

請看「世主妙嚴品」，得法讚佛，八部四王眾，緊那羅王偈頌，第九首：

【諸佛神通無間歇，十方大地恆震動，一切眾生莫能知，此廣大恆明見。】

這是動地力緊那羅王他的讚頌，他所修學的法門是「恆起一切利益眾生事」。在讚頌裡面，他是讚頌他自己見到諸佛如來恆常的行事，他從這裡面學習，而成無上道。第一句就說明他自己修學之根源，『諸佛神通無間歇』，「間」是指空間，「歇」這個字是指時間，「無間歇」，一切時、一切處，從來沒有止息過。由此可知，諸佛神通道力廣大無邊。「神通」兩個字我們要認識清楚，「通」是通達，世出世間一切事理、一切現象、一切因果，沒有一樣不明瞭，這叫「通」；世出世間法都能夠明白通達，這是我們凡夫無法想像的，所以稱作「神通」；「神」，神奇莫測，超乎我們凡夫的常識，超過我們凡夫智慧能力。

佛的神通在哪裡？現在有沒有？我們為什麼沒有看見？這樣是不是就間歇了？給諸位說，諸佛如來的神通確確實實沒有間歇過，就在我們眼前。《楞嚴經》上講得好，「六根門頭，放光動地」，這是「諸佛神通」。講「諸佛神通」，實在講只講了一半，這一半是講的六根，在眼曰見，在耳曰聞，在鼻曰嗅，在舌曰嘗，我們六根見聞覺知就是諸佛神通，什麼時候間歇過？連作夢都沒有中斷。睡覺了，你還作夢，作夢依舊這個神通沒有中斷過，永遠沒有中斷。可是我們不知道，佛在經典給我們宣說，我們讀了，這才恍然大悟。佛告訴我們，我們第一念是正念，佛知佛見。我們見色聞聲，

第一個接觸是佛知佛見，為什麼？第一個接觸裡面，你還沒有分別，你沒有分別、沒有執著、沒有妄想，第一念。我們為什麼會變成凡夫？第二念就錯了，第二念裡面就摻雜著妄想分別執著，就錯在這裡。諸佛如來高明在哪裡？永遠保持第一念，他沒有第二念。我們第二念就落在意識裡面去了，意識是個妄心，第一念是真心。

第一念在哪裡？跟諸位說，念念都是第一念，你懂嗎？我們常常講，「見色聞聲」，沒在意；沒有在意的時候是第一念，在意就落到意識裡去了，就落到二、三，二念、三念了。沒有在意，不是沒有看清楚，不是沒有聽清楚，也看清楚了，也聽清楚了，我們一般講「沒有放在心上」，放在心上就落在二、三。「二」是什麼？佛家講的「二」是意根、意識，「三」再加一個阿賴耶；落在意識、意根，阿賴耶叫「三」，落二、三。你明白這個道理與事實真相，這一句你就會點頭了。

諸佛是誰？我們每一個人都是的。佛在《華嚴》、《圓覺經》裡面講得好，「一切眾生本來成佛」，這是事實真相。佛如何墮落成凡夫變成這個樣子，甚至於墮落在三途？是自己錯用了神通，才落到這個樣子；用錯了，沒有正用。正用是六根接觸六塵境界遠離妄想分別執著，正用，那就是《楞嚴經》上所說的，「六根門頭，放光動地」。我們錯用了，我們把自性本具的般若智慧德相變成煩惱，由煩惱變成習氣，這才永沉六道，不能出離，六道這個結解不開。這是大事，如果不是佛給我們開演，我們怎麼會知道？永遠不會曉得。

佛的智慧德能表現在哪裡？表現在虛空法界一切眾生。也是橫遍十方三際無間歇，我們能體會到嗎？我們能認識嗎？學佛要在這個地方留意。釋迦牟尼佛、諸大菩薩、祖師大德，已經做了很好的榜樣給我們看。無量無邊的好樣子，總說就叫「神通」。穿衣吃飯

都是神通，我們要學，要會看。起心動念、言語造作都是神通示現，說話是神通示現，不說話也是神通示現，幾個人懂？

諸佛菩薩種種示現只有一個目的，覺悟眾生，幫助眾生破迷開悟而已。我們要曉得這個道理，要在這個地方學習，什麼是智慧？什麼是德能？什麼是相好？佛的標準跟我們凡夫的標準不一樣，凡夫的標準錯了，佛的標準是正確的。沒有妄想、沒有分別、沒有執著是正確的，有妄想分別執著是錯誤的，我們什麼時候真正體會到了，你要不是真正體會到你怎麼修行？修什麼行？修行只是修正錯誤的行為，妄想分別執著是錯誤的，我們把錯誤的捨棄掉，永遠保持沒有妄想分別執著，這就修正，這是修行。一天到晚還打妄想，還是搞分別執著，你沒有修行，你還是老樣子，你怎麼能解決問題？

大經上一再告訴我們，法界原本是一真，哪有十法界？哪有六道？所以《般若經》上講，「凡所有相，皆是虛妄」，六道十法界是虛妄的，「如夢幻泡影」，不是真實的。虛幻的相從哪裡來的？就是從妄想分別執著變現出來的。妄想分別執著是能變，十法界依正莊嚴是所變，這是事實真相。所以佛告訴我們，如果我們放下一切執著，六道就沒有了；放下一切分別，十法界就沒有了；放下一切妄想，你的功德就圓滿了。為什麼不能放下？這就是講深重的業障習氣，使我們不能放下。

佛法有講根性利鈍，什麼叫鈍根？什麼叫上根？什麼叫利智？肯放下的就是上根，聽了之後立刻就放下。有沒有這種人？有。《華嚴經》上的善財放下了，一生成佛了；《法華經》上的龍女放下了。世尊在《法華經》上告訴我們，龍女現身說法，給我們做樣子，八歲，龍女八歲成佛。我們成不了，放不下！為什麼放不下？執著這個身是我。起心動念，念念都為我，這個錯了。而佛在大小乘

所有經論裡頭都告訴我們，身不是我，身是什麼東西？四大五蘊和合而現的相分，這個東西叫「眾生」，眾緣和合而生起的幻相。這個相是幻相，為什麼？剎那不住。這是從現相上說，內而根身，外而世界，都是眾緣和合而生的。這是諸佛神通示現，我們六根所接觸的無一不是，這才是「諸佛神通無間歇」，真的不是假的。

諸佛菩薩所示現的純正無妄，如果我們會學，用他做榜樣，向他學習，我們很快就成無上道。從哪裡學起？佛沒有自私自利，菩薩、阿羅漢都沒有自私自利；阿羅漢我執沒有了，不會再執著這個身是「我」，執著這個身是「我」，沒有證阿羅漢。大家在經教裡讀得很多，阿羅漢已經破見思煩惱；見思煩惱頭一條是身見，執著這個身是「我」。什麼時候不再執著，不再有自私自利，不再執著身是我，你已經轉凡成聖，最起碼你是須陀洹果；須陀洹破身見了，三界八十八品見惑斷盡了。八十八品見惑歸納：身見、邊見、見取見、戒取見、邪見，這五種錯誤的見解他放下了，這叫真修行。修正自己錯誤的見解，這個人叫聖人，轉凡成聖。小乘須陀洹就是聖人，決定不墮三惡道，位不退，不墮三惡道了。

我們想想，我們搞了這麼多年學些什麼？只要有身見存在，只要有自私自利、有貪瞋痴慢，六道輪迴裡面三惡道的成分多。我們世間人搞什麼？都是搞三惡道業。為什麼會有自讚毀他、自以為是？這個錯誤的根源都是這五種見惑：你有身見，起傲慢心；你有見取見、戒取見，就是我們現在講「成見很深」，錯誤的。諸佛菩薩沒有成見，我們現在明白了，須陀洹都沒有成見。這個煩惱沒有了，自性般若智慧就現前。我們的智慧沒有，聽經聽得多、記得多都是記問之學，記問之學靠得住、靠不住？靠不住。我舉個比喻，你們諸位就懂得了。醫生給人治病開處方，我不是醫生，我常常看醫生開處方，我都把它記下來，別人生病了，我照樣開個處方給他，

會把人吃死，治不了病。所以儒家教人，「記問之學，不足以為人師」，這個話是真的。你看得多、記得多，你教人，你把人引到錯誤路上，自己不知道，自己還認為是正確的。

什麼人可以作老師？開悟的人。悟了是從你自性裡面流出來的真實智慧，跟古聖先賢的教誨來印證，我所覺悟的，展開佛經，我悟的跟他講的一樣，證明我沒錯；我所悟的跟他講的不一樣，我有問題，他沒有問題。要開悟才行，記別人東西就等於說我們不懂得醫術，去專門記醫生的那一些處方，來替人看病，豈不叫害死人！幾個人懂這個道理？那我們現在學講經，沒開悟，學講經用古人的註解來做參考，講古人的，講的是沒錯，不一定契機，就是不一定對症，這個道理一定要懂。我們學習從古註下手，最後還是要自己開悟。自己為什麼不開悟？自私自利不肯放下，貪瞋痴慢不肯放下，永遠悟不了，這個東西堵住你的悟門。

佛講得好，「一切眾生皆有如來智慧德相」，那個「德」就是此地講的「神通」，跟諸佛如來同樣的智慧、同樣的神通，「相」是相好，同樣的相好，一切眾生本有的。為什麼不能現前？「但以妄想分別執著而不能證得」，就是這三樣東西把你障礙住了。我們要求智慧、要求能力、要求相好，放下妄想分別執著就現前了，你的智慧也圓了，你的能力德能也圓了，你的相好也具足了，不從外得。相好是從心變的，「一切法從心想生」，心好相就好，心不好相就不好，相隨心轉。

不但相隨心轉，山河大地都隨心轉，底下這一句『十方大地恆震動』，這個「震動」不是地震，這個震動是什麼？變化，心轉境界。這個變化我們凡夫不知道，「恆震動」是六種震動，底下講『一切眾生莫能知』，不但是山河大地震動我們不知道，我們自己身體的改變都不知道。我們的心善、行善，我們面貌改變了，我們的

體質改變了，你知不知道？不知道。這就是佛法裡面講的六種震動，佛常在經上講，我們最近念的《十善業道經》，一開端佛就說出來，「一切法從心想生」，念頭一轉變，我們身體裡面這些細胞組織就開始在動，這叫六種震動。念頭一轉變，山河大地也跟著在動，六種震動是這個意思。

凡夫不知道，諸佛如來知道，法身菩薩知道，你們心在動，他也在那裡照顧，他要不照顧這地球早毀滅了，他用他的神力來保持這個世界。我們凡夫心的震動不規律，佛菩薩他們的心是平等的、是清淨的、是真誠的、是和睦的，所以凡夫怎麼樣去鬧，山河大地雖然是在改變，但是還不至於毀滅，這就是佛菩薩幫助苦難眾生。如果我們這些眾生覺悟了，跟佛菩薩配合，這個世界轉好就很快了。一定要跟佛菩薩配合，如何配合？隨順佛菩薩教誨，不要隨順自己的煩惱習氣，這個樣子才真正能夠救度一切眾生，化解劫難。我們自己不是沒有能力，有能力，只要肯放下，肯隨順佛菩薩的教誨就行。

昨天晚上我在居士林的樓下電梯口，看到有一個小廣告，大概是「玄奘大師傳」，是不是最近要演這個戲？玄奘法師十二、三歲的時候，他就立志要跟聖人學，所以他能成就。孔老夫子自己敘說，他十五歲才立志於學，玄奘大師是十三歲。學什麼？學聖人。佛是大聖，可以說是聖人當中的聖人，要學得像。諸佛菩薩起心動念都是為利益一切眾生，經教裡常講的「與樂拔苦」，這叫慈悲。「慈」是幫助眾生得樂，「悲」是幫助眾生離苦，佛沒有別的念頭，佛到世間來幹什麼？就幹這一樁事情的。決定沒有一念為自己，這是佛菩薩。放下自己的一切，就開悟了。這樣的示現，示現得這樣明顯，我們依舊不覺悟，這怎麼行？我們讀《華嚴》，再用現代科學家所發現的定律合起來看，經典裡面所說的字字句句，我們一點

懷疑都沒有了，建立清淨的信心，依教奉行。這是動地力緊那羅王他見到的，『明見』，清清楚楚見到，『恆見』，時時刻刻見到。『廣大力』就是「動地力」，用這個來形容廣大。我們再看最後這一首：

【處於眾會現神通，放大光明令覺悟，顯示一切如來境，此威猛主能觀察。】

威猛主緊那羅王，這是如來化身，「得善知一切緊那羅心巧攝御解脫門」。我們在此地所看到的，經文裡面所看到的，正是他自己修學的心得。『處於眾會現神通』，「會」就是我們今天講的團體，人不能離開團體生活。家庭是最小的團體，世界是最大的團體。無論在什麼時候，無論在什麼場所，都叫「眾會」；只要跟大眾相處在一起，就是「眾會」。在眾會裡面教化眾生，我們今天所講的「機會教育」。機會教育沒有中斷的，隨時隨處，一切時、一切處，與一切眾生相處，都要有一個善心、善意，幫助別人破迷開悟，幫助別人回心向善，這是菩薩心、佛心。

所謂佛心、菩薩心，是我們的真心，是我們的本心，我們心本來是這個樣子。現在為什麼不肯幫助別人？念念都想自己好，都不想別人好，這叫「迷」。迷失了本性，迷失了自性，把一真法界、把極樂世界變成了六道輪迴。要知道十法界、六道輪迴本來沒有，再跟諸位說真話，現在也沒有。現在為什麼有？好像有，就像作夢一樣，剛剛夢醒，想想剛才做的夢，好像有，醒了之後知道沒有。你再想想，你正在作夢的時候，那個夢何嘗真有？可是我們今天墮在六道裡頭，他就是不醒，永遠在作夢，永遠醒不過來，麻煩就在此地。省悟過來，六道十法界沒有了，一真法界！

上一次我們參加回教的一個座談會，也有不少同學跟我一起去參加。他們問到天堂在哪裡？我告訴他，天堂、天園、極樂世界就

在眼前，沒有離開，而是我們自己妄想分別執著把它轉變成現在這個狀況，離開妄想分別執著就恢復了，天堂、天園你就見到了。大乘經論裡面所說的種種莊嚴，是真的不是假的，「心生則種種法生，心滅則種種法滅」。所以這一句話，諸位記住，用現在的話來講，我們處一切時、一切處，對一切眾生要知道用機會教育，「現神通」就是機會教育。念念幫助別人，幫助別人就是幫助自己，你自己會開智慧。念念念別人利益，不念自己的利益，自己煩惱輕，智慧就長。

念自己的利益是愚、是迷，念別人的利益是覺、是智，所以諸佛菩薩從來不念自己利益，念念是幫助眾生覺悟，『放大光明令覺悟』。「大光明」是什麼？真實的教誨。我們在《無量壽經》上看到的，「開化顯示真實之際」就是「放大光明令覺悟」。「開」是開示、是開導，用現在的話來說是「教導」。不但要教他，還要帶著他走，「帶著他走」是要做樣子給他看，他才懂得。只是講給他聽，不做樣子給他看，很不容易覺悟。釋迦牟尼佛講經說法四十九年，天天做榜樣給我們看，做的什麼榜樣？放下自私自利，放下名聞利養，放下五欲六塵，放下貪瞋痴慢，錯誤的統統放下，正確的都現前。他所表現的是圓滿的智慧，無礙的辯才，殊勝的相好。生活、工作、處事待人接物，充滿了大慈大悲、仁慈博愛，人家表現出來，真做到了。

不但是言教，現身說法讓我們學習，這就是「放大光明令覺悟」，『顯示一切如來境』，讓你悟入如來境界。如來境界，《華嚴經》上所說的就是如來境界。這個境界就是我們現在人所謂的多元文化，多元文化的社會是如來境界。多元文化裡頭最重要的是平等心，佛跟我們講十法界的業因，佛法界第一個因素是平等心，平等心是佛心，佛心是真心、是真如、是本性。我們的心不平，迷失了



真如本性；我們的心平等，恢復了真如自性。於是在佛的日常生活當中，都是性德圓滿的流露，我們今天生活行持是煩惱習氣的流露，不一樣。

展開《華嚴經》看如來境界，他多自在。清涼在註解裡面告訴我們四種無礙：「理無礙」，如果我們說佛經的道理跟基督教的道理有衝突，那就有障礙了，這不是佛境界；如果是佛境界，沒有障礙，佛教跟基督教沒有障礙，諸佛菩薩跟妖魔鬼怪也沒有障礙，「事無礙」；「理事無礙」、「事事無礙」，這是如來境界。雖然在無障礙的境界裡面，這是得大自在，可是芸芸眾生迷失自性，他們是處處都有障礙。佛教化初學也要示現有障礙，不示現有障礙就沒法子教，這就是普賢菩薩所說的，「恆順眾生，隨喜功德」。故說佛依二諦而說法，二諦是世諦、真諦。世諦就是恆順眾生，真諦，隨喜功德，這兩樣東西合在一起教化眾生，理事無礙、事事無礙，我們要能看得出來。具體的表現全在《華嚴》這部經上，這部經可以說方方面面都表演到了。所以古德說，這部經叫「圓滿法輪」，很有道理，我們要懂得。

現在這個世間有所謂「法輪功」，他們把我們的圓滿法輪盜去了。在古時候帝王時代是決定不許可的，國家護法，你要想竊取佛家的東西，標榜你自己的，不可能，就像現在的仿冒商標，國家有法律制裁你。現在國家不管了，所以我們東西被人偷去了，我們也沒有辦法，打官司也打不贏人家，現在法律上沒有這麼一條。我們要曉得，法輪功不是佛法，它只是有名無實。什麼叫「法輪」，他自己也不知道，他也不懂。真正懂得法輪，他已經是菩薩，他是佛。「輪」是佛法裡面一個標誌，這個標誌非常圓滿。輪是圓，我們曉得圓有心，肯定有心，心在哪裡找不到。所以心是什麼？心是決定有，有又找不到，這才叫「非有非無」。你不能說它沒有，也不

能說它有，有找不到；你說它沒有，沒有它圓怎麼成的？從心而成的。

所以心是空寂的，真心是寂靜的。佛家講寂滅，寂滅是真心，寂就是寂靜，滅是滅一切妄想分別執著，妄想分別執著決定沒有，這個心是真心。真心所現的相就是外面的輪，這個相是有，體沒有。相有性無，事有理無，因此相不可以執著，執著就錯了。不但不能執著，連分別都不可以，分別也錯了。我們迷失這個道理，著相，分別一切事相，堅固執著一切事相，麻煩來了，處處產生障礙，理上有障礙，事上也有障礙，理事有障礙，事事是更有障礙。原本是無障礙的法界，結果變成了障礙重重，苦惱無邊，這是自己造成的，迷惑造成的。

修學大乘最重要的，是要參透這一個事實真相。諸位要曉得，佛家的術語叫「參透」，什麼叫「參」？不能用思惟，不能用想像。要用思考、要用想像就不是參了，那是現在人講的研究。研究不能解決問題，為什麼？研究用心意識，是用妄心。參究用真心，真心才能見真理，真心才能見諸法真相，用妄心是決定見不到諸法實相的。佛這種教學，我們仔細去思惟、去體會，合情合理合法，沒有人能夠駁倒，這就是世間一般人所講的真理。

如來的境界落實在現實的人生上，我們用最簡單的言語來說，就是菩提心與菩薩道。一個是存心，你存的是什麼心？你行的是什麼事？心是「菩提心」：「直心、深心、大悲心」，這個名詞不好懂；換句話說，四弘誓願是菩提心。度眾生的心，斷煩惱的心，學法門的心，成佛道的心，是菩提心。我們是不是常存這個心？這四個心缺一條，就不是菩提心。「菩薩行」是什麼？「四攝六度」，四攝是手段，六度是自行化他。布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，菩薩行。我們能這樣存心、這樣行事，這是真菩薩，沒有受

菩薩戒，諸佛如來看到你，你是真菩薩，你真的受了戒。受了菩薩戒，沒有這麼做的，諸佛看到搖頭，冒充的，冒充菩薩，假的，連鬼神都瞧不起。

我們幫助淨宗初學的同修，實在講我們自己也是初學，感覺到這個修學綱領依然不足；其實這六個綱領每一個綱領都是圓滿的，我們凡夫，我們智慧達不到，理解不夠；所以淨宗學會成立，我們將修行的綱領定為五個科目，比較上清楚，使我們有個很清晰的概念。「淨業三福」，這是第一個科目。世尊在《觀無量壽佛經》裡面所說的，這是世尊教人的基礎，「孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」，《十善業道經》就是說這一條，詳細說。中國同修有不少喜歡念《地藏菩薩本願經》，這一部經也是講這四句話，這四句話的詳細講解，這是三福的第一條。第二條「受持三皈，具足眾戒，不犯威儀」，世尊與他的弟子表演給我們看，我們常常在經典上，一翻開，第一面念到的，佛的常隨弟子一千二百五十人，都是做榜樣給我們看的。第三句「發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者」，在家、出家菩薩做榜樣給我們看，出家的歷代一些高僧大德，在家的許許多多的長者居士，在家菩薩做給我們看，是我們修行的好榜樣。過去的，現在《大藏經》裡面的《高僧傳》、《居士傳》、《善女人傳》，這都是大乘菩薩示現的。這是根本，第一個科目。

第二個科目「六和」，非常重要的戒條，我們跟大眾相處，和睦相處。佛教導我們，「見和同解，戒和同修，身和同住，口和無諍，意和同悅，利和同均」，我們要去做到才行，不做怎麼成功？第三個科目「三學」，這是佛陀教化眾生的總綱領，戒學、定學、慧學，因戒得定，因定開慧，戒定是手段，目的是要開智慧。第四個科目，我們選擇「菩薩六度」；第五個科目，我們選「普賢十願」

。這五個科目，大概就把佛陀教導我們的行門包括盡了。我們要怎樣把這五個科目，落實在我們生活當中，落實在工作之中，落實在處事待人接物，我們是行菩薩行。心是菩提心，行是菩薩行，哪有不成就的道理？這叫真正學佛。

佛說的法門太多了，真的是無量無邊，《華嚴經》上講了兩千多個法門。我們在這些法門裡頭只取這五個科目，好記，記得很牢，日常生活當中，起心動念、待人接物，我們會想到，決定要遵守，決定不能違背。這是什麼？如來境界。違背這五個科目的行持，就不是如來境界，凡夫境界。所以我們常常想，我們是願意過凡夫的日子，還是願意過佛菩薩的日子？過佛菩薩的日子，就是決定要隨順這五個科目，你過的是佛菩薩生活，你是生活在如來境界之中；如果你違背了，那你是過凡夫生活，你生活在六道輪迴之中；差別就在此地，我們要清楚、要明瞭。「轉惡為善，轉迷為悟，轉凡成聖」，就在這一念之間，一念覺這三個通轉，一念要是迷了，還是隨順自己煩惱習氣去過日子，那在六道裡頭恐怕是三途的時間長，人天時間短。

人生命非常脆弱，佛在經典裡面提醒我們，「人命在呼吸之間」，一口氣不來，這就隔世了。千萬不要痴想將來的日子還很長，那是錯誤的觀念，不切合實際，真正懂得現實的人知道，命在呼吸之間。佛在經論上常常告訴我們，「人身難得，佛法難聞」，這是真的。我們今天得人身、聞佛法，要愛惜生命。為什麼要愛惜它？這一口氣還沒斷，多做好事；什麼是好事？利益社會的事、利益眾生的事是好事；不要做壞事，什麼是壞事？利益自己的事是壞事；我們這一生就沒有白過了。念念為社會安全，念念為眾生的利益，全心全力去做。要懂得，利益社會就是利益自己的家庭，利益眾生就是利益自己。

佛跟我們講業因果報的大道理，人人都想發財，財從哪裡來的？從布施來的。歡喜以財物幫助一切苦難的人，幫助一些需要的人，我們財富就多了，財是這麼來的。至於說經營什麼行業能賺來的，那是緣。你要是沒有因，人家經營這個事業賺錢，你去試試看，你去做賠本；為什麼？沒有因。這個因是所謂「命裡有財」，那是因。命裡有財，無論你幹哪一個行業都發財，那個行業是緣，是這麼個道理。人不種因，看到別人發財的作法，你去學學看，學不到的。佛給我們講的話是真的，你先修財布施。

聰明智慧是從法布施裡面得來的，決定沒有吝嗇，我們所懂得的、所知道的，歡喜教導別人，愈教愈有智慧。決定不能有個錯誤觀念，「我都教給別人了，那我自己還有什麼？」愈教智慧愈增長，智慧源源不斷，不要怕別人學，自己有多少教多少，決定沒有保留，你就會天天開悟。積小悟就成大悟，積大悟就成徹悟，不肯教人怎麼行？健康長壽是無畏布施得來的，什麼叫「無畏布施」？別人有困難、有恐怖，身心不安，你能夠幫助他、安慰他，讓他身心遠離恐怖，這叫無畏布施，無畏布施的果報是健康長壽。佛教給我們，無畏布施最重要的一個方法是不殺生，不殺生是無畏布施。如果能夠不吃肉更好，無畏布施就圓滿了。你不殺生，還吃眾生肉，你得的健康長壽不圓滿。

本地有個許哲居士，今年一百零一歲，一生素食。她跟我們講她是胎裡素，母親懷孕就吃素，吃葷的東西她就會過敏，身上會起紅斑，會過敏，一生素食。一百零一歲，一生沒有生過病，健康長壽，無畏布施，一生幫助窮人、幫助老人、幫助病人，她一生修無畏布施。無畏布施裡面有財布施、有法布施，以無畏布施為主。這是我們的好榜樣，佛在經教裡面所講的她完全做出來了，我們看了還能不信嗎？佛法要行，不在說，說得再好、說得再多，沒有用處

，一定要依教奉行。要過佛菩薩的生活，不再過凡夫的生活，從念頭上轉過來。

這一首偈子非常非常好，我們同學要把它背過，這個不難背誦。時時刻刻記住，念念之中、在在處處，怎樣去感化一切眾生，一定要做一個好榜樣給人看。細心觀察現在社會大眾犯哪些毛病，我們對症下藥。現在世間年輕人不知道孝養父母，我們要表現、表演，做樣子給他看；現在社會上人不知道尊敬別人，我們要做個好樣子，處處尊敬別人。這是教化社會廣大眾生，他們錯了，我們從正面做。這就是幫助他斷惡修善，他做的是惡，我們做的是善，讓他自己去看，讓他自己去覺悟。當然一次、兩次他不覺悟，你要做一千次、一萬次，他才會省悟過來。看個三年五載，十年、二十年，你都是這樣做，他豁然覺悟了。

教化眾生要長時間，要有耐心，要有毅力，要不退轉，才能收到效果。千萬不要，「我這麼辛辛苦苦幫助他，他還是不覺悟，算了，放棄了」，這個不可以的。我們這一生表演的，他還不覺悟，來生再表演。諸佛菩薩生生世世永遠不捨眾生，這才叫大慈大悲。不能說眾生不覺悟，眾生還迷惑，眾生還造業，我們就不管他了，這不是菩薩，充其量你是個小乘。小乘人確實看到眾生不回頭，他退心了，他不幹了，就獨善其身去了，這是小乘。小乘人在楞嚴會上，釋迦牟尼佛責備他們「焦芽敗種」，不知道上進。佛讚歎菩薩，也勉勵小乘回小向大，有耐心、有毅力，來幫助這一些苦難、不知道回頭的眾生。好，今天時間到了，我們就講到此地。