

● 修習業果道理的重要性

從因生果, 這是自然法則。對於業果道理有些可能知道了, 有些不清楚, 不清楚的部分要慢慢的思惟、學習, 沒辦法很快地學習起來沒關係, 慢慢的學習、思維, 然後就能夠了解到業果的道理, 我們所有的修行都是從業果的道理開始。因此對於業果的道理了解之後必須去修持, 這是很重要的。

● 修學、實踐業果道理的方式

佛法來講, 也就是我們要修行之法, 通常內道和外道會做很多的辯論, 在學習方面也學了俱舍論、中論、現觀莊嚴論、釋量論等等, 問題是在修行方面, 到底要修甚麼? 我們當然沒辦法把佛陀所說的全部都修到, 但是最為精華、扼要的也就是去思惟、實踐業果道理。業果的道理不是用辯論的方式, 必須要用修持的方式來做修習。業果道理是比較容易去思惟, 思惟後去修習可以獲得大利益。

有些人認為修學佛法要懂很多佛法, 這個才是修行, 其實不是這樣的, 在西藏有很多修行人, 他們就是好好的學完道次第, 學了中觀以後, 他們就去閉關修行, 後來就獲得證量。

● 如何修持業果的道理

道次第是佛法的精華, 有些人到處學學很多卻沒改變內心, 真正能夠改變內心的就是道次第及入行論, 我們好好按照這些論典上所說的去學習, 即可改變我們的內心。同樣的, 對於業果的道理如果能夠每天好好去思惟、修習, 這個才是真正在修學佛法。

■ 在掌中解脫裡有提到, 要斷十不善業, 修行善業, 我們要修行善業, 譬如殺生, 首先我們須要有一種感覺, 覺得我們必須要去斷除殺生, 來持守斷殺生戒, 要如何思維呢?

◇ 思惟我殺了動物後會造下惡業, 造了惡業後未來我會感得苦果。

◇ 思惟任何有情對自己生命都是珍貴的, 所以不要去殺牠, 我們要緣著牠們生起悲心, 如此緣念後, 再去持殺生戒, 這樣子是非常好的, 我們這樣子做也才能夠造到斷殺生的善業。

■ 講到道次第要斷十惡業, 內心沒任何的感覺, 聽是聽了, 但是內心沒有強烈生起「我決定不殺生」的心力, 如果沒有這樣的心力, 即使不殺生也不會造到斷除不殺生的善業。

如何做才能夠造到斷殺生的善業?

比如兩人都沒有殺生，

- ◇ 其中一個人想：我如果殺生會有惡業，所以下定決心不殺生，而且這些眾生很可憐，不僅如此，我殺了他們未來也會感得苦果，他這樣子去思惟了以後，決定不殺生，提起不殺生的心力，這樣子他就造了斷除殺生的善業。
- ◇ 另外一個人沒有如是思惟，只是單純的不殺生，他就沒有辦法造下斷殺生的善業。

所以我們要斷除十惡業來講，首先我們要生起一個決定的心，就是要提起一個心力「我要斷除殺生，我要不偷盜...」一定要先思惟十不善業的過患後，強烈生起一個「我決定不做」的心，之後所造下的不偷盜、不邪淫、不妄語等等這些善業才會生起、增長。

#### ■ 如何做斷除不善業的修持

每天課誦時可以思惟一下什麼是十不善業，思維十不善業的過患，生起一個「我絕不去做十不善業」的心力，這樣去思維了以後，不做的心力提起來了以後，再去斷十不善，這樣去行持，善業才能夠生起。

早上起來生起「我要斷十不善業」的心，但是因為惡劣習氣的關係還是會違犯，總之，到晚上要反省有沒有犯十不善業，覺得有違犯到的就唸誦百字明咒來做懺悔，告誡自己以後不再犯。如果覺得今天沒有犯十不善業就心生隨喜。看到自己有犯到的，就唸百字明咒做懺悔，提醒自己以後不再犯，慢慢這樣做，後來就可以做到每日都不犯到十惡業，每日能夠不犯到十惡業，就可以集聚下大善業，集聚下大善業就是未來生起出離心和菩提心的基礎。

#### ● 示彼等之果

我們去思惟造善業可以得到什麼善的異熟果、等流果的話，我們就會生起想要去造善業的歡喜心，同樣的對於十惡業就思惟它的過患，就會想要斷除十惡業，所以可以看到掌中解脫裡面有提到，如果你去造善的話，譬如斷殺生的等流果就是得長壽，不偷盜的等流果就是受用廣大，不邪淫的等流果就是與妻子和睦相處，...有這些好的等流果。所以思惟造善業可以得到甚麼善的異熟果、等流果也很重要。

#### [具力業門] (P299~)

不需要花費很大的力氣去造業，就可以獲得所感到的果是非常強烈的，才說是

具力業門，具力業門有四門：福田門、所依門、事物門、意樂門

### 1. 由福田門故力大

福田門就是造業的境。對於普通的凡夫、父母、沙門、在家菩薩、出家菩薩、佛、上師所做的佈施，後者依次比前者所感的果力量更大。根據供養的每個境所造的善業是有差別的。

- 通常是對父母、上師，不論是造善造惡，所領受到的果報絕對是這輩子就會領受到那個果報稱為「現法受」。在掌中解脫裡有提到對於凡夫、父母、沙門、在家菩薩...，對後後者造業比前前者來得重，所以我們要去思惟業果關係，要去深信業果。
- 同樣對在家菩薩和出家菩薩做禮拜、佈施，對出家菩薩所造的善業是比較大的，因為出家菩薩本身有戒體的關係，所以對他們做禮拜、佈施所造的善業是更大的。在家菩薩沒有沙彌戒，所以所造的善業就沒有那麼強烈。基本上在家菩薩和出家菩薩這二者來講，在家菩薩的數量是比較多的。因此，我們想要成為菩薩的話，要好好在相續中生起出離心、菩提心，我們就可以成為在家菩薩，所以依著在家的身體是可以成為菩薩的。

### 2. 由所依門故力大

對於造業的人來講，如果造業的人有戒體，譬如說有別解脫戒、菩薩戒所造的業就比較重；有些沒有菩薩戒也沒有解脫戒的，他所造的業會比較輕。如果三種戒律都有，那麼所造的業就更重了。比如有受近事戒，所造的善會強而有力；如果有比丘戒、菩薩戒，造業會更強而有力。造惡業，同樣也是強而有力的。如果你有受戒而造作不善業，你的惡業是更大的。如果你沒有受戒的話，你的惡業就沒有那麼大。所以由所依門故力大，就善業不善業來講都是一樣的。所依門有戒體的，所造的善業不善業都是極大。

#### ➤ 由所依門故力大，應如何守護好所受的戒？

每天思惟每一條戒是否違犯到，有違犯到的就當下懺悔。譬如有受過菩薩戒、密乘戒的，每天會唸誦上師瑜伽儀軌裡面就有提到每一條戒，針對這些戒條去思惟有沒有違犯到，如果有違犯就要去懺悔，同樣的，受過居士戒的人，也要去思惟有沒有犯了這些戒條，如果有違犯，一定要去懺悔，這是為什麼呢？因為你受了這些戒，違犯了不懺悔，罪會越來越大，但是有一個好處就是懺悔的話，罪業是可以淨化的，所以有違犯到就要去懺悔。

#### ➤ 有受菩薩戒是非常好的，菩薩戒不一定要在上師面前受，只要有佛

像、唐卡前，做禮拜等等儀軌，就可以受持菩薩戒，最好每天都可以受菩薩戒，這樣可以獲得非常大的利益，造下很大的善業。如果沒辦法每天受持，可以初一、十五或假日、好日子就可以受持菩薩戒，能夠受持菩薩戒，肯定比別解脫戒的來得好，為什麼呢？因為你所受持的是菩薩戒，而且菩薩戒可以非常容易受持獲得的，所以如果能夠每天受是非常好，可以有很大的利益。

### 3. 由事物門故力大

#### ■ 法施比財施殊勝

有一些會做物質上的供養，譬如供養衣服、東西，所做的這些供養不會比法布施來得大，為什麼？因為物質只有暫時的利益，但是做法布施，不僅是讓對方有暫時的利益，還有後世的利益，乃至得到解脫。所以法佈施就感果而言，比財物的供養還要來得大。

#### ➤ 如何做法施

以法施來講，並不是講講法就好，這樣不能算是法布施，最重要的是講法時要有好的意樂，也就是不可以跟煩惱有所雜染，你要是為了解脫、一切遍智而來說法，那麼你才能算是做到真正的法布施。

#### ■ 修行供養比財物供養殊勝

譬如用一些財物供養佛、上師跟修行供養來比，修行供養更為殊勝，修行供養也就是將上師、佛對我們所開示的出離心、菩提心修行來做供養，這是比較殊勝的。修行供養比財物供養殊勝，透過思惟就可以知道的。供養財物給佛、上師也是會感果的，但是做修行供養，不僅會改變我們的內心，我們的證量會增長的，這兩者的殊勝差別，我們一思惟就可以很容易知道差別在哪裡。

### 4. 由意樂門故力大

不論造任何的善業，我們的動機或意樂是一個根本，譬如布施一碗飯給乞丐，有三種不同的動機，所感得的果報也是不同的，譬如觀修菩提心來佈施一碗飯給乞丐，所感得的果報是非常大的；如果你以想求得解脫的心來佈施一碗飯給乞丐，當然果報是沒有辦法跟剛剛所說的以菩提心來做佈施相比；如果單純只想要利益對方，沒有上面所說的以菩提心、解脫心的意樂，單純只是想給對方東西吃，果報就沒有剛剛所說的大。所以我們知道，因為動機不同，感的果報不同。在此以菩提心或是以求得解脫的心的動機來造善是非常

重要的。

➤ 由意樂門故力大，我們應該如何做呢？

我們會造一些善業，譬如佈施衣服、東西給乞丐，在造這些善業之前，可以先思惟，所有的眾生都想離苦得樂，希望我所造的善業可以讓他們脫離痛苦，可以成為他們未來成佛的因，用這樣的意樂來做佈施所感得的果報是非常大的。

● 平時修行的扼要

我們修行時，最初重要就是動機，最後重要是迴向，針對這兩點，我們如果能夠習慣性的調整動機及做迴向，這樣我們所造的善業力道都會非常大。在做早課之前會先唸皈依發心偈，之後就開始做課誦，但是做課誦做到一半的時候，之前所修的皈依發心的覺受落掉了，通常皈依發心偈會唸三遍，我們最好是唸到內心有覺受有心力產生，內心有了覺受有了心力，再來做課誦，那麼我們所做的功課都是被好的意樂所攝持，這樣會是很好的。我們盡量去串習，皈依發心好好的修習，有了強烈的覺受以後，再接下來做課誦。