

Contents

1 因果不虚 18 舍心	5
1.1 定义	5
1.1.1 基	6
1.1.2 发心	6
1.1.3 加行	9
1.1.4 究竟	10
1.2 果报	11
1.2.1 异熟果	11
1.2.2 等流果	11
1.2.3 增上果	12
1.2.4 士用果	12
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	12
1.3 公案	17
1.3.1 因果明镜论	17
2 观修思路	21

2.1	三个思维方式	21
2.1.1	思维什么是一般的十善，什么是殊胜的十善	21
2.1.2	再思考善的果报，四种果报	22
2.1.3	消归自心	22
2.2	两个结论	22
2.2.1	1 坚定不移的相信善有善报 因果关系	22
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	22
3	参考资料	23
4	大圆满前行	23
5	前行广释	23
6	前行广释第 67 课	23
6.1	丁二、应行之善业	23
7	前行广释生西法师辅导	36

7.1	《前行广释》第 67 课辅导资料	36
7.1.1	丁二、应行之善业	39
8	前行系列 3 讲记-益西彭措堪布	61
8.1	第二、所修善业 分二：一、业相；二、果相	61
8.1.1	一、业相 分二：（一）一般十善；（二）殊胜十善	61
8.1.2	二、果相 分四：（一）异熟果；（二）等流果；（三）增上果；（四）士用果	80
9	大圆满心性休息大车疏	112
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。	112
9.0.2	丁三（宣说果）分二：一、略说；二、广说。	114
10	因果的奥秘	122
11	因果明镜论	134
11.0.1	第三节 十善业	134

11.0.2第五节 十善业果	136
12 正法念处经讲记-益西彭措堪布	150
13 佛为娑伽罗龙王所说大乘经讲记	152
13.0.1远离贪心的功德	152
14 佛说十善业道经-益西彭措堪布	157
15 百业经	167
16 贤愚经	167
16.1 贤愚经白话：五百盲儿往返逐佛缘品第二十八	167
16.2 贤愚经白话：阿难总持缘品第四十	175
17 藏传净土法	179
18 感应篇汇编	179

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 龙主，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，士夫补特伽罗，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，有能力的话以后就一定要去做。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，这还不足够，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怎样的：

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》、《入行论》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，就定会思维它的法义，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，远离损恼；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：时长者子渐渐前行，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：“我今日验云何不信？”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。”时长者子闻此颂已，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一一应行的善业，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，就属于十善戒当中的一个，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

彻底地杜绝杀业，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，让他不发就有可能会改变，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。经常性地去做串习、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，即便遇到了也诈骗不了，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。人和人不一样，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。他虽然有能力，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。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。这是士用果，它和前面十不善业的士用果相反。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，虽然士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，或者我对如是如是有情，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”字所摄的其他的状况，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，他就开始会立愿，“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口，我的口去说和合的话是善的口。再者，我的口说粗恶的话是不好的口，我的口说文雅的话是好的口。再者，我的口说绮语是不好的口，我的口说法语是好的口。

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；很好的口，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）土用果

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、傲慢、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；以后越做越多的时候，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，而且没有盗敌来窃夺。

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。现在熄灭了绮语，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要的东西不实现，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，经常这儿受损恼，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，没有那么多损恼的事。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，他就远离了受他损恼。

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，又不断地受烦恼，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，并特别派人去关中东寻访，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、非常清净香洁、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有意义，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、气是条理有理的，也就是从内在妙观察智的德性，相应时节、对象等等，他是条理有理的，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物，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内，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。以此后世转善趣， 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，但是从了义上来说，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，等流增上及士用。

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和合、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、士用果： 士用之果善增上，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、饮烊铜汁，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净，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净，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，过恶螭积，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，渐得清静，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，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？

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，尚且不起覬觐之心，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，而且有无量不可说的可爱音声、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 佛为娑伽罗龙王所说大乘经讲记

13.0.1 远离贪心的功德

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。

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，士夫补特伽罗，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，偶尔留他吃午饭，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。老和尚刚到他面前，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：“这是你的子孙吗？”

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，就只好撤兵回宫。

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、痿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。乞匄自活。时闻人言。如来出世。甚奇甚特。其有众生睹见之者。癰残百病。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

发白堕。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。慈敬无量。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