

學佛答問（答香港參學同修之二十）—關於禽流感、憂鬱症
、自殺答問（共一集） 2005/11/4 香港佛陀教育
協會 檔名：21-291-0001

淨空老法師：諸位觀眾，大家好，請坐。

主持人：尊敬的上淨下空老和尚，各位觀眾朋友們，大家好，阿彌陀佛。近幾年來，全世界天災人禍頻傳，去年年底，南亞的大海嘯造成了幾十萬人的傷亡。今年八、九月美國紐奧良那個地方卡崔娜颶風，還有前沒有多久，印度以及巴基斯坦的大地震，都是造成很重大的傷亡。最近疾病管理局也極力的在呼籲大家，要大家特別的注意，因為一種變種的禽流感的病毒，恐怕會引起全世界、全球的大流行，恐怕會引起很大的災難。根據疾病管理局的統計，在一九一八年西班牙的流感，那個時候流感的病毒叫做N 1 H 1，這種病毒是由八段來自鳥類的基因所引起的，當時造成二千萬到四千萬人的傷亡。一九五七年亞洲型的病毒，叫做H 2 N 2，含有三段來自鳥類的基因，造成一百萬到二百萬人的傷亡。一九六八年，香港的一種流感，病毒叫H 3 N 2，這種病毒含了兩段來自鳥類的基因，造成了七十萬人的死亡，所以造成全球的大恐慌。

最近越南、日本又傳出禽流感疫情，WHO曾經多次的發出警告訊號。如果禽流感出現了人傳給人的這種病毒的時候，將會引起全球性的流行性感冒的災難的開始。WHO更是預測將有一億人左右感染到，所以這會引起全球的恐慌。現在大家人心惶惶，這種戰爭不是人與人之間的戰爭，這種戰爭可以說是人與自然界無形的戰爭，所以大家都非常害怕、非常的恐懼。我們現在就要啟請，我們的上淨下空老和尚，給大家做個寶貴的開示，讓大家知道能夠如何來防止？如何來面對？如何來做好心理建設，度過這個難關？

淨空老法師：中國諺語說「生死有命，富貴在天」，很可惜的，現代人對於祖宗五千年的教誨，遺忘了，不願意再學習了。瘟疫哪一年沒有？自古以來年年都有，如果我們受過倫理教育的洗禮，通達因果報應的理論與事實，即使災難來臨，我們的心是定的。像剛才陳居士所說的，世界衛生組織統計，如果說這種災難蔓延開，會有一億人受到感染。我們知道，現在世界上人口將近七十億，七十個人裡頭有一個人感染，不是多數。由此可知，大多數還不會感染。

我記得我在講經的時候跟諸位提到過，這個故事是早年初學佛，朱鏡宙老居士告訴我的，是真的事實，這不是編造的。他說在上個世紀初，日本人在上海發動一二八的戰爭，這也是死難不少人。他說在這個戰爭之前三個月，那時平安無事，誰也不知道會有這場災難。他那個時候，朱老居士那個時候他沒有學佛，他學佛是晚年才學佛的，他在蘇州擔任一家銀行的經理。常常在一起玩的朋友，當中有一個叫走陰差的（現在提起來這都是叫迷信），就是這個人他晚上到陰曹地府辦事。

上海，在人間它是特別市，市長的地位跟省長一樣，可是在鬼道裡面，上海是個縣。管理江蘇的總的城隍，他們叫都城隍，就相當於省長（省會是在蘇州），蘇州城隍廟的城隍最大，管上海的。他說有一天上海的城隍送了一批生死簿，送到蘇州，正好就他這朋友接這些文書，他的地位並不高，傳遞公文。他收到之後，總是有著習慣翻一翻，這翻一翻之後，他感覺得很驚訝，為什麼？名字都是四個字，五個字的。中國複姓，大家知道四個字的有，哪有這麼多？送了這麼大一堆來。第二天他們老朋友見面，就把這個事情提出來跟大家說，每個人都很納悶，都想不到。三個月之後這戰爭一爆發，恍然大悟，那個生死簿上是日本人的。在這次戰爭當中要喪

失生命的，你看三個月之前名冊已經送到蘇州都城隍了。

所以老居士告訴我，縱然是是在戰爭當中，沒有一個是沒有原因死的，該死的，那個生死簿早就送到城隍那裡去了。瘟疫也不例外。瘟疫當中該你中到，該你在這一場瘟疫你要死亡，那個生死簿的名字，大概恐怕也是三個月、半年之前，已經送到城隍土地那裡去了。如果沒有你的名字，你就是感染到了，也很快會能夠復原；如果你運氣好一點，就是遇到之後，你也不會受感染。所以說生死有命，富貴由天。千萬不要什麼？這個事情還沒有發生，你現在已經被嚇死了，你很冤枉。嚇死了，生死簿也送到閻王那去了。所以這些話我們談起來，有人相信，有人不相信，認為這是迷信。

中國有這個事情，在美國也不例外。在美國許多朋友都知道，這是不久之前，也是在大戰時期，大概是五、六十年代，美國有個預言家凱西，這個人很出名，許許多多的專家學者，還研究他的資料，他保存的資料非常完整。一生幫助一些疑難雜症的人，總共有一萬四千多人，每個案例都保存得很完整，他有一個博物館。他曾經說過（我讀他的資料，曾經說過），他說世界上任何一個人，你這一生當中所遭遇的事情，都跟前世有關係，沒有一樁事情是突發的，就是說沒有原因的，絕對是跟前世、跟來生都有關係。我看到這份報告的時候，我很贊成，我能夠肯定他的話不錯，跟東方千百年來所記載、所傳說的完全相同。

凱西沒到中國來過，中國人的東西他也不知道，實際上，他的程度並不高，好像只是初中學生程度。他之所以能夠醫治這些疑難雜症，我從他的報告裡面看出來，他是一個靈附在他身上。這個神靈很善，你看人有困難的時候找他，他會幫助。你要是僥倖，你去找他，我今天去買馬票，哪個號碼會中，你告訴我，他不說。換句話說，他不幫助你作惡，他救你的苦難。所以這種靈也很少看到，

居然幫助他一生，這是跟凱西過去生中有特別殊勝的緣分。所以從這些地方，我們就了解、就肯定生死有命，富貴由天。我們處任何艱難危急，最重要心是定的，心清淨、心定生智慧，就怕心亂。心一亂，心一慌，縱然你不該死，生死簿上沒你的名字，你都嚇得半死，你說冤不冤枉。所以這個定是功夫，定中就有智慧來處理這些問題。

同時我希望我們國內這些朋友們，我們今天有許許多多的災難是不應該發生，但是它發生。真正的原因是什麼？早年胡秋原先生跟我說了一句話，近代中國人之可悲，是喪失了民族自信心，造成許多災難。這個話說得有道理。譬如講這個瘟疫，瘟疫有很多解藥、醫藥。現在中國人不相信中醫，不相信中國古老的處方，相信西醫，這就沒有法子！

我常常講經，在許許多多地方介紹，在中國五千年文化裡頭有兩個特色必須要肯定的。第一個是教育，中國人最懂得教育，五千年的經驗，五千年的智慧，五千年的方式，五千年的教學內容，五千年的效果，這個古老的國家民族到今天還屹立在世界。二十世紀初期，大概一九二、三〇年代的時候，這是中國抗戰之前，我曾經聽人說，歐洲有些專家學者，他們研究世界上四大文明古國，三個已經沒有了，在歷史上消失了，中國還存在。這些學者專家研究，到底是什麼原因，中國沒有被淘汰掉？研究最後得的結論可能是中國人重視家庭教育。我聽到這個話，我當時很肯定的說，一點都不錯，中國人懂得家庭教育。但是現在中國人把家庭教育丟掉，至少丟掉七十年。我八十歲。

我在小時候，我十歲離開家鄉，我那個時候在家鄉還受的是傳統教育。但是從我們這一代之後，你看比我小六歲的，我弟弟他就沒有受到，就完全不知道。然後中日戰爭爆發，把整個社會打亂了

，每個人天天腦子裡想著什麼？逃難，避免戰禍。所以我們十歲就開始學煮飯，學縫衣服、補衣服，萬一戰爭遇到之後，家人失散之後，你小孩要能活得下去。所以那麼小就學生活教育，會煮飯，會洗衣服，會縫被子，會補衣服，這是你生活所必須，你要活下去。至於倫理道德、孝悌忠信，那就講得很少，幸虧是從小耳濡目染，還沾一點邊緣。所以在這以後一直到現在，我們傳統教育文化都不能夠復興起來，這是我們很大的憂患！

這個國家，說老實話，政權喪失沒有關係，你看蒙古人統治中國大概九十年，不到一百年；滿清人，這都是外族，統治中國二百六十年。政權喪失，文化存在，傳統教育存在，這個國家還能夠復興。如果我們傳統的教育文化要是失掉了，這個國家民族就像歐洲人所說的，這最後一個文明古國也會消失了，都變成歷史上的名詞，這是多麼可怕、多麼可悲！尤其是我們看到，七十年代湯恩比，英國的一個歷史哲學家，他說得很清楚，「解決二十一世紀的社會問題，只有中國孔孟學說跟大乘佛法」。我聽了很感嘆，他說得不錯，儒能救嗎？現在談到儒都會想到四書、五經、十三經；講到佛法一定會想到《華嚴》、《法華》，大乘的經論。學佛的人多，出家人多，試問問能不能救得到了這個社會？

現在社會最嚴重的問題，衝突，許許多多的衝突。怎樣消弭衝突？全世界的人都在關心，如何能夠恢復到世界的安定和平。湯恩比提的這個方法是正確的，但是要怎麼去做？不是在儒佛的枝葉花果，儒佛的枝葉花果是好看，不起作用，為什麼？做不到。所以我們要找儒佛的根，從根救起就有辦法。儒的根是什麼？《弟子規》，佛的根是什麼？《十善業道》。你看今天學儒、學佛，哪個人重視《弟子規》，哪個人重視《十善業道經》？這是儒佛的根。你從根上下手是活的，它會發芽，它會開花結果；如果你只是在枝葉花

果上去找，像這個盆裡頭的盆栽，很好看，沒有根。這就是四書、五經、十三經，就是《華嚴》、《法華》，大乘經論，沒根，三天之後就枯死了。今天佛為什麼興不起來？儒為什麼興不起來？大家把根忘掉。所以我們這些年來，提倡這根本的教育，道理在此地，這是非常非常重要的一個課題。

第二個中國五千年來傳統有一樁了不起的東西，醫學，中醫。中醫有五千年歷史，五千年的智慧，五千年的處方，五千年的效果，你要是把它疏忽了，錯了。我六月份到歐洲去旅行，聽說英國皇家他們生病都找中醫，他不找西醫。我聽到也很有感受，這些人聰明。我參觀牛津大學，參觀倫敦大學，看他們的漢學系，居然裡面有不少教授中文講得很好，不需要翻譯，而且對我很熟悉。我說怎麼回事？原來他們常常在電視網路看我的東西，所以沒有見面就很熟悉，見面就非常親切。他們真在研究。歐洲一些學者對中國了解的，甚至於超過現在的中國人，我們感覺得很慚愧。我們要相信中醫，要相信中國傳統的教育，確實能夠化解災難，能夠化解這些瘟疫。

這些災難，我聽到之後心是定的，我沒有把它當作一回事情。好像上一次的SARS，大家都驚慌得不得了。在北京，我聽說有一位導演得了這個也是算瘟疫，在西醫治療。到最後西醫放棄了，告訴他的家人，他的壽命只有三天。這個時候我們協會的凌孜會長跟他是朋友（凌孜以前也是導演），就跟醫院的院長商量，讓中醫試一試好不好？院長也就同意，反正三天就要死了，過不了三天。凌孜就找中醫，中醫給他開的處方草藥，很普通、很便宜的草藥，一服藥人民幣六塊錢，三服藥，三天病完全好了，出院了。這個問題就是你相信不相信，你如果相信，很容易治，而且中醫還有預防的措施。預防也是從飲食上，教你吃哪些東西，增強你的免疫力，

增強你的抵抗力，你不容易感受，感受了也很容易治療。你們今天把這個問題提出來問我，那我這種答覆最重要的，你信不信。

主持人：非常的謝謝，師父給我們寶貴的開示。我們要再請教師父一個問題，就是根據全球各地的報導，為了預防這個禽流感的蔓延，到目前為止，聽說已經撲殺好幾千萬隻的雞隻，這實在又是一種雞隻方面的大劫難。我們想要請教師父，他們這樣做對於防止禽流感有幫助嗎？請師父給我們開示。

淨空老法師：無論是依儒或者是依佛都不敢講殺生，一隻雞、一隻鳥牠也是一條命。你殺牠，那從因果上來講，你無緣無故殺牠，牠究竟有沒有得病，你並不確知；一百隻鳥裡面有十隻鳥得了病，你把一百隻都殺掉，那九十隻是冤枉死的，牠能甘心嗎？儒佛都講「冤冤相報，沒完沒了」，如果這樣做法，那這個禽流感就是愈來愈多，愈來愈嚴重，報復！要怎麼處理？這鳥類、家禽，家裡養的，牠要有病，你給牠治療。人得到的時候你想方法治療，畜生得到的時候你為什麼不給牠治療？你把牠治好了，牠感恩，你幫助牠，牠反而會感激你。所以我覺得聰明的方法，是應當給這些禽獸治療，在飼料，牠們生活環境裡面注意。現在講環保，你給牠有很好的環境，讓牠有免疫的能力，讓牠不受感染，讓牠不傳染，這才是辦法，醫學應該是從這上面去下功夫。

那我覺得中西醫不能夠彼此互相對立、嫉妒，這不好。為了一切眾生寶貴的生命，中西醫應當結合，應當互相交流，互相學習，互補，我相信這樣子什麼？在中醫，也能把中醫技術往上提升；西醫有很多副作用的時候，我相信也能夠把它改正，這才是如法的。人要相親相愛，要互相尊重，要互助合作，不能夠對立，對立這就是所有一切疾病災難的根源。對立產生誤會，誤會產生衝突，衝突產生就互不相容。我西醫好，你中醫沒有科學根據，應當要把它滅

掉，這種觀念就會產生禍害。中醫到底是好不好，你沒有下功夫去研究。不研究，懷疑它，就把人家消滅掉，這個怨恨生生世世都忘不掉。西方人也有很多相信因果報應，有很多人相信輪迴，我聽說在美國基督教有一個教派，他接受輪迴，他相信人有來生。

所以殺不是辦法，那是非常殘酷，那是埋下了禍根。這我相信，學佛、學儒都不同意這大量殺生，不可以。但是你要曉得，你殺害的這些眾生，你把牠這些屍體埋起來，牠在裡頭就會變成病毒。一個災難，或是地震，或是像颶風，土沙一飛起來的時候，它的病菌就隨著風滿天飛。人為的，不能不留意，不能不小心謹慎。所以災難不是天然的，災難都是人為的，佛家講的業力感召。這才講得通，講得人心服口服，業力感召。所以你心地善良，沒有害人的心，沒有傷害一切動物的心，那些小動物跟你都能合作。

早年我初學佛的時候，我讀《印光大師傳記》，《傳記》裡面記載，印光大師住的房間裡面有跳蚤、有蟲子，這東西會騷擾人。他的侍者，照顧他的年輕這些小法師們，就到房間裡面去收拾，把這些小蟲子抓到丟到外面去，也不敢殺生。老和尚看到之後叫他別動，讓牠留在此地，為什麼？要提醒我自己，我的德行不夠，我真的有道德的時候，牠們會遷單（遷單就是搬家）。我住在這個地方，牠對我尊敬，牠自然會搬走，牠不會騷擾我。當然小和尚就不敢做了。在記載在裡面講，印光法師七十歲以後，無論他住哪個房間，你到裡面去找，一個都找不到，真的應驗了。

我們現在學佛也學了將近半個世紀，有一點效果，像這些蚊蟲螞蟻牠也不找我。我到澳洲，我們新建的房子，有一天我進洗手間，滿洗手間都是螞蟻。我不曉得牠從哪裡來的，新房子，是從哪裡來的？真奇怪，我沒有法子進去。我就跟螞蟻講，合掌：螞蟻菩薩，你們從哪裡來，最好還要從哪裡出去，我們彼此是互相尊重，互

不侵犯，我們各人有各人的生活環境，我絕不會傷害你們。我就離開。半個鐘點之後，我再進去，一隻螞蟻都沒有，也不曉得牠從哪去，有效果。不但動物有感應，植物都有感應，我們的院子很大，樹木花草很多，統統都有感應。不要以為它們是低級的生物，錯了，要尊重，要有愛心。所以這瘟疫我們處之泰然，我們相信我們絕對不會感染，沒有感染的這個業，我們沒有造罪業，起心動念純淨純善。所以諸位要想防止一切瘟疫，斷一切惡，修一切善，最好防預的方法，自己要有信心。這個瘟疫，我們中國民間說有瘟神，瘟神看到我們，他會遠離，他不會找麻煩。

主持人：非常的感恩師父給我們的開示。我再請教師父另外一個問題，記得師父曾經說過，當禽流感，之前，一個月以前剛剛很緊張的時候，師父曾經說過一句話，吃素的人、有愛心的人自然可以遠離這個禽流感。是不是真的有這件事情？請師父再給我們開示一下。

淨空老法師：這個話不是我說的，是有幾位同修告訴我的。而這個同修說，傳這個話的是靈媒，但是他講得很有道理。剛才我說的斷一切惡，修一切善，從自己本身做起，跟他講的話相應。吃素，你要吃素，不吃這些眾生肉，你跟牠沒有冤仇，牠怎麼會害你？沒這道理！你不害牠，牠不會害你的；你愛牠，牠也愛你；你尊重牠，牠也尊重你。我跟你講螞蟻的故事，像這些小故事我們遇到太多了。去年我有一次，不曉得去年還是今年春天，我在中國大陸，住的房間裡面有蚊子，我看到大概總有三十多隻蚊子，牆壁是白色的，停在這牆上。我在那裡誦經，我就跟這些蚊子說：我在誦經、在念佛，請你們不要干擾我。牠們統統停在牆上，我誦經念佛念完了之後，大概就是一個半小時到兩個小時，沒有一個蚊子來叮我。晚上睡覺的時候，牠們也沒有干擾我，到第二天早晨我起來，大概

還有十幾隻停在那上面。我很感激牠，牠不干擾我，我也不趕牠走，我們相安無事，互相尊重。

我相信我在那裡誦經、念佛號，牠們都在那裡聽，這個房間沒有人聽，牠們來做聽眾。好像在過去不多久有人告訴我，現在連蚊蟲螞蟻都學佛。我聽了這句話，感覺得有這麼一個經驗，有點道理，好像是真的不是假的。但是螞蟻學佛，我還看不到這種樣子，但是蚊子我看到了，都有靈性。就是佛所講的「一切眾生，皆有佛性，既有佛性，皆當作佛」。牠是過去造的業造得太重了，墮了畜生身，墮了蚊蟲螞蟻身；我們造作的惡業沒牠那麼重，還有一點善根就得人身。六道眾生是業力所感，在六道裡頭流轉，所以六道裡頭哪一種身我們也都受過，牠現在是蚊子，過去我們也曾是蚊子，將來也許會變成我們同類，都非常可能。

所以我們如果真正是吃長齋，就跟一切眾生殺業斷了。雖然過去無知，沒有學佛還一樣吃肉殺生，現在知道了懺悔，後不再造，牠也會原諒你。所謂是「浪子回頭金不換」，人最重要的是懺悔，是要認錯，我錯了，以後不再做了，決定不殺生。能夠愛護一切動物，能夠幫助一切動物，這決定有善的感應。所以誦經念佛，像我們這個道場天天在講經，大家到這邊來聽、來學習，統統確確實實可以減少感染。我們不能說是決定不感染，但是對感染的機率應該是大幅度的減少。所以我們心要定，我們心不慌，我們用中醫的方法做一些預防的措施。這預防是增強我們的免疫力，增強我們對這些疾病的抵抗力，這是應該做的。

主持人：非常的感恩師父慈悲的開示。我們再次的請教老和尚，另外一個也是相當嚴重的問題，這是在二、三個禮拜以前，有一次，我從澳洲飛往台灣的長榮的班機上，偶爾看到一份報紙的報導。報導說台灣目前的女性有百分之二十有自殺的傾向，而且有很多

有憂鬱症的。憂鬱症最年輕的年齡，居然是兩歲多。這實在看起來相當的震撼，兩歲多的小朋友居然就有了憂鬱症。我們相信這不只是在台灣，在日本、在中國、在美國、在全世界，相信有很多這種類似的現象。我們現在就來請問我們的師父，這是哪裡出了問題？應該如何的來開導這些患有憂鬱症的人，來遠離憂鬱症，又如何來挽救這些瀕臨自殺邊緣的人？我們再一次的請教老和尚，給我們開示。

淨空老法師：化解這個問題要靠教育。人為什麼會憂鬱？憂鬱的起源，我相信他活在這個世間，感覺得毫無意義、毫無價值，才會產生這麼樣一個病態。人活在這個世間，最重要的是教育。在古代，堯舜那個時代，堯王、舜王都是聖人。聖人就是通達理事因果的明白人，對每個人真的都是有愛心。我們在經書上看到的湯王，湯還在後，堯舜禹湯。其實他們都曾經有這些例子，看到別人犯罪，人民犯罪，要受刑罰。湯王看到了，就命令這些官吏不要治他的罪。湯怎麼說？「萬方有罪，罪在朕躬」。那古時候稱我稱朕，人民沒有罪，我有罪。皇上有什麼罪？他坐在這個地位上。那一個小國家領導人，那個位子不是隨便可以坐的，他要做三樁事情。諸位要是讀古書你就都明瞭，他要做什麼事情？「作之君，作之親，作之師」，就是君親師，這他的責任。

君是什麼？領導人民；親是養育人民，像父母，你要養孩子；師，你要教人民。老百姓犯罪，是你沒教好。為什麼犯罪？他遇到荒年，就是旱災、水災他沒有收成，沒東西吃，到外面去偷，你親沒有做到。你要讓他能夠溫飽，他今天吃不飽、穿不暖，你這個國君有罪。所以說從前的這些聖王看到老百姓犯罪，他沒有罪，我有罪，我對不起他，我沒有把他養好，我沒有把他教好。這中國歷史上稱為聖王，堯舜禹湯都是這樣的人。所以要教，教什麼？這是在

堯舜時代，那個時候他們治國，就是開始發展農業，所以這個基本生活的條件可以吃飽，可以穿暖，房子可以遮蔽風雨，物質上能夠過得去。看到人民一天到晚飽食，吃得很飽，悠遊自在，沒有教育，與禽獸沒有兩樣，所以他們就憂慮，就感覺得教育太重要。國家設立專門管教育的官員，使契，這個契是人的名字，「使契為司徒」，司徒是專門管教育，就像現在主管教育的單位領導一樣。教什麼？教父子有親、君臣有義、夫婦有別、長幼有序、朋友有信。

中國倫理道德的教育，在文字上記載的是堯舜開始的，堯舜到我們現在差不多四千五百年了。堯舜以前有沒有？肯定有，堯舜他們從哪裡學來的？他也是學來的，不過那個時候國家沒有正式設立官吏，倫理道德的教育是家教，從小父母代代相傳教下來的。往上再去推，至少可以推五百年，所以我們常常講，五千年的文明古國。五千年教學的中心就是倫理，就是道德，倫理就是五倫，倫是一條道，大道，它是天然、自然，它不是哪個人發明，哪個人創造的，自然的。隨順自然這就叫德，不能破壞自然，破壞自然災難就來。你看現在科學發達，破壞自然生態環境，這就帶來災難。

中國人這個教育是仁愛的教育，是孝悌忠信、仁愛和平的教育。所以在中國歷史上，你看五千年的歷史，中國從來沒有侵犯過鄰國（我們周邊這些鄰國），歷史上沒有，從來沒有侵犯，都處得非常好，睦鄰。鄰國比我們小，對我們有進貢，這個進貢就是對我們這個國家有往來，送一些禮物，我們的回報一定比他厚，一定比他多。這是什麼？表示厚道。所以現在外國人講的中國威脅論，這是完全不了解中國文化，不了解中國的傳統。如果真正了解，中國人怎麼會侵犯別人？哪有這種道理！日本人對中國發動戰爭，我們的八年抗戰，死亡多少生命財產。戰爭結束之後，中國人是以德報怨，沒有要求它賠償，沒有要求它割地，沒有。這在歷史上都見不到

的，哪個國家打勝仗，都要求賠款，要求割地。

中國二戰之後，諸位看到了這種和平的理念跟精神，這是中國傳統文化，五千年的道統。雖然現在斷掉了，斷層了，斷掉我的看法也不過七十年。七十年的時間不算長，但是也不短，七十年三代了。現在積極要來挽救，要來復興，這是我們這一代人的使命。如果我們把它疏忽掉，再過個十年、二十年要想挽救那就真難了。為什麼？這年輕人印象都沒有，現在年輕人雖然沒有印象，但是四十以上的人，你跟他談談還行。所以二十年之後那就沒救了，那真的就困難了，這才是我們真正憂慮的問題，如何把倫理道德的教育恢復。人只要受了倫理道德教育，懂得因果，憂鬱症就沒有了，還有什麼好憂慮的。

每個人生在這個世界上有他的使命，有他天賦的責任，人總不能出五倫。你在家庭，父慈子孝你要做到，兄友弟恭，君仁臣忠；為家庭，為社會，為國家，為全世界的人類造福，做出貢獻。他有意義，他有價值，任何挫折他有智慧來化解，他就不會有憂慮感，也不會去自殺。如果懂得因果，自殺很可怕，自殺不能解決問題，自殺只有把自己的問題複雜化，陷於更深的痛苦。這樁事情，諸位看看江逸子老師的地獄變相圖，你就明白了，他這個地獄變相圖裡頭有一段就是講自殺的果報。

主持人：非常感恩師父，再給我們這麼寶貴的開示。剛剛師父提到江逸子老師畫的這個地獄變相圖裡面自殺的果報，也許有些人還沒有看過，有些觀眾朋友也許他們都還不知道，能不能請師父再給我們明示的講出，讓大家能夠更深一層的認識不能夠自殺，不能夠輕言放棄自己的生命。

淨空老法師：在倫理上講，自殺是逃避現實。你逃避現實，你怎麼能對得起你父母？你怎麼能對得起祖宗？對社會上來講，你一

個人生活在世間，能夠有自殺的勇氣，那勇氣也很可觀，也不是容易的。一般人你叫他自殺，你看他敢不敢。所以有自殺的勇氣，他要一回過頭來捨己為人，我要為社會做一番事業，沒有不成功的。世界上最難找的就是捨己為人，我自殺已經是捨己，我為什麼不拿這個身體奉獻給一些苦難眾生，替他們做一點好事情？我求學是為這個事情，不為自己，自己沒有自私自利，沒有名聞利養，沒有貪瞋痴慢，全心全力奉獻給社會，奉獻給眾生，為他們做一點好事，就稱聖人。念頭一轉，你看生死、聖凡一念之間，所以不應該。

對於這些果報的事情，世間人說得少、迴避，它有問題，宗教裡頭講得多。你要問為什麼宗教裡頭講得這麼多？宗教確確實實它有它的那一套，它那一套絕對不是造謠生事，不是欺騙眾生。用現代的話說突破了空間維次，他能看到過去，能看到未來；過去是你的前生，未來是你的來生，你的前世來生他都能看到。這些話現在科學家承認，我在澳洲聽鍾茂森先生的報告，他是前年從美國太空總署裡面所發出來的資訊，最新的研究報告裡面有，肯定時間、空間不是真的。這個報告跟佛法講的相應，跟許多宗教裡頭講的都相應。

他說時間在某種條件之下，時間等於零。諸位要曉得，時間等於零，就沒有過去，沒有未來，過去現在未來你統統看到，時間等於零。空間亦復如是，在某種條件之下，這空間也等於零。空間等於零，給諸位說，距離沒有了，遠近沒有了。宗教裡面講的天堂、天國，佛教裡頭講極樂世界、華藏世界在哪裡？就在面前，沒有距離！時間跟空間不是真的，是可以能夠，這個問題能夠解決，這在佛法裡講得太多了。我們在很多往生記載裡面看到過，人在臨命終的時候，阿彌陀佛來接引我們到極樂世界去，人家問他說極樂世界多遠？在隔壁，在我家堂屋。這說明是什麼？空間沒有了。我們今

天聽到科學家報告，於是我們肯定，對這些記載一點懷疑都沒有。它所以然的道理是什麼，我們不能不知道。科學家肯定宇宙有不同維次的空間，在理論上講，不同維次的空間是沒有法子計算的，太多太多了。現代科學可以證明至少有十一種不同空間存在，至少有十一種，六道輪迴就是六種不同維次的空間。

最早說六道輪迴，不是佛教，婆羅門教。婆羅門教是現在印度教的前身，我跟他們接觸很多。他們的信徒，傳教師告訴我，因為印度人不重視歷史，只有傳說，他們的宗教傳說，在這個世間一萬多年，可是我們世界上學術界承認它的歷史八千五百年，也很可觀！八千五百年。我們佛教世界上承認的，今年是二千四百九十九年，明年才是二千五百年。印度教比我們早很多，就算是八千五百年，比我們也多了五千年，所以他們說的。他們怎麼說的？實在講就是突破空間維次，他看到了，他接觸到了。他用什麼方法突破？現在科學家沒有辦法，時空維次知道有，不能突破，這些人突破了，用什麼方法？禪定。定功愈深突破的面就愈大，突破也就愈有深度，所以六道是他們發現的。我們在經典裡面看到記載，印度教裡頭修行高明的，居然能夠到達無色界天，非想非非想處天，這是六道裡面最高的；能夠到達阿鼻地獄。換句話說，六道這麼大的一個範圍，也是有許多不同維次空間，他們全都能突破。但是六道外面，他就沒有辦法，這就是定功還不夠。

一直到釋迦牟尼佛出現，才把六道的所以然為我們說出來，為什麼會有六道？換句話說，為什麼會有空間維次？空間維次怎麼來的？佛不說空間維次，佛說法界，法界就是空間維次，怎麼來的？都是從一切眾生妄想分別執著來的。這我們才真正體會到，妄想分別執著無量無邊，所以空間維次無量無邊。那修定？修定是把妄想分別執著完全停住，只要一停住空間維次就沒有了。有妄想分別執

著就有，離妄想分別執著就沒有，所以過去未來他看到，此界他方也看到，清清楚楚、明明白白，是這麼一回事。

佛法的修行，無論大乘小乘重視禪定，我們常常聽到，佛家常講八萬四千法門。八萬四千法門什麼意思？都是修禪定，有八萬四千種不同的方法修禪定，離開禪定那就不是佛法，所以八萬四千種統統修定。念佛，每天念阿彌陀佛是修禪定嗎？是。你看《彌陀經》上講的，念佛目標在哪裡？「一心不亂」，一心不亂就是禪定，一心就是定，不亂就是智慧。所以這句名號定慧等學。念佛什麼叫功夫？把你的妄想分別執著念掉了，就叫做功夫，一心才現前，二心就亂了，一心就不亂。所以用這個方法去把時空突破了，那你的境界就不相同，馬上就擴大，生活的空間就變了，不拘束在這個時空之內。所以這是一個科學沒有法子突破。科學，用許多科學方法，但是都沒有離開妄想分別執著，所以沒有法子突破，科學能突破是非常有限的。如果把妄想分別執著放下，這個突破就不難。

所以古印度許許多多高級宗教統統修禪定，中國連道家也修禪定，儒家也講定，「知止而后有定，定而后能靜，靜而后安，安而后慮」，它也講這個。但是儒家講的程度淺，不深，沒有道家講得深。講得更深的就是佛家，佛家講禪定，真叫甚深禪定，能把所有空間維次全部突破，它有理論，它有方法。只是現在學佛的人沒去照做，還沒有離開名聞利養，還沒有離開貪瞋痴慢，那跟世俗人沒有兩樣。這天台大師所講的，這叫名字位人，有名無實，不是真修行，真修行的人不一樣的。這些理事我們都要清楚、都要明瞭，然後你要依照這個方法去做，你有定有慧，什麼問題都解決。世間人稱為很複雜的問題，在佛法裡看很簡單，從理上講「凡所有相，皆是虛妄；一切有為法，如夢幻泡影」。事有理無，相有性無，總不離因果。

所以懂得因果的人，這個人真正有福。沒有惡念，沒有惡的念頭，沒有惡言，沒有惡的行為，真正是把自己修到純淨純善。縱然受了冤枉，別人毀謗、侮辱、陷害，心裡面是平靜的，不但沒有怨恨，還感恩。這奇怪了，感什麼恩？他毀謗我，他侮辱我，他陷害我，不管我有沒有錯，都是替我消業障，逆來順受，業障就消了。如果你要是不服氣，他毀謗你，我也要去反駁，不能接受，那好了，那這個怨恨就會變成冤冤相報，生生世世，沒完沒了，彼此雙方都痛苦。所以明白這個道理，逆來順受正確，這個帳到這裡就結掉。這一生當中，我沒有得罪他，說不定前世得罪他了，這一世他用不善的態度來對我，那這是報復，我歡喜接受，沒有怨恨心，沒有報復心，這筆帳消了，下一生如果再遇到，就是好朋友，這就說化解衝突。

所以衝突不可以消弭，你要消弭它，那怨恨愈積愈深，這哪裡是解決問題的辦法。譬如今天講的防恐，有很多人問我：法師，這防恐要到什麼時候才能結束？我開玩笑的說，三百年。實際上三百年能不能結束？還是不能結束，為什麼？因為你一防，那邊攻，你一防，你兩邊是對立的，對立要是不能化解，這個對立是永遠存在，矛盾永遠不能化解，只有冤冤相報，愈報愈殘酷，這是錯誤。怎麼化解？不防了就化解；兩邊對立，我這一邊不防，那一邊就打不起來。寧願自己再吃幾次虧，再受幾次災難之後，人家就不打了。我打你，你不還手，就打不下去。我打，你還手，愈打愈起勁，不就這麼個道理！

打不還手，罵不還口，立刻就解決。但是我這種解決的方法，沒有人能接受。所以化解衝突一定從本身做起，不從外面。我這一生生活得很快樂，都是從佛法上學來的，毀謗我的人常常有，侮辱常常有，陷害也常常有，我都很快樂，我都很感恩，每天誦經念佛

都給他們迴向。凡是找麻煩的人，我都給他立一個長生牌位，這是什麼？化解衝突，所以絕不是消弭衝突。絕對不能存有報復的念頭，我們心開意解，非常快樂。你找我麻煩，這裡不能住，那邊有人歡迎我去住。這是老子所講的「上善若水」，你這個地方障礙，我從旁邊流，我不跟你發生對抗。這個路愈走愈廣，愈走愈殊勝，才知道這是真正得到佛菩薩、聖賢教誨指導我們，我們的生活才能過得這麼圓滿。

方老師當年把佛法介紹給我，對我說「學佛是人生最高的享受」，我是聽到這句話才走向佛門。在過去認為佛教是迷信，從來不進門，從來沒有這個意念，說是問問佛是什麼？都沒有這個念頭。「佛經是哲學裡面最高峰（佛經哲學），學佛是人生最高的享受」，這兩句話介紹我入佛門。同時他也告訴我，他說佛法不在寺廟，在哪裡？在經典，這個指示非常正確。所以我這一生學佛是在經典裡頭學，不在寺廟，指導我的老師都是在家的。章嘉大師他是個出家人，時間很短，三年他老人家就圓寂了。

後來我跟李炳南老居士，我跟他學十年，十年離開之後，每次到台灣，我一定去看他，一直到他往生，所以我們保持非常好的師生關係。《無量壽經》，夏蓮居的會集本是他交代給我的，我有使命弘傳這部經典。所以過去有很多人反對，反對會集本，我不能動，如果說全世界的人反對，我一個人還要學下去，為什麼？老師傳的。如果我把它捨棄掉的話，人家會給我一個罪名，淨空法師背師叛道，這個罪名就成立了。你可以反對，你不是李老師的學生，李老師沒有把這個本子傳授給你，你可以反對，我不可以。我是老師親手把這本子傳授給我的，我怎麼可以反對？我要認真修行。

講到這個地方，正好前天中國北方有個同學打電話給我，說有一位老居士（我現在還沒問清楚是男的，是女的，不曉得），一生

就是受持會集本，聽我講經的光盤，他很專，他就聽《無量壽經》，就念阿彌陀佛，還學我念佛的腔調。我不是唱的，我念佛就是南無阿彌陀佛，南無阿彌陀佛，他就是用我這個聲調去念，居然預知時至，坐著往生。他打電話告訴我，他說老居士已經坐了四十八個小時，現在還坐在那裡。我聽了這個事情，我說你有沒有找新聞記者去看看？找電視台去拍拍這個新聞？他說去找了，找了之後，他說國內政策不報導這些，認為這個東西還是迷信。我說不要緊，你們自己曉得，錄相機把他錄下來，錄下來送給我，我們自己華藏電視台可以播放。他告訴我錄了。我說趕快去錄，錄了送過來。這說明什麼？依照會集本修行，預知時至，坐著往生，這不是假的。反對的人你得要負因果責任，講因果，各人因果各人負責。他做得對，做得錯，都不必要干涉，各人因果各人負責，這是最正確的。

主持人：我們非常感恩師父給我們這麼寶貴的開示。記得在華藏衛視開播二、三個月的時候，有一天，有位觀眾打電話到華藏衛視的客服中心，他說他要特別感恩上淨下空老和尚，因為他在無意中，看到了華藏衛視中，師父在講《十善業道經》，所以他到現在還活著，要不然的話，他三天以前就已經自殺了。所以他要特別的感恩，我們的上淨下空老和尚，救了他的一命。我們更希望今天，透過師父的再次的開示，能夠更加的挽救那些想要自殺的人，珍重生命，愛惜自己，同時我們更希望那些憂鬱症的人能夠遠離憂鬱症。

我們再來請教師父，剛剛師父提到不同維次空間，這個覺得很有趣。我又想到在華藏衛視開播沒有多久，我們幾乎天天接到有些媽媽打電話來，她說很奇怪，我們家的小孩還不到兩歲，他們每天就是吵著阿公阿嬤，吵著爸爸媽媽，我要看拜拜那一台，結果他的媽媽幫他打開了華藏衛視以後，他看了這個電視台，他就在那邊一

直的拜，一直的拜。他的媽媽說，這個電視台讓小孩非常的喜歡，尤其是兩歲以下的。他們好像在哭的時候，他們把這個電視台打開，他們就一直拜，然後很高興的一直看。因為他們根本就聽不太懂，可是他們會很歡喜的看。

我本來也覺得很奇怪，真有這回事嗎？但是很多人都這麼說。一直到沒有多久以前，我在澳洲的時候，當場看到了，有位也就是師父祕書潘維邦先生，他的一個兩歲左右的小孩子，他一進來，那時候華藏衛視就在師父客廳的旁邊，正在播放師父的講經，他一進來，他就到電視機面前，也就一直拜，一直的拜。所以我想這確實有這麼一回事。我想要請教師父，是不是因為他們看到了不同維次空間？因為師父在講經的時候，相信會有很多的天神都在看，旁邊磁場也特別得好，當然我們是看不到，那些兩歲左右的，天真無邪的小孩，也許他們看到了，是不是這個原因？我想請問師父。

淨空老法師：你說這個話有可能。這只要我們細心去觀察嬰兒，你看他還睡在搖籃裡面，你細心觀察他的表情，你看他有的時候笑，有的時候他也很傷心，好像在哭，他那個表情細心觀察，好像有人在他旁邊。這樁事情，我們曾經遇到過中國國內特異功能的人，我遇到他們是在美國洛杉磯，聽說那一次，這很多年前，他們一共有十個人到了美國，好像也是國家派去的；有三位到洛杉磯，年紀很輕，只有二十幾歲，確確實實一點都不錯。我們有位女同修，應該那個時候五十歲左右，就來做試驗。他說他們有天眼，叫x光眼，能透視。她說你看看我的身體，你能夠透視，看我身體的狀況。這個人一看，他說你在多少年前，曾經得到肺結核，但是現在已經鈣化，指出她的部位。她嚇了一跳。你看結婚那麼多年，確實有這個事情，她先生都不知道，從來沒有跟人講過，她說他真有這個能力。

然後就問他，你們這種能力怎麼來的？多半都是與生俱來的，生下來就有。會不會失掉？他說會，如果我們一天到晚胡思亂想，就失掉了。這個說得就有道理，這種能力維持靠什麼？靠定，靠清淨心。小孩的心（童心）他沒有妄想，所以多半都具有這個能力，特別是在三、四歲之前，一般人，實在講一般人都有。可是三、四歲以後，你知道的事情多了，妄念起來了，就是分別執著起來了，那這慢慢他就退化掉了，到十歲之後就完全沒有，這是一般普通人。那他們這些人多半都是生活在農村，他能保持的時間長久，因為他接觸花花世界機會太少，農村淳樸，所以他能保持到二、三十歲，三十歲以後很少。這說得很有道理。這佛法跟我們講，修清淨心就恢復到本能。要曉得這不是叫特異功能，是我們每個人的本能，我們這個本能是被妄想分別執著蓋覆住了，是這麼回事情。

所以佛在《華嚴·出現品》裡面說得好，「一切眾生皆有如來智慧德相，但以妄想執著而不能證得」。禪定是什麼意思？就是把妄想分別執著放下，你放下得愈多，放下得愈徹底，你恢復的能力就愈多。所以能力是恢復，不是從哪裡得來，從哪裡得來那就錯了，是本有的這些能力。本有當然可以恢復，妄想分別執著本性裡頭沒有，沒有當然可以斷掉，問題就是你明不明瞭這事實真相。果然明瞭，你就好好的去修你的清淨心，大乘教裡面讓我們修的，修什麼？真誠心、清淨心、平等心、正覺心、慈悲心，就修這個。在哪裡修？在生活當中修。真誠是體，決定沒有虛偽，虛偽是迷失了真誠，就變成虛偽；迷了清淨就變成染濁，就染污了；迷失了平等就貢高，人就傲慢，貢高，平等心沒有了；迷失了正覺，糊塗了，就迷惑顛倒了；迷失了慈悲就自私自利。所以要曉得這些煩惱自性裡頭本來沒有，你真心自性裡面只有真誠清淨平等正覺慈悲。

我們今天希望恢復本有，把這個本無的捨掉，所以在一切時、

一切處對人對事對物，無論是順境、是逆境，無論是善緣，還是惡緣，首先你記住，一定要保持自己心地的清淨，不受染污。什麼是染污？喜怒哀樂愛惡欲是染污，七情五欲。不生七情五欲你接觸一切境界就生智慧，智慧的對面是煩惱。我們讀《壇經》，你看看六祖惠能大師，他第一天見五祖，五祖派他到柴房裡面去工作，給他一份差事，舂米破柴，這都是苦事情。他在離開的時候跟五祖說了一句話，他說「弟子心中常生智慧」，五祖聽了，快去快去。這了不起！那我們要是見了五祖一定說：祖師，弟子心中常生煩惱。他常生智慧，常生智慧表示真誠清淨平等正覺慈悲他統統都有了，所以黃梅住了八個月，五祖就把衣鉢傳給他。神秀跟他多少年都沒有得到，給他得去了，什麼原因？他真的叫還原，真的叫回歸，回歸到自性，這個道理我們不能不懂。

我們學佛學什麼？就學這個。學到這個，什麼問題都解決，真的是「天下本無事，庸人自擾之」。宇宙是和諧的，法界是和諧的，不和那就是病。我常常教人觀身，觀身會開智慧。我們這個身體大分在外面，眼耳鼻舌身，眼不是耳，耳不是鼻，鼻不是舌。眼耳鼻舌身各人管各人的事，很守本分，眼只管看，它不管聽；耳只管聽，不管看。你看看各人管著自己的本分，不干涉別人，不反對別人，而且自自然然密切合作，這個人健康。現在我們來個麻煩，眼只會看，我用什麼機器讓眼睛也能聽，你讓耳朵也能看，也許這個科學技術可以把你做到，但是你把你的自然環境破壞了。破壞之後你就會有副作用，那個副作用就要了你的命。隨順自然是德，破壞自然是災害。你內裡面五臟六腑也是各有各的本分事，各有各的功能，各人把各人的功能做好，不干涉別人，不妨礙別人，密切合作，人身心健康。和，和為貴，宇宙是太和，地球生態平衡就是和睦相處。

那我們今天科學發達了，要破壞自然生態環境，好了，人家報復的是什麼？水災、旱災、風災、地震，這報復來的，像禽流感。瘟疫是什麼？瘟疫是你殺害眾生太多，禽流感，你看一般吃雞肉，中國人喜歡鴨肉，北京什麼烤鴨，我從來沒有吃過。從小，小時候貧窮想吃沒得吃，長大的時候學了佛，可以吃，不能吃，所以一生沒有嚐過，跟牠們不結冤仇。將來還有很多奇奇怪怪的病，你殺害的眾生太多了，什麼都要吃，什麼都要報復你，冤冤相報，生生世世沒完沒了，你說多恐怖、多可怕！在過去我們學佛的人，佛法禁止不吃這些東西，它有道理的，為什麼不吃眾生肉？培養慈悲心，這是最重要的，當然不跟眾生結冤仇，那是從因果上講的，在佛法正理上講是養慈悲心，不忍心吃眾生肉。

我在幾個月之前，有一次機會到山東慶雲去訪問，看一個養鴨工廠，規模很大。工廠裡的負責人告訴我，北京烤鴨三分之一是他們廠裡頭供應。我去看的時候，一群小鴨子，他就遞了一隻放在我手掌裡頭，跟我手掌一樣大，這麼大。他問我：法師，你看看，這個鴨子出生多少天了？我一看至少十天，我們從前在農村裡頭，我們生長在農村，這雞鴨鵝家裡都養，鄰居也養，養這麼大至少十天。他告訴我兩天，我嚇了一跳，我說那你這個鴨子長大，賣到北京做烤鴨，大概需要多久時間？兩個星期。怎麼長大的？餵的都是化學飼料，吃了叫牠趕快膨脹。這飼料有問題，不是自然的。你要叫牠到外面自己去覓食的話，十天，至少十天才能長那麼大。我看了之後，我就回去告訴大家，雞蛋、鴨蛋不能吃了，為什麼？牠那個正常的生態被破壞了。雖然這個雞蛋跟鴨蛋不是種蛋，專門是生蛋的，都不行。這個雞鴨本身生態平衡破壞了，所以我相信這個蛋吃的也不健康，我就勸大家不要再吃了。這是我們親眼看到的，你才能覺悟到。

現在人聰明，破壞自然環境，所得來這些報應，天災人禍、瘟疫，都是自作自受，我們不做的人就能夠倖免。長養自己慈悲心的人，做出犧牲奉獻來幫助一切苦難眾生，包括這些動植物，這種人有福，這種人不遭難。這是相信因果教育的人有這個信心，縱然這些災難現前，也如如不動，也能夠保持自己的真誠清淨慈悲，這是自度度人不二法門。貴在能信，不信就沒有法子。「佛不度無緣之人」，什麼叫無緣？不信就無緣，相信就有緣。

主持人：非常的感恩師父給我們這麼寶貴的開示，更希望大家聽完了這堂課以後，大家都能夠認真的受教，都聽從師父的教誨，好好的修清淨心，心清淨身就清淨。更希望大家都能夠和睦相處，人與人之間和睦相處，與自然界，與所有的一切宇宙，一切的空間，一切各個維次空間的這些眾生，都能夠和睦相處，我們就是一個安和樂利的社會。再一次感恩我們的上淨下空老和尚，也謝謝各位，阿彌陀佛。

淨空老法師：現在中國領導人提倡和諧社會，非常重要！我們明白這些道理之後，就是從自身你能看到和諧。你從這裡就學習到，我在這個世間，我是哪個行業，我是做些什麼，把我自己本分的事情做好。今天我們是一個佛教徒、是個出家人，我們的本分事情，釋迦牟尼佛做了一個樣子，一生教學。我們把經典學好，把經典講好，講清楚、講明白，經典裡面的教誨我們自己做到，我們也幫助別人做到。與不同的宗教，不同的族群，不同的文化，就像我們身體不同的器官一樣。我們要尊重他，我們不能干涉他，不能反對他，不能破壞他；要幫助他，提升他，互助合作。所以從身心的和就能夠推廣到一家和，一個社團和，一個國家和，一個地區和，整個世界和。「和為貴」，這中國人最講究的。你看看，故宮的三個大殿，太和、中和、保和。帝王用什麼治國？以和治國，這是我們

要記住的。和一定從本身做起，別人跟我不和，我跟他和，這就對了，這樣和才能和得成功。如果是自己不願意跟人和，希望別人跟我和，那個和永遠不能落實。好，謝謝大家。

主持人：再一次感恩師父，更謝謝各位，阿彌陀佛。