时 间： 12/17/2022　12/18/2022
地 点： 宇 宙 规 律 国 际 佛 学 会
主 讲： 周 金 花
题 目：

一、佛法修行

（九十）人魔鸯掘利摩罗的得解脱

二、斋食养生

五行与五脏

三、每周一素

如意香干

主 要 内 容：

一、佛法修行

（九十）人魔鸯掘利摩罗的得解脱

有一次，佛陀到憍萨罗国的首都舍卫城游化，住在城南郊外的祇树给孤独园。

这天，比丘们到舍卫城中乞食，看到许多民众在波斯匿王的宫外请愿，要求国王出兵，缉拿一位名叫鸯掘利摩罗的杀人魔，大家都说他极为凶暴，见人便杀，而且还将被害人的手指骨串起来，挂在自己身上当饰物。

比丘们乞食回来后，将这件事告诉佛陀。

佛陀听了比丘们的转述，默默地朝鸯掘利摩罗藏身的林里走去。

当佛陀越来越接近鸯掘利摩罗藏身的树林时，沿路上捡柴的、背草的、耕田的、牧牛羊的民众纷纷警告佛陀，要佛陀不要再向前走了，他们说前面的树林中，就住着一位危险的杀人魔。佛陀没在意他们的警告，仍然默默地朝树林走去。

鸯掘利摩罗远远地看到佛陀一个人独自走来，心想：

「太好了！即使是四、五十人成群结伴经过这里，都还成为我的猎物，人们已经很久不曾像这位沙门一样，敢独自经过这里了，我为何要错失这个好机会呢？」

于是，鸯掘利摩罗拿起他的武器，从佛陀的后面追杀过来。但佛陀现了神通力，鸯掘利摩罗追了一阵子后，发现他怎么老是追不上，心想：

「怪事！即使奔走中的象、马、鹿，飞驰中的车乘，我都追得上，但眼前这位以普通步伐走路的沙门，我怎么尽全力了还追不上。」

因此，鸯掘利摩罗向佛陀喊道：

「停下来！沙门！停下来！沙门！」

「我早已停下来了，鸯掘利摩罗！是你自己停不下来的。」

「你明明还在走，怎么说已经停下来了呢！」

「鸯掘利摩罗！我早已停下伤害一切众生的恶行了，而你还停不下来，继续在造杀害众生的恶业！」

这时，鸯掘利摩罗心想：

「我是在做坏事吗？为何我的老师告诉我，只要能杀满一千人，将他们的手指头串成饰鬘挂在身上，死后就能生天？

眼前这位让我怎样追都追不上的人，一定是古书中所描述亿劫难遇的如来解脱者了。」

想到这里，鸯掘利摩罗赶紧丢掉身上的武器，对佛陀说：

「世尊！但愿允许我跟随您出家当沙门。」

佛陀接受了，对他说：

「来吧，比丘！」

鸯掘利摩罗就这样完成了出家的仪式，成为僧团的一份子。

然而，波斯匿王已经启动了对鸯掘利摩罗的追缉。这天，国王领着五百兵骑出发，路过祇树给孤独园，便独自入园内向佛陀请益。

佛陀问国王：

「大王！你这次率领大军，又要去攻打那个国家呢？」

「世尊！我要去缉拿那位杀人魔鸯掘利摩罗。」

「大王！如果鸯掘利摩罗已经随我出家为比丘，你会对他怎样？」

「世尊！那我只好像对其它比丘一样，对他礼敬供养了。但这个大恶人没有丝毫的善念，是不可能出家为比丘的。」

这时，佛陀举起右手，指着不远处树下的鸯掘利摩罗，告诉波斯匿王：

「大王！那位就是鸯掘利摩罗。」

波斯匿王一听，吓得全身起疙瘩，僵在那儿。

佛陀告诉国王，鸯掘利摩罗已经不再是可怕的杀人魔了。

波斯匿王僵了一会儿，在冷静下来后，走过去找鸯掘利摩罗，询问他父母亲的名字，证实了他的身分。于是，波斯匿王向鸯掘利摩罗表示，要供养他衣服、饮食、床坐、医药等生活用品。然而，鸯掘利摩罗却对波斯匿王说：

「大王！我不缺什么，我有出家人的三件衣服就够了。」

波斯匿王深为感动，走回佛陀处，赞叹佛陀不以刀杖，就能降服这样凶恶的人。

就这样，鸯掘利摩罗过着乞食、在幽静处修学的出家生活。一段时间后，终于证得了解脱，成为阿罗汉。

有一次，鸯掘利摩罗进城乞食，被人认出他就是过去的那一位杀人魔，城里的人纷纷奔走相告，许多人都向他丢掷瓦块、石头，也有人拿刀追杀他。结果，鸯掘利摩罗被打得头破血流，身上的衣服也被砍烂了。佛陀看见他这样狼狈地回来，安慰他说：

「鸯掘利摩罗！遇到别人打你，你要忍耐啊！因为你现在所受的，是之前所做罪业的报应，那是相当于几千年的地狱报应呢。」

按语：

一、本则故事取材自《增壹阿含第三八品第六经》、《中部第八六鸯掘摩经》、《杂阿含第一〇七七经》、《别译杂阿含第一六经》。

二、鸯掘利摩罗，或译为央瞿利摩罗、鸯掘魔、鸯掘摩，今依巴利文 Angulima^la 译为鸯掘利摩罗。

三、我们看到鸯掘利摩罗因盲目相信老师的话，而导致邪见坚固的可怕。

四、为恶如鸯掘利摩罗的杀人魔，都还能在佛陀正见引导下，当生修学得解脱，印证了佛法「当生可证」的特性，同时，也让我们对「业力」的相对性与复杂性，多一层认识。

五、即使是解脱的圣者，还不能免除他人贪、瞋、痴施报的业力，但解脱的圣者，由于贪、瞋、痴已断，纵然有业力的报应而身受苦，也不会让他起烦恼，更由于后有爱也断尽了，自不会有下一生的报应问题。

六、鸯掘利摩罗向佛陀请求出家为比丘，佛陀接受了，对他说：「来吧，比丘！」（原经文作「善来！比丘！」），就完成了出家为比丘的仪式，这与后来需要十位比丘见证的情形不同。佛教出家得具足戒成为比丘的仪式，依时间发展而有不同的形式，如《俱舍论》引毗奈耶毗婆沙师的归纳，第一为「自然得」，这是指佛或辟支佛，无师得具足戒。第二为「见道得」，这是指像憍陈如等五比丘于见道位得具足戒。第三为「善来得」，即依佛说「善来！比丘！」而得戒。第四为「自誓得」，如大迦叶以信受佛为大师而得戒。第五为「善巧酬答所问」，如苏陀夷聪明过人，年仅七岁能善巧酬问佛陀所问，故虽未满二十岁，而被允许受具足戒。第六为「敬重得」，如佛陀的姨母大爱道比丘尼闻说八种比丘尊重法而得戒。第七为「遣使得」，这是指女众想到僧团中受戒，但因故不能成行，有他人代受戒法。第八为「五人得」，即在佛法不昌盛的地区僧众少，允许五位比丘而非十位见证受具足戒。第九为「十众得」，即佛法昌盛地区僧众多，要有至少于十位比丘见证得戒。第十为「三归得」，系指六十贤圣闻说三归而得受具足戒（引《中华佛教百科全书》第二六八一页）。其中，第二「见道得」解说为「憍陈如等五比丘于见道位得具足戒」，应是指佛陀为五比丘初转*轮，僧团成立的情形，不过，经中说当时只有尊者憍陈如一人证的初果（参考故事第三〈佛陀的初转*轮〉）。第六「敬重得」解说为佛陀姨母大爱道比丘尼（第一位比丘尼）

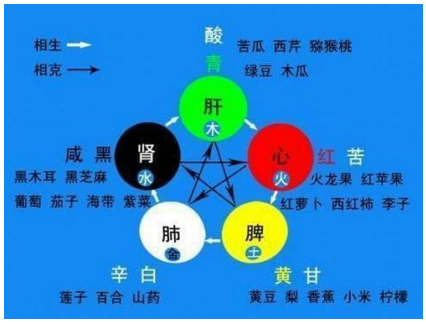
之出家，是依「八种比丘尊重法而得戒」，然依印顺法师之意见，「八敬法」应当不是佛陀时代最初的原貌，最初可能只有「四尊法」（参考《初期大乘佛教之起源与开展》第一九三页），而第三「善来得」，即为鸯掘利摩罗成为比丘的模式。

二、斋食养生

五行与五脏：
传统中医学认为，人的有机整体是以五脏为核心构成的一个极为复杂的统一体，它以五脏为主，配合六腑，以经络作为网络，联系躯体组织器官，形成五大系统。这是中医学系统论的一部分。所以要说中医养生就不得不说五脏之间内在的联系和相互滋生的关系。

木 —>火—>土—>金—>水

肝—> 心—>脾—>肺—>肾



如木生火，即肝木济心火，肝藏血，心主血脉，肝藏血功能正常有助于心主血脉功能正常发挥。

火生土，即心火温脾土，心主血脉、主神志，脾主运化、主生血统血，心主血脉功能正常，血能营脾;脾才能发挥主运化、生血、统血的功能。

土生金，即脾土助肺金，脾能益气，化生气血，转输精微以充肺进肺主气的功能，使之宣肃正常。

金生水，即肺金养肾水，肺主清肃，肾主藏精，肺气肃降有助于肾藏精、纳气、主水之功。

水生木，即肾水滋肝木，肾藏精，肝藏血，肾精可化肝血，以助肝功能的正常发挥。

这种五脏相互滋生的关系，就是用五行相生理论来阐明的。

用五行相克说明五脏间的相互制约关系：

如心属火，肾属水，水克火，即肾水能制约心火，如肾水上济于心，可以防止心火之亢烈。

肺属金，心属火，火克金，即心火能制约肺金，如心火之阳热，可抑制肺气清肃之太过。

肝属木，肺属金，金克木，即肺金能制约肝木，如肺气清肃太过，可抑制肝阳的上亢。

脾属土，肝属木，木克土，即肝木能制约脾土。如肝气条达，可疏泄脾气之壅滞。

肾属水，脾属土，土克水，即脾土能制约肾水，如脾土的运化，能防止肾水的泛滥。

这种五脏之间的相互制约关系，就是用五行相克理论来说明的。

五脏六腑之简述：

1.心：心为神之居、血之主、脉之宗，在五行属火。生理功能：①主血脉;②主神志;心开窍于舌，在体合脉，其华在面，在志为喜，在液为汗。心与小肠为表里。

2.肺：肺为魄之处、气之主，在五行属金。生理功能：①主气，司呼吸;②主宣发肃降;③通调水道;④朝百脉主治节;辅心调节气血运行;肺上通喉咙，在体合皮、其华在毛,开窍于鼻，在志为忧，在液为涕，肺与大肠相表里。

3.脾：脾为气血生化之源、后天之本，藏意，在五行属土。生理功能：①主运化;②主升清;③主统血;开窍于口，在体合肉，主四肢其华在唇，在志为思，在液为涎;与胃相表里。

4.肝：肝为魂之处，血之藏，筋之宗。在五行属木，主升主动。生理功能：①陌生泄;②主藏血;开窍于目，在体合筋，其华在爪，在志为怒，在液为泪肝与胆相表里。

5.肾：肾为先天之本，藏志，腰为肾之腑，在五行属水。生理功能：①藏精、主生长发育与生殖;②主水;③主纳气;在体为骨，主骨生髓，其华在发、开窍于耳及二阴，在志为恐，在液为唾，肾与膀胱相表里。

六腑的主要生理功能是受纳、腐熟水谷，泌别清浊，传化精华，将糟粕排出体外，而不使之存留;而五脏则是藏精气神。

1.胆：生理功能：贮存和排泄胆汁，胆主决断。
2.胃：生理功能：受纳腐熟水谷，胃以降为和。
3.小肠：生理功能：主受盛和化物，是泌别清浊，“小腹主液”。
4.大肠：生理功能：传化糟粕，大肠主津。
5.膀胱：生理功能：贮尿和排尿，依靠肾的气化功能。
6.三焦：生理功能：通行元气，总司气机和气化，为水液运行的道路。

三、每周一素

如意香干

材　料：

黄豆芽 150 克、豆腐干 3 块、小米椒 2 个、生姜适量
生抽 1 勺、盐、蔬果粉适量

做　法：

1. 香干切成长条。
2. 黄豆芽去根，洗净沥干水份。
3. 小米椒切刀切成段，生姜切末。
4. 起锅热油，入姜末炒香，加入香干翻炒至略干。
5. 加入豆芽翻炒至断生。
6. 加入辣椒、生抽、盐、蔬果粉翻炒均匀即可。