



## 《十善業道經》的管理法

星雲大師

### 前言

這部經一開始，佛陀即開宗明義的說：「一切眾生，心想異故，造業亦異，由是故有諸趣輪轉。」因為每個人心念不同，而有不同的身口意三業行為和果報。在人道各有貧富貴賤、美好醜陋的正報，海中眾生也有形色的大小粗鄙。

接著，佛陀講述有關十善業的功德。十善由五戒延伸擴而言之，它是生為人的樞紐，也是做人的根本道德。十善是身三：不殺生、不偷盜、不邪行；口四：不妄語、不兩舌、不惡口、不綺語；意三：不貪欲、不瞋恚、不邪見。

日常生活裡，我們如果能將身口意管理妥當，就能擁有幸福美滿的人生；相反的，管理不好，任它恣意妄為，一生就禍害無窮，痛苦不堪了。以下分別說明十善的管理。

### 一、不殺生

佛陀說，不殺生能得到十種離惱法：（一）於諸眾生，普施無畏；（二）常於眾生，起大慈心；（三）永斷一切瞋恚習氣；（四）身常無病；（五）壽命長遠；（六）恆為非人之所守護；（七）常無惡夢，寢覺快樂；（八）滅除怨結，眾怨自解；（九）無惡道怖；（十）命終生天。

不殺生，是不侵犯他人的生命。不論是人或其他動物，如貓、狗、小鳥、老鼠、昆蟲等有生命的眾生，都不要殺害。不過，佛教是「以人為本」的宗教，主要是指殺人。殺人是重罪，須接受國家法律的審判，也逃不過因果的制裁。殺人者是犯波羅夷（極重罪），為戒律中的根本大戒；殺動物乃至小小的蟑螂、螞蟻，則是犯突吉羅（輕垢罪），屬於惡作，和殺人的程度不一樣。但是，我們不能因此就隨意的糟蹋殘害牠們，因為「莫道群生性命微，一般骨肉一般皮」。對微小生命都能愛護不傷害的人，他的心必然慈悲柔軟，每個人都樂於親近的。

有一天傍晚，佛陀在祇園精舍的庭院經行，天空傳來一陣驚恐的鳥叫聲，原來一隻老鷹正在追捕一隻白鴿。鴿子看到佛陀，如遇到救星似的飛奔過來，佛陀輕輕的捧住牠。靠在佛陀身上，鴿子很安心，不再顫慄；但是當舍利弗靠過來關心時，鴿子又害怕的顫抖。

舍利弗疑惑的問：「我又沒有要害牠，為什麼牠那麼害怕呢？」



十幾隻鸚鵡棲息在星雲大師身上，其中一隻還站在頭頂，雖然爪子抓著頭很疼，但大師深怕牠受驚嚇，動也不敢動。

《人間佛教》學報 · 藝文 | 第十八期

佛陀說：「雖然你已斷除殺心，但你過去的瞋恚習氣仍然存在，所以鴿子會害怕。」佛陀已經永離殺心和瞋習，因此不只動物，任何人見到佛陀，唯有敬愛，不會怖畏。

很感謝父母給了我慈悲的心腸，我從小對於動物，尤其弱小、受傷的小動物，都會給予關心照顧。記得幾十年前，在宜蘭慈愛幼稚園時曾收養一隻猴子。有一次牠跑出去，跳到對街的屋頂上，大家都不敢去抓牠。我擔心牠傷害人，站在路邊這頭，朝上喊牠，叫牠下來。牠見到我竟乖乖走下來，跟我回到籠子裡。我想牠會聽我的話，是因為平時我對牠的愛護而信任我吧。

如何管理自己的行為，讓人愛敬？慈心不殺是重要法門。最近看到媒體報導，法國動物權益組織（One Voice），揭發有些農場的兔農在沒施打麻醉藥下，活剝安哥拉兔的兔毛。兔農大力剝扯，兔子的大片皮膚隨之被扯下，牠們哀嚎慘叫，身體不斷扭動，卻無處可逃。為了取得兔毛來做毛衣、圍巾，人類何其殘酷！

佛教徒吃素，主要是為了長養慈悲心。《涅槃經》言：「食肉者，斷大慈種，行住坐臥，一切眾生聞其肉氣悉生恐怖。」孔子說君子遠庖廚，也是因為「聞其聲不忍食其肉」。現代人貪圖口腹之欲，常有「活魚三吃」、「生烤乳豬」等名目，讓這些動物在臨死前遭受各種凌厲之痛，實在很殘忍！

有些人由於家庭、工作因素，無法吃全素，並不是很嚴重的事。不過，重點是不能存有殺心。佛教有所謂的「三淨肉」、「肉邊素」，也是一種方便。

有一次，佛陀帶著弟子們出外弘法，來到荒郊野外，幸好有一座破舊的老廟可供休息。大家飢腸轆轆，佛陀看到院子裡有一缸水，便叫弟子洗米來煮飯。等了一會兒，弟子跑來說：「佛陀，水缸裡

有許多蟲，不能洗米。」

佛陀說：「我叫你洗米。」

弟子走出去，不久又回來，囁囁說著：「水缸裡太多蟲，我撈水會傷害牠們……這是殺生……」

佛陀再一次平靜說：「我是叫你洗米，不是叫你殺生。」

這就說明佛教重視的是「起心動念」。

另外，生命是時間的累積，浪費時間，也是一種殺生；不愛惜物品，任意糟蹋，縮短它的使用年限，也是一種殺生。能夠善用時間，利用零散的時間完成許多事；對各種物質能物盡其用，讓它妥善發揮功用，也是對時間、對資源的管理學。

## 二、不偷盜

接著，佛陀說不偷盜可以有十種保信法：（一）資財盈積，王賊水火及非愛子，不能散滅；（二）多人愛念；（三）人不欺負；（四）十方讚美；（五）不憂損害；（六）善名流布；（七）處眾無畏；（八）財命色力安樂，辯才具足無缺；（九）常懷施意；（十）命終生天。

不偷盜，是不侵犯他人的財物。不與而取，別人的東西，沒經過對方的許可便占為己有，就是偷盜；而公然搶奪他人的財物，更是盜竊。這些都是國法難容，也是犯了佛教的根本大戒。

一般人可能認為自己不偷不搶，絕不會犯此戒。其實，我們一生中要完全沒有偷盜行為並不容易！許多人有貪小便宜的習性，如公司的紙、筆、橡皮擦、剪刀等文具，心想那麼多也用不完，便順手帶回家使用；公私不分，順手牽羊的行為，也是偷盜。

曾聽過一則事例。有個小孩在學校偷拿同學的鉛筆，被老師處罰並告訴家長。孩子回到家，父親生氣的罵他：「為什麼要偷別人

《人間佛教》學報 · 藝文 | 第十八期

的鉛筆？下次你需要什麼文具，跟爸爸說一聲，我從公司帶回來就好了！」這種假公濟私的行為，不知不覺就灌輸給了孩子。

有一句台灣話說：「細漢偷挽瓠，大漢偷牽牛。」大人沒有管理好自己的行為，反而做了不良的身教，又如何能養育出有品有德的後代呢？

再如，在路上撿到錢或物品，有人拾金不昧，會想辦法物歸原主；有的人看到四下沒人，可能就往自己的口袋一放，這也是一種竊盜。

元朝的許衡，和大夥兒出門，在大熱天走到梨樹下，瞧見樹上纍纍的梨子，大家紛紛摘來解渴，只有許衡一人端坐在樹下，有人問他：「為什麼不去摘梨吃？」

他回答：「梨樹是有人種的，不是我的東西，怎能拿呢？」

「現在是亂世，梨樹早就沒有主人了！」

「梨樹無主，難道我的心也無主嗎？」

像這樣的慎獨、不欺暗室，即是對自我行為的管理。

其他，如為了自身的利益而想方設法去騙取、以職位之便貪汙或侵占公有財物，以及勒索、綁票等，都是犯了偷盜戒。不論是巧取或豪奪，都於德有虧，難免會心虛不安，不能坦蕩自在。

《大智度論》裡有一則故事：有位比丘經過蓮花池旁，株株蓮花玉立池中，微風一吹，飄來淡淡清香，他忍不住深深吸口氣，歡喜的嗅著。突然，護池神冒出來，斥責他犯了「偷盜罪」，比丘生起慚愧心。這時走來一位女士，見到蓮花美麗，禁不住彎下身摘了好幾株，然後欣然的離開。

護池神竟然默默的沒有阻止。比丘心有不甘，問他：「我只不過嗅了花香，你就罵我偷盜；那位女士真的偷走了花，你卻不管，

任由她摘去！」

護池神說：「你是出家人，如一塊乾淨的白布，是不容許上面有任何小黑點的，所以我要告誡你。」

不論出家、在家，每個人本來都具有清淨的心地，只是隨著年紀的增長、環境的影響，才逐漸沾染或多或少的汙點。如何去除汙點？如何返璞歸真？首先要能修心守戒。

古人說「善心莫善於寡欲」，能知足就能安貧樂道。如顏回的「居陋巷，一簞食，一瓢飲」；大迦葉在山林水邊、塚間，安然過著頭陀苦行的生活；唐朝法常禪師，他以荷葉為衣，松子為食，依然自得其樂；弘一大師一生勤儉，飲食簡單，用具破爛，也不以為苦……他們知足淡泊，以無為有，以空為樂，財物在他們心中，恐怕如浮雲、如敝屣吧！不過，佛教並沒有排斥財富，只是強調「君子愛財，取之有道」。



每個人都具有清淨心，只是隨著年紀的增長、環境的影響，才逐漸沾染汙點。（陳芬/攝）

孔子有一次在陳國，因為糧食沒了，跟隨的學生都餓得走不動。那時子路忍不住抱怨：「像老師這樣的君子，也有窮困潦倒的時候呀？」

孔子回答：「君子固窮，小人窮斯濫矣。」

有德之人，即使貧窮，也不會失志而

忘了自己的本分；但是小人一窮，可能就會自暴自棄，甚至為非作歹。所以，平時要養成知足不貪，不求非分之財的觀念，再加上能勤勞、節儉，並存寬厚之心，常與人結緣、布施，相信生活定能富足不匱乏。

### 三、不邪行

有關不邪行，佛陀說若離邪行，即得四種智所讚法：（一）諸根調順；（二）永離誼掉；（三）世所稱歎；（四）妻莫能侵。

家庭對人的成長非常重要！一個家庭是否幸福美滿，對大人、小孩的身心健康，都會有所影響。尤其成長中的孩子，在不健全、不快樂的環境中生活、薰習，往往造成偏頗的人格，以及憤世嫉俗、激進暴戾的性格。我們從報章媒體可以看到，許多做壞事、誤蹈法網的青少年，有的由單親的父親或母親撫養，有的由上一代的祖父母照顧；可說大都來自破碎的家庭。

因此，既已結婚成為夫妻，就要有維護家庭完整的責任。不邪行，是不侵犯他人的名節，主要指不能有合法婚姻以外的男女愛欲行為。

當然，夫妻來自不同家庭背景，觀念、個性也迥然有異，生活在一起，不免會有摩擦吵架之事。我認為若是因個性、習慣而引起的紛爭，如懶惰、邋邇、好吃好買、愛慕虛榮，甚至自私、不體貼、好喝酒、好打牌等陋習，不一定會讓婚姻亮起紅燈；但是，如果一方有了外遇，婚外另外發展感情，這段婚姻要維繫下去就很困難。

只要有愛，感情依然存在，許多問題都不難處理。如何防範未然？

在婚姻管理、家庭經營方面，過去在《佛光菜根譚》裡，我曾

寫道：「上等妻子，賢妻良母，持家睦鄰；中等妻子，輔助丈夫，增加生計；下等妻子，嫌東嫌西，怨恨不停；劣等妻子，閒話是非，潑辣壞事。丈夫的等級則是：上等丈夫，風趣幽默，如春風吹拂萬物；中等丈夫，不苟言笑，如夏陽蒸烤大地；下等丈夫，怪你怪他，如秋風掃蕩落葉；劣等丈夫，瞋嫉粗暴，如冬雪帶來災難。」

如何才是好丈夫？做丈夫的如何博得妻子的歡心與信任？平常要盡量回家吃飯，在餐桌上一家人團聚，不是很和樂融融嗎？而且下班回家，就不會到歡樂場所去花天酒地，自然不會引起家庭風波。還有，丈夫身邊不要帶太多錢，沒錢就無法打牌聚賭、金屋藏嬌。出門要讓太太知道自己的行蹤，彼此能聞問關懷很重要。如果有應酬，應盡量帶著妻子一起參加，常常出雙入對，可以培養夫妻的共識，讓妻子了解自己的事業，就能安心放心，也可免除不必要的家庭糾紛。

為人妻子的又該如何？丈夫在外面忙碌了一天，可能在職場上也有委屈或遭排擠，回到家，應該給予溫柔慰問，幫忙他從困境、沮喪中走出來。有人說要控制男人，先要控制他的腸胃。飲食營養均衡，才有健康的身體。如果家裡的飯菜香味俱佳，丈夫在外面飲食不習慣，自然會按時回家。

除了美化家庭，使環境整潔淡雅，先生在家，能有一杯溫熱的茗茶，一份喜愛的書報，兩人時時開懷談心，不就如生活在樂園嗎？總之，夫妻是同林鳥，關係親蜜，彼此應該互相信賴、諒解，凡事要坦誠相告、一起商議，沒有任何隱瞞，家庭才會幸福美滿，才能白頭偕老，恩愛一生。

除了不邪淫，其他如強姦、嫖妓、重婚、誘拐、販賣人口、妨礙家庭、強迫別人從事賣淫等，都是有傷社會風化的行為，都是社



會混亂的導火線。再如亂倫、雛妓問題，更是文明國家的一大恥辱。如果人人都能不邪行，就不會發生這些問題，就能有和樂的家庭，守禮的社會。

#### 四、不妄語

佛陀說若離妄語，能得八種天所讚法：（一）口常清淨，優鉢華香；（二）為諸世間之所信伏；（三）發言成證，人天敬愛；（四）常以愛語，安慰眾生；（五）得勝意樂，三業清淨；（六）言無誤失，心常歡喜；（七）發言尊重，人天奉行；（八）智慧殊勝，無能制伏。

我們常說：「病從口入，禍從口出。」「一言興邦，一言喪邦。」經典也說：「實語如甘露，妄語如毒藥。」可見口舌最容易造業，它像刀劍一樣能傷人！不過，口也能修行、做功德。

妄語又稱虛偽語、虛誑語，就是說虛妄不實的話。依它的性質可分為三種：一是大妄語，指修行還未證果而言證果，尚未得神通卻說已得神通。古今中外都不乏這種或為貪圖名聞利養、或譁眾取寵的所謂「無上師」、「蓮生活佛」等等，他們常常未證調證，未得謂得，就是大妄語；不只於己無利，因此誑惑大眾，以邪導盲，更是莫大罪惡。另外，妄說四眾，尤其出家二眾的過失，也是犯了最重的根本大戒。

二是小妄語，這是一般人比較容易犯的。說謊或順口講出不實在的話；明明看見卻說沒見，沒看見卻說看見；正確的說成錯的，錯的卻說成對的；知而不言，不知而言，這些都屬於小妄語。

像羅睺羅當沙彌時，喜歡說謊來尋開心、作弄人。佛陀知道後，以洗腳的木盆為例，教訓他妄語如穢器，染汙心靈，也無法裝入清

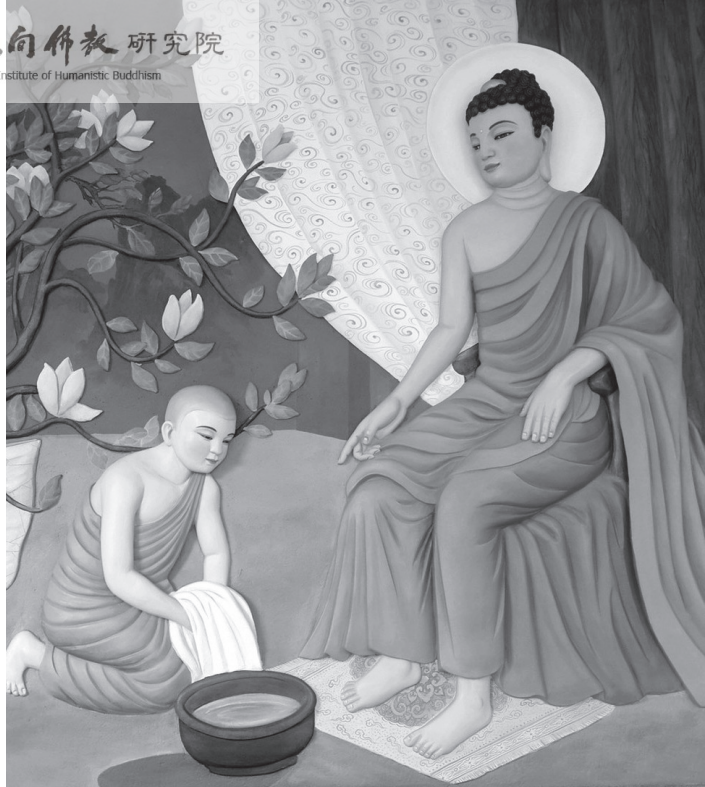
淨的法水，更得不到別人的珍惜和尊重。羅睺羅聽了，非常慚愧懺悔，從此痛改前非，精進修行，而成為佛陀十大弟子中「密行第一」的尊者。

三是方便妄語，即是我們常說的「善意的謊言」。例如有人得了絕症，為了怕他憂心，醫生或家人隱瞞實情。還有，不巧在用餐時間和人會面，對方問吃過飯了嗎？為了不麻煩別人而說吃過了等等，這都是屬於方便妄語。

《金剛經》說，佛陀是「真語者、實語者、不異語者、不妄語者」。但是，有一次佛陀在樹下打坐，一隻被獵人追捕的兔子，奔來躲進他的袈裟下。獵人趕到，詢問是否看見兔子，佛陀回答沒有；這是慈悲的方便妄語。

在不少經典裡，我們也可見到佛陀為了教化度眾而有的方便語言。如《法華經》中的「化城喻」：眾人在險惡道路上行走，因為疲憊不堪而生起懈怠後退的念頭。帶領的導師變出一座化城，讓大眾以為已脫離險境到達目的地。等大家休息、體力恢復之後，再滅除化城，繼續前進。「三車喻」裡，也是以羊車、鹿車、牛車這三樣小孩喜愛的玩具，騙他們逃出火宅，再給予大白牛車。

凡此，都是佛陀為了誘導不同眾生能由小向大、會三歸一的善巧方便，不能說是妄語。《維摩詰經》裡，也有許多「開權顯實」、



羅睺羅說謊作弄人，佛陀訓斥他如洗腳盆汙穢，不受人尊重。

(圖 / 佛陀紀念館〈佛陀行化圖〉浮雕)

權宜教化的方便言行呢。

一般的妄語，是以欺騙人為目的而說的不真實語；而且說了一次謊，為了掩飾，往往會再次說謊，然後三次、四次……成為無數次的謊言。有的人為保護自己而自圓其說，或為了脫罪而誹謗、算計別人。如此，犯了妄語戒，戕害他人，也斷了自己的慧命。

《大智度論》說犯了妄語戒的人，有十種的惡報，如：口氣常臭；雖有實語，人不信受；常被誹謗，醜惡之聲，周聞天下；常多憂愁等。在日常生活中，如果我們能時時修習：口誦佛名、口宣教化、口說善事、口語誠實，就能如佛陀告訴龍王的，凡所說能令大眾尊敬、歡喜，獲得殊勝的智慧。

## 五、不兩舌

除了妄語，兩舌也是嚴重的口業。佛陀說離兩舌可以得五種不壞法：（一）得不壞身，無能害故；（二）得不壞眷屬，無能破故；（三）得不壞信，順本業故；（四）得不壞法行，所修堅固故；（五）得不壞善知識，不誑惑故。

俗話說：「嘴巴兩片皮，說好說壞都是你。」一個舌頭說東說西的搬弄是非，挑撥離間，破壞彼此的和樂，就是兩舌，也稱為「離間語」。

例如，在甲面前說乙的壞話，或乙對甲的批評，讓甲對乙產生反感或怨懟。同樣的，在乙面前也如此的撥弄，使得雙方都心存疙瘩，甚至到後來吵架動武，反目成仇；這就是舌頭惹下的禍害。

又有，原本是好朋友，關係良好時，逢人就誇對方的優點；過了幾年，因故而不滿、疏離，便開始批判、散布對他不利的語言。如此的造謠誹謗，也是兩舌。須知「君子絕交，不出惡聲」呀！

為什麼會兩舌？有的人是習氣使然，慣於東家長西家短的和人咬耳朵；有的人喜歡小事化大，唯恐天下不亂，好「隔山觀虎鬥」；有的是基於羨慕、嫉妒或仇恨的心態。《華手經》說：「惡口而兩舌，好出他人過，如是不善人，無惡而不造。」在口業的管理上，我們應當多加留意。

人我的兩舌，會破壞和諧，種族之間、國際之間的兩舌，造成的災害更是無法言喻。所謂「兵不厭詐」，從古今歷史，我們可以看到有的國家為了自身利益，在幾個國家之間，或拉攏依靠，或挑撥離間，終至引發戰爭，造成生靈塗炭的慘劇。

兩舌的挑釁，會破壞人間的感情與和合，於己於他都有害無利。從因果角度視之，害人者人恆害之。一個人平時言行端正，不趁口舌之快傷害他人的聲譽，自然的就不會遭到傷害，也不會有《法苑珠林》所說的「兩舌鬥亂人，地獄被分裂，獄卒擊其口，焰刀割其舌」的地獄果報。

家庭眷屬應是最親密、沒有爭名奪利的利害關係，卻也不免存在兩舌的情況。好比婆婆看媳婦不順眼，私下對兒子數落媳婦的缺點；媳婦不滿婆婆的管教，轉身向丈夫訴苦抱怨。或者妯娌之間，為了爭寵、為了樹立在家族的地位，散播似真似假的言論來詆毀對方。如此的離間語言，是人事糾葛的禍因，也容易導致家庭破碎、妻離子散，實不可不慎！

經文中提到「不壞信」，一般人要能得不壞信並不容易。如曾子的母親，聽到別人說「曾子殺人」，第一個人告知，她不理睬，因為她相信自己的兒子絕對不會殺人；第二個人來說，她仍不相信；再來第三個人說，她信心動搖，再也忍不住跑走了。像曾子這樣的賢者，多幾個人說他殺了人，連自己的母親也會相信，可見謠言的

可怕。

經典說，一個人對三寶的信仰、對自己的信心、對他人的信任，都能始終如一的堅固，是來自他的口業清淨，不破壞他人而得的不被動搖的果報。因此在修行上，我們要有饒益他人的慈悲心，切忌以語言來挑釁、造謠生事。而謠言止於智者，聽聞別人議論人我是非時，要能不動心、不被煽惑。

如果人人所言，皆沒有「離間語」，唯有「和合語」，就能眷屬和樂，社會和諧了。

## 六、不惡口

佛陀再說，若不惡口，就能成就八種淨業：（一）言不乖度；（二）言皆利益；（三）言必契理；（四）言辭美妙；（五）言可承領；（六）言則信用；（七）言無可譏；（八）言盡愛樂。

有一句話說：「良言一句三冬暖，惡語傷人六月寒。」語言是人際之間溝通的橋梁，要達到溝通的效果，雙方理應相互尊重、心平氣和的交談。但是，有些人不知是天生大嗓門或不耐煩，往往講沒幾句話就粗言惡語，破口大罵，如「相撲雞」一般鬥嘴互毆，落得成事不足、敗事有餘的境地。

其實，佛門有美麗優雅的講話藝術。俗話說：「世間好話佛說盡。」如佛陀見到人，打招呼會稱「善男子、善女人」，對眾生都以軟語慰勉，即使指責弟子，也是：你不知慚愧、不知苦惱、不可以做非人……他的用字遣詞有深意且不粗俗。

有的人心直口快，語氣莽撞，常常得罪人，還洋洋言之：「直心是道場，幹嘛拐彎抹角的！」孰不知「直心」之意並非如此。直心是指正直、誠實、無虛假、沒有諂曲之心，絕不是直接罵人的意

思。千萬不可錯用！

口出粗惡之語毀訾他人，有時是一種習慣。佛陀的弟子畢陵迦婆蹉尊者，有一次應邀到恆河對岸應供。當時附近沒有舟船可以渡河，他靈機一動，向著大河喊道：「恆河小婢！請你闢出一條水路，讓我過河。」

恆河神出來一看，是一位大阿羅漢。雖然被叫小婢，心中憤怒，但是想到自己已經皈依三寶，不能無禮，便無奈的以神通力為他開闢一條大道。之後，尊者每次到對岸托鉢應供，就會呼喚「小婢」開路。過了河也會說：「謝謝你，恆河小婢！」

過了一陣子，恆河神終於忍無可忍的向佛陀投訴：「我堂堂一個恆河大神，卻被他罵為小婢，叫我如何領眾呀？」

佛陀查明屬實，便要畢陵迦婆蹉向恆河神道歉。尊者就合掌恭敬的說：「對不起，恆河小婢！」

佛陀無奈的苦笑道：「你看，他叫你小婢，並沒有輕蔑的意思。雖然他已斷除煩惱，但五百劫來的惡口習氣，才使他無心的侵犯了你。」

惡習難改，我們更要精進的修行。經中寫道：「菩薩有一法，能斷一切諸惡道苦。謂於晝夜，常念、思惟、觀察善法，令諸善法，



畢陵迦婆蹉雖已是阿羅漢，但因五百世習氣所致，仍難改惡口。

念念增長……」就是要我們把身做好事、口說好話、心存好心這些善法養成習慣，久而久之，惡習自然不會生起。

改掉惡口罵人的習慣，常說利益他人的話；常以柔軟語安慰勸勉他人，相信所言必能讓人接受和信服，也能贏得眾人的愛戴。

## 七、不綺語

佛陀說，離綺語能成就三種決定：（一）定為智人所愛；（二）定能以智，如實答問；（三）定於人天，威德最勝，無有虛妄。

綺，有華麗、美妙之意，佛門裡引申為講話過多修飾，以至虛浮、華美而不真實、無意義，以及雜亂、汙穢、不正當的言詞；這些都是會干擾人心，對修心養性無益的語言。不綺語，就必定為智者所愛，自己也能有智慧，為大眾所敬愛。

有些人喜歡耍嘴皮子，自以為伶牙俐齒，在公眾場合信口開河，不問真假，就隨意胡謔亂說，說得天花亂墜；或許一時會讓聽眾相信、崇拜或著迷，但是，經不起證實考驗的言論，終究會被嫌棄。有的人自以為幽默，喜歡開玩笑或說笑話，來逗人發笑，製造歡樂的氣氛；偶一為之，無傷大雅，但長期下來，如馬戲團的小丑耍把戲般的逗人為樂，對自身的進德修業實無益處。

另外，以讒言巧語、甜言蜜語來迷惑人心，更是不可為。佛教史上「三武一宗」的教難，就是北魏太武帝、北周武帝、唐武宗、後周世宗等帝王，聽信道士寇謙之、張賓、趙歸真，以及宰相崔浩、李德裕等人的讒言和煽動，而廢佛、毀法、滅僧，嚴重扼阻佛教的發展，甚至讓佛教面臨生死存亡的關頭。

孔子言：「巧言令色，鮮矣仁！」歷史上不少帝王，被身邊美女或寵臣的花言巧語所蠱惑，最後導致身敗名裂、亡朝滅國，如妲

己、褒姒、楊貴妃、和珅等人，就是以可怕的綺語而禍國殃民的例子。其他如說話不三不四、喜談無意義的八卦，以及口蜜腹劍的行徑、強不知以為知的論辯，也都是綺語。

唐朝的大文豪韓愈，原本不信佛法，反對佛教，還因為上書〈諫迎佛骨表〉而被貶官。後來他認識大顛禪師，兩人幾番機鋒論道，才逐漸改變他對佛教的看法。

有一天韓愈又去問難，見到大顛禪師在禪坐，就在旁邊等候。過了許久，韓愈已等得不耐煩，侍者見狀，拿了引磬在禪師旁邊輕敲一聲，並小聲說：「先以定動，後以智拔。」

韓愈在旁聽到這句話，就行禮告退了。他說：「禪師門風高峻，我已從侍者身上得到佛法的入門。」從此不再作排佛的言論。

這位侍者能適時一語中的，發揮語言的力量，是我們可以學習的。

語言是表達思想、意志的重要工具，我們要能善用它。用口修行，遠離妄語、兩舌、惡口、綺語四種口過，常說讚美、鼓勵、建設性、利益他人的話。如《無量壽經》說：「遠離麤言，自害害彼，彼此俱害；修習善語，自利利人，人我兼利。」使口中所出，句句是金玉良言，法味珠璣，如此即是口宣教化，真正善入語言三昧了。

## 八、不貪欲

最後是意業的貪瞋癡三毒。佛陀說若離貪欲，能成就五種自在：（一）三業自在，諸根具足故；（二）財物自在，一切怨賊不能奪故；（三）福德自在，隨心所欲，物皆備故；（四）王位自在，珍奇妙物，皆奉獻故；（五）所獲之物，過本所求百倍殊勝，由於



昔時不慳嫉故。

貪欲，又作貪愛、貪著，是對五欲六塵追求、迷戀而生起染汙的貪著心。貪欲為生死之本，我們會生生世世在六道裡輪迴，都是緣於貪欲。

經典中對貪愛有許多的譬喻，像貪愛如水，而水能載舟，也能覆舟；水能長養身心，也會滲透內心，滋養生長惡法。貪愛如瘴癘，生活其中，不知覺醒，身心就會受到瘴氣的侵害而生病。還有，貪愛如瀑流，能溺惑人心，將我們的善根漂失，在生死苦海中流轉，不得到達彼岸。貪愛又如軛，被貪愛的軛駕馭，身心在惡業的牽引下，就不得自在。

不論貪財、貪色、貪名利，都是因為沒有把心管理好，而任它成為欲望的奴隸。

伽藍尊者有次到人間訪查，看到一位小孩愁眉苦臉的坐在路邊，便走過去關心詢問，了解小孩由於母親病重，家裡沒錢為她治病而憂愁。伽藍尊者感動他的孝心，就用手指一指，把路邊一塊小石頭變成黃金，交給他：「趕緊把金子帶回家，幫媽媽治病吧！」

小孩眼睛一亮，隨之又搖頭。尊者以為他嫌金子太小，不夠用，再點一塊大石頭，「這塊黃金，應該夠用吧？」

沒想到小孩說：「我不要黃金，因為它終有用完的時候，我要你能點石成金的那根手指頭。」連一個小孩子也如此貪婪，伽藍尊者很失望的離開了。

有位員外，攢聚了許多財富，雖然腰纏萬貫，他卻極為慳吝，對家人苛刻，對朋友、社會更是一毛不拔。他把賺來的錢換成金元寶，放進一罐罐的罈子，藏在床鋪底下的暗室裡。常常半夜起來數著金塊，見它們完好無缺少才放心。

到了晚年，他擔心自己往生後，子孫占據他的財富，便將罈罐搬到屋後的山洞裡，再用石頭堵住洞口。由於他對財寶的執著，往生後竟然變成一條大蟒蛇，在洞裡繼續守著這些黃金。



慳貪不捨的人，就如蟒蛇護金，死後也無法解脫。（道璞法師 / 繪）

由於貪婪成性，財富就成了讓自己無法解脫的枷鎖。「大廈千間，夜眠不過八尺；良田萬頃，

日食又能幾何？」能知足就能常樂，知足才是第一富！

男女情欲的管理也非易事。像頻婆娑羅王因為禁不住色欲的誘惑，竟然甘冒危險，被騙入敵國的淫女阿梵波羅房裡。又如優填王也因女色的引誘，斬斷了五百仙人的手足，造下重大的罪惡。

貪欲心重的人，害怕心愛的東西會失去，所以心中常有恐懼。像社會上許多人，為了保住地位而互相傾軋；而耽著逸樂的人，也往往弄得身敗名裂。這就是《法句經》所言「貪欲生憂，貪欲生懼」的過患。

如何管理我們的貪欲？佛陀有位弟子，每天參禪打坐，但是十二年來，心中依然貪瞋痴不斷，為此他很苦惱。有天晚上，一隻水狗出來覓食，看到一隻烏龜在樹下，便走來想吃掉牠。烏龜趕緊將頭尾、四肢都縮進龜殼裡，因此而保住了性命。藉此因緣，佛陀告訴他：「藏六如龜，防意如城，慧與魔戰，勝則無患。」

我們的煩惱禍患，都是因為恣情放縱六根向外追逐而招來的，假如能攝心守意，進而明白「貪欲本無體，執境便成迷」，了達貪欲是虛妄不實，如此，心無妄求，無論外境如何，都能以正智觀察，

自然行無顛倒，於身心、福德、財物各方面都自在無畏了。

## 九、不瞋恚

佛陀說若離瞋恚，可以得八種喜悅心法：（一）無損惱心；（二）無瞋恚心；（三）無諍訟心；（四）柔和質直心；（五）得聖者慈心；（六）常作利益，安眾生心；（七）身相端嚴，眾共尊敬；（八）以和忍故，速生梵世。

瞋恚是和諧人生的一大障礙！「一念瞋心起，百萬障門開。」不少數十年的好朋友，由於一點小事而反目成仇；夫妻因一言不合大動干戈，以至家破人亡；隨意瞄一眼，卻招來殺身之禍……這都是瞋心熾盛所帶來的不幸與災難。

不過，很多人不會自覺、不肯承認自己的瞋心重。例如幾個人在談論某人，說他的能力、人品都不錯，唯有一個毛病，就是容易發怒、脾氣不好。正巧這個人在門外聽到，馬上怒氣沖沖的跑進來，責問：「我什麼時候容易生氣了？」

智者大師在《小止觀》裡說道：「瞋是失佛法之根本，墜惡道之因緣，法樂之冤家，善心之大賊，種種惡口之府藏。」前面所說的惡口，就是由瞋心而起。

瞋恚是所有心病中，最易犯也最難醫治的。比如，餐桌上的食物不合自己的口味，就甩筷子生氣的抱怨：「怎麼又是這道菜？我最討厭了！」下雨天走在路上，奔馳的汽車濺起汗水，把衣服淋得又溼又髒，氣惱得破口大罵；附近公園舉辦聯歡晚會，講話聲、唱歌聲，透過麥克風如雷價響，在耳邊迴繞，擾得無法睡覺，氣得想衝出去理論；逢假日要加班，工作賣力，薪水卻沒調升……生活中那麼多不順心的事，怎能不生氣？

瞋恚如毒蛇、如刀、如火，不只不利我們日常的待人處事，更是學佛修道的大障礙。如何讓瞋心不起？對於別人加諸於己的瞋怒，可以用忍辱來克服。如《四十二章經》說的：「今子罵我，我亦不納，子自持歸，禍子身矣！」被責罵，可以先反省是否自己真的有過失，有則改之，沒有就當一陣風，隨它去吧。

至於如何去除自己的瞋心？《攝大乘論》提到，有五種觀照能去除瞋恚，即：（一）觀一切眾生無始以來，都於我有恩。（二）觀一切眾生都念念生滅，何人能損？何人被損？（三）觀唯法無眾生，有何能損及所損？（四）觀一切眾生皆自受苦，怎能再加以以苦？（五）觀一切眾生皆是我子，怎能傷害他們？

寺裡幼小的沙彌玩心重，有時晚上翻牆跑出去玩，仙崖禪師知



道後，把他們放在牆角的高腳凳移開，自己站在那裡。沙彌回來，從牆頭爬下來，發現腳踩的竟然是師父的肩膀，大家嚇壞了！這時仙崖禪師沒有生氣，只拍拍小沙彌的背，溫和的說：「夜涼了，趕快回去加衣服吧。」從此，寺院再也沒有人出去夜遊了。由此可見，溫暖的教化勝於嚴厲的責備。

道後，把他們放在牆角的高腳凳移開，自己站在那裡。沙彌回來，從牆頭爬下來，發現腳踩的竟然是師父的肩膀，大家嚇壞了！這時仙崖禪師沒有生氣，只拍拍小沙彌的背，溫和的說：「夜涼了，趕快回去加衣服吧。」從此，寺院再也沒有人出去夜遊了。由此可見，溫暖的教化勝於嚴厲的責備。

瞋恚不能解決問題，以瞋報瞋，只會讓惡緣更相續沒了期。遇到違逆不順的事，還是應該以「無緣大慈，同體大悲」的慈悲心來化解、來處理。

## 十、不邪見

最後，佛陀說若離邪見，能成就十種功德法：（一）得真善意樂、真善等侶；（二）深信因果，寧殞身命，終不作惡；（三）惟歸依佛，非餘天等；（四）直心正見，永離一切吉凶疑網；（五）常生人天，不更惡道；（六）無量福慧，轉轉增勝；（七）永離邪道，行於聖道；（八）不起身見，捨諸惡業；（九）住無礙見；（十）不墮諸難。

邪見，有的經典譯為愚痴。愚痴，不是愚笨如白痴，而是無明，不明白真理，不明白是非、因果。孔子稱讚顏回「顏淵終日不違如愚」，對出色的弟子高柴，則說他「柴也愚」；老子也說「大智若愚」。可見在聖賢者眼中，鋒芒不露、智慧不顯的藏拙，就是一種美德。

世上許多具「世智辯聰」的聰明人，有時因無正見，反而更容易走入邪途，而苦惱一生。我常說：破戒不可怕，破見才可怕。因為犯了戒，通過反省懺悔，能得清淨；沒有正確的見解、觀念，則所言所行往往愚不可及，乃至犯下滔天大罪也不知。

《百喻經》裡有則故事，有一對年輕夫妻平日恩愛卻喜歡鬥嘴。有一回鄰居送了幾塊餅給他們，你一片我一片吃著，最後剩下一片，該誰的？兩人互不相讓。丈夫建議打賭，誰先出聲說話，誰就輸了餅。於是夫妻倆坐在桌前，從早上到中午、晚上，一聲不吭對峙地看著那一塊餅。

半夜，一個小偷跑進來，見他們兩個呆坐不動，以為是木頭人，就放心的翻箱倒櫃。洗劫了貴重的財物，正要離開，發現這個女生頗有姿色，便動手動腳非禮她。妻子終於忍不住大喊：「有賊！快抓賊呀！」小偷嚇得拔腿就跑。

這時丈夫得意的說：「哈哈！你先開口，你輸了！」為了爭一

塊餅，丟了錢財，賠了夫人，是多麼愚痴的行為呀！

社會有許多不正確的邪知邪見，如：犯罪被判死刑，大言：「死就死，二十年後又是一條好漢！」或是：人死了就一了百了；拜神，不燒紙錢，神明不會保佑；好人沒有好報，哪有什麼因果業報？……這些言論正如《諸經要集》所言的：「愚痴之人，不識因果，妄起邪見，謗無三寶、四諦，無禍無福乃至無善無惡，亦無善惡業報。」

愚痴邪見之人，不自知愚痴邪見，才是最可悲可憫的。因此我們要能正見有因緣果報、正見有善惡業力、正見有無常苦空、正見有永恆佛道。

## 結語

貪瞋痴是眾生的三種根本煩惱，因為它們使我們妄想顛倒，造業輪迴。如何對治？守持戒律，可以養成喜捨、慈悲、布施的習慣，讓我們能對治慳貪的毛病；瞋心生起，可以用禪定來對治；愚痴邪見，若能善用般若智慧來觀照，就能轉煩惱為菩提了。

十善，是我們身心管理的重要法門。此經最後寫道：「諸菩薩行，一切佛法，咸共依此十善大地，而得成就。」佛陀說明修行十善業的內容、重要性與功德，接著將十善和六度、四攝、四無量心、三十七道品等同時並行，作為行菩薩道的依循要領，也告訴我們，十善業能使佛的十力無畏、十八不共等佛法圓滿。

因此，十善業不只是做人的準則、道德的管理，更是我們修學菩薩行、成就佛道的根本守則。

