要还是要要有四力。一切的忏悔仪轨跟做法一定要具足四力，否则，有功德也不一定清净的，你要净罪没有四力很难的，而且净到什么罪，要看四力本身圆不圆满。

《开示四法经》云：「慈氏，若诸菩萨摩訶萨成就四法，则能映覆诸恶已作增长。何等为四？谓能破坏现行，对治现行，遮止罪恶及依止力。」作

已增长业者，是顺定受，若能映此，况不定业。

这个四法就是四力。这是佛对弥勒菩萨的开示，必须要依止四力，四力的法源根据是佛陀对弥勒菩萨说，菩萨摩訶萨，这里是讲菩萨，没有讲佛弟子，所以他应该是对犯菩萨戒而言。

这个菩萨摩訶萨意思有很多解释，至少我们师长是说凡是一心欲求佛陀的色身跟法身的人就是菩萨摩訶萨，这种人希贵，太少了。一心想成就佛的色身法身功德那种人，可不是上上班那种而已，他这个想法是非常高贵的。

那必须要成就四法，如果有成就四法可以映蔽、压伏诸恶已作增长。换句话说，恶业已造作的，可以透过四力忏悔让它不增长了或者不感果。哪四种呢？就是刚刚讲那个四力。破坏力就是指破坏现行，就是罪所造作现行，比如说哎呀，我怎么这样啊？我这样做不对，我这样做有错误，懊恼之类的，就破坏了。心中起一个行相跟以前欢喜造业那种行相对反，以前欢喜造业觉得没有关系、无所谓，现在你把这个现行把它破坏掉，让你的心觉得很不对，就是追悔力。这个是很重要。

只有追悔，没有对治也没用，对治是第一要务，对治是能够让它淨除的方便，以前怎么造恶业，现在怎么造善业，这样叫对治，反其道而行之。或者依据佛菩萨特别的淨罪法门来加以忏悔，就是对治，一个是反其道而行之，另一个是用佛陀不共的方便来加以对治，减弱它。

我觉得广论讲的次第不太适合，这个佛经讲这种次第也没有什么，像修行来讲这样子安立，到底有什么道理我现在看不出来。否则，依我们师长讲不是这样的，应该说最开始要先追悔力和依止力了，中间要修对治力的，最后要修防护力才对。我们叫三行，广论没有这说法的，他是依佛经的内容和次第安立而已，我不知道这样安立有什么道理，否则要修不应该是这种次第的。从解释次第来讲，这样解释没有不对，但是如果从修行次

第来讲的话，对不起，不能这样子修，不能混在一起。总不能先防护，要先追悔。一定要有依止心当心所依，依止力这个没有的话修行不圆满，特别是大乘修行没有依止力不行的，所以依止力要先强调，那之上为了把那个罪灭除，所以要对治，所以修正行，之后承诺不再犯了，就是防护。这个是修行次第，才合理的。

广论是依《四法经》的观点讲而已，是诠释方式而已。我看起来是这样子，你们前面这样研讨过？师姐不太敢批评宗大师对不对？不是批评，我们是就事论事，修行次第和宣说次第是不太一样的。你看他提到对治、防护、依止三宝这样，这四个。

那也不是礼佛就是忏悔，忏不忏悔要看四力的，很多人拜梁皇、大悲忏、水忏、礼三十五佛，那不一定是忏悔的好不好，那只是运动，如果你没有四力的话，那有什么很大的价值吗？你造作一下四力意乐再拜忏的话，忏文非常好，都是道次第的功德，祖师菩萨修行比我们好，他们编辑出来的忏文实在是很有内容，不是说那种言情小说，那种东西是有佛法内容的，可惜的是我们这边人是没有佛法内容去忏，所以没有什么效果。顶多是供养红包有了，忏一忏就说淨罪了，师父也说大家淨罪了，很快乐，吃完晚饭就回家这样子。你应该强调四力，意乐安立清楚。我觉得仪轨有它的特色，可是修行人没有具足一些相对的条件，很难的。如果这样都不要这个的话，我们就用仪轨就好了，那太容易修行了。持个咒，唱忏悔文就好了，何必想那么多，那大家都可以淨罪，等于忏悔罪障清除了，我看没那么容易。这表示功德必须多因多缘生起，你是修行者，修行者的你不需要修行条件才怪，所以我要一直讲这个问题。

「作已增长业」是指又作又积，有加行又有意乐，这种业就是「顺定受」，「顺定受」是指来世会报的业报，今生还没有报以前，都可以透过四力给它映蔽、压伏过去不感果，何况不定业？不定业是不定受的意思，

不定受的业当然可以忏悔清净，因为定受的业都可以忏悔。

这句话告诉各位，第一，《俱舍论》的观点是，有些罪不能忏的，忏不清净，一定要感果，像五无间业。大乘的宗派见者，像中观宗，他不这么说，他说以大乘观点无罪不能忏。问题是你能够忏多少，以及多么圆满，看自己有没有具有条件。第二，罪有没有功德？罪的果报是赐给你痛苦对不对，可是罪的功德是可以透过忏悔清净，这是罪的功德。如果罪过不能透过忏悔清净，罪就没有功德了。还好它有这个功德。这样讲有没有道理？

话说回来，忏悔会清净，我看是极隐义了，我们现在讲这样是相信圣言量，你很难说为什么我这种业透过那种拜大悲忏我就忏尽了？那个过程、微妙之理，告诉我怎么回事？所以罪可以透过忏悔清净我们知道，但是那个过程我们不知道，大概而已。只有具有四力都是很好的，持咒都很好，问题是你要具有四力，你没有具有四力，我觉得打折扣了。我刚才说过了，罪不会清净的，有一点点功德，真的是讲实际话了。

有个公案，西藏的法师年轻的时候对上师不恭敬，到老的时候他在关房闭关时想到年轻的时候对上师不如理依师的过失，师长对他的恩泽很大，他居然这么造作，所以非常的像吃下毒药一样忏悔，悲从中来，这样哭泣、懊恼、自责，最后昏倒，醒来看到上师现起。白教很多这种故事，他们很重视那种口诀，师长的依止是唯一的道路，他们这样言听计从而这样修行、闭关，结果他们生功德不少，当然格鲁派也是有啊，实修很多有这种情况的。所以我要说明什么，一定可以，不是不会，我们的心不切，我们真的心不切。我们的过失不少，我们无知无觉，而且少算不少，少算很多，你的罪过啊，少算很多，还有无知无觉，你膨胀你的功德、隐伏你的过失太多了吧，自己还觉得自己不错，错也不认账，很多吧。

讲回来就是说，如果你很切的话，那佛说是不欺狂的。我们大概罪很重，也不切，当然就很难。忏悔单单这样念一念也很难的，有善根，可是

也很难的，没那么容易。我们介绍一下四力：

此中初力者，谓于往昔无始所作诸不善业，多起追悔，欲生此者，须多修习感异熟等，三果道理，修持之时，应由《胜金光明忏》及《三十五佛忏》二种悔除。

也不是只有这二种了，提到「初力」就是追悔力。一般讲，修行人是这样了，过程跟次第啊，先遮恶行，再断恶心，再断恶心习气，大概恶行要先遮止，所以要忏悔。追悔力是说往昔，无始以来所作的不善业，知道不知道的都要想。不知道的你要这样想说，凡是我往昔我想不起来的或者是不认为的或者是我不知道的这些恶业，一并忏，像我们小孩子的时候不是作很多恶业吗？

往昔以来，包括今生，很多回忆都忘记了，那都有做过一些恶业，多多少少，那到目前为止学佛还是有，那个太多了，你要想说，记住记不住的，知道不知道的，一并忏，这样比较保险。有的人是怎么忏你知道吗？把来世要犯的也一起忏了他过去世也有，三世都在，甚至说明天的我要犯的戒也一起忏，有这样的。他那个蛮善巧的。反正三世的我大概都会造恶业的，过去的我、今生的我、来世的我，大概都是这样子的吧。对自己来讲所缘广大，往前推，三世众生的罪都一起忏。你要涵盖所有有情。

对不善要多起追悔，就是认错，于罪生追悔、懊恼、认错、看到异熟果，害怕、怖畏而求清净，这样叫追悔力。须多感异熟道理。三果就是异熟、等流、增上，要害怕而认错。

有时候想自己出家了，学佛了怎么还是这样模样，觉得不对，怎么还是这样？那种情况就是追悔力，人家把你当修行人，你也是修行人，也许反观想一想，没有那么好，各位有没有那么好？没有了，我看各位都不敢承认自己很好对不对？敢吗？这个应该了，但是你不好要承认，真的，我们那个起心动念，还有我们的习气很重的，都要想一想异熟果。

所以修行的时候要以《金光明忏》的追悔力，还有《三十五佛》的追悔力来做追悔，其实很多忏语都不错的。像我们汉传很多都很殊胜，不是说不要拜忏，我没有这个意思，我是说要具有佛法内容去拜忏。

如果法师对每一堂课不要在乎定价多少，不要在乎这个，然后大家先开示一下罪障过患，还有目前我们是什么层次，来不同层次的忏悔之理，种类，还有必须怎么忏悔的方式，以及忏语里面的内容怎么随文做观，这些先开示一下再忏比价好。急着怎么敲法器，怎么排班，不重要。这些不是那么重要我觉得。就像我们施食一样的，有人说你施食有没有在踏脚步或者念咒，我们什么都不会，可是我们一颗心有啊，对不对，不一定要这样，好好施食就好了。那我一定要这样子。当然有是圆满的。可是意乐没有的话，你再怎么持咒，再怎么走台步我看也没用的。这样的都是重外表啊。

以前祖师有这种意思在的，他是结合内心的意乐清净到外在加行的圆满，我们现在学皮不学肉了，人家祖师菩萨有一套内容的，这样走他每一步都有想法义的，我们没有啊，所以只有外相。我没有说那样不好，那样不圆满。佛法只有这样太容易了吧，一定要从内心的念头开始安立起，怎么了解这个内容再去修比较好。追悔力也是这样子的。你越对过患觉得不好，你追悔的力量越强，然后想我们怎么可以这样呢，就懊恼起来。

比如说有两种情况，我个人经验，一个是真的认错而痛哭流涕，自己心里闷闷的，觉得不对，另一种是来自于众生用这种罪过来伤害你，你本身也伤害过去，这个业报辗转影响很大，所以从这边看到轮回痛苦而去追悔，就扩大了。还有时候是怎么样，众生对你伤害的时候你会觉得要感恩追悔，就对了，感恩，好像他这种方式来让你成就，所以你一直痛哭流涕对佛，也有这样子。当然这也是认错，认错也不一定只有认自己错，认众生的错也可以，这样对不对？你为什么只有认自己的错呢，众生不会认错

你替他认错也可以啊。像家人，为什么我们要修代他忏悔，代他忏悔是说他不懂忏悔，我替他忏啊。他虽然什么都不知道，你这样忏悔功德比较好。

帮他忏，他有功德吗？比较难，你代比较有功德。他根本就不觉得他错，他怎么相应，这是追悔力。这个也是极隐义，我不知道，一般业果来讲如果你的忏悔力量很强，那是你做的，他又没有想要忏悔，我看是比较难，如果说会有一些改变，大概是指说他本身有一些修行力，因缘到，那这样做还有一些可能性。否则不太可能，大家都没有任何因缘，单靠你这样做就有改变，蛮难的。

这是觉得对往昔自己所造的烦恼、业，像吃下毒药一样，在肚子里面，去追悔，这是重要的。

对治现行，对治力，这里分六是依《集论》观点讲的，事实上也不是只有六种。怎么说对治呢？凡是透过这种法行，可以对治消减罪心罪果的，就是对治力，因为这个缘故让你的罪业没有能力感果的情况，就是对治。对治力蛮重要的，我们分六。

第二力中分六：依止甚深经者，谓受持读诵《般若波罗蜜多》等契经文句。

怎么叫「依止」呢？原来是指「谓受持读诵《般若波罗蜜多》等契经文句」，

这是第一，就是读诵经典。这个「受持」大概是指闻思修学的意思，读诵当然是讽诵，特指《般若经》。我想不止《般若经》吧，佛经都很好的。唱诵比较感人，念比较乏味，最好配个音乐。我看起来是看意乐，不是看唱诵，唱诵配合旋律的话会比较摄心一点，因为我们需要这种方式来摄心，引发、触动你的什么东西有，那平白念过去比较难。

我听大悲尊尊者会召集藏传、南传、日本韩国越南台湾，三传的对同一部经典不同的唱法。看起来有唱还是比较不一样，汉传的唱诵是有名的，

编些曲子这些大概藏传没有，藏传就是一直念这样子，比较快。不过他们维那是很有力量的，很磅礴，气势很大，这个汉传没有。藏传的维那，看训练那个吟唱，很高的，声音洪亮，像狮子吼，那是专门的人才。

就是说讽诵也好，默念也好，我觉得主要在于你要有忏悔罪障的意乐，之上来读诵、闻思清净的经典，就算是。要注意，这个法行本身不一定是忏悔的，这个法行本身可以是集资的，可以变集资粮的。只是我们说，你要刻意为了淨罪的意乐而读诵经典，就是变对治力。像助印经书，不是有人是为了消灾解恶吗？有人是为了纳福，就类似这样子，要有忏悔意乐才算。找个人当下所读的经论，或者是文义文辞都很美的经论，好好去读诵，他等于是弘扬教法，他也等于是忏悔，都可以。当然越有法义摄持越好。

胜解空性者，谓趣入无我光明法性，深极忍可本来清淨。

这是第二。这个比较深了，胜解空性是指理忏。观能造罪的我、所造的对象以及罪性本空，三轮体空。这个理忏很重要。

《入中论》有提到过一个很重要的观点，月称菩萨说，造很重的十恶业，假如你可以具有清淨动机之上而信解空性义，不一定要证，光信解，很相信空性义、很喜欢，以及在闻思空性义，不会堕三恶道的。相信空性义、很喜欢、以及在闻思空性义，不会堕三恶道的，真的是这样。菩萨有这个说法。

「趣入无我光明法性」是说证得人无我、法无我，「光明法性」是空性义，无我空性义。并且忍许，就是内心具有这种甚深智慧去很坚固的忍许说，罪性本来清淨，就是罪性本空，各位知道诸法都是无自性的，应成派来讲，你要去观说这一切因为一念无明起，所以起了分别心、起了烦恼，所以造了恶业伤害众生，这一切可以这样产生染污的因果，都是因为它空。

「以有空义故，一切法得成，若无空义者，一切法不成。」会有这些染淨因果都是空、缘起的关系，所以我现在有这些的罪障，乃至感果，也是因

为空的关系，既然空就可以创造新缘起，所以可以忏悔。这样想力量比较强，因为空有一切，那它本质没有自性的，只是因缘假有的东西，和合而已，不要执为实有，不要执为没有。执为没有变成断见，执为实有变常见，那就不对了。你要中道去看待事情，这样不是不忏，可是忏的时候对于过失、果报的看待比较符合实相，这样就是智慧了。有智慧比较容易净罪，因为大概造恶业也是来自于无知，你对罪性，众生执为实有，比如说想吃肉，就杀生了。这个执为实有，我实有、众生也实有，所以就是造恶业。如果看得开，具有智慧缘起观的话，大概不容易，这有差别的，信不信由你，我看起来是这样子。假如有说想空性义，表示罪也是可以净除的，因为罪的体性无自性。最好是思维什么？罪的三解脱门，空、无愿、无相解脱门。好比说，我这个罪性本空，还有罪的因也无自性，罪的果报也无自性，这样去观罪性。那不是没因果，是无自性的因果而有，这样看待，也可以这样强调也不错哦。

这个不需要拜佛，这个有两个方式做，一是为了忏悔意乐，现行自他的罪过，比如众生跟你的罪过，然后去观修空性义，观修罪的空性义，这样就是忏悔，叫理忏。一是在没有拜佛以前，先观一下这一切都无自性，再拜，也是理忏摄持，最好是前面一个，观罪性无自性来思维，这样就是理忏。不一定要拜佛的，最好是刻意观罪的因果果报无自性。我看我们很少这样想。我们会害怕，犯好多罪哦，当然罪是蛮重的，只是说你要了知实相来看待它，是吧，这要想一想，我觉得是这样。而且罪可以清净也是因为罪无自性的关系，如果罪自性实有，大概罪也不能清净了。这样比较会努力去造作相顺缘起，这是为什么空性观有这种能力的理由在此。

所谓的事忏是指意乐清净、所缘广大、具足四力之上去忏悔。它作用于一个行相、所缘的东西，讲究事行的过程，安立这个意乐和怎么加行，要五体投地、要观甘露普降的净罪想，这是属于事忏。所以其实你懂佛法

懂的越广，你修行的能力越强。我不知道各位有没有这种感觉，我有这种感觉。

依念诵者，谓如仪轨念诵百字咒等诸殊胜陀罗尼。

这是第三。这个当然是依念诵、咒语。这个咒语是佛的秘密之语，涵盖很多功德在里面。特别是说有些本尊、诸佛菩萨他的咒语、心咒，有特别的能力的，针对某些罪障可以净除，所以要持咒、陀罗尼。持咒也不错，当然要具有四力。像大悲咒、百字明咒、尊胜佛母咒、度母咒、观音心咒，诸如此类。主要是为了忏悔而持咒。

《妙臂请问经》云：「如春林火猛焰炽，无励遍烧诸草木，戒风吹燃念诵火，大精进焰烧诸恶。犹如日光炙雪山，不耐赫炽而消溶，若以戒日念诵光，炙照恶雪亦当尽。如黑暗中燃灯光，能遣黑闇罄无余，千生增长诸恶闇，以念诵灯能速除。」

这是是用比喻来说明消罪想，净罪。春天的林野茂盛时有猛火配合春风一吹，不需要什么辛劳，很自然就遍烧林野的草木，这样来说明四力忏悔可以这样净罪。这个一样的，以持戒的风吹燃念诵的火，念诵百字明咒的火，风加火一烧，大精进的火焰就烧了很多恶。表示念诵对治可以净罪，再比如说犹如日光炙雪山，不耐它的照耀，炽燃而消融掉。比喻以戒为日，然后念诵百字明咒语为光芒可以炽照这个雪，这个雪是恶业，会消融掉。第三个比喻是什么，黑暗中燃灯光，可以遣除黑暗，比喻什么呢？千生增长上的黑暗可以被念诵之灯照破，速除。所以这里面提到什么，春火烧草木、日光融雪水、燃灯照黑暗，这些比喻来说明在具足不伤害众生的意乐之上，有想净罪想之上而去做念诵等对治法，就可以净罪。这个很明显。

此复乃至见净罪相，应当念诵。相者，《准提陀罗尼》说：「若于梦中

梦吐恶食，饮酪乳等，及吐酪等，见出日月，游行虚空，见火炽然，及诸水牛，制伏黑人，见苾刍僧苾刍尼僧，见出乳树象及牛王山狮子座及微妙宫，听闻说法。」

这个也没有讲到全部，还有一些没有提到。第一个，梦中吐掉不好的东西，饮奶酪等，还有看到日月在空中游行，火炽燃，还有看到很多水牛，制服黑人，还有看到出家法师，比丘、比丘尼，见象、狮子座，还有无量淨宫，类似坛城或者寺院，或是诸佛菩萨的净土，听闻说法。比如梦到去弥勒内院听法。这个是淨罪相，这个我要讲一下，各位觉得怎么判断的？有梦到就算淨罪是吧？各位没有忏悔的时候有没有梦过？我看忏不忏都有梦过。有没有梦到过微妙宫里面听闻说法？有没有梦到过出家法师？都没有？几个？一堆吗？梦中跟出家法师吵架？很像醒时，梦时也这样子。到底这个淨罪相怎么安立，要想一想。

我个人认为，淨罪相的现起，如果要算这个是淨罪相的话，大概要几个条件。一个是正行对治忏悔时现起才算，你没有做这个法行，就不算。你必须经由不是其它理由，你是做四力忏悔的法行当中，所以你现这个相，大概可以算。第二个条件大概是要常常现起，偶尔一次不算。第三个，比较严格就是淨罪相主要是外相也不算为主，主要依据在于你是不是烦恼越来越减少，善念越来越增长，内心相应为判断，否则也不太算的，你梦到这些东西，心中还是很暴恶，怎么算淨罪相？大概这三个条件才算，否则光梦这个东西太容易了，是吧？像有些人闭关而增长烦恼，这个也不算，怎么可以呢？还有很多人怎样？拜大悲忏、水忏、宝忏之类的，拜得很相应，哭哦，出来又骂人了，这是什么淨罪相？那实在是，那都不算啦。我讲得很实际，这要想一想，我是觉得是这么样安立的。

第四个是依形像：

依形象者，谓于佛所获得信心，造立形像。

「佛所」就是佛处所，佛这个地方，就是佛的皈依处，获得信心，所以造立形像。我们叫「擦擦」，藏文叫「擦擦」，十万遍的曼扎，十万遍的小佛像，类似那个，蛮多的。像很多西藏人占卜的时候，他会告诉你说你要做擦擦才可以净罪，做多少可以除障，知道擦擦吗？就是那个模子做小佛像，这样分发给人家去拜。这个在藏传很风行。

我记得很深刻一个事，想起来实在是很快十年了。那时候有一个快六十岁一个法师很精进，安多的。他过来之后呢，那么老了还跟我们跟班学习，年轻人也没有那种精神，他从山上走下来都要半小时多，然后还要回去，就是要去听课。那么老还听闻正法，那就是非常好，个性就是很耿直，我跟他蛮好的。他有一次他说他要回故乡了，不打算回来了。他没有护照，你知道多辛苦，我说那有没有路费，他说没有路费，我就供养他几百块美金，美金放在鞋子底下你知道吗？没有办法，就是跟脚踏在一起，怕被收走。他说他要在故乡造一些塔，给人家一些因缘，西藏的物质比较缺乏，所以他请求那个模像，我也帮他化缘那个模像。知道多么辛苦带回去吗？你真的不知道他为了法、希贵处，那种辛苦。那我想到说擦擦在西藏还是蛮奉行的，很多，你看哪里有小佛塔，就有很多擦擦的。不一定我们要做，但是有这种法行的，你请别人供养也可以，做也可以，不一定要自己做，最好是自己做，不行的话请别人做也可以，塑造佛像。

不过塑造佛像的时候有两点要注意到。第一，不要世间心去炫耀，这样又中计了。第二，不管什么材质要当真佛想。泥巴的也好，金的也好，一样，都是佛。这样做才有功德，为忏悔而做。

再过来是第五个依供养，就要上供下施。

依供养者，谓于佛所及佛塔庙，供养种种微妙供养。

我想也不是只有佛，还有众生。上供下施才好。举个例子，我们的亲人亡者或者说病者，为了净他的罪障、病障，所以我们可能去布施一些贫

苦有情，也可以济贫，一样的道理。为了淨罪故，做这种法行就算。不过这里我觉得主要主要还是要依道次第修心是最好的供养，好不好？依菩提道次第修心是更好的供养。我觉得这样淨罪比较快，各位不要瞎忙别的什么法行，好好实修道次第，功德是很大的。

第六个，依名号：

依名号者，谓听闻受持诸佛名号，诸大佛子所有名号。

第六个是说唱念佛号，唱念诸佛菩萨的名号，这个也是要有忏悔意乐来唱。像有时候，各位开车的时候自己这样边开边唱歌，很好，遍唱佛号的名字，不管用什么调都好了，反正你可以这样子，一切时处，不一定要在佛堂，很自然就是基于追悔意乐、忏悔的想法，或者心有所系住正念，或者意念佛功德，或者皈依心，或者集资粮，等等意乐，来唱念佛号，是好的。唱久就变你自己的。如果你加上了知佛陀的意思的话，那就有更好的功德。好，这要记住哦。

佛，像母亲，我们像孩子，孩子都不想回家你知道吗？孩子不想回家，母亲想念也没有用。是不是，有没有用？那现在孩子想回头。如果如母忆子，子逃掉也没有办法了。如果孩子想回家的时候，母亲很高兴的，**所以那种像电波一样，如果你意念佛的名号，如果具有更好的功德，比如说皈依心、出离心、菩提心，你就跟佛感应道交，**真的是这样子的。他们本身的佛号有加持力的。他本身成就佛有他的功德圆满的因缘的，他有发愿的、他有加持的，凡是听到我的名号、唱诵我的名号、想到我的名号都会怎么样，他都有发这种愿。那我们现在回头的时候怎么会没有相应呢？我觉得一定有相应，我讲一定有相应，可能暂时马上那么快没有，但是有，这个一定要相信，跟持咒一样的。所以这里是为什么淨罪的理由在此。这要想一想。以上六种我们看：

此等唯是《集学论》中已宣说者，余尚众多。

意思是说，六项的对治力是寂天菩萨的说法，当然寂天菩萨一定有经典根据的。可是我听到尊贵大悲尊者是说凡是**为了淨罪而修习一切善行都属于忏悔，包括听法，包括说法，也是忏悔，对治力**。因为是为了淨罪而做的。这样比较广，不含遍是这个东西而已。以上是对治力六种。

第三力是防护力：

第三力者，谓正静息十种不善。《日藏经》说：由此能摧所作一切自作教他，见作随喜，杀生等门，三门业障，诸烦恼障及正法障。

「正静息」是指遮止。各位知道四正勤吗？就是已作之恶令断除，未作恶令不作，已作善令增长，未作善令造作。这是四正勤。大概是这个意思了。防护说以后的恶业不做，以后的善业要做，叫防护力，有这种息止的意思。这个《日藏经》说，可以催灭自他随喜杀生等三门十恶业道，可以熄灭掉，还有烦恼障和正法障。说回来烦恼障要能够灭除要靠修道。我跟各位说，忏悔的方式大概有几个，可以淨罪的方式，比方说你证得阿罗汉果大概可以哦，证果，证果就比较好办了，第二个是什么？证空性也比较好，就算没有证果，你有生起道次第的功德也可以。第三个是要透过仪轨来忏悔，第四个是透过僧团布萨，共修布萨，这几个方式让他淨除。这里面是指防护，就忏悔之后就不要再做。正法障是谤法的业障，谤法的业障不好忏。各位记得吗？七年，每天三次忏悔，谤法的业还是很难消的，那很危险的。说这个好，那个不好，就谤法了。这个很危险。

《毗奈耶广释》中说：若无诚意防护之心，所行悔罪，唯有空言。阿笈摩中是故于此密意问云：「后防护否？」故防护心后不更作，至为切要。能生此心，复赖初力。

《毗奈耶》是戒经，戒经广释里面提到，假如你对于以后的三门业行

没有至诚的防护心，本来你不具足见功过，没有真正具有信心跟精进的话，也是很难防护的。那没有防护的话是空话。所以阿笈摩这些关于解释戒法的论典里面，特别是布萨仪轨里面提到说：「后防护否？」他问说以前犯的过失你见到没有？以后将犯的你有没有要防护了？我们都说“通农、懂农”这样子，或者是说“见到了、遮止了”，意思就是上师阿闍黎问你，你有没有见到你以前犯的过失，你回到说见到了，那继续问说你要不要防护？回到说要以后防护了。所以这个文是这样来的，几乎每个布萨仪轨都有这段话的，「已见过是否？而后善为防护否？」有没有这段话？那就会这样问，那我们当然是照念，每个人脸都趴着，然后阿闍黎就在那边问，然后就这样念三遍就起来了，形式是有了，不过也至少用这种方式来淨罪了。我觉得比较重要的是什么？自咨（？），就是敢站起来去发露自己的罪过，那个比较重要，菩萨戒里面有这一条，有这个仪轨吧？我看每个人站起来都哭，几乎都是哭的，就是自己认错。他有勇气在很多人面前做，你说他很假，那你怎么不做？你敢不敢起来做，敢这样不要脸皮这样吗？所以还是爱面子。我想他们不是爱现，何必用这种方式爱现？我看他们是蛮真诚的，这样子也是好事。很有勇气，至少你不敢。像这样自咨是很不错的，我们叫当众发露，用这种大众的方式比较会有防护力。

有一次在凤山布萨，我问到第二次的时候哭得稀里哗啦，人家等我站起来，大家在那边趴着等我哭，我那个时候实在是一定是有触到什么东西，反正就是哭得很辛苦。不过这个我觉得是看个人，你触到那一点，让你觉得心中有所感受，我想是每个人不一样的。这个类似要这样子叫防护力。这个很重要，这个防护力是说以后不做很重要，是在于说，你必须怎么防护呢？就是发个愿说从今以后我在某个时间之内我不做。如果你不这样想、承诺的话，容易做，可是你不要承诺太久，因为你会做，不然变妄语。你说我到成佛之前都不做恶业了，那就好办了，各位到成佛之前不会造恶业？

我的意思是说，有个时间之内，比如明天之内，太阳没有升起以前，不做恶业，那每天都这么说，每天都这么做。就是一天之内，或者是一个礼拜之内。有时候我觉得缘也很有关系，环境，假如给自己关起来闭关，禁足禁语，根本不会造什么身口恶业的，根本没有身口恶业可以造，大概会喃喃自语，其他的业大概不会造，只有意业会造，这个倒是也是一个方便。

不过这一切追悔力最重要，有追悔力大概对治、防护，都会有，没有真诚追悔很难的。我看密勒日巴会这样成就是追悔的关系，很强烈的追悔。那我们大概难哦。有一次我在下密院，那个师长已经往生了，我也替他难过，因为那个师长七八十岁了，然后从西藏出来的，那么谦卑，那么默默无闻地修行，他历经多少苦难。你知道他老人家天天在大殿里面拜佛，都是大礼拜，我们年轻法师在那边聊天，真的说起来实在是惭愧。年轻法师体力都很壮，老人家这样拜，那个信心、业果。后来我听说他圆寂了，是有点悲伤。他一直跟我说他回家乡，都没有回去。实在是很多典型，像下密院蛮多这种人，就是本来三四百个人，后来凋零，不到四十个人，慢慢可能快不到二十个老人家了，那边出来的人历经多少辛苦，他们很多修行经验的，像这些师长都是典范。不需要是什么仁波切，你从他身上看出他们默默修行，很真实的修行，他也不会给你炫耀，他也不会多说什么，他知道这样做就对了，那个老人家可以这样拜，他一定具有四力的，不然他凭什么？你知道吗？都没有电灯，在黑暗中拜佛，你想象不出来的，你看那个精神，就知道人家那个心情是有的。你想想看，出家那么久，都很实际修行的，他不需要什么名位，不需要当什么住持，他还是修行啊，修得很好。反而住持没修行，因为太忙了，当寺院的仆人，没有工资的，天天忙事务，招待谁招待谁这样，时间都扣掉了，看起来很风光，住持啊，走中间，我们走旁边，那个蒲团是他的，别人不能拜对不对？我看他也很可怜，天天迎来送往的，反而那种朴实的修行人是很珍贵的，可是我看众生

会看外相，他也让你看不出来，你也看不出来的，他也不会告诉你的，有东西的人为什么告诉你？像稻子这样低垂，他觉得你也不是法器，讲那么多都没有用，他也不会炫耀。那些没东西的人就在外面这样，很风光，很多人捧着，当然我没有说那个人就没有修行，只是说如果只有这样的话，那众生会迷惑，就看外相来判断有没有修行，其实有修行的人根本不要这个外在东西的。除非为了利他就会做，否则他不会做这种事情的，所以我看到不少这样的师长。我是顺便提到说那么老了还四力忏悔，那样拜佛，那么辛苦的做，我想他应该有很好的投生。

最后看第四力，依止力：

第四力者，谓修归依及菩提心。

基本上，从什么地方跌倒，就从什么地方爬起来，当初你对众生伤害，所以你现在要好好发菩提心，缘众生；当初你对三宝造恶业，所以现在你皈依三宝，回头，所以叫依止，以前不依止。是不是造业啊，不依止，现在重新来依止他。依止什么？依止三宝就是皈依，依止众生就是发菩提心，等于说赎罪，你自己本身所造的以前那样子的方式对众生，现在要重新定位你的方式。缘着上下福田，三宝的上福田，众生下福田去做。那大概这样做的话就会清净，这个很重要。这里讲四力：

此中总之，胜者为初发业，虽说种种净恶之门，然具四力，即是圆满一切对治。

「胜者」是佛陀，佛陀为了像我们这种会造业的凡夫，宣说种种净罪之门，这个里面当然很多忏语都有，可是一定要具有四力才圆满对治，否则不够。这里我要提到说，四力忏悔可以每一个每一个去除四种果报随一。比如说，师长说依对治力可以忏除异熟果，依依止力可以忏除增上果，依追悔力可以忏除领受等流果，依防护力可以忏除造作等流果。

举个例子，你念百字明咒，前行要具有皈依发心还有修本尊像的依止力，要有追悔力，正行持咒是对治力，念完咒轮之后，心中承许不再造叫防护力，所以这个一座金刚萨埵忏悔是不是有四力？是不是这样说的，你要这样分。那还有比如说，你去拜水忏、大悲忏，就是之前先皈依发心，以及追悔，中间好好如法拜，随文做观，忆持法义，心中如其正知正念摄持去拜、去修、去念、去唱，之后就防护说不做，这样是四力，然后回向。

还有，四力之后还要加一个惭愧，因为《杂阿含经》说，「**有二清净法，能护世间，何等为二，所谓惭愧。**」所以惭愧法是很重要的，要懂知惭、知愧，你不懂知惭、知愧，大概很难忏悔的，所以这再加几个。

另外，还有一个很重要，就是你自己的东西要忏悔，假如别人给你造恶业，他给你忏悔，你要接受。不然，瞋，不受忏悔的话，就麻烦了，有没有这样的情况？你活该啦，你不可饶恕了，这样完了，因为他不容易忏悔，他认错了，如果他是真诚的话，不是为了挑衅，或者怎么样、虚假的话，你不接受人家的悔谢，你有过失，这样懂不懂？人家跟你说我错了，你就说没关系啦，你认错能改太好了，那我也一起增上，你不接受就麻烦了。好，这是一个重点。

以上讲完四力了。

恶净之理者，谓诸能感于恶趣中极大苦因，或令变为感微苦困，或生恶趣，然不领受诸恶趣苦，或于现身稍受头痛，即得清净。如是诸应长时受者，或为短期，或全不受。此复是由净修之人力之大小，四力对治，圆不圆具，势猛不猛，及时相续恒促等门，故无定准。

这个讲很清楚，这个恶是指恶业，罪恶的清净之理，固然是要四力具足，但是它感果的情况如何，大概是跟如上所说的有关系，他怎么说？比如说，你如果具有四力会感得恶趣很大的痛苦，可能变很小苦。举个例子，你可能去地狱要受很大的折磨，或许变狱卒，或许你的顺缘还不错，比别

人好一些，这个是因为忏悔的关系。讲回来，假如说我们对我们的亲人亡者，你为他念经忏悔，他会不会减少一点痛苦，烧银纸那不要说了，没用的。那如果对他做忏悔的话，这里有烧那个纸车子有没有？那个是没什么用的，主要是什么呢？如果说我们好好为他做忏悔，这样有没有效果？这个应该是有点，因为我们师长说，假如他有一点业的话，他会有一些困境去除、顺缘具足，应该有点这种效果在，他有业相应的话啦。那一样道理，如果你忏悔的话，大概以后会感得很大的果报会变轻的，这个会，变轻、转轻会有。或者生恶趣不领受苦，比如说，拍球地狱，就掉下去又跳上来，去地狱一下就没有什么苦受，就是这样子。或者叫重报轻受，今生稍微有一些，比如说修行人其实很难讲，有的人是他恶业很重，所以一直感果。有些人是他有修行，所以魔也着急，他以后的果报是由乐而乐，因此先把往昔的恶报一起感，所以现在看起来灾障很多，这是可能是这样的。那一部分就是说将来要堕地狱的恶报，通过你现在忏悔之后，变成现世就很多的果报，比如说头痛、不如意这样子。你不能从外相说他很不如意、他很头痛之类的，就说他很没有修行，不能这样判断的。这有两组，一个是没有修行来的，一个是有修行来的，像各位大概是有修行来的，头痛之类的，就是你有修行的果报，现在变头痛，那以后就很好了。大概是这样，因为罪就是重报轻受了。以修行力故，有可能哦。不过这要看个人真的有没有修行。那还有就是时间变短，比如说受报很长，时间变短，或完全不感果，那有几个方式的，这种很猛力的果变小的，或是时间变短，或是完全都不感，或是变轻，忏悔可以这样的，不一定不会感果，感果的方式会改变。这里面主要是看什么，能修的人他的力量大小，包括道力，就是这个「道力」，听过没有？道力越强，他越可以淨罪的，还有你四力本身的具足圆满与否？还有你的心情有没有很猛力，以及时间是短暂还是长时做的？这些都要考虑进去，才可以判断你淨罪到什么程度，否则是不定的。不是说

四力就算，四力也要有条件的。这个记住哦。

今天讲的四力要记起来，一定要背起来那个意义，以及如果要修的时候要知道前行必须要追悔和依止，正行必须要对治力，后行必须要防护，这样方式来修的话，可以破坏三果：异熟、等流、增上，这些都可以破坏掉，或者感得很小的果报，或者变得短期感果而已。这个是可能的，我觉得这蛮重要的，四力是蛮实际的问题，既然修行是指，善的要做，恶的要忏悔的话，那忏悔就要重视。

提问：动态中修忏悔

有一个方式就是说你临醒或者在家的时候就先把前行做起来，动态的时候不好做，也不容易做，那就是以之前那个意乐摄持做就好，因为动态很难兼顾的，这样还是在摄于其中。等于一天就是一座，整天算是百字明持咒的对治力，早上算前行、晚上再防护或者随喜，这样就好了。不过我很高兴你可以任运，因为我没有听到你说任运起烦恼，你是任运持百字明咒，这个是不起。