

佛家、中國的儒家，這些古聖先賢們，他們所懂得的確確實實比現代這些科學家還要透徹，還要深入。而現代人是一昧說他們是迷信，說他們不科學，全部否定掉。就是近代醫學上來說，一般人反對中醫，中醫不合科學，相信西醫，中國人幾千年講的這些養生之道，「不科學」三個字全部推翻了。他們今天符合科學，能不能解決問題？實在講，依舊不能解決問題，反而把問題搞得更糟。以現在的癌症來說，在中國大陸，中醫治好癌症的例子很多。中國人到不相信中國古聖先賢的智慧經驗，應當要遭難，這還有什麼話說！你為什麼要遭難？祖宗留下這麼多寶貴東西，統統否認，丟掉不要，去學別人的，別人的在經驗上是比中國差遠了。

以前方東美先生跟我講，談到這個醫學，中國的醫學至少有五千年的經驗。李老師是懂得中醫的，他跟我們講解中國的醫學，目的在哪裡？目的是講長生，中國醫學治病是末技，它的目的是長生。所以中國醫學第一個目標，長生；第二個目標，如何能夠不生病，避免疾病的發生，這第二個目標；治病是第三個，那實在有病了，沒有法子，來治療，所以治病是第三等。治病裡面，在這個講求上又分三等，真正好的醫生，要不要問？不要問；要不要把脈？不要，一看你的氣色，聽你說話的音聲，他就知道你害的什麼病，你的疾病狀況他都知道。這個東西實在講也不並難懂。比如現在的汽車，懂得車輛結構的人，這個車一發動，一聽音聲，他就曉得哪個地方有毛病，哪個地方不正常，就這麼個道理，何必要問！所以第一等的醫生給人看病的時候，不問的，看看你氣色、聽聽你的音聲，就知道了，就可以給你處方。

而治療的時候，第一等的治療不是吃藥，用什麼方法？在佛法裡頭高明。佛法教你發聲（音聲），教你念咒。念咒怎麼能治病？這個東西也是有道理的，你哪個地方管道裡頭阻塞、不通了，才有毛病。發出某一種聲音，這音聲振動，就把你這個地方阻塞振動了，它又暢通了，你問題解決了。哪裡還要用藥物？不需要。現在那些咒語，為什麼治不了病？發音不正確，你照那個咒語去念，達不到那個深度，也達不到那個關鍵。所以這個音聲一定要準確，一定要口傳，記錄下來你去學，沒辦法。佛經裡有很多咒語，治病的。治什麼病用什麼咒，古時候都很靈，現在你拿去念，不靈了。音不對，音量也不對，音階也不對，所以達不到，都沒有辦法打通你穴道裡頭的阻塞。所以第一種是用音聲的方法；第二種才用針灸的方法，針灸也就是把穴道打通；第三才吃藥。醫生診治的時候，二等醫生，看看你氣色、聽聽你的音聲，還要問一問。一等的生不要問，最高明的，二等醫生問一問，三等醫生把脈。所以李老師講，你看病把脈，三等三的醫生。怎麼說三等三？第一等是長生，第二等是不生病，第三等是才有病，所以你生病是第三等。醫生在診斷的時候，三等裡頭，第一等的看氣色、聽音聲就行了，不問的；第二等才問一問，你怎麼樣？問一問；第三等的把脈，所以把脈是三等三的醫生。

奈何中國人迷信西洋，崇洋，把自己這麼寶貴的東西，不知道，捨棄掉了，哪一天外國人發現中國的東西，說這個是寶貝，中國人再去跟外國人學中醫。方老師講得很有趣味，他說西醫是二次大戰發明抗生素，救了西醫的命。在抗生素沒有發明之前，人生的疾病，病重的時候，西醫真是束手無策，一點辦法都沒有，這是發明抗生素。抗生素，我們曉得，雖然能治病，副作用很大。不像中醫，不像中藥，中藥是草藥，藥草沒有副作用。現在西醫的藥材多半

是化學，化合物，每種藥都是有毒的，這是所謂是以毒攻毒。病雖然治了，可是遺毒還在，對你內臟決定有傷害。疾病之產生，換句話說，就是今天講的，自然生態起了變化，你自然生態這是最健康；你自然生態發生變化，問題出來了。身體的自然生態，什麼力量叫它產生變化？妄想、憂慮、煩惱。什麼樣是最自然的？心地清淨，一念不生，這身體絕對是自然的。所以你的妄想多，嚴重的執著，把你這個自然生態破壞掉了，於是產生了許多疾病。產生疾病，又不懂得治療的方法，不懂得恢復的方法。

你看佛在經上教弟子們，生病用什麼治療？斷食、打坐，斷食、打坐恢復正常。現代講這不合科學，他懂什麼叫科學嗎？你細細去思惟，這才是真正的科學，讓不正常再恢復正常，這個就對了。慈悲是解毒的，慈悲心，什麼樣的劇毒，心地慈悲的人不受傷害，這不是用物來剋物來解毒，用心來轉境。佛法的理很深，佛所講的這些作用非常微妙，只要你真正能懂得他的意思，依照這個方法去做，沒有別的，就是恢復自然；自自然然就叫做佛菩薩，破壞了自然那就是凡夫。所以佛講，這一切法，「唯心所現，唯識所變」，心是真心，識就是分別、執著、妄想。由於妄想分別執著，這才變成十法界，離開一切妄想分別執著，所現的就是一真法界，最圓滿的、最健康的、最正常的。十法界都不正常，不過十法界裡面，愈往上面層次愈高，破壞的幅度愈小；愈往下面來，破壞的幅度愈大。成佛完全恢復正常，這本有家珍，不是從外頭得來的。佛講的是真理，講的是事實真相。

飲食起居也都要順乎自然，這不但佛說的，我們中國古聖先賢講得很多，你讀《禮記》、你讀《呂氏春秋》，你看裡面的「月令」所講，什麼樣的飲食最健康？這個月份所生產的，這最健康的食物；本地所生產的，本地生產的是養本地人，你就順乎自然。我們

不吃本地的東西，要吃含有外面來的東西，不自然。我們夏天想吃冬天的東西，不自然，這講自然生態。現在大家把自然生態全部都破壞了，你看動物、植物都不自然。動物，有些同修告訴我，現在台灣的豬，六個月就殺了，什麼打荷爾蒙幫助牠生長。雞聽說只有六個星期。所以那個裡面都是一些化學成分在裡頭，促進牠的發育，促進牠快速的生長，所以那個肉的味道絕對不一樣。

我曾經問過方東美先生夫人，我跟她提這個問題，我說妳們吃肉，妳仔細去想一想，妳們現在吃的豬肉，跟三、四十年前吃的豬肉，現在吃的雞肉，跟三、四十年前那個雞肉，妳仔細想想，味道一樣不一樣？她大概停了五分鐘之後告訴我，不一樣。在我們想像當中決定不一樣，為什麼？四十年前，雞跟豬都是放在外頭養的，都是什麼？自然生長的。你在沒有殺牠之前，牠的日子過得也很自在，也很快樂。現在這些豬跟雞，一出生就是關在籠子裡頭，等於說是終生禁閉，坐牢，到時候再殺牠。牠坐牢的時候，牠的心情怎麼樣？一定道理。牠接觸不了自然，一生被人家關在籠子裡頭，那是什麼樣的心情？那是什麼樣的情緒？那肉能吃嗎？何況還要給牠打化學藥物。所以我雖然沒有吃，在我這個想像當中，那個味道決定不是味道，決定不一樣。你從幾十年前這個自然生長，那味道的確是有鮮美。現在那個味道，我們雖然沒有吃，有時候偶爾聞到，噁心！不是味道。

再說植物，植物這些蔬菜，搞這些農藥，這就破壞自然生態。你說怕蟲吃，沒有發明農藥以前，莊稼種的是不是都給蟲吃光了？沒有這回事情。蟲從哪裡來的？愈殺愈多，報復。所以這個世間人與人，人與一切生物，充滿了仇恨，你怎麼會不遭難？你造的什麼樣的業，你後來一定有什麼果報，這個太可怕了。所以沒有農藥的蔬菜，那是正常的，這個沒錯。可是你現在買的這些蔬菜，連米都

不正常。我們有信徒住鄉下，自己種田的，自己種菜的，他們知道，他吃他自己種的菜。所以李老師講，我們今天三餐飲苦食毒，這過的是什麼日子？

我們要明瞭，我們今天在這個生活環境之下，還能勉強支持，這是一個什麼？這個中毒是慢性的，不會很快發作的，這個毒慢慢在裡面累積，累積到飽和點的時候就發作了，所以沒有這麼快速的就發作。另外一個原因，念佛人心總比較清淨一點；還有一個原因，因為常常過這個生活慢慢就習慣，沒有產生劇烈的變化。可是你是在外國，到中國來，不一樣。所以科學家提出來的東西，治標不治本，不了解所以然的道理。我們中國古老的學術裡面，跟佛家經典裡面，他懂得所以然的道理，真正是標本兼治。你看科學家這些研究，你們想想看，他有沒有脫離妄想、分別、執著？只要不離開這個範圍，說老實話，他就解決不了問題。這個佛法從根救起，教你把妄想分別執著捨掉，恢復清淨心，一切恢復到自然。外面這些劇毒也不怕，也不在乎，它也不會干擾你。你內裡面身心不正常，起了變化，外面很容易感染；內裡面健全的時候，外面不容易感染。這個我們在經論裡面、傳記裡面都看得很多。古時候真正修行人，有定功的人，他飲食裡頭不乾不淨的時候，他吃了，一般人吃了決定受不了，他無所謂。

你看樂觀法師寫的《金山活佛神異錄》。《金山活佛》在台灣有兩個本子，一個煮雲法師寫的，因為沒見過聽說的，到處打聽，聽說的。樂觀跟金山活佛在一起住過，所以對他就很了解，你們看這個本子，他記載他這些奇奇怪怪的事情。金山活佛叫妙善，就是江蘇鎮江金山寺的，也好像瘋瘋癲癲，像濟公一樣。他吃的東西是什麼？人家丟在地下不要的東西，他撿來吃。人家供養他鈔票，鈔票細菌最多，他把鈔票一窩，丟嘴裡吃掉了。吃鐵鏽，那怎麼能吃

？他沒有選擇的，也沒有顧忌的。你看有一次記載的，吃飯，很多信徒，每個信徒盛一碗，「法師，我這供養你」，他很歡喜吃了，他吃了，他很高興。那個人又遞一碗來，一下搞了是二、三十碗，二、三十個人，一個人添一碗，他統統吃光了，歡歡喜喜的很開心。樂觀在旁邊看到了，「法師，你這怎麼能受得了？」他告訴樂觀：「不增不減。」不增不減，我們曉得佛經上「不增不減」，他真做到。吃了幾十碗不增，他一碗不吃也不減，這是什麼？完全身心順乎自然。樂觀講這個法師很奇妙，他就是一件長褂，一套小褂褲，一年到頭也不換的，也不洗的。他一生不洗澡，身上不但沒有氣味，有清香。你跟他接觸的時候，身上清香，一生都不洗澡。冬天也是這套衣服，夏天也是這套衣服，他沒有換洗衣服。冬天他也不冷，夏天他也不熱，這什麼？順乎自然。這心真正到清淨，真正是無染。

我們今天本能不能恢復，所以我常常講，最大的障礙就是「我」。起心動念一切為「我」，就糟了。我執，最大的障礙。要曉得，「我」要不能破，就不能超越六道輪迴。六道輪迴怎麼來的？我執變現出來的。法執變現十法界，我執變現六道輪迴，我沒有了，六道就沒有了；法沒有了，不執著了，十法界就沒有了。這個執著是嚴重錯誤的觀念，沒有我，盡虛空遍法界才是一個自體，才是一個我，真我，叫法身。盡虛空遍法界是一個我，不會把這個身體看作我，所有一切眾生、一切萬事萬法都是我，我心變現出來的，跟作夢一樣，夢中整個境界才是自己，你自己心變現出來的，這是大乘經上講得很透徹。

你要修華嚴的，古時候修華嚴要作法界觀，他就是把這個觀念逐漸逐漸轉變。轉變什麼？轉變之後就肯定盡虛空遍法界是我，法界觀。肯定、契入，一點都不懷疑，入了這個境界，就叫證得清淨

法身。這個高！你證得清淨法身就是法身大士，這是《華嚴經》上最低限度的境界，就是初住菩薩。他們用這種功夫，肯定虛空法界是自己，不會把這個法界零零碎碎的哪一樣東西當作自己，他不會有這個觀念，他是個整體的觀念。那就是《華嚴經》上所講的，「唯心所現，唯識所變」，心是自己，識是心的作用，那才叫真我。今天我們執著這個身是我，是假我，你錯誤了。