

和平之道：承認別人都是對的，自己都是錯的（共一集）
2004/1/31 日本東京常圓寺 檔名：21-224-0001

結束之後，我們到京都，訪問淨土宗的老朋友，我們在一起聚會也非常的歡喜。這一次我們很感謝水谷幸正先生，給我們表達了熱烈的希求，希望我們的交流要加強，而不是形式，希望有實質上的交流，而且是再四的強調，我們聽了之後很感動。與會的都是淨土宗各個道場的諸山長老，中國古德常說，「若要佛法興，唯有僧讚僧」，非常難得，我們在日本看到淨土宗的這些教派，彼此都能夠坦誠的在一起交流。這是大家心目當中都有這個願望，希望從淨土宗開始，我們要合作，然後帶動整個佛教的復興，這個事情要從我們本身做起。我們這麼多年來，做的是消除衝突，促進世界和平，如果我們自己的家都不和，怎麼能做世界和平？我們自己佛門裡面都不能夠和睦相處，怎麼能夠做到全世界各個宗教的和睦相處？這個道理，我想大家都不難理解。

所以，我們的起心動念、言語造作，與整個世界安定和平，我也常說，從大的上來說，與宇宙的和諧都有關係。所以一個善念，帶給宇宙的和諧，一個惡念，就破壞宇宙和諧。人不知不覺當中，是造罪，還是修福，自己確實是茫然無知。我們讀《地藏經》，佛在經上告訴我們，「閻浮提眾生，起心動念，無不是罪」。多少人念到這個經文都起疑惑，我們起心動念有什麼過失？好像不以為然，我們這是有罪過。但是你要是細心去思惟、去觀察，你就曉得，我們起心動念、言語造作，可以說完全不負責，不知道自己心念的造作影響有多大、有多深！

諸位都知道，現在社會災難很多，社會是非常非常不安定，中

國人常講這個世界不太平，這是真的。這個現象誰造成的？我們自己有責任。這個問題不能解決，社會安定、世界和平永遠不能達到，真正的原因在哪裡？原因是我們自己不負責任，我們自己任意在破壞，破壞安定，破壞和平。這就是《地藏經》上所說的，「起心動念，無不是罪」，到果報現前的時候，還是茫然無知，怨天尤人。不知道果報是自己感召的，業力感召的，而把責任推卸給別人。所以，這次我在大會裡面，這些同仁們在討論如何將和平理念落實，我說了一句話：現在人，包括我們每個同修自己，在日常生活當中，都是不承認自己的過失。一切過失都指責對方，指責別人，別人都是錯的，我都是對的。有這個概念，這個世界上永遠不會有和平，永遠不會有安定，這個念頭就是製造麻煩，破壞安定和平。要真正和平落實，要把我們自己內心念頭轉過來，別人都是對的，我都是錯的；別人錯了也是對的，我對了也是錯的。人人能夠把念頭這樣一轉，社會很安定，世界和平立刻就落實。

我說的這個話，大會裡面都翻譯出來，他說這個確實是很難做到，很難做到也要講。其實並不難做，諺語常講「求人難，登天難」，這個事情是求自己，只要自己一念回光返照，你對於社會安定、世界和平就做出了最大的貢獻，我們為什麼不做！念頭轉不過來，你對於社會安定、世界和平，你是最大的破壞者。我們是要做出貢獻，還是要做出破壞，都在我們自己的一念之間。一念，我們承認過失，即使做對了我們還是過失。等覺菩薩天天都在反省，天天都在改過自新，所以他才能圓成佛道，證得究竟圓滿的佛果。我們的過失就是不承認自己的錯誤，不肯認錯，總是把一切錯誤推卸給別人，所以生生世世，無量劫中，我們的修行，老實講是一寸一尺的進步都沒有，不進則退。你要是能夠細心的去思惟、觀察，這個現象清清楚楚擺在自己面前，我們的道業、學業、德行沒有進步，

天天在退。這個退轉的結果，就是地獄的果報。

這一次江逸子居士，也是李老師的學生，我請他畫了一幅「地獄變相圖」。他告訴我，這個圖是在今年初三完成的，完成之後他就到日本來，來買畫畫的這些工具。這個「地獄變相圖」高六十六公分，長五十米，是一幅很大的巨著。說實在話，他這個作品，我們可以肯定空前絕後。在中國歷史上，這幾千年當中，沒有這麼大的作品，往後恐怕也沒有人能夠畫成這麼一幅畫，而且在一年當中完成。這幅圖畫畫完之後，下一幅圖畫就是「西方極樂世界變相圖」，極樂世界變相圖比這個高一點，長度是一樣的，都是五十米。這次江老師到這裡來採購絹，他是用絹畫的，絹已經買到了。

將來這兩幅圖掛出來之後，就看看你是想往哪一邊走。要往西方極樂世界，極樂世界不是天天念幾句佛號就能往生，這個諸位一定要知道！古大德常常講，一天念十萬聲佛號，喊破喉嚨也枉然。為什麼？心行不相應，不行。會念佛的人，聲聲佛號都能與阿彌陀佛願行相應，心是佛心，願是佛願，演是佛演，行是佛行，這才能往生。如果心不像佛，願也不是佛，行為也不是佛，你念那句口號沒有用處，這個道理一定要懂得。所以，經不能不熟，經不能不了解，佛在經教裡教導我們要深解義趣，這句話重要。經典裡面的義理了解得透徹，解得愈深愈透徹愈好，它才相應。

念佛，你看看中國的文字，「念」不是口念，真正的念佛，什麼叫念？你心上真有佛，那叫念佛。心上真有！念是「今心」，現在的心，心上真有佛，這叫念佛，口念佛可以斷，心上不能斷。有一年我在台北，過年的時候，有一位老居士到圖書館來拜年。看到我告訴我，他說法師，我這幾年念佛的功夫很得力，很好，我什麼都放下了，就是孫子放不下。我告訴他，我說你能把孫子放下，把阿彌陀佛當作你孫子，你就成功了，你就能往生。他是不是天天念

著孫子、孫子？他沒有念孫子，他心上真有孫子。這就告訴你，什麼叫念！他心上真有孫子，孫子還在阿彌陀佛之上，這糟糕了，他就不能成功了。所以我就跟他講，你把阿彌陀佛當作你孫子，你就往生了。你心上要真有，不在口頭上，心上真有。

口上念佛，口上念佛有功德，口上念佛是念給別人聽的，是跟別人結法緣的，這個要知道。心裡頭真有，那是你自己的功夫，口上有，那是宣傳，我們現在叫文宣，宣傳；到處念佛，到處讓人是一歷耳根永為道種，重要的意義在此地。同時，念佛也是提醒自己，所以口上是自利利他，心上是完全自利。臨終往生表演給別人看，那是利他，給別人做現身說法的證明，這是我們在這幾十年當中，我們親眼看到的很多。念佛人確實不生病，預知時至，自在往生，有站著走的，有坐著走的，我們看到很多，這是真的，不是假的。這個世間什麼事情可以騙人，最後這一招騙不了人，看你怎麼走法！

所以，真正修行沒有別的，修什麼？修放下，什麼都要放下。自己信心的建立，幫助別人信心的建立，都是在肯定人的「人性本善」。中國儒家教童蒙，《三字經》上第一句「人之初，性本善」，我們要肯定人性本善。在佛法裡面佛常說，「一切有情眾生皆有佛性，一切無情眾生皆有法性」，法性是體，佛法裡面講的法身，講的理體，法性是法身的理體。佛性是法性裡面的一分，般若智慧，這叫佛性。我們常講三德，般若、法身、解脫，或者講智慧、德能、相好，佛性就是講這三個裡面的一分，般若，般若智慧，這是佛性。

佛性跟法性是一不是二，所以一切眾生，這《華嚴經》上講的，「同圓種智」，圓是圓滿，種智是一切種智。「情與無情，同圓種智」，這個話說明，用現在的話說，就是整個宇宙是一個生命共

同體。佛在經上常說，我們對於這句話也聽得耳熟，但是很難理解。前年，悟平在網路上看到一個訊息，也是日本的一個科學家研究水結晶，他在網路上節錄下四篇給我看。我看了之後非常歡喜，我說「情與無情，同圓種智」今天被科學證明了，非常非常希有難得。《楞嚴經》上佛說，「諸法所生，唯心所現，一切因果，世界微塵，因心成體」。從這個地方開端，我們發現了水，平常我們喝的水，經過他（他今年是十年了）十年的研究。水能看，水是礦物、無情！水能看，會看、會聽，懂得人的意思。我們人以善的意思對待它，它會現出非常美的結晶來給你看；人用惡意對它，現的相非常醜陋，水有這個能力。

所以這兩年，我就想到要跟江本勝博士聯繫，我邀請他到澳洲去訪問。他去訪問的時候是去年七月，正好七月我也參加聯合國的一個和平會議，在泰國曼谷召開的。我們時間衝突了，我沒有能夠親自接見他。所以這次到日本來開會，我前天去訪問他，昨天我們是在電視台，做了三個座談的節目。前天我去訪問江本勝博士，去看他做的研究報告，他給我做了詳細的報告，我們在一起四個小時。他第三本書，他告訴我，再兩個月就可以出版了，這個裡面有一些是我們提供給他做實驗的。我們給他一個念佛機，四字四音，四字五音，在水結晶裡面看出很好的畫面。他把這五個宗教合起來讓水看，看之後，結晶也非常之美，他也感覺得很興奮。所以這些都是很好很好的開端，證明情與無情同圓種智。

我勸導他，把他的研究範圍擴大，不但水有見聞覺知，見聞覺知是性能，是法性的本能。既然是大講到世界，世界今天我們講星系，小講到微塵，微塵今天的科學裡面所講的原子、電子、粒子，現在講到夸克，是不是還有更小的，我們還不知道，佛家講微塵是最小的，因心成體，它是什麼東西，它就是自性。既然這是自性，

那性能，性能就是見聞覺知，性德是純淨純善。菩提心裡面所說的真誠、清淨、平等、正覺、慈悲，這是德，水具足。

現在研究的，這是剛剛開端，發現、看到它的色，色相我們看到了。實際上除了色之外，這色還有聲，還有香，還有味，聲、香、味，現在科學還沒有能把它測驗出來。水，水能隨著我們心的念頭，我們善心對待它，它善的色現在看到了，善的音聲沒有聽到，還測驗不出來，還有善的香，還有善的味。惡的念頭，那色聲香味都不好，我希望科學能夠更提升一步，能夠測驗出來。完全證明佛在經上講的，大自然跟我們自己確實一個生命共同體，一切法從心想生！心善，這個世界就是極樂世界，就是天堂。諸位要知道，天堂、地獄沒有，是我們善惡念頭變現的，我們一念善，沒有一樣不善，每個人都善，每樁事都善，整個宇宙都善。一念惡，一念惡就統統都惡，沒有一個是好人，人都是惡人，事都是壞事，整個宇宙都是惡，那就變成地獄了。所以，十法界唯識所變，佛講得多清楚！

如果我們能夠把妄想、分別、執著統統都放下了，這個世界叫一真法界，一真是最完美的，沒有絲毫缺陷。誰證得？法身菩薩證得，《華嚴經》圓教初住菩薩，他能夠把一切妄想、分別、執著放下，永遠放下，不再有妄想分別執著，不再現行，不會再起來了，那個境界是一真法界；如果沒有放下，那我們生活在十法界。執著，嚴重執著還有的話，那我們生活在六道。如果六道裡面，我們的妄想、分別、執著都是不善的，那所現的是三惡道，地獄、餓鬼、畜生。善與不善標準在哪裡？標準是跟性德相不相應，與性德相應的是善的，與性德相違背的是不善的。與性德相應的，現的是三善道；不善的，現的是三惡道。這些道理，事實真相，不能不搞清楚，不能不透徹。

所以，我們肯定人性本善，一切眾生皆有佛性，一切諸法皆有法性。學佛的目的，無非是把這個事情搞清楚，搞明白，把它證實。所以佛家講信、解、行、證，這是必然的過程。你先相信佛菩薩講的話，真的，句句話都是真話，沒有一句是妄語。然後要理解，透徹的理解；把解變成自己的思想、行為，這是行；行之後，你才能夠證實。證實什麼？證實整個宇宙是一個生命共同體，整個宇宙是自己，你的真誠心、清淨心、平等心、正覺心、慈悲心，自然就現前了。所說的都是自性本具的德能，自性本具的相好，身有無量相，相有無量好，都是自性本來具足的。所以明心見性，不只是禪宗，哪個宗派、哪個法門，都是以這個為修學最終極的目標。我們念佛人要不要明心見性？要！什麼時候明心見性？往生西方極樂世界就明心見性了。這個道理一定要懂，一定要真正修，這一生不要空過。過去生生世世我們都不老實，空過了。這一生當中能夠聞到正法，能夠遇到真經，遇到善友，決定不要空過。希望在這一生當中我們都能獲得圓滿成就。要想往生西方極樂世界，必需要把這個世間完全捨掉，名聞利養、五欲六塵要放下。

這幾年來，這是十幾年前，我們在美國提出一個修學的綱領，二十個字，大家都知道。我們的心要真誠、要清淨、要平等、要覺悟、要慈悲。我們的行要看破，看破是明瞭，一切通達明瞭叫看破；要放下，放下妄想、分別、執著；要自在、要隨緣，隨緣而不攀緣；要念佛，念佛才是究竟圓滿，念佛就是要求生西方極樂世界，親近阿彌陀佛。這是十幾年前我們在美國提出來，做為我們自己學習的核心理念。最近這兩三年，我又提出四個字，「純淨純善」，我們再提升，提升到純淨純善。純淨就是我們的心地決定不夾雜絲毫不淨，我們的行為決定不夾雜絲毫不善，行為純善，心地純淨。淨生慧，善生福，福慧雙修，福慧圓滿就是如來的果地，真正修福

、修慧，就是修淨、修善，這是菩薩道，一定要真幹。

諸位法師，諸位同學，在今天上午，跟諸位提出一個問題、一個觀念，那就是佛在《華嚴》裡面告訴我們，「情與無情，同圓種智」。這就是《般若經》上講的「諸法實相」，用現代話來說，就是宇宙的真相，或者說宇宙人生的真相。這個認知就是現代世間所講的多元文化，絕對不是單一的文化，宇宙是多元的，我們自己這個身體也是多元的。你看這個身體，身體是個小宇宙，世界是個大宇宙，大宇宙跟小宇宙完全相同。你說宇宙那麼複雜，我們這個人身體，身心複雜跟宇宙的複雜是平等的，真正是不增不減。從我們身體，諸位仔細去想、去觀察，你會覺悟。

我們的身體從外面來看，有眼耳鼻舌身，這不同的器官就等於說是不同的國家、不同的種族、不同的宗教、不同的群體；裡面有五臟六腑，這樣組成一個身體。一定要每個器官都第一，我們眼睛第一，耳朵第一，鼻子第一，五臟六腑各個都第一，這個身體是健康的，健康長壽。如果我們身體各個器官不平等，有第一、有第二、有第三，眼睛第一，耳朵、鼻子第二，第二就生病了，就不健康了。從這些地方我們就曉得，現在世間許多科學家講生態平衡，地球的生態平衡，宇宙生態的平衡，平衡就是健康，不平衡就出了毛病，就像我們身體各個器官一樣。

所以從這個地方，我們能夠認知，前面跟諸位說明人性本善，人人皆有佛性，人人皆有法性，這是從整個宇宙人生理體上來說的。大乘經教，佛對於這方面講得非常非常之多，我們也是本著這個認知，來團結世間不同的宗教、不同的族群，希望每個人都有這種認知，知道宇宙是一個生命共同體。我們跟人的關係，跟一切人的關係，一切眾生的關係，跟大自然環境的關係，跟天地鬼神的關係，非常密切，那就是我們一個身體不同的器官，不同的部位。眾生

迷失了，不知道事實真相，所以一個個都有對立的概念。對立，毛病就產生了，我大你小，我強你弱，這就發生了不平。不平就產生無量無邊的障礙，這些障礙造成六道、三途，造成許許多多無法避免、克服的災難，天災人禍，都是自己造成的。你說從什麼地方造成？從誤會造成的，從不了解事實真相造成的。

所以，佛是聖人，菩薩是聖人，他到這個世間來示現，來教導我們。教什麼？無非是教我們明瞭事實真相而已，也就是說認識自己；禪宗裡面常講，「父母未生前本來面目」，佛無非是教我們明瞭這個事情。都知道我們自己本來面目了，本來面目是一家人，本來面目是一個人，十方三世佛，共同一法身。所以真誠、清淨、平等、慈悲，這是性德，一切眾生各個都具足的，只要你真的明瞭事實真相，這都顯露出來，所以是一切眾生原來本有的德能。

經教裡面跟我們說的，無量的智慧，無量的德能，無量的相好，是自性本來具足的。既然一切萬事萬物，包括虛空、宇宙都是自性變的，自性變的，哪有不具足自性智慧、德能的道理！統統具足，大到世界，小到微塵統統具足。現在我們迷了自性，把自性的智慧（般若智慧）變成了煩惱。所以，佛經上說「煩惱即菩提」，迷失了之後，智慧就變成煩惱，相好就變成了十法界，變成了六道、三途。能力完全錯用了，沒有用在正道上，與性德不相應。把這些能力去搞這些科技，發明這些原子彈、生化武器，來把自己消滅掉，自己造，自己滅自己，幹這些，不走正路，不能說他沒有能力。這些道理、這些事實真相，唯有佛菩薩、大聖人他們清楚、他們明瞭，把這些事實真相說破，讓我們覺悟過來。覺悟的眾生就叫做佛，就叫做菩薩。迷了就叫凡夫，凡夫跟佛沒有兩樣，只是一個覺悟了，一個還沒有覺悟，除此之外，沒有絲毫的差別。

所以我們肯定性能，就是見聞覺知，一切動物有見聞覺知，植

物也有見聞覺知，礦物也有見聞覺知。江本勝博士實驗出來，這是真的，不是假的，而且都有感情，意思都能溝通。我這幾年住在澳洲，三年前我在澳洲圖文巴鄉下買了一棟房子。我們搬進去的時候，這房子裡面老鼠很多，蟑螂很多，螞蟻很多。我派悟謙法師，因為我不常住那個地方，派悟謙法師住在那個地方看守這個房子。我告訴她，你要認真修行，跟這些小動物溝通，要用真誠心對待牠，恭敬心對待牠，慈悲心對待牠，決定不能傷害小動物。要天天跟牠商量，跟牠談話溝通，我們彼此互相尊重，房子外面是你們活動的空間，裡面是我們居住的，我們和睦相處，互不侵犯。我說看看，過一年我來看看，是不是會少了，少了那你修行有進步，你跟牠溝通了；如果還是那麼多，那你就一點沒修行，你的身心修養不夠。她果然很認真的努力，這個三年，一年比一年少，好！

現在我們住的房子裡面，老鼠、蟑螂統統沒有了，螞蟻、蒼蠅偶爾有幾個，平安無事，溝通！不可以傷害，傷害就變成仇敵，那就有報復，愈來愈多，那個麻煩大了。不但是動物能溝通，花草、樹木都能溝通，你愛心對它，所以我們回去之後，花開得特別好，也特別香，草也特別綠。你要有愛心給它，它懂人情，懂得人的意思；我們對它好，它對我們也好，我們照顧它，它也照顧我們。所以，自然環境不可以破壞，我們要愛護，我們彼此相輔相成，這樣才能夠取得真正的生態平衡，我們居住的環境健康。

從江本勝博士的實驗我們知道，石頭、泥沙都懂得人情，都懂得人的心理。所以我們這才真正肯定，天堂、地獄，十法界依正莊嚴，佛說的「唯識所變」，一點都不錯，我們就肯定了。識是什麼？識是妄想、分別、執著，我們妄想分別執著是善的，與性德相應的、善的，那就變天堂；如果念頭是惡的，就變成地獄。本來沒有天堂，也沒有地獄，天堂、地獄從哪裡來的？人心變現出來的。真

誠、清淨、慈悲，這個世間就變成天堂；如果是虛偽、染污、自私自利、貪瞋痴慢，這個世間就變成地獄。所以境隨心轉，這是佛在經上講的，境是環境，環境是隨人心在轉，心善環境就善，心惡環境就惡。

我們中國人講風水，風水是從人心轉，所以風水家常說「福人居福地」。這個人有福，他走到哪個地方去，風水都變好了，就變成福地。為什麼？心好，行為好。這個人有德行，他在那裡一住，這個地方山河大地都變得非常美好，就這麼個道理。心要是不好，心很惡，這個地方風水很好，他去一住，住個兩、三年，風水變壞了，風水隨人心轉，要明白這個道理。風水是外面環境，環境隨人心轉，你要曉得，我們身體是跟我們的心最貼近的一個環境。所以算命看相常講「相隨心轉」，你的心善、心好，你的相貌一天比一天好。你懂得這個道理，我們身體體質也隨心轉，你的心要善，心要清淨，你的身體會一天比一天好。修行功夫從哪裡看？從你相貌上看，從你身體上看，就看出來了。

前天我跟江本勝博士在一起吃飯，我跟他談到生病。生病是什麼？生病是你的心不好，你的行為不好。病毒！病的根源是什麼？是自私自利、貪瞋痴慢，這叫三毒煩惱。這個毒就是病毒，你內心有病毒，外面才會有感染，你才會生病。如果裡面把自私自利、貪瞋痴慢拔掉，裡頭沒有病毒了，外面不會受感染。因此人生病了，趕快反省，我自己裡頭有病毒了，要用什麼？要用真誠、清淨、平等、慈悲心，把我那個病毒化解掉，就健康了，不需要去找醫生，不需要用藥。凡是藥都是毒藥，再好的藥都是毒藥。為什麼？它有副作用。不需要用藥，用心靈來把我們的病治好，讓身體各個器官、細胞都恢復正常，你就什麼病都沒有了。我的話講到這裡，江博士聽到點頭，等一下下午的時候他放這個東西給我看，原來他放的

那些東西也講到這一點。理論懂得之後，你要會用，你真的要轉！

《楞嚴經》上佛說，「若能轉物，則同如來」，你會轉，就跟佛菩薩沒有兩樣；佛菩薩跟凡夫不同的地方就在此地，他會轉，我們凡夫不會轉。

昨天晚上在一起吃飯的，有這邊的石井牧師，還有一位兒玉教授，跟我們在一起吃飯。我就跟他談到轉境界的問題，我們舉個例子，在逆境、惡緣，很不如意的環境，人家以凶惡的來對我、來侮辱我、來傷害我、來毀謗我，佛菩薩會轉境，他在這個裡面他完全接受。接受什麼？沒有一點瞋恚心，沒有一點報復心，而且還生感恩的心。為什麼感恩？他替我消業障！我們每個人過去生中生生世世，無量劫來，不知道有多少業障，他加給我種種不如意，是替我消業障。如果我還生氣，業障不但消不掉，又增加了，不就是這麼個道理嗎？如果你一點瞋恚都沒有，歡歡喜喜接受，來反省，如果我有，有則改之，無則加勉；歡喜心來接受，感恩的心來接受，業障就消了。

《金剛經》上不是講得很好嗎？一個人認真修學，依照佛的教誨去修行，還會被別人輕賤，輕是別人瞧不起你，賤是別人侮辱你。佛說了，這個人先世罪業很重，應墮地獄，這麼重的罪，因為現在這些人輕賤你，你的業障就消了，你就不墮地獄了，所謂重罪輕報，將來一定能得阿耨多羅三藐三菩提。講那麼清楚，歡喜接受，決定不能夠反駁，決定不能有瞋恚，不能有報復。我們的重罪輕報，不墮三途了，我們今天希求的是往生，肯定往生。我的境界轉了，對方這個人他就不受果報，本來造作惡業他要受果報，他因為這種方式對待我，把我提升了。所以我要感激他，我們平常誦經、拜懺，做種種功德，要迴向給他。即使是過去今生結的怨，這個怨就解開了，冤家宜解不宜結，轉變！

石井牧師跟兒玉教授聽了，點點頭：這個不容易做到！我告訴他，容易、不容易在自己一念之間，就是一念覺、一念迷。迷，你不容易做到；覺，很容易做到。我能做得到，你們大家都能做得到，確實是幫助我、提升我！大家讀過《金剛經》，《金剛經》歌利王割截身體這段故事，這故事很長很長，在《涅槃經》裡面，《金剛經》只是提了一提。忍辱菩薩在山上修行，被歌利王侮辱，割截身體。你看忍辱仙人一點瞋恚心沒有，忍辱波羅蜜圓滿了；一絲毫報復的心沒有，持戒波羅蜜圓滿了，六波羅蜜裡頭兩種圓滿了。這兩個圓滿，其他四個統統都圓滿，所以他很快就成佛了，這就是釋迦牟尼佛。釋迦牟尼佛能夠提前成佛，歌利王的大功德，所以忍辱仙人感謝他，說我成佛之後，第一個來度你。釋迦牟尼佛成佛之後，第一個得度的憍陳如尊者，憍陳如就是歌利王。

佛法不但有理論，佛菩薩做給我們看，我們聽了、看了要覺悟。我們要像忍辱仙人一樣，我會在這一生當中，很快的把自己提升到很高的境界，你說這是好事，這不是壞事。學佛要從這個地方學，這個地方才能得真實的受用，所以我們肯定性德就是純淨純善，慈愛、感恩。一切眾生本來和睦相處，就像我們的身體一樣，父母生下來的時候，你的身體每個細胞都和睦相處，每個器官都不會對立，你的身體健康發育，這才能長成。人為什麼生病？生病就是器官不合作了，某個部分器官不跟其他的器官合作，這就生病了，嚴重的就得要命了。所以整個宇宙，所有一切眾生本來和睦相處，他不能和睦相處，他是迷了，不了解事實真相。各個劃了界限，彼此不能合作，所以才造成這個世界許許多多天災人禍。天災人禍都是迷惑顛倒、胡作妄為造成的結果，這裡面包括我們自己一分，我們天天也在這樣造。這個道理跟事實真相不可以不懂，明瞭之後，我們趕緊回頭，佛家常講「回頭是岸」。

我們對待一切眾生要平等，為什麼和睦不能夠落實？就是你不是用平等心對人、對事、對物，所以和睦就做不到。和是果報，因是平等，對一切人、一切事、一切物，都要用平等心，決定沒有高下。平等裡面表現出來的是謙虛，是尊敬；而不是說，你跟我是一樣，你差不多，你有什麼了不起，這就是貢高我慢，這就是不平等。真正平等的相，是謙虛、是和睦，謙和是平等之相，尊敬是平等之相。所以，一切眾生本來互相包容，本來互相敬愛，本來真誠信賴，本來互相關懷，互相照顧，互助合作，本來就是這樣，這是性德；現在完全沒有了，迷失了自性。你要是真正了解這些事實真相，懂得這個道理，你才知道佛菩薩的教誨，聖賢教誨的重要性，這是叫做真實教誨。

然後我們再回頭冷靜的去觀察、去思惟，你就會明瞭大乘經上所說的虛空、法界。虛空法界是什麼？虛空法界就是自己的真心，就是自己的本性。自己這個身體充滿十方三世，法身、報身、應化身是一體，這當中沒有界限，這樣才真正把自己本來面目找到了。原來自己本來面目，上跟諸佛如來一體，下跟一切眾生一體，所以菩提心自自然然流露出來，不發它就出來了。菩提心，這是我們這麼多年來講的，為了大家容易理解起見，我說了五條，「真誠」是菩提心之體，「清淨、平等、正覺」是菩提心的自受用，「慈悲」是菩提心的他受用，就是說怎樣對自己，怎樣對別人。真誠心對自己，就是清淨、平等、正覺，真誠心對別人，就是一片慈悲，叫大慈大悲，這是自己本來就是這樣的。

世間一切人們，與一切眾生、與一切諸佛同一個心性，同一個智覺，同一個法身，同一個圓滿德相。就像《三時繫念》中峰禪師所說的，「只因迷悟之有差，遂致現量之不一，是乃一體而異名也」，你們念《三時繫念》常常念到。這些都是說明，宇宙是一個生

命共同體，這是多元文化世界永久安定和平的理論與事實的基礎。我們跟世界上不同族群往來，不同宗教往來，怎樣團結他？怎樣能夠合作？這有理論的基礎，沒有絲毫困難。所以，世間真正覺悟的人，真正明瞭的人，自自然然相親相愛，不分彼此。我們說一家人，一家人還有距離，一個生命共同體！表現在你的日常生活當中，就是倫理道德。

倫理是講人與人的關係，夫婦、父子、兄弟、君臣、朋友，人與人的關係綜合起來不外乎這個五大類。關係你清楚、你明瞭，這個關係是自然的法則，不需要加入一點點人的意思在裡頭；加一點意思在裡面，就把這個破壞掉了，這個倫理就破壞掉了。隨順著倫理，隨順著法性，那就是德，中國人所講的，「孝悌忠信，禮義廉恥」，八德。八德有兩個說法，另外一個說法是「忠孝仁愛，信義和平」，這兩個說法除掉相同的，總共十二個字。這十二個字是一切眾生也是自性本來具足的，「孝悌忠信，禮義廉恥，仁愛和平」，現在這個世間好像是沒有了。石井牧師跟我說，他常常感覺得絕望。那是什麼？那是迷了，迷了自性，覺得這個世間人沒有好人；你真正覺悟了，你去看看世間人個個都是好人，沒有一個不是好人。他的不好，那是他的習性，不是本性，他被染污了，他的本性是好的，他只是被染污而已。染污，雖然他要受苦報，但是我們肯定他會回頭，只是時間早晚而已，決定會成佛。這是佛法裡面所講的大道理，我們不能不懂。

因此人生活在世間，一個真正的目標，是提升自己的靈性，要向自己性德去修養，我們這一生沒有白來。要知道身體有生滅，靈性不生滅，靈性是真正自己，身體是假的。你的靈性純淨純善，你的身體健康長壽，剛才講了你不會生病。你有什麼小病，自己可以調整，用你的意念調整，用你的善心、善行調整，用你的清淨心調

整，決定不要用藥物，藥物都會起副作用，那不是好東西。所以學佛真正得佛的受用，不要說大受用，這是最小的受用，就是你身體健康長壽，你不會生病，這是最低的受用，調整自己的相貌。千萬不要去搞美容，美容是什麼？美容是破壞自然生態，那個你要遭難了，那就苦不堪言。

我最近在圖文巴，因為山上需要找一個人來照顧，來燒飯，照顧環境。我們悟通法師找一個越南的同修，到上面去住三天，我就請她走了。什麼原因？鼻子出了毛病。她告訴我，二十多年前她去美容，把鼻子隆起來，二十年後災殃來了，災難來了，苦不堪言。這什麼？你父母生下來的，這是自然的環境，你不承認，你要去把它破壞，那你就得受災難。所以我常常講，美容是破壞自然生態環境。當時覺得很美，你一輩子要吃苦頭，你要承擔副作用的辛苦。還有一個同修，有一次打電話給我，她說她身體不舒服，有病。我說什麼病？她倒是很坦白，她告訴我，年輕的時候愛美，女孩子愛美，穿衣服肚臍露在外面。現在五十多歲了，一身毛病來了，就這兒感染的，這都是不知道保護自然環境。

現在我們看到這些年輕女孩子，到處看到很多，她現在年輕，二十年之後，她就知道苦頭了，真的不懂事，不知道自愛。你們學佛的同修要注意，不要像她們一樣，過一生苦日子，那個美也不知道能美得了幾天，可是受罪要受一輩子，這太可憐了。所以，我們首先要顧慮本身身體就是一個自然環境，決定不能夠破壞，要知道自愛，要知道保養自己的身體。吃東西決定不可以暴飲暴食，好吃的東西貪吃。你要曉得貪吃是什麼？你不愛護你的腸胃，你的腸胃要消化，你吃太多東西，它消化不了，腸胃就出毛病了。東西不能吃得太多，你也要讓腸胃要有休息的時間，你不要叫它工作太辛苦，這都是你在愛護你的自然環境。

佛法裡頭，對於整個宇宙人生面面都講到，講得非常詳細，講得非常好。依照佛法去生活，沒有不健康的，過佛菩薩的生活，不要過迷惑顛倒的生活。因此真正通達明瞭，我們對人會親切，會真心的關懷照顧，互助合作，這是必然的，那就是性德自然的流露。對於一切眾生你懂得怎樣交往，你懂得怎樣關懷照顧，你懂得怎樣合作，使這個社會、使這個世界更美好、更和諧。這就是與宇宙的和諧相應了，不僅僅是世界的和諧，宇宙的和諧。在這個生活、學習當中你會得法喜，所謂常生歡喜心，法喜充滿。法喜就是我們生活裡面、營養裡面最豐富的營養，諺語常講「人逢喜事精神爽」，這個喜不是外面的刺激，是從內心裡面覺悟到真理，產生的歡喜。《論語》裡面所說的，「學而時習之，不亦悅乎」，那個悅是法喜，從內心裡面生的，這是最高的營養。

佛告訴我們在三界裡面，六道裡頭色界天，色界十八層天，色界天裡頭沒有飲食，他不需要飲食。靠什麼營養？就是靠歡喜。所以，歡喜心是最高的營養，沒有一切副作用，這個歡喜心是對於宇宙真相的明瞭。色界天尚且如此，何況諸佛如來、法身菩薩！所以，我們應當要把自己不斷向上提升，把財色名食睡五欲，五欲六塵，世俗的這種生活方式要把它擺脫掉，提升自己，這是正確的。這點意思，我在此地利用這個機會給諸位做了個簡單的報告。我們時間到四點半，現在還有一個小時，你們諸位還有些問題，這個問題我一看太多了，大概兩天也答覆不完。