

Contents

1	因果不虚 18 舍心	4
1.1	定义	4
1.1.1	基	5
1.1.2	发心	5
1.1.3	加行	7
1.1.4	究竟	8
1.2	果报	8
1.2.1	异熟果	8
1.2.2	等流果	9
1.2.3	增上果	9
1.2.4	士用果	9
1.2.5	《佛为娑伽罗龙王所说大乘经》 讲记中所述之远离贪心的功德	9
1.3	公案	13
1.3.1	因果明镜论	13
2	观修思路	16
2.1	三个思维方式	16
2.1.1	思维什么是一般的十善，什么 是殊胜的十善	16
2.1.2	再思考善的果报，四种果报 .	16
2.1.3	消归自心	16
2.2	两个结论	17
2.2.1	1 坚定不移的相信善有善报 因果关系	17

2.2.2	2 观察自己过去或现在有没有去做这个善业，不能忽略任何一个机会，做的不够就要努力，做的不错就要好好回向 . . .	17
3	参考资料	17
4	大圆满前行	17
5	前行广释	17
6	前行广释第 67 课	17
6.1	丁二、应行之善业	17
7	前行广释生西法师辅导	27
7.1	《前行广释》第 67 课辅导资料 . .	27
7.1.1	丁二、应行之善业	30
8	前行系列 3 讲记-益西彭措堪布	46
8.1	第二、所修善业 分二：一、业相；二、果相	46
8.1.1	一、业相 分二：（一）一般十善；（二）殊胜十善	46
8.1.2	二、果相 分四：（一）异熟果；（二）等流果；（三）增上果；（四）士用果	60
9	大圆满心性休息大车疏	84

9.0.1	丙三（断除之理）分三：一、善趣之因；二、十善之果；三、取舍之教言。	84
9.0.2	丁三（宣说果）分二：一、略说；二、广说。	85
10	因果的奥秘	91
11	因果明镜论	100
11.0.1	第三节 十善业	100
11.0.2	第五节 十善业果	101
12	正法念处经讲记-益西彭措堪布	112
13	【讲记 62】 佛为娑伽罗龙王所说大乘经讲记-索达吉堪布	113
13.0.1	远离贪心的功德	113
14	佛说十善业道经-益西彭措堪布	117
15	百业经	125
16	贤愚经	125
16.1	贤愚经白话：五百盲儿往返逐佛缘品第二十八	125
16.2	贤愚经白话：阿难总持缘品第四十	131
17	藏传净土法	134
18	感应篇汇编	134

1 因果不虚 18 舍心

1.1 定义

- 因果视频 4

思考什么是十善业中的不偷盗 跟不偷盗的行为不能等同，要有发心

- 没有造罪和一般的善的区别
 - * 没有偷盗但没有发心的话不是善，只是没有造罪而已
 - * 十善业的善是有发心，有决心不偷盗，这才叫做善
- 一般的善和特别（殊胜）的善的区别
 - * 一般的善是发心不偷盗，
 - * 特别（殊胜）的善除了不偷盗，还发心去供养布施

•

- 因果明镜论

行十善业，同样需具基、发心、加行、究竟四个条件才是圆满的善业。例如断杀生：基为他有情；发心 即因了知杀生的过患很大，见过患后欲断除杀生；加行为静息（防护）诸杀害之行为；究竟为正静息（防护）圆满。其它善业可依此类推。

1.1.1 基

- 与贪心的基相同（相反）

1.1.2 发心

- 一般的善：
 - 知过患/胜解：清楚没有造罪的不贪心与发心断除贪心的善的区别，知道贪心的过患很大。因果的五种规律，业决定，增长广大
 - 受律仪/欲：见过患后欲断除贪心
- 殊胜的善：
 - 胜解：了知满怀舍心，知足少欲是殊胜的善。因果的五种规律，业决定，增长广大
 - * 舍心观念。不是一味地贪取，而是要舍掉。在传统的儒道两家非常好的道德上面就要明白，对于世间法，不是贪婪、发展，而是要知足；在这个基础上进一步上升到佛家，就是要舍开。消极上，全部都不能够越限的，尽量做减法，所以是减的观念。然后这还不够，真正要落到大乘佛法上，还要积极地舍，舍身、舍财、舍善根，这就是修舍心。一切处都是舍，吃饭的时候也是想到一切舍，做了功德也是想到一切舍，施一件衣服也是想

到一切都舍。这个首先要熏习善的习性，之后在这条路上发展，方向上不是贪，而是舍。（前行引导文 173 业因果 20）

- * 世人如饥似渴地追逐外在的六尘境界，人们将欲望不得实现视为痛苦，而将欲望的满足视为安乐。其实不论欲望满足与否，只要有贪求的心理，则同样是在贪欲烦恼的缠缚之下，身心不会有真正的安乐。依照意业串习的道理，贪欲放纵一次，就会增长坚固一次，如人以盐水止渴只会渴上加渴一般。所以想通过贪欲的放纵来使内心得到满足，无异于扬汤止沸，必将永无可能。贪欲的膨胀只会让我们陷入难耐的欲渴之中，时时现起追求的冲动，内心没有丝毫的安宁。所以只有断除贪心，知足少欲，方才能够止息欲渴之苦，使身心如释重负，得到轻安。经中如是比较贪欲者和离欲者的内心苦乐差别：少欲知足者即使身为乞丐，却享受着天人一般的安乐，而不知足的贪欲者即使在天宫，也象乞丐一样，精神十分贫乏。

《遗教经》云：“少欲之人，则无谄曲以求人意，亦复不为诸根所牵。行少欲者，心则坦然，无所忧畏，触事有余，常无不足。有少欲者，则有涅槃。

”

为了帮助弟子解脱世间尘境的束缚，使身心得以放下而趋向禅观智慧，佛制头陀 7 之行，其行即：(1) 住阿兰若（寂静处）；(2) 常行乞食；(3) 次第乞；(4) 日中一食；(5) 节量食；(6) 过中（正午）不饮浆；(7) 著粪扫衣；(8) 但三衣；(9) 冢间坐；(10) 树下宿；(11) 露地坐；(12) 但坐不卧。出家行人依头陀行可离欲出尘，抖擞身心专志向道。从此之后，三衣一钵、露宿空桑、日中一食，便成为解脱者清净离欲生活的风范。而后代祖师立志行道，均遵奉佛教，自奉俭约，超脱物累，惟以道业为重。（因果明镜论）

- 欲/发愿：对舍心，知足少欲，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

1.1.3 加行

- 一般善业：断除贪心，指断除我们对人、物质等的贪心
- 殊胜善业：满怀舍心，知足少欲
 - “满怀舍心”指对自己的财物舍弃，对人等有情也不贪著，放弃对他的贪心。有些大德在论典、窍诀当中也讲到：当我们看

到令自己有贪心的人的时候，马上就想“不能有贪心，把他供养给莲花生大士”，供养之后就放下了，把贪心转为道用，这也是一种修行方式。（智诚堪布前行广释 67 课辅导）

- 分类
 - 自作
 - 教他作
 - 共作
 - 随喜他作

1.1.4 究竟

- 一般善业：防护贪心圆满，
- 殊胜善业：行持舍心，知足少欲圆满

1.2 果报

1.2.1 异熟果

十善业的异熟果：转生在相应的三善趣中。

在十善业方面，行持下品善业会转生于人间，行持中品善业会转生于欲界天，在行持善业的基础上如修四禅八定，会转生于色界、无色界。（因果明镜论）

- 色界无色界：善业加四禅八定
- 欲界天：中品的善业
- 人间：下品的善业

1.2.2 等流果

- 同行等流果
 - 生生世世喜欢行善，并且善举蒸蒸日上。
- 感受等流果
 - 如愿以偿

1.2.3 增上果

- 成熟在外境上，与前面十不善业的果报恰恰相反，具足圆满的功德。

1.2.4 士用果

- 所做的任何善业都会突飞猛进地增长，福德接连不断涌现。

1.2.5 《佛为娑伽罗龙王所说大乘经》讲记中所述之远离贪心的功德

1.2.5.1 世间功德 五种胜愿圆满 龙王，士夫补特伽罗，远离嗔 **17** 毒，当得五种胜愿圆满。云何为五？所谓：佛告诉龙王，作为补特伽罗，如果远离了贪心，会获得五种殊胜的圆满法。是哪五种呢？

17 此处似应为“贪”，请斟酌。

- 修身、口、意不退，诸根不乱

第一、如果前世远离了贪心，今生他的身语意不仅不会退转，而且还会获得一种自在，身体无论在哪

里都好像特别容易受控制，语言和心也同样获得了这种自在，同时他的眼耳鼻舌等诸根都会具足，不会出现眼睛看不见或者耳朵听不见等诸根不具的情况。

- 当得一切广大富贵圆满，得冤家降伏

第二、前世远离了贪心的人，今生的财富就会非常圆满，所有的冤家也不会与他共用，也就是说，他的财富远离了所有冤家的损害。一般来说，财富都是由五家共用的，所以我们经常会看到，有些人辛辛苦苦攒下的钱，突然间就全部没有了。就像现在很多地方出现的所谓高利息投资，有些人把自己所有的钱连同借的钱全部投了进去，结果有一天这些突然就全部消失了。这种打击令一些人的心智都有点不正常，但也没有办法。如果一个人没有了福报，他的财产就会被亲人或非亲人全部夺走。尤其现在这个时代，财富消失得特别容易，很多原来特别有钱的人，在短短的几年甚至几个月之后，就变成了很贫穷的人，特别可怜。但是，那些以前远离了贪欲的人，今生就不会出现这样的情况。

- 得一切广大福德圆满

第三、前世远离了贪心的人，今生不但财富会特别稳固、圆满，一生都不会贫穷，而且其它各种福德也会非常圆满。

- 得受人天最上供养

第四、由于他远离了贪心，所以会受到人及天人最上的恭敬、赞叹以及供养，天人护法也会经常护持

他。

- 得一切广大功德圆满，于最上受用心所欲者皆得圆满，如为富贵发百千最上胜愿如愿圆满

第五、因为今生他的福德非常圆满，所以心里想的任何受用或财物，都会如愿以偿地得到，不仅如此，得到的还会千百万倍地增上。比如，他想挣一百万元，结果却能挣一千万，几千万甚至更多，自然而然就会得到，这也是他的福报所致。我们有些人的福报也很不错，这个时候一定要珍惜。这些福报不仅是自己前世的善业产生的，也是三宝的加持带来的。在享受的同时，也应该在今世尽量积累一些善根，哪怕供一朵花，上一支香，这样一点一滴不断地积累非常重要，因为如果现在只是一味地使用而不积累，那么当福报全部耗尽之后，自己的来世就会非常悲惨。所以，每个人还是应该提前为自己的将来做一些准备。正如佛经里所讲的一样，“欲知前世因，今生受者是，欲知后世果，今生作者是。”意思是，自己的前世做过什么，从今生自己的身相、福报等各方面就可以看出来。如果今生自己方方面面都很不错，就说明自己前世积累了善业。如果想知道自己的后世会怎么样，从今生自己做了什么就可以推知。不需要去打卦、算命或者看相。但是，我们很多人好像并不关心自己的后世，这一点和藏地人有点不同。藏地人一般都特别重视自己的后世，经常考虑自己死了以后怎么办，担心以后会不会堕入地狱。可是在一些不信佛教的地方，人们根本就不在乎这些，只关心自己今生的事。我去这些地方时，他们经常会问我：“大师，您说我能

不能赚到钱啊？”“您会不会看相啊？请看看我的运气怎么样？”“听说手上这根黑色的线对财运有点影响，我想把它磨掉，大师您看可不可以？”我每次去的时候，他们都觉得我是个看相大师。如果我真能看相的话，从暂时来讲，可能比给他们讲佛法还要成功。（众笑）其实我以前在读师范的时候，还是很会看相的。当时在笔记本上记了很多这方面的知识，已经过了三十多年了，现在这些本我还保存着。当时我在同学里面可能还算是比较不错的，背了很多这类书，对指纹等都会看。有些同学特别信，现在有时还会找我看手相。我告诉他们自从出家以后就没看过，全都忘了。很多人都是对看相很重视的。那些人把我误认为是看相大师，可能也是因为看到我穿的这身衣服，觉得怪怪的，便认为这应该是个看相、算命之类的人。很多人都没见过藏传佛教的僧服，有个人甚至对我说：“你怎么穿了个印度女娃子穿的衣服？”（众笑）他可能是因为看到印度妇女穿的衣服比较长，并用布搭在身上，觉得好像与我的僧衣有点像。其实，她们是用一块布把身体全部裹起来，与我们的披单并不相同。

1.2.5.2 出世间功德

- 龙主，土夫补特伽罗，远离嗔 **18** 毒，获得如是五种圆满。以此善根回向菩提，证得无上正等正觉，而为三界之所尊故。

18 此处似应为“贪”，请斟酌。

佛告诉龙王，作为补特伽罗，如果远离了一切贪欲，

就会获得这样的五种圆满。如果以此善根回向菩提，就会证得无上正等正觉，并且也会成为三界所尊敬的尊者、导师。以上就是远离贪心的功德。下面讲的是远离邪见的功德，这部分内容各个版本基本都相同，没有什么差别。

1.3 公案

1.3.1 因果明镜论

(八) 离欲

世人如饥似渴地追逐外在的六尘境界，人们将欲望不得实现视为痛苦，而将欲望的满足视为安乐。其实不论欲望满足与否，只要有贪求的心理，则同样是在贪欲烦恼的缠缚之下，身心不会有真正的安乐。依照意业串习的道理，贪欲放纵一次，就会增长坚固一次，如人以盐水止渴只会渴上加渴一般。所以想通过贪欲的放纵来使内心得到满足，无异于扬汤止沸，必将永无可能。贪欲的膨胀只会让我们陷入难耐的欲渴之中，时时现起追求的冲动，内心没有丝毫的安宁。所以只有断除贪心，知足少欲，方才能够止息欲渴之苦，使身心如释重负，得到轻安。经中如是比较贪欲者和离欲者的内心苦乐差别：少欲知足者即使身为乞丐，却享受着天人一般的安乐，而不知足的贪欲者即使在天宫，也象乞丐一样，精神十分贫乏。

《遗教经》云：“少欲之人，则无谄曲以求人意，亦复不为诸根所牵。行少欲者，心则坦然，无所忧畏，

触事有余，常无不足。有少欲者，则有涅槃。”

为了帮助弟子解脱世间尘境的束缚，使身心得以放下而趋向禅观智慧，佛制头陀 7 之行，其行即：(1) 住阿兰若（寂静处）；(2) 常行乞食；(3) 次第乞；(4) 日中一食；(5) 节量食；(6) 过中（正午）不饮浆；(7) 著粪扫衣；(8) 但三衣；(9) 冢间坐；(10) 树下宿；(11) 露地坐；(12) 但坐不卧。出家行人依头陀行可离欲出尘，抖擞身心专志向道。从此之后，三衣一钵、露宿空桑、日中一食，便成为解脱者清净离欲生活的风范。而后代祖师立志行道，均遵奉佛教，自奉俭约，超脱物累，惟以道业为重。

佛鉴禅师谈及先师行谊时说：“先师节俭，一钵囊一鞋袋，百缀千补，犹不忍舍弃。曾说：此二物相随我出关，已十五年矣，岂肯中途弃之。时有泉南吾上座，送一褐布缀，自言此衣自海外得来，冬服则温，夏服则凉。先师说：老僧寒有柴炭纸衾⁸，热有松风水石，蓄此何为。最终竞谢而不受。”

妙喜禅师说：“节俭放下，乃修身之基，人道之要。历观古人，鲜有不节俭放下者，年来衲子游荆楚买毛褥，过浙右求纺丝，得不愧古人乎？”

真净禅师住持建安保安寺时，王安石以素绢供养。禅师问侍者：“这是何物？”答曰：“纺丝罗。”真净问：“何用？”侍僧答：“能作袈裟。”真净指所穿布伽黎说：“我平常披此，他人见了也不会嫌恶。”即令送入库司估卖供众，其不事服饰如此。

方会禅师初住杨歧山，老屋败椽，仅蔽风雨，适临冬暮，雪粒满床，师终不以寒苦动其心。衲子中有

志诚发心的，愿化募为师修造。会禅师不允，说：“我佛有言，时当减劫，高岸深谷，迁变不常，安得圆满如意，自求称足。汝等出家行道，做手脚未稳，已是四五十岁，岂有闲工夫，营事丰屋。”明日上堂，师曰：“杨歧乍住屋壁疏，满床尽撒雪珍珠。缩却项，暗嗟吁，翻忆古人树下居。”

如是绝意名利，放舍身心，自然心入于法，惟精惟一，与道日亲。佛云：“制心一处，无事不办。”道人平日离欲寂静，万缘放下，最终而能彻悟心源，生死自在，脱化如游戏，亦是水到渠成、瓜熟蒂落之事。

唐通慧，三十出家，入太白山不带粮，取给草果，渴则饮水，息则依树，坐起禅思。经于五年，一次以木打块，块破形销，廓然大悟。晚年一裙一被，所穿麻鞋二十载未换，布纳重缝，冬夏不易。

后周行因，隐居于庐山佛手岩。每当夜阑之时，一鹿一山雉栖迟于石屋之侧，温驯如伴侣，人兽相处，殊无疑怖。行因平生不畜子弟，有邻庵僧作师侍者。一日师对侍者说：“卷上帘，吾欲去！”帘方就钩，因下床行数步，屹然立化。

行因法师一生清气逼人，临终如是潇洒，心无一丝粘著，岂非亦得力于平时离欲之功夫？

- 贤愚经

- 贤愚经白话：五百盲儿往返逐佛缘品第二十八
- 贤愚经白话：阿难总持缘品第四十

2 观修思路

2.1 三个思维方式

2.1.1 思维什么是一般的十善，什么是殊胜的十善

- 思考什么是十善业中的不杀生 跟不杀生的行为不能等同，要有发心
 - 没有造罪和一般的善的区别
 - * 没有杀生但没有发心的话不是善，只是没有造罪而已
 - * 十善业的善是有发心，有决心不杀生，这才叫做善
 - 一般的善和特别的善的区别
 - * 一般的善是发心不杀生，特别的善除了不杀生，还发心去放生
 - * 特别的善除了不偷盗，还布施给予
 - * 特别的善除了不邪淫，还守戒

2.1.2 再思考善的果报，四种果报

2.1.3 消归自心

- 自己曾经有没有行这样的善，没有的话要去做，有机会，有能力的話以后就一定要去做。有过要继续，随喜，更加精进

2.2 两个结论

2.2.1 1 坚定不移的相信善有善报 因果关系

2.2.2 2 观察自己过去或现在有没有去做这个善业，不能忽略任何一个机会，做的不够就要努力，做的不错就要好好回向

这两个结论是最最重要

每一个善业都有这 3 个思维方式，还有这 2 个结论

3 参考资料

4 大圆满前行

5 前行广释

6 前行广释第 67 课

6.1 丁二、应行之善业

总之，了知十不善业的过患后，我们要立下坚定的誓愿，认真受持严禁恶行戒——不杀、不盗、不邪淫、不妄语、不两舌、不绮语、不恶语、不贪、不害、不邪见，杜绝十种不善业。

一般来讲，受持十善戒，不需要在上师或亲教师面

前。就拿不杀生而言，只要自己默默立誓“我从今以后永远不再杀生”便可以了，这就是善业。当然，如果你长期守持的能力没有，则可以发愿“我某时某地绝不杀生”，或者“我不杀老虎、恐龙、鲸鱼，我不杀国家总统、联合国秘书长……”等。（比如你跟某人关系不太好，就可以当着他的面说：“我发誓不杀你！”一边吵架一边这样发愿。呵呵，他听后或许觉得你想杀他，更生气了。）以前有些上师在藏地开法会时，经常要求那些天天杀生的屠夫，发愿不杀雪山狮子、不杀恐龙，或者如果他没有出国的机会，就发愿不杀美国的众生，这样的话，如此发愿也是有功德的。

当然，倘若你自己因缘具足，能在上师、善知识，或佛像、佛经、佛塔等面前进行承诺，那它的功德更为显著。藏地很注重这种行为，现在汉地也比较不错，很多人遇到一位上师时，常会在他面前发誓断恶行善。这样的话，一方面这是对上师的恭敬心和法供养，另一方面，通过上师加持以后，有时候力量确实不可思议。

前段时间，我遇到一个戒毒的人，他的毒瘾特别特别厉害，每次发作不吸毒的话，马上就会昏厥在地。后来，他依靠种种因缘到了学院，当下立誓要戒掉毒瘾。如今已过去半年了，他连一刹那想吸毒的心都没有，真正感受到了佛法的加持力。

所以，你们一些不好的行为，比如特别爱杀生、爱说妄语、爱喝酒抽烟，这些最好在上师面前戒掉。原来有个人特别爱喝酒，他去法王面前发愿不杀生时，不慎说成了“我不喝酒”。法王边说好边给他作

加持，结果加持完了后，他才发现自己说错了。（众笑）

当然，仅是平平淡淡地想“我不杀生”等，这还不够，必须要在心里立下坚定的誓愿：“无论怎样，我从此以后绝不造恶业！”如果上师具足，就在上师面前；上师不具足，最好是在佛像、佛经面前，或者到寺院去时默默发誓。藏地有个很好的习惯，比如你要见一位上师、朝拜一座寺院，心里必定会发个愿：“我要念十万遍金刚萨埵心咒。”“我要到拉萨去。”……但汉地有些人不是这样，包括个别佛教徒，也是到了布达拉宫后，第一件事就是掏出相机四处拍照。还有些居士来到学院以后，照几张相就回去了，在殊胜的对境面前，连念十万心咒、戒肉、不点杀，甚至做一件善事的誓愿也没发，这是相当可惜的。

有一次，我给一些老师和学生作开示。结束之后，他们就在我面前，有些立誓不杀生，有些立誓不妄语……每个人都根据自己的情况发了愿。当然，这些对出家人而言，都已经断除了，没有必要重新发愿。但作为在家人，即使不能全部避免，只要杜绝其中一两个，也有很大的功德。为什么呢？因为佛陀说过，所有功德皆因十善而成就，如《华严经》云：“人中随意得受生，乃至顶天禅定乐，独觉声闻佛乘道，皆因十善而成就。”可见，无论是在人中随意投生，还是享受色界、无色界的禅定安乐，乃至获得出世间声闻、独觉、佛陀的功德，其根本来源就是行持十善。十善是做人最基本的原则，就当今而言，它对社会、家庭有非常大的利益，所以，我

们行持十善一定要有决心。

退一步说，假如你实在不能永远断除杀业，那也可以发誓在一年或三年中不杀生，或者每年的一月[1]、四月[2]、六月[3]、九月[4]不杀生，或者每个月的初八、初十、十五、二十五、二十九、三十不杀生。这些特殊日子，佛经和论典都说功德特别大，最好能行持善法，受八关斋戒等。或者，如果你不能常常如此，但立誓在一年、一个月、一日内不杀生，也会受益匪浅，具有许多的功德。

最近我在看藏文的《涅槃经》，里面说迦叶曾问佛陀：“既然您早知道善星比丘会生邪见，最终将堕入地狱，为什么还开许他出家呢？”佛陀回答：“如果不开许善星出家，他在家的话，会继承王位，而且力量很强大，必定毁坏佛法，这样堕入恶趣的时间更长。虽然我知道他最后会生邪见，但因为出家种下了善根，他将来必会获得无上佛果。[5]”所以有些人认为：“既然善星比丘最后会生邪见，那还不如不出家好！”这种说法是不对的，哪怕只是受一天出家戒，这个功德也肯定有。所以，我们要懂得短期受戒的利益。

还有，《根本说一切有部毗奈耶·皮革事》中有则公案说[6]：从前，有个长者子去海中取宝迷了路，黄昏时来到一座幻化的天宫面前，那里有一个天子，由四名天女围绕而享受安乐。天子见他非常饥渴，就供养他美食，并让他在天宫里沐浴，晚上留宿于此。到了天亮，太阳一出来，这四位天女就变成黑色恶狗，把天子扑倒在燃烧的铁地上撕咬。而到了晚上，太阳一落山，恶狗又变成天女，与天子共同嬉乐。

长者子见后，就问天子：“你往昔造了什么业，如今转生于此？”

天子回答：“南赡部洲的人疑心较重，我说了，你也不一定相信。”

长者子说：“这是我亲眼所见，又怎么会不相信呢？”

天子就对他讲了一个偈颂：“昔时白日损他命，夜则持戒勤修行，以此因缘生此中，今受如是善恶业。”

长者子听后不太明白，问他是什么意思。

天子解释道：“我往昔是一个村落里的屠夫，成天以杀羊卖肉为生。嘎达亚那尊者劝我不要杀生，但我不听。于是他就让我承诺晚上不杀生，守持清净戒律，当时我就答应了。以此因缘，我死后堕入这样的孤独地狱，白天在炽燃的铁屋里受尽痛苦，而到了晚上，却身居天宫与四名天女享乐。”

其实，人间也有类似的果报。我就曾遇到一个病人，她白天身上什么病都没有，特别健康，而一到晚上，就噩梦连连、疼痛无比，一直辗转反侧、叫苦连天。还有一个病人，他上午心情很好，身强体健，而到了下午，就开始身心烦躁，感到特别恐惧。这些人估计也有与此相似的业力。

所以，在这个世间上，若用智慧去详细观察，就会发现不管在外境上还是自身上，都有无数的善恶果报在不断出现。然遗憾的是，现在不懂因果的人，对此根本不相信，总觉得这是偶然发生的。因此，大家懂得这个道理后，将其传授给别人特别重要。

佛陀的教育，其实就是佛陀把所证悟的真理，传达给下面这些眷属。同样，我们作为后学者，也应在自己好好修行的同时，尽量把这种精神传给有缘众生。诚如《父子合集经》所言：“莫作非法，修行善行，亦劝他人，勤行众善。”这即是佛教的精神所在。

下面讲十善业到底是什么样的：

所谓的十善业，就是指实际行动中断除十种不善业，奉行对治恶业的善法。

三种身善业：

不杀生——断除杀生，爱护生命，放生吃素。

不偷盗——断不与取，慷慨布施。自己有财物的话，应尽量上供下施，同时不要去炫耀。有些人在供养时，把一千块钱全摊成纸牌一样，然后放在佛堂里或功德箱上，这样其实没有必要。

不邪淫——断除邪淫，守持戒律，身心清净。

四种语善业：

不妄语——断除妄语，说真实语。

不两舌——断离间语，化解怨恨，调解不和。

不恶语——断除恶语，说悦耳语、柔和语、调顺语。

不绮语——禁止乱七八糟的绮语，精进持咒念诵，多说对弘法利生和自己修行有关的话。

我看有些道友背诵很好，这肯定下了不少功夫，平时应该没有说绮语的时间，否则，不可能把这么多论典倒背如流。昨天背考《窍诀宝藏论》时，中间稍微断了一下，过后好几个人都哭了。我问为什么哭，她们说：“没有背好，耽误您的时间。”其实你们背得很好！我以前也背诵过，没有考试之前压力很大，考完以后会睡得特别好，心里也很放松、很快乐。

我们这里很多道友，此次背诵《中论》、《窍诀宝藏论》、《人行论》等论典，肯定花了很长时间。不然，除了极个别人以外，这不是那么容易的。你们既然下了功夫这样背，就会思维它的法义，如此在一生中，对它的印象会特别深。我在二十年前背过的论典，现在虽不一定能原原本本记得住，但跟没背过的论典完全不同，如今只要稍微再看一下，马上又会浮现在脑海里。所以，闻思修行是我们最快乐的事情。

三种意善业：

无贪心——断除贪心，满怀舍心，知足少欲。

无害心——断绝害心，修饶益心、慈心、悲心、菩提心。

无邪见——弃离邪见，依止空性见、因果观、平等观等正见。

接下来讲十善业的四种果：

异熟果：转生在相应的三善趣中。

同行等流果：生生世世喜欢行善，并且善举蒸蒸日上。

感受等流果：断除杀生，长寿少病；不偷盗感得具足受用，无有盗敌；断除邪淫，夫妻美满，怨敌鲜少；断除妄语，受到众人称赞爱戴；断除离间语，受到眷属仆人的恭敬；断除恶语，恒常听闻悦耳语；断除绮语，语言有威力；断除贪心，如愿以偿；断除害心，远离烦恼；断除邪见，相续生起善妙之见。

增上果：成熟在外境上，与前面十不善业的果报恰恰相反，具足圆满的功德。

其实造善业会一切吉祥，造恶业会一切不吉祥，这不仅仅是佛教所承许，其他宗教也强调这一点。如儒教的《易经》云：“积善之家，必有余庆。积不善之家，必有余殃。”道教的《太上感应篇》也说：“人能行善，上天赐之以福。”所以，行持善法之后，外在环境会非常舒服，护法神、天人和周围的人，都会给你创造许多快乐的因缘；而造下恶业的话，人与非人、包括环境会给你带来诸多不祥。

不过，这个道理对好人来讲，稍微开导一下就能接受，但对恶人而言，再怎么样劝诫，他也不一定听。如《正法念处经》云：“善人行善易，恶人行善难。恶人造恶易，善人作恶难。”这个偈颂我很喜欢。真正有善根的人，再怎么劝他犯戒、杀生、造恶业，他也不会做的；但如果是一个恶人，让他喝酒、抽烟、做坏事，只要略加指点就可以了。所以，每个人的因缘确实不同。

士用果：所做的任何善业，都会突飞猛进地增长，

福德接连不断地涌现。

现在有些人，无勤中做什么都很顺利。我就见到一些读书的学生，平时成绩不是很好，但到了考试时特别顺；而有些人平时非常精进，智慧很不错，可是经常家庭也不顺，考试也不顺，什么都不顺，这跟各自的业力也有一定关系。

综上所述，业因果的正见，我们每个人该修的要好好修，该观想的要好好观想。如果善恶因果的见解得以坚固，那你做什么事情、行持什么善法都很容易。相反，倘若这个见解动摇不定，就算得了再高的灌顶、再无上的窍诀，对你恐怕也不一定有长期的利益。所以，大家对取舍因果的理论和实际修持，务必要值得重视！

[1] 藏历一月为“神变月”，是佛陀降伏外道六师、大力显扬佛法的月份。众多佛教经论中都提到过神变月的殊胜功德，在此期间每做一件善事，其功德会增上十万倍。

[2] 藏历四月为“萨噶月”（吉祥月），其中四月初八是佛陀出生之日，四月十五是佛陀成道和涅槃之日。

[3] 藏历六月为“转法轮月”，其中六月初四是佛陀在鹿野苑为五比丘初转法轮之日。

[4] 藏历九月为“天降月”，其中九月二十二日是佛陀上天为母说法后重返娑婆世界之日。

[5] 汉文的《涅槃经》中也有这一段：迦叶菩萨白佛言：“世尊，如来具足知诸根力，定知善星当断善根。以何因缘，听其出家？”佛言：“善男子，我于往昔初出家时，吾弟难陀，从弟阿难、调婆达多，子罗睺罗，如是等辈皆悉随我出家修道，我若不听善星出家，其人次当得绍王位，其力自在当坏佛法。以是因缘，我便听其出家修道。善男子，善星比丘若不出家亦断善根，于无量世都无利益，今出家已虽断善根，能受持戒供养恭敬耆旧长宿有德之人，修习初禅乃至四禅，是名善因。如是善因能生善法，善法既生能修习道，既修习道当得阿耨多罗三藐三菩提，是故我听善星出家。”

[6] 《根本说一切有部毘奈耶·皮革事》云：时长老子渐渐前行，日欲暮时，乃见化天宫处，有一天子，复有四天女，共为欢乐，游戏天宫。其天遥见长者子，告曰：“商主无病，汝有饥渴不？”答言：“甚饥渴耳。”于时天子即令商主洗浴，供妙饮食，其夜止宿。至天晓已，于日出时，其宫变化，前四天女变为鬘狗，捉此天子，覆面扑着于热铁床上，猛焰星流，食其背肉。复至暮间日欲没时，还复变为天宫，狗乃变为天女。然长者子，眼亲见已，情切怪异，即告彼天子曰：“汝作何业今生此处？”时天子答曰：“商主，南赡部洲人多难信。”长者子曰：“我今目验云何不信？”尔时天子说往昔业缘，以颂答曰：“昔时白日损他命。夜则持戒勤修行。以此因缘生此中。今受如是善恶业。”时长老子闻此颂已，白言：“颂有何义？”天子答曰：“商主，我往昔时在婆索村中，身为屠儿，常以杀羊卖肉，自养育身。时有圣者苾刍，名迦多演那，劝我改悔，勿造斯业，

无有尽期。既劝不得，是时圣者，又复劝我，令夜持戒，我即依教。以此业故，今者白日受苦，为夜持戒，夜受如是快乐果报。”

7 前行广释生西法师辅导

7.1 《前行广释》第 67 课辅导资料

我们讲完了十不善，上面在讲十不善时候都是不舒服的，下面要讲的是让我们高兴的——应行的善业，果报都是好的。九几年在学院的时候，有一段时间上午大恩上师讲《幻化网》，下午讲戒律，那是冰火两重天。上午讲幻化网的时候，简直是认为解脱没空隙了，对解脱的信心满满。下午讲戒律的时候就觉得有点悲惨了，下一世能不能得人身都打问号。每一个造的罪业，犯了戒律的果报是什么，一个一个讲，听起来心惊胆战。最后大家听完之后都是怀疑，下一世能不能得人身？能不能避免不堕恶趣？第二天早上起来就讲《幻化网》，信心又起来了。法的力量就是这样，当讲了义法的时候，就觉得解脱很有希望，讲罪业就觉得真的是很危险，这个是我们需要知道的，太过于飘飘然也不行，太过于沮丧也不行，该做的就做。心就是这样，你给什么因它就朝什么样地方改变。关键不要吝啬给好因缘，如果有十分的力量只给两三分，把其它时间花在没有意义的事情上面，修行善法又舍不得花时间，这不行。所以关键自主权还是在我们这儿。不要舍不得给他因缘去改变，一定要给很多的善法、善心，菩

提心要不断地修，上师要不断地祈祷等等。投入一定的因缘是决定会改变的。心是有为法，一定可以变的，关键要给强劲、持续性、正确的因缘，才会慢慢地转变。如果给了一次好因缘，放纵三五天，那毫无疑问就慢了，给的因缘不正确或者力量不够都不行。修行时间长了，慢慢我们就会知道修行的关键地方，自然而然就会抓住核心——菩提心，空性很重要。逐渐从追求开天眼、打卦等慢慢地转了，他觉得这也是有一定的利益，但不是主要的。自动把主次分清楚了，对他有用的，真实相应于佛菩萨的境界就对了，不一样那就要小心了。如果没有智慧的人说你不对，不一定要管他，因为他都不懂。但是如果是智者的语言或者是佛菩萨的圣言，拿出来对照的时候发现对不上那就要注意，那可能是你没有真正按照佛菩萨的教言做。如果现在随便挑一本法本来对照都是完全符合，那就是真正地走在了修行的道路上。如果是正确的因缘，慢慢的时间要长，短时间也不行。种子种到地里面，给时间才能生根发芽，长几个月后才能开花结果。一般的庄稼都是这样，如果是果树，还要等好几年之后才能看到果，让它长成参天大树还要等的时间更长。果越大，酝酿的时间肯定相应会越长。毫无疑问这个正见我们要了解。所以我们要耐心。修行也是要训练我们的耐心的，没有耐心也不行。有些人觉得自己已经修了好几个月、好几年了，为什么还没有出现法本里面所承诺的这些功德利益？是不是只是骗我们进来？你想要的果是很高的要求，是要扭转轮回、一生成佛，而成佛对于显宗菩萨则需要三个无数劫来完成的事业。你想要在几年里，而且没那么精进

就达到，这也有点太过分了！所以我们一定要知道，小的果它的因缘就容易。肯定嘛！比如说你今天要出去挣一百块钱，就相对容易了，去搬一天砖头就可以赚到，但是要去赚大钱，那一天肯定是不行的。尤其是想要出离轮回，要彻底扭转轮回的心态，给的时间短了一定不行。虽然你的方法、投资方向是正确的，但还是要给它时间慢慢去运作，它的力量在日积月累中就强劲了起来，最后就一下子从量变到质变。所以虽然我们的方向正确，但还是要给它时间，不要着急。“不要着急”的意思不是说就可以懒惰、放松了（“上师，法师说不要着急”，然后就天天睡懒觉），菩萨每天把他的时间安排地非常紧凑，但是他的内心和他的战略非常平稳，不会着急于两三天，而是三无数劫成佛。菩萨知道并接受了三无数劫成佛这样的时间安排，他会不会想“反正三无数劫，我今天可以睡懒觉，明天也可以放松”？不会的。第一他接受了三无数劫，第二每天安排好该做的、该修的都认认真真去做。所以我们从整体来讲要放松，不要太急躁，但是每天应该做什么仍然认认真真的去做，这种心态比较合理。只有合理的安排才能够达到效果，第一每天没有空耗，第二也没有很急躁地想“为什么我修的还没有结果呢？”，很多不必要的麻烦就避免掉了。其实很多麻烦主要来自于急躁，太急了就会打乱部署。有些地方太急躁就是问题，不急躁的话，每天该做什么就做什么。也许在座上修百字明，修一百遍或者修几天都没什么效果，修曼扎也没什么效果，但是你每天该做的都如理如法地去做，时间长了，它的效果慢慢就会出来。下面我们讲应行的善业。

7.1.1 丁二、应行之善业

总之，我们了知十不善业的过患之后，心中立下坚定誓愿认真地受持严禁恶行戒，就是十善业，也就是指不杀、不盗等十种。我们已经了知了十不善的过患，所以要立誓守持严禁恶行戒。严禁恶行戒的意思就是禁止恶行。“严禁恶行戒就是十善业，也就是指不杀、不盗等十种”，就是把每一种十不善业翻转过来。前面是杀生、偷盗、邪淫，现在是不杀、不盗、不邪淫，乃至不邪见等等，这样就是十善业道。一般来说，受持十善戒不需要在上师或亲教师面前立誓，只要自己心里默默地想：我从今以后永远不再杀生，或者我某时某地绝不杀生，或者我不杀害某某众生等等，这就是善业。这里我们要分析几种情况。第一个，有些人认为，我不用去受什么戒、发什么誓，反正我这辈子没有杀生、杀人。但是发誓不杀生和本身没有杀生是有差别的。如果没有发誓愿，没有杀生（有些人一辈子没杀过人，没有故意杀过生）会不会成为善业呢？不会，只是没有杀人、没有杀生而已，它本身不会成为善业，只能说明你没有造这种恶业而已。很多人不懂，说“我一辈子都是善人，我一辈子都做善事”。没有发誓的话，只能说没有做这个行为而已。当然没有造这个恶业，就不会受这个果报，这是决定的，但是没有杀人、杀生，它本身不会成为善法，没有“我要去做一个善法或我要去承诺”。这里面的差别是，虽然同样没有杀人、杀生，承诺和不承诺、发誓和不发誓完全不一样。所以这里讲了我们要发誓、要承诺，单单没有做是不行的，它不能叫善业，只是没

有做这个恶业而已。承诺有两种，一种叫受持十善戒，不需要在上师、亲教师（亲教师就是堪布，现在我们所说的堪布是法师，但是在戒律当中，亲教师就是传戒律的，给你传戒律的这个叫堪布、叫亲教师）面前立誓，只是心中默默地想（并不是很弱地想，而是誓愿很坚定、内心很坚定地去想），或者说出来。主要是指不需要在一个对境面前讲，可以自己一个人说，或者心中默默地发誓。怎么想呢？“我从今以后永远不再杀生”，这是上等的，从今以后永远不杀一切众生或者永远不杀某一众生，这是从时间方面来讲的。以上做不到也可以这样想：“或者我某时某地不杀生”。在某一个时间当中，比如在这个月当中不杀生。上师讲记当中讲在一月（藏历一月是神变月，功德很大）或者四月（萨嘎月，也就是吉祥月）当中发誓不杀生也可以。或者在某一地，比如说我在佛学院不杀生，或者在其他哪个地方不杀生，是在某一地发愿不杀生。“或者我不杀害某某众生等等”，做不到不杀所有众生，但是可以不杀某一类众生，比如说我不杀鱼、不杀牛，或者甚至说不杀狮子、老虎。虽然可能根本看不到，也没有能力杀，但是这样发誓也是可以的。甚至发誓不杀恐龙也可以，主要是心上面的一种誓愿力。只要心上发了这个誓愿力，就会持续不断地产生功德。比如说我发誓一个月当中不杀，这在《俱舍论》当中叫中戒，阶段性的叫中戒，在一个月当中会有一种中戒的戒体，有无表色，一个月过了之后这个力量就消失了，相当于过期了一样。所以你可以承诺永远（永远就是一直存在），或者短短的时间当中（即中戒），比如一个月、半年、三年当中不杀生。或是发

誓不杀害其中一类，没办法承诺不杀一切众生，承诺不杀一切人也可以。这对世间的很多人来讲特别方便，不用在上师面前讲，也不用发誓不杀所有众生。可以任意挑选一个，发誓不杀龙、不杀狮子、不杀老虎、不杀人，这些都可以。发誓之后就马上变成善业了，以上是受持十善戒，不需要在上师面前立誓。另一种是在上师面前受，发誓不杀生、不偷盗等，这属于五戒。前者不是五戒，是十善戒，不用在上师面前受，也不用仪轨，不用上师给你传这个戒律，只要自己发誓就行了。有些人说没有受五戒也可以升天吗？也可以。没有受五戒，有些根本没有传戒人，或者那个时候没有佛法。没有佛法也可以升天吗？也可以。只要内心当中很坚定地承诺十善当中不杀生、不偷盗、不邪淫等等，就得到了十善戒，有十善戒就有了升天、转善趣的基础。所以不一定只有佛弟子才可以升天，只要发了不杀生的誓愿或者发誓不偷盗，就属于十善戒其中的一个，外道、世间人只要发了誓（十善戒的誓愿）之后就可以。所以不学习佛法的这些外道（比如基督教也好，其他教也好），只要有誓愿就有了升天的基础，只要符合这个标准就可以。十善戒和五戒要分开。五戒是尽形寿，是在上师面前庄重承诺，要有承诺的仪式、仪轨，这样会得到戒体。十善戒也可以受一辈子，但是它和五戒还是有差别，因为不需要在上师面前受，而五戒一定要在上师面前受，自己是不能受的。以上我们首先区别了只是不杀生不能成为善业，必须要发誓；其次发誓有两种：一个是在上师面前通过受五戒的方式来承诺不杀生、不偷盗；还有一个就是以十善戒的方式，自己承诺也行。当然

如果能在上师、善知识、佛像佛经佛塔等面前进行承诺发誓，那么它的功德就更为显著了。一般来讲不需要，但是如果有机会、有条件，可以在具有功德的上师、善知识面前承诺，也可以在佛像、佛经、佛塔面前承诺。佛像、佛经、佛塔是三宝所依，佛像是佛陀、佛宝的代表，佛经是法宝的代表，佛塔是佛智慧或者僧宝的代表。这是佛陀身、语、意的所依，也有说是三宝的所依。在佛陀身语意面前进行承诺、发誓，在殊胜对境面前承诺的功德就更大。尤其是在证悟很圆满的上师面前，或者加持力很大的经书、佛塔、佛像面前，比如大昭寺的佛像或者佛学院的坛城，这方面承诺功德都特别大。然而，仅仅这样平平淡淡地想“我不杀生”还不足够，必须要在心里立下这样坚定的誓愿：无论怎样，我从此以后绝不造恶业。如果想的时候很平淡，没有很坚定的决心是不行的。因为心太淡了，不一定能够生起中戒，所以想的时候心要比较坚定。虽然时间可以比较短，但是心要坚定、勇猛，这就可以产生中戒。必须要立下坚定的誓愿，“从此以后”的意思是从此到成佛之间，可以是从此到死之间，或者从此到三个月之后、从此到后天。你的心要坚定，从此以后绝不造恶业。前面是以杀生为例。也可以承诺不偷天人的东西，不偷盗也是可以这样立下誓言的。十善戒中任何一戒都可以这样——邪淫也是这样，发誓不和天女邪淫。前面只是以杀生作为例子，其实偷盗、邪淫既可以尽形寿很严格，也可以挑选一些时间段，或者某一类众生来进行这方面的承诺，都一定会产生功德。当然作为佛弟子，如果守持五戒很圆满，功德是完全不一样的。上面所说的是针

对那些的确没有办法圆满五戒的人，做不到又不能放任自流，要尽量地让他在造罪业的同时也能得到功德和利益，这样的话也是善巧方便，也是利他的思想和具体的表现方式。为什么刚刚讲的这些方面是比较殊胜？比较殊胜的意思是说，很多完全没有条件的人，也可以让他发一个愿，做一个承诺，这对很多人来讲比较容易。尤其是有些时候家人可能比较听自己的话，你让他发这个愿，他觉得没什么影响，对他现在的生活也没什么改变，当然他也就愿意。你也帮助了他，他也得到利益，他的承诺对他现在放不下的生活方式也不会有任何影响，所以这个方面是可以考虑。为什么呢？这对他们来讲是可以选择的，承诺也不是八关斋戒——八关斋戒必须要有戒体的。如果按照前面杀生的标准来讲，十善业多多少少都可以让他受，但这里面可以选择一类让他去承诺，让他发誓。你跟他讲，他觉得对他没有什么影响，就可以很坚定去承诺。这对很多完全没有机会和能力守持很圆满戒律的人来讲，也是一个很好的善巧方便。如果在家人等实在不能彻头彻尾永久性地杜绝杀业，也可以发誓在一年当中的一月份或四月份不杀生，或者在每一个月当中的十五日 and 三十日不杀生。如果有些在家人不能够彻头彻尾地杜绝杀业，可以让他发愿在一年中的第一个月（神变月）、四月（吉祥月、萨伽月）不杀生。或者可以在九月、六月等等，这些都是比较殊胜的时间。即便不在以上的哪一个月，你的家人或朋友突然想要尝试一个月不杀生。这时如果说不行，现在才二月，要等到四月份去发愿，他可能就不干了。所以他如果想发愿的时候，不一定要等到吉祥月，只是吉

祥月比较好，功德可以翻倍，如果他现在决定发愿，让他不发就有可能改变，就要马上让他发。这里的一月和四月只是功德比较大的月份，对于有些人来讲不一定等到这个时间。或者一个月不行，就在每个月中挑两天，十五号、三十号、初十等等也可以，可以让他这几日中间去选择。此外，立誓在一年、一个月或一日等期间不杀生也会受益匪浅，并有很大的功德。所以立誓在一年、一个月乃至于一天都可以。比如你的朋友或和你关系好的人，让他们学佛，他们不干。但是你的话有时候他们也会听，比如一起旅游朝圣，你说今天我们发誓不杀生，这是绝对可以的。或者在朝圣期间，在佛学院参加法会的时候发誓不杀生，这都是可以完全做到。而且第一次做到之后，第二次、这样一天一天都是可以做到的。只要有机会就让他发誓承诺，一天中不杀生、不偷盗，这个是容易的，也不用很严格。比八关斋戒还容易的多，但是功德却很大。从前，嘎达亚那尊者所在的城市有一个屠夫承诺晚上戒杀（白天他依然杀生），结果当他死后堕入孤独地狱中时，白天在炽燃的铁屋里受尽痛苦，而到了晚上却身居无量宫殿中由四名天女围绕而享受安乐。这是一个事例，在嘎达亚那尊者所在的城市中，有个屠夫听到嘎达亚那尊者讲戒杀的功德。屠夫杀生是生活所逼，尤其印度的种姓是很明显的，表明是世袭的职业、不能跳槽。种姓代表着家族事业，祖辈是干这个的，你生到这个家庭中基本上就没有办法了，一辈子都要干这个。所以带着种姓就根本找不到工作，跳到其它工作的话，别人也会反对：你不是做这个的，不要抢别人的饭碗，应该做自己的老本行。屠夫也许

就是这样的情况，虽然戒杀功德大，但是屠夫没办法完全做到。所以嘎达亚那尊者就让他晚上戒杀，因为晚上睡觉就不杀生了，比如说下班后几点钟直到早上上班之前的几点钟，这个时间段中发愿不杀生，让他受持这个戒律。白天仍然杀生，只是晚上时间段中不杀生，这不算是真正的戒律。刚刚讲的在《俱舍论》中叫中戒。中戒有善戒和恶戒。中戒的恶戒是什么呢？比如要一个月中杀生，这就是恶戒。善戒也是有的，一个月中不杀生，或者晚上不杀生，这都叫做中戒，也会得到很大的利益。因为中戒的缘故，他承诺晚上戒杀，白天又要杀生。这样死了之后，因为杀生的果报堕入孤独地狱中，白天在炽燃的铁屋里受尽痛苦，有杀生的果报。晚上因为戒杀的缘故，身居无量宫殿享受安乐。这就是一种杂业，还是没有彻底地从痛苦中解脱，但是已经让他从晚上的痛苦中解脱出来了。如果屠夫没有承诺晚上不杀生的话，则白天晚上要不间断地感受地狱的痛苦，现在至少晚上七、八个小时中不需要感受这样的痛苦，也是带来了安乐。有的时候也可以通过职业的关系，让他守持像这样的戒律。后面还有类似的戒律。嘎达那亚尊者让妓女发誓白天不邪淫，这样妓女所受的果报是和屠夫相反的。所谓的十善业，就是指实际行动中断除十种不善业、奉行对治恶业的善法。下面讲：三种身善业，三种身善业就是不杀生、不偷盗、不邪淫。不杀生：断除杀生，爱护生命；三种身善业第一个就是不杀生，包括“断除杀生，爱护生命”。首先断除杀生，此外还要爱护生命、要放生等等。在其它论典中把这个叫特殊的十善。一般的十善不杀生就可以了，特殊的十善是

在断除杀生基础上去放生。一方面要断除杀生，一方面有机会的时候一定要多放生，这也是清净以前杀生的罪业，而且还可以成为一种殊胜的善业。然后是：不偷盗：断不与取，慷慨布施；不偷盗就是断除任何种类的不与而取。第二个：不单单是要不偷盗，而且要慷慨布施，上供下施，把财富通过布施的方式来让别人去享用，这就是殊胜的善法。不邪淫：断除邪淫，守持戒律；断除邪淫而且守护清净戒，在不做邪淫的同时守护不邪淫的戒律，这也是一种殊胜的善业。四种语善业，不妄语：断除妄语，说谛实语；第一个断除妄语就是不能说妄语，前面学不善业时已经讲了，其它的妄语、大妄语、上人法妄语等所有的妄语都要断除，要说谛实语。“谛实语”就是诚实语、真实的语言。有的说谛实语的标准很高，初地以上的菩萨就是谛实语了。诚实的语言，就是说真话，这也叫做谛实语。有时候我们会习惯性地讲妄语，一定要有意识地去改正。有的时候随口就来，都不考虑，说习惯之后随口就说一个妄语。这方面要经常对治，要发誓愿不说妄语，经常发愿、对治的话，逐渐随口说妄语的习气就会改变。不两舌：断离间语，化解怨恨；第一个要断除说离间语、挑拨离间，同时积极地化解怨恨。比如一般世间人的家庭矛盾、怨恨，道友和道友之间的矛盾，或者寺院的团体之间，寺院和寺院之间的矛盾等等，让这些怨恨消除，不要让怨恨生起。化解双方的怨恨让他们和合，这也是特殊的殊胜善法。不恶语：断除恶语，说悦耳语；第一，断除恶语（不恶语就是断除恶语）；第二，在断除恶语的同时要说悦耳的话（让别人听起来很舒服的话）。不要去伤害

别人的心，要说让别人欢心喜悦的话。不绮语：禁止绮语，精进念诵。首先我们应尽量减少、禁止说和解脱无关的废话，同时精进念诵佛号、咒语、或殊胜的大乘经典：《药师经》、《妙法莲花经》、《心经》、《金刚经》等等。在断绝绮语（此处录音确实是妄语，但和内容似乎不符？）的同时，让自己的语言做很多殊胜的语善业，这就是特殊的善法。三种意善业，无贪心：断除贪心，满怀舍心；“无贪心”指断除我们对人、物质等的贪心。“满怀舍心”指对自己的财物舍弃，对人等有情也不贪著，放弃对他的贪心。有些大德在论典、窍诀当中也讲到：当我们看到令自己有贪心的人的时候，马上就想“不能有贪心，把他供养给莲花生大士”，供养之后就放下了，把贪心转为道用，这也是一种修行方式。无害心：断绝害心，修饶益心；断绝害心，不要去伤害别人，而且经常修饶益对方的心，对他修慈心、悲心，发愿让他成佛等等。无邪见：弃离邪见，依止正见。第一，远离无因果等等的邪见；第二，依止有因果、轮回，有解脱道等等的正见。经常性地串习、依止正见，这是很重要的。上面讲了十善业。下面我们再来看它的果。前面的异熟果等讲得比较详细，但是讲十善业道的时候，没讲得那么细，不过把以前的果反转过来就可以理解了。这里面文字很少，当然我们要思维的时候，可以对照前面所讲的，一个一个试。十善业的异熟果：转生在相应的三善趣中。十善业的异熟果中，如果是上品的善业就转生在天界，中品的转生修罗，下品的转生人道，有这样的安立，所以说“相应于转生三善趣”。毕竟在三善趣当中，没有那么严厉的痛苦，也有很多快乐，

虽然也不圆满，但大多数是安乐的时候，痛苦的时候还是比较少的。而且，转生三善趣是因为所修的十善业道的力度，所以在转生善趣的时候也会因此获益，比如，不偷盗、布施，可以感召财富非常圆满等等。引业和满业都可以感召相应的感受，转生到善趣中不是什么都没有，而是相应于你自己善根的多少，也会获得多少的安乐。下面讲等流果：同行等流果：生生世世喜欢行善，并且善举蒸蒸日上。这很好，叫良性循环。如果我们喜欢造善业，一方面它的异熟果转生善趣；一方面通过等流果，生生世世当中都有喜欢行善的心。但是，如果不解脱或者不努力的话，想要行善的心有时也会受到其它环境的影响。比如我是很想行善，很想去做，但是不敢做（现在我们中国就是这种情况），扶老人就是一个典型的例子。虽然都愿意做，但是不敢去做，为什么？因为想到成本有点高，就不想做。所以，我们在这种环境中，虽然的确有善心，但是其它的东西可能会影响你没办法去做（虽然可能由善心引发，但是中间会遇到恶友、环境、或其他东西影响你，善业可能越来越少）。感受等流果：断除杀生，长寿少病；感受等流果：第一是长寿，第二是少病。当然，现在我们的长寿可能是一百岁、八九十岁，但是“长寿”不一定只体现在现在的时代。按照佛法的观点，再往前走，人寿每一百年中减一岁，每一百年中减一岁……，再往回走，那时的人生特别长久，不是人寿百岁，可能是人寿千岁、万岁、十万岁，因此是长寿。那时他生在人间，也是他的因缘，会转生到那个时间段、比较长寿的环境当中，感受到长寿的果报，而且少病、健康。不偷盗感得具足

受用，无有盗敌；不偷盗能感召到具有受用，无有盗敌。种种的受用，他都很富裕，也不需要很勤奋地去劳作，就会赚很多钱，财富、受用都比较满足，而且无有盗敌（有些人钱赚得多，被偷的也快，会遇到很多因缘，钱就没有了。赚钱之后打官司、遭遇火灾、被偷、被盗、被诈骗。盗敌的“盗”字包含了很多，包括诈骗在内）。如果经常性布施，他的财富还会很稳固，也遇不到偷盗、诈骗的因缘，即便遇到了也许骗不了，这就是布施或者断除偷盗的功德。断除邪淫，夫妻美满，怨敌鲜少；断除邪淫的感受等流果是夫妻关系很美满，双方都长得很好看，怨敌鲜少。现在夫妻的怨敌是“小三”，断除邪淫就没有这方面的怨敌，因为你没有造邪淫的果报，也就不会出现怨敌，让夫妻关系不和的这些因素就不存在。断除妄语，受到众人称赞爱戴；断除妄语，就会受到众人的称赞、爱戴。人 and 人不一样，有些人经常受到别人称赞，有些人深受爱戴，这也是以前断除妄语的果报。断除离间语，受到眷属仆人的恭敬；断除离间语的等流果，是眷属、仆人对他很恭敬。虽然随便说句话，但是他们非常听话，而且很恭敬他，努力去做。断除恶语，恒常听闻悦耳语；断除恶语的人在轮回中（转生为人的时候），他“恒常听闻悦耳的语言”，听不到说他不好、骂他的话。断除绮语，语言有威力；断绮语、经常念咒、念佛号等的缘故，说话有威力。他讲话的时候，呼吁别人断恶有很多人响应，呼吁别人修善法也有很多人响应。世间也是这样，有些人一说话，很多人就呼应了，而有些人喊了半天的话，也没人管（有时我也看到，在外面堵车时，有些人说你们要听话，怎

么样喊都没人听他的；而有些人出来一指挥，大家马上就听他的，几分钟就搞好了，这种情况很多）。人和人之间语言威力的不同，的确能在社会中明显地看出来。佛法当中也有类似情况，有些上师之间也有这些差别。有的上师怎么讲，弟子好像也不听；大恩上师随便讲一下，大家都呼应、依教奉行。的确，一方面，圣者在显现上的功德不可思议；另一方面，从世间的业果来讲，断除了绮语后，语言就有这个威力。断除贪心，如愿以偿；断除了贪心就会如愿以偿、心想事成。其实，你越贪，想得到的东西离你越远；反而，断除了贪心的话，你不想得到也会得到，或者你稍微想一下就自然而然得到。断除害心，远离损恼；如果经常性地修持断害心、修慈悲心，就遇不到损恼的对境、因缘。无论你到哪个地方，也遇不到让你痛苦或伤害你的人和事情，反正总会错开。你说是运气好，其实运气的背后是业果（善业）。没有一个真实的所谓运气，或者没有业的运气。运气里面有偶然性，但偶然的背后也是必然。为什么每次都那么“偶然”？因为如果有修慈悲心的力量，会远离很多损恼的对境及因缘。断除邪见，相续生起善妙之见。断除邪见，相续中会经常生起善妙见：很殊胜的因果见、解脱见等等。增上果：成熟在外境上，与前面十不善业的果报恰恰相反，具足圆满的功德。增上果也是成熟在外境上。前面的十不善业的杀生等等，都是不好的环境，但是十善业道的增上果全是好环境。比如，断除了杀生，它的环境优美，或者没有危险、非常舒适的环境。如果还断除了偷盗、邪淫，它的环境也是容易赚钱、或者容易做其它事情的地方，这些都有。有

些地方钱容易挣，但是环境不一定好，资源比较匮乏。比如沙特、迪拜这些在沙漠里的城市，虽然里面很好，但是外面找好风景是找不到的，物产也不是很丰盛。这是他们某些方面有福报，某些方面有欠缺。有些地方风景好，但是没有钱。风景很优美，我们去了都不想回来，但当地人不得觉得是这样，他们觉得没钱很痛苦，希望赶快办景点、开发旅游。有些时候环境好，但没有钱，这也是业的不同。有些时候方方面面都具足。当然，轮回中最好的还是天界，天界这些条件都具足。人间是相对具足，十全十美是很难找的，但是像欧洲等有些地方确实比较好，有善业的人就会投生到那些地方去。从很多佛弟子的福报来讲，完全有条件投生到那些地方。但是他发愿“得暇满人身”，这个条件就决定了，哪个地方佛法兴盛他就会投生到哪个地方。虽然他的福报足够投生到世界上最优美、最好的环境中去，但是他的发愿里有一个“暇满”，并不是发愿得到一个完全的世间生活比较好的人身，他没有这样发愿。我们发愿都是获得暇满人身，暇满人身的环境必须要生中土。所以很多佛弟子福报够了，但是通过发愿力生到佛法兴盛的地方。只要佛法兴盛，能够帮助修行佛法，外部的环境可能差一点，比如，藏区或者中国一些地方佛法特别兴盛，但是经济条件不一定好。所以他的发愿引导他这样来的时候，那个福报没有成熟，修行的福报先成熟了。因为修行优先的缘故，所以外部环境不一定好，但是修行的机缘——所有修持出离心、菩提心、空性、大圆满的条件在佛法兴盛的地方都具足，这就是首选，他就会投生到那个地方去。他虽然有力量，福报绝对够，

但是因为发愿要得暇满人身修行佛法的缘故，就投生到这些地方去。这些环境可以产生出离心，修法产生功德，是和佛法有善妙缘起的地方，佛法也会比较兴盛。但是佛法的善妙缘起不一定方方面面都这样，世间没有圆满的，环境优美的地方佛法不行；有大乘佛法可以弘扬的地方，最深、最妙的教法弘扬的地方，外部的经济条件不一定好。极乐世界是圆满的。首先佛法是圆满的，想听什么法都可以，要听大圆满也行，直接找法王如意宝听大圆满也可以；其次经济条件也好，不用去挣钱，想什么就有什么。到了极乐世界的人思想高度发达，对物质没有什么兴趣，是比较圆满的。现在我们娑婆世界中没有这么圆满的条件，这也是一种必然，没有十全十美的地方，对修行来讲还是应该选择有佛法的地方，这是首选。虽然其它地方条件好，有些佛弟子有条件想移民。从生活条件或者从空气等条件看可能是好一点，但是有没有这么好的佛法团体，有没有这么好的佛法，这就不好说了。虽然通过网络也可以共修，但是毕竟不能和很多道友在一起，没有氛围，善心能不能增长、怎么样增长等，有时候也是不好说的。所以不管怎么样还是优先选择佛法兴盛的地方，其它地方是次要的。环境差一点，或者其它方面不圆满，但是佛法很兴盛，大家都有意乐，都有这个种性——发菩提心大家都发得起来，空性都能接受，而且讨论起来也是，都能够增长，这就非常好，这就是最圆满的地方。其他方面外部环境差一点是次要的。毕竟像这样得一次暇满人身，只是考虑外部环境的优美，倒不一定是首选。有些人已经去了，那就尽量在这个环境中，好好地以佛法

保持住自己的善心，尽量创造修法条件。我们并不是说让已经去的人后悔：“谁让你去了，你看你去了之后后悔了吧！”没有这个意思。有这样的因缘已经去了，就认认真真、好好地保持住自己的善心、信心，尽量跟着上师的教言去做，也是可以的。这方面我们应该好好地多方面观察。前面的十善业具足圆满的功德。土用果：所做的任何善业都会突飞猛进地增长，福德接连不断涌现。这是土用果，它和前面十不善业的土用果相反。前面是恶业突飞猛进，现在是善业突飞猛进，福德接连不断地涌现。这里面有相互牵制，虽然土用果本身的确可以突飞猛进，但是如果我们没有解脱，以前残存的烦恼、我执、无明等会牵制它。虽然它可以突飞猛进，但因为内心中有很多因缘阻碍它，所以没办法显现得那么明显，原因可能是这个。因为我们内心中轮回的习气太任运，而修习善法的习气太弱，所以没办法从这方面突飞猛进。如果我们修行时间长了之后，善业的习气占上风，恶业、轮回的习气占下风的时候，恶业就会受到扼制，恶业增长的速度就很缓慢，而善业增长的速度就会突飞猛进，很明显。这就是互相牵制的力量，在我们相续中有时候体现得比较明显。上师教导我们认认真真断恶业，尽量修善法。修善法要抓住哪些善法力量大，力量大的一定要首选。比如商主取宝的时候，笨的商人和聪明的不一样。笨的商人搬黄金、金块什么的，虽然也值钱，但很重，拿不了多少；但是聪明的人就捡如意宝等又轻、价值又比较高的东西。我们现在也是一样的。进到佛法的宝库中，通过一般的兴趣做放生、闻思，这样也好。但是有智慧的人就会想：同样做这些事

情，我用菩提心摄持，我首先一定要把菩提心培养起来，尽量每天以菩提心摄持去做。这时候力量就很大。同样的时间、善法、机会，有菩提心摄持的就是窍诀，有智慧的人想方设法不忘菩提心，提醒自己修菩提心，以菩提心摄持修善法，他就增长很快。如果没有以菩提心摄持的话，就显得笨拙了，就浪费了。本来可以增长很多的，为什么不用呢？可能是对菩提心认识不够，或者忘记了，或者觉得不需要菩提心，就用世间的意义摄持。同样的时间做善法，一下子就不一样了，所得到的利益完全不同。现在我们可以做到，我们依靠人身，尤其依靠人身可以转生到大乘佛法比较兴盛的地方。在中国人当中很少有不接受菩提心的。既然能够接受菩提心，我们就认认真真地抉择好，通过观修生起一点感觉，或者每次就用这个去摄持，不要忘记，刻意地提醒自己。在初级阶段，刻意地提醒很重要。因为这时候我们还没有办法很任运地去做，所以一定要刻意提醒自己。不管造作也好、麻木也好，每次在上课、修法前，就要刻意提醒自己发菩提心。这样刻意引发，后面就习惯了，习惯后就不用刻意了，只要做善法它就起来了（一定要发菩提心）。刚开始的时候一定要比较刻意地勤作去引发菩提心，这对我们修行很重要。从现在乃至成佛之间，菩提心一直要贯穿始终。在相续中越早使用菩提心越好，几年之后使用和现在使用完全不一样，几年之间没有使用菩提心，很多可以得到更大利益的机会就已经错失了。所以用得越多、越早、越深入越好，菩提心对我们来讲就是这样，同样的时间可以做不同的功德，这完全取决于我们对它的态度和认知。以上

我们就讲完了十善业道。

8 前行系列 3 讲记-益西彭措堪布

8.1 第二、所修善业 分二：一、业相；二、果相

以上讲述了所断的十种恶业，包括业相和果相两个方面，这样对于恶业这一个范畴里的缘起发生了认识。之后，要了解所修的方面，就是所谓的十善业，对此也要认识业相和果相。由此知道，心上出现怎样的业叫做“十善”，所谓的一般和殊胜的差别又如何；再者，如果这样行持十善业，将发生什么样的果报，如此便认识了第二部分的涵义。

8.1.1 一、业相 分二：（一）一般十善；（二）殊胜十善

仅止无行，一般十善；止行兼具，殊胜十善。

8.1.1.1 （一）一般十善 分三：1、总体相；2、差别相；3、受律仪的状况 1、总体相

第二义应修十善者，总之，由认识此等十恶的过患，起诸断心真实受取律仪，即是十善业。

十善业，首先总体地认识体相。这里以两个条件和一种相状，引导我们在心上认识，怎样的法叫“十善业”。

两个条件：一、知过患；二、受律仪。所谓“知过患”，就是如前所说，按照十恶业与四果报的对应，明确地发生了对十恶业过患的认识。比如，杀生有怎样的异熟果、等流果、增上果和士用果。这些认识了以后，觉得假使去造杀生，那就跟服剧毒一样，只是自取毁灭而已，在这个上面会发生无量的果报，有剧烈、漫长等等的那些苦相。这样认识之后，接着就会有意识想到，这个是要断掉的。在这之后，接着就要受律仪。所谓“受律仪”，就是心里起一个“我从今以后不作杀生等等”的这种断的心，当一起了这个心，就是真实地受了不杀生的律仪。

十恶每个方面，都如此地知了过患、受了律仪，就是十善。所谓的“律仪”，关键要起断心，针对每一种恶业起了一个“我要断掉它”的这样的心，然后就开始立誓愿，这个就是善的体相。总之，由知过患发胜解，从而发起断恶的欲；以这个断的欲起断的心，以此心中受取律仪，这个就是善的体相。

2、差别相

包括不作杀生、不作不与取等十相。

十善的差别，就十恶的每一个方面都起了断心，之后截断恶的相续。

比如，过去断有情的命，现在起了一个“我要断掉这种恶行”，发生了不断命的善。或者，过去不与地去取，偷取、骗取等等，现在起了一个“我要断掉偷盗”，以后凡是不与的就不取，不属于我分内的就不取，这样就有了不盗的善。“等”字包括其他，比如，了解了邪淫的过患以后，就觉得这个是毒一

样的，我要断掉这个邪淫，以这个誓愿，就截断了邪淫的恶，这样就有一个不淫的善业。其他不妄语、不两舌、不恶口、不绮语，都要这样认识。心上不生贪心、害心、邪见等，也应当这样认识。

3、受律仪的状况 分二：(1) 受取律仪的方式；(2) 一分受也具大利

(1) 受取律仪的方式 分二：1) 自受；2) 依他受
1) 自受

具体而言，这不需要从如上师、堪布等前受取。也就是心作是念：我尽此形寿一切时中，或者我于如是时、如是处中，或者我对如是如有情，断除杀生，是诸如此类的善业。

受取律仪的方式，可分自受和依他受两种。先说自受，就是说，不像其他的受戒，必须要依人而受等，这里受十善的律仪没有这个必要条件。也就是，可以不需要在上师、堪布等这样的境前受，是可以自己受的。

在所受律仪的情形上，也有满分受、一分受等的情况，以不杀生为例来说明。上等，自己这样起心：“我从今以后，尽形寿不断有情的命！”这样就是满分的受。假使不能这样，那也可以一分受。也就是，对于处、时、境的三个方面，都可以取某一个部分。比如，我现在立誓在这个地方不断有情的命，比如在这个道场不杀生。或者，在这个时间段里不杀生，比如在某个佛教的佳节、吉日等中不杀生，譬如一月神变月不杀生。或者，对于如是如是的有情不杀

生，虽然全部做不到，但我不杀鱼、不杀猪、不杀牛等。如此起一个部分的断心，也都属于善业。

2) 依他受

又如果能从上师善知识或者三宝等前取受，力量会更大。

依他受，指在上师、堪布或者三宝所依等前受。这样由于有一分境缘的力量或增上缘的力量，使得受的力量更大。

这就说出在两种受当中，若能依他而受，可以在受律仪上有更大的作用力。

因此，仅仅自己不杀生还不足，心上要发起一个“无论如何要断除这个恶业”的誓愿。

这里要辨明未作恶和断恶的不同。未作恶不是这里的善，也就是仅仅没作还不够，需要有一个断的誓愿。

以杀生为例，今天没遇到杀缘，譬如，没有想要活杀一只鸡等等，这样只是一个无记状态，没有作杀生，但不算是善。如果起了这个心：“我今天无论如何也不杀生，我立愿！”那这样就有一个不杀的善。所以，这里初步的善，要从是否具有断恶的心来看，如果具有断心就是善，不具断心只是没作不是善。其他也如此，未偷与断偷不同，未邪淫与断邪淫不同等等。总之，前者只是未遇造恶的缘而没造恶，由于并无善心故，不属于善；后者是发生了断恶的心，具善心故，属于善。

因此要把握这个要点：在修十善的时候，一定要有这种誓愿，也就是，或者尽形寿，或者于某时、某地、某境等，发出一个“无论如何我要断掉这个恶！”有这种断恶的心。一定要有这个断恶的心，才是修了这个善。

(2) 一分受也具大利 分二：1) 正说；2) 公案

1) 正说

在家人等不能永断杀业，也可从每年中选一月神变月、四月萨迦月这样的月份立誓断除杀生，或者每月的望日和晦日中行不杀生，或者在此外的年、月、日等中发誓断杀，这都能得到大利益。

接着要认识到满分善和一分善的差别，而且要知道，做不到满分善，行持一分善也有很大的利益。

就杀生而言，如果是在家人的身份，以及“等”字所摄的其他的情况，使得自身没有办法做到尽形寿毕竟不杀生，那么，假使能够行少分的善，也是有利益的。也就是说，在一年当中的藏历一月和四月这种殊胜的日子里，立愿断杀。或者每个月的望日和晦日（望日是十五，晦日是月末二十九或三十），这个时辰很重要，处在这个时间里得功德大，因此在这个日子里发愿断杀。或者其他的年、月、日等当中，感觉自己在这个时候可以做，或者这时做的利益大等等，如果在这个时间里，自己能发一个愿“我就要在这个时候断杀！”那么这样，其实也是有大利益的。

2) 公案

以下举一个公案作为证明：

从前，印度嘎达亚那尊者面前有一个涅槃城市里的屠夫，夜晚持不杀戒，后来他受生孤独地狱，白天在炽燃的铁屋里受苦，夜晚却居在无量宫里，由四个天女围绕受诸快乐，就像这样能得利益。

以前，印度嘎达亚那尊者面前有一个叫“涅槃”的城市，这里面有一个屠夫持夜晚不杀生戒。这使得他堕在孤独地狱里的时候，白天铁屋子烧起来，受着烧燃之苦；可是一到晚上，境界一下子转成了非常地悦乐，那可能是一座辉煌无比的无量宫，还有四个天女围绕以后享乐。

从这里可以看出因果不虚，恶是恶报，善是善报。这个人真的是善恶夹杂的典型，白天操刀杀生，夜晚持不杀戒。法界就判白天既然杀了生，白天被火烧；夜晚持了不杀戒，夜晚享福。就像这样，连持这么一点，也都使得他堕在孤独地狱里面竟有这种享受。

8.1.1.2 （二）殊胜十善 分二：1、体相；2、差别 1、体相

因此，所谓十善即是断除十恶，并且实行其对治品之白法。

这里讲到，殊胜十善止行兼具的善行特点。“止”指停掉黑的方面，“行”指行持白的方面。我们心中有杀生、偷盗等的黑的业种，在消极上要止息掉这些黑的；不仅如此，纯白的护生、布施等，要在积极

上行持起来，这样止行兼具，叫“殊胜的十善”。

所谓“对治品”，指护生是害命的对治、布施是偷盗的对治，乃至正见是邪见的对治。就发生的积极善法有对治相应恶法的功能，称为“对治”。

好比一块画布，对于那个黑所表示的污染的方面，全部要擦掉，接着，还要以白所表示的那些庄严的色彩，需要画上。这样在我们心中去掉黑的方面，断掉了恶的业种，同时要熏上善的业种，这样有一个纯白的积极的行善，它就成了殊胜的善业。

2、差别

即是需要先断除杀生，而后善护有情性命，此是身分第一善；需要先断除不与取，而后行持布施，此是身分第二善；需要先断除欲邪行，而后守持净戒，此是身分第三善。需要先断除妄语，而后说诚实言，此为口分第一善；需要先断除离间语，而后化解怨结，此为口分第二善；需要先断除粗恶语，而后说和雅言，此为口分第三善；需要先断除绮语，而后勤行念诵，此为口分第四善。再者，需要先断除贪欲，而后持守舍心，此为意分第一善；需要先断除害心，而后修饶益之心，此为意分第二善；需要先断除邪见，而后于相续中依止正见，此为意分第三善。

所谓的殊胜的十善就是十断十行，要求在止恶以后再行善，任何一个方面都要有这两个修行。次第上当然先止后行，恶的都还没止掉，善的就难以行；恶的止掉，障碍就拿掉了，然后还要积极地发展善。那么，这条路一直走到二地的时候圆满。消极上把

所有的恶全断掉，积极上把所有的善都行起来，这个就是庄严的戒德。所谓的戒，建立在因果上面，建立在对缘起的胜解上面。

那么，所谓的“需要”，就是要做到，先是粗分上做到，然后在细分上做到。所谓的十善，不是只是一个人天乘的教法，而要知道它是五乘共基，它是需要发展的。当有了小乘的内涵的时候，配合在出离心、人无我慧上，它就是小乘出世的善；配在大乘的大悲心、菩提心、法无我慧上，它就成了大乘的善。

做到的关键——开发信欲

要做到当然有前提：一、胜解；二、欲，两方面。

在止恶上，先是对于十恶的过患发生胜解，之后出现一个断的欲，这就是戒的内涵了。因为戒是以誓愿为体的，所以要有一个很大的道心。譬如像《念处经》这样，很细地观察到了，所谓十恶四果，每一个恶有四种果，异熟果是怎样的，一条一条，非常清楚，然后从恶趣死了以后，等流果、增上果、士用果是如何的，那就可以看得很清楚。宁玛派的四果，其实是依据《念处经》为主的。所谓“士用果”也是的确能够看得出来，因为《念处经》是从时间的纵向上观察的，前生、此生、来生一连串怎么辗转发展的，就知道那个恶是一路一路接，然后果是一路一路连。这个样子一看就可怕，必须要断，因为过患见得太清楚、太明确。这个因果的相非常明显以后，断恶的欲就出来了，这叫“由胜解发展欲”，这个欲就是“我一定要断掉它！”这样子出来

的时候就是受律仪了。之后，以戒的力量遮掉了杀生，这一分就是消极的断恶。由因果的教理作为发展的根子，这样就能够做到。

黑的息除以后，就要发展白的，白的就是相反的那个善的方面要让它开发出来。当恶没有断掉、没有止住的时候，它成为障蔽，使得善的力量无法发挥，譬如正在杀生的时候，这个就障碍了护生；但是止掉了杀生以后，那个护生就容易发展。

那么这一部分的发展，当然也是同样的道理，是从白业果的思惟上面来开展的。也就是以《念处经》为根本，比如讲行善的时候，如何得到天人的果报，这会非常仔细地描述，在那个上面也能够对业果看得非常清楚，由此发生很大的行善的欲，这就是由胜解到欲。胜解，就是借助佛的教量，很清楚地了认，很多次数地看到，结果每一次都看到白业上的因果律的条理，屡屡观察屡试不爽，就发现这里面有贯穿在白范畴里的因果律。之后，扩充到所有白法的方面，全数都有这样的因果的条理，在这个上面会发胜解。发了胜解以后，看到因果是极其大的，比如它的决定性，它的增长性，无限蔓延性等，这样就可以看到，一定要种下善种。那就有一个修的欲了，哪怕全数的做不到，我也要一分开始进入，这样的欲就对了。就跟世人想求财的时候，做不了大富翁也要做小富翁；又像世人求学的时候，做不了大学问也要挤进知识的行列，也要熏上一些知识；或者做功德的时候，我虽然达不到最高，反正觉得好我就要挤进去，这样的话就有了欲。有了欲以后，就开始要在相反的护生上面做，这个时候充满欢喜、

勇悍，特别乐此不疲，这样子就发展了积极上的护生。

8.1.1.3 十断十行 总体地发生了这个认识后，我们就要在支分上，首先把握住“十断十行”，其实是二十重的观念。

在止恶的观念上，按简明的说法来说，就是断杀、断盗、断淫、断妄、断离、断粗、断绮、断贪、断害、断邪。自己发勇猛心一定要断，这样就有学因果的非常大的愿望，因为不学因果是没法断的，在里面无法生根的。学了因果，先是观念建立，这叫“开发胜解”；之后发生很大的道心，这叫“出现断恶的欲”，它就是戒的内核；之后再受律仪，从此之后真的是把这些邪行全断掉。这些都是由业果愚发展出的邪恶之行、堕恶趣的因素、无量苦难的大根源，因此一律断。那么，由于各人的善根、积习、助缘等有所不同，具体断的状况也不能一概而论，但是总体的道上是这样的。然后，根利的能够很快断掉，根钝的、积习深的就是渐次地断，长年在这上面努力，逐渐地就能断掉。

然后，所谓的“十行”，简明地来说，就是行仁、行义、行礼、行诚、行和、行雅、行法、行舍、行利、行正。用现在的话来说，就是要竖立十大观念：

一、护生观念。对一切众生的生命都要保护，积极地去营护，当它们遭受到各种生命困难的时候，都伸出援助之手，设法护惜它们的命。

二、布施观念。不是盗取而是发放，有财尽量地发

放。效仿过去的善人，无粥施粥、无桥施桥、无衣施衣，就是这种观念，对于匮乏者尽量地施舍。

三、梵行观念。不仅要守礼法，有夫妻之道，不能够淫外色，或者在时、处等方面有不正的性生活，进一步还要渐次断淫等，守持梵行。

四、诚实观念。不是像现在的人随便地乱说话，而是守住诚实的道，事事都问良心，都是从本心里发出的。而不是为了自身的名利、趋避等等，采取说妄语的手段。总之事事守诚实之道。

五、和合观念。任何处都是要与人和睦相处，在各个家庭、团体等当中，需要让人心和合成一家，这就是和合的观念。

六、文雅观念。不能学现在的媒体流传的那些粗俗的话、痞子的话等等，凡是那种刺激性、伤害性的话语都要断掉。然后说文雅的语言，就是很雅正、有一种心灵的美好，出现的是美善的言词。

七、法语观念。断除一切非法的语言、不具义的语言，说的都是与法相应的语言。在西藏来说就是要念诵，念诵不是别的，就是要念诸佛的法语，效仿过去的大德，口要说的是法的语言。

八、舍心观念。不是一味地贪取，而是要舍掉。在传统的儒道两家非常好的道德上面就要明白，对于世间法，不是贪婪、发展，而是要知足；在这个基础上进一步上升到佛家，就是要舍开。消极上，全部都不能够越限的，尽量做减法，所以是减的观念。然后这还不够，真正要落到大乘佛法上，还要积极

地舍，舍身、舍财、舍善根，这就是修舍心。一切处都是舍，吃饭的时候也是想到一切舍，做了功德也是想到一切舍，施一件衣服也是想到一切都舍。这个首先要熏习善的习性，之后在这条路上发展，方向上不是贪，而是舍。

九、饶益观念。对他人不是采取为了私利而谋害的心，而是要采取割让、舍己，设法地把自己的东西给别人，设法地对他作饶益，这样就从害心上翻转过来变成饶益。首先要建立饶益的观念、在一切处利他的观念。

十、正见观念。一切世间的邪说所建立的各种理念等等，这些都是属于邪见范畴。比如，在世俗谛上说没有因果、苦乐颠倒、可以发展自我主义等等，这些都是邪见。再进一层细的方面，认为有法，是常是断等等都是邪见。因此要知道，方向上一定要心中依止正见，在观念上就要知道，不但是粗的邪见不能依止，连细的也不能依止。在这上面要知道，我一定要取得正见，当取得一分正见的时候，时时把持这个正见不丢掉，这就叫正见观念。

像这样，要极其充分地去发展善行，它的根源是善心，而善心上其实就是信和悲或者信和欲。信就要发展胜解，白业果上首先充分地去作抉择观察，一条一条地确认到它的因果条理，而且真实不虚。发现这上面完全没有差错的，发现缘起贯穿在一切的白业白果上。之后又知道，下一粒种子，会发生像参天大树那样看不到边际的果，就知道业的相续性是非常厉害的。这时候就知道，必须在自心中熏善种，这个发生的就是信心。那么，这个引导的次第

就放在果相里面，对于白业上的异熟、等流、增上、士用的四重果相，一一发生体认，然后结晶成一个非常巨大的因果的胜解，首先由这个途径取得信心。那么有了信心之后，他的欲就要开展出来了，这个欲是一个悲，这个悲就是从邪的、苦的方面反转过来的一种道心。有了这个欲——善法的欲以后，他一开始会立愿，“一定要这样行善！”以这个愿的推展，会一步一步地加深加广。那个数量，就像经商者对于财富有欲以后，昼夜不断地在财富上发展，同样，他会昼夜不断地在善上发展，然后发展成一个善的富翁。最终达到二地菩萨善行圆满的地步，一切处身口意的善全部都发展出来了。

8.1.1.4 好身、好口、好心 我们从十行再说三好。这就明白，所谓的善就是要身好、口好、心好，身有三个好，口有四个好，心有三个好。这就懂了，如果我的身体没有去作杀生，对于生命爱护，这就表示我有一个很好的身，这个身是一个善的身，这是第一个善的身。第二，我不去作不与取，不义之财不取的，非分之财不取的，下至连念头都不起了，然后一切时都是去作惠施，有什么都是尽量地施舍，这就是我身的第二好。如果我这么做，我是一个好的身，假使我去偷盗，我是一个邪的身。我去护生是个好的身，我去杀生是个恶的身。再说，我这个身去作邪淫是不干净的身，我这个身如果守礼法，那我是个善的身。

口的四个上面，我的口说妄语是不好的口，我的口说诚实语是好的口。再者，我的口去说离间的话是

很邪的□，我的□去说和合的话是善的□。再者，我的□说粗恶的话是不好的□，我的□说文雅的话是好的□。再者，我的□说绮语是不好的□，我的□说法语是好的□。

再看心，我的心贪婪，想拿到别人的好东西，这个是不好的心，我的心有什么都舍，是好的心。有财就是想要舍给人，一衣一食都是想舍给人，有房子、车子都想舍给人，有什么好东西都想舍给人，是好的心；再进一步，连我的身体都能奉献，给三宝、给众生做事，这是好的心；或者有善根全数舍掉，这个是好的心。再者，我就想，在各种的竞争当中，自我不甘委屈，受到一点点的不公，我就要反击、要损害，这个是不好的心。假使我是想，处处以体恤之心要作饶益，尽量给人家作利益，这是好的心。再者，我的心里熏了那么多邪见，非常地刚强，执著邪的观念，这是不好的心。假使守持法界的真理，一直依着因果的见、空性的见等，这是好的心。处处都是这样的见、这样的看法，“这个都是因果，过去造了这样的业就有这样的果，怨不得人的，要忏悔！将来也不是靠诡计、邪巧、侥幸等来得到，我们一定要种善因”，这样就是依止因果正见在行持的。或者说“这是空性，人没有、法没有”，就像这样，这就是依正见。

像这样，我们如果能够秉持十善道，就有很好的身，干干净净的，很纯善的；很好的□，非常地纯洁，又良善；非常好的心，没有染污的，很纯洁的、很善良的、很正确的。

思考题

1、十恶业士用果的因果条理如何？结合譬喻、实例从前后两阶段思惟。

2、一般十善：

(1) 十善业的体相是什么？其差别相有哪些？

(2) 受十善律仪有哪两种方式？具体如何受取？

(3) 未作恶和断恶有何不同？

(4) 什么是满分善？什么是一分善？以公案说明，行持一分善也能得大利益。

3、殊胜十善：

(1) 殊胜十善的体相是什么？

(2) 做到断恶行善的关键是什么？具体如何发展？

(3) 如何建立殊胜十善的二十种观念？

(4) 什么是“好身、好口、好心”？

8.1.2 二、果相 分四：(一) 异熟果；(二) 等流果；(三) 增上果；(四) 士用果

8.1.2.1 (一) 异熟果 此等异熟果者，三种善趣如其所因而受生。

由以上造集一般或者殊胜的十善业，在阿赖耶识中种植了业种，经滋润成熟时，便出现相应的三善趣的果报，称为“异熟果”。

划分有多种，大略来说，由下、中、上三品善业，分别受生于修罗、人间和天界。轮回总分就是三界——欲界、色界、无色界。欲界分六道，就是地狱、鬼、畜和人、天、修罗，前三是下三趣，后三是上三趣。当阿赖耶识中熏入的业种成熟，便出现六道的果报，种子劣，受生于恶趣；种子良，受生于善趣。譬如，有戒杀等的善种，受滋润就出现善趣的安乐果报，这样在异时、异处出现异性的果报，是异熟果。

在黑业业果之后，需要认识世间因果律的另一半。这里有因果律的奖赏、天理的奖赏，自己的心作自饶益，或者公平法则中正面的一半。在这个范畴里，同样有所谓的业决定一切、因小果大、所作不虚等的法则。再者，有与黑业相反的各种因果的条理。当依据《念处经》等，一条一条地认识，会发现业果不爽，之后展开来，将确认到一切的白的范畴里面，都有因果律；从而能启发胜解，发生欲乐，这也就是真正受持善律仪的根本。

这里以一句话，概括经教广大的内容。实际要结合《正法念处经》《阿含经》等，认识天趣和修罗趣的乐果状况，以及人类四洲的乐报情形，这样会发生对于上三道——白法所感安乐之趣的广大的认识。

在《法轨》里只说到领受等流，其用意重在，在人间取得切近，会有观感的认识。如同古德多有取儒、道二教行善花报的事例，作为引入佛道的方便，其用意都是在容易甄验处先取得一定的认识，以此再引入大的三世因果的教理中。

《言教》此处对于十善广开四果，是取圆满之义，如同《念处经》，其关键要拓开圆满的六道认识。白与黑、上三与下三，表现的就是在轮回圈里仍然有苦乐两方、有升沉两种。这样子往上，实际就从恶趣到达安乐趣，它也是以此人天身为所依，进而趣证出世果位的一个中间环节。实际上，道依次第进行的时候，当然先要有人天的根机，正如《十善业道经》所说，或者《地藏十轮经》所示，这样的十善业道，就如同大地承载一切那样，它是五乘的共基。如果没有十善的善行基础，出世道将无由发展。作为共道的基础，这需要首先在自心上发展出来；进而要排除掉只取人天小果的发心，衔接上出离心、大悲心、菩提心等，而让它升华为出世的法道。正确的观念，应当先励力发展此共道，再由此升华，而不以世间人天乐果为究竟。

在南瞻部洲人间的各种安乐之相，无须繁述。诸如色身的健康、相好、聪明、具力，受用上的身心适悦、具足财富，男女上的康乐等等，这些属于人间之乐。然而，在南洲人类之外的情景，全数需要依靠经教，因为我们多数的人并没有开展天眼，能实际见到天、修罗和其他三洲的情形，因此需要依靠佛语。

引导文是一句指点，并非对此一句念上十万遍就会开解，因此应当很现实，需要学习《正法念处经》《阿含经》等。比如，对于《念处经》欲界天的下三层天，假使有几十个具体的认识，那将会发现善业因果的条理，从而取得具体、详尽的认识，而且发展远程观点。譬如先世造善，此生生天享乐；来生又

转入人间，其中所出现的器界为增上果；所出现的习性为造作等流；还有各种富乐的受用为领受等流；而行善的习性这种良性的循环，善辗转增长，果辗转发展等，这是士用果。这样依靠经教可以获得认识，否则难出现具体的观念。

再者，由《阿含经》描述四洲的情形，会知道人间的乐报；描述远古劫初等的情形，或者未来人世间富乐的情形，也能知道一分人间的富乐。就《贤愚经》所说的那些因小果大，以及长远劫数的果报辗转地出现，这将有助于体认士用果的情形。由《十地经》所说，十善业道如何升华发展，配合声闻道、独觉道、菩萨道，由此会认识，需要在十善业道的地基上往上升进，而不是脱离此基础而能够升华。《十善业道经》《海龙王请问经》等都有此义，这也需要在心中取得认识。再者，以二地菩萨圆满戒波罗蜜多作为高标，也清楚这个十善业道发展至极，就是二地菩萨的行境。

三善趣状况简说

欲界所依止的处所，按照佛典所说，须弥山作为一个中心的标志，它出、入海各八万四千由旬，此外分布七香水海、七金山，外围有咸海、铁围山围绕。咸海里的东南西北方各显现一大洲，每一大洲又有二小洲作为依附，日月二轮绕须弥运行。这样就知道，所谓的人间世，就是四大部洲，其名为“东胜身洲、南瞻部洲、西牛货洲、北俱卢洲”，属于人类居住之地。

四洲当中，东、西、南三洲相差不远，北洲善因较

好，受用也颇为愉快。譬如，那里人类的衣食、器具，都是由植物直接供给。譬如需衣、需食、需乐器，都能从树而直接出现，不须劳作；饮食也是自然的，地中自然会出现锅，之后在这个锅中放置焰火珠，把米投入，珠就自然地发热，一直到做熟为止。这就是另一方人类由福业而出现的自动化的景象。

男女两情相悦，便在林中相会，若无血缘关系，树木将像帷帐一样合起来；假使有血缘关系，树木不合，男女自行退散，而不会强行而为，如此的幽会，一生不超过五次。女子怀孕七八日就产下孩子，置于路边，路过的人把手指放入孩子口中，吮吸时自然流出乳汁，这样七日就长大成人。之后男的人到男群体，女的人到女群体，没有所谓的家族。

那里人类的姿容，就像我们这里二十来岁的青春妙貌，可谓人间的神仙国土。在那里，世寿千岁，无有中途夭折。大小便时，大地自然裂开，藏垢纳污，之后闭合。在那地上经行柔软如棉，脚踩的时候，地自然陷下四寸，抬起来的时候恢复如初。极为华美的树林，叶子依序排布，不会漏雨、漏风，是天然的屋子。男女每日游观荡舟，脱衣后在宝池里沐浴、游泳。沐浴之后，在岸上的如意树上取衣服，旧衣服就不用了。那里的人民没有私有的财物。

以上简述了北洲的情形。

再说，在人类之上有所谓的天界。先说欲界天，当宿世修集十善，有上品的业种成熟，就会托生在天界。天人有三种事超过人间：一、化生，因缘到时，

就现身在天界当中，没有经由母胎的苦难；二、色身，并非人的身体那样，有很多的污垢，体内有各种的不净物，天女容色殊妙，人世间的倾城妙貌，在天人看来污秽、丑陋不堪；三、受用自然，衣食随着心里一想就会出来，而且楼阁、宫殿、园林等受用现成，比北洲要好得多，因为北洲还要假借植物来取受，挺不方便的，在天上由于福业的功能力大，无须这些。

六欲天从下至上，于须弥山腰有四王天居住，须弥山顶有忉利天，这两个是地居天；往上有夜摩、兜率、化乐、他化自在四重天，属于空居天，欲天的快乐一层比一层殊胜。

须弥山的腰部，四方各有一王统领，故称“四天王天”。“忉利”即三十三天之义，此天的政府属于联邦制，中央为主天王，四方共三十二位分天王作为辅佐，合主地居天政府。其实，地面的一切众生都是归这个天政府管辖，天主是帝释。依古德考订，其实这就是道家的玉帝、儒家的上帝。道家修炼成仙，当然要上陈帝释，因此之所尊崇。就人类长远的历史来说，过去的时代，人业障较薄，对于帝释的奖善惩恶，心里会有所感觉，因此上古的诗篇里，数数地举上帝而作歌颂。后来，人类由贪欲增盛作为主因，业障日厚，在这样的暗暗的心中，就无所感觉了。

空居四重天，当然要尊贵得多，不与人间交接，因此人类无所认识。“空居”，是指因地行十善之外，还有修未到定的力量。所谓“未到”，指尚不能舍离情欲，以此定力，果上不依地而能于空居住。“夜

摩”，意思是善时，生到这个天里，时时唱着快乐。“兜率”，是知足之义，这个天的天人对于诸欲能够知足。“化乐”，指天人能变化之义，比如想要一头象或者一匹马，就能变出来，而且骑着它娱乐。“他化自在”，就是假借化乐天变化的那些快乐的境界，能够享用它。

六天的爱情方式不同，越往上形式越简单，而且越快乐。地居两天有交媾，却不会漏精。空居天当中，夜摩天只是男女抱持，兜率天不过就是手拉着手，化乐天互相笑着，他化天是彼此相视。这些欲事只是享乐，和胎育无关，也就是诸天是化生，不经由母胎。

修罗世界的安乐，由于宿世修集十善，但是嗔恚、骄慢、疑虑三种习气很深，他们的住处，有的在须弥山的岩窟当中，有的散在海滨或者潜在海里，其享受之乐，宫室华美，衣食自然。

以上欲天和修罗享受福乐的情形，要学习《正法念处经》，才能得到具体、详尽的认识。

8.1.2.2 （二）等流果 分二：1、造作等流；2、领受等流

8.1.2.2.1 1、造作等流 由造作等流，于一切生爱乐行善，且善辗转增长。

善的造作等流，就是与先前行善同类的习性会现起。从前喜欢布施，现在也会喜欢布施，而且这种习性

会辗转地增长，变成良性的循环，结果使得善越来越增长。其他比如喜欢利他，喜欢闻法、思惟，喜欢修心等等，那么这些上也都要发展善的习性。假使我们在修十善上特别用心的话，那这十条都会有很好的造作等流的果出现，你不断地去造作，就有它同类的习性不断地增强。

不但不杀而且护生，将来对于爱护生命的事特别喜欢做，他有一个很好的仁慈的习性，由此会使得仁上的善愈加增长。

不但断除偷盗，而且行持布施，这个善一旦做了之后就有造作的等流，对于布施非常欢喜，一碰到布施非常爱乐，而且他不断地拓展布施的善行，比如施衣、施食等等，一碰到了就喜欢做。再接着让他布施法、布施无畏，由于有这种习性，就很容易给别人布施智慧，或者布施无畏等等。

又如断除邪淫，很守礼法，将来如果还在这个世间成家的话，就有一种守礼的善心，不会在外面乱搞的，在婚姻上是很贞洁的。

再者，断除妄语喜欢说诚谛之语，以后非常爱乐的就是说真话，养成诚实的禀性，那么这样诚实的德也会越来越发展。

又有断除离间喜欢和合，那在哪里他都会发展这种喜欢和平、和睦的善心，由此使得和合的善行增长。

或者，断掉了粗恶语，说和雅的语言，这样也是习性一旦养成了，就使得这和雅语的善德越来越增长。

或者不喜欢说绮语，而喜欢说具义语，这样去造作，

只要七次以后，它就会有等流的力量，以后常常喜欢说具义的语言，具有法的内涵的话，这样就爱乐说法语。

又断掉贪心，喜欢修舍心，那么一碰到的时候，他不是贪著而是放舍，之后舍的善越来越大，舍财、舍身、舍善根，一切都是放舍，而不是抓牢，更不是贪婪谋取。

再者，断掉害心后常常行饶益，这个造作多次地养成以后，就会使得我们有习性的果，以后一遇到什么，现行出来的就是利他。

又断掉邪见后，去修集正见，那么心常常禀持正见，有这样的习性，这个人就很正，他见解非常地断定，很正的，不会移到其他邪僻的见解里，不会受世间各种染污的思想影响，这样将来见解越来越纯正。

总结

总之，我们要投入到善的修习当中，十善上都要去做，做了就叫“造作”，造作就有等流的习性养成。这样的话，以后一遇到相应的境，这方面的势力马上现起，马上就有一种爱乐，这就是培养善意乐。以这个来驱使的时候，他就不断地行善，就使得善日益增长。因此，善的流不要让它断，要让它不断地相续，到了最后就发展成普贤行，一切都是妙善，而且扩充到无尽、周遍、圆满的善。

缘起上，经由七次、二十一次等等，就养成了这方面的惯性；以后越做越多时候，会到任运的程度。比如，从前任运地就会说妄语，这是由于过去妄语

的等流，以后我们会任运地说诚谛语，这是善的等流，是相当好的。因此，一切善只要努力地多做一些，将来都会发展成任运的习性。也就是会任运地爱护生命，任运地行持布施，任运地守持礼法，任运地守持诚实、文雅、和合、具义的口德，或者心上就会出现很好的禀性，是一种舍心、利益心和禀持正见的状态。

8.1.2.2.2 2、领受等流 领受等流者，断杀生故，长寿少病；断偷盗故，具足受用，及无盗贼；断邪淫故，夫妻美满，少遇怨敌；断妄语故，为一切人所共敬爱；断离间故，眷属、仆人心生恭敬；断粗恶语故，闻悦耳言；断绮语故，言具威重；断贪心故，所愿事成；断害心故，远离损恼；断邪见故，心生妙见。

善的领受等流都是安乐报。也就是，做了合乎因果正理的事情，且有一分的利人，因而他将得到善的奖赏，也就是在自身上行善会利益自己。那么所谓的“领受”，就是得到由过去行善资本获取的受用。

断掉了害有情命的黑业，那当然不会有短命、多病的因素，这个业种已经截断了相续，它没有势力，因而反面上就会长寿、少病。

断除不与取故，一切不属于自己的非分之物不去谋取、窃取等，都是凭着正当的途径来营取自己的所愿。这样匮乏受用的因、遭盗贼的因都净除掉以后，自然受用是具足的，而且没有盗敌来掠夺。

断除欲邪行，在夫妻的生活上消除了那些不正的因

素，因而夫妻将美满，而且少有怨敌。

断除妄语之后，不好的领受可以消除，进而好的受用就来了。也就是，常常守诚实语的善道，那么大家就对自己很赞叹，而且都有一种慈心相待。

断除了离间业之后的领受等流会很好。过去离间的业种，导致总是下面的人不和合，或者不顺从、心意上违逆，但现在没有离间的恶业的障碍，这个反应就很好了。这个时候下面的眷属和仆人就会发出恭敬的心，自己说什么、吩咐什么，他们会很尊重。或者气氛打成一片的，很和睦，他们自己之间也会商量好，好好地去办这事，使得家庭或者团体的路子很通、很和的，没有那样疙疙瘩瘩、阻隔不通、勾心斗角等等的事。

断除粗恶语的领受等流，是听到悦耳的话、很和雅的话。报应就是如此，过去常常说粗语，听到的那个反应也是不好的，别人也就是粗语以待，或者说一些不好听的，这就是以一感、召一应。你现在以不粗恶的、很文雅的话来说，那对方也不可能说很粗的话，因为没业因，所以常常听到很和雅的话。

断除绮语故，就会得到一个很好的果报，也就是自己的语言变得很威重。从前说绮语的时候，都是一些泡沫的话、垃圾的话，好多是无意义、各种由分别妄动随便乱说的话，那就遭报应，话没有威力，在大众中说话少有辩才、表达不清，说出来当然没力量。现在息灭了绮语，说具义的语言，话语就非常地威重、非常有分量。

由于断除贪心的缘故，就会领到所愿事成的果报，

领受上就感觉不一样了。从前做什么都不顺利，就是由于有贪欲，贪欲就是私欲的一种，它是不符合正理规则的，你想通过不义的手段巧取豪夺，想非分霸占、侵占，这个是不让你满足的，因此，出现的就是所有你想的东西不实现，不想的就会来。而现在断掉了贪心，修的是舍心，那么心里的愿望都会成办。也就是没有私欲，以心里舍的这种缘起，想什么就会来什么。或者心里有个什么样的愿、什么样的希求，它都会容易成就，这个就是舍心上非常大的作用。

由于断除了害心的缘故，在领受上就不同了。过去常常有害心，领到的就是别人害你，经常这儿受烦恼，那儿遭伤害，这都是过去有害心的一种反应。现在断掉了的原因，当然领受上就很好了，也就是感觉跟损害脱离开了，没有那么多烦恼的事。比如一个小流氓，过去常常去害人，那当然到处就是挨罚、挨打等等；后来改邪归正，断掉了害心，常常作利他，他就远离了受他烦恼。

断除邪见的受用果，从前邪见很大，因此相续中总是见不正，那种邪眼看待的状况老是存在，就好比戴了有色眼镜那样。现在断掉了以后，发现见解清明了，很正确了，就好比去掉了污糟的眼镜，看得很清晰那样，这个领受果就不一样了，相续中会有妙见。就好像人的眼睛医好了，“原来这么清楚，世界都正过来了”，这是对的。那么这样，以这个得到的受用就是相续中有正见。

十善的领受等流，在《法轨》里作了长篇的讲述，这里就不多讲。总的来说，我们的命运通过十善的

业道能得到改良。也就是从前种种的领受或者遭遇，都会往好的方面发展。过去各种各样不好的领受——短命、多病、贫穷、冤家多、家庭不好、人际关系不良，以及在口业上感召到的别人不恭敬、说不好听的话、自己说什么话没人听等等，要么就是心里不如意，常常想的不成功，又不断地受损恼，见解也很邪，整个人的那一通命运都不行，遭遇、感受都不行的。但是，通过断掉恶发展善之后，他就得到改良了。这是看自身的程度，如果做得好的话就改得快，如果还能再增长的话，就会变得更快，这都是事在人为。也就是，看到过去的感应故事就会知道，一旦人改恶从良以后，命就变了。比如，变得长寿了、身体好了，或者财富变得很多，人际关系很好，家庭也好了，或者自己说话别人听，下面的眷属恭敬，所想的事都成办了，好像越来越顺，相续的见解也正过来了，这些就是通过自己修行得来的。

思考题

- 1、十善业的异熟果是什么？结合《念处经》《阿含经》等具体思惟其果相。
- 2、十善业的造作等流是什么？从总、别两方面思惟。
- 3、十善业的领受等流分别是什么？——思惟其果相。

8.1.2.2.3 善行花报 众生的贪嗔痴三毒很难灭除，三乘教（此处指声闻乘、缘觉乘、菩萨乘）不容

易得到般若波罗蜜多，所以，自然重点就在事行上力破贪嗔，比如以布施破贪欲，以安忍破嗔恚。这就是落在对治法里，三乘教般若波罗蜜多平等性以后就不是这回事了，但是在这之前，当然要用相反的去对治它，而且要在事上非常励力地去做，这就是所谓的善恶交攻，要以善取胜的意思。

一切众生本来具有无量的德性，福报就是依这个发生的。实际是本身具有这个德，而能顺这个德性加强势力的话，就出现福报；如果逆违这个本具的德性，就会出现凶祸。假使从事行上发展，那就一定要全神贯注地去做，你要扶植一个德的话，就要以这个意识的力量，把它根植起来，而且要形成强大的习性。为此，需要做到任何贪嗔都不能挫吾之志，这个德性才可能成就，所以它以誓愿为根本。立了誓愿、受了律仪，哪怕丧命也不丧失这个志，那么这就可以成就德性了，否则是难成的。而这又必须有深刻的因果观念，否则也无法发出誓愿。在今天，假使不在根源上发展的话，这个德性就很难栽培。

对此，不但佛教有详细的研究，儒教、道教也都要在这个重点上着力，因为人天的教法当然更是在这个上面，要大量地有一种发展，一种熏习、培养的规模。那么在德性当中，仁慈是主，比如以不杀护生作为根本，这就是一种德性。这个所谓的德性，要么就损它，要么就立它，假使不损它还能立它，这就是德性了。何以说它是德性之主呢？这是由于众生沦落在生死界，染污的方面很严重，它就在私我意识上，为了得逞私我的欲望，采取的是非常不好的心和手段。因此，儒道二教在几千年前，要培

植的是仁慈。人心的这个私欲是可怕的，仁慈一旦培养好了，他就不是满足私欲为主，而是要返回来。然而今天普遍鼓吹竞争，实现自我，仁慈的德性埋没，反面出现了一些阴性的凶残。这不是过去的拳打脚踢，而是一种实现自我的阴私。这就看到，凶性和德性有这样的差别。

有了主要的仁慈，其他的方面，所谓的忠孝礼义廉耻等等，只要有一个所长，比如说秉持了忠，或者孝，或者廉等等，就可以引起福报。这不但来世有得大果报的，比如生天、做神、得人间的富贵报等等，而且在今生就有引起花报的。尤其南阎浮提是业增长地，真实能秉持善行，也是报得很快。

佛经里说，有一个女人背着孩子渡河，当时失足落水了，母子都溺在水里。当时这个母亲很爱孩子，有非常切的悲哀之心，她不知道自己快要走了，宁愿自己死，也要孩子活，抱着这种慈爱的心就死了。当时她一念善心光明所发，顿时生到了天上，这就是一念仁心所得的果报。

又有说到，有人脱衣而睡，忽然见到了火警，着火了，但是衣服已经被焚，他不敢裸体走出，甘愿烧死，以此也得以生天，这是一念之耻所得的果报。

儒教、道教多数是从花报奖励，只有佛教解释了三世因果，以佛的现量来作证明。那么儒道二教本不是在此处着眼，因为世上还没有出现佛，他们为了辅助因果之道，主要是从现世花报上奖励。这是由于人在初步的时候，要从浅近处来发生信心，肉眼能看得到的，会比较有说服力，能取信于人。至于

深远的三世因果，就需要对佛有信心。所以在三乘教法里，一谈到了修心次第的时候，因果是极其重要的。而一说到深信因果的时候，对于佛语生起深忍信最重要。假使这一点较难过去的话，那就要先从现世花报的诸多实例上入手，这一点就很重要。

以下举一些实例来证明：

（一）忠尽成仙

唐德宗想废弃太子，立侄子做太子。当时李泌做宰相，尽力地劝谏说：“太子并未失德却怀疑他，你对侄子有什么信心？”意思是说，本来不应该废太子，你却随意立侄子，凭着自己的想法想立就立，到哪一天侄子那样子的话，你不是照样废？

皇上发怒，斥责道：“你不怕株连妻子儿女吗？”意思是，你这样说是想要株连九族的。

李泌说：“我只知尽忠。”

皇帝考虑三天，才检查到自己的过失，然后流着泪对李泌说：“不是你尽忠，我后悔莫及。”

李泌具足此长，后来成了神仙。这是忠德的报应。

（二）孝感虎避

徐一鹏很贫穷，有至孝之性。当时他在海滨教一些学生，一天晚上感得异梦，当时担心父亲有病，非常焦急地想请假而回。夜晚过阿育王顶的时候，遇到一只老虎当道而住，那老虎横在路上。徐一鹏祝祷说：“我为父亲的病而兴夜驰归，现在即使死掉，我也不后悔。”老虎甩甩尾巴就避开了。

当徐一鹏到家的时候，父亲已经昏厥了。忽然苏醒过来说：“儿子刚刚回家，莫非在路上遇到了老虎？我刚才梦到进入一个官府的衙门，有个穿红衣服的人说：你命数当终，但是因为你儿子纯孝的感应，老虎尚且避开，现在延你寿命十二年。”由此父亲的病得以痊愈。这是以孝德而出现的感应。

（三）礼致火退

古时，有个人因为父母去世，棺材停在屋子里。当时东边邻居家失火，烧了好多家，而他家正是在下风之处，看起来势所难免。他大声号哭，守着棺材不走。妻子因为他不出去，也发誓就这样以身殉亲。火已经烧到墙这边了，忽然间风一转向的时候，火从屋子后面过，转而烧到西边邻居家，这一家竟然无恙。这是守礼的感应。

（四）义得功名

唐朝有个善人裴度，屡困场屋，占相的认为他要饿死。后来他一次到香山寺游历，见到一个少妇把包裹放在栏杆边。当时她在里面拜佛、求佛，去了很长时间，后来没有取包裹就走了。裴度也知道她忘记，又追不上，等着也没来，就只好暂时带着包袱回家了。

第二天早上，裴度还是到那个原地方，看到那少妇哭着过来，说：“我父亲无罪被人绑缚，我跟别人借得玉带、犀带各一条来赎父亲，不幸这个又遗失了，真的我父亲无可逃祸了。”她非常地伤心。这时裴度就慨然交还于她。

那时看相的再见到裴度，大吃一惊地说：“你的气色现在顿然不同了，一定是对人做了阴德，你前程万里，不是我所能了解的。”后来裴度果然拜相，封为晋国公，赠太傅，活到七十六岁，五个孩子都贵显。

这就是由义德而转变了现世的命运。之前裴度屡次没法考中，功名不就，然而他行阴德以后，就出现了万里前程，可见转变极快。先前裴度再用功再使劲，也逃不出饿死的命，不及后来行一次阴德，就出现了鹏程万里。

（五）廉感富贵

淮阳的杨商，他造作等流很好，非常喜欢行善，是个大善人。有一天，有个关中的盐商以一千两银子寄在他那里，约好日后来取，可是三年也没来。杨商很有廉洁，他把这些银子带回家，埋在花盆里，并特别派人去关中寻访，得知盐商已经去世，只留下一个孩子。

杨商就请这个孩子到他家里，指着那花盆说：“你父亲有一千两银子寄存在这里，现在可以拿走了。”当时那孩子惊愕得不敢拿，杨商就坚决地给了他，孩子叩谢而去。杨商生的孩子叫“杨溥”，做官到了太师的级别，成为一代名臣，子孙都贵显。这是由守持廉德感得的富贵。

8.1.2.3 （三）增上果 增上果者，即是成熟于环境的果分，因此，是与前面那些不善的果报相反，降临到乐报上一切种类的圆满的功德。

增上果就是在环境上成熟的果分。而因果的条理上有所谓的“正反律”，恶业上的业感律和善业上的业感律是相反的，也就是公平法则黑屏的部分，翻转过来就是白屏的状况。我们要知道，比如，当下的心在造恶或者它的对治品善的时候，感受是相反的。从缘起的相上看，身心的舒展和压抑、开放和萎缩、光明和黑暗、大公和私欲等等，它们的相都是相反的。这样就知道，造了善业，在环境上成熟的果相，会出现诸多和以上黑业果相相反的情形。

按《念处经》观察，从四王天到夜摩天之间有很广大的描述，那些都是天的世界。环境从舒适度、安稳度、快乐度等等上面，都是跟恶趣相反的，或者，地水火风、节气、受用、经行、饮食等等的状况，都跟恶趣完全相反。那上有一定的了解，再回到这上面就非常清楚，的确它会是与恶业环境苦报的相相反地，呈现出各类圆满的功德之相。

文中的“降临”，是指因果律赏罚的法则，造恶得惩罚，行善得奖赏，在善业成熟之际，将会收到很好的奖赏，也就是好的乐报将会来临。比如生前行善广大，死时果位识现前，一刹那间天堂的美景出现了，这叫“降临”。文中的“一切”，就是指与前面十恶业的十种果相，都是一条一条相反而呈现的。

比如，修了戒杀的善业，做了放生、护生等，就会生在很吉祥的地方。所感得的环境心旷神怡，境界开阔，心一下子能够放开、感觉很舒畅。再者，环境里没有害命的违缘，走在路上很平安，一点也不危险。那个环境里的食物、药果、净水、空气等等质量都很好，受用了以后身心健康，没有疾病，在

这个环境里生活能很长寿。

再者，不但不盗取，而且行持布施，所感的环境里物产会很丰富。比如种的庄稼年年丰收；种的果树，一到收获的季节就果实累累，结的果实又大又好，还不容易变坏；而且从来不缺食物等等，这都是不作偷盗而且行布施的善报的相。

再说，断除了欲邪行，逐渐地行持梵行，所感得的环境没有污秽、非常清静香洁、适合居住等等。

再者，断除妄语说真实语，以这个真实的力量，心对于资财就有一种稳固的把持力，能坚固地持有环境上的资财，不易失坏。而且，说真实语内心坦荡，良心很安，因此，所感现的环境会让人感到很安心，不会出现让人恐惧、害怕的境缘。

再者，不作离间说和合语，使得他人彼此心气相通，因此所感现的环境就非常通畅，道路平坦宽阔，没有丘陵坑坎、悬崖深谷等高低不平的状况，从这边走到那边，从那边走到这边都很好走。

再者，断除粗恶语说和雅语，说出去的话细软和美，一听起来就让人如沐春风、如饮甘霖，那么以这个善业，果上就现出柔软和雅的环境。大地光滑平坦，脚踩上去柔软舒适，还有很多泉池、小溪、河流等等，住在这里内心十分安适。

再者，断除绮语，说具义的语言，因上是很有意义的，那么果上的环境做什么都很意义，做什么都有收获。而且，说话不是语无伦次、散漫乱说，而是心契合到义来说的，那么心、气是有条不紊的，也

就是从内在妙观察智的德性，相应时节、对象等等，他是有条有理的，因此，所感现的环境，节气是符合正规的，什么东西都很坚实，非常地稳固。

再者修习舍心，跟贪心的业相相反，果相也就相反了。常常作施舍，心就非常地富裕，那么将来就得到好比北俱卢洲那样的自然谷物，根本不遭灾，坐在那儿受用现成。或者劫初人类很好的时节，受用的都是天然的食品，就是由于他是舍而不是贪的缘故。再者，会有好多的时节、环境优胜的快乐产生。生在很好的时代、地方，在那些地方五谷丰收、物产丰饶，各种的受用很丰富。这就是舍心在环境上成熟的果报。比如，可以参照上古人类环境的乐相，如同世外桃源，或者北洲人类的状况，将来弥勒佛降世时人类的情景，这些就可以明显知道，所谓舍心的增上果相。

或者行持与害心相反的饶益心，常常济世利人，做很多的好事情，比如施药、铺路、造桥、救死扶伤、济困扶贫、施与安慰温暖等等，这些就是修利益之心。那么，由于修这样的白业，将来受生的环境里面没有怖畏，常时都是心很安定。比如好的时代里路不拾遗、夜不闭户，根本没有一点的恐惧感，这些就是作饶益行所感的果相。

再者，邪见的相反面就是修行正见，心中一直依止世间正见等等，很相信因果、相信三宝。心里认为就是有这样的天理，一定要行善才能得乐，有这样的三宝，能开示四谛的解脱道等，是唯一的归依处。这样，由于心中一直依止正见的缘故，他就会感得相应的环境。会生在三宝之家，也就是那个地方有

佛法僧三宝，四众游行，正法充满。那个地方有归依处、有救护处，那种环境就是心可归宿的地方，能得到救护的地方。再者，心中一直依止正见这个一切妙善根源的缘故，因此，将来受生之处是一种会出现各种珍财的地方，各种妙物会在那里出现的，这是由于有一个安乐之根的正见的缘故。

8.1.2.4 （四）土用果 土用果者，即随作何种善业，彼业即成增长，而福德将相续不断地出生。

善业的土用果，就是随造什么善业，这个业会发生非常长远的作用。这也是前面的异熟、等流、增上这些果的总结。比如从造作等流上说，作什么善业会不断地增上那种善业的量，常常都会那么做。做了以后，从领受等流和异熟果方面说，如果还局限在有漏的范畴，那会在多少劫等的长远的时间里，一直在人天中享受福乐。也就是由于因种，不断地在造作等流上串习、增长，业势力辗转加强，结果使得异熟等的果报相续不断地发生。所谓的“福德”，在人天方面，比如长寿、健康、相好、多财、眷属圆满、受用具足、所愿圆满等等，这些好的果报会源源不断地发生。

这里对象是随造哪种善业或者殊胜善业。它的作用，首先是会继续造作同类的善业，这样就会辗转增长；其次业势力集聚多了以后，将来一生一生、一段一段的历程中，将成熟各种的安乐果报，出现各种的福德。

所以，我们要好好行善，譬如一开始就作一点布施，

这个时候引起善种以后，就像种子会连绵不断地结果一样，这一次做了，下会还想做，这样不断地做，就在这个布施的善行上不断地扩大、增长，最终达到极为增长的地步。或者去做一些爱护生命的善行、慷慨布施的善行、守持礼法的善行、诚实的善行，或者和合的善行，或者修舍心、饶益心、正见等等，就像这样，任何一个善只要你去做了它，那么它就会再次同类地发生，一个接一个不断地增长，只要你支持它。

比如说，我喜欢听法，那么这也是个善，它不断地会增长，一年当中增长到几千次，那一生当中就是多少万次，这就是“即成增长”。或者用一些食物布施给鸟类，之后天天都会去做。这样增长以后，当然由于因不断地滋润增长，有非常强劲的功能力，使得福德相续不断地出现。就像《贤愚经》所说那样，行一个善就发生那么大的福德，何况连续不断地做，极为增长后，那福德自然是源源不断地出现。

比如《贤愚经》里讲到：一次，佛住在舍卫国祇树给孤独园。当地有位长者的妻子生了一个男孩。当他出生时，天上降下了七宝雨，屋里和院子里堆满了各种奇珍异宝，因此取名为“宝天”。宝天渐渐长大，精通各种世间技艺。他得知佛的圣德世上无双，就很想见佛，随佛出家。于是告别了父母，来到佛前，顶礼佛后，说：“唯愿世尊开许我出家。”佛说：“善来比丘。”他当即须发自落，法衣在身。佛又为他说法。他听法之后，就证得了阿罗汉果。

这时阿难问佛：“世尊！不知宝天比丘过去修了何种福德，感得出生时天降宝雨，衣食自然？”

佛告诉阿难：“久远劫前毗婆尸佛出世，一次，毗婆尸佛教法中的僧众到一个村落游行，当地的居士们共同迎请僧众，广作供养。那时村里有个穷人，也很想供养僧众，但家里太穷，实在没有可作供养的财物，于是就找来一把形状像珍珠一样的白石子，向空中抛散，供养僧众。

当时供养僧众白石子的穷人，就是今天的宝天比丘。那时他以信心和恭敬向僧众供养白石子，以这个福业所感，在九十一劫中感受无量的福报，生生世世财宝众多，衣食自然，从无匮乏。由于他当时具足信心和恭敬心，所以今生遇到我，证得阿罗汉果。”

像这样，一个穷人在短时间里以白石子供养僧众，以这一个善业，所得到的福德，竟然是在九十一劫中受用不缺、衣食自在，最后遇佛出家，证得圣果。

这样明白以后，就知道要多作善业，而且不能轻视小善，以为没有福德。宝天前世只是供养僧众一些捡来的石子，就在后来的九十一劫极长久的时间里，生生世世财富丰饶，受用具足，最后遇佛证得圣果。仅仅作一个善业，所发生的作用，也是像这样长久地发展乐果，出生福德，何况作很多的善业，不断地作、不断地增长，那福德自然是源源不断地出现。

思考题

- 1、十善业的增上果是什么？分别思惟每一种善业的增上果。
- 2、十善业的士用果是什么？结合实例具体思惟。了解后我们该怎么做？

9 大圆满心性休息大车疏

9.0.1 丙三（断除之理）分三：一、善趣之因；二、十善之果；三、取舍之教言。

9.0.1.1 丁一、善趣之因： 善趣之因十善业，即断十恶之善心，戒杀戒盗不邪淫，不说妄语离间语，绮语粗语离贪心，以及害心与邪见。

仅仅断除十不善业还不能构成十善业，因未守护相续故。所以十善业是指断除十不善业的十种善心。《中般若经》中宣说了“吾亦断杀生……”宣说了十种善心。

9.0.1.2 丁二、十善之果： 小品转生于人间，中品善业生欲天，大品等持禅无色，能得上二界安乐，四果与前皆相反，当知十善果善趣。

因行持小品中品善业而生于欲界的人间、天界中，依靠与等持相关联的大品善业转生于上二界（色界无色界），即行持十善可阻塞恶趣之门，获得善趣。《宝鬘论》云：“由此法解脱，地狱鬼旁生，且可得人天，王位圆满乐。无量禅无色，享梵天等乐。”

9.0.1.3 丁三、取舍之教言： 佛说以随福德分，十善投生善趣中，十不善业堕恶趣，取舍黑白因果

者，世间善道人天乘。以后世转善趣，故立真实解脱因，善缘众生当依止。

《中般若经》中云：“须菩提，行持十善业正道者生于善趣，趋入十不善道者堕入恶趣。”《妙法莲花经》云：“人天乘十善。”又如《胜藏经》中云：“天乘即四禅、四无色；人乘即十善，此乃妙法之所依也。”从梵语“雅那”引申为乘或坐骑，因为乘坐之可达到各自目的地之故。《般若摄颂》云：“乘之诸众至涅槃，乘如虚空无量宫，能获喜乐乘殊胜。”根据众生的意乐次第而宣说不同乘，于寂灭根基者前，佛说一乘。《妙法莲花经》云：“究竟一乘无三乘，说彼三乘不了义。”佛也说过有二乘，如《无垢虚空经》云：“相合众意乐，我宣说二乘。”即指大乘小乘。佛又说过有三乘，《白莲经》云：“虽说调惑之法门，共有八万四千种，然诸佛陀真意趣，乃为无别一本体。我虽开示三乘法，亦随众力意乐说。”总之，如画家般的心可幻变出无量相，但是从义上来说，何者也不缘。《楞伽经》云：“乃至有众生，乘无有穷尽，一旦心灭尽，无乘无有情。”此处所指即是佛所说的人天乘。《楞伽经》又云：“天乘梵净乘，声闻缘觉乘，我说一切乘。依靠人天乘，决定趋涅槃，后不缘一切。”

9.0.2 丁三（宣说果）分二：一、略说；二、广说。

9.0.2.1 戊一、略说： 人道十善果异熟，等流增上及土用。

9.0.2.2 ** 戊二 (广说) 分九：一、异熟果；二、等流果；三、增上果；四、士用果；五、六度之果；六、四无量之果；七、二谛之果；八、善恶分别之果；九、甚深缘起之果。**

9.0.2.2.1 己一、异熟果： 以行小中大品善，暂成人天终定胜。

并非如随福德分善终将灭尽，随解脱分善暂时感受人天乐果，究竟获得佛果。《般若八千颂》云：“尊者舍利子，以何善根趋入人间、天界复成就无上正等觉？以发无上菩提心摄持之十善、四禅、四无色灭定、六度，中间永不灭尽也。”

9.0.2.2.2 己二、等流果： 同行等流善自增，感受戒杀得长寿，断除偷盗受用丰，断除邪淫夫妻和，无有一切诸怨敌。断除妄语不遭谤，断除离间互为友，断除恶语言适宜，断除绮语众悦耳。断除贪心果知足，断除嗔心具慈心，断除邪见具正见。

《宣说十善经》云：“精进行十善业并使之增上；长寿、受用丰富、夫妻和睦、无有怨敌、不遭诽谤、众人悦意、语言适当、众人悦耳、知足少欲、互相慈爱、具足正见。”

9.0.2.2.3 己三、增上果： 增上果生圆满境，食易消化药力大，净处药等具美味，他人不欺离畏害，众人合得胜乐，随季成熟丰收果，地平严饰清凉

池，鲜花果实皆繁茂，叶果药等具美味，资源富饶具亲友。

《十善经》云：“戒杀者生于环境优美之地；断除不与取者转生于饮食容易消化且具美味、药具强力之境；断除邪淫者转生于具有芳香药树之清净处；断除妄语之人无论生于何处皆无有怨敌、盗匪等危害且不易受骗；断除离间语者生于众人合和、瓦砾荆棘鲜少之境；断除粗语者生于四季无倒、花果应季成熟之境；断除绮语者转生于土地平坦、海湖严饰之境；断除贪心者转生于鲜花、果实、庄稼繁荣昌盛之境；断除害心者生于枝繁叶茂、硕果累累、香味扑鼻之境；断除邪见者无论生于何处，悉是果实丰硕、富有宝矿且怙主、亲友皆圆满。”

9.0.2.2.4 己四、土用果：土用之果善增上，如意成办诸所愿。

《广大游舞经》云：“喜善福德资粮增，能持菩提之善聚。”《普贤行愿品》云：“一切妙行皆成就。”

9.0.2.2.5 己五、六度之果：此外布施具财富，持戒安乐忍相好，精进具德禅心静，智慧获得胜解脱。

以菩提心所摄之布施财物、禁戒罪行、摧毁嗔恨、勤于善法、一缘安住、了知二谛自性，即以六度善法而行将获得胜果。《宝鬘论》云：“施戒忍精进，禅慧悲为体。博施自财物，持戒而利他，安忍断嗔心，精进喜善法，禅一缘无惑，慧抉择实义，慈悲悯众

生，一味等心伴。施具财戒乐，忍具相勤威，禅寂慧解脱，慈悲成诸事。此七者无余，究竟至彼岸，智慧不可思，获得怙主位。”在六度中加上慈悲，即是以菩提心摄持而修持，下文还有广说。

9.0.2.2.6 己六、四无量之果： 四无量之功德：

慈心悦意悲成利，喜心圆满舍无垢，总之福慧资粮果，暂时增上决定胜。此乃妙道大车轨，三世诸佛圆满因，慈心众人皆悦意，悲心利益无边际，喜心财富皆圆满，舍心自心极堪能。

经中云：“具慈心者有宽广、七大（所缘大、修习大、智慧大、精进大、方便善巧大、正性修习大和功业大）、量无定等与声闻、缘觉不共之功德，令人天悦意、获得妙色。”此外，《宝鬘论》云：“每日三时施，三百罐饮食，不及须臾顷，修慈福一分。人天等慈爱，彼等亦守护，意喜身多乐，无毒刃损害。无劳事得成，当生梵世间，设未能解脱，得八德（长寿、妙颜、种姓圆满、自在圆满、辞严、具大名望、丈夫身、具力）。若令诸有情，发坚菩提心，常得如山王，坚固菩提心。由信离无暇，由戒生善趣，由修习空性，于诸法无贪，于善不放逸。无谄具正念，思惟增睿智，恭敬证法义，护法具智慧。由不障闻法，及行法施者，当与佛值遇，所求亦速得。无贪成法事，无悭增受用，无慢感尊主，忍法获总持。由施五精华（藏医中所说的五种滋补药品：蔗糖、炼酥、蜂蜜、芝麻油与食盐），及施无怖畏，诸魔不能侵，具殊胜大力。佛塔供灯鬘，暗处置火炬，灯中施油类，能获净天眼。供养佛塔时，敬献妙音乐，铃及螺

鼓等，能得净天耳。不举他过失，不说缺肢等，常护惜他心，常感他心通。施履及车骑，搀扶羸弱人，乘骑奉师长，智者得神变。为法建伽蓝，忆念法文义，由净心施法，故得宿命通。诸法无自性，如实正了知，得第六神通，诸漏永断尽。为解脱有情，真如智等具，以修悲心润，成最殊胜者。由种种净愿，成佛净刹土，以宝献能王，得放无量光。由知此业果，相应义如是，常利益有情，即是汝自利。”此等之理是趋至佛地的唯一殊胜方便。《本生传》云：“何具福慧资粮果，即为解脱大津梁，余无其它解脱因，故当降下善法雨。”

9.0.2.2.7 己七、二谛之果： 如有寂诸行业，依心心性即光明，无作离戏如虚空，二谛之义缘起生。

如是所说之诸业皆依赖于自心，若详细观察，则心无有自性，本来光明，即世俗谛为缘起而生，胜义谛为自性清净。《三摩地王经》云：“无罪具十力佛陀，尔时宣说胜等持，三有众生如梦境，于此不生亦不灭。众生名命亦不得，诸法如泡芭蕉树，如幻亦如空中电，犹如水月如阳焰。有者虽于此世后，迁移往生于他世，然业何时亦不虚，轮回中熟黑白果。非为常有亦非断，无有积业亦无住，若作并非无感受，他作无有感受也。无有迁变亦无来，一切非有亦非无，似乎住此亦非入，无众生行无人灭。三有如梦无实质，速坏无常如虚幻，无来亦无自此去，无有相续无相状。如来行境佛功德，无生无寂无相处，具力陀罗尼德力，此乃人尊佛殊胜。积累

白法胜功德，功德智慧陀罗尼，力及神变皆殊胜，获得殊胜五通故。”

9.0.2.2.8 己八、善恶分别之果：以如梦之比喻说明无而显现之业：

本来清净无而现，业作一切如画家，恒时跟随如身影，不迁他处如苦乐，自性难挡如河流，能变高下如君主，极其广大如虚空，黑白不变如莲花。

此等业与烦恼虽无自性，然而显现不灭，其根本依赖于无明，业缘从境而生，业因与三毒相联。《念住经》云：“业之根源即无明，若觉则不随业转故。业喻如画家，可作种种故；业缘乃思维外境，如猴子，所行多种；业如鱼儿，住于三有海中；业如家主，积累种种习气；虚幻，无而显现；如身影，恒时跟随；如苦乐，不迁移；如河流，势不可挡；如国王，撑握苦乐；如虚空，广大无边；如青莲、睡莲，互不改变。”

9.0.2.2.9 己九、甚深缘起之果：观察诸业无本性，如梦能现异苦乐，心立诸业无实相，因果无欺深缘起。非有非无无二性，行何成熟如是果，此乃如所尽所境，遍知如来所宣说。

我们以分别伺察寻找一切内外界，根本无法得到业与烦恼。如《入行论》云：“烦恼非住于外境，非住根身非中间，此处亦非其他处，居于何处害众生？此惑如幻心莫惧，应为智慧勤精进。”虽然在胜义本性中无有业，却于此如梦般的世俗中，以造罪行

善而分别感受苦乐。若以智慧详细分析，则诸业超越有无之边，犹如虚空，无有所积之业，因此郑重教诲我们说：切莫以心勤积迷乱而生之业，遍知佛陀彻知此理而宣说，而外道派无有此因果之理。阿闍黎巴雪于《中观宝灯论》中云：“出有坏佛说，因果无欺惑，诸业皆如梦，他论未宣说。”

10 因果的奥秘

10.0.0.1 丁二、白业果分二：一、白业；二、果
【思惟白业果分二：一、白业；二、果。 今初】

10.0.0.1.1 戊一、白业分三：一、略说；二、广说；三、殊胜十善业 己一、略说

【《本地分》说：于杀生、不与取、欲邪行，起过患欲解，起胜善心，若于彼起静息方便，及于彼静息究竟中，所有身业。语四、意三，亦皆如是。其差别者，谓云语业及云意业。】

《本地分》中说：于杀生、不与取、欲邪行生起过患欲解，生起殊胜善心，于此等黑业发起静息方便及静息究竟，在此过程中所有的身业，即是离杀生、离不与取、离欲邪行的白业。语言的四种白业及意的三种白业，也是如此，差别是把上文的身业换成语业或意业。

比如：了知杀生的过患，即对杀生起过患欲解；和贪嗔痴诸杂染心相反，与无贪、无嗔、无痴俱行（一

起活动)，即对杀生起胜善心；受持不杀生戒律仪，防护自心，即对杀生起静息方便；远离杀生，即对杀生静息究竟。其余语四善业、意三善业也是如此。

己二、广说

【事及意乐、加行、究竟，如应配合。例如：远离杀生业道，事者，谓他有情；意乐者，谓见过患，起远离欲；加行者，谓起诸行静息杀害；究竟者，谓正静息圆满身业。以此道理，余亦应知。】

白业的事、意乐、加行、究竟，应当一一配合而了知。比如，远离杀生业道中，事，是其他有情；意乐，是见杀生过患而发起远离杀生的欲；加行，是发起种种止息杀生的行为，也就是受持不杀生律仪之后，恒时防护，不造杀业；究竟，是圆满止息杀生。其余九种白业，也应依此类推而了知。

问：单单没有造作杀生，是否是白业呢？

答：不是白业。如果没有杀生就属于白业，那么植物人没有杀生，是否一直在增长功德呢？终生监禁的囚犯没有机会造作杀、盗、淫，是否终生在积聚功德呢？因此，只有以善意乐才能安立白业。比如，认识到杀生的过患之后，发起远离杀生的誓愿，才是离杀生的白业。

论中“见过患，起远离欲”七字是关键，“见过患”是因，“起远离欲”是果。由此也能看到观察修的重要性，因为如果不观察黑业的过患，就不会发起远离黑业的愿望，这样连下士道的十白业道也不能趣入，修行会变成空中楼阁；相反，黑业的过患观察

得越多、见得越真实，就越能发起远离黑业的欲，以此远离欲就能立誓受持不杀生等律仪，从而遮止恶业。

举例说明：

晋代的许真君，年轻时喜欢打猎。有一天，他射中了一只小鹿，母鹿跑过来给小鹿舔舐伤口，舔了很久，小鹿也没有活过来，母鹿因过分哀伤而死去。许真君很疑惑，就剖开母鹿的腹部，只见母鹿的肠子寸寸断裂。这时他意识到自己杀生的残酷，就把弓箭折断，从此再不打猎。后来，他得道成仙，全家都升天了。

案例中，许真君后来修持的是断杀生的白业：事，是其他有情；意乐，是认识到杀生的残忍而生起断杀的誓愿；加行，是折断弓箭从此戒杀；究竟，是圆满静息杀生。

再看清朝周安士居士的事迹。他自述每次经过神祠时，都必定发愿说：我从 24 岁起直至寿终，在此期间，如果杀害一条小鱼虾，乃至家中眷属有一人伤害一只蚊虫、蚂蚁，唯愿尊神诛杀，迅雷击碎我所著的书板（指《安士全书》）；我从 24 岁起直至寿终，临河见鱼，仰面见鸟，如果不思救度，反而萌生杀机，也等同此誓；我从 24 岁起直至寿终，如果梦中见人杀生，不能至心称佛号、发起救度心，反而欢喜赞成此事，也等同此誓。

从这一段看出，安士先生具有断杀的猛利誓愿。真正修白业，就要有这种断恶的决心。只是没有杀生并不能算是白业。见到杀生的过患之后，发起了断

杀的誓愿，才是白业。

又如，在家居士远离邪淫业道：事，是非所应行、非支、非时、非处；意乐，是认识到邪淫的过患之后，发起断邪淫的誓愿；加行，是平时励力防护自心，不造邪淫；究竟，是圆满远离邪淫。

宋朝黄庭坚居士曾做过一篇戒淫、酒、肉的愿文，其中说到：

“我从昔来，因痴有爱，饮酒食肉，增长爱渴，入邪见林，不得解脱。（这是见过患而生起过患欲解。）今者对佛发大誓：愿从今日尽未来世，不复淫欲；愿从今日尽未来世，不复饮酒；愿从今日尽未来世，不复食肉。（这是生起远离欲，发起受持律仪的誓愿。）”

“设复淫欲，当堕地狱、住火坑，经无量劫。一切众生为淫乱故，应受苦报，我皆代受。”

“设复饮酒，当堕地狱、饮烓铜汁，经无量劫。一切众生为酒颠倒故，应受苦报，我皆代受。”

“设复食肉，当堕地狱、吞热铁丸，经无量劫。一切众生为杀生故，应受苦报，我皆代受。”

“愿我以此，尽未来际，忍辱誓愿，根尘清净，具足十忍，不由他教，入一切智，随顺如来，于无量众生界中，现作佛事。”

总之，行者修持十白业道，首先要认识黑业的诸多过患，由此发起远离此黑业的誓愿，之后，受持清净律仪，励力守护自心不造黑业。也就是只有具备

“明见过患”、“誓不再造”、“励力守护”这三个内涵，才是圆满的白业。自己在上师、三宝等所依前发誓或在心中立愿：永远不杀生或某时某地不杀生，或不杀某类众生等。其它九种也照这样立愿，就成为白业。如果能立愿尽形寿不造、尽未来际不造，功德无量无边。如果暂时还做不到彻底远离，也可以发愿在某些特定时期不造，比如：发愿一年中的一月或四月不杀生，一月中的十五或三十日不杀生等，也有很大功德。

己三、殊胜十善业

十种殊胜善业，就是不但远离十种黑业，还行持对治黑业的十种善法。分别而言，不但断杀，还爱护生命；不但断不与取，还行持布施；不但断欲邪行，还护持戒律；不但断妄语，还说诚实之语；不但断离间语，还化解怨恨；不但断粗恶语，还说悦耳之语；不但断绮语，还精进念诵教典；不但断贪欲，还修持舍心；不但断嗔恚，还修持饶益心；不但断邪见，还依止正见。

殊胜白业的事、意乐、加行、究竟，以护生为例：事，是其他具命有情；意乐，是因见护生利益而发起护生的誓愿（在见到护生的利益之后，发起爱护生命的誓愿，誓欲尽形寿爱护众生等）；加行，是发起诸行而行持护生（以身口意做种种爱护生命的行为）；究竟，是行持圆满。其它九种白业，依此类推。

以下举例说明：

五代时，有一位窦燕山，从小丧父，母亲将他抚养成人。窦燕山到了三十多岁时还没有子嗣。一天，

他梦见去世的祖父对他说：“你前世恶业很重，因此今生不仅无子而且短命。你应当及早行善，努力多做些善事，或许可以转变业力。”醒来之后，他将祖父的话铭记在心，从此立志行善。（窦燕山相信祖父的话，对善法的利益有所认识，立定行善的志向，这是具足殊胜白法的意乐。）

一次，窦家有一位仆人，偷了他两万银钱，因为害怕被发现，就写了一张债券，绑在自己女儿的手上，债券上写明：永卖此女，偿还所欠银钱。然后，仆人就逃走了。窦燕山因心里怜悯她，就将债券烧毁，并嘱咐妻子好好抚养这个女孩，而且，在女孩成人之后，把她嫁到一个好人家。（这是爱护众生的殊胜白法。）

又有一年的新年，窦燕山到庙里拜佛时，捡到白银十两、黄金两锭。第二天，他到庙里守候失主，等了半天，见到一个人哭着自言自语走过来，窦燕山就过去向他询问。那人说：“我父亲被匪徒绑劫，即将被处死。我向亲友借了白银、黄金，准备赎回父亲，可是一摸钱袋，黄金白银全都没有了，这样，家父难免一死。我昨天曾到这里拜佛，不知是不是在这里丢的。”窦燕山知道他是失主之后，就把金银如数地还给他，还送他一笔路费。（这是布施财物的殊胜白法。）

窦燕山一生所做的善事很多，比如：亲友中有办丧事而没钱买棺材的，他就出钱帮忙安葬。有女子不能出嫁的，他就出钱资助。他又借钱给穷人作为做生意的资本，由他养活的有几十家之多。为了救济别人，他的生活非常俭朴，丝毫不敢浪费。每年计

划一次收入，除了必要的生活费外，其余财物都用来救济别人。另外，他还建立了四十间书院，购书数千卷，聘请老师来教育子弟，还为贫家子弟代交学费，这样造就了不少人才。

有一天，窦燕山又梦见祖父对他说：“这几年来，你积了不少阴德，上帝因此给你延寿三纪（36 年），而且你五个儿子来日都很显达，你命终之后将会升天。”祖父还叮嘱他：因果丝毫不爽，善恶报应有些发于现世，有些报于来世，天网恢恢，疏而不漏，绝无疑问。

从此，窦燕山更加努力行善积德。后来，他的五个儿子都高中进士，他本人也官至谏议大夫。

一天夜晚，他和亲友谈笑而逝，享年 82 岁。（行善之人，命终如此安乐。）

祖父第二次托梦给窦燕山，肯定他行善的功德。这时，他对行善的利益有更深刻的认识，因此他行善的志向更加坚定，行善也更加努力。这就看出，白业是以善意乐为根本，并以善加行而圆满。窦燕山因为努力行持殊胜白业，现生就改变了命运，得到圆满的回报。

总之，行善的关键，是首先通过思惟来认识行善的利益，之后引发行善的愿望，立定行善的志向。由此行持护生、布施等，便能成就增上生。

10.0.0.1.2 戊二、果分二：一、三果；二、成就殊胜之理 己一、三果

【果中有三：异熟者，谓由软、中、上品善业，感生人中、欲界天中、上二界天。】

白业的异熟果：由下品善业感生人中，由中品善业感生欲界天，由上品善业感生色界和无色界天。

【诸等流果及增上果，违于不善，如理应知。】

善业的造作等流果、领受等流果、增上果等，与不善业的果报相反，应当如理了知。

具体言之，十白业的造作等流果是生生世世爱乐行善，增上善根。领受等流果为：断杀生，健康长寿；断不与取，资财丰裕、无有盗敌；断邪淫，妻子贞良；断妄语，不受诽谤、众人称赞；断离间语，眷属和合、贤良；断粗恶语，闻悦意声；断绮语，语言威肃；断贪欲，知足少欲，凡事顺心如意；断嗔恚，离损恼心，不受他挠；断邪见，心中生起善妙之见。十白业的增上果是在外境成熟善妙果报，具足一切圆满功德。

己二、成就殊胜之理

【《十地经》说：以此十种，怖畏生死，离诸悲心，由随顺他言教修习，办声闻果。】

《十地经》说：由修持上品十种善业道，怖畏生死、缺少大悲、随他言教修习，成办声闻果位。

“以此十种”要统贯到以下声闻乘、独觉乘、菩萨乘三种情况，由此可见十善业道是三乘圣道的所依。“怖畏生死”，说明不是人天乘。“离诸悲心”，说明不是菩萨乘。“随他言教修习”，说明不是缘觉乘。

【又诸无悲，不依止他，欲自觉悟，善修缘起，办独胜果。】

由上品十善业道修治清淨，不具足大悲方便故、最后生不依他人而欲求自觉故、能善修习十二缘起故，成办独觉果位。

“无悲”，说明不是菩萨乘。“不依止他”，说明不是声闻乘。“善修缘起”，说明是缘觉乘。

【若心广大，具足悲心，善权方便，广发宏愿，终不弃舍一切有情，于极广大诸佛智慧缘虑修习，成办菩萨一切诸地波罗蜜多。由善修习此一切种，则能成办一切佛法。】

由上品十善业道修治清淨，心量广大故、具足大悲故、善巧方便摄持故、广发大愿故、不舍有情故、缘极广大诸佛智慧修习故，成办菩萨一切诸地波罗蜜多。由修习此等一切种类的大乘之法至于究竟，便能成办一切佛功德法。

以上智、悲、愿、方便等，说明不是人天乘及声闻缘觉乘。

《十善业道经》云：“龙王！当知菩萨有一法，能断一切诸恶道苦。何等为一？谓于昼夜常念思惟观察善法，令诸善法念念增长，不容毫分不善间杂，是即能令诸恶永断，善法圆满，常得亲近诸佛菩萨及余圣众。（佛说：龙王，你要知道菩萨有一妙法，能断一切恶道苦恼。哪一妙法？即日夜恒时忆念、思惟、观察善法，令诸善法念念增长，不容毫许不善间杂，由此能令诸恶永断、善法圆满，常得亲近诸

佛菩萨及其他圣众。)言善法者，谓人天身、声闻菩提、独觉菩提、无上菩提，皆依此法以为根本而得成就，故名善法，此法即是十善业道。”又说：“当知此十善业，乃至能令十力、无畏、十八不共一切佛法皆得圆满，是故汝等应勤修学。(要知道，此十善业，上至能令十力、四无畏、十八不共法等一切佛功德法都得以圆满，因此汝等应精勤修学。)”

【如是二聚十种业道及彼诸果，凡余教典未明说者，一切皆是如《本地分》《摄抉择分》意趣而说。】

以上善恶两类十种业道以及彼等三种果报，凡是其它教典中没有明确说到的，一切都是按照《瑜伽师地论》中《本地分》《摄抉择分》的意趣而宣说的。

11 因果明镜论

11.0.1 第三节 十善业

断除十种恶业，就成为十善业。即断杀生、断不与取、断邪淫是身三善业；断妄语、断两舌、断恶口、断绮语是语四善业；断除贪心、断除害心、断除邪见是意三善业。这十善业，如未与四禅、四无色定相联，就成为转生欲界天的因；如与四禅相关联，就成为转生色界天的因；如与四无色定相关联，就成为转生无色界天的因。

这里仅仅不行十不善业还不算十善业，因为尚未守护相续，必须要有断除十不善业的心，才算十善业。如果在断除十不善业的基础上，进一步积极

地修持对治恶业的善法，则成为殊胜的十善业。如《大圆满前行引导文》中所说：“三种身善业：不杀生，断除杀生，爱护生命；不偷盗，断不与取，行持布施；不邪淫，断除邪淫，护持戒律。四种语善业：不妄语，断除妄语，说谛实语；不两舌，断离间语，化解怨恨；不恶语，断除恶语，说悦耳语；不绮语，断除绮语，精进念诵。三种意业：不贪心，断除贪心，当持舍心；不害心，断除害心，修饶益心；不邪见，断除邪见，当依正见。”

行十善业，同样需具基、发心、加行、究竟四个条件才是圆满的善业。例如断杀生：基为他有情；发心即因了知杀生的过患很大，见过患后欲断除杀生；加行为静息（防护）诸杀害之行为；究竟为正静息（防护）圆满。其它善业可依此类推。

11.0.2 第五节 十善业果

三恶趣的众生纯苦无乐，每分每秒都在猛业的催逼之下，无数次地陷入痛苦之中。

生存在人道之中，虽然业障渐薄，但仍然苦多乐少，我们面对的似乎永远是一个缺陷的世界。虽然都有着美好的憧憬，但却难以在现实中实现，希望显得那么遥远。每个人的内心都始终难以泯灭自己的向往，仍然祈盼着身心的健康、福寿的绵长、眷属的和合、财富的丰饶、事业的兴盛……如是等等这就是佛经上所说的“人天安乐”。

命运始终以它不可抗拒的力量无情地几乎要熄灭我们所有的希望，在巨大业力的冲击之下，感受苦难的同时，我们会对人生充满悲观，凭着人生短短数十年，我们能够得到什么？

缺少佛陀真理之光的照耀，人们只能在黑暗中彷徨，看不清安乐的道路，如疯子般奔向痛苦的深渊。拯溺救亡的行动迫在眉睫！

疯狂追逐外境的同时，几乎所有的人都忘记了离自己最近的内心。其实至理简明，世界的作者正是我们的心。与恶心相反，这个宇宙中还有善心的存在，它是积极的、清静的、温暖的、光明的、开放的、祥和的，由它所发身语意一切的善业，所变现的永远是安乐的世界。遵循佛陀开示的因果正道，不论希求哪方面的安乐，只要我们在因地如理如量地种下它的圆满正因，那么必将会如愿以偿地实现。

正因苦乐的根源是心。佛陀开示我们“诸恶莫作，众善奉行，自净其意”，这是殊胜的窍诀，根本的行持。我们所应时刻奉行的惟有净化恶心、升华善心。因为恶心的净化，可以从此阻塞一切恶业之源，由于恶业的禁止，便关闭了通往恶趣的大门，消灭了未来的隐患。而善心，它是一切安乐的源泉，一切人天的幸福由此流出，所以我们要励力发起善心，培育和修持善心，使之增上、稳固、深化、拓广。这样善根日渐淳厚，福德日渐深广，将来的前途自然会愈来愈光明、远大。诚如一位圣者所言：“我们不需要寺庙，不需要复杂的哲学。自己的头脑、自己的心就是我们的寺庙，我的哲学是善心。”

11.0.2.1 一 总说十善 (一) 断恶

如前已知黑业因果之理，但不可停留在粗浅的认知层次上，需依经论、公案再再思维、修习，因为业因果是甚深微妙，极难获得定解。《三摩地王经》说：“设月星处皆堕落，具山聚落地坏散，虚空界可变余相，然尊不说非谛语。”由于业感缘起是佛一切智智亲见现观的真理，以凡夫分别妄心无法测知，我们惟应敬依圣言量，励力对佛语生起诚信，如是当能渐生因果正见。

对因果生起定解后，应依因果之法镜反照自相续，过去、现在一切所作是否与正法相符。因如不以法观心，则法与心便成两头，佛法成为心外的知识，与修行又有何关？我们无始以来，终日造业，经历这么漫长的时劫，必定恶业习气极强，仅一日之中，三门造恶极多。初学者平时无自知之明，还自以为与法相应、三门清净，实际上是粗心、没有细察。此如以镜照脸，远看以为脸无瑕疵，但渐近于镜则瑕疵渐显，若以高倍放大镜细看，则满脸全是瑕疵。所以不知己过还自以为三门清净无染，只是愚者的自欺而已。真实以法对照自相续、时时反省的修行人，必能如是现见三门过失无量无边。诚如《地藏经》所说：“南阎浮提众生举步动念，无不是业无不是罪。”藏地古德言：“此因果时，校对正法，全不符顺，于此乃是我等错误，全无解脱。”

往昔，月菩萨从持善说婆罗门前供千两金得一法，其法为：“虚空与地中隔远，大海彼此岸亦远，东西二山中尤远，凡 6 与正法远于彼。”朵陇巴说：“若有观慧而正观察，如于险坡放掷线团，与法渐

远。”此二语皆为甚深教言，惟有真实反观自己者方能了知。因为初学者先不知恶，待以正法观心后，渐见粗恶以至细恶，如是会有越观过失越多的体会，所以朵陇巴喻之如从险坡放线团——越滚越远。这是断恶必先经历的一关。

晦堂禅师答朱世英：“予初入道，自恃甚易，逮见黄龙先师后，退思日用，与理矛盾者极多。遂力行之三年。虽祁寒溽暑，确志不移。然后方得事事如理，而今咳唾掉臂，也是祖师西来意。”

所以人能自知自明实为不易，必须一番细密审察的功夫。我们欲断恶自新，应当追随先德，昼夜恒时观察身口意三门的造作。这样，才能知己过恶而有可断可改之处，且知之愈细，方能行之愈密。反之，如对业果的差别不能善巧，对于自身的恶习不甚明了，随此而不知防护、三门放逸，只是开辟恶趣之门而已。所以断恶之前首要做到反观功夫纯熟，细至起心动念都能觉察。

以下且看古德是如何反省察过的。

昔年蘧伯玉二十岁时已觉前日之非而尽改之矣。至二十一岁，乃知前之所改未尽也。至二十二岁，回观二十一岁，犹在梦中。如是年复一年，递递改之，行年五十，犹知四十九年之非。

与圣贤相比，身为凡夫，过恶蜩积，但每每回思往事时，却不自觉有过失，这是心粗眼翳所致。

在攀耶嘉，施主对众多格西供养酸奶，当时奔贡嘉格西在行列中间。见施主对前面的人供养了不

少酸奶，他心生一念：到我这里时，恐怕酸奶得不到。随即，他觉察到自己的想法不对，便自言自语：“像你这样的比丘对饮用酸奶具有这么大的信心。”于是他把碗反扣，供养者来请他享用酸奶时，格西说：“我已饮用过了，不愿意再享用。”

格西如是绵密观照三门，从起心动念的微隐处善加观察造业的动机。这样从根上防护，不令发于身口而成重业。

如是了知自己身口意三门时时造恶，如不遮止恶行，当来不得不感受痛苦，任至何处也不可能解脱。恶业即便细至毫微，如果我们不知防护，将来也会产生难忍大苦。所以真心利益自己的人，切莫疏忽，应当使罪恶发起的意乐也不现行。《谛者品》说：“大王汝莫为杀生，一切众生极爱命，由是欲护长寿命，意中永莫思杀生。”十种恶业都应如是乃至动念也应严加防护，不令生起。

昔日，众施主去拜见奔贡嘉格西，那天上午他在三宝所依前陈设供品，装饰得非常善妙、庄严。当时，他反观自心，发现自己是为了在施主面前表现很庄严的形象而做。认识到这是不清净的发心，于是他向三宝所依和供品上撒了一把灰，自言自语道：“你这个比丘不要那么虚伪。”帕单巴尊者知道此事后赞道：“后藏的所有供品中，奔贡嘉的一把灰最好。”

我们应当培养绵密的省察己过的能力，如奔贡嘉格西那样在每作一事前都要观察自己的动机。对于初学凡夫来说，不可能不时时现起贪嗔痴的恶心，

当恶心生起时，首要认识，然后断舍恶心将其转为善心，这当下一照一转，即是最切实的功夫。

真实断恶应具三心，即决断心、长远心、谨慎心。决断心即是从内心发起绝不造恶的誓愿。

昔日，灵源禅师与二僧入城，至晚方归。晦堂和尚因而问道：“今日从何处来？”灵源因无事入城，不便直说，便答：“适才往大宁来。”

当时死心在旁，厉声呵斥：“参禅欲了生死，发言先得诚实，清兄岂能妄语？”灵源面热不敢应对，从此之后再不敢入城，亦不敢虚妄发言。

灵源禅师根器锐利，一朝妄语遭人痛斥，此后幡然悔改，截断妄语业之流，不复再造。师不贰过，故能日后成为一代宗师。

我们断恶要象灵源禅师那样有决断心，否则恶习始终牵连不断，难得解脱。曾闻藏中强盗盗窃之后，良心发现即生忧悔，但不久即忘，又随恶业习气继续行恶。这就如同大象在热沙中难忍逼恼，而入清凉池中，尔后又从池起，再入热沙，复又感受热恼，奔入清凉池，如是反反复复，始终不可能有解脱热恼之时。又如人服毒才解，又去服毒，如是身内之毒永无净除之时。同理，断恶如无决断心，则永远也不可能脱离恶业的污染而超出恶趣。

又无始以来积习如此深重，时时都可能迸发，所以改过断恶不是一蹴而就之事。如云：“不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香。”古人十年读书方除一“矜”字，况欲转恶为善渐趋于纯善，岂是易事。

须发长远心，昼夜行之不懈，先断粗恶、再断细恶，如是淘汰不已，久久方能相续纯净，而使凡夫身心转成圣贤身心。

当年俞净意公自述改过时说：“初行之日，杂念纷呈，非疑则惰，忽忽时日，依旧浮沉。因于家堂所供观音大士前叩头流血，敬发誓愿，愿善念真纯、善力精进。倘若有丝毫自宽，永堕地狱。每日清晨，虔诵大悲尊号一百声以祈阴相，从此一言一动、一念一时，皆如鬼神在旁，不敢欺肆，凡一切有济于人、有利于物者，不论事之巨细，身之忙闲，人之知不知，力之继不继，皆欢喜行持，委曲成就而后止。随缘方便，广植阴功，且以敦伦勤学、守谦忍辱与夫因果报应之言，逢人化导，惟曰不足。每月晦日，即计一月所行所言者，就灶神处为疏以告之，持之既熟，动则万善相随，静则一念不起。”

又宋赵清献公，日间所作之事，夜必焚香告天，若有不敢告之事，他日必不敢做。如是行之悠久，于一日宴坐中悟明心地。莲池大师赞道：“吾以为如是之人乃可学道，……以如是精诚之心地而参扣自心，其得悟非偶然也。若夫身虽归佛，心不合天，止是游戏法门而已。”

如是作功夫受持十善律仪，渐伏自心，渐得清净，但切莫骄傲自足、不知防护，应知无始业种并未断除，不过潜伏未现而已，若一经缘诱即会引发。尤其当今时代，染缘偏盛，声色迷乱，时时诱发烦恼，使人造恶，每见初修行人出山林入都市，一经声色引诱，恶业纷纷现行，大多难作得主，我们对于恶业之敌不能掉以轻心，慎始慎终方能不受挫败。

宋程明道先生，少年好猎。后见濂溪周先生，顿除其习，自以为正无此好。濂溪曰：“何言之易也！但此心潜隐未发耳。一日萌动，复如前矣！”十二年后，明道先生偶见猎者，果有喜心，乃信濂溪之言不谬。

戒杀放生是为善去恶中极容易事，而断除射猎又是戒杀放生中最粗浅事，以明道先生之贤，经历十二年学道，而方寸杀机尚未断尽，可见净除意恶实非易事。所以乃至未成就之前，都应战兢惕厉，如履薄冰，如临深渊，时刻谨防恶业的发动。

如是精严取舍，昼夜恒时不懈，必使正念坚固，力量充足。如果我们在梦中恶心起时，也能提起正念防护相续，则已得十善律仪清净之相。此后，粗恶决定不做，由此恶业不能污染相续，恶趣世界从此绝缘。

（二）行善

我们不仅需要积极地断恶、与恶业脱离，同时需要积极地行善。在宇宙之中，善心的力量是伟大的，我们要懂得尊重己灵，不要埋没自心。心的力量不可思议，蕴藏在相续深处的善心力量，应该将它发挥出来，无限地拓展出去，在一切的人事境缘中发挥善心的作用。我们行善，越是积极勇猛，越是舍己，我们的心量就越能够拓展，心力就越能够提升，业障由此会速净，福德随此将倍增，自然由此增上善业福德力的感召，未来的果报惟有光明、安乐。

所以我们应在断十恶的基础上，以殊胜善心摄

持而力行十种殊胜善业。比如我们不仅戒杀，而且护生；不仅爱护同类而且将此爱惜物命的慈心扩充到一虫一蚁、一草一木乃至全宇宙的万事万物，最终达到慈周万物的究竟心量。又如不仅仅是戒盗，而且要广行布施，从一针一线起，逐步地能将自己所执的财富、受用、善根乃至最珍爱的生命都无私地奉献给众生。所以如是不断向上，最后必将趋入菩萨道的万行之中。这是后话暂且不论。

下面说明行持十善的安乐果报。

11.0.2.2 二 分说十善果报

11.0.2.2.1 (八) 离欲 世人如饥似渴地追逐外在的六尘境界，人们将欲望不得实现视为痛苦，而将欲望的满足视为安乐。其实不论欲望满足与否，只要有贪求的心理，则同样是在贪欲烦恼的缠缚之下，身心不会有真正的安乐。依照意业串习的道理，贪欲放纵一次，就会增长坚固一次，如人以盐水止渴只会渴上加渴一般。所以想通过贪欲的放纵来使内心得到满足，无异于扬汤止沸，必将永无可能。贪欲的膨胀只会让我们陷入难耐的欲渴之中，时时现起追求的冲动，内心没有丝毫的安宁。所以只有断除贪心，知足少欲，方才能够止息欲渴之苦，使身心如释重负，得到轻安。经中如是比较贪欲者和离欲者的内心苦乐差别：少欲知足者即使身为乞丐，却享受着天人一般的安乐，而不知足的贪欲者即使

在天宫，也象乞丐一样，精神十分贫乏。

《遗教经》云：“少欲之人，则无谄曲以求人意，亦复不为诸根所牵。行少欲者，心则坦然，无所忧畏，触事有余，常无不足。有少欲者，则有涅槃。”

为了帮助弟子解脱世间尘境的束缚，使身心得以放下而趋向禅观智慧，佛制头陀 7 之行，其行即：(1) 住阿兰若（寂静处）；(2) 常行乞食；(3) 次第乞；(4) 日中一食；(5) 节量食；(6) 过中（正午）不饮浆；(7) 著粪扫衣；(8) 但三衣；(9) 冢间坐；(10) 树下宿；(11) 露地坐；(12) 但坐不卧。出家行人依头陀行可离欲出尘，抖擞身心专志向道。从此之后，三衣一钵、露宿空桑、日中一食，便成为解脱者清净离欲生活的风范。而后代祖师立志行道，均遵奉佛教，自奉俭约，超脱物累，惟以道业为重。

佛鉴禅师谈及先师行谊时说：“先师节俭，一钵囊一鞋袋，百缀千补，犹不忍舍弃。曾说：此二物相随我出关，已十五年矣，岂肯中途弃之。时有泉南吾上座，送一褐布缀，自言此衣自海外得来，冬服则温，夏服则凉。先师说：老僧寒有柴炭纸衾⁸，热有松风水石，蓄此何为。最终竞谢而不受。”

妙喜禅师说：“节俭放下，乃修身之基，入道之要。历观古人，鲜有不节俭放下者，年来衲子游荆楚买毛褥，过浙右求纺丝，得不愧古人乎？”

真净禅师住持建安保安寺时，王安石以素绢供养。禅师问侍者：“这是何物？”答曰：“纺丝罗。”真净问：“何用？”侍僧答：“能作袈裟。”真净指所

穿布伽黎说：“我平常披此，他人见了也不会嫌恶。”即令送入库司估卖供众，其不事服饰如此。

方会禅师初住杨歧山，老屋败椽，仅蔽风雨，适临冬暮，雪粒满床，师终不以寒苦动其心。衲子中有志诚发心的，愿化募为师修造。会禅师不允，说：“我佛有言，时当减劫，高岸深谷，迁变不常，安得圆满如意，自求称足。汝等出家行道，做手脚未稳，已是四五十岁，岂有闲工夫，营事丰屋。”明日上堂，师曰：“杨歧乍住屋壁疏，满床尽撒雪珍珠。缩却项，暗嗟吁，翻忆古人树下居。”

如是绝意名利，放舍身心，自然心入于法，惟精惟一，与道日亲。佛云：“制心一处，无事不办。”道人平日离欲寂静，万缘放下，最终而能彻悟心源，生死自在，脱化如游戏，亦是水到渠成、瓜熟蒂落之事。

唐通慧，三十出家，入太白山不带粮，取给草果，渴则饮水，息则依树，坐起禅思。经于五年，一次以木打块，块破形销，廓然大悟。晚年一裙一被，所穿麻鞋二十载未换，布纳重缝，冬夏不易。

后周行因，隐居于庐山佛手岩。每当夜阑之时，一鹿一山雉栖迟于石屋之侧，温驯如伴侣，人兽相处，殊无疑怖。行因平生不畜子弟，有邻庵僧作师侍者。一日师对待者说：“卷上帘，吾欲去！”帘方就钩，因下床行数步，屹然立化。

行因法师一生清气逼人，临终如是潇洒，心无一丝粘著，岂非亦得力于平时离欲之功夫？

12 正法念处经讲记-益西彭措堪布

12.0.0.1 离贪心 又修行者内心思惟，随顺正法，观察法行，云何意地善业道行？彼见闻知或天眼见，意业三种贪嗔邪见不善对治，现在受乐，身坏命终，则生善道天世界中，若厌生死，彼人无余涅槃界人。

接着，修行人在内心思维，意业上如何随顺正法？因此观察意业的法行差别，心意的善业道行果报如何呢？以见闻了知或以天眼见到，三种意善业——贪、嗔、邪见三不善业的对治法，这样行持现前会享受安乐，身坏命终将生在善道天界中，如果厌离生死就会入无余涅槃境界。

又修行者内心思惟，随顺正法，观察法行，云何离贪不善业道得善业果？

修行者内心思维，心意怎样才能随顺正法而行，因此来观察意业法行的差别，那么舍离贪不善业道所得的善业果报如何呢？

彼见闻知或天眼见，彼离贪者，于现在世，一切财物及珍宝等皆悉丰饶，无人侵夺，若王王等尚不起心，何况复有偷盗劫夺？若有因缘漏失财物，他人得者，彼则如亲还送归之。彼人常富，财物不离，常不为他之所破坏。身坏命终，则生善道天世界中。既生彼已，天阿修罗共相斗争，彼阿修罗无能胜者，不可杀害，无能令怖。不畏他人，一切天子皆悉爱

乐，心生怜愍，有不可说可爱声触色味香食。若愿出世净白无漏禅定道果，三种菩提随愿而得，如前所说。

以见闻而了知或者在天眼境界中见到的那些远离贪欲的人，他们在今生，一切财物和珍宝等都丰裕富饶，没有人能侵占夺走。国王以及与国王有同等权势的人，尚且不起觊觎之心，何况有小偷盗贼来劫夺呢？如果以一些因缘漏失了财物，别人得到也会视他如亲人，送还来交给他。离贪者常常富有财物，宝不离身，一直不被别人破坏。

他身坏命终会生在善道天界中。升天以后，当天人和阿修罗斗争打仗时，没有哪个阿修罗能胜伏他，没有阿修罗能杀害他，也没有阿修罗能让他内心恐怖。他无所畏惧，不怕任何人。一切天子都喜爱他，心生惺惺相惜之感，而且有无数不可说的可爱音声、触受、色味香食等的享受。如果他愿意得到出世清净鲜白的无漏禅定道果，那三乘菩提都能如愿而得，如前面所说。

13 【讲记 62】 佛为娑伽罗龙王所说大乘经讲记-索达吉堪布

13.0.1 远离贪心的功德

龙主，土夫补特伽罗，远离嗔 17 毒，当得五种胜愿圆满。云何为五？所谓：佛告诉龙王，作为补特伽罗，如果远离了贪心，会获得五种殊胜的圆满法。

是哪五种呢？

17 此处似应为“贪”，请斟酌。

13.0.1.1 修身、口、意不退，诸根不乱 第一、如果前世远离了贪心，今生他的身语意不仅不会退转，而且还会获得一种自在，身体无论在哪里都好像特别容易受控制，语言和心也同样获得了这种自在，同时他的眼耳鼻舌等诸根都会具足，不会出现眼睛看不见或者耳朵听不见等诸根不具的情况。

13.0.1.2 当得一切广大富贵圆满，得冤家降伏 第二、前世远离了贪心的人，今生的财富就会非常圆满，所有的冤家也不会与他共用，也就是说，他的财富远离了所有冤家的损害。一般来说，财富都是由五家共用的，所以我们经常会看到，有些人辛辛苦苦攒下的钱，突然间就全部没有了。就像现在很多地方出现的所谓高利息投资，有些人把自己所有的钱连同借的钱全部投了进去，结果有一天这些突然就全部消失了。这种打击令一些人的心智都有点不正常，但也没有办法。如果一个人没有了福报，他的财产就会被亲人或非亲人全部夺走。尤其现在这个时代，财富消失得特别容易，很多原来特别有钱的人，在短短的几年甚至几个月之后，就变成了很贫穷的人，特别可怜。但是，那些以前远离了贪欲的人，今生就不会出现这样的情况。

13.0.1.3 得一切广大福德圆满 第三、前世远离了贪心的人，今生不但财富会特别稳固、圆满，一生都不会贫穷，而且其它各种福德也会非常圆满。

13.0.1.4 得受人天最上供养 第四、由于他远离了贪心，所以会受到人及天人最上的恭敬、赞叹以及供养，天人护法也会经常护持他。

13.0.1.5 得一切广大功德圆满，于最上受用心所欲者皆得圆满，如为富贵发百千最上胜愿如愿圆满第五、因为今生他的福德非常圆满，所以心里想的任何受用或财物，都会如愿以偿地得到，不仅如此，得到的还会千百万倍地增上。比如，他想挣一百万元，结果却能挣一千万，几千万甚至更多，自然而然就会得到，这也是他的福报所致。我们有些人的福报也很不错，这个时候一定要珍惜。这些福报不仅是自己前世的善业产生的，也是三宝的加持带来的。在享受的同时，也应该在今世尽量积累一些善根，哪怕供一朵花，上一支香，这样一点一滴不断地积累非常重要，因为如果现在只是一味地使用而不积累，那么当福报全部耗尽之后，自己的来世就会非常悲惨。所以，每个人还是应该提前为自己的将来做一些准备。正如佛经里所讲的一样，“欲知前世因，今生受者是，欲知后世果，今生作者是。”意思是，自己的前世做过什么，从今生自己的身相、福报等各方面就可以看出来。如果今生自己方方面面都很不错，就说明自己前世积累了善业。如果想知道自己的后世会怎么样，从今生自己做了什

么就可以推知。不需要去打卦、算命或者看相。但是，我们很多人好像并不关心自己的后世，这一点和藏地人有点不同。藏地人一般都特别重视自己的后世，经常考虑自己死了以后怎么办，担心以后会不会堕入地狱。可是在一些不信佛教的地方，人们根本就不在乎这些，只关心自己今生的事。我去这些地方时，他们经常会问我：“大师，您说我能不能赚到钱啊？”“您会不会看相啊？请看看我的运气怎么样？”“听说手上这根黑色的线对财运有点影响，我想把它磨掉，大师您看可不可以？”我每次去的时候，他们都觉得我是个看相大师。如果我真能看相的话，从暂时来讲，可能比给他们讲佛法还要成功。（众笑）其实我以前在读师范的时候，还是很会看相的。当时在笔记本上记了很多这方面的知识，已经过了三十多年了，现在这些本我还保存着。当时我在同学里面可能还算是比较不错的，背了很多这类书，对指纹等都会看。有些同学特别信，现在有时还会找我看手相。我告诉他们自从出家以后就没看过，全都忘了。很多人都是对看相很重视的。那些人把我误认为是看相大师，可能也是因为看到我穿的这身衣服，觉得怪怪的，便认为这应该是个看相、算命之类的人。很多人都没见过藏传佛教的僧服，有个人甚至对我说：“你怎么穿了个印度女娃子穿的衣服？”（众笑）他可能是因为看到印度妇女穿的衣服比较长，并用布搭在身上，觉得好像与我的僧衣有点像。其实，她们是用一块布把身体全部裹起来，与我们的披单并不相同。

龙主，土夫补特伽罗，远离嗔 **18** 毒，获得如是五种圆满。以此善根回向菩提，证得无上正等正觉，

而为三界之所尊故。

18 此处似应为“贪”，请斟酌。

佛告诉龙王，作为补特伽罗，如果远离了一切贪欲，就会获得这样的五种圆满。如果以此善根回向菩提，就会证得无上正等正觉，并且也会成为三界所尊敬的尊者、导师。以上就是远离贪心的功德。下面讲的是远离邪见的功德，这部分内容各个版本基本都相同，没有什么差别。

14 佛说十善业道经-益西彭措堪布

丁八、明离贪欲功德

【复次，龙王！若离贪欲，即得成就五种自在】

大家都想人生得到自在。怎么得自在呢？就是把心里的贪欲从十减到五、从五减到零，之后就逍遥快乐、无不自在。我们对什么有贪欲，一定成为这种欲望的奴隶，身口意会像奴隶一样随贪欲走，毫无自在。

比如对名、利、财、色有贪欲，由贪欲的驱使就使得人费尽心思，用各种手段去求取。求不到时心里闷闷不乐，求到了又生怕被别人夺走，失去了更是失落忧愁，这样心里一直都落在患得患失当中，就是心被贪欲套牢了。心上有一种贪欲，就已经被一条绳索绑住，绑了五条、十条，就成了毫无自在的

奴隶。所以我们只有省心才能得自在，远离贪欲就省心了，就把心上一条条绳子解开了。脱离了贪欲捆绑，身心就会顿时恢复自在。从此以后，生活会变得非常轻松，不再沉重！

【何等为五？一、三业自在，诸根具足故】

远离贪欲得到的五种自在指哪些呢？一、是得到身口意三业自在。就是远离贪欲之后，不论身体做什么、口里说什么、心里作意什么，都是安闲自在的。

“诸根具足”从因上说就是六根清净，从果上说就是六根健全、具足活力。

这里讲个故事：佛在世时，有个婆罗门的女儿艳丽无双。婆罗门悬赏：如果有人能指出他女儿的丑陋，就赏给他金子。结果 90 天没有人应试。他就带女儿到佛这里，佛呵斥说：“你女儿没有一点好的！”阿难说：“女孩长得很好，佛怎么说她不好？”佛说：“眼睛不看美色才是好眼。耳、鼻、舌也是如此。身体不贪著细滑才是好身。手不盗别人财物才是好手。现在这女孩眼视色、耳听音、鼻嗅香、身著细滑、手喜欢盗人财物，所以没有一样好。”

这个故事反面的意思是：如果眼等诸根没有对色、声、香、味、触五欲贪婪耽著，那就是拥有清净的六根。这要直接在自己身上做转变，以前对于五欲像飞蛾扑火一样贪著追逐，结果让自己六根不清净。就像偷了东西就成了不干净的手，看了美色就成了不干净的眼，听了淫声就成了不干净的耳，诸如此类，就是失去了六根清净；现在不去逐取五欲，让身心远离贪染，诸根就开始恢复清净。

再有一层，就是以贪求五欲，会使诸根的功能退化。比如住在深山老林里的人清心寡欲、耳聪目明、身体健壮，而沉溺欲海的人耳聋眼花、精力衰竭。尤其现在的人类放纵六根，贪逐五欲，诸根的功能退化得就更快速。比如看电视电影等，很快就成了近视眼。耳根经常听手机，听力大幅度下降。舌根尝各种零食、有毒食品，也遭到严重的损坏。意根日夜不断地分别，心识变得狂乱、浮躁。像这样就叫诸根加速退化。如果大家能迷途知返，重新让自己的心回到正位上来，就会使六根恢复活力。

这样以远离贪欲具足诸根的缘故，身心就会有定力，身、口、意就能自在地运转，也就从原来贪欲奴隶的状况中摆脱出来，重新当家做主。

这里又可以讲一个公案：

民国有个理发匠，住在南京郊外的花岗岩附近。他每天挑个担子上街去理发，收入达到两百文钱，就收摊子回家，因为每天的饮食只需要这么多。其余的时间，他就到花岗岩的报国寺拜佛、念佛。他念佛时专心致志，眼睛不看其他地方。到吃饭时就回家。报国寺的老和尚见他很恭敬，偶然留他吃午饭，他终究不答应。

有一天，他自己知道时间到了，决定生西方。就沐浴完换好衣服，端身正坐，叫儿子请老和尚来助念。老和尚刚到 he 面前，就合掌念佛、坐化生西。

这位理发匠就是因为心里不贪，所以就不被五欲所牵，有自己的自由。他把身心精力都用在最有意义的修法上，结果办好了往生大事，临终时预知时至，

自在地往生净土。

【二、财物自在，一切怨贼不能夺故】

如果我们远离了贪欲，就不会起羡慕、谋求乃至占取别人财物的心，这样财物也就不会被怨家夺取。自己在拥有财物上完全是自在的，根本不操心财物会被损坏、夺取等。

【三、福德自在，随心所欲、物皆备故】

有贪欲就少福，离贪欲就多福。越是离贪，福德就越大，最后毫无贪欲，就什么都不缺少。

心里的贪欲越强，抓得就会越紧，心量也就越狭小。这样以悭贪的业就只有感受求不得苦。比如堕为饿鬼得不到受用，生活非常艰难，下至一滴水都得不到，即使得到了一点，喉咙细得像针一样也无法进食。就是因为因地心里悭贪，总想把东西紧紧地抓住，不许丝毫放出，这样紧抓当然就没有东西进来。相反，不悭贪整个心就是开放的，没有什么要抓牢，也就随心所欲什么都能自在拥有。

【四、王位自在，珍奇妙物皆奉献故】

如果得到王位，就有各种珍奇妙物都奉献在座前，应有尽有。

【五、所获之物，过本所求百倍殊胜，由于昔时不悭嫉故；是为五】

远离贪求，结果所得到的比预想要好上一百倍，原因就是因地没有悭贪、嫉妒。

在悭贪、嫉妒时，我们的心狭小封闭；而远离悭贪、嫉妒时，我们的心就非常开阔、广大，这使得感果的力量变得巨大。就好比一盏灯如果不想让人分享光明，用灯罩把灯罩住，就只在很有限的范围里发光。如果能完全撤掉屏障，灯的光明顿时就遍满了空间。就像这样，把人为设立的屏障撤掉，自己的所得能施舍、别人的所得能随喜，就是大展心量，也就大增福德！

总之，福德是随心量而定，心量小福德就小，心量广大，福德就广大。心没有被贪欲遮障，就能发出极广大的心，福德也就无量倍地增长。所以心无所住而行布施，福德就像虚空一样广大。

下面讲一则“地上天福”的公案：

印度频婆娑罗王有个大臣叫树提迦。他家拥有无量财富，一切受用都是自然而来，不费人工。

有一天国王坐朝，忽然刮起大风，一块白细棉纱手巾飘到了大殿前面，不是世间之物。国王拿起来给群臣看，大家都说：“这是国家兴旺之兆，是天赐的祥瑞！”只有树提迦沉默不语，国王问是什么缘故，树提迦回答：“臣不敢欺骗大王，这是臣家擦拭身体的毛巾，挂在水池旁边，风偶尔吹到殿前了。”

过后几天，又有一朵五色金花，像车轮那么大，飘落在王宫大殿前。国王又一次招来树提迦请问，树提迦回答：“臣不敢欺骗王，这是臣后园萎落的花，风偶尔吹来的。”国王大惊，对树提迦说：“我想到你家观赏游玩，带二十万人来，你家容得下吗？”树提迦说：“任随大王的意思。”

国王说：“哪天去呢？你能事先做好准备吗？”回答：“不论哪天来，不必准备，臣家有自然的床席，不必人铺；有自然的饮食，不需人做；自然端来，不必呼唤；吃完自然撤走，不必回头。”

国王就带领二十万兵众从他家南门进入，见到三十个童子，长得非常端正可爱，国王说：“这是你的儿孙吗？”

回答：“这是臣家守门的奴仆。”

国王又往前走，到了内阁门口，出来三十个童女，绝世无双。国王说：“这是你的妻女吗？”

回答：“这是臣家守内阁的仆女。”

继续向前，走到堂前，只见白银为壁、水晶为地。国王以为是水，害怕地不敢往前走。树提迦说：“这些东西都坚固无比，不会损坏。”就带着国王登上去，请国王坐在金床上，面对着玉几。

树提迦的妻子从一百二十重七宝帐中徐徐走出，对国王作礼，正举头时，眼里自然流泪。国王问：“你为什么不高兴？”

她回答：“我闻到国王身上的烟气，所以就流泪。”

国王说：“贫民燃脂，诸侯燃蜜，天子燃漆，漆也没有什么烟，怎么会出眼泪呢？”

树提迦回答：“臣家有明月神珠，挂在殿堂上，昼夜光明朗照，不必要火光。”

在殿堂前有十二重高楼，广大壮观，看东面时能见

到西面，国王就在里面周遍游览，不知不觉已经过了一个月。大臣纷纷上奏请国王回朝。国王没有回家的意思，又在园林水池里游玩，一晃又是一个月。

树提迦在国王回宫时，以绫罗彩缎供养随从的二十万人。国王告诉群臣：“树提迦本来是我的臣子，他的舍宅妇女怎么比我还好？我想带四十万人讨伐夺取他，你们说可以吗？”群臣说：“可以！”

国王就带着兵，在他房舍旁边包围了一百重。忽然从门里走出一个大力士，举着金杖一比划，四十万人马全部扑倒，不能再前进了。

树提迦乘着云母宝车，出来问大家：“你们想起来吗？”大家说：“想起来！”树提迦举手一挥，人马都起来了。国王知道这是无法以强权夺取的，只好撤兵回宫。

后来国王和树提迦一起去见世尊，问起树提迦前世的因缘。佛就告诉他俩：“无量世时，有一位商主在山道上行走，遇见一位生病的僧人，发了敬爱之心。布施房屋、饮食和种种资生物品，使他什么都不缺乏。在这样做的时候，心里发愿：‘愿我来世受天上自然的供养，又愿早成佛道，救度三恶道。’因为他宿世做了布施，所以今生住在地上也享受天福。当时的商主就是树提迦，当时的病僧就是我。”

树提迦前世修离贪的善道。他遇到病人，尽量无悭吝地为病人提供饮食、住宅和生活所需，然后对所作的功德又以发愿作印持。这样种好了善业种子，因缘成熟，就显现出极广大、圆满的福报。虽然身在人间，却以福德力享受到天福，不必劳作而自然

拥有，种种珍奇妙物都称心如愿。

这样的福报只有他能享受，国王没有资格享受，所以再怎么动用武力也夺不走丝毫。

【若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，三界特尊，皆共敬养】

如果修远离贪欲时能把功德回向在成佛上，以后成佛就成为三界最尊最贵的福田，为无量人天恭敬供养。

如果我们修大乘，就一定要追究清楚：我现在修离贪究竟想求得什么？对此要有深远的考虑。要知道这是为了求成佛，成为三界无上的福田。能确立这样的志愿，就会朝着这个伟大的目标进取，会尽心尽力地在“远离贪欲”这一条上实修，会让自己的心量尽可能广大，尽可能施舍，而这样所得的功德又自觉地往无上菩提回向，由此就积聚起广如虚空的福德。到成佛时，自然出现以无量福德所成就的如来色身，成为三界恭敬供养的大福田。

15 百业经

16 贤愚经

16.1 贤愚经白话：五百盲儿往返逐佛缘品第二十八

摘要：布施位于六度之首，对于修学菩提道的菩萨来说也最首要。布施的目的：一者，藉破除个人的吝啬与贪心，解脱行者对于“我”“我所”的执着；二者，菩萨藉布施能够和众生结下善缘，以善巧方便将有情置于佛法之中，种下来世学佛的因缘；三者，可以积累福德资粮；四者布施能使受施者身心得到利益，体现了菩萨道的大慈大悲精神。

五百盲儿往返逐佛缘品第二十八

【白话】

这样的经法我（阿难从佛亲自）听闻，讲法时，佛住在舍卫国祇树给孤独园。当时毗舍离国中有五百名盲人，依靠乞讨为生，他们听到有人说：“如来出现在世，非常奇特。凡是亲眼看见（佛陀）的众生，衰弱残废各种疾病，都能得到加被而痊愈。盲人得见、聋人能听、哑巴能语、驼背伸展、痠挛跛足和精神狂乱得以纠正、贫困的施以衣食，愁忧困苦如是种种都能得以免除！”

这些盲人听到这些话，聚在一起商议：“我们这些人罪业深重，痛苦异常，如果能够遇到佛陀，一

定会得到救助！”他们便向人打听：“世尊如今在哪个国家？”有人告诉他们：“在舍卫国！”他们听罢，便一起在路旁以可怜的口气哀求：“谁有慈悲心怜悯我们，希望能引导我们到舍卫国佛陀那里？”呼唤恳求多时，也没有人答应。

于是五百人又共同商议：“两手空空邀请别人，人家自然不会答应。现在我们一起去乞讨，让每个人拿出一枚金钱，用来雇人，足以到达那里！”于是大家分头乞讨，过了一段时间，每人乞得一枚金钱，共计有五百金钱，(把这些)金钱凑到一起后，到处呼唤请人：“谁能够带我们去舍卫国，五百枚金钱给他作辛劳费。”当时有一个人前来应召，一起商定后便把钱交给他。

他嘱咐盲人们一个拉着一个，自己在前面引路。带他们到了摩竭国，便把五百个盲人抛弃在荒野中。当时盲人们不知道身在在哪个国家，互相牵着手前行，经过他人的田地，损坏了不少谷苗。当时正赶上一个长者查看农田，看见这五百人践踏庄稼，损坏了很多。

他十分愤怒，便令手下痛打他们；众乞丐纷纷求饶，详细述说了他们的经历。长者怜悯他们，便派一个仆人领他们到舍卫国。刚到达舍卫国，又听说世尊已经来了摩竭提国，仆人于是又把他们领回摩竭提国。

这些盲人敬重仰慕佛陀，一心想见到佛陀。他们的肉眼虽看不见，可是心眼已经“看”到世尊，因此内心深感欢喜，不觉得疲劳。到了摩竭提国，又

听说世尊已经回到舍卫国。就这样来回追逐世尊前后往返了七次。

这时如来观察到这些盲人的善根已经成熟，敬信心纯净坚固，便在舍卫国停下等待他们。仆人领着盲人们快到佛前时，佛的光芒照到身上，他们惊喜万分，双眼立刻见到了光明。看见如来，周围四众弟子围绕，身上的光芒明亮照人，如同紫金山。众人感戴佛的深恩厚德，喜不自胜。

来到佛前，五体投地，向佛施礼。施礼已毕，然后异口同声地对佛陀说：“恳请世尊怜悯，允许我们出家学道！”佛对他们说：“善来比丘！”于是须发自落，法衣披身。世尊又为他们说法，他们都证得阿罗汉果。

这时阿难看见盲人们肉眼清净复明，又断尽一切烦恼，证得阿罗汉。便长跪合掌，上前对佛说道：“世尊出世，真是太奇特了！所做的种种善行，让人不可思议。这些盲人蒙受殊胜的恩泽，肉眼复明，又获得慧眼，世尊出世正是为了度化他们。”佛告诉阿难：“我不但今日去除了他们的黑暗，在过去久远无量劫的时候，也为他们去除了大黑暗！”阿难便问：“不知世尊在过去世中为他们去除黑暗，是怎么一回事呢？”

佛告诉阿难：“在过去久远无量无数阿僧祇劫以前，此阎浮提有五百名商人在旷野中行走，他们经过一段险路，在大山谷中极为黑暗。这时商人们迷茫忧愁，害怕失去财物，此地常有强盗出没，而且又令人恐惧。于是一起向天地、日月、山海一切

神祇啼哭哀求，希望获得救助。

这时商主怜悯商人们的痛苦，便对他们说：‘你们不要恐怖，安下心来，我将为你们作大照明。’于是商主便把白布缠到自己的两支胳膊上，用酥油浇透后，当做火炬点燃，领着众人走了七天才越过黑暗的山谷。各位客商感戴他的恩德，慈敬无量，得到安稳后喜不自胜！”

佛告诉阿难：“当时的商主不是别人，就是现在的我，我从往昔以来将国城妻子儿女以及血肉常布施给众生，因为这个缘故，如今才获得至尊的佛果。当时的五百名商人不是别人，就是现在的五百比丘。过去世中我曾用生死的力量给予他们光明，现在我成就佛道，依然布施他们无漏清净的慧眼。”

当时与会大众，闻佛所说，有的成就须陀洹、斯陀含、阿那含、阿罗汉果，有的种下辟支佛善根，有的萌发无上道心，得到度化的人非常众多。慧命阿难及与会大众，闻佛所说，欢喜奉行。

附原经文：

五百盲儿往返逐佛缘品第二十八

【古文】

如是我闻。一时佛住舍卫国祇树给孤独园。尔时毗舍离国。有五百盲人。乞食自活。时闻人言。如来出世。甚奇甚特。其有众生睹见之者。癃残百病。皆蒙除愈。盲视聋听。痼语痿伸。拘蹙手足。狂乱得正。贫施衣食。愁忧苦厄。悉能解免。

时诸盲人。闻此语已。还共议言。我曹罪积。苦毒特兼。若当遇佛。必见救济。便问人言。世尊今者。为在何国。人报之曰。在舍卫国。闻此语已。共于路侧。卑言求哀。谁有慈悲。愍我等者。愿见将导。到舍卫国。至于佛所。唤倩经时。无有应者。

时五百人。复共议曰。空手倩人。人无应者。今共行乞。人各令得金钱一枚。以用雇人。足得达彼。各各行乞。经于数时。人获一钱。凡有五百。合钱已竟。左右唤人。谁将我等。到舍卫者。金钱五百。雇其劳苦。时有一人。来共相可。相可已定。以钱与之。

敕诸盲人。展转相牵。自在前导。将至摩竭国。弃诸盲人。置于泽中。是时盲人。不知所在。为是何国。互相捉手。经行他田。伤破苗谷。时有长者。值来行田。见五百人。践踏苗稼。伤坏甚多。

嗔愤怒盛。敕与痛手。乞儿求哀。具宣上事。长者愍之。令一使人将诣舍卫。适达彼国。又闻世尊。已复来向。摩竭提国。是时使人。复还将来向摩竭国。

时诸盲人。钦仰于佛。系心欲见。肉眼虽闭。心眼已睹。欢喜发中。不觉疲劳。已至摩竭。复闻世尊。已还舍卫。如是追逐。凡经七返。

尔时如来。观诸盲人。善根已熟。敬信纯固。于舍卫国。便住待之。使将盲人。渐到佛所。佛光触身。惊喜无量。即时两目。即得开明。乃见如来。四众围绕。身色晃昱。如紫金山。感戴殊泽。喜不自胜。

前诣佛所。五体投地。为佛作礼。作礼毕讫。异口同音。共白佛言。唯愿垂矜。听在道次。时佛告曰。善来比丘。须发自堕。法衣在身。重为说法。得阿罗汉。

尔时阿难。见诸盲人。肉眼明净。又尽诸漏。成阿罗汉。长跪合掌。前白佛言。世尊出世。实复奇特。所为善事。不可思议。又此诸盲人。特蒙殊泽。肉眼既明。复获慧眼。世尊出世。正为此等。佛告阿难。我非但今日。除其冥闇。乃往久远。无量劫时。亦为此等。除大黑闇。阿难白佛。不审世尊。过去世中。为此除闇。其事云何。

佛告阿难。乃昔久远。无量无数。阿僧祇劫。此阎浮提。五百贾客。共行旷野。经由险路。大山谷中。极为黑闇。时诸商人。迷闷愁忧。恐失财物。此处多贼。而复怖畏。咸共同心。向于天地日月山海一切神祇。啼哭求哀。

时萨薄主。愍诸商客迷闷之苦。便告言曰。汝等莫怖。各自安意。吾当为汝作大照明。是时萨薄。即以白氎。自缠两臂。酥油灌之。然用当炬。将诸商人。经于七日。乃越此闇。时诸贾客感戴其恩。恭敬无量。各获安隐。喜不自胜。

佛告阿难。尔时萨薄。岂异人乎。我身是也。我从昔来。国城妻子。及以肉血。恒施众生。以是之故。今致特尊。尔时五百诸贾客者。岂异人乎。今此五百比丘是也。过去世时。以生死力。施其光明。今得成佛。亦施无漏慧眼。

尔时众会。闻佛所说。有得须陀洹斯陀含阿那

含阿罗汉。有种辟支佛善根。或发无上道意。度者甚多。慧命阿难。及诸众会。闻佛所说。欢喜奉行。

16.2 贤愚经白话：阿难总持缘品第四十

摘要：布施是众善之所归，行布施能得福报，懂得布施才是福慧圆满的人。曾经舍身入寺的梁武帝，有一世身为樵夫，他发心布施，后来感得君王的果报，因此有谓：“三宝门中福好修，一文施舍万文收，不信但看梁武帝，曾施一笠管山河”。

阿难总持缘品第四十

【白话】

这样的经法我（阿难从佛亲自）听闻，讲法时，佛住在舍卫国祇树给孤独园。这时众比丘都产生疑惑：贤者阿难，过去世究竟造了什么功德而得到这样的总持，听到佛所说法，一句也不会忘记？比丘们便来到佛前，请问佛陀：“贤者阿难以前作了什么福德，而得到这样的无量总持？恳请世尊为我们开示。”

佛告诉比丘们：“仔细听，记在心中。这样的总持，都是由福德所致。在过去阿僧祇劫以前，当时有一位比丘，带着一个沙弥，总是对他严加管束，令他背诵经文，每天都有规定的功课。如果沙弥背够了经文，比丘便十分欢喜，如果没有完成，（比丘）便严加斥责。

因此沙弥经常忧愁烦恼，因为有时虽然背诵完

经文，但食物又化不够。如果外出乞食，较快地得到食物，便可以背够经文；如果乞食困难费时，便不能背完规定的经文，如果背不够经，就会被斥责。因此沙弥常常忧愁烦闷，边走边哭。

这时有一位长者，见到沙弥哭泣不止，便上前询问道：‘为什么这样忧愁烦恼呢？’小沙弥回答说：‘长者应当知道，我师父要求严格，让我背经，日日都有规定的数量。如果背够，（师父）便十分欢喜；如果我没有背够，（师父）便痛加斥责。我外出乞食，如果很快地得到，便可背够经文；如果乞食费时，便不能背足经文。而假如不能背够，便被呵责。因为这个缘故，我才发愁。’

此时长者便对沙弥说：‘从今天开始，你就常来我家，我供给你饮食，让你不再担心。吃完后就专心勤奋背诵经文。’沙弥听后，得以专心勤奋背诵学习，规定的功课（能够圆满完成）没有缺少，每日都是如此，师徒因此都十分欢喜。”

佛告诉比丘们：“当时的比丘师父，便是定光佛；当时的沙弥，便是现在的我；当时供给饮食的长者，便是现在的阿难。因他过去做了这样的功德，故现在得以成就总持，不会忘失。”这时众位比丘听了这样的讲说，欢喜信受，恭敬地奉行。

附原经文：

阿难总持缘品第四十

【古文】

如是我闻。一时佛在舍卫国祇树给孤独园。尔

时诸比丘。咸皆生疑。贤者阿难。本造何行。获此总持。闻佛所说。一言不失。俱往佛所。而白佛言。贤者阿难。本兴何福。而得如是无量总持。唯愿世尊。当见开示。

佛告诸比丘。谛听著心。斯之总持。皆由福德。乃往过去阿僧祇劫。尔时有一比丘。畜一沙弥。恒以严敕。教令诵经。日日课程。其经足者。便以欢喜。若其不足。苦切责之。

于是沙弥。常怀忧恼。诵经虽得。食复不周。若行乞食。疾得食时。诵经便足。乞食若迟。诵则不充。若经不足。当被切责。心怀愁闷。啼哭而行。

时有长者。见其啼哭。前呼问之。何以忧恼。沙弥答曰。长者当知。我师严难。敕我诵经。日日课限。若其足者。即以欢喜。若其不充。苦切见责。我行乞食。若疾得者。诵经即足。若乞迟得。诵便不充。若不得经。便被切责。以是事故。我用愁耳。

于时长者。即语沙弥。从今以往。常诣我家。当供养食。令汝不忧。食已专心勤加诵经。尔时沙弥。闻是语已。即得专心勤加诵学。课限不减。日日常度。师徒于是。俱用欢喜。

佛告比丘。尔时师者。定光佛是。时沙弥者。今我身是。时大长者。供养食者。今阿难是。乃由过去造是行故。今得总持。无有忘失。尔时诸比丘。闻是说已。欢喜信受。顶戴奉行。

17 藏传净土法

18 感应篇汇编