

同學：第二百一十一個問題，尊敬的院長吉祥！學生曾經夢中見到阿彌陀佛跟學生一樣高，是學生供養的那尊佛像的樣貌。學生看到一些往生故事講到臨終見佛現身很大，所以疑惑不知道臨終見的阿彌陀佛會變大嗎？還是就跟學生夢到的一樣？學生擔心自己如果看到的佛現身很大，會疑惑不是自己供養的那尊，一疑惑就錯過機會。感恩院長慈悲解惑。

悟道法師：這個問題，也是隨著我們的心量，看到佛像的大小。佛的身相可大可小，完全隨眾生心，應所知量。這是隨我們眾生的心，我們希望看到多大的佛像，佛他就示現多大。所以佛他的身沒有一定的大小，完全是隨眾生心來示現。這位同學擔心，如果現的大身，看不到。這個也不用擔心，佛示現必定是依照我們的境界來示現，我們一定看得到，看得清楚。所以佛的身相，他大小不定，完全恆順眾生的心量來示現。所以這個沒有問題，不要怕變大了，跟你夢見的佛像不一樣，就認不清楚，就不認識了。這個不會有這個問題，這個有佛力加持，到時候你肯定就會看得到，會看得很清楚，這個就不用擔心了。你只要一心念佛就好，就不要擔心臨終看到佛像會大、會小，這個就不用放在心上。只要一心念佛就好，到時候佛必定應我們的心量來示現，絕對看得清楚、看得明白，一點都不疑惑。所以這一點你就放心了，只要一心念佛就好，不要懷疑，不要擔心這個問題。好，下面一個問題。

同學：第二百一十二個問題，尊敬的院長吉祥！有人拉我學習一個叫七彩靈子光的講座，還贈送播經機，說每天早晚讀誦，恭請

七彩靈子光加持，不僅超度亡靈，還疏通百脈，請問是否如法？感恩。

悟道法師：七彩靈子光，這個我第一次聽到，我也不知道有這個東西。我們佛弟子總是依三寶，佛不在世間了，佛當年在世講的經教有流傳下來，我們在《大藏經》看到的經典就是法，皈依佛、皈依法、皈依僧，我們末法時期以法為中心。這個問題，就是這個七彩靈子光，到底出自哪一部經典？這個我沒看過，我不知道。總是我們佛弟子，要有經典的依據，我們才能相信。如果在經典找不到依據，那我們就不能相信了，那個不是佛說的。不是佛說的，是外道說的，那我們就不能採信。如果你已經皈依三寶了，那一定要依照經典。所謂依法不依人，法就是經典，經典有這個依據，那我們就可以相信；如果經典沒有這個依據，那我們就不要採納，不要相信。因為我沒有見過這個東西，我也不知道它這個播經機是播什麼經，是誰講的，這個也不知道，這個內容不清楚，所以這個我也沒有辦法做一個明確的回答。因為它這個到底是什麼經，是佛經？還是外道的經典？到底是哪一種經？這裡沒有講清楚，也就沒有辦法回答這個問題。總之，這個七彩靈子光，這個我沒有見到過，第一次聽到的。它是不是能疏通百脈？這個我也不清楚。總之，我們三寶弟子，就是依法不依人，像這個經典，有哪一部經典講到這個七彩光的？如果沒有，那我們就不要採信；如果有，那看哪一部經典，找得到根據，那就可以相信。因此，我建議還是依三寶，依法不依人，這樣我們修學才不會有偏差錯誤。好，以上提供你參考。下面一個問題。

同學：第二百一十三個問題，尊敬的院長您好！給您頂禮！弟子看中醫，把脈後說弟子是心臟缺血嚴重，醫生說吃素食造不出血來。我知道這種說法不對，如老法師等許多大德都素食還高壽。請

教院長，如何吃素食才能健康，有助於修行？

悟道法師：吃素也是要懂得去配合四季、五行，就是我們攝取的營養要平衡，要均衡。你問的這個問題，主要是說缺血嚴重，缺血。缺血，在蔬菜裡面，紅色的菜就是補血的。紅色的菜，這個菜在南方很多。這個紅色的菜（紅菜）在南方廣東、福建、浙江這一帶，這些菜很多。如果北方我就不清楚，南方這個菜很多。凡是屬於紅色的蔬菜，都是屬於補血的。所以過去我們淨老和尚在世，有一次他也是說，他感覺有缺血，叫我去買一些紅菜來煮。這個紅菜也是夏天的菜，你多吃季節菜。現在是已經夏至了，端午節過了，進入真正夏天了，不會再冷了，只會熱，不會再冷了。所以這個時候多吃這個季節生產的蔬菜、水果，多吃，這個身體才健康。我們不要夏天吃冬天的，冬天吃夏天的，亂吃，這個當然營養會失去均衡，會失去平衡。所以多吃季節菜，你這個缺血的問題，多吃紅色的蔬菜，紅色的就是補血。這個紅菜應該很多，應該找得到，特別是夏天的季節菜。最好在中午吃，古人講這個紅菜，就是中午吃最好。這個提供你參考。

吃素怎麼樣吃才能吃得健康，這個也是很大的一個問題。因為我們一般講說吃素對身體比較好，但是我們看到很多吃素的人，身體不見得比較好，這個就是因為不懂得怎麼吃。其實吃葷也是一樣的道理，你不懂得怎麼吃，菜不懂得怎麼煮，你煮不出營養出來，對身體就沒有幫助。所以吃素盡量少吃，現在我們說完全不吃也不太可能，就盡量少吃這些加工菜，特別有加這個化學品的，像防腐劑這一類的，有色素這一類的，那個盡量少吃，能夠不吃是最好，多吃天然的。現在蔬菜也都有農藥，所以這個蔬菜最好能夠洗乾淨。如果能夠用鹽水來洗那是更好，能夠再泡一下，洗一洗，洗乾淨，農藥殘留下來的，把它沖洗乾淨，這樣我們吃了就比較不會影響

我們身體的健康。所以現在有很多素食譜大家可以參考。我記得我們華藏有印，印素食譜，就是怎麼去配菜，怎麼做。原則上就是我們盡量吃當季的蔬菜、水果，吃當季的。

過去我們淨老和尚常常教我們，要多吃當季的。而且如果你能夠吃你住的這個地方，方圓二十里之內種的，那是最好。你住在這個地方，吃當季的，吃當地的，這個對你的身體是最有幫助的。但是現在的人不懂這個道理，中國人吃外國的，外國人吃中國的，大家亂吃，所以現代人身體都不如古人。中國人的體質跟外國人就不一樣，所以這些都要明白。這個問題也是很大的問題，這也是一門學問。這個吃，古人說三代學吃，吃還要學習，才知道怎麼吃。我們現在的人亂吃，所以現代人的毛病比古人多太多了。古人有病，但是沒有那麼多，沒有那麼複雜。你現在到醫院去看，醫院都客滿。現在不是醫學發達嗎？病應該會愈來愈少，怎麼病愈來愈多？我們要好好去想這個問題。現在的人不懂得養生，不懂，這個方面在我們老祖宗古籍裡面都有記載。雪廬老人他的全集裡面都記載這些，大家可以去網路搜尋這些相關資料。要懂得這些養生之道。所以你這個問題也是很大的問題。

有很多法師、大德吃素食都很高壽，這是事實。說吃素食沒有營養，這個也不是事實，其實吃素的人，他身體實際上也不會比吃肉差，這一點我們一定要明白。總之，我們什麼都要學習，吃也要學習，多學習，多找這方面的資料來看。你目前心臟缺血的問題，我建議吃紅菜跟當季的菜。你最好這個夏天，一天就是起碼中午吃一餐。你這個夏天過了，我看你的血大概都會補足了，這個就不用擔心。如果真正有需要醫藥來補助也可以，中醫開一點補血的藥，也可以來補助。以上提供你參考。下面一題。

同學：第二百一十四個問題，阿彌陀佛！尊敬的院長您好！老

法師曾說三福是「三世諸佛，淨業正因」。學生看到第三次座談會裡面講到，信願行是正修，三個根是助修。學生感覺矛盾，三福是正因，為什麼又是助修？另外學生對《弟子規》的落實缺乏信心，不知道這樣修行能否往生？

悟道法師：所謂正助雙修，正助是一不是二，就是我們不要給它拆開，你給它拆開就有矛盾了，你沒有拆開那就一點矛盾都沒有。助修就是正修，正修也是助修，是一不是二，它是一不是二。這個就是開合不同，如果你展開來講，那就比較多方面的。如果你合起來講，那就比較簡單，就開合不同。所以信願行，這個信願是不能往生的關鍵，這是蕩益祖師在《彌陀要解》講的。你是不是真信？這是第一個。信，首先相信佛的聖言量，佛在經典上給我們介紹的西方極樂世界。「有世界名曰極樂，其土有佛，號阿彌陀，今現在說法。」這個我們是相信經典上佛講的聖言量，相信聖言量。相信佛講的這些都是事實真相，的確有極樂世界，的確有阿彌陀佛。再來要信自，自己有緣遇到了，那自己就有往生之分。三時繫念，中峰國師都給我們開示，信自己有往生之分。這個三方面，就信自、信他，信了之後，我們要發願求生西方極樂世界。願生極樂，願捨娑婆。願捨娑婆就是願意放下娑婆世界，願意放下娑婆世界就是不留戀這個世界，相信極樂世界。佛給我們介紹的極樂世界，在《彌陀經》上講，「無有眾苦，但受諸樂，故名極樂。」這個是佛在《彌陀經》上給我們講的，因為極樂世界我們娑婆世界所有的苦，極樂世界我們聽都聽不到，所以那個世界叫極樂，所有的苦都沒有。我們要相信，極樂世界的確沒有這些苦，沒有苦就樂。也要相信我們現在住的娑婆世界，只有苦，沒有快樂。這一點也要相信，你不相信怎麼能放得下？你還覺得這個世間還不錯，那你怎麼會發願去極樂世界？你肯定要留戀這個世間，放不下了。留戀這個世間

，放不下，我們願生極樂這個心就生不起來。就是不留戀、不貪戀，不留戀、不貪戀就是我們心理上不執著這些，真的是放下，隨緣過日。

放下，這裡要補充說明，不是說你什麼都不要，統統丟光，這個叫放下，其實他心還是沒放下。過去有很多同修，聽我們老和尚講放下，他沒有真正把這個話聽明白。他說放下，回去錢也都布施光了，車子統統賣掉了，工作也辭掉了，一心要求往生，結果沒往生。沒往生，你面對的現實生活的問題就來了，所以跑到香港去問老和尚怎麼辦。我們老和尚看了就搖頭，他說你這個話都沒有聽清楚，叫你放下，是放下你內心那個執著，不要貪戀，放下內心那個執著、牽掛，不是叫你外面這些統統丟掉。這個可不能誤會，這個要常常提醒，因為也是恐怕有一些人，把這個話的意思聽錯了，造成誤會。結果他外面東西都丟得乾乾淨淨，他有沒有放下？他心裡還是沒放下，他沒有把這個放下的意思真正搞清楚。放下就心裡你不留戀、不牽掛，隨時可以走，這個是真放下，這個就是真正發願，願生西方。如果有真信切願，就是真放下這個世界，不留戀這個世界了。真正發願就願意求生西方，求佛來接引，讓我們早一天往生極樂世界，早一天見佛。如果佛還沒有來接，我們也不要急，你急就出問題，也不要急。反正我們每一天都是祈求佛來接引，我們隨時可以走，多住幾年也無妨，我們這樣的心態就好，就對了。

信願是往生的關鍵。這個行，你問的這個問題，就是正修跟助修，這是屬於行的部分，行的方面。行有正行助行。正行是念佛，你這裡講信願行是正修，正修就是行，就是念佛。念佛是正修正行，三個根是助修，幫助我們念佛功夫得力。實際上三世諸佛淨業正因，我們講助修，這個大家比較能夠理解。因為我們一般看到信願行，就是我真信、我發願，那行，我就是念佛，往往疏忽掉這個三

福了，就疏忽掉三福。所以有一些人講，我念佛就好了，還修什麼三福？這個話有沒有錯？這個話也沒錯。你真正能老實念佛，那你沒有去修這三個根，這三個根自然他都有了。所以我們老和尚也常常舉出海賢老和尚，海賢老和尚他二十歲出家，他的師父就教他念一句南無阿彌陀佛，也沒有教他念哪一部經。一部《彌陀經》也沒有念，他也不認識字，也不會念，其他的經更不用說了。就教他念一句南無阿彌陀佛，就一直念下去。就跟鍋漏匠一樣，諦閑法師給他講，你就一直念下去，念累了就休息，休息好了繼續念，一定有好處，什麼好處也沒跟他講。但是他們根器老實，他不需要懂得什麼教理，什麼道理，他能老實。這個老實就很可貴，也很難得，能老實念佛的人，他三個根統統具足了。不要說三個根，六度也都具足了。藕益祖師在念佛開示裡面講，一句佛號，六度齊修。真正老實念佛的人，的確是這樣。如果我們不能老實，這個就要提醒，要修這個。

所以我們看海賢老和尚，你說他的行為，他的待人處世，我們可以看他的光碟，他沒有讀過《弟子規》，也沒有讀過《感應篇》，沒有讀過《十善業》，他只會念一句南無阿彌陀佛，你看他的行持，待人處事接物，是不是跟這三個根相應？完全相應。他能老實念佛，這三個根就圓滿具足了，自然具足。如果不能老實念佛，那你不老實，你就要學這個了。所以這三個根跟念佛，實在講是一不是二。《金剛經》講，不一不異，你給它分開，好像是二，兩方面，實際上是一方面，是一不是二。所以這個也沒有矛盾，沒有矛盾。我們把它看作二，你就矛盾了，二就是對立了，相對了。我們在五種見惑裡面，相對是屬於邊見，就偏在一邊。我們六道凡夫，生活在相對的世界裡面。事實真相是一不是二。在這個一當中，我們硬把它分成二，分成相對的，就造成六道輪迴。所以這個沒有矛盾

。所以三福是正因，你講助修也未嘗不可，你講正因也是可以，幫助我們修行的正因。所以這個沒有矛盾。

另外，就是說《弟子規》的落實缺乏信心，不知道這樣修行能否往生？《弟子規》落實，這個你多念佛就幫助你落實《弟子規》。所以為什麼說這三個根跟你念佛是一不是二？因為你念佛，幫助你修三個根，三個根又幫助你念佛，互相幫助。你《弟子規》為什麼不能落實？業障太重。業障太重，你念佛求佛力加持，業障消除，你就能落實了。你去做《弟子規》，又幫助你念佛功夫提升，所以這個互相幫助。所以你對《弟子規》的落實缺乏信心，我建議多念佛，求佛力加持，你的信心就會增長。一定要記住這個原則，所以不要把它分成兩塊，佛法講不二法門，不二法門才是事實真相。我們凡夫有分別執著，總要把它分開，實際上它是一。我們虛妄的分別執著，好像變得很多，其實不是，其實它是一個道理。所以念佛幫助修《弟子規》，修《弟子規》也幫助我們念佛。所以方便來講，就叫正助雙修。如果我們講一個，這個就是淨業正因，那也是可以的。正確的修因，正確的幫助我們念佛功夫得力，這個是從這方面來講。就是說我們做不到老實念佛，不能像海賢老和尚、鍋漏匠那樣的老實念佛，那我們提出這個修學來幫助我們念佛功夫得力，所以說它是助修。你說它是正修也可以，說助修也可以，這個沒有矛盾。所以你對《弟子規》落實缺乏信心，多念佛，那你往生的信心也就會增長了。總之，我們不管修學什麼，不要忘記求佛力加持。為什麼我們做不到？因為業障重。求佛力加持，多念佛，至心念一句南無阿彌陀佛，消滅八十億劫生死重罪。你佛多念，業障輕，智慧長，你自然就能落實了。好，以上提供你參考。下面一條。

同學：第二百一十五個問題，尊敬的院長吉祥！弟子一直身體很瘦，吃素多年，母親看我很瘦，讓我吃雞蛋，所以沒有吃純素。



弟子十分慚愧，希望能鼓勵他人戒殺吃素，但是自己吃素沒有能給別人看好榜樣，不知能如何改善？感恩院長。

悟道法師：吃雞蛋，我們現在講，叫蛋奶素。母親，當然天下父母心，讓你吃雞蛋，我覺得都不錯了。有的做父母的，他不允許你吃素，他還要叫你吃魚吃肉，怕你沒有營養，把身體搞壞了，所以吃雞蛋已經不錯了。我們依照孝道來講，還是要讓父母生歡喜心，讓她安心。如果你母親沒有看到你，你就不吃蛋，她沒看到，她也不會怪你。反正在她面前就吃給她看，她沒看到你就不要吃，這樣就好了。這樣也是一個方便法，也是個方便法。所以古來祖師大德很多這種情況，父母怕他沒營養，他就大吃肉給他看，做父母的就安心了。他沒看到，他就吃素了。所以這個方面是可以善巧方便的。沒有吃純素，因為不讓你母親擔心，方便吃，這個是沒有關係，方便吃。鼓勵別人戒殺吃素，這個可以，這個沒有問題。因為每一個人的環境不一樣，有的人父母親他能接受，他就沒有這些問題。有的人父母他還不能接受，有時候你還是要恆順眾生，就是吃三淨肉，不見殺、不聞殺、不為我殺。這是方便。

當然主要我們還是要吃素，也要勸父母吃素。但是勸父母吃素，也是要有善巧方便，你可不能跟你的父母講，你吃肉吃牠半斤還牠八兩，將來你要下地獄。你可不能這麼講，你這麼講，本來他吃半斤，他可能就吃一斤，你得到的是反效果，要有善巧方便。像以前我在家，我學佛了，勸我父親吃素，那是不太可能的。但是勸父母吃素，要有個時節因緣，你要有耐心，你也急不得，他還不能接受的時候你就不能硬勸他要吃素，你這樣只能會得到反效果，不但沒有幫助，反而增加他造業。所以我們就是要有些方便，比如說我們用一個健康的角度、衛生的角度來講，肉吃太多也不好，膽固醇太高等等的。這些現在的人多少有一些醫學衛生常識，講這方面，

縱然他還不接受，也不至於排斥，因為對你身體好。盡量勸父母吃素，就是還不能吃素，就不要殺生，不要殺生。像過去我在家的時候，我父親他沒有學佛，他就自己養的雞、鴨、豬，過年過節，殺雞、殺鴨、殺魚的，殺生吃肉。我們學佛，總是希望父母不要再造殺生業，這個都有果報的。但是也要看時節因緣，時節因緣到了，我們適當的時機就勸，他就能接受了。

所以我們先勸我父親吃三淨肉。有一次，我的姑丈，我的大表哥娶媳婦了。我大表哥小時候很不好帶，我這個姑丈就到神廟許一個惡願（那不是善願），就是說我這個大兒子如果能夠撫養長大成人，能夠娶媳婦，我就殺一隻豬來答謝神明。這個是惡願。果然我大表哥三十歲那一年，經過媒婆介紹，就結婚了。結婚，他就還願，以前許的願，他沒忘記，就真的去買一隻豬來自己殺。他也不懂得，像道士還會念念咒，佛教還會念念經，他什麼也不懂，就殺了。就是我大表哥結婚前一天，他就殺。那當時請我父親去住在他家，就給他請客，我父親當場看到他殺一隻豬去拜。第二天我大表哥結婚，那天晚上我這個姑丈他就敬酒（辦了幾十桌的酒席），敬酒敬到一半就突然倒地口吐白沫，送到醫院第二天下午就往生了。第一天辦喜事，第二天辦喪事。那我父親去給他請客，住在他家親眼看到，看他殺豬，看他辦喜事，再辦喪事。回來到家裡說，以後做生日，千萬不要給我殺豬。那我就利用這個機會，我說最好要吃素。但是吃素，他還是放不下，他接受吃早上的，還有初一、十五，其他吃三淨肉，那就比以前有提升，有進步。那我父親，他說吃初一、十五，吃早上，他確實嚴格遵守，到那時間真的他就一點肉也不沾。所以這個各人有各人的因緣，所以不一樣。所以因緣還沒有到，也無法勉強。

你母親這個方面，我覺得很不錯了，她只是要你吃雞蛋，還沒

有叫你吃魚吃肉，這個已經很好了。那這個沒有關係，你勸人家吃素，你也可以把這個道理跟別人講。因為你勸別人戒殺吃素，可能他家裡遇到父母的問題比你更嚴重，他父母如果不能接受？不但要吃雞蛋，還要吃魚吃肉。那你怎麼教他？所以你懂得開遮持犯這個道理，你就可以把這個跟其他的人分享。所以你勸人戒殺吃素，這些也要跟他講明白，因為他本人可以接受，但是他的家人能不能接受？我們很多學佛的人沒有考慮到他的家人，那這個問題就來了。所以都要懂得這些時節因緣。所以你有感覺自己慚愧是很好，這是善心所。鼓勵別人戒殺吃素，這是好事，要鼓勵。勸人戒殺吃素，這是好事，但是要懂得一些善巧方便。你勸他戒殺吃素，他可能遭遇的問題比你更麻煩，那你也要幫助他處理，不然他就有障礙。所以這些道理，我們自己要明白，也才能夠幫助別人，他能夠在戒殺吃素，能夠建立信心。所以這樣就好。改善，就是說你媽媽沒看見，你就不要吃；她看見，你就吃個給她高興就好，先這樣。好，下面一個問題。

同學：第二百一十六個問題，弟子年輕時看過淫穢色情錄像，去舞廳跳舞，淫欲心很重，請問如何快速消除淫欲心？感恩院長。

悟道法師：這個淫心是娑婆世界眾生的一個很大的習氣。經典上佛給我們講，「愛不重不生娑婆，念不一不生極樂。」我們沒有愛欲，不會到六道裡面來輪迴。六道輪迴第一個因素就是淫欲，男女這個淫欲，這是造成六道輪迴的。在《圓覺經》講，六道眾生「皆因婬欲而正性命」，這個生命都是從淫欲生的，所以有六道輪迴。六道輪迴第一個因素就是這個，所以這個很難斷。佛在《四十二章經》給我們講，如果有一個煩惱跟男女淫欲一樣的性質，一切眾生都沒有辦法脫離六道輪迴了。佛講還好只有一個，如果再多一個，那就一點辦法都沒有了。這個是形容比喻淫欲難斷。這個屬於思

惑，所謂藕斷絲連不好斷。所以佛在《四十二章經》才講，如果有一個煩惱跟這個是一樣的性質，那普天之下沒有一個人能證阿羅漢果、能超越六道的。還好只有一個，一個就很難斷了。所以這個斷了，你就超越六道了。這是六道輪迴第一個因素。所以《楞嚴經》四種清淨明誨，第一個清淨明誨就是要斷淫心，但是不好斷，無始劫的習氣，藕斷絲連不好斷。

佛講對治這個淫心的法門很多，像你念楞嚴神咒，這是對治淫心的。因為阿難尊者證得初果，遇到摩登伽女，還會迷惑顛倒。你就可想而知，何況我們凡夫？證得初果已經是聖人了，遇到過去生這個情緣，他還會迷惑顛倒。所以佛派文殊菩薩用楞嚴咒去幫他解圍。所以你要消除淫心，你可以多聽楞嚴神咒，多念楞嚴咒。如果你不能念那麼長，念咒心也可以。現在網路上也都有在念這個咒，寺院早課都有念這個咒。

另外就是修觀，就是四念處裡面講觀身不淨，修不淨觀。不淨觀你修成了，也能幫助我們斷淫心，證阿羅漢果。但是這個觀要修成也不是很容易，心要很淨，心要很定，觀我們這個身體不清淨。我們為什麼會起淫念？因為看到這個是好看、美麗，覺得很好，才會起淫念。如果你看到一個醜八怪的，你還會起淫念嗎？不會了。所以這個不淨觀，觀察我們這個身體七孔排泄統統是不乾淨的東西，整個身體就是一個人行走的廁所，走在路上的廁所。我們的身體是廁所，是在走路的廁所，真的流動廁所，你要觀這個。觀這個不乾淨，你就生不起那個愛心，這個淫心你就放得下了。但是這個觀要觀起來也不大容易，這個不能心浮氣躁，心要很定才能觀起來。觀這個身體不淨，七孔流露都不淨。我們看到美人就是一層皮包著，那一層皮剝開，那就不堪入目，觀察她的本質是不清淨的。另外是白骨觀，就人死了，這個肉都腐爛掉了，剩下一具白骨。那一具

白骨有什麼好看？但是迷得深的人，他還是不能覺悟。這個是不淨觀、白骨觀，這個可以觀，但是也不容易。

觀音菩薩的大悲咒，也可以幫助我們離這個淫欲。還有《普門品》，《觀世音菩薩普門品》說有人如果「多於婬欲」，你「常念恭敬」，多拜觀音菩薩，多念觀音菩薩，也能幫助我們斷這個淫心，斷貪瞋痴。這個在經上講得很多（很多法門），那我們每一個人的根器不一樣，自己選擇一個適合自己修的。當然念觀音菩薩可以斷淫心，念阿彌陀佛當然也可以，你要念藥師佛也可以，念任何佛菩薩都可以。但是觀音菩薩大家比較常聽到，比較熟悉，所以大家念也比較容易相應，念阿彌陀佛也可以。所以你是修觀想，修不淨觀、白骨觀，這些也可以來幫助我們斷這個淫心。

另外就是說我們在網路上避免去接觸、看到會引誘我們起淫心的這些色情的節目，特別現在這個防不勝防，網路上往往它就會跳出來，跳出來，我們就不要去看。因為你看就又引發我們那個煩惱了，又去犯這個淫欲了，犯這個邪淫了。所以在外面避免看色情的這些影片，避免去接觸這些場所，像舞廳，這些聲色犬馬，這些娛樂場所就不要去，多到寺院去，這個就會比較好。因為這一條也是不容易，藕斷絲連。總是多念佛，多念觀音菩薩，這個是比較方便。修觀，如果你能夠心淨得下來、能夠定得下來修，當然也可以。但是我們在末法，還是要以念佛來補助，求佛力加持，幫助我們業障消除，你要消除這個淫心也就可以達到了。以上提供你參考。好，下面一題。

同學：第二百一十七個問題，尊敬的院長吉祥！弟子懷胎時，家人說吃癩蛤蟆肉皮膚好，就活活殺死好幾隻燉湯吃，現在女兒皮膚反而不好，頭上、背上都是瘡很癢，經常抓破，是否是因果？如何解決？女兒從小受傳統文化薰陶，不想結婚想出家，也有一位尼

師想讓她出家，但是我婆婆和丈夫極力反對，請問女兒應該怎麼做？

悟道法師：你可以有機會也去放生，因為過去是殺生，你殺癩蛤蟆，如果你可以去買癩蛤蟆的這些動物來放生，也是一個善業。這個當然跟因果有關係，因為世間人他不懂因果，以為殺生吃這些對身體有什麼好處，其實是對身體是更不好，不但沒有好處，而且這是造業，造殺業。造殺業，佛在經典上講，就得多病短命的果報。那怎麼會好？世間人迷惑顛倒，不懂。這個過去沒有學佛不知道，也沒辦法，業都造了。現在只有怎麼去改變，去轉這個業，這個是現在比較重要的。所以這個跟因果的確是有關係。所以我建議你多放生、多念佛，給這些過去殺的眾生，給牠迴向。這個就變成冤親債主，牠會來報復，所以多給牠迴向，求牠原諒，我們過去無知、不知道，所以殺害了這些眾生。現在要解冤釋結，多念佛、多念經，迴向給牠們，求佛力加持，求佛慈悲接引，往生西方極樂世界。長期這樣迴向，你有至誠心，必定會有感應，會改善的。

女兒接受傳統文化的薰陶，不想結婚，想要出家，這個也是要看時節因緣，時節因緣沒到也不要勉強，你的婆婆跟丈夫現在還反對，先不要提這個事情。總是多念觀音菩薩，多念佛，迴向給妳婆婆跟妳丈夫，求佛力加持，他們業障消除，他們心態就會改變了。這些的確也都是心誠則靈。過去，印光祖師在《文鈔》裡面也講過很多例子。有個例子，就是她婆婆不信佛，她媳婦信佛，把她的佛像、香爐統統把它丟到外面去。我們一般看，這個婆婆實在太沒善根了，造罪業。但是她這個媳婦很難得，很孝順，她先恆順，自己私下念佛跟她迴向，迴向個三年，後來她婆婆改變一個人了，她就念佛念得比她媳婦還用功了。這個也是在印光祖師《文鈔》有這麼一個例子。所以這些方面，人不會是一成不變的，不會一成不變，

只要有誠心去溝通，時間久了，總是會受感動，會受感化。所以也不要急，不要操之過急。你現在操之過急，反而得到都是反效果。先順勢而為，先讓你婆婆歡喜、丈夫歡喜，你再念佛迴向，慢慢讓他了解。看時節因緣，如果時節因緣到了，也可以旁敲側擊提醒一下，輕描淡寫提醒一下，讓他去思考。比如說結婚，這個也是人之常情，男大當婚女大當嫁，這是人之常情，你也不要怪他們。但是現在的婚姻，幸福的不多。因為沒有傳統文化的教育，真的現在家庭婚姻幸福的不多。所以如果時節因緣適合，可以跟丈夫跟婆婆提一下，某某人結婚沒幾天就離婚了，那比沒結婚還慘，受到的創傷還嚴重。輕描淡寫提一下，讓他有這個感覺，這樣後續或許他可能就不會那麼積極的說一定要女兒非結婚不可。這個也是一個方便法，提供你參考。好，下面一個問題。

同學：第二百一十八個問題，尊敬的院長您好，十八年前，丈夫因為學生得病不管不顧，因而拋棄學生帶著孩子離開了。從此學生的父母不信世間有好人。請問院長，學生應該怎麼做才能讓父母相信世間有好人？學生是應該順從父母，選擇離婚嗎？請院長慈悲開示。

悟道法師：你這個問題實在講，過去蔡老師講的《弟子規》，傳統文化的這些講座都講得很多，講得很詳細。我是建議你多聽聽蔡老師講的《弟子規》，包括《群書治要》都可以聽。他裡面講這些做人處世的道理，特別跟自己的父母要怎麼相處。父母他也沒有學過傳統文化，只是看到人不好的一面。《三字經》講，「人之初，性本善。」人沒有完全的好人，也沒有都沒有一點好處的惡人，只是說這個好跟不好比例多少，好比較多還是不好的比較多。這個世間也沒有說，人不能教化的，就是要時間的問題，要有耐心的問題。而且這個跟前世的因果又離不開關係，所謂三世因果。因為過

去世，我們事情都忘記了。我們這一生，如果年紀大了，可能年輕的事情都忘了。何況過去世，有隔陰之謎，就忘記了。過去世我們有做什麼事情對不起他的，我們也忘記了。那就現在這個果報來看，肯定過去世我們有做一些對不起他的事情，這一生遇到了，他就報復了。所以實在講，「欲知前世因，今生受者是」，就是你要知道前生自己做些什麼，你這一生的遭遇就是。所以明白三世因果，也不會去怪別人，一切都是跟自己有關係。

所以這個事情，要怎麼樣做，讓父母相信世間有好人？這個還是要勸父母多聽傳統文化，我是建議去聽聽蔡老師的，或者胡小林居士講得也不錯，這些都可以勸他聽一聽。因為過去揭陽謝總辦這個道德講堂，也就是把這個光盤，傳統文化講得比較好的幾個老師（這些你也可以參考），他就排功課辦道德講堂，去參加的人，一個星期他人生的態度就一百八十度的改變。人為什麼會這樣，總是不明理，沒有讀聖賢書，人不明理。不明理，當然他的思想、言語、行為，都會有偏差錯誤。沒有經典的指導，人當然他會想錯、說錯、會做錯，這也是必然的。所以孝順父母，就是先恆順。父母如果正在生氣、正在指責，你也不要跟他唱反調。反正你就隨順他一下，他指責，對，是這樣，沒錯。等到他心平氣和，再跟他講道理。他正在氣頭上，你千萬不要講道理，那個時候什麼道理都聽不進去的。這個就要看時機，要看時機，正在氣頭上，就讓他發洩，發洩完了，等他心平氣和，再慢慢跟他講道理，那個時候才能聽得進去。所以這一點也是讓父母相信，這個世間的確也有好人。

但是現在好人不多，這個好人不多就教育的問題。現在這個教育沒有教聖賢的經典，所以怪這些人也沒有用。他沒有接受這個教育，沒有人跟他講，他不懂。不懂，他犯錯了，那能怪他嗎？怪他也沒有用，不能怪他。現在主要是亡羊補牢，就是說我們老和尚大



慈大悲，提倡中華傳統文化儒釋道三個根，真的是救這個世間。所以讓父母相信世間有好人，除了你看時機，跟父母勸告，另外可以請父母聽聽這些傳統文化老師講的這些課。縱然他沒有辦法、沒有耐心聽全部（一、兩個小時），現在都有節錄幾分鐘的，那個也很好。現在手機網路要節錄這些傳統文化老師講的這些精華，這個也很方便。所以你自己先聽，先找這些資料，也可以供養父母。現在大家都有手機，你把這個節錄下來，然後發給父母，他如果因緣到了，他看了他就會有改變，就會相信「人之初，性本善」。這個也是一個方式，提供你參考。好，下面一個問題。

同學：第二百一十九個問題，尊敬的院長您好！學生的孩子在小的時候，學生對孩子疏於教育，現在他上班了，每個月雖然給學生一些生活費，卻常常忤逆學生，對學生不尊敬。現在孩子剛剛接觸佛法，但是也不用功，學生很擔心他的未來，請問學生該如何幫助他？

悟道法師：孩子的忤逆，現在他已經上班，長大成人了，當然你也沒有辦法像他小時候這樣去教導他，因為成人他總有自尊心。所以常常忤逆，這個也是過去世欠他的，所謂冤親債主，不是冤家不聚頭。過去我們淨老和尚講經的時候常講，引用香港壽冶老和尚的光明講堂有一副對聯，上聯寫著，「夫妻是緣，有善緣，有惡緣，冤冤相報；兒女是債，有討債，有還債，無債不來。」這一副對聯，就把一家人的關係說得很清楚了，不是報恩報怨，就是討債還債，就這樣，才會做一家人。兒女忤逆，可能他是來討債，他來報怨的，過去生有做一些事情也是跟他結怨。所以遇到這個事情，你沒有辦法去要求他，沒有辦法要求他，回頭來要求自己，你自己改變了，就會影響他。你改變就會影響他，他也必定會受影響，所謂母子連心，你改變了。所以現在，你沒有辦法去改變他，你先改變

自己，先調整自己。兒女的忤逆，就當作他是善知識，來提醒自己修行，也是一種增上緣。

像《觀經》韋提希夫人她兒子要殺父殺母，那更嚴重了。也因為這個因緣，讓她看破放下這個世間，求釋迦牟尼佛給她介紹，十方世界哪個世界有淨土，她要往生，不想住在這個世界。所以一部《觀經》，佛講《觀經》的因緣，就是韋提希夫人這個因緣。如果她沒有遇到這個忤逆的兒子，她還不想去極樂世界，她還覺得做皇后多好，享受人間的榮華富貴。她怎麼可能會發願往生極樂世界？不可能，她可能留戀這個世間，留戀這個世間脫離不了六道輪迴。但是她這個忤逆的兒子，反而變成她的增上緣了，幫助她往生到極樂世界去了。所以事情沒有絕對的好或不好，關鍵看我們怎麼去轉變？我們怎麼去轉這個境界？我們會轉境界，好的會轉得更好，不好的也會轉成好的，完全在自己，看你用什麼心態去調整自己。所以現在你也不要一直要求兒子怎麼樣，反正你就是自己修自己，自己多加強念佛，求佛力加持，你改變了肯定會影響他。以上提供你參考，先調整自己。好，下面一個問題。

同學：第二百二十個問題，院長您好！弟子已經吃素七年，請教以下幾個問題：第一、五戒可以一條一條受嗎？第二、在佛前自己這樣念三遍：「我弟子某甲，誓受五戒中的酒戒，盡形壽不飲酒。願我臨欲命終時，盡除一切諸障礙，面見彼佛阿彌陀，即得往生安樂剎，我既往生彼國已，現前成就諸大願。」這樣跪在佛像面前說三遍受戒可以嗎？第三、受戒後，平時炒菜時或者涼拌菜時，放點蔥蒜可以嗎？可以放點料酒嗎？第四、工作空閒之餘念佛，不面西雙手合十，是不是對佛不禮敬？感恩院長慈悲開示，至誠頂禮。阿彌陀佛！

悟道法師：這個五戒，詳細都在《五戒相經箋要》。過去我在

山東做百七，也跟網路同學一起學習《五戒相經箋要集註》。蕩益祖師的註解比較簡單，弘一大師又補充註解，廣化老法師又做集註，他補充註解就更詳細了。這個問題，第一個是五戒可以一條一條受嗎？這個五戒是可以一條一條受，一條一條受是比較務實。因為我們現在一般去受戒都是五戒就一起受，五戒都一起受。五戒一起受，並不代表我們去受五戒就得戒了，不代表。因為你做不到，你得什麼戒？對每一條戒的開遮持犯也不懂，也沒辦法持戒。所以在戒經裡面講是可以一條一條受。如果你五戒可以受一條、受兩條，你覺得哪一條我能做到，我有把握，我先受這一條。或者有把握做兩條，受兩條，看你哪兩條有把握能做得得到，那個可以先受。受一條也可以。受一條、兩條叫少分戒，受三條、四條叫多分戒，五條全部受叫滿分戒，就圓滿了，五戒統統受了。但受了要能持戒才有用，你不能持這個戒，那受了也是有名無實，也得不到持戒的功德。所以受戒，實在講要先學戒，學會一條，能做到一條，我就受一條，這個是最務實的。你講一條一條，那當然可以，這個可以的。

第二個，在佛前自己念三遍，你念三遍是可以的。印光祖師在《文鈔》也有教居士，如果你不方便到寺院去受戒，自己可以在佛前發願來受戒，這個是可以。第三，受戒，平時炒菜時或涼拌放點蔥蒜可以嗎？可以放點料酒嗎？這個是第三個問題。受五戒，五戒，實在講是小乘戒。在南傳佛教國家，他們受的都是小乘戒，從五戒、八關齋戒、沙彌戒、比丘戒，那是小乘戒。我們看到南傳佛教國家，包括我們中國的藏傳，外國的，韓國、日本這些佛教，這些出家法師都沒吃素，都吃肉，但是他們吃三淨肉，不見殺、不聞殺、不為我殺。吃素是中國佛教的特色，是梁武帝提倡的，這是梁武帝的功德。的確吃素，符合大乘經典，佛講的慈悲心。一般小乘戒，去受五戒的人，就不殺生。像南傳佛教國家，還有藏傳，日本、

韓國，這些佛教法師他們也吃肉，但是不殺生，他持不殺生戒，就是不見殺、不聞殺、不為我殺。所以在佛陀時代也是吃三淨肉，去托鉢人家給魚吃魚，給肉吃肉，但是自己決定不殺生。所以持五戒，他不一定吃素，這個要明白。所以有人說我一定要吃素，當然能吃素是最好，我們當然鼓勵大家能吃素最好。但是有一些人，在我們中國佛教你會說，你持了那個戒就一定要吃素。實際上，你還不能吃長素，也可以受這個戒，你不要殺生。你還不能吃素，你就吃三淨肉。所以他吃三淨肉，他也可以受五戒。我們看南傳佛教國家，就是這樣的。

因此，炒菜、涼拌放蔥蒜，如果你平常沒有誦經，像我們做法會誦經、念咒，如果念咒念經，那就不要放。因為念咒念經，怕護法神會遠離。因為護法神，有一些護法神還是凡夫，所以他聞到這個味道不好，他就不敢靠近。但是佛菩薩他不會怪你的，佛菩薩就不會有影響，但對護法神會有影響，有一些比較不好的鬼神也會來干擾。所以一般經典上講，念咒最好不要吃五辛，念經、念咒，比如說你打佛七、做法會，最好不要吃這些。其他的場合，你可以開緣，比如說自己家人，他還沒有完全吃素，放點蔥蒜比較有味道，他也還勉強能接受。這個也是過去我們老和尚他的一個方便。有些同修說家人吃素，他吃了沒味道，他不想吃素，還是想吃肉。他說不然你就放點這個，有味道他平常吃的，他感覺還不會差得太遠，還勉強能接受。所以這個開緣是可以。當然，如果你要誦經、念佛、念咒，或者你要參加法會，參加佛七，我們建議還是不要放這些五辛。平常，你沒有參加共修，偶爾放一些，是可以。

料酒，在《五戒相經箋要》裡面也有講。它這個開緣就是說，你放料酒不能放太多，你放太多喝了會醉的，那就不行，那跟喝酒是一樣的。如果你放的量不多，經過煮，蒸發了，它已經酒精都蒸

發掉了，吃了不會醉，那可以。所以在《五戒相經箋要》，它開緣有講到這一條。所以這個就是可以放料酒，但是你不要整瓶把它倒下去，那跟喝酒一樣的，喝了就醉了。你一點點，就是提一點味道，或者是說我們吃素的，有些蔬菜比較寒涼的，加點薑加點酒，就是說中和它的寒性，不要那麼寒，這是可以的。

第四個問題，工作空閒之餘念佛，不面西雙手合十，是不是對佛不禮敬？不會，阿彌陀佛不會怪你，因為你在工作，你雙手合十，你坐在那邊念佛，你怎麼工作？所以這個不是不禮敬，只要心存誠敬就好，不在這個形式，所以這個沒有問題。好，以上提供你參考。

今天時間到了，我們就先回答到這一題。下面的問題，我們下一次再來繼續回答。祝大家福慧增長，法喜充滿。阿彌陀佛！