

兩分鐘開示—如何懺悔才不會愈懺罪業愈多？（閩南語）

悟道法師主講

（第三八〇集）

檔名：WD29-003-0

380

我們念佛人，如果要從心治心，要懺悔，有一個很重要的原理要知道，不要常常去想我們過去的過失，「我昨天做錯什麼事，我剛才不知道做錯什麼事」，常常放在心上，這件事情要趕快到佛菩薩面前懺悔。如果這樣懺悔，愈懺罪業愈多，懺不完。所以懺悔，不是叫你去回憶，去回想過去的錯誤、過失。你再回想一遍，就多造一次的業；回想兩遍，造兩次的業，你這個業要懺到什麼時候才懺得清淨？所以這個方法就錯了。我們念佛就是一心念這句阿彌陀佛，除了阿彌陀佛這一念以外，其他的念頭都不要管它，念頭起來就讓它起來，不要管它。也不要再去回想我們過去做了什麼事情，做錯什麼，都不要去想，這樣就是直接從心對治，念佛念到得力，這個罪業自然就消失，就消除了。

過去在台北有很多同修，他們懺悔，每天都要懺悔一次，每天懺悔一次就是到佛前說：「我今天做了什麼事情做得不對，什麼時候做得不好」。天天講，後來去請教老法師，老法師說：你們這樣懺悔要懺悔到什麼時候，業障才會清淨？愈懺罪業愈多，在佛前想一遍又講一遍，雖然心沒有造，口業造了，心的意業又造了一遍，這就不是好的懺悔法。真正好的懺悔法就是從心，一心念佛或是念經，或是持咒來代替所有的妄念。因為我們要知道，所有的過失都是從妄念產生的，我們只要降伏妄念，一心念佛，罪業自然就消除了。

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 (第三八〇集) 檔名：WD29-003-0380 2

兩分鐘開示 (第三八〇集) 檔名：WD29-003-0380 1