

白居易的修煉故事

白居易(公元772-846)，字樂天，是緊接盛唐以後有名的大詩人。他的詩語言通俗、明白流暢，在風格上自成一體(世稱「元白體」)。他積極倡導新樂府運動，主張「文章合為時而著，歌詩合為事而作」，強調繼承《詩經》「風雅比興」的傳統。《與元九書》為其詩論綱領，是中國文學批評史上的重要文獻。他長於各種詩體，特別是敘事長詩，其中《長恨歌》和《琵琶行》是其代表作，而《長恨歌》則被詩評家譽為千古絕唱。

不像韓愈、杜甫和其他一些大詩人那樣，死後才受到後人的特別推崇，白居易在生時便詩名顯赫，受到舉國上下、甚至國外的崇拜，而且其影響在歷史上經久不衰。在他盛名的二十年時間中，各地寺廟道觀、郵亭等處的牆壁上都能看到他的詩。上至王公大臣，下至野老牧童，不分男女老幼，甚至不識字的老太太，都是他詩歌的忠實欣賞者和積極的傳播者。當時傳抄他的詩拿去賣錢或者換酒、換茶喝的人到處

都是；能夠唱誦「長恨歌」的歌妓會抬高身價，自覺與眾不同；甚至外國的宰相也托來朝的商人以百金一篇的奇價購買他的詩作。

白居易一生寫過的「諷諭詩」比別的詩人都多，充分顯示出他關心勞動人民疾苦、同情貧窮受難者的善良本性(最有名的比如《賣炭翁》、《觀刈麥》以及《繚綾》等等)，使人至今讀起來還能深切地感到作者善心的巨大感化力量。特別難能可貴的是，在關心和同情窮苦人的同時，他還往往能反躬自問，把自己的優裕生活看作值得羞愧的事情。比如看到飢餓的婦女抱著小孩，在麥地上撿拾別人收麥時掉下的一顆顆麥粒來充飢，他便聯想到自己「不事農桑」還拿「三百石」俸祿，而感到深深的「自愧」(見《觀刈麥》)。

他的善念逐漸使他完全走上了修佛的道路。特別是在晚年，他自號「香山居士」，成為一個不入廟的修煉者。修佛使他明白了人世間的一切都是有因果關係

的，因此在遇到生活中的磨難時(他曾貶官到江州作司馬)，就不會像常人一樣地過份憂愁和煩惱。而且他對名利也逐漸地放淡，告誡世人不可過份追求，否則自招災禍，還語重心長地告訴世人，許多人的痛苦都是自己的言行招來的[1]。由於放淡了名利，看透了人生的真相，因此他在修煉中進步很快，並修出了比較強的「宿命通」功能。

盛唐前後，許多朝廷命官和文人都修佛，其中一些人都知道自己的前世。白居易曾在一首詩中說，「據說房太尉前世是個修佛的和尚，而王右丞(即大詩人王維)前生是一個畫家；我也打坐入定，用宿命通看自己的往世，結果發現我原來的许多世中都一直與詩歌有著不解之緣」[2]。他在這裡告訴我們，原來他的詩歌天才是在許多世中不斷地積累起來的。這一說法為「天才」找到了最自然的解釋，並且也被當今西方「輪迴轉世」的科學研究所證實。比如一個幾歲的小孩能夠不學自會地開機動船，顯出非凡



廬山白居易草堂

的「天賦」，但研究發現，他前世是一個機動船的船長，有著幾十年的駕船經驗。

白居易不但修出了比較強的宿命通，他在修煉中的體悟似乎也比一般人高。他在「讀禪經」中寫道，「須知諸相皆非相，若住無餘卻有餘。言下忘言一時了，夢中說夢兩重虛。空花豈得兼求果，陽焰如何更覓魚。攝動是禪是動，不禪不動即如如。」

詩無大話，禪無定說。這首禪詩的境界還是讓讀者自己去仁者見仁、智者見智吧。
註：

[1] 白居易，「感興二首」：「吉凶禍福有來由，但要深知不要憂。…名為公器無多取，利是身災合少求。…我有一言君取取，世間自取苦人多。」

[2] 白居易，「自解」：「房傳往世為禪客，王道前生應畫師。我亦定中觀宿命，多生債負是歌詩。…」

本文所引諸詩，可參《白香山集》，王雲五主編「國學基本叢書(四百種)」，台灣商務印書館，中華民國五十七年九月台一版；「感興二首」和「讀禪經」載於65卷，「自解」載於68卷。

音樂養生催眠治療和前世追憶

色蒼白、淡然無光。她那沮喪無助的神色讓我一下子看到一個生命在極端絕望時的樣子。她的名字叫Marlin。當她坐定，大概講述了她的病情和病史後，我才瞭解到，原來她多年來患有嚴重的肌肉群疼痛症[1]，被這種病折磨得已經生不如死，曾經幾次試圖自殺而被家人營救。患有該病的患者由於週身肌肉與關節的持續疼痛，常常伴有失眠、神經衰弱、憂鬱症、頭痛、胃腸併發症，週身無力，女性患者出現痛經症狀等。目前這種疾病的成因在醫學界尚未揭曉，也沒有根治的方法，醫生只能用輔助性的手段減輕病人的疼痛和幫助緩解各種併發症的程度。

Marlin 抱著最後的一線希望來嚐試音樂催眠療法。經過一番心理上的調整，她表示希望配合做音樂催眠的嚐試性治療。一段祥和平靜、輕盈繚繞、具有催眠效果的旋律，漸漸地把她帶入了平靜的半睡眠狀態。她的表情在開始大約20分鐘左右後，漸漸變得平和、安詳，面帶淡淡的微笑。然而，大約在半個小時以後，她的臉上忽然間開始出現驚

恐不安的神態，隨後便是試圖掙扎脫險的樣子。這樣持續了大約20分鐘左右，在溫柔輕盈的治療音樂中，加上語言誘導入靜的作用，她開始漸漸地變得平靜祥和起來，彷彿終於化險為夷，從驚恐中擺脫出來。她的神態也開始顯得格外輕鬆、平靜、祥和起來……

Marlin從催眠態醒來後，開始用輕鬆愉快的語氣講述在這個過程中她意識的天地裡發生的經歷在目的故事。原來她在催眠狀態下，看到了自己前世的一段經歷——如同恐怖電影一般的可怕場景。她回憶起在她的前世裡，她在戰場上面臨炮火和槍殺，在一番廝殺、殺他人、被殺和自身求生的痛苦掙扎中，最後被悲慘地殺害。這段可怕而痛苦的經歷再現在她催眠態下的潛意識記憶中，在她的腦海裡如同一段恐怖電影一樣放映出來。在一場驚恐不安的回憶後，平和溫馨、飄然悠閒的養生音樂和安慰性的語言引導給她的身心以安慰和平復，神奇般地排解了她深層生命空間裡久遠以前留下的痛苦隱患。當她醒來後，全身微微出汗，氣色

變得微微淡紅，神態自若安詳。當講述完她的前世追憶經過後，她驚喜地發現她原來無時無刻不疼痛的身體，是那樣的不可思議地輕鬆，不再有絲毫的疼痛。從此，折磨她大半生的fibromyalgia從她的身上消失了，她神奇地被治癒了。

看來，Marlin在這段音樂催眠的過程中，她潛意識裡對前世的追憶使她身心深處發生了不可估量的變化。儘管現代科學尚未對這樣的治療機制給予完美的解釋，但從後來越來越多類似的治療例子中，我們對Marlin的例子可以做如下推斷性的解釋：她生前生命中發生的傷害和被傷害的痛苦隱患，在今生中彷彿以某種病因的形式引起她疾病的發生，而在深度意識放鬆的狀態下，這種病因子開始從她深層空間的身體和意識向表層反射，以影像回憶的形式再現在大腦皮層。這時，在治療音樂的祥和能量場中和平和安慰的語言引導下，她深層空間身體上的疾病隱患開始被緩解以至排除，從而使她的疾病得到改善和治癒。

從修煉的角度來看，人生生

世世造下的業力以一種黑色物質的形式在另外空間的身體裡留存並被攜帶到今生今世。它是一切磨難和痛苦包括疾病在內的根源所在和償還業力的表現形式。修煉的人從這些道理中覺悟起來，一方面今生今世不再做壞事造業，同時吃苦、修心、同化宇宙特性，更重要的是在高層生命的幫助下，消去過去造下的業力，淨化各個空間的身體，從而達到天人合一的無病無痛的狀態。而上述音樂催眠的過程，在某種程度上讓病人入靜，進入祥和無爭的狀態。這多少有些如同修煉人打坐入靜的狀態，所以音樂催眠入靜的過程多少有些讓深層空間生命體得到淨化的作用，從而減少或消除了產生疾病的深層空間的因素，進而達到了改善或治癒疾病的效果。但由於音樂療法畢竟不是修煉，患者只是無意中被動地淨化著身心，所以其療效不可能達到象修煉那樣根除疾病的效果。

參考文獻

1. fibromyalgia, <http://www.fmnetnews.com/pages/basics.html>

文 / 劉國華醫學博士 (身心科學研究所)

在音樂養生研究中，一個追憶前世的治療病例開啓了我的心靈，也是我在進入法輪大法修煉的初期階段讓我更加堅定佛法修煉信心的科學例證之一。在此隨筆追述那段難忘的故事，或許多少有益於各位有緣朋友的人生。

離開繁華嘈雜的現代化都市邁阿密，來到它的西南郊外，一片碧綠的竹林，鳥語花香，清新寧靜。一棟別具一格的木製房屋，這裡就是我當時從事音樂養生的研究室。

一天，一位坐著輪椅的中年女子前來求助於音樂療養的嚐試。因為終年受疾病折磨，她面

這本古籍中，有一篇文章《張子房》，敘述了這一事實。

張良幼時，路過下邳地方的圯橋，當時風緊雪大，他遇到一位老人，把鞋掉到橋下，老人對他說：「小孩，去把鞋子給我取上來！」張良毫不遲疑的下橋取了鞋，恭敬的交給老人。老人伸出腳，要張良替他穿上，張良「神意愈恭」，老人笑道：「孺子可教也！明早來此，當有所教。」

第二天，天剛亮，張良到了那裏，老人早來了，說：你比我後來，「未可傳道。」這樣一共三次，最後一次，張良先到。老人滿意了，以書授之，說：「讀此當為帝王師。若復求吾，乃谷城山下黃石也。」後人稱此書為「黃石公書」。

張良讀了此書，變得很有智

張良修煉成仙的故事

慧，善於應對變化多端的形勢，能夠駕馭各種局面。不僅如此，張良還用此書，「修之於身，能煉氣絕力，輕身羽化。與綺裡季、東園公、角裡生生、夏黃公，為雲霞之交。」(這是敘述張良用此書，指導自己修煉，達到了氣力無比，輕身羽化，能進入另外空間，並與數位神仙交往的殊勝境界)

《仙傳拾遺》中的那篇文章最後講，張良後來去世，埋在龍首原。赤眉軍造反時，有人盜他的墓，只見到一個黃石枕，那石枕迅速變化，飛走，就像流星一樣。墓中沒有張良的屍體與衣帽等物。

張良昇仙後，做了太玄童子，在太清界伴隨太上老君。他的孫子張道陵，後來也得道成仙，張道陵在去崑崙山朝見西王母時，張良也趕去了。那篇文章中，還有另外一些內容，茲不贅述。

張良在功成名就之後，拋下一切榮華富貴，選擇修煉。從張良成仙升天的美妙殊勝的結果來看，張良確實是做出了最好的選擇。正是：人生百年如湯煮，生老病痛難盡數；

萬貫家財弄到手，
到頭還是一抔土。
不如修煉升天去，
了卻塵世萬般苦！



張良，字子房，漢初大臣。因為他在推翻秦朝暴政後，對滅楚興漢有功，劉邦稱讚他「運籌帷幄之中，決勝千里之外」。漢

朝建立後，張良被封為留侯。張良不慕名利，不貪享榮華富貴，放下這既得利益，去認真修煉，最後成仙而去。在《仙傳拾遺》