

# 淨空法師談：治病十法

<https://www.youtube.com/watch?v=kdtEw1HBOzM>

十种治病（共一集） Date: 2010/1/25

华严讲堂（节录自华严经 12-17-2092 集）

档名：29-158-0001

諸位法師，諸位同學，請坐。

請看《大方廣佛華嚴經·十住品第十五》，今天我們看「第二治地住」，還是從前面把經文念一遍：

【佛子。雲何爲菩薩治地住。此菩薩於諸眾生發十種心。何者爲十。所謂利益心。大悲心。安樂心。安住心。憐潛心。攝受心。守護心。同己心。師心。導師心。是爲十。】

清涼大師在《疏鈔》裡面給我們解釋，「十心，有其二義」，第一個意思是「於一一眾生，各起十心」，這個起我們要特別注意，不是起心動念的起，爲什麼？初住菩薩就不起心、不動念，二住菩薩怎麼會起心動念？這個起是自自然然的流露，自性性德的流露，不起心動念而起心。《金剛經》上所說的，「應無所住，而生其心」，那個生就是生起。跟十法界的眾生不一樣，十法界的眾生確實有起心動念。縱然十法界佛菩薩的果位，分別執著沒有了，分別執著的習氣也沒有了，他還是起心動念。真正做到不起心、不動念，他就提升，那就是初住菩薩，大乘教裡面一般所謂大徹大悟，明心見性，見性成佛，他真的成佛了，不是四聖法界，四聖法界是相似佛，不是真佛，這個生到一真法界，脫離十法界。所以此地講的各起是性德自然流露。什麼時候流露？有沒有一定的時候？沒有，無時不流露，無處不流露，眾生有感，自然就有應。爲什麼？一一眾生跟佛菩薩是一體，怎麼會沒有感應？沒有感的時候，這十種心隱，不是沒有，有，你沒有感覺。有感他就顯應，就很明顯的加持你，這就是我們諺語當中常說的有求必應，道理在此地。

第一個意思就是前面的意思，無時無處他不在，第二個意思是後面這個意思，有感就有應，感應道交。感應道交，清涼大師爲我們講「八種眾生」，這八種眾生有感。感應有顯感顯應、有顯感冥應、有冥感顯應、冥感冥應四種不同。第一個，「於怨眾生」，前面我們學過，還是要提一下，這就是我們平常講的冤親債主。過去無量劫來一直到今生，我們對人、對物，物是一切有情眾生，那講十法界的，有意無意傷害他、得罪他，結下的怨。結下冤親債主有多少？給你說老實話，數不清。幾百個、幾千個，少數，你不想不知道，你如果一想，佛家講觀照，你就會寒毛直豎，怎麼這麼多的冤親債主。無量劫來，這時間太長，範圍太廣，

我們不說過去，說這一生，這一生在眼前，你有意無意的你害了多少眾生，蚊蟲、螞蟻、蝸飛蠕動，你吃的這些眾生，佛經上講得清楚，你吃它八兩你要還它半斤，它不甘心、不情願。雖然是還債，它甘心情願還嗎？不甘心、不情願，這種怨愈結愈深，果報就愈報愈慘烈，這都是事實真相。諸位如果留意探討因果的理論與事實你就知道了，還敢跟人結怨嗎？普賢菩薩教導我們，跟一切眾生不要結怨，要結緣，結善緣、結法緣，那就對了。怎麼個結法？隨喜功德。怨跟緣就在一念，一念覺悟，跟眾生結了好緣，一念錯了，跟眾生就結下冤仇，實在講這個事情太微細、太可怕。

修行，多少修行人，不是不修，真修，不是不想成就，真想成就，他為什麼不能成就？就是在這些很微細的地方疏忽了，真正是所謂粗心大意。六根對六塵境界，這六塵境界裡面有很多是有情眾生，現在我們學了《華嚴》，我們知道無情眾生，樹木花草、山河大地，都有靈性、都有見聞覺知、都有受想行識，我們會不會跟它結怨？會。怎麼結？不尊重它。你想想，你要到一個地方，這個地方人對你不尊重，你有什麼感觸？我們心裡不高興，心裡有怨恨。你對樹木花草不尊敬，樹木花草對你有怨氣，你對山河大地不恭敬，沒有尊重心，山河大地對你不高興，這無情。其實無情裡頭有有情，這個話怎麼講？我們在《華嚴經》裡讀到，樹有樹神，花有花神，草有草木神，草長得好好的，你從它身上走過，它高興嗎？所以佛家《戒經》裡頭有清淨比丘不踏生草。草長得很好，不可以踩在它上面。這是什麼？有道路，你要走路，你不能抄近，這裡很近，草坪過去就是，不可以。除非什麼？除非這裡沒有路，那是不得已。不得已還要合掌、誦經、念咒給它回向，對不起它，我不得已，必須從這裡通過。我們有沒有做這些事情？沒做，沒做就結怨了，這是什麼？無意結怨，那個有意的麻煩更大。古時候出家人都在山上找個清淨地方修行，就地砍幾棵樹搭個茅蓬，這些樹神答不答應？當然答應，樹神也樂意供養。佛說了，三天之前，你看中哪幾棵樹，要跟它誦經、念咒，請樹神遷居。其實不是那個樹有神，有鬼神依附在樹木花草上，請他搬家，三天之後你再來砍它。如果沒有做這些儀式你去砍它，這又結怨了。要是放火燒山，一次不知道跟多少生靈結下冤仇，樹木花草被你燒了，這山裡面許許多多小動物都死了，這個債能還得清嗎？所以不想不知道，佛要不跟我們說我們也不知道，這經上一說明之後，我們想一想真可怕！

一切生靈當中，人是最靈的，人為萬物之靈，人的報復心比其他一切都要強，人要是受過聖賢教育他報復的心就化解，沒有受過聖賢教育報復的心很強烈。所以大師在此地講，「於怨眾生，非直不念加報」，這是以直報怨，決定沒有報復的念頭。不但沒有報復的念頭，還給他利益，還儘量去幫助他，這是以德報怨，更進一步了。佛法主張以德把過去的怨化解，現前決定不跟眾生結冤仇。現前有人欺負我們、毀謗我們、侮辱我們，怎麼辦？受了，歡歡喜喜的接受，為什麼？中國老祖宗教我們「反求諸己」，這個話對，這個話是真理。他為什麼不毀謗他，他毀謗我？為什麼不怨恨那個人，他來怨恨我？必有原因。所以反求諸己，原因

不在外面，在自己，把原因找到，把原因消除，你就心開意解，這才能化解。過去生中；這個陌生人不認識，他爲什麼這種態度對我？是的，這一生當中不認識，可能前世結的怨，如果你能回到過去世你就恍然大悟。現在有一種很普通的方法可以幫助你回到過去，催眠，深度的催眠你能夠回到過去，你跟這個人過去是什麼關係搞清楚，你就明瞭了。真正有修行、有修養的人不需要知道過去，他也常常反省自己，不怪別人。反省自己是什麼？也能找出來，那是我個人的煩惱習氣。爲什麼別人用很不友善的眼光來看我一眼，我心裡就起怨恨，錯在哪？錯在我自己，我接受了，我要不接受不就沒事！他不善的眼光看別人一眼，我爲什麼不生氣？看我，爲什麼會生氣？還是自己修養功夫不到家，真正修養功夫到家的，他對我不友善，我對他很友善，笑笑，恭恭敬敬的對他致意，不就沒事了！縱然過去不愉快的事情，就化解了。古人教我們冤家宜解不宜結。

現在的社會動亂不安，災難頻率不斷在上升，而且一次比一次嚴重，怎麼來的？這一切眾生積怨恨所造成的。如何能把眾生積的怨恨化解？這是大慈大悲，佛菩薩在做，聖賢人在做。我們今天學佛，學佛什麼？學覺，我們要不會做，那我們就不是學佛。這是佛所做的事情、菩薩做的事情，我要跟他們做同樣的事情，要化解，真正從自己內心裡面把這些情結放下，拋棄掉。釋迦、彌陀、一切諸佛如來指示我們一條成佛之道，這個成佛之道就是清淨平等覺。我們天天在念，雖念沒覺，爲什麼？在日常生活當中沒用上。六根接觸六塵境界，順著自己意思就起貪戀，不順自己意思就嫉妒、瞋恨，你沒做到，你心不清淨，你的心不平等，你的心不覺。所以雖然學佛，可是在日常生活當中起心動念、言語造作還是迷邪染，這個對自己造的罪業不大，爲什麼？自作自受，可是你還有重罪，什麼重罪？破壞佛教形象，人家一看，學佛人是這個樣子，招惹許多人毀謗佛教，你要承擔這個因果責任，這個太可怕了！破壞佛教的形象就是等於出佛身血，果報在哪裡？阿鼻地獄，我們將來墮到阿鼻地獄不知道爲什麼墮到的，到閻羅、判官來把你這個事情揭穿、宣佈的時候，你後悔莫及。

所以在《還源觀》裡面，賢首給我們講的，清涼的老師賢首國師講的，四種淨德第二種，「威儀有則」。這句話什麼意思？佛弟子，學佛的人要給社會大眾做最好的榜樣，威儀有則就是這個意思。我們能做得好，能修得好，別人跟我們接觸，讚歎佛教，不會毀謗佛教；我們做得不好，人家毀謗佛教，他不說我不好，他說佛教不好，你說麻煩不麻煩！這是我們每個學佛的同學不能不知道。古來祖師大德常常說，佛弟子要給佛臉上貼金，不要讓眾生在佛臉上塗糞，所講的就是這個意思。我們能夠修得好，依照佛法的戒律去修行，別人看到，讚歎佛教，那就是給佛臉上貼金，一切榮耀歸佛；我們做得不好，人家罵我們，連佛教統統都罵上，這是在佛臉上塗糞。經論裡常常教我們，祖師大德也時常指示我們，我們有沒有聽清楚？有沒有搞明白？有沒有依教奉行？常常想著不跟眾生結惡緣，跟一切眾生結法緣，你是真學佛，你是在積功累德，你做了好事。所以這是不但不報怨，對於冤親債主主要常常想到我怎麼樣幫助他，我怎樣能讓他得到真實利益。

現在我們也能夠看到這些事情，你看給冤親債主立牌位，每天早晚上香，把一天誦經拜佛的功德都回向給他，希望他能夠往生西方極樂世界。好事情，好心、好意，這個行動很好，可是眼前的這些眾生就忘掉了，跟眼前的眾生還是結怨。是不是等他死了時候再來超度他？這事情能行嗎？如果我們這種心行，自己冷靜去思惟觀察，我們天天立牌位能有效嗎？這些冤親債主能饒恕我們嗎？不言而喻。這些冤親債主看到你現前這種行爲，他不尊敬你，他瞧不起你，換句話說，你所回向，供牌位什麼，全落空了，還是找你麻煩。必須自己真正依教修行，那個是功德，那個功德才能回向，他看到你做得很好，真佩服你。不要說別的，單單念這一句阿彌陀佛，那個功德就不可思議。這個事情是我們親眼看到的，早年我在新加坡，在居士林講經，講《華嚴經》從那裡開始的。居士林的老林長陳光別老居士生病，在家裡面養病，要求李木源居士把我們講經的錄影帶，那個時候還是錄影帶，十年前，拿回去天天聽經，每天聽八個小時，不聽經就念佛，求生淨土。他真學佛是生病，沒生病之前工作很忙，只是到寺廟去拜拜佛，對佛真的他不瞭解，生病是個增上緣，他不能工作了，所以每天，我聽他家人告訴我，聽八個小時經，念八個小時佛，再就睡眠休息。兩年他就預知時至，跟李木源居士說他想往生。李居士跟他講：你現在還不能走，居士林的人事不穩定，只要你活在世間，大家都沒話說。他點點頭，又住了兩年，還是在病中，每天還在床上，就又待了兩年，聽經念佛四年。哪一天往生他知道，三個月之前就曉得，往生前一天找我給他做三皈依，第二天他就走了。

那個時候居士林有一個弘法人才培訓班，有十幾二十個同學，輪流給他助念，四個人一班，出家人，日夜不斷的輪流給他助念。有一天助念的同學回到居士林，居士林一個女居士被附身，杜美璿，她的名字杜美璿，被鬼附身。這個鬼說話了，說他們人很多，有幾百人，是林長的冤親債主，他們看到林長念佛往生，心裡非常歡喜、非常尊敬，不找麻煩了。你看人家功夫，念佛功夫，真有功夫，冤親債主看到了生歡喜心。他說我們得到護法神的，門口有護法神，居士林，護法神的容許，進到居士林裡面來，跟著法師一起來的，來求皈依。那個時候正好我在香港講經，那幾年我是每個月到香港去講五天，往返一個星期，每個月去講五天，我在香港講經。那邊同修打電話給我，我說趕快給他做皈依，給這些附身的老林長的冤親債主做皈依。問他還要求什麼？要求聽經，老林長聽經四年，他們要求聽經。聽經就介紹他到講堂，他說講堂的光太大，他們受不了。那怎麼辦？他們要求在齋堂，在齋堂放一個電視機，特別要求聽《地藏經》。我們就播放《地藏經》的錄影帶，日夜不停止，播放了兩個多月，統統走了。有的善根深厚的也生淨土，少數，有生天道的，有生人道的，這是真實利益，這是我們親眼看到的事實。所以我們警覺到，於一切眾生歡喜心，他做的好事，我們有力量要幫助他、要成就他，我們沒有力量，歡喜讚歎，這都是功德，都屬於隨喜功德。決定不能夠嫉妒、障礙、毀謗、去破壞，那個罪過就大了。不是對他結罪，是對他所做的這個事情影響大眾那個面有多大，時間有多長，結罪從這裡結罪。所以這個事情

很可怕，爲什麼不學隨喜功德？爲什麼不能恒順眾生？這十大願王裡面非常重要的兩個科目，「恒順眾生、隨喜功德」，所以『利益心』才真正能生得起來。

我們再接著看第二段，「於貧苦眾生，欲令遠離，故起悲心」，這是講的『大悲』。慈悲這兩個字都是愛心，慈跟悲有一點不同，慈是與樂，悲是幫助他離苦，離苦與樂這叫慈悲。我們在中國用一個愛心就都代表了，佛說得比較微細，他把愛分做兩方面。特別是對於貧苦眾生，我們想想現在這個世界這個社會大眾是不是貧苦？是，這個世間少數人擁有財富，不是多數人，科學報導裡面資料都說得很清楚，全球這些資源操縱在極少數的百分之二、三的這些人手上，在饑餓邊緣的這些眾生，每天吃不飽、穿不暖，沒有地方住的，在十億人以上。全世界的人口六十七億，還有十億人得不到溫飽，那是貧苦，這從物質上講的。如果從精神上講，那可以說不止百分之九十九，不止，不止百分之九十九，都是貧苦眾生，精神生活沒有。我們中國古人所謂「富而不樂」，雖然擁有財富，他不快樂，「貴而不樂」，他有很高的地位，他每一天的生活，生活在煩惱跟痛苦之中，這些眾生在大乘教裡面統統稱之爲「可憐憫者」。

在東方，特別是古印度跟古老的中國，從前的人對於物質生活並不重視，重視精神生活，貧而樂，在社會上沒有很高的地位，也沒有財富，可是他的精神生活非常充沛。孔子最讚歎他的學生，那物質生活是非常缺乏的，夫子讚歎他，顏回「居陋巷，一簞食，一瓢飲」，這個生活在別人過不下去，可是顏回「不改其樂」，天天快樂，你跟他接觸，時時刻刻他真的是常生歡喜心。他樂從哪來的？簞食瓢飲這說明他生活貧苦，吃飯連個飯碗都沒有，用竹子編一個簞當作飯碗盛飯，喝水沒有杯子，用葫蘆瓢，過這樣的生活，你就曉得他貧窮到什麼地步。夫子學生當中他最快樂，他學習的成就最優秀。喜樂是人生最高的享受，歡喜、快樂從哪來？從學習當中得來的。所以《論語》頭一句話就說出來，「學而時習之，不亦說乎」，你能把你所學的統統落實到生活、落實到工作、落實到處事待人接物，你是第一等人。爲什麼？佛家講的，法喜充滿，常生歡喜心，這是聖賢的一個樣子，哪有佛菩薩天天愁眉苦臉？哪有聖賢人天天不高興？沒有這個道理。

聖賢人再窮困，他還是歡歡喜喜，他喜樂從哪裡來？喜樂在明道，正是所謂「朝聞道，夕死可矣」，那個道就是我們世俗人講的覺悟，開悟了，這真樂。開悟是什麼？對於宇宙人生事實真相明白了，這個真樂，在佛法裡面講，一切法性相、理事、因果你真正通達明瞭，他怎麼會不歡喜？所以對於貧苦眾生，如果從這個角度來看，我們這個世間人就太貧苦了。所以佛菩薩生到這個世間來，用什麼方法來幫助他，就是幫助他遠離貧苦？佛菩薩所用的方法是教學，幫助他破迷開悟，就離苦得樂了。苦從哪裡來的？苦從迷惑來的，你要把根找到。迷惑是什麼？對於事實真相不知道、不瞭解，所以你對於一切人事物想錯了、看錯了，於是你說錯了、做錯了，這就是你造業了。思想錯了是迷惑，言行錯了是造業。不善的業就帶來不善的果報，這個不善叫苦報。佛家講有花報、有果報，果報在三

途，餓鬼、地獄、畜生，從哪來的？從你惡業變現出來的。花報是什麼？花報是你現在、你現前的遭遇，處在逆境，遇到的是惡緣，事事不如意，身心的病苦，身有病，心裡面煩惱憂慮，那是心病，你會得這些。

所以佛知道，佛來教導你，而且佛是做出榜樣來給你看，這個榜樣告訴你貧賤不苦。釋迦牟尼佛示現貧賤，貧是沒有財富，賤是沒有地位。我們知道釋迦牟尼佛十九歲你看看捨棄王位，這是貴，古人講貴為天子，他捨棄了，不要；富有四海，他也不要，他是富貴人，他不是沒有，他沒有人家沒有話說，他有，有，不要了，捨棄掉了，過什麼生活？過乞丐的生活。所以比丘稱為乞士，乞是乞丐，士是什麼？士是讀書人，就是說有學問、有道德的乞丐，不一樣，他過著乞丐的生活。日中一食，托鉢，沿門托鉢，樹下一宿，晚上找個大樹底下休息，過乞丐的生活，快樂無比。受到國王大臣、大富長者的尊敬，人家有德行，真有學問，什麼疑難雜症你去向他請教，他都能幫你解決，名聞利養邊都不沾，這值得人尊敬，不但人間尊敬他，連天神都尊敬他，所以稱天人師。沒有一定居住的所在，遊化在世間，哪裡有緣就到哪裡去，順境逆境、善緣惡緣統統不執著，天上人間什麼樣的境界都不能動搖他的心，這稱為大聖，稱為大賢，印度人稱之為佛菩薩。

他怎麼教？他是用身教，他做出來給你看，讓你看到、聽到、接觸到有所感悟。真覺悟什麼？你不能像他那樣徹底放下，你至少可以放下一些。你放下一分，就得一分自在，得一分智慧；放下二分，就得二分自在，二分智慧。他徹底放下了，所以他得到是圓滿的；我們凡夫做不到，對這個世法還貪戀。這種教誨好，你對於這個世緣淡一分，智慧就開一分，真正的受用你就得到一分。所以從事於教學，教學主要的是幫助人破迷開悟，沒有覺悟的人、初學，教他斷惡修善；已經斷惡修善的人，就幫助他破迷開悟；已經破迷開悟的人，幫助他轉凡成聖，這是佛陀一生教人三個階段。眾生根性不相同，要幫助他不斷向上提升，這個心就是菩提心，這個心就是此地講的「十種心」。他活在世間不為自己，為誰？為一切眾生。

我們學佛要從自己真正依教修行做起，這個修行，修是修正，行是行為，我們起心動念、言語造作哪些地方錯了，把錯的地方修正過來叫做修行。不是說我每天念多少經，念多少聲佛，磕多少個大頭，不是這個。所以真正會修行的人在什麼地方？在起心動念，念頭才起，這個念頭是正念還是邪念，是善念還是惡念，一起自己就清楚，這叫智慧。是邪思、是惡念，趕緊就放下，是正念、是善念，要讓它念念增長。佛家善惡有一個標準，標準是什麼？為自己是惡，為眾生的是善。這個說法有許多人不能接受，有人曾經跟我講過，古人講的，「人不為己，天誅地滅」，講這麼一句話，天誅地滅。我說這個話錯了，錯在哪裡？我說佛菩薩沒有為自己，天也沒誅他，地也沒滅他，孔夫子、孟夫子也沒有為自己，天也沒誅他，地也沒滅他，反而好多人尊敬他，向他學習。這是個錯誤的說法。什麼

會天誅地滅？自私自利，自私自利到極處，天地所不容，這是真的，不要搞錯了。所以看到眾生苦，要起幫助他離苦這個心，這叫悲心。

再看下麵第三句，「於危懼無樂眾生，令得樂具不盡」，危是不安，他身心都感覺得沒有安全感。在我們現前這個社會確實是如此，誰會有安全感？縱然得到很高的位置，擔心位置丟掉；縱然得到財富，怕財富失掉，每天提心吊膽，天天都在打妄想如何能把富貴保護住。前幾年我們看到印尼有一個海嘯，剎那之間三十萬人不見了；現前我們看到海地這一個大地震，還連帶著海嘯，有人告訴我，死傷不止三十萬人，都是剎那之間，別說富貴保不住，連生命都保不住。科學家不斷在這裡警告我們，頭一個是地球變暖，這是個非常麻煩的事情。南北極的冰快速度的融化，高山的積雪、冰河、冰川也在那裡快速的融化，這些變化肯定帶來許許多多的物種絕滅。動物，這報紙上提到的，像北極熊、企鵝不能生存了，它們要生存在寒帶地方，寒帶變暖它們不能生存，會絕種。還有植物，植物、稻米。另外他還提的蜜蜂，蜜蜂突然不見了。蜜蜂跟我們人生活的關係非常密切，因為許多植物要靠蜜蜂去傳播花粉，如果沒有蜜蜂，很多植物都不會生長，這個問題嚴重，大家著急了。帶來什麼？帶來是糧食大幅度的減產，這肯定是糧食價錢高了，恐怕到之後帶來的是饑餓。

最近全世界播放一個電影片，「2012」，那是什麼電影片？危懼。我們同學們在網路上看到不少的這些專家學者跟科學家在討論這個問題，我看到有四種不同的版本，記錄片，講得很有道理。最後大家有個總結，那就是說，這個地球還是繼續，地球上的居民繼續生存下去，還是一起絕滅，今天走到這個三叉路口。如何讓這個地球繼續還能運作下去？那就地球上所有的居民要懺悔、要斷惡修善，他說可能會繼續生活下去。如果還像現在自私自利、貪瞋癡慢、損人利己，那可能就是世界末日，同歸於盡。這個結論好，跟佛法講的相應，我們同意這個結論。佛法有理論，相由心生，境隨心轉。佛在經上跟我們說的，這個星球是我們居住的環境，人心都善，佛家講善是以十善業道為標準，人人都能夠堅持不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不兩舌、不惡口、不綺語、不貪、不瞋、不癡，地球這個星球就非常堅實、堅固，在太空運行的時候軌道正常，不會有差錯。如果人心不善，這一塊土地，這個星球，它就變成鬆散，就不堅固，它就會在太空當中消失掉。所以最後真正有影響的是人心，人的念頭、人的行為。危懼現在真的是現前了，「2012」這個影片在全球同時播放，我覺得這個動作很難得，為什麼？給全球眾生響亮了警鐘，提醒大家要覺悟，再不覺悟來不及了。這是個好事。特別是我們學佛的同學要多看看，要很認真、很仔細的去看看這些報告，我想回過頭來對我們修行會有很大的幫助。佛教導我們斷惡修善，教我們破迷開悟，我們得真幹，就能產生效果。

《小止觀》裡頭有治病十法。我們現在身心都有病，大病，不是小病。這十法裡面第一個是「信，信此法必能治病」，這個法是什麼法？斷惡修善，具體跟

諸位說，就是《弟子規》、《感應篇》、《十善業》。《十善業道經》裡頭佛講得太好了，佛告訴龍王，龍王是我們這個地球上的代表人，就是地球上眾生。爲什麼叫龍王？在畜生道裡面，龍、蛇是最善變的，拿它來形容我們現在的人心善變，取的是這個意思。你看四大天王，西方天王手上拿的是龍或者是蛇，左手拿著龍、蛇，右手拿了個珠，龍、蛇代表什麼？代表這個社會人心善變，這個珠是什麼？珠就是佛法，它永遠不變。我們處在這個動亂、善變的社會裡面，保持著清淨平等覺，這永恆不變，那個是珠，守住十善業道永恆不變。十善業道真的是永恆不變，十善業一展開就是《弟子規》、就是《感應篇》，十善是綱，那是細目。我們起心動念、言語造作都決定不能夠違背，這就是處善變的社會裡頭保持我們自己不變，這個不變能治病，能治身心各種不同的病，統統能治。諸位看看《感應篇》裡面講的因果，真的懺悔、斷惡修善，極其嚴重、醫生不能治的病症突然好了，這個例子很多，所以你要相信。用什麼來治病？用你的良心治病，因爲你本來沒有病，病從哪裡來的？病從煩惱來的，從貪瞋癡慢來的，因爲自私自利、名聞利養、貪瞋癡慢，是讓你身體裡面的細胞產生病毒，你就生病了。如果你能把不善的這些思惟統統放下，不善的言行統統改正過來，你身體裡面所有這些病毒的細胞慢慢就恢復正常，你改得勇猛，它恢復得很快，恢復正常你就健康了。

中國這些中醫治病那個原理，可以說百分之七十是調整你的心態，用藥那只是外面幫助你，幫助你只能三分，七分是調整心態，心態一好病就沒有了。最好的心態是什麼？孝順父母、尊敬尊長，佛家也是孝親尊師，你要是百分之百做到，你百病不生。所以我們看到古人有所謂，小孩有病，十二歲以下小孩生病，是奇奇怪怪的病，沒法子治好，他的病因出在哪裡？出在他的父母，他的父母一定是不孝順的人，不知道尊敬長輩的人，這個業讓他的兒女來承擔，他得病了。如果真正懺悔，改過自新，他小孩病就好了，醫治會有效果，不醫治的話也會好，這個例子很多。孝順父母、孝順公婆，你的兒女好養，所以要相信。用現在的話說，良好的心態、清淨的心態，《無量壽經》講清淨平等覺，必能治病。這十條是《小止觀》裡面說的，止是什麼？放下，觀是看破。真能看破放下的人，少病少惱，他不生病，他沒有煩惱，這個我們應當要學。

第二講「用，隨時常用」，也就是說你常常要想到看破、放下，時時刻刻提醒自己。看破是明瞭，我們今天講的，我們對於十善業道明瞭，《十善業道》的理論很深，佛在這個經的前面都講出來了，後面是事，前面是講理，落實在《弟子規》，落實在《感應篇》，你真正要相信。真正要學習的人，他起心動念、言語造作，他遇到困難了，他一定去查經裡哪一句、哪一條能夠幫助他化解，統統找得到。我們這幾年在宣傳、在提倡，看到很好的效果，用在自身，得癌症的、不治之疾的都好了；家庭不和的，現在家庭幸福了；事業上有問題的，現在問題都沒有了，一帆風順。你要相信，你要會用。



第三個是「勤，勤用不息，取差爲度」，後頭這一句就是我們現在所講的活學活用。古德教人舉一反三、聞一知十，老師教我們是原理原則，這些原理原則在日常生活當中要活用，它不是死呆板的。第四「常住緣中，細心念念依法，而不異緣」，這個沒有信心不行，所以信心擺在第一。你對法可不能懷疑，懷疑就錯了。聖賢人的法經過千萬年的承傳，如果它有問題早就淘汰掉，怎麼能傳到今天？特別是綱領，不多，只有幾條。中國傳統文化的綱領，要是用一個字來說，就是「孝」字，中國傳統文化是孝文化，從孝裡面演繹出五倫、五常、四維、八德，總綱領。世世代代這些聖賢千經萬論都不能夠超過這個綱領，我們講四書五經、十三經，再擴大到《四庫全書》，它們有沒有離開五倫、五常、四維、八德？沒離開，所以這四條統攝千萬年傳統的文化。留下來的典籍沒有一句是廢話，你細細去揣摩、去學習，有大利益。中國古諺語有一句話說得非常好，叫「不聽老人言，吃虧在眼前」。中國文化的樞紐是教學，「建國君民，教學爲先」。

個人，從身體健康或者是一身的病痛，與這個有關係，你要是念念依法，身體健康。這個法就是五倫、五常、四維、八德，身心健康。如果你完全相違背，那你就會得重病，真的，一點不假。在家庭也如此，家庭是念念依法，你家庭興旺，如果完全相違背，你的家庭決定會滅亡，家破人亡。事業也是如此，念念依法，你事業一定成功、一定順利，不可思議！所以病的根源要知道，它從哪裡起的，從自己身心到家庭、到事業、到社會、到國家，乃至於整個世界。斷惡，什麼是惡？違背倫常道德的就是惡；修善，什麼是善？倫常道德就是善。連科學家都告訴我們，反常，常是五常，社會動亂，導致世界末日。如果回過頭來，我們所有的人，各個人都能夠念念依法，就能恢復正常，這個道理不能不懂。

第五「別病因起，分別是病從何因起」，這治病。今天地球病了，今天社會病了，好好去研究這病怎麼來的，什麼原因起來的，把這個原因消除，病就好了。今天社會這個地球上的病因，第一個因是什麼？自私自利、貪婪不止，在佛法裡面講就是貪瞋癡，貪瞋癡發展到極處。佛怎麼治這個病？佛用戒定慧，轉貪婪爲戒行，《弟子規》是戒行，《感應篇》也是戒行，十善業是佛家的根本戒。戒什麼？戒貪瞋癡，不做這個轉變，就不從因上消除，用什麼樣的方法都產生不了效果。現在西方人用種種法令規章來約束，有沒有效？沒效，正是有些人講的，上有政策，下有對策，收不到效果，能真正收到效果還是聖賢教育，它真管用。

後面幾條是講方法，補助的方法。第六講「方便」，方是方法，便是便宜，就是最恰當的方法。所以它沒有一定，它不是一定的法，每個人根性不相同，業障、習氣不一樣，生活環境也不相同，所以不是一個方法大家都可以用的，要隨順自己善根、習氣、環境，這個方法你就能收到效果。它這下面解釋，這是《小止觀》裡面講的，「吐納氣中，運心緣想，不失其宜」，吐納是呼吸，我們用呼吸來講大家都懂。在我們修淨土的人，有用呼吸的方法來念佛，呼吸不斷佛號就

不斷。這是一個很好的方法，功夫用久了確實能攝心，也就是說妄念少、煩惱輕、智慧長，能收到這個效果。

第七「久行」，這個很重要，「用之未即有益，常習不廢」。你用這個方法沒收到效果，你不要放棄，你繼續努力下去，長時薰修，利益就現前。我們習氣太深，養成習氣的時間太久，哪有那麼簡單一下就能把習氣控制住，這是不可能的，佛菩薩再好的方法，你也得有耐心你才能收到效果。古人講「讀書千遍，其義自見」，你讀書，對書裡頭的意思還不能瞭解，那是你功夫不夠，功夫夠了，展卷一看意思就現前。爲什麼從前展卷意思不能現前，現在一展卷意思就現前？從前有業障，現在業障消除了，障礙沒有了，道理就在此地。

第八「知取捨，知益即勤，有損即舍」。原則裡面都是好的，沒有取捨，你統統都要受。可是在這千百年當中，許許多多的前人依照這個方法去做，都能夠得到好處，我們要依照做能不能得益？不一定，爲什麼？古人跟我們現在人所處的環境不相同，他那個時候可以這麼做，現在不能做，所以就有損有益。原理原則決定沒動，古今經驗裡面有不同，這必須有智慧你才能夠揀別，就是能夠選擇，哪些對我有益處的，我要好好學習，哪些對我沒有益處的，我要把它舍掉，要把它放下。雖然放下，不能說它錯，它在那個時代是對的，在這個時代不合宜，所以它在那個時候這個用法是不錯的，這個道理要懂。

第九要護，「持護，善識異緣，不令觸犯」。不同的緣，有沒有？有，尤其在現在，不同的族群、不同的信仰、不同的文化，這叫異緣。我們要不要學習？要學習、要尊重，要認真學習，要十分尊重，我們才能夠相處，才能和睦相處。不能夠產生對立，這比什麼都重要。所以和而不同。就好像我們吃東西，我們幾個人在一塊吃飯，有人喜歡吃甜的，有人喜歡吃鹹的，有人喜歡吃辣的，沒有衝突，他愛怎麼做都好，怎麼不好，都好，不要要求別人跟我一樣，這個道理要懂。各有所需，各有所取，各得利益，人就好處了。這些年來我們跟許多不同宗教往來，我們在佛法裡認知一個原則，世界宗教是一家。在《華嚴》裡面，遍法界虛空界是一體，比是一家還親切多了，一體。爲什麼會有這種差別？這差別有因緣的，古時候交通不方便，資訊不發達，沒有資訊，古聖先賢應化在不同的族群、不同的文化，他要適應那個時候的環境展開教學，他教學的方向目標決定是一致的，不變的，但是方法不一樣，這都是我們能理解的。所以要互相學習，和睦相處，不令觸犯，這叫持護，持是受持，護，不但護自己，也要護別人。

末後一個，「識遮障，得益不向外說，失損不生疑謗」，這兩句話非常重要，得到好處你不要去誇耀，爲什麼？會引起別人反感，尤其是不同的文化、不同的信仰，這就是現在講的敏感問題。別人來問你，可以說，不問，不主動去宣揚，而要讚歎各種不同文化都好。對於不同的信仰，要學十大願王裡面「禮敬諸佛」，平等的禮敬，平等的供養，這就對了，世界大同、社會和諧肯定就能夠出現。我

依照這個修學，可是所得的結果不是福德，而是災難，而是病苦，這怎麼辦？會不會懷疑？會不會毀謗？絕大多數的人都會有這種行為出現。佛菩薩、祖師大德在此地教給我們，不可以，為什麼？你失損，那就是你得到的，學佛學久了知道，消自己的業障，得了一次大病，業障消了，業障消了病就好了。所以要知道懺悔，不能懷疑，不能謗佛，不能謗法，你謗佛、謗法你罪上加罪，你對於佛法更虔誠、更認真、更努力，業障很快就消除。所以大乘教裡佛才說，菩薩最大的障礙是什麼？懷疑，疑是菩薩第一個重障，這前面我們都曾經學過。一定要記住，對於聖人的教誨、佛菩薩的經教，不懷疑、不毀謗。今天時間到了，我們就學到此地。