

《太上感應篇》心得分享 蔡禮旭老師主講 (第一集)
) 2010/7/19 馬來西亞中華文化教育中心 檔名：
55-033-0001

大家早上好。我們今天大家一起學習《太上感應篇》。師父一直強調，要成就這一生的道德學問，一定要扎好德行的根。而扎根當中，師父強調，要學習《弟子規》、《了凡四訓》、《太上感應篇》還有《十善業道經》。我們從我們自己做起，從我們自己的單位做起，從我們中心，我們來扎好德行的根。

我們一定要立志做佛菩薩的好弟子，做三教聖人的好學生，也要做師長的好學生。師長說扎根，我們就老老實實扎好根。而當然扎根顧名思義，這根扎下去了，他就立住不動搖。也就是能夠在處事待人接物、工作當中，都依照這幾部經典來處世待人，任何情況都不違背這三個根的標準，這個叫扎根。當然，還要達到這樣的標準，有一個努力的過程。

我們現在知道扎根重要，所以我們受持這幾部經典。受持之後要讀誦，因為讀誦熟悉之後，遇到境界的時候，他能夠起觀照。假如讀的遍數不夠，可能遇到事情的時候，還是隨順習氣比較多，那就立不住根基，所以讀誦是必要的。當我們明白這個讀誦的重要性，我們才不會讀的時候，好像有點心不甘、情不願。人往往明理之後，他就會做得歡喜，這個是真正對我有益處，這個是修學不可少的過程。

孔夫子在《論語》一開始就說了，「學而時習之，不亦說乎」，學習應該是非常喜悅的事情。假如我們在學的過程當中，都覺得感覺不到喜悅，那有一個很重要的問題，就是其實我們不明理。所以「理得心安」，知道這麼做了有意義，就愈做愈高興。知道讀誦

不可少，每天老老實實讀誦。老實人得利益，因為讀著讀著，他自自然然起觀照。遇到人事物，突然那一句經句，就出來了，當下沒有隨順煩惱，依教奉行，覺得身心輕安，很歡喜，「我突破自己了」，那就可以體會到讀誦的利益了，來起觀照。而法喜，一定是從「解行相應」而來。《弟子規》當中告訴我們，「不力行，但學文」，就是有「解」，有了解經文道理，但是沒有去力行，「長浮華，成何人」。今天有錄像，應該是我緊張，怎麼好像你們比我還緊張？你們要配合一下，我假如念到大家熟悉的句子，請大家配合一下。可能是我剛剛這個錄音機沒拿上來，造成大家的緊張。所以你看，我的緊張造成大家的緊張，還是我的問題。確實老祖宗講的沒錯，「行有不得，反求諸己」。

《弟子規》當中講的，「長浮華，成何人」，這個是傲慢習氣上來了。孟子講，「人皆好為人師」。有「解」而沒「行」了，他就落入一個學習的誤區了，懂了這些道理，自己沒做，看別人的過失。而當一個人被傲慢給障礙住了，他有沒有「不亦說乎」？鐵定每天很不舒服，看這個人也不順眼，看那個人也不喜歡，所以不會有法喜。解行相應，絕對有法喜。所以看我們學習傳統文化，有沒有深入，有沒有提升，用什麼看？每一天笑的次數有沒有增加。為什麼？「煩惱輕，智慧長」，就高興。看什麼東西都有體悟，都有啟發，都有收穫，每天很充實，哪有不歡喜的道理？可是「但力行，不學文」，都只是去做，道理沒搞清楚，可能就會做錯了，「任己見，昧理真」。所以了解之後，要去「行」，而且要去突破，把它改過來。所以扎根，最重要是改習氣。

其實我們冷靜感受一下，我們最不高興、最生氣的是什麼事情？其中有一件，就是自己一而再再而三犯同樣的錯，跟自己氣得不行，還睡不著覺。所以突破自己的習氣，才能扎好根基。扎根絕對

不是，好，我排好時間，《太上感應篇》幾個月、《弟子規》幾個月、《十善業道經》幾個月。師父說三年扎好根，把時間都安排好了，每一部經聽幾十遍。當然，有這樣的規劃，確實是需要的。因為我們假如薰習得不夠，一來，道理不透徹；再來，薰得不夠，觀照力起不來；觀照不夠，就談不上力行。所以遍數要夠，所謂長期薰修。古聖先賢有講到，「三日不讀書，面目可憎」。我們現在是從小就沒有根基，現在年齡又大，又是成年，這個時候，再不藉薰習之力，想要伏住煩惱，談何容易。而且，學如逆水行舟，不進則退，我們薰習的時間不足，打煩惱的時間就多；打得愈多，就退得愈多了。我們要警覺，「是日已過，命亦隨滅，如少水魚，斯有何樂？」不好好扎好這個根基，什麼時候才能成就自己的道德，才能成就這一生的道業？那就遙遙無期了。所以，一定要下大決心才行。為什麼要下大決心？因為我們面對的是無始劫的輪迴，是無始劫的習氣，不下大功夫，很難克服的。什麼是大決心？死都不怕，就怕守不住正念，要有這種氣概。寧肯碎骨粉身，都不願意忘失這個正念。人有決心了，所謂「天下無難事，只怕有心人」。

薰習很重要，可是假如我們薰著薰著又產生執著了，「聽經叫學習」，邊聽邊執著，然後工作的時候都想聽經，沒有全心全意專注工作，那這個就不妥當了。薰習是「解」，解完要力行，才是「相應」，解行相應了，這個時候心境就不斷提升，任何境界不動搖。所以我們要理解到，扎根是解行並進。而行在哪裡？一定把它落實在生活、工作、處事待人接物之中，這個才是活的學問。學一句，做一句；學一句，改一句。比方我們前一段時間，大家一起學習《了凡四訓》。是不是學完了？當然不是，我們聽了一遍《了凡四訓》的講解，師父的開解。這一段過程當中，我們在工作的时候，有沒有曾經拿《了凡四訓》哪一句教誨來指導自己，來改了自己哪

一個習氣？假如沒有、很少，那《了凡四訓》學完了沒有？沒有解行相應，《了凡四訓》這個根基就不算扎下去。

《了凡四訓》四個部分：立命之學、改過之法、積善之方、謙德之效。比方「改過之法」裡面講到的，「一日不知非，則一日安於自是。一日無過可改，則一日無步可進」，這一句怎麼落實在生活工作？每天要靜下來，我今天有什麼事情不妥當，什麼起心動念、言語造作不對，趕緊把它寫下來，寫下來印象深，而且提醒自己後不再造。印象很重要，自我提醒、自我鞭策，非常關鍵。為什麼？別人提醒有限，自己有這個態度了，二十四小時都能提醒自己。假如功夫到家了，連睡覺做夢都能提醒自己。大家學《了凡四訓》有沒有學到在夢中念《了凡四訓》？那就不簡單了，就非常專注在學習。

我們講到這裡了，「我昨天有哪些念頭跟言行不對？我在今天有沒有保持一個高度警覺性？」真的有這樣的態度了，每天都能發現過失去對治、去改過。比方我今天已經犯了好幾個錯。第一個，太緊張，連這個錄音的設備都忘了拿上來。緊張的根源在哪裡？我們「如斬毒樹，直斷其根」，所有煩惱的根源，我們得找到。有時候我們在思考，我怎麼會有這個習氣？思考老半天，就過去了，沒思考透徹。根源要找到。緊張的根源，就是得失心作祟，沒有平常心。得失心還好聽一點，叫虛榮心，名聞利養的心。刻意要把它講好，反而講不好。要講好，最重要是真誠，「一念不生是謂誠」。還有一大堆念頭、煩惱，就不是真誠的狀況。所以，今天就發現，很慚愧，都多少年過去了，這個得失心還這麼重，我想應該再去參加個大學聯考，看看還會不會睡不著，還得吃安眠藥。這個是主動勘驗，在境界當中，觀察自己有沒有去掉習氣。改習，才能改命運。我們《了凡四訓》後面舉的幾個人物，袁了凡先生看到馮開之先

生，「大變其幼年之習」，他小時候那些習性都改掉了，了凡先生說，他今年一定考上。所以人要改變自己的命運，進一步要能夠去為人演說、感化他人，都是建立在改自己的習氣的基礎上。

所以，剛剛我們提到觀照。《了凡四訓》我們學過一遍了，一遍夠不夠？很明顯，不夠，我們還是記不住。所以這個叫「學貴自知」，學習不是像交作業，啪啪啪寫完，就像小的時候，老師派三十行作業，然後剛好鄰居有同班同學，坐在那裡比賽誰快，真的是字跡潦草、龍飛鳳舞。用這樣的趕的心去學習，不可能會有好效果的。所以，不是趕作業，學每一句都要落到我們的心上，去觀照、去力行。《了凡四訓》裡面，我記憶很深，行善的十條當中，「愛敬存心」，時時提起愛心、恭敬的心。像今天吃早飯，我就沒愛敬存心，還沒供養，我就吃了。這個是貪心作祟。所以一個人，用功夫在哪裡？在每一個境界，每一個當下，吃飯也可以鍊功夫的。今天一個孝子，他看到任何的食物，很自然的，先想到誰？父母。人家是性德流露。我自己看到吃的，如入無人之境，誰也沒想到。薰習了這麼多年，還沒把三寶放在心中，還沒把眾生放在心中。

所以我們學習淨土法門，我們共同深入的大經，《無量壽經》，開始的時候就講到，「咸共遵修普賢大士之德」，既然我們的目標很明確，「當生往生西方極樂世界」，我提到這個目標挺高興，你們好像怎麼沒有高興的表情？不要把它想得太難，《無量壽經》說，「其國不逆違」，「無極之勝道，易往而無人」，不是很難去的。可是為什麼很少人去？想得太難，不相信，真的這樣就可以往生作佛嗎？所以，搞清楚，就有真信切願了。怎麼往生？善男子、善女人的標準，把它做好。就是師父講的「扎好三個根」，就符合標準了。然後又不希求、不貪戀世間的福報，一心念佛，就可以成就了，不是很複雜的事情。

而經上告訴我們，遵修普賢大士之德，不難背，「普賢十願」，一定要背起來。還沒背起來，今天只有五十九分，不合格。為什麼？「遵修普賢大士之德」，這一句經文，我們很早就讀過了，怎麼還沒背起來？那代表我們求學問不夠主動。人不主動，就容易往後退。學問成就，不可能是靠別人，得靠自己下功夫。我們連要行普賢大士之德，都沒把它背起來，我們怎麼觀照？明天就考，我們明天早課《太上感應篇》讀完，一起齊讀「普賢十願」。我現在給人家派作業，其實我也不輕鬆，派完以後，我都得陪著他們背出來，其實也是鞭策我自己。我現在教古文其實是誠惶誠恐，每一次叫他們背一篇，我就得跟著背一篇。我挺喜歡這種感覺的，為什麼？因為我容易懈怠，藉這個因緣，讓我不可以偷懶。所以，我很感激因緣對我的提攜。

「普賢十願」裡面講，「廣修供養」，這一分供養、禮敬的心，有沒有時時提起來？吃飯的時候，就照著師父的教誨，「供養佛，供養法，供養僧，供養法界一切眾生」，念三遍。當下高不高興？你看，恢復本來的心量，高興。什麼時候不高興？迷失自己的真心了，在那裡斤斤計較的時候，最不高興。我們真明白了，那是我們好日子不過，自討苦吃。「聖狂之分，在乎一念」，轉成普賢十願，轉成正念就高興了。當然，吃飯前供養，保證這一碗飯結晶很美，吃下去更健康。我們有沒有把日本江本博士的水實驗，好好運用在我們的生活當中？這個是先念三遍供養。供養完了，念「此食遍十方」，這個食物遍十方，「一切鬼神共」，一切眾生，我們希望他們都能接受這個供養，念七遍。最後念十句佛號。吃飯就是修普賢行，很充實，每天都沒有混日子。

而我們今天吃飯的時候，把碗拿起來，碗是誰洗的？我們大家自己洗的。我們在洗碗的時候，有沒有愛敬存心？我把它洗得很乾

淨，明天就有一個幸運的人拿到。我今天很草率，把它洗一洗，上面還有一點泡沫，「算了算了，沒關係，誰吃到關我什麼事？」那就沒有愛敬存心，也沒有禮敬諸佛，也沒有廣修供養。真的，道在哪？一切時、一切處，都能愛敬他人，「學而時習之，不亦說乎」，做每一件事情都高興。今天在工作當中盡心盡力，我在廣修供養，我們把事做好了，讓更多的人接觸正法，得到正法的利益，工作就是普賢菩薩。包含，不只是對人愛敬，對一切事物都要愛敬。佛門，我們佩服得五體投地在哪？徹法源底，「情與無情，同圓種智」。這個「諸佛」不指是人而已，是一切的動物、一切的眾生，都包含在其中，眾緣和合而生，都是眾生，所以這個「禮敬諸佛」，是一切皆恭敬。

所以師父講經都講得很清楚，那桌子你也要禮敬。當然你禮敬桌子，不是給它鞠三個躬。你用它很愛惜它，把它擦乾淨，禮敬，長養自己的恭敬心。今天吃完了，我們把椅子放正，這就是落實普賢十願。尤其我們是最後一個走的，一定把八個椅子擺得整整齊齊，禮敬落實了。今天我們最後一個走的，完全沒有注意到這一點，代表我們的「敬」沒有保持。更重要的是，我們浮躁了。心浮氣躁，眼前這些事物觀照不到，好像覺得一天很快就過去了，也不知道忙什麼。心沒靜下來，靜下來就能禮敬，就能知道什麼時候落實，處處都是依教奉行，把它擺好了，整整齊齊。說不定哪一位同修突然說，「聽說馬來西亞中華文化教育中心在推廣傳統文化，我看看他們搞真的還是搞假的，到他們的餐廳看看，廚房看看」。結果一看，椅子亂七八糟。「不要上去聽課了，光看椅子就知道了」。人家內行人看門道，他一看，不上去了，我們有沒有過失？有，我們沒給人家表演好，讓人家沒信心，我們就沒有廣修供養。所以這個愛敬存心，當下就可以用上。

今天跟大家交流到這個扎根，除了把道理搞清楚之外，更重要的，落實在生活工作、處事待人接物，去行，解行相應，遇到任何境界，都能依教奉行不動搖，這個根就扎下去。那又一心念佛，這一生的當生成佛的因緣，就可以圓滿。

今天先跟大家談到這裡，謝謝大家。