

王警官 講述

漫談兩性關係

佛陀教育基金會 印贈

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。

序

國家之治亂，民族之興衰，其關鍵在於人心之邪正清濁；欲使人心清正，則須建立在教育的基礎上。教育之目的，在於培養溫厚明理、敦倫盡分的君子氣度，而這些都須奠基於童年，方有事半功倍之效，否則難竟全功，所以《易經·蒙卦》說：「蒙以養正，聖功也。」《昔時賢文》更是一針見血地說：「桑條從小矯，長大矯不屈。」

《華嚴經》說：「一切眾生皆具如來智慧德相，但以妄想執著而不能證得。」古德言，學佛的最終目的，

在於改正「習氣」而已！倘不徹底改正一切妄想執著之劣習，本具的如來智慧德相就不能現前；故須勤修戒定慧，息滅貪瞋癡，以恢復本來面目，成就無上菩提。然則，佛法之修學，亦須奠立於人道基礎，否則必如空中樓閣，焉能有所成就！是故太虛大師說：「人成即佛成，是名真現實。」此充分說明，儒佛之教學，皆以成就溫良敦厚之人格爲首務，否則即難登堂入室。

自從歐風東漸，部分崇洋學者因受程朱「神滅論」思想之毒，泯滅良知，凌辱聖學，致使三教式微；當今末世，眾生障深慧淺，不信因緣果報，寡廉鮮恥、邪知謬論，充斥整個社會，縱使是神聖的教育殿堂，亦已全面淪陷，遂至天下大亂之境。欲救此弊，務須糾合眾人

心力，弘揚因果報應之實事實理，或能挽狂瀾於萬一；否則，縱令三教聖人齊現，恐亦無力回天！

彰化縣了凡學會榮譽理事長王潮音警官，深明因果之教未得弘闡，方成當世隱憂，故於百忙之中，不吝奔波宣導，惟願斯理廣佈、眾生離苦，誠屬難能可貴。近因舉世淫行日益嚴重，遂以此中禍害，極力宣講勸誡，復施除病妙方，惟願眾惑盡消，亂象翦除；為求普利大眾，故將講述內容謄錄，囑余潤文發行。余以盛情難卻，故不揣淺陋，謹揮拙筆，並贅言為序，聊塞其責。倘有不盡理想之處，懇祈見諒，並予斧正，銘感五內。

公元二〇〇〇四年歲次甲申年仲春 草鞋墩慕尼生謹識

萬法皆空

因果不空

淨空



漫談兩性關係

◎ 王潮音警官 講述

今天很高興有這個因緣，為各位報告「漫談兩性關係」這個題目，以前我曾講過「如何面對兩性關係」，但只有錄音帶流通，現在有人要求，希望以vcd或vd光碟之形式流通，效果會比較好，因此我就隨順這個因緣。

我們所處的這個世界，確實就像佛經所說，是個「五濁惡世」。試觀此一世紀交替之際，男女關係十分複雜，想要遠離誘惑，惟有透視真相。至於須如何來面

對與因應，今天就此說明，只要兩性關係和諧，人生自然幸福。

現在有許多因男女問題而產生的災難，今天的新聞報導提及，前兩天深夜，有一位太太懷疑先生外遇而縱火自焚，引發了一場重大災難，致使十幾人死亡、六七十人受傷之慘劇，成爲世界新聞。這就是兩性關係溝通不良，所產生的後遺症之一。

另有一位罹患憂鬱症的先生，向熟睡中的妻子潑灑硫酸，此種手段實在讓人難以想像。現代人對於這方面的瞭解可能不夠深入，完全憑著自己的想法與看法；跟著感覺走的結果，馬上就會出事。所以，這個問題值得共同來探討、分析，以幫助大家心平氣和，放下主觀意

見，包容、尊重對方，這是溝通的先決要件。

當我們處理很多婚姻、家庭的問題時，心裡總有很多感觸，尤其現在男女接觸太過頻繁，往往出現很多意外；縱然是結婚二、三十年，孩子都已經長大的人，還會發生婚外情。這是婚姻的頭號殺手，常發生在你我周遭，實非三言兩語所能道盡。所以最重要的，是要建立正確的觀念，因為思想、觀念會影響人類的行為導向；如果從小就有正確的因果觀念，男女關係較不會產生偏差。

在所輔導過的個案裡，常見聞很多人從小接觸不良資訊，受到嚴重污染。在社區的公寓大廈裡，小孩在中庭玩耍，居然會講男女之事或避孕常識，讓人聽了既奇

怪又震驚，這就是受到媒體污染之故。現在的小孩晚上看電視不肯睡覺，受到了電視的支配，所以頭腦產生變化，觀念產生偏差，不該懂的提早懂，這不是好現象。

有一位長官憂心忡忡地對我說：「現在學校中的問題很嚴重。」我說：「怎麼嚴重法？」他說：「從小學五、六年級起，就開始教『性教育』，孩子還沒有發育成熟，根本不懂，就來問我，說老師上課時提到自慰，到底什麼是自慰？我問他什麼自衛？是自我保衛的衛，還是衛生的衛？小孩說不是！是自我安慰的慰。」他一聽，差點昏倒，說孩子還沒有發育完成，怎麼會講這個問題呢？小孩非常好奇，而一再追問。這就是「因藥成病」。我們想要治病，所以才會使用藥物，結果卻因用

藥不當而產生疾病，這就是後遺症。

我曾問現在e世代青年學子說：「你們大學了，學校護理課上的健康教育，老師是怎麼講？」護理老師的觀念，可能受到現代媒體資訊污染，所講出來的觀念誤導了學生，認為只要彼此有需求就可以做，只要避孕得當就沒事。這等於動搖了女孩子的貞操觀念，這在過去簡直是妖言惑眾，但現在卻變成平常事，難怪以前方東美教授（哲學大師）曾經感慨地說：「現在的學校，老師不像老師，學生不像學生。」學生之間互相污染，傳播邪知邪見，甚至起鬨；這樣下去，父母會因兒女的出軌行爲，而非常擔心、失望，進而導致家庭破碎。

中國人向來是禮義之邦，爲他國之所稱歎，但現今

台灣的離婚率卻高居亞洲之首，這是很可恥的現象。現在更衍生了許多婚前性行爲，例如同居、網路一夜情、網路援交等問題。警界有些受過訓練的人，而且負責取締犯罪，他們還是經不起誘惑，天天上網看色情節目，久而久之頭腦被毒化，思想觀念轉變，因而產生偏差行爲，明知是犯法的行爲，卻還是被拖著走。台灣話講：「人牽牽不走，鬼牽拼命跑。」他就跟著人家跑，而且一犯再犯，被移送法辦，讓長官感到非常震驚。因此，科技到底是爲人類帶來文明或災難，值得現代人深思。科技是一種工具，應爲人類所主導，而不是被它支配。

青少年因爲接觸到不正確資訊，所以教育產生了問題，所謂「因藥成病」的副作用，造成性方面的問題。

雖不懂，卻又好奇驚怪、衝動、跟著感覺走，對其身心有很大的負作用，常有因為戀愛問題（感情創傷）想不開而自殺的事件。一般人自殺是上吊或跳樓，而警察大都舉槍自殺。因為警察有配槍，拿槍最方便，還浪費公家一顆子彈，這個問題值得深思！近十年來自殺的警察，感情因素佔一半以上。

其實感情是一種「迷情」，會讓人迷惑顛倒、失去理性，自然產生不可思議的言行。其實，「問世間情爲何物？」若真正透視這個「情」字，就不會受它束縛。《無量壽經》上說：「思想恩好，不離情欲。」這是情欲在支配！所以只要了解這個道理，就不會爲它所騙，不會被感情蒙蔽而失去理性。

在感情方面，不少員警所追求的對象，連自己也不是清楚。所謂：「門不當，戶不對。」「門當戶對」雖是古老觀念，但也有其價值存在。若是歡場女子或非正當場所中的女子，你跟她交往，不是自找麻煩嗎？所以不要爲了感官刺激，而迷失自己的理性。希望每個人在談戀愛之前，要有這方面的心理準備。

很多心理學家提到，男女的結合須有一段交往期，交往時應該要深思熟慮：是欣賞她的美貌，還是她的氣質？異性在交往過程中，要謹守分際，須懂「禮」才能節制，所謂「發乎情，止乎禮」。人若懂得道理，自然就不會盲動、蠢動、亂動。

男女的交往，有很多功課必須學習，首先要懂得包

容。既然交往的目的在於結婚，那麼就要相互尊重。縱然不是當成結婚的對象，更是要尊重對方，不要彼此傷害，這是做人的基本道理。現在的教育只是重視知識、技能的傳授，卻忽略了道德、因果的教化，實非真正的學問，無法使人成爲頂天地、堂堂正正的君子，只是知識符號的累積而已！所以現在層出不窮的校園問題，所有教育工作者和重視教改的人，應當深思熟慮，不要再短視近利。唐朝大文豪韓愈說：「師者，所以傳道、授業、解惑也。」當老師實在不容易。

還有一個女學生告訴我，有的老師到了中年以後，心理好像有點變態，看到了年輕的女老師，就老盯著或打電話騷擾，讓新進的女老師驚嚇不已。人的心理往往

會隨著年齡而改變，而媒體訊息所帶來的污染，也會讓人產生變化，所以要懂得防止，莫讓心理、思想、見解或精神受到污染，才能在這個資訊發達的時代，保持心地的清淨，不被物欲所吞噬。

男女交往應相互敬重，古人常說，夫婦要「相敬如賓」，須像對待賓客一樣。古人的道德觀念濃厚，待人懂得禮貌，所以中國向有「禮義之邦」的美譽。男女一旦結婚，雙方都不可以隨便。出了閨房就是家庭，人際關係有「五倫」，家中就佔了三倫——父子、兄弟、夫婦；再加上朋友，就是四倫；古代有君臣關係，就是現在的長官與部屬的關係，稱爲五倫。我們社會上的人際關係，實際上就是五倫的關係，夫妻關係縱然最親密，

也不能逾越這個範疇。

後漢的梁鴻，娶了孟家女兒孟光爲妻，剛入梁鴻家門時，孟光身上珠光寶氣，妝扮入時。過了七天，梁鴻居然都不理會孟光。孟光於是挽起髮髻，換穿布衣，像往昔一樣做起家事。梁鴻才高興地說：「這才真正是梁鴻的妻子。」於是夫妻一同隱居在霸陵山中。後來爲了避難而前往吳國，寄居在皋伯通府裡的廂房，受雇爲人舂米。他每次工作完畢回家，妻子便爲他準備飯菜，當端去給他用餐時，不敢在梁鴻面前仰視，並將餐碗恭敬奉上，與眉相齊。皋伯通說：「那個當傭工的人，竟然能夠使妻子恭敬到這種地步，實在不是一般人所能做到的。」於是就請他夫妻搬到家中住下。

現代人自我意識太強，心裡只有自己，往往疏忽了對方，所以夫妻間容易產生衝突。希望大家能夠學習包容。朋友之間交往，也要包容對方的缺點，欣賞對方的優點，這樣交往才能長遠。夫妻更須如此，女方若懂得相夫教子，這就是有幫夫運；如果太太對先生不尊重，或者認為夫妻關係親密，不須這麼客套，家庭就很難美滿。

其實，禮節可以促進彼此的尊重，等於是一種潤滑劑；千萬不要一有狀況就短兵相接，容易起磨擦，產生口角，甚至拳腳相向——所謂的家庭暴力。現在警務機關有專門處理家庭暴力的部門——所謂「家暴官」。

在警務當中，有推動性侵害防治，做得非常積極、

認真，因為現在家庭性侵害問題越來越多。這種亂倫行爲實在是家庭的悲劇，古時候這是罪大惡極，現代人卻認爲稀鬆平常。雖然這是個人家庭中的事情，但是性侵害事件涉及到法律層面，所以警務單位一直呼籲受害人能主動出面，警務單位會代爲保密。現在這種事件越來越多，光是今年，全台灣就有三千件，而且每年都在遞增，這不是好現象。

當然，現在犯罪的招數實在是不堪聞問，既然敢報案，可說是豁出去了；而那些未報案者更是不可計數，可能有好幾倍以上。爲什麼會產生這麼嚴重的後果呢？「有果必有因，無風不起浪」，必須看果尋因，仔細研究，才能達到預防勝於治療的效果。中國人向來就強調

「防微杜漸」，所謂「聖人治未病」，在未病之前就要治療，若生了病才治療，就不是一流的醫生。

爲人父母者，這方面不能光靠學校，必須加強家庭教育，從小鞏固兒女的人生價值觀，就不會受到外界的誘惑、污染。學校老師要照顧那麼多學生，確實沒有多餘的心力，因此不能要求老師教得面面俱到，這是不能的。而且現在老師所受的訓練、道德觀念和學問，都和從前不一樣。現在注重專業，以前則是通才教育，老師對於做人處事的道理較能深入，都是以這些道理教導學生，其他的技術還是其次，這一點和現在的教育並不一樣。

現在的教育問題層出不窮，因爲教學內容變革之

後，學生不懂學生之道，不懂做人處事的基本道理。這個問題必須靠家庭教育、社會教育來彌補學校教育之不足，甚至還要靠提倡宗教教育，讓人類的情操昇華，不要流於感情衝動，而做了欲望的奴隸，那就跟禽獸沒有兩樣。

青少年在十三歲到十七、八歲，生理方面正處於狂飆期，如果不能好好教導，就容易產生不正常行爲。因爲同學的慫恿，看了不該看的資訊，而產生偏差行爲，實爲成長過程中最可怕的階段。手淫對身體傷害很大，爲人父母者須特別留意，孩子在發育期間，正當情竇初開之時，要防止他染上這種惡習。這種行爲大抵都是被言情小說、情色電影、靡靡之音、色情圖片，或者不良

朋友所牽引。

曾有一位先生非常憂心地告訴我，他的孩子大概是十五、六歲，正讀高中一年級，身體羸弱異常，好像長不大的樣子。這位先生長得人高馬大。他發現兒子每次洗澡或上廁所，一進去就是三十分鐘，心裡很難過。他大概也是過來人，所以知道孩子在做什麼。有時父子間溝通會有盲點，自己又不好意思講，不知該怎麼辦。

我建議他讓別人來教，可能比較有效果，因此請他暫時迴避，我單獨跟他兒子講講話。我就此詢問孩子，他說確實有這種行爲，而且還很嚴重，很難斷除。

我對孩子說：「你現在什麼都不要想，靜下心來，體會一下心靜的感覺。你喜歡跟著感覺走，我就讓你體

會一下心靜的感覺、寧靜的快樂，不要一天到晚胡思亂想，自尋煩惱，這不是好事。你每次玩過之後都會很痛苦，爲什麼？因爲身體很疲倦、虛弱、無精打采、臉色蒼白，上課沒有精神對不對？」他說：「對啊！體育課都跑不動。」

我說：「是不是有腿軟的感覺？」他說：「有！」我說：「那就對了！給人的感覺，好像不是男生的樣子，並沒有雄赳赳、氣昂昂的男子氣魄。」他也覺得很自卑。我說：「你要趕緊戒除！」「要怎麼戒呢？」我告訴他：「要有定力！你家信佛，就用這種信仰讓你產生力量好不好？」他說：「好！試試看。」

於是我就教他「十念記數法」，用念佛方法來對治

他的妄念。南無阿彌陀佛、南無阿彌陀佛、南無阿彌陀佛、佛，三聲、三聲、四聲；十聲一個循環，念得清楚、聽得清楚，從一到十要記清楚，十個循環一百聲。他連續念了三百聲，渾身冒汗，整個臉變得不一樣了！他說：「這種感覺好舒服！」我說：「那就對了！讓你的亂心能定下來，自然會有自制力，就不容易跟著感覺走。」

所以轉移目標很重要，不要跟著念頭走入思想的死胡同，所謂自尋煩惱、鑽牛角，那就一定產生不好的行爲。

中醫提到，男人若有這種壞習慣，就會導致遺精、陽痿、面色蒼白、形容憔悴、四肢乏力、頭暈、神經衰弱、記憶力衰退、鬱鬱寡歡、食欲不振等現象。

女人若犯這個毛病，容易產生子宮脫落、陰道炎、處女膜破裂、白帶、頭痛、腰酸、四肢乏力、皮膚蒼白、神經衰弱、記憶力衰退等後遺症；結婚後甚至不易懷孕，或受孕後容易流產。而且一旦處女膜破裂，日後結婚，丈夫會懷疑妳不貞潔，引發夫妻之間的爭執、反目。

這個問題與終身幸福關係甚大，所以不論男女都要注意，所謂明哲保身、守身如玉，否則就會血液虧損，易受風寒，甚至瘟疫、肺癆等嚴重的後遺症。大家都怕 sars，一旦抵抗力（免疫力）下降，當然容易得到瘟疫，造成死亡。

父母對於子女，必須在適當年齡施以性教育，告訴

他這種行爲的嚴重性，使他們知道利害而趨吉避凶，不敢違犯。倘若已經犯了，就會自我警惕，發心戒除。坊間所出版的性教育書籍，雖然目的在於忠告年輕人，然其用字遣詞不夠嚴謹；或者對於男女性生理，做了不必要的敘述與描繪，並添加了圖片，反而會引發青少年的好奇與幻覺，適足以促成其自瀆行爲，正像佛經所講的「因藥成病」，十分不恰當。尤其寫書或演講的人，等於是社會的老師，要特別注意自己所寫、所說的文字或詞語，會不會貽誤眾生，這個因果非常嚴重。

未婚前，百分之九十幾都有這個毛病，非常嚴重而不容易戒，對身體、事業、婚姻及健康有不好的影響。尤其現在健保給付負擔很重，現代人疾病那麼多，跟這

個都有關係。

預防與戒除手淫的方法：

第一、所蓋的被子應輕薄一點，不要太過暖和。

第二、睡前用冷水洗滌下部或腰部。

第三、就寢時摒除慾念，不要胡思亂想。心中可以用你的信仰——或是默念佛號，或是禱告。在禱告中睡著，或在默念佛號中睡著，或是觀想極樂世界的清淨莊嚴，慢慢就能睡著。

第四、要晚睡早起。

第五、多運動，讓體力有適度的宣洩。

第六、練習靜坐，並時常修「不淨觀」。不淨觀在「在家學佛要典」內有記載，所謂不淨九想觀，各位可

以參考。

第七、戒看淫書、不看情色影片、不說綺語。

第八、晚餐要少吃一點，凡是含有刺激性的食物，如菸、酒、辣椒、咖啡、濃茶，都盡量不吃。「飽暖思淫欲」，晚上若吃太飽，淫欲心會比較強。

平時最好不要犯，有犯則要戒絕，否則對婚姻幸福會有影響。不止婚姻而已，對於整個事業也都有影響。所謂「一分精神，一分事業；十分精神，十分事業」，把精神都蕩喪掉了，哪有事業可言！《太上感應篇》提到，「見他色美，起心私之」，這是值得我們深思的。

現在這個社會，街上到處都看得見不好的廣告圖片，甚至有的女孩還露肩露背，實在很不恰當。女性穿

衣一定要莊重，不但能保護自己，且可減少男性犯罪的機會；縱然不敢當面性騷擾，但是「意淫」也是一種罪業，何必製造這個機緣。

以前我曾看過一個女同學，是現在前途很好的一個女性，在辦公室穿著迷你裙，稍微短了一點，我私底下就提醒她（當然聲音不大聲）：「妳的身材不錯，腿很漂亮，但還是保守一點比較好，免得男性生起不正常遐思，這不是誘人犯罪嗎？」她聽後就接受建議，馬上改進。

我建議女孩子不要穿無袖的衣服，現在還有露肩、露背、露臍的，非常地不雅觀。自己以為很好看、很時髦，但在有心人看來，卻認為是墮落；必須尊重他人的

想法，不是每個人都很開放。而且，真正人格高尚的男人，並不會娶這種女孩爲妻；因爲「娶妻娶德」，有婦德的女人不會這樣穿。所以還是保守一點，才能保護自己的安全，較不容易被侵害。

現在網路一夜情正在快速蔓延，男女交往有很多不正常的脫軌行爲，追求感官上的刺激，完全沒有因果道德觀念。爲什麼會變成這個樣子呢？因爲現代人較爲無知，不知此事容易爲自身帶來災難、減損福報、影響功名，後遺症非常嚴重。古人說：「百善孝爲先，萬惡淫爲首。」現代人對「百善孝爲先」尚可同意，但是對於「萬惡淫爲首」卻產生質疑。古人說的話絕對有其深遠道理，事實也是如此。有一句話說：「淫人者，殺人三

世。」殺人只是殺一個人的身體，而姦淫就等於殺他的三世，他的祖宗、父母也包括在內，你看多嚴重。這點後面再作詳細的分析。

以前的法律非常嚴格，所以有嚇阻的作用。現在則處罰得太輕，有的是告訴乃論，還可以庭外和解，最多也只是判一年以下有期徒刑，並沒有嚇阻作用。尤其是男女之間不正常的交往，破壞他人家庭的，往往都是庭外和解，賠個遮羞費。須知這個問題很嚴重，他的報應「近在本身，遠在子孫」。

中國人強調「因果報應，天理循環」，這並不是迷信，不是嚇唬人的，而是真實現象，諸位只要多讀《感應篇》、《了凡四訓》，對於因果之理就會有深入的了

解，否則觀念一產生偏差，就很難糾正過來。

我看到某些同仁值班時，每當有漂亮小姐走過，就會多看兩眼，我就知道他心裡想些什麼，我問他：「同仁，你在想什麼，坦白地告訴我，我不會告訴別人。」他就承認心裡是有邪念。我說：「那就對了，『見他色美，起心私之』，記過兩次，你知道嗎？」「哦！會記過？」對！會記過兩次。是誰記的呢？不是長官記你的過，「舉頭三尺有神明」，是你的良心、良知，是天地鬼神記的過，這不是迷信、不是恐嚇，這的確是事實，所以孔子說：「敬鬼神而遠之。」聖人的話絕不會錯。

《感應篇》中有一千三百多個字，裡面有「見他色美，起心私之」，幾個字就把男女關係點了出來。這八

個字很重要，可說是畫龍點睛。意思是說，看見別人的妻子、兒女，長得美麗動人，就立刻起了淫欲心，想要與其私通。我們必須了解，「色不迷人人自迷，酒不醉人人自醉」，色是人類最易犯的罪業，比貪財或殺生等惡業，還百倍難以控制，所以敗德取禍也比其他惡業還慘烈百倍。

讀了《感應篇》，就知道太上對於貪財殺生等事，再三地說明境界；卻獨獨於萬惡之首的淫，就只有這一句話。太上並不是刻意忽略，而是因為貪財、殺生等惡業較明顯，而且道理也較淺顯，是語言可以說得盡的；然而淫的罪惡非常隱密、道理又深，是語言難以說得盡的，所以太上才用「滅除意念」的文字，從最初一念來

喚醒眾生的痴迷。因爲人對於美色，當眼睛接觸的那一剎那，心若是一動，則想念、思慕、貪求的念頭，就會纏結在心中而解不開。

倘若心中萌生這種念頭，不用等身體去犯，就已經違背天理而墮入人欲，這時已被陰司列下無窮罪案；所以太上真是慈悲無量，並不用繁瑣的語言，而只用一句話來點醒世人，提醒人們在「見色起心」之時，不可不從心源隱微處及早斷絕。這種隱微、深邃的惡業，應在念頭初起時，立刻奮力斬絕，不可存有絲毫猶豫，也不可帶有絲毫情念，所謂天堂、地獄，就在這一剎那間立刻分判。要是此時稍微認識不清，或是看不破，不能斬釘截鐵毅然立定腳跟，則瞬息間就會蔓延開來，不知不

覺就會飄入羅刹鬼國，實在是太危險了。所以太上說這句話，實在是博大精深、用心良苦。

「見色起心」，這是世人生病的根源！要想斷除病根，應從「見」字下功夫，所謂「非禮勿視」；就算見到了，也要視而不見，這是最上等的預防功夫。我們本有的良知，是不容易被欺騙的；而世間的禮法，也是不容易超越的。若是用強制的方法來預防，這是次一等的功夫。否則心中若起妄念，剛開始即不加以防範，最後一定會付諸行動，做出邪淫的勾當。一念之差而萬劫莫贖，豈不是太悲哀了！

我常對青少年講「溺勿視下」的成語，這就是防微杜漸之意。因為我們的眼睛太喜歡亂看，連自己的身體

都很好奇，所以小便或洗澡時不要看身體，一看就會落入印象，進到八識田中，在那裡胡思亂想、纏來纏去，就會發生衝動的行為，因而養成壞習慣。

所以，我常提醒小朋友，愛美雖然是人類的天性，但也要觀察一下我們這個身體。每個人都愛護自己的身體，把它妝扮得漂漂亮亮，希望成爲俊男美女；但若太過執著、太自我迷戀，就會被這個身體和情欲所支配。因此，不妨反觀一下身體的構造：眼睛會流眼屎，鼻子會流鼻涕，嘴裡有濃痰及口水，耳朵有耳屎——所謂「七孔常流不淨」。如果再加上排泄物——屎尿，那就可以說是「九孔常流不淨」。

以前的廁所都是大茅坑，真的會有教育作用。第一

個就讓你覺得味道不好，能開啓你的悟性，覺悟到人原來那麼髒；再看下面，一大堆糞便，半年、一年才掏一次。以前偏僻地區的農村，還有很多蛆蟲在糞坑裡爬，看了讓人噁心，把上廁所視為畏途，這樣就會讓你產生悟性；而現在都是使用抽水馬桶，還用香水來沖淡廁所的臭味，這樣就無法啓發悟性。所以我建議大家，上完廁所不要馬上沖馬桶，先回頭看個三十秒至一分鐘，或者仔細觀察一下排泄物，是美好的還是臭穢的，就能悟出其中的道理，這叫做「觀身不淨」，觀察我們的身體不清淨。

西施是中國四大美女之一，所謂：「西子三天不洗澡，路人掩鼻而過。」西施若是三天不洗澡，身上發出

的臭味也跟我們一樣，讓人難以忍受，因此掩鼻而過。所以這都有預防的功夫在裡面。

《四十二章經》裡教我們這樣觀想：「見到年老的
女性，就當作是自己的母親；見到比自己年長的女性，
就當作是自己的姐姐；見到年紀比自己小的女性，就當
作是自己的妹妹；見到年幼的女孩，就當作是自己的女
兒。這是養心最上乘的功夫，可以讓自己不起邪念、不
犯罪業——所謂意業清淨。這個方式不妨多加練習，必
能得到好處。」

「自古英雄多好色，人不風流枉少年」，這句話實
在誤人匪淺。前面所講過的，大家參考一下，就不會被
邪知邪見污染而不自知。比方說，當見到美色時，心裡

一定要有定功，不可亂了方寸，所謂「當見不可亂，既見不可憶」，既然看過了，就不要再回想、追憶——這就是太上告誡人不可「起心私之」之意。也就是在接觸的當下，須有自我反省、覺察的功夫。

再仔細分析這三句話，每一句各有一種境界。思，就是思之於未來；亂，就是亂之於現在；憶，就是憶之於過去。現在的人犯了邪淫的彌天罪惡，全是在這三種境界中造成的；如果把這三種境界戒除殆盡，邪淫行爲就沒有滋長之處。

前面提到殺人者只是殺了一個人的身體，而姦淫別人等於殺了他的三世。因爲姦淫不僅破壞女子的節操，使她的公婆、父母、丈夫、子女感到羞恥而痛心疾首，

甚至因羞恥而導致死亡事件發生；或者是兒子不承認母親，親戚對她沒有好臉色，一般正常人家也不可能跟她聯姻。何苦以短暫的歡樂，造下彌天的罪業，縱獲絕子絕孫之報，尚不足懲其淫人妻女之罪業。

俗話說：「姦近殺」。警察辦案也是一樣，命案之所以發生，與錢、色有不可分的關係。說是「近殺」，尚屬於緩和之詞，事實上姦沒有不殺之理，因為姦情若是敗露，丈夫一定會憤怒地將她殺掉；姦夫則會因為嫉妒，而以利刃相互殘殺。

因為姦淫而導致對方死亡，則會被判處死刑；若是僥倖逃過了法律制裁，則會遭遇怨鬼報仇。歷史上有怨鬼殺人報仇之事。若是以上所說的都逃過了，則會因淫

欲過度而得到難治之症，致使群醫束手，被司命之神所殺。一個人以天地間至靈至貴之身，竟然置己於必殺之地，實在是愚蠢至極！這一點若能深思熟慮，自然不敢貿然違犯。

古時候有一位賢人，每當淫念萌生之時，就將手臂放到火上，這時感到痛苦不堪，淫念自然頓息，不失是個好方法。如果還不能夠止息淫念，則須澄心冥坐，當作自己的身體已經死亡，再冥想古人的墳墓，內心不斷地反思：此人在世時跟我一樣，而我死後埋在墳墓裡，也會和他一樣；這樣想來，淫欲還有什麼樂趣呢？

所以，要預防淫念，全須靠智慧之力。在武則天時代，宰相狄仁傑曾說：「人在美色當前時，要立即思

惟，眼前這位美女，哪一天要是病死了，屍體就會開始潰爛、發臭，並且滿身蟲蛆，屍體臭味薰天，令人作嘔。能夠這樣觀想，邪念自然消除。」

在命案的現場，如果是在夏天，人死了好幾天，警察進去之後往往會嘔吐，回家後好幾天都吃不下飯，那種感受揮之不去。這是刑警處理命案現場的後遺症。所以，有些刑警不願接辦死亡命案，尤其是凶殺命案的現場，或是無名屍體的現場。

年輕人往往不知道利害關係，也沒有人教導他。現在學校很難把孩子教好，所以學生容易失足。在這充滿誘惑的花花世界中，正當美色當前，最難克制欲望，因此最容易失足。在衝動的那一剎那，就會有三種魔作

崇：當眼睛看到漂亮妖豔的女性時，她的姿色就會烙印入心，使你骨頭發熱、神識飛揚，就像火焰騰起般地熾烈，這叫做「火魔」。而欲根這時就開始發動，任督二脈暗中開啓，就像堤防將要崩潰、激流就要衝出去一樣，這叫做「水魔」。當水火相互烹煮時，身體與魂魄也相互激盪，就像輪子不停轉動，圓環沒有邊際一樣擴散，這叫做「風魔」。

若要斬除以上所說的火、水、風「三魔」，別無他法，就只有「慧劍」一把。再怎麼飢餓，也不能去吃老虎的食物；再怎麼口渴，也不能去喝有毒的鴆酒，這就是「忍」的說法。

正當兩個人在打鬥時，彼此都拚命想把對方手中的

刀子奪下，縱然手流血了，也不肯放下手中的刀子；而打敗仗的軍隊在逃命時，縱使背後中箭，也得忍痛不能回頭，這就是「堅忍」的說法。

當毒蛇噬手時，壯士立刻以刀斷手——所謂「壯士斷腕」。毒箭射中身體，英雄立刻忍痛刮骨去毒，這就是「很忍」的說法。就在千鈞一髮之際，若能守得定、忍得過，即可感動天地鬼神，自己的修持也能夠功行圓滿；若有一念猶豫，必定把持不住。然對方只是路邊野花，轉眼成空，而自己卻因邪淫之罪，而被減除壽命與福祿，甚至因而遭致殺身之禍。

有同仁說，他就犯了這個罪業，每次參加公務員的升等考試，考了七八次，都只差那麼一兩分。他想到這

個問題，就問我：「邪淫是不是會折損功名福報呢？」我說：「確實會！而且損得很重。」古代就有公案，折損得很重，甚至造成殺身之禍。也有爲了爭風吃醋，或是看不順眼——你搶走了我的女人，就把你殺得一塌糊塗，亡命於亂刀、亂槍之下都有可能。

現代人在一起常造口業，許多人在辦公室裡，總是喜好討論女人，或談論淫穢之事，而且還多方揣摩、相互研究，一唱百和，每因說者講得津津有味，致使聽者躍躍欲試。

須知邪淫的罪惡、不爲人知的隱私，實在關係著一個人終身的名譽和節操，所以偶然講錯一句話，往往產生無窮禍害，觸犯天怒莫此爲甚。嘴巴除了吃飯之外，

要說些好話，要說勸人進德修業的話、鼓勵的話；絕不可說使人產生遐思的話——所謂的綺語。如此方可獲福於天，有口德之人會有福報。

現在同性戀的問題很多，實在是很無知。而且同性戀者往往不知其害，因為沒有人講，政治人物也不願意提出來（怕失掉選票）；而教育單位卻認為是尊重人權——同性戀竟然跟人權有關？實則，同性戀者要是真懂道理，就會趨吉避凶，其後遺症實在不敢想像，對自己絕對有大害。同性戀所產生的愛滋病（aids），就是最好的證明。這對身體是個嚴重的殘害，會加速死亡，也可說是不治之症，二十一世紀的黑死病。

我用古代的觀念來跟各位報告，古人說話不會騙

人，且其道理是放諸四海而皆準。現代的醫生也不贊成此種行爲，認爲會傳染疾病。不能有同性戀的道理有六種：

第一、因爲這種行爲實在是淫穢不堪，傷身敗德、有損顏面，會喪失恭敬心與羞恥心。

第二、有的已婚男子拋棄髮妻而去寵愛少年，違背天地陰陽自然之理，導致好惡有所偏差。

第三、這類人的行爲輕佻，而且又不檢點，甚至還會偷香竊玉，染污家中女子。

第四、舉頭三尺有神明，神明對於同性戀的污穢行爲，會生瞋恨心，所以降下很重的懲罰。正常宗教都是反對同性戀，因爲宗教都有禮佛、尊神、敬天的觀念。

這是正確的思想、信仰，不能說是迷信，一般人跟著感覺走，那才是迷信；因為感覺是非理性的行爲，它會衝動，會感情用事，會意氣用事，會封閉自己的理性。

第五、以前的法律很嚴格，王法明文嚴禁同性戀的不正常性行爲。而且姦近於殺，容易觸動殺機，喪失寶貴生命。現在常有同性戀者因爭風吃醋所引發的殺人案件，往往殺了幾十刀以上，非常恐怖。

第六、若非爲了傳宗接代而妄自洩精，這種愚蠢的行爲會加速戕害身體和生命。

以上六點是古代聖賢對同性戀的看法。

現代人眾說紛紜，莫衷一是，各有各的立場，各有各的說法。其實聖人都是無私的，絕對不會以自己的立

場，來考慮自己的利益；他會站在眾生的立場，去維護眾生的利益。這是聖賢人的心態。凡是讀過書的人都是知識分子，多讀古書會有很大的啓發作用，會有覺醒的感受。有這方面行爲的人，希望能參考這個說法，只有百利而無一害。

我所認識的朋友之中，有的對於氣的感受很強烈，只要你有欲念，他都感覺得出來。比方說碧潭一帶，男女談戀愛的特別多，那個地方河邊的磁場，就是「情」的磁場，真的是這樣子。「任何影像、圖片、聲音、文字、圖畫，都帶有訊息的能量」，這是日本科學家江本勝博士在一九九四年研究出來的。

我們身體裡面也有磁場，念頭會影響身體與細胞的

排列組合，所以氣會不一樣，氣質也就不一樣。有暴力氣氛的人，就有強烈的暴力氣息顯現；有詐欺傾向的，他的眼神就不定，所透露出來的氣氛，就是想要佔人便宜、騙人錢財，這是可以肉眼觀察出來的。

現在社會環境的誘惑太大，很多人不懂得夫妻溝通之道，往往認為結婚已經幾十年了，就可以隨便，不尊重也不體諒對方的感受，於是夫妻的溝通產生嚴重障礙，這是導致婚外情的一個很大的導火線。希望已婚者要維繫美滿、幸福的婚姻，白頭偕老。

我剛剛談到磁場的反應，我們到光碟影像租售店，因為裡面有很多色情光碟，所以所散發出的磁場，都有邪淫的味道，磁場很不好。賺了這種錢，會在很多地方

虧損掉。其實只要深思熟慮就會知道，所以要懂得趨吉避凶，這種錢不能賺，其果報不可思議。

《水滸傳》的作者施耐庵，在書中寫了許多助長邪淫、偷盜和殺生情節，描繪得淋漓盡致，極盡誨淫誨盜之能；結果他的兒子、孫子、曾孫，生下來都是啞巴。

《西廂記》的作者王實甫，擅長描寫男女私會的情形，導致許多人看後起了邪思、淫念；結果書還沒有寫完，王實甫就因無法克制情欲，嚼舌而死。

唐朝詩人元稹，見到表妹崔鶯鶯美若天仙，想娶她為妻，卻遭到拒絕；元稹因而憤怒，寫了一本書《會真記》，虛構表妹與人偷情，來毀謗崔鶯鶯的名節，致其蒙垢千秋，且導致後世讀者學習偷情。結果元稹死時痛

苦萬分，死後屍體還慘遭雷電焚燒之報。

宋朝詩人黃山谷（黃庭堅），平時喜歡寫些冶豔詩詞。有一次與畫馬名家李伯時，同去拜訪圓通秀禪師。禪師先勸李伯時：「你不應該將一生心力都用於畫馬，倘若你的心念，念念都是馬身，恐怕來生就會墮落馬胎！」黃山谷聽後發笑，秀禪師就喝斥他說：「你不要取笑別人。」黃山谷說：「難道我也會墮入馬腹嗎？」禪師說：「李伯時念馬墮馬身，只是他個人的事情；但你所寫的淫詞，卻挑動天下人的淫心，害了許多人貞節不保，這種罪過何止墮入馬腹而已，恐怕地獄之報正等著你去受哪！」因為秀禪師是當時有名的得道高僧，黃山谷聽了禪師的訓誡，既驚恐又慚愧，從此再也不寫冶

豔詩詞。

所以，有聰明智慧的讀書人，爲何不以妙筆生花的文才，寫些歌功頌德、讚歎貞節及道德情操的文章，卻要寫些讓人胡思亂想的文章呢？這決定會嚴重影響個人的福報。佛門有所謂「錯下一個字轉語，墮五百世野狐身」之公案，只是錯解了一個字，就必須受五百世的畜生報，更何況鼓勵邪淫呢？這種果報非常慘烈，古代有很多這方面的故事，值得我們參考；而戒淫之功德，確實可產生很大福報。

唐皋少年時發奮讀書，精神、體力都安住於鑽研詩書，有一天他正挑燈夜讀，有位妙齡少女竟加以調戲，將他書房的紙窗搗破，用不正當的態度偷看他。唐皋就

將破窗補好，並且在紙窗上題著：「搗破紙窗容易補，損人陰鷲最難修。」自此以後，再也沒有發覺少女之異樣。後來有位僧人經過他家門前，見到門楣上有一個狀元匾額，兩邊各高掛著一盞燈，寫著他在紙窗上所題的兩句話。僧人感到很奇怪，就問他原因；等問得實際的情況，知道這個因果確實有所根據。後來唐皋果然考中了狀元。

唐皋不犯邪淫，所以才會有這麼好的果報；我們並不是聖人，人非聖賢，孰能無過，做錯事只要知道要改正，確實能夠修善補過。

以前有一個人叫汪天輿，相士看到他說：「你的相貌像羅漢，但是不能長壽，而且沒有子孫。」汪天輿聽

了之後，於是捨財布施，極力行善。有一天他在清江浦做客，主人的妻子年輕美麗，見到汪天輿風度翩翩，就偷偷地來到他的房間；但汪天輿卻緊閉門戶，不讓她進來，並且隔著房門對她說：「我怎能壞了你的名節。」這位夫人聽了之後，覺得非常慚愧，就離開了。後來汪天輿又遇到那位相士，這時相士對他說：「你到底積了什麼陰德？你的相貌忽然轉變了，不但會生貴子，而且可以活到八十多歲。」後來汪天輿果然如相士所言，生了一個顯貴的兒子，自己也活到八十多歲。因此，只要能夠改過，確實能夠挽回天心。

兩性問題之所以錯綜複雜，一再產生許多後遺症，甚至災難，問題就在於對這個問題的無知，沒有真正瞭

解真相。《三國演義》裡，曹操想利用關公打天下，可是關公忠於漢室，雖然身處曹營，心卻是在漢室。曹操因此想陷害他，使他不能回到劉備身邊。當時關公保護劉備的太太，曹操就設計把他們放在一間屋子裡，看關公會不會受到影響。雖然自古有「英雄難過美人關」之說，但曹操所收到的情報發現，關公獨自在門外秉燭夜讀《春秋》，一直都沒有進入房裡，實在是個真正的英雄好漢。所以關公的成功，這是奠下很深的基礎，千秋萬世受人尊敬。如果他受到了誘惑，那他一世的英名就毀於一旦，後人也不會尊重他、祭拜他。

古人懂得男女之間一定要避嫌，古禮講到「叔嫂不通問」，叔嫂之間不能私下相會，也不能講悄悄話。記

得以前長官曾給我講一個故事，有一個從大陸過來的警察，因為當時流亡到台灣，父母都沒有過來，弟弟就由他撫養。當他成家之後，因為弟弟年齡還小，所以就繼續扶養弟弟。因為警察工作繁忙，很少回家，叔嫂天天在一起，日久生情，而發生了亂倫行爲。後來哥哥知道了，傷心欲絕，最後想不開而舉槍自盡。這是亂倫的悲劇！

男女之間一定要保持適當距離，就是公車後面那兩句話：「保持距離，以策安全。」再親近的人，也不可以逾越這個界限。這種亂倫現象，後遺症非常嚴重，甚至慘絕人寰，一放起火，燒死的都是自己的親人。社會上發生過很多這種狀況，可以說到處都是，值得世人警

戒。

現在的新聞報導，都是這種負面消息；看到了果，就要聯想到因。日本最近發生的事情，媽媽愛子心切，希望孩子讀名校，孩子長大了，她爲了怕影響到孩子的學業，因此不讓他交女友；結果孩子有了性衝動時，這個母親竟幫他滿足性需求，簡直是駭人聽聞。

現在的社會風氣，因爲資訊媒體的污染，沒有提倡道德、因果的觀念，已經敗壞得無以復加；加上現代人觀念薄弱，因而經不起資訊、媒體的誘惑。男女關係接觸頻繁，常常社交、跳舞，早上在公園裡，就有很多人學跳舞唱歌，男女肢體接觸頻繁。有位派出所警員跟我講：「奇怪！七十幾歲的人了還跑到派出所報案，說跟

太太吵鬧不休，想要離婚，怎麼那麼老了還會離婚？」一問之下，原來他跟天天一起跳舞的舞伴來了電，就要跟髮妻離婚，看來他是跳昏了頭。

男女的肢體接觸，會產生某種感覺，所以古人一直強調「男女有別」，是有很深的道理。現代人若懂這個道理，自然就會節制，不容易產生狀況。現代青年男女很容易發生性關係，父母總以為不可能，結果等懷孕了才知道。在哪裡做的？在家裡！不一定都是在賓館或野外。根據調查統計，青少年發生男女關係，大部分是在自己家中。因為現在都是小家庭，各人有各人的房間，父母都出去工作不在家，青少年帶著女友回家，就會發生這種事情。孩子沒有自制能力，所以父母要注意，一

定要避免有男女獨處的機會。

現代人的貞操、道德觀念已經解體，性方面較爲開放，這種思想實在污染得很深，父母要使兒子不會佔人便宜、女兒不會受到性侵害，一定要從小灌輸因果、道德觀念，否則長大後就很難聽得進去，因爲已有自己的思想與主張，會認爲父母親嘮叨、說教。所以「教兒嬰孩」，須從小孩子開始教起，甚至從胎教開始，即可收到事半功倍之效。

每年到了暑假結束，就有所謂的「九月墮胎潮」，現在甚至更嚴重了，幾乎天天都是墮胎日，教育單位、家長、師長，必須作深入的研究，才能防範。古語說：「萬惡淫爲首。」男女發生了不正常的性關係，這叫做

邪淫，罪業非常深重。《地藏經》中說：「男抱銅柱，女臥鐵床。」男的脫光衣服抱著銅柱，這是炮烙之刑；女的臥在燒紅鐵床上，這都是地獄的果報。現代人不相信，認為地獄是恐嚇眾生的名詞。各位要瞭解，這是真相！給你說真相，你還說人家在騙你、恐嚇你。現在人真是膽大妄為，無知到這種程度。

章太炎先生是清末民初的國學大師，通達儒家的學問，對佛經的造詣也很深，為人聰明正直。他的女婿朱鏡宙居士，是位財經科學的專家，曾擔任西康、四川的財政局長，及浙江省財政廳長；他也是個大學問家，後來學佛很有成就。朱鏡宙居士說，他岳父曾被袁世凱關了一個多月，有一次睡覺時被兩個小鬼以黃轎子抬走，請

到東嶽大帝那裡，協助審理案件。這樣連續一個月，累得體力不支，後來有人要他讀《金剛經》，而後才結束這個職務。在陰間任職期間，他聽說陰間有一種「炮烙」之刑，就是在陽間犯了邪淫，死後須受這種罪。他覺得這種刑罰太過殘忍，應該廢除，就跟東嶽大帝說：「這個刑罰實在太殘忍，能不能把它廢除？」東嶽大帝吩咐小鬼帶他到刑場去看。章太炎在刑場什麼都沒有看到，當下體悟「一切唯心造」的道理，若未造此業，就沒有這種刑場。地獄確實是「唯心所現，唯識所變」。

《地藏經》說，地獄只有兩種人可以去，一種是佛菩薩等有神通者，到地獄去度化眾生；另一種是造惡業的人，墮入地獄受罪。其他人要進地獄是不可能的，除

非修到菩薩境界，或是念佛功夫成就，就可看到十法界的現象。

過去北京有一位黃念祖居士，對這方面也有開示，他說：所以全在當人，全在你自己。你是什麼見，你就是什麼境界；你就有什麼行動，也就是你的下場。沒有任何人來管你的，都是自主的。地獄是自己走去的，不是任何人拉你去的，抱火柱是你自己抱的，看成是一個美女，趕緊就過去抱，唉呀！燒死了。燒死了，風一吹又活了。可是這個教訓又完全忘記了，再看還是美女，還要抱，又燒死了。所以眾生就是很頑固，千生萬死不能覺悟，不是佛責罰人讓他入地獄。

《地藏經》裡面，佛拜託地藏菩薩，眾生若是有

毛一塵的善根，就別讓他入地獄。所以黃念祖老居士看到釋迦牟尼佛囑咐地藏菩薩時，他就老是流眼淚。

現在自稱是科學時代的人、E世代的人，根本不信這種古老傳說，或者是宗教的勸說，他認為這是恐嚇，不是勸說。其實正規宗教都不打妄語，高級的宗教更是不會騙人，只有我們自己騙自己。現代人自以為學問很好，其實並未讀過多少書，要是把中國書讀通了，才知道自己真的很膚淺。現在不重視經典教育，所以都只是知識的傳授而已。老師的責任是傳道、授業、解惑，現在學校根本沒有道可傳，更不知要解什麼惑。宇宙人生的真相大惑不解，不知生從何來、死往何去，所以每天糊裡糊塗過日子，追逐錯誤的目標，追逐感官的刺激享

受，來麻醉自己的心靈。

現在有很多的惡行惡狀，令人感到不可思議，連懷了胎，自己的兒女都敢殺——墮胎。爲了自己一時的快樂，事先沒有預防措施，事後就用墮胎來處理，實在太恐怖。任何動物都不會有墮胎行爲，只有萬物之靈的人類，聰明到了極點；但聰明反被聰明誤，竟然狠心殺害自己的兒女。

現在校園墮胎問題非常嚴重，十七、八歲的夜校學生，大都因爲功課趕不上別人，所以白天打工賺錢，晚上才去讀補校；這些人社會化的程度比較深，性觀念十分開放，老師花最多時間處理他們懷孕、墮胎的問題。有一年暑假過後，某班有十多位女學生懷孕，老師

十分震驚，他希望相關官員，多瞭解校園墮胎問題的嚴重性。有的老師看到學生早上上課沒精神，於是追查原因，學生說：「我跟女朋友有問題了。」老師一聽，就問他是不是懷孕的問題？學生也承認了。

所以，很多孩子性態度開放，但性知識不足，懷孕後就去墮胎，他們聽不進大道理，老師也無可奈何，只能教學生避孕。教育之失敗，莫此為甚。有的學生竟然一年墮一次胎，連醫生都認識他。有某班學生在高二時懷孕，老師大為緊張，學生反而安慰老師：「老師你不要緊張，這已經是第二胎了。」

子女懷了孕，家長知道嗎？許多老師說，家長多半都不知道。有的家長被蒙在鼓裡，認為自己的孩子很

乖，不可能未婚懷孕；甚至許多老師也不知情，而是由同學彼此幫助，籌錢解決問題。老師們也有這種感受，說：「目前部分學生對懷孕之事，抱持著『反正可以解決』的態度。」這種偏差的心態，令人憂心。

教育單位近年來極力強調性教育的重要性，但是成效卻相當有限，未來若有某種墮胎丸上市，恐怕會更加誤導學生的觀念，這個問題值得教育、醫療單位多加重視。

以往有「九月墮胎潮」，現在可說天天都是墮胎日，所謂「放縱青春Y世代」。許多醫生發現，現在已經沒有「墮胎高峰期」了，幾乎天天都是墮胎日，週休二日更是生意興隆。醫生感嘆地說：「不少女孩已經把

墮胎當成避孕，有人一年拿掉好幾次孩子，實在令人擔憂！」甚至更荒謬的，有位女孩去墮胎，三四個月就見醫生一次面，所以醫生都記得她是誰。可是醫生覺得很奇怪，每次陪她來的男生都不一樣。放蕩到這種程度，還有救嗎？

現在到處有墮胎廣告，計程車、電話簿上都可以看得到——「月經規則術、流產、治療疑難疾病，不痛不出血」。這些充滿暗示與誘惑的廣告，都是從事墮胎手術的。台灣地區墮胎人數相當驚人，據醫療單位統計，每年約有三十二萬左右，比較精確的統計是四十萬，甚至有些聲稱是五十萬。這些數字只會越多，不可能越少。以人口比例計算，台灣的墮胎率，比性開放著稱的

法國，還要高出六倍，你看可不可恥。爲人父母者，須仔細思考這個問題，這會嚴重影響下一代的命運、福報和健康，茲事體大。

一、國外醫學界對墮胎有研究報告，Anne Speckhard 博士研究墮胎後遺症時發現，墮胎女性有下列的後果：
百分之二十三會經驗到與墮胎有關的幻覺；百分之三十五感覺到被墮胎的孩子到訪；百分之五十四會有與墮胎有關的噩夢；百分之六十九會經驗到一種瘋狂的感覺；百分之七十三會回想墮胎的經驗；百分之八十一會常常想念被墮胎的孩子。女性在墮胎後最通常的問題是：百分之六十一會增加喝酒的量；百分之六十五有自殺的想法；百分之七十七經驗到不能和他人溝通，人際關係越

來越差；百分之六十九會失去性慾；百分之八十一會時常哭泣。

二、以下是 WEBA (Women Exploited by Abortion) 這一個組織的警告。墮胎手術可能產生以下的後果：

身體的後果有：不孕、流產、子宮外孕、死產、出血和感染、疲憊、休克和昏迷、子宮穿孔、腹膜炎、強烈痛苦、失去身體器官、不眠症、厭食、減少工作能力、神經緊張。

心理的後果有：罪咎感、有自殺的衝動、哀悼、退縮、遺憾、懊悔、失去自信心、降低自尊、懷有敵意、憤怒、絕望、無助、憎恨與墮胎有關的人、結束與伴侶的關係、失去性慾、不能原諒自己、發噩夢。

三、墮胎對少女的傷害更爲明顯：一項美國明尼蘇達州的研究顯示，少女墮胎在半年內的自殺比例，是未墮胎少女的十倍。其它相關研究也指出，有多次墮胎紀錄的少女，在墮胎半年內，自殺的危險性與精神上失序的危險性更爲提高，值得父母與老師注意與深思。按醫學研究，十八歲以前懷孕生產第一胎的少女罹患乳癌的比率，比年紀大的婦女懷孕生產第一胎罹患乳癌的比率大爲降低。也就是說，把孩子生下來，事實上對少女的健康將更爲有益。

四、墮胎也會使婦女罹患乳癌的危險性增加：美國一項研究報告指出，全程懷孕不但降低婦女罹患疾病的比率，特別是乳癌的危險性，並且能增進婦女的健康。

美國每年有將近八分之一的婦女罹患乳癌，即約有十七萬五千名婦女被診斷出罹患乳癌，四萬二千五百名婦女因為乳癌過世。醫療界與媒體對乳癌的防治宣導，常提出乳癌早期自我檢查，卻很少指出全程懷孕與罹患乳癌之間危險性的關聯。

五、死亡的危險性增加：墮胎婦女於墮胎一年內死亡的的比例，是懷孕生產婦女的三倍；墮胎婦女於墮胎一年內自殺的比例，是懷孕生產婦女的六倍；墮胎婦女於墮胎一年內遭遇致死性意外的比例，是懷孕生產婦女的三倍；墮胎婦女於墮胎一年內遭遇他殺過世的比例，是懷孕生產婦女的十三倍。這是芬蘭政府國家財政與健康發展研究中心，於一九九七年出版的研究報告。這個生

產與墮胎死亡之間相關性的研究，使我們對於生產與墮胎死亡之間的關係，得到了一個較為準確的面貌，這是西方醫學方面的研究。

爲何必須戒除墮胎的行爲呢？用佛法道理來講，因爲胎兒也是具足了佛性，《觀無量壽經》淨業三福裡，第一福就講到「慈心不殺，修十善業」。要具備慈悲心，不能殺害眾生，包括動物在內，何況自己的胎兒！《涅槃經》講：「眾生佛性，住五陰中；若壞五陰，名曰殺生；若有殺生，即墮惡趣。」意思是說，眾生的佛性寄居在五陰的假相中。五陰是「色、受、想、行、識」，爲構成人體的五種要素。若是破壞了五陰，就叫做殺生；若有殺生，即墮惡趣。惡趣是指畜生、餓鬼、

地獄三種惡道。以佛家的戒律來論，殺人得根本重罪，殺天、殺三惡道得中下罪，這是因爲在人道中有三皈、五戒、波羅提木叉之故。又修行證果，初果、二果、三果、四果，都是在人間時證得；佛與辟支佛，必須在人中得漏盡通。所以，殺了人，斷命根，得根本重罪；殺天、殺三惡道，就不得根本重罪，僅得中下罪。

西方醫學界將墮胎分成三階段來講：一到三個月，胎兒尚未成形，故墮胎不犯殺戒；四到六個月，七到九個月，這時才成人形，他們才認爲不妥，這都是未讀經論之過。

《華嚴經》說：「殺生之罪，能令眾生墮於地獄、餓鬼、畜生。若生人中，得二種果報，一者短命，二者

多病。」我曾經問過醫生，必須經過多久時間才能檢查得出懷胎。醫生回答說：「至少經過一個月才檢查得出來。」但是佛法講，神識一入胎就已經是有生命了，成不成形不要緊。

淨空老法師在開示中就曾講到這個問題。有位同修因為墮過胎，心裡很不安，就超度嬰靈，問法師有沒有效果。老法師告訴她：「沒有效果！妳以為超度就沒事了嗎？」信徒說：「萬一這個小孩生下來是個殘障，豈不是很痛苦的事情，不如不生出來。」法師說：「我們要曉得，生了一個殘障小孩，那是來討債的，你欠了債而不讓他來討，還要殺他一條命。換句話說，你過去欠他的債，現在再加上命債，以後就更不得了。現在的科

學家只看到眼前這一段，不知道後世的因果。因果通三世——過去、現在、未來。這決定是大罪！」信徒說：「小孩子還沒有成形，只懷孕一兩個星期。」法師說：「不行！神識一投胎，他就來了，成不成形沒有關係。他一投胎就找上你了，你過去世就跟他有瓜葛，所謂報恩、報怨、討債、還債。如果他是來報恩的，你把他殺害了，這就是恩將仇報，以後就變成仇人。明明是孝子賢孫來報恩的，你殺害他，就變成仇人。變成怨家，這還得了！你做這一點點功德，花幾個錢安個牌位，就能夠超度嗎？沒有這種事！那是騙自己、安慰自己，不是事實。」這是當今淨土宗的高僧淨空老法師對信徒的開示。還是佛經講得清楚。

防止墮胎的根本之道須講清楚，不能光講墮胎很嚴重，更須瞭解怎樣防止。要知道除了正式夫妻之外，其餘一切男女關係，包括已經訂婚者在內，如果發生了男女關係，都算是邪淫；甚至離婚後又在一起，大家認為很自然，這也是邪淫，在戒律上說不通，所以一定要禁止。

人的身體有三業行爲：身業、口業、意業。最根本的是意業，所以應該避免看色情書籍、媒體、網路或光碟等，這些都非常誘惑人。看色情光碟時，心理會產生變化而影響內分泌，所以唐朝名醫孫思邈（後來修道成仙，又稱孫真人）說：「莫教引動虛陽發，精竭容枯百病侵。」這就是引發慾火衝動，虛陽獨熾，會使精髓耗

盡、容色枯萎，從而百病入侵，抵抗力減弱。不要以為只是心裡動念頭而已，並沒有行淫行爲，這也是不行。就像鍋子煮水一樣，火在底下燒，鍋內的水就會蒸發，燒到最後水乾了，鍋子就會爆炸，道理是一樣的。

中國醫學有很深奧的道理，可以防患於未然——預防勝於治療。所以「聖人治未病」，等生病再治就已經來不及，那是下等功夫。

男女相處或自己獨處之時，應當心存正念——所謂「閑邪存誠，正心誠意」，不能有非分之想，必須多加懺悔。修「不淨觀」能夠減少慾望，多看因果報應的公案可以增進敬畏之心。

口業方面，不能說綺語。傷風敗俗、挑逗情欲的綺

語，會讓人胡思亂想。飽暖思淫慾，晚上要避免吃高熱量食物，最好改掉吃宵夜之習慣。出家人遵守佛制，過午不食，這是很聰明的作法，不容易衝動。再者，不亂用助淫補藥，這容易助長淫業，或更因而殺生食肉，與眾生結下命債。

身業方面，不能犯手淫。自慰非但戕害身心，更會增長慾念，惡性循環，無有已時。必須多禮佛、運動，拜佛是最高明的身心合一運動。要培養正當娛樂，不要涉足聲色場所；要遠離邪行邪見的朋友，損友會使人犯罪。

孤男寡女不能單獨相處，或有身體上的接觸。《四十二章經》說：「慎勿與色會，色會即禍生。」這就是

不要隨便跟異性接觸、會面。異性一接觸、一會面，很容易迸出火花，產生災難。又說：「夫爲道者，如被乾草，火來須避。道人見欲，必當遠之。」修道人就像身上披著乾草，前面起火快燒到了，就要趕快迴避，否則會被燒死。草是易燃物，很容易著火，修道人看到了境界，要趕快遠離，否則易陷入其中，難以自拔，所以佛特別提醒要遠離。

由此可知，古人的「男女授受不親」，乃是防微杜漸最根本之道。這方面的書籍，有《壽康寶鑑》和《安士全書》裡的〈欲海回狂〉，這些都是文言文。而白話文則有《保命延壽法》或《如何面對兩性關係》……等。多看戒淫書籍可提升自己的心性，增加免疫能力；

否則若沒有定力，稍微受到誘惑，就會跟著感覺走，造下邪淫罪業而後悔莫及。

我在輔導員警時，常跟員警提到這些事。警察必須接觸民眾，很多小姐穿著暴露，婀娜多姿的體態，會讓人產生遐想。再加上色情場所誘惑，接觸很多不正常的異性，很容易發生問題，所以要加強定力訓練。

唐朝的呂洞賓，他勸人要瞭解女色的真相，他說：「二八佳人體似酥，腰間仗劍斬愚夫，雖然不見人頭落，暗裡催人骨髓枯。」這是說，年輕貌美的女性，身體像酥一樣柔軟，腰間卻有一把無形的劍，專門砍殺沒有定力的愚癡之人，雖然看不到人頭落地的悲慘場面，但暗地裡卻把精髓榨乾。

所以見色不要動心，更不能發生不正常關係，甚至連夫妻間的「正淫」也要節制。《壽康寶鑑》提到《易經》中「七日來復」的道理，因為人體不是金銀銅鐵打造的。孫思邈真人也提到這個問題，他說：「身體是氣血結合而成，不是金銀銅鐵所打造。人對於色慾若不加以節制，剛開始雖認為沒有妨礙，偶爾任情而行，既而日損月傷，必致精髓虧損、氣血敗壞，最後導致死亡。因為氣血運行於六處經脈，每天行一經，六天才能夠完成；所以最輕微的感冒，也須等七日經脈運行完成，病情才能解除，這就是氣血一週完成運行。因此每行房一次，就會導致一經氣血受損，必須等七日之後，氣血運行到此經，才能夠復原。《易經》說『七日來復』，就

是要休養七天的意思。但是世人總是未到七天又走洩，經氣一傷再傷，以致外感內虧，百病叢生……現在立下限制，做爲節慾保身的根本。二十歲時，以七日一次爲準；三十歲時，以十四日一次爲準；四十歲時，以二十八日一次爲宜；五十歲時，以四十五日一次爲宜；到了六十歲，精髓血脈已經斷絕，不再發生，應該盡速斷除色慾，禁絕房事（以上之限制，專指春秋兩季而言，若在冬夏兩季，則時間應該加倍）……如果有所違反，必定多病、短壽。」

有一位同修說他家有三兄弟，他七十幾歲的父親，身體比他們健康，冬天窗戶不用關，好像陽氣很盛的樣子，他們三兄弟則是冷得發抖。後來經過長期觀察，才

發覺因爲父親五十歲以後，幾乎很少有男女慾事，所以三兄弟雖然很年輕，卻都比不上父親健康。

宋朝的包宏齋，八十八歲還在樞密院任職，平日神清氣爽，強健如昔。賈似道心想：「他必有特別的攝養之術。」閒聊時他向包宏齋詢問偏方，包老回答：「我的確有偏方，我有一種藥丸，自己服用，但不外傳。」賈似道拜託包老，務必授此不傳之秘方，不可以一人獨享。包老於是慢慢回答：「閣下真的願意服用此丸嗎？我是吃了五十年的獨睡丸子。」結果所有在座的人聽到後哄堂大笑。

彭祖說：「上士異床，中士異被。服藥百顆，不如獨睡。」上等人分床而睡，甚至分房；中等人不蓋同一

條被子；下等人就算吃了一百顆補藥，身體還是不如獨睡的人。由此可知，只有「欲心淡，欲事節」，身體才會健康，不容易生病。

很多年輕的夫妻婚後無子，其實必須懂得求子的方法。印光大師在「禮念觀世音菩薩求子疏」中，提出了「求子三要」：第一、保身節欲，以培先天；第二、敦倫積德，以立福基；第三、胎幼善教，以免隨流。還須以至誠之心禮念觀世音菩薩，求賜福德智慧、光宗華國之子，必能所求如願。這樣求來的孩子必定良善，否則來投胎的孩子問題必定很多——不是來報仇、就是來討債。

若是懷了不正常的子女，必須深信三世因果，這是

不可忽視的業力。有一位居士的兒子小時曾患癲癇，後來娶妻懷孕，檢查發現胎兒的染色體不正常，是蒙古兒症。她聽了頓時如晴天霹靂，兒子媳婦都想墮胎，那時她也猶豫不決；有位法師勸她不可墮胎，並勸她好好念觀世音菩薩，求菩薩加被。後來胎兒生下來身心健全，至今已五、六歲，上了幼稚園，而且非常健康。

我曾經碰到這種事情，有一位警員的妻子懷孕後，檢查得到唐氏症，醫生說要墮胎，否則孩子會有問題，可能會是殘障。他們夫妻很緊張，來了我家三次，我就勸她，我母親也出來幫忙勸說：「不要怕！只要念觀世音菩薩，佛法無邊，有佛法就有辦法，就看你愛不愛你的孩子、肯不肯念；只要有慈悲心，就可以化解這個災

難。」結果他聽進去了。孩子生下來，非常莊嚴，那位警員一直謝我。

所以，若有墮胎的衝動，一定要問學佛的人，或是好友，但是他的知見一定要正確，可以避免不必要的後遺症，或者是後悔的事情。佛法確實不可思議，要深信佛菩薩的慈悲威神加持，只要照著佛經的道理實行，斷惡修善，認真念佛求孩子平安，決可達到這個效果。

生孩子也是一樣，當生不出來時，若能大聲念觀世音菩薩（家人也應助念），一定能馬上生出來。有個學佛的居士，平時胎教做得不錯，以前生產時念佛，兩三個小時就生出來，而且不會痛；但這次因為業障現前，十二小時還生不出來。這是很特殊的個案，我還是第一

次聽到，我問她的先生說：「當時產婦有沒有念出聲音來？」她先生說忘記了！我說：「不行！生產須用力，所以一定要大聲地念，不能只是默念，默念容易產生氣窒的毛病。」後來她先生打電話給我，我就趕快在辦公室幫她助念，念了一百零八聲佛號；同時，再請另外一個修行人幫她助念，求佛加持。我說：「你自己在床邊大聲念，你太太也要念出聲音。」結果不到四個小時，「哇！」的一聲，孩子就生出來了。當時醫生說要剖腹生產，現在卻不用上手術台。

這種方法真的可以化險爲夷，而且這個孩子長得非常地莊嚴，因爲他有胎教，只是生產時一時疏忽，臨時忘記念出聲音來。若有媳婦、孫女、孫媳婦，都可以告

訴她們，朋友之間亦須互相傳達，這種方法很重要，這時母女俱種大善根。

要曉得損子墮胎的罪過非常重，《感應篇》裡特別提到這個問題：「損害已經生下的小孩，墮掉仍在胎中的胎兒。」佛經中說，要得到人身實在非常不容易，就像是「須彌穿針」般地困難。「須彌穿針」是說，以一條線從須彌山頂垂到山下穿入針孔。所以須有正確的人生觀與宇宙觀，才知道佛語不虛。佛經說，鬼比人多千百倍，動物比人類更不知多了多少倍，所以頭腦必須清醒，研判要正確，就知道佛講的話並沒有錯。

人身至為尊貴，要得到人身實在是非常困難。佛陀說：「人剛要出生之時，有九天司馬在場，九天神靈稱

賀，太乙執掌符命，帝君評量命運，將一切善惡資料登記在名冊上，司命灶神來計定壽命，五帝監督生命，聖母衛護產房，天地神祇在三界防備守護；經過這些程序以後，才能在人道出生，吸取太陽精華，真是驚天動地的事，尊貴得難以言喻。」

這些小生命對你有什麼虧欠，而敢把他殺掉呢？與人私奔的淫蕩女子，懷胎之後隨即墮掉，這種行爲連禽獸都不如，無法曉以道理。至於有人因爲家貧而厭惡孩子太多，有在出生後將其損害，有在未出生時就墮掉，這種殺人的罪業，是無法懺悔、贖罪的。動物的生命非常微小，人們尚且要放生戒殺，何況是自己的子女呢？所以有些人今生沒有孩子，或生了孩子養不大就死了，

或者老的時候孩子先死，白髮人送黑髮人，這些大都（並非完全）是過去生中，造下這種惡業所招的果報。

【編者按：若以因果法則來說，有無子嗣皆有其宿世「因緣」，不可一概而論。再者，某些佛教出家人、居士，道教的道士，或天主教的神父、修女，他們捨棄個人私欲，致力於修心養性、利益世人；這種化小愛以成就大愛的精神，更非此段文所包括者。那些證得聖果者，已經出離三界六道的生死輪迴，他們必然跳脫了俗世情緣，沒有後代更屬正常。】

《感應篇彙編》中有個公案：從前郭印有個女兒，名叫引鳳，被兩個鬼卒追攝魂魄，遍歷十八層地獄。最後一個地獄，有一個冥王坐在大殿上，殿下排列著數百

名婦人，各個都有小孩抱著她們的腳，哭叫著向她們索命。有的是因為生了太多女兒，就將他們溺死；有的是因家中貧窮，生下後無法養育；有的是妻子妒忌小妾生子，而把胎兒墮掉；有的是暗結珠胎，而私自將胎兒毒害；有的是因為爭吵毆鬥，碰觸而損害胎兒；有的是因為生氣孩子啼哭，而毆打丟摔致死；有的是因為看顧孩子不謹慎，使嬰孩死於非命。冥王都一一審問清楚，每一位婦人都是手銬腳鐐，身體枯瘦得可憐。郭引鳳返回陽間之後，就將全部情形都告訴父親，郭印因此將其以大字書寫在天寧寺牆壁上，來警戒世間人。

另外，現在有很多醫生一味「向錢看」。照理說婦產科醫生應該是很有功德，因為「上天有好生之德」，

幫人接生是件大功德，不應以賺錢爲目的，賺取墮胎這種謀財害命的勾當，希望醫生要自覺。這裡就有一個醫生的公案：

以前有一個婦人楊阿剩，從小就貧苦多病，到了晚年更加狼狽，在臨終時自言自語地說：「我前生本來是個醫生，因爲沒有詳細診察病情。有一個婦人自稱患了蠱疾，我未仔細辨明她已經懷孕，就馬上以芫花酒讓她喝下，結果婦人與腹中的兩個胎兒都死了。我一次害死了三條人命，所以冥官處罰我下地獄受苦，期滿後又罰我受女身之報，這一世已經是第三次了；而且生生世世都是當低賤的奴隸，長期受到飢渴的困苦，身體又多病而少安康。可以把我的遭遇，告訴世間當醫生的的人，要

引以爲戒！」說完就死了。

文昌帝君說：「兒女不孝順父母，自然會有天律來誅戮處罰；兒女無罪，而父母卻把他們殺掉，這等於是殺害天下的人民！而且父母想要殺兒女，爲何不節制自己的慾望，竟敢殺人而不顧天理；今天像這樣的人，怎能保證沒有呢？我看在酆都鬼城中受罪的人，犯了這個罪過的人很多，應該儘快省悟，不要加速招致天譴。」

男女之間的欲事，會影響身體健康，而且有很多忌諱，在《壽康寶鑑》一書中，講得很詳細。先人累積了長期的生活經驗，觀察到自然界的運行法則，天地、日月、寒暑、晝夜、四季輪轉，與人類的動靜、垢潔，在順逆、生滅之間，彼此有相互依存、制約與轉化的關

係。春秋時期，諸子百家體認到宇宙間自然環境，與人體健康的關係密不可分。現在工業社會，對於四時節氣已不像農業社會那樣重視，但四時節氣對於人體的生理影響，卻是不容忽視。

不僅中醫這樣認為，目前西方社會也在研究朔望、潮汐對於人體……等等的互動關係。現在科技發達，寒熱乾濕雖可利用機器調整，但人類健康卻未提升，疾病型態更形複雜，天災及各種意外災害迭起，中外傷亡者不計其數，雖科學昌明亦難以預防。每見災難中有全家俱亡，有絕嗣失子；飛機高空失事中，有傷亡慘重，也有輕傷無礙者，其福咎之間的關係，無從研判。若能洞徹福善禍淫、因果循環之理，就不會阻塞於有限的知識

範疇，處處打結。

老子說：「人法地，地法天，天法道，道法自然。」這是指，人們的身心變化，順逆、盛衰、福禍、壽夭，與宇宙自然界的天象、地理、人文，確實有相應之處；若想求得平安、福壽，實須順應天地間自然現象界的法則，有所警惕，誠當戒慎。

屬於天象界的天忌：即佛法所講的「非時」。

一、諸佛菩薩聖誕日、天神法界降鑒之六齋日或十齋日，應該齋戒清淨，以示尊敬，縱是夫婦也應禁慾。

二、二十四節氣，這是指天地之氣有所限節。天文家將周天分爲三百六十度，自春分起算，以地球繞行太陽一周，而將二十四氣分配在十二個月來稱呼。夏至、

冬至之日，及其前後半個月，以戒慾爲宜；如有違犯，來年容易神昏氣衰。冬至的半夜子時，就是十一點到一點，或冬至後的庚辛日，冬至後的第三個戌日，犯者都會短壽。

三、大風、大雨、大寒、大暑等天氣異常日犯了慾事，易得陰厥症，男人縮陽，女人縮乳，並得婦女病、四肢冰冷、腹痛、腦逆、頭痛。

四、雷電霹靂、天地晦冥、日蝕月蝕、虹霓地動，這屬於天文界的異常現象，犯慾事而懷孕，容易產下畸形兒，甚至容易夭折。

五、在日、月、星辰之下，犯慾事者會減壽。

六、初一、十五爲朔望日，切忌犯慾。夜入五更時

分，即清晨三點到五點，體內陽氣初生，犯慾事則大損氣血，一次慾事等於百次的耗損，這要切忌，所謂「切忌五更色」。

屬於地理之地忌：即佛法戒律所講的「非處」。

一、寺廟、觀堂等神聖的地方，犯慾事者會大減祿壽。

二、山川神祇、社稷井灶、荒園、墳墓旁、神前樞後、持齋祭祀日，犯慾事者惡神降胎，產畸形兒身死。

屬於人文之鑑忌：

一、祖先、父母之誕日、忌日，及自己之生日、甲子日、庚申日，均應戒慾事，犯之減壽一年。

二、屬於身體之生理現象的禁忌：

腎，生熱、生痰，腹瀉、胃痛；腐聚成毒則生瘡疽。

(1) 酒醉、飯飽犯慾事，會使五臟翻動，傷脾、胃、

(2) 空腹犯慾事，會大傷元氣。

(3) 眼疾未癒或初癒，犯慾事者，視神經受損。

(4) 筋骨受傷，癒後須戒慾半年，未過百日而犯慾事者，容易死亡；過百日而未過半年者，復發難癒。

(5) 肺病癒後，要斷慾一年，否則復發難治易亡。

(6) 惡瘡、出痘、病中，未癒前須戒慾；犯者輕病加劇，重病易死。

(7) 大病初癒，犯慾事者，易復發、加劇，或轉成併發症。很多人大病初癒，認爲已經無礙，即行慾事。像印光大師的在家弟子羅濟同，信佛很虔誠，即因大病初

癒犯了慾事而死亡，雖然印光大師有暗示他，但他聽不懂，才會造成遺憾。

(8) 懷孕時應分床絕慾，重視胎教，所生之子，男必方正莊嚴，女必嫻靜優雅，長大後不犯邪淫之事。若慾事不節，則傷胎、流產，小兒易得胎毒、陰痘、疥癬、疳積及小兒五癩病。

(9) 產後十天內犯慾事者，會血崩、惡血成塊成泡、日久成瘤、惡病易死。百日內犯慾事者，得婦女病及腰痛。一般西醫都說，產後四十二天就可行房，其實應該在百日以後，或者越久越好。現在很多婦女中年以後即有許多婦科疾病，皆與此有關。

(10) 慾事之後，不能立刻餵奶，否則氣血易損，容易

腎虧。

(11) 月經期間犯慾事者，得血痲症，經血成塊、浮腫，男女俱病。

(12) 過度辛勞、鬱怒、煩憂、驚怖、過熱，犯慾事者，內分泌失調、新陳代謝紊亂，影響中樞神經及自律神經。

(13) 激烈運動或長途跋涉前，犯慾事者容易生病；之後犯，則易死亡。

民國以前有兩個學子進城應考，兩人都是新婚不久，因難耐寂寞，考試雖然尚未結束，兩人相約於當日考試下堂後結伴回家；走了約三十多公里，到了晚上十點鐘返抵家門。父親問他爲何漏夜趕回？他說沒事，只

是回來看看而已。父親見狀，知道兒子爲何回來，於是怒斥：「一定是在城裡惹事生非，才連夜趕回家避禍，明天再以家法痛責。」於是命家人將他雙手反綁，關在倉庫，門外反鎖。

第二天早上，父親較平日晚起，放出兒子，卻什麼話也沒問、沒說，也沒有責罰。這個兒子興沖沖回來，一進門父親就來這一招，覺得又冤枉又畏懼。不過他自己想想，的確沒理由須漏夜趕回；平日父親治家嚴謹，此刻雖被放了出來，也不敢探詢或解釋，但心裡始終不明白父親的心意。

當他到好友家催促進城時，才知道好友已經死了；入內見狀，頓時恍然大悟，父親故意冤枉他，把他關在

倉庫，遲遲才釋放，原來是愛子心切，又不便明說而使彼此尷尬，不得已才這麼做，實在是用心良苦。

以現代而言，除了軍人或行軍訓練之外，很少有機會走上三十公里遠的路；但是在消耗體力甚多，或在激烈運動前後，也應慎重避免男女慾事。以前曾有位武打巨星，平日勤練武術以增強體魄，確實肌肉健美，卻在盛年時暴斃在美艷女星的枕畔，實在值得警惕。

(14) 不可在有風處及竹席上行慾事，慾事完畢不可揮扇、吹風、受冷氣、飲冷茶冰水。因為若寒邪侵入體內經絡，易氣滯、血瘀、經脈拘攣收縮、臟腑蓄毒，或長年咳痰，難以痊癒。

(15) 一天不可兩度行淫，不可服春方邪藥，不可蓄縮

不洩，否則會大傷腎臟，易導致緊張、多夢、頭痛、心神不寧、意識恍惚、記憶力衰退等後遺症。

經典上常說：「三界輪迴淫爲本，六道往返愛爲基。」修行人在這重要關鍵，猶不能戒淫斷慾，而被情慾束縛，一不謹慎，就落入生死長流當中。所以《無量壽經》提醒我們：「人在愛欲之中，獨生獨死，獨去獨來，苦樂自當，無有代者，善惡變化，追逐所生，道路不同，會見無期。」希望大家對經文要反覆三思。《楞嚴經》上說：「若諸世間，六道眾生，其心不淫，則不隨其生死相續。汝修三昧，本出塵勞，淫心不除，塵不可出。縱有多智禪定現前，若不斷淫，必落魔道。上品魔王，中品魔民，下品魔女。」這些都是勸誡我們要深

思觀照。

這一套《漫談兩性關係》，以及相關書籍或資訊，希望大家能夠廣為流通。要想子弟賢良，就須多種福田，培植善果，認真修善積德，懂得節欲修身之理，讓自己能夠長壽、健康，不要短命又多病；讓自己福報增長，不要因犯邪淫或禁忌而減損福報。

一念自性

體元湛寂自性

之心用本靈靈無

相無名不可思議

淨空



【附錄】

一位犯淫者的自白

柳紫蓮提問

羅梓靖回答

近年來，無論高官顯要或政商名流，紛紛傳出桃色糾葛，每每使我們這些升斗小民搖頭嘆息，爲何一有桃色風波就開記者會，以這種骯髒污穢不堪之事做最壞的教育，難道法律只能放任而無法制止？難道連「上樑不正，下樑歪」這種淺顯的道理都不知道嗎？甚至還有從事色情行業者爲了牟利，昧著良知提倡「性產業」除罪

化、合法化，不知羞恥地聚眾遊行宣傳。這實在是因某些高官顯要、政商名流，性好鹹濕、爲所欲爲；傳播媒體又不知節制，煽風點火、大肆報導，致使無知民眾有樣學樣。難怪社會風氣每況愈下，兩性問題日趨嚴重，這是大家共同的責任。

某次因緣，筆者結識了一位年近卅一歲的男性友人，得知其年少時染上手淫的惡習，而導致身體羸弱、陽痿，身心飽受煎熬，甚至曾經萌生自殺念頭。後因發露懺悔，主動聯繫筆者，將其遭遇公之於世，祈願性好淫慾者能有所警惕，亦希望爲人父母者以此教訓教育子女，切莫同流合污以保自身健康。

以下謹以筆者「問」、友人「答」之方式來呈現：

問你願意將過去染上手淫惡習的原因概略地敘述嗎？

答大約在我十五歲左右，那時在讀國中，正好是叛逆期的年紀，對男女之事極度好奇。在學校中，男女同學多少會談及這方面的事，有時還會夾帶黃色書刊來學校互相傳閱。耳濡目染之下，我因好奇而借回去「嘗試」。

問染上手淫惡習後，是否曾被父母發現？

答曾經有過，但我從未聽從父母勸誡，認為不會怎樣，爲了發洩一時的痛快，而沉淪下去。

問國中畢業後，你應該升高中了吧！就學環境已經不同了，你沒有因此而戒淫嗎？

答更糟糕！國中時都是偷偷摸摸地做，到了高中，有些同學更是明目張膽；甚至於自習課時，在黑板上畫淫圖來

取悅同學。在我那時代的學生，只是散佈黃色書刊、錄影帶，還有可能被教官或老師抓到。聽說現在的學生都是帶著vcd、dvd，甚至男女還有「實務操作」，真令人擔心。

問 怎麼會這樣？

答 這是題外話，我那個時代的教育尚稱嚴格，講不聽就會用適當的體罰來伺候；現在的教育卻是放任嬌縱，不但不能打，也不能罵。父母對子女過度溺愛，只會提供生活費、零用錢，對於子女的教育卻漠不關心，把教育的重責大任全推給學校、補習班、進修學苑、家教，我敢保證問題絕對更嚴重。而且那時我念的算是名校，升學率很高，但對於男女之間的隱私，還是一樣經不起誘

惑。不但男生如此，女生也是一樣。因此這種事情，父母不能一味將過錯都推給學校。

問 怎麼說？

答 現在年輕人根本經不起誘惑，也不懂明辨是非，父母更無法正確、耐心地教育子女。因為社會風氣敗壞，性產業、八大特種行業、轟趴派對舉目皆是，毒品、色情光碟、鹹濕書刊日報、風流八卦雜誌隨處可買。尤其周遭同學、朋友的影響更大，無論男女，只要意志不堅定，都很容易犯錯。而且缺乏責任心，只知一時歡愉、嘗試刺激，不可能想到往後事情的嚴重性。

問 依你的狀況來講，這些親子教育問題，以及戒淫的自白，說服力夠嗎？

答我所犯的錯誤尚屬初級至中級階段，就已付出慘痛代價，我若不出面敘述並公之於世，必有不少人蹈我後塵仍不自知。因為我身心陷入煎熬，對此痛苦最爲清楚，初犯之人若能知此痛苦而心生畏懼，欲回頭戒淫改過仍不算太晚。

問說的也是。那你犯淫後，手淫頻繁嗎？對身體有何影響？

答年輕時約三四天犯一次，有時過度縱慾，一天就犯了兩三次，曾經因而腹痛、兩腳無力。

問既然如此，為何那時不戒呢？

答只能說我真的無知，尚不知道自己已經種下惡因。

問高中畢業後呢？

答 高中畢業後當然參加聯考，當時依照歷年考試成績判

斷，我有自信能考上志願；但放榜時我瞎了眼，我差了兩分而落榜。那時我所填的志願，最低錄取分數是歷年來的最高分，成績比我低的考生，填其他志願都上榜了。

問 那時有沒有想過，是否因犯手淫而被削福奪祿？

答 沒有！那時還年輕，不知因果的嚴重性，根本不信這些。

問 後來呢？

答 我本來就不喜歡唸書，那時心想，既然落榜，就外出去賺錢，等待服兵役。

問 外出賺錢，應該就沒有同學影響你了吧！手淫沒有戒掉嗎？

答 物以類聚吧！我偏偏又遇上性好此道的同事。

問：：：（筆者直搖頭）。

答其實，怪罪別人是負責任的作法，應該說是自己意志不堅定，而被淫念所惑。是我自己犯下大錯，後果當然要由自己承擔。

問你一直手淫，沒發覺身體狀況每況愈下？

答到了廿五歲左右，就有一點狀況了。

問什麼狀況？

答我手淫洩精的時間逐漸縮短，晚上夢遺的次數逐漸增多；在沒有手淫時，只要看到刺激性的黃色書刊、電視色情劇情、用意念幻想（意淫）或觸摸女性，性器官就會有透明分泌物流出，不過那時我仍舊未在意。

問你那時有沒有跟女性發：：：（還沒說完）？

答沒有！我那時還未跟女性有過任何肉體關係，因為我很膽小，不敢亂來。

問你有結婚嗎？

答沒有。我曾經有一位無緣的未婚妻，後來分手了。

問抱歉……。

答一直到我廿九歲那年，經由長輩介紹，認識了那位與我同齡的無緣未婚妻，兩人交往進度很快。那時我被愛情沖昏了頭，認識才四個月，一時克制不住，就與她發生了性關係，事後我很後悔、自責。那時她雖然沒有懷孕，但我還是想要負起責任，於是跟她父母約好後，我與父母一同登門提親。本來提親過程一切順利，所有的安排、注意事項、女方的條件都談好了，她與她父母同意

了這門婚事，我與父母也就安心地回去。誰知當天晚上，她的父母卻反悔了，認為我是個窮小子，隔天就極盡刁難、砲火全開，將先前的約定全盤推翻；然後再開出一堆無理要求，而且是當時我所無法辦得到的，嫌貧愛富之行爲，於此表露無遺。他們不但讓我難堪，還故意轉移話題，數落、批評我父親，甚至還直接要求她不要再與我見面。

問 她父母提出不合理的要求，並故意數落、批評你父親時，她沒有爲你排解或堅持嫁給你嗎？

答 這說來好笑，她與我在一起時是山盟海誓，甚至還在寺廟神明面前有過誓約，最後她還是違背當初的誓約，不但沒有爲我爭取，甚至贊同她父母的意見，不想

嫁給我；從此以後，就時常藉故與我爭執，而逐漸疏遠。

問 那你如何處理？

答 我能說什麼呢？她會如此待我，也算是我罪有應得。

問 此話怎講？

答 因為年少時手淫透支的關係，雖然認識她以後就不再手淫了，但與她相處時，轉而貪求與她做身體上的接觸。那時我性器官的透明分泌物，就隨著這種接觸而愈流愈多，但我卻不知道分泌物的流出，與洩精是一樣的嚴重。

問 什麼樣的身體接觸？

答 就是親吻和撫摸，男女熱戀不都如此嗎？但我那時尚未與她發生關係。

問 你這是錯誤的觀念，很多情侶也都規規矩矩呀！你貪

淫，難怪無法自拔、愈陷愈深！

答我就是因爲吃到苦頭，才知道貪淫的嚴重後果。那時我經不起誘惑，與她發生關係時竟然早洩。雖然當時她沒有任何表示，但我已經是顏面盡失。後來婚事破裂，她也時常無理取鬧，與我爭執一些芝麻小事，並藉故與我分手。她原本有很多負債，但爲了向我借錢周轉，又與我藕斷絲連，讓我很痛苦。

問現在還有與她聯絡嗎？

答她的手機號碼早已停話，停話前還一再要求我幫忙還清債務，她一定會努力賺錢來歸還。我因爲與她發生過關係，心中愧疚與不忍，所以幫她還清債務；但她竟然跟我說：「以後沒有在一起也沒關係……。」雖然我心裡

很痛苦，但已經有了自知之明；當然，要她還我血汗錢，更是遙遙無期了。那時我的悲痛及所受的煎熬，是常人所感受不到的，萬念俱灰下的我，心早已經死了……。

問 你不是窮小子？

答 那是她們的主觀認為，我可不認為我很窮。雖然薪資不高，但卻腳踏實地賺錢，也略懂理財，而且我是零負債，還有一點積蓄，所以有足夠的能力幫助她，但一還清債務，她就跟我分手了。

問 你有沒有想過，自己幹麼傻到要挖坑來跳？

答 所以說算我活該！雖然我是用真愛對待她，但也不該一時糊塗、貪淫，而與她發生關係，讓她有機會利用這個弱點來削我，這是我這輩子所犯下的最大錯誤。

問 後來呢？

答 分手之後，我自暴自棄，恨意攻心，怨恨那些欺詐我的人，因此不再相信任何人。那時手淫之禍，已嚴重侵蝕我的健康，只要是寒冷、感冒、打噴嚏、腹部用力、上大號，或聽到嬌柔甜美的女性聲音時，馬上會流出透明分泌物，而且下腹有疼痛感，容易腰酸、疲倦，精神無法集中；晚上睡覺前，若體力不足、非常疲倦或飲水過多，夢遺的機率就很高。

問 那段時間你還曾手淫嗎？

答 那時我很不甘心，怨天尤人，心想死掉算了；但還會因為外界的刺激及衝動，而有過幾次手淫，身體健康也因此受到更嚴重的侵蝕，變得體弱多病，尤其寒流來襲

時，重感冒根本是家常便飯。

問你還真的不知死活！

答算是自找死路吧！手淫意念及習慣根本無法停止，身體狀況壞到了只要是意淫、幻想交歡，尚未手淫就會走洩，簡直生不如死，我還曾經有過自殺的念頭。

問病成這樣，有沒有去看醫生？

答沒有！因為我的自尊心很強，寧死也不願蒙羞。

問都什麼時候了還死要面子，早知如此，何必當初！

答嗯！在我自暴自棄的那段時間，因為不相信任何人，所以沒有任何信仰。大約過了一年之後，那時已經戒淫半年左右，雖然有心懺悔、改過，但因心裡的怨恨一直難消，身體狀況真的很差，六神無主，生活早已失去目標，

真不知該如何走人生的下一步。後來，我想起以前在中部曾認識一位年近八十歲的老法師，他的弟子曾說師父略知醫理，經過聯繫後，得知師父目前住在中部，只好心不甘、情不願地登門拜訪，請師父開示。

問 師父有開示嗎？

答 師父看了我一眼，然後再幫我把脈，他詳細告訴我病因。他說：「男女之間的交合，只有夫妻之間是正常的，其餘的都有害；空氣中到處飄散著毒素，這是肉眼看不到、鼻子聞不出、雙手摸不著的。正當男女在交合過程中，都會分泌精液與荷爾蒙，一經高潮洩出時，男女雙方的性器官，會相互吸收對方的荷爾蒙，進行精氣交換，達到陰陽調和的效果。所以，夫妻只要性生活不要

過度頻繁，並且避開一些禁忌及女性經期，都不會有任何大礙。」重點來了！師父接著說：「無論男性或女性，若以手淫方式發洩，因為不是男女交合，所以沒有荷爾蒙吸入，當硬要洩出精液及荷爾蒙時，性器官瞬間會將空氣中的毒素吸入體內。尤其是在廁所、浴室等較污穢之地，所吸入之毒更爲嚴重。這種毒素會積存在體內，不會自行排出；積少成多後就形成毒火，便會損壞身體健康。初期是小便白濁、膀胱無力、冷精、夢遺；症狀轉重後，則會衍生腎火過旺、健忘、身體虛弱、腰酸、畏寒、手腳冰冷、精門閉鎖無力、下消冷精、早洩、男性陽痿及夢遺加重、女性亂經。此時男女已經不孕，尤其是在寒冷天氣，精門閉鎖不住，患者未經刺激即自

動流出精液、下腹疼痛。再嚴重一點，則導致腎火上竄、手目及腳目浮腫、小便困難，但這還是有救；到了最嚴重時，腎火竄至腦內、眼瞎、小便須趴著或插尿管、小便灼痛生不如死、短命，此時已經無藥可醫。」

問 真的還是假的？不能算是浪科學……？

答 世上有很多事情到目前為止，還無法完全用科學來解釋，所以沒看到的並不代表不存在；不能因為無法證明，就無知地否定它。而師父所說也很中肯、很有道理，我經由師父的分析後，才知道現代兩性觀念、相關書面報導及媒體傳播，提倡自慰的正當性是錯誤的！因為自慰有絕對的影響，輕者會破壞個人的身體健康，重者會嘗試與人交合，甚至用威逼、利誘、脅迫、下藥、毒

品控制等手段傷害別人。很多事情都是由小錯累積成大錯，要悔改、補救都已經來不及，所以不可等閒視之。

問 說得沒錯，過錯就是要在還沒萌芽時馬上拔除。

答 師父還沒說完哪！他說：「非夫妻間的肉體關係都是不正當，不但損及陰德，也會引發現世報。」當然，這些不正常關係，包含未婚男女偷嘗禁果、已婚男女私通、嫖妓、亂倫、濫交、雜交、同性戀、誘姦、雞姦、性交易……等，都是嚴重的犯淫行爲；尤其以威逼、利誘、脅迫、下藥、毒品控制，而性侵害他人，或逼良爲娼、誘惑從事性交易，來滿足自身淫慾或牟取暴利者，其現世惡報最重。

問 現世報？

除了要承擔性病的風險之外，害人者還要接受法律制裁，尚有損陰德、削福報、奪運勢、傷健康、積惡業、毀名聲、終老孤寂、惡病纏身、冤親債主討命報復、臨死驚恐痛苦萬分、不得好死等。我就是犯了淫業，才逐漸印證了某些報應。況且除了現世報，尚有地獄、畜生等報在後面。若玩弄童子或處女，讓女性懷孕或墮胎，甚至姦殺、謀命、破壞他人美滿姻緣、始亂終棄，報應就要加倍。師父還告誡我，每個人的一舉一動、一思一念，都有天地鬼神在負責鑑察與紀錄。因為我的自尊心，而不願將我的過去都說出來，但在我剛開始聯繫師父而尚未拜訪前，師父就已經知道我所犯的一切愚蠢、錯誤的行爲了。

問 怎麼可能？你師父又不是神，他怎麼可能知道？

答 我跟師父見面時，師父告誡我：你所做的一切，包含你的起心動念，天地鬼神都知道。我很久以前就曾經過在別的寺廟皈依過，就應謹守佛教戒律，他說我犯淫破戒，已經被記錄得清清楚楚；然後又把我做過的一切蠢事，全部揭露出來。師父說他能知道我的事。我當時被師父揭穿隱私後，背脊發涼、冷汗直流……。

問 既然如此，你的報應算是活該，但師父要怎麼幫助你呢？

答 師父說我雖然犯淫破戒，但仍算是有責任心，曾經有意對那位發生關係的女性負責，雖遭毀婚，但錯不在我。毀婚之事，已讓我遭遇一劫；之後還幫她還清債務，又

消了一災。不知道珍惜健康，致使身體受到傷害；破戒犯淫，而遭受種種處罰。既然有心要戒淫改過，天地鬼神都會給真心懺悔改過的人機會。

問 師父是否也曾經遇到過像你這樣狀況的人？

答 師父說，像我這樣犯淫的人實在太多了！他常遇到一些家境富裕的人，甚至政商名流、名媛淑女，男女關係非常複雜。若這些人前來請益，他都會以嚴厲的口吻，向他們點破因果關係。但有些人還是死不認錯，這種人的報應就沒完沒了。

問 真的連名媛淑女都有？

答 有！有一次我去找師父，就遇到一位年約廿八歲、年輕漂亮的女老師，那位女老師一看到我就急著離開。我正

納悶時，師父就告誡我，那位女老師犯淫不輕，她在就學及國外留學期間，先後曾與五位男性發生過性關係。其中包括外國人。但不管是哪一國人，只要犯下錯事，天地鬼神照樣紀錄得一清二楚。這種淫亂關係，使她往後諸事不順、報應連連，她會驚恐、畏懼地來找師父，就是因爲已經面臨報應，而後又被師父點破。至於她有沒有救，就要看她是否能夠改過自新。

問 你曾遇過男性淫亂的下場嗎？

答 很多！我舉個例子：我曾認識一位某知名大學法律系畢業的高材生，此人口才犀利、過目不忘，但因好色犯淫，所以被削福奪祿，一直考不上律師執照。他根本不信因果，而且不願意老老實實工作，所以就遊手好閒，

而且以律師身分到處詐財騙色。他的婚姻維持不久，結婚、離婚、再結婚。五年前我看到他時，他已經兩眼無神，口才、機智也變成花言巧語、尖酸刻薄。大約在三年前，他與部分幫派分子及討債公司成員，合夥至大陸投資；但因性好漁色，一到大陸就先包二奶，然後揮霍無度，將合夥的資金花得殆盡，又與某些幫派有財務糾紛，利益糾葛不清。現在年近四十五歲，卻妻離子散、惡名昭彰，且又被黑道追殺，沒有人敢收留，只能到處躲藏，更別說往後的下場。

問 還有其他可供警惕的例子嗎？

答 我再舉二位女性。我認識一位年約卅二歲、面貌及身材姣好的女性朋友，她高中時因為父親重男輕女，不願意

供應她就學資金；她一氣之下離家出走，前往台北自行租屋、工作、讀書。後來交了損友，抽煙、喝酒樣樣精通，且因好奇也染上手淫惡習；她的情況與我類似，也是受到了黃色影片或意淫的刺激，就經常手淫。每當月經一來，她就痛得死去活來，亂經也很嚴重，卻又不聽醫生指示，喜歡喝冷啤酒、冷飲，最後發現得了子宮瘤，經家人同意後切除子宮，終生不能生育。

問 代價真的不輕啊！那麼另一位呢？

答 另一位就是欺騙我感情及錢財的無緣未婚妻，她也與我一樣犯淫，不但違背誓約，還削了別人的血汗錢，報應就很淒慘。我聽師父說，她在毀婚之後不久，因腹痛在長庚醫院檢查出子宮惡性腫瘤，爲了保命，只好切除子

宮。她們家原本從事買賣業，說也奇怪，她向我削了多
少錢，家裡的生意就連本帶利地賠了更多錢。不但如
此，本來生意人就是要首重信譽，她父母嫌貧愛富，與
她一同將我當成凱子欺詐，結果與她們有生意往來的
人，竟然也有意無意地欺詐她們。她的身體並未因切除
子宮而好轉，反而病痛愈來愈多；後來或許是承受不了
病痛折磨，她跑去陰廟求神問卜，結果被養小鬼的術
士纏上，現在落到半死不活的地步。她這輩子不但不能
能生育，身材也嚴重變形，這些我都經過證實。我還聽
師父說，她若沒有懺悔，還執意想要結婚，不管結幾次
婚，都會以離婚收場，注定孤寂一生，這都是她造惡的
果報。至於她父母所造的惡因，當然也有應該承受的

果報。所以，「天網恢恢，疏而不漏」，世間人凡事都應小心謹慎，切莫犯過而後悔莫及。

問 看來世間的一切報應，都是無知、貪求者自己所犯下的錯誤。

答 是的，就是無知與貪求最爲可怖。

問 那你的症狀怎麼治？

答 師父協助我聯絡一位中醫師，經問診、討論後，由中醫師開出藥方讓我回去煎藥，循序漸進，每十天加重藥量，並搭配一些補腎藥來吃，醫師說不用一年即可痊癒。

問 除配合藥物治療，平日生活有什麼須要注意的？

答 「戒淫斷慾」是一定要的。此外師父還特別交代，寒冷天氣一定要保暖，像我這種症狀只要一感冒，除了藥物

無法吸收，病情不能改善以外，也會讓我失去信心。此外，平日要注意飲食，不能吃太過燥熱及涼性、寒冷的食物。

問 燥熱、涼性、寒冷的食物有哪些？

答 燥熱食物：辛辣香料、辣味、補湯、補品等。涼性食物：蘆筍汁、椰子汁、西瓜等。寒冷食物：冷餐點、冷湯、冷飲、冰品、冷開水等，都應該避免。

問 這麼說，只能吃溫熱的清淡食物囉？

答 是的！還有平日最好以溫熱水盥洗，不能洗冷水澡，並避免吹到冷風。如果平日感覺畏寒，就多喝幾杯熱茶去寒，若能加入茶米或人參泡茶更好。另外，生活環境須儘量單純，避免接觸刺激性的書刊讀物、電視激情節

目、煽情電影等，尤其花邊桃色新聞、錯誤的兩性醫學報導、兩性話題節目、腥色香辣的綜藝節目、雜誌、廣告、報紙等，都不要去看，連檳榔西施、模特兒、穿著裸露的女子，甚至路上的漂亮姑娘，也都不能看，只要定力不夠，一定會影響心志。至於那些傳播、刊登、裸露的人，自然會有報應存在。

問 能否方便將藥方列出？

答 我認爲患者要經過醫師診斷，方能開藥才對！師父有告訴我，現在不論中西醫藥，都有劣質藥或假藥，不肖藥商及藥房爲了賺錢，寧願違背良心，也不顧病人的死活。而且他與中醫師所討論的藥方，有很多易被摻雜劣質藥或假藥，所以若非醫生診斷，我不贊成直接拿藥方

去抓藥。此外，男女因先天體質、性器官不同，所以藥方及藥量當然也不同。再者，這藥是爲了救有心懺悔、戒淫、改過者，若經公開，任何人皆可取得，以後就沒有人願意懺悔、戒淫、改過了。說破了，就是不希望藥方被人濫用。

問 那有心懺悔、戒淫、改過者該怎麼辦？

答 我建議與我有同樣症狀的人，能夠放下自尊心，先救命要緊，馬上去看醫生，遵循醫生指示服藥，並且按照我所提供的訊息，一定有效。此外，我曾看過「了凡學會」譯整的《如何面對兩性關係》一書，內容有談及犯淫者的報應、犯過者轉禍爲福的方法及戒淫的方法。以我已身作證明，書內所言犯過報應、改過轉福、戒淫方法，

皆是真實不虛，且與師父所言相符；所以我願意將自己無知所犯的過錯，全部發露出來，以供大眾警惕。犯淫代價之高，若非親身體驗，就不知其苦。而且據我所知，目前多數犯淫者都不知報應之代價，除個人損陰德、削福報、奪運勢、傷健康、積惡業、毀名聲、終老孤寂、惡病纏身外，甚者美滿姻緣煙消雲散、妻離子散、歷代祖先及六親眷屬蒙羞、冤親債主討命報復、臨死驚恐痛苦萬分、不得好死。若有犯淫者，願聽我一席話改過戒淫，可以依照《如何面對兩性關係》所說實行，並倡印推廣，且須遵守師父對我告誡之語；只要真誠懺悔，立志改過，天地鬼神都看得清清楚楚，就會給你重生的機會，所謂天助前須先自助，即是如此。若有人犯淫卻不

把握懺悔機會，一時的過錯，就要用一輩子來扛；不但如此，來世則會失去人身，更要受盡地獄、畜生罪苦惡報，再怎麼算計都划不來啊！

問 那麼你現在症狀如何？

答 正在康復中！雖然還沒完全好，但與先前殘破不堪的身體比較起來，已經好了很多，但還須耐心調理，誰叫我花了十五年時間玩壞身體，本當受此煎熬。不過還好立志戒掉意淫及手淫，否則就算天仙妙藥也救不了。師父還笑我，還好我肯耐心地依教奉行，若換成沒有耐心的人，早就放棄了；當然，一放棄就完全無救了。

問 如果有意淫及手淫的念頭，你怎麼處理？

答 其實《如何面對兩性關係》這本書，就已經寫得很明

白。不過以個人觀點來說，我是因爲有過陽痿、敗腎及遭毀婚報應，所以我都用「斷念法」。

問何謂斷念法？

答剛開始，心裡想著：「不是我的就不是我的，想有何用？」若還會起念頭，就直接警告自己說：「某某某（自己的姓名），不該有的就不要再有，想要害死自己嗎？」現在我只要不是故意去瞧刺激物，就很容易斷念；如果不小心看到了，就用力甩甩頭，並把視線移開，就可以斷念。就這樣，希望對戒淫者有用。

問那就預祝你早日康復！還有，可別再自尋死路了。

答當然，自從經歷過這次的報應後，怕都來不及了，怎麼可能再玩弄自己的身體。另外，我再一次請求，若有看

到這篇自白的有緣者，切莫「鐵齒」而不相信因果。人非聖賢，孰能無過，每個人或多或少，都可能有意無意地犯過，所有的過失以淫爲首，也最爲嚴重！我親身體驗犯淫所付出的代價與報應，卻也因爲懺悔改過而得到重生的機會。諸位不要因爲瞭解犯過可以改正，因此更加恣意妄爲，妄想先玩玩再來補救，這是嚴重扭曲了懺悔的本意。請於看過這一篇自白後，記住「知法犯法，罪加一等」的道理；因爲若不是真心懺悔，縱使目前身居要職或富可敵國，呼風喚雨，不可一世，但到最後往往身敗名裂、傾家蕩產、親友唾棄，也是無法補救。近年來電視新聞中，時常報導一些身價數億至數百億的高官顯要、政商名流，這些人除了貪贓枉法之外，犯淫也

頗重，不但男女關係複雜，而且身邊都是一些攀龍附鳳之人，或想要分一杯羹、撈油水的野心分子，其下場歷歷在目，不也應了我所講的報應嗎？我只能說改過要趁早，不要像先前所舉的例子，男性已經身敗名裂、妻離子散、被黑道追殺，女性已經被切除子宮、終生不孕、孤寂一生，試問這要如何補救？雖然還是有懺悔改過的機會，但已經現前的報應，還有尚未付出的代價，以及終身所要蒙受的身心折磨，都不是我們所能體會的。

推廣聲明

本文並無「智慧財產權」問題，凡欲刊登於網路、刊物，甚或載入戒淫書籍、單獨編印成書者，皆可直接轉錄。這一位飽受犯淫報應的朋友，發願將其犯淫、懺悔、改過、戒淫之遭遇，「字字真實，句句懺悔」地陳述出來，以勸勉世人，其發心實令人敬佩。歡迎各界善心人士，大力翻印、轉錄，廣贈有緣，行善積德；縱使一時無知曾犯過錯，只要以真誠之心，立志懺悔改過，後不再犯，必能轉禍為福。

聖人之所以成聖



者無他勤於講學勇
於改過而已其教化衆生
貢獻社會亦無他勤教
學勇改過耳

淨空學



一九九九年八月

漫談兩性關係

功德主名錄

委印文號：1 0 3 3 1 9

一九、〇〇〇元：三寶弟子。

以上計新台幣：一九、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，無有冤枉，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
法界諸含識
同證無上道

佛曆二五五八年／西元二〇一四年七月

漫談兩性關係

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

電話：(02) 2395-1198 傳真：(02) 2391-1341-5

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) 親臨本會三樓講堂。(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。

◎ 本會交通一

※ 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 仁愛路二段→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：12473
書號：CH38-29