

口述／道證法師

紀錄／林美瑛・李曜安・蔡佩芹・妙音・東吳大學淨智社・林嘉雯・蔡淑女敬記



當病時，先父寫了一張卡片給我。卡片上只寫了幾句話，是對我非常重要的啟示，也是讓我深深感恩的話。他問我說：「毛毛蟲是怎麼變成蝴蝶的？是誰幫牠化妝？是誰教牠飛行？為什麼牠能由一隻長得又醜、走路又慢的毛毛蟲，變成一隻又美又會飛的蝴蝶？」毛毛蟲既能變蝴蝶，癌細胞也可變快樂佛細胞。凡夫也能變成佛！



■ 患癌或重病，何去何從？

假如您是一個信佛念佛已經很開心歡喜的人，那是沒有必要談什麼話的；假如您這一生還沒有很好的準備就已經患癌症，或是其他的重病，以至於內心很苦悶，生活很恐怖，不知道何去何從？那麼我們也許可以互相勉勵。

我自己是一個由腫瘤科醫師變成一個腫瘤病患的人，您可以認為既然如此，那一定是個最差的笨醫生，根本就是「泥菩薩過江，自身難保」，這種人講的一定沒什麼用處。確實是如此，很多人都笑我，我自己也覺得好笑，真是個笨醫生！但是在這世界上實在也找不出幾個不會生病、長生不老的醫生，更找不到一個能保證自己不病不死的醫生。

所以我的親身經歷雖然有點好笑，假如您能夠慈悲不見笑，不嫌棄的話就姑且聽一聽，因為即使幾張舊的破報紙，也可以幫忙保護您一個貴重的花瓶，不至於摔破；一支小小光線微弱平常看不起眼的蠟燭，在停電的時候也可以陪您度過人生中颱風黑暗的夜晚。您就當我是那幾張舊的破報紙，幫忙來保護您的花瓶；我也很願意做一支小小的蠟燭，陪您度過一個停電伸手不見五指的黑夜。

■ 黑暗坎坷的山路，願結伴同行

這些年來常常有些患了癌症的朋友，因為看了台中蓮社的老師陸續將我以前演講

的一些錄音帶謄寫出版的小冊子，就很想一起談一談，彼此切磋一下，交換一些患了癌症以後的心聲或心得。

大多數想要找我的人都是吃過很多苦，包括疾病的苦、治療的苦、旁人不體諒的苦、自己生死恐怖的苦，甚至被家裡的人或自己所愛的人遺棄的苦。大家受苦的時候，都希望有人能體諒自己內心的滋味。

當恐怖得手腳冰冷的時候，都希望有一雙溫暖又偉大的佛手，來為我們做即時的救度。黑夜裡走一段坎坷的山路，覺得孤獨的時候，假如有個人結伴同行，往往會覺得好走多了。但願在您苦惱的時候，我能和您結伴同行。

走出恐怖，盡心付出。學習活一天感恩一天，活一天快樂一天。

我們都一樣是會笑、會哭、會痛、會苦、有血、有淚的人，遇到沒有辦法的困境都會煩惱恐怖的。當知道有個腫瘤而且叫做「惡性的」長在我們體內，不知道將會帶給自己什麼折磨的時候，很少有人不怕的；當知道自己可能快死了，不知道去哪裡，可以說沒有人不恐怖的。

我很感謝佛菩薩以及一些師長、父母、善知識的教導讓我可以由這層恐怖中走出來，也很感謝以前在醫院中很多病患的啟示和示現，讓我學習到如何度過癌症的日子，而且學習活一天感恩一天，活一天快樂一天。我也有很痛苦，痛苦到無法安然忍耐的日子，但是憑著信心可以再走回到感恩快樂。

曾經有人聽到這裡就搖頭說，我們事先並沒有您的信仰，對佛也不了解，所以生不起什麼感恩的心，擔憂都擔憂死了，沒辦法像您這樣，您是不是能講一些不要涉及佛經或專有名詞而對我們比較實用的話。也曾有一位患者對我說：「我現在沒有心情去研究佛經，我心裡擔憂，天天去翻醫學資料，愈看愈害怕，有人叫我讀佛經，我心好亂什麼都讀不進去！」

這位患者說的確實反應出一般人的狀況和困難，我自己並沒有什麼功夫也沒有資格能力講佛經，我只是有一些見聞和經歷，從其中得到一些啟示和力量，使我解開一些心結而已，雖然是很貧乏，但也可以分享給您。也許您根機比較好，能過得比我更快樂更開朗。

■ 快樂無憂，是名為佛

我很喜歡一位禪宗的祖師——道信禪師對佛的解釋。他說：「快樂無憂，是名為佛」。就是內心一直保持在快樂無憂，才名為佛。



情緒、心念，有決定性及強大不可思議力量；檢驗報告「數字」令人失望，則瞬間全身無力，比服毒藥發作更快、更嚴重。

在醫院工作曾經發現一個事實，很多病人作了放射治療、化學治療，血球大多會降低，他們本來都沒有概念，根本不知道自己血球是多少，又數目多少到底有什麼意義。大概觀念中認為降低總是不太好，醫院有個標準，血球多少數目以下就休息，暫時不能治療。有些病人因為白血球降低，就暫時休息幾天。

當他在家裡覺得自己體力比較好又回來醫院的時候，大多數的人以為自己的血球一定增加了，所以進入診療室時，常常能說能笑地告訴我：「這幾天好很多，又會吃飯了！」他也會高高興興拿檢驗單去驗血，又把檢驗單拿回來給醫生看，我們在看單子的時候，病人都會問：「我現在白血球多少了？」

假如我照著單子上的數目說出來，比上次的更低，出乎他意料之外的話，幾乎每個病人都臉色一沉、腳一軟，變成沒有力氣地說：怎麼那麼低啊？待會可能更沒有力氣，頹喪到幾乎走不回家。

我們可以想想：同樣一個身體，前一秒鐘、後一秒鐘，狀況應該沒有太大的差別，但只是聽到一個令人失望的數字，心裡一擔憂，馬上就由先前覺得「好多了」的狀況，又掉到一個頹喪衰弱的狀況，這比吃什麼毒藥發作都快！從這裡我體會到人的「心念」有著決定性強大不可思議的力量。

美國研究顯示——心態決定預後，情緒影響免疫功能。科學實驗——生氣產生類蛇毒物質。生氣如服毒，念佛勝「吃補」。

科學的實驗也顯示：情緒的變化確實可產生出一些物質來影響生理。譬如說：生氣的時候，體內可產生出和毒蛇毒液非常接近甚至相同的毒素來。

所幸，肝臟尚可解毒，故生氣之毒不致斃命。若肝之解毒功能不佳者，或血壓高、心臟病者，生氣之毒足以致命。故徹底的「解毒」，須由「心念」下功夫。心念改變，身體物質亦改變。

美國國家癌症研究院，有一研究顯示：研究學者可百分之百正確預估病人，在一、二個月內會戰勝癌症或被癌打敗。他們所根據的，並不是癌的大小、部位，也不是儀器之檢查結果，更不是驗血報告中的指數，而完全是根據病人的「心態」。**心，才是根源。**

已有數以千計的研究顯示，承受「壓力」，會使「胸腺」萎縮——即免疫功能變弱。而且實驗結果，生氣、憂愁、負面情緒也都會引起免疫功能衰退，使癌病及感染

更易發生，也會使治療失效。（因治療效果，亦需透過自體免疫功能，才能產生。）

這顯示「心念」有強大的力量。所以才有必要把我們的心念拿來念佛。因為佛是快樂無憂最光明的，念佛自然光明快樂有力。心念佛就無一切負面情緒之毒素，又可紓解一切壓力，自然增強免疫！

要明白，壓力是自心去「接受」的，只有很在乎、罣礙的事才会有「壓力」，若改變觀念，不覺得那是壓力，則壓力亦不存在，亦不必「受」。若決心專「受」佛光（念佛），則無心去「受」壓力。應鍛鍊「受與不受，由自心作主」。

■ 科學證明，「快樂」產生「增強免疫力」之物質——萬法唯心造，念佛最快樂

科學研究也顯示，當人快樂時，腦子也會分泌出化學物質，如 Endorphins（安多芬）和 Enkephalins（安可發靈），前者可增加體內「T細胞」（淋巴球）的產量（相當於增加警衛、軍隊數量），後者能增加「T細胞」戰勝癌細胞之力量（亦即使之武功高強），並使活潑有效的「T細胞」增加。

可見「心念」是總指揮官，指揮免疫軍隊，這是科學實驗之結果，也證明佛所說的「萬法唯心造」。念佛人，願生「極樂」世界，就是願「無有眾苦，但受諸樂」，也就是願使心常在快樂狀態。阿彌陀佛又稱為「歡喜光佛」，常念佛就是常歡喜，常製造出一切增加免疫力之物質，故稱佛為「無上醫王」，歡喜念佛是最佳補藥。🌱



道證法師 簡介

道證法師俗名郭惠珍，早年就讀中國醫藥學院，參加醫王佛學社，發心學佛。1985年到台中順天醫院擔任腫瘤科醫師，以醫藥及佛法救治患者的病苦，直至1987年發現罹患卵巢癌第四期，方從醫職引退。出家後雖處病苦，不忘方便度眾。本文由道證法師講述，弟子紀錄，並授權轉載，旨在鼓勵病苦中人，以佛法為藥，分享病中心得。