廣海明月0564

老比丘證四果公案（三）

2026年9月3日

1. **老比丘公案說明意業的重要：**

「意業很重要，很重要！就是他心裡上面已經自己成熟了。佛法這個東西處處告訴我們：內學，內學！你學了法，自己內淨心意。我們現在真正最大的毛病——學了法是專門當做照妖鏡看別人，看看所有的人都是妖怪。除了這個以外，然後自己我慢心是越學越大，那個大得不得了！跑到任何地方，看看他不對，看看他不對；只有一個地方沒看見，應該看的地方就是沒看見。」

2. **學了法要向內看到所破，要求自己改善：**

- 「『內淨心意』就是要拿法向內看，看什麼呀？看所破啊！所破看到之後，不要跟所破合在一起，說：『就這麼差呀！我老了啊，我智慧不行啊！就這樣湊合啦！』」
- 「要看得清清楚楚，比如說自己不恭敬是哪些地方不恭敬？是對什麼境不恭敬？能不能覺察？不恭敬就得不到佛法的受用！」
- 「佛就是給自己的相續、給每一個人的相續講的這樣向內調伏的法，不是讓我們聽了佛法之後，拿這樣的標準滿世界去要求別人，是要要求自己的。」
- 「在這個能夠看到我們的習氣、毛病的地方，就請大家對自己不要手軟，因為對自己太客氣了，可能就會把自己客氣到惡道了！」

3. **家庭即道場，要串習恭敬的續流：**

- 「自己是不是拿這個法的鏡子，早晨起來的時候，馬上就進入到挑刺，或者看這裡不對、那裡不對……因為是家人就觀過觀習慣了。那如果在一生中一直串習這樣的續流的話，真的不會廣造諸惡嗎？在一下遇到三寶的境就能夠現起恭敬心嗎？會不會那個續流也會對佛法僧三寶、對父母都不恭敬？」
- 「如果真心地修學就把家裡當道場……要自己觀察自己的相續，找到不恭敬、專門挑別人毛病，而且看到毛病之後沒有慈悲心，說話特別不客氣的地方。」

4. **把師父的叮嚀聽進去，好好修心：**

「師父的這一小段話救我們惡趣的苦喔！救我們惡趣啊！我們在這個輪迴的大夢之中，在家庭這個角色之中……是數落別人的角色嗎？是高高在上的角色嗎？還是這個家是讓我修心的？我感恩我的家人陪伴我，給我很多的方便讓我來修學，抱持著感恩心和恭敬心對待家人。因為在家的時間比較長，如果都不修心，那什麼時候修呢？」

覺曦大晨

廣海明月0564

實踐佛法向內調伏
內淨心意好好修心

2026年9月04日

1. **學了法要內淨心意：**
「佛法這個東西處處告訴我們：內學，內學！你學了法，自己內淨心意。我們現在真正最大的毛病——學了法是專門當做照妖鏡看別人，看看所有的人都是妖怪。除了這個以外，然後自己我慢心是越學越大，那個大得不得了！跑到任何地方，看看他不對，看看他不對；只有一個地方沒看見，應該看的地方就是沒看見。」

2. **我們最大的毛病——習慣對家人恣意觀過：**
   - 我們「其實應該是自己成熟自己的善根，要向內、向自己的相續上觀察。」
   - 「在家人面前不要太放肆，不要不尊重，因為這會成為自己的一個習慣：隨意地呵斥別人、隨意地不尊重別人，想說什麼就說什麼，有不好的感覺馬上就表達出來，完全都不忍耐，這是一個沒有修心的現狀！慢慢表情也會變，就變成滿臉不屑、對別人不恭敬。所以這是一個最大的毛病！」

3. **即使對象是親人，造惡業就會有果報：**
   - 「如果不尊重別人，將來就會成熟一種果，就是大家不尊重你」。
   - 「有的修行者在家人面前很不小心，好像對家人造惡業不會有果報，不是這樣的！只要對一個有心續的他有情造業……造惡業、造善業都會有結果的！」

4. **在家人要注意有沒有違犯菩薩戒：**
要實踐佛法，就要仔細觀察自心相續，看清楚所破，把佛法的標準向內調伏自己，不是去要求別人。所以要觀察自己是用什麼動機來跟家人互動，若是受了菩薩戒，卻仍自以為是地毀罵家人，或因忿恨難平而拒絕別人的道歉，還不恭敬父母、長輩等有德者，甚至當家人在外受了委屈回來訴苦，我卻沒有釐清狀況就呵斥回去，這可能就已違犯了四條的菩薩戒——「自讚毀他圖利敬」、「拒他懺謝忿不忍」、「於諸耆德不恭敬」及「於他罵等輒還報」，因此要特別注意！

5. **恭敬家人，把家當作是道場：**
我們都知道要恭敬師長與同行，但回到家也要繼續把家當作是道場，恭敬家人，創造家裡和諧的氣氛。假如任意地數落家人，身語意都造惡業，不斷地觀過成續流，到最後還是得自我承擔種種苦果。家人是每天都見面的，能注意對家人恭敬、彼此和合、多微笑、多說念恩的話，就容易一起造善業、累積資糧，更容易修心。這樣全家人就都變成了菩提眷屬，菩提道上攜手前行，一起增上。

廣海明月0564

凡事向內自淨其意
看到所破修改自心

2026年9月5日

1. **學了法，自己內淨心意：**
「你們去看看，真實故事。這個說明什麼？意業很重要，很重要！就是他心裡上面已經自己成熟了。佛法這個東西處處告訴我們：內學，內學！你學了法，自己內淨心意。我們現在真正最大的毛病——學了法是專門當做照妖鏡看別人，看看所有的人都是妖怪。除了這個以外，然後自己我慢心是越學越大，那個大得不得了！跑到任何地方，看看他不對，看看他不對；只有一個地方沒看見，應該看的地方就是沒看見。」

2. **凡事向內，把自己的心續培養成熟：**
「要自己看自己，然後自己把自己的心續培育成熟了，這樣的話才會得到我們要得到的希求的果位。所以師父說：『佛法處處告訴我們：內學，內學！』注意喔！這『內學』兩個字一聽就懂，說是內學了，但是還是那句話：『三歲孩童道得，八十老翁行不得。』這個內學——凡事向內！」

3. **把家裡當道場，切莫放肆、不尊重家人：**
「在家人面前不要太放肆，不要不尊重，因為這會成為自己的一個習慣：隨意地呵斥別人、隨意地不尊重別人，想說什麼就說什麼，有不好的感覺馬上就表達出來，完全都不忍耐，這是一個沒有修心的現狀！慢慢表情也會變，就變成滿臉不屑、對別人不恭敬。所以這是一個最大的毛病！」

4. **向內看，看到自心上的所破：**
「三歲孩童道得，八十老翁行不得。」八十歲的老翁即使累積了豐富的做事經驗、社會經驗、人情世故、專業等，但沒有向內求，就不可能做到內學的內容！檢查自己一天的所求——希望別人對我好、天氣好、受用好等，是否都是向外求？所謂向內求是要先向內看，而不是看心情而已；看到自己在生氣是好的，但有沒有安立這是惡業，這是所破？如果沒看到自心上的所破，基本上是不可能修行的。

5. **感恩家人，莫把家人看成惡友：**
要感恩家人默默護持或包容我們的學法與承擔，如果家人不太支持自己的學習，也不要把他看成是惡友。老師要我們注意的是「小心自己不要變成別人的惡友」，而不是拿照妖鏡去看「誰是惡友、誰是惡友」。我們可能不知不覺會變成別人的惡友，不要認為我學《廣論》或是很認真學就不會；如果令他人背離上師三寶就會成為惡友。

覺曦大晨

廣海明月0564

1. 內學——凡事向內！
2. 不尊重別人，將來就會成熟一種果，就是大家不尊重你。
3. 平常要多生歡喜心，少嫌棄別人，不要張嘴就挑別人毛病，多感恩別人，要非常注意口德的修練。
4. 不是用慈悲心的語言流露出來的，都是具有殺傷力的。
5. 聽完法、實踐佛法的時候，對他人要恭敬；對自己要向內調伏！
6. 證得心上的無自性，把「『我』在五蘊上的安立」這個問題搞清楚，去除無明，輪迴就結束了！

2026年9月3日

覺燈大晨

廣海明月0564

1. 學了法，自己內淨心意。
2. 「內淨心意」就是要拿法向內看，看所破！
3. 家人也是人，他也需要恭敬、和合、微笑、說客氣的話、說念恩的話。
4. 修心，就是向內看，能看到所破。
5. 看到自己的習氣、毛病，不要手軟，因為對自己太客氣，可能就會把自己客氣到惡道了！
6. 寧靜的心往往善於孕育偉大而強悍的力量，在心裡沒什麼雜念，非常非常寧靜的時候，很多平常思考不清楚的東西就會很清晰。

2026年9月4日

覺燈大晨

廣海明月0564

1. 學了法，自己內淨心意。意業很重要，很重要！
2. 「餘善如芭蕉，生果即枯槁；覺心樹生果，不枯反增茂。」
3. 要自己看自己，把自己的心續培育成熟了，才會得到希求的果位。
4. 不要把苦樂的決定權交給對方。
5. 「曾子以此三者日省其身，有則改之，無則加勉。」
6. 為什麼我們不創造慈悲、感恩、寬恕，非常積極營造這樣美好的世界？

2026年9月5日

贊曦大晨