

了凡四訓講解

改造命運
運心想事成

釋淨空法師

了凡四訓講解

改造命運
運心想事成

釋淨空法師

普為出資及讀誦受持

輟轉流通者回向偈曰

願以此功德 消除宿現業

增長諸福慧 圓成勝善根

所有刀兵劫 及與饑饉等

悉皆盡滅除 人各習禮讓

讀誦受持人 輟轉流通者

現眷咸安樂 先亡獲超昇

風雨常調順 人民悉康寧

法界諸含識 同證無上道

改造命運心想事成

流通處：新加坡淨宗學會

地址：新加坡喬治王道大牌八〇三，二樓二〇〇號

電話：二九四九三四一 傳真：二九五一九〇八

承印者：C.W. PRINTING TEL: 4730833

發心捐印者

黃雪玲居士

沈金素琴居士

一九九五年十月 敬印一萬冊

了凡四訓序文講記

第一卷

《了凡四訓》這部書，是明朝袁了凡先生，為教訓他的子女而作，並不準備對外流傳。近代虛雲老和尚在《參禪法要》裡面，提到修學佛法必須具備四個條件：第一、深信因果。對於因果報應的道理，要深深的相信，不能有絲毫的懷疑。第二、嚴持戒律。戒律是一門很大的學問，我們初學的人，不必在律學上斤斤計較，能把五戒十善持好就行了。不但是在家同修，就是出家同修，能將五戒十善持好就很好。明朝的蕩益大師，通宗通教，著作很多。在律宗裡，他也算是一位律宗的大德。但他在戒學裡卻自稱是出家沙彌。他的學生成時法師，不敢跟老師比，就自稱出家優婆塞，就是守五戒。所以我們能嚴守五戒就很好。近代的弘一大師，也是嚴持五戒，自稱出家優婆塞。

第三、堅具信心。不能被外面邪知邪見所動搖。第四、決定行門。八萬四千法門，我們選擇修那一門，決定行門以後，絕不輕易改變。具備這四個條件，才算是真正學佛。所以，老和尚這四個條件，可以說對我們今後弘法利生，不但是弘教，就是在宗門裡面，也是不能缺少的；總而言之，確確實實指出了，今後弘宗演教的方向，這是我們必須要遵守的。

在《四十華嚴》裡面，甘露火王這一章裡，也提到了修學有六大綱領。這也是值得我們注意的。那是佛陀在華嚴會上所說的，世出世間的學問，也超越不了這六樁事。經文裡述說得非常詳細。甘露火王是一國之主，每天還會犯錯

。他除了處理政事以外，還要抽一點時間來聽講經。在宮庭裡有講堂，要請誰來講呢？總是一些有大智慧的大沙門、婆羅門，或者證了道果的聖人，請他們來演講。國王率領大臣們，天天也都上課，習以為常。所講的內容，可歸納為六大類：告訴我們什麼是善法、什麼是惡法、什麼是正法、什麼是邪法、那些法與我們有利益、那些法與我們有害，就是這六樁事情。世出世間學問，歸納起來亦不外這六樁事。也就是叫我們能辨別善惡、辨別正邪、辨別是非、認識利害；學問之道無他，如此而已。

《了凡四訓》既然是袁了凡先生教訓他兒子的四篇文章，我們讀起來，當然與經典不相同。這四篇文章從頭到尾細看一遍，幾乎都是說我們的毛病；知道毛病就得要改，不改就不能入道。所以這四篇當中的兩篇，是《四訓》的重點——改過、修善。我們印的這個本子，有印光法師的序文，我們可以把它當作四訓的玄義來讀，是介紹這部書的。

序文的小註，是尤惜陰居士作的。相當扼要，可以幫助我們理解。

聖賢之道。唯誠與明。

祖師的這篇序，這兩句是總綱。「聖」可以稱為佛，「賢」可以稱為菩薩。我們通常講「三賢十聖」。十住、十行、十迴向的菩薩，是賢位的菩薩；初地以上至十地菩薩，則稱為聖。我們要想成佛、成菩薩，這一條道路，從綱領

上講，就是這兩個字——「誠」與「明」。八萬四千法門，無論修什麼法門也離不開這兩個字。離開這兩個字，方向就錯了，就是常言說的盲修瞎練。我們如果能守住這兩個字，這就是菩薩道，也就是聖道。

怎樣叫做「誠」？「誠」很不容易做到。在佛法裡講「誠」，就是「定」。「明」就是「慧」。誠是體，明是用。懂得這個意思，《金剛經》、《楞嚴經》裡面說得很多。「誠」就是如來藏的性體，就是常住真心；在菩提心裡面講，就是直心。佛在《無量壽經》裡，給我們說的「至誠心」，就是「誠」的意思。

「明」是智慧，對於一切事相、一切事理，都能夠通達明瞭，而沒有錯誤，叫做「明」。所以「明」在我們初學佛的人來說，就是省察的功夫。我們要常常反省、檢點、觀察，而後才能做到改過，才能做到積善。所以改過與積善，在世尊教法中說：「諸惡莫作，眾善奉行」。是要建立在「誠」和「明」的基礎上。

如果我們沒有誠明，就不曉得什麼是惡，什麼是善，那還談得上改過與積善。唯有誠明的人，才懂得什麼是善，什麼是惡。要改惡，要修善。「誠」也就是講的自淨其意。這兩個要同時具足。即誠而明，即明而誠。就是佛法裡講的定慧雙修。修到定慧不二的時候，自自然然就證果了。證的什麼果呢？聖道當然就是證得聖果、無上菩提。《華嚴經》上講的無障礙法界——理事無礙、事事無礙的聖果。所以祖師在這裡給我們一語道破：「聖賢之道無他，誠明而已」。

「。這兩個字，不但整個《了凡四訓》都建立在這個基礎上，可以說世出世間法，都是以這個為根基。《了凡四訓》教給我們什麼？就是教我們「誠」、「明」這兩個字。祖師後面還有詳細的說明。

聖狂之分。在乎一念。聖罔念則作狂。狂克念則作聖。

「聖」就是聖賢人，「狂」就是凡夫、愚昧狂妄之人。愚狂之人和佛菩薩，他們分別在什麼地方？祖師給我們指出來，在於一念；一念可以說就是上面的「誠」與「明」。以下祖師引用《書經多方章》的兩句話：

『聖罔念則作狂』。簡單的講：佛菩薩如果要失掉了覺察，就是凡夫。「罔念」就是失掉覺察，「念」就是覺察的意思，「罔」就是失掉，沒有了。《大乘起信論》裡面講：「一念不覺而有無明」，罔念就是不覺，起了無明，聖人就變成凡夫。

『狂克念則作聖』。「念」是覺察，「克」是克服。凡夫要是念念覺悟，他就是佛菩薩。可見得凡夫與佛菩薩，不過就是迷悟一念而已。由此可知，覺察的功夫，太重要了。在佛法裡講，就是「照」的功夫。「寂而常照，照而常寂」，「寂」就是誠，「照」就是明。誠而明，寂而照。明而誠，照而寂。聖凡分別就在此地。

其操縱得失之象。喻如逆水行舟。不進則退。不可不勉力操持。而稍生縱任也。

『操縱得失之象』。「操」是操守，「縱」是放縱。我們要是沒有操守，聖賢之道就可以得到了。我們要是失掉了操守，放縱、放逸，我們就得不到了。這種現象，確實是好比逆水行舟，不進則退。爲什麼會有這種現象？因爲我們無始劫以來，就把操守失掉了；生生世世都是放縱，而養成了放縱的習氣。現在叫我們操守，很難提得起來。因此真正有志要修聖賢之道的人，就不可不勉力操持了。這就要帶一點勉強，誰勉強你呢？你得要自己勉強自己，要勉力自己奮發自強，不可以『稍生縱任』。

須知誠之一字。乃聖凡同具。一如不二之真心。

剛才已說過，「誠」是說體，宇宙萬法的理體。就是講的常住真心，也就是《楞嚴經》所說的「如來藏性」。四聖六凡皆是依據如來藏性。藏性雖然隨緣，現十法界依正莊嚴之相；但藏性確確實實是不生不滅、不垢不淨、不來不去。我們再作一個簡單的比喻：我們每天照鏡子，鏡子好比真心，清淨光明。鏡子裡面所照的影像，好比真心照十法界依正莊嚴之相；無論照好的相、醜的相、善的相、惡的相，鏡子的體從來沒有變過。性體亦然，所以凡聖同具不二

，隨緣不變，這是真心。

明之一字。乃存養省察。從凡至聖之達道。

「存養」的「存」，是講我們的存心，「養」是修養，「省」是反省、省察。我們要是能不斷的在這裡存養反省，我們就可以從凡夫達到聖賢的果地。這是把超凡入聖的原理、原則，給我們指出來了。

然在凡夫地。日用之間。萬境交集。一不覺察。難免種種違理情想。警爾而生。

我們現前是博地凡夫，既然在凡夫地位中，我們很少會用誠明的功夫。在日常生活當中，六根接觸六塵境界，一不覺察，就會做錯事。一不覺察，內心裡面生愚癡煩惱，這是講意業；身與口，免不了要造種種罪業。貪、瞋、癡、妄等等的邪念，忽然發動了。為什麼有這些呢？因為我們沒有覺察；如果能覺察，就不會有貪瞋癡妄。我們想想看，有幾個人會用？會用覺察，就是我們常講的提起觀照功夫。觀照功夫叫「覺察」，像《金剛經》裡所說的：「凡所有相，皆是虛妄。」我們如果能在日用平常，依經訓的標準觀察內心外境，絕不會起貪瞋癡妄，這叫誠與明，這叫行菩薩道。《楞嚴經》裡也有兩句經文說「

觀相原妄」、「觀性原真」這八個字。我們要能夠時時刻刻提得起來，境界相一現前、根塵相接觸的時候，立刻就覺悟到相是虛妄、性是真實的。這裡面就不會有妄念，不會有貪瞋癡慢了，這就是「覺察」，也就是前面講的省察功夫。這一點我們千萬要記住，不能會錯了意思。覺察我今天做了什麼事情，這樣你覺察一百年，也還是一個凡夫，那是不覺。這就是會用功和不會用功的區別。我們讀誦大乘經論，有沒有受用，也就是在日常生活中，有沒有依經中的教訓去做。

此想既生。則真心遂受錮蔽。

我們不能覺察善惡、是非、利害，『則真心遂受錮蔽』。佛經常講：真心被無明煩惱蓋覆住了。

「如金生鏽。如鏡蒙塵。一片天真。遂為人欲所蔽。」金、鏡子，比作真心。生鏽蒙塵比作貪、瞋、癡、無明。有了這些東西，一片天真，遂被人欲所蔽。這個意思是五欲六塵，把我們的真性蓋覆住了。

而凡所作為。咸失其中正矣。

我們的所作所爲失掉了中與正，都是偏都是邪。既偏且邪，就落於小人無忌憚之一路。我們想一想，我們現在所作所爲，是不是偏與邪呢？要說我們偏見，我們就不高興；說邪行，我們也不高興。自己要檢點自己，如果自己時時刻刻，還被外面境界牽著鼻子走，如何能得到中與正呢？自己要明瞭、要曉得、要承認，這才叫勇。勇於認錯、勇於改過，這是超凡入聖的根本。

若不加一番切實功夫克除淨盡。則愈趨愈下。莫知底極。徒具作聖之心。永淪下愚之隊。可不哀哉。

祖師這幾句話，都是爲發心，想學聖學賢的人所講的。既然發心想學聖學賢，就一定要做切實功夫，這裡著重在「切實」兩個字。

『克除淨盡』，克除五欲六塵、偏邪之見；不但要除，還要除得乾乾淨淨。如果不能把這些偏邪的知見去乾淨，就愈趨愈下，沒有底極。

我們一定要曉得自己有過失，要發心改過自新，能改過才叫「大勇」。我們中國聖人所講的三達德：智、仁、勇。與佛講的三菩提心意是一樣的。誰是真發菩提心？誰具足三達德？能夠承認自己過失，能夠改過自新的人，這才是真正的菩薩，真正聖賢人。否則我們依舊是悠悠泛泛，如這裡所講的『徒具作聖之心』。「徒」是徒然，我們有這個心，但沒有去做。我們想成佛、想成菩薩。但日用心行並不像佛菩薩，這個想法，永遠是個妄想。前面所說的「逆

水行舟，不進則退」，不能改過修善，必然是造惡積惡，積惡就愈積愈深，那有不沉淪的道理？

『永淪下愚之隊』，入了下愚那一隊去了。這對於一個發菩提心，已經聞到佛法、知道發心、知道佛法功德利益，而不能夠確實去修證的人，實在太可惜了。成佛作祖難不難呢？

然作聖不難。在自明其明德。

成佛作祖這樁事情，是我們每一個人都做得到的，問題是我們肯不肯做。諸位同學，這次啓講，感觸很深。我讀此書是在二十六年，我講經已經講了十八年了，講《了凡四訓》是頭一次。應當在二十年前就要講了，以往都是在大乘經典裡面兜圈子，好高騖遠，建的是空中樓閣，沒有好好的在基礎上下功夫。二十年前我就看過印光大師這篇文章，雖然是看了，沒有看清楚，沒有把它當一回事，也不覺得很重要。一看《了凡四訓》是世間法，是父親教訓兒子的，講的話還不錯，還有點道理，就不再去理會它了。現在二十幾年下來，都搞的空中樓閣、一事無成。回頭再看這本小冊，大徹大悟，才曉得這是無價之寶。

這本書是大小乘的基礎，沒有它，大小乘都落空。我們現在要作聖，確實不難，從這裡打基礎。我們把這個道理明白了，在日常生活中，照著去做的話

，命運立刻就會改過來。大家要能好好的做，三個月就能見效了。

祖師告訴我們，為什麼作聖不難呢？因為在『自明其明德』，這是「大學」上的一句話：「大學之道，在明明德。」明德就是本性，也就是前面講的誠與明。「明德」在聖不增、在凡不減，人人本具照耀天地之真心。明德上面再加一個「明」字，可見這個明德，現在是不明。為什麼不明呢？被五欲六塵的煩惱所覆蓋住了。我們想作聖，只要把我們的明德恢復就行了；換句話說，把本來的明德，上面那些障礙、那些蒙蔽去掉，我們的明德就恢復光明了。

下面是教給我們明明德的方法：

欲明其明德。須從格物致知下手。

「物」是物欲，是對於物質上生起種種貪求的欲望，我們把它歸納為五欲六塵。「格」是格正，司馬光解釋「格」為格殺，格殺什麼呢？格殺五欲貪瞋癡妄念。

尤註：「繩愆糾繆。格其非心之謂。」明明德要從這裡開始，這就是佛法常講的放下萬緣，「格物」就是放下萬緣，萬緣是什麼呢？「萬緣」就是物欲。物欲障礙我們真心，障礙我們清淨心，如果我們不能將它放下，不能將它格正，清淨光明的覺性就不能透出來。

『致知』就是看破，我們得要有智慧，「努力覺照，勿任昏散之謂」。這裡的「知」，不當一般的知識講，這個「知」是覺的意思，小註註得很好，覺照的意思，就是前面所講「明」的意思。致知覺照，念念覺照，這是真實學問，「格物」是真實功夫。看破是真實學問，放下是真功夫，要從這裡下手。

倘人欲之物。不能極力格除。則本有真知。決難徹底顯現。欲令真知顯現。當於日用云為。常起覺照。不使一切違理情想。暫萌於心。

這裡再細說功夫與學問的方法。「倘」之一字是假設，假設人欲之物，如果不能極力的格除。拿佛法來講，就是放下再放下，徹底的放下。這確實是很難，有人對錢財放得下，對名利放不下。有些人名放得下，利又放不下。換句話說，五欲六塵總有一兩樣放不下的。世間法放下了，出世法也要放下，「極力格除」，除到乾乾淨淨。

《楞嚴經》說「空如來藏、不空如來藏」。說得相當精闢。空、不空如來藏，都是給我們講這個道理。為什麼要我們徹底放下，因清淨性中一法不立。要真正做到像禪宗六祖慧能大師所講的「本來無一物」。就是此處講的極力格除，格除得乾乾淨淨，心裡面一物不存，一法不立。這時真如本性裡的般若智慧、光明就現前了，本有真知就透出來了。真正的智慧是我們本有的，不是外

面求來的。像明鏡一樣，明鏡的光明不是外面來的，是它自己本來有的。而鏡子上面的灰塵蓋得很厚，失去照的作用。只要把灰塵去掉，能照是鏡子本來的，並不是我們給它的。聰明智慧是本來具有的，心地愈清淨，智慧就愈高；心愈淨、愈定，智慧就愈大。這是一定的道理。

我們看一個人的心定不下來、淨不下來、心裡一團糟，這個人絕對沒有智慧。世出世間法是一樣的，辦大事的人，心常常是靜止不動的。什麼境界現前，他都能如如不動，這樣的人才有智慧光明，才能把事情處理得恰到好處。如果事情一臨頭，心裡就慌亂了，這種人絕對成不了器。我們要開智慧，就要從定境中下手。所以我們要是不能夠極力格除物欲，本有的真知，沒辦法現前，亦難徹底顯現。換句話說，我們本具的般若智慧，我們有一分格致的功夫，智慧就透一分；有十分的功夫，就透十分的智慧。智慧的顯現，就以我們格致功夫的深淺而定。

『欲令真知顯現，當於日用云爲，常起覺照』。這句話也就是教我們，平常用功的方法。『日用云爲』就是日常生活，從早晨起床到晚上睡眠。就在日常生活當中，長期不斷覺照，就是使覺照的功夫不要間斷。爲什麼呢？覺照的功夫一間斷，無明就起來，煩惱就現前。我們覺照的功夫提起來的時候，無明沒有了，煩惱也沒有了。煩惱好像霜露一樣，覺照就像太陽一樣；太陽一出來，霜露就溶化了，煙消雲散了。可見得這覺照的功夫，對我們是非常重要的。

『常起覺照』，重要是在「常」字；偶爾的覺照我們也有，就是不能保持

「常」這個字。其實覺照的功夫，在我們現在的人來講，有五分鐘、十分鐘，就很不容易了。我們自己想想，在一天當中，有沒有五分鐘、十分鐘的覺照？恐怕從早到晚，一剎那也沒有。但我們聽經的時候，也許會有一點，在認真聽講的時候，會有一點覺照的功夫。但是離開講堂以後就又忘掉了，功夫又提不起來。如果不常常聽經、看經的人，單單燒香拜佛，恐怕一生當中，難得有幾次覺照現前。失去覺照的現象，就是「違理情想」。「理」就是指前面的「誠」與「明」，「真心不二」之理。也就是《楞嚴》所講的「相妄性真」之理；《般若經》裡所講的「凡所有相，皆是虛妄」。違背這個理，一定是落到情識一端去了。情想起來了（「情」就是分別執著），這時候就是「識」作主了。理是「性」，情是「識」。換句話說，轉本性成阿賴耶識，成為情想。轉真如本性成阿賴耶識，就是「轉聖作狂」了。這是大大的顛倒。祖師在這裡教導我們，要在日常生活中，常常提起覺照功夫，『不使一切違理情想，暫萌於心』。不要常有違理情想，連暫時有這個現象，也不可以。可體會得古人常講：「不怕念起，只怕覺遲」的深意。「念」就是違理情想，我們不要怕，怕的是沒有覺照。只要有覺照，違理情想，立刻就煙消雲散了；常住真心就立刻又恢復光明。

「如此則庶乎。處暗室無虧。履平地若恐。對青天而懼。聞雷霆不驚。」這是尤註舉幾個例子，說我們心安理得。也就是在日常生活當中，提得起觀照的功夫，雖處暗室不做虧心事；因為我們的心地永遠是清淨光明的。

常使其心。虛明洞徹。如鏡當臺。隨境映現。但照前境。不隨境轉。妍媸自彼。於我何干。來不豫計。去不留戀。

這幾句話，對我們修行人作用太大了。我們爲什麼被境界轉呢？所謂被別人牽著鼻子走，這是我們不會修。印光祖師在這裡，才傳授我們看家的本事，首先叫我們『常使其心，虛明洞徹』。心要虛、要明，「洞徹」兩個字是形容虛明的。心裡不能有一物，也就是不能有牽掛，不可以有執著。爲什麼不可以有呢？因爲真心裡本來沒有。凡是心裡有牽掛、有分別、有執著，都是妄心，不是真心，真心裡面沒有這些。我們要覺悟，心裡有牽掛，就要想到這錯了；妄心在用事，就要認識這是妄心，不是自己的真心。

『如鏡當臺』，心好像明鏡一樣。

『隨境映現』，隨著外面的境界，古人所講：「胡來胡現，漢來漢現。」古時候的外國人，我們稱作胡人，外國人走到鏡子的前面，鏡子就現一個外國人的影相。「漢」是我們中國人，中國人在鏡子面前，現的是中國人的影相。事實上鏡子裡，並沒有漢跟胡，鏡子裡面空空洞洞，什麼都沒有，它可以隨著境界而現象。雖隨著境界現象。

『但照前境，不隨境轉』。它只是照外面的境界，外面的境界並不能轉變它。因爲它永遠如如不動、乾乾淨淨、一塵不染；心地裡頭，一物也沒有，無