

諸位同學，大家好。《感應篇》第十八句是：

【慈心於物。】

向下這一段經文是講養性，修心養性，這一科裡頭是講修敬。

『慈心於物』，「物」就是眾生。佛法裡面常講「慈悲為本，方便為門」，慈悲是德，方便是功，我們常講功德。前面這一段教給我們「積德累功」，積德就是存心，累功就是行事。慈悲心就是世間人講的愛心，佛法為什麼不說愛要說慈悲？這裡面有個原因，世間人這個愛是感情的，愛生於情；慈悲也是愛，但是慈悲是生於智，是理智而不是感情的。凡是感情的很容易變化，所以世間人講愛情是決定靠不住的，千變萬化，自己也不能控制。佛菩薩這個愛心是永恆不變的，叫做慈悲，它是理性的，它是心性、真理自然的流露。真慈平等就是佛。在經典裡面，佛給我們講十法界的因行，當然每一個法界要講因緣，都非常複雜，《華嚴經》上所謂的「無量因緣」。無量因緣當中總有一個最重要的因素，所以佛就將最重要的因素提出來教導我們。作佛最重要的因素就是真慈平等，真是純真，前面在積德累功的時候，我們曾經說過。

一個修行人，一個明白人，徹底了解宇宙人生真相的人，他有三樁事情是我們一般凡夫所忽略的。第一個，他的心是真誠至善，善心，善心達到究竟圓滿，至善。儒家也教人「止於至善」，一個純善的心處事待人接物，純善心就是此地講的慈心，這是第一個特色。第二個，純是一個愛人之心，沒有想到自己，就像一個慈母愛護他的幼兒一樣，全心全力的照顧，把自己都忘掉了。佛與大菩薩是以這樣的愛心愛護十法界的眾生。第三個是純是利益之心。這個

三點把諸佛菩薩的心行說盡了。而這個三椿事情，我們細心去觀察，幾乎通於一切宗教，各個宗教的教義雖然不相同，儀式不一樣，但是這個三點是有共通之處，宗教可以圓融和合，可以說這是根本法、基本法，從這個基本法上著手發揚光大。《華嚴》是一個例子，《法華》也是個例子，看看佛家的大乘經論，一乘教典，無不是以這三個因素融合虛空法界種種不同的族類，我們今天講不同的文化、不同的生活方式、不同的宗教信仰，以這三椿東西融合了。至善、真慈、利益對一切眾生，真正做到捨己為人。佛是大智大覺，我們講他的覺行圓滿，凡是大智大覺的人一定具備這三個因素，能以平等慈心於物。

佛家教人養生，這是一切眾生，可以說是不分族類、不分宗教，最關心的事情，怎樣保持健康長壽，幸福快樂，養生！要想身體好，健康長壽，最重要的就是慈悲心，這是許多人疏忽了，心地清淨慈悲就不會生病。所有一切病痛、煩惱從哪裡生的？我們要細心去觀察，從污染生的，這個道理不難明瞭。這幾天，我聽人家說，報章雜誌裡面刊載歐洲牛肉又發生問題了，又不能吃了。甚至於葡萄酒裡面還摻雜著牛肉的牛血，把葡萄酒染紅，大家都心裡頭慌了，很明顯的，污染就是疾病的根源。心地清淨，沒有污染，就不會生病。慈悲能夠化解一切不祥，不但能解毒，對自己來講你有能力解毒，慈悲心能解毒，慈悲心能化解世間不同的族群、不同的宗教之間一切誤會、歧視，所以種種不吉祥，慈悲心能夠化解。

所以我這個妄想打了好多年，希望能辦一個多元文化的學校，多元文化教什麼？就是教導至善的心、慈悲的心、利益眾生的心。多元文化研究所，多元文化學系，課程內容就是這三點，這三點在佛法裡面講就是菩薩。而慈心裡面最重要的，是不殺，你看淨業三福第一條，「孝養父母，奉事師長，慈心不殺」。對一切眾生，這

個物是講一切眾生，不可以有殺害的念頭。不但不能殺，傷害都不可以，這才是真正慈心，是所有一切戒律的基礎，戒行的根本。佛菩薩教我們養生之道，特別著重慈悲心；世間人養生只懂得生理，飲食要衛生，衛是保衛，保衛生理，求得生理的健康。但是生理健康真正的因素他沒有找到，所以選擇最健康的食物，他還是會生病，他還是會老死。什麼原因？生理健康對於健康長壽不是第一個因，它是第二個因，這是治標，不是治本。由此可知，講求衛生的人是治標不治本。

本是什麼？本是心。佛經裡頭常講「依報隨著正報轉」，我們這個身是依報，心是正報，所以心理健康，我們生理就健康了一大半，飲食方面稍微注意一點，那就過得非常好。心理不健康，生理怎麼調養還是無濟於事。這種例子我們看得太多。古代這些帝王將相，對於生理上的保衛，都是找一些專家、第一流的人來照顧他，還不一樣短命。歷代帝王，諸位去查一查看，活到七十歲有幾個人？沒幾個。大多數四、五十歲生命就結束了，五、六十歲，長壽，七十歲以上的稀有！古人稱為古稀之年。什麼原因？疏忽了心理的衛生，他懂得生理的衛生，他不懂得心理衛生。所以慈悲心比什麼都重要，我們養身體，還要懂得養性情。

佛家的飲食為什麼選擇素食？釋迦牟尼佛當年在世，勸導我們素食，但是他自己沒有實行素食，那是生活環境不許可。佛是一個非常慈悲的人，慈悲的人就不願意麻煩別人，佛每天出去托鉢，托鉢，人家吃什麼就供養什麼，這就方便了。如果佛要提倡素食，每一家都還要準備一點素食應付托鉢的人，你說這多麻煩？不願意給人添麻煩。所以這是隨緣。諸佛菩薩那些修行人行，隨緣沒有問題，因為他的心慈悲，他沒有分別、他沒有執著，他的心清淨，不受污染。我們是凡夫，我們的心不清淨，我們的心會受污染，所以不

能不有選擇。中國佛教採取素食，始於梁武帝，梁武帝讀《楞伽經》，佛在經上勸勉菩薩不要吃眾生肉，他讀了之後非常受感動，他自己採取素食，勸勉出家人也採取素食，所以素食運動就這樣展開來。全世界的佛教徒都沒有吃素食，吃素食只有中國。

全世界出家的佛教徒，頭頂上沒有燃香的，燃香只有中國。頭頂燃香是什麼意思？佛在經上講的，「燃燒自己，照耀別人」，是我們發願捨己為人，懂得這個意思就行，不是真的叫你把身體燒掉，身體燒掉了你還拿什麼去幫助別人。諸佛菩薩，用現在的話來說，就是服務眾生，為眾生服務，為人民服務。你沒有一個健康的身體，你拿什麼服務？佛家講的燃身、燃指、燃臂，都是取捨己為人的意思。你要會錯了意思，真的把身體燒掉，手指燒掉，手臂燒掉，你變成個廢物，什麼事也不能做。觀世音菩薩兩隻手還不夠，要千手千眼，我們兩個手還要把它燒掉，這成什麼話？意思錯會了。祖師大德教我們在頭頂上燃香，讓你時時刻刻記住，我曾經發願捨己為人。可是頭上有很多人燒了好多個，我還曾經看到有一位出家人，頭頂上大概燒了有三、四十個香疤，燃得那麼多，自私自利，貢高我慢。為什麼？他燃得多，別人燃得少，我比你多。貢高我慢，完全不懂得燃香的意義。所以身上燃不燃沒有關係，心裡頭要記住佛的教誨，真正發心無條件的、無私的為一切眾生服務。

可是素食非常重要，素食養生、養心、養性，性用現在講是情緒，就是素食裡面也有對性情不好的，佛都把它揀擇出來。大家曉得，佛家講的五葷菜，葷是草字頭，葷不是肉食，許多人講吃葷以為是吃肉，錯了，葷不是肉，葷是蔬菜。肉在佛家講腥，葷腥。葷是五種蔬菜，這個大家都曉得，大蒜、小蒜（我們叫蕎頭）、韭菜、蔥、興渠，興渠過去中國沒有，現在很普遍，我們叫洋蔥。這些東西影響生理，沒有功夫的人，沒有定功的人，它會產生不好的效

果，所以佛家把它避免，這五種叫葷菜。《楞嚴經》上講得很清楚，生吃容易動肝火，脾氣暴躁。所以佛才勸導初學的人，你要保護自己善良的一個情緒，飲食會影響情緒。素食保護慈悲心，不食眾生肉，所以素食衛生、衛性、衛心，這是最好的選擇，最好的養生之道，它養生、養性、養心，這是大學問。

從這個地方生起愛護一切眾生的心，歡喜、無條件照顧一切眾生，幫助一切眾生，菩提心就從這裡生。佛常常勸我們發菩提心，我們菩提心不知道從哪裡發？菩提心要從愛心裡面發出來，這個愛心不附帶任何條件。有條件的愛心不是菩提心，無條件的愛心才是菩提心。無條件的愛心難發，難在哪裡？難在我們不了解宇宙人生真相。如果你明白了，菩提心自然就發出來。宇宙人生真相是什麼？虛空法界一切眾生就是自己，這才是真相。我這個講法大家好懂，佛經上的講法大家聽了很難體會它的意思。佛經上怎麼說法？「十方三世佛，共同一法身」，這個話聽起來不好懂，我把它變一變，虛空法界一切眾生就是自己。你們想想看，你什麼時候能夠體會到，什麼時候你承認、你肯定，你的愛心自然就發出來了，那個愛心是平等的慈悲心，那是真正的菩提心。好，今天時間到了，我們就講到此地。