

了凡四訓大意親聞記

淨空法師講述 劉承符居士筆記

淨空法師於一九九三年四月二十八日在加州德安乍(DEANZA)學院講了凡四訓大意，為期五日，承張德聲居士寄贈錄音帶五卷，恭聽之後，摘要記錄，供養讀者。

各位同學：

今天我們研究袁了凡先生家庭四訓，這篇文章從明末一直流傳到現在將近四百年，其價值幾乎等於經典。佛經是由真如本性中流露出來的，這就是一般人所說的真理。真理永恆不變，超越時空。此四篇文章亦如此。淺者見淺，深者見深，絕不是由思考中想出來的，而是由真性中流露出來的。同時又搭配他幾十年修學的心得與經驗，故能有如此普遍廣大的流傳，給後人真實的利益。往淺裡說，它能改造個人的命運，深一層講，它給大乘佛法奠定了非常深厚的基礎。

印光大師的序文非常好，開頭說：「聖賢之道，唯誠與明。」這兩句話把世出世間教育的精髓一語道破。人生在世都被命運所支配，如果知道事實真相，即可主宰命運。大師前面兩句話的重心即「誠與明」。佛四十九年說法與孔老夫子教誡我們的也是這兩個字。孔子教學的對象是人道，佛教化的範圍是九法界，誠與明在境界上比孔子說的廣泛，若言其根源即佛家的三無漏學。「誠」屬於「戒定」；「明」屬於「慧」。迷即凡夫，明則為佛菩薩，世間法的成就亦建立在誠與明。大師說誠之一字，凡聖同具，而凡夫不去用它。誠即真心，不誠即妄心。佛說真心離念，心中無念頭即是誠。但不要誤會，了凡先生與雲谷禪師坐了三天三夜，一念不生，但雲谷仍說他是凡夫。金剛經說：「應無所住而生其心。」若只有應無所住，就落入外道的無想定，其果報在無想天，出不了三界。無念是無妄念，非無正念。六根仍有廣大圓滿的作用，也沒有邪念。對境界無分別無執著，了了分明，清清楚楚，謂之

正念。心經講「照見五蘊皆空」，用照字，即非思維想像。大師又說誠是本有，而今失掉，把它恢復叫修德，本有的叫性德。恢復的方法要覺要察，覺是醒覺，由內心覺悟，察是對外面之觀察。修學的三大綱領是覺而不迷，正而不邪，淨而不染。迷、邪、染是凡夫，覺、正、淨是聖人。覺是決定不能有雜念，時時刻刻保持自己的清淨心上這是很難修的。對人對事對物非常複雜，如何保持清淨心乃是真正的工夫。

人有過去現在未來，依佛經所述，釋迦佛時代，人壽百年，以後每百年減一歲，算到現在，人的平均壽命應為七十歲。這幾十年的壽命，極為短促，而未來的時間無限。聰明人不計較現在，假如今生為名聞利養所牽掛，將來後患無窮，應時加警惕，如何起心動念，處世待人，以及言語行為是否有違於情理法之處，應即檢點自己習氣過失，力求改正，此謂之修行。修行不在形式而在內心。若是坐在佛堂，敲著木魚，念佛拜佛，而心中胡思亂想，甚至於貪瞋痴慢依舊未減分毫，非真修行。印光大師一生，生活清苦，作到了與人無爭，於世無求。他勸人閑邪存誠，老實念佛，對人一無所求，可見其所說的都是真心話。我們對於先賢要認識其人格，先建立信心，一分誠敬得一分利益。大師又說：「然作聖不難，在自明其明德。」明德即誠與明。此是性德，真性之流露。在序文小註云：「明德指在聖不加，在凡不減，人人本具照耀天地之真心。」大師說教是依儒家之修行次序，格物致知，正心誠意，修身齊家治國平天下。儒家講格物之物字指物欲而言，與佛家所說斷煩惱右同一意，均為修行之根本。離開物欲乃真解脫，自由自在，不再受煩惱的束縛。

致知是破所知障，心中若有妄想，真智慧即不能現前。格物最後得定，亦即是誠。致知的效果是慧。一定要從斷煩惱下手。用何種推動力使學人努力修學，精進不懈，乃是一大前提。世人熙熙攘攘，奔波勤勞，其推動力是為名為利。佛教我們放棄名聞利養，聞之嗒然若失。因為眾生不了解事實真相，不知道名利是假的、是虛幻的，所以學佛人多而肯認真斷煩惱者，並不多見。菩薩以大願心為推動力，眾

生無邊誓願度，幫助一切世人出於苦難。這個偉大動力可使他們能斷一切煩惱 修學一切法門。

每人都希望幸福快樂，安康自在，如照佛法之教誡行之，一定可以得到，因果報應，如影隨形，作善必有善報。但須參考了凡在四訓中所說之積善之方，他說善有真假、端曲、正偏、半滿之別，為善必窮理，否則行無益。例如用私曲心打著佛教幌子，興辦佛事，暗中得到名聞利養，可能一時收穫頗豐，而後面的苦報不堪設想。

凡夫之煩惱千差萬別，有人貪心重，有人瞋恚心重，有人貪名，有人圖利。斷煩惱如治病，須先治重的症候，大病治好，小病就容易辦了。煩惱斷，心中清淨，然後再廣學多門。學一門，心可專，多則雜亂。

心正、言行自正，若心不正，言行雖然儘量掩飾，也會被人看穿。學人應把所學聖教應用到日常生活中，絕不起絲毫自私之念。大師在序文中又講：「克己復禮，主敬存誠」。這是修學的綱領，克己復禮是手段，主敬存誠是法則。己是私慾，禮是性德，亦即王陽明先生所說的良知良能。主與存同義。誠是內在的真心，敬是表現於外的恭敬。華嚴經十大願王第一條禮敬諸佛，佛包括過去現在未來佛，未來佛就是我們尚未成佛的眾生。諸佛禮敬九法界一切眾生，而眾生不知道禮敬諸佛，諸佛當原諒我們無知。至於如何才能作到克己復禮，主敬存誠，具體而言必須用顏子的四勿與曾子的三省。四勿是「非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動」。如真能明白這四句的意義而且真能作到，修持三年即可成聖成賢。

禮、前面已經說過，就是性德，就是合法如法，其絕對的標準是三福、六和、三學、六度、普賢菩薩十大願王。相對的標準是世間的風俗習慣，法律規章，以四攝法隨順世俗，如何將此絕對與相對標準相輔相成，乃為當今的重要課題。佛法不能普遍推廣，其最大障礙即此兩種標準不能調和。有人學佛之後要去當古人，與現代人格格不入。

現代人視之亦覺其不能隨群，互有矛盾。佛法的原理原則，萬古常新，沒有時空的限制。至於手段與方法隨

時適應於每一時代。換言之，絕對的標準不變，相對的標準可以隨時在變以適應各地區各時代眾生的需要。

曾子的三省：「為人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳不習乎？」這三句話適用於每一個人，無論士農工商，凡是天天外出工作者，應檢點是否盡心負責，把一份工作作好，對社會國家以及一切眾生有無盡到應盡之責。在家庭中，無論家長或主婦，照顧一家人，是否作到盡善盡美？這全包括在為人謀而不忠乎一句範圍之內。交友本來是志同道合之結合，應肝膽相照，絕無詭曲之心。美國講信用是建立在法治的基礎上，佛教的信建立在性德上，自動自發，無人無制。傳不習乎？對老師的教誡有無認真學習，依教奉行。不辜負父母師長的期許，天下親師都希望子弟將來成聖成賢，至少也是正人君子，事業有成，並不願意子弟作奸犯科。

大師講到修學的次第，完全引用儒家術語，年歲稍長者都讀過四書五經，讀大師文章倍覺親切，且其意義與大乘佛法完全相應。他先從格物開始，革除物欲，離開五欲六塵，生活樸素節儉，妄念少，心地清淨，快樂自在。反之、若追求奢華，填補欲望，生活必受壓力，活的好苦。以美國而言，起碼的生活並不困難。衣能禦寒則可，不必求時髦。食能得到營養，無須大魚大肉。住家更不需要豪華。有人為我參觀其住宅，建築高雅，設備講究，確實不錯，但我覺得房主人太可憐了。清潔打掃，整理花園，吸塵除草，一天到晚作房子的奴隸，誠愚不可及。學佛果能突破物欲，即能得人生最高的享受，無絲毫壓力、牽掛、憂慮，作自己最喜歡作的事，讀自己最喜歡讀的書，心清淨，煩惱少，自性裡本有般若智慧自然透露出來，此為根本智，再按照外面境界，眼一看就清楚，耳一聽就明白，此為後得智。性德透出來謂：明明

德。單有誠而無明，單有定而無慧，屬小乘定。單有慧而無定是狂慧，乃八難中之世智辯聰。真智慧非由研究經典思考而來，是自性裡自然流露。一看佛經與我自己的意思一樣，乃真智慧。下手一定由斷惡修善開始。善惡的標準應先了解，凡是為己者皆惡，念念增長我執，永遠在搞六道輪迴。樣樣不為自己而為眾生，不但超越三惡道與人道，而且超越天道。念念為眾生是善，善必有善報。「欲知前世因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是。」把這種事實搞清，知道一生遭遇是果報，決不怨天尤人。讀誦了凡四訓之後，即知了凡先生改造命運之法根據的理論所在。

作一個佛弟子乃無上光榮，必須作到「行為世則，言為世法」。一舉一動為世人的模範。如是則佛法那有不興旺，那有不被社會大眾尊重的道理。今天佛法未能普遍推廣，乃是我們講的是一套，作的又是一套。能說不能行，使大家瞧不起。甚至於所講的與所作的完全相違背。勸人修善，而自己作惡，不但自身墮落，也破壞了佛教的形象，這個罪過可大了。

在中國大陸有許多佛教徒聽過我的錄音帶。當我去北京時都想來見我一面，信徒很多，場面很大。可惜大家不知遵守秩序，爭先恐後，亂遭遭地把我包圍。我於是乎大聲告訴大家保持肅靜，不然把佛教形象被壞了。外面人不知發生什麼事情，警察都來維持秩序。甚至於還有人請我簽名，拿我當作明星。過去朱熹先生到寺廟參觀，正趕上過堂用齋。朱熹一看，一點聲音沒有，秩序井然，他說：「三代之禮，盡在是矣。」

了凡四訓一書，按照佛經序正流通三分法分之，立命之學為序分，改過積善為正宗分，謙德之效為流通分。第一篇立命之學，內容最主要的一點，說命運是真有，述明事實真相，有理論的根據。一開端他先說他自己的一段故事，童年時遇雲南孔老先生，為其推算一生命運，最初纖細皆驗，說明人的命運可以用數運推算休咎。中國一般的算命看相占卦均發源於易經，易經是高深的數學又是哲學。由數理算吉凶

禍福，榮辱休咎，多有靈驗。推理

是比量，有時也會推錯。最正確是現量，現量由禪定產生。甚深禪定中，時間空間的界限都消失了，過現未融成一片能親眼看到，一點不會有錯。孔先生對皇極經頗有研究，得邵子皇極數正傳，其推算之術相當高明。為了凡先生批算流年大運極為準確。各位同學仔細看完立命之學一章後，方知人的一身，一飲一啄，莫非前定。他算了凡每年收入的俸祿，絲毫不差。每歲考試，考第幾名，作官作到什麼階級，在最初二十年一一悉驗。他乃恍然大悟，人的一生命運已經定了，無可奈何，打妄想也沒有用。後來他到北京一年多時間，終日靜坐，不讀書，求個心安理得。次年南歸，到南京棲霞山訪雲谷禪師。雲谷禪師當時很有名氣，也很有道心。他與禪師在禪堂中坐了三天三夜，不瞑目，禪師對他肅然起敬。對他說：「凡人所以不得作聖者，只為妄念相纏，汝坐三日，不見起一妄念何也？」他答覆道：「我的一生命運已被孔先生算定，榮辱生死皆有定數，打妄想也沒有用。」雲谷笑著說：「我原來認為你是一位豪傑，其實仍然是個凡夫。」

談到禪定工夫，佛經裡說得非常透徹。了凡的定功三天三夜不起一妄念乃小工夫，倓虛大師開示，禪宗工夫好的一坐半個月不出定，再如色界天無色界天，以至於非想非非想天的禪定有八萬大劫之久，已非按年數計算，如此甚深禪定還是不管用，因其仍有妄念，不過是伏著，還未斷根，如定功失掉，妄念又起，所以天人也是凡夫。有妄念仍落在數裡，逃不出命運之支配。若修到羅漢才真無妄念，稱為第九次定，又稱滅盡定，滅盡了妄念，超出三界，謂之聖人，已不是凡夫。

了凡最初二十年的經歷與孔先生推算的行運完全符合，所以他認為命有定數，數不可逃，亦未作大善大惡之事，乃是一位標準凡夫。雲谷禪師告訴他說：「命由我作，福自己求。」命運是自己造的，佛事門中有求必應，求富貴得富貴，求男女得男女，求長壽得長壽。佛教經典中如此說，豈能誑語欺人。況且淨宗經典是求永遠不死，無上佛

道。成佛都能求，何況其他。應知一切造作都離不開心，動作言語皆以心為主宰。一念善即得善果，一念惡即遭惡報，他引用六祖大師的話：「一切福田，不離方寸，從心而覓，感無不通。」我最初同李老師學佛，他告訴我，講經說法不容易，只靠經教不行。如想通達世出世間一切學問，不要說現代學術以及外國與籍，即以中國古老的四庫全書而言，亦無法偏閱。我曾向台灣商務印書館訂購一部，該館經理對我說，一個小孩一生下來就看這部全書，活一百歲，到死還看不完。何況

大藏經以外之佛學典籍亦不少於大藏經之數量。一生中不能通達世出世間一切學問，如何能講經說法。光靠讀誦研究不能通達，要用至誠感通之法。自古以來佛門裡代代相傳的就是這個法門。孔孟之學亦用此心傳，所謂「一經通一切經通」，非文字通、義理通，而是以「真誠心」感通。世出世間一切法都是由心性中流露出來。大師說主敬存誠。內真誠、外尊敬。普賢十大願王第一個是「禮敬諸佛」。一即一切，這一個敬字即包括後面九個願王。

從心性中求，無不可得。最初了凡還有疑惑，認為道德仁義可以力求，功名富貴如何求得。功名富貴由心性中求亦能求得，如由外面求，即求之有道，而得之有命，仍在數中。兩個人同樣求發財作生意，一個發財，因其命中有財，一個賠本，因其命中無財，還是逃不出命運。如由心性中求，內外雙得。你必須知心性是什麼？在有情眾生方面叫佛性，在無情方面叫法性。外面萬事萬物均是由心性變現出來，由性中求，求功名富貴，求兒女，求長壽，求羅漢果，求菩薩果，求無上佛果，均能得到。不但其道德仁義成就，其外在的榮華富貴亦得到了。華嚴毘盧遮那佛之依正莊嚴，世無倫比，是其性德自然流露。有人懷疑，生活儉樸為美德，而佛的依正二報那樣豪華，黃金為地，七寶宮殿，豈不太奢侈了嗎？其實佛也不要這些，而是由性德自然流露，不是自己有意如此。

真修行就是修定、修清淨心、修真心、修菩提心。中國在過去無

論在家出家，皆由先斷一切知見入門，現在由廣學多聞下手，完全不同。民國以來把古老的教學方法完全捨棄，民初唐大圓先生寫了一篇文章，暢述此項改革之非，頗有見地。從前是先求根本智，即清淨心，亦即儒家所說的正心誠意。至於修齊治平是後得智。現在學西方人，沒有根本智，那裡來的後得智，所以兩種智慧全失掉了。現已根深蒂固，對古老的教學方法已很難接受。古人教學，儒家教小學生，先教識字，念三字經、百家姓，然後讀四書五經，只是背誦，並不開講。使學生心中清淨安祥。佛教之教學方法類同，一出家頭五年學戒，遵守老師的教誡，祖祖相傳，先求心之清淨，心要空要寂，空是沒有一樣東西，本來無一物。寂是不要動，不要胡思亂想。各宗派用的方法不同，禪宗修禪定，用觀心之法，不打妄想，也不能不想，什麼都不想叫死定枯定，修成功就變成外道的無想定。教下是讀經，不論經文長短，念得字字清楚，句句分明，不許思維經中義理，一研究即是打妄想。何以言之？舉例說，金剛經與法華經的古德註解不下一百多種，每種都是打妄想思考出來的。如果是如來真實義，應當只有一個，何以有如此之多，且不一樣？因真實義是沒有意思，無言說。古大德的註解只能幫助啟發學人的後得智，但是沒有根本智，那有後得智。佛知道後世修行人契入佛法困難，所以說出四依法，其中之一是依法不依人。法是佛經，人是古德註疏。依經就對了，依古德注疏可能有偏差。今天知道此項事實者不多，往往一開端就把路子走錯了。

學經教只能受持一種，如楞嚴或法華，每天讀誦一遍要五六小時。讀經是修定，有三五年功夫必見功效。讀經是戒定慧三學一次完成。華嚴說：「行步不礙圓融，圓融不礙行步。」行步依次第學習，圓融不涉次第。讀經是圓修，不讀經時，處世待人接物是次第修。五年學戒是奠定戒慧基礎。戒學總綱領是「諸惡莫作，眾善奉行」。定學綱領是「自淨其意」。慧學綱領是「般若無知」。心經最後結論是「無智亦無得」。得到根本智，然後應用於

日常生活中，六根接觸六塵境界，無所不知，見色聞聲不迷。真

心裡無界限，無分別，無執著。因無隔礙接觸任何境界都知道它的前因後果，因為心量是橫遍十方，豎窮三際，此古時教學法之特色。

孔先生為了凡算命，在功名方面不能中進士，一生無子，壽命只有五十三歲，官居七品。了凡非常誠懇，他說自己毛病很多，第一不耐煩劇，器量小，不能容人，刻薄傲慢，輕言妄談，福薄之相。其次自己有潔僻，好發脾氣，又過份愛惜羽毛，不能捨己為人，多言耗氣，喜飲酒，喜長夜靜坐。有此種種毛病，不能有子。了凡勇於認錯是其可取處。

四訓小註中有一段說：「大修養人除欲淨盡，心境空明，更無陰氣足以覆蓋，常在定中，智光湛然，永斷睡相，此聖境也。」修學一定要如自己的能力，達不到的勿勉強去作。如了凡之徹夜長坐，即禪宗講的不倒單。這要很好的工夫，要私欲斷盡，名聞利養五欲六塵都沒有，心中無一物，自性裡的般若智慧透出來，光明偏照，可以不倒單，否則坐著睡那有躺著舒服，真有工夫，坐幾分鐘即可以恢復精神。佛門中有兩種現象，一個是不倒單，一個是持午。大多數人自不量力，目的在求恭敬供養，完全錯了。身體即一副機器，要靠能量，能量不足，毛病就來了。能量百分之九十都消耗在打妄想上。我們念佛人修當生成就的法門，經上並沒有叫我們日中一食，夜不倒單，所以不必標榜這些。

雲谷又說：「世間享千金之產者，定是千金人物。享百金之產者定是百金人物。應餓死者，定是餓死人物。天不過因材而篤。幾曾加纖毫意思。」這是說一飲一啄，莫非前定。從歷史上看，可以得到證明，捨己為人，累功積德者有三個人，第一個是孔老夫子，有教無類，以真誠心、平等心、大慈悲心教化眾生，其學生代代相傳，弘揚夫子之道。二千年來孔氏子孫歷代受到世人擁戴，孔子在世時並非有顯赫地位，一普通百姓而已。其世代子孫託生孔氏家中定是其前生積德修善所致。

【符按】法師說中國歷史上捨己為人者有三個人，但只說了孔子一人，其後二人未曾提及。在下猜測第二個人應為范文正公，作宰相，一生不置產，所得俸祿均施諸鰥寡孤獨。後世子孫簪纓不絕，直到民初蘇州范家後人都是有頭有臉的人物。

雲谷禪師對了凡說：「如想功名兒女，要把無功名沒兒女的業因消除，改過刷新，才能有求必應。務要積德，務要包荒。」包荒就是能容人，所謂量大福大，不能容人，沒有福報。自己沒有福報不怕，怕的是不積德不修善。我見過很多人，年輕時高官厚爵，飛黃騰達，到五六十歲下台之後，困苦不堪。真正享福要在晚年，青年得意時，多作布施，捨掉之後，其命中福報仍在，到晚年又發了。佛說富貴、聰明、健康長壽是由財、法、無畏三種布施得來。

我初學佛時，朱鏡宙老居士送我一本了凡四訓，讀過之後非常感動。年輕時，我的福氣比了凡還薄，習氣比了凡還重。有人給我看相算命，都說我很聰明，福薄，壽命到四十五歲。學佛的時間表我就訂到四十五歲，到四十五歲那年害了一場病，知道時間到了，也不看醫生，只念佛求往生，結果不藥而癒。有一年台北舉辦仁王護國法會，在會中遇到甘珠活佛，他把我叫到一邊，對我說：「從前我們都在背後笑你，你福薄又短命，你現在變了，

將來福很大，壽也很長。」我前生大概修慧不修福，所以今生聰明有，而福報一點沒有。現在的境遇都是今生修的。

我有一位老友劉延武先生，去年過世。多年前他曾一度貧困潦倒，一家七口有五個小孩，幾乎活不下去。我給他一本了凡四訓，叫他學了凡先生。後來五個小孩有四個博士，晚年完全改變過來。他非常感激我，說我救他一家。其實我不過送他一本書，他肯認真改過積善，扭轉了自己一家的命運。

佛門常講乘願再來，大家都認為生西以後，再倒駕慈航來世度生，謂之乘願再來。其實當前即可作到，我們都是受命運支配，如果斷惡

修善，積功累德，利益眾生之願超過自己的業力，現在就是乘願再來，已經是願力身而非業力身。這種轉變完全操之於自己手中，與佛菩薩上帝鬼神並不相干。起心動念只想到世人的苦難，眾生的迷惑，希望社會國家長治久安，自然福慧日增，不求而自至矣。我們雖然力量有限，不能沒有這個心，存此大悲心，感應不可思議。

雲谷禪師說：「易為君子謀，趨吉避凶。」聖賢之教是為君子，世人只有君子善人才能接受聖教。並不是聖賢有偏愛，不肯施教。他又說：「凡祈天立命都要從無思無慮處感格」，就是要由清淨心中求感應，真誠恭敬心中無界限，如起了一念妄心，即有是非人我變為窄小。清淨心盡虛空偏法界與佛菩薩天地鬼神感應道交，冥冥中得到加持。

以上是雲谷禪師教他改造命運之法，即所謂立命之學。雲谷禪師舉一個例，說明真誠之意義，道教有畫符之說，畫符要一筆下來畫到底，心中不能有雜念才靈，心中真誠能與天地鬼神感應道交。念咒也是一樣，念咒時不得有妄念。佛法中許多咒語為鬼神言語，雖寫成梵文，印度人也不懂。代代相傳，其音已變，縱然特誦的音調不正確，只要誠心亦有感應。大悲咒只有八十四句，持誦時如不打一個妄想亦不容易，其實「阿彌陀佛」這一句也是咒，最短最易持，果能以清淨心念佛，功德無量無邊。

世出世間一切法，凡用妄心均不能成就。儒家正心誠意，修齊治平，基礎即在一「誠」字。由事上下手應先修身，把不正確的思想言行糾正過來，只驀直行去，認真修行，用平常心對待，不必問收穫。佛法叫人發願廣大無邊，但不可急於求功，或預計如何如何，如此則落到意識心上，全是妄想。清淨心能生福德智慧，所以求乃是向自性中中求，而非向佛菩薩求。

道理明白了，作起來並不簡單。平生妄想習氣太重，不易斷除，不容易接受聖教，往往半信半疑。佛度有善根的人，經中說佛不能度無緣之人。無緣之人就是無善根福德之人，他不肯照佛法去行。善根

是世世累積的，福德是對聖教肯信受奉行，因緣是此人一生有無遇到正法。善根福德因緣同時成熟，這一生就有得度的機會。此三者俱足不容易。

了凡先生粗念沒有了而還有細念。雲谷禪師又教他念準提咒。古德說：「念經不如念咒，念咒不如念佛。」六字洪名最易受持。如大勢至菩薩在楞嚴會上所說：「都攝六根，淨念相繼。」在初學時可用念珠記數，起初不妨定得少一點，慢慢增加，不懷疑，不夾雜，念到純熟時，念而無念，無念而念，自有感應。縱有感應亦不必管它，一喜歡，心就不淨。了凡接受雲谷之教，認真修學。後來聽到雲谷說，功名可求，他又心動了。他原來的號叫學

海，希望廣學多聞，自從受教以後，又將學海改為了凡，取「明了凡間事」之義。以前只知命運既經算定，無可奈何，似頗消極。用功以後神智清醒，變為積極。存心改過自新，斷惡修善，念念中不敢得罪天地鬼神。用現代術語說，就是怕輿論的指責，若是作了虧心事，沒有臉見人，頗有警惕之心。西方極樂世界的人，從下下品到上上品與阿彌陀佛的能力一樣，都是天眼洞視，天耳徹聽。我們天天想生極樂世界而仍然存壞心作壞事，豈不叫西方人看笑話。有人瞋恨我、毀謗我，以前不能忍受想報復。現在能忍受而且歡喜忍受，因為道理明白了，有很大的轉變。真心修行之後，孔先生所算的命運就不靈驗。某年禮部考科舉，孔先生算他該中第三名而了凡考第一名，行善初步效果已驗。但他言行方面缺點仍多，行善不夠，救人不徹底，口仍有過，醉酒後仍亂心，過多於功。曾發願行三千善事，行了十幾年才圓滿，設無堅固信心，勇猛精進，可能半途而廢。後又發願再作三千善事求子，命本無子，全家行善，四年五千善事圓滿，即連生二子。然後再求中進士，許願作一萬件善事。他在河北省寶坻縣作縣長，每天行功過格，有一夜晚夢見一神仙，對神仙說：我許一萬件善事，不易完成，頗為發愁。神仙說：只減糧一節，萬行俱完。醒來之後，想想確有減糧一案，但仍然猶疑不決。恰好有一位幻余禪師由五台山來，

了凡即將夢中之事請教禪師，請為印證。師告之曰：「善心真切，即一行可當萬善，況全縣減糧，萬民受福乎！」他聽後心安理得，又用自己的俸祿在五台山齋僧，打萬僧齋，其中如有得道的高僧，受其供養，功德很大，對一般僧眾亦因而結個善緣。孔先生算他五十三歲即無壽，他寫此四訓時在六十九歲。晚年命運完全改變過來。

了凡有幾句話很重要，他說：「凡稱禍福自己求之者，乃聖賢之言。若謂禍福惟天所命，則世俗之論矣。」又說：「遠思揚祖宗之德，近思蓋父母之愆。」想到自己的祖先，要光大祖先之德。人非聖賢，孰能無過，如父母有過失，不可到處宣揚，屬大不孝，應知有所愆蓋。佛門也一樣，遠要發揚光大佛菩薩對一切眾生教化之德，近對老師要尊重護持，老師尚未成佛，難免有過失，如宣揚老師的缺點，他教化此一地區必有障礙。學生對老師有幾分恭敬就得幾分利益，有恭敬才能依教專行。若常說老師壞話，不但使人瞧不起你的老師，也瞧不起你這個學生。更有甚者，許多學生退失道心，這個因果可負不起呀。此種愚人到處都有，我到各地講經，也有道友講其道場及法師的是非。我的態度對任何這場與法師只有讚歎，使大家生歡喜心。只要這位法師的是正法，即應護持。至於其私人生活方面有點小缺陷，對大家修學並無妨礙，何必多加責難。如有不如法者，不讚歎而已，不必談其過失，更重要的不與眾生結冤仇。君子絕交，不言人過。

「上思報國之恩，下思造家之福。」應常常懷念在心。「外思濟人之急，內思閑己之邪。」閑是防範之意，防非止惡。每天要反省自己的過失，一天認為沒有過失，這一天就空過了。只有佛沒有過失，連菩薩都還有一品生相無明未斷。改過是真正修行，不覺悟如何能改，一定發大勇猛心。一般人知道自己的過失，但是沒有勇氣改，因循苟且過日子。在學業上在道業上不能發覺自己的過失，如聽到旁人說自己的過失，聰明人感激之不暇，一定以恭敬歡喜心欣然接受，有則改之，無則嘉勉，切勿與人辯駁。歷代帝王中唐太宗確有過人之處，有人說太宗的過失，其實是誤會而非太宗之過，太宗並不以為悔，而且

還嘉獎他。太宗說：如果我處分他，以後沒人敢說我的過失了。

在第一篇裡我們明白命運究竟是怎麼一回事，事實真相搞清楚後就要談到如何改過積善，以轉變命運。了凡先生引用古代典籍春秋國語裡所載，說明一個人在吉凶禍福將要來臨時，事先必有預兆。古時候有，現在也一樣。只要冷靜觀察都可看到。大體上說，心地厚道會有福報，刻薄寡恩者，縱然眼前得意，難保一生不遭災難。福之將至，由其善心善行可以預知。災難來時亦能預先看出，其心不善，其行不善，必有災禍發生。明白此理，若想常享幸福，遠離災禍，必須改過積善。改過是因，遠離災禍是果，積善是因，幸福是果。如在一生中不能安身立命，這一生就白過了。佛法的基礎建立在因緣果報上。了凡四訓等於觀經三福之第一項「孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」之詳細說明。觀經三福佛講的明白切要，在結論中說，此三條是「三世諸佛淨業正因」。一切修行成佛之人，非一個法門，各各法門均可證得無上佛道。法門雖多，但均建立在三福的基礎上。李老師說過，念佛人多，能生淨土者不過萬分之三五，其原因是三福的基礎未能打好，心行習氣毛病不能革除為其主因。

說到改過，了凡先生提到三點，第一點發恥心。古人說知恥近乎勇，知道自己不如人，必須發奮努力迎頭趕上。諸佛在無量劫前與我們一樣，同是凡夫，他們今天成佛，我們仍搞六道輪迴，此是事實。今天聞到佛法，能發一念歡喜之心，皆是過去生中種的善根，決非偶然。真正發心求生極樂世界者，其善根決定超過無量壽經中所說的阿闍王子。因阿闍王子曾經親近並供養過四百億佛，而聽到佛說無量壽經尚未下定決心往生淨土。可知我們學佛不只這一生，過去生生世世無量劫都在修，修到今天，人家成佛，我們還搞生死輪迴，覺得慚愧可恥極了。如能常常反省，自然勇猛精進，真正回頭。

第二要發畏心，即敬畏之意。騙人容易，騙自己也容易，騙天地鬼神可不容易。大多數鬼神都有五通，其能力大小不同。鬼神有他心通，我們心裡想什麼，他都知道，因為一想心裡就有一個相，鬼神就

能看見。無量壽經中說的最詳細，凡往生西方者，從上上品到下下品，其神通能力幾乎與阿彌陀佛相同，鬼神都不能比。有人懷疑，我們一身業障，何以有如此能力？其能力之來源有二：一為報得，鬼神的神通亦為報得。二為阿彌陀佛本願威神之加持。我們很小聲說話，怕人聽到，西方人早已聽到，起心動念無法瞞過西方人。

恥心是慚愧，知道對不起自己。良心是惟恐對不起人。了凡先生說：「古人有一生作惡，臨死悔悟，發一善念，遂得善終。謂一念猛厲，足以滌百年之惡也。」這話當真。觀經中之阿闍世王受提婆達多之教唆，行五逆十惡之事，臨終真正懺悔，念佛求生淨土。是上品中生。造五逆十惡尚能生到如此高的品位，一因其一心念佛求生淨土。一因其臨終懺悔出於至誠。善導大師說：上三品是發大乘心念佛者，發菩提心，一心專念。中三品是世間修善之人。下三品是造惡之人。念佛法門確是三根普被，利鈍全收。懺悔心真，懺悔力大，一回頭即證得很高的品位。

第三要發勇心。人皆有慚愧心，因無勇氣不能改過，只是因循，把時光空過，道業不能成就，非常可惜。在修行中一般通病即昏沈與掉舉。一用功即打瞌睡，念佛堂在止靜時常有睡覺者。掉舉與昏沈恰好相反，心裡七上八下，一想用功，妄念特別多，其實妄念本來就多，平常不覺得而已。佛在世時，弟子阿菟樓駄(即阿那律)尊者聽佛講經時打瞌睡，佛呵斥他說：「好睡像蚌蛤一類，一睡一千年，不知佛名字。」他聽了非常慚愧，發奮修行，七晝夜不眠，用功過猛，把眼睛搞瞎。佛教他修見光明的禪定，結果他得到天眼通，在十大弟子中天眼第一。

改過一事了凡舉出三項法則：第一從事上改，第二從理上改，第三從心上改。事是事項，日常生活方面，屬律儀戒。初學看到戒律覺得太難，不易做到。一出家先受沙彌戒，有十條戒，二十四條威儀戒。幾乎一舉一動都犯錯，深覺難持。其實佛家所講律儀比儒家少得多，儒家講威儀三千，佛法無如此之多。現代人放逸慣了，忽加以限制，處處覺得不自在。所以小乘比大乘難，小乘由事上改，大乘由理上改，

最上乘者由心上改。改過積善，近可避免一切災禍，遠則培養修行證果之基。

易云：「積善之家，必有餘慶。」了凡舉了十個人，行業不同，出身不同，皆是積善修德，得到好報。至於善惡的標準，他又說：「善有真有假，有端有曲，有陰有陽，有是有非，有偏有正，有半有滿，有大有小，有難有易，皆當深辨。為善而不窮理，則自謂行持，豈知造孽，枉費苦心，無益也。」這是人天福報的標準，依此標準而行，必可改造命運，不受命運之束縛。再以此基礎念佛求生淨土，萬修萬人去，一個也不會漏掉。他又引述中峰和尚之言曰：「凡情未滌，正眼未開，認善為惡，指惡為善，往往有之。」凡是我們言語思相造作有益於人者均謂之善，凡有益於己者皆惡。在佛法中也是一般的標準，利大眾者為功德，利自己者為私欲。凡利己者只有增長我執，我執是煩惱之本，煩惱不斷不能超越六道輪迴。利益社會大眾者，自己也有一份，因我亦大眾之一，只求自利者，反而為自己造了許多成佛的障礙。修善而暗中謀利養者乃是假善。端是正直，純為濟世之心，無絲毫所求。曲是委曲，行善而附帶條件。又如愛人之心，敬人之心，要由真心中發出。陰陽之分，如政府表揚者為陽善，無人知曉，更無須乎標榜為陰善，亦稱為陰德。是非與利害往往連在一起，很難辨別。有的善會產生副作用，有些事當時看不出來，而日後對社會發生很大的影響。

從前僧人出家須經政府考試及格才發給戒牒，准其出家，限制極嚴，故出家人的水準很高。自從滿清順治皇帝把僧人考試制度廢除之後，任何人均可出家，不識字的，不得意的，均可薙染。現在佛學院的學員有高中畢業者，也有小學未畢業者，均在一班上課。天主教基督教的神父牧師均須受神學院之訓練，才有資格作傳教人，比較起來，佛教亦應有所改進。有人好心作了壞事，乃正中有偏。有人惡心而作了好事。乃偏中有正。其中錯綜複雜，宜謹慎從事，免受冤責。

中國古時教學有兩門功課很重要，即經與史。經是學問，明理。

史是見識，如歷代個人成功失敗之教訓，國家興亡之明鑑。目前人文學科的學生畢業找不到工作，經史已不被重視，所以倫理道德乃逐漸式微，此今日之實況，若欲研究經史，只可盡其在我而已。

易曰：「善不積不足以成名，惡不積不足以滅身。」成名不在當時，孔孟之成名均在後代，所積的是陰善。心要真誠，善即圓滿，否則為半，故善有半滿之說。盡心而力不逮，有障礙，缺緣份，仍屬圓滿。盡力不盡心，則屬於半。呂祖的故事殊令人覺悟。鍾離授呂祖點鐵成金之術，謂可以濟世。呂祖得知鐵變金五百年後仍復本質，呂祖說：「這樣豈不害了五百年後的人，我不學了。」鍾離說：「修仙要積三千功行，你這一念心三千功行已滿。」所以說最上乘者修心。

作善事心若真誠就能圓滿，與大眾經論中所講慈悲心遍滿法界的理論同。善又有大小之說，了凡先生舉衛仲達的公案為例。衛被鬼抓去，見到閻羅王，審判時要調查他所作的善惡業多寡，叫小鬼把他一生所作善惡業案卷在天秤上秤一秤，結果惡業案卷多，重量輕，善業只有一卷，反而很重。調查後才知這件善事是他寫了一個條陳，建議皇上不要興辦一件不必要的大工程，以免勞民傷財。他記得有這件事，但皇帝並未聽他的話，仍把這工程作了。他對閻王說：「皇上未採納我的意見，有何功德可言？」閻王說：「你這一念悲心已在萬民，假使聽了，你的功德更大了。」此件公案現代人聽了，大概不會相信，常有人說：現在人類已登陸月球，仍然說些荒誕不經的話，豈不可笑。說實在的，陰間是真有。我初學佛時，常與朱鏡宙老居士往來，他是民初樸學大師章太炎先生之女婿。朱居士對我說：他老岳丈在世時曾作過東嶽大帝之判官，地位相當秘書長。他白天工作，晚間還要到陰間上班，常與鬼道友人往來，朱居士也聽了許多陰間事情，證明陰間確實真有。

儒佛二家都教我們斷惡修善，由難行能行處下手。大乘經說，菩薩捨身為他之事甚多，如釋迦佛捨身飼虎，割肉喂鷹，一般人聽了，可以說這種事不近人情。如不深入經藏，不明其真理所在，就不會相

信。真理不是一般人所能了解。發大慈悲心，以一念真誠，大地都會震動，依報隨著正報轉，此心一發，感應不可思議。他舉一個例，江蘇舒翁，一位私塾老師，捨二年僅得之束修，代償官銀而全人夫婦。又舉一例，邯鄲張翁，捨十年所積之錢代還贖銀，而活人妻子。這都是難捨能捨之例。為什麼作到，因為有大慈悲心作發動力，儒家謂之「惻隱之心」。

了凡先生又提到隨緣濟眾之事甚多，略舉十項。他先說與人為善，舉古代聖王大舜，帝舜在中國歷史上是一位聖人，給後世最大的啟示是孝順父母，感動一家，作社會大眾最好的模範。帝堯知道有這樣一位孝子即找他來讓與王位，這是最崇高的與人為善的典型。今值亂世，無論何處均有苦難，此乃共業之感，共業中亦有別業，如能斷惡修善，亦可幸免災難。自己過失應認真悔改，看他人有長處，善心善行，應幫助他成全他。

愛敬存心。聖賢存心，端在愛人敬人。普賢菩薩十大願王第一條是禮敬諸佛。諸佛包括過去現在未來諸佛，敬佛是恭敬愛護人，敬事是認真負責作事，敬物是對一切物件放置整齊，保持乾淨。

成人之美。成就他人之長處或善行，盡心盡力幫助他成全他。俗話說：「善事常易敗，善人常得謗。」又說「好事多磨」。善人的心都是正直的，不會委曲婉轉，諂媚奉承。因而在社會上難免受他人嫉妒陷害。遇此情形，應主持公道，以維護之。

勸人為善。古時只有兩種方式，「一時勸人以口，百世勸人以書」。現在科技發達，有錄音帶、錄影機，弘法的範圍比前更具效果。了凡先生寫四訓，在當時不過教訓其子，假如不寫出，其利益僅及於一家。他自己也沒有想到這本書普遍流通於後世。民國初年印光大師為社會一般大眾所尊重，他一生倡印了凡四訓、安士全書、太上感應篇等勸善書籍，使人了解因果報應，六道輪迴，勸人老實念佛，求生淨土，決不談玄說妙。我們能知道有這本書，也是由大師在民初倡印流傳下

來的版本，今日讀之，亦應感謝大師之恩德。一九七七年我到香港，住在倓虛老法師的道場中華佛教圖書館，長達四個月講枋嚴經，有機會看到印祖弘化社所印的經書甚多。印祖是陝西人，有濃厚的鄉音，一般人不易聽懂，所以他皆用文字弘法，所收供養均用之於弘法利生以及印送經書善書之事。弘化社所印版本最好，字大，美觀大方，校對精確，很少有錯。我看到的了凡四訓已是第二十版，每版所印量運異常龐大，有一萬冊、二萬冊、甚至五萬冊，連同安士全書、太上感應篇，約略估計至少有三百萬冊。他曾在上海護國息災法會講了八天開示，其講詞印有小冊子流通。冊內曾經提到當時北方有旱災，他聽到之後，馬上叫人由印經款內撥三千元現洋賑災。侍者對他說：「這筆錢匯出以後我們銀行存款只剩一百元。」他聽了也不管，仍叫人馬上匯去。他已作到難行能行。

救人危急。我們有急難時希望旁人助我一臂之力，人同此心，心同此理。人家有災難，我們也應當救人之急。任何人不能保證一生不遭災難。要想得善果，必須修善因。尤其照顧老人最為切要，除非短命，人都有老的時候。對自己年老的父母公婆，務必要盡心盡力照料其生活，絕不可嫌棄，否則等你年老時，兒女們都會跑得遠遠的，這並不是迷信而是很現實的。

興建大利。中國五千年來不被瓜分，亦未滅亡，實因兩千五百年前接受儒家倫理道德教育，與佛家大乘佛法，知道孝親尊師，維護倫常。今天提倡孝道應列為第一優先，它能利益整個國家民族。早年政府提倡恢復中國固有文化時，我提出建立百姓祠堂，有許多人響應，也有人讚歎，但是後來事情發展未如理想。不過我們已在佛堂中另外闢出一部份作為祖先堂。師道是建立在孝道基礎上。孝親尊師沒有了，要想天下不亂乃不可能。我對於建祠堂始終念念不忘。我的老師李炳南先生山東濟南人，我與台中同學商量，打算在濟南蓋一個李炳南先生記念堂。我們這些學生可以每年輪流回濟南講幾天經，以報老師之恩。

捨財作福。大乘菩薩修行，歸納為六度。六度中第一個是布施，其餘五度皆可以納入布施之內。布施分財、法、無畏三種，持戒、忍辱屬無畏施，精進、禪定、般若屬法施。布施就是施捨，四攝六度均以布施為首。將無始劫來的貪瞋痴三毒煩惱先捨掉，恢復本來的清淨心，智慧光明自然顯出。古往今來有智慧福德之人無不認真修學，恢復自性。禪宗明心見性，念佛人講一心不亂，從布施下手即能達到目的。

護持正法。首須依教奉行，如自己不修行而勸人修行是假的，自己作出成績給人看，人家才信服。大乘法要作師，受菩薩戒之後，一舉一動，作眾生之表率，社會的典型。盡力弘揚正法，使眾生有得度的機緣，乃真護持。弘法利生，道場非常重要。從前寺院庵當是弘法的場所，千百年來逐漸變質，已不能代表正法，我在認識佛教小冊子中已有詳細說明。要想發揚光大，必須把佛教恢復其本來面目，回歸到佛對九法界眾生至善圓滿的教育。佛四十九年所說一切經是說明宇宙人生之真相，可見佛教與我們有切身之關係，不能不學。

敬重尊長即三福中「孝養父母，奉事師長」。愛惜物命即三福中之「慈心心不殺」。最後一章謙德之效是全篇之總結，說明謙德最為吉祥。易經在六十四卦中，每卦有六爻，各有吉凶，惟有謙卦，六爻皆吉。謙卦的卦象，上面是地，下面是山。山應在上而在地下，表示謙虛之象。又引書經之文：「滿招損，謙受益。」了凡先生為人，精明細心，以前喜歡挖苦人，找人的缺點，學佛以後改變作風，專看人家長處。他觀察人，凡謙虛者，其後來果報必然殊勝。他說：「予屢同諸公應試，每見寒士將達，必有一段謙光可掬。」從前應試就是趕考。縣考秀才，省考舉人，殿試考進士。讀書人經過三次考試，常常看到特別謙虛之人往往高中。他舉幾個很明顯的例子，第一個為丁敬宇賓。丁賓是名字，敬宇是號，字禮原，嘉善人，隆慶進士。丁賓參加應試，了凡看到即對旁人說：「這位青年今年一定考中。」問何以知之？他說：「有恭敬順承，小心謙畏，聞謗不辯，如敬宇使者乎？及開榜，丁果

中式。」古時名字眾父母起的，如改名為大不孝。在童子時，大家均可稱其名，二十歲成年行冠禮之後，其名只有父母可叫，祖父母均不能叫。滿二十歲時，其同輩送他一個字，除父母外均稱其字。將來作大官，皇帝召見，亦稱其字而不稱名。稱名除父母外，老師可以稱其名。古時老師的地位與父母同。如在社會上有了聲望，不稱其字而送一個號。最極恭敬時連號都不稱，而稱其地名，如李鴻章稱為李合肥。若是出家人稱其寺院名稱，如智者大師稱天台大師，窺基大師稱慈恩大師。

過去社會對功名非常重視，如非高官有實權者，想興大利護持正法很難，自己作不了主，悉聽命於人。如編纂四庫全書是一大工程，乾隆皇帝有權，一句話，千百學者替他服務。今天社會改變，不作大官亦能作大事，我們可以作社會福利事業，特別關於倫理教育大善大利之事，民間都可以辦。

此次講了凡四訓，只是簡單扼要說其大概，希望大家重視這本小冊子，奠定修學的基礎，如欲詳細研究，我們在大專講座有一套全文的錄音帶，可以借用參考。謝謝大家。

一九九四年平二月二十八日記於西雅圖市時年八十八

[淨空法師專集網站\(簡\)](#)製作