

佛說十善業道經講記節要——身常無病，壽命長遠 悟道法師主講
(第二十六集) 2023/9/7 華藏淨宗學會
檔名：WD19-036-0026

《佛說十善業道經講記》節要。諸位同修，及網路前的同修，大家好。阿彌陀佛！請放掌。我們繼續來學習《十善業道經講記》節要，上次我們學習到經文，「若離殺生，即得成就十離惱法」。上次我們學到這句經文，佛告訴龍王，若離殺生，即得成就十離惱法。十離惱法，我們看第九條節要：

「九、十離惱法，惱是煩惱」，也就是煩惱、惱害的意思。如果能夠永離殺生，就能成就十種遠離煩惱的方法，「這是十種永離煩惱的方法」。

我們看第十條，這個「十離惱法」第一條，請看節要：

「十、第一、於諸眾生普施無畏。」諸眾生就是所有一切眾生，一切眾生都包括在裡面。「普」是普遍，不但對人慈悲，對這些蜎飛蠕動、有形無形的一切眾生，都能夠普遍布施無畏。在菩薩眾裡面，代表施無畏的就是觀世音菩薩，所以觀世音菩薩又稱為「施無畏者」，這個在《楞嚴經》、《華嚴經》、《法華經》我們都看到。菩薩為什麼能夠普施眾生無畏？就是永離殺生，就是大慈大悲，救苦救難。

此地講「普施」，這個施就是布施。「佛教導眾生，徹始徹終就是布施，能行布施，就是菩薩」，所以菩薩六度第一度就是布施度，布施是第一個。「不能行布施，就是凡夫」，那就不是菩薩。

「菩薩行法的六波羅蜜，第一條是布施」，菩薩六度萬行，第一條就是布施，布施波羅蜜。「布施有三類」，就是三個種類，「財布施、法布施和無畏布施」。財布施又分內財布施、外財布施，我們

用體力、用我們的腦力、用我們的精神為眾生服務，我們現在講做義工，這個是屬於內財布施。內財布施比外財更可貴，更難能可貴，這是內財布施。外財布施就是身外之物，我們身外的這些財物，這是外財布施。所以財布施有分內財布施、外財布施。

第二類法布施，和無畏布施。法布施，這個法又分世間法跟佛法。世間法涵蓋也無量無邊，也非常廣。這個法有善法、有惡法。世間法，布施善法，你不能布施惡法。像現在網路上教人家造惡業的、幹壞事的，那個是惡法布施。所以世間法也要善法，特別是中國儒跟道的經典，這是世間聖賢之法，這是世間法的善法。出世間法，就是佛法。佛法當然也有講到世間法，講人天善法。像這個十善業道也是人天善法的基礎，也是出世間法的基礎，所以佛法這個《十善業道經》它通世間、出世間。出世間法就是佛法，佛法的法布施就非常殊勝，世間法都不能夠相比。因為世間法，我們法布施，用聖賢之法（善法）來教人，來布施給別人，他能夠得到人天福報，但是不能出離六道；它能幫助你來生再來做人，來生更殊勝能夠生天，往生到天道，但是不能出離六道，所以這個就不究竟。佛法教人出世間，就是出離六道生死輪迴之法，這些理論方法就是出世間法。出世間法從阿羅漢、辟支佛、菩薩、佛，到圓成佛道，這個世出世法才達到圓滿。一定要成佛，出世法才圓滿。但是菩薩就是出世，他還要入世度眾生。阿羅漢、辟支佛出世了，但是他沒有發願要度眾生，沒有發這個願，他變成自了漢，自己得到解脫，所以不能成為菩薩，也不能成佛。要成佛、成菩薩，一定要迴小向大，要跟菩薩一樣修六度萬行，發大願，普度眾生，才能成佛道。這個講法布施，法布施有世間法的布施、佛法（出世法）的布施。世間法，像我們現在講中華傳統文化，這個都屬於世間善法，法布施。

無畏布施，就是讓眾生遠離怖畏（恐怖、畏懼）。無畏布施也有分世間的無畏布施跟出世間的無畏布施。世間法的無畏布施，比如說我們舉一個比較簡單的例子，有人他不敢走暗路，你發心陪他走一段暗路，讓他遠離怖畏；或者裝個路燈，讓人家行路安全，心裡有安全感。凡是眾生有恐懼、有畏懼這種心理，能夠幫助他遠離這種恐怖畏懼，讓他身心得到安穩，這個就是屬於無畏布施。這各方面就很廣泛，我們生活在六道生死輪迴裡面，我們恐怖的事情實在太多了。最恐怖的無過於生死，六道輪迴，這個大家都很怖畏。世間的無畏布施，能夠讓我們現前得到安心、安全，我們一般講平安，幫助眾生他能得到平安，這個就屬於無畏布施。

這一條，離殺生就是無畏布施。不殺生，永離殺生，就是無畏布施。因為眾生不會受到生命的威脅，我們持不殺生戒，眾生看到我們他就不害怕，不會害怕我們去傷害他的身體，這個是無畏布施。另外，吃素也是一種無畏布施。為什麼？因為素食可以永離殺生。你看現在很多養殖業、捕魚，他為什麼去殺生？就為了要賺錢，因為有人會買、生意好、吃的人多，他就去做這個生意賺錢。但是他不知道這個有果報，這個有因果，因為有人要吃肉，所以就要去養，或者水族類，他要去捕魚。如果這個世界上都沒有人吃肉，那些商人大概不會再去做這個事業了，就不會有人去殺生了。所以縱然吃三淨肉，心還是不清淨，業也不清淨。所以要清淨，還是素食，是決定有好處。中國佛教素食，這是梁武帝的功德，上一次我們講過，他讀《楞伽經》，讀到菩薩大慈大悲不忍食眾生肉，他就發心吃素。他當皇帝帶頭，影響力全國的，影響到我們現在，所以這個是梁武帝的功德。所以全世界只有中國出家人、中國佛教徒，還有在家居士要吃素。外國的出家人他沒有吃素，出家人都沒吃素，那居士更是沒有吃素了。這是中國佛教的特色，這個是梁武帝的功

德，他提倡的。所以梁武帝他也是修無畏布施，就是帶頭吃素。

幫助眾生脫離六道生死輪迴，這個無畏布施才達到究竟圓滿。圓成佛道，無畏布施才圓滿。因為你在六道生死輪迴，無畏是暫時性的，人總是要面臨生死這個問題，生死是最大的災難，這個問題不能解決，無畏布施就不圓滿。所以一定要幫助眾生脫離六道生死輪迴，不但要幫助眾生脫離六道生死輪迴，還要幫助眾生成佛，這個無畏布施就達到究竟圓滿。像我們下午讀誦《地藏菩薩本願經》，地藏菩薩他發願一切眾生都度成佛，他才要成佛，這個是無畏布施達到究竟圓滿。所以無畏布施有世間的無畏布施、出世間的無畏布施，出世間就是佛法，那是究竟圓滿的無畏布施。這個是講於諸眾生能夠普施無畏，就是離殺生。

「十一、持戒、忍辱是無畏布施；無畏是令一切眾生身心安穩，沒有恐懼。一個持戒的人，眾生遇到他心裡安定，縱然有財寶被他看到也不要緊，因為他持戒不會侵害我。」他持戒，持不偷盜戒，我的財物不用放保險箱，他不會偷也不會搶，因為他持戒；也不擔心他會傷害我們，因為他持戒，持不殺生戒。「忍辱的人，你得罪他也沒有關係」，他修忍辱，也是無畏布施，得罪他，「他不會報復，不會懷恨，這都是屬於無畏布施」。所以無畏布施也涵蓋很多方面。

我們再看第十二：

「十二、對於一切眾生沒有殺害的念頭，還能愛護、幫助他，他也會親近你。」

這個一定的。我們在特別在國外，有一些鳥，有時候牠就會飛過來靠近我們，牠就不害怕。牠為什麼不害怕？動物也有靈性的，知道這個人不會傷害牠，牠就敢接近我們。如果一個人殺生很重，全身都是殺氣，散發出來都是殺氣，動物也會感受到，這個不能靠

近，靠近就很危險，就不敢靠近。所以永離殺生，對眾生沒有傷害的念頭，這個眾生當然就敢接近。這個也是無畏布施，眾生牠就有安全感。

我們再看第十三條：

「十三、只要我們永遠斷除肉食，沒有傷害眾生的意念，身上的殺氣就完全消失了，會轉變成慈光，慈悲的光明，小動物看到都歡喜接近。此功德不可思議，果報是健康長壽。」

這個也是我們要修的。這一條講，「只要我們永遠斷除肉食」，所以我們修不殺生，實在講還是要斷肉食，就是吃素，要吃長素，斷肉食，「沒有傷害眾生的意念」，看到眾生，你就不會想去殺害。因為吃肉的人，想要吃肉，他就會動那個殺的意念。好像我們喜歡吃雞肉，看到那隻雞，這隻雞很肥，想要吃牠的肉。怎麼吃牠的肉？就要把牠殺了，就會動殺生的念頭。縱然你身口沒有去殺，這個意念已經在動了，因為你想要吃牠的肉，你必定要殺牠。不是自己殺就要叫別人殺，叫別人殺叫口殺。好像我們去店裡面叫老闆，那一條魚或者那一隻雞，幫我殺一殺，這個就是口殺，這個也是殺。身殺就是自己親自動刀去殺，這個殺生果報是很慘，但是我們一般凡夫真的不知道，不知道這個有因果。實在講，如果我們沒有學佛、沒有遇到佛法，我們也不懂。看到大家都在殺生吃肉，大家都可以殺生吃肉，也沒犯法，那我為什麼不能殺生吃肉？也就很自然的跟大家一起造殺生業。所以我們這個娑婆世界，我們這個南瞻部洲，眾生殺生這個業最容易犯。因為大家都認為這是正常的，只知道殺人有罪，殺害動物就覺得動物就是給人吃的，不知道這個都有因果。

《安士全書·萬善先資》講的是非常透徹，引經據典，還有歷史發生的這些感應的公案也講得特別多，了解這個因果，能夠增長

我們持不殺生戒的信心。我們持這個戒，不能持得清淨，總是對這個因果半信半疑。但是如果你深入讀「萬善先資」，我們信心會增長。這一條主要的重點，就是要斷除肉食。這一條也不容易，特別在家居士能夠長素，我都非常佩服。因為我是過來人，我殺生吃肉的習氣也是特別重，從小跟我父親就是殺生吃肉。但是各人習氣不一樣，我大哥跟小弟沒出家，他們很早就吃長素了，所以這個煩惱習氣不一樣。我是出家那一天才開始吃長素的，出家前天晚上還去吃一餐，明天沒得吃了。出家今年三十九年了，吃了三十九年的素食，現在吃這些肉類會自然排斥，吃不下去。以前魚愈腥愈好，以前我父親給我講，你好像貓一樣，貓最喜歡吃腥味很重的。以前吃腥味覺得愈吃愈起勁，現在聞到都受不了，但是還是有習氣。大概七、八年前到澳洲，有一次到海邊去，同修帶我去海邊走，看到一個店賣大閘蟹，這麼大的，黃黃的，那個以前我也吃得很多，看到洋人拿著在那邊吃，我也起心動念想到以前吃的那個香氣，那個習氣還是會起來。但是真的叫我吃，我是吃不下的。但是會有那個念頭，所以這個還是不乾淨。要修到連那個念頭都沒有才可以，這個要一段時間，那個習氣是要長時間讓它慢慢淡化。

總之我們要從斷除肉食開始。如果有的人還不能吃長素，先吃花素，這印光大師勸導的，你初一、十五，早上也好，或者是十齋，像《地藏經》講的十齋、六齋日，這個也很好，從這個地方開始，當然目標是長素。我們沒有傷害眾生的意念，這個殺氣沒有了。因為你不想吃肉，你就不會想去殺生，這是必定的。不殺生，我們散發出來的磁場就是慈光，慈悲的光明，小動物牠也很喜歡接近我們。這個功德就不可思議，果報是健康長壽。

我們再看第十四：

「十四、第二、常於眾生起大慈心。你不忍心傷害眾生，於一

切眾生決定有愛心。不但對動物、植物，以及所有一切生物都會起真誠的愛心。戒經說：清淨比丘，不踏生草。」

這是第二種離惱法。第二種離惱法就是「常於眾生起大慈心」，慈能與樂，悲能拔苦，「你不忍心傷害眾生，於一切眾生決定有愛心」，會愛惜動物。「不但對動物、植物，以及所有一切生物都會起真誠的愛心」，因為動物、植物、礦物也都有生命的。實在講，「情與無情同圓種智」，總是一體的，所以這個愛心是全面的。所以在戒經上佛也講，「清淨比丘，不踏生草」，就是持清淨比丘戒的人，他都不會從生草上面踩過去，除非那邊沒有路，沒辦法。如果有路，路遠一點，走這個路，不會去踏那個草皮，除非沒有路，那就沒有辦法。這個是清淨比丘有這一條戒。所以永離殺生，就能常於眾生起大慈心。這個慈心是大，大就是對一切眾生。我們一般的慈心都是有個局限性的，這個就沒有局限，大就是沒有局限，反正對一切眾生，不但動物，植物，礦物也都起大慈心。起大慈心，就是我們現在講我們會愛護大自然，不會任意去破壞、也不會任意去污染；不但不會污染、不會去傷害動物、植物，連礦物（自然界的）都對它有大慈心，就愛護大自然了。如果沒有這個慈心，就會去破壞大自然。所以我們現在地球為什麼災難這麼多？就是破壞大自然。人類貪得無厭，盲目的發展科技，嚴重破壞地球自然生態的環境，嚴重污染這個地球，空氣也污染，水也污染。像最近日本新聞報導，倒核污水，這個就是會污染整個海洋。

凡是發展工業、高科技，這個都是污染很嚴重的。說都沒有污染，不可能。雖然國際上制定很多規則要限制、去降低這個污染，怎麼樣降低它還是有污染，不可能完全都做到零污染，不可能。除非你不發展這些科技，不發展這些科技就真的是道法自然，就沒有污染了。你發展這個科技，多少都會有污染，只是這個污染的程度

輕重、大小不同，都有污染。現在整個地球的污染，可以說非常嚴重，你看溫室效應、氣候不正常、南北極冰山快速融化，所以現在聯合國也一直在呼籲要怎麼減碳，但是大家也知道，這是工業革命之後製造出來的後遺症。現在環保的一些單位也很重視這個問題，也努力在做防治污染，但是效果有限，因為抵不過人類的貪心，人類要賺錢。實在講，你發展科技就是為了賺錢，你要賺錢、你要經濟好，就要接受污染、就要破壞地球生態環境，從地球生態環境來講，實在得不償失。你得到的，但是你沒有算你喪失掉的，這個失去的他沒有算，只算到賺進來的，透支出去的他沒算，我們中國古人講得不償失，你得到的不夠償還你失去的，無法彌補的。

所以現在所有的國家都在發展經濟、發展科技，也就是說，對這個地球破壞是愈來愈嚴重，污染愈來愈嚴重，水也污染、空氣也污染，連我們吃的五穀雜糧也有農藥、化學等等，這些都是科技帶來的後遺症，嚴重污染。所以我們現在災難那麼多。你看今年颱風特別多。三年的疫情，過去沒有這麼大的瘟疫，現在這個疫情還沒有完全解除，已經過了三、四年了。再加上水災、火災，現在水災是全世界的，我常常在留意新聞，一看，不是只有一個地方。台灣，我們也有，但是我們比較輕一點，還是有。大陸很嚴重，歐洲也很嚴重，中南美洲也很嚴重，還有美國、加拿大、義大利，還有火災，燒了幾個月。這個都是溫室效應帶來的災難，所以水災、火災、風災、地震、空氣污染、氣候不正常、戰爭，這些統統是災難，天災人禍。天災人禍怎麼來？人類心不善，造惡業感召來的，第一條就是殺生。你破壞整個地球的生態，那就是很大的殺生，不但殺動物，植物統統殺，這個怎麼會沒有災難？所以永離殺生，才會對於眾生起大慈心，這個也是從吃素開始。

我們再看第十五：

「十五、第三、永斷一切瞋恚習氣。瞋恚的果報在地獄。人在世間，不如意事常八九，為什麼會有這麼多不如意的事？過去、今生造種種不善業。我們一生的際遇都是果報，不是別人給的，而是自作自受。真正明瞭是自作自受，就不會有怨天尤人的念頭，怨天尤人是瞋恚。」

我們修行，我們也是知道貪瞋痴不好，要斷貪瞋痴。我們做三時繫念，每一時都要念「往昔所造諸惡業，皆由無始貪瞋痴，從身語意之所生，今對佛前求懺悔」，懺悔就是改過，我們也很想斷貪瞋痴。瞋恚的習氣，果報很嚴重，在地獄。但是這個瞋恚很難斷，我們學了佛，實在講，我們也知道這個不好，要斷，但是很難，斷不了，碰到這些境界現前總是會起瞋恚心。「瞋」是表現在外面，表現在臉上，發脾氣。「恚」是兩個土，下面一個心，氣在心裡，我們現在講爛燒鍋，那個恚比瞋更嚴重，氣在心裡，會得憂鬱症、躁鬱症，會得到這些症狀，因為他氣在心裡。瞋，他有表現出來，他有發洩；恚，氣在心裡，這個更麻煩。有瞋恚心，總是要傷害人。「瞋恚的果報在地獄。」我們下午讀《地藏經》，那個地獄很多種。所以《地藏經》也講，地藏菩薩「若遇瞋恚者，說醜陋癱殘報」，這個瞋恚得到果報會很醜，醜陋癱殘，殘就是殘障，六根不具，這瞋恚心重，會有這個花報，果報在地獄。

「人在世間，不如意事常八九」，為什麼我們常常遇到不如意的事情？為什麼會有這麼多不如意的事情？這個有因果，總是我們過去生、這一生造種種不善業，我們造不善業就是造十惡業。所以我們一生的際遇，我們的遭遇都是果報，都是我們過去今生造的業，這一生受的果報。不如意，就是造不善業，這個不是別人給的，而是自作自受。我們人總是會怨天尤人，總是會發牢騷不滿現實、不滿現狀。為什麼不滿？因為不知道這個都是自己造的業感召的，

所以遇到不如意事情難免怨天尤人，因為不了解因果，不知道這是因果，自己過去今生造不善業感召的果報。怨天尤人，又增加罪業，又加重罪業。所以因果教育就非常重要。

因果教育，我們學習《十善業道經》，還要加上我們淨老和尚提倡的《太上感應篇》，這都是講因果教育，還有《了凡四訓》、《安士全書》，這三本書都是講因果教育。真正明瞭因果就不會怨天尤人，這是大學問。孔子他做到了，他相信天命，天命就是因果，凡事都有天命，都是因果，所以逆來順受，他不怨天、不尤人，孔子他做到了。怨天尤人又增加罪業，所以《太上感應篇》講，怨天尤人，司過之神也要記過。如果明瞭因果，知道自己過去造不善業，現在果報就是坦然去還債，還完了，不怨天、不尤人，這個帳就了結了，我們一般講消業障，業障就消了，因為過去你欠人的。怨天尤人，這個念頭就是瞋恚心，就造罪業了。所以能夠永離殺生就能永斷一切瞋恚習氣，這個瞋恚習氣跟殺生有關，殺生就是會引起我們瞋恚的煩惱。特別是戰爭，戰爭那個最明顯的我們可以看出來，兩邊殺來殺去的，你要我死，我要你死，那個瞋恚心到了極端。所以《安士全書》裡面也引用佛經講，在瘟疫當中死亡的人往往都生天了；在戰爭、戰場互相殺，死亡的人都墮地獄去了。為什麼？瞋恚心，瞋恚是墮地獄的業因，兩邊在殺，雙方面都瞋恚心。所以戰爭沒有贏家，到最後都到地獄去。

李世民是好皇帝，在中國歷史上，不但中國，全世界有名，他創造了貞觀之治，他當皇帝，政治辦得最好。好皇帝怎麼墮到地獄去？你政治辦得這麼好，什麼原因墮到地獄？問他，他說殺人太多，殺人。因為他得到政權就是要打仗，打仗就是要殺人，連自己的親兄弟都殺，為了奪政權，連親兄弟都殺了。但是殺有果報，你殺人太多，這個業造得重，要先受報。你做好皇帝，你也做很多好事

，那排在後面再報。所以他是先墮到地獄去了，那很淒慘！還好遇到我們老和尚。他做皇帝的時候，請他的大臣魏徵召集一些有道德學問的人來編輯《群書治要》，他給我們老和尚講，這部書不但救中國，而且還可以救世界，他的貞觀之治就是靠這一套。從三皇五帝、一直到隋朝這個階段，經、史、子、集，還有歷史上發生的種種的正面的、負面的都蒐集編輯。這個也很難，不容易。編輯出來，到宋朝就失傳了，後來清朝嘉慶皇帝登基，日本把這個當作禮物送到大清國，這部書才再看到。所以在中國失傳幾百年了，一般也沒有在流通。我們老和尚把它印出來流通，不但印出來，還請很多老師節錄《群書治要 360》，勸人一天學一條，又白話解釋，又翻成十個國家的文字去流通，所以這個功德把李世民從地獄超度出來。超度出來，我們老和尚勸他念佛求生西方，六道輪迴都不究竟。所以戰爭死了都會墮地獄，你打勝仗、打敗仗，統統墮地獄，因為都是瞋恚心。瞋恚心是自己生瞋恚心的，跟別人沒關係，地獄是自己心現出來的，跟別人也沒關係，所謂自作自受。能夠永離殺生，就能永斷一切瞋恚習氣了。

我們再看第十六：

「十六、第四、身常無病。」

這一條我想全世界的人都需要，特別身體不好的人，都很希望自己身體健康。往往我們想身體健康，但是就是一身都是病。像我自己是一個例子，從小就毛病很多，病到現在，老了病就更多。我自己反省，跟殺生、吃肉有關係，還好學了佛，不然恐怕早就沒命了，這個也是事實。我們老和尚，也是示現給我們看。你看：

「十七、第五、壽命長遠。」身常無病，又很長壽。這兩條，十六、十七這兩條（就是第四、第五），身常無病、壽命長遠，「這兩條是世間人所希求的，不論中外不同的族群、不同的宗教，無

不希求健康長壽。而健康長壽不是佛菩薩賜予的，更不是神明給的，向神明禱告也沒有用，這是自己的業報」，的確是這樣。所以這兩個條，我們世間人大家都希求，你壽命長，身體要無病才好，身常無病才好。我們也看到有一些人他也滿長壽的，但身體不健康。壽命很長，但是中年受病苦的折磨，有的被病苦折磨到都不想活了。所以長壽，身體要健康才好。如果長壽，身體不健康，那也是受苦難。所以你去看看醫院，都有人自殺的，因為受不了病痛的折磨。為什麼有病？為什麼會痛？這個道理我們可以體會，因為殺生。殺生，眾生痛不痛？痛死了！我們去造給眾生痛的因，自己就得到痛的果報，就這樣。所以這兩條，知道自己這個業報，我們就要永離殺生。永離殺生，你就身常無病，你就很長壽。希望健康長壽，你要修無畏布施，要永離殺生，這個業才能轉。

我們再看第十八：

「十八、命中短命，多災難、多疾病，這是能轉變的。如何轉法？認真努力修十善業就轉過來了，如果繼續隨順自己的煩惱習氣，造作種種不善，命運、業報就轉不過來，不但轉不過來，果報愈轉愈劣。」

「愈轉愈劣」，就是愈轉愈不好，愈轉愈差。「命中短命，多災難、多疾病，這是能轉變的」，這是一點不假，這個《了凡四訓》、《俞淨意公遇灶神記》，古今這些公案都給我們證明。現代，我們淨老和尚他也是很具體的一個實際的例子，他命中短命，四十五歲。他講，他的父親四十五歲過世的，他的伯父四十五歲過世的，他的祖父也是四十五歲過世的。他出家之後，跟兩個戒兄弟，同年同期去受戒的，也同時去叫人家算命。那個算命先生也很高明，算得滿準的，說你們三個人都活不過四十五歲，四十五歲就要走了。我們淨老和尚他很相信，他覺得這個應該是遺傳，他的父親就是

四十五歲走的，他的伯父、他的祖父都是四十五歲就死了，所以他把他的時間表定在四十五歲。後來那兩個戒兄弟（同年的戒兄弟，同時去受戒的），他那個相片都還有留下，當時去受戒的照片，那兩個戒兄弟照片也在裡面。到四十五歲那一年，一個戒兄弟二月份就往生了，一個五月，我們老和尚他七月病了一場。那一年我二十一歲，我已聽經聽兩年，十九歲開始聽經，聽兩年了。那一年我們師父他是到基隆十方大覺寺講《楞嚴》，當時我跟我弟弟去聽，聽了三天，我們再去聽，說法師有事沒有來，我們也不曉得什麼事。後來經過一個月，我們又聽說在台北車站對面有個李月碧講堂，淨空法師又在講經了，我們又去聽。後來在聽經的時候，我們師父就把這個事情說出來，我們才知道，原來他七月病了一個多月。他想醫生能醫病不能醫命，命沒有了，神仙也醫不了，他也不看醫生，就念佛求往生，後來經過一個月，他病又好了。

那個時候病好了，病了一個多月之後的生命就不是他原來的，他原來已經沒有了，四十五歲過完了，兩個戒兄弟都走了。他這個命怎麼轉？就是他發願講經弘法，因為台中蓮社李老師看到學生薄福短命（我們師父說他薄福短命相。的確看他以前的相片，不會看相算命，大概你直覺感，這個人真的是薄福短命相）都會勸他，你發心弘法利生，改造命運，這個就最殊勝的。他也勸他兩個戒兄，他兩個戒兄沒接受。他接受李老師的勸導去學經教，結果他發願弘法利生，他的壽命延長了。四十五歲，七月之後，病了一個多月之後，那個壽命不是他的，那是誰的？佛菩薩的，佛菩薩加持的，因為佛菩薩借他的身體去弘法。因為他發這個心，佛菩薩就是要度眾生，所以佛菩薩就加持上了。所以他延壽延了五十一年，比袁了凡殊勝，袁了凡延壽二十一年。袁了凡原來是五十三歲，後來遇到雲谷禪師，懂得改造命運，他努力斷惡修善，他延壽二十一年。原來五十

三歲，後來活到七十四歲，延了二十一年，就很不容易了。我們老和尚他延了五十一年，比袁了凡多三十年，這個不是他本來的，那是佛菩薩加持的。這個也說明弘法利生，講經說法，功德無量。但是要講正規的，亂講也不行，那個造罪業，所以要得到真正善知識指導。所以他的命運整個改過來了。

我們師父上人他平常也沒什麼大病，就是往生前這二、三年就受一些疾病的折磨，腳沒有力、跌倒、骨頭摔斷，在醫院進進出出的。痰多，要抽痰，要裝鼻胃管，不然就沒辦法吃。原來二〇二〇年五月，有一天他說他要往生了，請大家來助念。台南極樂寺的同修就說，師父你不能走，你要辦一條龍學校，要再住世。我們老和尚也大慈大悲答應了，又留下來，留下來這兩年多也是受病痛的折騰。受病痛的折騰，善知識有兩種示現，古來祖師大德示現在臨命終有病痛的，也有示現無疾而終自在往生的，這兩種類型，總是都能往生極樂世界。最早像唐朝玄奘法師，他臨終就是被病苦折磨得受不了，他就反省，是不是自己經典翻錯了？後來感應菩薩給他託夢，說你翻的經典沒錯，因為這個是重業輕報，你過去世當國王惱害眾生，原來是地獄業，現在受一點病痛，給你消掉了，你有翻譯經典的功德就給你消掉了。歷代祖師，你看蕩益祖師也是病痛很厲害；印光祖師也是病痛，他眼睛都看不到了；弘一大師臨終的時候，他全身皮膚都爛了。所以很多祖師大德示現有病痛往生的，重業輕報。

重業輕報，我們可以理解，因為我們老和尚過去常講，他年輕的時候跟他父親打獵打三年，天天打，他殺生殺了多少！本來他過去生的命運就四十五歲，這一生再造殺生的業，實在講，已經有學佛了；沒有學佛，頂多四十五歲就走了，所以臨終也是受一點病，受這些病痛。他老人家也很自在，也很能忍，骨頭摔斷了，那是很

痛的，他也不叫，他修忍痛的功夫也很厲害；也恆順眾生，隨喜功德，人家怎麼樣，就讓他去搞，這個身體反正他不要了，你們要怎麼搞都可以，他也是示現這樣的一個自在。所以這個我可以理解，因為打獵打了三年，這個都是地獄罪，這一生弘法利生，重業輕報，報完就往生極樂了。

「命中短命，多災難、多疾病」，這個是可以轉變，沒錯。「如何轉法？認真努力修十善業就轉過來了，如果繼續隨順自己的煩惱習氣，造作種種不善，命運、業報就轉不過來，不但轉不過來，果報愈轉愈劣」，的確是這樣。所以我們學了佛就能轉，但是也要努力修善。我們轉這個業，要能達到轉業的標準，要達標，達到這個標準才能轉。如果你達不到，雖然有做了一些善，但是你那個力量抵不過惡業，善業抵不過惡業，惡業比較強，惡業還是要先報，你這個善要排在後面再報，「善有善報，惡有惡報」，這個不能互相替代的。

我們再看下面第十九：

「十九、這些道理與事實真相，不但在古聖先賢著述當中，若常讀歷史的記載、古人的筆記小說，就能發現這些果報事相的例子太多了。我們讀到了，要認真細心觀察、思惟，才曉得殺生決定不能做。」

永離殺生這些善的果報，或者殺生惡的果報，這些道理與事實真相，在古聖先賢著述當中，我們讀歷史這些記載、古人這些筆記小說，像《閱微草堂筆記》、《子不語》、《聊齋》這些。更具體的就是《安士全書》，《安士全書》蒐集的這些公案，有的是離奇的公案，我們看了真的是怵目驚心。就能夠發現，這些果報的事相、這些實際例子太多了，在古代我們看到有這些記載。就現在我們認識的，光我看到的，我也可以寫很多，我認識的人，我們親人，

像我姑丈，還有我們同修看到的也不少，這現代的，現代更多。所以這些殺生跟不殺生的果報，在我們現前社會上你仔細去看，就在眼前，你不難發現。所以「要認真細心觀察、思惟」，才曉得決定不能造殺生這個業，一刀還一刀，一命還一命，誰也佔不了便宜。

我們再看二十：

「二十、第六、恆為非人之所守護。非人是指人道之外，多半指鬼神。諺語說人同此心，心同此理。縱然是餓鬼，他也尊敬善心的人，不會去傷害他。」

這裡講「非人」就是指不是人，不是人就是鬼神道，就是鬼神，我們肉眼看不到的。鬼神，就是善神，善的鬼神，因為你不殺生，你就感善神來保護、來保佑。如果你殺生，也會感應鬼神來，感應惡神、惡鬼。那個惡神、惡鬼來，對你肯定不好。所以諺語也說，「人同此心，心同此理」，縱然是餓鬼，他也尊敬善心的人。善的鬼神當然會來保護善人，縱然惡鬼、惡神，看到善人，他也不敢去傷害他，也是恭敬他。

我們再看第二十一：

「二十一、一切病痛不外乎三種因：第一是飲食起居不調所招致的，這醫藥能幫忙。第二是冤親債主纏身，譬如悟達國師得人面瘡這一類的，佛法講的非人，世間人講冤鬼附身。凡是遇到這一類的，看醫生、吃藥有一點幫助，但決定治不好，最要緊的是誦經拜懺來調解。《梁皇懺》、《慈悲三昧水懺》都是屬於調解的，對方接受調解離開了，病就好了。第三是業障病，這不是冤家對頭，而是自己造的罪業太多了，屬於業報。此病醫藥不能治，調解也無效，佛教導我們要懺悔。」

「懺悔」就是懺除業障，這一條給我們講出病痛這三種原因，一種是我們生活起居，飲食起居不留意、不調，這個是世間的醫藥

可以治療，這個可以治療。第二類冤鬼附身，這舉出悟達國師的公案，這個公案很有名，大家都聽過。我們現在也看到很多被附體，冤鬼附身的。凡是這一類，看醫生、吃藥好像有一點幫助，比如說附體的，你去找精神科醫師，他就給你吃安眠藥、打鎮定劑，暫時安定一下，等一下藥退了又發作了，有一些精神病的，他就治不好，這個是冤親債主。所以我也看了一本書，專門講業障的，《地府審案實錄》，業障的病、癌症的、車禍，都講因果，那本書寫的有名有姓，都在台灣，他寫的鬼神知道一世、兩世，大概都講清朝、民國這個時候，過去生的這些因果，很近的。所以為什麼發生車禍？講的因果，有名有姓、有地址，這個也是真的，這些都是冤親債主。這個你就要調解，《三昧水懺》、《梁皇懺》屬於調解的，這個是怨業病，適合這種懺。對方如果接受了，他接受調解，接受你的條件，他離開了，你病也就好了。第三種業障病是最麻煩的，這個調解也不行，吃藥也沒有用，就自己造罪業造得太重感召的病痛，這個自己要懺悔，要改過。特別是殺生，造這個業，自己有這個業障要懺悔，要斷除這個業，身體才會改善。

我們再看第二十二條：

「二十二、第七、常無惡夢，寢覺快樂。就是睡眠非常安穩，沒有惡夢。我們自己修行功夫得不得力，可以從此地來勘驗。沒有學佛時常做惡夢，學佛之後惡夢少了，就是功夫得力。再往上提升，惡夢沒有了，一年當中難得有一次惡夢，說明你的功夫不錯。功夫更純的，常夢到聖賢、佛菩薩，夢到經典上講的殊勝的境界，這是好相、瑞相。如果一個星期當中還會有二、三次惡夢，要特別警覺這是下的功夫不夠。要從哪裡修起？斷惡修善，一定要很認真的改過自新。這是最容易、最平常能測驗修行功夫的一個方法。」

永離殺生，第七種離惱法，就是「常無惡夢，寢覺快樂」。「

寢」就是晚上睡覺，「覺」就是早上醒過來。晚上睡覺沒有惡夢，早上醒過來身心就很舒服、很輕安，就是睡眠品質很好，睡眠非常安穩，沒有作惡夢，這個也非常難得。「我們自己修行功夫得不得力，可以從此地來勘驗。」作惡夢也是我的專利，我這輩子好像還沒有說有一天晚上睡覺沒作夢的，從我生下來到現在，好像還沒有這個記錄，沒有說哪一天都沒有作惡夢一覺到天亮。有一些人說他從來沒有作夢，我很羨慕，我說這個在我的字典當中沒有，我是天天作惡夢，不要作太惡的夢就不錯了；不但作夢，還惡夢多。

作惡夢我很有經驗，我都可以跟大家分享我的惡夢，惡夢很多，什麼樣的夢都有。以前在家常常有作惡夢，中午在睡午覺就被那個鬼壓得四肢不能動彈，想跑跑不了。我在家的時候，有一次經驗，提供給大家參考。因為我是屬於業障深重類型的，業障很深重的，所以常常作惡夢。當然這個跟殺生有關，因為殺生、吃肉，吃得太多了，常常有惡夢。我這一輩子只有一次作的夢是最好的，這個大概二十年前，好像一九九八年我跟莊行師，到四川峨眉山下報國寺去掛單，去住在那個寺院。那個寺院磁場特別好，那個寺院的出家眾都有聽老和尚講經。我們就去掛單，掛單它有香客樓，客房它用「天」，四王天、忉利天、夜摩天。我們去掛單是在第三層樓，我們住在夜摩天。那天晚上我就夢到伽藍跟韋馱在天上，那個光很柔和，我就這樣躺著，看到伽藍跟韋馱在看著我。第二天一早起來吃早飯，天還沒亮，我從大殿經過，看到那邊站了一尊韋馱，這一尊不是我昨天晚上夢到的嗎？那一天晚上睡得特別好，所以這一輩子那次的夢作得最好，其他好像沒有什麼很好的夢，大部分都是惡夢比較多。

最近也比較少了一點。現在又常常做超度法事，那個惡夢就更多了。因為這個惡夢有自己造業障的，另外有求超度的，增加這一

類的，又更多了。所以我也一段時間沒有作惡夢，今早上又作了一個惡夢。作了這個惡夢，那也很恐怖，所以我今天下午參加大家誦《地藏經》。《地藏經》講，如果你夢到「或悲或啼、或愁或嘆、或恐或怖」，這個就是你過去世，一生十生、百生千生，父母夫妻、兄弟姐妹、家親眷屬墮在惡道要求超度。那我早上就夢到恐怖，而且好像講日本話，所以我就誦《地藏經》迴向。《地藏經》講得很清楚，一種是自己的業障，一種是求超度，這兩種不同類型的惡夢。這個夢，《地藏經》講得清楚。所以我們也是勘驗我們功夫不得力？有一些惡夢，我們學了佛，也是給我們一個警惕，讓我們知道我們沒功夫；或者我們常常做超度，這個眾生沒超度走，他會再來找。所以我們還要再加功用行，再加強，加強來迴向，這個也是勘驗我們修行功夫的一個很好的方法。

好，今天時間到了。