



天高、雲淡、風輕，九月的紐約，秋高氣爽、風景宜人。不知不覺中我們迎來了二零一五年的中秋佳節。

九月二十六日，中秋佳節前一天早晨，大密團體紐約地區信眾，興致勃勃地相聚在美麗的凱西娜公園，一起拍照留念，記錄下這一刻刻美麗的時光。凱西娜公園的秋天，風景非常地美麗，湖水倒映著藍天和翠樹，水禽和魚兒在水裏歡快地遊來遊去，小徑蜿蜒，路上是三三兩兩晨練的人們，太陽慢慢地從東方升起，柔和的晨光照耀在人們的臉上，是那樣的溫暖、舒適、祥和。在攝影師的組織下，大家一起照合影，然後男眾、女眾、孩子們、還有各個家庭，紛紛各自拍照。雖然為了不影響公園裏晨練的人們，大家盡量地保持小聲地說話，但歡快的氣氛，還是迅速感染了周圍的人們，大家紛紛過來和我們問好，有的還興高采烈地要求和我們合照，有的則自告奮勇要幫我們照相。

拍照結束後，大家來到佛堂，請上師給我們開示。上師給我們講解了美國的風俗，解答了我們提出的疑問。聽了上師的開示，在場的每一個人都非常地高興。

九月二十七日就是中秋節，正好是周末，

僧眾們早早地來到佛堂，虔誠地拜佛，學習課誦。早課結束便開始簡單而隆重的中秋節會餐。上師給每一個人兩個粽子和四個蘋果，還有飲料。粽子是佛堂年輕的義工精心包的。這兩個年輕的女孩最開始並不會包粽子，是上師從選材到制作步驟一步一步耐心地教她們，才使得她們有了服務眾生的本領。四個蘋果也是上師精心挑選的。四個蘋果，四種顏色，四種口味，最重要的是有不同的特點和不同的營養成分，有助於僧眾們的身體健康。上師還教僧眾們一起念誦，把資糧轉換為功德。然後上師與僧眾們一同舉杯，慶祝這個歡樂祥和的中秋節，祝賀美國的僧眾們在中秋節幸福團聚，祝願大家的父母親友都好。大家歡聚在一起，享用了豐盛的早餐。

早餐結束，僧眾們在佛堂合影。上師親自組織大家整理合影的隊形，並且給大家講解和示範了如何利用周圍環境的學問。照過了集體照，上師還親自指導現場的每一個家庭，拍各個家庭的合照。上師對我們每一個人，以及我們的家庭和孩子，都非常地關心和愛護。在此中秋佳節，不但我們每一個小家庭都團聚在一起，我們這個學佛的大家

庭，也團聚在了一起。這樣的機緣非常地殊勝，我們每一個人都感到非常地幸福。

今年的中秋節，時機非常地特殊，正好是今年最大最圓的月亮----超級月亮發生的時機，當晚還能看到月全食和紅月亮發生。這樣的時機，人生難得一遇。這樣特殊的節日裏，如果能和上師一起度過，聆聽上師講法，那是多麼地美好啊！在美國的部分僧眾，選擇了在佛堂度過這個特殊的夜晚。大家唱起了梵唄，在這個充滿祥和的節日裏，贊嘆佛菩薩，感恩佛菩薩！不多時，上師走了進來，和大家一起歡度節日。大家祝願上師節日快樂、吉祥如意。上師不但給大家講法，還給一些僧眾，進行了特別的有針對性的開示。每一位在場的學佛信眾，都受益匪淺，大家非常地歡喜。

美好的中秋節，大家就如同一家人一樣，在一起共度中秋佳節。在佛菩薩的慈悲加持下，小孩茁壯成長，健康快樂；大人工作順利，家庭幸福。每個人帶著自己的好心願度過了快樂的中秋佳節！願以後每一個中秋佳節都可以與大密的“家人們”一起度過！

(作者：龔居士等)

# 戒酒記

## How practicing Buddhism led me to humility and freedom from alcohol addiction

我以前不抽煙，但是喝酒，從小就喝，而且很喜歡喝。

酒在中國已經被鼓吹成了一種“文化”。“無酒不成席”，喝酒是最平常不過的事了，而且人們以酒量大、喝酒多為榮。在我的家鄉也是如此，小時候家裏來客人了，或者去參加喜宴，要給長輩敬酒，我也會喝一些酒，父親不反對，反而鼓勵。我小時成績很好，父親沒誇過，但是能喝些白酒了，他就很高興地向別人誇耀。影視小說裏也經常宣揚豪爽喝酒的人，這讓我感覺能喝酒是一種榮耀，多喝酒能讓父親高興，能讓人尊重，所以極力表現自己能喝。那時還不知道喝酒的危害，不時就喝點，漸漸地酒量就大了，白酒喝半斤八兩都沒什麼問題。

很多人喝酒很痛苦，被迫喝酒，親友聚會為了活躍氣氛要喝，做生意應酬要喝，喝得很痛苦。而對我來說，從沒感到酒難喝，反而覺得喝酒是一件很享受的事。從米酒、紅酒、黃酒、啤酒到白酒我都喝，首先喜歡酒的味道，喝著感覺舒服；其次喜歡喝酒的感覺，酒精對神經的刺激作用，讓人出現興奮和快感。所以在我家裏，冰箱裏常常是空空的，卻備了不少酒。

我很喜歡運動，打籃球、跑步、遊泳、健身等，但一般運動後洗完澡就喜歡喝點酒。我最喜歡喝56度的二鍋頭，經常隨身攜帶一小瓶隨時喝。我大姨夫不喝酒，他家裏存放了很多十幾年的酒，也基本上給我喝了。我也曾經與朋友一起用大碗像喝水一樣喝烈性白酒。在中國東北工作時，散裝白酒用礦泉水瓶裝著，上班時帶著，吃飯時陪員工中愛喝酒的老人喝，下班跟同事或上司喝。喝酒的人大多也喜歡跟我一起喝酒，想喝的我陪他喝，他說怎麼喝，我就怎麼喝。

喝酒就難免喝多，喝多了的感覺確實很難受，特別是躺在床上或者醉倒在地上天旋地轉的感受、第二天醒來頭疼欲裂、口幹舌燥、有氣無力的感覺十分難受，這個時候就想再也不喝酒了，太難受了。“看起來像水，喝到嘴裏辣嘴，喝到肚裏鬧鬼，走起路來絆腿，半夜起來找水，早上醒來後悔”這是酒喝多了的真實寫照。

我也知道喝酒對身體不好，就控制不要喝多。但是只要喝了酒，喝的時候舒服，喝完興奮，但是過後就會感到身心疲憊，沒有精神，

要好久才能恢復過來。

酒的主要成份是酒精，就是乙醇，乙醇進入人體，讓人興奮，但更多的是破壞作用。酒精損害人的中樞神經系統，它使神經系統從興奮到高度的抑制，嚴重地破壞其正常功能。飲酒更會損害肝臟，降低肝細胞內各種酶的生物活性，影響糖、脂肪和蛋白質的正常代謝，造成肝細胞破壞、甚至肝纖維化、肝硬化。據科學家研究，大量飲白酒在20年以上，40%-50%的人會發生肝硬化，每日飲白酒200克延續10年可出現脂肪肝。

很多人也許像我以前一樣。喝酒也沒覺得身體有什麼問題，還挺好的，其實是慢性酒精中毒，身體對酒精有了耐受性。慢性酒精中毒，對身體有多方面的損害，可導致多發性神經炎、心肌病變、腦病變、造血功能障礙、胰腺炎、胃炎和潰瘍病等，還可使高血壓病的發病率升高。還有人註意到，長期大量飲酒，能危害生殖細胞，導致後代的智力低下，常飲酒的人喉癌及消化道癌發病率明顯增加。

我的肝本來就不好，十三歲時就因為甲型肝炎住院一個多月，還影響了上學。而我長期喝酒，肝更不好，我的性格也越來越抑郁，常常沒有精神，面色晦暗。酒精一點點地吞噬我的身體，消耗我的精神，一步步走上不歸路。

長大了，父親知道我肝臟不好，看我這樣，很是擔心，常常告誡我不要喝酒了。但是因為我很喜歡酒，就從來沒有想過要去戒酒，就這樣喝了20多年的酒，直到2012年年底，讓我想都沒想到，我自然而然就不喝酒了，滴酒不沾，什麼酒都不喝了，把酒戒了。

我是經朋友介紹，於2012年10月22日，來到大密清淨極樂彌陀殊勝洲開始學佛的。殺盜淫妄酒，酒是五根本戒之一，真正學佛人就不喝酒。那時我初學，還是喝酒，也沒想要戒酒。剛參加學習時，主要是在大密的網絡佛堂上學唱梵唄，用身、心、聲音去讚美佛菩薩，去感恩佛菩薩。很多參加學習的居士因為誠心學佛，因為唱梵唄受益了，身體好了，家庭關係好了，做事也順利了。我自己也有了很好的變化。

2013年元旦那天，我到一個朋友家去吃晚飯，我們幾個人喝了一瓶紅酒，我也喝了一小杯。要是在以前，喝這麼一點紅酒根本不算什麼，這樣的紅酒我一次喝一兩瓶都沒什麼感覺，而且很享受。但是那天喝下一杯紅酒後，

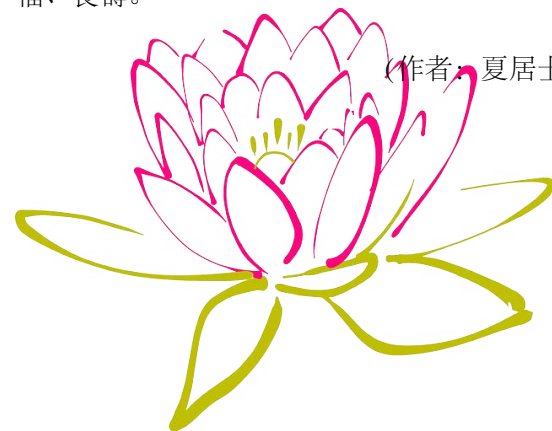
身體馬上就很不舒服，沒有絲毫的享受感，而是有些惡心，不是酒喝多了那種感覺，那種感覺說不出來，象吞了蒼蠅一樣，說難聽點像吃了大便一樣，非常不舒服。從此對喝酒就不喜歡了，就不想喝酒了。從那以後我就再也沒有喝酒，至今快3年了，我沒有喝過一次酒，什麼酒都沒有喝過，我就這樣想都沒想過就把酒戒掉了！

2013年回家過年，春節期間抽煙的人很多，我免不了吸入了不少二手煙。我平時不抽煙，但跟吸煙者在一起時，也沒有什麼特別的感受，但是那次回家過年，跟抽煙的人一起，我明顯感受到身體不舒服，後來我的嘴角出現了大量的白膿胞排毒現象。在大密學佛團體，平常學習實踐佛法，身心十分地清淨，生活也十分有規律，唱梵唄，在懷著感恩之心贊美佛菩薩時，感到自己都越來越幹淨了，所以身體對煙、酒這些不好的東西自然就有了排斥。

喝酒對身體的殺傷是顯而易見的，喝酒還會引發一系列的社會問題和家庭問題。很多人因為酗酒，家庭不和睦、生病住院、打架鬥毆、車禍、犯罪等等，甚至因此丟了性命的人大有人在。對喝酒深惡痛絕，深受其害，可是又沉醉其中，難以自拔。想方設法戒酒、反反覆復戒酒不成、痛苦不堪的人也大有人在。而在我們大密這個清淨莊嚴的學佛團體，沒有人抽煙喝酒，有抽煙喝酒歷史的人來到這裏，沒有人去強迫他戒煙戒酒，他們就自然地不想抽煙不想喝酒了，象我這樣自然戒掉煙酒的大有人在。

佛法是活法，佛法是使人向善，是讓人過健康有益的科學生活。“抽煙喝酒，離道遠走”，學佛讓我們摒除一切不好的，不科學的生活習慣，讓我們每個人都健康、快樂、幸福、長壽。

(作者：夏居士)



# 莫伸手 Don't covet money of others

我出生在一個比較貧窮的農村，記得小時候經常餓肚子，白面饅頭只有在過年的時候才能吃到！當地很多人糧食不夠吃，因此能有機會弄些糧食、吃飽肚子是大家的共同心願。

還記得有一年麥熟時節，有鄉親在鄰村抱人家已經割倒在地裏的麥子，大家看了，也都去抱，很多人也讓我。為了能吃頓飽飯，自己也去了，結果剛走到地頭就被發現了，人家追了很久，雖沒被追上，但嚇得很慘！因為當時大家就為了填飽肚子，沒有人批評我不應該去抱人家的麥子，反而說我運氣不好、反應太慢。長大後，我認識到，雖然當時只是為了填飽肚子這樣基本的渴求，但“貧賤不能移”，這就是顯而易見的偷、搶。

在生活中我又發現，還有一種比較“隱秘”的行為，那就是利用便利條件，貪占集體或者國家財產。雖然在做的時候好像天衣無縫，但事實是“一旦出手，就會被抓”！不管能否得手，都會有懲罰。很多人跟隨不正之風，覺得這是應當的，更有人無恥地說這是“以廠為家”！自己原來也覺得這是人之常情，但是在跟師父學習後才發現，那些行為實際上也是“偷”和“搶”。我說說2010年發生在自己身邊的兩件事情。

## 父親的退休金

第一件事情是在2010年4月下旬，因為父親病重，我回家去照顧。那幾天剛好父親原工作單位寄來退休工資審核表。父親退休後回老家住，和原上班地方的距離很遠，需要每年回單位一次辦理養老審核，證明人還健在，才能領到當年的退休金，按月領下一年的工資。後來父親年齡大了，遠行不便，由親戚幫忙辦理，但是需要他每一年的照片，這樣的目的是為了防止家屬冒領去世人的退休金。

說實話，我當時不想辦，如果辦理了，是可以按月領一年的工資，可是父親當時已經很虛弱，就像風中的燭光，搖搖欲墜，很可能時日無多。從我一個醫生的角度看，父親情況並不樂觀，如果明知父親病重，人沒了還繼續領工資，那不就是占國家的便宜嗎？我自己在學佛，知道不應該亂貪占便宜。因此我暫時拖著沒辦，但父親不斷地催我去辦理，還賭氣地對我說，他還活著呢。父親的固執和語氣，使我不敢違逆，於是就去找我的老同學幫忙辦理相關手續。

我找到辦理手續的工作人員，他們也還負責，堅持要父親本人去。我沒有隱瞞情況，如實告訴他父親身體不好，不能親自來，不相信可以去家裏看看。後來我雇車把工作人員帶到

我家裏去核實。當然家裏已經做了安排，吊瓶去掉不打了，房間也收拾整齊了。即便這樣，從父親的臉色仍能看出來，他的健康狀況不是很好。雖然辦事人員也看出來了，但是由於我托同學的關係請他吃過飯，他也沒有多說什麼，拿出公章蓋上印，就辦完了相關手續。

剛剛辦好審核手續不到一周時間，父親就去世了！我心裏很難受，也很自責，難道“惡果”這麼快就現前了？

想到父親去世了我們家還在領工資，自己就感到象偷盜一樣，心裏很不坦然。但是因為家裏其他人不理解，我只是勸大哥早點把父親去世的事告知養老辦公室，我並沒有採取任何實際措施。

沒想到父親離世後的第二天，家裏就出了一件“倒霉”的事情。當地農村有人去世三天後下葬的風俗，那幾天家裏忙著辦喪事，請了村裏一些人來幫忙。因為正值盛夏，考慮熱的時候需要遮擋陽光，就在院子裏搭遮陽網。來幫忙的一個人，站在兩個摺在一起的長條板凳上，拉遮陽網時，因為借的網有些老化，一下子扯爛了，這個人也猛地失去平衡，從凳子上重重地摔了下來，摔得很重。大家一看，都慌了神，忙做一團，七手八腳把人送到醫院，檢查確診是“腦出血”，需要住院。因為是給我們幫忙摔傷的，我們家就得照顧，在本已忙得一鍋粥的時候還要考慮伺候住院的人！幸運的是人救過來了，沒有留下什麼後遺癥。

醫療費用當然都是我們家掏的，最後花掉將近20000元！

事後，因為心裏不安，我曾經多次提醒家裏人趕快把父親的工資了結了，不要再繼續領空頭工資了，但是直到第二年的春節，大哥才辦理了相關手續。我自己算了一下，多拿的工資也是20000元左右，差不多剛好是那個摔傷住院的人的醫療費！

難道這是“巧合”嗎？難道這不是貪占國家財產的“惡果”嗎？

本來那一部分工資就不是自己家裏應得的，自己堅持去辦理了，到頭來錢沒有多拿到，還讓全家人擔驚受累、受到良心的譴責！

## 意外遭賊

2010年12月22日晚，休息前發現丈夫把臥室門反鎖了，我還開玩笑地說他：“把門關那麼緊，怕什麼？家裏還會來小偷不成？”次日早起，照常學習鍛煉，結束後去廚房準備早餐，卻發現灶台上有一個明顯的腳印！當時納悶，大清早誰爬到這上面幹什麼呢？隨即意識到：家裏遭遇竊賊了！

打開廚房窗子往外一看，兩根防盜網已被夾斷撬開。在房子裏到處看了看，沒有發現被翻動的痕跡，就是在客廳可見幾個腳印。回想早起時因為外面吹大風，並沒有聽見什麼動靜。檢查家裏沒有發現丟什麼東西。

現在想起來前幾天學習時，師父提醒過我們臘月期間要防火、防盜、注意安全。雖然大家談論了一些安全知識，但想著家裏也沒有什麼值錢的東西，就對防盜和安全沒有足夠的重視，沒想到竟被小偷光顧。

後來我們重新做防盜網，總共花費了1300元左右。在慶幸損失很少的同時，我也在反思為什麼家裏會遭賊。放在以前就認為自己運氣不好、倒霉！但自從學佛以來，我認識到，這些事情的發生都是有原因的。能遭遇小偷，是不是自己得到了不義之財呢？檢查自己，在報銷前一階段培訓學習費用時，其中大概有1000多元錢做了虛帳，不是自己培訓學習的開銷，而是私人花費，做假發票報銷拿到的錢。想到這裏，為什麼自己家裏遭遇了小偷，為什麼會損失1000多元錢修理防盜網的原因就很明了了，是自己貪占國家便宜得到的“惡報”！

以前以為“貪污”是掌權者能做到的，與自己無關，但回憶自己在生活當中，將單位辦公室的東西拿回家用，利用集體資源幹私活、借機報銷私人花費等等，而且還不以為恥，樂此不疲。這些行為是貪占，給自己帶來很大的壞影響。

以前對錢看得很重，認為捏到手上的錢就是自己的了，但沒有想到如果錢的來源不乾淨，實際不是得到了，而是丟失了。自己的貧窮、落後，是自私自利貪占造成的。錢財是通過自己勞動付出，用汗水換來的，自己一定要規範自己的言行，踏踏實實做人、老老實實幹事，再不能、也不敢貪占了。

通過自己的親身經歷，我感覺冥冥之中總有一雙眼睛在盯著我，時刻記錄我的“罪行”，並很快給予懲罰！這難道不是“因果律”實實在在的顯現嗎？“種瓜得瓜，種豆得豆”，絲毫不差！儘管有的人幹了壞事，“惡報”顯現較晚，貪官污吏逍遙法外，大家因此就懷疑因果律的存在；而有的人卻報應很快，比如父親辦理養老審核，剛辦完一周，父親就去世，辦喪事時還出現意外事故。為什麼有這樣的差異？我還不甚明白，還需要加努力地去學習、去研究、去證明，讓更多的人了解這個規律，相信並遵守“因果律”，健康、幸福地生活！

(記錄人：範居士)



# 學佛人應該如何面對批評

## How to Deal with Criticism Well as Buddhists



善知識語：

當我們聽到反對意見時，不要急於逆反，認真聽取人家的意見，有則改之，無則加冕！如果對方說錯了，感謝人家，知無不言，言無不盡，是自己上世修的菩薩緣！如果不認可去逆反、對著幹都是極端愚癡的行為——“一個惡念起，八萬業障開，一把無名火燒毀功德林”，孰輕孰重？

“忠言逆耳，良藥苦口”，這是人盡皆知的道理，但是事到臨頭，人們往往在誇獎贊美聲中如沐春風，對真誠的批評建議卻橫眉冷對。作為一個學佛人，如何面對別人的批評幫助，破除我執的束縛，這也是修德修性的學習過程，本文試圖對此做一些探討。

### 1 孩子的逆反

由於大人對孩子具有天生的妥協傾向，所以孩子往往利用他們“小輩”的這一身份來對抗，讓你一味地遷就他。這些孩子表面看起來柔弱，知識和人生閱歷都有限，但是他們卻並不以為是這樣，相反他們有著一種控制大人的欲望。當大人提出建議時，他們不會檢查自己，而是用哭鬧的方式來解決，大喊大叫，甚至有的孩子會以頭撞牆，或者用離家出走來威脅大人。我以前認為這與小孩子的年齡、認識有關，還跟家庭成員對他的影響有關。

比如你批評，或者只是嚴肅地對孩子說話，但孩子不會考慮你說了什麼，而只是從語氣上判斷，認為你不喜歡他，甚至傷害了他。孩子在家裏強烈地逆反，但是在學校很可能非常順從。這樣的孩子太普遍，家長幾乎可以說沒有什麼辦法，這是家長給孩子的過分溺愛所致。更進一步來說，就是一種血緣關係的再繼續。我們普通的人沒有辦法克服這種力量。大密歡樂家園的孩子們，自從離開父母的束縛，開始學佛以後，他們就從這種逆反的怪圈中走了出來，非常聽話順教，能聽得進去道理。孩子的叛逆行為可以通過學佛更快、更好、更徹底地解決。

### 2 家長的固執

中國家長在家庭中普遍具有一種權威性，他們習慣於維護自己的尊嚴（或者說是權威），所以，要讓家長在子女面前承認自己的錯誤是非常不容易。當他們無法辯解的時候，以長輩的身份來壓人，拒不接受意見。

### 3 工作中的傾軋

工作當中，大家往往需要合作，但是意見也會經常不一致。這個時候有的人還是會採納他人的意見，但是確實較少，更多的時候，則是一種封閉狀態，表面上不說，但是實際仍然按自己的方式去做。有的人甚至會懷恨在心，伺機報復。

### 4 團體中的默不作聲者

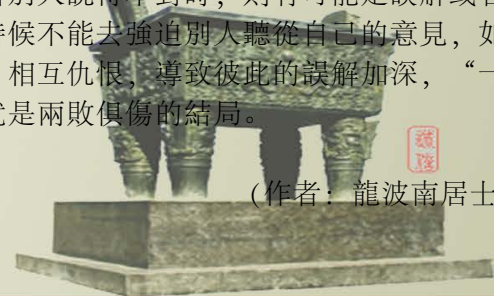
有人聽到別人提醒自己的問題，或者提出疑問時，他們不說話或者是幾乎不說話，似乎瞬間消失了一樣。不作聲代表接受意見嗎？並不是，這確實就是無聲的反抗。自己不去反省，不去檢查，或者自己悄悄地檢查，但是卻不表態，不反饋自己的意見。一石能激起千層浪，但是別人的話似乎對他一點觸動也沒有，不說好，也不說壞，就象是扔了一塊石頭到水裏，最後一點聲音也沒有，扔石頭的人聽不到聲音，也就只好無趣地走開了。師父批評一些人，而且是多次批評，這些人的共同表現就是不說話，好像批評就批評，他就不說話，看能把他怎麼樣，時間久了，好像也沒有怎麼樣，他好像也習慣了，可是等惡果出現的時候就晚了。

### 5 敵視地看待批評幫助

就如小孩一樣，認識不到別人的這種幫助，認為批評是在挑他的刺，是在嫌棄他，因此輕則懷恨在心，重則一旦時機成熟就會伺機報復，故意把工作做壞，對批評幫助內心充滿仇恨而不是感恩。當仇恨心起時，往往是戴著一種有色眼鏡在看人，把幫助他的人當敵人，卻把推他入火坑的人當作朋友。

當別人給自己提反對意見的時候，以上的各種行為，表面上看是在維護自己的尊嚴，但實際是一種自我封閉的落後形式。最智慧的做法是真誠地對待別人的批評。批評就是幫助，聽到批評首先考慮人家說得對還是不對。如果自己有問題則要想辦法改正，旁觀者清。如果不能確定，我們還可以向多個人求證，看自己是否確實存在問題，虛心接受幫助。當別人說得不對時，則有可能是誤解或者對方本身也有問題。這個時候不能去強迫別人聽從自己的意見，如果因態度強硬而發生爭執，相互仇恨，導致彼此的誤解加深，“一把無名火燒毀功德林”，就是兩敗俱傷的結局。

(作者：龍波南居士)



# 佛學的診病

## One amazing Chinese medicine experiment

2011年6月18日，大密的居士們在網絡佛堂學習，當時大家都請到了師父配制的“快樂寶”，清淨的香味沁人心脾。一聽到這個名字，快樂就自內心油然而起。大家紛紛歡喜地暢談收到“快樂寶”後的各種感受。這時，楊帆居士上麥後也談到他的身體變化：當他聞到“快樂寶”時，他感到咽喉發癢。師父當即指出他的問題，是扁桃體在發炎，而且已經有一段時間了，紅腫厲害。楊居士自己就是醫生，對師父直接快速指出他的病癥，當時沒有反應過來，他請人當場檢查，果然發現自己兩個扁桃體腫大發炎了！師父說的話一絲不差。嗓子發癢不舒服，正是“快樂寶”在起調理的作用，“正、邪”在對抗，打破了原來的“病態平衡”。

當時師父遠在美國，楊帆身在中國，距離十分遙遠。僅僅通過網絡佛堂音頻通話，短短幾秒鐘的時間，師父立即就能指出他的病癥所在，而作為醫生的楊居士本人，甚至對自己的身體狀況都不太清楚。那麼遠的距離，沒有圖像只有聲音，沒有看到師父用任何“望聞問切”的手法。師父只聞其聲，未見其人，卻準確地脫口而出其病症！



現代醫學發展到今天，醫生診斷病人要通過觀察、詢問，還要借助儀器進行綜合判定。雖說有了網絡可以天涯咫尺，但是要這麼快速、準確、簡單地指出病灶位置，實在是不可思議的事情。我們知道西醫診病需要很多的檢測數據，中醫治病的法寶是“望聞問切”四步，很多時候仍然難以進行準確診斷。更何況萬里之遙，沒有任何的儀器和化驗結果做參照，準確率可想而知。但是師父在這種情況之下的診斷卻準確無比。

多年來在師父這裏學習，碰到這樣的事已經很多了，簡直可以說是習以為常，佛法的醫學真的是很奇妙。我們很多人親眼看到，師父聽到別人的名字，或者某人打來的電話，就能立即指出這個人的病癥，而且準確無誤。師父反復用這種實例，給我們展示了佛法的奧妙，百表不敗。這不是神話，這是實實在在客觀存在的、非常超前的科學。

師父曾在課堂上指導我們實踐診病的一些方法，其中一個就是用自己手上的穴位對著診治對象進行排查，不用接觸，隨著穴位的打開，就會感知到熱、涼、脹、麻等的感覺，不同的感覺對應不同的身體狀況。這種方法對我們非常有吸引力，不需要通過任何儀器，自己的身體就是高級檢測儀器，借助自己對佛法的修習，找到疾病的位置。

另外一個查病的途徑，是佛學的親身實踐者，經過不斷學習，不健康的東西排除掉，身體得到一定的提純後，反應靈敏性增加，見到有病的人後，會立即察覺到身體對應部位的不適，從而知道病人的病灶區。舉一個實例來說，1995年冬天，感冒的人比較多，為了防止傳染，不允許生病的人參加集體學習，但很多人還是悄悄地進入講堂，結果師父沒說幾句話，鼻子就塞了，然而坐在感冒者旁邊的人卻沒有出現鼻塞這一現象。這並不是師父的身體差，而是師父的身體反應靈敏。師父覺察之後立即進行了處理，鼻塞沒有了，連講堂裏的空氣都變得清淨了。

在2500年前，釋迦牟尼佛指出一滴水裏有八萬四千眾生，意思是裏面有很多很多的生命。現在科學儀器看到一滴水中的確有非常多的細菌，細菌也是生命！過去沒有現代的高科技儀器，佛是怎麼看到的？但有一點可以確認，佛在2500年前就說出來的事實，現代人才慢慢發現，還得借助儀器，可見佛法裏有很高級、很尖端、很超前的科技。中國古代的大醫學家，很多也具備很高級的診斷能力。比如扁鵲見蔡桓公，看一眼就知道他的病在肌膚、腠理，還是已經到了骨髓，還能活多長時間等等，但得到的都是否定和譏諷。先進科學所受到的尷尬、愚昧者的自食其果自

古以來令人唏噓不已。

人的身體是複雜的系統，眼耳鼻舌身意不斷接收外界的信息，但對這些信息的感知卻非常局限，一方面是這些感官功能未被開發，同時宇宙自然還有很多深奧的秘密未被人類所認知。佛法對宇宙人生的認識，超越了我們現代所能達到的認識能力，現代的科學無法解釋，很多人對佛法有誤解。師父為我們展示了、證明了佛法的超前性，作為一個有科學精神的現代人，我們為什麼不能開闊自己的視野，對新的事物多一些包容，多一些興趣呢？作為一個現代的學佛人，我們更不能一味忽視這些現象的存在而不去認識、不去把佛法的科學展示給世人。

(作者：寧曉龍居士)



# 雪知道

## SNOW KNOWS THE ANSWER

2004年12月21日晨，在中國陝西省西安市，城區下著中雪。我走上樓頂，整個城市已銀裝素裹，我們居住的樓房頂上也鋪了一層潔白的雪花。偶然看到臨近的樓頂，積雪顏色明顯很淡，甚至能隱約看清樓頂水泥的本色，原來這個地方的積雪厚度明顯較其它地方少很多，但上方並沒有頂棚，周圍也沒有熱源、也沒有刮風，就像有把無形的傘在遮蓋著這塊區域！

這個現象引起了我的興趣。為了進一步探索這種現象，我們設計了一個簡單的稱雪實驗，進行量化分析。為了驗證結果的可重復性，分別進行了兩次稱雪實驗。

### 1 現場觀察

I) 樓頂空間環境關係如圖1所示，左側被觀察區與周圍其它地方相比，積雪量很少，而且雪未融化，地面是幹的，而別處積雪的地面是潮濕的。

II) 被觀察區上空的飄雪比別處稀薄，而且雪花飄向四周，如圖2所示。但整個實驗期間並未刮風。

III) 肉眼查看被觀察區上空無任何遮擋物，周圍無散熱源。

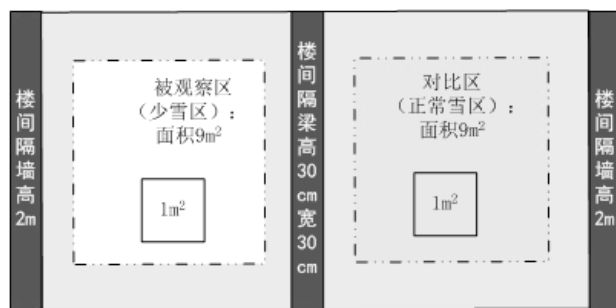


圖1 樓頂空間環境示意圖（俯視圖）

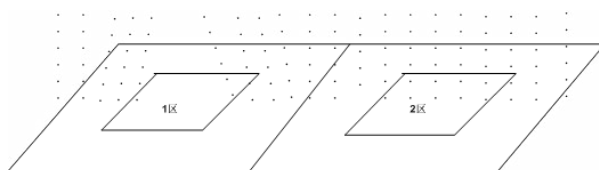


圖2 雪向傾斜示意圖

1區為被觀察區，2區為對比區

### 2 稱雪實驗

在不同的時間段，進行了兩次稱雪對比實驗，以進一步證實這兩個區域積雪量的不同。

#### 1) 第一次稱雪實驗

實驗時間：2004年12月21日上午8:00至8:05

所用器材：臺秤、燒杯、米尺

實驗過程：

分別從1區（少雪區）和2區（正常雪區）用米尺選出一塊面積為一平方米的正方形區域（記為小1區和小2區），把區域內的積雪清掃乾淨，可看到小1區地面幹爽，小2區地面潮濕，顯然小2區的積雪有融化跡象。將小1區、小2區清掃乾淨後，於上午8:00開始計時，等待5分鐘後，於8:05將小1區、小2區的積雪收集起來，各放入一個燒杯，然後用臺秤稱其重量。秤重結果如下：

小1區的雪淨重0.14kg；小2區的雪淨重0.41kg。小1區積雪僅為小2區的1/3。

#### 2) 第二次稱雪實驗

為了驗證結果的可重復性，又進行了一次實驗，這次實驗，將采雪的面積擴大至9平方米，如圖1所示，積累的時間加長為三個小時。

實驗時間：2004年12月21日上午9:00至12:00

器材：磅秤、塑料盆、米尺

實驗過程：

此次實驗，是把圖1中“被觀察區”和“對比區”各9平方米面積的積雪清掃乾淨，於9:00開始計時，累積3個小時後，於中午12:00將兩個區域的積雪收集起來，用大塑料盆盛起，秤重比較兩處積雪量的差別。

稱出1區積雪量為9kg，2區積雪量為35.8kg，1區雪重僅為2區的1/4。

### 3 觀察和實驗的結論

通過觀察和兩次稱雪實驗，驗證了觀察區域的積雪要比其它地方少很多！從對兩個實驗區的現場觀察來看，兩個實驗區域相距不到5米，積雪的差別不可能是因為刮風、有遮擋物或存在散熱源等因素。因此可以肯定，這是一個不能用一般的物理原理揭示的特殊現象。

“北國風光，千裏冰封，萬裏雪飄”，卻有這麼一塊特殊的地方，雪似乎在有意識地“避開”這塊區域，這是什麼原因呢？

日本學者江本勝博士有一項科技成果，在《水知道答案》[1]一書中，描繪了水的一種特性，水分子的結晶態，會受到人的思維的力量影響。“良好的、感謝的”話語下看水分子的結晶態是美麗規則的，而在“辱罵、責難的”話語下看水分子的結晶態是混亂醜陋的。江本勝博士的實驗，印證了佛在三千年前說的「宇宙萬物皆能見聞覺知」。

在我們這個實驗當中，可以清楚地看到，實驗區上空的雪不僅非常稀薄，而且自動飄向四周，在沒有風作用的情況下，雪花的飄落顯示出了一種主動性。雪也是水結晶的一種形態，聯系“水知道”的實驗，我們是否可以做一個推斷，雪也具有“見聞覺知”呢？

再進一步分析，“水知道答案”是因為水感知到了人的思維信息，產生了不同的結晶。那麼雪是感知到了什麼樣的信息，在覆蓋北國蒼茫大地時，唯獨要留下這一方淨土而不願打擾，不僅不願落在這片屋頂上，而且在努力地飄離開這裏！雪顯現出的這一“見聞覺知”，到底是因何而來呢？

我們發現，這塊積雪很少的屋頂，下方就是上師的辦公室和居室！原來一片小小的雪花，“知道”佛法是宇宙間的無上甚深妙法，“認識”道德品行高山仰止的修行成就者，“敬仰”上師在這個普通的房間裏為救度眾生所付出的心血！雪花雖小，卻晶瑩潔白，純淨無瑕，連上師的房頂都不願沾濕。

我們這些向上師求學之人，是否也像雪一樣認識了佛法，知道了上師呢？

一牆之隔，風景不同，仔細觀察，奧妙無窮！雪知道，引我們深思，讓我們清醒，催我們精進！

（作者：李居士）

參考資料：

[1]水知道答案.日本·江本勝.海南出版社.2004





# 學習《二時課誦》 我變聰明了



## I am smarter after I practice Buddhism

大家好！我今年15歲，在美國一所中學讀高二。我談一下我學習《二時課誦》的收獲。

以前常聽到父輩們提起《二時課誦》，但不知道是什麼含義，直到我開始學習《二時課誦》以後，才知道《二時課誦》分為《朝時課誦》和《暮時課誦》，才開始真正地認識《二時課誦》，才開始慢慢地以真誠的心去學習《二時課誦》。

最初開始學習《二時課誦》的時候，我抱著一種趕緊背完，學會背誦以後再學習如何唱誦和敲打的态度。我把《二時課誦》當成是一種肩負在身上的任務一樣，只想著做完就行。對於其內在的意義，根本沒有去考慮過一絲一毫。甚至在偶爾背錯的時候，也會很快地原諒自己。

在開始學習《二時課誦》之前，我每周末都會到佛堂去學習《早課》。雖然每周都在聽，雖然灌了耳音，可對裏面的內容卻一無所知。能聽清楚和聽懂的字也只是自己的猜想罷了，當時還為自己而沾沾自喜，現在想想真是可笑。

我以前聽說過很多關於學習《二時課誦》之後有很大的收獲的事跡，不僅有排毒、身體增長等，還聽說過王同學學習了《二時課誦》以後頭圍在兩個月之內長了兩厘米的事跡，開智慧的事跡也聽過一大堆。但是自己沒有親眼見過，在心底總是留有一點點的疑問。直到我開始學習《二時課誦》以後，我的那絲顧慮才徹底打消了。

先是趙同學親口說他學習《二時課誦》之後記憶力迅速增強，後來還看到毛同學學習《二時課誦》之前和之後性格和智力的巨大轉變

（他以前在中國的時候是很調皮搗蛋的，雖然談不上壞，但是確實夠調皮的），當我來到美國以後看到他好像變了個人似的，變得我都有些不敢相信。他在美國給我的第一印象就是愛學習、有責任心等等。

剛開始學習的時候，背誦《楞嚴咒》特別地困難。尤其是最開頭的那一部分，怎麼記都記不住。有時候看著看著都要打瞌睡，已經到達了沒法自我清醒的程度，這樣的狀態持續了一周的時間。

當我發現問題的嚴重性之後，我立即改正自己的錯誤。想著以後不可以再這樣混下去，每天決心要積極地鍛煉和學習，再後來就沒有打過瞌睡了。儘管自己還有很多不會，但學習的精神卻很好，甚至周圍有人在打瞌睡的時候，自己也會非常地有精神，不會被別人影響。

過了一段時間，我發現自己的記憶力迅速上升了。背誦起《二時課誦》來也不那麼困難了，越背越輕鬆，越背越舒暢。有時候每天能夠背誦的內容幾乎是前一段時間背誦的一倍。學習也迅速跟了上去。我剛來美國的時候，可以毫不誇張地說，我在學校裏面整整傻坐了兩個月。期間幾乎什麼也沒學到，聽都沒聽懂。後來就算是英語水平有所提高，但也根本無法應對歷史課和生物課（這兩門課當時對我來說最難）。

學習了《二時課誦》以後，英語水平迅速提高。以前老師說話在我耳中簡直就像是打機關槍一樣快，現在不僅能夠聽懂，還能夠跟著老師的思維一起，能夠很清楚地聽懂，看懂老師所教授的內容。

這就是學習了《二時課誦》以後的奇特作用——開發了我的智慧，甚至還改變了我的思維，思想積極向上，朝著良好的一面發展。看見不好的事物也能夠快速地分辨，甚至思考問題的時候也總比別人多思考一些。

這樣的效果也發生在學習《二時課誦》的其他同學身上。在我們學習《二時課誦》之前，每天熱愛勞動的總是那麼幾個人，零零散散。學習文化課程也有一種消極的得過且過的情緒在其中。總想著就這樣唄，考不好也就隨便了。但在學習了《二時課誦》之後，幾乎所有人的情況都來了180度的大轉變！不愛幹活的人開始主動往自己身上攬活。學習不認真的人現在寧肯學習到11點，也要把每天的任務完成。還要早上早起接著學習。愛調皮搗蛋的人也能夠安安靜靜地坐在桌子上認真學習，不會的還要專門找機會向老師請教、向叔叔阿姨們請教，還有更多的人開始認認真真地努力學習《二時課誦》了……

這些改變都是我們有目共睹的。現在，我還有很多的東西需要去背，還需要很長的路去走。但是我一點都不畏懼，反而我要以更加認真的心態去面對這一事實，要更加努力迎頭而上！況且，這個學習《二時課誦》的機會是師爺給我們的，包含著師爺對我們極大的心血和加持，我們絕對不能把這個如此殊勝的機會丟掉！絕對不能辜負師爺對我們的期望和培養！

我非常感恩師爺！  
謝謝大家！

（作者：侯同學）

## 學習早課 腳傷自愈

### My feet stopped hurting after Morning Prayer

我今年13歲，在美國紐約一所中學念8年級。2015年11月21日，我在學校上學的時候不小心把腳崙了，當時還不太疼，我就堅持著往家裏走。沒想到走著走著，扭傷的腳越來越痛，最後當我回到家的時候，就沒辦法正常走路了。

晚上見到醫生楊叔叔，他給看了一下，他讓我試著正常走路，但

是我根本就不可以行走，因為腳部扭傷的地方非常非常痛。當天晚上沒有做什麼特殊的處理。

第二天早上的時候，我們去佛堂學習，但是我的腳還是非常痛，怎麼辦？於是我只好慢慢地走去佛堂。

在佛堂我跟上大家一起學習早課，不知道為什麼，腳當時非常非

常痛，當時我非常想坐下，但大家都在認真學習，為了不影響大家，後來我還是堅持下來了。

但是非常讓我感到意外的是，當早課做完後，我發現我可以正常走路了！而且沒有痛的感覺！我覺得非常神奇！我沒有用任何藥物，沒有做任何處理措施，僅僅參加一次早課的學習，疼痛竟然不翼而飛！早課的力量這麼大，不可思議！我知道這是佛菩薩加持的結果！非常感恩諸佛菩薩！這件事鼓勵我要更加努力地學佛，讓我堅信，認真學佛一定會得到佛菩

薩的加持，自己一定會得到很大的利益！

（作者：姚同學）



## 善財童子五十三參的故事

Zenzai boy fifty-three Participation Story

善財來到菩提場右邊，已是紅日高照，天朗氣清，一遍朝氣蓬勃景象。場中侍者各司其職，掃地的掃地，澆花的澆花，忙忙碌碌。善財想道，夜神只有晚上才能找到，白天就在菩提場玩一玩罷了。

善財走到普喜殿堂門前，裡面出來一人，向善財施禮道：「兄長，請進！」

善財愣住了。這人似乎在哪裡見過，怎麼回憶不起。為什麼稱我兄長呢？那人又道：「請進吧！」善財跟着進去，兩人都坐在蓮花獅子座上。那人道：「早知你要來，我每天都在等候。昨晚你在普德淨光那裡辛苦一夜，今天就在這裡休息一下。」

善財更是迷糊，為什麼他那麼清楚知道昨晚之事呢？但還是強裝鎮靜地說：「為了求善知識，說不上什麼辛苦。」

那人道：「對的。親近善知識者，能增長善根，能幫助修正道，能起勇猛心，能作善業，能降伏魔冤，能生精進力。三世諸佛的功德莊嚴，都由親近善知識而來。」

善財道：「我受文殊師利囑咐，已親近三十多位善知識，受益不少，今天請善知識教我造福人間的菩薩行。」

那人道：「你不用問，就在這裡看我一天做什麼事吧！」

這時外面有人說話：「一切就緒，請喜目夜神升座。」那人向善財道：「失陪了，我要去做我的事，想請你幫助一下。」

善財隨着那人走出法堂，那人坐於蓮花獅子寶座上。下面層層眾生圍繞。那人開始為眾說法。第一講布施，能去人的貪心。吩咐善財將堆積財物一一分送聽法眾生。眾人受施禮

## 第三十五回 拜喜目夜神



拜。那人把布施說得十分透徹，無不讚歎。

第二講持戒，是修行必須的正道。聽法眾生就現出各種區別。持殺戒者頭上現出金光；持偷盜戒者，頭上現出紅光；持淫戒者，頭上現出黃光；持口戒者，口內吐出白光；持酒戒者，口吐青光，人現青氣。講法者口如懸河，把持戒講得獨一無偶。

第三講忍辱，能去人的嗔心。忍辱無形，講得生動，堂內自然流出清淨妙香，香氣入鼻根，身感清涼。

第四講精進，能治服懈怠。

第五講禪定，能不散亂。

第六講智慧，能無痴暗。

六度講完，眾生歡喜，善財此時也感到脫

胎換骨，身心輕安，另外成了一個清淨無為的人，一絲不掛，得大智慧。

善財此時宿慧現前，看到講法的不是別人，就是他要參拜的善知識喜目夜神。

善財又看到，在很遠很遠的寂靜音劫的時候，有轉輪聖王，王四天下，廣作布施，宣講善行。王有千子，有一女，名寶女，現在的喜目就是。王有長子，樂善好施，現在的善財就是。他們兄妹二人，同到佛前皈依，共發菩提心，共修六度，共作善法。後因業力所惑，各去受報。經無量劫，受無量佛的教誨，成就功德，在菩提場見面。喜目早用宿慧觀察，知道善財要來，所以出外迎接。善財經過喜目的開導宿慧，後來才知道。這時兩人，心心默契。善財問道：「聖者，六度修習這樣精深，是由何佛開導的？」

喜目道：「無量劫來無數佛開導，無止息的精勤修習，才得此如來諸神變海，用此守護菩提場。這就是我份內的事。我不知道你要求造福人間的菩薩行是什麼。你到那左邊去問妙德夜神，他會告訴你的。」

善財欽佩喜目數劫以來，在修持六度上的造詣。六度是度眾生的基本功，沒有布施，不能去貪心；不持戒，不能作人典範；無忍辱，就要亂大謀；無精進，就要後退；無禪定，不能成就事業；無智慧，連自己也不能救，何況救人。本想再同喜目談一陣，可是喜目又被人喊走了，只得與喜目各自分手。

善財得此諸神變海，深入意識，與善知識同一善根，得善巧方便行，引入精進海。又去尋找妙德夜神。

(來源：互聯網)

## 善心是最殊勝的財富 Kindness is the most sacred treasure

善心是很殊勝的財富。我們作過實驗。研究過它的結果，體驗證明出只要這樣做，成果必然是真實不虛！特別注意：是實驗成果，而不是推導、誘惑！

善心是很殊勝的財富，要想擁有它也需要抓住機遇奮力打拼，打拼的方式有點特殊：痛苦的時候願一切眾生離苦，快樂的時候願一切眾生得樂，生病的時候願眾生無病，健康的時候願眾生健康，破財的時候願只是自己一人破財，發財時願一切眾生皆發財……其餘一切依此類推（哦！還要注意要為自己行為負責任！千萬不要有勾心鬥角、玩陰著使計謀，幸災樂禍、落井下石等歹毒的心念）。

我們如果願意按照這套《財富秘笈》潛

心實習、加強、鞏固、充實、提高，善心就會在我們心田中，在身體上，由內而外，生根發芽、茁壯成長、開花結果。一人有善心一人得大益，一家人有善心全家得大益，全社會有善心則全社會皆得大益。所以，讓我們都來追求學習這種殊勝的財富經吧！世間財富夢，做的人多成真的少，而善心財富夢，人人肯做，就人人能成真。

世人追求世間財富講究機遇，我們追求善心財富也要講機遇，但與前者不同的是，我們的機遇俯拾即是，從早到晚，動的每個念頭，遇到的每件事，見到的每個眾生，都是我們發財的機遇。既然發財這般容易，那我們還在等什麼呢？現在就行動吧，從你身邊的這個人、

這件事開始吧！

(來源：互聯網)

