

諸位法師，諸位同學，請坐。大家跟我念三皈依，阿闍黎存念，我弟子妙音，始從今日，乃至命存，皈依佛陀，兩足中尊；皈依達摩，離欲中尊；皈依僧伽，諸眾中尊。阿闍黎存念，我弟子妙音，始從今日，乃至命存，皈依佛陀，兩足中尊；皈依達摩，離欲中尊；皈依僧伽，諸眾中尊。阿闍黎存念，我弟子妙音，始從今日，乃至命存，皈依佛陀，兩足中尊；皈依達摩，離欲中尊；皈依僧伽，諸眾中尊。

請看《大經科註》第四百四十四面，經文：

【三十二種。大丈夫相。】

我們學到第十六，現在我們從第十七看起，第十七「七處平滿相」，這個七處，「謂兩足下、兩手、兩肩」，項中是我們講頸子這個地方，一共七處，「皆平滿端正」。這是七處平滿端正相。它的業因，「此相係由不惜捨己所愛之物施予眾生而感得」，自己喜歡的、愛好的能捨能施，能布施，「表一切眾生得以滅罪生善之德」。自己難捨能捨，難施能施，這是難得，值得讚歎的事情。對自己生滅罪生善之德，同時也能令一切眾生看到你的修學有所感動，他也能夠效法你，向你學習，都能夠發心施捨。發心施捨的人愈多，這個地區的災難就愈少，為什麼？災難的因化解了。

災難之所以形成，不外乎貪瞋痴慢疑。大經上佛告訴我們，貪心感得的是水災；瞋恚所感的是火災，火山爆發、地球的溫度上升，與瞋恚有密切關係；愚痴所感的是風災，颶風、龍捲風這一類的風災；傲慢所感的是地震；懷疑所感的是山崩地陷，現在這些現象我們在媒體、報章、電視常常可以看到。如果我們把貪瞋痴慢疑放

下，自己所有的都能夠施捨，幫助一些所需要的人，滅罪生善，功莫大焉。感化的人愈多，功德就愈大。常常布施，提醒大眾放下五毒煩惱，貪瞋痴慢疑是五毒。造業最嚴重的，帶來災害也是最大的，五種裡面最嚴重的是貪心，最根本的是懷疑，對聖教懷疑，對道德懷疑，對三寶懷疑，對因果懷疑，這個事情比什麼都嚴重。疑心重，一生即使是出家，也不得其門而入，為什麼？疑這個煩惱對他產生最大的障礙。他不能相信、不能理解、不能明瞭，當然不能依教修行，不能契入境界，只可以說在阿賴耶識裡面種了一個三寶的種子而已。這個種子不會壞，叫金剛種子，什麼時候成熟很難講，來生後世依舊要搞輪迴。所以，真正聰明人一定要把這一生的機會抓住，決定在這一生成就。一生修為不足，我們可以把它彌補過來，彌補的方法經上講得很多，顯示彌陀、世尊慈悲到極處。

「於無量世」，這生生世世，「可瞋之處，不生瞋心」。完全違背自己的意思，違背性德，違背善心，所謂是看到、聽到就會生氣，在這些境界裡面不生瞋心，這是智慧，這是定功。戒定慧三學就在這些地方看，在一般人不能夠忍受的，你能不能忍。《金剛經》上有個例子，忍辱仙人遇到歌利王這個故事。歌利是梵語，歌利王翻成中國的意思就是暴君。雖然是個君王，他不是個好人，喜歡殺人，稍稍不如意就要殺人。忍辱仙人遇到他，他在休息，忍辱仙人就在附近裡的山洞，在洞中修行，被他的隨從發現，忍辱仙人跟他們講道，他的隨從統統都去聽了。他醒過來旁邊沒有人，就很生氣，走出去發現他的隨從都在那裡聽忍辱仙人說法，非常惱火，問他，你修什麼？在山洞裡修什麼？修忍辱波羅蜜。好，我看你能不能忍，把手砍掉，腳砍掉，一刀一刀的把他處死，叫凌遲處死。問他，能不能忍？能忍。好，再殺。到最後死的時候，問他有沒瞋恚心？沒有瞋恚心，告訴歌利王，將來我成佛的時候，我第一個度你

。這一段故事《金剛經》只是提了一提，詳細的在《大涅槃經》裡頭。不生瞋心，不但不生瞋心，還生大慈悲心，將來我成佛第一個得度。這個忍辱仙人，就是本師釋迦牟尼佛，過去生中行菩薩道的時候。歌利王是誰？就是憍陳如尊者。佛成道，在鹿野苑度五比丘，第一個證阿羅漢果的就是憍陳如，這說話算話，真沒有生瞋恨心。

佛的弟子在日常生活當中，遇到違逆的事情太多太多了，在現前這個社會可能天天都會遇到，你生不生氣？如果生氣，七處平滿相你就沒有了，滅罪生善的功德你也無法修成。所以順境善緣不生貪戀，真正放得下，逆境惡緣不起瞋恚心，以清淨平等心，永遠保持著大慈大悲對待一切眾生。一切眾生在現前這個社會做錯的事情太多太多了，怎麼辦？要原諒他們。為什麼要原諒？世尊在這個經上告訴我們，他說，這些人的「先人無知，不識道德，無有語者，殊無怪也」。別怪他，無論做什麼錯事都要原諒他。他的先人、他的父母不知道，沒學過，他的祖父母也不知道，他的曾祖父母也未必知道，大概到高祖父母問他可能曉得，很模糊。你就想想看，我們傳統文化丟掉兩百年，兩百年是七、八代了，今天提起來非常陌生，他做錯事情怎麼可以怪他？一定要寬宏大量，要原諒他，要好好的去教他，等到他哪一天明白、覺悟了，他自然會修正自己的毛病，會懺悔，會改過自新；沒有人教，永遠不會回頭。這是我們現前處世之道。

自己學佛了，一定要做出個好樣子給別人看。從早到晚所接觸的一切大眾，我們有沒有做樣子給人看？做樣子就是弘法利生，要去感化別人。像貪瞋痴慢疑，我們要做出來不貪、不瞋恚，對聖賢教誨、對倫理道德不懷疑，做人一定要曉得謙虛、謙讓，學菩薩的布施、持戒，這叫真學，真心學佛。發菩提心，一向專念，這個人

決定得生淨土，生淨土就等於成佛了。這個道理跟事實真相，這經上講得非常透徹，我們要認真來學習。真肯學，利益無量無邊，利益太大了！一定要真幹，不幹得利益是有限的，真正幹得利益是無邊際的。

不但不生瞋心，而且還「樂施眾生」，喜歡布施給眾生。今天這個世界苦的人多，我們要以平等心修布施波羅蜜，以財施、以法施、以無畏施。希望把東西做到盡善盡美，特別是法物，利益大眾的。我們最近做的這個字卡剛剛出來，如果發現這個裡面有錯誤的要通知協會，協會編這些東西的人，提出來給他們做參考，讓他們修正，希望第二版、第三版不再有錯誤，第一版有錯誤這是難免的事情。《群書治要》的英文翻譯也有一些人提出來有些地方不妥當，不妥之處希望他們改正，交到這邊我們來參考，往後二版、三版的時候就修正過來，使這些東西成為完美而沒有欠缺。這是利益廣大的群眾，這是功德事情，好事情。

「隨意所須，得七處滿相」。隨意所須，在日常生活當中，你喜歡布施給別人，別人就喜歡供養你，一個道理。供養東西多了，肯定有那一天，無論在家出家。在家修行，我以前看到李炳南老居士，跟他念佛的人，在台灣有好幾十萬人。我跟他學佛的時候，他老人家七十歲，創辦台中佛教蓮社十年，也就是他六十歲在台中建蓮社，七十歲，十年，蓮友二十萬人。我在台中住十年，離開的時候老師八十歲，台中蓮友有五十萬人。大家對老師無比的尊敬，跟他學習，你就知道供養就多了。老師的生活非常節儉，一天吃一餐飯，自己照顧自己，一直到九十五歲。我們就能想像他體力多好，他不要人照顧。九十五歲了，有兩個同學，是姐弟兩個人，年輕人，發心照顧老師，老師才答應了，九十五歲答應兩個人照顧他。在家居士，他的生活是苦行僧，九十七歲往生的。

實在講，他不應該往生，我們估計他至少能夠活到一百二、三十歲。為什麼提前走？食物中毒。他自己是個非常好的中醫，醫術很高明。古人有一句話說，藝高就膽大。同修煮的麵供養他，請他吃，他吃了。這個麵有問題，是市面上賣的一把一把的乾的，可能是過期了。這裡頭防腐劑很多，他吃了，吃了之後他用解毒的藥，回去之後趕緊用藥把它化解掉，成功了，第一次成功。過了半年之後，又碰到這麼一次，不知道是誰幹的。他也是，他喜歡當人面吃，讓人家生歡喜心，這慈悲！這一次中毒回去化解來不及了，毒已經擴散了，病了三個月。老師一生沒生過病，這三個月不能講經。我們去看他，告訴我，千萬不要到館子吃東西。他知道館子裡面不乾淨。開過這些店的人都知道，廚房不能看。我們是吃素菜，素菜他洗不乾淨，他哪有時間去洗？水裡頭擺一擺的就行了。所以廚房你去看看，你不敢吃了。

我們現在常常在外面旅行，吃東西就非常小心謹慎，能不吃的就別去吃，免找麻煩，餓一餐沒關係，不出大事情。如果萬一吃東西中毒了，那個麻煩可就大了。所以飲食要特別小心。茶館的茶到底乾不乾淨都有問題，我們參加宴會，我們自己帶一瓶水去好，我不喝茶，我喝的是白開水，為了安全著想。現在這個社會不安全。人心善，言行都善，處處是幫助別人，替別人著想，我們自己需求的真是隨意所須。同學們送來的都是可靠的，平常吃的這些米、菜、油、鹽我們沒有買過，都是同修送來的供養。菜多半自己種的，米也是自己種的，這就最安全了。所以不能不謹慎，不能不小心。

末後這一句，「以淨食施得七處滿相」，特別是飲食，清淨的飲食，乾淨的飲料，對同輩是布施，對長輩叫供養，都能夠得相好。

第十八「兩腋滿相」，這個是我們自己能摸得出來。腋，我們

這個部位都是凹進去的，不是滿的，可是佛是滿的，佛的這個兩腋是滿的。「即佛兩腋下之骨肉圓滿不虛」，我們是缺了一塊。「係佛予眾生醫藥、飯食，又自能看病所感之妙相」。後面這一句是修因，佛這些好相怎麼修來的？是給予眾生醫藥，就是供養醫藥，照顧病患飲食起居，又自己能看病，所感的妙相。自己去做功德最大，如果自己年歲太大，工作太忙，沒有時間，請別人代替你都行。如果有能力，可以開個醫院，這個醫院不要害人。現在這個醫生用假藥的很多，藥都不可靠。真的藥可能很難買到，為什麼？種藥的這些農作物，土壤已經受化肥的染污，雖然種植草藥，那個草藥的效果跟從前差很遠。我們生在這個環境，怎樣能保持不生病、不吃藥，這是上上之策。如果生病，用意念來治療，盡量少用藥物。

意念治病，現在在這個社會慢慢的盛行了，在世界上最出名的，美國的修·藍博士，去年三月他來看過我，他治好幾千個例子。對於病人，不需要跟病人接觸，距離二、三千里都行，他是用意念、用觀想。他的這些資料我看過很多，他是夏威夷祖傳的方法，他學會了。我問他，你給人治病根據什麼道理原理？他告訴我，清淨心。什麼樣才叫清淨心？必須把你的記憶，他不是一個佛教徒，他學的是夏威夷古老的傳統，他說把你的記憶清除，不善的記憶統統清除掉，善的記憶也清除掉，讓你的心乾乾淨淨什麼都沒有，恢復到清淨，這清淨心就起作用了。其實清淨心就是禪定，心裡頭一個念頭沒有，沒有妄想，沒有雜念，這就是他治病根據的、依據的理論。

對待病人的資料，他只要四樣東西，第一個是姓名，這病人叫什麼名字；第二個是出生年月日；第三個是他現在住在哪裡；第四個是病歷，醫院開的一些病歷，檢查的病歷，他只要知道這四樣東西。治療的方法非常簡單，用觀想的功夫，跟病人不要見面，不需

要見面的。每天做三十分鐘，等於修定一樣，觀想自己跟病人是一體，把病人跟自己融成一體，然後展開病歷，那就是自己的病歷，自己用清淨心來調理，讓病毒的細胞恢復健康。一天半個小時，連續一個月，自己這個身體裡面病毒沒有了，對方病就好了。不需要醫藥，也不需要打針什麼，什麼都不需要。他的口訣就是四句：對不起、請原諒、謝謝你、我愛你，這四句口訣，也就是他半個小時觀想的時候就念這四句。這對誰說的？對那個病毒細胞說的。每一天半個小時，一個月三十天，病毒細胞統統恢復正常，這病就好了。

他來看我，我很喜歡。我說你要傳，要多人學會，真的萬一到將來有災難的時候，醫生沒有了，醫院沒有了，醫藥沒有了，生病怎麼辦？這個什麼都不要，這個方法能救人。他已經在開班教學了，而且這個班很多，很多地區都有，日本有，台灣也有。我說對，應當的。他今年七十四歲，去年跟我見面七十三歲，今年七十四歲。所以要歡喜布施醫藥。我們學會了之後先訓練自己，把自己身體調好，自己身體的毛病，用修·藍博士這個方法，每天半個小時調自己的身心。這半個小時不能讓任何人打攪，最好什麼手機、電話都拔掉，半個小時不受外界干擾。你就念這四句話，心裡面無論是善是惡，統統放下，用清淨心念這四句話，念給自己身上帶著病毒細胞的給它聽。一天半小時，一個月，你身體就恢復健康了，什麼病都沒有了。這可以試試看，它沒有副作用，就是真誠心、恭敬心，沒有絲毫懷疑，感恩的心，就產生不可思議的效果。

下面第十九相，「身如師子相：又作上身相、師子身相」。這三種，這是不同經論裡面說的三十二相的第十九，文字大同小異，意思完全相同。「謂身體平正，威儀嚴肅，如師子王」。獅子站在那個地方，牠那個樣子確實很嚴肅，這些小動物看到牠都害怕，都

躲得遠遠的，這是獸中之王。下面是講他修因，「係佛於無量世界中」，這也是過去生生世世，「未曾兩舌」，兩舌是挑撥是非。通常人造業，可以說口業最容易犯，很難受持。妄語，欺騙人；兩舌，挑撥；綺語，花言巧語，也是欺騙他人；惡口，說的話態度、語氣很難聽，讓別人聽到不舒服。這幾乎是現代人最普遍的一種病態，原因還是從小沒有受過良好的教育，沒人教他不懂，這也難怪。我們如果不學傳統文化，不學佛，態度跟他們差不多。學了這麼多年，慢慢的明白了，知道這些是錯誤的。人與人之間，與天地萬物，不應該欺騙人。說話有分寸，該不該說，該說的要怎麼說才能讓別人聽到生歡喜心，願意接受。是好事，態度不善，人家聽了不舒服，也不會接受你的。這裡頭最重要的就是個愛心，常常存著一個愛護別人的心，態度、語氣自然就不一樣了。長輩能愛晚輩，領導能愛被領導的，能愛他的下屬，言語自然柔和、真誠。這樣的態度、這樣的言語下屬聽到了感恩，糾正他的錯誤他永遠記住，不會再犯，效果就達到了。是好心，看他做錯事情，把他叫過來狠狠教訓一頓，他不敢不聽，但是背後陽奉陰違，沒有感恩的心。你看，同樣是一樁事情，心態不一樣，效果天淵之別，這個我們要懂得。

「教人善法、行仁和」，仁是仁愛，推己及人，己所不欲，勿施於人。和，和睦，和諧，溫和。「遠離我慢而感得此相」，身如師子這個好相，這給我們講因，對一切人恭敬、謙虛，沒有傲慢，沒有嫉妒，才能感得這個相。「表威容高貴、慈悲滿足之德。於無量世」，這是講佛在過去生中，生生世世，「自無兩舌」，不但自己不造口業，也常常教別人，「教他不為」。所以，「得上身、頰車二相。修十善法故得上身如師子王相」。十善是佛門修行的根本法。最近這十幾年，我們提倡修三個根，儒釋道的三個根，儒家的根本是《弟子規》，道家的根本是《太上感應篇》，佛的根本是《



十善業道》，都是屬於小部經，小到不能再小，確實是教啟蒙的。雖然小，它是根，不在這上扎根，你所修學的一切都不會成就，為什麼？你不能得定，你不能開智慧。戒定慧三學我們要牢記在心頭，因戒得定，因定開慧，學佛的目的是開智慧。

智慧從哪裡來？智慧從清淨心來。所以，不認識字沒關係，不認識字也能成佛，只要得清淨心，他就開智慧，智慧一開，不知道的東西全知道了。有人懷疑，懷疑的人挺多，哪有這種道理，不學就會了？真的，不學就會了。釋迦牟尼佛雖然十九歲出去參學，三十歲，他放棄了，他修定，開悟了。他一生所修、所教的，絕大多數都沒有老師。我們試問一問，《華嚴》誰教他的？《法華》誰教他的？《般若》誰教他的？這都是古印度宗教裡頭沒有的，那些大哲學家也不懂的，誰教他？沒人教他。這是什麼？是自性裡本有的般若智慧。開發自性智慧的鑰匙就是禪定，得禪定的祕訣就是持戒。所以不持戒不能得定，不得定不能開慧。戒律重要！不從這上面扎根，像蓋大樓，沒有地基，蓋個茅蓬可以，蓋大樓是決定蓋不成的，它會倒下去的。佛法要興，人人持戒，佛法興旺了。我們學佛，戒律不要，無論用多少時間、多少心血，到後來是一無所成，所得到的是什麼？是佛學知識，佛學常識。佛學裡頭的精髓你沒有接觸到，你完全不知道，這個東西沒有人能教你，只有自己真幹，持戒、修定、開慧。

在中國，唐朝禪宗六祖惠能大師，不認識字，沒念過書，雖然學佛，沒有正式上過課，講堂裡面講經他一次沒聽過，禪堂裡面參禪他沒有進過禪堂。正式聽一堂課是五祖半夜三更在方丈室召見他，跟他一個人講的，講《金剛經》大意，講到「應無所住，而生其心」，他就大徹大悟，明心見性了。沒人教他。開悟之後怎麼樣？開悟之後，五祖把衣鉢給他，叫他趕快躲避起來，逃走，不要讓人

看見，他逃難去了。在路上遇到無盡藏比丘尼念《涅槃經》，他在旁邊坐著聽。諸位要知道，那個時候他沒剃頭，他只二十四歲。等到比丘尼念了一段經，放下來了，他跟比丘尼講解剛才妳念那段經文的意思。講得非常好，比丘尼五體投地，講得太好了，捧著經本向他請教。他說，我不認識字，我沒念過這些經。不認識字怎麼會講得這麼好？這個與識字不識字、學經不學經沒關係。這些話非常重要。與什麼有關係？放下妄想分別執著，與這個有關係。他全放下了，全放下就成佛了。

法達禪師一生受持《法華經》，念《法華經》三千多遍，到曹溪去參訪見六祖，向六祖請教。六祖說，《法華經》我沒有聽過，他不認識字，他不看經的，沒有聽過，你既然念得這麼熟，你念給我聽。《法華經》二十八品，他才念到第二品「方便品」，六祖說，行了，後頭不要念了，我全知道。給他講《法華經》大意，他開悟了。惠能大師的《涅槃經》沒人教他，《法華經》也沒人教他，根本就不知道，一接觸為什麼全通了？一切法不離自性，這一句話大乘經上講得很多，只要你見性了，世出世間所有的法你全明白、全通達了。道理就在此地。

世出世間一切法，唯心所現，唯識所變，只要一見性，全通了，沒有一樣不通的。這是東西方教學理念不相同，方法不相同，用東方的方法教學，他會成聖、成賢，成佛、成菩薩；用西方人的不行，西方人只有博士、碩士，只有這些東西，沒開悟，沒見性，這是我們不能不知道的。跟中國古聖先賢學，可以有小成就，世間法能通達，出世間法不行；跟佛學、跟菩薩學，世出世間法全通達。例子很多，是真的，不是假的。學聖賢、學菩薩最重要的，真心，真誠心，虛情假意得不到。所以首先要學真誠，處事待人接物都是真誠，不怕吃虧，不怕上當，別人用假的對我，我用真的對他，你

才能得到佛法。如果你不甘心、不情願，他欺騙我，我為什麼用真誠對他？那你跟他一樣，你這一生在聖賢學術當中一無所得。這是什麼？你錯用了心。妄心，你只學到的虛妄，真心能得到真實。所以修十善法，得上身如師子王相。

底下第二十相，「身端直相」，端正，「又作身廣洪直相、廣洪直相、大人直身相」。這是經論裡頭常見的，有這些文字，統統說的是一樁事。這下面解釋，「謂於一切人中，佛身最大而直」。佛是個高個子，大而直，說明他健康，勇猛有力，這是一個健壯之相。「乃以施藥看病，持殺、盜戒」，不殺生、不偷盜，「遠離憍慢」，沒有驕傲，沒有貢高我慢的習氣，這所感得的。賢首國師在《還源觀》上跟我們總結《華嚴》四德，這是世尊圓滿具足的。第一個，隨緣妙用。佛示現在人間，確確實實是非常慈悲，恆順眾生，隨喜功德。佛能遷就眾生，不需要眾生遷就佛，雖然恆順眾生，內心清淨，一塵不染，這叫妙，妙用。我們隨緣不妙，我們隨緣會起心動念，有分別、有執著，這就是凡夫。隨緣，能夠做到不執著，隨緣，不執著，那是阿羅漢；隨緣，不分別、不執著，是菩薩；隨緣，不起心、不動念、不分別、不執著，那就成佛了，那是法身菩薩。這叫隨緣妙用，第一德。

第二，要給一切眾生做好樣子，就是威儀有則，這個就是要給眾生做榜樣。我們人，一個人從早到晚，言行舉止都給眾生做個好樣子，這是無量的慈悲。佛教的家庭，當然你要度眾生，先度自己一家，你做得都如法，家裡人沒有一個不佩服你，沒有一個不尊重你，都向你學習，你一家就感化了。這一家不能感化，說感化別人，無有是處，做不到。能感化一家，你能感化一個團體。

古時候很容易做到的，現在很難，難在哪裡？社會影響力太大了。第一個影響就是電視，現在人誰不看電視？電視裡頭教你什麼

？殺盜淫妄、貪瞋痴慢，全是教你負面的，跟佛法、跟聖賢學術完全相違背，所以就非常困難。真正要想把佛學好，這些東西不能接觸，永遠放下，那就對了，不要去碰它。我學佛六十多年了，只有前十年偶爾還看看電視。那個時候電視比現在乾淨多了，五十年前沒有這麼複雜。以後不再看電視了，報紙也不看了，雜誌、廣播統統斷絕了，甚至於連一般書本也斷絕了，看的書是古書、經典，這個之外，統統絕緣了，才能保住清淨心，才不受外面環境干擾。

那有些重要的信息不能不知道，怎麼知道？有一些好心的同學，每一個星期送我一份資料，大概還沒有這麼多，這個星期發生的一些大事標題告訴我，內容就是愈少愈好。所以我大概情形了解一些，我知道世界上災難很多，他們送給我的。今天又送給我一份最近這個星期的，我才知道太空有隕石落在地球上，好像不止一處，俄國有個地方落下一個大隕石，重量超過十噸，這麼大的，受傷的人有一千多人，這從天而降，造成災難。還有別的地區也有，可能沒有這麼嚴重，各種災難。我看到，這都是正常的，因為佛經上講的，災難的根源是人的心態，現在人心不好，起心動念都是自私自利，都是損人利己，這是非常不好的心態，這在佛法講，造的業很重，果報不好。佛菩薩跟我們恰相反，佛菩薩起心動念想別人，沒有想自己，如何幫助一切眾生離苦得樂，諸佛菩薩就這麼一個念頭。

苦樂從哪裡來的？從覺迷來的。迷了，宇宙人生的真相就有苦，為什麼？對於一切事物想錯了、看錯了、說錯了，也做錯了，就帶來災難。如果覺悟了，他就明白了，他的思想言行與實相相應，與事實真相相應，這就是修福，這就是積德。人知道修福積德，身心健康，居住的環境沒有災難。佛了解，用什麼手段幫助眾生？用教學。所以每一尊佛菩薩示現在世間統統是教學，也就是用教學為

手段，帮助大家破迷開悟，破迷開悟是個樞紐，真正的目的是讓大家離苦得樂，這就是佛陀教育，這是聖賢教育。佛陀是聖賢當中的聖賢，聖賢沒有講到這麼圓滿，佛講圓滿了。這個教育太好了！我們是過去生生世世有福報才能遇到，沒有福德因緣遇不到。遇到之後我們要珍惜，要求了解明白它，真搞清楚、搞明白了，依教奉行，我們學著幹，施藥、看病，真幹！

不殺生，不殺生從哪裡做起？不吃眾生肉，從這做起。蚊蟲螞蟻都不可以殺，牠要叮住你，也不過就是在討飯，討一頓飯。你要慈悲，你就讓牠吃飽了再走，不能一巴掌把牠打死，牠沒有犯死罪；不喜歡，搖搖趕牠走就好了，不要殺牠。對蚊蟲螞蟻、小動物要愛牠，不殺生。不偷盜，不偷盜要從不佔別人便宜，斷這個念頭，不偷盜就能夠持得很清淨，小便宜都不可以。念念利益眾生，布施眾生不求回報。遠離驕慢，學謙虛、學恭敬、學拓開心量，包容一切。古人有一句話說得很好，「量大福大」，度量小，不能包容，這個人福報有限。什麼都能包容，對待眾生要用平等心，要真正去關懷、照顧，幫助他，成就他，這是念念不能忘掉的。「能令見聞之眾生止苦、得正念、修十善行」。止苦是什麼？眾生看到你生歡喜心，生歡喜就離苦了。得正念，沒有邪念，沒有邪思，知道佛菩薩修十善得這樣好、圓滿的三十二相，我們要想自己相好、身體好，一定要斷惡修善。這是佛現身說法。

第二十一相，「肩圓滿相：又作肩圓大相、兩肩平整相。即兩肩圓滿豐腴，殊勝微妙之相」。這肩膀，我們一般人的肩膀往下垂，佛的這個肩膀，這是平的，比我們這高，平的。我們中國人穿的衣服是最講究的、最舒適的，寬袍大袖，都是大器。外國人穿的西裝，把身體包得緊緊，小器，但是他的肩膀裡頭墊，墊肩墊得很高，就這個意思。他的肩膀墊得很高，那不是真的，是假的。佛的肩

膀高是真的，他沒有墊肩。所以這個服裝裡面有學問，中國服裝跟外國那就是不一樣，中國人是寬宏大量，一切能包容，外國人包得緊緊的，不能包容。中國要有中國的禮服，這學外國，外國有些東西可以學，有些不能學。所以孫中山先生走得太早了，他要多活十年，中國不是今天這個樣子，他對於東西方的文化認識得非常清楚。

我是前幾年，在台灣看牙周病，住了八個月。台灣有很多朋友來看我，他們兩黨的人都有，常常有一些政治的話題。我也不懂這個東西，臨時叫人給我找一本《三民主義》，我來看看。民族主義第四講裡頭有一段，中山先生說的，在那個時候，外國人比中國強的，就是中國人比不上他們的，只有一樁事情，機器。機器這個玩意，中國不如外國人，除這一樣以外，外國不管什麼東西都不如中國人，他要到中國來學習，我們學它只學機器就行了。這一句話太重要了，國民黨沒有大力的把它宣揚出去，讓我們國家的民眾產生極大的誤會，認為外國什麼都好，中國樣樣都不如人，錯了。民族主義這段話應該把它印成單張，到處給人張貼。我們今天最悲慘的是什麼？失去了民族的自信心，好像什麼都不如人，產生嚴重的自卑感，因為我們自卑，人家瞧不起我們。過去不是這樣的，前清盛世，中國是世界第一強國。外國從工業革命才開始，才發明這些機器。我們一定要讀中國歷史、讀世界歷史，對於過去要有個正確的認識，才能夠開拓未來的空間。

兩肩平整，這個因「係由造像修塔」。現在人喜歡造佛像，造大佛像，幾十米高的大佛像；修塔，建寺。我很少看，我看了一些照片，富麗堂皇，美輪美奐。這也應了釋迦牟尼佛「五五百年」，這是世尊的預言，佛滅度第一個五百年，解脫堅固，去佛不遠，感念佛陀的教誨，人人能嚴格持戒。第二個五百年，禪定堅固。第三

個五百年，多聞堅固，研究經教的多了，真幹的人少了。第四個五百年，叫塔廟堅固，教也不研了，蓋廟，一個比一個大，來比賽，修福。第五個五百年是現在，鬥諍堅固。佛說得很正確，現在人誰都不服誰，個個都是老大。佛門不團結，同修一個法門的都不能團結，門戶之見，我在國外遇到很多。所以國內有一些人提倡，這是佛門裡頭兩句老話，「若要佛法興，唯有僧讚僧」，互相讚歎，佛法就能興旺；互相批評，互相毀謗，自讚毀他，佛法會滅亡。我們今天做的事情是興佛法還是滅佛法，自己心裡明白，興佛法，無量功德；滅佛法，那是無間地獄，決定避免不掉。

這裡我們看到造像修塔、建造寺廟。今天建得很多，硬體設備非常完美，修行的人在哪裡？修行人真有！再一放廣告，人馬上就來了，什麼人來教？教的人沒有了，我們怎麼辦？這是大問題。沒有老師，能不能興教？能。如何興教？一定要做古人的私淑弟子。現在沒老師，古時候祖師大德我們依他做老師。像我們今天學習《無量壽經》，我們以誰為老師？以釋迦牟尼佛、阿彌陀佛做我們的根本老師，他給我們定了方向、定了目標，我們決定不能走錯，一定要遵循。那近的老師？夏蓮居老居士給我們會集這個本子，黃念祖老居士給我們做這個集註。他們都往生了，我們一心一意就學這部經、學這個註解，一生不改變。一門深入，長時薰修，讀書千遍，其義自見。這個註解要念，天天要念，年輕人最好是連經帶註解統統能夠背過。

我曾經在一九七七年，我五十歲那一年，第一次到香港講《楞嚴經》，那一次講了四個月。在香港遇到一位專攻《楞嚴經》的，香港稱他為首楞嚴王，一位老法師，他一生專攻《楞嚴》，叫海仁老和尚，那個時候九十多歲了，我有緣跟他見一次面，向他請教。他一生專攻，就是一門深入，他所依的是蕩益大師的註解，蕩益大

師《楞嚴經》註解叫《首楞嚴經文句》，蕩益大師作的。他的學生，你跟他學，做他的弟子，這一部經跟註解要背得很熟，背不出來他不收。所以他一生只有六個學生，這六個學生都是能背《楞嚴經》註解的。我們發個心學《無量壽經》，要背這個《無量壽經》註解，真正能背過，你就是夏蓮居、黃念祖的學生。把這個經跟註果然念上一千遍，我相信你開悟了。念上一千遍，你心定了，用讀經的方法修定，定久了一定會開悟。這是個好辦法，沒有現前指導的老師也沒有關係。這個裡頭有生字，查查字典，把音都查出來，天天念，一遍一遍的念，一天要用至少十個小時以上讀這部經，讀上十年就有小成就，二十年就有大成就，也像海仁老和尚一樣，成為專家。他六個學生當中我認識兩個，其中大光法師，這人都不在了，他六個學生都不在了，跟我相處最好，每一次到香港我們都會碰頭，都會見面。三十五年前在香港講經，聽經的法師很多，有十多個人，居士多。三十五年之後，三分之二的人都不在了，還有幾個，年齡都超過八十了，這個地方讓我們親身經歷，看到人命無常。

人身難得，佛法難聞，我們是不是真的抓住這個機會認真修學？世出世間只有一樣是真的，往生西方極樂世界，這是我們可以做得到的。其他大乘教這個法門門檻太高，我們的智慧不夠，善根不夠，能力不夠。淨土這個法門它要的條件只有三個，我們可以做到，第一個，真正相信有極樂世界，真正相信有阿彌陀佛，這頭一個條件。第二個條件，我真正想到極樂世界去，我想求往生，這第二個，真想去。第三個，老實念佛。剛才我說的學經教，每一天讀經，讀經也是念佛，一天念十遍，跟念佛的效果完全相同，憶佛念佛，現前當來，必定見佛。念佛的功德超過造像，超過修塔，超過一切功德，無比的殊勝，因為念佛能往生，往生就成佛了。造像修塔是修人天福報，如果沒有真正修行人在裡面修持，這個塔廟功德就



非常有限，因為裡頭沒有人修。「表滅惑除業等無量功德」。

下面是「四十齒相」，我們一般人只有三十六顆牙齒，佛有四十顆牙齒。「謂常人但有三十六齒，唯佛具足四十齒」，牙齒好。

「此相係由遠離兩舌、惡口、恚心，修習平等慈悲而感得」，總不離十善、五戒。五戒十善一定要認真去修學，養自己的慈悲心，修三種布施，財布施、法布施、無畏布施。修習平等慈悲而感得，「常出清淨妙香」，佛的口有香氣。「此一妙相能制止眾生之惡口業，滅無量罪、受無量樂」。這四十齒相，眾生看到一定有所感動。佛是個善人，在世法講，世間善人當中最善之人，佛陀的教育就是至善的教育。人家就問，我們辦這個教育幹什麼？學這個幹什麼？學做善人，學做好人。

現在社會亂了，我們中國古人有兩句話說，「子不教，人心壞了」，兒子沒有教好，人心壞了；「家不齊，社會亂了」，這兩句話，看今天的社會，完全說中了。所以，今天的問題是怎樣來救人心，人都能夠回心向善，這個社會所有問題全都解決了。制度固然重要，是其次，制度不是最重要的，最重要是人心。佛教是糾正人心的教育，人心好，制度不好，一樣做好事；人心不好，制度再好，他還是幹壞事。由此可知，制度確實在其次，要把人心擺在第一位。中國人對教育最有智慧，有理念、有方法、有經驗，這些在全世界任何一個國家族群找不到的，唯獨中國有。所以湯恩比說（這英國人），解決二十一世紀社會問題，只有中國孔孟學說跟大乘佛法。他說得一點都不錯，他內行，他懂得中國東西，認為今天這個社會，整個世界，除這個沒有別的辦法，能幫助社會恢復正常，恢復安定和諧。這也是佛生生世世，「以十善法，教化眾生，眾生受已，心生歡喜，常樂稱揚他人功德」，這是稱讚別人的好處，感得的好相，「得四十齒、白淨相、齊密相」，這後頭都會說到，後面

還有這兩種。「於諸眾生心平等故得四十齒相」，是修這個因，而感得的這個果報。

好，今天時間到了，我們就學習到此地。