

《“师父来了”第 22 期直播回答》

宗宙法师 讲述

〔2019 版〕

(内部整理资料 仅供学习参考)

“师父来了”第 22 期^①

【现场】给大家看下讲法前的贡品

因为佛法珍贵稀有，所以佛教里有一个规矩，就是“法非请不说”，所以一般在法师讲法前，都会有一个请法仪式。现在大家看到的，就是多宝讲寺居士代表广大网友向宗宙法师请法而供养佛法僧三宝的鲜花妙果。

【视频】师父已在现场啦！送给大家一段赠言。

【宗宙法师】各位凤凰网佛教频道的网友们，大家好！感恩凤凰佛教提供这个平台，让我们在这里相聚。我们都怀着一种共同的动机：想离开痛苦，得到安乐。希望我们今天的相聚，能够进行有意义的对话，希望我们能够驱除无明的黑暗，点燃智慧的明灯。那么，希望待会我的说话都能够不要说错，符合佛陀的本怀，都能够由利益他人的心发起，也希望能够让大家容易明白。欢迎大家提问。

因果规律有四大原则，第一个原则是苦乐由“业”决定

1 【凤凰网友】因果法则里有 4 个原则？不懂，请师父详细讲讲。

【宗宙法师】业果有四大原则。第一个原则叫作“业决定”。我们所有世间的人最关注的东西是什么？就是我们苦乐的问题。比如说我们心的苦、身的苦，或者心的乐、身的乐。我们每天忙的事情几乎主要是在解决这个问题——减轻痛苦，多一点快乐。那么佛教主要从这个着手，阐述“业决定”。决定什么？——凡是总的一个苦，或总的一个乐，一定是从总的一个善，或者总的一个不善产生的。善产生了乐果，恶产生了苦果，这是最主要的一点。

因果规律的四大原则之二：很小的业会感召很大的果报

【宗宙法师】第二个原则，很小的业，会感得一个很大的果。也就是说，莫以善小而不为，莫以恶小而为之，这是佛教业果的第二个原则。从很小的一个业上，我们可能很难预见到会有很大的一个结果，佛教阐述了这两个的联系性。为什么会了解这个西瓜是从瓜籽种出来的？因为它时间很短，所以我们把握得到。为什么我们把握不住这种很小的业会变出一个很大很大的果？因为它时间太长。

因果规律四大原则之三：没有原因，就不会产生结果

【宗宙法师】第三个原则，就是业没有造作的话，它的结果就不会得到。如果你没有造这个苦因或者是乐因，那就不会产生苦果或者乐果。

^① 来源：<http://fo.ifeng.com/zonghe/special/sfllld22q/>

因果规律四大原则之四：已造的业不会无故消失

【宇宙法师】第四个是业造作了不会失坏。已经做的这个业，你如果不去对治它的话，是不会无缘无故消失的。这四个大原则含摄了一切的业。我们了解这四个原则有什么好处呢？刚才说了，我们想要得到快乐，不想得到痛苦，关键就在于我们了解它们的因果关系。了解了因果关系，就明白了业果的规律。明白了规律，我们就会知道，我们想要的乐是从哪里来的，然后我们就去做乐因——就是善业。我们不想要的苦是从哪里来的？是从恶业来的。我们不想要这个果，就不要去种恶因。这就是明了业果后知道取舍。知道取舍就会得到什么结果？得到快乐，避开痛苦。如果我们以前已经作了很多恶业的话，那就要忏悔，忏悔可以改变了我们自己痛苦的命运。这就是业果的总的原则。

佛教眼中的“十恶”之首是啥？

2【凤凰网友】请法师讲讲什么是佛教说的十恶业？

【宇宙法师】最重要的有十个方面业的差别。第一个叫作杀生业道。它的直接的果是什么？

杀生会导致你的来世变成啥样？

【宇宙法师】第一个，它的最严重的果是异熟果（注：异熟果是佛教术语，指诸众生现世作不善业，则招来世恶趣的果。若作有漏善业，则招来世善趣的果。因为它的果报不是在今生成熟，所以叫异熟果。）就是投生到三恶道，地狱、饿鬼、畜生；（十个业道——杀生、偷盗、邪淫、妄语、离间语、绮语、恶口、贪婪、嗔恨、愚痴，总的异熟果是一样的，等流果、增上果不一样。）

杀生的人会常常投生在这样环境里

【宇宙法师】还有一个果叫增上果（注：增上果是佛教术语，主要指因为十业的因成熟后体现在客观自身以外环境上的果报，比如由于人行不善业，以业力的增上，便感得所在环境的衰败不如意。）就是他遇到的环境，结出来的果实没有滋养人的身体的力量，吃了以后起不到长寿的作用，所以会导致人短命，也会多病，栽出来的药，没有药的作用。这是杀生。

盗人财物者果报很悲催：钱财也被别人偷

【宇宙法师】第二个就是偷盗，偷盗最大的异熟果和杀生一样的，以此类推。它的等流果不同之处，就是它关乎到财富——偷盗“者”“财富会很少或者被人家偷掉，得到的也不久；然后，他的外器世间，这些结果，长出来的东西，或者没有果实，或者果实很少。反过来也一样，大家可以举一反三。

发生婚外性关系会有啥果报？

【宇宙法师】第三个叫作邪淫业道，它的等流果是什么呢？就是他的妻子或丈夫会不忠贞；它的增上果，就是投生的地方非常脏，有很多的大粪，很多的脏东西，很多的污染，化学污染，等等。反过来不邪淫，就是好的一面。以上（杀生、偷盗、邪淫）这三个方面，称之为由身所生的业力。

说谎的报应是说话没人信

【宇宙法师】那么由语——就是口造的业力里面。第一个就是妄语，就是说一些骗人的话——是这样说成那样。这样就会感得什么？等流果，他经常听到别人会诽谤他，他说的话没人相信；增上果是什么呢？他所有的事业不兴盛，做事情做不好。

挑拨离间的果报是啥？亲朋背叛、生于险境

【宇宙法师】第二个叫离间语，挑拨离间，挑拨人与人之间的关系，挑拨之后使两个人产生分离。他将感得的结果，他的亲朋好友经常会背叛他，或者关系不和睦；外边的大地会有很多坑，还有悬崖等等这些危险的地方。反过来也一样。

经常粗话骂人的果报是啥？经常挨骂

【宇宙法师】第三个叫作恶口，又叫粗恶语，他就是对于一个让他很生气的对象，一个有情，说一些这种很难听的话，比如说“这个人长得像个猪一样”，等等。说完了以后，非常地伤人心，说这种粗暴难听的话，以及一些脏话，骂得很厉害。这样的等流果，他经常会听到一些不想听的难听话，被骂等等；他投生的地方都是些盐碱地，比如经常大旱的地，干涸的地，长不出好东西来。

常说废话也有果报：遭人轻视

【宇宙法师】第四个叫作绮语，就是没有什么意义的话，很无聊的话，说了浪费时间，增长这些不好的事情。他的等流果是什么？说的话没有人愿意听，就算他说的很对，但是别人不相信，根本就理他，轻视他；然后他感生的地方，该结果的时候，比如今年秋天该结果了，它不结果；不该结果的时候结果了，比如春天结出来果了，很怪。这是语的四个方面。

贪婪的人会得到啥果报？得到的东西越来越差

【宇宙法师】思想方面的三个——贪嗔痴。贪，就是别人的财物、别人的东西，他想好了，要把它拿过来，据为己有，这样的想法。他的等流果是什么呢？他的贪心会越来越强烈，就是越来越贪。他的增上果是什么呢？就是所有的好事情都会衰退。本来，贪就是想所有好的都被他据为己有，现在反过来了，越贪，越是好的东西越来越差了。

为人暴力脾气大有啥果报？来生生逢乱世，遇到战争

【**宇宙法师**】第二个瞋业道，就是对于一个其他的有情，想好了，自己要去损害他、伤害她，这种身体的伤害，比如说要打他一顿，或者用棍棒，或者用刀枪，要去伤害对方。他的结果会感得什么，就是瞋心越来越重，然后控制不住，当下非常的痛苦；增上果就是他生到的地方总会有这些瘟疫，还有战争，总是碰上这些乱世一样的地方。

愚痴邪见有啥果报？所在地方越变越差

【**宇宙法师**】第三个痴业道，就是对于这种实际存在的一些真理，他认为这是不存在的，这是没有的，否定，心里有这样的想法。那么他感得的结果，等流果就是越来越愚痴，越来越不相信因果，然后就颠倒地去想一些问题和看待一些问题，会颠倒地思考，离开真相；增上果，投生到一种世间好东西都会渐渐地隐没（的地方）。也就是说，有邪见的人总是投生到一个地方之后，本来很好的一个地区，没多久，这个地方就变成像沙漠，或者长不出草来，然后所有好东西都看不到了，不好的东西看起来却很好。

结果是原因造成的，所以改变当下就能改变未来

【**宇宙法师**】刚才说的这些情况，既然提出“果”是业力所感，就是提出佛教的因果论——这个果是由因所生的。既然是由因所生，就说明它不是固定的，你不想要这个果，那就把它的因去掉。就是这些恶因去掉，然后反过来种这些善因，由于你种下了善因，那么代表什么？未来就能长出快乐的果！所以，业力是很积极的，说明了一种转变的观念，要扭转我们的不好的果，转为好的果，那就靠什么？靠业力！

一切众生都在轮回中，这是真的吗？

3【@古代变质岩】法师，有些人总是会认为自己什么宗教都不信，就不会受到任何约束，因此就不相信因果轮回种种说法。其实，一切众生时刻都活在因果以及轮回当中对吧？

【**宇宙法师**】一切众生里面，有超出轮回的众生，也有在轮回中的众生，在轮回中的众生是都在轮回中的。然而因果，凡是众生他都是有为法，他是由前因所生，也会产生一个后面的果，这个是实际的情况，不会因为他主观的意识信或者不信而改变。所谓的信因果轮回，是指了解了因果和轮回的真相，然后把握它的规律性，去把它向好的方面做改变。

做不善不恶的事会得到什么果报？

4【@叫我红领巾】法师您好，请问无记业（注：无记是佛门术语，指不善不恶）会有什么果报呢？

【**宇宙法师**】无记业，它不会有异熟果，但是它会有增上果，还会有等流果。它会有一种习惯性：处于那种没有强烈的动机的时候，他无意识地也会不断地反复一个动作。这也是一个例子。

网友：怎样对因果定律深信不疑？

5【@凤凰网网友】怎样能对因果定律深信不疑？

【**宇宙法师**】要两种方式。一个就是通过对三宝的功德，尤其是佛的功德进行了解，就知道佛陀具有了知一切的智慧，所以，对他所看到的这个真理——业果的这种运作的情况，认知到它是很正确的，对他所阐述的这个道理也就产生了信心，这是一种。还有一种是透过了解佛所说的经典的道理、佛说的苦及苦因——苦谛、集谛，了解到这是非常正确的道理，然后对于这种很遥远的看不到的因果——比如今世造业，很远的来世感了一个果，具体感了什么果，就会产生信心。由于对佛陀所阐述的能了解的道理，产生了推理，通过推理得到一个了解，从而对他所说的话产生一种正确的认知，然后再相信他说的话。

为什么蚊子不咬别人就咬我？

6【@上海宗阳-小炉匠】为什么蚊子不咬别人就咬我呢？

【**宇宙法师**】这个结论是不是经过了客观的调查和确定？因为很多人都被蚊子咬过。作为我们每个人来讲，不管蚊子咬不咬别人，我们千万不能想：蚊子千万不要咬我，去咬别人。我们可以想：蚊子不要咬我。但是不要想：如果我被咬，那希望别人一起被咬；如果可以咬别人不咬我的话，就咬别人，这样的想法不能想。

为什么不能当世苦果当世受呢？

7【@不忘初心】师父吉祥，如果说我们现在所受的苦都是以前所造不善业导致，如果这辈子我做个人，却要受以前世所造不善业感的苦果，心里会觉得很亏，接受不了。为什么不能当世苦果当世受呢？感恩师父。

【**宇宙法师**】“不能当世苦果当世受”——当世苦果也有当世受的。例如现在我们为了尝试到底能不能受苦，拿着一把刀把自己指头给砍了，这样的话马上就受苦了。当然，这不仅仅是因为我们的手拿着刀砍到产生的苦，如果我们想要说，全部当世的苦当世受的话，那我们一天作的恶业足够我们受一辈子了，那时候我们会问，为什么当时的苦都要当时受了？所以没什么吃亏的。之所以今世的恶业会到来世受，原因就是，它有一个生长和成熟的过程，当它长到很大的时候呢，就会很苦。所以我们尽量要在它没有结果的时候把它忏悔掉。

关于超荐堕胎婴儿的问题

8【@lin73629】师父吉祥，请教师父，以前堕过胎，近来想给堕胎儿宝宝超度，这中间改过名字，那么牌位是写以前堕胎时候的名字，还是写现在的名字呢？

【宇宙法师】都可以。

心存善良是受骗上当的原因？师父：非也

9【@永不放弃】大师，我在世上为什么总是上当受骗呢？难道心存善良，就该挨骗。我报警了。警察一直在拖着。

【宇宙法师】经常上当受骗，被骗这个果，是由于有这个前因——以前说过妄语欺骗过他人，那么就会感得被骗的果。但是“这一世心存善良”却不是被骗的因，被骗的因主要是以前骗过他人。如果心存善良是被骗的因的话，那现世所有的人只要心存善良都应该会被骗。但是可以看到，被骗的人有很多都是心存不善的，也有一些是骗别人的。这样就可以知道这还有其他的因素。

你为啥会被骗？至少有两方面的原因

【宇宙法师】通常我们会认为一个人心存善良，比较老实，好像就容易受骗。这其实是我们把一个人的两种特质混淆起来了。他心存善良，这是好事情，并不见得他就会容易受骗。一个人上当受骗这件事情，至少有两方面的因：一方面是被骗的人，一方面是骗人的人。当我们遇到骗人的人来骗我们的时候，这是前世或者是今世欺骗别人的一个果报；但是遇到这个骗人的人，我们被骗了，还有一个因就是我们智慧还不够，没有用智慧去抉择，没有听其言观其行。所以应该检查自己是不是做好了不上当受骗的准备。

佛教反对竞争和适者生存的社会法则吗？

10【@安知我心】自然界都是弱肉强食，适者生存。有生存压力才会努力进化，佛教是不是不提倡生存竞争？

【宇宙法师】这个“竞争”的意思应该是说争抢、比赛争抢。如果是这样定义的话，佛教里不提倡的是仅仅为了自己的利益而伤害他人的利益，以这样的前提、这样的想法，采取伤害其他人的利益的方法，做这样的事情得到一个竞争的结果，这是佛教反对的。如果是在不伤害其他人的利益的前提下获得自己的利益，佛教是不反对的。佛教并不是说不积极，佛教的这种竞争，提倡的是向高尚的目标靠近和竞争，对自己过去不对的地方选择淘汰。例如，佛教最积极的地方在于：每个人都可以达到佛教的教主释迦牟尼佛这样的境界，也就是每个人都可以成佛；提倡大家要想到“佛是这样的伟大，那我也应该这样伟大，要发菩提心”。从这个角度说，佛是提倡的，但不提倡的是去打压别人的利益，来获得自己的利益。

三少年泼汽油火烧流浪汉背后折射出的人性

11【@凤凰网网友】最近有一个新闻让我非常震惊。10月6日，网传浦北一位流浪汉遭人泼汽油并点火，导致全身多处烧伤，涉嫌纵火的为当地3名未成年人。请

问师父可能是什么因果导致这几个孩子的心会恶毒到这种程度？人性真是本善的吗？是否有的人就是天生的恶人？还是后天的环境造就的？

【**宇宙法师**】问的人关注的是人性本善本恶。首先，所谓的人性本善本恶是否会受周围环境的影响而发生？这些善的种子和恶的种子、善的习气和恶习气，留存在我们的意识之流当中，然后遇到环境它会发出来。如果环境对它的影响是良性的，那它就会产生好的一个现行，反之也是这样的。那么，圣者的修行，可以完全地根除这些不好的种子。我们作为一个人，获得人身主要就是要多行善业，然后就是加强善的力量，衰弱恶的力量，尽量避免这样的事情发生么。父母对孩子最主要的责任，除了生、养，还有教育，父母要言传身教，教育是很重要的一个任务，不仅是老师有教育的责任。这样子的话，让家里、学校、整个社会都形成一个良性的环境，对他有好的影响。

拒绝拿单位的東西回家真是傻嗎？

12 【@安知我心】师父，家人经常会说我念书念傻了。因为家里人经常会拿一些厂里的东西回家，我就劝他们不要拿，我们自己又不是买不起。他们就说我傻，话说大家都往家拿，不拿白不拿。经常不知道怎么再去反驳，这类事好不好呢？

【**宇宙法师**】“说念书念傻了”，首先，可以这样问他，一起思考：家里人认为厂里的东西不拿白不拿，那么，假设这个厂就是你家里自己人开的，雇的工人却是外边的工人，那你问他，这个时候是拿好还是不拿好？第二点，如果他说你傻是因为大家都拿你不拿，那么这个就要有个前提，这个“大家”是个聪明的“大家”——有钱而且很大方的这样的“大家”的人呢？还是只管自己不顾他人的一群小孩呢？如果是在一群小孩子们里，很小的婴儿，那他要的糖，抓住就吃，不管别人，别人不给他，他就哭。如果这样一群小孩子在一起，当然，如果你这样子跟着做了，那很显然，你的智力跟他是一样的。

不做一点恶的企业能再社会上生存下去嗎？

13 【@凤凰网友】大师吉祥，我对佛学有一些粗浅的研读，有一个疑问想请教。现在经济形势比前几年更加不景气，很多时候企业在发展中不得不常常跨入灰色区域，经常要面临是要利益还是要道义的考验，佛教里边的一些理论都是说要要求诸恶莫作的，但是现实情况是水至清则无鱼，很多时候如果不做小恶，公司就没办法生存下去，很多人可能会就此失业。所以真的存在原则和行为绝对符合善的标准然后又得到善果的企业吗？

【**宇宙法师**】真的存在原则和行为绝对符合善的标准，又得到善果的企业吗？这个问题的关键是，他想要证明行善肯定得到善果，但是需要找一个已经做成功的这样的企业。这里的关键点就是说，我们相信做善业得到善果的这种原则，对这个

原则的肯定、对这种理念，要有信心，然后还要有智慧的抉择。我们要有这种判断和抉择、预测未来的能力，才可以真正把我们的企业做大、做好。

师父：随大流者通常不会得到真正的成功

【宇宙法师】如果我们什么都要等到看到了才去做，这种随大流的话，通常就不会得到真正的成功。例如我们站在沙漠里，以前可能这个沙漠曾经是一片繁荣的都市，可是我们很难想象，这个沙漠怎么可能会成为一个繁荣都市；然后也很难想象一个繁荣都市怎么会成为沙漠。那么作为一个有理念的人、有信仰的人，他肯定要有这种信心和抉择力，他知道坚持他的原则肯定会有好的收获、好的结果，不会观待别人是否也得到这个好的结果，这样他才能走在前列。例如很多的百年老店，他们都遵循着自己的原则，例如诚信等等，但是他坚持这个诚信的原则，肯定会损失一些局部或者现前的利益，但是这不妨碍他获得了更长远、更大的利益。

吓！世界上的自然灾害跟人们日常言行有直接联系？

14【@和声浙江】：这世上灾难连连，跟我们的日常言行有直接联系吗？能否请法师给我们讲几个具体的联系？比如洪水，干旱，太冷，太热，是怎么来的？

【宇宙法师】这个是业果的增上果。业果的增上果就是，如果偷盗，还有妄语，这些都会令气候变得怪异。就是该下雨的时候不下，不该下雨的时候下，然后过冷或者过热。还有具体的，例如环境污染、环境很脏，这些是邪淫的业果；然后果实很少，或者没有果实，没有庄稼，或者是该结果时没结果，这是偷盗的果报；然后那些瘟疫等等，这些是瞋心和杀生的果报。

杀生的果报是容易吃到损害健康的食物

【宇宙法师】又如，杀生感得所吃的这些饮食不具备使身体健康的功能，反而吃了以后容易短寿。这个例子，人们在种田的时候打了大量的农药，当种田的人大部分都去打很多农药的时候，这些粮食就会带有很多农药的附着物，然后这些粮食卖给了食用的人，由于这个粮食是为了杀死害虫而打的农药，当大量的这种粮食进入市场，很多人就吃到有农药的粮食。有农药的粮食导致我们吃了以后对身体不适宜，让我们产生各种疾病，这就是我们可以看得到的，共同的一个杀业会感得共同的果报的一个例子。

如何掌握投胎技术，来世成为富二代官二代？

15【@凤凰网友】不太相信前生来世，如果大师告诉我怎么才能生为富二代、官二代，也许我愿意按大师说的试试。

【宇宙法师】如果不相信前生和来世，就想生为富二代、官二代？总而言之，不通过努力而得到富和贵，是做不到的。富和贵，要么是通过今世的努力，得到了来世的富贵；要么是通过前世的努力，得到今世的富贵。如果想直接投生为富二代、

官二代，那现世就要多做布施和远离嫉妒，这样就能得到富和贵。但是佛教认为，我们得到一个人身，就像大海里的一只盲龟，碰巧遇到水中有块木板，木板上又有个孔洞，它碰巧又把头从孔中伸出这样难得。我们希望来世再做人，是很难遇到的。我们已经成为人，却没有努力去把握机遇、种下善因，无异于已经拿到一袋黄金倒到海里，然后指望着来世再得到一百袋黄金。因此，建议要得到富贵，多吃一些现世就能感果的善业，例如真诚地孝顺父母，布施贫穷，尊敬有德之人等等。不一定要成为二代，你直接通过努力就做一代吧！

如何摆脱负面情绪？师父智慧支招

16【@凤凰用户】如何摆脱负面情绪？

【**宇宙法师**】摆脱负面的情绪，首先要看清楚，负面的情绪当时它所想的对境，它所想的对不对？如果你看到它所想的是错误的时候，那么你就会排斥这种负面的情绪，认识到它是搞错了，这是第一步。认识到它是不对的，和你以后不起负面情绪，这不一样。虽然你认识到它是不对的，但是当它不断地由习惯性而冒出来的时候，你要进一步的克制它，在起负面情绪的时候不要作重大的决定，也不要跟着它跑，看到跟着它跑的这种严重后果。这样不断地锻炼，就会进步。

高僧眼中的最佳教育方法：以身作则

17【@常净】顶礼上宗下宙法师！请问师父如何教育孩子？

【**宇宙法师**】总的来说，教育孩子要言传身教，尤其家长要强调身教，也就是说你想让孩子变成什么样的人，你就得先做给他看。如果你对你的爸爸妈妈言语粗鲁，充满了傲慢，那你的孩子很快也会学会。反之亦然。那么还有，你和你的家人如果经常恶口相向，或者挑拨离间，或者欺骗，那么你也不要指望你的孩子会诚实，会温柔。言传，就是告诉孩子应该怎么做，他做错了应该告诉他不要这么做，这两方面。因果方面的书，例如上海佛学书局的《佛典漫画》。

如果贫富天注定，我们还有必要去努力赚钱吗？

18【@骨头脑晰】顶礼师父！如果说，今生是否能富贵、有钱，主要是前世所造的业所决定，那么既然这样，现世还有必要去努力赚钱、辛勤劳动吗？只要有福报，钱财自然会来，要是没有那个命，再努力也是枉然。请问师父，是这样吗？

【**宇宙法师**】打个比方，假设我们有不会被饿死的福报，有能吃饱饭的福报，那我们还需不需要去动手吃饭、吃馒头？如果你有疑问，说“如果我有福报不会被饿死，那我就试试看，我不动手也不张口”，你这样做，看看这饭还能不能进你的口。这样的意思就是说，虽然主要由以前的业所感，但是还需要现在的业作为它的一个助缘。至少要两个条件，才能够使它产生那个果。所以，不管我们前世有没有福报，今世的这个造作也是需要去做的。如果仅仅靠福报就可以生出结果，那这个福报就不需要观待因缘，也就是说不需要等待时间，在造那个善业得到福报的当下，

应该马上就产生那个果了。之所以拖到现在才感果，就说明它还缺一个缘；既然它缺一个缘，那么就要去造作。

严肃脸~~为啥这位网友的预测能力与球王贝利类似？

19【@小张丫】为什么我估计预测的事情总是跟现实相反，即使根据以往经验也得不到在自己预测范围内的结果

【宇宙法师】“估计预测的事情总是跟现实相反”——如果你的这个结论是正确的话，那你再把它反过来就对了嘛，你每次预测完了再把它相反过来那就很准确了。如果你这个结论不一定对的话，那么你就要仔细地分析，你这个预测的方法和预测的结果，是不是配套？如果这个预测的方法不对的话，那么也不需要再沿用下去，可以换一个。例如，明了业果的运作道理等。

咋理解佛经中众生们生生世世相杀相残没有尽头的道理？

20【@巍巍高山】顶礼法师！前世A杀了B，今世B讨债杀了A，那么他们是两清了？还是下世B来还债又被A杀了？《楞严经》说：“以人食羊，羊死为人，人死为羊，如是乃至十生之类，死死生生，互来相啖，恶业俱生，穷未来际。”这么看因果业债只会相续不断，永远也不能两清？

【宇宙法师】这个问题的关键，是佛教里讲的杀业，它感的果就是再做人时会被杀。我们应该这样看，当我们被杀，这个果的前因，就是有杀业。杀业，就是对一个有生命的众生，以“想把他杀死”这样的动机，做了杀的这些的行为，导致他生命结束，这样称之为“杀业”。这个杀业是主动而造成的，当他接受这个被杀的结果的时候，是被动地接受：这是前因的一个果报，这是他无法自主的。

如何结束不断杀生被杀的循环？师父：放弃杀生

【宇宙法师】但是，他被杀的时候，作为杀他的人，可能前世被他杀过，但也不一定被他杀过。就是当他在（这一世）杀这个人的时候，是完全有自主权的。那么，现在要不要两清，要不要结束，关键点就在于我们自己作为被杀的这一方的时候，我们是否还要想着继续去杀对方。同理也就是说，现在正要讨债杀人的人，他是否愿意放弃，这是能否结束这个因果（相续）的关键点。我们不能理解为——当我们被一个人杀过，我们也决定“一定要杀别人”。这是机械的，叫作宿命论。佛教的观点就是说，在你施以别人“杀”的时候，是主动，你可以控制，控制点在于你手上。那么我们就了解，到要永远断除杀业，就要认识到杀生的这种过患，就是它的坏处——它会让我们短命、多病、投生三恶道。我们认知了以后，就断除，对治这种想杀的心，想杀的心来自于我们对业果的不明了，我们要了解这个业果的道理，知道了杀生的坏处，然后永远不杀。这样的话，就可以结束这种怨怨相报的循环。

杀生或被杀不是由神秘力量控制，而是自己的行为导致

【**宇宙法师**】对于杀业来讲，杀和被杀这件事情不是冥冥之中有一个控制者在操控着，不能说是佛祖或者阎王在操作这件事情，而是施杀和被杀的这两个众生的一种业力。从被杀的众生来看，他前世造过这个杀业，但不能因为前世的杀业就认为这世被杀的人就是坏人，也就是说他被杀的时候可以是个好人；但是他杀人的时候，作为杀的这件事情的施动者，那是一件坏事，他做了一件不好的事情。我们应该分开看，当他前世做了坏事，这个果报在这辈子他做好人的时候呈现了，那么这辈子他在被杀的时候，是一个受害者，不能代表他是个坏人。同样的，假设前世被他杀的一只猪或者一只狗，这辈子投生为人的时候把他杀了，也不能说这只猪或这只狗的报仇是非常合理的，也不能说它是对的。他前世被杀，是受害者，但这世他又做杀人的一个人，那他就成为一个做坏事的人。他做了这件坏事，他的果报不会由佛祖或者是阎王施加给他，而是由他自己的业力会感得未来世他又继续被杀。如果是这样子的，不是由谁来操纵，而是由我们自己的行为在掌控。

《了凡四训》中的主人公因为啥原理改变了宿命？

21 【**门前柏子树**】《了凡四训》袁了凡最终改变了自己的宿命，这是什么原理？我们该如何向他学习呢？

【**宇宙法师**】改变了自己的宿命，是以前做过的恶业导致这辈子的不快乐，然后他找到了业果的原理，就是造了恶业要通过相反，就是不造同一个种类的恶业，并且造与它相反的善业，这样使原来恶业的要感不好的果的能力被削弱或者损失，这样子的话，就得到了他想要得到的好的结果。我们应该向他学习，首先要学习他勇于改变命运的勇气，找到能够正确地阐述业果原理的老师和方法，从而去了解和學習这种方法，用实际行动去践行这种方法。

怎么样学佛就能改变自己的命运？

22 【**@志不同可相互谋床**】喜哥您好！问问师父怎样通过学习佛而改变或掌握自己的命运，朝哪个方向学习努力。谢谢！

【**宇宙法师**】通过学习造业感果的四个大原则和所有的这些业的十个大方面——具体的方面，然后了解不同的业会感什么不同的结果。（注：详见今天直播的开始部分，师父详细讲解了业力的十个大方面）我们去了解了以后，如果不想得到这个结果，我们就不要造它的因，从改变因来改变果。如果已经造下了不好的因，将要产生不想要的果，那么我们就用忏悔来对治这个不好的业因，使它的果不能出来，这样就可以改变命运。

脑力工作者怎么做才能让创意灵感源源不断？

23【凤凰网友】师父好，我在广告公司工作，工作中需要大量的创意和创新，且公司对完成量有比较高的需求，高度运转一段时间就会觉得大脑和储备都枯竭了，但硬性任务堆积如山，必须完成，所以感觉到特别大的压力？请问师父自己去种什么样的因，能得到工作中得心应手，不用太费力，压力太大？

【宇宙法师】在工作中要注意两点。一个，要选择最重要和最必要的事情去多投入精力和时间，要去了解哪些是必须做和最应该做的，抛弃一些不是很必要做的。这又要靠我们思考一个事情或一项事业的终极阶段：我们可以提前观想，我们做完一件大事或者某一件事，最终的一个结果，我们最需要和最喜欢的是什么，然后观察我们现在做的是不是能得到那个结果。

工作是否得心应手与你如何看待别人的工作成果有关

【宇宙法师】第二点，在做事的过程中，必须对别人的长处从内心当中充满了欢喜和语言上的赞叹，这样，自己在工作时也会得心应手，如有神助。往往，别人看起来很过时的产品、作品，却会因为某些人的提出而成为流行，这些背后的原因，其实和我们怎么样看待别人的工作成果有很大的关系。例如是否内心中真正尊重了古人传承下来的智慧和文化遗产，尤其对自己有恩的师长、父母，是否以报恩的心态去努力回报？

婚外情的果报是啥？今生或来世的配偶出轨

24【@手机用户 6993】婚外情，出轨很普遍，怎么认识这个问题？

【宇宙法师】婚外情和出轨称之为邪淫，它的果报将是环境污染和配偶不贞，产生的因是由于理智被情欲所遮蔽。由于理智被遮蔽，所以就不慎重地对待婚姻；由于对婚姻的不慎重，也会遭遇不认真的配偶。从一开始就不是从理智出发的，是以这种情欲出发的，想去出轨就出轨了，最后的结果就是遇到了出轨的配偶。所以佛教认为应该不邪淫，这是婚姻稳定的基础。因为想出轨方法去出轨，结果出完轨很欢喜完成此事，由于想法和结果是配套的，所以遭遇今生或来世的配偶出轨。这和事情发展情况一致。虽然没有人愿意接受出轨配偶，然而这却不是主观意志可以扭转的。

婚姻变成“坟墓”要不要离？师父这样看

25【@优昙婆罗 7118】婚姻因为业力已经行成了痛苦冷漠的状态，请问师父，是继续忍耐着过下去，还是可以离婚？（听人说如主动提离婚的话，来世还要继续纠缠来了业）

【宇宙法师】成婚是为了解决没有成婚的某种痛苦，离婚也是为了解决婚姻痛苦，这个都是人们解决痛苦的一种办法。但是，要找到真正痛苦的因，再做决定。

这样就能做到不以物喜，不以己悲

26【@317908078】请教师父，如何做到不以物喜，不以己悲。不因外境生喜忧而随境转，亦不缘己之相貌才干等而生忧苦受？当置心何处从而不卑不亢？谢谢师父，阿弥陀佛。

【宇宙法师】怎么“不以物喜不以己悲”？锻炼这个首先就是扩大心量，在碰到一些事情的时候，以他人利益为主，自己利益为辅，不断地调整这个比重。通常我们是以自己利益为主，他人利益为辅，那么，调整利他的成份。然后，如果看着自己的才干相貌生起忧苦的话，主要应该是不满足于自己的才貌和才干，那么就应该想：什么是获得才貌的正因？那就是今世的努力，以及不嫉妒他人的相貌和才干。这样就会减少忧苦。“当置心何处从而不卑不亢？”不卑不亢，“卑”就是低下，是看到别人比自己强产生的一种低下；“亢”，是看到自己比别人强产生的一种慢，心就高起来，这两种是不正常的心态。那么，当我们遇到比自己强的人的时候，我们内心当中不要起嫉妒，起一种随喜，然后看他这个强的因是什么。例如对方长的很好看，那它的因是忍辱、不发脾气，那么我们就随喜，我们自己也努力做到不发脾气、忍辱，这样的话，就不会产生“卑”。不亢，就是看到了对方的短处，比如说对方比你长得很丑，那你就看到他的苦的这一部分，你看到苦的这一部份，你就会心里想到要帮助他，帮助他的时候，这种慢就去除了。

对错事明知故犯有什么果报？

27【@宗苗】阿弥陀佛！顶礼师父！请问师父，有时候做一件事情，明知道是错事，但是很傻的认为：先做了，事后再忏悔。这样有什么果报？感恩师父

【宇宙法师】如果一件事情，我们确实知道是错了，但还是克制不住，那是另外一回事。如果是由于认为“先做了，事后再忏悔”，就打个比方，我们知道手被砍了会很痛，但是我们也知道手被砍了，现在的医学可以把手接起来。如果我们认为“先做了，然后再忏悔”，就等同于我们先把手砍了再接上，他的果报是什么？白白的受了很多苦。别人都会笑这个人，说他自以为聪明，手砍了可以接上，所以他去砍了再接，但实际上是白受苦——唐受诸苦。

学会了这个方法，家庭战争就能避免

28【@绿杨坊】请教师父：亲戚中有夫妻关系不和睦，或者冷战或者争吵，对当事人和小孩伤害很大，作为他们的亲人，如何客观地从因果角度来观察和处理此类问题呢？

【宇宙法师】冷战或者是争吵，通常都是由于我们看到一些家庭的问题，自己受不了了，所以就用冷战或者争吵来作为解决的办法。那么我们就应该想，这种解决办法是否能够得到我们想要得到的快乐，就是自己的利益不受伤害、更快乐，别人会听你的话等等？如果不能达到这个目的，那我们就应该调整我们的方法。因为

这个方法，我们已经看到它的危害性，对当事人和小孩的伤害都很大。现前当事人很苦，以后小孩学会了争吵，争吵的时候主要是推诿责任，说自己是对的、你是不对的。我们应该学会冷静地去分析，当一件事情发生了，到底自己不对的是哪一部分？如果大家在家中学会这样的解决问题的方式，都去找自己的问题，反而问题更容易解决，并且孩子也学会了一种客观的分析和看待事物的方法。

佛会接受来路不净的供养吗？

29 【@采松籽的小蘑菇】大师您好，我想问一个问题，如果用不干净的钱供佛，佛要吗？要了会有因果吗？

【宇宙法师】这个里面有两种情况，这个不干净的钱供佛，要不要？佛会看，要了他的钱，对这个供钱的人，有长远的利益？还是暂时的利益？如果有长远的利益，那佛会要；如果没有长远的利益，只有现前的利益，那佛就不会要。例如，一个拥有不干净的钱的人，他把这个钱供佛，希望自己以后不再赚不该赚的钱，并深深忏悔，佛知道他这个善心，那佛会把它用来让这个人培福，这样会要。但如果一个小偷，他偷了一些钱，然后拿来供佛。佛会看到他的心态——这个小偷想，如果佛接受了，那我明天继续偷一些钱来供佛。如果这样的心态，佛肯定不会接受。如果这个人想到，以后再也不偷了。想到能够断除以前偷东西的恶业，截止了这个偷盗的恶业，那佛出于这样的目的，令他截断这个恶业，会要。要了，佛也不一定会自己收下，他可能会去还给失主，等等。

离异家庭的子女怎样摆脱父母离婚阴影？

30 【@凤凰用户】我儿子 21 岁，原本是善良但内向的孩子，但因父母离异，个人情感等原因，突然长期不与父母联系，这种状况如何改变？怎样让孩子摆脱阴影阳光快乐地生活学习？

【宇宙法师】如果你这样的推测确实是因为父母的离异作为主要的原因，那么你就想：为什么会父母离异对他造成了这种巨大的影响？你就将心比心，你自己想：我们自己作为孩子的时候，如果父母离异，会让孩子感觉到失去父亲或者母亲的这种亲情。你就想你会如何理解父母的这种离异并接受呢？那你就是将心比心，你要去思考父和母之所以一定不能在一起的原因。然后，如果你这样想通了——你是怎么能够理解父母的，你再把这个理由告诉你的孩子。还有一点，如果他本性就很善良但又内向，那你就更应该去跟他主动地沟通，让他了解到你们离异是不由自主，也希望取得他的理解。

很多人认为自己没有做什么大恶，死后也不可能去地狱

31 【@凤凰用户】有很多人认为自己生前没做什么大恶，就每天上班下班，相夫教子。死后也不可能去地狱。没必要担忧。我该怎么跟他分析才能让他明白后世保人天身不是那么容易？

【**宇宙法师**】那我们就是先要了解，根据业果的运作，什么让我们生人天身？什么让我们去地狱？那做了很严重的恶业就下地狱，做了很强的善业就升天，弱一点的善业生人身。我们就是了解，这个强，还有弱，是善？还是恶？那么可以通过现在的行为了解来世。现在的行为，我们一天做善业的时候和做恶业的时候对比，它有三个环节，第一个就是动机；第二个是过程；第三个是结束。这个动机，例如通常我们发脾气，要打人的时候，我们内心充满了想打人的强烈意乐和想法，打的时候非常的专心，打完了非常得愉快，这是很习惯地就会出来。如果我们打一次成功了，以后我们会每次都打，越打越高兴，觉得这是解决一切纠纷的最快手段。但是反过来，叫我们慈悲地去对待一个人，一开始很慈悲，中间也很专注，结束也很欢喜。我们可以自己比一下，我们到底这样的状态是哪一种多？那就可以了解我们的后世是升天还是下地狱。

亲属经常批评佛法怎么办？师父智解

32 【@凤凰网网友】顶礼师父，父亲认为佛法是消极的，会消减年轻人的斗志，说着说着就会说一些谤佛谤法的话出来，弟子碰到这种情况时就会立即起身劝告父亲不要再说下去，遮止他造口业。但是这样做并没有帮助父亲生起正知正见，改变他对佛教的偏见，祈请师父开示以后碰到类似问题该如何办？

【**宇宙法师**】“类似的问题怎么办？”——就是去搞清楚，我们的想法，和我们的做法，和我们的结果是不是配套？我们想要改变对方的看法，那么就应该拿出对方看法是错误的这种依据。你可以尝试着承认对方的观点，但是要他推出一个结论，就是如果承认你的看法，将会有个什么样矛盾的结果，这样他自己会找到他的问题。如果你没有能力帮助他看到自己的问题，那就说明你自己对真理认识得不够深刻，你应该更加努力地去认知真理。

利益众生必须得有权有势吗？

33 【@凤凰网网友】法师您好！我有朋友说，要利益众生就要先得到权势，就算这个过程中采用不正当的手段也是值得的，因为有了权力之后能做的好事更大。请问法师，用因果的法则怎么看待这种想法？

【**宇宙法师**】要利益众生就要先得势，这个观点不一定成立。如果要利益众生，就必须先要得到权势的话，那为什么释迦佛先放弃了他的权势，他即将继承的国王的王位，而去做一个出家人？如果说没有权势就不能利益众生的话，那没有权势的人都没有办法利益众生。而实际上，释迦佛放弃了国王的权势，以一个没有财产、没有权势的出家人的地位，却利益了无量的众生，那就说明这个观点不一定成立。如果说有了权势，并且明确地了解什么是真正地利益众生的话，这才能够真正把权势利益众生。如果我们抱着只要利益众生就可以采用不正当的手段，这在佛教里

称之为不正确的见地。由不正确的见地发出来的行为是不会有我们想要的结果的。反而由于方向和见地不正，权利大并不能成为好事更大，可能会成为坏事做得更大。

生活工作太忙的人怎么学佛？

34 【@zhangsa2016】请问生活工作太忙的人怎么学佛？

【**宇宙法师**】工作太忙的人，可以忙里偷闲。现在两种方式：一个就是你比如去一些寺院的时候，很忙的人去到寺院，佛经里面说：“若人散乱心，入于塔庙中，一称南无佛，皆共成佛道……或有人礼拜，或复但合掌，乃至举一手，或复小低头，以此供养像，渐见无量佛。”就是你进了寺院，随便地合掌、供花、供香，这样做了都可以种下很大的善因。然后，到了寺院你会碰到或者一个或者两个出家人，你跟他可能会交谈，交谈以后，他可能会跟你说一些佛法的道理，你听了以后，你可能会接受一些有道理的话，接受了以后，回到家里你可能会想起他的话，然后照着做，这样你就会有收获。如果你连这样的时间也没有，那么现在电脑网上、手机上，如果有这样的佛教的内容，那你就选一些比较正确的、没有偏差的、不虚假的，这样的（内容）去了解。同样地，了解以后去观察，自己每天观察一下：自己看了这知识以后对自己有什么帮助？六祖大师说过，“恩则孝养父母，义则上下相怜。让则尊卑和睦，忍则众恶无喧。”这样子的话，可以作为一个开始、基础。

做不到无欲无求该怎么办？

35 【@Xuyaqionglili】礼敬师父！学了一点《心经》心态是好了很多，但也只是我自己调整自己，终究变得教会我如何忍耐，而伤害依然存在。我觉得自己不能学太深，因为会失去“欲”，而我在这个阶段却非常需要“欲”。有欲就会有烦恼。如何在需要“欲”的情况下让自己不烦恼呢？都说无欲无求。可是并不是每个人都能去放下现在，欲还是对我很重要的。我放不下欲也不想放下，可我想放下烦恼。所以我不知道怎么办。

【**宇宙法师**】首先，佛教里讲的“欲”，就是希望，是一种心理的状态。佛教没有说不要“欲”，是不要贪欲。这种希望心，有的是好的，有的是坏的，坏的要把它断除。例如贪欲，这是不要的；那么像善法欲，还有想要成佛，这些“欲”是要的。因此，你只需要分清哪些是不应该要的、不应该希望的，那把它放下；应该希望的，把它建立起来，就可以了。“学得太深”，只要是好东西，那是越多越好，不会说“因为太好了，反而变得不好”。

被孩子激怒的小学老师求教师父灭火办法

36 【@手机用户】我是一名小学教师，大部分小孩子很可爱，我也一直提醒自己教书育人，但是有的孩子真的是讨厌得不行，让人生气得想骂他。今天就有一个小孩子上课总说话，我就拽他出去别上课了，去找班主任吧。他在楼道里坐在地上

哭，死活不去，我就拖他，后来交给班主任，回来全班一下安静了，事后想想，小孩子就是淘气，也不是专门和你做对，但当时就火得不行，求师父解答。

【宇宙法师】我们要分析。我们以发脾气，然后把孩子拖出去作为办法；发脾气是我们的动力，然后我们就想把孩子拖出去；拖出去的结果，孩子一个人在哭，但全班安静了，这是我们看起来的一个效果。我们通常会认为，我们发了脾气，就充满了力量，把他们都镇压住了。但这是现前的效果，以后可能孩子会把你看成一个暴力的、或者像“老虎”一样的班主任，内心当中充满了恐怖。也许他在你面前会很乖，但不会对你有所爱戴，你和他一起感觉不到快乐。佛教里提倡以慈悲心作为出发点、作为动力，然后，可以教育，也可以适当地惩罚，但得到的结果却是你和孩子都很快乐，并且，不会因为发脾气而冲昏了头脑。并且这个结果很持久，当下内心是理智的、快乐的。这些都是两者最大的不同。那么从长计议的话，应该克制这种脾气，在发脾气的时候不要有所行动。

谁在发脾气谁就是在受苦！

37 **【@凤舞晓燕】**师父您好！脾气不好容易起嗔恨心是什么原因，学佛之后一直努力在改，但是遇到一些不好的对境还是忍不住发脾气，有什么好的办法可以对治吗？

【宇宙法师】好的办法可以对治！首先就是要了解发脾气的坏处：现在谁在发脾气谁就是在受苦！这是第一个坏处；第二个，发完脾气，还要一段时间恢复理智的冷静；第三个，发完脾气以后，相貌会变得丑陋。当我们没有发脾气的时候，就想这些坏处。当我们将要发脾气的时候，如果想到这些坏处还是忍不住的话，那我们就要开始训练：在没有发脾气的时候，就应该多去看你喜欢发脾气的那个对境，比如某一个人，他的某一种苦。例如对方身体不好——有病的苦，工资低——有穷的苦，相貌丑陋——有被鄙视的苦。你看到他的这些苦，你会生起一种同情，就觉得他需要帮助，这时你就不会容易对他发脾气。你会容易想到什么呢？就是想帮助他。那么，你经常这样想，尽量避免去看你经常要发脾气的那个对象的缺点，经常看他这个缺点给他带来的痛苦，那你的心就不会往这个“发脾气”发展，而是往这个“慈悲”发展。当然你还要想到，这个发脾气的人曾经对你所作过的种种的好。这两个加起来，就可以扭转！

一起学习的很多同学精神都不正常，求不被传染方法

38 **【@大咪】**师父，阿弥陀佛！弟子在正法道场的寺庙修学，上居士班，寺庙安排三个年级由浅入深的学习，我刚上完了第一年级。但现代人的心理疾病、精神疾病很普遍，一起上课的同学很多精神都不太正常，庙里的师父长期要面对接触开导这些人，会不会也被传染？我想把三年级全上完，但担心被传染精神疾病，很纠结，应该怎么办呢？祈愿师父慈悲开示，感恩师父！

【宇宙法师】这个问题问的是精神病的传染，其实和身体的传染病应该类似，比如说有人开了一个传染病医院，他如果怕被传染而不开，那么传染病人就不能得到治疗；如果他想开，但是又没有做好防止被传染的办法，开了两天，他自己也被传染了，那也不行。也就是说，既要有想帮助传染病人的想法，也要有帮助传染病人的能力，做好帮助他们的准备，这样就可以帮到这些病人。

求子该怎么做？念佛号，不杀生

39 **【@qzone1436603730388939e45】**请问师父，不怀孕医学检查是输卵管堵塞，从业果来看，是前世造了什么业？想改变这种情况，想求子，应该怎么做？

【宇宙法师】按照佛教，可以念《药师经》、放生、念药师佛号、不要杀生，尤其不要去杀怀孕的动物，例如鱼等等。

哪座寺院适合我出家？

40 **【@大咪】**顶礼师父！惭愧弟子是女居士。现在社会风气浮躁，道德败坏。对寺庙会不会有很大的影响？依现实情况来看出家修行好呢，还是在家修行好？心里挺想出家的。如果还是出家修行更好，想知道怎样才能找到跟自己有缘的寺庙。

【宇宙法师】寺庙本来就是社会的一部分、社会的一份子。通常认为，外边的好或者不好，是由外边的因素造成的，但佛教认为，我们所遭遇的好或者不好，都是由自己作为主要的影响因素的。要改变外边，不如改变自己。“现实情况看”——这根据不同的人，喜欢出家生活的人和理想的人，当然是出家修行好；喜欢在家生活的人，当然是在家好。“有缘的寺庙”——就是和自己的想法和做法，既能配套，也能如佛所教而行的寺庙，这样的寺庙就是有缘的寺庙。

为了公众的利益，入世好还是出世好？

41 **【@ldworld2016】**顶礼师父！弟子初学佛一段时间以来有点矛盾，观无常，出离心也渐长，愿意花更多时间闻思修，净资粮，可是有时觉得矛盾，到底是出世更重要？还是做好现世的工作，扮演现世的角色更利他？

【宇宙法师】“出世更重要？还是做好现世的工作，扮演现世的角色更利他？”——这个问题，就相当于收成了一百斤稻谷，到底是把它留到明年全都种了更重要？还是现在吃了更重要？一个道理。

两个方法能让你看破世事

42 **【@用户华天（阿媚吖阿媚）】**阿弥陀佛！至诚顶礼师父！我有几个问题想请师父开示：1. 如何看破世事？怎么做才是看破呢？2. 如何使自己让自己持续的、长久的发起菩提心呢？请师父开示。

【宇宙法师】“看破”，是指透过事物的现象看到事物的本质，这就叫看破。如何看破？通过能够阐述真理的这些书籍或者老师，还有观察世间的无常等等。2.

“如何让自己持续的、长久的发起菩提心呢？”不断地观察众生的苦，和自己想要承担起让他们离苦的这种责任心。

往生极乐世界有哪些条件？

43 【@ldworld2016】顶礼师父！想问师父，往生西方极乐世界有哪些必要条件，西方极乐世界有没佛经描述？那里是人人修行，念佛，还是也有像现世各种社会分工？

【宇宙法师】详细记载极乐世界的情况，在《阿弥陀经》和《无量寿经》里有描述。那里人人修行念佛，不用进行各种为了生存而进行的劳动，有为了修行积聚资粮而进行的劳动。

脑力工作者怎么做才能让创意灵感源源不断？（发重了）

【凤凰网友】师父好，我在广告公司工作，工作中需要大量的创意和创新，且公司对完成量有比较高的需求，高度运转一段时间就会觉得大脑和储备都枯竭了，但硬性任务堆积如山，必须完成，所以感觉到特别大的压力？请问师父自己去种什么样的因，能得到工作中得心应手，不用太费力，压力太大？

【宇宙法师】在工作中要注意两点。一个，要选择最重要和最必要的事情去多投入精力和时间，要去了解哪些是必须做和最应该做的，抛弃一些不是很必要做的。这又要靠我们思考一个事情或一项事业的终极阶段：我们可以提前观想，我们做完一件大事或者某一件事，最终的一个结果，我们最需要和最喜欢的是什么，然后观察我们现在做的是不是能得到那个结果。

做双眼皮手术后面相心态改变很痛苦，怎么办？

44 【@一粒微尘】师父，我特别痛苦，做了双眼皮开眼角，总觉得改变了面相，眼睛形态成了上挑的鬼眼三角眼，我特别讨厌自己。从前我心底是个特别善良的人，现在总有做恶的心。我的意识变化了，这是怎么回事？

【宇宙法师】首先我们看，想获得美观的面相，这个想法，我们认为做整容可以获得这个结果，然后就去做了整容这个事情，但结果是不美观。由于这个结果——面相的不美观，然后自己内心当中失去了由于别人承认自己面相美观的这种自信心，所以呢，就变得沮丧，然后呢，讨厌自己，就是一个这样的过程。那我们怎么样扭转？为什么容貌变丑就会痛苦？

不漂亮就痛苦因为我们的快乐建立在外貌的基础上

【宇宙法师】首先要知道，我们为什么会变得讨厌自己？就要想到说，我们之所以会原来喜欢自己的面相，现在变得不喜欢，是由于我们认为我们的自信、我们的快乐要建立在我有一个好的面相，被别人认可的面相，所以呢，当我们没有这种面相的时候，我们就会失败、会沮丧。那我们要继续观察，就是说，好的面相它来

自于哪里？按照佛教的观点，我们这辈子的面相好不好，主要来自于前世的业力，主要是不发脾气、忍辱，以慈悲的心态和目光注视别人，这些是它的主因。那么也就是说，当我们的内心当中先美丽起来，才会展现在我们脸上。现在我们如果觉得面相不好看，原来心里是很善良的，我们就应该想，我们要保持这个善良的心，尤其是不以嗔恨的心去看待别人。

想要有美好的相貌，先得有美丽的心

【**宇宙法师**】在佛教里面，我们的师父都这样告诉我们：你要怎样认识你的前世，你就看你现在的身体是长得什么样，或者是否健康，或者是否有力量，或者是否有财富，这都是看你的前世所作。那么，你要看你的来世是否仍然美好，那你就看什么呢？要看你现在的心态是否善良。是否善良，包括了是否去杀害别人的生命，是否去偷盗别人的财物，是否去占有别人的妻子儿女，是否去诽谤别人欺骗别人。那么如果我们想获得美好的面相，那就先把我们的心美丽起来。你现在已经有了美丽的心，就更不能把美丽的心放弃，放弃美丽的心，就相当于放弃了美丽的未来。

美貌的标准人人不同，但人人都认可心地美的人

【**宇宙法师**】再一点，就是我们在建立自信的时候，要了解业果深层的原理。就是说，我们现在如果认为，凡是三角眼都是丑恶的话，那么任何长着三角眼的人都应该被定义为“一个丑陋的人”。包括我们认为美丽的胖或瘦，高或者矮，脸的圆还是方、长还是短，牙齿是白还是黑，皮肤是白还是黑还是黄，如果这些都是有一个非常绝对的标准的话，那我们可以发现，用这个标准，当我们到非洲，很难取得和亚洲或者欧洲同样的审美观。甚至就在同一个洲，在不同的朝代，也有不同的审美观。有时我们看见一些电视上的外星人，会觉得他很怪，很丑陋，可是在外星人的眼里他会很美丽。同样，外星人看我们“很美丽的地球人”，也许他们也会认为很丑陋。所以，我们会发现，当我们去考量它终究什么是美丽的时候，是看待于我们很多人对它的一种认知，很多人认知这是好看的时候，我们会认为这也是好看。所以，如果我们做了这样善业，那我们不管长得胖还是瘦，高还是矮，黑还是白，所投生到的人群当中，他们都会一致地认可我们的美丽。

有的企业为了逐利不顾公利，他们会有何果报？

45 【@凤凰网网友】现在很多游戏公司为了逐利，大量制作缺乏艺术价值、思想性、教育性，而仅仅是宣传黄色、暴力的游戏，让青少年多多买点卡，多花钱，不爱学习而沉迷其中。请问这样纯以营利为目的而不考虑社会影响的公司，以现在这种自私的发心和做法，将来可能在公司的发展过程中遇到何种不好的结果？

【**宇宙法师**】如果纯以盈利为目的，不考虑社会影响，做出了对人有害的这种产品，那么将来感得的结果，就是本身这个公司可能会聚集到一些唯利是图而不顾

公司利益的人，这些人对于游戏中大量黄色和暴力的元素而造成了对社会和青少年的伤害视而不见。这样一些人聚在一起，将会颠覆我们善有善报、恶有恶报的认知，道德水准将会下降，因为都是为了自己的利益，所以可能会发生斗争。在这个环境中较难体会到清净的思想，并且自己的下一代也会遇到倾向于暴力、黄色这种负面宣传的影响。

许多当下看似有利的抉择，长远看都是有害的

【**宇宙法师**】当然，我不是说这样的公司不能赚钱，在短期内，还是有办法获得很大的财富和利益，就看我们如何去抉择。当然，佛教对于善的观念，除了说，恶业不能做，还有一个就是，当我们由于以前的无知或者目前的不由自主，仍然在做一些看起来现前有利益、长远却会受伤害的一些业，如果我们去渐渐地减轻这种业，这也算是一种好事。那么，渐渐减少这种黄色和暴力，慢慢加入健康的元素的话，比如不偷东西、以及救人，以前的恶业的果报也就渐渐减小了。

对了脱生死的圣人来说，因果规律还起作用吗？

46 【@阿伯特】法师，听说修行成就的人可以超脱生死，来去自由，可以做到不死，那这是不是代表超越了因果呢？请问修行成就后的人，还会落入因果吗？

【**宇宙法师**】禅宗里说修行成就的人是不昧因果，是明了因果。那么修行的人可以不死，它的原因，是因为他直接就不生，没有生就没有死，他截断了死的因，就是投生，所以不死，而不是说长生不死的那种不死。

头脑变得混沌愚笨是为啥？师父：或与看黄色无聊的内容有关

47 【ldworld2016】顶礼师父，想问师父为啥总是头晕头麻的感觉，混沌的状态，以前觉得挺聪慧，做事效率高，现在变笨了，这是为啥，该怎么对治？

【**宇宙法师**】为啥总是头晕头麻的感觉、混沌的状态？以前聪明现在变笨了。你找医生检查，这是不是身体的问题？其中包括是否有充足的睡眠？是否有熬夜的情况长期出现？如果这些也没有，那么就要检查是否经常在看一些黄色或者是无意义的一些影视剧，以及小说等等。并且做许多无意义的谈论，例如各种小说的情节，还有许多无意义的新闻。如果这样的很多，那会使我们的智慧衰损。还有，要检查我们在做很多事情的时候，是否都能够观察到当下的身心的状况，也就是说这事情是不是该做的？我现在是不是正在按照该做的办法在做？如果做到这些，将会有好转。

如何修神通？师父：带着不正确的动机学神通不利修行

48 【qzone1443622552961732b8c】请问师父，如何修神通？

【**宇宙法师**】修神通，如果是由禅定发的通，那么就要修禅定；如果是由咒术发的通，那要通过世间共通的一些念咒等等。一般佛教里的神通，稳固的是由禅定

所发的神通。要修禅定，那么要离开欲界的恶不善法。要离开欲界的恶不善法，首先要断除最粗的十恶，然后守持十善，提正知正念，精进用功。看到欲界的恶的过患，看到离欲界的恶的功德，经过精进的用功，便能得禅，然后就容易发通。但是，佛陀告诉我们，初业修行者，不应在才开始修行时，就以发神通做为修行的动力，这样是不利于修行的。因为我们一开始不带着利他的动机去修神通，反而会让我们的修行不能得到长足的发展，会偏离我们修行的正确的目标。

想出家该如何具体去实现愿望？

49【不忘初心】师父吉祥，如果有想出家的想法，需要怎么往这条路上发展？

【宇宙法师】有想出家的想法需要怎么往这条路上发展？首先要明确出家的动机、好处和必要性，那就要了解在轮回中生死痛苦，和痛苦的因就是烦恼和业力。然后要了解脱离这种苦的办法，那就是断除烦恼和业，有漏的业。那么什么样的身是最适合于断除烦恼和业的呢？那就知道是出家的身。这样认识到出家的功德，也认识到轮回的痛苦，就能够使内心对目标明确、坚定。有了这个想法，那么后面的，就好办了。要明确知道出家为何事，立身行道，是很忙要很努力的，不要因为躲懒偷安、万念俱灰、垂头丧气而去出家。

有利亡者（包括小动物）的安葬方法：死后八小时内不要移动

50【小夫】顶礼大师，请您开示，前两年我家来了条土狗，一直生活在我家，很忠诚！我们也很爱它，上个月早上外出不知道吃了什么回到家门就去世了，我家人心好难过，并将它埋葬于后山，请问这样做对吗？

【宇宙法师】你们对这条狗很好，用慈悲心收留了它，它也给你们以忠诚，这很显然，动物也是有报恩之心的，你们也得到了好处，然后把它埋葬，这是很好的事情，当然，还要看埋葬的地方是否妨碍他人，如果没有妨碍，那是很好的。当然在它过世八小时之内最好不要移动，在八小时之后再移动。

修行变得很懈怠该怎么办？师父支招如下

51【小糖果】阿弥陀佛，弟子请师父开示：弟子最近做任何事都觉得提不起精神，特别是工作和日常的佛教课诵、学法，都变得非常懈怠，对善知识和法都提不起兴趣，有时候看书诵经都坚持不了。以前很好不会这样，但现在就这样，然后一事无成，是为什么呢？请问该怎么办？

【宇宙法师】要多想一想一些人生的大事、人生的意义，以及建立一些伟大的理想，了解人身特别的难得、特别的有的意义。这样去想，会提起兴趣。

学佛很久但内心没改变，导致周围人反感该咋办？

52【千过-生莲】顶礼师父！学佛有八年了，也念经，持咒，讲起佛法来知道的也不少，但周边的人没有因为自己信佛有改变，反而开始反感，不能理解。我一

开始认为是违缘，但现在想想，是自己修的有问题，除了和嘴上经常讲稳定念佛，自己的心没有改变多少，甚至没有好好善待周边的人。请问师父，我现在该怎么做？

【宇宙法师】既然你已经发现问题在于嘴上经常讲，而心里没有改变，那么就从内心开始改变。佛法教授的方法首先就是不能伤害他人，最容易伤害他人的就是我们的嘴巴，例如随便地欺骗他人，挑拨离间，还有随便地揭别人的短处，令人难堪，嘲笑他人的缺点，对别人的善行进行阻拦，对做好事的人从不支持和赞叹，对别人的一点点瑕疵反复地谈论，这是由于没有很好地念恩和看别人的好处所导致。那么在和人相处的时候，尤其要观察自己是不是在说这些伤人的话，管好自己的口。要管好口，那在平时就要锻炼管好自己的心。

父亲脾气暴躁，没法跟他相处，该如何改变？

53 **【@凤凰网网友】**我爸脾气暴躁，我跟他关系不好，我想改变他，但是不知道该怎么办。

【宇宙法师】如果我们应用业果的原则，怎么样去改变一个脾气暴躁的爸爸？我们先来看，当我们看到一个脾气暴躁的爸爸的时候，我们关注的点是他的脾气暴躁，让我们心里感到不舒服、不被尊重，难以沟通。由于看到这些缺点和过失，所以我们内心就起了一种对他不好的认知，认为这是不好的。当我们有了这种不好的认知，就会想要远离他，不喜欢和他在一起；看到他的时候，就带有一种不快乐的感受。

精辟！这就是你对一个人越来越看不惯的全过程

【宇宙法师】这样反复循环的时候，每当我们看到爸爸的时候，不管他发发脾气还是小脾气，我们以前的这种印象、这种感受全部都会涌现出来，然后更加强了我们对他的那种印象和感受，不想跟他在一起，认为他是一个不好的爸爸，这些越来越强化。当这样强化后，会觉得爸爸越来越暴躁，他说的每一句话、每一个表情、每一个行动都带有暴躁的特色。然后我们就想改变他，我们会用几种方式，例如以牙还牙，或者去教训他，说“你是一个脾气暴躁的人，你应该变得温柔”。然而我们却事与愿违，我们越是这样说他，他却越来越暴躁，他会认为你不是一个孝顺的孩子，你没有资格去说他，你全是靠他养大的等等。然后我们会认为，这是一个既脾气暴躁又不讲道理的爸爸，这样就更加难以改变。

用佛教的办法把看不顺眼的人看顺眼

【宇宙法师】所以，我们如果看到运作的方式是这样的，那我们如何应用佛教的办法来改变？我们先要知道，改变外边的爸爸，不是说你去把他改造一番，让这个爸爸变得像你所想要的那样。应该先改变什么？改变你对他的这种态度。要想改变你对他的态度，先要改变你对他的看法，也就是认知。我们应该如何认知？我们在看到爸爸的时候，在这个爸爸身上具有很多的特色，他既有脾气暴躁的时候，也

有为了家庭付出的时候，也有为了儿女辛苦去挣钱、去劳动，去养家糊口的时候，也有当孩子生病了，他表现出非常焦急和关切的态度，也许会冒着暴雨或者克服各种经济困难去为孩子治病，他还会为了教育孩子省吃俭用，为了孩子的前途去熬夜、去打拼等等。当我们了解到爸爸身上有很多这样的特色的时候，我们应该把我们的着眼点、关注点转移到他好的这方面，也就是他对我们付出的这方面。

暴躁的爸爸也有优点，要多看他的那一面

【**宇宙法师**】同样的一个爸爸身上，既有脾气暴躁的一面，也有温柔和关心家庭的一面，也有爱护儿女的一面。那么，作为一个孩子，当我们看到了爸爸好的那一面的时候，我们的内心当中就现起了一种感受：我很喜欢跟他在一起，他对我很好。当你不断地强化这个认知时，你的感受也随之而增强。接着，你会想到要关心他，然后你会想到要多跟他在一起。这个时候，你会发现，脾气暴躁的爸爸和这个很温柔的爸爸、付出很多的爸爸并不相违背，反而他的脾气暴躁会越来越少。然后你对他的看法改变了，你对他的语言也会充满感恩，你会关心他是否有吃饭、是否有注意身体等等。当你这样想并这样说的时候，你会发现爸爸也会很惊异地感觉到孩子的改变，他会随之也口气变得更加温柔。

如何让你反感的人改变？先改变自己对他的看法

【**宇宙法师**】由此我们知道，改变外边的爸爸，不在于你去在他身上进行修改，而是先改变我们对他的看法和认知。看法和认知改变了，那我们的行为也随之改变。当我们一次又一次地改变我们的行为，虽然他还在你面前发脾气，可是你内心当中却在想着他对你的好，他的脾气暴躁对你无法形成伤害，并且他一次又一次地发脾气，得不到你的脾气的回应，他的脾气自然显得越来越没有力量，最后你的爸爸将真正被你改变！这就是佛教的业果原则当中的对事物的认知和看法。

妨碍我们改命的最大阻力是啥？已养成的习气和当下的感受

【**宇宙法师**】那么，这就是说，我们要了解，行为——也就是业，是由我们的想法、认知在推动的。当我们要用业果改变命运或者外界的时候，我们通常最大的阻力会是什么？就是，我们的着眼点通常就是我们现在的感受，这种感受左右着我们的想法和我们的行为，会不由自主地就发出来，那我们要很好地控制它。尤其我们遇到脾气暴躁的人的时候，如果我们也随着我们的感受去作暴躁的回应，这种暴躁的回应是我们的条件反射或者习惯性的改变方式，但往往适得其反，并且越来越糟糕。那么我们就应该知道，原因是我们对于现在的感受太过于注重，遮蔽了我们的理智。

凡事不要只看眼前，要看到日后长远的利益

【宇宙法师】我们了解了业果以后，就要善于控制这种感受，要把它放长远。怎么放长远？就是我们不要过度地注重现在的感受，而要看到未来的感受，这样我们的行为也会随之改变，这需要一个过程。例如，一个工作的人——一个做生意的人，如果他只注重今年的收获，他就不会去考虑明年的收获。如果他只考虑这一个月的收获，他就不会去考虑下个月的收获，当你不考虑下个月的收获的时候，很可能，你的行为就会伤害到下一个月收入的获得。也就是说，当我们目光短浅的时候，我们就损失了长远的利益，因此我们不要把目光仅仅放在现在局部的感受上面，我们要把目光放长远。这样，我们的环境也好，命运也好，事业也好，家庭也好，都可以用这个原则去改变，这些所想要的好处都可以掌握在我们的手里。

堕胎的果报！堕落三恶道、为人多病短命

54 **【@手机用 6993】**堕胎会有什么因果报应？

【宇宙法师】堕胎是杀生的一种。如果以很严重的发心，将会堕地狱、饿鬼、畜生；然后，生而为人时，短命多病；遇到的饮食没有力量。

自闭症是什么样的因果导致的？

55 **【@勿失勿忘】**顶礼师父有不少的孩子患有自闭症，这是什么因导致患病的呢？怎样做才会对孩子有改善？

【宇宙法师】原因，有伤害其他众生，还有身体四大的紊乱，还有其他生命形式对他的这种伤害等等。那么，应该断除杀生，多放生，念观世音菩萨圣号或六字大明咒。

佛教视角下的抑郁症治疗方法

56 **【@风信子 16】**请问师父，为什么现在越来越多的人得抑郁症？我们应该如何帮助抑郁症患者？

【宇宙法师】抑郁症是心理疾病的一种，佛教的《俱舍论》里说，精神的疾病由几种主要的因缘所生：令其他有情恐怖，例如杀害大量的众生等等；还有就是其他有情对他的伤害，例如一些非人的干扰；还有是有些人的身体四大不调；还有一种是极度的烦恼。这些都是它的因。建议他们从孝顺父母做起。

如何帮助沉迷玩网游的 90 后？

57 **【@素博】**顶礼师父！弟子们学了一点佛法，对业果的道理只是笼统知道，怎么学得更详细呢？怎么落实到工作和生活中呢？另外对于如今刚刚进入社会的 90 后年轻人，我们用什么方式引导他们接触正法？我身边的 90 后同事每天除了上班时间，完全陷入网络游戏。

【宇宙法师】怎么学得更详细？可以学习《深信业果》以及《瑜伽师地论》、《俱舍论》。怎么落实到工作和生活中？落实的时候，把这些原则记住，然后观察每天哪些是该做的，哪些是不该做的，睡觉前检查一下：哪些做了的是应该做的，哪些做了的是不该做的。“陷入网络游戏”，应该让他了解现实和虚假的区别。

人死后真有轮回吗？

58 **【@香柳钉】**人死后有轮回吗？还是直接消散于世间？

【宇宙法师】一切众生里面，有超出轮回的众生，也有在轮回中的众生，在轮回中的众生是都在轮回中的。然而因果，凡是众生他都是有为法，他是由前因所生，也会产生一个后面的果，这个是实际的情况，不会因为他主观的意识信或者不信而改变。所谓的信因果轮回，是指了解了因果和轮回的真相，然后把握它的规律性，去把它向好的方面做改变。

想经营好素餐厅最重要的经营策略是啥？

59 **【@fxw5810】**我想问师父的问题是：1. 世界的本源是什么？或者说世界是如何产生的？2. 要想经营好一家素餐厅，作为经营者，最该考虑的是什么？3. 佛教乱象，一不小心就会被邪师邪见所影响，我们该如何抉择？遇到知见不同的人我们该如何相处？

【宇宙法师】1. 由众生的共业所感，佛教不承认有世界的第一因。如果有第一因，则第一因本身不是无常。2. 要想经营好素餐厅，作为经营者，最该考虑的：一是为什么要做餐厅？二是为什么要做素食的餐厅？第三个，如何做好素食餐厅？做好以后，如何把好处分享给餐厅的每一个参与者。3. “佛教乱象，一不小心就会被邪师邪见所影响，我们该如何抉择？遇到知见不同的人我们该如何相处？”我们应该找到一个具有正知正见的老师教导我们，找到一群被正知正见的老师所教导的同学一起学习。遇到知见不同的人，应该恭敬、平等，多看对方的长处，并且赞叹对方的长处、学习对方的长处。

名校才女请“大师”改名后个性大变是为啥？

60 **【天然透气】**请问师父，城市里有附身现象吗？我认识一位名校才女，请“大师”改名后，个性大变，出口伤人，翻脸迅速，说话刻薄，偏执，对父母经常辱骂。完全不认识一样。会是附身了吗？

【宇宙法师】“大师”改名，并不见得会把她的命运变得更好，当然也不见得会把她的命变得更差。但是对父母采取敌视的态度，却一定会给她带来不好的果报。应该将佛法和世间的治疗都一起去做。

佛教徒父母别强迫孩子学佛，给孩子理智的分析

61 【@Leizhenghui11】顶礼法师，请问现在引导孩子学佛，念咒，她有时没意思，被动接受，长大会不会逆反，放弃学佛？如何引导比较妥当？感恩！

【宇宙法师】如何引导比较妥当？——孩子比较善于模仿，我们应该把学佛后好的一面展现给她看，不应该强迫她去学佛，应该在自由中成长，让她理智地分析，学佛和不学佛谁更好？学佛到底好在哪儿？要让她掌握正确的思维模式。

信仰是自由的，没必要一定要让家人跟自己信仰相同

62 【@允月】阿弥陀佛，顶礼师父！弟子是位三宝弟子，但是家人不怎么信佛，有信也是信一些神通外道，弟子该怎么去引导他们，既不会让他们起烦恼，又能使他们更好的皈依三宝？感恩师父！

【宇宙法师】首先，既然是家人，就要把他看成是家人，不能把他看成是一个“信外道的家人”。应该把他看成是值得我们去感恩、去报恩的一个家人。当我们的慈悲心和感恩心作为主导的时候，我们发出来的语言和行为都会给他们带来好的影响。信仰本来是自由的，没必要一定要让他们和自己信仰相同。如果他真认为你的信仰使你的行为变得更好，他可能也就会更容易皈依三宝。

因果规律只存在于地球吗？在极乐世界算数吗？

63 【@凤凰用户】带业往生到极乐世界还会感受到果报吗？因果只存在于我们这个娑婆世界吗？

【宇宙法师】因果不仅只存在于娑婆世界，极乐世界也是有因果的。例如极乐世界的人每天还要拿着各种贡品去供养他方世界的诸佛，这就是成佛的因；并且还要听阿弥陀佛说法，这也是成佛的因。

学习不好是因为什么因果？

64 【@lha-mo】顶礼师父！如果学习不好，或者因为懒惰造成学习不好，这个从业果方面如何解释呢？谢谢！

【宇宙法师】学习不好有很多原因，例如，天生的智慧不够，或者身体太差，或者不具有学习的堪忍性。那么还有后天的懒惰，以及追求、追逐欲望，不投入学习时间。现世的这些主观的影响呢，是可以改变的。宿生的这些缺陷，也可以通过现世的努力来弥补。首先要端正学习的动机，告诉他学习的正确方法，并且鼓励他微小的进步，树立学习从不好到好的一些榜样给他看。

如何保持一个事物长盛不衰？

65 【@一琴一鹤 h】请问师父一个问题？：一个宗派的出现乃至消亡，是否也是众生共业所感？如何从业果方面下手来保持一个宗派的长盛不衰，作为大般若宗的传承弟子，我们应该做些什么？

【宇宙法师】这种意义上“宗派”是有为法，当然有生、有灭，也是随众生的根基所感，例如佛本身他的教法也有正法、相法、末法时代。业果方面，任何宗派，能够依着佛陀的教诫如法而作，就能长久兴盛。

没自信该怎么改变？

66 【@x 平_舍】没自信是什么原因？怎样改变？怎样能让心更有力量？

【宇宙法师】没自信是什么原因？就是没有合理而客观地去评估自己的长处和功德。怎样改变？了解什么是功德和长处，并且客观地了解自己所具备的功德和长处，并且想到，自己如果努力的话，将要具有或者应该具有最大的功德，例如成为一个伟大的人，或者成为一个象佛那样的人，这样，心会变得更有力量。还有一种情况是，当我们看到别人的苦，难以忍受而发起这种慈悲的时候，心也会变得更有力量。

为啥会常常犹豫不决？师父：智慧不足

67 【@lha-mo】顶礼师父！做决定常常犹豫不决，在两个决定中犹豫不决。这个也好、那个也好，觉得都是好的决定。这样是不是一个不好的习气？那和业果有什么关系吗？这样该怎么办？

【宇宙法师】犹豫，是由于智慧不够。智慧就是具有很强的简择力，如果简择力不够，智慧不够，就不会产生决定的决断性。那么，应该增加智慧的学习、智慧的锻炼。

对父母的言行生不起敬意该怎么办？

68 【@妙悦吉祥】师父吉祥，请您慈悲开示：孝顺父母是子女首要做到的人伦之理，但是父母有些行为会让子女生起不恭敬的心，而看过失，这种现象应该如何对治？

【宇宙法师】首先，总的来说，孝顺父母是子女应做到的人伦之理。理上是这样的，但我们不是仅仅因为应该孝顺而去孝顺，我们是认识到了孝顺的好处，并且实践孝顺而体会到孝顺的快乐，从而欢喜地去孝顺。恭敬和不恭敬的心是怎么生起？我们在看一个人的过失的时候，就会生起这种不欢喜的心，我们看到他对我们的好处，就会生起感恩和恭敬。这里就是说，我们要生起恭敬，要多去看对方对我们的恩德方面，好处。那这样子看的话就是，看父母对我们的好，我们就会生起恭敬。看他的对我们好的这种行为，我们生起恭敬以后，再看到做的不对的行为——看到过失以后，那看到他的过失和他应该恭敬的部分，这两个应该分开。至于你看到过失，这是很正常，因为父母不是圣人，这样的话，他有过失很正常。那当你心存感恩的时候，你看到他的过失，反而你会想说，你的亲人有过失，有过失会有由过失带来的不好的、不快乐的结果。由于对你最有恩的人，将要受到这个过失带来的痛苦，你心中生起了难忍的慈悲。你就会想，怎么样去解决他的这个不快乐的果，

那就要去除这个过失。当你去看到有过失的人的时候你是充满了什么？慈悲和感恩。那么，如果我们通常看到父母的过失却生起了不感恩和不敬，那就应该知道，是我们自己出问题了。这样去对治。

网友问了一个千古难题：“我”是谁？

69【@机用户 2294891195】阿弥陀佛，请问师父“我”是谁？谢谢。

【宇宙法师】按照佛教的讲法，“我”这个名字代表了两个含义：第一个是存在的“我”；一个是不存在的“我”。存在的“我”就是你我的“我”，你我的“我”就是依着五蕴安立的补特伽罗。不存在的“我”，例如，当我们“我执”现起时，脑中所执着的那个对境，这个“我”称之为不存在的“我”，例如我们被人冤枉时，现起一个好像孤立的、离开了五蕴的——这样的“我”，受到了冤枉的伤害，这个“我”是不存在的。

宣扬附佛外道会得到啥报应？看了觉得挺可怕

70【@sgc642381301】阿弥陀佛，顶礼师父！请问师父 1. 宣扬“附佛外道”将得到什么果报？ 2. 如何在这个时代保持坚定的正信？让正信落实于当下的生活？

【宇宙法师】附佛外道将得到什么样的果报？宣传不正的知见称之为非法说法，这是谤法的一种。得到的果报是将来不能值遇正确的佛法，会遇到相似的佛法并接受，从而颠倒地取舍。如何在这个时代保持坚定的正信？首先要去正确地了解佛法和佛陀的功德，然后把它用于观察自己：现在所做是该做还是不该做。

这个问题很专业，一看就是佛教徒问的

71【@慈悲喜舍 119】师父好！请问如理思惟中的理具体指哪些？思惟有次第或是套路吗？如理思惟和非理作意的区别有哪些？除了在如理上不同，是不是一个强调思心所？一个强调作意？

【宇宙法师】如理思惟，例如一个观点，能够成立一个正确观点的正确理由，由这个正确理由推出正确的观点，成立正确观点去思维它是什么理由，这就是这个“理”。思惟有次第或是套路吗？思维，从粗的理思维到细的理；从现实中能看到的理，推测到看不到的理。如理思惟和非理作意的区别有哪些？除了在如理上不同，是不是一个强调思心所，一个强调作意？是的，还包括了他相应的心心所。

有手淫的习惯是否前世报应？师父：是今世的恶习

72【@劉家昌盛】顶礼师父，犯手淫的人是不是前世的报应？万恶淫为首，我现在就得到了邪淫的报应！现在我担心以后的婚姻，求师父开示。

【宇宙法师】犯手淫的人不是前世的报应，是今世的造作。既然已经知道邪淫不好，并且知道邪淫的报应，那么就努力断除邪淫，不要手淫，这样以后的婚姻才

会好。如果力量不够，那就尝试一段时间减少一点、一段时间减少一点。比如说，一个星期，坚决断除一天（不邪淫），或者受八关斋戒等等。

学习《弟子规》是否破了三皈依戒体？

73 【@sgc642381301】阿弥陀佛，顶礼师父！请问师父，我受了戒（三皈依），因为我看了弟子规，学了外道是不是皈依体破了？（我去别的寺院）有师父说皈依体一破了也没戒了，要重新皈依吗？请师父开示。

【宇宙法师】《弟子规》并不是佛教的经典，应该算是儒家的经典，严格意义上说也不是外道，因为它没有为了解脱轮回的这种见地和方法，以及成果。所以，仅仅因为看了《弟子规》这件事情，不能说会把皈依体破坏。但如果认为《弟子规》是和佛教一样能够解脱生死的话，那有可能会破的。

父子的缘分是什么决定的？

74 【@Daphne】师父好！离世的亲人还有机会再见吗？父子的缘分是什么决定的？

【宇宙法师】自己没有很大的功德力或神通力，是很难再见，只可能是在下一世相见。父子的缘分，有的是由于发愿，例如两个人同时发愿以后多生多世成为父子。

如何帮助自杀者往生极乐世界？

75 【@林熙 A】尊敬的大师您好！最近我朋友自杀了，女孩子很年轻，因爱自杀。我想问为什么她这么年轻就自杀了？怎么样可以让她死后可以早生极乐世界，不受痛苦？谢谢大师。

【宇宙法师】很遗憾，她不了解生命的珍贵和再一次得到人身的难得，并且不了解自杀并不是解决痛苦的真正办法，反而会带来更多的痛苦。可以为她诵经、超度。

好人不长命，坏人活千年？

76 【@手机用户 6110】为什么好人不长命，坏人活千年？

【宇宙法师】首先，我们都要共同承认“好人不长命，坏人活千年”之后，再讨论“为什么”。但现在很多人都不承认“好人不长命，坏人活千年”，所以就没有“为什么”。

怎么帮助爱吃肉的老公？师父：把素食做的很好吃

77 【@请输入登录名】顶礼师父！老公健身，除了锻炼还要吃好多肉（以牛肉、鱼类为主），劝他也不听，请问师父我该怎么办才能让他少吃或者不吃肉？

【宇宙法师】“要吃很多肉”，是因为他认为吃很多的肉，对他的身体有很大的好处。如果让他知道，吃素对他的身体也有很大的好处，并且，没有吃肉带来的坏处，他就会从道理上了解。当然，还需要你去学会做很多好吃的素食才能够成办。

如何摆脱贫穷、使得今生丰衣足食？

78 【@ZXM18637391679】顶礼师父，如何摆脱贫穷？有什么方法可以使得今生丰衣足食？

【宇宙法师】要摆脱贫困的这个结果，先要摆脱贫穷的心态。例如想把别人的财产据为己有，并且想把别人的财产通过不劳而获的方式据为己有；看到贫穷的人的时候，生起吝啬的心，拒绝给予帮助。应该反过来，具备有财富的心态。例如希望帮助贫穷的人，从中获得快乐；坚决不取不义之财，不掠夺其他人或损坏其他人的财产；并且经过今世正当的方法、辛勤的劳动，就可以摆脱贫困，当然包括丰衣足食。

师父：上班族可以经常观想今天就是你退休的那一天

79 【@冥冥颯颯】公司加班成为一种常态，甚而至于夜里睡觉都不得清静，身心俱疲，大师，请求开示如何应对这种状况？

【宇宙法师】首先要观察我们的工作是否是属于善业？是有意义的？是自己喜欢的工作？然后观察在工作的过程中，自己是否掺杂了嗔恨？以及对他人强烈的不满，上级、下级、同事等等。减少心的损耗，然后把工作分出最重要的和不重要的，先把最重要的完成。可以经常观想今天就是你退休的那一天，你最应该做的事情自然就会明朗。

这个问题有点可爱，师父是这样回答的

80 【@80a64eab-9813-4002-b844】顶礼师父！如果遇到有人来杀害自己，不抵抗就会被杀，但是抗争会也可能杀生造业，那是反抗呢？还是安忍业果不反抗呢？

【宇宙法师】佛教提倡不伤害其他众生，但是没有说要干等着别人来杀自己。也就是说，自己可以保护好自己，那么可以选择逃开，也可以选择杀生的抵抗。因为并非所有的业都是定业，有的是可以躲开的。

男人该这样处理婆媳关系和家庭矛盾

81 【@牧狼阿强】顶礼师父！请问师父：近些年父母吵架不和，父亲在外酗酒，朋友复杂。母亲感知父亲有外遇，对家不理。事业由我和母亲维系运转，母亲常不满媳妇，现在老家带女儿，为此我与老婆孩子各在一处。不知何因果致如此境地？自皈依后我亲近善知识，常诵准提咒希望佛菩萨加持化解矛盾。全家无论如何劝父亲都不听！我在中间很难处，本想回去和老婆孩子团聚做事，母亲总是嘴上同意心里不舒服。我心里也难受，不知如何是好？如果违背他们安排的，都说我不孝顺。

但是我已成家，下有女儿。我很苦恼，望师父赐予方便之法，度弟子化解烦恼！阿弥陀佛！

【宇宙法师】这个问题虽然很多，但是要抓住关键的。按照业果的规律，这个主角就是“上有父母、下有女儿、左有妻子”的这个人，主角既然是这个人，那么所有的矛盾都集中体现在这个人身上，所有的苦都集中在这个人身上。除了念咒希望佛菩萨加持，还需要去思考，我们遇到父母吵架、婆媳不和，自己在当中应该如何看待？这时既不能去看一个酗酒的爸爸的过失，也不要去看一个不满媳妇的婆婆的过失，也不要去看一个不孝顺婆婆的媳妇的过失。应该想到自己如何做好一个孝顺的儿子、一个有责任的丈夫，和一个有很好的表率父亲。想到做父亲的不容易——由自己做父亲的不容易，也想到了自己的父亲不容易；想到自己和自己老婆的不容易，也想到了自己爸爸妈妈夫妻俩的不容易，这样再去想如何解决问题。当然，看到了问题，还要坚持朝好的方向去努力。可以看一看《了凡四训》。

结婚时就预感要离婚，后来果然离婚了

82 **【@凤凰用户】**尊敬的师父，结婚前有预感不能白头，结果真的在 22 年后离弃，这其中有什么联系？真的是业果得报吗？能够挽回婚姻吗？

【宇宙法师】这其中没有必然的联系。婚姻跟宿世有关，跟现世也有关，是否需要挽回，要看挽回的好处和能实现的可能性进行评估。

母子关系敌对，如何劝解？

83 **【@Leizhenghui11】**顶礼法师，孩子已经与母亲关系敌对，不愿上班，玩网络游戏，母亲艰难养他，这个男生已经三十多岁了，很多人劝都不听，求开示这样怎么办？

【宇宙法师】首先要找到孩子和母亲的敌对关系的主因是什么？例如，孩子对母亲的不孝，作为母亲，应该检查，自己对自己的母亲父亲是否有过不孝的举动和言论？以及孩子对母亲的最大的障碍是什么？尽量地去断除这个障碍；第二，一般人都是受环境的影响比较大，目前他受环境的影响主要是网络，也可以说逃避了一些困难，躲到了网络里去。这时，如果给他创造一个好的环境，同样在玩，但是有一些好的朋友、好的影响，慢慢地加入之后再劝，效果会比较好。例如有的寺院在举办一些适合这样年龄的人的集体活动，以及劳动等等，可以去找附近的寺院看看，有这样的活动去参加一下，试试。

佛教徒提问：孕中孩子可能不健康，该怎么办？

84 **【@6b2ab132-95e7-4cb5-9c5b-】**请问师父，弟子怀孕了，可是 B 超显示小胚胎发育不好，有迹象胎停育，医生告诉我下周再复查一次 B 超，如果还不好这个孩子就不能要。我明白佛教上总劝我们不要堕胎，那我该怎么办呢？感恩师父开示！阿弥陀佛！

【**宇宙法师**】如果你看过电影《唐山大地震》，其中那位主角的遭遇，她经历了和弟弟一起被压在房子下面，而母亲选择救弟弟没有救她时，她后来一直很难原谅她的母亲，你就知道该怎么做了。

如何超度亡者？师父：请僧人超度或自己诵经都可以

85 【@YLP7766】顶礼师父，弟子有一个很好的朋友，因癌症昨天晚上去世了，弟子不知道如何帮他超度，因为他的家人都不信佛。

【**宇宙法师**】可以请附近的僧团帮他超度，他也可以为他念《药师经》、观世音菩萨名号，并不会因为他家人不信佛而没有帮助。

动物生来的命运就是被人吃的吗？

86 【@凤凰网友】师父好，有人吃活杀的食物时说，你不吃也有人吃，它们都得死，人养它们出来就是为了吃它们，这是它们的命，那你不吃白不吃。如何劝说呢？

【**宇宙法师**】假设说，如果可能的话，我们就是换位思考一下：有一天，我们某一个人，就是持这种观点的人，突然掉到关老虎的笼子里了，然后这只老虎也会说话，老虎对这个人说：你得死，你掉进这个笼子来，你就是为了被我吃的，这就是你的命。这时候你如何回答？

今天你不孝顺父母，明天你的子女就不会孝顺你

87 【@俊燕】请问师父，弟子的哥哥因为工作不顺对父母态度不好，总是抱怨责备，父母很难过。弟子对哥哥说要孝，工作才可能顺，他说很多做大事的人都与父母关系不好或者分离，我该如何说服他？

【**宇宙法师**】如何说服他？首先我们这里讨论的是：子女要不要孝顺父母？这是一个大的原则，这个原则不会因为某些人孝顺了父母或者不孝顺父母而有所改变，而是从总的来讨论子女是否应该孝顺父母。对于这个观点，如果他认为是子女应该不孝顺父母，那么你应该让他承认，他的孩子也应该不孝顺他，他也应该快乐地接受这种不孝顺。如果他做不到，那就说明他的内心还是认为子女应该孝顺父母，那么他也应该孝顺他的父母。

在家佛教徒如何平衡信仰、工作和家庭的关系？

88 【@凤凰网友】顶礼师父，弟子工作很忙，还做了一些培福的服务三宝的事情，请问师父，工作、学佛、培福应该以什么为重？

【**宇宙法师**】工作是为了解决现世和现在的问题而做，学佛和培福主要为能够解决长远的和未来的问题而做，重点可以放在未来，但是投入却必须兼顾现在，不要因为着眼未来而耽误了现在的工作和家庭。

生活中接受了多种价值观的熏染，该如何抉择？

89 【@卡门门业】师父吉祥！对于 70 后的我们一代人，从小接受的学习教育是成绩越高越好，后来工作了遇上改革开放是赚钱越多越好，再后来追求名声了，总之以“更高更快更强”作为一直以来的标准和宗旨，现在却是感觉很累，自从接触佛法后又很难去调整努力的方向和价值取向，甚至很纠结和矛盾，请问师父：如何将自己的内心和言行更能趋于佛法的价值观？如何去扭转过去的偏差让心得到安定？

【宇宙法师】应该合理地肯定你原来已经具备的属于佛法的价值观的心行，而不是把原来的价值观完全否定。应该去粗取精，取长补短，把原来好的保持，不足改进。并且在不同的时间段，不同的因缘下，本来也不是一成不变的，例如佛法的价值观也因着不同根器的变化而有不同的对机说法。最主要的就是，要知道，要利益自己，必须不能损害他人，这样才能承办自利或者利他的目的。

孩子学习不好，家长该怎么办？

90 【@毛丽燕】师父我想问问孩子学习不好，我们该怎么办？

【宇宙法师】要告诉他读书的好处是什么，并且告诉他怎样读书比较少用功而又收获大。例如启发他如何去思考学习的方法；例如多记忆；并且不要仅仅为了读书而读书；也不要为了获得成绩、分数高低而读书。

佛教对武力是什么态度？

91 【@凤凰网友】有个问题希望请教，佛教对武力是什么态度？

【宇宙法师】不杀生和非暴力是佛教一贯的原则。这个原则是一个大的原则，并不因为某个人物的行为而改变。总的来说，在一种故意的情况下，通过某种方式让一个生命结束，都属于杀生的范畴，都属于应该制止的范畴。佛教认为，杀生这种解决问题的方式，不是真正解决问题的办法，只会带来无休无止的杀生，只有通过不杀生才能够真正解决问题。有人说，为了保护某一个人或者某一群人而杀死了一个人，认为这是好事，实际上他已经承认，最终还是要不杀生。为什么？因为他是说通过杀生达到不杀生的结果，那么也就说，这个人其实也承认不杀生是对的，不认为杀生是对。如果这样就可以成立，总的原则——不杀生才真正是对的。

节目结束前，师父再为大家总结下佛门的因果法则

【宇宙法师】我们总结一下业果的这些原则和运用原理。原则就是：如果有这个果，肯定有它的前因；如果没有前因，就不会生出这个果。那么对于我们想要的果，我们就去种它的因；我们不想要的果，就要断绝它的因，因断绝了，果就不出来，这是一大原则。

了解因果观后就知道什么该做、什么不该做

【**宇宙法师**】了解了前面所说的这些业果的原理，对我们最大的一个好处就是可以指导我们的行为。我们的行为分成两种：一种是要做的，一种是坚决不做的。了解了业果以后，我们会坚持去做该做的——善业，并且坚决不做不该做的——恶业。那么已经做的恶业，我们会用对治或者忏悔的办法把它截止下来，这样得到的结果是什么？做善业就得到了好的结果、可爱的果、我们想要的果，不做恶业就会让我们远离我们不想要的果。

了解因果原则后，我们会增长智慧

【**宇宙法师**】了解这个业果的原则以后，我们会增长智慧，了解了一个事物的现象背后真正的因。也就是说，佛教强调一个果的产生有共因和不共因，比如我们去一个土地里种瓜，“种瓜得瓜，种豆得豆”，当我们在一块土里不断地去浇水，做这个因时，当里面有瓜种的时候，它长出来的就会是瓜；当里面有豆种的时候，长出来的就会是豆。通常我们想要瓜的时候，没有抓到不共因的人会去拼命地浇水，但得出来的却不是他想要的瓜。我们学了业果道理，知道主要要抓住：从瓜的种子上去种这个因，再配以浇水，就可以得到瓜这个结果。所有的这些好事，我们都可以依次类推。比如我们去做了一件好事，一个老太太摔倒了，我们去把她扶起来，却被人冤枉说是我们把老太太撞倒的，当我们遭遇这样的事情，我们会了解：我们去扶，是善因，它最大的结果没出来；对于被冤枉这个果来说，去扶只是一个助缘，就像浇水，而我们真正被冤枉的因，却是以前造下的。当我们了解这个原理的时候，不管别人如何冤枉我们，我们仍然会坚持做好事，不会因噎废食，我们不会放弃我们的原则和理想，最终获得很好的结果。那么这就是讲了一些业果的道理，希望这些业果的道理对大家能够带来一些改变我们生命的办法，让我们获得更加快乐的结果，远离一切痛苦。

师父祝福：愿凤凰网友和一切众生离苦得乐！

【**宇宙法师**】在这里也非常感谢凤凰佛教频道给我们创造了这样的条件，让大家能够一起成办对离苦、获得快乐这样的探讨，我们都获得了很多的功德。那么在这里，就祝愿凤凰佛教频道弘法事业能够广大，一切的凤凰网友，一切的众生都能够离开痛苦、得到安乐。我们用《普贤行愿品》其中的一个偈颂来作为回向和结束：“十方所有诸众生，愿离忧患常安乐，获得甚深正法利，灭除烦恼尽无余。”好，谢谢大家，阿弥陀佛！