

諸位同學，大家好！請掀開《阿難問事佛吉凶經科會》，第九面最後一段，經文倒數第五行。

【若疾病者。狐疑不信。便呼巫師。卜問解奏。祠祀邪神。天神遠離。不得善護。妖魅日進。惡鬼屯門。令之衰耗。所向不諧。】

我們先看這一段。疾病是我們人生難免的，人到生病的時候，尤其病況嚴重的時候，確實心就亂了，自己做不了主，所謂是「病急亂投醫」，這作法不但於疾病沒有好處，很可能加重。有一些疾病確實能治得好的，反而變成不治了，這種情形自古以來都有，現在在我們生活的周邊，只要我們留意，你就會常常看到。最重要的是我們自己本身，我們要遇到疾病的時候，怎麼樣來處理才是正確的。

首先一定要知道疾病的根源，我們往常在講席當中曾經多次的提到，疾病的根源大致上可以分為三大類：第一大類是生理的，飲食不調，寒暑沒有節制，招惹風寒。古老的諺語常講「病從口入」，飲食跟日常生活的衛生，對於我們身體的健康有密切關係。其次還有個重要的因素：情緒，情緒能夠影響我們生理的變化，世間人也是早已經都發現了，也非常重視，佛家、儒家也都講到。伊斯蘭教裡面對於飲食的選擇，他主要的觀點就是很注意保持良好的性情，凡是性情不善的，無論是動物、植物，他們都不吃，這就是懂得保護性情。這是第一類的，都算是生理上的病。

第二類是冤業，這不能不信，例子太多了。我們在國外常常見到，聽到的就更多，甚至於得病的人本人來找我，他的家親眷屬朋

友帶他來找我，我遇到的例子太多了。這一類的病，現在醫學裡面說它叫「精神分裂」，往往病嚴重的時候就送到精神病院，非常可憐。什麼原因？冤鬼附身，他的冤親債主附在他身上，不是來討債的，就是來討命的。討命一定要把他折磨到死為止，討債要叫他受相當的痛苦，還要花上一筆可觀的醫藥費，那是他的債務。這事情很麻煩，這是醫藥不能解決的，醫生束手無策。

凡是這樣的病症，佛門裡面的方法是調解，跟靈鬼溝通，可以跟他談條件，彼此雙方都得利益，現在所謂雙贏，請他離開。在佛法裡面多半是修諸功德，特別為他迴向，大多數冤親債主都能接受，所以調解有相當的效果，他接受就離開了，這人病就好了。在中國歷史上最顯明的一個例子，足以為這一類病源的代表：唐朝時候的悟達國師。悟達國師得的人面瘡，幾乎是要了命，他總算是一個修行有道德的高僧，遇到迦諾迦尊者幫助他調解，他的冤親債主同意了，離開了，而且說明過去生中他是如何陷害別人，所以他得這果報。調解的方法也記錄下來，寫成一本《慈悲三昧水懺》，這屬於調解。

第三類的病根是宿業，它不是生理的，它也不是冤親債主，是過去世或者是今生造作極重的罪業。自己又沒有大福報，自己如果有大福報，造極重罪業損福，折損你的福報；如果福報很大很大，雖然折損到百分之九十，你還有十分的福報可以享，如果沒有那麼大的福報，麻煩就來了。這種疾病，我們仔細觀察，現在所謂的是老人病、老人痴呆症，這是業障。現在人不懂，認為人到老的時候應該要得這種病，老人就要痴呆。他不知道正常的狀況是「老當益壯」，為什麼老的時候他更強壯？他經驗豐富，對於飲食、對於情緒的調理，他懂得很多；換句話說，他懂得養生之道。所以愈老愈健康，這很合乎邏輯、很合乎科學。

老而衰，說老實話，他在一生生活當中沒有學習到養生之道，他沒有留意，他沒有學到。正常必定是愈老愈健康，愈老愈有智慧，愈老愈有經驗。中國諺語說：「家有一老，如有一寶」，什麼樣的疑難雜症向他請教都能化解，他有智慧，他的經驗比年輕人豐富，智慧比年輕人高，所以他是一個家庭、一個小團體裡面的支柱。從前國家敬老尊賢，老了不是沒有用，老了大有用處，但是現在人不懂。剛剛有了成熟的經驗，就被逼退休，我們看到現在有許多國家，五十歲退休、五十五歲退休的很多。這些人實際上並沒有衰老，有很多體力還很強壯，經驗非常豐富，把他退下去，不能夠為社會、為眾生服務，實在是很大的損失。

我們了解疾病的三種根源，我們就知道怎麼對治。生理方面的，我們的飲食要特別注意，尤其現前的社會，食物都帶著病菌，對於食物的選擇非常重要。現在的氣候反常，尤其交通便捷，一般人的生活範圍擴大，有許多做生意買賣的，有跨國公司，事業遍布全球，經常去旅行、去辦事，每個地方時差、溫差都不一樣，所以對於衣著的穿著特別重要。能夠在生活上注意，就能減少這一方面的疾病。

第二，一定要懂得冤家宜解不宜結，決定不跟人結冤仇。過去生中所結的冤仇怎麼辦？我們如果心正、行正，念念為社會、為眾生造福，遠離貪瞋痴慢，遠離名聞利養，過去生中縱然是冤親債主，他看到你這樣的心行，他對你尊敬，他不會來報復。為什麼？你是人中的善人，你是一個無私、無我、大公為眾的這種人，諸佛菩薩、天龍善神都保佑。何況我們將自己所修一切善行功德，都能夠迴向自己過去生中歷劫的冤親債主，他不來找麻煩，連晚上睡覺一個惡夢都不會有；甚至於許多人家一般人講不乾淨，這裡頭有妖魔鬼怪的，這些房子人家不敢住，你住在那裡平平安安，一點事都沒

有。為什麼？他尊敬你，他不但不擾亂你，他還保護你，都是自己懂得自己應該怎麼做。

第三種的疾病，根源是惡業，我們知道了，決定不造惡業，決定相信佛陀的教誨。佛說：「菩薩有一法，能離一切世間苦」，一切世間苦就包括病苦。這一法是什麼法？佛教我們：「晝夜常念善法、思惟善法、觀察善法，不容毫分不善間雜」，你過去今生所造一切極重的罪業也化解了。我們懂得這個道理，依照這些理論方法來修學，肯定可以遠離疾病。

昨天中午，許哲居士來看我，她今年一百零二歲，來看我跟我說，她想義務的來教瑜伽，我讓她去見李會長，聽說李會長也同意，給她一個地方，她可以在這裡義務的教學。同時她告訴我，她還是非常希望辦一所老人院，老人院是家庭式的老人院，讓老人生活在這裡頭，如同在自己家裡一樣，不但在生活方面有周到的照顧，而且給他有溫情、精神生活。這想法好！她一生念念都是想照顧這些苦難的窮人、老人、病人，你們想想看她這個用心，一生所做的是無畏布施，無畏布施裡頭附帶的有財布施、有法布施，所以她的果報不是非常明顯嗎？健康長壽，她不衰老。一生她不生病，她不老，體力我看她就像四十歲的人一樣，人家做出榜樣來給我們看。

縱然我們現在身心兩方面還有一些疾病，要不要緊？不要緊，從什麼地方對治？從觀念上，從心理上來對治，這叫根本治療，藥物是附帶的、是輔助的，佛家講正助雙修，你的健康就恢復得很快。我們確確實實可以從一個不健康的身體，修成圓滿健康的身體，這是修行，這叫學佛。假如連這個效果都收不到，佛法裡面講的更殊勝的果報可能都有問題。

身心健康在佛法果報裡是雞毛蒜皮，小事一樁，大事是如何不墮三途，如何超越輪迴，如何超越十法界，這叫大事因緣。大事因

緣能成就，這小小的果報算什麼？必定得到非常殊勝。健康長壽，精神飽滿，煩惱輕、智慧長，你一定能夠捨己為人，「上報四重恩，下濟三途苦」，這樣的人生，活得就有意義、就有價值。這是學佛的好處，學佛殊勝之處。今天我們就講到此地。