

淨空法師 講述  
華藏講記組恭敬整理

# 念力的秘密分享

佛陀教育基金會 印贈

THE INTENTION EXPERIMENT

一切佛經，及闡揚佛法諸書，無不令人趨吉避凶，改過遷善。明三世之因果，識本具之佛性。出生死之苦海，生極樂之蓮邦。讀者必須生感恩心，作難遭想。淨手潔案，主敬存誠。如面佛天，如臨師保。則無邊利益，自可親得。若肆無忌憚，任意褻瀆。及固執管見，妄生毀謗，則罪過彌天，苦報無盡。奉勸世人，當遠罪求益，離苦得樂也。

# 念力的祕密分享

淨空老法師講述  
華藏講記組恭敬整理

淨空老法師於二〇一一年十一月五日至十二日，在香港佛陀教育協會講述「念力的祕密分享」。華藏講記組親聆音帶，摘要記錄，順文整理，出版流通，供養大眾。

## 前言

不久前有一位同學送一本書給我看，書名叫《念力的祕密》，它的副標題叫做「叫喚自己的內在力量」，是從外國文字翻譯過來的，分量很大。這是一份近代的科學報告，研究量子力學的。裡面所說的跟大乘佛法大部分都相同，非常接近，很值得我們參考。我摘錄全書的片段，我們一條一條來分享。

# 念力的祕密分享 目錄

一、以心控物	.....	1
二、心物一體	.....	4
三、無量之網	.....	5
四、群體念力	.....	8
五、零點能量場	.....	0
六、全息現象	.....	1
七、念力治療	.....	1
八、迴向的力量	.....	3
九、化解負面意念的方法	.....	4

十、懺悔的能量 ..... 157

結語 ..... 160

附錄：懺悔能量的實例 ..... 161

懺悔書 ..... 163

# 念力的秘密分享

*The Intention Experiment*

淨空法師  
講述



## 一、以心控物

「意識是一種不受我們身體局限的物質，是一種條理分明的能量，有能力改變物質事件。以心控物能力超越時間空間的限制。」

「以心控物」這句話非常重要，就是用我們的意念、心想控制物質，我們有這種能力。這樁事情，在佛教法相宗經典裡面，就是告訴我們宇宙的起源、宇宙的真相。法相宗有六經十一論，《華嚴經》是六經之一，裡面講到宇宙的源起、法界的源起。佛告訴我們，法界從哪裡來的？自性變現的。自性很難懂，為什麼？不是我們凡夫常識所能夠理解的。它是宇宙萬物，佛法講法界、萬法，萬法就是宇宙之間所有一切的現象，物質現象、精神現象、自然現

象，現代科學把它分作三大類。宇宙之間萬事萬物都不出這三個範圍，這三個範圍就把整個宇宙萬物，包括我們自己，這身命，統統都說盡了。而自性是這一切萬物的本體（理體），它怎麼來的？就從這來的。

佛教修學最終極的目標是什麼？就是明心見性。明心見性，這個人就成佛了。《華嚴經》云，「一切眾生本來是佛」，為什麼？我們有自性，自性是佛，那我們怎麼不是佛？真是佛，一點不假。我們為什麼會變成這個樣子？迷了，自性就在現前，看不見，聽不到，也摸不到，連想都想不到，所以六根對它不起作用。六根，眼耳鼻舌身這五根可以接觸到物質現象；第六意識可以接觸到精神現象跟自然現象，八識能緣能力最強的是第六意識。佛告訴我們，第六意識就是現在說的思想、念頭，它對外能緣到宇宙，對內能緣到

阿賴耶，阿賴耶識是十法界的源起。十法界從哪來的？阿賴耶變現出來的。自性能生能現一切法，它不能變。把自性所生的現象變成十法界，變成佛的法界、菩薩的法界、聲聞法界、緣覺法界，這叫四聖，是釋迦牟尼佛的淨土；又能變成六道，六道有天法界、阿修羅法界、人法界；下面有畜生法界、餓鬼法界、地獄法界，都是阿賴耶變現的，所以依正莊嚴全是阿賴耶變的。佛經上常講「心現識變」，識就是阿賴耶，沒有阿賴耶，只有現，沒有變。阿賴耶所變的全是假的，沒有一樣是真的，所以佛在經上常說「凡所有相，皆是虛妄」，可別當真。可是我們卻把這些假相全都當真，每個人都承認是真的，只有佛、菩薩知道它是假的，不是真的。

這個假相怎麼來的？佛告訴我們，這叫一念不覺，不覺才有一念。覺心不動，覺悟的心是真心，真心不動。不覺，真心上就起了

一個妄心，妄心就是阿賴耶。梵語阿賴耶，翻成中國意思叫藏識，藏是含藏，就像倉庫一樣，這裡面的東西無量無邊、無數無盡，樣樣都不缺。我們想什麼，它就變什麼，這叫一切法從心想生，這個想是妄想，有想全是妄想，有念都是妄念。正念無念，無一切妄念就叫正念。正念只有佛有，菩薩都沒有，菩薩還有起心動念，所以正念只有佛有。明心見性的人正念就現前。

惠能大師明心見性的時候，向五祖忍和尚報告了二十個字，他的報告正確，沒有錯誤，因此五祖就把衣鉢傳給他。第一句話說，「何期自性，本自清淨」。我們的自性，就是真心、真相，是清淨的，從來沒有染污過。我們成佛，沒有染污；現在做人，也沒有染污。如果我們造作罪業，不幸墮到三惡道，也沒有染污，真心沒染污。染污是什麼？妄心，就是阿賴耶有染污。阿賴耶裡面，特別

是第七識，又叫染污意，它是染污的根源，它被染污了，它不是真心，它是妄心。所以佛眼睛看一切眾生都是佛，為什麼？佛不看眾生染污的那一面，佛看眾生的自性，眾生的自性是佛，跟佛一樣，一絲毫差別都沒有。

這個道理非常深，很難得，被現在的量子學家發現了。量子學家沒有成佛，還是凡夫，凡夫能發現，這可是一樁大事情。但是這樁事情我們也不意外，為什麼？佛在經上講過的，凡夫用第六意識，向外可以緣到虛空法界，向內可以緣到阿賴耶，這就是第六意識能緣的極限，它緣不到自性。向外是宏觀宇宙，向內是微觀世界。研究宏觀宇宙的，他們能夠觀察得到的宇宙只有全宇宙百分之十，還有百分之九十的宇宙不見了。那百分之九十的宇宙到哪裡去了？佛經上說，回歸常寂光了，常寂光就是自性，也就是回歸自

性，他們看不到。因為我們能夠看到的一定有現象；常寂光（自性）不是物質現象，也不是精神現象或自然現象，所以它緣不到。微觀世界是研究原子、粒子、夸克、量子這些東西，發現了什麼？知道物質是假的，不是真的。物質從哪裡來的？從念頭產生的。念頭怎麼產生的？他們發現我們這一念好像是突然蹦出來的。

「量子、粒子被認為是憑空蹦出來的，會即時出現又隨即消失，導致毫無原因可言的能量擺動。」

《楞嚴經》說「當處出生，隨處滅盡」，這就是講物質現象、精神現象跟自然現象，都是當處出生，隨處滅盡。

在《菩薩處胎經》裡面，釋迦佛問彌勒菩薩，「心有所念」，凡夫心裡起個念頭，佛問這一個念頭裡「有幾念、有幾相、有幾

識」？念是自然現象，相是物質現象，識是精神現象。彌勒菩薩回答說，「一彈指有三十二億百千念」，百千是單位，一百個千是十萬，三十二億乘十萬，三百二十兆。這一彈指有多少個念頭？三百二十兆，有這麼多念頭。「念念成形，形皆有識」，每一個念頭都有物質現象，每一個物質現象裡面都有精神現象，精神現象是受想行識，我們才真正明白大乘經常講的五蘊皆空。五蘊皆空是說的什麼？一念，一彈指裡頭有三十二億百千念。現在科學用秒為單位，如果我們彈得很快，一秒鐘彈五次，五個三百二十兆，就是一千六百兆。一念是一千六百兆分之一秒，就是一秒鐘裡頭有一千六百兆次的生滅，這個念頭蹦出來，不見了，蹦出來，又不見了，這是科學家發現的。

這說明宇宙的源起。每一個念頭裡面，整個宇宙的現象出現

了。就像我們看電影，這個膠捲叫幻燈片，在放映機裡面播放的時候，一秒鐘二十四張，我們就已經迷惑了，認為好像是真的。彌勒菩薩告訴我們，我們現前這個環境，一秒鐘有一千六百兆張。沒有一張相同，沒有一個念頭是相同的。宇宙就是這些念頭讓我們的眼晴花了，讓我們的心思也迷了，以為它是真有，其實根本不存在。這一樁事情難得，近代三十年這些量子學家們才發現，才說出來，這是宇宙的真相。但沒有想到釋迦牟尼佛在三千年前，就把這個事情說清楚、說明白，我們能不佩服嗎？

科學家講的能量，宇宙之間的能量，他們不曉得能量從哪來的，只知道在振動的時候產生極大的能量。能量就是佛經上講的阿賴耶的業相，業是動，波動的現象。從業相變現成轉相，轉相就是精神現象，科學家稱為信息，佛經裡面講的受想行識，從這個現象

裡頭變現出物質現象。所以這個精神現象也叫阿賴耶的見分，物質現象也稱為相分，境界相是物質現象，阿賴耶的三細相，量子力學家把這個東西搞出來了，真難得！但是微觀跟宏觀的範圍都達到極限，沒有法子發展了。再發展不能用思想，就是不能用第六意識。那要怎麼辦？放下，放下起心動念、分別執著，真相就現前，就明心見性了。

所以宇宙的本體、自性，必須是唯證方知，親證，就曉得了。證得這個境界，古大德有一句話形容說「如人飲水，冷暖自知」。這杯水放在這裡，人家說這水熱、水涼，都得不到真正標準。必須親證，親自嘗一口就曉得了，但是曉得也說不出來。所以宇宙真相佛能不能說？說不出來的，佛怎麼說都是一個彷彿。所以佛最後是教我們親證，怎樣才親證？放下。佛法修行，從初發心到如來地，

沒有別的，就是看破幫助放下，放下幫助我們再看破，就是這麼個方法，相輔相成。什麼是看破？對於事實真相明白了。怎麼看破？放下才能看破，不放下就看不破，看破又能幫助我們更放下，徹底放下就明心見性了。

等覺菩薩還有一品生相無明習氣沒有放下，他就回不了常寂光。這些科學家能看見他，因為他有現相。他把那一分生相無明放下，回常寂光了，回歸自性了，科學家看不見了。所以自性不是自然現象，也不是精神現象，也不是物質現象，但是它能現這三種現象。這三種現象都不是真的，全都是假的。什麼東西是真的？自性是真的，但是自性沒有這三種現象，所以我們無論如何都緣不到，阿賴耶緣不到的。緣不到所以稱它為空，這個空不是無，它真有，能生萬法。所以宇宙的出現不是大爆炸，這講不通。佛講的是一念

不覺，就是這個波動現象出現了，一出現，整個宇宙同時現前，叫一時頓現，沒有時間間隔的。而它發展的程序，從自然現象變成信息，從信息變成物質，這速度有多快？照彌勒菩薩講的，都是在一千六百兆分之一秒裡頭完成的，是我們沒有辦法想像的。

世界無量無邊，都是從一念不覺變現出來的，一時頓現，這個一時就是一千六百兆分之一秒。一秒鐘裡頭這一時是多少時？我們說一念叫一時，那就一千六百兆時，真正不可思議。所以一時就是第六意識，能思想，思想是它管的。

科學家的報告說，「意識是一種不受我們身體局限的物質」。最明顯的，晚上睡覺作夢，夢中的境界不受這個身體局限，而且確實是「一種條理分明的能量」，這個我們容易懂。它「有能力改變物質事件」，這就不好懂了。為什麼？我們身體是物質現象，連身

體我們都不能改變。我們的身體，第一個是人逐漸衰老，我不能把它改變回到年輕。身體有疾病，我沒有辦法叫這個帶病毒的細胞恢復正常，恢復我健康。實際上這個事情真的統統能改變，這是自己內在的力量，就是念頭。為什麼我們的念頭不行？我們的念頭太散亂了，不能集中，集中力量就現前。佛法的修行沒有別的，就是教我們集中。這集中是什麼？修定。我們現在知道，佛法修行修的是什麼？統統是修定。佛法修學的總綱領，三個字，戒定慧，因戒得定。持戒是什麼意思？是修定的準備，要不持戒心定不下來。只有得定才能開智慧，開智慧就是一切通達明瞭。

心定下來得放下，要把自私自利放下，要把名聞利養放下，要把五欲六塵放下，要把貪瞋痴慢放下，這些東西統統都放下，得初步的禪定。這禪定不深，但是起作用，換句話說，我們身心健康不

成問題。年歲大了，我們身體的細胞老化了，它會恢復到年輕，有這個能力。我們的細胞裡頭帶著有病毒，自然它恢復健康，病毒沒有了，有這個能力。這個裡頭講治療，念力治療，不需要靠外面的藥物，完全用自己的意念。什麼藥物、補品都不需要，用我們內心內在的力量，恢復我們的健康。它有能力改變我們居住的環境，中國古人有一句話說「福人居福地，福地福人居」。風水就是我們居住的環境，我們的意念可以改變它。現在地球災難很多，我們意念能不能把這個地球修補，讓這些災難不發生？真能，只要我們有好

的意念。

現在地球上的居民意念不好，他的心念是什麼？全是貪瞋痴慢疑。佛在經上講，貪心感得水災，瞋心感得火災，愚痴感得風災，傲慢感得地震。懷疑，懷疑是最可怕，信心完全沒有了，對自

己身體來講，免疫系統不起作用，很容易感染疾病，沒有抵抗力；對外面環境，會感得山崩，地會陷下去，外面一切物質都鬆散、不堅固。我們的老祖宗就有智慧，教導我們倫理、道德、因果，我們接受的是這些教育，所以心態都很好，心態端正。五常是我們基本的道德觀念，仁義禮智信。你看我們應對貪瞋痴慢疑，仁是愛人，仁者推己及人，己所不欲勿施於人，愛心，愛自己、愛一切眾生。義是循理，講道理，起心動念、言語造作要合情合理合法。人與人之間、人與天地萬物之間要講禮。禮是什麼？恭敬、謙卑。處事待人接物不可以用感情，要用理智，感情很容易出事情。有個禮，有個智慧，最後是講信用，信就不懷疑，人言曰信，信自己，信一切眾生。中國古人從來沒有懷疑過哪個人是壞人，總認為人人都是好人。我們在古籍念到，孔子所說的，人性本善；《三字經》有一句

話，「人之初，性本善」。人人是好人，事事是好事，這是中國老祖宗常說的，現在沒有了。我們還要把老祖宗的東西找回來，我們才有救。

七〇年代英國湯恩比博士就預言，「解決二十一世紀社會問題，只有中國孔孟學說跟大乘佛法」。孔孟學說是中國的，大乘佛法也是中國的，這兩樣東西能救世界。湯恩比的話沒說錯，而孔孟的根在哪裡？大乘的根在哪裡？孔孟的根是《弟子規》，道家的根在《感應篇》，大乘的根在《十善業道》。這三種是普世的教育，如果普遍展開，讓全世界人人都學習，一年天下就太平。我們曾經在湯池做過試驗，用一個小鎮做試驗，在那裡只做了三年，效果卓著。小鎮的人良心都喚起來了，都回歸到五倫、五常、四維、八德。這個試驗讓我們深深感覺到古人講的人性本善一點都沒錯，而

且人是很好教的，沒人教就不行了。

我們時時在盼望有一個國家來做試驗，這個試驗是政府的行為，一個國家能夠用一個小區來做一個試驗點，做出成績來給大家看看，希望大家看到心裡就踏實。湯恩比的話一點都不錯，就是中國傳統文化可以拯救世界。這裡頭的道理跟《念力》這本書所講的非常接近，思想確實可以控制物質現象，而且不受時間、空間的限制，力量太大了！

「以心控物，意念可以影響物理現實。意念能影響任何東西，具有改變世界的驚人能力。」

這個意念就是心想，心想可以影響物理現實。佛在經上告訴我們，「一切法從心想生」。宇宙是由心現識變而存在的，《華嚴

《經》上講得非常清楚。所以佛法講宇宙是念力成就的，與佛菩薩不相干，與每個人的念力有關係。

「物質並不是固態和穩定的，甚至不是任何東西。」

物質確實不是固定的，它不穩定，剎那剎那變化。這個變化，一秒鐘有一千六百兆次的波動現象，能夠掌控它的就是念頭。善的念頭掌控，它就變成極樂世界；不善的念頭控制它，可能讓這個世界壞了，讓這個世界毀滅了，關係就在念頭。說到這個地方，我們就想到教育重要！教育沒有別的，教人存一個好的念頭，與性德相應，性德是仁慈的。我們看每一個宗教的典籍，都把這個愛放在中心，佛家講慈悲，回教講仁慈，天主教、基督教講神愛世人，上帝愛世人。日本江本勝博士做水實驗，水是礦物，他發現水會看、

會聽，它懂得人的意思。而它的反應，叫做結晶，最美的結晶就是「愛」跟「感謝」。他說好像「愛」跟「感謝」是宇宙的核心。這一點都沒錯，這是性德裡頭的第一德。

我們看中國的教育，決定超過一萬年，那時候沒有文字，沒有文字不能說沒有文化。中國有文字是黃帝時期發明的，到現在已經四千五百年。沒有文字之前有傳說，老祖宗世代代傳下來，教給我們做人的道理，相信這個歷史很久。中國傳統教育最主要的四個科目，五倫（父子有親、夫婦有別、君臣有義、長幼有序、朋友有信）、五常（仁義禮智信）、四維（禮義廉恥）、八德（孝悌忠信仁愛和平）。五倫是講人與人的關係。再把這個範圍擴大，人跟宇宙的關係，人跟天地鬼神的關係。五倫的核心就是父子有親，中國教育的原點是親愛。教育第一個目的是什麼？希望這個親愛一生不

會變質，這是教育第一個目標。如何能永遠保持住？這要靠教育。

教育第二個目標是把這個愛發揚光大，如何將父子的親愛發揚，愛自己的兄弟姐妹、叔叔伯父，愛自己的家族；再擴大，愛鄰里鄉黨；最後再擴大，愛社會、愛民族、愛國家；最後，凡是人，皆須愛。愛的教育在中國實行了千萬年，我們把古老的教育丟掉了二百年，丟失之後社會變成這個樣子。人不能沒有教育，沒有教育就不得了。而在全世界最懂得教育的是中國人，這個話是湯恩比說的。湯恩比說中國古人，他們有教育的智慧、有教育的方法、有教育的經驗、有教育的效果。

《學記》裡面說：「建國君民，教學為先。」所以文化重要，政權丟掉不怕，還能復興，文化要是丟掉就完了。世界上四大文明古國，只剩中國。為什麼它存在？就是它文化在。今天我們把倫理

道德都丟掉，那就完了。中國千萬年以這個立國，對人來講，以這個立身，得像個人。文化是民族的靈魂，教育是文化的生機，教育沒有了，文化就完了。所以我提出，安身立命，教學為先；創業齊家，教學為先；建國君民，教學為先；禮義之邦，也是教學為先；穩定和諧，教學為先；國豐民安，教學為先；太平盛世，教學為先；長治久安，教學為先；連諸佛的報土、極樂世界，也是教學為先。我們看《無量壽經》，阿彌陀佛在極樂世界天天教學。統統是教學功德的成就。

古人有兩句話說，「家不齊，社會亂了；子不教，人心壞了」。現在我們都看見了，所以教育多重重要。現在教育沒有了，現在的教育是什麼？是技術工作的教育，做人的教育沒有了。而人性的教育，人才像個人。違背了道義，世界就亂了，社會就動亂了，

天災人禍都起來了。現在這個亂象全世界的人都在擔心、都在憂慮，怎麼樣恢復？就是真正把心改過來，回頭了，災難才真的能化解，因為我們相信「以心控物」。

湯恩比是英國人，他為什麼不說別的宗教，而說孔孟學說跟大乘佛法？這人內行，他知道大乘佛法是教育。什麼教育？這是方東美先生所說的，高等科學、高等哲學。能夠接受大乘的科學跟哲學，我們社會問題就解決了。現今這個世界好不好？今天世界上的人跟中國傳統倫理教育完全相違背，跟大乘所教的也相違背，所以問題出來了，社會動亂了，地球災難發生了。

「真實並非固定不變，而是流動或變動的。想要用意念影響物質，念頭必須非常專注，而且動機強烈。」

這個地方給我們一個信息，什麼是真實的？不生不滅，永恆不變，那是真實的。科學家告訴我們，連虛空都不是真實的，為什麼？它有變化。在佛法裡面講確實是這樣的，只有法性是真實的。法性就是自性、真如、本性，它沒有現象，我們的六根統統緣不到，它存在。怎麼樣知道它存在？佛在經典上講，這樁事情「唯證方知」。在禪宗稱它作明心見性，見到真實了。一切法相那是作用。真實是本體，作用有現象，自然現象、精神現象、物質現象，這是科學家所說的。佛法也講三種現象，阿賴耶的業相、轉相、境界相。阿賴耶的轉相稱為見分，境界相稱為相分，阿賴耶的見、相兩分比較容易能接觸到，因為它有相分，所以科學跟哲學能夠研究它。它是動的，波動的現象，流動或者是變動。這個能量非常之大，就是意識的能量非常大。如果想用意念影響物質，怎樣才能夠

產生這個效果？意念要非常專注，動機也要非常強烈，真有辦法。

能不能辦到？能，我們在前幾年看到，中國大陸山西小院，有四十多個人，得的是癌症，醫院放棄治療，告訴他們，你們的壽命只有二、三個月。這些人是虔誠的佛教徒，既然壽命到了，不求活下去，只求往生極樂世界，天天念阿彌陀佛，非常專注，動機強烈在求生淨土。病不管它了，過了二、三個月這個病沒有了，再去檢查，真的沒有了。所以醫生就感到非常驚訝，你們用什麼方法治療的？他們說什麼方法都沒有，我們就一心求生西方極樂世界，一心專念阿彌陀佛。現在科學把這樁事情證實了，什麼個道理？意識的能量改變物質環境。

還有個例子，劉素雲居士。十年前她得了紅斑狼瘡，比癌症還嚴重，醫生告訴她隨時都有死亡的可能。她學佛了，她對於生死不

在乎，她也不害怕。那時候剛剛學佛，聽《無量壽經》，念阿彌陀佛，對這個非常有興趣。她聽我講經，聽光盤，她說：我聽懂一句話，就是「一門深入，長時薰修」。所以她每天聽經聽一個碟，是我早年在台灣講的《無量壽經》，每天聽一片，這一片聽十遍。除了聽光碟之外她就念阿彌陀佛。她沒有雜念、沒有妄想，什麼也不貪圖，就是念佛、聽經，一心求生淨土。這樣聽了幾個月之後，活得好好的，再去檢查，紅斑狼瘡沒有了。醫生感覺到奇怪，問她，妳用什麼藥治好的？她說沒有，我天天在家裡聽經念佛。她非常專注，動機強烈，她把她的病忘掉了，所以紅斑狼瘡這個病毒沒有了，病就好了。真的給我們做了一個實驗，一門深入，長時薰修，效果不可思議。所以一門深入，長時薰修，只要能做到，沒有一個不成就。用在修淨土法門上，那就是善導大師所說的「萬修萬人

去」，一個都不會漏掉。

「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。釋迦牟尼佛教學四十九年，他的教化在這個地球上會影響一萬二千年，正法一千年，像法一千年，末法一萬年。今年是釋迦牟尼佛滅度三千零三十八年。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。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。《般若經》上講的正法、像法、末法、滅法，有道理。正法時期就是有講經的人、有聽經的人、有真

修行的人、有證果的人，這叫正法。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。釋迦牟尼佛從三十歲開悟，到七十九歲圓寂，一生講經教學沒有中斷過。釋迦牟尼佛在世的時候，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，有疑問的時候提出來，佛給你解答。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，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。所以許多這些天神、地神都跟釋迦牟尼佛學習，依釋迦牟尼佛為老師。乃至於很多不同宗教的傳教師、宗教徒，都來跟釋迦牟尼佛學習，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。但是現在我們把教育丟掉了，完全搞形式，就變成宗教，這不是釋迦牟尼佛的意思。這個裡頭有很深的意思，我們要慢慢去體會就會明白。

「真實世界都是由人類的意念所創造」，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。

「我們的思想意念足以對抗全球暖化這種具潛在摧毀性的力量。」

全球暖化麻煩大了，怎麼來的？瞋恚來的。大乘經上講得好，水災，貪心感應的；火災，火山爆發、地球溫度上升、暖化，都是屬於瞋恨；風災是愚痴感得的；地震是傲慢感得的。現在還有山崩地陷，懷疑感得的。如果這個心態改變過來了，不貪、不瞋、不痴、不慢、不疑，這些災難全都化解了。用集體意識祈禱是可以，只是讓它速度緩慢，災害減輕，不能消除。所以消除一定要靠斷惡修善、改邪歸正，這個要靠教育。祈禱能收到臨時效果，時間不會很長。所以教育太重要了！

現在人對於古聖先賢心態都非常傲慢，認為自己很聰明，古人比不上，不知道古人是有德行、有智慧。現在人有才藝、有知識，沒有智慧、沒有德行，所以山崩地陷。幾個人覺悟？科學發展到今天，最近三十年才發現，心理可以控制物質。佛經是從明心見性

裡頭流出來的真理，是親證的境界，不是隨便說的，但是沒有人學習、沒有人講經。我們看乾隆、嘉慶的時代，寺院庵堂都有講經，在那個時代註經的人、講經的人多。現在人不學了，社會變成這個樣子。我們要幫助這個社會，除了講經教學之外，其他的都起不了作用。大家一起來幹會起作用，要真幹！

「現代科學與古代傳統教我們怎樣使用意念的力量。我們學會怎樣以正面方式導引念力，將可能改善這世界每一方面。醫學、治療、教育，乃至我們與科技的互動，全都可能因我們對意識與世界之間的互動有更深入理解而受惠。」

這門科學是新興的科學，所以科學家稱它作前衛科學，還沒有讓科學界完全肯定、承認。現在學的人很多，實驗的效果很卓著。

如果我們真正肯定它，都認真來學習，對於整個世界會產生巨大的改變，能夠幫助我們恢復信心，幫助我們端正心念，幫助我們改惡向善、改邪歸正。念力就能控制物質，對我們自己本身來說，它能夠治療一切的疾病，無需要醫藥；對於我們居住的星球，它能夠化解許多災難，讓這些災變大幅度的減輕。所以可以「改善這個世界每一方面，醫學、治療、教育，乃至我們與科技的互動，全都可能因我們對意識與世界之間的互動有更深入的理解而受惠」，惠是我們得到真實的利益。

「科學證據顯示，如果一個人變得更和諧，念力的效果會更大，學習靜心，集中自己的注意力，必須克服半信半疑的態度，心靈可以影響物理現實。」

我們現在大多數人沒做到，絕大多數的人都懷疑，都半信半疑。我們學聖賢的文化半信半疑，我們學佛學了一輩子也是半信半疑。為什麼？對佛家的道理沒搞清楚，念這句阿彌陀佛求生極樂世界，有時候會問，極樂世界真有嗎？念阿彌陀佛真管用嗎？功夫用得好像很得力，但是這些微細的疑念還存在。為什麼古人不疑？古人老實、厚道，老人告訴他，他就完全接受，沒有懷疑。古時候的教育，從小你的父母、大人教給你的是信心，沒有教你懷疑。所以人的存心，人人是好人，事事是好事，不會懷疑哪個人是壞人。現在這個社會反過來了，不相信這個世界上有好人，時時刻刻得提防每個人都是壞人，這是社會動亂的根源。相信人人是好人，事事是好事，這是社會安定、天下太平的根本因素。社會動亂跟世界和諧在一念之間，意念太重要了！

我們今天如何把自己變得和諧？科學家有證據，我們把自己變得和諧，我們的念力效果就更大。如果我們的心態是反常的，一般人講心浮氣躁，我們即使有好的意念，效果也不大。如果我們的心態好，起心動念、言語造作都能守住古人的標準。古人的標準很簡單，只有十二個字，「孝悌忠信、禮義廉恥、仁愛和平」，這十二個字是中國文化的根基。

我們今天把古人的教育丟掉了，對老祖宗懷疑，所以災難就現前，今天受這些果報。我們怎樣救自己？很簡單，把古人的東西找回來。古老的東西這是經典，金科玉律，是永恆不變的真理，超越空間、超越時間，把它找回來，社會秩序就恢復，安定和平就落實。所以這裡講，「必須克服半信半疑的態度」，要真正相信「心靈可以影響物理現實」，就是物質環境，我們的起心動念可以影響

物質環境。

「咒語，如佛教使用的唵、阿、吽、阿彌陀佛。一直練習，直到你自然而然就能夠入定二十分鐘或以上為止。」

咒語通常是不解釋的，你要誠信，不需要解釋，解釋怕你分心。這個東西它講求的是專注，極端的專注，不能有一個雜念夾雜進去。所以不解釋比解釋好，你誠信不疑它就起作用。能不能解釋？能，解釋就變成常識、變成知識；不解釋是真實智慧，照做就起作用。跟你解釋，這三個字就是十善業道，唵是身業，不殺、不盜、不淫；阿是口業，不妄語、不兩舌、不綺語、不惡口；吽是意業，不貪、不瞋、不痴。這三個字常常被寫在佛光的上面，特別是畫的佛像，圓光頂上有三個字，就是唵阿吽。多半是用梵文寫的，

也有用西藏文寫的，用中文寫的也有，比較少。這是什麼？十善業圓滿。十善業一展開，在小乘是三千法門，在大乘是八萬四千細行，它是根本。八萬四千細行再一展開就是無量無邊無盡的法門，這三個字是無盡法門的總綱領。

阿彌陀佛佛號亦復如是，也是佛法裡頭的總綱領，總的題目。阿彌陀佛名號功德不可思議，念的人多，真正懂得的人不多。不懂得念它有好處，懂得，如果能夠一切放下，那好處就更多。十方三世一切諸佛如來總名號就叫阿彌陀佛，西方極樂世界有一尊佛就是用總名號做他自己的名號，自己的名號就是一切佛的總號，總號就是他自己。這是表什麼法？表遍法界虛空界是一個自體，一即一切，一切即一，圓滿的融入。這一句名號，《華嚴經》在裡面，《法華經》也在裡面，一切大乘經都在裡面，宗門教下、顯教密

教、大乘小乘全在裡頭，世法出世間法都在裡頭，不可思議！念一句南無阿彌陀佛全念到了。世出世間一切法都在裡頭，那其他這些宗教當然在裡頭。所以名號功德不可思議。這些道理你要不把它搞清楚、搞明白，半信半疑的態度就不能克服；統統搞清楚、搞明白，半信半疑才能夠斷掉。所以我們的信心不夠堅定，願心不切怎麼辦？聽經。現在大家在一起學習的《淨土大經科註》，這個裡頭講得清楚、講得明白。不久之前我們講完一部《淨土大經解演義》，我們用了一千二百個小時講圓滿。這套光碟可以幫助大家斷疑生信、破迷開悟，幫助你克服半信半疑的態度。你用真誠心去發願念佛，執持名號，求生淨土，你決定得生，生到西方極樂世界皆作阿惟越致菩薩。

蕩益大師《彌陀要解》裡面講到一段話，「生到西方極樂世

界，你的地位等於補處菩薩」。這還得了！補處是等覺。這個話也只有滿益大師能說出來，別人只說阿惟越致菩薩。阿惟越致菩薩從哪裡算起？《華嚴經》上是從初住到等覺，四十一個階級都叫做阿惟越致，你是哪一個階段的？滿益大師說最高階段的，這還得了！他說的有沒有道理？非常有道理。為什麼？說到補處菩薩才真平等，符合經題裡面所講的「清淨平等覺」。如果要說只跟初住菩薩相等，二住菩薩相等，那跟清淨平等覺就不相應。為什麼？他還有高下。說得真好！實報土裡面四十一位法身大士的待遇是跟等覺等齊的、平等的，方便有餘土三輩九品當然也跟等覺平等，再下來看凡聖同居土，還是跟等覺平等。真平等！

我們念阿彌陀佛就是念咒語，我們念阿彌陀佛就是密行。怎麼個念法？要一心專注，放下萬緣，這是先決的條件。我們的心定

不下來，就是雜念太多。放下萬緣，首先就是要放下欲望，欲望不能放下，六道就出不了，這一點我們必須提高警覺。六道怎麼來的？佛告訴我們，六道是從執著來的，有執著就有六道，對於世出世間一切法不再執著，六道就不見了，六道是假的不是真的。永嘉大師把它比喻成一場夢，比得好，「夢裡明明有六趣，覺後空空無大千」，醒過來，大千世界沒有了，就是六道沒有了，所以它不是真的。六道醒過來到哪裡去？到四聖法界去，四聖法界是聲聞、緣覺、菩薩、佛，這是釋迦牟尼佛的淨土，六道是釋迦牟尼佛的穢土。四聖也不是真的，還是一個夢。如果你能夠把塵沙煩惱斷了，無明破了一品，超越十法界，十法界不見了，這又是一場夢，夢醒了。醒了是什麼境界？就是實報莊嚴土，一真法界現前，醒過來了。六道淪為夢中之夢，三惡道是夢中之夢再一個夢中夢，你說迷

得多深！這是事實真相，不是佛說不出來。

印度古老的婆羅門，他們對於六道輪迴一清二楚，一絲毫不迷惑，但是他無法出離，他只是在三善道、三惡道去輪迴，他沒有辦法出離。只有釋迦牟尼佛能把這個事實講清楚、講明白，六道到底是怎麼回事情，從哪來的，如何能夠脫離六道、脫離十法界。回歸到一真法界就接近自性，回歸自性才是圓滿成佛，不再搞這些把戲了。這是佛陀教育終極的目標，你本來是佛，你回歸再成佛，佛對你的幫助就圓滿了。

「高度的專注狀態，專注於一的禪定冥想。它教人要一剎那一剎那地清楚覺察到自己內外所發生的事。」

這句話說得容易，做起來非常之難。什麼叫一剎那一剎那？

這個境界在大乘是什麼境界？八地以上的境界。這個一剎那是一念，一念一念的清楚覺察。一念就是彌勒菩薩所說的，一秒鐘有一千六百兆的念頭，每一個念頭裡頭你都清清楚楚覺察到自己內外所發生的事情。內是什麼？阿賴耶，外面是宇宙。科學家能說得出這句話，實在不簡單！這不是俗諦，這是真諦，這是法身菩薩的境界，六道凡夫哪有這個能力？十法界都做不到。這是多麼深的禪定，在這個禪定裡頭心清淨到極處，極其微細、極其短暫的一個波動現象他都清楚。

這是提醒我們念佛要高度專注，佛號的力量就大。大到什麼程度？聲聲佛號跟阿彌陀佛起感應道交的作用，也就是說，我們每一句佛號佛都聽得很清楚。我們有這麼大的能量，這個能量就是激光，現在講用雷射，把我們的能量集中在一點，這一點就向著西方

極樂世界、向著阿彌陀佛，跟阿彌陀佛就通了。這一通就不可思議，為什麼？一通一切都通了，世出世間所有一切法全通了。我們這個世間，整個宇宙過去、現在、未來你都知道。我們反過來，我們今天心是散亂的，我們的能量往四面八方去發射，它不集中。科學家告訴我們，你能把它集中在一點，向著一個方向、一個目標，無事不辦。佛也說，「制心一處，無事不辦」，跟這個意思完全相同，制心一處就是把意念集中。

## 二、心物一體

「一個簡單的意念似乎擁有改變我們世界的力量。」

這句話是真的，意念就是念頭，就是佛經上講的念、識。彌勒菩薩說「念識極微細，不可執持」。它確實有，因為佛在經上告訴我們，十法界依正莊嚴從哪裡來的？是念頭變現出來的。「念念成形」，形就是物質現象，念念裡面變現出物質現象；「形皆有識」，識是精神現象，每一個物質現象裡面都有受想行識，所以精神跟物質，也就是現在講的物理跟心理，是一不是二。心、物是一體，就是在一念當中完成的。這個一念，是一千六百兆分之一秒。現在科學講的能量，變現出信息，信息變現出物質。我們從佛經上曉得，阿賴耶的業相變成轉相，轉相變成境界相，轉相是精神，境

界相是物質，能改變世界。為什麼？世界是它變現的，整個宇宙是念力變現的。所以我們要是能學到像佛那種境界時，真的可以改變世界。

「心靈顯然是以某種方式與物質不可分地連結在一起。」

心靈是精神，物質是肉體，物質跟精神是一樁事情，不能離開。這是德國科學家普朗克發現的，他一生研究物質到底是什麼東西。他說物質的基礎是意念，物質根本是假的，是意念產生的一個幻相。跟彌勒菩薩講的完全相同，彌勒菩薩告訴我們，「一彈指有三十二億百千念，念念成形，形皆有識」，每一個念裡頭都有物質現象存在，而每一個物質現象裡面都有受想行識。這就是我們所謂的精神現象，精神現象跟物質現象是一體，決定分不開的，說這樁

事情不可分的連結在一起。所以念頭能夠影響物質，我們的念頭能夠影響我們全身每一個細胞。

身體為什麼有病？念頭不善，產生病毒的細胞。佛在經典上常常告訴我們，每個人心裡頭有貪瞋痴三毒煩惱，是與生俱來的，這個東西很容易為外面的細菌感染。如果把貪瞋痴斷掉，我們的免疫力就會很強，為什麼？很多的病菌我們不受感染。我們有清淨心，清淨心不受感染；我們有慈悲心，慈悲心能解毒，不要用藥物。我們宿世今生跟很多眾生結了惡緣，這冤親債主，怎麼樣化解？清淨慈悲能化解宿世現前的冤親債主。菩提心裡頭不能少慈悲，少了慈悲沒有菩提心；菩提心是真誠、清淨、平等、正覺、慈悲。所以培養慈悲心，我們的意念能量就非常強大。

「意念的效力是愛的完全展現，會讓兩個身體合而為一。」

這是愛心。我們對動物、植物、礦物，產生意想不到的效果，反而對人不行。人現在出現一個問題，最嚴重的問題是信心沒有了。對自己都不相信，他能對別人生出信心嗎？信心在中國古人講，是德行的最低底限，信要沒有了一切都完了。《華嚴經》上說，「信為道元功德母，長養一切諸善根」，善根、功德都是從信心當中生的，沒有信心怎麼行？所以我們學佛能不能成就，完全在你有沒有信心。對經典的教誨、對諸佛菩薩一絲毫懷疑都沒有，那個感應就不可思議。

這些德行、性德是一切眾生統統具足的，為什麼我們今天自性本具的性德不能現前？這是教育問題，我們從小沒有受過倫理道德的教育，接受外國的科學教育。科學教育基本概念就是教你懷

疑，跟中國傳統不一樣，中國傳統從小就教你不懷疑。小孩對父母有信心，對大人有信心，對長輩有信心，從來不懷疑，相信每個人都是好人。你看從小念書，《三字經》頭一句話，「人之初，性本善」，上學第一句話就是建立你的信心。教育是如何去培養這個本善，讓它不變質，培養這個本善讓它發揚光大。

「生物體歸根究底是由電子之類的粒子構成，所以任何磁方向的激烈改變，理應深深影響他們的生理過程。」

我們的身體也是的，這是從物質現象來說。所以磁場改變我們心就不安，特別是一個強烈不善的磁場，我們要進入那裡面就感覺一身不舒服，很多人有這個感觸。如果這個磁場非常好，你一進入這裡就好像有保護一樣，心裡非常平安、安穩，很喜歡這個地

方。我過去親近章嘉大師，對章嘉大師的磁場就特別有感覺，讓你生歡喜心，讓你捨不得離開。我跟他坐在一起，一句話不說，坐上三、四個鐘點一點疲乏都沒有。善心的磁場、慈悲心的磁場，攝受人心。諸佛菩薩的磁場我們可以在經典裡面去發覺，那個磁場好極了。我們以真誠恭敬心去讀經，印光大師說得好，「一分誠敬得一分利益」。十分誠敬心得十分利益，百分誠敬心得百分利益，萬分誠敬心得萬分利益。所以經典不可思議。

江本博士，他是科學家，以前他是不沾宗教的邊，怕人家說他是迷信，跟我往來他這個關突破了，拿著佛經跟其他宗教的經典去做實驗，水的反應、結晶非常之美。如果拿一本色情雜誌或者是殺盜的這種雜誌讓那個水結晶看，那個反應就非常難看。水會看、會聽，懂得人的意思。這就說出哪是正面的，哪是負面的，一定要搞

清楚，自己要懂得取捨。所以外面電磁、磁場會干擾我們的情緒，不但干擾情緒，還干擾我們的身體。

「地球的微幅磁場擺動深深影響到身體、心臟、腦部。」

我們住在地球上，不能擺脫地球的磁場，磁場稍微有一點變動，我們的心就不安，就受這種干擾。但是這個與修定有關係，定力愈深就愈不受干擾。我們用念阿彌陀佛修定。佛號真正能念得好，地球磁場變動，不受干擾；別人心慌意亂，你心是定的。定就生智慧，知道怎麼應付、怎麼應對，這個很重要。

「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。我們遇到不高興的事情，發一頓脾氣，有沒有想到我們讓地球溫度又上升一點了。換句話說，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，我們居住的地區就祥和。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。

「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，無論是有意無意的意念，對這個地區有沒有影響？我們細心去觀察就能發現到，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。這個地區不遭災難。我們的表現是身教，我們的言談舉止是言教。

「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，相信大家會發現這

個事情是真的。六十年前的社會，雖然說世風日下，比不上從前，還有人情味。現在沒有了，現在你不認識路問人，他頂多隨便指一指，不告訴你。現在人與人之間那種人情沒有了。丟掉之後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，跟流動的意識，最細微的干擾都能帶來嚴重的影響，帶給今天社會變成這個樣子。社會變化了，地球也變化了。地球上每天發生這麼多的災變，從哪來的？從人有意無意的意念、意識，互相的干擾，造成社會嚴重的影響。

「我們再也不能把自己與環境看成是二分，我們每一瞬間都不斷在改寫自己的世界。我們必須開始對自己每一個起心動念心存警

惕。哪怕是默默無語的時候，也還是與世界處於互動關係中。」

自己是心理，環境是物理，今天科學把心理跟物理分開，現代科學家發現心理跟物理是一體，不能分開。佛經上講得清楚，阿賴耶的三細相是永遠分不開的，一即是三，三即是一，用科學名詞說能量、信息、物質，它是一體的，決定不能分開。科學告訴我們，最小的物質是光子，小光子。這小光子裡面有受想行識，它有意識，而且它能夠收集遍法界虛空界的信息。科學家告訴我們，我們肉眼看不見最小的物質現象量子，量子裡頭含藏整個宇宙的信息。那就知道，我們身體有多少個小光子？一個細胞有多少小光子？大概要用兆來計算。每一個小光子都含藏著全宇宙的信息，而且這個信息永遠不斷的在互相聯繫，這個東西就是賢首大師講的出生無盡、含容空有，講絕了！

念頭的互動是對於遍法界虛空界，因為自性它沒有時間、沒有空間，沒有時間就是沒有先後，沒有空間就是沒有距離，遍法界虛空界，念頭才動，全都知道，信息全到了，這是我們佛門裡常講感應道交不可思議。誰有這樣敏銳的感應，遍法界虛空界每一個信息來的時候都清清楚楚？佛告訴我們八地以上完全清楚。八地以下這些明心見性的菩薩收到，他知道有，但是可能不很詳細。他在一秒這個時間當中所處理的這些信息無量無邊、無盡無數。

每一個精神現象、物質現象、自然現象都是每一秒鐘一千六百兆的放送，把這信息往外放，每一個生物跟無生物每一秒鐘也能夠接收所有一切放射的，這一秒放射的一千六百兆統統都收到，你想我們的身體放射這個能量多大！單講細胞就是五十兆，每一個細胞都在發射。我們佛法裡的名詞叫放光，科學的名詞叫發

射，對著法界虛空界所有這一切現象，今天科學講的自然現象、精神現象、物質現象，一體，真是一體，不能分割，這個關係太密切了。

讓我們想起夏威夷古老的醫療法，它就四句話，第一句「我愛你」，第二句「對不起」，第三句「請你原諒我」，第四句「謝謝你」，就四句話。治療的醫生不必跟病人見面，而且距離一、二千里路都沒有關係，都能把他的病治好，只要看他的病歷，不要看他的人。怎麼治法？治療的人把他的病想成是自己的病，自己用意念把自己的病治好了，對方就好了，不要見面的，神奇！已經治好了幾千人。這完全是意念。什麼意念？愛的意念，能夠把身體所有這些帶著病毒的細胞統統恢復正常，用愛。用謝謝、用愛，說對不起，我不小心怎麼會讓你染上病毒，請你原諒我，謝謝你，他的病

就好了，非常有效。這個治病的人是個修行人，是一個有很深定功的人，如果不是有定功、不是真正有愛心，他做不到。你曉得這個方法，你的愛心不到位，就產生不了效果。必須是純一的愛心，對一切眾生沒有一絲毫不善的念頭，他的能量就有效；對一切眾生還有一些厭惡的，就把你的愛心破壞了。為什麼他能量那麼強？很簡單，一點都不複雜，病歷一看他得的什麼病，想到我跟他得同樣的病，我用愛心來治自己，等於說迴向給對方，他就好了。這是講意念，對別人跟他調整自己的時候力量相通，我這裡調整好了，他就好了，都是一樣的道理。

「我們必須重新調整對人類生物學的理解。人類具有一種能影響世界浩瀚的潛力，是每個人與生俱來就擁有。我們的思想是一種

不可窮竭的資源，隨傳隨到，醫治疾病、清潔城市、改善星球。改善空氣和水的品質、減低犯罪、交通事故，以及提高孩子的學習能力。只要願意，任何普通男女都可以為攸關全球利益的事務盡一分力。」

這裡面的思、想，在佛法裡思是三心，想是二意，就是八識，自性本具的智、德、能量是永遠不會窮竭的資源。

用科學的方法來求證，我們人類以及一切眾生本能的力量，這就是現象裡頭有自性，性相永遠分不開。相是物質，它的作用是有限度的；相的背後是性，性的能量是無限的，是沒有限度的，你要從相把性挖出來，那可不得了！總的道理就是這個。

佛門裡頭禪宗講的明心見性，教下說的大開圓解，就是見性，淨土裡面講的理一心不亂，我們契入這個境界，這些能力全恢復。

我們能幫助自己，幫助自己就是幫助一切眾生、就是幫助這星球。這些都是真的不是假的，任何人都可以做得到。全球利益的事，這是多麼大的功德，這是多麼大的好事，怎樣才能做到？放下自己，這是頭一個條件，沒有自己，自己跟宇宙跟一切眾生融合成一體，要常作如是觀。常常要專注，要想這樁事情，我跟整個宇宙是一體，宇宙的能量就是我的能量，我的能量是宇宙的能量，它就起作用。你把它一分為二，宇宙的能量你就用不上，佛法講它加持不上，我們是一體的話，它能加持得上。

### 三、無量之網

「我們的世界肖似一個巨大的量子信息網絡。」

賢首大師的《妄盡還源觀》是修《華嚴經》的方法，裡面有六段，前面三段是講整個宇宙，宇宙的源起；第四段是講德行，人生在世必須要遵守的四德；末後的兩段是五止、六觀，講修行的方法，也就是看破、放下，止是放下，觀是看破，非常精彩，也非常簡單。前面跟我們解釋宇宙，宇宙的真相，萬法的真相，生命的真相，包括我們自己的真相。這是從一體，一體是哲學裡面所講的本體，宇宙萬法離不開它，阿賴耶也離不開它。從一體起二用，二用，一個是宇宙出現了，一個是我出現了，宇宙是依報，我是正報，就是每個人自己，我們每個人自己跟宇宙是同時出現的，沒有

先後，這個理跟事都很深。

這兩種現象都是屬於波動的現象，這個波動的速度周遍法界，才動，整個宇宙都收到信息。所以不管我們是有意無意起心動念，說別人不知道，那是假的。迷惑顛倒的人不知道，心地清淨的人沒有不知道的，為什麼？他接收到了。我們起心動念他清楚，我們身上每個細胞，每一秒鐘波動一千六百兆次，他都知道。八地以上菩薩，清清楚楚，所以這些菩薩們應機說法，眾生有感，他就有應。這個波動就是感，他自然就有應，他來幫助我們。但是幫助是相對的，我們有一分功德，他能幫助一分；我們有二分功德，他幫助二分，這是自性的本能；我們沒有功德，他就幫不上忙，這個道理一定要懂。所以修德跟性德一定要相應，有性德沒有修德還是不行，隨業流轉，隨著不善的意念流轉，流轉到三途六道。

周遍法界，起不起作用？起作用，出生無盡，它會產生無量無邊的變化。這變化可能不在我們這個地球，在其他的星球，星球無量無邊，我們的念頭會在一些相應地方起變化。所以每一個起心動念我們都要負責任，不要以為這個念頭沒事，錯了。這些量子力學家知道，所以他也提出，我們起心動念、言語造作都要負責任。確實是個信息網，這個網沒邊際的，起這麼大的作用。美國科學家布萊登博士，他有一本書，叫做《無量之網》，很有味道。跟佛法講的愈來愈接近，說明什麼？整個宇宙跟我自己是一體。這真的，一點都不假。所以愛心是性德裡頭的第一德。愛人是什麼？人是自己，自他不二。佛家的慈悲，《古蘭經》裡面講的仁慈，《新舊約》裡頭講的愛，每一個宗教都提出這個字。所以仁慈博愛含蓋所有宗教的經典，都離不開這四個字。所以宗教可以團結，宗教是一

家，宗教應該要互相學習。

過去各個獨立是因為地球很大，交通工具不發達，資訊不發達，彼此老死不相往來。現在不一樣了，科技發達，環繞地球一周，一天就可以做到。資訊發達，點點滴滴通過網路、通過衛星的報導，我們全知道。所以今天不去學習一切宗教，經就講不通。為什麼？所有宗教都離不開意念，這念力。念力是宇宙產生的根源，佛法講得非常清楚。意念是自己，不是別人，所以遍法界虛空界跟自己是什麼關係？是一個生命共同體。

「人體的構造與天線有某些相似之處，是看不見信息的接收器，還是信號的發送者？」

這說明我們一個人在宇宙裡頭，佛法講法界，是個很小的點，

這個點永遠存在。科學很早就發現，叫物質不滅。物質不滅我們就能夠體會到第二個意思，更深一層的意思，我們的意念不滅。物質不滅，物質分散之後它又結合。我們曉得我們的人體，用科學的名詞來說，是原子、電子組成的，原子、電子離開了，這身體就沒有。就好像這一座房子，這座房子是鋼筋、水泥、磚頭、瓦塊，按照圖形把它拼湊擺成，房子就出現了，如果把它拆掉之後是一堆建築材料。所以房子就有沒有生滅？沒有生滅，合起來是房子，散掉它就變成建築材料了。人的身體也是一樣，這些極微之微的原子、電子它不滅，它會跑到別的地方又組成身體。我們身體的原子會跑到別人身上去，別人身上也會跑到我這來，所以這物質的身體真的不是自己。

什麼是自己？念頭是自己。可是念頭有沒有交流？有，念頭雖

然交流，自己還存在，我們一般人稱它作靈魂，知道身體有生滅，靈魂不生滅。靈魂有沒有？真有。靈魂也是色受想行識，不過那個色不是明顯的物質，我們肉眼看不見，天眼可以看見。佛菩薩更高明，佛菩薩有法眼、佛眼、慧眼，他們能看到凡夫看不到的東西，而且看得非常清楚，整個宇宙的真相佛太清楚了。所以，我們人體不斷把我們的信息往整個宇宙發送，整個宇宙都能夠收到我們的信  
息，我們講波動現象。我們的念頭，跟我們身體的細胞，細胞它是振動才產生的，所以它也發出信息。它發出信息，我們這個細胞是健康的還是帶有病毒的，它發這個。健康的信息發出去好，能幫助宇宙，能幫助星球健康；帶有病毒的訊息放出去就是病菌往外頭放，好像瘟神一樣，把瘟疫、病毒散放在外頭。

我們如果碰到不善的念頭怎麼辦？那很可怕，這負面的。真

的，多少這些信息發給我們，我們都收到了。收到怎麼樣？我們現在這個機器不靈，是收到了，收到沒有感覺，這機器不靈。為什麼不靈？因為我們有煩惱、有習氣，也就是說有起心動念、有分別執著。要極其集中，而且要不斷的發射，我們才會感受到。可是佛菩薩他們極為靈敏，極其微細的信息他都知道。所以諸佛如來、法身菩薩真的是無所不知、無所不能。無所不能就是他有能力幫助我們，我們需要的時候就是有感，他就有應，感應道交不可思議。「佛氏門中，有求必應」，這句話是真的不是假的。我們要求佛菩薩，意念要單純，意念要集中，我們的動機要純正。純正是什麼？不是為名聞利養，不是為害一切眾生，這個念頭就純正。如理如法，端正心念，這個力量就很強大。所以我們起心動念要對自己負責任，而且知道會影響宇宙。也許影響不在我們眼前，我們根本看

不到，可能是另外一個星球，這都是決定有可能的。我們不要讓我們不善的念頭去影響別人，要用善的念頭。最善的念頭是念阿彌陀佛，《無量壽經》上講得非常清楚、非常透徹。

「生物體可以與環境雙向溝通。意念是一種光子流，那植物接收到信號並受其影響便一點都不奇怪。」

最近十年我們跟這些小動物、植物接觸非常多，乃至蚊蟲螞蟻，都有靈性。我在澳洲的住處房子不大，土地很大，我們想蓋一棟宿舍，有時候同修多可以接待。房子蓋好了我住進去，第二天早晨起來到洗手間，洗手間裡頭全是螞蟻，我都不能進去，從哪來的不曉得，新房子！我在洗手間門口合掌請求螞蟻菩薩，我說你們從哪裡來我不曉得，你們就從哪裡出去，半個小時之後我要用洗手

間，我給你半個鐘點的時間，你們趕快出去。我就出去念佛，半個小時之後回來，洗手間一隻螞蟻都沒有。跟小動物很好相處，這些小動物牠真聽話，我們愛牠，我們尊敬牠，牠也愛我們，也尊敬我們，相處很融洽，現在最不好相處的是人。這些螞蟻我們照不照顧？照顧牠，牠要找東西吃，我們吃剩下的東西給牠放在院子裡頭，距離螞蟻窩不遠的地方，牠要搬運也方便，也省一點力氣。所以一定要歡歡喜喜跟一切眾生相處，知道一切眾生皆有靈性，佛法講一切眾生都有佛性。

「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。」

這個實驗我們也常做，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、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。

我小時候，抗戰期間，我父親是軍械官，管武器的。管武器，槍枝就很多，我們家就有八枝槍。所以從小就喜歡玩槍。很容易取得子彈，我記得十六歲到十八歲這三年，平均每天要打十發子彈。所以練出神槍手，不必瞄準的，雖然不是到百分之百，大概百分之九十五是不成問題的，決定可以打中。所以那個時候，那些鳥、小動物看到我趕快就飛、就跑，自己不知道。學佛之後明白了，殺氣太重。學佛大概十幾二十年後，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。我在美國公園看到樹上的小松鼠，我們手上拿著花生，跟牠招手，牠真的就來吃花生，牠不怕你了。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。

「理論上我們在任一時刻都可以取得宇宙的所有資訊。預知能力，只是未來事件以某種方式回到現在，是一種逆時間因果性。我們存在的最基本的層次，並沒有連續時間這回事。量子層次的純粹能量並無所謂的時間與空間。時間與空間是我們自己創造的。」

這樁事情賢首國師《還源觀》裡的三種周遍就說得很清楚。三種周遍所講的是依兩個作用，從一體起二用，兩個作用，第一個是宇宙出現，第二個是我出現。所以我從哪裡來的？是跟宇宙同時發

生的。一念不覺，這個一念不覺是自性裡頭的一念不覺。這個一念不覺沒有原因，真的像科學家所說的，突然蹦出來的，他講意念是突然蹦出來，立刻就消失掉，速度非常快。所以佛經上講，宇宙是一時頓現，一時就是一念，是頓現的，不是漸次的，沒有說哪個在先、哪個在後，同時的。但是一時頓現它立刻就消失，這就是說現象不是實在的。

所以三種周遍裡頭出生無盡這句話說得正確，就在這一念裡頭出生無盡。這個變化是識（阿賴耶）變的，現象是心（自性）現的，心現識變。能現的是真心，不動的，所現的統統都是虛妄的幻相，包括實報莊嚴土。實報莊嚴土怎麼來的？無始無明習氣來的，有習氣就有實報莊嚴土。

見思煩惱有習氣，斷見思煩惱證阿羅漢果，但是阿羅漢還有見

思煩惱的習氣；見思煩惱習氣斷了，就證辟支佛果；辟支佛斷塵沙煩惱，塵沙煩惱斷了，他就是菩薩；菩薩有塵沙煩惱的習氣，塵沙煩惱的習氣斷掉之後，菩薩就成佛了。佛有無明煩惱，這是十法界的佛，無明煩惱斷掉了，他就到一真法界去了，他的習氣沒斷。所以我們就曉得，大徹大悟、明心見性是無明煩惱斷了，也就是我們常講的，不起心、不動念、不分別、不執著，就離開十法界到一真法界。一真法界有四十一個階級，為什麼會有這麼多階級？如果以常理來講，一個人不起心、不動念還有什麼階級？起心動念才會有階級。於是我們就聯想到，那是起心動念的習氣有厚薄不一樣。剛剛斷掉起心動念，就是破了無明，證得法身了，這就是圓教初住菩薩，他習氣完全還在。在實報土裡面時間長了，習氣就淡了，習氣淡了一分他就到二住，再淡一分他就到三住，習氣一共分為四十一

個等級，到等覺只剩一點點習氣了，叫一品生相無明。他現相，換句話說，他習氣沒有的話，相就沒有。所以他再一升級就到妙覺位，妙覺就沒有相了，就回常寂光了。

常寂光沒有物質現象、沒有精神現象、沒有自然現象，那是真如本性，本性沒有這三種現象，所以常寂光永恆不變。只要有現象就是在實報莊嚴土，他那個習氣還是有極其微細波動現象。為什麼？一點都不波動，相就沒有了。所有現象的存在都是頻率，就是現在科學家所謂的弦定律，全是波動才產生的現象，沒有波動現象不會產生。我們是從這個地方了解到四十一位法身大士究竟是什麼回事情。所以四十一個位次不能說它有，也不能說它沒有。你說它有，它是平等的，都不起心動念；你要說它沒有，每一個人的習氣確實有厚薄不相同，有人習氣很厚，有人習氣很薄。現象一發生，

包括實報莊嚴土，波動就傳遞信息、傳遞資訊，此地講資訊，宇宙所有的資訊。這個就是賢首大師講的示三遍，示是展示，它有三種周遍，這是它的性質。第一個周遍法界，所以我們在任何一時刻都可以取得宇宙所有資訊，預知能力，你沒有一樣不知道，全知道。

我們今天為什麼不知道？佛說我們迷失了自性，我們有無明煩惱、塵沙煩惱、見思煩惱，這些東西把我們的本能障礙住。要知道，我們的本能沒有喪失，永遠不會喪失，因為那是真的。這個障礙是假的，假的它起作用。為什麼起作用？因為我們執著它，如果我們把它放下，不去執著，對於世出世間一切法都不執著、分別、不起心動念，我們的能力就恢復了。只要不執著就恢復一部分，你的神通道力等於阿羅漢，阿羅漢六種神通都恢復了。雖然不能夠遍知全宇宙，他知道一部分，十法界裡頭的六道他全知道，四

聖法界裡的聲聞法界他知道，比他高的他不知道，在他下面的他都  
知道，這神通廣大，天人不能跟他相比。如果他破了塵沙惑，就是  
不分別了，不但不執著，分別的念頭都沒有，這又提升了，提升到  
菩薩境界。換句話說，緣覺境界他知道，菩薩境界他知道，十法界  
裡頭只有佛法界他不知道。如果把起心動念斷了，不起心、不動  
念，他證得圓教初住、別教初地，他超越十法界了，他對於十法界  
裡的狀況完全知道。這個範圍大了，不但知道娑婆世界的十法界，  
十方一切諸佛如來的十法界他全曉得。這是什麼？這叫明心見性，  
放下起心動念就見性了。

性是圓滿的，性是究竟的，性沒有大小，性裡頭沒有時間、沒  
有空間、沒有對立，回歸到自性，但是還沒有真回去，因為習氣沒  
斷。所以大乘教裡面講，在這個地位上破一品無明，同時證一分法

身，生實報土，也證得一分常寂光土，只是證得，沒契入。要契入常寂光，一定要從等覺再提升到妙覺位，這才契入常寂光。契入什麼？跟常寂光融成一體。常寂光多大？就是全宇宙。所以入常寂光之後是什麼樣的狀態？我們的心、我們的身、我們的智慧、我們的德能，我們所有的一切神通道力，沒有形相，充遍全宇宙，一切處一切時都在，十方三世一切諸佛如來，就是妙覺果位，在哪裡？就在此地，無論什麼時候他就像光一樣遍滿。什麼時候起現形？我們有感，他就起現形，感應道交，應以什麼身得度就現什麼身，是這麼一個道理。這在科學家看全叫做能量，科學家看是宇宙的能量。宇宙的能量是我們自己的法身、是我們自己的本性，我們這個現象就是宇宙能量變現出來的，在某種條件之下變現出來。

預知能力，這是講你為什麼會曉得未來的事情？你能夠看到

未來，是未來拉到現在來；你看到過去，是過去提前到現在來。時間不是真的，是假的，可以把過去的時間拉到現在來，也可以把未來的拉到現在來。我們一般人講，回到過去，進入未來。所以時間跟空間是假的，我們執著有時間、分別有時間，所以被時間控制住。回歸到量子這個時空沒有了。這在《百法明門論》裡面就講得很清楚，時間跟空間是抽象概念，用佛學的名詞叫不相應行法。所謂不相應，用現在的話說，它是一個抽象的概念，其實沒有這個事情，這叫不相應行法。它跟心法、心所法、色法都不相應，但是它的生起離不開心、心所、色法，它是從這當中產生的幻相。

不相應行法有二十四個，這裡頭有時間、有空間，是個抽象概念，不是真的。但是我們執著有時間、有空間，就很麻煩。為什麼？執著有空間，就有遠近的概念，就有拘束、不自在了；執著有

時間，就不能回到過去、不能進入未來，就有局限。這個是可以突破的，我們看到經典裡面所說的，只要證果，本能就恢復了。我們現在這個能力失掉了，用現在物理學來講，我們現在只能看到極其有限的波段，光波這一段我們能看見，比這個波長的看不見，比這個波短的也看不見，我們用X光、紫外線能夠看到看不見的東西，夜晚黑暗用紫外光可以看得很明亮，跟白天一樣，X光可以透視。聽也是一樣的，只能聽到聲波一小部分，比這個波長的聽不見，比這個波短的也聽不見，我們可以用無線電，像收音機有長波、短波。如果各種波段統統能聽見，各種光波都能看見，宇宙馬上就改變了，叫空間維次，多維次的空間你全看到了。這都是我們的本能，但是因為妄想分別執著把我們變成現在這個樣子。

其實佛沒辦法教我們東西，迷是自己迷的，悟還得要自己悟。

佛只是教我們放下，放下就對了。所以能不計較的不要計較，能不執著的就不要執著，你放下得愈多愈好，恢復你的清淨心，這是真的。修什麼？經題上講的清淨、平等、覺，就修這個。體是本有的，真誠是本有的，現在就是這個東西蒙塵了，受到障礙了。相宗講得非常清楚，你只要把第六跟七識轉掉了，第八識跟前五識統統轉了。第六識是什麼？分別，不分別就轉第六識。第七識是執著，不執著第七識就轉過來了。這兩種都是意念，所以從意念上轉。

意念我們為什麼不能轉？不知道事實真相，不知道這是假相，知道是假相，我們就不上當了。佛經上講得好，「法尚應捨，何況非法」。法是什麼？佛法，佛法不能執著、不能分別，用分別心、執著心，永遠不解如來真實義。什麼叫如來真實義？自性裡頭本有的智慧德相，這就是如來真實義。自性本有的，你怎麼會不知道？

自性是真心的，你要用真心才見到真心，妄心見不到真心，就這麼個道理。八識五十一心所是妄心，我們今天真的搞清楚、搞明白了，不用它了；用的時候也是正用，覺心用它，正心用它，就沒事。用它可以普度眾生，佛菩薩在這裡現身說法感應道交，他正用，他要不用這個度不了眾生，因為境界不一樣，眾生入不了他的境界，他也沒有辦法把他的境界示現給眾生。所以阿賴耶還是有作用的，所謂借假修真。

「當我們透過感官知覺活動把能量帶給意識知覺，就創造出在空間裡互相分離的物體。我們當下的每一個所思所行，都可能改變我們的整個歷史。」

意念有這麼大的能量！我們透過感官，感官就是五識，六

根是物質，五識把能量帶給意識知覺，感官是前五識（眼、耳、鼻、舌、身），我們對外面境界的感觸，五塵（色、聲、香、味、觸），眼對色，耳對聲，鼻對香，舌對味，身對觸，把這種感官送到第六識。第六識、第七識不能緣到外頭？不能，第六識永遠緣不到外頭境界。譬如眼是見，眼見了就像攝影機一樣，把這個畫面傳到這個晶片裡面去了，那個晶片就是第六意識。第六意識的見分見到晶片裡面的畫面，它看到了，它不能直接看到外面。直接是前五識，所以前五識沒有分別、沒有執著，它就是傳送，傳送給第六識，第六識分別，傳送給第七識，第七識執著。所以第六、第七識是緣不到外頭境界的，是要靠這樣傳播進去的。外面五識是老老實實的，看到外面，不管是善的惡的、真的假的，它全傳過去，由第六、第七識去分別、去執著，所以造業是它們兩個造的，前五識不

造業。七情五欲是它們兩個，前五識裡頭沒有七情五欲，非常單純。阿賴耶是個倉庫，資料室，把所有資料都藏在裡面，下一次再遇到的時候，從資料室拿出來對照，是這麼一樁情形。這個科學家也說到了。所以創造出在空間裡互相分離的物體。

假如我們看一樁事情不順眼，看一個人不順眼，看一個動物不順眼，有沒有關係？有關係。為什麼？這個不順眼的意念到他那裡干擾他，他也不喜歡。這樣造成什麼？人與人之間的結，來生來世又碰到的時候，他就對你不順眼，叫冤冤相報，生生世世沒完沒了。我們看「文昌帝君陰騭文」，你看文昌帝君一十七世為士大夫，他跟人結的怨，原來都是小怨，小怨變成大怨，大怨變成不能夠解決的冤仇，世世代代報來報去，不但自己受罪，還讓許多眾生連帶受苦。他做了龍王，要把他的仇人淹死，連帶無辜的眾生也都

被淹死了。所以那個業就愈造愈嚴重，那個傷害就愈來愈大。所以這個《念力》要教我們，我們必須對我們的念頭要負責任，決定不要起惡念，決定要控制自己的言行。因為言行有的時候是習氣，習氣雖然是無意，但是受害的人他不原諒你，他認為你是有意的，這個東西冤枉！所以修行修什麼？就修這些，要把這些不善的修正，不要以為沒有事情。

我們起念為什麼不起阿彌陀佛？為什麼不念阿彌陀佛？為什麼不想阿彌陀佛？如果我們真的想阿彌陀佛、念阿彌陀佛，必定往生極樂世界，我們這一生作佛去了，不再搞六道輪迴了。但是不念阿彌陀佛，就搞六道輪迴，只有這兩條路，沒有選擇的。證了果的人他可以選擇，選諸佛他方淨土，選擇欲界天、色界天、無色界天，他能選擇。我們一般凡夫，一點功夫都沒有的，一個就是三途，一

個就是極樂世界，肯定的。修福報修得大的，也許可以到忉利天。但是到忉利天也著急，還是希望求生到極樂世界，還是要靠同參道友幫助，給他立牌位，真心修行迴向給他。他能得利益，可以幫助他生極樂世界。我們知道迴向、禱告真管用，但是這些東西是治標，不是治本，治本要從自己心地上改變，改邪歸正，這是治本。

「人體就像是一間覆蓋大半個美國的工廠，平均由五十兆個細胞構成，每一秒鐘發生<sup>24</sup>10<sup>24</sup>個化學變化。」

人體大約是由五十兆個細胞構成。每一個細胞裡頭有多少粒子？那個數字就太大了。我們知道細胞是由原子、粒子構成的，原子、粒子是由夸克、是由量子構成的，愈分愈細。每一秒鐘發生10的24次方個化學變化，這是多大的數量？彌勒菩薩告訴我們，一秒

鐘裡頭發生多少變化？一千六百兆。所以整個宇宙真相如是，都在那個地方波動。這波動一停止，就回歸常寂光、就回歸自性了。

沒有一樣是真的，《金剛經》上佛說絕了，「凡所有相，皆是虛妄」、「一切有為法，如夢幻泡影」，遍法界虛空界全是有為法，只要是波動現象就是有為法。無為法是什麼？《百法明門論》裡無為法講六個，最後一個真如無為，那是真的無為。其他的五種是相似無為，好像是無為，它沒有什麼作用，但是波動不停。六個無為裡頭有虛空，虛空好像是無為的，其實虛空還是有波動現象，但是是極其微細的在波動。賢首國師給我們講的「出生無盡」就是這個意思，他末後說「含容空有」，這是什麼？心量大，我們中國古人所謂的量大福大，量多大？佛門裡面常說的「心包太虛，量周沙界」，真的，一點都不假。含容空有，含就是包含，空是虛空，

心比虛空大，能包含虛空；容有，容是容納，有是萬有，整個虛空裡面你統統都容納，沒有分別，沒有執著，一律平等。這是什麼？這是我們的本性，我們本來就是這樣的心量。現在變得一個人都不能容納，你說變得可憐？

心量愈小，小到最後就到地獄去了，最小的心量。餓鬼心量比地獄大，畜生心量比餓鬼大，人的心量比畜生大，我們今天心量要不如餓鬼、畜生，那就下地獄去了。為什麼心量這麼小？分別、計較。所以佛在我們學習起步就教我們破見惑，見惑不破不能入佛門。說老實話我們今天都是在門外，淨土是特別法門，我們托阿彌陀佛的福報，讓我們從特別管道進入。特別的管道只有這一個，其他的管道是八萬四千法門，門門都要破身見、邊見、見取見、戒取見、邪見，你才能入門。但是淨土法門有三個條件，真信、真願、

真念。我給大家做一個榜樣，我學佛六十年，講經五十三年，現在把心定下來，「一門深入」，專念阿彌陀佛，專講《無量壽經》，其他的我統統都不幹了。告訴大家，我六十年，五十三年教學，我選擇這個法門，我在這個法門裡頭肯定成就。不但世間法放下了，出世間佛法也放下了，就留這一個。重要！這個法門普度一切眾生，「三根普被，利鈍全收」，沒有一個不成就的。

「三十多年來，許多科學家相信念力的存在並非是種輕信。對人類意識的前衛研究，推翻了各種我們迄今認為是確定不移的科學事實。這些發現提供了有力的證據，證明宇宙的一切彼此關聯、不斷地互相影響。許多被我們奉為無上權威的物理法則並不是金科玉律。」

這個相信是有科學證據的。因為大家還沒有普遍承認，好像打仗，這是前鋒部隊，前衛的研究，推翻了各種我們迄今認為是確定不移的科學事實，真的推翻了。

我們周邊的一切人事物不是毫無關係的，人不必說了，樹木花草、山河大地就跟江本勝水實驗一樣，它們都會聽、都會看、都懂得人的意思。你不要以為只是一塊石頭，瞧不起它，它會看、會聽，懂得人的意思，它有反應。所以不斷的互相影響。

這些科學對他們產生一種衝擊，老的科學已經搞了三百多年，他們現在很不容易放下，因為面子問題。

「這些發現的重要性遠不只證明人有超感覺能力或肯定超心理學是一門有效的學科，甚至還讓整棟科學大樓搖搖欲墜。」

這是講最近三百多年的科學。

「至少有四十個來自世界不同角落的頂尖科學家已經證明，生物體會不斷即時互相傳輸信息。」

生物體包括細菌、花草樹木，都不斷的互相傳遞信息，傳給誰？傳給我們身上每一個細胞。我們現在為什麼沒有感覺？有感覺自己不知道。感覺有痛癢的時候，痛癢怎麼發生的？與這個有沒有關係？有關係。所以它傳給我們，我們也傳給它，互相傳遞。我們對它要傳遞愛心，這個很重要，我們要關懷它、要好好照顧它，共存共榮。我們愛它，它也會愛我們；我們關心他，他也會關心我們；我們不理會它、去踐踏它，它就會怨恨我們。我們過去無知、不了解，做錯很多事情，現在曉得了，回頭改過，對於樹木花草我

們要有愛心，對於一切小動物真誠愛心。我們現在開始這樣對它，它好像還沒有什麼反應，天天這樣對它，一個星期、一個月之後它就變了，為什麼？它感動了。

#### 四、群體念力

「群體念力說不定能逆轉潮流，帶來這個星球的修復和更新。想要改變世界，我們只需要同心合意就能辦到。」

群體念力就是我們今天講的大家在一起共修，念佛堂大家在一起念佛。這就是為什麼大型的祈禱能產生效應。真的這個地球上的災難，有！法國諾查丹瑪斯的預言，這個災難在什麼時候？一九九九年、二〇〇〇年，現在的災難還是這個災難。為什麼那個時候沒有發生？因為這個預言全世界的人都知道，那一年全世界的宗教徒都為這樁事情祈禱，所以平安無事度過了。不是沒有事，是延後了。現在我們又不相信了，念頭愈來愈壞，這個災難現前，我們再祈禱，又可以延後個一、二年。沒從根本上解決，根本上解決

就是教學，就是把經典上的道理講清楚、講明白，讓大家是以智慧來信這個東西，不是迷信，這才能解決問題。對個人來說，身心健康，法喜充滿，這是個人得的利益！家庭幸福，事業成功，社會和諧，天下太平，不教怎麼行？所以一定要推廣傳統文化，推廣佛陀教育。

「真有群體意識，全球意識，人們的情緒（特別是恐懼情緒）愈強烈對隨機事件產生器愈有條理。」

群體意識是什麼？就是講人們的情緒。舉個例子，911事件，這個事件在電視上一報導，全世界的人都緊張，這個群體意識就特別濃厚。全球意識是什麼？貪、瞋、痴、慢、疑，全球的。你去問問這五個字哪個人沒有？所以社會這麼亂，人生活這麼苦，地球災

變這麼多，就是這個意識。如果我們反過來，把貪瞋痴慢疑放下，這個地球馬上改觀，變成極樂世界。極樂世界裡頭找不到有貪瞋痴慢疑，一個也找不到。帶著貪瞋痴慢疑的生到極樂世界，人往生一定是佛來接引，佛來接引的時候，首先佛光照你，佛光一照，你的貪瞋痴慢疑就沒有了，你才有資格進入極樂世界。佛光是什麼？是阿彌陀佛四十八願五劫修行，還要加上十劫度化眾生的功德。世尊告訴我們，阿彌陀佛極樂世界成佛以來到現在十劫，這個十劫是他接引遍法界虛空界一切有緣眾生往生極樂世界成就的人，這個功德多大！這個加持力量還得了！科學家在這邊告訴我們，別人加持的力量等於我們自己修行的力量，問題是我們要接受加持，不接受就沒有法子。接受的條件就必須把這個娑婆世界放下，真能放得下，你就真能接受了。

古大德講得好，帶舊業不帶新業，昨天以前的都叫舊業，今天之後的都是新業。永遠是這一句話，今天過去了到明天，明天變成今天了，今天也變成過去了，帶過去的業，不帶今天的。所以到最後臨終那一念，那一念之前是舊業；如果那一念成問題，那是現前的業，帶不走。妨害往生的就是貪瞋痴慢疑。親情放不下、財產放不下、嗜好放不下，這都是屬於貪心；那個人惹我生氣，我還沒有報復他，這是屬於瞋恨心；對於很多法門我還想學，還沒有學會，這是愚痴，統統要放下。歸納起來總不出這五個字，這五個字能從心上放下，其他的就容易了。其他是什麼？怨恨惱怒煩，就容易了。你心上沒有貪瞋痴慢疑，情緒就穩定了，造業也不會造殺盜淫妄，不會造這個事情。

「一群人心念一致，效力會比單個的心念來得大。最能引起強烈情緒或高度專注，當然莫過於災難性事件。」

這是肯定的。所以共修，共同在一起祈禱，這個力量很大。

災難性事件是大家最關心的，也是最容易專注的。改變外面的環境，必須要有非常專注的念頭。早年李老師給我們講一個故事，古時候有一位非常高明的醫生，有一次有個很嚴重的病人找到他，診斷之後告訴他，你這個病沒事情，不要害怕，如果你這個病要長在大腿上，那你就活不成了。這個人聽了之後非常害怕，天天想著大腿不要有毛病，這個沒有關係。大概過了一個月，身體裡的沒有了，真的跑到大腿上來了。別人就跟他講，你再去問問醫生看，也許他能治你。他就去找醫生，醫生告訴他，「恭喜你，原來你病在內，病入膏肓，藥力達不到，現在你用念力轉變，把它轉到這個地

方來，好用藥了」，就把他治好了。念力，能夠把在內臟很深的病毒轉移到容易治的地方。這個就是什麼？你看動機強烈，非常專注。還不是很高明，醫生他只是止住，如果是非常專注、動機強烈，這個病就好了，沒有了。

佛法裡頭更高明，許多嚴重的疾病，致命的病毒，不要用藥物，自然好了，比那個大夫還高明。這是什麼？也就是高度專注把病治好了。這高度專注是什麼？他專注在善，都專注在阿彌陀佛、專注在西方極樂世界，把病這個事情忘掉了，完全不理它。佛號的功德多大，自然把他帶病毒的細胞全部恢復正常，道理在此地。專注意念之後要放下、要付託，這個事情有佛菩薩加持，有佛來處理，我們根本不要過問。我們的念頭只有阿彌陀佛，佛菩薩自然給你處理好，為什麼？你壽命沒到，你就會好了；你壽命到了，就到

極樂世界去了。

「靜坐者的心靈會以同一頻率共鳴，共鳴的頻率能讓四周環境的雜亂頻率趨於和諧。調和個人的內在衝突可以調和全球性的衝突。」

這是禪修，在美國我們常常看見，多半是西藏的喇嘛，還有日本修禪的。靈修首先是調和個人內在衝突，讓心歸於清淨，一切善惡恩怨統統放下，都不要去想。禪修有很多的方法，其實我們念佛也是屬於禪修，我們將自己的心集中專注在佛號上。所以佛在《大集經》上說，持名念佛是無上的深妙禪，一般人不知道。八萬四千法門方法不一樣，全是修禪定。念佛法門也不例外，是用這一句阿彌陀佛得到的。怎麼知道？你看見思煩惱不去想它自然斷掉了，業

障習氣不知不覺也自然化解掉，這個效果多殊勝。你用其他法門，斷煩惱、消業障都不容易，很難見效。唯有一心專注念阿彌陀佛，效果比什麼都殊勝。關鍵就在專注，而且是高度專注，真產生效果。

我們為什麼不能專注？為什麼不能高度專注？我們的雜念太多，沒有放下。一方面想念佛，還有另一方面亂七八糟的事情在干擾，把我們的專注破壞了，所以效果不彰。如果沒有這些干擾，很容易進入專注，進入專注就是念佛三昧，高度專注就非常可能開智慧，智慧現前的時候叫理一心不亂，跟禪宗明心見性是相同的境界。能夠把煩惱習氣統統止住，這是事一心境界。事一心境界生方便有餘土，理一心境界生實報莊嚴土，「四土三輩九品，總在遇緣不同」，這是善導大師講的，用念佛的方法可以把我們帶到高層

次。我們明白這個道理，真正明白了就要落實在事上，日常生活、思想當中全不執著了，一切隨緣，什麼都好，這境界馬上就向上提升，真正能做到「恆順眾生，隨喜功德」，成就自己的功德。所以個人和諧就能夠調和全球性的衝突。我們參加聯合國的會議，也提到這個問題，我們自己本身不和諧，怎麼能調停和諧？要調停和諧，自己本身要和諧。衝突在哪裡發生的？在家庭發生的，在你本身發生的。本身怎麼衝突？本性跟習性的衝突，這就不和諧了，你這樣的心態去調停和諧，不可能的事情。

「在他們靜坐中發出意念，解決該地區的衝突與減低暴力犯罪率。一地區有1%人口修習超覺靜坐，或是一地區有1%平方根的人口修習超覺靜坐，則任何種類的衝突（謀殺、犯罪、嗑藥、交通

意外）都會減少。」

這是真的不是假的，我們在佛堂裡面靜坐就能產生這種效果。可是真修的人、修得如法的人不多。外面人這些妄念，這個意念碰在一起，社會上大眾的妄念就像大風大浪，這浪很高，修行人的念頭是平靜的，這兩個衝在一起的時候，就把那個大浪變成了中浪，犯罪率減少了。我們跟他的波浪合在一起的時候，我們浪也隨著他，但是我們能控制，他們不能控制，減少就是這個道理。

「如果馬赫西大師的公式無誤（一地區只要有1%平方根人口修習高深的超覺靜坐法，即能影響整個地區），八千零八十四個精進靜坐者就足以影響全世界。」

可是這八千零八十四個聽起來好像很容易，實際上很難，這要

找像誰？像虛雲老和尚這樣的人，能找到八千零八十四個可以救全世界。他真有定功，他真放下，我們臨時湊八千個人不行。外表上看起來好像不錯，裡面思想是亂七八糟的，雜亂無章，所以它不產生效果。必須萬緣放下，一念不生，短時期行，時間長了又不行。江本勝博士找了三百五十個人在琵琶湖做祈禱，時間一個小時。告訴大家，這一個小時放下一切念頭，對著湖水，只想一句話，「湖水我愛你，乾淨了，湖水我愛你，乾淨了」，就念這一句，心裡想著，口裡念著，一個小時。這個湖水真的乾淨了，乾淨了半年，半年以後它又髒了，氣味又出來了。這個實驗是念力，集體的念力，真產生作用。

「即使人數不多，只要整群人強烈專注精神，亦足以產生巨大效

果。」

這些都是真的，宗教裡頭集體的祈禱，佛門裡面舉行千人念佛、萬人念佛，有效。李老師往生極樂世界，不說別的，單單講他往生之後那個七七四十九天，同修們念佛送往生，七七四十九日夜不斷，多少人？六百人。圍繞在外面的人很多，看到哪個人累了退出，馬上就有人補那個位子，有人離開就有人補上去，四十九天日夜不斷。在台灣大概只有這麼一個，空前絕後，過去沒有，未來恐怕也沒有，這是老人家在台灣台中弘法三十八年。念佛的人是真心！對於老師是感恩的心、報恩的心，看了非常感動。

## 五、零點能量場

「能量不停來回傳遞產生一個異常巨大的能量場——零點能量場。」

科學家給它起的名字叫「零點能量場」，這個能量場是非常大的。零點能量場似乎是大乘佛法裡面講的真如本性。零點是什麼？裡頭什麼都沒有，這才是零點，有一、有二就不是的。我們的自性確實是零點，所以科學跟哲學都找不到它，因為它是零。怎樣找到？我們的念頭也變成零就找到了。所以佛教給我們，放下起心動念、放下分別執著就明心見性了。

我們看《了凡四訓》，當中有一段寫到，了凡先生跟雲谷禪師在棲霞山禪堂裡面坐了三天三夜，不起一個念頭。雲谷禪師很驚

訝，這不是平常功夫，這是相當深的定功。就向了凡先生請教。了凡先生說，我沒有功夫，因為我的命被孔先生算定了，一生的凶吉禍福都註定了，我想也沒用，所以就不想了。雲谷禪師聽了哈哈大笑，「我以為你是聖人，原來你還是個凡夫」。怎麼是凡夫？他不是禪定，定裡頭有慧、有覺，它有作用，他這個不起作用，屬於無想定。無想定是什麼都不想，什麼也不知道。無想定要真修成，生四禪無想天，無想天佛法稱它作外道天。禪定裡頭是有境界的，就像念佛人，念佛三昧是禪定，念佛三昧裡頭有極樂世界、有阿彌陀佛，不是什麼都沒有，你在禪定當中能見到極樂世界，能見到阿彌陀佛，能見到極樂世界的依正莊嚴，見到的一定跟《無量壽經》上講的一樣。

淨土宗第一代的祖師東晉慧遠大師，他在廬山建了一個念佛

堂，東林念佛堂，就是現在的東林寺。有一百二十三個同參道友在一起念佛，發願在那個地方往生。以虎溪為界，他們不下山，一百二十三十個人統統往生，這不得了！那個時候《彌陀經》、《觀無量壽佛經》都還沒有翻譯出來，修淨土只有一部《無量壽經》，這是最早翻譯的，所以他們只依這一部經。專修，一門深入，長時薰修。遠公往生的時候跟他的同伴們說，極樂世界他見過三次，在定中見到的，今天又看到了，這是第四次，他說我要往生了。人家就問他，極樂世界像什麼樣子？他說跟《無量壽經》上講的完全相同。往生的時候佛來迎接，他告訴大家看到佛來迎接，而且還看到佛的身旁有十幾個，是念佛堂比他早往生的，跟著阿彌陀佛一起來接他到極樂世界。

所以我們在此地要學這兩句話，要非常的專注，要有堅定信

心，一絲毫不懷疑。這個能量場，科學家講零點能量場，它就是我們講的真如本性，諸法實相。但是科學家講不清楚，佛法講得透徹。必須自己的心什麼都沒有，達到零，零是真心，真跟真相應就見到了。有一個念頭那叫妄心，妄心可以見到阿賴耶，見不到真心，所以妄心專注到極處還是妄心。我們明白這個道理，我們要一心專注念阿彌陀佛，一心專注去想極樂世界；一切法從心想生，你能夠見到極樂世界。我們是用極樂世界做一個跳板，到極樂世界再向上提升一步，明心見性。在這個地方我們見不了性，我們沒有能力把自己阿賴耶識裡面這些習氣種子清除掉。清除掉才是零點，一樣東西沒有清除掉，那就不是零點。回歸到零點，就見到能量場，這個場非常非常大，比虛空法界還大。

「這些粒子獨自發出的能量小得難以想像，證明了次原子物質與零點能量場的不斷交換能量。移去零點能量場，所有的物質將會垮陷。」

這個能量場就是哲學裡面講的宇宙萬有的本體，正是大乘佛法講的真如自性。如果沒有它，什麼都沒有，所有一切現象都沒有了，一切現象是依它生起的。所以它能生能現，阿賴耶能變。沒有阿賴耶就沒有變化，有阿賴耶，妄心善變，心在變，外頭物質跟著變，就這麼個道理。賢首國師的《妄盡還源觀》上「示三遍」給我們講得很清楚。第一個「周遍法界」，就是此地講的，次原子物質與零點能量場不斷交換能量，這就是周遍法界。第二個「出生無盡」，所有的變化都產生了。第三個「含容空有」，這是講它的量，是無量，不是有量。含是包含，包含虛空，容是容納，容納萬

有。佛門常講「心包太虛，量周沙界」，這是事實真相。所以每個人的心量都跟虛空法界一樣大，甚至於還超過。我們今天心量變得這麼小，兩個人都不能包容，都要對立，這絕對是錯誤的。量大福大，量小的人沒福報。所以要能包容一切，不要去分別，不要去計較，恢復你本來的心量，你本來的心量跟佛一樣，佛的心量就是能包太虛，這是佛的心量。所以今天我們變成小心量，什麼都要去斤斤計較，這錯誤了！斤斤計較就變成六道輪迴，就變成三惡道。四聖法界裡頭就不計較了，心量就擴大了，這是我們一定要學習的。

「宇宙所有物質都與零點能量場互動。」

這就說明法相永遠不能夠離開法性。法性能生能現，法相是所生所現，所生所現的法相，現在科學稱它為現象，全是從自性裡頭

變現出來的。

「喇嘛單憑意念，就可以把結冰的水燒開。」

喇嘛住在高山，意念產生那麼大的能量，能把水燒開。而且他們穿的衣服並不多，臥在冰天雪地之下他身上是溫暖的，他睡的那塊地方你摸摸，下面是熱的，像火炕一樣。用意念，極度的專注產生這麼大的效果。

「明白了意識的力量以後，可以讓科學與宗教更加靠近，生命並不只是一些化學物質或電子訊號的集合。」

現在很多科學認為不是身體，是一些化學物質、電子訊號，電子訊號就是心理或者思想，化學物質是我們的身體，是這麼個東西

組合的。這個觀念是錯誤的，他看錯了，他完全是從現象上看的，現象後頭有自性、有本體，他看不到。就是科學家提的零點能量場，這個就是佛經裡面講的真如本性，因為真如本性真的是到零，它什麼都沒有。要是有個一，阿賴耶出現了，有個二，阿賴耶的三細相出現了，中國古人說，「道生一，一生二，二生三，三生萬物」，這是道家講的。這些人如果沒有契入這個境界，這個話說不出來。

「我們必須對許多原始文化的傳統智慧保持開放態度，因為它們對念力的性質有一種本能理解。這些文化幾乎都相信，宇宙有一個統一的能量場。現代的念力科學已經證明，這些原始文化對於顯靈、治療和信仰是有根據的。體認每個意念都是神聖的，帶有

## 物理形式的力量。」

這段文讓現代一些人對於全世界每一個不同的族群原始文化有所體認，在原始文化裡面現在人看到好像很多都是迷信，實際上那是真實智慧。所以科學家呼籲我們要保持開放的態度。現在研究念力，確實他們有一種本能的理理解。中國古人相信人性本善，所以《三字經》上第一句話，「人之初，性本善」。這個善不是善惡的善，這個善是讚歎的詞，是肯定每一個人都是完美的，都沒有欠缺。這個善中國人稱為聖人。大乘經裡面佛常說，「一切眾生本來是佛」，這就是中國古人所說的本善。所以古時候世世代代都有聖賢出現。

上古時候，地大人少，人沒有什麼欲望，只要每天吃飽穿暖就很歡喜，沒有名聞利養這些誘惑，所以心多半是清淨的。人心變

了，趣向欲望，雜念紛紛，在中國也不過是二百年。外國比我們時間長，大概有四、五百年。我們把人性失掉了，把本能理解這個本事丟掉了，所以信心沒有了，仁義禮智信，信沒有了。好比是五層大樓，信是第一層，信沒有了，上面仁義禮智都沒有了。這個沒有變成什麼？變成貪瞋痴慢疑。你看五常跟佛法一對照，五常的反面就是佛法講的五毒，貪瞋痴慢疑。不貪是仁，仁者愛人，自愛愛人。義是決定不佔別人便宜。起心動念、言語造作如理如法，心平氣和，有禮。中國人講道德仁義禮，禮是道德的底限，禮沒有了，社會就亂了。智沒有了，傲慢就生起來了，有智慧的人心平氣和，謙卑恭敬。後面一個，信沒有了，信沒有了就懷疑，對自己都不相信，對父母、對妻子、對兒女都沒有信心，這個人活在世間多可憐。這是我們現前的社會。所以你看到他造作的叫殺盜淫妄，醉生

夢死。

古人心地清淨，清淨對外界就起感應的作用，感應道交。有預知的能力，這個在《念力的秘密》這份報告裡面都說得很多、說得很詳細。所以古人幾乎都相信宇宙有一個統一的能量場，在佛法裡面講是自性，自性就是今天所說的統一能量場，真如、實相、法性跟統一能量場、零點能量場都是相似的，只是佛門跟現代科學說的名詞不相同，其實是一樁事情。

這個能量像一張看不見的網。所以科學家的報告，用網做比喻，「無量之網」，用這個來做它的名詞。把一切連結在一起，一切是什麼？整個宇宙過去現在未來統統連在一起，不能分割，是一個整體，這跟大乘佛法講的完全相同。現代念力科學已經證明，這些原始文化對於顯靈、治療、信仰全是有根據的，絕對不是迷信。

非常可惜，這些事情我們相信，在古時候很多人都清楚，都能把這個道理說清楚、說明白，現在沒人說了。我們怎麼知道古人會把這些事情說明白？書裡頭有記載，大乘經裡頭很多，中國古書裡頭，像《易經》、《書經》，儒家的十三經、道家的經典，統統都有記載，古老的傳統文化，包括宗教的經典。所以我們應該向這些文化學習，體認每個意念都是神聖的，因為它帶有物理形式的力量。這個道理很深！

## 六、全息現象

「人類意念可以影響植物。生物體讀得懂人類的心思意念，並會有所反應。蛋白蛋黃都會與蛋殼互通信息。即使生物體被切為幾片，溝通也持續進行。」

這個現象被證明了，叫全息的現象。一個物體被砸得粉碎，每一粒的微塵它們還是在互通信息。整個宇宙，用現在的話是個有機體，宇宙之間的东西沒有死東西，都是活活潑潑。我們地下的泥土、海邊的沙灘，每一粒沙、每一粒泥土，它們都互通信息。有沒有跟我們互通？有。我們也跟它互通，但是我們現在因為有起心動念、分別執著這些煩惱，把我們的靈性障礙掉了。《華嚴經》上有一句話說，「情與無情，同圓種智」。我們初學佛的時候，對這句

話無法理解。情是有情眾生，我們今天講動物，說成佛還能講得通，無情是礦物、植物，它能成佛嗎？《華嚴經》說它都能成佛。

今天科學證明了，是真的不是假的。其實佛經上講的，阿賴耶就不就講得很清楚嗎？一念不覺而有無明，阿賴耶出現了，阿賴耶一出現它就有三個現象。這三個現象今天科學家知道了，阿賴耶第一個現象是業相，科學家稱為能量，能量是動的，不動能量不能產生。從能量就產生信息，科學家說信息，是阿賴耶的轉相；從阿賴耶的轉相就產生物質現象，物質現象就是阿賴耶的境界相，科學稱為物質。你看三種現象，業相是自然現象，信息是心理現象，再產生物質現象，這三種現象發生了。今天科學證明，任何一個波動現象它都周遍法界，一動就周遍法界，所以光速、電磁波不能比。物理上物質的這個振動比較慢，但是思想的波動快，比光、比電快。

我們想到太陽，心一想，馬上就到太陽了，可是太陽的光到我們地球還要八分多鐘，這就是說我們意念的速度比太陽、比光快多了。所以意念確實是屬於性德、屬於自性的，它一動念就周遍法界。

人的意念可以影響物質，最近十年我們做這個實驗做成功了。我們在鄉下種菜，我們就跟菜溝通，菜是植物，我們用愛心對它，用恭敬心對待它，它就長得特別好。不需要用農藥化肥，我們用意念去灌溉它，用愛心去灌溉它，它能接收到，它非常歡喜。我們在澳洲有個很大的菜園，種植品種有二、三十種，是個很有規模的大菜園。有一次我們道場悟謙法師她晚上做個夢，絲瓜託夢給她，告訴她說：我已經太老了，妳怎麼還不來採？告訴她在什麼位置上。到第二天就照這個夢裡頭絲瓜告訴的位置去看，真的找到了，確實太老了，不能吃了。所以就跟絲瓜講：絲瓜菩薩，你太老了，不能

吃，讓你再長一段時期把你拿來做種子。真有這麼回事情。

樹神託夢，這是最近的事情。澳洲淨宗學院的停車場有兩棵琵琶樹，當中有一棵死了。樹神來託夢，感恩，我們在那裡道場十年，他說他聽了十年經，念了十年佛，他要到極樂世界去了。琵琶樹神往生極樂世界，非常值得我們啟發。我們十年前買下這個教堂，建立淨宗學院，附近的房子我們都買下來做寮房、做宿舍。有一個宿舍房子太舊了，我們要把它拆掉重建。重建的時候，這個門口有四棵樹必須要砍掉，否則卡車進不來，建築材料不能進來。佛在經典裡面告訴我們，樹的高度超過一個人就有樹神，我們砍樹要去祭祀他，為他誦經，請他搬家，三天之後我們再砍樹，讓三天的時間請他搬家。我們做了，三天之後真的去砍樹，到第四、五天的時候，這樹神託夢給道場這些年輕法師，說我們給他的時間太短，

他來不及搬家，他受了傷害。告訴我們，以後如果要砍樹，要一個星期之前通知他。我們想想也有道理，澳洲人的動作都很緩慢，走路、說話、辦事都是慢吞吞的。

這是說明我們確實影響了植物，這些植物懂得人的意思，我們以愛心待它，它就以愛心回饋。我們的菜，我們也種了有二十多種果樹，豐收。附近這些菜農到我們農場來看，我們沒有用化肥、沒有用農藥，怎麼會種得這麼好，都來問我們，我說我們是用阿彌陀佛佛號種出來的。用佛號種出來的，他們認為不可思議。果木也不需要照顧，菜園也如此。跟小鳥，我們愛牠，牠也愛我們。我們的菜園一定留一塊專門供小蟲的，蟲要吃菜就到那去吃，不是留給牠們的，牠們決定不侵犯。鳥也是，鳥吃水果，我們指定幾棵樹，上面掛上牌子，這是給你們鳥吃的，沒有掛牌子小鳥絕對不會去吃。

我們跟自然和睦相處，共存共榮，我們照顧它，它照顧我們。與整個大自然一切眾生和睦相處，真誠的愛心，我們念佛求生淨土，我們也勸牠們念佛求生淨土。

## 七、念力治療

「意念是一種頻率，治療念力就是一種高度有秩序的光，意念同樣是高度和諧的。」

這一條是講治病，用意念來治病。這個意念是善的意念，不是貪瞋痴慢疑的意念，不是怨恨惱怒煩的意念，也不是殺盜淫妄的意念，用我們中國老祖宗的話，是五倫、五常、四維、八德的意念，這是最好的意念。能不能治病？能。佛法教我們的意念是十善、五戒、六度、普賢十願、阿彌陀佛四十八願，這正念，這個念頭太好了！希望我們發射這種念頭，傳播這種念頭，對遍法界虛空界一切眾生。眾生裡頭包括的範圍很大，動物、植物、礦物都是眾生，虛空跟時間也是眾生，眾緣和合而生的，所以眾生包括範圍太大了。

我們要用正念發出去，念念都是正念，沒有邪念。佛經上常常講，我們一個善念，與遍法界虛空界的善念就相應，與一切不善的念頭都不相應。這樣能改變我們身心健康，能改善我們居住環境的美好，這就叫「福人居福地，福地福人居」。有福的人心好、行好，我們講四好：存好心、說好話、行好事、做好人，這種人有福報。這樣的人居住的地方，那個地方就是福地。自己有福，也能影響別人，周邊的人都沾光，為什麼？他也居在福地。「厚德載福」，《易經》上說的。

「發送意念的最重要第一步驟都是進入一種高度專注的狀態。」

這是我們要學著用意念，意念一定是高度專注、全心專注，像《彌陀經》上講的「一心不亂」。我們明白這個道理，用一心專念

阿彌陀佛，自然跟阿彌陀佛感應道交。佛菩薩跟我們同在，佛菩薩跟我們一體，跟阿彌陀佛結合成一體，什麼災難都沒有了，什麼病痛也沒有了，科學家給我們做證明。

「和諧、有條理。」

都是意念。

「從外在刺激抽身、向內專注，慈悲心讓腦部躍升到一種充滿能量的高度感官覺知。」

這是教給我們用意念的方法。不受外面環境的干擾，慈悲心是愛心，沒有條件的愛心，有這麼大的能力，不但讓你身心健康，而且讓你智慧增長。這個智慧是自性裡頭本有的，因為有障礙透不出

來；慈悲心、專注，你的障礙減少了，自性裡頭的般若智慧它就能現前。身心健康，智慧增長。

「禪修改變腦波形態，八個星期練習，就讓腦部的快樂區得到活化，免疫機能也變強了。」

我們平常人這個腦波受雜念、妄念的干擾，所以它不清淨。禪修是一種方法，讓你的思惟想像條理化、秩序化，還得集中。妄念少了，雜念少了，清淨心慢慢現前了。清淨裡頭就有喜樂，在禪宗叫禪悅，一般大乘叫法喜，就生出來了。我們念佛不必用禪修，就是用念佛就可以，念佛、止靜。或者自己口裡不要念，專門聽，聽佛號。現在用念佛機，聲音開小小的，自己能聽得見，聽得清清楚楚，心裡頭跟著念，口裡頭不出聲。口也不必動，就是用心念，就

能達到這個境界。

「專致的心念顯然可以擴大感官知覺能力的機制。」

這就是一般人講的神通。感官，我們眼耳鼻舌身都起作用，在心清淨到一定的程度，一般人看不到的東西你能看見，聽不到的聲音你能聽到。像前面講的這些預感你就特別明顯，無論在什麼地方發生的、在什麼時候發生的幾乎都能知道。所以這個一點都不奇怪，這都是事實真相。

「心靈意念還帶來實際的生理改變，用意念去發想，可以讓人改變身體的某些部分。」

我們身體某些部分有問題、有病痛，用這些方法可以讓身體恢

復到正常。

「想像那裡的皮膚已回復正常。」

我們皮膚哪裡有痛癢，我們就用意念，「這個地方痛癢沒有了」。用這個方法，這是非常快，立刻就見效的，確實可以達到。這是一般人平常都有的現象，都可以用這個方法，漸漸的我們就了解意念的功能不可思議。

「信心是一種強有力的治療工具。安慰劑可以發揮念力效果。」

醫院裡面的醫生對得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。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，特別是對重病的人和老年人。

「絕症不藥而癒也是一種念力的表現。」

像我們前面舉的例子，得癌症的這些病人、得紅斑狼瘡的人，這都是絕症。但是他們沒有治療，病就好了，這是什麼？一種念力的表現。他知道自己病很重，知道自己這個病活不長久，他把存活的念頭放下了，結果反而病好了。

意念能夠對治一切負面意識的傷害。特別是在中國西南這一帶，很多是用巫術來害別人。可是這個地方教你的方法，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，那個負面的詛咒就不起作用。這在理上能夠想得通，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。

「證明意念足以讓身體自行矯正，許多患了重症或絕症自動痊癒。」

這是我們常常提到的，把我們身體裡面帶著病毒的細胞，可以讓它恢復正常，不需要用藥物。用意念有兩樁事情要注意，第一個就是要非常專注，第二個要相續不斷，一、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，連續一個月，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。

這是有理論支持的，這不是迷信。同樣一個道理，有些農村裡面文化水平低的人，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。有沒有效？香灰是被燒過的，是已經消毒的，吃了不會有病，但是它不見得有效，像安慰劑一樣，並不是香灰真的能治病，統統是意念、思想產生的效果。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，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。這裡頭總的原理是什麼？是一切法從心想生，你就知道心想事成能量多大！

「我相信，有自覺地使用念力，能改善自己的健康，加強我們在生活中各領域的表現，甚至影響未來。」

這是寫書的人自己說的。這個話我們相信，它是真的，它不是假的。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很多次。所以，一定自己能吃虧，用一般人的話叫能犧牲，不跟人競爭，處處學讓。古聖先賢教給我們，裡面有大學問、有大道

理，表面看好像沒道理，不能接受，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，你忍就是了。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，帶來健康長壽，帶來的是煩惱輕，智慧長，福報在其中。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，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。

「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。惡念對別人的傷害頂多三分，對自己的傷害最少是七分。這個事情不值得！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。

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，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。

「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。」

「生命體能量」不是自性，自性應該是前面講的零點能量場，零點能量場那是自性，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。大乘教佛常講，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，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。

現在地球出了問題，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，他教我們「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。這三句話，第一句就是佛經上常講的「斷惡修善」。在哪些地方？在我們的身口意三業，身是造作，口是言語，意是起心動念，三業都要善。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科學技術常識，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。我們今天雖然有許多科學技術常識，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，所得到的是負面的。它增長了我們的貪瞋痴慢疑，貪瞋痴慢疑把我們的性德全部摧毀掉了，怎麼能跟古

人比？古人從小就遵守倫理道德，他的五戒十善修得好。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，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。

「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。」

我們以善的意念幫助別人，跟佛法裡講的迴向是相同的。可是

要怎麼做法？人家生病了，這個病要做手術，希望他的手術成功，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，能收到效果。至少是七天，一、二天不產生效果。我們迴向亦如是，迴向要長期迴向，起的作用就很大。

「現代醫學必須要完全承認念力在治療上的重要角色。畢竟心靈一次又一次被證明要遠比最偉大的藥物更有療效。」

這是近代科學對人類最大的貢獻，特別是什麼？這個地球上將要發生災難了，這個災難來的時候人會很辛苦，瘟疫會很嚴重，用什麼治療？用念力治療。為什麼？到時候找不到醫藥，也找不到醫生，在這個時候怎麼辦？就是意念，而夏威夷古老的療法非常有效。我們今天要培養自己的愛心、培養自己的信心，要相信自

己。相信自己最重要的是相信自己本來是佛，「是心是佛，是心作佛」，要在這個地方生起信心。要相信自己跟彌陀是一不是二，「自性彌陀，唯心淨土」，哪有不往生的道理！我們有這樣的信心才能得到佛力加持，阿彌陀佛加持我們完全能接收得到，就起感應道交的作用。

## 八、迴向的力量

「行使念力起初需要專注，繼而就得交托出去，放下自己和結果。」

這個是很有道理，我們一種專注的意念，這個善念，發出去之後就交托。交托給誰？我們學佛的人交托給佛菩薩，後面的結果不想。今天這個世間苦難的眾生很多，我們以真誠慈悲，將自己所修的功德、一切善行的福德統統迴向給他，真誠的迴向，這種迴向可以達到等於他自己所修的，有這麼大的力量。我們發心真誠，後面的結果佛菩薩保佑他，佛菩薩加持他，真正能做得到。

「別人對你的善念就像你對自己的善念一樣有力。」

這是什麼意思？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。如果這個迴向有口無心，力量就很薄弱。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》裡面看到他的傳記。他把梁武帝的妃子從畜生道超度到忉利天，這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，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，別人對我們的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。由此可知，放下多重要！

這個概念是我剛學佛，章嘉大師教給我的。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。那個時候生活非常艱難，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、一塊開始布施，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。

「即使你的對象是非人類或無生物，一樣可以建立某種聯繫，不管對方是植物、動物還是無生物，要行使念力前，都應盡可能多認識它們。」

佛法裡面所說的境緣比這個廣大，這個地方所說的不外乎動

物、植物、礦物。科學所說的不同維次的空間，就是佛法裡面講的不同的法界。佛法將無量無邊的法界歸納為十大類，稱為十法界，大乘教裡面所緣的對象就是十法界依正莊嚴，就統統包括盡了。我們在《華嚴經》裡面看到，「華藏世界品」是講大宇宙，今天講的宏觀宇宙，「世界成就品」是講世界的源起、萬法的源起、生命的源起，我從哪裡來的，這說到我們自身了。這是大學問！今天科學跟哲學還沒有能夠徹底搞清楚，佛法講清楚、講明白了，等待科學家來證明。

所以在宏觀宇宙，科學家說他們的觀測只能看到全宇宙百分之十，還有百分之九十不見了。那百分之九十不見到哪裡去了？回歸自性，回歸自性找不到了。科學跟哲學都必須要有現象，它才能接觸得到，現象不外乎三大類，物質現象、精神現象、自然現象，

如果這三樣統統都沒有，科學、哲學就沒有辦法，達不到。自性這三種現象都沒有，所以科學、哲學永遠達不到。那怎麼辦？佛說「唯證方知」，你證得了你就知道。怎麼證得？把妄想分別執著統統放下就證得了。妄想分別執著統統放下就成佛了，圓滿的證得；只能夠放下執著，那是阿羅漢，六道沒有了；再放下塵沙煩惱，破一品無明，四聖法界沒有了，就是十法界都沒有了，你證得菩薩果位；再向上，破一品無明就證一分法身，他就到諸佛實報莊嚴土去了，一真法界，十法界沒有了。在一真法界要住三個阿僧祇劫，為什麼？無始無明的習氣自然沒有了，斷乾淨了，這才證得最高的一個學位，妙覺如來。妙覺如來就回歸自性，就不見了，再也找不到他了。他在不在？在，無處不在、無時不在，就是因為沒有三種現象，科學跟哲學都探測不到。他真的存在，真有，靈明到極處。

所以方東美先生說，「大乘佛法是世界上哲學的最高峰」，當年他老人家介紹給我，「釋迦牟尼佛是世界上最偉大的哲學家」。我們通過六十年的學習，現在真的知道了，不但是大哲學家，他是大科學家。科學跟哲學沒有辦法解決的問題，大乘經教裡全有，這真是了不起的一門大學問。我們有幸遇到淨宗，遇到大乘還不行，為什麼？它太高了，我們的煩惱習氣斷不了，斷不了就不能夠證得大乘境界。可是遇到淨宗法門那就不可思議，不需要斷煩惱，也不需要消業障，這一句佛號念好了，業障自然沒有了，煩惱自然消除了，往生西方極樂世界親近阿彌陀佛穩穩當當，你看這還得了！所以我們必須要對不同空間維次的這些眾生多認識，多了解它們，因為它們跟我們是一體的，永遠不能分開的。我們起心動念它知道，它起心動念我們也知道，信息我們都收到了。

「培養慈悲，帶著慈悲心發送的念力顯然更有效力。」

這是科學家告訴我們的。我們學佛的人不只有慈悲，我們有清淨心、平等心、正覺心、真誠心。所以慈悲再加上清淨、平等、正覺、真誠，這個力量不可思議。我們用真誠清淨平等正覺慈悲，用這種心態，對著極樂世界，對著阿彌陀佛，這個念力多大！我們把我們求生淨土的意念、念佛的功德，迴向給極樂世界，迴向給阿彌陀佛。我們將我們修學的功德，用這種端正的心態迴向給某一個生病的眾生，我們給他祈福，希望他的身體能夠早一天恢復健康，很有效果。不是菩提心不行，不帶著慈悲心效果很差。真誠清淨平等正覺慈悲這是大菩提心，菩提心就是佛菩薩的心，是我們自己的真心，中國老祖宗、這些聖賢所講的本善，本性本善就是這個意思。

## 九、化解負面意念的方法

「發送意念者的每一種強烈情緒（愛、恨、憤怒等），都會導致接受意念者的強烈光釋放。」

起不起作用？起作用，無論這個人距離你多遠，你愛他、你恨他，他都感受到。什麼樣的人不能感受？煩惱習氣重的人不能感受，心地清淨的人就很容易感受到。要是這些負面的，別人恨你，在咒你，用什麼方法來保護自己？用正念，中國古人所說的邪不勝正。我們用清淨心、慈悲心，用念佛的心是最好，念阿彌陀佛、念觀世音菩薩，你就決定不會受傷害。要懂得保護。

「負面意念對身體有強烈的負面影響，病人或是有罪惡感、易怒

## 和缺乏自信。」

這是現在很普遍的現象。要知道，負面不僅傷害別人，而且傷害自己。我們恨一個人，那個人有沒有受到影響？有；受多少？三分，自己受影響七分。不值得！我們用正面的，愛心、慈悲心去關懷一個人，他所得到的三分，自己得到的七分，你就想想起心動念對自己多重要。愛別人是真愛自己，幫助別人是真的幫助自己，成就別人是成就自己，這一定的道理。害人是先害自己，無論是個人、是團體，乃至於一個國家，沒有例外的。明白這個道理，起心動念決定不能有傷害別人的念頭，因為它真起作用，首先是自己受傷害。所以佛菩薩決定沒有一個惡念，念念皆是善念，這是我們應該要學習的，他是我們為人處世最好的榜樣。

「不管是好消息還是壞消息的預感，都會被心臟和腦部接收到，最讓人驚訝的是，心臟竟比腦部更快接收預感。」

我們中國人講預兆，好事的預兆、惡事的預兆都有預感，這些預感，我們的腦跟心臟都能夠很快接收到。無論是什麼樣的預兆，最重要的是冷靜，不能夠躁動，心要有主宰，我們來接受事實真相。善的固然好，要知道它有副作用；惡的雖然不好，我們如何能化解，藉著這個緣分，讓我們知道修養道德重要、深信因果重要。只要有智慧，順境逆境、善緣惡緣都是我們最好的增上緣，幫助提升自己的境界。所以特別是災難這一類的信息，它特別強，有強烈的預感，一定要鎮靜，念佛就好。行善好，幫助這個事情化解。

## 「動機是念力成功的關鍵要素。」

我們要想運用念力來改變自己、改變環境，動機非常重要，動機一定要善。善是什麼？要利益社會眾生，這個動機就好，如果是自私自利，這個動機不好；自私自利要傷害別人，這個動機就更壞，會感來意想不到的災難。人決定不能有有害人的心，人要能遵守古聖先賢教給我們的德行，念念能夠捨己為人，這個動機好。《妄盡還源觀》裡講四德，自性的四德，第四個就是「代眾生苦」。這個是性德的圓滿，眾生有苦有難我們來承當、來代替他受。要給社會大眾做好樣子，自己不怕辛苦、不怕勞累，盡心盡力去做，你愈做身體愈健康，愈做心情愈快樂，這就是生活在幸福之中。為自私自利，那對自己有很大的傷害。

「正面意念（帶有愛心或利他之心的意念）往往能帶來協調的心跳。」

這帶給我們的是歡喜，帶給我們的是幸福。

「意念能給無生物充滿能量，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。」

無生物是講礦物，哪些？我們每天祭拜的這些佛菩薩的雕像、基督教的十字架。意念能給它充滿能量，它會起作用。佛像要開光，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。其實開光是什麼意思？一尊新的佛像塑造成功，啟用典禮的時候要把佛像供養的意義跟大家說明白，然後你見到這尊像就曉得什麼意思，這叫開光。是像開我們的光，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；地藏菩薩代表孝親尊師，看到地藏菩薩的像，就要曉得我要孝養父母、奉事老師，這光就開了；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。這個我們要知道、要清楚。

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，想盡方法咒你。有人曾經對我說，淨空法師，很多人恨你、在咒你，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，陷害我也好，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怎麼消除？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，每一次重大的挫折，後面是一片光明。

我對每個人都感恩，我自己不會發展，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。所以我覺得這個世間人，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。就像歌利王對付忍辱仙人，幫助忍辱仙人提前成佛，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。因為歌利王割截身體，忍辱仙人沒有絲毫怨恨，還感恩，幫助他提前成佛，變成賢劫第四尊佛，彌勒菩薩變成第五尊。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，這個業障是大幅度的消除，沒有比這個力

量更大的。所以要有智慧，對這些人特別感恩。找我麻煩、陷害我的，我都供了他們的牌位，天天迴向給這些人。我不恨他，我喜歡他們，我感激他們，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。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。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。」

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。

決定不能產生怨恨、對立、對敵、對抗。戰爭就是因為不能忍讓才會發生，永遠保持忍讓，戰爭就不會發生。如何防止這些事

情發生？教育。一個有德行、真正慈悲的好人，惡人看到他都不忍心下手。你需要什麼東西，向他要求，他會給你，用不著去搶，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。

中國這個族群在世界是第一，自古以來懂得倫理、道德、因果教育，把人都教好了。所以這個族群幾千年來長治久安，怎麼做到的？教育。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？最後得到的結論，可能是中國人懂得家庭教育。

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。中國古時候

社會單位就是家庭，一個家庭就是一個單位，你現在到中國農村裡面去看，那個是王莊，那是李莊，一個村莊就是一家人，世世代代不分家。一個家庭五代同堂，我們打開族譜，都是五代，五代是一家。人口再發展多了，就分開再建立一個家。所以關係很密切，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，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，從小就教小孩讓，沒有競爭的，彼此都互相相讓。從小就訓練不能有私心，有私心將來家庭就麻煩。起心動念為整個家庭，不是為自己個人，自己個人再大的成就，榮耀歸家庭，是整個家族的榮耀。

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，不會消失，原因在此地。中國傳統教育不但能救中國，而且能救全世界，這是湯恩比說的。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。

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。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！自己會跟自己作對嗎？不可能。不同的族群，就像我們身體不同的器官，眼睛不會跟耳朵作對，耳朵不會跟鼻子作對，心臟不會跟腎臟作對，肺不會跟肝作

對，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，仁者就是菩薩。仁者怎麼樣？沒有對敵的，仁者無敵，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。為什麼？菩薩已經知道遍法界虛空界一切眾生跟自己是一體，哪有自己跟自己作對的道理！

「消除你對某種結果的期望或追求，隨時注意自己有沒有執著於某些意見、觀點、偏好而排斥其他想法。」

這很重要，這是教我們從根本上放下，恢復你的清淨心。我們有期望，我們的心就動了，我們有追求，我們的心就染污、不清

淨，有希望就不平等。我們是在一個動的狀態之下，不是靜止的。

有執著就迷惑，有意見、有觀點、有偏好，意造業，排斥其他的，身口造業。造業，善業是三善道，惡業是三惡道。所以六道輪迴是自己製造的。我們學佛學不好，念佛念不好，問題都在這一條。我們沒有放下，所以功夫總是不得力。學一輩子佛，造一輩子業。我們應當隨時注意自己有沒有執著、有沒有分別、有沒有意見，在佛法裡教給我們，我們起心動念要注意自己有沒有自私自利，因為自私自利是一切罪惡的根源。自私自利要放下，要學佛菩薩大公無私，念念為一切苦難眾生，不要為自己。念念不能與一切人事物對立，這是放下邊見；跟一切大眾相處沒有成見，成見就是此地講的意見、觀點、偏好，沒有成見才能恆順眾生、隨喜功德，隨喜裡頭成就功德。特別是排斥其他，這就造業。

造業一定有果報，跟一切眾生結怨，冤冤相報，生生世世沒完沒了，那就太苦了。而跟眾生結怨有時候自己不知道，為什麼？有意無意，有意是自己知道，無意當中所結的怨恨自己不知道。所以世出世間的聖賢教導我們，在日常生活當中處事待人接物要守禮，在佛法裡面講要持戒。儒家的禮是世法的標準，佛家的戒是世出世法的標準，五戒十善，起心動念、言語造作有沒有守住這個底限，這比什麼都重要。

## 十、懺悔的能量

「禱告實驗證明我們是可以回到過去，改變過去的。逆向的念力比順向的念力更具威力。」

這些科學家做實驗，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，能夠改變過去，影響現在。過去那一節不談，單單來管現在，這個行不通，非常困難。所以懺悔的力量就很大。

逆向是什麼？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。

「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，標量波可以讓人改動時間與空間。」

標量波就是零點能量場裡頭的一種次波，它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，超越時空的。意念的能量不可思議。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，會產生更大的效果。懂得事實真相的時候，懺悔起作用，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、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。一切人事物，所謂時間這個界限，時間是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，或者是雖然後悔，但是面子放不下，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。

## 結語

這本書分量很大，我在裡頭節錄了這一點點，跟同學們在一起分享，我相信對我們念佛，對我們求生淨土的信念，也幫助我們對著眼前這些災難，如何應對統統有幫助。

## 附錄：懺悔能量的實例

釋心慈法師（內號悟梵），度生法業，功圓果滿，於公元二〇一一年十一月九日安詳往生，得年四十有二，僧臘二十二春，戒臘二十一夏。

心慈法師於修學最後的階段，看破放下，至誠懺悔，上品往生，淨空老法師開示談到：「懺悔的力量不可思議，真正懺悔，後不再造。我們一生做錯的事情很多，不要害怕，不要放在心上，把造罪的心放下，心裡只有阿彌陀佛，問題就全解決了。全球的災難頻繁，人心惶惶，這些菩薩來給我們作示現，來現身說法，會產生一定的效果，增長我們的信心、加強我們的願心，這一生決定得生淨土。所以悟梵法師做得很好，現身表法，讓我們在這個大劫難當

前，有這麼一個好榜樣，給我們最大的信心。」  
謹呈心慈法師的懺悔書，供養大眾。

願以此功德，莊嚴佛淨土，  
上報四重恩，下濟三途苦，  
若有見聞者，悉發菩提心，  
盡此一報身，同生極樂國。

## 懺悔書

弟子悟梵至誠向諸佛菩薩、龍天護法、師父上人及一切諸大善知識、有緣眾生至誠頂禮懺悔：

弟子悟梵無量劫來情執深重、分別計較、堅固執著，不能放下。雖聽經聞法，時有懺悔，但總是業習深重，真誠心不夠，辜負師父多年慈悲教誨。尤其得遇勝緣，能在師父身邊，時時親近學習，卻因業習深重，時時刻刻受到外緣境界所轉，自以為是，執著堅固，心量狹小，不能容忍，懵懂無知，不能認真力行師父、佛菩薩的慈悲教誨，有意無意之間，造作五逆十惡地獄重罪，更令眾生對師父、佛菩薩的教誨退失信心。

所有曾被悟梵傷害過的有緣眾生，悟梵在此深自懺悔，給他們曾經帶來的重大傷害，對諸大護法善知識，悟梵也至誠懺悔。總是計較分別，感恩心不夠，遇逢逆境甚至心存怨悔，對尊敬的師父上人，悟梵更深痛頂禮懺悔。悟梵不能掌握機緣，以學習落實經教為首要，而沉溺於煩惱情執、是非善惡，無法自拔。

悟梵在此仰求佛力加持、龍天護法、一切有緣眾生，給悟梵機會，若悟梵壽命若盡，願能至心念佛，身無痛苦，心不貪戀，回歸安養，若佛菩薩覺得悟梵還能為眾生做一些事情，仰求佛力加持，斷除一切煩惱欲望，為佛法、為眾生、為師父上人，盡自己的本分。

佛云：情執深重，求出輪迴，終不能得。又云：愛不重不生娑婆。悟梵深知一切業習煩惱的根本，總在情執深重，仰求佛力加持，

悟梵能身心潔淨，一心念佛，盡快脫離病苦，與一切有緣眾生共同念佛，往生西方，弘護正法，廣報四恩。

弟子悟梵頂禮懺悔

公元二〇一一年五月十五日



# 念力的秘密分享

功德主名錄

委印文號：105178

二一、〇〇〇元：「林淑瑛、賴朱罔市、賴俊哲、黃素齡、賴澍鈞、吳宜家、吳冠伶、往生者吳澄岩、

往生者吳碧霞、往生者吳博容、往生者林元全、往生者林卓玉蘭、往生者賴文慶、往生者黃文華、

往生者黃江梅及吳氏、林氏、賴氏、黃氏歷代祖先暨其冤親債主。」

願以此功德普皆迴向，從初禮拜乃至隨順所有功德，皆悉迴向盡法界、虛空界一切眾生。願令眾生，常得安樂，無諸病苦。欲行惡法，皆悉不成。所修善業，皆速成就。

關閉一切諸惡趣門，開示人天涅槃正路。

以上計新台幣：二一、〇〇〇元，恭印一、〇〇〇本。

回向：天下和順，日月清明，風雨以時，災厲不起，國豐民安，兵戈無用，

崇德興仁，務修禮讓，國無盜賊，無有怨枉，強不凌弱，各得其所。

祝願法界一切有情，所有六道四生，宿世冤親，現世業債，咸憑法力，悉得解脫。

祝願現生者增福延壽，發菩提心，常隨佛學，勤修精進，利濟群生。

祝願已故者往生淨土，同出苦輪，共登覺岸。

附記：本會接受善信委託，代印經書、佛像，其必要之費用，均經本會審慎評估；若有結餘，均續作本會之印（購）經書及運費，為施主廣積陰德，歡迎十方大德善加利用。

普為出資及讀誦受持  
輾轉流通者回向偈曰

願以此功德  
消除宿現業  
增長諸福慧  
圓成勝善根  
所有刀兵劫  
及與饑饉等  
悉皆盡滅除  
人各習禮讓  
讀誦受持人  
輾轉流通者  
現眷咸安樂  
先亡獲超昇  
風雨常調順  
人民悉康寧  
法界諸合識  
同證無上道

佛曆二五六〇年／西元二〇一六年五月

## 念力的秘密分享

發行人：簡豐文

出版者：財團法人佛陀教育基金會

地址：100 台北市杭州南路一段五十五號十一樓

網址：<http://www.budaedu.org>

E-mail：[budaedu@budaedu.org](mailto:budaedu@budaedu.org)

電話：(〇二)三九五一一一九八

傳真：(〇二)三九一一三四一五

劃撥戶名：財團法人佛陀教育基金會

郵局劃撥帳號：〇七六九九七七九

銀行名稱：台灣銀行城中分行（請於電匯或轉帳後告知本會用途）

銀行帳號：〇四五〇〇四五九七五〇三

本會經書免費結緣之請取方式如下：

(一)親臨本會二樓講堂。(二)利用傳真：(02) 23965959

(三)撥打電話：(02) 23951198 分機：11、12

(四)網址：<http://www.budaedu.org/books/>。(五)寫信指定：本會法寶流通股。

為提高服務效率，請您嚴謹考量，慎選所需經書；儘量少用電話，多利用文字方式請取，並請詳寫經書名稱、冊數及收件人姓名、地址、電話、郵遞區號，以減少本會之處理時間；若大量申請，請註明用途，且避免姓名、地址等文字上書寫之錯誤。

◎本會經書，歡迎翻印（請勿增刪），贈送流通，功德無量。

◎本會交通

※捷運：善導寺站5號出口，至杭州南路右轉，過兩個紅綠燈。

※公車站牌：審計部站→212、299、232、205、276、605、257、262

台北商業技術學院→253、297、237 仁愛路一段→253、297 開南商工→208

仁愛路、杭州南路(紹興街)口→630、270、263、245、621、651、37、261

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第三八六九號

恭印：一〇〇〇本  
流水號：1116  
書號：CH55-01



