

《淺談道次第》

講解：如性法師

日期：2018年7月24日—8月5日

地點：新加坡

課程：第七講

今天這堂課的一開始，我先回答一個問題。有一個同學問到：「法師，請問你會在意別人對你的負面評價嗎？當我們被別人惡意中傷後，應該如何思考才能安撫自己的心？」

這個問題，分為兩個部分來回答，第一個部分：「我會不會在意別人對我的負面評價？」如果答案只有兩個選項——會或是不會，我選擇「會」，我會在意別人對我的負面評價。為什麼？如果我有一點煩惱，我會說「我有煩惱」，而不會說「我沒煩惱」，即便我的煩惱只有一點點，我都會說我有煩惱；相同的道理，只要我有一點點在意，我就會說「我會在意」。其實這個問題不難回答。對一個心中充滿我執與愛我執的人來說，當別人做出不順我意的事情時，我覺得會在意是在所難免的；但在多數的情況下，我不會太在意別人對我的負面評價。所以如果你問我會不會在意？我回答「會」；會不會很在意？我回答「不會」。這樣的回答，滿意嗎？以下是我的理由：當我聽到別人對我的負面評價時，除了聽到的那一瞬間會有一點不舒服之外，說實在的，對我沒有太大的影響——我還是我，並不會因為他的負面評價而貶低了我，我也不會少一塊肉，我的善業也不會因此而減少，我的惡業也不會因此而增多，所以負面的評價歸評價，我還是我。所以聽到的當下，內心難免會有一點點不舒服，但不會在意太久，這是多數的情況。

至於第二個問題：「當我們被別人惡意地中傷後，應該如何思考，才能安撫自己的心？」對於這一點，我覺得可以從兩個角度來思考：第一個角度，在這世間上有誰完全沒有負面的評價？我們仔細思考這個問題。就以尊者為例，尊者有沒有負面的評價？有。這一點你上網去搜尋，你就會發現有很多人惡意地詆毀、造謠誣衊尊者。所以即便是尊者，也有很多人對他作出負面的評價；甚至佛陀在世的時候，有沒有人對佛作出負面的評價？有。哪些人對佛作出了負面的評價？外道。佛在對弟子們講經說法時，佛會告訴弟子們：「你們要恭敬三寶、供養三寶。」這時候，外道怎麼看待這件事情？外道他們不以為然：「你身為佛，怎麼會叫你的弟子恭敬你？怎麼會叫你的弟子供養你？你這樣的心態非常可議，你怎麼可以說這樣的話呢？」但是以佛的角度

而言，佛要弟子恭敬三寶、供養三寶，並不是祂想要貪求什麼；而是眾生想要累積福德，佛告訴眾生：「三寶是一塊福田，如果你們恭敬三寶、供養三寶，可以累積到你們想要的福德。」佛是從這樣的出發點而告訴眾生「你們要恭敬、供養三寶」；而不是佛想要受到眾人的恭敬、想要拿到很多的供養金，才對眾生那麼說。但看不慣的人就會覺得：「佛怎麼可以這樣教自己的弟子呢？都要別人恭敬他、供養他，這樣的行為很糟啊！」所以他們會不會在佛的背後，甚至佛的面前批評佛？當然會。

所以當有人對我們作出負面的評價時，我們應該怎麼思惟？「至少我是跟尊者還有佛陀站在同一邊的。」這句話是什麼意思？就像有人會對我們作出負面的評價，其實也有很多人會對尊者和佛陀作出負面的評價，這一點，我們完全相同，所以我們是跟尊者還有佛陀站在同一邊的，而不是站在對立面的。如果讓我們選擇，我們想要跟尊者、佛陀站在同一邊？還是站在他們的對立面？（學員：同一邊。）就如同有人會惡意地毀謗他們，當有人惡意中傷我們時，代表我們跟佛陀、尊者是站在同一邊的，這樣不是很好嗎？

或許這樣的思惟方式還沒有辦法說服你的心，那我們換另外一種角度去思考。在世間上，每個人對事情都有不同的看法：同一道菜，有人喜歡吃，有人不喜歡吃；同一首歌，有人喜歡聽，有人不喜歡聽；同一件衣服，有人喜歡，有人不喜歡；即便在同樣喜歡的情況下，有人會選擇買，有人卻不想買。這代表我們每個人看事情的角度不一樣。對此，有些人會說：「那是因為每個人的喜好不同，這不需要有理由——我喜歡就是喜歡，我不喜歡就是不喜歡。」說這些話的人想要表達什麼？他想要表達的是：「我對於我很在意的這件事情，我有充分的理由，在這樣的情況下，對方明明知道我是有理由的，他怎麼可以誤會我呢？」我們是不是會有這樣的想法？但事實是什麼？當我們提出某個觀點時，即便理由再充分，都不見得能夠得到對方的認同。

舉一個例子：在《四部宗義》裡面，中觀應成派提出了「諸法無自性」的主張；

請問中觀應成派的論師在提出這個主張時，他們有沒有理由？一定有；他們不會只說「諸法無自性，但是完全沒理由」，宗義師絕對不做這樣的事情。他們之所以會成為宗義師，代表他們對於這件事情有獨到的見解、有獨到的理由，所以他們是透由理由來證成一件事情。當中觀應成派的論師提出諸法無自性的主張時，他們提到：「因為諸法是緣起，因為諸法離一異，所以諸法無自性。」這些是不是他的理由？是。他的理由充不充分？充分。但當中觀應成派的論師提出他們的理由之後，應成派以下的宗義師，不論是自續派、唯識宗、經部宗，他們怎麼看待這件事？他們認為：「如果諸法無自性，三寶、業果、四聖諦都無法安立，在這樣的情況下，你就等於承許了墮入斷邊的主張，如此一來，你最終是會下地獄的。」這一點，在宗大師所造的《辨了不了義善說藏論》裡就清楚地提到：上、下部的宗義師是如何討論法有沒有自性的這個觀點。所以，即便中觀應成派的論師用各種正理去證成諸法無自性，但對於下部的宗義師而言，那些正理他們完全聽不進去，甚至他們會告訴應成派：「你的這個見解行不通，因為那是斷邊見，如果你主張斷邊見，來生是會墮地獄的。」但問題是：應成派的宗義師會因為下部的宗義師這麼說，他就真的會墮地獄嗎？應該不會吧。會不會下地獄、會不會成佛，不是某一個人說了算吧。當有人指著鼻子告訴你：「你這樣做會下地獄。」我們就真的會下地獄嗎？不一定。會不會下地獄、會不會成佛，取決於我們的心態、我們的行為，而不在於別人怎麼評價我們，這樣比較合理。如果別人怎麼評價我們，我們就會因此投生到那個地方去的話，那中觀應成派的論師早就下地獄了，因為下部的宗義師都認為他們會下地獄，但這一點說不通。

接著，中觀應成派的論師會因為下部的宗義師不認同他的主張，就憤憤不平嗎？「我的理由明明這麼充足，但為什麼你們還是不認同我的見解？」他會這樣說嗎？不會。他只是提出他的想法和理由，至於對方要不要接受、會不會接受，他根本無法勉強。所以即便對方不接受，我相信中觀應成派的論師也不會覺得憤憤不平。再來，中觀應成派的論師會因為其他人無法接受他的主張，為了討好所有的人而就說「諸法有自性」嗎？不會。他並不會為了讓彼此看似和睦融融，然後就改變自己原有的想法，告訴別人「既然你們無法認同我的想法，好吧，那我接受你們的觀點——諸法是有自性的」，會這樣嗎？不會，也沒有必要。為什麼沒有必要？因為宗義師們想要探討的

是「事情的真相」。為什麼要探討事情的真相？因為他們想要追求解脫。想要追求解脫的人，必須了解事情的真相為何；如果被事情的表相蒙蔽，在這樣的情況下，怎麼有可能得到解脫？不可能。所以中觀應成派的論師，絕對不會為了想要討好其他的宗義師，而就放棄原有的想法，並且隨聲附和，沒有必要這麼做，因為事情的真相不是如此。

所以對於他人所作的負面評價，我們應該先思考的是：對方所說的那些話是事實還是非事實？如果對方批評我們、指責我們的那些話是事實，我們應該虛心接受。為什麼？因為他們點出了我們的問題，如此一來，讓我們有機會改變，所以我們應該虛心接受；相反的，如果對方所說的不是事實，這時候我們根本不需要理會。

尤其是在現今這個時代，多數人選擇在電腦前、手機前刻意地詆毀別人，因為這麼做他不需要露臉，進而想要藉此突顯自己的優點。這樣的人連當面切磋的勇氣都沒有，那我們對於那些人所作出的負面評價，有什麼好理會的？甚至從另外一個角度來說，對方不就是因為不想要修行，才會整天在別人的背後詆毀他人嗎？所以如果我們真的想修行，就不應該隨之起舞；別人怎麼說，那是他的事，個人造業個人擔。不需要因為別人在我的背後詆毀我、說我的壞話，我們就覺得「他怎麼可以這樣說我！事實明明就不是如此……」這沒什麼好爭的。總之，如果對方所說的是事實，我們應該在適當的時間點調整自己的行為；如果對方所說的不是事實，那根本不需要理會。

所以不用太在意自己講了這些話之後，別人對我們所作的評價為何；我們應該在意的是自己講這些話的動機為何，更重要的是理由充不充分。有些人有時講話沒有理由；你問他為什麼？他會說：「我也不知道，這是我聽到的、我想像的。」那乾脆說「這是昨天作夢夢到的」。你仔細地去聽，很多人講話沒有理由，他所帶的動機是：「我就是想要攻擊別人，藉由攻擊別人來突顯我沒有那個問題。」有些人的心態就是如此，不是嗎？所以對於這樣的情況，有什麼好在意的？

所以我說：因為我有愛我執、我覺得我很重要，當我聽到那些不中意的話，內心難免會不舒服；但不需要太在意，因為在意也無法改變什麼，在意只會讓自己痛苦，太在意別人對自己的評價，苦的是自己。有可能別人說完那句話之後，他就忘了，有可能對方是無心的，但我們一直把它記在心裡：「昨天有人在什麼場合、用什麼言詞說我的壞話！」說的人可能已經忘了，我們卻牢牢地記在心中，晚上因此失眠；因為睡不好，早上醒來，兩個眼睛都是黑眼圈；早餐也吃不下，去上班時心情非常鬱悶。這是誰造成的？難道完全都是因為對方的那句話造成的嗎？應該不是吧；這是自己造成的。為什麼是自己造成的？因為我們在意。如果我們不在意，即便對方講了很多難聽的話，但我們會覺得：「講就講，有什麼關係！」有時候我們心裡會覺得痛、會覺得不舒服，那表示什麼？表示我們在意。

上一個禮拜我們也提到相似的例子：如果這個杯子是黃金打造的，它是全世界獨一無二的，而且這個杯子是我的，我很在意它，有人把這個杯子偷走的話，我會很生氣，我會追著他跑並且報警；但如果這是一個破爛的杯子，我完全不在意，有人把它拿走，我會不會報警？不會。我會不會跟警察說「有人偷走我家的一個爛杯子」？不會。假使有人把它拿走，我甚至還會跟他說：「我晚上正準備把它拿去丟，你剛好幫我把它拿走，真的非常謝謝你。」同樣都是我的東西，為什麼會有截然不同的反應？因為前者是我在意的東西，後者則是我不在意的東西。所以問題的關鍵不在於對方是否把我們的東西拿走，而是在於你對那個東西在不在意——如果你在意的時候，當有人把它拿走，你就痛苦；你不在意，即便有人把它拿走，你也不會痛苦。相同的道理，當我們聽到負面的評價時，假使我們的內心感到痛苦，那表示我們在意。我們在意什麼？我們在意自己的名聲，講白一點——我們太愛自己。所以只要跟我有關的——我的名字、我的家人、我的東西……只要在「我的」後面加上這幾個詞，這時候我們就會很在意這些事情；如果我們不在意呢？對方罵就罵，有什麼關係！

佛陀在世時，有這麼多的外道在祂背後說祂的壞話，各位覺得佛陀會在意嗎？不會。佛陀不僅不會在意，還會悲愍那些人，因為佛陀知道那些人正在造惡業，他離惡

趣的大門越來越近，所以佛陀會設法拯救他們。各位對於這個問題的回答滿意嗎？不滿意的話也沒辦法，只能講這麼多了。

從上面的這件事情，我們可以知道：有很多事情，我們是可以從不同角度去思考的。舉一個例子：各位認為「生重病」是好事還是壞事？（學員：壞事。）有沒有人認為生重病是好事的？沒有；大家都認為生重病是壞事。的確，從今生的角度來看，生重病會讓我們感到痛苦、會讓我們行動不便、會讓我們付出龐大的醫藥費，這些都不是我們樂見的，所以從今生的角度而言，我們說它是一件壞事。但如果換一個角度來思考，生重病有沒有可能是一件好事？有可能。為什麼有可能？請問：生重病的人比較容易念死無常？還是健健康康的人比較容易念死無常？生重病的人。我們並不是說生重病的人一定會念死無常，而是說生重病的人跟健康的人兩者相較之下，何者比較有可能念死無常？生重病的人。念死無常的人會比較想要修學正法？還是不念死無常的人會比較想要修學正法？念死無常的人。所以這樣去推論的話，生重病的人比較容易念死無常，有念死無常概念的人比較會想要修學正法，這樣的推論合理吧？（學員：合理。）所以從這個角度去分析，生重病對於修學佛法的人而言，它有沒有可能成為一件好事？有可能。為什麼有念死無常概念的人會想要修學佛法？他的視野應該不是只侷限在今生吧？他看到的應該是比今生更遠的來生。當他看到未來比現在更重要時，他才會想要修學佛法，是不是這樣？所以從世間的角度、從現世的角度，我們會認為生重病是很糟的一件事；但如果從學佛的角度、從來生的角度呢？不見得是如此。所以對同樣的一件事，只要我們換一個角度去看它，我們的心境就會截然不同，這代表境沒有真正的好壞；所謂的好壞，完全是從我們看待它的角度去分析的。

回到我們上一個禮拜那堂課的內容，上一堂課我們是提到了念死無常的部分。生為人的我們，最終都必須面對死亡，不論你接不接受，最終都會死，這是事實。死後有可能出現兩個選項——有來生、沒有來生。我們如何證明死後是有來生的？我們上一堂課提到：想要證明人死之後是有來生的，應該先證明人有前世；如果能證明人有前世，就代表前世的心能夠延續至今；如果前世的心能夠延續至今，就代表今生的心

也能夠延續到來生，因為前世的心與今生的心本質完全相同。所以「前世的心可以延續至今生，但今生的心無法延續至來生」，這樣的理由是不存在的。因此想要證明我們死後會有來生，應該先證明我們是有前世的。

在上一個禮拜我們怎麼證明我們是有前世的？我們從什麼角度來分析？從心的近取因的角度來分析；此外，從我們的習性，比如：我們的心中有任運的貪、瞋、癡，有任運的我執、愛我執，這些心從何而來？我們從心的近取因和我們的習性來分析我們應該有前世。我們舉了什麼例子？在證明人有前世的時候，我們提到有些人能夠回憶起前世，這是最好的例子；有些人即便無法透由自力回憶起前世，但可以透由他人的催眠回憶起前世，這些都可以當成有前世的例子。所以我們講了很多的道理，也舉了不少的例子。

但有同學會說：「即便有這些道理和例子，但到目前為止，我還是沒有想通人為什麼會有前世，所以我無法認同人是有來生的；既然我無法認同人是有來生的，那我不需要為來生做準備。」各位認為這樣的想法合理嗎？「在我還沒有想通之前，我不需要為來生做準備；一定要我想通、確定之後，我才要做準備。」從某種角度來說，這樣的想法看似理性，但我不認為這樣的想法完全理性。舉一個例子：在座各位都確定自己會老嗎？（學員：確定。）確定啊？有些人說：「我已經老了。」好吧，我們換另外一種問法：在座各位都確定自己能夠活到七十歲嗎？（學員：不確定。）有沒有人確定自己可以活到七十歲的？除非你現在就已經超過七十歲，這另當別論；如果我們都還沒有活到七十歲，我們有沒有辦法確定自己一定能活到七十歲？沒有辦法。就算我們不確定自己一定能夠活到七十歲，難道我們不需要為它做準備嗎？應該需要吧。雖然我們不確定，但我們還是會為它做準備，因為它有可能會出現；要是我們因為自己不確定，而完全不去準備，萬一哪天突然七十歲了怎麼辦？

相同的道理，即便此時此刻我們還沒有想通人是有前後世的，但至少隨分隨力地

為自己的來生做準備，我覺得這是比較有保障的事情。因為要是萬一有來生的話，在沒有做準備的情況下要去面對來生，那是非常恐怖的一件事。不要說來生，今生我們在做任何重要的事情之前，如果沒有先準備，我們會不會感到恐慌、害怕？會。就像這堂課如果我沒有先準備，坐在這個地方講了半天，發現才過二十分鐘，我心裡面會不會緊張？會；因為還有一個多鐘頭要講，我總不能說「今天只講一個鐘頭」。所以即便只是世間重要的事情，我們都會希望自己做好準備；不準備，我們就會痛苦。相同的道理，在面對來生的這件事情上，態度相同；即便我們一時想不通，但我們應該問問自己：「有來生的理由比較充分？還是沒有來生的理由比較充分？」如果有來生的理由比較充分，而沒有來生的理由一個都找不到的話，這時即便你一時無法想通，我們的心都應該偏向有來生的那一邊，至少先為自己的來生做準備。這樣的行為、想法是不是比較合理？你不能說「我覺得沒有來生，原因是因為我看不到、摸不到、感受不到」，這些都不是合理的理由。所以當我們無法找到沒有來生的理由，而且有來生的理由我們又無法推翻時，我們的心是不是應該要偏向有來生的那一邊，讓自己在死亡之前做好準備？這麼做比較有保障吧。

剛才的那個例子可以認同吧？我們舉了哪一個例子？我發現很多同學聽例子的時候，他聽得懂，類推到我們想要解釋的那個道理時，他大概也都可以掌握；然後再問他：「我們剛剛舉了哪一個例子？」「忘記了！」各位不會是周利槃陀伽的化身吧？當初佛陀教他唸「掃塵除垢」，周利槃陀伽說：「這個我唸不來，太多字了，我最多只能唸兩個字。」結果教掃塵，就忘了除垢；教他除垢，就忘了掃塵，這樣要教到什麼時候？聽法時要先掌握住「喻」，從這個喻去類推我們想要表達的意思，把這兩者結合在一起思考，你的心才有可能被轉動；不然只講道理給你聽，你會覺得：「聽來聽去都是道理，這跟我的日常生活一點關聯都沒有。」但實際上，我們日常生活中的想法不就是如此嗎？即便我們不確定自己會活到七十歲，但我們會為它做準備；甚至在座有不少年輕人，我們不確定自己會老，但我們會為自己的晚年做準備，我們並不會說「因為我不確定自己會老，所以我在年輕時可以把錢都花光」。既然我們有這樣的想法，而且你也認同這樣的想法，當我們在看待有沒有來生這件事情時，是不是也應該用相同的態度去思考？我要說明的就是這一點。

接著，在念死無常的法類中會特別強調「要生起念死的心」。對於這一點，我發現很多初學者在思惟死亡無常的道理之後，他的心態和行為會變得很悲觀、消極。他會告訴別人：「反正我現在再怎麼努力，最終也是會死，而且什麼時候死，我根本無法確定。我有可能等一下走出去就被車撞死，我有可能明天一早就死了，我有可能在什麼情況下就死了……」這樣的思惟模式是錯誤的。一般世間人怎麼看待死亡？當他想到死亡到來時，他必須離開他的親人、錢財等他心愛的東西時，內心就會感到惶恐不安：「等到死亡到來的那一刻，我就必須完全放下我所愛的這一切。」但這種念死的心是不是道次第中所強調的「念死之心」？並不是。為什麼不是？即便我們想到：「在死亡到來時，我們必須跟所有心愛的東西分開。」但這樣想完之後我們能夠改變什麼？難道我們這樣去想之後，死亡就不會來嗎？不是。難道我們這樣去想之後，死亡到來時，我們就不需要跟那些心愛的人、事、物分開嗎？也不是。這代表即便你這樣去想，甚至內心為此感到恐慌、不安、害怕，你也無法改變這件事實。佛法不講這些，佛法告訴我們的道理是：只要你肯改變，都有轉圜的空間；它不會只告訴你你無法改變的事實。

所以在念死無常的這個章節裡面，所謂「念死的心」是什麼？當我們想到「在死亡到來前，我們該累積的善業還沒累積、該淨化的惡業還沒淨化時，來生我們很有可能墮入惡趣」，針對這一點，內心當中生起恐慌。生起恐慌之後，我們有沒有辦法改善這一點？這一點有改善的空間。怎麼改善？如果來生我們不想墮入惡趣，這時你就應該告訴自己：「我必須多造點善業、少造點惡業。」這一點還有轉圜的空間。剛才那種思惟模式呢？「我最終會死，我死的時候，必須跟我的朋友、親人、錢財、孩子分開。」這樣想能夠改變什麼？什麼都不能改變，徒增困擾，這樣的想法完全沒有意義。所以在道次第中所強調的「念死之心」，是指由於我們投生的方式被業和煩惱束縛，以這樣的狀態去投生，最終的路就是死亡；而在還沒死亡之前，我們應該先想想自己的現狀：「我已經造作了夠多的惡業，該累積的善業卻是寥寥無幾；在我死後，我很有可能墮入惡趣，那是我不想要看到的結果。」在這樣的情況下改變自己現在的狀態，這才有意義。

有一年，尊者在講法時提到：如果沒有滅諦跟道諦的存在，他相信佛陀不會介紹苦諦和集諦。各位覺得這句話有沒有道理？為什麼要講苦、集、滅、道？為什麼不只講苦諦、集諦就好？如果只講苦諦跟集諦，不就讓眾生徒增困擾嗎？你告訴他：「你很苦，而且苦因來自於你心中的煩惱。」然後呢？如果沒有解決之道、沒有解決的方法，這麼說有什麼用？這時眾生應該會問：「那我該怎麼辦？」對此，佛陀會緊接著告訴他們：「如果你真的覺得自己的現狀是痛苦的、你真的發現苦都來自於你心中的煩惱，那你應該適當地調整自己的心態。」所以佛會告訴他「你要如何修『道』」。這時眾生的心中會有疑惑：「修道？修道最終的結果是什麼？」「修道，最終能夠獲得滅諦。」如果清楚地告訴他：「你可以透由修道而獲得斷除煩惱的滅諦。」這時你告訴他苦跟苦因，他就會覺得有幫助；如果只告訴他負面的東西，而不告訴他如何改善的方法，這沒有意義。

相同的道理，在道次第當中所強調的念死之心，並不是一般世間人所謂的「我們不要去想死亡，死亡是很觸霉頭的事；反正每一個人都會死，死了之後，這一切都不屬於我的」，不是這樣的思惟模式。所以在《入行論》當中提到：「若事尚可為，云何不歡喜？若已無濟事，憂惱有何益？」如果一件事情還有改善的空間，我們為什麼要感到憂惱？你就試著去改善就好；相反的，如果一件事情完全沒有改善的餘地，你憂惱又有什麼用？所以你不需要為一些事情煩惱，你只要問問自己：「我有沒有能力改變它？」如果有能力改變，你就試著去改變，少一點抱怨；如果沒有能力改變，抱怨又有什麼用？也沒有用，所以也不要抱怨。學法的人要懂得不要抱怨，能改變的，盡力去改變；不能改變的，你抱怨再多也沒有用。

如果我們確定死後是有來生的，這代表死後我們有可能投生到一個截然不同的環境。舉例來說，我們現在都在新加坡當地，當死亡到來時，我們的生命走向了今生的盡頭；在今生的生命結束之後，我們有沒有可能投生到美國？即便我們現在身處在新加坡，死後我們有沒有可能投生到美國？有可能。這時候我們要先思考一個問題：我們是怎麼從新加坡去到美國的？有幾種可能：第一種可能，在死亡的那一瞬間，我們

身體裡有某一個東西，把我們的意識從新加坡彈到了美國去。第二種可能，之所以會投生到美國的某一個父精母血裡，那是因為在那個父精母血裡有一個磁鐵把我們的心吸了過去。第三種可能，有一個世間的造物主，把我們的心從新加坡拿到了美國的某一個父精母血裡。各位覺得這三個分析都不合理，是嗎？（學員：不合理。）為什麼不合理？第一個可能，在我們死亡的那一瞬間，我們身處的位置，有沒有某一個東西會把我們的心彈到美國去？這不太可能。為什麼不太可能？你要把某個東西彈出去，那個東西至少要有形有色，如果無形無色的話，怎麼彈出去？相同的，在美國某個父精母血的所在處，它像是裝了磁鐵一樣，會把我們的心吸過去，這也不合理。那我們說有一個世間的造物主，會把我們的心從新加坡拿到美國去，這個合理嗎？（學員：不合理。）為什麼不合理？這時候會有很多的質疑：為什麼要拿到美國？為什麼不拿到德國？為什麼不拿到臺灣？即便要拿到美國，在美國有那麼多的父精母血，為什麼一定要拿到那戶人家的父精母血裡面？這個問題需要解釋。這個問題，佛家需不需要解釋？佛家也需要解釋。佛家說人有來生，這就代表我們在死亡之後，有可能投生到很遠的另外一個地方，在那個地方應該不會只有一戶人家，假設當地有很多戶人家，有很多個父精母血，在這麼多的父精母血裡面，為什麼我們選擇投生到其中一個父精母血？佛家也需要對於這一點作出解釋；不能只是問別人，自己卻答不出來。至於「有世間造物主」的主張，在仔細地分析過後，漏洞百出。不過，我們在這個地方先不討論這個部分。

我們先說佛家怎麼解釋這個問題：「在人死之後，我們的心為什麼會從A地去到B地？」首先，在還沒有分析之前，我們說：投生之後，我們有沒有可能投生為一個聰明的人？有可能。我們有沒有可能投生為一個愚笨的人？也有可能。我們有沒有可能投生成體弱多病的人？有。我們有沒有可能投生為身強體壯的人？有。我們在投生之後，有沒有可能從小就被那戶人家的父母親拋棄？有可能。我們也有可能在投生之後得到很完善的照顧。上述所說的這些可能性是否都存在？是。在這樣的情況下，如果我們有自主權，我們想要投生到哪一戶人家去？我們想要投生到什麼樣的父精母血裡面去？長大之後，傻傻笨笨的、體弱多病、從小被父母親遺棄，你想要投生到那樣的環境嗎？不想。任誰都想要投生到好的環境，如果有選擇權、自主權，我相信應該

沒有人想投生到比較糟的環境裡；除非你是帶著願力、你是菩薩那個層級，才有可能刻意地選擇比較糟的環境去投生，不然對於一般普通的凡夫來說，有好的當然選好的，誰會選壞的？誰會想要吃虧？沒有人。

這代表什麼？這代表在「投生」的這件事情上，我們並沒有主導權；如果我們有主導權，任誰都會想要選擇好的地方、好的環境去投生。但是，偏偏有多數人投生的地點不怎麼樣，甚至環境非常的糟，這代表在投生的這件事情上，我們沒有自主權、選擇權。既然如此，就表示在投生的這件事情上，有一個因緣會影響著我們，我們是「被動接受」。所謂的「被動接受」，是指「我們不得不接受」——那個因緣我們無法掌控，我們只能被它控制，我們完全無法扭轉那個現狀。這樣的分析，到目前為止合理吧？（學員：合理。）佛家怎麼解釋這件事情？佛家說：以人為例，人在死後會進入中陰的階段，中陰會經過七七四十九天，但並不是每個中陰都會維持四十九天，在四十九天當中，中陰身一定會找到他投生的地點。他在還沒投生之前，他會因為自己過往所造的業力，在他的面前產生一個幻覺，進而動了一個想法：「我想要前往那個地方。」這時候，他就會投生到他想要去的那個地方。

對於佛家的解釋，一定會有人問：「既然中陰會選擇一個他想要投生的地方，那他怎麼會選擇三惡趣呢？」我們就先不說地獄、餓鬼，我們先說畜生道。如果我們有自主權，如果那個中陰可以選擇一個他想去的地方，他怎麼會想要投生為一隻豬呢？這個可能性是存在的。為什麼？如果那個中陰生前是靠殺豬在賺錢的人，這時候他想到「豬」，就會想到什麼？就會想到「錢」，因為那是他謀生的工具。如果他是靠殺豬在賺錢，他想到豬的下一個念頭：「只要有豬，我就會有錢賺。」所以他看到豬會不會生起歡喜？會。他所造的業力附著在他的心上，這時候那個人在死亡之後，他成為中陰，業還是相同的業，那個業力會顯現出一個幻影，什麼樣的幻影？豬的幻影。這時他看到豬，內心就會感到歡喜、愉悅，便會往豬的方向前進，最終就投生到某一對豬的父精母血裡面；等牠清醒之後，牠會發現：「我變成一頭豬了。」所以這時的「我」，牠想的是什麼？牠想的還是「我」。就比方說：我們現在都會想著「我」，

我們覺得自己是一個人；當想著「我」的意識進到豬的身體裡，我們的想法不會變，我們還是想著「我」，只不過那時因為意識進到豬的身體裡，當我們想到「我」的時候，「我」成為一頭豬，就只有這樣的差別。所以意識在人的身體裡面，當我們想到「我」的時候，我們會覺得自己是人；當這樣的意識進到豬的身體裡面時，牠想到的「我」就是豬。不過關於這個部分，我們之後應該都會再討論到。

我們現在要討論的是：當我們在說「投生」這件事情時，是身體在投生還是心在投生？心在投生。當我們在說痛苦或是快樂時，是身體在苦還是心在苦？是身體在樂還是心在樂？都是心。這一點我們前幾堂課有討論過。接著，當我們在說「造業」的時候，是身體在造業還是心在造業？心在造業；身體會不會造業？（學員：會。）身體怎麼造業？（學員：由心控制。）由心控制啊？所以是心在造業還是身體在造業？（學員：心。）所以我的問題是：身體會不會造業？（學員：不會。）如果有同學說「會」的話，請問身體怎麼造業？這時你就要回答「身體怎麼造業……」，你不能說「因為心在造業，所以身體跟著造業」。有聽懂我的問題嗎？（學員：有。）所以身體會不會造業？（學員：不會。）為什麼不會？因為你說不出身體會造業的理由或是例子？那為什麼「業」分成身、語、意三種？如果身體不會造業，為什麼有身、語、意三種的業？為什麼不說所有的善惡業都是意業、心的業？所以再問一次：身體會不會造業？這時你又會說「會」。無常最好的例子，就是我們的想法；我們的想法會剎那剎那地改變——前一秒鐘說「會」，後一秒鐘說「不會」，然後再過了三秒鐘，又說「會」，再過兩秒鐘又說「不會」。所以當我們在舉剎那性的例子時，你說杯子、桌子、鬧鐘、書是剎那性，這對我們來說，根本無法感覺——面前這個杯子跟十秒鐘前有什麼不同？都一樣；但我們的想法是剎那性的標準例子。所以當我們要認識什麼叫無常，無常的定義叫做剎那性，剎那性有什麼例子？我們的心、我們的起心動念就是最好的例子。

需要再一次嗎？身體會不會造業？（學員：會。）請問身體怎麼造業？（學員：透由心。）透由心去造業啊？身體會造業的理由是「透由心去造業」。身體所造的業

最終要放在哪裡？（學員：放在心裡。）放在心裡啊？身體所造的業是怎麼放進心裡的？是從外面放進裡面來的嗎？當我們說：「我想要布施乞丐一塊錢，我的身體造了一份善業。」請問：我們的善業是在那一塊錢上面？還是在我們的手指上面？如果是在那一塊錢上面，那你也把善業給了乞丐？不是。如果是在手指上面，手指上面的善業怎麼放到心裡的？是在變魔術嗎？身體所造的善業在哪裡？（學員：心裡。）又回到心裡了。所以問：身體是怎麼造善業？答案是「心在造善業」，是不是？本來就只有心會造業，身、語不會造業；但為什麼我們會說「身、語、意三門所造的業」？是指當我們在動一個念頭之後，比方：我們想要布施乞丐，我們是不是動了一個念頭？這時我們還沒有付諸於行動，我們先動了一個念頭：「我想要把這一塊錢布施給那個乞丐。」在動這個念頭的這一瞬間，我們是不是就在造業？是，我們的心就已經在造業了。我們在布施的當下想著：「我把這一塊錢給了那個乞丐。」我們是不是還在動念？在當下我們還是在造業；甚至你已經給他那一塊錢，你離開了，你心裡面想著：「我剛才對那個乞丐修了布施，我隨喜我自己。」我們是不是還是在造業？是。

所以所謂的「身業」，指的是當我們動了一個念頭之後，我們付諸於行動的那個當下，我們「內在的起心動念」叫做身業。也就是我們動了一個念頭，我們付諸於行動、做出了那個行為，在做那個行為的當下，我們內在還是有起心動念，那時的起心動念稱為「身業」；而不是說身體在造業，而那個業附著在那一塊錢上或是我的手指上。所以造業者是心在造業，身、語的行為只是心的投射；最終，都是由心在掌控。你要伸手把那一塊錢布施出去，是誰在促使這件事情完成的？心。心希望自己的身體做這個動作，所以是心在造業，身體只是配合它去做這個行為而已。所以我們說「造業者是心，身、語的行為只是心的投射」。

所以，當我們心中動了某一個念頭之後，那個念頭的力量會留在我們的心上；死後，當我們的心從A地投生到B地時，之前附著在心的那些力量，是不是也會被帶著走？是。這就像我們把錢存在銀行裡面——善業、惡業都存在銀行裡面，假設那間銀行從A地遷移到了B地，我們的錢也都會在那裡面；相同的道理，我們現在把自己

所造的善、惡業存在心上，當我們的心從A地投生到B地時，我們心上的業也會跟著到B地。當我們投生之後，遇到了眾多的外緣，我們的心就會有苦、樂的感受。為什麼？因為那個力量是附著在心田上、是附著在意識上，所以當它成熟的時候、當它遇到了某些外緣之後、當因緣聚合時，心就會有苦、樂的感受。所以你有沒有發現，感受苦、樂果的也是心，造作善、惡因的也是心。

所以簡單來說，「造善惡業，感苦樂果」的這件事都是圍繞著心；是心在造善、惡業，是心在感苦、樂果。就是因為心在造業，就是因為心在感果，所以我們在第一堂課特別強調：我們要改變自己的三門，在三門中尤其是要改變我們的心。為什麼？因為造業的是心；感果時，領受苦、樂果的也是心。所以如果我們想要快樂，就必須在心上留下好的力量，我們稱它為「善業」；如果我們想要避免痛苦，就必須在心上儘可能地排除掉不好的力量，我們稱它為「惡業」，這是佛家的理論。

為什麼要特別強調這一點？我們在投生時是被業所控制，完全沒有自主權、選擇權；如果我們有自主權、選擇權，我們理應會選擇投生在好的環境裡。但當我們發現並不是每個人都能投生到好的環境時，就可以從這件事情當中得知：對於「投生」的這件事，我們並沒有自主權；既然沒有自主權，又必須投生，就表示有另外一個因緣會推動著它，而且被推動的心是被動的，佛家說那個因緣就是「業」。這樣的分析，應該是我聽過的分析裡最合理的。之所以說它合理，並不是因為我是佛弟子，而是在眾多的推論裡面，只有這個聽起來比較有可能。我們剛才分析的那幾種都不可能——心從A彈到B，或是B把心吸過去，或是世間的造物主把心拿過去，這些都有問題，所以分析之後，我覺得佛家的主張相對來說比較有道理。你從各種角度去分析，最終都會發現，佛家講的這一套雖然我們不見得能百分之百相信，但我們能夠想得出更好的理由嗎？如果能想出更好的理由，另當別論，但很困難。首先，我們承許苦樂跟心有關係——是心在快樂、是心在痛苦，這就表示什麼？這就表示心所感受的苦樂，一定有它的因緣。如果那個因緣是在心之外，那為什麼要由心來承受苦樂？這就表示那個因緣應該是跟心息息相關的。所以佛家說：當我們造了一份善業，善業的力量就會放

在我們的心上；當我們造了一份惡業，惡業的力量也會放在我們的心上。那就像一顆種子一樣，當種子遇到了外緣——就像我們看到某一個人，即便我們不認識他，在看到他的那一瞬間，我們就會覺得：「我好喜歡他。」有沒有這樣的情況？有啊。有些人你不認識他，但光看到他，你就會覺得倒胃：「那個人看起來怎麼那麼討厭！」問你：「為什麼討厭他？」你也說不上來，「我光看他就覺得討厭。」為什麼會這樣？因為我們過去曾造下那份業，所以當那個緣出現時，我們的心就會有各式各樣的念頭冒起來，有的讓你快樂、有的讓你痛苦，佛家的解釋就是如此。

接下來，如果上述的推論是合理的，由於我們沒有自主權，我們被業所控制、被業所推動，所以當我們的心田上種下了很多惡業的種子之後，我們有沒有可能投生到非常糟的環境裡？這時候，佛說「有六道輪迴」——我們可能從善趣墮入惡趣，當中的惡趣即是地獄、餓鬼、畜生。我們先不討論地獄、餓鬼存不存在。其實說真的，我們也沒什麼理由說明它們不存在；還是有人覺得「我有充分的理由證明餓鬼道、地獄道是不存在的」，有嗎？我們很難證明它們不存在，不過我們先不討論這個部分。畜生道存在吧？這不需要考慮吧？即便你不認同地獄道、餓鬼道，但至少認同有畜生道。這時有人會說：「的確有畜生道，因為我們家就有很多寵物，牠們就是畜生、牠們就是動物。」所以有人以外的動物存在，這沒有爭議。但多數人會怎麼想？「即便有畜生道，我也不會從人道變成畜生道。」是不是？其實我們多數人的心中都有這樣的想法——「即便有畜生道，我應該也不會變成畜生。」但說真的，這樣的想法也沒有任何的理由。

好吧，就順著各位的想法分析。假設人死了之後只會再投生為人；雖然這樣的前提不存在，但我們作一個假設——人死了之後只會投生為人，我們現在都說「人」，不說「畜生」。請問：白人死掉之後，有沒有可能投生為黑人？黑人死了之後，有沒有可能投生為白人？都有可能。他有沒有可能投生為全身長毛的黑人？當然有可能。有些人身上的毛不就又多又長嗎？胸部有胸毛、手上有手毛、腳上有腳毛，所以這是有可能的。所以一個白人死掉之後，有可能投生為黑人，而且有可能投生為全身長毛

的黑人。那個白人死掉之後，有沒有可能投生為黑猩猩？如果能投生為全身長毛的黑人，為什麼不能投生為黑猩猩？（學員：因為猩猩不是人。）為什麼他可以投生為一個全身長毛的黑人，但不能投生為黑猩猩？要有一個理由啊。以基因的構造來說，黑猩猩跟人的基因構造，相似度高達百分之九十幾，對吧？所以你說：「我的心在肉體死亡之後，只會投生為一個全身長滿毛的黑人，而不會投生為一隻黑猩猩。」要有一個理由吧。如果可以投生為那樣的黑人，理應也能投生為黑猩猩；如果能投生為黑猩猩，為什麼不能投生為長頸鹿？沒有理由。而且說真的，來生要投生到哪裡，又不是我們可以決定的，在這樣的情況下，我們怎麼能說「我只會投生成什麼，不會投生成什麼」？這沒有理由。

所以這時候你會發現，在這樣的情況下，如果我們毫無自主權，你不覺得有點恐怖嗎？來生要投生何處，我們完全沒有自主權、沒有選擇權，好像別人要把我們派到哪裡，我們就得去那裡，你不覺得這樣的投生方式就像在賭博一樣嗎？你去賭場，對方發給你兩張牌，問你：「哪一張牌是大的？哪一張牌是小的？」如果你根本看不到那張牌的大小，你就只能賭——賭錯了下地獄、賭對了上天堂，那時候我們的心應該會感到恐慌吧。相同的道理，在沒有準備的情況下，如果死亡突然到來，我們投生的方式就是如此，要投生什麼地方，我們完全不知情；也就是當我們的肉體腐爛之後，我們的心要投生何處，面前一片漆黑，下一步會跑進哪一個父精母血裡面，我們根本無從得知，光想到這件事情，就會讓人害怕。

在這樣的情況下，我們有什麼理由告訴自己「我要持續地享受現世安樂，我不要早一點為來生做準備而去行善斷惡」？我們哪來的勇氣？你不覺得提早做準備會比較安全一點嗎？不過這個問題，應該要自己思考，我不能代各位回答。但至少從我們上述的分析方式去思考，你就會發現：「要投生到哪裡，我們沒有辦法決定、全權被其他的因緣所掌控，如果現今我們有機會改變那個因緣，我們理應把握改變的機會；如果那個因緣是我們無法改變的，那我們想改變也沒有辦法。」但問題是：「想不想改變」的這件事情，決定在我們自己手裡。

況且，很多人在聽到三惡趣的痛苦時，他的第一個反應：「這些都是假的，這是因為佛要勸眾生為善，所以嚇唬眾生而說『地獄是存在的，你不要做壞事，否則你就會墮入地獄道；餓鬼道是存在的，你不要做壞事，否則你就會墮入餓鬼道』，佛是為了讓眾生行善，所以告訴眾生『你如果不這樣做，會有那樣的結果』。」第一，佛是在恐嚇眾生嗎？不是，佛沒有必要恐嚇眾生。佛這麼做，對祂有什麼好處？完全沒有好處；佛沒有必要這樣做。況且，我們就作一個假設：就如同各位所願，人死了之後只會投生為人，在這個世間上，沒有地獄道、餓鬼道，即便有畜生道，我們也不會成為畜生道當中的一份子。假設這些前提都存在——我們死後只會投生為人，這樣的狀態，各位可以接受嗎？會有同學說：「不得不接受啊，因為只有一個選項——投生為人。」但我們的問題是：即便我們不相信有三惡趣苦，即便來生我們還有機會投生為人，我們真的就快樂嗎？即便投生為人，就如同我們之前所分析的，你有沒有可能投生為一個愚笨的人？有可能。你有沒有可能投生為體弱多病的人？有可能。你有沒有可能在投生後就死在母胎當中？有可能。即便被生下來之後，你有沒有可能被父母親遺棄？都有可能。難道投生為人，所有的問題都解決了嗎？不是。縱使投生為人，還是有很多事情需要去面對。

甚至我們從另外一個角度來分析：難道投生為人，我們就真的快樂嗎？不要說別人，在座各位，我們問問自己，我們現今生為人，而且算是不錯的人，但我們真的快樂嗎？有些人即便有機會學佛，也學了好一陣子，都不見得快樂，是不是？所以問問自己：「我們真的快樂嗎？」再問問自己：「我們為了獲得世間的快樂，要付出多大的代價？」我們仔細地想想：我們想要追求的世間快樂有哪些？我們為了追求那些快樂，要付出多大的代價？我們在付出的當下，難道是抱持著愉悅的心情在付出嗎？應該不是吧。我們都想要賺到錢並且去享樂，但問題是：要賺到錢不容易，一個禮拜有七天，我們至少要工作五到六天，才有一天的休假；為了那一天的休假，我們要工作五到六天，這就是人世間的狀態。雖然生為人，不全然都是痛苦，也有許多的小樂可以享受；但問題是，當我們想要獲取那些小小的快樂、短暫的快樂時，我們要付出非常多的代價。我們都先不討論在獲得那些快樂時，我們有可能會造下很多的惡業。世間多數的快樂在獲取的同時，勞心勞力，是不是？應該沒有人整天躺在床上就很快樂

的；即便整天躺在床上，我們也不快樂。我們都會說睡覺很快樂，但要你一天二十四小時都躺在床上不起來，你快樂嗎？不快樂。

所以人世間的快樂有幾個共通的性質：第一個，我們必須付出非常大的代價才能夠換取到；第二個，人世間的快樂都是暫時的、都是短暫的；第三個，我們在獲取那些快樂的過程中，有可能會造下非常多的惡業。所以你仔細地想想：這樣做值得嗎？必須造惡，來生又要受苦，當下勞心勞力，所換取的快樂這麼短暫、無法持久，我們到底在忙什麼？所以即便人死後還是會再次投生為人，我們真的會以投生為人作為滿足嗎？如果有更好的選項、如果有更快樂的境界，請問你要不要？當然要。所以這時候我們就不應該以「人死之後應該還會投生為人」作為滿足，因為我們會投生為什麼樣的人，我們不知道。而且我們仔細地想想，在這個世間上，受苦的人比享樂的人多太多倍了；此時此刻，我們在講法、聞法的同時，有多少的人正在挨餓受苦？有多少的人正在與死神拔河？有多少的人躺在病床上奄奄一息？

我們多半都只看到自己，只看到自己想追求的快樂、只看到自己所遇到的問題，把自己的問題不斷地放大、把自己的快樂不斷地放大，放大到我們根本看不到周圍其他的人，所以痛苦的時候，你會覺得：「我是全世界最倒楣的人，沒有另外一個人比我更倒楣，所以我才會遇到這麼倒楣的事。」但事情的真相是如此嗎？比我們倒楣的人滿街都是，只是他的額頭上沒有寫「我比你倒楣」罷了；說不定他剛剛才被老闆開除，而我們只不過是被老闆罵而已，比我們倒楣的人多的是。但為什麼我們會覺得自己很痛苦？因為我們只想著自己，我們從早上醒來到晚上睡前只想著「我」；就連在晚上睡覺作夢時，我們都想著「我」——「我昨天晚上被鬼追了！」「我昨天晚上夢到一頭大象在追我！」即便是在作夢，我們都想著「我」，更何況是在白天清醒的時候？從早到晚都在想「我」——「我」是最重要的、「我的快樂」是最重要的，「為了獲取我的快樂，我可以讓其他的人犧牲。」對有些人而言，他會覺得「我的痛苦」是最大的。為什麼大？因為他用他的顯微鏡在看他的苦；即便一丁點的痛苦，他都會覺得那個苦非常大，就像顯微鏡底下的寄生蟲一樣。但是事實根本不是這樣。所以有

時候看事情，換一個角度，從不同的角度去看，你的心境就會不同。

所以我們剛才說，我們都不提三惡趣，也不說人死後有可能投生為畜生，我們都不談這個，因為一談這個，有些人就會覺得：「那是在恐嚇別人，根本不可能。」我們就說人投生為人，難道人投生為人，你就滿意嗎？如果你投生的地點是戰亂頻傳的地方，你想要去嗎？如果你投生的地方，到處都是傳染病，你想要去嗎？如果你投生的地點，從小就只能喝河裡面的髒水，你想要去嗎？我們都不想。請問：投生到這樣的環境跟投生為一隻野狗，有什麼不同？即便投生為人，那跟投生為一隻野狗有什麼太大的不同？其實沒有。路邊的野狗找不到乾淨的水喝，牠也是喝髒水；身上有疾病，牠有沒有辦法去醫院看病？也沒有。雖然那隻路邊的野狗不見得是身處在戰爭頻傳的地方，但是不論牠走到哪裡，人家都要趕牠——有的用棍子打牠、有的用石頭丟牠。那隻野狗跟我們剛才說的那個人，兩者的處境有什麼不同？除了人是用兩條腿走路，狗是用四條腿走路之外，處境有什麼不同？他們必須要承受的苦有什麼不同？大同小異。所以即便我們不認同人死後有可能投生為野狗，那投生為身處那種環境的人就能夠接受嗎？應該也不能。但問題是我們有自主權嗎？沒有。這時候該怎麼辦？還是要行善斷惡，是不是？所以，這時的問題就不在於地獄存不存在、餓鬼存不存在、我們死後會不會投生為動物。有很多人在思惟三惡趣苦時，一開始就把焦點放在這些問題上面，意思是說「地獄不存在、餓鬼不存在，我就可以不需要為我的來生努力」嗎？意思是說「人死後不會投生為動物，我就不需要為我的來生做準備」嗎？不是嘛。

當我們確定人死後一定有來生時，這時我們必須思考的是：「我會投生到什麼樣的環境裡面去？」如果在投生的當下我沒有選擇權，那是不是應該在投生之前，能做多少準備算多少，這樣比較合理。所以這跟我們是不是有很多的時間修行，我們是否有遇到非常好的善知識，他能時常在我們的身旁對我們耳提面命地提醒，我覺得沒有什麼關聯。即便我們一天只有半個小時的時間修行，即便我們一年只有一次機會遇到自己的師長，當我們想清楚我們是有來生的，當我們想清楚在投生的那一刻自主權不在自己手上，而在我們當下所造的善、惡業時，這時候即便只有半個小時，你都會告

訴自己：「我不應該白白地浪費這段時間，因為僅剩的時間非常有限；現在不行善，什麼時候行善？現在不斷惡，什麼時候斷惡？」「即便師長沒有每天在我的身旁、我心中還是有很多的疑惑沒有得到解答……」但問題是：這些會不會影響到你應該行善斷惡的這件事？不會。

有很多學佛的同學都會有一種想法：「我白天要上班工作，晚上要回家顧小孩，還要洗衣服、晾衣服、摺衣服，我哪有時間修行？」另外一種情況：「我一年只能夠見到我的師長一面，我懂的非常有限，心中對於佛法充滿疑惑，我怎麼修行？」我們或多或少都會有這些問題，但這些問題是導致我們的修行無法前進的主因嗎？應該不是。誠實地去思考吧！誠實地思考之後，你會發現我們的修行之所以還在原地踏步、完全無法向前邁進的主因，是我們根本不相信有前後世、是我們根本無法認同業果的觀念，所以我們會找很多的理由——白天要工作、晚上又要忙家裡的事情。在這樣的情況下，你還不是會看韓劇？白天工作再忙，晚上回家要做很多的事，時間到了，你還是會把電視打開，坐在電視機前看韓劇，一看至少一個鐘頭，所以再怎麼忙都一定要看韓劇，但太忙的話可以不要修行，意思就是這樣；所以講白一點：韓劇比修行重要，就是這樣。不然還有什麼理由？沒有什麼理由。

其實，就像我們之前所提到的，下士道的這些法類，講道理我們應該都聽得懂，但問題是「我們不願意去實踐」。在這樣的情況下，你說你再忙、你說你找不到好的師長，因此而導致你的修行無法進步，這一點我無法認同。不是只是無法認同各位，我也無法認同我的心中有這樣的聲音；當它告訴我：「因為你有很多事情要忙，你又要翻譯、你又要講課、你又要校稿……所以你沒有時間修行。」我心裡面也會有這樣的聲音，這時候我無法認同它。我會馬上反駁它，雖然我的修行還是很差，但我知道這些理由都是藉口。所以我不會被它說服，我也不會跟它妥協，因為我知道那些想法都是有問題的。

所以換一個角度來想：我們到底想要什麼樣的來生？這個問題很重要。不管你是否認同有三惡趣，不管你有沒有辦法接受人死之後有可能投生到三惡趣，當你有來生的概念，當你知道你死後一定會投生到某個環境去，投生的地點、投生的方式都是我們自己無法決定時，這時候我們就應該要有一種想法：「既然在當下我無法決定，至少我在投生之前做好萬全的準備。」如果你真的愛自己，你就應該要花一點時間去想想來生的你；你不會說「我只愛今生的我，至於來生的我——他的死活、他的苦樂，我完全不管」。所以如果我們真的愛自己，不應該只愛今生的自己，也應該想想：來生的那個「我」，我們到底希望他變成什麼模樣？因為一不小心，當我們的意識、當我們的心進到了一條狗的身體裡面時，那時候的「我」就是一隻狗。那樣的結局、那樣的結果，是我們有辦法接受的嗎？如果你有辦法接受，那不需要考慮太多；我們現在的前提是「如果我們無法接受」，那問問自己：我什麼時候要改變自己？所以你有沒有發現，從講課的一開始，我們把所有的焦點都放在改變自己的心上；要如何改變自己的心？透由學習正法來改變自己的心。把所有的焦點都放在法上面，我們要思惟的是法義。我們不用講很多的大道理，我們就以最直白的方式來敘述下士道的這些內涵，你就會發現：「如果最終我們都要死，死了必須投生的話，很多事情必須重新思考。」

這樣可以接受嗎？各位聽完之後會覺得很沉重嗎？（學員：會。）會啊？即便內心感到沉重，你也不需要為此而憂慮。為什麼？「若事尚可為，云何不歡喜？」因為你至少還有改善的空間。如何改善？等一下迴向的時候，認真迴向；今晚回到家裡之後少看一點韓劇、多念一點佛、多想一點法義，這都是可以隨時改善的。不要只告訴自己：「等我忙完之後，某年某月某一天再去修行。」如果你到那時候想要修行，現在就應該做修行的前行。所以不用感到沉重；如果你覺得沉重，你要告訴自己：「我至少還有改善的空間。」然後把心力提起來：「我現今遇到了善知識，我有修學正法的機會，我獲得了暇身，我當下不把握，什麼時候把握？就從今天開始吧！」你就跟自己對話：「就從今天開始吧！即便我無法一天二十四小時都讓心安住在正法上，那我就從最簡單的開始練習起——一天五分鐘。」當你有心這樣去練習時，請把所有的外緣都放下，你不要一邊想修行，一邊又想滑手機。有些人的修行是——坐在佛堂，

手機放在桌上，佛經、法本放在面前，他用眼角的餘光不斷地看自己的手機；連五分鐘都捨不掉，這樣根本不需要修行。如果真的有心修行，請把這些外緣排開，從五分鐘開始練習。你不要覺得五分鐘很簡單，有時候我們想要讓自己的心專注五分鐘都很難，為什麼難？因為從來沒有串習過。從五分鐘、十分鐘、十五分鐘、半個鐘頭，練習之後你才會知道「我有沒有去閉關修行的本錢」，而不要只想著：「我當下工作、享樂，某年某月某日再去閉關修行。」那是絕對不可能的事。這樣可以理解嗎？

好，我們今天的課就上到這個地方，謝謝各位。