

諸位法師，諸位同學，請坐。請看第四頁第四段，第四個小段：

「心靈意念還帶來實際的生理改變，用意念去發想」，就是把我們的想念發出去，「可以讓人改變身體的某些部分」。這某些部分都是病痛，就能把這些病痛復原，恢復正常。「想像那裡的皮膚已回復正常。」最容易看到效果的，也是最小的，我們皮膚哪裡癢，痛癢，你就用意念，「這個地方痛癢沒有了」。你用這個方法，這是非常快，立刻就見效的，確實可以能夠達到。不要去幫助它，你就用意念去想。這是一般人平常都有這個現象，都可以用這個方法，漸漸的你就了解意念的功能不可思議。

然後到有大的疾病了，譬如像底下說的，「信心是一種強有力的治療工具；安慰劑可以發揮念力效果」。醫院裡面，我們看到醫生對那個重病的人常常用這種方法，給他一種藥，並不是治他病的。告訴他，這個藥非常有效，你吃了之後，病一定會好。他吃了真有效果。這是什麼？這叫安慰劑，不是真正的藥物。但是利用病人心理，讓他專注到這個藥是好藥，針對他的病症，容易把他治好，真的把他治好了。這個狀況在現在醫療裡面使用得很廣泛，特別是對重病的人，老年人。

「絕症不藥而癒」，像我們前面舉的例子，山西小院得癌症的這些人，東北得紅斑狼瘡的人，這都是絕症。但是，他自己好了，沒有治療就好了，這是什麼？「也是一種念力的表現」。他知道他自己病很重，自己知道自己這個病活不長久，他把存活的這個念頭放下了。這個後面還會講到，這個意念能夠對治一切負面意識的傷

害。別人咒你，詛咒你，特別是在中國西南這一帶，你看很多是放蠱，用巫術來陷害別人。我們抗戰期間在這些地方住過，知道這些苗族、瑤族他們都會。所以我們初到那個地方，別人就告訴我們，說話、心態都要很單純，不要跟他們發生衝突。他們放蠱的時候，我們自己不知道，嚴重的時候真的會死亡。我們從小就知道有這些事情。可是這個地方研究的方法，不要緊，你只要不怕死，你想到我死了以後到哪裡去，特別是求生西方極樂世界，它自然就好了，那個負面的詛咒這種意念它不起作用。這個在理上我們能夠想得通，古人所謂的邪不勝正。往生極樂世界是正念，念阿彌陀佛是正念，沒有傷害別人的心是正念，這些是保護自己最好的意念。信心、想像、意念是可以治療疾病的，這我們要相信。現代的例子很多，中國有，外國也有。

「證明意念足以讓身體自行矯正。」這是我們講席當中，這些年常提到，把我們身體裡面的器官細胞帶著病毒的，可以讓它恢復正常。恢復正常，這個病毒就沒有了，你身體健康就恢復了，不需要用藥物。這些科學家都在做這個實驗，非常有效果。這裡面用意念有兩樁事情要注意，第一個就是專注，要非常專注。第二個要相續不斷，一個念頭、兩個念頭不行，往往相續不斷的能夠用一個星期。如果嚴重的話，一個月，一個月的這種專注會產生不可思議的效果。普通的小毛病需要七天，一天的專注效果不大，一個星期那就有相當效果了。

「許多患了重症或絕症，自動痊癒」，這今天是有理論支持的，這不是迷信。同樣一個道理，有這些農村裡面的人，文化水平低的人，他們求神，用燒香的香灰來治病，這在中國古時候常常能夠見到的。有沒有效？像安慰劑，那是心理，並不是香灰真的能治病。香灰是被燒過的，可以說是已經消毒的，是已消毒的物質，吃了

不會有病的。但是它不見得有效，那個效果產生在意念，真的神保佑我，相信神，統統是意念、思想產生的效果。這個到現在最近三十年，被科學家證明了。佛教裡面，念佛、念菩薩名號、念咒、念經能產生效果，都是這個道理。佛法裡頭的正教，那個效果就更殊勝，為什麼？把你的意念提升了。

「意念幾乎能左右任何生理過程，甚至治療威脅生命的疾病。」「信為道元功德母」，對於這個道理我們要相信才行。你說要有多少效果，那跟你的信心成正比例，你有十分的信心就產生十分效果，你有百分信心就產生百分的效果，決定不能懷疑。這個裡頭總的原理是什麼？是一切法從心想生，你就知道心想能量多大！整個法界虛空界從哪來的？心想來的。天堂是心想來的，地獄是不善的心想來的，極樂世界是心想來的，沒有一樁事情不是心想來的。賢首國師《還源觀》裡頭告訴我們，這個心想「出生無盡」，想什麼變什麼，無有窮盡。我們最初讀這篇文章，對於這句話很難理解，為什麼會無有窮盡？到最後，想了很久，突然想到小時候玩的萬花筒，對這個事情就相信了。萬花筒很簡單，小時候我們的萬花筒都是自己製造的，沒有像現在這麼精美，這麼漂亮，沒有。我們是用一個紙筒，用三片玻璃，裡面放一點碎紙，很簡單，我們自己造的。可是你轉起來看，裡面圖案的變化沒有兩個相同的，真的是出生無盡，並不複雜。簡單的東西產生無有窮盡的變幻，我們對賢首國師的話，出生無盡，明白了，不再懷疑，確確實實是無量無邊、無盡無數。

這對什麼說？對整個宇宙來說。因此，我們起個念頭，無論是有意無意，是善念、是惡念，在整個宇宙裡面產生變化。不一定在我們現前，現前沒有看到，別的星球上看到。為什麼？它的速度太快了，念頭才動就周遍法界，什麼速度都沒有這個速度快，這個速

度超越時空。因為它是自性的，是性德起用，沒有通過心意識，心意識就慢了；心意識是妄心，也周遍法界，但是速度很慢。好像我們在池子裡頭，水池，丟下一塊小石頭，你看這小石頭就產生波浪，慢慢慢慢的到邊，時間很長，不是很快的。可是我們念頭才動，立刻就周遍法界，也就是它不是物理現象。我們投一塊石頭到池塘是物理現象，我們起心動念想一樁事情是心理現象。有意無意當中起個念頭，那是自然現象，非常貼近自性，是屬於阿賴耶的業相，這個能量大了，周遍法界。

底下這一條，「別人對你的善念就像你對自己的善念一樣有力」。這什麼意思？我們佛門裡常講的迴向，我誦經、念佛、修善，把功德迴向給你。發迴向意念的這個人，是非常專注，十分懇切，被迴向的那個人他所得到的，跟做功德的人完全相同。他十分懇切，他真的得到十分功德，這個一點不假。如果這個迴向有口無心，做功德的時候，誦經、念咒、做這些善事並不是專注，力量就很薄弱，專在修功德的這個人。寶誌公超度梁武帝的妃子，這個妃子造了罪業，墮蟒身。寶誌公是觀世音菩薩再來，我們在《高僧傳》裡面看到他傳記，他示現神通次數很多，《神僧傳》裡頭有他。他把他的妃子從畜生道裡面超度到忉利天，不是一般人的力量能做得到。為什麼不能超度到極樂世界？她缺乏念佛的善根。如果過去生中曾經供養諸佛如來，曾經修過淨土法門，那就有辦法超度到極樂世界。

由此可知，每個人的因緣不一樣，每個人宿世今生所修積的善根、功德不一樣，這裡頭有差別。體性是相同，業習不相同；性德是相同，修德不相同。所以佛菩薩無盡的慈悲，知道我們跟他是一體，恨不得我們立刻就恢復正常，這確實是諸佛如來的本懷。佛菩薩能加持，所以我們真的念佛求淨土，剛才說過，別人對我們善念

跟我們自己修的善念沒有兩樣，別人是誰？阿彌陀佛。阿彌陀佛在十五劫之前發四十八願，用五劫的修行，他可不可以加給我們？可以。因為在這個境界裡頭，時間、空間都不可得，時空沒有了，十五劫就是現在。真加得上，問題是我們自己不肯放下，業習、煩惱太重了，這個東西造成了障礙。障礙不在對方，障礙是在我們自己，我們自己有這個障礙，佛加不上。佛還是加，我們能夠得到利益很有限。我們障礙愈輕，他加持能量就愈大，我們煩惱愈重，我們所接受到的能量就愈少，就這麼個道理。由此可知，放下多重要！

這個概念，是我在二十六歲剛學佛，第一次見出家人，就是章嘉大師，他教給我的。我學佛六十年，愈到晚年愈感激老師，因為他教我的是真實的，一絲毫虛假都沒有。雖然當時我們對於看破、放下不能徹底了解，模模糊糊的一個概念。我還向他請教，從哪裡放下？他告訴我，從身外之物。那個時候我們自己生活非常艱難，每個月的待遇很少，僅夠自己生活，樣樣都缺乏，那身外之物我沒有能力做。老師就問我，一毛錢有沒有？我說一毛錢可以。一塊錢行不行？一塊錢也行。他就告訴我，你從一毛、一塊布施，修布施，能力不夠，心要足，常存布施的心。這個教得好！我們對於用自己的能力幫助別人這個念頭就生起來了，能夠捨己為人。現在社會，有這種心念的人很少，多半都是自私自利，只為自己，不肯為別人。

我們在最初階段亦如是，學了大概十年，心量就拓開了。拓開什麼？先有別人，後有自己。我們從小喜歡讀書，所以財產沒有別的，就是書籍，省吃儉用去買好書。別人看到了，要想借去讀，最初是絕對不可能的。我這個書都念懂了，送給你可以，我還沒有念完，還沒有完全徹底懂得，我還需要，不會給人。大概十年之後，我買了新書，人家喜歡要就可以送給他，這心量就拓開了。希望別

人成就比我好，我享他的福，這個概念我從小就有。成就別人是真正成就自己，把別人放在第一，自己放在第二、第三。所以這個能量，心地清淨，能量足，智慧增長，眼見色、耳聞聲，接觸一些境界，生智慧，不生煩惱。所以，這一條是對應我們佛門講的迴向，這個事情不是假的。

「人類意念可以深深影響許多植物、種子、單細胞生物（細菌、酵母）、昆蟲和小動物。」這個我們也常做，也做了有十多年，確實有效，小動物都懂得人的意思。小動物也會看人，你會不會傷害牠。我們一般人講磁場，中國人講氣分，性情不善的人、暴躁的人殺氣騰騰，那種兇狠、殘忍，那種氣分，這些小動物看到你趕快逃避。如果你的氣分是善良的、是柔和的、是慈悲的，牠就敢靠近你。從這些小動物看到你，你看牠的動作反映過來就想到，我這個氣分到底怎麼樣？是善還是惡？這小動物是怕我，還是喜歡我？一點都沒錯。

我小時候，抗戰期間，我父親是軍官，管武器的，就是軍械官，管武器的。管武器，槍枝就很多，所以我們家裡人不多，只有四個人，我父母跟我兄弟兩個，我們家裡槍枝好像有八枝，長長短短的。所以從小就喜歡玩槍。那時候沒有辦法念書，逃難！子彈太多，很容易取得子彈，差不多平均，我記得三年，十七、十八、十九，這十六歲的時候，十六歲到十八歲這三年，平均每天要打十發子彈。所以練出什麼？神槍手，不必瞄準的，可以說不能到百分之百，大概百分之九十五是不成問題的，決定可以打中的。練出來的，天天練，有那麼多子彈給你練。所以那個時候，那些鳥、小動物看到我趕快就飛、就跑，我們自己不知道。以後學佛之後明白了，殺氣太重。學佛以後，學佛大概十年、二十年了，我看小動物看到我，牠停在那裡，看很久，牠不動。這就表示那個殺氣已經大幅度的

減少，慈悲心增長了。甚至於小動物，我在美國公園看到樹上小松鼠，我們手上拿的花生，跟牠招手，牠真的就來了，牠來吃花生，牠不怕你了。我們這些行為，這個意念裡面都寫到了，他們做這個實驗都做得很成功。這個實驗我們在學佛之前、學佛之後都不斷的在做，確實意念深深影響外面境界。

下面他說，「我相信」，這是寫書的人，「有自覺地使用念力，能改善自己的健康，加強我們在生活各領域的表現，甚至影響未來」。這個話我們相信，它是真的，它不是假的。讓我們細心去觀察，現前有很多事情，確實在未來發現了。尤其是我們受了委屈，一般講受了冤枉、冤屈，我們不求伸冤，不求表白，我們忍受了，我們轉變另一個方向去努力。沒有想到，那個方向是一片光明，確實帶給我們有意想不到的效果，這種情形在我一生當中發生過多次。所以念頭，一定自己能吃虧，用一般人的話叫能犧牲，不跟人相競爭，處處去學讓。古聖先賢教給我們，裡面有大學問、有大道理，表面看到他是沒有理的，不能接受的，他的道理太深了，他的道理太隱密了。只有你接受，你依教奉行，或者是三五年之後、十幾年之後你才恍然大悟，這有大道理。

中國人從小教小孩忍讓，不能忍也要教他忍，他雖然心裡不服氣，不懂得，可是父母嚴格教你忍，不敢不忍。要在這種教育慢慢養成習慣，不要去講理，不要去，你就忍就是了。到以後慢慢智慧開了，明白了，這是謙讓。達到最高的境界是禮讓，這給自己身心帶來和諧，給自己帶來健康長壽，給自己帶來的是煩惱輕，智慧長，福報在其中。人的福報是從這麼修來的。如果跟人家相爭，最後是兩敗俱傷，兩敗俱傷是小事，大事是什麼？跟人結了冤仇，這個東西冤冤相報，生生世世沒完沒了，那個麻煩就大了，你到什麼時候才能把這個問題化解！這樁事情真搞明白、搞通達了，你能看到

這個社會上報怨報仇的，世世代代這個結解不開的，你就能看到，不是偶然的。《文昌帝君陰騭文》前面有一段話，說他一十七世為士大夫，跟同僚之間不肯相讓結下的冤仇，十幾世的冤冤相報都解不開。最後是遇到菩薩，學了佛，菩薩給他解冤釋結，他才恍然大悟，雙方都認錯了。

底下這段說，「我們不再需要藥物，單靠善念即可治病；意念很可能強大得足以影響我們生活的每一方面」。不但是一生，會影響到生生世世，所以人要有善念，絕不要有惡念。惡念對別人的傷害，我常說頂多三分，對自己的傷害最少是七分。然後你就想到，這個事情不值得！我害人，人家受到傷害才三分，可是自己已經受害了七分，比害人嚴重。這是錯誤，絕大的錯誤。然後回過頭來，你從反面去想，我以善心利人一分，別人得到一分，我自己所得到的利益不止一分，會有二、三分。這章嘉大師以前教給我，你學布施，財布施，愈施愈多。可是後頭一句話很重要，愈多愈施，不要留。財布施如是，法布施亦如是，最後無畏布施。財布施，你的財用不缺乏，真的有求必應；法布施智慧增長；無畏布施健康長壽。你得真幹，真捨，真肯幫助人，你才能收到這個效果。你求福、求慧、求健康長壽統統為自己，求不到，命裡注定的，命裡有你丟不掉，命裡沒有的，你求不到。可是念頭一轉，處處為別人，命就拘束不了你，這是《了凡四訓》裡面雲谷禪師講的，你就超越命運，不受命運拘束了。為什麼？你沒有自己，你有自己就有命運，你沒有自己，你的命運就沒有了。

我們這命運哪裡來的？命運是眾生的，眾生有福，你住世是為眾生造福，這個不一樣，不為自己。眾生有福的時候你就得幹，幫助他；眾生沒有福的時候就該走了，好地方去。不是修淨土的人多半到天道，這是最低的底限，最低的底限是忉利天。欲沒有斷，你



去的地方是欲界上面五層天，不會墮三惡道。墮三惡道是哪些人？都是為自己，自私自利，念念為自己，不替別人著想的，這是往下墮落。中國古人講的兩句話有大道理，叫「吃虧是福」、「難得糊塗」，人別太聰明了，糊塗一點好。糊塗人有糊塗福，他有福報，不跟人爭，處處能讓，能吃虧，這個人有福。萬萬不要跟人計較，特別是在現前的社會，樣樣計較會惹來很多災難，惹來很多橫禍。你讓，就能夠化解這些災難，不但化解自己的，也化解別人的，做這個好樣子，好！

下一節，「我們應對自己的想法負起高度的責任，很可能影響到身邊所有生物的安危」，這個話絕對正確。有意無意那些念頭，都會影響到身邊一切事物。現在地球溫度不斷在上升，這是佛經上說的火大在增長，火大是什麼？瞋恨心，發脾氣。我們在今天在那裡遇到不高興的事情，發一點火，發一頓脾氣，你有沒有想到地球溫度又上升一點了？這你製造的。我們居住這個地區的人都不再發脾氣了，這個地區的溫度就下降，這舉一個例子。換句話說，我們貪、瞋、痴、慢、疑這些念頭都不好，都會有很不好的影響。我們的念頭要能夠與十善業相應，不殺、不盜、不邪行、不妄語、不兩舌、不綺語、不惡口、不貪、不瞋、不痴，我們居住這個地區就祥和。人與人和諧，人與花草樹木和諧，人與山河大地和諧，這很幸福！人有沒有幸福，說實在是自己意念造成的，善念帶給你幸福美滿，不善的念頭帶給你災難、禍患。所以起心動念要負責任，言語造作不能隨便。家庭是最小的團體，工作的場所是個比較大一點的團體，團體就更要注意，為什麼？往往一個人影響到群體。

「宇宙有一種無所不在的能量，稱之為生命體能量，積聚而來的能量具有巨大療力。」這個「生命體能量」不是自性，自性應該是前面講的零極限，零極限那是自性，因為此地有了生命，有了生

命這個應該是佛法裡面講的阿賴耶。阿賴耶為什麼有巨大療力的能量？因為阿賴耶能變一切法。你看，在大乘教佛常講的，心現識變。心是真心，就是自性，它能現，惠能大師說的，「何期自性，能生萬法」，萬事萬法都是自性所生的、所現的。可是讓這些法產生變化，不可思議的變化，無量無邊無數無盡的變化，是阿賴耶識。它能產生變化，所以它能力很大，它有巨大的療力。

現在地球成了問題，毛病百出，如果我們懂得這個道理，我們用善念來治療，可以把地球這些災難恢復到正常，地球恢復到健康，不是不可能，有道理、有方法。布萊登教給我們的方法有科學理論依據，教我們「棄惡揚善、改邪歸正、端正心念」，這問題就解決了。他說的這些話我們相信，一點都不懷疑，我們在這一生當中，時時刻刻要信奉這三句話，要落實這三句話。這三句話，第一句就是佛經上常講的「斷惡修善」，他說棄惡揚善就是斷惡修善。在哪些地方？在起心動念、在言語、在造作，包括我們所說的身口意三業，身是造作，口是言語，意是起心動念，三業都要善。心善，不貪、不瞋、不痴、不傲慢、不懷疑，這心就善了。特別是對古聖先賢的教誨不能懷疑，肯定我們比不上古人。千萬不要以為我們現在有很豐富的常識，有科學技術的常識，古人沒有，不可以這樣想。因為常識不是重要的東西，智慧才重要，智慧從哪裡來？智慧從清淨心流出來。古人的心清淨，也就是古人的品德比我們高，古人的智慧比我們高，古人的生活比我們幸福。我們今天雖然有許多科學技術常識，製作這些現代化的這些器具，但是我們活得很辛苦，我們沒有幸福可言。因為，心浮氣躁不生智慧只生煩惱。

科學技術創造這些東西，我們沒有得到正面的享受，所得到的是負面的。負面的什麼？它增長了我們貪瞋痴慢疑，這就是負面的。貪瞋痴慢疑把你性德全部摧毀掉了，自己變得貢高我慢，死了以

後墮在三途，怎麼能跟人比？古人從小就遵守倫理道德，換句話說，他一生，死了之後，絕不墮三途。他的五戒十善修得好，來生到人間，比這一生日子更好過，福報更大，來積功累德。修的福報大了，人間沒有，就到天上去了，天人的福報比人大。所以要相信本能，本有的能量，無論是從自性生的，還是從阿賴耶生的，力量都不得了，都有很大的療效。

「最有效的治療意念應該出之以懇求的形式。」為什麼？懇求是善念，善念的力量比帶著有傲慢的那個力量大，善念力量大，這就是古人所講的邪不勝正。真誠、懇切這是正面的，不帶絲毫驕慢心，沒有僥倖的心。

「心理狀態也會影響到周遭人的生活：不管我們是否有自覺地送出意念，照樣能影響四周的環境。」我們居住在這個地方，無論是有意無意的，對這個地區有影響。我們住在這裡時間不久，對這裡有沒有影響？諸位細心去觀察，你就能發現到，對這裡有影響。希望我們有更好正面的影響，幫助他們覺悟，幫助他們回頭，幫助他們棄惡揚善，幫助他們端正心念。我們居住在這個地方，不但人歡喜，山川大地、鬼神歡喜，這個地區動物、植物都歡喜。這是應該的，這個地區不遭災難。這就是，我們的表現是身教，我們的言談舉止是屬於言教。

「人類意念，流動的意識，對量子過程最細微的干擾都可能帶來嚴重影響」，這是我們意想不到的。我要是提醒大家，我相信大家慢慢會想得通，會發現這個事情是真的。六十年前的社會，我們記得很清楚，六十年前，我二十五、六歲，正好是剛剛學佛，剛剛遇到佛法。那個時候的社會跟現在完全不一樣，雖然說世風日下，比不上從前，還有人情味。六十年前我剛到台灣，人地生疏，不認識路，在路上遇到一個人，問他一個路，他會放下他的工作，送我

到那個地方，有這樣的人。我們走到鄉下農村，肚子餓了，人家歡歡喜喜做東西給我們吃，把我們看作一家人一樣。真是賓至如歸，古人這個話我們親身經歷。現在沒有了，現在你不認識路問警察，他頂多隨便指一指，不告訴你。現在人與人之間那種情，人情沒有了。丟掉之後，我們才知道這個東西寶貴，那是人的生活，現在人的生活沒有了。人的生活沒有了，就變成鬼的生活，變成畜生的生活，甚至於連畜生都不如。這就是自覺送出的意識，跟底下講的，這是流動的意識，最細微的干擾都能帶來嚴重的影響，帶給今天，六十年了，今天社會變成這個樣子。社會變化了，地球也變了。地球上每天發生這麼多的災變，從哪來的？從人的意念、意識，有意無意。這些干擾，互相的干擾，造成社會嚴重的影響。

「意念能給無生物充滿能量。」無生物是講的礦物，哪些？我們每天祭拜的這些偶像，佛菩薩的雕像，基督教的十字架，這都是偶像。意念能給它充滿能量，它會起作用，作用全是意念。佛像要拿來開光，開光就靈，不開光就不靈。開光真靈嗎？真靈，不開光它就不靈。這是什麼？你的意念，不是別的。其實他都搞錯了，供養佛菩薩這個形像要開光，開光實際上就是現在所謂的新造的這個像，這個佛像，開幕，舉行一個開幕典禮，就是這個意思。開幕典禮是說明供養它的意義，然後你見到這個像就曉得什麼意思，這叫開光。什麼開光？像開我們的光，你看我們看到觀世音菩薩，就想到大慈大悲，大慈大悲的光就開了。像開我們的光，不是我開它的光。所以很多人拿著佛像要我開光，我說開什麼光？你拜我就好了！你看，我給它開光，它就靈，我不給它開光，它就不靈，那我比它還靈，你不拜我，你拜它幹什麼！錯了，這個名詞的意思完全搞錯了。

我們供養的佛像是以佛像開我們光，你懂得它表法表什麼意思

。地藏菩薩代表孝親尊師，看到地藏菩薩，聽到地藏菩薩的名號，就要曉得我要孝養父母、我要奉事老師，這光就開了。這菩薩像塑在那裡真起作用，能開這一個地方眾生孝親尊師之光。觀音菩薩是開大慈大悲之光，阿彌陀佛給你開的是無量光壽，無量光是智慧，無量壽是福報，無量的福慧，它這個意思。你說全都搞錯了。錯也有錯的作用，作用都從意念起的；覺有覺的作用，迷也有迷的作用，統統起作用，作用是意念。這個我們要知道、要清楚。

下面這兩段我們要特別記住，對我們會起作用。意念能跟無生物充滿能量，這剛才講的。「對抗別人負面意念最有效的方法是念這句基督教的主禱文：救我們脫離凶惡。」這是基督教徒向上帝祈禱，裡頭一定有這句話，求上帝救我們脫離苦難，脫離凶惡。因為別人有負面意念來咒你，對你發放這種惡的念頭，他恨你，怨恨你，想盡方法咒你。咒你的人太多，有人曾經對我說，他說淨空法師，多少人在恨你、咒你，你還能活著，你憑什麼？這裡有答案，我沒有祈禱，我憑藉的是他咒我也好，毀謗我也好，陷害也好，我完全是感恩的心，我接受，我祝福他們每一個人，為什麼？他替我消業障。沒有這麼多人咒我，我無始劫以來的業障我怎麼消法？這是真的，不是假的。愈是嚴重的打擊，業障消得愈多。所以業障消了，那個境界非常之好，一次重大的挫折，後面一片光明。

這是很多跟我多年的老同修都看到的，不經過一次折磨，自己提升不起來。所以他幫助我提升，我認為他是好意，他不是壞意。把我趕走了，趕走了我去的地方比原來地方更好，我得感謝他。不能不感謝，我們常常換環境是愈換愈好。如果當年我在台灣，台灣那些學佛的同學不攆我走，不逼著我走，我這一生不會離開台灣，影響不大。把我趕出去，我到美國去，到加拿大去，就逐漸影響了全世界。在新加坡，新加坡逼著我不能住了，不得不走，移民到澳

洲。我感不感謝他？感謝他，為什麼？如果我在新加坡，我一輩子也出不了那個圈子，到澳洲去，我就到聯合國去了，愈來愈殊勝。所以，對每個人都感恩，都幫助我了，我是自己不會發展，我的推動力是逆增上緣，對我才有用處，順的境界裡頭我如如不動。全是逆增上緣，真想在那裡定居下來，就是沒辦法，逼著你非走不可。所以，一步一步的把我逼上去的。我回過頭來，對每個台階都感激，真的，不是假的，完全是個感恩的心，是個愛心。我覺得這個世間人，沒有一個對我是真正有惡意，他不用這個方法，我不能往上提升。他冒著造罪業要墮惡道的危險，他幫助我提升，我能不感恩嗎？老同學仔細去想想我的話就有道理，你就能明瞭，永遠是個感恩的心。

就像歌利王對付忍辱仙人，幫助忍辱仙人提前成佛了，就是釋迦牟尼佛。釋迦牟尼佛成佛原來在彌勒菩薩之後，賢劫千佛，釋迦排名第五，彌勒排名第四。因為歌利王幫助了他，割截身體沒有絲毫怨恨，還感恩，他升級了，提前成佛，變成賢劫第四尊佛，彌勒菩薩是下一尊。我們要懂得這個道理，迫害我們的人、羞辱我們的人、毀謗我們的人，統是恩人。在這個地方能忍，能不動瞋恚，沒有怨恨，還知道感恩，這個消業障是大幅度的消除，沒有比這個力量更大的。所以你要是有智慧你會用，特別對這些人感恩。我特別對這些人天天迴向，我這裡都供著牌位，你們仔細去看看，找我麻煩、陷害我的，我都供了牌位。我不恨他，我喜歡他們，我感激他們，感恩！我今天有這個成就，都是他們幫助我提升的。

「有一種思想可以克服任何負面情緒或情境，歸家之思。」就是回家，回老家，老家在哪裡？老家在常寂光，老家是自性，回歸自性就是妙覺如來。「歸家之思就是一個人的終極憧憬和人生目標；在最艱困的時刻，它能把我們穩固在我們的原有軌道上。」不受

影響，不受干擾，決定不能在這個環境裡頭產生怨恨、對立、對敵、對抗，那就壞了。戰爭就是因為不能把握自己才發生，你永遠保持忍讓，戰爭就不會發生。但是我們如果不抵抗的話，那不是永遠被人家侮辱，被人家殘害，把我們的族群滅掉了。沒錯，結果真的是這樣的。但是你不抵抗，你雖然是滅掉了，你們移民到天上去了，更好境界上去了，他們造的這個業他們會墮地獄，為什麼？他們殺害的是良民，沒有理由可以殺害。所以你往遠處去想，還是得利益。但是如何防止這些事情發生？教育。一個有德行的教育，真正慈悲的好人，惡人看到他都不敢下手，不忍心下手，這人不是壞人。你有需要的東西向他要求，他給你，你用不著去搶劫，用不著殺人放火，他會給你。人有良心，人性本善，所以教育太重要了。

這是中國人在全世界任何一個族群，中國這個族群是第一，自古以來，千萬年前懂得倫理教育、道德教育、因果教育，把人全教好了。所以這個族群、這個社會幾千年來長治久安，一些外國人研究中國的文化史，感到奇蹟，怎麼發生的？教育。我是聽到南昆大教務長他告訴我的，我前幾年回澳洲，校長請我吃飯，因為學校送我一個博士學位。教務長陪我在一起，告訴我，他說二戰之前，第二次世界大戰之前，歐洲有些專家學者研究一個問題。世界上四大古文明，三個都沒有了，為什麼中國這個古文明還能夠繼續存在？用這個專題來研究。最後得到的結論，大家幾乎一致都肯定，他說可能是中國人懂得家庭教育。得出這麼個結論，他來跟我說。我肯定的告訴他，我說這個結論是正確的，一點都沒錯。

中國自古以來世世代代，一直到滿清末年，沒有不重視家庭教育的。因為中國是大家庭，家庭要沒有教育，家庭就會亂了。所以中國人出生下來，過的就是團體生活，今天講的社會生活，他不是個人行為，他是群體的行為。中國古時候這個社會的單位就是家庭

，一個家庭就是一個單位，你到中國現在農村裡面看去，那個是王莊，那是李莊，那一個村莊就是一家人，世世代代不分家。這一個家庭五代同堂，我們打開族譜，都是五代，那五代是什麼？一家。人口再發展多了，再建立一個家，就分開再建一個家。所以他關係很密切，一定要懂得倫理關係，倫理關係是人跟人的關係。維繫這個族群，維繫這個和諧社會，實際上就是五倫、五常、四維、八德，很簡單，並不麻煩，這是家道。人人都學習，就變成家學，個個都遵守，就變成家規。所以從小就把他教好了，人人是好人，都懂規矩。譬如讓，從小就教你讓，沒有競爭的，彼此都互相相讓。從小就不能訓練有私心，有私心將來家庭就麻煩。起心動念我是為這整個家庭，我不是為我自己個人，自己個人再大的成就，榮耀是歸家庭，整個家族的榮耀。

這個觀念只有中國人有，外國人沒有。所以中國這個族群，能夠在古文明裡頭一直到現在，它還不會消失，原因在此地。現在到了最危險的時候，如果不能回歸到中國傳統的教學，中國真的，這個文明在這個時代會消失。四個古代文明都沒有了，那很可惜。中國這個古代文明不但能救中國，湯恩比說的，能救全世界。你說中國到唐朝，唐朝是中國歷史上最輝煌的一個朝代，治國寶典《群書治要》，現在這部書我們找到了，大量的翻印流通，掀起一個熱潮，這個熱潮是全世界的。這部書印出來之後，我頭一個就送給馬哈迪長老，馬來西亞的納吉首相，送給印尼的政府，送給日本天皇，這次到羅馬，送給羅馬教皇。因為最近剛剛翻成英文，英文沒有全部翻，翻出一部分，大概十分之一。每個人看到，沒有不生歡喜心的。英文本流通出去之後，就會流通到全世界，教育比什麼都重要。我們如果碰到負面的，一定要曉得用正面的去回應，不可以用負面，不可以對立，不可以對抗；對立、對抗，沒完沒了。



「當我們被最陰險的念力圍困時，保護自己的最好方法，堅定不移，念佛求生淨土。」你進我退，我退到哪裡去？我退到極樂世界去。我也歡迎你到極樂世界來，你不肯來沒有辦法，我真歡迎你來。我們退到阿彌陀佛的懷抱，這個多麼安全、多麼殊勝、多麼圓滿的幸福。所以我們沒有敵人，沒有冤親債主。冤親債主是你迷惑顛倒的時候召來的，你心定下來了，智慧開了，不可能有冤親債主。如果你學大乘佛法，你明白了，遍法界虛空界萬事萬物跟自己是一體，哪來的冤親債主！自己能跟自己作對嗎？不可能。不同的族群，就像我們身體不同的器官，眼睛會不會跟耳朵作對？耳朵會不會跟鼻子作對？心臟會不會跟腎臟作對？肺會不會跟肝作對？不會，永遠是和諧的，你身心健康。如果一作對，你的身體就得重病了。

要學菩薩，你看，經典裡面稱菩薩為仁者，仁慈的仁，仁者就是菩薩。仁者怎麼樣？沒有對敵的，仁者無敵，敵就是敵對的，說明菩薩沒有敵對的。邊見破了，永遠沒有對立，有對立的人決定不是菩薩，他是凡夫。你查遍《大藏經》，哪一個菩薩他跟某個人對立？找不到。為什麼？菩薩已經知道，遍法界虛空界一切眾生跟自己一體，是一不是二，哪有自己跟自己作對的道理！

底下一條講禱告，我們在前面漏掉了一條，在第一面，我們把它連起來。第一面。「禱告內容無特殊規定，但必須包含手術成功，復原迅速，無併發症，持續禱告三十天。」這個就是前面講的，我們以善的意念幫助別人，跟佛法裡頭迴向是相同的。可是要怎麼做法？人家生病了，有病了，必須要包括，他這個病要做手術，希望他手術成功，能夠很快的復原，沒有後遺症。這個意念每天禱告一次，要連續三十天，它能收到效果。至少是七天，一天、二天不產生效果。我們迴向亦如是，迴向是個長期迴向的，起的作用就很

大。

這邊告訴我們，「禱告實驗證明」，這些科學家做實驗，「我們是可以回到過去，改變過去的」。過去做錯了，過去愚痴，沒有智慧，做錯事情，產生了嚴重的後果，影響到現代。有沒有辦法改變？有，這就是佛門講的懺悔，懺悔是懺悔過去所造的惡業。你真正懂得這個道理，它會有效應，能改變我們現在環境，因為現在環境是從過去的因素延續下來的。這個一般人很難想像，過去已經過去了。行，我能夠改變過去，影響現在。我過去那一節不談，單單來管現在，行不通，非常困難。所以懺悔的力量就很大。「逆向的念力比順向的念力更具威力」，逆向什麼？過去的過失，過去的錯誤，我現在痛改前非，它那個能量可以很快延續到現在，能夠在現在起作用。

你看，「實驗證據能證明逆向因果性存在，意念有能力回到從前發生事件的時刻，影響已經發生過的事件。科學家相信，標量波」，就是零點能量場裡頭一種次波，叫標量波，「可以讓人改動時間與空間」。那個時候能夠改變現在，現在能夠改變過去、能夠改變未來。因為，過去、現在、未來都不是真實的，全是從意念發生的。意念裡頭沒有時間跟空間，這在前面就說過了，它超越空間，超越時空的。意念的能量不可思議。懺悔，說明懺悔的功德是真的，宗教都提倡懺悔，但是沒有把懺悔這種能量講清楚、講明白。講清楚、講明白，我們會產生更大的效果。沒有講清楚，一般人說這是迷信，事情已經過去了，還想它幹什麼，還說它幹什麼？這是不懂得這個事實真相，懂得事實真相的時候，懺悔起作用，不是不起作用，能夠把過去所造作的罪業減輕。能夠從不善的果報提早化解，墮地獄能夠出地獄，墮鬼道的、墮畜生道都能夠趕快離開，它真起作用，不是不起作用。

別人代他懺悔，起作用，只要他自己能懺悔，他自己能接受。我們給他迴向，他接收到了，他生歡喜心，心地變得愈來愈善良，惡念化解了，善念生起來，他就出地獄。不是沒有理由的。一切人事物，所謂時間這個界限，時間是人，從人的分別執著裡產生的，離開分別執著，時空就沒了。所以墮地獄，地獄要多少劫才能出來，這是什麼？這是一般的說法。懺悔的心很切、很真實，後不再造，業馬上就消掉了，多少劫馬上就變很短的時間。如果堅固的執著，沒有後悔的心，或者是曉得，後悔也可以，面子放不下，那時間就延長。時間長短在一念之間，不是實在的。實在不是事實真相，事實真相從來沒有一樣東西是實在的，這個道理一定要懂。

「物理宇宙不是固定的，無論何時，真實世界都是由人類意志—我們的意念—所創造。」意念創造，意念隨時改變。釋迦牟尼佛說，他老人家過去四十九年教學的影響，在這個地球上會影響一萬二千年，這個經上有的，正法一千年，像法一千年，末法一萬年。照中國古書裡面的記載，今年是釋迦牟尼佛滅度三千零三十八年。在中國老一代的法師，像虛雲老和尚、諦閑老和尚、印光大師都用這個紀年。照中國這個紀年，釋迦牟尼佛滅度到現在三千零三十八年。正法一千年過去了，像法一千年也過去了，末法一萬年已經過了一千年，我們現在是在末法第二個一千年。地球不會毀滅，其他宗教講世界末日，佛法沒有說末日。末法不是末日，末法是什麼？有說法的人，也有聽的人，沒有修行的人，這叫末法。

滅法是什麼？連講經的人都沒有了，法就滅掉了。佛在《般若經》上講的正法、像法、末法、滅法，他的說法是很有道理的。正法時期就是釋迦牟尼佛在世，有講經的人、有聽經的人、有真修行的人，有真證果的人，這叫正法，四個具足。有證須陀洹的、有證阿羅漢的，還有少數大徹大悟、明心見性的。佛教傳到中國來是像

法，因為已經過了一千年，傳到中國來的。在中國，有說法的、有聽經的、有真正修行的、有證果的。宗門大徹大悟，教下的大開圓解，淨土宗理一心不亂，都是證果的，事一心不亂，這是證果的，這都屬於正法。愈往近代，人事變遷很大，講經的人有，少了，沒那麼多了。民國初年，這些有名的講經的法師大概十幾個人，中國這麼大的一塊土地，這就很悲哀了。

兩百年之前，在中國這塊大地，寺院庵堂講經的人天天都有，我們疏忽了兩百年。到我們老一代，我上去這一代，在香港，還有倈虛法師、定西法師，還有一些法師講經。在台灣，講經的法師也有五、六個，就愈來愈少了。聽經的人有，真修行的人少了，沒有了，這就是佛所說的末法時代，沒有證果的。可是念佛人，真正念佛往生西方極樂世界，那就是證果，所以念佛這個法門是正法。現在人崇尚科學，宗教逐漸沒落了，佛教不例外。所以我們積極提倡的，宗教要回歸到教育，它本來是教育，尤其是佛教。釋迦牟尼佛當年一生，從開悟三十歲，到老人家圓寂七十九歲，一生講經教學，沒有中斷過。釋迦牟尼佛在世，沒有宗教這些行為，他沒有建道場，他沒有做任何佛事，甚至於早晚課誦都是各人自己做，佛沒有規定。佛只是每天上課，大家來聽課，有疑問，提出問題來，給你解答，課堂！這是世尊在世一生的行誼，我們要知道。

佛門裡頭沒有拜神、拜天這種形式都沒有，佛知道，宇宙之間有天神、有地神，有一些神仙，那都是眾生，跟我們沒有兩樣。有些他們智慧比我們高，福報比我們大，他是凡夫。佛是圓滿的智慧、圓滿的覺悟，這些神聖，智慧跟覺悟還沒有達到圓滿。所以許許多多天神、地神，神仙，跟釋迦牟尼佛學習，依釋迦牟尼佛為老師，這很平常的事情。乃至於很多不同宗教的傳教師、宗教徒，都來聽釋迦牟尼佛的課，向釋迦牟尼佛學習，釋迦牟尼佛沒有叫他們改

變宗教信仰。這說明什麼？說明他不是宗教，就像學校一樣，學校的學生信什麼宗教都可以，你來報名，你來學習，都歡迎你。他是教育，他不是宗教。但是現在我們把教育丟掉了，完全搞形式，就變成宗教。這不是釋迦的意思，釋迦要搞個宗教當年就搞了，就建廟，就建立道場，為什麼那個時候不建？這個裡頭有很深的意思，我們要慢慢去體會就會明白。

所以這個地方，這一句「真實世界都是由人類意志—我們的意念—所創造」，那麼我們的意念肯定可以改變。這就是這些科學家提出來的「以心控物」，以我們心的意念來控制物質，這是有理論可以依據的。

現在時間到了，我們下午，底下一堂接著再講。