

# 藥師法門

今生成就法



講述

2014年6月27---29日

湖南益阳白鹿寺





作者简介：

大愿法师，1971年9月出生，生于湖南益阳，自1990年8月起，先后于湖南岐山仁瑞寺天柱老和尚座下剃度、南台寺宝昙大和尚座下得戒、香港宝林寺圣一大和尚座下得法。1991年9月进入福建佛学院学习，期间亲近当代高僧清定上师。之后诸方参学、讲法，曾任广东南华寺佛学院教务长。

大愿法师现任广东四会六祖禅寺等多家寺院方丈，兼任暨南大学中印文化研究所顾问兼研究员、广东省社会科学院佛学研究中心顾问、广东省禅文化研究会常务副会长、广东省佛教协会常务理事、广东省文化协会常务理事兼副秘书长、广东省茂名市佛教协会会长、政协委员、广东省肇庆市人大代表、湖北省佛教协会副秘书长、浙江省丽水市佛教协会会长、湖南怀化市佛教协会会长，荣获广东四会市荣誉市民称号。

今生成就是药师法门的最大特色之一，  
包含人生成功法、人生幸福法、人生解脱法。





# 藥師法門

今生成就法



釋  
\*  
法

讲述

## 编者 的话

为利益如母众生，实现人生价值最大化，2014年6月，大愿大和尚应邀来到家乡湖南益阳白鹿寺开演人生点金术——药师法门·今生成就法，以报养育之恩、法乳之恩！

**依据药师法门，大和尚将人生点金术提炼成三把金钥匙：**

一把打开人生成功之门，做一个活得完整的人，一个菩萨行者；

一把打开人生幸福之门，做一个有深度生命体验的人，转凡心为佛心，发菩提心；

一把打开人生解脱之门，回到生命的本源，做一个明心见性之人，乃至成佛。

生命的体，如精灵，无有障碍，穿越时空，遍行法界；生命的相，如少女，洗去铅华，尽显生命本然纯净的自由、宁静与喜悦；生命的用，如处子，从山谷竟登珠峰，一览无限风光，觉了无所不在、无所不能的生命活力。人生价值得以最大的展现！

## **为令有缘得此人生三匙，大和尚将药师法门细化于生活：**

通过透视人生，指明物质生活以安身，精神生活以立命，社会生活以立信，伦理生活以立德，灵性生活以悟道，令生活从平面到立体，

直至圆融，高度概括了做一个活得完整的人的必要条件。

通过深解药师七佛四十四愿，实践具体的修持方法，以愿同佛愿、行同佛行的觉性频率，净化身心，激活能量，让智慧和慈悲的能量之流、信息之流充满生活的空间，将人生推向健康、智慧、优雅、幸福、觉悟的圆满境界。

生活就是一部活的《药师经》，修持药师法门，就能获得今生成就！

**在日常生活中运用药师法门，大和尚的嘱咐轻绕耳畔：**

一睁开眼睛，就提醒自己：我要在药师佛愿力的指导下，让每一天都过得最有价值、最充实、最丰富，让身体更健康，智慧更增长，更好地尽到社会责任，更好地提升幸福指数，并在其中成就觉悟。



睡觉以前，也要提问自己，我的身体更健康了吗？我内心的烦恼减少了吗？我的智慧增长了吗？我更好地承担社会责任了吗？我提升活在当下的觉察力，回到生命本源了吗？

珍惜活着的每一个清晨与夜晚，在每一天的每一个当下，迎接今生成就！

大愿大和尚以报恩之心演说，有缘众生以报恩之心践行，药师佛必将降临——

**佛在人间！**

# 目录

<b>生活是一部活的《药师经》</b>	07
一、人存在的五个象限与人生的五重境界	08
二、药师七佛因地所发四十四愿对 现实生活的指导	16
三、药师七佛坛城的启示	39
<b>药师法门人生成功法</b>	48
一、人生健康法	50
二、事业成功法	84
1 创造法则	99
2 利他法则	112
3 行动法则	120
三、社会和谐法则	130
1 金色宝光妙行成就如来因地四大愿	131
2 制度活力法则	140
3 社会责任法则	146

<b>药师法门人生幸福法</b>	153
<b>一、智慧人生法则</b>	155
1 释放天赋的 12 条定律	156
2 转五蕴成五智法则	168
3 生命智慧教育法则	173
<b>二、幸福人生三大法则</b>	192
1 幸福关系法则	192
2 幸福能力法则	203
3 幸福境界法则	219
<b>药师法门人生解脱法</b>	243
<b>一、人生解脱的共同道路：冈波巴四法</b>	246
<b>二、药师法门成就人生解脱的内容</b>	
<b>和四大殊胜特点</b>	252
<b>三、唤醒觉性</b>	256
<b>总结</b>	267

第一讲

藥師法門

今生成就法

诸佛正法贤圣僧，直至菩提永皈依，  
我以所修诸资粮，为利有情愿成佛。

南无本师释迦牟尼佛

南无光胜世界善名称吉祥王如来

南无妙宝世界宝月智严光音自在王如来

南无圆满香积世界金色宝光妙行成就如来

南无无忧世界无忧最胜吉祥王如来

南无法幢世界法海雷音自在王如来

南无善住宝海世界法海胜慧游戏神通如来

南无净琉璃世界药师琉璃光如来

南无《药师经》等一切法宝

南无药师海会佛菩萨

**引子：今生成就是药师法门的最大特色之一，包含人生成功法、人生幸福法、人生解脱法。**

尊敬的明良大和尚，尊敬的各位法师、各位居士、各位善知识：大家下午吉祥！

非常欢喜在诸佛菩萨和药师海会佛菩萨琉璃光的加被下，应明良大和尚的邀请，我们有缘能够诸上善人俱会一处，在益阳白鹿寺的正觉讲堂来共同学修药师法门，也让大愿有一个向明良大和尚请益，向诸位法师、诸位大德请益的机会，内心觉得非常喜悦！同时也是报恩，报上佛下源老和尚的法乳之恩。

首先我想跟大家分享一个故事。我们都知道唐朝时候，有一位仙人吕洞宾，神通广大。有一次他云游天下，来到湖南岳阳楼附近，看到一个很有孝顺心的小孩子，家里面很贫困，正在为赡养父母、资生之具不足，钱财不足发愁，吕洞宾看了以后，觉得小孩子很有孝顺心，就想帮他，就用他的点石成金的法术一点，哎，然后一块石头就变成一块黄金，他就拿这块黄金送给这个小孩子，但是令吕洞宾大吃一惊的是，这个小孩子竟然表示不要这块黄金，吕洞宾就问他为什么？小孩子就说：“我的心愿是希望能够帮助到更多的贫困的人，这块黄金有用尽的一天，因此我希望得到的是你那能够点

石成金的法术。”确实，“赠人以鱼，不如授人以渔”。黄金是很珍贵，但是你能够赚到黄金的能力更珍贵。有钱很重要，但是值钱更重要。

因此，我们今天所讲的药师法门就是人生的点金术。我们学会了药师佛的法门，我们就得到了人生的点金术了，使我们在人生之中所遭遇的种种困境、种种烦恼、种种挫折，都能够转化成为犹如黄金一般的自由、宁静和喜悦。那么大家希望得到人生的点金术，就听好这三天的药师法门的讲座。这次我们分享的主题是《药师法门·今生成就法》。

药师法门不是讲来生成就，不是讲往生成就，也不是讲你要多生多劫以后才能成就，她是直接讲今生成就，就在今生当下的生活之中成就。在生活中了生死，在了生死中生活。在生活的呼吸、睡眠、饮食之中来成就如来禅、祖师禅和秘密禅。以药师七佛的愿力加持和药师法门不可思议的甚深方便力，来使我们在成就人生成功、人生幸福的同时，能够成就出世间的解脱，能够圆成佛道。

因此近代我们莲宗——净土宗的第十三祖印光法师就赞叹说：“须知药师一经及其佛号，并其神咒，即释迦、药师所得之阿耨多罗三藐三菩提法，凡至诚受持者，即是以佛庄严而自庄严也”。我们这个经本前面其实有引用到印光大师的这一段开示。这个其实就是对药师法门赞叹到极点，赞叹到无以复加呀。印光大师其实就是直接开示说，药师七佛所得的成佛心要之法就是药师法门。

释迦牟尼佛所得的成佛心要之法，也就是药师法门。因此，修学药师法门是今生成就，是非常不可思议的，就是以佛果地的万德庄严来庄严我们的身心，可见，今生成就是真实不虚的。今生成就可以说是药师法门的最大特色之一。

这次我们的学修就分为三讲。我们前面已经比喻说，药师法门就是人生的点金术，要得到这个点金术，要得到，要打开这个药师法门的宝藏，我们需要钥匙。因此，人生点金术就有三把金钥匙：第一把就是人生成功的金钥匙，



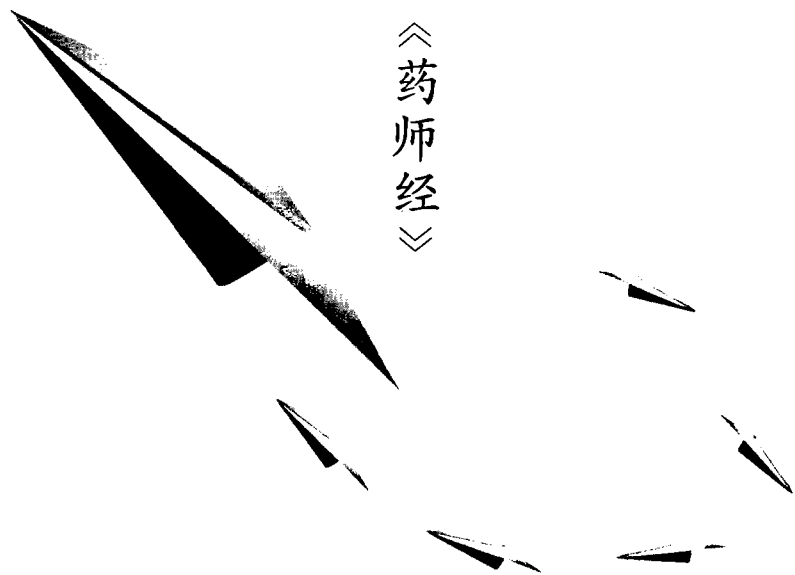
做一个活得完整的人，本质其实就是菩萨行；第二把金钥匙，就是人生幸福的金钥匙。做一个有深度生命体验的人，本质就是转凡心为佛心，发菩提心；人生解脱的金钥匙就是做一个回到生命本源的人。我们生命最内核的本质就是那种本然纯净状态，儒家称之为明德，佛家称之为佛性，六祖惠能大师描述为自性：“菩提自性，本来清净。但用此心，直了成佛。”人生解脱的金钥匙，所以它的本质就是明心见性。因此，我们这次的讲座也分为三讲，分别是药师法门的人生成功法、人生幸福法和人生解脱法。

今天，我们主要讲药师法门人生成功法，分为两部分来说，第一部分就讲生活是一部活的《药师经》，第二部分就讲药师法门的人生成功法。

生活是一部活的《药师经》

藥師法門

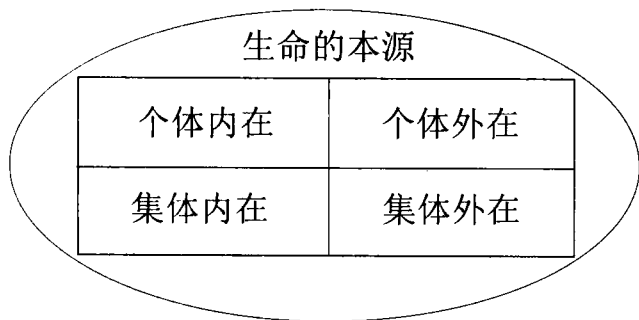
今生成就法



我们也分三个方面来讲，第一方面就是讲人存在的五个象限和人生的五重境界；第二方面我们就讲药师七佛因地所发的四十四愿对现实生活的指导；第三方面就讲药师七佛坛城的启示。

### 一、人存在的五个象限与人生的五重境界

我看我们白鹿寺的正觉讲堂设施非常好。我们先看图表一：人存在的五个象限。



图表一：人存在的五个象限

我们人活在这个世界上，其实他的存在是有五个方面，但是很多人一辈子可能只关注一

方面或者两方面，很多人一辈子只关注个体外在，个体外在我赚了多少钱呢？很多人一辈子可能就只是在这个层面，其他的从来没有关注过，因此这个人生是碌碌无为的人生。所以，首先让我们的意识要提升，我们意识能够觉察到的面要扩大，让我们做一个活得完整的人。我们现在不能够活得完美，因为，唯有佛陀才是真正活得最完美的人。但是，我们当下就可以做到要活得完整。那么要活得完整的话，就要同时关注人存在的五个象限。当你意识能够觉察的范围越来越扩大的时候，你才能够真正地改变你的潜意识，改变你的潜意识以后，你才能够真正地改变你的生活状态。所以这五个象限是很重要的。

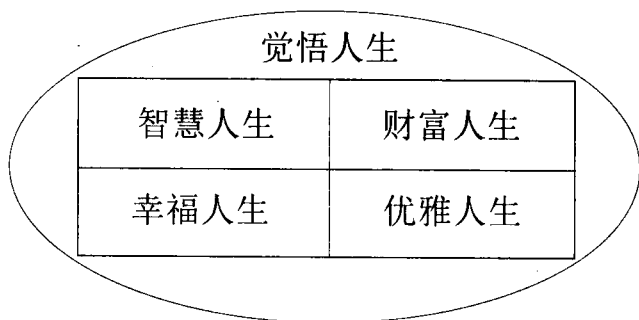
我们看右上象限是个体外在层面，个体外在是指我们人的身体和我们的行为，我们的事业，这个就是物质生活。然后再看左上象限是个体内在，个体内在是指我们人的精神生活。我们内在的感觉、情绪、心理状态、想法、思想。

这个表的右下象限，是集体外在，集体外在是指社会生活，是指处理好人与社会的关系，是指法律和社会制度等等。然后左下象限是集体内在，集体内在是指伦理生活。你看，我们都生活在中华民族这个文化氛围、文化土壤之中，因此我们有共同的价值观，我们受到同一种文化的影响。这个是集体内在对人的影响，对人的价值观、对人的伦理观的影响，这个称之为伦理生活。是指文化对每个人内在的价值观的影响力。

第五个象限是生命的本源，是指灵性生活。指我们生命最内核的本然纯净状态，其实你看，我们人世间的种种文化，她都是人的生命力的展现。所以，怎样把这种生命力激发出来？怎样回到生命的本源？我们就能够觉醒，就能够觉悟。并不是说在物质生活、精神生活、社会生活、伦理生活之外，另外有一种灵性生活。而是，我们能够把生命的能量充实在物质生活，社会生活之中，当下就是灵性生活。从内在来说，

不是用一大堆的妄想去填满生命的空间，而是用正念和慈悲充实精神生活、伦理生活，那么当下就是灵性生活。所以我们学习药师法门，首先就不能够单单只关注外在的物质生活的丰富，那么你这个人人生只是平面人生，你要由平面人生提升到立体的人生、圆融的人生，要同时关注五个象限。

再看图表二：人生的五重境界。



1. 安身境界
2. 立命境界
3. 立信境界
4. 立德境界
5. 悟道境界

图表二：人生的五重境界

人生就是一场修行。有一些人一辈子关注的焦点只是个体外在层面的事业成功、财富增长，这个是财富人生。有一些人会进一步关注个体内在，关注我内心要有幸福的感受，我内心要喜悦，我要能够享受生活，我要让我们的生命能够成长，那么这种智慧，就是智慧人生。

如果只关注财富人生，这是人生的第一重境界，安身境界，人生第一层楼。能够同时也关注个体内在，能够成就智慧人生，这个是第二重境界，就是立命境界，安身立命。

还有一些人会更进一步关注他人，关注社会。其实我们要知道，经济的发展、社会的富裕，这一些都只是手段，我们国家的GDP早已超越了日本，早已是全球第二了，但是一定要知道：富裕社会只是手段，不是目的。目的是什么？目的是文雅社会。我们之所以要成就富裕社会，是要能够更好地为每一个人的全面发展来创造更好的条件，因此更加要关注从富裕社会走向文雅的社会。关注社会的和谐，这个就是优雅人生，这个就是人生的第三层楼，立信境界。

孔子说，民无信不立。在集体内在层面来说，要关注共同的核心价值观，像我们十八大所倡导的三句话二十四个字，在国家层面倡导富强、民主、文明、和谐；在社会层面倡导自由、平等、公正、法治；在公民个人层面就倡导爱国、敬业、诚信、友善。这二十四个字，虽然我们把它描述为社会主义核心价值观，但是其实本质上是整个人类的核心价值观。

经常有人会说一句话，大家可能也耳熟能详，叫做思路决定出路，性格决定命运。你只要思路好，你的人生、你的事业，就会找到出路。但是其实我们要更深一层想一想，思路决定出路，又是什么在决定思路呢？这个才是本质，更内核，问题背后的问题啊。其实就是内在的价值观在决定你的思路，深刻地影响你的思维方式，影响你的幸福指数。因此人生的第四层楼，就是立德境界。幸福人生，做一个高尚的人。

再说第五层楼，就是回到我们生命的本源。生命本身就是最大的价值，不需要说你外在一



定要有多高的名利地位，你生命才有价值，生命本身就是最大的价值。为什么？因为我们每个人，人人皆有佛性。在儒家就称之为明德。

《大学》说：大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。可以说，明德就是性德；明明德，就是修德。

佛家对于生命本源的描述就更丰富了。在众生界就名之为如来藏藏识；在菩萨法界名之为心地；在佛法界称之为佛性；在无情万物的现象界就名之为法性。

因此，我们在实现财富人生、智慧人生、文雅人生、幸福人生的当下能够证悟生命本源，明心见性，这个就是觉悟人生，这个就是人生的第五层楼，悟道境界呀！

所以，我们可以反观一下自己，我们现在的人生状态是在哪一层楼呢？还在第一层楼安身境界？还是已经到了智慧人生立命境界了？或者我们已经到了文雅人生、幸福人生这样的境界呢？所以要提升我们人生的境界。其实人

类的一切文化都是我们人的生命力的展现，所以说，用实践修身，用人类的一切优秀文化来养心，提升人生的修养，更进一步提高我们的修持，一直成就觉悟人生。这是我们讲第一方面，人存在的五个象限和人生的五重境界。

## 二、药师七佛因地所发四十四愿对现实生活的指导

我们看经本，第一尊药师佛所发的八大愿，善名称吉祥王如来，从初发心，行菩萨道时，发八大愿。云何为八？

第一大愿：愿我来世得无上菩提时，若有众生，为诸病苦，逼切其身，热病诸疟，蛊道魘魅，起尸鬼等之所恼害。若能至心称我名者。由是力故，所有病苦，悉皆消灭，乃至证得无上菩提。这个是第一大愿，称名消除病苦。

第二大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，盲聋喑哑，白癞癡狂，众病所困。若能至心称我名者。由是力故，诸根具足，众病消灭，乃至菩提。这是第二大愿，称名诸根具足。

第三大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，为贪瞋痴之所缠逼，造无间罪，及诸恶行，诽谤正法，不修众善。当堕地狱，受诸苦痛。若能至心称我名者。由是力故，令无间罪，及诸

业障，悉皆消灭。无有众生堕恶趣者。常受人天殊胜安乐。乃至菩提。这是第三大愿，称名消除业障。

第四大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，少乏衣食，瓔珞卧具，财货珍宝，香华伎乐。若能至心称我名者。由是力故，所乏资生，皆得充足，乃至菩提。这是称名资生具足。

第五大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，或被枷锁系缚其身，及以鞭挞，受诸苦恼。若能至心称我名者。由是力故，所有苦恼皆得解脱，乃至菩提。这是称名解除系缚。

第六大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，於险难处，为诸恶兽，熊罴师子，虎豹豺狼，虬蛇蝮蝎之所侵恼，欲断其命。发声大叫。受大苦时，若能至心称我名者。由是力故，所有恐怖，皆得解脱。诸恶兽等悉起慈心。常得安乐。乃至菩提。这是称名解脱恐怖。

第七大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，斗争言讼，因生忧恼。若能至心称我名者。由

是力故，斗争解散，慈心相向，乃至菩提。这是称名解散斗争。

第八大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，入于江海，遭大恶风，吹其船舫，无有洲渚而作归依，极生忧怖。若能至心称我名者。由是力故，皆得随心至安稳处，受诸快乐，乃至菩提。这是称名至安稳处。

我们已经逐字逐句地讲过了《药师琉璃光如来本愿功德经》和《药师七佛经》，我们这里面对于这个八大愿就不展开来说了，只是归纳一下八大愿。

熟悉大愿弘法风格的人都知道，任何经典我都只讲一次。然后禅文化的讲座，任何题目也都只讲一次。这么几年下来禅文化讲座已经有超过五十次了。最近的6月20号，在深圳市民文化大讲堂也讲过一次，深圳电视台都市频道也有播放。任何都只讲一次，为什么呢？因为，在这么一个文化多元化，这样的时代，我们要尽可能多提供一些不同风格的法门。青

菜萝卜各有所爱，总有一款会与你相应，这样才容易更大范围地以佛法的智慧照亮众生的心。因此这次讲药师法门，也不是说我们拿着经本从头讲到尾，而是重点地讲药师七佛因地所发的四十四愿。这四十四愿在我们的现实生活中怎么来运用呢？不然的话，法是法，你是你，这个两副皮就搞不到一起去了，你得不到佛法的真实受用，一定要能够在你现实人生中得受用，你能够提升你的人生境界，让你身体更健康，事业更成功，智慧更提升，这样就对了，因此我们重点讲运用。

怎样才能够真正实现财富人生、智慧人生、文雅人生或者说优雅人生、幸福人生和觉悟人生？能说不能行，不是真智慧。如果只是大脑思维理解了药师法门这个是不够的，真正地在现实生活中能够践行、能够相应，能够让你人生境界提升，乃至于成就觉悟人生，这个才是真智慧啊！

我们从2007年7月在武汉灵泉寺讲《药

师琉璃光如来本愿功德经》开始，到现在似乎是一弹指间就过了七年。讲了《药师经学记》《药师七佛经学记》，还有《药师法门健康养生随许法》《药师佛观诵简轨开示》，还有《药师法门身心共治法》《内观瑜伽》《续讲针灸前行禅》《禅与身心灵健康》等等九种，今天我们开始的就算第十种了。

这次主要就是把《药师七佛经学记》里面的部分内容抽出来细讲，因为以前讲的是智慧的浓缩丸，很多人还是不知道怎么运用，比如说，我们去年讲《药师法门身心共治法》，当时真正能够听懂的不超过百分之四十，一直能够运用的，应该百分之二十都不到啊！所以，我们这次就尽可能从另外一个层面讲得比较浅白一点。

我们先说的就是第一尊药师佛，善名称吉祥王如来，因地八大愿，他这个八大愿，我们放在人存在的五个象限中间来看。

八. 称名至安稳处	
三. 称名消除业障	一. 称名消除病苦 二. 称名诸根具足 四. 称名资生具足
七. 称名解散斗争	五. 称名解除系缚 六. 称名解脱恐怖

图表三：善名称吉祥王如来  
因地八大愿对我们现实生活的指导

我们看图表三，善名称吉祥王如来因地所发八大愿，对我们现实生活的指导。我们看个体外在有三大愿，一大愿是称名消除病苦，二大愿就是称名诸根具足，还有第四大愿称名资生具足，这个都是在个体外在的。个体内在就是第三大愿，称名消除业障。集体外在就是第五大愿，称名解除系缚和第六大愿称名解脱恐怖，集体内在就是第七大愿，称名解散斗争。在灵性生活层面，就是第八称名至安稳处。



这个图表三对我们有哪些启示呢？应该说有三个要点：

第一个要点，佛就是我们生命本具的觉性，称念佛名就是唤醒觉性。药师七佛不但是指他方净土已经圆满成就的佛，更重要的是，我们要让药师佛住在我们身心里面。我们怎样让善名称吉祥王如来住在我们身心里面呢？就是能够把善名称吉祥王如来具足生命智慧和爱心的能量之流、信息之流，充满在我们身心的每一个细胞和每一个念头之中。这样我们称念一遍“南无善名称吉祥王如来”，就是在念念唤醒我们自身本具的觉性，就做到了唐密所说的“入我我入”。人身有三宝：精、气、神。这个元精就形成了我们肉体的形相；气其实就是指能量之流；现代量子物理学已经证明了，没有物质只有心的震动，只有觉性的频率。所以其实，我们称念佛名，就是以佛的这种觉性频率的正能量来净化和激活我们的能量，并且能够输入到佛的高能量加持。行同佛行，愿同佛愿。

这个神其实就是指信息流。我们的起心动念跟佛的起心动念，这个见地相差太远了，所以《法华经》说，要让我们开示悟入佛之知见。我们怎样把凡夫知见提升到佛的知见呢？那么称念佛名，我们能够直接让佛的这种信息流来加持我们。称念佛名就是心同佛心，让智慧和慈悲充满我们的生命空间。我们没有称念佛名的时候，我们心里面充满了种种的妄想、分别、执著，那个就是让精神垃圾充满了你的生命空间。现在我们称念佛名就是让智慧和慈悲，充满了我们的生命空间，因此，能够消除病苦，能够消除业障。

第二个要点，愿之所在，法门之所在。为什么我们一直强调学佛法一定要注重佛因地所发的愿力呢？因为愿之所在，法门之所在。佛因地发的愿，就体现了他的见、行、果。要知道一切法门，如果你要去修行成就的话，一定都离不开见、行、果三根本。“见”犹如眼睛，你眼睛要明亮，你才能看得远，才不会走错路、

走弯路。“行”就像你的脚，你脚要有力，你才能走到目的地。所以“见行更互为助伴，智者不狂戒不痴”。见和行很重要，见和行都提升了，然后你能够成就佛果，你能够修成就这个法门。因此，每一尊佛因地所发的愿就体现了他的见地和修行方法。佛已经依愿修行，已经圆满成佛了，因此果地佛境界也圆满，见、行、果都圆满了。可见每一尊佛，他因地的愿，都是起源于他开悟的心，开悟的智慧心和对众生的慈悲心，大慈悲心、菩提心，具足见、行、果，所以说愿之所在，法门之所在。

第三个要点，善名称吉祥王如来，因地所发的八大愿，能够指导我们做一个活得完整的人，做一个生命觉醒的人。我们看第一大愿、第二大愿是让我们成就健康人生。要知道佛教医学或者说药师法门里面的身心灵健康法，她最高的法则是什么呀？就是让我们跟我们的生命本源连结起来，这个才是真正圆满健康，成就健康人生。第四大愿称名资生具足，就是指

指导我们事业成功，成就财富人生。这个三愿都是在个体外在层面。

第三大愿就是使众生从贪、瞋、痴缠逼的烦恼痛苦中出离，这个就是实现心理健康的智慧人生。

第五、第六大愿是处理好人与社会的关系，就实现了优雅人生。

第七大愿就是慈心相向，就是处理好人与人的关系，成就幸福人生。

第八大愿就是指导我们渡过生死轮回的大海，达到常乐我净的涅槃境界。这个就是至安稳处的觉悟人生。那么我们就可以知道，哦，原来药师佛这个愿力我们不只是念一念就好，实际上我们就可以在我们生活中来运用，在人存在的五个象限之中来指导我们的生活。

再看第二尊药师佛，宝月智严光音自在王如来，因地所发的八大愿，云何为八？

第一大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，为营农业，及商贾事，令心扰乱，废修菩提殊

胜善法。於生死中，不能出离。各各备受无边苦恼。若能至心称我名者。由是力故，衣服饮食资生之具，金银珍宝，随愿充足。所有善根，皆得增长。亦不舍离菩提之心，诸恶道苦，咸蒙解脱。乃至菩提。这是第一大愿，称名资生具足，出离生死。

第二大愿：愿我来世得菩提时，於十方界，所有众生，若为寒热饥渴逼身，受大苦恼。若能至心称我名者。由是力故，先世罪业，悉皆消灭。舍诸苦恼。受人天乐。乃至菩提。这是称名舍诸苦恼，受人天乐。

第三大愿：愿我来世得菩提时，於十方界，若有女人，贪淫烦恼，常覆其心，相续有娠，深可厌恶。临当产时，受大苦恼。若我名字，暂经其耳，或复称念。由是力故，众苦皆除。舍此身已，常为男子。乃至菩提。这是第三大愿，称名除诸产难，常为男子。

第四大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，或与父母，兄弟姊妹，妻子眷属，及诸亲友，

行险难处，为贼所侵，受诸苦恼。暂闻我名，或复称念。由是力故，解脱众难，乃至菩提。这是闻名或暂称念，眷属离苦。

第五大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，行於闇夜，作诸事业。被恶鬼神之所恼乱，极生忧苦。暂闻我名，或复称念。由是力故，从暗遇明。诸恶鬼神，起慈悲意。乃至菩提。这是闻名或暂称念，从暗遇明。

第六大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，行鄙恶事，不信三宝，智慧鲜少，不修善法。根力觉道，念定总持，皆不修习。若能至心称我名者。由是力故，智慧渐增。三十七品，悉皆修学。深信三宝，乃至菩提。这是称名智慧渐增，修学道品。

第七大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，意乐鄙劣，於二乘道，修行而住。弃背无上胜妙菩提。若能至心称我名者。舍二乘见，於无上觉，得不退转，乃至菩提。这是称名舍二乘见，住无上觉。

第八大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，见劫将尽，火欲起时，生大忧怖，苦恼悲泣。由彼前身恶业力故，受斯众苦，无所归依。若能至心称我名者。所有忧苦，悉皆消灭，受清凉乐。从此命终，於我佛土，莲花化生。常修善法。乃至菩提。这是第八大愿，称名往生净土，莲花化生。

- 六. 称名智慧渐增，修学道品  
 七. 称名舍二乘见，住无上觉  
 八. 称名往生净土，莲花化生

二. 称名舍诸苦恼 受人天乐	一. 称名资生具足， 出离生死 三. 称名除诸产难， 常为男子
五. 闻名或暂称念， 从暗遇明	四. 闻名或暂称念， 亲属离苦

图表四：宝月智严光音自在王如来  
因地八大愿对生活的指导

这样我们就是可以来看图表四，宝月智严光音自在王如来，因地所发八大愿，对我们现实生活的指导。

第二尊药师佛的八大愿，我们如果把它放在人存在的五个象限来看，对我们生活的指导意义就很清晰了。你看第一愿和第三愿就是在个体外在层面；然后第二大愿就在个体内在层面，称名舍诸苦恼，受人天乐；第四大愿就是在集体外在层面，对我们社会生活的指导；第五大愿就在集体内在层面，对我们伦理生活的指导；然后六、七、八，都是对我们灵性生活的指导。

第二尊药师佛因地的第一大愿，是指导我们在事业成功的同时，出离生死。也就是说，不但成就财富人生，在成就财富人生的同时，我们还能够成就觉悟人生。

第三大愿是特别地加持女众临产之苦，特别地关注女性的苦难，第二尊药师佛愿意帮助和加持她们。这个都是在个体外在层面。



第二大愿，舍诸苦恼，是心智模式的提升。

第四大愿解脱众难，是指完善法律，使社会安定，这是第四大愿。

第五大愿是集体内在层面，使大众都能够人心向善，从暗遇明。这个就是诸恶鬼神起慈悲意。

第六、七、八愿都是在灵性生活层面指导我们成就觉悟人生。

我们已经讲过了四个图表，可能有些人觉得好像还不晓得到底要怎么用，还希望能够讲得更通俗一点，更浅白一点。其实很简单，这四个图表我们都讲过了，第一尊药师佛，第二尊药师佛他们因地所发的愿，我们也讲过了。在日常生活中怎么应用呢？很简单，你每一天早上，一睁开眼睛就提醒自己：我要在药师佛愿力的指导下，让我每一天的生活都过得最有价值、最充实、最丰富，让我能够身体更健康，智慧更增长，然后更好地尽到社会责任，更好地提升幸福指数，然后在这个中间成就觉悟。

这样来发愿。到晚上睡觉以前，你也要问自己五个问题：第一个问题就是，今天我学习了药师佛因地的愿力，我的身体更健康了吗？事业更成功了吗？这个是生活的个体外在层面。第二个问题就是，今天我内心的烦恼减少了吗？智慧增长了吗？一旦你内心走上正确的道路，你的生活也将会奇迹般地向着美好的方向前进。第三个问题就是，今天我更好地承担社会责任了吗？这个是集体外在层面。第四个问题就是，今天我感受到更多的幸福，并且给他人带来了幸福和关心了吗？更好地关心我身边的人，行微善，传大爱！从身边做起，让我的存在，让周围的人都觉得如沐春风，觉得更幸福。

其实这个很重要哦，我们每一个人、每一位佛弟子在家里面，一定要让我们的家像极乐世界一样，而不是像地狱一样。如果家里面天天争吵，天天吵架，天天大家打冷战，这种就是一个地狱啊！如果家里面每一天都觉得，让每个人内心都感到，那种感受觉得很幸福，觉

得人与人之间能够心心相印。这样其实当下就变成极乐世界。那么这样是我们需要问的问题。

第五个问题就是，你临睡以前要问自己，今天我在实践物质生活、精神生活、社会生活、伦理生活的过程之中，能够提升活在当下的觉察力，回到生命本源吗？“佛法在世间，不离世间觉，离世觅菩提，恰如求兔角。”不离世间觉，就在世间的生活中，能够开启我的灵性智慧，回到生命本源。

这样就是你能够每一天问自己五个问题，然后你就能够活得更完整。我们一定要知道、要能够分清楚效率和效果，现在的时代是一个大家都在追求速度，生怕落后的一个时代，为什么？因为竞争压力很大，每一天大家都很忙，尤其是年轻人，你可能会有效率，但是，你不一定有效果。你想想，你这一天忙下来，你有什么效果吗？有什么成果吗？还是不知不觉忙忙碌碌这一天就过去了，碌碌无为啊！所以一定要善于分清楚效率和效果。有很多人看

上去每一天都很忙，但是，其实他就像一只迷宫里面的老鼠，每一天都在窜来窜去，但是最后呢，他都是干了很多无关紧要的事情，真正该做的事情反而没有干。这个就是很多人碌碌无为的原因啊！这些人是有效率，没效果啊！

比如说西方管理学大师彼得·德鲁克，就讲过他的一次亲身经历，德鲁克年轻时候，曾经暗恋过一个女孩子，叫做多丽丝，后来他到了伦敦去发展，因此就跟这个女孩失去了联系，多年之后的有一天，他突然之间在伦敦的地铁站的出口邂逅了那个女孩，两个人都欣喜若狂，当时德鲁克是从地铁出来，正站在一个上行的扶梯上，准备到地面去，然后他上行到地面后，赶紧就去坐那个下行的扶梯，准备下去跟多丽丝见面，而多丽丝正在一个下行的扶梯上，她从地面准备到地铁站，下去坐地铁，所以她在在一个下行的扶梯上，因此她也赶紧就一到地铁站下面，马上又赶紧又坐上了一个上行的扶梯，结果两个人又再一次擦身而过，因此德鲁克马

上就意识到了，必须要有一人停下来，两个人才能够见面啊！因此他就停下来，等多丽丝过来。他这个亲身经历其实就说明了什么？效率和效果的差别。你看我们坐电梯、扶梯，这个是很有效率，但是它只能解决上下的速度问题，你从上到下也好，从下往上也好，你可以跑得很快，因为你有一个工具嘛，有个扶梯嘛，但是它不能保证有效果啊。

因此不要一味地追求速度，很多人一辈子只是在追求速度，只顾匆匆忙忙地追逐物质财富，被个体外在的琐碎事情淹没掉了，那么其他的事情都无暇顾及，他每一天都在忙忙碌碌处理很多事情，但是其实都只是个体外在的琐碎事情。他从来没有时间慢下来，看看自己的内心的感受；没有时间慢下来，反观一下我的灵性智慧开启了没有。因此他每一天都觉得活得很累啊，感受不到生活的美好和生命内在成长的需求，感受不到生命成长的幸福。

因此我们懂得药师法门，就是不要太匆忙，

让你的生活慢下来，让自己活得完整，然后使自己生活的五大象限都平衡，五大象限、五种生活都平衡，然后你就能够时时处处与幸福相逢，与成功见面。这个就是以效果为导向。所以你不要以为说，你的生活慢下来，你就会错过什么，你就会失去什么？不会的。只要你带着智慧、带着觉知、带着慈悲，稍微慢下来，不要被外在的琐碎事情淹没掉了，有很多事情，其实你不用耗精力，不用去做，也没有关系的。

人的一生时间很有限，你要做对你生命成长最重要的事情，对你的事业成功最重要的事情。很多时候你在忙忙碌碌，在外面找机会，但是很多都是不会结果的虚花啊！但是浪费了你宝贵的时间，这样这种人是很愚痴的，所以要看清楚，要有智慧，带着觉知、带着智慧、带着慈悲去过好你的生活，让五大象限都平衡，让五种生活都平衡。所以你慢下来，你就能够时时处处与幸福相逢，与成功见面了。

熟悉我的人一定都知道，我有一个习惯，

只要有可能我就把自己关起来两三天，美其名曰：闭关。其实不为什么，只是为了跟内在的药师佛相逢。所以也希望我们大家都一样，有时候，有时间不要去做那些无关紧要的琐碎事情，要让自己的生活慢下来，慢下来之后，你真正地带着觉知、带着智慧的话，你就能够跟内在的药师佛相逢了。这个是讲我们怎样来运用好药师佛因地的愿力。

## 药师法门人生点金术的三把金钥匙

我们已经讲过了，药师法门就是我们人人都非常渴望的人生的点金术。药师七佛因地，愿愿都不离现实生活的实践，能够指导众生把握宇宙运行的规律，成就健康人生、财富人生和优雅人生。药师七佛的愿力，念念不忘众生的苦难，指导众生把握生命内在的秘密，成就智慧人生、幸福人生和觉悟人生。

药师法门人生点金术，这个三把金钥匙，

也就是人生成功的金钥匙，就是做一个活得完整的人。你每一天都要用药师佛的愿力来反思一下，来问一下自己，看看我活得完整吗？我活在五种人生、五个象限里面吗？还是我只关注了个体外在的财富呢？那样你就活得不完整了！所以，现在我们虽然不能像佛一样，做一个活得完美的人，但是，当下我们就可以做一个活得完整的人，这个本质其实就是菩萨行，侧重于把人生实践遍满、充满于人存在的五个象限里面。

人生点金术的第二把金钥匙是关注个体内在和集体内在，那也就是人生幸福的金钥匙，做一个有深度生命体验的人。由健康人生、财富人生、智慧人生、优雅人生、幸福人生，提升到觉悟人生。本质上就是菩提心，开显菩提心，侧重于修心。

人生点金术的第三把金钥匙，就是人生解脱的金钥匙，就是做一个回到生命本源的人，本质上就是明心见性。



本来我们应该要把接下来的五尊药师佛，他们因地的愿力都来作一些归纳，但是那样就太枯燥了，因此，我们就分解到明天和后天两天的分享之中来。

### 三、药师七佛坛城的启示

我们现在大家都看到了，有一个很庄严的坛城。我们唐密药师法门，我这个传承是来自于吴信如阿阇黎，他的女儿蓉蓉就给我们提供了帮助，成就了这么一个庄严的药师七佛的坛城。正中间是释迦牟尼佛和药师七佛，接着外围就是菩萨，我们看，日光遍照菩萨、月光遍照菩萨，还有药王菩萨、药上菩萨。但是其实以后我们可以把它做得更丰富一点呢，其实还可以包括文殊菩萨、弥勒菩萨、无尽意菩萨、宝昙华菩萨、观世音菩萨、大势至菩萨，还有救脱菩萨，阿难尊者。再外围就是十二药叉大将。并且来说每一尊佛、每一尊菩萨，还有药叉大将他们都拿着法器，这个法器就表示三昧耶，表示誓言、愿力。我们看这个，还有愿力之幡，本来应该是在周围形成一个愿力之幡。还有有香炉、有供灯、有供品等等。

这个坛城庄严，对我们的生活有什么启示呢？对我们的修行有什么启示呢？

## 启示一：瞻礼坛城，就是生命觉醒

我们要懂得礼拜药师七佛坛城，你一定拜的时候要能够唤醒你内在的觉性。要知道这个每一个佛的坛城都是具足六大四曼。六大是地、水、火、风、空、识，四曼就是大曼陀罗、法曼陀罗、三昧耶曼陀罗和羯磨曼陀罗。曼陀罗，简单地说，就是模型，佛净土，佛世界的模型，那么大曼陀罗是指佛身；法曼陀罗是指佛的种子字、咒轮、悲智功德；三昧耶曼陀罗就是指法器，代表了誓言和愿力；那我们来燃香、来点灯、来礼拜，这个就是动的，这就表示行动——羯磨曼陀罗。点灯是开启人人本具的佛性，生命觉醒就是供灯，就表示自觉觉他。那我们点香、燃香的时候，就表示让生命的芬芳能够散播出来，自利利他，是燃香呀。四曼其实就代表了修持药师法门的四大法则。大曼陀罗是觉性法则。我们顶礼释迦佛，顶礼药师七佛，就是提醒自己生命本具的觉性，明德开启了，才是真

正的功德，否则的话，你就难以出轮回，你修善业就感福德，造恶业就感苦报，但是，善恶一直在六道里面升沉呀！升和沉，难以出离，所以要真正地开启你生命的觉性。法曼陀罗是真理法则，也就是开启本具觉性的方法和道路。三昧耶曼陀罗是愿力法则。羯磨曼陀罗是行动法则。如果你学习唐密，要知道药师法门是唐密里面除了金胎二部大法之外的五部完整的别行法系之一。学习唐密的人就知道，有自性轮身、正法轮身和教令轮身，释迦牟尼佛和药师七佛是自性轮身，表示我们生命的本源、自性；菩萨是表示正法轮身，就表示修行的法门和道路，怎样可以成就佛果，日光遍照、月光遍照、药王药上菩萨，这个都是正法轮身；还有十二药叉大将，他们是护法的，这个是教令轮身。

我们讲到坛城的六大四曼，我们就略说一下日本东密的开山祖师空海大师，他的一个偈子叫做《即身成佛义》，这个偈子只有四句话，但是你懂得了，那么即生成佛的窍诀你都掌握

了。四句话就是：“六大无碍常瑜伽，四种曼荼各不离，三密加持速疾显，重重帝网佛即身。”第一句是讲体，第二句是讲相，第三句是讲用，第四句就讲无碍。要知道，中国佛教传入日本以后，日本佛教史上出了两位天才，也就是中国唐代时候来华求法的空海和宋代时候来华求法的道元，空海归国就开创了东密，道元归国就开创了日本的曹洞宗。空海在西安青龙寺跟惠果阿闍黎学了三个月，就尽得金胎二部大法的传承。那么空海能够迅速证悟的诀窍就在这个四句偈中。

第一句，“六大无碍常瑜伽”，告诉我们怎么修行呢？你不要背这些东西，背了没有用，你要懂得怎么用，怎么去修行。六大就是六大种：地、水、火、风、空、识。这个六大种内在就组成了我们的六根：眼、耳、鼻、舌、身、意六根；外在就组成了六尘，都是有六大种组成的：色、声、香、味、触、法六尘；内外其实都是由六大种所组成的。那么修行要怎么修

呢？就是在根尘相对的接触点上，要不迷失，这个就是修行。六根对六尘生起了六识，你就迷失了，那就是轮回。然后你能够不迷，不迷那就是什么？当你六根对六尘的时候，内在就心无所住，外在就境不可得，所以其实修行要觉悟，在生活中当下觉悟，怎么修呢？活在当下怎么修呢？就这八个字：内在就是心无所住，外在就是境不可得。所以说心无所住，境不可得，你能够真正这样做，你就能够见性，就能够开悟。所以临济义玄禅师经常上堂说法，就说有一个无位真人在汝等六根门头放光动地，无位真人在哪里？就在我们六根对六尘的时候，要能够做到，心无所住，境不可得，那就对了，那就是无位真人，放光动地。那么也就是《金刚经》所说的如如不动，第一个如是内在无所住，心无所住，心如；第二个如是外在境不可得，境如。所以心如，境如，如如不动，这时就能够与真心本体相应。所以六大无碍常瑜伽，告诉我们的修行法门就是这八个字：心无所住，

境不可得。你就能够时时刻刻、时时处处跟真心本体容易相应，容易契合，就能够六根互用，就是“六大无碍常瑜伽”。

第二句就是“四种曼荼各不离”，这是讲相，修行一定要有体、有相、有用。从相上来说，任何修行都要具足四曼，任何修行都要具足四种曼陀罗，你这个修行才会相应，才会成就。大曼陀罗就是指身心气质的改善，直到成就佛身，那么能够改善的基础是因为我们生命本具明德。法曼陀罗就是指生命鲜活智慧的开发和不断地涌现。三昧耶曼陀罗就是用法器或者用图像来表示佛菩萨在因地所发的誓愿，我们要愿同佛愿。羯磨曼陀罗就是指行动力，“功德皆随精进行，福慧二种资粮因”。这个就是四种曼荼各不离。你修行，修任何的一个法门，都一定要看看，你是不是同时都具足这四曼，具足四曼这个法门你就相应，相应了你就会有成就。这些都是当年吴信如阿闍黎给我讲解唐密法要的时候讲授的，我再传承给大家。

第三第四句因为时间关系，我们就不展开来说了，不然时间就会耗得很多了。总而言之，我们瞻礼这个坛城，就是让我们生命觉醒，用好刚刚所讲的六大四曼，这些修行的窍诀。

### 启示二：社会是大坛城，法堂供的是小坛城，生活是一部活的、讲说不尽的《药师经》

小坛城是给我们实习用的，你要真正地修行，你要到社会的大坛城里面去修，那是真刀实枪地修，真干。你现在在这个小坛城里面这是实习，你如果在小坛城里面，你先没有让你内在觉醒，没有让你能够同时完整地活在人生的五大象限，一到社会你就迷失了，一到社会你的心就被环境所转了，所以你就不知所措了，因此要让你先在小坛城里面来实习，实习成熟了就能够到社会的大坛城去，就能够在物质生活、精神生活、伦理生活、社会生活之中，在一切的时、一切的处，时时处处都能够活在当



下，降伏烦恼，开启智慧和慈悲。这个就是真正修法的地方，使我们的人生能够由平面人生、立体人生、提升到圆融人生。

平面人生就像一张纸，如果你只活在五大象限的一个象限里面，你的人生就是一张纸。很多人一辈子几十年就是一张纸，人生一张纸，辛苦一辈子。学历一张纸，少年奋斗一辈子；然后婚姻一张纸，争争吵吵一辈子。这个都是平面人生，是不是？你不能够在婚姻里面觉醒，你就觉得很辛苦了，对不对？所以人生就是这样，你到参加工作以后，职称也是一张纸，为了这个争夺一辈子。然后一直到你命终了，过世了，大家来追悼你，有人来给你念一个悼词，追悼词还是一张纸。你看人生就这么几张纸，这样的人生就是平面人生。所以你要让你的人生丰富起来，你要活得完整，就像这个水杯一样，这个一张纸，它自己是立不起来的，你需要有一个支撑点，这个水杯就不用什么东西支撑就可以站稳，那就表示你要活得完整，那么你的

人生境界就提升了。更进一步就像一个水晶球，成就圆融的人生，药师法门就是讲的圆融人生，怎样让我们的人生成就五大象限，乃至于成就觉悟人生。

药师法门人生成功法



第二部分我们也分三个方面来说：第一方面说人生健康法；第二方面说事业成功法；第三方面说社会和谐法。这个我们每个人最关心了，所以你要竖起耳朵来听，你看你学佛以后，觉得我身体也没有变好啊！那么怎样身体才能健康呢？我学佛以后，我也没有明显的，事业得到大的飞跃，大的提升也没看到，我的财富人生也没有成就。那么到底方法在哪里呢？你口头说没有用，要做得得到；你心里面希望得到没有用，你要真正的有能力、有功夫做得得到。解脱也是一样哦，你单单有一个求解脱的心没有用，你还要有修行的功夫和能力的提升，你修行功夫提升了，修行能力提升了，然后你才能够真正做得得到，才能够真正的解脱。所以我们来说这个人生成功法的三方面。

## 一、人生健康法

健康这个话题，我们在药师法门里面讲得最多了，我们把药师法门浓缩为三个字“健康禅”。浓缩为三句话：身体健康无病苦；心理健康无烦恼；灵性健康得解脱！这些都是大家都能够耳熟能详的。这次我们要讲的就重复讲了，不是给你讲什么药方，要怎么怎么去食疗啊，因为那些都讲过了，对不对？你看《药师法门健康养生随许法》讲到了，怎样从时间来养生，就是怎样按照二十四节气来吃。比如说现在是夏至，21号就是夏至了，夏至期间你如果能够喝一点生脉饮，那么对身体就很有好处了，夏至一阴生，这个生脉饮很简单，有现成的，买几支，每天喝一支就挺好的等等，这些我们不展开来说。还有空间养生法，有外空间、内空间，密空间等等，这些我们都不展开来说。这次我们主要讲人生健康法的教法和行法。因

为任何法我们都不重复说，要讲一些大家没有听过的，就对了。

我们先说人生健康法的教法，教法侧重于理论方面，行法就侧重于实践方面，佛法包含了信、解、行、证。教法其实就是解门，侧重于领悟；行法就是行门，侧重于实践、实修。

譬如说，中国汉传佛教大乘八宗，性、相、天、贤，禅、净、律、密。性、相、天、贤，法性宗也就是三论宗，法相宗也就是唯识宗，然后天台宗、贤首宗，这个四大宗是侧重于解门。然后禅、净、律、密，就侧重于行门。

药师法门就讲三种健康，水平健康、垂直健康，本质健康。

水平健康就是指生命的广度，你的生命有广度吗？你的生活具足五大象限吗？具足五种生活吗？如果有，那么是健康的，这是水平健康。做一个活得完整的人，在生活中来践行菩萨的生活方式。

垂直健康是指生命的高度，一个是讲广度，

一个是讲高度，是指生命持续地进入更高的状态，本质其实就是你的意识，你的意识不断地扩展，不断地提高，那就是转凡夫心为菩提心，这是垂直健康。

本质健康就是指证悟到觉性，才是你的本来面目。那么用“健康禅”三个字来归纳，健康就是身健心康，身健是水平健康，是指菩萨行的实践；心康是指垂直健康，是指菩提心；禅就是指本质健康。所以你要看“健康禅”三个字就包含了水平健康、垂直健康、本质健康。

我们再看人生健康的行法，行法很重要，我们不但要有求解脱的心，更要提升修行的能力和功夫，这个就要依靠行法了。

药师法门人生健康法的行法，主要的就是三身锻炼法。

三身是指什么？我们学药师法门，大家已经知道了有七重身心，肉身，肉体、情绪体、理智体、意志体、直觉体、光明体、空性体，对不对，这个七重身心，但是，其实我们可以

把它浓缩来说就是三身，也就是肉身、能量身、因果身。肉身是指生理层面这个粗重的肉体，物质身；能量身，就是指微细的能量身；还有极微细的因果身。能量身是指不同能量组成的精微身体，能量身又可以进一步细分为七重身心。其实我们说药师法门七重身心都是在能量身这个层面，不过能量身有一些是密度很大、频率很低，有一些密度很小、频率很高，所以可以把它分为七重身心，其实是重重无尽的身心。因果身就是指无限寂静的因果身体。

我们先分开来说，肉身、能量身、因果身，然后再合起来说三身。先说肉身好了，西医是侧重于帮助物质的肉体来治疗疾病、恢复健康。所以，西医是用霸道的方式来帮助人体，发现有肿瘤就把它割掉，或者放疗、化疗，把它毒死，把它烧死。这样是用霸道的方式来帮助我们的肉体恢复健康。

中医就更加注重平衡，是以王道的方式来帮助人体。针灸就是以帝道的方式来帮助人体，



不需要用药，也不要吃什么东西进去，就是用针，用针来治其神，调其气。所以其实要用针、要学针灸前行禅，不是说拿个针到处去插，而是要知道这六个字——“治其神，调其气”。治神的要诀就是“养精血而安神志”。你要运用针灸前行禅，用久了，你就会知道它能够马上让你安静下来。你看到一个人很烦躁，五心不定，然后你能够用神三针一下针，很奇怪的是针一下，这个人马上就脱胎换骨了，马上就安静下来了，连他自己都觉得莫名其妙，为什么？因为你治其神，他这个烦躁的情绪背后是有种能量积压在那里，你用针一下，就把它宣泄掉，疏通了，所以他就安静下来了。调气的要诀就是恢复气血运行之机呀，就是指十二经脉和任督二脉里面运行的能量能够畅顺。

药师法门的人体健康法，主要帮助我们的法门就是五大类，我们讲《内观瑜伽》那个时候已经讲过了。作用于肉身层面的锻炼法，主要就是药师瑜伽法，包括了心瑜伽、天瑜伽、

十二经络瑜伽、日月和合瑜伽，四无量心瑜伽等等，统称为药师瑜伽法。

我们每一年都推动一类实修法的实践。今年年初的时候，我们在武汉灵泉寺办了一个二十一天的班，来培养针灸前行禅的辅导员。同样的，明年我们也会用这个办实修班的方式，办半个月或者二十一天，来传授药师法门的药师瑜伽法。要知道药师瑜伽法，其实就比社会上的各种瑜伽馆就高妙多了，真正最深入的瑜伽法，不论从理论到实践，可以说都在佛教里面，比如说药师瑜伽法，比如说金刚乘里面的金刚亥母拳，这个在印度瑜伽里面都已经失传了，已经没有了，但是我们药师法门里面还是有传承的。

首先一定要有一个正确的知见和认知，就是知道我们这个身体，一定要知道哦，我们这个身体不是一个容器，我们很多人就把这个身体当成一个容器，所以你看，我要喝水，倒在身体这个大杯子里面了；我要吃饭，也倒到这

个大杯子里面去了，不是这样的。身体不是一个封闭的容器，而是一个什么？而是一个接收器，而是一个发射器。她能够接收宇宙能量，她自己也能够发射能量，这样就对了。通过练瑜伽的身印、体位、手印，就能够接收高频的宇宙正能量，使生命获得提升，充满喜悦，使我们成为法界智慧的出口，犹如六祖惠能大师。你看，六祖惠能大师就是法界智慧的出口，整个法界的智慧，他的身体、他的身心都能接收。因此他说的每一句话都是佛经，结集为《六祖坛经》。所以我们要知道我们练瑜伽，你首先就要明白，不是一个体育动作，你不要以为练瑜伽，就只是做好那个体位，做那些高难度的体位，又不是叫你表演，你搞得那么好看有什么用，关键是你能够通过这个瑜伽，让你的身心调整过来，把你的能量激活，而且要让你的身体成为一个更好的、更强大的宇宙能量法界智慧的接收器，那就对了。然后你就能够迅速地开智慧，你就能够接收宇宙的高频正能量，

你就能够成为法界智慧的出口。这个还是一定要能够参加实修班，当然实修班是有人数限制的，那几百人我们就指导不了，没办法指导，挑选一些特别优秀的来学习，就像我们针灸前行禅一样，挑选在一百名以内，这样就可以指导。如果没有指导，你还是不能够真正明白她的心法，你学习动作没有用，你要懂得她的心法。那么药师瑜伽法的心法就很重要了。

我们举个例子：比如说冈波巴尊者，冈波巴是密勒日巴的弟子，密勒日巴又是玛尔巴的弟子。冈波巴尊者跟随密勒日巴尊者在山洞里面修炼，修炼的法门跟我们的药师法门相关，就是日月和合瑜伽，就是药师瑜伽里面的其中之一。他进步很快，跟随他的师父在山洞里面来修日月和合瑜伽，每半个月就跟上师去汇报一次修行状态怎样了，这个是真正的传法、真正的修法，不是一下讲很多，而是讲一点你就去修，修了以后你做到了再来汇报，汇报以后，上师知道你真正做到了，这个你骗不了人的，

那么再给你传下一步，这样就是真正的传法和修行。然后他们师徒两个，一个人住一个山洞，冈波巴每半个月就去汇报一次修行状态。有一天早上他正在炼日月和合瑜伽的时候，突然之间，冈波巴就看到天空之中充满了诸佛菩萨，充满了诸佛菩萨都在对他微笑，他就觉得很奇怪，他不像我们，我们看到以后马上欣喜若狂，他不是这样的，他马上就会去请教上师：要怎么办？他就马上到另一个山洞去向密勒日巴尊者请教，密勒就说，很简单，那是因为在炼日月和合瑜伽的时候，（我们要有一根带子，叫禅带，帮助你保持好这个瑜伽体位。）你那个禅带你绷得太紧了，因此你把它调松一点就好了。果然，他回到山洞，把禅带放松一点，很快诸佛菩萨的显现就没有了。不是让你的心向外，而是让你向内，看你的觉性唤醒了没有？看你的能量充沛了没有？所以，实修还是离不开过来人的指导。所以我们这个丛林里面讲，住持其实是不能兼太多，为什么呢？住持要在

一个地方住持佛法，是要有很多众生大家来作小参的，那么如果你兼很多的话，就这里跑跑，那里跑跑，根本上就没办法来小参了。这个是我们说药师法门里面这个肉身锻炼法。

再来说能量身锻炼法。肉身锻炼法的主要方法就是药师瑜伽法。能量身锻炼法主要就是我们有一部分人已经体验过的针灸前行禅。禅针的六个阶段，能够帮助我们巧妙地超越凡夫肉身的障碍，消除修行道路上的拦路虎。你看我们修行道路，如果你在肉身上来修，你就觉得很辛苦，但是成效不显著，效果不明显，你用了很久的功夫，但是你的修行好像没有什么进步，因为你修行道路上肉身障碍很大，你腿疼，你打坐，双盘两个小时，然后这个脚疼得好像要断了一样，被迫要放下来了，你内心很散乱或者很昏沉，这些都会让我们修行进展很缓慢，一定要有真正的修行功夫，不能凭口说，那怎么办？我们一定要有善巧方便，那就是针灸前行禅，能够使我们巧妙地绕过肉身的障碍，

直接在能量身上面来起修。为什么要先传针灸前行禅，不讲药师瑜伽法？因为如果先讲药师瑜伽法，大家就会搞偏掉，就会把她当成体育动作锻炼，你保持那个体位就好了，没有用啊，你要先开启能量身，再来锻炼肉身，这样就对了。你的身体会成为一个完美的宇宙能量的接收器，法界智慧的接收器，那就对了。

要知道针灸前行禅，其实她的窍诀就是四个字：“以针演道”。你要把你修行道路上的次第，你要根据你修行功夫的提升和变化，随时要懂得不同的配穴方法。所以“以针演道”是很重要的，当我们能量身畅顺了，内心就平静了，一切都变得非常美好了。因为任何一个心理问题的背后，它都有物质基础，都有被积压的能量，是由于我们的内在环境不和谐而造成的，所以通过禅针，使内在和谐了，内心就平静了。

有一个对年轻人很有影响的青年作家韩寒，他就有一个感受，觉得说，哎呀，为什么这个

针一下去，我原来很烦躁，我这个心就马上平静下来了？其实很简单，你懂得禅针的原理就很简单了，而且跟随你修行功夫的提升，你的提升，首先你的身体要转化，要由粗重的身体转变为微细的身体，更进一步转变为更微细、极微细的身体。我们的身体就像一块海绵一样，你没有炼针灸前行禅，那块海绵就是里面充满了很多沙子、很多垃圾，很重、很僵硬的一块海绵。就像我们人年纪大了，我们行动不方便，这个脚都很僵硬，然后你通过修行，你就让它把海绵里面的沙子去掉，然后它越来越柔软，越来越有弹性，那就对了。然后更进一步就炼精化气、炼气化神，炼神还虚，更进一步就要豁破无明，桶底脱落，明心见性。而这个中间道路上，针灸前行禅都能够帮助你，这个是我们修行道路上的非常好的工具，非常好的助手。

所以，一定要知道用好针灸前行禅。很多人在练禅针的时候，就能够看到自己体内的心、肝、脾、肺、肾。他正在作针灸前行禅，比方说，



第三阶段、第四阶段，他一个人做，自己给自己做，突然之间他感觉到——因为他一下针就觉得身心很宁静，怎么好像自己能看到自己体内的心、肝、脾、肺、肾，为什么？因为你这个身心清净了，所以你能够把五脏六腑它们分布的位置看得很清楚。这个是能量身畅通以后，你的所有的感官都被打开了，原来很多是被关闭的，现在你所有的感官之门都被打开了，像我们讲堂所有的窗户都打开了，因此他自然而然发生的事情。但是一定要注意，一定要知道，我们讲《针灸前行禅》因为没有讲得很细，因为大家在实践之中要摸索、要体会，要注意的是人体左边的穴位和人体右边的穴位是不相同的，你要知道怎么补？怎么泻？左右是不同的。你不要说左边的足三里这么下针，右边的足三里也是这么下针，但是你要微细地来讲的话，你自己可以体会，很多东西呢，我让大家先实践再来讲，为什么？你体会了，你实践了，再讲你就会印像很深刻，你就能学会呀。一定要

知道人体左边的穴位，是向脏腑输入气，输送能量。然后人体右边的穴位是把人体脏腑里面的气、人体脏腑里面的能量送出来。一个是输入的，一个是送出的，所以其实这个补和泻是不同的。你右边的穴位是把脏腑里面的能量把它输出送到全身去，因此补和泻的手法是不同的。那我们参加过针灸前行禅辅导员班的同学，他们有建立一个微信群，有一个微信群里面在讨论，我看这个就很好，一直讨论、一直交流，这样就对了。这是讲禅针，禅针重点是帮助我们解脱的。医针重点是帮助我们恢复健康的。医针其实也有很多可以借鉴、可以学习的地方。

比如说：董氏奇穴。董氏奇穴的发明人是叫做董景昌，这个董景昌还是一个奇人，他没有什么文化，几乎就不认识字，但是他家里面有一点家学渊源，他是山东人，后来到台湾，他就能治疗什么瘫痪、中风，就很厉害。后来在台湾的时候，蒋介石就用董景昌去推动针灸外交，怎么针灸外交呢？哪一个国家总统啊、

总理啊，中风了，因为高血压，因为中风、偏瘫，西医治不好，怎么搞来搞去搞了好多年都治不好，怎么办呢？他就派董氏出去，几针下去马上就好了，这个人就可以活动了。他自己在家学渊源的基础之上自己来摸索，就发现有两百多个董氏奇穴啊，疗效很显著。这个医针我们也可以在用好禅针的时候，可以来作一些借鉴。如果说我们把传统的这个针灸比喻作经线的话，那么董氏奇穴就是纬线。因为他的从理论到方法到穴位是完全不相同的，完全是两个系统，而且他那个命名是更形象、更贴切，直接告诉你这个部位，听到这个名字你就知道董氏奇穴这个部位在哪里了。当然，虽然说有两百多个，其实你真正用好的，只要掌握十个就可以发挥很多作用了，主要是要组合好。

还有可以运用靳三针。靳三针是由靳瑞教授总结出来的，总共有四十五组，被誉为岭南针灸新学派。

比如说，你看治疗小儿自闭症，现在这个

年轻人，都是要风度不要温度，所以乃至于大冬天的，都好像穿的衣服很少，因此就变成这个寒气入得很深，有小孩子以后，把小孩子生下来，这个小孩子先天就很不足，就有很多毛病，比如说有一些就会有小儿自闭症、幼儿多动症，怎么办？如果是小儿自闭症你就可以用这个足智三针，也就是涌泉，要知道涌泉不是我们脚板的中心，我们脚板的中心叫泉中，涌泉是在这个脚掌中间凹下的地方，然后泉中，然后泉中内这三个穴位，就用这三个穴位，你就能够治好小儿自闭症。还有神三针，对于那个精神方面的毛病，你用神三针，也是非常好用啊，等等。

这个善于用好涌泉穴，还有很多妙处。我们养生的穴位，要从恢复健康来说，第一大穴是什么？足三里啦。第二大穴是什么？就是涌泉。涌泉有很多妙用，比如说你可以用它降血压；你可以用它来治疗失眠；可以用它来治疗便秘；

可以用它来治疗咽喉干痛，等等。还可以用它来治疗头痛，都可以用涌泉。

比如说，你买一点吴茱萸把它磨成粉，然后用醋把它调成糊状，每天晚上睡觉的时候敷在涌泉穴，早上再把它取下来，就能够降血压。对于高血压患者，这是一个好消息，你渐渐地就可以不用吃降压药了。一个在涌泉这里敷一点吴茱萸粉；再一个做一个枕头，买一点白矾，白矾买三公斤，把它打碎打碎，然后买一层密度比较高的海绵，把白矾铺在上面，用个枕头套子拿来做枕头，你枕上十天半个月这个血压，你就发现——睡以前量一下血压觉得高，这样枕了以后，早晨起来一量，血压就正常了。但是要知道不要老是枕着，如果你持续地正常的七天这个枕头就可以不枕了。以后你情绪波动，它又高了，你又拿来枕一枕，这样就对了。

还有也可以用这个涌泉可以治疗失眠。比如说你用杏仁、用梔子，还有五味子等份，比如说各 30 克，把它磨成粉以后，每一天拿一点

点混匀以后就贴在涌泉穴，两边的涌泉穴都贴，就可以治疗失眠；也可以治疗便秘；也可以治疗咽喉干痛等等。还有比如说，你老是觉得疲劳，总是觉得没有活力，怎么办？也很简单，用一点生姜，（早上吃一点生姜好啊，中午就要开始少吃，过了十二点，最好就不要吃了。）用一点生姜把它榨汁出来，然后买一点五味子把它磨成粉，调成糊，然后也是贴在涌泉穴就能够让你稍微睡一下，醒来以后马上就恢复活力，精神百倍。还有比如说你头痛，眼睛也睁不开，那怎么办？我们不是有保健的木锤子吗，用那个木锤子敲打涌泉穴，就能够治疗头顶疼痛，然后眼睛睁不开。针灸有很多歌诀，有一首是《肘后歌》，《肘后歌》上说“顶心头痛眼不开，涌泉下针定安泰”。我们不展开来说了，因为这些我们讲过的很多了。

再来说因果之身的修法、锻炼法。因果身其实包括了异熟因果，等流因果。学过法相唯识学的人一定很清楚，玄奘法师有过一首《八

识规矩颂》，“引满能招业力牵”，引业和满业就影响了、决定了我们的因果身。什么是引业？比如说我们大家都是人，那么我们同生为人类的原因就是引业，这是异熟因果。满业是什么呢？满业就是造成每个人性格的不同，体质的差异，种种种种的不同。正如世间没有完全相同的两片叶子，同样的，没有完全相同的两个人，哪怕是双胞胎，都会有微细的差异，这个是满业，是等流因果。等流因果是基于心理立场的因果连锁，是主动性的显现。异熟因果是基于伦理立场的因果，是被动性的显现。所以你要知道，一个是心理立场，一个是伦理立场。我们也不展开来说了。那我们分开来说肉身、能量身、因果身的锻炼方法，就基本上讲好了。

接下来我们合起来说肉身、能量身、因果身，这个三身锻炼法。其实有两大类法，一类法就是三身锻炼法的五个步骤；第二类法就是成就金刚不坏身的七级修证次第。

我们先说第一类法，三身锻炼法的五个步骤，这个很重要，马上可以用。第一步就是安住于因果身。修行一定要首先是什么？深信因果。你看我们净土宗的祖师曾经讲过一句开示：“善谈心性者，必不离弃乎因果。因果清净者，终必大明乎心性。”所以业果如理取舍是世俗正见，很重要哦。我们首先要能够安住于因果身，安住于因果身，首先是要能够让自己业果尽量地如理取舍，然后当你的身心越来越清净，你就更能够感受到、体悟到我们生命本具的觉性。对于最深、最深的自我，对于我们生命的最内核的本源，保持开放状态，对于宇宙生命保持开放状态，觉知到当下所有的体验，在所有的象限、所有的层面，你都能够有体验。但是同时你要能够抽离出来，只是单纯地觉知。然后在这个心智无限扩展的状态之中，你就能够感觉到你的因果身。也就是怎么做呢？你觉知到周围的所有的声音和身体的感受，所有的声音和感受都是你的觉察对象。而那个能觉察



的，那也就是觉性，那也就是觉性的妙用。我们的觉察力，是我们真心的妙用，这种觉性才是你的本来面目。你由用回归到体，由用追溯到体，因为心的体是空，相是明，用是觉。所以心的体、相、用就是空、明、觉。那空是不可说，不可说呀。你怎样能够回到心的本体呢？要由相入，或者由用入，就是修行的两个法门，两个途径，解脱证悟，明心见性的两个途径。要么你由相入，要么你由用入。那么你由你的觉察力回到你的觉性，这个就是由用而入，回到你生命本源了，乃至见到你的本来面目。这是第一步安住于因果身。

第二步就是作针灸前行禅，激发能量身的活力，同时，自觉地安住于因果身之中。所以如果大家集体来修针灸前行禅的时候，你不要一边做、一边嘻嘻哈哈、一边说笑，为什么？因为你这个不是医针，是禅针，应该是很安静，你的身心很安静，那么对于那个被你施针的人，能够灌注的能量、开启的能量，是更大的。

第三步就是作药师瑜伽，你可以作日月和合瑜伽；可以作十二经络瑜伽；也可以作四无量心瑜伽；可以作心瑜伽；天瑜伽。这一切瑜伽法都总称为药师瑜伽法。应该我们也会安排一个恰当的时间，办一个二十一天的辅导员班，先培养一批人，然后由这一批人再去辅导大家，这样就真正才能够学得会。那么通过药师瑜伽法来强化肉身，强化肉身并且来激活生命能量，而且能够接收和获得宇宙能量。为什么要练瑜伽？它不是体育运动，不是让你强身健体，而是让你的身体全然地开放，让你的身体成为一个功能巨大的接收器。把整个宇宙正能量都能接收，整个法界智慧都能接收，这个才是我们炼药师瑜伽法的目标、目的，同时要能够提升对当下存在的深刻觉知。

我们看看这个第三步就是指肉身、能量身和因果身都同时锻炼了，三身都变得越来越强大。所以药师法门今生成就法，她不是一个空谈，她是有具体的方法、具体的实践，能够让你迅

速地提高修行功夫的。所以《大日经》上佛说：“菩提心为因，大悲为根本，方便为究竟”。方便为究竟，你看药师法门就体现出来了，无论是针灸前行禅还是药师瑜伽法，体现的都是方便为究竟。

第四步就是打坐，修药师定或者修内观禅。

第五步就是回向，作圆满回向。愿我的一切念头和一切行为，都能够造福于十方世界的所有众生，让他们获得解脱。让他们进入此时的诸法实相，进入每时每刻的诸法实相之中，那也就是回到我们生命的觉性之中，这个是进入到每时每刻的诸法实相之中。这个就是讲第一类法：三身锻炼法，五个步骤。

我们再说第二类法，就是成就金刚不坏身的七个修证次第。药师法门今生成就法如法修行，可以成就金刚不坏身。大家都朝礼过南华寺，知道南华寺有三尊金刚不坏身，六祖惠能大师、憨山大师、丹田大师，他们都是成就了金刚不坏身。我们去九华山也知道地藏菩萨的化身金

乔觉，他也是成就了金刚不坏身。我们在朝礼九华山，朝礼地藏菩萨的时候，讲到了地藏法门的九子莲花术，就略说过一次怎么才能够成就金刚不坏身。那么他有七级修证次第，像楼梯一样，一级一级上去。今天只能够开个头说个引子，因为要完整地说，把这个成就金刚不坏身的七级修证次第说清楚，起码要三天时间，并且那个是修行阶段的现量境界，要在实修之中说才有受用。

你看我们讲《续讲针灸前行禅》，就是在实修之中来讲的，这样才会更有受用。因此如果不与修行功夫结合起来，你只是比量地知道，没有现量地证得，那么没有什么用处，往往还会变成所知障。说起来什么都会，做起来自己没有功夫，那就没有用了，变成所知障了。

因此，今天我们主要说认知的提升，认知的提升离不开三方面，怎样认知我们的身体？怎样认知我们的心？怎样来认知我们所生活的这个宇宙、这个法界？对不对？你看我们的修

行在哪里用功夫呀？当然是在你的身和心，以及你存在的宇宙来用功夫。所以你要正确地认知你的身、你的心，你能够活着存在的宇宙。你认知不提升，修行就难以进步。

怎样来认知我们的身体、心和宇宙呢？身体我们已经知道了，可以分为肉体（肉身）、能量身和因果身。简单地说其实就可以分为什么？虚和实。实的就是什么？肉身。虚的是什么呢？能量身。而且你要知道，实的肉身你只有一个，对不对？虚的能量身你有无穷无尽，不是一个。因果身是遍满一切，所以是无实无虚，无实无虚遍满一切是因果身。能量身是不同能量空间的复合体，因此不要把能量身理解为好像类似肉身一样的一个个体，不是这样的。

比如说，我们这个能量身是个虚的，比如说我们周围的空间其实它里面充满了内容，对不对？但是我们看不见。充满了哪些内容？你看无线电波、光波、声波，所以它是一个复合能量空间。我说话大家能听到，为什么？因为

我们这个空间，它能够传递声波。比如说我们这个电视机，电视机也是一个探测器，当你调到一个特定的频率。比如说你调到湖南台，然后湖南台你调到这个频率，这个频率所包含的声音、图像，你就能够清晰地看到了，你就可以接收到这个能量空间的所有信息了，比如说声音、图像等等，那你再调频，你调到广东台，调到南方卫视，然后你就接收到那个能量空间的所有信息，图像、声音，你全部都看到了，而当你看广东台的时候，看到广东台的图像、声音，那个能量空间的所有信息流，你全部接收到、全部看到的时候，湖南台的那些你看到吗？好像不存在一样，你看不到了。对不对？但是，其实它是存在的。整个法界是有无量无量的这样的能量之流、信息之流。

所以修行也是如此，如果你修行只是去折磨肉身，那是盲修瞎炼，所以要超越肉身，在能量身通畅的基础上来起修。从能量身的角度来说，我们这个人体就仿佛是无数个、无数个

能量的球体套叠在一起，这样组成了我们的能量身，不是一个身体。你看药师佛，他的外围也有无量、无量、无量的能量身，我们这个身体也是一样，有无量无量无量的能量身，就像什么？就像蛋壳一样。

我们这个肉体外面有肉体的能量，科学家已经可以检测出来，身体外围有光波，这个是振动频率最低的、密度最大的；然后往外它有情绪体，情绪体又是一个能量空间；再往外有理智体，理智体又是一重能量空间；再往外就是意志体，又是一个能量空间。你看一直重重无尽、重重无尽，套在一起。能量振动频率越高，密度就越低，然后它对应的空间就越大。高频能量场能够包含所有低于它的能量空间，并且自然地渗入其中。而低频的能量场，它只能够自知，它知道自己这个能量空间里面的所有信息，但是比它高的，它就知道了，为什么？因为它有能量壁垒，无法知晓高于它的能量场的存在。因此，这样我们才能够明白，佛经上

说，初地菩萨不懂得二地菩萨的境界；二地菩萨不懂得三地菩萨的境界，为什么呀？因为还是有能量壁垒存在。修行就是打破所有的能量壁垒，当你真正能够打破所有能量壁垒的时候，你就是成就佛身的时候。使所有能量空间实现真正的重合，这个时候你就是现证法界体性智、大圆镜智、平等性智、妙观察智、成所作智，成就五智菩提。这样是我们说对于身的认识。

再来说心，对心的认识。唯识学说有前五识心，眼、耳、鼻、舌、身识，还有第六意识，第六意识又可以分为五俱意识，独头意识等等。还有第七末那识，还有第八阿赖耶识，这是第八阿赖耶识心，还有说第九庵摩罗识。理论上的东西，我们今天且不展开来说了。

我们从实修上来说，也让大家最容易理解、最简单说我们怎样来认知我们的心。无非就是有凡夫的生灭妄心和超越二元对立的不生不灭的真心。一定要知道，它是超越二元对立的，这个不生不灭的真心。也就是说无非是凡夫的



生灭妄心和妄心里面本来就具有，但是我们还没有开发的、亘古长存的、不生不灭的真心。我们的修行就是要把这个真心挖掘出来，真心的体、相、用，是空、明、觉。真心的体，是不可说不可说，真心的相就是明性，就是生命力，就是万物的勃勃生机。你要说我们真心的相在哪里？万事万物、勃勃生机，就是生命的相。你现在能够听我说，这个就是生命的相。生命力、勃勃生机、生生不已，这个都是生命的相，真心的相。明，明性。真心的用就是觉性，就是我们与生俱来的觉察力。所以你看我们修内观瑜伽，觉知呼吸、觉知感受，保持平等心。为什么要强调觉知呼吸、觉知感受，因为觉知就是我们与生俱来的觉察力，你就在真心的用上面下功夫，所以成就很快。释迦牟尼佛为什么在世的时候，那些弟子们跟随师父三五年，根器好的，一座法听下来就证得初果、二果、三果、四果，根器差一点两三个月，修四念处，选一个法来修就能成就，再差一点两三年也能成就。

为什么？因为他是直截了当，简洁明了，就在真心的用上开启。修行不能够在生灭妄心上修，那个是徒劳，要在觉性上修，在生命的相和用上面来修，回到生命的体，回到生命的本源，这样称之为复还本心。通过层层地来剥离妄想执著，使我们的觉性显露出来。这是说心。

再来说宇宙。和人体一样，宇宙也可以分为实和虚。实的是什么？日月星辰，山河大地，这些都是宇宙的实体部分。虚的是指什么？虚的就是空间，它的里面充满了无量的内容，内容非常丰富，像无线电波、电磁场、暗能量、暗物质，应有尽有。我们人体既是一个接收器，又是一个发射器，人体跟宇宙是相通的哦，通的程度就取决于人体。

像我们这个讲堂你看有这么多窗子，那么你打开了多少窗子，风从多少窗子里面能够透进来，而是你把所有的窗子都打开了，所有的宇宙能量都能进来。所以要知道通的程度，你跟宇宙交流的程度高或者低，是取决于人体，

它的能量体开发的高或者低。高振频的能量身，能够跟宇宙以高能级态的形式来交流，那就是在高层作交流了，我们跟宇宙的交流就是高能级态的方式。如果你的能量身还没有开启，或者开启得很弱，那你只能够维持在最低、最基本的水平上，跟宇宙去交换能量。一般的人都是这样啦。你看我们呼吸，得到天、空气的细微能量；我们嘴巴吃五谷杂粮，得到地的五味，这是得到物质能量，对不对？那么鼻子得到天的能量，嘴巴得到地的能量，那中间这个就叫人中，但是这种能量交换水平是最基本的能量交换水平。我们要修药师法门是要在高的能量级上跟宇宙作交流，这个就是讲认知。你要真正的提高你的认知，怎样看我们的身，看我们的心，看我们的宇宙，认知提升了，实修就容易了。所以不要单单去求那些具体的法，你要看到这个法背后的那个原理是什么？你懂得了，你的修行就容易成就，你修法就容易相应了。所以，我们成就金刚不坏身的第一阶段就是超

越肉身障碍，使能量身通畅，并且能量身能够不断不断地升级。

我们讲《续讲针灸前行禅》的时候已经讲过，我们每个人的生命就是一棵生命树，但是，如果你能量身没有通畅，你没有激活你的先天能量，你是一个无根树，那么这个树的根在哪儿？树的根在头顶，不是在脚哦，你要让你的生命真正把根生出来，那就是接收到整个宇宙的高频能量。那么就需要你能量身不断升级。能量身能够不断升级的工具是什么？它的方法是什么？能量身能够不断升级的工具，就是针灸前行禅和药师瑜伽法，能量身能够不断升级的方法，就是精气神的不断转化，针灸前行禅说以针演道呀，就是不断地打开能够接收宇宙高能量的大门。在同时就能够把你身体里面深层次的那些病浊之气排出体外。人体每循环一次，体内的浊气就净化一点，后来就能够达到与宇宙相融的境界呀！

然后就能够豁破无明，桶底脱落。桶底脱

落的时候就是你明心见性的时候。所以药师法门把这一切都归纳为两句窍诀，我们看吴老的《药师经法研究》上面就讲了这两句窍诀。哪两句窍诀呢？“以色身融法界，以法界透色身”。具体的修法就是刚刚前面所说的。其实孔子的修养也到达了很高的境界，你看我们孔子晚年学《周易》，韦编三绝，他学得很通了。他后来就描述大人君子的境界，我们在孔子写的《系辞》上面，就描述了大人君子境界是什么呢？“夫大人者，与天地合其德，与日月合其明，与四时合其序，与鬼神合其吉凶。先天而天弗违，后天而奉天时。”这个就是大人君子的境界。与天地合其德，你知道与天地合其德是什么境界吗？与天地合其德就是我们刚刚所讲的，你人体每循环一次，体内浊气就净化一点，后来就达到与整个宇宙相融的境界，这个就是与天地合其德了。这个天地不是指物理世界的天地，而是指生命力，而是指勃勃生机。能够体悟到这些，能够证到这些，就能够先天而天弗违，

他走在天地运行规律的前面，天地都不会违背他。他走在天地运行规律的后面，那就是奉天时，顺应天地运行规律，这个才是真正的君子。但是，他还没有开悟，为什么？所以孔子虽然到达了大人君子的境界，能够做到与天地合其德，但是他还没有真正明心见性。为什么？因为他还没有豁破无明，没有桶底脱落。所以，我们要按照药师法门这个窍诀来说，以色身融法界，以法界透色身。这个就是我们讲成就金刚不坏身的七级次第，刚刚开始的第一级怎么修。后面的这个六级就不要说了，因为不是大家的境界，以后如果这个在实修的时候，就可以一点一点来讲，这样就对了，不然听一听没有用呀。

## 二、事业成功法

首先推荐大家看一本书，这个书对你的身体健康就至关重要哦。你走在前面，一个人要不断地学习，不然的话你就会落后，这个不是说你是佛弟子，你就不用看书了，除非你见性了，你就不用看了。因为生活就是一本大书。这本书是一个美国人叫做埃里克·托普，埃里克·托普这个美国人很厉害，他写的这本书的书名叫做《颠覆医疗——大数据时代的个人健康革命》，主要内容是讲西方医学新的发展方向。新的发展方向就是将要吸收融合新技术，把一切的新技术吸收进来，融合进来。为什么西医这么发达，它成为了世界主流医学？因为它不断地把很多的新技术吸收进来。你看化疗，你看放疗，你看你去照CT，这些原来不是医学用途，你知道它是什么用途吗？原来是军事用途的新技术，不是医学用途，但是西医把它吸收进来，所以它的善巧方便越来越多。而我们

中医一直就固步自封，它没有把新技术吸收进来，到现在还只是用望闻问切，这个就不够了。西方医学最新的发展方向，就是把很多的新技术吸收进来。

比如说基因组测序，有些病是基因病，那么你怎么可以治疗呢？你首先要能够做这个基因组测序，只有通过基因组测序，你才能够给你提供个性化的、针对你个人的，最精准的治疗方案。还有比如说云计算，还有比如说超强的生物传感器，还有比如说智能手机等等。运用这些新技术，就能够为每一个人提供个性化的健康管理，或者说基于个人基因组测序的治疗方案。这个就很重要，健康管理在中国才刚刚起步，虽然我们《黄帝内经》在五千年前就提出来了，上工治未病。治未病是什么意思？就是四个字：健康管理。你不要等到病了以后才去看医生，平时你要做好健康管理。但是在中国才刚刚起步，这是一个有越来越大发展空间的巨大产业。那么怎样能够为每个人提供各



个不同的个性化的健康管理呢？就需要依靠这些新技术了。落地的方法是什么呢？落地的方法很简单，我们每个人都有用手机，对不对？落地的方法就是只要你手里抓一部手机就好了，你的健康管理就可以做好了。我们以手机为例来说明好了，不然太复杂的东西都搞不来的，而手机我们是一直抓在手里面嘛，有些人就得了一种新病，新的病，叫手机依赖症。早上一起来马上把手机打开来，看有什么微信，有什么新信息，睡觉以前还要花半个小时看看，哎呀，我的朋友给我发了什么微信啊，一天到晚只要闲下来，马上就看手机，所以有些人得了手机综合症。有人就改了一些古诗词，来描述这种手机综合症：春眠不觉晓，醒来玩手机。还有比如说，李白的诗：举头望明月，低头玩手机。手机综合症就是这样的了。但是其实手机确实很有用，但是你不要依赖它，不要变成离不开它，你要开启你的觉性。我们用手机为例，除了基

本的打电话、发短信、发微信，这些基本的功能之外，手机已经有了多种多种的功能。

比如说我们知道照相机的功能、摄像机的功能，还有 GPS 定位系统的功能，有一次禅理开车送我到广州，哦，那个车载的 GPS 定位系统有问题了，把手机拿出来看看有什么新的好的方法，那么手机也可以做 GPS 定位。还有有计算器的功能，还有闹钟的功能，录音机的功能，音乐播放器的功能，图书馆的功能，收集你的个人相册的功能等等。然后把手机跟无线网络能够相连，连接起来，手机又可以成为视频播放器，你看现在很多讲法的资料放在腾讯视频上，腾讯佛学、腾讯视频，然后每个人拿手机就可以看了。视频播放器的功能，还有翻译机的功能，还有查字典的功能，百科全书的功能，网络浏览器的功能，几乎就无穷无尽。你这个手机就可以变成一个移动的图书馆了，一切的功能都可以。可以说把手机跟无线网络连通起来，你就是接入了全世界的知识宝库，

全世界的知识宝库的大门就通过手机跟无线网络的连通就为你打开了。然后手机装上应用以后，又可以具有手电的功能、放大镜的功能等等，几乎是无穷无尽的功能。所以这个智能手机，它的运用会越来越多。同样的，为智能手机我们可以装配上医学能力，要知道以后这部手机，我们每个人抓在手里这部手机，就是你的个人医院。现在手机已经很方便了，对不对？比如说它可以成为你的服务员，你到一个城市，你想找哪个餐馆，菜最好吃，最对你口味，你不要盲目地跑去啊，拿出你的手机来查一查这个周围有哪些餐馆，大家有什么评价，然后你选一个最好的就跑去了，有的放矢；你想去看一场电影，也不要盲目跑去，你先拿出手机来，在线上订好票，不然就扑个空啊，等等。同样的，你这个智能手机也就可以成为你个人最好的医师，专门为你服务的医师，成为你个人的移动医院。我们每个人都会越来越奢侈，每个人都拥有一个移动医院，为什么？因为智能手机它

可以装配上医学能力，把这些连通起来以后，手机就可以实时地显示个体所有的生命体征。它跟无线网络相连，以后发展就可以对个体做基因组测序。可以检测你周围的空气质量，哦，你在这个地方，到了这个城市，空气污染严不严重，指数是多少，拿出手机来连通相关的这个功能，就可以检测空气质量。然后也可以检测你的血糖、血压，也可以作为一个卡路里计算器，尤其是女众，尤其是年轻的女子，特别特别地注重身体，体型的健美，因此她就经常要看自己吃的食物，卡路里，提供的热能是不是太多了？要算好，那么这个手机就可以成为卡路里计算器。也可以做自我检测，可以做全身B超，也可以拿来拍CT，可以获取个体心脏等等的超声波图像，都可以通过智能手机跟无线网络的连通可以实现。还有比如说，女众怀孕了，肚子里面的胎儿发育正不正常，有没有问题，也可以连通相关的功能，就可以实时地通过手机看到胎儿在肚子里面的状态，你看是

不是，这个社会的发展越来越神奇。一般地说，现在处于末法时代，但是其实药师法门并不悲观，她认为说能够转末法为正法，我们修行的便利条件会越来越多，就在生活中了生死，就在物质生活、精神生活、社会生活、伦理生活中成就灵性生活，成就觉悟人生。

总而言之，可以将各种各样的最复杂的医学技术都囊括在一部智能手机之中。这个有什么好处？这个好处就是我们不会有什么医患矛盾，现在这个医患矛盾太厉害了，你看是不是？我看湖南发生过一个事情，前面一段网络报道，有一个什么当官的，好像是湖南省人大的一个处级干部，处长啊，他的某一个亲属癌症，在医院里死掉了，然后带人进去把那个护士医生都打伤了，后来那个听说也被免职了，等等。为什么医患矛盾这么激烈，你知道吗？因为所有的主动权掌握在医生手里面，这个患者是被动的，你根本不知道情况，你也没有工具，你也无法是去咨询，为什么？因为那个太专业了，

你根本上搞不懂，那怎么办？现在通过这个发展方向，我们就可以掌握主动权了。我们就可以将健康管理的主动权，掌握在自己的手里面，这个是真正的《黄帝内经》治未病呐，随时你的身体有什么小毛病马上就知道了，而你生病的时候也能够跟医生一起，找出最佳的个性化的治疗方案。

那么站在中国的角度来说，可以预见健康产业将成为中国的第一大产业。健康管理、健康产业，将取代房地产，成为中国最大的产业。这个中间当然就有无限无限的空间，无限多的机会，有无限广大的事业发展空间。可见，药师法门是非常当机的，能够为人类的健康和全面发展，为人的全面发展，不单单是发展物质生活，而且五大象限都发展，人就能够全面发展了，能够做出巨大的贡献，这样的大智慧法门、大慈悲法门、大解脱法门就是药师法门。

我们能够去实践、去弘扬、去推动药师法门，就是真正地建设人间净土啊！所以看起来我们

在西方医学的发展上，我们比西方落后了，但是我们其实不用气馁，为什么？因为中国人古时候，是有四大发明，为整个世界文明进步做出了巨大的贡献。现在其实我们有机会为整个人类的发展和生命觉醒做出巨大的贡献，这个就是第五大发明。

中国人能够贡献给世界的第五大发明是什么呀？对，药师法门，《药师经》。我们能够把药师法门里面的这一些人身健康法、事业成功法，所有的法，不要说其他的了，就说一个人生健康法，把那里面的肉身、能量身、因果身，能够挖掘出来，能够贡献出来，这样就是真正能够造福整个人类，不单单是造福中国人，能够造福整个人类的第五大发明。

所以我们要从这样一个高度，可以看到整个药师法门的弘扬是最当机的，为什么呀？我们能够实现个性化的个人健康管理了。那么当然了，以后大家，整个人类条件越来越好了，就不是局限于只要求肉身健康，对不对？因

为西方医学技术再高明，他最多就是保障肉身健康，他就会有越来越高的需求，那就是能量上还要健康，因果身还要能解脱，这个时候就是药师法门能够遍满全球，得到广大的弘扬的时候。

所以学修佛法，一定要注意六个字，哪六个字？“接天气，接地气”。有些人学佛就觉得奇怪了，那些不信佛的朋友看起来，觉得这个人原来没学佛还很正常，学佛以后变得神神叨叨，很奇怪了，一开口就是拉我们怎么念阿弥陀佛，我也不明白什么意思，他每天都变得佛里佛气的。所以有些人不信佛说，哎呀，你不要老是跟我说，般若啊，什么阿弥陀佛，我听不懂啊，你给我讲人话好不好，不要讲佛话，我是人，不是佛，你要讲人话对不对，那么药师法门要讲人话，我们要解脱要讲人话就是六个字，我们要修学佛法要能够得成就，而且今生能解脱、今生能成就，那么这个窍诀就是六个字，这六个字你听懂了，今天这个讲座你来



听都没有浪费两个半小时，哪六个字呢？“接天气，接地气”。修学佛法既要接天气，又要接地气。接天气就是要与我们人人本具的觉性相应，时时刻刻要反观自心，要用这人身的五大象限来观察，我今天活得完整吗？每天晚上睡觉以前，提醒自己、问自己五个问题，这样就对了。这个你就一直在接天气，一直在跟我们的生命本源相连接，这样你就不会迷失。接地气是什么？接地气就是指要融入现实生活，要跟你的现实生活相应，要能够指导你的现实人生，让你身体更健康，事业更成功，感受更幸福，在这个中间你还能够成就解脱那就更好了，这样就是接地气。要知道一切的真理总是以其一些具体的形象，出现在现实世界里面。

所以我们通过行动，才能够领悟本质，才能够有更深刻的生命体验，生命的活力才能够不断涌现，生命鲜活的智慧才能够不断涌现。如果三宝弟子，既不接天气，又不接地气，那就会变成“剩”人，这个剩人，不是圣贤的圣，

是剩下来的剩，你就变成剩下来的人了，变成被边缘化的人，变成在家庭里面有你不多，无你不少的人，你原来没学佛，在家里面好像还很有威望，现在你学佛以后，在家族大家都不理你，觉得你没有什么用，这个就糟糕了，变成在社会发展之中被边缘化的人，这个就不对了，所以不要做剩下来的人。如果一个人，三宝弟子，既不接天气，又不接地气，也可能会变成“嫌”人，这个嫌人也不是圣贤的贤，而是讨嫌的嫌，你不要去变成一个讨嫌的人，一天到晚神神叨叨的被人讨厌，被人嫌弃的人，那就糟糕了，是不是，那你学佛就学偏了。所以希望大家不要做剩下来的人，不要做被人讨嫌的人，这样才能够真正的用好佛法。

药师七佛因地四十四愿，愿愿不离对人间疾苦的关注，愿愿不离对生命价值的深切关怀，让我们生命价值最大化，人生在这个人间走一遭几十年、一百年，机会难得，暇满人身，让他生命价值最大化，那么用好药师法门今生成

就法是一个非常好的途径。药师七佛愿愿不离人的全面发展，她与当今的很多学科的发展都息息相关。

比如说药师法门身体健康法就能够与医学，与优生学，与遗传学等等息息相关。药师法门事业成功法，资生具足，就与经济学和科技文化息息相关。那么智慧人生法则就与思维科学、认知科学、哲学、脑科学、教育科学息息相关。

幸福人生法则就与伦理学、人文文化都息息相关。还有优雅人生法则就与社会学、法学、政治学息息相关，关系密切。

所以你看药师法门，她就是一个怎样？能够可以指导人类的一切文化、一切学科，同时又高于这些一切文化、一切学科的一种帮助我们成就成功、幸福和觉醒的殊胜法门。并且来说就能够真正地用，能够行动，不单单是一种理论，就能够马上行动，就在现实人生的物质生活、精神生活、社会生活、伦理生活实践中来成就解脱，成就觉悟人生。

好，今天我们先讲到此地，明天我们再来说药师法门事业成功的三项法则。

大家福慧增上！

第二讲

第二讲

诸位善知识，首先让我们共同发起无上殊胜的菩提心，为了一切如母有情能够在生活中了生死，在了生死中生活，获得今生成就，能够圆满地成就财富人生、健康人生，然后智慧人生、幸福人生和优雅人生、觉悟人生，因此我们今天继续共同来修学《药师法门·今生成就法》。

昨天我们已经讲了生活是一部活的《药师经》，然后又讲了药师法门的人生健康法和事业成就法。

## 事业成功的三项法则

事业成功的三项法则，也就是创造法则、利他法则，还有行动法则。

### （一）创造法则

事实上事业要成功，一定首要的就离不开

创造法则，尤其是当今这么一个时代，一定要能够非常有创意，非常有智慧，然后我们的事业才会容易成功。时代不同，事实上智慧比以往人类的任何时代都要更殊胜、更重要。

我们可以打个比方来说：以前这个工业社会的时候，一个最熟练的工人，他比一般工人一天下来可以多生产 20% 到 30% 的产品，这个就非常不错了；那么，现在这么一个信息社会的时代，一个智慧型的员工，他能够创造的价值，是普通员工的 500%、1000%，能够做出这样的工作。为什么呢？因为他不是注重于那种物质产品的增长，而关键是他的内在价值、智慧价值。因此这个创造法则是很重要的。

运用创造法则，取得事业成功的人，我们最熟悉的都知道是乔布斯。苹果产品的开发改变了整个人类的沟通方式。创新智慧其实是体现在选择，你能否作出高明的选择这个上面来的。

事实上，所谓的命运，它就是由一连串的

我们自己作出的选择串起来的。能够作出高明的选择，这个就是创造法则的呈现、体现。

因此我们也可以说，创造法则就是选择法则。因为选择就决定了格局，格局就决定了布局，布局就决定了结局。

最后你的事业成与败，在你最初的选择上可以看出来。

事业要成功，先要选对的事情来做，这个是经营；然后再把事情做对，这个是管理。做企业来说，经营管理也都在其中了。格局其实就是对自己的人生定位呀，格局大的人成就就会大。

我们举一些出世间的例子，比如说中国禅宗六祖惠能大师，他初次见他的师父五祖弘忍大师的时候，师父就问他：“你来东山寺的目的是什么？你来求什么？”这个时候，六祖惠能大师就作了一个惊天动地的回答，八个字：



惟求作佛，不求余物。从他这个回答你可以看出来他的这个选择，他的这个格局有多么大！我们见师父的时候，师父问你来求什么，一定说，哎呀！我这里不舒服那里痛啦，我的事业遇到什么问题啦，能不能给我想想办法啦，或者加持加持啦，这个格局就会很小，六祖大师你看他直接就作狮子吼：惟求作佛！来的目的就是求作佛。我们要有这样的心胸、这样的格局，这就是真正用好了创造法则。

还举一个例子，就是百丈怀海禅师，百丈怀海禅师是福建福州底下龙泉县的一个人，他七岁的时候就第一次随他的母亲到家乡附近的一座寺院去礼佛，他也是第一次见到佛像，看到大雄宝殿里面庄严的释迦牟尼佛，他就问他的母亲：“此为谁？”这个坐在中间这么庄严的这是谁呢？她的母亲就回答说：“佛也！”就是释迦牟尼佛呀。小孩子那时候只有七岁，但是你看他的心胸，他的格局就非常人，他马上就说了一句话：形容与人无异，我后亦当作佛。

看起来释迦牟尼佛的形貌，他的这个样式呀，相貌呀，各方面也跟人差不多，因此，我后亦当作佛。你看，七岁的少年，就能够作大狮子吼，就能够确定当生成佛作祖的自信。我们说，马祖建丛林，百丈立清规。百丈怀海禅师七岁就能够有这样大的心胸和格局。

可见，事业成功的背后是人生的大格局，格局的背后是选择，正确选择的背后是心智模式的不断超越，不断提升，这个就是创造法则。

不懂得药师法门的人，没有开启禅智慧的人，往往都是活在套子里面，很多人其实都是活在很多无形的框子、套子里面，人生何处不套牢啊！到处都被套住了，所以就活得很烦恼很辛苦。你看有些人说，哎呀！我炒股这个钱在股市里面又被套牢了，这是被套住了，但是这个还是有形的呀，更严重的其实就是被自己内在的思维定势所套牢。

用卢梭的话来说就是：“人，生而自由，却无往不在枷锁之中。”表面看起来我们是自

由的，我们也能够自由地作选择，但是其实，你是被你的思维定势套住了。

比如说有一个女子，她一遇到挫折，她就开始生病。很小的时候，如果她觉得父母亲忽略她了，她就会开始生病；读书以后，小考的时候成绩非常好，一遇到大考呢，考前一天她就一定会腹泻拉肚子、头痛、发烧，但是考试一结束又好了；然后工作以后也是如此，一遇到人生的挫折，她就会生病。为什么一遇到挫折就会有那些生病的症状：发烧、呕吐、腹泻等等呢？其实是因为说她内在有一个思维定势，她的心理影响了她的生理。她很小的时候一生病父母亲就会更加地关心她、爱护她、呵护她，然后给她买好吃的东西，她就从童年时候她的潜意识里面就渐渐地形成了一个思维定势，就是用生病来获取别人更加地关心她、帮助她，她形成了这样的一种心智模式。

那么心智模式，如果你不主动向内去照亮它、穿透它，你不知不觉就会被它套牢，被它

控制。这个才是我们内心的魔障，一个人如果跳不出心智模式，那么他的行为就会像爱因斯坦所说的那样：“永远在做同一件事情，却一直希望不同的结果，这是精神错乱。”你看我们一直都是用同一种心智模式，但是我们希望有不同的结果，这个是不可能的嘛，外在的事相变化了，但是我们解决问题的思维路径依赖没有改变，因此一直就会在失败里面循环，这个就是佛法所说的轮回呀。有些人第一次事业失败了，他不从内在的心智模式找原因。以为说是有人小人啦，以为说是资金不足啦，然后又借钱又东山再起，三五年之后又失败了，这样一直一直在循环，这个就是轮回呀。

可见，问题其实常常是我们心智模式僵化而造成的。因此我们不能用同样的心智模式去解决问题，你要解决问题首先要照亮你的心，要穿透你原来那个固化的心智模式。爱因斯坦也说过：“一个问题不可能通过引起这个问题

的思维模式本身来解决。”那么智者，你看他说的话都是非常透彻的。

我们举一个最简单的、众所周知的例子就会明白，其实人类社会一切物质文明的进步都离不开内在心智模式的不断超越。首先是心智模式改变了，然后才能够从失败走向成功。比如说飞机，飞机的发明就与心智模式的不断超越、不断提升有关。人类很早很早以前就有飞行的梦想，尤其是很早期的时候人们看到那个鸟，你看，鸟在天空中自由地飞翔，他们就观察，哦，这个鸟怎么能飞翔呢？它不停地在扇动翅膀，他就以为，人也要能飞的话，我们也要造一个飞机的话，这个机翼也要不停地扇动，像鸟的翅膀一样，因此有人就用这样的心智模式去尝试造飞机，当然他们就失败了。

还有更搞笑的是欧洲，欧洲中世纪的时候他们有人看到鸟这么飞行，他们也想飞，然后用木棍子把两个手伸得很长，然后搞了很多很多的鸟的羽毛，从大教堂的屋顶上跳下来，然

后不停地把两个手像翅膀一样扇动，以为这样可以飞起来，当然我们可以知道，肯定“咚”——掉下去了，因为这个原理不是这样的。

然后又有人以为飞机的翅膀就相当于船的那个桨，你看，桨就在水里面划，然后船就往前走，按照这样的心智模式他们去设计飞机，当然也失败了。

再后来的时候，瑞士有一个荷兰裔的瑞士籍的数学家叫做丹尼尔·伯努利，这位伯努利就观察帆船，把帆船这个帆升起来，然后风就吹着船在走，他研究发现这个是因为压力差，因为这个帆遇到风以后，帆的两面空气的压力是不同的。因此在1738年的时候，伯努利就出版了一本书，书名就叫做《水动力学》，《水动力学》研究的就是流体力学，流体力学里面提出了一个著名的原理，就是压力差原理，叫做伯努利原理，后来美国的莱特兄弟就受到伯努利原理的启发，就跳出了以前的心智模式。

实际上飞机的机翼，它不是翅膀也不是桨，

而是什麼？而是帆，像帆一樣。你看飛機要一個很長時間的滑行，當這個滑行、飛行達到一定的速度以後，在機翼的上下就形成一個巨大的壓力差，形成一個巨大的壓力差就相當於從下面把飛機頂上去，從上面把飛機吸上去，這樣就是上升力，這才有了萊特兄弟發明的飛機。我們看到人類的一切物質文明的進步其實首先都是心智模式的不斷超越。

可見，飛機的發明過程就是一個心智模式局限不斷被打破被超越的過程。

孔恩在《科學革命結構》這本書裡面就說過“每一項科學研究的重大突破，幾乎都是打破傳統，打破舊有的心智模式，而後才成功的。”

我們看善名稱吉祥王如來因地第四大願：“若能至心稱我名者，由是力故，所乏資生，皆得充足。乃至菩提。”其實佛就是我們生命的覺性，我們稱念佛名就是喚醒覺性，照亮心智模式的盲點。不斷地改進心智模式，心智模式改變了，提升了，必定就能夠開創出成功的

事业、不寻常的人生。当然能够实现“所乏资生，皆得充足”，首先是你内在智慧充盈了，外在物质成功也就皆得充足，而这种觉察力其实是我们人人本具的能力。在生活的每一个象限每一个层面都去开显觉察力，昨天我们说人生有五大象限，在每一个象限都要去开显觉察力，就能够明心见性乃至菩提。

药师七佛因地四十四愿其中与人生健康法相关的有六愿，与事业成功法相关的也有六愿。

事业成功法六愿就是善名称吉祥王如来第四愿，宝月智严光音自在王如来第一愿：资生充足愿。第五尊药师佛法海雷音如来的第三愿：资生所需随念皆得。第六尊药师佛第一愿。第七尊药师佛第二愿：开晓事业愿。第三愿：无尽资生愿。

可见，药师七佛是很注重在现实生活实践之中来解脱、来成就的，甚至于把这个人生事业成功法放在第一愿，所以非常关注现实生活的实践。其实修行也是如此，如果修行要解脱，



你在现实生活中间修比你在山洞里面闭关修其实还更难。

我可以给大家推荐两本书：一本书叫做《雪洞》，这本书出了很多年了。《雪洞》讲什么内容呢？它讲的内容就是：有一位 21 岁的英国女子，英国的年轻女孩 21 岁就剃度出家了，出家以后在她师父的指导下，她就一个人来到喜马拉雅山，在一万三千两百尺那么高的喜马拉雅山上的一个雪洞里面独自一人去闭关修行 12 年。一万三千两百尺就是四千多米高的山洞，这个人的名字叫做丹津·巴默，她在里面一直闭关了 12 年，当然能够见性了。所以这个书的名字就叫做《雪洞》。在四千多米高的喜马拉雅山的一个雪洞里面修行 12 年，所以副标题就是：喜马拉雅山上的悟道历程。应该出了很多年了，前两年丹津·巴默又出了一本书就是《心湖上的倒影——给实修者的指导》。第一本书是讲她怎么闭关修的，第二本书就是她在各地指导大家修行，在生活中间修的方法。她就很

明确地讲了，其实她在山洞里面修的时候觉得很容易，但是在红尘中间来修，在生活中间来修确实是非常不容易的，要能够真正地不迷失是非常不容易的。

但是当然，如果我们真正地开显我们内在的觉性，然后在生活中间修也可以说是很容易的，在饮食、呼吸、睡眠里面就可以修行成就，因为每个人不管你修行不修行，信佛不信佛，你都离不开这个三要素，你要呼吸，你要睡觉，你要吃饭，药师法门就告诉我们怎么吃好不好吃，怎么睡好不贪睡，怎样做到吃好睡好心情好，然后能够实现觉悟人生。这个是讲在生活中间修行，可见《药师经》主要不是拿来读诵的，不是拿来念的，当然我们念也是一直在提醒自己照亮自己的心。主要不是拿来读诵，而是拿来在生活中间指导实践的，用来使我们的心智模式不断超越、不断提升的。释迦牟尼佛和药师七佛，他们所展现的人类的圆满进化，去到极致那么不仅仅是外在的三十二相的圆满，更是内在心灵的圆满。

## （二）利他法则

第二项事业成功的法则就是利他法则，运用利他法则获得事业巨大成功的典范，我们都知知道就是稻盛和夫。稻盛和夫晚年办了一个盛和塾，我们大陆这边也有很多企业家既跑到日本去参加盛和塾的活动，又在国内好几个省份组织盛和塾。稻盛和夫倡导以利他为经营模式，他的管理心法就是六句话：从人出发，以心为本，以信为门，发心于仁，践履于信，开启每个人的源头活水。开启每个人的源头活水，其实就是回归生命的本源，就是开启我们内在的觉性。稻盛和夫从童年时候，从他爷爷那里学会了“南無阿弥陀佛”，从小就受佛教影响，创业以后他从中国儒家文化里面学会了他的根本性的思维方式，那也就是四个字：敬天爱人。以“敬天爱人”作为根本性的思维方式。从禅的智慧里面悟出了管理方法、管理方式，因此他能够缔造京瓷等两家世界 500 强企业。这个

人很了不起哦，你看，他从禅里面获得智慧以后，他做一家企业就能够把这一家企业做成世界 500 强，你看他做瓷器，京瓷公司就是世界 500 强企业，先后打造了两家世界 500 强，而且拯救了一家濒临破产的、经营不善的曾经的世界 500 强企业，就是日航，日本航空。然后，他 60 岁以后也曾经出过家，然后去体验禅的生活。

当然时间关系，我们不展开来说了。简单地说，事业成功的利他法则就是四句真言，你掌握这个四句真言，你就真正懂得运用利他法则了，也就是：帮助人、鼓励人、成就人、与人合作。

首先是帮助人，只有帮助别人，才能成就自己，做事业做管理首先的出发点，就是帮助人而不是控制人。很多人就喜欢控制人，做家长喜欢控制儿女，做公司负责人喜欢控制员工，其实这个就很辛苦了，你要有控制，双方就形成一个拔河，你一个脑袋要去跟几百个脑袋去拔河你就很辛苦，人家也觉得很辛苦，你也觉

得更辛苦了，那就变成对立了。所以不是控制，而是帮助，这样你才会成功。不但是物质上、资源配置上帮助人，而且帮助别人照亮内心的盲点。

其次就是鼓励人，让别人更自信，提高他们对自己的期望值。研究期望值，研究好期望值是一门大学问，研究好了，对家庭幸福有利、对事业成功有利、对国家富强有利。在家庭之中，婚姻和谐的关键就是夫妻双方的期望值是否相符。如果夫妻双方对于婚姻的期望值都接近，都是同一个方向，然后这个婚姻就会长久；如果双方的期望值相差很远很远，即使全世界人眼中认为是最般配的一对，到最后最终的结局都将是不欢而散。

我们举个例子吧，比如说，英国查尔斯王子和他的第一任妻子戴安娜王妃，这一对曾经举行婚礼的时候被全世界人都很羡慕，都认为是最般配的一对，但是最终，因为大家的期望值不一样，最终在1996年离婚了，然后在1997年，戴安娜就死于法国巴黎的一场车祸。

在企业管理之中，期望值的运用也很重要，能够掌握每一位员工的期望值，你就能够把每一个人的积极性调动起来，把他们的身心状态调整到最佳状态，因此，企业当然会成功。这个其实也就是管理学上的“篮板效应”，大家打过篮球，或者看过人打篮球，一定知道这个篮板，这个篮球框，它一定要比人高一点，但是又不能太高。这个篮板效应就是三句话，也就是“两高一低”：工作指标定得比能力高一点；奖励额度比他的期望值高一点；然后惩罚力度比他的承受力低一点。这个就是用好期望值以后具体的做法，两高一低。就像你让人踮起脚尖才能够摸到篮板一样。

同样的，你要通过期望值的牵引力来提高人的能力，提高人的工作绩效，这个就是期望值的妙用。期望值用好了，对于一个国家的发展也是一个巨大的动力，一个国家国民的普遍期望值如果低于国民的平均素质，这个就被称为期望值的剪刀差，这种情况对于国家的发展是非常有利的。

也举个例子吧，比如说二战以后的德国和日本，我们知道二战之中，德国和日本是战败国，在战败的废墟上这两个国家民众的期望值就降到了最低点，但是他的国民平均素质并没有因为战败而降低，因此，劳动力成本低而素质高，技术水平高，这个性价比就是最优化的了，因此他就具有很强的竞争优势，因此德国和日本在二战以后，迅速崛起，成为发展最快的国家。

可见，利他法则的第二句话：鼓励人。“鼓励人”三个字运用好了，就能够使家庭幸福，能够使企业兴旺，能够事业成功，往大处说，还能够强国兴邦。

利他法则的第三句话，就是：成就人。帮助别人成功，自己才有更大的机会、更广的人脉。透过别人你才能够认识你自己，透过别人你才能够看清真正的自己，不然的话我们看不到自己的盲点，但是你透过别人可以看清真正的自己。

打个比方，你查一下你的手机，跟你经常

联系的十个人，然后他们的收入水平，把它加起来再除以十，那个平均值就是你的收入水平，差不了多少，所以，你透过别人才能够看到你自己。比如说，李嘉诚就说过他成功的经验，就是跟别人一起做生意的时候，共同赚的钱，自己分八十块是合理的，如果强势一点，分一百块钱也可以。但是这个时候，他就坚持只要六十块，看起来好像他很笨，其实是很有智慧的。这样成功的路就越走越宽，更高能量级的人就会主动来找他，主动来跟他合作。

利他法则的第四句话，就是：与人合作。只有与人合作才能够形成集群效应，形成集群效应才会有优势。再弱小的个体，如果一旦能够汇聚到一起就能够产生排山倒海的巨大的力量。所以卓越的成功者总是利用集群创造的优势来使事业所向披靡，获得巨大成功。一个地区的发展也是要能够形成一个产业集群才有优势。

比如说，你看美国经济之所以非常强大就



在于他有 34 个世界级的产业集群，全球第一的产业集群，当然他的竞争优势就非常大。

比如说休斯敦，休斯敦是航天工业集群；西雅图是软件产业集群；美国硅谷是微电子产业集群；加州是高尔夫装备制造和葡萄酒酿造业集群，还有洛杉矶是国防和航空产业集群；好莱坞是电影娱乐业集群；纽约是金融产业集群；拉斯维加斯是娱乐业、博彩业集群；波士顿是共同基金和生物制药产业集群等等，那么这些产业集群就构建了美国的全球竞争力。集群创造优势，集群能够创造奇迹。要有这样的大成功观。

我们来看《药师经》的第二尊药师佛，宝月智严光音自在王如来，他因地所发的第一大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，为营农业及商贾事，令心扰乱，废修菩提殊胜善法。于生死中，不能出离。各各备受无边苦恼。若能至心称我名者，由是力故，衣服饮食资生之具，金银珍宝，随愿充足。所有善根，皆得增长，

亦不舍离菩提之心。诸恶道苦，咸蒙解脱。乃至菩提。这是称名资生具足出离生死。

为什么念宝月智严光音自在王如来名号能够使我们经营农业成功，经营商业成功，金银珍宝随愿充足，同时，所有善根皆得增长呢？因为念佛名号就是唤醒自己和众生生命本具的觉性。在工作和生活中去帮助人、鼓励人、成就人、与人合作，当然就能够在世间事业取得巨大成功的同时增长善根。我们生命的意义，其实就是开启生命本具的智慧光明和以大爱心来唤醒众生。

听到这里，有智慧的同修其实早已经明白，利他法则的四句话其实就是菩萨的四摄法，你看，帮助人、鼓励人、成就人、与人合作，其实就是什么呀？布施摄、爱语摄、利行摄、同事摄。那么，帮助人就是布施摄，乃至我们说同事摄就是与人合作。所以学修佛法，你不要光光背名词，要知道它的妙用，菩萨四摄法其实就是利他法则。利他法则在事业之中怎么

用？学会这个四句话，这个四句真言，你的事业一定能够获得巨大的成功，而且不但是事业成功，你还能够成就觉悟人生。

### （三）行动法则

创造法则的智慧和利他法则的大爱，都要用大雄无畏的行动法则，有效行动才能够落实。

四书中间《论语》《孟子》《大学》《中庸》，《孟子》里面就讲过：“伯夷，圣之清者也；伊尹，圣之任者也；柳下惠，圣之和者也；孔子，圣之时者也。”值得关注的是伊尹，伊尹是圣之任者，“圣之任者也”这个“任”什么意思呢？就是承担责任，他是圣人里面行动力最强、最担当责任的。伊尹，他身处乱世，为了老百姓能够安居乐业就讨伐夏桀王，辅佐了商朝的三代国君，有大作为而又能够不受权力腐化，这是最难能可贵的。

我不知道大家有没有去过成都武侯祠？武

侯祠里面有一副对联，就是把伊尹比作诸葛亮，那个对联非常好，文化深度、文化含金量非常高。

祖师大德也开示说：“大士涉俗，小士居真，欲求佛道，岂离红尘。”真正的大士、大菩萨，他是在生活中间指导人修行，小士居真，欲求佛道，岂离红尘。

行动法则其实就是处世法则，怎样处世。儒家的处世法则就是四句话。

有一次子路问老师：如何才能够让人生活得完整、美满，并且保持这种完满而不倾覆、不失败？孔子回答他说，记住四句话：聪明睿智，守之以愚；功被天下，守之以让；勇力振世，守之以怯；富有四海，守之以谦。”这个就是儒家的处世法则、儒家的行动法则。

佛家的行动法则、处世法则就是六句话：奉献力、自律力、安忍力、进取力、专注力、洞察力。你要行动一定要有力量才能行动，这个六力就是行动法则，本来展开来说也是要讲很长时间，时间关系，我们略说一下。

首先第一个是奉献力。奉献力是指作事业的出发点是要为他人奉献，为社会创造价值。凡事如果只考虑自己的得失，那是俗人；尽可能为他人着想，这个是好人；一切都为他人奉献，这个就是菩萨。

英国的亚当·斯密曾经写过一本书《国富论》，《国富论》其实就是研究市场经济的，他发现市场经济的规律能够使人主观自利、客观利他。只有去利他，为他人去创造价值，才能够取得自己的事业成功，才能够真正的自利。所以《国富论》的出版代表了经济学作为一门独立的学科的诞生。

第二就是自律力。自律力包含了自我控制的能力，还有品德力。一个人要品德高尚很重要，只有品德高尚才能够帮助他在顺利的时候不会得意忘形，在挫折的时候不会垂头丧气，这个品德力能够帮助他在人生道路上披荆斩棘，走向人生的成功、幸福和解脱。

第三就是安忍力。安忍力包含了自信力和

自在力。能够有安忍力的人一定能够有自信，任何环境现前，都如如不动，任何遭遇他都很有自信；然后还有一种力量就是自在力，就是能够转化痛苦的力量，这个自信力、自在力都属于安忍力。

元朝时候有一位叫史弼，史弼汇编了一本很好的讲人生修养的书，叫做《景行录》。我会建议大家把《景行录》找出来看一看，有很多的很精辟的格言，比如说“不自重者取辱，不自畏者招祸，不自满者受益，不自是者博闻”。比如说“以忠孝遗子孙者昌，以智术遗子孙者亡”，就是如果以忠孝传家，子孙后代会很昌盛，如果你不讲忠孝只讲谋略智术，这样子孙后代渐渐会消亡。“以谦接物者强，以善自卫者良”，怎样自卫，怎样保护自己？以善自卫者良。

第四就是进取力，包含了决定力、热忱力、进取力，我们作出智慧的抉择以后要立即行动，用行动来消除恐惧。

第五就是专注力，能够打开潜能的宝库。

第六就是洞察力，包含了远见力、信念力、价值观和积极的心态，对于事业成功法则来说，有远见洞察力是很重要的。有没有远见，有没有洞察力，这个是很关键的，很重要的。

比如说，大家都是同一届同一班的大学毕业的同学，一开始刚刚毕业的时候大家各自找工作以后，因为都是刚刚出来的应届毕业生嘛，所以收入差别都不大，但是，工作五六年以后，你就发现同班同学大家的收入差距就很大很大了，有些人是年薪超过一百万，有些人每个月月薪才三千多块，你看都是同班同学。为什么呀？其实决定你能够拿多少钱并不在于你的学历，也不在于你的背景，而在于四个方面，哪四个方面呢？第一，你处在什么位置？第二，你能够做什么？第三，你做了什么？第四，你为谁做？那么“你能够做什么”其实代表的是你的具体能力，你考试的时候分数很高，不代表说你具体干活能力强，不一定的；“做了什么”代表的是你的方向和业绩；第四个“为谁做”

代表的其实就是选择和机遇，这个选择和机遇，是很需要洞察力的，为谁做，跟谁一起干是很重要的。

举个世间的例子吧，比如说民国初年的时候，有一个小凤仙，我们看有关蔡锷的那个电视连续剧，有一段就是他跟小凤仙的故事。我们要反思一下，如果小凤仙当年是跟了一个民工，就属于扫黄的对象，但是因为跟了蔡锷所以就千古流芳了。如果她有机缘跟了孙中山，她就有可能成为国母。所以跟谁一起干，这个其实干活很重要。所以这四个方面其实会决定你事业成功与否，决定了成功的大小。

有智慧的同修这个时候已经明白了，其实行动法则，这个六句话其实就是什么呀？其实就是用最通俗最浅白的语言来表述六度波罗蜜布施度、持戒度、忍辱度、精进度、禅定度、般若度。六度波罗蜜能够让我们在实现事业巨大成功的同时也成就菩萨行。

到此地，我们就简要地把药师法门事业成



功法的三大法则：创造法则、利他法则、行动法则分享圆满了。这三大法则不但能够让我们世间事业成功，而且更妙的是在成就财富人生的同时，也能够成就出世间的觉悟人生，成就菩萨行。

我们略作小结吧，从菩萨修行的因地上来说，创造法则就是大智慧，利他法则就是大慈悲，行动法则就是大雄力。你看有大智、大悲、大雄力，就一定能够成佛。从果地上来说，创造法则就是成佛以后的智德，利他法则就是成佛以后的悲德，行动法则就是成佛的断德。你看，智德、悲德、断德，三德圆，圆满成佛。

可见，创造法则、利他法则、行动法则是人生事业成功的根本法则。根本法则很重要，抓住根本，何愁枝末！你得到根本，一切枝叶自然得到了，你得不到根本，枝枝叶叶你永远学不完。事业要成功先要学习这个三大根本法则。

爱因斯坦说过：许多人都以为成功是由偶

然和运气组成，其实不然，它是由规律和法则组成。你看这个话就很重要了。很多人有一个邪见，他以为，哎呀，怎么成功啊？完全就是靠碰运气了。运气好，偶然因素就让我成功了；运气不好，然后我就失败了，这个其实错了。也正是由于爱因斯坦有大智慧和洞见力，因此他拒绝了出任以色列建国以后的首任总统。

1948年犹太人从英国的托管底下摆脱出来了，他们准备独立建国，建立一个国家，叫作以色列国。在他建国的前夕，很多很多人都认为说，爱因斯坦就是我们犹太人而且是全世界智商第一最有智慧的人，我们请他来做我们国家建国以后的首任总统一定是最好的。因此很多人就联名写信给常住在美国的爱因斯坦，希望他回国来担任总统，爱因斯坦就回了一封信，他说：“我有自知之明，我的专长是研究物理世界，要管理国家呀、要与人打交道啊，这个不是我的长项。”其实就是委婉地拒绝出任总统，你看这个一定要有洞察力，要有智慧才做得到，

一般的人，哎呀，请你做总统了，跑都跑不赢，不要说做总统了！叫你做县长都高兴死了，但是你要衡量一下你的能力够不够，你的能力、你的专长是不是那个方面，对不对？所以洞察力很重要。

美国教育家格莱恩·布兰德就说过：“随着时代的发展，成功的技术和方法都在不断地改变，但是成功的基本法则从未改变。”你看英雄所见略同，成功的基本法则从未改变，一定就是这个三大根本法则：创造法则、利他法则、行动法则。当然技术方法跟随时代的变迁不断不断在变化。

我们看经本就讲到了药师琉璃光如来，他的因中十二愿，我们看第二大愿，开晓事业愿：愿我来世得菩提时，身如琉璃，内外清澈。光明广大，遍满诸方。焰网庄严，过于日月。铁围中间幽冥之处，互得相见。或于此界，暗夜游行。斯等众生见我光明，悉蒙开晓，随作众事。你看最后的那几句话：见我光明，这是什么呀？

智慧法则；悉蒙开晓，是利他法则；随作众事，是行动法则。

好，到此地，我们就简要地把事业成功三大法则讲圆满了。

### 三、社会和谐法则

前面的人生健康法、事业成功法，都在个体外在这个象限。社会和谐法则就是在集体外在这个层面、这个象限里，处理好人与社会的关系。

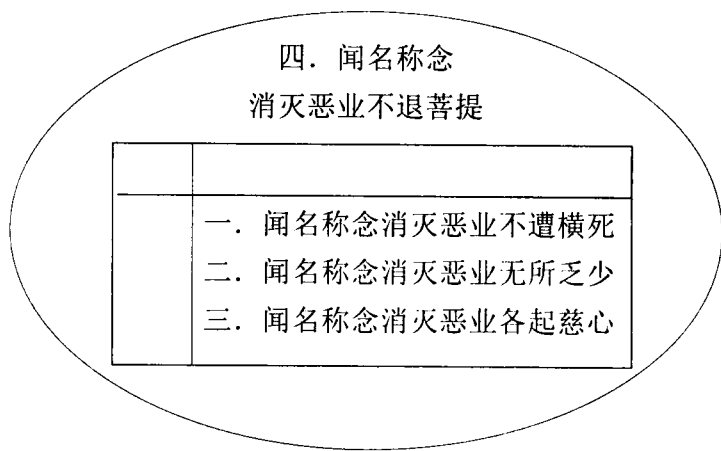
药师法门在后续的弘扬之中，我们会专门讲药师法门的心理健康随许法、社会健康随许法、伦理健康随许法，因此今天就是略说，不展开来说。因为其实要展开来说，都是很浩瀚的。

社会和谐法则是药师法门与社会科学汇通比较多的部分。

我们要知道社会科学包含了很多，你看包含了社会学、包含了经济学、包含了人类学、政治学、心理学、历史学等等。我们说社会学吧。社会学是专门研究社会的学科，社会学的研究范围很广范，既包括了微观的人际互动，也包括了宏观的社会系统、社会结构、社会制度的研究等等。我们讲社会和谐法则主要讲三点。

## （一）金色宝光妙行成就如来因地四大愿

第一点就讲，药师七佛因地四十四愿与集体外在象限，与社会和谐法则相关的有十三愿这么多，可见他是很注重社会和谐的。特别是第三尊药师佛，金色宝光妙行成就如来，因地所发四大愿，前面的三大愿都是在集体外在层面，我们看图表五吧。



图表五：金色宝光妙行成就如来  
因地四大愿对生活的指导

我们来看经本，第三尊药师佛的四大愿：

第一大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，造作种种屠杀之业，断诸生命。由斯恶业，受地狱苦。设得为人，短寿多病。或遭水火刀毒所伤，当受死苦。若闻我名，至心称念。由是力故，所有恶业，悉皆消灭。无病长寿，不遭横死。乃至菩提。这是闻名称念，消灭恶业，不遭横死。我们看那个图表，就是在集体外在这个象限里面。

第二大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，作诸恶业，盗他财物，当堕恶趣。设得为人，生贫穷家，乏少衣食，常受诸苦。若闻我名，至心称念。由是力故，所有恶业，悉皆消灭。衣服饮食，无所乏少。乃至菩提。这是闻名称念消灭恶业，无所乏少。

第三大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，更相凌慢，共为仇隙。若闻我名，至心称念。由是力故，各起慈心，犹如父母。乃至菩提。这是闻名称念消灭恶业各起慈心。 这个三大

愿特别特别殊胜，他帮助的是那些看起来业障特别重的人，都能够帮助他们解脱、成就。你看有一些是造杀生恶业的人，有一些是造偷盗恶业的人，你看帮助那些恶业很重的屠夫、小偷，还有有一些是很傲慢的人。

第四大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，贪欲瞋恚愚痴所缠。若出家在家，男女七众，毁犯如来所制学处，造诸恶业，当堕地狱，受诸苦报。若闻我名，至心称念。由是力故，所有恶业，悉皆消灭。断诸烦恼敬奉尸罗。于身语心善能防护。永不退转。乃至菩提。这是闻名称念消灭恶业不退菩提呀，这样多的众生，更是不可思议了，对于那些犯戒的，退菩提的人都能够帮助他们解脱呀。

我们来看这个图表五，在集体外在这个象限里面就有一、二、三愿，第四愿就是在灵性生活那个层面了，这个就是图表五金色宝光妙行成就如来因地四大愿对生活的指导。第三尊药师佛因中四大愿特别殊胜，都是帮助众生消



除极重的恶业，杀生啊、偷盗啊、傲慢啊、犯戒退菩提啊，都是极重的恶业，金色宝光妙行成就如来的愿力特别殊胜，帮助消除这样的恶业，见地是甚深甚深，见地与大手印见是无二无别的。

这个四大愿为什么我们要抽出来念？为什么呀？因为经文虽然短，但是可以完整地、圆满地含摄《维摩诘经》的全部修法。《维摩诘经》很了不起，见地特别殊胜，并且来说也是我们禅宗所依据的根本典籍之一。而且这个四大愿也可以含摄大手印的见、修、行、果。《维摩诘经·弟子品第三》上面，维摩诘居士对大迦叶尊者说法：“若能不舍八邪，入八解脱，以邪相入正法，以一食施一切，供养诸佛。及众贤圣，然后可食。”你看这个“不舍八邪，入八解脱”，这八个字很重要，如果你只能够在舍八邪的情况下才可以解脱的话，那就不是真解脱，为什么呀？因为有条件的解脱不是真解脱，有条件才能成就都是生灭法，而解脱是

不生不灭法，所以维摩诘才说：“不舍八邪，入八解脱。”为什么金色宝光妙行成就如来能够令杀生恶业消除呢？因为念佛名号就是唤醒觉性，真正要杀的是我们内心的贪婪、愤怒、愚痴这些负面情绪所形成的能量结，它会障碍我们，真正要杀的是贪瞋痴的能量结，才能够让我们活出完整的人生。所以你不要以为说第三尊药师佛的前三愿跟我没关系呀，不要这样想，你没有贪瞋痴吗？有啊，有的话就会需要第一大愿的加持和帮助。

为什么念佛名号能够灭偷盗的恶业呢？

因为犯偷盗的背后是内心觉得不足，不满啊，不够啊，心灵迷失啊，不知道自性本自具足啊！所以念佛名号就能够消除心灵贫乏。

为什么念佛名号能够灭傲慢的恶业呢？

因为傲慢的背后是执著，执著你的相貌、执著你的能力、执著你的财富、执著你的年轻等等，然后你就起傲慢心，这个背后的问题是执著，所以念佛名号能够让我们内在的生命觉

性唤醒，自然就能够消除众生内心深处的那种执著心。具体要怎么修呢？

我们讲了药师法门是特别特别注重你一定要能实践，光说理论没用。具体怎么修呢？你看，我们从内在的修心来说，内心的杂念是由于什么？由于瞋恨心。内心，你看我们有种种的贪心，是因为什么呀？因为你有贪心，所以才会走不正当的途径，就会犯偷盗；因为你有瞋恨心，才会去伤害众生。用觉察力就能够让你把你生命本具的觉察力唤醒，让它发挥妙用。所以我们一直强调要活在当下，就是在人存在的五个象限都保持觉察力，你就能够活在当下，就能够让你看清当下的完整的全面的状态，就不会被贪婪、愤怒、傲慢的情绪所操控。

《普贤王如来愿文》说：“自性原来清净住，三界纵恶亦无惧”，觉察力的背后是觉性。这个觉察力，这个觉性才是主人，我们的心灵是家园，觉察力、觉性、智慧才是主人。当我们负面情绪生起来的时候，要能够马上看清来客，

你看，主人在家里面，有人按门铃了，主人就透过这个猫眼看清楚来客，然后再把客人请到家里客厅来坐。那么你也是这样，当你内心起烦恼了、起贪心了、起愤怒心了、起傲慢心了，怎么办呢？只要你主人在家就不怕，主人在心灵的家里面，透过那个猫眼，就是透过觉察力。觉性是什么呀？我们人人本具的觉性就是法界体性智，法界体性智就圆满地包含了大圆镜智、平等性智、妙观察智、成所作智，所以你要知道这个五智就是五个家庭成员，法界体性智就是我们的觉性，他是家长。家里面有五个家庭成员，所以如果看到负面情绪起来不怕呀，只要你的家人在家里面，就透过那个觉察力的猫眼就看清楚来客是谁，噢，愤怒先生来了；啊，贪婪先生来了；傲慢先生到我家里来拜访了。你看，傲慢先生、愤怒先生、贪婪先生呢，他们来到你的心里面就是来你家里做客了。只要你看清楚，认清来客，你就不怕了。你看，这个时候客人来了怎么样？你一定要依礼相待，

不能够把客人拒之门外对不对？所以贪婪先生来了你也别怕，把门打开让他坐进来，坐在客厅，坐下来，倒好茶，好好地陪同一下，你看你家里面来了客人了，你会做两件事对不对？

第一件事就是，由于客人来访了，所以我们在家里的活动会更有觉知，你会更加地保持你的觉知力。比如说你家里来了客人了，你不可能去穿一条短裤在客厅里晃来晃去吧，那太不礼貌了，对不对？所以同样地也是如此，你要把你的觉察力正知唤醒，让它更有力量。

第二件事情就是让客人从容地自行离开，不应该把来客执著为家里的成员，不要把客人当作家里面的成员，那个叫认贼做子啊！客人就是客人，客人自己来，他也会自己走，你以礼相待就好了，也不要赶他走，也不要拒之门外，更不要糊涂说把他当作自己家庭成员，都错了。家里面只有五个成员就是五智。

普贤王如来的窍诀说：于五妙欲无贪执，离念自生觉性中，无存色法与五毒。无存色法

与五毒，事实上你能够一直用这个窍诀，你就是能够真正地把第三尊药师佛这个愿力能够运用好，然后当你运用好了以后，你就能够恍然大悟：哦，原来五毒其实它的本体都是什么呀？都是五智菩提，都是五智菩提光明的歪曲反应，所以要唤醒五智菩提，那么根基、基础就是时刻保持觉知。

为什么念佛名号能够灭犯戒的恶业呢？能够灭退菩提的恶业呢？因为药师七佛的见地甚深，与大圆满见无二无别。

我们看大手印有四重直指教授：

第一步就是，明示所见者是心；第二步就是，证知此心是空；第三步就是，了知此空性是任运本具；第四步就是，认知此任运本具是自解自脱。一切万法都是自显现，自解脱呀！所以修行他的根本见，最透彻圆满的见地就是这六个字：自显现，自解脱。心性自解脱就安住于法性，法性自解脱就能够安住于平等性，平等性自解脱就能够圆证菩提。其实我们能够安住

于平等性的时候就已经是禅师所说的：平常心是道。因为禅宗是一超直入不讲次第，很多人口头就学会了很多话，但是不知其深意。禅师说：“平常心是道。”这个不是凡夫能说的呀，什么人能够说“平常心是道”？八、九、十地菩萨是清净地菩萨，他们才能够真正做到法性自解脱，安住于平等性，这个时候才是真正地能够说平常心是道啊！然后连这个平等性也能够自解脱，那就是圆证菩提了。当然如果我们展开来说，这个是甚深甚深的见地。这个见地可以说就是了义大中观见，就是禅的见地，也是大手印见。我们不展开来说。

## （二）制度活力法则

第一个要点我们讲了，特别重点地讲了第三尊药师佛的四大愿怎么修，第二我们要讲就是制度活力法则。我们说一点浅显的，就是跟我们现实生活息息相关的。我们每一个个体事

业要成功都离不开和谐的社会、完善的法律来作保障。法律治国，诗书化人。耶鲁大学的教授陈志武曾经提出过一个非常尖锐的问题：中国人为什么勤劳却不富有？你看，虽然我们的GDP已经是全球第二，但是，我们的国民平均值那就很低了，在一百名以外呀，所以从公民个人来说，其实除了少数人之外，应该说是普罗大众并不富有，中国人为什么勤劳却不富有呢？

其实财富贫困的背后是权力贫困，尤其是农村的农民，你看农民拿着这个土地是集体所有，所以他无法去变换，去置换成为资产，无法变成资产在市场流转，那这个其实就会有很大问题。当然也不展开来说。你看，你没有财产权，包括农村的宅基地都是不可以自由流转的，这个其实都是权力贫困，为什么广大的农民会财富贫困呢？其实最根本的原因、背后的原因就是权力贫困。因此李克强总理才一直强调说：改革是当今中国最大的红利。这个中



间就包括了顶层设计的完善和制度的完善和改革。经济学家弗里德曼是我非常欣赏的一位经济学家，也是少数真正头脑清醒，真正有点明白的经济学家。很多经济学家其实讲的那个理论都是马后炮，不靠谱的，但是弗里德曼很多大白话就说得很透彻了。大家如果有兴趣可以多看他的书，应该说对这个经济规律就会看透很多。弗里德曼曾经有过一段名言就是：花自己的钱办自己的事，既讲节约又讲效果；花自己的钱办人家的事，只讲节约不讲效果；花人家的钱办自己的事，只讲效果不讲节约；花人家的钱办人家的事，既不讲效果又不讲节约。这个是大问题你知道吗？你知道在说什么吗？我们很多时候，如果是公共财产，无论是政府官员托管也好，其他托管也好，都变成是什么呀？花人家的钱办人家的事，既不讲效果又不讲节约。这是一个很大的问题，资源浪费很大。

比如说企业经营其实有两个层次，一个是产品运营，第二个就是资本运营。产品运营是

通过买卖产品来获得收益。用一个比方说，就是养鸡下蛋。你去卖蛋有收益；资本运营就是靠买卖资产来获得收益，就譬如说是孵蛋卖鸡，你不是卖蛋了，你是卖鸡，这个鸡能够生蛋，卖给人家去生蛋，这个是资本运营。当然产品运营是小成就了，真正能够掌握资本运营那个才是大的成功。

政府运营其实也是这样，如果只是停留在产品运营这个水平上，那就容易陷入到两难困境，两难境地呀，就一定会左右摇摆，在彻底市场化还是全面公益化，这个两者之间左右摇摆，在两难选择之中觉得左右为难，这个就是我们的医疗体制改革、教育体制改革，为什么喊了这么多年一直停滞不前，最大的症结就在于此。

所以我们习总书记说执政党要提高执政能力。不单单是做产品运营，政府也要能够学会资本运营，要解开这个结，就要政府能够学会运作，学会作资本运营，运用好双轨制。现在

我们可以看到教育资源、医疗资源其实都是颠倒的，为什么颠倒？你看，政府配置了最好的资源给清华给北大，对不对？这是中国最好的学府，然后那个富有的人，当然他们也出得起钱，也拼命把小孩子送到那里面去，然后当然其他的学校，就是一般的人小孩子才能够去到。这个其实是颠倒过来的，应该怎么样？应该把最好的大学用高价钱卖给民营，反正富人有钱出得起价，你出高价去读最好的大学就对了。然后由此政府就能不断不停地产生收益，产生收益以后去补贴那些相对二流三流四流的那些学校，然后再让相对比较很一般、很贫困的家庭子女近乎免费或者很少的钱能够上得起大学，这样才是正常的，才是合理的。

医院也是如此，医院应该怎么样？应该把最好的那些医院，你看，协和呀，同济呀，这是中国最好的医院，那你应该用高价钱把它卖给民营企业。民营企业自己运营，用自己的钱办自己的事，既讲节约又讲效果，他一定会经

营得非常好，不会让它垮掉的。一定收费会很高的，那你有钱，能够出大价钱你就去那个最好的民营医院去看就好了，这样然后政府得到的收益，再来补贴那些二流三流四流的医院，然后让老百姓花很少很少的钱就能够看好病，这样就对了。现在是反的，所有的资源到了最好的，而且最好的大学、最好的医院，那个医院其实就变成怎么样？就变成是把资源都占光了，为什么呢？最好的，最富有的人都到最好的医院去了，而那个是政府的医院，那么就把民营医院挤压到没有空间了，他们只能够给那些相对贫困的人看病，当然就出不起钱，出不起钱呢，民营医院就没有钱，他就无法去扩展，无法去搞科研，就变成他的医疗水平越来越低。

有没有看到医患矛盾的根源在哪里，医患的根源其实是我们这个设计有问题，我们政府直接做产品运营，提供大学，提供医院，这个其实错掉了，不用啊。我做资本运营就好了，我把最好的卖掉，而且能够不断地有税收，不

断地有收益，用那个钱来补助相对差的，然后给那些一般的民众提供很低廉的、很优质的医疗服务和教育服务，这样就对了。

所以学药师法门要跟现实生活要联接起来，你要可以看到怎样能够让这个社会更健康，更和谐，更繁荣，不是只顾自己成功，对不对？这样，我们就可以看到这个中间制度活力法则是非常重要的。当然也不展开来说了。

### （三）社会责任法则

社会责任法则就是我们每一个人都要承提社会责任。北宋时候的张载说过一段著名的话：“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。”这种胸怀就是社会责任呐！天地不是指物理世界的天地，而是指万物的勃勃生机，这个生生不已的根本生命力就是天地，古人称之为：天地有好生之德。

所以第一句，“为天地立心”，就是说：开发每一个人生命的活力，为社会重建精神价值。

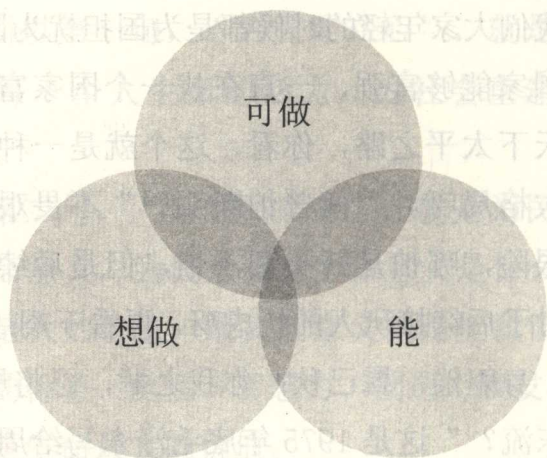
第二句，“为生民立命”，就是为民众确立生命意义，为民众确立生命意义是什么呀？生命最大的价值，最大的意义就是把我们的生命本身的价值、觉性、智慧力、创造力焕发出来，这个是生命最大的价值。

第三句话就是“为往圣继绝学”，为前圣继承已绝的学统和道统，也就是讲传承文明；“为万世开太平”，就是让民心都能够止于至善，就是为千秋万代，为万世都开拓了太平的基业，这个就是社会责任感和历史使命感。

能够有这样的担当，人生的境界才会高远，才能够心怀天下。比如说毛泽东，他在世的时候，他最后作的一首词就是叫《诉衷情》，这首《诉衷情》是1975年年底的时候，毛泽东写给周恩来的一首词，“当年忠贞为国愁，何曾怕断头？如今天下红遍，江山靠谁守。”这个是上阕，

当年我们大家年轻的时候都是为国担忧为国愁，希望国家能够富强，一直在找一个国家富强之路、天下太平之路，你看，这个就是一种大心胸，大格局呀。“何曾怕断头？”不畏艰难，不畏艰险，哪怕是断头都不怕，但是后续就表达他对于后续接班人的忧虑呀。再看下阕：“业未就，身躯倦，鬓已秋；你我之辈，忍将夙愿，付与东流？”这是1975年底毛泽东写给周恩来的一首词，表达的就是忧国忧民的情怀。

所以个人事业要成功，首先要有大心胸、大格局，对于人类文明进步，人类历史发展，人类社会演进和人类思想进化，要能够有系统的认知。这个就是在历史的长河中间，先找到自我的位置，你先看清楚，要认清自己，认清世界，找到自己的自我位置。就能够使一个人逐步变得内心强大，具有社会责任感和历史责任感、历史使命感，日后才能够在各自的领域为社会做出贡献。我们看图表六：



图表六：选择事业发展方向的定律

图表六就是选准事业发展方向的定律。有些人说“哎呀，我大学毕业了，我不知道找什么工作好呀？”父母亲也为儿女发愁：啊，我这个儿子，我这个女儿，你看，大学四年、六年读完了出来，到底事业往哪个方向发展呢，不知道怎样的选择才是最好的选择。药师法门里面就告诉我们，你要做最好的选择，事业发展的方向就离不开这三个圈，三个圈重叠的部分，才是你的机遇，其他的都不是最好的。第



一个圈就是什么呀？你要选准事业发展的方向，就要能够找出可做、能做、想做这三个圆圈圈它的重叠部分，你看画了黑影，画了阴影的那个一小部分，才是你的准确事业发展方向。

“可做”很重要，“可做”就是社会发展趋势非常需要，比如说我们昨天讲到的健康管理，这个是社会特别需要的，健康管理，大健康产业。

“能做”是什么呢？“能做”就是你个人有能力，你和你的团队的能力跟你要做的事情相匹配，你能够调动的资源配置跟事业发展要求相匹配，这个就是你要有能力做。你心里面想做，社会也需要，但是你的能力达不到，你也没有资源，你不能够相匹配，你的能力跟你想做的事情不相匹配，那也做不到，做不好呀。

然后是“想做”，“想做”就是社会需要了，你自己的能力和资源配置也达到了，还要看你心里面想不想，人只有做自己才最开心，你心里面不想做，勉强押着你做也没有用，只有想做，

内在的创造力才能够焕发出来，是自己真正有兴趣的，发自内心地喜爱这项事业，你才能做好。所以我们就可以明白了，能够同时满足可做、能做、想做这个三要素的事业，你去做就一定能够获得巨大的成功。所以如果我们的居士们为人父母，要想给你的儿女找出最好的事业发展方向，你就要用好这个图表六，在这三个圆圈圈的重叠部分帮儿女做好分析。父母亲其实不要管小事，应该在最关键时刻起最关键的帮助和作用就好了，把选择权交给儿女，但是用你的人生智慧和经验给他一些良好的建议。比如说这三个圆圈就是事业发展方向的很好的建议。

其实做生意只有两种方法。一种就是先做好产品，然后去找市场。很多人做生意都是这样做的，他以为说我开发了产品，我就不愁没市场，其实未必呀，这样的公司死的肯定比活的多。你不要以为说你找钱来，把技术人员找来，

然后你生产了产品就会有销路，就能卖出去，那恐怕你死得很快，不是这样的。

第二种是看准了市场，把握了社会发展趋势，然后去设计最恰当的产品，这个就符合：可做、能做、想做三合一定律，当然你的事业就容易成功。

好，我们终于把药师法门“人生点金术”的第一把金钥匙：人生成功的金钥匙讲圆满了。我们讲了人生健康法、事业成功法，还有社会和谐法，主要是在个体外在和集体外在这两个象限里面。

药师法门  
人生幸福法

藥師法門

今生成就法



人生幸福法，主要是在个体内在和集体内在这两个象限里面。我们分开来说吧，第一部分就是智慧人生法则；第二部分就是幸福人生法则。

个体内在和集体内在都是侧重于修心，幸福是内心的感受，因此个体内在象限的智慧人生和集体内在象限的幸福人生都属于药师法门的人生幸福法。

一般人都认为说是“成功使人快乐。”但是其实你误解了，美国加州大学曾经专门作了一个课题研究，调查了27万人，他们发现不是“成功使人快乐”，而是“快乐使人容易成功”你不要搞反了，搞反了你就难成功。你有快乐的能力，有幸福的能力，你就更容易成功，就如同免疫力很强的人不容易生病一样。同样的，善于调整心态，幸福感很强的人，把握幸福的能力很强的人，他不是没有遭受过打击，而是情绪免疫力强，因此很快就能恢复，因此他们容易成功。

## 一、智慧人生法则

智慧人生法则包括了三大法则，也就是释放天赋法则、转五蕴成五智法则，生命智慧教育法则。这三个法则就是智慧人生的三大根本法则。要知道药师法门的殊胜在哪里呀？你在社会上你看一千本书，还不如听一次《药师经》，为什么呀？你看的书都是那些枝枝叶叶，很琐碎，讲一点点，一点点他就把它稀释到成一本书。所以说有一段话说：能够把一句话扩展为一百句话，这个叫作作家；能够把一句话说成十句话，这个叫作教授；有一句话就说一句话，这是律师，很严谨；有十句话只说一句话，这个是政治家，叫作谋略；有一百句话只说一句话，这个是出家人，叫作玄机。

所以你要搞清楚，我们其实讲的这些人生成功的三大法则，这个都是根本法则了，创造法则、利他法则、行动法则，同样的，智慧人生三大法则，其实也是根本法则。

## （一）释放天赋的 12 条定律

我们先看释放天赋法则，也就是释放天赋的十二条定律，所谓释放天赋就是按照脑科学的最新成果、最前沿成果，能够释放大脑的潜能。

曾经担任过国防科技大学校长和南方科技大学校长的朱清时，朱清时学习佛法以后非常非常信佛，他很有感触地说：“一个彻底的科学家，到了一定程度，都会发现人的认识是有极限的。人类只是生物进化的一个阶段，科学家要找办法突破这种极限，首先必须提高大脑的感知和认识能力。而佛学能够让人在禅定状态下安静地思考，这个状态下大脑就成了超导体。”让我们的大脑成为超导体，它能够把整个法界的智慧都能够接收过来，这样就对了。不是一个容器，而是一个接收器，一个发射器。

美国有一位叫作约翰·梅迪纳的脑科学家写过一本书，就提出了开发大脑潜能的十二条定律。约翰·梅迪纳是华盛顿大学的发展生物

学教授，也是西雅图太平洋大学脑应用研究中心的主任，多年从事脑科学的研究。

## 1、运动定律

多运动，调整呼吸，增加血液里面的带氧量，那么脑力就能够开发出来。要知道我们的大脑只有3磅重，但是我们佛弟子要成为开发这个3磅重的大脑，把它的潜能完全释放出来的实相物理学家，能够证悟诸法实相，研究大脑潜能，研究人的潜能完整释放的一个实相物理学家。大脑的重量不足体重的2%，但是大脑对氧气的需求量非常大，占到了整个身体需求氧气量的20%~25%。大脑消耗的能量也很大，它消耗的能量占到我们全身能量消耗的1/8~1/6，因此要多做有氧运动，增加肺活量。并且来说，你去做运动，恰当的运动能够促使大脑释放出一种特殊的化学物质，可以促进记忆力的提升和智力的良好发展，对智力良好发展有很好的作用。并且能够把我们用脑所产生



的代谢产物——乳酸，把乳酸和二氧化碳迅速地排出体外。

所以我们可以知道，那些喜欢旅游的驴友，自己喜欢做自驾游，驴友啊，比那些长期猫在家里面，窝在家里面不运动的沙发土豆要更聪明。所以经常去爬爬山是好的，当然了最好的就是练药师瑜伽法，这个是最好的选择了，既做了有氧运动，又能让我们肉身、能量身，还有我们的因果身都强大起来。这样我们的解脱才有基础，一个人弱不禁风，他怎么可以做好事业呢？同样的，一个人肉身、能量身、因果身都没有强大，他怎么会明心见性呢？他一定需要能量基础。

## 2、生存定律

我们的大脑一直在进化，要知道我们现在的大脑结构跟古人的大脑结构，其实是有很大的差异了，而且后来的人跟我们的大脑结构比起来又会有差异，大脑一直一直在进化。有两

种方法——在上古时期，在人猿刚刚相分别，刚刚分开，那个原始上古时代，人类生存环境非常恶劣，但是这个时候有两种选择，有两种方法可以帮助人类战胜残酷的环境。第一种就是让自己的身体变得更强壮；第二种就是让自己的大脑变得更聪明。我们的祖先选择了后者，给大脑增加神经元，并且还增加神经元跟神经元之间的联结，而不是为骨骼增加肌肉。这样我们人越来越大脑进化，成为世界的主人。

### 3、脑结构定律

同样是人，每个人的大脑也有不同，可能还有比较大的差异。每个人大脑的神经网络有都一致，都相同的国道、省道，但是往底下走就不一样了。我们每个大脑里面的国道、省道是一样的，那些智慧的道路，那些县道、乡道、村道，小巷子、土路，每个人每个人都绝对绝对不同。所以你怎样去开发，释放你的天赋，这样就要懂得这个脑结构定律。

#### 4、注意定律

注意定律就是大脑不会关注无聊之事。

#### 5、短时记忆定律

具体的事物容易记住，还有现在有一种什么呀？记忆树。现在很多人要提高记忆力，尤其是短时记忆力，用一个记忆树把他全部所有的信息都连起来，用一棵树一样的，这个就符合大脑的这个结构，因为人聪明不在于你这个脑大小，也不在于你神经元的多少，而在于神经元跟神经元的联结是不是非常非常多，联结非常非常多，而且一直在用，就会智力比较高。用那个记忆树是很好的方法。

#### 6、长期记忆定律

就是有规律地重复才能够长期记忆。

#### 7、睡眠定律

要睡得好，大脑才会转得好，我们药师法

门里面当然就有更殊胜的睡光明法和梦瑜伽法，很简单，比如说你要看书，有些书你一下子看不了那么透也没有那么多时间，怎么办呢？你就把书先由头到尾快速地翻一遍，完全不翻也是不可以，快速地翻一遍，然后用你的能量身感知一下，睡觉以前放在你的床头，文殊菩萨就会加持你，在你睡眠期间，那个书里面很多的内容，你原来搞不懂，没有贯通的，醒过来可能自然也就贯通了，这个是用好睡光明法。

## 8、压力定律

长期压力大会损伤你的大脑，长时间的精神压力就会妨碍大脑细胞对氧气的吸收和对营养的及时吸收，就会使人内分泌功能紊乱，交感神经系统兴奋过度，植物神经系统失调，因此就会损伤大脑，要能够保持觉知才能够保护大脑。有一些人其实他觉得，哎呀，我要考虑事情，我觉得我脑袋很昏沉，所以我抽支烟，

让我更清醒一点，或者喝点酒，但是其实你要知道，你的大脑唯一需要的营养是什么，知道吗？葡萄糖。你抽烟喝酒刚好就是损害你的大脑，一方面你以为说你脑力不足，一方面你又在不断地破坏它，这个是错误的做法。

### 9、感觉统合定律

大脑是喜欢多重感觉世界的，我们的智力也不是由脑袋的大小来决定，而是神经元它们的联结的数目是不是足够多，来决定的。

### 10、视觉定律

我们要产生视觉效果，所以 PPT 有图像，其实会是更好的。视觉是最有力的感观。

### 11、性别定律

男女之间其实他的关注点是不同的，性别定律，男性会记住更多的要点，女性会记住更多的细节，这是天然就有差异的。

## 12、探索定律

大脑是天生的探险家，我们不展开来说，对于已经为人父母的居士来说，怎样能够帮助儿女开发大脑智力呢？这个就是尤其重要，就是很现实的需要。

药师法门好就好在这里面，很多都是解决我们现实的需求，不是说要你来生才成就，生净土。而是现实你有什么需求，在满足你、帮助你同时让你觉醒。我可以推荐，如果是为人父母者，特别地推荐大家看八本书，看完八本书呢，你这个父母就做得称职了、合格了。其实父母是最需要训练，但是最缺乏训练的，所以很多其实就是伤害到自己的儿女还不知道，没有掌握生命成长的规律，你以为说你在全心全意地爱你的孩子，其实你就是在全心全意地摧残、毁掉你的孩子，为什么呢？你不懂得他内在的规律，你那些方法都是完全相反的，相错的，这种就很糟糕了。你看原来没有搞计划生育，一个家庭三五个小孩子，父母亲根本上

顾不过来，理都不理他，照样成长得很好。现在每个家里都是独生子女，父母亲也围着他转，爷爷奶奶也围着他转，外公外婆也围着他转，六个人管一个，那个小孩子就是个小皇帝，但是那小孩子还很多烦恼，很多问题，很多麻烦，心理很脆弱，动不动就喊自杀了。为什么呀？因为你没有掌握内在的教育规律，你这个方法用错了。

推荐大家看八本书。第一本就是美国两位博士写的，美国的乔普拉医学博士，还有坦奇博士，他们联合写了一本书叫作《超级大脑》，两位博士经过20年的研究发现：90%的人几乎一辈子都不懂得主动地去优化大脑的运作方式，甚至于想都没有想过要优化大脑的运作方式，更加不会主动去优化它了。如果不主动优化它，大脑就会在你第一次作出某一种选择以后，就会固化这种思维方式，以后遇到类似的问题，它就会自动运行，那么就形成了一个思维路径依赖，就局限了你自己呀。什么意思？我们看

下雨就知道了，你去海滩边上，看那个下大暴雨的时候，这个雨点滴在沙滩上，第一滴雨点砸下来，把沙滩砸出一个坑来对不对？第二滴雨点砸下来它会怎么样？它会自动流到原来那个坑里面去，对不对？这个就是思维路径依赖，我们的大脑也是这样的。所以你要学会主动优化你的大脑，这个就对了。两位博士越研究到后来越发现，运用佛法保持正念，能够更好地开发大脑。因此他们就提出：大脑进化的下一个阶段，就是觉醒的大脑。他们特别提倡卡巴金讲的正念疗法，正念疗法用于开发大脑是非常好的。这是一个心理学的疗法，就是把禅的智慧，把我们的内观禅，觉知呼吸、觉知感受、保持平等心，把内观禅的智慧运用于心理治疗，就发展出正念疗法。也能够帮助我们开发大脑，开发觉醒的大脑就能够使我们拥有完美的人生体验，让幸福体验最大化。

第二本书推荐的就是，日本人久恒辰博写的一本《幸福脑》也出版了好几年了。



第三本书就是由美国抗老医学会的达哈玛·卡尔萨所写的一本书，书名叫作《优质大脑》，大脑怎么最优化。

第四本书就是《大脑开窍手册》，你老是觉得你儿子学习不开窍，怎样帮助他开窍呢？一定内在有规律。

第五本就是盖尔伯写的《快乐脑——学习爱迪生的五种创新思考法》。

第六本书就是《全在你脑中——改变你的生活，改变你的健康》，作者就是佩特斯。

对于禅修的人来说第七本书《禅与脑》也是很重要的，不单单是能够对你改善大脑有帮助，改善它的运作方式有帮助，而且对于你禅修有帮助。

第八本书就是《批判性思维工具》，当然还可以列举的是非常非常多，我们也不展开来说那么多了。因为这个很重要。为什么要释放天赋呢？因为这是我们的物质基础，是我们的能量基础。你要在现实生活中间修行，如果你

没有把你的天赋开发出来，你是没有办法去支撑的，也就是说你的能力跟你的目标——你想解脱，你的能力不足以支撑，你想事业得大成功，你的大脑运作高度不足以支撑，而且我们的大脑不像电脑，电脑你可以弃旧换新，我们就只有顶上顶的这个脑袋，就用一辈子。所以怎样能够让大脑记忆库能够自体扩充，怎样让大脑运转速度能够越用越快？首先我们就要能够掌握最前沿的脑科学研究成果，掌握内在规律，才能够释放思维的爆炸性能量。

比如说海马回，海马回其实就像内存一样，当电脑处理信息的那个效能降低的时候，我们只需要整理内存，删掉不常用的那些档案、那些文件，那么就能够马上提高信息处理能力。

同样的，我们不论年纪多大，我们的脑细胞都会继续成长，不断地制造出新的脑神经细胞，只要利用好新的神经元来恢复海马回的功能，就能够提高大脑的信息处理能力。

从药师法门来说，就是通过饮食、呼吸、睡眠来补脑。比如说血糖要足够，因为葡萄糖

是脑部唯一的能源，可以多吃含维生素 C 的蔬菜、水果，还有糙米。比如说我们要多吃一些能够修补修复神经元传导物质的这些食物。比如说核桃，核桃是有很多丰富的不饱和脂肪酸的。还有比方说像小米、大豆、酸奶等等。还有具有醒脑作用的食物，比如说坚果、小麦胚芽等等。当然大脑只是基础，更重要的是思维方式。因为思维质量就决定了生活质量，因此我们在有了能量基础、物质基础以后，更重要的是要开发我们的智慧。

## （二）转五蕴成五智法则

五蕴	五智	五方佛
色蕴	大圆镜智	大日如来（遍照金刚）
受蕴	平等性智	宝生佛
想蕴	妙观察智	阿弥陀佛（无量光）
行蕴	成所作智	不空成就佛
识蕴	法界体性智	阿閼佛（不动金刚）

图表七：转五蕴成五智

转五蕴成五智法则有一个图表，我们看图表七，五蕴怎样转为五智，然后成就五佛。图表七就是转五蕴成五智、五佛。这个就是智慧人生第二项法则——转五蕴成五智。

第一项法则释放天赋法则是开发大脑的智慧，这个只是世间的聪明。

第二项转五蕴成五智开启的是出世间的智慧，法相唯识宗就认为修行成佛要转八识成四智。中观派和药师法门他们就认为，修行成佛的原理是转五蕴成五智、证五佛。

第一就是，转色蕴成大圆镜智。眼、耳、鼻、舌、身五根，五根它们对色、声、香、味、触，这个五尘。第一念觉知的功能完全是直觉，五根刚刚对五尘，第一念是五根的觉知力，所以它完全就是直觉，没有思维活动。

第二念就是五俱意识跟着来了，五俱意识跟着来以后，就有了分别，就有了轮回了。所以第一念直觉的智能是无分别现观，如镜现影，像一面镜子能够如实地显现万物的影像，如镜

现影，所以称为大圆镜智。拟人化我们就称为大日如来，称为遍照金刚。

再说受蕴，转受蕴为平等性智，受蕴是人体身心的感受功能，苦、乐、忧、喜、舍五受。苦乐是生理性的受，感受，忧喜是心理性的感受，然后舍就是中庸的，不苦不乐、不忧不喜，这种中间状态的。受蕴能够净化，是因为苦乐的感受，它起源于什么呀？起源于我们凡夫的生灭心，起源于虚妄的心识。

我们修学药师法门在生活中间开启生命本具的觉性，把生命本具觉性的这种觉察力开发出来，就能够巧妙地消融凡夫的妄心，入于真如性海，妄心灭了，苦乐的幻觉也就消失了。这时候就把受蕴转化为平等性智了，拟人化就称之为南方世界的宝生佛。

然后再来说想蕴，转想蕴为妙观察智。凡夫有了苦、乐、忧、喜、舍的种种感受以后，接下来就会有判断事物的心理活动。对于喜好的，对于乐受的那些物质就给它贴一个标签，

认为这个是可可爱的事物；对于引起苦受、忧受的事物，就给它贴一个标签 这个是讨厌的事物。那么就把一切事物分为可爱的、排斥的和中性的。进一步就会有取有舍，对于可爱的就想取，对于有苦受的就想排斥它，那么就会有取或者舍的计划，这个就称为行蕴。有取舍的心就有轮回，不取不舍才是见性成佛道。当然不取不舍不是指相上而是指心上。

修学药师法门能够开启觉察力，妄心能够息灭呀，我们的想蕴就转成了妙观察智了。拟人化就是阿弥陀佛。实际上就是遍知一切的事相智慧。

然后说行蕴，行蕴其实有与心识相关的相应性行蕴和与心识无关的不相应性的行蕴。我们学过《百法明门论》的同修就会知道，有二十四心不相应行法，就是与心识无关的不相应行蕴。经过净化以后行蕴就能够转成所作智，也就是做事的智慧，拟人化就是不空成就佛。

最后就说识蕴，识蕴是一切识的根源，就转为法界体性智。这个就是见性的智慧。拟人化就是阿閼佛。你看，药师法门的殊胜我们就可以看到了对不对？药师法门的殊胜在哪里呀？她直接开发法界体性智，直接在生活中用你的觉性，用你的觉察力，这个就对了。其实法界体性智就是觉性的彻底显露，能够总摄大圆镜智、平等性智、妙观察智和成所作智。药师法门的殊胜就是直接用觉性的觉察力，在现实生活中间来修行，来回到生命的本源。所以我们要做一个回到生命本源的人就是能够成就人生解脱。拟人化的佛就用东方世界的阿閼佛来表示。

其实，转五蕴成五智法则在成就个体内在智慧人生的同时，也就成就了灵性生活的觉悟人生。因此我们看这个第四，第五，第六尊药师佛他们因地所发的愿，都没有个体内在象限的愿。因为都收摄到了灵性生活那个象限里面去了。

### （三）生命智慧教育法则

药师七佛因地四十四愿，愿愿都是生命教育，愿愿都是智慧教育。这个对我们现在的教育启发就很大，要能够让我们的教育由知识教育提升到智慧教育；由职业技能教育提升到生活智慧教育和生命价值教育，这个就很重要。你看反观我们的教育只是注重知识教育和职业技能教育，而且来说我们的教育这个方式有问题，有什么问题呢？就像工厂里面的流水线一样，你看我们一直要求从小学一年级一直到读完大学，每一级都有统一的答案和标准，这样你就压抑了每个人的什么呀？他的那种创造力、他的智慧、他主动思考的能力，他只是死记硬背，背住那个答案，这个一点用都没有。所以就变成高分低能。所以要知道教育绝对不能够像工业流水线生产那样去生产产品，我们教育培养出来的是人，活生生的有智慧的人，而不是产品呢！所以这个教育其实是有很大的缺陷。



其实我们培养孩子的自信比给他一大堆知识更重要。

有一位在中国生活工作了十六年的英国人，叫作马克·基多，他一直不舍得离开中国，但是后来他终于没有办法，为了两个孩子的成长，他决定离开中国回到英国。和他的中国妻子一起带着两个孩子去英国读书，他说：这里面不能把孩子培养成为发明家和革新者，而这个恰恰是教育的最终目的。你看我们这个小孩子在幼儿园，还有小学时候的这个美术课，我们的这个方法跟其他国家的方法，其实就是不相同的。我们的方法是什么呀？老师告诉你，拿一个样板示范，你要怎样拿蜡笔，拿彩笔，怎么来画，给你提供一个示范，然后幼儿园的小朋友也拿着蜡笔来画，然后就问老师像不像。在其他国家就不会这样的了，他不是说给你提供一个样板让你来模仿，不是这样的，他直接就是让你自由创作，你随便发挥。所以每个小孩子都八仙过海各显神通，画出来以后拿过来问

老师，不是问像不像，而是问好不好。你看这个就有很大差异了，像不像，只是模仿，模仿标准答案，压抑了你的创造力；好不好，是你主动创造，开发的是你的智慧，开发的是你的创造力。你看一开始，这个方法就相差很大了。尤其是我们现在的这个药师法门的教，佛法的教育更加不要用那种方法，我们其实可以你看通过视频，大家腾讯视频也好什么都可以看，这样就非常方便了。然后每个人在生活之中去运用，运用活的智慧，听来的这些东西变成知识是没有用处的，关键是要因指而见月，开发你活的智慧，这个才是教育的最终目的。

因此，不但要注重知识教育，更要注重智慧教育，李开复就曾经说过一段话说：当今时代智慧的价值超过了人类任何时代，在工业时代，一个有效率的工人可以比一般工人多生产20%~30%的产品，但是现在的信息社会，一个有智慧的员工可以比一般的员工能够多做出500%乃至1000%的工作。那么不但要注重于

职业技术教育，更要注重生活智慧教育和生命价值教育。

比如说如何对待烦恼，有哪一门课开过如何对待烦恼吗？没有啦，其实应该成为每个课堂必须要学的功课呀，因为我们的人生会不断地遇到它。

老师教我们物理、化学、语文、数学，种种的知识，但是没有教我们如何面对人生的种种烦恼。

而我们却几乎天天都要遇到大大小小的不愉快，那我们不懂得解决之道，所以这个就是一个缺失。

可见，这个生活智慧教育、生命价值教育比知识技能教育更重要。新东方的俞敏洪就曾经说过：中国 50% 以上的家长都是在用非常认真的态度和全心全意的爱在摧毁自己的孩子。

为什么呢？因为他不懂得生命成长的内在规律，爱之恰足以害之。

做家长其实是最需要训练却是最缺乏训练

的，不是说你把小孩子生下来，你就是家长，那只是生理意义上的家长，智慧意义上的家长是你要主动地掌握生命内在成长的规律。也许你事业有成，但是事业的成功弥补不了儿女教育的失败，而且孩子的成长教育，你只有一次机会。

并且应试教育难以使学生拥有自己的思想，为什么呀？因为我们从小学一年级开始，所有的一切都要按照标准答案，这个其实是压抑了学生的这个鲜活的创造力和智慧力。

所以其实教育体制是要改革的，才能够促进人的全面发展。因为经济只能保证我们的今天，科技进步可以保证我们的明天，只有教育的提升才能保证我们后天的繁荣和发展，可见这个是很重要的。所以其实我们药师法门最简单的一个方法就是什么呢？如果做家长的话，做家长教育子女，不要提供现成答案，而是要恰当地提问，激发儿女内在的这种主动思考和创造的智慧。我们讲一个例子好了：有一个心

理学家，他很小的时候就很有智慧，他大概只有五岁的时候，他那个镇上面最好最强壮的一匹马，这匹马最有力量，也非常聪明，但是它的脾气也是最倔强的，因此有一个难题：每一天到了傍晚的时候，大人要把这匹马牵到马厩里面去就是一个很大的难题了，为什么呢？你拉了缰绳想把它拉进去，它就偏偏往后退，你越拉，它就离这个马圈越远，所以往往要四五个大人才能够强行地把那个马拉到马圈里面去，可能还拉不进去。这个时候这个小孩子五岁呀，他在旁边玩，看到一堆蚂蚁在跑，他就跟大人们说：“哎呀，你们不要那么费力了，你们不如让我试试看。”这大人就笑一下：“哎呀，去去去，小孩子，我们五个人都搞不定，你怎么会搞得定啊！”有一天这五个大人实在是搞不定了，五个人都拉不了这匹马，你越拉它越往后退，偏偏它就不进去。然后五个人都搞得精疲力尽，想休息一下了，就进屋子里面喝水去了，喝完水一出来呢，很奇怪，发现那匹马

已经在马圈里面了，哎，很奇怪！为什么呀？这个小孩子就笑一笑说：“这个刚才是我让马进到马圈去了”，大人就觉得很惊奇，说，哎呀，怎么一眨眼你就做到了？这小孩子说：“哎呀，很简单了，这个马不是很倔强嘛，我就用它这个倔强呗，我不把它往马厩里面拉，我把它往与马厩相反的方向拉，这马就一直退一直退一直退，它自动退到马厩里面去，就对了嘛。是不是很简单呢？”是什么意思你知道吗？要开发智慧呀！你要知道，你的意识领悟了，理解了，明白了，没有用，现在我们讲这些，你听懂了没有用，为什么没有用？因为你的意识能够理解的部分是冰山的露出水面的那一点点尖尖，那一点点角，底下更大的庞然大物是潜意识，潜意识在水面以下，那个才是大家伙。你的行动要改变，除非你改变了你的潜意识，这个潜意识就像这匹倔强的马一样，你改变你的意识没有用。你每一天都发誓：我明天要更努力一点。明天还是照样你不会努力，为什么呀？你没有

改变你的潜意识，做学生来说，你每一天都发誓啊，明天我五点钟就要起来，我明天确保我自己不要打妄想。但可是你还是做不到，为什么呀？不管你怎么发誓都没有用，因为那是意识层面，对不对？意识层面你怎么发誓都没有用，你要帮助你的儿女成长，你要改变他的潜意识，潜意识比意识更强大，那怎么办？那你第一个方法你要拓展你的意识觉察的范围，要充满五个象限，然后你全然地了解了，你的潜意识也就改变了。还有一个就是刚刚我们讲的这个，你不要提供答案，你提问，你用相反的方法把这个潜意识就转过来了。

再讲这个心理学家的例子，这个心理学家后来长大了，他也对心理学很感兴趣，对禅的智慧很感兴趣，因为心理学还有一个作用就是帮助那些精神病患者康复，他就有一次到一个精神病医院去帮助那些患病的患者，就了解到有一个精神病患者是什么呀？是恐惧症，他觉得这个世界不安全，到处都是危险，所以他把

自己关在自己的小房子里面，从来不敢迈出房门一步，那医院每天给他送饮食，送饭菜，然后给他送一点安定片，让他安安静静地就这么待着，也就可以了。但是这个人还是觉得不安全，到处都是危险，整个世界都好像在针对他、伤害他一样，所以他就让医生和护士给他找了很多的钉子和木板，干吗呢？他觉得这个房子门也关起来，窗也关起来，密不透风，还是不安全，还是有危险，为什么呀？窗子有缝，门也有缝，还是不安全，怎么办呢？他就拿一块木板把木窗子的那个缝给它钉起来，拿那个锤子来钉。然后这个心理学家去的时候发现这个病人正在钉，因此这个心理学家就放下自己的病历记录诊断本，放下自己的笔，也拿起一把锤子来帮这个病人也拿起锤子来钉这个木板。那其他医生和护士不理解，然后这个病人就觉得很奇怪了，说：“哎呀，我自从来到这个医院从来没有人理解我，只有这个医生理解我，你看他帮我一起钉，他也觉得这个世界不安全。”所以



两个人一起动手把所有的窗子的缝全部钉起来了。钉完以后发现这个木地板还有缝，把木地板也钉起来，门也有缝，把门的缝隙也钉起来。一直钉一直钉，两个人越做越开心，然后这个心理学家就跟这个病人说：“你看看我们房子里面现在安全了啊，都钉好了，但是你看外面那个走廊的木地板还有缝，还不安全，我们一起去钉好不好？”这个病人想一想说：“好。”两个人拿起木板，拿起锤子又走出去钉这个走廊上的木地板，一直钉一直钉，不知不觉就钉到了医院的大门口。然后这个病人的心理越来越强大，不再害怕，不再恐惧了，然后他自然也就好了。可以知道怎样让我们心理健康吗？你不可以用压抑的方法，有一些时候看起来是什么呀？看起来有一些行为是不可理喻的，但是你要知道，它背后不是你的意识在指挥它，而是你的潜意识在指挥它，如果你不改变你的潜意识，你肯定改变不了你的坏毛病、坏习气。所以一定要知道这个怎么用，我们刚刚说的怎

么用，你一定要知道生命智慧教育法则。一定要知道改变你的潜意识，经常地讲故事，不提供答案，用故事来启发他，为什么讲故事不提供答案能够启发他？原理在哪里？你看有时候我们做父母的很伤心，觉得我这个儿女怎么这么油盐不进呢？我给他讲了那么多道理，费尽口舌，费尽心血，他偏偏就不理解我的苦心，为什么呀？因为没有用，你讲再多的说教都没有用，你还不如给他讲一个适合于他的故事，启发他的智慧。为什么呢？因为当你给他讲道理的时候，你要影响你的潜意识，首先要经过你的意识这个大门，我们的意识自己已经形成了很多的标准，当你说的跟它的标准不一样的时候，意识马上就会自动反应，把这个门关起来，你说再多都没有用，你进不去了。那么当你讲故事的时候呢，因为跟自己不相干，渐渐地你就巧妙地把这个意识可能关闭的这个大门就绕过去了，你直接地细雨润物一样地，自然地，不知不觉之中就把潜意识就转变过来了。

因为是人家的故事不跟他相关，所以意识的大门它不会关上，它不会警觉，你就绕过去了。所以禅宗里面有一个禅法叫什么呀？答在问中。不是为问题找答案，而是看到问题背后的问题以及更背后更背后的问题，这样你一直一直深入的时候，有一天你就豁然大悟了。这是用最通俗的方法，我们来讲怎样来做成就智慧人生。

药师法门里面还有完整的教育理念和教育方法，能够把一个普通的孩子培养成为一个不普通的人，所以这个其实是很重要的。我们能够用好药师法，能够让她首先帮助我们的孩子，然后改变整个的教育。这个就很重要了，把这些生命教育、智慧教育运用起来，让一个普通的孩子培养成为一个不普通的人，正如我们用药师法门，要培养每一个佛弟子像培养小活佛那样，把他培养成为一个能够成就觉悟人生的人，这个也就是药师法门的教育理念和教育方法。让我们成为一个不断地涌现生命鲜活智慧、具有创新活力的人，让孩子成为最好的自己。

每个人都希望自己变得更优秀，对不对？但是其实你要知道哦，比优秀更重要的是什么呀？做自己。什么是最好，知道吗？不是跟人家比较产生的最好，而是做最好的自己，那个才是叫最好。

当然时间关系，我们今天对药师法门的教育理念、教育方法只能够点到为止，可以作一个专门的随许法来讲药师法门的这个生命智慧教育法。我们把智慧人生的三大法则就分享圆满了。

好，我们今天到此地吧，明天我们讲人生幸福的三大法则。我们基本上把智慧人生的三大法则都分享圆满了。

我们大家念药师佛号，那以此功德回向给一切如母有情众生，能够成就智慧人生，幸福人生和觉悟人生。

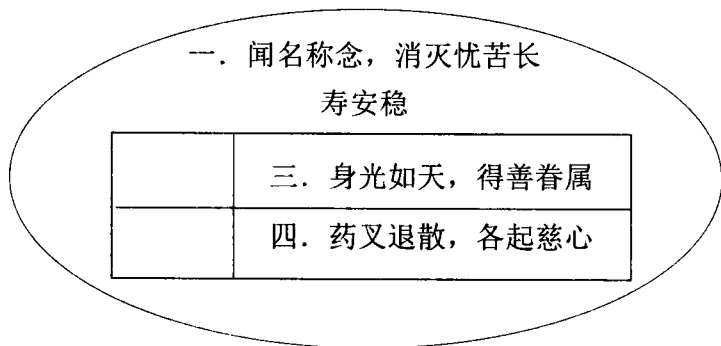
第三讲

皈命满月界，净妙琉璃尊。  
法药救人天，因中十二愿。  
慈悲弘誓广，愿度诸含生。  
七佛药师王，至心头面礼。  
南无药师海会佛菩萨

诸位善知识，首先让我们共同发起无上殊胜的菩提心，为了一切如母有情能够在生活中了生死，在了生死中生活，今天我们继续来共同学习《药师法门·今生成就法》。

今天也是圆满的一讲了，昨天我们讲到了智慧人生的三项法则，第一项是释放天赋法则，第二项就是转五蕴成五智法则。有转五蕴成五智、证五方佛这样一个表。

我们补充讲一点点内容，其实转五蕴成五智法则，在成就个体内在智慧人生的同时，就成就了灵性生活的觉悟人生。因此，我们看第四尊，第五尊，第六尊药师佛，他们因地所发的愿都没有个体内在象限的愿，为什么呢？因为都已经收摄到灵性生活这个象限里面去了。



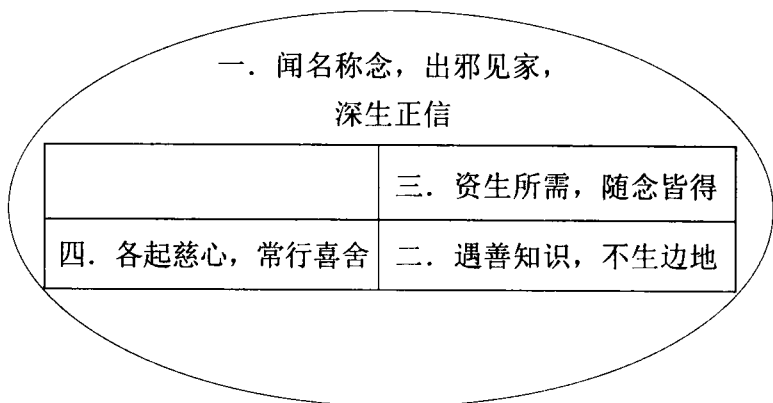
图表八：无忧最胜吉祥如意如来  
因地四大愿对生活的指导

我们先看图表第八，也就是第四尊药师佛，无忧最胜吉祥如意如来因地四大愿对生活的指导。我们可以看到，在个体外在象限有第三愿：身光如天，得善眷属。然后在集体外在有愿力：药叉退散，各起慈心。那其他的个体内在、集体内在都没有，象限里面都没有愿，为什么呢？都并到、收摄到灵性生活这个象限里面去了。所以也就是第一：闻名称念，消灭忧苦，长寿安稳。第二愿：闻佛名字，见佛光明出黑暗。

我们看第一大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，常为忧苦之所缠逼。若闻我名，至心

称念。由是力故，所有忧悲，及诸苦恼，悉皆消灭。长寿安稳。乃至菩提。

你看，常为忧苦之所缠逼，忧就是忧受，是心理的感受；苦呢，是苦受，是生理的感受。那么他的内心世界就常有忧受苦受。我们来称念佛名，无忧最胜吉祥如意就能够唤醒觉性，就能够转受蕴为平等性智。



图表九：法海观音如来  
因地四大愿对生活的指导

再来看图表九，就是第五尊药师佛因地所发四大愿对生活的指导。我们也可以看到，它



在个体外在、集体外在、集体内在都有，这个三象限里面都有愿。然后个体内在的愿，就收摄到灵性生活，并到闻名称念，出邪见家，深生正信，这个里面去了。

我们也看第一大愿：愿我来世得菩提时，若有众生，生邪见家。于佛法僧，不生净信。远离无上菩提之心。若闻我名，至心称念。由是力故，无明邪慧，日夜消灭。于三宝所，深生正信，不复退转，乃至菩提。

那么生邪见家，于佛法僧，不生净信。就是用凡夫心的想蕴来妄生分别心，因此，生种种邪见。因此对于三宝没有净信。能够念佛名就是唤醒觉性，就能够转想蕴为妙观察智，能够有妙观察智就因此能够深生正信，不复退转，乃至菩提。这是我们需要补充讲解，举两个例子，怎样在药师七佛的愿力里面体现转受蕴为平等性智，转想蕴为妙观察智。

然后智慧人生的第三法则，就是生命智慧教育法则。不单单是要有知识教育，更要有智

慧教育；不单单是要有职业技能教育，更要有生活智慧和生命价值教育。昨天我们已经讲过了，今天就不多说了。

## 二、幸福人生三大法则

幸福人生三大法则：第一法则就是幸福关系法则；第二法则就是幸福能力法则；第三法则就是幸福境界法则。

当然，谈幸福，讲幸福人生，这些都很多了。汪洋副总理原来在广东省做省委书记的时候，专门还推荐过美国哈佛大学的积极心理学课——《真实的幸福》等等，推荐过几本书。其实世间那些书如果用药师法门的智慧来看，那个就非常非常肤浅了。

我们来看看药师法门里面讲人生幸福的三大法则，药师佛的这种透彻圆融的智慧。

### （一）幸福关系法则

幸福在哪里呢？有人说，幸福在生活的享受里。比如说，林语堂，林语堂是民国时期一位著名的文学家、教育家。他的英文程度也非

常好，写了很多的书，都是先是用英文写的，然后在《英语世界》出版，再把它翻译为中文。

他写了一本《生活的艺术》，这本书其实就是向欧美世界介绍中国人的人生观、世界观、生活观的。它就详细地描写了他的那种悠闲的生活态度。

有人说，幸福在心里。比如说，少林寺的方丈永信法师，主编过一本书，书名就叫做《幸福禅》，他就主张幸福在心里。

其实，只要有感知幸福的能力，那么幸福是无处不在的。我们在一切处，一切时，其实只要有感受幸福的素质和能力，我们时时处处都能够与幸福相逢。幸福是遍满在五大象限之中。所以说，幸福就是关系和谐，五大象限里面的五种关系都和谐。

你看，个体外在是处理好自己与大自然的关系，能够跟大自然做能量交换，就能够身体健康无病苦，这个当然就是幸福。然后在个体的外在，我们处理好自己与世界的关系，我们

就能够事业成功，这个当然也是幸福。然后我们在个体的内在呢，内在象限能够处理好自己与心的关系。处理好与心的关系，首先是要能够完整地接纳自己，完整地接受自己，这个就是幸福。

其实，人首先只有完整地接受自己，爱自己，然后才有能力去关爱别人。很多人其实是不能够完整地接受自己的，他总想把好的一面呈现给大家，把不好的一面隐藏起来，其实你就是有一部分的自己你不接受。所以修持其实是从完整地接受自己开始。

从集体外在象限来看，就是处理好自己与社会的关系。要建设美丽中国，首先要人人都有美丽心灵。社会制度完善，自由、公正、平等、法治，这个就是幸福。

在集体内在象限，就是伦理观、价值观。指导我们处理好人与人的关系，特别是五伦关系和谐。能够五伦关系和谐，这个就是幸福，这是我们主要的幸福的来源。比如说，夫妻关

系好，这个是五伦关系之一，然后婚姻美满了就容易感受幸福。比如说，父子关系、母女关系等等这些关系非常和谐，当然幸福感也就更强。还有上司与下属的关系，儿女与父母的关系，还有朋友之间的关系等等，能够和谐的话，都是幸福。

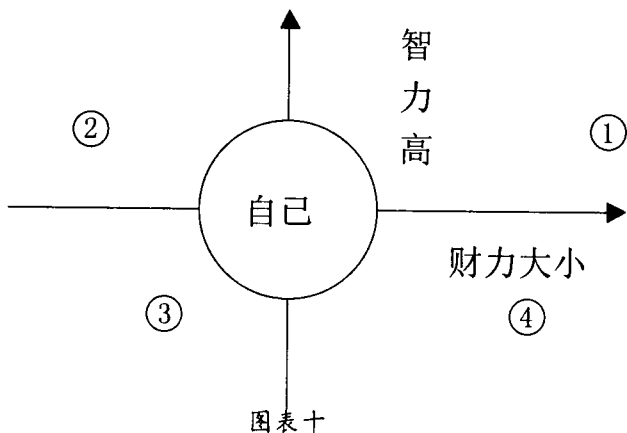
这四大象限背后的根本力量，就是生命能量，是生命力的展现。所以我们回到生命本源，唤醒我们本具的觉性，那么处理好人与自己的灵性的关系。这个内心能够觉醒了，这个是最大的幸福、最本质的幸福。其实真正的快乐就是内心的一点光明、内心的觉醒。真正的幸福就是生命智慧的开启。

对于普通人来说，其实主要的要感受幸福就是处理好人与人的关系，尤其是处理好婚姻关系、亲子关系。这个可以说是普通人人生幸福的源泉，幸福就在关系和谐里面。

我们专门讲过《玉耶女经学记》，让大家能够在亲密关系中觉醒，能够感受到幸福。怎

样能够找到美满的婚姻呢？昨天我们讲了事业发展的方向，要用那三个圆圈的重叠部分，可做、能做、想做，重叠的那一小部分是最好的事业发展方向。如果是我们居士们，希望儿女婚姻美满的话，有什么样的法则或者方法能够找到最合适的呢？因为这个是我们人生幸福的一个起很大作用的关系。

《玉耶女经》里面就讲了要向内走，能够改变内心对婚姻的期望和观点。当然那个向内走才会遇到最合适的婚姻，那个是根本法门。



外在其实也有方法，那个是善巧法门。我们看图表十就是选择最合适婚姻的四个象限。有一位商界女强人，三十多岁了，气质很高雅，曾经有过一次离异的经历，儿女就判给男方了，她自己出来打拼，事业很成功，有房有车，身价超过千万。但是偏偏这个感情生活方面就非常不如意，她看中的人追不上，追她的人她又看不上，一直就没有办法得到很理想的这种感情生活，那么怎么办呢？

其实我们运用这四个象限，图表十的这四个象限，就能够很快地找出来，哪一类的男人是最适合她的，其他的也就不要白费力气了。我们看看，中心一个圈就是自己，也就是说，以她自己的财力和智力来作为四个象限的圆心，然后以智力高低作为一个纵轴，以财力大小作为一个横轴。智力高低是用从上到下表示，上者为高。财力大小，用从左到右表示，右者为大。然后能够有这么一个象限出来，就可以很轻松地把所有男人就分为四类。



第一类男人就是在右上象限，右上象限就是表示说财力也比她强，智力、受教育程度也比她高，这些财力和智力都在她之上的，这是第一类男人。

第二类男人就是在左上象限，左上象限就表示说智力和学识水平比她高，但是财力不如她。

第三类男人在左下象限，那也就表示说财力和智力都不如她，跟她比起来那是既没有什么钱也没有什么文化。

第四类男人就是在右下象限，右下象限就表示说财力超过她，但是文化层次就不如她。

那么就可以不要盲目地去找合适的对象。你看就可以把所有的人分为这个四类，在这个四类里面挑选哪一类是最好的，然后在那一类人里面，才可以遇到比较好的缘分。

接下来我们就可以用排他法，迅速看出哪一类男人是最适合于她的。首先，第一象限的男人财力智力都超过她。你看，她自己都是身

家超过千万，文化程度也很高，当然是很优秀的。那么能够在财力智力上都超过她的人，那个是“人中之龙”。当然就身边一定有很多的追求者，她当然就不是对手了，所以这一类，其实可以排除。这一类是最好的，但是不是最合适的，她很难追上。就算追上了也抓不住，所以其实就可以排开，因为没有用。

第三象限的男人，当然她也看不上。因为财力智力都不如她。文化程度也不如她，财力也不如她，所以她根本看不上也不会去考虑。你看第一象限、第三象限的男人都排除了，其实就只剩下什么？第四象限和第二象限的男人。

再看第四象限的男人，文化程度是不如她的，但是财力超过她，那个是土豪。他们不缺钱，因此也未必看得上她。她身家千万对于那些男人来说没有什么，而且她有三十多岁了，所以男方未必看得上她。反过来说，他们那一类的男人文化程度也比较低，因此爱好、兴趣也会

比较粗俗，她也未必看得上他们。因此，其实第四象限也是不合适的。

最合适的就剩下第二象限。第二象限的这一类男人可以跟这个女人形成优势互补。男人可以用他的才干为女人的事业出谋划策，而女人可以用她的财力帮助男人事业更成功，就形成一个双赢的局面。因此，就能够让双方的关系更加稳固。

所以其实很简单，你看用这四个象限，就是很好的一个工具，能够选择最合适的婚姻。

当然了，要获得婚姻的幸福，并且在亲密关系里面觉醒，更重要的是要运用好《玉耶女经学记》里面所讲的，女人获得幸福的十大定律和理想婚姻伴侣的四项法则。

现实的生活是我们人生的最高学府，你在现实生活里面考试有没有及格、有没有很优秀，这个才是重要的。现实生活是最高的学府、最高的大学，药师七佛就是这个最高学府里面最高明的老师。我们作为学生，就是要学好三门功课：

人生成功是智慧的功课；人生幸福是大爱的功课；人生解脱是生命的功课。

所以你这一辈子在现实生活这个最高学府里面，这个三门功课要考及格，这一辈子就没有白来了，没有枉在人间走一遭了。

比如说，海灵格的“家庭系统排列”，就是很好用的一个工具。能够释放家庭中爱的力量，能够使盲目的爱转化成为觉悟的爱。这个海灵格家排是可以很好地用，可以看到祖先有什么，曾经有什么不幸福，所以影响到后代。我们怎样可以看到他的根源是，为什么会不幸福，为什么会有问题？祖先那个时候的家庭。因为什么？因为是一种盲目的爱，现在我们把它照亮它，穿透它，成为觉悟的爱，那个业障就消除了。

另一个方面的话，其实亲子关系是否能够和谐，也是能够影响我们人生幸福的重要因素。孩子是父母的镜子，父母是“原件”，孩子是“复

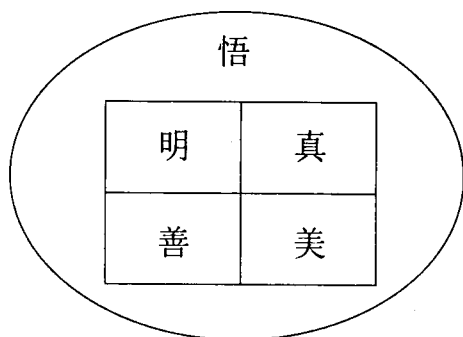
印件”。所以如果孩子有问题，父母一定有问题。你要改变这个“复印件”上的内容，其实你要从“原件”这个源头改起呀。而以另一个方面，孩子就是父母的镜子，从孩子的表现，可以看到父母的缺点。

如果你的孩子凡事都很喜欢抱怨，反正就是不顺心，总喜欢抱怨这抱怨那的，一定是因为平时你总是挑剔他；如果你的孩子很自私，那是因为你对他太溺爱了，要什么就给什么，他内在的儿女太强大了，内在的“父母”太弱了。内在父母跟内在“儿女”没有平衡，所以他就变得很自私，完全以自我为中心。如果你的孩子不辨是非，那是因为你太专制了，没有给孩子自主和思考的机会，你什么都给他包办了。

所以可见，幸福人生要成就的话，要知道第一个根本规律，就是幸福关系法则。各种关系和谐你就会感受到幸福。

## （二）幸福能力法则

要获得幸福人生，首先你要有获得幸福的能力和素质。获得幸福的素质，可以归纳为五个字，要有什么样的素质才容易感受到幸福，才容易感受到喜悦？这种素质可以归纳为五个字，也就是真、明、善、美、悟。



图表十一：获得幸福的五种素质

我们看图表十一，获得幸福的五种素质。从个体外在象限来说，科学求真，成就物质的丰富，这个是幸福的基础。然后个体外在除了

事业成功，运用科学求真之外，其实还有一个求真，就是要个体外在的，还有什么？还有我们的身体。还有一重意思就是要听从身体的需要，而不是被头脑的欲望所驱使。如果你总被头脑的欲望所驱使，你就很难感受到幸福，你就容易生烦恼心。如果你能够直接去倾听身体的声音和身体的需要，你就很容易感受到幸福。所以要听从身体的需要，而不被头脑的欲望所驱使。

我们举一个很简单的例子吧。有一对夫妇，在夏天大热天的时候，就开着一辆旧车子去朋友家拜访。将要到达朋友家的时候，丈夫就将那个一直都开着的车窗把它关起来了。因为这个二手车没有空调，因此前面一直都是开着，差不多到朋友家，他马上就把这个车窗关起来，然后两个人马上就汗流浹背，因此这个老婆觉得很奇怪，就问他：为什么，你干什么，为什么要把车窗关起来呢？这丈夫就回答：我不想让那个家伙知道我们车里没空调。

这个就是头脑的评判，对不对，你的身体明明需要凉风，但是你的头脑的分别认为，让朋友知道我的车没空调很没面子，所以宁愿身体受苦。你看你幸福吗？不幸福。

幸福其实是很简单的事情，听从你身体的需要，身体的需要是很单纯的，满足它，你就觉得幸福。头脑的需要是很复杂的，因此让我们常生烦恼。因此这个“真”，真这个字就是要听从身体的需要就会感受到幸福。

然后个体内在这个象限是一个字，就是“明”，内心是要求明。老子说：“知人者智，自知者明。”看得懂人家，这个是有智慧，更重要的你要自知，人有自知之明，这个是成就幸福的感受。

伦理是求善，处理好人与人的关系。

集体外在是求美，自然环境美，社会环境美，制度完善，社会和谐。因此，在一个文雅的社会之中，每个人都有优雅的人生，当然就觉得幸福。



然后，灵性生活在于悟，这是最圆满的幸福，生命觉醒的幸福。

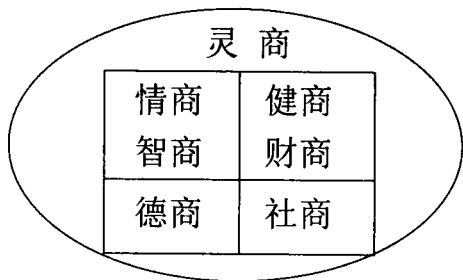
所以你看，幸福的素质就是五个字：真、明、善、美、悟。当然可以把它归结为两个字——慈悲。

生命越觉醒，越有对世界的大爱，对众生的大爱。要让大爱的潜力成为能力，这种大爱是电，人呢，只是手机。你看我们的手机，我们前面摆了这么多手机在录音，那一定首先要有电，你这个手机才能够启动录音的功能，对不对。所以人也是如此。这个大爱就是我们的电，我们要有电，我们人体的功能才会正常地发挥作用。大爱是德，就是道德的“德”；幸福和成功是得，就是得到的“得”。所以有道德才会得到，损德就必定会失去。有德必得，损德必失。所以真正有智慧的人，不会以获得名利为成功，一定会积善修德，以精神幸福、生命觉醒为归宿。

再举一个例子，就是大爱是“汽油”，人只是“汽车”。你看哪怕你有一辆宝马、有一

辆奔驰，如果里面没有汽油，你再怎么去猛踩油门，汽车也跑不起来。

同样的，心中有对生命的珍惜和大爱，才能够启动人生的成功和幸福。所以你看看幸福人生法则，幸福其实比成功更重要，因为什么呀？这种幸福的素质，这种大爱是“汽油”，人只是“汽车”。孩子其实也是，最重要的教育方法就是掌握生命内在的成长规律。然后不是用这种头脑的那种小爱，而是用大爱去帮助他。不是用逼，孩子就可以成才，而是要用觉醒的爱的能量来推动。这个是我们讲幸福的素质，我们已经分享了获得幸福的五种素质。接下来要说的就是获得幸福的七种能力。



图表十二：获得幸福的七种能力

我们看图表十二，获得幸福的七种能力。在人存在的五大象限里面，就很完整地呈现出来了。

在个体外在层面，你获得幸福的能力就是健商和财商。健商就是指个人所具有的健康意识、健康理念和自我健康管理能力，所以健商很重要。你有健商，身体健康，听从身体的需要。身体健康当然人觉得很幸福，病歪歪的，哪里有幸福可言呢？所以要健商高。

然后财商要高。财商是指理财能力，投资收益能力。财商高的人到哪里都能赚钱，财商低的人，就是有个金矿他也看不见。所以这个财商很重要，在相同的境遇之下，财商高的人反应就与一般人不一样，他就是跟一般人不一样。

我举个例子吧，比如说有两位身家几十亿的老板，每个人身价都超过几十亿了，他们原来不认识。但是，在一个健康会所去调理，两个人调理身体看病，两个人就偶然相逢相遇了。

然后就坐下来聊天，越聊越投机，聊了半个小时就找到了合作的机会和项目，两个人都获得成功，事业成功，财富增长。

而同时同地有另外一帮文艺青年，他们也在那里聊天，但是他们聊的什么内容呢？他们聊的是人生的理想啊、对社会不公的抱怨啊，还有对当时那个时候正在热播的一部电视剧《一地鸡毛》，对那个电视剧发表评论。你看聊了大半天，那有什么用呢？一点价值都没有。这个其实就是财商的高与低，从你的话题就可以看出来。

股神巴菲特说过，他不怎么纳税。我们知道巴菲特是最会炒股票的一个人，但是他能够合理避税，他不用纳税。为什么？因为他从来不卖股票，也不拿分红，所以他基本上就没有收入，因此就可以合理地从来不用纳税。在美国那样税制很严格的国家，他完全合法地从来不用纳税。因为他没有收入，你没办法找他纳税呀，他也不卖股票，也不拿分红，他基本上

就没有收入。但是我们日常生活之中总是要花一些钱的，那怎么办呢？巴菲特就把自己的股票抵押，然后去借钱，借钱从来不要纳税的嘛。他就把自己的股票抵押去借钱。然后借的钱足够他用两年，两年以后又还，如果钱花完了又再来借，所以他永远没有收入。但是他永远有钱花，而且永远不用纳税。有没有看到这个就是财商高啊？

因此有钱很重要，值钱更重要，比有钱更值钱的是财商。否则的话，就算你有一点点小福报，你变成了有钱人，如果你财商不够，最后你还是会被打回原形，还是回到没钱的状态。因此要培福报，要提高财商。财商其实本质上就是智力在理财方面的体现。这是我们就把个体外在这个象限里面的健商和财商就略讲了。

然后在个体内在层面，就是情商要高，智商要高，这个我们都很知道了。智商，大家当然都很熟悉了，我们就不展开来说。情商高的人容易感知幸福，智商高的人容易事业成功。

在集体外在层面，社商要高。社商就是指个人承担社会责任的能力。

在集体内在层面德商要高，德商就是指道德人格品质。比如说，在人与人交往的时候能够展现体贴、尊重、宽容、诚实、忠心、负责、礼貌、幽默等等的美德，这个都是德商很高。所以他很善于处理好人与人的关系，这是德商高。然后就有一个灵商，在灵性生活这个层面，就要灵商高。灵商就是指对事物本质的灵感、顿悟能力、直觉思维能力。你这种直觉思维强不强、灵感强不强、顿悟强不强，这个就是灵商。

所以一个人如果能够拥有健商、财商、情商、智商、社商、德商、灵商七种能力的人对生命的体验，就会更深、更广、更容易成就幸福人生。

可见幸福用一句话来定义：就是觉醒的爱。很多人一听到“爱”这个字，他的理解就很狭窄、很片面，他就会很狭窄地以为就是感情。比如说，夫妻之间的爱、父母与儿女之间的亲情之爱等等，他就很狭窄地以为就是感情。

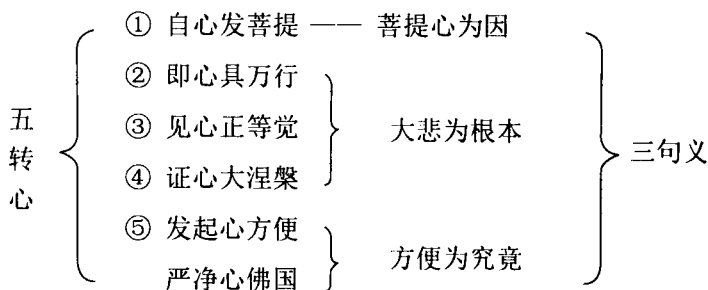
其实爱是什么？就是全身心地、全面地、

完整地、深入地感知周围的人和事的能力。你能够全身心、全面完整、深入地去感知到周围的人和事，然后你就能够用一种柔软的、灵活的、富有弹性的方式去解决问题。而不是用一种非此即彼的方式解决问题。因此，爱能够兼顾关系双方的需求。

在处理人与大自然、人与自心、人与人、人与社会的关系，这些种种关系之中，能够不断地找到和达成一种心的平衡，这样就是指真正的、觉悟的、觉醒的爱。这种觉醒的爱使我们能够获得更深刻的生命体验，因此内心时时处处都充满幸福。这种觉醒的大爱，佛法就称之为什么？菩提心，念念上求佛道，心心下化众生。菩提心，就是觉醒的大爱。

很多人总会背名词，但是背了以后他不知道怎么用，稍微改一个说法，他就不知道在说什么了。其实你一定要知道你所听的东西，一定要能用，在生活中能用。不然你学佛法只是作为一种知识来吸收，那有什么用处呢？我们

不缺乏知识，我们缺乏的是见识，我们缺乏的是智慧。所以要开启内心的智慧，要开启这种觉醒的爱，就很重要。



图表十三：三句义·五转心图

我们来看图表十三，怎样能够念念上求佛道，心心下化众生呢？图表十三就是三句义·五转心图。这个是唐密里面一个重要的表格，药师法门属于唐密。唐密的一切修法的理论基础，跟这个表格都息息相关。

我们看五转心，五转心其实有六句：“自心发菩提，即心具万行，见心正等觉，证心大涅槃，发起心方便，严净心佛国。”



然后三句义就是《大日经》上面所说的：“菩提心为因，大悲为根本，方便为究竟。”

怎样在现实人生、现实生活之中来实践菩提心呢？你就要懂得这个三句义·五转心。这个是唐密药师法门的密层义，我们略说一下就好。

人生以唤醒生命本具的觉性为方向。你的生命的目标、生命的方向，不是赚多少钱，不是达到多高的地位，而是以解脱为目标，以唤醒内在的觉性回到生命的本源为生命发展的方向。这样你就走上了觉悟之道，这个就是第一句自心发菩提。

你看我们有求学的方向，最近这个高考刚刚考完，分数也出来了，很多应届的高中毕业生就忙于抓紧填志愿了，这个就是求学的方向。然后你读完书，你有工作的方向。以后还有婚姻的方向，选择伴侣的方向。但是更重要的是生命发展的方向，以回归到生命本源、唤醒觉性为方向，那就是自心发菩提。

接下来的二、三、四句：“即心具万行，见心正等觉，证心大涅槃。”都是讲大悲为根本。大悲为根本，我们很熟悉的就是慈能与乐，悲能拔苦。大悲，慈悲怎么修，大悲怎么修？其实不是说你去做点好事那就是慈悲，不是这么浅的意思。你做一点点善事那就是慈悲了吗？不是啦。慈悲你要真正做到，其实就有一个很通俗的话，一个很通俗的标准，也就是当你能够看一切众生都是对的。你就已经有慈悲心了，你不再评价别人，而是照亮自心。这个时候你就真正的有慈悲了。有五句话能够帮助我们照亮自心。

第一句话就是透过别人，你才能认识真正的自己。

第二句话就是你不能容忍别人的部分就是不能容忍自己的部分。为什么人家可能一句话你就会暴跳如雷，为什么呀？因为刺痛了你内心一直隐藏的，隐藏在你内心里面的一个痛点，所以你就爆发出来了。其实你不能容忍别人的

部分，就是不能容忍自己的部分。所以找到你内心的痛点，就像电梯一样，不停地去按这个痛点，按到它停摆为止。你这个内心的障碍就消除了，内心的盲点就消除了。

第三句话就是你内在是什么，就会被什么样的人吸引。那些能够跟我们相处愉快的人，正是反映了我们内在的价值观，反映了我们喜欢并且接受的内在自我发展方向。

第四句话就是你约束别人，自己也就会被约束。当你做管理的时候，你希望控制别人，其实你也就被控制了，你也就被约束了。你越恨就越束缚，越爱就越自由。

第五句就是如果你排斥，无论你是排斥这件事还是排斥这个人，这个就是你必须学习的课题。为什么呀？排斥的背后是你内心的盲区，所以你要照亮，这是你学习的课题呀。如果你欣赏，它就可以蜕变为觉醒的大爱。

所以能够不断地照亮自心，也就是五转心里面的第三句，“见心正等觉”的开始。怎样去见心正等觉？就是不断地照亮自心。

心觉醒了，就能够“即心具万行”。即心具万行怎么做？我们药师法门一定要强调什么？经世致用，你不单单是听理论，一定要知道方法，一定要知道怎么下手，怎么做。即心具万行怎么做呢？它可以分为在凡夫地怎么做，在菩萨地怎么做。

在凡夫地，因为思维方式提升了，一切行为也就跟着转了，再也不会盲动，再也不会固执自己那个狭小、狭窄的见地了，看问题的时候，视野就更开阔了。

我们有没有看中国人造字很有智慧。你看“愚蠢”两个字，怎么写呀？这个“愚”上面是个“禺”，“禺”是什么意思呢？角落，“禺”就是角落。你的心只在一个角落，也就是表示你总是很狭隘地去考虑问题，总喜欢钻牛角尖，这个就是愚。这个“蠢”怎么写呢？上面是一个春天的“春”，下面是两条“虫”，那也就是表示春天的虫子没有方向感，到处乱动。所以说这个就是蠢啊，到处乱动、到处乱窜，没

有方向感，像春天的虫子一样。所以说，没有战略眼光，没有愿景的人生和事业是愚蠢的。所以说人生和事业的重点不在于你是从哪里出发的，而在于你将要去哪里。所以一定要照亮自心。

五转心的第二句：即心具万行。在菩萨地就是指修六度万行，之后我们就能够证入常乐我净的涅槃境界，能够获得无边的寂静。

这个三句，“即心具万行，见心正等觉，证心大涅槃”都是由大悲心出发，以大悲为根本的。这时候心中就能够发起种种的方便法来庄严自心，再庄严佛净土、佛国土。这个就是从内到外改变世界，发起、激活、照亮、开启我们内在的崇高之心，然后从内向外来改变世界。我们略讲幸福能力法则的三句义·五转心就说圆满了。

### （三）幸福境界法则

#### 1. 儒家人生幸福的境界：明明德，亲民，止于至善

大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。从自利来说，先要开启本具的明德，这样你就会觉得很幸福。从利他来说，要亲近民众。朱熹把它解释为新民，当然更多的人认为说应该还是要念“亲民”。最后达到至善的，止于至善，达到至善的圆满境界，这个是儒家的人生幸福境界。

#### 2. 佛家人生幸福的境界：华严四法界

四种法界：事法界、理法界、理事无碍法界、事事无碍法界。我们把事法界怎样获得幸福的境界说多一点，因为这个跟我们的境界相通，往上那些境界我们不一定听得懂。

## ① 事法界：戒定慧——成就幸福境界的十大法则

怎样能够成就事法界的幸福境界呢？怎样在现实人生的生活中得到幸福呢？那么就可以把成就幸福境界的十大法则，归结为戒、定、慧三无漏学。戒、定、慧能够成就幸福境界的十大法则。

《华严经》讲四法界，首先第一种就是事法界，事法界其实就是现象，现象界，现象世界。你看一切有生有灭的事物现象，无论是物质的还是精神的，它全部都可以统摄于事法界。凡夫就是在事法界之中体验幸福。凡夫很难真正在理法界体验幸福，因此我们讲细一点，后三种法界的幸福境界就只是略讲。

首先要说明的就是幸福不是纵欲，不是散乱，不是愚痴。成就幸福境界的十大法则，可以归纳为戒、定、慧三无漏学。什么是幸福呢？幸福是苏轼“但愿人长久，千里共婵娟”的美

好祝愿；幸福是陶渊明“采菊东篱下，悠然见南山”的这种悠然自得；幸福是白居易“最爱湖东行不足，绿杨阴里白沙堤”的这种流连忘返。

其实幸福就是一种感受，你融入到那种境界之中，你会生起幸福的感受。所以幸福是一种感受、幸福是一种能力、幸福是一种境界、幸福是一种软实力。

在《世纪末之诗》终结篇里面，已经走到人生尽头的老教授就说，什么是幸福呢？有吃的东西、有睡觉的地方、有所爱的人就是幸福。很多人很认同，觉得就是嘛，就这么简单，是不是？

但是其实这种幸福是靠不住的，为什么呀？因为在婚姻关系里面，当夫妻双方期望值一致的时候，当然，你的幸福就是我的幸福。但是一旦有一天分开了，可能你的幸福就是我的遗憾，我的幸福就是你的痛楚。所以其实这个是靠不住的。可见要成就长久的幸福境界，并且在幸福的好梦之中生命觉醒过来，就要遵循戒、定、慧。



## a. 戒无漏学四个原则

你看戒、定、慧，总共可以把它分解为十项幸福法则。戒、定、慧，总共就可以包含十个法则。

戒无漏学有四个法则。我推荐大家看一套书，书名叫做《少有人走的路》，应该很多人看过了，一套有三本。这个是一个医生写的，一个名叫派克的心理医生写的。他讲的其实就是心智成熟之路，很好。应该还是很适合于大家看的。他说一个人最重要的品德就是自律，自律就是戒学。

四个原则，第一个原则就是推迟满足感。就像农民种粮食一样，你看，秋天你收获的时间是很短暂的。当然收获的时候很幸福，对不对？但是在这个之前，春天要播种，夏天要除草，要浇水，要施肥，它有一个很漫长、很辛苦的劳作的过程，然后到秋天，你才能够有丰收的幸福和喜悦。因此一个人从小要养成习惯，推迟自己的舒适感和满足感。

第二个原则就是承担责任。怎样可以幸福呢？你要承担责任。不愿意承担责任，不是一个道德问题，而是一个心理问题。总是不承担责任的人心理一定有问题，有两种问题会导致到不承担责任，一种是神经官能症，第二种是双重人格。

或者是神经官能症，就是一遇到问题就非常自责，把所有的问题都揽到自己身上来。他认为所有的问题都是我的问题，但是他就说：我就是这样啦。就等于是推卸责任嘛，是不是？就像鲁迅笔下的祥林嫂一样的，表面看起来她承担所有责任，其实就是不担责任，就是神经官能症。

或者是双重人格，那也就是人格分裂。那就跟上面相反，他把所有的问题都推到别人身上。或者怪父母，不像人家那样是富翁或者是大官，所以就把所有自己事业不成功、人生不幸福、婚姻不顺利全部就怪在父母头上去了。或者就怪社会，或者就怪制度等等。完全把他推出去不承担责任呢，这个就是双重人格。

第三个原则就是要尊重事实。有些人的心理很奇怪，如果人家有，他就很羡慕嫉妒恨；如果人家没有，他就很鄙视人家，看不起人家，这个都是不尊重事实。

第四个原则就是要保持平衡。

### b. 定无漏学三项法则

第一项法则就是钝感力。一般我们认为一个人如果反应敏锐，善于随机应变的人才是聪明人。但是其实那些过分敏锐，过分敏感，瞻前顾后，随机应变的人，往往是很不快乐的，最终也不会成功。成功人士往往是对周围的反应比较迟钝的，尤其是对那些负面的东西，人家攻击他等等，他有一种天然的过滤和屏蔽的能力。因此他的人生很幸福，因此他不会受到环境和人的干扰，而取得事业的成功，收获人生的幸福。日本的渡边淳一就写过一本书，书名就叫做《钝感力》。

第二项法则叫“养喜神去杀机”。人心不可一日无喜神，天地不可一日无和气呀，所以要养喜神，去杀机。你看洪应明的《菜根谭》上面说：“福不可徼”，这个徼其实就是侥幸的“侥”。“福不可徼，养喜神以为招福之本而已；祸不可避，去杀机以为远祸之方而已”。

幸福不可勉强去追求，人生最幸福其实关键就在于六个字，你要人生获得幸福，一定要做到，关键做到这六个字，就是养喜神，去杀机。怎样去杀机，杀机是什么？杀机就是内心很刻薄，一个人如果很挑剔很刻薄。这个人就是薄福之人，那么他有杀机。杀机不是要有行动去杀人，而是他很刻薄，他是一种隐性的心理暴力。

《菜根谭》里面就描述“刻薄”，“受人之恩虽深不报”，别人给了他很大的帮助，他却不知感恩报恩。

“怨则浅亦报之”，别人有一点点对他不好，他都要报复，这种人就是很刻薄的人。

“闻人之恶虽隐不疑”，听到别人不好的

事情，他就抱着宁可信其有，不信其无的态度。

“善则显亦疑之”，听到别人好品德的时候，即使这个好品德是显而易见的，也还是抱着一种怀疑的态度。

如果有这个四种行为，就是“刻之极，薄之尤”，很刻薄，就是杀机。我们要去杀机，为什么？因为杀机就必然带来危险、带来危机。

比如说，你看商鞅、韩非子、李斯，这几位都是法家的代表人物，他们的结局都不好。商鞅是被五马分尸拉死掉的啊。为什么？因为他一直主张严刑峻法，其实内心就很刻薄。而那些主张严刑峻法、充满杀机的朝代，也往往是短命的朝代。比如说秦朝，比如说隋朝，都是二世而亡。为什么？因为严刑峻法，太刻薄了。而那些开放无为的朝代都会比较长命，并且文化繁荣，比如说汉朝和唐朝。

第三项幸福法则就是忍受、接受、享受。一开始你的心很狭窄，遇到事情，你又要顾面子，所以一直强忍着，这是忍受。渐渐地你学

佛法心打开了，对很多事情能够接受了，心量大一点了。然后心量再大一点，智慧再高一点，你就把任何事件发生，你都当做是无上的享受，当然你的幸福感就越来越强。

所以内心越来越安定的法则，就是由忍受到接受，由接受到享受。要想人生幸福你记住这六个字你就有定力，你就时时处处都幸福了，以后遇到不开心的事情，你就想：我要由忍受到接受，由接受到享受，那就对了。在一切境界之中都能够乐在其中，这个就是幸福。

比如我们来看一首词，苏轼的弟弟苏辙，苏辙晚年七十多岁的时候，作了一首词。因为他的儿孙们啊、学生们啊，都过来给他贺寿，过生日来了。所以，他就把人生的感悟写了一首词，叫做《渔家傲·和门人祝寿》：“七十余年真一梦，朝来寿斝儿孙奉。”回顾这一生，七十多年就像一场梦。今天早上是我的生日，一清早儿孙、学生都用酒杯来给我祝寿。“斝”就是一种古代的酒杯，“朝来寿斝儿孙奉”。“忧

患已空无复痛，心不动，此间自有千钧重。”经过一辈子，种种忧患都经过了，现在已经能够心不动了，已经能够由忍受到接受到享受了，这是上阕。

下阕说“早岁文章供世用，中年禅味疑天纵，石塔成时无一缝，谁与共？人间天上随他送。”禅师开悟的时候，他就会说有一座无缝塔。早年他是以文章出名的，中年他体会到禅的法味呀。所以，晚年有了看透一切的智慧了，一切都变成享受。因此很潇洒，很随缘，人间天上随他送。要有这样的潇洒的胸怀，当然到处都能够感受到这种幸福。

但是当然你要有一点文化程度，你才能够了解到，或者体悟到古人的这种修养和情怀，不然你就容易产生一些误解。

我们讲一个例子好了，有一个男性的老师，很气愤地对着一个上课的时候睡觉的一个女同学说，批评她，说：你总是在底下睡觉，我在上面累得要死，你在下面一动不动，不配合也

就罢了，连一点反应都没有，将来要是肚子里面没有东西，那你不要怪老师不行。那结果全班同学都笑晕了，为什么？这个语言很容易给人误解对不对。

### c. 慧无漏学三项法则

慧无漏学的三项法则就是心智的进步，与人为善、与物为春，然后从内心微笑。

我们已经讲了七项法则，后面的这个慧无漏学是根本。因为一切都是由智慧来开启，所以第一项是心智的进步，这是关键。我们人虽然每一年，年复一年，年龄在增长，工作职位也可能在升高、在升迁，但是我们的心智模式并没有同步提升。往往是到了一个阶段以后，它就停下来了，就固化了，就变成一个固化的心智模式来看世界了。很少有人能够一生保持精进，不断不断地照亮内心的盲点，提升自己的心智模式。所以这个世界上其实真正优秀的人很少，能够生命觉醒的人更是少之又少。



第二项幸福法则就是与人为善、与物为春。庄子说“与人为善、与物为春”，我们平时都喜欢说与人为善，但是你要知道这个源头在哪儿呀？在庄子这里呀。你看，两千六七百年以前，我们古人的智慧就很高了。庄子说与人为善、与物为春就是要给人温暖。给人温暖，要释放一种可以呵护生命的气息，这个就是春气，春天的气息，这个就是生机。人的内心要有一种暖洋洋的气息，而这种气息可以温暖到周围的人，这个就是一种幸福感，内心觉得暖洋洋的这种气息，就是幸福感。

如果公司的员工有这种幸福感，当他受到指责的时候，不管顾客的态度多么不好，他的回应都是柔软的，都是有智慧的，都是带着微笑的。所以他的幸福春风，就会消解顾客的怨气，事情很轻松就解决了。如果一个人内心是一派肃杀之气，那么他的说话做事就会像冰霜一样冷。

所以春气和秋气是不同的，春天的气是什么呀？春天的气是从地往上升的，暖洋洋的。

秋天的气是从空往地下降的，是肃杀的，所以那是秋气，肃杀之气是秋气呀。生长之气是春气。

那么与物为春就是布施。我们用善意的目光、用温暖的语言、用微笑的容颜去布施给人家，这个就是与物为春。

第三个法则就是从内心微笑。辛弃疾曾经描述这种发自内心的喜悦，说“我见青山多妩媚，料青山见我应如是”。你看一个人内心有幸福感，他看到青山都是美丽妩媚的，“料青山见我应如是。”

我们也另外举一个苏东坡写的一首词好了，来说明怎样从内心微笑，就能够提升幸福感。苏东坡的一位朋友叫做王定国，王定国受到苏轼那个“乌台诗案”的牵连就贬到岭南去了。那个时候广东还是一个蛮荒之地。十多年后，苏东坡和王定国都被召回首都开封。王定国有一位歌女，名叫柔奴，也称为寓娘。对他忠心耿耿，心甘情愿就追随王定国去蛮荒之地，一去就去了十多年，在她最青春年少的时候，离

开最繁华的首都，去到蛮荒之地，十多年后才回来。

后来，在一次宴席上，苏东坡见到了王定国和柔奴。他就问柔奴：“你在岭南生活得很不自在、很不好吧？”柔奴就微笑着回答他说：“此心安处是吾乡。”苏轼对这个很有智慧的回答就赞叹不已，欣赏不已，马上就诗情勃发，提起毛笔来就作了一首词来送给柔奴。词名叫做《少年游·南海归赠王定国侍人寓娘》，写显明就是送给寓娘，送给柔奴的。上阕说：“常羨人间琢玉郎，天教分付点酥娘。尽道清歌传皓齿，风起，雪飞炎海变清凉。”上阕就是赞叹王定国丰神俊朗，柔奴天生丽质，然后赞叹柔奴歌声美妙，用了一个很夸张的形容，就是听到柔奴的歌声，在炎炎夏日马上都觉得像飞雪一样，身心清凉。然后下阕说，“万里归来颜愈少，微笑，笑时犹带岭梅香。试问岭南应不好？却道，此心安处是吾乡。”那下阕就是赞叹柔奴，不仅仅是外在美，内在更美，有智

慧，幸福指数高啊。所以“此心安处是吾乡”。所以能够万里归来颜愈少。被贬到万里之外那么艰苦的地方，因为她幸福指数高，所以十多年后再回来，再重逢，觉得她更青春年少了，当然这个是一种赞叹。

#### d. 与幸福有四个约定

多年以前，有一天我在武汉的一个书店，看到一本薄薄的小册子，书名就是《四个约定》，据说是美洲某个部落代代相传的古老智慧。如果做到了就会一生幸福，就四句话能够让你一生幸福。可以知道人类的智慧总是相通的，其实来自于美洲的古老的《四个约定》就与佛家所讲的戒、定、慧三学相通。

第一个约定：不轻易评论他人。这个就是戒，戒学。不光是嘴巴上不评论他人，心里面也不评论他人，你就能够沉静下来观自心，你管好你自己的因果就好了，你管人家干吗？但是很多人就喜欢评论，这个就是个坏毛病。这个坏

毛病一定要戒，不戒你就会上瘾，你就会有瘾头，所以要戒，这是第一句。

第二个约定就是：不受他人影响。就是由戒入定，有定力，自己有定力，有主见，不受他人影响。我们要去观察一个企业能不能做得大，能不能做得长，其实有一个很简单、很有用、很准确的方法，你怎么看呢？看这个民营企业的创办者，这个企业家、你观察他有没有定力，你看他说话、做事，有没有定力。如果他言语闪烁，这个人内心就不定，企业就难做长久。所以观察一个人有没有定力其实是很重要的。

第三个约定就是不妄自揣度他人。这个是做人的智慧。

第四个约定就是凡事尽力而为。这个就是做事的智慧。

你看第三第四这两个约定都是慧学。

### e. 人生幸福与否的四种状态

第一种状态是有头脑并且很容易高兴，一点小事都让他觉得很有幸福感、很高兴。

第二种人生状态是没头脑，但是他也很容易喜悦、高兴。

第三种就是有头脑，但是很容易不高兴。

第四种就是没头脑，也容易不高兴。

这样，我们可以从这个四种状态看到人生幸福与否。

第一种是最有幸福感的，最幸福的。有头脑且高兴，最好的状态就是这一种了。心智很成熟，而且他又很乐观，幸福感很强，一点小事他都很高兴。他系有幸福的五种素质，有幸福的七种能力，所以他容易感受到幸福。那个是最好的状态。

其次人生的状态就是第二种了，他的心智还没有发展到很成熟的状态，他的事业也没有巨大的成功。但是，在生活之中他常常能够体验到幸福。幸福是一种软实力。你看起来他工作、生活都平平淡淡，但是，他乐在其中，他幸福感很强，看起来憨憨的，但是其实他人生幸福指数很高。

比如说不丹王国，不丹王国是最早提出国民幸福指数。不丹人就认为幸福是一件简单的事情，只要做好三件小事就会幸福一辈子。不丹人称为“幸福三步曲”：

第一就是坚信幸福在自己手中。

第二就是不要贪得无厌。

第三就是学会为他人高兴。这个第三句特别重要，学会为他人高兴，人要为自己的成功成就高兴容易，但是为他人高兴，这个要做到的话，是真正的能够让自己和他人都有幸福感。

人生的状态更差一点就是第三种了，有头脑，容易不高兴。比如说，平安保险的董事长兼CEO马明哲，马明哲就说过：现在的年轻员工，都是学历很高了，胸怀大志，渴望施展拳脚。但是，当真正地他们的发展需要他们从基层做起的时候，很多人就会觉得自己大材小用了，对前途就充满困惑，就感到失落，就有怨气，慢慢地就不思进取啦。这个其实就是有头脑，容易不高兴。

所以我们的居士要先把孩子们培养成为普通而幸福的人，不一定有大成就，但是人生幸福。资质好一点的，再让他做第一等人。

最悲剧、最悲摧的就是第四种状态，没头脑，又容易不高兴的人。悲观处事，看一切都不顺眼，充满了抱怨，充满了指责，内心充满了烦恼，人生对他是一种处罚。

好，事法界的幸福，事法界的这个十项幸福法则也就归纳为戒、定、慧三无漏学，我们就讲圆满了。这个与我们的这个人生境界比较接近，因此就多说几句。后面的理法界、理事无碍法界、事事无碍法界，其实幸福境界更高，幸福能量更大。但是，不是我们的境界，如果勉强讲很多，大家就听不懂了，所以略说一下吧。

## ② 理法界：随缘不变

看第二，理法界的幸福法则，就是随缘不变。理法界是指一切众生色法、心法。我们从相上



来看，是千差万别的，森罗万相的，但是体性是一，是同于一理，也就是无差别的宇宙真理。因此名为理法界，也名为真如，也名为诸法实相，也名为佛性，也名为法性，也称之为明德，也称之为如来藏藏识，其实都是一回事。怎样可以在理法界成就幸福法则，就是“随缘不变”四个字。成就理法界的幸福境界，用好随缘不变就可以了。

白居易写过一首诗来描述这种境界，诗名叫做《僧院花》：“欲悟色空为佛事，故栽芳树在僧家。细看便是华严偈，方便风开智慧花。”

### ③ 理事无碍法界：善用其心，善待一切

第三就是理事无碍法界的幸福法则，就是八个字，“善用其心，善待一切”。我们首先要知道什么是理事无碍法界？理事无碍法界比理法界更高了。知道实相之理，由事而显，而千差万别的事物是由理而成，所以理事交融，

互为依缘。在事法界来说它是有差别性，是假的幻影。在理法界它是无差别性，是真的实相。现在把真假相即相入，圆融无碍，就是名为理事无碍法界。这个就是大菩萨的法界了，成就这种菩萨幸福境界的方法，就是《华严经·净行品》文殊菩萨教导的，一百四十一个生活之中善用其心的偈颂。你看，我们都讲过，也学过《净行品》，《净行品》第一首偈颂就说：

菩萨在家，当愿众生，  
知家性空，免其逼迫。  
孝事父母，当愿众生，  
善事于佛，护养一切。

这个都是善用其心的方法。

#### ④ 事事无碍法界：一即一切，一切即一

第四就是事事无碍法界，她的幸福法则也是八个字，“一即一切，一切即一”。这个是顿悟成佛的大禅师和佛的境界，就是大禅师和

佛他们的幸福境界。事事无碍法界其实就是指既然一切的事物，都是心的产物。那些相上的大小、高下、种种的差别当然就不能障碍，因此就可以称性融通，重重无尽。因此名为芥子纳须弥，事事无碍法界呀。

### 3. 药师法门是世出世间人生幸福法的总持

我们再看，再说第三部分就是药师法门是世出世间人生幸福法的总持。我们前面已经知道了，儒家的人生幸福境界、法则在《大学》里面，“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善”。儒家的《大学》是人心觉悟的教育，是世间法的总持。藕益大师解释“大学”两个字说：“大者，心也，学者，觉也。”你看祖师这种智慧，见性智慧，简洁明了，深入。什么是大学？大，最大的就是心。学，学什么？学觉悟。所以，学习让心觉醒，这个是真正的大学问，是生命的大学问，是世间人生幸福法的总持。

出世间人生幸福法就全部包含在《华严经》里面。《大方广佛华严经》是讲释迦牟尼佛成佛的境界，是人生幸福的最高、最圆满境界。《华严经》是如来的根本法轮，是佛法之海，一切法都流入华严义海。所以说，不入华严法界观，不能知《大学》的究竟义。而能够融通《华严经》和《大学》的是什么经呢？就是这一部《药师经》。所以你才知道药师法门是多么的不可思议呀！她就能够把世间法的总持《大学》和出世间法的总持《华严经》全部融通起来。

在生活中了生死，在了生死中生活。生活的最高境界，在世间来说，就是大学之道；了生死的最高境界就是华严的佛境界。所以，在生活中了生死，在了生死中生活，就是融通了、汇集了《华严经》和《大学》。所以可见，药师法门是世出世间人生幸福法的总持法，不可思议。

因此，印光大师就赞叹说：药师法门是释迦牟尼佛和药师七佛，他们的成佛心要之法。

这个成佛心要之法不是虚夸出来的，绝无半点虚夸。你看，这个药师法门是世出世间人生幸福法的总持，我们就恍然大悟明白了。这个是我们来说人生幸福法。

藥師法門人生解脫法



藥師法門

今生成就法

我们再看药师法门的人生解脱法。时间关系，我们就只是略说一下。重点地已经把人生成功法、人生幸福法讲圆满，这个对我们来说很实用，都是要面对的幸福人生的问题。比如说，怎样才能够找到最好的事业发展方向，怎样才能够找到最合适、最长久的婚姻，怎样成就人生的健康，那个成功和智慧人生，以及伦理人生、优雅人生和觉悟人生。

其实前面的四个象限都是讲人生成功法和幸福法。个体外在层面的健康人生、财富人生，集体外在象限的优雅人生，这个都是人生成功法。然后个体内在的智慧人生和集体内在的幸福人生都是人生幸福法。能够透到这一切的象限里面的，那就是什么呀？觉悟人生。那也就是药师法门的人生解脱法。我们分三部分来略说药师法门人生解脱法。

第一就是人生解脱法的共同道路。佛法八万四千法门，都能够帮助我们得到解脱，对不对？这个中间它有没有什么规律，有没有什

么共通的、最内核的修行法则呢？有啊。所以我们首先要明白人生解脱的共同道路，那也就是冈波巴尊者的四法。

第二方面我们来说药师法门成就人生解脱的内容和四大殊胜特点。

第三方面我们就说药师法门的特质，为什么她这么殊胜？因为她直接在生活中唤醒觉性。你坐在房子里面打坐，然后念经，你能够唤醒觉性吗？很难，为什么？它没有跟你这个现实的世界发生关系，你往往容易活在大脑虚拟虚构出来的世界里面。你天天就玩电脑，在这个虚拟世界，你能够照亮你的觉性吗？不能。为什么？因为你是单向度。你没有能够把世间和出世间融通起来，所以你往往就变成活在大脑的世界，而不是活在现实的世界里面。所以怎样唤醒觉性，而且是在生活中唤醒觉性，这个就是药师法门最殊胜的地方。我们第三部分就举一个德山宣鉴禅师的公案来说明。



## 一、人生解脱的共同道路：冈波巴四法

这个四法看起来很简单：“心趋于法，法入于道，除道之迷，转迷为智。”转迷为智慧，为见性的智慧，成佛的智慧。你看只有四句话，十六个字，但是你要知道，一切的法要，从显宗到金刚乘，全部包含了，所有的法要都在其中。

密勒日巴尊者的弟子冈波巴尊者，是一位无与伦比的大德，他有很多非常透彻的修行的、实修的窍诀开示。他将贤劫千佛过去已传授和未来将传授的一切佛法浓缩为刚刚说的这个四句话，十六个字，被称为冈波巴四法。后来宁玛派的无垢光尊者就专门造了一部论，来解释这个四句话，叫做《四法宝鬘论》。这个四句话是智慧的大浓缩丸，你完全听不懂或者轻易就听过去了。所以他就详细告诉你，这个四句话他是怎么修的，怎样从凡夫一直到圆满成佛，那么详细地解说。如果能够真正地依此勤奋修行，在一生之中就能够证悟成就。

同样的，我们的药师法门也完全都包含了这个四句法，冈波巴四法的甚深窍诀。为什么我们说药师法门里面有今生成就法，因为她就包含了这个共同道路。

第一句就是：心趋于法。第一步就是要让我们的心从迷恋世俗转入与佛法相应。要注意哦，你要懂得这个平衡，就是《维摩经》所讲的怎样？“但除其病，而不除法”，你把这个里面的执著去掉，不是要你灭掉这个法。同样的，你学佛法以后，不是要你把自己关起来，企业也不管了，家里也不理了，一天就关起门来，敲木鱼念经，这个你就失去了你的生机。你的生机一定是在现实的生活之中展现出来。所以，如果你从原来的一直迷恋世俗转到了封闭自己只顾去修法，那其实那个只是演习。真正的最高的学府在哪里？在现实生活呀。所以要知道但除其病，不除其法。要让我们的心从迷恋世俗转入与佛法相应。

怎样能够让我们的心真正地放下世间，放下对世间的迷恋而转入与佛法相应，就是心趋

于法呢？你要修四种法，也就是暇满难得寿无常，业果不虚轮回苦。

首先要修暇满难得，我们得到这个八有暇、十圆满胜过摩尼宝的人身是最极难得。这么难得，当然我们就要让生命的价值最大化，最大化就是回到生命的本源，唤醒觉性。

因为寿无常，所以你要精进修法。前面暇满难得，所以你要心转向佛法，因为只有这样你才能够让生命价值最大化。寿无常呢，就是人命在呼吸间，你下一秒下一分钟不知道会怎样，或者你今天脱下鞋子上床，不知道明天能不能起来，能不能再穿鞋等等，能够这样的時候，你就会有紧迫感，就会要更加精进修学佛法。能够舍弃对今生的贪求。

业果不虚轮回苦，所以也会舍弃对来生的贪求，也不再去求升天的福报等等，而专心求解脱。

能够修好这个四法，“暇满难得寿无常，业果不虚轮回苦”，就能够舍弃对今世的执著和对来生的贪求，专心求解脱，心就趋于法了。

第二句就是法入于道。心转入佛法以后，你还要进一步让你所修的法，能够顺利地进入正道，与法相应。要使法入于正道，与法相应四个窍诀。不然如果你走了第一步，你已经心趋向佛法了，但是 you 与法不相应你就觉得很苦闷，觉得我修了这么多法，我也求了这么多法，但是我内心还是很多烦恼，这样你就是法没有入道。所以第二句法入于道，就是第二阶段了。我们很多人其实就卡在这一阶段，他法没有入道，更不要说第三、第四阶段了。要使法入于道也有四个窍诀：

第一就是依止善知识。

第二就是闻思修，陶冶自相续。

第三就是唯求解脱。

第四就是行为举止都趋向善法。时间关系我们都不展开说了。

这个是你能够法入于道，帮助你让法入于道的四个窍诀。然后当你真正地与所修的法相应了，法已经入道了，怎么判断你修的法已经

入道了呢？它也有五个标准，五个衡量的标准，不是你自封、自吹自擂的。

第一就是发愿清净，为利众生。

第二就是行境清净，勤修窍诀。

第三就是不驰散于凡夫心，始终都能够安住于出离心、菩提心、中观无二见。这个不容易啊，你想想这样才是心，这个法真正入于道了。你要一念都不起凡夫心，安住于出离心、菩提心、无二见三根本。

第四个标准就是三门善根以利他为目的。身语意都是为利他。

第五个标准就是调伏自相续中的烦恼。为众生发起殊胜的菩提心。

有符合这五个标准你就是真正的法入于道。

第三阶段就怎样？你已经入于正道了，与法相应了，你走在真正的解脱道上、菩萨道上。但是这个道上还会有很多障碍，所以第三阶段就是除道之迷。修法上轨道以后要遣除修行道路上的障碍。遣除修行道路上的障碍，当然它

也有很多的窍诀和衡量的标准。我们不展开说。

第四个阶段就是转迷为智。真正到了这个阶段你就能够知道，哦，原来五毒其实都是五智菩提的光明，那么迷乱障碍转为智慧。能够有这样甚深的见地，有这样究竟了义的大中观见、大圆满见、了义的大手印见，就能够知道一切法都是自显现、自解脱。

因为是自显现、自解脱，所以就能够在四种缘起，层层显空。然后能够由心性自解脱，证入法，安住于法性，然后法性自解脱安住于平等性。到这个时候你才能够真正的像那些开悟的大禅师一样说：平常心是道。你知道“平常心是道”是什么境界吗？平常心是道就已经是清净地菩萨了，就是八地、九地、十地菩萨，才真正有资格说“平常心是道”，因为他安住于平等性。然后平等性自解脱圆满成佛。

这个迷乱障碍转为智慧也有两种次第，也就是暂时的次第和究竟的次第。这些不是我们现在大家的境界，我们也就不展开来说了。

## 二、药师法门成就人生解脱的内容和四大殊胜特点

我们来说第二就是药师法门成就人生解脱的内容和四大殊胜特点。药师法门的主要内容就是息法、心法和色法。或者说就是《药师经》《药师七佛经》的五个咒，还有药师定，药师经法、药师咒法、药师定法。或者说就是如来禅、祖师禅、秘密禅。

我们刚刚说了药师法门很殊胜，她可以说是世出世间一切人生幸福法的总持。她圆满地包含了《华严经》《维摩诘经》《楞伽经》等等无量法门的奥义和修行方法在其中。

而且你要知道哦，药师法门主要的内容就是如来禅、祖师禅和秘密禅。如来禅几乎就可以概括一切南传的佛法，祖师禅是汉传的心要，而秘密禅是藏传的心要。所以其实三大语系的法，她的精要之法都可以在药师法门里面看到。她的四大殊胜特点：

第一点就是变不共成就为共同成就。

第二点就是变超功能为常态功能。

第三点就是变繁杂为简易。

第四点就是变神秘为自然。

也不展开说，我们略说一下变神秘为自然吧。其实就是什么？你每一天在生活之中，同时去觉察五大象限，人存在的五大象限。然后，你就能够每一天在生活之中不断不断地拓展觉察力，你就能够活得完整，你就能够有更深的生命体验，就能够更完整地引导你的生命能量，激发你内在的生命能量。一定要知道，药师法门的殊胜在哪儿？平时我们只有生活力，没有激发生命力。你看，我们的生活中间劳作呀、吃饭呀、说话呀，这些靠的都是什么？都是生活力。当然它背后的支撑就是，你看物质能量、精神能量等等。但是真正的本源能量是生命力，要能够激发就是要在生活之中向内回归到生命本源，开启觉性。

在个体外在层面就是通过脐轮来强化自己



的力量和能量；通过心轮来和生命交流；通过顶轮来连结，让我们活在更大的宇宙之中。所谓与天地精神相往来，活在更大的宇宙之中。所以其实你要有感恩心是很重要的，要有感恩的时候，把你的这个心轮开了，然后顶轮也容易开，然后你容易得到整个宇宙的能量。

在个体内在象限来说，是安住于生活的每一个瞬间，关心生活的所有象限、所有层次。

在集体内在来说，就体现为对他人的善意。你关爱他人的能力就被释放了，被不断地增强了，就是我们刚刚所说的什么，养喜神去杀机。人心不可一日无喜神，天地不可一日无和气。所以你能够真正地去养喜神去杀机，每一天内在都觉得有那种暖洋洋的气息。所以，哪怕人家骂你，你也带着微笑，很柔软地、很有智慧地跟他说话。自然，人家的气也就消了，矛盾也就化解了，化解于无形。

这一种其实都是依靠药师法门而增强我们的幸福感。你越来越能够安住于觉性本身，能

够意识到万事万物其实都是在觉性之中发生的。这个就是我们略说这个四大殊胜特点，变神秘为自然。

我们药师法门里面有所谓的这个三大当量置换法。我们讲密层义再来说，此地就不展开了。

### 三、唤醒觉性

我们一直强调药师法门就是在生活的五大象限之中，时时处处要活得完整，然后唤醒我们的觉性，回归生命的本源。怎样能够唤醒呢？禅，我们的祖师禅，当然是最究竟了义，而且最迅速能够让我们见性、开启觉性的方法。“菩提自性，本来清净，但用此心，直了成佛。”

我们举一个湖南禅师的例子，常德德山，德山宣鉴禅师的公案。我们看提纲：有僧相看，乃近前作相扑势。师曰：“与么无礼！”其实应该是“忒么无礼！”“合吃山僧手里棒。”僧拂袖便行。师曰：“饶汝如是，也只得一半。”僧转身便喝，师打曰：“须是我打你始得。”曰：“诸方有明眼人在。”师曰：“天然有眼。”僧擘开眼曰：“猫！”便出。师曰：“黄河三千年一度清。”

你看看，这个禅宗祖师公案，如果是你没有这个对法的见性智慧，你是很难很难去看透

这个公案的。所以其实我希望我们广大的法师们、居士们要多亲近我们明良大和尚，我们大和尚在交光大师的《首楞严正脉疏》里面有入处、有受用。多亲近，对于我们在生活中了生死、开启觉性，一定能够受到很好的启发和指引。

我们来略说一下这一则公案，这一场法战。禅宗讲机锋，迅雷不及掩耳，很快。因为你一落入大脑思维，你要想怎么回答，你就已经是凡夫生灭心，而不是不生不灭的觉性，对不对？所以开口便错，动念即乖，迅雷不及掩耳，这个就是法战。你一迟疑，你就怎样？你就已经是凡夫心、生灭心了。

我们看船子德诚，船子德诚怎样帮夹山善会开悟，就是这样的。夹山善会很会说法，但是没有真正见性，他去参船子德诚和尚。在河里面摆渡，帮助大家，这样来密修菩萨行，他的师父船子德诚马上一桨打到水里面去，“叫他道”，叫他说，他准备说呢，马上又把他打下去了，为什么呀？凡夫大脑思维想出来的答

案都是错的，开口便错。所以这个要真正让我们的觉性显发出来，怎么显发出来？这则公案很精彩，这场法战有五个回合，打仗一样，你来我往，我们打仗，打了五个回合，非常精彩。我们来看这场法战机锋，怎样分为五个回合？

第一个回合就是有位僧人，他来参学，以前叫走江湖，到处去参访那些明眼善知识，希望能够明心见性，让我们顿悟本心。第一个回合就是有位僧人来向德山宣鉴禅师来请益，来参学。他这个人很有意思，我们想想那个场景就很有意思。这个僧人来参德山宣鉴，他一来，你看“有僧相看，乃近前作相扑势”，相扑势是干吗你知道吗？就是他一上来就摆出一个要摔跤的样子，他要跟德山宣鉴禅师两个人来摔跤。什么意思，你知道吗？要跟人摔跤，摔过跤的人知道，你没有搭上手准备开始摔跤，但是两个人还没有搭上手，这个时候是你最敏锐的时候，注意力最敏锐，心最灵敏的时候。但是，你的心又没有粘在任何的具体事物上，这个时候他就是一种什么？超越能所。

禅宗，你看我们的这个一千七百则公案，那么多祖师开悟，你看看他们的方法是什么？两大类方法，要么就是扯脱，要么就是夺所。凡夫心总有能有所，对不对？你能够理解万物，能够观察万物，能够看万物，这个是能，被你所观察的这个是所。凡夫有能有所就有二元对立，所以就有生灭心，有轮回。

那怎么办呢？如果师父很高明，他就会迅速地帮你怎样？夺所啊。在你能所相对这个当下，马上他迅速地把你这个所拔掉，然后，唯有你的心就历历孤明，这样你就见性了。这个是一种方法，叫夺所。

还有一种就是扯脱，扯脱什么意思？夺所，他要依靠师父多一点。而且，夺所而见性的人，因为他经过的这个历练太少，以后他来教学人，他的方便法，也就会太少。但是，他见性开悟来得快。扯脱就难多了。扯脱是什么呢？扯脱就是师父一次一次地来针砭你，然后让你自己能够把能所能够扯脱，然后超

越能所的二元相对，超越二元对立，然后真心显露，这个不容易呀。

你看我们这个南宋时候有一位大慧宗杲禅师，这位禅师了不起，为什么呢？因为禅法唐朝时候非常兴盛。但是到了宋朝渐渐就衰落了，明眼善知识少了。后来，大慧宗杲就另外用了一个方法，就是话头禅，参话头。

他是怎么开悟的呢？因为他很聪慧，很小出家，所以他听了很多的公案，自己去拜见善知识的时候，机锋问答他也能够答得天衣无缝，但是，他自己心里面知道，自己没有开悟。所以有一些人，有一些禅师给他印证他开悟了，他不高兴，反而就讥笑，说：“哎呀，看来这个祖师禅是假的，拿个冬瓜印子到处乱印，我明明没有开悟，还要把我印证开悟了。”

后来他的师父圆悟克勤，我们这个石门夹山寺，这个圆悟克勤在那里写《碧岩录》。他的师父圆悟克勤后来怎么帮他来开悟的，怎么帮他来扯脱的呢？用了很长的时间，因为他不

是很会回答嘛，对不对？每次看起来答得天衣无缝，所以他的师父就耐心地把这个禅的一千多则公案，一则一则跟他过，前面过了几百则回答都滴水不漏。后面终于有一则，他的凡夫心显出来了，师父就抓住他，马上就帮他能够扯脱。所以他才真正的豁然大悟，真正地相信禅门有奇特事。

所以我们看这则公案，一开始就很精彩，这个僧人有一个入处。禅是要怎样？首先要得个入处，然后知个出处，然后明个用处，得个了处。你首先要能够得个入处，这个僧人是有入处的，所以他一来，不是用语言，他用动作，做出一个架势，要跟禅师摔跤，其实就用这个动作表示什么，表示我对禅的领悟，对禅的悟入。用这样一种姿态，向德山宣鉴禅师表达他对禅的悟入。德山宣鉴禅师，德山棒，机锋伶俐，很厉害的大德。当然他马上就会把话题岔开，就说“忒么无礼，合吃山僧手里棒”。表面看起来是把话题岔开，说他无礼，实际上是干吗呀，



实际上是要检验他，看他到底是不是能够随处作主了。你要知道，师父如果用扯脱的方法，你这样开悟的过程会很漫长，但是你开悟以后，你有很多善巧方便去帮助弟子。

禅宗早期，那些师父教弟子都用扯脱的方法，后面人的根机陋劣了，往往就是用夺所。

德山就要检验他，看他是不是真的已经超越能所的相对，超越二元对立，不受人惑了，故意说：忒么无礼，你要吃我的手中棒子。这是第一回合。

第二回合，对方也明白是检验他，所以他就怎么样，“僧拂袖便行”。你看，这个禅师多爽快，拂袖便行，他回头就走，表示什么？表示不受。不受一切受，名为正受。不受一切法，名为佛法。能够随处作主，随处作主是我们临济义玄禅师禅法的精髓。这是第二回合了。

德山宣鉴禅师一棒子，他这一招没有击中对方，他立刻就用比较狠的一个变招，马上说对方只得一半，也就是怎样，没有显示能动，

但是，他能够不落于所，所以说他只得到了不落所这一半。但是，他没有显示能动，没有显示生命的觉性。所以你看，师曰：“饶汝如是，也只得一半。”你看起来很高明，但是，你没有真正的透彻，你只得了一半，你不落所，但是，你没有显示你的能动，没有显示你生命的觉性。

再看第三回合，打仗一样的很精彩，法战。这个僧人也真是一个会家子，他当场就大喝一声，“僧转身便喝”。他前面不是做势要走嘛，这师父一考验他，他马上就转身便喝。当场喝一声就是用行动表达了他不缺什么，生命的展现、生命的能动、生命的觉性。

其实本来到这里就双方都法义无亏，应对圆满了，应该都双方都放过了，本来这个法战到这里第三回合应该就圆满。但是，这个德山宣鉴禅师特别慈悲，他偏偏就不放过，他要采用极端手法来紧逼，师打曰：“须是我打你始得。”也就是我才打得成你，拿棒子打他。其实有一个问题，你要用这种极端紧逼的方法去考验对

方，自己也就会露马脚。德山这句话其实就能所相宛然，你看，“须是我打你始得”，你看，能所相宛然。这个其实就已经明显地露了马脚了，对不对？如果这个僧人厉害，马上抓住了，德山要用非常非常高明的手法，才能够滑脱，才能够滑出来。这个禅师有见性的大智慧，他不会被任何事情困住的，他一定有极高明的方法在这个电光石火之间马上就滑出来了，巧妙轻松地就有一个圆熟的智慧，就滑出来了。

再看第四回合。第四回合这个僧人很可惜，他没有抓住德山的能所相宛然这个毛病。在德山这个紧逼之下他有点沉不住气了，他就求助于第三方，他说：“诸方有明眼人在。”你求助于第三方，这个回答其实就不够好了。德山也没有想到对方如此的不简单，他就针对这个“诸方有明眼人在”这句话就回应说：“天然有眼。”其实对方的这个就很轻巧地滑过去，没有去抓住对方的漏洞，德山也没有抓住。

第五个回合，这个僧人真是一把好手，就

这么一点松动，马上他就滑出来了。他就抓住机会，表达他不落能所，随处作主，证入了生命的觉性。他就用动作，不是用语言，他做一个手势，做什么手势，用手把自己的眼皮撑开。你看，“僧擘开眼曰：猫。便出。”就做手势，扒开自己的眼睛，表示什么呀，表示天然不二。然后说一声：猫。全身而退。

最后这个德山宣鉴禅师也很认可很赞叹这个僧人，师曰：“黄河三千年一度清。”就是认为这个僧人很难得，好像黄河三千年才清一次。同样的，就是在我面前来的这些参学的学人千千万万，无量人里面才遇到这么一个真正的有个入处、有一点见性的人。“黄河三千年一度清”，这个是很高的评价了。

好，我们最后就用德山宣鉴禅师的公案，来启发我们大家，怎样在现实生活之中，来当下启发我们的生命的觉性。要有像德山宣鉴禅师这样的智慧，要有像这个僧人这样的智慧。你看，禅宗在早期，五家七派里面最早的就是

沕仰宗。看看沕仰宗那些公案，他们总是用动作表示，所以其实沕仰宗的公案你是最容易透过去的，用动作表示，更容易展现不落能所。

好，到此地，我们这次的药师法门的讲座，《药师法门·今生成就法》就分享基本上接近圆满了。

总结

藥師法門

今生成就法

我们略作一个总结，我们讲了药师法门的人生成功法。人生成功法包含了三大类法，也就是人生健康法、事业成功法、社会和谐法。重点讲了事业成功法。事业成功法有三大法则，也就是创造法则、利他法则、行动法则。在因地上其实也就是大智慧、大慈悲、大雄力。在果地上就是智德、悲德、断德。

接下来我们就讲了药师法门的人生幸福法，今天我们主要讲的是人生幸福法。主要讲了三大法则：幸福关系法则、幸福能力法则、幸福境界法则。尤其是我们讲这个幸福境界法则，既讲到了儒家成就人生幸福的这个法则，成就人生幸福境界的法则和佛家成就人生幸福的法则。佛家是华严四法界。儒家是“大学”：明明德，亲民，止于至善。

在华严四种法界里面我们又重点讲了事法界，因为这个跟我们的境界接近。事法界有十个成就幸福境界的法则，可以归纳为戒、定、慧三无漏学。尤其是这个十大幸福境界法则，

大家要多用，而且也非常实用。你看，比如说：“养喜神去杀机。”马上就可以修，然后我们就越来越让我们心地宅心仁厚，然后厚德载物，人生就越来越幸福了。

又讲到了药师法门是世间和出世间一切人生幸福境界的总持法。

接着我们又略讲了药师法门的人生解脱法。

我们可以稍微作一个归纳，就是人生成功法是修菩萨行，人生幸福法是发菩提心。人生成功法归纳起来就是四个字，自利利他；人生幸福法归纳起来也是四个字，自觉觉他；人生解脱法就是觉行圆满，我们能够觉行圆满。

这次法会就基本上接近圆满了，我们感恩本师释迦牟尼佛和药师海会佛菩萨的加被；也特别要感恩我们明良大和尚和明谷法师、诸位法师的加持；也感恩我们与会大众的成就。希望大家能够平时多亲近，多向我们明良大和尚请益。

《梵网经》上面说：“若佛子以慈心故，



行放生业，一切男子是我父，一切女人是我母，我生生无不从之受生。”所以大家在无量劫的轮回之中都曾经做过我的父母兄弟姐妹。那么“信知宿世有深缘”，我们才能够有如此殊胜的缘分，来共同修学药师法门，共同来修学三天的《药师法门·今生成就法》。我想最殊胜的感恩报恩的方法就是将药师法门完整地传承给大家，让我们今生成就健康人生、财富人生、智慧人生、优雅人生、幸福人生和觉悟人生。

我们以此请法、讲法、听法、修法、护法，无量的功德回向一切如母有情，能够得遇明师、得闻正法、早成佛道。也回向国泰民安，正法久住。最后，我们以《普贤行愿品》的一段偈颂来作圆满回向。也就是八十八佛里面抽出来的《行愿品》的那一小段，我们应该大部分能背，我们一起来读诵，作一个圆满回向。

喻 所有十方世界中，三世一切人师子。  
我以清净身语意，一切遍礼尽无余。  
普贤行愿威神力，普现一切如来前。  
一身复现刹尘身，一一遍礼刹尘佛。  
于一尘中尘数佛，各处菩萨众会中。  
无尽法界尘亦然，深信诸佛皆充满。  
各以一切音声海，普出无尽妙言辞。  
尽于未来一切劫，赞佛甚深功德海。  
以诸最胜妙华鬘，伎乐涂香及伞盖。  
如是最胜庄严具，我以供养诸如来。  
最胜衣服最胜香，末香烧香与灯烛。  
一一皆如妙高聚，我悉供养诸如来。  
我以广大胜解心，深信一切三世佛。  
悉以普贤行愿力，普遍供养诸如来。  
我昔所造诸恶业，皆由无始贪瞋痴。  
从身语意之所生，一切我今皆忏悔。  
十方一切诸众生，二乘有学及无学。  
一切如来与菩萨，所有功德皆随喜。  
十方所有世间灯，最初成就菩提者。

我今一切皆劝请，转于无上妙法轮。  
诸佛若欲示涅槃，我悉至诚而劝请。  
唯愿久住刹尘劫，利乐一切诸众生。  
所有礼赞供养福，请佛住世转法轮。  
随喜忏悔诸善根，回向众生及佛道。  
愿将以此胜功德，回向无上真法界。  
性相佛法及僧伽，二谛融通三昧印。  
如是无量功德海，我今皆悉尽回向。  
所有众生身口意，见惑弹谤我法等。  
如是一切诸业障，悉皆消灭尽无余。  
念念智周于法界，广度众生皆不退。  
乃至虚空世界尽，众生及业烦恼尽。  
如是四法广无边，愿今回向亦如是。  
南无大行普贤菩萨。（三称）

七佛通偈

诸恶莫作 众善奉行  
自净其意 是诸佛教

总回向偈

愿以此功德 庄严佛净土  
上报四重恩 下济三途苦  
若有见闻者 悉发菩提心  
尽此一报身 同生极乐国

## • 禅与生活系列

- 1) 《禅与生活艺术——我们离幸福有多远?》
- 2) 《红尘禅心——如何成就幸福美满的人生?》
- 3) 《与心对话——禅悟人生》
- 4) 《净化人心的禅智慧》
- 5) 《禅与身心灵健康》
- 6) 《禅与现代生活》
- 7) 《禅与心灵环保》
- 8) 《禅与生命重建》
- 9) 《禅与幸福家庭》
- 10) 《心·宁静致远》
- 11) 《禅解吉祥经》
- 12) 《禅与创意》
- 13) 《学习禅》

## • 禅与经营管理系列

- 1) 《禅与慈善——如何播撒万千财富的种子?》
- 2) 《禅与中国民营企业传承之道》
- 3) 《禅与百年企业管理的智慧》
- 4) 《禅宗智慧与企业发展》
- 5) 《禅与企业家内心修炼》
- 6) 《经营管理中的佛法》
- 7) 《禅与企业文化建设》
- 8) 《禅与现代企业管理》
- 9) 《禅与经营之道》
- 10) 《禅与财富自在》

## • 禅与文化系列

- 1) 《禅文化在当代中国的现实价值》
- 2) 《禅与中国文化的传播》
- 3) 《禅与中国文化》
- 4) 《禅与孝道文化》

## • 禅与般若系列

- 1) 《如何照见五蕴皆空》
- 2) 《心经的人生智慧》
- 3) 《不执著的智慧》

## • 圣地参访系列

- 1) 《禅宗祖庭开示录》
- 2) 《九华山朝圣之旅开示》
- 3) 《四会——六祖成就之地》

护持热线：0758-3309257、3110486、3308303

QQ: 276516970、1762703521、1247077617

护持帐号：44-650501040001877

户名：四会市六祖寺管理委员会六祖寺印经中心

开户行：中国农业银行四会大同支行

温馨提示：网上转账选四会支行、支农户。

备注请写助印、给寺院捐款。

公休日勿去柜台，可网上银行转账。

邮寄汇款：广东省四会市贞山区六祖寺 邮编：526200

慧日增辉网：[www.hrzh.org](http://www.hrzh.org) 实时报道最新活动及安排

教学资源下载：[www.tudou.com/home/pinaya](http://www.tudou.com/home/pinaya)

微信公众号：[huirizenghui](https://www.wechat.com/p/huirizenghui)

恭敬法宝 开智慧眼  
袈置蒙尘 愚痴因缘  
辗转流通 功德无量



六祖寺

LiuZu Temple Sutra Printing Center

印经中心

广东省四会市六祖寺恭印

。或  
他流  
示。  
書。  
人書  
敬尊  
以種  
香塗  
末香  
。花  
珞。  
伎樂  
爲供  
以五  
。作  
之  
淨處  
設高  
而用  
。爾  
四大  
與  
屬。  
無量  
天眾  
詣其  
供養  
。若  
經受  
誦。  
爲他  
開示  
自書  
教人  
恭敬  
。以  
花香  
。末