

真佛密法 – 2T

第四章 懺悔法

第一節 什麼是懺悔

1.1 “懺悔”一詞的引申義

“懺悔”的詞義，根據義淨三藏法師所著內裡的解說，“懺”字是梵語“懺摩”的略譯，意謂乞請別人包容、寬恕自己的過錯；而“悔”字梵語為“阿鉢底提舍那”，阿鉢底是罪、提舍那是說，具有申說罪過之義，懺、悔二字合起來，便有請求諒解及說罪、悔過謝罪的意思。正如在《六祖法寶壇經》的〈懺悔品第六〉中所說的：

經文：

“懺者：懺其前愆；從前所有惡業、愚迷、憍誑、嫉妒等罪，悉皆盡懺，永不復起，是名為懺。悔者：悔其後過；從今已後，所有惡業、愚迷、憍誑、嫉妒等罪，今已覺悟，悉皆永斷，更不復作，是名為悔，故稱懺悔。”

略釋如下：

“懺，便是乞請別人寬恕和包容自己的過錯，從前所犯下的所有惡業，愚迷憍誑嫉妒等罪愆，悉數請求別人原諒，永遠不讓這樣的壞念頭再度生起，這樣便名為‘懺’。悔，就是承認自己所作的錯過而深感懊惱，從今以後，所有犯下了的惡業，愚迷憍誑嫉妒等罪業，現今皆知是自己的過失，並且已覺悟過來，從此斷除這些不好的行為，更不會重犯，如此名為‘悔’，故此稱之為‘懺悔’。”

1.2 佛教“懺悔法”的內涵

世界上各地不同信仰的宗教，幾乎都是一致性地著重人類心靈的修養，例如天主教、基督教的認罪悔改禱告方式，伊斯蘭教聖典《古蘭經》的〈懺悔章〉，和佛教的懺悔法，都是有著異曲同工的心靈淨化作用。倘若人們常靜思己過，而能反躬自省地悔改，透過以上各種宗教“懺悔”的形式，清淨自己的身心靈，並將重新回歸人類內心深處的善良本性。

在佛教裡，“懺悔法”可以說是佛子進修的方便法門，與佛教嚴守的戒律常有關聯的互動，最早可見於佛陀時代，僧團“布薩”誦戒的節日裡，或說是“說戒羯磨”，“布薩”是梵語，意譯為長淨、善宿、斷增長、說戒…等的意思。布薩儀式於半月中舉行，集合大眾來誦說佛陀的制戒，促使大眾遵守和不得有所違犯，名為“說波羅提木叉”。而作布薩說波羅提木叉之前，主持者會先發問與會的僧眾有犯戒與否，倘若未犯者，默言不語以示清淨，若有違犯者，便先要誠心發露、坦然懺悔，如是者經過三問三清淨的程序，才開始進入“說戒羯磨”的正題。譬如在《四分律比丘含注戒本》的節錄：

“諸大德！我今欲說波羅提木叉，諸比丘共集在一處，汝等諦聽善思念之，若自知有犯者即應自懺悔；不犯者默然，默然者，知諸大德清淨。若有他問者，亦如是答，如是比丘在眾中乃至三問，憶念有罪不懺悔者，得故妄語，妄語者，佛說障道法。若彼比丘，憶念有罪欲求清淨者，應懺悔，懺悔得安樂。”

蓮生活佛曾經在開示中指出，“懺悔”的內涵有三樣，一個叫做“懺量”，“量”是數量的量；一個是“懺相”，“相”是形相的相；一個是“懺真”，“真”是真假的真。密教裡面的“懺悔法”，有“金剛薩埵百字明咒”，是懺悔很好的咒；然後又有“金剛心菩薩法”，“金剛心菩薩法”就是懺悔的大法，持“金剛薩埵百字明咒”十萬遍或修“懺悔壇”一百壇或是二百壇，這就叫做“懺量”。

蓮生活佛又作出補充：密教裡面是有“懺相”的，以師尊來說，師尊假如修“懺悔壇”，懺悔一件事情，也產生“懺相”的。有時候，你的身體有病業，我是用祈禱的方法，做供養、做“祈禱法”，佛菩薩接受了，會有“懺相”出來的。沒有“懺相”出來，你的“懺量”就要一直再增加，你也要發心，發心什麼呢？做供養。比如我們修“火供”，“火供”就是遮掉所有的災難，你修“火供”也可以遮掉所有的災難，修“火供”、做佈施、做供養，就是在修“懺悔法”……。

還有“懺真”，我們懺悔一定是發自於你自己本身的內心，你在做“懺悔法”的時候，是一心在做“懺悔法”，一心在持咒的，你只要一心做了，本尊一定到的，法流一定為你灌頂的，因為佛菩薩有誓願，諸佛菩薩、每一尊都有誓願。祂既然有誓願，你一心在做“懺悔法”，祂一定降臨，一定降到你的壇城，一定為你法流灌頂，一灌頂了就產生“懺相”，所以“懺真”是一切的根源，真正的懺悔，是一切懺悔的根源。

我們懺悔最重要的，就是你已經懺悔，以後就不再犯了，這是“真懺悔”。有了“懺量”，又有“懺相”，又是“真懺悔”，就是懺悔。

思考題：

1. 試說出“懺悔”的詞義。
2. 請試敘述出，蓮生活佛所說“懺悔”的三種不同內涵。

參考文獻

〈047 懺悔（一）〉，收入《647 偕汝談心（八）》，取自：真佛般若藏，
<https://reader.tbboyeh.org/#/mybook?id=659&bookmark=c047>（2023年8月29日）。

〈048 懺悔（二）〉，收入《647 偕汝談心（八）》，取自：真佛般若藏，
<https://reader.tbboyeh.org/#/mybook?id=659&bookmark=c048>（2023年8月29日）。

〈布薩〉，取自：國家教育研究院，<https://dict.revised.moe.edu.tw/dictView.jsp?ID=22146>
（2023年8月29日）。

〈“懺悔”的詞義〉，收入《根本說一切有部毘奈耶・卷第十五》，取自：CBETA 漢文大藏經，
https://tripitaka.cbeta.org/T23n1442_015（2023年8月29日）。

〈懺悔品第六〉，收入《六祖大師法寶壇經》，取自：CBETA 漢文大藏經，
https://tripitaka.cbeta.org/ko/T48n2008_001（2023年8月29日）。

〈懺悔是什麼解釋〉，取自：便民查詢網，https://foxue.bmcx.com/chanhui_mnl_foxued/
（2023年8月29日）。

〈四分律比丘含注戒本〉，取自：CBETA 漢文大藏經，
https://tripitaka.cbeta.org/T40n1806_001（2023年8月29日）。

〈引申義〉，取自：國家教育研究院，<https://dict.revised.moe.edu.tw/dictView.jsp?ID=156882>
（2023年8月29日）。

印順導師〈波羅提木叉與布薩儀軌〉，取自：印順文教基金會推廣教育中心，
<https://yinshun-edu.org.tw/zh-hant/book/export/html/3156>（2023年8月29日）。

印順導師〈出家布薩與在家布薩〉，取自：印順文教基金會推廣教育中，
<https://yinshun-edu.org.tw/zh-hant/book/export/html/3415>（2023年8月29日）。