

如何改造命運的原理與方法 悟道法師主講 （第三集）
1999/10/22 新加坡佛教居士林 檔名：WD19-001-0003

大家請坐，諸位法師，諸位大德，諸位同修，阿彌陀佛。

昨晚跟諸位報告「改過之法」，講到發三種心，這三種心是「恥心、畏心、勇心」，這是教我們改過首先發這個心，有這個心才會想要改過。再來是跟我們講改過的三種方法，從事上改、從理上改、從心上改。從事上改，這個文裡面舉出兩條，就是我們日常生活中大多數的人都會犯的。一條是殺生，一條是怒詈；怒是心裡不高興，發脾氣，我們平常講的脾氣很壞，容易發脾氣，這兩條是一般人普遍的毛病跟過失。一個是殺生吃肉，一個是發脾氣，舉出這兩條，當然包括其他的過失。這兩條首先告訴我們，從事上改，譬如本來我們很愛殺生，現在聽說殺生不好，現在改過來，對於不能殺生的道理不明瞭，這就是從事上改，以強制的、勉強的來控制住。這個方法不是究竟徹底的辦法，因為不明理，控制久了，可能就控制不住，毛病一樣會再犯。

我上個月到中國大陸，去峨嵋山還有九寨溝，我們一行人總共只有五個人，二個出家眾，三個在家眾；男眾二個，女眾三個。我跟陳永信居士一起，陳居士晚上都和我睡同房，他就講了一個他看到的事情給我聽。他說他們那邊有一個人吃素吃了十幾年，以前台灣還有在砍柴，在山上砍柴，起灶生火。灶，現在很少看到，可能鄉下地方才能看到灶，現在都是現代化，都用瓦斯。他說，這個人吃素吃十幾年，有一天去山上砍柴，他就不太想工作，一直想要下山。下山之後他也不跟人家一起吃飯，那天表現得很奇怪，自己偷偷去吃。後來他的同伴就跑到後面偷看，「你吃素吃了十幾年，今

天怎麼一個人自己吃，也不跟大家一起，也不讓人知道」？結果一偷看，他在吃豬腳，躲起來吃豬腳。那些人看到，心想可能他吃素吃十幾年，看別人吃肉，吃素吃得太痛苦，受不了，才躲起來吃豬腳。像這種情形就是從事上改，他不知道為什麼要素食？素食有什麼功德利益？戒殺、放生有什麼好處？沒有很明瞭，不是很了解。所以吃素吃十幾年，繼續吃肉的也是有，也有很多人這樣子。還有人生病，本來是素食，生病的時候說要吃一些肉比較有營養，就是沒有營養才會生病。有人也是素食很久，有的吃一、二十年再吃肉的，這個也有，這種我們都曾聽過、看過。這個就是從事上改，勉強改的，有這個困難，不徹底。

如果能再進一步從理上改，就是要禁止這件事情，事先我們來明瞭為什麼不能殺生，殺生有什麼不好，有什麼損害；戒殺有什麼功德，有什麼利益。對這個道理如果能了解，愈深入了解就愈能改得過來，就容易改，比較好改。譬如我們對因果事實、理論的認識，進一步在我們現實生活當中去觀察、去證實，明瞭之後，自然發心戒殺。

戒殺的因果，在《安士全書》裡有一篇叫做「萬善先資」的，這個理論因果還有公案，都給我們講得很清楚。我看了有一段時間，裡面內容還記得二、三條。其中有一條，大概是明朝，淨宗第八代祖師蓮池大師那時候的人，是一個老太太、老菩薩，發心素食、念佛。有一天得到重病，病很重，去看醫生，醫生告訴她，這個病要抓很多鳥來當藥引才有效果。這個老夫人、老菩薩聽到醫生這麼說，她起了一念慈悲心，她覺得為了自己一條生命，要去殺害那麼多眾生的生命，她不忍心這麼做。她跟這位醫生說，她寧願自己這條命不要，也不願意殺害那麼多鳥。說也奇怪，她發這一念的慈悲心，她的病竟然不藥而癒。這是一條公案，這個在蓮池大師的「戒

殺放生文」，還有畫圖的圖案中，有說到這個公案，同修們如果看了就知道。

《安士全書》還有另外一個公案，我記得上次來這裡，曾經跟諸位講過，可能有的同修沒聽過，再重複講一遍。就是在清朝時代有一個人發心素食，吃素吃三年，有一天脖子長了一顆很大的瘤，這顆瘤就像現在醫學上講的腫瘤。長了一顆很大的瘤，這個人心裡就很不平，他說：我戒殺吃素，吃了三年的青菜，今天竟然得到這種果報！他就說吃素沒用，明天要開葷，要開始吃肉，吃這個沒有功德！他一個朋友聽他說吃了整整三年的素食，明天開始不吃素了。他的朋友聽到，他的朋友就來問他：既然你明天開始開葷吃肉了，你吃這三年的素食功德是不是要賣？你有沒有要賣？這個人聽到就說：吃素也能賣錢？他說：可以。一天好像算十文錢還是多少，這個我看了記得不是很清楚，我們去查《安士全書》就知道了。一天看用多少錢跟他買，吃了三年總共幾天，錢照算。他說：能賣反而更好，吃三年沒有功德，還長了一顆瘤；能賣齋，還能拿點錢來花，他也覺得很高興。這個朋友就跟他買，他就寫了一張字據，等於買賣的契約書，一天幾錢，一年三百六十五天，三年一千多天，照算。一手交錢，一手交那一張契約。

賣了之後，當晚吃素的這個人做了一個夢，夢見兩個小鬼要帶他去閻羅王那裡，那兩個小鬼來了之後就很生氣的罵他說：實際上照你的命算來，十個月前你的祿就已經盡了。中國人說福祿，福是福報，祿是食祿。祿盡了，壽命就到了，壽命該終了。十個月前你的祿就已經盡了，就應該死了，因為你發心吃素才延長壽命。你過去的業，現在長了一顆瘤，重業輕報。想不到你吃了三年，現在竟然退心，又再要吃肉。照這樣算起來，你賣了那三年的齋，還有你原來應該受的業報，這倒貼了，你的齋已經賣掉，倒貼了。現在不

趕緊抓你到閻羅王那裡，這不行，你已經倒貼了。吃素的這個人聽了很後悔，他說：拜託拜託，你寬限一天，明天我把錢退還給他，那一張我拿回來，繼續再吃素。第二天就去找買齋的那個人，那個人一回去，回到家把買來的那張齋，馬上在佛前將功德迴向，燒化掉了。吃素齋的這個人想要討那一張，錢要還給他，他說：「我已經燒了」。吃素的這個人當場悔恨而死。

這個公案，我們聽了感到很奇怪，吃素食一天還能賣錢，這也是很奇怪的事情，現代是還沒有聽過，古時候發生過這種事情。從這個公案看來，確實吃一天的素食也是有功德，一天戒殺，一天素食。譬如有人吃初一、十五，初一吃一天，十五吃一天。初一、十五，這一整天的時間，就是素食這一整天的時間，這個世界的殺業於我們就沒有分了，發生在這一天的果報，我們就不會受了，與我們無關，因為我們沒有參加，沒有參加殺生。所以吃一天、吃一餐有它的功德，由這個公案來看，確實素食有它的功德。

但是諸位同修如果素食，可不要去賣，不要賣錢，不要像《安士全書》寫的那個公案，那個人去賣錢，不要賣。不要賣，我們要做什麼？我們念佛人將這個功德迴向往生西方。我們信願念佛要求生西方淨土，一絲毫的善都能迴向，我們迴向西方，這些功德都是真實的，將來往生能夠得到大自在。所以我們在這個世間修種種功德，不要求人天福報，我們要求什麼？求將來往生西方的時候能夠得自在，身無病苦，心不貪戀，這個福報是最殊勝的，最殊勝的享受。世間一般人不知道，只知道眼前的享受，不知道臨終沒有病苦，自在往生，那才是最大的享受。臨終沒有病苦，自在往生，頭腦清清楚楚，這個人縱然沒有學佛、沒有念佛，他也不會墮三惡道，他再去往生會往生到人道來做人；或者他的善業較強，可以往生到天道去做天人，也不會墮三惡道。念佛的人決定可以往生西方淨土。

，我們要求的就是求這個。

另外還有一個公案，是一個書生，這個書生有一晚在睡覺，跟他的親戚一起睡。睡到半夜的時候一直哭，哭到醒來，親戚問他：為什麼睡覺在哭，哭到醒過來？他說：我剛才做了一個夢，夢見到閻羅王那裡看生死簿，三年後我無緣無故會上吊自殺，上吊，吊死。書生問陰府的那個官，拿生死簿給他看的那個官，他拿簿子給他看，說他的名字是註在吊死的那一本裡面，三年後他會無緣無故上吊死了。他看了就很煩惱，他就問地府的官：有沒有什麼辦法可以改變？管生死簿的官告訴他說：這個定業很難轉，如果你吃素念佛，可能這個業還能夠轉。他醒來之後，就告訴他的親戚說：我從今天開始每天都要吃素，每天早晚要念佛，要吃素念佛了。

吃了八個月，吃素念佛已經八個多月了，有一天他的一些同學、一些朋友就勸他，就要邀他去喝酒、吃肉。他就告訴他們夢中的這件事情，他說：我八個月前夢見這個夢，三年後他會上吊。他問陰官說要怎麼改，他說吃素念佛也許可以改。所以他現在發心開始素食，念阿彌陀佛。他這些朋友就笑他說：那個夢怎麼會準？沒有這回事，你堂堂一個大丈夫作個夢就信以為真，以為那是真的，你真愚痴！肉這麼好吃，怎麼不來吃？這些朋友就一直勸他，一直拉他，後來他被說得心動了，想想的確夢能當真，夢能相信嗎？好，就跟他們去吃了，開葷吃肉了。吃了沒幾天，過沒多久，這樣經過了三年，從他作夢開始，他告訴那位親戚說他作夢那天開始，經過剛好三年了。吃了八個月，再繼續吃肉，前後總共三年的時間。到第三年那一天，他自己無緣無故，書房的門反拴，古時候的門栓拴住，外面的人推不進去。自己在書房裡上吊自殺。那位親戚去看他，算算時間，從他作夢那天說的開始算，算到他上吊死亡那天，剛好三年。

所以這兩個公案，讓我們感到吃素念佛的功德也是不可思議，那個人如果不要耳根子軟，不要聽朋友一直勸他放棄素食而去吃肉，他這個業就轉了。吃素念佛，業會轉。這個公案都是事實，裡面的公案還有很多，我再找時間看一看，以後有機會再說故事給你們聽。印光大師在「上海護國息災法會」裡面，也跟我們強調這一點，說現在這個世界災難很多，愈來愈多。災難這麼多，最根本對治的方法，大師告訴我們四個字：「吃素念佛」。他說所有的人如果都來吃素念佛，世界的災難就能消除，就沒有災難了。所有的人都來念，這是不太可能；所有的人都吃素，這是不太可能。大師又告訴我們，如果有少數人吃素念佛，縱然不能完全消除災難，也會減輕，這是事實。

台灣最近發生大地震，這也是災難，前天又發生六點四的地震，房子也倒了很多，幸好這次沒有人死亡。昨天我趕緊打電話，請台北華藏淨宗學會莊行法師打去嘉義淨宗學會，問他們那邊有沒有事。剛才我跟他們聯絡，一切還是平安，房子沒有倒下來。我們念佛人修學淨宗，阿彌陀佛也有加持，全台灣的淨宗學會一切都平安。新加坡淨宗學會這邊，九二一大地震，這裡大家也有簽名到各淨宗學會去慰問，非常感謝這裡同修的關心。所以我們看淨宗學會在世界各地，照人口的比例可以說是少數，少數的同修吃素念佛，這個災難無法避免，但還是有減輕，減輕是一定有的。目前我們能做的只是這樣，當然我們希望愈多人來吃素念佛愈好，多一個就多一分力量，多二個就多二分力量，所以多一個有多一個的好處。

要勸人吃素念佛，你跟人家說明這個道理，要常常說，要很勤勞、很努力，常常說，常常說明。別人聽了之後能夠明瞭，較有善根的人一聽就了解，他就發心素食念佛。業障重的就要比較長的時間，或者他能發心吃早齋，吃早上那一餐就好；不然就吃初一、十

五；不然就吃觀音齋，一個月幾天；不然地藏齋，一個月十天。這個叫做吃花齋，花齋不是每天吃，看日子吃的。雖然吃花齋，也有它不可思議的功德。《安士全書》，我還記得一個公案，一個持觀音齋，一個持三官齋，那個齋就不是每天吃素的。有一次坐船遇到大風浪，其他的船隻都翻覆，沈到水裡。他們那艘船，在空中就聽到人說，這艘船不能讓它翻覆，這艘船裡面有兩個人，一個持三官齋，一個持觀音齋，有這兩個人在，這艘船不能讓它翻覆。最後這艘船平安無事，其他的船隻都翻覆到水裡。所以吃花齋也有功德，不能每天吃，一個月吃幾天也好。

以前我爸爸在世的時候，叫他完全吃素是做不到。我爸爸以前在日據時代，曾被日本人抓來新加坡當軍伕。他告訴我，日據時代他來這裡，他的習氣、習慣喜歡吃豬腳，他說他到這裡都去找路邊攤賣滷豬腳的，都去吃那個。那時候我還小，他常常告訴我，他來南洋，被抓來當軍伕，在這裡發生的事情，常常說給我聽，常常講故事給我聽，所以我有一點印象。我學佛以後，勸他素食他沒辦法，沒辦法素食，叫他吃素做不到，因為以前自己有養、有殺，不但吃還有殺。現在是沒有殺了，自己沒有養畜生就沒有殺了，但是叫他素食，他還是無法接受。

有一天，過去我在這裡介紹《無量壽經》也曾講過，我有一個親戚，姑丈，殺了一隻豬公，台灣很盛行殺豬公，我不知道新加坡有沒有人看過殺豬公？台灣很流行殺豬公，殺豬公答謝神明。我姑丈的大兒子，就是我的表哥，小時候很難養，小孩難養，古時候民間的人就去廟裡許願，「我這個兒子如果能夠平安養大，能夠把他扶養長大成人；他能夠成家，就是結婚，就要殺一隻豬公來答謝神明」。結果我這位表哥，三十幾歲，真的經過人家介紹，結婚成家了。姑丈就請我爸爸去，給他請，那一晚就住在他家，頭一天殺豬

公答謝神明，明天結婚，明天舉辦婚禮；舉辦婚禮前一晚殺豬公，我爸爸就被請了。

第二天結婚典禮，請了很多客人、親戚朋友，當然就喝酒，辦桌吃肉。吃到一半的時候，我姑丈出來敬酒，每一桌都去敬酒。敬到一半忽然就倒在地上口吐白沫，當然這些孩子就趕快送他去醫院，到醫院的第二天下午就過世了。所以第一天辦喜事，第二天辦喪事。我爸爸親眼看到，第三天回家，他就告訴我們：「以後我做生日都不可以殺豬公」。他說：「我親眼看到的，不可以。我們要吃的話買現成的，買市場人家殺好的」。殺好的，這也是我們給他建議的，我們不要殺生，我們買市場現成的就好，就是佛經上說的吃三淨肉，不見殺、不聞殺、不為我殺，吃這個就好。回來之後，開始能接受素食的觀念，他就覺得殺生確實不好，他自己親眼見到。不然我們一直跟他說，他也感覺不到，自己親眼見到，比我們再怎麼說都有效。那時候就開始素食，初一、十五早上那一餐，他就吃這樣而已，接下去的午餐跟晚餐，他還沒有辦法。這樣已經很好了，有進步了。這是說殺生，古時候發生的一些不好的事情。

此時在我們現實生活當中，我們能看到也能聽到，殺生的果報確實不好。我們要勸人戒殺吃素，也要有方便法，要看對方他接受的程度。有的人一餐沒吃肉就受不了，你叫他吃素，他跟你說「你乾脆叫我去死」，也有這樣的人，一餐無肉就很痛苦。遇到這種的，我們可以勸他吃三淨肉，市場有賣現成的，不要吃活的，活活殺生比較不好。所以我們家人如果還沒有學佛，還沒吃素，包括自己本身還不能完全素食，建議大家吃三淨肉。三淨肉就很方便，市場賣現成的，還有超級市場冷凍的，這些都屬於三淨肉。不要抓活的現殺來吃，那個就殺生了。所以我們若要戒殺，要先明理，尤其對因果事實理論，我們了解愈多，我們要改就愈容易。如果不了解，

用忍耐的，忍得再久也會受不了，所以從事上改，不徹底，從理上改比事上改還要高明。

最高明的改過是從心上改，昨天跟諸位報告過，直接從我們的心來改。我們的過失很多，不必一條一條去找，找一條改一條，這就很麻煩，用的時間也很長。不管什麼過失，再多的過失都是從我們的心產生的，因此念佛人從心上改，可以說是最方便的。所有惡業都是從我們心裡妄念所產生的，這個妄念有善念也有惡念，但是惡念多過於善念。我們念阿彌陀佛，用這句佛號的淨念代替所有妄念，不管心起了善念、惡念，我們統統把它換成阿彌陀佛這句淨念，這就是從心上改。這個方法也就是大勢至菩薩在《楞嚴經》上教給我們念佛的方法，「都攝六根，淨念相繼」，淨念就是這句阿彌陀佛，這一念就是淨念。我們這一句淨念要保持、要繼續，不要讓它斷掉。淨念能夠做到相繼，念佛就能得力，就能得到功夫成片，一心不亂。所以我們念佛人從心上改，用這句佛號是最方便的，也不麻煩，不管什麼念頭起來，都把它換成佛念。

念佛就是我們心裡，現在這個心有佛，所以「念」這個字，一個今，今天的今，今就是現在；下面一個心，就是你現在的心有佛就叫做念佛。所以念佛注重在心念，用心念；口裡有沒有念不重要，但是心念是最重要。我們口裡念，也是要達到心念，所以念佛是心在念。口念，一方面是幫助別人，讓別人種善根，別人聽到我們念佛的音聲，他從耳朵聽進去，縱然他現在還不相信，他也有這個善根種子種下去，種在他的八識田中，將來有一天他這個種子成熟，他就能接受，所以念出聲是有這個功德。但重要是在心念，這是我們念佛人治心，最直接、最究竟、最圓滿的方法。跟我們講這三種改過的方法，當然從心上改是最根本、最徹底，從理上改比事上改還高明。但是一般大多數都是中下根性的，所以從理論深入，這

是大多數人能做到的，再進一步要從心上改。從事上改也是需要，所以後面告訴我們：

【以上事而兼行下功。未為失策。】

就是我們從心上改兼了解理論，再從事上禁止，這個是最妥當、最圓滿。如果只會從事上改，不會從理上改；或者只能從理上改，不能達到從心上改，這個方法就比較笨，效果很差。昨晚我們講到這裡，今晚再接下來要告訴我們，改過的過程要注意的，以及改過、罪過消滅之後，有什麼樣的反應，有什麼現象？請看這個文：

【願發願改過。明須良朋提醒。幽須鬼神證明。一心懺悔。晝夜不懈。經一七二七。以至一月二月三月。必有效驗。】

『發願改過，明須良朋提醒』，「明」是說在日常生活當中要有好的同參道友，大家互相勉勵，互相提醒。譬如我們做了什麼不對的地方，在旁的同參道友提醒我們，所以同參道友，他的作用就是互相提醒、互相勉勵。因為人往往自己做了不對的事情，自己不覺得，自己沒有發覺，在一旁的人看得比較清楚。有一句俗話說：

「當局者迷，旁觀者清」，當局就是你是在局裡的人，你自己本身，有很多情形自己沒有感覺、沒發覺，但是在一旁看的人，他看得清楚，所以說旁觀者清。因此我們要改過，我們有很多過失，自己不知道，沒有發覺，就需要靠在旁這些好的同參道友提醒我們。提醒，「良朋」，「良」是說好的朋友，真正好的朋友，我們有過失，他會私下提醒我們、告訴我們。如果不是真正知己、很好的朋友，人家看到你的過失，他知道但是也不會講，不敢講，為什麼？互相不了解，不知道講了你能不能接受？講了不能接受，反而跟他結怨，這樣不但沒有得到正面的效果，反而造成反效果。因此如果不是很好、很知己的朋友，看到別人的過失，他不會輕易的講。在古時要說我們的過失，最基本的有三個人，一個是我們的老師，教我

們的老師，他會指點我們，我們有錯誤、不對的地方，他會告訴我們。再來就是父母，父母為了子女好，所以做錯事情，父母會責備，這三個人基本上會說我們的過失。其他外面的朋友，就要看你們的交情，看交情是不是很知己、很好的朋友，如果很要好，他就會私下提醒我們。

還有一點我們要注意的，我們對朋友也好，或是對同參道友也好，有時候我們看到很多同修，很好心，去講別人的過失，但是造成很多的風波，這個也有。這個我們要注意的一點，就是我們如果要勸人的過失，最好不要有第三者在，私下拉他到一旁，沒有第三者在，私下再勸他，讓他有面子，保持他的自尊心，這樣對方比較會接受。如果有第三者在，說他的過失，勸他改過，可能不但不能接受，反而造成反效果，跟他結怨，這就錯了。所以我們要勸人，這一點要注意。以前我自己對這點常常疏忽，講的時候沒有考慮那麼多，我雖然是好心，為別人好，但是講到最後，人家看到我就很討厭，很不受歡迎，所以這點要注意。這是講「明」，要有好的朋友來提醒。

『幽須鬼神證明』，「幽」是暗中，「鬼神證明」就像宋朝趙閱道，每晚他放一本「治心篇」，將每天所做的事情向天帝鬼神報告，不敢報告的就不敢做，所以他報告的都是正當的，應該要做的，這就是請鬼神來證明的一個例子。我們學佛的人，請佛菩薩證明，在佛前發願請佛菩薩為我們證明。這是說改過有兩方面。

『一心懺悔』，「懺悔」就是改過，這裡我們要注意的就是「一心」，一心這兩個字，我們要注意。這個地方我們不能輕易的看過去，輕易的看過去，我們就不知道它的重點在哪裡。一心，念佛法門，念佛就是要達到一心不亂。佛在經上也告訴我們：「制心一處，無事不辦」，就是心如果能夠定在一個地方，不管什麼事情，

你就能辦得成功。事情辦不成就是三心二意，心散亂，沒有一心，所以事情做不成。如果一心，不管什麼事情都能做成就，我們懺悔改過也是一樣，要一心懺悔。一心當中就很講究了，念佛人就是一心念佛，念佛人要怎麼懺悔？一心念佛就是懺悔；阿彌陀佛忘記了，忘記就是業障又現前了。忘記了怎麼辦？忘記了，現在想起來，趕快再念就好了，再來一心念，這就是懺悔。

四樓的念佛堂也是提供給大家懺悔的，這個環境很殊勝，全世界去找，找不到第二家，這裡最殊勝。所以現在很多海內外的同修都專程坐飛機來這裡念，來這裡懺悔，因為別的地方沒有這麼好，這裡最好。人家煮現成的，我們吃現成的，我們吃飽負責念佛就好了，這去哪裡找？住的地方，人家也整理得好好的，這個機會如果不能來這裡一心懺悔，這就對不起阿彌陀佛。所以要一心懺悔去四樓，四樓念佛堂，一天到晚一直念阿彌陀佛，你能抓住這個原則，就是從心上改了。阿彌陀佛忘記了，就是罪業又起來了，就是妄念，胡思亂想，這就是業障又現前了。現在發現業障起來了，不對，趕快再來念佛，妄念不見了，佛念提起來，這時候就是正念。但是這個正念要保持，我們現在的問題就是無法保持，保持得不久。所以保持要有一定的時間，好像大勢至菩薩告訴我們，「都攝六根，淨念相繼」，要保持長時間就能產生效果，我們現在保持的時間不夠久，保持得不夠久。

過去黃念祖老居士，他在《淨土資糧》這本書有寫到，我記得很久以前看的，我還有印象。他說念佛人功夫不得力，就是時間不能保持到一定的時間。他用一個譬喻告訴我們，他譬喻我們燒水，燒開水要開瓦斯、點火，茶壺放在上面來燒水，那壺生水要燒成開水，要燒一定的時間，時間到了才會滾。時間燒不夠，才滾二、三分鐘，那壺水稍微溫溫的，開始熱熱的，再把它熄火，關掉了。熄

火之後，那壺水漸漸冷掉，之後再點火，再燒個二、三分鐘，又熱熱的了，又再關掉。他說這個再燒一百年還是生水，不會變成開水。他用這個譬喻、這個形容念佛人，念一下子就到外面來打妄想，打一下妄想又進去念一下再出來，這樣子念一百年也不會一心不亂。他就是說我們念佛要保持一定的時間，就像燒開水，譬如開水要燒半個小時就一定要燒半個小時才會滾，二、三分鐘就把它關掉，永遠也燒不開，還是生水。這個譬喻很有道理，我覺得很有道理。

所以我們進來念佛堂，我們一定要念到一定的時間，這個時間最少一天，一天二十四小時，最少一天。再來就二天、三天，像《彌陀經》說的七日，到七天。要念到一心不亂，要達到這個效果，每個人情形不同，不要看到別人念一天就一心不亂，我怎麼念了一年多還沒有一心不亂？每個人業障深重不一樣，用的功夫也不同，所以每個人的情形不同，有人念一天就一心不亂，有的要二天，有的三天，有的七天。有的七天不夠，要二星期，有的要三星期，有的要一個月。像這裡告訴我們「一心懺悔，晝夜不懈，經一七二七，以至一月二月三月，必有效驗」，說最少要一星期、七天，不然就二星期、三星期，再來就是一個月、二個月、三個月，這是說個大概。如果依照大乘經典，像地藏三經的《占察善惡業報經》，它說的懺悔法，業障最重的要懺悔三年。由此可知，懺悔要到業障清淨，各人的時間長短不一樣，看你業障的輕重，看你懺悔心力量的強弱，這都有關係。

我們不要說太多，就以這裡講的時間來懺悔，經過「一七」，「晝夜」是指日夜，一心。像念佛堂現在日夜都在念，晝夜不懈怠，一心懺悔。我們這裡都念二十四小時，就符合這個條件。我記得二十多年前，我還沒出家，聽導師講經，我看到《了凡四訓》說「晝夜不懈」，那不就都不用睡覺？我就去問師父這個問題，我說睡

覺是一定要的，不睡覺可以嗎？晝夜不懈是真的沒睡覺，但是沒睡覺也不是完全不能睡，你累的時候去休息一下，精神好了再繼續念，不是完全不能睡。如果照《占察善惡業報經》告訴我們，它不是叫你都不睡，它是說睡少一點，減少睡眠，睡少一點，不要睡太多，減少一點，不是完全不能睡。我們四樓念佛堂的念佛，就是念累了去休息一下，精神恢復了再繼續念，這樣就好，這就符合晝夜不懈，因為你這段時間都在修懺悔法。你來念佛堂，如果有時間，七天或是二星期、一個月、二個月、三個月，你一直念一定會有效驗。但是你時間要用得夠，時間用不夠就見不到明顯的效果。

講到時間，可能也有人有困難，要上班。如果沒有假期，我們整個星期都來念佛，這也是有困難。所以我們這裡每次打佛七，有很多同修都要先請假，之前就要先安排假期，他才能來念一個星期。除非現在沒有工作，沒有做工，沒有上班，或是退休，這就沒問題，時間就很多；一般有事業的，這就比較困難。但是困難，總是可以自己安排，縱然不能安排很長的時間，一般如果一星期、七天的時間，應該都能安排得出來，七天應該都能安排出來。尤其這個念佛堂每天念，不管哪個時段來，都能來念，你安排假期就很方便。不像打佛七，打佛七什麼時候到什麼時候，過去就沒有了。這裡每天有，所以時間的安排應該沒什麼問題。我們這裡一心懺悔，我們在念佛堂就是一心念佛，一直念，念到業障消除。念到業障消除，我告訴你，不用問師父，有沒有消，不用問。等一下我們念到下面就知道了，你問師父，如果來問我，我也不知道，有時候跟你亂說也不一定，所以問自己，問自己最正確。業障消除會有消除的現象，下面告訴我們：

【或覺心神恬曠。或覺智慧頓開。或處冗沓而觸念皆通。或遇怨仇而回瞋作喜。或夢吐黑物。或夢往聖先賢。提攜接引。或夢飛

步太虛。或夢幢幡寶蓋。種種勝事。皆過消罪滅之象也。然不得執此自高。畫而不進。】

這就告訴我們，業障消除之後有什麼樣的現象，這裡跟我們說第一個現象，『或覺心神恬曠』，「覺」是感覺，業障消了之後，人會感覺心開了，一般講心曠神怡，心會開朗，心很安穩、很自在，沒有煩惱，心開了。心開了臉上就能看得出來，一個人如果心開就法喜充滿，滿面春風，法喜充滿。一個人心不開，看他的臉也知道，眉頭深鎖，臉上都沒有笑容，滿腹的煩惱，這就是業障之相。

『或覺智慧頓開』，或者你覺得智慧開了，以前聽人講話聽不清楚，看事情也看不清楚，辦事也辦不好，常常辦錯事，沒有智慧。這個學生讀書考試常常考不及格，沒智慧。現在智慧忽然開了，智慧開了，事情就好辦了，看事情不會看錯，也不會聽錯，也不會說錯，也不會做錯，這個後果就很美滿。日常生活當中為什麼會有這麼多痛苦？就是看錯、聽錯、說錯、做錯，當然會有苦的果報。如果你每樣都做正確，怎麼會有苦？結果都是很圓滿。所以我們學佛其實也不是求什麼，就是求智慧，如果有智慧什麼事情都能解決，沒有智慧什麼事情都不能解決。所以智慧對我們來說，不管是世間、出世間法都需要智慧。我們學佛更加要智慧，如果沒有智慧就是愚痴。有很多人學佛沒有智慧，學到假的佛法，被人騙了自己還不知道，這都是沒有智慧。這裡說「或覺智慧頓開」，這就是業障消除的現象。

『或處冗沓而觸念皆通』，「冗踏」是指很煩雜的事情。你處理日常生活的事務，事業、家庭的事情，社會上的事情，公司的事情，佛門裡面道場的事情，人事的事情，物質環境的事情，很多、很複雜，「冗踏」就是很複雜的意思。一般我們遇到較複雜的事情，就很難處理，心就會煩、會亂。下午有一位新加坡的同修來找我

，他告訴我現在在大陸投資，公司事情很多，公司的事務很多。他說：我如果去公司，整個頭腦霧煞煞（不清楚）的，不知道怎麼辦，心都亂了。我說：這是正常的。所以我來新加坡，他如果知道都會來找我講話。找我講話，可能他暫時停止這些複雜的事務，心能暫時得到一些安靜。剛才講到六點多，講到他忘記要去機場接人，人家打電話來催他。我教他先念觀世音菩薩，遇到困難的事情，遇到難以解決的事情，先不要想，念菩薩的聖號，菩薩加持你，你就有智慧去處理了，處理事情。

所以我們日常生活當中，自己辦事情如果遇到困難的時候，可以求佛力加持。大概在五、六年前，有一次我們導師在台灣台北法務部，法務部就是管司法的，判決刑法的。法務部請我們導師去講演，講完之後就有很多法官問問題。因為導師在講演當中講到，法官判罪不冤枉人是不可能的，他就舉出李老師，李炳南老居士以前在大陸，十九歲的時候曾經當過縣長，古時候大陸的縣長行政兼司法，都要管。李老師會中醫，會替人把脈，會針灸，會替人開藥，他有中醫執照。李老師說他替人看病，他有把握不會誤診，診斷不會有錯誤，看病他有把握。他說他當縣長的時候，判罪他就沒有把握，沒有冤枉到任何一個人，這個他就不敢講了，所以這條就很困難。冤枉人，使人被判死刑，被判死刑他不甘願就會來報仇。在台灣有一次我去南部講經，遇到一位法官專門判人死刑的。我有一次去高雄淨宗學會，去講經講三天，講完就有一位六十幾歲的男眾，一個居士告訴我說，他是法官，常常判人死刑。他說現在晚上都有很多鬼來找他，晚上睡覺鬼就把他拖到床下，幸好他聽到我們導師講的《彌陀經疏鈔》，知道可以念阿彌陀佛，趕快去西方。他說：「不然我這一生死了之後，一定去地獄，我當法官可能冤枉很多人」。我在想這也是事實，他自己也很懺悔的樣子。

我們導師在法務部講完，就有很多法官，裡面有好幾位女眾有學佛、有聽經，就是在當法官，就是在判人關幾年，哪個要槍決、要判死刑，在判這個。她聽了就起煩惱舉手說了：師父，這怎麼辦？我們又沒有智慧，也不是故意要判錯，冤枉人，有時候我們沒有智慧，看得有出入，調查不清楚，冤枉人這也無法避免的。聽到導師說，李老師這麼有名望的大德都會冤枉人，我們怎麼可能不冤枉人？她就煩惱了，請教導師怎麼辦。導師就給她開示，他說：你自己做這個事情要謹慎、要小心，不能馬馬虎虎。我們要是很謹慎、很小心的辦案，怕智慧不夠，有時還會誤判，要求佛力加持。譬如早上要去法院判罪，趕快一早到佛堂念阿彌陀佛，或者念觀世音菩薩，念一個鐘點，求佛力加持，到時候你上法官席，佛力加持你，你就有智慧能看得清楚，不會看得有出入。導師教她這個方法。她這個是其中的一種職業，所以不管我們從事哪種行業，遇到困難，遇到麻煩的時候，也可以一心念佛，求佛力加持。譬如你遇到事情有困難，不能解決，不知道要怎麼做，先不要去想。如果你家裡有佛堂，在家裡念；在家裡如果太吵不能念，來這裡念，趕緊來這裡念一下再回去，可能你的問題就能解決了。求佛力加持，這也是一個很好的辦法。所以我們如果業障消除，智慧增長，你處理再煩的事情，「觸念皆通」，就是你接觸這個事情，馬上就通達，就知道怎麼處理，事情馬上就解決，這樣你就沒有麻煩了。

下面說：『或遇怨仇而回瞋作喜』，「或遇怨仇」、「回瞋作喜」這有兩方面，一方面是對方，一方面是我們自己。我們自己，是說過去跟人結怨，現在看到那個冤家對頭，怒火中燒，瞋恨心就生起來。現在業障消除了，看到他，瞋恨心不會起來，不但不會起來，反而生歡喜心，這是對我們自己這方面來說。另外就是對方，譬如對方是我們的仇人，過去與我們結怨，本來他看到我們會很生

氣，要找我們報復。現在我們的罪業消滅，本來他看到我們，應該會起瞋恨心要報復我們，現在不但不起瞋恨心，反過來起歡喜心來對待我們。所以這個「回瞋作喜」，我們自己這方面，還有對方那方面，這兩方面都有。如果你遇到這種情形，你就知道這個罪業消除了。

差不多十年前，算起來是十一年前了，我們導師剛開始提倡讀誦《無量壽經》會集本，那時候大家拼命念，但是我是最不認真的，最懈怠的。最懈怠的，一天也有念二、三遍，有時多的時候念到七遍。我有一次經驗，就是那一天總共念了七遍《無量壽經》，念七遍，瞋恨心就能降下來，控制得住。那時候圖書館韓館長還在的時候，我做當家，當家實在講就是當壞人。人家說，當家三年，豬狗討厭你，為什麼？你要去管人，講人家；不講又不行，你的責任。你去管人家、講人家，人家就討厭你，不用到三年，三天就討厭了。討厭，我也會起煩惱，起瞋恨心，看人，一人一個樣，很難管！一家人又沒幾個人，一個道場，我們的算是小道場，二、三十個人而已。二、三十個也有二、三十種個性，受的教育程度不同，年紀不同，各人煩惱習氣不同，各人的社會背景不同，這也很傷腦筋。

那時候導師跟韓館長，一年差不多有半年的時間在美國，一年之中住在圖書館不曉得有沒有三個月？不在的時間就由我來管，管了當然會起煩惱，我還是凡夫，不是佛菩薩再來的，我是凡夫，所以管人自己也會起煩惱。其中有一位女眾，香港人，那個女眾的脾氣很差，習氣很重，遇到我，習氣不好，瞋恨心也很重，常常起煩惱。我如果說她，她就擺臉色給我看，看了我就愈氣，常常起煩惱。那一天我剛讀了七遍的《無量壽經》，七遍《無量壽經》讀完，又跑來讓我看，臉色很難看又到我面前，我不想看偏偏到我面前給

我看。那一天說也奇怪，平常還沒走近，我看到就開始發作，那天走近時，一個臉色很難看，讀七遍的《無量壽經》之後，本來看了會生氣，那天看了，這個心很平靜、很歡喜，看到那個臉很難看，但看了覺得很可愛。

所以從那個經驗，我就知道念佛、念經時間用得不夠，就像剛才黃老居士講的，要燒開水，時間燒得不夠；你如果念夠了，煩惱就能降伏下去。念得不夠就不夠力，不夠力煩惱還是比較強，壓不住。所以我們的煩惱習氣重，用的功夫、用的時間就要比較久、比較長，就是這個道理。我這個不是多深的功夫，就是那天讀了七遍而已，只有那天有這個效果，沒再念心又散亂，煩惱又會起來。所以這是從經驗來說，我們就能知道，確實罪業消滅，「回瞋作喜」，確實我自己有這個經驗，這個經驗雖然沒有多長，但是根據這次的經驗，就能證實這裡經文所講的。你如果功夫下得深，業障消得徹底，你看了本來會起煩惱的人，當然就會回瞋作喜，對方看到你也會回瞋作喜，這也是過消罪滅的現象。

下面說：『或夢吐黑物』，晚上作夢，如果夢到從口中吐一些黑黑的東西出來，這也是好夢，這是說我們的污染消除。大概是十年前，美國紐澤西有一位同修，也是台灣移民過去的，一樣有接觸《無量壽經》。他也是很用功讀誦《無量壽經》，他告訴我說，《無量壽經》讀到兩千遍的時候，《無量壽經》讀到第二千遍，有一次達拉斯打佛七，他去參加，他告訴我說：悟道師，你介紹我讀《無量壽經》，介紹我聽老和尚的經，我真的認真讀《無量壽經》，讀到兩千遍。他說：我讀到兩千遍的時候，有一天晚上睡覺，夢見從嘴裡吐出塑膠袋，塑膠袋、髒東西吐出來。他告訴我，做了這個夢。我告訴他：做這個夢是好夢，表示你裡面的髒東西已經清出來了。但我又告訴他：你可能還清不夠。我看他的煩惱習氣很重，叫

他繼續用功。所以我們如果夢見這種現象，這就是「過消罪滅之象」。

下面說：『或夢往聖先賢，提攜接引』，「往聖」是過去的聖人、賢人，在世間法裡面聖人、賢人，譬如周公、孔子、老子或是孟子。這世間的聖賢來給我們「提攜接引」，我們如果夢到這個就是好夢。「夢見周公」，這句成語也是跟這個有關係，可能有的同修不曾聽過，但是在台灣這句成語很流行。就是睡覺的時候「夢見周公」，他如果告訴你，他「夢見周公」，就是他去睡覺，睡覺才會作夢，作夢夢到周公，這就是最好的。周公是聖人，夢到周公這個不錯，不要夢到惡鬼，這就不好。學佛的人如果夢到佛菩薩給你摩頂授記，或是夢見瑞相，像夢見蓮花、聞到異香，這都是好夢。學佛的人一般都是夢到佛菩薩，譬如你念阿彌陀佛，夢到阿彌陀佛給你摩頂授記，這個夢就很好，這個多夢幾次也沒關係，這是很好的夢。或者夢到觀音、勢至，這也是好夢。

下面說：『或夢飛步太虛』，「飛步太虛」就是夢見我們的身體很輕，可以飛起來，飛到太虛，就是飛到太虛空上，像飛機一樣飛上去。「飛步太虛」這個事情也是真的，人的身體為什麼這麼沈重飛不起來？諸位知不知道這個道理？學佛學這麼久了，應該要知道。古人有一句話說，用飛的比較快，用走的、用跑的太慢了，用飛的比較快。現在人是靠科學工具，要坐飛機，靠科學工具。確實人真的可以飛，像這裡說的「飛步太虛」，飛到太虛空上。我們讀佛經，大家都知道，《安士全書》也有說，人是從光音天來的，地球上的人是從光音天來的。光音天的天人來我們這個地球，這個地球才開始有人。

光音天天人是色界天二禪天的天人，欲界第三層夜摩天以上的天人叫做空居天人，空是空中，他們住哪裡？住在空中。欲界的前

二層四王天、忉利天叫做地居天，地居天是說天人的生活都在地面，跟我們人一樣在地面。夜摩天以上就是在空中，空居天，他的宮殿、住的地方都在空中，所以叫做空居天。光音天就是在色界天，空居天。這個天人會飛行，想要去哪裡，他的身體很輕，會飛。有一天有天人來到地球，來這裡遊玩，從空中下來。下來之後看到地球上生長的植物，五穀雜糧，這個天人看了就起貪念，看了覺得很好吃，就拿來吃，東吃西吃，愈吃身體愈重，吃到最後就飛不上去了。飛不上去，就愈吃。我們的五欲，五欲是「財色名食睡」，食是飲食，跟睡眠，這是欲界，尤其是人道最基本的一個欲。那個天人就是吃東西，吃地球上的東西，吃到最後欲愈來愈重，有得吃，吃飽就想睡，就去睡覺了。最後財色名食睡五樣都有了，有五欲身體就沈重了，就在這個地球上，開始有男女之欲，就生產，現在傳了這麼多人。這是佛經上，小乘經上這麼說的，這不是我說的，這有經典根據的，不是我在說故事，是經典有這個記載。

這個理論我們能夠想得出來，我們要往生到色界天要修什麼？修禪定。禪定，基本的是要把五欲「財色名食睡」都斷乾淨，雖然沒有斷根，但是不起現行，一個念頭都沒有。所以色界天人不用吃也不用睡，當然財、色、名他們都不需要，最基本的吃跟睡他們都不用了，其他的三樣更不重要了。他沒有這五欲，身體就輕，可以飛；有五欲就重，就下降，就是這個原理。所以你要是修禪定，五欲都不用了，修到定功成就，確實你也能飛。在中國歷史上的高僧有這種示現，但是大部分都沒有這樣示現，有那個功夫他也不示現，是示現跟我們平常人一樣。我記得以前看一本《釋教三字經》，裡面好像有這個記載，有出家人、高僧，修行修到禪定的功夫很好，他往生就飛走了，不見了，連身體都飛走了。我覺得這個也不錯，這就省得處理，省掉麻煩。現在燒一燒，骨灰還得找地方放，還

要燒也是麻煩，乾脆都不用了，飛升去了，這是最不麻煩的。

中國道家也有這個講法，修仙的人他修到能飛升，飛升就是他的身體修到能飛上去，這個也有。這個依照佛經的理論來說，這是能做到，它的原理就在這裡，欲重就下降，欲輕就上升。所以愈高級的天，那個天人的欲望就愈淡、愈少，人是剛好一半一半，欲最重的就是阿鼻地獄，《楞嚴經》為我們分析得很清楚。所以天人能夠飛行，這確實是事實，人間有修到這個功夫的也有。這裡是說夢見，不是說平常能夠飛行，這是說作夢，夢到「飛步太虛」，人的身體很輕，飛到太虛空上，這是罪業消滅的現象。如果有一晚你作夢，夢到你飛上去，或是坐蓮花飛上去，這就能證實你的罪業消滅。

『或夢幢幡寶蓋』，「幢幡寶蓋」就是佛門莊嚴道場用的，幢是圓形的，幡是扁的。古代的幢幡是用來莊嚴道場，供養佛菩薩。現在幢幡都用來寫佛號，如果依照《地藏經科註》青蓮法師講的，實在講，這是比較不如法，因為幢幡本來就是要供養佛菩薩，不是將佛菩薩的佛號寫在上面。但是我們導師講《地藏經》也講過，如果是讓眾生種善根，將佛號寫在幢幡上面，讓大家看到，種個善根，這是可以的。如果不是要供養大眾，不是讓人種善根，就不需要這麼做。因為幢幡是要莊嚴佛菩薩，莊嚴道場的，如果你夢見幢幡，夢見這個也是好夢。

『種種勝事，皆過消罪滅之象也』，「種種勝事」是說以上所講的這幾種，這是舉個例子來講，但是「勝事」是很多種，不止這些。凡是你覺得很好的現象，你覺得身心很安穩、很爽快的這種感覺，這都是勝事。或是在我們日常生活當中遇到很多殊勝的事情，很多感應的事情，這統統屬於勝事，這個很多。凡是有殊勝的事情，都是罪過消滅的現象。

最下面這句，我們就要注意了。『然不得執此自高，畫而不進』，這句就很重要。這句主要告訴我們，我們要是修懺悔法，譬如我們念佛，念到有這個現象出來了，不能以為我這樣就很好了，我功夫很高了，不用再求進步，這就錯了。「畫而不進」是說不想再求進步，不求進步很自然你就會退步，就會退轉。所以不能有這種現象，就不想再精進，這就不對，這就錯了。所以有人讀經也好，念佛也好，念到稍微有一點功夫，他就畫而不進，不再進了，不再求進步。

怎麼求進步？導師在講席當中常常提醒我們，譬如勸我們大家誦《無量壽經》，它也有分階段，第一個階段先讀三千遍，讀三千遍就是要讀熟，另外一方面就是求消業障，消重的罪業。三千遍讀完，或者讀多一點，這是更好。第二個階段要求解義，要進一步去了解佛在這部經，他教我們在日常生活當中怎麼修行，怎麼做人，怎麼處理事情，這是第二個階段。大多數同修都是停在第一個階段，讀經讀三千遍、五千遍，有的讀上萬遍了，罪業是有消了一些，但沒有再進步。不能再進一步依照佛在這部經上，教我們的理論方法去修持，落實在現實的生活當中，所以無法進步，不進步就退步。這是我們在這幾年來，看到很多同修有這種現象，這也很可惜。這個現象主要毛病發生在哪裡？「執此自高」，執就是修到這種現象，起了執著，自己以為自己已經修得很高、很高明了，這我也曾經看過。過去有一位同修，《無量壽經》也誦了上萬遍，業障是有消了一些，但是到最後目中無人，自己以為他最棒，連師父他都看不起，變成這樣子。我覺得他是犯了這個毛病，執此自高。

所以念佛也好，誦經也好，如果誦到有感應，有好的現象，不要執著，我們還要很謙虛求進步，才不會退轉。我們不能說現在念佛可以念好幾天不用睡覺，我念一個星期不用睡覺，看到不如我們

的，「你才念一天不睡覺而已，算什麼！我贏你太多了」。這個我也曾看過，而且還是很親近的人，這是事實。功夫愈高，我慢心愈重，愈看不起別人，看別人都沒功夫，他功夫最高，這就錯了，這也是犯了這裡說的這一條，「執此自高」。所以你如果念愈多天愈不想睡覺，要愈謙虛，這樣保證你有進步。如果念愈多天愈不想睡，就看不起別人，看功夫比你差的，你就看不起他，這樣你已經退轉了，這個很重要。所以說「畫而不進」，自己畫一個範圍，無法再進步。所以我們改過修行，每天要修，每天要改，要改到什麼時候？改到成佛，等覺菩薩也還要改，何況我們凡夫？下面就告訴我們：

【昔蘧伯玉當二十歲時。已覺前日之非而盡改之矣。】

『蘧伯玉』是中國春秋時代的一位賢人，他一生就是修改過。他二十歲的時候，就開始修改過了。二十歲，他回想二十年之前種種的事情，發現自己很多過失，他就開始改了。到了二十一歲：

【至二十一歲。乃知前之所改未盡也。及二十二歲。回視二十一歲。猶在夢中。歲一歲。遞遞改之。行年五十。而猶知四十九年之非。】

『二十一歲』，再去想去年二十歲改過的時候，今年「二十一歲」，再想去年，去年還未改盡；到了『二十二歲』，又想到二十一歲的時候，好像在夢中，還是有很多沒有改過來。一歲一歲、一年一年一直改，改到五十歲，到五十歲那一年，他發覺過去『四十九年』還是很多錯誤的地方。所以：

【古人改過之學如此。】

不斷改過，不斷提升自己的境界。這是給我們一個榜樣，像我們念佛的人、學佛的人一直改，改到成佛，還沒成佛也要改。這就是告訴我們，過失要不斷改，不能說我改到這裡可能都沒有了，沒

有，你就成佛了。請再看下面：

【吾輩身為凡流。過惡蝟集。而回思往事。常若不見其有過者。心粗而眼翳也。】

這段是說我們凡夫，『凡流』就是凡夫這一流的，『過惡』很多，像刺蝟，刺蝟是一種動物，我們如果看過電視報導這種動物，這種動物的刺如果豎起來，全身都是刺，很多。像刺蝟，我們過惡就像刺蝟那麼多。『而回思往事，常若不見其有過者，心粗而眼翳也』，我們自己想自己，沒有，我哪有什麼過失？我哪有什麼不對？都是你不對，自己都對，別人都不對，沒發現自己的過失。沒發現自己的過失，就是我們的心太粗了，「眼翳」也是一種譬喻，就像眼睛被東西覆蓋住了，看不清楚，不是沒有，看不清楚，粗心大意，所以才有這個現象，沒有發覺自己的過失。

要如何發覺自己的過失？像前面講的，「明須良朋提醒，幽須鬼神證明」，在現在這個時代可能很困難，要找一個很好的朋友，時常提醒我們的過失，這很難找。怎麼辦？要讀經，讀經就是依照佛菩薩在經上對我們的教誨，做為我們改過的標準。譬如《無量壽經》第三十三品到三十七品，這就是給我們修行改過的標準，我們依照這個標準來修正我們錯誤的思想、見解、行為。所以讀經，經好像一面鏡子，我們每天要照鏡子，看臉有沒有黑了、髒了？髒了趕快擦掉。讀經好像在照鏡子，照我們的心行，我們心裡的思想、講話、行為，哪裡有錯誤、有偏差。如果跟經上講的符合，這就正確，要保持；跟經上不符合，我們要趕快改過來，以符合經上的標準。這就是真正修行，真正改過。所以讀經好像一面鏡子讓我們照一樣，這樣我們才能發現我們的過失。如果沒有讀經，確實我們不知道，想想我哪有什麼過失？所以有兩種人沒有過失，一個是佛，已經成佛，完全沒有過失；一個是凡夫，凡夫也沒過失，凡夫的過

失就是自己沒發覺。所以讀經對我們修行很重要。下面就跟我們講業障深重的現象，前面跟我們講業障消除的現象，業障深重你也有感覺。一般大多數都覺得業障深重的比較多，業障消除的比較少。

【然人之過惡深重者。亦有效驗。】

我們的過失、罪惡如果深重，也有『效驗』。

【或心神昏塞。轉頭即忘。】

『心神昏塞』就是我們的心好像被什麼東西塞住了，「昏」是糊裡糊塗，事情聽不清楚，看不清楚，想不清楚；『轉頭即忘』是說記憶力很差，轉頭就忘記了，「轉頭即忘」，這是第一種。心不開朗，心裡常常煩惱，所以下面又告訴我們：

【或無事而常煩惱。】

沒事就自己心裡常常起煩惱，一般說遇到不如意的事情或是怎麼樣，才會起煩惱，無緣無故自己心裡也起煩惱，這也看不順眼，那也看不順眼，沒有一個人看得順眼，一天到晚就是起煩惱，『無事而常煩惱』。

【或見君子而赧然消沮。】

這是說看到正人君子，看了很不好意思，很對不起他的樣子。

【或聞正論而不樂。】

『正論』是正確的言論，正確的言論是佛在經上給我們開示的理論，你跟他說正論、正確的，他聽不下去，不接受，他聽了心不歡喜。譬如戒殺，不要殺生，你跟他說，他聽了就起煩惱，聽了就不高興、不接受。所以有一些人，我們要勸他，也要觀察一下，要跟他講正論，還是要講他能接受的。他如果不能接受的正論，我們先不要講，講了他就起煩惱了。譬如以殺生來講，有的人不吃肉就受不了，你叫他吃素，他就不敢來了，以後不敢來聽經了，「來學佛划不來，肉也不能吃」。聽到還要受戒，這個也不行，那個也不

行，這更束縛了。再想到要剃度出家，這更不行了，就飛也似的跑了，不敢來了。

所以過去台中蓮社李炳南老居士，他在那裡講經說法四十年，他有三項不會勸人，不會主動去勸人。第一不勸人吃素，不會勸人學佛一定要吃素；第二不勸人受戒；第三不勸人出家，他這三項不主動勸人。勸你來聽經，經常常聽，道理明瞭了，要吃素你自己發心，要受戒你自己發心，要出家也是你自己發心，他不主動去勸人。他的法緣就很殊勝，接引很多大眾。所以我們要跟人講正論，也要看情形，看對方接受到什麼程度，他能接受的範圍先講，不能接受的先不要講。譬如我們勸人素食，我們知道對方還不能接受，我們就先勸他吃三淨肉，這就比較能接受，這個先說。你跟他說，從今天開始都不能吃肉，他不能接受，他聽了心就不樂、不高興。所以這一點我們要注意。「或聞正論而不樂」，就是聽正確的理論，心裡不高興，這是業障深重的現象。

【或施惠而人反怨。】

我們對人有恩惠，對人有好處，應該對方要對我們感恩，要報答我們。現在不但我們對他有恩惠、有好處，反而把我們當成仇人，恩將仇報，這也是罪過深重的現象。

【或夜夢顛倒。甚則妄言失志。】

『夜夢顛倒』是說晚上睡覺亂作夢，不是剛才講的「或夢飛步太虛」，不是的，不是做好夢，都夢惡夢。做惡夢一起來，睡不好，精神也不好，有時候嚇得心驚膽跳，這就是「夜夢顛倒」。『甚則妄言失志』，「妄言」就是亂講話；「失志」，記憶力很差，就是正念失去了，失去正念。

【皆作孽之相也。】

『作孽』是造罪業的現象。如果有這些現象，我們就感覺自己

罪業深重。我自己覺得自己罪業很深重，這些現象我都有。剛出家那一年業障現前最嚴重，那時候我就趕快誦《地藏經》，《地藏經》誦了三個月，重的罪業才慢慢減輕。所以如果有重業，或是夜夢顛倒，亂夢，夢到恐怖的境界，《地藏經》跟我們說得很清楚，依照《地藏經》的理論方法去修，這個現象可以消除。而且《地藏經》給我們分析夢有很多種情形，有一種是冤親債主，過去生的父母、兄弟姐妹、親戚朋友墮落惡道，你現在在學佛，他會來給你託夢，求你超度他。所以如果有夜夢顛倒這些夢，我是建議諸位，先聽老和尚的《地藏經》，多聽幾遍，你再讀誦《地藏經》，就知道要怎麼對治，這個效果很好。《地藏經》就是在講我們人現實生活當中的，所以地藏菩薩不是只有到地獄度地獄眾生，其實十法界的眾生都度。我們人間發生種種的事情，人無法解決的，像植物人，那種我們人無法解決，也不知道什麼原因的，《地藏經》講得很清楚，教我們方法去解決。只要我們相信佛的話，這些事情都能解決的。

【苟一類此。即須奮發。舍舊圖新。幸勿自誤。】

若有這種情形，我們就要趕快奮發，趕快改過，不能再耽誤自己。

過惡深重這一段，我們就介紹到此地。「改過之法」，今晚剛好講到這裡是一個階段。昨天有跟諸位說過，因為我本身業障很重，所以對業障的道理跟現象，我就比較會注意，去蒐集一些資料。因為業障深重就比較會注意這些事情，所以我也去找一些經典，包括《了凡四訓》，古大德的註疏，我有整理很多條，不是整理得很有順序，明晚會印出來給大家。我這一篇是「認識業障」，就是我們對業障有一個大概的認識，什麼叫做業障？這個現象我們要怎麼處理？怎麼對治？這點我覺得很重要。所以明晚跟後天，還有兩個

晚上，四個鐘頭的時間，我有印成一條一條，大家來討論研究，研究業障的現象，業障的現象剛好跟「改過之法」最後一段有相關，我們再進一步來討論。我們討論的愈詳細，了解的愈多，對我們修學的幫助愈大。所以過去我也有答應這邊的同修，以後如果有機會來介紹「認識業障」，我們導師是講《認識佛教》；我是業障重的，就講「認識業障」，提供給大家做參考。這部分明晚再繼續跟諸位報告，今晚就講到此地，我們來念佛迴向，阿彌陀佛。