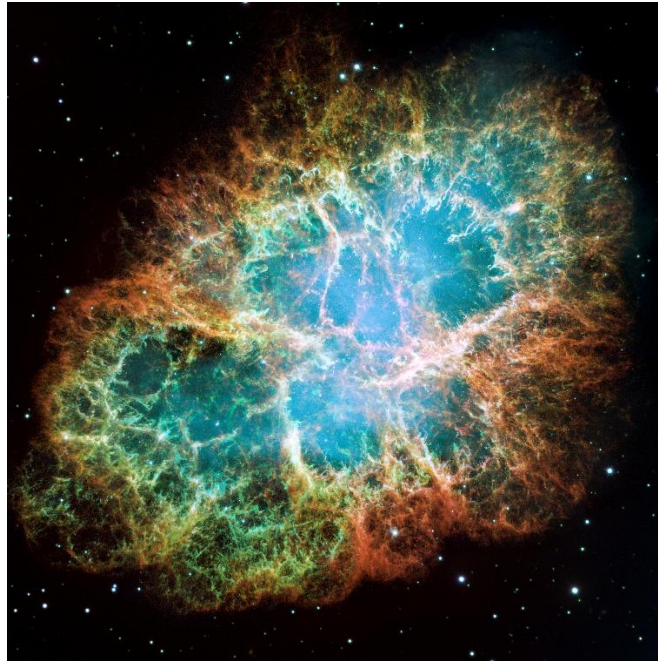


關於「意識創造現實」

我的一點體會

趙東方 2025 年 10 月 19 日中午講於金佛聖寺

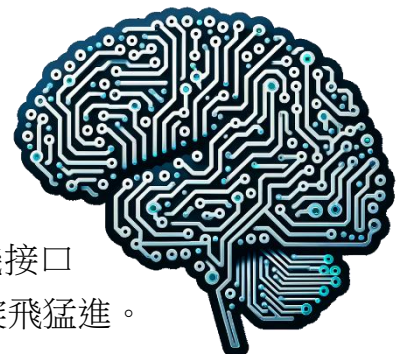


諸佛菩薩，宣公上人，各位法師，各位善知識，大家阿彌陀佛！

我是趙東方，今天很榮幸能和大家結法緣、一起學習。

一、科技進步與意識的啟發

現在高科技發展非常迅速，日新月異。我是學理工科背景的，所以對高科技的發展非常關注。我以為現在的科技已經能夠通過人的意識來控制外部的運作，像無人駕駛、腦機接口（Brain-Computer Interface，BCI，腦機介面）的研究也在突飛猛進。



我們家認識超過 40 年的朋友，他家的一位成員，現在為 Elon Musk 的公司工作，從事世界最頂尖的技術研究。他說，目前世界上還沒有任何公司能做「意識」的研究或應用，因為「意識」實在太複雜了。



今天早上參加地藏法會誦《地藏經》的時候，我不由自主地聯想到一些科學家對物質與意識的討論，心裡像被點亮了一樣，感動得熱淚盈眶。那一刻彷彿一切都融會貫通，過去學到的佛法都串起來了，所以特別想和大家分享這份體會。

二、科學家的洞見：意識是宇宙的本質

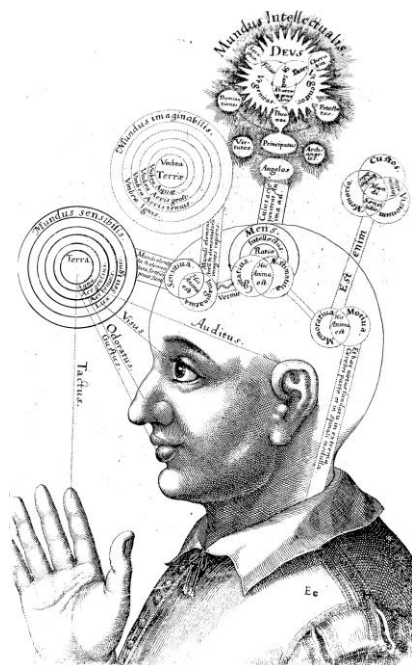
1905 年，愛因斯坦提出著名的「**質能方程式**（又稱質能守恒）」： $E = mc^2$ ，就是「能量（E）」等於「質量（m）」乘以「光速（c）」的平方。根據這個方程式，我們知道，一切有形的存在質量/物質，其實都是由無形的內在能量所構成。

量子力學之父 Max Planck，根據多年對「原子（atom）」的研究，最後得出的結論是：「世界上根本沒有『物質（matter）』這個東西，物質是由快速振動的量子組成的。」他進而說到：「所有的物質都是來源於一股力量，這股力量促使原子運動，並維持緊密一體。這股力量的背後就是『意識（consciousness）』；換句話說，**意識是一切物質存在的基礎**。」

著名的牛津物理學家及數學家，幾年前獲得諾貝爾獎的 Roger Penrose，他在 1989 年提出「**人類的意識是量子效應的產物**」，又說：「**意識是宇宙的基本特質**」。

那麼「**意識可以創造現實**」的這一說法就成立了，所以提升自我意識就非常重要。

正如《大悲懺》中所說：「**事雖不廣，惡心徧佈**。」這裡的「心」就是指**意識**。即使一個人所做的壞事不多，但是如果他的惡念徧佈而深廣，那種負面的心意識，就會對宇宙的本體、對群體意識造成干擾與傷害。



右圖：英國 17 世紀帕拉塞爾蘇斯主義醫師羅伯特·弗拉德對於意識的描繪

三、意識創造現實的體驗

幾個月前，我生了一場病，高燒將近 40 度。醫生為我做了各種檢查——抽血、B 超、X 光、Echo（心超）、全身 CT，以及各種細菌、病毒化驗——幾乎能想到的都查了，卻完全找不出原因。醫生說從醫多年，從未見過這樣的情況。

那段時間我靜下來反省，想到之前起的種種瞋恨心，於是誠心懺悔。三天後，燒竟然退了，身體恢復正常。醫生驚訝地說：「雖然我們不知道原因，但你竟然自己把自己治好了！」這讓我深深體會到，這或許正是「**意識創造現實**」的一個例子，而類似的經驗，在我身上其實已經出現過好幾次。

四、佛法的統攝與啟示

我覺得自己非常有幸運，能夠踏入佛門，學習佛法。佛法對我而言，就像綱舉目張，具有統領、收攝、貫穿各種學科與各領域的作用！佛法的偉大，真是難以言表！

五、無盡的感恩與讚歎

最後，引用《大方廣佛華嚴經》裡邊的偈頌，來表達我此時的感恩之情：

剎塵心念可數知，大海中水可飲盡，
虛空可量風可繫，無能盡說佛功德！

阿彌陀佛！