

十善业道经的启示

济群法师

探究世界形成的因素，考察心物现象的实质，分析有情命运的原理，建立幸福人生的方法。学佛的基本德行，三乘圣贤解脱烦恼的法门，尽在此中。

【第一章、绪论】

一、学习本经的意义

今天所讲述的《佛说十善业道经》，大家可能不是很熟悉。或许有人会问，佛教经典众多，如《普贤行愿品》、《金刚经》、《地藏经》、《阿弥陀经》等，都是人们耳熟能详且喜闻乐诵的。为何本次法会却选择《十善业道经》呢？原因在于，这部经典所阐述的内容，是佛法修学最为基本的部分。换言之，修学一切法门，皆应以此经核心内容“十善业道”为基础。从另一方面来说，十善业道往往不为人们所重视，觉得它太过浅显。殊不知，这恰是学佛道路上不可或缺的重要环节。

学习《十善业道经》意义，主要在于以下五方面。

1. 明了人生因果

因果，是宇宙人生的规律，也是佛法建立的根本。

佛法的整个理论体系，皆以因果为基础。不仅佛法如此，世间的宗教、哲学、科学也都对因果有所涉猎，但因缺乏般若智慧，未能全面透彻因果真相。论及因果，人们比较容易联想到宿命论的观点。所谓宿命论，是认为人的命运在冥冥之中早已注定，不可改变。但以佛法观点考量，此乃机械因果论，是片面而错误的。如果说，未来一切早有前定，无法更改，那么就完全否定了现生努力的作用，否定了现生行为的价值。而佛法的因果论所强调的，是

与因缘相结合。也就是说，在由因感果的过程中，还取决于缘的推动。就像在田里播下一粒种子，还需要土地、阳光、水分等各种因素的成就，种子才能生根发芽、开花结果。同样的道理，人们虽然在前生种下许多善因或恶因，但从这些因到招感果报，还取决于众缘的和合。

所以说，命运虽包含既定因素，仍可通过现生努力发生改变。而宿命论则认为，一切都是命中注定，不存在变数。这一观点，推敲起来大有问题。比如某人本可活到八十高龄，由于遭受意外打击，一念之差，三十岁就跳楼寻了短见，这轻生是不是前生注定的呢？又如一个孩子，本可健康成长，由于父母疏于照料，饮食失调，使孩子营养不良，一病不起，这病情是不是前生注定的呢？又如某人为非作歹，违犯国法，这些犯罪行为是否也属于前生注定的呢？假如是的话，是否应该担负法律或道德的责任呢？可见，宿命论所说的机械因果论，只涉及问题的某个层面。以点概面，因而得出错误结论。

儒家也讲因果，但主要从现实社会的当下进行说明，而不像佛教那样，贯穿过去、现在、未来三世解说因果原理。《论语》中，有位弟子问及死后之事，孔子答说：“未知生，焉知死？”生的问题尚且模糊不清，何况死后？所以，儒家谈到因果问题时，仅仅着眼于此生、此世，未能全面透彻生命现象。也因为这样，只能将某些因果推及子孙后代，如“积善之家，必有余庆；积不善之家，必有余殃”等。所谓“积善之家，必有余庆”，是说由祖先积德，将感得贤善儿女；而“积不善之家，必有余殃”，则说由父母多行不义，将招致不肖子孙。这一说法看似有理，其实却非必然。在现实社会中，我们可以看到，德高望重的父母，未必就有孝子贤孙；道德败坏的父母，子女也未必品行不良。如历史上著名的尧和舜，就是其中的典型。尧是名垂青史的贤明君主，其子丹朱却极其不肖；舜是流芳百世的圣贤，其父瞽叟却品行不端。可见，仅从父子血统等关系来解释因果现象，显然很难说通。正是因为不了解因果的自身规律，才会出现这些似是而非的论调。

现代科学也讲因果，许多科学实验，正是利用因果规律造福人类。如对水稻品种的改良，就是从因上着手改善；对栽培技术的改良，就是从缘上进行调整。由此，才能收获更多的果实。但是，科学对外在物质世界虽然有了较为深入的研究，于人类精神领域仍所知甚少。相对未知的心灵世界，我们已知的部分，仿佛沧海一粟般少得可怜。我们可以用种种科学方法观察星空、探测地层，却无法看清自己的心灵。我们早已有了测量体温的仪器，却无法发明

一种仪器测量内心烦恼，看看烦恼已达 80 度或 90 度，继续下去是否就会爆炸。我们早已有了透视身体各个部位的 X 光、CT 扫描技术，却无法制造一种仪器去寻找心灵的病灶，看看烦恼的藏身之处究竟在哪里。我们无法测量，更没有切除烦恼的仪器。所以，在科技日益发达的今天，人类的困惑、烦恼非但没有减少，反而变本加厉，愈演愈烈。

许多人看不到生命的过去和未来，只能从当下的现象来谈因果。如扶贫帮困、捐款助学等善行，能使他人受益；而偷盗抢劫、坑蒙拐骗等恶行，则会使他人遭殃。当然，行善或作恶确实会带来不同的社会效应，使他人得到帮助或受到伤害。但我们要知道，这并不是从因果规律的自身看待问题，并非因果的主流。如果仅从外在结果来看，那么，行善可能被人误解，也可能被人利用，未必起到应有的效果；作恶可能不为人知，也可能由此得利，反而飞黄腾达，官运亨通。如果只是在在意客观结果，难免抱怨老天不公，或因此产生困惑，从而失去行善的信心。甚至，可能因此对作恶产生不同程度的认同。

古人重视身后之名，以“流芳千古”为荣，以“遗臭万年”为耻。其实，从“人死如灯灭”的角度来说，没什么比身后之名更渺茫的了。当然，“流芳千古”和“遗臭万年”的社会影响截然不同，但对死者来说，哪里有什么区别呢？正如杨朱所说：“万物所异者，生也。所同者，死也。生则有贤愚贵贱，是所异也；死则有臭腐消灭，是所同也。十年亦死，百年亦死；仁圣亦死，凶愚亦死。生则尧舜，死则腐骨，生则桀纣，死则腐骨；腐骨一矣，孰知其异？且趣当生，奚遑死后。”如果一切都将随着死亡结束，都将因为死亡而划上等号，又何必辛苦行善，何必努力止恶呢？

那么，佛法又是如何阐述因果原理的呢？《十善业道经》便是一部介绍善恶因果与人生命运的经典。在进入正文之前，先简单介绍一下与之相关的四项内容。

一、相信有善有恶。什么是善？什么是恶？或许不少人会说：对我有好处的是善，反之则是恶。倘若以此进行衡量，根本不可能有通用的善恶标准。因为每个人都有各自不同的立场，有根据这一立场做出的善恶判断。比如对于警察和小偷来说，在警察眼中，小偷使人民财产利益蒙受损害，自然属于恶的一方；而在小偷眼中，警察使自己不能如愿得手，甚至因此判刑、坐牢，受到法律制裁，饱尝铁窗之苦，也委实可恶。可见，若仅根据自身立场决定善恶，就会出现诸多矛盾，导致各种对立。关于这两个概念的具体内涵，《十善业道经》

为我们讲述得非常清楚。

二、相信有业有报。业，是身体、语言和思想的行为，包括善、恶、无记三类。一旦造作善或恶的行为，必定招感相应果报。凡夫由于无明所致，往往目光短浅，以为善恶行为只是当下的，做完就会结束。比如坏事，只要做得不露破绽，逃过法律制裁，就万事大吉了。这也使很多人在犯罪时心存侥幸，企图蒙混过关。但从佛法观点来看，曾经造作的善恶行为，即使事过境迁，也不会随之消失。事实上，一切行为都将在我们内心留下影像，成为储藏于阿赖耶识的种子。所以，无论这些行为是否被表彰或制裁，它们于自身形成的业因，必定会在条件成熟时结果。所谓“善恶到头终有报，只争来早与来迟”。也就是说，行善必感乐果，作恶必感苦果。所不同的，只是时间问题。可能是现生受报，也可能是来生，或更多生之后受报。此外，善恶行为还会带来不同的外在结果。比如伤害他人，对方也可能怀恨在心，等待伺机报复。一旦因缘成熟，也会招感相应的果报。

三、相信有前生、有后世。人的一生，仅仅是生命延续过程中的一个片断。生命就像铁链，一环套着一环，今生只是其中的一个环节，传承于前生，又贯穿于未来。生命又像流水，一浪接着一浪，今生只是其中的一片浪花。浪花虽然短暂而起伏不定，但生命洪流却滚滚向前，永无止境。生命从无穷的过去延续至今，之后，又是无尽的未来。但这种延续并非一成不变的重复，而是处于不断变化中。并由善恶不同的心念和行为，操纵命运的发展方向。如果观念正确，且能积极止恶行善，生命素质将得到提升。反之，如果是非不辨，且无恶不作，生命便将逐渐走向堕落。

四、相信有圣贤、有凡夫。虽然佛教提倡众生平等，但这种平等并不抹杀差别。事实上，每个生命的起点都是不同的。即使同样生而为人，也往往存在天壤之别。有些人就像菩萨圣贤一般，品行高尚，仁慈宽厚，人人见之生敬。也有些人却残暴如虎狼，狠毒如蛇蝎，愚蠢如猪狗。这些差别并不是天生的，而是无始以来逐渐积累而成。佛教中，将有情生命分为十个层次，又名十法界。其中，包括六凡四圣。六凡，为天、人、阿修罗、地狱、饿鬼、畜生；四圣，为佛、菩萨、缘觉、声闻。十法界代表着有情生命的十个层次，虽有高低之别，却非一成不变。也就是说，人并不是永远是人，畜生也不会永远是畜生。从佛教观点来看，生命是缘起的，可以通过自身努力进行改造。

2. 成就人天果报

佛法认为，世间没有任何一件事是偶然的。万事万物都处于因果规律的支配下，依循这一规律发生、存在或消失。或许有人会说：买彩票中个大奖，难道不是偶然的吗？从表面看，这类事似乎是碰巧发生的。其实，那只是因为我们看不到偶然背后的诸多因素，看不到事物发展的全部因缘。从佛教观点来看，中奖者必须有相应的福报，才可能通过这一方式得到财富，同样离不开因缘因果的规律。假如往昔从未培福，从未种过相应的因，是不可能有幸中奖的。

从十法界众生来说，无论是成佛，还是生天、做人，乃至沦为畜生、饿鬼，皆由相应的因缘促成。佛教认为：“没有天生的弥勒，也没有自然的释迦。”这就告诉我们，弥勒菩萨并非天生如此，释迦牟尼亦非自然成就。在记载佛陀本生故事的经典中可以看到，释迦牟尼在因地时，历经种种难行苦行，不惜为法鞠躬尽瘁，数数舍身，才能最终圆满悲智两大品质。至于弥勒菩萨，乃我们这个世界下一任佛陀，现居兜率内院，也将经过漫长的修行，才能圆成佛果，下生娑婆。

再如做人，也正是由于因缘、业力的不同，才造成种族、出身、相貌、性情等种种差异。世人千差万别，其命运发展，更是大相径庭。有些人似乎上天特别眷顾，事事如意，一生平安；有些人却正相反，终其一生，总是命运多舛，生活艰难。在现实社会中，这样的例子比比皆是。在一个单位中，当领导的那些人，品行未必胜于部下；在一个城市中，生活于社会底层的弱势群体，能力也未必逊于他人。如果不了解因果，很可能因此怨天尤人，抱怨上天不公，抱怨命运无理，更加郁郁而不得志。倘能明了因果规律，我们就会知道，命运是由往昔不同的业力造就，所谓“各有因缘莫羡人”。一方面，不必羡慕他人；另一方面，也不必自怨自艾。因为命运是可以改造的，是掌握在我们自己手中的。今天的高官，可能是明天的囚犯；今天的乞丐，可能是明天的富翁。在这无常变化的世间，所有的荣耀和艰难，所有的顺境和逆境，随时都可能互相转换。只要我们透彻因果原理，就能懂得如何设计命运，改造人生。

如果我们希望来世继续做人或生天，就应修习五戒十善。五戒和十善的核心内容是一致的，分别是不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语。圣严法师在《戒律学纲要》中，将五戒比喻

为“通往人天的护照”。持有护照，我们才能前往其他国家，才能在世界各地畅通无阻。同样，我们必须受持五戒，才能趣向人天二道，获得生天或继续做人的资格。

对于修学佛法来说，人道非常重要。六道中，以天道的福报最大。比如欲界天，环境奢华，享乐无尽，更无任何灾难；又如色界天，众生安享禅定之乐，更胜欲界享受。但是，佛教却不以天堂为归宿，不以生天为究竟，这也是佛教区别于其他宗教的重要特色之一。世间其他宗教，多以天堂为理想去处，以生天为人生目的。但佛教却认为，从通达真理、成就解脱的角度而言，人间才是最佳通途。原因何在？因为天界过于优越，往往使天人因耽于享乐而忘却其他，不知居安思危，不知发心修行。更何况，天界并非久居之地，一旦天福享尽，依然还会堕落。

而在我们居住的娑婆世界，虽然天灾人祸不断，却能因此激发人们离苦得乐的愿望，从而积极改善环境，改造生命品质。人类数千年的文明，正是由对世界探索、认识、改造而来。在坚持不懈的探索过程中，才有可能发现真理，发现解脱途径。而沉溺于欲乐和定乐之中的天人，享受尚且不及，哪里有暇修行，自然不可能由此成就。所以，释迦牟尼佛就是在人间修行、证果的。不仅释迦佛如此，诸佛世尊亦出自人间，终不于天上成佛。从这个意义上说，人道正是六道的枢纽。众生流转六道，无论生天或是堕落，都是以人道为中转站。关键在于把握人身，利用这一难得易失的身份精进修行，为改善未来生命服务。

受持五戒十善，是成就人天果报的重要前提，也是完善人格的基本规范。唯有严格奉行，来生才有资格在人间继续修行，直至成佛。否则，就可能失去做人的机会。就像考入高校的学生，目前虽然拥有这一身份，但若荒废学业，且违犯学校各项规章制度的话，就会被勒令退学。所以说，遵循五戒十善是我们继续拥有人身的保障。

3. 安定社会

古往今来，人类社会始终处于动荡之中。而对社会安定破坏最大的，莫过于战争。翻开人类历史，几乎可以说是一部战争史。在中国，春秋战国时期，诸侯混战，互相吞并。其后，这段战火纷飞的动荡时期由秦始皇统一中国暂告结束。但不久又是楚汉相争，战火再起。待汉朝建立后，内战虽然结束，对外战争仍时有发生。至汉朝末年，更爆发了影响全国的农民

起义。再经东汉的短暂和平，再次进入长期分裂的三国时代，群雄并起，战争频仍。然后是西晋、东晋、十六国、南北朝、隋朝、唐朝、宋朝、辽、西夏、金、元朝、明朝、清朝，每一次改朝换代，都伴随着战争，伴随着生灵涂炭、民不聊生的痛苦。近代以来，中国更经历了第一次鸦片战争、第二次鸦片战争、八国联军侵华、日本侵华战争等接连不断的巨大灾难。不仅中国如此，世界其他国家也经历过同样不堪回首的惨痛历史。直到今天，战争和冲突依然发生在世界各个角落。即使在太平盛世，社会上就没有一次谋杀案吗？就能做到夜不闭户、路不拾遗吗？所以说，在大范围内，绝对的安宁几乎是不可能的。

那么，人类社会究竟存在哪些不安定因素呢？归纳起来，不外乎杀、盗、淫、妄四种。杀，即杀生，包括战争、暴力及对一切众生的屠杀，杀人放火是杀生，杀猪宰羊也是杀生。盗，即不与取，包括明抢暗偷，也包括坑蒙拐骗等所有未经物主允许而将他人财富占为己有的行为。淫，指邪淫，指所有正当夫妇关系之外的两性行为。妄，指具有欺骗性的语言，以此伤害他人或达到个人目的。

虽然人类社会的犯罪现象林林总总，层出不穷，但总括起来，皆可归纳为以上四项。那么，杀、盗、淫、妄又是从何而来？有人以为，是教育的问题；有人以为，是民众道德的问题；有人以为，是社会制度的问题。当然，这些都有关系，但并不是根本。问题的根源不在别处，正是在于人心，在于内心的贪、嗔、痴烦恼。只要这些烦恼不曾解决，人类社会就不可能实现真正的和谐与安定。

贪心会导致杀生。世间之所以会爆发战争，多是因为一方想占有别国的领土或利益。如第二次世界大战，就是希特勒等战争狂人妄图称霸世界。在这场规模空前的战争中，伤亡总数近一亿人，其中包括数千万平民，从而造成人类史上最惨痛的劫难。而在和平时期，贪心也会导致谋财害命等犯罪现象，即使在至爱亲朋之间，也可能为争夺财产而相互残杀，置骨肉之情于不顾。杀生而外，贪心还会引起盗窃、邪淫、妄语等不良行为。因为贪著财富，从而以抢劫、偷盗等非法手段将他人财富占为己有。因为贪著异性，从而导致婚外恋、一夜情等不正当两性关系。也是因为贪著，导致各种欺骗行为，有时是为牟取暴利而说谎，有时是为骗取感情而说谎。至于拐卖儿童、贩毒走私、制假贩假等诸多社会问题，也都是因贪心所致。

和贪心同样，嗔心也会引发杀、盗、淫、妄的行为。古今中外的战争，不少就是由嗔心引起的。因为世代结下怨仇，故冤冤相报，势不两立。而人与人之间的冲突和暴力，也往往是因嗔心而失去理智，甚至拔刀相向，拼个你死我活。此外，也会因嗔心引起盗业，因为嫉妒他人事业成功、飞黄腾达，便不择手段地占为己有。或是因嗔心引起邪淫，如追求遭拒绝而实施强暴等。或是因嗔心引起妄语，因看不惯对方而刻意隐瞒真相，以谎言给他人制造障碍。

至于愚痴，又称无明，更是一切问题的根源。因为无明，而有贪心，而有嗔心，而有种种烦恼。佛教中，将贪、嗔、痴称为三毒，是危害人类心灵及社会安定的三大祸根。只要贪、嗔、痴存在一日，社会就永无宁日。所以，想要改善社会道德，就必须从改善人心入手。这也正是儒家所说的“正心、修身、齐家、治国、平天下”。《礼记·大学》说：“古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心。”可见，改造世界的根本，就在于个体的完善，在于心的完善。唯有从心行着手，才能对生命进行彻底改造，才谈得上造福社会、利益大众。

佛经记载，世间最贤明的转轮圣王执政时，即以十善治理国家，令民众安住于十善道中，从而使天下和谐太平，人民安居乐业。其实，无论在哪个时代，无论在什么环境下，只要有一个人修习五戒十善，社会就会多一份安定因素；有两个人修习五戒十善，就会多两份安定因素；有更多人修习五戒十善，就会有更多的安定因素。如果人人都能奉行五戒十善，那么，这个世界就是人间净土，就是极乐世界。

4. 三乘佛法的基础

从学佛到成佛，主要包括三乘，分别是人天乘、声闻乘、菩萨乘。亦有五乘之说，分别为人乘、天乘、声闻乘、缘觉乘、菩萨乘。乘，为运载之义，使行人到达果地之意。我们学佛，是通过修习相应的法门，从生死此岸抵达涅槃彼岸，最终成就佛果。希望来世继续做人或生天，应奉行人天乘的法门；希望解脱烦恼，成就阿罗汉果，应奉行解脱道的法门；希望成就无上菩提，普度一切众生，应奉行菩萨乘的法门。三乘又名三士道，人天乘属于下士道，声闻乘属于中士道，菩萨乘属于上士道。士，就是人。也就是说，我们想要成为哪个等级的

人，就应修习与之对应的法门。

三士道虽各有内涵，却同属佛道的不同阶段。其中，又以人天乘为基础。通常，人们往往不能正确认识三士道的相互关系，不能将三者有机结合起来。于是乎，就会孤立地看待问题。或者，只知修习人天乘，虽然乐于布施，勤于持戒，却始终停留在人天小果，有漏之因，没有更高的追求。或者，只知修习声闻乘，虽然一心希求出离，希求解脱，但只是为了个人了脱生死，入山惟恐不深。又或者，虽以大乘学人自居，却好高骛远，不屑于人天善业，亦不修习解脱法门，空有远大目标而缺乏具体实践。

如果将三士道的建构比作楼房，虽然上士道才是最高的顶层，但在它的下面，既需要下士道作为基础的一层，又需要中士道作为承上启下的二层。否则，就无法进入上士道。学佛也是同样，首先须从五戒十善做起，只有完备人天德行，才有资格更上一层楼，继续修习中士道及上士道。这也是佛法修学最基本的次第。遗憾的是，很多学佛者却不注重这些。看到大乘经典中批判声闻行者，不知这是佛陀有针对性的说法，也由此对声闻乘不以为然，心生轻慢。至于人天乘，就更看不上眼了。结果又会如何呢？没有人天乘、声闻乘的基础，那些大乘的甚深法门，也将成为空中楼阁，可望而不可即。

许多学人自视甚高，遍读《华严》、《法华》、《楞严》等大乘经典。但在日常生活中，却很难派上用场。烦恼的时候，还照样烦恼；痛苦的时候，还照样痛苦。读过的经典，似乎只是纸上谈兵，起不到多少实战效果。原因何在？正是因为我们忽略了佛法修学的基础。未经人天乘、声闻乘的修习过程，我们就不懂得如何将所学教理逐步落实于心行，如何次第发起出离心和菩提心。而没有这些心行基础，即使修学力量再大的法门，终究也是枉然，也无法发挥应有的作用。

有不少人修习净土法门，虽然这属于大乘的修行法门。但是，如果我们仅仅是以出离心念佛，仅仅是为个人了生脱死念佛，不算是合格的大乘学人。唯有生起菩提心，为带领一切众生共同出离、走向解脱而念佛，才是大乘的发心，才是名副其实的菩萨行者。还有不少人修习禅宗，这也属于大乘的修行法门，其见地高超，修法独特，专为上根利智者施設。如此甚深微妙的法门，如果只是为个人解脱而修，同样不属于菩萨乘的范畴。事实上，目前许多学佛者都存在这类问题。虽然所学是大乘法门，但发心又是如何呢？我们考量一下，能够“不

为自己求安乐，但愿众生得离苦”吗？能够全身心地投入社会，毫不利己、专门利人吗？

不论修习什么法门，首先要看发心。由发心，决定所修法门在三乘佛法中的地位。从这个意义上说，虽然五戒十善属于人天乘的修行内容，但如果我们是以出离心，以声闻乘的见地修习，那么，五戒十善也能成就解脱道的资粮。如果我们是以菩提心，以菩萨乘的见地修习，那么，五戒十善同样可以成就菩萨道的资粮，成为无上佛果的资粮。

现实情况又是如何呢？很多人虽然学的是大乘，但发心却往往偏于小乘，甚而只求人天安乐，从未生起出离解脱之心。至于行为上，不必说《瑜伽菩萨戒》、《梵网菩萨戒》等大乘戒律，连五戒十善都未能合格。更严重的是，不仅没有做到，还无惭无愧，以之为人天善法而不屑一顾。这样的情况并非个别，可以说，是当今学人普遍存在的问题。这也是许多人修行不能相应，难以进步的主要障碍。要扭转这些问题，必须从奉行五戒十善着手，在此基础上，进而生起出离心、菩提心。可见，五戒十善虽然平实、普通，却是佛法修学不可或缺的必要基础。

5. 往生净土的资粮

自唐宋以来，弥陀净土在汉传佛教地区盛行不衰。应该说，这一法门确有其特殊的方便之处，三根普被，利钝兼收。其普及面、摄受面之广泛，为其他宗派所不及。近年来，修习净土法门者也与日俱增。这本是十分可喜的现象，但我们也要看到，在净土法门的流传过程中，业已出现一些误区，需要引起广大学人的重视。

其一，有些念佛者片面理解净土法门，认为抱定一句“阿弥陀佛”便已足够，不重视对大乘经教的闻思。甚至以为，闻思与念佛是对立的，会影响一门深入。对于某些没有能力也没有时间学习教理的老年信众来说，若能信心具足地精进念佛，当然值得赞叹。但是，若将这一特定情况普及于一切学人，显然就不合适了。如果所有佛弟子都将“三藏十二部，留给他人悟”，那么，佛法弘扬就会因此受到极大影响，甚至走向衰落。

事实上，净土法门也很重视经教。在“净土五经”之一的《观无量寿经》中，佛陀就告诉我们：“欲生彼国者，当修三福。一者，孝养父母，奉事师长，慈心不杀，修十善业；二者，受持三皈，具足众戒，不犯威仪；三者，发菩提心，深信因果，读诵大乘，劝进行者。

如此三事，名为净业。”第三点中，明确以“读诵大乘”为必修的净业。

“阿弥陀佛”乃万德洪名，因其愿力所致，才能由念佛感得弥陀接引，往生极乐。但有一个前提，那就是万缘放下。真正做到这一点，并非易事。我们之所以放不下，无非是因为正见尚未具足，尚未落实于心行。对世事仍然看不透，仍然太在乎、太执著。如是，念佛过程中，依然烦恼不断，妄想纷飞，自然难以相应。学佛，是依法解脱、依正见解脱。如果不闻思经教，正见又从何而来？不能以佛法智慧观照人生，修行又怎能相应？

其二，有些念佛者但求个人往生，不关注社会，不关爱众生。以这样的发心修行，即使将来能往生西方，品位也不会太高。在前面所说的净业三事中，“发菩提心”也是重点之一。正因如此，以阐发菩提心修行为核心的《普贤行愿品》，也位列“净土五经”。《行愿品》是许多佛弟子耳熟能详的一部经典，也是一部教导学人如何修习菩提心的重要经典。修学净土法门者，如果能在一心求生西方的同时，将心量逐步打开，乃至像普贤菩萨那样，拓展到尽虚空、遍法界的一切众生。不仅是为个人安乐而念佛，更是为普度众生而念佛，为学成后回归娑婆、倒驾慈航而念佛。那么，这一发心所形成的巨大力量，在临命终时，会将我们直接推向佛国。正如《行愿品》所说的那样：“唯此愿王，不相舍离，于一切时，引导其前。一刹那中，即得往生极乐世界。”不仅如此，更能“蒙佛授记。得授记已，经于无数百千万亿那由他劫，普于十方不可说不可说世界，以智慧力，随众生心而为利益”。发心有多大，未来成就就有多大。

其三，有些念佛者只在乎座上功课，以为念诵、拜佛才是用功，却忽略了日常生活的修行，忽略了外在言行举止和内在心行调整。我们要知道，虽然净土法门相对其他宗派更重视信的作用，但也不是以信为唯一，还须有愿和行的共同成就。因为修行是对生命的整体改造，而不仅仅是座上的几个小时。《弥陀经》中，佛陀明确告诉我们：“不可以少善根福德因缘，得生彼国。”也就是说，只有具备相应的善根和福德，才有资格往生西方，得与如是诸上善人俱会一处。若不具备良好的生命素质，是不容易把一句“阿弥陀佛”念好的。

八正道为修学佛法的常道，单纯的念佛，只相当于其中的正念。除此而外，还有正见、正思维、正语、正业、正命、正精进、正定。拥有正见，才能透彻宇宙人生、透彻因缘因果、透彻诸行无常。进而，是依正见生起正思维，其内涵有二，一是志向，一是思考。正思维又

称正志，即正确的志向。比如念佛，须以发心为先，明确念佛往生西方的目的是什么，是为了个人解脱，还是为了到那里继续进修，待功德圆满后再回娑婆，广度众生。志向为何，就决定了往生品位的高低。至于第二点，则是以佛法智慧思考人生。人生的许多烦恼，皆由错误认识造成，倘能纠正误解，烦恼自然无从生起。

八正道中的正语、正业、正命，则属于持戒范畴。正语，是真实、利他的语言。我们每天都会说许多话，却很少考量所言是否真实，能否利益他人？俗话说，“祸从口出”，这正是妄语、两舌、恶口、绮语带来的危害。正业，是正当、有益的行为。我们应时时依戒律对照身、口、意三业，检查自己的起心动念是否与杀生、偷盗、邪淫相应，积极光大善行，杜绝恶行。正命，则是符合法律和戒律双重规范的谋生手段。对于普通大众来说，只有贩毒、走私、经营色情场所等违法行为才属于邪命。除此而外，只要在法律允许的范围内，都属于正当职业。但作为一个佛教徒，在选择职业时，不仅要符合法律规范，还应遵循所受戒律。比如开设屠宰场、养殖场等，都会涉及杀生问题，对于佛弟子来说，就属于邪命自活，是不应选择的职业。即使是开办正当企业，也可能涉及偷税漏税、谎称产品功效等问题，从而违背不偷盗、不妄语的戒条。作为学佛者，应深信因果，切莫为眼前利益造作恶业。我们的一生，会有很多时间用于工作。因此，选择一个正当职业尤为重要，所谓“君子爱财，取之有道”。否则的话，就会在几十年的工作中不断造业，积重难返。此外，正精进，是指正当的努力。而正念和正定，则是令心时常与修道相应，系心一境，如如不动。

我们想要念佛念得相应，就必须具备以上这些基础。如果不重视正见的培养，不重视日常生活中的辅助修行，孤立地念一句佛号，恐怕难有效果。

二、释经题

在正式讲述一部经典之前，首先解释一下经题。一部经典的名称，往往揭示了该经的核心内容，具有画龙点睛的作用。如《佛说阿弥陀经》，讲述了阿弥陀佛创建的西方净土的景象；《地藏菩萨本愿经》，讲述了地藏菩萨的愿力和因地修行；《药师琉璃光如来本愿经》，讲述了药师如来的悲心和愿力，以及他所成就的东方琉璃净土的种种功德庄严。

本次讲述的经典为《佛说十善业道经》。“佛说”，表明此经由佛陀所说。多数人以为，

所有经典皆为佛亲口宣说，其实并非如此。《大智度论》中说到“经通五人”，除佛陀外，还有佛弟子、仙人、诸天、化人（佛菩萨或罗汉等隐其本相，示现种种形象而为说法）。如《维摩诘所说经》的许多内容，乃维摩诘居士所说；《地藏菩萨本愿经》的许多内容，乃地藏菩萨所说；《般若经》的许多内容，乃须菩提、舍利弗所说。这些内容，是菩萨或声闻弟子在证佛所证的基础上，对甚深佛法所做的抉择和演绎，而且都已得到佛陀亲自印证，所以也属于经典范畴。

“十善业道”，是标明本经的主题思想。“业”，是行为；“道”，是原理。也就是说，这部经典阐述了十种善行及相关原理。其中，身体行为有三，即不杀生、不偷盗、不邪淫；语言行为有四，即不妄语、不两舌、不恶口、不绮语；思想行为有三，即不贪欲、不嗔恚、不邪见。

“经”，梵语“修多罗”，又译“契经”。所谓“契”，有两方面的含义：一为契理，二为契机。契理，是契合诸法实相，契合宇宙人生的真理；契机，是契合众生的不同根基。如果法不对机，即使再圆满的教法，也难以起到应有的教化效果。所以，佛陀在四十九年的弘法过程中，针对众生的不同根基，应机设教，演说种种教法。

三、说译者

佛教是由本师释迦牟尼佛在印度创立。中国的佛经，皆传自印度，由梵文等翻译而来。《佛说十善业道经》的译者，是于阗的三藏法师实叉难陀。于阗为地名，在今天的新疆自治区境内。所谓三藏法师，即精通经、律、论三藏的高僧。经，是佛陀所说的经教；律，是佛陀为弟子们制定的行为规范；论，是菩萨或祖师大德对经典所做的诠释。对于多数佛弟子来说，精通几部经论已属难得。而这位法师却能博通经、律、论三藏，可见其佛法造诣之深。实叉难陀，是梵语音译，意为“学喜”。佛经从梵文译成中文，除根据内涵进行意译外，也有一部分采用音译。玄奘三藏就制定有“五不翻”的规则，分别是：尊重不翻、顺古不翻、多义不翻、秘密不翻、此方所无不翻。不翻的部分，多采用音译，如“般若”、“涅槃”等词，又如《大悲咒》、《楞严咒》等陀罗尼。

实叉难陀法师曾应唐朝使者邀请，携《华严经》梵本来华，于证圣元年（公元695年）

到达洛阳，在内廷大遍空寺重译《华严经》八十卷本。其后，又在洛阳三阳宫重译《大乘入楞伽经》七卷、及《入如来智德不思议经》、《如来不思议境界经》、《普贤菩萨所说经》、《文殊师利授记经》、《右绕佛塔功德经》等多种经论。据《开元录》载，法师共译经十九部、一百零七卷，对佛法在中国的弘扬做出了卓越贡献。

【第二章、如何看待一部经典】

【如是我闻：一时佛在娑竭罗龙宫，与八千大比丘众，三万二千菩萨摩訶萨俱。】

“如是我闻”，是一部完整经典的常规开头，为佛经五种证信之一。在许多古德的论典中，往往将“如是”演绎得极为复杂。其实，也可简单解释为“如此”。在本经中，“如是”二字是作为《十善业道经》的代名词。“我”，指阿难尊者；“闻”，是亲耳听闻。连贯起来，“如是我闻”的大意为：这部《十善业道经》，是我（阿难自称）亲耳听佛所说。

说到“如是我闻”，必然涉及一个重大问题，那就是：如何看待经典。

通常的著作，往往由作者撰写而成。然而，佛经却非佛陀生前亲自撰写。佛陀灭度后，弟子们为使佛法在世间长久流传，召开了结集经典的法会。第一次结集，共有五百阿罗汉参加。再从其中推选两位代表，分别主持经藏和律藏的结集。诵出经藏的，是“多闻第一”阿难尊者；诵出律藏的，是“持律第一”优波离尊者。阿难尊者是佛陀的侍者，常随左右，且记忆力惊人。每次听闻佛陀说法后，都能将法会情景和所有内容准确无误地保存于记忆中。所以，在结集经典的法会上，就由阿难尊者将佛陀在历次法会讲述的经典分别背诵出来，再经诸大阿罗汉们严格审核，没有异议之后，才以文字确定下来，足见其可靠性。

每一部经典，都是一次法会的记录。《般若经》是般若法会的记录，《楞严经》是楞严法会的记录，《楞伽经》是楞伽法会的记录，《华严经》是华严法会的记录。我们现在学习的《佛说十善业道经》，是佛陀在龙宫说法的记录。

在佛教经典中，不仅有佛陀的言教，也包含佛陀的身教。佛陀圆满悲智二德，为究竟的觉悟者。无论是佛陀的所思、所言，还是他的行住坐卧、穿衣吃饭，这一切，都是觉悟的显现。在佛弟子熟悉的《金刚经》中，开篇即描写佛陀“著衣持钵，入舍卫大城乞食。于其城

中次第乞已，还至本处。饭食讫，收衣钵，洗足已，敷座而坐”。初看这段经文，似乎只是记录了修行者的日常生活，与法义无关。事实上，佛陀的三业大用，无一不在表法，无一不是修行。虽是乞食、洗足，法义尽在其中。

“如是”的另一层含义，则是表信。信，即信仰。作为佛弟子，对一部经典的学习和接受，须以信为基础。由有信仰，才能于佛法真正受益，所谓“信为道源功德母，长养一切诸善根”。

佛法修证有四个次第，分别是“信、解、行、证”。信，以心净为性。也就是说，通过对三宝的信赖及修学，帮助我们完成内心的净化。但仅仅有信还不够，还应在此基础上进一步加深理解。这也是佛法和其他宗教的区别所在，不仅强调信，更强调解。在信的基础上学习，就能加深理解。随着理解的加深，信仰又能得到进一步升华，两者是相辅相成的。

有言，“有信无智长愚痴”。而从另一个角度来说，则是“有智无信增我慢”。这两句话，充分说明了信和解的关系。如果仅仅停留于信仰，不重闻思，缺乏正见，就会落于迷信。那么，什么又是“有智无信”呢？这种智，并非真正的般若智慧，而是世智辩聪，自以为是。如将经教当作学术研究，往往会产生这一问题。虽然著述越来越多，名声越来越大，却不注重心行调整，最终被名声所累，增长我慢。有了信、解的基础，还应继续落实于修行，深化对佛法的理解，并以此指导修行。随着修行的不断深入，才能有所体证、有所成就。

《大智度论》中有“信如手”之说。这是以手的功能来说明“信”的作用。因为有手，我们才能学习、劳动，才能创造财富。可以说，人类的一切文明进步都离不开这双手。对佛法的信仰，好比我们拥有的双手。由有信，才能在佛法指导下修行，在修行实践中改造人生。否则，即使深研佛学，即使遍读三藏，依然不会对生命改造起到真正的作用。

“一时”，即那个时候，指佛陀宣说此经的时候。通常，讲经法会都有具体时间。就像这次西园寺的讲经法会，是在1997年3月2日开始。可在佛经中，多以“一时”、“尔时”代指时间，并无具体日期。这主要有两方面原因。其一，印度人的时间观念比较淡薄。其二，表示佛法超越时空。佛陀所言，是亲证诸法实相后，由圆满智慧的自然流露。在任何一个时间、空间中，都是亘古亘今的不变真理。

“佛在娑竭罗龙宫。”“佛”是本次法会的主讲者，为梵语佛陀的简称，意为觉者，具

有自觉、觉他、觉行圆满的内涵。用今天的话说，佛陀是无所不知的觉悟者，不仅能够自己觉悟，还能帮助他人觉悟，从思想到行为都已圆满无缺。“娑竭罗龙宫”是佛陀宣讲《十善业道经》的处所。佛陀一生说法，不仅对人间众生，有时也到天上或海中为天人、龙王说法。十法界内，处处都是佛菩萨慈悲教化之地！

“与八千大比丘众，三万二千菩萨摩訶萨俱。”这是介绍参加本次法会的听众。佛陀这次在龙宫说法，当然会有龙王。此外，主要有两大类：一是比丘众，二是菩萨众。分别代表佛陀座下的声闻弟子和菩萨弟子。

比丘众，代表以比丘为首的声闻弟子。其中，又有七众之分，分别是在家的优婆塞、优婆夷，出家的沙弥、沙弥尼、式叉摩那尼、比丘、比丘尼。优婆塞，意为近事男；优婆夷，意为近事女。所谓近事，即亲近三宝、学修佛法、受持五戒的在家男女二众。如果能在五戒的基础上，继续受持八戒，则称为近住。八戒，是佛陀为在家居士体验出家生活，慈悲设置的方便法门。受持八戒，可种下出世解脱之因。所谓近住，就是指这些生活方式接近于僧众的在家信众。前阶段我曾前往泰国法身寺参访，寺中有 300 多位近住女。她们虽是在家人的身份，却长期在寺院受持八戒，过着离欲的清静生活。

此外是沙弥和沙弥尼，指刚刚出家，尚未受比丘戒、比丘尼戒的小众。其中又分两类，一是尚未受持沙弥十戒，为形同沙弥。虽然在形象上已是剃发染衣，但还未能具备出家人的内涵。一是已经受持沙弥十戒，为法同沙弥。不仅具备出家人的外在形象，也因受持戒律而具备相应的内涵。佛教规定，沙弥、沙弥尼在年满二十之后才能受具足戒，之前只能以沙弥身份住在僧团。式叉摩那尼，又名正学女，是沙弥尼准备成为比丘尼之前的过渡阶段，于两年中受持不杀等六法，经考验合格方能正式受戒。比丘、比丘尼为受持具足戒的男女僧众，其中，比丘戒为二百五十条，比丘尼戒则为三百四十八条。

由此我们可以发现，随着修学的深入，所受戒律也在不断增加。三皈，是走入佛门的开始。通过三皈仪式，完成生命中最重要 的宣誓：“尽形寿皈依佛，尽形寿皈依法，尽形寿皈依僧。”进而，是受持五戒、八戒及沙弥戒、比丘戒。目标越高，所受戒律就越严格。

此外，还有“三万二千菩萨摩訶萨俱”。说到菩萨，人们往往以为是殿堂内泥塑木雕的造像，或是虚无缥缈的神仙，来无影而去无踪。之所以会有这样的误解，是因为人们不了解

菩萨的定义。菩萨，为梵语菩提萨埵的简称，意为觉有情，即觉悟的有情。其义有二，一是自己已经觉悟，一是能令他人觉悟。从广义上说，凡是发起菩提心并积极奉行菩萨戒的佛子，皆可称为菩萨。菩提心，是慈悲、利他、平等、觉悟之心，也是“菩萨戒”的核心所在。菩萨戒，则是菩萨的行为规范，包括摄律仪戒、饶益有情戒、摄善法戒。它和声闻戒的不同在于，不仅要努力止息恶行，更要积极修习善法，利益大众。如果我们能够做到这些，就具有菩萨的资格。近代高僧太虚大师有诗云：“比丘不是佛未成，请你称我为菩萨。”大师一生的行持，主要以“瑜伽菩萨戒”为准则，人称“太虚菩萨”。由此可见，菩萨离我们并不遥远。事实上，只要我们也依此发心并行持，同样可以成为菩萨。

“摩诃”意为大，此处指参加此次法会的大菩萨众。所谓大菩萨，经论中说有三种，分别是“愿大、行大、度众生大”。如我们所熟悉的观音菩萨、普贤菩萨、地藏菩萨、文殊菩萨等，都是功德圆满的大菩萨。相比之下，初发心菩萨无论在发心纯度或成就功德方面，都存在天壤之别。当然，这些只是量上的差别。只要以诸佛菩萨为榜样，依此发心不断努力，终能逐渐圆满。

这段经文，总体介绍了法会缘起，说明本次法会召开的时间、主讲、听众、处所等因缘。从参与者来看，本次法会有八千声闻弟子、三万二千菩萨弟子等，蔚为壮观。如果用一句话来总结“如何看待一部经典”的问题，那就是：把一部经典看做一次法会的记录。

【第三章、谁是创世者】

【尔时世尊告龙王言：一切众生心想异故，造业亦异，由是故有诸趣轮转。龙王！汝见此会及大海中，形色种类各别不耶？如是一切，靡不由心造善不善身业、语业、意业所致。】

这段经文，为我们解答了“谁是创世者”的问题。

古往今来，所有宗教、哲学都非常关心世界起源的问题，都在探寻世界的起因和缔造者，探寻人间的吉凶祸福的主宰。因为找不到究竟的答案，最后，多将之归结于神，认为由神决定这一切。最初盛行的是多神论，认为世间由许多神灵掌管，各司其职，如风神、雨神、太阳神等。其后，又发展成二神论，将神灵归纳为善神与恶神两类。善神决定世间善事，恶神

决定世间恶事。接着，二神论又发展成一神论，这也是目前信仰者最多的宗教。一神教认为，宇宙间存在至高、唯一的主宰神，由其创造世界并决定一切。基督教认为，人类及万物是上帝在七天内创造的；伊斯兰教认为，安拉创造了天地及人间的一切；婆罗门教则以大梵天作为创造之神，他缔造天地，并以身体不同部位创造出各等级的种族。

相对于有神论的观点，无神论者则认为：世界并不是由天神决定，一切都是偶然。南北朝著名的无神论者范缜，就曾撰写《神灭论》，认为“形存则神存，形散则神灭”，此外更不存在所谓的神。他在世时，佛教非常盛行。有位名叫萧子良的佛教徒就与之展开了辩论。他质问范缜说：既然你不信因果报应，那么，为什么人类会有贫富贵贱的差别？范缜回答说：人生如同树上的花朵，虽然一起开放，但随风吹落，有些被吹落于厅堂内华贵的锦垫上，有些却被吹落于粪坑、草地。殿下您就像飘落厅堂的花，而我则是吹落粪坑的花。范缜认为，人生仿佛随风吹落的花瓣，花落何处完全是偶然的，没有任何规律可循。

此外，还有唯物与唯心两大哲学观点。唯物论认为，世界存在不变的基本物质元素，以此作为万物生起的始基，主张由物质派生意识。而唯心论者则认为，世界有不变的基本精神元素，以此作为万物生起的始基，主张由精神派生物质。

佛法既不是有神论，也不是无神论，亦不赞同唯物论或唯心论的主张。那么，佛法又是如何看待世界的呢？以上这段经文，基本反映了佛法对“谁是创世者”的答案。

“尔时世尊告龙王言。”这时，世尊告诉龙王说道。此处，正式进入经文内容。前面说过，本次法会有八千大比丘众，三万二千大菩萨众，为什么佛陀在此只对龙王说法呢？因为每部经典都有一个当机者。有些经典是以舍利弗为当机者，有些经典是以观音菩萨为当机者。我们学习的这部《十善业道经》，是以龙王作为当机者。佛陀虽然是对龙王所说，但同时也是对列席法会的众多声闻、菩萨弟子所说，更是对后世一切学修本经的佛弟子所说。

“一切众生。”“众生”，其意有二，一为集五蕴众缘和合而生，一为历经众多生死。又名有情，指一切有情识的动物。情识，即通常所说的感觉、情绪、思维。佛法据此将世界分为两类，分别是有情世界和无情世界，前者为一切人和动物等，后者为山河大地等。众生范围极广，十法界中，除佛之外的九界有情，皆名众生。

“心想异故，造业亦异。”“心想”，即意识心王的思想。众生因为思想观念和思维方

式的不同，所造业力千差万别。又由业力差别，使其不断在六道轮转。从佛法观点来看，世间万象，种种差别，既不是由神决定，也不是由物质或精神派生，更不是偶然出现的。所有这一切，都取决于众生的心念差别。《华严经》有一著名偈颂，就为我们揭示了这一原理：“若人欲了知，三世一切佛，应观法界性，一切唯心造。”无论是佛菩萨，还是罗汉圣者，还是天道、人道、地狱道、饿鬼道、畜生道，究其根源，都取决于有情心念、业力的差别。这也正是《阿含经》所说的“心种种故，色种种”。因为心有种种差别，所以，显现出来的世界才有种种不同的变化。

再从人类社会而言，东西方文化的巨大差异，根源也在于思维方式的差异。而思维方式又取决于内在的观念和思想。具体到每个人，也同样如此。有些人有信仰，有些人没信仰，其中或许有环境的影响，但根源还在于我们的心，因为各自“心想异故”。除了信仰的差别，每个人还会选择不同的人生道路，不同的生活方式，不同的个人爱好，不同的价值取向，所有这些差别，仍是因为各自“心想异故”。总之，世界的一切差别，皆源于人类心念的差别。

从心念差别到世界的差别，还需要有业的推动。业，是身、口、意的行为。因为观念想法的不同，导致不同的行为。佛教中，将众生行为归纳为三种，分别是善的行为、恶的行为、无记的行为。一种行为发生后，它所带来的影响，并不会随着行为终结而消失。事实上，每种行为都会形成相应的生命经验，保存在我们的阿赖耶识中。这些经验又称种子，将继续引发新的行为。如是，“种子生现行，现行熏种子”。生命就是这样，被无始以来积累的业力推动着，生生不已地流转。

作为直接推动生命延续的力量，业力在我们的生命历程中具有重要作用。佛法所说的业力，根据行为属性，有善业、恶业之分；根据受报与否，有定业、不定业之分；根据受报范围，有共业、别业之分；根据受报差别，有引业、满业之分。其中，善业、恶业分别由不同行为构成，比较容易理解。在此，将其他业力简要介绍如下。

1. 定业和不定业

所谓定业，是受报时间及轻重皆已决定，反之则是不定业。那么，如何判断某一业力属于定业或不定业呢？主要通过两点。首先，根据行为动机判断，考量这一行为是否故意造作。

若是有心为之，便属于定业。若是无心造作，如无意间伤害到其他众生，虽也造下业力，但多属不定业，将来可能受报，也可能不受报；可能报得重，也可能报得轻。

其次，根据对治情况判断。若是我们造业之后立即以忏悔进行对治，即使所造是定业，也可能因此产生变化，成为不定业。就像我们做了错事之后，若能诚恳地向对方道歉并补偿，就可能扭转原有矛盾，化解原有问题。反之，非但不求忏悔，甚至为自己的所作所为自鸣得意，就可能加深对方的仇视，加重未来的报应。所以，佛教特别提倡忏悔法门，以此消除业障和违缘。

2. 共业和别业

所谓共业，指相同行为形成的业因，将会感得同样的果报。比如生活在同一个城市，面临着同样的空气污染、交通拥挤、气候冷热。所谓别业，是指个别不同的业因。对于每个人来说，身体有强健、衰弱的不同，容貌有端庄、丑陋的不同，生活条件有富裕、贫困的不同，这些都属于别业所感。

共业，取决于众生共同的行为，或是有共同利害关系的行为。如同在屠宰场工作，并不是每个人都直接参与宰杀。其中，有一部分人可能担任财会、后勤等工作。虽然他们没有直接造作杀业，但只要处在这个利益集团中，收入中包含因屠宰而产生的利润，就不能脱离与杀业的关系。将来招感果报时，自然也要承担相应的罪业。就像法律在惩处犯罪集团时，其中某些人虽然未直接参与杀人、抢劫或诈骗，但身处犯罪集团，参与其他相关事务，并从犯罪所得中获利，那么，同样会受到相应的法律制裁。

我们所处的自然及社会环境，都是共业所感。我到过澳洲多次，那里风调雨顺，少有灾害，环境非常和谐。生活其间的人，对自然怀有真诚的关爱之心，不会随意践踏一草一木，更不会随意伤害动物，哪怕是微小的动物。所以，大自然也呈现出一派宁静、祥和，让人们在它的怀抱中得到滋养。反之，如果不懂得保护自然、尊重生命，只是不计后果地盲目开发，将生态环境破坏殆尽，那么，最终的受害者还是人类自己。

别业，则取决于个体行为，由此招感属于个人的业报。比如在普遍富裕的国家中，也存在一无所有的赤贫者；在普遍贫穷的地区里，也存在应有尽有的富贵者。又比如，常人所看

到的景象，在色盲者眼中，又是另一番景象；常人所听到的音声，在重听患者的耳中，也会有所不同。这些，都是别业所感，是由不同业力招感的个别果报。

3. 引业和满业

所谓引业，是业力招感的总体果报。有情生命在延续过程中，是上升天道、继续做人，或是堕落地狱、沦为畜生，皆由引业决定。引业牵引我们投胎，其作用，就像火箭推动卫星上天。假若没有引业作为动力，生死也就随之结束了。《唯识三十论》中，有这样两句话：“前异熟既尽，复生余异熟。”前面的业力结束，新一轮的业力又继续产生，然后再次结束、产生。无始以来，众生不断造业，所以，没完没了地流转生死，循环往复。所谓业力无尽，生死无穷。

所谓满业，是业力招感的差别果报。比如同样生而为人，有长寿和短命的不同，有贫穷和富贵的不同，有庄严和丑陋的不同。同样沦为畜生，有的流落街头，只能从垃圾中觅食充饥，还要随时面临被宰杀、残害的恐惧。而有的却被主人百般宠爱，精心照料，生活水准甚至超过许多普通百姓。所有这些差别，正是由不同的满业所决定。

从造业到招感果报，还需要缘的成就。如果说业力就像播下的种子，那么，还须同时具足水分、阳光、泥土等条件，才能扎根发芽、开花结果。这些果报，根据因缘的不同，又有现报、生报、后报、不定报之分。有些业力造下后，现世即能招感果报，为现报；有些业力须待来生方能受报，为生报；还有些业力则须多生后才能受报，为后报；至于前面所说的不定业，招感果报尚未决定，为不定报。比如某人犯罪后，可能立即被公安部门逮捕归案，也可能在几个月或一年后才被捉拿，还可能在几十年后才落入法网，这完全取决于各种因缘的成熟。正所谓“善恶到头终有报，只争来早与来迟”。

“由是，故有诸趣轮转。”由于每个人造作业力的不同，才会在“诸趣”中流转不休。“诸趣”，指五趣或六趣。趣，为趣向之义。众生所以受报，皆是由因趣果，故名。五趣，为天道、人道、饿鬼道、畜生道、地狱道，是五种不同的生命处境。六趣，则在天道和人道之间增加阿修罗道。其中，以天道众生福报最大，生活环境也最为优越。而我们所处的人道，则是有苦有乐。至于畜生道、饿鬼道、地狱道的环境，则一道苦于一道。尤其是地狱，其痛

苦之惨烈，难以名状。从根本上说，五趣的差别，正是取决于“心想异故”。因为众生的观念、想法不同，故造作种种善恶业力，导致“诸趣轮转”的结果。

如果说生死轮回根源于心，世间万物也根源于心，那么，是否和西方哲学所说的唯心论相当呢？其实不然。唯心论所说的心，是作为第一性的存在，乃永恒且固定不变的精神实体。而佛法所说的心并不具有永恒性，更非固定不变的实体。此外，唯心论所说的心，能派生万物，而不从他物所生。而佛教则认为，心是缘起的，不是独立、单一的存在。唯识宗认为，眼识九缘生，耳识八缘生，鼻舌身三识七缘生，意识五缘生，说明心是相互依赖地存在，与唯心论具有不同的性质。

“龙王！汝见此会及大海中，形色种类各别不耶？”“此会”，即佛陀当时说法的法会。佛陀提醒龙王：你看到参加本次法会的八千大比丘和三万二千菩萨摩訶萨的差别吗？看到大海种种众生的不同形状、外貌、种类吗？佛陀此番是在龙宫说法，故有生活于大海的各种水族众生前来闻法，如鱼、虾、蟹、龟、鲨鱼、鲸鱼等，形形色色，无奇不有。

“如是一切，靡不由心造善不善身业、语业、意业所致。”所有这一切，都根源于众生的心。因为“心想异故”，所以造下善或不善的业力，由此招感相应的苦乐果报。有情造业的渠道主要有三方面，分别是身体的行为（身业）、语言的行为（语业）、思想的行为（意业）。通常，能够表达出来，并能直接利益或伤害他人的，主要是身业和语业。比如为他人提供帮助或制造障碍，又如对他人进行赞叹或肆意辱骂，都是通过行为和语言进行表达。但意业却不然，如果内心充满嗔恨，表面却伪装得仁慈和善，就很容易迷惑他人，须行之于身口，才会对他人构成直接伤害。不过，如果经由某些特殊训练，心力特别强健，也能以意念直接杀人。《唯识二十论》就记载了这样一个故事：古印度有位国王，得罪了仙人，令其嗔心大起。仙人一怒之下，以意念下了场冰雹，令国王所在的城市毁于一旦。可见，意念同样具有杀伤力。所以，作为修行人应特别注意观察自己的起心动念，绝不可随意生起不善心念。因为身、语、意三业都能造作善或不善的业力。

总之，由众生心念的差别，导致行为的差别，进而导致世界的差别。

【第四章、心物现象的透视】

【而心无色不可见取，但是虚妄诸法集起，毕竟无主，无我我所。虽各随业所现不同，而实于中无有作者，故一切法皆不思议，自性如幻。】

世间的差别现象，包括精神和物质两方面。对于心和物质的现象，应该如何看待呢？人类的许多痛苦，都是因为对世界不能正确认识造成的。由认识的错误，导致行为的错误，继而引发执著、烦恼。我们想要摆脱人生痛苦，首先应以佛法正见透视世间，树立正确的人生观。

“而心无色不可见取。”前面说过，世界是取决于我们的心念。那么，心又是什么呢？《经》曰：“心无色。”在佛教中，将物质现象称为色。因为人们对物质现象的认识，主要通过形色（形状）和显色（颜色）两个渠道。离开形状和颜色，便无法认识物质现象。比如说到桌子，我们首先会描述桌子的形状，或方或圆；然后描述桌子的颜色，或红或黄。通过眼根产生的认识，主要具有这两方面的特征。相对物质现象而言，心却是无色的，既没有颜色，也没有体积。虽有“一颗红心”或“此人黑心”之类的说法，但只是作为形容，并非实有红黑之别。因为心不是实在的固体，没有颜色、体积、形状，看不见也抓不着，故名“不可见取”。

“但是虚妄诸法集起。”这是佛法对心的一种特有认识。其他宗教、哲学说到心时，往往和灵魂联系在一起，以此作为心的主体。或称之为“灵魂”，或称之为“神我”，认为世间万物虽处在变化中，却有不变的灵魂或神我在主宰。而从佛法观点来看，心“是虚妄诸法集起”，并非固定不变。以佛法智慧透视，凡夫的世界就是妄想的构成，迷惑的显现。

佛法所说的妄想，跟常人理解的不同。常人所说的妄想，多指不切实际、难以实施的想法。而从佛法的角度来看，凡是不能认识真实、通达真理的想法，皆可称为妄想。

《楞严经》中，将心称为“前尘影相”，即六根认识六尘后留下的影子。我们接触世界时，六根就像摄像机一样，摄入六尘境界。但这并不是单纯的摄入，还会受到思维方式的影响。而思维方式又取决于生命延续过程中积累的诸多经验。但经验也不是一成不变的，会随缘变化。生命像流水一样，在流淌过程中，有时会融汇众多支流，有时又可能因蒸发而消失。

生命之河也是同样，在延续过程中，将随自身观念扬弃很多东西。如果观念正确，就能弃恶扬善，使生命得到转依，人格得到提升。如果观念错误，就可能弃善扬恶，使生命素质不断堕落。修学佛法，能帮助我们树立正确观念，扬弃错误认识，藉此改变自身行为，使生命得到净化。所以说，生命是“诸法集起”。

“毕竟无主，无我我所。”这个“我”，是特定术语，具有“常、一、不变、主宰”等内涵。常，是永恒；一，是独立；不变，是固定不变；主宰，是能够支配一切。所有这些，就构成了“我”。事实上，没有什么可以离开条件、经验而存在。生命不是固定不变的，而是有着极强的可塑性。其发展方向，完全由我们自己把握。也正因为生命是没有自性的，才可能“放下屠刀，立地成佛”。即使不是这种彻底转变，仅仅是在快乐或痛苦时，我们的表现也往往判若两人。快乐时，那个痛苦的“我”在哪里？痛苦时，那个快乐的“我”又在哪儿？

虽然生命不是固定的，但这并不意味着，我们就无法把握它。事实上，生命发展也有规律可循。因为生命是缘起的，关键在于，我们以什么因缘去塑造它、培养它。若能奉行如法、清净的生活，就能给心灵创造良好的氛围。反之，整日处于攀缘、妄想、执著中，就不可能获得内心安宁。

因为心态的无常变化，说明它是无主的，无我亦无我所。无我，是佛法区别于外道最大的特点。外道所认为的“我”，主要有两层内涵：一是上帝、天神之类的“大我”，又名“神我”，主宰整个宇宙；一是灵魂之类的“小我”，主宰我们的人生。佛法以缘起智慧观照宇宙，发现既不存在主宰宇宙的神灵，也不存在主宰生命的灵魂，即“毕竟无主，无我我所”。

“虽各随业所现不同，而实于中无有作者。”再来看看物质世界，佛陀告诉我们，宇宙人生的一切现象，虽然随着每个众生的不同业力和思想境界而有不同显现。事实上，世间万法并没有创始者，没有一个不依赖条件的主宰者。

“故一切法皆不思议，自性如幻。”自性，即永恒的实在体。世间一切法的真实相并非我们想象的那样，有独存、不变的实体。众生的自性见根深蒂固，比如人类起初不知梦境是假，做了噩梦就会惊恐万状，以祈祷进行化解。婴儿不知镜中影像是假，看到镜中一切，往往乱抓乱笑，信以为真。现代人虽知梦境虚假、镜影不实，仍会将世间万象视为实有，将地

位、财产视为实有。因为看得实在，就想永远拥有，就会在乎名利得失。于是乎，希望健康长寿，希望事业永恒、家庭永恒。人类对永恒的追求，恰与事实真相违背。在佛教所说的三苦中，有一种是行苦，即无常变化带来的痛苦。无常本是宇宙人生的规律，并不是苦因。对解脱的圣者来说，行苦是不会构成痛苦的。但众生不能正确认识世界，将一切视为永恒，当无常到来时，痛苦就如影随形，接踵而至了。这就是“事与愿违”带来的痛苦。又因为这种愿是错误的，所以，痛苦也是必然的。《心经》所说的“五蕴皆空”，正是要破除人们对实有的执著。作为学佛者，我们要看到现有认识的缺陷，不随感官认识世界，也不过分相信自己的妄想，认识到诸法的“自性如幻”。

【第五章、有情命运差别与业力】

【智者知己，应修善业，以是所生蕴处界等，皆悉端正，见者无厌。龙王！汝观佛身，从百千亿福德所生，诸相庄严，光明显耀，蔽诸大众，设无量亿自在梵王，悉不复现。其有瞻仰如来身者，莫不目眩。汝又观此诸大菩萨，妙色严净，一切皆由修集善业福德而生。又诸天龙八部众等，大威势者，亦因善业福德所生。今大海中所有众生，形色粗鄙，或大或小，皆由自心种种想念，作身语意诸不善业，是故随业各自受报。汝今当应如是修学，亦令众生了达因果，修习善业。汝当于此，正见不动，勿复堕在断常见中。于诸福田欢喜敬养，是故汝等亦得人天尊敬供养。】

这段经文，是关于有情命运差别与业力的问题。

“智者知己，应修善业。”智者，即有智慧的人。这种智慧，是洞察诸法真相的能力，能指导我们透彻宇宙人生的真相。否则，即使学富五车，也只是具有世间的差别知识，未必属于智者。所以，学习佛法也不是为了增长知识，而是了解生命真相，了知因果原理。明白如是因必将招感如是果，唯有修习十善业，才能使生命得到提升。

“以是所生蕴处界等，皆悉端正，见者无厌。”现世种了善业，将来才能招感身心及外在环境的清净庄严，使所有见闻者皆能心生欢喜，无有厌倦。蕴、处、界是佛教对世界所做的归纳和说明。世间现象虽千差万别，但从佛教角度考察，无非是五蕴、十二处、十八界，或五蕴、六处、六界。五蕴，为色、受、想、行、识。其中，色指物质现象；受、想、行、

识则指精神现象，对各种心理做了详细分析。世间万法，不外乎物质现象和精神现象。

十二处，即六根和六尘。六根，指生理上的眼、耳、鼻、舌、身、意，是有情认识世界的六个渠道。我们对外部世界的认识，主要通过这几个方面，即眼睛看到的、耳朵听到的、鼻子嗅到的、舌头尝到的、身体感觉到的、意识思维到的。我们对世界的认识及认识程度，正取决于六根。如果没有眼根，就会失去眼根所认识的色彩世界；如果耳根有损，就会缺少耳根所听闻的音声世界。六根，就如我们认识世界的六个仪器。如果仪器精密，对外境的认识就能精微深刻；如果仪器粗糙，对外境的认识就会模糊肤浅。修行，正是对这六种“仪器”进行加工，从而洞察世界的真实。六尘，则是六根所认识的世界，分别是色、声、香、味、触、法。眼睛见色，耳朵闻声，鼻子嗅气味，舌头尝饮食，身体接触环境，意识思维法尘。所以，六根、六尘包含了能认识和所认识的世界，由此产生六识，构成思维世界。

界，是十八界，即六根、六尘、六识。其中，六根为生理世界，六尘为物理世界，六识为心理世界。整个世界，不外乎生理、物理、心理三方面。我们拥有什么样的世界，主要取决于各自的行为和认识。有什么行为，就会招感什么世界；有什么认识能力，就能对世界认识到什么程度。所以佛教认为，认识能力的提升和改造，是改造世界的前提。

“龙王！汝观佛身。”从这段经文开始，佛陀根据法会的现场情况，举例说明业力对人生及生命的影响。首先以佛身为例。在一切有情中，佛陀是最庄严殊妙，且福德最为巨大的。佛有三身，分别是法身、报身、应身。法身，又名法性身，是诸佛所证的真如法性之身，本身是无相的。报身，是诸佛福慧圆满时显现的自受用内证法乐之身，有八万四千相好，清净庄严，乃佛陀为诸大菩萨示现，非常人所能见。应身，为应化之身，是佛陀为二乘及凡夫示现的丈六金身，和常人形象大体一致，但具三十二大丈夫相及八十种好，是人类相貌中最为圆满、清净、庄严的。

“从百千亿福德所生，诸相庄严，光明显耀，蔽诸大众。”诸相，即三十二种圆满的相貌：一足安平，二足千辐轮，三手指纤长，四手足柔软，五手足缦网，六足跟圆满，七足趺高好，八腩如鹿王，九手长过膝，十马阴藏，十一身纵广，十二毛孔青色，十三身毛上靡，十四身金光，十五常光一丈，十六皮肤细滑，十七七处平满，十八两腋满，十九身如师子，二十身端正，二十一肩圆满，二十二口四十齿，二十三齿白齐密，二十四四牙白净，二十五

颊车如狮子，二十六咽中津液得上味，二十七广长舌，二十八梵音清远，二十九眼色绀青，三十睫如牛王，三十一眉间白毫，三十二顶成肉髻。佛身的庄严和圆满，正是由其在因地经历三大阿僧祇劫，修习无量福德所感。佛陀不仅相好庄严，而且时常放光动地，光芒照射十方，遍及一切众生。

“设无量亿自在梵王，悉不复现。”梵王，为色界二禅天天主，又名大梵天、大自在天。印度人认为，大梵天是世间至高无上的神，人类命运皆由其掌握决定。虽然梵王福报无量，能放射巨大光明，但只要佛陀一放光，即使无量亿梵王所放出的光都隐没不见了。就像在灿烂的阳光下，灯光就会隐没不现。

“其有瞻仰如来身者，莫不目眩。”凡是目睹如来光明者，都会被此光芒笼罩，为之目眩。佛教中有个类似的故事：唐朝道宣律师在终南山修行，由于持戒精严，感得天人送供。一日，唯识宗祖师窥基前去探访。至吃饭时，天人却未来送供。窥基大师次日就离开了。到了中午，天人又来送供，道宣律师就问天人说：昨天为何不来送供？天人答说：昨天只见一片光明，耀眼眩目，怎么也找不到路，是故未能送供。

“汝又观此诸大菩萨，妙色严净，一切皆由修集善业福德而生。”佛陀继续对龙王说到：你再看看文殊、观音、普贤这些诸大菩萨，他们的福德、智慧虽略逊于佛陀，但也清净庄严，令人见之生敬。他们并非天生就有如此圆满的相貌，而是由修习善行、积集福德而感得。这里所说的善业，范围非常广泛，不仅指十善业，也包括五乘所修的一切法门，如三十七道品、六度四摄等等。正是由于修习种种善业，诸大菩萨才成就如此福德庄严。

“又诸天龙八部众等，大威势者，亦因善业福德所生。”天龙八部，即天人、龙王、夜叉、阿修罗、迦楼罗、乾达婆、紧那罗、摩睺罗迦，也有很大的威德势力。所以如此，也是因为他们过去生修习布施、广种善因。

“今大海中所有众生，形色粗鄙，或大或小，皆由自心种种想念，作身语意诸不善业。”看过相好庄严的诸佛菩萨，威德赫赫的天龙八部，再来看看海里的虾兵蟹将，实在是外形丑陋，不堪入目。既有巨大如鲸鱼者，也有细小如虾米者。所以如此，也是因为它们的起心动念所致。由于它们的身、口、意三业不断造作种种恶行，所以堕落恶道，感得这些奇形怪状的外貌。

“是故随业各自受报。”通过对各类众生的观察，从佛菩萨的相好庄严，再到虾兵蟹将的丑陋形象，我们可以认识到，众生都是随各自业力感得这些果报，如是因，感如是果。

“汝今当应如是修学，亦令众生了达因果，修习善业。”这是佛陀劝勉每个众生的话：从今往后，我们当从因地开始改造人生，同时，也劝导众生深信因果，修习善行。这里的善业，不仅指十善，也泛指一切自利利他的行为。

“汝当于此，正见不动。”对于因果的真实不虚，你们要确信无疑，绝不动摇，切勿堕落于断见或常见中。很多人都说相信因果，但这种信达到什么程度呢？如果将相信程度以十分为标准，我们不妨检查一下，自己的相信程度，是一分、三分、五分，还是十分？对佛法修行的衡量，有知、量、次第几方面。学习每一种观念、义理后，皆应进行比对，考量这一信仰的程度达到多少。不少学佛者都觉得自己懂因果、懂无常、懂缘起性空，但在日常生活中，烦恼依然如故，坏事照干不误。似乎所学的一切都只是用来说，而不是用来做的。原因何在？正是因为对佛法义理的信任程度远远不够。这种信任，需要通过一定量的积累、体验，才会逐步深化。如果不将所学因果原理运用于实际生活，不在起心动念时进行对照，未将佛法观念转化为自身观念，那么佛法是不可能生命中产生作用的。所以说，对佛法任何一种原理的信仰，都涉及深度问题。这也是佛陀常常强调广学多闻的原因所在。通过反复的学修、听闻进行薰习，才能深化对佛法的认识，成为坚定不移的信念。

“勿复堕在断常见中。”佛法的正见，是远离断见和常见二边的中道见。断见，即拨无因果，认为人死如灯灭，做过的善恶之行，将随事情结束而消失。常见，是认为世间有永恒的存在，人永远是人，猪永远是猪。宿命论者的因果观，就属于常见。佛法的因果观，则是建立在缘起的基础上，是辩证而非形而上的。

“于诸福田，欢喜敬养。”了知因果后，应以喜欢心耕耘福田。福田有三：一是敬田，对三宝恭敬供养；二是恩田，对父母等有恩于己者恭敬供养；三是悲田，对世间穷苦之人心生悲悯，积极帮助他们。对于这三种福田，我们都乐于耕耘，恭敬供养。

“是故汝等亦得人天尊敬供养。”倘能如此，就能增长福报、威德，从而像佛菩萨那样，得到世人的尊重和敬仰。

通过对以上经文的学习，我们可以基本了解佛教对宇宙人生的看法，认识佛法与世间外

道的不同之处。佛法因果观的核心，是业报轮回理论，此为佛教所特有。和其他宗教的神创世说相比，佛教的业力说具有以下四个特点：

其一，业力说告诉我们，命运源于自力而非他力，是由自身行为决定的，而不是受神灵之类的外在力量支配。

其二，业力面前，人人平等。神教认为人是由神所创，本身就存在差别，并不是都能得到神的恩宠和眷顾。如印度婆罗门教将人分为四种姓，分别是婆罗门、刹帝利、吠舍、首陀罗，生来就有高贵和低贱的不同。但在佛法看来，生命起点虽有高下之别，但这一切都是由自己造成的，是由往昔业力所决定，而非天生注定的差别。

其三，因为生命具有可塑性，所以前途是光明的。如果我们深信因果，就会努力止恶行善，使生命未来趣向光明。神教认为，上升天堂后，将永远在那里享乐；堕落地狱后，永无翻身可能。而从佛教观点来看，无论是上升天堂或堕落地狱，都是暂时的。一方面，天福享尽，必定堕落。另一方面，待地狱众生罪业报尽，只要将来能修习善行，照样可以往生极乐，乃至解脱生死。所以说，命运之舵就掌握在每个人手中，不是一成不变的。

其四，因果不虚，善恶有报。从因果角度来说，业不作不得，业作已不失。凡是未曾造作的业力，都不可能无中生有地招感果报。凡是已经造作的业力，只要未采取对治手段，都会招感果报，区别只是在于时间早晚。

【第六章、学佛的基本德行】

【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，常念思维，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。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。何等为十？谓能永离杀生、偷盗、邪行、妄语、两舌、恶口、绮语、贪欲、嗔恚、邪见。】

龙王当知：菩萨有一法，能断一切诸恶道苦。”佛陀告知龙王，对于修习菩萨道的人来说，有一个法门可以断除所有恶道之苦。“诸恶道”指三恶道。佛教认为，有情的生存处境主要有六道，分别是天道、人道、阿修罗道、地狱道、饿鬼道、畜生道。其中，天、人、阿

修罗属于三善道；畜生、饿鬼、地狱属于三恶道。所以将之称为三恶道，是因为彼处环境极为险恶，众生在那里遭受无量诸苦，千生千死，万生万死。

“何等为一？谓于昼夜常念思维，观察善法。”恶道之苦令人恐惧，我们又该修习什么法门，才能远离恶道，断除诸苦呢？那就是忆念、思维、观察善法，无论白天还是夜晚，都能时时忆念不忘。在学佛过程中，对念头的把握非常重要，这也是修行的关键所在。世间的差别，人生的差别，乃至众生的流转生死，根源都在于此，这也就是前面所说的“心想异故”。由于心念的差别，引发行行为的差别，进而导致有情生存处境的差别。所以说，一切善恶业报、凡圣之别，无不在于心念差别。

从另一个角度来说，虽然众生的心念千差万别，但所关注的，无非是色声香味触法，无非是衣食住行，无非是名利钱财，无非是人我是非。我们不妨观察一下自己的起心动念，就会发现，一切活动都未超出这些方面。学佛修行，就是要训练并改造自己的念头。佛与众生的差别，也正在于此。《六祖坛经》说：“前念迷即众生，后念悟即佛。”从圆满悲智二德的人天导师，到形形色色的六道众生，看似有天壤之别，但究其根源，只在迷与悟的一念之间。

有句话叫做“放下屠刀，立地成佛”。很多人感到不解，“放下屠刀”这么简单的事，难道可以使我们成佛吗？须知，我们要放下的不仅是手中的屠刀，更是内在的杀心，内在的恶念。如果我们能将所有恶念转化为善念，将所有杀心转化为悲心，当下的心，就与佛菩萨无异。所以说，佛和众生之间并不存在无法跨越的鸿沟，关键就是对念头的把握。

称念佛号的意义，也在于此。持名念佛，念念不离，目的也是为了训练散乱的念头，同时，通过观想将弥陀功德念念融入心行，最终与阿弥陀佛心心相印，感应道交。而不是一天到晚喊阿弥陀佛来救我，喊阿弥陀佛来帮我。通过这句佛号，将念头专注于此，从而训练心念。若能做到《大势至菩萨念佛圆通章》所说的“都摄六根，净念相续”，贪、嗔、痴三毒就没机会来造成困扰了。一旦烦恼根除，妄心熄灭，智慧也能朗然显现。所以说，念佛也是树立正念的有效途径。

对于在家居士来说，六念法门的修行非常重要。所谓六念，分别是念佛、念法、念僧、念戒、念施、念天。一是念佛，忆念佛陀的无量功德，并以佛陀为榜样，见贤思齐，努力使

自身行为向诸佛菩萨靠拢。二是念法，时时忆念无常、因果、缘起之理，从而以佛法正见观照世间，指导人生。三是念僧，忆念贤圣僧的清静德行，从而激发希求解脱之心。四是念戒，经常以戒律对照自身行为，观察自己的言行举止是否如法，是否符合戒律规范。五是念施，保持对众生的慈悲心、布施心，将众生的困难视为自己的困难，将众生的需要视为自己的需要。六是念天，明了天人的福德来自何方，也像他们那样持戒培福、止恶行善。

修习六念法门，可以帮助我们将念头安住于正见。只有这样，学佛才能相应。反之，若是念头被无明烦恼缠绕，被贪、嗔、痴三毒支配，就会在起心动念间造下诸多恶业。所以佛陀告诫我们，应“常念思维，观察善法”，使心时刻与善法相应。

“令诸善法念念增长，不容毫分不善间杂。”因为我们的的心恒常与善法相应，就能使善念逐渐增强，相应的，贪、嗔、痴烦恼及各种欲望、情绪的力量就会随之减弱。最终，没有分毫不善心念掺杂其间。我们可以观察并统计一下自己的念头，在一小时内，有多少念头与贪、嗔、痴烦恼相应，又有多少念头与戒、定、慧，与慈、悲、喜、舍等善法相应。若能时常观察念头变化，就能在烦恼生起之初发现它，进而遏制其发展趋势。通过长期训练，使善念不断增长，最终念念相续，达到“不容毫分不善间杂”的效果。

“是即能令诸恶永断，善法圆满，常得亲近诸佛菩萨及余圣众。”一旦心念能恒常与佛法相应，恶念自然随之熄灭，得到降伏，使善法趋于圆满，时常亲近诸佛菩萨与其他圣贤。

“言善法者：谓人天身、声闻菩提、独觉菩提、无上菩提，皆以此法以为根本而得成就，故名善法。”前面反复提到的善法，究竟是什么呢？这段经文，给善法做了简单的定义：所谓善法，主要是从其结果来看，以它所招感的果报，来判断这一行为的善恶属性。凡使我们成就三乘果位及人天果报的行为，就属于善法。也就是能使我们来世继续做人，或者生天，或者成就声闻的阿罗汉果，或者成就独觉的辟支佛果，或者成就圆满的无上菩提的行为。反之，驱使我们堕落地狱道、饿鬼道、畜生道的法，就属于恶法。

《成唯识论》中，对善法也有明确定义。所谓善法，即“能为此世他世顺益故名为善”，是从眼前及长远利益来衡量善恶标准。善的行为不仅对现在有益，同时也对未来有益。有些行为虽能带来眼前快乐，却对未来有害无益，这就不可称为善法。比如饱餐一顿美味，当下虽然吃得很开心，但对未来却没什么利益，就不属于善法。如果还因此造作诸多杀业，就属

于恶法范畴。所以说，善法应从两世来理解。比如布施，在帮助他人的当下，就能成就自身善心。同时，这一行为不仅对今生有益，也会给未来生命带来良好结果。这样的行为，就属于善法。

“此法即是十善业道。何等为十？谓能永离杀生、偷盗、邪行、妄语、两舌、恶口、绮语、贪欲、嗔恚、邪见。”这部经典既然名为《十善业道经》，又是指哪十种善法呢？就是彻底远离杀生、偷盗、邪淫、妄语、两舌、恶口、绮语、贪欲、嗔恚、邪见十种行为。其中，关键在于“永离”，也就是从今以往，永不造作。现实生活中，人们总会有意无意地造作一些不善行为，很难真正将十善行贯彻得清净，贯彻得圆满。但这些都是学佛者的基本德行，我们必须知难而进，能做多少算多少。

虽然本经特别提出十善业道，但这并不是说，除此以外就没有其他善法。事实上，凡能和菩提道相应的一切行为皆可称为善法，如六度四摄、四无量心、普贤菩萨十大愿王等。

【第七章、建立幸福人生的十种行为】

一、不杀生

【龙王！若离杀生，即得成就十离恼法。何等为十？一、于诸众生普施无畏；二、常于众生起大慈心；三、永断一切嗔恚习气；四、身常无病；五、寿命长远；六、恒为非人之所守护；七、常无噩梦寢觉快乐；八、灭除怨结众怨自解；九、无恶道怖；十、命终生天。是为十。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，得佛随心自在寿命。】

这段经文所介绍的，是不杀生的十种利益。

在介绍戒杀利益之前，首先要明白什么是杀生。很多人对杀生的内涵不能正确理解，或是认为，牛马猪羊这些动物生来就是给人吃的，所以吃这些根本是天经地义，没有任何不妥之处；或是认为，蔬菜也有生命，那么吃蔬菜也避免不了杀生，而连蔬菜也不吃的话，人就无法存活了。这两种观点都有失偏颇。

从佛教观点来看，牛马猪羊和人类一样，同属于六道众生，只是生命层次较低。如果我们现世不止恶行善，不种下人天善因，来世也可能堕落畜生道中。那么，我们是否愿意未来

成为他人的盘中餐呢？答案显然是否定的。在佛教中，将一切有感觉、有思维、有情识的生命称为有情。而将蔬菜之类没有感觉也不知疼痛的植物称为无情。凡是伤害有情生命的行为，皆属于杀生范畴。

这又涉及一个许多人关心的问题：学佛后是否必须吃素？关于这一点，五戒虽未明确规定，但在五戒和十善中，皆以“不杀生”为首。只有以平等慈悲之心对待一切众生，才能从根本上杜绝杀生。如果人人吃素，世间就不会发生为满足口腹之欲而大肆杀戮的惨剧。如果一时还做不到素食，至少必须是三净肉，即不见为你杀，不闻为你杀，也不知为你杀。

此外，学佛者还时常碰到这一问题：如果不杀生，家中搞卫生时，怎么对待蟑螂之类的小动物呢？如果不小心误伤，是否也属于杀生？佛陀在世时，比丘们曾就类似问题请示过佛陀。佛陀的解答是：卫生当然要搞，但在搞卫生时应尽量小心，不要伤及这些生命。我们清理居室卫生时，若故意用杀虫剂大量喷洒，自然属于杀生。若是无意间误伤，虽也存在业罪，但不算犯杀生戒。此外，误伤后应立即生起忏悔心，为它们念佛，并将念佛功德回向它们，祈愿它们早日脱离恶道之苦。

或许还有人会问：蟑螂、蚊子、苍蝇、老鼠之类不是害虫吗？如果对它们也要怜悯慈悲，不是没有原则、敌我不分吗？其实，所谓的害虫，只是站在人类立场而言，是相对而非绝对的。对于人类来说，它们确实给生活带来了一些困扰。但对世间其他生命来说，人类难道不是造成更大危害的罪魁祸首吗？造成环境污染，造成各种野生动物灭绝的，不正是人类自己吗？如果我们只是站在自身立场看待问题，就不可能平等关爱一切生命。此外，不杀生不仅是为了尊重生命，更是为了培养自身的慈悲心。

我们再来看看杀生的定义。杀生，是以恶心断除有情生命。具备以下四个条件就构成杀业：一、故意杀生，即有心杀害众生，而不是误杀。二、杀他有情，所杀为其他有情的生命，而不是伤害自己。三、明知故犯，明明知道这也是生命，也像人类一样贪生怕死，具有自我保护意识，仍对它们进行伤害。四、制造杀生用具，有意制作笼子、猎枪、鱼网、鱼钩之类的杀生工具，或事先挖掘陷阱暗害动物，或事先准备凶器谋害他人，等等。

“龙王！若离杀生，即得成就十离恼法。何等为十？”佛陀对龙王说：如果能远离上述

种种杀生行为，我们就能成就十种远离烦恼的善法。从另一个角度来说，是获得十种幸福、快乐的人生结果。那么，到底有哪十种呢？

“一、于诸众生普施无畏。”其一，不杀生是对一切众生给予无畏施。无畏施为布施之一，是给众生以安全感。喜欢杀生者，无论是人或动物，都会感到害怕。有个词叫做“杀气腾腾”，仅仅他所传递的气息，已经令人害怕，更何况他所实施的行为。对于杀人不眨眼的魔王，我们会闻风丧胆。同样，因为人对动物有杀心，动物见了才会害怕，才会立刻逃之夭夭。而在澳洲、欧洲等地，公民普遍有保护动物的意识。所以，鸽子们会成群结队地在广场上悠闲漫步，或是飞落游客身边嬉戏。人与动物和睦相处，其乐融融。

佛教认为，受持五戒就是五种布施。不杀生，众生就不必担心被你伤害生命；不偷盗，众生就不必担心被你盗窃物品；不邪淫，众生就不必担心被你强暴，或是家庭被你破坏；不妄语，众生就不必担心被你欺骗；不饮酒，众生就不必担心结交不讲信誉的酒肉朋友。所以说，持戒不仅是消极的止恶，本身也是行善的一种方式。

“二、常于众生起大慈心。”其二，不杀生就是对一切众生常行慈悲。人们之所以会杀生，就是因为缺乏慈悲心。面对活生生的人或动物，竟然忍心下手杀害，可见其残酷暴戾。尤其是人或动物临死前的惨状，稍具同情心或怜悯心，尚且不忍目睹，何况动手杀害。而那些习惯于杀生者，则会因为这一恶行变得暴戾、冷酷，乃至以杀人或动物为乐。这种充满嗔恨和恼害的心，才会炮制出各种残忍到令人不忍听闻的烹调方法，才会制造出南京大屠杀、奥斯威辛集中营那样的惨痛浩劫。

“三、永断一切嗔恚习气。”其三，不杀生能够断除一切嗔心和习气。人性中的各种习气，并非天生如此，而是在生命流转过程中不断积累而成。习惯杀生者，往往具有极重的嗔恨心，对众生缺乏同情、包容、忍耐，一旦被人招惹，就会怀恨在心，伺机报复。乃至终日生活在愤恨恼害中，对什么都心怀仇恨。发展到极至，就会完全被嗔心主宰，使相貌都发生改变，变得凶神恶煞般狰狞。反之，戒杀护生则会因慈悲心不断增强，而使嗔心越来越弱，最终彻底断除。

“四、身常无病。”其四，不杀生者能够感得身体健康，无病无灾的善报。杀生使其他众生痛苦不堪，甚至丧失生命。所以，种下杀生业因者，在未来生命中，将招感短命、体弱多病的果报。如果我们让其他生命安然地活着，自然也能感得健康的果报。

“五、寿命长远。”其五，不杀生者能感得长寿的善报。杀生者因为断送众生命根，使他人或动物遭遇杀身之祸，命丧黄泉。与此相应，也将种下短命、夭折之因。反之，因为慈悲一切众生，自然感得长寿果报。俗话说“仁者寿”，说的正是这个道理。《譬喻经》还记载了这样一个故事：从前有师徒俩在森林中修行，师父是位证得宿命通的老和尚。一天，他以神通观察，发现弟子只剩下七天寿命。他担心弟子死在寺院里，其家人会因此怪罪下来，就对弟子说：你的双亲很想念你，可以回去看望他们。弟子高兴地辞别师父上路了。途中路过小溪，看到溪中有大堆蚂蚁被困，就捡了木棒架在水面，使千万只蚂蚁安全脱险。弟子回家过了一星期后，又回到寺院。师父见到徒儿竟然活着回来，又惊又喜，入定仔细观察，才发现弟子因解救蚂蚁得以延寿。这是护生长寿的典型例子。

“六、恒为非人之所守护。”其六，不杀生者能被天龙八部所守护。宇宙中，除人类肉眼所见动物之外，还生活着各个层次的生命。天龙八部就是其中的一部分，他们喜欢赏善罚恶，常在暗中保护道德高尚、广行善事者。《长阿含经》卷二十就说：“修行善法，见正信行，具十善业，如是一人有百千神护。”

“七、常无噩梦寝觉快乐。”其七，不杀生者在睡眠中也能安稳祥和，没有不祥之梦侵扰。因为他们问心无愧，活得坦荡安然。而那些杀人害命的行凶者，虽然表面凶悍，内心也时常怀有恐惧。尤其在夜晚，往往乱梦颠倒，心神不安。

“八、灭除怨结众怨自解。”其八，戒杀者能逐步化解并灭除种种怨恨。因为残杀会带来不共戴天的仇恨。在人类历史上，有些国家或民族因为怨怨相报，才会世世代代不断地发动战争，今朝我杀你，明朝你杀我。其实，不仅人与人之间会结下怨恨，杀害动物也会招致同样的仇恨怒火。在屠宰场，那些被杀的牛羊也不会温顺地伸长脖子等死，总是拼命挣扎，在极度恐惧和嗔恨中死去。这种杀与被杀结下的怨仇，会生生世世地延续下去。

“九、无恶道怖。”其九，戒杀者不会因杀生种下堕落地狱、饿鬼、畜生之因，就不会生起由这一罪业沦落恶道的恐惧。

“十、命终生天。”其十，戒杀者命终之后，能生天安享福报。

“是为十。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，得佛随心所欲在寿命。”若将修习十善的功德回向无上佛果，在成就之后，便能随心所欲地想活多长时间就活多长时间。从上述内容可以得知，一个人如果不杀生，不论对自身修养，还是未来生命的发展，都有极大利益。

二、不偷盗

【复次，龙王！若离偷盗，即得十种可保信法。何等为十？一、资财盈积，王贼水火及非爱子不能散灭；二、多人爱念；三、人不欺负；四、十方赞美；五、不忧损害；六、善名流布；七、处众无畏；八、财、命、色力安乐，辩才具足无缺；九、常怀施意；十、命终生天。是为十。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，得证清净大菩提智。】

这段经文所介绍的，是不偷盗的十种利益。

偷盗，又名不与取，也是五戒中的第二戒。凡将主人未曾给予的物品占为己有，都属于偷盗范畴，如骗取、盗窃、强夺、霸占、吞没、坑蒙拐骗等。

造成偷盗的业力，需要具备以下五个条件：一、故意起盗心，有心偷盗，而不是无心。二、属于别人的东西，而不是属于自己所有，假如是自己的东西，就不存在偷盗了。三、明知是他人的物品，仍将之占为己有，这是自欺欺人的伎俩。四、预先有盗窃的动机和准备，如作案计划、行动纲领。五、不是误取。具备以上五条，就构成偷盗业力。

“复次，龙王！若离偷盗，即得十种可保信法。何等为十？”佛陀告诉龙王，若能远离偷盗的行为，将得到十种可靠的人生结果。到底有哪十种呢？

“一、资财盈积，王贼水火及非爱子不能散灭。”远离偷盗行为，能使财富不断增加，而且一生都能安全享有，不会出现任何意外变故，不会受到国王、窃贼、洪水、火灾、不肖子孙的侵害和干扰。世间拥有财富者虽多，但保有财富却并不容易。许多人曾经富甲天下，

后来却穷困潦倒，甚至沦为乞丐。佛经认为，财富属于五家共有：一是国王，包括各种权势机构，可将个人财产没收充公。二是盗贼，包括各种大盗小偷，如黑社会团伙、梁上君子等。三是水灾，洪水到来时，会使房屋倒塌，财产受损，使整个城市被大水席卷一空。四是火灾，一场大火会将人们一生积攒的财富化为乌有，所谓水火无情。五是不肖子孙，许多富家子孙从小娇生惯养，不思进取，若不幸沾染吃喝嫖赌等不良行为的话，很快会将祖辈们留下的财产挥霍一空。所以，现在国外许多富豪都不愿给子孙留下太多财富，认为那样反而对他们有害无益。

“二、多人爱念。” 远离偷盗行为，能使我们受到大众的欢迎爱戴。一个人可能会因亲情或爱情受到某一部分人的喜爱，但要令社会大众接受、敬爱，就需具备良好的品德操行。试问，有谁喜欢和小偷做朋友呢？除非菩萨出于悲心摄受他。而那些从无偷盗行为的人，为人诚实、光明磊落，自然受到大众欢迎。

“三、人不欺负。” 远离偷盗行为，就不会被大众轻视、舍弃，不会被他人欺负。否则，就会失去大众信任，自然也不被社会接纳，以致想找份工作都非常困难。

“四、十方赞美。” 远离偷盗行为，能受到大众的赞美。现在的社会虽盛行种种不正之风，但传统道德观念和人类良知并未彻底丧失，在人们心目中，还存在相应的道德准则。偷盗者臭名昭著，人人轻视。不偷盗者诚实可靠，个个赞美。

“五、不忧损害。” 远离偷盗行为，通过合法渠道赚钱，心安理得地享用财富，不再担忧害怕，所谓“不干亏心事，半夜不怕鬼敲门”。反之，靠非法手段敛财者，随时都担心其非法行为被人发现，被追回财物，还害怕别人报复他，并时刻伴有坐牢的恐惧。

“六、善名流布。” 远离偷盗行为，能使好名声流布十方。名誉虽不是真实的，但名声好坏也直接关系到人生幸福。拥有良好的名声，就会受人恭敬，受人爱戴。

“七、处众无畏。”远离偷盗行为，无论走到哪里都光明磊落，坦荡安然。常言道，做贼心虚。只要有偷盗行为，内心总会有不同程度的愧疚，害怕被人发现，心情常常处于忐忑不安中。

“八、财、命、色力安乐，辩才具足无缺。”远离偷盗行为，使财富增长、健康长寿，生活环境优越，并具足无碍的辩才。反之，偷盗之行将使这一切都受到影响。

“九、常怀施意。”远离偷盗行为，就能对大众时常怀有布施之心。我们所有的人格特征都是长期积累而成。行为是有惯性的，对于偷盗者来说，总想着将他人物品占为己有，怎么还舍得布施呢。唯有远离偷盗，才会培养慈悲喜舍之心，随时愿意将钱财布施给需要帮助的人。

“十、命终生天。”远离偷盗行为，布施持戒，死后会往生欲界天享受天福。

“若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，得证清净大菩提智。”综上所述，不偷盗者将得到以上十种现生及来世的利益。若将这一功德回向无上佛果，也就是以菩提心受持不偷盗的净戒，将来成佛时，就能证得清净无染的菩提智慧。

三、不邪行

【复次，龙王！若离邪行，即得四种智所赞法。何等为四？一、诸根调顺；二、永离喧掉；三、世所称叹；四、妻莫能侵。是为四。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，得佛丈夫隐密藏相。】

所谓邪行，即不被国家法律或社会道德承认的男女关系，又称邪淫。邪行主要由四种因素构成：一、非境，凡与法定夫妻关系之外的男女行淫，都属于邪淫。二、非道，即使是合法配偶，若在正常产道之外的地方行淫，也属于邪淫。三、非时，在妻子怀孕、哺乳或受持八关斋戒期间行淫，也属于邪淫。四、非处，在寺院、佛塔等圣洁之地行淫，同样属于邪淫。尤其是后面三点，往往为世人所忽略，须特别注意。

“复次，龙王！若离邪行，即得四种智所赞法。何等为四？”佛陀对龙王说，如果能够远离邪淫，将得到四种智者称赞的利益。到底是哪四种呢？

“一、诸根调顺。”诸根，指眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根六根。如果放荡不羁，邪淫过度，将导致诸根不调。如古代许多帝王都寿命很短，有些三十多岁就一命呜呼，其重要原因就是淫欲过度。在现代社会，性行为比较开放，不仅使性病泛滥，更出现艾滋病等不治之症，且愈演愈烈。邪淫会对身心造成极大伤害，就生理而言，会沾染种种疾病；就心理而言，一个好色之徒，往往整日神魂颠倒、萎靡不振。唯有远离邪淫，才能使身心恢复健康状态。

“二、远离喧掉。”这里所说的喧掉，主要指心理上的扰乱。邪淫者有了外遇或其他不正当性行为后，往往陷入种种牵挂和烦恼中，做什么都心不在焉，无法安静。邪淫还会带来许多社会问题。在今天这个时代，因为两性关系混乱，造成不少家庭的破裂，使许多无辜的孩子从小失去家庭温暖，甚至因此走向犯罪道路，给父母带来无尽的悔恨和不安。唯有远离邪淫，才能使内心平静，安详自在。

“三、世所称叹。”中国传统道德中，非常重视节操，寻花问柳者往往为世人所不齿，至于卖淫等行为，更为社会所唾弃。远离邪淫者，作风正派，品行端正，就会受到世人的称赞。

“四、妻莫能侵。”邪淫者因侵犯他人妻子而种下恶因。所以，往往担心这样的结果落到自己头上，担心自己的妻子也行为不端，也被人骚扰。如果没有种下邪淫之因，就不必担心妻子有外遇或是受到侵犯。

“若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，得佛丈夫隐密藏相。”隐密藏相，为三十二相之一，又称马阴藏相，指佛陀的男根隐藏于腹中而不外现。不邪淫者能得到以上四种好处。若以菩提心遵守不邪淫的净行，将来成佛时，即能成就佛陀三十二相中的隐密藏相。

四、不妄语

【复次，龙王！若离妄语，即得八种天所赞法。何等为八？一、口常清净优钵花香；二、为诸世间之所信伏；三、发言成证，人天敬爱；四、常以爱语，安慰众生；五、得胜意乐，三业清净；六、言无误差，心常欢喜；七、发言尊重，人天奉行；八、智慧殊胜，无能制伏。是为八。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，即得如来真实语。】

所谓妄语，即虚诞、不真实的语言。佛教中，妄语又有大妄语、小妄语、方便妄语之分。大妄语，即未证言证，虽然没有证得圣果，却为了名闻利养等种种原因谎称自己已经得道，已经证得圣果，已经得到龙天护法的供养。方便妄语，则是为了救度、帮助、安慰众生，或是不给他人增添麻烦，迫不得已而说的与事实不符的话。但这种妄语是有原则的，必须是为了众生而非自身利益。除大妄语和方便妄语之外，所有不真实的话，都称为小妄语。

妄语不仅有属性的区别，也有表达方式的区别。或是以假话欺骗他人，或是以书信等文字方式歪曲事实，或是以默认、暗示等肢体语言误导他人，或是假借他人之口达到欺骗目的。不论以什么方式，只要是故意达到欺骗对方的效果，都属于妄语范畴。

妄语业的成立必须具备四个条件：一、以违背事实的语言欺骗对方，比如看见了说没看见，没听见却说听见。二、对方能理解你的意思，假若对方因语言不通等障碍无法理解你的用意，就不能达成欺骗目的。三、存有欺骗心理，如果只是误传了某些信息，本身绝无欺骗之意，也不构成妄语。四、对方如实接受，他人对你所说的谎言信以为真，才构成妄语，如果他根本不信，也不能达到妄语的目的。具备上述四项条件，妄语罪就成立了。

“复次，龙王！若离妄语，即得八种天所赞法。何等为八？”佛陀对龙王说，如果能够远离妄语，将成就八种天、人称赞的善法。到底是哪八种呢？

“一、口常清净优钵花香。”优钵花，即青莲花。远离妄语者，口中时时散发青莲花一般纯净、悠远的清香。反之，谎话连篇者往往招感口臭的果报，使人闻而生厌，难以接近。

“二、为诸世间之所信伏。”远离妄语者，能受到世人的信任。人与人之间相处，必须诚实无欺，信守诺言，才能建立信用。所以，儒家也很重视信的作用，所谓“言而无信，不知其可也”。试想，那些妄语连篇者，可能取信于人吗？可能有良好的信誉吗？

“三、发言成证，人天敬爱。” 远离妄语者，能受到人、天的尊重和爱戴。现实生活中，众人因为某事发生矛盾纠纷，彼此争执不下时，往往会请一位德高望重的长者做出裁判，定夺是非。这种威望的建立，一个重要原因就是秉公办事，不凭个人情绪颠倒是非。若是曾经言而无信、出尔反尔，就很难被大众所推崇。

“四、常以爱语，安慰众生。” 爱语，是以爱心说出的语言。远离妄语者，才能时常以关爱之心使众生得到安慰，因为他们所说，是真实、利他的语言，是本着为他人着想的目的而说。反之，那些花言巧语虽然听起来很动人，却只是为了表现自己的口才，甚至是为了达到自己不可告人的目的，对众生是没有任何真实利益的。

“五、得胜意乐。三业清净。” 胜，是殊胜；意乐，即心态和习惯。远离妄语者，能获得良好的心态和习惯。因为妄语是在种虚妄之因，从而远离如实之道，失去清净、殊胜的意乐。

“六、言无误差，心常欢喜。” 远离妄语者，能够直截了当地准确表达个人想法，使听者容易领会，心生欢喜。反之，那些说假话的人，常常为了圆谎，为了弥补一句假话造成的后果，需要编出一大堆假话为自己辩护。这就会语无伦次、破绽百出，使人不明其意，也使自己懊恼不乐。

“七、发言尊重，人天奉行。” 远离妄语者，因为言而有信，每说一句话都掷地有声。他所表达的意见，不仅会受到充分尊重，更为大众乐意接受，并愿意按照他所说的去做。那些言而无信的人，因为种下虚妄之因，就会失去大众的信任。信誉一旦失去，很难挽回影响，即使有时说了真话，也往往不会有人当做一回事。就像“狼来了”的故事，因为谎报两次危情，到狼真的来了，再也无人相信他的呼救，最终因说谎送了性命。

“八、智慧殊胜，无能制伏。” 远离妄语者，因为种下真实之因，就能成就殊胜的智慧，辩才无碍，制伏各种邪说。反之，经常妄语连篇者，说什么都不被大众信任，更不可能制伏他人。

“是为八。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，即得如来真实语。”以上，是远离妄语所成就的八种善报。如果以菩提心受持不妄语戒，并将这一功德回向佛果，将来圆满无上菩提时，就能成就与如来同等的真实语。就像《金刚经》所说的那样：“如来是真语者、实语者、如语者、不诳语者、不异语者。”

五、不两舌

【复次，龙王！若离两舌，即得五种不可坏法。何等为五？一、得不坏身，无能害故；二、得不坏眷属，无能破故；三、得不坏信，顺本业故；四、得不坏法行，所修坚固故；五、得不坏善知识，不诳惑故。是为五。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，得正眷属，诸魔外道不能沮坏。】

这段经文所介绍的，是不两舌的五种利益。

所谓两舌，就是搬弄是非、挑拨离间的语言，由此破坏他人或团体之间的友好关系。如向甲说乙，向乙说甲，在双方间制造矛盾，使之彼此猜疑，甚至吵闹争斗，以达到自己不可告人的目的。也有一些，纯粹是出于无聊而挑起事端，属于损人不利己的行为。

两舌由四个条件构成：一、通过挑拨，拆散或离间他人的友好关系。二、制造矛盾的语言。三、对方理解你所说的内容。四、对方完全相信你所说的一切。具备以上四项，就会构成两舌的业罪。

“若离两舌，即得五种不可坏法。何等为五？”两舌能破坏人与人之间的和谐关系，反之，不两舌就是成全他人利益。它所招感的果报，是使我们所做的一切不被他人破坏。佛陀告诉龙王说，若能远离两舌，将得到五种不被破坏的善法，那么，是哪五种呢？

“一、得不坏身，无能害故。”远离两舌者，能感得健康长寿的身体，绝不会因被人谋害而横死。反之，种下两舌之因，将来可能招感被人暗算的结果。

“二、得不坏眷属，无能破故。”眷属，包括父、母、兄、弟、妻、子六种主要亲属，及亲戚、门生等各种关系。在生活中，使所有眷属和谐相处，亲如一家，并非易事。即使在至爱亲朋之间，也往往会因两舌产生隔阂，甚至互相敌视。远离两舌者，就能感得和睦的人

际关系，家庭中和和美美，朋友间亲密无间，同事间互相照顾。因从未种下两舌恶因，这种良好关系也不会被他人破坏。

“三、得不坏信，顺本业故。” 远离两舌者，在选择信仰的道路上，能够不受外界干扰，坚定不退。如果种下两舌之因，在信仰过程中，往往会遭遇恶知识等外在逆缘，或是生于毁佛的时代，或是生于异教徒的家庭。如“文化大革命”期间，多少僧尼被迫返俗回家，无法进行正常的宗教生活。现在信仰自由了，但有些学佛者仍会遭到来自家庭或社会的压力，出家就更是障碍重重，不能如愿了。也有些人虽然选择佛法作为信仰，但在正见尚未坚固之前，又遭到异端邪说的引诱，产生邪见乃至改信邪说。出现这些问题，都与往昔种下的两舌之因有关。

“四、得不坏法行，所修坚固故。” 远离两舌者，在修行道路上能具足特别殊胜的因缘，在选择相应法门后顺利前行，没有任何障缘的干扰，直至有所成就。修行之路是艰辛的，许多人都会经历这种反复的过程，绝非一帆风顺。尤其是往昔曾经种下两舌之因者，构成干扰的违缘特别多，一个障碍接着一个障碍，甚至半途而废。

“五、得不坏善知识，不诳惑故。” 远离两舌者，因为从不欺诳他人，在修学过程中，也能感得善知识的悉心引导。在学佛道路上，善知识极为重要。一方面，随时给予学人正确的引导、关照和提醒；另一方面，随时纠正学人修行过程中出现的偏差，帮助我们在学修路上顺利前行。若曾造作虚妄之因，即使能遇到善知识，也往往因为他人的挑拨离间，难以和善知识保持良好的师徒关系。

“是为五。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，得正眷属，诸魔外道不能沮坏。” 以上，是不两舌所感得的五种利益。若以菩提心修习不两舌，并将这一功德回向无上佛果，未来成佛时，就能感得广大无边的眷属协助弘法，即使各种魔王、外道试图从旁破坏，也难以达成。就像佛陀讲经说法时，往往有千二百五十的常随弟子，还有无量菩萨海会围绕。

六、不恶口

【复次，龙王！若离恶口，即得成就八种净业。何等为八？一、言不乖度；二、言皆利益；三、言必契理；四、言辞美妙；五、言可承领；六、言则信用；七、言无可讥；八、言尽爱乐。是为八。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，具足如来梵音声相。】

这段经文所介绍的，是不恶口的八种利益。

所谓恶口，又名粗恶语，凡是诽谤、攻击、讽刺、挖苦等能对他人构成伤害的语言，都属于恶口范畴。

恶口业道的成立，必须具备四个条件：一、有心伤害他人，若确实不存在恶意，而且使用常规语言，并无不文明的措辞，但对方却误以为在讽刺自己，就不能算作恶口。二、发出非爱语，即缺乏爱心且能伤害他人的粗暴语言。三、对方理解，如果对方完全听不懂你在说些什么，恶口是不成立的。四、如实接受，对方听到并接受你所说的话。具备这四项，就构成恶口业道。如果一个人能够远离恶口，就能成就八种清净的行为。

“复次，龙王！若离恶口，即得成就八种净业。何等为八？”佛陀对龙王说，如果远离恶口行为，便能成就八种清净的善业。究竟是哪八种呢？

“一、言不乖度。”远离恶口者，懂得说话的艺术，所说的每句话都能把握得恰如其分。这一点非常重要，若不具备这一能力，往往会处处碰壁。有些人之所以能走到哪里都深受欢迎，和善于表达有莫大关系。因为语言是人与人之间沟通的重要桥梁，能和颜悦色地与人交流，语言文明礼貌，语气温和亲切，更不随意将自我观点强加于人，自然令人愿意和其往来。反之，那些平时习惯粗恶语的人，往往带着嗔心说话，这就很容易出口伤人。

“二、言皆利益。”远离恶口者，能够本着爱心、慈悲心和他人交流，言语柔和亲切，凡有所说，必能利益他人。而从嗔心发出的语言，则像佛经所说的“夫士之生，斧在口中”。粗暴的语言，就像藏在人们嘴里的斧头。事实上，用语言伤害他人，有时甚至比刀枪更具杀伤力，更令人痛苦。因为刀枪只能给人带来外在伤害，而语言却能造成内在的、难以愈合的创伤。

“三、言必契理。” 远离恶口者，所说的每句话都是合情合理、恰如其分的。而处于嗔心状态下所说的恶言恶语，往往是失去理智的，毫无逻辑可言。当人们冷静下来，回顾愤怒时所说的话，时常会感到惊奇，不相信这是自己所说的话。

“四、言辞美妙。” 远离恶口者，是在爱心、慈悲心的状态下说话，不仅发出的声音柔和婉转，使用的词汇也美妙动人，使闻者欢喜。而恶口则是那些脏话、粗话，及一切能对他人构成伤害的语言，谁听了都不会觉得欢喜，都不愿欣然接受。

“五、言可承领。” 远离恶口者，所说的话，更容易被对方领会并接受。反之，即使所说的也有一定道理，如果不懂得方式方法，以粗暴的口气和语言进行表达，对方也往往不愿接受。

“六、言则信用。” 远离恶口者，是在冷静的状态下说话，自然能言而有信，受人信赖。而由嗔心说出的话，因为失去理智，往往出尔反尔，把握失当。

“七、言无可讥。” 讥，即言辞中出现的漏洞，为人讥笑。远离恶口者，说话相对严谨，有条不紊，不易为人垢病。在恶口情况下，往往由于失去理智而逻辑混乱，词不达意，甚至自相矛盾。

“八、言尽爱乐。” 远离恶口者，所说的话，听者往往备感舒服，备感欢喜，为大众喜闻乐见。而那些恶毒伤人的语言，谁也不愿听到，谁也不会因此欢喜。正相反，这些话就像毒药、利剑那样，令人痛苦，令人烦恼。

“是为八。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，具足如来梵音声相。” 梵音声相，为佛陀所成就的三十二相之一，指佛的声音有五种清净之相，分别是正直、和雅、清澈、清满、周遍远闻。以上所说，是远离恶口带来的八种利益。如果我们将这一善行回向无上佛果，那么，将来成就佛道时，就能具足与佛陀同样圆满的微妙音声。

七. 不绮语

【复次，龙王！若离绮语，即得成就三种决定。何等为三？一、定为智人所爱；二、定能以智如实答问；三、定于人天威德最胜，无有虚妄。是为三。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，即得如来诸所授记，皆不唐捐。】

这段经文所介绍的，是不绮语所感得的三种功德。

所谓绮语，又名杂秽语，属于染污的语言；或名无义语，指没有意义的闲谈。这些语言对修身养性没有任何利益，甚至还会带来诸多负面影响，增长我们的无明烦恼。

绮语由两个条件构成：一、有染污心。当人们说绮语时，往往是建立在染污心的基础上，带着贪心、嗔心等不良情绪而说。二、无意义的语言。世间有许多毫无意义的话，如无病呻吟的情歌艳词，天南地北的无聊言谈，与正见相违的邪见邪论等，都属于绮语范畴。

“复次，龙王！若离绮语，即得成就三种决定。”佛陀对龙王说，如果在修行过程中能远离绮语，可成就三种决定利益。那么，究竟是哪三种呢？

“一、定为智人所爱。”远离绮语者，所说的话都是对人生有益的，对改善生命有益的，不会说那些无意义的话，所以，必定被智者所喜爱。虽然有些人也能以花言巧语博得人们的欢心，甚至取得他人暂时的信任。但他们所以能得逞，只是因为对方缺乏智慧，才会被其诱惑。而对于有智慧的人来说，就不会被这些表面的甜言蜜语所蒙蔽。

“二、定能以智如实答问。”远离绮语者，对别人提出的问题，皆能以智慧如实回答。如果整日说三道四，废话连篇，本身就无法具备真实智慧，自然无法回答他人疑问，为他人解决人生困惑。

“三、定于人天威德最胜，无有虚妄。”远离绮语者，无论在人间或天堂，都拥有很高威望，受人尊重，受人爱戴。反之，若耽于绮语，言而无信，走到哪里都缺乏威信。

“是为三。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，即得如来诸所授记，皆不唐捐。”以上，为不绮语所感得的三种功德。若是在发菩提心的基础上修习不绮语，将来成佛时，由

于不绮语的功德，才能像佛陀那样准确地为众生授记。授记，是佛陀对发大心众生所做的预言，如过多少时间，在某处某国之中，成什么佛。释迦牟尼佛在因地时，由燃灯佛为之授记。这一点，在我们熟悉的《金刚经》中也曾提及：“是故燃灯佛与我受记，作是言，汝于来世当得作佛，号释迦牟尼。”在《妙法莲华经》中，佛陀分别为舍利弗、须菩提、迦叶、目犍连等诸大弟子一一授记，预言他们将在何时成佛，成就何方国土。佛陀所做的授记，最终都会一一实现，因为三世诸佛在因地修行时都远离了绮语。

八、不贪欲

【复次，龙王！若离贪欲，即得成就五种自在。何等为五？一、三业自在，诸根具足故；二、财物自在，一切怨贼不能夺故；三、福德自在，随心所欲物皆备故；四、王位自在，珍奇妙物皆奉献故；五、所获之物，过本所求百倍殊胜，由于昔时，不慳嫉故。是为五。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。】

这段经文所介绍的，是远离贪欲的五种功德。

贪欲，属于危害有情身心健康的三毒之一，此外还有嗔和痴。一切烦恼皆由此引起，或是这三种烦恼的表现形式，故名根本烦恼。烦是扰义，恼是乱义，因为烦恼能扰乱我们的内心平静，使人不得安宁。又称三不善根，即三种生起不善法的因。

贪欲，主要表现为占有和贪著。作为凡夫，往往表现出强烈的占有欲，不仅要占有衣食住行，更要占有名利地位，占有世间种种享乐。这种占有欲，正是来自贪著。其中最突出的，是在乎自己的身体。自从我们来到这个世界，几乎一生都在为这个身体的吃、穿、住而忙碌，可谓任劳任怨。

贪的表现形式很多。有时表现为悭，也就是吝啬、小气。因为对自己所有的财物贪著不舍，故不愿与他人分享，更不愿布施出去。有时表现为慢，也就是骄傲自大。因为对自己的长处贪著不舍，故自以为是，目中无人。如从事文学艺术或在某一领域学有所长者，我慢心往往特别重，所谓“文人相轻”。有时又表现为谄，也就是阿谀奉承。因为贪得无厌，不仅执著自己的财产、地位、名誉，且贪著他人的财产、地位、名誉，故以溜须拍马等手段博得他人好感，达到满足个人私欲的目的。此外，贪心还会导致杀、盗、淫、妄等种种恶行。

有情贪著的范围极为广泛。凡是自己喜爱的，都会产生占有欲。所不同的，只是程度的深浅。在我们这个世界，一切众生都处于强烈欲望中，故经中将此处称为欲界。欲，主要包括两方面，一是生理需求，二是心理需求。在佛教中，又将欲望归纳为财色名食睡五类。财欲，是对财富的贪求；色欲，是对男女色相的贪求；名欲，是对名誉的贪求；食欲，是对饮食的贪求；睡欲，是对睡眠的贪求。其中，饮食和男女又是五欲中最根本的两种欲望，为人之大欲所存焉。

此外，佛教中也以色、声、香、味、触为五欲。色欲，是眼睛希望看到悦目的对象，如赏心悦目的风景，朝思暮想的亲人等；声欲，是耳朵希望听到悦耳的声音，如称扬赞叹的语言，悦耳动听的音乐等；香欲，是鼻子希望嗅到芬芳的气味；味欲，是舌头希望品尝可口的味道；触欲，是身体希望感受到舒适的环境。多数人的一生，都沉溺在对五欲的追求中。当然，衣食住行都是生活的必要保障。但欲望是没有止境的，当基本生活得到满足后，我们又会希望吃得再精致些，穿得再华贵些，住得再舒适些，进而与他人进行攀比。

虽然世人都不能摆脱欲望，但每个人的欲望又是有所偏重，因人而异的。有些偏重于财欲，将敛财致富当做人生头等大事；有些偏重于色欲，将寻欢作乐当做生活全部重心；有些偏重于名誉，将获得荣誉当做至高无上的追求；有些偏重于食欲，将享用美味当做不可替代的享受；有人偏重于睡欲，宁愿将大好光阴一睡了之。因为欲望并不是天生的，也是生生世世不断培养出来的。偏重哪方面的追求，相应的欲望就会不断得到滋养，逐步发展壮大。否则，这一欲望就会因为得不到养分而逐渐削弱。

“复次，龙王！若离贪欲，即得成就五种自在。何等为五？”佛陀告诉龙王：若是远离贪欲，即能成就五种自在。所谓自在，是指心想事成，无牵无挂。通常，人们以为的幸福，都是以欲望为基础。当欲望得到满足，就觉得幸福快乐；得不到满足，就觉得失落痛苦。这就是被欲望系缚、不得自在的人生。那么，究竟是哪五种自在呢？

“一、三业自在，诸根具足故。”三业，为身业、口业、意业。诸根，为眼、耳、鼻、舌、身、意六根。远离贪欲者，会有清静、健康的身心，使三业自在无碍。如是，就能感得诸根具足的果报。

“二、财物自在，一切怨贼不能夺故。”一切怨贼，指大水、大火、盗贼、不肖子孙、国王五种天灾人祸。远离贪欲者，乐善好施，广种福田，未来将招感无量财富，且不会被冤家、债主夺去或毁损。

“三、福德自在，随心所欲物皆备故。”远离贪欲者，勤于施舍，从而感得福德自在的善报，想要什么，就能得到什么。福报包括很多方面，《尚书》归纳为五福：“一曰寿，二曰富，三曰康宁，四曰攸好德，五曰考终命。”而从佛教修行的角度来说，福报又有另外的内涵，如有时间修行，无须为生计担忧，有善知识引导等。

“四、王位自在，珍奇妙物皆奉献故。”远离贪欲者，还能得到王位及高官厚禄，得到本国诸侯、地方官员、周边国家敬献的各种精美贡品。

“五、所获之物，过本所求百倍殊胜，由于昔时，不慳嫉故。”远离贪欲者，未来皆能心想事成，所获得的一切，远远超过自己所求的千百倍。本身只想赚一百元，结果却赚到千元、万元乃至更多。我们要想过得快乐、自在，就要拥有福报。福报从何而来？唯有依靠自己耕耘培植。人天路上，修福为先。有不少修行者，只重视修行而不愿修福，整天只顾念佛、打坐，一点利他之事都不肯花时间去做。假如这一生功夫不到，不能往生西方极乐世界，未来修行条件就会受到很大影响。

佛教中有这样一句话：“修慧不修福，罗汉托空钵；修福不修慧，香象挂瓔珞。”说过去有两个师兄弟一起修行，一个偏重修慧，一个偏重修福。修慧的这位来世继续修行，并证得阿罗汉果，却无人供养，乞食时经常空钵而返，挨饿受冻。而不修慧的这位，来世堕落畜生道中，但由于他在因地培植诸多福报，结果当上国王的座骑，浑身挂满珍珠、玛瑙等宝石。这个故事告诉我们，修行路上要福慧双修，不可偏重一方。尤其我们现在学的是大乘佛教，更应从无我下手，发菩提心，发大悲心，在利他中完善自己。

“是为五。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。”上述五项，是不贪欲感得的果报。若能将不贪欲的德行回向无上佛果，最后成佛时，就会受到三界众生的敬重。

九、不嗔恚

【复次，龙王！若离嗔恚，即得八种喜悦心法。何等为八？一、无损恼心；二、无嗔恚心；三、无诤讼心；四、柔和质直心；五、得圣者慈心；六、常作利益，安众生心；七、身相端严，众共尊敬；八、以和忍故，速生梵世。是为八。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，得无碍心，观者无厌。】

这段经文所介绍的，是远离嗔恚的八种利益。

嗔恚，亦属三毒之一。其作用和贪欲恰恰相反，贪欲是将自己喜爱的占为己有，嗔恚则是对自己讨厌的横加排斥。愤怒就是嗔恚的表现形式。如因一言不合造成争执，最后愈吵愈烈，怒目相向。更严重的是，这种愤怒不会轻易消失，之后还会播下仇恨的种子，使人们心灵遭受极大伤害。所以，仇恨伤害最大的，正是我们自己。如果进一步施诸于人，还会对他人构成伤害。

嫉妒也是嗔恚的表现形式之一。看到他人事业有成，名闻四方，虽然对自己没有任何损害，却总是心怀不满，想方设法地予以阻碍。嫉妒的力量极为强大，为对治这一烦恼，佛教特别提倡随喜功德。看到别人做好事，由衷地为之欢喜，并从语言到行动给予支持。佛教认为，真诚的随喜，能获得与行善者同样的功德。每个人的实际能力不同，有些人可以成千上万，乃至百万、千万地捐出善款，有些人可以为寺院承担各种事务性工作。如果我们没有这样的财力，没有这样的工作能力，但只要真诚地随喜赞叹，就与他们所做的一切无二无别。所以，随喜功德等于低成本、高效益的投资方式。尽管如此，很多人还是因为心存嫉妒之故，非但不会随喜，反而讽刺挖苦。

“复次，龙王！若离嗔恚，即得八种喜悦心法。何等为八？”佛陀对龙王说：若是远离嗔恚，就能使身心安宁、平稳，感得八种喜悦之心。那么，究竟是哪八种呢？

“一、无损恼心。”远离嗔恚者，就不会产生损恼之心。否则的话，只要他人有损于自身利益，就恨不得马上回击，从而对他人构成伤害。

“二、无嗔恚心。”远离嗔恚者，即使在逆境前，也能以柔和心忍辱，以慈悲心面对。否则，一遇逆境就可能调动嗔心。久而久之，对什么都看不惯，使嗔心越来越大。

“三、无诤讼心。” 远离嗔患者，能够化解外界的一切挑衅，即使被人辱骂，也不会因此现起丝毫嗔心。而那些嗔心深重者，一旦被人辱骂，立刻会记恨乃至报复，总想找机会跟人家争斗。面对同样的环境，只要在乎才会被伤害，只要不在乎，就不可能受到任何影响。

“四、柔和质直心。” 远离嗔患者，内心充满安详和慈悲，语言也柔和安详，让人觉得舒服。嗔心重的人，心态就会粗暴乖戾，烦躁不安，时常处在气恼状态中。

“五、得圣者慈心。” 远离嗔患者，能逐步培养圣贤那样的慈悲心态，逐步接近佛菩萨的境界。如果我们心中贪嗔痴的力量特别强盛，整天想着伤害他人，就是通常所说的“衣冠禽兽”了。

“六、常作利益，安众生心。” 远离嗔患者，能具足慈悲之心，总想着怎样利益众生，使一切众生获得安乐。

“七、身相端严，众共尊敬。” 远离嗔患者，因为心态调柔，就能感得端庄慈悲的相貌，得到大众尊敬。相貌和人的心态有很大关系。在生活中，任何一个处于愤怒中的人，无论本来相貌如何，都不可能令人欢喜。因为他们的五官会被愤怒所扭曲，变得狰狞可怕。久而久之，面部肌肉就不能恢复原状了。就像那些杀业极重的人，因为时时想着杀害众生，甚至使自己的脸因为凶恶而变形，最后变得如凶神恶煞一般。古代有个画罗刹相的画家，日复一日、年复一年地画着，十年过去，他的相貌也发生了巨大变化，人人见了都敬而远之。他感到很苦恼，就去请教一位高僧。高僧让他改画佛菩萨像。于是，他潜心敬绘佛像，并时刻忆念佛菩萨的慈悲和智慧。又是十年过去，他的相貌竟然变得像佛菩萨那样柔和。这则故事，也说明了“相随心转”的原理：只要拥有慈祥的心态，外在相貌也会逐渐发生变化。这种柔和安详或暴躁嗔患的气质，就来自内心的长期熏习。

“八、以和忍故，速生梵世。” 远离嗔患者，会具有忍辱、柔和、慈悲的德行，这就是大梵天的威德。梵，是清净义，为远离淫欲的色界诸天的通名，其中的初禅天主即为大梵天。

“是为八。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，得无碍心，观者无厌。”上述八项，是修习不嗔恚感得的功德。如果将不嗔恚的功德回向无上佛果，将来成就佛果时，就能心无障碍，使看到的人们都生起极大欢喜，百看不厌。

十、不邪见

【复次，龙王！若离邪见，即得成就十功德法。何等为十？一、得真善意乐，真善等侣；二、深信因果，宁舍身命终不作恶；三、惟归依佛，非余天等；四、直心正见，永离一切吉凶疑网；五、常生人天，不堕恶道；六、无量福慧，转转增胜；七、永离邪道，行于圣道；八、不起身见，舍诸恶业；九、住无碍见；十、不堕诸难。是为十。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，速证一切佛法，成就自在神通。】

这段经文所介绍的，是远离邪见的十种利益。

所谓邪见，即对宇宙人生的错误认识。见，为认识、见地。邪见是相对正见而言，为无明的主要表现形式之一。这种错误认识，和宇宙人生的真实是相违背的，和修行解脱是相违背的，和完善人格的目的是相违背的。反之，凡是和真理相应，和修行解脱相应的认识，就属于正见。

在这个世间，邪知邪见特别盛行。有些人看不到生命的过去和未来，所以不相信因果，认为人死如灯灭，哪有什么报应，哪有什么轮回，这就是邪见。而许多宗教所认为的，人由神灵所创，死后或生天永久享乐，或堕落地狱万劫不复，在佛教看来也属于邪见。还有些人否定圣贤，不相信世间凡圣之别，认为不论今生是行善或作恶，最终都归于黄土，等无有异。古代的杨朱就认为，尧和舜虽是流芳百世的贤君，死后不过枯骨一堆；桀和纣虽是遗臭万年的暴君，死后也是枯骨一堆。人生一世，不论在世间留下什么痕迹，从自身结局来看，不过一死了之。这也属于佛法所认为的邪见。此外还有什么“人生苦短，及时行乐”，“有权不用，过期作废”，“人不为己，天诛地灭”等，都属于邪知邪见，都是因为不了解三世因果产生的。我们要获得解脱，首先必须树立正见，以此破除无明。无明得到根治，邪见自然失去立足之地，因为无明正是邪见的根源所在。

佛法修学是从闻、思、修入门，但许多人往往忽略这一修学常道。走入佛门后，多是根

据首先接触的法门开始修行，或是念佛，或是参禅，或是修密。但因为缺乏善知识指引，缺乏基本的经教基础，往往修着修着就不明究竟，不知所终了。天台宗《教观纲宗》有这样两句话：“有教无观则罔，有观无教则殆。”若不了解修行原理，面对修行过程中出现的各种境界时，又怎么知道如何应对，如何处理？这样的修行是很危险的。真正的修行，是以佛陀为榜样，从身、口、意三业，对我们现有的思想、观念、行为，乃至整个生命进行全面改造。从这个意义上说，修行就是一项巨大的生命改造工程。如果没有相当的理论基础，是无法完成这一重大使命的。

所谓闻，就是广学多闻，一方面是广泛地学习，一方面是反复地听闻。换言之，既要有广度，更应有深度。唯有这样，才能透彻佛法的甚深义理。通过闻思经教，将佛法观念转化为自身观念，并对照世间种种现象进行考察，以此指导自身行为。这样的修行，才会产生效果。所以修学的关键是树立正见、远离邪见。

“复次，龙王！若离邪见，即得成就十功德法。何等为十？”佛陀对龙王说：若是远离邪见，便能成就十种善法，那么，究竟是哪十种好处呢？

“一、得真善意乐，真善等侣。”意乐，为生命的意愿。远离邪命，就能得到与真理、道德相应的意愿。在漫漫学佛路上，始终有良师益友陪伴左右。反之，若被邪知邪见掌控，贪嗔痴将不断增长，从而远离真理、远离道德、远离善知识。

“二、深信因果，宁舍身命终不作恶。”具足正见者，必然深信因果。这种信，不是“宁信其有，不信其无”的泛泛认识，也不是缺乏理性的盲信乃至迷信。而是发自内心地确信，没有任何疑惑，也不抱任何侥幸心理。甚至在生死关头，也宁愿舍弃生命，绝不造作丝毫恶业。因为今生只是生命洪流中的一个片段，即使失去生命，来生还是可以继续。但若被邪知邪见所掌控，就可能因不信因果而毫无畏惧，无恶不作。这一恶因，将生生世世影响我们，给未来造成极大的负面影响。

“三、惟归（皈）依佛，非余天等。”具足正见者，确信佛法僧三宝才是真正皈依处，能使人彻底解脱痛苦和烦恼。一旦皈依，就以此作为人生的究竟归宿，不再有任何疑惑，也不再寻寻觅觅，飘忽不定。但若受邪见左右，就会是非不分，虽然皈依三宝，内心却未将之

作为人生的唯一依赖，忽而以天魔外道为皈依处，忽而以金钱、地位、感情为皈依处，以为这些才是幸福人生最可靠的保障。

“四、直心正见，永离一切吉凶疑网。”具足正见者，能够透彻世间万象。对于人生的吉凶祸福，因明了因果而不再有任何怀疑。确信今天的一切皆由往昔种下的善恶之因所招感；确信今天所做的一切，又将招感未来的苦乐之果。因为深信因果，所以，无论遭遇什么都能坦然承受，而不是怨天尤人，抱怨上天不公，抱怨世道不平。

“五、常生人天，不更恶道。”具足正见者，因为深明因果之理，绝不会任意造恶。同时，深信行善必感乐果，作恶必感苦果，从而积极地止恶行善。因为不种恶因，自然不会堕落恶道；因为广种善因，努力修习五戒十善，将来就能继续生而为人，或往生天国。

“六、无量福慧，转转增胜。”具足正见者，以佛法指导人生，广结善缘，勤种福田，就能在未来生命中收获无量福德。同时，以正见指导修行，就能调整观念，开发智慧。因为有正见为引导，福德和智慧将不断增长，最终达到圆满。

“七、永离邪道，行于圣道。”具足正见者，致力于八正道的修行，自然远离邪道。八正道是修学佛法的常道，不论修习解脱道还是菩萨道，也不论修习净土宗、密宗还是禅宗，都离不开八正道这一核心。八正道中，即以正见为首，此外则是正思维、正语、正业、正命、正精进、正念、正定。后面七项，都必须在正见指导下进行，否则就可能出现偏差。

“八、不起身见，舍诸恶业。”身见，即通常所说的我见，也就是执色身为我，属于五见之一。其余四项分别是边见、邪见、见取见、戒禁取见。具足正见者，明了缘起、无常、无我之理，依此观察、修习，就能破除我执，舍弃各种恶行。人间种种恶行，根源往往在于我执。因为执我，才会因“我”而贪，因“我”而嗔，才会有自私自利、尔虞我诈等丑恶现象。

“九、住无碍见。”具足正见者，以正见指导止观修行，通过禅修深化对正见的认识，引发般若智慧，如实通达宇宙人生的真实。如此，在认识上不再有任何困惑和迷茫。

“十、不堕诸难。”具足正见者，因为止恶行善，而不会堕落于诸难之中。诸难，即三途八难，又名八无暇，分别是：一、地狱；二、饿鬼；三、畜生；四、北拘卢洲（此洲只有享乐而无苦难，故不修佛法）；五、长寿天（色界、无色界长寿安稳之地，福报大而寿命长，亦不知修学佛法）；六、聋盲喑哑；七、世智辩聪（因世间知识而障碍对佛法的信仰）；八、佛前佛后（无佛住世教化的时代）。生于三途八难的众生，因无缘听闻佛法，生命是没有前景的。与之相比，无论我们现在的生活条件如何，生存环境如何，都是幸运的。尤其是生于苏州，社会环境和公众道德素质都比较好，还有如法的道场，能经常亲聆法师们讲经说法，是很难得的福报。

“是为十。若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，速证一切佛法。”以上所述，为不邪见所招感的十项善果。如果将此功德回向无上佛果，将来成佛时，便能迅速证得诸法实相，成就自在无碍的神通。我们之所以不能证得宇宙人生的真谛，就是因为见惑的阻碍。在修行道路上，有见惑和修惑两大障碍。所谓见惑，即认识上的错误，由此障碍我们对宇宙人生的认识，障碍对真理的证得。

“成就自在神通。”远离邪见，不仅能证得诸法实相，更能证得自在无碍的神通，获得彻底的自由解脱。在这个世间，人人都向往自由，将之视为比生命更高的追求，所谓“生命诚可贵，自由价更高”。但是，什么才是真正的自由？怎样才能获得自由？从佛法观点来看，自由主要体现为两方面：一是心解脱，没有任何烦恼，为内在心灵的自由；一是慧解脱，即透彻宇宙人生的实相，为思想认识上的自由。从这个意义上说，假如一个人内心还有烦恼，就谈不上真正的自由。

到此，将十善业道的内容和修习十善业道的利益讲完了。从中可以看出，修习十善业道，确能为我们带来人生的种种利益。不仅是现前的人生幸福，也包括未来的人生幸福。反之，十不善业则是造成人生种种痛苦的根源。

【第八章、成佛的途径】

【尔时，世尊复告龙王言：若有菩萨依此善业，于修道时，能离杀害而行施故，常富财宝无能侵夺，长寿无夭，不为一切怨贼损害。离不与取而行施故，常富财宝无能侵夺，最胜无比，悉能备集诸佛法藏。离非梵行而行施故，常富财宝无能侵夺，其家贞顺，母及妻子，无有能以欲心视者。离虚诞语而行施故，常富财宝无能侵夺，离众毁谤，摄持正法，如其誓愿所作必果。离离间语而行施故，常富财宝无能侵夺，眷属和睦，同一志乐，恒无乖诤。离粗恶语而行施故，常富财宝无能侵夺，一切众会欢喜皈依，言皆信受，无违拒者。离无义语而行施故，常富财宝无能侵夺，言不虚设，人皆敬受，能善方便断诸疑惑。离贪求心而行施故，常富财宝无能侵夺，一切所有悉以慧舍，信解坚固，具大威力。离忿怒心而行施故，常富财宝无能侵夺，速自成就无碍心智，诸根严好，见皆敬爱。离邪倒心而行施故，常富财宝无能侵夺，恒生正见敬信之家，见佛闻法，供养众僧，常不忘失大菩提心。是为大士修菩萨道时，行十善业，以施庄严所获大利。】

这段经文，为我们讲述了成佛的途径。如果想要成佛，必须通过菩萨道的修习，那就是六度法门。对于六度万行的实践来说，十善道的基础依然非常重要。

一、布 施

六度以布施为首。布施，相当于通常所说的施舍，包括财施、法施、无畏施。

财施，即财富的布施，主要有两种，一是钱财及衣食住行等外财施，一是生命等内财施。有些众生缺吃少穿，有些地方发生天灾人祸，我们都应尽力予以帮助，使之免于饥寒之苦，这些属于外财施。无论是否学佛，只要不是极端吝啬者，只要有一定的怜悯心、同情心、慈悲心，多多少少都能做得到。相对而言，内财施的难度会更大。所谓内财，就是我们的身体乃至生命。有人需要你的眼睛，你能否布施给他？人家需要你的手足，你能否布施给他？这类布施，对于凡夫来说是相当困难的，只有大菩萨才能做到。

对于他人来说，布施提供了相应的帮助。而对于我们自己来说，布施主要是修习慈悲的途径，是对心行的调整。从这个角度来说，只要我们有缘，无论经济条件如何，都可以广行布施。俗话说，“贫穷布施难”。其实，有钱固然可以用钱来布施，没钱同样可以通过广大的发心来随喜。此外，布施的方式还有很多。我们可以用微笑对待每个人，布施人们以欢喜；

也可以花时间为人排忧解难，布施人们以关爱；包括在生活中处处谦让，也是布施人们以方便。所以，生活中时时可以修习布施。

法施也主要有两种：一是以佛法帮助人们解脱痛苦，一是为他人传授谋生技能。相对而言，法施的意义远胜于财施。因为财施的作用有限，而法施的作用却是无限的。对于生活无着的人来说，给一些暂时的资助，远不如为他传授一项谋生技术，那才是可以终身受用的，是任何人无法夺走的。若能进而以佛法予以指导，使之明白因果之理，免受三途剧苦，功德就更不可思议了。

无畏施，即受持五戒，使众生不必因为担心被伤害而生活在恐惧中。如果我们决心不杀生，众生就不必害怕被杀戮；如果我们决心不偷盗，众生就不必时刻猜忌提防；如果我们决心不邪淫，众生就不必担心妻女被勾引、强暴；如果我们决心不妄语，众生就不必害怕被坑蒙拐骗；如果我们决心不饮酒，众生就不必担心被失去理智的行为纠缠并伤害。

所以说，修习布施有以下几点利益：

其一，布施可以克服吝啬。通常，人们对属于自己的物品总是珍爱有加，不愿与他人分享。即使自己不需要了，一旦要给予他人，也往往觉得重要起来，舍不得布施出去。若不加以对治，久而久之，吝啬就会成为坚固的习气。最有效的对治方法，就是布施。

其二，布施可以克服贪著。贪心重的人，看什么都好，什么都舍不得。我们在修习布施的同时，也是在克服对财物的贪著。若能时常修习布施，贪著自然随之减少。

其三，布施可以增长福德。人天路上，修福为先。福德从哪里来？正是通过布施而来。正如农民春天播种、秋天收获那样，我们也只有通过播种善因，耕耘福田，才能获得回报。

其四，布施可以将今生财富带到来世。人命是无常的，所以很多人将及时行乐奉为宗旨，有了钱就拼命挥霍，惟恐死后无法享用。其实，带走财富的诀窍就是布施。这就像是投资，如果善于选择投资项目，就能以钱赚钱，使财富源源不断。反之，若是不善经营，有钱就花，福报就会像只出不进的银行存款那样，终有坐吃山空的一天。获得财富，不仅取决于能力，也取决于机遇。而机遇正是来自福报，来自往昔布施种下的业因。

我们不仅要布施，更要及时布施。在这个世间，无常的火在不停地烧着，无常的风在不停地吹着，万物都受到无常规律的支配。每度过一天，就向死亡靠近一天。生命究竟有多长

久？可能是百年，也可能是几十年、几年乃至几天。在这段历程中，生命只是在呼吸间，一口气不来，随时可能死亡。虽有万贯家财，死时仍然两手空空。所以，我们必须在健康时努力修习布施，去救济穷人、孝敬父母、供养三宝。如果现在不积极投资，就可能错失良机。所以说，怎样花钱体现了一个人的智慧。

在《佛说十善业道经》中，虽对四摄、四无量心、三十七道品都作了阐述。但对布施和十善业的关系介绍得最为详细，可见布施在修学佛法中的重要性。

“尔时，世尊复告龙王言：若有菩萨依此善业，于修道时，能离杀害而行施故，常富财宝无能侵夺，长寿无夭，不为一切怨贼所害。”这时，世尊对龙王说：修习菩萨道的行者，若能常行布施，且所施钱财是以远离杀生的职业赚取，将来就能招感富贵长寿的果报，不会被人巧取豪夺，也不会短命夭折而死，更不会被种种冤家、窃贼所危害。那么，若是通过杀生及相关行业谋生，并将所赚钱财拿出一部分从事慈善事业。这种布施究竟有没有功德？将来会招感什么果报？我们要知道，不论从事什么职业，只要种下布施善因，都能招感相应的功德。但是，这种功德不能取代杀生造下的恶因。比如，布施招感的果报可能是生于富贵之家，物质条件优越。可是，因为这些钱财是通过杀生赚得，自然也会由这一恶因感得苦果，或是疾病缠身，或是还未长大成人就短命而死，或是被怨贼加害而横死，等等。所以，修习布施必须以不杀生为前提，否则隐患无穷。

“离不与取而行施故，常富财宝无能侵夺，最胜无比，悉能备集诸佛法藏。”不与取，就是不偷盗，包括不偷税漏税。如果以合法手段赚钱布施，将来必能招感大富大贵的果报，资产富饶，远胜他人。同时，能长久保持这些财富，不被王、贼、水、火、不肖子孙侵夺。若以来路不正的钱布施，虽也能感得相应回报，却不能长久保持，很快会遭遇破产等横祸，所谓来得快也去得快。积聚财富固然不易，但保有财富更为不易。更重要的是，远离不与取而广行布施，不仅能使我们拥有世间的物质财富，同时还能有缘听闻佛法、实践佛法，积累广大无边的功德法财。

“离非梵行而行施故，常富财宝无能侵夺，其家贞顺，母及妻子，无有能以欲心视者。”非梵行，即邪淫，如婚外情之类。远离邪淫而广行布施，一方面可长久保有财富，无人能够侵犯夺取；一方面可感得家庭平安美满，诸事如意。家中妻子、母亲等女眷都洁身自好，无

人以淫欲心引诱并企图占为己有。在生活中，这类变故经常发生。有些人虽富甲一方，家庭却极不和睦，妻儿或是怀有异心，或是行为不贞，或是吃里扒外。之所以招感如此果报，都是因为他们前世修布施时种下了邪淫之因。因此，我们在修习布施的同时，也应远离邪淫，才能招感富贵且家庭和睦的善报。

“离虚诞语而行施故，常富财宝无能侵夺，离众毁谤，摄持正法，如其誓愿所作必果。”虚诞语，即妄语。若能远离妄语，以正当诚信、童叟无欺的手段赚钱修习布施，今生不但富有，且能拥有良好的信誉和威望，没有谁可以诽谤得了，也没有谁可以对其名誉构成危害。生活中类似的现象也很多。有些德高望重者，因为长期以来始终行为正直、品德高尚，即使有人恶意诽谤，也无法歪曲他们的形象。又像社会上一些老字号公司，因为信誉特别好，就会有越来越多的人愿意与之合作，使其事业蒸蒸日上。具备这样的诚信度，故能秉持正法，一切都按自身愿望圆满达成。

“离离间语而行施故，常富财宝无能侵夺，眷属和睦，同一志乐，恒无乖诤。”离间语，即挑拨是非的言论。如果能够远离是非，凭借自身的能力和技术赚钱修习布施，一方面能感得源源不断的财富，且无人能够侵夺；一方面能感得家庭和睦，志同道合，没有纷争事端。若是以挑拨离间等不正当手段赚得钱财，虽然也用来修习布施，也可感得富贵果报，却会因离间语等恶因所致，不能拥有和睦的家庭。对于人生幸福而言，家庭美满往往比财富更重要。此外，还有健康的身体、良好的心境、和顺的人际关系等等，都是构成幸福的主要因素。

“离粗恶语而行施故，常富财宝无能侵夺，一切众会欢喜皈依，言皆信受，无违拒者。”粗恶语，即粗暴而令人不快的语言，如讽刺、挖苦、谩骂等。如果能远离粗恶语而修习布施，将来不仅能长期保持富有，而且能在大众中建立威望，使人们乐于以他为中心，乐于听从并随顺他的意见。在现实中，有人虽乐善好施，慷慨大方，但语言刻薄尖酸，出口伤人。这样的人即使富有慷慨，也很难受到大众尊重，很难使人心悦诚服地随顺于他。

“离无义语而行施故，常富财宝无能侵夺，言不虚设，人皆敬受，能善方便断诸疑惑。”无义语，即绮语，是以染污心所说的话，会使人产生烦恼，并对内心产生负面影响。如果远离绮语而修布施，就能感得富有的善报，并拥有良好的信誉和威望。只要话一出口，大家都会认真听取并乐于执行。同时，因为远离绮语，还会具有善巧的教化能力，能帮助人们答疑

解难、断除困惑。反之，若是平时说话不严谨，经常说些华而不实的花言巧语，即使富有且乐于布施，也无法建立信誉和威望。

“离贪求心而行施故，常富财宝无能侵夺，一切所有悉以慧舍，信解坚固，具大威力。”如果能以没有贪求的心修习布施，未来就能招感源源不断的财富。因为不贪，拥有再多也不为物累，还能继续广行布施，从不间断。就像善于投资的经营者那样，财富一日比一日多，一世比一世多。更重要的是，使生命也进入良性循环中。因为深信因果之理，经济实力就会不断增强，社会威信也会不断提高。

“离忿怒心而行施故，常富财宝无能侵夺，速自成就无碍心智，诸根严好，见皆敬爱。”忿怒心，即嗔心。如果远离嗔心而修布施，未来就能招感巨大的财富。而且，因为心地调柔、自在无碍，还能招感庄严的相貌，令见者心生敬爱之情。有些人虽然乐于布施，但性格强悍、脾气暴躁，即使受施者得到帮助，也往往会因施者态度不善而感到委屈，很难生起由衷的感恩之心。如天龙八部中的龙王、夜叉、阿修罗等，虽然福报和能力很大，却因嗔心未尽，使人敬而远之，不敢接近。

“离邪倒心而行施故，常富财宝无能侵夺，恒生正见敬信之家，见佛闻法，供养众僧，常不忘失大菩提心。”邪倒心，即邪见等错误观念。如果能远离邪见，以正确的发心和认识修习布施，不仅能招感巨大的财富，并且能在来世投生于具足正见和虔诚信仰的家庭。唯有这样，才有因缘面见佛陀、听闻佛法、供养僧众，也才能在修学路上勇猛精进，生生世世不会忘失菩提心。反之，如果带着邪见修习布施，如古印度的种种外道，虽能招感诸多财富，却不能生于信仰佛法的家庭，也就失去很多亲近三宝的机会。

“是为大士修菩萨道时，行十善业，以施庄严所获大利。”大士，乃菩萨的通称，指能成办上求佛道、下化众生事业的人。以上，是菩萨在修习菩萨道过程中，秉持十善业而行布施所能获得的巨大利益。

由此可见，无论修习六度四摄、四无量心，还是三十七道品，都离不开十善的基础。只有这样，未来才能招感没有缺陷的善报，获得幸福美满的人生。反之，若不遵循十善业而修布施，所感果报也是有缺陷且不圆满的。

二、持 戒

【如是，龙王！举要言之：行十善道，以戒庄严故，能生一切佛法义利，满足大愿。】

持戒为六度中的第二度，是通向解脱的途径，也是佛法修学的重要基础。佛法的整个修行，不外乎戒、定、慧三学，又称三无漏学，即三种解脱烦恼的根本法门。其中，也是以戒为首。戒，又有声闻戒和菩萨戒之分，有在家戒和出家戒之分。

声闻戒，包括七众别解脱戒。七众，分别是在家的优婆塞、优婆夷二众，出家的沙弥、沙弥尼、式叉摩那、比丘、比丘尼五众。所谓别解脱戒，又名别解脱。也就是说，我们每遵守一分戒律，就能获得一分解脱。

所有这些戒律中，又以五戒为基础。五戒和十善的内容大体相似，即不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不饮酒。需要注意的是，我们持每条戒，都有轻罪和重罪之分，有可忏悔和不可忏悔之分。

就杀戒而言，如果所杀是牛、马、猪、羊或蚂蚁、蚊子之类，就属于轻罪，是可以忏悔的。如果所杀是人，就属于重罪，是不可忏悔的。一旦犯下这类罪行，不仅世间法不能赦免，在佛法中也不通忏悔，还会失去皈依体，失去在家居士的资格，后果不堪设想。

至于盗戒，佛陀是根据古印度摩揭陀国的王法而制重戒。摩揭陀国法律规定，如果偷盗五钱以上，将判处死刑。故佛陀规定，凡偷盗五钱以上，就属于不能忏悔的重戒。如果偷了五钱以下，或想偷而没偷成，就属于可以忏悔的轻罪。忏悔的方法，或是在佛菩萨像前自我谴责，或是向他人说明自己的悔过之心。

而邪淫的划分，是以法律允许或社会习俗承认的夫妻关系为标准，除此而外的所有两性关系，都属于邪淫范畴。邪淫也有轻重之分，想行邪淫但未能达成目的，属于轻罪，达到目的就属于重罪。

关于妄语，主要有大妄语、小妄语、方便妄语之分。未证言证之类，属于大妄语。比如为得到名闻利养，未证得阿罗汉果，却欺骗他人说已证阿罗汉果；或没有神通，却欺骗他人说已获得神通。这类妄语，就属于大妄语，是不可忏悔的重罪。未见言见之类，属于小妄语。在生活中，看到了说没有看到，没看到说看到，属于小妄语，是可以忏悔的轻罪。还有一类

是方便妄语，比如为利益大众而说的一些不符合事实的话，或是为了不给他人带来麻烦而说的托辞，只要出发点确实是为了利益大众，是没有多大过失的。在菩萨戒中，某些情况下还有功德。

五戒中的不饮酒，属于遮戒。在原则上说，遮戒不算是犯罪。也就是说，饮酒本身不属于犯罪。佛陀所以制定这条戒，主要是为了帮助我们保护其他四条戒。因为酒精具有刺激神经的作用，会使人兴奋乃至失去理智，无法控制自身行为。在生活中，关于饮酒带来的过患，想必大家都很熟悉。比如借酒壮胆而犯下杀人、强奸等重大罪行。再如酒后驾驶，虽不是有心犯罪，也已造成很多难以挽回的惨剧。不饮酒的意义，主要在于保护我们的身心健康，保护所受的其他戒律。

对于在家居士来说，五戒而外，佛陀还慈悲开设了八关斋戒，使在家居士得以体验清净离欲的出家生活。八关斋戒的具体内容分别为：一、不杀生；二、不偷盗；三、不淫；四、不妄语；五、不饮酒；六、不著香华鬘，不香涂身，不歌舞倡伎，不故往观听；七、不坐卧高广大床；八、不非时食。其中，前七条为戒，不非时食为斋，合为八关斋戒。

八关斋戒的受持时间为一天一夜。也就是说，每受一次八戒的有效期限是一天一夜，从开始受持到第二天早上明相出现之前结束，故又名一日戒。如果条件允许，能够终身受持八戒，是极为殊胜的。通常，可在六斋日受持八戒，即每月农历的初八、十四、十五、二十三和当月最后两天。八关斋戒在南传佛教地区非常盛行，很多在家居士虽不曾出家，但独身住在寺院中，严持八关斋戒，和出家人一起生活、修行。我曾去泰国法身寺参访，那里就有几百名八戒女，她们在寺院亲近三宝，并承担相应的工作。这类修行生活名为“近住”，不仅和出家人住得很近，生活方式也很接近。

八戒和五戒的主要区别，分别是第三条和第八条。五戒中，允许保留正当的夫妻生活，而受持八戒期间，必须严格禁止所有性行为。此外，第八条不非时食也很重要。古人云：“饮食男女，人之大欲所存焉。”可见，食和色是最易使人产生贪著的两项内容。八关斋戒的这两条，正是对食欲和色欲的直接对治。总之，八戒所倡导的是清净、离欲，与解脱相应的生活方式。所以，受持八戒的功德极大。佛经中说，假如严格受持八戒一天，将超过终身受持五戒的功德。《十善戒经》中，总结了受持八戒的八种殊胜功德：“一、不堕地狱；二、不

堕饿鬼；三、不堕畜生；四、不堕阿修罗；五、常生人中；六、正见出家，得涅槃道；七、若生天上，恒生梵天；八、值佛出世，请转法轮，得阿耨多罗三藐三菩提。”

出家五众的戒律，主要有沙弥的十戒，比丘的二百五十戒，比丘尼的三百四十八戒。单从戒条数量来看，也可发现，出家五众的戒律远比在家戒复杂。不过，其核心仍是围绕对贪、嗔、痴的止息，对杀、盗、淫、妄的止息。只是在具体行持上，规定得更为微细、更为严格。换言之，一切行为几乎都可在戒律中找到依据，这就为大众的修行、生活提供了有力保障。以上，属于声闻别解脱戒。

此外还有菩萨戒，是通于出家和在家二众的。菩萨戒也有不同版本，在汉传佛教地区比较盛行的是《梵网菩萨戒》，除此而外，是在《瑜伽师地论·菩萨地》中摘录成册的《瑜伽菩萨戒》。《梵网菩萨戒》属于地上菩萨行持的境界，行持难度很大。与《梵网菩萨戒》相比，《瑜伽菩萨戒》的开遮就非常善巧。因为《瑜伽菩萨戒》是针对初发心菩萨所规定的，只要我们愿意去做，努力去做，每一条都是可以做到的。近代的太虚大师，就曾大力提倡《瑜伽菩萨戒》。我也希望，佛教界有更多的人学习并受持《瑜伽菩萨戒》，使戒律真正成为我们修行生活的规范，而不仅仅是形式上的条文。有不少信众虽然受了菩萨戒，却很少考虑自己能做到几条，甚至不知菩提心为何，不懂得怎样修习慈悲，那只是徒有虚名的菩萨。甚至还有些人是把受菩萨戒当作炫耀的标签，那就更与修行不相应了。

“如是，龙王！举要言之：行十善道，以戒庄严故，能生一切佛法义利，满足大愿。”佛陀在此总结道：龙王，从根本上说，如果我们能在十善业道的基础上持戒，就能以此成就佛法的一切利益，满足成就解脱、成就菩提的大愿。

三、忍 辱

【忍辱庄严故，得佛圆音具众相好。】

忍辱，为六度中的第三度。忍辱，是面对各种逆境逼迫时，仍能安稳自在，从容面对。如果没有忍辱的修养，嗔心就可能在违缘现前时一触即发，使内心处于焦躁不安的状态中，更有甚者，会伺机报复。此时，说出的话、做出的事，往往会带有攻击性，从而对自己和他人造成伤害。

在很多人心目中，往往会将忍辱视为无能的表现，视为懦弱的代名词，甚至等同于没有骨气。有道是，“士可杀不可辱”。也就是说，宁可失去生命，也不能失去尊严。那么，忍辱是否意味着失去尊严，或使尊严受损呢？事实不然。真正能够忍辱的人，必定具有包容的宽广胸怀，具有强大的人格力量。因为包容，才能在面对各种考验时安之若素，就像海纳百川，不会有任何抵制和反弹。而普通的河流，只要连降暴雨，就可能因无法承受而酿成洪涝灾害。因为强大，才能在经受各种打击时岿然不动，就像巍巍高山，风吹不动，雨打不动。而那些没有根基的芦苇，只要微风吹过，就会飘摇无定，动荡不安。

我们想要在事业上有所成就，必须培养忍辱的功夫。否则，仅逞匹夫之勇，是不足以成就大事的。在古今中外的历史上，有很多例证。比如韩信，在未得志前能忍胯下之辱，但后来却能建功立业。俗话说，“小不忍，则乱大谋”。如果不具备忍辱之力，往往会因一点小小挫折而前功尽弃。对于学佛者来说，所谓的“大谋”，就是我们的终极目标，那就是解脱，就是成佛。这一目标的达成，也离不开“忍辱”的修行。

我们所熟悉的弥勒菩萨，就有超凡的忍辱涵养，并曾作偈云：“有人打老拙，老拙自睡倒。有人吐老拙，让它自干了。他也省力气，我也没烦恼。”大意为：若是有人想打我，我就自己先睡到在地上。若是有人想往我的脸上吐口水，我擦都不想去擦，就让它自己干掉。如是，对方也省下力气，我也因为自己有充分思想准备而不会引起烦恼。另外，寒山、拾得两位大士也有关于忍辱的对话。寒山曰：“世间有人笑我、骂我、诽我、谤我、辱我、打我、嫉妒我、中伤我、非礼我，以及种种不堪我，当如何？”拾得对曰：“只是听他、任他、忍他、让他、躲他、避他、漠然他、不理他、一味由他。再待几年，汝且看他。”这些都是忍辱的典型。由此可见，忍辱绝非无能懦弱，而是取决于一个人的修养。这是我们必须认识、调整的观念。

我们生活的这个世界，被称为娑婆世界。娑婆，意为堪忍。因为这个世界污浊不堪，且有种种痛苦，若非具备忍辱之力，很难在此间生活下去。比如对严寒酷暑等自然气候，我们需要忍辱。面对难以下咽的饮食、破旧褴褛的衣服、四面透风的破屋，我们也需要忍辱。对于修行来说，没有忍辱更是难以成就的。我们念佛、打坐时，腿酸或是瞌睡来了怎么办？如果不能忍辱，就会懈怠甚至放弃，自然无法获得进一步的成就。此外，对佛法观念的接受也

需要忍辱。在很多方面，佛法真理与我们的固有观念是截然相反的，佛法修行也与我们的原有习气是对立冲突的。比如我们习惯于贪著，习惯于追求各种感官享乐，习惯于被情绪支配并左右。但佛法却告诉我们：要放下这些贪著，放下这些享乐，要超越情绪的左右。前面说过，戒律是修行的必要基础。而持戒同样需要忍辱的配合，否则就很难持好。所以，忍辱是学佛者必须具备的素质。

“忍辱庄严故，得佛圆音具众相好。”生活中，我们一定听过夹杂嗔恨的声音，那是凶狠的、声嘶力竭的，令人闻之胆寒。我们也一定见过带着嗔心的面容，那是狰狞的、扭曲变形的，令人不愿直视。只有在忍辱的基础上修行，将来才能感得佛陀那样圆满、柔和的音声，具足诸佛成就的三十二相，八十种好。

四、精 进

【精进庄严故，能破魔怨，入佛法藏。】

精进，为六度的第四度，相当于通常所说的不懈努力。在这个世间，所有成功都不是天上掉下来的，都需要通过各种努力方能达成。我们希望学业有成，就应努力学习；希望事业有成，就应努力工作。世间暂时的成功尚须如此付出，更何况，我们现在想要成就佛陀那样的事业，想要普度十方众生，没有精进作为保障，自然不可能抵达目标。

那么，是否所有努力都属于精进范畴呢？并非如此。佛法所说的精进，是有其特定内涵的，那就是断恶修善的行为。除此而外，为谋取个人私利而劳碌不休，为追求权力地位而拼命钻营，并非佛法所说的精进。如果是努力地杀生、偷盗、邪淫、说谎，就更不能称为精进了。

佛法所说的精进，不仅有着断恶修善的内涵，还必须在中道、不著相的前提下进行。如果以掉举的心态，过分著相地勇猛精进，也是与修行不相应的。佛陀在世时，有弟子名亿耳比丘，出家后废寝忘食地努力修行，但数月过去却丝毫没有进展，内心很是懊恼。于是便想退心做名居士，凭着家庭富有，照样可以供养三宝、培植福田。当他向佛陀说明自己的想法时，佛陀却没有正面回答，只是问他在家从事什么工作，亿耳答是弹琴。佛陀又问：“弹琴时，将琴弦绷得太紧会怎样？”亿耳说：“那会将琴弦弄断。”佛陀又追问说：“将琴弦放

得太松又会怎样？”亿耳说：“那样的话，琴就会发不出声音。”这时，佛陀就告诉亿耳比丘道：“修行也是如此，过于勇猛，会令心掉举，反而不易与修行相应，而且会因情绪过分紧张而精神崩溃。过分放松懈怠，则会放逸昏沉，同样是与修行不相应的。正确的修行，不仅要精进，更要符合中道，不松不紧，不沉不掉。”

“精进庄严故，能破魔怨，入佛法藏。”如果能在十善业的基础上精进用功，就可破除各种魔障，悟入甚深佛法。此处所说的“魔”，不仅是指天魔外道，还包括烦恼魔、生死魔。总之，一切障碍修行的违缘皆可称之为“魔”。

五、禅 定

【定庄严故，能生念、慧、惭愧、轻安。】

定，即禅定。不少初学者往往将禅定和禅宗混为一谈，其实，两者有着不同的内涵。简单地说，禅定属于定学，而禅宗属于慧学。此外，禅定是佛法与外道共有的。佛世时，印度许多外道也修习禅定。在中国，从古代的道家，到现代的气功师等，也都进行禅修，也能进入禅定状态。可见，禅定并非佛法特有。定是对心的一种训练，令心专注某一境界，就是止。止于这个境界，久而久之，就会得定。得定的方法很多，如诵经、念咒、念佛、观呼吸等，皆可达到定的效果。

神通也是在禅定基础上产生的。所以，神通也是佛法与外道共有的。如天眼通、天耳通、宿命通、他心通、神足通，是外道也能修得的。佛法所特有的是慧观，如无常观、无我观、缘起观、空性观、唯识观等。通过定和观的结合，即通常所说的止观双修，便可由定发慧，证得诸法实相，证得佛法特有的漏尽通。所以，修止的同时还应修观。否则，即使禅定功夫很深，能定上百年、千年，但若没有佛法智慧为引导，同样不能解除烦恼。

“定庄严故，能生念、慧、惭愧、轻安。”禅定是佛法修行的重要组成部分。因为具足定的基础，才能引发正念并使之相续不断，才能开发智慧并断除烦恼，才能生起惭愧心，使身心进入和谐、喜乐的轻安状态。所有这些，都是由修定成就的。

六、般 若

【慧庄严故，能断一切分别妄见】

般若，为梵文音译，相当于智慧，只是汉文中的“智慧”一词还不足以体现“般若”的内涵。《大智度论》云：“般若者，秦言智慧。一切诸智慧中，最为第一，无上无比无等，更无胜者。”慧学，是佛法核心所在，也是佛法区别于其他宗教的不共之处。从根本上说，成佛并非成就具体的什么，而是智慧的圆满成就。所以，一切修行也须以般若慧为指导。我们修习的布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若六度，前五度都是佛法和世间法共有的。即使不学佛法，照样可以修习布施、持戒乃至禅定。但若没有般若作为指导，所修善法只能得到人天小果，有漏之因，只能成就福报，而不足以成为解脱生死的资粮。有道是：“五度如盲，般若如导。”如果没有般若指引，前五度就像盲人，即使勤奋地走着，却不知道最终走向何方。唯有在般若智慧的指导下，才能将五度引向佛道，成为佛道的资粮。

《心经》曰：“三世诸佛依般若波罗密多故，得阿耨多罗三藐三菩提。”三世，乃过去、现在、未来三世。在十方世界中，无论是过去诸佛、现在诸佛还是未来诸佛，他们的成就都源自般若智慧。如果离开般若智慧，就不可能成就佛果。《维摩经》亦云：“智度菩萨母，方便以为父。”智度，即般若，乃出生诸佛菩萨的母亲。就像没有母亲就没有孩子那样，如果没有般若智慧，就没有诸佛菩萨的诞生。

佛，是觉者之意。成佛，就是智慧的成就。我们学佛，从闻思经教开始，就是为了树立正确的人生观，最终引发生命内在的智慧。由有智慧，而能断除一切妄见，断除错误认识，断除一切烦恼。

【第九章、菩萨的精神】

【慈庄严故，于诸众生不起恼害；悲庄严故，悯诸众生常不厌舍；喜庄严故，见修善者心无嫌嫉；舍庄严故，于顺违境无爱恚心。】

这段经文讲述的四无量心，也是菩萨道的精神所在，能帮助我们培养慈悲济世的胸怀。我们学佛，就是为了成就佛陀那样的圆满人格，成就佛陀那样的慈悲和智慧，这都必须从行菩萨道开始，从与乐、拔苦、随喜、平等开始。

一、慈无量

慈庄严故，于诸众生不起恼害。”慈，为与乐，就是给予他人快乐。在培养慈心的同时，就能远离恼害之心，永不生起伤害有情的想法。对于一切众生，哪怕是曾经的冤家仇敌，哪怕是想要加害于自己的人，都能平等无别地施予慈心，这也就是佛教倡导的“无缘大慈”。无缘，即不讲任何条件。世人给予他人帮助时，总是会有各种考虑：此人与我有关吗？是否有必要帮助他？会不会影响我的事业？会不会给我带来很多麻烦？往往会在内心反复计较一番再决定是否帮助，是否施予慈心。而在菩萨的心目中，一切众生都是平等无别的。众生与众生是平等的，众生与自己也是平等的。没有谁会有心伤害自己，没有谁不是处处为自己着想，如果我们真正认识到自他不二，认识到自己和众生之间本无差别，自然就会处处替众生着想，自然也就能够给予众生全部的、由衷的慈心。

二、悲无量

“悲庄严故，悯诸众生常不厌舍。”悲，为拔苦，是将众生从痛苦深渊中解救出来。因为修习悲无量心，就能时时对有情生起怜悯和关爱，日复一日，年复一年，从无厌倦。佛教提倡的慈悲，与儒家的“仁”有相似之处，但内涵更为深广。儒家提倡“仁爱”，却非遍及一切生命。如“君子远庖厨”之说，虽不忍见动物被杀，但只是躲避，并未进一步倡导以不杀生来实践对生命的尊重。而佛教所提倡的是“同体大悲”。同体，是将众生和自己视为一体。众生的痛苦，就是我的痛苦；众生的需要，就是我的需要。《维摩经》中，有人问维摩居士因何患病？居士的回答是：“以一切众生病是故我病。若一切众生病灭则我病灭。”因为众生处于病痛中，所以维摩才会生病。一旦众生的病痛消失，他的病也将随之痊愈。就像母亲对待病中的孩子，哪怕是再大的痛苦，也宁愿由自己代替孩子承受。如果可能，甚至愿意以自己最宝贵的生命来换取孩子的健康。那么，这样的悲心是否就等同于佛菩萨的悲心

呢？并非如此。虽然母亲的悲心极为强烈，但这种悲心往往是狭窄的，只是针对自己的骨肉，而不能遍及法界一切众生。

菩萨的修行，须将母亲对孩子的悲心扩展至无量，以一切众生为所缘对象。所以，修习四无量心可从亲人开始，对自己最容易生起悲心的对象开始。从慈悲父母、孩子、兄弟姐妹，进而扩展至亲朋好友。再进一步，扩展到与自己无关的大众。最后，扩展到自己的冤家仇敌，乃至蚂蚁、蚊子等一切有情。若能对一切众生都能生起无缘大慈、同体大悲之心，慈悲心就修习成就了。

三、喜无量

“喜庄严故，见修善者心无嫌嫉。”喜，为随喜，是相对嫉妒而言。通常，人们往往会因执我而产生这样那样的嫉妒心。因为这一障碍，很难发自内心地随喜他人。而修习喜无量的菩萨，对于一切善行及其实践者，都会生起由衷的、发自内心的欢喜。就像对待自己所取得的荣誉和成就那样。这也是检验喜无量心的标准。看到别人修善时，是欢喜，还是厌恶、嫉妒？哪怕有一点点不以为然，就说明这一心行尚未成就。

修习喜无量的程序，也和修悲无量相似。首先，可从我们熟悉的亲友开始随喜，对他们的善行和成就心生欢喜，真诚赞叹，就像父母为孩子的成就感到欢喜、自豪那样。接着，将这种欢喜心扩展到更多的人，包括陌生人。最后则是和我们有利害冲突的人，对他们的善行和成就，同样要随喜赞叹。随喜，不仅体现在语言上，更要发自内心，否则就是口是心非的假话了。在心口合一的基础上，还要进一步落实于行动，有钱出钱，有力出力，以实际行动随喜有情的善行，才是完整、全面的随喜。

四、舍无量

“舍庄严故，于顺违境无爱恚心。”舍，为平等，是相对分别而言。修习舍无量，须对亲人和冤家一视同仁，对顺境和逆境不起分别，不起爱憎，以平常心处之。并将这一心态扩展到一切环境、一切众生。在四无量心中，平等舍心是非常重要的。如果做不到这一点，慈、悲、喜都不可能达到无量。原因何在？只要我们还存在好恶之别，就会慈悲某些众生而不慈

悲另一些，就会随喜某些众生而不随喜另一些。即使我们能慈悲很多众生，但只要有一个众生不在我们关爱的范围内，就不是佛菩萨那样的无限心行。

【第十章、摄化众生的方便】

【四摄庄严故，常勤摄化一切众生。】

这段经文所讲述的，是十善与四摄的关系。

四摄，即四种摄化众生的方法，分别是布施、爱语、同事、利行。与六度同样，是菩萨度化众生最常使用的方便法门。作为菩萨道行者，在社会上必须建立良好的威信，才能具有相应摄受力，更广泛地度化众生。

所以，佛陀慈悲开设了四摄法门，以此作为佛弟子的处事准则。若能遵循四摄法门，无论为人处世或经商从政，必定善缘众多，诸事顺利，无论走到哪里，人们都会欢喜爱戴。有了这样的群众基础，再向他们介绍佛法，自然能起到事半功倍的效果。如果自身缺乏亲和力，不能得到众人爱戴，怎能使他们顺利地接受教化？如果在公众心目中品德低劣，不能得到众人尊重，甚至会使人因此诽谤三宝，以为学佛人都是这般德行，不学也罢。

一、布 施

和六度同样，四摄法门也是以布施为首。由此可见，布施是与众生结缘的最好方法之一。布施，能帮助我们培养乐于助人、乐善好施的良好习惯。只要我们用心关爱世间，就会发现，其实人人都需要帮助：贫穷者需要物质帮助，孤独者需要心灵慰藉，空虚者需要精神指导，失败者需要安慰鼓励。所有这些，都属于布施范畴。尤其在今天这个社会，人与人之间因缺乏沟通而日益冷漠。所以，除物质需求外，更多人缺乏的是精神安慰，是心灵滋养。作为一个佛弟子，我们应以关爱之心发现人们的需求，并尽己所能帮助一切需要帮助的人。

二、爱 语

爱语，是本着爱心所说的话。它必须是真实、清淨的，若是怀着个人目的对他人阿谀奉承、溜须拍马，虽然所说都是甜言蜜语，柔和动人，或许也会令听者感觉特别受用，但并不

属于爱语。因为这些话是以染污心所说，是不真实的。更重要的是，爱语必须是对他人有真实利益的话。若仅仅迎合对方喜好所说，听来固然顺耳舒心，未必可以从中得到受用。那样的语言，也不属于爱语。此外，虽然是爱语，也必须注明方式方法。即使本着利益他人的心，如果不懂得说话艺术，不懂得善巧方便，也难以起到良好的教化效果。

三、同事

同事，有两层内涵。一是积极参与，当他人从事有利于社会大众的事业时，我们应积极主动地予以协助，予以支持。当然，这种参与是有特定范围的，只应参与对社会大众有益的事，如果是无益甚至有害的事，决不能随顺参与。二是关心，即设身处地为他人着想，而不是将自己的想法、观念强加于人。这一点，做父母的尤其应当重视。为人父母者，往往不自觉地将个人观念强加给儿女，虽然出发点是为了他们，效果却往往事与愿违。同样，有些学佛者，接触佛法后感觉很受用，就四处“弘法”，却不考虑对方的接受习惯和程度，一味根据自身想法行事。发心固然可嘉，实际效果却往往不尽如人意，甚至使人产生反感，反会影响他们日后对佛法的接受。而同事法门则是“润物细无声”式的，体现于日常的点点滴滴。

四、利行

利行，即所做的一切都对他人有利。之所以能做到这一点，也和同事法门那样，一方面要有利益他人的发心，一方面要有利益他人的善巧方便。如果没有利他的发心，即使某个行为碰巧能给他人带去利益，也不属于真正的利行。但若仅有发心，没有相应的方便善巧，同样不能达到预期效果。

四摄法门，是菩萨应有的处世态度。作为菩萨道行者，在平日的工作和生活中，应按四摄法门和众生广结善缘，使人们对自己生起欢喜心，使人们心甘情愿地听从、接受自己的教化。如是，逐渐培养度化众生的能力。

【第十一章、趋向解脱的法门】

【念处庄严故，善能修习四念处观。正勤庄严故，悉能断除一切不善法，成一切善法。神足庄严故，恒令身心轻安快乐。五根庄严故，深信坚固，精勤不懈，常无迷妄，寂然调顺，断诸烦恼。力庄严故，众怨尽灭，无能坏者。觉支庄严故，常善觉悟一切诸法。正道庄严故，得正智慧常现在前。止庄严故，悉能涤除一切结使。观庄严故，能如实知诸法自性。方便庄严故，速得成满为无为乐。】

这段经文所讲述的，是在十善的基础上修习三十七道品，并介绍了止观和方便。三十七道品，又名三十七菩提分。道，为能通之义。也就是说，这是三十七种通达涅槃的资粮，成就解脱的正因。分别为四念处、四正勤、四如意足、五根、五力、七觉支和八正道。和六度四摄法门同样，三十七道品的修行也应建立在十善的基础上。

一、四念处

“念处庄严故，善能修习四念处观。”念处，为四念处，又名四念住，即身念处、受念处、心念处、法念处。作为解脱道的行者，要想出离三界，了脱生死，应如何令念头安住呢？佛陀临涅槃时告诫弟子们说：应依四念处而住。

一、观身不净。凡夫虽有种种执著，但其中最执著的，往往是这个身体。很多人终其一生，忙忙碌碌，无非是为了这个色身的吃、穿、住，为了这个色身的调理、保养、康复。年轻人关心它是否美丽出众，费尽心思地装扮它；老年人关心它是否健康平安，竭尽全力地呵护它。但我们是否想过，这个让自己操劳一生的身体究竟是什么？其实，这个身体远不如我们以为的那么值得贪著。经云：“九孔常流不净。”在我们身体上，有九个时常流淌不净秽物的窟窿。此外，每个毛孔都会分泌汗液，若不及时清洗，就会散发令人掩鼻的异味。一旦死去，这个身体更会迅速恶臭、腐烂，最后剩下一堆枯骨，化为一抔黄土。常人迷惑于色身假相，才会贪著不已。若能透视其本质，明了色身的不净和不可爱乐，自然就能减少贪著。

二、观受是苦。受，即对环境的感受。很多人觉得，人生感受是有苦有乐的，当我们患病或情绪低落时，自然是苦受。但“洞房花烛夜，金榜题名时”之类，难道也是苦受吗？明

明是“人逢喜事精神爽”，何苦之有？那么，佛法又是怎么看待这些的呢？以佛法智慧透视，这三种感受的本质都是苦的。苦受本身自不必说，大家都知道是苦。至于乐受，佛教称之为坏苦，因为没有一种快乐是永恒不变的。事实上，快乐的当下，就是在趋向痛苦。当快乐消逝时，痛苦就接踵而至了。我们饥饿时，品尝美味佳肴会感到快乐。一旦超过身体所需，快乐就转为痛苦了。如果品尝美味的本质是快乐的，应该越吃越快乐才对，事实却不然。所以，乐受的本质也不是真正的快乐。快乐只是来自某种欲望得到满足时的心理平衡，并没有实在、不变的快乐。此外，还有一类属于非苦非乐的感觉，为舍受。依舍受建立行苦，即有为法无常变迁之苦。总之，一切感受终会归于痛苦，就像一切生命都会走向死亡这个终点。

三、观心无常。我们的心念是无常变化的。快乐到来时，不会永远快乐；痛苦降临时，也不会永远痛苦。情绪高涨时，未必长久保持；心情沮丧时，也未必持续不变。心念总是飘忽不定的，念念都是无常，时时都在变幻。认识到心念的无常本质，就不会执著于某种感觉，不会因顺境而自鸣得意，也不会因逆境而难以自拔。

四、观法无我。法，指宇宙人生的一切诸法；我，指独存、不变的主宰。宇宙一切诸法，包括我们自身，都是众缘和合而成，其中并不存在独存的实体。但众生由于颠倒无明，妄执有我。所以，佛陀告诫弟子应观法无我，从而摆脱对世间万象的贪著。

世人由于对宇宙、人生缺乏正确理解，导致常、乐、我、净四种颠倒观念。佛陀所教导的四念住，正是为了帮助我们对治这四种错误观念。通过观身不净、观受是苦、观心无常、观法无我的修习，最终能够摆脱因常、乐、我、净四种错误认识制造的种种烦恼和痛苦。

二、四正勤

勤，是勤奋、精进。正勤，即正确的勤奋、精进，能够对治懈怠。勤奋不仅是佛法提倡的，也是世间法提倡的。有道是“天道酬勤”“天才出自勤奋”。世间任何一种成功，虽有各种因素促成，但同样都离不开勤奋这一动力。对于学佛修行来说，勤奋又有着特定的内涵，那就是断恶修善。所谓四正勤，又名四正断、四正胜等，是精进于断恶生善的四种修行途径。具体内容如下：

一、已生恶令断，努力断除已生起的恶法。人非圣贤，孰能无过。发现问题和错误后，

应立即忏悔，积极改正，从此不再违犯。

二、未生恶令不生，严持律仪，慎守威仪，为自己营造良好的生活环境和心灵环境，使尚未生起的恶法不再生起。

三、未生善令生，通过闻思经教，随教入观，依理起行，使未生的善法逐渐生起。

四、已生善令增长，学佛不仅要发心，更要发长远心，使已经生起的善法增长广大，坚固不退。

“正勤庄严故，悉能断除一切不善法，成就一切善法。”常修四正勤，便能断除一切恶法，成就一切善法。

三、四神足

四神足，又名四如意足，是以四种定力摄心，由此引发神通，使定慧均等，所愿皆得，故名如意。四神足又是成就禅定的四种因缘，因为修习四神足，而令身心时常处于轻安快乐之中。具体内容如下：

一、欲神足，在佛法中，欲望有善恶无记三性。发心行善利他，为善法欲；准备行凶作恶，为恶法欲；非善非恶的想法，为无记欲。任何行为，都由相应的希求引发。同样，习禅也必须有修习禅定的强烈意愿。如果自身未生起这一希求，就不会精进禅修了。

二、勤神足，即精进不懈。禅定修学不是一蹴而就的，首先要在经教及善知识的指导下找到心行入手处，然后是坚持不懈地努力。

三、心神足，修定是训练心的专注，通过止的修习，系心一处，达到心一境性的状态。

四、观神足，通过闻思经教，树立正见，在止的基础上如理思维，如实观照所缘境，从而达到心一境性。

“神足庄严故，恒令身心轻安快乐。”在十善业的基础上修习四神足，能使我们的身心时常保持在轻松、和谐、安乐的状态之中。

四、五 根

根，即根本，根深乃能叶茂。修行也是同样。修习四念处，能令善的种子萌芽，但如果没有发达的根系提供营养，善法的萌芽仍会夭折损毁。五根，正是使善法得以生根的五种途径，也是趋向解脱的五种力量。具体内容如下：

一、信根，对佛、法、僧三宝须有坚定不移的信仰，没有丝毫怀疑。信为道源功德母，因有信仰，而能出生长养一切功德。

二、精进根，在佛法正见和善知识指导下，找到正确的修行方向，然后勤求不息，努力奋进。

三、念根，依正见树立正念，保持正念，使之成为心灵的主导力量，使妄念没有可乘之机，从而不被烦恼、习气主宰。

四、定根，由正念引发正定，使内心宁静，不受外力干扰。

五、慧根，在定的基础上依正见如理思维，如实简择诸法。

“五根庄严故，深信坚固，精勤非懈，常无迷妄，寂然调顺，断诸烦恼。”在十善业的基础上修习五根，能使我们坚定对三宝的信心，在学佛路上精勤不懈，从而远离迷惘、妄想，使身心调柔寂静，最终断除种种烦恼。

五、五 力

五力，就是五种力量，内容和五根相同，分别为信力、精进力、念力、定力、慧力。当五根坚固不退，就能生发强大的力量。也就是说，五根修习到一定程度时，能转化为五种动力，从而降伏烦恼、妄想。信力是由信根增长而成，能够破除种种邪见和迷信；精进力是由精进根增长而成，能够破除懈怠和退转；念力是由念根增长而成，能够破除邪念和妄想；定力是由定根增长而成，能够破除昏沉和掉举；慧力是由慧根增长而成，能够破除无明和迷惑。

“力庄严故，众怨尽灭，无能坏者。”在十善业的基础上修习五力，能逐一破除障碍修行的违缘，没有什么可以对修行构成干扰。

六、七觉支

七觉支，又称七菩提分，是围绕觉悟的修习而建立。

一、念觉支，依正见而修习正念，是觉悟生起的所依。

二、择法觉支，如理思维诸法，如实观照诸法实相，是觉的自体。

三、精进觉支，依觉知诸法实相建立精进，于精进中念念与觉相应，念念解除凡夫心。

四、喜觉支，由心与法的真实相应而生喜悦。

五、轻安觉支，身心远离粗重，进入寂静、安详的状态。

六、定觉支，远离昏沉、掉举，置心一处。

七、舍觉支，心无偏颇，不取不舍，保持平衡。

“觉支庄严故，常善觉悟一切诸法。”在十善业的基础上修习七觉支，能够引发无漏智慧，契入空性。

七、八正道

八正道，是趣向解脱的不二中道。在走入佛门到最终成佛的历程中，如果偏离这八项常规修学内容，修行必定难以相应。具体内容如下：

一、正见，如实观照宇宙人生的真实。

二、正思维，依正见如理思维诸法，树立正确的人生志向。

三、正语，说真实语、利他语，不说虚妄语。

四、正业，保持身、口、意三业的清净，使言行如法如律。

五、正命，选择符合法律和戒律双重规范的职业，杜绝破戒及违法行为。

六、正精进，依正见指引，精进于断恶修善的行为。

七、正念，依佛法正见如理思维，将心安住于善所缘境中。

八、正定，于善所缘境中持续安住，不沉不掉，心一境性。

“正道庄严故，得正智慧常现在前。”在十善业的基础上修习八正道，能使我们成就圆满的般若智慧。

八、止 观

“止庄严故，悉能涤除一切结使。”止，梵语奢摩他，为禅定别名，即止息妄念，令心专注一境。结使，为烦恼别名。烦恼能系缚身心，结成苦果，故名为结；又能使众生沉溺生死苦海，故名为使。在十善业的基础上修止，能够平息妄想，降伏烦恼。但要彻底解决问题，仅仅靠止是不够的，还须辅以观的力量。

“观庄严故，能如实知诸法自性。”观，梵语毗钵舍那，即如实观照诸法。在十善业的基础上修习正观，便能引发般若智慧，通达宇宙人生的真实。

九、方 便

方便，是根据众生不同根基及接受方式而演化的种种方法。比如前面所说的四摄法门，就是菩萨接引大众的方便。在佛法修行过程中，除证得根本智之外，还须成就方便智。方便智又名权智，是了知众生根基，因机设教的智慧。如果没有善巧，就很难与众生打成一片；如果法不对机，就很难成办利益一切有情的事业。

“方便庄严故，速能成满为无为乐。”为，指世间的有为法；无为，指出世间的无为法。在十善业的基础上广修方便法门，就能迅速成就世间、出世间的一切成就。方便，是根据众生不同根基及接受方式而演化的种种方法。比如前面所说的四摄法门，就是菩萨接引大众的方便。在佛法修行过程中，除证得根本智之外，还须成就方便智。方便智又名权智，是了知众生根基，因机设教的智慧。如果没有善巧，就很难与众生打成一片；如果法不对机，就很难成办利益一切有情的事业。

“方便庄严故，速能成满为无为乐。”为，指世间的有为法；无为，指出世间的无为法。在十善业的基础上广修方便法门，就能迅速成就世间、出世间的一切成就。方便，是根据众生不同根基及接受方式而演化的种种方法。比如前面所说的四摄法门，就是菩萨接引大众的方便。在佛法修行过程中，除证得根本智之外，还须成就方便智。方便智又名权智，是了知众生根基，因机设教的智慧。如果没有善巧，就很难与众生打成一片；如果法不对机，就很难成办利益一切有情的事业。

“方便庄严故，速能成满为无为乐。”为，指世间的有为法；无为，指出世间的无为法。在十善业的基础上广修方便法门，就能迅速成就世间、出世间的一切成就。

【第十二章、结 说】

【龙王当知：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。龙王！譬如一切城邑聚落，皆依大地而得安住，一切药草卉木丛林，亦皆依地而得生长。此十善道，亦复如是。一切人天依之而立，一切声闻、独觉菩提、诸菩萨行，一切佛法，咸共依此十善大地而得成就。若离十善业，欲修行证果，譬如空中建楼阁，或种稻子，欲成就生长，无有是处。佛说此经已，娑竭罗龙王及诸大众，一切世间天、人、阿修罗等，皆大欢喜，信受奉行。】

这段经文，对修习十善业道的殊胜利益作了全面总结。

“龙王当知：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。”十力，为佛陀成就的十种力量，分别是：一、知处非处智力，二、知三世业报智力，三、知诸禅解脱三昧智力，四、知诸根胜劣智力，五、知种种解智力，六、知种种界智力，七、知一切至所道智力，八、知天眼无碍智力，九、知宿命无漏智力，十、知永断习气智力。无畏，即四无畏，指佛陀对众生说法时具有四种泰然无畏的态度，分别是：一、一切智无畏，二、漏尽无畏，三、说障道无畏，四、说尽苦道无畏。十八不共法，指仅限于佛陀而不共于其他二乘的十八种殊胜功德，分别是：一、身无失，二、口无失，三、念无失，四、无异想，五、无不定心，六、无不知己舍，七、欲无灭，八、精进无灭，九、念无灭，十、慧无灭，十一、解脱无灭，十二、解脱知见无灭，十三、一切身业随智慧行，十四、一切口业随智慧行，十五、一切意业随智慧行，十六、智慧知过去世无碍，十七、智慧知未来世无碍，十八、智慧知现在世无碍。佛陀告诫龙王说：切莫轻视十善业道，以此为基础，能令十力、四无畏、十八不共等一切佛法圆满成就。既然十善业具有如此重要的作用，我们听闻后应加倍重视，认真修学，精勤不懈。

“龙王！譬如一切城邑聚落，皆依大地而得安住，一切药草卉木丛林，亦皆依地而得生长。此十善道，亦复如是。”接着，佛陀以比喻向龙王说明修习十善业道的重要性。就像所

有城市、乡村都安立于大地那样，又像一切花草树木都依赖土壤才能生长，佛陀及三乘圣贤所成就的功德，也离不开十善业的基础。

“一切人天依之而立，一切声闻、独觉菩提、诸菩萨行，一切佛法，咸共依此十善大地，而得成就。”前面说过，五戒十善是通往人天的护照。唯有如法持五戒、修十善，未来才可能得生人天。此外，声闻、独觉、菩萨三乘贤圣果位的证得，乃至佛果的成就，都离不开十善业的基础。就像万物生长离不开大地那样，十善业，就是一切佛法赖以萌芽、生长、结果的土壤。

“若离十善业，欲修行证果，譬如空中建楼阁，或种稻子，欲成就生长，无有是处。”如果离开十善业而想修行有所成就，就像在空中搭建楼阁那样不切实际，又像拔苗助长那样欲速则不达。所以说，十善业道是修学佛法的必经之路，也是成就三乘圣果不可或缺的资粮，作用不可估量。

“佛说此经已，娑竭罗龙王及诸大众，一切世间天、人、阿修罗等，皆大欢喜，信受奉行。”佛陀讲完此经后，参加法会的龙王及诸大菩萨、诸大比丘、天、人、阿修罗等众生，都根据自身根机获得利益，从而法喜充满，纷纷表示一定依教奉行，努力实践十善业道。

【后 记】

97年春季，我应苏州戒幢律寺普仁法师的邀请，举行为期五天的讲经活动，宣讲《十善业道经》。法会庄严隆重，因缘殊胜。时间过得真快，转眼又是一年多。非常高兴，五卷的《十善业道经》录音带，现已成书，并根据讲授的内容，给它取名为《幸福人生的原理》。此书的形成，由沈月新居士将《十善业道经》的录音带记录成文字，李尚全居士做文字整理，慧闻居士又做了文字的修饰、校对，使文稿增色不少。陈立居士发心帮忙输入部分文稿，为我在电脑修改提供了方便。在此一并表示感谢。

2007年11月修订版

【济群法师主页】 <http://www.jiqun.com>

【济群法师博客】 <http://blog.sina.com.cn/sjqun>

【济群法师微博】 <http://t.sina.com.cn/jiqun>

【西园论坛】 <http://bbs.jcedu.org>

【戒幢佛学教育网】 <http://www.jcedu.org>

【西园寺法宝结缘处】 <http://book.jcedu.org>