

广佛丛书

五福临门

佛学讲座



《廣東佛教》编辑部印赠



印造佛经佛像之十大利益

一、从前所作种种罪过，轻者立即消灭，重者也得转经。

二、常得吉神拥护，一切瘟疫、水火、盗贼、刀兵、牢狱之灾，悉皆不受。

三、夙世怨对，咸蒙法益，而得解脱，永免寻仇报复之苦。

四、夜叉恶鬼，不能侵犯；毒蛇虎狼，不能为害。

五、心得安慰，日无险事，夜无恶梦，颜色光泽，身力充盛，所作吉利。

六、至心奉法，虽无希求，自然衣食丰足，家庭和睦，福禄绵长。

七、所言所行，人天欢喜。任到何方常为多众倾诚爱戴，恭敬礼拜。

八、愚者转智，病者转健，困者转亨。不愿为妇女者，报谢之日，捷转男身。

九、永离恶道，受生善道。相貌端正，天资超越，福禄殊胜。

十、能为一切众生，种植善根。以众生心，作大福田，获无量胜果。所生之处，常得见佛闻法。直至三慧宏开，六通亲证，速得成佛。

——弘一法师语录——

布施的利益

《大智度论》是龙树菩萨为我们这个时代所讲的一部妙典。论中说：“出家重持戒，居家重布施。”菩萨的语言以作我们后学的印证，布施中分为三种。

一、财施：

以财物金钱送给贫穷之人，使其能养活色身治疗疾病。以培养我们舍掉贪心的念头。《地藏经》说：“舍一得万报”。并且我们财施生生世世能得天财富。

二、法施：

以印造佛经法物送给大众并为人演说，使其能养活智慧之命。以培养我们大慈的精神，《法华经》说：“诸供养中，法供养最”。并且我们法施能得大智慧。

三、无畏施：

以善巧方便开示心理不安烦恼之人，使其能心无怖畏而得自在，以培养我们大悲的精神。《普门品》说：“菩萨以方便力为我们在怖畏急难中，能施无畏”。并且我们学习菩萨无畏施能得现生健康和永恒快乐。

以上三种布施，加戒杀放生利益六道众生，所得果报说不能尽。

——香严居士——

韦驮菩萨



七佛通偈

诸恶莫作 众善奉行
自净其意 是诸佛教

总回向偈

愿以此功德 庄严佛净土
上报四重恩 下济三途苦
若有见闻者 悉发菩提心
尽此一报身 同生极乐国

印送经书，弘法利生，自度度人，功德无量。至诚
欢迎十方大德倡印、助印，以广流通，广结善缘，善愿
必成，功不唐捐。

《广东佛教》编辑部

通讯地址：广州市光孝路 109（光孝寺内）

邮政编码：510180

办公室电话：(020) 81083396

传 真：(020) 88901202

目 录

第一章 引 言

- 一、五福的意义 (1)
- 二、哪有十全十美的福 (2)
- 三、最悲惨的遭遇 (3)
- 四、为什么福有残缺的现象 (3)

第二章 长寿（第一福）

- 一、寿命是个谜吗 (5)
- 二、世间的成就不一定和生死有关 (6)
- 三、预知婴儿寿命长短的方法 (8)
- 四、营养、运动和寿命 (10)
- 五、长寿的因和缘 (11)
- 六、“仁者寿”的铁证 (13)
 - （一）小沙弥救蚁延年
 - （二）刘璟放生长命
- 七、从幼年培养慈悲心 (15)
- 八、举步常看虫蚁 (18)
- 九、施食得七种福报 (19)
- 十、请客的智慧 (21)
 - （一）萧震护生益寿

(二) 许太夫人寿筵良范

- 十一、静坐得法可以延年…………… (23)
 陈鍼学习禅定的功效
- 十二、礼佛拜忏会延长寿命…………… (24)
- 十三、诚心诵经也可延寿…………… (25)
- 十四、神仙长寿而不能永恒…………… (26)
- 十五、地狱“万寿无疆”却苦不堪言…………… (28)

第三章 富贵 (第二福)

- 一、富贵的由来…………… (30)
 ——“生死有命、富贵在天”的意义
- 二、富贵的两种形态…………… (31)
- 三、富贵的正因和助缘…………… (32)
- 四、业力和福报…………… (33)
- 五、再穷的人也能因施得福…………… (34)
 (一) 贫穷可变卖的故事
 (二) 尽心布施必解贫困
- 六、如何革除吝啬的心态…………… (38)
 ——拓展无量慈悲心的方法
- 七、发愿、随喜和回向…………… (39)
 ——贫女施灯的故事
- 八、救护动物可以致贵…………… (41)
 ——宋郊救蚁，高中状元

第四章 康宁（第三福）

一、疾病的起因·····	(43)
——病由业起，业由心造	
二、疾病的内在和外在条件·····	(45)
三、贪着五尘会引发疾病·····	(47)
四、现代医学的疾病分类·····	(48)
（一）身病 ·····	(48)
1. 传染性疾病	
2. 机能性疾病	
3. 心因性疾病	
（二）心病 ·····	(48)
1. 神经病	
2. 精神病	
五、佛典的疾病分类·····	(49)
果中权病	
因中实病	
1. 身病 ·····	(49)
（1）四大五脏病相	
（2）鬼神所作病相	
（3）业报所感病相	
2 心病 八万四千烦恼 ·····	(52)
（1）根本烦恼——六种	
（2）随烦恼——二十种	
六、身病的对治法·····	(56)

(一) 现代医学上的方法 (57)

1. 传染性疾病——

- (1) 抗生素
- (2) 汗法、吐法、泻法

2. 机能性疾病——

- (1) 天然食物
- (2) 补充养分
- (3) 运动和松弛身心

3. 心因性疾病用“心理治疗”

(二) 佛典对治身病的方法 (58)

1. 身体和五脏失调的疾病

- (1) 药石
- (2) 针灸
- (3) 天然食物
- (4) 运动和养生
- (5) 按摩和捻痛法
- (6) 修定功(静坐)
- (7) 修观想

2. 治鬼神所作的疾病

- (1) 诵经 (2) 持咒
- (3) 念佛 (4) 诵三归五戒等

3. 治业报所感的疾病

- (1) 忏悔 (2) 发愿
- (3) 放生 (4) 念佛

(5) 诵经	(6) 修福回向	
七、心病的六种对治法 (一)		(59)
(一) 不净观对治贪欲		
(二) 慈悲观对治憎恨		
(三) 因缘观对治愚痴		
(四) 数息观对治散乱		
(五) 念佛观对治业障		
(六) 空观对治执着		
八、心病的六种治法 (二)		(60)
——对治、转治、不转治、具治、第一义治		
九、天然食物和食疗法		(61)
(一) 不可吃的食物		
(二) 和某种体质不合适食物		
(三) 调配错误的食物		
(四) 饮用时间不当的食物		
(五) 不可多吃的食物		
(六) 可以防治疾病的食物		
(七) 食物的五味和疾病的关系		
(八) 疾病以减食为汤药		
十、肉食的害处		(74)
(一) 从医学和营养的观点来说		
(二) 从经济的观点来说		
(三) 从伦理道德的观点来说		
(四) 从心理卫生的观点来说		

- (五) 就人类的前途来说
- (六) 就人体的生理结构来说
- (七) 就美感的观点来说
- (八) 其他方面

十一、养生之道在适可而止…………… (77)

——“六伤”、“十二莫”、“十二少”的原则

十二、按摩法和痛捏法…………… (79)

- (一) 经穴按摩法…………… (80)
- (二) 躯干按摩法…………… (85)
- (三) 上肢按摩法…………… (87)
- (四) 下肢按摩法…………… (89)
- (五) 脚掌按摩法…………… (91)
- (六) 痛捏治疗法…………… (91)

十三、修定治病的原理和方法…………… (94)

- (一) “定心病处”可治病的原理
- (二) “止心丹田”可治病的原理
- (三) “住心足下”可治病的原理
- (四) “系心脐中”可治病的原理
- (五) “息心法界”可治病的原理

十四、观想治病的方法…………… (95)

- (一) 运用音气疗病的——六气治病法
- (二) 观想呼吸疗病的——十二息治病法
- (三) 专用观想的治病法
- 1. 观想治病的原理

2. 观想治病的实例	
(1) 用观想治疗腹部疾病	
(2) 用观想治疗身体虚弱	
(3) 用观想治疗颈部毒瘤	
(4) 执着吞食蛇影的两种治疗方法	
(5) 转移注意力的治病奇迹	
(6) 笑病可以不药而愈	
十五、运用心力治病的十个条件	(104)
十六、拜佛诵经治病的实例	(105)
十七、怎样化病苦为助缘	(106)
——因病而起利人的心念和行为	

第五章 好德（第四福）

一、好德的重要性	(108)
——保藏的不一定属于自己享用的不再属于 自己施舍的才真正属于自己	
二、德的种类	(109)
(一) 阴德和阳德	
(二) “智仁勇”三达德	
(三) “温良恭俭让”五德	
三、品德的四个层次	(110)
(一) 算盘式的道德——功利主义	
(二) 四海皆兄弟的道德	
(三) 爱人如己的道德	

(四) 最完美的道德

上德不德 下德执德

- 四、修养好坏的六个等级 (111)
- 五、好德的实例 (112)
- 《禅林宝训》的千古佳话
- (一) 李景文和张惠明
- (二) 不弃病女得贵子
- 六、失德的下场 (115)
- (一) 卖斋立毙
- (二) 贪小失大
- 七、嫉妒贤能，子孙残废 (117)
- 八、救人危急，生子贤贵 (118)
- 九、发牢骚会影响身材和容貌 (119)
- 十、发恶誓，后果不堪设想 (120)
- 十一、虐待动物，不得好报 (122)
- 十二、不着五欲才是真德 (122)
- 十三、印经说法有五种福 (124)
- 十四、古人德行的典范 (125)

第六章 善终 (第五福)

- 一、善终很难 (131)
- 二、善终的重要性 (132)
- 三、善终的种类 (133)
- 四、善终的原因 (134)

五、善终的预兆	(135)
六、善终和梦的关系	(136)
——有把握得善终的方法	
七、怎样验知人死后的去处	(138)
八、杀害动物，不得善终	(140)
九、施舍衣食，临危免死	(142)
十、专心念佛必得善终	(143)
十一、临终时急需善念而不是哭泣	(145)
十二、诵经可以超度亡魂	(148)
十三、杀生祭拜，损人损己	(149)
附录《八种后悔》	(151)
《修福与修慧》	金 明 (154)
《卫生必读歌》注释	毛昌蒸 (160)
敬印《五福临门》(五版) 功德芳名	(178)

五福临门

——以心力造福与治病的方法

陈柏达 讲

第一章 引言

一、五福的意义

“五福”这个名词，原出于《书经》的《洪范》。现在已成为家喻户晓的辞句了，几乎大部分的人都知道“五福临门”这个成语，可是很少人知道“五福”所指的是哪五种福。至于五福临门的原理，明白的人就少之又少了。

到底五福是什么呢？第一福是“长寿”，第二福是“富贵”，第三福是“康宁”，第四福是“好德”，第五福是“善终”。注：《书经》上所记载的五福是：一曰寿、二曰富、三曰康宁、四曰修好德、五曰考终命。（《书经洪范》）

长寿是命不夭折而且福寿绵长。

富贵是钱财富足而且地位尊贵。

康宁是身体健康而且心灵安宁。

好德是生性仁善而且宽厚宁静。

善终是能预先知道自己的死期。临命终时，没有遭到横祸，身体没有病痛，心里没有挂碍和烦恼，安详而且自在地离开人间。

二、哪有十全十美的福

五福合起来才能构成幸福美满的人生，一分开可就不妙了。比方说，有的人虽然长寿而没有福气，有的人长命百岁而贫贱度日，有的人富贵而短命，有的人富贵而健康情况不佳，有的人为贫贱而烦恼，有的人身虽富贵但十分操心，有的人满足于清贫悠闲的生活，有的人贫贱而善终，有的人富贵长命而最后却遭遇横祸不得好死……人生境遇多得不胜枚举。这些只是，单就五福的变化来说，只有五福全部临门才是十全十美的，其余的各种情况都是美中不足，是有缺陷的福。

五福当中，最重要的是第四福——“好德”。有着生性仁善，宽厚宁静的德，这是最好的“福相”，因为德是福的原因和根本，福是德的结果和表现，以此敦厚纯洁的“好德”，随时布施行善，广积阴德，才可培植其它四福使之不断增长。