

知果報障行齋戒道

一文／陳明誠·胡青青

「這次能參加《法譬如水》經藏演繹，對我的幫助真的很大，知道什麼是因緣果報。能夠完全斷離

葷食改吃素，這以前在朋友眼中是絕對不可能的事，現在我已經做到了，真的不可思議！」原本嗜吃海鮮大餐的吳政豐，興奮地在讀書會上分享。

從事航運工作二十多年，吳政豐載運過的水產品種類繁多，最偏愛的就是吃海產。太太鄭秋月是慈濟委員，二〇〇三年學佛、開始茹素，想盡辦法邀他一起素食都被拒絕。由於從小就被灌輸肉類、海鮮類富含高蛋白質，營養成分高，有益身體健康；加上身為公司主管，

免不了交際應酬，要吳政豐吃全素根本不可能。

二〇〇九年，吳政豐因為心血管疾病，開刀裝了心導管支架，以為兩三天就可以康復，沒想到卻全身有氣無力，遑論走路。他食慾不振，營養品、補品該吃的一樣也沒少，依舊一副病恹恹的樣子。太太看在眼里，不捨在心裡。

「你不要不要吃素看看，讓自己的胃休息一下，說不定可以改變體質？」鄭秋月再次說服先生一起吃全素。為了健康，他勉強答應，可是吃了一陣子全素之後，體力還是不見好轉。

前來關懷的親友看到他虛弱的樣

子，紛紛對他說：「你這是吃素的關係啦！」「一定要再吃一些『補氣』的魚肉來調養你的身體啊！」你一言我一語，讓他掙扎許久，以健康為由，他再次吃魚類、肉類補身子。沒想到對健康不僅沒幫助，反而造成「痛風」。

在葷食與素食的反覆掙扎中，吳政豐依舊不能破除嗜肉欲望。應妻子之邀，他與兒子都入經藏，恰巧一家三口都在同一組妙音。每次共修回到家，一家人都會唱誦練習，彼此討論偈文內容，從背誦去了解偈文涵義。〈懺悔果報障〉：「罪業從來無粗細，果報來時苦難言。」他心想不就是當初開完刀仍



吳政豐全心茹素，與同修鄭秋月入經藏練手語。(孫麗鈞攝)

全身無力，檢查不出病因的心理寫照嗎？以前不信業障，只信自己，沒想到從自己的健康「知果報」。

開始背偈文時困難重重，往往記得後面就忘了前面，必須不斷複習。打開電腦，隨「妙音示範教學帶」唱誦幫助記憶。唱誦與練習手語是全家每天必修的功課。早上起來練習一次，洗澡、睡覺的時候也不忘就地演練，大家互相切磋，彼此成就。藉由唱誦，熟背歌詞，了解歌詞的意涵，進而引法入心。

近三個月的密集共修，在「妙音種子」的陪伴下，吳政豐跟著學習，完全融入其中。當演繹至「不修善法行惡業，畜生道中受輪迴；嗜殺揮霍又慳貪，惡鬼道中悔恨晚……」時，他的內心不禁一陣悸動，這不正是在警惕自己嗎？當他

唱誦到「願——已造惡業悉永斷，未造惡業令不生」時，內心感受更加深刻，讓他想起過去種種的不是。

在公司是一級主管，凡事說一不二，而且堅持「好話不說第二遍」。講一句話，下屬就要馬上懂得意思，如果再問第二次，他就不高興了。吳政豐懺悔自己在管理人事上的貢高我慢生狂傲，發願要完全斷除習氣；而且告訴自己要改往並修來，不再因與太太意見不和、看不順兒子的壞習慣而起瞋恚心，最重要的是不再殺生吃海產。

吳政豐帶著兒子齋戒入經藏，更發願一輩子清淨茹素。現在的他，不僅身體愈來愈健康，還將公司的業務交由他人管理；希望能空出更多的時間來護法、弘法，以接引菩薩廣行無量業。