

悟道法師晨間講話—最大的敵人是自己      悟道法師主講  
(第三九一集)      2023/5/10      華藏淨宗學會      檔名  
：WD32-007-0391

諸位同修，及網路前的同修，大家上午好。阿彌陀佛！請放掌。

我們繼續來學習《太上感應篇彙編》節要第十八條，「持此篇者，須是時時心中默念，字字反入身來，有無是事，漸漸寡去。日日如此，年年如此，自然動處是善，觸處是善矣。」這一條主要是給我們講怎麼來受持《感應篇》的方法、原理原則。「持此篇者」，持就是佛經上講的讀誦受持。持就好像我們手拿個茶杯，你都不能放棄，你手一放，它就掉下去了。所以這個持意思，就是我們執持不能間斷的意思。「須是時時心中默念」，《感應篇》讀得熟悉，所謂「讀書千遍，其義自見」，遍數讀多了，慢慢我們會有體悟，會有悟處，慢慢小悟累積成大悟，大悟累積成大徹大悟。「心中默念」，時時刻刻，我們念得很熟悉，遇事逢緣，我們很自然的，《感應篇》這些經句也就浮現在我們腦海。所以「字字反入身來」，反入身就是說反過來在我們本身，「有無是事」，我們在起心動念、言語造作等等，就身口意三業，根據《感應篇》的標準，我們來修正。錯誤的、惡的，「漸漸寡去」。這個地方要求比較沒有那麼急切，一下子就要完全改過來。這個也是我們一般人能夠漸漸的，寡就是漸漸減少，這樣就會不斷的進步。如果是一下子就改過來，那是大根器的人（佛法講圓頓的），他知道過，他馬上就改過來。如果能夠漸漸寡去，也就很難得了，也就不斷的提升，不斷的進步了。對我們大多數人，這個要求比較容易達到，就是有過，你要慢慢改。當然你能夠很快的改過來，那是最好了。

「日日如此，年年如此」，日日就是每一天都是這樣，每一年也都是這樣，我們養成一個習慣。每一天讀誦《感應篇》，或者在《感應篇》時時刻刻想到哪一句，我的毛病哪個最嚴重，希望對治我們自己的毛病，慢慢讓它減低，慢慢的降溫，細水長流，日積月累，「自然動處是善，觸處是善矣。」慢慢惡就漸漸減少，到最後沒有了，起心動念、言語造作都是善，自自然然的，斷惡修善也就達到很自然，絲毫就不勉強。剛開始會有勉強，《了凡四訓》講，「始而勉強」。開始的時候我們要改自己的習氣也不容易，實在講最大的敵人是自己，往往我們都是疏忽自己的煩惱習氣，放縱我們自己的煩惱習氣。放縱我們自己的煩惱習氣，現在人叫做我的個性，我的個性就這樣，我的做法就這樣，我的個性、我的做法就是煩惱習氣。這個在《金剛經》講我相，我相、人相、眾生相、壽者相，執著一個我，我要怎麼樣、我要怎麼樣，總離不開我，這個就是六道輪迴的根本原因。所以要超越，就要破除這個我，人我的執著。我們自己的個性，我們的習慣，我們要怎麼樣、要怎麼樣，要慢慢改，慢慢能夠恆順眾生，隨喜功德，慢慢把我相淡化，把自己分別執著慢慢減輕，這樣我們就會不斷的提升進步。煩惱輕，智慧就增長。煩惱輕，智慧長。所以這些都是修學的方法，希望大家共勉。

好！今天就跟大家分享到這裡。祝大家福慧增長，法喜充滿。  
阿彌陀佛！