



淨空老法師 法語

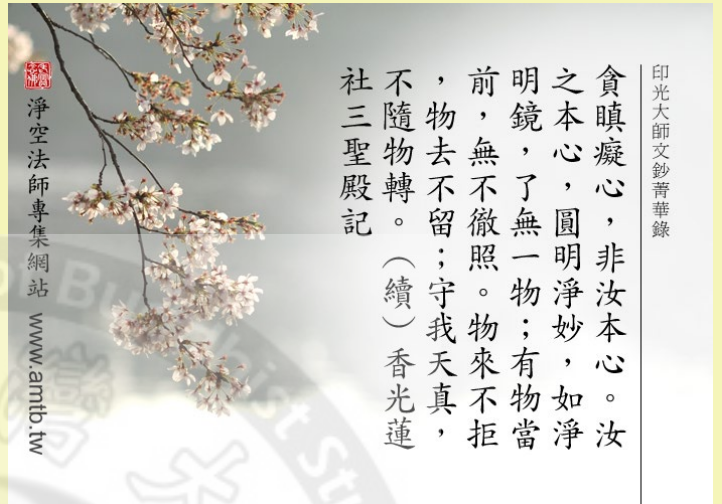
海賢老和尚說念佛、成佛是大事，其他都是假的，所以要統統放下。

覺正



本期專欄：談飲食與身心健康（下）

- 📖 本期內容簡介
- 📖 經論輯要：[金剛經講義節要述記（197）](#)
- 📖 印光大師開示：[明對治習氣](#)
- 📖 倫理道德：[不忘父母恩與師恩](#)
- 📖 因果教育：[文昌帝君陰騭文廣義新譯（37）](#)
- 📖 心得交流：[cd22368同學的學佛心得](#)
- 📖 答疑解惑
- 📖 網路講座：[淨空老和尚網路首播](#)
- 📖 法寶流通
- 📖 信息交流



星期四 Vol. 472

我要訂閱/取消

雜誌下載

學佛問題

本期內容簡介

本期內容如下：

生活愈簡單，我們的心就愈清淨，心愈清淨，身體裡面五臟六腑起的作用就正常，身體就愈健康。請看[本期專欄](#)。

‘有所說法否，意謂心中存有所說之般若波羅蜜法相否？’“有所”是佛說般若波羅蜜，是不是在心裡存個“般若波羅蜜”？須菩提答得很好，我們要仔細看，《金剛經》上每一字都不可輕易看過。請看[金剛經講義節要述記](#)。

最新訊息：[嚴正聲明](#)、[Facebook](#)、[MP4及MP3下載](#)

目前發現yahoo、pchome、themai、sohu、126、263、163、eyou、sina、21cn免費信箱，會被isp當作廣告信擋掉或移至垃圾桶，若您是上列信箱，請先查看垃圾桶是否有，若無收雜誌建議使用其他Email信箱訂閱，謝謝！

本期專欄：談飲食與身心健康（下）

三、正確的飲食方法

1. 飲食簡單，心清淨、身健康

(1) 飲食簡單利於身

飲食要簡單，不要搞很多花樣，花樣搞得多，決定不健康。所謂“病從口入”，吃東西是愈

简单愈好。饮食简单，我们的肠胃干净。肠胃干净，就不会生病。一般讲，中国人讲色香味，外国人只讲营养。他们吃东西非常单调，几乎每天都吃一样的菜色；中国人就不习惯，天天要换口味，不换口味，这个东西就吃不下去，这是习气。

(2) 六、七分饱最好

我们要调适身体，吃东西，绝对不要吃饱，通常一般讲，吃六、七成就好。吃得太饱会使人昏沉，保持着不饱不饥最好，不但对修道有帮助，平常工作的时候，精神也能提得起来。

(3) 睡前勿贪吃

在睡眠的时候，因为人的身体没有动作，肠胃蠕动得很缓慢，吃东西消化就不良了。如果吃的东西多，再要贪吃，那可就麻烦大了。

(4) 清净心是最好的营养

现在，由于报章杂志经常报导这个营养，那个营养，这都是骗人的，是要我们把口袋里的钞票去营养他去。而我们吃了那些东西，说不定就吃出了一身病。所以，饮食要简单，心地要清净。心愈清净，需要的营养愈少。因为我们体力的消耗就是营养的消耗，营养是能量，身体是个机器，要补充能量，像汽车一样，不加油，它就不能跑了。人需要加油，需要加能量。能量消耗到哪里去？百分之九十五都消耗在妄念上。所以心愈清净、妄念愈少，就变成一部省油的车。一天吃一点点就够了，营养也足够了。如果一天到晚打妄想，一天吃五顿都不够。

(5) 素食养身心

素食确实实养身养心，心地善良，身体就健康。他们吃肉食的，吃了一身毛病；我们吃素的人，身体却一点毛病都没有。

生活愈简单，我们的心就愈清净，心愈清净，身体里面五脏六腑起的作用就正常，身体就愈健康。

四、牢记佛陀教诲，过智慧的生活

1. 持斋的真正意义

释迦牟尼佛当年在世给我们做了个榜样，他到外面去托钵，托钵是什么？给什么吃什么，没有选择的。日中一食，一天吃一餐，树下一宿，所以他不贪睡，也不贪吃。

佛在世的时候，佛也不是有意提倡日中一食，佛并不重视这些问题。而是佛陀在世那个时候，印度的确叫“宗教之国”，当时印度的宗教非常非常多，佛经里面所记载的就有九十六种。这些宗教徒，他们都是日中一食，所以，佛出来教化众生，人家如果看到释迦牟尼佛一天吃三顿饭，估计大家对他印象就不好了：你看你都还比不上那些宗教。于是佛也采取他们的生活方式，日中一食。当然，佛心清净，佛的弟子们身心都清净，一餐确实是足够了。这一餐是跟平常一餐的分量相等，而不是把三餐在一顿中吃掉。净土经典里面，往生是信愿持名，没有说一定要持午才能往生，不持午就不能往生；我们在三经、五经里面都没有这个说法的。所以，大家在饮食方面要正确掌握。修行要有一个健康的身体，要有饱满的精神。如果吃多了会昏沉，精神提不起来；肚子空的、饿的时候也不行，也没有办法办道。

如果能够把饮食减少，这的确是好事情，也省事。一天忙三餐饭，那么多时间去料理，实在讲是毫无意义，的确是很浪费。

台中的李老师、李炳南老居士，他是日中一食，但是他并不讲求这个过中。为了省事，他一天吃一餐。他吃的量很少，都是自己做。他吃饭就是一个带把的小锅，锅是它，碗也是它，饭菜煮在一起，洗也就洗一个，非常省事，真正是非常简单。别人看到，认为苦得不得了，他自己却快乐得不得了，乐在其中！因为这样他时间就多了，他做他的弘法利生的事业。信徒中有些人晚上请他去吃饭，他也不拒绝，他照样去参加，也去应酬一点，这是大乘菩萨法。他对于这些不拘束的，当然，不是他晚上想吃，故意叫人去请他。如果故意叫人请那就错了，那就是真的叫犯戒、破斋了。斋是身心清净，是这么个意思。

烦恼轻、妄念少，我们需要补充的能量就少，一天一餐够了，会非常正常，精神饱满，一天到晚欢欢喜喜，常生欢喜心，这种人才真正懂得自爱。绝不糟蹋自己，对于自己身体，每一个器官、每一个细胞都爱护，都不伤害它，儒家讲这是尽孝道。我们的肤发、身体，受之于父母，我自爱就是爱父母，不自爱常常损坏自己身体，这就是不孝！这个道理懂得的人少，释迦牟尼佛做出了这么好的榜样给我们看。

2.守“中道”，生活简单朴素、健康智慧

什么事情都守住一个原则：“适可而止”。这句话可以用在一切时、一切处、一切事物当中，这也是儒家讲的“中庸”，佛家讲的“中道”。适可而止，决定不能够过分。尤其是佛法里面，佛常讲“比丘常带三分病”，“三分病”是什么病？就是饿病，就是不要吃饱。这样子人时时刻刻在警觉之中，不迷惑，时时刻刻想着佛的教诲，记住佛的教诲，依教奉行。

所以佛菩萨、祖师大德们给我们示现的那种生活方式，是最健康的，他们过的是智慧的生活。生活简单朴素，不但健康长寿，而且充满了智慧。这才是真正的人生，这才是真正的幸福美满。

——恭录自上净下空老和尚讲演 <http://www.amtb.cn/>

六五、示应离言说相持

须菩提。于意云何。如来有所说法不。须菩提白佛言。世尊。如来无所说。

1.‘有所说法否’，意谓心中存有所说之般若波罗蜜法相否？

‘有所说法否，意谓心中存有所说之般若波罗蜜法相否？’“有所”是佛说般若波罗蜜，是不是在心里存个“般若波罗蜜”？须菩提答得很好，我们要仔细看，《金刚经》上每一字都不可轻易看过，他答的是‘如来无所说’。“如来”是就真心本性而言的。真心本性中无有一法。如果你会受持，就自在、快乐。我们每天听许多人说话，尤其听到不如意的话，好烦、好恼，那是不会受持《金刚经》。若会受持《金刚经》，他无所说，真如本性里清清楚楚，无有一法可说，就很自在。他清净，我也清净；他心里无有一法，我心里也无有一法。如此方是受持《金刚经》，真得受用，真学到东西，生活上立即用得着。

很多人说，佛法不合现实；说此话之人，其实对佛法一无所知。佛法是最现实不过的，世间没有一法比得上佛法的现实，立刻就得用处，立收效果，真现实！是故一问一答之中法味无穷，若能领会，而应用在生活中，安得不自在！听到甜言蜜语，我们也不笑，因为心中无所说。听到烦恼的话、骂我们的话、侮辱我们的话，也笑笑，泰然处之。如来无有法可说，决定不要被假相迷住，而要见性。性是清净的。一切众生与诸佛如来是一个性，一样的清净，从来不染。从此小注，我将大意向诸位说明，方知此经的法味无穷。“如应奉持”，方知如何奉持金刚般若波罗蜜。后面三小段经文，说明世尊真是慈悲到了极处。

2.‘如来’是性德之称。性体空寂，岂有所说之法相耶。不曰“佛说”而曰“如来说”，意在明此。

“如来”是性德之称。性体空寂，岂有所说之法相耶。不曰“佛说”而曰“如来说”，意在明此。佛所问的话，须菩提尊者所领会的，回答的话，其中的义理，无限深广。

3.‘无所说’者，无其所说也，非谓无说。“无所行”、“无所得”等句，意同此。

“无所说”者，无其所说也，非谓无说。‘说’是相；‘无所说’是性。真心里无所说。凡夫是从妄心里说出来的。如来为我们说法，是真心，还是妄心？如果是真心，“言语道断，心行处灭”，一个字也说不出来。如果是妄心，如来岂不变成凡夫？此处就得用般若波罗蜜解释，诸佛菩萨示现在六道，“随众生心应所知量”，“恒顺众生，随善功德”。佛现的相，三十二相、八十种好，是不是佛有意来现相？若佛有意现，就是凡夫；佛决定无意。无意，何以会现相？众生有感，佛即有应，是故相乃感应道交之所现。

也许你觉得不可思议，众生有感，佛又没有意思，何以会现相？如果想不通，敲敲下面放的磬，一敲，磬就响。它是不是有意要响？它没有意思，敲得重，它响得大；敲得轻，就响得小，自自然然感应，确实没有用心。如果有心，不会感应，我敲，它就不响；不敲，它也响。如何才能与诸佛菩萨感应道交？心清净就得感应。心愈清净，感应愈快、愈明显。凡夫与佛菩萨何以没有感应道交？心里妄想、杂念太多。心空才灵。若心不空，装满垃圾，是故不灵。

心不灵，有时也感应佛菩萨现前。我们要明了，心不清净，忽然看见佛，看到菩萨，那是妖魔鬼怪来了。妖魔鬼怪的心不清净，他看我们喜欢神通，喜欢感应，他就变现佛菩萨来捉弄。现在世间，如是上当之人很多。若是要问，见的佛菩萨到底是真、是假？不要问别人，问自己的心。清净心所感应的，就是佛菩萨。不清净的心所感应的，就有问题。那里需要问人！由此可知，众生有感，佛就有应。

应身佛能说法，众生有疑难向佛请教，佛立刻就回答，为众生说法。应身佛是有心说的，还是无心说的？他是无所说而说，无说而说，说而无说。无所说，何以会说？会！如果我们真的有感应，上讲台讲经时是无所说而说。将来真正发心上讲台，会有这种感应。讲台上讲得头头是道，大家听了很欢喜；下了讲台，人家问刚才说些什么，不知道！是真不知道，不是假不知道。是佛菩萨加持的。佛菩萨加持是有条件的，心要清净、心要真诚、心要慈悲；心不清净、不真诚，不慈悲，得不到加持。

真心就有感应，妄心就没有感应。妄心有感应，不是好事；要用真心，真诚为利益一切众生。应化身讲经，确实是无意的、无心的。唯有无心，才是自性流露，从真如本性流露。如果有心，是从心意识流出来的。心意识流露的是凡夫之见；真如本性流露的是佛知佛见。明白了

事实真相，方知如何在日常生活中离言说相，受持金刚般若。

世尊经教是从真如本性中自然流露的。一切众生的言语是从心意识中流出的。心意识是三心二意，是妄心；妄心的本体是真心。由此可知，所有一切众生的言语、言论，在他的真心里也没有，与佛无二无别。佛是直接流出，众生是透过心意识流出的，既然如斯，又何必当真，何必计较！懂得此理，我们跟一切大众相处，听一切众生的言论，我们的心清凉自在，不仅不为言语所转，反而能转境界。

《楞严经》说得很好，“若能转境，则同如来”。如何转境？受持《金刚般若波罗蜜》，离言说相即是转境。人家说东说西，就被人牵，不会转境，可怜！一句、半句都记在心里放不下，一天到晚生烦恼，何其苦也！苦从何来？自己找的。如果觉悟，毫不在意，境界就转过来，便生智慧。事实真相，完全了解，就生智慧，不生烦恼。凡夫在境界中生烦恼，佛菩萨在境界中生智慧。

“无所行”、“无所得”等句’。《金刚经》中，类似的句子不少。‘意同此’。与此地讲“无所说”的意思一样，都是从真心本性中说的。

4.性体自证，名为如来。如来即是证得平等性体，理智一如，能所一如。

‘性体自证，名为如来。如来即是证得平等性体，理智一如，能所一如’。江居士的注子，的确很详细、很透彻。读《金刚经讲义》的人不少，然而读了得受用的人不多。因此，必须要透彻的讲解这部讲义；不讲解，依然看不出其中深义。如何修法，如何应用在日常生活上，依然抓不到要领。这就是不能不详细讲解的道理。性体要自证，任何人都帮不上忙，诸佛如来大慈大悲亦帮不上忙，一定要自己亲证。证得，即是“如来”。《金刚经》上解释，“如来者，即诸法如义”。什么是“诸法如义”？“理智一如，能所一如”，就是“如义”，义理很深，要亲证。自己不亲证，别人说出来反而发生误会，迷惑颠倒，莫知所云。是故，此事不能细述，点到为止。

>>续载中.....

（《金刚经讲义节要述记》讲于1995.5新加坡佛教居士林及美国，“华藏讲记组”恭敬整理。<http://www.amtb.cn/>）

印光大师开示：明对治习气

众生一念，与佛无二；由迷而未悟，则全智慧德相，成烦恼业苦。心本是一，迷悟殊则苦乐异矣。是知一念心性，本是智慧功德海；由烦恼障蔽，无智慧照了，则全体成烦恼业苦海。今以智慧觉照之，则即烦恼业苦海，成智慧功德海。故华严经云：一切众生，皆具如来智慧德相；但以妄想执着，而不证得。若离妄想，则一切智，无碍智，即得现前。（三）复陈飞青书

伦理道德：不忘父母恩与师恩

四重恩，头一个是父母之恩，身虽然是假身，身从哪里来的？父母生我育我，没这个身，什么都不能成就，所以父母是第一个恩。老师是第二个恩，没有老师，我们怎么会知道佛法，怎么能受到这么好的教育，这是老师的恩。老师，一定要记住第一个老师。

中国在古代，读书人考取状元，在现在讲是最高的学位，第一桩大事，回家去祭祖，去感谢老师。教他的老师很多人，感谢启蒙的老师，这是表法，不忘根本。启蒙的这个老师，甚至于还是个秀才，你现在中了状元，这个地位相差太悬殊，但是他是你启蒙老师，就跟父母一样。你父母没有做状元，你中了状元，再高的地位，不能把父母忘掉，不能把启蒙的老师忘掉。

启蒙老师是根，以后的老师都是接着一层一层，他是最初的。中国人重视根本，根本重视，枝叶当然没有问题，能尽孝道，这叫人不忘本。忘恩负义，他不会有成就，纵有成就，时间也不长，果报不好。所以人决定不能忘本。不忘本的人，他能够照顾枝叶；忘本的人，只知道自己，不知道有别人。

文摘恭录—二零一二净土大经科注（第六十八集）2012/12/13 档名：02-040-0068 (<http://www.amtb.cn/>)

因果教育：文昌帝君阴骘文广义新译（37）

【下附征事】

得免驴胎【法句喻经】

世从前有一位帝释天王，五种威德离身，自知将要死亡，死后会投生陶家的驴胎，非常忧愁，心想：三界中能够救人苦难的只有佛陀而已！于是赶紧到佛陀住所，五体投地，虔诚礼拜，至心皈依佛法圣众。当他还没有起身的时候，忽然死亡了，立即投生到驴的肚子里。这时母驴踩坏了主人家的陶瓷，主人就鞭打它，立即伤了驴胎，他的神识又回到原来的身体，再做天帝。佛说：“在即将命终时能够皈依三宝，真是善根深厚啊！”于是对他说法，使他证得须陀洹果。

【按】《涅槃经》说：“虽然投生梵天，甚至生到最高的非想非非想天，命终还会堕落到三恶道。”

得免猪胎【折服罗汉经】

忉利天宫有一个天人寿命将尽，五种衰相已经出现，自己知道命终后会生到鸠夷那渴国，一头身患疥癞的母猪肚子里当小猪，因此整天忧愁害怕，不知道该怎么办。有一个天人告诉他说：“现在佛正在此处为母亲说法，为什么不去求佛呢？”他就马上到佛那里虔诚拜佛。佛为他传授三皈依，他就依照佛的教导，至诚精进了七天，命终下生到维耶离国，做了长者的儿子。

【按】大富贵人将要死的时候，要他舍弃官爵财宝、田宅妻子，就像是割身上的肉一样，非常地痛苦。天人命终时也是这样，《正法念处经》说：“如果在前世造了偷盗的恶业，这时就会看见许多天女夺走他所穿戴的庄严衣物，去送给别的天人。如果在前世犯了妄语业，天女听到他所说的话，就会错解他的意思，以为他在恶口骂人。如果在前世以酒送给持戒的人，或者自己破戒饮酒，临终就会心识迷乱，失去正念，堕落到地狱里。如果前世造了杀生的恶业，他的寿命就会很短促，很快就会命终。如果在前世造了邪淫业，临终就会看见许多天女离他远去，

而与其他天人互相娱乐。”这就叫做五种衰相。

经救全城【法苑珠林】

晋朝的刘度是平原县的人，他住的那个地方有一千多户人家，全部信奉佛法，供养僧尼。当时北虜(1)有人逃离，大多隐藏到城中，虜主大为愤怒，打算要屠杀全城。刘度就率领全城大小，都念诵观世音菩萨圣号。不久，虜主看见天上有东西掉下来，落在他的庭院中，缠绕在梁柱上，仔细一看，原来是《观世音菩萨普门品》。他心里非常高兴，这座城因此得到保全。

(1)虜：对北方敌人的轻蔑称呼。

【按】平时既知培植福业，临难又能诚心哀求，北虜因而能够回心转意，本来就是理所当然的。

枷锁自脱【法苑珠林】

晋朝河内的窦传，永和年中做并州刺史高昌的部下，被吕护俘虏，与六、七个同伴关在一间牢狱，限定日期要杀头。窦传就专心称念观世音菩萨，共计三天三夜，没有一点懈怠，枷锁竟然逐渐宽松，忽然自行脱落。他心中虽然暗自高兴，但是想到还有许多同伴，不忍心独自离去，就又至诚祈祷同伴能够得救。一会儿，所有人的枷锁也一个接一个地脱落了。于是开门走出牢狱，翻越城墙连夜逃跑，走了四、五里路，隐藏到灌木丛中。天亮以后，吕护的人马四处追捕，放火焚烧山野，只有窦传所藏匿的一亩多地区，既不起火，也没有人来追捕。

【按】这就是经上说的“念彼观音力，释然得解脱”。至于落水不溺、入火不烧，这种种灵验事迹记载在其他书上的很多，实在无法说得完。

僧作天王【唐高僧传】

隋朝相州的僧人释元景，俗家姓石，是沧州人，向往大乘佛法，礼拜、念诵不曾停止。后来卧病三天，告诉侍者说：“我本来是想要见弥勒佛，为什么竟然做了夜摩天王呢？”然后又自言自语地说：“宾客很多，事情须要处理。”大家问他是什么意思，他说：“这不是你们所能知道的，有天人来迎接我了！”于是奇特的香气充满室内，忽然就逝世了。当时是大业二年六月，遗命将其葬到紫柏河最深的地方。三天后去看，水中突起一座高坟，而河水就分成两个水道。

【按】发光地菩萨常常示现作夜摩天王，那么我们怎能知道元景法师的真实身分呢？

盲者得视【北史】

后周时代的张元，字孝始，十六岁时祖父眼睛失明。在三年之中，张元昼夜不断地礼佛，来祈求赐福庇佑。有一天，他读诵《药师经》，看见“盲者得视”的经文，于是礼请七位僧人，燃起七盏明灯，七天七夜念诵《药师经》，边拜边哭地说：“佛陀啊！元作为孙子却很不孝，致使祖父眼睛失明，现在点起明灯，普施法界，我愿意代替失明，使祖父眼睛复明。”这样殷勤礼拜，经过了七天，夜里梦见一位老翁用金鐏(2)刮祖父的眼睛，告诉张元说：“不要忧虑，三天后就会复明了。”张元在梦中欢喜跳跃，因而醒了过来，把梦境告诉全家人。过了三天，祖父的眼睛果然复明了。

(2)金鑿：印度治眼疾用的刮眼器。

【按】善于治病的人，莫过于对症下药。眼睛失明的原因，大多由于前世毁谤佛法；所以要救度盲人，必须为他开启坚固的正法之眼。《大集经》说：“如果有众生，在过去世的时候，或者毁谤佛法，或者毁谤圣人，或者障碍讲经说法的人，或者抄写经书时漏掉文字，或者损坏其他善法，或者暗藏其他法门。因为这些业缘，今世获得失明的报应。”又《付法藏经》说：“障碍别人出家，必定堕落恶道。恶道受罪完毕，投生到人道中，生来就是瞎子。”张孝始的作法，可说是对症下药啊！

>>续载中.....

心得交流：ed22368同学的学佛心得

标题：吃素是福

童年时，因家在农村，记忆中人们的观念就是能吃肉是有福气的表现。在70年代的乡村，一年到头能吃上肉的次数应该屈指可数，84年上初中三年级，到学校住宿，能用小玻璃瓶装上几块猪肉带到学校，在住宿的宿友中也应该为数不多的了。那时候怎么也没想到，时隔二十多年后自己会成为一个素食主义者。完全把“吃肉是福”的观念变成了“吃素是福”。

光阴似箭，日月如梭。不知不觉，弟子因生病改为吃全素已经整整过了七个年头，自己一个人时不用晚餐也已经有好几年了。

前天中午，弟子在工作单位用餐，厨房的阿姨端出了特别为弟子炒好的素菜，看到那盘香喷喷的素菜，身边的一位女同事对弟子说：“好想吃你的斋菜（素菜）！”弟子见她喜欢，赶紧跟她讲：“来啊，拿个菜夹来夹去吃啊。”于是厨房的阿姨给她夹了素菜，这一餐她也就没有吃厨房给全校教师做好的肉。用完午餐，同事还特意走过来向弟子道谢，说素菜的味道真好，很好吃。

吃素七年来，这其中的利益实在难以估量，其他的不说，弟子再也没有因为生病进过医院，也不再因生病与西医打交道，省下的不仅仅是医药费，还有那无价之宝——时间。

如今，弟子的先生不管在家还是在外都吃素，儿子回家也是吃素，弟子与同学、同事的聚会用餐全部素食。弟子的先生近一年回乡下服侍公公婆婆，公公婆婆从而也减少了吃肉，每月的初一、十五也基本改为吃素，而且养成了餐前念十声“阿弥陀佛”的习惯。

感恩尊敬的师父上人对九法界众生苦口婆心的救护、教导与开示，感恩学院院长对冥阳两界众生的慈悲救度，感恩学院老师们的默默耕耘与奉献，感恩学院学长们的无私付出与护持.....

吃素是福，感恩吃素，感恩一切！

（文章来源“佛陀教育网路学院—心得交流”）

答疑解惑

问：一般民间习惯说“十八层地狱”，而《地狱变相图》所述是十殿阎王，民间少有听闻。据说源自《玉历宝钞》，但这并非佛经，云何画家是学佛居士，却采取道家所说来画出地狱景象？

答：这张图的缘起是城隍来要求的，找我至少先后有十次。他是附在人身上，附体来找我，说他是我们家乡的城隍，他在讲我小时候的事情，十岁以前的事情，除了我母亲之外没有人晓得，他居然都能说得出来，所以我相信这不是假的。我就问他，你找我干什么？他说希望帮助他恢复城隍庙。我说这个事情太难了。现在佛寺可以修复。但是城隍庙不行，国家政策不许可。

他就跟我说，阎王殿很重要！我说是的，城隍庙里头最精采的就是阎王殿。阎王殿是什么？教人因果，功德无量。他就要求能把阎王殿做出来。当时我就想到用浮雕，福建惠安的浮雕很好。那时候我在新加坡，新加坡这外面圆墙上统统找的惠安的浮雕，雕得非常好。我说好，我想办法雕一套地狱变相图，放在寺院的墙壁上。城隍想了半天就告诉我，他说那就不如画画，我说那就更容易了。所以是他提出来的。

九华山也有墙壁上的绘画，壁画。我们用照相机把它照出来，十张，他一殿就是一张，所以照片拿来给我看。看了之后，我就找到江老师，跟我是好朋友，这是台湾的一位画家，画的好。我就把这个事情告诉他，他也有感应。而且从前李老师在世的时候曾经告诉他，希望他画一张“地狱变相图”，画一张“极乐世界图”，叫人看看做坏事的那一边，做好事的这一边，做个对比。

城隍庙是道教，不是佛教。道教里面讲地狱变相讲得最多的、最清楚的是《玉历宝钞》，所以我们决定参考《玉历宝钞》，把这个赶紧画出来。有少部分是参考佛经，大概百分之九十都是《玉历宝钞》上的。我找了几个同学查《大藏经》，把《大藏经》整个翻一遍，凡是讲到地狱的都把它抄出来。现在我们印成一本，那本的题目是我写的，《诸经佛说地狱集要》，“诸经”就是一切经，佛说地狱的这些经文。抄录成一本，现在印成精装，这是佛说的。佛说的比《玉历宝钞》更详细、更丰富，我就想将来如果有人再能发心，依照佛经所讲的地狱再画一张，那是佛教的，那就更有意义了。我们有这么个心愿，我想将来肯定会有人发心去做佛教的地狱变相图。

问：为何只见人类在地狱中受罪，没有其他道众生，如天道、阿修罗、畜牲等？

答：我们看到很多外国人拍摄《动物奇观》，像老虎、狮子吃饱的时候，小动物在它身旁走来走去，它理都不理。除非是饿极了，它抓一个来吃。好在它吃一顿，一般讲大概可以说三天，我们现在佛家日中一食，老虎、狮子三天吃一顿，所以它伤害的众生并不多。它抓一头牛来吃，抓一只鹿来吃，一条命。你看看人类，你看到酒席里面，一餐杀多少条命？动物除了肚子饿了找东西吃之外，它没有念头，它不造罪业。人是比动物可恶多了。

我想天道当然是比较仁慈，造业真的会比人少。天会堕落，堕落到人道、堕落到修罗道，恐怕不会堕地狱，最重的堕到饿鬼就了不起了，贪心重堕饿鬼。所以细细想想还是有道理。人造业比哪一道造业都来得重，很可怕。

问：为何地狱中之狱卒多以蓝色来呈现？

答：实际上，地狱里面的色彩也不是一定的，在佛经里面讲，地狱是化生。如果不是造地狱的业报，地狱在面前他也见不到。过去，台湾有个老先生朱镜宙老居士，他在台湾办了个印经处，所以最早期，我学佛看的那些经书，都是他送给我的。他的岳父是章太炎，民国初年的一位国学大师。他岳父曾经做过东岳大帝的判官。判官地位很高，相当于秘书长一样。每天晚上他都上班去，他说晚上天黑的时候，就有两个小鬼抬了个轿子去上班，早晨天亮就送他回来。白天、晚上都忙，很累

他曾经给东岳大帝做了个建议，就是他想到地狱的刑罚有炮烙，就是铜柱烧红的让罪人去抱。他说这个太残酷，能不能把这个刑罚废止？东岳大帝就让他去看，说你到刑场去参观，就派两个小鬼带他去。走了一段路，小鬼告诉他，“到了，就在这里”，他看不见。他突然想到佛说的，业力变现的，不是东岳大帝，不是鬼王建设的，统统是自己业力变现的，他明白这个道理了。地狱里设这么多刑罚，绝对不是阎罗王的事情，阎罗王才不管这个事情。你自己造的什么业你自己变什么，就像作梦一样，确实不是真的。所以《地藏经》上说得好，地狱只有两种人可以进来，一个是菩萨，进来度化众生的；另外一个就是受这个刑罚的人，他能看到地狱，别的人看不到。所以这个里面不是一个人看一种颜色，每个人的业感不相同。这个深蓝色，蓝里面掺上黑色，也是用一种恐怖的意思，不是明亮的，不是光明的，用这个颜色，这是画家来呈现的。

(节录自21-346学佛答问 <http://www.amtb.cn/>)

净空老和尚网路直播台

◎净空老和尚最近讲演资讯，详细内容请参考[网路直播台](#) ([CN镜像站](#))。

法宝流通

- ◎净空法师讲演音带、DVD及书籍，皆免费结缘，请就近向[各地净宗学会](#)索取。
- ◎台湾地区同修索取法宝，请至“[华藏净宗学会弘化网-法宝结缘](#)”。
- ◎大陆同修若欲索取 净空法师讲演带及法宝，请与“香港佛陀教育协会”联络：amtbhk1@budaedu.org.hk。

信息交流

◎[佛陀教育网路学院](#)成立缘起：我们常常收到各地网路同修来信，皆言及虽有心学佛，却不知从何学起，应如何听经学习。又 净空老和尚的讲演有大小性相，各个宗派的经论典籍，法海深广，初学者不知修学之次第，何者为先，何者为后，以故学而不得其宗旨，始勤终惰，退悔初心，实为可惜！今佛陀教育网路学院之成立，正是针对上述缘由，将现有网路的文字（教材）与影音（讲演画面）合为一体，如同“网路电视台”，为世界各地真正有志于学佛者，提供一个方便快捷，随时随地不受时空限制的网路修学环境。网路学院一切课程之排列，皆是以 净空老和尚为澳洲净宗学院所订之课程，从初级到高级，从本科到专科的修学次第，也是为实现澳洲净宗学院将来能真正达到远距教学的前哨站。今日社会是科技进步、资讯发达的时代，要善用高科技宣扬妙法，阐释正教，令佛法传递无远弗届，才将进一步利益更多学人，将般若文海遍及环宇，使一切有缘众生得佛正法薰习之机会。若有心想修学的同修，可至[佛陀教育网路学院](#)参观访问。

◎[净空法师英文网站](#)网址为<http://www.chinkung.org/>，此网站主要以配合 净空法师的和平之旅，同时接引国外众生认识佛教。提供 净空法师多元文化理念及国际参访等相关资讯。敬请诸位同修将此网址广为流通给外国同修，让他们更有机缘认识佛教，功德无量！

◎[净空法师专集大陆镜像站](#)网址为<http://www.amtb.cn/>，更方便大家记忆。大陆地区同修可以就近访问这个网站。若同修于浏览中有发现任何问题，欢迎来信告知，请至amtb@amtb.tw