

無量壽經科註第四回學習班 華嚴實驗室、孫鳳雲、劉小溪
(第一七九集) 2015/10/24 香港佛陀教育協會
檔名：02-042-0179

學生：歲次乙未年冬至祭祖，「化解天災人禍水知道——華嚴實驗室水結晶實驗」。

千萬年來人類所賴以生存的地球原本是純淨純善，宇宙萬物本來是和諧共處的。在華嚴水結晶實驗中，讓水看地球純淨的大自然照片，呈現出純真、皎潔、光潤的水結晶，光輝燦爛，美不勝收。這是不是正反映出，人類的自性本來就是充滿真善美慧？

水看「巍巍高山」，水結晶呈現雪山森林之雍容華貴。水看「清澈川流」，水結晶光瑩燦爛，也反映湖中山景倒影一分為二，日出倒映在清澈的湖中。水看「幽靜森林」，水結晶呈現樹林延展、互相倚傍，也呈現森林中聖潔靈性的光輝。水看「深廣大海」，呈現光彩閃耀的水結晶，反映海洋上波光瀲灩，以及高掛上空的光明太陽。

壹、健康長壽的奧祕

仰觀宇宙萬物的自然與奧妙，使我們想到，其實人的一生與大自然是息息相關、休戚與共、一體不二的關係。古人有言，人生百日，體露真常。人生下來一百天之內，他的身體、行為把自然的真性、把父子之間永恆的至愛都表演出來了，這就是《三字經》所說的「人之初，性本善」。我們來到這個世界，是在身心健康的狀況之下出生於世的，這是由於嬰兒的心地清淨，沒有染污，所以他的身體健康。我們觀察嬰兒看父母的眼神，以及父母看孩子的眼神，無一不是表露出「父子有親」的真誠愛心。

在華嚴水結晶實驗中，讓水看圖片「母親親愛孩子」，璀璨閃

耀的水結晶（圖一、圖二）表露母親對孩子無條件的愛與關懷。光瑩潤厚的水結晶（圖三）顯示母愛聖潔的光輝。水結晶（圖四）外圍如百花綻放，而內部彷彿體現母親對孩子的辛勞教養是含辛茹苦、慈愛包容。再讓水看圖片「微笑的嬰兒」，水結晶呈現赤子之心的純真微笑。

雖然人人皆是自性本善，然而《三字經》說：「性相近，習相遠。」當孩子慢慢長成之後，受到環境的污染，慢慢開始有了自私自利、名聞利養、貪瞋痴慢的念頭，他的身心就被污染了。如果做得太過分了，就會使五臟六腑得病，腫瘤、癌症等疾病就接踵而至。例如經典中說，肝病、眼病是殺業太重所造成的，天天吃肉，吃得太過分，就會得肝臟、眼睛方面的疾病；心臟病、口舌方面的疾病，是飲酒的罪業所造成的；淫欲過分，腎臟、耳朵（耳鼻喉）出現問題，就會招感疾病；妄語的罪業會使脾臟出現問題；如果是犯了盜罪，巧取豪奪，會感得肺部和鼻子出現問題。如何避免這些疾病？佛經說，無畏布施得健康長壽。因此，一定要持守五戒十善，我們的身體才會健康。

在華嚴水結晶實驗中，水看中文字「殺生」，水結晶殘缺不全、破裂成塊、有刀口切痕，好似屠刀斬剝牲畜般。水看中文字「永離殺生」，水結晶呈現完整美麗的結構，猶如人類圓滿悲憫之心。儒家說：「見其生，不忍見其死；聞其聲，不忍食其肉。」「勸君莫打枝頭鳥，子在巢中望母歸。」如此一念悲憫心生起，就是人間淨土。

英國生物學家、動物行為學家、人類學家珍·古德博士（Dr. Jane Goodall）長期致力於黑猩猩的野外研究，在促進黑猩猩保育、推廣動物福利、推進環境保護和人道主義教育等領域，進行了很多卓

越而有成效的工作。

在水結晶實驗中，讓水看珍·古德博士的護生影片，水結晶（圖一）內部彷彿呈現大猩猩充滿感激的臉，而右邊則代表珍·古德博士慈悲、博愛的光輝。圖二至圖五的水結晶呈現紮實、完整、對稱的結構，如同愛的水結晶一般燦爛美麗、光耀奪目。

美國科學家布萊登博士（Dr. Gregg Braden）是研究念力祕密的量子力學家，證明了物質是從念頭生出來的，念力能改變物質。量子力學家進一步發現我們身體是物質現象，人類可以用念力來治療疾病，不需要用藥物或針灸，只要自己改變念頭，把所有不善的念頭統統放下，真正懺悔改過，斷惡修善，端正心念，疾病就能不藥而癒。人的心念一旦改變向善，充滿愛的意念，就能把身體上所有帶著病毒的細胞統統恢復正常，這就是「境隨心轉」。

用念力來治療疾病在現代社會逐漸盛行，世界知名的美國修·藍博士曾經用念力治癒數千名病患。他承傳夏威夷祖傳的方法，用意念和觀想來治療，不需要和病人直接接觸，即使是距離二、三千里都可以做到。淨空老教授曾經問他治病的原理是什麼？修·藍博士說，是用清淨心。必須把你的記憶清除，把不善的記憶、善的記憶統統清除，讓心地乾乾淨淨，完全恢復到清淨心。其實清淨心就是禪定，心裡沒有任何妄想、雜念，連一個念頭都沒有，這就是他治療疾病的理論依據。（圖：修·藍博士到香港拜訪淨空老教授）

在治療過程中，修·藍博士觀想自己跟患者是一體，然後展開病歷，用清淨心來調理，讓病毒的細胞恢復健康。他的口訣就是四句，「對不起、請原諒我、謝謝你、我愛你」，他每天用半個小時觀想，就對著病毒細胞念這四句話，一個月之後，病毒細胞統統恢復正常，患者的病就好了。

在水結晶實驗中顯示，給水看「對不起」的水結晶，剛開始是破裂成二片的，慢慢二片破裂的水結晶就漸漸擁抱在一起，結合成一個完整美麗的水結晶。似乎表示只要人類願意認錯並改過自新，就是化解與一切人事物的衝突、修復成原來和諧美好關係的開始。水看中文「請原諒我」。水看中文「謝謝你」。水看中文「我愛你」。

貳、如何避免刀兵劫

當今時代，人類所面臨的問題不僅是疾病的痛苦，還有很多天災人禍的困擾，諸如地震、海嘯、火災、風災、戰爭等等，其中戰爭給人類帶來的創傷是至深且巨的。為什麼人世間會有刀兵劫？刀兵劫是指戰爭，這是人與人之間最嚴重的大惡，互相殘殺。佛經告訴我們，如果真想免除刀兵劫的災難，「欲免世間刀兵劫，除非眾生不食肉」。如果還離不開吃眾生肉，這個災難就無法避免；換句話說，食肉就是戰爭的果報根源。

越南戰爭簡稱越戰，是二次世界大戰以後，美國參戰人數最多、影響最重大的戰爭，發生在冷戰時期的越南、寮國、柬埔寨。越南戰爭期間，美軍死亡五萬八千二百零九人，受傷三十萬四千人，二千多人失蹤。越戰是美國歷史上持續時間最長的戰爭，十多年的越戰，美國耗費了至少二千五百億美元。

水結晶實驗中，讓水看影片越戰，水結晶彷彿反映出戰爭的悲慘狀況。

淨空老教授曾經說過，戰爭不能解決問題，只有真誠的愛心、無條件的布施來幫助世人，才能夠解決問題。這二千五百億美元要是無條件送給南、北越，那麼美國人就是真正的和平天使。

然而，和傳統戰爭相比，現代戰爭又提升了一級，現在是用核武，稱之為「按鈕戰爭」。核武的殺傷力非常可怕，一顆原子彈能

毀滅一個城市。世界上有許多國家都在發展核武，核武戰爭沒有勝負，是同歸於盡的。

一九五〇年美國總統杜魯門（President Harry S. Truman）決定研製氫彈，研究工作由科學家愛德華·泰勒（Edward Teller）領導。一九五一年五月，試驗彈代號「喬治」（George），在太平洋上的恩尼威托克島試驗場進行。試驗證明爆炸威力大大超過原子彈。

在華嚴水結晶實驗中，讓水看影片「美國氫彈核爆試驗」，呈現像高溫的核爆塵衝上天形成煙雲一般的水結晶，完全顯現其爆炸性，極度高溫熔化周圍環境，甚為恐怖。水看核爆試驗影片，呈現水結晶爆裂、消融的形狀，好似反映受核爆千度高溫照射下的房舍瞬間爆破、銷毀。

一九五五年，有三份著名的科學家宣言相繼發表：數十位知名科學家及諾貝爾獎得主聯名發表「哥廷根宣言」（Göttingen Manifesto）、「羅素—愛因斯坦宣言」（Russell-Einstein Manifesto）、「邁瑙宣言」（Mainau Declaration）。三個宣言都警告，使用氫彈的核戰爭將給人類帶來毀滅性的災難，敦促各國政府放棄以武力做為實現政治目的手段，表達了科學家強烈的社會責任感。

其實，地球的人類所面臨的嚴重危機不僅僅是核武戰爭。佛經說：「一切法從心想生。」人類不善的念頭會對地球的山河大地造成染污，貪婪感應水災，使海水上升，江河氾濫，引發海嘯等災害；瞋恚感得火災，如森林大火，火山爆發，地球溫度上升等，這都是瞋恚心所感得的；愚痴感得風災；傲慢感得地震；懷疑感得山崩地陷。由此可知，地球的災難是居住地球上的人心之所感。人心端

正，棄惡揚善，改邪歸正，對自己是身心健康，對居住的環境則沒有災難。

在華嚴水結晶實驗中，曾經讓水看「驚世大海嘯」的影片。影片講述的是，科學家發現並證實了，火山爆發除了呈錐形口向上爆發，也會橫向（側面）爆發，因而引起極大的火山山崩，因山崩而衝入海中的巨石岩漿會造成海嘯，其威力比一般海底地震所引發的海嘯還巨大。在科學家的研究過程中，過去的歷史證據顯示，在西非外海的加納利群島中就曾發生這種火山山崩所引發的大海嘯。

在水實驗當中，有一個水結晶在結尾的時候產生了一種類似眼睛的圖案，令人聯想到「上帝之眼」（Eye of Providence）。這是否也在警告人類，應該改變自私自利、貪婪無厭的心念及行為，而停止繼續破壞地球生態環境呢？

美國科學家布萊登博士說，如何應對世界災難？他提出三句話來勸導世人，第一是「棄惡揚善」，棄惡揚善就是佛家所說的斷惡修善；第二是「改邪歸正」；第三是「端正心念」。端正心念就是放下貪、瞋、痴、慢、疑；用不貪、不瞋、不痴、不傲慢、不懷疑的心態，就能把世界的災難化解，不但能夠化解災難，而且會把地球帶上更加美滿的未來。

參、宗教教育促進世界和平

二十世紀英國著名的歷史哲學家湯恩比博士畢業於牛津大學，擔任過倫敦大學的希臘語和歷史學的教授，曾經代表英國政府參加兩次世界大戰後的和平會議。由於他曾經經歷兩次世界大戰，深深感受到戰爭的可怕，所以晚年思考著如何能夠阻止世界戰爭的發生。

當前核子時代，世界現有二百四十四個（一九七八年）主權國家，若是互相攻伐，結果會使人類同歸於盡。湯恩比博士認為，這

些主權國家求得生存唯一希望，就是自動的服從於世界政府。是故世界各國政治統合，是今日世界人類生存所必需；政治統合的基礎是文化上的和諧，最關鍵者，是人類彼此基本道德價值觀的一致性。

湯恩比博士說，高級宗教的存在目的（淨公註：明心見性），令一切人類都能夠和宇宙現象背後的精神實相（淨公註：諸法實相），直接的接觸（淨公註：證悟契入），並使人類能與此一精神實相和諧共存（淨公註：六和敬、四攝）。宗教的目的，使人類能夠完全明瞭、體驗宇宙的真理（淨公註：宇宙人生萬物的真相，諸法實相），依真理之道過著身心和諧的幸福生活。

由此可知，宗教教育對人類生存、世界和平的意義至關重大。宗教經典皆是以「仁慈博愛」為宗旨的聖哲教育，然而由於各宗教經典的分量龐大，卷帙浩繁，世人不容易學習和受持。近年來淨空老教授提倡把各宗教經典中的精華編輯成冊，將現前社會迫切需要的經文句子摘抄下來，印成「三六〇」，如《群書治要三六〇》、《古蘭經三六〇》、《新舊約三六〇》、《佛教經典三六〇》等等。將其印成口袋書，人手一冊，並且在廣播電台宣講。希望能夠用最短的時間，化解所有衝突，從個人衝突、父子衝突、夫婦衝突、家庭衝突、朋友衝突統統化解，一直到族群的衝突、文化的衝突、國家的衝突，無一不是用教學的方法來化解。

在華嚴水結晶實驗中，水看各宗教經典法語呈現和「愛」的水結晶一般璀璨美麗，證明學習宗教經典可以幫助喚醒人類「愛」與「慈悲」的善念，而這個善念念力的力量可以消弭衝突，化解災難。

（一）水看巴哈伊教法語：「與人性的尊嚴相匹配的美德，乃是能以容忍、慈悲、同情和友愛來對待地球上所有的民族和眾人。

」（《巴哈安拉作品集粹》）

“Those virtues that befit his dignity are forbearance, mercy, compassion and loving-kindness.”（Gleanings from the Writings of Bahá'u'lláh）

（二）水看佛教法語：「於諸眾生，視若自己。」（《佛說大乘無量壽莊嚴清淨平等覺經》第二品）

“They treated all living beings as they were their own.”（Infinite Life Sutra, Chapter 2）

佛教中的「阿彌陀佛」是代表無量光、無量壽，無量光是智慧，無量壽是福德。福德中壽命是第一德，所以無量壽就代表無量的福報。在水結晶實驗中，讓水聽「唱誦阿彌陀佛鳥鳴配樂」，呈現晶瑩圓潤、光彩耀目的美麗水結晶，顯現純淨純善的自性光明。

（三）水看天主教法語：「愛是含忍的，愛是慈祥的，愛不嫉妒，不誇張，不自大，不作無禮的事，不求己益，不動怒，不圖謀惡事，不以不義為樂，卻與真理同樂：凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。」

“Love is patient, kind, without envy. It is not boastful or arrogant. It is not ill-mannered nor does it seek its own interest. Love overcomes anger and forgets offenses. It does not take delight in wrong, but rejoices in truth. Love excuses everything, believes all things, hopes all things, and ensures all things.”

（四）水看基督教法語：「神愛世人。」

God so love the world.

（五）水看儒家啟蒙經典《弟子規》：「凡是人，皆需愛；天同覆，地同載。」

“Love all beings, for we all live under the same sky and are

supported by the same earth.”

（六）水看印度教法語：「高貴的心靈是把自己奉獻給促進他人平靜快樂，即使這些人曾經傷害他。」

“With a noble soul, one devotes himself to bringing happiness and peace to others, including those who once hurt him.”

（七）水看伊斯蘭教法語：「讓彼此敵視的人重歸和好的行為比忠誠慈愛的禱告更好。」

“Helping the enemies regain friendship for this is better than saying a faithful pray.”

（八）水看猶太教法語：「不可使慈愛、誠實離開你，要繫在你的頸項上，刻在你的心版上。」（《聖經·箴言》 3:3）

“Let love and faithfulness never leave you; bind them around your neck, write them on the tablet of your heart.”

（Proverbs 3:3- New International Version）

（九）水看錫克教法語：「以智慧為母，以知足為父，以真誠為兄弟。他們都是你的好親人。」

“Make wisdom by mother, contentment thy father, and truthfulness thy brother. These are thine good relations.” (Siri Guru Granth Sahib)

（十）水看道教法語：「慈心於物。」（《太上感應篇》）

“Be compassionate towards all beings.” (Treatise on Response and Retribution)

水實驗中發現破裂成二片的水結晶慢慢復合在一起，好似告訴我們只要用「仁慈博愛」的心念來處理一切問題，人與人之間破裂的關係也能修復完好。

(十一) 水看拜火教法語：「智慧勝過世間任何一種財富。」

“Wisdom is more valuable than any riches in the world.”

綜上所述，當今世界資訊發達，交通便捷，地球彷彿變成了「地球村」，居住在地球上的人民，往來愈來愈密切。在這個大時代之中，各個族群、各種不同的文化、生活方式、意識形態、宗教信仰者之間如何平等對待、和睦相處至關重要，這是化解天災人禍的關鍵，也是世界和平的核心之所在。人類只有通過聖哲的倫理、道德、因果、宗教教育，來達到不同的族群、多元文化彼此之間的互相尊重、互相關懷、互相敬愛、互助合作，共同創造全人類多元文明的社會福祉，這是通過聖賢教育真正能夠實現的美好願景，這也是華嚴水結晶實驗給予世人的永恆啟示！

老法師：我們剛才聽了這份的報告，這個報告將來要列入《冬至祭祖專刊》，報告對我們很有啟發性。人類確實遇到了有史以來從來沒有過的困難，這個困難也就是我去年在聯合國所說的，「人心壞了，社會亂了」。我們居住的地球災難多了，到處都是，這個問題怎麼能解決？水實驗給我們做出了證明。特別是美國的科學家布萊登所說的，我們如何才能真正做到「棄惡向善，改邪歸正，端正心念」，他這三句話把對治今天生活在地球上眾生的病根說出來了，這是真正能夠救世人、救地球的一服良藥。誰來執行？誰肯相信？最嚴重的問題還是在後面這個，誰能相信？誰肯依教奉行？

這篇資料希望再做得完善一點，圖片還要大一點，讓大家能看得清楚，把它寄到圖文巴，給淨宗學院、給漢尼夫先生。圖文巴這個小城可以做實驗。這個小城的居民團結起來了，什麼團結的？宗教文化團結的。希望它做出榜樣，這個榜樣歡迎全世界有愛心的人士來參觀、來考察、來推廣、來學習。宗教的力量，我們不能疏忽，不能等閒看之，它是一個非常偉大的力量。宗教要團結，誰去團

結？宗教要回歸教育，宗教要互相學習。我聽到澳洲那邊給我的信息，圖文巴的宗教非常樂意將自己宗教經典裡面的金句，最好的經文句子，把它節錄下來編成《三六〇》。我希望他們這個工作要趕快做，為什麼？救這個世界；如果遲了，一旦第三次核武戰爭爆發，來不及了。這比什麼都重要，我們千萬不能夠疏忽。

我們今年訪問英國，看到英國宗教的團結，我們非常驚訝、非常歡喜，這是個非常好的榜樣。他們要建造一個宗教活動中心，這也是我嚮往的，我天天在想的，沒有想到他們先幹了。我們做了一個很小的規模，在圖文巴，建了一個宗教活動中心。這個建築供養當地十幾個宗教，希望他們能用這個中心辦活動。每一個宗教在中心設一個辦公室，中心裡面有大大小小的講堂，這個講堂可以提供他們教學、提供他們辦活動用。每個宗教都在這個地方辦學，大家都看到，大家都互相學習、都互相觀摩，真正變成一家了。沒有這個活動中心不行。

我早年在新加坡團結宗教，我就有這個意思要做，可是我們沒有財力。新加坡寸土寸金，要真正做好一個宗教活動中心，新加坡的錢總要好幾億才能辦得到。擁有財富的人不少，他們也想做一點好事，都沒有想到這個事情是天下第一等好事，沒有比這個更好的了，為什麼？宗教教育能教化眾生。教什麼？教倫理道德，教仁慈博愛，教互相尊重、互相敬愛、互相關懷、互助合作，把這個地區變成地球上一個多元文化和諧示範城市，讓全世界愛好和睦相處、平等對待的這些人士來考察、來參觀、來指導、來學習。大家認為好，可以推廣；有缺陷，可以改進，不斷的求改進，讓古老的宗教智慧能夠跟今天最新的科學理念能夠融會在一起，這個裡頭沒有矛盾。終極的目標，希望全世界的人民，到這個世間來，都能在地球上享受幸福美滿的一生。我想這個構想不會有人反對，我們要努力

把這樁事情促成。

我們是一九九九年，在新加坡做團結宗教的工作，做得很順利。我們組團到世界各國去旅遊，收到很好的效果。不同的宗教，通常很難得見面，唯有旅遊從早到晚都在一起，無話不談，讓我感觸到旅遊是團結宗教最好的一個科目。將來每個宗教的《三六〇》編出來了，我們把它印成一本書，這個書名叫《宗教聖經》，所有宗教的聖經在一本裡頭，我們學我們的，同時也學別人的，宗教與宗教之間的矛盾自然就化解了。宗教本身團結了，就能團結全世界，能化解所有的衝突，人與人的衝突、家與家的衝突、族群跟族群的衝突、宗教跟宗教的衝突、國家跟國家的衝突，統統化解了。這是一樁好事，希望我們要認真努力去做。

用什麼方法？記住，「教學為先」。因為教學是最好的手段，能達到這個目的，所以我們很認真的學習經教，把每一個宗教的經典講清楚、講明白、講透徹，問題就化解了。我不但能講我自己宗教的經典，我非常認真努力學習其他宗教經典，我都能講，我相信每個宗教都歡迎。我也做了實驗，我曾經在那個年代講過《古蘭經》、講過《聖經》、講過天主教的《玫瑰經》。我知道《玫瑰經》講的那個光碟流通很廣，我也希望神父、阿訇、牧師來講佛經。好！眾神是一體，宗教是一家，平等對待，和睦相處，宗教可以救世界，還有哪一樣東西比宗教更有效果？我找不出來了。

能救世界，只憑著一個真誠的愛心。佛家講「同體大悲，無緣大慈」，佛家承認整個宇宙一切眾生跟我是一體，不但有情眾生是一體，樹木花草、山河大地也是一體。所以我們提出「眾神一體」，完全沒有違背經典，是這麼說的，我們是應該這樣體會的，應該做出自己犧牲奉獻，把這樁事業做好，讓全世界所有眾生都能受惠。這個世界還有哪一樁事情比這個更有意義、更有價值？我們可以

多想想，我們到這個世間來一趟，沒有白來，做出了最偉大的貢獻，生活再清苦也值得。好，我們看下面第二篇。

學生：尊敬的師父上人慈悲，尊敬的胡居士慈悲，阿彌陀佛！慚愧學生孫鳳雲尊奉胡居士慈悲指示，僅將日本太和淨宗學會第一次舉辦「傳統文化學習班」情況及學習期間發生的感人事蹟，向尊敬的師父上人和胡居士匯報如下：

學習班活動是從二〇一五年八月十七開始，到八月二十二號圓滿，一共為期五天。共有三十一位學員參加，其中有五位是不懂中文的日本朋友（包括三個孩子），其餘皆為旅日華僑。此次學習班的教學，我們完全遵從師父上人教導，用的是師父上人指定的光碟教學。雖說只是短短的五天學習，但在活動期間卻不可思議的出現了一件件令人震撼的感人事蹟！

一、一位日本人的心聲：「中國的傳統文化太優秀了！」

學習班學員A先生是一名日本人，此次隨從華人妻子一同來參加了學習班。他是日本一家大型企業的高級工程師，但因身患糖尿病、尿毒症等重症病，現在在家休養一年有餘。半年前醫生說他只有五個月壽命，他平時行動也很吃力。但是五天的學習，他沒缺一堂課，以驚人的毅力全程都參加了下來。雖說每堂課的中文教學，他只能聽懂百分之十至二十，但是每堂課的內容都會讓他感動得流淚。參加到第三天，他就給放暑假在家的小兒子打電話，叫兒子一定要來參加學習。兒子說：「學習班馬上就要結束了，而且我也不懂中文，就不去了。」深受中國傳統文化感動的這位父親，就在電話中給兒子講了四十分鐘有關這次學習活動的重要性的和自己的感受。他說：「聽不懂沒關係，來感受這裡的磁場很重要，哪怕來一個小時也可以。」在父親的感召下，小兒子來會場參加了最後一天的全天學習。

A先生在學習班結束時的分享報告中寫道：中國有這麼好的傳統文化，以前不知道，從現在開始我自己要好好學習，把自己學到的中國傳統文化傳授給周圍的日本人，讓更多的日本人了解中國優秀的傳統文化，為促進中日友好和平而努力。學習班結束之後，他給自己的父母寫了一封長信，首先懺悔自己以前對父母的冷漠和不關心，然後把傳統文化和佛法介紹給父母。他在信中說：您們二老可能還不能認可我說的話，可能還會對中國人有偏見，但我會用我的改變讓您們了解中國傳統文化的優秀。同時他還真誠的祈請父母搬到家裡和他們一起生活，以盡自己的孝道。

現在A先生每天念阿彌陀佛佛號一萬餘聲，禮佛一〇八拜，用日語恭誦《心經》二十遍以上。每天完成修行定課之外，還幫助學會翻譯傳統文化資料。以前血糖指標是七以上，幾天就需要做一次透析，參加學習班學習和念佛後，再去醫院檢查，指標降到了五，到目前為止一直都沒再去做透析。而且每週日都乘坐往返三個小時的電車，來道場參加念佛共修學習。並向學會義捐印經款，助印日文版《弟子規》，發心要把這個中國傳統文化之寶典捐贈到日本各個學校和圖書館，讓更多的日本人了解和學習中國的傳統文化。現在A先生的兩個孩子每天也做功課讀《心經》二十遍，佛號一千遍以上。

二、學習班中孩子們的變化

（一）學習班中有一位十一歲的日中混血小朋友，跟媽媽一起來到學習班時，每天吃飯都挑食，而且要媽媽餵著才吃一點點，每頓都剩飯。第三天課程播放的光碟中，孩子們在吃飯時都是把飯吃得很乾淨，而且飯碗要用饅頭擦一下，再把饅頭吃了，之後還要用水把空碗涮乾淨後，再把水喝掉。這個孩子看了之後很受觸動，當天中午吃飯時，就主動自己吃完了午飯，而且用舌頭把碗和自己的

小盤子舔得乾乾淨淨，並高興的給大家看。之後的兩天學習生活中都是這樣吃飯。小朋友在自己的分享報告中寫道：自己學習時精力不集中、姿勢不好、沒做到孝親；做事沒常性、吃飯挑食，以後這些缺點都要調整，全部改掉。

（二）一位日本小女孩的懺悔

學習班三個日本孩子中有一位小女孩，參加完五天的傳統文化學習，也在分享報告懺悔了自己的缺點：自己平時走路時背很彎、坐著時常常翹二郎腿、懶惰、性子急，東西用後不能歸還原位、喜新厭舊、在背後說人壞話、騙人、浪費錢、有人勸時自己就裝睡、裝糊塗。最後她說：請老法師爺爺加持我改掉毛病！

三、祖宗加持，不捨一人

（一）旁聽生—酒店服務員的改變

此次學習班場地是租用一個小酒店。開班第一天，酒店的一名服務員做為旁聽生，跟我們學員一起聽全日課程，並把聽到的內容都認真的做了筆記。晚上聽完課，她就迫不及待的給一位熟人（酒店老闆的妹妹）打電話，介紹了傳統文化如何如何好。第二天，又給她父親打電話懺悔。在她很小的時候，父母離異，她一直跟母親生活。長大之後，來日本讀書，期間除了向父親要錢時給父親打個電話之外，就從沒問過父親的冷暖。這次給父親打電話，父親正在打麻將，她開口就跟父親懺悔，還問候了繼母。父親很愕然，因為她這次打電話不是管父親要錢，而是向父親懺悔和問寒問暖。父親拿著電話哭了起來，當時就說：「麻將不玩兒了！」從這以後，她每天早上五點半起床，跟我們學員一起拜佛。她的老闆看後非常感慨的說：「這個服務員來酒店工作五年了，從來都是早上八點以後起床。你們跟部隊似的，來上了兩天課就把一個人改變了，真是了不得！」

（二）酒店老闆開始學習傳統文化

酒店老闆原來在國內是軍人出身，沒有任何宗教信仰。我們學習班開課後，學員們每天都一起做早晚課。每當我們唱誦念佛偈和念誦佛號時，他都在教室外聆聽。後來對我們說：「從來沒有聽過這麼好聽的音樂！」當聽到我們的講課內容時，才知道中國還有傳統文化，還有倫理道德的課程，非常受感動。在我們學習班結束時，他請求我們把學習光碟給他們留下來，說自己要從頭到尾再學習一遍。還戀戀不捨的對我們說：「你們走了，我們可咋辦呀？」並希望我們再去他們酒店辦班。

（三）五天的學習，學員們個個感受深刻

1、學員B女士，平時經常跟先生吵架，鬧著要離婚。經過幾天的學習，在跟大家分享時，痛哭流涕的懺悔道：「突然看到了先生身上以前從沒發現的很多優點。」並在當場就列舉出三十餘條先生的優點。學習班已經圓滿近兩個月了，她和先生相處得很好。

2、學員C女士，參加學習班之前，從來沒有給先生做過早餐，學習班結束回到家裡，就開始早起給先生做早餐了。她的先生說：「我看看妳能表現幾天？」C女士發願說，自己一定要表好法，一直做下去。

四、結束語

這次傳統文化學習班，雖說是我們第一次舉辦，雖說只有五天的學習，但是在這短短的五天裡，學員們一起生活、一起勞動，一起學習，一起誦經念佛，彼此都感到收穫很大，受益匪淺。大家都說，這都是得利於祖宗的加持、佛菩薩加持的結果！學習圓滿時，大家都捨不得分開，期望今後有機會能多多參加這樣的傳統文化學習。

以上是太和淨宗學會傳統文化學習班活動的大致經過，粗略匯

報至此。因為是第一次舉辦這樣的活動，有很多不足之處有待改進。在回歸自性的修行路上，我們僅僅處於蹣跚學步中，我們離不開師父上人的教導指正，離不開像胡居士這樣的仁者、大德們的提攜與幫助。

在此慚愧學生孫鳳雲僅代表日本太和淨宗學會全體同學，懇請師父上人和胡居士多多予以批評指正。並恭祝師父上人法體安康，六時吉祥，長久住世，弘揚大教！恭祝胡居士福慧增長，吉祥如意！慚愧學生孫鳳雲頂禮叩呈。二〇一五年十月十六日，於日本太和淨宗學會。

老法師：孫居士的報告，我們聽到了非常歡喜。希望這個活動永遠辦下去，至少每個月要辦一次，這些教材的內容我們負責支援。希望能把這個經驗、這個效果，向前首相鳩山報告。我曾經鼓勵過他，希望他能辦個道德講堂。他的友愛山莊，我去住過一天，那是他私人產業，裡面有五十個房間，就是可以住五十個人。我告訴他，就從五十個人開始，慢慢再擴大。潮州謝總最初也是五、六十個人，現在三百人，他一個月辦兩次，一次一個星期。我希望鳩山先生開始的時候一個月辦一次，時間也是七天，對社會產生很大的影響。

潮州謝總做得很辛苦，很有效果，很有收穫，他法喜充滿。之前得到政府的認同，政府在他們講堂掛了一個牌，「潮安區家庭道德教育基地」，政府承認他了。前幾天聽說人民日報在那裡掛牌，人民日報是國家的，國家認同了，非常難得。他四年來感化至少兩萬多人，真的把惡人變成好人，把貪官變成廉潔。所以，我們相信這個效果政府看到了。希望政府能夠推動，在全國每一個縣市都有，都有像潮州這個道德講堂，黃河道德講堂。能辦得成功，為什麼？上課不要請老師，完全用光碟上課。

孫居士這個地方也是光碟上課，好！光碟裡面與社會有衝突的地方，刪掉；社會大眾都願意接受的，我們多講。只要有人講（有放光碟），有地方，有人來聽，無論人數多少。它這裡才只有三十一個學員，行，三十個不算少。我希望說明年，它由三十個就變成三百個。沒有那麼大的場地沒有關係，可以租借。我相信社會會接受，妳對社會做出貢獻，社會大眾會幫助妳，會捐錢給妳做活動的費用，這是一樁好事情。一個月辦一次，辦一年，後年可能就一個月要辦兩次了。一個月不能辦兩次，那聽眾學員人數要增加，從三十增加到六十，六十增加到一百，一百增加到一百五十、增加到兩百。在日本把中國傳統文化帶動起來，可以促成兩國的友好，兩國的互相了解，這是真正功德的好事，希望大家繼續努力，不要怕艱難。好人好事，祖宗保佑，三寶加持。好，我們祝福日本的淨宗學會，祝福這些第一屆培訓的三十一位同學。好，謝謝大家。

學生：大士閣首屆「大學生佛學夏令營」心得報告。尊敬的師父上人，尊敬的諸位法師，尊敬的諸位大德同修，大家好，阿彌陀佛！慚愧學生劉小溪，今天向大家恭敬匯報的內容如下：

經過這一週的學習與洗禮，學生感觸最深的就是反思和懺悔。這一週，我們觀看了很多反思現代社會，尤其是青少年群體問題的影片，這些影片中的鏡頭和教誨常常讓學生看得眉頭緊鎖，慚愧萬分，這裡面的哪一句教誨不是對我說的？想想真的自責與慚愧。反思的同時，心中的困惑與煩惱好像也化解了很多，因為學生從沒有像現在這樣真正找到了改過的方向和勇猛之心，真正的揪出了那隱藏在學生心裡二十多年的惡魔，第一次鼓起勇氣直接面對它，決定要徹底將它從我已滿是塵垢的心中清除出去，它就是「貪」。

發現這顆種子的起因，說來也覺得不可思議，現在想想真的覺得是慈悲與智慧的佛菩薩在度我。那天習勞，快上課了，我趕著去

衛生間，在衛生間的門口發現拖鞋沒剩幾雙，都拿去洗了。這時來了一位長者，我心裡想起了「長者先，幼者後」，就把拖鞋讓給她一雙。剛準備穿另外一雙時，又來了一位長者，這可是最後一雙鞋了。這時廣播裡響起輔導員叫我們進教室的聲音，我心裡又糾結又著急。那位長者突然很自然的說到：「妳先去吧！」我便毫不猶豫的穿上了拖鞋。回教室的路上，我愈想愈慚愧，不禁對自己說：「怎麼開始還在落實尊敬長輩，一遇到自己要遲到的境界就不行了呢？」原來自己心裡想的還是只有自己，這不就是自私自利嗎？學了這麼多天，這點習氣還是改不了，想想它有多嚴重！陳大惠老師說：「現在對人心污染最重的就是自私自利，自私自利的來源就是貪。」我頓時恍然大悟，我從沒有想過自己是一個多麼貪心的人，我覺得自己和那些追逐名牌、奢侈享受的比起來，我跟貪好像沾不了多大的邊兒，可是經過那件小事和陳大惠老師的點化，我開始思考：我是一個貪心的人嗎？

雖然我看起來像個小女生，可是自己一直知道自己的野心是相當大的。記得我第一次去上海外灘，朋友們都忙著拍照留念，我卻不以為然，我心裡在想：「沒準兒將來有一天這些都是我的！」當時還覺得自己特別有成就，特別有上進心，現在想想真感到可怕，我都沒想過自己的福報有幾斤幾兩。因為我敢想敢幹的個性，大學的時候我確實做過不少在學校來說驚天動地的事情，得到很多認可和讚許，這也更助長著我的貪心和急功近利的心。所以我在大學畢業後的兩年中，空有一身抱負，卻一直沒有找到真正讓自己和家人滿意的事業，這都是因為這顆貪心使自己創業眼高手低，沒有從實際情況出發，覺得自己就是來做大事的。後來找工作也是，覺得要找就找全中國同領域內最好的公司，所以沒有腳踏實地，總是幻想著一鳴驚人。就這樣，我常常懷才不遇，浪費了大把的時間。殊不

知，自認為有野心、有抱負的自己就是被這顆貪心給迷住了。因為自己這顆貪心，導致什麼都要得到，什麼都放不下，自己常常感覺被縛住了手腳，被困在「放不下」的痛苦牢籠中，每天煩惱不已。除此之外，因為「貪」這顆種子，使得自己愈來愈自私自利，眼裡只有自己，其他的惡習也漸漸養成。

首先就是不孝。最開始，我一直愚昧自私的把孝理解成我好了就是孝。因為從父母對我的關懷中，我覺得父母在我成績好、身體結實、開心時是最開心的。所以我好了，我父母不就開心了嗎？現在想想，之前跟父母相處時的起心動念都是這樣。「媽，我還趕著和同學出去交際呢，人脈好，以後我才會有好事業，中午不回來吃飯了。」「媽，給我買筆記本吧！有了筆記本電腦，我才能在學校方便實習工作，以後才能工作經驗更加豐富。」「爸，借錢給我創業吧！我發現了好的項目，能掙大錢！」諸如此類的話太多太多，當時說的時候我還在想，自己是個多求上進的女兒，父母多高興，卻沒有體會到父母的難處。丁嘉麗老師說她能和父母心靈相通，因為她在父母面前完全放下了自己。可是我在父母面前，心裡想的只有自己；父母為我高興，是因為他們眼中只有女兒，而我卻拿一顆這樣的心來面對他們，自己真的是連畜生都不如。

其次就是傲慢和嫉妒。自己什麼都要好的，當然見不得別人好，便什麼都要和別人比一比，什麼都要爭個第一。這裡的反思，也讓我找到了自己兩個性格的起因：

一、追求個性。我從初中就開始追求自我，個性。買衣服，買男生的，髮型也和其他同學格格不入。那時候不幹女孩子該幹的事，成天和男生泡在一起打籃球、玩遊戲，兄弟相稱。初中就開始早戀，還和女生談戀愛，就是為了證明我不光成績好，還有個性，我就是學校的風雲人物。那時候在學校還被很多人追逐和效仿，自己

還特別有面子。現在想想，那些曾經模仿自己的同學，好多都是喜歡玩，心思根本不在學習上。俗話說「物以類聚，人以群分」，自己身邊招感了一些什麼樣的人，想想都可怕。因為自己的欲望，心不清淨，到後來學習自然就一落千丈。追求個性，還不順應自然的道做自己該做的事，當然「順道者昌，逆道者亡」。現在還是喜歡追求個性的服飾，希望自己能夠在人群中脫穎而出，這都是貪。

二、雙重性格。在我親戚的眼裡，我彷彿是個文靜聽話的「淑女」。可是在我朋友眼中，我卻是個大大咧咧的「女漢子」。為此，我常常在這兩個角色中轉換得很辛苦，很壓抑。現在想想我之所以這樣，還是為了自己在他人眼中的形象而活著。我希望在每個人的眼裡，我都是完美的，貪名累啊！看到別人被讚美，我就嫉妒，心想著她還有哪點不如我的，而不是去隨喜她、讚歎她。記得法師跟我說：「高處有險，低處有道。要把自己落實在低處，高高的托起別人。」現在反觀自己恨不得天天站在山頂上，想想真是可怕。

三、口業重。為了追求名聞利養，自己的口業造了太多，說話喜歡說瞎話顯擺自己，喜歡說奉承話討好別人。開始還覺得自己情商高，真了不起，哪知在背後卻造了無邊的罪業，就是為了達到自我的目的，為了譁眾取寵。現在想想那時的自己，真的感到無比的羞恥。

現在大多數人都是因為只顧滿足自己的貪欲，造下了無邊罪業，卻還不自知的沉淪在五欲六塵的假相中醉生夢死。現在想想，真慶幸自己能及時聞到佛法，來到這個清淨的道場接受洗禮。我還記得當年在大學創業正風風火火時，我看到一個知名的成功者寫的一段話：「互聯網的存在就是要讓人們變得愈來愈懶，激發人們的原罪並順應它，你才能在強烈的競爭中脫穎而出，獲得豐厚的利潤……」當時自己還拍手稱絕，現在想想真可怕。如果我現在還在順應

自己那無邊的欲望沉淪下去，不知會遭到什麼樣的果報。

因為發現了這顆「貪」心，我也漸漸明白為什麼學了近一年的傳統文化，發了那麼大的願，還是會常常感到煩惱了。自己學習是貪法，自己力行是抱著一顆有求的心，裡面還是擺脫不了對名聞利養的追求。想得太多，心不清淨，沒有智慧和福報，自然一事無成。還念念說為了父母、為了眾生，心不純、不誠，假的。隨順著這個貪心而不自知，離自己的本性愈來愈遠，心外求法，心外無法啊！現在想想，自己曾經有多少事是為了自己的習性去做？有多少事是為了自己的本性去做的？想到這裡，真是無比的慚愧與自責。

來之前的我，還滿懷著一腔的熱血與抱負，想著來這裡學「取真金」，回去好在中國弘揚傳統文化的歷史上寫下重要篇章！經過這幾天的反思和學習才知道，真正要被教育的是我自己。真正的要去踐行的是我自己的本分，孝親尊師。這些事情不去真幹，不去好好的修正自己，你想去感化別人？妄想！你想去教育別人？沒資格！高高山頂立，深深海底行。現在的我，要從改掉這顆貪心開始。更加精進念佛、聽經，讓自己的心清淨下來。好好的落實孝親尊師，報父母師長之恩，積累將來弘法利生的福德資糧。自度才能度他，唯有這樣才會愈來愈接近自己的真心，不辜負老祖宗佛菩薩的一片苦心。

現在回想起這十幾天在大士閣的學習與生活，還是覺得不可思議。每天在感恩、感動、法喜中覺得時間過得如此之快，好像一切像是一個不敢醒來的美夢，自己真的是太有福報了。看到這樣殊勝的道場，這樣親切令人敬畏的館長，這樣慈悲莊嚴的法師，這樣善良精進的同學，心裡對佛法充滿了敬畏，同時對這個社會也充滿信心。自己也發生了很多改變，見人過的心減少了，愈來愈歡喜聽經了，一下課、一空下來就知道提起佛號了，每晚睡覺很自然的改成

了吉祥臥，自己的心從未這樣踏實過、溫暖過。自己能做的也只有好好依教奉行，好好改過修行，讓這短短的三十天更有價值和意義。

以上是慚愧學生劉小溪的粗淺學習報告，錯誤之處懇請尊敬的師父上人、諸位法師、諸位大德同修慈悲批評指正，學生樂意接受，至誠頂禮感恩，阿彌陀佛！恭祝尊敬的師父上人，法體安康，六時吉祥，久住世間，光壽無量。慚愧學生劉小溪頂禮敬呈。

老法師：我們聽了劉小溪同學的報告，感觸到人是教得好的。她有向上的心，可惜方向跟目標錯誤了。一個人要想成就，扎根比什麼都重要。像種樹一樣，根深才會葉茂，根不深不行。扎什麼樣的根？倫理的根、道德的根，然後才能談到做學問的根。倫理道德是根本之根本，為什麼？那是做人的根。你來到世間是個人，不能不像個人，這個要重視。貪瞋痴慢，貪瞋痴慢不是人，你要知道，佛經上講得很清楚，貪是餓鬼、瞋是地獄、痴是畜生，貪瞋痴是三惡道，要隨順貪瞋痴，將來的果報在三惡道，這個可不能不知道。什麼是人的根？五戒是人的根。

佛家的五戒跟儒家的五常完全相同，中國古聖先賢誰不在這上扎根？根深蒂固，他才有超人的成就。仁，是佛法五戒裡面講的不殺生；延伸的意思，決定不能存心害別人，這個很重要。別人害我，我接受，我不害他，沒有報復的心，這就對了。為什麼？要有報復的心，將來造成冤冤相報沒完沒了，生生世世都糾纏在一起，真可憐！我受了欺負的時候，我能甘心嗎？正是在考驗你自己的功夫。考什麼？考你的忍辱波羅蜜。忍辱是美德，看你能不能忍，忍辱能成就智慧跟福報。佛法常說，布施是造福、是在培福，忍辱是將這個福報攢積下來、累積下來。不忍，一發脾氣就完了，所謂「火燒功德林」。如何累積福報？完全靠忍辱波羅蜜，你要能忍。他無

緣無故毀謗我、障礙我，甚至於陷害我，那是消我自己的業障。那我們對他，對他要感恩，他在替我消業障。你能這樣去想，你的根堅固了，你的德行會不斷往上提升、往上增長，決定不吃虧。所以要有仁慈的心，不殺生。要有義，義是什麼？起心動念、言語造作，合情、合理、合法，違背情理法的不能做，這叫義。義，不偷盜；仁，不殺生；禮，不淫欲；智，不飲酒；五常對五戒，不妄語是信。這個比什麼都重要。

五倫是說關係，父子有親，夫婦有別，君臣有義，朋友有信，在家裡面長幼有序，在外面朋友有信，這才是人，這是人道。你一生都能夠遵守、都能夠奉行，來生不失人身，這一生是人，來生還是人。如果能修上品十善，那就生天道了；能以這樣的心、這樣的根，念佛求生淨土，必定往生。這個很重要，每個人都有毛病、都有習氣，要認真反省，要多聽經，要多看修行的好樣子。海賢老和尚，最好的榜樣。來佛寺三聖的《永思集》出版了，多看看有好處。黃念祖老居士的《淨修捷要報恩談》也出版了，難得！這本書裡頭包羅萬象，是他一生學佛的心得報告，裡面的內容，大乘小乘、宗門教下、顯教密教，全都談到了。你要想了解佛教，你一定看看這個書，好，分量不多，統統講清楚了，你對整個佛教有認知，有個概念，然後你就曉得怎樣選擇，怎樣學習，怎樣幫助自己成就。

人到這個世間來，最大的一樁事情就是了生死、出輪迴。這種物質精神上的享受都是假的，都不是真的。如何能夠幫助自己這一生超越六道輪迴？所以恩恩怨怨不要計較，統統消掉，為什麼？他搞六道輪迴，我不要六道輪迴，我出去了，這些都給你。不是很好嗎？一絲毫沒有留戀，我才能出得去，我有絲毫留戀都出不去。一定要放下，真正放下。什麼好？念佛好，往生淨土好，就這一樁事情。對佛法、對眾生，有緣，我們要做。斷一切惡，修一切善。幫

助正法永住世間，幫助傳統文化能夠流傳下去，就可以了，一代一代傳承下去就好。可別忘掉求生淨土，第一重要！今天時間到了，我們就學習到此地。