悟道法師晨間講話—修行以修心為本　　悟道法師主講　　（第九十九集）　　2020/3/31　　中華華藏淨宗學會　　檔名：WD32-007-0099

諸位同修，大家上午好，阿彌陀佛！請放掌。過去我們淨老和尚在講席當中常常給大家開示，讀經是戒定慧三學一次完成。讀經，他老人家用的方式、原則，就跟我們念佛、念咒，或者修種種止觀法門，原理是一樣的。讀誦，我們就是要來代替心裡這個妄念。我們妄念非常的多，特別在讀誦的時候，這個妄念我們就會很明顯來發現。這個是讀經、念佛、念咒，我們心一靜下來要讀誦，那就感覺妄念紛飛、想東想西的。你不刻意去想，它自己都會冒出來。

讀經、念咒、念佛，怎麼樣才會靈驗？在《了凡四訓》講，你只要念到念頭不動，這些妄念伏住，不動了，那個咒就靈了，那個佛就靈了，那個經也就靈了。這個功夫當然也不是一下子就能達到，要很用功，時時刻刻來提醒我們自己內心。先把心定下來、靜下來，這個心靜下來，我們的意就不亂；往往我們這個心靜不不下來，這個意就亂了。我們一般講，身口意三業，這個意業是跟這個心的，心是三業的主宰。所以修行根本是在修心，根本；修身口是從枝末。戒律，身口七支，從身口來戒那是比較容易。先從身口，最後還是要戒這個心，因為身口的造作還是受這個意的影響，身口意三業都離不開我們的心。我們心靜下來，意就不會亂了；如果心靜不下來，我們的身口意，意業就很亂。亂，我們就迷惑了，意亂則神迷，我們的精神就迷惑顛倒。所以修行，它的關鍵就是在修心。大家如果有空，多看《太上感應篇彙編》，前面有很大的篇幅都是在講怎麼修心養性。這個能夠掌握住了，我們修學就很容易。根本掌握住了，其他枝枝葉葉自然也都能掌握。如果還不行，當然先從

身口我們發現的來修，這樣也是慢慢能幫助我們這個心定下來。像《感應篇》後面講的，「一日有三善」，視善、語善、行善，從這個地方來修，也幫助我們這個心靜下來、定下來。

今天是三月初八，也是《地藏菩薩本願經》講的十齋日。這個齋，在佛門大家都知道，有很多同修受過八關齋戒，這個八條戒，就是你今天受這個齋，這個齋是一天一夜二十四小時，它的時效二十四小時，從早上六點到明天凌晨六點，這個齋戒就自動解除了。在這二十四小時當中，你在佛前發願受這個八關齋，就要遵守這八條戒，齋是過中不食。另外還有「不歌舞倡伎，不故往觀聽戒」，這也就是我們現在講，你就今天不要看那些娛樂節目，現代電腦、手機，不止娛樂節目，電動玩具那些就不能看。這個就是關閉，這些會擾亂我們的心。如果我們看了這些，我們不受影響，那當然沒有問題，你有定功。有這個定功，接觸到這些形形色色、五花八門的，如如不動。像《金剛經》講的，「不取於相，如如不動」，當然你去接觸沒有問題，佛也就不用去戒這個。我們心還會隨著這些動，會被影響，會被擾亂，會被干擾，那才要戒，戒就是讓我們心定下來。所以在小乘的修學，前方便就是用隔離的。像現在這個傳染病，你沒有那個免疫力，你必須要隔離，不然你就被傳染。大乘菩薩他有免疫力，他去接觸，他不受傳染，就是這個道理。

所以小乘的戒，就是戒這個、戒那個，不可以這個、不可以那個，這個不能看、那個不能做，就是隔離。像不要故意去看倡伎歌舞，種種這些娛樂節目，那就是隔離，叫你不要接觸，要隔離。但是現在大家要隔離這個手機，我看很難。現在這個新冠狀病毒，大家知道要隔離。但是這個精神的病毒，很難隔離。實在講，這些身體的病毒都是從心的病毒招感來的。眾生有貪瞋痴三毒煩惱，佛不是跟我們講得很清楚嗎？那是三毒煩惱！那是毒，那是病毒。大家

現在知道新冠狀病毒很可怕，那個貪瞋痴是更可怕。但是更可怕的，我們不怕。哪一個人怕貪瞋痴？不怕，一點都不害怕，因為不知道它的可怕。如果知道它的可怕，這個生生世世六道生死輪迴，就是這個三毒煩惱造成的！那個時候我們才會感到恐怖可怕，才會積極努力來伏煩惱、斷煩惱。現在因為麻痺，也沒感覺了，所以最可怕的反而覺得不可怕。現在這個新冠狀病毒，大家知道很可怕，那是外面的感染。我們學佛的人，從這個外面的病毒，你要一直去追尋我們內心的病毒。所以印光大師講，一個人如果沒有貪瞋痴，外面什麼病、什麼毒，對他都沒影響；你裡面有毒，才會去招感外面的毒，內外勾結。所以這個內心的三毒煩惱更恐怖。我們現在凡夫心很粗，沒有辦法去體會三毒煩惱的恐怖，所以藉這個外面的病毒來讓我們覺悟內心那個病毒的可怕，進一步來伏煩惱、來斷煩惱。其實自己的煩惱是最大的病毒，所以佛講三毒煩惱。我們想想，我現在還有沒有貪瞋痴？如果有，我們這個病毒還很嚴重。所以我們修行都是修個心。

現在，蔡老師講的《群書治要》，大家多學習、多聽，的確它幫助我們伏煩惱、斷煩惱，幫助我們善心的啟發。你看別人做錯了，我們要用什麼心態來面對他？不要用指責的心，要去看到他根本，他為什麼會變成這樣？從小沒有教，他不懂，他無知，他也不知道自己錯。所以換一個心態去對待，就是去憐憫，憐憫之後就去盡量幫助他。所以蔡老師講的，他講得真的很透徹，很深入人心，這是我很佩服的地方。他說有一些人學傳統文化，學了十年還這樣，這個不能原諒。他說那個才更要原諒，那個更可憐，他學偏了、學錯了，可能他這一輩子比沒有學的還慘，他執著自己是對的，所以更可憐、更值得憐憫。我們如果憐憫心起來，也不忍心再去責備他，這樣心態我們就自己調整了。所以《太上感應篇》後面講，「夫

心起於善，善雖未為，而吉神已隨之」；如果你責備他，跟他起貪瞋痴，那我們心就起於惡，他做錯事，我們跟著他錯了，那我們心起惡念，這個凶神就隨之。所以時時刻刻提醒我們內心的起心動念，這樣用功就是從根本來修。所以修行在這個地方修，就是修心為本，修身口為末，但是本末都要修。所以身口意才會回歸到不貪、不瞋、不痴，回歸到十善業，這樣我們做任何事情都會愈來愈好、愈來愈圓滿，福報愈來愈增長。

好，今天就跟大家分享到此地。祝大家福慧增長，平安吉祥。阿彌陀佛！