悟道法師晨間講話—改過必先知過　悟道法師主講　（第七十二集）　2019/12/30　台灣華藏淨宗學會　檔名：WD32-007-0072

諸位同修，大家上午好。阿彌陀佛！請放掌。

今天已經是國曆十二月三十日，農曆是十二月初五，國曆、農曆都快過年了，很快一年又要過去了。在我們中國古人講，一年最後一個月叫臘月，臘月在各行各業，在年終這個月都會做一個總結。我們修行人也是一樣，總結一年來自己修得怎麼樣，在弘法方面有做到什麼成果，一年做個總結論。希望迎接新的一年，能夠再提升。

《感應篇》是一個善惡的標準，也就是佛講的十善業比較詳細的說明，十善反過來就十惡，惡反過來就是善。我們學習，就是從斷惡修善這裡開始。這次到上海，讓師轉達天津一個丁家恆居士，他是個年輕人，才二十幾歲，也很發心，也跟我見過很多次面。我去天津，他也來參與我們的一些活動，也非常發心。他是在教跆拳道的，現在又要做生意，賣香、賣水果。之前都會請我幫他卜觀音籤，最近這段時間好像都沒有請我幫他問什麼事情。最近聽說他們在天津一個居士那邊有一個了凡四訓班，學習《了凡四訓》。這個他也跟我講了，也非常好。當然我是非常贊成。他請讓師問我說他要怎麼修行？讀了《了凡四訓》，還不知道怎麼修行。讓師給我講，他說他不敢來問我，請讓師給我轉達。怎麼修行？《了凡四訓》講得那麼清楚，讀了《了凡四訓》又參加那個班，自己也上台在講了，還不知道怎麼修行。所以我回答也很簡單，改過就是修行，把你自己的過失、毛病改過來，那就是修行。那個修行不是說你要怎麼修、要怎麼樣，到什麼樣的環境、找什麼樣的環境，要怎麼修。

所以過去讓師也跟我講，他要找個什麼地方。我說你找什麼地方，你找到天涯海角還不是一樣！如果你不懂得什麼叫修行，那你到哪裡不都一樣嗎？修行就是改過。

我們淨老和尚講，什麼叫開悟？發現自己的過失叫開悟。知道自己的過失在哪裡叫開悟，把這個過失改過來叫修行。改過必先知過，怎麼知過？讀經。經典就是善惡的一個標準，依照經典這個標準來對照自己的起心動念，思想、言語、行為是善還是惡？是自私自利還是為公？私，私心，自私就是惡，為公就是善，這個是善惡的一個很簡單的標準。自私自利發展出來，做什麼都是惡，為公，做什麼都是善。人不能自私，太自私了不行，私心只是想自己，沒有考慮到別人，沒有考慮到整個團體、環境，只有想自己，為自己想，他沒為別人想過，這個就太自私，造惡業了。如果你這個心不調整，你一天讀了多少經、拜了多少佛，甚至會講經，那有什麼用？好像你一天到晚讀藥方，沒有照這個藥方去抓藥來吃藥，那病怎麼會好？病還是存在的。

所以我就跟他回答，改過就是修行。你讀了《了凡四訓》，還不知道怎麼修行，那不白讀了嗎？像了凡居士遇到雲谷禪師，雲谷禪師給他開示，他就明白了。雲谷禪師問他，你自己想一想、你自己反省反省，你自己該不該有兒子、該不該有官位、該不該有壽命？你自己想一想。這個了凡的確是了凡，他自己很冷靜的，自己去反省自己。他反省了很多，發現自己毛病太多了，自己竟然都不知道。他喜歡徹夜長坐，晚上不睡覺。所以他跟雲谷禪師對坐三天三夜不瞑目，雲谷禪師以為他定功那麼深，結果一問，是命運被人算定了，他就不想了，過著很消極的一個生活。他常常晚上不睡覺，喝酒常常喝醉。講話，他很會講，讀書人，口才很好，常常去損人，講話尖酸刻薄，損人。做事「不耐煩劇」，遇到比較煩的事情他

就不耐煩了，他要發脾氣了。種種其餘過惡很多，他就太多了，舉出幾個比較重大的。雲谷禪師跟他講，那你從今天開始，「將向來不發科第」，你不能中進士、中舉，不能做大官，沒有兒子，壽命短，這是果報，你自己反省，你就是這個因造成這個果報的，你盡情把它改刷過來，「盡情改刷」過來。

雲谷禪師跟他講，他為什麼能夠反省？他跟雲谷禪師對坐三天三夜，這個也不是白坐的。他去拜見雲谷禪師，雲谷禪師不是坐下來馬上就跟他講，滔滔不絕的講，講了半天、講了很多，不是這樣的，就是跟他對坐三天三夜。這個三天三夜，也是禪師他教學的一個方式。像我們淨老和尚他去見章嘉大師，他問問題，章嘉大師不是馬上回答，跟他面對面坐了半個小時，然後再講一句。為什麼這樣？這是什麼道理？為什麼要這樣？就是你心浮氣躁，讓它沉澱下來。在《太上感應篇彙編》裡面講，人能收攝浮氣，「遇親便能孝，遇辱便能忍，遇善便能果」。什麼叫收攝浮氣？浮氣就是心浮氣躁。我們人心浮氣躁，當然你就很容易發脾氣了。一個人他會在心很平靜的時候發脾氣嗎？不會的。發脾氣，肯定那個時候心很浮動，心浮氣躁。所以心浮氣躁，貪瞋痴這個煩惱就起來了。所以用功夫就是先收攝浮氣，先把心浮氣躁這個心讓它沉澱下來，讓它冷靜下來、沉靜下來，然後講的你才可以吸收。

所以廣東揭陽謝總他辦道德講堂，他的成果在哪裡？大家住在那邊，收手機，為什麼收手機？讓你不受干擾，讓你這個心沉澱下來，你再聽課你就吸收了。如果你心浮氣躁，人坐在這裡，心思跑到外面，老師講什麼一句也沒聽進去，耳邊風，那沒有什麼效果。所以做功夫，第一個要收攝浮氣。所以古人，儒釋道三教都有學打坐。像宋朝陳烈，讀書記不住，後來他讀到《孟子》裡面一句話說，「學問之道無他，求其放心而已」，他忽然讀這一句有所領悟了

。他發現自己平常心都放在外面，沒有收回來，當然心很散亂，就沒有記性。所以他就不看書，什麼都不看，在我們現代講，不看手機，什麼都不看。三個月打坐，放下萬緣，經過三個月再去讀書，一覽無遺，讀一遍都記得了。這個就是收攝浮氣，心浮氣躁讓它收攝下來。

所以過去我這個也是我有經驗。所以現在我們讀經，用意在哪裡？讀經也是在收攝浮氣。但是讀的時間要多、要長。像東北劉素雲居士，她一天聽十個小時的經，讀經、聽經十個小時，事情再忙、再繁，她最少也要保持十個小時，那她保持這一天這個心不會心浮氣躁。所以她能夠把紅斑狼瘡念好，就是這個道理。讀經也是修定，我們老和尚常常講，收攝浮氣是修定的。這個我也有經驗，早年，大概三十年前在圖書館，老和尚剛剛提倡讀《無量壽經》。那個時候大家都很認真讀，我事情比較多，很多人一天讀十遍，我沒有時間讀那麼多。有一天我讀了七遍。有空檔就讀那一部，沒有辦法定哪一個時間去讀，反正你自己抓到時間就去讀，把心定下來，那一天連續讀了七遍。當時香港來了一個女眾，那個女眾滿凶的，都滿臉橫肉，我是一見就討厭，再見就更傷心，看到她我就生煩惱，這個瞋恨心壓不住，真的看到就生煩惱。那一天讀了七遍，突然看到她，心平氣和了，不生氣了。所以我才知道，那個時間不夠，我們這個心浮氣躁壓不住。特別你事情多、事情繁的時候，壓力來的時候，你肯定招架不住的。所以你每一天就必定要有一定的時間來修定，這一天才能壓得住浮氣，才不會心浮氣躁。心浮氣躁辦事，肯定會出很多差錯的。一生氣，脾氣一來控制不住、壓不住了。

所以我們現在如果能夠，不要說像劉素雲十個小時，有四個小時聽經或者念佛、念經，這個最基本的。劉素雲她是很早起來，她十點睡覺、兩點起床，她讀的時間兩點到六點，那個時間都不會有

人干擾。所以做早課為什麼要早？那個時間沒有人會干擾你，那這是最好的時候。你到了要上班時間，事情多了，你哪有辦法！你縱然坐在那邊，你心也定不下來。所以那個時段最好。還有晚上睡覺前，這個時段比較沒有人干擾。有假期，修一天的八關齋戒，這一天門關起來，「關」把它關閉，讓心靜下來。這個都是我們目前能夠這樣做的，收攝浮氣，這個是修心。所以你讀《感應篇》，背誦也是修定。你心浮氣躁，回歸到心平氣和，你智慧就出來了。你心浮氣躁的時候，總是感情用事，感情衝動。你心平氣和的時候，怎麼會發脾氣？不會。我們發脾氣的時候，肯定我們是心浮氣躁，這個時候自己就要知道了。如果我們發現得早，還能夠及時的給它降溫，不要讓它增長。因為一增長，一發也是不可收拾。

所以過去雪廬老人講，我們打佛七，念了一個星期的佛，貪瞋痴起了一個不善的念頭，一個星期的佛統統被破壞了，所謂火燒功德林。岡山阿桃她這次來問我，明年要不要辦？我說辦了，妳會不會生煩惱？我說妳生煩惱，那妳辦了這些功德，不是妳一把火把它燒光了嗎？辛辛苦苦修來，然後一把火就燒光了，那就沒有意義了。所以我們辦這些活動，的確也是很辛苦，大家都很累，累了、有壓力了，難免心浮氣躁。這個也是考驗我們平常有沒有在修定這方面去下功夫？如果有，再煩劇的事情，它都能夠化解；如果沒有這個功夫，一遇到事情，一聽到一句不順心的話，脾氣馬上起來，馬上起來就壞事了，那做的功德統統燒光光了，火燒功德林。所以這些地方，《太上感應篇彙編》講這個收心，這個還是我們當前大家要用功的地方。

所以我們如果在平常伏不住這些貪瞋痴的煩惱，雪廬老人在《論語講記》講，臨終必定顛倒。伏惑，你伏不住這個惑，臨終就顛倒。所以《彌陀經》講，一心不亂，心不顛倒。一心不亂，我們淨

宗不用標準那麼高，伏惑就可以；其他法門，你沒有斷惑，你出不了三界，而且要斷得乾乾淨淨。淨宗，惑一品沒斷沒關係，你只要能夠伏住，給它控制住，不要讓它發作，這句佛號起來，那就可以了，帶業往生，到極樂世界再去斷。那伏不住，臨命終就控制不住了，迷惑顛倒了，還是繼續六道輪迴。所以信願行，如鼎三足，缺一不可。所以《太上感應篇》，雪廬老人講是幫助我們念佛、伏惑，我們可不能疏忽了。我們這一生想要到極樂世界，這個不能疏忽。不是說你這樣念念念，你就能去西方了。念沒有錯，什麼是念佛你要搞清楚，念佛是那個心在念，不是口在念。

那什麼叫心念？海賢老和尚講，沒有念到一心不亂不算念。一心不亂，我們不要講事一心、理一心，就是功夫成片，淺的一心，伏惑這個標準是必須要的，臨終才有把握往生。因為你自己不改變，你到什麼環境都一樣，那不是環境的問題，是自己本身的問題。所以祖師講，至人除心不除境，愚人除境不除心。愚痴的人，我這個環境不好，讓我生煩惱，到另外一個環境，另外一個環境還是生煩惱，自己一個人也會跟自己過不去，你有業障。《了凡四訓．改過之法》那一篇講，「或無事而常煩惱」，自己一個人沒事情也心情不好，也生煩惱，這個就是罪過深重，我們要警惕。這個關鍵不是在外面，關鍵在自己，自己這個內心。所以你心轉了，外面環境就轉；心不轉，那外面環境也沒辦法，因為這個環境就是自己心感召來的。「善惡之報，如影隨形；禍福無門，惟人自召」，自己感召來的，不是外面來的，這個我們必定要明白。

好，今天就跟大家分享到這裡。祝大家法喜充滿。阿彌陀佛！