

题目：（十五）万般带不走，唯有业随身

时间：06/24/2023 06/25/2023

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

（十五）万般带不走，唯有业随身

有一段时间，佛住在舍卫国祇树给孤独园游行弘化。当时有一位天王的太子，名叫辟罗。一日，他从天上飞到祇洹精舍，五体投地顶礼佛足后，合掌问佛：“这世间的人都在追求衣服、饮食、七宝、欲乐、官爵、国土，是否有珍宝反过来追逐人们呢？”世尊赞叹辟罗王子：“你提出了一个好问题，确实有国土、珍宝、欲乐追逐人们的情形。”

辟罗太子又问：“称人心愿、圆满如意的因缘，时时随逐于人，是什么意思呢？”世尊回答：“一切行为的造作不出两种：一是行善即能得福；一是造恶则招感灾殃。无论是福德或是灾殃，总是如影随形地跟着每一个人。”

辟罗太子说：“真是太殊胜了！诚如世尊所开示，我的前世曾在人间当过国王，因为心念生命无常，对身外之物无所眷恋，因而想广行布施。一日，群臣集会时宣告：‘我想要做一面大鼓，鼓声隆隆能广传百里。谁能为本王办好这件事呢？’

然而，大臣们纷纷答道：‘臣等无能为力！’这时候，一位名叫“匡上”的大臣，一向效忠朝廷，也是慈悲爱护百姓的好官吏，他上前对国王说：‘微臣可以办到！但是，需要一笔费用。’

国王说：‘太好了！你需要多少费用都没有问题。’于是开启国库，取出一大笔钱财交给匡上。

匡上将满车的财宝运送到王宫门外，并且鸣鼓昭告：‘今日我们仁德的国君，以大慈悲心广施天下，欲救济一切贫穷困苦之人，乃至供养修行之人衣食，凡有需要者，都可以到宫门外来领取财物。’

消息很快传遍四方邻国，穷人们纷纷背着婴儿、扶老携幼前来，络绎不绝的人潮，塞满了进城的所有道路，不时有人仰天惊叹：‘感恩仁德的大王啊！我们这些穷苦的百姓，今后终于有机会脱离挨饿受冻的日子了！’

一年后，国王诏问匡上：‘大鼓做好了吗？’大臣回答：‘大王！已经做好了。’国王又问：‘既然已经做好了，为何没有听到鼓声呢？’匡上禀白：‘请大王明日移驾至城里走一趟，就可以听到德音宣流的鼓声，响彻十方。’

翌日，国王的车队浩浩荡荡行入城中，发现到处都挤满了人，十分热闹。国王惊呼：‘城里为何这么多人呀？’匡上回答：‘去年大王命微臣制造大鼓，希望威音广传百里，大王仁德之声得以宣扬、远播四方。微臣心想：用枯木做的鼓架、死牛皮所做的大鼓，这样的鼓声并不足以宣扬仁王之威德。几经思量后，便将国王交给微臣的财宝，用来供养修行人衣食，救济孤苦贫穷。自从发出告示以来，四方邻国百姓都闻风而来，期待大王的甘露润泽，就如同饥饿的孩子渴慕慈母一般。’

国王听到之后，便问附近的民众：‘你们从哪里来的呢？’人们恭敬顶礼后回答：‘我们从百里外来此。’有的说：‘我从两百里外而来。’还有人回答：‘我从万里外来的。’接着，大家纷纷禀白：‘圣明的大王！您广行布施，四方邻国人民蒙受德泽都无比欣喜，甚至不惜举家迁离故乡，投奔至此，期盼在您的恩泽庇护下，从此过着安定的生活。’

国王听了十分欢喜，说道：‘匡上，你做得太好了！之前我执着声名，希望藉由大鼓威震十方；现在我终于了解，国家动荡来自民心不安，就像身体有病，我应该施予医药才能治病，而臣下体察民生疾苦，因而广施粥饭扶贫济弱，使百姓咸获安乐、归附于我。’于是，国王宣告：‘以后只要是民生所需，都要尽力关照协助，不必再来询问我了！’

日后国王寿终，投生到天上，成为天妙王。天上寿尽，又下生人间做转轮圣王，所到之处都有七宝随行，侍从前后拥护。如今又投生到天上，成为天王的太子。这一切都是由于当时自己能严持净戒，又能慈悲救济一切众生，才能得到这种福报。只要我们能奉行佛陀教诫，端正身心言行，都能够获得这么殊胜的福报。”

佛陀劝勉辟罗太子：“人的所作所为，如‘影之随身，响之应声’，有因必有果，报应不爽呀！”辟罗太子闻佛开示，欢喜作礼而去。

典故摘自：《佛说天王太子辟罗经》

省思：

“万般带不走，唯有业随身”，凡夫追名逐利，不识因果，不明罪福，故佛陀说这样的行为是“枉功劳形”。所谓“福祸无门，唯人自招；善恶之报，如影随形。”为佛弟子知因识果，故能从因地上断恶修善、趋吉避凶，古德云：“人为善，福虽未至，祸已远离；人为恶，祸虽未至，福已远离。”诚然，福是修来的，不是求来的。经曰：“有求皆苦，无求即乐。判知无求，真为道行。”在修善、利他中舍去我执、法执，如是修而无修，行而无行，一切无著，则是回向阿耨多罗三藐三菩提，庄严菩提之道，成就真正自在、如意的生命风光。

第二、斋食养生

煮绿豆放这两样东西，清热解毒，气血双补。

夏天到了，绿豆作为经典的清热消暑食材，又在每家每户的厨房里占据了自己的一席之地。

中医认为，绿豆性味甘、凉，入心、胃经，能清热解暑、利尿通淋、解毒消肿。说起绿豆，不要只知道绿豆汤了，今天给您介绍一个新吃法——绿豆花生大米浆，比绿豆汤还好。

不用自己亲自动手，不用冒汗去熬粥，在清热解毒、降压的同时，还能气血双补。稍微花点心思，就能吃到好吃又有营养的食物。

绿豆花生大米浆

清热降压解毒、气血双补。

绿豆本身的淀粉含量，就已经足够了。为了平衡营养，弥补其中脂肪和蛋白质的不足，所以要加花生和大米。

花生中钙和锌的含量极高，多食花生，可以强健骨骼、健脑增强记忆力，还可激活中老年人脑细胞，延缓人体过早衰老，抗老化。花生皮还能滋补气血，女人常吃可以脸色红润。

所以，夏天常喝这个，不仅清热解毒，还能补血益气、解除夏季烦躁。

食材：绿豆 1/2 杯，花生 3/10 杯，大米 3/10 杯，水放至最低水位线

做法：

- 1、量取材料并洗净。
- 2、放入豆浆机研磨杯中，盖上盖子，并在水杯中装水到最低刻度线。
- 3、这里选择了比较浓稠的一档“果仁露”程序，等待程序结束即可。
- 4、成品，吃的时候根据自身习惯，加点白糖、冰糖、蜂蜜、桂花糖等等就好。

提醒：不同豆浆机量有所不同，大家可以根据自己家的豆浆机选择功能。比如有的豆浆机也可以选择米糊功能，做成米糊。

妙招分享

绿豆很容易生虫，所以这里教大家一个储存的好方法。就是把绿豆装在一个大可乐瓶里，加一块大蒜在里面，绿豆就不会长虫了。

其他容易长虫的豆类一样试用，还不容易发霉变质。

心动不如行动，赶紧准备好家里的绿豆、大米和花生，可以当早餐、下午茶或者晚餐。总之，营养丰富，比绿豆汤好多了，告诉家里做饭的人吧。

第三、每周一素

清凉的夏日小菜



材 料：

莲藕、黄花菜西兰花、食盐蔬果粉、醋、生抽

做 法：

1. 泡开的黄花菜适量，莲藕去皮洗净切片，西兰花掰小块洗净备用；

2. 烧开水，把黄花菜、莲藕、西兰花分别烫一下；
3. 捞出来过凉水备用；
4. 将三种菜放在一起加入盐，蔬果粉，醋和生抽拌均匀即可。