

兩分鐘開示—幫助自己成功轉念的方法（閩南語） 悟道
法師主講 （第三七九集） 檔名：WD29-003-0379

古人治心用豆子，豆子，一種是黑豆，一種白豆，放兩支罐子，譬如一盤黑豆，一盤白豆，放兩支罐子。現在心裡動了一個善念，一個利益眾生的念頭，好的念頭，他就拿一顆白豆放在罐子裡。如果動了一個惡念，「我想去害那個人，要欺負他或是佔他便宜」，存了這個惡念，他就拿一顆黑豆放在另一個罐子裡。剛開始修，一天，黑豆整罐的，白豆才二、三顆，這才發現每天惡念這麼多，善念才二、三個而已。他就繼續努力修行，「這樣不行，明天要進步」。現在如果惡念起來了，趕快轉成善念，天天轉，白豆一天就增加一些。經過差不多半年、一年的時間，白豆愈來愈多。經過三年，每天起心動念都是利益大眾的，不想自己，沒有壞心了，黑豆都沒有了，整罐都是白豆，一天到晚起心動念都是善念。後來他罐子丟掉了，豆子也不用了，用這個方法修三年。這也是一個方法。

這個方法念佛人也可以用，念佛人很簡單，你如果起一個念頭，不管什麼念頭，凡是起一個念頭，你也可以丟一顆黑豆。這個念頭要趕快轉過來，轉成阿彌陀佛，阿彌陀佛這一念是善中之善，這就能放一顆白豆了，也可以這樣修。一天到晚，你看妄念多少，阿彌陀佛的念頭多少，看罐子就知道了，不用問別人。

節錄自：WD19-001-0002如何改造命運的原理與方法（第二集）

兩分鐘開示 （第三七九集） 檔名：WD29-003-0379 2
兩分鐘開示 （第三七九集） 檔名：WD29-003-0379 1