题 目：（九十七）证初果的天帝释
时 间：02/04/2023　02/05/2023
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

（九十七）证初果的天帝释

有一次，佛陀在摩揭陀国游化，住在王舍城东边、庵婆罗村北边的毘陀山因陀娑罗窟中。

这天，天帝释想起了佛陀，发现佛陀正住在因陀娑罗窟中，就邀集了一群三十三天的天众，一同去见佛陀。一群天众就这样来到了毘陀山，毘陀山因诸天众的群集，而发出了异常的光亮，附近村落的民众不明所以，以为发生了火烧山，十分恐惧。

天帝释怕打扰佛陀的清修，不敢贸然前往佛陀安住的山洞，就先派遣他的乐神「般遮翼」先去通报。乐神来到了山洞外面，弹唱一首加入赞叹佛、法、僧伽的情歌，想取悦佛陀，同时也作为通报。佛陀知道乐神的来意，表示愿意见天帝释以及诸天众，于是，天帝释与诸天众就鱼贯地进入山洞，一一向佛陀问讯顶礼。

天帝释闲话过去托其它天众礼敬佛陀的情谊后，佛陀就将话题引入，请天帝释就心中的疑惑发问。天帝释问道：

「是什么原因，致使天、人、阿修罗、干闼婆、罗刹以及其它众生，心中虽然希望能和谐安详，没有敌对怨仇、刀杖相向，无瞋恨心地过日子，然而实际上却都作不到呢？」

佛陀说：「是啊，帝释！那是因为众生贪嫉、悭吝的缘故。」

「是啊，世尊！是啊，善逝！是啊，大仙人！您说的很对，您的回答解除了我先前的疑惑。但众生为何会嫉悭呢？怎样才能无嫉无悭呢？」

「帝释！嫉悭是因为爱憎而起，以爱憎为源。有爱憎时，就有嫉悭，当爱憎灭时，嫉悭就消失了。」

「确实是这样啊，世尊！但众生的爱憎心又是怎样生起来的呢？根源在哪里？怎样才能灭除呢？」

「帝释！爱憎是因为有欲望，以欲望为源。有欲望时，就有爱憎，当欲望灭时，爱憎就消失了。」

「确实是这样啊，世尊！但众生的欲望又是怎样生起来的呢？根源在哪里？怎样才能灭除呢？」

「帝释！欲望是来自于忆想怀念，以忆想怀念为源。有忆想怀念时，就有欲望，当忆想怀念灭时，欲望就消失了。」

「确实是这样啊，世尊！但众生的忆想怀念又是怎样生起来的呢？根源在哪里？怎样才能灭除呢？」

「帝释！忆想怀念是因为颠倒妄想，以颠倒妄想为源。当众生胡思妄想时，就会生起忆想怀念，当不再胡思妄想时，忆想怀念就消失了。所以，如果不胡思妄想，就不会忆想怀念；不忆想怀念，就没有欲望；没有欲望，就不会有爱憎；没有爱憎，就不会嫉悭；不会嫉悭，那么一切众生就不会互相伤害了。」

接着，天帝释又进一步问，用什么方法才能灭除众生的胡思妄想？佛陀教导说，应当对自己的喜、忧、舍；意念、语言、行为与需求保持清明不乱，远离于那些会产生不良后果的，多做那些能增长善法的；眼、耳、鼻、舌、身、意等六根认识境界时也一样，应当注意诸根律仪，清楚什么应当远离，什么应当亲近。

经过佛陀这一番解答，天帝释解决了心中的疑问，不再迷惑犹豫了，于是有感而发地告诉佛陀说：

「世尊！爱欲真是众生的病啊！就像致命的肿瘤，也像箭、像刺一样令众生痛苦不安。爱欲牵引着众生往生，生起种种不同的果报。世尊！上面的疑惑，我曾经请问了许多其它外道、沙门、婆罗门，但都不得要领，直到听闻了世尊的教导才明了。这个疑惑已经困扰我很久了，就像一支箭插在我的身上一样令我不安，今天世尊已为我拔除这疑惑之箭了。」

于是，天帝释向佛陀说出这个困惑的原委。原来，三十三天的天众，也一直是期盼着佛陀的出世，但因为找不到佛陀，所以又得过且过，尽情欢乐的过日子，直到有一天，一位有大威德的天子竟然命终了，带给天帝释极大的震撼：一想到自己也会有这天，不禁毛骨悚然，对自己纵情五欲欢乐的生活，生起了忧戚。于是，只要看到在幽静处禅坐的修行人，便以为是佛陀出现了而前往拜见请教，直到遇见释迦牟尼佛，才得到解决，所以显得十分欢喜。

「帝释！你以前也曾经这样欢喜过吗？」佛陀问

「世尊！以前在率领三十三天众大败阿修罗众，战果丰硕时，也曾经这样的欢喜过。但是，那是靠刀杖获得的，间杂着许多结怨、斗争、憎恨与嫉妒，今天的欢喜不一样了，不但完全没有这一些，还可以让我通达觉悟，趣向解脱与涅槃。」

最后，天帝释在佛陀面前说：我今天已经证得初果，愿当证得二果阿那含。而同行的诸天众，也有许多和天帝释一样，远尘离垢，得法眼净，证入初果。

按语：

一、本则故事取材自《中阿含第一三四释问经》、《长阿含第一四释提桓因问经》、《长部第二一帝释所问经》。

二、三十三天，《中阿含第一三四释问经》、《长部第二一帝释所问经》作「忉利天」。三十三天是义译，忉利天是梵文音译的略称，印度传说此为欲界六天中的第二天。相传佛陀的母亲摩耶夫人，命终后来生此天，佛陀曾在僧团成立后第七年夏天，在此安居为母说法（参看故事第九七〈谁先见佛陀〉）。

三、乐神，音译为干闼婆，在佛教，被归列为「天龙八部」之一，是天帝释属下负责演奏音乐之神。相传他们以香为食，身上也散发出香味，所以也称为寻香神、香神、香音神、乐神、执乐天。「般遮翼」为音译，《中阿含》、《长部》义译作「五结」、「五髻」。乐神以弹唱一首加入赞叹佛、法、僧伽的情歌取悦佛陀，竟也得到佛陀的赞美，与原始佛教展现的「非乐」、「离欲」风貌格格不入，是《长阿含》的一项独特内容。

四、印度传说阿修罗众原先是住在须弥山顶的，被天帝释所领导的三十三天众赶下海去，须弥山从此成了三十三天的国度，但此后三十三天众与阿修罗众就战争不断，双方都没有好日子过，应验了佛陀「战胜增怨敌，败苦卧不安」的教说（参看故事第七五〈战争与胜负〉）。

五、《杂阿含第四五四经》说：「缘种种想生种种欲」，《增壹阿含第三五品第九经》：「欲我知汝本，但以思想生。」《增壹阿含第三三品第三经》、《增壹阿含第五一品第三经》亦同，都与本则故事的佛陀教说一致。

六、「嫉悭是因为爱憎而起，以爱憎为源。」爱与憎，表面上看起来是不相同的两回事，但实际上是相同性质的，在我见、我执的指挥下，合意的，就有贪爱，不合意的，就有憎恨、忧愁。

七、本则故事中，又见佛陀「诸根律仪」的教导，但没有详细的说明。「诸根律仪」，即是「六根律仪」，也就是「六触入处律仪」：遇到合意的，不起贪爱黏着，遇到不合意的，「不畏、不恶、不嫌、不恚」，参考故事第九二〈萦发目揵连的参访〉。

八、在本则故事中，天帝释不断地向佛陀追问：「什么原因？」「根源在哪里？」「如何解决？」这正是佛法「四圣谛」中，「集谛」与「道谛」的探索。这样一再地追问，正是彻底解决疑惑的必要过程。只有从多质疑中，才能真正地完成「断疑」，而具备了证初果的条件。佛陀对天帝释的追问没有回避，也没有以「只要『信』就好」来回答，正是佛教理性的性格展现。

第二、斋食养生

麦芽糖

性味：甘、温、无毒。

归经：入肺、胃。

功效：补虚健脾，润肺止咳，有滋养强壮作用。

听起来似乎是糖类，甜食，不宜多吃，或者只是零食。但是实际上麦芽糖不仅仅是民间的一种小吃，更是有一定的食疗作用哦。

麦芽糖，也叫 胶饴，软糖，糖稀。

它是以米、大麦、小麦、粟或玉米等粮食经发酵糖化制成的糖类食品。

有软、硬之分

软者为黄褐色粘稠液体，俗称糖稀，非糖类成分多；

硬者是软饴糖经过滤提纯，除去渣滓，混入空气后凝固而成，为多孔之黄白色糖块。药用以软饴糖为好。

食疗功效

因为麦芽糖是由米，大麦等等一些粮食经过发酵之后制成的糖类物质。甜味不是非常的大，使用在菜里面，可以增加菜品的色泽和香味。

麦芽糖润肺，生津，去燥；可用于治疗气虚倦怠、虚寒腹痛、肺虚、久咳久喘等症的病人。而且麦芽糖味道比较甘甜，性微温，一般人群均可食用。

如果你是一个畏寒怕冷的人，可以吃一些麦芽糖用来缓解自己的症状；

如果你是一个肺虚的患者，也可以吃一些来治疗自己的病症；

如果你是一个百日咳患者，也能够吃一些麦芽糖来辅助治疗自己的这种疾病。

对于这些人麦芽糖都是非常的适用的。

麦芽糖有着食用价值之余，亦有其食疗功效，它性温味甘，与水溶解后会化作葡萄糖，作为医学上的营养料，可用作养颜、补脾益气、润肺止咳、缓急止痛、滋润内脏、开胃除烦、通便秘等。

麦芽糖的功效与作用很多，但也要注意的是中气弱、消化力不足、体内有湿热、体胖多病则要慎用，因麦芽糖会助湿生热、令人易于腹胀。

上世纪 80 年代初的农村，因为物质产品匮乏，对于馋嘴的小孩子来说，没有琳琅满目的零嘴，“我们小时候能吃得到的，都是手工制作的‘麦芽糖’。”

旧时的麦芽糖有做成圆饼固体状、管状的、也有长条的，小编吃的是那种，是细细的，颜色很深的那种长条、细根麦芽糖。微软，吃到嘴里，当时不太甜，之后就越吃越甜。那个时候，我一买就是三根，吃到嘴里，好开心，所有的快乐貌似就在吃的那一刻~

还有一种硬质的，我们老家叫“糖瓜儿”　　我每次吃的时候，都要掰开两半，或者犯懒，干脆就整个含，而且要等很久才能嚼；周围的小孩都是一样，互相看到对方吃了，都会马上回家拿钱去买

时光荏苒，岁月如梭。当下虽然物质丰富了，但是留在舌尖甜甜的味道，却成了70后和80后心中不可磨灭的回忆。它，依然是打开记忆匣子的美好钥匙……

学做麦芽糖

1.育芽

将小麦麦粒或大麦麦粒洗净，放入木桶或瓦缸内，加水浸泡。浸泡的水，夏天用冷却水，冬天用温水。将麦粒浸泡24小时后捞出，放入箩筐内，每天用温水淋芽两三次，水温不要超过30℃。经过3天—4天后，待麦粒长出二叶包心时，将其切成碎段，且越碎越好。

2.蒸煮

将玉米碎粒或糯米洗净，在水中浸泡4小时—6小时，待吸水膨胀后，捞起沥干，置于大饭锅或蒸笼内，以100℃蒸至玉米碎粒或糯米无硬心时，取出铺摊于竹席上，晾凉至40℃—50℃

3.发酵

将晾凉的玉米碎粒或糯米，拌入已切碎的小麦芽或大麦芽，发酵5小时—6小时，再装入布袋内，扎牢袋口。

4.压榨

将布袋置于压榨机或土制榨汁机上，榨出汁液，即为麦芽糖原料。

注意事项：

发酵时间一定要够，不然到时没有糖

麦子玉米一点要很碎，不然也不好出糖

怕蒸不好，就多蒸一次。

第三、每周一素

麻婆豆腐

材　料：

蟹味菇、卤水南豆腐、老姜（切细粒）、豆豉、豆瓣酱、水淀粉、植物油、芝麻香油、花椒粉

做　法：

1、把卤水南豆腐切成小块。锅中加水加盐煮沸，把豆腐块滑过沸水后捞起。

2、老姜切碎

3、用中火加热深炒锅，放油，再依次放豆豉、姜粒、豆瓣酱。把所有原料炒出香味后，慢慢炒出红油。

4、当你闻到香味出来时，就可以下蟹味菇了。

5、此时将豆腐下锅，并淋入温水（或素高汤），小火咕嘟咕嘟地烹煮片刻，然后用水淀粉勾上薄芡，轻轻地用锅铲推动几下，便可关火了。

6、在盛盘之前，淋入芝麻香油，装盘撒花椒粉即可。