

诸位法师，诸位同学，请坐。请看第四页第四段，第四个小段：

「心灵意念还带来实际的生理改变，用意念去发想」，就是把我们的想念发出去，「可以让人改变身体的某些部分」。这某些部分都是病痛，就能把这些病痛复原，恢复正常。「想像那里的皮肤已回复正常。」最容易看到效果的，也是最小的，我们皮肤哪里痒，痛痒，你就用意念，「这个地方痛痒没有了」。你用这个方法，这是非常快，立刻就见效的，确实可以能够达到。不要去帮助它，你就用意念去想。这是一般人平常都有这个现象，都可以用这个方法，渐渐的你就了解意念的功能不可思议。

然后到有大的疾病了，譬如像底下说的，「信心是一种强有力的治疗工具；安慰剂可以发挥念力效果」。医院里面，我们看到医生对那个重病的人常常用这种方法，给他一种药，并不是治他病的。告诉他，这个药非常有效，你吃了之后，病一定会好。他吃了真有效果。这是什么？这叫安慰剂，不是真正的药物。但是利用病人心理，让他专注到这个药是好药，针对他的病症，容易把他治好，真的把他治好了。这个状况在现在医疗里面使用得很广泛，特别是对重病的人，老年人。

「绝症不药而愈」，像我们前面举的例子，山西小院得癌症的这些人，东北得红斑狼疮的人，这都是绝症。但是，他自己好了，没有治疗就好了，这是什么？「也是一种念力的表现」。他知道他自己病很重，自己知道自己这个病活不长久，他把存活的这个念头放下了。这个后面还会讲到，这个意念能够对治一切负面意识的伤

害。别人咒你，诅咒你，特别是在中国西南这一带，你看很多是放蛊，用巫术来陷害别人。我们抗战期间在这些地方住过，知道这些苗族、瑶族他们都会。所以我们初到那个地方，别人就告诉我们，说话、心态都要很单纯，不要跟他们发生冲突。他们放蛊的时候，我们自己不知道，严重的时候真的会死亡。我们从小就知道有这些事情。可是这个地方研究的方法，不要紧，你只要不怕死，你想到我死了以后到哪里去，特别是求生西方极乐世界，它自然就好了，那个负面的诅咒这种意念它不起作用。这个在理上我们能够想得通，古人所谓的邪不胜正。往生极乐世界是正念，念阿弥陀佛是正念，没有伤害别人的心是正念，这些是保护自己最好的意念。信心、想像、意念是可以治疗疾病的，这我们要相信。现代的例子很多，中国有，外国也有。

「证明意念足以让身体自行矫正。」这是我们讲席当中，这些年常提到，把我们身体里面的器官细胞带着病毒的，可以让它恢复正常。恢复正常，这个病毒就没有了，你身体健康就恢复了，不需要用药物。这些科学家都在做这个实验，非常有效果。这里面用意念有两桩事情要注意，第一个就是专注，要非常专注。第二个要相续不断，一个念头、两个念头不行，往往相续不断的能够用一个星期。如果严重的话，一个月，一个月的这种专注会产生不可思议的效果。普通的小毛病需要七天，一天的专注效果不大，一个星期那就有相当效果了。

「许多患了重症或绝症，自动痊愈」，这今天是有理论支持的，这不是迷信。同样一个道理，有这些农村里面的人，文化水平低的人，他们求神，用烧香的香灰来治病，这在中国古时候常常能够见到的。有没有效？像安慰剂，那是心理，并不是香灰真的能治病。香灰是被烧过的，可以说是已经消毒的，是已消毒的物质，吃了

不会有病的。但是它不见得有效，那个效果产生在意念，真的神保佑我，相信神，统统是意念、思想产生的效果。这个到现在最近三十年，被科学家证明了。佛教里面，念佛、念菩萨名号、念咒、念经能产生效果，都是这个道理。佛法里头的正教，那个效果就更殊胜，为什么？把你的意念提升了。

「意念几乎能左右任何生理过程，甚至治疗威胁生命的疾病。」「信为道元功德母」，对于这个道理我们要相信才行。你说要有多少效果，那跟你的信心成正比例，你有十分的信心就产生十分效果，你有百分信心就产生百分的效果，决定不能怀疑。这个里头总的原理是什么？是一切法从心想生，你就知道心想能量多大！整个法界虚空界从哪来的？心想来的。天堂是心想来的，地狱是不善的心想来的，极乐世界是心想来的，没有一桩事情不是心想来的。贤首国师《还源观》里头告诉我们，这个心想「出生无尽」，想什么变什么，无有穷尽。我们最初读这篇文章，对于这句话很难理解，为什么会无有穷尽？到最后，想了很久，突然想到小时候玩的万花筒，对这个事情就相信了。万花筒很简单，小时候我们的万花筒都是自己制造的，没有像现在这么精美，这么漂亮，没有。我们是用一个纸筒，用三片玻璃，里面放一点碎纸，很简单，我们自己造的。可是你转起来看，里面图案的变化没有两个相同的，真的是出生无尽，并不复杂。简单的东西产生无有穷尽的变幻，我们对贤首国师的话，出生无尽，明白了，不再怀疑，确确实实是无量无边、无尽无数。

这对什么说？对整个宇宙来说。因此，我们起个念头，无论是有意无意，是善念、是恶念，在整个宇宙里面产生变化。不一定在我们现前，现前没有看到，别的星球上看到。为什么？它的速度太快了，念头才动就周遍法界，什么速度都没有这个速度快，这个速

度超越时空。因为它是自性的，是性德起用，没有通过心意识，心意识就慢了；心意识是妄心，也周遍法界，但是速度很慢。好像我们在池子里头，水池，丢下一块小石头，你看这小石头就产生波浪，慢慢慢慢的到边，时间很长，不是很快的。可是我们念头才动，立刻就周遍法界，也就是它不是物理现象。我们投一块石头到池塘是物理现象，我们起心动念想一桩事情是心理现象。有意无意当中起个念头，那是自然现象，非常贴近自性，是属于阿赖耶的业相，这个能量大了，周遍法界。

底下这一条，「别人对你的善念就像你对自己的善念一样有力」。这什么意思？我们佛门里常讲的回向，我诵经、念佛、修善，把功德回向给你。发回向意念的这个人，是非常专注，十分恳切，被回向的那个人他所得到的，跟做功德的人完全相同。他十分恳切，他真的得到十分功德，这个一点不假。如果这个回向有口无心，做功德的时候，诵经、念咒、做这些善事并不是专注，力量就很薄弱，专在修功德的这个人。宝志公超度梁武帝的妃子，这个妃子造了罪业，堕蟒身。宝志公是观世音菩萨再来，我们在《高僧传》里面看到他传记，他示现神通次数很多，《神僧传》里头有他。他把他的妃子从畜生道里面超度到忉利天，不是一般人的力量能做得到。为什么不能超度到极乐世界？她缺乏念佛的善根。如果过去生中曾经供养诸佛如来，曾经修过净土法门，那就有办法超度到极乐世界。

由此可知，每个人的因缘不一样，每个人宿世今生所修积的善根、功德不一样，这里头有差别。体性是相同，业习不相同；性德是相同，修德不相同。所以佛菩萨无尽的慈悲，知道我们跟他是一体，恨不得我们立刻就恢复正常，这确实是诸佛如来的本怀。佛菩萨能加持，所以我们真的念佛求净土，刚才说过，别人对我们善念

跟我们自己修的善念没有两样，别人是谁？阿弥陀佛。阿弥陀佛在十五劫之前发四十八愿，用五劫的修行，他可不可以加给我们？可以。因为在这个境界里头，时间、空间都不可得，时空没有了，十五劫就是现在。真加得上，问题是我们自己不肯放下，业习、烦恼太重了，这个东西造成了障碍。障碍不在对方，障碍是在我们自己，我们自己有这个障碍，佛加不上。佛还是加，我们能够得到利益很有限。我们障碍愈轻，他加持能量就愈大，我们烦恼愈重，我们所接受到的能量就愈少，就这么个道理。由此可知，放下多重要！

这个概念，是我在二十六岁刚学佛，第一次见出家人，就是章嘉大师，他教给我的。我学佛六十年，愈到晚年愈感激老师，因为他教我的是真实的，一丝毫虚假都没有。虽然当时我们对于看破、放下不能彻底了解，模模糊糊的一个概念。我还向他请教，从哪里放下？他告诉我，从身外之物。那个时候我们自己生活非常艰难，每个月的待遇很少，仅够自己生活，样样都缺乏，那身外之物我没有能力做。老师就问我，一毛钱有没有？我说一毛钱可以。一块钱行不行？一块钱也行。他就告诉我，你从一毛、一块布施，修布施，能力不够，心要足，常存布施的心。这个教得好！我们对于用自己的能力帮助别人这个念头就生起来了，能够舍己为人。现在社会，有这种心念的人很少，多半都是自私自利，只为自己，不肯为别人。

我们在最初阶段亦如是，学了大概十年，心量就拓开了。拓开什么？先有别人，后有自己。我们从小喜欢读书，所以财产没有别的，就是书籍，省吃俭用去买好书。别人看到了，要想借去读，最初是绝对不可能的。我这个书都念懂了，送给你可以，我还没有念完，还没有完全彻底懂得，我还需要，不会给人。大概十年之后，我买了新书，人家喜欢要就可以送给他，这心量就拓开了。希望别

人成就比我好，我享他的福，这个概念我从小就有。成就别人是真正成就自己，把别人放在第一，自己放在第二、第三。所以这个能量，心地清净，能量足，智慧增长，眼见色、耳闻声，接触一些境界，生智慧，不生烦恼。所以，这一条是对应我们佛门讲的回向，这个事情不是假的。

「人类意念可以深深影响许多植物、种子、单细胞生物（细菌、酵母）、昆虫和小动物。」这个我们也常做，也做了有十多年，确实有效，小动物都懂得人的意思。小动物也会看人，你会不会伤害牠。我们一般人讲磁场，中国人讲气分，性情不善的人、暴躁的人杀气腾腾，那种凶狠、残忍，那种气分，这些小动物看到你赶快逃避。如果你的气分是善良的、是柔和的、是慈悲的，牠就敢靠近你。从这些小动物看到你，你看牠的动作反映过来就想到，我这个气分到底怎么样？是善还是恶？这小动物是怕我，还是喜欢我？一点都没错。

我小时候，抗战期间，我父亲是军官，管武器的，就是军械官，管武器的。管武器，枪枝就很多，所以我们家里人不多了，只有四个人，我父母跟我兄弟两个，我们家里枪枝好像有八枝，长长短短的。所以从小就喜欢玩枪。那时候没有办法念书，逃难！子弹太多，很容易取得子弹，差不多平均，我记得三年，十七、十八、十九，这十六岁的时候，十六岁到十八岁这三年，平均每天要打十发子弹。所以练出什么？神枪手，不必瞄准的，可以说不能到百分之百，大概百分之九十五是不成问题的，决定可以打中的。练出来的，天天练，有那么多子弹给你练。所以那个时候，那些鸟、小动物看到我赶快就飞、就跑，我们自己不知道。以后学佛之后明白了，杀气太重。学佛以后，学佛大概十年、二十年了，我看小动物看到我，牠停在那里，看很久，牠不动。这就表示那个杀气已经大幅度的

减少，慈悲心增长了。甚至于小动物，我在美国公园看到树上小松鼠，我们手上拿的花生，跟牠招手，牠真的就来了，牠来吃花生，牠不怕你了。我们这些行为，这个意念里面都写到了，他们做这个实验都做得很成功。这个实验我们在学佛之前、学佛之后都不断的在做，确实意念深深影响外面境界。

下面他说，「我相信」，这是写书的人，「有自觉地使用念力，能改善自己的健康，加强我们在生活各领域的表现，甚至影响未来」。这个话我们相信，它是真的，它不是假的。让我们细心去观察，现前有很多事情，确实在未来发现了。尤其是我们受了委屈，一般讲受了冤枉、冤屈，我们不求伸冤，不求表白，我们忍受了，我们转变另一个方向去努力。没有想到，那个方向是一片光明，确实带给我们有意想不到的效果，这种情形在我一生当中发生过多次。所以念头，一定自己能吃亏，用一般人的话叫能牺牲，不跟人相竞争，处处去学让。古圣先贤教给我们，里面有大学问、有大道理，表面看到他是没有理的，不能接受的，他的道理太深了，他的道理太隐密了。只有你接受，你依教奉行，或者是三五年之后、十几年之后你才恍然大悟，这有大道理。

中国人从小教小孩忍让，不能忍也要教他忍，他虽然心里不服气，不懂得，可是父母严格教你忍，不敢不忍。要在这种教育慢慢养成习惯，不要去讲理，不要去，你就忍就是了。到以后慢慢智慧开了，明白了，这是谦让。达到最高的境界是礼让，这给自己身心带来和谐，给自己带来健康长寿，给自己带来的是烦恼轻，智慧长，福报在其中。人的福报是从这么修来的。如果跟人家相争，最后是两败俱伤，两败俱伤是小事，大事是什么？跟人结了冤仇，这个东西冤冤相报，生生世世没完没了，那个麻烦就大了，你到什么时候才能把这个问题化解！这桩事情真搞明白、搞通达了，你能看到

这个社会上报怨报仇的，世世代代这个结解不开的，你就能看到，不是偶然的。《文昌帝君阴骘文》前面有一段话，说他一十七世为士大夫，跟同僚之间不肯相让结下的冤仇，十几世的冤冤相报都解不开。最后是遇到菩萨，学了佛，菩萨给他解冤释结，他才恍然大悟，双方都认错了。

底下这段说，「我们不再需要药物，单靠善念即可治病；意念很可能强大得足以影响我们生活的每一方面」。不但是一生，会影响到生生世世，所以人要有善念，绝不要有恶念。恶念对别人的伤害，我常说顶多三分，对自己的伤害最少是七分。然后你就想到，这个事情不值得！我害人，人家受到伤害才三分，可是自己已经受害了七分，比害人严重。这是错误，绝大的错误。然后回过头来，你从反面去想，我以善心利人一分，别人得到一分，我自己所得到的利益不止一分，会有二、三分。这章嘉大师以前教给我，你学布施，财布施，愈施愈多。可是后头一句话很重要，愈多愈施，不要留。财布施如是，法布施亦如是，最后无畏布施。财布施，你的财用不缺乏，真的有求必应；法布施智慧增长；无畏布施健康长寿。你得真干，真舍，真肯帮助人，你才能收到这个效果。你求福、求慧、求健康长寿统统为自己，求不到，命里注定的，命里有你丢不掉，命里没有的，你求不到。可是念头一转，处处为别人，命就拘束不了你，这是《了凡四训》里面云谷禅师讲的，你就超越命运，不受命运拘束了。为什么？你没有自己，你有自己就有命运，你没有自己，你的命运就没有了。

我们这命运哪里来的？命运是众生的，众生有福，你住世是为众生造福，这个不一样，不为自己。众生有福的时候你就得干，帮助他；众生没有福的时候就该走了，好地方去。不是修净土的人多半到天道，这是最低的底限，最低的底限是忉利天。欲没有断，你



去的地方是欲界上面五层天，不会堕三恶道。堕三恶道是哪些人？都是为自己，自私自利，念念为自己，不替别人着想的，这是往下堕落。中国古人讲的两句话有大道理，叫「吃亏是福」、「难得糊涂」，人别太聪明了，糊涂一点好。糊涂人有糊涂福，他有福报，不跟人争，处处能让，能吃亏，这个人有福。万万不要跟人计较，特别是在现前的社会，样样计较会惹来很多灾难，惹来很多横祸。你让，就能够化解这些灾难，不但化解自己的，也化解别人的，做这个好样子，好！

下一节，「我们应对自己的想法负起高度的责任，很可能影响到身边所有生物的安危」，这个话绝对正确。有意无意那些念头，都会影响到身边一切事物。现在地球温度不断在上升，这是佛经上说的火大在增长，火大是什么？瞋恨心，发脾气。我们在今天在那里遇到不高兴的事情，发一点火，发一顿脾气，你有没有想到地球温度又上升一点了？这你制造的。我们居住这个地区的人都不再发脾气了，这个地区的温度就下降，这举一个例子。换句话说，我们贪、瞋、痴、慢、疑这些念头都不好，都会有很不好的影响。我们的念头要能够与十善业相应，不杀、不盗、不邪行、不妄语、不两舌、不绮语、不恶口、不贪、不瞋、不痴，我们居住这个地区就祥和。人与人和谐，人与花草树木和谐，人与山河大地和谐，这很幸福！人有没有幸福，说实在是自己意念造成的，善念带给你幸福美满，不善的念头带给你灾难、祸患。所以起心动念要负责任，言语造作不能随便。家庭是最小的团体，工作的场所是个比较大一点的团体，团体就更要注意，为什么？往往一个人影响到群体。

「宇宙有一种无所不在的能量，称之为生命体能量，积聚而来的能量具有巨大疗力。」这个「生命体能量」不是自性，自性应该是前面讲的零极限，零极限那是自性，因为此地有了生命，有了生

命这个应该是佛法里面讲的阿赖耶。阿赖耶为什么有巨大疗力的能量？因为阿赖耶能变一切法。你看，在大乘教佛常讲的，心现识变。心是真心，就是自性，它能现，惠能大师说的，「何期自性，能生万法」，万事万法都是自性所生的、所现的。可是让这些法产生变化，不可思议的变化，无量无边无数无尽的变化，是阿赖耶识。它能产生变化，所以它能力很大，它有巨大的疗力。

现在地球成了问题，毛病百出，如果我们懂得这个道理，我们用善念来治疗，可以把地球这些灾难恢复到正常，地球恢复到健康，不是不可能，有道理、有方法。布莱登教给我们的方法有科学理论依据，教我们「弃恶扬善、改邪归正、端正心念」，这问题就解决了。他说的这些话我们相信，一点都不怀疑，我们在这一生当中，时时刻刻要信奉这三句话，要落实这三句话。这三句话，第一句就是佛经上常讲的「断恶修善」，他说弃恶扬善就是断恶修善。在哪些地方？在起心动念、在言语、在造作，包括我们所说的身口意三业，身是造作，口是言语，意是起心动念，三业都要善。心善，不贪、不瞋、不痴、不傲慢、不怀疑，这心就善了。特别是对古圣先贤的教诲不能怀疑，肯定我们比不上古人。千万不要以为我们现在有很丰富的常识，有科学技术的常识，古人没有，不可以这样想。因为常识不是重要的东西，智慧才重要，智慧从哪里来？智慧从清净心流出来。古人的心清净，也就是古人的品德比我们高，古人的智慧比我们高，古人的生活比我们幸福。我们今天虽然有许多科学技术常识，制作这些现代化的这些器具，但是我们活得很辛苦，我们没有幸福可言。因为，心浮气躁不生智慧只生烦恼。

科学技术创造这些东西，我们没有得到正面的享受，所得到的是负面的。负面的什么？它增长了我们贪瞋痴慢疑，这就是负面的。贪瞋痴慢疑把你性德全部摧毁掉了，自己变得贡高我慢，死了以

后堕在三途，怎么能跟人比？古人从小就遵守伦理道德，换句话说，他一生，死了之后，绝不堕三途。他的五戒十善修得好，来生到人间，比这一生日子更好过，福报更大，来积功累德。修的福报大了，人间没有，就到天上去了，天人的福报比人大。所以要相信本能，本有的能量，无论是从自性生的，还是从阿赖耶生的，力量都不得了，都有很大的疗效。

「最有效的治疗意念应该出之以恳求的形式。」为什么？恳求是善念，善念的力量比带着有傲慢的那个力量大，善念力量大，这就是古人所讲的邪不胜正。真诚、恳切这是正面的，不带丝毫骄慢心，没有侥幸的心。

「心理状态也会影响到周遭人的生活：不管我们是否有自觉地送出意念，照样能影响四周的环境。」我们居住在这个地方，无论是有意无意的，对这个地区有影响。我们住在这里时间不久，对这里有没有影响？诸位细心去观察，你就能发现到，对这里有影响。希望我们有更好正面的影响，帮助他们觉悟，帮助他们回头，帮助他们弃恶扬善，帮助他们端正心念。我们居住在这个地方，不但人欢喜，山川大地、鬼神欢喜，这个地区动物、植物都欢喜。这是应该的，这个地区不遭灾难。这就是，我们的表现是身教，我们的言谈举止是属于言教。

「人类意念，流动的意识，对量子过程最细微的干扰都可能带来严重影响」，这是我们意想不到的。我要是提醒大家，我相信大家慢慢会想得通，会发现这个事情是真的。六十年前的社会，我们记得很清楚，六十年前，我二十五、六岁，正好是刚刚学佛，刚刚遇到佛法。那个时候的社会跟现在完全不一样，虽然说世风日下，比不上从前，还有人情味。六十年前我刚到台湾，人地生疏，不认识路，在路上遇到一个人，问他一个路，他会放下他的工作，送我

到那个地方，有这样的人。我们走到乡下农村，肚子饿了，人家欢欢喜喜做东西给我们吃，把我们看作一家人一样。真是宾至如归，古人这个话我们亲身经历。现在没有了，现在你不认识路问警察，他顶多随便指一指，不告诉你。现在人与人之间那种情，人情没有了。丢掉之后，我们才知道这个东西宝贵，那是人的生活，现在人的生活没有了。人的生活没有了，就变成鬼的生活，变成畜生的生活，甚至于连畜生都不如。这就是自觉送出的意识，跟底下讲的，这是流动的意识，最细微的干扰都能带来严重的影响，带给今天，六十年了，今天社会变成这个样子。社会变化了，地球也变了。地球上每天发生这么多的灾变，从哪来的？从人的意念、意识，有意无意。这些干扰，互相的干扰，造成社会严重的影响。

「意念能给无生物充满能量。」无生物是讲的矿物，哪些？我们每天祭拜的这些偶像，佛菩萨的雕像，基督教的十字架，这都是偶像。意念能给它充满能量，它会起作用，作用全是意念。佛像要拿来开光，开光就灵，不开光就不灵。开光真灵吗？真灵，不开光它就不灵。这是什么？你的意念，不是别的。其实他都搞错了，供养佛菩萨这个形像要开光，开光实际上就是现在所谓的新造的这个像，这个佛像，开幕，举行一个开幕典礼，就是这个意思。开幕典礼是说明供养它的意义，然后你见到这个像就晓得什么意思，这叫开光。什么开光？像开我们的光，你看我们看到观世音菩萨，就想到大慈大悲，大慈大悲的光就开了。像开我们的光，不是我开它的光。所以很多人拿着佛像要我开光，我说开什么光？你拜我就好了！你看，我给它开光，它就灵，我不给它开光，它就不灵，那我比它还灵，你不拜我，你拜它干什么！错了，这个名词的意思完全搞错了。

我们供养的佛像是以佛像开我们光，你懂得它表法表什么意思

。地藏菩萨代表孝亲尊师，看到地藏菩萨，听到地藏菩萨的名号，就要晓得我要孝养父母、我要奉事老师，这光就开了。这菩萨像塑在那里真起作用，能开这一个地方众生孝亲尊师之光。观音菩萨是开大慈大悲之光，阿弥陀佛给你开的是无量光寿，无量光是智慧，无量寿是福报，无量的福慧，它这个意思。你说全都搞错了。错也有错的作用，作用都从意念起的；觉有觉的作用，迷也有迷的作用，统统起作用，作用是意念。这个我们要知道、要清楚。

下面这两段我们要特别记住，对我们会起作用。意念能跟无生物充满能量，这刚才讲的。「对抗别人负面意念最有效的方法是念这句基督教的主祷文：救我们脱离凶恶。」这是基督教徒向上帝祈祷，里头一定有这句话，求上帝救我们脱离苦难，脱离凶恶。因为别人有负面意念来咒你，对你发放这种恶的念头，他恨你，怨恨你，想尽方法咒你。咒你的人太多，有人曾经对我说，他说净空法师，多少人在恨你、咒你，你还能活着，你凭什么？这里有答案，我没有祈祷，我凭借的是他咒我也好，毁谤我也好，陷害也好，我完全是感恩的心，我接受，我祝福他们每一个人，为什么？他替我消业障。没有这么多人咒我，我无始劫以来的业障我怎么消法？这是真的，不是假的。愈是严重的打击，业障消得愈多。所以业障消了，那个境界非常之好，一次重大的挫折，后面一片光明。

这是很多跟我多年的老同修都看到的，不经过一次折磨，自己提升不起来。所以他帮助我提升，我认为他是好意，他不是坏意。把我赶走了，赶走了我去的地方比原来地方更好，我得感谢他。不能不感谢，我们常常换环境是愈换愈好。如果当年我在台湾，台湾那些学佛的同学不撵我走，不逼着我走，我这一生不会离开台湾，影响不大。把我赶出去，我到美国去，到加拿大去，就逐渐影响了全世界。在新加坡，新加坡逼着我不能住了，不得不走，移民到澳

洲。我感不感谢他？感谢他，为什么？如果我在新加坡，我一辈子也出不了那个圈子，到澳洲去，我就到联合国去了，愈来愈殊胜。所以，对每个人都感恩，都帮助我了，我是自己不会发展，我的推动力是逆增上缘，对我才有用处，顺的境界里头我如如不动。全是逆增上缘，真想在那里定居下来，就是没办法，逼着你非走不可。所以，一步一步的把我逼上去的。我回过头来，对每个台阶都感激，真的，不是假的，完全是个感恩的心，是个爱心。我觉得这个世间人，没有一个对我是真正有恶意，他不用这个方法，我不能往上提升。他冒着造罪业要堕恶道的危险，他帮助我提升，我能不感恩吗？老同学仔细去想想我的话就有道理，你就能明了，永远是个感恩的心。

就像歌利王对付忍辱仙人，帮助忍辱仙人提前成佛了，就是释迦牟尼佛。释迦牟尼佛成佛原来在弥勒菩萨之后，贤劫千佛，释迦排名第五，弥勒排名第四。因为歌利王帮助了他，割截身体没有丝毫怨恨，还感恩，他升级了，提前成佛，变成贤劫第四尊佛，弥勒菩萨是下一尊。我们要懂得这个道理，迫害我们的人、羞辱我们的人、毁谤我们的人，统是恩人。在这个地方能忍，能不动瞋恚，没有怨恨，还知道感恩，这个消业障是大幅度的消除，没有比这个力量更大的。所以你要是有智慧你会用，特别对这些人感恩。我特别对这些人天天回向，我这里都供着牌位，你们仔细去看看，找我麻烦、陷害我的，我都供了牌位。我不恨他，我喜欢他们，我感激他们，感恩！我今天有这个成就，都是他们帮助我提升的。

「有一种思想可以克服任何负面情绪或情境，归家之思。」就是回家，回老家，老家在哪里？老家在常寂光，老家是自性，回归自性就是妙觉如来。「归家之思就是一个人的终极憧憬和人生目标；在最艰困的时刻，它能把我们稳固在我们的原有轨道上。」不受

影响，不受干扰，决定不能在这个环境里头产生怨恨、对立、对敌、对抗，那就坏了。战争就是因为不能把握自己才发生，你永远保持忍让，战争就不会发生。但是我们如果不抵抗的话，那不是永远被人家侮辱，被人家残害，把我们的族群灭掉了。没错，结果真的是这样的。但是你不抵抗，你虽然是灭掉了，你们移民到天上去了，更好境界上去了，他们造的这个业他们会堕地狱，为什么？他们杀害的是良民，没有理由可以杀害。所以你往远处去想，还是得利益。但是如何防止这些事情发生？教育。一个有德行的教育，真正慈悲的好人，恶人看到他都不敢下手，不忍心下手，这人不是坏人。你有需要的东西向他要求，他给你，你用不着去抢劫，用不着杀人放火，他会给你。人有良心，人性本善，所以教育太重要了。

这是中国人在全世界任何一个族群，中国这个族群是第一，自古以来，千万年前懂得伦理教育、道德教育、因果教育，把人全教好了。所以这个族群、这个社会几千年来长治久安，一些外国人研究中国的文化史，感到奇迹，怎么发生的？教育。我是听到南昆大教务长他告诉我的，我前几年回澳洲，校长请我吃饭，因为学校送我一个博士学位。教务长陪我在一起，告诉我，他说二战之前，第二次世界大战之前，欧洲有些专家学者研究一个问题。世界上四大古文明，三个都没有了，为什么中国这个古文明还能够继续存在？用这个专题来研究。最后得到的结论，大家几乎一致都肯定，他说可能是中国人懂得家庭教育。得出这么个结论，他来跟我说。我肯定的告诉他，我说这个结论是正确的，一点都没错。

中国自古以来世世代代，一直到满清末年，没有不重视家庭教育的。因为中国是大家庭，家庭要没有教育，家庭就会乱了。所以中国人出生下来，过的就是团体生活，今天讲的社会生活，他不是个人行为，他是群体的行为。中国古时候这个社会的单位就是家庭

，一个家庭就是一个单位，你到中国现在农村里面看去，那个是王庄，那是李庄，那一个村庄就是一家人，世世代代不分家。这一个家庭五代同堂，我们打开族谱，都是五代，那五代是什么？一家。人口再发展多了，再建立一个家，就分开再建一个家。所以他关系很密切，一定要懂得伦理关系，伦理关系是人跟人的关系。维系这个族群，维系这个和谐社会，实际上就是五伦、五常、四维、八德，很简单，并不麻烦，这是家道。人人都学习，就变成家学，个个都遵守，就变成家规。所以从小就把他教好了，人人是好人，都懂规矩。譬如让，从小就教你让，没有竞争的，彼此都互相相让。从小就不能训练有私心，有私心将来家庭就麻烦。起心动念我是为这整个家庭，我不是为我自己个人，自己个人再大的成就，荣耀是归家庭，整个家族的荣耀。

这个观念只有中国人有，外国人没有。所以中国这个族群，能够在古文明里头一直到现在，它还不会消失，原因在此地。现在到了最危险的时候，如果不能回归到中国传统的教学，中国真的，这个文明在这个时代会消失。四个古代文明都没有了，那很可惜。中国这个古代文明不但能救中国，汤恩比说的，能救全世界。你说中国到唐朝，唐朝是中国历史上最辉煌的一个朝代，治国宝典《群书治要》，现在这部书我们找到了，大量的翻印流通，掀起一个热潮，这个热潮是全世界的。这部书印出来之后，我头一个就送给马哈迪长老，马来西亚的纳吉首相，送给印尼的政府，送给日本天皇，这次到罗马，送给罗马教皇。因为最近刚刚翻成英文，英文没有全部翻，翻出一部分，大概十分之一。每个人看到，没有不生欢喜心的。英文本流通出去之后，就会流通到全世界，教育比什么都重要。我们如果碰到负面的，一定要晓得用正面的去回应，不可以用负面，不可以对立，不可以对抗；对立、对抗，没完没了。



「当我们被最阴险的念力围困时，保护自己的最好方法，坚定不移，念佛求生净土。」你进我退，我退到哪里去？我退到极乐世界去。我也欢迎你到极乐世界来，你不肯来没有办法，我真欢迎你来。我们退到阿弥陀佛的怀抱，这个多么安全、多么殊胜、多么圆满的幸福。所以我们没有敌人，没有冤亲债主。冤亲债主是你迷惑颠倒的时候召来的，你心定下来了，智慧开了，不可能有冤亲债主。如果你学大乘佛法，你明白了，遍法界虚空界万事万物跟自己是一体，哪来的冤亲债主！自己能跟自己作对吗？不可能。不同的族群，就像我们身体不同的器官，眼睛会不会跟耳朵作对？耳朵会不会跟鼻子作对？心脏会不会跟肾脏作对？肺会不会跟肝作对？不会，永远是和谐的，你身心健康。如果一作对，你的身体就得重病了。

要学菩萨，你看，经典里面称菩萨为仁者，仁慈的仁，仁者就是菩萨。仁者怎么样？没有对敌的，仁者无敌，敌就是敌对的，说明菩萨没有敌对的。边见破了，永远没有对立，有对立的人决定不是菩萨，他是凡夫。你查遍《大藏经》，哪一个菩萨他跟某个人对立？找不到。为什么？菩萨已经知道，遍法界虚空界一切众生跟自己一体，是一不是二，哪有自己跟自己作对的道理！

底下一条讲祷告，我们在前面漏掉了一条，在第一面，我们把它连起来。第一面。「祷告内容无特殊规定，但必须包含手术成功，复原迅速，无并发症，持续祷告三十天。」这个就是前面讲的，我们以善的意念帮助别人，跟佛法里头回向是相同的。可是要怎么做？人家生病了，有病了，必须要包括，他这个病要做手术，希望他手术成功，能够很快的复原，没有后遗症。这个意念每天祷告一次，要连续三十天，它能收到效果。至少是七天，一天、二天不产生效果。我们回向亦如是，回向是个长期回向的，起的作用就很

大。

这边告诉我们，「祷告实验证明」，这些科学家做实验，「我们是回到过去，改变过去的」。过去做错了，过去愚痴，没有智慧，做错事情，产生了严重的后果，影响到现代。有没有办法改变？有，这就是佛门讲的忏悔，忏悔是忏悔过去所造的恶业。你真正懂得这个道理，它会有效应，能改变我们现在环境，因为现在环境是从过去的因素延续下来的。这个一般人很难想像，过去已经过去了。行，我能够改变过去，影响现在。我过去那一节不谈，单单来管现在，行不通，非常困难。所以忏悔的力量就很大。「逆向的念力比顺向的念力更具威力」，逆向什么？过去的过失，过去的错误，我现在痛改前非，它那个能量可以很快延续到现在，能够在现在起作用。

你看，「实验证据能证明逆向因果性存在，意念有能力回到从前发生事件的时刻，影响已经发生过的事件。科学家相信，标量波」，就是零点能量场里头一种次波，叫标量波，「可以让人改动时间与空间」。那个时候能够改变现在，现在能够改变过去、能够改变未来。因为，过去、现在、未来都不是真实的，全是从意念发生的。意念里头没有时间跟空间，这在前面就说过了，它超越空间，超越时空的。意念的能量不可思议。忏悔，说明忏悔的功德是真的，宗教都提倡忏悔，但是没有把忏悔这种能量讲清楚、讲明白。讲清楚、讲明白，我们会产生更大的效果。没有讲清楚，一般人说这是迷信，事情已经过去了，还想它干什么，还说它干什么？这是不懂得这个事实真相，懂得事实真相的时候，忏悔起作用，不是不起作用，能够把过去所造作的罪业减轻。能够从不善的果报提早化解，堕地狱能够出地狱，堕鬼道的、堕畜生道都能够赶快离开，它真起作用，不是不起作用。

别人代他忏悔，起作用，只要他自己能忏悔，他自己能接受。我们给他回向，他接收到了，他生欢喜心，心地变得愈来愈善良，恶念化解了，善念生起来，他就出地狱。不是没有理由的。一切人事物，所谓时间这个界限，时间是人，从人的分别执着里产生的，离开分别执着，时空就没了。所以堕地狱，地狱要多少劫才能出来，这是什么？这是一般的说法。忏悔的心很切、很真实，后不再造，业马上就消掉了，多少劫马上就变很短的时间。如果坚固的执着，没有后悔的心，或者是晓得，后悔也可以，面子放不下，那时间就延长。时间长短在一念之间，不是实在的。实在不是事实真相，事实真相从来没有一样东西是实在的，这个道理一定要懂。

「物理宇宙不是固定的，无论何时，真实世界都是由人类意志—我们的意念—所创造。」意念创造，意念随时改变。释迦牟尼佛说，他老人家过去四十九年教学的影响，在这个地球上会影响一万二千年，这个经上有的，正法一千年，像法一千年，末法一万年。照中国古书里面的记载，今年是释迦牟尼佛灭度三千零三十八年。在中国老一代的法师，像虚云老和尚、谛闲老和尚、印光大师都用这个纪年。照中国这个纪年，释迦牟尼佛灭度到现在三千零三十八年。正法一千年过去了，像法一千年也过去了，末法一万年已经过了一千年，我们现在是在末法第二个一千年。地球不会毁灭，其他宗教讲世界末日，佛法没有说末日。末法不是末日，末法是什么？有说法的人，也有听的人，没有修行的人，这叫末法。

灭法是什么？连讲经的人都没有了，法就灭掉了。佛在《般若经》上讲的正法、像法、末法、灭法，他的说法是很有道理的。正法时期就是释迦牟尼佛在世，有讲经的人、有听经的人、有真修行的人，有真证果的人，这叫正法，四个具足。有证须陀洹的、有证阿罗汉的，还有少数大彻大悟、明心见性的。佛教传到中国来是像

法，因为已经过了一千年，传到中国来的。在中国，有说法的、有听经的、有真正修行的、有证果的。宗门大彻大悟，教下的大开圆解，净土宗理一心不乱，都是证果的，事一心不乱，这是证果的，这都属于正法。愈往近代，人事变迁很大，讲经的人有，少了，没那么多了。民国初年，这些有名的讲经的法师大概十几个人，中国这么大的一块土地，这就很悲哀了。

两百年之前，在中国这块大地，寺院庵堂讲经的人天天都有，我们疏忽了两百年。到我们老一代，我上去这一代，在香港，还有倓虚法师、定西法师，还有一些法师讲经。在台湾，讲经的法师也有五、六个，就愈来愈少了。听经的人有，真修行的人少了，没有了，这就是佛所说的末法时代，没有证果的。可是念佛人，真正念佛往生西方极乐世界，那就是证果，所以念佛这个法门是正法。现在人崇尚科学，宗教逐渐没落了，佛教不例外。所以我们积极提倡的，宗教要回归到教育，它本来是教育，尤其是佛教。释迦牟尼佛当年一生，从开悟三十岁，到老人家圆寂七十九岁，一生讲经教学，没有中断过。释迦牟尼佛在世，没有宗教这些行为，他没有建道场，他没有做任何佛事，甚至于早晚课诵都是各人自己做，佛没有规定。佛只是每天上课，大家来听课，有疑问，提出问题来，给你解答，课堂！这是世尊在世一生的行谊，我们要知道。

佛门里头没有拜神、拜天这种形式都没有，佛知道，宇宙之间有天神、有地神，有一些神仙，那都是众生，跟我们没有两样。有些他们智慧比我们高，福报比我们大，他是凡夫。佛是圆满的智慧、圆满的觉悟，这些神圣，智慧跟觉悟还没有达到圆满。所以许许多多天神、地神，神仙，跟释迦牟尼佛学习，依释迦牟尼佛为老师，这很平常的事情。乃至很多不同宗教的传教师、宗教徒，都来听释迦牟尼佛的课，向释迦牟尼佛学习，释迦牟尼佛没有叫他们改

变宗教信仰。这说明什么？说明他不是宗教，就像学校一样，学校的学生信什么宗教都可以，你来报名，你来学习，都欢迎你。他是教育，他不是宗教。但是现在我们把教育丢掉了，完全搞形式，就变成宗教。这不是释迦的意思，释迦要搞个宗教当年就搞了，就建庙，就建立道场，为什么那个时候不建？这个里头有很深的意思，我们要慢慢去体会就会明白。

所以这个地方，这一句「真实世界都是由人类意志—我们的意念—所创造」，那么我们的意念肯定可以改变。这就是这些科学家提出来的「以心控物」，以我们心的意念来控制物质，这是有理论可以依据的。

现在时间到了，我们下午，底下一堂接着再讲。