

十不善业

身恶业

- 1 杀生
- 2 不与取

是针对在家人所要禁止的行为

源自伦理道德的重视

- 1. 源于传统文化和民族习俗
- 2. 源于戒律以戒律来约束自己，相对而言比较容易因为：懂得今生所执著的对境没有实义，并且会毁坏来世的安乐，再让他守持戒律，会比较容易

古代各地

藏王松赞干布在位时，曾规定了十六条人规

汉地也有这样的传统

断除邪淫之法

出世间方法

理觀上：依靠智慧的抉择来对治——忆念善法的功德和力量。

实修上：
(1) 压伏之法。
小乘或大乘：调心，压服烦恼。
(2) 烦恼自解脱之法
密宗：“烦恼本体自解脱。”
禅宗：“烦恼即菩提。”

世间方法

佛說善生经

- 丈夫该怎样对待妻子五條
- 妻子应如何承侍丈夫十三事

3 邪淫

作为出家人，就必须从根本上杜绝非梵行《中阿含经》云：“勤修梵行，精勤妙行，清净无秽，离欲断淫。”

断除邪淫的功德

《大般涅槃经》云：“不犯他妇女，自妻不非时，施持戒卧具，则生不动国。”

邪淫过患

- 第一个作用就是可以引发痛苦，因为它是罪业。这个痛苦有很多，直接就是异熟果堕恶趣，然后等流果——以后在转为人的时候，它的残余的影响力还会让我们感受很多痛苦
- 第二个作用，自性罪（比如此处讲的邪淫）是障道的，比如修行时如果经常造这些过失就会障道。
- 印光大师在《寿康宝鉴》里，就讲了邪淫的十二种危害：害天伦、害人节、害名节、害门风、害性命、害心术、害风俗、害阴鹭zhi(默默行善的德行)、害名利、害寿命、害祖父、害妻子。

忏悔

如果以前犯过，自己知道不对，就生起后悔心、惭愧心，通过念金刚萨埵的方式来忏悔。每天祈祷上师三宝加持，忏悔要四对治力第一種是所依對治力，第二種是厭患對治力，第三種是返回對治力，第四種是現行對治力，這是消除罪障的四種力量

语恶业

- 1 妄语
- 2 离间语
- 3 粗语
- 4 绮语

意恶业

- 1 贪心
- 2 害心
- 3 邪见