

「佛說十善業道經」。諸位同修，請大家翻開經本第十三頁，我們從第四行看起：

【復次龍王。若離貪欲。即得成就五種自在。何等為五。一。三業自在。諸根具足故。二。財物自在。一切怨賊不能奪故。三。福德自在。隨心所欲。物皆備故。四。王位自在。珍奇妙物。皆奉獻故。五。所獲之物。過本所求。百倍殊勝。由於昔時不慳嫉故。是為五。若能迴向阿耨多羅三藐三菩提者。後成佛時。三界特尊。皆共敬養。】

我們昨天這一段沒有講完，我們講到離貪欲成就五種自在，講到第三『福德自在』。「福德自在」，福是福報，德是道德，有福報還要有道德，福報是從道德來的。如果有福報，不知道繼續修道德仁義，福報享盡又造罪業，苦報又現前。所以福德非常重要。所以有福，要知道這個福是我們過去生也是積德，這一生才能得到這些福報。有福德之人他就自在，真正有福德，他並不一定現前財物非常多，但是他所需要的，或者他想做什麼事情，不管在什麼時候，在哪個地區，他都不會缺乏，而且很快能夠滿願，這樣就自在。所以往往我們看到有一些人，他錢很多，但是他不自在，財富很多，但是不自在。為什麼不自在？慳貪。他不知道財富也是過去生修財布施得來的，這一生他不知道，忘記了，不知道這個因果，因此對於現有的財物又起了慳貪之心。慳就是慳吝，自己有的不肯布施；貪，就是自己沒有，希望能夠貪得。這樣就不自在了，為什麼？患得患失，心裡不安。所以富而不樂，富而不安，有財富，但是心裡不快樂；有地位，感覺沒有安全感，不安穩，這都是沒有離貪欲

。如果永離貪欲，這就自在了。

離貪欲，菩薩教我們修學六度萬行，第一個就是修布施，布施就是對治我們慳貪，貪欲。大家拼命貪，菩薩他示現給我們看，他是布施，他有的都布施了，也是做一個榜樣給我們看。布施，他就能得到果報，因為有修因，他就會得果。因此我們老和尚他這一生的修學也是給我們一個示範。所以他剛學佛，方東美教授介紹他學佛法，他學佛沒多久，因緣也很殊勝，就有一位蒙古親王介紹他認識章嘉大師。章嘉大師給他奠定學佛的根基，一個禮拜見一次面，一次大概一、二個小時，在現在台北市青田街，現在是章嘉大師的紀念館。去年我們也帶同修去參觀，現在是紀念館，章嘉大師以前住的房子，現在是紀念館，老和尚以前去拜見他就在那個地方。

他就請教章嘉大師，聽說佛法這麼好，有什麼方法很快可以入得進去？很快得到佛法的受用？章嘉大師停了很久，聽老和尚講，停了大概半個小時，兩個人面對面看半個小時，然後很慢的給他講一個字，經過三十分鐘講一個字，說「有」，有，又停了一下。老和尚聽說有，他就等不及了，有，從哪裡下手？要怎麼修？他講了兩個字，布施。他最先講六個字，「看得破，放得下」，先講六個字。老和尚要離開之前，他說看得破、放得下從哪裡下手？他就講了布施兩個字。講到布施，他就想到要錢，布施要錢，他說我沒錢，那時候在當軍人，官也不大，他是少尉的階級。早期在台灣，這個階級，剛到台灣，那時候經濟也不好，公務人員他就一點點微薄的薪水，日子也剛剛能過得去，要養家活口恐怕都不夠。他說我沒錢，章嘉大師說一塊錢、二塊錢你有沒有？他說一塊、二塊是有，多就沒有。他說你就布施，就一塊、二塊布施，你有多少就做多少。

所以他接受了章嘉大師的指導，他真的是認真的依教奉行。開

始學佛了，人家印經，他就一塊、二塊隨喜。他自己有的一些書，剛開始布施就是自己不喜歡的先布施，自己喜歡的先留著，布施到後來，自己喜歡的也可以割捨，也可以布施。剛開始就比較困難，比較勉強，做了一段時間就比較自然。這個在《了凡四訓》，我們看到袁了凡先生他改過修善，這個過程也是一樣，大概我們每個人都會有這樣的一個過程。但是剛開始這個過程非常重要，就是說我們要勉為其難的去修。剛開始修了，你也沒有辦法修了馬上見到什麼效果，但是你要耐心修一段時間。根據老和尚講，他是修了半年就有感應，常常布施到一文不名，但是他生活上所需要的，很奇怪，都會有人送給他。當然他喜歡讀書，需要的經書是他當時最迫切需要，所以他希望得到什麼經書都會有人供養他。他說最長的時間，他想要的東西不超過半年，就會有人送來。這個就自在，這個隨心所欲，這就自在了。隨你心裡的願望，需要的這些都不會缺乏。這是第三「福德自在」。所以我們要知道這個因要從布施。

有錢，往往這個錢財你不懂得去支配它，不懂得去安排，你不能抓住這個機會去修福，等到我們這一口氣不來，那這個錢財跟我們都沒關係了。沒有學佛的人當然他不了解這個道理，當然也就無可奈何。所以我們也看到很多人沒學佛，不知道這些事實真相，他會害怕，他不敢去修。實在講，我們如果深入經教，你真正去修福，那真的都是你賺到。為什麼？給你寄在堅牢庫，五家都搶不走，而且這個福報是跟著你走的，這個你可以帶得走。有形的這些物質，包括自己的身體，帶不走，但是你修的善惡業，業力跟著你走。我們懂得這個道理，我們盡量修善業，這個帶得走的。我們利用現前有形的資源來修善業，來造福、修福，這真的是自他二利。利益別人，其實自己得的利益是最多。比如說我們布施，修布施，別人得到我們的是有限的錢財，他的利益有限，我們自己得到的是無限

的利益。為什麼？我們斷了貪欲心。我們貪欲心斷掉，我們就福德自在了，『物皆備故』，那誰的利益大？當然我們自己得的利益是最多、最大的。

第四是『王位自在，珍奇妙物，皆奉獻故』，「王位」，王也是自在的意思，王就是在社會上各行各業的領導人，比如說你是一位公司的老闆，那你就是這個團體的王，你是這個團體的領導。你在領導的位置，你也自在，為什麼自在？因為你肯布施，你離貪欲，你不貪。別人看到你這麼做，他也會向你學習，你把「珍奇妙物」，你常常布施，也在奉獻，別人也會奉獻給你。如果我們自己不肯奉獻，別人看到老闆都這麼吝嗇，那下面的人他也不會奉獻。所以這個王就是一個領導的人，他有一個帶頭作用，下面的，你這個職工，大家看老闆就這個做法。珍奇妙物，奉獻，能夠物盡其用。如果你收藏起來不肯奉獻，那東西把它埋沒掉了，不能物盡其用，這也是有過失，有罪過。所以這些珍奇妙物要奉獻給大家來共享，你這樣做、這樣修，當然大家也會向你學習，你就會影響別人。所以這是第四、「王位自在，珍奇妙物，皆奉獻故」。

第五、『所獲之物，過本所求，百倍殊勝』。「所獲之物」，就是你獲得的這些財物，超過你本來所要求的，你沒有勉強去求，它是自然獲得的，不是勉強去求來的，這才是所獲之物過本所求，自然的。你需要，像老和尚講的，他需要什麼，最長時間不超過半年就有人送來，送來都是超過他原來需要多一些，過本所求。比如說你需要用錢，那就有人會送錢來給你，你需要一百萬，拿了一百二十萬，過本所求，那你不是就很自在了嗎？這是什麼道理？我們世間人只知道我們現在錢存在銀行，那我們要用，去銀行可以提出來，這個我們可以比較明確確定這個是我的，我有的這個財物。那布施了，銀行沒有這個數字了，沒有了，那沒有，那存在哪裡？存

在眾生身上，存在這個堅牢庫裡面，存在佛講的這一家堅牢銀行，這個五家搶不走的銀行。你存在這個堅牢庫這個銀行就是福德，你身上都沒有錢，你走到非洲衣索比亞，你都還能享福，很奇怪，事實就是這樣。

你有福報的人，你走到哪裡都不受苦，縱然戰爭，大家受災受難，有福的人他也不受難。這是什麼道理？佛在經上跟我們講，共業當中有別業。比如說這個地區有災難，比如說日本這個地區常常有地震，那是這個地區的人共同的業力所感召的，我們住在這個地區也是共業當中的一分子。但是在共業當中每個人他又有各別不同的業，共業當中有別業，各別的。各別是各人修的，共業是大家一起修的。所以自己修就是自己有這個福報。如果沒有福報，說實在話，放在一個金山銀山都還會餓死，歷史上真有這樣的事情。他自己造錢幣，你說他沒錢嗎？錢太多了，真的就餓死了，果報就是這樣。為什麼？他沒有那個福報去享受。沒有福報享受，錢財給他不但他享受不到，反而給他帶來災禍，沒福就是這樣。你這些財富，你還得有福報你才能享受。所以有錢的人未必他自己能享受，往往是幫人家看那些錢，替人家看那些錢，替人家守那些錢。所以福才是真的，佛給我們講的是真話，我們要信佛，信佛的人不吃虧。

以前我小時候常常也喜歡聽大人講故事，我記得一個故事，他說以前有一位種田的農夫，聽說清朝時候，那個龍銀，人家賣那個古錢，龍銀，有龍的銀子，聽說龍銀會飛的，它是一串一串的，古時候的龍銀那個錢有穿洞，一串一串繩子串起來。有一天，那位農夫正在耕田，忽然他頭上飛了一串的龍銀，看到了，以前是趕牛有鞭子，然後看到頭上飛了一串龍銀，從他頭上飛過去了，他就用鞭牛的鞭子想把龍銀打下來，他就可以得到這個財物了。結果龍銀打下來，掉了一個下來，龍銀很重，掉了一個下來剛好砸到他的腳盤

，砸傷了，砸破了，流血，受傷了。受傷怎麼辦？要去看醫生。然後就拿龍銀去看醫生，龍銀那個錢花光了，那個傷好了。那個龍銀也沒有拿去買一個什麼東西吃，就是去敷藥，白白挨了一個傷。這說明什麼？這個故事說明如果沒有福報，錢給你了，恐怕你會帶來橫禍，意外的災禍。尤其是不義之財，像《太上感應篇》講，如鴆酒止渴，鴆是有毒的鳥，那個尾巴很毒，如果去沾到那個尾巴，那個酒沾到那個尾巴，一喝馬上就死了。所以福很重要。

所以這裡講「所獲之物，過本所求，百倍殊勝」，就超過一百倍。「百倍」也是一個形容，就是你得到的超出你自己需要的太多。什麼原因？下面給我們講出它是修什麼因，上面講的是果報。『由於昔時不慳嫉故』，慳就是慳吝，捨不得布施，嫉是嫉妒，見到別人有財富生嫉妒之心，他沒有，自己有的肯捨，也不嫉妒別人有錢有勢，他把貪欲、嫉妒布施掉了。所以他就得這五種自在，這是離貪欲的殊勝果報。

『若能迴向阿耨多羅三藐三菩提者，後成佛時，三界特尊，皆共敬養』，這一段是迴向無上菩提，後來成佛的時候，『三界』，欲界、色界、無色界，『特尊』，特別的尊敬，大家共同來恭敬供養。所以人、天都要供養佛。所以佛十種通號，就是應供，他應該接受人天尊敬供養。為什麼？因為他在因地修行，他沒有貪欲，修六度，所以成佛的時候自然這個果報就現前。接著我們再看下面離瞋恚的善業果報，請看經文：

【復次龍王。若離瞋恚。即得八種喜悅心法。何等為八。一。無損惱心。二。無瞋恚心。三。無諍訟心。四。柔和質直心。五。得聖者慈心。六。常作利益安眾生心。七。身相端嚴。眾共尊敬。八。以和忍故。速生梵世。是為八。若能迴向阿耨多羅三藐三菩提者。後成佛時。得無礙心。觀者無厭。】

這段經文是講『離瞋恚』得到『八種喜悅心法』。瞋恚也是我們三毒煩惱之一，我們在經上也常常聽到就是「一念瞋心起，百萬障門開」，所謂火燒功德林，功德就是清淨心。我們修一段清淨心，如果生起了瞋恚之心，就像一把火一樣，就把我們的功德燒掉了。好像一片森林，這是形容比喻，我們造林，你要把樹木培養高大那相當長的時間，要很多年它才能生長，但是如果放一把火，那很快，你幾十年辛辛苦苦培養的樹林一下就燒得光光了。經上是以這個來形容、來比喻我們凡夫修功德真的很不容易，但是發脾氣很容易，好不容易修點功德，一發脾氣就燒光了。

瞋恚心也是我們無始劫以來的習氣，每個人都有，只是輕重不同，有的人比較輕，有的人比較嚴重，都有。如果能夠伏瞋恚，就是瞋恚心你完全都不會起來了，最少你要到初禪天去。色界天的天人他沒有瞋恚心，他不會發脾氣，他得定了，定能伏煩惱。我們看到一些不如意的事情、不順心的事情還會生瞋恚心，這說明我們還沒有定。定怎麼修？我們念佛當然是修定的方法，但是定是從戒來的，戒也要修得清淨才能得定。有定才會開智慧，智慧開是斷煩惱，定能伏煩惱。念佛是方法，參禪是方法，持咒是方法，讀經也是方法，甚至我們聽經。這些都是修慈悲觀，修這個觀想，所謂多瞋眾生慈悲觀，多修慈悲觀來降伏我們瞋恚的煩惱。另外就是求佛力加持，像《普門品》講的，如果你脾氣不好，貪瞋痴三毒煩惱很嚴重，常念恭敬禮拜觀世音菩薩就會得到遠離。這些都是方法，方法要用得得力就有效果。如果我們用不管哪一種方法，這個方法用到得力了就有效果，如果還沒有效果就是你用這個方法還不得力，你是在用功，但是還不得力，你得力的時候它一定有效果。

所以過去我在華藏圖書館，大概二十年前，老和尚剛剛宣講《無量壽經》會集本，那時候都勸同修大家要把《無量壽經》先讀三

千遍，那個時候大家很認真讀。那個時候我在華藏圖書館做當家，事情也比較多，我也是有時間就念，沒時間就少念，有時間就多念一點。有的同修他們一天有的念十部，念得很熟悉了。我最高的紀錄一天念七部，念七遍，就是默念七遍，不是共修，共修時間就更長了，也沒有辦法念那麼多，自己一個人念，念了七遍。沒有時間有時候念一遍，有時候一遍都完全沒有時間念也有。做當家，管人、管事、管錢，實在講就是常常會發脾氣，所以一些功德常常被燒光光。

當時香港有一位女眾來圖書館出家，那位女眾是很凶的，一臉橫肉，凶巴巴的，我看到她是一看就討厭，再看就更傷心，看到她那個樣子，我的瞋恚之心油然而生。那不是生什麼定，看到那個境界一現前，什麼定、什麼功德都跑光光了，就氣。很凶的，我看到那個樣子，實在是不能不生氣。後來有一天，我那一天剛好念了七遍的《無量壽經》，那天是最高記錄的，一下子一口氣念了七遍。念了七遍，上樓了，在四樓念了七遍，上五樓，然後上去，那位女眾就對面走過來，平常走過來，我第一個就是瞋恚心就起來了，那天她走過來，我竟然心很清涼，看到那個樣子竟然不生氣。後來我就覺得連續一個比較長的時間密集在念經、念佛，你心有一個比較長的時間定下來，比較定下來，瞋恚心就控制得住。所以這個定它伏煩惱，伏就是定它，控制住了，煩惱沒斷，斷一定要開智慧才能斷。但是如果我沒有讀到七遍，這個功力不夠，看到又會生煩惱。有時候你事情多了，心雜亂，心煩躁，那很難，講是很容易，但是你在心煩意亂的時候很容易生瞋恚心。

所以佛叫我們修定，定能夠伏煩惱。定要從戒，戒清淨了，你就能得定，你得定你該保持很長的時間。所以定能夠保持的時間愈久當然是愈好，你伏煩惱的時間就愈長，就愈不容易發作。不然你



心一定會隨境界轉，因為你定功不夠。所以我們初學，你功夫還不得力之前，有時候有時間大家修定的時間多加長一點是對我們有幫助。如果你定能夠在行住坐臥當中修到成片了，打成一片了，這是得定了，得定最少是色界初禪，初禪天，在我們念佛法門來講是功夫成片，比較淺的功夫成片。因為色界四禪八定，它十八個層次，第一個層次初禪。念佛人有這個功夫，那往生就沒問題了，你臨命終就是心不顛倒，因為你只要有這個伏的功夫，你臨終就自在。但修其他法門還不及格，修淨土及格了，可以往生。因為你這個定功控制住你第八識阿賴耶識那些善惡種子，把它壓住了，它不起作用，佛號起作用，那就跟阿彌陀佛相應。

如果我們還沒有修到這個淺的念佛三昧，就是修到欲界六層天，修福，四王天跟忉利天，福報，修福修善，但是還沒有定。到第三層到第六層，這個當中都要有一些定，但是這個定還沒有達到色界初禪的定，所以在佛經的名詞叫欲界未到定，欲界的定相似，但是還沒有達到色界的禪定，一定要達到色界才算是禪定及格了。我們還沒有達到禪定，臨終往生就看因緣，因緣殊勝還是可以往生，信願具足、因緣殊勝還是可以往生。當然如果你能夠念到功夫成片，淺的一心不亂，那就沒有人助念都可以了。還沒有達到這個，那就看各人的善根福德因緣，善根福德因緣好的是一樣可以往生，品位低一點，一樣可以往生，只要信願具足都可以往生。因緣比較差一點的就會有障礙。因為我們人斷氣的時候，前面這六個識它都不起作用，就是眼耳鼻舌身意，你一斷氣，你心裡也沒有辦法去想什麼想東想西了，第六意識不起現行，前面眼耳鼻舌身也不起作用，這時候一斷氣，前面這六個識都不起作用，第七識也沒有，也不能起作用，就剩下第八識。

第八識是投胎它第一個來，然後在胞胎裡面再長前面這七個識

，眼、耳、鼻、舌、身、意、末那。人死了斷氣，最後走的就是第八識阿賴耶識。阿賴耶識是第一個來，最後走，一般人是這樣。所以人一斷氣，前面六識都不起作用，但是第八識，我們平常裝進去的、無量劫裝進去的善惡種子，這時候好像那個，大家不曉得有沒有看過抽獎的一個箱子，然後氣球吹起來跳來跳去，那個時候我們善惡業種子就像氣球這樣跳來跳去，一直冒出來。如果善的種子比較強、比較大，這個就先帶你去善道投胎。如果惡業貪瞋痴的念頭比較強，那就牽引到三惡道去。那個時候那個東西起現行，那個東西帶你到哪一道去，那個叫引業，引導你到哪一道。所以《彌陀經》講念佛念到一心不亂，就是你把這些煩惱（這些善惡種子）壓住，到臨命終的時候起現行就是一句阿彌陀佛，這樣就成功了，這是淨土法門的方便跟殊勝。但是其他法門，這個功夫還脫離不了六道，你頂多生到色界天。

所以斷瞋恚也是要修，在六度裡面它是修忍辱，忍辱對治瞋恚。忍辱，這個也是要學習，所謂學問深時意氣平，一個人學問深，他心平氣和，所以它會隨著我們的修養而提升。我們看一個人，如果他修行的功夫好，他就不容易發脾氣，修養，我們一般講修養好。他為什麼不容易發脾氣？因為他明理，明白道理。像讀書人他讀得的心得，什麼叫心得？他真正有受用。有受用，他心裡都充滿了喜悅，當然他就能心平氣和，跟人和睦相處。離瞋恚的修學方法，八萬四千法門都可以修，只要你修到功夫得力，瞋恚心就降伏、控制得住，主要是定。

我們離瞋恚就可以得到八種喜悅的心法，『何等為八』，第一是『無損惱心』，「損」是損害，「惱」是惱亂，這是對自己、對別人都沒有損惱心，不會去損害別人，也不會去惱亂別人，當然對自己也沒有損惱心。因為要損惱別人，第一個是先損惱自己，發脾

氣第一個是自己先難受，先折磨自己，對自己是先造成損惱，才去損惱別人。實在講，生起瞋恚對自己損惱是最重的，對別人損惱還有限。為什麼說對自己損惱比較重？不能讓我們得定，我們念佛，它不能讓我們得功夫成片，那我們損失不是最大的嗎？所以離瞋恚就沒有這種心了。

第二個、『無瞋恚心』，沒有瞋恚心，「瞋」是表現在外面，「恚」是氣在心裡。沒有這個心，要修禪定就容易了。我們念佛如果念到功夫成片，所以也不用問別人說我念佛功夫現在念得怎麼樣，我們讀了這些經文，你自己就可以檢查自己，我現在還有沒有瞋恚心？人家對我的讚歎、侮辱、毀謗還動不動心？如果還會動心，這個功夫還不及格。這個就不用問別人了，問別人也不準，問自己最清楚，因為你心裡會不會生氣你自己最清楚。如果你念佛念到說我功夫成片了，人家罵一句，我們還會難過三天，我保證你沒有功夫成片。為什麼？你還會生氣，生氣就是破壞我們定功。反過來講，你有定功就是會把瞋恚壓住，你這個力量比它強，把它控制住了。我們現在還會生氣就是說明我們念佛的功夫比瞋恚心弱，抵不過它，被它壓過來，現在我們一般是這樣的情況。離瞋恚當然就沒有瞋恚心。

第三、『無諍訟心』，「諍」就是爭論，「訟」是訴訟，比如說到法院互相告狀，爭論，互相告狀，在現前社會，自古以來也都非常多，這個跟瞋恚心都有關係。如果一個人沒有瞋恚心，他不會跟人家爭，他會忍。但是這個忍他是安忍。我們還沒有修到這個功夫是強忍，勉強的忍，忍到有一天爆炸起來，比沒有忍的時候就更嚴重。平常常常發脾氣還可以發洩，他有個發洩的管道去發洩，現在他在把它累積起來，然後做一次發洩，那個麻煩就很大。所以這個忍是安忍，就是說你忍了之後就化解掉了，你就不放在心上。如

果你忍了還放在心上，忍到有一天累積到飽和點，他就受不了了，那個時候爆發出來的威力就更大。所以這個忍最重要是化解，最重要是不放在心上，不要常常記在心裡。你常常記在心裡，你那個第八識又落一次，你再去想一遍，那個人那一天怎麼這麼無禮，你又落一次，想兩遍落兩次，想三遍落三次，那你那個種子就愈來愈強。所以你要想到這個時候就趕快把它換成阿彌陀佛，換成這個種子，這個種子加強，把那個種子壓下去，往生才有希望。不然往生講得那麼容易，哪有那麼容易？

你平常好像練兵一樣，你不練，到臨命終快斷氣的時候我再來放，你平常都放不下，你快斷氣了你更放不下，我沒有騙你。因為我有兩次臨命終的經驗，所以我體會深刻，以前我還體會不到，因為有兩次臨命終的經驗，心亂如麻，牽腸掛肚的事情放不下。因為平常你還沒有到臨命終，你好像沒有這個感覺，但是臨命終你這個感覺就出現了。所以我兩次臨命終也是寶貴經驗。生病也是一種逆增上緣，因為你人一旦生病，病得快不行，你就會想到我將要離開這裡了，是不是這樣？你就會想到你的房子，你銀行的存摺，家親眷屬，這個那個、這個那個，你放得下嗎？現在身體好好的，我都放下了，到時候是一樣都放不下。真的我沒有騙大家，這個我是親身經驗。放就是說我們現在就要放，現在放就是說你要知道自己有沒有放，怎麼知道？你天天要聽經、讀經，你才會提醒自己。如果一天不聽經、不讀經就忘記了，就還是隨著我們平常這些煩惱，還是跟著它走，因為這些煩惱我們很熟悉，佛這些經教我們還很生疏。古大德教我們生處轉熟，熟處轉生，你愈生疏的要給它熟悉，你很熟悉的要讓它疏遠，那你功夫才得力。

所以無諍訟心，世間孔老夫子也講，就是最好不要去互相告狀，能夠大家和解的就和解。走到法院去總是不好，因為走到法院去

，第一個就是要爭一個勝負，勝負之心起來了，那真的是。有的人告狀了，錢花了很多，請的律師很多，但是他還是要花那些錢，花時間，又生煩惱。為什麼還繼續告？就是吞不下那口氣，嚥不下那口氣，就這樣。所以俗話講，「忍一時風平浪靜，退一步海闊天空」，所以忍讓就非常重要。

『四，柔和質直心』，「柔和質直心」，這個心柔和。質直，如果條件高一點、標準高一點就是明心見性。像《維摩詰所說經》講的直心是道場。《觀無量壽佛經》講的菩提心有三種，至誠心、深心、迴向發願心，至誠心就是質直心。但這裡講的質直心是還沒有到這個標準，在我們人天的標準。你心柔和質直，這個心沒有彎彎曲曲的，會有這種心態，如果你有這種心態，那說明你瞋恚心沒有了。

第五、『得聖者慈心』，「聖者慈心」最高就是佛，菩薩、緣覺、聲聞，再下來六道就是天人，像色界天人要修慈悲喜捨。所以這個聖者有出世間的聖者、世間的聖者。世間的聖者，天人的慈心，出世間的聖者就是聲聞以上的。如果以佛法的標準，當然是講聲聞以上的，出離三界六道的，這才算是聖者。但是世間法裡講人天有修行、有道德學問的聖人。世間的聖賢都有忍辱，他忍辱也都相當到一個程度，也沒有瞋恚心，像世間孔老夫子、孟夫子，他們都有修到這樣的境界，但是沒有達到超越三界的標準，所以世間的聖賢。慈心就是有慈悲心。

第六、『常作利益安眾生心』，「常作利益」，常是恆常，做一些利益安眾生的心。怎麼樣「安眾生心」？我們自己修學做一個榜樣，眾生看了之後，他心裡會受到影響，他心能夠安忍。老和尚他修學兩個最明顯的，一個布施、一個忍辱，布施他就是也做給我們看，忍辱他也表演給我們看。所以修忍辱那個是真槍實彈的，沒

有遇到那個境界，我們講得很輕鬆，那個境界現前不是那麼一回事情，那個真的是不好忍。所以我在家還沒有出家之前也有看到這些事情，但是沒有出家之後看得那麼多，因為出家每天都生活在一起。

但是我在家的時候，我一個二哥喝酒，每天回來他就不睡覺。他沒喝酒你看不出他是什麼樣子，他一句話都沒有，人也很老實，他也不會佔人家便宜，也不會講一句是非，統統沒有。黃湯一下去，變一個人，什麼話都有，然後打架鬧事，那回去，我們一個茶几，玻璃的茶几，常常被他一掌打下去就破掉了。後來我弟弟去弄一個木板，那個就打不破。我弟弟那三個小孩，他有時候回去，酒瓶就是這樣丟，那小孩子小小的，剛好就是大概從他們頭上飛過去。所以我弟弟說我這三個小孩都是在二哥丟保齡球下長大的。晚上他都不睡覺，鬧得我們都不能睡，然後白天我們要工作了，他睡大覺。在家的時候，這個忍辱也是很不好修。

有一天他喝醉酒，騎了摩托車到警察局去，去找警察的麻煩，然後警察局，警察就打電話來了，這個某某人是不是你們的人？我說是。你們趕快來帶他回去，他說來這裡鬧事。我跟我弟弟說，把他關起來，拜託不要讓他回來。警察說不要，他又沒有犯罪，我們沒有辦法關他，你們現在馬上趕快過來。後來我跟我弟弟兩個人很無奈的跑到警察局去把他扛回來。扛回來，很凶，跟我弟弟兩個人拿繩子把他綁在床上。

我弟媳婦真的修忍辱，她能夠忍受我二哥二十幾年，天天的，我大嫂跟三嫂一天都受不了。有一次他到我大嫂跟三嫂那邊去住一天晚上，就被我大嫂當天晚上驅逐出境，趕到門外去。到我三嫂那邊，就把他拉到床鋪下，一個晚上就把他驅逐出境了。後來跟我弟弟住，我那個弟媳婦真的也滿能夠忍的。那時候我沒有結婚，就是

我跟我弟弟住，我二哥他也沒結婚，那個樣子也沒有人敢嫁給他。我們兩個沒結婚，跟我弟弟住，還有我父親，我父親那個時候過世了。我大哥、三嫂他們就自己另外去住一個地方，沒住在一起。那個時候我們想，去大哥那邊住，去三哥那邊住，不會來吵我們那是最好。但是他們都不收，不收他就來這裡，來這裡我弟媳婦他們又能忍受。平常我們這樣過日子，就是常常去聽老和尚講經，然後回去，看看老和尚在那邊修忍辱了，比我們忍得更厲害，回來心就比較安了。所以我現在這個修，就是老和尚修這個忍辱，「常作利益安眾生心」。

第七、『身相端嚴，眾共尊敬』，離瞋恚心會得到好相。你相貌好，端莊、端正莊嚴就是美好，當然大眾看到也共同來尊敬。「身相端嚴」的果報就是修離瞋恚來的，離瞋恚心。所以《地藏經》跟我們講，如果不修離瞋恚，地藏菩薩遇到「若遇瞋恚者，說醜陋癡殘報」。如果瞋恚心很重的人，面貌很醜陋，會六根不具，就是會有殘疾，瞋恚心嚴重會有這個果報。

第八、『以和忍故，速生梵世』，「和忍」，現在全世界講要和平，為什麼不能和平？因為不能忍，你不能忍就不能和平。所以有一年老和尚來日本，跟東京有一位基督教牧師石井，石井牧師，那個時候到岡山去開聯合國和平會議，老和尚講聯合國開了那麼久，愈開就愈不和平。怎麼樣才能和平？老和尚當時跟石井牧師講，他說要怎麼樣才能世界和平？要忍，要怎麼忍？他說別人錯了也是對的，我對了也是錯的，那就和了。石井牧師說有道理，後面又接著一句，很難！別人錯的也是對的，我對了也是錯的，這樣就能和平了。如果要爭個我對你錯，那永遠沒有和平。所以這個和忍，老和尚的和忍是修來的，他現在能夠去搞世界和平，他修忍辱，真槍實彈，我是親眼目睹，不是聽說的，如是我聞，這不是聽人家講的

，真的沒有人受得了，我都受不了，說真心話。和忍真的不好修，但是不修又不行，因為你修了才能得到真正的功德利益。

我跟日常法師修小乘戒，實在講小乘戒好修，大乘戒不好修。大乘戒在論心不論事，在歷事鍊心。小乘戒戒身口，你只要照這個規矩來，你一定很自在。一年五個多月，雖然好像滿緊張的，但是真好修，心清淨。到圖書館跟老和尚修大乘戒，我是被考得倒倒的，考試都不及格。日常法師吃飯他是大鍋菜，不可以挑剔，也不能炸、不能煎，就是用水煮，煮一煮就吃。切菜也不要講求什麼好不好看，他說到肚子都一樣，然後只要有營養，不可以挑口味。所以跟日常法師修，他戒律（小乘戒律）很嚴格，男眾、女眾分得很嚴格，晚上那個道場就全部趕光光的，女眾都不可以留下來。那我一年多滿清淨的，我只要照表操課，我就很自在了。到了圖書館完全不一樣。所以大乘戒不好學。

我在那邊跟日常法師已經習慣那種大鍋菜了，我們一年到頭都是吃那種大鍋菜，湯跟菜都在一起的，就是一碗，叫羅漢菜。到了圖書館，韓館長她是不但要講求口味，還要色香，都要講求，還要講求口感，你咬下去的感覺，去那邊煮菜都不及格。韓館長她很會做菜，以前佛光山星雲法師就請她到高雄去開香積廚素菜餐廳，請她去當主任，她很會煮，動作又快。她是大連人，以前日本也去佔領過大連，接受日本教育的，特別愛乾淨。然後她煮菜就是要挑，你切水果也要擺個花樣，什麼插花什麼，這些都要講求。插花，她是要講求日本什麼流的，那個我都聽不懂。以前我在基金會插花，我是買回來把它放在花瓶這樣，我們在基金會，日常法師不要求這些，所以買回來我們就是一束，市場買回來那一束，花瓶我就這樣下去，就沒事了。到圖書館不行，要剪要插，還要講求什麼小原流什麼流的，後來還好有居士來發心。



吃飯她都是要講求這些。那個時候老和尚也都隨順，我們看師父都在隨順了，那我們也隨順。到外面吃飯，素菜餐廳會煮的不多，因為吃葷的有那種色香味那些口味口感，素菜餐廳做不出來，做不出來怎麼辦？她要出去，「好，我們到川菜館」，四川人開的川菜館，台灣的川菜館，台灣，各省的口味都有，川菜館，然後叫老闆葷菜素煮，就煮素的，你這個是葷店，但是我要你煮素的。老闆不會煮都還會被她開示，她就跑到廚房去教廚師怎麼煮。有一年在美國舊金山聖荷西，她兒子住在那邊，那個時候老和尚跟館長房子在那邊，我們每一次去，去那邊看老和尚，然後館長就，好，今天你們來了，我們去大鴻福餐廳吃。大鴻福是煮葷的，大鴻福煮那些魚、肉他會煮，煮素的他不會煮，也不好吃。館長就進去直接跟老闆講，那老闆也很謙虛，「妳就教我，我沒做過素菜」。「好，我進去廚房告訴你們大廚。」大鴻福後來被她訓練得很會做素菜。

這些事例就是讓我們明白，我們忍辱要怎麼樣修。所以忍辱也不是空口說白話，你遇到這個境界，你怎麼安你的心，遇到這個環境。所以我們學佛，我也經過兩位善知識，出家之後，日常法師他小乘戒，老和尚叫我去跟他學戒律。所以我還沒有出家的時候就聽老和尚講經說小乘戒比較好持，大乘戒比較難，我有聽說，但是大乘戒難在哪裡？小乘戒好，好在哪裡？表面看起來小乘戒比較嚴格，大乘戒好像比較放寬，比較輕鬆。但是出家之後，我真的是嘗到滋味了。因為你在小乘戒律規律的生活規範裡面，你只要守這個規矩，那你很自在，你只要守這個規矩。大乘戒，你真的只有要修忍辱了，順境你要忍，逆境你也要忍。順境，有時候也有歡喜的時候，有時候也有快樂的時候，你不能生貪心；逆境、逆緣來的時候，你不能生瞋恚心，順境、逆境都要能忍受。這是大乘戒論心不論事，它難難在這個地方。心地功夫比較難，戒身口的確是比較容易。

但是我們修，當然還是從第一個階段，先從小乘戒開始，像小學這樣，從小乘戒修起，你有這樣的一個基礎再來修大乘戒。大乘戒的確是很大的一個考驗，如果你能夠通過這個考驗，你的成就也非常殊勝，通不過就被淘汰，這一點我們要明瞭。

「以和忍故」，能夠很快速的生到「梵世」，梵就是清淨，世是世界，能夠生到清淨世界，我們念佛人往生極樂世界。縱然沒有遇到淨土法門，不知道往生極樂世界，他生到梵天去。

『是為八，若能迴向阿耨多羅三藐三菩提者，後成佛時，得無礙心，觀者無厭』，這是把離瞋恚的善業迴向到無上菩提，後來成佛就「得無礙心」，就是《華嚴經》講的四種無礙。『觀者』，看到的人，他都非常歡喜，他不會生起厭惡之心。今天時間到了，我們講到這一段。