甲二、业因果修法　分三：一、观察应断恶业；二、观察应修善业；三、观察一切业之自性

乙一、观察应断恶业　分二：一、观察业差别；二、观察果差别

**接下来从三个方面显示因果的修法：一、应断恶业；二、应修善业；三、一切业之自性。其中应断恶业分为业与果两分。**

丙一、观察业差别　分二：一、由造积门观察十种恶业；二、由等起门观察自性恶与相应恶

丁一、由造积门观察十种恶业

**首先，恶业有无边无际之多，然而一切由造积门统摄的话，可摄于身三恶等十恶中。**

观察造业的途径只有三种，要么心中分别，要么口里言说，要么身体造作，然后在三门造业的方面，抓住那些极根本、极重大的罪业类型，这样就摄在十个大重点当中。

身体门造作的方面，抓住杀、盗、淫三大重点；由口造业的途径，抓住妄语、两舌、绮语、恶口四个重点；从意念门造作的途径上，抓住贪、嗔、邪见三个重点，这样子就摄住了根本。也就是说，虽然恶业的类型无量无边，一开始也没有办法去把握，但是用一个根本归摄法，摄在十个恶业当中，就成为我们学习的重点，因为一旦抓住这十大重点，断除它、修十种善业的话，就会发生极大的义利。

这样在初学的时候就非常好把握，而且这当中摄尽了无量无边恶业的根本或者重点，这样又简要，又具根本性，就成为学习的道路。那么，一开始专门地去学这十个恶业，认识每一个恶业的事、意乐、加行、究竟等等，按照《言教》所说，去观察这些业的差别。这是第一个途径，由造积门认识恶业的差别。

丁二、由等起门观察自性恶与相应恶

**发起业者为三毒，《中观宝鬘论》云：“贪嗔痴三毒，及发业皆恶。”故称三毒为自性恶，其发起诸业为相应恶。**

这里观察的途径要抓住根本与枝末，或者源头与流现的两个方面。要把握到缘起的法则，当根本是恶的话，出现的枝末就是恶，源头是恶的话，一切的流现就是恶。那么这样，就按照《言教》的指示——根是毒，枝叶花果都是毒的这样一个途径来认识。

这里的根本或者源头就是等起。恶业的发起者是贪嗔痴三毒，从这里就要认识到，假使心里起的是贪欲、嗔恚和愚痴，当然性质就是恶的，它叫“自性恶”；与之相应而起的各种身口意的造作，就是“相应恶”。以根本是恶，枝末一定是恶；源头是恶，流现一定是恶；根是毒，一切出现的都是毒，按照这样子来观察恶业的差别。也就是，从本与末、源与流会发现，观察造作的过程的时候，会认识到有所谓的自性恶与相应恶，也就是前头起动的时候是一个恶心，它就是自性恶；以之带起的所有的身口意的造作，就是相应而起的恶，这样子认识两大差别。

再下来就要去观察，所谓的“自性恶”是怎样的状况。也就是，我们心里假使起的是贪烦恼，这是性恶；起的是嗔烦恼，这也是性恶；或者处在愚痴烦恼中，这也是性恶。接着还要知道，如果根源上处在三毒烦恼的状况中，已经是自性恶的话，即使外面再怎么做善的假相，比如口里说得如何好，身体的表演如何地庄严，如何具有贤善相，也全部都是恶。这样就看到，总之，由三毒所发起的所有的行为全数都是恶。

既然三毒烦恼是自性恶，而且，它决定着所有造作的善恶体性，因此，一定要去观察烦恼是怎么回事，这又要知道烦恼怎么起来，才好防护。那么，对此要抉择两个方面：一、发起烦恼的作者；二、烦恼怎样随境而生。

一、发起烦恼的作者

**发烦恼者，依教典的观点许为思心所，按口诀的观点说是分别心。**

发起烦恼的作者，按照教典的观点说是心所中的思心所。按照口诀的观点就是指心王中的第六分别意识。也就是说，心在怎样非理作意，它一直在想着这个是可爱的，那就会起贪烦恼；心在分别“这个不可爱，我非常不想要，这个如何如何”，作一些下劣想，作一些不满意想、不可爱想的时候，就会出现嗔恚烦恼；或者心里一直在计执这些是常乐我净，那就起愚痴烦恼，就像这样，是按照分别而起烦恼的。

二、烦恼怎样随境而生

**烦恼需依境生，也就是依可意境生起贪欲，依不可意境发生嗔恚，依中庸境产生愚痴。**

通常说，烦恼依靠三种因缘发生：一、烦恼随眠，就是潜伏在相续中的烦恼种子；二、顺生烦恼之境，也就是顺着会生起贪烦恼的境等等；三、非理作意。现在抓住“境”这个重点，也就是烦恼不会独立而起的，一定是依着境来生的，换句话说，依着境缘才会起这个烦恼，具体就是以三种境缘起三种烦恼。遇到可意境，发生贪欲烦恼；遇到不可意境，起来嗔恚烦恼；遇到中品境，发生愚痴烦恼，要这样地了解。

当我们遇到可意境的时候，心会动起来。很可爱的五欲，符合我的心，欲就在动，心就附著在上面，不肯离开，这个就是贪欲。也就是凡夫按照自己的习性，凡是符合心意的就想要，就好像碰到可口的食物，特别想多吃，在上面流恋不舍、品味不已，这种就是贪欲。那么，以味推到一切的人事物、一切的五欲上面，都有这么一种状况。这里要观察的就是，凡是碰到可意境的时候，以这个因缘一聚合，只要非理作意一动就要起贪。接着相反面，凡是遇到不可意境的时候，心会起厌恶感，不想要，不愿意他在旁边，或者拒绝、排斥、憎恶，像这样就是起嗔恚。如果没有什么可不可意，是一种中品的境界，心里也不会贪著它，也不会嗔恚它，这个时候实际上处在愚痴的状态里，也就是根本不知道诸法实相，不知道无我等等。

那么，这样认识以后就知道，内在有三毒的这种状况，一切的业行都是恶的，因此要防护三毒。而又要知道，这个三毒，一个重点是从分别起来的，一个重点是缘着三种境起来的，因此，非常关键就在这两个点上。也就是境上要注意，不要轻意地让心流落在那些顺生烦恼的境当中，而且在初学的时候要尽量避免接触境。接着，根源上就是这个分别，不能够起动分别，如果按照过去的颠倒习性，已经在认为他好，或者想很多他不好等等，那免不了肯定要出贪嗔的。就像这样，一个要想到境上要防护，一个要想到不要动分别。

分别一起的时候，落到三毒里已经是恶了，假使没办法不起分别，也需要在分别刚起的时候就观察到，然后不要随它转。假使已经迷进去了，想十分钟、二十分钟、三十分钟，那就特别愚痴了，你不知道那些在心里面搅来搅去的全部都是非理作意，出来的都是贪嗔，然后大量的恶业由此而积聚。因此一定要洞明缘起，这样认识业的一种发生的状况，从而在根源上要止息。

丙二、观察果差别

**上述诸业有四种果等。**

认识业的差别之后，要着手认识果的差别。不是很笼统地说“反正就是一个很不好的果”，这样子不行的，必须依照《法轨》《言教》等去认识四大果的相：一、异熟果相，《言教》里讲到三恶趣苦有非常多的种类；二、等流果增上果士用果的状况，就是按照《言教》讲业因果的那个部分，说到的从恶趣上升到人间的时候，有造作和领受两种等流果，环境上有相应于十种恶业的种种的增上果，以及发展状况的士用果。就像这样，才有一个全面的对果的认识，这些都要作细致地观察，不经观察是不会出现观慧的，不会发生如量地认识的，所以，一定要很细致地依照教典去作观察。

乙二、观察应修善业　分三：一、观察业差别；二、观察果差别；三、指示思惟要点

丙一、观察业差别　分三：一、由造积门观察十种善业；二、由等起门观察自性善与相应善；三、由程度门观察一般善与殊胜善

丁一、由造积门观察十种善业

**其次，所修善业上有不可思议无边无际那么多，然而由造积门归摄的话，归在身三善等当中。**

由造积门将无量无边的善业摄其根本或重点，就摄在十种善业当中。

从修学角度而言，初学者先要把握十种善业，这个善巧是由于，将极大的根本的罪恶归摄在十种恶业中，因此在着手修善业的时候，最初要断掉十种恶业发生十种善业，这样子就摄住了善业的根本，是能发生极大义利的方面。

所谓“造积门”，无非由身、语、意三大途径来修积善业。也就是怎么行善，无非是心里起一个善的分别，口说善的语言，身作善的行为，就摄在身口意三门里。身重大的三种善业，就是不杀生、不偷盗、不邪淫，口的四个重大的善行，就是不妄语、不绮语、不两舌、不恶口，意的三个重大的善业，就是不起贪欲、不生嗔恚、不发邪见。

先把握这十个根本，这十个根本如果能够做得清净，那身心的业行就很清净了，那么在每一个类里面又有无量无数，或者以此引生开来，将会发展出无边无际的善业。实际上，从凡夫一直到圣者菩萨，十善业都是需要修习的课题，直到第二地菩萨才达到了圆满的地步，因此应该知道，从当前一步开始一直走到圣地之间，都是要励力地修积十种善业。

丁二、由等起门观察自性善与相应善

**能发业者，《宝鬘论》云：“无贪无嗔痴，彼发业皆善。”**

由等起门观察善业的差别，就是抓住根本与枝末或者源头与流现的过程的重点，那么，就会知道这上可以分成自性善和相应善两种。自性善，指根本或者源头是善；相应善，是指与此根源相应所发起来的身语意的造作是善，这是由根为药则果为药的缘起法则所致。

要这样来作认识：如果我内心里起的是无贪、无嗔、无痴的三种心，那就是自性善。然后，以此发起来的身语意的造作，那就是相应善。如果心里是无贪、无嗔、无痴，以这样的善心摄持，虽然表面上口里说恶口等等，形象上看起来是个恶，其实是个善。正如开许菩萨有行持身语七恶的阶段，也就是不光用寂静或者柔和手段，还要用粗暴、猛利手段。在特定的情形下，只有以这种方式才能利益众生，那不光有菩萨低眉，还有金刚怒目，而且在某种状况下，后面是大慈悲，或者是大手段，出现大效果，这些方面需要认识；但如果等起上是贪嗔痴，这绝对没有开许机会。

丁三、由程度门观察一般善与殊胜善

**由此缘故，思惟切切不可造十恶后心想：以后纵遇命难我也不造十恶！这个断心即是断十恶的戒律。殊胜十善即断杀护生等等。**

对于不造的十恶方面，已经起了很深的认识，思惟不能这样作，然后就会起一个能断的心。心里想：“以后我即使要失去性命，也不造十恶！”假使有这种能断的心，一个一个来说的话，就是“以后纵然遇到命难，我也不杀生！”“即使要失掉性命，我也不偷盗！”“即使钢刀架在脖子上，我也不造邪淫！”或者“即使要让我吞热铁丸，我也不说妄语！”就像这样，有这种断的心就是断十恶的戒，也就成了一个具足律仪者。

由程度门观察要发生这样的认识：我们在转恶成善的修心历程中，第一步就要断恶，这仅是消极方面说，这个就叫“一般善”；第二步不仅是要断恶，还要修善，这就是从消极还要转到积极上去发展善心善行。举例来说，假使只是断杀，那是一般善；在此基础上还做护生，这是殊胜善。像这样十类当中，有十种一般善和十种殊胜善，如断除盗窃、广行布施，断除邪淫、修持梵行，断除妄语、宣说实语等等。详细要按《言教》的指示那样认识。

丙二、观察果差别

**此等果报即是四果。**

观察十善的果报，有四种：一、异熟果，由行十善得到三善道的果报。二、等流果，以修十善将来就有造作和领受上的等流妙果，比如，现在修断杀护生，将来会爱乐这上的善行，遇到生命都会起护卫的心、慈愍的心；领受等流，由此会得健康长寿，像这样，十种善业都有相应的造作等流与领受等流。三、增上果，将感得非常悦意、安全、吉祥的环境。四、士用果，由此会发生善心善行善果善报的非常长远的良性循环。

具体要认识果的状况，有两大途径：第一、对三善趣的广大观察需要依靠佛经，也就是像《念处经》，会讲到非常广大的善趣欲界天的状况，那上面会非常清楚地看到异熟果如何；再者，就要在人间上观察，这是非常熟悉的情形，可以依据《贤愚经》等因果经，以及从前儒道二家讲到的行善得现世的花报，这些就是思惟的材料。

丙三、指示思惟要点

**修习此等善恶业时，需要将因与果联系起来思惟。**

这里发展因果正见进而修行的实修，包括因、果及因果联系三个方面的观察。要明确，在晋美朗巴祖师的《法轨》中，开示的修法本是因与果联系起来思惟。由于学人需要有一定的认识基础，才好将此修法具体落实，因此在《言教》中，分别针对因与果两个方面的具体细节作了广大地开演。在这里，《备忘录》再就二者结合上面作一强调。第三个部分因果联系起来的观察，实际是极为广大的内容。也就是将所讲到的业与果的广大的部分，要一处一处作业与四果的结合的思惟，这是没法写在书里的，因为它的内容非常地大。比如，行者要发展出十次、百次，甚至数百次的思惟，这里是只讲一点、讲一个原则而已，真正的修行需要按照那样组合，作不断地观察。这个修心的路子来自《法轨》。

以恶业中的杀生为例，在了解了杀生的业相之后，需要连在四种果相上思惟。将自己想成造了杀生业的主人公，要想：已造了这样的杀生业，会出现怎样的果报？依照经教，比如说，以此将堕入地狱，怎样地受火烧之苦，经万亿年，就像这样，将杀生业与异熟果联系起来思惟。具体依照《念处经》，那里非常细致地讲到了造十恶业堕入怎样的地狱，先前的业相如何，后来果相如何，完全是业果对应而作开示的。简要地也应当依照《言教》的指示，比如说，造了某个杀生业，现在堕入等活地狱中，如何受苦。这样就知道，以这个业在心相续上成熟，就感现那样的果，由此会有业感缘起的真切认识。

再思惟等流果，也就是以杀生堕入地狱等，业报受尽转生人中时，还会发生怎样的同等流类的果报。依照《念处经》《言教》等思惟，比如造了杀生，将来做人的时候有造作的等流，也就是因位的造作习性同类而现的状况。当做小孩时，见到了小虫等就马上产生一个喜欢杀生的状况，见到蚊虫、蚂蚁等就想杀，爱乐杀。在领受的等流状况上，要知道由于杀生余业势力的影响，在自身上会领受到多病、短命的果报。

又想成这个造业者，自身经过无数年的地狱火烧之苦，再生到人中，会生在怎样的环境里呢？以杀生业所感，会是一种充满恐怖因缘、常常会发生危害生命事件的可怕环境。

士用果是作未来长距离的远瞻，就是以此杀生业会辗转发生出怎样的果相。也就是，只要是种了一种杀生业习，那将会有不断地发生因果循环的状况，以此遭果，果中又造因，这样就发生了恶心恶业恶果的非常漫长的循环，这就是一个种一点因，发生无限果报的情形。

那么，像这样就会知道，造这个杀生是非常可怕的。其他的十个恶业，总共分成了十大类，每一类中就联系四种果而作思惟，就知道造这样的业，就像种了种子一样，将来会出生多少的四类果报，这样会看到可怕的业感的事实。如果要作细致地观修，就可以依照《念处经》，多熟悉经中的细节，设身处地地想，自己是那种造业者，造了偷盗、邪淫、妄语乃至邪见，就将生在这样的地狱当中，或者会感生饿鬼等等。那么就像这样子，一个一个地去想，简要地也要依照《言教》，按照那样，造什么业生在什么地方，之后出现怎样的果，像这样一个一个很具体地来思惟。

善业的因果联系思惟与恶业相反，这是由于要深入地了解业感缘起的走向，必然因与果要联系起来才能发生认识，从而在因果上得定解，再指导自身的行为。

拿断杀的善行为例来说明。思惟时要想：杀生是不好的，我如果持不杀戒，将产生什么样的结果呢？这样就要明白，因上把握好持不杀的戒行，比如，尽这一生不仅不杀人类、大旁生，连小虫也不杀。如果这样的戒行持得清净，就如《念处经》所讲述的那样，将会生到天界等的上趣的快乐妙处，也就是将以此发生寿命绵长、福报深厚，得到各种美妙的受用。比如，多看一点《念处经•观天品》，就会发现这果报极为巨大，时间上延续到千万亿年。命运的状况，就以这个业种成熟的时候，会源源不断地发生非常胜妙的乐果。

接着再看等流果，假使下生人间，也将以过去持不杀生善业的习性等流过来，非常爱乐行仁慈的善道，一见到生命就有一种爱护的善心，和做出各种爱护生命的善行，这样会导致很好的造作等流。再者，以过去行不杀的善行，会感得寿命绵长、身体健康，这是领受等流。

而且所感召的环境，按照天界来看，或者按照生在人间来看，都会生在非常安宁、有各种支持因素等的安乐的环境里，比如非常地宁静、喜悦，这样的好地方。

再看士用果就会发现，如果行不杀的善行，会有连绵不断的良性循环。基于这样子励力地去引起不杀的善心和善行，并进而积极地去做爱护生命的善法，这个成了习性之后它不断地推动，不断地发生这种善心，发生相应的果相；受果的时候还是这种习性，好的习性会驱使做各种的善，那么这样子因因果果连环不断的话，那当然会发生一个非常长远的不见边际的善乐之流。

像这样就知道，如果我做一个不杀进而护生的话，这个果报是非常地好，一定要这么做。看到一个广大的业感缘起的前程之途，这样就生起一个励力行善的心，那么以这个来受持十善禁戒等等，就会真正地趣入到善道当中，这就是在心上发展的一种方法。其他九种一般善行以及十种殊胜善行，每一种都结合四果作思惟。假使能更多地阅读《念处经》《贤愚经》等的因缘，以及阅读过去传统的讲行善得现世花报的公案，这些擅于引在自身上，设身处地地这么想，发展出成百上千的这种思惟，逐渐地就会形成因果正见。

思考题

1.（1）恶业由造积门如何归摄？

（2）什么是自性恶和相应恶？发起烦恼的作者是什么？烦恼如何依境而生？

2.（1）善业由造积门如何归摄？

（2）什么是自性善和相应善？

（3）由程度门观察，善业有哪两种？

3.如何将因果联系起来思惟？请举例说明。