



竺摩长老



著作：初阶佛学读

第八课 十善和善心所法

善的定义，是个人的思想行为与自己有益的；对他人亦是有益的；在今世好的；在来生也是好的。这四个条件具备，才能算是纯善。

佛教所说善法，有世间的，有出世间的，种类繁多；但简单点来讲，最基本的善法，不出十种，叫做「十善」。这十善法，即是十恶法的反面：身不杀生、不偷盗、不邪淫；口不妄言、不绮语、不两舌、不恶口；意不贪、不瞋、不痴。若再从心理上来研究分析，这善法的心理，可得十一种。在唯识学上，叫做「善心所法」：

一信，是没有怀疑。一个人对于一切善法，如有怀疑，就不能起信，更不能接受。故信实为生起一切道德善法的根源。华严经说得好：「信为道源功德母，长养一切诸善根」。有了信仰，就会开始去推动一切善行。

二惭，就是羞耻。看到别人有德有学，自觉不如，就要以人喻己，知所愧勉，发奋图强。所谓：「彼既丈夫我亦尔，不应自馁而退屈」。能知

惭，便会进步。

三愧，是抱愧歉疚。自己犯了不道德的罪行，恐怕轻则当面受人辱骂，背後受人指责，重则受法律处罚，甚或丧失生命，由此便不敢为非作恶，自掘陷阱。

四无贪，是看透了人生所有的事物，都是因缘而起，缘起性空，虚妄不实，所以就能恬澹宁静，少欲知足，在世间一切尘欲的境界上，心不贪恋，无诸嗜好。

五无瞋，是看透一切境界的虚妄，心无所著，好恶随缘，得失忘怀，所以不起瞋怒。你顺来，固无可喜；你逆至，亦无可伤。智眼常开，不随情转，即使逆境当前，仍能忍受众苦，恒顺众生，不生恼怒。学菩萨法，坚固忍度，摄化众生，才有这种修养，养成无瞋的心境。

六无痴，痴即无明。没有无明，便有智慧，谛察事理，明自透彻，没有错误，也就不会起贪起瞋。须知贪瞋的生起，全由于痴，如能无痴，便可无贪无瞋。所以这无贪、无瞋、无痴，叫做「三善根」。是说明了一切的善法，都从这三种善根而生起的。

七精进，精则无杂，进则不退。精进对于帮助修习一切善法的进步，具有无比的力量。它所表现的功用，是有两方面的，一方面是努力断恶，停止或拒绝做一切恶事，一面是努力修善，摄取一切的善法。精进的精神是积极的：自利工作需要精进，利他工作更需要精进；修习世间善法，希圣希贤，需要精进，修习出世间的佛法，成圣成佛，更需要精进。一切菩萨学佛，皆因精进故而得道，这是佛在经典中，常常教诫弟子们的。

八轻安，轻是轻快，安是安乐。轻安的境界，不是普通人所有的；须要修学佛法，和禅定的工夫初步接触，心境上感到清明自在，一阵舒畅，才有轻安的乐趣。这是一种调心的工作，得到这种境界，一切妄念的粗垢，渐渐脱落，会使心境趋于纯善的阶段。

九不放逸，是能控制到自己放浪的思想，和不羈的行为。不放逸的本性，便是无贪、无瞋、无痴的三善根，和精进的控制，生起防恶修善的功能，對於一切不好的思想和行为，加以节制，使之趨於好的方面发展。

十行舍，行是修行，舍是舍弃执著。普通一般的人，對於修行作善，多是抱有功利观念，即是做了好事，怀著图报的思想，如果没有报答，得不到好处，便要退心，所以做好事多不能彻底；学佛的人做善修行，便要彻底，不好怀著功利的图报。所以行舍，就是教人即行即舍，做了善事，不要把功德记在心里，或希望他人来答报，菩萨视人如己，为人服务，即等於为自己服务，所以是「施恩不望报，望报不施恩」。没有世间人功利的观念。况佛教注重破执，执坏事固然是病，执好事亦属於病，会阻碍自己的前进；所以须要空尽主观的执情，才会契合於客观的真理。

十一不害，是不侵害他人的利益。佛教的主旨，不但利济自己，更重利乐有情，所以须要不害，才成善根。

这十一种善法，是属於唯识学百法中的「心所有法」。心所有法共有五十一种，或善或恶不定，唯有这十一种心所有法，是纯粹的善法，为一切佛徒所需要学习的。

问题练习：

1. 善的定义是甚么？
2. 十恶与十善有何不同？
3. 善心所法共有几种？试列其名。
4. 甚么叫做「三善根」？
5. 怎样训练成我们善的心理？