

諸位同學，大家好！昨天講到雲谷禪師教導了凡先生要改過自新，這就是所說的義理之身。今天我們接著看：

【夫血肉之身。尚然有數。義理之身。豈不能格天。】

『血肉之身』，是我們現在這個身體。這個身體因為沒有辦法離開妄想分別執著，因此都落在數裡頭，所以用術數能夠推斷你的一生吉凶禍福。如果人要想超越命數，要從心理上做一個改變，把從前不善的觀念、行為都能夠改正過來，與義理相應，這個身就稱為『義理之身』；在佛法裡面講願力。血肉之身是業力，業力變現的。如果我們的願力大過業力，在佛法裡面就叫做乘願再來。這裡面我們必須要了解，那就是血肉之身沒有離開自私自利，義理之身是大公無私，不再為自己的利益著想。生在這個世間，這個身體是為社會、為人民、為眾生服務造福的一個工具，跟自己的業力完全脫離關係，這個身就稱為義理之身，這個身就稱為乘願再來。眾生有福，這個身在這個世間就會常住，眾生沒有福報，這個身自然就捨離；換句話說，佛家常講的了生死、出三界，就是這個意思。下面他引古書作證：

【太甲曰。天作孽。猶可違。】

這是假設的。這是天然的災害，『猶可違』是可以避免。我們今天講自然的災害，是可以避免的，是可以挽回的，這個道理很深。

【自作孽。不可活。】

那是無可挽回，無可避免。這個話的意思很深，自然災害為什麼說可以避免？現在人懂得這個道理的人不多了。聖人告訴我們，

佛菩薩在經典上告訴我們，「依報隨著正報轉」，依報就是自然環境，自然環境也是隨著人心來轉。如果這個社會人心善良、淳樸，我們居住的環境它就轉好，所謂是風調雨順，國泰民安。不僅僅是人為的災害是人造的，自然的災害也人造的。在佛法裡面講，一個是共業，一個是別業。共業是大家共同來造作的，這就變成自然災害。個人所造作的，那就變成個人的吉凶禍福。所以個人自己造孽，這是無法避免的。社會大眾共同造的業，我有辦法避免，我有辦法挽回。這是真理，這是事實的真相。又引《詩經》兩句話說：

【詩云。永言配命。自求多福。】

這兩句話，『永言』就是常說，古聖先賢常說；『配命』，意思就是說與上天的心相應，人心同天心。天是什麼心？天到底在哪裡？這不是一個有形的，實在講是個無形的，是個抽象的，所謂是「上天有好生之德」。天心是愛心，無私的愛心；天心是公平的愛心，平等的愛心。如果我們自己能夠修養，把自己的心願提升到大公無私，平等的對待一切人、一切事、一切物，這就是「永言配命」的意思。當然，福在其中；不求，福報也現前。這個意思諸位細細去想。下面雲谷禪師說：

【孔先生算汝不登科第。不生子者。此天作之孽。猶可得而違也。】

天作之孽，這是你過去生中造的，你造的不善業，所以你這一生當中沒有功名的分，你也不會有兒子。這是你過去生中所造的，可以避免，可以挽回。怎麼樣挽回？

【汝今擴充德性。】

我改過自新。

【力行善事。多積陰德。】

什麼叫『陰德』？做好事不要讓人知道，這叫陰德。陰德報得

厚。做一點點好事，人家都知道，像現在的新聞媒體來表揚、來讚歎，把你向社會廣大群眾去介紹，這也是福，這個福立刻就報掉，很可惜！所以真正做好事的人，不要讓人知道。如果做好事，一定要有媒體介紹，要報章上能夠看到，這不是真的好事。你這個心還沒有離開名聞利養，你不是真心，你這個善是假善、是偽善，不是真善。真善，何必讓人知道？媒體來報導，應當盡量避免，這樣才好。古時候，真正大德大能的人，所謂是韜光養晦，隱居在深山裡頭，沒有人知道，於是他的德愈積愈厚。到機緣成熟的時候，被人發現，他能為國家、為民族建功立業。這裡面含藏著許許多多的學問，這些我們都要深思，我們都要會學。

【此自己所作之福也。安得而不受享乎。】

自己造的福，自己當然都受到。接著大師又引用《易經》上的話說：

【易為君子謀。趨吉避凶。】

引用這兩句話，讓了凡先生加強信心。

【若言天命有常。吉何可趨。凶何可避？】

這個話說得好。如果說命運是一定的，不能改變，《易經》這一句話就講不通。換句話說，《易經》這兩句話告訴我們，命運這樁事情活活潑潑。我們每天起心動念，善念就增福，福就加了一分，惡念就減了一分。每天我們起心動念、言語造作就是加減乘除，天天都有加減乘除。為什麼世間人命運都被人算定？他加減乘除的幅度不大，沒有離開他的中線太遠，所以就算得很準。如果加減乘除幅度很大，他命運就不準了。前面所說，大善之人命運拘束不住他，大惡之人命運也拘束不住他，那就是加減乘除的幅度大。他有大善，禍會變成福，他有大惡，福會變成禍，道理在此地。

【開章第一義。便說。積善之家。必有餘慶。汝信得及否。】

這些書，了凡先生平常念得很熟；念得很熟，意思不能說不懂，但是了解得不夠深。換句話說，讀那些古聖先賢的書，自己沒有辦法用在生活上，無法落實在生活、工作、處事待人接物，所以他的命運一絲毫不能夠更改。雲谷禪師這一提示，他明白了。了凡先生說：

【余信其言。拜而受教。】

雲谷禪師這一番話，把了凡先生點醒了。命運確實是自己造的，自己可以改變，一定要懂得自求多福。我們學佛，有很多人問我，他說：法師，你為什麼要學佛？我的答覆很簡單：我學佛的目的很單純，提升自己的境界，這是從果報上說；從因上說，提升自己的德行。積功累德是修因，因好，果當然殊勝。業因果報到你自己的能夠覺察出來的時候，你就非常歡喜，佛家常講「常生歡喜心」。這一生都生活在歡喜當中，這個多快樂！心裡面沒有憂慮、沒有牽掛、沒有妄想、沒有執著、沒有煩惱，這叫得大自在。經論裡頭常講「常生歡喜心」，一生生活在感恩的世界裡，這是多麼幸福！我是為了這個才學佛的。其實，這是早年老師教導的。我在學佛之前愛好哲學，我的老師方東美先生，他告訴我：佛學是哲學裡頭的精華，哲學裡頭的最高峰，「學佛是人生最高的享受」。我被他這句話打動了，所以認真學習。我出家，剃頭之後再去看他老人家，他非常歡喜。他說：你的路走對了，我跟你說說，沒想到你真幹。所以確確實實得到老師的指引，我也像了凡先生一樣，「余信其言，拜而受教」。方東美先生把佛法介紹給我，章嘉大師替我奠定根基，李炳南老居士用十年的時間把我培養起來。一生得到受用，得到快樂，得到自在。

了凡先生明白了，覺悟了，下面真幹。

【因將往日之罪。】

過去所做的種種罪惡的事情，種種過錯。

【佛前盡情發露。】

『發露』，一絲毫隱瞞都沒有，完全說出來。

【為疏一通。】

『疏』是文章。就是自己下定決心要改過自新，寫一篇文章，求佛菩薩為我做證明，用意在此地。

【先求登科。】

他命裡頭沒有功名，先求。『登科』，先求考中舉人。他命裡頭只有秀才，秀才到最高的只是貢生，所以他沒有科第；用現在的話說，他沒有學位。

【誓行善事三千條。以報天地祖宗之德。】

就真正開始斷惡修善，發了這樣的大心，這個很難得。雲谷禪師看到，當然歡喜，孺子可教。雖然這個時候袁了凡先生已經三十五歲，能夠真正回頭，斷惡向善。

在明朝那個時候，「功過格」很流行。我們在歷史上看到，許許多多的有成就的偉人，都曾經用功過格這個方法，來檢點自己的過失。

【雲谷出功過格示余。令所行之事。逐日登記。善則記數。惡則退除。且教持準提咒。以期必驗。】

了凡先生，真的，他是凡夫，他是初學，而且根性不是上根利智，可以說是中下根性的人，所以雲谷禪師就用「功過格」來幫助他。功過格，現在在台灣、在香港，也都有流通，都可以能夠找得到，我們過去也曾經翻印過。每天登記，每天做的好事，自己記下來。每天做的過失，反省過失，過失也要記下來。善惡對比，我這一天到底是善多還是惡多？開頭做的時候，一定善惡混雜，可能是惡多過於善，自己的警覺就提高。天天認真努力去改，希望改到有

一天，功過格一打開是純善無惡，你就成功了。這是教他從事上去改，這個方法不是一個高明的方法，但是對普通人來講是非常有效果的方法。

又教他持「準提咒」。佛法裡面，參禪、持咒、念佛，方法雖然不同，目標、功效完全是一樣的，收心。一般人不可能沒有妄念，只有佛菩薩、大修行人沒有妄念，妄念對我們的傷害非常之大，我們要知道。妄念，不但破壞我們的清淨心，對我們的身體健康也產生不良的效果。我們看看釋迦牟尼佛當年在世，一天吃一餐，日中一食，而且吃得很簡單、吃得很少，我們現在人想「這營養怎麼夠」？我們不明白道理，真正道理搞清楚，恍然大悟，原來營養是我們體能的補充。

身體就像一個機器一樣，這個機器二十四小時都在運作，睡覺的時候也沒有停止，心臟還是在跳動，脈搏在跳動，血液在循環；需要有能量，飲食是能量的補充，像汽車一樣要加油。但是車我們懂得，有耗油的車，有省油的車。我們身體也一樣，身體對於能量的消耗，有耗能量的，有省能量的。能量到底消耗到哪裡去？現在我們真搞清楚，百分之九十五消耗在妄念上。這才明瞭，為什麼修行人一天吃一餐可以？他心清淨，他妄念少，他消耗能量就少，身體健康。凡夫妄想多、雜念多，每天補充三次還不夠，還要吃消夜、吃點心，一天到晚都在補充，他消耗得太多。消耗太多，於身體決定有不良的影響。所以你要想保持身體的健康，要減少妄念。妄念減少了，你的飲食自然就減少。最健康的身體是不要飲食，為什麼？飲食再少，也沒有辦法完全做到沒有污染。沒有飲食，那就決定沒有污染，你的身體才真正健康。所以多吃東西不是好事情，多吃東西，髒的東西不能排盡，你身體器官的污染機會比別人多；在現在講，你生病的機會多。古人說「病從口入，禍從口出」，這個

話一點都不錯。

教人念咒，念咒就是修清淨心。人決定有雜念，你把念頭集中在咒上，你的雜念就沒有，用一個念頭取代一切妄念，道理在此地；效果非常顯著。所以你用參究的方法行，用念咒的方法行，用念佛的方法也行，方法很多很多，佛家常講八萬四千法門。法是方法，門是門徑，方法、門道太多太多了，你可以選擇用一、兩種，幫助你攝心，幫助你把妄想打掉。心地清淨，智慧就現前，真心就現前。這是一種修行的手段與方法。雲谷禪師教他念準提咒，又告訴他說：

【語余曰。符籙家有云。不會書符。被鬼神笑。】

畫符念咒的專家常說：你不會畫符，被鬼神笑。鬼神不但跟你開玩笑，有時候還讓你受不了。這裡頭有祕傳。

【此有祕傳。只是不動念也。】

畫符、念咒、念佛，確實有異曲同工之妙。那就是方法形式不一樣，它的原理、目的完全相同，都是要用真心；就是你一個妄念都沒有，這個符就靈。

【執筆書符。】

我們拿起筆來畫符。

【先把萬緣放下。一塵不起。】

你要把所有一切妄念統統放下，一念不生。

【從此念頭不動處。下一點。謂之混沌開基。由此而一筆揮成。更無思慮。此符便靈。】

畫符，那個符靈不靈，你去看畫符的人。所以平常要練習，練得很熟。我們從小的時候，那是作小學生也喜歡畫符，天天在練，但是我們不懂這個原理。如果在畫符裡面還有個妄念，這符就不靈。一定是這一道符，從一點下去，一道符畫完，沒有一個妄念，心

是清淨的，這個符就靈。由此可知，念咒亦復如是。念的咒，這裡頭不能夾雜一個妄念；夾雜一個妄念，這個咒就不靈。由此可知，念神咒不容易，咒愈長愈難念。愈長，時間長很不容易沒有雜念。所以佛家常講，念經不如念咒，念咒不如念佛。為什麼？經比咒長，不打妄想難；咒也相當長，裡頭不打妄想也不容易；佛號短，「阿彌陀佛」這四個字。「阿彌陀佛」這四個字裡頭不夾雜一個妄念，這一句佛號就靈。一面念佛一面打妄想，這個佛號就不靈。所以這些方法都是攝心的，都是幫助我們達到清淨心。清淨心是真心，心裡頭有妄念，這個心叫妄心。妄心有生滅，真心不生不滅，真心裡頭沒有念，所以它沒有生滅。如何能夠把生滅斷掉，恢復到不生不滅？這是佛家修學功夫最高的目標，到不生不滅。這個道理，難得雲谷禪師為我們說出來。他下面說：

【凡祈天立命。都要從無思無慮處感格。】

『感格』就是求感應。於心性求感應，於上天求感應，都要用真誠心，所謂「誠則靈，不誠無物」。又說：

【孟子論立命之學。】

立命之學，最早是孟子說的。

【而曰。夭壽不貳。夫夭與壽。至貳者也。當其不動念時。孰為夭。孰為壽。】

孟子這個話說得高明。『夭』是短命，『壽』是長壽。短命跟長壽是一不是二，這個話一般人聽不懂。短命跟長壽差別太大了，怎麼是一不是二？我們因為看到是二，看到是差別太大，我們用什麼心去看？分別心去看，執著心去看，所以把它看成二。如果你的心不動，你的心裡頭一個念頭都沒有，長壽跟短命確實是一不是二。為什麼？沒有分別。有分別，才有二、三。沒有分別，哪有二、三？



什麼人不分別？聖人沒有分別心，佛陀沒有分別心，菩薩沒有分別心。凡夫有分別心，所以把世間一切法都變成對立，大跟小對立，長跟短對立，善跟惡對立，真跟妄對立，全部都變成對立。這個對立就是科學家所講的相對論，生活在相對的世間，這是虛妄的世間，《金剛經》上講的「夢幻泡影」，這不是宇宙人生真相。宇宙人生的真相叫「一真」，那就是說這裡頭決定沒有相對，這才是真的。有相對，不是真的。六道裡面是相對的，十法界裡頭還是相對的，到一真法界相對的就沒有了。我們講，相對沒有，是不是有絕對？絕對也沒有。絕對跟相對兩個互相建立的，相對沒有，絕對也沒有了。這個境界，佛經裡面講「不可思議」。「思」是思惟，你不能思，一思你就錯了。「議」是議論、說，也不能說，說就錯了；「開口便錯，動念皆乖」。那是真實的一真法界，那是真平等。

孟子說這些話，不簡單。他要不契入這個境界，他說不出來。所以孔孟雖然跟佛法沒有接觸到，要用佛法的標準來看孔子、孟子，他們也是大菩薩，也不是普通人。他們的言論，他們的觀察，在佛法裡面講，大乘圓教七地菩薩以上的境界。

【細分之。】

那就是把它推廣。

【豐歉不貳。然後可立貧富之命。】

『豐』是豐收，農夫今年豐收，收成好。『歉』是收成不好。收成多，豐富，今年可以過得富足。今年欠收，日子就過得很貧困。如果你能夠懂得「豐歉不貳」，那就是貧富不二，你就能立貧富之命。

【窮通不貳。然後可立貴賤之命。】

『窮』是處在困境，辦什麼事情都艱難困苦，不能成就。『通

』是通達，想做事情助緣很多，非常順利。你要不懂這個道理，你就不能立貴賤之命。我們要問：世間有沒有貧富？有。有沒有貴賤？有。怎麼樣立命？貧者安於貧，富者安於富，貴者安於貴，賤者安於賤，各得其所，這叫立命。彼此互相尊重，互相敬愛，互助合作，這是真正知天命。所以這世間永遠是太平，社會決定不可能有動亂。為什麼？知命。這是學問，這是實學，真真實實的學問。接著說：

【夭壽不貳。然後可立生死之命。】

生死這個現象，在六道裡面都有。可不可怕？不可怕。生死非常正常，只要你把這裡頭道理搞清楚、搞明白，你會不會貪生怕死？不會。生跟死是一樁事情，不是兩樁事情。通達的人，對於捨身受身，像生死這樁事情，就像我們一個人脫衣服、換衣服一樣。我們把衣服比喻做身體，這個衣服穿的時間久了，髒了、破了，我自然把它脫掉。脫掉，這個身就不要了；再換一件衣服，就換一個身。所以生死，捨身受身就像換衣服一樣。在這裡面，我們必須要注意到，這個衣服愈換愈漂亮，好！如果愈換愈差，那就不好了。如果一個人作惡多端，他這個身體捨掉，來生再得個身體，比這個身體差。畜生身，餓鬼身，地獄身，這個身相比我們是愈來愈不好看。如果這個人一生行善，好善積德，他這個身捨掉之後，他來生生天，天身比我們這個身莊嚴多了。他得菩薩身，得佛身，愈來愈莊嚴。你了解這個事實真相，懂得這個道理，你才真正肯斷惡修善。斷惡修善，雖然是利益別人，利人才是真正利己，這是真理。損人決定害己，世間人常講「損人利己」，這個話說得有弊病，損人決定害己。你利己是眼前得一點小利益，可是幾十年之後，你死了之後，你變餓鬼、畜生、地獄，那真正叫害了自己，害慘了自己，到那個時候你後悔莫及。所以損人的事情決定不能做，真正聰明人、

明白人，決定做利益一切眾生的事情。

文人是從事於文化教育事業的人，我們今天看到許多出版的東西，有很多人送書、送東西給我看，我第一個要看版權頁，版權頁上寫「版權所有，翻印必究」，這本書我不看。我為什麼不看？因為我想他寫不出什麼好東西。因為他的心很自私，他沒有利益大眾的意願，我不願意浪費我的時間、精神，所以我不看他的。後面要印的是「歡迎翻印，功德無量」，這個書我會仔細從頭看到尾。為什麼？他的心量大，他沒有自私自利的念頭。這個人是好人，這個人是善人，他的東西一定可以讀。所以我讀東西跟一般人不一樣。我自己的，像這些年來，講經的錄像帶、錄音帶數量很多，估計總有幾千種，書籍也有不少，我完全沒有版權，歡迎翻印，歡迎流通。人家能夠流通，翻印我的，我很感激，他總算看得起我。他要看不起我，他為什麼花那麼多錢去幹這個事情？我又何必要限制別人，不可以翻印、不可以流通，那我們幫助眾生破迷開悟、離苦得樂這個意願永遠達不到。所以我們完全沒有版權，而且歡迎別人拷貝翻印流通。

因此對於生死這樁事情，參透了，看透了，知道這個事實真相，所以貪生怕死的念頭沒有了。無論在什麼時候，無論什麼方式死亡，都會歡歡喜喜、高高興興。為什麼？知道這個身捨掉之後，馬上就換一個比現在這個身更好、更殊勝。我有信心，有把握。

【人生世間。惟死生為重。曰天壽。則一切順逆皆該之矣。】

『該』是包括。只要能把這一關參透，所有一切相對的境界裡面，你都能得自在。一切順逆，順境、逆境，人事環境裡面善緣、惡緣，都包括在其中。包括在其中是什麼？不二，我們要入這個境界。我們在一生當中，免不了遭遇到有些人對我們好，照顧我們，這有恩惠；有些人對我們不滿，惡意毀謗、陷害、侮辱都有。我們

用什麼心對待他？用感恩的心對待。對我好的人，我感激他，他對我許多幫助；對我不好的人，毀謗我的人，侮辱我的人，陷害我的人，我也非常感激。感激他什麼？消我的業障，成就我的德行。也就是說，他用這個手段來對待我，看看我的心平不平靜，我還有沒有瞋恚心？如果我還有一念瞋恚，還有一念報復，我是凡夫，我的功夫沒有進步。他這樣一對我，等於說一考驗，我及格了。我對他沒有惡意、沒有報復念頭，不但沒有報復念頭，我感激他，我感恩他。

我的小小佛堂，我們這些怨親債主對我很不好的人，我都給他供長生牌位，天天誦經拜佛給他祝福，不一樣。你怎麼樣陷害我，我還是祝福你，我把你看作佛菩薩沒有兩樣。你為什麼對我不好？你對我了解不夠。所以一切出自於誤會，何必要計較？計較，那是我的過失。我不計較，我感恩，我尊敬，你有遇到困難的時候需要我幫助，我會全心全力來幫助你。這是做人的道理，必須參透「不二法門」。

不二法門是佛家說的，我們從這個地方來看，孟子這些話來看，儒家也契入不二法門，儒佛是一不是二。然後我們再仔細觀察，世間許許多多宗教的典籍，在我心目當中全是不二法門。所以我學佛，我進入其他宗教的教堂，我禮拜，我恭敬，有許多人見到覺得奇怪。我說：一點都不奇怪，一切眾神是一不是二。好，今天我們講到此地。