

消業障

練習正念動中禪要很單純地實修，也就是要一步一步地培養覺性，讓覺性越來越清明、越來越增長、越來越強大。

我們要當下修、當下做。「做」就是所謂的「業」，做好的就是善業，做不好的就是惡業。我們現在來練習正念動中禪，也是造業，就是在造當下的業——在當下培養覺性。

業就是造作，處就是地基，業處是心造作的地方。所有事情都是我們的心練習的地方，盡責任工作的地方，真正來說業處到處都是，如果我們真正瞭解就很舒服、很輕鬆了。

人們不了解業，有時候以為業只是過去的。我們為什麼生於此？人們以為，都是因為過去世造的善業和惡業所造成的。可是以真實來說，「業」就是現在你做什麼，都是現在！

一般人因為不了解，以為做好做壞，都是過去做的，現在產生果報。有些人面對無法解決的問題，會想這是不是業障，或者曾經對人家做了什麼事情，現在才會承受這樣的報應，把一切歸到業障。

想過去，想未來，都沒有想自己現在的行為是什麼，自己現在在做什麼。

業是當下的作為，業障是無明。如果當下沒有覺知，那是無明，就是業障。業是自己來決定的，只要把當下做好，過去和未來自然會好。

有很多人擔心：「過去的業障會不會影響自己的修行，或業障太重是不是就沒辦法修行？」修正念動中禪當下所造的業是「培養覺性」。如果我們努力培養覺性的話，那麼儘管過去有很多很重的業障影響修行也沒關係，因為只要我們不斷地在當下培養覺性，當覺性強大起來，它自然就會去處理過去的種種業障。

也有很多人問：修正念動中禪可以消業障嗎？

他們害怕受報，怕現在或甚至未來會被業障追到而受報應，因此內心有恐懼感。

覺性夠好，我們就能走出來，能脫離、能戰勝。我們不會跟業障在一起，不會執著，就能超越過它了。覺性夠好，我們就放得下，自

己會找辦法走出業障、脫離業障、超越業障。好的覺性可以解決問題而不是放棄不理，就像荷葉一樣，我們將水倒進去，它並不會沾染，沒有什麼的。

只要大家每一個當下保持正念正知，每一個當下保持覺性，每一個當下都在覺知、在培養覺性，那麼，無論過去累積了多少劫的無量無邊的業障，它們永遠都追不到你、跟不上你。

如果大家努力培養覺性，等你有了圓滿的覺性，它自然就會消除一切業障。而且覺性不只是消業障，還能夠消除一切煩惱、苦惱，它就像一把很利的刀，能斬斷一切貪、瞋、癡、執著、我慢。

如果沒有覺性，你要怎麼去消那些業障呢？所以，覺性對每一個生命都很重要。

只要我們每個當下都一直在修善、一直在做好，自然就能夠超越過去不好的業障。比如，我們身體被割傷，敷了藥把傷口治好之後，它還是會留下疤痕，雖然有疤痕，卻不痛了啊！這個業障也是一樣，當你培養出強大或甚至圓滿的覺性，就能超越過去的業障，這時候業還在不在？在！但它不苦了。

如果我們沒有把傷口治好，它可能就會演變成慢性發炎，會一直長膿或潰爛，但當我們把傷口裡的毒啊膿啊完全治好而痊癒之後，它就不會痛了，雖然還留下疤痕，但疤痕也不會痛了！我們過去所造的業障也是如此，如果我們沒有培養覺性而超越它的話，它就會繼續惡性循環，但只要我們培養出強大而有力的覺性，自然就能超越一切業障，而不再受苦，所以，我們培養覺性是一舉全得。

消業障要趁我們身體還健康、生命還在的時候，也就是要在現在當下消，當下做好，將來自然會好，當下把因做好，將來的果必然會好。