

《修華嚴奧旨妄盡還源觀》節要習講—懺除業障 悟道法
師主講 (第十九集) 2021/9/16 華藏淨宗學會
檔名：WD12-001-0019

《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！上一堂課學習到《華嚴經》的十度，第七度「願」，這個「願」以《華嚴經》普賢菩薩十大願王做一個代表。我們上一次學習到十大願的第三願「廣修供養」，這堂課接下來我們繼續學第四願「懺除業障」。

在我們修行上來說，這一願就是懺除業障，我們一般講懺悔業障也可以。懺是懺除，悔是悔改，悔改就是改過，改過業障就消除了。所以在修行上來說，懺悔業障是十大願王裡面最主要的一條，也可以說十大願，這一願是核心。前面三願是善根、福德，就是助緣，善根福德因緣。業障懺除了，沒有業障，那就還源。還源就是什麼？就是回歸自性，圓成佛道。所以從凡夫地一直到圓成佛道，實在講每一個階段、每一個層次的修行，無非就是懺除業障。等覺菩薩接近成佛，還有一品生相無明未破，那一分微細的生相無明也是業障。所以普賢菩薩在這裡示範、表演給我們看，他示現的位次是等覺菩薩，文殊、普賢示現等覺菩薩。我們看等覺菩薩他還要懺除業障，何況我們凡夫！我們凡夫實在講，通身是業障。《地藏菩薩本願經》裡面佛給我們講，「閻浮提眾生，舉止動念，無不是業，無不是罪」。你看，起心動念，不用等我們身口去造作，起心動念就是業、就是罪，所謂輪迴心造輪迴業。造惡業是業障，修善業還是業障。造惡業，墮三惡道；造善業，生三善道。為什麼三善業還是業障？因為脫離不了六道輪迴，都是業障。你脫離六道輪迴，證得阿羅漢果、辟支佛果，六道的業障沒有了，生到四聖法界。雖

然超越六道生死輪迴，只有斷分段生死，但是還有變易生死沒斷，那就是二乘聖人的業障。二乘聖人要懺除見思惑，就是斷見思煩惱，菩薩斷塵沙煩惱。十法界的菩薩、佛，塵沙惑斷了，但是還沒破無明，那就是他的業障。要再繼續懺除業障，破一品無明、證一分法身，超越十法界，到了一真法界。一真法界還有四十一個位次，也就是說無明破了，但是無明習氣還沒盡。所以要到圓滿的佛果，業障就完全消除了，沒有業障了。沒有業障，就是完全回歸到自性，常寂光淨土。

所以，這一願「懺除業障」，它的層次很多，從凡夫地到圓成佛道，這個過程的修學離不開懺除業障，都是懺除業障，無論修哪個法門都是懺除業障。業障懺除，沒有業障，回歸自性，就是成佛。在我們現前這個社會，我們生在佛的末法時期這個時代，現在我們看看整個世界的人類，不健康的人到處都是。我們看到路上的人走來走去的，看到好像沒什麼問題，如果到醫院一檢查，都有毛病，所以不健康的人很多。這個我們可以到醫院去看看，現在醫院都人滿為患，有人要去等個病床也等不到，說明什麼？不健康的人多。醫院那麼多了，還不夠用，就代表這個社會上健康的人少，不健康的人多。不健康，以佛法來講，就是業障，不是身病就是心病。我們人身體不健康，生理出了問題，五臟六腑、四肢這些，整個身體不健康，那就生病了。還有心理的病，我們現在講精神病，現在患精神病的人也非常多，全世界都有，什麼躁鬱症、憂鬱症，一大堆。特別現在電腦、手機發達的時代，污染青少年。所以現在全球人類，特別是年輕一代，身心都不健康，特別是心理受到污染很嚴重。所以不是身病就是心病，實在講身病跟心病也都有連帶關係。以佛法來講萬法唯心，身體的病，根源還是在心。所以，實際上是因為你心有病，身體才有病。

過去在大陸東北有一個劉善人，他給人家說病、治病，治一些疑難雜症的病，中西醫都沒有辦法治療的。他用什麼方法治？把你得病的原因說出來，讓你生慚愧心，真正懺悔。這一懺悔，五臟六腑就起反應，你就會嘔吐，吐出一些髒的東西，身體就好了。劉善人他自己在年輕的時候也是一身都是病，後來得到高人的指點，高明的人給他指點，就是勸他真心懺悔改過，他收到很好的效果，以後他就用這個方法去幫助別人。有的同修自己一反省，痛哭流涕，以前都是認為別人錯，我沒有錯，所以得一身病，不知道反省自己。經過善知識的指點，一反省才知道原來是自己錯了，別人沒錯，有勇氣承認過失，向父母懺悔，向兄弟、朋友、長官、同事懺悔，病就好了。的確是這樣，在《地藏菩薩本願經》也講得很詳細。

人如果起心動念總是自私自利，起心動念都是要損人利己，嚴重的自己得病，有時候影響自己的小孩子也得病。所以小孩子在十二歲以下他要是得病，我們常常看到有些小孩毛病很多、問題很多，小孩他剛剛出生還很小，病那麼多，多半是父母的業障所造成的，所影響的。比如說做父母的人也不懂得怎麼教小孩，也不懂得怎麼去照顧這個孩子，給他亂吃東西，亂吃零食，在一些生活上的習慣也沒有教他這些生活教育。像《常禮舉要》講的，過去雪廬老人編的《常禮舉要》，第一條就講到「為人子不晏起，衣被自己整理」。不晏起就是不晚起，早睡早起，起來的時候要整理自己的衣服、被子，要把它疊整齊，這從小就要教的。教他自己處理自己的事情，刷牙、洗臉，甚至要習勞，打掃，做做家事，學煮飯、煮菜等等，這個都是給小孩學習，一方面培福。現代父母都怕小孩子做事，也不教他這些，所以有些小孩子睡得很晚，晚上很晚才睡，身體肯定不好。再加上亂吃東西，都吃一些化學的，自己母親也不煮飯，長期在外面吃，身體也是不好。外面餐廳做的菜，是不是很衛生

？這個都大有問題。所以十二歲以下的小孩得病，多半跟父母有關係，是父母的業障。

佛門講到修行，什麼叫修行？行是行為，修是修正，我們的行為犯了過失，把這些錯誤修正過來，這叫修行。念經、打坐、念佛是不是修行？不一定，這只是修行的預備功夫，提醒我們修行的。比如說念經，為什麼念經？經不是念給佛菩薩聽的，經是佛菩薩講的，還需要我們念給他聽嗎？不需要。所以念經是什麼目的？是在提醒我自己。早上起來做早課，念一部經典是提醒，提醒我自己今天一天生活要依照經典上佛的教導來待人處事接物，早上是提醒。晚課是反省，晚課再讀一遍，我今天一天有沒有依照經典的教導去落實，有哪些我做到了，有哪些還沒做到，已經做到的，繼續保持；還沒做到的，希望明天能把它落實，把它做到，這是反省，晚課是反省。所以過去淨老和尚在早年也勸我們四眾同修，包括出家眾，早晚課用印光祖師提倡的《太上感應篇》。這篇經文不長，大概我們一般念的速度（不是很快）十五分鐘。這個過去我有錄過，十五分鐘。早上讀一遍，當作早課，提醒自己哪些惡我們要避免，哪些善我們要修，斷惡修善。斷惡修善就是懺悔，晚課是反省，今天做了多少，還有哪些沒做到。所以過去我們淨老和尚以這個來勸勉大家。後來又編了一個淨宗朝暮課，早課是「四十八願」，晚課是「三十二到三十七」，暮課。四十八願就是發願，要發願。實在講，如果我們現前這個階段注重在懺除業障，《無量壽經》的三十二品到三十七品也可以做為早晚課，跟《太上感應篇》對照起來是相得益彰。

重點在修懺除業障，這就是修行，因為你沒有讀這些，不知道自己錯在哪裡，不知道過就不能改過。所以改過之前必須知過，因此才要讀經，讀經是提醒、是反省。如果我們是落實在生活當中這

樣去修，念經是修行，打坐也是修行，念佛也是修行。如果念經、打坐、念佛，不知道去改過，那就不是修行，只是跟佛法結結緣、種種善根，在現前沒有把我們錯誤的行為修正過來，就談不上修行。沒有修行，這一生就不能成就。古大德說「口念彌陀心散亂，喊破喉嚨也枉然」，一天到晚念阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛，心很散亂，心還是胡思亂想，貪瞋痴慢這些念頭不斷的起來，這樣念佛，喉嚨喊破了也枉然，功夫也不得力。一天十萬聲佛號，心是散亂的，起心動念還打別人的主意，還要去佔別人的便宜，這叫修行嗎？這個就不是修行，只是跟阿彌陀佛結結緣、種種善根，談不上修行。如果真正用一句佛號，降伏我們內心的貪瞋痴慢疑，這些煩惱把它伏住。起心動念警覺心要快，念頭一起來趕快把它轉成阿彌陀佛這一念，就把它壓下去，這是真正修行，這功夫就得力了。如果一面念佛，有口無心，口中在念佛，心裡沒有真正在念佛，這個就不是修行。所以真正反省，真正改過，真正自新，一句佛號也沒念，那個人是真修行。

所以淨土宗念佛往生的人，不在乎佛號念的多少，當然佛號念愈多是愈好，但是重點是在清淨心，因為「心淨則佛土淨」。我們念這句佛號，目的是把清淨心念出來；因為我們不念佛，整天就是胡思亂想，妄念不停，心浮氣躁。所以淨土宗的方法，就是用這句「阿彌陀佛」這一念來代替所有的妄念，這個念頭一起來不管善念、惡念、無記念，就是換成佛這一念。所以這句「阿彌陀佛」是個最好的方法，方便法，比起其他法門要容易、要方便。所以你念著阿彌陀佛，口中念阿彌陀佛，心裡想阿彌陀佛，《楞嚴經》上講「憶佛念佛，現前當來必定見佛」。所以起心動念就是阿彌陀佛，心清淨就感應佛的淨土；心不清淨，感應穢土。所以我們看《觀無量壽佛經》淨業三福，這個三福是三世諸佛淨業正因，幫助我們心回

歸到清淨的理論基礎、修行方法，淨業三福，我們必定要重視，不能疏忽。

我們現前自己想一想，我們的起心動念是不是自私自利、名聞利養、五欲六塵、貪瞋痴慢、損人利己，是不是都起這些念頭？如果起心動念都是這些念頭，這個起心動念統統是在造業，而且還造惡業，還不是造善業。如果是這樣來誦經、聽經、念佛，那只是跟佛菩薩結個法緣，這一生得不到效果。如果你還警覺不到，你就想你所遇到的一些困難，就是想想我們現在這一生遭遇的，想到我們今天處在這個環境裡面，遭遇到許多的天災人禍。你看天災，水災、火災、風災、地震，現在還包括氣候不正常，溫室效應，南北極冰山快速融化。還有瘟疫、傳染病，去年到今年這兩年，新冠狀病毒的疫情到現在還沒解除，不但沒有解除，還在升溫。比過去任何時代發生的都嚴重，全球性的，這個災難到現在還沒解除。再來就是饑饉、糧食缺少，現在世界上水源也缺少，糧食也缺少，這叫饑饉，天災。人禍，人為的災禍。實在講，天災還是人製造出來，人造不善業去感召來的。人禍最明顯的是戰爭，大的，國與國之間的軍事衝突、軍事戰爭。現在戰爭的型態，不止軍事，你看外交戰、經濟貿易戰，現在還有能源戰、科技戰，政治鬥爭，這些統統是戰爭，這些統統是人禍。製造一些不健康的食品給人類吃，還有污染整個地球，破壞整個地球的自然環境，這些都是人禍，人為的。科技愈發達，污染得愈嚴重，這是講大的人禍。小的人禍，比較個別的，是別人來威脅，來毀謗你、來陷害你。為什麼我們現在要做一點好事這麼困難？一般人來講，十之八九要做什麼好事，都會遇到障礙。甚至要經營一個事業，不會很順利，也是會遇到障礙，很多是意想不到的障礙。障礙從哪來的？業障，自己業障感召的。警覺心高的人，他在這個環境裡面會覺悟，一覺悟肯定就懺悔，回過頭

來改過自新，從今之後重新做人。

「行有不得，反求諸己」，這句話重要。我們遇到障礙，遇到困難，反過來求自己，反省自己，自己哪個地方做得不對、做錯了，所以這句話重要，這句話是真正解決問題的。不要去外面責怪別人，先反省自己，無論遇到什麼困難，天災人禍，我們意想不到的，我們遇到了。像我們現在遇到新冠狀病毒的疫情，這是災難，其他還有很多的災難，現前這個災難是最嚴重的，我們現在大家都遇到了。遇到了，立刻就要想到祖宗的話，我們中國老祖宗講的話，災難是果報，這是一個結果，有果必有因，絕對沒有說有果沒有因的，一定有他的原因，才會造成現在這個結果，所以災難是不好的果報。不好的果報，我們過去今生造的業一定是不善業，不好的業，所以才會遇到這個災難的果報。果報現前不能不受，現前了，你也逃避不了，誰都逃避不了。我們要轉這些不好的果報，要在因上轉，因轉，果就轉了。

我要好好反省、好好檢點，我做了哪些不善的業，一定要把自己這個不善的惡業找出來。怎麼消除？懺悔就消除了，真正懺悔，從內心裡面懺悔，面對著家人，面對著大眾，能把自己做錯的事情說出來，這叫發露懺悔。這是對著人，別人聽了，指責你、批評你，那你的罪就消了。真正改過自新，沒有人不讚歎你，沒有人不佩服你，沒有人不幫助你，這是得到別人的諒解。這是在長輩、家人前懺悔，或者朋友前懺悔，這是對人。還有對佛菩薩，像《了凡四訓》，在佛前為疏一通，在佛前發露懺悔。講懺悔的經典也不少，很多經典都講到懺悔，在《地藏菩薩本願經》、《占察善惡業報經》都有講到懺悔。特別在《占察善惡業報經》，講懺悔講得詳細。所以懺除業障，這些相關的經典、經論，我們都要互參，互相參考。我們在這裡只是講一個原理原則，詳細要懺除業障，這些經典我

們也必須要去涉獵。所以，過去我們淨宗九祖蕩益祖師有註解《占察善惡業報經疏》，我們修淨土也可以互參，採取裡面那些懺悔的原理方法，那個講得詳細。當然不一定用這個儀式，你用其他的儀式也可以，但是經典裡面講的這些理論方法是可以通用，任何一宗都可以通用。所以發露懺悔，這個經典我們實際上是有必要去了解，這樣我們懺悔才能夠真正達到懺除業障的效果。所以在《占察經》裡面講，你看懺悔，他給我們列出來，有作法懺、有取相懺、有無生懺。佛在這部經上的開示，非常重要，我們學佛的人要修懺悔法，懺除業障，不能不知道。不知道，可能我們懺除業障，懺得不圓滿，可能效果有限。

發露懺悔在眾人面前，比如說過去我們看到學習中華傳統文化的一些老師，他們很有勇氣，我們也非常的佩服，能夠把自己過去做錯的事情，在大眾面前發露懺悔。比如說墮胎的，這一類現在很多，很多女眾墮胎，現在學了傳統文化才知道自己錯了，以前不知道，沒有人講，現在知道錯了，發願要懺悔。發露懺悔，墮胎是殺人，不但殺人，殺自己親生兒女，這個罪比一般殺人的罪還重。所以在《五戒相經箋要》裡面講，胎兒如果一個星期以上，你故意把他墮了，這就犯了不可悔罪。不可悔就是說不允許你發露懺悔，你在師長前面、在大眾前面發露懺悔，這個業障懺不掉，這個罪太重了。所以《五戒相經》我們要學習，《五戒相經》裡面講有可悔、不可悔。比如說殺生，殺人是殺生，你殺動物也是殺生，殺一隻蚊蟲螞蟻也是殺生。所以你殺了蚊蟲、螞蟻、蟑螂，這是下可悔，這個罪比較輕，可以允許你來懺除，以後不准再殺生，可以接受。你殺牛，特別殺耕牛，替主人耕田的，你殺了，你這個罪就比較重，叫中可悔。如果殺人就不可悔，不可悔就是你造了這個業，不可以接受你來懺除業障，你這一生不能再受戒，你戒體都破了，犯不可

悔罪。所以墮胎不是在大眾面前發露，這樣業障就懺除。佛在經上講的，小乘的戒律，懺悔裡面，這個不允許；但是大乘經典，還是可以允許懺悔。像《梵網經》、《占察經》有講，你要受戒，你過去造的惡業，比如說犯了不可悔罪，你要懺除業障懺到有好相。好相就是像《了凡四訓·改過之法》後面講的，或夢吐黑物，夢見佛菩薩，夢見飛步太虛、身心輕安，取得這個好相，就表示你的業障懺除了，可以再受戒了。好像衣服髒了、破了，補好、洗好，又可以穿了。

最後的是無生懺，就是《觀普賢經》講的，「端坐念實相，眾罪如霜露，慧日能消除」，就是開悟了，那是最根本的懺除業障。所以我們做三時繫念，《三時繫念》中峰國師編的，第一時的懺悔，「今對佛前求懺悔」，這叫作法懺。作法懺就是對佛前或者對師長、大眾面前發露懺悔，「今對佛前求懺悔」，這是作法懺。第二時，「一切罪障皆懺悔」，這就是取相懺，罪障懺除了，這是重罪。前面那個比較輕的，我們作法懺可以懺除；比較嚴重的，四重戒，比如說墮胎殺人，你要取相懺，大乘的取相懺。無生懺，第三時，「一切罪根皆懺悔」，罪根，根本是什麼？妄心，把妄念放下，你業障就沒有了，那是業障的根本，罪根就是妄心。這是《三時繫念》。

我們念佛法門，實在講，念這句佛號，也是圓圓滿滿的懺除業障。你看《觀經》講，五逆十惡，臨終遇到善知識，勸他趕快懺悔，要信、願、至心念南無阿彌陀佛，至心念一句「南無阿彌陀佛」可以滅八十億劫生死重罪。所以念這句佛號，的的確確是很圓滿的懺除業障，但是要會念，如果像前面講的，有口無心的念達不到這個效果。臨終為什麼造作五逆十惡這麼重的罪業，地獄相都現前了，他念這句佛號能滅八十億劫生死重罪？關鍵就是這個時候他是至

心念，看到地獄相現前，太恐怖了，心裡沒有任何妄念，唯一的就是想求救。現在聽到有人勸他趕快念佛求生淨土，唯一的生路，他什麼妄念、雜念，一時都沒有了，只有求阿彌陀佛接引，求救這一念。這一念，那個力量非常猛烈，很懇切，所以他一念相應就一念佛，念念相應念念佛，道理在這裡。所以我們念佛是很直接的懺除業障，但是也是需要有這些相關經論來做一個補助，補充說明，才知道我們懺除業障是懺到哪個階段。所以懺除業障就是改過，不是說你懺到一個階段這樣就好了，不是，懺除業障是你要懺到成佛，成佛才完全沒有業障。連等覺菩薩都還有一分生相無明的業障，何況我們凡夫！等覺菩薩都要懺悔，我們怎麼能不修懺悔法門？這一願非常重要，所以我們多補充了一些。這是講到我們遇到災難、遇到逆境，要知道這是我們的業障，個人的業障，或者是大家的共業，這都是業障，要知道怎麼懺悔。

當我們遇到順境，很如意，很順，也不能有絲毫驕慢之心，總要知道我們做得太少，做得不夠。別人讚歎我好，我不夠好，我差得很遠，跟佛不能比，跟菩薩不能比，跟祖師大德不能比，有什麼值得驕傲？別人愈讚歎，我們要愈害怕，愈要努力，愈要謹慎，愈要天天反省，找出自己的毛病。所以別人的讚歎，我們要恐懼，受寵若驚，不能得意忘形，更要謹慎，更要努力。怎麼去找我們的毛病？也不難，你每天拿著《弟子規》，拿著《感應篇》，拿著我們淨宗修行的五個科目，三福的第一條，「孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」。這一條裡面就包括我們淨老和尚提倡的儒釋道三個根：《弟子規》、《感應篇》、《十善業》。這三個根，你天天讀，天天反省，用這個做標準，這都是古聖先賢、諸佛菩薩教導我們，這叫經典，以這個標準來對照、來反省、來改過，這是淨業三福第一條。淨業三福第二條，「受持三皈，具足眾戒，不犯威

儀」。三皈是皈依佛、皈依法、皈依僧。皈是回歸，依是依靠，我有沒有回頭？有沒有真的依靠三寶？佛是覺悟，法是正知正見，僧是清淨不染，沒有污染。皈依佛，從迷惑顛倒回過頭來，皈依自性覺，我要覺而不迷。三寶是性德，我天天這樣幹，那就真的皈依。起心動念迷了，趕快警覺過來，我們念佛，提起一句佛號，就皈依佛。皈依法，從邪知邪見回頭，依正知正見。我們從前錯誤的知見放下，依照佛在經教裡面所講的，在經典裡面講的這些道理，認真來學習，這是皈依法，法是經典，我們修行的標準。佛教我們要孝養父母、奉事師長，我們做到沒有？佛教我們慈心不殺，起心動念是大慈大悲。不殺，引申的意思就是凡是傷害眾生的事情不可以做，要是讓別人感到難受，我們就做錯了。菩薩所在之處，令一切眾生歡喜心。僧，不管那個出家人他修行怎麼樣，這個與我們不相干，我見到這個形象，立刻就想到我要「六根清淨，一塵不染」，這是皈依僧。從一切污染回頭，依清淨心。做到三皈依，我們對得起佛，是佛的好學生。「具足眾戒」，那就十善業必須要做到。

所以修行就是懺悔、就是放下，把自己這些不好的習性全部放下，業障就懺除，才能幫助自己提升。業障不但是這一生，是過去生生世世帶來的，所以講到修行，就離不開懺悔。無論是誦經、拜懺、禮佛，甚至念佛，念完都做一個迴向，迴向也是屬於懺悔，所以我們不能不認真來修。我們今天最具體的，用《感應篇》，雖然是道教的，我們佛門印光祖師用它來幫助我們修懺悔法。雲谷禪師送袁了凡先生一本功過格，裡面的條目就是依《感應篇》來編的，用它來幫助我們懺悔業障很有效果。現前，特別是身體不好，毛病很多，年紀輕輕的已經得了一身病，唯有真正修懺悔，你的病痛才可以化解。徹底懺悔，你的生死都得到解脫了。佛法裡面修行，可以說從初發心到如來地修什麼？修一個懺悔法門而已，所有的法門

都可以說為懺悔法門，你參禪、持咒、修止觀等等，統統是可以歸納為懺悔法門。

好，今天時間到了，我們就學習到這一願，因為這一願很重要，所以我們多講了一些。下面第五願，我們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！