

# 了凡先生的幸福 keyword

「我命由我不由天！是魔是仙，我自己決定！」2019年上映的《哪吒之魔童降世》動畫電影中，哪吒的一句吶喊，是對自己宿命的驚濤怒吼。看似簡單的一句話，其中卻暗藏「命自我立，福自我求」的玄妙法則，更是我們積極面對人生應有的態度。

## 命自己造，福自己求

許多人在面對困境時，會哀嘆天理的不公，自憐命運的多舛，深陷於「上天早已註定」與「命運無法改變」的觀念窠臼之中。縱然想要嘗試主宰自己的命運，卻因消極的心態而止步。然而，命運的好壞實際上是掌握在我們的手裡：想追求幾分的幸福，相對就應付出多少分的努力。因此，與其嗟嘆時運不濟、天理不公，不如腳踏實地，以積極的態度來改變命運，自強不息。

自古至今，有許多傳說成功改變命運的案例，了凡先生的傳奇生命故事更是為人推崇。

袁了凡(1533~1606)，明朝南直隸蘇州府吳江縣人，原名袁表，字儀甫，又字坤儀；後改名黃，更字慶遠，號學海，又號了凡。因其於少年時期曾偶遇一位算命先生，替他估算了一生的際遇，從此他便認為：命運既然已被決定，自己並沒有可以置喙的餘地，因而對人生也不再有任何奢望與追求，只是過著渾渾噩噩、聽天由命的日子。後來，因遊棲霞山而有緣拜會雲谷禪師，禪師向他說：「凡人由於離不開紛紛擾擾的起心動念，因此終究被業力、命數所束縛。然而生命固然有其命數，極善與極惡的人，命卻是拘他不定(意指無法被命運所拘束)。幾十年間你的命運被算死，看來不過是一介凡夫。」雲谷禪師告訴了凡先生，想要改變命運，需要先反躬自省，改去會為自己招致

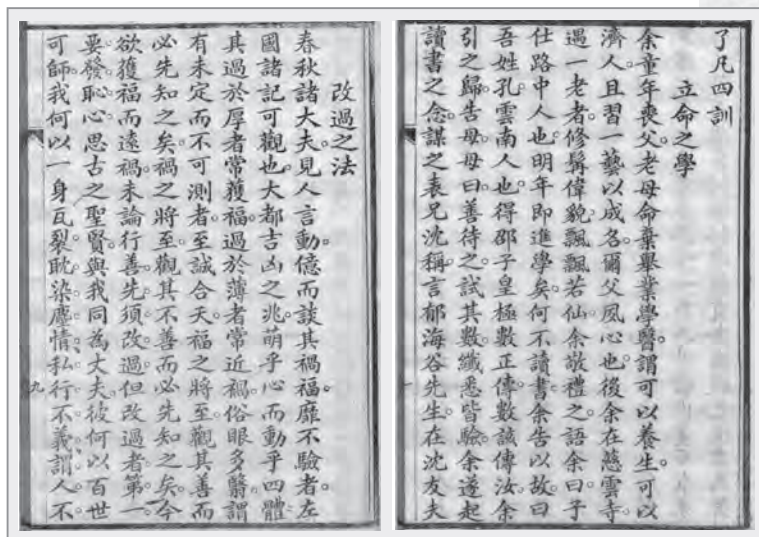


袁了凡

災禍的身口意三門的惡業，「從前種種，譬如昨日死；從後種種，譬如今日生」，如同《易經·坤卦》中所說：「積善之家，必有餘慶。」只要將過往一切錯咎革除修改，從此往後種種善事並皆盡心躬親，勉力為之，若能如此廣積陰德，必將改變命運，迎來福氣，趨吉避凶。

經雲谷禪師指點，了凡先生恍如大夢初醒，體悟原來「禍福無門，惟人自召」。從此一改原先悠悠放任的態度，開始兢兢業業積極行善。隔年，原本算命先生算其禮部會試應考中第三名，結果考中第一；而之後的命數也都與原本算命先生所算不符。自此以後，了凡先生對於雲谷禪師所授的立命之學更加深信不疑，一生殷勤實踐，最終則著書一卷以為子孫家訓，即為家喻戶曉的《了凡四訓》。

《了凡四訓》是一本教人改變命運的奇書，對於後世的影響相當深遠，曾經被譽為中國歷史上的第一善書；晚清四大名臣之一的曾國藩（1811～1872），也對此書極為讚譽推崇，還將此書列為子孫必讀的「人生智慧書」。了凡先生以生命經驗淬鍊出全書綱要（keyword）為「立命之學」、「改過之法」、「積善之方」、「謙德之效」四者。我們可從「改過之法」與「積善之方」來談面對人生的基本功與起手式。



清光緒刊本《了凡四訓》（局部）

## 防堵福德減損的基本功——改過止惡

在身口意三門的業行中，意業最難防範，且往往會將一件原先可以培福的善事，轉變成賠福的禍事。《德育古鑑》中有一則公案說：



俞麟，太原諸生也。同社王用予，事帝君甚謹。一日，夢至帝君前，戒諭至切。用予既叩己所就，為問俞麟。帝君曰：「俞麟應得一科，因事親用腹誹法，且谿刻論人，不近情理，而偽以君子長者自命，故黜其科。」用予問：「何謂腹誹？」帝君曰：「彼父母凡語言舉動，麟心輒不謂然，但勉強不露聲色，浮沈順之。真性日漓，偽心相與，是視親如路人矣！假行竊名，最撻神怒。」麟果終身不第。

故事中，俞麟的好友王用予對於文昌帝君的信仰相當虔誠。有一天晚上，他夢見帝君，便向祂請示自己與朋友俞麟科舉考試的機運如何，帝君說：「你的朋友俞麟，表面上對父母言無不從，但其實心中往往對父母的所作所為不以為然，且經常以刻薄言詞評論他人，這般行為早已觸怒神明，何能登科？」可見心中惡念不容輕忽。

又，明朝嘉靖年間，江西有一位博學多聞的俞都，每每考試必得高分。壯年時還與同時期的同學共同創辦了文昌社，實踐惜字、放生、戒殺、戒淫、戒口過等善事，行之有年。結果命運依舊坎坷，家裡貧困不說，應試科舉都沒中榜，生了五個兒子有四個不幸因病而亡，有一個則走失不見，另生有四個女兒，也只剩下一個存活，妻子因為失去子女悲慟無比，甚至還哭瞎了雙眼。俞都自己反省生平積極行善，認為並沒犯下什麼大錯，為何卻是慘遭天罰，落得這般下場？於是每年歲末都會自寫疏文，向竈神禱告，求竈神為他平反。

四十七歲那年過年時，本是家家慶團圓的喜氣日子，但他卻與盲妻、女兒坐於家中，屋裡瀰漫著淒慘蕭條的氛圍。突然一陣叩門聲，劃破了漫漫長夜的慘澹死寂，開門後只見一位鬚髮半蒼、隱士裝扮的長者作揖求訪，並介紹自己姓張，從遠處而來，由於聽見俞家傳出陣陣哀嘆聲，故不揣冒昧前來慰問。

俞都心裡覺得奇異，隨即請長者進屋就座，更想著：既然難得有人願意傾聽壓抑已久的苦悶，遂將滿腹牢騷一一向長者傾訴。結果這位張先生對

俞都說：「我關注你家的事已經很久了，你意惡太重，專求虛名，鎮日怨天尤人，卻不知道自己其實惡行昭彰，還怪罪於天帝，再不悔改，前方等待的禍運恐怕不只如此！」俞都聽了大驚，忙辯解道：「常聽人說，一點點的小善事都有鬼神監察記錄，我多年來結文昌社，並履行惜字、戒殺等善行，難道這些善行都是假的嗎？」張老則回道：「你做那些善事都只是隨班奔逐，因人成事而已。因你禱告竈神，天帝命使者察看你的言行舉止。只見你獨處時滿懷貪念、淫念、嫉妒念、褻急念、高己卑人念、憶往期來念、恩讎報復念，你因這些惡念埋藏心中，天罰將會一日甚過一日，逃禍都來不及了，還求什麼福呢？」俞都聽了深深警惕，自改名號為「淨意」，並於家中所奉觀音大士前誓願善念永純，善力精進；從此謹言慎行，一言一動一念，時時皆如鬼神在旁，不敢欺肆。最終命運終於改變，不但找回失散的兒子，妻子的雙眼也終於復明。

從上述兩個故事可見，若不改過止惡，縱然行善萬千，到頭來福德虧損，培福不成，卻變「賠」福。而改過止惡中，意惡為重，念頭中的各種惡念、邪念，是福德漏失的一大出口。因此意惡雖難防，卻是不可不慎，不可不防！

## 改變命運的起手式——積善培福

得到幸福，遠離痛苦，是每個人本能的欲求，若可以獲得美好的事物，便是幸福的實現。每個人所認為的美好事物或許不一，但是獲得的必要條件卻是離不開一個「福」字。人若無福，何來幸福？想要改變命運，積善培福是不可忽視的妙方。一個看似小小的善行，卻可能改變生命的際遇和方向，並為自己帶來意想不到的大大收穫。

明代陸粲所編撰的《庚巳編》中，有一則〈還金童子〉的故事：一位名為袁尚寶的相士，有一次



《滄浪亭五百名賢像》刻錄之  
陸粲石刻像



到友人家拜訪時，看見侍於主人身旁的小書僮長相清秀，性格機伶，卻有著剋主的命相，他因此奉勸友人要盡早趕走這位童子。但是他友人不忍心，拖延了幾日始終留在家中。幾日後，袁尚寶看童子還在，便又數度提醒，友人禁不住勸，只好把童子趕走。

童子離開後，四處流浪，無家可歸。某天晚上，他寄宿在一間古廟中，因為天氣炎熱，蚊蟲又多，翻來覆去總是難以入眠。正當他睡不著覺，四處張望時，隱隱看見對面牆角有一個包袱，於是便走過去一探究竟。不看不打緊，這一看發現包袱裡面竟裹著不少的黃金和白銀，就算是之前還在當書僮時，也沒機會看到這樣多的錢財，因此內心難免激動雀躍。正當他想要拿走包袱的時候，忽然一個轉念，感歎地想道：「我就是命相不好，福氣淺薄，所以才會遭受橫禍，被主人驅逐。如果今天我再貪心拿取這些錢，做這種不義的事，恐怕老天爺更不容我了！我應當守在這裡，等待失主才是。」

然而，到了隔天早上也不見有人來，童子索性繼續待在古廟等待。稍晚，終於看見一位婦人啜泣而來，東張西望地似在找尋著什麼，於是童子便立刻上前詢問。婦人說：「我丈夫是位軍人，因事被關押在牢獄，問罪應死。妾身得知某指揮使要處理此案後，就立刻變賣家產，並且向親友借貸，終於換得了一些金銀，打算進獻給他，希望他網開一面。昨天將金銀裹在一個破包袱裡，經過古廟時進來休息了一會兒，結果竟然將金銀丟下忘記帶走，如今來尋找卻毫無蹤跡，這下我丈夫必死無疑了！」

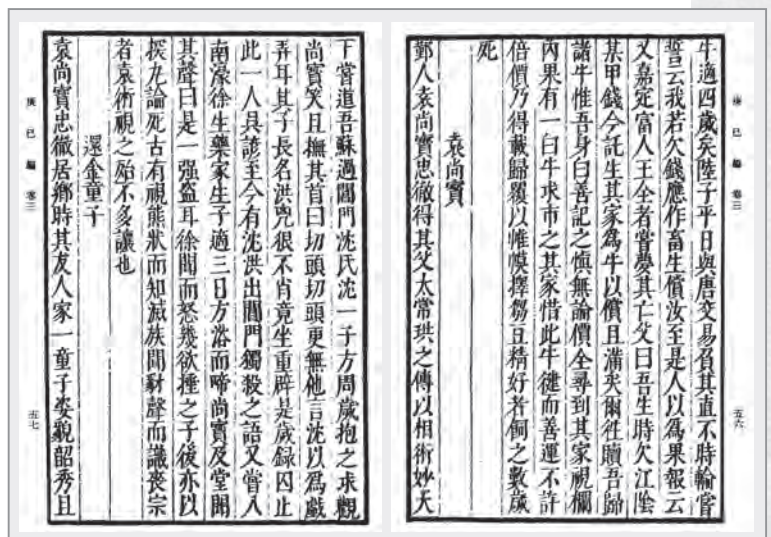
待童子仔細詢問了事情的經過以及金銀數目後，確認昨日所見包袱真為婦人所遺失者，便馬上將其歸還給婦人。婦人感激萬分，打算給童子一些銀子作為酬謝，但童子堅決不收，只好作罷。婦人將銀子帶走後，終於順利救回自己的丈夫。

其後，婦人感念童子的德行，四處宣揚，當地指揮使聽聞此事覺得童子的善行難能可貴，於是召見了童子。由於指揮使年老無子，見童子清秀聰慧，便收為義子。過了幾年，指揮使因年邁退休，便由童子繼承他的官職。童子感念之前當書僮時，主人待他不薄，於是回鄉拜訪舊主。主人看到往日的小小書僮如今卻是風采照人的模樣，十分感嘆地說道：「真沒想到袁君的

相術有這麼大的偏差與疏漏啊！」

主人決定挽留童子在家中作客，等袁尚寶相士再來時，便請童子換上以前書僮的服飾，假裝書僮的樣子。結果袁尚寶來後一看，大吃一驚地說：「這是以前那位童子嗎？怎麼變化這麼大？」主人騙說：「他因離開以後無處可歸，於是又回來求助於我，我便仍收留他了。」袁君隨即笑道：「你別戲弄我了，他現在是一位三品武官！如今他的形貌神色已經大異於往昔，想必是做了什麼大善事，才變成如此！」童子便將他的經歷一一道來，在場眾人聽了童子的際遇，對袁尚寶相術之神妙都感到相當不可思議。

一念善心，一個善行，就能培植莫大的福氣，為命運帶來不可思議的轉變。《太上感應篇》說「吉人語善、視善、行善，一日有三善，三年天必降之福。」誠心行善，必能帶來福氣，有福——就有幸福！



《叢書集成初編》中收錄的《庚巳編》（局部）

### 結語

想要改變命運並獲得幸福，對於了凡先生的四個幸福keyword，特別是「改過之法」與「積善之方」的提醒，應當勤勉行持，不容忽視。印光大師於《了凡四訓》的序中說：「袁了凡諸惡莫作，眾善奉行，命自我立，福自我求。俾造物不能獨擅其權，受持功過格，凡舉心動念及所言所行，善惡纖悉皆記，以期善日增而惡日減。初則善惡參雜，久則唯善無惡，故能轉無福為有福，轉不壽為長壽，轉無子孫為多子孫；現生優入聖賢之域，報盡高登極樂之鄉。」我們若能依之而行，不但現世能轉變命運、得到幸福；亦有助於求生淨土者，臨終往生極樂。🕉