题目：（四）拒绝利用神通传教的佛陀
时间：04/24/2021 04/25/2021
地点：宇宙规律国际佛学会
主讲：周金花
主要内容：

第一、佛法修行

（四）拒绝利用神通传教的佛陀

有一次，佛陀来到了摩揭陀国游化，住在那烂陀城郊的芒果园中。

这天，有一位名叫「坚固」的在家居士，来芒果园拜访佛陀。他向佛陀顶礼后，建议佛陀说：

「世尊！那烂陀是一个繁荣富裕的城市，人口众多，世尊如果能要一位比丘，在大众面前展现神通，那么，我们那烂陀城的人，一定会更加地敬信世尊。」

佛陀回答说：

「坚固！我从来不教比丘们对任何在家人展现神通，我只教导他们远离喧嚣，宁静地思惟正法，如果有所成就，自己知道就好，如果有了过失，则当自我举发，忏悔改过。」

然而，这位名叫坚固的在家居士，还是再三地请求佛陀要比丘们为民众展现神通，以争取更多人敬信佛陀，方便佛陀与佛弟子们在这人口众多的城市弘扬佛法，利益更多的人。

佛陀再三拒绝了，并且说明为何不愿意以神通来宣扬佛法的理由。佛陀说：

「坚固！我可以以三种自己的亲身体证来作教化：一是神足神通，二是他心神通，三是教诫神通。

什么是神足神通？神足神通就是能变化出许多化身，能隐身、穿墙、入地、水上行走、空中飞行、身出烟火、直达梵天等等的超常能力。

然而，如果有一位信仰正法，归依三宝的人，告诉另一位不信的朋友说：

『太稀有神奇了！我见过比丘能现无量神足神通，他可以直达梵天，真是大神力、大威德啊！』

那位不信的朋友可能会这样回答：

『是啊！确实有一种这样的明咒，可以让人有神通力。那位比丘就是依着这样的明咒而现无量神通的。』

像这样，不但没有达到宣扬正法的目的，是不是反而成为一种诽谤呢！所以，依我的观察而深知展现神通变化的缺失，所以不喜欢、不重视，并且拒绝以这样的目的展现神通。

什么是他心神通？那是不必别人告知，就能知道他人心中在想什么的超常能力。

同样地，如果有一位信仰正法，归依三宝的人，告诉另一位不信的朋友说：

『太稀有神奇了！我见过比丘能展现他心神通，知道别人心中在想什么，真是大神力、大威德啊！』

那位不信的朋友可能会这样回答：

『是啊！确实有一种这样的咒，可以让人有他心神通。那位比丘就是依着这样的咒，而知道别人心中在想什么的。』

这样，是不是没有达到目的，反而成为一种诽谤呢！所以，依我的观察而深知展现神通变化的缺失，因而不喜欢、不重视，并且拒绝以这样的目的展现神通。

以这样的缘故，我不教比丘们现神通变化，只教他们宁静地去思惟佛法；举发自己的过失，而不现自己的成就，这就是我比丘弟子们的神足神通与他心神通。

什么是教诫神通？例如对比丘作这样的教诫：

『你应该这样思惟，不要那样思惟；意念应该这样，不要那样；应该舍离这些，而到那边安住。』

像这样为他说法，内容纯正，义理清净，可以令人修行圆满。这样的教诫、说法，让在家长者、居士们听了以后，真正对佛法有正确的认识，才能引发他们对正法的信心，进而有意愿出家修学，成就三明解脱，这就是我比丘们的教诫神通。」

按语：

一、本则故事取材自《长阿含第二四坚固经》、《长部第一一坚固经》。另，有关世尊的「三种教化」，参考《杂阿含第一九七经》（作「三种示现教化」）、《长阿含第一大本经》（作「三事教化」）、《中阿含第一四三伤歌逻经》（作「三种示现」）、《增支部第三集第六〇经》（作「三种神通」）。

二、神通，是禅定修学成就后，开发出来的超常能力，最让一般常人感到神奇而具吸引力了。然而，佛陀所要教导我们的，是烦恼的彻底止息与生命的解脱，这不是神通所能成办的。如果依据《杂阿含第一二一二经》、《中阿含第一二一请请经》、《相应部第八相应第七经》的记载，一群五百位比丘的解脱者中，慧解脱阿罗汉的数目高达三百二十位，占百分之六十四之多。而慧解脱阿罗汉，依《相应部第一二相应第七〇经》说，是没有神通能力的解脱者，与之相当的《杂阿含第三四七经》则说，是没有初禅以上禅定力的解脱者，不会初禅定，必然没有神通。由此可知，神通与解脱没有必然的关系了。

三、利用神通或神迹来拓展佛教，似乎是一个好点子，即使在今天，恐怕都还不免有人会这样认为。其实，二千多年前佛陀就曾经明确地拒绝了。当时的婆罗门教，非因计因，流行咒术咒语，讲求神通神迹，如果佛教的开拓，也随一般人投其所好，抢搭这样的列车，因地不正，如何能引入纯正的佛法呢？佛陀评估这样的方法是弊多于利，所以不愿意以神通来宣扬佛法，也不要出家比丘们以神通来吸引人们。今天我们所处的环境，一般人仍然对神通与神迹趋之若鹜，基本上与佛陀时代相差不多，想要以展现神通来开拓佛教的版图，恐怕仍然不得其要，反而模糊了纯正佛法的诉求，终究会得不偿失。

四、教诫神通，与神足神通、他心神通是不一样的，这并不是一般人所认为，超自然、无碍自在、神秘不可思议的神通。依佛陀的解说，这是经由谆谆教诲，有次第地引导修学正法，然后通达彻底止息烦恼与解脱的，本来与神通无关，但就从其能引导一位凡夫成为解脱圣者的巨大变化，以及能以一教十，

十教百，百教千、万……的辗转传授而改变、造福无数人来看（参考故事第五〈能成就无量福道的教诫教化〉），那么，教诫也算得上是另类神通，所以被称为「神通」就不奇怪了。

第二、斋食养生

这个东西要连皮吃，大病小病都不怕，最便宜的才几元一斤！
很多蔬果的皮营养十分丰富，带皮吃有更好的食疗效果。
如黄瓜清热解毒靠的是黄瓜皮，苹果皮有独特的功效，黑豆补血的秘密也蕴藏在皮里面……

这些蔬果带皮吃营养高：
1、南瓜带皮吃——延缓血糖上升
大部分人在食用南瓜的时候都将皮削掉不吃。你可能不知道，南瓜去皮后，膳食纤维含量并不高，而事实上，南瓜本身属于高GI（血糖生成指数）的食物，比西瓜、小米、土豆等都要高，跟地瓜差不多。
如果南瓜带皮吃，皮中的膳食纤维对于延缓血糖上升有着重要的作用。

2、土豆带皮吃——营养全在皮上
土豆皮富含能增加饱腹感的膳食纤维和有助降低血压的钾元素，吃土豆时不要随便丢了这层营养皮。研究显示，紧贴土豆皮下层所含的维生素高达80%，远远高于土豆内部的肉。
提醒大家，如果放了好几个月，土豆已经发芽变绿，这时候不要说是皮，就是整个土豆最好都不要再吃了，里面含有龙葵碱，会导致中毒。

3、梨带皮吃——清心润肺、降火生津
梨皮是一种药用价值较高的中药，能清心润肺、降火生津。将梨皮洗净切碎，加冰糖炖水服用能治疗咳嗽。自制泡菜时放点梨皮，能使泡菜更脆、更美味。

4、萝卜带皮吃——益肝明目、增免疫
好的萝卜含水量高、甜脆可口。但是，很多人吃萝卜，都习惯把萝卜皮削掉，这样实在太可惜了。
萝卜皮含有大量萝卜皮素，有补肝明目的作用，可治疗夜盲症。
萝卜皮富含萝卜硫素，可促进人体免疫机制，激发肝脏解毒酵素的活性，可保护皮肤免受紫外线伤害。
萝卜皮含有植物纤维，吸水性强，在肠道中体积容易膨胀，是肠道中的“充盈物质”，可加强肠道的蠕动，从而利膈宽肠，通便。

5、葡萄带皮吃——降血脂抗血栓
俗话说：吃葡萄不要吐葡萄皮。从营养学的角度讲，葡萄皮中富含一种多羟基酚类化合物——白藜芦醇，具有降血脂、抗血栓、预防动脉硬化、增强免疫能力等作用。

6、苹果带皮吃——有助减肥防脂肪肝
将近一半维生素C都含在紧贴苹果皮下的果肉里，如果将果皮削去，这部分的果肉也会被浪费掉。
研究发现，苹果皮中所含的熊果酸有助消耗更多热量，还有助保持健康血糖水平及防止脂肪肝。
另外，苹果皮中还含有大量的不可溶性纤维素，可以预防便秘，并帮助降低血脂。

7、茄子带皮吃——预防心脑血管疾病
茄子最令人称道的强健血管功效来自于茄子皮，它集中了茄子中的绝大部分花青素抗氧化成分，也含有很高浓度的果胶和类黄酮，丢掉实在可惜得很。

这些被你扔掉的食物都是宝：
1、萝卜叶
它富含维生素A，是皮肤和眼睛都不可或缺的营养素。并且萝卜叶的维生素C含量丰富，不仅能防止皮肤老化，阻止黑色素的形成，而且还能预防血管老化和动脉硬化。
叶子中的膳食纤维，能促进肠胃蠕动，防治便秘。此外，丰富的钙质也是良好的补钙来源。

2、芹菜叶
芹菜叶可以提供丰富的钙质和铁，是骨质疏松、缺铁性贫血人群的好食材。芹菜叶还能补充维C、维E等。

3、莴笋叶
莴笋，人们喜欢弃去其叶，其实莴笋叶水分与茎大致相同，蛋白质、脂肪、碳水化合物以及钠、钙、铁等元素均高于茎。
此外，莴笋叶富含叶绿素，有“绿色精灵”的美誉，具有润肤美容、清洁口腔、防龋除臭的功效。

4、葱根
葱根中含有大蒜素，有抗氧化、杀菌的特性，还能治便血，并对预防肠道、呼吸道感染有疗效，而且还可治感冒、缓解肌肉痛。

5、菠菜根
菠菜根中含有铁，维A、维C、维K，其中维生素K可以防止皮肤、内脏出血。常吃菠菜根还可以增强体力、排毒养颜。
因为其膳食纤维含量丰富，所以菠菜根不易煮熟。处理方法是：烧一锅开水，抓住整棵菠菜，先将根部煮约40秒，再将手放开，整棵浸在沸水里。这样，就能吃到口感一致、营养全面的菠菜了。

6、香菜根
香菜叶一般被人们当成配菜，香菜根就直接扔掉。
其实香菜根中含有较多的维生素、钙和铁，而且香气很浓。在腌制肉类、海鲜时，放些切碎的香菜根，去腥去异味的效果很明显。

7、豆芽尖
豆芽中营养最丰富的部分并不是白嫩的芽柄，而是淡黄色的芽尖，根则是纤维素含量最高的地方。

第三、每周一素
素炒双菇

材 料：

口蘑5朵、香菇2朵
植物油、姜末少许
盐、蔬果粉适量、水淀粉适量

做 法：

1. 口蘑和香菇洗净切片，焯水；
2. 锅入油，炒香姜末；
3. 倒入蘑菇片翻炒；
4. 淋入水淀粉，大火收汁；
5. 最后调入盐和蔬果粉炒匀即可。