

《淨土集》，尊敬的諸位法師、諸位同修大德，大家晚上好。阿彌陀佛！請大家翻開經本，《淨土集·印光大師法語精華》第一百五十一頁，我們上一次學習到第十六段、十七段。我們再把這兩段簡單複習一遍：

【十六。人人存好心。說好話。做好事。自能國家得護。而災禍不起矣。】

我們上一次學習到這個地方，這個一段也是非常重要，講我們的存心、說話、做事，也就是我們經典上常講的，身口意三業，存好心是意，不貪、不瞋、不痴是意的善業。說好話，不妄語、不惡口、不兩舌、不綺語這是好話，離開這四種口的惡業，說的話基本上就是好話。做好事，身不殺生、不偷盜、不邪行。也就是在《十善業道經》佛給我們講的十善業，身三、口四、意三。此地祖師他講得比較白話，就是我們現在人講的普通話，這樣講我們一般人比較容易聽得明白。好心，我們看《十善業道經》不貪、不瞋、不痴，我們學佛的弟子基本上有個概念，就不能貪心，也不能亂發脾氣，也不能邪知邪見，沒有智慧，這是意的善業。但是具體的我們心裡起這些貪、瞋、痴、慢、疑、惡見，我們自己並不是很清楚的能夠觀察到。在經典上像《十善業道經》講，這是原則，十個原則，十個綱領，它主要的綱領。我們日常生活當中起心動念，念頭就很多了，很複雜。再多的念頭歸納起來，這個心就是貪瞋痴，歸納起來就貪瞋痴；如果發展出去，實在講也是無量無邊的。最具體的，像存好心，我們一般人都認為我是好心，我的心很好，一般人總是

認為我自己是好心。

當然我們不能說人都沒有好的心念，一定有，但是能不能保持，能不能這個心達到純善純淨，這就不容易了。偶爾我們會動個好的念頭，這是有的。在一天當中，如果我們沒有深入去覺察，可能我們動了那個不好的念頭，不知不覺生起來的很多，而且自己不清楚。最具體的就是《俞淨意公遇灶神記》這個書，還有過去在二〇〇六年，我也到北京請陳曉旭找人幫我演這齣戲，我請台灣中視退休的一個導演去拍《俞淨意公遇灶神記》，拍了八集。拍俞淨意公這個因緣很早，最早是在台灣以前在電視台，好像在台視很早了，我們還沒有出家之前，大概四十幾年前，有一齣連續劇在台灣拍的，叫「江南遊」，陳麗麗她是個女明星，她就演女扮男裝那個角色（小王爺），當時很出名的。這個在台灣像我這個年紀的人，很多人看過，很有名。後來我們華藏在信義路買了這個道場，有一天她來道場找我，找我說要拍《地藏菩薩本願經》，她發心要拍這個。我給她講，拍這個《地藏經》難度很高。後來我就請她到香港拜見我們師父上人，請師父上人來指點陳居士發這個心。她叫陳麗麗去年往生的，跟我同年。我就請老和尚給她開示，我記得那個時候去香港好像在跑馬地那裡，那個時候她也五十幾歲了，去年往生是六十七歲，跟我同年，後來她身體不好，這個事情也就沒有再繼續談。

後來在二〇〇四年，在中壢善果林辦傳統文化《弟子規》，有很多人來學習傳統文化，那個時候中視退休的王導他也來參加。我大哥的第二個兒子，他也去廬江住了一段時間，後來蔡老師叫他去馬來西亞，現在回到台灣，我叫他去雙溪帶道德講堂。道德講堂他帶的人都很少，就是三個，現在聽說這次有比較進步了，有超過十個。在山上做道德講堂非常理想，空氣好，旁邊又沒住家，唯一能

聽到的就是鳥叫聲，還有蟲叫的聲音，看到的就是樹，空氣好，我叫他去帶這個道德講堂。當時他也去上課，上課就介紹王導給我認識，王導給我講，他要拍《地藏菩薩本願經》。我就給他講，這個恐怕難度很高，《地藏經》我們從長計議，我們後面再來拍，我請你先拍《俞淨意公遇灶神記》。後來就先拍了這部，到北京請陳曉旭幫我找演員，她讓我挑演員，其實我外行的，我對這是一竅不通的，就覺得《俞淨意公遇灶神記》補充《了凡四訓》，非常好的一部典籍，印光大師特別給我們指導的。《俞淨意公遇灶神記》拍了這一部，後來也很多人看，廣東揭陽謝總，他那道德講堂這部片子也是一堂功課，就是《俞淨意公遇灶神記》。

俞淨意公給我們什麼啟示？他遇到灶神。他的遭遇非常淒慘，可以說在我們人間來講，那是淒慘到極處了。生了九個兒女死了七個，一個失蹤，剩下一個女兒。考進士考了好幾次都考不上，家庭的經濟愈來愈困難，只靠教私塾教幾個生徒，收一點束脩過日子。家境愈來愈窮，常常都沒有米煮飯，過年過節也沒錢去買一點比較豐盛的菜，他心裡非常不平。因為他也是發心在做好事，他結文昌社，我們早上錄影也錄《文昌帝君陰騭文》，結文昌社就是一個社會團體。文昌社就是提倡學習《文昌帝君陰騭文》，這樣的一個社團，邀集很多志同道合的大家來做善事，也做了很多年，考試怎麼考都考不上，家庭愈來愈不好，他怨天尤人這個心理就很強烈了。所以每年到除夕夜那天晚上他就會寫疏文，請灶神爺向上帝報告，報告他做了這麼多好事，他的遭遇怎麼這麼淒慘？一家人都快死光了，他的太太哭兒女哭到眼睛都瞎掉了。所以他滿腔的怨尤，真的是怨天尤人。結文昌社做好事，竟然是得到這樣的一個果報，心非常不平。

所以每年到除夕，他就會燒黃疏，就像我們做法會念疏文，黃

色的紙寫的，向上天來稟奏，他做了什麼什麼好事，怎麼得這種果報？他心裡想的，我們也可以理解，他一定是想老天無眼，沒眼睛在看，我做了這麼多好事，怎麼得到的果報是這樣的。他對供奉灶神很虔誠，他有這個好處，供奉灶神很虔誠，所以跟灶神他就有感應，因為他就是請灶神去向上帝報告。所以四十七歲那年除夕夜，那真的是孤苦伶仃，太太眼睛瞎了，剩下一個女兒，人家鄰居除夕夜都在團圓，在享受天倫之樂，他們家是非常淒慘。這個時候灶神給他敲門，他拿個蠟燭出來看，灶神化身來給他指點。灶神給他指點的重點，就是心的意惡太重，意惡就是心裡貪、瞋、痴、慢那些煩惱很重、很強烈，一條一條給他列出來。在做好事方面，他也是敷衍了事應付應付，並不是自己真心要去做好事。說好話，他很會說話，常常人家都被他說服了，很有口才。但是講話當中帶諷刺的那種語言，他很會講，講得人家也很佩服他，但是觸犯了鬼神，記過了。

所以我們讀到這一段，再想到《俞淨意公遇灶神記》，你看俞淨意公他是什麼人物？他是讀書人，他很有才華，文筆也很好，口才也很好。所以他結文昌社都是這些讀書人，我們現在講知識分子，大家在一起結個社，在那邊共修，做好事、存好心、說好話。他都認為我是存好心，都在說好話，又在做好事，怎麼果報這麼淒慘？他對灶神很恭敬，感應灶神化身來給他指點。他才恍然大悟，平常認為自己是存好心、說好話、做好事，原來都是在造惡業，沒有一樁好事真正去落實的，但是造惡業那倒是很實在的在造惡業，好事沒有一樁真正去落實，都是落實造惡業，當然就得到惡報。因此我們讀了這一段，實在講我們還是要看很多經書，來補充說明，包括《俞淨意公遇灶神記》、《了凡四訓》、《太上感應篇彙編》、《安士全書》，這些典籍如果我們沒有好好去看，實在講對於祖師

這個開示，我們還是不清楚的。唯有深入這些典籍，我們才會清楚。

在《感應篇》裡面有一句，我也常常跟同修大家共勉，《感應篇》後面有一句，我們其他記不住，但是這句能夠記起來，也是可以根據這一句來修，修了也會得利的。這一句就是「夫心起於善，善雖未為，而吉神已隨之；或心起於惡，惡雖未為，而凶神已隨之」。這個兩句我們如果常常記在心裡，提起覺察，覺察我現在這個起心動念是善心、還是惡心？但是我們一般人恐怕念到這兩句，往往自己是起善心、還是惡心，自己也不知道，所以還要再看註解。這個註解在《太上感應篇彙編》講，它舉出一個公案，那個公案就比較有具體的例子，讓我們根據這個例子舉一反三，來覺察我們的存心。這個例子就是有一個姓元的元自實，一元兩元的元，自己的自，實在的實。有一天一大早，他拿個刀子要去殺姓繆的，這個姓繆的對不起他，他去報仇。經過一個軒轅廟，軒轅廟就是供黃帝的，這個黃帝就三黃五帝，我們都是黃帝的子孫那個黃帝。供奉黃帝的廟叫軒轅廟，軒轅廟也有個在管理廟的廟祝，每天早上也跟佛門一樣，要起來誦經做早課。

那天早上廟祝要誦經，門打開，看到廟門前有個人走過去，天還沒亮。他看他走過去，後面跟了好幾百個凶神惡煞，跟了一堆跟著他走，他覺得很奇怪。後來沒多久，看到這個人又繞回來，這次繞回來，後面跟著好幾百個護法善神、天使。他就更奇怪了，就把他請來廟裡面問他，剛才你是去哪裡？去做什麼？元自實他也很坦白的跟廟祝講，他說不瞞你說，剛才我是要去報仇的，有個姓繆的對不起我，我是準備到他家去把他給殺了。走到他家門口突然想到，對不起我的只有姓繆的他一個人，但是他家裡上面還有八十幾歲的老母，他還有妻子，兒子還小。我殺了他一個人，他的老母親誰

來奉養？他的妻子兒女誰來撫養？我殺了他不是等於殺了他們一家嗎？對不起我的只有他一個人。他想到這裡，替他家人想，就取消報仇的念頭，算了，不報了，又繞回去了。廟祝聽到他這麼一說，他說那我明白了，你知道嗎？剛才你怒氣沖沖要去報仇，要去殺那個姓繆的，你後面跟了好幾百個凶神惡煞。你起那個要殺人的惡念，人還沒有殺，但是凶神已經跟你跟了一堆。你到他們家裡，你突然能夠為他的家人想，你的惡念消失了，你的善念生起來，所以你放棄報仇。你一路回來都是善念，所以你回來跟了很多護法善神。這個廟祝勸他，他說我剛才親眼看到一點不假，你起心動念，起一個惡念，凶神就跟著了；起一個善念，吉神就跟著了。

我們要趨吉避凶，就是在起心動念去覺察，如果我們起一個不善的念頭，要趕快轉過來，修行就這麼修，轉成善念。所以現在我們心裡很恨哪個人，這是惡念，我們讀到《感應篇》就要知道，現在恨那個人恨不得把他吃了，那這個時候雖然還沒有把那個人吃了，但是凶神已經來了。如果你這個念頭轉一轉，他也是無知，沒有學傳統文化他才會這樣，原諒他！善神就來了。所以吉凶禍福，都是在我們一念之間。所以我們要存好心，這些書還是要多讀，在生活當中多多從這方面去體會。孔老夫子講了一句話，「恕道終身可行」，反正別人再怎麼錯，我們總是去寬容、去原諒他。所以這存好心，我們今天錄《文昌帝君陰騭文》也錄到，「人人如我存心，天必錫汝以福」，那個存心。存心我們用《文昌帝君陰騭文》來修也可以，他做士大夫的時候從來沒有虐民酷吏，他不虐待人民，對他的下屬也不刻薄殘酷，很愛護。「救人之難，濟人之急，憫人之孤，容人之過，廣行陰騭。」這就是文昌帝君教我們的，「人能如我存心」，就是存這樣的心，幫助人的心，天就會賜給你福報。所以存好心、說好話，說的話都是對人有利益的，不說一些損害人的

話；不打妄語，講話不騙人，不去欺騙人；也不兩舌，不挑撥離間；也不惡口；也不綺語，惡口業也很嚴重。

所以我們講話真的要學，要學講話的藝術，以前蔡老師講的「說話的藝術」，的確我們要學；我們不學，實在講我們不會講。有時候講話傷到別人，我們也不是有意要傷害人，只是我們的習氣不好，不會講話去得罪人、去傷到人。所以俗話講「利刀割水痕易合」，我們拿一把利刀在水裡面劃一橫，那個水很快就合起來，看不到痕跡；「惡語傷人恨難消」，講一句惡口的話去傷到人，可能那個人他恨一輩子。這個造惡口業，講話口氣不好，講話很凶，屬於惡口。所以紀曉嵐（紀文達公），就是編《四庫全書》的主編紀曉嵐，紀曉嵐先生他寫一本書叫《閱微草堂筆記》。我今年在七月兩岸三地傳統文化，我就講《淨土集》後面，我們老和尚有節錄《閱微草堂筆記》，這有一段公案，就是紀公有一個侍姬，就是服侍他的。以前的人三妻四妾，侍姬一生沒有出過一句惡口去罵人，她是說她為什麼一生都不惡口？她說看到她的祖母很會罵人，罵詈，什麼惡毒的話都罵得出來，後來也沒有生病，舌頭爛到喉嚨，不能吃、不能喝，宛轉數日就死了。她看到這樣，她知道這是造惡口業的果報，所以她一生不敢用惡口罵人。

最近我們淨老和尚提倡海賢老和尚的光盤，這個光盤第一個版本，後來有第二個版本，第二個版本就沒有。第一個版本就有，海賢老和尚的八媽也很會罵人，也很凶，後來三十幾歲就嚼舌根，自己把自己舌頭咬斷，後來就很痛苦的死了。這也就是給我們講因果，就是不能惡口。所以我們多說好話。說話我們往往也怕說錯話，實在講話說多了，言多必失，話說多了總是會有誤失，所以《弟子規》講「話說多，不如少」。過去我聽到蔡老師講的課，有人學了傳統文化，學到《弟子規》這一句，「話說多，不如少」。回去父

母念他幾句，他說話說多，不如少，你閉嘴！所以這個說話要學。他以為這樣是對的，但是是不對的，所以要學傳統文化。你拿這個你會不會講？你拿這個要求自己可以，拿這個去教訓長輩這就不對了。長輩念他幾句他就頂嘴，而且還拿《弟子規》來頂嘴，話說多，不如少，這就不對了。所以蔡老師講的「說話的藝術」，這個真的要學，如果不學，往往我們錯的，認為是對的。這是講說話。

特別我們念佛法門，《西方確指》覺明妙行菩薩講，「少說一句話，多念一句佛，打得念頭死，許汝法身活。」所以現在也有人他修不說話的，就是禁語。黃念祖老居士在《谷響集》裡面，引用通願法師講的，引用佛的戒律，佛他沒有規定不能講話，而且規定不能不講話，就是在僧團裡面，大家見到要打招呼。所以佛戒律規定，不能修啞羊法，啞就是啞巴的啞，啞巴的羊就不會叫，不會出聲音。所以用那個禁語，戒律講叫啞羊法，佛沒有教我們不能說；佛是教我們少說，該說就要說，不該說就不要說。像《論語》裡面講，這個人你應該跟他說他能接受的；你不跟他講，你對不起他，叫失人，失人就是對不起人。他能接受，我們應該告訴他而沒有告訴他，叫失人；這個人他就不能接受，你給他講，講了讓他生煩惱，這個叫失言。

所以這個要有智慧，怎麼講，什麼時候該講，什麼場合該講什麼話，什麼對象該講什麼話，該講就要講，不該講就不要講。如果該講而不講，就傲慢；不該講的講了，那自己過失，就自己的過失了。所以祖師大德的開示，我們都要看得很清楚，不能含糊籠統看過去。他說「少說一句話，多念一句佛，打得念頭死，許汝法身活。」他叫你少說，沒有叫你不說，他不是講不說一句話，他不是這麼講的，是少說。少就是少到什麼程度？就是不該說的就不要說，就是少說，你該說的就要說。因此這個說好話也是我們很大的功課



，我們大家來學習。實在講我是很不會說話的，因此才要上講台，上講台是幹什麼？學說話。講得不對，人家下面就看笑話，等一下下去，自己又很不好意思，所以這些都是要通過練習。

做好事，好事很多可以做，像在佛門裡面，我們去放生這也是好事，印經是好事。人家有急難，我們去救濟，也是好事。所以這個好事在《了凡四訓·積善之方》裡面，列了十條，這十條也是十個綱領，我們還是要以此類推，這樣能夠用在方方面面。特別現在這個時代的環境、意識形態，跟古代不一樣，我們抓住它的原則、它的精神，在我們現在這個時代、這個地方、這個環境，根據這個原則我們應該現在是怎麼做法。譬如說《文昌帝君陰騭文》裡面有惜字，愛惜字紙。在明朝時代，因為以前印刷術不發達，這些字紙都用手寫的，那個數量有限。所以看到有些字紙就拿去焚化，那個灰給它埋在乾淨的土裡面，或者放在水裡面用石頭把它沉下去。這個惜字，我們要知道愛惜字紙，愛惜文字這條是它的精神。古代它表現在惜字，就是看到有字紙，我們去燒了埋在土裡。現在福州阿彌陀佛大飯店吳董他那個賓館，這個大飯店我去住，房間的垃圾桶它是有分兩個，有字的放在一邊，沒字的放在一邊，好像垃圾分類，他這麼做。但是這個做的我們也沒辦法全面，是非常有限的，為什麼？因為現在印刷術很發達。

像現在的報紙，不但文字，連佛像、觀音菩薩、地藏菩薩它都印出來了，那你能把所有的報紙統統收來燒嗎？雜誌一印出來，一發行都幾百萬份的，我們有辦法去回收嗎？去處理嗎？沒辦法。沒辦法怎麼辦？就讓它回收再做再生紙。現在這個惜字，我自己一直參這一條怎麼做？真的是沒辦法。我們能夠剪起來的也盡量去剪，像有時候有些雜誌的佛像，我都把它剪起來。但是還是很有限，剪個幾張我們自己保存一下，或夾在書本裡面。外面那麼多你怎麼有

辦法去處理？過去同修也是提出這個問題問我們師父上人，師父講就回收。我們自己盡量不要去糟蹋字紙，盡量妥善就我們個人這方面能做的。對外面那些，實在講我們是沒有辦法。現在惜字這個精神，我去思考這個問題，後來我想到了一點，現在的惜字，我們根據愛惜文字這個精神，在我們現代怎麼做？就是我們淨老和尚提倡的文字學，大家來學習中文的文字學。我們這邊大部分是大陸來的同學比較多，大陸現在都用簡體字對不對？現在這個惜字怎麼做法？我們就是發心學正體字，你來學習，學會了以後你還可以教人。

所以在英國漢學院，它就有一門文字學這個功課。現在我們淨老和尚還找幾個老教授，還可以教文字學的，像高雄的周老教授，現在在台南極樂寺教文字學。教這個文字學現在的老師愈來愈少，這些老人真能教的愈來愈少，還好現在有錄像。另外有一個也是台灣的老教授，現在在北京也是教文字學。所以現在這個惜字，我是建議我們年輕同學，大家發心來學正體字。如果你們能夠學寫書法，那就更好，我們學院這邊也可以辦個書法課，給大家來練習寫字。我們自己寫可以自己燒，因為那個量有限，這就沒問題，外面的我們就沒辦法。這個給學院參考，可以開一個書法課，練書法也是修定。如果沒有毛筆，我那邊很多枝，我都沒時間寫，可以供養你們。這也是惜字的一個方式，在我們現代來學文字學，能看得懂古漢文，我們學會了再去教人。

昨天到昆大，校長一直找我，他希望把中國傳統文化消失的那部分找回來。怎麼找回來？他講了找回來，後面的工作都是我們的工作。他是個決策，去找回來，要怎麼找？是你們要去找了。所以威斯通先生又給我寫一封信，他說要來訪問圖文巴，他來我看請他來學院，我們師兄弟跟他交流交流。我覺得在UQ（昆大）這方面可能比較缺乏，他們現在是研究什麼？那個校長給我講，我們是研

究現在中國現代的文化，了解現代的中國。我給他講，我是要你了解我們傳統的中國。他現在學校學的這個，了解現在的中國，這些科系都有了。現在缺乏的就是對了解傳統的中國，它沒有，我們要去補充它這一塊。這一塊，可能文字學是一門重要的功課，所以大家發心，年輕同學發心學習文字學，這是老祖宗的文字，大家一定要把它傳承下去。因為我們淨老和尚很擔心的，就是說再十年沒有人學了，教的老師沒有了，後面可能就會斷掉。因為中國這些古代的典籍，那些智慧、經驗結晶都在古籍裡面，現代人找不到。沒有學正體字，繁體字看不懂，不得其門而入，所以文字學是一把鑰匙、一個工具。

我們現在發心，根據《文昌帝君陰騭文》「惜字」這兩個字，淨老和尚給我們提出，現代最迫切需要的一個做法，這個就是惜字，愛惜文字。不是撿幾張紙來燒一燒，你撿幾張紙來燒一燒，以後後代的人對這個文字都不認識，那不是滅了嗎？所以現在惜字的重點，我覺得應該是淨老和尚提倡的文字學，我們此地先修班同學大家發心來學，大家年輕就是本錢，學什麼都可以。像我是求往生的，學什麼都不行了，只有念佛求阿彌陀佛趕快來接引。所以現在講到做好事有很多方面，根據我們祖師大德指定的這些經典，我們掌握它的精神，應用在我們現代生活環境上，怎麼做法，這樣才能做到真正的好事。現在真正的好事就是培養人才、培養師資，這是目前比較迫切需要的大好事，大家發心做這個是大好事。明白這些道理，好事就很多了，當前我們要做的都是好事，我們淨老和尚提倡的都是好事，而且是天大的好事，不是一般的好事，天大的好事。所以諸位同學來這裡學習，也就是學這個，學怎麼存好心，學怎麼說好話，學怎麼做好事，這就是傳統文化。這個在學校沒有，你到大學去有沒有這門課？沒有。

『人人存好心，說好話、做好事，自能國家得護』，國家得護就是國家得到保護了。護國息災，保護國家根本就是在教育，教倫理、道德、因果教育，教斷惡修善、教做人、教做事的。人人都存好心、說好話、做好事，這個世界就沒有災難了。災難怎麼來？人人存壞心、說壞話、做壞事，果報就是災難。因此我們要知道怎麼做是真正的好事。昨天在昆大也他們有一個新任的人文學院院長，從加拿大來的；另外有一個和平中心的，就是什麼化解世界衝突的。實在講怎麼化解世界衝突？印光祖師簡單幾句話都講得很清楚，世界和平，怎麼會和平？人人存好心，人人說好話，人人做好事，衝突就沒有了。現在衝突為什麼那麼多？人人存自私自利的心，人人說壞話，打妄語，發明殺人武器，幹這個大壞事，果報就是災難，就是毀滅。所以保護國家不是買武器、不是發明武器，你發明再大的武器，說實在話，也沒有絕對的安全。

但是現在全世界我們看，每個國家都要保護它的國家，拼命發展尖端武器，殺人的武器愈來愈厲害。你發明，他也發明，這個不是保護國家根本的做法，頂多只能說治標不治本。縱然你的武器好得不得了，沒有人打得過你，但是你國家裡面的人民，如果大多數的人都是存壞心、說壞話、幹壞事，這也會亡國；不是人家給你消滅，是你自己消滅自己。好像西瓜外面的皮都好好的，裡面都爛掉了。所以保護國家的根本還是教育，千言萬語，就老和尚講的，你要救這個世界，除非提倡中國傳統文化儒釋道倫理、道德、因果教育，沒有第二條路。所以能夠這樣做，人人都能「存好心、說好話、做好事，自能國家得護，而災禍不起矣」，災禍就不會起來了，沒有災禍了。這些都是從我們自己來做起。這一段我們學習到這裡，我們再學下面一段：

【十七。古書有云。聖人不治已病。治未病。不治已亂。治未

亂。蓋已亂之治難平。未亂之治易安。】

『古書』就是古代的書籍，『有云』就是有這個說法，『聖人不治已病，治未病』，這講醫生，中醫它主要是提倡預防醫學，預防勝於治療，就是預防不要發生疾病，這個最好，這是上上策。所以「聖人不治已病，治未病」，聖人有眼光，還沒有生病他就去預防，就是你還沒有生病，預防不要生病，治未病。我們中國老祖宗，衛生也講得非常周到，就是教我們養生之道，所以我們對中醫這個常識還是要學習一點。現在好像《聖學根之根》因緣生老師，編了一點中醫常識，但是還是不夠，我建議還是要多學一點。大家也可以發心，年輕人可以發心，我看大家都才十幾歲，你要發願做個中醫也不錯。以前我也是學了三天，但是年紀太大，不行，學了扎針，自己把針拿回來，然後用自己的腳底扎得扎到骨頭，那個時候三十出頭，實在講年紀過了。因為我們師父上人，他去台中蓮社跟李炳南老居士學經教，那個時候他知道李老居士他是中醫，他在大陸有牌照的，他是中醫，在台中中興大學中國醫藥學院當教授教中醫的。所以我們師父就想跟他老人家學中醫，那時候我們師父三十歲，他說你年紀太大了，不行，如果你二十歲我教你，你三十歲不行。要背很多書，要記很多，所以就沒教他。

我們年紀比較大的人，雖然我們不是說要去學做中醫，但是一些常識我們也是有需要了解的。了解這個有什麼好處？我們一些小的疾病，我們自己就可以處理。我自己是從小體弱多病，俗話講「久病成良醫」，就是病，從小病到老，所以大病、小病實在經驗也滿豐富的，病得很有經驗。所以久病就成良醫，這個的確也不假。所以經歷過中醫、西醫，我從小就藥罐子，我母親說你弟弟身體都很好，都不用我操心，就你毛病最多，這個跟個人的業力也有關係。在身體養生方面我們要學習的，現在我們講比較一般的例子，譬

如說傷風感冒，或者發燒，中醫講要辨症。怎麼叫辨症？就病症也有很多種，因為我現在要講這個，也不是我在這邊好像在開養生課，講這個病也要提一提，因為這個跟我自己有關係的，跟同修也有關係的。

為什麼？因為有很多同修都會送藥給我，大家都發心，好心好意，聽我咳嗽一聲：悟道法師，我這個咳嗽藥特別好！所以藥我收了很多，但是不一定適合我吃。適合我吃的，所謂對症就藥到病除；如果藥吃得不對，是藥到命除，要搞清楚。所以印光大師在《文鈔》講，醫道不精，不能做醫生給人家醫病，那有因果的。他還不是說故意存心不好，為了錢去害人，那個罪當然就是更重了。庸醫就是說他不懂，醫道不精給人家誤診，這個也要背因果，所以不能不學。我們現在就是說，我們照顧家人也好，照顧自己也好，或者要幫助別人也好，我是建議基本上，還是要懂一點中西醫的常識，這在我們生活上需要的。

剛才講到發燒這個症狀，拿那個溫度計來一量，發燒了，拿個額溫槍來給你量一量體溫，發燒是一樣，如果超過三十九度發燒，有熱了，這個叫症，症狀的症，發燒的症狀。但是症狀一樣兩個人都發燒，病不一定一樣，我們要搞清楚。症狀一樣，病不一定一樣，所謂症同病不同，症狀相同，病不相同。我舉出我自己的例子，二〇〇三年那個非典，大陸叫非典，你們同學聽說過嗎？可能那個時候你們還小，十五年前，年紀比較大的同修大家都還記得。非典那個症狀是什麼？發燒咳嗽對不對？〇三年那一次，那個時候悟忍師她媽媽往生，然後我去給她做告別式，送到火葬場，那時候大熱天，在台灣很熱。送到火葬場之後，下午就回到她俗家，晚上她就請我們吃個飯，她說很辛苦在她家休息一下，她們家裡就弄個房間給我休息，冷氣開得很強。那天回去之後已經重感冒，我自己不知

道，後來我回到善果林，在車上整個人都癱著起不來。現在回想起來是重感冒，是相當嚴重的，感到四肢動彈不得，我以前感冒沒有感得那麼嚴重的。後來就一直發燒不退，咳嗽，一直咳一直咳。

那個時候正在SARS，SARS就是非典，台灣很多，像和平醫院都封起來了，看到有一個人在咳嗽就會被抓進去，抓進去關在裡面。我這個症狀正好在非典那個時候出現的症狀，跟非典是完全一樣的，發燒又咳嗽，這個症狀完全是一樣的。後來我也不知道是不是受到傳染，我就給善果林林長講，在這邊道場我就不住了，我回台北，我自己去關在房間裡面，不然傳染給別人不好。就回到台北四樓一個房間，我自己關起門來，就是發燒咳嗽，燒都不退。我有去看中醫，中醫開的藥愈吃愈咳，後來就不吃。那個時候莊嚴她送三餐給我吃，有時候實在咳得，發燒又沒退，吃的沒胃口，吃不完，吃不完她就拿去吃，我說妳不要吃，等一下被我傳染，她說她不怕。她每天送，吃不完都她吃，我看她都把它吃完，我看她吃完她也沒怎麼樣，吃完她也沒發燒、也沒咳嗽，我還是在發燒咳嗽。當時我就知道這非典會傳染的，如果吃過的東西她來吃，肯定被我傳染的，她怎麼都沒事？後來我就知道這個不是非典。但是去給醫生看，他看到那個症狀，他說你這就是非典，就開那個藥給我吃，結果愈吃愈咳，吃的藥不對，咳了六天。

我一九九六年咳一次吐血，差一點往生，二〇〇三年再咳一次，那次我說這次差不多了。咳了六天，三分鐘咳一次，晚上都不能睡覺的，但是咳得好像愈咳精神愈好，都不能睡，六天。我什麼藥也不吃了，我知道這個進醫院也沒用，中醫、西醫都沒看。後來到第六天、第七天，有一個同修，那個同修也是很熱心，我們這些同修都很可愛的，他也不怕我傳染，很熱心的來看我。他就說悟道法師，我聽說你一直咳，燒不退，我們同修當中很多人怎麼咳嗽，我

弄醋給他吃就好了。我說你那什麼藥？他說不是藥，我這是水果醋。什麼水果醋，這個醋加那個醋加了很多種，他說要我喝那個，說喝了保證有效，對你有幫助的。我想想那也不是藥，就是吃了沒有效，也就沒有效而已，就是喝醋。結果說也奇怪，當時醋喝了，反而真的比較不咳了，燒也退了。沒有多久，又有一個王居士來看我，說師父你就是太久沒有去泡澡才會這樣，然後就帶我去陽明山泡溫泉。那個時候政府規定，要進去公共場所，還要拿一支額溫槍對著你，你沒有發燒才讓你進去。那個時候量一量，沒有超過，可以進去泡了。後來我想一想，真的醫不容易。

我那天看了一齣電影，清朝葉天士名醫，他講這個醫生，沒有去誤人的很少，醫不容易。所以古人講不為良相，便為良醫，做個良醫也不容易，醫道要很精的。所以李炳南老居士他醫道沒問題，他說他做醫生他有把握，沒有給人誤診過。但是他年輕做縣官，那個時候民國初年代司法，行政兼司法，他說他不敢說沒有冤枉一個人，他那個沒把握。但是醫生，他這個有把握。這就是所謂症同病不同，所以現在你看到人家咳嗽，你要去診斷他是什麼病。發燒也有風寒感冒的發燒，風寒感冒的發燒不用吃藥，傷風感冒的發燒不用吃藥，這個經驗也是我自己去實驗得來的。因為我都是藥罐子，常常進醫院，不是進中醫院，就是進西醫院。那個時候出家了，那個時候一個沈醫師，館長常常叫我們去給他看病，所以我們師兄弟在台灣來的都認識。

有一次我去那邊住院，館長叫我去住院檢查胃腸，胃腸我到現在都很不好。我聽他給我講一句話，他說悟道法師，感冒其實我跟你講真的，沒藥。什麼沒藥？你不是常常都開藥給我嗎？他說那個只是把你的症狀壓一壓，你感冒好了是你自己免疫力升起來排除的，那個藥只是壓你的症狀。我聽到他這麼給我講，從此以後，我感



冒就不吃藥。傷風感冒，我告訴大家一個方法，你一天不要吃飯，這一天你給它喝個五千cc的開水，第二天就好了。我實驗過，在景美我實驗過，我聽到沈醫師這麼講，我就一天不吃飯，讓它餓一天，然後開水一直灌，灌了五千cc尿排一排，大小便排一排，熱清出去了，好了。在古代，佛教叢林裡也講，疾病以減食為良藥，就是你生病的時候，飲食減少，能夠停一、二天不吃。現代也有人修這個斷食療法，這個也有。這就是症同病不同。

但是我又有一次發燒，喝開水就沒效，幾天不吃飯也沒效，還是一樣燒得快不行了。不行，我就請長庚李醫師帶針筒吊點滴那個，來給我打針，連續打了五天，吃了藥，燒還是不退。後來我想這樣也不是辦法，我自己就跑去看耳鼻喉科，去找個西醫的耳鼻喉科，耳鼻喉科一進去：我看耳鼻喉科。那個護士小姐一進來，說你有發燒你知道嗎？我說我知道，所以才來這裡。她就叫我坐一下，然後輪到我了，這個醫生就給我弄喉嚨，耳鼻喉科，然後他說你這個細菌感染，你要吃好的抗生素（西醫都是靠抗生素），但是你要自費，你要自己付錢，我們這裡沒有健保。因為那個健保它給付有限，所以一般他開出來的藥不能開太好，開太好他就虧本。我說沒關係，多少錢？兩千塊。我說給你，兩千塊能夠處理這個就好了。所以回去，那個抗生素吃下去燒就退了，花了兩千塊。

那一次的細菌感染怎麼來？後來我想一想，我怎麼會去感染到細菌？就是到宜蘭，宜蘭的同修說，有一塊地人家要賣，說可以做彌陀村，結果我一去看，那塊地旁邊就是在養鴨的，養很多鴨。所以我經過那邊，吸到養鴨那個空氣，現在都打針吃什麼藥的，我感覺吸到那個空氣就感覺怪怪的，回來就發燒了。後來回想一下，原來是看那塊地，經過養鴨那個地方空氣的細菌感染。所以細菌感染，那就沒辦法，那個要用西醫的抗生素。所以我說這個病，我也有

很多經驗可以給大家參考。一般你了解一些自己什麼症狀，你自己可以處理也不麻煩別人。我們要送藥給人這些常識也要明瞭，最好知道他這個症狀是什麼，屬於哪一類的，基本上的一個常識應該是需要的，還有藥性也要知道。這個大家也要學習，特別年輕的同學這個都要學的，這個學保健、養生，這個也很重要。所以也是要開一堂這個課，來學院大家來學了，身體很健康回家。不要學了一身是病回去，學傳統文化就是這樣嗎？大家就沒信心了。

所以「聖人不治已病，治未病；不治已亂，治未亂。蓋已亂之治難平，未亂之治易安。」這個道理當然是正確的，就是預防勝於治療。國家也是一樣，我們個人身體也是一樣，所以大家這方面多學習。今天時間到了，我們就學習到第十七段，明天晚上我們再繼續來學習第十八段，「念佛力善」。好，我們來念佛迴向。祝大家福慧增長，法喜充滿。阿彌陀佛！