

淨土大經解演義節要一七十五歲，沒有疾病（第一二〇四集） 檔名：29-519-1204

第二句，「欲示眾生佛之知見故，出現於世」，每一句後頭都有出現於世。這佛菩薩來到世間幹什麼的？示是做樣子，開是展開，讓他看看，看了怎麼？不懂。《華嚴經》一展開這是開，《無量壽經》經本一展開是開，看不懂。佛要把它指出來，示是指示，告訴大家，讓他認識。好像我們到博物館去參觀，博物館門開了，我們進去，琳琅滿目不識貨。裡面的館員給我們做導遊，一樁一樁給我們講解，我們就明白；他不給我們講解，我們一無所知。特別是對於上古出土的文物，這是最為珍貴，樣子呢？破銅爛鐵，給你你不會要，你不會喜歡的，那最有價值，是無價之寶。一般俗人不識貨的，喜歡什麼？喜歡明清這些玉器，那個很漂亮，其實那個不值錢，那是人工的藝術品，很多。古來的時候，幾千年、幾萬年遺留下東西，那全世界就只有一個，再找不到第二個，可是不識貨的人，他沒用這個破爛東西，丟掉了，當作垃圾處理。

他為一切眾生指示，這個示就是要做榜樣，你講給他聽，他不相信，你做出來給他看，他就相信了。最普通的，素食，素食好，你勸他吃素，那就真的難為他，他做不到，沒有葷腥他吃不飽，可是他又希望身體健康。我這麼多年，參加了十幾次聯合國的世界和平會議，會議當中最特殊的一個現象，就是會友們都會找我聊天，問我養生之道，你怎麼保養的？我參加這個會議七十五歲之後，這樣的年齡在會裡面幾乎很少很少，不是沒有，也有，很少，一般年齡大概都是四、五十歲，不超過六十歲的。我們坐在一起，精神飽滿，沒有疾病，跟我們見面，覺得我們非常歡喜，沒有任何一樁憂慮的事情，快樂，給他們很好的好感。怎麼保養身體的？很簡單，

一個是清淨心，一個是素食，我就告訴你兩樁事情。快樂，中國古人講人逢喜事精神爽，我們六根接觸的全是喜事，沒有憂慮、沒有煩惱，於人無爭，於世無求，我們的人際關係就好了。你要的，我全不要；我要的，你也不要，我們兩個很好相處。你要名，我不要；你要錢，我不要。所以你要的，我都不需要，我要清心寡欲，你不要，我喜歡每天讀經，你不要，所以我們沒有衝突，跟任何人都沒有衝突，沒衝突就是好朋友。做出來給人看，別人就相信了。

節錄自：02-039-0308淨土大經解演義