

无上菩提



大勢法師
讲述

自序

释大势

无上菩提即是梵语「阿耨多罗三藐三菩提」的简译，是菩萨的目标、诸佛所得，是一切众生本来具足的清净心性。

凡夫众生一念无明迷失本性，认己为物、分别人我，为欲造业轮回受苦。声闻法如药，声闻圣者如医师，能治众生心病，但不能治一切众生病。唯有得无上菩提的如来，具足一切佛法妙药，成大医王，得一切种智时，方能究竟医治十方三世一切众生，无量种种别异身心大病。

故「无上菩提」是相续「离苦得乐的妙法」，更广、大、深的菩提妙宝。菩萨发菩提大心甚为难得，久行菩萨道成就佛果，更是殊胜！

菩萨虽有三大类：信增上、悲增上、智增上，但成佛时，则是佛佛道同，无有别异。

本书以摩诃般若波罗蜜经为主，辅以大智度论、六度集经、

十住毗婆沙论、法华经、净土经论，其他经论等等编述，系统次第为：

- 1、以七种因缘故发无上菩提心。
- 2、为得无上菩提故大誓庄严，行六波罗蜜。
- 3、菩萨般若十地、发趣大乘、具足十地、乘于大乘、入法云地。
- 4、菩萨应知败坏退转因缘而守护之，成为不退转阿鞞跋致（不退转）。
- 5、菩萨应知菩提本性是何相貌，则不迷己为物，为物所转。
- 6、菩萨应常随大慈悲佛父学，供养如来，忆念本愿，大悲有情。

愿一切有情因读本书，乐求无上菩提殊妙功德，亲近诸佛，发菩提心，行菩萨道，净佛国土，成就众生，得无上菩提！

二〇一三年六月

序于南投妙有菩提园

编辑说明

学佛多年，在浩瀚的佛法大海中，总是以管窥天，无法宏观佛法的整体架构。于是西天东土历代祖师们分别大乘为禅、净、律、密、天台、贤首、唯识、三论等教门宗派与小乘的俱舍宗和成实宗。

大悲世尊，具足一切种智和一切佛法，有无量的殊妙功德，能知众生上下诸根，随缘度化，令入佛道。因此无论大乘或小乘，皆是佛乘！

「无上菩提」一书是法师继「离苦得乐的妙法」之后，代佛宣说的成佛大法。从发菩提心开始，到成就阿耨多罗三藐三菩提：

菩萨为何发心？应以何心行菩萨道？将心安住于何处？为何般若若是诸佛之母？在三界六道流浪生死的我们，有资格做菩萨吗？也能成佛吗？

这些疑惑、种种不解，在法师的开演之下，如同拨云见日一般，让大众见到了通往成佛的菩提大道。

这条菩提大道，不是为自己而行，而是为了大悲有情，令无量众生究竟离苦解脱而行；是为护持正法，佛佛相续而行；是为报四重恩而行。所以让我们一起发愿成佛。菩提大道，你我同行。

妙有菩提园 法宝编辑组 谨识

见佛相好
发菩提心



见佛相好，发菩提心

一、见佛相好的功德

发菩提心的第二个因缘是，见到佛的三十二相、八十种随形好，

见佛相好的功德，经典有记载：

例：波斯匿王有个女儿名为金刚，长的奇丑无比，头发又粗又硬像马尾巴，皮肤粗糙高低不平、似鱼鳞片。

波斯匿王为了不使众人受到惊吓，也不让自己丢脸，便将公主锁在深宫里，从小就不许见人。

日复一日，公主渐渐长大，已届适婚年龄。

波斯匿王为了公主的婚事伤透脑筋，

若将公主许配给贵族大臣，对方一定不肯接受，因为公主实在太丑了。

若是嫁给一般的老百姓，身份又不相配。

就这样，波斯匿王反复思量，烦恼多日，终于想出一个好法子。

他要侍从私下去找寻家道中落的贵族长者子。

侍从寻觅多日，终于找到正在向人行乞的长者子，立即带他回宫。

波斯匿王见到长者子，问：「我有一个女儿，丑陋万分，不能见人。

我打算许配给你，并且附上一笔丰厚的嫁妆，不知你是否愿意？」

长者子恭敬回答：「只要是国王的命令，恭敬不如从命。」

于是国王便将公主许配给长者子，并为他们建了一座宫殿，

再三嘱咐，千万不能让公主出来见人，出入宫殿一定要紧锁门户。

于是，金刚女从这一座深宫换到另一座深宫，依旧过着幽闭的日子。

而长者子却从落魄的乞丐一跃为驸马爷，因此每天都有应酬不完的宴会。

然而，每一次的宴会驸马爷总是独自出席，不像其他人皆有夫人陪同。

日子一久，众人起疑：「怎么从未见过公主呢？」

于是大众提议，以后聚会每个人都要偕夫人出席，违者罚款，

只见大众此起彼伏的附和着，唯独驸马爷默然无语。

很快地，聚会的日子又到了，驸马爷依旧单独赴约，而且甘心受罚。

于是众人说：「明天聚会，夫人未出席者，罚金加重。」
如此接二连三，驸马爷始终是单独赴约，且甘心受罚。

于是众人更加猜疑：「公主若不是美若天仙，就是丑如妖怪。」
好奇心的驱使，他们决定一探公主的庐山真面目。

而公主每天锁在深宫中，始终不能与丈夫同进同出，

于是心生惭愧：「过去生不知造了什么恶业，感得如此丑陋的果报？」

从此便时时忆佛、念佛、忏悔。

这一天，驸马爷又独自赴宴，公主在深宫中倍加恳切地忏悔罪业，

愿佛哀愍，慈悲摄受。因为公主的至诚恳切，感得佛陀从地涌出。

初涌出时，公主见到佛的头发，心生欢喜，她的头发也随之变得乌黑柔软。

如是次第见到佛的额、眉、眼、鼻、及至全身，公主心中无量欢喜，

不知不觉中，形体丑陋尽除，转为相好庄严，此时的公主美若天女了。

而在宴会上，众人殷勤地向驸马爷劝酒，驸马爷不胜酒力，很快就被灌醉了。

众人趁机取了钥匙，立即奔往公主宫殿，打开七道门锁，众人一看，惊得目瞪口呆，

眼前这位倾国倾城、举世无双的大美人，到底是天女？还是公主？

慌乱中，众人又关上门，赶回宴会，趁驸马爷仍在昏睡中，放回钥匙。

未久，驸马爷醒来，只见天色已晚，急忙赶回宫中，宫门一开，驸马爷愣住了！

「妳是哪来的天女，为何在这里？」

金剛女笑着回答：「我是公主，你的妻子啊！」

公主便将自己深生忏悔，蒙佛慈悲，亲睹如来，感得形体变化的过程叙述了一次。

驸马爷听了心生喜悦，便带着公主去见波斯匿王。

波斯匿王见了亦欢喜不已，于是带着驸马爷与公主去觐见佛陀。

到了精舍，波斯匿王恭敬礼拜佛陀后，问：

「世尊！为何金剛女贵为公主，却奇丑无比，而今又以何因缘，变得殊妙美好？」

世尊说：「在过去久远劫，有一位辟支佛到一长者家托钵，

长者女拿着一碗饭准备供养，但是看到辟支佛长得其貌不扬，

竟说：『这人长的真丑！皮肤像鱼皮一样粗糙，头发像马尾一样坚硬。』

今日的金剛女便是过去的长者女。

因为供养辟支佛的功德，所以今世出生王宫，贵为公主。

但也因为恶口毁辱辟支佛的缘故，所以感得身体丑陋。

但由于公主真诚恳切忏悔，所以能够得见如来，

又因见佛心生欢喜，故能转粗恶身为妙好身！」

大众闻佛开示，莫不生起大信心、大欢喜心，礼敬如来，依教奉行。

金刚女忏悔罪业见佛相好，转粗恶身为妙好身，

所以见佛相好的功德，除了发菩提心之外，现世就能得到利益。

二、何谓三十二相、八十种好？

佛陀庄严的德相并不是与生俱来的，《大乘百福庄严经》说：

每修一百福，才庄严一相，菩萨修行要经过百劫，才能成就相好，

佛陀在因地时，由于精进不懈，经过九十一劫圆满相好的果报。

佛陀庄严的色身中，显而易见，一目了然的特征，称为「相」，

约略可分为三十二种，称为「三十二相」。

三十二相周围的庄严之处，能使人生起欣喜爱乐之心，就称为「好」，

共有八十种，是为「八十种好」。

由于八十种好是随三十二相而有，所以又称为「八十随形好」。

甲、三十二相：

- 1、白毫相：两眉之间有白毫，柔软如兜罗绵，右旋宛转，鲜白光净，一似真珠，如日之正中，能放光明，称为白毫光。
- 2、顶髻相：顶上有肉，隆起如髻形之相。
- 3、牛王眼睫相：睫毛整齐而不杂乱，如牛王睫毛长而柔美。
- 4、紺青眼相：佛眼紺青，如青莲花。
- 5、梵声相：佛的音声和雅，宏亮美妙，远近皆可听闻。
- 6、广长舌相：佛舌广长柔软细薄，伸展则可覆至发际。
- 7、味中得上味相：佛口常得诸味中的最上味。
- 8、师子颊相：两颊隆满如师子颊。
- 9、牙白相：牙齿色鲜白光洁，锐利如锋，坚固如金刚。
- 10、齿齐相：牙齿洁白整齐而密接，没有缝隙。

- 11、四十齿相：佛具有四十齿，一一皆齐等，平满如白雪。
- 12、肩圆好相：佛之两肩圆满丰腴。
- 13、大直身相：于一切人中，佛身最大端正而直。
- 14、上身如狮子相：佛之上半身广大，行住坐卧威容端严，一如狮王。
- 15、两腋下隆满相：佛两腋下之骨肉圆满不虚。
- 16、七处隆满相：双手、双足、两肩、颈项等七处之肉，皆隆满、柔软。
- 17、细薄皮相：皮肤细薄柔软、光滑，一切尘垢不染。
- 18、丈光相：佛的身光任运普照三千世界，平时则各有一丈光。
- 19、金色相：佛身及手足悉为真金色，如众宝庄严的妙金台。
- 20、一一孔一毛生相：一孔各生一毛，其毛青琉璃色，一一毛孔皆出微妙香气。
- 21、毛上向相：佛一切发毛，由头至足皆右旋向上，其色紺青，柔润。
- 22、身广相等相：佛身纵广左右上下，其量全等，周匝圆满，如尼拘律树。
- 23、阴藏相：男根密隐于体内，如马阴之相。
- 24、正立手摩膝相：立正时，两手垂下，长可越膝。

25、伊泥延膊相：即股骨如鹿王之纤圆。

26、足趺高满相：足背高起圆满之相。

27、手足柔软相：手足极柔软、优美。

28、手足指缦网相：手足一一指间，皆有缦网交互连络的纹样，

如雁王张指则现，不张则不现。

29、足跟广平相：足跟圆满广平。

30、指长相：两手指、两足指皆纤长端直。

31、足千辐轮相：足心现一千辐轮宝的肉纹相。

32、足下安平立相：足底平直柔软，安住密着地面。

观三十二相须先觅得庄严的佛像，将三十二相看清楚后，再来练习，从两眉之间的白毫相往下观，再从足下安平立相往上观，上下顺逆观。

在《阿含经》里，有一位在家众，闻佛说法后，观佛顶至脚底，再从脚底观到头顶，观了几遍后，就得法眼净了，多么殊胜！

虽然我们已无法亲眼见佛，但至少可以见到佛像，除了念佛的名号之外，

可以练习观佛形相，三十二相、八十种好。

例：如果有上好的梅檀木，或是沉香，要作何用途？

有人为了身体健康，天天喝沉香木泡的茶。

结果，大小便仍旧不净，排汗依然是臭，终究不免老、病、死。

有人雕刻成关公，或妈祖，当为古董、艺术品欣赏，有何价值？

有人做成念珠挂在手上，也很可惜。

有智慧的多闻圣弟子，将上好的梅檀木、沉香木，刻成佛像、菩萨像。

见佛菩萨像心生欢喜、恭敬供养、礼拜念佛，至少有五个功德：

- 1、虔诚念佛，以后会有悦耳的声音。
 - 2、拜佛、恭敬佛，以后会生在富贵人家。
 - 3、对佛生起欢喜心，以后会长相庄严。
 - 4、用花果饮食供养佛，以后会得富有报。
 - 5、对佛有信、戒、闻、施、慧，来世在人天受乐，趣向涅槃、成就佛道。
- 所以将上好的梅檀木、沉香木，刻成佛菩萨像，供养、礼拜、恭敬。

乙、转轮圣王也能具有三十二相，而八十种好，唯佛具足。

八十种好：

- | | | | |
|------|------------|------|-------------|
| 一者 | 无见顶 | 二者 | 鼻直高好，孔不现 |
| 三者 | 眉如初生月紺琉璃色 | 四者 | 耳轮埤成 |
| 五者 | 身坚实，如那罗延 | 六者 | 骨际如钩锁 |
| 七者 | 身一时回如象王 | 八者 | 行时足去地四寸而印文现 |
| 九者 | 爪如赤铜色，薄而润泽 | 十者 | 膝骨竖着圆好 |
| 十一者 | 身净洁 | 十二者 | 身柔软 |
| 十三者 | 身不曲 | 十四者 | 指长纤圆 |
| 十五者 | 指文庄严 | 十六者 | 脉深不现 |
| 十七者 | 踝不现 | 十八者 | 身润泽 |
| 十九者 | 身自持，不逶迤 | 二十者 | 身满足 |
| 二十者 | 识满足 | 二十二者 | 容仪备足 |
| 二十三者 | 住处安无能动者 | 二十四者 | 威震一切 |

- | | | | |
|------|----------|------|------------|
| 二十五者 | 一切众生乐观 | 二十六者 | 面不大长 |
| 二十七者 | 正容貌不挠色 | 二十八者 | 面具足满 |
| 二十九者 | 唇赤如频婆罗果 | 三十者 | 音响深 |
| 三十一者 | 脐深圆好 | 三十二者 | 毛右旋 |
| 三十三者 | 手足满 | 三十四者 | 手足如意 |
| 三十五者 | 手文明直 | 三十六者 | 手文长 |
| 三十七者 | 手文不断 | 三十八者 | 一切恶心众生见者和悦 |
| 三十九者 | 面广姝好 | 四十者 | 面净满如月 |
| 四十一者 | 随众生意和悦与语 | 四十二者 | 毛孔出香气 |
| 四十三者 | 口出无上香 | 四十四者 | 仪容如师子 |
| 四十五者 | 进止如象王 | 四十六者 | 行法如鹅王 |
| 四十七者 | 头如摩陀那果 | 四十八者 | 一切声分具足 |
| 四十九者 | 牙利 | 五十者 | 舌色赤 |
| 五十一者 | 舌薄 | 五十二者 | 身毛紺青色 |

五十三者	毛洁净	五十四者	广长眼
五十五者	孔门相具	五十六者	手足赤白如莲华色
五十七者	脐不出	五十八者	腹不现
五十九者	细腹	六十者	身不倾动
六十一者	身持重	六十二者	其身分大
六十三者	身長	六十四者	手足洁净软泽
六十五者	边光各一丈	六十六者	光照身而行
六十七者	等视众生	六十八者	不轻众生
六十九者	随众生音声不过不减	七十者	说法不着
七十一者	随众生语言而为说法	七十二者	一发音报众声
七十三者	次第有因缘说法	七十四者	一切众生不能尽观相
七十五者	观者无厌足	七十六者	发长好
七十七者	发不乱	七十八者	发旋好
七十九者	发色如青珠	八十者	手足有德相

三、为何要观佛的三十二相？

先观成三十二相后，再观八十种好，初观不明显，久习就有功。

一相、一相的观，从白毫相，观到足安平立相；

再从足安平立相，观回白毫相，一相、一相观，久习之后，心会专注。

凡夫心到处攀缘，练习观佛形相，心就能稳定，见佛相好，发菩提心，

未来成佛也具足相好庄严。

众生见佛身相庄严，就起欢喜心、乐于见佛，愿意来闻法、欢喜信受，依教奉行。

所以见佛相好功德无量。

例：有一次，苏东坡到金山寺与佛印禅师一起坐禅。坐了一柱香后，

苏东坡觉得身心舒畅，便问禅师：「禅师，你看我坐禅的样子如何？」

佛印禅师看了一下苏东坡，点头赞道：「像一尊佛。」

苏东坡非常高兴，佛印禅师反问：「居士，你看我坐的如何？」

苏东坡揶揄地说：「像一堆牛粪！」

佛印禅师听了，并不动气，只是置之一笑。

苏东坡很高兴的回家，将事情的经过告诉苏小妹：「我今天赢了佛印禅师！」有智慧的苏小妹听后，语重心长地说：「其实，真正输的人是你！」

佛印禅师心中有佛，所以见你如佛；而你心中只有牛粪，才会视禅师为牛粪。」我们见佛相好，发菩提心，希望以后也能成佛。先把佛相观好，心中有佛，以后能成就佛陀的三十二相、八十种好，希望这一天能早日到来。

四、如何观佛的三十二相与八十种随形好？

观佛的三十二相之前，先供一尊庄严佛像在前，开眼观看一相，思忆此相及功德，闭目心想此相，反复练习至清晰为止。如此次第观想三十二相，就会对佛的相好观想清晰。

佛的三十二相、八十种好的色身功德；

佛的法身功德：断德、智德、恩德；

十力、四无所畏、四无碍智、十八不共法、大慈大悲、一切种智，

忆念清楚后，念「南无阿弥陀佛」时，也是观想在前，会有不可思议的功德。若众生心，忆佛念佛，现前当来，必定见佛。

从念佛号到观佛相好，今生、临终、来世，必可得无量的功德利益。作观时，

白毫相，色如珂雪，宛转五须弥，放出清静无瑕的光。

两眉如初生月、紺琉璃色，新月初成，细弯得宜，非常庄严，

洁净明亮，佛的眉毛如初月，紺琉璃色。

肉髻相，肉髻团圆发右上旋。

不见顶相，有人想见佛顶在哪？就用神通力往上方世界飞去，

到上方无量无边世界，都见不到佛顶，因佛有无见顶相。

头发长好，不乱，右旋，发色像青珠，众生见了，非常欢喜。

金剛女忏悔罪业后，求见佛，佛从地涌出时，

金剛女先见佛的头发，起大欢喜，业障即刻消除，头发随转，

如佛紺青色，长好，不乱，右旋，如此可见佛相好的功德。

佛的头如摩陀那果，此果是印度当时的果子，佛头圆好庄严。

佛眼睫如牛王，眼睫毛整齐、不交错，且黑白分明，清静无赤脉，

紺青眼相。「紺目澄清如四大海」

佛的**两眼**广长，**平等视**众生，眼广又长，对一切众生都平等慈悲，

不轻视众生，不轻视任何一个众生，平等看待一切众生。

佛**脸颊**像**师子颊相**，脸颊隆满如师子一样。

鼻子高但是**孔不现**，相对于众生是大大不同的。

佛的**耳垂**像**像轮**一样，非常圆满。

佛**面相**好庄严无等伦，众生非常非常喜欢观看，**一切乐观**。

佛**脸**不是很大，也不是很长，**脸不大长**。

佛的**容貌****正不挠色**，佛面五官都是平衡的，不挠色。

佛**面**具**足满**，佛面各部位，都圆满、具足。

佛**面**广**姝好**，**清净如满月**，十五夜的月圆满清净，

佛面犹如**净满月**，见了就清凉、欢喜。

不善心的众生见到佛还是很欢喜，恶心会熄灭掉。

佛**齿**上下**四十齿**，**洁白**，而且是**密合不疏漏**，像一整付牙齿，又很利。

广长舌相，在声闻法，如果过去七世都不打妄语，舌头就可以抵到鼻尖。

佛陀已无量世真实语，故舌头不只是抵到鼻尖，还可盖到发际耳际。

舌如赤莲华，广长又薄，唇赤如频婆罗果，佛唇是赤色。

食物进入佛的口中，都成最上妙味，是**味中得上味相**，

佛舌不因冷热而改变对食物的好味。

佛说法声似梵音，**梵声相**，像迦陵频伽鸟所出音声的悦耳，众生都乐听闻。

佛陀说法的声音无远弗届。目连尊者为了测佛的音声，

到东方七恒河沙佛土之外的奇光如来世界，还是听得到佛的声音，

所以佛的**音响很深**。

佛能**随众生的心意说法**，众生闻法欢喜，心安喜悦。

佛口**能出无上的香**，尚未说法，口已先出无上香度众生了。

一切声分具足，佛陀说法是音声具足，高低音皆具足。

随众生的音声不过不减，佛说法令众生受益就默然，不超过也没有不足。

在《阿含经》里，佛陀说法完就默然，弟子们或在家众就自动离去了。

佛陀说法自己**不会染着**，佛陀说法是为了利益众生，

是应众生根性而说，所以佛陀说法不染着所说的法。

为什么？因佛如实知一切法如幻如化，

说法是为令众生离苦得乐，离迷障碍觉悟，究竟解脱。

佛能**随众生的语言而说法**，**一音报众音**，众生随类各得解。

佛在人间以一音说法，众生听闻，都成自己熟悉用语：

王宫里用梵语，贵族们听成梵语；民间说巴利语的就成为巴利语；

对天人就成天语；对人成人语；对鬼就成鬼语；对畜生就成畜生语，

随众生语言而为说法。这就是佛的殊胜。

众生也都觉得佛单独对自己说法，

佛陀说法视众生的根性而**次第说法**。

如对一般人，就说施论、戒论、生天之论，令众生能舍恶心，生善心。

离欲、有禅定利根人，就为他说苦、集、灭、道四圣谛。

对于大乘根性之人，就为说发菩提心，行六波罗蜜，以后成佛度众生。

所以佛陀说法是观众生的根性而说，并非对每个人都说法一样的法。

佛的**上身如师子**，宽厚雄伟得宜。

肩圆好，且**腋下平满**，肩圆满恰好、腋下丰厚平满无缺。

上身的肚脐，**脐深圆好**，不会凸出来，**脐不出**。

细腹又不现出，**腹不现**且是**细腹**。

佛的身长、高有七肘、不曲，不弯腰驼背。

佛身是直立的，**大直身相**，**身不曲**是好，身能够**自持而不透迤**，

佛身是丈六金身，所以**身分大**，而且长。

佛身广相等相，佛身像尼拘律树的正直宽广，前后左右都均衡刚好，

不偏右或偏左，佛陀中道而行，身如尼拘树相。

身坚实如那罗延，那罗延翻成华文是大力，强壮有力。

骨际如钩锁，佛身骨骨之间像钩锁住，坚牢不松散。

佛一时回如象王，佛若往后看，就整个身体转过来，佛是身心统一。

佛若回首，是整个身首如象王回转的庄严！

佛身清淨又很柔软，**身淨洁，柔软**，

佛身脉很深又平满丰厚。

佛身是润泽的，尤其印度属于热带，要擦防晒油，但佛身润泽、四大圆满。

佛身具足圆满、不缺少一分，**身满足**。

佛的**识满足**，佛陀一时之间、六识皆圆满具足，并非只知其中一识或五识。

容仪备足，佛身的容貌威仪皆是圆满、具足不缺。

威震一切，佛陀尚未开口、就能摄伏一切众生。

佛去度五比丘时，五比丘以为他已经舍弃苦行而行欲乐行，

所以不想尊敬他，大家相约太子来时，都不理他。

当见佛的相好，就不自觉站起，接钵，敷座，取水洗佛足，作种种供养，

佛的身分就能威震一切。

佛的仪容如师王，佛如师王，仪容令诸兽不妄动。

佛陀行仪就能令众生安心，佛的外相就能感动众生。

佛陀进止如象王平稳，佛陀行步，如象王平稳。

行法如鹅王，鹅王举止庠序。

佛身不倾动，佛身清净、庄严端正、不妄动。

身持重，佛身安稳庄重，见佛身，就生欢喜心。

佛身七处隆满相，两手、两足、两肩、颈项，七处皆隆满端正。

佛的下身像宝马、宝象，阴不现像马阴藏相。

佛的皮肤细薄，灰尘污垢不能附着，叫细薄皮相。

佛身毛孔，一孔生一毛，青琉璃色，有序不杂乱，一一孔一毛生相。

而且毛孔会出香气，佛身的毛孔出的是香气，且毛是紺青色的、是洁净的。

孔门相具，毛孔有相庄严，非常殊胜。

毛上向相，佛陀全身的毛都向右旋。

佛的皮肤是金色相，像黄金一样光亮，是此世间最佳的紫磨金色。

佛身金色，旁边的光有一丈光，这个相是丈光相，而且光照着佛身走。

佛后有背光，可见佛身非常的光明。

一切众生都不能完全看清楚佛身相，不能尽观佛身相，可见佛身非常细腻，

观者无厌足，永不厌足的，希望一直看佛。

佛陀成道后，最怕生的鹿见佛，眼一直盯着佛看。

牛见到佛，也是站住不动直视佛。

在田里耕作的农夫见到佛，也都停下一切的工作注视着佛。

所以一切众生没有不乐见的，也是百看不厌的。

脚有**伊泥延膊相**，下肢股骨宛如鹿王一般纤圆。

佛的膝盖是**膝盖骨圆好**，而且坚牢。

佛站立时，两手可以摩过膝盖，叫做**正立手摩膝相**。

佛指是**指长纤圆**，有**长指相**，所以佛的相好里，指是圆长的，

指都有纹，所以**指文庄严相**。

手足满足不缺，**手足满**，

佛的手足是圆满的，而且皆能**如意**。

佛的手文明直，千辐轮相之外、纹明又直。

佛的手文是长的，且**手文没有中断**，**手足都有一个德相**，

像胸有一个卍德相，佛的手纹就有德相了。

手足像鹅王的网缦，**手足网缦相**，

《药师经》里，药师火焰网庄严无等伦，像黄金、像琉璃，见了非常喜欢。

佛的**手足柔软**像兜罗绵一样，非常柔软。

佛的手足也是白里透红，又是金色身，所以手足如兜罗绵手。

手指甲、脚指甲、爪如铜赤色，非常的薄又润泽。

手足赤白像莲华色，手足洁净软泽，手足白里透红、莲华色。

足跟圆满广平、**足跟广平相**。

佛陀的脚跟和脚背是丰满的，**足趺高满相**，

看不到脚踝，佛陀的**足踝不会现起的**。

佛陀足底平满没有凹陷，平站在地上，**足下安平立相**。

佛的住处无人能动，站立之处，无人能动，**住处无能动相**，非常殊胜。

足千辐轮相手脚都有千辐轮，佛走路时，离地四寸而且不会伤害众生，

每走一步都有千辐轮相印出来，**行时足去地四寸而印文现**，这是非常殊胜的。

所以古大德盼佛能留下足迹，令众生因见佛的足迹，而生起欢喜心、恭敬心。佛身犹如净满月，亦如千日放光明，圆光普照于十方，慈悲喜舍皆具足。

佛陀的三十二相、八十种好，种种庄严相非常殊胜，愿我们也能成佛，有无量相好、无量光明。

例：在佛世时，有一位外道来见佛，问：

「世尊！我若出家，能否像舍利弗尊者一样，成就智慧第一？」

佛说：「不能！」外道一听就走了。

佛陀对弟子们说：「此人会在我灭度一百年后出世，

并在我的法中出家证阿罗汉，弘扬正法，度无量无边的众生证阿罗汉。」

佛陀灭度后一百年，此外道转世名为优婆掬多，出家精进修行，证阿罗汉。

有一次在入禅时，

魔王将花蔓放在他的头顶，而出家众是不能着香花蔓。

优婆掬多尊者出定后，一触顶，头上怎么有不净的花蔓？

便入定观察，原来是魔王作弄的。

尊者欲调伏魔王，就放光令魔王来见。

魔王爱五欲，厌恶死人、死狗、死蛇臭物，

故尊者变化三种尸体为花蔓，送给魔王。

魔王高兴尊者送礼就戴上，瞬间变回臭死尸。

魔王去不掉不净死尸，就去求帝释，

帝释说他无能为力，要尊者才能去除。

转去求梵天王，

梵王也说要尊者才能去除。

魔王找遍天上、天下，都无人能帮他除去尸体，

只好回来求助优婆掬多尊者。

尊者说：「你皈依，我就为你去除。」

魔王只好皈依，成为佛弟子，

尊者问：「我今生没见过佛，你有见过吗？」

「有啊！」

「你不能变化成佛身给我看？」

「可以，但你看到佛身，不能顶礼。」

「好！」

魔王就变成佛身，三十二相、八十种好，无量光明，

带着众多比丘从森林里，庠序走出来。

尊者见到如此庄严而殊胜的佛身，自然而然就五体投地，向佛顶礼。

魔王吓一跳，立刻恢复原形，说：「你怎么可以违约，向我顶礼？」

尊者说：「我不是顶礼你，我是顶礼佛，见佛相好庄严、无量光明，

情不自禁，不得不礼拜。」

阿罗汉的优婆掬多尊者，见到佛的三十二相、八十种好，无量光明，

都无法克制自己。何况是我们？

所以让我们从见佛相好，发菩提心，成就佛身，做众生的依止处。

三十二相及八十种好对照表

	三十二相	八十种好
头	1. 白毫相	(3) 眉如初生月绀琉璃色
	2. 顶髻相	(1) 无见顶 (76) 发长好 (77) 发不乱 (78) 发旋好 (79) 发色如青珠 (47) 头如摩陀那果
	8. 师子颊相	(2) 鼻直高好，孔不现 (4) 耳轮埵成 (26) 面不大长 (27) 正容貌不挠色 (28) 面具足满 (39) 面广姝好 (40) 面净满如月 (38) 一切恶心众生见者和悦 (25) 一切乐观
眼	4. 绀青眼相	(54) 广长眼 (67) 等视众生 (68) 不轻众生
	3. 牛王眼睫相	

<p>齿</p>	<p>9. 牙白相 10. 齿齐相 11. 四十齿相</p>	<p>(49) 牙利</p>
<p>口</p>	<p>6. 广长舌相</p>	<p>(29) 唇赤如频婆罗果 (50) 舌色赤 (51) 舌薄</p>
	<p>5. 梵声相</p>	<p>(30) 音响深 (41) 随众生意和悦与语 (43) 口出无上香 (48) 一切声分具足 (69) 随众生音声不过不减 (70) 说法不着 (71) 随众生语言而为说法 (72) 一发音报众声 (73) 次第有因缘说法</p>
	<p>7. 味中得上味相</p>	

皮肤	17. 细薄皮相	
	20. 一一孔一毛相	(42) 毛孔出香气 (52) 毛绀青色 (53) 毛洁净 (55) 孔门相具
	21. 毛上向相	(32) 毛右旋
	19. 金色相	(74) 一切众生不能尽观相 (75) 观者无厌足
	18. 丈光相	(65) 边光各一丈 (66) 光照身而行
上身	14. 上身如师子相	(31) 脐深圆好 (57) 脐不出 (58) 腹不现 (59) 细腹
	12. 肩圆好相	
	15. 两腋下隆满相	

身	13. 大直身相	(13) 身不曲 (19) 身自持，不透迤 (63) 身長 (62) 其身分大
	22. 身广长等相	(5) 身坚实，如那罗延 (6) 骨际如钩锁 (7) 身一时回如象王 (11) 身净洁 (12) 身柔软 (16) 脉深不现 (18) 身润泽 (20) 身满足 (21) 识满足 (22) 容仪备足 (24) 威震一切 (44) 仪容如师子 (45) 进止如象王 (46) 行法如鹅王 (60) 身不倾动 (61) 身持重
	16. 七处隆满相	
	23. 阴藏相	

手足	24. 正立手摩膝相	
	30. 指长相	(14) 指长纤圆 (15) 指文庄严
	25. 伊泥延膊相	(10) 膝骨竖着圆好
	31. 足千辐轮相	(33) 手足满 (34) 手足如意 (35) 手文明直 (36) 手文长 (37) 手文不断 (80) 手足有德相 (8) 行时足去地四寸而印文现
	27. 手足柔软相	(9) 爪如赤铜色，薄而润泽 (64) 手足洁净软泽 (56) 手足赤白如莲华色
	28. 手足指缦网相	
	26. 足趺高满相	(17) 踝不现
	29. 足跟广平相	
	32. 足下安平立相	(23) 住处安无能动者