

法界衛星空中佛學院。諸位同學，諸位觀眾，大家好。這一集是我們空中佛學院淨宗課程第一百零一集的播出。上一集我們說到《十善業道經》第五頁最後一行，「永離貪欲」。

這一集接下來要跟大家報告，永離『瞋恚』。「瞋」就是發脾氣，瞋就是不高興表現在我們臉上，像人在生氣，發脾氣罵人，瞋心；「恚」就是他沒有表現在外面，但是氣在心裡，雖然表面他沒有發作出來，但是心裡很不高興，這就叫恚，合起來叫瞋恚。凡是有發作出來，跟人家對罵、吵架，這是瞋，或是氣在心裡，很不高興，就是叫瞋恚，一般說發脾氣。瞋恚可以說我們凡夫大家都有，在我們三界六道裡面，色界天的天人，從初禪以上這些天人他們就沒有瞋恚心，他們的瞋恚不是斷掉是伏住，用定功控制住。所以色界天的天人，他們如果遇到不如意的境界，遇到不如意的人事環境，他們不會起瞋恚心，他們有定功能將瞋恚的煩惱伏住。瞋恚一定要證阿羅漢果才能夠斷除，那是滅斷；色界天人是伏斷，伏住，好像石頭壓草壓住。阿羅漢是連根都拔除了，他是滅斷。色界天人以下到我們凡夫瞋恨心大家多少都有，只是有的比較嚴重，有的比較沒那麼嚴重，這個差別而已，大家都有瞋恚心在。

佛在這裡教我們要永離瞋恚。永離瞋恚，你就要修忍辱，遇到不如意的人、不如意的事、不如意的環境要忍，這樣才能夠永離瞋恚。當然你有忍辱才能夠得到定。所以一部《金剛經》，佛給我們開示最重要的，在菩薩六度萬行裡面布施跟忍辱說得最多。為什麼這兩樣佛特別強調？因為這兩樣是菩薩修六度萬行的重點。菩薩六度，第一就是要布施，布施就是對治我們的貪心，治我們的貪心。

十善業，永離貪欲，你不但不可以貪還得要布施。六度，修布施是對治我們的貪欲，不要讓我們的貪欲心一直增長，要將貪欲的心一直減少，所以布施要不斷來修。修忍辱就是要對治瞋恚心。六度，第一是布施，第二是持戒，持戒對治惡業，布施對治貪欲，你有布施、有持戒，你如果不能忍辱，修的功德都怎麼樣？佛門有一句話常常在說，「火燒功德林」。功德是什麼？我們的清淨心。你修布施、修持戒，心修到清淨了，這就是功德。但是你如果遇到一件不如意的事情，發一下脾氣，就將你修的功德燒光光了。好像我們看森林裡面的樹木，造林大家都知道，一片樹林，你種的樹要長成大樹，那得要好幾十年，甚至好幾百年，才能夠成就一片樹林。但是好不容易成就的一片樹林，一把火一下子就能夠燒光光了，不用多久就燒得精光了。這是比喻我們學佛修功德（清淨心）很不容易，但是要破壞清淨心的功德很快，發個脾氣就燒得精光了，用這個來比喻火燒功德林。我們的清淨心就像樹林一樣，要培養一片樹林是很不簡單的，要很長的時間來培養，可是你一把火一下子就可以燒得精光了。這是比喻形容，我們要修清淨心的功德很不容易，但是遇到不如意的事情一個瞋恚心起來發一下脾氣，將你前面那些功德燒得精光，功德全都沒有了，叫做火燒功德林。所以功德要累積很不簡單。功德跟福德不同，功德就是我們的清淨心，福德就是我們修的福報，福報是不會燒掉的，但是功德很容易燒掉，因為你有瞋恚的心在就會燒掉功德。

因此佛在《金剛經》特別強調，布施對治貪欲，持戒對治惡業，第三就是強調忍辱，忍辱才能夠保持你前面所修的功德，你要是不能忍辱，你的功德都被火燒光了，瞋恚之火燒得精光了。所以我們要時常提高警覺，因為我們是凡夫瞋恚心很容易發作起來，你要是不注意它就發作起來。所以我們要時時提高警覺，不要讓瞋恚之

火來燒掉我們的功德林。你如果要問：我有多少功德？就是看你什麼時候發脾氣，那個氣都消了之後，到現在都還沒有發脾氣，這段時間修的就是功德。如果又發一次脾氣，這段時間修的功德又沒有了，又要開始再修。所以功德要保持很不容易，要把它燒掉很簡單，原因就是我們有瞋恚心在，瞋恚的習氣。佛教我們要永離瞋恚，要永離瞋恚就要修忍辱，我們對不好的人、不好的事、不好的環境要能夠忍，安忍。

再來，永離『邪見』，「邪」就是偏差、偏邪，「見」是見解，他的見解偏差錯誤，叫做邪見。對宇宙人生的看法看錯了，見解錯誤，有的經典翻譯作愚痴，愚痴就是邪見，意思是一樣的，他要是不愚痴怎麼會有邪見。邪見就是是非善惡顛倒，對的看作錯的，錯的看作對的，善看作惡，惡看作善。是非善惡，真妄邪正，利害得失，他沒辦法去分辨，顛倒了，看錯誤，看偏差了，這就叫愚痴，就叫做邪見。佛跟我們說要永離邪見。佛在經上跟我們講，我們還沒有證得阿羅漢果以前，不可以相信自己的意思、自己的看法。這樣問題就來了，我們現在還沒有證得阿羅漢果，往往我們的見解，我們的看法，都是錯誤的，都是偏差的，這樣要如何來永離邪見？佛跟我們講，我們要依照經典。所以，我們學佛的人，天天要讀經、要誦經。為什麼要讀經、要誦經、要聽經？就是我們的見解要依照佛經講的做標準，依照佛講的來修正我們錯誤的見解，這樣我們才不會落入邪見。要不然你去外面聽人家講，人家有一些偏差錯誤的見解，你聽了以後，你以為是真的，你的行為就會錯誤；見解錯誤，行為就一定錯誤。

所以我們要依照佛交代的四依法：依法不依人，依義不依語，依了義經不依不了義經，依智不依識。我們能夠依照經典來修學就不會落入邪見，我們依照《十善業道經》來修學，我們就不會墮入

邪見。所以十善業道就是我們的標準，如果見解跟十善業道講的不一樣，這就是邪見，符合十善業道的這些言論都是屬於正見。所以十善它是包含所有的善法，凡是善的都是包括在十善這個範圍當中。十善它有十個條目，但是一展開是涵蓋一切善法，所有一切善法歸納在這十善當中，我們要知道。十善它是一個綱領，一展開就是所有的善法，歸納起來就是這十條善業，所有的善法不出這十條，我們要明白這個意思。所以跟十善有違背，這就是邪見。我們如果要避免墮入邪見，一定要時常讀經、時常聽經，聽佛菩薩的教誨，我們的知見才不會偏差、才不會錯誤。

以上這三種，永離貪欲、永離瞋恚、永離邪見，其他的經典叫做不貪欲、不瞋恚、不愚痴，這是我們意三種的善業。我們心裡三種善業，不貪、不瞋、不痴，這是《無量壽經》跟我們說的。貪瞋痴就是三毒煩惱，我們凡夫都有這三毒煩惱。有很多同修聽到這部經、看到這部經，也是很想離貪瞋痴，相信所有學佛的人都有這個願望，可是往往我們自己的煩惱習氣很重，要改改不過來，有很大的困擾。有這個問題，當然我們就要找對治的方法。對治的方法，可以說佛說的八萬四千法門、無量法門，無非是對治我們的貪瞋痴三毒煩惱。法門如果合我們的根性，這就是最好的，對我們來說就是最好的。各人的根性不同，所以方法也很多種。比如菩薩的六度，布施對治貪欲；小乘法裡面講，「多瞋眾生慈悲觀」，你要是瞋恚心很重，你要去修慈悲觀，就是時常要提起對眾生的慈悲心，用憐憫眾生這種心態去看這些造惡業的眾生，這樣瞋恚心就不會起來，來對治我們的瞋恚心；「愚痴眾生因緣觀」，因緣觀對治邪見、愚痴是很好的方法。所以在《妙法蓮華經·觀世音菩薩普門品》，觀世音菩薩也可以幫助我們，眾生要是多貪、多瞋、多痴，常念恭敬觀世音菩薩就可以遠離貪瞋痴三毒煩惱，但是我們一定要常念恭

敬觀世音菩薩。這也是一個方法，這就是求佛菩薩的加持，使我們的惡業能夠轉變。

以上講的，永離殺生、永離偷盜、永離邪行、永離妄語、永離兩舌、永離惡口、永離綺語、永離貪欲、永離瞋恚、永離邪見，我們能夠永離就是十善業道，如果要是做不到就是十惡業。十善業道，我們就簡單介紹到這裡。下面佛要跟我們說，你修十善業道，永離殺生到永離邪見，會得到什麼樣的果報。這就是講因果，我們看到這個因果之後，我們就很歡喜來修學十善業道。如果不了解這個因果，想想修學十善業道到底有什麼功德利益？如果不知道修學的意願就不高，你要是了解之後，你修學的意願就會提高。請看經文，第六頁第一行：

【龍王。若離殺生。即得成就十離惱法。何等為十。一。於諸眾生普施無畏。二。常於眾生起大慈心。三。永斷一切瞋恚習氣。四。身常無病。五。壽命長遠。六。恆為非人之所守護。七。常無惡夢。寢覺快樂。八。滅除怨結。眾怨自解。九。無惡道怖。十。命終生天。是為十。若能迴向阿耨多羅三藐三菩提者。後成佛時。得佛隨心自在壽命。】

這是世尊對龍王講。上面講修十善業，從永離殺生到永離邪見，你能夠永離這十種惡業就是十善業。第一是永離殺生，這裡說『若離殺生』，「若」就是假若，假若你能夠永離殺生，永遠都不殺生，連殺害眾生的念頭都沒有了。你就『即得成就十離惱法』，「離」就是遠離，「惱」就是苦惱，你能夠遠離十種的苦惱法，這十種的苦惱不會來困擾你。『何等為十』，哪十種離惱法？『一、於諸眾生普施無畏』。第一條，「於諸眾生」，眾生包括動物，我們人以外，包括這些動物，這一切眾生你能夠普遍布施無畏。這一條就是無畏布施。永離殺生的人，眾生見到他，心裡不會起恐怖，有

安全感。為什麼？這個人他不殺生，我跟他在一起，縱然得罪他，他也不會殺害我、不會傷害我，他心裡自然就遠離恐怖，他就有安全感，他就放心。如果反過來，這個人時常在殺生，殺業很重，看到這個人殺氣騰騰，別人跟他在一起就覺得沒有安全感，不知道什麼時候他會來殺害我，時常心裡有個提防在。

對動物也是這樣，像我們台灣很多人抓鳥，所以台灣的鳥都很怕人，人遠遠的還沒走近，一動，牠就飛走了。在國外有很多國家地區，他們保護動物做得很好，不可以任意去抓鳥。所以外國，像我們在澳洲，很多地方，鳥都不怕人，甚至飛到你的身上來，拿東西給牠吃，牠會飛來吃。在我們台灣這種情形就很少看到，鳥看到人牠會怕，因為人會抓牠，抓來烤鳥肉，買烤鳥肉來吃。在外國沒有看到這種情形，但是台灣很多，賣烤鳥肉的很多，所以鳥看到人牠會怕。如果我們能夠都不殺生，這些鳥也會跟國外的一樣，牠不怕人，牠知道人不會去傷害牠，不會抓牠。這就是「普施無畏」。現在在台灣以及中國大陸都有，佛門裡面也時常舉辦放生的活動，放生也是於諸眾生普施無畏一種的做法，無畏布施。我們不但不可以殺生，更積極的方面還得要去放生，這是積極的方面，放生。放生也是普施無畏於一切眾生，這在三種布施裡面叫做無畏布施，永離殺生是屬於無畏布施。

『二、常於眾生起大慈心』。我們對於眾生為什麼沒辦法生起大慈悲心？因為我們有殺生的意念，還沒有斷除，還沒有永離，很自然有傷害眾生的意念出來。別人要是對不起我，自自然然就有念頭要去傷害，或是要惱害眾生，沒有辦法生起大慈心，這就是我們不殺生的善法還沒有修到圓滿。雖然我們現在身體沒有去造殺業，但是殺心還沒有永離，要殺心永離，一定要連這個意念都沒有。《楞嚴經》說「其心不殺」，就是殺的意念都沒有，這樣才算永離殺

生。你永離殺生，這個念頭沒有了，完全不會去傷害眾生，你本性的大慈心自然就生起來。我們現在大慈悲心生不起來，就是被殺生的意念覆蓋住了，所以生不起來。你如果永離殺生，大慈心本來就有，我們對一切眾生本來就是大慈心，這才是我們的自性，我們的性德，自然就常於眾生起大慈心，甚至眾生來傷害我們、來殺害我們，我們還是對他起大慈心，沒有報復的念頭。這是第二種的離惱法。

『三、永斷一切瞋恚習氣』。我們剛才看到十善業意業第二種就是瞋恚，我們往往瞋恚心很難斷，尤其這個習氣很難斷。人都有脾氣，俗語說「雞屎落土，也有三寸煙」，再好的人都有他的脾氣在，這就是瞋恚習氣。瞋恚習氣跟殺生業有關係，你要是永離殺生，不管什麼樣的眾生，眾生來傷害我們、殺害我們，你也不會去報復他，當然你就能夠永斷一切瞋恚習氣。像《金剛經》，釋迦牟尼佛在修菩薩道的時候，歌利王割截身體，拿刀把他的肉一塊一塊慢慢的割下來，忍辱仙人沒有起一念的瞋恚心，沒有報復的念頭，所以他的忍辱波羅蜜成就了，就是這裡說的「永斷一切瞋恚習氣」。瞋恚的習氣，連習氣都沒有了，不但沒有那個心，習氣都沒有，這個就是從永離殺生來的。對任何眾生，我們的冤家對頭，我們都沒有去殺害他的念頭，不會去報復，不會去殺害，這樣就能夠永斷一切瞋恚習氣。這個功德利益實在是太殊勝了，這是從永離殺生得來的。

『四、身常無病。五、壽命長遠。』這兩種果報是一切眾生大家所希求的。「身常無病」，身體健康，這不管是中國人外國人、有學佛沒有學佛，大家都希望自己身體不要有病，身體健康，哪一個希望常常生病？大家都希望壽命長遠，身體健康壽命長，這是不管哪個種族的人，大家共同有的希望。可是這兩種是果報，你要知

道修什麼因才會得這個果？你要身體健康、要壽命長遠，你壽命長遠也要身體健康，如果壽命很長，一天到晚生病，這樣活得也不快樂，活得也很痛苦。要得到這個果報，仍然是要從永離殺生，不可以有殺害眾生的念頭，當然更加不可以有這個行為。你永離殺生就可以得到身常無病，你身體就健康了。所以有人身體常常生病，有人身體比較健康，這都跟殺生有關係。你過去生如果殺業比較少，這一生身體就比較健康；過去生殺業造得重，這一生身體就很不健康，常常在生病。所以我們現在如果身體常常有病，我們就要覺悟，要知道我們過去殺業造得比較重，現在要趕緊永離殺生，進一步能夠放生，你的身體體質才會改善。因為永離殺生就是我們的慈悲心，愛護眾生的心就是培養我們的慈悲心，慈悲心能夠改變我們的體質。

所以最近我到澳洲圖文巴淨宗學院，我們導師淨空上人時常對我開示：你身體不好，要修清淨心，要修慈悲心，你心清淨、心慈悲可以改變你的體質。這是真理，這是真實的。如果我們心不清淨、心不慈悲，想要身體好，這是做不到，不管你吃什麼藥，這都沒什麼幫助，因為你的根本不好，根本就是心，心不好你的身體當然不會好。你要身體好，心要好，心要永離殺生，不可以有傷害眾生的意念，這樣才做到永離殺生。永離殺生就是無畏布施，無畏布施得的果報就是健康長壽，你身體健康壽命長。壽命長，身體健康，這才好！如果壽命長，身體不健康，永離殺生還是做得不圓滿，或者做不夠，有這麼做，做得不夠。你永離殺生要是做到圓滿，一定是壽命長，又身體好。所以我們看到果報就知道修因修得純不純，你要是這條善業修得很純，你就是得到這種果報。有人壽命長，身體不好，常常生病，這一條有修，但是修得不純，他有夾雜不善，所以壽命長，身體不好。如果這條永離殺生的善業修圓滿，就是身



常無病、壽命長遠。我們想要壽命長、身體健康就要永離殺生，進一步能夠放生，這是更加圓滿。

『六、恆為非人之所守護』。「非人」就是我們一般說的護法善神，天龍八部，這些鬼神。我們一般學佛的人，乃至不是學佛的人，到寺廟拜拜，總是求佛菩薩、求天神鬼神來保佑，使我們能夠平安。是不是去燒香拜拜，這些鬼神他就能保佑我們？這不一定，燒香拜拜這是表示我們的恭敬心，這也是善業的表現沒錯，但是最重要要永離殺生。有很多人不懂這個因果，所以去拜神都是殺豬宰羊，殺生去祭拜，拜拜要求福，祈求福報，這樣得到的果報剛好跟他想要求的相反。想要求身體健康、壽命長、家庭平安，你要永離殺生才能得到，你現在反過來去造殺業，要求這個果報，不但得不到，反而得到的是反效果，要求這些鬼神來保護，反而被這些鬼神來處罰。一般人不了解因果，都做一些顛倒的事情，顛倒就是邪見，他的見解錯誤，他不認識什麼是善、什麼是惡，善惡因果分不清楚，往往做錯了，所以得到的果報就不好。要求非人之所守護，也是要永離殺生，你永離殺生，縱然你沒有去求他，他也是會來守護你。

『七、常無惡夢，寢覺快樂』。如果時常做惡夢，我們也要覺悟，我們過去生殺業比較重。我自己也時常做惡夢，一反省，發覺自己過去今生確實殺業比較重，所以常常做惡夢。常常作夢醒來，心驚膽顫，這是惡業，這個惡業跟殺生有關係。如果永離殺生，你晚上睡覺就沒有這些惡夢，「寢覺快樂」，晚上在我們的寢室裡面休息，你的睡眠會很好，或者作夢會做善夢，不會做惡夢。有惡夢就表示我們殺業比較重，過去跟眾生結的怨比較深，所以有惡夢。我們要得到「常無惡夢，寢覺快樂」，要修永離殺生這條善業，你修到圓滿惡夢就沒有了。夢境也可以考驗我們修學的功夫到什麼程

度，如果原來惡夢很多，每天做惡夢，現在有比較減少，這樣就有進步了。漸漸的愈來愈少、愈來愈少，這就表示我們的境界有提升，這條善業有進步了。你要是修到都沒有惡夢，都做善夢，或者夢見佛菩薩來給你授記，這表示你的惡業消除、業障消除，這樣你就寢覺快樂。你晚上要是睡得好，沒有惡夢，白天你的精神就好。「常無惡夢，寢覺快樂」，這是第七種的功德利益。

『八、滅除怨結，眾怨自解』。「滅除怨結」，怨就是冤家債主，跟人家結冤仇，我們無始劫以來生生世世跟眾生恩恩怨怨，怨結可以說很多。所以過去有很多同修問：冤親債主主要超度到什麼時候？實際上要超度到你成佛，你每一生每一世就有一批的冤親債主，冤親債主很多，一批一批，一階段一階段。跟人結怨，怨最大莫過於殺生，你去殺害別人，當然他要報復，他是凡夫；我們被人殺害，也會想要報復，這是一定的，凡夫一定是這樣。如果永離殺生的人，他就不會報復，他知道這是我欠人的，應該要還人，歡歡喜喜的還人，這個帳就了結了。如果不明瞭這個道理，不明白這個因果，一定會懷恨在心，他會想要報復。冤冤相報，沒完沒了，生生世世就報來報去，愈報是愈嚴重。如果你要是永離殺生，就不會再繼續跟人結冤仇，過去我們欠人的還人，你不會再去報復他，不去報復他，他也不會來報復你，這樣就了了，眾怨就自解了，這些冤親債主就都解脫了。如果你還要報復，報來報去，你打我一下，我打你兩下，討回來，加利息；他現在打你兩下，你不甘願，又打三下回來，愈報愈嚴重，這也是很恐怖的一件事情，很嚴重的一件事情。

現在殺業在社會上很普遍，尤其現在世界上墮胎這個殺業很重。我這次在澳洲，聽我們導師淨空上人說，澳洲，不知道是一年還是一個月，墮胎的案件就有一萬多件。如果一年有一萬多件，我們

聽起來就很恐怖，如果是一個月，那就真的太恐怖。你看一萬多件就是殺一萬多人，殺害一萬多人，而且他殺害的還是他親生的孩子，這個問題很嚴重。所以我們老和尚說，墮胎的惡業很重，比一般殺生更重！為什麼？到你家來，做父子有四種緣結合，報恩、報怨、討債、還債，如果這個小孩是來報恩的，你現在把他殺死，恩變成仇，變成仇人了；如果他是來報怨的，怨上加怨，更加嚴重。所以墮胎這個問題，實在是現在殺業當中最嚴重的一種。過去我還沒有出家的時候，大概三十年前，我們台灣立法院通過墮胎合法的法律；通過之後，那一晚我去聽經，我們導師他可能有看到這則新聞報導，那時候好像在講《地藏菩薩本願經》，導師講經的時候就說，在立法院舉手贊成墮胎的立法委員地獄都已經註冊、都報名了。為什麼？他通過這個法律一直到現在已經二、三十年了，凡是有一件墮胎的業他都有分，當時舉手的人都有分，你想想看這個業怎麼消得完，太恐怖了。不懂因果的人，他不知道害怕；懂得因果的人，確實感覺到太恐怖，確實會墮入地獄，這個問題很嚴重。

有一些無知的婦女墮胎，現在也很多墮胎的，墮胎要怎麼彌補？寫一個牌位。寫一個牌位就解決了嗎？這樣問題就不是很嚴重；實際上不是寫牌位那麼簡單。不要說你殺死一個人，我現在打你一巴掌，我給你寫一個牌位，看你會不會很高興？這樣去體會就好了。不要說把你殺死，打你一巴掌，我寫一個牌位給你迴向，你是不是很高興就接受？你這樣去想，有那麼簡單嗎？沒那麼簡單。打一巴掌，我們都很難化解，你把他殺死，哪有說你給他寫個牌位這樣就解決了？這沒有那麼簡單。要怎麼樣才能夠排解？你從現在開始要永離殺生。永離殺生，不只是我現在開始吃素，這是永離殺生的初步，你要連殺心都沒有，以後你如果遇到冤親債主，你以前把他殺害，他現在把你殺死，你也要像釋迦牟尼佛那樣如如不動，這樣

眾怨就自解了。你要歡喜給人殺，你在殺人的時候很歡喜，但是你現在被人家殺，你也要歡歡喜喜，這樣怨結就化解了。如果你想要再報復，那冤冤相報沒完沒了，永遠不能解決。所以要永離殺生，連殺心都沒有，這樣才能「滅除怨結，眾怨自解」，不是寫一個牌位就能解決，你要永離殺生。這是第八種的離惱法。你要是永離殺生，你過去跟人結怨，這就能夠化解。永離殺生，行為上不可以殺生，你心裡也不可以有殺害眾生的意念。

『九、無惡道怖』，你不用怕死了以後墮落三惡道，因為殺業重會墮入三惡道。『十、命終生天』，你死了以後會往生到天道。

『是為十。若能迴向阿耨多羅三藐三菩提者，後成佛時，得佛隨心自在壽命。』我們能夠將永離殺生的功德迴向無上菩提，我們成佛的時候就會像阿彌陀佛那樣得無量壽，這就叫做「得佛隨心自在壽命」。

這一集的時間到了，我們就講到這裡。多謝大家收看，阿彌陀佛！