

12. 懺悔

經云：世二健兒：一. 不作罪，二. 能懺悔。

罪：乃不善之業，不好之行為，損他的，觸犯禁戒的行為，可招感將來苦的果報。不作罪，將來就不會得苦的果報。

懺——懺摩的簡略，意義為“容忍”。如有了過失，請求對方容忍，寬恕。
悔——意為“說”；犯了過失，應該向對方承認過失；不只是認錯，要明白地說出自己所犯的罪過。

因此懺悔即是忍和悔(說)合說。意思是犯了過失，明白地說出自己所犯的罪過，請求對方容忍，寬恕。懺悔是對於不善業的發露懺悔。

自原始佛教以來，即甚為重視修行者之懺悔，當比丘犯罪時，世尊為令其行懺悔，定期每半個月行布薩。(布薩：說戒，懺悔之集會)

在佛菩薩，師長，大眾前告白道歉，請大家容忍寬恕，以達滅罪的目的。

懺悔是進修的方便。

欲懺悔先當興七種心以為方便。然後此罪乃可得滅。何等為七。1. 慚愧。2. 恐怖。3. 厭離。4. 發菩提心。5. 怨親平等。6. 念報佛恩。7. 觀罪性空。

慚：內心感到羞耻

愧：無顏見人

懺悔時，還要誠懇，專心。

懺悔以後，人人有平等自新的機會，自己不再去念過失，別人也不得再提起他從前的過失

懺悔滅罪之相：光明遍滿其室，聞特殊異好香氣，身意快然；或夢佛菩薩來，手摩其頭

十住毗婆沙論(龍樹菩薩對《華嚴經》中的“十地品”的解釋)提到：“我不言懺悔則罪業滅盡，無有報果；我言懺悔罪則輕薄，於少時受。”
“大毗婆沙論”說：“一切業皆可轉故，乃至無間業亦可令轉”。懺悔是轉化罪業的助緣

懺悔的主要目的——減輕罪業，不障礙修行，不再新增惑，業，苦。

阿闍世王，係頻毘娑羅王之子，受到提婆達多的唆使，關父王於地牢中，不給飯吃。父王終於餓死牢中。因殺父之罪，心病難安，全身生瘡腐爛，於是至佛前求懺悔，即痊癒，遂皈依佛教，為佛教大護法。後來協助大迦葉尊者集結經典，供給一切之資具。

虛雲老和尚拜“萬佛洪名寶懺”，拜了三年。

欲知過去因，今生受者是。

欲知來世果，今生作者是。

功不唐捐：功夫不會白白地拋棄(浪費)

禮佛一拜，罪滅河沙