

因果不虛 複習

# 發菩提心

- 為了度化天下一切眾生，我發誓一定要成佛，為了得到佛的果位，我來聞思修行，以此積累福德資糧最終成就佛的果位來度化一切眾生，願眾生都能成佛。

- 整個佛法都是安立在因果的基礎上的，所以一定要確立因果不虛的定解。
- 六道轉迴的產生不是無因無緣，不是造物主安排，是因果關係一業。輪迴是業力所生、業果所成。
- 因果是什麼？  
廣義：所有法離不開因果，外器世界、有情眾生的幸福快樂，全部都是因果的顯現。  
狹義：因果相似，是宇宙的自然規律。善有善報、惡有惡報。種瓜得瓜 種豆得豆。
- 輪迴之因：  
細微的因：我執  
粗大的因：十善十不善，是六道輪迴的法律條文，是自然法則，不會錯亂。
- 因果的規律：  
不常、不斷、不移、小因生大果、與彼相似  
未做不遇、已做不失、業是輾轉增上

# 十不善、十善

- 十不善:

三身（殺生、不與取、邪淫）、

四語（妄語、離間語、粗惡語、綺語）、

三意（貪心、害心、邪見）

- 十善：

三身（護生、布施、持戒）、

四語（實語、和語、愛語、法語）、

三意（舍心、慈心、正見）

# 思維三個階段：

- 第一階段：定義

1. 對境 2. 動機 3. 行動 4. 結果

- 第二階段：果報

(1) **異熟果**：不会成熟在没有情感的物质上面，只会成熟在我们的身体和精神上面。跟动机和严重程度有关。概而言之，十不善业的异熟果，就是指造三毒恶业会堕入三恶趣。

(2) **等流果**：因和果是相似的，種瓜得瓜種豆得豆。

**同行等流果**：行為，今生与前世所造的业相同，如上一世殺生，這一世特別喜歡殺生或特別擅長殺生、感興趣殺生。

**感受等流果**：感受，上一世造了什麼罪，下一世受相等相似的果。

(3) **增上果**：成熟在外境上。

(4) **士用果**：所做的任何善/惡业都会突飞猛进地增长，生生世世愈來愈多。

- 第三階段：觀察自己、努力懺悔

# 身惡業—1. 殺生

## • 定義

1. 對境：確定對方是一個人或生命
2. 動機：想殺人或動物的動機
3. 行動：親自動手或安排別人去做（自作、教他作、共作、隨喜他作）
4. 結果：導致人或動物生命的結束

## • 果報

### 1. 異熟果

嗔心或者依烦恼程度，动机大小，次数多少，时间长短等—上品：墮地獄

贪心或者依烦恼程度，动机大小，次数多少，时间长短等—中品：投生饿鬼

愚痴或者依烦恼程度，动机大小，次数多少，时间长短等—下品：转生旁生

### 2. 等流果

同行等流果：投生为鷄鷹、豺狼等嗜杀的旁生，若得人身，也将转为屠夫等。

感受等流果：前世造杀业，今生必然要感受短命、多病的报应。有些婴儿刚一出生就死去，完全是前世造杀业的等流果，而且这些人绝大多数在多生累世中都是刚刚出生就断气身亡。

### 3. 增上果

造杀业的人转生在环境不优美，或者深谷险地等威胁生命的地方。

### 4. 土用果

造任何恶业都将与日俱增，世世代代辗转延续漫漫无边的痛苦，恶业越来越向上增长，依此终将漂泊在茫茫无际的轮回之中。

- 觀察自己、努力懺悔

和自己連接起來。我將來也要承受這樣的果報，因為我已經做了這個因。把過去能想到的罪業都想一遍，下定決心去懺悔，把自己無始以來所造的罪業全部懺悔。

- 兩個觀修結果：

1. 惡有惡報，堅定不移的相信殺生的罪過就會有這樣子的果報。

2. 自己曾經做過很多罪業，決心懺悔、迴向

我今生和過去世一定造過很多殺生罪，因緣成熟時會墮入地獄、畜生，再得人身時也會轉生到惡劣的環境，而且惡業會越來越向上增長，因此，我必須下定決心依四力努力懺悔，並且永不再犯。

- 依止力：依止三寶

- 破惡力：後悔，發露懺悔，不覆不藏

- 恢復力：發誓今後不再造

- 對治力：盡力行持善行以對治所造惡業（打坐，持咒，三十五佛懺悔文，百字明）

# 身惡業—2. 不與取 (不与而取, 指本非天理给与却以私欲盗取)

## • 定義

1. 對境：这里只要是别人的东西都算。人的，非人的，甚至旁生的东西。
2. 動機： 没有得到物主的许可，将财物拥为己有的意乐。即物主没有布施，作者设法拥有其财物的发心。
3. 行動： 以强力劫夺，或暗中窃取;若于债务、寄存物等以狡诈欺惑方便而据为己有;或为损害他人等。（自作、教他作、共作、隨喜他作)
4. 結果： 将财物究竟属己想，即已生起得到之心。
5. 分類：
  - 权威不与取：像国王之类势力强大的人，不是依靠合法税收，而是以非法暴力强取豪夺他人的资源、矿产、土地等
  - 盗窃不与取：诸如盗贼一类的人，趁着主人没有看见时，偷偷摸摸地窃取饮食、财物等
  - 欺诳不与取：在经商贸易等过程中，用谎话连篇、短斤少两、非法秤斗等手段，欺骗对方，以获取他的财物 非法秤斗：私下制造的秤斗。

## • 果報

1. 異熟果：贪心作盗，感生饿鬼，嗔心做盗生地狱，愚痴做盗生旁生。
2. 等流果：
  - 同行等流果：如果投生为人，前世是以不与取为业，现世也非常喜欢偷盗，如果投生为动物，也会以偷盗为生（如老鼠）等。
  - 感受等流果：前世偷盗就会感得今生受用非常贫乏，即便有一点点财产也被强夺或偷走等等，被迫与敌人共同享用。



### 3. 增上果

因为环境的原因财产方面没有安全感，财产受到各种各样的威胁。如转生在庄稼经常遭受霜冻冰雹的袭击，树木不结果实，饥荒时有发生的地方。

4. 土用果：盗业与日俱增，世世代代辗转延续贫穷的痛苦。

#### • 觀察自己、努力懺悔

**和自己連接起來**。我将来也要承受这样的果报，因为我已经做了这个因。把过去能想到的罪业都想一遍，下定决心去忏悔，把自己无始以来所造的罪业全部**忏悔**。

#### • 兩個觀修結果：

1. 惡有惡報，坚定不移的相信杀生的罪过就会有这样子的果报。
2. 自己曾經做過這樣的罪業，**決心懺悔、迴向**

# 身惡業—3. 邪淫

## • 定義

### 1. 對境：

- 所不应行：指除自己合法的配偶以外的一切男、女、黄门等均不应与淫。
- 非支：指即便是合法夫妻，除正常支、道外的其余处(如口、大便道、手、股间、大小腿间等等)。
- 非处：指夫妻也不能行淫的地方，如上师附近、塔、庙、他人面前等处所。
- 非时：即夫妻间也不能行不净行的时间。如白天、月经期间、妊娠期间、产前产后、哺乳期、斋期、病中、苦恼忧郁之时。

### 2. 動機：发起心，乐欲行不净行。貪、嗔、癡。

### 3. 行動：生起淫意，口说欲词，身体行淫。（自作、教他作、共作、隨喜他作）

### 4. 結果：以我所执而与境合（身体发生不净行），过限、受乐。

## 果報

### 1. 異熟果：根据动机的强烈程度，邪淫者会相应地堕入三恶趣(依烦恼程度，动机大小，次数多少，时间长短)

### 2. 等流果

同行等流果：自幼贪恋男女之色，喜欢邪淫，甚至从事色情行业为生。生生世世对女人贪得无厌，喜欢邪淫，或转生为鸡等贪心强烈的旁生。

感受等流果：丈夫或妻子相貌丑陋、懈怠懒惰，双方犹如势不两立的仇人一样。

### 3. 增上果

邪淫的人所居之处，是臭气熏天的粪坑、污秽不堪的淤泥等令人恶心的地方。现在一些繁华城市的附近，常有许多民工住在特别不卫生的环境中，这即是他们昔日邪淫的果报现前。

### 4. 土用果

我们造了恶业之后，倘若没以忏悔来尽快对治，那么随着时间流逝，成熟的果报将与日俱增，痛苦会世世代代辗转蔓延

## • 觀察自己、努力懺悔

**和自己連接起來**。我将来也要承受这样的果报，因为我已经做了这个因。把过去能想到的罪业都想一遍，下定决心去忏悔，把自己无始以来所造的罪业全部**忏悔**。

- 我今生和过去世一定造过邪淫之业，因缘成熟时会堕入地狱、畜生，再得人身时也会转生到恶劣的环境，而且恶业会越来越向上增长，因此，**我必须下定决心努力忏悔，并且永不再犯**。

# 語惡業—1. 妄語

## • 定義

1. 對境：已见说未见、已闻说未闻、已知未知(第六意识)、已觉(嗅、觉、触等)说未觉。对境为能领解语言意义的众生。
2. 動機：发起掩盖真实情况并交换为另一虚假情况而说，故意打妄语。
3. 行動：口中说妄语，书面陈述，或者默许虚假情况，或者以身相指示虚假情况。（自作、教他作、共作、隨喜他作）
4. 結果：他人已理解所说之义。
5. 分類：  
一般妄語: 怀有欺骗他人之心而说的一切自性妄语。  
大妄語：行善没有功德、作恶没有罪过、 清净刹土没有安乐、恶趣没有痛苦、佛陀没有功德等等。  
上人法妄語：本来没有得地而说得地了，没有神通而说有神通等， 凡是自己没有功德说成有功德。

## • 果報

1. 異熟果：根据动机的强烈程度，妄語者会相应地墮入三恶趣(依烦恼程度，动机大小，次数多少，时间长短)
2. 等流果  
同行等流果：虽然转生为人，但所说的语言连自己的父母也不相信，本想说实话却成了说妄语，口中发出难闻气味，口齿不清、结结巴巴。见到了却说没见到等，说此类妄语者转生为盲人等。不管到哪里总是遇到妄言欺骗者，此人所作所为全是徒劳无义，生生世世喜欢说妄语。  
感受等流果：自己常常遭到诽谤、或者上当受骗。如果现在自己无缘无故蒙受不白之冤、妄遭诽谤等等，要明白这是自己前世说妄语的果报。

### 3. 增上果

会转生到财富动摇不定的环境中，并且心里经常慌慌张张，也总是遇到令人心惊肉跳的违缘

### 4. 土用果

指造任何恶业都将与日俱增，世世代代辗转延续漫漫无边的痛苦，恶业越来越向上增长，依此终将漂泊在茫茫无际的轮回之中。

## • 觀察自己、努力懺悔

**和自己連接起來**。我将来也要承受这样的果报，因为我已经做了这个因。把过去能想到的罪业都想一遍，下定决心去忏悔，把自己无始以来所造的罪业全部**忏悔**。

- 我今生和过去世一定造过很多妄语罪，因缘成熟时会堕入地狱、畜生，再得人身时也会转生到恶劣的环境，而且恶业会越来越向上增长，因此，我必须下定决心依四力努力忏悔，并且永不再犯。

# 語惡業—2. 離間語

## • 定義

1. 對境：能溝通的人或眾生挑撥離間或者兩舌。破僧和合最為嚴重、挑撥上師和弟子之間或在金剛道友之間製造不和。
2. 動機：有挑撥離間的想法或念頭。
3. 行動：自己親自挑撥、或者指使別人挑撥、或者通過其他方式挑撥。（自作、教他作、共作、隨喜他作）
4. 結果：破壞雙方的關係，讓雙方不和諧不和睦。
5. 分類：  
公開離間語：一般是指具有權威的人於兩人同在的場合，當面以離間語使他們關係破裂，分道揚鑣。  
暗中離間語：在背後挑撥，而令雙方各奔東西。

## • 果報

### 1. 異熟果

上品-嗔心：墮地獄。墮在拔舌、烱銅、犁耕等地獄。五分律：若破和合僧一劫地獄苦。

中品-貪心：投生餓鬼。

下品-痴心：轉生旁生以糞穢為食。如同鸚鵡鳥一樣無有舌根。

### 2. 等流果

同行等流果：總是喜歡說離間語。

感受等流果：舌根殘障 俱生暗啞 牙齒不齊 口氣惡臭。語不流利。說實話也沒人信。不被別人信任 跟別人不和 被別人反駁 家庭 企業 組織等 不好管理 找不到踏實勤快 相處融洽的小時工 保姆 幫工等

### 3. 增上果

会转生于悬崖陡壁、深渊狭谷等难以行走的地方。

### 4. 土用果

指造任何恶业都将与日俱增，世世代代辗转延续漫漫无边的痛苦，恶业越来越向上增长，依此终将漂泊在茫茫无际的轮回之中。

- **觀察自己、努力懺悔**

**和自己連接起來**。我将来也要承受这样的果报，因为我已经做了这个因。把过去能想到的罪业都想一遍，下定决心去忏悔，把自己无始以来所造的罪业全部**忏悔**。

- 我今生和过去世一定造过很多离间语罪，因缘成熟时会堕入地狱、畜生，再得人身时也会转生到会转生于悬崖陡壁、深渊狭谷等难以行走的地方，而且恶业会越来越向上增长，因此，我必须下定决心依四力努力忏悔，并且永不再犯。

# 語惡業—3. 惡語

## • 定義

1. 對境：能引生恚惱的对境有情，即自己依靠对境能生恚恼，如相貌丑陋的人，或者生理有缺陷的人。

2. 動機：发起说粗恶语的意乐（贪嗔痴）

3. 行動：以实语或不实语，依种姓之过，或依身相之过，或依职业之过，或依犯戒之过，或依现行等过失，说对境有情不乐意听的语言。（自作、教他作、共作、隨喜他作）

公开宣扬他们的缺点（如对相貌丑陋的人）。指责对方过失。或者说对方的罪恶、出口不逊。说一些低劣的语言。根据他人身体的缺陷起绰号，对那些有生理缺陷的盲人、聋人等当面称呼瞎子、聋子。以温和的方式使对方心不愉快的语言也包括在恶语中

4. 結果：对方听懂了所说粗恶语的意思。如果他人不解，不至于变更了解，仅成绮语。

## • 果報

1. 異熟果：根据动机的强烈程度，惡語者会相应地墮入三恶趣(依烦恼程度，动机大小，次数多少，时间长短)

2. 等流果：

同行等流果：生生世世中口出恶言

感受等流果：经常听到不悦耳的话语，自己所说的语言也成了争论的话柄。



3. 增上果：转生在乱石堆积、荆棘丛生等使人心神不宁的地方。

#### 4. 土用果

指造任何恶业都将与日俱增，世世代代辗转延续漫漫无边的痛苦，恶业越来越向上增长，依此终将漂泊在茫茫无际的轮回之中。

### • 觀察自己、努力懺悔

**和自己連接起來**。我将来也要承受这样的果报，因为我已经做了这个因。把过去能想到的罪业都想一遍，下定决心去忏悔，把自己无始以来所造的罪业全部**忏悔**。

- 我今生和过去世一定造过很多恶语罪，因缘成熟时会堕入地狱、畜生，再得人身时也会转生到乱石堆积，等使人心神不宁的地方，而且恶业会越来越向上增长，因此，我必须下定决心依四力努力忏悔，并且永不再犯。

# 語惡業—4. 綺語

## • 定義

1. 對境：凡是能引生貪嗔痴的无稽之谈，统统属于绮语的范畴。无利无义之语，有七种：

(一)辩论过失、斗讼、竞争; (二)于外道论典或咒语爱乐、受持、读诵; (三)被苦恼所逼之语言，如伤叹等; (四)嬉笑、游乐、爱欲之语等; (五)乐于在大众中宣说王论、臣论、国论、盗贼论等; (六)说醉语及癫狂语; (七)说邪命语。

2 動機：(1) “想”：绮语的究竟不需要“于境无误想”这一条件。

(2) “烦恼”，是贪嗔痴中任何一种。

(3) “等起”，是爱乐宣说全无关系的迷乱之语。

3. 行動：勤勇宣说绮语。（自作、教他作、共作、隨喜他作）

4. 結果：说完为究竟，不需要他人解义。

## • 果報

1. 異熟果：根据动机的强烈程度，惡語者会相应地墮入三恶趣(依烦恼程度，动机大小，次数多少，时间长短)

2. 等流果

同行等流果：生生世世愛說綺語

感受等流果：自己的话没有威力、没有分量，口才拙劣。明明自己坦率直言，可别人也不信以为真，在大庭广众之中讲起话来自己也感觉气势薄弱。业力是微妙的，说多了绮语，就会摧坏语言的能力，有辩才的会失去辩才，出语威肃的会变得语无尊严。即使想表达有意义的话题，也会被业力所障，一出口就是啰啰嗦嗦一大堆，不能明确地表达。

3. 增上果：将来转生的地方，尽管辛勤务农，到头来却颗粒不收，季节反复无常而且动荡不安。

4. 土用果

指造任何恶业都将与日俱增，世世代代辗转延续漫漫无边的痛苦，恶业越来越向上增长，依此终将漂泊在茫茫无际的轮回之中。

- **觀察自己、努力懺悔**

**和自己連接起來**。我将来也要承受这样的果报，因为我已经做了这个因。把过去能想到的罪业都想一遍，下定决心去忏悔，把自己无始以来所造的罪业全部**忏悔**。

- 我今生和过去世一定造过很多绮语罪，因缘成熟时一定会受四种果报，因此，我必须下定决心依四力努力忏悔，并且永不再犯。

# 意惡業—1. 貪心

## • 定義

1. 對境：当看到他人财物内心感觉喜爱时，就很容易生起这样的念头：我能拥有这些该多好啊！或是想用非法手段获取财物，这种念头就叫贪心。
2. 動機： 想要将他人财物拥为己有。（贪嗔痴）
3. 行動： 以上发心进行实际的行动。（自作、教他作、共作、隨喜他作）
4. 結果： 念其财物究竟属于自己。

## • 果報

1. 異熟果：根据动机的强烈程度，貪心者会相应地墮入三恶趣(依烦恼程度，动机大小，次数多少，时间长短)
2. 等流果  
同行等流果：生生世世有貪心  
感受等流果：凡事不能称心如意，经常事与愿违，遭遇不幸。

### 3. 增上果

将来的生处庄稼荒芜、地时恶劣的痛苦层出不穷。就像非洲有些地方，好多孩子连穿的衣服都没有，地里庄稼也不生长，种种疾病、战争此起彼伏。

### 4. 土用果

指造任何恶业都将与日俱增，世世代代辗转延续漫漫无边的痛苦，恶业越来越向上增长，依此终将漂泊在茫茫无际的轮回之中。

- **觀察自己、努力懺悔**

**和自己連接起來**。我将来也要承受这样的果报，因为我已经做了这个因。把过去能想到的罪业都想一遍，下定决心去忏悔，把自己无始以来所造的罪业全部**忏悔**。

- 我今生和过去世一定造过很多贪心罪，因缘成熟时一定会受四种果报，因此，我必须下定决心依四力努力忏悔，并且永不再犯。

# 意惡業—2. 害心

## • 定義

1. 對境：能引生恚惱的对境。  
上等—父母，阿罗汉墮地獄  
中等—人类  
下等—动物
2. 動機：发起打、辱有情之心，如思维如何令他有情遭杀、遭缚，欲使他人财产耗失。（贪嗔痴）
3. 行動：以上发心进行实际的行动。（自作、教他作、共作、隨喜他作）
4. 結果：内心已决定打、辱、损害有情。以愤恨心而想“我应当如此这般损害某有情”；对他人具有的功德和拥有的财产不悦意；如何使某人不安乐、不幸福；对他人发生不如意事幸灾乐祸等，如此对他有情生起损恼之心都属于嗔心。

## • 果報

1. 異熟果：根据动机的强烈程度，惡語者会相应地墮入三恶趣(依烦恼程度，动机大小，次数多少，时间长短)
2. 等流果  
同行等流果：生生世世有害心  
感受等流果：前世害心重的人，今生将感得经常担惊受怕、危机四伏。

3. 增上果：会转生到多灾多难的地方。

4. 土用果

指造任何恶业都将与日俱增，世世代代辗转延续漫漫无边的痛苦，恶业越来越向上增长，依此终将漂泊在茫茫无际的轮回之中。

- **觀察自己、努力懺悔**

**和自己連接起來**。我将来也要承受这样的果报，因为我已经做了这个因。把过去能想到的罪业都想一遍，下定决心去忏悔，把自己无始以来所造的罪业全部**忏悔**。

- 我今生和过去世一定造过很多害心罪，因缘成熟时一定会受四种果报，因此，我必须下定决心依四力努力忏悔，并且永不再犯。

# 意惡業—3. 邪見

## • 定義

1. 對境：基，实有义，即因果、前后世、轮回等名言中真实存在的法。
2. 動機：（1）想，对所持的邪见作真实想。（2）发起心，发起对正见诽谤的意乐。
3. 行動：谤因、果、作用、有事（自作、教他作、共作、隨喜他作）
  - （一）谤因，认为业无有善恶等；
  - （二）谤果，认为善恶业的异熟果报不存在；
  - （三）谤作用，又分三种：
    - （1）诽谤殖种、持种作用，认为自己并不是父母所生；
    - （2）诽谤往来作用，否认前世后世的存在；
    - （3）诽谤受生作用，即否认化生有情的存在。
  - （四）谤实有事，认为阿罗汉等不存在。
4. 結果：执持邪见，内心决定进行诽谤
5. 分類：
  - （1）無因果之見：若认为行持善法没有功德，造恶业没有任何过患，前世后世不存在，三宝没有功德，佛没来过这个世界，上有天堂、下有地狱是谎言……这就称为无有因果的邪见。
  - （2）常斷見：常见认为神我常有，或认为世界的造作者是大自在天或遍入天等。断见即认为一切诸法自然而生，不承认有前后世，不承认因果报应及解脱等。



## • 果報

1. 異熟果：根据动机的强烈程度，惡語者会相应地墮入三恶趣(依烦恼程度，动机大小，次数多少，时间长短)
2. 等流果  
同行等流果：生生世世起邪見  
感受等流果： 往往陷入恶见之中，常常被欺诳搅得心烦意乱
3. 增上果：转生于物资鲜少、无依无靠、孤苦伶仃的地方。
4. 土用果  
指造任何恶业都将与日俱增，世世代代辗转延续漫漫无边的痛苦，恶业越来越向上增长，依此终将漂泊在茫茫无际的轮回之中。

## • 觀察自己、努力懺悔

- 和自己連接起來**。我将来也要承受这样的果报，因为我已经做了这个因。把过去能想到的罪业都想一遍，下定决心去忏悔， 把自己无始以来所造的罪业全部**忏悔**。
- 我今生和过去世一定造过很多邪见罪， 因缘成熟时一定会受四种果报， 因此，我必须下定决心依四力努力忏悔，并且永不再犯。

# 十善業

- 沒有造罪 vs. 一般的善 vs. 殊勝的善

## 1. 沒有造罪 vs. 一般的善的區別

- 沒有殺生但沒有發心的話不是善，只是沒有造罪而已  
– 十善業的善是有發心，有決心不殺生，這才叫做善

## 2. 一般的善 vs. 特別（殊勝）的善的區別

- 一般的善是發心不殺生，
- 特別（殊勝）的善除了不殺生，還發心去護生
- 所謂的殊勝的十善就是十斷十行，要求在止惡以后再行善，任何一個方面都要有這兩個修行。次第上當然先止後行，惡的都還沒止掉，善的就難以行；惡的止掉，障礙就拿掉了，然後還要積極地發展善。那麼，這條路一直走到二地的时候圓滿。消極上把所有的惡全斷掉，積極上把所有的善都行起來，這個就是莊嚴的戒德。所謂的戒，建立在因果上面，建立在对緣起的勝解上面。

# 身善業—1. 不殺生，護生

## 定義

1. 對境： 具有生命的有情

2. 動機：

（一）一般的善：

勝解：发心即因了知杀生的过患很大。欲：见过患后欲断除杀生。

（二）殊胜的善：

勝解：护生放生观念，对一切生命都要保护，积极地去营护，当他们遭受到各种生命困难得时候都伸出援助之手。设法护惜它们的生命。

欲：对放生护生吃素充满欢喜，乐此不疲，积极。

3. 行動：

一般的善：断除诸杀害的行为

殊胜的善：积极护生的行为、放生吃素的行为（自作、教他作、共作、随喜他作）。

4. 結果：

一般的善：防护杀生圆满

殊胜的善：积极护生、放生吃素圆满

## 果報：

1. 异熟果：转生在相应的三善道中

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。

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：断除杀生，长寿少病

3. 增上果：转生在好的和美的环境

4. 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

## 觀察自己：

1 坚定不移的相信善有善报 因果关系

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

# 身善業—2. 不偷盜，布施

## • 定義

### 1. 對境：

一般善業：他人拥有、有权、执著的财物

殊胜善業：自己拥有、有权、执著的财物

### 2. 動機：

#### (一) 一般的善：

勝解：清楚没有造罪的不偷盜与发心断除不与取的善的区别，知道不与取的过患很大。因果的五种规律，业决定，增长广大。

欲：见过患后欲断除不与取

#### (二) 殊胜的善：

勝解：了知供养和布施是殊胜的善。因果的五种规律，业决定，增长广大。

- 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
- 行持布施，能得到人天善趣的富足安乐，不受贫苦，不会转生于饿鬼界，究竟获证菩提果。

欲：对供养，布施，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

### 3. 行動

- 一般善业：断除不与取之行为
- 殊胜善业：慷慨布施、供养。自己有财物的话，应尽量上供下施，同时不要去炫耀。
- 自作、教他作、共作、随喜他作

### 4. 究竟

- 一般善业：防护不与取圆满，
- 殊胜善业：积极供养，布施圆满

## 果報：

1. 异熟果：转生在相应的三善道中

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：具足受用，无有盗敌

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。

4. 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。

# 身善業—3. 不邪淫，持戒

## • 定義

### 1. 對境：

- 一般善業：一般的善是发心不邪淫
- 殊胜善業：戒律，皈依戒，八关斋戒，居士戒，别解脱戒，菩萨戒，密乘戒

### 2. 動機：

#### （一）一般的善：

勝解：清楚没有造罪的不邪淫与发心断除不邪淫的善的区别，知道邪淫的过患很大。因果的五种规律，业决定，增长广大。

欲：见过患后欲断除邪淫。

#### （二）殊胜的善：

勝解：了知持守清净戒律是殊胜的善。因果的五种规律，业决定，增长广大

- 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。
- 守持戒律，身心清净。

欲：对守持清净梵行戒律，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

### 3. 加行

- 一般善业：断除邪淫之行为
- 殊胜善业：守持戒律。
- 自作、教他作、共作、随喜他作

### 4. 究竟

- 一般善业：防护邪淫圆满，，
- 殊胜善业：守持梵行戒律清净圆满。

## 果報：

1. 异熟果：转生在相应的三善道中

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：夫妻美满，怨敌鲜少

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。

4. 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。



# 語善業—1. 不妄語，說實語

- 定義

- 1. 對境：

- 一般善業：与妄语的基相反
- 殊胜善業：真实语

- 2. 動機：

- (一) 一般的善：

- 勝解：清楚没有造罪的不妄语与发心断除妄语的善的区别，知道妄语的过患很大。因果的五种规律，业决定，增长广大。

- 欲：见过患后欲断除妄语

- (二) 殊胜的善：

- 勝解：了知讲真实语是殊胜的善。因果的五种规律，业决定，增长广大

- 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。

- 欲：对讲真实语，守诚实之道，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极。

### 3. 行動

- 一般善业：断除妄語之行为。  
有时候我们会习惯性地說妄語，一定要有意識地去改正。有的时候隨口就來，都不考慮，說習慣之後隨口就說一個妄語。這方面要經常對治，要發誓願不說妄語，經常發願、對治的話，逐漸隨口說妄語的習氣就會改變。
- 殊胜善业：讲真实语，守诚实之道。
- 自作、教他作、共作、随喜他作

### 4. 結果

- 一般善业：防护妄語圆满。
- 殊胜善业：講真實語圆满。

## 果報：

1. 异熟果：转生在相应的三善道中
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：不受诽谤、受到众人称赞爱戴。

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。
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。

# 語善業—2. 不兩舌，和合語

## • 定義

### 1. 對境：

- 一般善業：与兩舌的基相反
- 殊胜善業：和合語

### 2. 動機：

#### (一) 一般的善：

勝解：清楚没有造罪的不兩舌与发心断除兩舌的善的区别，知道兩舌的过患很大。因果的四种规律，业决定，增长广大。

- 欲：见过患后欲断除兩舌

#### (二) 殊胜的善：

勝解：了知讲和合語是殊胜的善。因果的四种规律，业决定，增长广大

- 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。

欲：对讲和合語，化解怨恨，让人心和合，和睦相处，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

### 3. 行動

- 一般善业：断除说离间语、挑拨离间之行为。
- 殊胜善业：化解怨恨，调解不和。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。
- 自作、教他作、共作、随喜他作

### 4. 結果

- 一般善业：防护離間語圓滿。
- 殊胜善业：讲和合语，消除化解怨恨圆满。

### 果報：

1. 异熟果：转生在相应的三善道中
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：受到眷属仆人的恭敬、眷属和合、贤良。

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。
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。

# 語善業—3. 不惡語，說悅耳語/愛語

## • 定義

### 1. 對境：

- 一般善業：与粗惡語的基相反
- 殊胜善業：说悦耳语、柔和语、调顺语

### 2. 发心：

#### (一) 一般的善：

胜解：清楚没有造罪的不粗恶语与发心断除粗恶语的善的区别，知道粗恶语的过患很大。因果的五种规律，业决定，增长广大。

欲：见过患后欲断除粗惡語

#### (二) 殊胜的善：

勝解：了知讲说悦耳语、柔和语、调顺语是殊胜的善。因果的五种规律，业决定，增长广大。

\*\*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。

欲：对讲悦耳语、柔和语、调顺语，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

### 3. 行動

- 一般善业：断除说粗惡語之行为。
- 殊胜善业：说悦耳语、柔和语、调顺语。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。
- 自作、教他作、共作、随喜他作

### 4. 究竟

- 一般善业：防护粗惡語圆满。
- 殊胜善业：讲悦耳语、柔和语、调顺语圆满，别人听起来很舒服，欢心喜悦

### 果報：

1. 异熟果：转生在相应的三善道中
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：恒常听闻悦耳语

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。
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。

# 語善業—4. 不綺語，精進念誦

## • 定義

### 1. 對境：

- 一般善業：与綺語的基相反
- 殊胜善業：精进持咒念誦，多说对弘法利生和自己修行有关的话

### 2. 发心：

#### (一) 一般的善：

胜解：清楚没有造罪的不綺語与发心断除綺語的善的区别，知道綺語的过患很大。因果的五种规律，业决定，增长广大。

欲：见过患后欲断除粗綺語

#### (二) 殊胜的善：

胜解：了知精进持咒念誦是殊胜的善。因果的五种规律，业决定，增长广大。

\*\*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誦，念誦不是别的，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。

欲：对精进持咒念誦，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

### 3. 行動

- 一般善业：断除，尽量减少、禁止说和解脱无关的废话
- 殊胜善业：精进持咒念诵，多说对弘法利生和自己修行有关的话。我们应当唯一言说具有实义之语。语言是沟通心灵、传播思想的工具。我们应当运用语言，满怀慈爱去安慰一切苦难中需要慰藉的人；我们应当运用语言，随顺他人的根性，启发、引导众生对解脱生信从而趋入正法；我们还应通过音声以念诵持咒来净化自己的心地。无著菩萨说：“多言可生不善业，纵然未生虚度日，除非定利自他语，精进禁语极重要。”
- 自作、教他作、共作、随喜他作

### 4. 結果

- 一般善业：防护綺語圆满。
- 殊胜善业：精进念诵佛号、咒语、或殊胜的大乘经典

#### 果報：

1. 异熟果：转生在相应的三善道中
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：语言有威力

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。
4. 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。



# 意善業—1. 不貪心，當持舍心，知足少欲

## • 定義

1. 對境：与贪心的基相反。

2. 動機：

(一) 一般的善：

勝解：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。

欲：见过患后欲断除貪心

(二) 殊胜的善：

勝解：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。

欲：对舍心，知足少欲，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

### 3. 行動

- 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。
- 自作、教他作、共作、随喜他作

### 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

#### 果報：

1. 异熟果：转生在相应的三善道中
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

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。
4. 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。

# 意善業—2. 不害心，慈心

- 定義

1. 對境：与害心的基相反。

2. 動機：

(一) 一般的善：

勝解：清楚没有造罪的无害心与发心断除害心的善的区别，知道害心的过患很大。因果的五种规律，业决定，增长广大。

欲：见过患后欲断除害心

(二) 殊胜的善：

勝解：了知饒益心、柔软慈爱的心、愿众生离苦得乐的心是殊勝的善。因果的五种规律，业决定，增长广大。

\*\*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。

欲：对修饶益心、慈心、悲心、菩提心，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

### 3. 行動

- 一般善业：断绝害心
- 殊胜善业：修饶益心、慈心、悲心、菩提心。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。
- 自作、教他作、共作、随喜他作

### 4. 結果

- 一般善业：防护害心圆满。
- 殊胜善业：行持饶益心、慈心、悲心、菩提心圆满

### 果報：

1. 异熟果：转生在相应的三善道中
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：远离损恼

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。
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。

# 意善業—3. 不邪見，當依正見

## • 定義

### 1. 對境：

一般善業：即因果、前后世、轮回等名言中真实存在的法。

殊胜善業：空性见、因果观、平等观等正见

### 2. 发心：

#### (一) 一般的善：

勝解：清楚没有造罪的无邪见与发心断除邪见的善的区别，知道邪见的过患很大。因果的五种规律，业决定，增长广大。

欲：见过患后欲断除邪見

#### (二) 殊胜的善：

勝解：了知依止空性见、因果观、平等观等正见是殊胜的善。

\*\*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。

欲：对修空性见、因果观、平等观等正见，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

### 3. 行動

- 一般善业：断绝邪見
- 殊胜善业：修空性见、因果观、平等观等正见。
- 自作、教他作、共作、随喜他作

### 4. 結果

- 一般善业：防护邪見圆满。
- 殊胜善业：行持空性见、因果观、平等观等正见圆满

### 果報：

1. 异熟果：转生在相应的三善道中
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：相續中生起善妙之見

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。
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。

# 一切為業之自性

- 即我们快乐也好、痛苦也好，生活中所发生的许许多多事，都跟前世或今生的业力有关。当然，这并不是宿命论，认为一切皆为命中注定，根本无法改变丝毫，而是说我们今生所感受的苦乐，是以前世业力为主因，今生的行为、发心为助缘。（《前行廣釋》第68課）
- 不管是大山也好、大海也好、虚空也好，三界中没有一个地方可以避开业力。人的业力相当于随身的影子，不会安住在别的地方，只要因缘成熟了，前世所造的善业和恶业，定会在自身上现前果报，这是我等本师释迦牟尼佛的金刚语。（《前行廣釋》第69課）
- 作者都是业，心为本体，心造业而由业显现有情世界和器世界，故说一切为业之自性。（《前行广释》第69课辅导资料）
- 业之所以雷厉，它可以改变，这是它的特性。虽然一切都是业形成的，但业本身也是因缘法、有为法，可以被改变。（《前行广释》第69课辅导资料）