



清流禅语

浅谈忏悔业障



■ 明一法师

一、忏悔的意义

我们不管是做什么佛法的修行,最初进入的时候,乃至任何一次修行活动的开始,首先都要忏悔业障。忏悔业障是一种很有效果而且是很必要的修行方法。普贤菩萨有十大愿王:礼敬诸佛、称赞如来、广修供养、忏悔业障、随喜功德、请转法轮、请佛住世、常随佛学、恒顺众生、普皆回向。忏悔业障是普贤菩萨十大愿王中的第四个,所以是修行的一个很重要的方式。

忏悔业障就是把自己的习气去掉,重新做人。打个比方来说,好比我们在不懂事的时候一直穿一件发臭很脏的衣服,现在父母师长教得我们懂事了,知道什么是臭什么是脏了,那我们要怎么办呢?它不能丢掉只好把很臭很脏的衣服洗干净。从今以后身上总是干干净净的了,不再有很臭很脏的衣服了。

现实生活中的业障要比这个比喻来的复杂很多,我常常说自己业障很重。我们来看看什么叫业?什么叫障?什么叫业障?这个东西搞清楚后,再搞清楚什么叫忏?什么叫悔?什么叫忏悔?把这六个问题解决了,这个法门我们就可以修了。祖师大德佛菩萨就是靠修这个法门得果的,我们也可以。

二、什么是业障

所谓的“业”就是造作,造作就是业,因此造作的范围就非常广大了。我们身体一举一动,身在造作叫身业;我们嘴巴一天到晚爱说话,这个说话是口业;心里面还有妄想,要有念头,常有烦恼,一天到晚它都不断,这个叫做意业。我们造业再多,归纳起

来,总不外乎身、口、意三业这三大类的造作。这三大类一动,它就造作,造作里面有善、有恶、有无记。我们想一桩好事情,什么是好事情,利益众生的事情,这叫好事,这叫善业。我们想一个坏事情,什么叫坏事情呢?念念为自己,为自己就是恶业,就不是善业了,也许大家听到就很不高兴,为自己有什么不好呢?这个世间俗话说:人不为己,天诛地灭,人为自己这是天经地义,应该的,佛为什么说这是恶业呢?那就是因为存在我执和法执,认为我是对的,我需要等等。

现在了解一下什么是“障”。学佛的目标是要超越三界,是要成佛做祖、成菩萨。我们起心动念如果有我执就做不到,为什么做不到呢?因为有“我”这个障,障碍了超越三界,障碍了明心见性,障碍了成佛、成菩萨。为什么会障碍,我们大概都看过《金刚经》,《金刚经》里面讲得很清楚,若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相即非菩萨。这个我相就是着了相,念念都有我,你着我相,这就是我执。我执不破别说菩萨,阿罗汉果也得不到,佛法修学的成就,最低的果报阿罗汉,什么资格才证得阿罗汉呢?我执破了,法执破了,就证法身大士了,就明心见性证菩萨果位了,所以佛教给我们始终是破我执、法执破这二种执着而已。四摄六度也都是教我们怎么破我执和法执。我们起心动念都想自己,这是天天在增长我执,这怎么能出得了三界,所以你想看这是善,还是恶呢?当然是恶,为什么说念念为众生是善呢?大家要知道,人起心动念都想别人,想一切大众,那个我啊,慢慢就忘掉,我执就破了,所以这是破我执最巧妙的方法,叫你一天到晚起心动念不想自己,起心动念想众生,把这个心量打开,所以念念想众生想别人,这是善。念念自己那就是恶!这个恶业感召的恶果就叫业障,也叫烦恼障,这个起心动念都是烦恼。

还有一种障叫所知障,就是我们认识事物本质有困难,做不到全面、客观地去认识事物形成的障碍。

三、什么叫忏悔

忏是忏摩的简称,是从印度梵语翻过来的。悔是中国字。忏摩的意思,跟中国这个悔改的意思很接近,所以翻经的法师用这两个字来翻忏摩,这叫作梵中合译。上面忏是梵语,下面悔是中国话,这是忏悔两个字面上的意思,那么它的真正意思呢?就是后不再造,知过必改这叫忏悔。忏悔就是儒家所讲的不二过,我的过失只有一次不会有第二次,同样的过失不会有重覆,这个就叫忏悔。

式。以歪理歧化来想象(如同我有时会做的),将佛教简化成定性、定量的修行,诸如每日禅坐三回,坚持穿着某种服装,坚信某种意识形态信念,譬如“全世界的人都应该转信佛教”。如果我们能许诺这种修行会带来立即、实际的结果,我想世界上就会有更多的佛教徒。然而,当我从这种幻想醒过来(鲜少发生在我身上),清醒的心会警告我,一个充满了自称佛教徒的世界,不见得会是一个更好的世界。

许多人误以为佛陀是佛教的“神”,甚至在一般认为的佛教国家,如韩国、日本、不丹等,对佛陀和佛教都有这种神化的看法。难怪局外人会认为佛教徒就是追随这位外在的、称为佛陀的人。然而佛陀本人曾说,我们不应该崇拜个人,而应崇拜此人所教导的智慧。类似的,有许多人也同样的先入为主,认为转世、业报是佛教最重要的信念。另外还有许多这类粗略的误解。举例而言,藏传佛教有时被称为“喇嘛教”,而禅宗在某些状况下甚至被认为不是佛教。有些略懂一点,却还是被误导的人,会用诸如“空性”或“涅槃”等字眼,却不了解其真义。

如同我机舱座伴一般,当话匣子打开,非佛教徒也许会不经意地问道:“如何才是佛教徒?”,这是一个最不容易回答的问题。如果问者真正有兴趣,那么完整的回答就不能在晚餐的闲聊中完成,而太过概括性的答案又会导致误解。假设你要给他们正确的回答,那么答案就会直指佛教二千五百年传统的基础:

如果一个人接受下列四项真理,他就是佛教徒:

一切和合事物皆无常(诸行无常)

一切情绪皆苦(诸漏皆苦)

一切事物皆无自性(诸法无我)

涅槃超越概念(涅槃寂静)

这四句佛陀宣说的话,称为“四法印”。“印”在此处意指确定真实性之印记。虽然

四、业障是怎么集聚的

根据经典及祖师所说,业障的集聚有以下几种原因:

1. 由贪嗔痴来

菩萨念及过去世在漫长的生死流转过程中,由于以贪嗔痴三毒之因,发动身口意三门遍造无量无数恶业,假设所造恶业有体可见、有相可睹,则广大的虚空也显得狭小,而无法容纳如此众多的业障。这样的业障牵引行人入三恶趣受大痛苦,近则障碍得人天善趣的果报,远则障碍成就声闻、独觉、菩萨、佛的解脱果。

2. 由无明来

我等无始以来,是非不明,如愚狗逐块,自心外驰,当收敛身心反观自省每天的起心动念、身口意所作所为,这样才会忽然惊醒,低头认罪。至此方信地藏菩萨金言不虚,南阎浮众生业障深重,善根微薄,烦恼炽盛,心力狭劣,刚行小善,却又退心,起心动念无非都是罪业。无须远说无始劫中,仅仅如朝露电光的这短短数十寒暑之中,所造杀盗淫妄等十恶业、破别解脱戒,毁菩萨律仪,犯金刚三昧耶等遮罪、性罪,已是罪山岌岌、业海茫茫。祸福无门,惟人自召,善恶果报,如影随形。诚如经中云:“假使百千劫,所造业不亡,因缘会遇时,果报还自受。”这是个无法更改的定律真理,我们只能接受,却无法投机取巧,更无法逃避。如此诸多恶业罪障一旦成熟,只能亲赴三恶趣中,品尝自己酿造的杯杯苦酒。

3. 由烦恼来

有烦恼所以造诸恶业,由恶业为因,感受苦果。各种经论以种种譬喻呵责烦恼,烦恼是怨家,能断众生慧命故;是劫贼,劫取众生诸善法故;是瀑河,能漂众生入生死大苦海中故;是镣铐,能把众生系在生死牢狱中故;六道络绎,三途不绝,恶业无穷,苦果不息,当知都是烦恼过患。烦恼虽有诸种,统而言之以三毒含尽。《华严经》说:贪嗔痴三业能令众生入三恶道中。纵生人中贫穷孤独,凶狠暴戾,愚钝无知。心识昏愤、意地暗昧、不了事理的愚痴烦恼。贡高我慢、目空一切、轻视他人的我慢烦恼。疑惑正法、不信三宝的犹豫烦恼。谤无因果、不信三世轮回的邪见烦恼。不知缘起性空、横加执著的常断邪见的实执烦恼。悭贪吝啬烦恼。不摄六根、胡乱攀缘的放逸烦恼。心行弊恶懈怠懒惰烦恼。粗犷强横难以调和、容易发怒凶狠惨毒烦恼。障碍戒定慧的烦恼,障碍修三十七菩提分的烦恼,障碍六波罗蜜的烦恼,障碍二种解脱的烦恼,障碍佛恒沙功德的一切烦恼。恼乱贤圣及一切众生无量无边的烦恼。这么多烦恼,我们真是业障深

重。所以说烦恼是我们很重要的业障来源之一。

从前人总结的来看,我们的业障主要由无名烦恼引发贪嗔痴而来。那么主要表现在什么地方,那就是我们的十恶。我们凡夫的心总是在妄想当中打转,所以就有业障产生。贪、嗔、痴,这种种的妄想,是造成人生迷惑的根源,有迷惑就会产生错误的思想言行,因为思想言行的错误就会导致人生的种种苦痛。我们从无始以来都在“起惑、造业、感果”,业障就像大海一样无边无际,无穷无尽。妄想虽然不实在,但它能够造业;业虽然不实在,但能感召三途的苦乐果报,使我们在三界当中虚生幻死,头出头没,无有了期。

我们的十恶主要表现在身三(杀、盗、淫),口四(恶口、妄语、绮语、两舌),意三(贪、嗔、痴)。

上面说的十恶业,是我们常常因为无名烦恼制造业,再由意识带动身和口造下无边无际的恶业。普贤菩萨说:我于过去无始劫中,由贪嗔痴,贪嗔痴是心里面在造,在造业!在造恶业,贪嗔痴!发身口意,这一遍就是三业,身口意统统都在造业了,善业不说了,单单讲做恶业,恶业有多少呢?无量无边!假如这个恶业要是有的话,好在这个阿赖耶识造的这个罪业没有体积,如果有体积,就算这个体积很小,像一粒微尘一样那么小,那无始劫这些微尘累积到今天,菩萨讲这个虚空都装不下了,你造的罪业有多少?我们常常是在不知不觉中就在造,造业从来不间断,一天24小时分秒都不间断,睡觉了还在作梦,还在造业不停!而且所造的业,我们想想恶业多、善业少,就是刚才讲的,起心动念总是想自己的多!想别人的少,多半都是损人利己,这是恶因,起过几个念头损己利人呢?我们起过几个这个念头,所以仔细去检点一下,去反省一下就会发现,菩萨所讲的这个话千真万确,我们这个恶业太多太多了。所以可以这样说,意在不断地胡思乱想,口在不断地胡说八道、身在不断地胡作非为。胡思乱想的结果就落实到身上胡作非为和口上的胡说八道。

五、忏悔是治业障的最好办法

从佛菩萨和祖师形容的业障来看真是太可怕了,真是无边无际和大海一样,形成业障海。那我们不是就没法活了。不是的!佛菩萨告诉我们用忏悔这个修行的方法来对付这个无边无际和大海一样多的业障。《三昧海经》中佛为父亲净饭王讲述了一个公案:在久远的过去,有四位比丘犯了重戒,心中感到很羞耻,心神恍惚,无根据无怙,于道中行走,忽然听到空中说:“你们虽

然犯了戒不要认为就没救了。空王如来虽般涅槃,佛像还在,应该到佛塔中,观佛像眉间白毫。”比丘们听到此话,如将死而遇神医令服用灵丹,感激泪流。感慨地说:“佛像尚有如此威力,何况亲见佛的尊容呢?”尔时全身倒地如大山摧崩。他们就是现在已在十方戒等正觉的四位佛陀:即东方不动佛,南方宝相佛,西方无量寿佛,北方微妙声王佛。所谓“弥天大罪,挡不住一个忏字”确实此言不虚。

祖师大德则告诉我们过去了的事情我们就不要去后悔,我们要无怨无悔面对现在的业障,怎么无怨无悔去面对,那就是用善法去面对,就是忏悔!你看菩萨是怎么说的:我今悉以清静三业,遍于法界极微尘刹,一切诸佛菩萨前,诚心忏悔,后不复造,恒住净戒一切功德。如是虚空界尽,众生界尽,众生业尽,众生烦恼尽,我忏乃尽。而虚空界乃至众生烦恼不可尽故,我此忏悔有无穷尽。念念相续,无有间断。身语意业,无有疲厌。

此时的我们如即将被洪水淹没的人,忽然伸手抓住了救命的绳索,自然心中又惊又喜,牢牢抓住登上岸来,绝不会疏忽大意随波逐流。又如犯下死罪的囚犯,即将临刑,愁忧恐怖无法言喻,此时忽然听到特赦令,定会悲喜交集,感激国王再生之恩,誓当以死相报。同样现在我们被恶业烦恼的洪水冲漂,即将堕落三恶趣海底。地狱的一切刑具已准备妥当,牛头马面日夜相伴不离,时时刻刻伺机下手,此时上天无路,入地无门,但忽然抓住忏悔的救命法门,听到无上大悲法王发出的特赦令,业海无边忏悔是岸,自然不胜感恩戴德,誓愿求哀忏悔。

佛在经中说他的弟子中有两种勇士:一者,即善护身口意,严持诸律仪,戒珠洁净无瑕。二者,虽偶然失去正念,致使犯戒造恶,但马上追悔勇于发露忏悔,如法还净。犯错过恶虽然不好,但因造小恶业而生大恐怖,勇猛忏悔、洗心革面、改往修来的如火中莲花,确实让人佩服。忏悔能培植很大的福报。

《高僧传》中记载昙策大师严净道场,专修忏悔,见到七佛现身对他授记说:“汝罪已灭,于贤劫中成佛号普明如来。”南岳慧思禅师修“方等忏”,梦见四十九位印度圣僧叫他重新受戒,之后更加精进苦修,能彻见三生之事,刚一靠墙顿然开悟。智者大师在大苏山修“法华忏仪”,证得旋陀罗尼,辩才无碍,成就无量功德。还有古德精勤忏悔,相继感得地藏、文殊、弥勒现前安慰并授予清静的菩萨戒。所以我们受大小戒律之前都修忏悔,身心清净才能得到圆满戒体。



近乎佛教徒

宗萨仁波切

象都是无常,一切情绪都是痛苦,一切事物无自性,以及证悟是超越概念的。

当然你不需要随时随地、不停地专注于这四法真理。但它们应该常存于你的心中。就好像你不需要随处都忆起自己的姓名,但当有人问起来,你马上就记得,完全不会犹疑。任何接受这四法印的人,即使没有接受过佛陀的教法,甚至从未听闻释迦牟尼佛的名字,也可以与佛同道。

然而,当我试图将所有这些为飞机上邻座的人解释时,我开始听到轻微的鼾声,原来他已沉沉入睡。显然我们的谈话没有能够为他解闷。

我写书的目的,不是要说服大家都去追随释迦牟尼佛,成为佛教徒,修习佛法;我有意地不谈禅坐的技巧、修行或咒语。我主要的目的是要指出佛教与其它见地不同的独特部分。这位印度王子,到底说了什么,能赢得世人如此的尊敬与景仰,甚至包括如爱因斯坦等现代怀疑论科学家们都如此?他

到底说了什么,能感动成千上万的朝圣者,从西藏一路跪拜到菩提迦耶(Bodhgaya)?佛教与世界上其它的宗教有什么不同?我相信四法印提供了答案的精髓,而在此试图将这些根深蒂固的概念,以我所知最简单的语言来说明。

悉达多的重点是要直探问题的根源。佛教是不受文化所限制的。它的利益不局限于某个特定的社会,它与政府或政治完全无关。悉达多对学术论述和科学论证没有兴趣,地球到底是圆的还是扁的,他也不关心。他关切的是另外一种实际性,他想直探痛苦之源。我希望可以让大家了解,他的教法不是让你读完后放回书架上的哲学巨著,而是每一个人都能修持的既可行、又合理的见地。为了这个目的,我会试用各类人的角度,包括从坠入情网,乃至文明诞生的例子来说明。虽然这些例子和悉达多所用的不同,但它所传达的讯息是相同的,因为悉达多所说的一切,至今仍然颠扑不破。