

台南極樂寺餐後開示—正念祛病

念佛離苦 （第六十二集）

2020/2/15

台灣台南極

樂寺 檔名：32-258-0062

疾病確實，百分之七十是觀念。了解事實狀況，不怕它，它就隨你；你要害怕它，那你就隨它。隨它有痛苦；隨自己，痛苦大幅度的減輕。

人的觀念很重要，所有一切生活裡頭喜怒哀樂，一大半惡念造成的。念頭要正，很多疾病不治自癒，這是最好的方法。不能恐懼，恐懼很害人，不了解狀況，害怕，所以有不少人被病嚇到了。聰明人思想能夠控制病苦，他有病，他不苦，那個是能控制的人，病沒有什麼可怕的。

念頭轉到念佛，好！轉不過來不行。要轉得快、轉得穩，就轉過來了。最重要的，覺要快，覺不能緩慢，轉也轉得快。不受現前的苦，也不貪未來的樂，保持在念佛這一個念頭上，功德很大。

有人問過我，你怕不怕死？我不怕。你怕不怕苦？苦比死還可怕。怎麼樣離苦得樂？阿彌陀佛，用阿彌陀佛這句佛號把苦字趕走，苦可以變成樂。這個苦的念頭起作用，這個作用是正面的，不是負面。