了凡四训　（第四集）　2001/4/16　中国深圳　档名：19-016-0004

诸位同学，大家好！昨天讲到云谷禅师教导了凡先生要改过自新，这就是所说的义理之身。今天我们接著看：

【夫血肉之身。尚然有数。义理之身。岂不能格天。】

『血肉之身』，是我们现在这个身体。这个身体因为没有办法离开妄想分别执著，因此都落在数里头，所以用术数能够推断你的一生吉凶祸福。如果人要想超越命数，要从心理上做一个改变，把从前不善的观念、行为都能够改正过来，与义理相应，这个身就称为『义理之身』；在佛法里面讲愿力。血肉之身是业力，业力变现的。如果我们的愿力大过业力，在佛法里面就叫做乘愿再来。这里面我们必须要了解，那就是血肉之身没有离开自私自利，义理之身是大公无私，不再为自己的利益著想。生在这个世间，这个身体是为社会、为人民、为众生服务造福的一个工具，跟自己的业力完全脱离关系，这个身就称为义理之身，这个身就称为乘愿再来。众生有福，这个身在这个世间就会常住，众生没有福报，这个身自然就舍离；换句话说，佛家常讲的了生死、出三界，就是这个意思。下面他引古书作证：

【太甲曰。天作孽。犹可违。】

这是假设的。这是天然的灾害，『犹可违』是可以避免。我们今天讲自然的灾害，是可以避免的，是可以挽回的，这个道理很深。

【自作孽。不可活。】

那是无可挽回，无可避免。这个话的意思很深，自然灾害为什么说可以避免？现在人懂得这个道理的人不多了。圣人告诉我们，

佛菩萨在经典上告诉我们，「依报随著正报转」，依报就是自然环境，自然环境也是随著人心来转。如果这个社会人心善良、淳朴，我们居住的环境它就转好，所谓是风调雨顺，国泰民安。不仅仅是人为的灾害是人造的，自然的灾害也人造的。在佛法里面讲，一个是共业，一个是别业。共业是大家共同来造作的，这就变成自然灾害。个人所造作的，那就变成个人的吉凶祸福。所以个人自己造孽，这是无法避免的。社会大众共同造的业，我有办法避免，我有办法挽回。这是真理，这是事实的真相。又引《诗经》两句话说：

【诗云。永言配命。自求多福。】

这两句话，『永言』就是常说，古圣先贤常说；『配命』，意思就是说与上天的心相应，人心同天心。天是什么心？天到底在哪里？这不是一个有形的，实在讲是个无形的，是个抽象的，所谓是「上天有好生之德」。天心是爱心，无私的爱心；天心是公平的爱心，平等的爱心。如果我们自己能够修养，把自己的心愿提升到大公无私，平等的对待一切人、一切事、一切物，这就是「永言配命」的意思。当然，福在其中；不求，福报也现前。这个意思诸位细细去想。下面云谷禅师说：

【孔先生算汝不登科第。不生子者。此天作之孽。犹可得而违也。】

天作之孽，这是你过去生中造的，你造的不善业，所以你这一生当中没有功名的分，你也不会有儿子。这是你过去生中所造的，可以避免，可以挽回。怎么样挽回？

【汝今扩充德性。】

我改过自新。

【力行善事。多积阴德。】

什么叫『阴德』？做好事不要让人知道，这叫阴德。阴德报得

厚。做一点点好事，人家都知道，像现在的新闻媒体来表扬、来赞叹，把你向社会广大群众去介绍，这也是福，这个福立刻就报掉，很可惜！所以真正做好事的人，不要让人知道。如果做好事，一定要有媒体介绍，要报章上能够看到，这不是真的好事。你这个心还没有离开名闻利养，你不是真心，你这个善是假善、是伪善，不是真善。真善，何必让人知道？媒体来报导，应当尽量避免，这样才好。古时候，真正大德大能的人，所谓是韬光养晦，隐居在深山里头，没有人知道，於是他的德愈积愈厚。到机缘成熟的时候，被人发现，他能为国家、为民族建功立业。这里面含藏著许许多多的学问，这些我们都要深思，我们都要会学。

【此自己所作之福也。安得而不受享乎。】

自己造的福，自己当然都受到。接著大师又引用《易经》上的话说：

【易为君子谋。趋吉避凶。】

引用这两句话，让了凡先生加强信心。

【若言天命有常。吉何可趋。凶何可避？】

这个话说得好。如果说命运是一定的，不能改变，《易经》这一句话就讲不通。换句话说，《易经》这两句话告诉我们，命运这桩事情活活泼泼。我们每天起心动念，善念就增福，福就加了一分，恶念就减了一分。每天我们起心动念、言语造作就是加减乘除，天天都有加减乘除。为什么世间人命运都被人算定？他加减乘除的幅度不大，没有离开他的中线太远，所以就算得很准。如果加减乘除幅度很大，他命运就不准了。前面所说，大善之人命运拘束不住他，大恶之人命运也拘束不住他，那就是加减乘除的幅度大。他有大善，祸会变成福，他有大恶，福会变成祸，道理在此地。

【开章第一义。便说。积善之家。必有余庆。汝信得及否。】

这些书，了凡先生平常念得很熟；念得很熟，意思不能说不懂，但是了解得不够深。换句话说，读那些古圣先贤的书，自己没有办法用在生活上，无法落实在生活、工作、处事待人接物，所以他的命运一丝毫不能够更改。云谷禅师这一提示，他明白了。了凡先生说：

【余信其言。拜而受教。】

云谷禅师这一番话，把了凡先生点醒了。命运确实是自己造的，自己可以改变，一定要懂得自求多福。我们学佛，有很多人问我，他说：法师，你为什么要学佛？我的答覆很简单：我学佛的目的很单纯，提升自己的境界，这是从果报上说；从因上说，提升自己的德行。积功累德是修因，因好，果当然殊胜。业因果报到你自己能够觉察出来的时候，你就非常欢喜，佛家常讲「常生欢喜心」。这一生都生活在欢喜当中，这个多快乐！心里面没有忧虑、没有牵挂、没有妄想、没有执著、没有烦恼，这叫得大自在。经论里头常讲「常生欢喜心」，一生生活在感恩的世界里，这是多么幸福！我是为了这个才学佛的。其实，这是早年老师教导的。我在学佛之前爱好哲学，我的老师方东美先生，他告诉我：佛学是哲学里头的精华，哲学里头的最高峰，「学佛是人生最高的享受」。我被他这句话打动了，所以认真学习。我出家，剃头之后再去看他老人家，他非常欢喜。他说：你的路走对了，我跟你说说，没想到你真干。所以确确实实得到老师的指引，我也像了凡先生一样，「余信其言，拜而受教」。方东美先生把佛法介绍给我，章嘉大师替我奠定根基，李炳南老居士用十年的时间把我培养起来。一生得到受用，得到快乐，得到自在。

了凡先生明白了，觉悟了，下面真干。

【因将往日之罪。】

过去所做的种种罪恶的事情，种种过错。

【佛前尽情发露。】

『发露』，一丝毫隐瞒都没有，完全说出来。

【为疏一通。】

『疏』是文章。就是自己下定决心要改过自新，写一篇文章，求佛菩萨为我做证明，用意在此地。

【先求登科。】

他命里头没有功名，先求。『登科』，先求考中举人。他命里头只有秀才，秀才到最高的只是贡生，所以他没有科第；用现在的话说，他没有学位。

【誓行善事三千条。以报天地祖宗之德。】

就真正开始断恶修善，发了这样的大心，这个很难得。云谷禅师看到，当然欢喜，孺子可教。虽然这个时候袁了凡先生已经三十五岁，能够真正回头，断恶向善。

在明朝那个时候，「功过格」很流行。我们在历史上看到，许许多多的有成就的伟人，都曾经用功过格这个方法，来检点自己的过失。

【云谷出功过格示余。令所行之事。逐日登记。善则记数。恶则退除。且教持准提咒。以期必验。】

了凡先生，真的，他是凡夫，他是初学，而且根性不是上根利智，可以说是中下根性的人，所以云谷禅师就用「功过格」来帮助他。功过格，现在在台湾、在香港，也都有流通，都可以能够找得到，我们过去也曾经翻印过。每天登记，每天做的好事，自己记下来。每天做的过失，反省过失，过失也要记下来。善恶对比，我这一天到底是善多还是恶多？开头做的时候，一定善恶混杂，可能是恶多过於善，自己的警觉就提高。天天认真努力去改，希望改到有

一天，功过格一打开是纯善无恶，你就成功了。这是教他从事上去改，这个方法不是一个高明的方法，但是对普通人来讲是非常有效果的方法。

又教他持「准提咒」。佛法里面，参禅、持咒、念佛，方法虽然不同，目标、功效完全是一样的，收心。一般人不可能没有妄念，只有佛菩萨、大修行人没有妄念，妄念对我们的伤害非常之大，我们要知道。妄念，不但破坏我们的清净心，对我们的身体健康也产生不良的效果。我们看看释迦牟尼佛当年在世，一天吃一餐，日中一食，而且吃得很简单、吃得很少，我们现在人想「这营养怎么够」？我们不明白道理，真正道理搞清楚，恍然大悟，原来营养是我们体能的补充。

身体就像一个机器一样，这个机器二十四小时都在运作，睡觉的时候也没有停止，心脏还是在跳动，脉搏在跳动，血液在循环；需要有能量，饮食是能量的补充，像汽车一样要加油。但是车我们懂得，有耗油的车，有省油的车。我们身体也一样，身体对於能量的消耗，有耗能量的，有省能量的。能量到底消耗到哪里去？现在我们真搞清楚，百分之九十五消耗在妄念上。这才明了，为什么修行人一天吃一餐可以？他心清净，他妄念少，他消耗能量就少，身体健康。凡夫妄想多、杂念多，每天补充三次还不够，还要吃消夜、吃点心，一天到晚都在补充，他消耗得太多。消耗太多，於身体决定有不良的影响。所以你要想保持身体的健康，要减少妄念。妄念减少了，你的饮食自然就减少。最健康的身体是不要饮食，为什么？饮食再少，也没有办法完全做到没有污染。没有饮食，那就决定没有污染，你的身体才真正健康。所以多吃东西不是好事情，多吃东西，脏的东西不能排尽，你身体器官的污染机会比别人多；在现在讲，你生病的机会多。古人说「病从口入，祸从口出」，这个

话一点都不错。

教人念咒，念咒就是修清净心。人决定有杂念，你把念头集中在咒上，你的杂念就没有，用一个念头取代一切妄念，道理在此地；效果非常显著。所以你用参究的方法行，用念咒的方法行，用念佛的方法也行，方法很多很多，佛家常讲八万四千法门。法是方法，门是门径，方法、门道太多太多了，你可以选择用一、两种，帮助你摄心，帮助你把妄想打掉。心地清净，智慧就现前，真心就现前。这是一种修行的手段与方法。云谷禅师教他念准提咒，又告诉他说：

【语余曰。符籙家有云。不会书符。被鬼神笑。】

画符念咒的专家常说：你不会画符，被鬼神笑。鬼神不但跟你开玩笑，有时候还让你受不了。这里头有秘传。

【此有秘传。只是不动念也。】

画符、念咒、念佛，确实有异曲同工之妙。那就是方法形式不一样，它的原理、目的完全相同，都是要用真心；就是你一个妄念都没有，这个符就灵。

【执笔书符。】

我们拿起笔来画符。

【先把万缘放下。一尘不起。】

你要把所有一切妄念统统放下，一念不生。

【从此念头不动处。下一点。谓之混沌开基。由此而一笔挥成。更无思虑。此符便灵。】

画符，那个符灵不灵，你去看画符的人。所以平常要练习，练得很熟。我们从小的时候，那是作小学生也喜欢画符，天天在练，但是我们不懂这个原理。如果在画符里面还有个妄念，这符就不灵。一定是这一道符，从一点下去，一道符画完，没有一个妄念，心

是清净的，这个符就灵。由此可知，念咒亦复如是。念的咒，这里头不能夹杂一个妄念；夹杂一个妄念，这个咒就不灵。由此可知，念神咒不容易，咒愈长愈难念。愈长，时间长很不容易没有杂念。所以佛家常讲，念经不如念咒，念咒不如念佛。为什么？经比咒长，不打妄想难；咒也相当长，里头不打妄想也不容易；佛号短，「阿弥陀佛」这四个字。「阿弥陀佛」这四个字里头不夹杂一个妄念，这一句佛号就灵。一面念佛一面打妄想，这个佛号就不灵。所以这些方法都是摄心的，都是帮助我们达到清净心。清净心是真心，心里头有妄念，这个心叫妄心。妄心有生灭，真心不生不灭，真心里头没有念，所以它没有生灭。如何能够把生灭断掉，恢复到不生不灭？这是佛家修学功夫最高的目标，到不生不灭。这个道理，难得云谷禅师为我们说出来。他下面说：

【凡祈天立命。都要从无思无虑处感格。】

『感格』就是求感应。於心性求感应，於上天求感应，都要用真诚心，所谓「诚则灵，不诚无物」。又说：

【孟子论立命之学。】

立命之学，最早是孟子说的。

【而曰。夭寿不贰。夫夭与寿。至贰者也。当其不动念时。孰为夭。孰为寿。】

孟子这个话说得高明。『夭』是短命，『寿』是长寿。短命跟长寿是一不是二，这个话一般人听不懂。短命跟长寿差别太大了，怎么是一不是二？我们因为看到是二，看到是差别太大，我们用什么心去看？分别心去看，执著心去看，所以把它看成二。如果你的心不动，你的心里头一个念头都没有，长寿跟短命确实是一不是二。为什么？没有分别。有分别，才有二、三。没有分别，哪有二、三？

什么人不分别？圣人没有分别心，佛陀没有分别心，菩萨没有分别心。凡夫有分别心，所以把世间一切法都变成对立，大跟小对立，长跟短对立，善跟恶对立，真跟妄对立，全部都变成对立。这个对立就是科学家所讲的相对论，生活在相对的世间，这是虚妄的世间，《金刚经》上讲的「梦幻泡影」，这不是宇宙人生真相。宇宙人生的真相叫「一真」，那就是说这里头决定没有相对，这才是真的。有相对，不是真的。六道里面是相对的，十法界里头还是相对的，到一真法界相对的就没有了。我们讲，相对没有，是不是有绝对？绝对也没有。绝对跟相对两个互相建立的，相对没有，绝对也没有了。这个境界，佛经里面讲「不可思议」。「思」是思惟，你不能思，一思你就错了。「议」是议论、说，也不能说，说就错了；「开口便错，动念皆乖」。那是真实的一真法界，那是真平等。

孟子说这些话，不简单。他要不契入这个境界，他说不出来。所以孔孟虽然跟佛法没有接触到，要用佛法的标准来看孔子、孟子，他们也是大菩萨，也不是普通人。他们的言论，他们的观察，在佛法里面讲，大乘圆教七地菩萨以上的境界。

【细分之。】

那就是把它推广。

【丰歉不贰。然后可立贫富之命。】

『丰』是丰收，农夫今年丰收，收成好。『歉』是收成不好。收成多，丰富，今年可以过得富足。今年欠收，日子就过得很贫困。如果你能够懂得「丰歉不贰」，那就是贫富不二，你就能立贫富之命。

【穷通不贰。然后可立贵贱之命。】

『穷』是处在困境，办什么事情都艰难困苦，不能成就。『通

』是通达，想做事情助缘很多，非常顺利。你要不懂这个道理，你就不能立贵贱之命。我们要问：世间有没有贫富？有。有没有贵贱？有。怎么样立命？贫者安於贫，富者安於富，贵者安於贵，贱者安於贱，各得其所，这叫立命。彼此互相尊重，互相敬爱，互助合作，这是真正知天命。所以这世间永远是太平，社会决定不可能有动乱。为什么？知命。这是学问，这是实学，真真实实的学问。接著说：

【夭寿不贰。然后可立生死之命。】

生死这个现象，在六道里面都有。可不可怕？不可怕。生死非常正常，只要你把这里头道理搞清楚、搞明白，你会不会贪生怕死？不会。生跟死是一桩事情，不是两桩事情。通达的人，对於舍身受身，像生死这桩事情，就像我们一个人脱衣服、换衣服一样。我们把衣服比喻做身体，这个衣服穿的时间久了，脏了、破了，我自然把它脱掉。脱掉，这个身就不要了；再换一件衣服，就换一个身。所以生死，舍身受身就像换衣服一样。在这里面，我们必须要注意到，这个衣服愈换愈漂亮，好！如果愈换愈差，那就不好了。如果一个人作恶多端，他这个身体舍掉，来生再得个身体，比这个身体差。畜生身，饿鬼身，地狱身，这个身相比我们是愈来愈不好看。如果这个人一生行善，好善积德，他这个身舍掉之后，他来生生天，天身比我们这个身庄严多了。他得菩萨身，得佛身，愈来愈庄严。你了解这个事实真相，懂得这个道理，你才真正肯断恶修善。断恶修善，虽然是利益别人，利人才是真正利己，这是真理。损人决定害己，世间人常讲「损人利己」，这个话说得有弊病，损人决定害己。你利己是眼前得一点小利益，可是几十年之后，你死了之后，你变饿鬼、畜生、地狱，那真正叫害了自己，害惨了自己，到那个时候你后悔莫及。所以损人的事情决定不能做，真正聪明人、

明白人，决定做利益一切众生的事情。

文人是从事於文化教育事业的人，我们今天看到许多出版的东西，有很多人送书、送东西给我看，我第一个要看版权页，版权页上写「版权所有，翻印必究」，这本书我不看。我为什么不看？因为我想他写不出什么好东西。因为他的心很自私，他没有利益大众的意愿，我不愿意浪费我的时间、精神，所以我不看他的。后面要印的是「欢迎翻印，功德无量」，这个书我会仔细从头看到尾。为什么？他的心量大，他没有自私自利的念头。这个人是好人，这个人是善人，他的东西一定可以读。所以我读东西跟一般人不一样。我自己的，像这些年来，讲经的录像带、录音带数量很多，估计总有几千种，书籍也有不少，我完全没有版权，欢迎翻印，欢迎流通。人家能够流通，翻印我的，我很感激，他总算看得起我。他要看不起我，他为什么花那么多钱去干这个事情？我又何必要限制别人，不可以翻印、不可以流通，那我们帮助众生破迷开悟、离苦得乐这个意愿永远达不到。所以我们完全没有版权，而且欢迎别人拷贝翻印流通。

因此对於生死这桩事情，参透了，看透了，知道这个事实真相，所以贪生怕死的念头没有了。无论在什么时候，无论什么方式死亡，都会欢欢喜喜、高高兴兴。为什么？知道这个身舍掉之后，马上就换一个比现在这个身更好、更殊胜。我有信心，有把握。

【人生世间。惟死生为重。曰夭寿。则一切顺逆皆该之矣。】

『该』是包括。只要能把这一关参透，所有一切相对的境界里面，你都能得自在。一切顺逆，顺境、逆境，人事环境里面善缘、恶缘，都包括在其中。包括在其中是什么？不二，我们要入这个境界。我们在一生当中，免不了遭遇到有些人对我们好，照顾我们，这有恩惠；有些人对我们不满，恶意毁谤、陷害、侮辱都有。我们

用什么心对待他？用感恩的心对待。对我好的人，我感激他，他对我许多帮助；对我不好的人，毁谤我的人，侮辱我的人，陷害我的人，我也非常感激。感激他什么？消我的业障，成就我的德行。也就是说，他用这个手段来对待我，看看我的心平不平静，我还有没有瞋恚心？如果我还有一念瞋恚，还有一念报复，我是凡夫，我的功夫没有进步。他这样一对我，等於说一考验，我及格了。我对他没有恶意、没有报复念头，不但没有报复念头，我感激他，我感恩他。

我的小佛堂，我们这些怨亲债主对我很不好的人，我都给他供长生牌位，天天诵经拜佛给他祝福，不一样。你怎么样陷害我，我还是祝福你，我把你看作佛菩萨没有两样。你为什么对我不好？你对我了解不够。所以一切出自於误会，何必要计较？计较，那是我的过失。我不计较，我感恩，我尊敬，你有遇到困难的时候需要我帮助，我会全心全力来帮助你。这是做人的道理，必须参透「不二法门」。

不二法门是佛家说的，我们从这个地方来看，孟子这些话来看，儒家也契入不二法门，儒佛是一不是二。然后我们再仔细观察，世间许许多多宗教的典籍，在我心目当中全是不二法门。所以我学佛，我进入其他宗教的教堂，我礼拜，我恭敬，有许多人见到觉得奇怪。我说：一点都不奇怪，一切众神是一不是二。好，今天我们讲到此地。