



廣海明月0539 依師教修的懺悔辦法

(更新日期: 2026年2月4日)

- 講次 | 0539 (2026-02-05 ~ 2026-02-11)
- 標題 | 依師教修的懺悔辦法
- 廣論段落 | P14-LL5 ~ P14-LL5 極大惡行……行消滅者。
- 音檔 | 8B 20:33 ~ 8B 23:41
- 手抄頁/行 | 第1冊 P261-LL1 ~ P263-LL6 (2016 南普陀版：
P262-L1 ~ P263-LL6)
- 手抄段落 | 我們現在……的罪業的：

今天我們要來學習「極大惡行自行消滅」這一科。提到「極大惡行」，不知道你們有沒有恐怖感？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！通常惡行，或大惡行，還有極大惡行引生的苦，極大惡行肯定是最慘烈的，是分分秒秒超越身心的極限。所以如果有那樣的結果在不久的將來會兌現的話，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。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！所以「極大惡行自行消滅者」才對我們具有著難以想像的利益。 *01:16*

好！我們現在聽一下師父是怎麼闡述這一段。 *01:22*

我們現在看最後一條：

極大惡行自行消滅者。

它不但正面有這樣的功效，還有平常我們要淨除罪障是難之又難，它現在不要你這麼難，它自己消滅掉了。在還沒有說這個本文之前，我們大家曉得「懺悔」，說這個懺悔要得到淨罪相以後才算。這個《梵網經》上面說得很清楚，以及天台智者大師的《摩訶止觀》，乃至於《小止觀》上都說清楚，很多地方都講這個。那麼《準提陀羅尼》當中也說，你要去懺悔，要得到什麼啊？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，你有這種。02:20

所以我們祖師當中有一位蕩益大師，大家曉得，這是好了不起的人。他因為這個研閱佛法的關係，覺得說：現在這個真正的得到的真實內容不容易啊！這個戒啊，這個戒體得不到。所以就照著這個《占察善惡業報經》的辦法，拜那個「占察懺」，一直拜到幾歲啊？四十九歲。四十九歲？四十七歲啊？總是這兩個當中。你看他二十幾歲就出家，然後花了這麼多年代，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！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！03:23

而現在呢，欸，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。這個道理是有它特殊原因的，有它特殊原因的。在這個地方，我們雖然說不一定，尤其是我覺得：的確要學淨土，但是其他的各宗各派的很多祖師的傳記，值得我們參考的。談到這裡，有一本傳記值得看一看，《密勒日巴尊者傳》。他呀也沒懺悔，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。這些事情，我們可以值得作為我們的參考。現在我們看本論是怎麼消滅我們的罪業的：04:33

如果聽一遍覺得好像心裡沒有什麼感覺，那是不是聽聞軌理很久沒有在做了？可以重複聽一下，有的時候慢慢就會進入一種狀態。04:48

師父說：「平常我們要淨除罪障是難之又難！」我想問大家說：你們會認同這句話嗎？淨除罪障有這麼難嗎？然後再反問一句：「你有想要淨除罪障嗎？」有這念頭嗎？做了幾回？還是做了幾年？05:12

這樣一個大德喔！他說：「淨除罪障是難之又難！現在，欸！不要這麼難，自己消滅掉了。」其實聽到這個有點像神話，為什麼會這麼大的自己消掉呢？05:30

師父再接下來講，就舉了幾部經典，有《梵網經》、《摩訶止觀》，還有《小止觀》、《準提陀羅尼》，對不對？這些引證的經典上面，都在說一件事，叫什麼？淨罪相。淨罪相一定是懺悔的人才會要得到的一個成果，叫淨罪相，那不懺悔是跟這個沒有什麼關係。所以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。所以師父在這裡邊說：懺悔的清淨相，比如

說透過夢啊，還有定中有什麼淨相啊等等。在《廣論》的懺悔品裡邊，大家可以去看一看。所以，在沒有得到這樣的淨相之前，並不能代表將來的苦果不會受。所有的修行人都會追求這個淨罪相。 06:39

然後師父就講了努力懺悔的祖師——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！是四十多歲，一直拜到四十多歲——占察懺。 06:56

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！就像《入行論》講的：「身心受苦害，邪見罪為因。」就是那個罪在那兒，所以才會受罪！那個罪就是惡業的罪。在這裡邊舉了蕩益大師，蕩益大師是非常精進修行的一個祖師。 07:39

接著師父說：「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！」因為我們很多人是還沒有對自己此生的惡業做過終極地追蹤，終極地追蹤——比如說把自己做過的壞事或者心裡的惡念，自己覺得是十黑業的要把它寫上來。因為十黑業的果還沒有成熟嘛！對不對？我們就要對這些十黑業進行懺悔。 08:15

像2026年嘛！2026年大家都覺得：「哎呀，是很不平靜的一年！」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！懺悔就是自己想想有什麼惡業都忘了，想起來寫上。寫上之後，在佛前拜三十五佛說：「後不復造！」這是一種方式，對不對？ 08:48



但是在這裡邊，師父說的是專指這極大惡行。看！說：「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。」這幾個字：「沾太大的光，討太大的便宜。」我建議你們喔！聽到這兒的時候，在這裡停一下：為什麼你會沾太大的光？討太大的便宜呢？ 09:19

前面說：「啊！有了善知識依靠的話……。」欸？它是從善知識出來的！我們沾善知識的光，然後討太大的便宜。討便宜的事很多人都願意做，因為用很少的力得到最大的成果。那麼有了善知識依靠的話，就是會得到這個。

大家有這樣的見解嗎？ 09:42

如果沒有的話，看一看像善財一生取辦，這個道理都是有它特殊原因的。 09:52

所以師父介紹我們看《密勒日巴尊者傳》。這邊說：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！有沒有發現？ 10:16

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！最有名的祖師就是密勒日巴尊者，他身上是有人命債的喔！而且不是一條喔，三十多條人命債喔！然後居然把這麼大的惡業都懺掉了，而且取得這麼大的成就！ 10:41

因為我們都是修行人嘛，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！ 11:00



這一小段，你看！舉了蕩益大師依照《占察業報經》懺悔，然後這個是密勒日巴尊者親近善知識懺悔，占察懺和這個懺都是懺悔的方式。師父說我們都可以作參考，你可以選用哪一種懺悔，或者你都想要用各種方式懺悔。 **11:21**

但是，本論到底怎麼樣消滅我們的罪業的呢？就是我們現在要學的「極大惡行自行消滅」接下來的篇章。 **11:33**

師長開示手抄稿等經書及佛像畫卷，請以恭敬心謹慎面對，不可跨越、隨意放置，且應置於相對高、乾淨的地方。紙張若需回收，請先念「尊辦一切眾生利 賜予相順諸悉地 今雖返回佛境地 祈願再次降來臨」偈頌一遍隨文作觀，再誦金剛力咒「唵班雜北卡馬阿雜馬吽」七遍，再行處理。

