

《修華嚴奧旨妄盡還源觀》節要習講—業障是修行的障礙，
要誠心懺悔 悟道法師主講 (第五十四集) 2022/
2/24 華藏淨宗學會 檔名：WD12-001-0054

《修華嚴奧旨妄盡還源觀》。諸位同修，及網路前的同修，大家好。阿彌陀佛！請大家翻開《修華嚴奧旨妄盡還源觀》第十一頁第四行，從下面一句看起：

【大乘八萬。小乘三千。為住持之楷模。整六和之紊緒。出三界之梯蹬。越苦海之迅航。拯物導迷莫斯為最。】

我們這一段還沒講完，『整六和之紊緒』，我們學習到家師淨老和尚的淨宗同學修學的五個綱目，學習到第五個綱目，十願。上次我們學習到十願的第三願，今天我們接下來就學習第四願，普賢菩薩十大願王第四願「懺除業障」，懺除業障也叫懺悔業障。業障是我們修行很大的障礙，如果我們沒有業障，修行很容易就成就了。我們修行修了很久都不見功效，甚至退步、退轉，這些都是業障的關係。

這個業障，特別是惡業障，嚴重的障礙。在《地藏菩薩本願經》給我們講，「是故眾生莫輕小惡，以為無罪」，就是小小的罪業它都有障礙，「死後有報」。「能深巨海，能障聖道」，可見得這個業障不能夠輕視，不能疏忽，不但業障障礙我們證果，也障礙我們開悟。業障是什麼？太多了，講不完的，佛把這個業障分為三大類，第一大類見思煩惱，我們一般講見思惑，見惑八十八品，思惑八十一使。我們眾生會在六道裡面生死輪迴，就是因為有見思煩惱（見思惑），這個業障造成的六道生死輪迴。第二大類叫塵沙惑，就是比喻塵沙煩惱就像塵沙那麼多。佛講經常常引用印度那一條恆河沙，那一條恆河沙，我們算不清楚有幾粒沙，算不清楚。引用這

個恆河沙就是比喻形容很多很多，無量無邊，太多了。這個煩惱無量無邊，稱為塵沙煩惱，塵沙惑，這是第二大類。第一大類的見思煩惱是我執產生的，眾生都有執著人我執，有個我執，《金剛經》講有四相，有我相、人相、眾生相、壽者相。有了我執，就有這些煩惱，有見思煩惱。見思煩惱起來就造業了，造什麼業？造輪迴業，以輪迴心造輪迴業，輪迴心就是煩惱，見思煩惱，這叫煩惱障。塵沙煩惱是所知障，障礙我們所知的。塵沙煩惱又叫塵沙惑，造成所知障，我們所該知道的都不知道了。第三大類是無明煩惱，這是根本。前面塵沙煩惱、見思煩惱都是從無明煩惱發展出來的。無明煩惱就是起心動念，妄想。《華嚴經》講妄想、分別、執著，妄想就是起心動念，起了無明。「一念不覺生三細，境界為緣長六粗」，所以就一直發展，發展塵沙煩惱、見思煩惱，見思煩惱是最嚴重的。

煩惱，佛把它分為這個三大類，煩惱斷盡就成佛了。斷見思煩惱就成阿羅漢、緣覺，緣覺就是辟支佛，阿羅漢是聲聞，他們見思惑斷了，就是人我執他們斷了，沒有了，他們超越六道生死輪迴了。菩薩不但斷見思煩惱，也斷塵沙煩惱，但是還有起心動念，還沒有把妄想放下，無明煩惱還有；再把無明煩惱也放下，就成佛了。所以聲聞、緣覺、菩薩、佛，這個就是斷煩惱層次的一個名稱。我們所有的業障，都是從這三大類煩惱來的，沒有煩惱就沒有這些業障；有這個煩惱，才有這個業障，這個業就是造作。你的造作跟煩惱相應，就障礙你修道，障道。這個修行人、修道人就被這個業障礙了，所以稱為業障。不但障道，不但障礙你修道，還障礙你的運氣，障礙你一切好的果報。這個是我們在現前社會上，從自己看別人，都有這個事情，一些好的果報他不能滿願，因為有業障障礙。所以我們在生活當中，你有求什麼願不能滿願，那就是有業障。所

以過去我們淨老和尚初學佛的時候親近章嘉大師（密宗的大德章嘉大師），章嘉大師就給他講，說「佛氏門中有求必應」。你在佛門當中，你要求什麼，都會有感應，都會滿你的願。如果你有求沒有應的時候，那就要知道是自己的業障障礙住了，不是佛菩薩沒有感應，有感應，但是你自己有業障障礙了。所以業障必須懺除，業障懺除了，那你求的善願，求好的果報就現前，因為障礙已經排除了，沒有障礙了。因此業障必須懺除。

說實在話，懺除業障是我們從凡夫地到成佛，唯一的功課就是懺除業障，無論你修什麼法門都是懺除業障。我們從普賢菩薩十大願王很明顯看出來，普賢菩薩代表的位次是等覺菩薩，等覺菩薩就接近成佛了，他還有一品生相無明未破，那一品生相無明也是業障，那一品生相無明破了、懺除了，他就成佛了。可見得懺除業障，我們從凡夫地，要懺到等覺菩薩，都還要懺；懺到成佛，懺除業障才圓滿。還沒有成佛，都有業障，只是每一個層次，業障輕重厚薄不同而已，都有業障。所以從這一願我們可以看出來，從凡夫地學佛，學到成佛，無非都是在修懺除業障。因為佛性本來就具足，每一個眾生都有佛性，心佛眾生三無差別。我們一切眾生與諸佛如來有同樣的智慧德相，沒有減少一點，平等的，都一樣，都具足，都圓滿的具足，本來大家都是佛。諸佛如來得到受用，我們得不到受用，而且還吃盡苦頭，問題在哪裡？就是我們有業障，障礙我們自性的這些智慧德能。換句話說，我們業障懺除一分，我們自性的智慧德能就透露一分出來；業障懺除十分，它就透露十分；業障懺除一百分，它就透露一百分；業障完全懺除，那我們佛性本來具足，圓滿的顯現了，成佛了。所以學佛沒有別的，懺除業障而已，不是說我們要怎麼修能得到什麼，能夠有新的東西得到，沒有。因為自性本來什麼都具足，只是現在有障礙，障礙你不能現前，這些智慧

德能不能現前。所以修行就是懺除業障、排除障礙，障礙排除了，那這些本來就具足的，不是說你去修了才有，沒有修就沒有，它本來就具足，只是你有障礙，把它障礙住，業障。所以懺除業障也是我們還沒有圓滿成佛主要修的功課，也可以說修任何法門都是在修懺除業障。我們念佛法門也是一樣，也是懺除業障。在《觀經》佛給我們講，至心念一句南無阿彌陀佛，能滅八十億劫生死重罪。生死重罪就是業障，念佛能夠懺除業障，而且是最方便、最究竟、最圓滿的方法。

大陸上有一位劉善人，他給人講病，他給人講病也滿特殊的。他講病，就是人生病不需要醫藥，他給你講斷惡修善，就是你要遵循倫理道德因果，斷惡修善，改過，病就能好；你把你的心態調過來，病就能好了。他講一講，這個病人聽了，他的心轉過來，他病就好了。最重要的理論就是懺除業障，十幾二十年的病，醫藥都沒有效，苦不堪言，有人去聽他一說，真的，你明白了，你的心改過來（改過就叫懺悔），病馬上就好。所謂病由業生，病也是從業障所產生的。業由心生，業是從心生的，你這個心轉過來，轉惡為善，病也就沒有了。病是這個心、行造惡業，所以才有這些病。所以在我們中國佛教，唐朝無際禪師（石頭希遷禪師），他也留肉身，他有個心藥方講的就是這個道理，那是治病的。所以真正懺悔，病馬上就好。

下面講，「懺是陳露先罪，悔是後不再造、改往修來」，這兩句是給我們說明懺悔這兩個字的意思。懺是陳露先罪，我們現在講發露懺悔，自己造的這些錯誤的過失，在佛前發露懺悔，或者在師長（長輩）、同參道友前面，發露以前造的這些罪業，發願要改過來。所以懺是陳露，呈現出來；悔是後不再造，發願不再犯這個過失，改往修來。「即自念無量劫中，由貪瞋痴慢疑，起煩惱怨恨怒

，造作諸惡業，障蔽真性。今當清淨三業，於諸佛菩薩大眾前，誠心懺悔，不敢覆藏。心消染污，身解病毒，還歸純淨純善之自性清淨圓明體。」這段也就是給我們講懺悔的理論方法。懺除業障就是發露懺悔，我們在佛菩薩聖像前，或者大眾前面，誠心懺悔，不敢覆藏。過去造了什麼業，都在佛前發露懺悔。「心消染污」，心裡消除這個污染，「身解病毒」，身的病毒是由於心污染感召來的，所以要懺除、懺悔。「還歸純淨純善之自性清淨圓明體」，回歸到純淨純善自性清淨圓明體。懺是陳露先罪，前面我們也解釋過，陳是陳述，露是發露，以前所造的罪業一絲毫都不能隱瞞，要向佛菩薩、向大眾來求懺悔；悔是後不再造，就是要改過，以後不再造罪業。這個叫作法懺，在三種懺悔當中這一類屬於作法懺，屬於小乘。小乘的作法懺就是發露懺悔，在大眾面前或者在佛菩薩面前發露懺悔。悔是後不再造，罪業再重都不怕，只要你肯懺悔就全部可以消掉。

無量劫中，不只這一世，我們有過去世，過去世還有過去世，我們墮落到六道就出不去，我們在六道生死輪迴不知道生死多少次了，無始劫來在六道生生死死、死死生生。無量劫中「由貪瞋痴慢疑」，這些東西是根本煩惱，這是煩惱的根本，還要加一個見，貪、瞋、痴、慢、疑、惡見（錯誤、不善的見解），這個六大煩惱。這些東西是根本煩惱，是所有一切罪業的根源，這個不是說這一生學來的，而是與生俱來。你生下來就有，就有這個煩惱，生生世世帶來的煩惱習氣，而且每次輪迴它就會加重一些。這個因很嚴重，這是業因。因如果沒有緣，它不會結果，果是造業，造作罪業。緣是什麼？「起煩惱怨恨怒」，我們一般講怨恨惱怒煩，起這個煩惱。這個東西是現前的，我們叫現行煩惱，現在都常常會發作的，不是與生俱來，現在就有。貪瞋痴慢疑，這是與生俱來的。有了這些

東西，跟貪瞋痴慢疑就勾結起來，你有怨恨惱怒煩，跟與生俱來的貪瞋痴慢疑就內外勾結。勾結起來，就造諸惡業，就造惡業。造作這些惡業，障蔽真性，就障礙我們明心見性。不但障蔽真性，障礙我們明心見性，讓我們見不到自己的真性，嚴重的還使你生一身的怪病。身體病很多，煩傷腎，惱傷肺，怨傷脾，恨傷心，怒傷肝。病根就是貪瞋痴慢，不但障礙自性，障礙你的智慧，障礙你明心見性，同時也給你帶來疾病。佛法裡面，五戒能治病，不殺生，心地慈悲，慈悲心養肝，不得肝病；不淫欲，養心；不妄語，養脾；不偷盜，養肺；不飲酒，養腎。所以十善五戒對人身心健康有很多的好處。這個是講五戒對治五種惡業，不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒，對治我們這五種惡業。

我們現在要懺除業障，首先要清淨三業，於諸佛菩薩、大眾（同修道友）前，誠心懺悔，不敢覆藏（不遮掩、隱藏），這個叫發露懺悔。我們起心動念、言語造作，首先想到有沒有愧對父母？愧對父母是不孝。愧對祖宗、愧對父母，你頭上就會長病。在家庭裡面，丈夫能不能對得起妻子，能不能對得起兒女；做兒女的能不能對得起家裡的長輩、對得起兄弟姐妹，在學校能不能聽老師的教誨認真去學習，這統統是在做人方面。還有對事，有利益於自己的是小事，有利益於大眾的是好事。如果這樁事情對國家民族、對社會安定和平有利益，那是更大的好事，大好事。大好事，我們看到，我們應該協助，我們要幫助他完成。起心動念不為自己，為別人，為別人才是真正為自己。為自己，那就沒有不造業的。業是怎麼來？自私自利。從我執，發展到最嚴重就是自私自利，只為自己，從來不為別人想，那就沒有不造惡業的。業是怎麼造出來？罪是怎麼得來？病苦是怎麼得來的？將來三途果報從哪裡得來的？都是掩飾自己的罪過，造作惡事不敢告訴人，在身體裡面藏久了就得病，病

是花報，花報就是現世報，果報是在三途惡道，將來變畜生、變餓鬼，墮地獄。因果是真的，不是假的。心消染污，你的心清淨，身體就解除病毒。還歸純淨純善之自性，這是真我，父母未生前本來面目你就找到了。

在《摩訶止觀》講「順流十心」，我們用這篇文章來幫助我們認真懺悔。「順即隨順，流即流轉，謂諸眾生因此十心，則隨順煩惱，流轉生死。」這十條就是搞生死輪迴不善之業，我們要反省檢點，有則改之，無則嘉勉。順流十心：「一、無明昏闇。謂諸眾生從無始來闇識昏迷無所明瞭，煩惱所醉，於一切法妄計人我，起諸愛見，想計顛倒，起貪瞋痴，廣造諸業，是以流轉生死。」這裡講的無明，不是講根本無明，是講枝末無明。在小乘緣覺修學的理論方法，講的無明，就十二因緣講的無明，叫枝末無明，那個不是根本無明。由於這個無明，讓六道這種境界現前，這是對於諸法實相迷惑顛倒，稱之為無明昏闇，發生分別執著，起貪瞋痴慢，這是根本煩惱，這是六道輪迴真正的原因。裡面有煩惱，外面有誘惑，業報就現前，業報就現前了。識是八識，阿賴耶識、末那識、意識，眼耳鼻舌身五識。確實無量劫以來我們的神識迷惑顛倒，要是不迷，他怎麼會來投胎？怎麼會造業？這個我們要肯定，就是迷才會造業，悟他就不會造業。要怎樣來破迷？要學習聖賢教育，要學習佛菩薩的教育，所有宗教的教育都是幫人斷惡修善、破迷開悟的，要解決這個問題的。佛經的哲學講得透徹、圓滿，你愈學愈歡喜，真的是法喜充滿，常生歡喜心。要認真的學，學一條就能做一條，才能成就。學了要去做，學了不做就是說食數寶，說吃也沒有去吃，肚子還是不會飽；說了你就要去吃，那才會飽。所以學了一條就去做一條，這樣我們才能成就。

煩惱從迷惑顛倒來的，你覺悟了，煩惱就沒有了；迷了，智慧

變成煩惱。其實煩惱跟智慧是一體的，關鍵在迷悟不同，迷了，智慧就變成煩惱；悟了，煩惱就變成智慧，就是一樁事情。在一切法裡面妄計人我，起人我這個執著，佛給我們講，錯了。在《金剛經》講得特別詳細，「我相、人相、眾生相、壽者相」，著相，著這個相，著這個相就造業，造輪迴業了。世間有沒有人我？有人我，覺悟的人恆順眾生，眾生說這個是人、這個是我，我也恆順眾生，我也說這個是人、這個是我，就不起衝突。形式上跟一般人一樣，但內心沒有。像《金剛經》講的「即非是名」，就是形式上有這個名義，但是內心上沒有這個相，不執著這個相，痕跡都沒有，決定不把人我這個念頭放在心上。我執如果不能淡化，不能破除，肯定會自私自利的，所以我們要把我執不斷的淡化，不斷給它擴大，整個宇宙是我，盡虛空遍法界虛空是一個生命共同體，同一個自性，跟自己是同一體的，這個當中就沒有人我這種見解，這個見解就沒有了。所以佛門裡面迴向，把自己所修的一切功德迴向給一切眾生，迴向給法界，這個也是破我執的一種方法，讓我們心量擴大，把這個我（小我）不斷擴大，擴大到最後，盡虛空遍法界都是我，一體，我執自然就沒有了。

諸佛菩薩應化在世間，他所現在外面的跟我們沒有兩樣，內裡面完全不一樣，他的心清淨，一塵不染，我們是妄計人我。「起諸愛見」，愛見就是煩惱、妄想分別執著。「想計顛倒」，想是妄想，計是計度分別，就是較量。「起貪瞋痴，廣造諸業，是以流轉生死」，為什麼我們出不了六道輪迴，原因在此地。生死不是真的，也是個幻相。生死，這個身體，身有生死，靈魂沒有生死。外國人講靈魂，在佛法講神識，這個沒有生死。了解這個事實真相，對於生死怕不怕？一點都不害怕。生死像什麼？像穿衣服、脫衣服一樣，你衣服壞了、髒了，脫一件，再換一件新的。我們的靈性在六道

就是這樣，身體就像衣服一樣，是我所，不是我。在六道輪迴，丟了這個身體，又再去換一個身體。換什麼樣的身體？如果你積功累德，你身體愈換愈好，愈換愈殊勝，這一生換人道的的身體，來生生到天道，換天人的身體，天人的身體比人道的的身體殊勝太多了。天有二十八層天，那你到哪一層天，這個就是你修行的功夫了，修學功夫愈高，你生天的層次就愈高。

人道下面是畜生道、餓鬼道、地獄道。如果來生換三惡道的的身體，那就比這一生不好、退步了，比這一生差了。所以六道生死輪迴，捨身受身，不斷的換不同的身體，就像我們換衣服一樣。有時候換得比較好，有時候換得比較不好，事實真相是這樣。知道事實真相，我們起心動念、言語造作，決定不做一些不善，不造不善業。為什麼？人間的時間不長，要往長遠看，我不能到佛國去作佛，至少要生到天道。出六道那要修定，阿羅漢超越六道，他修的定超越非想非非想天（非想非非想天是第八定，阿羅漢是第九定，九次第定），他超越了。超越六道，那就叫靈性，不是像凡夫叫靈魂。實在講靈魂也是不靈，應該叫迷魂，迷惑顛倒。靈性是真正的自己，它是清淨的，它沒有污染；靈魂是染污、是迷惑，這個不一樣。實在講，有染污、有迷惑，這個魂也不靈，應該是叫迷魂，迷惑顛倒的。這是第一個，《摩訶止觀》講「順流十心」，第一個「無明昏闇」，一直到「廣造諸業，是以流轉生死」。

第二，「外加惡友。謂諸眾生，內具煩惱，外值惡友，扇動邪法，勸惑於我，倍加隆盛，無由開悟進修善業，以是流轉生死。」第二個是「外加惡友」，裡面就是無明（糊塗），外面有惡友在誘惑你。因為外面有這些惡的因緣，所以交朋友不能不重視。孔老夫子在《論語》特別講到，交友不能交不如己者，不能交一個不如我的，不如我的，他比我差，我跟他交朋友會受他影響，跟他學愈學

就愈差，應該交學問道德比我好的、比我高的，我們才會進步。如果交一些朋友，學問道德都不如自己的，那我們肯定是退步的，不會進步。所以交友就不能不重視。不好的朋友，他教導你爭名奪利，教你殺盜淫妄，你把這個惡友當作好友，那就錯了。但是現在很多人不懂這個道理。看一個人好不好？就看他交什麼樣的朋友。他交的朋友不好，肯定他好不到哪裡去；他交的朋友很好，肯定他是不错的，他也會很好。

「三、善不隨喜。謂諸眾生，內外惡緣既具，即內滅善心，外滅善事。又於他人所作善事不生隨喜之心，是以流轉生死。」這個就是不隨喜別人做善事，而且還生起嫉妒障礙。順流十心是從反面講的，我們要是有了，要知道改過。先改過，才能修善；如果過沒有改，修的那個善也不真實。所以，第一要把自己身心洗乾淨。內外惡緣，煩惱怨恨怒（怨恨惱怒煩）是內在的緣，外面是五欲六塵、名聞利養這些誘惑，有人的誘惑、事的誘惑、物質的誘惑。特別在今天這個社會五花八門，引誘我們起煩惱、造惡業的，六根接觸六塵，觸目皆是，沒有一樣不是。所以在今天這個社會修行成就太難了，有幾個人能禁得起誘惑？我們自己想一想，自己都禁不起誘惑，所以修行成就就很難很難，比古時候那個難度多得太多了。古時候外面沒有像現代這麼多的誘惑，特別現在的手機、電腦一打開，什麼都有。你接觸到了，你在這個環境裡面能不動心，那是叫真功夫，那不是一般的功夫。像《金剛經》講的，看到這些，「不取於相，如如不動」，那是真功夫了。《金剛經》講「凡所有相皆是虛妄」、「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，你能夠去觀，這些是夢幻泡影不是真的，「不取於相，如如不動」，那是真功夫。

我們做不到這一點，要靠深信因果，為什麼？深信因果就不敢

去造這個惡業。我自己苦，餓死，不會墮地獄。這一生苦一點，縱然餓死了，但是我死了，我沒有造地獄業，我不會墮地獄，來生還是會到人天善道來；雖然餓死了，但是我沒有去做壞事。我要是不甘心餓死，我去搶奪別人的，去搶劫偷盜，這個要入地獄。縱然餓死了，沒得吃了，我的心還是善，不佔別人一點便宜。如果你這樣餓死，死了之後就生天，德行具足，不去損害別人。如果起心動念都是損人利己，沒有一個不墮三途的。想到墮三途，這個事情能幹嗎？你去佔人家的便宜，去偷盜，得這些便宜，實在講，將來墮三途，得不償失。得到的，無法去償還失去的，真的得不償失。所以餓死事小，破戒事大。破戒這個事是大事，餓死這個事情不大。內外惡緣具足，我們的善心生不起來。內有煩惱，外有誘惑，我們的善心就生不起來，外面的善事你也不認識，會把善事看作惡事。我們看別人，回過頭要反省自己。別人，勸他做好事，他不做，他認為那個好事不是好事。為什麼會有這種看法？對我自己沒好處，那個不是好事。所以一般人的心理，總是對自己有利益的，對我有好處的，這是好事、是善事。對我沒有利益的，對別人有利益的，那不是好事，一般人是這麼認為。所以起心動念都是自私自利、損人利己，把這個當作是好事、善事；把利益社會、利益大眾，看作是壞事，這個完全是顛倒了。沒有學習聖賢、佛菩薩的教育，真的善惡，他分不清楚。

今天中國有天大的善事，那就是中國的傳統倫理道德、因果教育，這是普世的教育。中國的倫理道德因果教育，能救整個世界。誰要是能發心做這個好事，他的功德、他的福報，決定不在人間，在天上，在天道。看到別人做好事，我們全心全力幫助他、成全他，這就是隨喜功德；沒有這個力量，生歡喜心，讚歎他，也是隨喜功德。不能隨喜善事，這也是流轉生死的一個業因。所以我們見到

別人有善事，要隨喜。縱然我們能力幫不上，隨喜，我們一般的話講樂觀其成，希望他能成就，希望他能將這個善事做好、做圓滿，我們在旁邊隨喜，這樣也是功德。當然有這個機會、有這個因緣去協助他，盡心盡力幫助，這個就更好了。

我們再看下面，「四、三業造罪。謂諸眾生恣縱身口意三業，起殺盜淫妄貪瞋等過，無惡不為，是以流轉生死。」這一條就是講，眾生放縱身口意三業，起殺盜淫妄、貪瞋痴慢等等的過失，無惡不為，所有的惡都在做。「是以流轉生死」，因為這個緣故（因緣），所以才會流轉生死，才有生死六道輪迴。現在世間災難這麼多，為什麼這麼多災難？現在新冠狀病毒到現在還沒有解除，已經兩年多了，快三年了。就是造惡業，地球人類惡業造得太多了，就這樣造成的，才會有這麼多的災難，天災人禍，一年比一年多，一次比一次嚴重。阿彌陀佛的極樂世界，跟我們的地球有什麼差別？要講真話，毫無差別，沒有差別。那為什麼我們地球這個娑婆世界跟西方極樂世界苦樂懸殊差別那麼大？因為極樂世界的居民都是上善之人。我們在念《彌陀經》都會念到「諸上善人俱會一處」，往生極樂世界的人都是上善之人，所以他們那個世界就是「無有眾苦，但受諸樂，故名極樂」。我們這個娑婆世界為什麼這麼苦？我們這個世界的眾生是三業都在造罪，惡心遍布。外面的山河大地是隨著人心在轉變，我們人的心善，樹木花草、山河大地沒有一樣不善，都變成很美好，真善美；我們心、行不善，外面山河大地、樹木花草都變得不善，都變得不好，我們現在講破壞自然生態的環境。佛在經上告訴我們「境隨心轉」，我們心善、言行善，身體就好；心不善、行為不善，毛病就很多。如果你心裡沒有惡念，你就永遠不會生病。現在一身的病很多，就要把我們心裡惡念放下，把善的念頭激發出來，你的病就好了。甚至不需要醫治，不需要醫藥，你就

好了。人到中年以上，五十歲以上都曉得這個身體很重要，與我們的念頭有密切關係，我們居住的環境與念頭也有關係。我們一般講地理風水，跟人也有關係，人心的善惡念也有密切的關係。現在這個社會雖然不善的人不少，但是善的也有，我們自己善，能夠影響別人，能夠感化別人，這個很重要，一切都要從自己做起。所以，身口意三業要善。《無量壽經》教給我們，「善護口業，不譏他過；善護身業，不失律儀；善護意業，清淨無染」，要常常記在心上，念念不捨。

好，今天時間到了，我們「順流十心」學習到第四條。下面，第五，我們下次、下一堂課再繼續來學習。祝大家福慧增長，法喜充滿。阿彌陀佛！