

六、要生反省心。

人不反省的时候，就觉得自己什么过失也没有，好像每一天都修得很好，若干年后，真的出生了念多少部经、多少遍咒、多少句佛号的功德等等。从来不做自我检点，尽是一些场面上的事，而且还会有意识地去宣扬一下，自己就感觉很满足，自我欺骗一番。为什么会出现这种状况呢？就是因为从来不懂得反省。

那么现在就要学会反省。反省，就是常常反过来检点自己的心态、行为，观察哪些是对的，哪些是不对的，现在是退步了？还是进步了？我的心为什么是这个样子？该怎么来改进？这些都要有意识地在自己心上不断地反观、省察。

有了反省就不会自欺，有了反省才能在自己的过失处改正，这样你才能日新月异，才能不入歧途。不会反省的人，从来都不知道自己在哪儿出错了，即使早已落在偏差里，已经错得很远，也丝毫不会发觉。没有反省，就不知道自己的过失；不晓得过失在哪里，就无从改正；没有改正，就没办法进步。反过来，时时懂得反省的人就不会走错路，会时时在因上调整、改正。这就是修行人的一种起码的素质，没有这一点，是根本修不了心的，再怎么说道也只是流于表面。

在念诵上同样要有反省。一反省，知道哪里错了，就及时调整，这样才能日益升进，才能逐步地往上走。人的一生实际上都是在改错误。如果你说我这一辈子没犯过错，我什么错的、改的也没有，那只能证明你根本没有修行。现在，我们是从大的方面在说，那么各自配合在自己的修行上，就要按照实际情况来做，不然就避免不了熟溜的毛病。比如，你每天念诵《普贤行愿品》《西方发愿文》，以及各种的仪轨、经典，包括佛号、心咒等等，那就在这上面一样一样地反省。也就是观察：我念诵的时候，是从心里过的，还是从嘴巴上溜的？

要知道，任何一个仪轨、一种修法，都是要把我们的心，引入到法的轨道上面。如果我们的不能在这上面相应，

就表明心和法已经脱离了。佛法里讲的都是我们心上的事，仪轨就是在指示我们的心所要行进的方向、操作的方法，以及怎么在法上运转的问题。如果心里没出生法的所诠义，没有法的内涵，光是口里念念，心从来没跟法相应过，那就完全落在表面了。所以要反省：我现在念的这部经、这个仪轨，心有没有缘着这个法义思维？有没有按照法来作观？而且，这要配合不同的法来说。比如发愿的时候，要观察自己的心，有没有按照这样来发愿？这就是关键。你这么反省下来就会发现，有时候有，有时候没有，没有的话就要改正。

以《西方发愿文》为例，这是一篇愿文，里面从头到尾有很多内涵，每个地方的文字，就是在指示你所要达到的那种心态，或者说应该出生的那种愿望、那种祈愿。这个愿文就是在做一种规则、一个示范，也就是以这种文字作助缘，来引发你同类的心。因为这些都是成就的祖师们写的，非常完善，每个地方我们都可以效仿。就像一本拳谱，一个武术大师写了拳谱，因为他是过来人，知道每一步的关键、要点在哪里，所以你只要按照那本拳谱来练就行了。练好之后，你就会打得跟他一样好。同样，法本就是在告诉你应该怎么做，怎么来引生自心上的法，这是关键。能引起的话，这个法就变成了你心里的法，法本里的字字句句全都成了你心里的法义、心里面的修法。换句话说，你的心念念就会跟法本里说的一模一样了。如果没出现，就说明自心上还没有这个法。

比如，《西方发愿文》最开始就说礼拜西方大导师，有它所要引生的心态。起了这样一种对阿弥陀佛的崇敬心、皈依心后，就是真心地发愿愿往生，然后唯一祈求阿弥陀佛摄受我。那么大家就要反省：我念诵的时候，有没有生起这样的心？如果你每次都有这种心，那好了，仪轨上说的就是你的心态，你已经处在修法当中了。如果你没有，就说明心里没有按那上面说的一步地想，所以没出现这样的心，那就得赶紧纠正。就像这样，如果你每一次都能严格地按照那样

去想、去作意，经过几次练习后，你就会有那样的心，一模一样的。通过长期的训练，就会形成一种坚固的心态，那么整篇《西方发愿文》从头到尾讲的就都是你的心，你已经被纳入到这个仪轨里了。这样念念不断地去运转，真实的求往生愿就出来了，那才是真正的西方发愿，也是真正成了你心中的“西方发愿文”。

所以，你一定要反省，看自己的心有没有跟法结合，现出法的内涵，每一次都不要骗自己，不要只是在口头上溜过就算，要认认真真地按照这个来操练。就像初中生做几何题，他就按照老师教的方法，然后自己把题做出来。同样，你是一个修法的人，就要按照佛菩萨经文上的指示，按那样把它修出来。经文、法本上说了什么，你在自己心上也都标标准准地修出来。虽然未必一次就能达到，但你每一次都要尽自己最大的力量，来现起那样的善心，在这上面不断地努力，不断地这么练习，最后就会真正出生那种心态。

回过来说，《西方发愿文》一开始，就说祈求弥陀的摄受，那就反省：我有这样的心吗？我的心按这么想了吗？没有想的话，那就停下来继续想，认认真真多想几次，那种祈求佛摄受的心态就有了。这上面每个人都能达到，就看你愿不愿意去做。

然后说要发菩提心，普为四恩三有、法界众生，求无上道。那就观察：我跟这个义理相应吗？我是为了一切众生成佛而求生极乐世界吗？如果缺这个心，那就像没有心的人一样，怎么能行呢？所以，我要有意识地在这上面多想一想，想办法把这个心发起来。然后再念那个文，同时相应的心态就有了，这才是以菩提心的摄持在修行。

之后是忏悔业障，然后祈求现世的禅观之中、梦寐之际要出现什么感应；临终时要如何无碍见佛，得佛接引；往生以后又要如何花开见佛、闻妙法音、悟无生忍，在十方世界利益众生等等。整个愿文说的，就是你从现在起，直到成佛之间的行进路线，所以它叫做“愿”。一旦你心里真实起了这个愿，那么愿就会把持你的心，牵引你的心朝这个方向走。

现在很多人只是在文字表面上念来念去，心里根本没有真正贯彻这个愿，那就不会有真实的结果。所以，这是非常重要的问题，每个人心里都要很清楚。

就好像一个小学生，看了科学大师的传记后，对这个非常有意乐，觉得他能有那么伟大的成就，我也想成为那样的人。然后就开始立志，那么现在小学的时候怎么学、初中怎么学、读什么大学，怎样尽快达到他那种水平，然后就可以站在世界科学的高峰上，在最前沿的阵地，去做那方面的事。因为他心中一直有这样一个路线，他那种想当科学家的心很真，这就是他的愿。如果心里没这个路线，光是嘴巴上说说，那也不算是真的。

同样，我们这种求生西方的愿，要比他崇高无数倍。那么现在你就要想：我现世就好比是读小学，还有几年或者几十年的时间，在这个期间，我要怎样把它学好，等到了临终的时候，考入极乐世界的大学，而且要力争考高分，考上很高的品位。这就是初期的目标。如果你有这个志愿，那这一生就会孜孜不倦地在这上面努力，你就成了一个有愿的人。有了这个志愿的摄持，你会主动地行持净业。如果没有志愿，人整天就吊儿郎当的，非常散漫随便，这都是胸无大志的表现，这样就不好。

然后是中期的愿望，那也是愿文里说的，到了极乐世界以后，怎么圆成三身四智、五眼六通等等，对于这些功德，现在就要立好志愿。有智慧的人知道愿是前提，它是一个蓝图、是一种心上的路线，比任何事情都要首要，所以他会努力地先立志，让自己的心有意识地往这上面去想。而且，他的眼光不只是看到现世，还关注着往生佛国以后，怎样跟阿弥陀佛以最直接、最快速的方式相应。他期望到了那里能迅速圆成佛道，所以会往这上面发愿，这就是中期目标。

最后，在佛国已经证成了大道，再怎么样前往十方世界去利益众生等等，现在也要在这上面发愿，这是后期目标。

其实，这就是整个普贤行愿的轴阔，它们两个实际是一个内涵，只不过开合的地方有所不同。现在的关键是反省自

心：我念这个西方发愿文的时候，心跟愿的义理相应了吗？我的心上是不是已经开出了这样一条路线呢？我真的确立了吗？如果已经确立了，那就要加强它，往后的每一天都按这个来起愿。其他的东西都可以夺，但我的志愿谁也夺不了。这样的话，你就有保证了，这个志愿能立得定，就成为你内心里的导师，任何时处就由它来引导你，你就不会走错方向。这个不确立的话，就没保证，因为你的心时时都在被业力牵引，很可能走到别的地方去。但是只要有了愿力，无论在任何时处，一触及到这个问题，你的心就会被愿力驱使，决定按照你的愿来完成，不会走到别的方向。

比如在世间法上，一个人真正立愿：我不要搞政治，也不为赚钱，我就要在科学上达到什么境地，或者要求证真理等等。那么一旦他的愿牢固了，那是谁也拉不走的。包括父母劝他说：你还是现实一点，讨个老婆、赚点钱就好，何必想那些虚无缥缈的事。但他就是不肯。为什么呢？因为他的愿已经扎根了，就会一直牢固地掌控着他的心，他再不可能往别的方向走，因为其他的都不是他的愿望，所以根本不愿意做。他的心只会随着愿的牵引，一直往那个方向走。

其实，我们现在学佛，也都是基于前世的愿力。有愿的力量在牵引，一碰到这个关头的时候，他就想：我不要做别的，一定要学佛、修道。这都是从前世不断起愿的力量中来的。所以，我们一定要懂得这个要害，知道怎么来贯穿现在和未来。

这就知道，立愿相当重要，这又在于你每一次是不是从真心里面发出来。如果你的心里每一次都能真正地把它发出来，天天都这么立愿，那么经过几百次以后，愿已经强化成了一股很大的力量，这个力量坚固了就好办，你就绝对不会落到别的道里。如果你的志愿能够跟佛菩萨的志愿合拍，跟普贤行愿合拍，那你以后决定就走这一条路了。换句话说，你的愿力自己会驱使着你，只走这条路，别的道一碰到就不喜欢，所以不会落入低小的道，或者是一种有偏差的、邪恶的、不正的道里面。

大家知道这个关要以后，无论是念《西方发愿文》《普贤行愿品》或者别的，都要把握住这个要点。要反省：我跟菩提心相应吗？跟这种菩提志愿相应吗？跟佛相应吗？念念要在心地上检查。如果你现在每一次都能好好检查，把不正确的状态都及时纠正过来，那临终时就不会落空。一辈子没虚假过，临终怎么会有假？如果你天天都是假来假去的，到了最后，那个真正的心也不会自己蹦出来，对不对？它只会表现为没有愿。很多人到临终时心无主张，其实都是自作自受，是他平生自己轻忽玩弄的结果。

所以，同样是念佛人，有的能往生，有的不能往生，关键在哪里？就是因为一个有愿、一个没愿。真正按愿文起愿的人，心里就有往生的志愿。想想看，心里不断地这么发愿，最后怎么可能落空？到临终的时候，愿已经牢固了，没有人能夺走，谁想阻止也不可能，他是一定要往生的。他不会再求别的，一心就是要挣脱一切生死束缚，一心要跟佛去，那谁能挡得住他？所以这样的人一定会往生。

另一个人为什么往生不了呢？就是因为虽然口口念弥陀，实际都是在自欺。因为他念佛、做功德等只是做给别人看，他的心不真，他没有想往生的心。他心里还是念念贪恋世间，真正要的就是轮回里的事，口里念的不是他的真心话，换句话说，他从来就没有真正发过求往生的愿，压根就没有真心想去极乐世界。这样就会自欺一辈子，所以一到紧要关头就表现出来了。

就像在世间上学，有的人真正立了读书的志愿，有的人没这志向，他们的表现也很明显。愿意读书的人自己会主动看书、学习，一到了时间就要读书，你不让他读他就哭，他一定要读，甚至暂时读不了的话，以后还要补。而那些没有读书志向的人，根本不想学习，他们是被父母硬逼到学校去的。他坐在那儿，根本没意乐，整天吊儿郎当的，巴不得赶紧离开。一出校门，离开了被管制的范围，他就随心所欲，干他的去了，就是因为心里根本没这个志愿。这样你就看到志愿真假的差别，如果是假的志愿，还想往生，那绝对不

可能，不然因果就颠倒了。

所以，现在的关键是自己要反省：我念的时候是不是起了这样一个志愿？是不是有这种愿心？如果发现自己没有，那你就赶紧改正，这样还有希望挽回。所以，要痛自反省，不要再欺骗自己了。有就是有，没有就是没有。没有的话，就赶紧在这上面想办法。如果有但是比较薄，那也要想办法把它深化。能这样反省，就不会落空，知道自己差在哪里，弱点在哪里，那将来也能在这上面得利，而不是骗自己一辈子。天天晓得反省、改过，那是真正踏在实处修行，临终才不会后悔。

而且，反省要细致地去做，下至一点一滴的心念、行为，都要去反省，检查哪一点有不足，然后及时纠正。这样的话，因和果才相符，因上正了，果一定得。佛经里有句话：“因地不直，果招迂曲。”因地，就是指我们现在立愿的心，这是根本，如果这个愿立不起来，是假的，那就是不直，到时候得不到果就不能怪别人。

总之，要反省自己念诵的时候，跟经上的义理是否相合？真的起了这样的心吗？这是第一个要反省的地方。

下面讲第二个，态度方面的反省。

这要先从念诵的效果上看。大家可以发现，同一部经，有时候念起来善根触动，眼泪都流出来了，有时候念起来若无其事，好像根本没这回事，心里是空的，只是走个过场。这是为什么呢？当然也是因上的心不一样。同样一个所缘境，有时候灵感很明显，念了之后整个身心里里外外受到加持，自己都感觉不一样，感觉这一座修得很好，这部经念得很相应等等。但有时候就经常性地错过。这时候就该知道，里面是有问题的，是我念得不好、修得不好，没好好用心，应该自责。这样之后，你就开始警醒了，就不敢熟溜。

其实，念得好不好关键还在这个心。否则同样的经文，为什么念出来的效果有那么大的差别？就是因为，你的善心真正起来了，有了诚敬，心住在诚敬当中，这样一字一句地念下来，当然是很好的。如果没这个善心，然后也无所

谓、很放松，随便念下去，那当然也没有什么效果。

所以，一定要这样细细地来审查自己的心，反复地自讼。“自讼”，就是说你要不断地在自己的心上反省，严格地审判自己、检查自己。像这样，一点也不愿意自欺，不愿意空过的话，你的修行一定会好。如果你不愿意审判自己、不愿意改正，而且还护短，那就不会有进步，因为你的善心起不来，已经被过失给蒙蔽住了。

这样就知道，做什么事都要有诚心。古人说：“不诚无物”，没有诚心，做什么事都不能成功。“诚”，就是指一个心，没有二心，意思是要用全分的心力，有一点保留就是不诚，那就不灵了。所以，我们修行时就要敢于放下自己，然后一心投入。过去的人都知道，不诚心就不会有成就。比如行医，哪怕夹杂一点点为了得报酬的心都不行，心里有私欲，也就不灵了。尤其在修法上，无论念什么，修什么，做什么善法，都要看自己是真心还是假心。如果用一种很小的心、私我的心，在那儿盘算着我该不该付出，这样做吃不吃亏等等，这样心就不真了，做出来的肯定不行。

修行就是要做一个真诚的人，所以不论做什么，包括一举一动，下至顶礼一拜、供一次香，念一句佛、一句咒、一句经文，说一句法，任何身口意的行为都要有这个内涵。《维摩诘经》上也说：“直心是道场”。心如弦直，就像一根弦一样，没有什么打弯的，也因此，完全是从自己的天性里面出来，这样就很好。经过了分别心各种各样的打弯，就不行了，因为那些都是邪思，是出于一种私我的心，是一种计较心、烦恼心，这就不好，这些东西全部要淘汰掉。

打个比方，请一个人来做法事，超度或者祈福等等。如果他心里一直盘算着：今天施主会给我多少钱？给的少我就随便念念，给的多我就好好念。这个心就不正，因上不好，就不会出现修法的成效。所以，时时都要观察这个心。心好了一切都好，法界的缘起上不会有差的。你能信得过，就知道因上一正，它决定有好的果，不必另外去攀求什么。反过来，心不真就不灵了。所以关键就是，我们任何时处都要反

省：我是不是用真心在做？

用譬喻来讲，通常会说，狮子搏虎用全力，搏兔也用全力，它不会用半分劲。这也是俗话说的“全神贯注”。意思是，这个人无论做什么都是很认真的，心里面真诚无私。因为一有私心马上就不对了，一顾及到个人的利益、名誉、出风头，有位置没位置、功德大还是小、属于我的不属于我的、吃亏不吃亏等等，这些心一起来了就不行，这些都叫私欲，是不合于天理的。诚心就是百分之百完整的一个的心，它不受任何私欲的破坏，这就很真诚了。所以，我们在做任何事的时候，一个最关键的问题就是要有诚心。换句话说，要把真诚贯彻在一切修法、一切言行当中，不可缺少，一缺少就全是假的，这一点至关重要。

现在的人普遍心不真、不诚。因为私欲的心太浓厚了。你看在社会上工作的那些人，几乎都是“利”字当头。这方面当老板的很有体会，钱给得多，手下的员工就很愿意做事，一给少了，他马上就不好好干。他的心很刁，其实这都是邪心，不是好心，他完全是看给了多少钱，这样没有诚心就不好，已经失去了做人的本分。如果一个医生这么搞，行医本来是善业，也会变成恶业，就是因为他的动机不正。也因此，他不可能全心地投入，那怎么会有医德，怎么会有真正高明的医术呢？他的心完全被烦恼左右了，怎么会出灵感呢？所以，私心是要不得的，一旦有了它，人的心就要被毒化的。再比如有的老师教书，学生给的钱多才肯好好教，完全是奔着钱来的。这样的话，心完全被烦恼控制了，有钱的就愿意多教一点，没钱的就置之不顾，说明他的心已经坏了。

讲的这些例子就是启发大家什么叫诚心。懂了这个，再结合到修行，修道的人不是求世间名利，是以道为重，念念为道，没了道不就成了死人吗？所以就要求自己，无论我做什么事，心都要全力以赴。哪怕扫个地、擦个桌子、供个灯等等，我也毫不亏心，这就叫尽全力。扫地就把它扫好，懂得了扫地也就懂得修道了。周利槃特就是扫地开悟的。他没

别的想法，所以就能开悟。现在的人扫地，给的钱多一点，他就很高兴，然后表现得很谄媚、巴结，给的钱少了，他就会去计算，你给多少钱我就干多少活。这样就不对了，这种扫地肯定不会开悟，也不会有灵感。心是假的，就跟佛菩萨的心合不到一起了。印光大师也说，心好的话，决定跟佛菩萨的心相合；心要是不好，跟佛菩萨的心合不上，感应上就不会“成交”，这都是缘起的道理，心一偏就连接不上了。所以印祖说了，你的心好，再加上念佛，肯定能往生；心要是不好，跟佛感应不上，也就很难往生了。

总之要反省：我在做这个法行的时候，是一个全分的诚心吗？还是里面有各种的观望、各种对待、各种私人的计较？如果我念的时候没什么名利心，也没有耽著自我等等，那这个状态就很好，这个心没有被私我染污，就叫真实的心。这样，你就不要管其他的，直接念就可以。反之就要赶紧纠正。

还要反省：我上座、下座时的情况怎么样？上座的时候是不是抖擞精神？就好像运动员一上场，一遇到那个情景的时候，就知道要调动出身心的所有能量来投入那样，我一上座，开始这个法行的时候，是不是已经进入到一种诚敬的状态？一种郑重其事、全力以赴的状态呢？如果已经抖擞精神，那效果肯定好。要知道，事情能不能做好，关键在于有没有勇悍心，是不是已经提起心力了。

如果想：反正认真修也是那个样子，不认真修也是那个样子，混过去就行了，谁喜欢这么累，天天这样管制自己。这样的话，就说明自己是个懈怠心很重的人，毛病很大。面对如此无上殊胜的经文，这么不可思议的法的时候，还是那副样子，怎么可能成就？像前面说的，张九成面对世间的诗书都如对神明，所以他后来会成就，他有那种心，一遇到境心就很真，内在的力量完全能调得出来。如果我们修行的时候松松垮垮，跟吸毒分子似的，疲疲塌塌的，那就不会有效果。

再看，下座的时候是不是有保任？任何修法上都要这

样来反省，不然功夫就做不好。有时候上座有，下座没有，那就要检查：为什么一下座马上就没了？是哪里出的错？就要这样严格要求自己。不然的话，上座时间短，下座时间长，大部分时间都是溜野马，在世间的五欲六尘里起各种妄想，这样修道也不会成就。不能打成一片，就不能凝结成一种力量，那身心怎么能转化？在座上那么短的时间里，好像还比较认真，但一下了座就认为不是在修法，也不必要修法。那佛法在哪里呢？所以要观察：我下座的时候，心里是不是还有佛法？是不是还缘在法上面？

又要想：为什么我最初修的时候，好像一修就有验相，现在修的时间长了反而没有效验呢？要知道，修道如同逆水行舟，不进则退，不要认为自己修的年头多，就永远都是在进步。人的堕性很大，劣根性很强，你能够保证不退步就算是好的了。最初的时候有一股勇猛劲，时间长了就难以保持，各种习气的力量都来拖后腿，而且中间会出现各种逆缘、变故，内外的各种拉你下水的力量都会出现。所以，修道的人是很不容易的，他走的是一条逆生死的路线，无始以来生死里的杂染习气那么强，必须时时来对治这个毛病，不放松，久久地行道。只有这样反复地自讼，反复地自我检点，不断地来改正，才能治好这个毛病，才能天天都保证一个良好的修行。

以上讲了第五和第六种对治法。总的来说，世间人以名利作为好乐的境，然后引起欲求心，在这种欲求的驱使下，不断地克服各种困难，一心向目标趋近。比如，一个运动员得了世界冠军，一下子就能得几千万，还能成为家喻户晓的人物，那么他在这条路上就算是奔出头了，名利双收。因为有名利的诱惑，所以他肯克服自己来达成目标。而修道人不为世间名利，如果心里还没有出世间的志愿，对自己没有一种要求，也没有外在的各种手段，那就很可能落空。久而久之，人就会疲厌。所以，希求心是不可缺少的。

最后是反省心，不断地在自心上严格检点。这个功夫要花很多时间来做，一旦养成了习惯，就能时时管制住自己的

心，就能时时学好不学坏。这种管制的力量一旦增强，熟溜就起不来了。