

# 让人颠覆三观的BBC纪录片：宇宙的轮回转世



生活的周而复始，生命的新老交替。

世间所有的不期而遇，都只是久别重逢而已。

01 这是一篇关于宇宙的故事，也是关于我们每个人的故事。

茫茫宇宙，它从何而来，又将走向何处，带着万千疑问，跟随BBC纪录片《宇宙的奇迹》，一起去探索宇宙背后的秘密...

我们的故事要从宇宙的出生说起，因为作为世间万物的一分子，只有了解了神乎其神的宇宙和玄而又玄的生命，我们才能真正理解自己所生活的这个世界。

宇宙生于137亿年前。今天的它，就拥有超过1000亿个星系，每个星系又包含了数千亿的恒星（仅为人类所能观察到的）。

在这137亿年间，时间宛如一条无情的长河，承载着无数个不可思议的奇迹，推动着宇宙中日新月异的变迁，而这些奇迹也让人类见证了宇宙生命的起始和终结。

日出和日落就像地球的脉搏，教会了人类如何记载时间的流逝。

地球上的一天是24小时，即地球绕轴自转一周。

地球上一个月是29天半，即月亮在夜空上演一轮阴晴

圆缺。地球上的一年为365又四分之一天，即地球绕太阳公转一周。

但和宇宙生命的时间刻度相比，地球简直就是小儿科了。

此时此刻，在你阅读这篇文章时，我们所在的太阳系正围绕着银河系的中心，在一个无比庞大的轨道上公转。

太阳系要花上两亿五千万年才能绕银河转一圈。纵观人类短暂的历史，至今我们还未绕过这个轨道的千分之一。

02 宇宙对人类来说，看似是恒古不变的，但在这个物质世界里，唯一不变的就是一切事物都在不停改变的真理。

随着时间的推移，世间万物都在发生变化，不光我们在逐渐衰老，每分每秒地球和宇宙也都在走近死亡。

当你仰望着漫天繁星的夜空时，你其实是在仰望过去，这些微小的星光实际上是上百万个不同的时钟。因为光移动的速度是299792458米/秒，所以光要从那些遥远的天体传达到地球需要很久很久的时间，我们眼中的星光标志着数十亿甚至数万亿年时间的消

逝。

上图的红色斑点，曾经是一颗名为GRB 090423的恒星，它也是人类所观察到的最古老的天体。光从这个红点传送到地球的时间用了130亿年，它几乎穿梭了整个宇宙史。

这颗恒星的亮度曾是太阳的一万倍，正因为它燃烧得如此明亮，其寿命也异常的短暂。当这颗巨星衰竭时，它的身体也开始崩溃瓦解，伴随着一场比太阳光芒强一万亿倍的大爆炸，大量的物质和能量也随之喷出。

这张图便是此次爆炸的余晖，从地球上，它只是一个暗淡的红点，而这个红点即是宇宙初期一颗恒星的爆炸灭亡。

迄今为止，人类已经观测到了无数颗恒星的诞生与死亡，这意味着包括太阳和地球在内，所有的恒星都不会一直闪耀。终有一天，太阳也会面临衰老和死亡。

当太阳燃烧殆尽时，它的核心先会坍塌，并由此产生巨大额外的热量，它的外层也会随之无限的膨胀。随后的6亿年里，太阳终将会爆炸，大量的气体和星尘会喷洒出来，从而形成一团庞大的星云。

在生命的终点，太阳会变成一个惨淡的白矮星，只剩下一小块散发着微光的“心脏”。

白矮星没有可供燃烧的能源，它微弱的光芒源于已熄灭的大熔炉中的最后一点余温。我们的太阳就这样死去了，剩下的只有一些残留物的灰烬逐渐冷却于广袤极寒的太空中。

太阳的命运也是所有恒星的命运。终有一天，银河系中几千亿的恒星将全部死亡。

我们曾经繁荣旺盛的宇宙，终将只剩下光的微粒以及黑洞。再经过一段漫长到无法想象的时间后，甚至黑洞终都会逐渐消失。

当最后一颗恒星残留的最后一点灰烬完全消失后，宇宙将成为一片充满纯粹能量的海洋，所有物质都将达到同一温度，宇宙的故事就在此告一段落了。

宇宙从此变成了一个永恒不变的，仅存于浩瀚空间里的能量/意识体。

它无处不在，却又仿佛从未存在，在那个世界里，没有爱恨情仇，没有喜怒哀乐，更没有善恶美丑。能量体验不了晒太阳吃瓜子的美好，也感受不到肝肠寸断的哀愁。

03 这或许听起来会有点悲惨，但此时的宇宙与生命起源的条件几乎是相同的。

就这样，又过了NNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNNN年之后

(N年到底有多久呢？一个人体大概由7,000,000,000,000,000,000,000,000,000个原子组成，如果用原子代表一年来计算，整个宇宙中所有原子加起来都无法接近那个数字。)

"BANG"的一声

没有天崩地裂或血肉横飞，宇宙又爆炸了，爆炸之后的宇宙依旧不断的膨胀，气体逐渐凝聚成星云，星云进一步形成各式各样的恒星和星系，137亿年后，最终又变成了我们如今所看到全息的宇宙。

这就是宇宙的死亡和重生的故事。

说到死亡和重生，我们不得不

先学习一下自然界基本定律之一：能量守恒定律。

能量既不会凭空产生，也不会凭空消失，它只会从一种形式转化为另一种形式，或者从一个物体转移到另一个物体，而能量的总量是永恒不变的。

轮回转世是指在人死后，体内的能量会被释放回宇宙中，继而下一个生命所回收。包括印度教和佛教在内的很多宗教，都欣然接受死亡和重生是一场永恒的轮回。

这便是基于宇宙运作中最深奥的真理。

你可曾想过你双眼所看到的现实或许只是冰山一角而已？

宇宙中人类可见的物质只占宇宙总质量的4.9%，我们看不见的暗能量与暗物质占据了整个宇宙的95.1%。那个感官无法察觉到的世界到底是什么样子呢？

爱因斯坦的导师，伟大的量子力学之父，1918年诺贝尔物理学奖得主—Max Planck曾说：

"物质根本就不存在，因为所有的物质是由快速振动的量子组成！我们必须假定这力量背后存在一个充满智慧的意识体，这个意识体就是创造世间万物的母体。"

量子即使被分开后，还会藕断丝连的被能量连接在一起。

你和我，看似是分开两个不同的个体，但实际上我们是生活在两个不同身体里的同一个意识体。你既是我，我既是你，世间的每一个生物都是从不同的角度探索着宇宙的另一个自己。

人类醒来的那一天，也就是世间苦难结束的那一天。

因为不管你是北京人，上海人，广东人，山东人，河南人，云南人，越南人，日本人，美国人，法国人，秘鲁人，埃及人，还是埃塞俄比亚人。

不管你是白人，黄人，棕人，黑人是绿人...

我们都是寄居在同一个星球，呼吸着同一片空气的地球人。

## 观音堂

7-162  
401 East Jefferson St., Suite 108  
Rockville, MD 20850



301-683-8831, 240-621-0416  
guanyintangusa@gmail.com  
https://www.guanyintang.org

净化心灵



超脱烦恼

智慧人生



学佛念佛

离苦得乐



同登极乐

### 开放时间与活动安排

星期六、 佛菩萨大纪念日	10:00 - 14:00
星期日	10:00 - 16:00 (13:30 - 16:00 念佛)
其它时间	打电话预约

每周日在ZOOM线上  
举行学佛经共修活动

欢迎大众来学佛祈福

## 南无阿弥陀佛

一切众生皆有佛性，因妄想执著不能证得。

## 常念阿弥陀佛就是真正走成佛之道 淨空老法師開示

常念阿弥陀佛，「此常念不絕，則得道捷」，捷是敏捷、快速，捷是佛果。這是跟八萬四千法門，不要跟無量法門不同的地方，不能把佛號忘記掉，這是世尊、彌陀、諸佛如來慈悲開示，完全從如來自性裡面流露出來的。釋迦牟尼佛為我們做證明。

「皆是大悲慈父」，大慈悲父是說諸佛如來。他們說的全是真話。「故應至誠信受」，我們學習的人應該真誠到極處的心，至誠心，信仰接受，就是真信，真正接受依教奉行，於一切時一切處，「常念

阿彌陀佛」，這就是真幹，真正走成佛之道，真正得成佛的果報。「蓋以信願持名之法，心作心是」，就是是心作佛，是心是佛。為什麼念佛成佛那麼快？這裡頭有個道理，道理是什麼？你本來是佛，你的心就是佛，是心是佛，是心作佛，這八個字是淨宗立教的理論依據。用果覺做因心，這是跟八

萬四千法門不同的地方。所以是以彌陀大願為本，彌陀八萬四千法門都是從因到果，念

佛呢？念佛是從果到果，阿彌陀佛是果，我們念的是果，成就的故稱易行法，號徑中徑也，徑是小徑，捷徑就是常念阿彌陀佛，不要跟無量法門不同的地方，不能不

知道。真搞清楚、搞明白了，不懷疑，斷疑生信，從此以後一心一意，一句佛號念到底。念佛不拘形式，你沒有壓力，出聲念可以，默念也可以，金剛持口動沒有聲音也可以。你看諦老法師教的多人方便，念累了休息，休息好了接著念，就是一句佛號，除一句佛號什麼也沒有。

念必生，所以最易下手，最易成就，故稱易行法，號徑中徑也，徑是小徑，捷徑當中的捷徑，沒有比這個更捷徑了，最捷徑的一條路，最不容易遇到，最難相信，但是它成功特別高，而且成就是究竟圓滿的成就。

观音堂组织的佛经学习活动有：周一至周五每晚 7:30pm-8:30pm《无量寿经》；周日 9:00am-11:30am《观经九品》。请登陆zoom，ID:97826380822（不需要密码和注册）；或拨电话号1307158592 再拨 ID:97826380822# 参加网课，欢迎大众踊跃参加！

观音堂每个周日念佛时间：时间：1:30pm-4:00pm (报名参加)

观音堂地址：401 E Jefferson St, Suite 108, Rockville, MD 20850 (周末开放，其他时间来访问请先电话预约)

观音堂电话：301-683-8831, 240-621-0416