

依師教修的懺悔辦法

2026年2月5日



1. 要改變生命，就要在因地消滅惡業：

「極大惡行就意味著有極大的苦果，苦果苦在哪兒呢？誰有極大惡行，就苦在誰的身心上！」引生的苦「肯定是最慘烈的，是分分秒秒超越身心的極限。」所以「聰明的人一定不要走到那樣的未來，而在因地的時候——就是果還沒有出現的時候就要把它消滅掉。所以不僅僅是學點兒佛教常識，不是的！它要來改變我們未來的生命。改變未來生命什麼呢？就是極大苦楚把它去掉！」

2. 罪障是非常難清除的：

- 「那個罪障一旦在這個地方，你要把它弄乾淨是難哪，難極了！你要沒有弄乾淨的話，對不起，這個佛法業果之間的話，是一點假不來的，一點沒情面的，你就得受這個罪呀！」
- 「努力懺悔的祖師——蕩益大師。他從二十幾歲照著那個《占察業報經》，對吧？懺到四十多吧！」

3. 淨罪相是經論說明懺悔清淨的徵兆：

- 「懺悔要得到淨罪相以後才算。」
- 「《梵網經》、《摩訶止觀》，還有《小止觀》、《準提陀羅尼》……都在說一件事，叫什麼？淨罪相。」
- 「想要懺悔的人一定是對因果有一種深信，害怕那個苦果成熟所以去懺悔。我們在懺悔的時候，會覺得未來那個果不會出現它是有標誌的，這個標誌就是淨罪相，它會有相狀、有徵兆。」

4. 依師教修是討了天大的便宜：

- 「它不要你花這麼多辛苦，它自己就消滅掉了。這個好處不得了地大！這也為什麼在經論上面，處處地方說明，有了善知識的依靠的話，啊！沾太大的光，討太大的便宜，乃至於像善財這樣一生取辦。」
- 密勒日巴尊者「也沒懺悔，也沒有什麼，就因為跟著他的老師，被他的老師磨折得千辛萬苦，最後不但所有的罪惡統統淨除掉了，而且達到這麼大的成就。」
- 「看看祖師他為什麼能這樣呢？就是因為有善知識依靠！所以是不是師父說的這個『沾太大的光，討太大的便宜』？你一生成就，那是天大的、天大的便宜呀！」

依師教修懺悔法 極大惡行有效除

2026年2月6日



1. 「極大惡行自行消滅」具有難以想像的利益：
 - 「極大惡行就意味著有極大的苦果，苦果苦在哪兒呢？誰有極大惡行，就苦在誰的身心上！」「所有有心的人、聰明的人一定不要走到那樣的未來，而在因地的時候——就是果還沒有出現的時候就要把它消滅掉。」
 - 師父說：「平常我們要淨除罪障是難之又難！現在，欸！不要這麼難，自己消滅掉了。」「聽到這個有點像神話，為什麼會這麼大的自己消掉呢？」
2. 業果不留情面，懺悔求淨罪相：

「努力懺悔的祖師——蕩益大師。他從二十幾歲照著那個《占察業報經》，對吧？懺到四十多吧！……然後師父說：『淨罪相喔！罪障一旦在這個地方，要把它弄乾淨是難哪，難極了！』又說了，看！難了！『要是沒弄乾淨的話，對不起，這個佛法業果之間的話，是一點兒假不來的。』有沒有情面啊？完全地沒有情面，就得受這個罪！」
3. 依師教修是討了天大便宜的懺悔法：
 - 「我們對懺悔的定義，會不會就是比如說唸金剛薩埵咒，或者拜懺，但這裡邊出現了什麼？依止善知識懺悔！」
 - 「它不要你花這麼多辛苦，它自己就消滅掉了。這個好處不得了地大！這也為什麼在經論上面，處處地方說明，有了善知識的依靠的話，啊！沾太大的光，討太大的便宜，乃至於像善財這樣一生取辦。」
 - 「祖師他為什麼能這樣呢？就是因為有善知識依靠！所以是不是師父說的這個『沾太大的光，討太大的便宜』？你一生成就，那是天大的、天大的便宜呀！」
4. 愚癡無明中很容易造「極大惡行」：

若沒有做好聽聞軌理，對到了佛、法、僧等殊勝境，則會自行分判喜好，不知不覺中造了「極大惡行」——隨順謗法的惡業！況且還不只這一輩子，加上前世，累積這麼多的惡行，如同病入膏肓的重病病患，急需高明的醫生來救！若能對善知識開的法藥認真按時服用，真正的淨罪相——煩惱減輕、對三寶信心增長、趣向正法等，就會出現。

懺除罪障非易事 依師教修除惡因

2026年2月7日



1. 懺悔要得到淨罪相才算：

- 「很多人憂心忡忡，不曉得這個世界會發生怎樣的變動，而且也擔心生病。這所有的一切都是有因的，那個因是什麼？一定是個苦因。我們不想得到那樣的苦果，那那樣的苦果沒來之前怎麼辦？懺啊！懺悔啊！」
- 「要得到懺悔的清淨相——晚上做些什麼夢；如果你定，定中應該有什麼淨相；乃至於你平常，說外善根發相，內善根發相」。
- 師父「舉了幾部經典，有《梵網經》、《摩訶止觀》，還有《小止觀》、《準提陀羅尼》……這些引證的經典上面，都在說一件事，叫什麼？淨罪相。」「所有的修行人都會追求這個淨罪相。」

2. 罪障要懺淨是難極了：

- 蕩益大師「從二十幾歲照著那個《占察業報經》，對吧？懺到四十多吧！」
- 「然後什麼？清淨相、淨罪相。喔唷！所以那個罪障一旦在這個地方，你要把它弄乾淨是難哪，難極了！」

3. 依師教修也能淨除罪障：

密勒日巴尊者「好像顯現沒有懺悔，但是他就跟他的老師，被他的老師折磨得千辛萬苦，最後不但把所有的罪統統都淨除掉了，而且還得到這麼大的成就！這裡邊是不是又一個懺悔辦法？懺悔辦法是什麼辦法？依師教修喔！」

4. 消滅惡因，改變生命：

科判「極大惡行自趣消滅殊勝」最主要講的是謗法罪。對此師父、老師很善巧地提醒我們要懺悔，並舉祖師們淨罪得成就的公案說明淨除罪障非常難。反省自己，如果曾經對具力業門——父母、出家人或法寶等有身口意惡行或不恭敬，那就是極大惡行了。業果一點也假不了，要趁未感果之前，在因地上把苦因消滅，否則未來一定會感苦果在自己身心相續上。學佛要能改變自己，斷惡修善，乃至於把未來的極大苦楚去掉！

5. 學習本論，極大罪行自趣消滅：

淨除罪障之所以難，一方面是不了解業果法則，或即使了解也不習慣拿來用。透由佛陀、善知識的教導，不要你花這麼多辛苦，它自己就消滅掉了，好處不得了地大！依止法很重要，有了善知識做依靠，沾太大的光，討太大的便宜，乃至於像善財這樣一生取辦。少少的投資，就能產生很大的淨罪集資，所以是天大的便宜。



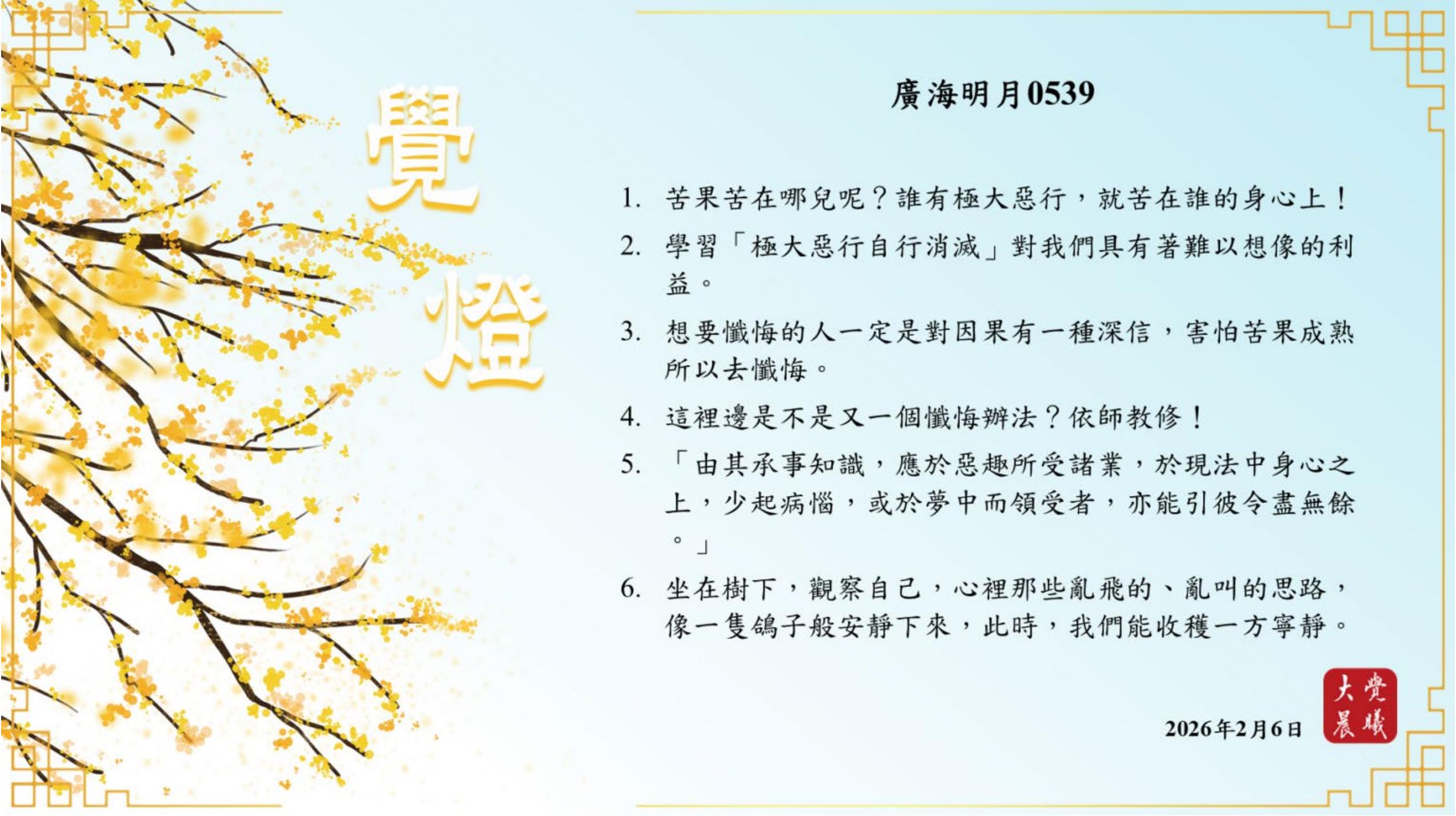
覺燈

廣海明月0539

1. 懺悔的人一定要得到的一個成果，叫淨罪相。
2. 《入行論》云：「身心受苦害，邪見罪為因。」
3. 罪障沒有弄乾淨的話，你就得受這個罪！
4. 我們不想得到苦果，苦果沒來之前怎麼辦？懺啊！懺悔啊！
5. 把自己做過的壞事或心裡的惡念寫上來，在佛前拜三十五佛說：「後不復造！」
6. 正確見解的來源，最可靠的是學習聖人之學。

2026年2月5日

大覺
晨曦



覺 燈

廣海明月0539

1. 苦果苦在哪兒呢？誰有極大惡行，就苦在誰的身心上！
2. 學習「極大惡行自行消滅」對我們具有著難以想像的利益。
3. 想要懺悔的人一定是對因果有一種深信，害怕苦果成熟所以去懺悔。
4. 這裡邊是不是又一個懺悔辦法？依師教修！
5. 「由其承事知識，應於惡趣所受諸業，於現法中身心之上，少起病惱，或於夢中而領受者，亦能引彼令盡無餘。」
6. 坐在樹下，觀察自己，心裡那些亂飛的、亂叫的思路，像一隻鴿子般安靜下來，此時，我們能收穫一方寧靜。

2026年2月6日

大覺
晨曦



覺 燈

廣海明月0539

1. 懺悔要得到淨罪相以後才算。
2. 你有想要淨除罪障嗎？有這念頭嗎？做了幾回？還是做了幾年？
3. 佛法業果之間，是一點假不來的。
4. 懺悔就是自己想想有什麼惡業，在佛前拜三十五佛說：「後不復造！」
5. 《入行論》云：「臨終彌留際，眾親雖圍繞，命絕諸苦痛，唯吾一人受。」
6. 讓浮躁時時落下，我們的心就如處在溫柔的水波中，滋潤甘甜，品嚐生命的回甘。

2026年2月7日

大覺
晨曦