

《了凡四訓》。「積善之方」，諸位觀眾，上一集，我們講到了凡先生舉出十個做善事的例子，講到善人在這個世間常常受到人毀謗，受到人障礙。所以，我們對於修善的人，要盡心盡力來協助他、來護持他，使他的善事能夠成就，利益眾生。我們接下來看這段文字：

【故善事常易敗。而善人常得謗。】

這二句我們讀到有非常深刻的感觸，在我們現實的社會，確確實實你要做一件好事，常常被人障礙、做不成，所謂好事多磨，你要做好事，障礙很多。『而善人常得謗』，毀謗，做好事、做善事，受到別人的嫉妒、障礙、毀謗，這也是常常有的事，所以說好事多磨。要做一件好事，要做個善人，要去面對別人的無端毀謗，無理的障礙，在這個時候就需要有人來援助。

【惟仁人長者。匡直而輔翼之。其功德最宏。】

這種情形，只有靠仁人長者，他們出面來糾正這些邪惡的錯誤，教導他們改邪歸正，保護、幫助善人，使他成立，這個功德是最大的。下面第四段：

【何謂勸人為善。生為人類。孰無良心。世路役役。最易沒溺。凡與人相處。當方便提撕。開其迷惑。譬猶長夜大夢。而令之一覺。】

什麼叫做『勸人為善』？了凡先生說，一個人生在這個世間，怎麼會沒有『良心』？「良心」，實在就是《三字經》一開端說「人之初，性本善」，性本來是善的，就是天理良心，這是每個人本來都有善良的本性。可是『世路役役』，「役役」就是忙忙碌碌，

形容這個世間污染太重。『最易沒溺』，特別是現代的社會，誘惑的力量太大了，人本有的天良被這些誘惑迷惑。

我們導師淨空上人在講席中常常提起，他說在早年住在台灣的時候，他的老師是過去台灣大學的哲學教授方東美先生。有一次到方先生他的家裡，正好遇到有幾位教育部的官員，這些官員向方老師請教，如何復興中華文化？問到這個問題，也談了很多話，我們導師在旁邊聽。其中有一位先生，提到另外一個問題：美國今天在全世界是最強大的國家，從歷史的經驗來看，再強的國家也會有滅亡的一天。中國周朝有八百年，也亡了；西方羅馬一千年，也滅亡。他們這些官員就問：美國將來滅亡，第一個因素是什麼？方先生這時候的表情非常嚴肅，沉默差不多有五分鐘，沒有說話，大概五分鐘以後說了兩個字：電視。他說美國將來亡國的原因，第一個因素是電視。電視是一個工具，沒有善惡，電視本身沒有善惡。電視怎麼會讓一個國家滅亡？主要就是電視裡面播送的內容是什麼，全是殺盜淫妄。無論是大人、小孩，每天面對著這個畫面，這是這裡講的「最易沒溺」，「沒」就是好像讓水淹沒了，「溺」就是被水淹死，受這種污染太嚴重了。這是在我們現代實在說也無法避免。所以方老師講：美國亡國不是亡在國外的因緣，沒有人會去侵略、會去打它，而是自己滅亡的。當時方先生也提出一個警告：台灣千萬要注意，如果電視要不好好的把關，走向美國這種自由開放，台灣將來的社會不可收拾。現在可以說這些現象都被方先生他老人家說中了。現在除了電視之外，還有電腦網路，這是更加防不勝防，這個不得了！

再看底下的文，『凡與人相處，當方便提撕，開其迷惑』。我們跟人相處，要存仁慈的心，要存愛心，時時刻刻要幫助別人、提醒別人，讓他破迷開悟，回頭是岸。『譬猶長夜大夢，而令之一覺

。』他正在做大夢，我們想方設法，希望他醒過來。

【譬猶久陷煩惱。而拔之清涼。為惠最溥。】

『溥』是廣博。『譬猶久陷煩惱』，就是一個人很長久的時間都生活在煩惱之中，也就是我們現在講的生活得不快樂，心情很沉重，煩惱很多。這在今天的社會好像很普遍，有人甚至活得不耐煩，我們要怎麼樣給他一副清涼劑，這個恩惠是最大的，可以幫助人拔除煩惱，他的心就得到清涼。我們佛門裡面唱讚，唱到「南無清涼地菩薩摩訶薩」，尤其我們做三時繫念佛事，也有念到「南無清涼地菩薩摩訶薩」。南無是皈依、恭敬的意思。什麼是清涼地？地是我們的心地，我們的心得到清涼。心如果有煩惱就不清涼，就很懊惱，沒煩惱才能夠清涼。所以念到「南無清涼地菩薩摩訶薩」，就知道要提醒我們自己，要如何使我們心中的煩惱化作清涼風。我們幫助別人也是一樣，別人心中有煩惱，我們要如何幫助別人遠離煩惱，得到清涼？下面講一個例子，一個做法：

【韓愈云。一時勸人以口。百世勸人以書。較之與人為善。雖有形跡。然對證發藥。時有奇效。不可廢也。失言失人。當反吾智。】

『韓愈』，唐朝時候的人。在那個時候當面勸人，這是以言詞；要廣泛的勸導社會大眾，你如果想要廣泛去勸導社會大眾，只有著書才能夠做得到，就是說你要寫書出來。所以，『較之與人為善，雖有形跡』而不同，可是一定要懂得『對證發藥』，才能夠收到好的效果。所謂「對證發藥」就是我們佛經常講的契理、契機，講經說法要強調契理、契機，契機就是適合現前社會大眾的需要，現代社會是害什麼病？就是說現在這個社會的病態是什麼？善人就好比是個良醫，你一定要懂這個病症的根源，如何來治療，這個功德就大了。幫助社會大眾糾正這些毛病，這就要智慧。

下面說『失人失言』。「失言」是什麼？言語說出來有過失，話不應當說的，你說出來了，這叫失言。有時候一句話，在不同的場所、不同的對象，有些場所，有些對象，你可以這麼說；有些場所，有些對象，你就不可以說這句話。不應該講的時候講了，對不應該講的對象講出來了，這都是失言。「失人」是不當教導，譬如有很多講經的法師，這是我們導師說過，他也曾聽他們講過經，講經都是講唐宋古大德的註解，講給人聽人家聽不懂，這是屬於失人。這些人是現代人，他們得的那些毛病跟唐宋時代人得的病不一樣，時代不同，拿唐宋時代的藥方給現代的人吃，沒有效果。就好像吃藥一樣，古人的體質，他的生活環境，跟我們現在不同，你拿古時候的藥方來給現代的人吃就不對症，無效。講經說法和醫生開藥方是一樣的意思。這是說講經說法的人往往也會失言，對象不對就是失人。

在現代科學技術發達，你沒有著書也可以。著書在今天效果好像並不是很大，現在也很少人喜歡看書。今天效果最大的無過於衛星電視傳播、網際網路的傳播，電腦效果最大。所以我們不能不懂，也不能不善於運用這些高科技的傳播，用這個東西來勸世間一切大眾，可以不必再印很多的書，我們將這些講解的畫面製成光碟廣泛的流通，利益大眾，這是好事情。下面一段：

【何謂救人危急。患難顛沛。人所時有。偶一遇之。當如痼瘕之在身。速為解救。】

人生在世間，患難顛沛是很難避免的，特別是生活在現在這個時代。我們每天從報章雜誌、電視廣播得到的消息，災難一年比一年還頻繁，一次比一次還嚴重。像昨天美國對伊拉克的戰爭，一戰爭多多少少都有死傷人數。這些都是非常凶惡的預兆，不是好事情！前年，美國有同修寄一份資料給我們導師。這是美國國家統計的

數字，每天在美國這個國家青少年犯罪率達到六千九百萬件，這是報案的，沒有報案的還不知道。我們導師就這件事情向大洛杉磯地區總檢察長請教：現在有這個資料，每天六千九百萬青少年的犯罪案件，是不是真的？他說：是真的。導師聽到這個話，又再繼續問：最近這個情形是怎麼樣？他說：犯罪的案件不斷在增加，還沒有辦法把它制止。這有二、三年了，二、三年前統計，二、三年後的今天，我們可以推想美國青少年犯罪率，一定超過七千萬件。這是一天，每一天，你說這怎麼得了！這個多可怕！真的『如痼瘕之在身』，「痼瘕」是病痛，如何來幫助他解脫？這是舉個例子來說。

【或以一言伸其屈抑。】

這個人有冤枉，我們幫助他，能夠發一言替他申冤。有人被冤枉，我們可以發言替他申冤。

【或以多方濟其顛連。】

顛沛流離，這非常痛苦！家庭破散，妻離子散，這個苦！尤其逃難的難民，我們多方面想辦法救濟、幫助他們。像現在美國打伊拉克，今天電視報導，伊拉克就有很多難民跑到邊境，逃難，搭帳篷住在外面，這就是這裡講的顛沛流離。這個情形，就要伸出人道的援助。下面說：

【崔子曰。惠不在大。赴人之急可也。蓋仁人之言哉。】

恩惠不在大小，救急要緊。人有急難要趕快，如及時雨，要趕快去幫助他。當前的急難，我們想想，最大的急難，最嚴重的急難，無過於思想的危機，這個危機已經普遍到全球。全世界任何一個國家地區，我們很冷靜仔細去聽聽周圍的人講話，他們講些什麼？他們在講話當中我們就能夠體會到，他心裡在想什麼，他說的是什麼，他做的是什麼。行為種種過惡都是從不良的思想產生的，所以思想危機才是根本！為什麼產生這個危機？聖賢道德的教誨完全失

掉了，沒有人提倡了。教化眾生，教化全世界的眾生，最有效果的就是衛星電視跟網路傳播。我們看電視的內容是什麼，網路裡面內容是什麼，就知道了。電視、網路是沒有道德、沒有仁義的教學，只有殺盜淫妄，只有爭名奪利，教人怎樣去競爭，怎樣去鬥爭，到最後怎樣去戰爭。發展到戰爭，那就是全世界毀滅。所以今天整個世界的趨向就是如此，這是人間的大災難。唯有志士仁人，能夠挽救世界劫運的是哪些人？是今天有權力操縱傳播工具的人，他有能力毀滅這個世界，他也有能力挽救這個世界。到底這個世界是走向毀滅，還是走向挽救？就在他們一念之間。底下一段：

【何謂興建大利。小而一鄉之內。大如一邑之中。】

『一邑』是一個城市。

【凡有利益。最宜興建。】

這是在古時候，明朝那個時候，那種社會的狀況之下。

【或開渠導水。】

就是開河流引導水利的工程。

【或築堤防患。或修橋梁以便行旅。或施茶飯以濟飢渴。隨緣勸導。協力興修。勿避嫌疑。勿辭勞怨。】

我們從過去的人他們對社會做這些福利的工作，這就是我們今天所講的提倡社會福利事業，應當努力去做，要看現前社會的需求。在今天，社會最大的大利是倫理道德的教學。這個事情說難也不難，在過去的時代，確實有困難。如果社會演變成今天這個現象，真的，諸佛菩薩神仙都救不了，無能為力。今天誰有能力來挽救？剛才說過，有權力操縱衛星電視、電腦網路，這些人有權力，他要是運用他的權力，每天能夠用一、二個小時提倡仁義道德，提倡神聖的教誨，相信這個世界不到一年、半年，風氣就改變了。為什麼？人都有良心，可是沒有人把他喚醒，只要有人喚醒，常常在這裡

講，他們的良心會發現。良心發現，回頭是岸，這是現前最大的利益，沒有比這個利益更大了。第七段：

【何謂捨財作福。釋門萬行。以布施為先。所謂布施者。只是捨之一字耳。】

『釋門』是講佛門。佛門講「菩薩行」，方法、手段無量無邊，但是總歸納起來，不外乎『布施』。所以菩薩行六個原則，頭一條就是布施。什麼叫「布施」？布施就是捨，捨己為人。

【達者內捨六根。外捨六塵。一切所有。無不捨者。】

這不是普通人。『達者』，「達」是通達，誰是達者？在佛家講，法身菩薩才真正是達者，通達的人，為什麼？他真的完全捨掉了。這些話講的是事實，不是虛妄的，可是在凡夫做不到。凡夫能夠捨財，能夠捨身外之物，這就不錯了；要叫他內外都捨，一切所有無不捨，這凡夫辦不到，這是法身大士才做得到。

【苟非能然。】

如果沒有辦法做到這樣，沒有辦法做到像法身大士內外統統捨，這是六道凡夫做不到的。

【先從財上布施。】

我們從哪裡捨？先從財，錢財，身外之物。錢財可以說是大家都重視的，這個先捨，從這裡下手。這個理由就是：

【世人以衣食為命。故財為最重。吾從而捨之。內以破吾之慳。外以濟人之急。始而勉強。終則泰然。最可以蕩滌私情。祛除執吝。】

所以，佛教人修行從哪裡下手？從布施。我們導師學佛，第一次跟出家人見面就是章嘉大師，密宗的大德。跟他見面，第一句話向他請教，他說：我知道佛法好，我很想學，有沒有方法叫我很快就契入？就是說入進去佛法。章嘉大師告訴他：有，看破、放下。

接下來，導師就再向他請教：從哪裡下手？告訴他二個字：布施。勸他學布施，他就真的聽話，回去就真正修布施。所以老師就很歡喜，因為老師教他，他真正去做，做了果然有效果。所以，先從財布施。這個效應是什麼？把我們一向慳貪的心減輕了。斷，當然是不容易的，一下子叫你斷得乾乾淨淨，那是做不到。但是先減輕，就是貪心、吝嗇不像以前那麼嚴重，以前見到錢就貪，自己貪到的，不願意捨出去。布施，可以減輕我們的慳貪，外面又可以幫助別人，這是布施恩惠。所以剛開始做的時候勉強，到後來做就成自然了。布施勉強，根據我們導師的經驗，前十年都很勉強，十年之後慢慢就成了習慣，到現在連痕跡都沒有了。所以心地清淨，把自私自利、名聞利養、貪瞋痴慢都布施掉了。再看下面第八條：

【何謂護持正法。法者。萬世生靈之眼目也。不有正法。何以參贊天地。何以裁成萬物。何以脫塵離縛。何以經世出世。】

『何謂護持正法』，我們說到這裡，尤其現在在中國，這一條重要！中國的社會，現在被一些邪知邪見、邪教擾亂得使大家困惑不堪。如何能夠破除邪知邪見？如何能夠制止邪教？唯有護持正法。古人所謂「破邪顯正」，破邪是目的，如何達到破邪的目的？顯正就對了。你將正法明顯宣揚才能破邪，如果正不能顯，邪就決定不能破。這就是護持正法的重要性。『法者，萬世生靈之眼目也』，這個「法（正法）」就是萬世生靈（就是眾生）的眼睛。『不有正法，何以參贊天地，何以裁成萬物，何以脫塵離縛，何以經世出世』，這是把正法的好處大略說了四點。「正法」，佛菩薩教誨的是正法，儒家的教誨是正法，道家的教誨是正法，世界上有很多宗教所說的也是正法，它們在這個世界流傳千百年。

印度教流傳到今天，這個世間人公認它們有八千五百年的歷史；猶太教，有四千年的歷史；拜火教，好像也有三千五百年，這比



佛教都早。佛教，依中國歷史的記載，到我們今天是三千零二十幾年；現在外國人他們的算法，是二千五百多年。再往下來推，天主教、基督教，我們現在用西曆是二〇〇三年，西元年的記載就是根據基督教跟天主教的。再來就是回教，有一千七百多年歷史；錫克教，也有六、七百年的歷史；最短的巴哈伊教，也有一百五十多年的歷史。我們仔細看看，歷史愈悠久，它的法愈正。傳了這麼多年，這個世界上還有很多很多的人把它當作真理，向它學習，依教奉行，這是正法。正法當然也有分出世間和世間，佛法世間、出世間的正法都有，一般宗教是屬於世間的正法。如果沒有正法，怎麼能夠參贊天地？「參」是參與，「贊」是幫助；就是今天講的大自然，我們怎麼能夠參贊這些大自然？「何以裁成萬物」，幫助一切萬物？這些都是說物質文明。下面這二句，都是講精神文明。「何以脫塵離縛」，超凡入聖，這是精神生活；「何以經世出世」，經營世出世法。

【故凡見聖賢廟貌。】

『聖賢廟貌』，廟宇是聖賢弘法利生的場所，我們見到了，見到道場，見到聖賢的造像。

【經書典籍。】

這個我們稱為「法寶」。

【皆當敬重而修飭之。】

我們要尊敬它，要重視它，有損壞要趕快把它修整。修古廟比建新廟功德更大。你建新的寺廟，如果不是真正有人在那裡修行證果（我們念佛說往生西方），沒有在那邊弘揚正法，反而在那裡爭權奪利，這不但沒有功德，相反是在造罪業。為什麼修理古寺有功德？古時候的寺院，都是有真正修行人在那裡修學成就。所以古時候的寺院都有護法神在護持，一直到今日。所以這個寺院如果是破

了、壞了，我們如果發心把它修復，這個功德不可思議！就是這裡講的「凡見聖賢廟貌」，聖賢的廟宇寺院弘法利生的場所，見到聖賢的聖像、經書典籍，我們都要敬重，如果有損壞要把它修整。

【至於舉揚正法。上報佛恩。尤當勉勵。】

這是我們應該去做的。綜合這個地方一點意思，第一個，我們決定要尊重道德。「道」是人生應當走的堂堂正正的一條大道。什麼是「大道」？我們今天講的「秩序」。社會的秩序，家庭的秩序，宇宙之間，我們知道，太空當中有很多很多星球，行星繞著太陽有秩序，它不亂來，太陽繞著銀河系有秩序，這是自然的秩序，天道。人道跟天道要能夠合一。「人道」是什麼？儒家講的「倫常」。倫常是人道跟天道合一，夫婦、父子、兄弟、君臣、朋友，有秩序，一點都不亂。人與人的關係有秩序，它不亂，天下太平，社會安定。如果父不父、子不子、君不君、臣不臣，道就失掉了；道失掉了，社會就動亂，天下就不太平。聖人的教誨，教我們這些道理。如果我們能夠把人與人的關係處理好，人與天地鬼神的關係處理好，人與天地萬物的關係處理好；「參贊天地，裁成萬物」，就是把這些關係處理好。關係處理好了，那就叫做聖賢。聖賢教學的場所，聖賢教學的典籍，我們一定要尊重。我們要懂得尊重道德，要崇尚善行，要行仁義，要重視古聖先賢的教育，要重視正法的教育。末後講『尤當勉勵』，特別是在我們現前這個社會，要勉勵去做。第九段：

【何謂敬重尊長。】

這是講倫理。

【家之父兄。國之君長。與凡年高德高位高識高者。皆當加意奉事。】

我們中國人常常講「忠孝傳家」，我們的德行表現在哪裡？表

現在尊重尊長，我們對尊長尊重就是我們德行的表現。我們家庭裡面『父兄』，父親、兄長是我們的尊長，要尊重。『國之君長』，就是國家的領導人，地方的，或是全國的，領導人一定要尊重。佛在《梵網經》，這是大乘菩薩戒經，我們出家去受三壇大戒，第三壇就是受梵網菩薩戒。《菩薩戒經》裡面教導我們，第一條「不作國賊」，決定不能做傷害國家社會的事情；第二條「不謗國主」，國家領導人決定不能無端毀謗。我們在家受菩薩戒，就是根據《優婆塞戒經》六重二十八輕戒；出家是《梵網菩薩戒經》十重四十八輕戒。《菩薩戒經》說，人民有納稅的義務，決定不可以逃稅金，不可以漏稅、偷稅；「不犯國制」，國家制定的法律，國家的法律決定不違犯。你看看這四條多麼重要，這四條做到了就是敬重尊長，敬重社會，敬重國家。

【在家而奉侍父母。使深愛婉容。柔聲下氣。習以成性。便是和氣格天之本。】

現在家庭已經不教這些了，所以兒童不懂得這些道理。有很多人說兒女不聽話，小孩不聽父母的話，不聽管教，這個原因就是沒有教他。你沒有教他，要怎麼去管教？你沒有教過他，當然他就不知道。不但你沒有教他，你的父母也沒有教你，你也不知道。所以《無量壽經》上佛說得很好，「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也。」這句話雖然講得很柔和，我們聽了很難過、很痛心。教兒女，從哪裡教起？古時候從《弟子規》教起，從灑掃應對教起，現在誰懂得？我們台灣現在還有一些志士仁人在提倡讀經，使中小學的學生能夠念到中國的古書，很難得！看到《弟子規》、《三字經》，很難得！我們希望這個提倡能夠有效果。現在有些發心的仁人志士在提倡，所以現在這個時代中小學有些有善根福德因緣的學生，在年輕的時代就能夠讀到聖賢的典籍，這非常難得。

這個因緣講起來比我這個年紀的人就幸運得多了，我這個年紀在小學時代，孩提時代，年輕時代，沒有人提倡，學校也沒有在教，所以完全都不知道。就是《無量壽經》說的「先人不善，不識道德」，先人為什麼不善？他不識道德；他為什麼不識道德，因為沒有人告訴他，沒有人教他，他不知道；「殊無怪也」，你見怪也沒有用。我們現在是亡羊補牢，現在活到這麼大的年紀，也是學多少算多少，補習。所以我們今天在澳洲看到圖文巴淨宗學院，我們導師在那裡建一個小道場，他要求在學院長住的出家眾，就是要求所有的出家人先學《弟子規》，把這個課程做為我們第一個課程。第一個階段要能夠背，要能夠講，要去做，這就是從學做人做起。人都做不好，怎麼能夠成佛、作佛？了凡先生講的這些話，都在《弟子規》裡頭。

在家你要如何來侍奉父母？『使深愛婉容，柔聲下氣』，對父母的態度，我們現在說表態，你表現在外面的態度，面容要委婉，講話要柔聲下氣。對父母講話不能太大聲，口氣不能太差，不可以像在喊小孩，這就是柔聲下氣。除了父母，其他的尊長，都是要這個態度。『習以成性』，「習」就是這樣來學習，養成一個習慣，『便是和氣格天之本』。你每天這個態度對父母，「深愛婉容」就是說態度很好，每天早晚晨昏定省，講話柔聲下氣，「便是和氣格天之本」，這個家庭就一團和氣。如果對父母、對尊長說話口氣很不好，態度很不好，和氣就破壞了。沒有和氣，變作什麼氣？暴戾之氣，那個氣就不好，不祥之氣。就是說這個人，我們一般人說很強勢，講話很大聲，大呼小叫，這是破壞和氣。所以我們導師教我們從這裡做起，這非常重要。

【出而事君。行一事。毋謂君不知而自恣也。】

『君』就是我們現在講的領導，無論你是什麼單位，每個單位

都有領導的人，領導的人就叫做「君」。我們做一樁事情，千萬不要以為領導的人不知道，你可以私下胡作妄為，那就錯了。

【刑一人。毋謂君不知而作威也。】

如果我們要懲罰一個人，千萬不要以為上面領導的人不知道，我就任意可以去欺負人、胡亂去欺壓人，這樣你就錯了。

【事君如天。古人格論。此等處最關陰德。試看忠孝之家。子孫未有不綿遠而昌盛者。切須慎之。】

教我們謹慎從事，『此等處最關陰德』。你做好事別人不知道，這是積陰德。你的領導不知道，你在那個地方作威作福，這是損你的陰德。這個事情做不得，果報可怕！再看末後這一段：

【何謂愛惜物命。】

這是培育仁慈心。

【凡人之所以為人者。惟此惻隱之心而已。】

『惻隱』是憐憫心、同情心，人之為人，實在講就在這一點。

【求仁者求此。積德者積此。】

無非是增益我們的惻隱之心，這就是仁者，這就是積德。

【周禮。孟春之月。犧牲毋用牝。】

《周禮》是周公定的。『孟春』是正月。農曆正月要祭祀的話，古禮正月都有祭祀（拜祖先），祭祀都是用些動物殺生來祭神明，但是不可以用母的。為什麼？這是母的動物生育的時候，要憐憫牠。所以『孟春之月，犧牲毋用牝』，這是周公有定這個禮。

【孟子謂君子遠庖廚。所以全吾惻隱之心也。】

「聞其聲，不忍食其肉」，這是儒家講的。孟子說君子都遠離廚房，為什麼遠離？『全吾惻隱之心』，「惻隱」就是同情心、憐憫心。為什麼廚房要遠離？我們知道世間一般人都吃葷（吃肉），現在廚房是比較少看到，在過去的時代，廚房常常每天都在殺生，

吃魚、吃肉、吃雞、吃鴨，就在廚房殺生，殺了就在廚房現煮現吃。所以廚房變作一個殺生的場所，君子不忍心走到廚房去，這是說他有仁慈之心，不忍心看到動物被人宰殺的情形。所以說「聞其聲，不忍食其肉」，聽到動物被宰殺慘叫的聲音，聽到哀叫的聲音，聽了以後，就不忍心再去吃牠的肉，吃不下去了，這是儒家講的。儒家雖然沒有禁肉食，佛家也有一個開緣，就是一般初學佛的人，或者還沒有學佛的人，佛勸人要吃三淨肉。什麼叫「三淨肉」？不見殺，動物被殺的時候，你沒有親眼看到；不聞殺，動物被殺的時候，你沒有聽到被殺慘叫的聲音；不為我殺，就是這個動物（譬如這隻雞、這隻鴨）不是專門為我一個人殺的。譬如去朋友的家，朋友很好客，去抓一隻雞，或者一隻鴨，殺這隻雞，要來請你，要來招待你，這就是為我殺了，這就不能吃，這就不要吃；要不見殺、不聞殺、不為我殺，像現在市場去買現成的，這就是三淨肉。這種做法都是保全惻隱之心而已。

佛教傳到中國，一直到梁武帝，梁武帝以前還沒有完全吃素，到梁武帝的時候，梁武帝讀到《楞伽經》，真的動了大惻隱之心，他把肉食斷掉了。諸位要知道，佛教吃素，不吃肉，素食運動是梁武帝提倡的，不是佛教本來在印度就素食，不是。像我們現在去泰國看到出家人托鉢，出家人沒有完全吃素，但是他們吃三淨肉。托鉢，人家拿一塊魚，他也吃，拿一塊肉他也吃，但是這是三淨肉。一直到梁武帝，這才正式提倡素食。梁武帝是佛門的護法，他以國王之尊提倡素食，形成了素食運動。當時出家人統統響應，一直傳到現在，在家居士也響應，這是一樁好事情。這一集的時間到了，我們就報告到這裡。