

福壽的追求

求福求壽是我們每一個人所需要並且都希望得到的。但是，福壽的追求是要靠我們自己循正當的途徑，認真努力的去修養，才能夠得到的。

莊子曾說：「水之積也無厚，其浮大舟也無力。」這是說：一艘船若是擱淺在少水的砂中是無法行駛的，反之，若是行駛在深厚積水的大海中，就能夠暢行無阻；換句話說：自己的天份和自己的努力是一個人成功最大的因素。

從前，有一個億萬富翁，將他的財產平分給他的兩個兒子，每人各分得了五千萬。一個兒子不事生產，揮霍無度，沒有多久就坐吃山空而成了一個窮人；另一個兒子，以他父親留給他的財產作為資本，從事很多事業的經營及投資，因為他勤奮節儉，所以就成了一個更富有的人。雖然當初他們所分得的財產是一樣多，但是，最後的結果，卻是不相同的。由此可見，如果一個人不認真、不努力，縱然神與佛來幫助你，你也無福消受。

佛經中曾說：「福力不足，智力不足，不能成大事。」也就是說：一個人會失敗、會貧窮，那是缺少福慧的資糧力。一個人福壽的獲得，必須靠三種力量：自己的功德力 如來的加持力 法界力。在這三種力量當中，最大也是最主要的是自己的功德力 | 福慧的資糧。我們要成就一番的事業，必需要有足夠的資金來週轉；我們要長途跋涉，必定要儲備豐富的資糧；而福德智慧正是延年益壽最主要的資糧。

我們要真正得到福壽的綿長，最主要是建立在自己的反省和修德積功上。有時候，我們行善布施好不容易累積了一些功德，但是，有

時候無心的過失，會形成一種障礙，自自然然就會使我們折福、失福；因此我們一方面要時時刻刻反省自己，檢討並改善思想言行舉止的過失，一方面積功累德來強化我們的善行，使我們的福德堅固，這是修福求壽最好的方法。那麼，我們該如何修福呢？佛家云：「開口就是禍，閉口就是道。」也就是說禍從口出，無形中會損很多福德，所以我們要修福就要身、口、意三業清淨；而修慧就要多聽經，深入研究佛理，能夠深明因果善惡的法則，這才是正本清源求福壽的根本，所謂「自求多福」，正是延年益壽求光明之途徑。

「壽」可分為有福慧的「壽」，和無福慧的「壽」兩種。有些人雖然壽命很長，但是，一生貧窮，子女又不孝順，以致於求生不能，求死不得，這是「無福的壽」。有些人雖然很有錢，壽命也很長，但是不聞佛法；人生在世若是不能聽聞到生死法，不能得到解脫道，那是虛渡此生，這是「無慧的壽」。有些人有錢有勢，子孝孫賢，眷屬安樂，身心健康，壽命很長，正是所謂的「洪福齊天」，這是「有福慧的壽」。

我們的福壽不是神與佛賜給的，而是「修」來的。古來大德說：「自古神仙作福來，福田先種福花開，源源集福福無盡，福果豐盈豈用猜。」所以我們要不斷的培養「福」才能夠取之不盡，用之不竭。我們的教主釋迦牟尼佛已經是修到功圓果滿，福慧俱足的「兩足尊」。有一位比丘年老病重，以致於雙眼失明，有一天，他的袈裟破了，他說：「什麼人要求福報？什麼人要種福田的，快來吧！」佛陀趕緊跑過來說：「我要種福田，我要求福報。」於是那位比丘就將袈裟遞給了佛陀去修補。佛陀正在縫袈裟時，他的弟子阿難說：「佛陀！您的福報已經夠多的，這件小事讓我來做吧！」佛陀說：「福報哪有人嫌多的？」因此我們要像佛陀一樣不斷的種福田，以培養我們的福報。

我們在日常生活當中，要經常想到：「一粥一飯，當思來處不易，寸絲寸縷常想物力維艱。」那麼，在衣、食、住、行等方面就會知福、惜福，並且將節省下來的金錢，多做一些有意義的事：如安裝佛像、印佛經、鋪橋造路、施燈施藥、濟貧等布施，修一切的功德，也唯有種下惜福、修福的因，才能收到福壽綿長的果。所以福慧是修來的。

如何修福慧呢？依據佛經修福有下列八種方法：

從三寶中求：佛、法、僧三寶是苦海中的慈航，黑暗中的明燈，供養三寶，可以培養無邊的福報。

忉利天的「天主」，也就是我們所說的「天公」，在過去世中，他是一位女人，有一天，在回家的途中，看到一間佛寺，已經是破舊不堪，於是，她就邀了三十二個女人同伴，共同出錢出力，合力將這間佛寺重建完成，後來，這三十三個女人，相繼死亡之後都上升到忉利天享受天福，忉利天又叫做三十三天。

梁武帝過去是一名樵夫，有一天砍柴回家的途中，見到一尊佛像在雨中淋雨，他於心不忍就趕緊取下斗笠，戴在佛像的頭上，就因此一善行，使他日後當上了皇帝。因此三寶是我們的福田：「三寶門中福好求，一文施出萬文收，不信但看梁武帝，施得一笠管山河。」

從父母中求：孝順父母是我們最大福田。《父母恩重難報經》中記載：我們用右肩擔父親，左肩擔母親，環繞著整個須彌山走，一直走到沒有了腳踝，也無法報答父母的恩惠，而一個孝順父母的人才可以得到福壽俱全。《觀無量經》中云：不孝順父母的人，不得往生西方極樂世界。所謂：「一子出家，九族升天。」因此「出家」是「大孝」的表現。

佛經中云：孝敬父母和拜佛的功德一樣大。從前，有一個人，名叫楊粥，有一天，要到五台山去朝文殊師利菩薩，走到五台山的山腳下，遇到了一位老和尚，楊粥就問老和尚：「請問國清寺文殊師利菩薩的道場，還要走多遠，我才能見到菩薩？」老和尚說：「說近不近，說遠不遠，菩薩遠在天邊，近在眼前，佛祖知道你很虔誠，已經在你的家中等你了！你回到家中見到有一個男人穿女人的衣服，一個女人倒穿裙子，那就是釋迦牟尼佛和觀世音菩薩。」楊粥急急忙忙連夜趕回自己的家。那時候北方的冬天是天寒地凍，半夜裡，他的父母聽到兒子急促的敲門聲，深怕孩子受到風寒，在一片黑暗匆忙中，他的父親穿著他母親的棉襖，他的母親反穿裙子，趕緊下床來開門。楊粥一看，這不正是老和尚所說的活菩薩嗎？當場跪下來禮拜，這時候，他才深切的體悟到：在堂的雙親是活佛，只要好好的孝順父母，就是追求福德，與佛無異！

從師長中求：師者傳道、授業、解惑也。出家的師父教導我們出世間的真理，開啓我們出世的智慧，有明辨是非善惡因果的觀念，使我們善根增長而得到究竟解脫。學校的老師啓蒙我們世間的知識，教導我們做人處事的道理，使我們知書達禮。所謂：「一日之師，終生爲父。」因為尊師重道是「敬田」，所以會使我們增福慧。

從病人中求：佛經中云：在八福田中，看病是第一福田。對於有病苦的人，我們要細心的照料，安慰並鼓勵 | 一方面按時用藥物來醫治他的身，一方面要以慈悲心，用佛法來開導他善惡因果的觀念，使他的心情開朗，身心得到安定而早日康復，因此照顧病人是最大的福田。

從急難的人中求：我們從事慈善事業，應以救急難爲第一優先。俗語說：「救急不救窮。」因為急難是一時，而貧窮卻是一生的。貧窮的人，不可以長期的倚賴別人的救濟，必須要自力更生，自求多福。

而急難卻必須緊急救助：譬如一場突發性的火災、礦災、地震等天災橫禍或者需要緊急開刀，頓時，使得許多家庭陷入了困境，這時候，我們應該及時的伸出援手，使急難者早日度過難關，這種的行善才是真正有意義。

從殘障的人中求：對於殘障的人，我們不但不可以輕視他，而且要以同情、慈悲、惻隱之心來幫助他，以愛心來鼓勵他，使他的生命充滿了無限的希望，這才是真正的功德。

從在痛苦煎熬受苦的人中求：有些人爲了感情、爲了金錢、爲了地位、爲了權勢，受到了精神上的打擊或痛苦的壓迫而一蹶不振時，我們要設法解除他的困難，並消除他的煩惱和痛苦，幫助他度過難關，適時的施以無畏施，使他勇敢的站起來，快樂的面對新的人生，這也是一項功德。

從弟子中求：若能好好的愛護、教導學生、門徒或弟子，讓他們能見賢思齊，可替我們增長福壽。

每個人都希望增福添壽，那麼，我們就一定要好好的把握具有八種福壽的因果，同時，要努力、不斷的培養未來之福德因緣，如此，就可以福壽相隨，永享福壽綿長的果；在日常生活當中，我們該如何去培養、去實踐，才能夠得到福壽呢？

少貪多捨：有些人喜歡貪小便宜，任何事物都想佔爲己有，認爲貪越多越好；有些人喜歡接受別人的救濟；事實上，這種行爲會使得福德的根拔除，更會使你愈來愈貧窮，縱使你很辛苦的賺到錢，卻也無福消受。

古人云：「貪心害他人，貪心損己德，世人多貪心，人心漸漸黑。」
「貧字皆從貪欲起」，所以在平日我們不但盡量不要接受別人的幫助，同時，要進一步的去幫助人家，並且將自己所有的，隨心隨力的布施出去，以廣結善緣。所謂：「萬人修萬人德，共修萬人福；十方來十方去，共成十方事；萬人施萬人捨，共結萬人緣。」因此，少貪多捨是修福最好的方法。

少執多福：世間上，有錢的人執著金錢，有名位的人執著權勢，文人執著文章，武將執著戰功……這些執著會使你看不破、放不下，這不但是修行最大的障礙，同時，會使你苦惱，使你現世過得不快樂，更會使你死後不得超生。

我們學佛的目的就是要提昇心靈的淨心，放下一切的執著，自然就會得到清淨、逍遙和快樂。

《金剛經》中云：「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相。」「我空、法空、一切空。」這個「空」這個「無」，並不是什麼都沒有了，而是要我們一切都不要執著之意。事實上，這個「空」是因為沒有，所以是最多，也是無限的。所謂：「無物之中無盡藏。」|「空無一物」是盡虛空遍法界的，因此是無量無邊的。

我們如果能夠放下一切的執著，隨時隨地念佛相信真理，依照正法來修行，修到「心空則一切空」，佛菩薩與我們同在，做到心淨則國土淨，那麼，一切時中皆吉祥，晝夜六時恆吉祥，日日是好日，時時是好時；也就是說「若無閒事掛心頭，正是人間好時節。」因此，我們要凡事不執著，才是一個有福報的人。

一個人活在世間，除了福壽的追求之外，最重要的是要能夠過得幸福和快樂，唐太宗曾說過：「一個人最幸福的就是三好（吃的下，睡

得著，拉得出)。」而一個人沒有煩惱是最快樂的。所謂「煩惱」就是「煩心惱意」。有些人常常憂鬱煩惱而使自己不快樂。學佛就是要教我們透視世間無常的真相，而從煩惱中解脫出來，讓我們了解人世間的苦，將痛苦澈底的解決，進而得到真正的快樂。

日本有一位活到一百一十幾歲的人瑞，名叫杉林端白，有一天，有一個「健康俱樂部」請教他：「長壽的秘訣是什麼？」他說：「過去的已經過去了，不要去想他，未來的事不知道，也不要去想他，現在的已經知道了，更不要去想他。」因此，心情開朗，不起煩惱，正是延年益壽的不二法門。

現在的社會風氣敗壞，有些人爲了自身的利益而來攻擊別人；當我們遇到逆境或遭受到毀謗攻擊時，爲了顧全社會的和諧、安定，我們不但不要提出反擊，不要辯解，同時還要感謝對方替我們消災、增長我們的善根，成就我們的道業。我們如果能以寬廣的心胸來包容，經常忍一時之氣，慢慢的度量就會大，真正做到：「有容乃大。」那麼自然就會得到「有量才有福」。

日本有一位守衛大將軍名叫邊幕洪，他一生很敬重他的師父——白隱禪師。大將軍唯一的女兒，未婚就懷孕了，眼看著肚子一天天的大起來了，大將軍非常的惱怒而大發雷霆，嚴厲的責問她：「孩子的父親是誰？」他的女兒爲了怕父親責罰，更擔心父親會要她打掉肚裡的孩子，於是就誣賴了白隱禪師。將軍一聽之下，又傷心又失望。待那個小男孩出世之後就送到佛寺給禪師扶養，禪師默默的接受了。爲了養育孩子就背著嗷嗷待哺的嬰兒，到處去化緣母乳來給孩子喝，每天一出門托鉢，就受到村民的輕視和謾罵，因而經常過著三餐不繼的生活。

七年之後，將軍的女兒和男朋友懷念起未婚前所生的孩子，想要帶

回認祖歸宗，於是就向她的父親說明了原委，承認了過錯，將軍一聽大驚失色，差點暈倒！次日清晨，一行三人來到了佛寺，只見一個小沙彌在前院掃地，就請他進去通報。這時候，禪師笑嘻嘻的迎面而來，這三個人跪在禪師的面前求懺悔。禪師說：「若是我的業，我就要承擔，現在業消罪已亡，那個在前院掃地的小沙彌，就是你們的孩子，帶回去吧！」經此事後，人們更加的敬重白隱禪師高超的人格。

達摩祖師曾經教導我們「長壽」的要訣，要做到下列幾點：

少吃肉多吃素食：佛陀常教我們要「戒殺放生」，最主要的目的是為我們的身體健康著想。

有些人擔心吃素會營養不良。我們來看看：近代的高僧虛雲老和尚吃素，活到一百二十多歲；有名的「水果師」——廣欽老和尚活到九五高齡，雙眼炯炯有神，雙腿仍然健步如飛；他是自四歲起就隨母奉佛茹素，一生中卻是很少生病的。因此，近代的醫學家都提倡：多吃素食，有益健康。

有些人認為吃肉才會有體力，我們再來看看：牛、馬、駱駝等耐苦力的動物，都是吃草的。

有些人遇到婚喪喜慶或祭拜天地就殺豬宰羊。他們以殺害動物的生命，來慶祝自己的生日，如此一來，不但不能延壽，反而會折壽。過去農業時代生活比較困苦，經常藉著婚喪喜慶或祭拜神明祖先來大打牙祭；現在，我們的生活水準已經提高，平日就營養過剩，所以就不要太奢侈浪費了。我們的祖先，死後不知是否有往生善道，所以，我們更不要殺生來增加他們的罪業，況且上天亦有好生之德！因此，我們只要以「誠心」來祭拜祖先、神明就可以了。總而言之，我們唯有「戒殺放生」，才可以得到天地的壽命。

少生氣多歡喜：生「氣」就像是一把火，不但會火燒功德林，而且會傷害我們的身體。醫學家的研究報告中指出：因為我們生氣的時候會傷肝，所以每發一小脾氣會縮短壽命十五分鐘，每發一大脾氣，就會縮短壽命半小時至一小時。因此，我們平日不但不要隨便生氣，而且要經常面帶微笑，給人「如沐春風」的感受；所謂「一笑解千愁」。將歡喜帶給別人；給別人歡喜也就是給自己歡喜，那時候，我們自然就會歡喜自在。

在現代工商業繁忙的時候，我們每天早起後，只要念佛、持咒、打坐一會兒，讓我們的身心安靜下來，使我們能夠冷靜的來處理事物，以歡喜的心情來面對一天的生活，如此一來，我們就會得到健康長壽。

少欲知足：人世間的欲望，不外乎「財、色、名、利」。「欲望」是一種無形的毒，當我們的欲望無法得到滿足的時候，就會利慾薰心而不擇手段的去獲取；因為物質的享樂而忽視了心靈的建設，沒有善惡因果的觀念，以致於道德淪落，進而戕害我們的身心。

「欲望」又像是「無底洞」，人活在天地間，如果不能降低欲望，無論我們如何的努力，也無法填滿我們的欲望。那時候，只有自暴自棄或挺而走險，如此一來，社會就受到污染，而社會風氣也就日益敗壞了。如果我們每一個人都能夠懷著感恩、知足的心，時時刻刻反省檢點自己，那麼，我們的社會就會進步、繁榮。

我們一個人活在這個世界上，當然要有欲望超越自己才會進步。例如：我今天要做比昨天更多的善事（功德），我今天要比昨天看更多的書，我今天要比昨天拜更多的佛；這就叫做「善法欲」。若是我今天要比昨天賺更多的錢，而這個「賺錢欲」，也是對的，重要的是：我是否能夠採取正當的方法去獲得，而且真正做到：「君子愛財，取

之有道。」

《楞嚴經》中云：「眾生皆因愛慾而生輪迴。」因此「男女之欲」是生死的根本，而「色」慾也傷害我們最深；自古以來的賢人或長壽者，都是「少欲知足」的人。

人世間最大的快樂，並不在於你追求到了多少，而是珍惜你目前所擁有的。希臘哲學家蘇格拉底曾經說過：「人世間最大的財富，不是金錢而是學問。」我卻認為：「人世間最大的財富，不是學問而是真理。」因為我們如果懂得真理，瞭解到內在的富有，才是真正的富有，真正做到：「莫羨他人富，勿嘆自己窮，知足心常樂，無求品自高。」那時候，我們將會很快樂、很幸福；也唯有知足常樂的人，才能夠過個幸福、快樂的人生。

我們既然希望得到「無量光」、「無量壽」，就必須了解，那是需要盡心盡力的去行善，不斷的累功積德培養來的。如果我們沒有能力去行布施，那麼我們也要隨喜！因為隨喜也是一項功德。當你看到別人做了一件好事，不瞋不妒忌，而且會說出自內心歡喜讚嘆的話，那你的功德可言與布施者的功德一樣大！

在日常生活當中，我們要隨時隨地行善布施，日積月累積少成多，這是培福的基礎；即使是說一句好話，搬張椅子給人坐，甚至舉手之勞撿起一張紙屑，這都是小善，我們千萬要記住：「勿以善小而不為，勿以惡小而為之。」《地藏經》云：「眾生起心動念無不是業、無不是罪。」《大勢至念佛圓通章》中云：「都攝六根，淨念相繼。」起個心、動個念都是上升或下墮的因素，也就是引導和決定你將來去處的關鍵；我們都知道，臨命終時將隨業力、習慣、念頭而去受生；如果你打坐參禪可明心見性，修密者經過金剛上師灌頂持咒等修持可即身成佛，念佛可往生西方極樂世界；因此，我們要經常保

持正念，不可以有絲毫的邪念，將來必定往生佛國。

宋朝福建晉江有一位魯知府，他是一個貪官污吏，一生造惡多端，因此死後就墮入地獄，到了閻王第一殿，要用陰陽秤來秤出此人的善惡。ㄟ我們每一個人出生的時候，俱生神跟隨著我們來投生，當我們做一件善事時，他就會記在我們的右手邊；當我們做一件惡事時，他就會記在我們的左手邊，待死後，用陰陽秤來秤出善惡，再作獎懲。ㄩ秦廣王向文判官說：「此人的善惡有多少？」文判官說：「根據我查閱的結果，此人生前所做的惡事，有一天井那麼多，而善事只有一件，我看，不需用陰陽秤就可以一目了然，就直接打下十八層地獄，上刀山、下油鍋吧！」閻羅王說：「我們的審判是勿枉勿縱的，爲了公平起見，還是秤一下比較好。」結果出乎意料之外的！他的一件善事竟然比一天井的惡事重。仔細的一查閱；原來這件善事是當年皇上打算開鑿一條由江南到江北的運河，魯知府唯恐勞民傷財，將會死傷許多無辜百姓，認爲萬萬不可行，於是就寫了一份奏章，奏明皇上，請皇上三思而後行，皇上就將此案暫緩實施。而這件善事就是這份奏章的原文，雖然此奏章未獲批准，但是，他爲了許多老百姓的生命，發了此一善心，那就功德無量了。近日佛教界有華梵工學院、玄奘大學、慈濟醫院……等慈善事業都是需要我們發心出錢出力來共成的；如果我們能夠將日常生活中盈餘或節省下來的金錢，隨心隨力的資助或隨喜讚助而來完成的話，那就造福眾生了。

我們既然知道要愛福、惜福、培福，更不宜隨便損福，古來大德有四句格言來訓勉我們：

福不能享盡：天人福報享盡的時候，尙有五衰相現前，那時就會墮落，更何況我們人呢？如果我們福報享盡的時候，就會貧窮、痛苦，所以我們要惜福，不能奢侈浪費而耗盡福報。

力不能用盡：力一用盡，臨危就無力可逃生。

權不能使盡：我們要利用權勢來造福萬民，不可以利用權勢來欺壓百姓，何況權一旦使盡，禍就會隨之而來，所以權用來造福人類才可以積福。

話不能說盡：所謂「話到口邊留半句。」我們要給別人和自己留下一點迴轉的餘地，因此，話不能說盡。

我們經常要以「四不盡」的格言來提醒自己之外，同時要時時刻刻檢討、反省自己是否有損福的漏洞，有則改過，無則加勉，要做到如袁了凡先生的每日檢視自己的功過，不但要律己以嚴，同時要待人以寬，經常做到「得饒人處，且饒人。」這是積德，也是培福的基礎。

依照佛教因果報應的說法：一切的富貴長壽，不是天賜的，也不是靠命運，都是自己的業力所招感的，《六祖壇經》中六祖說得好：「心好命又好，富貴直到老。」、「命好心不好，福會轉為禍。」、「心好命不好，禍轉為福報。」、「心命俱不好，遭殃且貧倒。」因為「心」可轉禍福，唯有心才可以支配一切，所以最好是存仁道。又說道：「命是造於心，吉凶由人造，聽命不修心，陰陽恐虛耗，修心又聽命，天地自相保。」這段文是告訴我們修「心」養「性」是可以轉變命運的，一切的福壽都離不開心地的修持，只要我們心存忠厚，心存善良，這個仁心忠厚就是慈悲心，自然可以由禍轉為福。因此，我們要對自己的行為業力負責任；同時，我們要確信善惡因果的報應，因為因果是通三世的，所謂：「因果到時終有報，只分來早與來遲。」、「人善人欺，天不欺；人惡人怕，天不怕。」所以我們不可心存僥倖的心理，只要我們改變我們的行為，就可以改變我們的業力，業

力一改變，自然就可以改變我們的命運。

從前有一個人名叫宋真仁，他是以賣豆腐為生的，他是家中的獨子，很孝順父母。有一天他賣豆腐經過廟口，遇到一個算命先生叫住他，並且告訴他：「你的壽命只剩下一百天了，我是鐵口直斷的，如果我算得不準，你可以來砸我的招牌。」從此，他每天就鬱鬱寡歡，又不敢說出來，深怕他的父母會擔心，直到距一百天期限的前十天，正巧也是過年的前十天，他實在沒有心情再做下去了，就向母親說：「我做得太累了，想要出遠門去散散心，這裡我已請人來幫忙。」他的母親欣然答應了。這一天他心情煩悶、絕望、難過，信步走到河邊去散心，忽然，見到一個婦人要投河自盡，他趕緊抓住她，問她：「妳為何要自殺？」那個婦人說：「我的丈夫出遠門做生意，我把他辛苦賺來的一筆錢借給人家，想不到竟然被倒閉了，唯恐我的丈夫疑我不貞，為了表示我的清白，所以我只有自殺。」宋真仁一聽很同情她，心想：我身上的錢，生不帶來，死不帶去，我既然已是一個快死的人了，留著又有何用？於是就將身上的金錢給了那位婦人而救了那位婦人一命。在半路上又遇到一位老師父正要回山上去，他就發心背師父上山回到了佛寺。老師父說：「既然我倆有緣，而且快過年了，你就留下來幫忙吧！」於是他就留下來幫忙，等過完了元宵，老師父和他閒聊時問起了他的家人，他才想起自己竟然沒有死，應該回家去奉養雙親。回到家，他的母親一把眼淚一把鼻涕的說：「阿仁呀！你一出門就是一個多月，而且音訊全無，可讓我們擔心死了！」次日清晨，他送豆腐經過廟口，就一把將算命攤推倒，並且說：「你從今以後不可以算命為生，來騙人了！」當天晚上城隍爺來托夢告訴他：「宋真仁呀！那位算命先生說得很準確，你本來活不過今年的，但是因為你救了婦人一命，同時又恭敬三寶又拜半個月的佛，有很大的功德，所以延長壽命。」由此可以證明命運是掌握在我們自己的手上，一般凡夫俗子只能隨著命運擺佈，而我們要有所「突破」，也就是佛教所說的「解脫」，有一股浩然之氣突

破命運的安排，這才是一個不平凡的人。

人生數十寒暑不過是過眼雲煙，道家的鍊藥燒丹，求的是長生不老，莊子的八千年如春，八千年如秋，但是終究免不了一死，所以說：世間的福壽有限，總是有盡期、有缺陷、不究竟的。因此，我們所追求的不是世間的福壽，而是澈底的福 | 智慧福。永恆的壽 | 慈悲壽。佛是以法以為身，智慧以為命，真正福慧圓滿而達到究竟涅槃、不生不滅的境界！就像是觀世音菩薩成佛之後，現菩薩身普渡眾生，而不著度眾生相；地藏王菩薩：「地獄未空，誓不成佛，地獄度盡，方證菩提。」達到煩惱已盡，福慧俱足，功圓果滿，這才是真正的福壽，因為善根圓滿，自然就福壽無量了。

我們要想得到無漏的福、無量的壽，就要多聽經聞法、開智慧，多念佛、拜佛，學習佛菩薩的慈悲心，寬廣的胸襟，以真心、清淨心來學佛，以佛心來淨化我們的心靈，提昇我們的精神，並且隨時觀念眾生苦，發心發願所修持的功德普及於一切：願五濁惡世化為淨土，願人間充滿了幸福，願一切眾生皆共成佛道，那麼我們就可以得到永恆的生命。