

台美人宗教研習會2011年二月份月會

鄭錦家醫師主講 黃哲陽筆記

今天(2-17-11)天氣雖然春寒料峭，卻不減與會者的熱忱，總共36人來參加。今天的主講者是鄭錦家醫師，他是本會會員，也是南加州台美人社區中的名嘴，大家對他都很熟悉。他博覽群書，演講中旁徵博引，頗能引人入勝。

首先，林天民教授報告最近宗教新聞：

1, 過去10年回教人口增加率是2.2%，今後20年將變成1.5%，雖然降低，但按此成長率，到2030年回教人口數將達22億，超過當今基督教的21億人口數(雖會增加，但沒那麼快，非回教徒的人口增加率只0.7%)，回教將來將變成世界人數最大的宗教。回教人口成長率下降的原因是：(1), 回教女人漸多受教育(2), 生活水準提高(3), 很多人由鄉村搬到都市，較有機會受教育。現在回教徒人數最多的國家是印尼，20年後將變為巴基斯坦人數最多。

2, 天主教在今年三月將與無神論者在巴黎舉行兩天的對話，這是宗教界很有意義的一件事。一般基督徒視無神論者為魔鬼，認為他們是壞人；其實很多無神論者是有正義、有疼心、追求和平的人，有宗教信仰的人與無神論者是可以合作的。天主教認為只要按照上帝所照的光走，無神論者也有可能得救。

3, Christian Century 是新教主流雜誌，有一篇文章標題：『1 person, 2 faiths』，作者牧會的會友中有一年輕人參加Peace Corps 去越南，跟佛教和僧侶有接觸，回來後宣稱：I think I am a Buddhist, but I am still a Christian.他說兩者並無衝突，佛教幫助他成為一個好基督徒。他的女朋友也是Buddhist Christian，此牧師就在他們的長老教會給他們結婚。有一位曾去中國傳教的

退休牧師說：一人有兩種宗教信仰的事在東方經常在發生，由美國去亞洲傳教者常犯一錯誤：教人要放棄原來的文化及信仰，其實如能包含原來的宗教也無不可。有些保守的基督教會不准教徒作瑜珈，只因那是由印度教、佛教來的，但在作者的教會設有很多Yoga Classes，由長老來教，他們教會有回教徒、印度教徒和無神論者來做禮拜，他們都有賓至如歸之感。文章也提到另一Buddhist Christian Paul Knitter，他是天主教的神學家，在紐約的一新教神學院教書，他著作一本書『Without Buddha, I can not be a Christian』，他說佛教 Interconnection及 Inter-dependent 的觀念使他瞭解為何要疼鄰人，也真正感受到上帝的愛，因為上帝是跟我們親近的inter-being，而非遙不可及的。

4, 最近的 Newsweek 有談到Sex and Bible。有兩位教授出兩本書，一位在Harvard，一位Boston U.，談到What the Bible really says about sex? 他們認為聖經所寫的並非如保守派基督教所說一夫一妻的傳統式婚姻，相反的，傳統式婚姻並不存在，在這方面聖經已變老古董，不適用於現代世界。一些證據：Abraham 娶兩個太太，Sarah和Hagar，Jacob娶兩姊妹Rachel和Leah及其女僕，耶穌及保羅都不結婚。聖經記載Sodom的故事：有一人要保護天使客人，不准暴徒強暴她們，卻把女兒任由他們姦淫。聖經最重要的精神是在倡導愛、慈悲及寬恕，但在性方面因時代改變，已不合時宜。性在聖經裡往往被隱藏起來，提到性器官則用手腳代替。被禁止的事往往有例外，聖經禁止娼妓、通姦、女性婚前性行為、同性戀，但每樣都有例外。例如大衛王和Jonathan的同性戀，離婚在舊約可以，新約不一致，馬可說不可離婚，因犯姦淫罪，馬太說太太

不貞節可離婚。一些已被接受的解釋有時是錯誤的。例如Sodom城被上帝毀滅，一直認為是犯同性戀的緣故，其實是因為那城的男人要強姦天使。Princeton U. 的Pro. Elaine Paiger說讀聖經只能得到一點點答案，但生出來的疑問更多。

5, 葉思雅教授補充：ABC World News 報導，最近宗教方面的Marketing在減少，尤其是主流基督教，從1998至今減少2.7millions，現只剩17 millions。保守派基督徒稍有增加，增加人數最多的是Sarah Palin 所信的Pentecostal，15萬人，增加百分比最高的是Jehovah's witnesses，增加4%(5萬人)，Overall,不信者在增加，達15%之多。

接下來 鄭錦家醫師開始主題演講：『宗教與預防醫學。』

人生的目的不只是在求衣食無憂而已，而是在追求真善美。『真』是科學，包括醫學、數學、物理學、化學、生物學、天文學等。『善』如宗教，做好人。『美』是藝術、音樂、雕刻、文學。今年元旦Rose Parade中，有一人高舉一標語，寫著 In pursuit of: Dream、Friendship and Memory (Legacy)，這也是真善美的追求。Randy Pausch全力實現兒時的夢想，努力以赴，最後終於夢想一一成真。

醫師有三個等級：1，上醫：治國平天下。2，中醫：治未發之病。3，下醫：治已發之病。我本身在橙縣開業三十多年，作了這麼多年的下醫，真覺汗顏。

上醫要使人民生活富足(治國)，要天下太平(平天下)，首要之計，在減少戰爭。戰爭之中，尤屬宗教戰爭最可怖，歷時最長，死傷最慘，人民流離失所最多。戰爭的殘酷，在達爾文太太的書My life with Darwin內有很深刻的描寫，而我爸爸是在世界第二次大戰期間為了儲存一些米給我們三個兒子，自己捨不得吃，結果胃潰瘍而死。

消弭戰爭，達到世界和平是世人最關切的問題，所以在美國小姐或世界小姐選美時，很多小姐都喜歡講到追求世界和平，通常會得高分。

自古以來世界上發生很多殘酷的戰爭，不只是戰士的死亡動輒以百萬計，百姓的附帶傷亡，流離失所，數目更大。以下列舉一些世界上發生的戰爭。

十字軍(Crusaders)與回教戰役，達十次之多，時間最長，傷亡最多，戰後200年重回戰場看，還是一遍荒煙。

兩伊戰爭，伊朗用人海，伊拉克用火海，死傷以百萬計。

美國攻打伊拉克第二次波斯灣戰役有人說這是另一次十字軍戰役。

接下來有一連串在伊拉克的基督徒被回教的極端份子攻擊事件。

Kosovo戰爭：信回教的Albanians及信基督教的Serbians之間的衝突。

蘇丹(Sudan)內戰：人口9.7 million大多信基督教的Southern Sudan 與人口41 million大多信回教的Northern Sudan之戰爭，在這21年的戰爭中，兩百萬人死亡，百姓附帶傷亡更大。

Nigeria在最近一、二年也有基督徒與回教徒之間數次互相殺伐事件。

埃及亞歷山大城在今年元旦有一教堂被爆炸，25人死亡。在此佔90%的回教國家，佔少數的基督徒感受到被壓迫，緊張情勢愈增。

以色列與巴勒斯坦之間的衝突仍在進行中。

主張無神論的中國政府入侵西藏，殺死六百萬

信佛的藏民，中共認為宗教是毒藥，殺起人來不手軟。其實亞洲人殺人最殘酷，中國歷史改朝換代從來沒有和平轉移，都要殺很多人。秦始皇統一中國前，攻打趙國，俘虜40萬趙國軍士，竟把他們通通活埋，這在今日高科技時代也是一項很艱巨的工作。近代在二次世界大戰後中國共產黨和中國國民黨之間的戰爭，也引起民族大遷徙，家破人亡，不計其數。

IRA(Irish Republic Army)還繼續在掙扎，尋求北愛爾蘭的獨立。

宗教迫害：

清教徒、回教徒在印度及巴基斯坦對印度佛教遺跡破壞，通常砍雕像的頭。

Taliban炸毀石刻大佛像之事，人盡皆知。

Times Magazine封面有一因褻瀆上帝罪被Taliban割掉鼻子的女孩照片得到世界新聞獎第一名，既使同族的宗教迫害也如此殘忍。趙州禪師有一年冬天天氣太冷，他令徒弟燒佛像來取暖，佛像只是偶像，需要時可以當材燒，甚至於達到開悟後經書都可以燒。這是不執著，沒什麼褻瀆神明之罪。

讓我們來散佈愛，不要製造戰爭，尤其是宗教戰爭。

佛教對異教徒的看法：

印度阿育王(西元前三世紀)遵照釋迦牟尼寬大慈悲，兼容並蓄的遺教，雕刻在岩石上誥文，下一段至今原文尚存：『不可只尊重自己宗教而菲薄他人宗教，應如理尊重他教。這樣做不僅幫助自己宗教成長，也對其他宗教盡了義務。反過來做，不但替自己宗教掘了墳墓，也

傷害其他宗教。』『因此，和諧才是好的，大家應該諦聽，而且心甘情願諦聽其他宗教的教義』，這和我們現代倡導的Interfaith dialogue 不謀而合。這種寬容包容和誠意正是佛教文化中最珍貴的遺產之一。在佛法傳世2500年中，它一直與其他宗教和平共處，在其傳教歷史上從來沒有和其他宗教發生流血衝突事件。我有一個很聰明的朋友叫林信夫跟我說：西藏本來武力強盛，唐太宗沒法對付他們，只好用和番政策，把文成公主嫁給吐蕃王，同時也引進佛教及漢族文化，從此西藏變成愛好和平、文弱的國家，所以被中共入侵，殺害那麼多人，但我認為如果沒有佛教的非暴力政策，傷亡的還不止那些。佛陀傳教的原則是時機成熟時，有人請才去。我也是秉持此原則。

佛教未發生宗教流血的原因：

佛教是慈悲不殺生的。

佛教是以人為本位，一滴水一粒米皆眾人合力製成，人不能離開眾人而獨活。

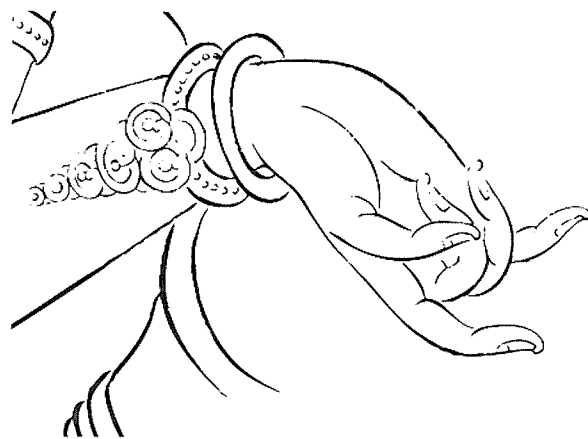
懂得感恩的人，生命裡較少苦難。

學會包容的人，生命裡鮮有怨恨。

弘一大師(李叔同)本是一位天才書畫家、金石家、音樂家、戲劇家，後來出家成為佛學大師，他每次放置棹子之前，一定要確定棹下沒有螞蟻，以免傷害牠們。

眾生亦具靈性，有一隻貓可以感知人之將死，而狗可以聞出此人是否有大腸癌。

人的吉凶禍福、成敗榮辱，決定在自己行為善



惡、努力與否，無人能憑空提我上天堂或推我下地獄，只有腳踏實地去修心養性，淨化昇華自己人格。釋迦牟尼不能點石成金，能告訴你如何栽培，但栽培工作還要自己動手，才有日後豐碩的收穫。

佛教的定義：

眾善奉行十善業：不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不惡口、不兩舌、不綺語、不貪欲、不瞋恚、不邪見。

諸惡莫作十惡業：與十善業相反的是為十惡業。

不殺生是佛教基本第一禁戒(五戒,十惡業之首)。

佛教相信生物的生命是輪迴的，雖然還不能直接證明，但確有一些證據，顯示其可能性。人與萬物互有連結，故主張『無緣大慈』，不獨親其親，子其子。『同體大悲』，眾生是人我一體，休戚與共，骨肉相連。

CNN news在2/2/2011 報導：美國三分之一人口有罹患高血壓或高膽固醇，只有一半高膽固醇的成年人得以受檢驗，然後治療，到2020年時治療心臟病的花費將增高三倍。

佛教的飲食習慣是日中一餐，過午不食，以素食為主，這是符合科學的。科學報導：食少吃素者較長壽。

我自己也是素食，吃糙米及很多有機豆類、蔬菜、水果，肉類尤其紅肉不能吃，因它會引起大腸癌，其攝取量與大腸癌的發生率成正比。最近

我的醫學檢驗報告，一切都正常，膽固醇、蛋白質及癌症指數正常，只有鈣質和維他命D偏低，但這都可藥物補充。

代謝症候群：是飲食過度造成的內臟脂肪肥胖，通常附帶糖尿病和高血壓，因有太多的LDL被氧化，引發炎症，心臟病也是一種炎症，而且有很多炎症細胞使免疫細胞疲於奔命，癌細胞就會產生。

濟陽式癌症飲食療法：幾乎無鹽的飲食，限制動物性蛋白質、油脂攝取量，大量攝取新鮮蔬菜和水果，攝取含胚芽的穀物，豆類及薯芋類，攝取乳酸菌、海藻類、菇類，攝取蜂蜜、檸檬、啤酒酵母，

活用橄欖油、麻油、菜籽油，飲天然水，禁酒、禁煙。以此療法，他治療156名已被別的醫生放棄的一些胃癌、大腸癌、肝癌、胰臟癌、膽管癌、食道癌等病例，結果19名完全治癒，77名症狀改善，共佔61.5%，成績卓著。因為時間的關係，還有很多材料未能提到，以後有機會再與大家分享，今天的演講到此結束。

在Q & A Session 中，有一基督徒聽眾出來講述她罹患胰臟癌及乳癌治療的經過，最後終於克服病魔，過著敬拜上帝的喜樂生活，她說在病中把一切交給上帝就好了。另一位聽眾本來自小跟著母親上教堂作禮拜，後來接觸到佛教，遂潛心於佛學的研究，他一直強調佛學非宗教，其實信任何宗教，甚至一個或兩個宗教，完全是個人的自由，他人無可厚非。他可能是One person,two faiths的另一例子。或者可說是具有Interfaith dialogue 現代宗教思想的開明人士。

