

[關於業果重點複習]

- 道次第書籍中提到:禪修的人首要是意樂;修習道次第的人, 首先要思惟暇滿、人身難得的道理;正式開始修行, 那麼對於業果道理就十分重要, 所以要好好的斷惡修善, 這樣才能算是真正的修行。業果道理內涵很廣且微細, 了解業果的道理是非常重要的。
- 透由皈依三寶, 能讓我們從三惡道苦中解脫, 皈依之後就要持守皈依的學處, 如果沒有辦法好好持守皈依學處, 佛陀也無法救護我們。
皈依的學處: 皈依佛就不皈依其他世間天神;皈依僧不可和外道共處, 因為見解會受到影響;皈依法是不可傷害他人。對於不要去傷害他人這一點就跟業果有關聯, 我們必須強烈要求自己不要去造十惡業。
- 如果要後世不墮惡道, 有誰可以救護我們呢? 唯有三寶可救護, 而真正能救護我們的當然是業果, 所以我們要斷惡修善。
- 關於什麼是善業什麼是惡業, 或許我們現在去想也沒有辦法很清楚, 但是透由經典好好的去思惟一次兩次三次..., 慢慢的對於什麼是善業什麼是惡業就會越來越清楚。輪迴的根本是煩惱和我執, 如果沒有造惡業, 即使有我執, 也不會投生到輪迴裡面, 然而因為有我執的關係, 才會去造業, 所以我們盡量少造一些惡業多造點善業。所以認識業果的道理是非常重要的。
- 什麼是業?
業就是一種行為。比如種田, 播種就是一種行為。譬如要去殺生, 殺生的動作或想殺的心, 這些都算是業。要讓田地長出苗芽, 首先要播種, 之後田地才會長出苗芽, 要生善果就要先造下善業。
- 業果有四特色:業決定理、業增長廣大、不遇未造業、已造業不失。
所造的雖是小惡業, 但是惡業是會增長的, 所以對於這些惡業如不懺悔, 之後也會感得大的果報。佛陀在《賢愚因緣經》或是《百業經》裡提到, 即使所造的是小惡業, 沒有懺悔的話, 之後也會感得大的異熟果, 因此這也就告訴我們業是會增長廣大的。
- 業增長廣大:
 - ◇ 即使造了一個小的善業, 之後也會感得大善果, 我們可以透由心生隨喜來增長善業。

- ◇ 對於惡業就要不令增長，所以對於所行的不善業要生起後悔心，要覺得這樣做是不對的，透由持誦百字明咒、六字大明咒等等來懺悔，讓惡業不會增長。
- ◇ 會破壞善業增長是瞋恚心，所以對於瞋心的生起就要努力的克制。
- 不論就內心或外在事物，都有業決定一切、業增長廣大的道理在其中。小小的善業或不善業可以產生大大的果報，所以既使小小的不善業也要謹慎而行。相同的，既使是小小善業，我們也要用心好好的去造善業。
- 阿底峽尊者到西藏只開示皈依和業果的道理，因此人們就稱他為皈依上師或業果上師。
- 不善業有身三語四意三的十不善業，其實不善業有非常的多，十不善業是就其重要性、主要性而說十不善業。比如我們去了解斷除殺生的利益，以及殺生後會感得什麼樣的異熟果、等流果等這些道理以後，我們內心就會想要斷惡，歡喜的努力去修善。
- 若能斷除十惡業，就可以讓我們獲得善道之身，可獲得人天之神；聲聞緣覺的行者，他們斷十惡業可獲得解脫；菩薩斷十惡業可獲得一切遍智。
- 懺悔已造惡業的方法：
 - ◇ 透由持誦百字明咒、六字大明咒等等來懺悔。
 - ◇ 修持金剛薩埵也可淨除惡業。
 - ◇ 在西藏有個有名的上師龍敦喇嘛仁波切，他對於以前所造的十不善業非常的懺悔，產生非常大的後悔心，為了懺悔的關係，將懺悔文發送給其他人，以此來懺悔之前他所造的十不善業，
 - ◇ 以金剛薩埵法照分享給其他人，以此來懺悔自己之前所造的惡業，這樣去做也可以淨除惡業的。
- 如何斷除十惡業
 - ◇ 十不惡業我們是無法馬上斷除，我們要慢慢的去斷，譬如我們去思惟：我不殺生我不殺生...，漸漸的殺生的次數就會越來越少，同樣的道理去思惟不偷盜、不邪淫...，漸漸的十惡業會越來越少。我們每日去對治，慢慢的十惡業就會減少，乃至於沒有，最重要的是每天都要去對治惡業。
 - ◇ 西藏上師有些會計算一天造多少十不善業，當然殺生是不會有的，譬如說謊、綺語等等這一些，起了多少惡心、善心都把它記下來，漸漸的惡心就會越變越少，善念也會越變越多。
 - ◇ 我們也可以立誓：「我不造十惡業」。

- 格西奔公甲斷除惡業的公案

格西奔公甲，他老的時候才出家。在斷除十惡業、對治煩惱的這個部分，有非常好的事蹟，後來成為一位非常有名的格西。

◇ 格西奔公甲沒結婚沒有孩子、妻子，他是無法閱讀經論的，他發誓不造十惡業，未出家前做過很多偷盜，即使出家後仍常起偷心。人家見他出家後行為變好了，就會請他到家中念經修法。有一天，有個老婆婆請他到家裡來，老婆婆有事外出。當他看到有個容器裝著酥油，他的偷盜念頭一起，一手去拿酥油時，立即想起：「我不造十惡業」，所以就用另一隻手去抓想偷酥油的手，大呼「老婆婆快回來！我已經抓到小偷了！」這個公案是奔公甲格西對治偷盜的心。

◇ 有一次奔公甲格西跟一些僧人到一個地方念經修法，因為他年紀大才出家的，所以也只能坐在末座。當發飯時，他看到前面的人碗都特別的大，他就非常擔心發到自己時飯菜都會沒有了，後來飯菜是足夠的，他察覺到自己這種心態是不對的，輪到他盛飯時，他就不去盛了，別人問他為什麼不吃飯，他說自己剛剛已經吃過了。

這些公案是對治惡業的狀況。

- 以斷除殺生來說，不是指後世會獲得長壽的果報，而是指今生就可長壽。又譬如佈施給肚子餓的有情動物食物，也可以獲得長壽。