

治病 寂慧

你說你睡得不好，呼吸不暢順，還說有鬼怪作弄，沒精神跟我出外，要留在家裏休息。我聽了便生氣，那來鬼怪？為何不見鬼怪作弄我？你肯定是無中生有，為何不能像我般什麼都不想，矇頭大睡，甚至發出粗重的鼻鼾聲。

你說便秘難忍，憂心忡忡，疾病纏身，不能為我打理工作。我聽了便生氣，你已檢驗好身體，看過很多醫生，都說你沒有病，為何仍浪費金錢，無病呻吟！

他在旁說：大部份的病是心病，將心醫好便沒有病。就是有病，皆因心弱邪侵所致。因此，能放開胸懷，調心調息，保持平淡的心情，控制七情六慾，別讓喜怒哀樂肆意馳騁，病自消失無形。

“對啊！對啊！”我說：你本來沒有病，何苦難為自己，終日唉聲嘆氣，纏綿床第，不肯見人。外面的世界多好，山河大地，可以讓你遨遊，美食良朋，可以把酒共敘。

他在旁勸說：雖說病本來沒有，但當事者總是感受真切，正如其他人迷戀世間，夢中作樂。只是不同的執著，虛幻的病，虛幻的世界。多一分我執，多一分病；少一分我執，自然少一分病。就是有病也不會知道，也不會感覺到。與沒有病無異。如幻的病，也該如幻的調理，再從幻事幻覺中去執去迷。

你說全身都不妥，卻無法說準確，可能身罹絕症，命不久矣！我聽了便生氣，你整天埋怨呻吟，無日無之，不知浪費多少時間！可曾想過盡點力貢獻社會，也不枉人生一場，虛度光陰。

他豎著手指數說：治病的方法有六：1. 藥物、醫療。2. 心理衛生，或是生活出錯，只要檢驗生活習慣，思想，再加糾正，自然藥到病除。3. 放輕鬆，別緊張，別迷執，很多病皆能不藥而癒。4. 轉移注意力，多做義工，多為他人著想，少為自己打算。從罣礙的我執中轉移，定能見到廣闊的天地。5. 代眾生苦，思惟其他眾生比自己更苦，願代一切眾生受苦，願自己的病苦能抵銷及減輕其他眾生的病苦，欣然接受。6. 病性本空，本來沒有，緣起緣滅，忽現忽消；我也如是，本來無我，身心變異，毫不實在。我既沒有，病從何來；一切諸法川流不息，如夢如幻，如假如真，無常變化。世間那有實在的東西。病，當然也沒有。

維摩詰言：“從痴有愛則我病生；以一切眾生病是故我病，若一切眾生得不病者，則我病滅”。病從痴、有、愛來，如去除痴、有、愛，病自滅，滅一分痴、有、愛，病亦滅一分。另一方面，菩薩心繫眾生，已達無我境界，在自身而言，已無病無惱；雖因慈悲眾生示現病，卻已是另一種清淨境界。

治病，該從心根治，或是從藥物，醫療開始，循序漸進，自然病癒得瘥。

謹願眾生滅除痴、有、愛，不藥而癒！