藥師 YaoShi QiFoJing XueJi 古佛經學記

釋大虛 讲述

傳世經典

药师法门是当代最契理契机的教化众生的法门

“愿之所在，法门之所在”

药师法门揭示人的生命跟宇宙交流的秘密、交流的独特方式和渠道，及生命的运行和大自然神秘的关联性。

南无药师琉璃光如来





教学资源下载：www.tudou.com/home/pinaya
微信公众号：huirizenghui（或扫一扫上方二维码）
腾讯官方微博：http://t.qq.com/huirizenghui
新浪官方微博：http://weibo.com/51582888
慧日增辉：http://www.hrzh.org实时报道最新活动及安排
教育办电话：0758-3308350
QQ:982031849

护持教育弘法功德账号：6228481153030739516
开户行：中国农业银行广东四会支行
户　名：于明（登觉法师）
邮　编：526200
地　址：广东省四会市贞山六祖寺教育学修中心
温馨提示：网上转账备注请写明善款人姓名及联系方式以方便寄票据。
请联系楼居士：15992317368

南無藥師琉璃光如來



日光月光佛光光光至攝攝入琉璃光

人心天心禪心心心相印印在菩提心

身是琉璃樹
心起日月光
布施方便道
慈濟大乘航
惡趣皆清淨
洪名已疾厄
富饒繁勝族
脆弱轉雄強
正見開魔網
公平作憲章
人人衣食足
同拜藥師王

编者按

佛说八万四千法门，门门皆是殊胜之法，但万法归一，都是为了众生能够在无边的娑婆苦海之中脱离六道轮回的羁绊，万千法门之中，药师法门贵在以其维持世法、辅助戒律、决定生西、速得成佛的四大殊胜拯救业海沉浮的众生于狂澜即倒，万劫不复之中，由此，要摄受度化末法众生的殊胜方便、实现人间佛教的理想，必以药师佛本愿的弘扬为最重要的关键枢纽。

六祖寺是中国禅宗六祖惠能大师得法南来以后隐居潜修十五年的地方，具有非常殊胜的不共的加持力，2010年12月31日至2011年1月9日。

身为六祖寺方丈，又有诸多讲法系列著作出版的大愿法师在这里为七百多信众传授了《药师七佛[illegible]

[illegible]接触过大愿法师讲法系列的人们都会被[illegible]富的讲说形式所感染，所摄受，《药师七[illegible]》篇幅简短，法义甚深，仅药师七佛各自的

愿力就已繁复有加，深奥的佛理在法师轻松幽默的解说中变得平易而浅显，易学八卦，占卜法，天文地理，人际关系，夫妻关系，生老病死的苦难，事业的兴衰，国土的危脆等等无不涉及，无论何种受众都能在这样一种前无古人的讲说内容中各得其所，找寻到自己的需要，在近乎绝望的边缘结束自己曾经无穷无尽的望眼欲穿。

所谓万变不离其宗，向内觉照和实践始终是我们修行的根本，大愿法师在书中指出，药师法门是一个非常完整的唐密的一个法要，我们系统完整地去修学，如果有一些部分你没有相应就要向内去觉察自己有哪一些盲区，努力把自己陶冶成为堪受正法的法器。

条条大路通罗马，在这个世界上没有什么路不可以走，只有不肯走路的人，当我们向前迈出坚实的第一步时，就注定要为我们上路前的承诺直下承当，药师七佛的宏大愿力令我们汗颜，让我们蓄满风尘的双足更有力量，让我们回首时的笑容愈加灿烂。



藥師七佛經學記

YaoShi QiFoJing XueJi



Contents

·目 录·

第一讲 —— 001
药师法门是当代最契理契机之法门 …… 002
略说序言 …… 011
释 经 题 …… 013
译　者 …… 022
药师琉璃光七佛本愿功德经卷上 …… 023
序　分 …… 023
证信序 …… 023
发起序 …… 035
正 宗 分 …… 038
第一尊佛善名称吉祥王如来 …… 038

第二讲 —— 045
善名称吉祥王如来因地八大愿 …… 058
九种体质 …… 069

第三讲 —— 091
第二尊佛宝月智严光音自在王如来 …… 116
宝月智严光音自在王如来因地八大愿 …… 117
妙吉祥占卜法 …… 132

第四讲 —— 147
第三尊佛金色宝光妙行成就如来 …… 161
金色宝光妙行成就如来因地四大愿 …… 162
十二药叉曼陀罗 …… 188

第五讲 —— 193
第四尊佛无忧最胜吉祥如来 …… 203
无忧最胜吉祥如来因地四大愿 …… 210
九型人格理论 …… 211

第六讲 239
第五尊法海雷音如来 240
法海雷音如来因地四大愿 242
第六尊法海胜慧游戏神通如来 258
法海胜慧游戏神通如来因地四大愿 258
药师十二大将与时、方、事物的配量关系 265
第七尊药师琉璃光如来 273
药师琉璃光如来因地十二大愿 274

第七讲 285
五运六气 289
药师琉璃光七佛本愿功德经卷下 328
闻药师琉璃光如来的名号得八种利益 328

第八讲 333
持咒治病的利益 338
睡光明法 344
内层梦瑜伽的修法 356
密层梦瑜伽的修法 364

第九讲 383
东方药师如来消灾延寿火供仪轨 409

第十讲 439
流 通 分 458
药师七佛千灯大供仪轨 459

第十一讲 491
集训班结业开示 491

药师法门集训班

《药师琉璃光七佛本愿功德经》学记

第一讲

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如来！

南无法幢世界法海雷音如来！

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！

诸位善知识，首先让我们共同发起无上的殊胜菩提心，为了帮助一切如母众生都能够速速地从六道轮回的生死苦海之中解脱出来，并且当生获得身体健康无病苦、心灵健康无烦恼、灵性健康出轮回，如此殊胜的成就，所以我们共同来学习药师法门。

2007年7月份的时候，我们在武汉灵泉寺共同学习过了《药师经》，这部经就讲一佛药师琉璃光如来，主要就讲了药师法门的外层义，也讲了部分的内层义，共有十三讲。

我们这次药师法门的提高班，依照《药师琉璃光七佛本愿功德经》来讲，此经是讲七尊药师佛，主要是讲药师法门完整的内层义，还有部分的密层义，甚至于密中密层义。因此这次讲《药师七佛经》，就不会逐字逐句地细讲，主要是讲蕴含在其中的实修方法。药师法门的殊胜，主要是能够帮助我们在当生即身世间出世间都获得圆满。

药师法门是当代最契理契机之法门

我们知道人类的一切文明其实都是为了帮助我们成就自由。如果我们不知道的时候它就是秘密，如果我们发现这个内在的规律以后它就是神通。

比如我们说外在的比较容易理解。

原来这个天体运动的规律，我们是不太清楚，人类

在很长时间之内都认为地球绕着太阳公转的时候是一个圆形，事实上是这样的吗？不是。现在大家都已经知道了，它是椭圆形的。椭圆形的运行一定有两个焦点，太阳在其中的一个焦点上。在后续讲药师法门也就会讲到开普勒的天体运动三定律。

了解这个对我们有什么好处？了解这个的话，我们掌握历法就非常准确了。历法跟我们的生活，跟人类的种植农作物，跟人类的一切活动都息息相关，所以说我们了解的时候，它就会为我们所用，就能够起妙用。

比如说，物理学上的量子力学的发展就让我们得到了更大的自由，信息革命是以量子力学作为基础的。包括电脑也好，等等，都是以此作为一个理论的基础。

19世纪物理学上的两大贡献，一个就是麦克斯韦电磁理论。我们就能够明白，电磁波跟光是同一回事，因此我们的电话等等其实都是以这个作为基础的。

这是说外在的，内在的是什么呢？

内在的是我们灵性的解脱。我们的灵性生命如何开显出来呢？如果我们不了解其中的规律，永远都会觉得这是个秘密，我们就难以真正地摆脱恐惧，所以知识破除无知，而智慧破除无明。对外在的世界，我们通过探索，有很多的知识能够破除我们的无知。内在的世界呢？我们要开显智慧。

我们都知道，当下净土法门有最广泛的人修学，当然是非常殊胜的、三根普被利钝全收的妙法。但是

有一个问题是什么呢？我们也多次听过有法师讲，一万个人念阿弥陀佛，只有两三个人能够往生。那其他的九千九百九十七人怎么办呢？如果懂得药师法门，这个九千九百九十七人就应该是药师法门可以摄受的根机，任何人掌握内在的规律都可以解脱。

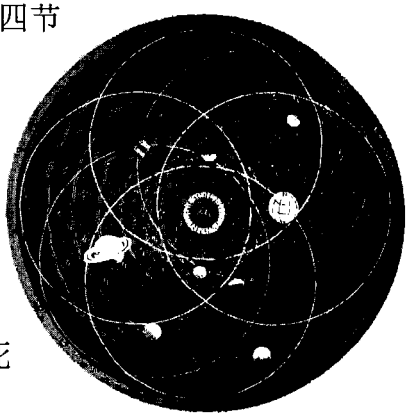
事实上生命内在的秘密，我们灵性生命的开显，通过药师法门能够明白，依此而修学，个个都能成就。就好像说，我们如果懂得规律，张三做这个实验，他也是得到那个结果，李四来做都是一样。你懂得驾驶飞机，你学习了这个，知道了这个方法，你肯定能够驾驶，他也能够驾驶，修行其实也是如此。

我们虽然学习佛法，但还是陷在业力之中，还是难以真正解脱，是因为我们没有能够真正了解内在的秘密，没有能够真正地掌握它的规律。我们只是依照一些知识，把佛法作为一种知识来学习、来讲说、来照本宣科，那个样子没有什么作用。真正的佛法是智慧的佛法，不是在知识这个层面，知识这个层面不过是增长我们的所知障。

本次在这个内层和密层里面会讲到很多的秘密法，这是内在的规律性，不是说密宗。掌握以后，事实上我们就能够事半而功倍。

比如说，大自然的秘密。我们懂得天体运行了，大的来说我们可以发射宇宙飞船，可以发射人造卫星，这都是因为我们掌握了大自然的秘密。小的来说我们就能

够知道什么？知道二十四节气对我们人体的影响，能够知道五运六气。五运六气我们真正掌握以后就能够对自己的身体状况有一个把握，还能够预测疾病，预测生死吉凶。



还有，环境的秘密，比如说我们有一些居住环境，对某些人有利，有些人是不利的，玄空飞星学等等。还有就是身体的秘密，比如说，人有九种体质。有些人是阳虚体质，有些人是阴虚体质，有些人是痰湿体质，有些人是血瘀体质，有些人是特禀质等等。我们如果知道自己是什么体质，我们就知道应该在什么节气、什么季节吃什么食物，我是某一种体质，我会容易患什么病，我怎么去转变她等等。

还有包括性格的秘密，比如说，我们有时候看其他人，我们觉得这个人怎么会这么不可理喻呀？但是其实是什么？其实是你不了解，他的性格类型跟你的性格类型是不相同的。

所以我们通过药师法门的学修，浅的来说，能够了解天地运行的规律，能够了解身体的秘密，能够让自己身体健康无病苦，能够了解世间事业成就的规律，这是从器世间来说。

从有情世间来说，人跟人怎么相处？比如说夫妻之间，两个人缘分怎么样？适不适合在一起生活？如果有摩擦的时候应该怎样来协调、来转化。比如说，怎样能够更好地教育子女？所以药师法门是跟我们的日常生活息息相关的法门。

当然，更重要的是药师法门把解脱的秘密和盘托出。可以说，如果你没有通达三藏十二部，要想真正懂得药师法门是很困难的。比如说，第三尊药师佛，他的四大愿就把《维摩诘经》所有修法的精华都包含在其中。

《维摩诘经》是很殊胜的经典，中国的禅宗、天台宗、三论宗都非常深地受到这部《维摩诘经》的影响。比如说，第四尊药师佛，他就把六百卷的《大般若经》的修法的精粹都含摄在其中了。第五尊药师佛，他的四大愿力就把《大集经》、《宝积经》和胎藏部的法要都含摄在其中了。第六尊药师佛，他就把《华严经》、《法华经》和金刚界的修持法要都含摄在其中。如果真正地、透彻地懂得药师法门，可以说我们对于大、小、显、密三藏十二部所有的法要都能通达、都容易通达。

“愿之所在，法门之所在”，我们这次主要是围绕药师七佛的愿力来讲药师法门，来讲药师法门与四季养生，健康长寿的方法；来讲五运六气与疾病预测的方法；来讲药师法门与婚姻美满、家庭幸福的方法；来讲药师法门与亲子教育的方法；药师法门与居住环境改善

的方法；药师法门与事业成功的方法。这个其实大部分是在器世间和有情世间。

更重要的是药师法门与智力开发的方法；药师法门与我们每个人的根器，让我们当下解脱的方法。我们如何真正地在此生此世能够摆脱束缚，能够超越自己的局限性，超越外在的局限和内在的思惟方式的局限而真正地成就解脱，当下成就快乐自在的方法。

正如吴立民阿阇黎所说：药师经是药师法的说明，药师法是药师定的作用，药师定的本质是人体的色法、息法、心法。而色法、息法、心法跟我们生活的三要素是息息相关的，无论你信不信佛，你都离不开这三要素，也就是饮食、呼吸、睡眠。色法是讲饮食的，息法是讲呼吸的，心法是讲睡眠的。

我们2007年的时候在武汉也提及过修药师定的四个阶段，也就是入药师定性命双修；证得光明法身圆满；证得大乐报身圆满；证得千百亿化身圆满。

在这次将会详细地来讲如何具体地修证药师定，药师定具体修证的步骤，如何能够将我们凡夫有漏的五蕴色身转变为药师佛琉璃光身的方法。

并且，此次举办药师法门集训班的地点——六祖寺也是非常殊胜，是中国禅宗六祖惠能大师得法南来以后隐居潜修十五年的地方，也具有非常殊胜的不共的加持力。

民国时候的高僧弘一法师，他是主修律宗的，持戒

也非常清净，他也常常赞叹药师法门是当代最契理契机的教化众生的法门。法师的遗著有《药师经析疑》，法师在福建永春普济寺开示的时候有说过药师法门的四种殊胜，即：

第一种殊胜就是维持世法。对于佛法没有深入了解学修的人，很难真正地看破、放下专求解脱，这也就是绝大部分的人虽然口念阿弥陀佛，但是难以真正往生的原因，因为他没有量己量法，因为心和法不相应，他的心恋娑婆口念弥陀，要超出就很困难了。



而药师法门的殊胜就是从当下的现实人生的圆满入手，“先以欲钩牵，后令入佛智”。就是说药师佛的愿力是先满足众生的种种世间的祈求，比如说事业成功、婚姻美满、身心健康、消灾免难，更大一点风调雨顺，如何能够让国运兴隆，乃至于“随所乐求，一切皆遂，求长寿得长寿、求富饶得富饶、求官位得官位、求男女得男女”，然后在这个过程之中就能够把解脱的种子种下来，再将众生安置于无上菩提。

第二种殊胜就是辅助戒律。佛法之中是以戒律为根本，正如佛经所说：“若无净戒，诸善功德不生。”世

亲菩萨也说："万物生长依于地，一切功德依于戒。"但是受戒容易，得戒为难，持戒不犯更难。现在我们学到了药师法门就可以成就上品圆满的戒，万一对于所受的戒法有所毁犯的时候，但能至心持念药师七佛名号，如法地忏悔修持，即可消除犯戒的罪，还得清净，不至于再堕落到三恶道之中。

这个就不容易，不至于再堕落到三恶道之中，我们学过《地藏经》就知道了，这个就已经是小乘的初果，已经是大乘的初地，才能够真正地永不历三恶道苦，但是现在我们仗承药师佛愿力的加持，当下修习药师法门就能不历三恶道苦，因此这是非常殊胜不可思议的。

第三种殊胜是决定生西。我们求生西方极乐世界，依经中所说，若有求生西方极乐世界的众生能够受持八关斋戒，又能够修学药师法门，临命终时有八大菩萨乘空而来示其道路，接引往生到西方极乐世界的众宝莲花之中，八功德水，七宝莲池之中，花开见佛悟无生。

并且药师法门是修学任何法门的人都需要的，为什么？因为修学一切法门都需要违缘消灭，顺缘增长，都需要身心健康，法、财、侣、地一切顺缘都具足，才容易修行成就。假如身体多病、衣食住处很困难，又经常遇到天灾人祸的危险，这些都会成为用功办道的障碍。

可见无论修学任何法门的人都需要加修药师法门来帮助，才容易真正地成就。藏密还有日本的台密都是特别地重视《药师经》。我1991年到1992年在成都昭觉寺

依止清定上师修学的时候，也是每天清晨起来，修了文殊五字真言和上师供之后都需要加念《药师经》。

第四种殊胜就是速得成佛。《药师经》当然不是专门来修世间法的，而是一佛乘之法，而是佛陀的果地之法。看起来好像很简单，看那些愿力都是众生有种种的苦难，只要念佛的名号，就一切都转过来了，都顺利了。但是你不晓得为什么会这样子？觉得不可思议。为什么？因为他已经超越了凡夫大脑思惟的这个层次了。在凡夫大脑思惟这个层次上来说确实是不可思、不可议的，但是当然他内在还是有解脱的秘密，所以这个是果地之法。

正如《法华经》一样，看起来好像也没有什么，全部是说比方，三界火宅喻、穷子喻、三车喻等等。但是其实这个是究竟了义的法，是经中之王，是一佛乘之法，是令众生开示悟入佛之知见的法。《华严经》讲佛的境界，《法华经》说佛的见地，六百卷的《大般若》就说行持，说佛的行持，所以都是殊胜不可思议的经典。

而《药师经》呢？佛的境界、佛的知见、佛的行持都融摄在其中了。所以我们说《药师经》能够含摄三藏十二部，不是一句夸大的话，而是事实。不过我们如果没有传承的话，只是懂得外层义，经书翻一翻，你根本上都不知道。这些字你都认识，但是说什么呢？你以为你懂得，其实是梦都没有梦到。

所以希望此次能够将药师法门之中的内层和密层义和盘托出。这个是一佛乘、速得成佛的法门，因此《药师经》上面经常会说："速证无上正等菩提。"我们要知道释迦如来是真语者、实语者、如语者、不妄语者、不异语者、不诳语者，如果没有这个力量，没有这个功德，绝对不会总是说速证无上正等菩提。

我们知道成佛的主因就是大智慧和大慈悲，《药师经》上经文有说："应生无垢浊心、无怒害心，于一切有情起利益安乐、慈悲喜舍、平等之心。"我们读《药师经》熟练了都应该会背的。这个无垢浊心就是大智慧心，无怒害心就是大慈悲心，悲智双运就能成佛道。

对众生起利益安乐的大菩提心，发了菩提心以后要有实践，就是四弘誓愿，就是四无量心。所以我们发起慈悲喜舍四无量心，是菩萨行的具体实践，这些都是大慈悲心。要修四无量心，要先成就舍无量心，再来修慈无量、悲无量、喜无量。舍无量心、平等之心就是大智慧心，所以是双重的悲智双运。

略说序言

我们翻开经本，先看经本上面的序言，略说一下。

四大不调是身病，五欲不遂是心病，三障自迷是真病。病中之人，岂有不治之理？《药师经》中寓有无上法药，能够救治一切众生的所有病症，但肯服

之，无不饶益。药师经法真可谓末法众生脱苦之要诀，成佛之秘典。

这就把药师法门的殊胜表达出来了。

东方喻生，西方喻死，药师如来愿愿不离当下，愿愿不离现生。药师法门的特点就是在生活中求解脱，在现实中了生死。立足当下、立足现生，在因上用功、在能上精进，这是释迦如来最极不共的甚深教法，是释迦如来应世渡生的本怀。

这个依据历代祖师的教诲，就把药师法门推到极高的地位。

这本《药师经》就是释迦如来最极不共的甚深教法，也是事实。如果我们学下来了，就可以知道，大圆满、大手印的修法也都含摄在其中。药师佛的那些愿力里面都已经完整地包含了一切显密的教法，所以说是最极不共的甚深教法，就是释迦如来应世渡生的本怀。

我们修持佛法的窍诀就是要在因上用功、果上随缘；在能上精进、在所上随缘；在心上用功、在境上随缘。所以因、果、能、所、心、境这六个字我们如何去把握，这个就是我们修行下手用功的地方。

我们看序言上还引用了印光法师的一段教诲，印光法师写的序言上面极力赞叹药师法门的精彩开示。

《药师如来本愿功德经》者，乃我释迦世尊愍念此界一切罪苦众生，为说药师如来因中果上利生之事，实为究竟离苦得乐之无上妙法也。……须知药师一经及与

佛号，并其神咒，即释迦、药师所得之阿耨多罗三藐三菩提法。

这就说到极致了。释迦牟尼佛成佛的法是什么？就是药师法。药师佛证得无上正等正觉，阿耨多罗三藐三菩提法，当然就全部融摄在《药师七佛经》里面了。

凡至诚受持者，即是以佛庄严而自庄严也。故玉琳琇国师常持此经及此佛号，以是禅、教、律、净之总持法门。

所以说这部经就是如来果地上的经。要知道，我们学《药师七佛经》，禅的心要，教理的见地，律的行持，净土的求生，净土的信愿行与精粹都融摄在其中了，所以药师法门就是一大总持法门——禅、教、律、净都包含在其中了。

教理上面，因为我们已经都有基础了，在座的都取得了中级弘法师证和中级檀讲师证，所以教理就不多说。

释经题

我们还是略说一下经题和翻译者。

【药师琉璃光七佛本愿功德经】

“药师七佛”是人，“琉璃光”是比喻，“本愿功德”是法，所以经题在七种立题之中是属于人法喻具足立题。

因为在2007年讲《药师经学记》已经详细讲了经题，所以这次就略说一下。

药师。药可以分为物药和法药。



物药除了植物药、动物药、矿物药等等这些之外，还有秘制的药。比如道家的丹道医家，还有玄门四大丹——乾坤一气丹、混元丹、金龟下海丹和毒龙丹。毒龙丹其实它的药很简单，就是用马钱子（马钱子是剧毒的，但是用方法能够把它转过来），加上童便（儿童的小便），加上五石、五豆来浸泡，秘制而成的。制好以后，几百种病都可以治，根据不同的病配上不同的药引子，就能够治疗内科、妇科、儿科、外科等等数百种病。其实他们有受到孙思邈的影响，而孙思邈又受到佛法的影响。

物药当然还有利用像刮痧、针灸等等这些来治病。

比如，如果有些人烟瘾很大，想戒烟，当然方法很多。在我们手腕上面这个地方有一个甜美穴，就在列缺穴和阳溪穴这两穴中间，是一个经外奇穴，做一下针灸，也是很快可以戒除烟瘾。

还有比如说苗族里面有一些用化水来治疗的，比如

说，正骨的时候就用“铁牛水”、“雷公水”，外伤止血、止痛的时候就用“观音水”，鱼刺卡在喉咙里就用“鸬鹚水”，这个鸬鹚是怎么样？在河里面来抓鱼的。有人鱼刺、鱼骨头卡在喉咙里面，上也上不得，下也下不得，跑到医院做手术这个就太大一件事，你用韭菜烫一下吞下去小小的也可以拔出去，或者是用鸬鹚水把鱼刺化掉。还有一些是开水烫伤、火烧伤，用“雪山水”等等。

当然还有用调整情绪来治疗的方法。比如说，中国养生学说：名过则伤肺，一个人求名太过分以后，他容易怎么样？有肺病。色过伤肾；财过伤肝；食过伤脾，吃东西吃太多了当然伤脾了；睡过伤心，贪睡、嗜睡过多会伤害心的功能。所以肺病者宜逃名；肾病者宜戒色；肝病者宜散财；脾病者宜减食；心病者宜减睡。尤其是现在的人，其实很多都是营养过剩引起的病，因为不知道调理饮食，不知道什么时候吃恰当的食物，所以就产生种种的病苦。

法药当然是指经律论三藏了，是指戒定慧三学了，是指五乘佛法或者三乘佛法，或者就是一乘佛法等等。

能够利用药物来治疗身体疾病的人，我们称之为物药之师；能够教化众生断见惑、断思惑、断尘沙惑、断无明惑，运用法药来对治众生的种种的烦恼病，我们称为法药之师。从究竟义上来说，九法界凡圣都是病人，唯有佛陀是究竟无上的药师。

琉璃光。“琉璃光”是比喻。药师是比喻佛的悲德；琉璃就是比喻佛的断德，惑无不净，像清净的琉璃一样；光就是表显佛的智德。佛的三德——悲德、断德、智德都在其中了。

琉璃光我们可以从两个方面来说。

第一个方面是从佛陀圆满成佛的自证境界来说，琉璃光就是以如如之智来照如如之理，就是以始觉智来照本觉之理，而显发自性本具的无边清净光明的功德。

明朝末年四大高僧之一的憨山德清法师，他在五台山禅修的时候就曾经从定而起，脱口说了一首偈子来描述他禅修的境界：

世界光如水月，身心皎若琉璃，

但见冰消涧底，不知春上花枝。

我们禅修在一定状态之下就会觉得整个身心世界就好像琉璃一样。

第二个方面是依众生的心境来说，琉璃光是比喻一切众生皆有佛性，在圣不增，在凡不减，我们真心的体、相、用就是空、明、觉，就比喻为琉璃光。

七佛。就是指善名称吉祥王如来、宝月智严光音自在王如来、金色宝光妙行成就如来、无忧最胜吉祥如来、法海雷音如来、法海胜慧游戏神通如来和药师琉璃光如来。

从内层义来说，药师七佛是在我们一身之中圆满具足，我们如果只是听一些理论，怎么样？凡夫众生总是

用大脑思惟，佛法，尤其药师法里面明确地讲了一点是什么？没有开悟的人，不管你是大科学家还是什么人，没有真正明心见性的话，都是没有智慧的，只有聪明。

因为聪明是用大脑思惟的，聪明是需要累积知识的，累积很多很多知识，然后以这个知识来消除对外部世界的无知，但是解脱不能靠知识而成就。无论你学多少佛法的知识，那跟你的解脱不相干，为什么？因为无论你学多少知识都是有限的。以有限的知识来面对无限的世界，来面对我们无穷尽的无限的自性功德，怎么可能呢？不可能，所以我们学再多的佛法知识，都难以消除内心深处的恐惧。

我们天天都要念“勤修戒定慧，息灭贪瞋痴”，我们学上三年、五年、十年以后，很多人都会垂头丧气：“哎呀，我知道要息灭贪瞋痴，但是逢缘对境这个贪瞋痴怎么这么顽固呢？”息灭不了，为什么？因为你虽然想到这个问题，但是你没有把无明的根斩断，你是解决不了的。

贪瞋痴是问题，但是问题背后还有问题，问题背后的问题是什么？是恐惧。我们为什么贪瞋痴难以转化？因为我们内在的恐惧没有消，我面对这个无限的世界，我很恐惧，所以我尽可能多占有一些物质，我心里面以为，这样我未来有什么事情发生，我会有一个依靠，这个是贪心的根源。为什么你会生气？你会愤怒？也是如此。因为内在有恐惧，恐惧对方会伤害我，恐惧对方会

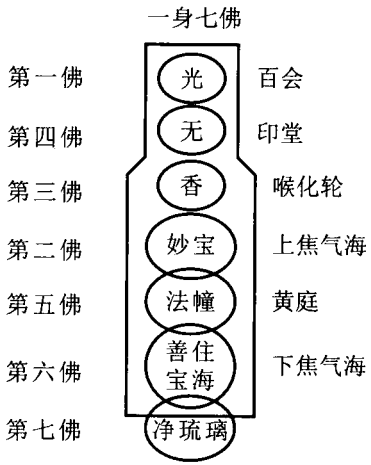
对我不利，所以我很愤怒。

所以要真正解决问题是要消除恐惧，也就是《心经》上所说的“无有恐怖”。你依靠知识能够消除恐惧心吗？不能。你依靠财产能够消除恐惧吗？不能。面对这个无常的世界，如果用凡夫的妄心，你累积什么都没有用，只会增加负担、增加执著，所以唯有依靠智慧。那就应该怎么样？应该要实修。要实修就应该要知道如何就在我们身中来成就药师七佛。

我们看《学修药师法门补充资料》第2页的一身七佛图。我们就可以看到，第一尊药师佛，他相应的是在我们的百会，光胜世界善名称吉祥王如来；第二尊药师佛，并不是顺着来的，跳到底下来了，在上焦气海，就是妙宝世界宝月智严光音自在王如来；第三尊药师佛，在喉轮（喉化轮）这个地方，就是圆满香积世界金色宝光妙行成就如来；第四尊药师佛，是在印堂这个部位，眉间轮这里相应，无忧世界无忧最胜吉祥如来；第五尊药师佛是在黄庭，相应的是法海雷音如来；第六尊药师佛，是在下焦气海这个地方，相应的是善住宝海世界法海胜慧游戏神通如来；第七尊



药师佛就是指我们这个身体，所以第七尊可以把前六尊全部含摄过来，即把前六尊的愿力、修法、功德一切都含摄在其中。



这一身七佛在实修层面不是这样作为一种知识来吸收，而是要实际用功夫才可以，并且一身七佛图表示我们每个人都有七重身心即肉体、情绪体、理智体、意志体、直觉体（即心智体）、光明体（即灵性体）、空性体（即涅槃体），他有七重身心，我们这个身体其实是七重身心，我们看到是怎么样？就只是一个肉身。

修的时候怎么修呢？修的时候应该从第六尊佛开始修，当然在后面会详细地说。要从第六尊法海胜慧游戏神通如来这里开始修，为什么？因为第二尊佛、第五尊佛、第六尊佛，这三尊佛是偏重于把凡夫的业力转过来的，偏重于色身的转化的。

第一尊佛、第三尊佛、第四尊佛是偏重于什么？偏

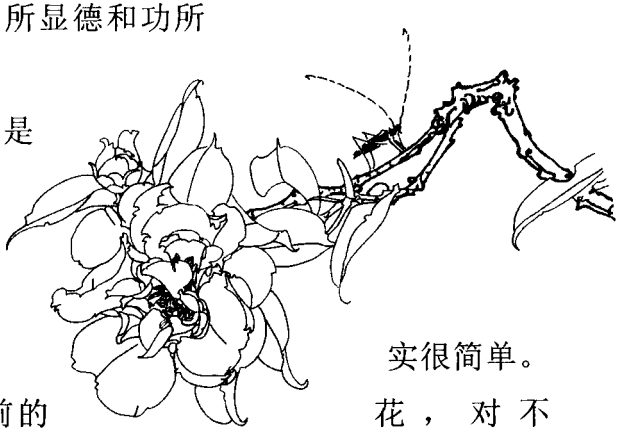
重于息法和心法的，之前也提过一点，心轮以上的脉是菩萨脉，心轮以下的脉是众生脉。众生脉如果没有转过来，脉结没有打开，你要想修持相应、要想能够妄念不起，这个是很困难的，所以第六尊药师佛代表的是我们这个色身，这是肉身体。

第五尊药师佛代表的是指我们的情绪体，我们肉身体之内其实还有情绪体；第二尊药师佛是指我们的理智体，我们有理智，我们用大脑思惟都需要能量，这个理智思考的能量中心就跟第二尊药师佛有关系。再往上当然还有心智体，还有灵性体，还有涅槃体等等，这些在后续的法要之中都会来学修。

本愿功德。本愿有两重意思，一个是指菩萨在因地所发的根本誓愿；第二个是指与真如本性相应的誓愿称之为本愿。

愿力是成佛的根本，是成佛的动力。“功”是指功行圆满，“德”是得到佛果位的庄严妙用。

德又有功所显德和功所生德两种。



所显德就是显发我们本觉理体的性德。听起来好像很难，其实很简单。我们看到眼前的花，对不

对？我们看到这个花，但如果你用你以前所学的知识来看这朵花的时候，你是认识了这朵花，你没有看到这朵花，你会分辨它，那是百合花，那是玫瑰花等等。

事实上就怎么样？你截取过去心的片段，过去心累积的知识来套现在的这个事物，这个事物本来是活的，你的心也是活的，但是你让这两者都卡住了，为什么？这朵花是刹那刹那在呼吸的，你给它下一个名称、贴一个标签，它就变成静止的了。你的心也是活的，但是你卡在过去心累积的知识里面就卡死了，所以你就起分别执著了。其实你只要知道怎么样？在我的心和外在的事物之间，我不要有任何知识的介入，不要有任何观念的介入，直接地面对，这样就把我们真心的妙用显出来了。我们真心的用就是觉察，不断不断地觉察，无论你学多少知识，你那个已知的知识都不会困住它，它的功用就是刹那刹那地觉察。所以这个是所显德，显我们本觉理体的性德。

所生德就是比如我们修布施度就能够成就财富自在、健康长寿、开发智慧等等，乃至于我们修禅定度能够成就神通自在的妙用等等，也就是华严上所讲的十种自在。这其实就正如说任何国家掌握了规律都可以发射人造卫星一样，同样的，任何一个修行人懂得药师法门、懂得修行的内在的心要，而且依此去实修就能成就，人人如此，不是说哪些人可以，哪些人不可以。他不可以只是因为他没有真正懂得这个法，或者没有真正

去修。

药师法门的殊胜功德是“先以欲钩牵，后令入佛智”，使人所求如愿，而在这个所求如愿之中就巧妙地种下了解脱的因，从此以后永不退道，乃至菩提。在富贵之中不迷失，在欢喜快乐自在之中成佛道。

因此，这次讲解的重点就是讲药师七佛的本愿：善名称吉祥王如来八大愿、宝月智严光音自在王如来八大誓愿、金色宝光妙行成就如来四大愿、无忧最胜吉祥如来四大愿、法海雷音如来四大愿、法海胜慧游戏神通如来四大愿，乃至于最后以药师琉璃光如来十二大愿完整地含摄所有的药师法门。原来想在这十天就只是讲药师琉璃光如来——最后第七尊药师佛的十二大愿，后来想想还是把前六尊的愿都说一说，这样大家能够更深入透彻地理解。

经。就是贯、摄、常、法，契理契机。

译　者

【唐三藏法师义净奉诏译】

《药师经》有五种译本，以义净法师的译本最为广博详尽，五种译本此处就不展开说了。

义净法师生于公元635年，圆寂于公元713年，唐代的译经大德，是山东济南人。济南附近有一个四禅寺，据说就是义净法师出家修行过的地方，也有说他是河

北涿县人。公元671年由广州经海路到印度和苏门答腊岛去留学，学习佛法十七年，带回了梵文本的经论四百部，翻译经典五十六部，总共二百三十卷，是中国佛教史上的四大译经家之一，与玄奘法师、鸠摩罗什法师和真谛三藏齐名。

药师琉璃光七佛本愿功德经卷上

序　分

从“如是我闻”一直到“我等乐闻”是序分。序分又分证信序和发起序。

其中从“如是我闻”一直到“皆令具足，微妙行愿，趣大菩提”，这都是属于通序，也就是证信序。

从“尔时曼殊室利法王子菩萨摩诃萨”一直到“唯愿为说，我等乐闻”，这是属于别序，也就是发起序。

证信序

【如是我闻。一时薄伽梵游化诸国，至广严城，在乐音树下，与大苾刍众八千人俱，菩萨摩诃萨三万六千。其名曰曼殊室利菩萨、观自在菩萨、慈氏菩萨、善现菩萨、大慧菩萨、明慧菩萨、山峰菩萨、辩峰菩萨、持妙高峰菩萨、不空超越菩萨、微妙音菩萨、常

思惟菩萨、执金刚菩萨。如是等诸大菩萨而为上首。】

这一段是通序的经首，六种成就不展开说。

如是。是信成就，在以前讲的《药师经学记》里面讲了八个方面来阐释“如是”。

我闻。是闻成就。

一时。是时成就。

薄伽梵。是说法主成就。薄伽梵六义：自在、炽盛、端严、名称、吉祥、尊贵，一般也就翻译为“世尊”。具足八种殊胜功德，称之为薄伽梵，这个我们学习《随念三宝经》也都知道了，无为、任运自生、非思惟言传境、大智慧、大慈悲、大雄力、自事圆满、他事圆满。

游化诸国。因为当时的印度犹如中国的春秋战国时期，是分为很多的小国家，其实印度在历史上绝大部分时间都是一个地理概念，不是一个完整的国家概念。因为其一直都是分裂的，有一些王朝曾经统一过，时间也短，范围也很有限。一直到一九四五年摆脱英国殖民统治宣布独立以后才真正成为一个现代意义上的国家，以前其实都是地理概念。所以佛陀成佛以后，他就是在当时的各个国家之间周游教化众生。

至广严城。就是吠舍离城，也翻译为毗舍离，这是说法处所成就。说《药师七佛经》就在吠舍离这个地方讲。

吠舍离，在佛陀住世的时候，它是由八个族或者说

是八个部落，包括跋耆族、离车族等等组成的一个联邦国家，实行的是民主的议会政治，当然它在不久以后，就是佛陀入涅槃以后不久就被摩揭陀国吞并了。我们去印度朝拜过，一般都是由巴特那去到吠舍离。

这是一处非常重要的佛教圣地，佛陀在这个地方说《药师经》、说《维摩诘经》，佛陀也是在这个地方同意女众出家，而且这个地方也还有离车族为佛造的大林重阁讲堂，也还有猕猴采蜂蜜供佛处，也有一个庵摩罗女芒果园精舍，佛陀将要入涅槃之前也是在吠舍离这个地方宣布三个月以后将入涅槃，然后佛陀就向拘尸那迦方向走去。佛陀入涅槃以后，这个地方也有阿难舍利塔，并且此地也是第二次结集佛经的地方，所以是一个非常重要的佛教圣地。

在乐音树下。这种树一有微风吹动，树枝树叶就会发出种种奇妙的音声，就好像奏音乐一样，所以名为乐音树，佛陀在此树下说《药师经》。正如《弥陀经》上所说的："微风吹动诸宝行树，及宝罗网，出微妙音，譬如百千种乐，同时俱作。"事相上是指如同奏乐，理上其实就是指菩提法乐。当然乐音树也是比喻。乐是比喻呼吸，是属于息法如来禅；音是指我们的精神，是属于心法祖师禅；树是指我们的肉身，是属于色法秘密禅。佛陀住乐音树下说法其实就是在我们身体里面说法。

与大苾刍众八千人俱，菩萨摩诃萨三万六千。这

是闻法的大众成就。当然底下还有无量大众同闻佛法。“苾刍”就是比丘，有乞士、破恶、怖魔三义。有八千位大比丘、有三万六千位大菩萨和无量大众同听闻佛讲药师法门。

八千是体数，是以色法为主修。

三万六千是相数，是以心法为主修。

如果读过《维摩诘经》你会发现怎么样？《维摩诘经》上一开始《佛国品第一》也是八千比丘、三万二千菩萨，这中间为什么会有差异呢？这里面其实它是指象数的奥秘。最浅来说，我们念一些数字，根据每个人的体质和不同的病，默念一些数字它就会相应到不同的能量就能够治病。比如说缺火你念“3”，这个是火；你脾胃功能不好，你念“8”就能够增强脾胃之土的功能；或者肝有问题念“4”等等。当然还有具体的方法，这些数其实你在念的时候它会相应到不同的能量、相应到不同的力量。

无量大众是用数，是以息法为主修。

底下就列举了三万六千位大菩萨之中的代表，就是十三位上首菩萨。我们看《学修药师法门补充资料》第4页的十三上首判释。

第一位是曼殊室利菩萨，这是药师法的请法者。我们要感恩文殊菩萨的请法，不然我们没有办法学习到、听闻到这么殊胜的妙法。文殊菩萨，菩萨众里面智慧第一，文殊菩萨是七佛之师，代表大智慧。在法身三德里

面是表示般若德，在药师三法里面是心法的主尊，在生活三要素里面是睡光明法。

观自在菩萨是指观世音菩萨，是十方诸佛大悲心的总集体，法身三德里面属于解脱德，药师三法是息法的主尊，生活三要素是指呼吸法。

慈氏菩萨就是弥勒菩萨，弥勒菩萨代表大慈，法身三德代表法身德，药师三法是色法的主尊，生活三要素是指饮食法。这三尊菩萨（三大士）是显教的释迦如来的眷属。

中间的七尊菩萨是药师七佛的眷属。

善现菩萨表息法，是善名称吉祥王如来的眷属，是第一尊药师佛的眷属；

大慧菩萨是第二尊药师佛宝月智严光音自在王如来的眷属；

明慧菩萨是第三尊药师佛圆满香积世界金色宝光妙行成就如来的眷属；

山峰菩萨是第四尊药师佛无忧世界无忧最胜吉祥如来的眷属；

辩峰菩萨是第五尊药师佛法幢世界法海雷音如来的眷属；

持妙高峰菩萨是第六尊药师佛善住宝海世界法海胜慧游戏神通如来的眷属，持妙高峰菩萨是指的色法。

每三位菩萨就形成一个完整的修法体系——色法、息法、心法三法完整地修行。其实任何修持要成就都离

不开这三要素，如果你不能够具足这三要素要成就是有困难的。

不空超越菩萨是最后第七尊药师佛药师琉璃光如来的眷属，他表达的是色、息、心三法平等双运道，具足地修色、息、心三法。

在下卷经文里面就有讲到，释迦牟尼佛为了给众生增长信心，就入定，入定以后警召药师七佛现前，应验而现在我们这个娑婆世界，让大众增长信心，然后药师七佛又共同说了一个真言（陀罗尼）来帮助我们消除一切业障、速得成就。

微妙音菩萨是属于口密，属于修真言为主，是息法的主尊；

常思惟菩萨属于意密、在药师三法里面是心法的主尊；

执金刚菩萨是属于身密、属于色法的主尊。

这三尊菩萨是指金刚乘的主尊大日如来的眷属。

由此可以知道药师七佛与释迦佛无二，药师七佛与大日如来无二，也就可见显密具足、圆融显密宗、圆融大小乘、圆融世出世法，通过十三位上首菩萨我们都可以看到。

这是略说十三位代表的菩萨。

药师法门告诉我们人身是小宇宙，宇宙是大人身。药师法门揭示了人的生命跟宇宙交流的秘密，及交流的独特方式和渠道，我们生命的运行和大自然的这种神秘

的关联性。你不要以为这个不重要，好像说天地对我没有什么影响，但是其实不是，你的生活作息规律，如果你逆天地的规律的话对身体的摧残是非常大的。

比如说，有些人每天早上九点钟就要想睡觉、打瞌睡，怎么都熬不住要睡，为什么？其实如果你会调体质，你就能够调过来。为什么？说明这种人身体是痰湿质。原来有讲过，我们要知道，因为在我们身体里面半夜的十一点到凌晨一点是胆经的时间，凌晨一点到凌晨三点是属于肝经的时间，在这个阶段我们的身体增加能量、排毒都在其间。早上七点到九点是胃经的时间，所以七点钟吃早餐是比较好的。九点到十一点是脾经的时间，这个时候脾的能量、脾的气血最强。

但是如果你脾的力量不够，你是痰湿，堵住了，所以你就总会在九点钟想睡觉，如果没有活干吃完早餐再去睡个回笼觉，七点睡到九点或者睡到十一点，没有办法，不是说你强行不睡就能不睡，因为你这个身体顶不住，你就坐在那里也会打瞌睡，你看书也看不进去，真是没办法。

其实很简单，你知道你是痰湿体质，吃点四君子汤就好了，很简单。四君子汤：人参、白术、茯苓、炙甘草，前面的三种各9克，炙甘草6克，吃点四君子汤痰湿体质就调过来了。

有些人是油性皮肤，老是觉得脸上油油的、额头放光，其实就是油，这也是痰湿体质，没地方排，用四君

子汤就可以。

还有一些人是血瘀体质。怎么可以知道？女众脸上有黄斑，颧骨一块一块的黄斑，想了很多办法美容也搞不定，为什么？墙里面漏水，你在外面粉光光没用的。这个血淤体质要很小心，你知道为什么吗？血淤体质的人容易得乳腺增生，血淤体质的人容易得子宫肌瘤，怎么办呢？也很简单，玫瑰花。每一天拿几克干的玫瑰花开水一冲，盖子盖上几分钟，一揭开又香又好喝，而且还能够化血瘀。

所以窍诀是很简单的，药师法门里面都有。如果你要明白了，一个可以帮自己，再一个可以帮其他人，不用看医生，不用上药店了，不要搞成大病才来调，懂得这个方法就很简单，对不对？

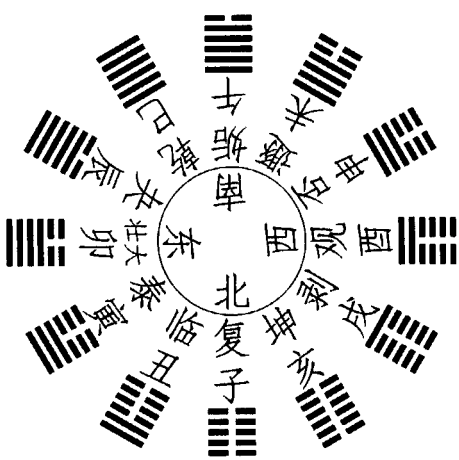
比如说，中午的十一点到下午一点，这个时间是心经的时间；下午一点到下午三点是小肠经的时间；下午五点到下午七点是属于肾经的时间。肾经很重要，一个人干活要有魄力，但是这个魄力不是学得来的，魄力跟身体有关系，有些人一天到晚萎靡不振，干活他就没魄力，为什么？肾气不足。肾阳虚的人就是手脚冰冷，跟他睡觉的话觉得好像放着一块冰块一样，他是由里面冷出来，为什么？他阳虚体质。

还一个阴虚，看起来很好，红光满面，但是他很烦躁，说话嗓门也大，你以为他身体很健康，其实是阴虚体质，五心发热，手心脚心潮热，很大程度上面都跟我

们的肾经有关系。药师法门里面就有很多具体的方法告诉我们怎样来让肾气充盈等等。

总而言之，药师法门你要懂得，你就晓得什么时间段我们的气血流通在什么经络，我们应该怎么去顺应它，不要去跟它对抗。人是死于无知，你不懂得这个规律所以你乱来，你以为好像无所顾忌，然后你就犯了很多的忌，就跟很多大的规律撞到一起，当然就把病根种下去了。这些都是跟我们生活息息相关的方法，不是叫你拿个《药师经》念你就会了，不是这样的，这里面是有很多的方法的。

药师法门就是告诉我们怎样来安我们的身、安我们的心、安我们的呼吸，让我们顺应天地的规律。尤其是在二十四节气的时候，你知道吃什么食物能够帮助到自己，因为在这个节气的时候，它这个能量是加大很多倍的，你知道用，对身体有好处、能健康。



在修持上来说也是如此。为什么我们老是说自己就入不了禅定呢？因为你能量不足，因为你的身体有很多的能量结卡在那个地方。为什么会妄念纷飞？因为你身

体里面有太多的能量结。所以你要懂得方法，不是眼睛闭起来就可以了，不是这样的。

尤其是要修药师法、修药师定的人，如果你不懂得十二消息卦（十二辟卦），你就根本上没法修，这十二辟卦就代表一个事物完整的运行规律。那我们怎么样？我们这个身体也在这个世界之中，一定会受到局限性，也就是说一定会要受因果规律的影响，所以我们如何去顺应它，去超越它，这才是关键。

为什么说我们一定要有限制呢？说要有中级证、要参加过内观禅才能听课呢？因为有一些法要，如果你内在的能量结没有开，你对教理没有通达，你抱着一种执著心、抱着一种贪瞋痴心来学，有一些窍诀你又修得很精进，没达到那个层次但是很精进，他听到一点点就拼命去干，如果你运用这些窍诀，你平时是一个低能量状态，比方说突然一下子把这个猛厉火激发了，突然一下去到高能量，会怎么样？你没有基础的话，这个人甚至会瘫痪，这也是我们有要求的缘故，所以我们要懂得这些窍诀来修。

【及诸国王、大臣、婆罗门、居士、天龙八部、人、非人等无量大众恭敬围绕而为说法。】

这还是闻法的大众成就。

婆罗门。这个我们知道是印度的四种姓之首，地位崇高，是负责祭祀的，印度现在都还是如此，还是有这个阶级。婆罗门译为净行。

刹帝利。是武士。

吠舍。是平民。

首陀罗。是奴隶。

天龙八部。天众、龙众、药叉众、乾闼婆（即嗅香神）、阿修罗、迦楼罗（即金翅鸟）、紧那罗（翻译为疑神，像人但有一只角）、摩睺罗伽（即大蟒神），这些都是守护佛的护法神。天龙八部等都来闻法。

【初中后善，文义巧妙，纯一圆满，清净鲜白梵行之相。示教利喜，皆令具足微妙行愿，趣大菩提。】

这一段是赞叹法宝的殊胜。我们看《学修药师法门补充资料》第3页的法宝、三善二妙、梵行四德。

我们学习《随念三宝经》中的随念法经也说到：“正法者，谓善说梵行、初善中善后善、义妙文巧、纯一圆满、清净鲜白。”

这段归纳法宝的功德是三善二妙、梵行四德。

初中后善。初善当然是指听闻佛法的时候，中善是指闻法以后思惟和修行的时候，后善就是指修行成就有证量的时候、究竟时。所以“三善二妙、梵行四德”，这是法宝的九种殊胜功德。初中后善也可以简单的说就是闻思修三慧，最初听闻佛法生起信心来是初善，中间思惟深解义趣是中善，后面修行来断惑证真是后善。

二妙就是义妙文巧，经文上说“文义巧妙”。义妙就是毫无错漏地如实地宣说世俗谛和胜义谛的妙理，能够引发解脱的利益和胜妙无漏的安乐，所以称为“义

妙”。文巧是指佛陀的法语，语言清净，音声和美，“世间好语佛说尽”，言辞柔软、悦可众心，言句易解，容易记忆而且表义鲜明，称之为“文巧”。

义妙。其实就妙在能够断无明。世间的一切都是一种知识。“知识就是力量”没有错，知识能够使我们免于无知，但是智慧才更重要。智慧才能够让我们超出轮回，智慧是能够破除无明，所以妙在能断无明。

文巧。是巧在心与心相应，佛陀所说的话都是贴心的话，都是直接说到人的心里去的话，直接把心里面的那种心结打开的话，所以这个文巧就巧在此地。

梵行四德就是纯一、圆满、清净、鲜白，梵行之相。

纯一。是佛所宣说的无常、苦、空、无我，与外道之法不相混杂，所以称为纯一，不共他相应。

圆满。就是每一句法语都能够圆断三界三惑。

清净。是指佛说法是自性清净的、从法界本然清净的如所有智之中、大智慧海之中自然流露出来的。



鲜白。是从遣除烦恼垢障方面来称赞法宝的殊胜功德。

清净是横说，佛说法的时候从始至终都是从自性清净的

如所有智之中流露出来的真理；鲜白是竖说，那是从得度众生边来说的断惑证真的次第。

这就把法宝的九种殊胜功德都略说了。表里面还把九种殊胜功德跟四智菩提相配合、相对应。初中后善在成佛的时候是成就成所作智；文巧义妙是妙观察智；纯一圆满是平等性智，因为有平等性智所以说法才能纯一圆满；清净鲜白梵行之相是属于大圆镜智，就跟佛的四智菩提配合起来了。

金刚乘里面也以三善二妙、梵行四德这九种来配胎藏界的九尊，也来配金刚界的五佛，就表显金胎二部大法不二。

发起序

【尔时，曼殊室利法王子菩萨摩诃萨，承佛威神，从座而起、偏袒右肩、右膝着地、合掌恭敬而白佛言：世尊，今有无量人天大众，为听法故皆已云集。惟佛世尊，从初发意乃至于今，所有无量尘沙数劫、诸佛刹土，无不知见。愿为我等及未来世



像法众生，慈悲演说诸佛名号、本愿功德、国土庄严、善巧方便差别之相。令诸闻者业障消除，乃至菩提得不退转。】

这就是发起序了。药师法门是释迦牟尼佛在文殊师利菩萨的祈请之下来宣说的，文殊是七佛之师，是表显诸佛的大智慧，可见药师法是非常甚深微妙的，要由大智慧第一的文殊菩萨来请法。

前面的我们就不解说了，就只是把后面文殊菩萨请法的这些话略微解说一下，这些话是说得很透彻的。

向佛请求，因为佛已经成佛了，一切的诸佛刹土都能知能见，所以请求为我们现前的众生和未来世的像法众生说法。有些人有个疑问，觉得佛陀的教法到现在也是末法时期了，这个法是为像法时代的众生说的，我们修相不相应呀？其实这是凡夫心的知见。这个正法、像法、末法是活的，看众生的心。药师法门是如实观，药师法门是认为说，就算是我们石油的能量用尽了，也一定会有菩萨化现为科学家来为人类找到新的能源，所以是非常积极向上、非常关注现实人生的。

慈悲演说诸佛名号。诸佛名号是口密，是指真言。

本愿功德。是指如来因地的心，也可以指意密、指观想。

国土庄严。是身密、是手印。

善巧方便差别之相。是指显密法门。

令诸闻者业障消除。业障消除是指息法、是指降魔。

乃至菩提。是指心法、是指成道。

得不退转。就是在当下的色法上面能够当相即道、即事而真。

其实更展开来说，要知道文殊菩萨请法是非常善巧的，他又具足了佛的四圆满，也具足了众生修行成佛的四要门，也具足了菩萨行的四弘誓愿。

佛陀有四圆满，也就是信、解、行、证，这是佛陀说法的的四圆满。“诸佛名号”是信圆满；“本愿功德”是解圆满；“国土庄严”是属于自觉行圆满，就能够成就三十二相、八十种好，能够成就净土，这是自觉菩萨行圆满；还有能够拔济无量的业障有情、让他们成就，这是觉他的菩萨行圆满，这都属于行圆满；能够令众生得安乐，是属于证圆满；“令诸闻者业障消除，乃至菩提得不退转”都是属于证圆满。

从众生边来说，如何能够圆成佛道呢？那就有教、理、行、果四门。本愿功德是教门，诸佛名号是理门，拔业障是行门，得安乐是果门。

如果从四弘誓愿的角度来说，愍念无量业障有情就是众生无边誓愿度；使无量众生消除种种的疾病和忧悲苦恼，获得安乐，就是烦恼无尽誓愿断；学习诸佛的本愿功德，就是法门无量誓愿学；诸佛的名号就是佛道无上誓愿成。

所以信解行证、教理行果，还有四弘誓愿在这个请法里面都具足了。

底下是世尊称赞文殊菩萨。

【尔时，世尊赞曼殊室利菩萨言：“善哉善哉，曼殊室利。汝以大悲，愍念无量业障有情，种种疾病、忧悲苦恼，得安乐故，劝请我说诸佛名号、本愿功德、国土庄严。此由如来威神之力，令发斯问。汝今谛听，极善思惟。当为汝说。”曼殊室利言：“惟愿为说，我等乐闻。”】

这就是讲释迦牟尼佛称赞文殊菩萨非常善巧来请法，知道众生障深慧浅，就来请最善巧方便的法、最容易修而成效最大的法，所以佛陀非常欢喜，称赞他而且就答应说法。-

诸佛名号是息法，本愿功德是心法，国土庄严是色法，所以要谛听。“谛听”不是作为一种知识来吸收，而是与自己的觉性相应，开启内在的智慧。

曼殊室利言：“惟愿为说，我等乐闻。”我等非常欢喜、非常渴望得到佛的教诲。

到此地通序、别序就圆满了。

正 宗 分

第一尊佛善名称吉祥王如来

【佛告曼殊室利：东方去此，过四殑伽河沙佛土，有世界名曰光胜，佛号善名称吉祥王如来、应、正

等觉、明行圆满、善逝、世间解、无上丈夫、调御士、天人师、佛、世尊。】

从这一节开始就进入到经文的正宗分了，这一节可以分为四个要点：

第一个要点就是我们要先疏通一下这个文义。释迦牟尼佛开示说，第一尊药师佛名为善名称吉祥王如来，他教化的国土名为光胜世界，是从我们这个娑婆世界向东要过四个恒河沙数三千大千世界之外，就是光胜世界。

殑伽河。就是指恒河，是印度文明的母亲河，这条河的沙又多又细。我们以每一粒沙来代表一尊佛教化的一个三千大千世界，有像恒河沙数那么多的佛世界，就名为殑伽河沙佛土。

但是当然我们不可以拘泥于具体的方位和数目，此前已经讲过了，我们这个娑婆世界是生灭的世界，光胜世界是不生不灭的世界，你从生灭世界过一个还是生灭、过一万个还是生灭，过四殑伽河沙国土怎么样？只要你是同类的数，这么推过去都是生灭，所以不可以拘泥于这个相。当然另一个层面是我们的心迷，因此我们看起来这个世界是一个生灭的世界。

但是在真正觉悟的众生来看怎么样？事实上释迦佛的佛土，也是不生不灭的净土。我们看《维摩诘经》就知道了，舍利弗起了一个疑问，问说其他的国土都那么清净？释迦牟尼佛也成佛了，为什么你的国土这么坑坑洼洼的，有清净也有污秽等等，这样子的呢？佛陀就

以足趾按地，马上就成为一个净土。那是因为众生心迷昧，所看到的相才是如此的呈现，所以我们主要是要从法义上来理解。东方是代表了万物的发生，所以药师佛又称之为发生金刚。

我们的心呢？我们真心的妙用就是处在不断地观察的状态，永远都是活在当下，不被过去心所累积的知识所局限，这种生命的活力是源源不断、生生不已的，所以药师佛名为发生金刚。而且这种生命的活力是平等平等的，一切众生都有这种生命的活力。也有一些称之为法界缘起的，也有一些称之为如来法身功德，是平等平等的，所以药师佛又称之为平等金刚。

因此经文上说**“东方去此”**这个“此”就是指我们现前当下一念心。这一念心是不离开色法和息法的心，是不离开肉体、不离开呼吸的心，这一念心不是指凡夫的妄心，妄心就是大脑思惟了，它是真心的妙用，这一念心能够觉照一切而又不执著于一切。

所以我们就会发现，存在的只是不间断的观察而已，而不是知识的累积，就能够从已知的知识之中解脱出来。我们内心累积的种种的观念都能够止息下来，我们的心就能够彻底地安静下来。一个彻底安静下来的寂静的心，它不是一潭死水那种静，而是有无比的活力，一直在觉照、一直在觉察，但是它不是攀缘，只是觉察，那么它就会有无比的能量，为什么？因为它没有对立。我们用妄心的话，有能有所就有对立。开启真心的

妙用，所以能量就不分裂，就能够完整地呈现出来，就能够使我们如实地见内在和外在世界的真相，这样就是指“此”。

过四殑伽河沙佛土。这个“四”也不是简单的数目字，事实上是指超越生老病死。“过四”就是指开发生命的活力，活在当下，就能够超越生老病死。虽在生死中，生死不能拘，虽在六尘中，六尘不能染，达到这种生命自由的境界就是当下活在光胜世界。

第二个要点就是药师七佛的观修。

我们看最前面的这一页彩图。这张彩图中的右边最上面这尊佛是第一尊药师佛，就是光胜世界善名称吉祥王如来。佛身是黄色，右手当胸，施无畏印，左手是定印。所以你要会观修，药师七佛你要作观修的时候，就要能够明白佛的佛身功德、佛的本愿、佛的手印。

接下来往下中间这一尊是第二尊药师佛，就是妙宝世界宝月智严光音自在王如来，佛身也是黄色，右手垂下，是与愿印，即满足众生的愿，左手是定印。

再往下，右下方是圆满香积世界金色宝光妙行成就如来，佛身也是黄色，双手是说法印，大拇指和食指相结，两手都是如此结一个说法印。

再看彩图中的左边最下面这尊，其实就是刚好一个圆圈，一二三四五六这样数过来的，左下方这一尊是第四尊药师佛，就是无忧世界无忧最胜吉祥如来，佛身是浅红色，双手结禅定印。

第五尊就是左边的中间，就是法幢世界法海雷音如来，佛身也是浅红色，双手结说法印。

第六尊就是左上方，善住宝海世界法海胜慧游戏神通如来，佛身红色，右手垂下，与愿印，左手禅定印。

正中央就是净琉璃世界药师琉璃光如来，他的右手是智吉祥印，中指跟大拇指相接这样是智吉祥印，左手是定印、手里面托了一颗摩尼宝珠。

应身佛说法是以大拇指来托食指，这样就是说法印。

报身佛说法是以大拇指托无名指，这样就称为是报身佛说法了。

以大拇指托中指是智吉祥印，也就是表示闻法以后开智慧，众生依之得吉祥，所以叫智吉祥印。

当然药师琉璃光如来也有很多的造型，右手持药草、左手托药钵的造型，还有右手持锡杖、左手托药钵的造型等等。

药师琉璃光如来的头顶是释迦牟尼佛，右手触地印，左手定印。

对药师七佛的观修就是如此了。

第三个要点就是药师七佛的修法。

前面三尊药师佛都是侧重于讲息法，当然，这是不可以割裂的，讲药师定的修法在息，一定要从息法开始修，一定要从精神跟肉体的桥梁——呼吸这个地方来修，这是佛陀的二甘露门之一。

第一尊善名称吉祥王如来是讲粗息（粗呼吸）的。

第二尊宝月智严光音自在王如来是讲细呼吸。

第三尊金色宝光妙行成就如来是讲的息道圆成，是讲的体呼吸。

呼吸是我们的精神生命和肉体生命联结的桥梁，呼吸是天地宇宙的能量跟人身交流的途径，所以说药师定的修法在息。

中国儒家文化认为，天地之大德曰生。我们人的生命跟宇宙天地是息息相关的，我们跟天地是同呼吸、共命运的。我们通过呼吸与天地相通，所以人和天是同步运行的。因此说天人相应、天人合一，它不是一种空想的学说，也不是用凡夫的第六意识心分别出来的学说，不是这样的，而是在内观智慧状态下发现的真实相、内外世界的真实相，是如实照见内在和外在世界的这种真实的状态。

凡夫众生因为迷真逐妄，外在追逐种种的物质享受，昼夜颠倒，行为颠倒，所以身体就有种种的病苦，遭遇种种的灾难，内在被种种的成见和观念所局限，不能跟宇宙天地相协调，这是众生的身病、心病、灵性病的根源。

中间的三尊药师佛是讲药师定的本体在色法。

第四尊无忧最胜吉祥如来是讲清净色的修法。

第五尊法海雷音如来是讲法处所摄色的修法。

第六尊法海胜慧游戏神通如来其实是神变大日如来，是讲神变色的修法。

色法其实是很深奥的，你要掌握、真正懂得色法，内外的一切色法你都能够明白。外在的色法大到怎么样？天地宇宙、日月星辰的运行规律，这都是指色法。内在呢？你如何把身体转化过来，由粗身粗心转变为细身细心，更进一步到微细身、微细心，更进一步到极微细身心，成佛的时候如果报身和化身合二为一的话，就称之为虹光身。

第七尊药师琉璃光如来是讲药师定的妙用在心法，也是讲色法、息法、心法，三法圆具之法。

第四个要点就是讲如来的十种尊号，这个在《随念三宝经学记》里面都有详细地解说了，这里面就不重复。

好了，今天到此地。

愿大家速证琉璃光身。

第二讲

悲愍娑婆苦众生，权巧示现施方便；
无上妙乘任传持，威德诸师我敬礼。
具大慈悲法中王，一切种智引导师；
福慧功德胜海深，于诸如来我敬礼。
清净远离贪欲尘，善能解脱诸恶趣；
最胜无上真实谛，寂静妙法我敬礼。
已解宣说令他解，善能住于诸学处；
具诸功德胜福田，于诸僧伽我敬礼。

南无本师释迦牟尼佛！

南无药师七佛！

南无药师海会佛菩萨！

让我们共同发起无上的菩提心，为自他一切如母有情速速地成就药师定，因此我们今天继续来学习《药师七佛经》。

昨天讲到了第一尊药师佛光胜世界善名称吉祥王如来的国土名号、佛的名号，请大家看经本。

【有无量亿众不退菩萨之所围绕。安住七宝胜妙庄严师子之座，现在说法。】

这有三个要点。

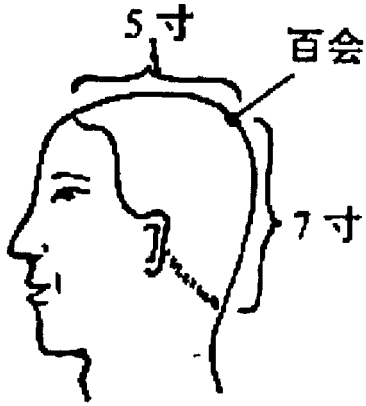
第一个要点就是外层义，是讲善名称吉祥王如来有无量亿的菩萨作为眷属，都是位不退、行不退、念不退、毕竟不退的大菩萨。善名称吉祥王佛就安住在七宝所成的、胜妙庄严的狮子宝座上，正在为大菩萨众说法。

第二个要点就是内层义，就是讲一身具七佛的修法，也就是讲善名称吉祥王如来在我们体内正在说法。所以我们看经本，每一尊药师佛都有四个字——现在说法。在药师法门，药师佛称为发生金刚，他是生生不已，表现这种生生不已的生命力，所以每一尊佛都会有“现在说法”。

我们昨天看的那张图就可以知道，善名称吉祥王如来是与我们头顶的百会穴这个部位相应的，是表达我们身体里面的这个能量中心，有一个叫梵顶穴。佛陀成佛的时候有一个顶上肉髻相，成佛的时候才会有这个肉髻相，而梵顶轮就是与善名称吉祥王如来相应，所以善名

称吉祥王如来的修法，现在我们只是听一听，因为这个深层密、密中密大家是不能够接受的，因为那个是非常高的。

我们真正能够用功的是应该从第六尊药师佛用起，那是我们凡夫的色身转换的方法。当然了，都会相应，七佛药师都是息息相关的，不过有一些要用的功夫暂时还弱一点。



我们知道头顶百会穴，说浅一点的，百会是人身诸阳之首。从最浅的层次上来讲，阳气在天地宇宙之中起决定性的作用，从人的生存来说，太阳是起决定性的作用。

我们都有天文学的常识，知道我们人类生存的地球与太阳的距离是不远不近，所以有着常年平均17℃的温度，就给万物生长提供了一个最好的、最有利的条件。而距离太阳最近的水星、金星，因为太近了，温度达到400℃，水都蒸发掉了，所以没有什么生命现象。距离太阳比较远的，好像木星、天王星、冥王星这些，它的温度就非常低，是零下100℃或者更低，所以全都是冰，因此这些星球上面就没有动植物的生长。

在中国传统文化中，儒家的四书五经里面，比如说五经（诗、书、礼、易、春秋）之首的《易经》又可以

分为《连山易》、《归藏易》和《周易》。《连山易》和《归藏易》在世间是没有流传的，在佛教里面有。因为她在宋朝时候就传到佛教界，教内小范围地传，最近的一代是成都昭觉寺的本光法师，他有这个传承，我们在昭觉寺住的时候也有知道这个，她里面的内容也是跟药师法门相关。而《周易》又分为《上经》和《下经》，《上经》三十卦，《下经》三十四卦。

《上经》的开篇是乾、坤，结尾是坎、离；《下经》的开篇是咸卦和恒卦；结尾是既济和未济卦。其实也就是说，《上经》是讲天道，《下经》是讲人道。讲天地运行的规律，这是《上经》；《下经》是讲人道的规律。所以合起来就是“推天道以明人道，天人合一。”后来的人没有懂得这里面的义趣，所以就以为那是给人家打卦、算命，其实不是这样的。根本的作用就是“推天道以明人道”。

《上经》的第一卦是乾卦，也就是天。“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”这一句话其实就包含了世间事业成就的规律。首先要有自强不息的精神，你的成功要持久的话，还要厚德载物。

有一些人做公司，财富积累到一定程度就会出事情，为什么呢？因为他的德行不足以承载他的荣誉、他的财富、他的地位，加上不明白这个规律，所以飘飘然，很快就失败了。乾卦所代表的天是一切万物开始的根源，所以孔子也赞叹说：“大哉乾元，万物之始。”

万物的开始。

第二是坤，也就是地。地是要待天而动，天如果不发动，地是永远也发动不了。

我们说个最浅的，比如说农民如果在冬天里面播种，庄稼不会生长，为什么？因为春天还没有到来，阳气还没有发动，天时不到，种也是白种，所以二十四节气里面有一个芒种，芒种芒种，忙忙下种，错过芒种这个节气种也白种，所以阳气的发动是很重要的。要等到天的阳气发动了，到了惊蛰、到了春分我们才开始播种，秧苗就可以开始生长了，所以地是必须要待天时而后可以动，这是《上经》的开始——乾、坤。

《上经》的结尾是坎、离。倒数第二卦是坎卦，也就是水，水是一切生命都离不开的，有水的地方才有人。

我们知道孕育中华文明的是长江、黄河，孕育印度文明的是恒河和印度河，孕育两河文明的是底格里斯河和幼发拉底河，人类的古文明都是从大江河边而起的，因为水是人生命必不可缺的。

那么就有一个问题了，为什么《上经》最后一卦是火而不是水呢？因为没有火，水是会凝结成冰的，是不动的。要有火才能使水运化而为一切生命所用。从中医的角度来看，肾中的那一点阳火就是起这个作用，所以肾阳虚的人手脚冰冷，因此《上经》最后一卦就是离。

第一卦是乾，是讲天的重要性；结尾之卦是离，是讲火的重要性；乾离合起来就是天火，天火才能够让大

地动，万物开始生长，天火才能够使水运化然后来滋润万物。

开篇的第二卦是坤，是土，从中医的角度看就是脾土。结尾的倒数第二卦是坎，是水，从中医的角度来讲就是肾水。

肾为先天之源，先天之本，脾为后天之本，这是人体最重要的两个脏腑，但是都必须要依靠天火。所以脾土也好，肾水也好，都需要人体阳气充足才能生化。我们人体的身体健康，阳气充足是最重要的。脾主吸收，脾主免疫力，但是如果你没有阳气，都没有什么用，所以阳气不足的人脾虚，就会有五更泄，每天早上的五点左右总是泻肚子。所以从浅的养生的角度来说，阳气是最重要的基础，小孩子被称之为纯阳之体也就是因为他肾气足。

《周易》的《下经》开篇于咸卦和恒卦。咸者感也，就是感通，也就是指男女的交感，恒卦就是讲夫妻相处的规律。

而《下经》最后是既济和未济，既济是讲事物的圆满，未济是讲新的开始。为什么要把未济卦排在后？那表示生生不已。

所以《上经》讲天道，《下经》讲人道。天道始于乾坤，人道始于男女，天地是大男女，男女是小天地。你不要认为这个不重要，其实从药师法门来说，因为药师法门是从相上、从宇宙万物的规律上来让我们明心见

性、让我们成佛，所以把这个规律说得很透彻、很深刻。

比如说，中国人最容易理解的是什么？阴阳。要阴平阳秘，阴阳和合，这样才会平衡，这样才会有生命力、有活力。我们也就可以知道怎么样？如果你不懂得方法，你只是眼睛闭起来打坐，这样你不会开悟的，你只会变得越来越迟钝，为什么？因为你静坐是属阴，这个止是属阴，观是属阳，如果没有平衡的话，你根本上只会越来越迟钝，为什么？因为水没有火它会结冰。

有些人学佛，为什么学了很久身体也没有更健康，事业也好像没看到什么起色，家庭也没有能够更和睦，人也并没有觉得好像更加生命力焕发出来，而只是反而变得越来越木讷、越来越迟钝，原因是什么？因为他不懂得规律性，根本上没有了解这里面的规律，自己去盲目地用功夫，这样是不可以的，甚至于说更退步，为什么？



因为他没有学佛以前，虽然不明白佛法的妙理，但是他在世间还是非常用功、非常积极向上的。学佛以后他变得说那个不重要了，所以知识他也不去学了，那就是怎么样？那就是双重失败。世间的人他是死于无明，但是他会努力去求取知识，但是如果你学佛也没有找到门路，而世间的知

识你没有去学，那你是双重的失败，死于无明而且死于无知，认为我学佛就最好了，那些东西都不重要，不必学习了，其实不是，因为一切都是佛法，一切都是相通的。所以在世间也能圆满，在圆满世间的同时，又能够成就出世间，因此为什么说药师法门是在富贵之中成佛道、在快乐之中成佛道呢？原因在于此地。

所以我们要明白“推天道以明人道”就是天人相应，就是善名称吉祥王如来住在我们每一个人的身中“现在说法”，教我们健康之道、解脱之道、成佛之道。

如果再说深一点，佛法的根本就是本体上的无我律和相上的因果律。佛法有什么呢？就六个字“无我律”和“因果律”。

《金刚经》是从体性上来修，不执著一切相修一切善，无我相、无人相、无众生相、无寿者相修一切善法，即得阿耨多罗三藐三菩提。

《药师经》是从相上修，药师法门就是与我们日常生活息息相关的法门。

我们底下看善名称吉祥王如来的八大愿就可以看得很明显。这八大愿，第一愿和第二愿就告诉我们怎么样能够身体健康；第三愿就是告诉我们怎么样能够心理健康。那好了，身心都健康了，就怎么样？要面向社会，要有谋生之道；第四愿就是事业成功之道；第五愿和第六愿就是讲我们要出去做事业的话，要面对很多复杂的人事环境和恶劣的生存环境，那怎么办呢？第一尊药师

佛告诉我们这个方法。

所以其实一二三愿是身心健康之道，四五六愿是世间事业成就之道，而就在其中得解脱。

第七愿就是讲生活的艺术、生活之道；第八愿就是生命的方向，生活圆满了，我们的生命往哪里发展？当然是走向成佛。这样我们就可以知道，原来药师法门其实就是立足于我们现实人生。

药师七佛教导我们，生活即是《药师经》，《药师经》即是生活。要在现实人生的六尘境界里面来修，要见性，不能够讨厌六尘，不能离相、不能著相。事上积极做好，心上彻底放开。**心中事少，口中言语少，腹中食物少，这是身心健康之道。**正如懒融禅师所开示的“恰恰用心时，恰恰无心用”，正在做事和说话的时候心无所染著，动静一如，“无心恰恰用，常用恰恰无”。“无心恰恰用”就是事来则应，“常用恰恰无”就是事去则不追忆、不牵挂。

正如前面所说的，天人相应，我们的身体不是孤立的，我们每一呼一吸都跟整个宇宙天地的能量在交换，所以我们从来都不是孤立的。

我们为什么会觉得自己很渺小、很孤独、很寂寞？在这么浩瀚的宇宙中间我们好像一粒微尘一样，为什么会有这种感觉？我们因为有了这种感觉，所以才恐惧，对不对？我觉得我拥有的东西太少，这个宇宙这么浩瀚，未来的世界这么变化，我不晓得我会怎么样，所以

我内在有很深的恐惧，这个因为什么？因为你迷掉了。

我们明白《药师经》，你就明白、你就解决了什么问题？你不是孤立的个体，你是跟宇宙天地一体的。通过一呼一吸，我们就不断不断地一直在跟宇宙天地融为一体，生生不已。生生不已就在当下，你不要以为这个好像很玄妙或者神秘莫测，不是这样的，大道至简，就在当下。

但是我们的妄心、我们的大脑思惟把我们跟存在的本源、生命的本源切断了，切断了联系，成为无本之木、无源之水。本来没有边界，我们的大脑思惟设一个边界，认为这个身体才是我、我的思想才是我、我的观念才是我。错掉了，一切可以分解的东西都不是我，不可以分解的，好像虚空，尽虚空遍法界，这才是真正的我，为什么？能够分解的都是生灭的，不能分解的是不生不灭的，所以懂得听法的人知道这几句就能够恍然大悟，不是说一定要传一个手印、传一个仪轨，那个是相上的。

由此都知道了我们的身体不是孤立的，它是每一呼一吸都在从天地宇宙之中获取能量，与天地是一体的，就能够打破对小我的执著，证得无我。因为无我才能无住，因为无住才能无限，证得无限呢？那就觉悟了，进入觉悟之路，这个是真正的觉悟之路，这是真正的内在智慧的开启。

第三个要点就是药师七佛教导我们，智慧是属于真

心，聪明是属于大脑。真心有不断觉察的妙用，有光明的相，我们说过了真心的体相用，体是空，相是光明，用是觉察，我们运用真心的觉察打破大脑思惟对于观念和知识的执著，就能突破思惟模式的局限性。

但是我们从小到大所受的教育给我们造成的制约，就是我们只接受那些所谓好的、积极的、正面的东西，而排斥那些所谓坏的、负面的、消极的东西，所以我们一直就活在挣扎之中，活在对立之中，我们努力把自己消极的负面的情绪都压抑下去，我们努力地把我们好的一面呈现出来给大家看，但是你压下去就不存在了吗？不是，它在你的身体里面形成痛苦之身，痛苦之身还是有能量的，那个能量结就阻碍了我们身体里精微能量的流动，所以我们年纪越来越大的时候，就变得越来越麻木，因此我们首先要能够突破这个局限性。当我们不再努力地去除不好的想法，我们就自由了。

不是说你会放纵你这个不好的想法，不是这个意思，早已经超越了那个层面了，而是你不需要刻意去“时时勤拂拭”。正如四祖道信禅师所说：

境缘无好丑，好丑起于心。

心若不强名，妄情从何起？

妄情既不起，真心任遍知。

你知道吗？道信禅师就说了这么六句话，牛头法融禅师就恍然大悟、明心见性了，这个是把生死的根源说出来了，也把解脱之道告诉我们了。

“境缘无好丑，好丑起于心”，起于我们的妄心、起于我们的大脑思惟。因为我们大脑思惟把自己跟宇宙划一个边界，就对立了，就迷失了，然后就在外境里面去分别，这个是好的，那个是坏的，哪里有好坏啊？诸法平等平等，好丑起于妄心，妄心如果不去勉强给它安立一个名相、不去给它贴个标签，“妄情从何起”呢？贪瞋痴从哪里起呢？不会起。贪瞋痴既不起就怎么样？就“真心任遍知”，当下就是正遍知，正知遍知。所以当我们能够接受自己的一切，不想在别人面前有任何掩饰的时候，我们的心就苏醒过来了。

正如百丈怀海禅师在《坐禅仪》上所说的：“真心以灵知寂照为心，实相为相；妄心以六尘缘影为心，攀缘思虑为相。”



真心就是我们的灵性生命思惟发挥心的觉察的妙用，妄心就是大脑思惟。所以药师七佛的法门就是开示我们：我与天地一体，所以我并不孤立，我也并不渺小，这样我当然就无有恐惧，这就是觉悟的开始。我们要在一切六尘境界之中运用真心的智慧，不离相不著相，不要用大脑的聪明，这是破所知障的方法。

同时我们还要突破情感的局限性，慈悲是属于心的，感情是属于大脑的。爱和恨是在同一个通道，就好

像一个钟摆的两头，有多少爱就会有多少恨，你摆到这边来，必然就荡到那边去，这样你永远超不出来。

而慈悲是完全的单向度的，是从觉悟的心中流露出来的，完全不求回报，好像鲜花的芬芳一样，自然地散发出来。因为内在觉悟了，这个精微能量是非常顺畅地在流动，与天地运行规律相应和合，所以这个内在的法喜非常具足，溢出来了，好像一个桶满了，水溢出来了一样，慈悲就是如此。

这种内在的喜悦不断不断地从内心之中溢出来，这样我们就可以知道，觉悟的心是无限的、无垠的，所以我们的慈悲也就会多得好像宇宙虚空一般都满溢出去，愿意和全世界来分享，这是破烦恼障的方法。因此我们要懂得运用真心觉照来开发生命的智慧和活力，建立幸福人生，积累成佛资粮。

这也就是善名称吉祥王如来在我们身中“现在说法”。当然这是属于密层义了，深密层还没有到讲的时候。

【曼殊室利，彼佛国土清净严饰，纵广正等百千逾缮那，以赡部金而为其地，平正柔软，气如天香，无诸恶趣及女人名，亦无瓦砾沙石棘刺。宝树行列，华果滋繁，多有浴池，皆以金银真珠杂宝而为砌饰。】

这一节是释迦牟尼佛为文殊菩萨开示光胜世界的国土庄严、依报庄严。

从外层义来说，光胜世界清净庄严，黄金为地、宝

树行列等等。

逾缮那。就是由旬，是印度计算里程的单位，一由旬等于四十里或者是八十里。这个光胜世界也像西方极乐世界一样，是黄金为地，还有金银珍珠等等所成的浴池，还有宝树花果，这些都是依报庄严。并且光胜世界没有地狱、饿鬼、畜生三恶道，没有女人，都是莲花化生，不经产道之苦。

从内层义来说，经文里讲国土庄严好像都是形容词，实际上是讲法门，都是讲实修的方法。黄金为地、宝树行列、花果滋繁，这都是讲色法，都是讲秘密禅的修法；气如天香这是讲息法、讲人体的呼吸；讲浴池就是讲心法。所以其实这里面就包含了实修的色、息、心法。

【曼殊室利，彼国菩萨，皆于七宝莲华化生，是故净信善男子、善女人，皆当愿生彼佛国土。】

这一节是释迦佛继续讲光胜世界的正报庄严，都是菩萨从七宝莲花里面化生出来，然后佛陀就劝善男子善女人要发愿往生光胜世界。

善名称吉祥王如来因地八大愿

【曼殊室利，彼佛如来应正等觉，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

道魇魅、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。】

这是善名称吉祥王如来因地所发的八大愿的第一愿至心称名消疾苦。这一节有三个要点：



第一个要点就是释迦牟尼佛叫着文殊菩萨的名号开示：曼殊室利，这尊佛，善名称吉祥王如来，从最初发菩提心，上求佛道下化众生，践行菩萨道六度万行的时候，就发了八大誓愿，是哪八大誓愿呢？

第一大愿，愿我未来世中证得无上正等正觉时，如果有众生遭受各种疾病的折磨痛苦不堪，比如患了黄热病，好像黄疸肝炎，还有疟疾，还有中了外道的邪法、蛊术、魇魅，或者受到起尸鬼恼害，这些重病恶疾都是世间的医术难以彻底治好、无能为力的，如果能够至诚恳切诚心诚意地持念我善名称吉祥王如来的名号，由此就能够获得佛威神力的加持，所有的病苦都能消除，直到证得无上菩提。

蛊道。就是指把很多的毒虫，蜈蚣、蝎子等等全部放在一个容器里面，让它们饥饿的缘故，这些毒虫就互相残杀、互相吞食，最后能够活下来的那个毒虫是最毒

的，然后就把它磨成粉，这样就是叫做蛊，这种毒药是奇毒无比，会使人失去知觉，这就是蛊道。

厌魅。就是用外道的邪法咒术调动鬼神的力量去伤害人。

起尸鬼。就是对死尸念咒，使这个尸体活动起来。

遇到这样一些鬼神干扰的病的时候，世间的医术当然无能为力了。但是如果能够念善名称吉祥王如来的名号，就能够免离此灾难，为什么？因为药师法门是与天地相应的，起尸鬼也好，什么也好，它都也是相应一种邪恶的力量，如果用凡夫的这种能量去抵抗，当然就无能为力了，但是如果我们能够用好这个宇宙的规律，用整个天地清净的力量当然都能够免离这些灾难了。念佛的名号就是与天地规律相应，所以能够免离这些灾难，病苦消除。

第二个要点就是善名称吉祥王如来的八大愿都是关注众生的现实生活。前面的两愿是侧重于消除众生身体上的疾病，因为身体健康是一切的基础。

正如医圣张仲景所说的，我们如果懂得养生之道，就能够“上以疗君亲之疾，下以救贫贱之厄，中以保身长全，以养其生。”懂得医学养生上对于父母、对于国君、对于长辈就帮助他们疗好疾病，下能够帮助那些贫苦的人消除病厄，中呢？自己能够保身长全。

因此学习药师法门，我们懂得一些养生的窍诀是很有利的。比如说，有时候有些人突然发高烧，超过四十

度，吃了很多各种各样的退烧药，都总退不下去，那怎么办？一个简单的方法就是用针灸的三棱针把十个手指头指肚这个地方刺出一滴血来，马上烧就会退下去了。为什么？因为十个手指头指肚这个中间是叫做十宣穴，是所有经络能量的起源，所以你一刺，它就能够退下去。还有或者有一些突然晕倒在地上，也可以用这个方法，就能够让他迅速地苏醒过来等等。

第三个要点就是为什么我们只是称念善名称吉祥王如来的名号就能够使所有的病苦悉皆消灭呢？

凡夫知见总是用大脑思惟，他觉得这个好像不可理解。其实我们要知道，我们念佛名号就等于是圆满地修佛的身语意功德。

律宗是通过持戒清净来成就佛身功德；天台宗、贤首宗是研究佛经的，经为佛语，所以他们是通过系统地修学佛经来成就佛语功德；而禅宗是佛心，佛以心为宗，无门为法门，禅就是成就佛意功德。我们称佛名号，以名召德，就能够圆修佛的身语意功德，所以加持力不可思议。

我们说一个非常非常浅显的。比如说，李山玉的八卦象数疗法。有一个象数的具体用法，不同的病，他会根据那个状况叫你默念一组数字，如果相应的话就能够治病。比如说治疗精神分裂症，狂躁不安那种，叫他默念400-800-100。这样就能够让这个人安静下来。如果那个人很狂躁，他根本上自己无法念，对不对？那你怎么

办？如果家里亲人帮的话，用手按住他这个劳宫，稍微用一点力，心里面一边默念的时候，你就给他一边顺时针旋转，这个能量照样可以传递到他身上，让他这个狂躁不安能够很快平静下来。

但是我就一个人，不能老是守着他念，怎么办？你就一直念，念到他平静下来睡着了，你就拿一张纸把这个数字写上去，放在他手上，拿个胶布一贴，也行。为什么？其实很简单，他就是运用先天八卦的后天卦象来起作用。为什么？

乾一、兑二、离三、震四、巽五、坎六、艮七、坤八，如果有常识的话应该知道，对不对？这就能够起用，你懂得这个乾一、兑二、离三、震四、巽五、坎六、艮七、坤八，你就知道怎么用。

乾是为天、为大脑、为大肠。

兑是为金、为肺、为泽。金是很刚强的了。

离是为火、为心脏、为小肠。

震是为肝，肝是生长的，生发之气，所以为宣发。

巽是为风、为胆。

坎是为水、为肾、为膀胱。

艮是为山，也是代表不动，也是代表坚定。比如说，长什么什么瘤、乳腺增生，它是个硬块，这个硬块就是山，你要让这个硬块消掉怎么办呢？ 7是代表这个硬块。2就是兑。你念720硬块就消掉了。所以艮为山、为胃，我们的肠胃。

坤是为土、为脾。

这个8，你念8其实它就是坤八，就是让你脾的力量增强起来。所以你念400的时候，这个4就是肝，它能够平息肝风。为什么狂躁不安？因为这个肝的郁气往上冲，你能够把这个肝风平下来，头脑就会清醒起来。8就是为脾，你念800，它就能使这个脾安神，使脾的力量强大起来。

这个00，加一个0是让它这个力量延长，又比较柔和的力量。这个1呢？1就是乾、就是大脑，大脑清醒。

其实象数疗法就是利用先天八卦数和后天八卦系统的原理，先天为体后天为用，通过五行生克的规律来补不足，损有余，使人体阴阳平衡，阴平阳秘，当然这个病就好了。

尤其这个慢性病，要可以运用无药治病法，不要吃药，尽可能不吃药，但是通过其他的方法把能量调动起来。通过能量的调动，把那个多的部分去掉，把少的部分补足，一平衡这个病就好了。病就是阴阳不平衡，阴阳平衡就是健康，阴阳平衡就是金刚，知道什么是金刚吗？阴阳和合才叫金刚，它其实就是一种能量场效应，是天德、是天地的力量，任何人力所不及，这种方法看起来很简单，其实又很深奥，你要用到出神入化，也是不容易。

这是种巧妙的借助天地的力量、借助天地的能量场来恢复人体平衡的方法。你看看，我们只是通过默念一

组特定的数字都能够有这样好的，甚至于神奇的治病效果，何况是念善名称吉祥王如来的名号呢？当然调动的能量更加不可思议，当然加持力不可思议，我们通过类比就可以明白这个原理。

又比如说乳腺增生，女众要注意养肝，因为什么？因为肝藏血，女众生理周期也好，生小孩也好，都会要耗费很多的血，所以总是气血不足，情绪抑郁的话，就容易有乳腺增生。如果你觉得心里面很郁闷，那你就默念一下这组数字，不要等到有增生的时候才去念，640·000·720。

记这些数其实没有用，你懂得前面的那个就很简单了，是不是？我们前面说的那个规律，自己都可以想得到，可以去配了，只要懂这个原理就好了。640·000·720，6是什么？6是为坎、为水、为肾、为滋阴，所以你念6就会有滋阴壮肾的作用；4是什么？4是肝，所以念4就是让肝郁能够散发掉，肝郁就能够散发掉。

你不要小看这一组数字，你念这一组数字，这个效果跟你吃逍遥丸是一样的，肝郁的人是要吃逍遥丸的。尤其是女众更年期的时候她的情绪波动很厉害，总是肝郁，怎么样呢？中医总会说，你去买瓶逍遥丸吃了就好了，或者你吃一个甘麦大枣汤就好了。这是常识，对不对？大家都知道。但是你要想不吃药，你就念这个，效果是一样的。

所以念64的时候一个是滋阴壮肾，再一个肝肾同源，就能够把这个肝郁散掉。7我们前面讲过了，为艮，艮就是山，为胃，也是为硬块。2就是兑，为金，也代表一种摧折的力量，能够摧折这个硬块。所以720能让硬块消下来。这个很简单的，所以我们以此类推就可以明白。

你看你就念一组特定的数字都能够调动天地的能量场，相应的某种力量来让你的身体恢复平衡，何况是佛的名号呢？当然是把整个天地宇宙的能量都调动起来，所以我们应该更有信心来念佛名号。当然了，善名称吉祥王如来这个名号的加持力更加不可思议。

【第二大愿，愿我来世得菩提时，若有众生盲聋喑哑、白癞癫狂、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。】

这一节是讲善名称吉祥王如来的第二大愿诸根具足业障除。可以分为三个要点：

第一个要点是善名称吉祥王如来因地发第二大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生由于宿世业障的缘故，今生招感六根残缺的痛苦，被眼盲、耳聋、喉咙沙哑、麻风病、癫狂等等病所困扰，如果能够至诚一心称念善名称吉祥王如来的名号，就能感通佛力，就能够诸根具足，所有的病苦都能消除，直到证得无上菩提。

白癞。是指麻风病。是一种由麻风杆菌引起的慢性传染性的皮肤病，初发的时候皮肤患处就麻木不仁，渐

渐地出现红斑，溃疡一直扩展到全身，眉毛全部脱落掉，然后鼻子就烂，烂了以后就开始崩塌，塌下来了，鼻子都烂掉了。眼睛也会损坏、也会开始烂，甚至于脚板也会开始烂，一直烂，烂穿掉，看到里面的骨头，这样就是麻风病。

中国古人很早就认识到麻风病的危害，并且还建立了隔离区。比如说，湖北省云梦县曾经做考古挖掘的时候，就挖出来秦朝时候的竹简《法律答问》，用李斯的小篆写的，上面就说“当迁疠迁所”， 疠迁所就是专门给麻风病人建立一个隔离区，就是把患者送到那个隔离区去。患了这么严重的病，通过念佛的名号都能够消除。



第一个愿是侧重于讲今生今世的病，今生今世的各种恶病，被鬼神干扰的病。第二大愿是侧重于帮助众生消除宿世恶业带来的、偏重于业障病。比方说诸根不足，比如说盲聋喑哑这些都是诸根不足，麻风病、癫狂等等。

第二个要点就是善名称吉祥王如来的第二大愿可以跟现代医学的优生优育学相关联。药师法门认为人身是小宇宙，宇宙是大人身，人并不是孤立的存在，而是与天地宇宙息息相关的。我们通过学习药师法门，就能够真正地掌握人身小宇宙与天地

大宇宙这个联结的规律，你懂得规律以后就怎么样？就很有作用了。不懂之前那个叫秘密，懂得以后呢？就能够运用了，那就叫做神通妙用。不懂的时候，我们只能够依靠脚走路。我们懂得天地的规律以后，知道天体运行规律以后，就能够向外太空发射人造卫星去探测浩瀚的宇宙，都是因为掌握了规律，不是蛮干可以得到的。

同样的，学佛也是如此。你如果不懂得这个规律，你蛮干，修行想成就是很困难的。所以你懂得这个规律以后，你就能够洞悉所遭遇的人、事、物背后极其精密的业力的网络。

业果是不容易懂的，药师法门就能够让我们通达。佛陀说什么？空性智慧，佛也可以说，菩萨也可以说，缘觉也可以说，阿罗汉也可以说，但是业果的规律、业果的秘密，那是怎么样？那是唯佛与佛乃能究竟，所以药师法门不可思议。我们就能够以正面的、开放的心态去接纳，我们就不会再怨天尤人，知道我们所遭遇的每一个人、每一件事，他背后都有极其精密的业力网络存在，不是无缘无故，不是飞来横祸，所以我们心如如不动就能够达成身心灵的净化，就能够成就清净心。信心清净则生实相，清净心现前了，就是诸法实相现前的时候。

我们知道了，所有的物质和心智模式、心理活动都是能量的示现，我们人在诞生的那个时刻的行星位置会强烈地影响胎儿，为什么？因为胎儿出生以后吸进去的

第一口空气就表示着他自己的生命韵律就开始启动，他就和整个宇宙的能量发生联结，从这一刹那就产生了关系，就不再直接受母亲能量的影响了。并且这种特定的能量模式，在出生这一刻就建立起来了，当然这背后是非常精密的业力网络了。

并且来说这种特定的能量模式在一生之中都会持续地运作，除非他非常精进地修行，除非他真正的内在的智慧开启了，他就不再受这种特定能量模式的局限。不然的话，无论他做什么，只要他还是用大脑思惟，他都要受这种他个人特定的能量模式的局限和影响。

所以药师法门就能够揭示这种规律，告诉我们关于身体的奥秘、关于生命的奥秘，如果我们不懂得药师法门的话，我们就会心有恐惧。我不晓得未来会怎么样？我觉得我一切都无法掌控，为什么？我会想我今天事业很成功，明天会怎么样我不知道，不晓得会发生一个什么事。

但是如果你懂药师法门呢？你就心有成竹了，你就能够淡定泰然。不懂得药师法门甚至于你觉得你对自己的身体都无法掌控，谁能够掌控啊？不能。谁能够知道我明天会不会生病？包括乃至于医生，他都不晓得他自己什么时候会生病，不懂得药师法门，哪怕是医生也不知道疾病何时会降临在自己身上。所以他无法摆脱恐惧，因为他觉得这一切不可掌控，那也就无法把握自己的未来，也就无法真正地开始修行，只要你心里存有恐

惧，那怎么样？那你总会要用大脑思惟，你没有办法真正地启动真心思惟。

所以当我们对疾病心存恐惧的时候，我们就没有自由、就没有自在了，为什么？因为快乐和痛苦之间，只有一场病的距离，富有与贫穷之间，也只有一场病的距离。所以我们懂得药师法门，其实是非常重要的，对自己重要、对家里人重要、对一切人都很重要。对于现生的安乐重要，对于现生的事业成就重要，对于解脱超出轮回更重要，不然的话，你以为你在修行，其实是在盲修瞎炼。

第三个要点也是说一些浅显的好了，如果老是说这些心性之法，听着就打瞌睡了。

九种体质

比如有一个叫王琦的人创造性地提出了一个中医体质学，他把中国人的体质分为九种，也就是阳虚质、阴虚质、气虚质、气郁质、痰湿质、湿热质、血瘀质、特禀质和平和质。前面的八种都是偏颇的体质（亚健康状态），表面看他没生病，其实他是亚健康状态，只有平和质是真正的健康状态。

我们看《学修药师法门补充资料》的第79页到第87页。王琦他们也做了一个统计，调查了解就知道，中国人平和体质仅仅是占人口的32.75%，也就是说我们中国

人真正健康的不到三分之一，还差一点点，其余的八种偏颇体质就占到67.25%，每一个人都有一种主导的体质特征。

我们知道自己是哪一种体质就能够知道自己容易患什么病，如果万一有这种病我也能够知道我应该怎么来调理，不是针对病，而是针对体质，你体质改善了，这病就没有了，病就好了。好像树一样，你把树干砍掉没有用，树根还在，树根所存在的土壤还在，当然这个病拔不了。不是你把这个瘤子割掉你就好了，不是这样的，只要这个土壤在，它又在其它地方冒出来了。

所以西医是针对人的病，药师法门还有包括中医是讲整体，针对的是病的人。一个是人的病，他着重点在病，他只看这个病；一个是病的人，着重点是人，是把体质改善过来。体质改善过来了，身体原来就是有病也自动调过来了，为什么？因为他懂得借助天地的力量，尤其是懂得药师法门的话。所以我们就能够找到适合于自己个性化的调理方案，才能够真正地拥有健康的身体，才能够真正地有修行的基础。

第一种是阳虚质。阳虚质的人主要特征就是身体里面阳气不足。怕冷，手脚经常冰冷，背部、膝盖都是冰凉，睡觉的时候睡一个晚上这个脚还是冷的，衣服也穿得比人家多很多，这些都是阳虚质，有一些是容易脾虚，拉肚子。阳虚有很多，有一些是脾阳虚，有一些是肺等等。阳虚质的人主要特征就是冷，从内向外都是

冷。改善体质的中成药、代表性的中成药当然就是我们都知道的张仲景《金匮要略》里面讲的金匮肾气丸。

我们知道中医的四大经典，张仲景就有两部《伤寒论》、《金匮要略》，再加上《黄帝内经》，加上吴鞠通的《温病条辨》。



金匮肾气丸其实不是直接地来壮阳，不是直接把阳气提起来，而是化生肾气，然后巧妙地让这个阳气发出来，很柔和，所以没有什么副作用。又称之为桂附地黄丸，是一回事，也叫做八味肾气丸。

其中这个干地黄是为君药，河南那边产的干地黄，还有南阳附近产的是品质比较好的，就好像君主一样，先把这个地方先占下来。然后用山茱萸和山药来作为臣子、作为左右臂膀。山茱萸的药性就是能够酸敛收固，能够把正气、阳气收敛巩固；山药就能够柔润滋阴；再加上一点牡丹皮，就把血分的郁滞都去掉了。泽泻就能够把湿浊清掉；茯苓就能够把中焦的湿气去掉。

为什么会阳虚？因为运转不畅，你通过把这些湿浊全部排掉以后，自然就畅顺起来了。再加上少量的肉桂、附子，这就好像在文武大臣的簇拥之下真命天子登

基一样。它少量的就代表了体内虚弱的元阳，就能够真正地起作用，不然随便乱吃的话就都会失去平衡。明朝时候的张景岳就说过："善补阳者，必于阴中求阳，则阳得阴助，而生化无穷。"所以金匮肾气丸就是化生肾气的，重点不是在温壮肾阳，阳虚的人应该是吃这个比较好的。

阳虚的人除了手脚冰冷以外，因为他气血不流通，所以也容易得麻痹症，气血麻痹，比如说关节炎、哮喘、慢性肠炎都是阳虚体质的人比较容易患的。

有一个调理的方法是很简单，不过你要借天地之力来调，也不是平时吃，如果你不严重，你觉得你有点阳虚但是不严重，你想调，不是明天马上跑去买一瓶来吃，不是这样的。药要借天地之力来吃，就是说你要根据二十四节气来吃才对、才有用，效果最好。

在什么时候吃呢？你要在大暑的时候（大暑我们知道是二十四节气之一了，2011年大暑就是公历的7月23到8月7号）如果你是觉得有点阳虚，你就在7月23到8月7号每天都吃，早上三克晚上三克，这样就好了。如果你觉得，我还好，但是我也想用一下这个方法，让我更加精神好、身体好，那你就只是大暑这一天吃一次就好了，其它时间不要吃。

为什么？因为大暑就是天的阳气最旺盛的时候，我们身体里面怎么样？身体里面的阳气也很旺，然后就很热，对不对？很热的话，有些人会拼命吃很多凉的东西

把这个热散掉，其实这个错掉了。为什么？因为既然有天的阳气最盛，身体里面的阳气也最旺盛，那怎么办？我要巧妙地把天地和人身的阳气都用起来，干什么呢？把自己里面原来积累的那些体内的寒气排出去，起这个作用。

打个比方，就是你这里有一堆火，你是把它利用起来把食物烤熟，还是用水把它浇灭呢？浇灭没有任何意义，这个烟还要污染空气，对不对？所以要善于用，这种不是我们的重点，如果展开来说就很多了，说上一个月都有得说。但是当然如果不懂的人就觉得很有用，懂的人一掌握规律然后自己都可以悟得到了，这就是阳虚质的人。

我们来看这张图表，你衡量一下，你基本上这些状态你都没有，你就不是这个体质了。这个状态你差不多都有，你恐怕就是阳虚质了。《学修药师法门补充资料》第77页到78页有一个方法告诉你怎么去评分。你根据它这个状态都很清晰了。比如说你手脚冰凉，胃脘部、背部和腰部、膝部都怕冷，衣服穿得比别人多，你进到夏天的冷空调房你受不了，甚至有人吹风扇你都受不了，你肯定阳虚了。你本人又容易感冒，你吃了凉的东西会觉得不舒服，不敢喝凉水，或者是你容易拉肚子，这都是怎么样？阳虚的现象。

容易拉肚子这个是脾阳虚，这个时候就要能够补脾健运，把这个脾的功能强化起来。也可以用前面那个象

数疗法，不吃药的话，你就念380·70·160就可以了。3是火，对不对？8是什么？8是坤，8是脾。你看这个就巧妙地用火把脾的力量提起来了，就补脾健运。7是什么？7是胃，那就是把胃里面的湿气邪气就清掉了。1是什么？ 1是乾、是大脑、是头、是大肠，所以1就是指的大肠。6就是什么？就是肾。所以就能够把身体调过来。

第二种，再看第80页的阴虚质。阴虚质的人有什么特征？大家去看、观察周围的人，有些人很容易看到他是阴虚质。比如说他容易五心潮热，即手心、脚心、胸口老是觉得好热，甚至于怎么样？甚至于严重起来，他冬天都不穿袜子，他宁愿把这个脚板心放在冰凉的地板上觉得舒服一点，然后你看他红光满面，嗓门也大，干起活来风风火火，但是这个人可能就是阴虚质。

阴虚质的人容易得失眠，容易得高血压，还有容易得红斑狼疮。红斑狼疮80%以上都是女众得的，为什么？因为女众肝如果没有调理好，脾的功能很弱，就容易有这个，很难好，而且是系统性的病。还有女众的这个月经经常晚来，量也很少，经常容易口腔溃疡，老是觉得口渴，刚刚喝完水又觉得渴了。还有一个特征，舌头伸出来，这个舌头很胖，怎么是胖呢？因为她两边有牙齿印，它太大了，牙齿印都挤上去了，而且也非常红，特别地红，基本上这个人是阴虚质。舌头很红，也烦躁，心里面老是觉得心烦，容易发怒，这都是阴虚火旺。女众因为生理特点的缘故，所以她以血为基础的阴

性物质就容易消耗。气、血是互相影响的，气为阳，血就为阴，容易消耗，更容易阴虚，所以要滋阴养血。

比如说，如果五心烦热，不能够一味地去降火，一味地去喝凉茶，那很糟糕，为什么？火其实有实火、有虚火。比方说这个是水，这个是火，如果这个水不动，这个火涨了，这个是属于实火。这个火不动，这个水降了，是什么火？虚火。所以如果你只是一味地去降的话，就会把身体搞得更差，让自己的能量水平更低。莲子养心，百合也能滋阴，木耳、银耳、山药这些都可以，喝点蜂蜜水。

当然阴虚质调理的基本的中成药就是六味地黄丸，我们应该很熟悉，但是还是不要多吃，我们一直强调，只是要借用天地的力量的时候我们吃一点点，巧妙地把天地的力量引进来，这样吃一点点就有好处。吃药没有好处，尽可能不吃，巧妙地四两拨千斤，你吃一点点就对了。

我们底下也会讲到怎样在十二时辰养生，怎样在二十四节气养生，二十四节气代表天地的阶段。《黄帝内经》把一年分为六季，六季怎么样？四六二十四，每一季就四个节气，每个节气都代表一个能量的变化，一个天地的能量的运转规律的变化，你这个节气之中，吃一点东西，对你的身体帮助是很大的，不是说你吃了就能补。有些人说，现在生活条件好了，你说我身体不好，我阳虚，那我天天吃高丽参，补不上去你还搞出毛

病来，不能这样子的，你不能乱补也不能乱泻，也不能乱吃，你要是巧妙地借用天地的力量的时候吃一点点就可以。

还有这个女众如果到了更年期，肝肾阴虚就可以吃甘麦大枣汤，炙甘草12克，浮小麦18克，大枣9粒，这样子熬点水喝就好了，你心不会那么烦。

阴虚体质还有一类人群是我们要特别关注的，尤其是现在这个时候，越来越多，为什么？因为这个生活习惯改变了，而父母亲都不懂得，所以很多小孩子会阴虚，为什么？就是那些多动症的小孩子，多动症的小孩子就是阴虚火旺造成的。你看就坐不定，读完小学二年级了，他写上三分钟作业就要跑，父母亲说“你不要到处跑”，“那我要去厕所”，其实是心坐不定，总是定不下来。上课的时候也不会专心听讲，也不集中精神，这种都是属于阴虚火旺引起的多动症。小孩子当然也更不要给他吃药，怎么办？很简单，买一个大蒜头就好了，拿一个大蒜头拍碎，拍碎以后分作两份，然后就给他敷在涌泉，用一个塑料薄膜给它包一下，包住它，但是不要包久了，三十分钟就好了，连续用上五天，小孩子就会心定得下来，不会那么多动了，安静下来，记忆力也会增强，吃东西也会更香，学习也就会效果更好了。

这是讲阴虚体质的人。阴虚体质，我们有看到这些手脚心发热，身体脸上发热，皮肤口唇干，口唇的颜色比一般人红，脾开窍于口，容易便秘，或者大便干燥，

面部两颧骨潮红或者偏红，眼睛干涩，老是口干咽燥，总想喝水，这些都是阴虚了。

第三种，再看气虚质。气虚质好像是也不够中气，气虚质的人容易疲劳，下班以后马上就要躺在床上好像一滩烂泥一样的，任何时候都觉得容易疲劳，记忆力也觉得越来越差，也很容易感冒，性格非常内向不爱动，稍微运动就会出汗，舌胖有齿痕、齿印。

这当然也很简单，调理的中成药就是补中益气丸，或者是多按摩一下足三里，就能够益气补血健脾。对于容易感冒的小孩子，那是气虚，可以给他服玉屏风散的颗粒，现在有那种颗粒，一小包一冲就好。玉屏风散其实很简单，都是中国传统的古老的药方，就是黄芪、防风和白术三种，黄芪能够补气，防风能够御风邪，把风邪抵挡在外面，白术能够补脾，所以就能够让人体不容易受风邪的干扰。平时如果是气虚的人，要少吃槟榔，要少吃空心菜，这些都是耗气的食物。



还有一个，我们中国人有一个习惯话，大家都知道，“冬吃萝卜夏吃姜，不劳医生开药方”，所以很多人不分体质拼命吃萝卜，但是有些人不能吃萝卜，萝卜是下气的，

你本来就气虚，你就要少吃。还有什么呢？如果你的长辈、你的父母有轻度的老年痴呆，吃萝卜越吃就越痴呆，为什么？因为肾水要能够上到脑，我们这个脑才会活。

这是讲气虚质。气虚质的人有些什么感觉？你看，容易疲乏，容易气短，容易心慌，容易头晕，站起来晕眩，比别人容易感冒，喜欢安静懒得说话。有些人你就跟他说话他懒得理你，有些人他不是对你有意见，他实在是怎么样？实在是气虚，而且是脾气虚。这种人他有什么特征？一个是他脸很黄，脾虚所以他懒得说话，说话声音也很低弱、很无力，活动稍微大一点就容易出虚汗，这都是气虚。

第四种就是痰湿质。痰湿质的人，他的特征是什么？就是早上的八到九点钟老是想睡回笼觉，他晚上睡了十个小时就好了，他到了九点就还是要想睡觉，因为怎么样？我们昨天讲过了，因为上午的七到九点是气血循环经过胃经的时间，这个时候胃气最旺，这时候吃东西吃早餐消化是最好的。上午的九点到十一点是气血经过脾经的时间，所以你九点钟左右容易犯困是因为你脾弱，脾弱所以中焦不能运转，所以这个湿排不出去，化为痰。

要知道十二经络的运行是两两相对的。比方说胆和肝，这个刚好就是一对，就是从半夜的十一点到凌晨的三点。然后的话，肺和大肠又是一对，就是从凌晨的三

点到了早上的七点。早上的七点到上午的十一点，就是胃和脾又是一对。中午的十一点到下午的三点，就是心和小肠又是一对。下午的三点到晚上的七点，这四个小时又是一对，就是膀胱和肾，膀胱经和肾经。晚上的七点到晚上的十一点又是一对，就是我们的心包经和三焦经。

三焦经很重要，所以如果没什么事的话，你晚上九点钟睡觉是最明智的选择了。因为三焦经就像一个总指挥一样，其他经络的运行、联系、联通都依靠这个三焦经来协调，也好像一个乐队的指挥一样，好像一台戏、一个晚会的主持人一样，所以这个时候睡觉是比较好的。当然了，如果你实在有事，你到晚上十一点以前睡也是没有问题的。但是如果你过了十二点再要睡呢？睡不着，很难睡着，要折腾到三四点才能睡着，为什么？因为你要知道，子时与活子时，子时的时候是阴气最重的时候，阳气生，一阳生，阳气开始生发了，然后你才开始睡觉，阳气都往上升你哪里睡得着？所以你就睡不着了。

还有，有些人说，我凌晨三点睡，所以我晚点起来，我到十一点才起来。这其实是一个坏的习惯，为什么？你是两倍的损失。你就是三点睡，你七点钟也要起来，为什么？因为上午这个阳气往上升，你还在睡觉，你把阳气压下去了你是两倍的损失。你宁愿在什么时候呢？你说我晚上没睡够，那我在吃完中午饭以后，十二

点刚刚吃完饭，隔半个小时，十二点半到下午一点，这个还是属于什么呀？还是属于这个心经的时间，你养一养心经，睡半个小时，这样就是非常明智的方法。不要那么多时间，精神又很健旺，跟天地又能相应。

如果是痰湿质的人，他就觉得身体很沉重，因为湿困脾土，老是想睡觉。甚至于说，没什么事干一天就能够睡十个小时都行，这样就非常影响学习和生活了。《丹溪心法》里朱丹溪就说过："脾胃受湿，沉困无力，怠惰嗜卧。"老是想睡。

痰湿质的人容易患糖尿病、高血脂、脂肪肝、体型很胖、肚腩很大，他是因为脾的功能弱，食物难以运化，所以能量不足，不是能量多，是能量不足，没办法吸收。爱脱头发，嗓子里面痰也很多，老是想往外吐。

这个调理方法也很简单了，我们强调过了，脾虚的人你就给他吃四君子汤就好了。人参、白术、茯苓各9克，炙甘草6克。因为人参是能够益气健脾的，让你精神不犯困。白术就能够燥湿健脾，使人恢复胃口。

当然如果觉得，我肚子很胀，胀气，老是觉得自己有个气胀在肚子里面，气滞的人，那你也有几个方法。

一个是睡觉的时候，你手从膻中这边往下推肚子，推一下，肚子里面哗哗响，这样是里面有水，很快会排出去。当然也可以在四君子汤的基础上加一点点陈皮，就变成五味异功散，陈皮行气，脾的气正常运行，就能够把湿气排出去。

如果痰多，你就在五味异功散的基础上再加一点半夏，这个生半夏是有毒的，加一点点，这就叫做六君子汤了，半夏可以燥湿化痰，能够止呕，老是想呕吐，用这个就可以了。

当然食疗的方法，也就是山药冬瓜汤，这就很简单了。买山药50克，冬瓜150克，用慢火煲半个小时，调好味就可以喝了，这个就把湿气排掉了。还有一个就是，比如说莲子芡实粥，用莲子、芡实、薏仁、陈皮、生姜加点水煮开，再文火炖。就能够健脾利湿。

这都是属于痰湿质的人。痰湿质的人其实需要好好地调理，因为你看那些糖尿病，那些脂肪肝都不是容易好的病，所以要提早调理。

我们看第82页这些症状，胸闷、腹部胀满，身体沉重、不爽快，腹部肥满松软，额头油脂分泌多，上眼皮比别人肿。上眼皮我们讲过了，上眼皮是属于什么？属于脾脏。下眼皮是属于肾。嘴里面老是有黏黏的这种感觉，平时痰也很多，舌苔是厚腻，一般是黄腻，舌头中间黄黄的，舌苔很厚，痰湿质。

第五种，就是湿热质。湿热质的人特征是什么？容易长痘。他已经不是青春期了，已经四十岁了，但是脸上还是老是冒痘，这就是湿热质了，湿热过盛没地方排就冒痘出来，容易腋下有狐臭。女众容易有黄带。男众容易阴囊潮湿等等。

因为这是湿热包围了肝胆，胆气就降不下去，降

不下去就只有往上升，所以早上起来就口苦。你没有调理的话久了就会得胆囊炎，如果胆液往外泄，那就是什么？就是黄疸肝炎了，这个人整个身体都变黄掉，眼睛黄的，男的也容易患前列腺炎，女的容易患阴道炎。

我们看这些症状。面部、鼻部有油腻，油光发亮，容易生痤疮和疮疖，感到口苦，口里有异味，大便粘滞不爽、有解不尽的感觉，小便的时候尿道有发热、尿色很浓，女众是黄带等等这些，就是湿热。

湿热的人就吃三仁汤就好了。这个三仁汤很巧妙，它把你上焦、中焦、下焦这些湿热都排掉了。杏仁、白豆蔻仁、还有生薏仁。杏仁15克，白豆蔻仁6克，生薏仁18克。杏仁能够通宣上部，把上焦的这些湿热排掉。

白豆蔻能够把中焦运转起来，让中焦的气自动地转起来。所以胃口不好的人，小孩子不开胃吃东西，你给他买6克白豆蔻，两片生姜，5克炙甘草，熬半碗水一喝胃口就好了，都是因为什么？中焦的气畅通了。

生薏仁就是能够把下焦的这些湿热渗透出去、排出去，这样的话这些湿热病邪就能够都消出去，所以湿热就能改善。当然有一些如果确实是很严重的湿热质，在三仁的基础之上，还要加一点，比如说飞滑石，白通草，竹叶，厚朴，半夏等等，那是根据各人情况了。

喜欢喝酒的人，他容易变成湿热质，为什么？因为酒是粮食，粮食本来就是热的，而这个粮食要酿造，酿造的过程之中它也会要怎么样？淤则生火，两重火。尤

其是什么？尤其是如果冬天的时候你喝冷酒，就更加会伤人。所以我们看《红楼梦》，就会知道要先把这个烫温，因为酒是经过发酵，所以产热，湿热互酿而成的酒。

湿热质的食疗方法就是凉拌一点马齿苋就可以了。新鲜的马齿苋出的时候，100克，用手扯断它，不用刀，放一点点麻油，或者酱油调一下，吃生的，就可以把湿热排掉。当然你最好是配合二十四节气来吃。还有广东，因为广东天气是湿热的，所以我们这有一种土特产是什么？龟苓膏，就是解决这个湿热的。

第六种就是血瘀质。血瘀质的人特征就是长斑。



有没有看到有些人两个颧骨一块块的斑，好听点叫蝴蝶斑，那个黄斑，怎么会变成这样子？其实他是因为血瘀质。血瘀质的人其实真的要用心调，为什么呢？因为血瘀了，所以它就容易形成肿瘤、癌症。人身是小宇宙，每个人的体内都有无数条河流在循着十二经脉运行，在内就是滋养五脏六腑，在外就是温润四肢、全身，如果其中有一条河堵塞了，那就是血瘀了。

血瘀的人有什么特征？一个是身上容易出现鬼拧青，好像有个人在你手上扭了一把，变青色了，实在没

有谁碰你，你也没有碰哪里，但是老是这里一块青的，那里一块青的，鬼拧青。其实是什么？其实身上的皮肤出现紫色，青紫色。

女众如果是血瘀体质就会容易痛经，生理周期的时候痛经，一直冒冷汗，痛得在床上打滚，而且痛经如果你不能够治好它，那你每个月都要面对一次刑罚，每个月你都面对一次这个痛苦，内心很恐惧。而且你不能治好，以后还会有更糟糕的事情，是什么呢？你长大结婚以后，容易产生宫外孕。

而且血瘀质的人容易引发高血压，容易有冠心病，容易心肌梗塞，牙龈容易出血，这都是血瘀质的人容易产生的病，也容易患肿瘤，因为气滞血瘀所以就导致各种的肿瘤癌症，女众的子宫癌、乳腺癌都是跟瘀血有关。

还有老年人就容易怎么样？因为血瘀了，所以老年人容易有骨刺，骨质增生，骨关节退行性病变。血瘀质的人老是会容易觉得疼痛，特别疼痛，甚至于痛得整个晚上都难以睡着。

改善血瘀质的中药，常用的就是两种了，一个是桃红四物汤，一个就是血府逐瘀汤。

血瘀质的人，食疗有很简单的方法，就是云南文山出的三七，广西叫田七，都是一回事了。为什么云南文山出的那个最好？因为它是西南方。你把它打成粉，每一天 用开水冲5克，这样子改善体质是特别好。

还有一些是可以用黑豆川芎粥，川芎用10克，用一个纱布把它包着，跟生山楂15克，黑豆25克，再加上一点点粳米，你放50克或者更多一点，看你吃多少都行，就一起来熬粥，差不多好的时候，你就把川芎，那是中药，把它拿出来，渣就拿出来，再放一点点红糖，这样就可以活血化瘀了，行气止痛，就能够很快地改善血瘀体质。如果你觉得老是身体容易痛，容易莫名其妙地出现鬼拧青，这些都是可以用这个方法吃一吃。

按摩的话可以按摩三阴交穴，三阴交穴是属于脾经的，足太阴脾经，在我们脚内踝骨往上三寸就是三阴交穴了，这对于女众有个什么好处呢？女众如果是有痛经，你要懂得三阴交这个穴位，你买点维生素K，维生素K的那个液体也好，打一针打到三阴交穴，痛经就好了，就不用老是去受那么多苦了。

当然了，用食疗还有很多了，用食疗的话，如果是气血比较虚弱导致的痛经就可以用黑豆蛋酒汤：黑豆60克，鸡蛋2个，然后用米酒10毫升来煮，那样吃的话也能治疗。还有是用一些玄胡、益母草和鸡蛋加水煮，也是可以有这个效果。

还有是因为血瘀质导致她脸上的黄褐斑，也有个食疗方，很简单，就是玫瑰花。用干的玫瑰花，开水泡来喝，一个礼拜之内黄褐斑就会消掉。或者是用生山楂10粒，敲碎把核去掉，不是山楂片，加点水煮上20分钟，临喝之前加一点红糖来吃就好了，这是属于血瘀质。

我们看它的症状，皮肤在不知不觉中会出现青紫瘀斑，皮下出血，就是鬼拧青，两颧部有细微血丝，身体容易疼痛，脸色比较晦暗，容易出现褐斑，容易有黑眼圈，容易健忘，口唇的颜色偏暗淡，这都是血瘀质。

第七种就是特禀质。特禀质其实就是过敏性体质，他什么都容易过敏。春天的时候大家去踏青，花开了，大家心情舒畅，他就难受了，一直打喷嚏，一直打个不停，口水鼻涕全部流出来了，这个人就是花粉过敏。还有一些是什么？海鲜过敏。还有一些是油漆过敏，新装的房子不能进去等等。而且据报道，全球人口的40%都患有特禀质的那些病，比如说过敏性鼻炎，哮喘，湿疹，还有包括荨麻疹等等，这些都是过敏性的疾病。比如说我们知道的原来有个歌星邓丽君，就是死于过敏性的哮喘。

而且有个麻烦的地方就是，如果母亲是过敏性体质，她生的儿女容易患胎传性的疾病，就是遗传性的，胎里面带来的疾病，哪一些呢？比如说五迟、五软，都是胎传性的疾病。站立也迟，行走也迟，头发长得也迟，牙齿发育得也迟，说话也迟，这个小孩子叫五迟症。五软呢？头也软，脖子也软，头都立不起来、撑不起来，手脚也软，肌肉也软，口也软，老是流口水，这个叫做五迟五软。所以如果母亲有过敏性体质没有调好，生的小孩子患五迟五软的风险就大很多了。

对于过敏性体质，容易老是打喷嚏、容易感冒的

人怎么办？一个简单的方法，任何人都可以用，能够预防感冒，就是按迎香穴就好了，你每天按一下迎香穴。你按的时候最好是什么时间按？当然就是在肺经和大肠经的时候了，但是这个肺经太早了,肺经是凌晨3-5点。5-7点之间这样子，大肠经的时候来按就好了，每一次你就按100下。如果你有一点轻度感冒，你按完都会觉得鼻腔就比较通畅了，也可以预防感冒。

过敏性体质的人可以服黄芪灵芝：黄芪30克，灵芝30克，生姜一块，煲水喝就好了。如果觉得想吃肉的人，猪瘦肉加一点熬也是可以，这是改善体质的方法。

我们来看特禀质的一些特征：没有感冒也容易打喷嚏，没有感冒也会鼻塞流鼻涕，因季节变化、温度变化或者异味容易咳嗽，容易过敏，对药物也过敏，食物也过敏，气味也过敏，花粉也过敏，季节交替、气候变化都容易过敏，皮肤容易起荨麻疹，就是风团，一团一团的风团，风疹块，皮肤因为过敏而出现紫癜。有一些小孩子的皮肤，一块块紫红色的瘀斑，紫癜，皮肤一抓就红，抓的痕迹保留在那里也难以消掉。

荨麻疹怎么治？有些人说，我用好多方法怎么整都好不了。其实荨麻疹也是有一些简单的方法，你方法对了，很快就好了。

一个是什么？一个是有荨麻疹的人最好不要喝牛奶，因为牛奶是一种蛋白质，它就会刺激人体，使人体的皮肤产生过敏反应，这是西医的说法了。中医的说法

就是说，牛奶是属于什么？属于水，坎水，能够增强肺的肃降功能，但是相应的就会降低肺的宣发功能，肺气的宣发被压抑住了，压抑住了以后郁久生火，生火以后怎么办？肺主皮毛，就在皮肤上显出来了，就导致了荨麻疹，所以有一些人喝牛奶是好的，有一些人是不好的。

有一个母亲很疼爱她儿子，每天晚上九点钟要督促他睡觉，然后热一杯牛奶给他喝下去，因为那个母亲很关心儿子，所以看了很多书，喝一杯牛奶容易睡得香，所以就天天喝，喝了以后早上醒来，身上就一块一块到处是荨麻疹，很多医生就没看出问题来，吃了很多药也搞不定，其实她就不知道什么？这个原因其实就是母亲害了他，不懂，因为无知所以做了坏事。

还有一个简单的方法，就是那个蚕沙，这是李时珍的《本草纲目》上面说的一个偏方：用30克蚕沙就可以了，30克蚕沙熬水喝，吃上五天就可以彻底治愈荨麻疹，以后都不容易发，只要你不喝牛奶，都不会发。这是特禀质。



第八种气郁质。气郁质的人，就好像现在这些年轻人老是喜欢说的，“哎呀，郁闷”，你老是郁闷，你是气郁质。现实生活之中，他容易怎么样？容易情绪低落。比方说，张国荣在上海

跳楼自杀，气郁质。气郁体质的人形成的原因是长期的肝气郁结，这种人容易患上忧郁症，或者说抑郁症。很多人都是因为抑郁症而自杀的，比如说国学大师王国维，《人间词话》的作者，他因为抑郁症跳到湖里面自沉了。还有台湾作家三毛，也是因为抑郁症自杀。中国原来有一个诗人叫做海子，“面朝大海，春暖花开”的作者，因为抑郁症卧轨自杀。

抑郁症的人都是因为气郁，气郁质的人总是郁郁寡欢，跟人交流很少，肝气不舒，所以气郁质的人有个明显的症状，你看他的脸色泛青，为什么？肝为青，青色，肝气不舒所以就脸色发青。

我们看看有什么症状。感到闷闷不乐、情绪低沉，容易精神紧张、焦虑不安，多愁善感、感情脆弱，容易感到害怕或者受到惊吓，肋部胀痛、乳房胀痛，无缘无故叹气，咽喉有异物感，吐之不出、咽之不下，这都是属于气郁质的人。

气郁质也有食疗方。你找点花来喝一喝，这个气郁就好了，玫瑰花、茉莉花，可以了。你用20克玫瑰花，20克茉莉花（都是指干的）来熬点水，用开水来煮，还可以放一点什么？放点西米，50克西米。煮好以后，临起锅之前，加一点白砂糖，这个就叫做双花西米露。因为玫瑰花，我们前面血瘀也讲过了，它就是化瘀解闷的，能够化瘀。茉莉花能够温脾胃、利胸膈的，把气散出来，西米是温中健脾的，所以搭配好就能够调理气郁

了，压力大的人群宜食用。这是气郁质。

第九种还有平和质。平和质要跟大家讲一下，因为它底下标的这个就说了，就是我们印的时候有一点问题。大家在第（1）和第（6）打两个勾就好了。也就是说第（1）条和第（6）条是平和质，就是健康，真正健康的人的体质状态，精力充沛，能够适应外界自然和社会环境的变化，适应能力很强，这个就是平和质的人。其他的是要反过来计分。比如说，如果你容易疲乏，那你要算怎么样？要算五分。你说话声音低弱无力，也是要算五分。其他的感到闷闷不乐、情绪低沉、耐不了寒冷、容易失眠、容易忘事，这个如果症状严重，就不是平和质了，如果一点点应该还是属于健康状态了。

讲了九种体质，这是最浅的了，也是药师法门里最浅的，但是对于我们来说恐怕还是比较实用的，所以也说一点点。

这两个愿就是让我们身体健康，明天讲第三大愿，善名称吉祥王如来因地如何发愿让众生成就心理健康。

愿大家速证琉璃光身。

第三讲

大悲精进超众圣，五浊他佛难调时；
堪忍百岁世中尊，释迦导师我敬礼。
东方去此四恒沙，清净佛土号光胜；
无量菩萨绕世尊，善名称扬我敬礼。
东方去此五恒沙，清净佛土号妙宝；
无量菩萨绕世尊，宝月光音我敬礼。
东方去此六恒沙，清净佛土号香积；
无量菩萨绕世尊，金色宝光我敬礼。

南无本师释迦牟尼佛！

南无药师七佛！

南无药师海会佛菩萨！

让我们共同发起无上的菩提心，为一切如母有情在当生之中现证琉璃光身，所以我们今天继续来学习《药师七佛经》。

大家翻到经本的第5页。昨天我们已经把第一尊药师佛善名称吉祥王如来八大愿的前两愿讲说圆满了，并且也讲到了九种体质。这是同我们生活息息相关，如果学其他法门，无论我们多么精进，我们学一个手印、学一个咒、学一本经，我们念一念之后，回去忙起来又忘记了，但是药师法门是跟我们日常生活、现实人生息息相关的，随时都用得上的。

【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。】

这一节是善名称吉祥王如来因地所发的第三大愿不堕恶趣生人间。可以分为三个要点：

第一个要点就是善名称吉祥王如来因地发愿说，愿我未来世中成佛时，如果有众生心迷之故，常被贪欲、愤怒、愚痴三毒缠缚逼迫，造了深重的没有间断的罪恶，犯种种恶行，诽谤正法，不肯修学众善行，以此恶业将来应堕地狱之中受种种痛苦的煎逼，如果能够至心称念善名称吉祥王如来名号，由于佛的威德加被，能够使无间的罪恶和各种业障全部消灭，没有众生再堕三恶

道，而能得到人天殊胜的安乐，直至证得无上菩提。

第二个要点，前两愿善名称吉祥王如来是侧重于消除众生身体的疾病，比如说被鬼神干扰，还有因为宿世的恶业盲聋喑哑，种种的诸根不具，都能够仗佛力加被而能消除这些疾病。

第三愿是侧重于解决众生心理的病态，比如经文上所说的："为贪瞋痴之所缠逼，造无间罪及诸恶行，诽谤正法，不修众善"，这些都是心理不健全。

身体上的痛苦我们容易知道，心理上的痛苦往往是由人与人的关系不和谐造成的，而灵性上的苦则表现为对自身的不了解，对自己的不了解，根本上不能够启发灵性生命，对人生的价值等等感到很迷茫而造成的苦，这是灵性上的苦。

第三个要点就是消除心理的病苦主要是要能够打破心智模式的局限和转化负面情绪，也就是消除所知障和烦恼障。每一种负面情绪的背后都会隐藏着某一种期待或者某一些观点，我们最终要处理的其实不是负面情绪，而是这些观点和期待。

比如说我心里面觉得很难过，我心里面觉得很悲伤，或者我心里面觉得很愤怒，然后我提醒自己，我是佛弟子，我不应该愤怒，把它转移掉了，但是没有用，你下次逢缘对境还是会愤怒，为什么？因为这个根源是在你的那些期待和观点，你所执著的是你的见解，凡夫的知见。

凡夫众生总是会运用大脑思惟来积累很多知识，然后运用这些知识来解读他所面对的世界，并且他会抱着他自己认为是非常正确的那种静态的、僵化的观点和知识，来看待这个刹那刹那在变化的、动态的世界，固执己见。

其实这样就等于在自己的心智外面筑起一道墙，并不能够影响墙外的世界，只会阻止自己看到外界的真相和内在的真相。所以运用凡夫的大脑思惟，无论多么聪明都是不究竟的，无论你学了多少知识，你都难以免除痛苦和烦恼，因为聪明是用大脑，智慧是用真心的。

凡夫运用大脑思惟，运用妄心去分别执著，所以就迷心逐物，因此要能够学会运用真心觉照和欣赏。

我们都学过了内观禅，都已经懂得从觉知呼吸来觉知内外的实相。当我们真正地能够觉知呼吸的时候，真正地能够息心，妄心不再向外奔驰而觉知当下的身心实相的时候，我们的大脑就不会再跑个不停，它终于有机会能够停下来，能够歇一歇了。再不断地觉知身体各个部位不同的感受，我们的心就能够寂静下来，而且宿世的业行种子能够不断地消除净化，让我们的心不再向外攀缘了，心就能够越来越敏锐，我们就可以开始真正做自己的主人，而不是做习气的奴隶，不被外境所转。

因为我们已经知道，不断不断地觉察就是真心的用，就是心性的本质，所以运用智慧去觉察，就是只观察、不分析，因为没有去分析、没有去分别，由于双方

观点对立产生的冲突就会完全消失。

因此可见，学佛是靠悟的，不是靠大脑来学习和记忆的，学佛是靠返观内照的觉察力，不是靠分析和推理的。能够觉察，不断地觉察，就能够向内看到自己的盲点，就能够没有局限，没有局限就没有冲突，没有冲突就有智慧，有智慧就能够业障消除，常受人天殊胜安乐。

【第四大愿，愿我来世得菩提时，若有众生少乏衣食、璎珞卧具、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。】

这一节是第四大愿资生不缺意宽舒。也可以分为三个要点。



第一个要点就是善名称吉祥王如来就像一位慈祥的智者，前面已经教导我们成就身体的健康和心灵的健康，就能够面向社会，开创良好的事业。那么，怎样使事业成功、衣食财货珍宝都具足呢？第四愿之中善名称吉祥王如来就是来教导我们事业成功、资生物质充足的方法。

第二个要点就是善名称吉祥王如来发愿说，愿我未来世中成佛时，如果有众生缺乏衣服、饮食、卧具、财物、珍宝等

等，物质生活不丰富，也缺乏音乐、书画等等，精神生活也很贫乏，如果能够至心诚恳称念善名称吉祥王如来的名号，仗佛威神力加被之故，所缺乏的各种生活资料都能充足，事业成功，直到证得无上菩提。

第三个要点，我们要知道，其实物质和财富，这些并不会障碍我们，障碍我们的是我们那个局限的观点，使我们的生命被外在的事物完全掌控了，使我们和我们的真心、和我们的本觉失去了联系，变得六神无主，就会有一个强烈的向外的驱动力，不停地去奋斗，想要抓住点什么。内心深处有一个恐惧，总会担心，只要一不奋斗，未来的世界变化之时，自己就可能挨冻受饿或者遭受苦难，其实只有内在匮乏的人才会不停地去囤积。

一个真正开始向内走的人，向内去开发自性，能够与本觉智慧联结的人，他不会无休止地去想要更多和更好，因为他已经开发了他内在无穷无尽的自性功德宝藏，像大海一样无垠，广阔无边，他只需要取他所需要的一瓢水就够了，他不会再去贪得无厌，因为他知道，其实自己就是海洋，自己的自性就是尽虚空遍法界。

第五大愿和第六大愿，合起来是告诉我们如何成就事业。

【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。

第六大愿，愿我来世得菩提时，若有众生，于险

难处，为诸恶兽、熊罴师子、虎豹豺狼、蚖蛇蝮蝎之所侵恼、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。】

这一段是第五愿桎梏苦难得解脱和第六愿虎狼恶物慈心俱。也可以分为三个要点：

第一个要点，五、六两愿其实就是第一尊药师佛开示我们如何去开创事业的成功。

我们踏入社会以后，一定会要面对两大现实的问题：

第一个问题就是人事环境的复杂。人与人之间，同事与同事之间，单位内部也好，单位与单位之间也好，都是勾心斗角，甚至于因为人际冲突激烈而有牢狱之灾，也就是经上所说的被枷锁系缚，遭受鞭挞等等的刑罚，其实这都是比喻这种人际冲突非常激烈。

第二个问题就是生存环境恶劣。任何行业之中都充满风险，都随时隐藏着巨大的失败的风险，竞争非常残酷，这种风险和残酷，比被虎狼恶兽包围还要更令人恐怖，甚至于如果自己做的话，考虑不慎，一个判断错误就会倾家荡产。遇到这种情况怎么办呢？五、六愿，第一尊药师佛就有开示我们。

第二个要点，善名称吉祥王如来在第五大愿之中教导我们要能够打破思惟方式和行为模式的局限，就能够跳出复杂纷纭的人事环境，所有的苦恼，皆得解脱。

善名称吉祥王如来因地发第五大愿说，愿我未来世

成佛时，如果有众生与人激烈冲突而犯国法，身体被枷锁系缚，遭受鞭打等等种种的苦难、刑罚，如果能够诚心称念善名称吉祥王如来的名号，得到佛力加被之故，所有的苦难、烦恼都能得解脱，直到证得无上菩提。

具体怎么做呢？佛的境界非常高，我们只看到这个念佛名号就能转过来，但是背后的原理是什么？其实很简单。我们知道，药师佛是面对现实人生的，所以他有很多具体的方法，告诉我们解决问题背后的问题。我们也可以用比较浅一点的引申过来，大家比较容易明白。

比如说老子的《道德经》第四十九章就有说：“圣人无常心，以百姓心为心。善者，吾善之；不善者，吾亦善之，德善。信者，吾信之；不信者，吾亦信之，德信。圣人在，天下歙歙焉。为天下浑其心，百姓皆注其耳目，圣人皆孩之。”

“圣人无常心”这句话很重要，其实也就是告诉我们，凡夫和圣贤的差别。“圣人无常心”，这就是悟道的人，他没有主观的成见，这是关键。

我们为什么会人际冲突那么激烈呢？因为我也有一个成见，他也有一个成见，我们这两种见解大家都很执著，都是静态的，而这个世界是动态的，两种静态的成见就容易起冲突，有冲突就有争斗。

所以一定要知道“圣人无常心，以百姓心为心。”悟道的人没有主观的成见，没有我执，没有我见，“以百姓心为心”，就是以大家的需要为需要，指导大家、

教导大家、帮助大家来成就。

“善者，吾善之；不善者，吾亦善之；德善。”圣人见到好人很欢喜，“吾善之”。“不善者，吾亦善之”，就是坏人、没有什么道德的人，更加要救他，要帮助他觉醒，所以“吾亦善之”，这是“德善”。

“信者，吾信之；不信者，吾亦信之；德信。”有信用有道德的人，我当然相信他、信任他，缺乏道德、缺乏信用的人，我也信任他、感化他，因为人性本善，有一天他会自己觉悟的。

“圣人在，天下歙歙焉”，“歙歙”原意就是呼吸、吸气，引申过来就是包含的意思了。一个悟道的人能够包容一切。

“为天下浑其心”，“浑”就是浑厚、平等，悟道的人，他能够心行平等。善人当然可敬，恶人也令人悲悯。可敬与悲悯只是不同的表达，而爱护人、帮助人的仁慈之心是一样的，慈悲心是一样的，这就是“为天下浑其心”。

最后一句是“圣人皆孩之”，悟道之人，看世界上一切众生，都会像父母对自己的小孩子一样永远爱护他们、教化他们，不会跟他们对立，不会跟他们起冲突。

这个我们就容易理解了，原来念善名称吉祥王如来名号，其实表达的意思，从浅处来说就是“圣人无常心，以百姓心为心。”这样的话，你就能够所有苦恼，皆得解脱，乃至菩提。

当然展开来说很多。我们要知道，中国四大圣人，即孔子、老子、庄子、六祖。当然，成就最究竟的、心性开发最圆满的是六祖惠能大师了，老子和庄子其实也是悟道之人。

如果你用世间的知见去看他，你就会分辨很多知识，那个没有什么用处。但是如果你用禅去读《庄子》、读《道德经》，那你会发现，确实他是悟道的一种观点。

而且《道德经》里面所讲到的那些军事、政治、哲学、养生之道等等，其实他所展现的就是佛法的因果律，他所展现的就是药师法门的内层义。

所以我们要能够明白，念佛名号就能够让我们人事环境由这种复杂变得越来越和谐，越来越能够其乐融融。

第三个要点就是善名称吉祥王如来因地发第六大愿说，愿我未来世中证得无上菩提时，如果有众生在险难之处受到种种恶兽的包围和伤害，遇到各种凶猛的恶兽，熊、罴、狮子、虎、豹、豺狼、蚖蛇、蝎子等等，生命将面临危险，由于恐怖而大声地叫唤，受到大苦难之时，如果能够忆念持诵善名称吉祥王如来名号，以此殊胜功德力，能够使所有的恶兽都生起慈心来，能够脱离恐怖，众生常得安乐，直到证得无上菩提。

原始社会、奴隶社会时期，人类的生存环境非常恶劣，生存环境的恶劣主要是指的容易被那些猛兽、

虎狼狮子、毒蛇所伤害。而现在所指的这些熊、罴、虎、豹其实主要是指事业上的生存环境非常恶劣，发展的瓶颈、竞争的残酷，企业生存艰难，个人真正要发展很困难。

你看湖南卫视做超女选拔，还有说婚姻在电视台上去选择，这就说明什么呢？说明现在的年青人其实他要发展，他的机会是更渺茫，或者说更激烈，他没有什么其他途径，所以你才会看到超女选拔会那么热门，这种发展的瓶颈就导致到大家觉得不晓得生活的方向、事业发展的方向。

具体来说，我们怎样可以知道念善名称吉祥王如来能够让我们跳出这种生存环境恶劣的状态，而能够游刃有余地成就事业的成功呢？其实你从表面上去跟人家竞争是没有意义的，一定要了解背后的规律，了解本质性的东西，你把握任何一个行业发展的本质，那当然你就能够从容淡定而得成就。

也是用老子《道德经》的第二十八章来说好了。他上面所讲的你不要认为好像很古老，没有什么作用，但是不是，我们作为中国人连自己老祖宗的这些智慧都从来没有学过，甚至于都没有听过，那是很糟糕的事情。

第二十八章说："知其雄，守其雌，为天下溪。为天下溪，常德不离，复归于婴儿。知其白，守其黑，为天下式，为天下式，常德不忒，复归于无极。知其荣，守其辱，为天下谷，为天下谷，常德乃足，复归于

朴。”

要知道这里面其实因果的规律都在其中，世间万象的背后规律都在其中，我们的事业怎样才能成就呢？方法也在其中。

“知其雄，守其雌”是生理上的修养；“知其白，守其黑”是心性上的修养；“知其荣，守其辱”是行为上的修养。一个人生理、心理和行为都有修养，都准备好了，他一定成功。

年轻人踏入社会之中都会憧憬着自己前途无量、鹏程万里，但是如果到处碰壁，他没有懂得方法，过了三十或者三十五岁，他就垂头丧气了。其实我们一定要知道，光荣的背后就是耻辱，“知其荣，守其辱”，所以万事万物都要留有余地。

有一位禅师说四种不可尽：

第一就是势力不可用尽，势若用尽，祸一定来。你得势的时候，你春风得意的时候，你很顺的时候，不可以把这种势用尽，用尽一定转过来就是祸。

第二福不可受尽，福若受尽，缘分必断。

第三规矩不可行尽，规矩若行尽会予人麻烦，要有规矩，但是也不能够太执著。

第四好话不可说尽，好话若说尽则流于平淡。

行为上如果你能够懂得这一些，你随时回光返照，你就能够及时发现危机，就容易成就。

心性上的修养就是“知其白，守其黑”。善业善

行叫白业，恶业恶行就是黑业。知其白就是静则一念不生，动则万善相随，内心之中不分别、不执著。守其黑这个“守”其实就是如如不动，就是不会去动丝毫的恶念。其实，守其黑更是指要随时内观觉察自己的盲点，觉察自己的思惟模式有哪些局限性，这个是守其黑。向内，不要到外面去挑毛病，那个没有用，只会让你失败，你要事业成功，要向内看自己有什么盲点，在没有产生危害之前，及时突破这个局限性，消除这个盲点。

正像北宋的文学家、政治家欧阳修所说的：“祸患常积于忽微。”也就是大祸经常是出在那些小地方，平时很不注意的微细之处，因为它微细时我忽略了，所以说“祸患常积于忽微”。



“智勇多困于所溺”，一个人有学问、有魄力、有勇气，但是怎么样？“智勇多困于所溺”，但是往往被自己的才能所困。看起来好像是一个悖论，其实真相就是如此，因为他有才能，但是他很执著自己的才能，盲目地相信自己的学问和勇气，所以就看不到更广阔的时空，作出错误的判断。

这是心性上的修养。

还有“知其雄，守其雌”。这是生理上的修养，

雄是动的，是阳刚的；雌是静的，是阴柔的。比如说我们打坐，我们静坐修止，这个止就是“守其雌”，而你单单有雌、有静态，那不对，为什么？你有阴没有阳，你只会越坐越愚钝，陷在这个无记里面，所以还要有什么？还要有观，止观止观，你通过修观，“观”是什么？不断地觉察，“观”就是“知其雄”，这样才能够开智慧。所以对于我们生理上的修养就是要能够知雄守雌。

“为天下溪”，溪流，水是往下流的，“常德不离，复归于婴儿”，婴儿是没有任何成见的，你逗他就笑，你打他就哭，但是笑过了、哭过了都没事，没有痕迹，这样的状态是赤子之心。所以一个人，如果他能够在生理上、在心性上、在行为上都能够具足修养，当然无论生存环境多么恶劣，他都能够事业成功，都能够所求如意。

我们通过这个就可以容易明白，如何去念善名称吉祥王如来，而能够在一切险难之处都能够安稳泰然，都能够利益众生。

【第七大愿，愿我来世得菩提时，若有众生，斗诤言讼，因生忧恼，若能至心称我名者，由是力故，斗讼解散，慈心相向，乃至菩提。】

这是第七大愿斗诤解散言讼息。也可以分为三个要点：

第一个要点，我们在善名称吉祥王如来的教导之下，已经实现了身心的健康和事业成就，在日常生之中

我们要怎样选择更快乐、更轻松、更自在的生活方式呢？与人相处，尤其是与身边亲近的人相处的时候，要怎样觉照才不会与人发生冲突呢？在第七大愿之中，善名称吉祥王如来就教导我们与人相处慈心相向的方法，教导我们选择更快乐自在的生活方式。

第二个要点，善名称吉祥王如来因地发第七大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生互相争斗，争辩曲直是非，乃至于互相殴打，生起无量的忧愁、苦恼、烦恼，这个时候如果能够至心恳切称念善名称吉祥王如来名号，仗佛威神力加被，一切的言语诉讼都能够得以和解，互相产生慈善友爱之心，直到证得无上菩提。

第三个要点，具体来说怎样来向内走。我们称念善名称吉祥王如来名号的时候，就是向内走、向内觉察，培养我们在日常言行之中的觉察力，也就是活在当下的能力。

有些人觉得疑惑，他老是用大脑思惟，觉得我如果是活在当下，我是不是要走路特别慢，干活也特别迟钝，这个样子就活在当下呢？不是这样的。你什么都可以干，但是你要同时要有一个觉察力。

这个忙字怎么写？一个“心”一个“亡”，你的真心不见了，你的真心被蒙蔽了，心亡才会忙。那个就有意思了，无论你多么忙碌，但是你内在的觉察力要能够跟得上，其实一个活在当下的人，只要觉察力跟得上，他做事比一般人还要快，他的精力比一般人更充沛，他

做事情的成就比一般人更大，这样才是活在当下。

而且我们向内走去觉察，去觉察什么？觉察我们妄心思惟之中的那种盲点、盲区，比如说我不知不觉地总会对其他人抱一种期望，带着一种观点去看一个人，大家就容易冲突，大家都痛苦了。

其实你向内觉察就是要能够收回对他人的期待，只对自己负责。以前我们会不自觉地去挑对方的毛病，尤其是比较亲近的人，我们总是觉得他应该这样，他应该那样，老是想把对方改造成为自己期望的那个样子，这是凡夫的大脑思惟，这个是夫妻之间、父母跟儿女之间起冲突的根源。

现在我们能够训练自己随时的觉察力，所以现在我们改变过来了，所以我们对一切都只是觉照和欣赏，全然地接受他现在的样子，当下的样子，从来没有想到去改变他，只是欣赏他，只是觉照自己的内心。

以前我们会急于跟对方交流，总是想让对方迅速地了解自己所有美好的一面，尤其是人跟人初次交往的时候总是这个样子，现在我们只是全然地做真实的自己，享受每一个鲜活的当下，活生生的当下。

以前我们总是会不自觉地从自己的观点出发去判断一切，去评价一切，现在我们学会了觉察，所以我们不再做裁判，只是觉照和欣赏。原来我其实内心之中不知不觉就去做一个裁判，判断这个对那个错，老是这样，其实关你什么事啊？但是我们总会这个样子，自己还不

知道，所以我们要观察自己的内心。

当然凡夫众生刚开始修行，有一些事情不符合自己的心意，心里面肯定会有情绪生起来，肯定会有情绪波动，这是很现实的问题，这时候怎么办？也只需要观察自己的情绪如何生起、如何消失。

你不要压抑你的情绪，当然也不要放纵你的情绪，你只要觉察它就好了，对于任何的想法，无论它怎么浮现出来，我都是不迎不拒，不攀缘不抗拒。如果因为双方非常亲近，非常亲密，有一些时候，因为内在的执著心非常强烈，情绪生起得会很强烈。

比如说对方有什么变化，我看了以后不理解，我内心生起了很强烈的情绪波动，这个时候其实你要知道怎么样？不要去发泄，也不要去控制，而只需要更深地向内看，看为什么我的情绪会起得这么强烈呢？一定就会知道了。

这一种情绪之所以强烈地生起，它的背后是什么？它的背后是因为触动到我心的深处那种平时不容易觉察到的那种顽固的执著。比如说你特别执著于某一个人，无论是你的丈夫还是你的妻子，还是你的儿女，如果他非常非常地不符合你的心意，你平时像一个修行人，这个时候就或者是暴跳如雷，或者是嚎啕大哭，这个都没有必要啊。你只需要向内更深地去觉照自己的执著，这个时候就会去反问自己，返观内照去问自己，真的有一个外面的人可以让自己变得更圆满吗？真的有一个外面

的人能够让自己不孤单吗？能够让自己更快乐吗？当然都不是了。

快乐是来自于法身智慧的觉醒，来自于我们内心的觉照力的生起。我在一切时一切处，在一切环境之中都快乐，一个人相处也很快乐，很多人在一起也很快乐，成功也快乐，失败也快乐，任何时候都快乐，为什么？因为我就是海洋，我就是虚空，我就是尽虚空遍法界。

所以我们向内走就能够消除对别人的执著，就能够把凡夫分别执著的这种生活方式、长期贪瞋痴的生活方式转化为菩萨轻松自在、充满智慧和慈悲的生活方式。看起来你跟其他人没有什么不同，但是实际上这种内在的法喜会不断地溢出来，然后每一天的行为都是菩萨行。

再看第八大愿，前面的第七大愿是选择更好的生活方式，像菩萨一样的生活方式。第八大愿就是更深入地讲我们的生命发展方向。

【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，皆得随心至安隐处受诸快乐，乃至菩提。】

这是第八愿江海安平任游处。也可以分为三个要点：

第一个要点，我们有了轻松快乐、与众生慈心相向的生活方式，那更深层我们要能够确定生命的发展方

向。读书我们有择校的方向，我们选择北大清华或者暨大或者中山大学等等，婚姻也有选择的方向。

那我们的生命呢？我们生命的发展方向是什么？我们是能够通过暇满人身而超出轮回，还是把这个宝贵的人身浪费掉了、甚至还要堕落呢？我们生命往哪个方向发展呢？在茫茫的生死轮回的大海之中，我们的生命之舟、生命之船它的航向如何确定呢？生命的终极目标是什么呢？善名称吉祥王如来在第八愿之中教导我们。



第二个要点，善名称吉祥王如来因地发第八大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生在茫茫的大海之中航行，遭遇到狂风恶浪，舟船处于危险之中，又找不到岛屿和海岸停靠，心中生起了极大的忧愁恐怖，如果能够至心称念善名称吉祥王如来的名号，仗佛威神力加被，舟船都能够随众生的心愿航行到安全稳妥的地方，享受种种的快乐，直到证得佛果。

大海这是比喻，对不对？从外层讲、浅层讲当然是现实中的大海，更重要的是生死大海，我们怎样能够到安稳处呢？

第三个要点，至安稳处就是指我们常乐我净的涅槃境界。佛教认为人类文明的出发点是识自本心，见自本

性，解决以生死困苦为主的人生烦恼痛苦，人类的一切文明，都是为了什么？都是为了解除众生的痛苦，佛教当然就是最圆满最究竟、最直截了当的，让我们当下能够把烦恼痛苦消除，能够超越出来。

人类文明的终极归宿就是使每一个众生，使一切众生都能够达到永享极乐的常乐我净的涅槃境地，这个也就是我们经上所说的“皆得随心至安隐处，受诸快乐，乃至菩提”。无论众生的心是想求人天的暂时安乐，还是想求解脱之乐，乃至于成佛的究竟之乐，都能够随心满愿，这是善名称吉祥王如来不可思议的教法之力、加被之力。

【曼殊室利，是谓彼佛如来、应、正等觉，行菩萨道时，所发八种微妙大愿。又彼世尊从初发心，常以定力成就众生，供养诸佛，严净佛土，菩萨眷属悉皆圆满。此之福德不可思议，一切声闻及诸独觉，纵经多劫说不能尽，唯除如来、补处菩萨。】

这一节主要讲两个内容，第一个是归纳总结善名称吉祥王如来因地所发的八大不可思议的弘深誓愿。第二个内容就是发菩提心、发菩提愿以后，修菩萨行都是在定中修、定中证，所以“常以定力”，这四个字很重要。

菩萨行可以归纳为四个方面，也就是“供养诸佛”是上求佛道；“成就众生”是下化众生；“严净佛土”就是成就依报庄严；“菩萨眷属悉皆圆满”是成就正报庄严、主伴眷属圆满。所以一切的菩萨行就归纳为上求

佛道、下化众生、依报庄严、正报庄严。

由于善名称吉祥王如来因地修了无量的菩萨行，所以成就了广大不可思议的浩瀚的福德，一切的声闻独觉在多劫之中来演说，都说不尽药师佛的功德，唯有如来和候补成佛的一生补处的大菩萨、等觉菩萨才能够了知，所以说“唯除如来补处菩萨”。

【曼殊室利，若有净信男子、女人，若王、大臣、长者、居士，心悕福德，断诸烦恼，称彼佛名，读斯经典，于彼如来，至心尊重，恭敬供养，所有一切罪恶业障及诸病苦，悉皆消灭，诸有愿求无不随意，得不退转，乃至菩提。】

这一节也是三个要点：

第一个要点，这一节主要讲两个内容。第一个内容就是讲《药师七佛经》主要的三大修行方法，就是称念佛名、读诵经典，还有尊重供养如来。第二个内容就是讲按照上述方法实修以后的效果和五大功用。

第一个功用就是业障消除。第二个功用就是病苦消灭。第三个功用就是心想事成，所求如意。第四个功用就是世间福德、出世间功德都能够成就，而且永不退转。为什么？因为我们是掌握了这个缘起的秘密，所以在成就这些福德的时候不是迷失的状态去成就的，而是觉悟去成就的，所以能够得不退转。第五个功用就是乃至能够成就无上菩提。

第二个要点，既然我们称药师七佛名号、还有读诵

《药师七佛经》有如此殊胜的功德，那么我们应该怎样来称药师七佛名、读诵《药师七佛经》呢？

我们已经知道了念善名称吉祥王如来名号就是向内觉察当下的身心状况，就能够觉知到我们每一次的呼吸，每一呼一吸都是我们跟宇宙天地的一次互动，所以我们内在的能量始终跟天地万物是一体，我们就能够明白禅宗那些祖师所说的“天地与我同根，万物与我一体”，这个就是事实，我们就能够借天地之力来实现健康长寿，就能够顺应规律来历事练心。

并且来说，学修药师法门的人，他实现健康长寿不是目标，而只是解脱的基础，如果我们身体都转不过来的话，你说你的业力转过来了，你能够转业力为愿力了，那个是不靠谱的一件事情，所以如果我们能够成就身心健康，就能够使我们减轻身体的束缚，使本觉的智慧之光通过我们的觉察力不断地透发出来。同时念佛名号就是向内觉察，我们内在的能量跟天地万物是一体的，所以我们就能够知道了，原来我就是尽虚空遍法界，天人合一，这不是理论而是事实啊。

那为什么我们还会觉得孤独、还会觉得自己很渺小呢？要知道我们的孤独感和渺小感完全是妄心大脑思惟制造出来的边界，大脑思惟使我们迷真逐妄，把我的身体、我的思惟方式就认同为我而起执著，就产生了局限和对立，所以修学药师法门就是要使我们全然地投入生活而不处于认同状态，存在于这个世界，但是不属于它。

念善名称吉祥王如来名号就能够使我们不断地增强觉察力，真正地有觉察力了，我们就能够提升。以前我们是以成功为目标，现在我们就能够转化到以喜悦为目标，这个就是内在智慧的觉醒，就是念念与我们生命的本源联接起来了。

《维摩诘经》上也有一个教导，就是“但除其病，而不除法”。这个当然是很重要，你不需要去说我要学佛，所以事业我就管不了这么多了，我要放下，我要天天来念佛，你认为你那个是修行，其实你已经偏了。你认为你是在学圣贤之道，其实很快你就变成“剩闲”了，但是那个“剩”是剩下来的“剩”，“闲”是空闲的“闲”，你学佛以后你变成一个剩下来的闲人了，你不断地边缘化，有你不多，没你不少，你变得无关紧要，这个就很糟糕了，怎么学成这个样子了？偏掉了，是不是？

所以不懂得药师法门，他用大脑思惟来理解佛法，他认为他懂了，其实他没有学到佛法智慧，他只是学到一种知识，而且他是用凡夫的妄心执著的知识，所以他不断地被边缘化，不断地让那些没有学佛的人不理解他，这样我们就能够明白了，我们怎样来念善名称吉祥王如来呢？

能念之心是始觉，所念之佛是本觉，以始觉念本觉，成就究竟觉，这个是真正懂得念佛名号的方法，当我们这样来念南无善名称吉祥王如来名号的时候，就能

够念念与我们存在的本源，与我们生命的本源联接起来了。我们本来跟我们生命本源就是连通的，天地与我同根，万物与我一体，但是谁把它切断了？我们自己的妄心、大脑思惟把它切断了，所以才让我们活得这么烦恼痛苦。现在你来念善名称吉祥王如来，就是让我们跟我们生命的本源联接起来了，就已经找到了内在的钻石，就已经发现了“衣里明珠”。

《妙法莲华经》上讲“衣里明珠”。有一个小孩子要离开父母（家里是大富长者），父母亲担心他在外面挨冻受饿，把一颗价值连城的宝珠缝在他衣服里面，但是他不知道，他走出去找不到衣食，到处去乞讨，有人指点他，你衣服里面就缝了一颗价值连城的宝珠。我们也是如此，我们尽虚空遍法界的真心就是我们“衣里明珠”，我们念佛名号向内觉察，就是发现了它，然后我们的内心之中就能够充满了欢喜和快乐。



这个时候虽然我们已经通达了、已经开始觉察了，通过修学内观禅，我们已经能够觉照了，我们的日常生活之中虽然还是有很多很具体的事情发生，我们也还暂时没有能够从现实的窘迫的境界之中脱身出来，但是这一些对我们来说都已经不成问题了。

因为只有当我们执著于肉身，误认为自己只是肉身躯壳那么渺小的时候，我们才会时时觉得匮乏，觉得恐惧，当我们恍然大悟，不再执著那个并不真正存在的自我的时候，我们就马上与存在的本源联接起来了，就是回到了灵性的家园，就是真正的回家，就是识自本心，见自本性。

第三个要点，为什么称佛名号能够使我们“诸有愿求，无不随意”？能够使我们入水不溺，入水不烧？

我们读《大佛顶首楞严经》，看《观世音菩萨圆通章》上面就讲到这个原理，讲到观世音菩萨能够“令诸众生，于我身心，获十四种，无畏功德”。这十四种无畏我们就不展开来说了，就说第二和第三。

第二就是入火不烧，第三就是入水不溺。

“二者知见旋复，令诸众生设入大火，火不能烧。三者观听旋复，令诸众生大水所漂，水不能溺。”这就是讲火难无畏和水难无畏。

“知见旋复”是我们旋转缘六尘的妄知妄见，复还自性的真知真见，这样的话，妄心所起的内见之火熄灭了，外在的火当然就不能够伤害我们了，因此持念南无观世音菩萨名号的众生就能够入于清凉自在之境，遇火灾也不会被伤害。

更浅的说，凡夫总是用妄心大脑思惟的，所以他遇到任何境界遇到任何人任何事，总是去分别执著，然后就耗散能量。能量耗散就起烦恼火，妄心属火，这个妄

心的烦恼火，就使我们因为有内在的因，所以难以脱离外在的火灾，所以你如果能够把妄心大脑思惟转过来，就能够不遭火灾。

我们听闻是以耳根为缘，耳根是属水的，肾属水。而且你听了外在种种的声音，你起喜怒哀乐种种的情感，这也是像流动的水一样。所以我们向外去分别声尘，就有了内在的这种水，所以就难以脱离水灾。

所以，“观听旋复”的“听”就是耳根缘声尘，菩萨能够返观能闻之自性，不会向外去攀缘色和那个声尘，就能够不被声尘所转，就能够得解脱。内闻之水平息，外在的水也不能够伤害我们，所以持念观世音菩萨的众生遇到水灾的时候也能够逢凶化吉。

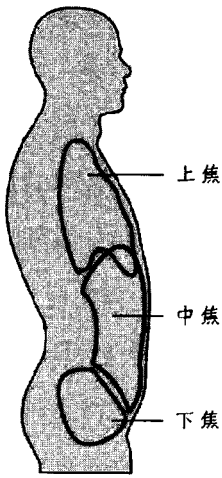
所以我们这样也能够明白，念善名称吉祥王如来的名号，功德亦复如是，所以能够免离一切灾难，能够诸有愿求无不随意。

第二尊佛宝月智严光音自在王如来

【复次，曼殊室利，东方去此过五殑伽河沙佛土，有世界名曰妙宝，佛号宝月智严光音自在王如来、应、正等觉，有无量亿菩萨围绕，现在说法，皆演大乘微妙深义。】

释迦佛又开示说，曼殊室利啊，从我们娑婆世界往东方去，过五个恒河沙那么多的佛国土，有一个世界叫

做妙宝世界，在此世界中教化众生的佛陀，他的尊号是宝月智严光音自在王如来，有无量亿的菩萨眷属围绕着佛陀，聚精会神地听佛宣扬大乘佛法甚深微妙的法义。



在一身七佛之中（在肉身上修）宝月智严佛相当于我们的上焦气海，上焦、中焦、下焦，就是把我们这个体腔分为三段。

宝月智严光音自在王如来因地八大愿

【曼殊室利，彼佛如来，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。】

这一节是讲宝月智严光音自在王如来因地发八大愿，第一大愿是资生自具善自增。分为三个要点：

第一个要点，释迦牟尼佛开示说，曼殊室利啊，宝月智严光音自在王如来在因地初发菩提心，行菩萨道时，发了八大誓愿。

第一大愿就是愿我未来世成佛时，如果有众生由于经营农业、商业，事务繁杂，使心思烦乱，废弃修学菩提殊胜法门，在六道轮回的生死流转之中不得解脱，备受无边无尽的痛苦烦恼折磨，如果能够至心称念宝月智严光音自在王如来名号，仗佛威神力加被之故，所需要的衣服、饮食等等的生活资料都会很丰富，金银财物珍宝随愿满足，并且同时所有的善根都得增长，事业成功的同时也能够不舍离菩提之心。过去由于心迷的缘故，为了经营事业而去巧取豪夺，造种种的恶业，将来会招感三恶道苦，现在由于能够至心称念宝月智严光音自在王如来名号就能够仗佛威神，恶业消灭，诸恶道苦都得解脱，永不历三恶道苦，直到证得无上佛果。

第二个要点，宝月智严光音自在王如来第一大愿就是关注我们现实生活中的事业成就，有人会发现七尊药师佛都从当下的现实说起，告诉你们谋生之道，最好的是什么，既能够事业成功，又能够不造恶业，还能够增长菩提这样的方法。

这是一个很现实的问题，无论你学佛不学佛，踏入社会都要面对的谋生之道。我们在从事农业、工业、商业等等一切行业的工作的时候，不要忘记修心，只要你一直一边做事一边去觉察，就在工作之中觉察，就在事业之中觉察，向内觉察我的盲点，我有没有执著，这样就好了。

你只要能够向内走，并不会耽误我们的事情，但除

其病，不除其法，事情照样做，而且做得更好，而不是那种事情不做了被边缘化了，那是错的，事情应该做得更好，你原来是这个小群体、小团体的核心，你应该还是核心，而且应该做得更好，做得更大，而同时你不起执著，这样就正确了。你口里说要发菩提心，而实际上你学佛越学大家越不理你了，这样是已经偏离掉了，所以只需要向内觉照就好了。

“但除其病”，除掉那个分别执著的、大脑思惟的盲点的病。“不除其法”，事情照样做，你原来干什么还干什么，而且干得更好，做得更广大，而这个心是如如不动，所以由改变态度而改变命运，由改变方法而导致成功，在每一个因缘之中都能够生起智慧，无所执著于世间生灭的假相，而刹那刹那都能够随时生起清净心。

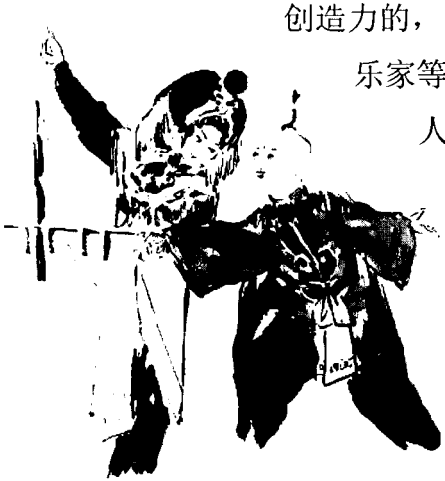
比如说世间有一个二八法则，这个我们知道了，还有一个奥卡姆剃刀定律，这些都可以用，你运用它就能够减少很多的杂事，能够获得自由，不要让那些日常生活的琐事缠着我们而让大事从身边悄悄地溜走，不要去沉迷于那些世间的琐碎的事情而让我们起执著，而让我们的生死大事忘记掉，所以能够善于在很多的小事之中去抓住大事，能够在日常生活之中、事业之中随时培养觉察力，就是能够把握最重要的事情。

下等的人，他只知道接受思想的灌输和知识的累积。

中等的人，他就重视掌握思惟的方法。

而懂得药师法门的人，他能够打破一切的局限性，完全没有成见。“圣人无常心，以百姓心为心”，没有框架地去看这个世界，做一个有创造力的人类，我们生命的活力会通过创造力展现出来。

尤其是你懂得药师法门以后，你会发现什么？你不要以为只有学佛的人才会五轮打开，不是。脐轮开的人，他的行动力特别强，如果他的事业做得很广大，他的脐轮比一般的人要开一些，不然的话他做不持久，如果他单纯依靠福报，他做不持久。心轮打开的人是很有创造力的，那些杰出的艺术家、音乐家等等都是创造力非常强的人，创意非常多的人，这样的人就是一个有创造力的人类。



我们学药师法门更应该如此，让我们的创意源源不断地涌现出来，那我们世间的事业当然会越来越广大，所以可见药师法门是资养现实人生的佛教，是就在现实人生之中成就富贵、成就快乐，而同时成就解脱的法门。

第三个要点，前三尊药师佛，即善名称吉祥王如来、宝月智严光音自在王如来、金色宝光妙行成就如来，都是侧重于在世间法中发愿治病救人。中间的三尊

药师佛是侧重于在出世间法中来以行愿救人。最后第七尊药师琉璃光如来是圆满地包含前六尊药师佛的一切法门。

具体的来说，前三尊药师佛，第一尊善名称吉祥王如来是三法之中主修息法的，以息法来成就定力，所以经文上就说，“常以定力，成就众生，供养诸佛，严净佛土，菩萨眷属，悉皆圆满。”而息法是色法和心法的交融点，我们的身体和我们的精神联接的桥梁，这个交融点是什么？就是呼吸，所以息法是色法和心法的交融点。

第二尊药师佛宝月智严光音自在王如来的八大愿就是着重来讲色法和心法。前四愿是侧重于色法，后四愿是侧重于心法；前四愿侧重于色法，而色法是息法、心法的依止处，后四愿是侧重于心法，而心法是色法和息法的生化之机。我们修行者依此法门来修，就能够即事而真，由此起观，所以第二尊药师佛就讲观。前面讲定，以定力成就众生，供养诸佛，底下就讲修观。

【第二大愿，愿我来世得菩提时，于十方界所有众生，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。】

这是宝月智严光音自在王如来因地所发的第二大愿自消先业济穷人。分为两个要点。

第一个要点，宝月智严光音自在王如来因地发愿

说，愿我未来世成佛时，十方世界中所有众生如果因为寒冷、炎热、饥饿、干渴等等逼恼身体，受大苦恼时，如果能够诚心诚意地称念宝月智严光音自在王如来名号，仗佛力加持的缘故，过去生中所犯的罪业都能消灭，由过去的罪业而导致的资生之具匮乏也能够消除，所以能够脱离各种苦恼，享受人间天上的种种快乐，直到证得无上菩提。

第二个要点，这个“寒热饥渴”更深层来讲就是人有三种生命。

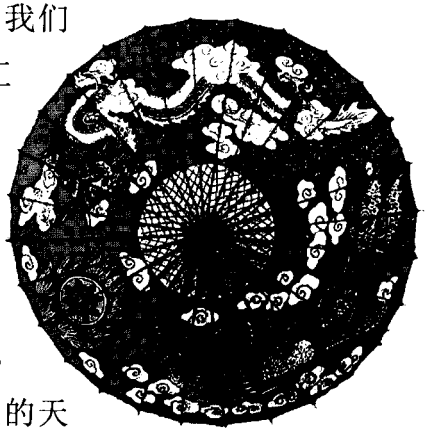
肉体的生命需要热量的滋养，精神的生命需要善心和美德的滋养，灵性的生命需要佛法智慧的滋养。

肉体生命的饥渴是指缺乏食物和饮用水。精神生命的饥渴是指缺乏爱心，心变得越来越麻木，越来越自私。灵性生命的饥渴就是指失去了与存在本源的联接。失去了与本觉的联结就缺乏生命的张力，就缺乏创意，就缺乏创造力。

药师法门就开示我们要把身心全然地开放，每一分每一秒就都会有非凡的生命体验。因为每一分每一秒每一刹那，每一呼一吸我们都在跟宇宙天地互动，所以每一刹那你都会有不同的非凡的精彩的生命体验，这样能够向内走、向内觉察，就能够自然地涌现创意。有一些人虽然没有懂得药师法，但是他很静地向内思惟也能够有创意。

比如说法国有一个哲学家叫做德瓦，他有一本很有

趣味的小册子叫做《五十一种物恋》，他就把我们身边日常生活之中的五十一样东西进行哲学思考。



比如说“雨伞”，我们怎么定义雨伞？遮雨的工具，凡夫总会这样子。这个人就另外从不同的角度不断地来重新定义，其实就是打破这个局限性，他的说法就是，雨伞是一片可以带着走的天空，这样马上就能够突破我们的这种固执。

比如说“凉鞋”，凉鞋是一种界面，介于自然与文化之间，介于肉体与土地之间，介于过去与未来之间，介于手艺与工艺之间，介于冷与热之间，不同的世界能够得以共存。这样都是比较有创意，也会说，凉鞋是一处移动的轻盈，是跟风有关的世界的褶皱。褶皱是衣服折起来的痕迹。

如果能够觉照的话，其实会不断地打破局限性，对平凡的事物能够有非凡的看法，就是因为他的心不会被任何成见来框住。

比如说“钥匙”，钥匙就是拥有谁在门内、谁在门外的控制权，这样来定义。其实意思就是说，我们要不断地突破成见。

【第三大愿，愿我来世得菩提时，于十方界，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。】

这是第三大愿转得男身行勇健。主要是讲平息贪欲烦恼，女众临产顺利，没有什么妊娠反应，未来生中常为男子之身，转女成男，这有两个要点：

第一个要点，宝月智严光音自在王如来因地发第三大愿说，愿我未来世证得佛果之时，十方世界之中，如果有女人常被贪欲烦恼缠绕其心，相继怀孕，临当产时心怀恐惧，受大苦恼，这个时候哪怕暂时听闻到宝月智严光音自在王如来名号，或者称念佛名，能够仗佛功德之力加被，所有的痛苦都能消除，并且舍离此世女身之后，未来生中常为男子身，直到证得无上菩提。

佛法之中说男子女人，并不是认为男女不平等，不是这样的，其实是指女众会遭受更多的痛苦，更重要的就是一个人心胸博大，能够志向远大求解脱，虽是女身而实是大丈夫，一个人小肚鸡肠，虽然是男子之身，实际上心是女人态，所以要这样来转化。

第二个要点，第一大愿、第二大愿都是侧重于帮助众生在实现器世间圆满的同时善根增长，出离生死，在实现世间的事业成功、财富自在的同时，不舍离菩提心。所以第一愿、第二愿是由器世间进入到智正觉世间。第三大愿是讲由有情世间进入到智正觉世间，超越对感情的执著是真正地转女成男了。

比如说有一个女众结婚十年，她觉得生活一向挺安逸，挺好的，但是突然之间她的丈夫就提出来离婚了，十年的婚姻瞬间就崩溃了，她的生活伴侣像风一样消失了，离开了，她不能一下子接受这个现实，每一天都以泪洗面，不敢去见亲人，不敢去见朋友，因为不愿意看到他们关切和疑问的目光，甚至于打开电视看到夫妻俩以前最喜欢看的电视节目都会让她痛哭不止。

表面上一般的人来看是觉得婚姻破裂、婚姻失败这个事实，这个现象使她痛苦，是吗？当然不是了。你如果认为是婚姻失败导致痛苦，然后你又再去结婚，你还是遇到同样的问题，为什么？

因为根没有解决，深入地看，问题背后的问题是什么？导致她痛苦原因是她对婚姻的期望和迷执，这种迷执是使她痛苦的根源，她内心之中一直认为有一个人能够令她快乐，这是她对于理想婚姻的一个期待、一个看法，但是现在的现实跟她内心之中的这种理想婚姻越来越远，现实跟她内在的观念和期待的不和谐导致她痛不欲生。

所以要真正解决问题是解决什么？要一了百了，永远都不会遇到这个相同的瓶颈、不遇到这个相似的困境，要怎么办？要解决问题背后的问题，就是要消除、要破除她对婚姻的那种迷执，她对婚姻的那种期待和观点。

其实一个人只要不断地觉察，内在的真心开启了，

法身智慧觉醒了，他任何时候都是快乐的。而且还有一个好处是什么？还有一个好处是你不会给对方压力，我们看到有一些时候夫妻之间两个人都挺好，都挺优秀，但是就会吵架，然后就会离婚，为什么呢？

因为如果一方观点有迷执的时候，他就会给另外一方造成很大的压力。因为她有这种迷执，所以就会使她的丈夫感觉到有压力，感觉到我要对你的快乐负责，我要对你的幸福负责，那这个压力就挺大的，这样的话我背着这个包袱，我失去了自由，一旦这种束缚让他觉得无法忍受的时候，他就会选择逃避，选择离开，离开一下，出去呼吸一下新鲜自由的空气，就是这样，那变成一个枷锁，就很糟糕了。

什么事情让我们烦恼呢？人与人的关系让我们烦恼，不是没得吃没得穿让我们烦恼，是人跟人的关系很难处理，让我们烦恼，为什么会那么难相处？因为你有迷执，你这个问题背后的问题是你的观点和你的期待，把那个问题解决了，你的法身智慧觉醒了，一切问题都解决了。你的存在不会给任何人带来压力，都会使所有的人如沐春风，觉得跟你在一起非常开心，很轻松，没有压力，所以真正要处理的是我们自己对人际关系的迷执和期待，要向内走，才能够消除烦恼痛苦。

我们总会希望人跟人之间能够心心相印，但是这种心心相印不是情感的迷执，而是看到最本质的、最真实的对方，不是他的肉身生命的相貌、体形，也不是他

的身份和社会地位，也不是他精神生命的思惟模式、行为模式、语言模式，而是他的灵性生命，为什么？如果你真正地能够看到他最真实的状态，那就是他的灵性生命，在其中也就能看到最真实的自己，就没有我与他的界分，这样是真正的心心相印。

没有紧抓，没有操控，没有控制，不会在另一方的身上去投射很多的期待和观点，更不会幻想用这些期待和观点去改造对方，改变对方。只是欣赏，只是觉照，只是向内觉照自己的心，随时好像剥笋子一样层层地把那个迷执剥掉，把那个盲点剥掉，这样怎么样？我越来越觉醒，越来越欢喜，这样的相处之道是真正地实践药师法门。因为我们只是觉照和欣赏，所以就不会累积失望和抱怨，这样就能够达到一个自由而又默契的状态，就能够形成能量的共振，当然就由此而产生幸福感、产生欢喜，这是药师法门讲的婚姻美满之法。

这就是经文上所说的念宝月智严光音自在王如来名号，“由是力故，众苦皆除”，一切人与人之间的人际关系冲突的苦都能消除，“舍此身已，常为男子，乃至菩提”，这是我们怎样由有情世间能够超越、能够进入到智正觉世间的解脱。

【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。】

这一小节是宝月智严光音自在王如来因地发的第四大愿父母眷属出迷津，亲属离苦。

宝月智严佛因地发愿说，愿我未来世证得佛果之时，如果有众生和他的父母、兄弟、姊妹、妻子、儿女、亲友、眷属一起外出的时候，在险难之处遇到了盗贼的侵逼伤害，受到各种烦恼痛苦的煎熬，能够暂时听闻到我宝月智严光音自在王如来名号，危难之时能够称念佛名，由此功德力可以解脱各种苦难，直到证得无上菩提。

【第五大愿，愿我来世得菩提时，若有众生，行于暗夜，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。】

这是第五大愿从暗遇明鬼蜮灭。可以分为四个要点：

第一个要点就是宝月智严光音自在王如来因地发第五大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生为了作各种事业的缘故要在黑夜之中行走，就容易遭遇到恶鬼神来扰乱，心中生起了极大的忧愁痛苦，如果能够暂时听闻到我的名号，并且专心称念宝月智严光音自在王如来，由佛的威神力加被，就能够从黑暗走向光明，一切的恶鬼神也会发起慈悲心，直到证得无上菩提。

第二个要点就是我们要知道，宝月智严佛因地所发的八大愿。

第一愿和第二愿是处理人与自然的关系，人与物质世界的关系，使我们资生衣食丰足，事业成就，物质生活丰富，免于寒热饥渴之苦。

第三愿和第四愿就是处理人与人的关系，人与社会的关系。第三愿就是我们刚刚讲的怎样能够让婚姻美满，使女人能够临产顺利；第四愿就是让我们与父母眷属能够免受盗贼的伤害。

第五愿就是处理人与天地鬼神的关系。

第六愿和第七愿、第八愿都是处理人与自心的关系，使我们能够由不信转为信仰三宝，修学三十七道品。转小乘的知见为大乘的菩提心，临命终时能够生佛净土。

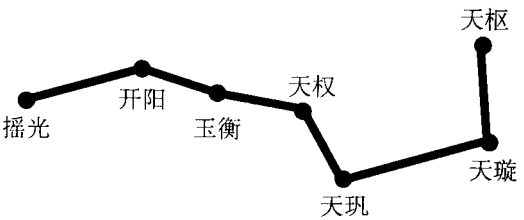
我们要知道，人类的一切文化其实都是为了回答人与自然、人与人、人与自心这三种关系。而宝月智严光音自在王如来因地所发的八大愿就圆满地回答了这三种关系。教导我们能够立足于现实的人生，即人道而成佛道，转凡心为佛心，转娑婆为极乐净土，这是第二个要点。

第三个要点，佛教的核心教义我们都知道了，是缘起性空，也就是本体界的无我律和现象界的因果律，因此佛教认为不存在主宰神，从这个层面上来说，佛教是无神论。

同时，佛教又认为一切物质和心智现象其实都是能量的示现，物质是闭锁了的密集的能量，而能量是被释

放的物质，所以天地之中，日月星辰、山河大地与人的能量场互相交换，息息相关，所以鬼神其实就是代表各种特定的能量场。

比如说，药师七佛就可以物化为天上的北斗七星，也可以与我们人体内的七个能量中枢相应。



十二药叉大将就可以代表十二个时辰，他就是体现天地运行的规律对人的影响，所以就叫做十二药叉大将。

每个人都有他特定的业力模式，并且这种现象界的因果律使我们每一个人都有不同的性格、个性、爱好、好恶，不同的天赋、不同的先天缺陷、弱点、不同的生命韵律、不同的生命周期。

并且这种不同的极其精密的业力的脉络会用不同的相呈现出来，从大的来说，就是与不同的星座相应，不同的人会与天地运行中的不同的能量场相应。昨天讲到了，一个人他一生下来，他第一口的呼吸就跟当时的行星建立了一种能量的关系，他的生命韵律就启动了。

现在的理论物理学的宇宙弦理论就能够证明，宇宙之间一切事物都是同一种能量的不同的振动状态，无论它是电子、分子、质子、中微子，无论它是什么，它都不过是宇宙弦上的不同的振动频率而已，共同组成了纷

繁森罗万象的宇宙这一首大的交响乐。

如果从小的方面来说的话，可以透过每一个人不同的面相，不同的指纹等等，都能够呈现每个人的寿夭、穷通、智愚，这就是缘起的秘密，如果你真正懂得的话，可以利用它，但是不执著它，而且懂得改变的方法。

如果我们不懂得药师法门，不掌握缘起的秘密，就难以跳出业力罗网的控制，就是活在彻底的黑暗之中，也就是我们经上所说的“行于暗夜”，不能够摆脱习气的控制，甚至于根本意识不到、看不到自己思惟模式的局限和行为模式的惰性，逢缘对境的时候就常生烦恼痛苦。他老是想消除烦恼痛苦，而不知道去消除导致烦恼痛苦的根源，就是自己的局限性和惰性，这种烦恼痛苦也就是经上所说的“被恶鬼神之所恼乱，极生忧苦”。所以我们就能够明白，原来经都是说比喻的。

无论他去读多少书，无论他受了多少年的教育，如果他只是累积知识和专业的技术，就不能够摆脱烦恼痛苦，虽然有知识但是活得不完整。所以我们不但需要知识的教育，更需要智慧的教育，更需要向内来开发我们深刻的专注力和洞察力，把我们的本觉智慧开显出来，使我生命本有的活力和创造力不被任何的框架所局限，所以药师法门其实就是智慧教育。

中国古人原来也都是从怎样做人这个基础开始学起。你看刚刚生下来的小孩子没有几岁，三四岁就开始教他念“人之初，性本善”。现在的小孩去上幼儿园就

会念“小猫跳，小狗叫”，这个差多远，你认为是进步了还是退步了？当然是退步多了，怎么会这样？完全没有从怎么做人这个根基上去扎稳，只是作知识教育，你说那个小孩子长大以后他能怎么办呢？他变得很轻浮、很浅薄，他变得很无聊，为什么？因为他的生命没有根。所以我们要注重智慧的教育，药师法门其实就是智慧的教育。

第四个要点，药师法门其中蕴含着很多特别简易而又特别灵验的方便法门来帮助我们洞悉缘起的秘密，比如说，《妙吉祥占卜法》，还有五运六气的疾病预知法等等。

妙吉祥占卜法

其实就是祈请文殊菩萨加持而来预测未来的方法。我们面对现实的人生有很多的茫然，有很多的恐惧，我遇到事情我不晓得怎么抉择。现在不像以前，以前你没什么选择，每个人都是社会的一个螺丝钉，你在那个岗位，你一辈子就在那里了。现在不是了，你想干什么都行，选择很多，反而压力就更大，为什么？你没有选择没关系，反正平平淡淡就过，你有选择太多了，你就心理压力很大了，为什么？你选错了，那就是万劫不复，掉到深渊里去了。年轻人你选择失败一次，如果你不知道找原因，又重新再来，第二次又失败了，基本上到了

中年以后，他就没有这个勇气了，他内心里面很有恐惧，他不晓得怎么做。

怎么选择呢？如果我举棋不定的时候，我怎么办呢？就要懂得缘起的秘密。比如说我要投资，我这一撒下去可能要五百万、一千万，我不晓得应不应该投入，不知道；比如说年轻人要结婚，不晓得这段姻缘会不会好；比如说修行人不晓得能不能够遇到好的法门，遇到好的师父，我修这个法能不能成就，我还有哪些盲点，还有哪些业障，我都不知道；比如说我生了某一种病，医生叫我做手术，到底应不应该做，做了以后有没有问题，我能不能够遇到好的医生等等，对不对？

我们每一天是由无穷无尽的疑问和困惑组成的，怎么办呢？有一个方法很简单，就是直接请问文殊菩萨，你学会了这个方法就很简单，这就是文殊菩萨的手机号码，你不用去打师父的手机，老是关机，你现在直接打文殊菩萨的手机号了。

1、占卜法的来源

先说一说这个法的来源，这个法是由蒋贡密彭仁波切的一个意岩藏法而来，是一个伏藏法。蒋贡密彭仁波切被称为文殊怙主、不败尊者，是宁玛派的一位大德。当然他也主张利美运动，就是不分教别、不分教派的运动。

蒋贡密彭仁波切是非常了不起的大德，他是文殊菩

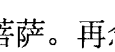
萨的化身，他七岁的时候，自然心中就流露出偈颂出来，写下来就是什么呢？就是《决定宝灯》，也有一些把它翻译为《定解宝灯论》，是真实的文殊菩萨化现，这个法就是他的意岩藏法，意岩藏就是从他的意里面自动地流露出来的法。

他有很多重要的著作，比如说他为弥勒菩萨的《辨法法性论》造有一个释论叫做《辨法法性论——不败释论》；他为寂天菩萨的《入菩萨行》的智慧品第九造了一个释论，叫做《澄清宝珠论》。他所造的论著非常丰富，我们如果学佛，要解脱，他的著作、他的见地不可以不学，他造的论著非常丰富。

而且他对于各种学问都有研究，文学、诗歌、医方明、因明、舞蹈、天文、历算、占卜法、堪舆都有非常精辟的著作。甚至于说怎么造香，我们点的香，他也有一些法。这部《妙吉祥占卜法》就是不败尊者的意岩藏。

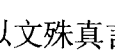


2、占卜法的内容

那么怎么修呢？我们平时要能够修这个文殊菩萨，以黄文殊为主尊。如果没有学过，你就可以修对生本尊黄文殊。如果学过，当然可以修对生本尊和自生本尊文殊菩萨。再念文殊菩萨心咒：  ，至少念二十一遍。

再来念因缘偈，止观双运，再来问你想问的事情，请文殊菩萨给你一个启发、给你一个启示。

要注意每一次只能问一件事。你要摇两次、问一件事，摇两次，第一次得到一个上卦，第二次得到一个下卦，你就可以查了。

以文殊真言六字组合，  ，就1、2、3、4、5、6，每一个都有组合，六六三十六，所以就有三十六次组合，就是三十六卦。通过这个卦来获得启示，就能够让我们突破生命的迷惘，让我们得到文殊菩萨的启示。

当然了，这种事情你只能够问自己特别重大的事情，你不要闲着无聊什么鸡毛蒜皮都去问，而且还要注意不能够问那些不正当的事情，你比如说问我这次走私能够赚一千万，我可不可以问呢？这样就很糟糕了，一定要问正当的事情。

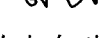
3、占卜法的善巧方便

我们先看文殊菩萨的本尊修法，看《妙吉祥占卜

法》第6页，这里面告诉我们怎样观想文殊菩萨了。首先介绍五种文殊，第7页这里面就是开始讲，在虚空先要发菩提心，然后观想。

平着自己的视线看过去就生起一朵千瓣莲花，莲花上面生起一个月轮。莲花是青色的，月轮是白色的。月轮上面有一个文殊菩萨的种子字“”，这个“”立在那个莲台上，种子字是黄色的。

就想这个种子字放光，一刹那之中变成文殊菩萨，一面二臂，头戴五佛冠，具足报身的十三种庄严。他的右手持宝剑，剑尖之中喷射出智慧火来。左手就拈着一朵乌巴拉花，乌巴拉花上面有《般若经》。菩萨的心轮之中就放射出明亮的黄色的智慧光，照亮着我们自己的心轮，我们心轮之中也有黄色的智慧光明在旋转。

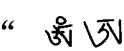
当然如果根机更好，你可以观想对生本尊文殊，之后自己也一刹那之中成为自生本尊文殊。对生本尊文殊心轮之中也有咒“  ”，这个咒字不动，这个智慧的光在动，自己的对生本尊的光照射过来，我的心轮之中也出现文殊菩萨的咒文“”，也是光在动、在旋转，这样子。

就可以来念“”，最少念21遍，当然念得更多更好了。平时这样修，最好这个心咒能够修满10万遍，或者更多。

我们就可以开始具体来做一些占卜了，这个占卜的仪轨在第220页。具体来问事情的时候，一开始是顶礼

妙吉祥童子，有一个赞叹文：“大智妙吉祥童子，智眼三时无障碍，皈依三宝三根本，心有疑惑祈开示。”

三宝是佛、法、僧。三根本就是上师、空行、护法。上师是成就的根本，空行是空乐的根本，我们要四喜四空来证悟空性智慧，这种乐空双运是需要依靠智慧空行，护法是事业的根本。

再祈请文殊菩萨开示，念心咒21遍，念完心咒，念的时候，我们要想着文殊菩萨的心中有咒轮放黄光，黄光就照射我们手里面的骰子，这骰子不是叫你拿来赌博的，是让你向文殊菩萨祈祷这么一个借助的工具。拿着这个骰子，一边双手合掌，念刚说的偈子，念这个偈子以后你就应该念心咒“  ”，念21遍，念的时候一直想着文殊菩萨的心轮之中黄色的智慧光一直照射着我手中的这个骰子，一直照射住它。

念完以后就随手把骰子放在这个盒子里面去（这块板子拼起来就是一个盒子）。进入这个盒子里面以后，你就开始念因缘偈：“诸法因缘生，法亦因缘灭，是诸法因缘，佛大沙门说。”

然后你就可以开始心里面想，你要想问什么问题，一边想着你这个问题一边至诚地祈祷文殊菩萨，请求文殊菩萨给弟子一个启示。

你一边摇动，这个骰子会一直在转，它上面是用一个盖子，就不用盖子了，你让骰子在这个盘子里动就好了。眼睛不用看着骰子，你就只管微微闭目想你要问

的事情，向文殊菩萨祈祷，你要问的事情想清楚了，你心里面可以一边念“ [illegible] ”，继续念。

最后你心里面有一个念头，你不想摇了，想停下来，停下来以后这个面上是几个点，你就看对应的就是哪个字。比方说是1个点，就是“[illegible]”，“[illegible]”就是2个点；“[illegible]”就是3个点；“[illegible]”就是4个点；“[illegible]”就是5个点；“[illegible]”就是6个点。

你看它是哪一个点，它是几个点，你就把那个相应的字写出来。比方说第一次我摇到了1个点，那就是“ [illegible] ”，-第二次我又再想这个事情，一边念文殊心咒，一边这么摇，最后你想停下来就停下来，停下来之后也会有一个点数，比方说是3个点，那么怎么样？你一开始得到是一个点，是“ [illegible] ”。第二次你就得到3个点，得到“ [illegible] ”，合起来就是13 “ [illegible] [illegible]”，你就看这个书，13在第52页，“ [illegible] [illegible] ”的卦象就是“月甘露光”，你就可以看这个卦象，上面就是卦象，三十六种卦象都在其中。

它有一个偈子：“月色湛凉如甘露，洗涤尘心归平静，来占问者作善行，即能安享诸福报。”讯号就是“无障碍之愿力”。“诸佛菩萨之加持力，其实即是众生之愿力，有清净愿，且具信心，即能得加持。然众生发愿时虽清净，唯一遭障碍，即易转为不净，盖贪瞋痴三毒随即生起。月甘露光清凉，能除三毒热苦，使人愿

力转为清净，由是即无障碍。故发愿不净者，应反躬自省，知缘起性空，由是即能得诸佛菩萨加持，愿力圆满，享一切福报。”这个就是告诉我们一个总的一个讯号，是没有障碍的愿力，清净的愿力。

底下是十二个部分，包含我们所问的一切事情。文殊占卜法是三十六种组合，每一个组合都有十二部分，也就是家宅、财富、谋望、人事、仇怨、行人、疾病、魔祟、失物、请托、婚姻、其他。通过这十二个部分来告诉我们。

比如说，看第43页，这个卦象是“无云晴空”，就是11，两次占出来都是“阿”，都是1，它的讯号就是“三倍虚空之声”。如果你是问家宅的话，是主家庭快乐，并不主增添人口。如果你要问的是财富，是财富平稳，你只要稳步发展，就会是吉祥的相。如果你要想去投机，反而会遭到障碍，所以看你具体想占问的是哪一些，在这十二部分之中就能找到。

《妙吉祥占卜法》是文殊菩萨的殊胜智慧的善巧方便。看这十二部分，比方说你要是问家宅，这个家宅平安，但是并不是添丁。

如果问财富也是平稳发展。

如果你是谋望的话，你正遇到灾难，正遇到一些障碍，你占得这个就非常好，为什么？因为它就是表示否极泰来的，就是消灾免难的，所以你有一些凶事、一些困难，你来问就表示这个事情了，文殊菩萨的提示就是

说这个事情会有转机。

如果你要问人事，人事关系现在是好的，但是要把握时机，还告诉我们要怎么转，比方说要念心经，比如说会百字明的念百字明。

如果是问仇怨的事情，就是告诉我们要以平常心来待人处事。

如果是问行人，比方说某一个人、某一个亲人，他本来说今天要到，然后没有到怎么办呢？心里很着急，你问了，问到的如果是这个，那就是行人平安。

如果是问疾病就表示病人即将康复，如果是问适不适合做大手术，就是不宜动大手术。

如果是问魔祟，不是鬼神干扰。

看第46页，如果问失物，就是东西丢了告诉我们说，只要你知道你的东西是在哪里丢的，你在那个附近就可以找得到。

如果你请托，还告诉你，就是说这个人如果他答应你，但是他口头答应，他也会很拖拉，不会马上去做。如果不答应你，也不代表完全没有希望，隔一段时间再去托他，再去请他。

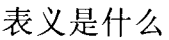
如果是婚姻，你没有结婚的话，表示你会有好的伴侣，如果你是已婚，就是告诉你不可以轻易离婚。

如果是其他，表达的是空性智慧等等。

所以它的好处不单单是告诉我们一些提示，而且是让我们能够知道改善的方法，让我们能够更深刻地去觉

知生命如何与浩瀚的宇宙运行规律相融合，使我们不再迷茫，使我们不再恐惧，我们知道何时应该进，何时应该守，何时应该退，进退得宜。让我们生命的活力和创造力能够最自在地展现出来，能够成就最佳的、最适合于自己的、最精彩的生活方式，这是文殊菩萨的方便。

菩萨是具足大智慧和大慈悲的，所以他会毫不犹豫地运用各种善巧方便来帮助众生得到世间和出世间的暂时的人天之乐和究竟的解脱之乐。文殊占卜法就是依靠文殊菩萨的大智慧和大加持力，于一刹那间显现出世俗中因果缘起的运作规律。

因为不同于其他，你看文殊菩萨这个“  ”的表义是什么呢？在第25页就明确地讲了“”上面所包含的意思。

“”是统摄息灾、增益、怀爱、诛灭。息增怀诛四种力量都能够通过这个“”来统摄。

“”是降伏之义，如果占的第一个字是“”，就表示自己有能力去降伏对方，如果第二次占出来的是“”，就表示自己可能要向对方让点步。

“”就是息灾。

“”就是表义为动乱和破坏。

“”就表示为增益，如果第一次占的是“”，就表示自己增益，比如说利益增加，比如说在双方的诉讼之中，自己会得益。如果是第二次占得这个字，就表示利益在对方。

“ ”就表示生怀爱，如果是在第一次占得就表示自己受人尊敬，得到人的赏识和提拔，人缘非常好，如果是第二次占得，就表示对方比自己更有人缘，我们需要依靠、依赖对方。

还有相应的六尘、六根、六识、方位，还有相应的佛部，还有相应的颜色，相应的器官，相应的形状，三界，性别，智慧，所以你把这个看通就会悟到很多，不是简单的。你要问一个事情，如果你懂得这六个字的表义，你可以去引申发挥，可以很深入的提醒。有一些人是要事后才恍然大悟：噢，原来文殊菩萨已经说得这么深入，我当时就没有明白。渐渐你就会熟练，任何事情你一问就马上知道得很深，知道整个的缘起规律背后的规律，这个网络你就会知道得很深入。

所以不要认为这个无关紧要，这六字的表义，你把它能够作相应的关联，你就能够断很多事情。在此只是跟大家提一提，自己去悟，也不想占用太多的时间。

还有须知缘起与性空也是非常重要的，由于文殊菩萨无余地了知了因果的缘起，并且能够洞悉它们的胜义实相，所以我们依靠《文殊占卜法》就是借助文殊菩萨的大智慧，使我们能够顺应缘起的内在规律，去掉执著心，更清晰地看到一切烦恼痛苦都来源于执著，而执著是来源于思惟模式的局限性和行为模式的惰性，《文殊占卜法》就能够巧妙地让我们脱离这种局限性和惰性，让我们看到自己的盲点，让我们更有效地来转化自己的

习气。

而且善用文殊占卜法能够使我们有效地破除执著心，因为我们通过文殊菩萨的加持，看到了缘起的秘密，知道执著是徒劳无益的。我们该退的时候，文殊菩萨启示我们该退，你还要进，你失败以后你就会知道，你那个执著是徒劳无益的，而解脱其实就是对所有执著的破除。



正如清朝时候的净土宗祖师梦东彻悟禅师所开示的：“善谈心性者，必不弃离于因果，而深信因果者，终必大明乎心性。”世出世间之理，不外乎“心性”两个字，世出世间之事，就不外乎“因果”两个字。所以如果你懂得“因果心性”这四个字，就能够通达所有的佛法，或者说，你懂得本体界的无我律和现象界的因果律，你就能通达佛法。

《文殊占卜法》就是巧妙地使我们深信因果，而且深明因果。你通过这个占卜法，通过这三十六卦，你看到什么？你是通过借助文殊菩萨的智慧力加持，能够洞明因果，能够明白背后的因果规律，直至明心见性，圆成佛道，所以这是一个非常好的方便法。

4、占卜的法则

但是要注意，你不可以邪用，如果是自己有什么困惑的事情解决不了，用这个方法就好了，如果是其他人确实有困惑很大的事情，你也可以用这个至诚祈祷文殊菩萨。但是要注意几点：

第一个，不要用一种轻慢的心随便地来作。

第二个是一定要多修文殊法，多念文殊咒。

药师法门为什么是文殊菩萨来祈请呢？因为惟有大智慧的文殊菩萨才能够真正地洞明因果的规律，所以他作为请法者来请药师法，我们学《妙吉祥占卜法》刚好也是与这个药师法门的请法者相应，药师法门也是让我们能够洞明因果，而直到明心见性，所以好好地用。

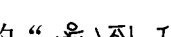
第三个是不可以借此谋利或者获得好处，这样都会让我们失去相应。

5、其他占卜法

当然其实还有很多的其他的占卜法，这个文殊占卜法是一个很好用的方法。还有比如说《吉祥天母占卜法》，那个就很复杂，你吉祥天母咒要念九十万遍，而且还要念那个经，还有很具体的很多要求，当然那就更细致更精微。

还有地藏法门里面有一个占察轮法，地藏菩萨的加持，出自于地藏三经里面的《占察善恶业报经》。还有比如说西方的占星学等等。

这都是一些善巧方便，让我们能够洞明因果规律。

还有些人说，我在外地，我不能老是拿着书拿着盘子到处跑，那怎么办？很简单，你随便用什么东西都可以问，问文殊菩萨不是马上可以连通吗？我们就是需要一个跟文殊菩萨连通的桥梁而已。还要注意，你这个盘子的“  ”，你要把这个“  ”字面对你，不要摆反，“ ”字面对自己。

这个当然只是一个方便法，让我们消除一些、解决一些现实生活之中的疑惑。我们面对困境的时候，人生不如意事十常八九，面对不如意的时候怎么办呢？面对我很迷惑的时候怎么办呢？刚好就通过这个法，向文殊菩萨请教。

还有如果是我没有带这个，我怎么办呢？带着这个彩图就好了，它已经把书里面的解释包含在其中了。或者你不带这个偈子，你把这36个偈子背下来也行，你就可以用任何方法，比方说，你拿念珠就好了，念珠就可以请问文殊菩萨。

也是一样，先把念珠放在手心，向文殊菩萨祈祷，祈祷以后念21遍“ ”还念因缘咒，或者念因缘偈，念了因缘偈以后就可以开始问了。你怎么问呢？你随意地从中间抓起，就六粒六粒地数，数到最后还剩下几粒，如果剩下一粒，那就是“ ”，剩下两粒，是“ ”，剩下三粒是“ ”。“ ”，你一路排过来，刚刚这个

你得出来上卦，再问一次也是从头开始，得出下卦，那么你就可以配合这个来问，很简单，很多善巧方便都可以做。

好了，愿大家迅速地成就文殊菩萨的智慧，愿大家能够学好药师法门成就琉璃光身，愿法界众生都得解脱。

第四讲

东方去此七恒沙，清净佛土号无忧；
无量菩萨绕世尊，最胜吉祥我敬礼。
东方去此八恒沙，清净佛土号法幢；
无量菩萨绕世尊，法海雷音我敬礼。
东方去此九恒沙，清净佛土号宝海；
无量菩萨绕世尊，胜慧神通我敬礼。

南无本师释迦牟尼佛！

南无药师七佛！

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的菩提心，为了让一切如母有情皆能够提高生活质量，提升生命品质，超出生死轮回，所以我们今天继续来学习《药师七佛经》。

昨天已经把第二尊药师佛宝月智严光音自在王如来八大愿的前五愿学习圆满了，并且在第五愿之中，为了让我们能够洞察缘起的秘密，我们还有学习一个文殊菩萨的方便法门——妙吉祥占卜法。请大家翻到经本的第11页。

【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。】

这是第六大愿根力觉道好修行。分为三个要点：

第一个要点就是宝月智严光音自在王如来因地发第六大愿说，愿我未来世中成佛的时候，如果有众生，只知道贪著口腹之欲，迷恋吃喝玩乐和感官刺激，甚至于为此做出种种卑鄙恶劣之事，不知道向内开发自己的智慧和慈悲心，不信仰佛法僧三宝，缺乏智慧，不肯修学善法，如果能够听闻佛名，至心称念宝月智严光音自在王如来名号，由佛威神力加被，能使他智慧渐渐增长，能够修学三十七道品，坚定地信奉三宝，直到证得无上菩提。

第二个要点主要来解说一下“根、力、觉、道”，其实就是指三十七道品里面的“五根、五力、七觉支、八正道”，所以简称“根力觉道”。

五根我们当然知道了，即信根、精进根、念根、定根、慧根，持续地修持会有非常强大的智慧力量，即信、进、念、定、慧五力。

七觉支，就是择法、精进、喜、轻安、念、定、舍。

八正道，就是正见、正思惟、正语、正业、正命、正念、正精进、正定。

我们知道三十七道品就可以概括完整的道次第，除了五根、五力、七觉支、八正道之外，还有四念处、四正勤、四如意足。

第三个要点，我们来说一下七觉支。一般的我们在大乘佛法之中没有很重视三十七道品的具体修法，其实她是一个完整的次第，在《清净道论》里面就是从四念住开始起修，一直到八正道圆满，这中间就是完整的由凡夫证悟阿罗汉的一个修行次第。而七觉支其实是指七种出世间的智慧的构成因素。



上座部佛教讲七觉支具体修法会把念觉支放在第一，并且

每一个觉支都有非常清晰的实修的方法。

比如说念觉支是从念住开始，到念根，再到念力，然后到念觉支。

择法觉支是修行人反复地以直观智来观照五蕴的过程，就称之为择法，一般的解说会说择法觉支就是选择适合于自己修的法门，这个其实是说得太浅了，其实是指众生、是指修行人已经成就了直观的直觉的，就是我们一直强调的增强在日常生活之中当下的觉察力，已经成就了这种直观智慧以后来观照五蕴的过程就称之为择法。然后就成就观神足，欲、勤、心、观这四神足；观神足然后到慧根，慧根到慧力，慧力再到择法觉支。

修行人首先是通过身、受、心、法这个四念住来成就禅定，就可以把我们从累世轮回所带来的心灵混乱之中解脱出来，从散乱的心之中解脱出来。我们看经典上面佛陀经常会称呼善男子善女人，但是很多人也是“散”男子“散”女人，但是不是善良的“善”而是分散的“散”，经常是很散乱的男子女人，所以要从这种心灵混乱之中解脱出来，这样就首先要修四念住，我们这十天的念住禅已经办了很多期了，希望2011年的时候能够办这种二十一天的念住的修法。

再以此来成就十六阶智里面的名色随观智，就能够真正地知道一切万物都是物之流和心之流，真正地能够觉察到名、色、蕴等，就可以从无知的这种粗劣状态之中解脱出来。

然后就成就七觉支，这个时候其实就已经是有了出世间的智慧了，更进一步往上就修七觉支八正道，就证得正觉的智慧之道，可以把我们从世间庸俗的状态之中解脱出来。

斯里兰卡有一位德宝法师在美国弘法多年，他们也有在建一个修道院，他有一本书译为中文就是《快乐来自八正道》，还是比较好的一本书。

还有以前推荐过的缅甸的雷迪大师，他著的《阿罗汉的足迹》，也就是《三十七道品导引手册》，这里面有完整的阐述道品的修持方法，这个就比《清净道论》要容易看，因为觉音尊者的《清净道论》很大部头、而且她很完整，但是要真正契入是不容易的，雷迪大师的著作就比较容易。其实三十七道品是通于大小乘的，可以含摄一切佛法的。

当然我们也可以用一些善巧方便，比如说，有一个古方叫做“孔圣枕中方”，名称意思就是说孔夫子藏在枕头里面的一个古方，是让我们能够集中注意力，能够精神集中，能够记忆力更好，这样的一些方法。

一般来说这个很需要，现在的人尤其是读书的学生，往往都是苦于精神不集中，记忆力很差，用这个方就一定会有效。也很简单，就是九节菖蒲、炙龟板、远志、生龙骨这四味，每一味都是三十克，把它磨成很细的粉以后混合在一起，每一天三次，每一次拿三克，开水来冲就好了。

那主要是什么原因呢？因为我们心气不足的时候，就会导致到记忆力差，所以因为心气不足而导致的其它，比如说头昏、耳鸣、精神恍惚这些都会有作用。

【第七大愿，愿我来世得菩提时，若有众生，意乐鄙劣，于二乘道修行而住，弃背无上胜妙菩提，若能至心称我名者，舍二乘见，于无上觉得不退转，乃至菩提。】

这一节讲第七大愿舍二乘见不退转。

二乘是指声闻乘、缘觉乘。修四圣谛而悟道的人，称之为声闻乘，修十二因缘而悟道的人称为缘觉乘，都是侧重于自利的。第七大愿之中就教导我们要舍二乘见发菩提心。

宝月智严光音自在王如来在因地发第七大愿说，愿我未来世成佛时，如果众生虽然已经信仰三宝，修学佛法，但是他的志向不高远，只是求自利，在声闻缘觉乘之中修行而住，放弃了大乘菩提心，背离了无上胜妙究竟的菩提道，如果能够至心称念宝月智严光音自在王如来名号，就能够超越二乘不究竟的见地，修学成就无上佛果的大乘法门，精进不退转，直到成佛。

【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，于我佛土莲华化生，常修善法，乃至菩提。】

这一节就是讲第八大愿命终佛国莲花生。有三个要点：

第一个要点，宝月智严光音自在王如来因地发第八大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生，看到劫难将尽，劫火、烈火将燃起之时，心里面生起了恐怖忧虑，痛苦烦恼，悲伤哭泣，这是由于过去生之中造恶业的缘故，业力招感了众多的痛苦，没有皈依之处，如果能够至心称念宝月智严光音自在王如来名号，所有的忧愁痛苦都能够消灭，得到清凉自在的安乐，命终之时能够生到我的妙宝世界，净土之中，从莲花之中化生出来，与菩萨众为伴侣，修学大乘佛法，直到成佛。



第二个要点，宝月智严光音自在王如来因地所发的八大愿，前面的第一、二、三、四愿都是讲生活，都是让我们物质生活丰富，资生衣食充足，人际关系和谐，精神生活丰富高尚。

第五、六、七愿就是讲生命，我们要从暗遇明，要向内开发生命的智慧与慈悲，要舍二乘见，发菩提心，发愿成佛，这个都是从开发生命力来说的。

第八愿就是讲生死，无生生生，生佛净土，生生无生，顿悟成佛。其实第二尊药师佛的八大愿用生活、生

命、生死，就可以概括起来了，生命是体，生死是相，生活是用。

第三个要点，药师法门强调活在当下，我们活在当下能够成就子光明，临命终时，临死八相现前的时候就能够将子光明融入到法界本有的母光明之中，子母光明会合，就能够毕竟解脱成佛。

当然我们临终帮助往生佛净土的方便法有很多，比如说我们用金光明沙，用陀罗尼被（往生被）。还有一些用三种咒轮。也即用大宝广博楼阁善住秘密陀罗尼，用光明真言，还有就是用拔度六趣的陀罗尼，这三个是主要所用的。

大宝广博楼阁善住秘密陀罗尼是属于药师法睡光明法里面的一个法系，一切如来心秘密宝篋印塔那个咒，还有光明真言，都是属于睡光明法这个法系中间的内容，能够让一切的恶业皆得消灭，能够让一切的善根皆得圆满，一切的魔军皆得调伏，一切众生见者欢喜，现世也能够获福无量。拔度六趣陀罗尼轮，是能够让亡者灭罪离苦，能够顿超六道，往生莲邦。

这次的学习班，在后面也会讲到一个中有解脱的窍诀，是第一世班禅大师的一个窍诀，有十七个偈颂，药师法门不单单是让我们现生安乐，而且就在现世的世间事业圆满成就的同时，能够成就出世间的解脱，而且临命终时也能够往生无障碍，所以是药师七佛的愿力加持。

【曼殊室利，是为彼佛如来、应、正等觉行菩萨道时，所发八种微妙大愿。又彼如来所居佛土，广博严净，地平如掌，天妙香树而为行列，天华遍覆，天乐常鸣，天妙铃铎随处悬布，天宝庄严师子之座，天宝砌饰诸妙浴池，其地柔软无诸瓦砾，亦无女人及诸烦恼，皆是不退诸菩萨众，莲华化生，若起念时，饮食、衣服及诸资具随意现前，是故名为妙宝世界。】

这一节的内容是分为两部分，首先是总结宝月智严光音自在王如来因地所发的八大愿，其次就描述妙宝世界的依报正报庄严。可以分为三个要点：

第一就是释迦牟尼佛开示说，曼殊室利啊，前面所说的就是宝月智严光音自在王如来在因地行菩萨道时所发的八种甚深微妙的广大誓愿，并且宝月智严佛所居的妙宝佛国，国土广阔博大、庄严清净，地面平整，犹如手掌，美妙的树木，芳香馥郁，成行地排列，布满万紫千红的鲜花，美妙的音乐也常常演奏，悦耳美妙的铃铛到处悬挂着，庄严、清净，赏心悦目，佛安坐在用各种宝石装饰庄严的狮子宝座上。妙宝世界还有由各种珍宝砌饰的美妙浴池，地面柔软，没有各种瓦砾。

以上所说的就是妙宝世界生活环境的舒适自在，也就是依报庄严，接下来就是说正报庄严。

妙宝世界没有女人，没有贪瞋痴等烦恼，生到妙宝世界的都是不退转的菩萨众，都是从莲花之中化生出来，并且在生活之中，饮食、衣服等等生活的一切所需

都不需要去辛苦地营求，只需要起一个念头，饮食、衣服以及各种资生的用具、珍宝，都会随自己的意乐显现在面前，所以这个佛国名叫妙宝世界。

第二个要点，为什么妙宝世界的人能够想衣衣来，想食食至？

我们学习净土宗的也知道，阿弥陀佛的极乐世界也是如此。因为物质是闭锁的能量，能量是释放的物质。在佛净土，心清净，不执著，一念之间，一念也是有能量，这个心的能量就能够转化为物质，用完以后，食已化去，这个物质也马上又切换为能量，所以其实神通的原理也是一样的。我们人能够持续不断地向内开发觉察力，开发智慧，打破一切的局限，能够超越肉体和物质的局限，超越了知识和观念的局限以后，他的心就跟宇宙天地的运行规律完全相通，没有障碍，所以他就自然会起各种变化，这样是正途。

如果是依靠其他的意通，借助鬼神的力量，那样其实是害了自己，所以我们不应该以凡夫境界的意识妄想去妄求神通，懂得这个原理以后，持续地去觉察，然后跟天地宇宙运行规律完全相通，没有阻隔，没有障碍，这样自然其他的神通力等等，都是修行成就的副产品。

第三个要点，净土法门是往生成就之法，而药师法门是即生成就之法，是佛法在世间，不离世间本位而解脱成佛的法门，所以是无比殊胜，就在当下解脱，就在自己的身心上来了生死、成佛道，所以妙宝世界的依正

庄严，从修证的角度来说都是教我们转化身心的法门。

比如说讲宝地广博严净、宝树行列、花果，这些都是讲色法，讲肉体，讲脉轮的修法，一般说是三脉七轮，但是最主要的是四轮，就是脐轮、心轮、喉轮和顶轮。有一些也称之为变化轮、法轮、受用轮和大乐轮，讲我们这个色身气脉的转化。比如《维摩诘经》里面有讲“相好严身，色像第一”，内在成就功德智慧，外在他的气质就会转变。

比如有些人容貌不怎么样，但是他就会让人觉得想亲近，有一些人虽然长得很庄严，但是他的人缘不太好。因此要未成佛道先结人缘，如果真正的有大善行，不用打坐他的气脉都会起变化，都会柔软，真正心量扩大，那么量大福大，心量扩大心轮的脉会打开。

经文上讲的芳香馥郁，讲美妙的音乐，都是讲息法。息法的修法主要是四大类，比如说宝瓶气、中住气、金刚诵、九节佛风，这是四大类的息法修法。

还有讲天宝砌饰妙浴池，就是讲心法，所以我们经文上讲的国土、宝树、浴池、香气、音乐、光等等其实都是讲我们人体内部的东西，都是讲如何转凡夫身为金刚体的修行法门。

【曼殊室利，若有净信男子、女人、国王、王子、大臣、辅相、中宫婇女，昼夜六时殷重至心，恭敬供养彼佛世尊及称名号，并造形像，香华、音乐、烧香、末香、涂香而为奉献，清净严洁，于七日中，持八戒斋，

于诸众生起慈悲意，愿生彼土。彼佛世尊及诸菩萨护念是人，一切罪业悉皆消灭，无上菩提得不退转。于贪恚痴渐得微薄，无诸病苦，增益寿命，随有希求悉皆如意，斗诤怨家咸生欢喜，舍此身已往彼刹土莲华化生。当生之时，念定总持悉皆明了。曼殊室利，如是当知彼佛名号无量功德，若得闻者，所愿皆成。】



这一节就是讲供养宝月智严光音自在王如来祈福消灾之法。可以分为三个部分：

第一个部分就是讲供养之法，称佛名，造佛像，以香、花、音乐来供养，持八关斋戒。

第二个部分就是讲如法修行供养的功用，得佛护念，灭罪延寿，所求如意，将来生佛国。

第三部分就是归纳为佛名号有无量功德，一切修持只是持名。

这一节可以分为两个要点：

第一个要点，释迦佛开示说，曼殊室利啊，如果有清净信奉佛法的男子、女人、国王、王子、大臣、辅相、中宫的婇女，能够昼夜六时至心虔诚恭敬供养宝月智严光音自在王如来，持念佛号，造佛像，以种种的鲜

花、烧香、末香、涂香来供养，奏种种的音乐，清净庄严整洁，并且在七日七夜之中如法受持八关斋戒，对一切众生生起慈悲心，希望临终能够往生妙宝世界。

如法修行供养，能够感通宝月智严佛及诸菩萨护念守护加持修行人。一切的罪业都能够消灭，能够证得无上菩提，永不退转。他们的贪瞋痴三毒烦恼逐渐地减少，没有身心灵的疾病，寿命增长，一切的希望和求愿都能如意，以前如果有争斗的冤家和仇人，通过修行以后都能够与他们解冤释结，生欢喜心，临命终时能够舍弃有漏之身，往生到妙宝世界，在莲花之中化生出来，当化生的时候，念、定、总持都明了。

念。就是我们前面所说的从念住开始，到念根、念力、念觉支，正念道，可以分为五个实修的阶段。

首先是念住，念住不是念头断灭，而是不起思惟分别，念念安住在清净自在之中，在觉知当下的身心实相之中坦然而住，无住而住。念住就是我们所说的四念住，就是全心全意，警觉而不紧张，放松而不放逸。

有四种念住：身、心、受、法。

身念住就是全心全意安住在身体现象上，比如说觉知呼吸。

受念住就是安住在感受上。

心念住就是全心全意安住在精神的历程上，比如说是有贪还是已经离贪？这样地去觉察。

法念住就是全心全意安住在观法上，比如说觉察

五盖。

定。按照实修的次第也可以分为定根、定力、定觉支、正定道四个阶段。定根是至少能够证得近行定，专注力能够变得稳定而清晰，消除内心的不安和混乱，可以作心的主人。

定与心清净道相关，就有近行定、遍作定等。

定与慧清净道相关，就有空定、无相定、无愿定等等。

这些在《清净道论》之中都可以完整地学习。

有一些人误解，以为说打坐的时候什么都不知道就是入定，这个其实就是无记、昏沉，这样去坐久的话，大脑就会退化，记忆力会越来越差，以无记业会堕愚痴的畜生道，所以要能够保持正念，要用真心觉照当下的身心实相，不要用意识心去造作。

总持。就是总一切法、持无量义，有四种：法总持、义总持、咒总持和忍总持。

法总持就是能够不忘失佛的教法，又称之为闻总持。

义总持就是不忘失佛法的义理。

咒总持就是菩萨依定起咒解除众生的苦厄。

忍总持就是如实把握内外世界的真实相。

咒——其实要知道就是光音波。首先是通过一直向内觉察，然后真正的智慧生起来，与天地宇宙这个运行规律没有障碍，一直互动一直相通，这样智慧的光明会焕发出来，焕发出来以后这个光是以一定的频率存在

的，我们现在可以容易理解了，我们懂得了电磁学，懂得了麦克斯韦的电磁理论四个方程式以后我们就知道，原来光和电磁是同一回事，它是有一定的频率存在，把这个频率记录下来就是咒。

所以其实我们为什么说懂得声音，你就小开悟了？因为一个人如果你懂得药师法门，你听他说话的声音就可以知道，他五脏六腑有哪一脏腑是虚的，声调有变化。甚至于可以知道他的后面的人生遭遇，知道他什么时候发生什么事情等等，其实都是通过这个声音可以反映出来。

释迦佛再次叫着文殊菩萨的名字来开示说，曼殊室利啊，如是当知，宝月智严佛的圣号有无量的功德，威神力不可思议，如果听闻的人所有的愿望都能得满足。

第二个要点就是一切修持只是持名。

持佛名号就能够获得圆满的无量功德，这个是诸佛的甚深境界，难可了知，持名是如来殊胜的善巧方便，我们一切念佛号、诵经、讲经、供养、学戒、参禅、持咒，其实都是持名，持名就是圆修佛的身语意事业功德。

第三尊佛金色宝光妙行成就如来

【复次，曼殊室利，东方去此过六殑伽河沙佛土，有世界名曰圆满香积，佛号金色宝光妙行成就如来、应、正等觉，有无量亿万菩萨围绕，现在说法。】

这一节就是释迦牟尼佛开示说，从我们这个娑婆世界向东，经过六恒河沙数佛世界，有一个佛国世界叫做圆满香积世界，在此世界中教化众生的佛，他的尊号是金色宝光妙行成就如来、应供、正遍知，在无量亿万菩萨恭敬围绕之中，正在宣说大乘佛法。

我们要特别注意这四个字——“现在说法”，七佛药师每一佛都是“现在说法”。

我们读到、见到、听到《药师七佛经》，听闻药师七佛名号都是药师七佛现在说法的当机，都是佛现在正为我们演说妙法，就在我们身中为我们说药师法门。

这是第三尊药师佛，介绍他的世界，名为圆满香积世界；介绍他的德号，名为金色宝光妙行成就如来。

金色宝光妙行成就如来因地四大愿

【曼殊室利，彼佛如来从初发心行菩萨道时，发四大愿。云何为四？第一大愿，愿我来世得菩提时，若有众生，造作种种屠害之业，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。】

这一节就是讲第三尊药师佛四大愿的第一愿杀里生恩天有道。

第三尊药师佛的愿力很奇特，就是专门怎么样？拔

济那些业障最重的人，比方说犯杀生、犯偷盗、非常傲慢、然后犯戒等等这些恶业众生，他的愿力都能够把他们拔济出来，而且让他们成就。这一节可以分为四个要点：

第一个要点，释迦佛开示说，曼殊室利啊，金色宝光妙行成就如来在因地初发菩提心、行菩萨道时，发了四大誓愿。第一大愿是愿我未来世成佛时，如果有众生从事各种屠宰、伤害生命的行业，由此恶业应受地狱苦刑，从地狱里面出来投生为人的时候，余报也会让他短命、多疾病，也容易遭受水灾、火灾，为刀和毒药所伤害，并且随时感受死亡危险逼近的痛苦，如果能够听闻到金色宝光妙行成就如来名号，并且至心称念佛名，仗佛功德力的加被，所有的罪恶业障都能消灭，无病长寿，不会遭受飞来横祸而意外死亡，直到证得无上菩提。

第二个要点，第三尊金色宝光药师佛所发的四大誓愿极为殊胜，都是帮助众生消除极重的恶业。第一愿是消除犯杀的恶业；第二愿是消除犯盗的恶业；第三愿是消除傲慢的恶业；第四愿是消除犯戒退菩提的恶业。你看这些造重业的众生都能够得到药师佛的加被。

第三个要点就是这四大愿见地都非常高，甚深甚深，可以含摄全部《维摩诘经》的修法，可以含摄大手印的见、修、行、果。比如说《维摩诘经·弟子品第三》之中，维摩诘对大迦叶尊者说法：“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。”

维摩诘生病，很多的国王、大臣，几千人都去看望他、探病，他是大居士，所以佛陀也决定派弟子们看望



他，派这个弟子也不敢去，派那个弟子也不敢去，为什么？因为维摩诘是古佛再来，而阿罗汉弟子们见地不透彻，老是被他批评。派大迦叶去，大迦叶不敢去，他就说了一段话，说：“我曾经遇到维摩诘居士，他就给我说法，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。”

如果只能够在舍八邪的情况下才可以解脱，那怎么样？这种解脱不是真正解脱，因为什么？因为你这种解脱是受条件限制的，你要舍八邪才能解脱，就是说要有个条件你才能够解脱，那怎么样？有条件的都是生灭法了，解脱是不生不灭法，所以维摩诘才说，不舍八邪，入八解脱。所以我们要懂得持戒的真精神，戒行清净而不执著，不会去执著持戒之相。

因为解脱是指绝对的自由，不受任何外显环境境界的影响，不受任何知识体系的局限，这样一种完全独立

的主体性，绝对的自由，心彻底地空寂下来了，止息向外的攀缘，止息了内在妄念的喋喋不休。如果说你一定有一个相，那还是没有真正解脱，你一定要舍八邪才能够入八解脱的话，那个不究竟，当然在凡夫众生没有达到那个境界，还是要努力行持的，不可以以这个高的见地来做借口。

说一个最浅的，比如你如果懂得五运六气，你就知道，在母亲结婚以后，逢十的整数之年不要怀孕生小孩，在这个时候生下来的小孩子都是比较弱的。比方说十八岁结婚，二十岁不要生小孩，你二十岁结婚是整数，三十岁不要生小孩子，四十岁你当然更加不可以生小孩子，为什么？这个整数之年会把父母双方遗传基因的弱点都会合在一起，这里面是有原因的，在后面讲到这个就可以知道。

比如说，明年是属于水不及之年，我们依据这个也就可以知道相关的气候，我们什么脏腑会比较弱一点等等。这个方法，东汉时候的张仲景有掌握。当时有一个叫做王璨的人，20岁的时候就遇到张仲景，张仲景看了他的相以后就告诉他说：“你赶快要吃五石散，不然的话，20年之后，你眉毛会脱掉，在六个月之内你会死掉。”你看他20岁就能够看到他40岁的时候会发生什么，这个我们看起来好像神话一样，其实你如果懂得五运六气，你也可以做得到，这其实都是在讲内在的规律。

第四个要点就是，为什么念金色宝光妙行成就如来名号令造杀业的众生都能够恶业消除呢？因为其实我们要知道，这个“杀里生恩天有道”，真正要杀的是什么？要杀的是我们内在的负面能量，要消除的是内在的负面能量那个能量结，因为念佛名号就是内在的灵性生命觉醒，就能够真正明白，要杀的是我们分别、执著的妄心，要消除的是负面能量。

我们从小到大所受的教育给我们造成了制约，我们只接受所谓好的、积极的、正面的东西，而排斥和极力隐藏那些消极的负面的情绪，而事实上负面情绪生起来的时候，它的能量由于我们不肯面对，所以它就会在我们身体里面形成痛苦之身，使我们的身心越来越僵硬和麻木。念佛名号能够使我们消除负面能量，能够完全地接纳自我，进而获得绝对的自由，所以就能够“所有恶业悉皆消灭，无病长寿，不遭横死，乃至菩提”。

说得更浅显一点就是我们这个身体要消除负面能量，就比如说痰湿体质、血瘀体质这些都要能够把人体内的三浊：浊水、浊气、宿便，滞留在身体里面的都要能够排出来，才能够无病长寿。

比如说水如果滞留在肠胃之间就形成积液，也就是中医所说的湿热；流注到四肢就会形成水肿；堵塞在毛孔就是湿疹，遇到风寒就化作痰；遇到血瘀就形成囊肿，卵巢囊肿，附件囊肿，这是遇到血瘀就形成囊肿；积于胃就容易呕吐和恶心，上行于头就会眩晕。

我们要用药师法门来调理，一个是每天都可以做一下按摩腹部，平躺，以肚脐为中心按摩，或者是从膻中穴一直往下推腹部，这样都可以让这些三浊容易排出来。

【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。】

这是第二大愿盗亦有道事在人。可以分为三个要点：

第一个要点，金色宝光妙行成就如来因地发第二大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生作种种恶业，盗窃别人的财物，应当堕于地狱、饿鬼、畜生三恶道之中，即使转生到人道中来，余报也会让他生在贫穷的人家，缺乏衣服饮食，经常受种种的苦难，如果能够听闻金色宝光妙行成就如来名号，至心称念，仗佛威神力加被，其人所有的恶业全部都能消灭，衣服饮食都很丰富，直到证得无上佛果。

第二个要点，从药师法门的内层义来说，第一愿是消除负面能量，活出完整的人生；第二愿消除犯盗的恶业，就是指消除心灵的贫乏，这是人人都需要修的。所以你不要认为说我没有犯杀生的业、偷盗的业，是不是？这个愿跟我不相干，其实不是，我们每个人都需要消除负面能量，都需要消除心灵的贫乏。**一个只知道追逐物质享受和外在成功的人，在心灵上都是乞丐，**他们

认为现实物质世界的享受比任何事情都重要。

消费主义从美国等西方国家蔓延到正在经济崛起的中国，而中国人过去几千年也从来没有像今天这样如此地崇尚金钱和外在的成功，当代社会就是一个不断地变本加厉的竞争的环境。物质文明越发达，人如果内心迷失的话就会越担心自己活得不如别人好，走出去没有面子，内心缺乏安全感。每个人都希望活得像一个国王一样，所以他不断地向外去追逐，但是他的内心越来越像乞丐，每一天都活在生存的焦虑和深度的恐惧之中，没有的时候拼命追求，想要得到更多，而一旦得到以后，又害怕失去，永远都是在患得患失之中，没有片刻的安宁，这都是因为心灵贫乏的缘故。

我们都知道贪婪和愤怒是不好的，但是为什么难以消除呢？因为问题背后的问题正是我们心灵的贫乏，心灵贫乏导致了深层的生存焦虑和恐惧，内心的恐惧就使我们或者试图抓住财产，或者试图抓住某一个人，或者是执著于某一种思想和观念。

金色宝光妙行成就如来在第二大愿之中就开示我们，要丢掉那些恐惧，真正地消除心灵贫乏，就要当下把我们内在的恐惧丢掉，因为我们本自具足，没有什么可以失去的，真正能够放下一切执著，没有什么可以得到的，因为没有什么东西是我们的，也没有什么可以失去的，因为我们本自具足。

真正的能够丢掉那些恐惧的话，我们失去的是锁

链，而得到的是整个世界，为什么？因为我们跟我们的本觉相应，就是与宇宙融为一体了，就是融入到本觉的智慧大海之中，就是法身智慧觉醒了，所以这个时候，内心深处不再恐惧和焦虑，充满了安祥自在，我们就是真正地成为法王子了，快乐和自在向我们靠拢，物质财富、精神财富、灵性财富都会向我们聚集，有智慧和福德的人也会乐于与我们交往，这就是中国古人的理想——内圣外王。内在是圣人，外显的事业也非常成功，这是真正懂得称念金色宝光妙行成就如来名号，正如经文中所说："若闻我名，至心称念，所有恶业，悉皆消灭。"

第三个要点，我们要知道，真正的幸福是取决于心灵的光明是否显现，而不是外在的东西，外在的金钱虽然能够带给人欲望的暂时满足，但绝对不能消除生存的焦虑和面对死亡的恐惧，不能够使我们真正地获得内在的内心的安祥，心灵的安祥需要智慧的滋养，心灵的明白需要智慧的顿悟，所以要修学药师法门。

有一个公案是那洛巴有一次问他的上师谛洛巴尊者说："我应该再求法吗？"

谛洛巴说："得法以后复求法者如饮海水求止渴，愈饮愈渴。"

那洛巴又再问："那我应该怎么办呢？是否只是需要对已经学过的教法细细地去思惟就可以了？"

谛洛巴尊者就回答说："于教法越细思考抉择，越

容易深陷于分别念的罗网之中。”

那洛巴再问：“那我是否应该注重于禅修呢？”

谛洛巴就回答说：“如果不舍贪执，禅修有何益处呢？”

那洛巴不知所措，不知道应该怎么问了，只好又来请求谛洛巴尊者开示了：“我到底应该怎么办呢？”谛洛巴就用一首道歌来回答他。

当然这里面有很多窍诀，但实际上，我们整体的把握就是一切不执著。道歌说：

一切所知皆缘起，缘起即无生性空。

未达缘起空双运，福慧资粮当勤修。

无执乃是扼要义，纵使执于极细事，

亦如蝇虫为漆粘，随汝所作一切事，

应当全然离贪著。

道歌的意思就是一切不执著了。

我们也可以引用《维摩诘经·弟子品第三》上面，维摩诘居士对须菩提说法：“若须菩提不断淫怒痴，亦不与俱，……不灭痴爱，起于解脱，以五逆相而得解脱，亦不解不缚。”

《维摩诘经》的要旨就是不二法门，不著、不舍一切法而具足一切法，不著一切法，不舍一切法，具足一切法。不执著世间法，不舍离世间法，但除其病，不除其法；不执著出世间法，也不舍离出世间法，具足一切法，这其实就是金色宝光佛因地第二大愿的主旨精神，

所以说这四大愿看起来经文很短，它就可以含摄全部的《维摩诘经》，这不是虚言。

【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。】

这一节是第三大愿凌慢豪雄除业障。可以分为三个要点：

第一个要点，金色宝光妙行成就如来因地发第三大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生互相欺侮、轻慢，产生仇恨，如果听闻我金色宝光佛名号，诚心称念，由于佛功德力加被，众生都会生起慈悲心来，互相尊重，犹如对父母一样，直到证得无上菩提。

第二个要点就是从药师法门的内层义来说，第三大愿消除傲慢的恶业，其实是什么？其实是消除众生内心深处的执著。众生的傲慢往往是来自于执著自己在世间法上的成就，或者出世间法的成就，他以此为荣，以此为傲，甚至于成为他生命的重心和支柱。

有些人他执著于世间法的成就，他的重心是事业成功，或者有些人的重心是家庭幸福，他也会来学佛，但只是作为点缀而已，不是他的重心，就好像京剧迷的票友一样，他有时候也会跑到台上去唱一下，去喊两嗓子，但是他从来不会认真，从来没有当真，这样当然要解脱要成就是有困难的。而如果你查那个根源是什么，是因为他内心深处的执著，他以世间的某一样东西作为

他生命的重心，他没有以解脱作为生命的重心，所以不管他看多少佛经，他难以真正地契入。

有一些人，他不执著于世间，但他会执著于出世间法的境界，比如像《六祖坛经》里面的法达法师一样，他就执著于诵《法华经》三千部的功德，内心之中生起傲慢心来，见到六祖惠能大师的时候，虽然礼拜，但是头不至地，六祖大师当然就看出来他内心有一种执著了，于是就呵斥他，然后就为他开示："世人外迷著相，内迷著空，若能于相离相，于空离空，即是内外不迷，若悟此法，一念心开，是为开佛知见。"真正彻悟的人一针见血，就能够直指众生的病根。

凡夫众生不是著外在的相，就是著内在的空，要真正地能够内外不迷，一念心开，就是真正的开佛知见。口诵心行，即是转经，口诵心不行就是被经所转。法达法师听开示以后恍然大悟，把内心深处的执著破掉了。

有一些人会执著于打坐的境界，他打坐之中出现种种种种的定境等等，或者执著于持咒的境界，世间的东西他就顾不了那么多了，他还以为修行很相应，其实你执著于出世间法的境界照样还是执著，照样还是傲慢，一切的家庭责任，社会责任都不顾，就导致家庭矛盾，导致眷属远离，事业停滞，还自认为是在学习圣贤之道，其实，就是把自己变成了剩下来的闲人，被社会边缘化了，成为无足轻重的人了，有你不多，无你不少的人，这都是学佛学偏掉了。

药师法门就开示我们，应该不遗弃世间而出世，在世间法和出世间法中两方面都积极，并不因为学佛而变成孤家寡人，药师法门像华严一样是佛之富贵，是眷属圆满，应该世间成就，不离现实而成就甚深的自内证，成就出世间的解脱，不执著于现实而成就世间事业广大，利众功德圆满。

第三个要点，有一些人他认为参加一些法会就是广就福德资粮，学习一些观修仪轨、诵经就是智慧资粮，他每天抽两个小时在那里念吉祥怖畏，他认为这就是修智慧资粮了，你会相应吗？

这些当然是很重要，但是更重要的是要觉照自己的心，我们一直在强调，其实都是讲什么？都是讲要树立正确的见地。如果你不知道从当下的身心去觉察，没有真正地体验到，佛法是靠体验，不是靠知识，你用大脑记下来，用笔记下来很多笔记，这没有什么益处。

你内在之中有没有这种体验？你内在有体验才能真正解决问题。为什么？你内在有体验，你身体里面的能量结打开了，你身体的记忆消除了，所以你不会再犯了，你如果只是大脑层面的吸收，你明白了，觉得当时好像我恍然大悟了，但是实际生活之中，面对逢缘对境你做不到，为什么？因为这里面你没有体验，没有体验这个里面的脉结没有开，所以身体的记忆的力量比你大脑的意识的力量要大多了，它会让你一次一次地再起贪瞋痴，所以体验是非常重要的。

我们更重要的是要能够一直不断地觉照自己的心，不被物质和固定的思惟模式粘住。正如六祖大师所说的“正见名出世，邪见名世间。”学习出世就是层层打破观念的迷雾而见内外世界的真实相，这才是真正的智慧资粮。学习入世就是要能够善观缘起，以菩提心利众而不起执著，这是真实的福德资粮。

因此在我们药师法门也有很多善巧方便让我们来善观缘起。说一个最简单的，比如说肝炎有五种，有一种甲肝，上海曾经流行甲肝，花了很大的代价，好不容易才平息下来。有一种方法很简单，用萱草熬点水喝就能够治疗甲肝。什么是萱草？就是黄花菜。“杜康能散闷，萱草解忘忧。……”这是白居易的一首诗。这个萱草不但能够治甲肝，如果你失眠，用黄花菜熬点水喝，也会好睡。当然这类的缘起法的妙用很多。

再举个例子作为榜样好了，比如说印度的维摩诘居士和胜鬘夫人是修学药师法门的成功典范，他们入世取得世间成就的同时还能够修学佛法得大成就，在出世间解脱的同时又能够利益国家和社会。所以在维摩诘居士示现生病的时候，王公大臣和各行各业的人士，数千人都去问疾，都去看望他，释迦牟尼佛也派文殊师利菩萨作为代表去问疾，由此而引出一部精彩的《维摩诘经》。

在《菩萨品第四》里面，维摩诘居士就为光严童子说法：“直心是道场。”禅宗的祖师会说“直心是道

场”，这个根源就是《维摩诘经》，《维摩诘经》对禅宗的影响是非常大的。维摩诘居士也曾经为万二千天女说法：“有法门名无尽灯，汝等当学。”我们这个传灯法会，这个无尽灯法门都是从这里开始的，一灯可以点燃百千万盏灯，只要一点灵光不昧，随处都是道场，只要我们一直保持内在的觉察力，到处都是道场。

有一部《胜鬘狮子吼经》，胜鬘夫人也是一面帮助丈夫治理国家，同时也向诸菩萨说甚深的如来藏法，这都是修行药师法门成功的典范。

中国也有，宋朝时候有好几个，一个宰相张商英，一个赵抃等。张商英是世间出世间都有大成就的典范，他在世间做了宰相，而同时他又是一个开悟的人，在宗门底下开悟，而且临终的时候，预知时至的人。

【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。】

这是第四大愿金色宝光信满成。可以分为三个要点：

第一个要点是金色宝光妙行成就如来因地发第四大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生被贪婪、愤怒、愚痴所缠逼，不论出家比丘、比丘尼、式叉尼、沙弥、沙弥尼，还是在家的优婆塞、优婆夷等七众弟子，他们

有毁犯如来制定的戒律，造种种恶业，应当堕于地狱之中，受种种苦难的果报，如果听闻我金色宝光妙行成就如来的名号，虔诚称念，仗佛威神力加被，所有的恶业皆得消灭，斩断烦恼之根，尊敬奉持清净戒律，防护身语意业，身心清净，永不退转，直到成佛。

第二个要点，第四大愿是消除犯戒的恶业，曾在2007年讲的《药师经》里面说了，为什么念药师琉璃光如来名号，违犯戒律的恶业能够消除，能够还得清净了？也讲了很多的原因，我们如果从密层意义来说的话，是因为药师七佛如来他们因地的愿力、见地是特别地甚深甚深，见地与大手印见是无二无别的，所以能够消除犯戒的恶业，还得清净。

大手印里面有四重直指教授。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，这是很透彻了。空性，空不是靠你去修证的，不是你证空的，你证的那个空不是真正的空。空是什么？空是显，你一层层地破执著，所谓四重缘起（业感缘起、赖耶缘起、如来藏缘起、法界缘起）是层层地把执著破掉，连最微细的执著都破掉了，然后怎么样？这个空性显出来了。层层破执著，就层层显空，是显出来的，而事实上空性是任运本具的。第四步是认知此任运本具是自解自脱，好像你把蛇的身体去打一个结，你不用去管它，它自动会解开，所以这是圆满的见地。

以此了义圆满殊胜的见地为基础，大手印法可以分为和合大手印和光明大手印，比如尊者密勒日巴的弟子惹琼巴就说了九种和合，大家都有一本《密勒日巴尊者传》，要多看，那是我们实修的典范，那上面其实有很多窍诀也都是跟药师法门这个窍诀是无二无别的。

惹琼巴的九种和合：

惹琼巴就说：“和合贪欲，于大乐修脐火；和合于光明修幻身；和合愚于无分别修光明，是为三种和合。”贪欲习气重的人，让他于大乐修脐火，修脐火我们也称为猛厉火，称为拙火定；对于瞋恚习气重的人，可以引导他于光明修幻身；对于愚痴习气重的人，引导他于无分别修光明，这是三种和合。



还有“脐火和合幻身白天修”，幻变三摩地，其实很简单，你要修的时候，在自己面前摆一个镜子，你看着这个镜子里面的你，如果你有窍诀的话，很快你就能够破掉对这个身体的执著，能够契入幻变三摩地，但是这是深密层的法。

“梦幻和合光明夜晚修”。这就是晚上修的睡光明法，梦幻和合光明，其实要知道，这个睡眠是什么？睡

眠是小死亡，死亡是大睡眠，你睡眠以后你依次入睡，入睡的过程，它与死亡的时候四大依次分解的过程绝大部分是相同的，有少部分不同，如果你真正地能够入睡光明，那你一定是临终自在，一定是不会再在轮回里面，能够随意往生诸佛净土。在后面也会讲一点大家能够用的睡光明法。

“中有和合往生临死修。是为三种和合。”

白天修什么，晚上修什么，临命终时修什么，这也是三种和合。

“精进者和合脐轮火，懈怠者和合梦幻，短寿者和合往生，是为三种和合，总称为九种和合往生。”

如果我们懂得和合贪婪、愤怒、愚痴，巧妙地来修拙火定、修幻身、修光明，当然能够不犯戒。众生为什么犯戒呢？因为贪瞋痴，因为放不下。现在能够巧妙地将它转变为了义的修法，当然就能够迅速地解脱，而且你原来这个能量，它能够促进你修行迅猛精进，这是真正地会念金色宝光妙行成就如来名号，就能够“永不退转，乃至菩提”。当然这些都会牵涉到深密层的密中密的窍诀了，这个不在大范围说了。

有一些人根器好，相应的话，当然可以用功。说最简单的，药师法门到了密层义，尤其是在这一愿里面所讲的基本上就是可以涵括所有的那诺六法和尼古玛六法了。六法之中，猛厉火最重要，猛厉火是能量基础，不能成就猛厉火，后面的五种修持都是空中楼阁。有一

些人是修出来的猛厉火，有一些人是宿世的善根，他某一种机缘突然就触发了那种能量，这个高能量启动的时候，人的身体会有一个很剧烈的变化。所以还是要有指导，如果说你有这个基础的话，或者原来有参加过我们这个光明三摩地的话，你要知道，观四个种子字在主要的四轮，能够让我们迅速地气入中脉。

在脐轮我们要观一个倒立的短“  ”字，短“ ”字上面有一个偃月，偃月上面有圆孔，圆孔上面有拉达，这样来观修。你这样观修的话能够容易让这个猛厉火生起。你用那个武火宝瓶气和文火宝瓶气来掌握这四个窍诀，就能够迅速地让这个火燃起来。这个短“ ”字是倒过来写的，那上面有一个偃月，一个圆孔和拉达。

再往上那当然相应的就是心轮，短“ ”字是红色。

在心轮，也就是法轮就应该是一个倒立的蓝色的“ ”字，这个心轮和脐轮是相对的。

在喉轮，也就是受用轮，应该要观一个“ ”字，这个“ ”字处在十六瓣的受用轮之中，是红色的。

在顶轮，也就是大乐轮，是应该有一个白色的“ ”字，白色的“ ”字也是一个“ ”字倒立过来。

能够观这个种子字，观着它像头发丝，甚至比头发丝还要细，这样明明了了的话，能够气入中脉，能够让我们的四喜四空更加地增上。

这个当然不会在大范围这样来讲的。大家能够参加中级的药师法门的集训班，已经能够闻到一些深义，能够闻到一些密层义，但是密中密层义是要根据每个人的根器小范围地来说，不是大范围地说。

药师法之后，因为学了十天大家只是大概会知道一点、会懂得一点药师法门里面的门径，但实际上应该是要分类来实修的。比方说你本来就是中医，你很喜欢养生这一个方面，后续的话可以专门在这方面去学习药师法的这一类法。或者如果你是在修持方面，专门修那诺六法这一类，这也是可以的。那另外的法类，应该是具足根器的状态之下用四十九天闭关的方式这样来指导，来层层地修，这样比较恰当。

学佛解脱的话应该会有四个层次。首先是皈依三宝，作为皈依弟子。其次发心受戒，即五戒、八关斋戒、乃至于受菩萨戒，这样是戒子了。第三个层次能够接法，这是法子，像我们这样的集训班是属于这个层面了。第四个层次就应该是属于心子这个层面了，应该要能够再七天七天接受一次的指导，然后离世专修有一个阶段，才会真正地能够启动。

其实如果真正有这个法要也不是很难的事情。我们看密勒日巴尊者他学法时候，我们看冈波巴去求见密勒日巴尊者的时候，就是二十一天的时间，身心都彻底地转化过来。

总而言之，药师法门就是告诉我们，一切都是不二

法门，世间与出世间不二，你偏重于任何一边都是不对的。内在与外在也是不二，内在的世界同外在的世界也是不二。

有些人说我学佛很久了，我也很精进，我也去供养三宝，怎么我事业还是不顺利、没有什么大的起色呢？你就要看看我们药师佛的这个愿力，看看你内心是不是贫乏。

很简单的道理，内在和外在是无二无别的。好像水一样，有时候流到里面去，有时候流到外面来，听明白了吗？流到里面去，那表示内在要很丰富，流到外面来，你外在的事业很成功。你内在很贫乏，你内在的觉察力都没有开发出来，你还是一直用大脑思惟，一直用妄心来学佛，你里面什么东西都没有，它怎么流出来？拿什么东西流出来呀？不可能的嘛。

让内在非常充满，非常丰富，觉察力越来越敏锐，它会自动地溢出来，满了以后就溢出来了，外显的事业当然就会越来越成功，越来越广阔，越来越能够广泛地利益众生，这是真正地实践药师法门的人，修学药师法门的人。不然的话，没有用。如果你要想传个咒、只传个仪轨，那太多了，我给你传一万个咒都行。但是没有用，你这个方法不知道，是不是？

比如刚刚讲的种子字的观修，“  ”字、“  ”字、“  ”字、短“  ”字等等。你要是会修的话，这是密中之密，不传的窍诀，口耳相传的窍诀，你要是

没有达到这个层次，听了也是白听，没有什么用处的。

宗喀巴大师对这个六法，他有一个著作《深道那洛六法导引次第论·具三信念》，那上面其实也有相通的。我得到格鲁的法流，又得到唐密的药师法门的法流以后，我就发现这其实是完全相通的，不过有时候描述不同，有时候重点不同，有一些这个层面说得详细一点，那个就略一点，有些在那个说得详细一点，这个略一点等等，如果把她融合起来的话，我们当然就有甚深的方便。

药师法门认为怎么样呢？首先，现在的人是越来越好、越来越有福报，修行越来越有成就了，越来越容易成就了，为什么呢？因为佛法流传了几千年，历代的大德他们加持这个能量场越来越强大，而方便法、窍诀越来越多，让我们能够少走很多弯路，非常明晰的一条道路。如果你有传承的话，那是非常清晰非常完整的一条道路。但是如果你自以为是，自己看书去学，没可能的。

其次，从另一个层面来说，现在的人也是很难解脱，为什么？世间法、缘起法、现象的法一定是怎么样？一定是因果律，一定是阴阳平衡。说难以成就的一个层面是什么呢？是因为如果用妄心思惟来学佛，你会得到很多很多的资讯，得到很多很多的资讯，于是你的分别念越来越炽盛。在这个网络时代，你随便点击一下，所有的资讯都会涌过来，你就到处看到处找，没有用的。现在的人比以前的人分别念越来越炽盛，所以其

实果报是越来越快，这是不利的一面。相信大家都是有智慧的，我们用智慧觉察，当然能够善巧地用好这些方便法门，迅速地能够成就，而和光同尘，广利众生。

第三，药师法门就是巧妙地运用天地运行的规律来修行，利用人的习性来修行，不是放纵它，不是压抑它，不是呵斥众生的习气。要知道习气也是一种能量，欲望是我们需要正确认识的能量，而不是说去压抑它，你能够正确认识它，你就能够巧妙地把这个能量一点都不会浪费掉，而且巧妙地用好它，就能够促进你的修持更加迅猛，为什么？因为他有这种习气，所以他很喜欢修这个法，他就跟这个法相应，所以要正确地认识各种能量。

比如说精进的人可以修脐轮火，可以修猛厉火；懈怠的人可以修睡光明法和幻变三摩地，这是指习气，不是讲表相。有些人表相上他好像显得也是很精进，但实际上内在的习气是他自己把它矫正过来以后才变成这样子，实际上也是懈怠的。

所以我们要学会药师法门之中所说的甚深缘起的秘密，说得浅显一点，就是要能够懂得巧妙地同时转化身和心，身和心同时转化，世间和出世间同时成就，内在和外在同时觉察。因为我们身体的脉结如果不打开的话，就会影响和阻碍我们真正地开启真心的空、觉、明，难以让真心的体相用彻底地彰显，解脱者他都是心气自在的。而脉结的打开，不是盲目地打坐就可以打开

的，主要的是要能够发菩提心，破一切执著。

同时我们也要知道善用妙用缘起，比如说我们要知道十二消息卦。有一些人可能会平时也接触一些世间的东西，像那个奇门遁甲。奇门遁甲有一个口诀：“阴阳顺逆妙难穷，二至还乡一九宫。”如果接触过，你就会知道这是说什么？“若能了达阴阳理，天地都来一掌中。”你不懂得就是听天书。其实很简单，这个“二至还乡”当然就是冬至和夏至了。之前讲了，二十四节气，你要巧妙地吃点东西来借助天地的力量，这就是四两拨千斤的时候，你错过了就浪费了。

修行也是如此，你懂得这个法，你在什么时候要修什么法能够相应。比如说，你看释迦牟尼佛，他是在腊八成道的，在那个时轮历来说，为什么是腊八成道呢、明心见性呢？因为那个时候刚好是发生月食的时候。罗睺星把这个月亮挡住了，所以我们看到月食，而月食这个时候修法，功德是平时的七俱胝倍。所以这个就是你要懂得内在的规律性。

一阴一阳，就是冬至一阳生，冬至是最冷的时候，但那是一阳生；夏至是最热的时候，那是一阴生，一顺一逆同到本位，叫做“二至还乡”。

一九宫呢？一是阳数的开始，九是阳数的极点，一始一终。那么立冬在最冷的时候，它会有三天就会转变为暖，这三天之中，北风就会转变为东南风。

我们看《三国演义》，诸葛亮借东风，就是在这三

天里面借的，但是他骗周瑜说自己会借东风，其实不过是把这十二消息卦学通了，他知道那三天风向会转过来了。唐朝的诗人杜牧有一首诗：“东风不与周郎便，铜雀春深锁二乔。”就是感叹这一件事情的。

我们也要能够妙用缘起，你知道甚深形成的缘起，不是表面的，善观因缘来增长福德，像维摩诘居士一样，“资财无量，摄诸贫民……虽处居家，不著三界。示有妻子，常修梵行。现有眷属，常乐远离。虽服宝饰，而以相好严身。虽复饮食，而以禅悦为味……虽明世典，常乐佛法。”这个说得很透彻，“示有妻子，常修梵行”，“虽明世典，常乐佛法”。世间的东西一切他都通达，而他真正的着力处是在佛法上，那些是善巧方便，让众生能够先以欲钩牵，后令入佛智，而且又能够妙用那些缘起而成就世间法的成功。

因为什么？因为大用之中才能看到大机，你都没有得到的东西，你都没有成就的东西，你根本不知道它是否诱惑得了你。世间的荣华富贵，你说这个诱惑不了我，但是实际上你是想象之中诱惑不了你，真正到那个时候，你真正得到的时候，是不是诱惑得了你呢？很难说，所以大用之中才能看大机。

药师法门归纳起来其实也就是菩提心，修行世俗菩提心是积聚福德资粮，证悟开显胜义菩提心，就是修智慧资粮。

【曼殊室利，是为彼佛如来、应、正等觉行菩萨

道时，所发四种微妙大愿。曼殊室利，又彼如来所居佛土，广博严净，地平如掌，皆以宝成，常有香气，如妙栴檀。复以香树而为行列，天妙珠璎、摩尼等宝处处垂下。多有浴池天宝严饰，香水盈满众德皆具。于其四边悬妙缯彩，街衢八道随处庄严。所有众生无诸烦恼及忧悲苦，亦无女人，多是住地诸菩萨众。胜妙音乐不鼓自鸣，演说大乘微妙深法，若有众生闻此音者，得不退转无上菩提。】

这一节是有两个内容，首先是总结第三尊药师佛金色宝光妙行成就如来因地所发的四大愿，其次是讲圆满香积世界依正庄严。可以分为四个要点：

第一个要点，释迦佛开示说，曼殊室利啊，以上所说的就是金色宝光妙行成就如来因地发菩提心、行菩萨道时，所发的四种甚深微妙的大愿力，这尊佛教导我们要在日常生活的贪瞋痴中来考验自己，来借事炼心。

心识法尔离垢，自然就能够任运不受污染，这是佛的心识；心识在定中离垢而无作意，这是菩萨的心识；虽然在定中能够离垢，但是还有作意，这就还是凡夫的心识，不过比一般的凡夫要强，他已经在定中了，通过作意已经能够离垢了。这在《究竟一乘宝性论》之中有解说。

修行窍诀来说，就全部在《药师经》里面，你依此而修，跟现在的人是很契机的。如果教理要通达，那弥勒五论、龙树六论都要能够结合起来学。一个是侧重于

在相上来显明修行次第，这是弥勒菩萨的教法；一个就是在本体界无我律彰显。二辨、二庄严、一宝性这是弥勒五论，即《大乘经庄严论》、《现观庄严论》是二庄严；《辨法法性论》、《辨中边论》是二辨，还有《究竟一乘宝性论》，这些是弥勒菩萨的五论。

《药师经》这一节其实与《华严经》也有异曲同工之妙，《华严经》中善财童子五十三参，其中有一位菩萨名为婆须蜜多，但是在现实世界她现为一名妓女；有一位菩萨名为无厌足，但是示现为一位以酷刑治国的国王；还有一位菩萨名为胜热，他示现为一个修邪法的婆罗门，这三位菩萨其实就是代表在贪瞋痴中修而得成就者，跟《药师经》这一节就有异曲同工之妙，把凡夫的贪瞋痴转过来，凡夫原来是造恶业的，造杀生、造偷盗、傲慢、犯戒，现在都能够巧妙地把它转过来。

第二个要点就是讲依正庄严。释迦牟尼佛开示说，金色宝光妙行成就如来所居住的圆满香积世界，国土广阔、博大、庄严、清净，地面平整犹如手掌，都是由各种宝石形成的，常常散发出妙栴檀芬芳的香气，各种香树排列成行，处处都垂挂着美妙的珍珠、璎珞、摩尼宝等等各种宝石，各种宝石装饰的浴池之中香水盈满，具有无量功德，四周悬挂着美妙的长幡、彩带，八条街道宽广庄严，所有圆满香积世界的众生都没有烦恼忧悲苦恼，没有女人，多是登地以上的大菩萨众。并且在佛国之中，有各种不需要去人力演奏而自然而然在演奏的

音乐，音乐都是在宣讲大乘深奥的佛法，众生听闻此音乐，都能证得不退转的无上菩提。

第三个要点就是“街衢八道”。八道当然不是指数目字。这个八条街道，是指八正道；街道是比喻。从浅层义来说，它是比喻经络，我们人体内的经络，向内就归宿于五脏六腑，向外就通达于四肢百骸，通达于全身，五官九窍，经脉是运行气血的主要通道、主要的道路。

十二药叉曼陀罗

运行的规律在原来已经提过了，就是在晚上十一点到一点这个时候是胆经最旺盛的时候，在凌晨一点到三点是肝经，就是子时丑时，这是相对的，肝胆相照。再者，寅卯就是肺和大肠。辰巳，就是早上的七点到上午十一点，就是胃和脾，也是两两相对。午时和未时就是心经和小肠经，也是相对的。到了下午的三点和七点，就是膀胱经和肾经相对。到了晚上的七点到九点之间是心包经，晚上的九点到十一点就是三焦经，这样运行的规律。

我们看《学修药师法门补充资料》的第16页的十二药叉曼陀罗。就是说这个，我们看底下，子时丑时是胆和肝；再到上面去了，就到了寅时卯时，就是肺和大肠；辰时巳时就是胃和脾；午时是心经，运行在心经的

时候；未时是小肠经；申时酉时是膀胱经和肾经；戌时就是心包经；亥时就是三焦经，这就是十二药叉大将的曼陀罗，有三个曼陀罗，这是其中的一个。通过这张图你就能够明白，我们体内气血的运行规律。

如意轮是观世音菩萨的化身，如意轮观音是度天道众生的观音菩萨，也是掌管财富，也是赐予众生财富的观音菩萨，这个曼陀罗就是跟四位药叉大将有关联，底下的是大威德金刚，也就是吉祥怖畏的坛城，这就牵涉到具体的修法了。

中国的医圣张仲景写了两部书，我们都知道，《伤寒论》、《金匮要略》。

《伤寒论》其实就是用十二经络来治疗常见病，他认为生病是一个由体表向体内发展的过程，通过太阳、阳明、少阳、太阴、少阴、厥阴这样的通道。所以同样一种病，你一定要观察它在经络是什么地方，它所在的经络不同，治疗的方法不同，生病的时间不同也治疗的方法不同。为什么都是同一种病，有些人吃这个药有效，有些人吃了没效呢？因为体质不同、时间不同，疾病所在的发展的部位不同。这个太阳、阳明、少阳是依次由外向内阳气减弱的一个过程，然后太阴、少阴、厥阴这样越来越病得深入，深入这个身体肌体里面，所以要用不同的方法来治疗，这其实是在生活力上做功夫。

另一部《金匮要略》就是讲奇经八脉，是在生命力上做功夫，这里面有很多窍诀。比如说晚上的九点到

十一点最旺的是三焦经，三焦经是我们人体健康的总指挥，三焦就是我们整个人体腔分为三个部分——上焦就是心和肺；中焦就是脾胃、肝胆；下焦就是肾、膀胱、大小肠。我们刚刚看十二药叉大将这个曼陀罗，也是三个圆圈，其实它也可以表达这个三焦，你懂得这些就有很多方法。

比如说女众的痛经，可以在生理周期来的时候，用维生素K3注射到足太阴脾经的三阴交穴，两边都注射，就是我们脚踝的上面三寸，痛就马上可以消除，而且这个费用很低，两边都注射，费用也就一块钱，所以其实很容易解决问题，当然之后应该要渐渐地调理好身体。

第四个要点，这里面形容这个依正庄严都是讲具体的修法，讲国土、讲宝树、讲街道、讲缯彩都是讲色法；讲光、讲浴池都是讲心法；讲香气、讲音乐都是讲息法。

圆满香积世界金色宝光佛主要是讲息道圆成，所以经文就重点讲“常有香气，如妙栴檀”、“胜妙音乐，不鼓自鸣”、“闻此音声，得不退转”，这都是讲音乐，为什么呢？因为这是息道圆成。

中国的四书五经，在《五经》里面的《礼记》也说：“乐由天作，礼由地制……明于天地，然后能兴礼乐也。”

上古的《黄帝内经》也阐述了音乐对人的心理和生理的重要的影响，可以由一个人他发出的声音，这个声

调的变化来判断他五脏六腑的强弱变化和经络气血的虚实，当然我们既然是知道这个声音有这样的作用，我们也可以用音乐来治疗和养生，这叫音疗。

在《素问·五常政大论》上面就有具体地介绍五脏偏虚的时候的声音变化，这是中国人两千五百多年以前就已经形成的书——《黄帝内经》，那个时候中国人就有这种智慧，能够掌握内在的规律。中国人的音乐是宫、商、角、徵、羽。肝虚的人的声音就是角和商；心虚的人的声音就是徵和羽；脾虚的人其声音就是宫和角；肺虚的人的声音就是商和徵；肾虚的人的声调声音就是羽和宫。

《素问·金匮真言论》关于五音的注释之中也说，角就是“木声也”，肝和胆属木，徵是“火声也”，是心和小肠；宫“土声也”，就是脾胃；商“金声也”，就是肺和大肠；羽“水声也”，就是肾和膀胱，都是跟这个相应的。

我们看繁体字音乐的“樂”和药师佛的“藥”相差什么？就差一个草字头。音乐的乐上面加一个草字头就变成药师佛的药了，可见这个音乐跟中草药一样也有归经，也有它的作用。

今天就学到此地。

愿大家能够更深地领悟缘起的奥秘，速成佛道。



第五讲

东方去此十恒沙，清净佛土号琉璃，
无量菩萨绕释尊，琉璃光王我敬礼。
能灭集谛无明种，及除尘劳苦谛根，
佛母智慧到彼岸，　三乘妙法我敬礼。
智藏童真法王子，愍我等众业障深，
启请深广妙法门，文殊菩萨我敬礼。
南无本师释迦牟尼佛！
南无药师七佛！
南无药师海会佛菩萨！

首先让我们共同发起无上殊胜的菩提心，为了能够让一切如母有情众生都能够在日常生活之中觉悟，都能够把庸常的凡夫的生活方式当下转为悲智双运的菩萨的生活方式，所以我们今天继续来学习《药师七佛经》。请大家看经本的第17页，昨天已经讲到了第三尊药师佛。

【曼殊室利，彼佛如来由昔愿力，善巧方便成就佛土，圆满庄严坐菩提座，作如是念：于未来世若有众生，为贪瞋痴之所缠绕，众病所逼，怨家得便，或时横死，复由恶业堕地狱中受大剧苦。彼佛见此苦恼众生，为除业障，说此神咒，令彼受持，于现世中得大利益，远离众苦，住菩提故，即说咒曰：】

此咒是唐音的翻译，应该是与现在的音相差比较大，这个咒我们要看《学修药师法门补充资料》的第7页，这样就会比较准确一点。大家先听一遍。

【爹雅他 瑟德黑瑟德黑 苏瑟德黑 摩渣呢穆叉呢 目爹别目爹 哑妈咧 别妈咧 嘛木嘎拉野 哈衣啰纳牙嗄尔啤 列那嘎尔啤 沙尔哇哑尔他 沙达呢 巴啰妈哑尔他沙达呢 妈纳些 妈哈妈纳些 晏不德黑 哑达雅不德黑 必打巴鸦 苏蛙尔聂 炸哈妈阁卡黑 炸哈妈都育卡黑黑德黑 沙尔蛙哑尔剃牯 哑巴啰即德黑 沙尔蛙渣 哑不啰德衣 哈爹渣都卡卡衣渣 不达歌枝 巴卡衣德黑 纳妈沙尔蛙达他嘎达纳木 梭哈】

这是比较准确的一个咒音。**嘛木。**这个嘛一个木是个闭口音。

这一节是讲金色宝光妙行成就如来怜悯众生为贪瞋痴之所缠绕，所以特垂方便，说了一个除业障咒。这一节可以分为三个要点：

第一、释迦牟尼佛开示说，曼殊室利，金色宝光佛由于过去因地所发的弘深誓愿，以愿力为动力，生生世世以种种善妙方便教化众生，圆满了无量福慧资粮，因此成就了圆满庄严的佛净土，也就是圆满香积世界。金色宝光妙行成就如来安住于菩提宝座，无为心内起悲心，作如是念，在未来世中，众生分别执著会更为炽盛，受贪瞋痴三毒的困扰，所以招感种种的不如意，众病苦逼迫，仇人冤家得到伤害他的便利，或者遭到飞来横祸、意外灾难而死亡。而且由于造了恶业堕到地狱中受剧苦的煎熬。

金色宝光妙行成就如来看到这些苦恼的众生，为了帮助他们消除业障，所以真实语中宣秘语，说了一个除业障神咒，让众生受持，在现世之中就能够得到很大的利益，脱离众苦，安住于菩提道，于是演说陀罗尼……

第二个要点就是金色宝光佛坐菩提座，说除业障神咒，这是内在界修法，是心佛加持。《药师七佛经》总共有五个咒：第一个就是除业障咒，是第三尊药师佛说的；第二个是第七尊药师琉璃光如来又说了一个灌顶神咒（灭除一切众生苦恼大陀罗尼），这是我们都熟悉的了，“南无薄伽伐帝 ……”；第三个药师七佛共

同说了一个定力琉璃光咒，那是一个很长的咒；还有第三、四个是释梵四天王、执金刚说了两个护持的咒。这个除业障神咒是内在界修法，是心佛加持。药师琉璃光如来于肉髻中出大光明，光中演说大陀罗尼，名曰灭除一切众生苦恼大陀罗尼，那是外在界修法，是生佛加持。

第三个要点就是金色宝光妙行成就如来，他在一身七佛之中是位于喉轮，也称为喉化轮，也称为受用轮。我们任何时候，任何佛法都要怎么样？都要归到自己的身心上如何起修，所谓的返归诸己。喉化轮是开启成就佛语功德的，所以到了第三尊药师佛的时候，就会说一个除业障神咒。我们知道佛的三身——成就法身就除惑障；成就报身就除业障；成就化身就是除报障。愿消三障（惑障业障报障）诸烦恼，都能消尽。

【尔时，世尊说此大力大明咒时，众中所有诸大菩萨、四大天王、释梵王等赞言："善哉！善哉！大悲世尊，能说如是过去如来大力神咒，为欲饶益无量众生，竭烦恼海，登涅槃岸，除去疾病，所愿皆满。"】

这一节是讲药师法会之中与会大众赞叹。

当释迦牟尼佛转述这个威力无比的、能放大光明破除众生迷暗的除业障神咒的时候，与会大众、所有的诸大菩萨和四大天王，东方持国南增长，西方广目北多闻，以及帝释天释提桓因，还有大梵天王等都齐声赞叹赞美说："好极了，妙极了，世尊啊，您能够以大慈悲心来演说金色宝光妙行成就如来过去曾经说过的大力神

咒，除业障咒能够使无量的众生都获得最极殊胜的利益，脱离烦恼苦海，到达不生不灭的境界，治愈身心灵的一切疾病，所有的愿望都能得满足，能够成就不生不灭的涅槃境界。”

登涅槃岸。涅槃岸可以翻译为灭度，灭见思惑、尘沙惑、无明惑，度就是度化分段生死、变易生死，度越、超越，就圆满成就了。也可以翻译为圆寂，智无不圆、惑无不寂。

【佛告大众：“若有净信男子、女人，国王、王子、大臣、辅相、中宫婇女，情悕福德，于此神咒起敬信心，若读若诵，若为他人演说其义，于诸含识起大悲心，昼夜六时香华灯烛殷重供养，清净澡浴，持八戒斋至诚念诵，所有极重无边业障悉皆消灭，于现身中离诸烦恼，命欲终时诸佛护念，即于彼国莲华化生。”】

这一节就是讲修除业障神咒的具体方法。可以分为两个要点：

第一个要点是释迦牟尼佛开示与会大众，之前都是怎么样？“佛告曼殊室利”，这里面是“佛告大众”，就是引导大众要实修，如果有具足清净信心的男子、女人、国王、王子、大臣、辅相、内宫的宫女等等，希望能够培福开慧，想要来实修除业障神咒，怎么修呢？首先是要对神咒起信心和恭敬心，或者朗读或者背诵，或者为其他人讲解妙义，修的时候要先发菩提心对众生起悲悯心，愿一切众生皆成佛道，沐浴净衣之后，在昼夜

六时之中，以种种的妙香鲜花、灯、烛来殷重供养金色宝光妙行成就如来，以及药师七佛，还有供养《药师七佛经》和除业障神咒，守持好八关斋戒，这样来至诚恳切持诵除业障咒，最后回向众生。

如此修行所感得的成就就是所有的极重无边的业障都能消灭，在现身之中就能够脱离各种烦恼，临命终时诸佛都来护念加持，授手迎接，能够随意往生诸佛净土，如果欣乐圆满香积世界，则能即时在金色宝光妙行成就如来的净土中，从莲花之中化生出来见佛闻法。

第二个要点，我们需要特别注意的就是经文之中“于现身中”，为什么这个“现身中”要用这个身体的“身”不用生命的“生”呢？我们常常都会觉得怎么样？“现身中”就是生命那个“生”，但是其实这部经任何一个字都是非常圆满的，如果用心去学的话，你能够发现，能够知道更多的妙义，按照传承来说，这个“现身中”就是要用这个身体的“身”，那为什么不用生命的“生”呢？这是药师法门的密层义，就是告诉我们实修的秘诀，就是要回到身体，要觉照当下的身体。

我们在没有找到真正的修行方法的时候，总以为是自己的佛法知识不够多，总以为我们对这个世界的认识，这些各种知识不够，所以穷尽毕生几十年的精力去学习各种学问，学佛以后也是跑来跑去，到处去求法，这里学那里学，都是作为知识把它吸收过来，又跑去学净土，又跑去学禅，又跑去学密，又跑去学教，都是用

大脑思惟，吸收了很多很多的佛法知识，然后认为自己开始可以懂得修行了，不是这样的。

我们去学习各种各样的学问和理论，学佛的话是学习各种各样的宗派的修行方法，但是只要你见地没有转过来，那些都只是会成为知识，然后各种的知识都被灌输到我们的大脑之中来，让我们大脑变得很有学问，但是如果我们不向内去觉照的话就会发现，往往是学问很多的人，他更固执、更自以为是，他离真理越远，离解脱越遥远。

哪怕是学佛法，如果不向内觉照和实践的话，他学到的也只是佛法的知识，而不是佛法的智慧，他用这个知识、用这个框框去框人家，自己越来越生烦恼了，就算是他学了很多知识，也读诵很多经典，但是因为他的见地没有转过来，所以他在诵经的时候，在念佛的时候，暂时心清净了一些，但是很快贪瞋痴又冒出来了，这些强烈的贪瞋痴他才会意识到，微细的贪瞋痴不断不断地在潜意识里面起贪瞋反应，自己根本上都没有意识到。由此可以知道，试图用知识去消除贪瞋痴等等负面情绪，就好像试图抓住天边的浮云和海中的浪花一样，是徒劳无益、徒劳无功的，真正能够让我们活在当下的是回到觉照当下的身体。

我们都学过内观禅，应该都知道，佛陀当年教导弟子们就是从觉知呼吸开始，再觉知自己身体的不同部位的感受，不管它有什么感受，都只是觉知它，不去判

断，不去起贪瞋，保持平等心，真实地用功，当下我们的身体就会有很多的体验。比如体验到这个身体是完全开放的，是刹那刹那在不停生灭的能量之流，乃至于体验到完全的消融，与法界融为一体。

这种体验是最珍贵的，这种体验就能够让我们对佛法产生真正的信仰，真正的信仰不是从相信之中产生的，不是你用大脑思惟理解了，你相信了就能够产生真正的信仰，而是从体验确知之中产生的，我们直接觉察到了、亲身体验了的某一些事情，我们就会有确知，有确知我们就拥有坚定的信心。

同样的，我们用大脑思惟学习，能够相信佛法，但是那还只是仰信。要经过实践，要真正有体验，体验到了，才能证信。因为你已经有体验，哪怕是最浅层的体验，这就已经是证，证明那个“证”，证悟，这样子证信。

我们的大脑思惟——妄心，它能够分析判断一切，但是它不能够确知我们心的本体，不能够确知我们的本觉，因为本体不是在凡夫心智的次元里，凡夫生活在三维时空里面，所以凡夫的心智只能拥有对本体的想象。如果他没有体验的话，如果他没有向内走的话，无论他学多少知识，他永远不可能真正地确知本体，但是他会依据那些开悟的人的描述，他会有很多凡夫心智的想象。所以要回到觉知当下的身体。

并且我们的身体是非常有智慧的，她会如实地记录

很多的情绪的记忆，我们的任何起心动念都是背后需要能量支持的，而这种能量如果你没有消融的话，它都会在我们身体里面形成记忆，情绪的起伏就是身体内能量的流动，心之流和物之流互相影响，当我们有愤怒不能表达、有悲伤要压抑、有恐惧不敢正视的时候，不敢正面去看而要逃避的时候，这些情绪的能量就会卡在我们的身体里面，就会形成很多的能量结，久而久之严重起来它就会导致到心绞痛、肿瘤等等。

上个世纪三四十年代奥地利的医学博士威廉·瑞黑，他就有做这方面的研究，他把医学跟临床心理学结合起来研究，他就发现了这些能量结，把这些能量结称之为“肌肉盔甲”。

由此可见，佛陀教导我们要觉知身体不同部位的感受，要保持平等心，要从上到下，从下到上，从外向内，从中间向上下，从任意的一个角度去觉知身体的感受，就是怎么样？就是要帮助我们，把障碍我们精微能量流动的这些能量结都消融掉。我们以前被隐藏的、被压抑的情绪就都被释放了，因为我们一直不管是有什么感受，我们都是没有去起贪瞋的习气反应，所以我们就能够“随缘消旧业，更莫造新殃”，不再去种下新的业行种子。

关键是要在觉知感受的同时能够保持平等心，不再起贪瞋的习性反应，不要试图压抑和消除我们的负面情绪，只要照亮它们就好了，我们这种觉察就是照亮它

们，我们不分析、不判断、不取舍，只是照亮它们，正如不要试图消除大海的浪花一样，你只需要知道它们就是海水就好了。



同样的，我们只要保持觉知就会恍然大悟，原来情绪就是本觉的浪花，我们也是只要觉知它就好了，照亮它就好了，就能够穿透负面的情绪，使这些能量结消融，使这些负面情绪不再能障碍我们。

过去我们学到很多的佛法知识，虽然诵经念佛的时候，我们暂时心比较清净，但是由于身体的记忆还在，能量结还在，所以很快的，我们习惯性的那种贪瞋习性反应、那种模式又回来了，所以我们觉得要降伏贪瞋痴，要息灭贪瞋痴是如此地难，为什么？就好像韭菜一样，你割了它又长。

但现在不同了，现在我们是把身体的记忆都消除了，因为我们的身体有了体验，所以我们的改变和提升变得更加深入更加持久。然后我们内在的洞察力越来越强大，我们的心越来越寂静，我们的能量不再耗散，变得非常充沛，我们的生命在当下的每一刹那都会好像鲜花一样璀璨地盛开，这个时候就是开悟的时候，一切开悟的圣者，他的生命力是完全地像花一样盛开的。这就

是经文中所说的“所有极重无边业障悉皆消灭，于现身中离诸烦恼，命欲终时诸佛护念。”

第四尊佛无忧最胜吉祥如来

【复次，曼殊室利，东方去此过七殑伽河沙佛土，有世界名曰无忧，佛号无忧最胜吉祥如来、应、正等觉，今现在彼为众说法。又彼如来所居佛土，广博严净，地平如掌，皆以宝成，细滑柔软，常有香气，无忧苦声，离诸烦恼，亦无恶趣及女人名，处处皆有金砌浴池，香水盈满，宝树行列，华果滋茂，胜妙音乐不鼓自鸣，譬如西方极乐世界无量寿国功德庄严。】

这一节有两个内容，首先是介绍第四尊药师佛，国土名为无忧世界，佛尊号是无忧最胜吉祥如来；其次就是介绍无忧世界的依正庄严。这一节可以分为三个要点：

第一个要点释迦牟尼佛开示说，还有啊，曼殊室利，从此去东方，经过七个恒河沙数那么多的佛国，有个世界名为无忧世界，佛的尊号是无忧最胜吉祥如来、应、正等觉，现今正在为大众宣说大乘佛法。

此如来所居的佛净土，依报正报都无比庄严。地面广博严净，地平如掌，都是以种种珍宝所成的。国土精细、光滑、柔软，散发着芬芳，其国土的众生没有忧愁痛苦的声音，离一切烦恼，也没有三恶道以及女人的名字（连这个名字都没有）。处处可见黄金砌的浴池中充

盈着香水，繁花似锦、姹紫嫣红，花树果树排列成行，胜妙音乐不鼓自鸣，就像西方极乐世界阿弥陀佛的国土一样功德庄严。

第二个要点，从第四尊药师佛开始是侧重于讲药师法门的色法。前三尊佛讲息法；四五六侧重于讲色法；第七尊是妙用在心、讲心法，也包含所有的色息心法。色法是秘密禅，药师法门的本体在色，修法在息，妙用在心。

在色法之中，外层是讲天地的运行规律，这个就牵涉到天文学、数学等等。内层就是讲身心的转化规律，怎样由粗的身和粗的心转化为细的身心，再到极微细身心，真正成就极微细身心，如果报身和化身合一，就是证得不死虹身。

先说最浅的，我们每个人家里面都一定会用到挂历或者台历，我们用历法来指导我们的生活和工作，我们要旅游或者要新宅，要搬家、要入伙，我们都会要去选择一个好的日子，所以日历挂历跟我们息息相关。

公历和农历是怎么来的呢？在挂历上面一定有公历有农历，两面都有。我们从盛唐诗人王湾的一首诗《次北固山下》说起，这首诗是王湾描述他从外地坐船赶回家乡过年的感觉，大家都比较熟悉，《千家诗》里面就有。诗曰：

客路青山外，行舟绿水前。

潮平两岸阔，风正一帆悬。

海日生残夜，江春入旧年。

乡书何处达？归雁洛阳边。

其他的不说了，就说“海日生残夜”，就是夜将尽，太阳冉冉地升起来了。“江春入旧年”这五个字里面就有两个节日，也就是“春”就是指立春；“年”就是指农历年的第一天，正月初一或者说春节。其实“江春入旧年”这一句诗的意思就是说，诗人在坐船回家的途中就碰上立春，春节将近了，更加归心似箭。通过这句我们可以知道，王湾回家这一年是立春在春节之前。

很多人都会错误地认为农历一年的开始是正月初一，其实不一定。天文学告诉我们立春的这一天才是农历一年的开始，有人就作过一个统计，从1976年到2000年，这二十五年之间有十五次是立春在春节之前，有九次是立春在春节之后，有一次是立春和春节正月初一正好是同一天，那就是1992年。

所以我们出生的年的生肖，不是看正月初一，而是看何时立春。比如说公元2010年公历的2月4号卯时是立春，农历就是2009年的12月21号，农历2009年的12月21号是立春。我们就可以知道了，如果有一个小孩子是生于农历的2009年12月21号，这个小孩子的生肖应该是属牛，如果他是生于农历的2009年12月22号，他的生肖应该是属虎。甚至于可以说得更细，因为怎么样？是2009年12月21号的卯时，这个时候是2010年的立春，我们就可以说在卯时之前一个时辰，他就还是属牛，卯时一过

他就属虎了，这个是比较精确的。

同样的，月干支也不是以农历的每个月初一这一天开始算的，不是这样的，而是以当月的二十四节气的第一个节气为开始。

我们都知道全世界的历法可以归为三类，就是太阳历、太阴历，还有一种就是综合历。

第一类太阳历就是公历，就是以地球绕太阳一周的时间，三百六十五天四十八分四十六秒来制定，这是公历。

第二类就是太阴历，太阴历是以月亮绕地球一周的时间29.5306天，这样绕一周就是一个月。十二个月，月亮圆缺十二次就是一年，但是这就有一个问题了，因为这样算起来的话，圆缺十二次只有三百五十四天左右，所以要设闰月。

第三类就是综合考虑地球绕日和月亮绕地球的时间来制定了。比如说中国的农历，还有比如说佛教的时轮历，时轮历是源自于《时轮摄略经》。《时轮摄略经》有五个部分：第一个是世间部，第二是有生部，第三个是灌顶部，第四是修法部，第五是般若部。世间部是外时轮；有生部是内时轮；往上的修法是属于别时轮，时轮法，是金刚乘的高峰，与我们的药师法门也是有很多相通的地方。

我们也知道西方的天文学的发展有三个里程碑。

第一个里程碑就是哥白尼的日心学说。

第二个里程碑就是开普勒在1619年归纳的天体运动三大定律。

第一定律：行星在椭圆轨道上绕太阳运动，太阳在椭圆的一个焦点上。在他之前大家很多人都误解，认为地球如果绕太阳转，它一定是一个圆形的，但实际上不是，是一个椭圆形的，而椭圆形一定会有两个焦点，太阳在其中一个焦点上。

第二定律：从太阳到行星的向径，相等时间扫过的面积一样。这样子我们就可以知道了，它有两个焦点，太阳在一个焦点上。那怎么样？那我们就可以知道行星绕日运动不是等速的，它如果靠近太阳的时候就会加快，为什么？因为相等时间它扫过的面积一样。

第三定律：行星绕太阳运动周期的平方与椭圆轨道半长轴的立方成正比，这个就向前迈进了很多。

第三个里程碑就是我们都知道的牛顿的万有引力定律。牛顿其实是站在前人的肩膀上，他的数学很好，所以他运用微积分，在开普勒天体运动三大定律和数学微积分的基础之上，就发现了万有引力定律，不是说他坐在苹果树底下，苹果砸下来就砸得他开悟了，就搞出一个定律来了，他肯定还是有一些基础。

正如伽利略所说的：“大自然这本书是用数学语言写成的。”可见，如果我们掌握日月星辰的运行规律，掌握它对于地球上生活的人类和万事万物的影响，掌握这种规律以后，从小的来说，我们可以预测一个人的寿

夭穷通、吉凶祸福，可以预测他身体的健康状况。

从大的来说，我们就可以发射人造卫星，发射宇宙飞船，所以其实不断地掌握宇宙内在的规律，这样我们就能够不断地获得更大的自由。还有，如果从广泛的来说，我们也可以知道国运的兴衰。比如说初唐时候的李淳风，他有造一个《推背图》，明朝时候的刘基也有造一个《烧饼歌》，他都是运用他所学到的这些规律来预测将来地球上人类的发展趋势是怎样的。

第三个要点，经文中讲“地平如掌，皆以宝成，细滑柔软，常有香气，无忧苦声”，从内层意义上来说，实际上就是说的具体的修法。

粗身的修法就是身结手印、口诵真言、意作观修。

细身的修法就是修气、修脉、修明点。脉修三脉七轮，气就修金刚诵、修宝瓶气、中住气、九节佛风等等。明点就是修四喜、四空。昨天为什么讲到要一定观种子字而且要观得清晰呢？如果你不能观清晰的话，你就算猛厉火生起来，上去融化这个白菩提，但是它很快地降下来，那么乐上生空就难以生起来。

通过这样的修法我们的能量结层层地打开，我们就由粗身转为细身，就由粗心转为细心，更进一步就转为极微细的身心，所以说是“细滑柔软”，这是形容修证的过程，气脉调顺，所以说“无忧苦声”。

当我们处在粗身粗心，粗糙的身心状态的时候，我们是不自由的，我们是被动的，我们的身体被能量结所

束缚，我们老是觉得疲乏无力，老是觉得昏昏欲睡，因为内在的能量结束缚。我们的心也是因为能量结的束缚的缘故，所以我们被贪瞋的习气反应所束缚，而且从自己的立场，从自己的观点，从自己固定的僵化的思惟模式出发，还认为自己很高明，还自以为是，自己吸纳了很多佛法的知识，老是以这个去套去框，认为这个不对那个不对，不能够觉照，这就是无明。

当我们能够转化为细的身心的时候，就能够成就心气自在，不被一切所束缚而成就绝对的自由，解脱就是绝对的自由，解脱不是说我们临命终时往生了，超出娑婆世界了才叫做解脱，当下我们达到一种绝对的自由状态，这样就是解脱。

“心迷法华转，心悟转法华。”我们处在粗糙的身心状态的时候，我们就老是运用妄心、运用大脑思惟，所以我们就会遇到境界，就分别执著境界，遇到经典也会去分别执著经典，我们的心就被粘住了没有自由。《圆觉经》上说，黄金当然很珍贵，但是黄金放在你的眼睛里去，你的眼睛也会瞎掉。佛法当然很珍贵，但是如果你对佛法执著，这种智慧就会降格变成一种知识，你就难以真正地明白如来的心，所以我们的心就会被粘住，就没有自由了。

我们处在细的身心状态就能够突破所有的习性反应，心同佛心，愿同佛愿，所以与经典完全相通，也就是五祖弘忍禅师所说的“一真一切真，万境自如如”。

一切万物都听我们的使唤，而不会障碍我们，所以无忧最胜吉祥如来的净土名之为“无忧世界”。无忧从哪来？无忧就从不断地在身体上去修，把粗的身心转化为细的身心，更进一步到极微细身心，这样我们称之为无忧世界。

无忧最胜吉祥如来因地四大愿

【曼殊室利，彼佛世尊行菩萨道时，发四大愿。云何为四？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，长寿安隐，乃至菩提。】

这一节是讲无忧最胜吉祥如来因地所发四大愿的第一大愿称名脱苦恼。分为三个要点：

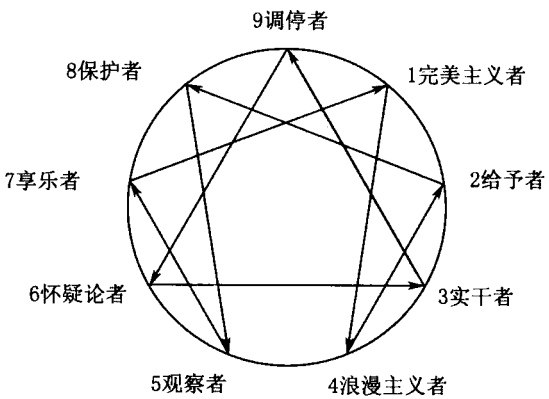
第一个要点，释迦牟尼佛说，曼殊室利啊，无忧最胜吉祥如来因地发菩提心行菩萨道时，发了四大弘深誓愿，是哪四愿呢？第一大愿，愿我未来世成佛时，如果有众生常常被忧愁苦难所缠缚逼恼，不得解脱，如果听闻我当来成佛的无忧最胜吉祥如来名号，并且至心称念，仗佛智悲功德力加被的缘故，众生所有的忧悲苦恼都能消灭，过上长寿、安宁、康乐自在的生活，直到成佛。

第二个要点，为什么众生会“常为忧苦之所缠逼”呢？为什么称念无忧最胜吉祥如来名号就能够“苦恼

悉皆消灭”呢？因为每个人都有自己的习惯性的思惟模式、情绪模式、性格结构，也就是所谓的个性。我们经常会听到评价说，这个人很有才华，也很有个性。还有一些人老是很高兴地说，我是一个很有个性的人。其实个性就是制约，我们可以运用九型人格理论来说明。

九型人格理论

我们看《学修药师法门补充资料》的第76页，有一个很好看的图，叫做九角星图，因为刚好九个角。九角星图很有用，它就告诉我们，这个世间无论有多少人，他们的性格类型基本上是九大类。



九种性格类型

第一类是完美主义者；第二类是给予者；第三类是实干者；第四类是浪漫主义者；第五类是观察者；第六类是怀疑论者；第七类是享乐者；第八类是保护者也称之为领导者；第九类是调停者。

我们这个地球有超过六十亿人口，六十亿人不管什么民族、什么国家、什么文化，其实性格大致上都是这九大类。当然有的会有一些综合，他以某一种为主、也有其他的一些特征。

九型人格九角星图，这个学说已经有超过两千年的历史了，最早它的起源是来自于中亚细亚的苏菲族。后来伊斯兰教兴起以后，伊斯兰教里面有一个神秘派别，叫做伊斯兰教苏菲派。苏菲派很值得留意，他里面那个灵修的方法有很多善巧方便的地方。

比如说我们禅宗禅堂里面会喜欢跑香，越跑越快越跑越快，跑跑跑，突然一敲板，大家马上刹车，站住不动。你说那有什么作用吗？你跑得很快很快，由慢到快，越来越快，突然一下子停下来，有什么作用你知道吗？你这个心一刹那之中什么妄念都没有了。什么原理？

这个苏菲派也有这个方法，差不多，但是它是外一个方便，是什么呢？我们知道这个离心力，你一直一直旋转，突然一下停，怎么样？它就抛出去了。这个离心力把你这个妄念全部抛干净了，苏菲派也是有用这个方法，他们也有一个特别的方法。

我们每个人都有发三张纸，九型人格测试。

这里面有九篇文章，是自己对自己的评价，你看你是哪一篇文章跟你相应，这个文章就好像在说我一样，那么你就是那种类型的人格了，你就是那种类型的性格。

我们看第一篇文章：我的行事方式比较极端，要么是要么不是，尤其是处理那些与我相关的事情；我十分崇尚坚强、诚实还有独立的品质，我相信“眼见为实”的道理；我从不轻信他人，除非他们向我证实他们是可信的；我喜欢别人以直率的态度对待我，不喜欢别人拐弯抹角；我讨厌别人欺骗我，也不喜欢别人指使我；我很难容忍软弱的人，除非我知道其中的缘由或者看到他们正在改进；我也不愿意接受别人的命令或者指示，除非他是我所接受或者认同的权威人士；另外，我不能很好地控制自己，当我生气时我很难掩饰自己的感受；我通常站在朋友和爱人一边，尤其是当他们受到不公正对待的时候，虽然不是每次都能起到作用，但是我会让他们感到我的存在。

这一篇文章描述的是九型人格里面的哪一型呢？我们对照这个表来看，这样就比较容易看得懂。是哪一型呢？好像觉得是描述自己的有哪一些？举手看看，有没有人觉得这个是描述我的？还是有一些。其实这一种类型是《学修药师法门补充资料》第76页里面的第八种类型，是什么？保护者或者说领导者，这一种类型的人容易做领导。

其实每一种都是有利有弊，没有绝对的好，也没有绝对的不好。这一种人格为什么会形成呢？你看他很特别。不喜欢别人指使我，并且我也不愿意接受别人的命令，我希望能够保护我的亲人。这种是跟他儿童时候的心理创伤有关系，九型人格图当然跟宿世的业有关系，跟少年时候的成长过程也有关系，心理创伤是儿童时候因为感到自己受到不公正的对待，所以他就会形成一个防御机制，就是让自己变得更强大。他的性格特征就是勇敢，慷慨大度，也充满斗志。这种性格的弱点是，他会控制在自己接触范围之内的人和物，往往会让自己精疲力尽，他会拒绝被人轻易控制，但是往往难以意识到自己很多时候不知不觉在保护旁边的亲友的时候，其实也是无意识地在控制别人。

第二篇文章：我对正确性有很高的标准，我希望自己能够达到那些标准。我能轻而易举地找出错误，并且知道如何改进。我给有些人的印象是过于严厉或者吹毛求疵，如果事情没有按照我所认为的正确方式去做，我将无法接受。假如我答应做一件事，我可以骄傲地告诉你："放心，我一定会把它做好。"虽然平时我的情绪不易外露，但是当别人办事不妥或者行事不公、不负责任时，我也会有不满的情绪。我总是工作在前，享乐在后。并且为了完成工作，我会抑制自己的欲望。

这种就是九型人格图里面的第一种类型完美主义者。这种人是事事追求完美。心理创伤是他儿童时候成

长阶段，当他表达自己的看法的时候，他总是感觉到好像受到了长辈严厉的斥责或者惩罚。觉得父母亲、长辈对他要求很严厉。他的防御机制就是听话，小心行事，免得再受斥责。长大以后他养成的主要性格特征就是追求质量，关注细节，关注正直和公平。性格的弱点就是追求完美，所以导致了过分地注意细节，因为他追求完美，所以往往被自己的职责压得透不过气来，不能够平息内心的焦虑和担忧。对于这种类型的人应该有一个提醒，其实生活的目的是做人，而不是尽善尽美。

第三篇文章：我能够全面地看待事物。由于能同时看到事物的利与弊，所以我经常举棋不定。但是凭借这种能力，我经常帮助别人解决分歧。有时候这种能力还使我可以更清楚地看到别人的处境以及他们的个人优点，但对于自己我却做不到这一点。当我心烦意乱时，我会轻重不分，捡了芝麻丢了西瓜。我不知道对自己来说什么是真正重要的。为了避免纷争，我会附和别人，所以在别人眼里，我是一个随和的、能让别人快乐的人。通常我不会当众对人发怒。我喜欢舒适、和谐的生活，我喜欢别人接受我。

这一种人是九型人格图里面的哪一型呢？是属于第九种类型调停型。这种调停者他的心理创伤是儿童时候感到自己被他人遗忘了，所以他就形成那种防御机制，就是避免冲突，他小时候担心，如果我一跟人冲突我就会被人遗弃，所以他避免冲突，长大以后他的习惯性行

为就是按照自己的节奏，不紧不慢地生活。他的主要的性格特征就是，善于克制情绪，把握分寸，善于倾听。性格弱点就是，你要他表明立场的时候，他觉得很为难，他希望做一个调停者，希望做一个和稀泥的人。还有，他把任何事情都看得一样重要，往往就错过大事。

第四篇文章：我对别人的感受很敏感，我能了解别人的需要，哪怕自己不认识他们。有时候意识到别人的需要是一件让人灰心的事，尤其是看到别人的痛苦和不幸，而我能做的比我想做的要少的时候。我愿意主动为别人提供帮助，但是有时候我情愿说“不”，因为我往往会因为投入过多的精力去照顾别人，而忽略了对自己的呵护。假如别人觉得我的帮助和付出是为了控制或者操纵他们，我的感情会受到伤害。我希望自己在他人眼里是一个热心肠的好人，但是如果得不到别人的重视和赏识，我会变得十分情绪化并且甚至有一些苛刻。我注重良好的人际关系，而且愿意努力营造这种良好的关系。

这一类是属于第二种类型给予者。给予者他的儿童时候的心理创伤是感到自己得不到他人的认可，所以形成的防御机制就是使自己成为他人不可或缺的一部分。习惯行为就是猜测他人的需要，满足他人的愿望，性格特征就是亲切友好，乐于助人。

第五篇文章：追求完美是我的行事动机，我多年来的成就使我得到了许多赞誉。这一生我做了许多事，而且几乎每件事都是成功的。我十分认同自己的所作所

为，因为我坚信一个人的价值在于他的成就和别人对他的赞誉。我总是希望在规定的时间里尽可能地多做一些事，所以为了把事情做好，我常常无视自己的感觉，也顾不上反省。因为经常有很多事要做，我难得闲着，也难得休息。另外，我对那些不会利用时间的人缺乏耐心。有时我会从那些办事太慢的人那里抢活干。我喜欢体验高高在上的感觉。我还喜欢竞争，所以我是一名出色的竞赛选手。

这一类是实干者，很简单是不是？他的心理创伤是儿童时期感到自己得不到他人的认可，并且不知道原因所在，他跟第二类型的给予者不相同，他也是感到自己得不到他人的认可，但是他不知道原因所在，所以他形成的防御机制就是采取实际行动努力表现，做出有目共睹的成就。他的习惯行为就是努力实干取得胜利，他的性格特征就是有效率，有很强的应变能力。但是他的性格弱点就是怎么样？他一直实干，他无视自己的感觉，也顾不上反省，所以他往往会外在成功、内在很空虚。

第六篇文章：我认为自己是一个性格安静、善于分析的人，比起大多数人来，我喜欢多花一些时间独处。通常我喜欢在一旁观察事物的进展，而不愿意身陷其中。我不喜欢别人对我提太多的要求，也不喜欢别人了解我的感受。独处时我能更深入地体会自己的感受，而且我经常能从重温旧事中得到经验，这一点在初次尝试某件事的时候是达不到的。独自一人时，我从来不会

觉得无聊，因为我的精神生活十分丰富。因此，对我而言，保留独处的时间与精力，过一种简简单单的生活以及尽可能地保持自给自足都是很重要的。

这是第五种类型的人格，就是观察者。他的心理创伤是儿童时候感觉到自己的隐私受到侵犯了，所以形成的机制就是与他人保持一个安全距离，你看他总是喜欢独处，喜欢多花一点时间独处。他的习惯行为就在事情发生以前掌握尽可能多的信息，充分地观察认识事物。他的性格特征就是善于分析和总结。

第七篇文章：我极富想象力，尤其是在安全受到威胁的时候，我常常能发现危险或者有害的东西，而且立刻就可以体验到灾难真正来临时的害怕与恐惧。通常我会避开危险或者避开它的正面挑战。另外，想象力还使我变得机智和幽默。我希望生活变得更确定，但是我经常怀疑自己周围的人和事。我常常能发现别人观点中的失误和不足，因此我猜想有人会觉得我很机敏。我常常怀疑权威，当别人把我当做权威时我会觉得特别不自在。由于我能看出别人观点中的错误，所以我能找出失败者失败的原因。一旦我决定为某人或某个理想奋斗后，我就会死心塌地去做。

这一类是属于九型人格里面的第六种类型，怀疑论者。他的心理创伤是在儿童时期感到自己遭到背叛，他的防御机制就是保持警惕，形成的习惯行为就是小心谨慎，认真地分析形势，他的性格特征就是对事物总是要

进行预测和判断，而他一旦认准了就会很忠诚。

第八篇文章：我是一个乐观的人，喜欢尝试新鲜有趣的事。我的头脑非常活跃，我的思惟可以在不同的观点中飞速地跳动。我喜欢将这些交织在一起的观点汇合成一张总图。当我将原本不相干的概念联系在一起时我会很兴奋，而且我会花许多精力做这件事。对于无偿的或者重复的事我缺乏耐心与兴趣。我喜欢计划和准备阶段的工作，因为此时会有许多有趣的选择可以考虑。当我对某件事失去兴趣时，我不会继续下去，而会投入到另一件让我感兴趣的事当中。即使有什么使我沮丧，我也会将注意力转移到令人更愉快的事物上。我相信人们有权利过快乐的生活。

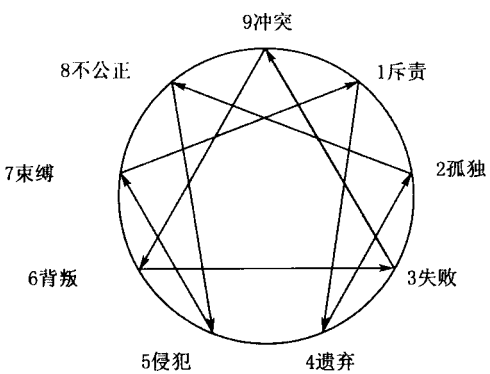
这一种类型就是第七种类型享乐主义者。他的心理创伤是儿童成长期感到自己受到束缚，不一定是外在真有什么束缚，而是他内心的感受，他感到自己老是受到束缚，所以他的防御机制就是逃避痛苦，保持多种选择。他的习惯行为就是享受生活，保持变化的状态。他的性格特征就是快乐，思惟活跃。

最后第九篇文章：我是一个敏感的人，我感情很强烈。我经常觉得被别人误解，而且感到孤单，因为我觉得自己与别人有所不同。在别人眼里我的所作所为就像是在演戏，而且曾经因为过度敏感和夸张情绪受到批评。我渴望彼此的情感交流和强烈的情感体验。但我与别人的关系很难融洽，因为我总是想拥有不可能得到的

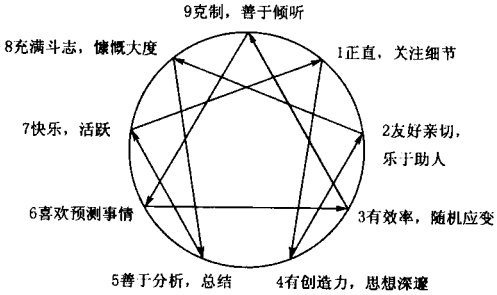
东西，又总是鄙弃我已经得到的东西。我这一生都在寻求心灵的沟通和理解，却总是由于知己难寻而郁郁寡欢。有时候我很想知道为什么别人比我活得快乐，人缘也比我好得多。我对美学有很敏锐的感觉，而且我有丰富的情感世界。

这种就是九型人格图里面的第四种类型浪漫主义者。心理创伤是儿童时期感到自己被他人抛弃了，防御机制就是要弥补内心的缺失感，他的习惯性行为就是追求真实感觉，充满激情。在充满激情的时候会喜欢标新立异，他的性格特征就是富有创造力，思想很深邃。

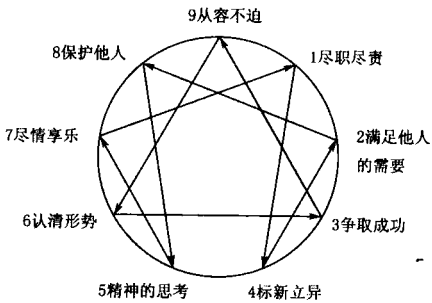
我们再来看，从《学修药师法门补充资料》第76页这么一个表就变为四个图，这个箭头为什么要这么标来标去的啊？一个来一个去，这个原因其实都是在说明九种心理创伤、九种防御机制、九种习惯性的行为方式和九种主要的性格特征。



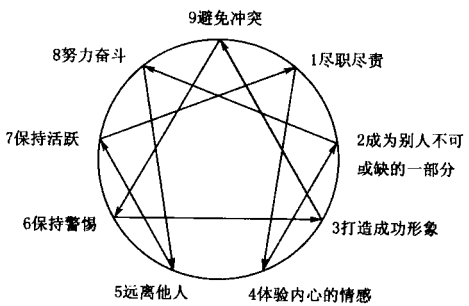
九种心理创伤



九种主要性格特征



九种习惯性的行为方式



九种防御机制

中国古人说：“知人者智，自知者明”。我们懂得九型人格学说能够使我们自知知人，能够使我们向内看，这是个好工具，我们要修行，如果性格上的弱点你都不能够弥补的时候，你都没有觉察的时候，你修行怎么会上得去呢？你跟人相处你都难以理解对方的时候，那怎么会修得好呢？所以这个九型人格我们用来向内照，很容易看到自己的弱点。

九型人格是帮助我们了解内心如何运作的工具，使我们能够自知而且知人。比如说，如果我知道自己是第一种类型的完美主义者，那么无意识之中会高标准地要求自己和其他人，这个时候我知道自己是这种类型的人，我就有意识地降低标准，就会变得更加宽容，容许自己和他人犯错误，而不会一再地、一味地去吹毛求疵挑毛病，这样当然人际关系更和谐，自己也更快乐。

而且九型人格学说也能够使我们更好地理解他人，增进交流，改善人际关系，使我们能够站在对方的角度去理解他，从他的那种性格特征去理解他的思惟方式和行为模式。

以前我们不会这样，因为什么？因为我们缺乏好的工具，现在我们有一个工具，我就可以知道我是哪种类型。我对他很熟悉了，我以前总是跟他起冲突，因为我总从自己的观点出发，现在我知道他是另外一种类型，所以我就能够更好地理解他。

以前我们总是从自己的局限性出发，看到别人的言行就容易起反感，心里面老是在嘀咕，他怎么可以这样，这个人简直不可理喻，虽然话没有说出来，心里面一直嘀嘀咕咕的。或者有些人他会觉得很疑惑，为什么这个人在单位上业务成绩一鸣惊人非常优秀，而人际关系却是一塌糊涂呢？我们身边总有这样的人，为什么这个人他总是答应得很爽快，行动起来却总是拖拖拉拉等等。我们就能够从这九型人格学说里面找到理解对方的管道，能够运用九型人格学说来提升自己，来宽容他人，就能够人际和谐。

比如有人跟同事的关系很糟，因为大家的性格不同，原来已经达到了水火不相容的地步了，他能够懂得九型人格，能够运用九型人格来自我提升，自我改善以后，他就能够调整自己，就能够从对方的性格特征去理解他，就能够成为坦诚相交的知心朋友，这是很有作用的。

有一些人夫妻之间，眼看因为性格不同，经常吵架，婚姻即将破裂了，有了九型人格的指导又能够和好如初。因此懂得运用九型人格对我们人际的和谐是非常有用的。作为修行人就应该用它来更好地觉照我们内心的运作模式。

我们来看图表：九种心理创伤，九种防御机制、九种习惯性的行为方式、九种性格特征。

比如说第一种类型完美主义者，他的成长过程之中

的心理创伤就是当他表达自己看法的时候，他总是感觉受到来自于长辈严厉的斥责和惩罚，所以他就自己要起一个防御，所以他应对外部世界的防御机制就是他受到几次斥责以后就会变得听话，小心行事，努力表现，然后他渐渐地形成的习惯性行为，就是严格地控制自己，尽职尽责。但是他潜在的情绪就是容易愤怒。

因为他样样都追求完美，所以完美主义者他的弱点就是可能会变得严厉专断，对于任何不完美的事情都容易感到愤怒，他总是高标准地要求自己和他人，这一次比上一次要更完美，使大家都精疲力尽。

这九型人格图里面的箭头是表示每一个人都可能有三种的行为方式。我们看九种习惯性的行为方式这张图。每一种类型、每一种性格的人他都有三种行为方式，第一种是占据主导地位的行为方式；第二种是处于压力状态下的行为方式；第三种是处于完全的，他自己觉得感觉安全状态下的方式。

看第七种类型享乐主义者。他平时主导的行为方式就是尽情享乐，他是喜欢享受生活的，追求丰富多彩、自由自在的生活的，这是占据主导地位的行为方式。但是在一种特殊情况下，比如说他处在压力状态之下的行为方式，他会改变过来。

比如说一个高三的毕业生，他离高考只有两个月了，他本来是属于第七种类型享乐主义者，他尽情享乐的，但是他面对高考的强大的压力，他的性格就会怎么

样？你看这个箭头所指就是第一种类型完美主义，也就是尽职尽责，他就会朝第一种类型完美主义这个型号发展，他在这两个月之内会有一个学习的突击，他就会制定详细的作息时间表，勤奋认真，而且严格要求自己照那个时间表尽职尽责地去学习，争取去考好，这是压力状态之下，所以由第七种类型就指向第一种类型。但是考试一结束他又回到了第七种类型享乐主义的主导性格状态下。

还有第三种行为模式是，他在自己觉得安全状态之下，他可以由第七种类型享乐主义者就变成第五种类型精神的思考，也就是观察者，因为什么？因为第七种类型享乐主义者他的防御机制是为了逃避痛苦，所以他在觉得非常轻松，有很强的安全感的时候，他就会变成第五种类型观察者，他就会开始不单单是追求享受，而且是会开始向内作精神的思考，他成为一个观察者，充分地观察和认识事物。

其实一个人他主要的有三种行为模式，不管他是哪一种人格类型，不管他是哪一种性格模式，他都会有三种不同的行为方式。这是讲他在觉得安全的时候，而一旦他内心有不安全感，他又会回到第七种类型享乐主义者，尽情享乐，享受生活的状态。

所以我们如果学习了九型人格学说，就能够体会到人格就是制约，个性就是制约，修行的过程就是不断地向内看到自己性格的局限性，个性的局限性，如果你不

去向内觉察的话，你会被它限制，我们的性格模式会在人生之中不停地重复。甚至于有一些不单单是今生是这种性格，他可能流转流转将来再得人身，他还是那种性格，因为他已经形成一种惯性，形成一种难以觉知的、自动化的反应模式了。这种在佛教里面称之为无明。

你不要老是去念无明，你不晓得无明是什么东西，无明在哪里体现，就在你的性格里体现，你一直在一种性格模式里面循环，从来没有去向内去觉照它的局限性。这种对于我们自己的思惟方式、情绪与行为模式的无意识状态，自动化的反应状态，无意识状态就是佛法中所说的无明。无明就是觉察力的缺席，这种无明使我们不断地起贪瞋的习气反应，因此不断地造业轮回，这也就是本经上所说的“常为忧苦之所缠逼”，现在我们就能够明白，原来经上说我们为什么会“众生常为忧苦之所缠逼”呢？原因就在此地。

第三个要点，称念无忧最胜吉祥如来名号就是每一分每一秒都保持觉察，照亮自己的性格结构，照亮自己心的运作模式，在每一次贪瞋习气反应刚刚生起来的时候，就能够觉察到，觉察以后怎么样？不要批评自己，不要压抑自己，你只是去照亮它就好了。然后我们就可以以非常友好的态度，对自己的习气说：“哦，你又来了，我看到了。”这样就可以了。然而它就会怎么样？它的力量会一次一次地变小变小变小，然后你这个盲点就消除了，你这个障碍就消除了，当下我们就能够从负

面的情绪反应之中跳出来。

比如说我知道自己是第四种类型浪漫主义者，那怎么样？那我总会习惯于看到事物缺失的部分，他的心理创伤是因为他儿童时期感觉到自己被抛弃了，所以怎么样？他总是会关注没有得到的那一部分，对于得到了的他很轻视，这样我已经明白我的弱点了，我明白自己总是习惯于看到事物缺失的部分，多愁善感，这样浪漫主义者他总是觉得失去了的或者没有得到的才是最美好的，因此他总是去追求强烈的情感和可靠的人际关系来弥补内心的缺失感。因此他就会常常陷入到忧郁或者悲伤的情绪漩涡之中去难以自拔，一个人感情很强烈、情执很重的人，往往是这种浪漫主义者，他自己陷在那个里面难以自拔，还不知道自己的弱点。

当我们通过念无忧最胜吉祥如来名号，就学会了自我觉察。我们学会了自我觉察就越来越有能力从负面情绪之中解脱出来，所以我们念南无无忧最胜吉祥如来，就是每天在自己的身心上来体验，真实地去体验，这种体验能够帮助我们看到自己的盲点，然后穿透一切无明习气。

无明习气你不用害怕它，也不用逃避它，也不用抗拒它，你只要照亮它，穿透它，穿透它以后，你一定会有很好的体验。这种体验就能够使我们生起真正的智慧，而不是知识，就能够让我们融入到本觉的智慧大海之中去，所以经文上说称念佛名就能“所有忧悲，及诸

苦恼，悉皆消灭”。

【第二大愿，愿我来世得菩提时，若有众生，造诸恶业，生在无间黑暗之处大地狱中，受诸苦恼，由彼前身，闻我名字，我于尔时身出光明照受苦者，由是力故，彼见光时，所有业障悉皆消灭，解脱众苦，生人天中，随意受乐乃至菩提。】

这一节是讲第二大愿见光人天生。可以分为两个要点：

第一个要点，无忧最胜吉祥如来因地发第二大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生因为无明的缘故，造作了种种的恶业，生在无间地狱黑暗之处，受众苦逼恼，由于他前生得人身时曾经听闻过我的佛号，这时候我就身放大智慧光明，照耀加护受苦者，由于佛力加被的缘故，能够使他见到光明，所有的业障悉皆消灭，所有的痛苦悉皆解脱，生于人间天上，随其意愿享受种种的快乐，直到他将来也能圆成佛道。

第二个要点，这尊无忧最胜吉祥如来因地四大愿可以含摄六百卷《大般若经》的修法精华，就这么四大愿，但是已经把六百卷《大般若经》的修法都含摄在其中了。

众生因为无明，就陷入到大脑思惟的分别念之中，所以内心之中常生烦恼，这就是本经上所说的“生在无间黑暗之处”，念佛名号，觉照当下的身心，由体验而生智慧，就是佛身出光明照受苦者。

我们内心有执著，这种内心深处的执著，自己平时都察觉不到的盲点，那就是什么？就是无间黑暗之处。我们现在通过无忧最胜吉祥如来的教诲，我们念他的名号就是能够向内觉照，这种体验能够生起智慧来，就是如来的智慧光明照耀我们。

般若无相无不相，在一切境界之中不住不著、不取不舍，这样真正做到恰到好处，也就是安心于般若上而尽其应尽的责任，就是即事而显般若，就是不坏真俗，恰合中道，不坏真谛俗谛而恰合中道，所以能够业障消除，“解脱众苦，生人天中，随意受乐，乃至菩提。”

正如《维摩诘经·不思议品第六》所说：“法名寂灭，法名无染，法无行处，法无取舍，法无处所，法名无相，法不可住，若住于法，是则住法，非求法也。”此《不思议品第六》告诉我们什么是真正的求法，这就是大般若，就是佛身出光明。法不可住，这是告诉我们一个修行的窍诀，你修任何法有任何的境界都不可以住，不可以停留在那个层面，不可以执著那种境界。

比如说我们修天台宗的六妙门：数、随、止、观、还、净，这也是药师法、药师定的基础，这个六妙门，就是六个步骤。首先就是我们要能够怎么样？就要能够知时知量。我们一直先修数息，从一数到十这样循环。数息我们数到妄念不起的时候，就要怎么样？就要法不可住，就要知时知量，就要修随息。修随息修到了心息相依，就也不要停留在这个境界，接下来就要修止，成

就止以后就要修观，更进一步修还、净，所以不要停留在任何一个境界。

所以我们要有实修的体验，要知道，那些都只是手段，不管有任何的境界，不管数、随、止、观、还、净，这些都只是手段，所以要不住不著，无所求、无所住、无所得，这才是真正的大般若。因为般若怎么样？般若就是无所求、无所住、无所得，真正的大般若见地就到了，真正的见地透脱了，刹那之间就可以开悟，所以说这个就是经文上所说的见佛身出光明，业障消灭。

【第三大愿，愿我来世得菩提时，若有众生，造诸恶业杀盗邪淫，于其现身受刀杖苦当堕恶趣，设得人身，短寿多病生贫贱家，衣服、饮食悉皆乏少，常受寒热饥渴等苦，身无光色，所感眷属皆不贤良，若闻我名至心称念，由是力故，随所愿求，饮食、衣服悉皆充足，如彼诸天，身光可爱，得善眷属乃至菩提。】

这是第三大愿转得善眷属。可以分为三个要点：

第一个要点，无忧最胜吉祥如来因地发第三大愿说，愿我未来世成佛时如果有众生造作杀生、偷盗、邪淫等种种恶业，在当生之中就会招感不如意的士用果，现身受刀砍杖打之苦，当来感异熟果堕到三恶道之中去受报，从三恶道之中出来得人身时还要受不如意的等流果，短寿多病，生于贫苦之家，还要感受不如意的增上果，衣服饮食都感缺乏，经常受寒冷、炎热、饥饿、干渴等等众苦折磨，身体没有光泽，所遇到的眷属都不善

良不贤惠。

如果能够听闻我当来成佛的名号，并且至心称念南无无忧最胜吉祥如来，那么仗佛威神力加持，能够令众生所求如意，饮食衣服悉皆丰足，得到像天神一样光泽可爱的身体，得到善良贤惠的眷属，直到证得无上佛果。

第二个要点，第二愿佛身出光明，是侧重于引导众生证得法身清净面，第三愿就是我们人人念佛名号都能够如彼诸天身光可爱，我们身都有光明，好像天神一样的光明身，光泽可爱的身，这其实就是侧重于由法身起用。

说一则公案好了，有一位禅师读《妙法莲华经》，读到“诸法寂灭相，不可以言宣。”他不懂得一佛乘的妙旨，他就去请教他的师父，他的师父也没有开悟，也不能够跟他解说，所以他就立志到外面去参学。后来在外面行脚的时候，他听到黄莺鸟在柳树上面鸣叫而豁然大悟，就说了一个偈子：“诸法寂灭相，不可以言宣。春到百花香，黄莺啼柳上。”在柳树上婉转啼鸣。

“诸法寂灭相，不可以言宣”是证得法身的清净面。清净面就是光明，就是真心的光明相。不可以言宣的是什么？如果你用凡夫的心智模式来听，你所认为的那个其实是错的，因为它已经不在凡夫大脑思惟的次元上，还要由这个体相来起妙用，后两句“春到百花香，黄莺啼柳上”，这两句就是法身起用。

法身起用就是生生不已的生命活力，大家一定要知

道，我们一直在说生活力、生命力，一直在强调要唤醒我们生生不已的生命活力，这个生命活力是指什么？是指如来法身功德，是指的法身起用，不是说你张三有张三的生命活力，李四有李四的生命活力，不是这个样子的。生命活力是指尽虚空遍法界的，我们勉强来说就是物理学家所说的宇宙弦论。万事万物都是同一种能量的不同的振动状态。譬如四川成都文殊院有一首对联，你一进去就可以看到了："见了就作，作了就放下，了了有何不了；慧生于觉，觉生于自在，生生本是无生。"这就写得非常妙。生生本是无生，生生无生，无生生生。无生生生，生佛净土；生生无生，顿悟成佛。

因此一个真正懂得药师法门，开发了生命活力的人就能够像维摩诘居士一样，每一天都过着繁华热闹的生活，而一切贪瞋痴不能染污其心。这就是真正地会念无忧最胜吉祥如来名号，就能够转得善眷属所求皆如意。

第三个要点就是经文上说"如彼诸天，身光可爱"，这也是说修行的境界。身光如天，我们这个天空是湛蓝湛蓝的颜色，就是琉璃光色，真正开悟的时候气入中脉，心气自在的修行者，他就能体验内在的中脉，它是琉璃光色，更进一步它也能够显现琉璃光色，入药师定显现琉璃光色。

【第四大愿，愿我来世得菩提时，若有众生，常为药叉诸恶鬼神之所娆乱，夺其精气受诸苦恼，若闻我名至心称念，由是力故，诸药叉等悉皆退散，各起慈心，

解脱众苦乃至菩提。】

这一节是讲第四大愿药叉起慈心。可以分为三个要点：

第一个要点，无忧最胜吉祥如来因地发第四大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生常被药叉等各种鬼神干扰，夺取众生精气，使众生受痛苦烦恼折磨，如果听闻到我的佛名，至心虔诚称念，仗佛功德力，能够使药叉鬼神等悉皆退散，不能干扰，并且药叉等众各各生起慈悲之心，解脱众生的苦难，直到成佛。

第二个要点就是我们要说一下这个药叉鬼神。我们如何正确去理解和认识呢？在《地藏经》也有说，睡觉的时候，会被那些啖精气鬼王来夺人精气，有些人很害怕说："哎呀，怎么办？是不是我家里风水不好啊？"这其实都是没有懂得经里面说什么，你要知道，经中所说的这些药叉鬼神，他是指行星的能量对人体的影响。

比如说西方的心理学家荣格就说过，他会时常运用西方的占星学来更深入地来理解那些临床心理学的个案。有些个案他分析来分析去，他搞不懂就借助这个西方的占星学，就能够让他更深入地理解，为什么他会处在那样子一种精神状态，一种心理状态。

荣格说：当我面临难解的心理状态时，我通常会参照当事者的天宫图，尝试从不同的角度来深入了解此人，我必须说我经常发现占星学的数据，的确能够提供其他方式无法提供的解说，又能准确预测生命危机发生

的时段。行星就是天上的神，象征潜意识的势力。

那么在前面提到的天文学家以及物理学家开普勒，他也曾经表示过，他非常不愿意相信占星学的有效性，但是“伴随着行星相位同时发生的无误事件，却让我不得不相信占星学的准确性”。其他还有很多了，除了荣格还有开普勒他们相信和运用占星学，还有比如说弗朗西斯·培根、富兰克林、纳皮尔以及牛顿等等，他们都有运用占星学。

我们唐密里面也有一个《开元占经》，大家有没有看过？应该世间有出版《开元占经》，那个跟占星学也有相通的地方。运用二十八星宿，把二十八星宿其中一个舍掉了，用二十七个宿来做一些占察预测。

第三个要点就是“药叉起慈心”是什么意思呢？

无忧最胜吉祥如来这个四大愿是非常殊胜，虽然很短，但是可以含摄全部六百卷《大般若经》的修法。《大般若经》教导我们要超越知识的层面，开显真心本觉的智慧，真心的体相用就是空、明、觉。

无忧最胜吉祥如来第一愿就是教导众生开显真心的体——空，所以能够破一切执著，灭尽忧悲苦恼。

第二愿是开显真心的相——光明，也就是法身清净面，也就是佛身出光明，照受苦者，随意受乐，是我们人人本具的法身清净面焕发出来，就是佛身出光明，照受苦者了。

第三愿就是开显真心的妙用——觉悟，就是不断

地提高我们内在的觉察力，这个就是真心的妙用，真正开启出来我们就能够怎么样？就能够身光如天、得善眷属。

前面三愿就是分别让我们开显真心的体、相、用，《大般若经》说六百卷也就是说真心的体相用如何开显出来，所以说能够容括《大般若》，不是一句虚话。

第四愿是讲没有开悟的时候，会受到时空的局限，所以经文上中说为药叉鬼神干扰。而一旦能够明心见性，就能够“一真一切真，万境自如如”，就能够成就十种自在。虽在六尘中，六尘不能染，虽在生死中，生死不能拘，成就大自在境界，万物为我所用，所以才说药叉各起慈心。念佛名号就会药叉起慈心，就是说各种行星的能量，它的力量就能为我所用，当然不会伤害我，伤害我就是起恶心，为我所用就是起慈心，这是比喻的说法。

【曼殊室利，是为彼佛如来、应、正等觉，所发四种微妙大愿。若有众生闻彼佛名，昼夜六时称名礼敬至心供养，于众生处起慈悲心，业障消灭解脱忧苦，无病长寿得宿命智，于诸佛土莲华化生，常为诸天之所卫护。曼殊室利，称彼佛名能生如是无量福业，而彼佛土愿力庄严殊胜功德，声闻、独觉所不能知，唯除如来、应、正等觉。】

这一节有三个内容，首先是总结无忧最胜吉祥如来四大愿；其次是说称彼佛名的不可思议功德；第三就

是说彼佛国土愿力功德是佛果地境界，唯佛与佛乃能知之。这一节可以分为两个要点：

第一个要点是释迦佛开示说，曼殊室利啊，以上所说就是无忧最胜吉祥如来因地所发的四种不可思议的大愿力。

如果有众生能听闻无忧最胜吉祥如来名号，昼三时夜三时诚心称念佛名，恭敬礼拜供养，对一切众生起慈悲心，就能业障消除，解脱忧愁痛苦，无病长寿，得到宿命通的智慧，临命终时能够生到无忧最胜吉祥如来的无忧世界，莲花化生，此人常得到众多天神的守卫保护。

释迦牟尼佛开示说，曼殊室利啊，持诵这尊佛的名号能够生如此不可思议的无量福德，而这尊佛以殊胜的愿力，庄严的佛国净土，具有无比殊胜的功德，这些愿力，这些佛土的殊胜功德都是声闻缘觉所难以彻知的，所不能知道的，我们凡夫的这种妄心思惟，更加是不在那个次元里面，不过是凭凡夫的想象而已，是不能知道的，何况是凡夫呢？所以可见愿力不可思议，国土功德不可思议，唯佛与佛乃能知之，乃能究竟。

第二个要点就是，《药师七佛经》，还有讲过的一佛药师《药师琉璃光如来本愿功德经》都是佛的果地经，同《大方广佛华严经》、《妙法莲华经》、《大般若经》都是一样，都是说如来果地上的事情。

《华严经》是说果中境，是成佛以后万德庄严的境界；《法华经》是说果中果，是说佛的见地，令一切众

生开示悟入佛之知见，这是佛出世的大事因缘；《大般若》是说修行的次第，是说如何依境起行证果。《大般若经》六百卷分为十六会，我们讲《金刚经》已经讲过了，所以此地就不再重复。而《药师七佛经》能够含摄诸多大经的修法。

第一尊药师佛善名称吉祥王如来因地八大愿是说如来禅的修法，成就禅定，所以经中说“常以定力，成就众生，供养诸佛，严净佛土，菩萨眷属，悉皆圆满”。

第二尊药师佛宝月智严光音自在王如来因地八大愿就是说观，说即事而真，由此起观，侧重于说色法和心法。宝月是色法，智严是心法；光音是色法，自在是心法；王是色法，如来是心法。所以你看这个名号里面就已经是色法心法平等双运。

第三尊药师佛是金色宝光妙行成就如来，因地四大愿能够含摄《维摩诘经》的修法，《维摩经》是弹偏斥小、叹大褒圆，可以说她的究竟见地就是大圆满见、大手印见。

第四尊药师佛无忧最胜吉祥如来因地四大愿，可以含摄六百卷的《大般若经》的修法，实相般若、观照般若、文字般若、境界般若、眷属般若，五大般若都含摄在其中。

第五尊药师佛法海雷音如来因地四大愿就含摄了《大集经》、《宝积经》的修法，也含摄了唐密胎藏界的修法。

第六尊药师佛法海胜慧游戏神通如来因地四大愿就是含摄了《妙法莲华经》和《华严经》的修法，也含摄了唐密金刚界的修法。

第七尊药师佛药师琉璃光如来因地十二大愿就含摄了前六尊药师佛的所有修法。

所以经中说“声闻独觉所不能知，唯除如来应正等觉”，所以可见我们这个《药师经》是不可思议，整个大藏经都融摄在其中，可见我们这个药师法门不可思议，是诸佛的甚深行处。

好，愿大家精进地增长自己的觉察力，愿法界众生皆得解脱。

第六讲

目净修广如青莲，心净已度诸禅定，
久积净业称无量，导众以寂故稽首。
法王法力超群生，常以法财施一切，
能善分别诸法相，于第一义而不动。
已于诸法得自在，是故稽首此法王，
说法不有亦不无，以因缘故诸法生。

南无本师释迦牟尼佛！

南无药师七佛！

南无药师海会佛菩萨！

诸位善知识，让我们先发起无上殊胜的菩提心来闻法。请大家看经本的第23页。

第五尊法海雷音如来

【复次，曼殊室利，东方去此过八殑伽河沙佛土，有世界名曰法幢，佛号法海雷音如来、应、正等觉，今现说法。曼殊室利，彼佛世尊所居国土清净无秽，其地平正，玻璃所成，常有光明，香气芬馥，以帝青宝而为城郭，有八街道，砌以金银，楼阁、殿堂、飞甍、户牖、栏楯庄饰皆众宝成，天香宝树随处行列，于其枝上挂以天缯，复有宝铃处处垂下，微风吹动出妙音声，演畅无常、苦、空、无我，众生闻者舍离欲缠、习气渐除、证甚深定，天妙香华缤纷而下，于其四面有八浴池，底布金沙香水弥满。曼殊室利，于彼佛土无诸恶趣，亦无女人，莲华化生，无复烦恼。】

这一节是释迦牟尼佛介绍第五尊药师佛法海雷音如来，以及他的净土法幢世界的依正庄严。可以分为两个要点：

第一个要点，释迦牟尼佛开示说，还有，曼殊室利啊，从我们娑婆世界向东去，经过八个恒河沙数那么多的佛土，有一个佛国世界名为法幢世界。佛的尊号是法海雷音如来、应供、正遍知，现在正在演说妙法。

曼殊室利啊，法幢世界的国土清净，没有秽恶垃

圾，地面平正，由玻璃宝所成，处处充满光明，香气芬馥，用帝青宝作城墙，用金银砌成八条宽广大道，楼阁、宫殿的飞檐翘角和窗户、栏杆等等都是由众宝所成，处处有天香宝树排列成行，树枝上悬挂着天缯、彩带，随处可见垂下的宝铃在微风吹拂下，演奏着美妙动听的音乐，都是在演说无常、苦、空、无我的妙理。其国众生听闻以后，都能够舍离欲望纠缠，贪瞋习气逐渐消除，证得甚深禅定。空中有美妙的香花，缤纷而下。法幢世界的四面有八浴池，池底都布满金沙，池中香水弥满。这都是讲依报庄严。

曼殊室利啊，法幢世界没有三恶道，也没有女人，生彼佛国者都是从莲花中化生出来，没有烦恼。

第二个要点就是经文中说“常有光明”，从内层意义上来说是指心法，在睡眠之中修睡光明法。还有说浴池，这也是说心法，说“宝铃出妙音声”是指息法。

药师法门认为成佛是大开悟，懂得声音，还有懂得中阴身阶段的修法，这都是小开悟。因为音乐的音声是没有办法去作伪，所以它就是心声的流露。

因此中国古人很重视音乐的修养，君子四艺，就是要懂得琴棋书画，而这个琴是排在首位，音乐是排在首位。

而法幢世界的妙处就是其国众生欣赏音乐就能消除贪瞋习气，证得禅定，而娑婆世界的芸芸众生，日日都要为生计奔忙。比如清朝时候有一个人，他写一首诗这

么描述："琴棋书画诗酒花，当年件件不离它，而今七事都更换，柴米油盐酱醋茶。"这是面对现实的日常生活。

但实际上我们修药师法门的人就懂得，音乐是在我们的身体里面，你懂得在觉知呼吸的当下，欣赏身体的种种音乐，这是解脱的音乐。你懂得向内去觉知，我们生命的律动，我们脉博的跳动，我们身体的变化，你去觉知它，你去观照它，这都是走向解脱之道的音乐，也就是像法幢世界的众生一样，都是能够听到无常、苦、空、无我的妙理。

法海雷音如来因地四大愿

【彼佛如来行菩萨道时，发四大愿。云何为四？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。】

这一节是讲第五尊药师佛法海雷音如来因地所发四大愿的第一大愿邪见还归正。本节可分为三个要点：

第一个要点，释迦牟尼佛说，这尊法海雷音如来在因地发菩提心，行菩萨道时，发了四大愿。

第一大愿，愿我未来世成佛时，若有众生误入邪见外道之门，不能清净信奉佛法僧三宝，不能发起无上的

菩提心，只要听闻到我未来成佛的名号，并且至心称念南无法海雷音如来，仗佛功德力加持，就能够让我们向内觉照，贪瞋的无明习气反应会渐渐地消灭，深信并且皈命佛法僧三宝，树立正见，永不退转，直到证得无上菩提。

第二个要点，第一大愿主要是讲我们要能够深生正信，学佛要有正信、正见、正行。

正见可以分为世俗正见和出世间正见，世俗正见就是业果如理取舍，也就是明了现象界的因果律。出世间正见就是明了本体界的无我律，也就是明了四圣谛。

法海雷音如来因地以大智慧觉察到，凡夫之所以烦恼痛苦，不是来自于外境而是来自于不正见，来自于自己的见地不正确，所以一直在无明系统里面。要止息痛苦，或者要得到真正的快乐都必须要在心地上下功夫，要消除招感苦难的心念，也就是消除不正见。要学习正确的思惟方式，也就是灵性生命思惟，也就是正见。所以第一大愿就是帮助众生转邪还归正，正信三宝。

第三个要点，我们要解说一下“生邪见家”，就是由于宿世的业缘误入到邪见外道之门。

其实我们每个人都有遗传家族和灵性家族。在无尽的生死轮回流转之中，我们每一个人都会透过自己的遗传基因，和我们的祖先连结在一起。我们的祖先他们的那些特质，都会代代透过遗传基因传递到我们身上来，把我们和我们的祖先连结在一起。

因此遇到佛法深信三宝是非常殊胜的，不但能够使我们解脱，而且这种觉悟的能量能够加持我们的家族和后代，正如黄檗禅师所说的“一子出家，九族升天，若不升天，诸佛妄言。”这件公案我们原来也说过。真正地出家得解脱，功德是不可思议的，能够使与我们有业缘连结的祖先都得到利乐。那么我们身没有出家，我们的心能够不被世间的一切所粘住，能够真正懂得药师法门，同样地也能够利益我们的祖先，也能够利益到每一个家族的后代。

其次，业缘的连结，还有另一层灵性上的意义。我们在生死轮回之中，每一个人他都有无数无数的前生，我们与这些曾经存在过的生命形体，有业缘的连结，每一个前生，都是我们灵性家族的一部分，所以无穷无尽的因缘才成就了我们当下的身心。如果我们不精进地修行走向解脱，就愧对我们的遗传家族和灵性家族。

【第二大愿，愿我来世得菩提时，若有众生生在边地，由近恶友，造众罪业，不修善品，三宝名字，曾不经耳，命终之后，堕三恶趣。彼诸众生，暂闻我名，由是力故，业障消除，遇善知识，不堕恶趣，乃至菩提。】

这是第二大愿边地遇知识。可以分为两个要点：

第一个要点，法海雷音如来因地发第二大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生，生在没有佛法的边地，由于受恶友的诱导沉迷于感官刺激和外在的成功，造作

种种罪业，不修善法，从来没有因缘听到佛法僧三宝的名字，命终之后受业报，堕入三恶道之中，我的愿力会加持这些业重的众生，他在得人身的时候，都能够暂时听闻我的佛名，仗佛的加被力能够使业障消除，有善因缘遇到能够启发他觉悟的老师、善知识，从而精进修行，不堕恶道，直到证得佛果。

第二个要点，就是我们看法海雷音如来这个愿力其实非常宏大。前面的第一愿是开示生命的意义，不是追求财富地位、荣华富贵。因为这些我们的遗传家族和灵性家族都曾经得到过，但是还是烦恼痛苦，所以要树立正见，正信三宝。

第二大愿是法海雷音如来开示人在宇宙之间的定位。我们生存在宇宙之中，生来死去，行善作恶，悲欢离合，都是在宇宙之中。那我们在宇宙之中究竟是什么地位呢？其实整个人类文化都是对这个的一个思考，对这个根本问题的不同回答形成了不同的文化体系。主要是三种文化体系，即第一种是主奴文化体系，第二种是父子文化体系，第三种是师友文化体系。

第一种主奴文化体系是指西方世界的宗教，认为人在宇宙之中是被创造出来的，宇宙之中的一切飞鸟走兽、花卉草木、山河大地、日月星辰都是神所创造的，所以他们称神为主，人就自称为神的仆人，这就是主奴文化关系。所以西方文化其实就是主奴文化体系，但是如果说上帝创造万物，那么生物界互相残杀，你看，大

鱼吃小鱼，你害我，我杀你，最后当然要说起来也都是根源于神的旨意，这个神就未免太残酷了。

第二种是中国儒家文化和道家文化，他就认为人是由天地所生，阴阳和合而生，所谓“天地无心而成化，圣人与万物同忧。”天是属于精神的，形而上的，地是属于物质，形而下的，天地生万物而人独得天地之正气，所以就称之为万物之灵，《黄帝内经•素问•宝命全形论》上面说：“人以天地之气生，四时之法成。”

天地是无心的，所以万物之间相生相克，又相助相成，但是圣人却不能够无动于衷，他要与万物同忧。看到人类互相斗诤，他就主张仁爱、和平；看到人们缺乏知识，他就施以教化；看到人们道德沦丧，他就注重道德，像父母关爱儿女一样。这就是圣人赞天地之化育。所以中国儒家文化、道家文化，是一种父子文化体系。前面也讲了，《道德经》上说：“圣人无常心，以百姓心为心。”“圣人皆孩之”，把一切众生要看做是自己的儿女一样。

第三种就是佛教的师友文化体系。佛教对这个问题，就是人在宇宙之中究竟是什么地位、是什么样子的定位？佛教对这个问题的回答是，人不是由神所创造的，也不是天地所生的，而是缘起性空。正如《维摩诘经•佛国品第一》上所说：“无我无造无受者，善恶之业亦不亡。”

佛教对这个解释是很丰富的，由浅到深有四重缘起。

第一重是业感缘起。世界的混乱与苦难，是由人类过去的恶业招感的，世界要清净庄严，就需要人人止恶行善才有希望。我们明白业感缘起，就不会怨天尤人，因为世界的净和秽，个人的成与败，都是业力所招感，自作自受，共作共受。明白了业感缘起就不会消极悲观，不会陷入到宿命论，因为业力是可以改善的，个人努力改过迁善，前途自然就无限光明，人人都积极向善，奉行众善，世界就自然和平。

第二重是阿赖耶缘起，也称为相依缘起。我们不同的心识看同样的外境有不同的显现，饿鬼看水是脓血，人见之为水，鱼见之为住处，所以对于显现的外境不要执著。

第三重是如来藏缘起，也就是心性与法性相对。

第四重是法界缘起，这是最究竟的见地。正如六祖惠能大师所说：“清净法身汝之性也，圆满报身汝之智也，千百亿化身汝之行也。”真心的体我们称之为自性，也称之为如来法身，也称之为法界，也称之为空。真心的相，我们称之为智慧，也称之为光明，也称之为报身。真心的用，我们称之为如来法身功德。也就是对眼前正在发生的事情的内在觉察力，这种内在的觉察力人人备具，只要向内走就可以了，也就是万物的勃勃生机，也称之为法界缘起力。

法身境界不能被一般人所见，因为凡夫众生是运用大脑思惟，用意识心来分别的，所以，他对法身境界不

能知不能见。正如《金刚经》所说的：“若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。”因为化身佛的三十二相、八十种好，以及美妙的六十韵音语，都是佛为了教化众生而在凡夫意识心境界之中显现出来的。

如果不显现，凡夫意识心境界没有办法去见法身境界。所以佛陀以大悲示现一个应化身，但是我们不能够凭这个应化身的三十二相、八十种好来见如来法身，因为如来法身，他是尽离凡夫心识境界的，凡夫不能知不能见，所以才称之为不可思议，事实上就是我们的真心。我们真心的体、相、用，如来彻底显发出来了。而我们只要不向外攀缘，而向内发展觉察力，在当下的身心之中保持觉知，就是“后念悟即是佛”，就是真心的妙用。

佛法就会倡导心佛众生三无差别，也就倡导平等观，人人皆可成佛。佛与众生不是主奴体系，也不是父子体系，先觉者是师，后觉的是弟子，所以是师友文化体系。善知识就非常重要了，因此法海雷音如来第二大愿就特别注重帮助众生遇善知识。

这是第二大愿的殊胜的作用，要让我们能够业障消除，遇善知识，不堕恶趣乃至菩提。事实上真正的善知识是指能够开启我们内在的觉察力，能够引导我们向内觉照，能够与我们自性的上师相应。

药师法门的深密层有九融合的修法，在证悟之际，修行者的内心就转化为法身，语言就转化为报身，身体

就转化为化身。在觉醒的状态之时与法、报、化三身融合；在睡眠状态之中与三身融合；在临命终时与三身融合。这是九融合的修法。

当然，在药师法的深密层之中，有具体的修行次第，有一些时候，以行者的愿力，他的报身和化身合为一体，就是亲证药师如来不死之法，也就是虹光身。

【第三大愿，愿我来世得菩提时，若有众生，衣服、饮食、卧具、医药、资生所须悉皆乏少，由此因缘生大忧苦，为求觅故造众恶业，若闻我名至心称念，由是力故，有所乏少，随念皆得，乃至菩提。】

这是第三大愿乏少随念足。可以分为三个要点：

第一个要点，法海雷音如来因地发第三大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生生活很困顿，缺乏衣服饮食和卧具，生病了也缺医少药，由此原因而心生忧愁苦恼，为寻求好的生活条件，而造了众多的贪瞋恶业。如果听闻法海雷音如来名号，至心称念，由于佛的加持力，所有缺乏的生活用品，随愿都能得到满足，直到证得无上菩提。

第二个要点就是法海雷音如来因地的四大愿，其实第一愿是时间自在，在无尽的时间，在无尽的生命长河之中，要得到自在就要有正见，正信三宝，正命而生。

第二大愿就是空间自在，得遇善知识的教诲，不堕恶趣，永不堕三恶道，在小乘是初果须陀洹果才能做到，在大乘是初地，也就是欢喜地才能做到，所以第二

愿其实归纳起来就是不生边地登欢喜地，或者第一愿第二愿浓缩起来，第一愿是正信三宝正命生，第二愿是不生边地登欢喜地。

第三愿是生活自在。

第四愿是生死自在，常行喜舍，生死清净。

第一愿是讲生命的意义；第二愿是讲人在宇宙中的地位；第三愿是讲事业成就；第四愿就是讲人际和谐，超出生死轮回。更简单地说，第一愿和第二愿就是开示众生“怎么看”，第三、四愿就是讲“怎么干”；第一愿是讲“信”，深信三宝；第二愿讲“解”，遇善知识；第三愿说“行”，随念皆得；第四愿说“证”，常行喜舍，信解行证皆具足，乃至菩提。

第三个要点，第三大愿其实可以包含人类的一切科学文化。看这个愿力的经文都不是很长，但实际上是法海雷音如来因地大智慧的浓缩。第四愿可以包含人类的一切人文文化。第三愿是让我们生活自在，而又能够不被物质所束缚，不对物质起执著。

近现代科学文化的迅猛发展使人类的生活更加便利，这是我们有目共睹的，物质更加丰富。比如说十九世纪物理学的两大贡献是电磁学和统计力学。

麦克斯韦电磁理论用四个方程式来处理电力和磁力，在技术上的运用就是能够使我们知道电磁波和光是一回事，这些方程式描述的就是宇宙的秘密，使人类开始了电气化的进程，从此之后，电灯、电话等等电器开

始使用了。

到二十世纪量子力学的产生是物理学上的革命，我们的激光、半导体、电脑都是依靠量子力学的进步，物理学的发展奠定了信息革命的科学基础，从根本上改变了人类的生活方式、生产方式。

爱因斯坦提出的相对论揭示了物质实体观的错误，证明质量和能量可以相互转化。比如太阳的能量用的就是核能，由于能量并非实体，所以物质也就不再被看做是实体了，能够破除我们的法我执。可是物理学家虽然理论上面能够明白这一点，但是因为他没有实证，所以他照样是凡夫。懂得药师法门的人，依此在身心上有体验，因此能够超出轮回。

相对论使我们能够明白时间、空间、物质和运动以及这四者的相互作用是不可分割的，从根本上改变人们对时空的看法。在牛顿那个时候，他认为物体的运动跟时空没有什么关系，但事实上相对论就能够使我们明白，这四者相互作用不可分割。

那么，我们能够依从法海雷音如来第三大愿的教诲使我们生活自在，是要能够更多地掌握科学文化，不要固步自封，使人类生活更加便利。按照《大乘经庄严论》的教诲，有很多的佛菩萨会示现在各个行业之中，促进人类物质文明和精神文明的进步，生活更便利，物质更丰富，就是念法海雷音如来名号，随念皆得。

【第四大愿，愿我来世得菩提时，若有众生由先恶

业，共相斗诤，作不饶益，弓箭刀杖，互为伤损，若闻我名至心称念，由是力故，各起慈心不相损害，不善之念尚自不生，况于前人欲断其命？常行喜舍，乃至菩提。】

这一节是讲法海雷音如来因地第四大愿先罪解脱得。分为三个要点：

第一个要点法海雷音如来因地发第四大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生因为先前宿世的罪业，见面时互相仇恨争斗，双方都作出不理性的行为，作出不利于对方的行为，甚至于以弓箭刀杖，互相伤害。如果听闻法海雷音如来名号，至心称念，仗佛威神力加持能够使对立双方都生起慈悲之心，不相损害，罪恶念头不再生起，即使以前想害其性命的冤家也能转过来，常行慈悲喜舍四无量心，直到成佛。

第二个要点，第四大愿，从外层意义来说，可以包含人类的一切人文文化，是促进社会和谐、提高幸福指数的方法，从内层意义来说“弓箭刀杖互为伤损”，是指我们内心之中运用大脑思惟这种僵化的思惟模式与外在世界的冲突和矛盾。

我们为什么会烦恼？因为有冲突，我心中的期待跟我面对的现实不符合，所以我觉得很失望，觉得很难过，或者我觉得很愤怒，或者顺意的，我会起贪婪心，其实这都是冲突矛盾导致到了这种不和谐，导致到了这种烦恼。

第四大愿就是开示我们，要让我们去体验那些冲突。如果我们发现内在有情绪波动的时候，当然就知道内和外有冲突了，我们去体验它，不用逃避它，不用压抑它，去体验那些冲突，就能够觉察到自己以前从未觉察的习性反应模式，看到自己的盲点和无明。最重要的是培养我们在日常生活中的觉察力，不需要脱离日常生活，只要让内在觉察力浸透到我们事业和生活的点点滴滴之中去，这就是活在当下。

一直用功一直觉察，直到有一刻所有内心的矛盾和冲突都消融了，我们会法喜充满地发现，原来外在世界就是内在世界的投影，如果内在是统一的、是和谐的，外在世界也变得和谐美好。以前我们认为平淡的庸俗的生活，也变得充满了灵性的美好。每一刹那都是如此地神奇，使我们内心之中充满纯净的喜悦。你真正懂得了，你就知道当下的每一刹那都是奇迹，不是另外通过某一种方法去找到某一种奇迹，不是这样的。

这个时候我们就开始开启内在自性的功德宝藏，五千年以来，人类创造了外在物质世界的辉煌文明和进步，但是，绝大部分人却从来没有在他们的内在世界移动过半步。现在，我们已经开始向内走了，这就是真正地会念法海雷音如来名号，各起慈心，不相损害。

这个世间有许多美好的事物，其中之最唯有佛法，因为佛法能够让我们当下得到安乐，佛法是让我们洞察所有真理的摩尼宝，能够医治众生身体上、心理上、灵

性上的所有疾病和痛苦，不仅仅是有益于今生，更能扩展到来生后世，不仅仅是有利于自己，更有利于众生的安乐和解脱。只要我们向内觉照，这些弓箭刀杖、这些互为伤损都能消除，我们内在的这种冲突，我们去觉照它，它就能够生起智慧的能量。

第三个要点从内层义、从密层义来说，“弓箭刀杖互为伤损”是指内在能量的闭锁和冲突。

凡夫众生身体内的痛苦之身是指我们一生之中种种的、未能及时释放的负面情绪的能量卡在身体里面。比如如果长期压力得不到释放就容易造成肩膀、脖子紧张僵硬。有一个方法，按摩这个极泉穴，在腋窝底下，如果你肩周炎，脖子很僵硬，动不了，你按摩这个腋窝底下的极泉穴，按它几分钟，它就会灵活起来。

其实任何外境并不会造成痛苦，痛苦来源于头脑对事件的解释和抗拒。不是环境使我们痛苦，不是外在的事情使我们痛苦，而是我们内在的大脑思惟，我们的成见使我们痛苦。我们对这个事件的解释使我们痛苦。

当然，痛苦之身也可以说就是宿世的业力，宿世的业力其实它是通过什么？通过你这个顽固的惯性的思惟模式体现出来，所以我们念法海雷音如来名号，就像是给自己的身心灵这个能量场洗澡一样，使我们的身心灵都得到全面的提升和净化，乃至于把宿世的业力，宿世的业行种子都能够释放干净，这就是念佛名号，各起慈心，不相损害。

把身体内的业力之火、烦恼之火的能量的这种冲突能够消融，能够转为智慧火，也就是在药师法门之中猛厉火的修法。有三个窍诀，一个是在脉轮之中来观修药师七佛的禅修。第二是种子字的禅修。第三就是结合文火宝瓶气、武火宝瓶气来激发猛厉火。

而到激发猛厉火这个阶段又有四个字。猛厉火真正生起来的时候，一切的气都能够入、住、融于中脉。《三摩地王经》上佛陀开示说，气不入中脉而言证悟者一无是处，气不入中脉是不可能开悟的。首先是要能够气入中脉，而且是入、住、融于中脉，能够引发俱生大乐的证德。这种俱生大乐不是一般的喜悦心态，而是超越凡夫大脑思惟的甚深证量。突然之间就好像时间停止了一样，凡夫意识心二元对立思惟产生的纷扰消失了，内证智慧与随缘自显现的识境合一，这就是真正地见性，也就是禅宗的破初参。

不能开启猛厉火，要觉悟就成为空谈，只是一种大脑思惟的想象。因为没有能量基础，痛苦之身会束缚他，但是，如果觉察力不够，身心还没有调柔，强行地把这个窍诀传授，然后把猛厉火激发出来，这也是非常危险的一件事情。

长期处于低能量状态的一个普通人，他一下子进入到这种高能量状态，高能量状态这个猛厉火真正启动的时候，就好像怎么样？好像火山在我们身体里面爆发一样，这样的状态。如果你渐次地让身心调柔起来，然后

再让它能够成就四喜四空，这样是比较好的状态。不然突然一下进入到高能量那种状态之中，有些人甚至会站不起来，会瘫痪。这个也就是药师法门深秘层不轻传的一个主要原因之一。

总而言之，药师法门是科学化的，以能量为基础的一种解脱法门。只要你修行方法有传承的话，人人依此而修都能成就。

而净土法门主要依靠什么？主要依靠强烈的信心，信、愿、行。它跟你身体能量的转化没有什么大关系，只要具足信愿行，求生净土就可以了。所以其实就会变成怎么样？你身心没有转化，你的内心的执著没有放下，你也不懂得如何去转化它的方法，然后变成一万个人修行只有两三个能够真正往生。

但是药师法门不同，她会直接告诉你怎样去转化，怎样把身心转过来，所以人人依此而修都能成就。就好像我们做科学实验一样，你只要具足这些因缘条件，张三做出来也是这个结果，李四做出来也是这个结果，她是可以不断不断地重复的。

药师法门解脱之道也是如此，人人依此而修都能成就，因为她有这个能量基础。其实猛厉火就是开启我们内在的明点能够让它增长，通过这个让我们内在的种种能量结都能够消融，把烦恼火转为智慧火，因此依次第而修学人人皆可以成就。

【曼殊室利，是为彼佛如来、应、正等觉行菩萨道

时，所发四种微妙大愿。若有净信男子、女人，闻彼佛名至心礼敬，殷勤供养受持念诵，业障消灭，得不退转菩提之心，具宿命智，所生之处常得见佛，无病长寿，命终之后生彼国中，衣服、饮食、资生之具随念皆至无所乏少。曼殊室利，彼佛世尊具足如是无量功德，是故众生常当忆念，勿令忘失。】

这一节有四个内容。首先是总结法海雷音如来四大愿；其次是说供养第五尊药师佛的方法；第三是详说修法以后的功效、功德利益；第四就是劝众生常忆念法海雷音如来名号。

释迦牟尼佛开示说，曼殊室利啊，这就是法海雷音如来应正等觉在因地行菩萨道时所发的四种微妙甚深的弘愿。如果有具足清净信心的男子女人，听闻彼佛名号，要至心礼拜恭敬，殷勤修外、内、秘密和密中密四层的供养，受持《药师七佛经》，念法海雷音如来名号，能够使修行者业障迅速消灭，成就永不退转的菩提心，具有宿命通的智慧，生生世世所生之处，常得见佛，闻佛教诲，无病长寿，命终之时随愿往生。如果是自己愿生法海雷音如来的净土就能够生于法幢世界，衣服饮食生活资具随念而来，圆满无缺。

曼殊室利啊，这尊法海雷音如来具足如此不可思议的无量功德，所以众生应当常常忆念受持，向内觉照，不要忘失正念，这样就是真正地念法海雷音如来名号。

第六尊法海胜慧游戏神通如来

【复次，曼殊室利，东方去此过九殑伽河沙佛土，有世界名曰善住宝海，佛号法海胜慧游戏神通如来、应、正等觉，现在说法。】

可以分为两个要点：

第一个要点是释迦牟尼佛开示第六尊药师佛的依正庄严。释迦牟尼佛开示说，曼殊室利啊，从我们这个娑婆世界向东经过九个恒河沙数佛净土，有个世界名为善住宝海世界，教化众生的佛尊号是法海胜慧游戏神通佛如来、应、正等觉，现在正在演说甚深微妙的佛法。

第二个要点，就是这个佛净土的名号特别对我们有启发。“善住宝海”，你善不善住很重要。善住就是宝海、智慧海；不善住就是生死海、苦海。什么是善住？无住而住是善住，应无所住而生其心是善住。“宝海”这个“宝”，第一个是指唯善为宝，第二个是修十善法，这个是宝。

法海胜慧游戏神通如来因地四大愿

【曼殊室利，彼佛如来行菩萨道时，发四大愿。云何为四？第一大愿，愿我来世得菩提时，若有众生造众恶业，种植耕耘损诸生命，或复兴易欺诳他人，战阵兵戈常为杀害，若闻我名至心称念，由是力故，资生之具

不假营求随心满足，常修众善，乃至菩提。】

这一节就是讲第六尊药师佛第一大愿清净相为资。分为两个要点：

第一个要点是释迦牟尼佛开示说，曼殊室利啊，法海胜慧游戏神通如来在因地发菩提心、行菩萨道时发了四大宏深誓愿。

第一大愿，愿我未来世成佛时，如果有众生造众多的恶业，或者他从事的职业、从事的行业，如果他没有觉照的话会容易造恶业。比如从事农业，要种植耕耘，损害了众生的生命；或者从事商业，在经商贸易之中有欺诈行为，欺骗他人；或者是在战场上，以兵戈武器杀害他人。

如果听闻我法海胜慧游戏神通如来名号，至心称念，仗佛威神力加被，能够使众生生活资具不必去辛苦地汲汲营求，能够随众生的心愿，称心如意而得满足，有更多的时间用来修众善行，直到成佛。

第二个要点就是这一愿是第六尊药师佛教导我们在谋生之道里面成就佛道。谋生之道是很现实的问题，人都要走向社会，怎么谋生，怎么安身立命呢？一定要有一个职业，一个谋生之道，所以药师法门是不离现实生活的。

第六尊药师佛在第一大愿之中就告诉我们，无论我们做什么行业，只要是正当的行业，我们都可以在这个中间得解脱，就在谋生的事业里面成佛道，也就是由正

命而成佛，这一愿与农业、商业、军事学、经济学等等都息息相关。

或复兴易欺诳他人。兴易，从事贸易、经商。谋生之道不应该妨碍我们心灵成长，但是凡夫众生如果以大脑思惟，他从事商业贸易，总是容易遇到内心的挣扎和冲突。有时候会有以次充好，欺骗他人的行为。或者这个衣服本来没有那么好，我说它非常好，如果不说人家不买，这是很现实的问题，那怎么办呀？

其实很简单，我们说一个很浅的例子。中国古文化里面有一个军事哲学家叫做鬼谷子，大家知道，鬼谷子这个人很厉害，他是世界上最早的军校的校长。河南洛阳附近有一个云梦山，大家去过没有？鬼谷子的很多学生都是从那里出来的。你看苏秦、张仪，当时战国时候合纵连横，整个天下就是他两个学生搅得风生水起。

这位鬼谷子他讲《阴符经》。《阴符经》上面有一句话："谋之以阴故曰神，成之以阳故曰明。"什么是神明？谋之以阴故曰神，成之以阳故曰明。事情的成功要合于阴阳。内在有利他的慈悲心，外在的成功就会跟着来。昨天说的，内在和外在其实是没有什么差别的，是一回事。你内在丰富了，外在、外显自然就会成功。其实要提升自己，要提升自己的格局，生命的大格局、大能量、大气魄、大胸怀，这才是成功的基础。

你卖任何一件产品的动机都是真正发自内心，为了帮助人们生活更加便利，不是为了利润，但是利润会随

之而来，而且源源不断。

因此，日本的稻盛和夫就把利他精神作为企业的精神，菩萨行的利他。所以你看他就成就了三个世界五百强企业。成功要有自强不息的精神，而成功要持久就要有深厚的德行，有些人办企业，财富积累到一定程度他就会出事，就是因为德行不够，不足以承载他的荣誉和地位。

因此，《易经》上说："天行健，君子以自强不息，地势坤，君子以厚德载物。"清华园也是以"自强不息，厚德载物"作为校训。

再看，这其实也就是说，你从事商业，并不是说不可以修行，就在这个谋生之道里面能够让你更好地修行，而且你会遇到很多的人，做事的时候会遇到很多的、各种类型的冲突，就会在这个时候来转念，来念第六尊药师佛的名号，当然你的成就会更快。

战阵兵戈常为杀害。这就是讲到军事上来了。你看我们现在这个兵戈，原来是冷兵器，现在是什么？核武器。中国人造字很有意思，"核"字有没有体会它？"木"是代表东方，代表生，而右边是一个"亥"字，亥是十二地支的最后一个，也就代表终结，也就是说核武器是使人类终结的武器。

老子的《道德经》上面有一个说法："将欲取天下而为之，吾见其不得已，天下神器，不可为也，不可执也。为者败之，执者失之。"

“为者败之”，就比如像秦始皇等等这些，他以私欲为出发点，以个人英雄思想出发来号令天下，最终还是要失败的。

“执者失之”，越是私心刚愎自用抓得越紧，控制得越严酷，他失去得越快。

所以宇宙万物都有一个共同的法则，也就是一切事物随时都在相对变化之中，有阴一定会有阳。你比方说科学研究，物理学研究研究到粒子，其实在另一面就会有反粒子。物质进一步研究就会有暗物质，包括我们的黑洞理论等等，不需要把它引申来说。

总而言之，任何事物都是一直处在变化之中，一直处在相上的规律，一直是处在因果律当中，一直在变化无常，一直都是相对的。

在军事上，实际上我们也能够实践药师如来这个愿力。药师如来开示我们，军事活动伴随着人类文明存在几千年，它是一个很大规模的人类的活动，我们如果能够懂得药师佛的智慧就能够真正地懂得这个内在的规律，更好地能够平息众生内在的贪瞋痴，真正地实现世界的持久和平。

比如说，南北朝时候，梁武帝手下有一员大将叫做陆法和，他是一个虔诚信佛的人，所以他打仗的时候总是运用他的智慧兵不血刃而取胜，帮助梁武帝平定了很多地方。

到了梁武帝的儿子做皇帝的时候就有人进谗言了，

陆法和在家里面打坐就知道了，他就马上进宫跟皇帝说：“我陆法和是修道之人，帝释天玉皇大帝那个位置我都不愿意要，哪里会争你这个人间皇帝的位置？何况是人间的富贵，不过是由于我跟你的父亲当年在灵山会上是同参道友，他现在堕落到人间来当皇帝了，所以我作为师兄要来助他一臂之力。现在你既然起了疑心，我就把这个大将军印交还给你了。”说完以后就到峨嵋山隐居去了。

由此我们就可以明白“战阵兵戈常为杀害”，正如中国古文化中所说的“攻城为下，攻心为上。”要教化众生，要懂得平息内在的这种贪瞋痴念，让大脑思惟模式导致的种种内外世界的冲突，要能够消融，要能够发展觉察力，这才是真正的和平之道。

第一大愿是法海胜慧游戏神通如来教导众生就在谋生之道之中常修众善，无论是从事农业、商业、工业，还是军人、教师、学者，都要以后在工作之中善观自心、无我利他，就能够使事业广大无障碍。并且历事炼心，内心舍弃贪瞋欲望，能够给我们带来安祥，这种安祥能够引导我们到达涅槃无忧的境界。

这就是念法海胜慧游戏神通如来名号，能够“随心满足，常修众善，乃至菩提。”

【第二大愿，愿我来世得菩提时，若有众生造十恶业杀生等罪，由此因缘当堕地狱，若闻我名至心称念，于十善道皆得成就，不堕恶趣乃至菩提。】

这一节是讲第二大愿十善佛通戒。

法海胜慧游戏神通如来因地发第二大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生造十恶业，身犯杀生、偷盗、邪淫等恶业，语犯妄言、绮语、两舌、恶口等恶业，意起贪、瞋、痴等恶业，由此恶业故，当堕地狱中受苦，如果能够听闻我法海胜慧游戏神通如来名号，至心称念，就能够在十善道中正命修行，都能成就，不至于堕入三恶道之中，直到成佛。

【第三大愿，愿我来世得菩提时，若有众生不得自在，系属于他，或被禁系、杻械枷锁、鞭杖苦楚乃至极刑，若闻我名至心称念，由是力故，所有厄难皆得解脱，乃至菩提。】

这是第三大愿活泼泼地生。解脱系缚，即得自在。可以分为两个要点：

第一个要点，法海胜慧游戏神通如来因地发第三大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生被烦恼所困失去自由，被他人捆绑，或者触犯法律被关进监狱，被刑具杻械枷锁系缚，身受种种的鞭刑杖打之苦，乃至于被判了死刑。如果听闻我的佛号，至心称念，感通佛力的缘故，所有的灾难困苦，都能解脱，直到成佛。

第二个要点就是要讲一下“不得自在，系属于他”。从外层来看是指人际关系不和谐，从内层来看“系属于他，不得自在”，就是被天地运行的规律所系缚，是指与天地运行的规律不相应。

我们看《学修药师法门补充资料》的第6页的表，我们看第5行，就是讲经络。

药师十二大将与时、方、事物的配量关系

时间	23-1	1-3	3-5	5-7	7-9	9-11	11-13	13-15	15-17	17-19	19-21	21-23
时辰	子	丑	寅	卯	辰	巳	午	未	申	酉	戌	亥
药叉大将	宫毗罗	跋折罗	迷企罗	频你罗	末你罗	婆你罗	因陀罗	波夷罗	薄呼罗	真达罗	朱社罗	毗羯罗
本地身(神)	弥勒	大势至	阿弥陀	观世音	如意轮	虚空藏	地藏	文殊	大威德	普贤	大日如来	释迦
经络	足少阳胆经	足厥阴肝经	手太阴肺经	手阳明大肠经	足阳明胃经	足太阴脾经	手少阴心经	手太阳小肠经	足太阳膀胱经	足少阴肾经	手厥阴心包经	手少阳三焦经
月	十一	十二	正月	二	三	四	五	六	七	八	九	十
节气	大雪 冬至	小寒 大寒	立春 雨水	惊蛰 春分	清明 谷雨	立夏 小满	芒种 夏至	小暑 大暑	立秋 处暑	白露 秋分	寒露 霜降	立冬 小雪
四季			春季			夏季			秋季			冬季
十二消息卦	复	临	泰	大壮	夬	乾	姤	遁	否	观	剥	坤

这第5行“经络”就是讲的十二时辰养生法。

子时晚上11点到凌晨1点，这个时候气血是运行在足少阳胆经，子时是阴气最盛的时候，但是这时候“一阳初生”，所以我们睡觉是养护阳气最好的方法。“胆有多清，大脑就有多清”，所以如果能够睡好的话，第二天起来特别地有精神。你看有一些人会有少白头，这其实就是因为胆经气血不足，要疏通胆经是解决之道。

接下来丑时，凌晨1点到3点，气血运行在足厥阴肝经，运行在肝的时候是我们人体排毒的时候，所以如果晚上睡不好，你丑时没睡觉，第二天起来脸色就发青，青色是肝经的颜色。

还有现在很多人都有高血压，他一直要吃降压药，

一辈子都要吃，吃久了就伤肝肾，不吃又不行。其实很多的高血压都是肝的问题。高血压可以分为肝阳上亢，或者肝肾阴虚，这两种因素导致的。肝阳上亢是实的，肝肾阴虚是虚的。肝阳上亢的人高血压是容易烦躁，血压的波动值很大，肝肾阴虚导致的高血压会容易口渴，容易腰酸、背疼。怎么办呢？

一个是在每天的下午5—7点这个时候，我们知道下午5—7点其实是在肾经的时候，所以这个时候按摩一下肝经和肾经上的两个穴位，肝经上的穴位是太冲穴，肾经上的穴位是按一下太溪，它是在脚内踝骨的后面，这样的一个穴位，两边都按揉一下能够让血压稳定下来。或者吃一点中药就是杞菊地黄丸，在六味地黄丸里面加上枸杞子，就能够补肾阴，加上菊花能够降肝火，这样都是可以的。

寅时，凌晨的3—5点，是气血运行在手太阴肺经的时候，这个时候肺经是气血最旺的，如果你在凌晨3—5点醒来就睡不着，大多数是气血不足。

再然后是卯时，卯时是手阳明大肠经，5—7点，这个时候是大肠经的时候，当然这个时候就可以起来了，这个期间。大肠经如果气血不足、不太好的话容易有五更泄，大多都是因为命门火衰，所以大肠经的气不能提升，可以温补肾阳，还可以用四神丸，一种中成药，用补骨脂、肉豆蔻、五味子、吴茱萸，这些就可以了，因为补骨脂能够入肾经，肉豆蔻能够温脾肾，能够止泻。

接下来就是辰时，是上午的7—9点的时候，这个时候是气血运行在胃经的时候。

巳时是早上的9点—11点，这个时候是脾经气血最旺的时候。如果是痰湿体质的人，在9点左右就老是想睡觉，还有如果是脾比较虚弱的话，他是会怎么样？老是流口水，睡觉的时候，睡醒了枕头上面都有口水，成年人流口水，就是脾很虚弱了。

午时就是气血运行在心经的时候，手少阴心经，这时候可以稍微睡半个小时让我们过旺的心火降下来，这是好的方法。

还有是四种经常调心的中成药，一个人如果他老是觉得注意力不容易集中，老是觉得学习记忆力很差，应该是要提升一下心气，一般常规会用四种中成药。

如果是心慌气短，吃东西吃不下去，可以吃柏子养心丸。如果是口很干燥，有盗汗，大便也很干燥，这个时候用天王补心丹是比较好的。如果晚上难以睡眠，失眠，心里面很烦热，可以吃一点牛黄清心丸。平时一般人都可以吃一点那种人参生脉饮，能够气阴同补。

或者我们按摩一下心经，有些人会容易有窦性心律不齐，点按腋窝里面这个极泉穴，手要伸起来，这样才能够按腋窝点的这个极泉穴，就能够让这个心律很快地恢复正常。而且同时也能够治疗劳损性的肩周炎。

未时下午1点—3点，这个时候气血运行在手太阳小肠经，小肠经这上面有一个养老穴，按一下的话比较

好。穴位在手背上，找那个穴位图看一下也可以，老人家按一下能够延缓衰老，能够治老花眼，治失眠，治肩痛都可以。

申时是下午3—5点，这时候气血运行在膀胱经。膀胱经如果能够通畅的话，它就能够把一切的毒素都排出去，让人显得非常地年轻。这个时候也是精力比较旺的时候，有一个说法是这个时候记忆力是最佳状态。

酉时是肾经。如果是每一天都会在下午5—7点，你老是觉得潮热，这说明你的元气大伤，或者工作过于劳累，或者是用脑过度，如果有虚火的话，可以吃一些知柏地黄丸，也是在六味地黄丸基础之上加一些知母和黄柏，能滋阴清热。

戌时这个时候是气血运行在心包经的时候。

晚上的9点—11点，这个时候是亥时，是气血运行在手少阳三焦经的时候。三焦经是我们经络的总指挥、总协调者。

这个相对的其实就是什么？就是十二药叉大将。如果你顺应、你懂得照这个十二时辰去养生，你就是跟宫毗罗大将等等十二药叉大将相应，就能够得到他们的帮助，如果你违逆天时来做事情的话，体力透支，或者通宵不眠，这就会产生障碍，就是系属于他。

再看往下第7行，就是二十四节气，都是相对的了。节气养生都很重要，都是借天之力以养人的巧妙方法。我们如果能够踩准这个天地运行的节拍，你顺着它

这个节拍来，一定能够得到天地的护佑，能够长寿。二十四节气是把一年分为六季，即风季、暖季、热季、雨季、干季、寒季六季，也就是每四个节气就是一个季。

从大寒开始，大寒、立春、雨水、惊蛰这四个节气是属于风季，风季时候应该是以强肝壮胆为重。大寒这个节气的时间，比方说2011年1月20号—2月4号是大寒这个节气所管的。

这个时候你可以喝一点儿黄花菜、合欢花两者熬的汤。黄花菜25克、合欢花10克，黄花菜就能够除烦安神，能够健脑抗疲劳，合欢花能够让我们舒解心中的郁闷之气。煮半个小时，就不要煮久了，倒出来兑一点儿蜂蜜，睡前喝一杯。老人家是尤其需要喝一点，或者是家里面有长辈,他有那种脑梗塞、脑血管硬化，这个节气来喝的话效果最好。

唐朝诗人白居易有两句诗“杜康能散闷，萱草解忘忧。”杜康就是酒了，酒能不能解闷这个难说，借酒浇愁愁更愁，但是萱草确实能够解忧，所以叫做忘忧草。萱草（黄花菜）也能够治疗甲肝，也能够改善睡眠。

从底下的春分、清明、谷雨到立夏，这四个节气就称为暖季。2011年来说5月6日—5月20日就是立夏，差不多每个节气是15天左右，这个时候最好是希望能够健脾，吃一点四君子汤，是比较好的。

再往后，从小满、芒种、夏至到小暑是属于热季。

在2011年来说是5月21日到6月5日是小满，这个时候

样样都开始热起来了，所以要能够健脾排湿，用山药、冬瓜煲点汤，能够健脾排湿。

芒种，“芒种芒种忙忙种，芒种一过白白种”，所以这个时候农民是忙于种庄稼，我们也就要忙于抓紧时间来种健康。2011年6月6日到6月21日是芒种，这个时候了，可以养心补血。这个时候吃是效果最好的，因为我们是借芒种这一把“天之大火”来点亮自己的阳气，就能够养心补血，女众尤其需要，可以用四物汤，即当归、川芎、白芍和熟地，这是常用的。你可以就在芒种这个节气这一天加三碗水熬作一碗喝就好。如果你平时也觉得气血不够，血虚不足，那你应该整个节气喝都是效果最好的了。

夏至是最热的时候，2011年6月22日到7月6日是夏至。“夏至一阴生，冬至一阳生”，所以就应该利用这个机会要来滋阴养肾。可以买一些生地黄，把它煮开以后弃渣留汁，在汁里面加上大米、百合、枸杞子，用酸枣仁10个、大枣5粒一起煮粥吃是比较好的。有些人说：“我现在条件好了，我吃点补的东西。”但是未必有效果，为什么？你不照这个节气你补也补不上的，补也白补了，甚至会让你身体里面营养过剩，垃圾加多。

从大暑、立秋、处暑到白露这四个节气属于雨季。大暑是属于阳气盛到极点的时候，阳气盛到极点，你要好好用它，可以吃一点桂附地黄丸，2011年是公历的7月23日—8月7日，这是大暑的节气，可以借天之阳气和

体内的阳气一起结合，把过去体内积累的那些寒气都排出去，这是冬病夏治。

立秋，2011年阳历的8月8日—8月22日是这个立秋节气，这个时候最好是通膀胱经，清热排湿，可以用一点鱼腥草、白梨和冰糖炖一点汤喝。

从秋分到寒露、霜降、立冬，这四个节气属于干季。立冬这个时候是燥气最盛的时候，不可以大补。这个时候你就可以用一些制过的何首乌熬粥喝。生何首乌和制何首乌药性不同的，作用也不同。制何首乌25克，也是加水煮了以后弃渣留汁，加入一些米，五粒大枣，放一点红糖，熬点粥喝，这个节气喝应当是比较好了，这个节气十多天就以这个作为粥喝就好像神仙一样，称神仙粥。

小雪、大雪、冬至、小寒，这是寒季。小雪这个时候要清一下肠胃。大雪这个节气才是真正适合进补的时候，所以任何人如果要说真正想利用一个时间来把体质提上来要进补的话，是大雪这个时候最适合，2011年就是公历的12月7日—21日,是大雪这个节气。最简单就是把四物汤跟四君子汤合起来就是八珍汤，双补气血，这个时候，每一天喝一剂比较能够把气血补上来，其他时间效果没有这么好。

冬至的时候，冬至一阳生，这个时候要养阳气，可以买一些肉苁蓉，内蒙古那个沙漠里面有一种肉苁蓉，从沙里面挖出来，肉苁蓉叫做沙漠里面的人参，这个养

阳气是特别好的。你拿15克的肉苁蓉，然后加一些大米来煮粥吃是比较好的养阳气的方法。

这是讲很浅的药师法门的养生之道。要顺应这个节气，就不会被它所束缚。你顺应天地的规律，顺应二十四节气，你踩着天地运行的节拍，你就能够得天地之力的护佑，借天地以养人，这样是非常巧妙的方法。懂得按照十二时辰和二十四节气来养生就能够病苦消除，就能够所有厄难皆得解脱。这就是学习药师法门的养生之道，就是懂得念法海胜慧游戏神通如来名号与天地的规律相适应。

【第四大愿，愿我来世得菩提时，若有众生造众恶业，不信三宝，随虚妄见，弃背正理，爱乐邪徒，谤毁佛经言非圣说，外道典籍恭敬受持，自作教人俱生迷惑，当堕地狱无有出期，设得为人生八难处，远离正道盲无慧目，如是之人若闻我名至心称念，由是力故，临命终时，正念现前解脱众难，常生中国受胜妙乐，乃至菩提。】

第四大愿胜慧游戏者。

法海胜慧游戏神通如来因地发第四大愿说，愿我未来世成佛时，如果有众生造种种恶业，不信奉佛法僧三宝，追随虚妄的违背正理的知见，爱与邪门外道之人来往，诽谤佛经，反而对外道的典籍恭敬受持，不但自己作还误导众生入歧途，受其迷惑，以此恶业当堕地狱中长劫受苦，难有出期。

假设再投生为人，也生在佛前佛后难、世智辩聪难、盲聋喑哑难、北俱卢洲难等等八难之处，远离正道，难闻佛法，盲目没有智慧，盲无慧目。这样的人，如果听闻我法海胜慧游戏神通如来名号，至心称念，仗佛威神力加持，使其临命终时能够佛法正念现前，苦难速得解脱，常投生于佛法兴盛之中国，享受种种暂时的人天安乐和究竟的解脱之乐，直到圆成佛果。

【曼殊室利，是为彼佛如来、应、正等觉行菩萨道时，所发四种微妙大愿。曼殊室利，彼佛国土功德庄严，与上妙宝如来世界等无有异。】

这一节是两个内容，首先总结第六尊药师佛法海胜慧游戏神通如来因地所发的四大愿，然后说第六尊药师佛的善住宝海世界与第二尊药师佛的妙宝世界没有差异。

释迦牟尼佛开示说，曼殊室利啊，以上所说的就是法海胜慧游戏神通如来在因地发菩提心、行菩萨道时所发的四种甚深微妙的大誓愿。

曼殊室利啊，其佛的净土善住宝海世界，功德巍巍，依正庄严，与第二尊药师佛宝月智严光音自在王如来的净土妙宝世界平等平等，没有差异。

第七尊药师琉璃光如来

【复次，曼殊室利，东方去此过十殑伽河沙佛

土，有世界名净琉璃，佛号药师琉璃光如来、应、正等觉。】

这一节是讲第七尊药师佛的佛名和国土名。

释迦牟尼佛开示说，还有，曼殊室利啊，东方去此经过十恒河沙数佛世界，有一个净琉璃世界，佛的尊号是药师琉璃光如来、应、正等觉。世界名为净琉璃，这是常寂光净土了，以究竟清净真如为体。药师琉璃光如来彻底破除无明障碍，证得最清净法界，所以身土不二，成佛的国土就名为净琉璃世界。

药师琉璃光如来因地十二大愿

【曼殊室利，彼佛世尊从初发心行菩萨道时，发十二大愿。云何十二？第一大愿，愿我来世得菩提时，自身光明照无边界，三十二相、八十随好庄严其身，令诸有情如我无异。第二大愿，愿我来世得菩提时，身如琉璃内外清彻，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。第三大愿，愿我来世得菩提时，以无量无边智慧方便，令诸有情所受用物皆得无尽。】

这一段经文就是讲药师琉璃光如来因地所发十二大愿的前三愿。第一愿成法身；第二愿成报身；第三愿成应化身。可以分为五个要点：

第一个要点，我们要知道药师琉璃光如来因地发十二大愿可以圆满地含摄前六尊药师佛所有的愿力。前三愿是成就佛三身，也就是开显真心的体相用，惑障、业障、报障三障都能破除，成就三德，即法身德、般若德、解脱德，皆能成就。

第一大愿就是愿众生如我光明，这是成就佛法身，开显真心的体，破除惑障；第二大愿是愿众生见光开晓，随作众事，是成就佛报身，开显真心的相，是破除业障；第三大愿是愿智慧令得受用，是成就佛的应化身，开显真心的妙用，破除报障。

第二个要点是药师琉璃光如来因地十二大愿浩瀚广博。每一个愿如果要展开来说的话都可以说出一本书。曾在2007年已经把这个十二大愿比较详细地说了，所以说过的就不展开来说了，只点一下。每一个愿都是非常丰富的，都可以对人类文化的很多学科有指导意义。

比如说，第一大愿生佛平等愿，它与社会学，与基本人权的保障就有很多相关的话题。

第二大愿是开晓事业愿，可与充分就业与公平就业也有很多相关的话题。

第三大愿是无尽资生愿，可以与脱贫计划、达成一个没有贫穷的世界有很多相连接的话题，可以给人类的很多学科有一些指导的意义。此愿在我们这个世界，物质文明更丰富，人民的生活更便利，同时又能够让众生不起执著。

第四大愿是安立大道愿，可与树立正确的人生观，还有犯错导正等等有很多相连接的议题。

第五大愿是戒行清净愿，可与伦理学、与道德提升有很多相关联的议题。

第六大愿是诸根具足愿，可与医学上的优生优育、与保障弱势群体有很多相连接的问题。

第七大愿是身心康乐愿，身心康乐愿之中所讲到的“身心安乐”可以与心理学有很多相连接的话题。“家属资具悉皆丰足”就与我们的经济学可以有很多相连接的话题，“众病悉除”就可以与养生医学、营养学相关联。

第八大愿是转女成男愿，可与婚姻美满、两性平权、男女平等有很多连接的话题，也可以与人际关系学等等相连接。

第九大愿是改邪归正愿，可与教育学相关联，也可以牵涉到亲子教育、人才培养等等。

第十大愿就是解脱忧苦愿，可以与司法公正等等有很多相连接的地方，牵涉到实现公平正义的话题。

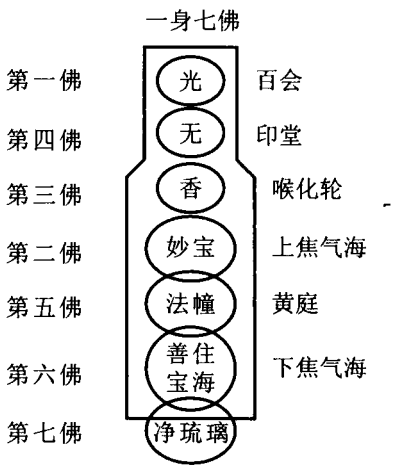
第十一大愿是得妙饮食愿。“我当先以上妙饮食饱足其身”，这个与慈善文化、与餐饮业等等都相关联，“后以法味毕竟安乐而建立之”，这个就与宗教学、与传播学相关联。

第十二大愿是得妙衣具愿。

“即得种种上妙衣服，亦得一切宝庄严具”，这个

就与我们居住环境的改善、宜居城市的建设都可以相关联；“花鬘涂香，鼓乐众伎”就与音乐教育、礼仪教育相关联；“随心所玩，皆令满足”，这个就是讲行愿无尽度众生。

第三个要点，第一大愿，愿我来世得菩提时，自身光明照无边界。看《学修药师法门补充资料》第2页一身七佛图，已经讲过多次了，其实这个里面就有很多实修的方法。一身七佛图告诉我们，药师七佛的法门就是在当下的身心上来起修的方法。



我们人生总是会有很多的目标，向外去追寻。但是其实药师佛就提醒我们了，那些目标不是我们的生命，当下的身心才是我们的生命。为什么要遗忘自己当下的生命力而去向外追寻那些虚幻的目标呢？所以要做一个依真理而活的人就必须以正确的方式生活，就是要把随时觉知身心当做生命之中最重要的事情，置于一切事情

之上，把重点放在从生活之中来证悟本体，这才是我们来到这个世界的根源。

我们并不是来受苦的，也不是单纯为了工作或者为了养育儿女，而是为了回到自性的本源，而是为了向内觉照，融入到本觉的大智慧海中，这也就是人人本具的自性光明照无边界。

只要我们能够真正地跟真理达到和谐一致，自然就会感到深刻的满足，与本觉融为一体的圆满和喜悦会使我们认清楚，过去我们想要的东西根本不重要。如果你真正以觉察力不断地提升来唤醒法身智慧，这种喜悦就能够让我们真正地生起智慧，让我们真正地认清楚我们以前在大脑思惟阶段所想要的那些东西根本都不重要。

并且我们真正有了这种体验以后，可以把与本觉合一的圆满和喜悦带进我们的生活之中，使我们生活中的每一件事情都被本觉智慧充满。我们的事业、我们的工作，我们和丈夫或妻子的关系，我们和孩子或者朋友的关系等等都充满欢乐和欣喜，也就是禅宗祖师所讲的“快乐无忧是名为佛”。

我们会因为与本觉合一的圆满而真正地充分享受事业的美好，享受生活的美好、家庭的美好，而同时对一切都能够不执著。因为你这个时候，这种圆满、这种富贵、这种成功它不是在大脑思惟那个阶段得到的那种成功。因为那个还只是你宿世的福报，这是你开启了内心的智慧，所以那个随时都会让你起执著心的，这个你是

一直在法喜充满之中而外显的一切圆满，同时内心不起执著。

因为我们的本体圆满了，法身智慧觉醒了，所以我们从此不会像以前一样。以前我们就是得到了，还一味地想得到更多，同时又害怕失去我们现在所有的。我们再也不会充满着各种观念、欲望和执著，而在这些观念和欲望执著之中迷失真性、失却了自己。这个时候我们就是一个活得完整的人，一个真正成熟的人，一个真人，一个向圣贤之道迈进的修行人。

每一个人在母亲肚子里的时候，我们都知道，在胎儿的阶段，我们是要依赖外在的，要依靠脐带来供给的能量跟母体相连接，这是胎儿阶段。但是现在如果没有真正地懂得药师法门，我们虽然在身体上都是成年人，但是有些人在心灵上还是跟胎儿一样，他还是迷执地以为快乐要依赖外在的人、事、物。

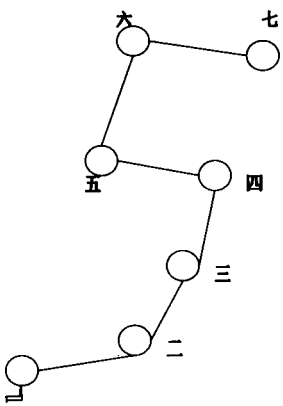
比如说，有些人想：“如果我事业成功，威风八面，我就很快乐。”“如果我的丈夫或者妻子跟我感情很好，我就很快乐。”其实这种状况，虽然他是成年人，但是他的心是胎儿，他以为还是要从外在、依赖外在才能得到快乐。

其实真正懂得药师法门的人，真正与本觉合一的人，他就明白，快乐是来自于法身智慧的觉醒，来自于本体，正如中国禅宗的四祖道信禅师所说的：“行住坐卧，触目遇缘，总是佛之妙用，快乐无忧，是名为佛。”

这就是药师琉璃光如来因地的第一大愿教导我们与本觉合一，显发法身光明、照十方界的妙法。

其实大家如果用心看你会知道，我们刚刚说的第2页，如果说一点密层的内容在其中的话，你看，为什么第一尊药师佛接下来不是第二尊而是第四尊药师佛呢？知道为什么吗？这有原因的，天一生之，地四成之，你梵顶穴的脉轮是向下的，而你眉间轮的脉轮是向上的，这两者刚好就相应了。同样第三尊药师佛和第二尊药师佛的脉轮也是相应的等等，这就不需要展开说了，只提一下。

药师七佛在宇宙时空之中相应的就是北斗七星，我们看《学修药师法门补充资料》的第5页，药师七佛的排列刚好就是一个北斗七星的形状，因为在空间相应的就是北斗七星。



这就是药师法门告诉我们，“佛种从缘起”，成道要善观时节因缘。真正修上去以后，你不需要有任何的执著，乃至于成佛道你都不可以起一念的执著，你只管

一直保持觉照，一直保持觉察力就好了。你能够善观时节因缘，当然就能够成就。

比如说《时轮历精要》上面说，释迦牟尼佛，我们都知道他是腊八成佛。他腊八成道的时候是二十八宿里面的氐宿，氐宿月望之夜。氐宿是二十八宿之一，也称之为天根。佛成佛这一天刚好遇到罗睺星入食月轮，也就是罗睺星挡住了月亮，发生了月食，而月食发生的时候，善恶作用增长七俱胝倍。无论是月食和日食，天文上的这些现象发生的时候，你善于用的话就会能够让我们体内的明点增长，成很多倍的增长，这一个节令它的修行作用就会相当于你修行很长时间的作用。

所以我们也一直强调说，你要懂得十二辟卦，为什么？十二辟卦转的时候，天地的力量就起变化，而人在这个相上面来说，你是不可以摆脱它的规律性。你看化身佛，释迦牟尼佛示现成佛，怎么样？下至众生堕地狱，上至释迦如来成佛道，都没有离开因果之外，为什么？只要你在现象界显现，你就一定遵照这个因果律，你就一定要懂得内在的规律。

这也是药师琉璃光如来在因地第一大愿之中教导我们要在当下的身心之中来觉察，同时要在时间和空间之中修行，要懂得利用时空的规律来帮助我们，要能够**“以色身透法界，以法界融色身”，这就是药师法门的精髓**，你所有的那些窍诀，说白了，归纳起来就是这一句话：“以色身透法界，以法界融色身。”但是怎么用

呢？她是还有很多具体的方法。

第四个要点，药师琉璃光如来第一大愿是侧重于开发根本智，也就是如所有智，第二大愿侧重于开发后得智，也就是尽所有智。你不要以为后得智是后来才有的，不是这个意思。如所有智是本体，真心的体，尽所有智是侧重于讲相。

第二大愿说，愿我成佛时身如琉璃，“身如琉璃，内外清彻，光明广大，遍满诸方，焰网庄严，过于日月。”光明超过日月，有了光明人就可以生产一切的资生物质，人类的生产活动都是要有光明。而佛的智慧光明令众生智慧增长，也就是从事各行各业所需要的技能都能具足。

特别是药师佛教导我们开启法身智慧，觉察当下工作和生活中的事物，内在外在都保持觉察。由此我们就能够了解，内在外在其实并无分别。内在的智慧和外在的事业成功就好比潮水一样，时而向内流，时而向外流，当然也就能够内在智慧财非常丰盈，外在的事业也就成功，并且能够持久，这就是“见我光明，悉蒙开晓，随作众事。”

第五个要点就是讲第三大愿“无尽资生愿”。我们看“以无量无边智慧方便，令诸有情所受用物皆得无尽”，这个愿与脱贫计划的实践就是相关的。我们现实生活之中也有很多这样的人，很多心胸非常宽广，真正地发慈悲心、发菩提心的人在实践这个“无尽资生愿”。

比如说，孟加拉国有一个经济学者叫做穆罕默德·尤努斯，他是在2006年的时候获得了诺贝尔和平奖，是由尤努斯和他所创办的“乡村银行”荣获的，他就创办了一种无抵押微额信贷。

比方这个银行贷款，中小企业是很难贷到的了，一般人更加得不到了，它总会青睐那些大客户。但是尤努斯他反其道而行之。他创立一种微额信贷是面对底层的老百姓，还要创业，也没有什么钱，他要的贷款不多，所以他创了一种无抵押的微额信贷，而且发现这些人其实都非常有信用，到时候基本上都能够收回来。

他这个无抵押微额信贷就帮助了230万个孟加拉家庭受益，超过500万的农民脱贫，尤其难得的是尤努斯这种愿力，他说：“根除贫穷可以给予人类真正的和平，一个人被贫穷压制时，没有自尊和地位可言。”所以他期盼达成一个没有贫穷的世界。

因此挪威诺贝尔委员会在颁奖辞中说：“地球上每一个人都有潜力和权利去过像样的生活，文化和文明容或有所不同，但是尤努斯和乡村银行的经验显示，即使最贫困的穷人也能设法获得发展。”诺贝尔委员会这个颁奖辞其实也就点明了为什么会把这个和平奖颁给尤努斯，其实也就是实践药师佛的第三大愿。

药师琉璃光如来第三大愿就是以无量无边、无穷无尽的智慧方便来帮助所有的有情众生，使众生资生物质永远不会缺少。

尤努斯以他的慈悲心和智慧力所实践的脱贫计划正是在实践药师佛的愿力，正是在人间行大乘菩萨道，虽然他未必信仰佛教，但是他的行为就是体现了大乘菩萨的精神。其实我们要有更广阔的心胸来看这个世界，真实地在日常生活之中去利益众生，实践这个无尽资生愿。

好了，愿大家吉祥。

第七讲

东方生方光明长养方。

琉璃世界名称普遍扬。

身如琉璃心透大悲髓。

莫不满愿敬赞大愿王。

南无本师释迦牟尼佛！

南无药师七佛！

南无药师海会佛菩萨

首先让我们大家共同发起无上的菩提心，为一切如母有情能够在即身之中，生活中了生死，在了生死中生活，所以我们今天继续来学习《药师七佛经》。昨天已经讲了第七尊药师佛药师琉璃光如来的前三大愿。

请翻到经本的第30页：

【第四大愿，愿我来世得菩提时，若诸有情行邪道者，悉令游履菩提正路；若行声闻独觉乘者，亦令安住大乘法中。第五大愿，愿我来世得菩提时，若诸有情于我法中修行梵行，一切皆令得不缺戒，善防三业，无有毁犯堕恶趣者，设有毁犯，闻我名已专念受持，至心发露还得清净，乃至菩提。第六大愿，愿我来世得菩提时，若诸有情诸根不具，丑陋顽愚，聋盲喑哑，挛躄背偻，白癞癫狂，种种病苦之所缠逼，若闻我名至心称念，皆得端严，众病除愈。】

这一段是讲药师琉璃光如来因地所发的第四、五、六愿。前面的一、二、三愿其实就是成就佛的法身、报身和应化身，这里面四、五、六愿其实就是修戒定慧三无漏学。第四愿是修慧无漏学，愿令邪小安住大乘；第五愿是修戒无漏学，愿令梵行得不缺戒，有毁犯闻药师琉璃光如来名号至心发露还得清净；第六愿是修定无漏学，愿令端严众病痊愈。这一段可以分为三个要点：

第一个要点是第四大愿包含了回邪向正、回小向大。原来信邪魔外道的人，引导他们到声闻乘、缘觉

乘、菩萨乘三乘佛法正道上来；对于已经在菩提正道之中但是止于化城、停滞不前的人，他们只是在修声闻、缘觉乘这个侧重于自利的法门，对于这样的修行人，药师佛以大乘究竟法门而安立之，引导他们发菩提心、行菩萨道，成就佛的果位。

第二个要点就是讲第五大愿戒行清净愿。修药师法门为什么能够持戒圆满呢？有三个理由：

第一个理由是因为药师佛因地本愿力加持，众生持戒圆满，现在药师琉璃光如来已经圆满成佛了，所以他的愿力可以实现。

第二个理由是众生持戒不圆满，或者是由于他不能够舍弃今生的功名富贵，或者是由于他福报不够，还要谋生，所以杂缘干扰了，这两个原因导致到持戒不圆满。现在药师法门是不离佛法而行世法，不废世法而证佛法，就在世间圆满之中成佛道，就在现实生活之中谋生之道、学习教育，就在日常生活的点点滴滴之中开显法身智慧，所以能够持戒圆满。

第三个理由，药师法门是让众生在日常生活的饮食、呼吸、睡眠之中来觉察，来保持正念，所以也能够戒行清净。

其次还有一个问题就是为什么修药师法门能够设有毁犯，还得清净，不堕恶趣呢？也是四个理由：

第一个理由是因为药师法门很殊胜，既有果地的佛功德威神力的这种加被力，又有因地的誓愿力，所以能

够加持犯戒的有情还复清净。

第二个理由是因为修药师法门能够具足四力忏悔，



即依止力、对治力、破恶力、防护力都具足。我们看经文上说“闻我名已”，这是依止力，以药师佛为对境来忏罪；“专念受持”是对治力，念药师琉璃光如来名号来对治、来忏悔犯戒的过失；“至心发露”是破恶力；“还得清净”是防护力。所以具足四力忏悔还复清净。

第三个理由是修药师法门具足了事忏、理忏和无生忏。

第四个理由是传授戒法的时候，戒子答“能持”，这是以我心念力；戒和尚是乘佛菩萨的加持力；师问弟子答，两相呼应，这就是法界力。以我心念力，如来加持力，及以法界力，普供养而住。这是谛力颂，所以你这个真实不虚的这个谛力，就能够成就无表色的戒体。

第三个要点就是讲第六大愿诸根具足愿。导致到“诸根不具，丑陋顽愚，聋盲喑哑、挛躄背偻，白癞癫狂”这些恶病背后的规律是什么呢？与天地宇宙的运行规律有什么关联性呢？

好像我们前面所说的，如果在父母亲的岁数是十整

数的时候，最好是不要在那个年份生小孩子，你三十岁生下来的小孩子，四十岁生下来的小孩子，先天性相对来说就会弱一点。

五运六气

什么样子的状况容易导致到这些诸根不具，盲聋喑哑，或者挛躄背偻？挛就是手伸不直，躄当然就是脚有问题，背偻、驼背，乃至于白癜是麻风病，癫狂精神病等等。什么样的因素会导致到会有这些恶病、诸根不具？今天有发几张纸，这几张纸上面其实就是告诉我们这个规律性，也就是五运六气。这个五运六气是来自于《黄帝内经》，跟药师法门有很多都有相通的地方。五运六气很重要，它能够预测一个国家这种大型的传染病、瘟疫。比方说我们2003年的非典；也能够预测这种瘟疫的流行会在什么时候、会在什么地方首先爆发，这个当然就很重要了，影响着整个社会大众。

也还可以预测到一个人先天什么不足，他在什么年份容易患什么病。还可以预测什么呢？有一些人他现在这个病是哪一年的气造成的，什么时候会好，如果没有到那个时候你怎么搞也好不了的，不管你找多高明的医生看也是好不了的，为什么呢？天地的力量，你想以一些个人的力量去对抗、去抗衡，不可能。你想就吃一点中药，要靠这个药性转过来，那也不可能。有一些时候

你无可奈何，你就只能等待。还有就是说，要知道哪一些是还有希望，哪一些病是没有什么希望，通过这个五运六气我们都可以知道。

《黄帝内经》是中国的古籍，成熟于两千五百年以前，当然不是单纯的说就真的是黄帝跟岐伯对答，不是这样子，事实上应该是中国古人的这种智慧，一直在累积累积，到上古两千五百年以前，春秋那个时候真正成形。

可以分为上下两卷，上下各有81篇，总共就有162篇。上卷是《素问》，主要是介绍生命哲学和中医理论；下卷是《灵枢》，主要是介绍针灸、经络。当然其实《黄帝内经》是一个很丰富的生命科学，它里面有很广博的内容，我们也不展开说。

在《素问》的81篇之中，有7篇篇幅都挺大的，就是在专门探讨五运六气。但是现在的中医学院的教材，它语焉不详，很少这个内容。为什么呢？很多人五运六气自己没搞懂。其实五运六气在《黄帝内经》里面是最重要的，但是大家往往就是跳过去，不学它，或者就是有说到也只是轻描淡写说两句就跑掉了，因为没搞通。其实里面最重要的、核心的就是依靠五运六气，《黄帝内经》上面那些结论都是依靠五运六气推出来的，有7篇是专门探讨五运六气的。我们中国人后来形成那个俗语“今年运气好”，这个运气好的“运气”其实就是五运六气，最早的根源在这个地方。

这7篇专门探讨五运六气的是《天元纪大论》、《五运行大论》、《六微旨大论》、《气交变大论》、《五常政大论》、《六元正纪大论》、《至真要大论》，有没有注意？《黄帝内经》把这7篇放在一个非常重要的位置上，每一篇都冠以“大论”，在整个书的162篇之中，总共只有9篇是冠以“大论”，也就是除了这7篇之外还有《四气调神大论》和《阴阳应象大论》这两篇被冠以“大论”，可见五运六气学说是与阴阳四时具有同等地位，超越于其他理论之上。

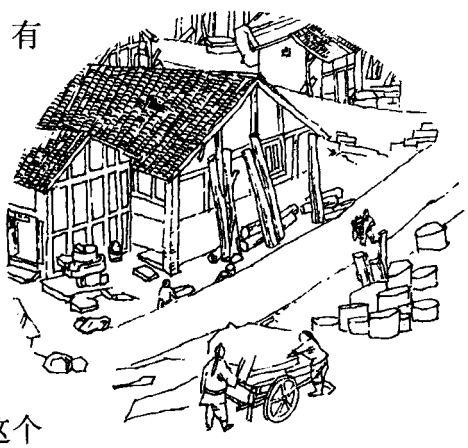
《天元纪大论》之中还有就说到什么是五运。我们看表2－6底下，最后的一段，《素问•天元纪大论篇第六十六》：“甲己之岁，土运统之；乙庚之岁，金运统之；丙辛之岁，水运统之；丁壬之岁，木运统之；戊癸之岁，火运统之。”这就是告诉我们五运是什么了。

其实很简单，中国人经常所说的五行，即金、木、水、火、土，其实金、木、水、火、土是一个通俗的说法，如果按照秩序来说，应该是木、火、土、金、水，为什么要说木火土金水呢？这是根据四季来的。春天属木，夏天就属火，夏与秋之间有一段时间叫做长夏，那就是属于土，就属脾胃，秋天属金，冬天属水，这样排列是比较恰当的方法。

但是如果照五运来说，它又是排为土运、金运、水运、木运和火运，实际上你只需要看一年的天干，十天干里面你只要看天干就可以知道了。凡这个天干是属甲

或者属己的，甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，也就是第一和第六，甲乙之岁土运统之。第二和第七就是乙庚之岁金运统之，这就很容易看了是不是？丙辛之岁水运统之，明年是辛卯年，我们就知道怎么样？丙辛之岁水运统之，明年就是水运不及之年。这样一路排过来我们就很容易理解了。天干里面有丁有壬是木运统之，天干里面有戊和癸是火运统之。

古时候的人就发现宇宙天地的周期是六十年，六十年就是一个周期，那意思是什么？比如说明年是2011年，2011年我们往上推六十年也就是1951年，那也就是说2011年跟1951年的天气变化的趋势相近、相同，我们如果想预先知道明年会有个什么趋势，我们如果年纪比较大的话我回忆一下1951年是什么状况，那大概就会差不多，当然还是会有一点区别。



还有一个是什么？有一年太过，有一年又会不及，意思是什么呢？就好像说果树结果子，我们知道有大年小年之分，大年的时候果子就结得特别多、特别大，这一年这个树就耗尽能量了，所以第二年就是小年，果子就明显得结得少。

五运也是如此，一年大就称之为太过之年，下一年就必然是小，就称之为不及之年。

比如说甲子年是“土运太过”之年，乙丑年就是“金运不及”之年。又比如说2010年是庚寅年，是金运太过之年，2011年就必然是水运不及之年，即辛卯年就是水运不及之年。

我们看表2-1是甲子表。它把六十甲子的循环排出来了，看到27、28，27是2010年庚寅年，28是2011年辛卯年，在六十甲子里面它是轮到多少个数目了，就很清晰，上一个字是天干，下一个字就是地支。

甲子表

年	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
天干	甲	乙	丙	丁	戊	己	庚	辛	壬	癸
地支	子	丑	寅	卯	辰	巳	午	未	申	酉
	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
天干	甲	乙	丙	丁	戊	己	庚	辛	壬	癸
地支	戌	亥	子	丑	寅	卯	辰	巳	午	未
	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
天干	甲	乙	丙	丁	戊	己	庚	辛	壬	癸
地支	申	酉	戌	亥	子	丑	寅	卯	辰	巳
	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
天干	甲	乙	丙	丁	戊	己	庚	辛	壬	癸
地支	午	未	申	酉	戌	亥	子	丑	寅	卯
	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50

天干	甲、	乙、	丙、	丁、	戊、	己、	庚、	辛、	壬、	癸
地支	辰、	巳、	午、	未、	申、	酉、	戌、	亥、	子、	丑
	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
天干	甲、	乙、	丙、	丁、	戊、	己、	庚、	辛、	壬、	癸
地支	寅、	卯、	辰、	巳、	午、	未、	申、	酉、	戌、	亥

表2-1

出生与五行

出生之年	五行属性	季节
凡逢“0”年出生，	属金太过之人；	（秋）
凡逢“1”年出生，	属水不及之人；	（冬）
凡逢“2”年出生，	属木太过之人；	（春）
凡逢“3”年出生，	属火不及之人；	（夏）
凡逢“4”年出生，	属土太过之人；	（长夏）
凡逢“5”年出生，	属金不及之人；	（秋）
凡逢“6”年出生，	属水太过之人；	（冬）
凡逢“7”年出生，	属木不及之人；	（春）
凡逢“8”年出生，	属火太过之人；	（夏）
凡逢“9”年出生，	属土不及之人；	（长夏）

表2-2

还有表2-2是出生与五行。逢0之年出生的人他的五行属性就是金太过之人，金太过之人怎么样？肺气太旺盛。肺气太旺盛会怎么样？会容易金克木，容易肝比较弱一些，肺比较燥一些。

逢1之年出生的人是属于水不及之人，而水不及之

人是什么呢？就说明他会先天性的肾气有一点不足，这是逢1之年出生的。当然如果要展开来说，它里面连带的关系，你可以推理出很多内容来。

逢2之年出生的人是属于木太过之人。逢3是属于火不及之人。逢4是属于土太过之人。逢5是金不及之人。逢6是水太过之人。逢7是木不及之人。逢8是火太过之人。逢9就是土不及之人。

不管你哪一年出生的，你看这个表一对照，就会知道自己先天什么不足呢？或者先天什么太过呢？这就很容易推出来了。

这是我们讲五运。

十二地支与司天在泉

己亥对应厥阴风木；	属春，	属风
子午对应少阴君火；	属初夏，	属热
寅申对应少阳相火；	属夏，	属火
丑未对应太阴湿土；	属长夏，	属湿
卯酉对应阳明燥金；	属秋，	属燥
辰戌对应太阳寒水；	属冬，	属寒

表2-3

司天在泉循环表

一阴（厥阴风木）司天；则一阳（少阳相火）在泉

二阴（少阴君火）司天；则二阳（阳明燥金）在泉

三阴（太阴湿土）司天；则三阳（太阳寒水）在泉

一阳（少阳相火）司天；则一阴（厥阴风木）在泉
二阳（阳明燥金）司天；则二阴（少阴君火）在泉
三阳（太阳寒水）司天；则三阴（太阴湿土）在泉

表2-4

六气是什么呢？六气就看表2-3和表2-4就可以知道了。六气就是指厥阴风木、少阴君火、少阳相火、太阴湿土、阳明燥金和太阳寒水。看起来好像很吓人的，这个名字这么长，其实很简单，照样还是跟木火土金水有关系，不过它有两个火。初夏是少阴君火，夏天是少阳相火，这就是指六气。厥阴风木是属于春天，在六季里面属于风季；少阴君火属于初夏，属于热季；少阳相火属于夏天、属于火季，或者属于暖季；太阴湿土属于长夏，属于湿季；阳明燥金属于秋、属于秋天，属于燥季；太阳寒水属于冬季，属于寒季。

我们把这六季跟二十四节气对应起来看，那就是四个节气就是一季，这是讲六气。而这个六气你有没有发现它其实也是三阴三阳，医圣南阳张仲景，他就是悟透了《黄帝内经》，所以能够成为一代医圣，他悟透了六气的三阴三阳，所以他在《伤寒论》里面也是主张三部六病。三部六病中的六病也是三阴三阳。三部是表部、半表半里部和里部，这个病在身体的表或者里或者半表半里；六病也就是太阳病、厥阴病、少阳病、少阴病、阳明病、太阴病。

《黄帝内经》的《阴阳离合论》上面就说，太阳主

表为开，阳明主里为合，少阳就介于表里之间为枢，就好像一扇门一样打开、关闭，还有中间有一个枢杻，有一个开关的门，太阴为三阴之表为开，厥阴为里为合，少阴位于表里之间为枢。

还有一个观念就是司天、在泉，这是要能够知道的。古人把上半年的天气影响因素称之为司天，把下半年的天气影响因素称之为在泉，刚好就天地相对，阴阳相对。司天如果是为阴的话，那么在泉就一定为阳；司天为阳，在泉就一定为阴，天地对应、阴阳对应。

厥阴风木为一阴，少阴君火为二阴，太阴湿土是为三阴。厥阴风木是春天，少阴君火是初夏，太阴湿土是长夏，这是属于讲三阴。相对的是，少阳相火为一阳，阳明燥金为二阳，少阳相火是夏天，阳明燥金是秋天，太阳寒水是三阳，也就是冬天了。

其实根据任何一年的天干地支，查这个表你就可以知道。比如说2011年我们知道是辛卯年，那么第一个字是辛，是天干，是天干的话，我们看底下最后的《天元纪大论》就可以知道了，丙辛之岁水运统之，我们就可以知道是什么？是水运之年。上一年2010年是金太过，那么2011年就一定是水不及之年，这样子我们的一年的年运通过这个天干就可以知道。

那么这个司天、在泉怎么可以知道呢？司天在泉我们看表2-3和表2-4就可以查出来。辛卯年，这个卯字我们看表2-3，怎么样？卯酉对应阳明燥金，属秋、属

燥，卯酉对应阳明燥金就表示怎么样？表示我们2011年的上半年是属于二阳。

我们看表2-4就是二阳（阳明燥金）司天，相应的它的下半年就一定是二阴，二阴就是（少阴君火）在泉，影响下半年的天气变化的主要因素就是少阴君火。这样我们大概地就可以知道上半年、下半年这个天气影响因素，司天、在泉就可以知道了。

（来年）

六气时间表

初之气：1/20——3/20　二之气：3/21——5/20

三之气：5/21——7/22　四之气：7/23——9/22

五之气：9/23——11/21 六之气：11/22——1/19

表2-5

六步主气表

初之气主气的每一年都是厥阴风木；属春，属风

二之气主气的每一年都是少阴君火；属夏，属热

三之气主气的每一年都是少阳相火；属夏，属火

四之气主气的每一年都是太阴湿土；属长夏，属湿

五之气主气的每一年都是阳明燥金；属秋，属燥

六之气主气的每一年都是太阳寒水；属冬，属寒

表2-6

还有就是看表2-5和表2-6，就是关于六步气的问题。这个六步气不是六气。六步气其实它就讲初之气……，后面标的数字其实主要是指的阳历，也是公历

1月的20号到3月的20号，这两个月是属于初之气，其它的依次类推，这是六步气。

在六步气里面每一步里面都有主气和客气，二十四节气每四个节气为一步，所以就统称为六步气，每一步都有主气和客气。后来变成俗语了，“啊，这个人很客气”，其实“客气”原来的词汇是指这个变量。主气就代表天气的常量，客气就代表天气的变量。这个大家慢慢去悟，去悟可以知道这里面有很多的东西，如果你能够明了的话，那是有很多作用的。

我们也说说它的具体作用好了，五运六气有什么作用呢？比如它可以推断瘟疫的爆发，比如说2003年的春季中国爆发了非典，那怎么可以来看它呢？2003年是属于癸未年，五运就是为火运不及之年，上半年是太阴湿土为司天之气，其中的第二步气就是从春分、清明、谷雨、立夏是属于少阴君火主气，同时少阴君火也是为客气，就大火当令，火气太过就会容易瘟疫流行，南方是气运早至的，所以广东会先发病。到第三步气的时候，也就是从小满到小暑的时候，也就是六七月间，这个时候风热渐起，湿气大盛，非典就渐渐地消失了。

这个跟《黄帝内经》对照来看就可以知道。你看底下有一段《黄帝内经•素问•六元正纪大论》：“癸未之纪，太阴湿土司天……二之气，大火正，其病温厉大行，远近咸若。”这个简直就是非常准确的预言，刚好也就是说癸未年（2003年就是癸未年），癸未年的时候

是“二之气，大火正，温厉大行”，容易爆发瘟疫和传染病，“远近咸若”就是不分远和近都会有此灾难。

不单单是2003年这个样子的，我们往上推，一直往上推， 六十年一推，如果你是对历史感兴趣，你去查，几乎你就可以看到都是这么一个规律。我们2003年继续往上推，六个六十年，那是哪一年？1643年。清朝什么时候入关的？1644年。明朝没有彻底败亡，那个时候是1643年。我们看《明史》第二十八卷《五行志》就有记载：“自二月至九月，京师大疫，传染甚剧。”那一年二月份至九月份，就是大瘟疫。

1643年再往后推六十年，那就是1703年，已经是清朝了，按照《清史稿》第四十卷《灾异志》记载：“春，灵州，琼州大疫。”琼州就是海南岛。“五月景州大疫，人死无算。”因为瘟疫传染，所以很多人死掉了。“六月曲阜巨野大疫，东昌疫，八月文登大疫，民死几半。”文登，山东的文登，因为瘟疫流行，当然老百姓差不多死了一半。你跟这个去对应的话，你跟“癸未之纪……，二之气，温厉大行，”你一对就都可以知道。

《续名医类案》上面有记载，雍正的癸丑年疫气流行，叶天士制方救之。瘟疫流行的时候有一个名医叫叶天士，他创了一些方来救治，舌淡白或舌心干焦者用甘露消毒丸治之；神昏谵语，就是已经很迷糊了、已经高烧说胡话了，神昏谵语者用神犀丹治之。这样我们可以

知道，其实我们懂得规律性，很多事情你可以知道大概什么时候会发生什么，就能够有所准备。



还有，五运六气的学说也可以对人体的健康状况作出预报来。如果大家好好研究，将来进一步发扬她，就好像我们今天的天气预报一样，你们每个人起码首先对自己能够做预报，而且准确度有80%以上，这样就非常不错了。

当然这里还是有很多方法，因为没有那么多时间详细讲。将来会分作七类，你要是喜欢养生这一类、医学这一类，就可以在药师法门里面相关的一些法要可以进一步去用功夫。

我们可以看一看《学修药师法门补充资料》第88到90页，这就是说五运六气了。明年是辛卯年，你看这个当然就是四季、月建和二十四节气，这是常规的了。五运就很明显了，中运是水运不及。五运之中客运主运有很详细的排列。

辛卯年

四季	月建	二十四节气
孟春	正月庚寅	立春
		雨水
仲春	二月辛卯	惊蛰
		春分
季春	三月壬辰	清明
		谷雨
孟夏	四月癸巳	立夏
		小满
仲夏	五月甲午	芒种
		夏至
季夏	六月乙未	小暑
		大暑
孟秋	七月丙申	立秋
		处暑
仲秋	八月丁酉	白露
		秋分
季秋	九月戊戌	寒露
		霜降
孟冬	十月己亥	立冬
		小雪
仲冬	十一月庚子	大雪
		冬至
季冬	十二月辛丑	小寒
		大寒

五运

五运			
中运	客运	主运	交司时刻
水运不及	少羽	少角	庚寅年大寒日亥时初初刻起
	太角	太徵	春分后十三日亥时正一刻起
	少徵	少宫	芒种后十日子时初二刻起
	太宫	太商	处暑后七日子时正三刻起
	少商	少羽	立冬后四日丑时初四刻起

六气

六气			
客气	主气	客主加临	交司时刻
司天	初气		
阳明燥金	厥阴风木	主气厥阴风木，客气太阴湿土	自庚寅年大寒日亥初，至本年春分日酉初
左间	二气		
太阳寒水	少阴君火	主气少阴君火，客气少阳相火	自春分日酉正，至小满日未正
右间	三气		
少阳相火	少阳相火	主气少阳相火，客气阳明燥金	自小满日申初，至大暑日午初
在泉	四气		
少阴君火	太阴湿土	主气太阴湿土，客气太阳寒水	自大暑日午正，至秋分日辰正
左间	五气		
太阴湿土	阳明燥金	主气阳明燥金，客气厥阴风木	自秋分日巳初，至小雪日卯初
右间	六气		
厥阴风木	太阳寒水	主气太阳寒水，客气少阴君火	自小雪日卯正，至大寒日丑正

再看六气，也非常明白了，六气中的主气当然是不变的了，总是厥阴风木、少阴君火、少阳相火、太阴湿土、阳明燥金、太阳寒水，这当然是普遍的了。而客气就是每一年每一年都是一直在变化，这样，天气对人的影响就很明显了。初气、二气、三气、四气、五气、六气，在表上面已经标明了，也可以看到司天之气是阳明燥金，在泉之气就是少阴君火，这样就能够非常明显地看到。懂的人当然知道这个表有很多用处。

说一个简单的，东汉时候，张仲景看到青年文学家王璨（王仲宣）他脸上这个气色，就说：“你的身体里面有病根了，你马上去吃那个五石汤，否则的话就会逐

渐严重起来，如果你现在不吃药，延误了到四十岁的时候，你就会眉毛全部脱掉，鼻子会塌下来，半年以后就会有生命危险。”

王仲宣这个时候刚刚才20岁，才华横溢，所以年轻气盛，听了后也很不高兴，根本就不相信他这一套，以为这个张仲景肯定是故意要显自己的本领来吓唬他，口里面说：“好，好。”实际上就不理他。

三天以后两个人又见面了，张仲景就问王璨，说：“你吃药了吗？”很关心他。王璨就回答说：“已经吃了。”张仲景就很仔细盯着他看，看了一阵以后就摇摇头对王璨说：“我看了你的气色，你根本上没有吃药，你在欺骗我，你怎么可以这么不爱惜自己的身体呢？”然后不停地摇头叹息走掉了。

王璨还是不当一回事，还是不相信。这20年以后的病谁知道啊？心里面想，肯定骗人的，不理他。过了20年以后，王璨40岁了，他果然一开始就眉毛全部掉了，然后鼻子就塌下来了，身体就开始烂了，又过了187天，王璨死掉了，前面说他半年，差不多，多活了几天。他们有一个考证说王璨是生于公元177年，死于公元217年。

逢7之年怎么样？逢7之年木不及，看这个表2-2就可以知道了。逢7出生之年是木不及之人，木不及怎么样？肝气不足，先天你就肝气不足，很简单的查法是不是？你说你是哪一年的，你是1977年的，那怎么样？木

不足，肝气先天不足，很简单。这一年生的人是肝木偏弱，容易受风邪。

这个王璨20岁的时候是公元197年，年运也是为木不及之年，你要按照五运六气去查，司天之气为太阴湿土，在泉之气为太阳寒水，所以天气的特点就会怎么样？又湿又寒了。“木不及”的年运使王璨本来先天弱的这个肝木就更弱了，而更弱了以后寒湿的天气又会使这个风寒容易侵入到人体的经脉经络，所以王仲宣就染上了麻风病，他的眉毛掉就是麻风病了，也就是《药师经》里面讲的什么？白癞癫狂这个白癞，眉毛掉了，他就是白癞，黑色的部分没有了。

还有一个因素是司天之气是太阴湿土，木不及之年土就会反过来欺侮这个木，本来是木克土，但是如果木不及之年土就反侮木，就会对肝木不利。

王仲宣为什么30岁的时候能够平安度过而40岁会发作呢？这也跟五运六气有关。王璨30岁是公元207年，年运也是木不及，十年一转，但是司天之气是厥阴风木，所以这个年运得了司天之气的帮助，虽然是木不及，但是刚好上半年影响的司天之气是厥阴风木，就给他加一点木气，有利于肝木，所以就抑制了麻风病的发作。

但是当王璨40岁的时候，公元217年的时候，年运还是木不及，但是司天是阳明燥金，金克木，木本来就不多了，再加上一个金克木，当然就更弱了。木不及，金

气偏盛，加上司天又是阳明燥金，金上加金，那就金克木，霸道的金气就克住本来就很弱的木（肝木），这也就是说天虚加上人虚，病情就会急剧地恶化。不是说你这一年出生都会有这个问题。如果这个人本身调理得好，人强的话虽然是天虚也不会患病。

这是掌握五运六气的学说，可以做很多的推演，有很多的作用。虽然这是讲表层的规律，药师法门根据这个还有很多具体的一些方法、一些窍诀。

五运六气其实是世界上最早的天文气象医学，很多你都可以根据这个推出来。比方说木运盛衰之年容易肝病流行，比如说1987年是丁卯年，是木不及，逢7都是木不及，对不对？木属于哪一方？东方。中国人的东方是哪里？上海。所以1987年上海甲肝流行了，不是很简单吗？

还有是火运太过之年，火运太过会怎么样？火过伤水。水是干什么用的？肾水上荣于脑。比方说老人年纪大了，有一点轻度的老年痴呆，或者是有脑梗塞，你直接去治疗这个脑未必有什么好效果，那怎么办？你去先救火，把肾气提起来就会好很多。肾水上荣于脑，所以火运太过之年伤水以后就容易流行脑炎，脑膜炎。

比方说1956年农历是丙申年，丙申年的时候是少阳相火司天，三之气的主气、客气也都是少阳相火。三之气，主气、客气都是少阳相火，又是少阳相火司天，所以三之气这个时间段就引发了“乙型脑膜炎”的流行

了。这个水属于北方，对不对？北京是北方，所以1956年的时候北京曾经是乙型脑炎流行。



当时的一个名医叫做蒲辅周，根据当年北京的气候是偏湿的特点就用白虎汤加上一些祛湿之药来治疗。因为他这个方对症，考虑了天气的因素，这是很重要的。它不像西医，不管你是什么天气不天气，你只要是这种病就给你吃这种药。这里面还考虑各方面的因素，即外在的天地的因素、天气的因素、年运的因素等等考虑很多，所以疗效是达到90%以上。1956年四之气的时候就已经转为阳明燥金了，乙型脑炎也就随之消退了。

我们可以通过第六愿，略为引申一下就可以知道：由五运六气能推演为什么白癜癫狂会容易犯，这个跟优生优育学有关系，尤其是跟整个大的环境之中会不会容易有什么流行病爆发、瘟疫爆发，这个当然就能够活人、能够济世、能够帮助很多人。

【第七大愿，愿我来世，得菩提时，若诸有情，贫穷困苦，无有归趣，众病所逼，无药无医，暂闻我名，众病消散，眷属增盛，资财无乏，身心安乐，乃至菩提。第八大愿，愿我来世，得菩提时，若有女人为女

众苦之所逼切，极生厌离，愿舍女身，若闻我名至心称念，即于现身转成男子，具丈夫相，乃至菩提。】

这一段是讲第七身心康乐愿和第八转女成男愿。第七愿是众圆满，第八愿是主圆满，所以众主合起来讲说。第七愿是眷属增盛，第八愿是具大丈夫之相。药师法门是讲华严富贵，是讲眷属圆满，所以眷属增盛，还有自身主圆满。可以分为两个要点：

第一个要点是第七愿中经文上说的“众病消散”，这个可以与我们的养生医学的话题相联接。好像在2007年《药师经讲记》也已经说过了孙思邈的《养生歌》就告诉我们：“春月少酸宜食甘，冬月宜苦不宜咸，夏月减苦聊增辛，秋辛可省但教酸。”

经文上面所讲的“眷属增盛，资财无乏”可以跟经济学的话题相联接，跟我们宏观经济学、微观经济学等等都可以相联接。经济学就是致用之学，“经济”这个词，为什么会翻译为“经济”？其实最早这个词是日本人发明的。日本受中国文化的影响，他把中国文化里面汉语本意的“经邦济世”、“经国济民”浓缩起来，就把这个学问叫做经济学，也就是经邦济世、经国济民的经验总结。

正如经济学家曼昆所说的：“学习经济学本身不会使你富有，但是它将给你一些有助于你致富的工具。”所以我们了解经济学的常识，可以使我们准确地把握经济规律，运用经济学的思惟方法去认识问题、思考和解

决问题。

比如说我们运用相对成本是解释差别的好方法，比如比较优势法则，还有边际收益递减定律，还有比如博弈论，二十世纪有所谓的三大理论，即系统论、控制论、博弈论。博弈论有很多了，包括智猪博弈等等。博弈论综合地考虑到什么？两方博奕，双方的因素都考虑到了。当然也可以分为正和博弈、负和博弈和零和博弈。正和博弈包括两种情形，一个是双赢，一个是有赢有输，但是赢家得到的是多于输家失去的。负和博弈也包括两种情形，一个是双输，第二个就是输家失去的多于赢家得到的。零和博弈当然就是讲赢家所得正是输家所失了。这些我们就作个引子，展开来讲就要讲很多了。

还有经文上面所讲的“身心安乐”，这个与我们心理学的话题，包括最近的西方将东方的一些修行法门、宗教的一些修行法门跟当代的心理学联接起来的所谓的超个人心理学等等，这些都可以相联接，都可以运用药师法门的一些方法来分析、来看待。

第二个要点是转女成男愿。在讲求男女平等的当代，虽然女众的工作能力不亚于男众，但是仍然还是会有心态上的不平等现象。比如说女众在职场上的升迁会容易受到关于性别的歧视等等。药师琉璃光如来的第八愿是专为女众而发的，如果有女众为各种身心之苦所逼切厌离女身，听闻到药师琉璃光如来的名号，能够转女

成男，乃至于修行证得佛果。

【第九大愿，愿我来世得菩提时，令诸有情出魔罥网，复有种种邪见之徒，皆当摄受，令生正见，渐令修习诸菩萨行，乃至菩提。第十大愿，愿我来世得菩提时，若诸有情王法所拘，幽禁牢狱，枷锁鞭挞乃至极刑，复有众多苦楚之事逼切忧恼，无暂乐时，若闻我名，以我福德威神力故，皆得解脱一切忧苦，乃至菩提。】

这一节是讲第九魔外归正愿和第十解脱忧苦愿。第九愿是行，第十愿就是愿，愿行相资，行愿无尽。可以分为两个要点：

第一个要点是第九愿的改邪归正愿。我们可以与教育学的话题相联接，要能够由知识教育提升到智慧教育，这个很重要；要能够由谋生技能的教育提升到开发自性潜能的觉悟教育，不然的话，学出来高分低能；要由分别念炽盛的凡夫教育提升到自觉觉他的菩萨养成教育。

这个第九愿改邪归正愿，或者说是魔外归正愿，药师佛主要就是讲这些内容，如何让我们由知识教育提升到智慧教育，由技能教育提升到觉悟教育。凡夫教育越教越学分别念越炽盛、分别心越重、执著越重，向外追求的这种贪婪越重，这就偏掉了是不是？现在人的某些学问是有些很迷糊的，完全没有意义的。比如说告诉你很多怎么化妆、怎么配衣服等等。当然在某一些范围之

内还是有一点用，但是实际上如果大家都去搞这就很糟糕了，一直向外去求，完全迷失掉了。

这个分别念炽盛的凡夫教育提升到自觉觉他的菩萨养成教育，药师法门里面有超觉学习法，有六度成功学，这都是菩萨养成教育。教育很重要，但是你要选择什么教育，这个更重要，用个比方大家容易明白了。

比方说一只小蚂蚁尽它一生的心血去探索周围的世界，它也能够发现一些食物，也能够发现一些道路，也能够掌握跟同类打仗的方法（蚂蚁跟蚂蚁打仗），还有也会去找到跟昆虫作战的方法，也会学会把那些死掉的昆虫搬回到蚂蚁的家里面给大家吃的方法等等，小蚂蚁也会有这种知识教育。

如果一个博学之士想带给这个小蚂蚁更广阔更深层的生命体验和生命乐趣，准备教它万有引力定律和相对论，那就会怎么样？那就会交流有问题。这个蚂蚁可是二维空间，它没有高度，是不是？它有长有宽。我们在三维空间之中，你就会发现交流会有困难，就遇到障碍，那么这个博学之士也会感到爱莫能助。

这个时候最好的方法是什么呀？不是让蚂蚁再去学很多知识，最好的方法是让蚂蚁在学习相对论之前，先给它换上人的头脑、人的心智，才有可能交流，才能够真正地学会和理解相对论。

同样的，药师佛这个第九愿魔外归正愿就是摄受这些邪见之徒，“令生正见，渐令修习诸菩萨行。”你

不要以为这个跟我不相关，我已经信佛了，已经皈依三宝了，但是你有没有真正的佛的知见呢？你的知见还是跟小蚂蚁一样，我说的话你哪里懂，你想象认为你懂了我说什么，不是那回事。所以“令生正见”这四个字很重要，一定要注意看，这部经里是有很多经眼（经之眼），你懂得看就知道了，“令生正见”很重要。

我们没有给大家发很多仪轨，一直都在引导，我们如何向内提高觉察力，这个是什么？是真正地开示悟入佛之知见的方法。没有让你去背很多名相，没有说我抄很多佛教的名词，来给大家念一遍就能解决问题，这没有用的。你要真正懂得如何去向内觉察，如何去开启真心的妙用。真心的妙用是不会被已知的任何知识所困住的，是一直在不断不断地觉察，就是觉，她的妙用就是觉。所以“令生正见”很重要，也就是让我们先学习和树立佛的知见，开示悟入佛之知见，成就佛的心智。成就佛的心智以后，我们再来学佛法，再来修法门，你修什么法门都能成功，都能解脱，都能成佛。

所以，我们就可以明白药师法门第九愿的妙用是什么？也就是告诉我们，与其我们去尽一颗平凡的心灵去奋斗一生，与其我们用凡夫的心智去奋斗一生，不如先致力于提高自己的心智能力，才能够更圆满地实现生命价值，这是药师法门智慧教育的真谛。你才能够明白，释迦牟尼佛为什么说，我来到这个人世间，我来示现成佛，目标、大事因缘就是为了令众生开示悟入佛之知

见，这个你才能够真正明白。



如果你讲法，你只会背佛经、背名词那个没有用。你一定要知道用自己的体悟来说。释迦牟尼佛为什么要一直强调？说白了就是想把我们像小蚂蚁这样的心智模式、凡夫的心智模式提升到佛的心智模式，这样是最重要的、最关键的，这是药师法门智慧教育的真理。

传统学习的方法是灌输、听讲、阅读和记忆四要素。药师法门超觉学习的方法是热爱、思辩、创新与实践，也是四要素。正如爱因斯坦所说的：“人只有献身于社会才能找出那短暂而有风险的生命的意义。”这个是发菩提心。真正发菩提心为众生解脱而学习，这就不会把自己的心智困住了，真正的心打开了。

现在的人很容易是倒果为因，他没有到那个程度，倒果为因，他把佛的那些名词全部记忆下来了念一遍，这样没有用，你是不是真正地发了菩提心很重要，因为只有真正发菩提心，我们心轮的脉才会张开，心轮以上的脉都是菩萨脉，觉察力才会提升，内在的觉察力提升了，我们的智慧才能开显，这不是你每一天就把眼睛闭起来打打坐，或者念念佛、诵诵经就可以达到的，如果

你觉察力不提高的话，那都会变成知识。

第二个要点就是讲第十大愿解脱忧苦愿。我们来重温一下这第十大愿，“若诸有情，王法所拘，幽禁牢狱，枷锁鞭挞，乃至极刑。复有众多苦楚之事逼切忧恼，无暂乐时”，这些都是说什么？这些“王法所拘，幽禁牢狱”，这就牵涉到司法了，所以“解脱忧苦愿”就是可以跟我们的司法公正、跟我们的法治精神相联接。

大家看过《福尔摩斯探案集》没有？应该看过吧？我可能是小学、初一那个时候，有一段时间很喜欢看，把所有的能够找到的《福尔摩斯探案集》全部找过来看。作者是谁呀？他是苏格兰的一个医生柯南•道尔，1887年的时候，苏格兰医生柯南•道尔决定弃医从文，这个选择很好，世界上少了一个平庸的医生，多了一个杰出的小说家，弃医从文以后为世间呈现了一个侦探小说的黄金时代。柯南•道尔以他的四部中篇小说和五十六部短篇小说，把小说中的主要人物福尔摩斯塑造成了一个家喻户晓的人物，全世界都知名的人物，就好像西方世界的耶稣和圣诞老人一样，妇孺皆知。

当时的社会历史背景，1887年正值英国第二次工业革命的时候，因为电磁理论的成熟，所以电力、电器、电报、电话、内燃机等等的新发明就好像魔术师的百宝箱一样百变而不穷。科学技术的迅猛发展引爆了巨大的生产力，经济社会都取得了巨大的进步。

但是在司法方面还是比较落后的，相对比较滞后

的，犯罪侦查、审讯等等方面，当时英国还停留在中世纪的刑讯逼供等等一些古老的手段上，所以冤假错案也是数量可观。在这样的社会历史背景之下，柯南•道尔的小说很深度地塑造了福尔摩斯。福尔摩斯用很多的专业知识去发现这个细微的问题，找到线索，很准确地很神奇地破案，推动了英国刑侦司法的科学化。一直影响到现在，就是盛行至今的刑侦司法学的源头。大家如果到伦敦去的话，某一条街道门牌上面就会有一个福尔摩斯的像，叼着一个大烟斗。

福尔摩斯的破案理念，比方说物证认罪、合理地推论推理，要形成一个证据的锁链等等都成为我们现在刑事侦查教科书的常设内容，必备的内容。

小说之中福尔摩斯在犯罪现场所运用的那些方法，比方说指纹识别、血液分析等等的微量物证侦查技术，以及辅以犯罪的心理分析，辅以缜密的逻辑推理，这个已经成为全世界都在运用的破案常态。

你看他虽然只是有那么一些小说，但是他对于全世界的司法进步都是有帮助的，对于整个的刑侦司法学的科学化都是有具大贡献的。正是因为贡献如此之巨大，因此柯南•道尔被誉为英国侦探小说之父，并且在十年以后也就是1897年的时候被英国的王室册封为爵士贵族。

福尔摩斯的传奇故事是脍炙人口的，已经被世界各国拍成了211部电影，最近据说英国又推出了一部电影叫做《大侦探福尔摩斯》，这样一部怀旧格调的影片，

仍然还是在全球受到欢迎，全球热映。

当然福尔摩斯是小说里面的人物，其实历史上世界各国各民族，都有优秀的人才在努力维护司法公正。比方说我们中国更多了，对不对？好像前一段时间电视里面也播了好久，重复地播就是狄仁杰，唐朝武周时期的狄仁杰等等。

药师佛的第十大愿其实就是加持人间司法公正。你不要认为一个人他犯罪了，就念药师佛，他死刑马上就出来了，当然也有这种感应了，我相信。但是更重要的是面对广阔的社会，面对整个人类，药师佛如何去推动司法进步呢？如何令这些“王法所拘，幽禁牢狱”的众生脱离苦难呢？如何使那些冤假错案尽量少发生呢？药师佛的愿力就是加持很多的优秀人物来推动人类司法公正的进步，更好地实现公平、正义。这样来理解佛经，这样来开发自己内在的智慧，这样就是真正地能够“解脱一切忧苦，乃至菩提”。

【第十一大愿，愿我来世得菩提时，若诸有情饥火所恼，为求食故造诸恶业，若闻我名至心称念，我当先与上妙饮食随意饱满，复以法味令住安乐，乃至菩提。第十二大愿，愿我来世得菩提时，若诸有情身无衣服，蚊虻寒热之所逼恼，若闻我名至心称念，随其所好即得种种上妙衣服，宝庄严具，伎乐香华，皆令丰足，离诸苦恼，乃至菩提。曼殊室利，是为药师琉璃光如来、应、正等觉行菩萨道时，所发十二微妙上愿。】

这一节就是第十一大愿得妙饮食愿，愿令饱满复得法味。第十二愿得妙衣具愿，也就是愿令庄严随念具足。第十一愿是功，第十二愿就是果，功果就是一对，所以我们一起来讲。证果以后，能够广度众生，无穷无尽。可以分为四个要点来说：

第一个要点，就是药师琉璃光如来因地的第十一大愿就以“食”来归纳、来概括一切法门。有些人他不懂得，他一直读一直读，读《药师经》他就起疑惑：“药师佛这么有智慧，怎么会愿力说这么浅了？第十一愿就叫人吃饱，第十二愿就叫人穿好。这么简单我也会说。”所以这个没有懂，没有懂得佛的智慧，“食”就可以包括一切法门。上供诸佛、下施众生都是“食”，法轮未转食轮先，吃很重要。一切众生安身立命，他要滋养这个色身都需要依靠吃东西。你看我们的佛事都是讲吃，斋天是请天来吃东西；上供，供上堂斋、如意斋、罗汉斋是请佛菩萨来吃东西；你要是下午放蒙山，晚上放焰口，那是请鬼道众生来吃东西。

所以要吃好不要好吃，要真正地能够吃出健康来，越吃越庄严，要能够吃出长寿来，要能够通过吃让我们扭转时空，让我们生死自在。

药师法门里面有一个摄取花草精华做甘露的方法。你要是采很多的花，鲜花盛开的时候用一些方法念一些咒，就把花草草木的精华、五大（地、水、火、风、空）的精华都融合起来，做成一些丸子。然后你闭关

二十一天，这二十一天什么都不吃，就喝一点点水来送这个小丸子就可以了。如果你不想吃的话，你可以很长时间都不吃，这样的方法。这有一点像我们传统的那种辟谷，但是比辟谷的作用更大，尤其是在某一个阶段，我们在修药师法门的某一阶段是要用到这个方法，不然的话这个饮食在你成就虹光身方面会有障碍。

有些人说，我学得很高了，我已经接受了吉祥怖畏的灌顶了，我天天在观修。没有用的，你肯定观不起来，为什么呢？吉祥怖畏要现前，要在什么状态下现起来的呀？他是在微细身、微细心才能现起吉祥怖畏来。你在粗心粗身的阶段，细身细心你都没有达到就不能成就本尊观，这是不能骗人的，你这个没有转过来，你说观，那个观也是你的意识假造出来的一个境界，不是真的，所以这个很重要。

修持不要去迷迷糊糊地每天拿本东西去念念念，一直念到要走了，不晓得怎么回事，这个就很糟糕。修行如果这样的话，我们佛教界就不会有优秀的人才出来，不会有真正有学、有修、有证的人出来，那佛法就会被边缘化。所以药师法门是很当机的，就在于此地。不说其他，你把你的粗身粗心先转为细身细心再说，进一步你到微细身微细心，再到极微细身、极微细心，这有四层修法，对不对？我们一直讲药师法门整个都是四层，其实一切经法都有四层，即外层、内层、密层、还有密中密层，密中密层有些时候也叫做真如层。

曾在2007年在武汉灵泉寺讲《药师经》的时候也已经讲了，懂得正确地吃有八大好处。

第一个能够治病。

第二个能够保持健康。

第三个能够帮助我们持戒清净不起妄念。

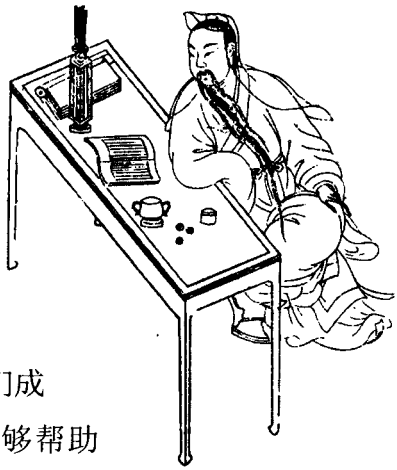
第四个能够帮助我们成就禅定。

我真实地告诉大家，如果有一些人的个性很怪异，有一些时候是因为他长期喜好吃某一种食物，或者他只找到那种食物，其实他因为局限性，他不想吃那些东西，看到他也不吃。所以你要帮助他很简单，你要帮助他把这个身体调过来。

凡夫的心一定受身体的影响，当然身体也受心的影响，你的心一直很累、一直操劳过度、一直脑汁耗尽，你的身体必然也会受影响，身心互相影响，跳不出去这个规律。如果你懂得方法的话，你就可以帮助他扭转一些，你懂药师法门的养生学这一类，你就会知道。

懂得正确地吃好睡好与帮助我们持戒清净不起妄念也有关系。比如说，最简单的，现在的人枕头是无所不用其极，我听说还有一种枕头是能够自动发热的，冬天的时候睡在上面很舒服、很柔软。但是我告诉你那个会害了你。有没有注意看博物馆收藏中国古代的那些枕头，什么枕头呀？陶瓷枕头、玉石枕头，没有一样是舒服的，都是凉的。没有说像现在这种自动加热的枕头，没有这回事，你以为中国古人比你愚蠢？其实比你智

慧多了。为什么？人的身体要上面凉下面热，你脚很暖和头很凉，头凉就清醒。山顶的温度一定比山下要低，你反过来了，那不是天下大乱了吗？



第四个就是帮助我们成就禅定，你会吃的话能够帮助我们成就禅定。

第五个就是帮助开发智慧。像我们前面所讲的“孔圣枕中方”，你任何一家有小孩子要读书的话，用“孔圣枕中方”给他吃的话，都有帮助，一定能够提高记忆力。

第六个是能够让我们相好庄严，自在安祥，精力充沛，成就世间的圆满相。

第七个好处就是能够让我们增福延寿。为什么能够增福延寿？因为你会吃的话就能够修复好那些受损的细胞，并且你还懂得能够用这个药师法门去帮助众生恢复身体健康，所以你当然就增福延寿。

第八是懂得正确地吃，能够激活再生系统，乃至于圆满成佛。我们所说的摄取鲜花的精华、五大的精华来做丸子的那个方法，它的作用就是不单单是辟谷，还能够激活我们体内的再生系统。

佛法之中讲饮食讲得非常细，佛教里面讲九种食，我们都知道了。第一种是段食，像人一段一段，一天吃三顿吃两顿，一段一段吃。第二种触食，眼根接触色法，以这个为食，触食。耳根接触声尘，以声尘为食。第三种是思食，思念所欲之境作为食物。第四种是识食，阿赖耶识能够支持有情的生命，所以称为识食。以上的都是世间的四种食。

还有出世间的五种食。第五种是禅悦食，能够以禅定来长养诸根。第六种是法喜食，闻法以后生欢喜心，让我们身心愉悦，就好像吃了好东西一样，确实是无上的甘露，这个是法喜食。第七种是愿食。第八种是念食，能够保持正念。第九种是解脱食。

说一个浅的了，我们一直也强调过，你看枸杞子，几乎它是百搭果，任何东西你搭上它应该基本上都会有帮助。南宋时候的爱国诗人陆游，他的寿命达到85岁，他从40岁开始就主要是吃粥，他写了很多吃粥的诗："世人个个学长年，不悟长年在目前。我得宛丘平易法，只将食粥致神仙。"他喜欢吃枸杞粥，用枸杞放一点米熬一点粥喝。枸杞子是性味甘平，也能够补肾益精，能够养肝明目，能够润肺止咳，所以它有防衰老的作用，有能够延年的功效。当然食疗，中国的文化，中国的养生学都积累了很多。

前面都是讲食物怎么吃，更进一步还要讲，其实出世间食都是指法上面的了。

第二个要点第十一大愿之中“复以法味，令住安乐，乃至菩提。”这个法味令众生安乐就是度众生，这可以与现在的传播学、宗教学、心灵成长教育等等很多的话题相联接。

第三个要点就是讲第十二大愿中“即得种种上妙衣服，宝庄严具”。

从外层来说可以跟我们的居住环境的改善相联接。“宝庄严具”是如何让在这个环境住了以后，让我们舒服、让我们健康，这个磁场的影响一定有，而且不但影响了你的身体，会渐渐地影响到你的思惟模式。如果住在那种三尖八角的所谓钻石型的房子里面，渐渐地这个人就变得很喜欢钻牛角尖，老是跟人家吵架，居住环境还是会影响人的。

当然如果从内层意义上来说，宝庄严具是指什么？是指福慧庄严成佛道。为什么放在十二？其是果，这个宝庄严具是讲佛陀果地境界的万德庄严，这才是真正的宝庄严具。

伎乐香华，皆令丰足。这个可以与音乐欣赏、礼仪教育等等相联接。

音乐是心灵之声，中国的四书五经，即《诗经》、《尚书》、《礼记》、《易经》、《春秋》。《礼记》上面的《乐记》上面就有说：“唯乐不可为伪。”唯有音乐不可以作假、不可造伪。音乐思惟的特点就反映出它直接作用于心灵的本质，所以才最能够感动人，才能

够唤起共鸣。

其实我们身体里面有很多音乐，生命奥秘无穷，本身就充满了韵律感。我们的心律、我们的脑电波、我们的脉搏跳动等等都有着非常丰富的音频，须臾不离于宇宙天地之“道”。“道也者，不可须臾离也，可离非道也。”你不要以为这个须臾不可离之道是很遥远很神秘，就在我们这个身心之中，这种韵律、这种音频跟天地的规律都是暗合的，都是相应的。

但是凡夫的大脑思惟的妄心把它扰乱了，所以人就变得很烦恼、很痛苦了，人的寿命就缩短了。你看现在的科学研究就说，高级的哺乳动物，它寿命是它的牙齿完全长成、它的发育完全成熟的时间的五到六倍。我们人发育成熟是25岁，5倍就是125岁，我们的寿命。六倍就是150岁，而当然其实有的活得更长的，那是特例。

所以我们欣赏好的音乐可以调节情绪，可以让我们情操高尚，净化心灵，启发灵感，使我们身心健康。因此很早其实中国就有了音乐疗法，有了音乐胎教，甚至于还有人尝试给动植物听音乐来促进它的生长。

春秋时候的孔子在齐国就是听了韶乐，所以三月不知肉味，他停在那个音乐的境界里面，陶醉在那里面，吃什么都感觉不到味道出来，完全沉醉在那个美妙的音乐里面。

中国上古时候一直以来以“道”为主题，宇宙天地之道，以“道”为主题的古琴曲，比如说《神人畅》、

《列子御风》、《华胥引》。《华胥引》是黄帝治国觉得很辛苦，一直祈祷有什么办法能够让我垂拱而天下致太平，然后他就做了一个梦，梦中到了一个华胥国。这些与道相关的古琴曲都能够使我们体会到天人合一的境界。

还有以“清”为主题的古琴曲，比方说《流水》，比方说《渔歌》，就都能够让我们体会到孟浩然的那种隐逸的境界，那种情操，那种“北山白云里，隐者自怡悦”，那种隐居的清逸自在的乐趣。

还有仁义道德这个“仁”，以“仁”为主题的古琴曲，比方说《文王操》、《水仙操》等等。

孔子这个人很了不起，他学古琴的时候，他跟他的老师学《文王操》，他一遍一遍地弹，弹到水准已经超过他的老师了，老师说：“你可以了，很好了。”孔子说：“不行，我还没有体会到这个作者是一种什么心态。”因为老师也不知道叫什么名字，所以他一直弹一直弹，最后他就体会到这个音乐是描述的谁呀？周文王。能够心忧天下，能够关注老百姓的这种快乐自在，关注老百姓的生活，这样一种高尚的人，所以他就能够说出来：“噢，我已经体会到了，我现在懂得了这个音乐在说什么。”他的老师就很高兴说：“是啊，我的师父就曾经告诉我，这个古琴曲的名字就叫做《文王操》。我没有告诉你这名字，你通过弹奏它、体会它，就能够知道描述的是周文王，你非常了不起呀。”药师

法门之中当然也有更多更丰富的音乐内容，她有很多在修炼的各个阶段配合我们调气调脉的一些修禅定的音乐。

当然中国道教也有很多这种养生的音乐，佛教里面药师法门里面有，但是就是开发得不太够，因为其主要用之于禅定的，所以拿出来给普通人这么好玩一样听，也没有必要。

第四个要点，来作一个总结，这十二大愿都已经说完了，释迦牟尼佛就概括说，曼殊室利，以上所说的就是药师琉璃光如来因地发菩提心行菩萨道时所发的十二种微妙上愿。我们可以用法、报、化，慧、戒、定，众、主，行、愿，功、果这十二个字来概括，十二个字对应十二大愿。

一开始，第一愿是生佛平等愿，这是总愿，这是愿成佛法僧，之后就是思想的正确，行为的合理，帮助众生成就生活的丰富，事业的成就，缺陷加以弥补，病患予以救治，苦痛导向安乐。不但是注重于衣食等等物质生活的丰富，又关注教育，而且要由凡夫的知识教育提升到智慧教育，由技能教育提升到觉悟教育。由凡夫的分别念越来越炽盛的这种教育，提升到菩萨的养成教育，这样就是关注教育，关注健康，不但指身体健康，而且指身心灵的整体健康。又关注正常的娱乐，又关注经济的繁荣，社会的发展，司法的公正，一直达到人类的和平共存，所以药师法门生生不已，药师佛的愿力生生不已，是能够真正地达至世界持久和平，而且是高水

平的持久和平、实现人间净土的妙法。

药师琉璃光七佛本愿功德经卷下

闻药师琉璃光如来的名号得八种利益

【尔时，佛告曼殊室利：“彼药师琉璃光如来行菩萨道时所发大愿及彼佛土功德庄严，我于一劫若过一劫说不能尽。然彼佛土纯一清净，无诸欲染，亦无女人及三恶趣苦恼之声，以净琉璃而为其地，城阙、宫殿及诸廊宇、轩窗、罗网皆七宝成，亦如西方极乐世界功德庄严。于彼国中有二菩萨，一名日光遍照，二名月光遍照，于彼无量菩萨众中而为上首，能持彼佛正法宝藏。是故曼殊室利，若有净信男子、女人，应当愿生彼佛世界。】

这一段就开始讲药师琉璃光如来的果德了。前面都是讲药师佛因地的十二大愿，因地的愿力。这一段开始就是讲药师如来的果德。这一段可以分为四个内容：

第一个内容是说略指广。药师如来的愿力和他的佛土的庄严，若一劫余都说不能尽，药师法门是浩瀚无边的，我们现在可以体会到了，如果展开来说的话，讲药师佛在十天里，当然一个愿都讲不完，这是浩瀚无穷乃至于若一劫余都说不能尽。

第二个内容就是以西喻东，像西方极乐世界一样，

东方净琉璃世界也是正报庄严、无女人、无三恶道，依报庄严是琉璃为地，金绳界道。

第三个内容是赞伴显主。药师佛在教化众生发愿的得力助手是日光遍照菩萨和月光遍照菩萨，这两位大菩萨与药王菩萨、药上菩萨其实是同位一体，正如西方极乐世界观世音菩萨和大势至菩萨是阿弥陀佛的助手一样，日光遍照菩萨、月光遍照菩萨是药师佛教化众生的得力助手。

第四个内容就是劝众生要信愿求生净琉璃世界，所以说“若有净信男子女人应当愿生彼佛世界”。

1、闻药师名灭贪吝罪

【复次，曼殊室利，若有众生，不识善恶唯怀贪惜，不知惠施及施果报，愚痴少智无有信心，多畜珍财，勤劳守护，见乞者来，心生不喜，设不获已行惠施时，如割身肉深生吝惜；复有无量悭贪有情，积集资财，然于自身尚不能用，况当供给父母、妻子、奴婢、仆使及来乞者，彼诸有情，从此命终，生饿鬼中或傍生趣，由昔人间曾闻药师琉璃光如来名故。虽在恶趣，还得忆念彼如来名，即于彼没生在人中，得宿命智念。畏恶趣苦，不乐欲乐，好行惠施，赞叹施者，所有财物，无悭吝心，渐次尚能以头、目、手、足、血、肉、身分施来求者，况馀财物。】

从下一卷开始，跟一佛药师经相近的内容就略讲，

只讲那些没有怎么讲过的，其他的都是归纳，如果原来没有详细看过2007年武汉讲的那个，可以结合来看。上卷因为基本上跟那是不同的。我们明白了前六尊药师佛的愿力来理解第七尊药师佛就很容易通达，能够更丰富，能够打破局限性，所以第七尊药师佛的十二大愿我就说得比较略了，把她浓缩起来、归纳起来说。这里就是讲药师琉璃光如来的善巧方便。

前面释迦牟尼佛已经开示了药师琉璃光如来因地的十二大愿，以及果地的功德，以及果地的依报正报的庄严等等，所以从这一节开始就是讲药师琉璃光如来的善巧方便。可以分为两个要点：

第一个要点就是我们已经了解了药师琉璃光如来因地的愿力和果地的功德，那么有什么善巧方便来帮助众生呢？可以分为闻名益，即闻到药师琉璃光如来名号的功德利益，还有诵药师灌顶真言这个诵咒的利益。从这里开始连续五段都是说闻药师琉璃光如来名号能够得到八种利益，即灭恶四种利益，生善四种利益。

第一段是闻药师琉璃光如来名号灭贪吝罪。他比较贪婪也不舍得，甚至于自己享受都不舍得，更加不会给妻子儿女拿去享受，不会去孝养父母，这样子的对这种贪婪的人，对这种比较吝惜的人，药师佛加被他。

第二段是闻佛名能够灭犯戒之罪，还生人间，持戒清净，正见多闻。

第三段是闻佛名能够得解脱的利益，解脱一切生老

病死忧悲苦恼。

第四段是闻佛名究竟安乐的利益，一切的恶咒术等等都不能够伤害修药师法门的行者。

第五段就是闻药师琉璃光如来名号生善的四种利益。比如说生到西方极乐世界有八大菩萨来指引他，乘神通来示其道路；比方说生到天上享天福；生到人间做转轮圣王，以十善来教化众生；女人念药师琉璃光如来名号转女成男的利益等等，这样生善的四种利益。



第二个要点就是经文上说“若有众生，不识善恶，唯怀贪惜，不知惠施及施果报，愚痴少智，无有信心。”这个“不识善恶”是心迷，善恶都是起于心，不识善恶就是不识自心，不知道提高内在的觉察能力，不知道向内走，所以切断了与存在本源的联接，切断了与我们本有的法身智慧的联接，所以就心怀恐惧，才会不断地向外贪求。

你看药师佛法门，释迦牟尼佛就已经把这说得非常透彻了，为什么这些人会这么贪？自己享用都不舍得，聚了那么多资财干什么？就可以知道，问题背后的问题是什么？是恐惧。贪婪是问题，但是问题背后的问题是恐惧，因为他一直心怀恐惧，他不能够识自本心，见自

本性，因此药师佛的法门就是让我们能够知道向内去觉察。

“阙于信根”，就是不信自己本具佛性，背离了自性三宝，因为愚痴而招感未来世畜生道的果报，也不信一切众生在无始以来的轮回之中都曾经有机会做过我的父母，因此他不肯去布施众生，就招感到饿鬼道的果报。

为什么暂闻药师琉璃光如来名号就能够从饿道之中拔济出来，“生在人中，得宿命智念”呢？这是因为成就了心法的四缘，四缘具足。

由昔人间，曾闻药师琉璃光如来名故。这就是亲因缘，他听闻到药师佛号就已经种下了解脱的因，所以你不管对方懂不懂，有机会都要让他听闻一下药师琉璃光如来名号或者是药师七佛的名号，就给他种下了解脱的因，这是亲因缘。

虽在恶趣。是逆增上缘，他受种种苦的时候就真的知道想脱苦了，从内心深处想脱离这个苦了，所以是逆增上缘。

还得忆念。是等无间缘，在这个痛苦之中、苦楚之中，心里面很迫切想超出来，所以“还得忆念”这是等无间，念念相续，无有间断。但是如果条件好就容易懈怠，等无间缘就不容易具足了。为什么曾经种下过解脱种子堕地狱容易解脱呢？因为这等无间缘，他很迫切。

彼如来名。是所缘缘，所缘缘就是目标，目标就是求药师琉璃光如来加被，能够脱离三恶道之苦。

你看心法只要四缘具足就能成就，现在四缘具足，所以就能够“生在人中，得宿命智念。”得到宿命智念以后，因为他有宿命智念，能够回忆自己曾经在恶道里面受苦，很清晰地知道，所以他“畏恶趣苦，不乐欲乐”，不再像前生那样子贪执不舍了，对一切的欲乐都不喜好、不贪恋、不执著了，而且他会“好行惠施”，知道利益众生了，对所有的财物都没有悭吝的心了，没有不舍得的心，乃至于能够以内财施，“头目手足血肉身分”都愿意去布施众生了。

2、闻药师佛名能灭犯戒之罪

【复次，曼殊室利，若复有人，归依世尊，受诸学处而破戒、破威仪及坏正见；设有持戒、正见，不求多闻，于佛所说契经深义不能解了；虽有多闻而怀憍慢，由慢心故，自是非他嫌谤正法，为魔伴党，如是愚人，自行邪见，复令无量百千俱胝有情堕大险坑。此诸有情堕于地狱傍生鬼趣，若曾闻此药师琉璃光如来名号，由彼如来本愿威力，于地狱中忆佛名号，从彼命尽，还生人间，正见精进意乐调善，舍俗出家，于佛法中受持学处无有毁犯，正见多闻，解甚深义，离于憍慢，不谤正法，不为魔伴，渐次修行诸菩萨行，乃至菩提。】

这一段是讲八种利益之二的灭恶，就是闻佛名能够灭犯戒之罪，还生人间，持戒清净，正见多闻。

你看释迦牟尼佛开示说，曼殊室利啊，有四类的有

情众生，他们虽然学佛法，但是却走偏了，误入歧途，过失很重。第一类是皈依三宝受持了戒律，但是破戒、破威仪；第二类是虽然持戒，但他没有正见，很执著；第三类是虽然有持戒、有正见，但是他不求多闻佛法，不能真正地解了佛的深义，不能够真正地开启佛法的智慧；第四类是虽然持戒，也正见也多闻，但是他心怀骄慢，自以为是。

这个就说明怎么样？他也没有真正地通达。他自以为是，说别人不对，说这个法门好，那个法门不好，很容易造下谤法的罪业，诽谤如来正法，并且他们自己行于邪见，还误导众生，把众生堕到邪见的大险坑中去了，这就过失很重了。

这些愚人他以前曾经听闻过药师琉璃光如来名号，所以他就算是堕到了地狱、傍生、鬼趣三恶道之中，能够忆念佛的名号，药师琉璃光如来名号就能够仗佛名的功德，仗药师琉璃光如来无尽的功德威神力加被，能够从三恶道之中解脱出来，生到人间来以后能够舍俗出家，于佛法中受持学处，无有毁犯。因为他已经受了大苦了，所以他受持戒律非常清净，生到人间来出家，修菩萨行一直到圆满成佛。

好了，愿大家都圆满成佛。

第八讲

瑕满身如摩尼宝，

多生累劫难一遇。

今得此身闻正法，

获大利益宜修学。

南无本师释迦牟尼佛！

南无药师七佛！

南无药师海会佛菩萨！

首先让我们大家一起共同发起无上的菩提心。昨天已经讲到了听闻七佛名号，闻佛名有八种利益：第一是闻佛名灭贪瞋之罪，第二就是闻佛名能够灭犯戒之罪。接下来讲八种利益之三。大家看经本的第38页：

3、闻药师佛名灭妨妒碍罪得解脱的利益

【复次，曼殊室利，若诸有情，悭贪嫉妒，造诸恶业，自赞毁他，命终当堕三恶趣中，无量千岁受诸剧苦。从彼终已，来生人间，或作牛、马、驼、驴之属，恒被鞭挞，饥渴缠心，身常负重，困苦疲极，若得为人，生居下贱，奴婢仆使，被他驱役恒不自在。由昔人中，曾闻药师琉璃光如来名号，彼善根力今复忆念，至心归依，以佛神力，众苦解脱，诸根聪利，智慧多闻，恒求胜法，常遇善友，永断魔罥，破无明壳，竭烦恼河，解脱一切生老病死忧悲苦恼，乃至菩提。】

这一段就是讲听闻药师琉璃光如来名号八种功德利益之三，闻佛名能够消灭嫉妒障碍之罪，得到解脱的利益。

释迦牟尼佛开示说，有一些人因为悭贪嫉妒、自赞毁他的罪业而堕落，听闻药师琉璃光如来名号就能够从三恶道之中解脱出来。悭贪，悭是悭吝，不愿意布施，自己都不舍得拿出来，进一步就是贪，巧取豪夺，更进一步就会嫉妒，看到别人有圆满的事情他不能随喜，还生嫉妒障碍心，再进一步发展就会自赞毁他，在菩萨戒

中自赞毁他戒是重戒，所以会依此而堕三恶道。

他如果曾经听闻过药师琉璃光如来名号，在三恶道之中忆念皈依，就能够众苦解脱，经常值遇善知识；能够破无明壳、竭烦恼河，能够使见思惑、尘沙惑、无明惑的烦恼河枯竭；能够解脱一切生老病死忧悲苦恼；能够圆证佛的三德——法身德、般若德、解脱德。

4、闻药师佛名灭恼害罪得安乐的利益

【复次，曼殊室利，若诸有情，好喜乖离，更相斗讼，恼乱自他，以身语意造诸恶业，展转常为不饶益事，互相谋害，告召山林树冢等神，杀诸众生取其血肉，祭祀药叉、罗刹神等，书怨人名或作形像，以恶咒术而咒诅之，魇魅、蛊道、咒起死尸，令断彼命及坏其身，是诸有情，若得闻此药师琉璃光如来名号，彼诸恶缘悉不能害，一切展转皆起慈悲，利益安乐，无损恼意及嫌恨心，于自所有常生喜足。】

这一段是八种利益之四，闻药师琉璃光如来名号灭恼害罪、得安乐的利益，药师琉璃光如来加持业际颠倒造恶业的众生能够得解脱。

其实这八种利益是灭恶四种利益、善法四种利益。灭恶四种利益之中，第一种是断贪，所以是灭贪吝罪而得能够修布施的利益；第二种是断愚痴，灭毁犯的罪业而得持戒的利益；第三种是断慢，灭除傲慢、灭除嫉妒障碍的罪而得随喜、竭烦恼河的利益。

第四种就是这一段的内容，就是灭瞋烦恼，能够让众生断瞋恨心，消除恼害众生的罪业而得安乐的利益。

这些在2007年在灵泉寺讲的《药师经学记》都详细讲过了，此处只是略略归纳一下。

5、闻药师佛名往生净土的利益

【复次，曼殊室利，若有四众，苾刍、苾刍尼、近事男、近事女及馀净信男子女人，若能受持八支斋戒，或经一年或复三月受持学处，以此善根愿生西方极乐世界，见无量寿佛，若闻药师琉璃光如来名号，临命终时，有八菩萨乘神通来示其去处，即于彼界种种杂色众宝华中自然化生。】

6、闻药师佛名上生天国的利益

【或有因此生于天上，虽生天中而昔善根亦不穷尽，不复更生诸余恶趣。天上寿尽，还生人间，或为轮王，统摄四洲，威德自在，劝化无量百千有情，于十善道，令其修习。】

7、闻药师佛名还生人间作转轮王的利益

【或生刹帝利、婆罗门、居士、贵族，多饶财宝，仓库盈溢，形相端严，眷属隆盛，聪明智慧，勇健盛猛，有大身力。】

8、闻药师佛名转女成男的利益

【若是女人得闻药师琉璃光如来名号，至心受持，于后不复更受女身。】

这一段就可以分为两个要点：

第一个要点，前面我们已经讲了闻药师琉璃光如来名号八种功德利益里面的灭恶四益，这一段就是讲生善四益：第一种就是往生净土的利益；第二种就是上生天国的利益；第三种就是天福受尽还生人间还能够再做转轮圣王，以十善道来教化众生的利益；第四种就是女人闻药师琉璃光如来名号转得大丈夫身的利益。

第二个要点就是这里面有提到说，如果有人求生西方极乐世界，受持八关斋戒，听闻药师琉璃光如来名号，以此功德求生西方极乐世界，具足信愿行，临命终时就会有八大菩萨乘神通来示其去处。

在此略说一下这八大菩萨，因为在玄奘法师翻译的这部经上面没有，但是在玄奘译本上就有八大菩萨名号，在命终时有文殊菩萨、观世音菩萨、大势至菩萨、无尽意菩萨、宝檀华菩萨、药王菩萨、药上菩萨、弥勒菩萨八大菩萨。

这个八大菩萨种，其实文殊、观音、弥勒这三尊菩萨是一组。文殊菩萨是修心法的主尊，表示法身三德的般若德，是教导众生在睡眠之中修行；观世音菩萨是修息法的主尊，他表示的是法身三德的解脱德，是在呼吸之中修行，教导众生在息法之中来修行；弥勒菩萨是



修色法的主尊，是表示法身德，是教导众生在饮食之中来修持。

宝檀华菩萨、大势至菩萨、无尽意菩萨是一组。宝檀华菩萨是教我们修身密相应的菩萨，所以名为宝檀华，是讲脉轮的修法；大势至菩萨是教我们修口密相应的菩萨，是讲息法，一句阿弥陀佛就是无上深妙禅，就是无上密咒；无尽意菩萨是教我们修意密相应的菩萨，是讲明点的修法，四喜四空的修法。

药王菩萨和药上菩萨是日光遍照菩萨、月光遍照菩萨的同体的化现，所以药王、药上是药师琉璃光如来的眷属。

我们专修净土、求生极乐世界，临命终时，这八大菩萨会来给我们示其道路，会来给我们指引，帮助我们能够超出轮回，这是因为有修药师法门和受持八关斋戒的功德，所以我们修净土虽然功夫还欠缺一点，都能够得出轮回。

持咒治病的利益

【复次，曼殊室利，彼药师琉璃光如来得菩提时，

由本愿力，观诸有情，遇众病苦，瘦疟、干消、黄热等病，或被魇魅蛊道所中，或复短命，或时横死，欲令是等病苦消除，所求愿满，时彼世尊入三摩地，名曰灭除一切众生苦恼，既入定已，于肉髻中出大光明，光中演说大陀罗尼咒曰：南谟薄伽伐帝　鞞杀社窭噜薛琉璃钵喇婆　曷啰阇也　咀他揭多也　阿啰喝帝　三藐三勃陀也　咀侄他　唵鞞杀逝　鞞杀逝　鞞杀社　三没揭帝莎诃。】

从这一节开始，就是说持咒治病的利益了。可以分为四个内容：第一是佛观众生病苦；第二是药师琉璃光如来入定说咒；第三是持咒灭苦；第四是结劝受持。这一节是说第一、第二的两个内容。

第一个内容，释迦牟尼佛开示说，曼殊室利啊，药师琉璃光如来现证菩提成佛之时，由于因地有发救度病苦众生的本愿，因此他就在成佛的时候观察众生所受的种种病苦。经中就列举了三类的恶病：

第一类是生理上、身体上的恶病，比如说“瘦疟、干消、黄热等病”。瘦疟，疟就是疟疾，周期性发冷、发烧的传染病，有些地方，像湖南、湖北叫做打摆子，疟就是指这种病。干消就是指糖尿病，中医叫消渴症。黄热是指肝病，黄疸肝炎等等，发病的时候身上发高烧，全身发黄，所以叫黄热病。

第二类就是鬼神、邪咒干扰导致的疾病，比如经书上所说的“或被魇魅蛊道所中”。魇就是魇胜，比如

说，以前家里面请人造房子，如果招呼不好这个木匠，他使坏，他拿一个木头刻一个小小的人，或者刻个什么东西藏在砖缝里面，这一家子搬进去天天闹鬼了，这就是魇胜。魅就是指妖精，念一些咒术。蛊道可分为虫蛊和尸蛊。

第三类就是指前生犯戒而导致今生所生的业障，如经上所说的“或复短命，或时横死”这些种种病苦，药师琉璃光如来因为他因地有发这些愿，所以他现证菩提的时候，就特别地关注众生现世的病苦。

第二个内容就是入定说咒。药师琉璃光如来现证菩提时，为了让众生的一切种种病苦消除，因此有一个无上甚深的善巧方便，就是入灭除一切众生苦恼三摩地，这是药师佛特别施设的善巧方便，入定来宣说神咒。入定以后在佛的无见顶相肉髻之中来出大光明，从无见顶相出大光明就是表示由甚深的妙定发出究竟的大智慧，智慧光中演说大陀罗尼，智慧光是本体，陀罗尼是妙用。

佛菩萨在禅定之中，他身体的五大（地水火风空）都会转化，色受想行识五蕴也都会转化，都会放出大光明来，这个就是光。光是以一定的频率存在的，这就是音，所以成为光音波，这个光音波记录下来就是陀罗尼。把药师琉璃光如来入了这种灭除一切众生苦恼定、在定中所产生的光音波记录下来，就是药师灌顶真言。2007年的时候，咒我们也讲过很多，就不再重复了。

鞞杀逝，鞞杀逝，鞞杀社，三没揭帝，莎诃。鞞杀

逝，鞞杀逝，鞞杀社。意思就是：药之，药之，药力成就。

咒是有无量义的，总一切法、持无量义，曾经讲过十个方面的利益。比如说第一个鞞杀逝是治疗身病；第二个是治疗心病；第三个是治疗灵性上的障碍，等等。

【尔时，光中说此咒已，大地震动，放大光明，一切众生病苦皆除，受安隐乐。曼殊室利，若见男子、女人有病苦者，应当一心为彼病人，清净澡漱，或食、或药、或无虫水，咒一百八遍，与彼服食，所有病苦，悉皆消灭。若有所求，至心念诵，皆得如意，无病延年，命终之后，生彼世界，得不退转乃至菩提。是故曼殊室利，若有男子、女人于彼药师琉璃光如来，至心殷重，恭敬供养者，常持此咒，勿令废忘。】

这一节就是讲持咒灭苦和结劝受持。

在智慧光明之中演说药师灌顶真言，使得大地六种震动，内在转凡夫无明妄心为智慧心，外在就放大光明，能够令众生身心灵一切病苦消除。

接下来就是讲念药师咒来加持食物，或者水，或者药物来为众生治病的方法，我们联系后面一起来讲。

【复次，曼殊室利，若有净信男子、女人，得闻如上七佛如来、应、正等觉所有名号，闻已诵持，晨嚼齿木，澡漱清净，以诸香华，末香、烧香、涂香，作众伎乐，供养形像，于此经典若自书、若教人书，一心受持，听闻其义，于彼法师，应修供养，一切所有资身之

具，悉皆施与勿令乏少，如是便蒙诸佛护念，所求愿满乃至菩提。】

这一段是释迦牟尼佛开示供养药师佛的方法。

供佛宝的方法就是造药师七佛的像，澡漱清净，以种种香、花、音乐来作供养，再可以分为外层、内层、密层和密中密层的供养。

供法宝的方法是十法行，即书写、供养、施他，谛听、披读、受持，开演、讽诵，思惟、修习。

供僧宝的方法就是“于彼法师……一切所有资身之具悉皆施与”。

作用就是能够“蒙诸佛护念，所求愿满，乃至菩提”。

这是说供养药师佛的方法。

晨嚼齿木，澡漱清净。齿木就是把杨柳枝一头敲碎，敲碎了以后把它放到口里面来刷牙齿，把苦水吐掉。现在虽然时间过了2500多年，但是印度好像巴特那那些地方有很多人还是不用牙刷，还是用杨柳枝这个齿木。那有人问他说：“为什么你们不用牙刷呀？”他说：“我们一早起来，就先咬一阵猪尾巴，实在是不舒服。”牙刷是那猪的毛制的，所以还是用杨枝木。

【尔时，曼殊室利童子白佛言：“世尊，我于末法之时，誓以种种方便，令诸净信男子、女人，得闻七佛如来名号，乃至睡中亦以佛名令其觉悟。世尊，若于此经受持读诵，或复为他演说开示，若自书、若教人书，

恭敬尊重，以种种华香、涂香、末香、烧香、华鬘、璎珞、幡盖、伎乐而为供养，以五色缯彩而裹表之，洒扫净处，置高座上，是时四大天王与其眷属及与无量百千天众皆诣其所，供养守护。世尊，若此经宝流行之处及受持者，以彼七佛如来本愿功德及闻名号威神之力，当知是处，无复横死，亦复不为诸恶鬼神夺其精气，设已夺者，还得如故，身心安乐。”】

这一节可以分为两个要点：

第一个要点，这一段是讲修学药师法门得到护持的利益。

首先是得到文殊师利菩萨的护持。文殊菩萨教导众生修睡光明法，文殊在佛前发愿说：“乃至睡中亦以佛名令其觉悟。”乃至于睡眠之中都会让他能够善巧方便，让他听到药师七佛的名号，让他们觉悟。



其次是得到四大天王和护法诸天的护持，四天王与无量的百千天众都会降临有供奉药师七佛的坛场，都会来守护修持药师法门的人。

后面文殊菩萨总结说，有受持《药师七佛经》的地方，以药师七佛的本愿功德力，以及行者听闻七佛名号受持的心念力，能够使这个地方不再发生横死，不再发生种种意外的死亡，不再发

生非命死。如果有被恶鬼神夺其精气的人，也能够“还得如故身心安乐”。

睡光明法

第二个要点就是我们需要重点说睡光明法。之前也多次讲过了，有讲莲师的睡光明法，阿弥陀佛睡光明法，都说过很多，但是都没有完整地说过，所以这次相对比较完整地把睡光明法整个的法系说一说，当然有一些属于密中密层的还是只能够提一下。

人的一生有三分之一的时间是在睡眠之中度过的，但是同样是睡眠，有些人是毫无意义地度过去了，是在睡眠之中继续轮回，有一些人有智慧，他也有善缘，所以能够修学睡光明法，能够在睡眠之中来修心法，来成就光明，来成就解脱。

传统上面，佛教主张要修持解脱，至少要闭关三年零六周的时间。那是一个什么原因需要闭关三年零六周呢？因为从我们外部来看，一年之中有21600分钟，如果从内部来看，我们一天呼吸的次数也是21600次。

我们每一次吸进来的空气，把它分作三十二份，有三十一份是业的能量，我们用它来维持我们凡夫身心的运作，维持我们的生产和生活，有一分是智慧的能量，这一分的本质就是无可摧毁的菩提心。

以一百年来看，人寿一百年期间，随着我们呼吸一

起循环的所有智慧能量，累计起来就等于三年零六周。

当我们闭关的时候，所有的杂缘都被切断了，我们的心自然就寂静安宁，每一次呼吸用来维持业的能量越来越少了，智慧能量的比例越来越高了，当所有业的能量都被转化为智慧能量的时候，我们就达到了证悟。

可见把业的能量完全转化为智慧能量所必须的最少的时间就是三年零六周，这个就是达到完全证悟所需要的最少时间。

当然这个药师法门有三年零六周的闭关课程，不是说你把自己关上三年零六周就好了。那你应该干什么？他有要求的，你在三年零六周期间，特别的日子你要修什么？比方说农历十五的时候，这一天你一定要修时轮金刚的会供。比方说，有一个电影叫做《2012》，你们应该知道。其实天地大变化的时候，如果用来修持的话一定是非常有妙用的，就可以知道，在三年零六周的闭关之中还有一个完整的修学次第。不单单是药师法门有，像噶举派也有完整的修学次第，也是特别强调要闭关三年零六周。但是对一般的大众来说，他很难抽出完整的三年零六周来闭关，那怎么办呢？

药师法门睡光明法就为我们提供了一条捷径。如果我们能够将睡眠转为修持的话，那么我们十年之中睡眠的时间正好是三年零六周，就是说你睡觉，在十年之内都可以证悟，如果你好好地修睡光明法的话。可以利用睡眠之中来修睡光明法，将我们从无始无明之中唤醒、

觉悟过来。

睡光明法其实可以分为两大法系，也就是梦瑜伽和睡瑜伽，梦瑜伽和睡瑜伽的重点是不相同的。

梦瑜伽是在梦中知梦、梦中转梦、梦中能作主的方法，梦中能自主的方法。这个方法很妙，平时白天的时候有活动，我们第六意识在第七末那识这个我执识的支持下的力量很大。你以为你可以摆脱大脑思维，很困难的。但是它也有薄弱的时候，什么时候呢？睡觉的时候。睡觉的时候我们感官的世界不存在了，我们睡着了，我们的意识活动一开始还是存在的，你在做梦的时候意识就存在。你在深睡的时候，这个意识也停下来了，但是第七末那识、第八阿赖耶识有，第七末那识还是在起作用，但是第六意识在深睡状态的时候，也是基本不活动的。

睡瑜伽就是在深睡状态的时候唤起光明来。本来凡夫众生在深睡状态是一片漆黑的，完全沉在那个无明里面的，他在深睡里面继续得到漆黑的无明的滋养。但是我们用睡光明的主要的关键，就是在深睡状态的时候把它唤起光明来，把自性的光明显发出来。

而梦瑜伽就是我们在做梦的时候能够作主，白天的时候我们也要保持觉知，不要做习气的奴隶，而要做心的主人，晚上的时候我们在梦中都还要能够作主，像临济禅师所说的随处作主。一个人能够随处作主，这个人就是一个解脱的人。

我们在白天觉醒位的时候，身体健康的时候，修持的功夫如果有十分，在生病的时候只有一分得力；在生病的时候功夫都有十分，在睡梦之中只有一分得力。如果我们每一天晚上都迷迷糊糊地睡着了，迷迷糊糊地睡，迷失了觉照力，甚至完全没有觉照力，真心的妙用完全显不出来，陷在无明里面，不能够在睡眠状态之中保持觉察力，那么，当死亡降临的时候，我们还有什么能力保持觉知往生佛净土呢？

睡瑜伽是属于光明瑜伽里面道光明的一部分。光明瑜伽分为基光明、道光明、果光明。睡瑜伽是属于道光明的一部分，在未睡之时证得的境界称为明相，在睡意朦胧的时候证得的境界是称为增相，入睡证得的境界叫做得相。

深睡的时候出现的光明叫做母光明，以睡眠之中消融的隐没次第为所缘，出现的空的景象称之为子光明，就好像母子重逢一样，母子光明会合，这个时候就证得道光明。每天睡的时候就是这样来成就，母子光明会合成就道光明。

梦瑜伽和睡瑜伽都可以分为外层、内层、密层和真如层四层的修法。

外层的梦是普通的轮回梦。

内层的梦是明觉梦。随着我们梦瑜伽的修持，梦会变得越来越清晰，我能够梦中知梦。当意念和气处于平衡，而且我们在梦中处于无我状态的时候，就会产生明

觉梦。

明觉梦跟轮回梦的不同是，在轮回梦之中，意念受到习气的驱使，意念不能作主，它受到习气的驱使四处游走。有一个比方，这个气就比喻为一匹瞎马，眼睛看不见的马，而意念就被比喻为一个无法行走的人——瘸骑士，他们没有在一起的时候当然都是无能为力，但是他们合在一起的时候，会奔跑起来，但是他无法控制前往的方向，因为一个是无法行走，一个是看不见，所以就会在睡眠之中一直四处地游走，然后它在身体的某一个轮被粘住的时候，就会出现不同的境界，这个就是梦。

明觉梦中我们的意念是稳定的，能够利用它来快速地学习，能够激发灵感。在明觉梦之中由梦位能够转为定位，可以跟法界相应，所以也称为遍行。

明觉梦是我们修梦瑜伽的第一步，明觉梦是二元性的，但是它已经比轮回梦要更为纯净。

密层的梦是净光梦，净光梦是一种不受形象束缚的、不受观念和思想束缚的自由状态，这是密层梦。

在事情还没有发生之前我们就梦到了，而且很清晰，这是密层梦。凡夫有时候也会出现这种状况（偶然的），但是他会记得很清楚梦到什么，然后过了多少年了，突然之间遇到那种境界，哦！我多少年前就梦到过。但是那没有用，因为他不晓得是起什么作用，那是偶然碰到的。但是通过修持我们可以达到净光梦，能够时空自在，事情没有发生之前就能够在这个净光梦之中

呈现出来。

而且常规是在传那些大的法的时候都是要祈梦的。通过一些的方法，每个人发一根吉祥草祈祷在梦之中本尊加持，看会做什么梦。第二天师父再根据弟子做的梦境来确定他是不是适合这个法，他跟这个法会不会相应，他能够取得什么样的成就等等。但这个是在修法的时候，平时就不要跑来说我做了什么梦。那是梦中说梦两重虚，都是轮回梦不用说。

真如梦的层次就是修行者处在心的本性之中，梦中一直都在与这个心的本性、本体相应，这是处在极微细的身心状态之中才会出现的真如层的梦。

我们先说最最基础的梦瑜伽修法好了。

这是一般任何人不学佛也是需要的，最浅层、最基础层的了。最基础层的**梦瑜伽**的修法能够使我们不再受失眠的困扰，提升睡眠的质量，因为我们知道睡眠和醒觉交替进行，这是生命周期现象，在人类和高等脊椎动物中最明显的表现。

过去睡眠被看做是单一的恢复精力的过程。1953年的时候，有一个叫做阿塞林基的人，他就带领一个研究小组研究睡眠，他就发现睡眠其实可以分为四个阶段，这四个阶段会形成一个完整的睡眠循环，而这种循环在一夜之中可以重复好几次。

第一个阶段就是由清醒到入睡的转换阶段。

第二个阶段就是正常的睡眠，这个时候研究人员就

发现，在正常睡眠期间会出现好几次眼球在闭起来的状态之中眼皮底下还有跳动，这个称为快速眼动期。科学家发现，如果在这个阶段，这个睡觉的人被唤醒的话，他的梦境能够清晰地被回忆起来。

这就表明什么？表明这个阶段前五识已经停止活动，感官世界已经不存在了，但是意识还在活动，意识、意念受到业气的驱使而游走，因此产生了轮回梦。

第三个阶段就是由正常睡眠切换到深层睡眠的转换期。

第四个阶段就是深层睡眠期。这个时候也称为非快速眼动期，意识活动也停止了，处于一个完全的休息状态。

你懂得这四个阶段以后，你就能够懂得古老的这种修法的智慧，现在才研究发现出来，但事实上我们几千年以前就已经懂得修了，在快速眼动期的时候，我们主要修梦瑜伽，在非快速眼动期主要修睡瑜伽。

最基础的方法首先是睡前的准备。

有些是上了一定年纪的人，如果他平时也容易失眠，晚上还要起夜，晚上可以喝一点点莲子粥，这样是会比较好的了。用莲子20克，把那个心去掉，加一点米，加100克或者多一点，煮来吃的话就能够养心、养肾，能够补脾，能够固肠。比较虚弱的人可以用这个吃一吃，能够好睡，而且减少起夜的次数。

还有就是用温水泡脚，这个能够促进我们提高睡

眠质量。还有些人比方说他有甲肝、乙肝，有乙肝还有大三阳、小三阳等等，这个很麻烦，很难彻底好。有这个乙肝的话，用一点健肝泡脚方，泡脚的时候用一点柴胡、龙胆草、元胡、佛手、路路通、丹参，鸡骨草和珍珠草，这些每一种都是10克，总共八种。像柴胡能够疏肝解郁，鸡骨草和珍珠草是临床表明对肝炎有确切的疗效。加在水里面一起煮，来泡脚，泡上一二十分钟，睡眠也会改善，身体也能够调理。有一些心脏不太好，窦性心律不齐、心动过速、冠心病等等这一类，或者是有一点血瘀体质，都可以用红花、丹参、赤芍这三种，每一种20克，熬点水。如果气血比较瘀积，也可以放一点点白酒一起熬，平时一般是不用了，泡脚的话也能改善睡眠，也能够舒缓心脏的压力，改善心脏的功能。这个都是睡前准备，泡泡脚。

睡的姿势。应该男众来说是右侧吉祥卧，女众可以左侧卧，左侧卧对女众来说也是叫做吉祥卧，当然如果女众说："噢，我已经习惯了右侧卧。"那也没有问题，也是可以的。

吉祥卧这个睡姿可以提高副交感神经的活性，能够帮助我们身体放松。因为我们知道，我们这个心脏是处在一个偏左的位置，不是正中心，所以如果我们右侧卧的时候，相对的这个心脏就在上位，在上面一点点，重力学的原理，在上面它要把血送到全身，这个就轻松多了，所以是能够保护心脏，让心脏把血液推进到全身，

不需要怎么费力。尤其是对于有心脏病的人，用右侧吉祥卧能够改善，能够帮助他恢复。



我们也知道医学上研究人的自律神经，它是由交感神经和副交感神经相互运作，我们心情紧张的时候会冒冷汗，会血压上升，会瞳孔缩小，会说话结巴，会双手发抖等等，甚至于会尿裤子等等，这个都是交感神经的作用。相反的，能够让我们肌肉放松，然后昏昏欲睡等等放松的表现，都是副交感神经的作用。所以右侧吉祥卧，也能够提高副交感神经的活性。

吉祥卧睡的时候其实应该是左腿微微地弯曲，应该是右腿弯曲的幅度比较大一点，左腿就放在右腿上但是错开一点，不然有些人靠膝盖靠久了这个骨头就痛，也就难以保持这个姿势睡，左手自然地平贴在左腿上，右手就随意放也是可以。当然如果是修金刚乘，右手是有要求的，要求塞住右边的鼻孔等等。

当然有些人说：“我不习惯这样睡。”仰睡也是可以的。仰睡就这么躺着的话，要想自己像一匹柔软的布一样完全地贴在床上。有些人躺下去以后会发现怎么样？发现臀部是靠着床了，腰还是悬空的，这样就难以

休息好，其实也很简单，你就应该把脚收起来，臀部向上抬一下再放下去，这个腰就平了，腰就贴着床了，身体就放松了。睡的时候就应该首先是完全地放松，想象自己很舒服地躺在绿草如茵的大地上，然后身体完全完全地放松。

首先是骨骼放松。我们从头到颈，然后到肩，到脊椎，到体腔到手脚，全身的骨节都好像一个有弹性的橡胶一样，完全彻底地放松。

再到外部肌肉的放松，全身的肌肉好像能够自由地呼吸一样，变得光滑柔顺。再是到内部的肌肉和五脏六腑的放松。

我们想着温暖的阳光继续照耀着我们的身体，我们的身体都融化好像水一样，连这个大地也都消失了，一切都化为无边的光明。

然后就是宇宙的光明自生自显，在这个光明之中安睡就可以了。

醒来的时候就从光明之中显现出山河大地，显出身体，从身体的右侧起床。

醒来的时候向上师三宝祈愿，愿我度过觉醒的、有慈悲和智慧力的一天。

这样就是最浅层的一个修法。

当然在我们没有下床的时候，对于平时身心比较疲惫的人也可以做一个调和身心的顺气法。我们平时醒来的时候老是觉得容易口干舌燥，一个是因为晚上几个小

时呼吸，水分耗散，再一个是因为火气上升了，用一下顺气法。

第一常规就是仰卧着，可以先吐出三口昨晚的死气。

再想象，女众想象右手心有太阳、左手心有月亮；男众就反过来，右手心有月亮、左手心有太阳。

再就可以右手在上、左手在下，随意了，反正这两个手掌重叠，放在自己的胸前，从胸前轻轻地一直往下推下去，推到下丹田，我们肚脐下横四指的地方，这样顺气三遍，当然这个期间也可以心里面默念药师咒。

这样做就能够使我们口里面唾液增加，有助于我们排出去浊气、浊水、宿便等等。有些人做的时候，他会听到体内哗哗哗有水响，那就是浊水，平时不容易排出去，通过这样做它会排出去了。还有一些人在做的时候，他会有下风，这个没有关系了，也是能够促进我们肠胃的功能。

第二是把两个手放在腋下，大拇指是放在肚子上，另外四个手指是放在身体的两侧，这样也是一直推，推到腰部，也是推三次，顺气三次。这个方法对于女众是特别好，因为它能够疏通我们的带脉。

第三就是把两个手搓热，擦面部了，顺时针方向再擦三遍，都是念药师咒。

第四再以食指从我们鼻梁的山根这个地方一直按摩，一直按下来，按到迎香穴就稍微用力一点，按一

下，一直点按，这个都有很多穴位，迎香穴这个地方你就点按三次，这样做三遍，就能够让人很少感冒，头脑清醒等等。

第五再坐起身来把两个手搓热，放松来揉两肾的位置，也是三遍。

第六再两只手握拳，大拇指在里面，用这个指背沿着脊椎的两边一直按下来，由上面按下来，尽可能从上面开始，尽可能上一点按下来，这样子，这个作用是能够把膀胱经疏通，膀胱经是帮助我们把一切废物排出来的。就可以下床了。

这是最外层的睡眠法的修持了，任何人都可以这样来修持。

有一些人就会说：“我这样子练了以后，反而觉得我睡眠的时间变得更长了，是怎么回事呢？”这个其实是好事，是我们自己身心自动地调整。如果你原来是透支，就需要身心会自动的调整，要回补一下，平时元神过于耗损的人通过练习，就会让原来累积身体的疲累都发出来，所以睡眠就会变长，调好以后就会自动地调短了。

还有，有些人说：“我睡眠老是打呼噜，影响其他人，人家不敢跟我睡，吵得人没法睡觉，打呼噜怎么办呢？”也很简单，一个很简单的方法。女众尤其要注意，如果女众打呼噜，她得心脏病的比例会比其他人高很多，这个有关联的。

打呼噜的人应该是仰睡，仰睡以后全身放松，身体不怎么动，但是把头抬起来，微微地抬起来，不要抬很高，轻柔地、微微地抬起来，再放下去，一直想着脖子放松，呼吸道放松，这样做三次或者多几次，但是不要太紧张，不要用这种紧张的力量，你是放松柔和地微微抬起来，再放下去，这样就能够让你颈部更加放松，让头和身体产生更好的连结，呼吸道更加畅顺以后，打呼噜的现象自然就消失了。

内层梦瑜伽的修法

在佛陀说的一部经里面有完整的讲梦瑜伽的修法。《药师经》里面只是提到了“乃至睡中亦以佛名令其觉悟”，这一句话就带过去了，但是佛陀在《大方广菩萨藏文殊师利根本仪轨经》上面就详细地讲述了梦瑜伽的修法。

那洛巴曾经说过：“梦境是睡眠的中阴。”所以我们在梦里面要能作主。

内层梦瑜伽的修法如下：

前行是先修九节佛风。

九节佛风有些人应该学过，男子应该是先用左手的无名指按压住左鼻孔，用右鼻孔吸气，吸气的时候想象诸佛菩萨的能量加持，药师七佛的加持能量化为白光吸入到身体里面，再呼气的时候，把恶业和黑气排入地

下，这样做三次；反过来也做三次；然后两个鼻子一起吸一起呼，也是做三次，这就称为九节佛风。但是女众是相反的，应该是先用右手的无名指压住右鼻孔，这还是有原因的。

做九节佛风以后应该要念一下遍行咒，也就是睡光明咒。这是吴立民阿阇黎传承的一个唐密的睡光明咒，也称为遍行咒：

赫 巴嘎温 曼殊秀 古马兰嘎 北娑哈 阿巴哇 娑巴哇 娑哇达玛 布底里 娑哈

有这个口传以后，大家每一天如果修内层的梦瑜伽的话，应该是多念这个。念完了以后要祈祷药师七佛加持，祈祷文殊菩萨加持，能够让我们在梦中能够作主，在梦中能够生起光明。睡光明咒可以念七遍。再念文殊师利菩萨的六字真言：“嗡 阿嗣巴扎那谛”，可以念二十一遍，这是前行的做法。

正行的修法有四个要点。

第一个要点，身体的要点是吉祥卧。因为人的身体在观修的阶段到圆满成就的时候会有三脉七轮，平时这个脉结是交叉纠缠在一起的，凡夫众生都是这样，但是在圣者这三条脉是通畅的。中间是蓝色的中脉。男众来说，右脉是白色的，左脉是红色的，女众是反过来，右脉是红色的，左脉是白色的。

白色的脉，也就是男众的右脉、女众的左脉，是消极情绪能量经过的脉，或者说是能量的阴极在白脉。所

以为什么男众右侧卧、女众左侧卧呢？其实都是为了给这白色的脉施加压力，在我们开启红色脉道的时候，可以闭合这个白色的脉。当然，不习惯也没有什么大关系，修上去以后，有一些会自动调过来。



红色的脉是男左脉、女右脉，是传递积极情绪和智慧能量的脉，所以吉祥卧的时候，是男众右侧卧、女众左侧卧，就便于给白色的脉施压，使红色的脉道顺利开启，这是身体的要点。

第二个要点，时间的要点是白天要修幻变三摩地。在平时你一直保持觉察，看一切都是如梦如幻，这样就好了，晚上的时候就修梦瑜伽。

第三个要点，处所的要点是要观在喉间的中脉里面。一定要在中脉里面，这是需要特别强调的一个窍诀，一定要观在中脉里面，不然你就想到我喉咙里面有一个红色的 \ᴧ\ 字，这样力量不会大，一定是要在中脉里面的。**梦瑜伽处所要点是在喉间，睡瑜伽处所要点是在心轮，这是不同的。**

第四个要点，所缘的要点有四个：第一个是守持梦境；第二个是修炼梦境，修炼梦境当然也就包括了改变

梦境、增添梦境；第三个是断除怖畏；第四个是于梦中观修真如，或者说观修梦境为如梦如幻的幻术。

修的时候应该先祈祷上师、本尊、三宝、空行、护法加被护持，可以观上师与本尊无二无别地安坐在头顶上而作启请。或者有一些初机的人，觉得这样不好观，那你就把他观在你的床头上。床头上面有一个莲台，本尊在上面，我们向他祈请。这一点就要注意，如果观在床头，你早上起床的时候，一定要记得起来以后向床头这个本尊拜三拜。

接着就是以吉祥卧躺下去，向上师、本尊、三宝、空行、护法祈祷以后躺下去，就应该观我们的喉轮这个地方，中脉里面有一个很微细很微细的四瓣的莲花，莲花上面有一个小小的红色的 \ᘐ 字。我们这个上面也写了，内层梦瑜伽，喉轮 \ᘐ 红色，你观这个红色的 \ᘐ 字。

就一直处在这个观修之中，任持是梦境，这样渐渐地睡着就好了，因为喉轮是生梦之处，这样来修就可以了。任持梦境、转化梦境，调练梦幻观，都以能够在喉轮中脉内观一个红色的 \ᘐ 字为基础。

当然还有很多的传承，但是宗喀巴大师有很多的辨析，认为观一个 \ᘐ 字是最恰当的。还有说观一个 [illegible] 字，四瓣莲花上面每一个莲花上面都要观一个字，那就很复杂了，作用也不是很大，我们只要简单一点，按照这样来做就好了。

梦瑜伽的关键是梦中能作主，因为梦境之中我们的

身和境都是意念构成的，所以我们用好这个梦瑜伽，可以在梦中解决现实中的很多难题。

比如说学生在学业上的难题，很多课程的功课他学得不太好，他学不懂，怎么办呢？就可以在睡之前，把这个问题先想一想，想清楚，向文殊菩萨祈祷，祈祷在睡眠之中能够教导弟子开智慧，能够通达，再入梦。你要知道意识只是冰山的一个角，底下有很浩瀚的冰山，是什么？那就是潜意识。所以你修内层梦瑜伽，就是把这个潜意识的力量调动起来，在潜意识的运作过程之中，它能够超越意识的局限，所以就能够灵感顿现，某一些课程可以在这里面学习，在睡眠之中学习。

也可以在睡梦之中转化人际关系。比如说我觉得我的人际关系不太好，就可以在睡之前祈祷能够得加被，在睡眠之中，让我们梦中相见大家都其乐融融，醒过来在现实生活之中也会很奇妙的，也会有很明显的转化和改善。

也可以在梦中诱发创造力，因为梦中一切身、境都是意念构成的，所以我们可以在梦中跟爱因斯坦谈相对论，可以跟铃木大拙谈禅的分析，可以跟霍金谈《时间简史》，没有限制。

在《母续》之中有讲到十一种体验，这是历练我们在内瑜伽（内层的梦瑜伽）之中来修梦中知梦、梦中转梦的方法。

十一种体验：第一是大小。在梦中应该自己能够知

梦，知梦以后能够转梦，可以任意地大变小、小变大。一朵花可以把它放得像世界一样大，一头大象也可以把它缩小好像一只蚂蚁一样。自己在梦中能够作主，如果你在梦中能够作主的话，你在现实生活之中你就会越来越清明，你的心越来越能够作主，渐渐地就能够随处作主，所以这是一个很善巧方便的方法。

第二就是数量。数量可以一变多，多变一。

第三就是质量。质量就是比方说，如果在梦中生气，我就在梦中知道自己在梦里面生气，我就马上把它转为慈悲，在梦中我自己知道自己梦中很害怕、很胆怯，我就把它转化为勇敢。有了在梦中改变情绪的体验，我们在醒过来的生活之中也能够做到，我们的性格弱点、我们的局限性就很容易被突破。所以我们就能够培养自由、培养灵活，在梦中能够突破局限性，在日常生活之中，在白天的时候，就不会再像以前一样，陷在那个困境里面，陷在违缘里面无法自拔，我们就能够自主了。

第四就是速度。我们在梦中可以在一分钟之内走访一百个一千个地方，可以在几秒钟之内做很多很多的事情，这样都是不断地在梦中来突破局限性。

第五就是成就。在生活之中无法获得的成就，在梦中都能够获得，比如说我有什么理想，我希望写一本精彩的书，白天清醒的时候，我的能力、我的学识都达不到，那在梦中写一本书总可以吧？你不断地突破它，你

白天的能力也会增强，而且更重要的是你在梦中能够作主，我们梦中的成就就能够为白天醒后的生活增添灵感和力量。

第六就是转化。我们知道自己习气的话，我在梦中知梦，我在梦中我感觉到我是一个很贪婪的人，梦里面那个习气，有时发得会比白天还更强烈，因为梦中是没有外在的环境的拘束，那种习气会更加透发出来，如果我觉得我是一个贪婪的人，那我就梦中转梦，把自己转变为菩萨。

第七就是化身。在梦中可以化无量身，可以去做种种功德，我平时只有一个身体来礼佛，那我在梦中化无量无量的身体同时礼佛。

第八就是旅行。我们不单是在娑婆世界旅行，我可以想去莲师的鄔金净土，我可以在梦中旅行去看看，我可以想去药师七佛的净土，也梦中旅行去朝拜一下，到西方极乐世界，也梦中旅行，看看我莲池中的那朵花有多大了，这都是可以的。你更往上修，将来会有一个灵体飞升法，你在梦中修成就了，白天的时候稍微引导一下，你就能够成就灵体飞升，当然在梦中要启发是更容易了。

第九就是所见。尽可能去看那些不曾看到的东西。

第十就是所遇。我们在梦中祈祷三宝，能够遇到佛菩萨，遇到上师，请教教法。

第十一就是有那种从来没有过的体验，尽可能在梦

中去体验。比如说，我在梦中看到一堵墙，我梦中知梦的前提下，我就梦中转梦，我想我的身体穿墙而过，没有障碍。然后我在梦中就可以观修我变成一朵云一样，或者好像一束光一样穿行于宇宙之间，或者像雨一样从天而降等等。



这都是我们在内层梦瑜伽里面所需要做的，关键是要梦中知梦。我们平时是不会梦中知梦，我们平时睡着的这个轮回梦，醒来有些时候会记得，有些时候是完全不记得，有时候是一个晚上连续发梦，一个梦接一个梦，醒来以后什么都不记得了，但是这个不记得说明怎么样？说明你完全处在无明里面，这个业气带着你的念头、带着你的意念到处在乱跑，所以才会完全不记得。

首先训练自己在梦里面能够作主，渐渐地我们白天也能够作主，当然我们可以解脱了。一个解脱的人、一个开悟的人，他就是随处能作主的人，白天能作主，晚上睡觉也能作主。梦瑜伽关键就是成就我们在梦中能作主。梦里面能够作主，将来往生的时候、将来临命终时我们就能够作主，我们想往生西方极乐世界就比较有把握了。

平时对我们的生活也有利，我们事业上、生活上、学习上、人际关系上之所以有障碍，之所以不开心，之所以被很多东西卡在那里面动弹不了，其实根源在于我们自己内在的局限性。如果我梦里面能够作主，白天也能够更加地给我们灵感，给我们启发，给我们提高觉察力，所以就能够突破这些现实生活中间的局限和障碍。

密层梦瑜伽的修法

第一个阶段，也是先专注于喉轮中脉里一个红色的 \ 字。但是密层的梦瑜伽修的话，不用你老是修，它在某一个阶段修就好了。但是那一个阶段修的时候，你要有意识地让自己维持在浅睡状态，没有深睡，为什么呢？你老是需要让自己自动醒来，这是密层梦瑜伽的修法。第一个阶段是专注于喉轮中脉的那个红色的　　字，心里面给自己一个念头，愿我两个小时以后能够自动醒来。你就会处在一个浅睡状态，你一直维持这个观，两个小时以后你会自动醒来。自动醒来以后就进入第二个阶段，那就专注于喉间轮的白色明点，前面是在喉轮中脉里面，这里就转过来了。

第二个阶段就专注于眉间轮，眉间轮里面有一个白色的明点。这个眉间轮是醒位，让这个白色明点放白光，白光融化身体、融化房子、融化宇宙山河大地，整

个一切都融化掉了，一直到我们与光融为一体，就在这个虚空三昧之中再入睡。在入睡之前也是给自己一个念头，说愿我两个小时以后又再醒来，两个小时后你又会醒来，进入到第三个阶段了。

第三个阶段的时候会有一个特别的体位，你应该要加一个或者加两个枕头，这个人就这么靠着，或者加一床被子，这个人半躺着，靠着。两个腿是交叉着，自然交叉就好，这个时候就是专注心轮上的一个黑色的  字，一直专注地观修这个黑色的  字，很轻柔地呼吸21次，我们与这个 字融为一体入睡。也是给自己一个念头，就是愿我两个小时以后再醒来，两个小时以后你又会再醒来，那么就进入到第四个阶段了。

第四个阶段就没有体位的要求，你就可以随意卧，无论是仰卧也好，吉祥卧也好都行，但是这个时候你就需要专注于宝珠轮上的一个黑色的发光点，宝珠轮上你需要观修，需要念大宝广博楼阁咒。

我们在《迦陵仙音》上面有传这个咒，其实大家也修不到这个层面，我们也就没有需要去传承这个大宝广博楼阁咒。将来大家修密层梦瑜伽的时候再来传。它分为四个阶段，这么分为四个阶段的话，还是需要有一个专修。如果你前面的内层梦瑜伽修好了，这个要成就也很快，七个晚上就可以了，但是这是要离世专修才行。如果你达到密层梦瑜伽，它有什么作用呢？它能够让你真正地在梦里面一直能作主。

密中密层或者是真如层的梦瑜伽，那就很深了，我们可以大概知道一点点。我们看《六法口诀要门论》，这是很甚深的一个，它就这么一张纸。这么一张纸，我们要实修的话，这是不容易，你一生的修行，如果能够把这一张纸修好了，那就很了不起了。《六法口诀要门论》是谛诺巴尊者的口传教授。“敬礼吉祥胜乐轮，承此异熟业果力，善取人身之心要。”就是敬礼胜乐金刚，我们要用好这个暇满人身来成就人生最大的价值。拙火瑜伽就是我们所说的猛厉火，这里面也是有很多窍诀了。幻身瑜伽，然后梦瑜伽。“能于梦中知为梦，无间观彼甚深义，由修五性种字观，具足明点那达等，能见诸佛与佛刹，睡时乃为方便法，能生大乐之证悟，此为哩哇巴教授。”这是密中密层的梦瑜伽的修法。

对于梦瑜伽的四层就略说到此地，接下来就是睡瑜伽。

睡瑜伽是属于光明瑜伽的道光明之一，也分为四层。

外层的睡眠是无明的睡眠。

内层的睡眠是轮回睡眠。什么是轮回睡眠？就是你在睡眠之中在做轮回梦，处在一个做轮回梦的状态，所以又被称之为大惑。

密层的睡眠是明觉的睡眠。

密中密层的睡眠是净光睡眠。

密层的睡瑜伽修法关键是要能够将地水火风空五大之气融入中脉，显发光明。你听起来好像很容易，但是

要知道这个实际上是修持心要了。睡瑜伽的关键就是将五大之气融入中脉，显发光明，不然的话你说的睡光明法那个光明是假的，不可能的。你一定要能够把我们的地水火风空这个五大的气，利用晚上的睡眠时间，巧妙地将它融入中脉。就好像怎么样？好像有一块磁铁，旁边有铁钉，它就会给你自动吸过来。你要有一个方法，就能够把五大之气自动地融入到中脉里面显发光明。又有母光明，子光明，还有道光明，道光明又称为和合光明。

母光明就是根本净光，根本净光是在前念刚灭、后念未生这个之间产生证得的。母光明的修证次第是三个窍诀，即光、燃、持，这就是谛诺巴尊者的窍诀。在这个里面如果你有讲授传承的话就可以知道。

子光明是要修炼谛诺巴尊者的六不法可以证得。六不法就是不想象、不思虑、不分别、不禅定（不禅定不是指没有禅定，而是指没有作意去禅定，不思考禅定，这样才是真正的入定了）、不回忆、不动念，这样以六不法来成就子光明。

母光明和子光明都证得的时候，子母光明会合，这个时候就称之为和合净光，这个时候也就称之为道光明。这是指在我们醒境方终、睡境初至时，净光融合深定和睡眠而产生的，也称之为睡光明，这是真正的睡光明。睡光明法本意就是从这里面而来的。

这个密层睡瑜伽的实修，我们看谛诺巴六不法，是

在自己心轮的中脉里面，要观一个蓝色的四瓣莲花，在花的中央有一个蓝色的  字。当然如果你有传承的话，你最好能够作文殊菩萨的观修，观自己就是本尊文殊。或者你作胜乐的观修，或者你作金刚亥母的观修，都可以。

想心轮之中有一个蓝色的 字，一定是在中脉里面，这个 字就放光，光先充满身体，再充满整个房子，再充满整个法界，这个法界之中全部是无数无数的蓝色的 字，全部遍满了 字，整个法界都融化了，都化为光，你就在这个光中入睡，就在这个光中睡眠。

你一直处在光明状态之中，到醒来的时候，你再自成本尊身，再想器世间山河大地重新显现出来，有情世间显现出来，自己的身体显现出来，起床再作一个圆满的回向就好了。

你看着这个很简单，但是你要知道，这个 就是十方诸佛的意功德，你在睡眠之中来观的话，就是已经在睡之中观真如。

但是一般的人如果身心没有调柔，是处在粗心粗身的状态，他是难以真正达到这个状态的。还是把前面的先修好，打好基础，再把这个身体调柔，平时也注意提高觉察力，这个 字就容易成就。真正能够观修真如，这个蓝色的 字放炽盛光明，让一切的器世间、有情世间都放光。

当然，如果我们讲细一点也是可以，你如果真正有

这个根器，可以更细地来修。全部都被这个 字化为光了，整个宇宙的光全部收缩收缩，收到我这个房子里面来，全部就融到行者的身体里面去，而行者的身体从头和脚也都化光，也全部都由两头向中间收缩，融入到心间的 字，而整个法界就只有一个 字了。这个 字再由底下向上收缩，由收底下的弯钩向上收缩到短“阿”字，短“阿”字收缩到内“哈”字，内“哈”字收缩到“偃月”，“偃月”收缩到“明点”，“明点”收缩到“拉达”，这个“拉达”好像一道彩虹一样消融在整个虚空法界，你就在这个中间入睡。

这是比较细的一个观修，几句话就讲完了。但是要真正成就，这样是不容易的，因为你要知道，这个拉达融入虚空法界，就是离诠光明，也称为离戏光明。到醒来的时候再显现出山河大地，显现出身体，自己也作本尊观再起床，这样是比较直截了当的一个修法。

还有一种传承也是属于睡光明法里面的，那个就比较繁琐一点，但是也比较容易修一点，我们看另一传承。另一传承是想心轮之中有一个蓝色的 字，它有四瓣莲花，这个莲花瓣都是蓝色的，前面的莲花瓣上面有一个白色的 字，我们右手边的这个莲花瓣是一个黄色的 字，我们背后有一个红色的 ，左边有一个绿色的 字，中间莲台上是一个蓝色的 字，前右后左，排了一个白黄红绿的 、 、 、 ，刚好就排了这五个种子字。

有什么作用你知道吗？其实就是帮助我们来修四喜四空的。这个法有一个次第，所以也容易修，你看你自己欢喜哪一种传承，都可以修。在你躺下去以后，先把这五个字都观清楚，观清楚以后，在你没有入睡，没有睡意朦胧的时候，你就只把你的心念放在前面的莲花瓣上的白色的 \ 字上，一直觉照这个 \ 字。

将要入睡了，我睡意朦胧了，那怎么办？我就转过来，让这个 \字转过去缘到这个 字上面来，由前面转到右边黄色的 字上来。

这个时候就生起初空，又名为显现境。再进一步，这个 又转到缘后面的红色的 字上。

这个时候就生起第二空称为善空，善空又名为增上，再由这个 就转到左边的绿色的 。

这个时候就生起了、现起了第三空就是广空，又称之为近得。这就是所谓的明增得，即明相、增相、得相，所谓的明增得相就是这样成就的。

最后就由这个 缘到中央这个莲台上，中脉中央的这个 字。

这个时候第四空，就是一切空生起来了。

这是一个生起四空的方法。生起四空，其实你知道，这样来修的话，其实也是把五大的气都融入中脉，现起光明来，所以叫睡光明法，也是因为这样可以把五大的气进入中脉，生起光明，这是一个方法。

还有说，我不习惯这些字，我也观不起来这么多

字，那怎么办呢？还有一个善巧方便的方法，是适合于一般人的根器的方法。这个法不是你听一听就好了，你要真实地去用功夫，你要量己量法，如果有一些你做不到，你就不要修，你要修那个跟你相应的。

有一个更简单的方法就是什么？就是先观心轮上面有一个蓝色的  ，蓝色的  当然在莲台上，有四瓣的蓝色莲花，在前面就观一个黄色的明点，在左边就观一个白色的明点，在后面观一个红色的明点，在右边观一个绿色的明点。你将要入睡的时候，融入的次第跟前面的那个会有一点反过来，我有这种体验，我觉得这个应该是很容易修的。

你将要入睡的时候，是要把前面的黄色明点融入到左边的白色明点，这就是什么？就是地大融于水大，这个时候会有微细的、好像海市蜃楼的景象呈现出来。

由白色的明点这个水大融入到后面的红色的明点，就是水大融入火大，这个时候会好像一缕轻烟一样，有这样一缕轻烟的景象呈现出来，这是水大融入了火大。

更进一步后面的红色明点融入到右边的绿色明点，这就是火大融入风大，这个时候你就会有好像这种萤火虫的闪光的景象呈现出来。

再由右边绿色的一个明点融入到中间蓝色的  字，这样就是风大融入到空大，也就是我们平时凡夫心的这种观念的能量、思想的能量都消融了，这是风大融入到空大之中，这个时候你就会好像看到一盏油灯一样，这

样炽盛的油灯的光。

最后这个  字也渐次地融入，从弯钩到短阿，短阿到内哈，内哈到仰月，仰月到圆孔，到拉达，这样渐次融入，你就会看到无云晴空，在这种无云晴空琉璃光中入睡。

这是一个很简便的方法，但是它的效果非常好，而且它有什么作用你知道吗？你每一天晚上都等于在训练自己临命终时能够随意往生佛净土。因为刚刚讲的这个融入次第就是我们开始进入中阴的时候，临命终时要面对的现象，地水火风空渐次融入，这个身体就分解了。你每天晚上观修，将来就很欢喜地能够往生佛净土，而且此生你也很容易地能够在这个光明之中入睡。

我们由呼吸把生命的能量入、住、融于中脉，就会产生这些景象，好像印度拉瓦巴尊者所说的：第一景象是海市蜃楼；第二景象是一缕青烟；第三景象是萤火之光，好像萤火虫一样的光明；第四景象是炽然的油灯；第五景象是无形的景象，形若无有云朵之天空。

要修密层的睡瑜伽的话，我们平时要多念“一切如来心秘密全身舍利宝篋印陀罗尼”，这里有一个口传教授是跟我们经本上有很大差异的。

南无萨拉巴，达他嘎达难，嗡，毗波难，卡拉贝，摩尼哈拉贝，达他嘎达，哩达利夏利，摩尼摩尼，苏哈拉呗，毗摩尼，秀o卡拉，根（gìng）比特（tèi），库佉（kèi）牙，仡学o仡达，卡拉特（tèi），梭哇卡。

这是代代相传的一个唐密口传的教授。当然宝篋印陀罗尼有很多妙用，在后续的实修之中我们可以再进一步来口传。

这是密层的睡瑜伽的修法。

当然密中密层是更高深的状态，说白了，如果我们的猛厉火没有生起来，你要听密中密层的睡瑜伽那没有用，你根本上修不了，听也是听故事这么听一听，所以猛厉火的成就是一个基础。

睡光明法当然她的妙处很多。

第一个妙处是能够巧妙地利用凡夫的意识比较薄弱的时候来修。我们知道，众生之所以难解脱，之所以听闻到那么多佛经，念了那么多的佛号，都没有真正地明心见性，都是因为分别和执著。第六意识的分别力量是非常强大的，白天的时候它控制得紧紧的。所以我们一直强调大家要多修内观禅就是这个原因，通过那个觉知当下的身心状态，那能够突破这个意识的分别。还有第七末那识的执著。所以它是很难真正地去打破的，因为白天的时候意识对身心的控制非常紧。但是我们睡眠的时候，尤其是在深度睡眠的时候，意识是基本不活动的，它已经放松控制了，所以这个时候我们容易修出光明来，容易修行成就。这是一个既不需要另外花时间，也不需要很费力就能够成就的方法，是一个非常好的善巧方便，这个是第一个妙处。

第二个妙处，我们在睡眠之中去生起光明，它与我

们将来临命终时地水火风这四大的融入产生的景象是相通的。所以我们未入睡时证得的境界叫明相，睡意朦胧证得的境界叫增相，入睡证得的境界叫得相。深睡的时候出现的光明就叫做母光明，我们讲的那个渐次渐次融入，你看地大就融入水大，水大融入火大，火大融入风大，风大融入空大，这个渐次融入产生的景象，所有的这些景象，海市蜃楼，一缕青烟，萤火的闪光，还有一盏油灯，无云晴空都叫做子光明。这样地修持，子母光明融合就叫做和合光明。

所以这是一个非常妙的一个方法。平时大家都非常忙碌，用好睡眠时间，既能够恢复精神体力，又能够让我们修行成就，能够既让我们修行解脱，又让我们白天的觉知力、智慧力、慈悲心都能够增长，所以是非常甚深微妙的一个法要。

【佛告曼殊室利：“如是如是，如汝所说。曼殊室利，若有净信男子女人，欲供养彼七如来者，应先敬造七佛形像，安在清净上妙之座，散华烧香，以诸幢幡，庄严其处。七日七夜，受八戒斋，食清净食，澡浴身体著新净衣，心无垢浊亦无恚害，于诸有情常起利乐慈悲喜舍平等之心。鼓乐弦歌称赞功德，右绕佛像念彼如来所有本愿，读诵此经思惟其义，演说开示，随其所愿，求长寿得长寿，求富饶得富饶，求官位得官位，求男女得男女，一切皆遂。】

这一段分为四个要点：

第一个要点，释迦牟尼佛称赞文殊师利菩萨说，妙啊，对啊，是这样子的。正如你所说的，曼殊室利啊，如果有具足清净信心的男子女人想如法地来供养药师七佛，应该先敬造药师七佛的形像，然后善住供奉在清净上妙的宝莲花座上，在佛像前面散种种花，烧种种香，以种种的幢幡来庄严药师坛场。



当然这一段里面其实也就包含了，我们大家有这么一个基础以后，将来可以学习如法地为一切佛像，为药师七佛像，怎样如法地装藏、开光、请佛善住的仪轨。

以种种花、香来供养，这个供养品当然也有四层的含义。

比如说水，外层是水大，内层是甘露，密层是红白菩提，密密层是大悲泪水。

香，外层是戒香，内层是定香，密层是禅香，密密层是法界香，是佛三摩地所发的无上妙香。

花，外层是芬芳，福德的芬芳，内层是心轮的八瓣莲花，密层是空行莲宫，密密层是五智菩提。

灯，外层是光明，内层是向内的觉察力，这个我们供灯的时候就是提醒我们要向内、要提高当下的觉察

力，密层是猛厉火，密密层就是无上正觉等等，展开来说，任何供品都有这四层义。

以诸幢幡。起码要有药师琉璃光如来十二大愿这个愿幢和南无发生金刚、南无平等金刚这个幢幡，要七日七夜之中清净受持八关斋戒，吃清净的食物，要沐浴更衣，内心要清净，要不生垢秽烦恼妄念，不发怒，情绪稳定，对一切有情要常起利益安乐慈悲喜舍的念头，以种种的妙音乐来赞佛功德，右绕佛像，念药师七佛如来的本愿，读诵《药师七佛经》，并且为他人演说开示其中的精华奥义，如此地来供养修行，就能够让众生一切所求皆如意，求长寿得长寿，求富饶就能够得到富有、丰饶，求官位的就能够得到官位，求儿女能够得儿女，一切都顺心遂意。我们九号做千灯供，这些都会一起来修持。

第二个要点就是从内层义上来说，我们懂得药师法门就是在身体上起修，在生生灭灭的色身里面来显发我们不生不灭的真如自性，转凡夫的五蕴为佛的五智菩提就是“以诸幢幡，庄严其处”，这个向内在把凡夫的五蕴转为佛的五智菩提才是真正的以幢幡来庄严，我们的身体就是道场，把她转换过来，这是内层的修法。

鼓乐弦歌。有五重意思，第一重是以音乐来供养药师七佛广修供养；第二重是令佛生欢喜；第三重是表达自己的欢喜心，以鼓乐弦歌来表达；第四重，就是内层来说，鼓乐是指我们内在的气脉的变化；第五重密层

就是指的生命能量入中脉，我们的猛厉智慧火融化白菩提，然后乐上生空，空上生乐，乐空不二，所以名之为鼓乐弦歌。

第三个要点就是我们如法修行供养药师七佛以后，能够得到获四种福、免除五种灾难的利益。

获四种福也就是求长寿得长寿，求富饶得富饶，求官位得官位，求男女得男女。

这四种福可以分为三个层次来说。

第一个层次，我们现世人的人生幸福的四要素就是健康长寿、经济富裕、地位崇高、儿孙满堂，仗药师七佛因地愿力的加持和果地威神力的加持，以及众生的信心心念力相通，就能够一切皆遂。

第二个层次，我们要获得这四种福报以后，要最有意义地来利用它，要用它来修福修慧。

比如说长寿，我们可以有更多的时间来造福社会大众，来做一些慈善和利益大众的事业，成就古人所说的三不朽，即立德、立功、立言三不朽。富饶，可以多做一些公益事业，护持三宝。地位高可以用好权力来改善民生，外现宰官身，内秘菩萨行。有儿女就是能够为国家为社会造就栋梁之材。

第三个层次就是胜义谛的长寿是指成就佛的三身。

开显法身智慧，尽未来际不生不灭，才是真正的无量寿，真正的求长寿得长寿。法身是自性长寿，报身是相续长寿，化身是无尽长寿。

富饶是指成就了七圣财，信戒施闻有惭愧，智慧财为七圣财。我们内在的修行证量增长，这是真正的求富饶得富饶，我们内在的证量要增长，魔障的铲除，那么药师法门是必不可缺的。

官位从胜义谛上来说是成就法王位，于法自在。

男女其实是指自己的功德和证量，正如《维摩诘经》所说，“慈悲心为女，智慧诚实男。”

第四个要点就是这一段释迦牟尼佛开示如法供养药师七佛。修药师法门的仪轨，可以分为七个方面：

第一个方面是庄严安布身语意所依，就是造药师七佛的像，供奉《药师七佛经》，还有佛塔或者五轮塔，这样佛的身语意功德所依都具足了。

第二个方面就是要修外、内、密和密中密的供养，如法供养。

第三个方面就是修皈依，修八关斋戒。

第四个方面就是发菩提心。

第五个方面就是鼓乐弦歌称赞佛功德，以七支供来忏罪积福，我们转化身心这是内在的鼓乐弦歌。

第六个要点， 念药师七佛如来的所有本愿，读诵《药师七佛经》，思惟其义，令药师法与自心相合，与自心相应，修法才能成就。

第七就是演说开示，自利利他，自觉觉他。

【若复有人，忽得恶梦，见诸恶相，或怪鸟来集，或于其家百怪出现，此人若以众妙资具恭敬供养彼诸

佛者，恶梦恶相、诸不吉祥，悉皆隐没不能为患。或有水、火、刀、毒、悬崖、险道、恶象、师子、虎、狼、熊罴、蛇、蝎、蜈蚣如是等怖，若能至心忆念彼佛，恭敬供养，一切怖畏皆得解脱。若他国侵扰、盗贼反乱，忆念恭敬彼如来者，所有怨敌悉皆退散。】

如法供奉药师七佛修药师法门，能够免除五种灾难。

第一是免离百怪出现的灾难，各种怪异的现象发生，那么那个地方一定是有灵界众生干扰，修药师法门能够免离。

第二是免离一切怖畏的灾难。

第三是免离国家内忧外患的灾难。

第四就是免离毁戒堕落的灾难。

第五是免除女人临产受苦的灾难。

这一段就已经讲了免离前三种灾难。

第一种就是免离恶梦、恶相或者住处闹鬼的灾难。

第二种就是忆念供养药师七佛，免离了水灾、火灾、毒害之难。内层来说，这些就是指能够使我们从分别执著的恶念之中解脱出来。

第三种是修药师七佛法门能够护国息灾，免离外患内乱的灾难。不遭外国的侵略，国内也国泰民安。如果遇到其他国家兴兵来侵略，或者国内的盗贼作乱，忆念药师七佛名修药师法，能够使所有的怨敌悉皆退散。

这是指免离五种难的前三种。

下一段就是讲了免离后面的两种难。

【复次，曼殊室利，若有净信男子、女人等，乃至尽形，不事馀天，唯当一心归佛法僧，受持禁戒。若五戒十戒，菩萨二十四戒，苾刍二百五十戒，苾刍尼五百戒，于诸戒中或有毁犯，怖堕恶趣，若能专念彼佛名号，恭敬供养者，必定不生三恶趣中。或有女人临当产时受于极苦，若能至心称名礼赞恭敬供养七佛如来，众苦皆除，所生之子，颜貌端正，见者欢喜，利根聪明，少病安乐，无有非人夺其精气。】

这一段是讲称念药师七佛名号可以免离第四、第五这两种灾难。

这一节可以分两个要点：

第一个要点，释迦牟尼佛开示说，如果有净信的男子女人，了解皈依学处，不礼拜外道大自在天等，能够受持戒律。比如说居士五戒，沙弥、沙弥尼十戒，或者菩萨戒，或者比丘、比丘尼的戒法，如果因为业力烦恼，有毁犯戒法，内心之中生起恐怖，害怕自己会堕落到三恶道中去，能够持念药师七佛名号，供养七佛，以此功德必定不会生到三恶道中去，这是免离第四种灾难。

免离第五种灾难就是修药师七佛法门，能够免除女人临产受苦之难，并且生下来的小孩子身材好，五官端正，人缘好，看到他的人都生欢喜心，天性聪颖，易养成人，由于念药师佛名的缘故，在药师七佛的佛光加被之下，一切的非人鬼神不敢来伤害这个小孩子。

我们2007年的药师法会也讲过了少儿健康成长七

法，所以就不重复讲。

无有非人夺其精气。如果从内层义来讲是懂得顺应天地运行的规律，讲的是息法。

好了，我们今天讲到此地，大家吉祥。



第九讲

无始时来慈我者，
诸母若苦我何乐。
是故为度诸有情，
发菩提心佛子行。
南无本师释迦牟尼佛！
南无药师七佛！
南无药师海会佛菩萨！

首先让我们大家共同发起无上殊胜的菩提心，为了让一切如母有情众生能够在生活中实践佛法，以佛法来指导生活，成就琉璃光身，超出生死轮回，所以我们继续来学习《药师七佛经》。

昨天我们已经讲到了称念药师七佛名号可以得到免离五种灾难的利益。第一种是免离百怪出现的灾难；第二种是免离一切怖畏的灾难；第三种是免离国家内忧外患的灾难；第四种是免离毁戒堕落之难；第五种是免除女人临产受苦之难。

接着昨天“复次曼殊室利，若有净信男子女人等，……少病安乐，无有非人夺其精气。”这一段讲。

这一段是讲免离第四和第五两种灾难。值得我们留意的就是，前面一直都是讲如果有受持戒法，有犯戒要堕三恶道，如能够忆念药师如来名号，能够迅速地生善道。而且因为能够有宿命念，知道在恶趣所受的苦，所以就能够正念精进、不犯戒律。但是这里面讲得更殊胜，就是讲不单单是说第二生之中能够迅速地解脱，而且在当生之中就能够让我们免堕三恶道，必定不生三恶趣中，这是药师七佛如来不可思议的因地愿力的加持，果地的善巧方便。

第五就是免除女人临产受苦之难，昨天我们讲这一段有两个要点，已经讲了第一个要点。

第二个要点，其实也是赞叹药师七佛殊胜的生生悉地。在一切众生将生之时、正生之时和已生之时，这三

个阶段都加持众生。对于持戒不清净，将要转生三恶道的人，能够令他们不堕三恶道，这个是指将生之时。已经将要转世投生，这个时候药师七佛护佑他们了，让他们不生三恶道，而能够善道生，而能够欢喜地生，能够乃至于登欢喜地。

女人临产免离众苦，这是药师七佛在正生之时护佑众生。所生之子，颜貌端正，见者欢喜，利根聪明，这是药师佛在已生之时护佑众生。也就是说，在将生时、正生时、已生时都护佑众生，让众生能够实证“生生无生，无生生生。”

【尔时，世尊告阿难言：“如我称扬彼七如来名号功德，此是诸佛甚深境界，难可了知，汝勿生疑。”阿难白言：“世尊，我于如来所说契经深义不生疑惑，所以者何？一切如来身语意业皆无虚妄。世尊，此日月轮可令堕落，妙高山王可使倾动，诸佛所言终无有异。世尊，然有众生信根不具，闻说诸佛甚深境界，作是思惟：‘云何但念七佛名号便获尔所功德胜利？’由此不信便生诽谤，彼于长夜失大利乐，堕诸恶趣。”佛告阿难：“彼诸有情，若得耳闻诸佛名号堕恶趣者，无有是处，唯除定业不可转者。】

这一段可以分为三个要点：

第一个要点，释迦牟尼佛开示阿难说，以上我称扬赞叹药师七佛如来名号的功德，这个是诸佛极甚深极甚深的果地的境界，众生难以真正地了解、通达。阿难，

你会生起疑问吗？

阿难恭敬回答说，佛世尊啊，我对于如来所说的佛经甚深义理，不生疑惑，为什么呢？因为一切如来的动身发语以及佛的心智，都是清净法界的等流，都是智慧和慈悲的流露。

接着阿难就用比喻来说明，纵然天上的太阳和月亮有掉下来的一天，须弥山都会有动摇的一天，但是诸佛所说的妙理是永远真实不虚，没有变化的。



佛世尊啊，有一些众生因为信根不具足，听说诸佛的奥秘境界，会生起疑惑来，他们起怀疑，就想："为什么只是念药师七佛如来的名号，就能够获得那么多的殊胜微妙的功德和不可思议的利益呢？"由于疑惑不信，因此生起谤法之心，恐怕他会在漫漫的生死长夜中得不到七佛慈光的照耀，一切的智慧和福德无由滋长，失去极大的利益安乐，堕到三恶道中去。

释迦牟尼佛开示说，这些众生只要听闻过药师七佛的名号都能罪灭福生，不堕三恶道，唯除定业已经成熟

不可转者。这个说得很殊胜，这个是已经殊胜到无以复加了。你看就是那样起疑惑心的众生，都会怎么样？只要听闻过药师七佛的名号，药师七佛如来都加持他们，巧妙地让他们消除疑惑，得遇善知识，然后罪灭福生，都能够让他们不堕三恶道。只有一种就是定业已经成熟不可转，那也就是说他闻了七佛名号，宿业极重，然后因缘成熟，他也很快要命终，这样的，当然他是定业已经成熟，不可转了，就是除外。

第二个要点前面都是佛告曼殊室利，佛告文殊菩萨，为什么这一段是转为世尊告阿难言？因为文殊菩萨他是智慧第一的大菩萨，诸佛的甚深境界，文殊菩萨肯定理解，所以佛陀就转问启发阿难尊者。

堕诸恶趣。如果从内层义上来说，就是在我们当下的身心之中，有些人身体被重病所缠缚，求生不得求死不能，这是身之地狱。

心里面有执著心，无论执著于财富还是执著于感情，这一切无常变化的东西，最终都会让他痛不欲生，而且当下也不得自在，这是心之地狱。

药师七佛就是在我们当下的身心之中教我们解脱之道，在我们的饮食呼吸睡眠之中来教化我们，来帮助我们。

第三个要点，我们要知道，我们所处的这个世界是一个多层次的世界，而我们这个身体也是一个无穷无尽的身体，其实还有很多奥秘是我们所不知的。

这个世界之中还存在着许多普通人感知不到的物质，这是最浅的来说了。例如说，我们人以肉眼为缘，只能够看到整个电磁波段里面狭窄的一部分。很狭窄的一个波段是我们人的肉眼可以感知到的，但是比肉眼可见光的光波更长的红外线以及比我们肉眼可见光的光波更短的紫外线，还有种种的射线，X射线、Y射线等等，这些都是不能为普通人所见。

而人的听觉能力也是很有限的，很多动物能够感知到的，能够用来预警探路的超声波、次声波，人的听觉也是充耳不闻的。人的其他的知觉思惟能力，也都存在着类似的局限性。

这一些都是科学的发展已经证明的，也是我们当代人都具有的一个常识，这也就可以知道了。有一些是我们眼耳鼻舌身无法感知的，还有很多很多的物质，我们所能够感知到的不过是那么狭窄的一个波段，何况是跟诸佛如来的那种甚深智慧去比呢？当然是无法去测量的。

但是事实上也不离我们当下的身心。诸佛如来现证菩提，圆满成佛，其实都是向内开发，开发觉知我们当下的身心，把内在的无穷无尽的秘密能够开显出来。

药师法门就是在我们人人不可离的生活三要素，饮食、呼吸、睡眠之中来修。

量子物理学已经证明了宇宙不是由实物、不是由实体所组成的，而是由能量组成的。这个万有的能量场，中国古代的思想家、哲学家就都把它称之为气。比如说

中国的《黄帝内经》也好，等等都称之为气。一切的有情世间、一切的器世间，其实都是由这种能量场组成的，或者说是由气组成的。

我们说在呼吸之中修药师法门的息法，就是为了让我们转业劫气为智慧气。比如说我们诵咒，前面已经讲了两个咒了，我们念除业障咒，或者念药师灌顶真言，我们念这个咒的时候，它就会产生振动，这种光音波的振动频率与宇宙能量场的振量频率相符合就可以提高生命个体的能量场的沉积。那我们以诵咒的声波的振动，就可以调整我们身心的振动频率，就可以以声波来打开我们体内的能量结。

所以如法地修持，我们会身心越来越健康，更进一步妄念都会导入到中脉，而被转化为慈悲和智慧的能量。这个是讲在呼吸之中修气，修息法。

还有就是比如说我们昨天讲到内层梦瑜伽的前行，我们要先修九节佛风。有一些可能还不是很清晰，因为我们也没有很详细地说。只是有根器的人可以依此而修一修。我们讲男和女是不相同的，但是都要先作本尊观。

我们男众是先用左手的无名指压住左鼻孔，压住以后当然就是用右鼻孔，你先成本尊观，无论你是观金刚瑜伽母，还是观胜乐金刚，还是观文殊都行。压住以后，用右鼻孔深深地吸气，吸气以后当然手指要放松，要放开。

右边吸进来然后就会从左鼻孔呼出来，就已经把左

边的脉道清干净了，这个是需要明白的。像这样，我们从这边吸进来，吸进来以后一定到这个底下。这中间是一条中脉，这边是右脉，这边是左脉，我从右边吸进来吸到底下，然后怎么样？一定他从左边就这样呼出来，这样做。女众当然是反过来了。

其实就是什么？其实就是把我们积极的能量先激活。有一些人可能会产生一个误解，认为说我压着我就一直压着它，然后我一直用右边吸进来呼出去。不是这样的，你吸进来了，你要呼出去，它一定会怎么样？会有一种阻力对不对？那一定是从这边吸进来，然后从那边呼出去，这样就比较对的，比较恰当的，详细说就应该是这样地来修持，其实也就是说，我们男众来说，是先净化红色的左脉，激活积极的情绪和智慧能量。女众也是一样，不过她红色的是右脉，所以要先按右鼻孔，然后从左边吸气，从右边出，这样做三次。

应该这个我们比较清晰，没有什么疑惑了。这是讲我们修气的方法。

修脉的方法是能够在饮食之中修，这个其实就是讲实质。饮食之中修，由浅至深，浅的来说，当然是让我们如何按照十二时辰来吃，如何按照二十四节气来吃，如何吃出健康来，如何让我们能够更好地与大自然这个能量场相交流。但实质上其实就是如何让我们能够把业劫脉转化为智慧脉，把三脉七轮都能够通，都能够气入中脉。

然后是在睡眠之中修心法，这个实质就是修明点。你看“明”，一个“日”、一个“月”，就是指日月和合之光。日是红菩提，月是白菩提，红白菩提通过四喜四空相会于中脉的心轮，产生的智慧明点就是心气不二的滚打菩提心。



我们说菩提心有几个层次，从愿菩提心、行菩提心，到胜义菩提心，到六大明点菩提心和滚打菩提心这样。这是深密层的药师法门。点就是精华的意思，就是指从五大的精华而来的，作为明点存在的物质基础。其实说白了就是说心气不二，去到极微细的心就是明，极微细的身就是点。这样的智慧明点称之为滚打菩提心。

明点又分为离戏明点和不坏明点，以及净分的物明点和浊分的物明点。离戏明点是非心非物的，是即心即物的，是心气不二的，是心物不二的，是最细风心所显的。不坏明点也就是指红白菩提。我们熟睡的时候，不坏明点是住于心轮，所以这个时候我们要修睡瑜伽来现起光明。

凡夫众生如果没有懂得睡瑜伽，他这个时候是处在

深睡状态，他是完全陷在无明里面。这个时候，修行人就会巧妙地把它转为光明，这是修睡瑜伽的实质。

修睡瑜伽的关键就是将五大之气融入中脉显发光明。我们做梦的时候，这个不坏明点是住于喉轮，所以为什么要先在喉轮这个中脉里面观一个红色的 \ञ 字呢？你只要观一个红色 \ञ 字就好了。开始可能是没有办法真正地梦中知梦转梦的，但是你只要观，都能够把内在的智慧唤醒。因为 \ञ 字本不生，\ञ 字是代表了诸佛的空性智慧，所以观一个红色的 \ञ 字。

昨天好像很快就讲过去了，但是其实要知道，整个佛法的甚深奥秘，诸佛如来极深的善巧方便都在其中。

药师法门就是诸佛如来善巧方便之中最殊胜的善巧方便，就在我们饮食、呼吸、睡眠里面去修。会的话，有传承的话，依此而修，就能够即生活道转成佛道。不会的话，就是迷迷糊糊这一辈子就这么过了，还以为自己每天念多少经、念了多少佛号，自己又生起疑惑来。为什么？好像没有什么成就，其实是没有真正懂得诸佛如来的方便。

这是我们需要知道的。我们做梦的时候，因为不坏明点是住于喉轮，所以要修梦瑜伽，而梦瑜伽的关键就是梦中能作主。能作主一个浅的层次，你就可以在梦中与整个法界相应。与法界相应就是转梦位为定位，就是药师如来的法身等流入我的身心，就是与药师如来的法身等流相应。这个时候，我们可以利用它来启发灵感，

利用它来快速学习，利用它来忏悔业障，净化身心，所以有无量的妙用。

修禅定的时候，不坏明点多数是住在顶轮。

这样我们就可以明白，为什么经上面释迦牟尼佛一直在赞叹说药师法门，甚至于单单称扬药师七佛如来名号，就是诸佛甚深境界。这样我们也可以明白，为什么印光法师要说药师佛的名号就是释迦牟尼佛在这个娑婆世界所证得的阿耨多罗三藐三菩提法，就是药师佛的无上成佛之法，赞叹到极致，原因就在于此地。

【阿难，此是诸佛甚深境界，难可信解，汝能信受，当知皆是如来威力。阿难，一切声闻及独觉等皆不能知，唯除一生补处菩萨。阿难，人身难得，于三宝中信敬尊重亦难可得，得闻七佛如来名号复难于是。阿难，彼诸如来无量菩萨行，无量巧方便，无量广大愿，如是行愿善巧方便，我若一劫，若过一劫，说不能尽。】

这一段是讲信解希有，可以分为四个内容：

首先是阿难能够信受，是如来威神力加被。

其次是讲如来甚深境界唯有等觉大菩萨乃能知之，唯佛与佛乃能究竟。

第三个内容是通过三重比较来显示能听闻药师七佛如来名号殊胜难得。

第四个内容是赞叹药师七佛功德无尽，因地的行愿，果地的善巧方便，都是无量无边，叹莫能穷。

我们按照两个要点来说。

第一个要点是释迦牟尼佛开示说，阿难，药师七佛的甚深境界，众生难可信解，你阿难能够信受，要知道不是你自己的智慧力所能达到的，完全是如来威神力加被，因为这种诸佛甚深境界，一切声闻独觉等都不能知。

接着就通过三重的比较来显示能听闻药师七佛如来名号殊胜难得。

第一重是人身难得，我们要得到这个暇满人身，经典上比喻为犹如盲龟值遇浮木的孔。

第二重是得到人身的人之中，信仰三宝的善男子善女人是更难得，能够关注心灵成长的人更难得。

第三重就是在已经信仰、已经皈依佛法僧三宝的人之中，能够听闻到药师七佛如来名号，更是难上加难。比如说南传佛教，他们不相信有他方佛，就相信有一尊释迦牟尼佛，所以他虽然已经皈依佛法僧三宝，但是他无法闻到药师七佛如来名号。

第二个要点：

如是行愿善巧方便，我若一劫，若过一劫，说不能尽。释迦牟尼佛说药师七佛他们因地所发的利众的广大弘深誓愿，所行的六度万行，是我释迦佛用超过一劫的时间也说不完的，浩瀚无边，叹莫能穷的。

前面我们都已经详细地讲过了，我们主要时间都在讲说药师佛的愿，那是重点讲的。为什么？因为愿之所在法门之所在。你要懂得药师七佛他们的愿力了，你就

真正懂得药师法了。

我们已经说过了第一尊善名称吉祥王如来八大愿，那是侧重于成就什么？成就定。常以定力，成就众生，供养诸佛，严净佛土。

第二尊宝月智严光音自在王如来八大愿是侧重于修观，侧重于修色法，心法，也是甚深不可思议。

第三尊金色宝光妙行成就如来四大愿，可以含摄《维摩诘经》的不二法门的修法，不可思议的修法，不可思议的解脱门的成就方法。

第四尊无忧最胜吉祥如来四大愿可以含摄六百卷《大般若经》的修法。

第五尊法海雷音如来四大愿可以含摄《大集经》、《宝积经》和胎藏界的修法。

第六尊法海胜慧游戏神通如来四大愿可以含摄《华严》、《法华》和金刚界的修法。

第七尊药师琉璃光如来十二大愿，我们也说过了，他可以跟世间无量无边的各种学科相联接，能够指导众生善巧方便地在生活中工作中得解脱，能够圆满地包含前六尊药师佛的所有愿力。我们虽然讲了很多，但是我们所说的不过是药师七佛浩瀚的愿海之中的一滴。

所以释迦牟尼佛说，药师七佛因地的愿力浩瀚无边，无量的菩萨行也是浩瀚无边，药师七佛果地上的善巧方便，救度众生的妙用，也是无穷无尽的。

菩提心为因，大悲为根，方便为究竟，要有方便

法才能够让众生得解脱，不然那个法门太高，众生不相应，那也对他没有什么利益。而药师佛是最贴近我们生活的，他就告诉我们怎样在日常生活之中，怎样事业成就，怎样身心健康，就在我们的饮食、呼吸、睡眠里面来启发我们，而且是最究竟、最高的法门。你看就在睡眠法里面就能够让我们成就智慧明点，能够成就证悟。



一劫。一个大劫有多还赞叹不完，为什么呢？因为一个大劫的时间虽然长，但是还有穷尽的时候，药师七佛因地的愿力和菩萨行，果地的善巧方便都是无有穷尽的。其实真正懂得的话就可以知道，整个法界都是药师七佛如来法身等流，一切都可以说是药师如来的善巧方便。我们人类能够发射人造卫星、宇宙飞船等等，如果从药师法门来说，都可以说是药师七佛如来的法身等流。

但是当然我们要知道，诸佛如来甚深境界极甚深极甚深，但是也并不是说我们不可以修，因为他有极高的果地的善巧方便，不离我们当下的身心，所以我们任何

人都可以修，根机再陋劣有缘得遇都可以修，都可以得解脱，这是一个不可思议的摩尼宝。

七佛如来在时间上是可以表示七天一周期的生生不已的生命力，一切万象都是药师七佛如来的法身等流。当然如果从空间上来说也可以说就是北斗七星。

十二药叉大将在时间上来说可以代表一年十二个月，可以代表一天的十二个时辰，在空间上面来说也可以表示黄道十二宫。

说不能尽，唯有在当下的身心中去觉照，去实践，就是与药师七佛如来因地无量的行愿和果地无量的善巧方便相应。

【尔时，众中有一菩萨摩诃萨名曰救脱，即从座起，偏袒右肩，右膝著地，合掌向佛白言：世尊，于后末世像法起时，若有众生为诸病苦之所逼恼，身形羸瘦，不能饮食，喉唇干燥，目视皆暗，死相现前，父母亲属，朋友知识，啼泣围绕。身卧本处，见彼琰魔法王之使，引其神识将至王所。然诸有情有俱生神，随其所作善恶之业，悉皆记录，授与彼王，王即依法问其所作，随彼罪福而处断之。是时病人亲属知识，若能为彼归依诸佛，种种庄严如法供养，而彼神识或经七日、或二七日，乃至七七日，如从梦觉，复本精神。皆自忆知善不善业，所得果报，由自证见业报不虚，乃至命难亦不造恶。是故净信男子、女人，皆应受持七佛名号，随力所能恭敬供养。】

从这一段开始都是讲药师法的法益。

这一段是讲救脱菩萨白佛来说脱死之法。

下一段就是阿难尊者问救脱菩萨了生之法，了生脱死。

再下一段就是讲以药师法门来救国七难的方法。这个就很宏大了，不是针对某一个个体，而是国家有难的时候，你看瘟疫流行怎么办？修药师法。天象异常，日月薄蚀难，过时不雨难等等，这些异常天气怎么办？药师法门里面也有告诉我们救这些大的灾难的方法。

再下一段就是讲以药师法门来救九横死，来救度九种意外的死亡，帮助那种九种非命死能够延寿。

再下一段就是讲十二药叉大将誓愿护法。

我们先看这一段，是救脱菩萨说用药师法门来救治已经死相现前的众生。我们昨天发了一张纸，就是解脱中有的窍诀。那个上面其实就是讲到临死八相，但是我们此次没有时间来讲解，大家可以保留，将来在实修的时候会作一个导引。是对于那些已经临死八相现前的众生，告诉他们修延寿之法，说脱死之法。

可以分为两个要点：

第一个要点，这一段是救脱菩萨出来弘扬药师七佛法门，救脱菩萨是特别注重于从延寿的角度去弘扬，首先是救重病以延寿。第二是救国难以延寿使国运昌隆，使人民安乐。第三是救九横死以延寿。

第二个要点就是救重病者使其延寿，可以分为四个

部分：

首先是讲病患垂危的情景。经上描述说：“身形羸瘦，不能饮食，喉唇干燥，目视皆暗，死相现前。”身形羸瘦，长期得不到营养滋润，这个身体已经是骨瘦如柴了，皮包骨了，很瘦弱，很虚弱。而且不能饮食，他的胃气已经没有了。有胃气则生，无胃气则死，不能吃东西，再有美味佳肴都没有办法吃。喉唇干燥，喉唇是可以看脾脏，脾脏的吸收功能也已经很差了。目视皆暗，整个人都是处在一个濒临死亡的状态。

其次是讲神识受报。“身卧本处，见彼琰魔法王之使，引其神识，将至王所。”虽然这个躯壳还在人间，气还没有断尽，但是神识已经离开这个躯壳受到阎罗王的审判。

第三是作福延寿。为彼皈依诸佛，如法供养，而彼神识，或经七日，或二七日等等，如从梦觉，复本精神。

第四是励力行善。“由自证见业报不虚，乃至命难亦不造恶”，看起来好像他已经濒临死亡了，一直昏迷不醒，乃至于有七天时间都是这样，或者二七日（十四天），乃至于四十九天，最后都能够透过救脱菩萨教的药师如来延命法能够苏醒过来，能够活过来。“如从梦觉，复本精神”，好像做了一场大梦又醒过来了。而且因为他在濒临死亡的阶段，他的神识已经去到了阎罗王面前，所以他自己能够忆知善不善业，因为他是在鬼门

关走了一圈又回来了，没有经过转生，所以他没有隔胎之迷，对那个阶段他记得清清楚楚，知道业报不虚，乃至于有生命的危难，他都再不敢去造恶业了。

最后就是要劝净信的男子女人都要受持药师七佛的名号，随力所能，恭敬供养药师七佛。

【尔时，具寿阿难问救脱菩萨曰："善男子，恭敬供养彼七如来，其法云何？"救脱菩萨言："大德，若有病人及馀灾厄，欲令脱者，当为其人七日七夜持八戒斋，应以饮食及馀资具，随其所有，供佛及僧，昼夜六时恭敬礼拜七佛如来。读诵此经四十九遍，然四十九灯，造彼如来形像七躯，一一像前各置七灯，其七灯状圆若车轮，乃至四十九夜光明不绝，造杂彩幡四十九首，并一长幡四十九尺，放四十九生。如是即能离诸厄难，不为诸横恶鬼所持。大德阿难，是为供养如来法式，若有于此七佛之中，随其一佛称名供养者，皆得如是无量功德，所求愿满，何况尽能具足供养。"】

这一段是阿难启请救脱菩萨来说供养药师七佛具体的方法。

具寿阿难。就是长老阿难。

前面救脱菩萨开示说，一个人就是临死八相现前了，通过如法地来供养药师七佛，乃至于最长昏迷四十九天，他都能够抢救过来，能够活过来。这样众生心里面都很渴仰，希望能够知道具体方法是怎样的，所以阿难就代众生来启请救脱菩萨来说供养药师七佛的具

体方法。

救脱菩萨说，如果有病人，他或者求延寿，或者有大的灾难希望能够消灾免难，要如法供养药师七佛，修药师法门的法式有九个方面：

第一个方面是七日七夜持八关斋戒。

第二个方面是供药师七佛。

第三个方面是供僧。

第四个方面是造药师七佛像。

第五个方面是恭敬礼拜药师七佛。先发菩提心，然后是忏罪。造好药师七佛像以后在药师七佛面前发菩提心，这是前行。其次一切修行功德都愿众生成佛，如法地忏罪，想药师七佛的光明让我们身心清净。第三是应该要有包容心，要心包法界，不要有执著心，对于一切曾经伤害过我们的人都要能够真正地原谅他们，真正地知道一切都是药师七佛如来法身等流，所以都是一体的。第四是要能够有感恩的心，感恩大地，感恩天空、空气、食物，感恩三宝的加被，感恩一切的众生。礼拜的时候是观想药师七佛的光明充满了我和一切众生的身心。当然如果修持能



力够的人，可以按照我们原来在《普贤行愿品》上面所讲的普贤云供的方法，化无量身来礼无量的药师七佛。

第六个方面是要读诵《药师七佛经》49部。我们持念本经之中五个咒，特别是药师灌顶真言，来治疗恶疾的时候，如果他有某一种重病，你要找一个相应的缘起物。

看《学修药师法门补充资料》第18页到第21页，上面有讲到《药师经》的念诵仪轨。**“佛一时在维舍离乐音树下与大菩萨三万六千，……若欲降伏恶人者，作印以瞋心诵一百八遍，遥打一切外道破灭。若人患心病者，加持青木香，涂心除愈。若人患头病者，加持桂皮二十遍，服之除愈。若人患肿黄者，加持郁金香一百八遍，涂除愈。若人欲远去怨家，加持苦练子一百八遍，一咒一烧，投火中烧，其人即远去。若患身体肢节痛，咒汤水一百八遍，洗浴，即得除愈。”**等等，这都是讲要你要加持一个缘起物，如果对于那种恶病的人加持一个缘起物。

然后找一个传统的玻璃瓶子，把缘起的药物放在里面，也不用放很多，无论中药、藏药、西药，不管什么药都行，只要是治这种病的缘起的药就行了。再拿一张纸写一个  字，因为这是息灾法，所以就用白纸写就好了，写一个  字以后折叠起来。

还要用红色的绸布把它包起来，用红色和绿色的线绕起来，放在那个药的上面。另外，线的一头是绕着那

个纸上写一个 字，里面可以写上患者的名字，把它用布包起来，然后绕好，另外一头把它拉出瓶外，你要修的时候就牵在自己的手里面。

再把这个瓶子密封起来，用红、黄的绸布封好瓶口，用红绿线把它绑好，然后用右手把刚才拉出瓶外的线牵起来，牵起来以后就念药师咒，念药师咒的时候手印当然我们可以用药师佛的用印，这个大家应该都已经学过。

然后观想药师七佛降临坛场， 、 、 、 ，以智慧尊入三昧耶尊，由瓶子里面纸上的 字，先放光，去供养七佛，药师七佛心中都有 字，又放光，供养十方诸佛，十方诸佛也都放光，光光相照，光光互摄，然后十方诸佛都变成药师佛。药师佛的光明加持一切众生，一切法界众生都变成药师佛，整个法界都变成药师净土，一切众生都在念药师咒，乃至于风吹树动的声音，鸟鸣的声音，水流的声音，一切声音都是药师灌顶真言的声音。

在这样的观修之中来如法地持念药师灌顶真言，一般的要求是要持念1080遍，当然这个时候如果拿了这个线的话，那就想着自成本尊药师佛，能量灌注了这个药物上，此时就可以拿念珠来记数。这应该是一个很容易的方法，但是要能够静下来修。念的时候一直这样的法界光明之中、在药师定之中来念药师灌顶真言。

将要圆满的时候就想着所有的法界念药师咒的声

音，都化为光，光明就回入到药师七佛心中的  字之中，然后药师七佛的 字之中的加持力回到瓶子里面纸上的 字里面，也就是表示药师七佛和十方诸佛加持力都聚在这个瓶中，瓶中的药都变成十方诸佛和药师七佛加持的甘露。

天天这样修，最少七天，或者二十一天，乃至于四十九天，这样来修药师法就是实践救脱菩萨教的方法，把临死八相现前的众生都救过来。

第七个要点就是要供四十九盏灯，每一尊药师佛面前都是供七盏灯，一般的供法都是要供“春满十方”那个相。经上面讲了要圆若车轮，“一一像前，各置七灯，圆若车轮”，这个圆若车轮，就是指“春满十方”这个相。我们的法本应该大家都有看到，是在第三页，春满十方，每一尊药师佛面前供七灯，都是供“春满十方”这个形象，这就是圆若车轮。

这个灯要有人照应，你要修法，要修四十九天，如果点的期间四十九天之内灭掉了，这个缘起就不太好，要四十九天之内一直不灭。当然如果你全部用很大的灯，能够点上两个月的，放一次那也好，但是如果你用其他的灯有人照应，一直加油也是可以的，要四十九天之内光明不绝。

第八个要点是要造五色幡四十九条，造长幡一条长四十九尺，造五色续命神幡。五色很重要，要青、黄、赤、白、黑五色具足的幡。我们用的幡好像也有青色，

也有红色，也有黄色，五色还是不太具备，当然这个也算如法了，更如法的应该是青黄赤白黑五色具足，而且就按照我说的顺序做下来，它一段一段的就是青黄赤白黑，听明白吗？一横条一横条的青黄赤白黑这个顺序，边上垂的那个也是这样的，底下垂的也是这样的，青黄赤白黑，这是如法地造五色续命神幡的方法。

因为用药师坛城的加持，有这么一个缘起物五色幡，就能够把我们外在环境的五大也转过来，把我们内在的身体的地水火风空五大也能转化过来，所以这是对于转化众生的病苦是有帮助的。因为说白了，不管你什么恶病，它都是一个能量结在那个地方不通，所以你通过转化五大就能够让它转过来，让它重新流动起来，让它能够一气周流，就能够天人相应，法界的力量就会自动地加持他，这是药师法的妙用。



第九个要点就是要放杂类众生四十九，四十九条是最少了，或者四十九的倍数，越多越好。

救脱菩萨说，依照上述的方法去做，病人以及有灾难的人就能够得以脱离灾难，不再被恶鬼神控制干扰。

救脱菩萨说，长老阿难啊，这就是供养药师七佛的法式。即使是在药师七佛之中，随其方便只供养其中一

尊药师佛，称念他的名号，如法地修行，都有无量的功德，所有的需求都能满足，更何况是同时供养药师七佛呢？其功德当然更是无量广大。

【复次，大德阿难，若刹帝利灌顶王等，灾难起时，所谓人众疾疫难、他国侵逼难、自界叛逆难、星宿变怪难、日月薄蚀难、非时风雨难、过时不雨难，彼刹帝利灌顶王等，尔时当于一切有情起慈悲心，放大恩赦，脱诸幽厄苦恼众生，如前法式供养诸佛，由此善根及彼如来本愿力故，令其国界即得安隐，风雨顺时，谷稼成熟，国内众生无病安乐，又无暴恶药叉等神共相恼乱，一切恶相悉皆隐没；而刹帝利灌顶王等，皆得增益寿命色力，无病自在。大德阿难，若帝后、妃主、储君、王子、大臣、辅相、宫中婇女、百官黎庶，为病所苦及馀厄难，亦应敬造七佛形像，读诵此经，然灯造幡，放诸生命，至诚供养，烧香散华，即得病苦销除，解脱众难。】

这一段就是讲以药师法门来救国七难的方法，可以分为两个要点。

第一个要点，救脱菩萨说，大德长老阿难（你看这个称呼，阿难称救脱菩萨叫善男子，因为救脱菩萨是在家人，现在家相；救脱菩萨称阿难尊者为大德，因为阿难是现比丘相），这部《药师七佛经》所说的药师法门，按照她来如法地修持还可以护国息灾。

接着救脱菩萨就列举了七种灾。

第一种是人众疾疫难。就是指人间瘟疫流行，在前面已经说过了，我们运用五运六气的学说，可以预测什么时候在什么地方容易发生这种瘟疫，或者传染病的大肆流行，都可以预测，可以提前防范，提前修药师法门来转业。

第二种是他国侵逼难。被其他国家侵略，比如中国的抗日战争。

第三种是自界叛逆难。是自己国家发生内乱，社会不稳定。

这三种都是人间的灾难，接下来四种是讲天行的灾难。

第四种是星宿变怪难。天上的星宿，日月星辰，它运行本来是有一定规律，但是如果起了特殊的变化，就会影响到人类。

比如说大家都在热议的2012年。据说2012年12月21号冬至这一天就会发生一个特异的天文现象，就是整个的银河系对齐，太阳、地球和银河的中心排成一条直线。这样的天文现象要过26000年才会再发生一次，地球的磁极极可能发生逆转，地球的磁极逆转过来，这个对人的影响很大，不但对人，对于一切众生的影响都很大，因为众生都是依靠磁极来觅食，看那些海里面的鱼群，它游的线路都是依靠这个磁极的，因为它能够接收到。

当然也有一些是危言耸听，就好像诺查•丹马斯的

预言一样，说将来会怎么样怎么样，但是其实药师法门是非常乐观的，认为这其实是一个好事，表示通过这个如果能够把握的话，能够让众生开启内在的佛性，更加能够关注心灵，如果把握得好，这是人类提升更加关注内在解放的一个机遇。

为什么呢？因为研究表明，如果磁极是相对稳定的时候，在一些磁场非常强的地方的人相对就会很保守，很顽固，思惟方式都会很僵化，但是在一些弱磁场的地方，你看现在的地球就可以知道了，在那些磁场相对比较弱的地方的人，他的创新能力就会强，适应变化的能力会很强，所以在弱磁场之中我们容易接受改变，适应新的状态，能够接受新的思想，打破观念的僵化等等。

第五种是日月薄蚀难。这是指发生日食和月食，发生日食的时候，怎么样？我们都知道，太阳黑子的活动会有强烈的变化。天文学上的检测是说，大概每十一年就会有一个周期性的太阳黑子的变化，太阳黑子爆发很强的时候，我们称之为太阳风暴。当然我们的一切会受影响，我们手机的信号接收就有问题，就受到干扰了，军事设施等等都会受到影响。因为所有的生命都受到磁场的影响，对人来说，地球磁场对我们的神经系统、免疫系统，对我们的空间感、时间感，对我们的梦，对我们的生存环境都有着非常深远的影响，对于一切众生都是如此。

第六种是非时风雨难。这个指大风灾，台风肆虐，

大洪涝灾害。比如说2010年甘肃舟曲暴发的泥石流灾害，也就是因为人类过度地破坏了环境和植被，又遭遇到连日的强降雨，就导致了这样的悲剧，这个就是属于非时风雨难。

第七种过时不雨难。过时不雨难是指旱灾，《大藏经》里面有一个“请雨陀罗尼”，可以化这种过时不雨难。

救脱菩萨说，遇到这些大灾难的时候，身为国家元首的刹帝利、灌顶王，这些国王要能够使国家消除这些灾难，就要对一切有情起慈悲心，要大赦天下，要赦免那些能够悔过自新的犯人，要帮助弱势群体，要缩小贫富差距。然后依照前面所说的药师七佛如来的供养之法来如法修习供养，以此善根以及药师七佛如来本愿力的加被和果地的善巧方便力的加被，就能够使国家免离七种灾难，国泰民安、灾难平息、风调雨顺、五谷丰登、人民安乐，同时在国界之内也绝没有凶暴邪恶的药叉鬼神来作怪，一切不吉祥的现象也都会立即隐没不现。

并且来说，能够启建药师法会的国家元首等等，都能够寿命延长，气色特别好，体力特别充沛，身心无病，自在快乐，全国上下都能够得到增益。

救脱菩萨又对阿难尊者说，如果国王、王后、妃子、太子和王子、国家重臣、宫中婇女，以及所有的官员和老百姓，为种种的病苦所缠缚，或者遭遇其它的灾难，也应该敬造药师七佛的像，读诵《药师七佛经》，

如法地供奉药师灯，悬挂续命神幡，放生，至诚供养药师七佛，烧种种名香，散种种鲜花，来供养药师七佛坛场，这样一切的病苦都能得痊愈，所有的灾难完全解脱，这是第一个要点。

第二个要点我们来看看如何来修。看《学修药师法门补充资料》第23页到第36页，有一个“东方药师如来消灾延寿火供仪轨”，我们略说一下。这也称为护摩，这个护摩法很重要，唐密的瑜伽部里面有四大法要，第一是十八道；第二是胎藏界念诵法；第三是金刚界念诵法；第四就是护摩法了。宗喀巴大师在他所著的《密宗道次第广论》里面也说，护摩是成就悉地的重要法门。

我们作火供、作护摩有六大作用：

第一个作用是为圆满供养诸佛或者天神来作火供法。我们用其它方法来供养，供水果等等，因为是没有在火坛里面烧掉，往往就供养完了以后收回来自用，所以容易起贪心。而火供是完全烧成灰，所以众生真正是很清净的供养心。

第二个作用是为了补充念诵观修等等的缺漏，所以我们在闭关之中，常规是每一个月都要作火供。

第三个作用是为了成就各种悉地而举行火供。释迦牟尼佛曾经说过，一切悉地成就一个是要靠自己的定力，再一个是靠诸天的护持之力。所以我们作火供能够得到诸天的护持。唐密之中供诸天有供十二天，供二十八宿。十二天是大梵天王、帝释天释提桓因、火

天、水天、风天、地天、日天、月天，还有琰魔天、毗沙门天等等，最外围的是二十八星宿。

第四个作用是为令本尊欢喜，消除烦恼障、所知障，能够迅速地生起成就次第和圆满成就次第，所以来作火供。

第五个作用是为了增益资粮，让我们利生的善事容易得成就。所以有息增怀诛四种供。即息法的火供，比如说《药师七佛经》中所讲的要护国息灾、要息国七难，或者要息众病之难，这些是息灾的火供；增法的火供，比方说毗沙门天王。增益火供是让我们事业广大增延福寿；怀法的火供是能够让我们增长威势，增长权力，令人敬爱，这种有作明佛母的火供等等；诛法的火供是消除魔障，比如说大黑天的火供法。

第六个作用是为了其它的一切善事而作火供法。但是这里面不是说你拿这个书念一下，拿这个仪轨念一下就可以了，那个效用不大。在作火供之中，主法者的观修程度是否能够跟本尊相应关系非常大。

东方药师如来消灾延寿火供仪轨

看仪轨。前行是皈依发心。皈依发心偈，“诸佛正法贤圣三宝尊”一直到“为利有情故愿大觉成”，这个我们都熟悉了。

再是发四无量心，慈悲喜舍。

接着是正行。首先是乞地，乞地是要一边念药师佛心咒，一边来想地神女同意借地。地是我们的，为什么我们还要借地呢？因为外层来说这个地是我们的，内层其实地底下有无量的动物、众生、植物等等，密层就是地神所居，秘密层是指身土不二，所以我们要有一个借地，这个不要忽略。还有包括借火也是很重要，不是说你跑去拿打火机把蜡烛点燃就可以了，不是这样做的。息法的借地的时候，要用白色的土铺在这个上面，增法用黄土，怀法用红土，诛法用黑土，这样铺在上面才会比较容易相应。

还有，应该要架坛，用木条来架一个火坛。息法要把它摆成一个圆形，增法要摆成一个四方形，怀法要摆成一个半月形，诛法要摆成一个三角形。那圆形怎么摆？很简单，你先用四条摆一个方形，四条的角上又摆四条，这个就变成一个圆形了，这样叠上来。好像药师七佛火供的话，你这样就要摆七层，因为每一层都有两层四条的，实际上就是十四层，这样来架就比较正确了。作增法的时候就很简单了，就是一个四方形叠加起来就好了。怀法就是做成一个半月形，做好以后还



要用白粉把边上做成一个金刚杵的咒鬘，中间应该有咒轮，在上面再来架坛。

借火。要注意不是说我们供灯的时候，或者作火供的时候，拿打火机你也点我也点，哗哗哗点起来了，这样有用吗？当然也有用的，但是力量会小一些。其实你要如法作火供的话，要借火的。比方说我们修药师七佛息法火供，有大的药师佛，先在药师佛面前供一盏大灯，从大灯里面再来点一盏灯，再拿过来，这样才如法的。

如果我们作绿度母的息灾火供，要在观世音菩萨大殿里面，千手观音，或者大的观世音菩萨面前点一盏灯，从那里面把火借过来，这样是比较如法的。

当然还有更讲究的了，那些是做不到的。有一些说，你要作怀法，你要在官府的厨房里面拿火过来等等，那个就很麻烦了。

如果是作增法的时候，比方说我们要作毗沙门火供，作增法，那我们应该在财神面前点一盏灯，或者在多闻天王面前点一盏灯，再从那里面借火过来。如果我们作长寿火供，也是增法，也是应该在药师佛面前要供一盏灯。

如果是要作怀法，比方说作明佛母，我们可以在胜乐金刚面前点一盏灯。或者如果我们作胜乐金刚的火供，我们可以在金刚亥母面前供一盏灯，从那里借火过来等等，这样是比较如法的做。

再来观修整个地都变成琉璃世界。

再就是发心。发心其实就是向药师琉璃光如来学习，药师琉璃光如来发十二大愿，我们也如是发。接下来就应该要念诵药师佛的愿力，我们作药师七佛的千灯供，重心重点就是把药师七佛的愿力都要读诵一遍，读诵的时候我们要如法随文入观。

然后就是要加持铃、杵、鼓。加持铃、杵、鼓就是在铃、杵上面观阿閦佛，阿閦佛的佛父和明妃，杵就观为阿閦佛，铃就观为明妃。右手持杵念咒的时候是应该要念“嘛哈班扎吽，嘛哈班扎吽”。你念三遍的时候要拿金刚杵印心轮三次。左手持铃念诵“班扎尔加走阿，班扎尔加走阿”，同时要摇铃，振铃三遍，这样是比较如法的了。

底下的这个偈颂其实就是讲修行的窍诀了。“五大光明声激荡”，你通过这样，声波就能够把法界的五大转过来，把内在的五大这个光明激发出来。

底下就是要请护法神守护了。五个染成红色的食子是表示荤，是供忿怒护法的。还有七个是白色的食子，是表示素，是供养吃素的那些龙王、天神等等。

念咒“嗡、喀喀、喀黑以、喀黑以”，意思就是“请品尝，请品尝”。

次念祈祷颂。这个祈祷颂其实是一个古老的祈祷颂，已经延用一千多年了，用得久了，所以加持力很大。而且天龙八部已经很习惯听，一听这个他就生欢

喜，因为他熟练，所以多念诵是好的。这些种种的祈祷，无病长寿得自在，一切的恶梦、一切的病苦违缘、凶恶事都消灭，底下就是五谷丰登，我们修行的觉受、证量都增长等等。



然后是遣魔。遣魔的时候是把食子送到远方，次念四吽咒。

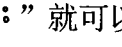
主法的人要观修这个法界之中、这个坛城的范围之内，用有火焰的金刚杵连起来、垒起来，就好像砌墙一样的，密密麻麻地全部垒满了，形成保护的一个圈，一个坛场，要把所有参加的人都观在里面，不能够遗漏，当然那个还是要有一个观修。

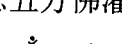
然后就是安座。安座其实是底下下一层是安火神的座。上面是安药师七佛的座，火坛的中间，首先是要观  。 是一个  ，上面一个圆圈，一个拉达。

 是火大的种子字。

然后是迎请火神的智慧尊入座。

然后是观药师佛。这里面因为他是按照一尊药师佛来修的，所以就单单观了一尊药师佛，药师琉璃光如来。从  字变为莲花，莲花上面有 字变为月轮，月轮上面有蓝色的 字放光，变成药师佛，这是对生本尊。然后额喉心三字具足的是“ 、 、 ”。 字

放光，请药师佛本尊。这个请智慧尊，前面你观出来的还只是三昧耶尊，要请真实的药师佛降临，所以智慧尊降临坛场，十方诸佛也都降临，诵召请融入咒，“  ”就可以了。

然后念五方佛灌顶咒，如果不会的话简单做就是念“  ”，这样也可以。然后是赞叹药师佛：“寂静温柔身碧光，定印胜果大药王，相好庄严慈视众，不起双跏救十方。”然后是诵七支赞。念本尊赞：“东方生方光明长养方”，表示生生不已，“琉璃世界名称普遍扬，身如琉璃心透大悲髓，莫不满愿敬赞大愿王。”

再然后就是来忏悔业障。前面的六句是世间的病，因为贪色、贪财、贪食、杀生、冒王法，或者是持有外道邪见，所以导致种种的麻风病、癫狂、肠胃病、挛躄背偻，乃至于受王法之难等等，这些都是病。

底下是学佛人的病，把这个说得很清楚了。“学佛行人亦复有诸病”，是所知障的病；烦恼障的病；四大不调的病；禅定病；气脉障碍的病；心里面还有希冀、贪图种种修行境界的病；有期待的病；次第不明的病；强求十力六通的病；对根器没有成熟的众生面前说甚深甚深的密法，这样也会成病；不能圆证的病；得到一点小神通就贡高的病；离群的病；排他的病；摄持不慎的病；还有宣说法要不圆满的病等等都是要祈求药师七佛加被，让这一切违缘障碍都能消除。外在的障，受到人

家干扰，或者衣食不具足，这些能够消除；内在的生起的病能够消除；更密层的障碍是修本尊观不能够现起的障碍能够消除；更密中密层的就是气脉明点的修行障碍都能够破除，见地不能圆融的障碍都能消除等等。

然后是加持薪柴，加持油。

然后举火，这个阶段其实也是很重要。主法的人首先要观自己的这个足心，两个足心要有一个  字。这个 字，会藏文的就是那个  。上面有一个偃月，偃月上面有圆孔拉达，这个就是 ，就表示风大种子。有这两个足心，然后就有风轮起来，有绿色的风轮，风轮上面这个风往上吹，就把我们生法宫里面的火大的种子  能够激活起来，然后内在的猛厉火生起来，这样的修行证，不是你表面上念一念，然后拿一根蜡烛把柴火点起来烧，不是这样的。然后就是开始先供火神和他的眷属，最后就是供养本尊药师如来。

最初供养菩提树枝，这个是很重要的。因为这个法要的息灾火供最大的特色就是按照药师琉璃光如来的十二大愿分别来祈请，分别的都有缘起物，所以是很圆满的一个修法。

先供菩提树枝。菩提树枝的供养要居于一切之先，因为佛在菩提树下成佛，所以供养菩提树枝就表示供其根本。

我们这个周围没有菩提树，我不能修这个法，那不是，任何树你都可以把它观为菩提树。但是有要求，就

是如果你砍这个树枝的时候，它流出红色的汁来，这种树不能用，它流出乳白色的树汁来，这个树也不能用，没有什么东西流或者有一点点透明的东西，这个就可以用了。杨树枝很容易找得到，槐树枝也找得到，这个应该都可以用。

要求就是一定要现取现用，你不能够说我家乡没有菩提树枝，我在六祖寺折点回去，过十五天再来作，肯定没用，树枝已经枯死掉了，一定要用现取现用的鲜活的。

作的时候也不是直接拿进去烧，主法的人要用一些缘起物来给它涂一下，比方说，如果要用息法火供，就要用白色的牛奶或者炼奶涂一下去烧；怀法就要用红酒把树枝涂一下；增法就要用黄糖水。

菩提树枝供表示成佛之道，表示八相成道，所以缘起是非常好，要知道其实这个都是妙用缘起法。

然后就供芝麻，供芝麻是表示消除一切的罪业。我们有个最简单的法，也是原来的我们所谓的十一种加行法之一，就是金刚空行火供。那个很简单，你拿一面铜镜子，我们原来在六祖殿传菩提道次第的时候传过了。你准备一点黑芝麻，准备一点炭。很短的一个仪轨，但是忏罪效果非常好，就是用这个黑芝麻来烧，如果找不到的话，里外都黑的那个黑芝麻最好，但是常规的外面是黑的里面是白的。你想着一切的恶业都化为毒气、黑气、蜈蚣，都融到黑芝麻里面，然后在火坛里面烧掉，

其实也就是说智慧火把我们的烦恼薪烧掉。

然后供芥菜子。芥子是表示遣除一切魔障的。所以一切的官非、牢狱之灾、邪见都可以用供芥菜子来焚烧，能够遣除这个障碍，让我们智慧开，让我们官非消除。

然后是五轮之药的供。这个是跟身体健康有关系的，因为天麻能够治疗头部的病，它是属于顶轮的；黄芪是补气的，能够消除喉部的病；当归是补血的，能够消除心轮的病；白术是能够养脾胃的，能够消除脐轮的病；何首乌和枸杞子都是能够补益肝肾，能够消除海底轮的病、肝肾的病。这样来供，这个就很明显了，如果有人他的病是头部的，比如脑瘤，就多供一点天麻，或者说是肾上的问题，慢性肾炎，那就多供一点枸杞子、何首乌等等，如果是脾胃很虚弱，就应该多供一点白术，这样是比较好的。



供五香。这五香包括檀香、龙涎香、沉香、赤檀、白檀等等。

供妙乐丸。可以用维生素丸来代替。

供酥油。

供素香肠，是表示转女成男。

供椰子果。椰果是代表十二大愿。还有是如果作增法火供的话，可以供核桃，核桃是圆的，就表示我们以头目髓脑都愿意拿来供佛，所以增法火供的时候用核桃是比较好的，核桃的颜色是黄的，也是表示增益的意思等等。

然后是长寿的缘起，用茅草。这个茅草是多年不死的，根一直很长时间不死。偈颂是：“长寿愿与健康合，健康愿与证量合，证量愿与事业合，如是延寿娑嚩哈。”我们单单有长寿，如果不健康，病病歪歪的，长寿没有意义。我们有健康要有修行证量，我们延寿的目的是要有修行成就，此生此世都成就，不然的话你单有健康，反而去做恶事就糟糕了。证量愿与事业合，我们有证量以后还要有弘法利生的事业，这样的延寿是圆满的延寿。

供白绸或者蓝绸，表示以天衣来供佛。

祈愿，祈祷成就佛的十力能入我身成就我，祈祷药叉十二大将护持我，大事大业竟全功。

最后酬谢一下火神，作圆满的回向。用此增我胜资粮，长住无死大乐身，成就药师如来的不死虹身，广度无边诸有情。

再念百字明忏罪补缺。念药师佛圣号。主法者要入一下拙火定作回向。

这个是我们略为口传一下药师佛的息灾火供。

【尔时，具寿阿难问救脱菩萨言：“善男子，云何已尽之命而可增益？”救脱菩萨言：“大德，仁岂不闻如来说有九横死耶？由是世尊为说咒药随事救疗，然灯造幡修诸福业，以修福故得延寿命。”阿难问言：“九横云何？”救脱菩萨言：“一者、若诸有情得病虽轻，然无医药及看病者，设复遇医不授其药，实不应死而便横死；又信世间邪魔外道妖孽之师，妄说祸福便生恐动，心不自正，卜问吉凶，杀诸众生求神解奏，呼召魍魉请福祈恩，欲冀延年，终不能得，愚迷倒见遂令横死，入于地狱无有出期。二者、横为王法之所诛戮。三者、畋猎嬉戏，耽淫嗜酒，放逸无度，横为非人夺其精气。四者、横为火焚。五者、横为水溺。六者、横为种种恶兽所啖。七者、横堕山崖。八者、横为毒药、魇祷、咒诅、起尸鬼等之所中害。九者、饥渴所困，不得饮食而便横死。是为如来略说横死有此九种。其馀复有无量诸横，难可具说。复次，阿难，彼琰魔王簿录世间所有名籍，若诸有情不孝、五逆、毁辱三宝、坏君臣法、破于禁戒，琰魔法王随罪轻重考而罚之。是故我今劝诸有情，然灯造幡，放生修福，令度苦厄，不遭众难。”】

这一段是救脱菩萨弘扬药师法门，讲第三救度九横死以延寿。可以分为五个要点：

第一个要点，阿难觉得还是有一点疑惑，就请问救

脱菩萨，善男子啊，为什么那些已经快要走到生命尽头的人，还可以通过你前面说的那个方法来增益，来延长寿命呢？那个不是很奇怪吗？他已经要命尽了，这个因果不虚，为什么还可以增益延长寿命呢？

救脱菩萨就回答了，大德长老阿难，你难道没有听佛说过人有九种非命死吗？（佛陀有说过一个小经就是《佛说九横经》）。因此释迦世尊就要为众生来说药师经法，来说药师咒，劝众生造续命神幡、燃灯、供养三宝，修种种福德，使那些因为生活习惯不良与天地运行规律相冲突，或者因为他比较迷昧，颠倒造恶业，导致到三四十岁就得重病，将要命终的人，没有活到正常的寿命的人，能够依药师法来消灾延寿。

第二个要点就是救脱菩萨进一步来解说什么是九横死，阿难跟着就来问了。经典是天衣无缝的，所以一环扣一环。

阿难跟着就问了，是哪九种非命死呢？救脱菩萨就回答说，九横死是指第一，医药邪魔横死；第二，王法横死；第三，非人夺精气死；第四，火焚；第五，水溺；第六，恶兽所啖；第七，是堕山崖；第八，是毒药咒诅中害；第九，是不得饮食而横死。

第三个要点就是我们来解说一下第一种横死。

如果有一些众生患了病，起初的时候病虽然是很轻微，但是因为他业障的缘故，遇不到医生给他诊治，没有药物也没有照料者，或者遇到医生，他的药不合病

症，一直拖延而致横死。

另外还有一种人是舍三宝正法不信，去相信那些世间的邪魔外道和妖孽之师。生病以后也不去看医生，轻信那些巫师的话，听他们妄说祸福，内心里面生起恐惧心来，所以去抽签，去卜卦，听信那些外道的指示来宰猪杀羊，来供神，来求神解奏，呼求魍魉鬼神的帮忙，以希望能够求得长命延年，其实结果是适得其反。这样愚痴无智，听信外道，造杀生业，不单单是不能延年，还会让他死后入于地狱之中，受无量苦。

这是第一种横死。

药师法门里面还有很多这样的方便法，比如说跟药师法门相关的，《大藏经》里面有很多的经都是开示我们怎样能够消除病苦的，那一类的经，我们略统计了，差不多有四百部。

当然也有用一些世间法的方法能够判断病情。前面所说到的五运六气是个方便的法。比方说金朝的名医张子和就归纳一个偈子，就说《运气歌》：“病如不是当年气，看与何年运气同，只向某年求治法，方知都在至真中。”就是说，这个药方治这种病，在这个时候有效，但是在另一个时候，时空变了，可能就未必有效。

医案上面有一桩很著名的关于苏东坡的公案。苏东坡被贬到黄州以后，那个时候黄州正在发生瘟疫。当地有一个名医叫巢元修，巢元修这个人他有一个祖传秘方，治疗这个瘟疫治一个就好一个。苏东坡这个人还是

很有悲心，他就去求这个名医，说你能不能把这个方传给我？我如果将来遇到这样的瘟疫、这种灾难，我能够帮助他们。他一直求一直求，那个人实在被缠得没办法了，他就说，这样吧，你指着前面的长江发誓，只有你自己知道，你再不能传给其他人。苏东坡就同意了，于是那个人就把方传给他了。他用那个方去救那些感染了那些病的人，活人无数。

后来他又被调到杭州去做太守，春天的时候那个地方也发生了春瘟，也是用那个方是活人无数。那个方的名字叫圣散子方，现在这个医案里还有些记载，有两种记载，有一种是20味药，一种是22味药。那时候他用着都很有效，但是后来就有问题了。再后来又过了几年，京师（汴京），就是开封这个地方，也是发生瘟疫，这个时候五运六气已经变化很大了，因为他不懂得，他只是以为这个秘方能够包治一切了，还是去用，因为他是文学家，文采很好，所以太学生都很相信他那个方，其实效果就很不理想。所以一定要考虑天地的影响，气候变化的影响。

明代的时候，有一个叫做韩飞霞的人，他有一个五瘟方，那个就充分地考虑了五运六气的因素了，叫做五瘟丹。就考虑到五运的变化而用不同的君药，君臣佐使的配伍、君药的份量就不同了。

比如说丁壬之年是木运之年，就以黄山栀来作为君药；戊癸之年是火运之年，就以黄连来作为君药；甲己

之年是土运年，就以甘草作为君药；乙庚之年是金运之年，就以黄芩作为君药；丙辛之年是水运之年，就以黄柏作为君药，这样来考虑就会比较理想了。



还有一种就是药师法门在印度的弘传，一个集大成者是龙树菩萨，其实很多药师法门里面的那些实际运用的方法，源头你一直追溯都会追溯到龙树菩萨那个地方。在《大藏经》里面还有龙树菩萨的《龙树论师释阿婆药仪轨》、《龙树菩萨药方》，而且他把印度的一个著名的古医书叫做《妙闻集》写了一个注释，而且增补了很多的方法进去。龙树菩萨是一个了不起的大德，八宗共祖，而且他五明都精通。

我们这次去印度朝拜的时候，前期的人有去到龙树山，我们看了以后都非常赞叹。那个雕刻已经破坏得很厉害了，有一个博物馆把挖出来的那些残的东西，历代的雕刻的那些残破的东西放在里面，都是非常精美，只是一小部分都很不可思议了。其实就是龙树菩萨那个时候，他的一个弟子引至王造的大佛塔，造的很广大的一个寺院。

引至王是南印度的一个国王，他发心很好，龙树菩萨的著作里面有一篇叫做《与国王书》，就是教导引至王的。引至王发心盖很大很大的一个寺院请龙树菩萨住持来度众生。造到中途，他的国库空虚没钱了，他找师父问怎么办。龙树菩萨懂很多的善巧方便，他有一个方法就是点金术。他就跟引至王说："你跟我来。"带他到一个大石头那里，就加持一点药，然后念咒，撒在那个石头上面，整个石头就变成黄金，然后就用这个财力把那个寺院做好了。有很多的这样的善巧方便，药师法门里面几乎是所有重要的那些运用的法，源头都会追溯到龙树菩萨这里。

《大藏经》里面当然就更多了。比如说《佛说疗痔病经》，不要以为《疗痔病经》是治疗痔疮的，不是这样的，《疗痔病经》是治疗癌症的。还有《佛说婆罗门避死经》，《佛说佛医经》，《佛说胞胎经》，《佛说治身经》，《佛说咒时气病经》，《佛说医喻经》，《佛说除一切疾病陀罗尼经》，《耆婆脉经》，《修行道地经》等等，大概统计有将近四百部，都是属于药师法系之中的养生法这个部分。希望我们四众弟子之中，真正通达中西医的人能够进一步去挖掘、去发挥药师法系之中养生法里面的一些妙用，能够挖掘出来运用好，去好好地用心体悟，然后发挥她无穷的妙用。

第四个要点就是我们来解说第三种、第四种横死。

第三种横死，有些人喜欢打猎，他的夜生活娱乐过

度，又耽于淫欲，嗜酒如命，这样他的精力一天一天地耗损，心绪邪乱，使那些邪神恶鬼趁虚而入，然后夺其元气而导致横死。

听闻到药师七佛的名号就能够使他身心健康，使他改善作息习惯，与天地运行规律相适应。

第四种是横为火焚。外层是指因为是遇到火灾受到伤害；或者是指在乱世之中死于炮火；内层是指自己内心常发脾气，自己的肝脏一直在起火；第四种是指劫火；第五种是无明之火，无明烦恼火。我们修学药师法门就能够使我们免离五种火焚，使我们脱离火焚而导致的横死。

第五个要点，救脱菩萨说，阿难尊者，琰魔王主要是掌管世间众生的名籍，薄录众生名籍，如果有众生不孝顺父母，犯五逆罪，破坏侮辱三宝，不忠于君主，破坏君臣之间的礼法（这个其实现在来说就是上下级关系不和谐），破于禁戒，琰魔王会根据他们罪业的轻重考而罚之，因此容易遭受种种的非命死，所以我救脱菩萨就劝有情众生要迷途知返，要燃灯造幡，放生修福，才能不再遭受各种灾难。

但是要有正见，琰魔王并不能够主宰人间的祸福，佛教里面从来就不承认有什么主宰神。佛法是说四重缘起的，最浅的是业感缘起，自造业自受报，造恶业的人招感显现出好像被琰魔王审判的那种境界来，是他的恶业而显现出来的，并不是真有一个能够主宰人间祸福的

琰魔王，其实都是自作业自受报，所以正见很重要。

【尔时，众中有十二药叉大将，俱在会坐，其名曰：宫毗罗大将，跋折罗大将，迷企罗大将，頞你罗大将，末你罗大将，娑你罗大将，因陀罗大将，波夷罗大将，薄呼罗大将，真达罗大将，朱社罗大将，毗羯罗大将。此十二药叉大将，一一各有七千药叉以为眷属，同时举声白佛言："世尊，我等今者蒙佛威力，得闻七佛如来名号，于诸恶趣无复怖畏。我等相率皆同一心，乃至尽形归佛法僧，誓当荷负一切有情，为作义利饶益安乐。随于何处城邑聚落、空闲林中，若有此经流布读诵，或复受持七佛名号恭敬供养者，我等眷属卫护是人令脱众难，所有愿求悉令满足。或有疾厄求度脱者，亦应读诵此经，以五色缕结我名字，得如愿已然后解结。"尔时，世尊赞诸药叉大将言："善哉！善哉！大药叉将，汝等念报七佛如来恩德者，常应如是利益安乐一切有情。"】

这一段就是十二药叉大将誓愿护法，可以分为三个要点：

第一个要点是十二药叉大将的造型。现在这个造型基本上还算如法的，但是是比较通俗的，所以很容易变。有时候看他头顶上有十二生肖，原来有些我们也看到不如法，他把整个头都改过来了就不对了，这个还算是如法，但是比较通俗一点了。

十二药叉大将有四重表法的含义：

第一重含义就是药叉大将是药师佛的教令轮身，教令轮身就是药师佛的事业身，为了摧伏邪魔外道而现的教令轮身。药师七佛的教令轮身统一起来也可以说就是一尊，是哪一尊呢？就是降三世明王，那是唐密里面的另外一个法了。因为药师佛就是阿閦佛，阿閦佛教令轮身就是降三世明王。我们有一个法叫做秽迹金刚法，那个法其实也是属于明王法。

第二重含义的表法是，十二药叉大将是药师琉璃光如来十二大愿的象征。

第三重含义的表法是，药叉大将表示时间，年来说是轮值十二年，每一年十二个月是每一尊轮值一个月，每一天十二个时辰就是轮值一个时辰。

时间很重要，我们修行要巧妙地利用时间和空间，不要被时间和空间所局限、所障碍，药师法门之中与时间有特别关系的还有很多。

比方说体功体法，药师法门里面有你修行到圆满成就次第的时候，生圆次第，有打开全身能量结的传法，还有打开每一个脉轮的独特的传法，这个就要在特定的时间修效果才会好。

比如说农历的初一到初三，或者是二十八到三十，这六天就适合于修孔雀飞法、金翅鸟法、吉祥拳法，作用就是帮助我们能够打开海底轮，还有让我们打开四肢的脉。每一个月的初四到初六，或者是二十五到二十七，这六天可以修扭转脉轮法，可以帮助我们打开

脐轮。每个月的十三到十八，可以修狮子撒尘、大鹏起飞、大象摆头这些体功法，都可以帮助我们打开顶轮。

但是当然这些都是你修哪一类法到那个程度才需要学，现在你学了没用，那知识对你没用。为什么？本来你的能量级就很低，你还要引导一些能量做一些动作，那你更虚了。你能量有多，要用好这个能量，让它把这个脉轮打开，那才有用。所以有些人喜欢练瑜珈，但是实际上有些人练瑜珈是越练越虚，尤其是练高难度的瑜珈是更不容易，你里面的能量不够的话，你去练那些动作只会耗散你的能量，没有用的。

所以可见药师法门真是一个浩瀚的大海，几乎所有的善巧方便、见地非常高非常圆满的，而修行又非常方便非常简易的所有的法要都在其中，真正是得一法则一切法在手中。这个是指根据时间来修。

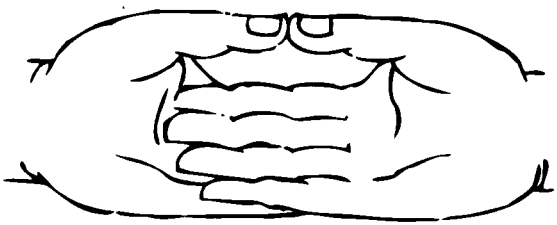
第四重表法是每一尊药叉大将都有七千眷属药叉，合共是八万四千，十二药叉大将及其眷属就是表示断众生的八万四千烦恼。

根据时间巧妙地来让我们断烦恼，时节因缘之中自然地能够障碍消除。为什么那些传法要在那些时间才用呢？因为初一的时候我们的能量其实主要是在海底轮，所以你什么时候到哪里就去修它就对了。初四的时候能量就已经到了脐轮来了，一直一直升，到十三的时候就到了顶轮，过了十八又开始往下降，这么循环的，所以要按照时间来修。

第二个要点就是我们要说一下手印和咒。

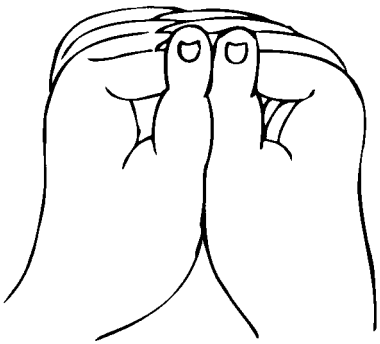
我们原来学过药师佛的五个印。

药师佛的体印都知道了，就这样，禅定印，右压左就对了，很简单。那其实是表示什么？以药师七佛的四大来加持众生的四大，这个大拇指相结，就表示证悟空性智慧，归入空性。



药师如来根本印 法界定印——（体印）

药师佛的用印我们也都知道了，看我们的《学修药师法门补充资料》第19页，根本印也是用印，药师佛的用印也称为根本印。根本印真言，以左右手头指以下八指，反叉入于掌，以二大指来去，咒曰“嗡 战驮祇哩娑婆诃”，我们上次传的时候，是让大家只是按照文字来念一下，“嗡 战驮祇哩娑婆诃”，但是其实如果按照口传教授，我们得自于口传的这个标准的音应该是，“嗡 乾达祇哩娑瓦诃”，这样是比较准确的。我们还是结这个印来念，这两个大指是可以动的，这个手腕不要靠拢，这样就可以了，“嗡 乾达祇哩娑瓦诃”。（见光碟）



药师如来根本印（用印）

药师佛的定印我们应该也是学过，大拇指跟食指形成一个圆圈，大拇指横着形成一条直线，食指就形成一个圆圈，另外的六个手指互相抵着，这个就是药师佛的定印。定印其实是表示什么？表示药师佛的入定之身。要知道表法的意思，我们两个大拇指横着，食指形成一个圈，这个表示什么？表示莲花座，这样是莲花，上面就是表示药师佛的入定之身。

我们念药师灌顶真言的时候都可以结这个用印。如果我们要修药师定的时候，在有一些环节之中要修药师佛的定印，一般是用用印就好了，结用印，然后念药师灌顶真言，想着我们的患处有一尊药师佛在放光。如果你的肝不舒服，就想着肝这个地方有药师佛。以后修起来你就想到你每一个毛孔里面都有一尊药师佛，所有的骨骼，所有的肌肉，所有的经脉，都变成无量无量的、微小微小、细尊细尊的药师佛。



药师如来印（定印）

这个药师灌顶真言大家都会念了“南无薄伽伐帝……”，但是其实口传教授还是有一点差别，还是传一下，还是结用印：“拿摩拔噶瓦帝，佩沙及牙，咕鲁，吠（者+见）里牙，Po拉拔，喇加牙，打他噶打牙，阿拉哈帝，三（沙m）藐（mya）三ˊ（沙m）布达牙，打笛牙他，嗡，佩沙及也，佩沙及也，佩沙及牙，三母噶帝，娑瓦哈”。这是口传里面比较准确的，从经典翻译过来以后代代相传，口音没有什么变化的，比较准确的音。当然如果你已经习惯了念“南无薄伽伐帝……”，也可以，差不多。

如果我们是求治恶病、要延寿的话，还应该要念一个金刚寿命真言，大拇指放在掌心，右手的食指压住左手的食指，另外的六个手指都包过去，包住大拇指，就形成一个拳，这样就是金刚寿命的手印。我们一起念好了，“嗡 瓦及拉 瑜晒 娑瓦哈”（三遍）。

金刚寿命真言是结手印如法地念诵，修药师法门的人，如果有念药师咒，按照药师七佛供养法来修，他平时也就比较相应，他寿命将终，就是寿元到了，修药师法还有加这个金刚寿命真言都可以延寿三年，让修行更加进步。这样是我们讲的手印，当然还有就是我们前面讲的药师灌顶真言。

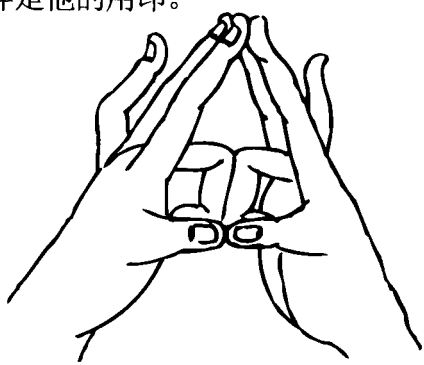
其实药师灌顶真言还有一个小咒，我们还是用药师佛的用印，跟着念："嗡 呼噜呼噜 乾达利 玛登你 娑瓦哈"（三遍）。那是药师佛的一个小咒。

还有就是十二药叉大将的根本印。根本印我们原来也是应该教过的了。我们先应该是用手相交，相交以后再把无名指和小指合起来，大拇指右压左，这样就是一个十二药叉大将的印。也是可以念药师佛的咒，或者就念十二药叉大将的长咒。那个就很长了，我们明天如果有因缘的话可以在做千灯供的时候把十二药叉大将的长咒传一下。



十二药叉大将根本印

十二药叉大将的用印跟前面药师佛的印有点相通，但是还是有差别的，是中指相抵，跟大拇指平成一条线，然后食指跟无名指就形成两个三角形。小指在哪去？你要祈祷十二药叉大将，你就应该要印四方，印前后左右，或者更远方的前后左右都要印一下，就表示你这样结他的印，就是在召请十二药叉大将围绕在你周围来守护你，这样的意思。我们念的时候这个小指可以动，就好像拍电报一样说十二药叉大将你快点过来给我帮忙，这样是他的用印。



十二药叉大将用印

基本上我们手印就是这一些，主要的是十二个印，还有一些是实修的时候来传承。《楞伽经》就是释迦牟尼佛在楞伽山为药叉王所说的，而《楞伽经》是禅宗的重要典籍，唯识宗也是非常重视她的，非常重要的经典，也是非常难的经典，可以说你懂得《楞伽经》，整个显宗你都懂了，你懂得《文殊真实明名经》，整个金刚乘也都懂了，可见药叉大将是很重要的，药叉大将在《大日经》中称为秘密主。

第三个要点就是药叉大将有发愿。

以五色缕结我名字。怎么结？你如果有事情要求十二药叉大将，那要看你求什么。如果你有灾难，你要求息灾，那你要用白色的纸。如果要求增益、要求事业顺利，增益方面的就用黄色的纸。如果你要增长威势，你想升官，这些要用红色的纸。或者你要希望大家都敬爱你，都欢喜你，要用红色的纸，表示怀法。

用各种颜色的纸，在底下写上自己的心愿，弟子某某……。上面留出来干什么？上面留出来写上当年的本地神的名号。比方说2011年本地神是谁？观世音菩萨，守护全年的是观世音菩萨。你就写上“南无大慈大悲观世音菩萨”是第一行。第二行就写上你自己的守护神，与自己相应的十二药叉大将，比方说你生肖是属老虎的，你就要写“嗡，迷企罗大将”，你是属猪的，就要写“嗡，毗羯罗大将”，那这个是第二行。再底下就是写你的心愿了，这样就可以了。

再把纸条卷起来，卷成一个筒子，用五色的线，把五条五色线搓成一条绳子（五色的线就表示五大转化了），长度是七的倍数，然后用七条线还可以再把它搓起来，用那个绳子来缠着这个纸筒，再打一个活结。

然后放在药师七佛前，用一个黄色的经帕盖着。当然如果你那个佛堂没有什么人进去，不盖也没关系，常规是要盖一下是比较好的，秘密地祈祷和修持。如法地修，就得到感应，得到成就。再把它解开，可以把它烧

掉，放在大江河里面，或者放置净处就可以了。

【尔时，会中有多天众智慧鲜少，作如是念：“云何过是殑伽河沙诸佛世界现在如来，暂闻名者便获无边殊胜功德？”尔时，释迦牟尼如来，知诸天众心之所念，即入警召一切如来甚深妙定。才入定已，一切三千大千世界六种震动，雨天妙华及天香末。彼七如来见是相已，各从其国来至索诃世界，与释迦如来共相问讯。时佛世尊由其先世本愿力故，各各自于天宝庄严师子座上随处安坐。诸菩萨众、天龙八部、人非人等，国王王子、中宫妃主，并诸大臣、婆罗门、长者、居士，前后围绕而为说法。时诸天众见彼如来皆已云集，生大希有，疑惑便除。时诸大众叹未曾有，同声赞言：“善哉！善哉！释迦如来饶益我等，为除疑念，令彼如来皆至于此。”时诸大众各随自力，以妙香华及众璎珞、诸天伎乐供养如来，右绕七匝，合掌礼敬赞言：“希有！希有！诸佛如来甚深境界不可思议，由先愿力善巧方便，共现如是奇异之相。”尔时，大众各各发愿：“愿诸众生皆得如是如来胜定。”】

这一段是讲药师七佛来到娑婆世界，来证明释迦牟尼佛所说的是真实不虚的，这个就很殊胜。有天神起了一个念头：药师七佛如来有这么殊胜吗？释迦牟尼佛就马上入一个定，“警召一切如来甚深妙定”，药师七佛就都来到娑婆世界了，来给释迦牟尼佛作证明。

当时参加药师法会的不但有菩萨，还有天龙八部。

天龙八部里面的天神当然也有菩萨化现的，但是也有很多是普通的凡夫天，所以有很多还是“智慧鲜少”，智慧比较少的。

他们就起了疑惑，这样想：“为什么在恒河沙数之外的世界的那些如来，暂时听到他的佛名号都会获得这样无量无边的殊胜功德呢？”

这个时候释迦牟尼佛马上就知道了诸天众心里面的想法和疑问了，于是释边牟尼佛就入一种深定，名为“警召一切如来甚深妙定”，定中请诸佛来证明。

刚一入此深定，一切三千大千世界都六种震动。六种震动，你不要以为是我们凡夫能够接收到的地球在地震，那你这样想就错了。它是怎么？我们讲我们这个身体是无量层，它是在内层里面的那种震动。凡夫没有感知，但是这种瑞相有修证的人能够感知到，六种震动。天妙香花，天上的鲜花，美妙鲜花，像雨一样降下来，缤纷而下，花雨缤纷，天妙香粉也漫天飘洒。这个时候，药师七佛从各自的佛土都来到了娑婆世界，药师七佛得到释迦牟尼佛入定的感应来证明释迦牟尼佛所说的是真实不虚的。

来到以后，药师七佛与释迦牟尼佛互相之间恭敬作礼，共相作礼，药师七佛以他们本愿的功德力自然地就安坐于各自的狮子宝座上，然后诸菩萨众、天龙八部众、人非人等，国王等闻法大众都来围绕药师七佛和释迦牟尼佛。

这样的话，原来起怀疑心、起疑惑的那些天神众见到药师七佛都来了，都生起大希有心，当下就疑惑冰消。

当时参加法会的大众都觉得叹未曾有，异口同声来赞叹释迦牟尼佛说：“好极了，太稀有难得了，释迦如来为了帮助我们消除疑惑，所以以甚深定请药师七佛都来到我们娑婆世界加持众生，让众生增长信心。”所以大众都各随自己能力所及，以各种杂色的鲜花妙香，名贵的璎珞，以及奏种种的美妙音乐来供养药师七佛如来，供养释迦如来。右绕七匝，合掌恭敬，作礼说：“稀有啊，稀有难得。诸佛如来甚深的境界不是凡夫的妄心大脑思惟能够理解的，是由于在因地上有无量的广大弘愿，成佛以后果地上有无量的善巧方便，所以才能够现出这样奇特的、壮观的、妙不可言的殊胜境界呀。”

与会大众各各发愿，愿一切众生都能得到像释迦牟尼佛这样殊胜的禅定。

好了，愿大家都能够迅速成就药师定。



第十讲

愿此一切我所行，

不为八法念垢染。

以知诸法如幻智，

无执离缚而解脱。

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如来！

南无法幢世界法海雷音如来！

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！

南无药师海会佛菩萨！

诸位善知识，让我们先共同发起无上的菩提心，这是我们药师法会圆满的一讲了。昨天讲到了释迦牟尼佛入一种叫做“警召一切如来甚深妙定”，入了定以后，药师七佛就各自从他们的净土来到娑婆世界释迦如来讲说《药师经》的法会之中，一切大众都赞叹稀有，发愿愿一切众生都得如来深定。

【尔时，曼殊室利，即从座起，合掌恭敬，绕佛七匝，礼双足已，白言：“世尊，善哉！善哉！如来定力不可思议，由本愿力方便善巧成就众生，唯愿为说大力神咒，能令来世薄福众生，病恼所缠，日月星辰所有厄难，疫病怨恶，及行险道遭诸恐怖，为作归依，令得安隐。彼诸众生于此神咒，若自书、教人书，受持读诵，广为他说，常蒙诸佛之所护念，佛自现身令愿满足，不堕恶趣亦无横死。”】

药师七佛已经来了，我们当然要把握好这么一个机会来赶紧请法。这一段就是讲文殊师利菩萨为了利益众生，就代众来请药师七佛说大力神咒。

这时文殊菩萨从座上站起来，绕佛七匝，礼佛以后启请说，如来定力真是甚深不可思议，是十方诸佛极广极深的境界，众生是难思难议。对如来境界，众生是不能真正理解的。药师七佛有无量的因地本愿力和果地上无量的善巧方便，来拔除众生苦，来成就众生。所以我就来启请药师七佛为众生演说大力神咒。以这个大力神咒来加持未来世福德薄少的众生获得身心灵的安乐。



这些众生，或者被疾病烦恼所缠缚，或者遇到了日月星辰发生了灾变、变异，传染病、瘟疫流行的时候，或者是遇到了冤家恶人，或者行走在危险的道路上。所有这些情况，都会让他身心不自在，生起种种的恐惧、恐怖的时候，药师七佛的大力神咒能够使众生有所皈依，脱离灾难苦厄，身心安乐。

众生对药师七佛的大力神咒起恭敬心，或者自己书写，或者教人书写，或者受持读诵，或者广为他人来宣说，就会得到药师七佛的加持护念。佛会现起种种的妙身来令众生所求的愿都能圆满实现，不再堕入三恶道之中去，也不会发生非命死等等的灾祸。

以下就是七佛如来统一说的一个咒：

【时诸如来赞曼殊室利言：“善哉！善哉！此是我等威神之力，令汝劝请，哀愍众生离诸苦难，为说神咒，汝应谛听，善思念之，我当为说。曼殊室利，有大神咒名曰“如来定力琉璃光”，若有男子女人，书写读诵，恭敬供养，于诸含识起大悲心，所有愿求皆得满足，诸佛现身而为护念，离众障恼当生佛国。”时，七如来以一音声，即说咒曰：】

这时释迦如来和药师七佛都称赞文殊菩萨说：好啊，好啊，由于佛的广大功德威神之力能够加被你，使你能够出来劝请七佛如来说甚深微妙的法，救度众生。你是因为大悲心，哀悯众生的苦难，为了使众生脱离苦难，所以要请药师七佛来说神咒。现在你应该好好谛听，深刻领会奥秘，我等当为说。

药师七佛答应宣说神咒，这个大神咒名为“如来定力琉璃光咒”。如果有净信的男子女人书写读诵，恭敬供养，对一切众生生起大慈悲心来，那么他所有的愿望祈求都能满足，诸佛现种种身，以种种的方便来保护忆念修持药师七佛定力琉璃光咒的修行者，使他能够脱离惑障、业障和报障，将来临命终时得生佛净土。药师七佛如来就以同一音声来宣说神咒。

大家看《学修药师法门补充资料》的第10页，七佛共说如来定力琉璃光咒：

【爹雅他，姑墨野，姑墨野，伊墨野呢米哈衣妈德衣妈德衣，沙巴达达他嘎达，沙妈打牙德衣切爹哑爹妈爹，巴咧巴巴木，梭达呢，沙尔蛙巴巴木，纳沙牙，妈妈，不德黑不多达墨野，乌墨野，姑墨野，不达车渣巴咧梭达呢，达墨野呢达墨野，墨野噜，墨野噜，墨野噜施卡咧，沙尔蛙哑嘎拉墨野达育，呢巴啰呢，不德黑苏不德黑，不达哑德衣叉那，辣钱都墨野，沙尔蛙爹哇，沙墨野哑沙墨野，沙面哈连都墨野，沙尔蛙不达，波德衣萨多，刷墨野，刷墨野，不啰刷面都墨野，沙尔蛙伊达育，巴渣蛙，

必打牙，不啰聂，不啰呢，不啰鸦墨野，沙尔蛙哑刷牙，柄租鸦，不啰德衣巴些，沙尔蛙巴巴木，叉央嘎累，梭哈。】

这是比较接近梵音的七佛如来定力琉璃光咒，我们法本上是唐音，同一个字现在念跟唐朝念的声音就相差很大。

【尔时，七佛说此咒时，光明普照，大地震动，种种神变一时俱现。时诸大众见此事已，各各随力，以天香华，涂香末香，奉上彼佛，咸唱善哉，右绕七匝。彼佛世尊同声唱言："汝等一切人天大众，应如是知：若有善男子、善女人，若王、王子、妃后、大臣、寮庶之类，若于此咒受持读诵，听闻演说，以妙香华供养经卷，着新净衣在清净处持八戒斋，于诸含识常生慈愍，如是供养得无量福。若复有人有所祈愿，应当造此七佛形像，可于静处，以诸香华、悬缯、幡盖、上妙饮食及诸伎乐而为供养，并复供养菩萨、诸天，在佛像前端坐诵咒，于七日中持八戒斋，诵满一千八遍，彼诸如来及诸菩萨悉皆护念，执金刚菩萨并诸释梵四天王等，亦来拥卫，此人所有五无间罪一切业障悉皆消灭，无病延年，亦无横死及诸疾疫，他方贼盗欲来侵境、斗诤战阵、言讼仇隙、饥俭旱涝，如是等怖一切皆除，共起慈心犹如父母，有所愿求无不遂意。"】

这一段是说药师七佛进一步开示定力琉璃光咒具体的修法。先是七佛在宣说这个咒的时候，有种种的感

应，此咒受持读诵的方法，以及诵咒以后的功德效用。

我们按照三个要点来说：

第一个要点是当药师七佛说定力琉璃光神咒时，法界之中普遍放大光明，照耀一切情器世间，大地六种震动，种种的神变一时俱现。药师法会的大众见到如此殊胜的瑞相神变，各各赞叹稀有，随力以各种芳香的鲜花来供佛，烧种种名香、末香，恭敬供养释迦佛和药师七佛，齐声赞言，善哉善哉，右绕诸佛七匝。

诸佛世尊就同声唱言，你们一切与会的人天大众都应该知道，如果有善男子、善女人、国王、王子、王后、大臣等，要恭敬受持读诵演说此七佛如来定力琉璃光咒，以妙香花供养《药师七佛经》，应该要沐浴更衣，受持八关斋戒，发菩提心来修法，就能够感得药师七佛加持，得无量福。

如果有人有特别的祈求和愿望，要造七佛像，以香花、幡盖、饮食、音乐供佛，供菩萨和十二药叉大将，以及护法诸天，七日之中端坐诵咒满一千零八十遍，清净受持八关斋戒，回向众生，这样来修持定力琉璃光咒。

第二个要点就是怎样诵咒才容易相应呢？在《七佛经》里面有五个神咒，怎样才会容易够迅速地相应呢？

首要的前行要发菩提心，正行要在空性之中来起修，结行要回向。

其次，身的要点有五个：

第一个是将身体内的脉轮要完全地放松，以清净心

来诵咒。所有的神咒，你看药师七佛如来定力琉璃光咒，药师七佛他们的整个脉轮都是完全通畅的，都是智慧和功德的凝聚体。我们用一种很紧张的心来念，脉结没有开是难以相应的。



第二个是先观对生本尊药师七佛，按照此经书的第1页来观修药师七佛，自成本尊药师琉璃光如来。自成本尊药师琉璃光如来的体内有六尊药师佛，在海底轮有法海胜慧游戏神通如来，这是第六尊如来；在脐轮有第五尊如来法海雷音如来；在心轮有第二尊如来就是宝月智严光音自在王如来；在喉轮有第三尊药师佛金色宝光妙行成就如来；在眉间轮有第四尊药师佛无忧最胜吉祥如来；在顶轮有第一尊药师佛善名称吉祥王如来。

将一一如来的身形种种的手印都观得非常清晰。七佛如来开颜含笑，光光互照，同声来说定力琉璃光咒。这样来观修，来念琉璃光咒比较容易相应。

但是如果我们力量不够的时候也可以只观一尊，就是自成本尊药师琉璃光如来，或者力量还不够，那我们更浅，就只是观自己顶轮上有一个千叶的宝莲花，莲花

上面端坐着药师琉璃光如来。

第三个就是胜解全身的每一个毛孔都有一尊药师琉璃光如来，全身所有的骨骼肌肉都化成无量无量微小的药师琉璃光如来，整个全身都是无量无量的药师佛。

第四个就是胜解外境是药师净土，一切的众生都是药师眷属。

第五个就可以练习相应的体功来协助打开脉轮。

再就是语的要点有五个。

第一个是心息相依，轻松自在来诵咒。

第二个是胜解一切的音声都是药师咒的咒音，我们一直修到全心是咒、全咒是心、心咒不二的时候，出定以后听一切的声音都是药师咒的音声，都是药师佛的法身流行，一切的形象，我们六根所接触的一切境界都是药师如来法身等流。

第三个就是入我我入，药师七佛入我身而宣说定力琉璃光咒，我入药师七佛身而持诵定力琉璃光咒，这样一直持诵的话，就能够体会到这个咒音在自己的周围形成一个琉璃光的能量场。其实任何人都是这样，你只要静下心来念上两个小时，你会觉得特别宁静。因为在你的身体周围已经形成了一个琉璃光能量场，每一次的吸气，吸进来的都是清净的琉璃光明点，进入到我们的体内，每一个细胞都产生共振共鸣，都在念药师咒，然后这个咒音向整个法界扩散出去，充满整个法界，整个法界都与之相应，都在念定力琉璃光咒。

第四个是缘字声念诵法。

第五个其实我们现在大部分人定力琉璃光咒还是难以真正相应，因为我们药师定还没有成就，琉璃光是在药师定的基础之上才现起的琉璃光。但是我们可以这样去胜解，让整个咒音从现在穿透过去和未来，从当下穿透十方三世。

还有心的要点也是五个。

第一个是要具足修戒定慧，守持八关斋戒，修药师定，还要增长当下的觉察力。

第二个是全心即咒，全咒即心，心咒不二。

第三个就是缘字形念诵法。

第四个是要能够与药师七佛相应的本愿相应，发菩提心，行菩萨道，在现实生活之中以药师七佛的种种方便来利益众生。

第五个是要在睡光明之中向药师七佛祈祷能够在梦瑜伽的时候，能够知道，能够自主，能够念定力琉璃光咒，药师七佛如来在睡梦之中能够教导我们，教化我们，让我们现起、开显出胜义的光明出来，胜义的空性智慧的光明。

第三个要点就是修法以后有什么感应呢？

药师七佛开示说，如上所说，如法修行以后，药师七佛和诸菩萨全部都会护念此人，执金刚菩萨和大梵天王、帝释天王、四大天王等也都会来拥戴保护这个持咒修行的人。

此人所有的五无间罪以及一切业障全部消灭，身无病苦，寿命延长，也不会遭遇九横死和瘟疫、传染病流行等等，其他的一切灾难也都能消除。比如说，邻国侵略、土匪叛乱都能够得以平息。人与人之间的争斗、诉讼也能够化解，一切的饥荒、旱灾、洪灾都能消弭于无形，人与人之间亲切友好，所求的一切愿望都能够圆满实现。

【尔时，执金刚菩萨、释梵四天王，从座而起，合掌恭敬，礼释迦牟尼佛足，白言："世尊，我等大众，皆已得闻诸佛本愿殊胜功德，及见诸佛慈悲至此，令我众生亲承供养。世尊，若于其处，有此经典及七佛名陀罗尼法，流通供养乃至书写，我等悉皆承佛威力，即往其处拥护。于彼国王大臣、城邑聚落、男子女人，勿令众苦及诸疾病之所恼乱，常得安隐，财食丰足，我等即是报诸佛恩。世尊，我等亲于佛前自立要誓。若有净信男子、女人，忆念我者，应诵此咒。"即说咒曰：】

这一段是执金刚菩萨和大梵天王、帝释天王、四大天王来说一个忆念咒，也就是说如果众生要求我们帮助，就应该念这个咒，我们就会来护持他，也称为报恩咒，就是以这个来报佛的深恩。这一段可以分为四个内容：

首先是感佛恩，感恩释迦牟尼佛说药师七佛经法，感恩药师七佛从各自的净土亲临娑婆世界来药师法会中为大众作证明，为大众增长信心。

其次是发愿拥护修持药师经法的人。

再次是护持的效用是常得安稳，财食丰足。

最后是说忆念咒。

这时执金刚菩萨和大梵天王、帝释天王、四大天王都从座位上站起来，合掌恭敬礼拜释迦佛，说：世尊啊，我们很感恩您为我等众生宣说了药师经法，使我们得闻药师七佛如来因地的本愿殊胜功德，也感恩药师七佛慈悲哀愍众生，亲临娑婆世界的药师法会，使我等众生有亲自承事供养药师七佛的机会。

释迦世尊啊，我等共同发愿护持药师经法，如果有供奉此《药师七佛经》，或者流通、书写，或者有人持诵药师七佛名号，修持陀罗尼法的地方，我们都会承佛慈悲威神之力的加被，即往其处，拥护修药师经法的人。

无论他们是住在城市里面，还是住在村庄里面，无论他是国王大臣乃至其它身份，我们都会平等地护持，使这些修药师经法的善男子善女人，不会被疾病和灾难所扰乱，常得安康稳定，财产物资都非常充足，我们以此来报答释迦佛和药师七佛的宏恩。

释迦世尊啊，我们现在亲自站在佛的面前庄严宣誓，如果有具足清净信心的男子、女人忆念我们，希望得到我们的护持，要读诵忆念咒，读诵执金刚释梵四天王说忆念咒。

看《学修药师法门补充资料》的第12页，这个咒很短。

【爹雅他，哑姑，妈姑，达啰姑，妈妈姑，姑累，哈胡哈黑，妈啰妈啰妈啰妈啰，租租累，租累，梭哈。】

你要想大梵天王和帝释天王来保护你，四大天王护持你，就多念这个咒。

【“若有净信男子、女人、国王、王子、大臣、辅相、中宫婇女，诵七佛名及此神咒，读诵书写，恭敬供养，现世皆得无病长寿，离众苦恼，不堕三涂，得不退转乃至菩提。彼诸佛土随意受生，常见诸佛，得宿命智，念定总持无不具足。若患鬼疟等病，当书此咒系之肘后，病若差已置清净处。”】

这一段是执金刚菩萨、释梵四天王说持咒成就悉地以及佩戴咒治病法。



执金刚菩萨和大梵天王、帝释天王、四天王说，如果有净信的男子、女人、国王、王子、大臣、辅相、宫女等等，诵持药师七佛名号以及读诵此忆念咒，并且书写恭敬供养，成就的世出世间的悉地是现生之中都能无病长寿，脱离众苦恼，不会堕入三恶道之中。能够永不历三恶道苦，这就等于是小

乘的初果须陀洹果以上的圣果，大乘的初地欢喜地以上的圣果。能够永不历三恶道苦，真正彻底地把见惑断尽了，真正彻底地从无明系统转到明觉系统里面来了，所以就能够永不退转直到证得无上佛果。临命终时能够随自己的愿望，投生到诸佛净土，常见诸佛，成就宿命通的智慧，正念、正定、陀罗尼法无不具足圆满。

接下来就是讲佩戴咒轮治病法。如果被鬼神干扰，或者患了疟疾等等的恶病，要恭敬书写忆念咒，系在肘后，系在我们手肘的后面，病情好转以后可以将咒轮放置在清净之处。

【尔时，执金刚菩萨诣七佛所，右绕三匝，各申礼敬，白言："世尊，唯愿慈悲护念于我。我今为欲饶益未来男子、女人持是经者，我更为说陀罗尼咒。"时彼七佛赞执金刚言："善哉！善哉！执金刚，我加护汝，可说神咒，为护未来持经之人，令无众恼，所求满足。"时执金刚菩萨，即说咒曰：】

这一段是执金刚菩萨在七佛面前又单独说了一个咒，叫做满愿咒。执金刚菩萨我们都知道他是密教大日如来的上首弟子，也就是金刚手菩萨，他为了护持未来修持药师法门的人，又说了一个"令无众恼所求满足咒"。

执金刚菩萨来到药师七佛面前右绕三匝，前面是执金刚和释梵四天王在释迦牟尼佛面前说了一个忆念咒，接下来执金刚菩萨又来药师七佛面前来单独自己又说了

一个咒，右绕药师七佛三匝，各各礼拜以后说：药师七佛世尊啊，请求慈悲护念我，我今为了利益未来世受持药师七佛经法的善男子善女人，因此发心说一个满愿陀罗尼。

药师七佛称赞说，好啊好啊，执金刚，我们会加持护念你，你可以宣说满愿神咒来保护未来世时修持药师经法的人，使他们无诸苦恼，所有的一切求愿都能得满足。

我们看《学修药师法门补充资料》的第13页。

【纳妈沙巴达纳木，　沙木鸦沙木不达纳木，纳妈沙尔蛙别炸达啰纳木，爹雅他，唵，边自边自，妈哈边自，别炸巴刷达啰呢，沙妈，沙妈，沙面达，哑不啰德衣哈达边自，刷妈刷妈，不啰刷面都，沙尔蛙必达牙，姑噜姑噜，沙尔蛙嘎尔妈呢，沙妈雅，妈奴妈啰，巴嘎娃烟，别炸巴呢，沙尔蛙哑刷木墨野，巴咧，不啰野，梭哈。】

这就是满愿咒，满愿陀罗尼。

【“世尊，若复有人持七佛名，忆念彼佛本愿功德，并持此咒，读诵演说，我令彼人所愿满足无所乏少。若欲见我问善恶者，应当书写此经，造七佛像并执金刚菩萨像，皆于像身安佛舍利。于此像前，如上所说，种种供养礼拜旋绕，于众生处起慈悲心，受八戒斋，日别三时，澡浴清净，三时衣别，从白月八日至十五日，每日诵咒一百八遍，心无散乱，我于梦中即自现身共为言说，随所求者皆令满足。”】

这一节是执金刚菩萨说修持满愿陀罗尼的方法以及梦中执金刚菩萨现身教化众生。这一节可以分为两个要点：

第一个要点是执金刚菩萨说，药师七佛世尊啊，如果有人持诵药师七佛名，忆念学习药师七佛因地所发的弘深誓愿和广大的菩萨行，并且修持满愿陀罗尼，读诵并且为人演说，我会加持令他们一切所愿皆得满足。

如果想见到我来问善恶，问种种的事情，就要书写或者印刷这本《药师七佛经》，造药师七佛的圣像和执金刚菩萨像，在像身之中安置佛舍利，如法地供奉礼赞。要发菩提心，对众生起慈悲心，受持八关斋戒，沐浴更衣，从每月的农历初八到十五日，每一天都念此满愿神咒一百零八遍。白月是指上半月，因为是增益之法，所以是从初八到十五来修。每日持咒，内心清净不散乱，那么我执金刚菩萨就会入众生梦中，在众生的梦里面现身来为他说法、开示，满足其求愿。

第二个要点就是“皆于像身，安佛舍利”。佛舍利有真身舍利，比如说肉舍利、骨舍利、发舍利、血舍利等等；还有就是法身舍利，就是指经书法宝，药师七佛如来的法身舍利就是这部《药师七佛经》；还有化舍利，就是感应的舍利，《龙舒净土文》在刻版的时候墨宝里面就有舍利掉出来，这是感应舍利。这一句主要是教导我们为佛像装藏的方法，如法地装藏，这也是药师法门的内容，安佛舍利主要是安置《药师七佛经》作为

法身舍利。

于众生处起慈悲心。要能够发菩提心，为利有情愿成佛。我们可以看到这个经本里面的最常出现的都是“于众生处起慈悲心”，有利众的慈悲心才能够与执金刚菩萨相应，才能够与满愿陀罗尼相应。

过去那些学医的人，他们出师的时候，他的师父一定会给他送两件礼物，一个是灯笼，一个是雨伞，意思就是说，你不管白天、黑夜，刮风、下雨，你都要出去救人，这是慈悲心的实践。其实在各行各业之中我们都要有无我利他的慈悲心，我们要能够真正有这种慈悲心，努力把自己陶冶成为堪受正法的法器。

《史记》上司马迁记载了一个公案，是说中国上古的一个名医扁鹊。扁鹊年轻的时候是做一个小官，专门给官府来看守宾馆，就好像宾馆的经理一样。有一个叫做长桑君的人就住在那个宾馆里面，住了很多年。“扁鹊独奇之，常谨遇之”，扁鹊觉得这个人很奇特，所以很恭敬，很礼貌对待他，“长桑君亦知扁鹊非常人也，出十余年，乃呼扁鹊私坐，语曰：我有禁方，年老，欲传与公，公勿泄。扁鹊以其言饮药三十日，视见垣一方人，以此视病，尽见五脏症结。”

也就是说，扁鹊对这个长桑君非常恭敬，非常礼貌，这样交往了十多年以后，长桑君就把一个药方告诉他，就跟他说：“我实在老了，愿意传给你，但是你不要随意泄露出去。”扁鹊拿了这个方就吃他的这个药，

吃了三十天，就有开发一种透视功能。闭上眼睛，城市里面任何地方他都看得很清楚，一个城都看得清楚。看人的身体五脏六腑都看得很清楚，这是得到开发透视功能的一个药方，这是一种方法了。



当然是因为扁鹊一直非常谨慎、非常恭敬，心地也非常好。我们成语上面有一个叫做“讳疾忌医”，这个应该大家都知道，也就是跟扁鹊有关系了。扁鹊开发了这种功能以后，有一次他去到齐国，齐桓公就很客气地招待他，吃完以后将要告辞之前，扁鹊就跟齐桓公说：“您的身体皮肤表面有一个小病，如果不赶快治疗的话，恐怕会恶化。”齐桓公说：“我没病啊，我没什么关系啦。”心里面说：我没病，不理他。等到扁鹊走了以后，齐桓公就笑笑，跟自己周围的人说：“你看看，这个当医生的好名好利，竟然要给没有病的人来治病，真是荒唐得很。”又过了五天，扁鹊又去看望齐桓公，就跟他说：“您那个病已经发展到脾胃了，现在治还来得及。”齐桓公还是说：“我没感觉。”又过了五天，又看到他的时候，就看他一眼，掉头就走了。

齐桓公觉得好奇怪，就派人去追问他怎么回事，

扁鹊跟那个人说："要知道，最早我说的时候，齐桓公的病在皮肤表层里面，所以如果拔火罐就可以治好，然后去到血脉里面的时候，用针灸也能治好，如果到了脾胃里面，肠胃里面用汤药也可以治好，但是现在已经病入膏肓没有办法了。"果然过了五天以后齐桓公就死掉了。这是说扁鹊有这个慈悲心，一再地去提醒他，但是对方很顽固，一直要死到临头的时候还没有醒觉过来。

所以学习药师法门以后要能够随时对一切众生起慈悲心，努力把自己陶冶成为堪受正法的法器。我们真正能够对于一切众生生起慈悲心来，其实就是怎么样？就是一直要真正地向内觉照才会有慈悲心，不是那种感情。我们原来讲过了，聪明是属于大脑的，智慧是属于心的；感情是属于大脑的，慈悲是属于心的，完全地只是向外溢出来，因为他内在非常丰富，平等的、不求回报的，这样无我利他的心是慈悲心。我们真正地能够于众生处起慈悲心的话，执金刚就会化现为种种的形象来教化我们，或者在梦中教导我们。

【时大会中有诸菩萨皆悉唱言："善哉！善哉！执金刚，此陀罗尼不可思议，实为善说。"时七如来作如是语："我等护汝所说神咒，为欲饶益一切众生皆得安乐，所求愿满，不令此咒隐没于世。"】

这时药师法会之中有很多菩萨都赞叹说，好极了，执金刚菩萨啊，你这个满愿陀罗尼功德不可思议，你实在是善于说法。

药师七佛跟着也开示说，执金刚啊，我们会护念你所说的满愿神咒，这个神咒能够帮助众生获得安乐、所求愿满，我们会护持未来世中修行者能够将满愿神咒发扬光大，利益尽虚空遍法界的无量众生，使这个神咒不会隐没。

【尔时，七佛告诸菩萨、释梵四天王曰："我今以此神咒付嘱汝等，并此经卷，于未来世后五百岁法欲灭时，汝等皆应护持是经。此经威神利益甚多，能除众罪，善愿皆遂，勿于薄福众生诽谤正法、毁贤圣者，授与斯经，令法速灭。"尔时，东方七佛世尊，见此大众所作已办，机缘满足，无复疑心，各还本土，于其座上忽然不现。】

这一段是两个内容：

首先是药师七佛付嘱诸菩萨以及天神，要他们承担流通这个药师经法的责任。

其次是东方药师七佛各还本土。药师七佛对诸菩萨天神付嘱说，我们现在把流通护持药师法门五个神咒和《药师七佛经》的责任托付给你们，未来世后五百岁，也就是释迦牟尼佛入灭两千五百年以后，后五百世，正法将要隐没的时候，你们要护持药师经法。

因为药师经法对众生的利益甚为广大，但是对于那些智慧福德都很薄少、谤法谤圣贤的人不能传授此药师经法，以免曲解佛意，以免以贪瞋痴心来用那些善巧方便，令佛法速灭。

药师七佛见到与会的大众对药师经法再没有疑惑了，能够坚定地受持了，所作已办，即时各现神通，从自己的法座上忽然隐没不见了，都回归到各自的净土去了。

到这里正宗分就讲说圆满了，以下就是流通分。当然也有将流通分提前到执金刚说满愿咒的时候，但是常规都是药师七佛各还净土作为正宗分圆满。

流通分

【尔时，具寿阿难陀即从座起，礼佛双足，右膝着地，合掌恭敬，而白佛言："世尊，当何名此经？我等云何受持？"佛告阿难陀："此经名为《七佛如来应正等觉本愿功德殊胜庄严》，亦名《曼殊室利所问》，亦名《药师琉璃光如来本愿功德》，亦名《执金刚菩萨发愿要期》，亦名《净除一切业障》，亦名《所有愿求皆得圆满》，亦名《十二大将发愿护持》，如是名字，汝当奉持。"】

这一段是阿难请说经名，释迦牟尼佛就说了七个经名。

药师法会即将圆满了，阿难尊者礼佛请法说，释迦牟尼佛世尊啊，这次的法会如此殊胜圆满，讲的这部经应该安立什么经名使我们见经名就知道经中的精华要义，知道如何去受持经中的法要。

释迦牟尼佛开示说，这个药师法门有七个名称，第一个是名为《七佛如来应正等觉本愿功德殊胜庄严经》；第二名为《曼殊室利所问经》；第三名为《药师琉璃光如来本愿功德经》；第四名为《执金刚菩萨发愿要期经》；第五名为《净除一切业障经》；第六名为《所有愿求皆得圆满经》；第七名为《十二大将发愿护持经》，你们要信奉受持。

【时薄伽梵说是经已，诸大菩萨，及声闻众，天、龙、药叉、健达婆、阿苏罗、揭路荼、紧那罗、莫呼洛伽、人、非人等，一切大众闻佛所说，皆大欢喜，信受奉行。】

最后这一节就是讲药师法会与会大众闻法圆满，信受奉行。释迦牟尼佛讲授《药师七佛经》圆满了，与会的诸大菩萨，以及声闻阿罗汉，天众，龙众，药叉众，健闼婆（寻香神）、阿苏罗（阿修罗）、揭路荼（迦楼罗），就是大鹏金翅鸟，紧那罗（紧那罗神），就是为帝释天做法乐的疑神，他所奏的是出世间的法乐，像人，但是头上有一个角。莫呼洛伽就是摩睺罗伽了，大蟒神，人、非人等。与会大众闻佛宣说药师经法圆满，都皆大欢喜，信受奉行。

七佛药师千灯大供仪轨

1、皈命

南无七药师琉璃光王如来

南无七药师净琉璃世界微妙胜法

南无七药师净琉璃世界一切贤圣众（三称三顶礼）

2、祈请

药师微妙十二愿，琉璃光明过日月。

圆满众生咸成佛，大悲世尊前顶礼。

一心顶礼本师释迦牟尼佛

一心顶礼东方药师琉璃光佛

一心顶礼善名称吉祥王如来

一心顶礼宝月智严光音自在王如来

一心顶礼金色宝光妙行成就如来

一心顶礼无忧最胜吉祥如来

一心顶礼法海雷音如来

一心顶礼法海胜慧游戏神通如来

一心顶礼日光遍照菩萨摩诃萨

一心顶礼月光遍照菩萨摩诃萨

一心顶礼文殊师利菩萨摩诃萨

一心顶礼观世音菩萨摩诃萨

一心顶礼得大势菩萨摩诃萨

一心顶礼无尽意菩萨摩诃萨

一心顶礼宝檀华菩萨摩诃萨

一心顶礼药王菩萨摩诃萨

一心顶礼药上菩萨摩诃萨

一心顶礼弥勒菩萨摩诃萨

一心顶礼普贤菩萨摩诃萨

一心顶礼虚空藏菩萨摩诃萨

一心顶礼金刚手菩萨摩诃萨

一心顶礼除盖藏菩萨摩诃萨

一心顶礼地藏菩萨摩诃萨

一心顶礼宫毗罗大将

一心顶礼伐折罗大将

一心顶礼迷企罗大将

一心顶礼安底罗大将

一心顶礼頞你罗大将

一心顶礼珊底罗大将

一心顶礼因达罗大将

一心顶礼波夷罗大将

一心顶礼摩虎罗大将

一心顶礼真达罗大将

一心顶礼招杜罗大将

一心顶礼毗羯罗大将

顶礼法界清净性 琉璃世界药师佛

世出世间大愿王 如法成佛圆众生

净琉璃界法性体 流光现空明法界

祈请清净世界主 琉璃王佛赐清净

随念决定生净刹 不可思议中受生

念念药师佛念我 同证无上正觉果

3、发心

（1）四弘誓愿

众生无边誓愿度 烦恼无尽誓愿断
法门无量誓愿学 佛道无上誓愿成

（2）皈依发心

佛法僧及诸圣众 直至菩提永皈依
清净施等我誓作 为利有情成佛道

（3）四无量心

愿诸众生具足乐与乐因 愿诸众生脱离苦及苦因
愿诸众生常住无苦安乐 愿诸众生舍分别证平等

（4）修法发心

深信七佛药师心 愿修七佛药师法
随行七佛药师道 愿证药师佛圆满

（5）药师如来本愿

圆满众生成佛 庄严诸佛净土

（6）药师七佛大愿

善名称吉祥王如来及其八大愿

东方去此过四殑伽河沙佛土，有世界名曰光胜，佛号善名称吉祥王如来、应、正等觉、明行圆满、善逝、世间解、无上丈夫、调御士、天人师、佛、世尊，有无量亿众不退菩萨之所围绕，安住七宝胜妙庄严师子之座，现在说法。

彼佛国土清净严饰，纵广正等百千逾缮那，以赡部金而为其地，平正柔软气如天香，无诸恶趣及女人名，亦无瓦砾、沙石、棘刺，宝树行列华果滋繁，多有浴池

皆以金、银、珍珠、杂宝而为砌饰。

彼国菩萨皆于七宝莲华化生。是故净信善男子、善女人皆当愿生彼佛国土。彼佛如来、应、正等觉，从初发心行菩萨道时，发八大愿。

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、魇魅、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。

第二大愿：愿我来世得菩提时，若有众生盲聋、喑哑、白癞、癫狂众病所困；若能至心称我名者，由是力故，诸根具足众病消灭乃至菩提。

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。

第四大愿：愿我来世得菩提时，若有众生少乏衣食、璎珞、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。

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，所有苦楚皆得解脱乃至菩提。

第六大愿：愿我来世得菩提时，若有众生于险难处为诸恶兽、熊罴、师子、虎豹、豺狼、蚖蛇、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。

第七大愿：愿我来世得菩提时，若有众生斗诤言讼因生忧恼，若能至心称我名者，由是力故，斗讼解散慈心相向乃至菩提。

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，皆得随心至安隐处，受诸快乐乃至菩提。

宝月智严光音自在王如来及其八大愿

东方去此过五殑伽河沙佛土，有世界名曰妙宝，佛号宝月智严光音自在王如来、应、正等觉，有无量亿菩萨围绕现在说法，皆演大乘微妙深义。彼佛如来从初发心行菩萨道时，发八大愿。

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。

第二大愿：愿我来世得菩提时，于十方界所有众生，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。

第三大愿：愿我来世得菩提时，于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。

第四大愿：愿我来世得菩提时，若有众生或与父母、兄弟、姐妹、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。

第五大愿：愿我来世得菩提时，若有众生行于暗夜作诸事业，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。

第六大愿：愿我来世得菩提时，若有众生行鄙恶事，不信三宝，智慧乏少不修善法，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。

第七大愿：愿我来世得菩提时，若有众生意乐鄙劣，于二乘道修行而住，弃背无上胜妙菩提；若能至心称我名者，舍二乘见，于无上觉得不退转乃至菩提。

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，从此命终于我佛土莲华化生，常修善法乃至菩提。

金色宝光妙行成就如来及其四大愿

东方去此过六殑伽河沙佛土，有世界名曰圆满香积，佛号金色宝光妙行成就如来、应、正等觉，有无量亿万菩萨围绕，现在说法。彼佛如来从初发心行菩萨道时，发四大愿。

第一大愿：愿我来世得菩提时，若有众生造作种种屠害之业，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。

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。



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。

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。

无忧最胜吉祥如来及其四大愿

东方去此过七殑伽河沙佛土，有世界名曰无忧，佛号无忧最胜吉祥如来、应、正等觉，今现在彼为众说法。

又彼如来所居佛土，广博严净，地平如掌皆以宝成，细滑柔软常有香气，无忧苦声离诸烦恼，亦无恶趣及女人名，处处皆有金砌浴池香水盈满，宝树行列华果滋茂，胜妙音乐不鼓自鸣，譬如西方极乐世界无量寿国功德庄严。

彼佛世尊行菩萨道时，发四大愿。

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，长寿安隐乃至菩提。

第二大愿：愿我来世得菩提时，若有众生造诸恶业，生在无间黑暗之处，大地狱中受诸苦恼；由彼前身闻我名字，我于尔时身出光明照受苦者，由是力故，彼见光时，所有业障悉皆消灭，解脱众苦生人天中，随意受乐乃至菩提。

第三大愿：愿我来世得菩提时，若有众生造诸恶业杀、盗、邪淫，于其现身受刀杖苦，常堕恶趣；设得人身，短寿多病生贫贱家，衣服饮食悉皆乏少，常受寒热饥渴等苦，身无光色，所感眷属皆不贤良。若闻我名至心称念，由是力故，随所愿求，饮食衣服悉皆充足，如彼诸天身光可爱，得善眷属乃至菩提。

第四大愿：愿我来世得菩提时，若有众生常为药叉诸恶鬼神之所娆乱，夺其精气受诸苦恼；若闻我名至心称念，由是力故，诸药叉等悉皆退散各起慈心，解脱众苦乃至菩提。

法海雷音如来及其四大愿

东方去此过八殑伽河沙佛土，有世界名曰法幢，佛号法海雷音如来、应、正等觉，今现说法。

彼佛世尊所居国土清净无秽，其地平正颇梨所成，常有光明香气芬馥；以帝青宝而为城郭，有八街道砌以金银，楼阁、殿堂、飞甍、户牖、栏楯庄饰皆众宝成；天香宝树随处行列，于其枝上挂以天缯，复有宝铃处处垂下，微风吹动出妙音声，演畅无常、苦、空、无我，众生闻者舍离欲缠，习气渐除证甚深定。

天妙香华缤纷而下，于其四面有八浴池，底布金沙香水弥满。于彼佛土无诸恶趣亦无女人，莲华化生无复烦恼。彼佛如来行菩萨道时发四大愿：

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。

第二大愿：愿我来世得菩提时，若有众生生在边地，由近恶友造众罪业不修善品，三宝名字曾不经耳，命终之后堕三恶趣；彼诸众生暂闻我名者，由是力故，业障消除遇善知识，不堕恶趣乃至菩提。

第三大愿：愿我来世得菩提时，若有众生衣服、饮食、卧具、医药、资生所须悉皆乏少，由此因缘生大忧苦，为求觅故造众恶业；若闻我名至心称念，由是力故，有所乏少随念皆得乃至菩提。

第四大愿：愿我来世得菩提时，若有众生由先恶业，共相斗诤作不饶益，弓箭、刀杖互为伤损；若闻我名至心称念，由是力故，各起慈心不相损害，不善之念尚自不生，况于前人欲断其命！常行喜舍乃至菩提。

法海胜慧游戏神通如来及其四大愿

东方去此过九殑伽河沙佛土，有世界名曰善住宝海，佛号法海胜慧游戏神通如来、应、正等觉，现在说法。彼佛如来行菩萨道时发四大愿：

第一大愿：愿我来世得菩提时，若有众生造众恶业，种植耕耘损诸生命，或复兴易欺诳他人，战阵兵戈常为杀害；若闻我名至心称念，由是力故，资生之具不假营求随心满足，常修众善乃至菩提。



第二大愿：愿我来世得菩提时，若有众生造十恶业杀生等罪，由此因缘当堕地狱；若闻我名至心称念，于十善道皆得成就，不堕恶趣乃至菩提。

第三大愿：愿我来世得菩提时，若有众生不得自在，系属于他或被禁系，杻械、枷锁、鞭杖苦楚乃至极刑；若闻我名至心称念，由是力故，所有厄难皆得解脱乃至菩提。

第四大愿：愿我来世得菩提时，若有众生造众恶业，不信三宝，随虚妄见弃背正理，爱乐邪徒，谤毁佛经言非圣说，外道典籍恭敬受持，自作教人俱生迷惑，当堕地狱无有出期，设得为人生八难处，远离正道盲无慧目；如是之人若闻我名至心称念，由是力故，临命终时正念现前，解脱众难，常生中国，受胜妙乐乃至菩提。

药师琉璃光如来及其十二大愿

东方去此过十殑伽河沙佛土，有世界名净琉璃，佛号药师琉璃光如来、应、正等觉。彼佛世尊从初发心行菩萨道时，发十二大愿：

第一大愿：愿我来世得菩提时，自身光明照无边

界，三十二相、八十随好庄严其身，令诸有情如我无异。

第二大愿：愿我来世得菩提时，身如琉璃内外清彻，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。

第三大愿：愿我来世得菩提时，以无量无边智慧方便，令诸有情所受用物皆得无尽。

第四大愿：愿我来世得菩提时，若诸有情行邪道者，悉令游履菩提正路；若行声闻、独觉乘者，亦令安住大乘法中。

第五大愿：愿我来世得菩提时，若诸有情于我法中修行梵行，一切皆令得不缺戒，善防三业，无有毁犯堕恶趣者；设有毁犯闻我名已，专念受持至心发露，还得清净乃至菩提。

第六大愿：愿我来世得菩提时，若诸有情诸根不具，丑陋、顽愚、聋盲、喑哑、挛躄、背偻、白癞、癫狂种种病苦之所缠逼；若闻我名至心称念，皆得端严众病除愈。

第七大愿：愿我来世得菩提时，若诸有情贫穷困苦无有归趣，众病所逼无药无医；暂闻我名众病消散，眷属增盛资财无乏，身心安乐乃至菩提。

第八大愿：愿我来世得菩提时，若有女人为女众苦之所逼切，极生厌离愿舍女身；若闻我名至心称念，即于现身转成男子，具丈夫相乃至菩提。

第九大愿：愿我来世得菩提时，令诸有情出魔罥网；复有种种邪见之徒，皆当摄受令生正见，渐令修习诸菩萨行乃至菩提。

第十大愿：愿我来世得菩提时，若诸有情王法所拘，幽禁牢狱，枷锁鞭挞乃至极刑，复有众多苦楚之事，逼切忧恼无暂乐时；若闻我名，以我福德威神力故，皆得解脱一切忧苦乃至菩提。

第十一大愿：愿我来世得菩提时，若诸有情饥火所恼，为求食故造诸恶业；若闻我名至心称念，我当先以上妙饮食随意饱满，后以法味令住胜乐乃至菩提。

第十二大愿：愿我来世得菩提时，若诸有情身无衣服，蚊虻、寒热之所逼恼；若闻我名至心称念，随其所好即得种种上妙衣服、宝庄严具、伎乐、香华皆令满足，离诸苦恼乃至菩提。

4、忏悔

往昔所造诸恶业，皆由无始贪瞋痴，
从身语意之所生，一切我今皆忏悔。
往昔所造诸恶业，皆由无始贪瞋痴，
从身语意之所生，药师现前赐清净。
往昔所造诸恶业，皆由无始贪瞋痴。
从身语意之所生，六根清净住实相。

5、现观

（1）观一切世间，悉化空性，如《金刚经》所说：“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”

（2）于空中，宛如云月，现起净琉璃世界，一切如净琉璃般透明，城阙堂阁皆如极乐，妙色所成，庄严无比。

（3）于宝阁中，现狮子座，具宝莲花，花上有月轮，现金  字，放大光明，照十方诸佛、菩萨，二乘及一切六趣。

（4）金光收回，即从  （呗）刹那显现出药师佛，身宝蓝色，宛如净琉璃，内外明澈，呈透明状，光明巍巍照无边无量世界，焰网庄严过于日月。三十二相八十种好，圆满具足，持法界定印，手执药壶，心住于依正二报，并有日光遍照菩萨、月光遍照菩萨、八大菩萨及十二药叉等无量眷属围绕。



（5）再观想七佛药师，各有无量眷属围绕，示现在虚空：

中为药师琉璃光如来，周围有药师昆仲六佛平均环列：

上右为善名称吉祥王佛，身黄色，右手无畏印，左手定印。

正右为宝月智严光音自在王佛，身黄色，右施愿印，左手定印。

右下为金色宝光妙行成就佛，身紫金色，两手转法轮印。

左下为无忧最胜吉祥佛，身浅红色，两手定印。

正左为法海雷音佛，身浅红色，双手说法印。

左上为法海胜慧游戏神通佛，身大红色，右手胜施印，中有摩尼宝，左手禅定印。

六尊均三衣趺坐，相好圆满。

6、供养

供养常住佛法僧　现前琉璃胜三宝

能供所供本无生　无灭福慧愿如尊

花香水灯果及无量珍宝，随意演现供养空中常住三宝，及药师净土三宝。

（1）四层供养

①、外供

外供身器界　外显诸法界

无我全献供　无着娑婆诃

嗡、嗡、嗡、嗡、嗡、嗡、嗡……（廿一称）

②、内供

内供无住心　意识秘密语

无为全献供　寂灭娑婆诃

③、密供

密供胜甘露　心现药师佛

大悲空智乳　全供娑婆诃

④、法性供

圆顿法界体　谁尔不成佛

体性相随护　全佛娑婆诃

7、相融

观自心中如净水印月，绝无自性，法尔现前莲华月轮，金色 字放光，极明显而无自性，从法尔不动本然体性药师佛，现前东方七佛及净刹法界宫，放光迎请七佛与法界体性圆满三身，无间融入，如水注水，无二无别。而七佛融入药师琉璃光佛，一身具足法身、报身、化身、法界体性身。

般若法身三昧耶　入我我入一合相

惹吽鑁霍圆相摄　（jah hūm vam hoh）

无二本然药师尊

8、五佛灌顶

现观五佛大灌顶　圆成法尔药师佛
光明焰生众调伏　如实大愿王世尊

9、再供养

（1）普供——广大不空摩尼供

接下来有一个“广大不空摩尼供”。按照无量寿仪轨说，这个陀罗尼诵三遍的话就能够在无边的佛净土都成就广大的供养，能够获得无量的福德，将来能够莲花化生，能够得五神通。我们是应该先结这个不空摩尼供的一个手印，先是金刚合掌，右压左这样交叉一点点就好了，再把两个食指头抵住，然后两个大指并起来，就像摩尼宝一样，这样就是摩尼宝供，叫做不空摩尼供，然后我们一起念。

嗡，阿慕迦，布惹，摩尼，跛纳摩，缚日隶，怛他孽多，尾路枳帝，三满多，钵啰萨啰，吽。

皈命不空供养宝珠莲　广大金刚如来观普界
无量无边微尘广大数　供养云海法尔自流出
法界道场普遍诸海会　一切圣众无尽皆供养
特别药师琉璃光如来　法尔成佛无尽遍法界
济度众生永无间断时　无量威力自在赐行者
二利行愿圆满大成就　众生全佛究竟大供养

我们念的时候要观修一下自己心月轮之中有一个白色的梵文的  （嗡）字，我们《大悲咒水修法》应该有传过 字的写法， 字放光，然后十方世界的一切最胜妙的香花饮食种种的供养都显现出来了，来供佛，这样一边念一边观修。

然后是四层供养。

①、外供

外供身器界，外显诸法界，无我全献供，无着娑婆诃。

嗡、嗡、嗡、嗡、嗡、嗡、嗡……（廿一称）

②、内供

内供无住心，意识秘密语，无为全献供，寂灭娑婆诃。



③、密供

密供胜甘露，心现药师佛，大悲空智乳，全供娑婆诃。

④、法性供

圆顿法界体，谁尔不成佛，体性相随护，全佛娑婆诃。

10、千灯妙供

一面燃灯，一面持药师佛名号或真言

11、持咒诵经

（1）药师如来大陀罗尼

做千灯供这个时候开始念，开始把这个灯点亮，然后念药师佛名号，底下就是持诵药师咒。第一个是药师如来大陀罗尼，这里面其实包括两个部分，从“曩谟”到第三行的“毗伽啰”，最前面那一段其实就是十二药叉大将结愿神咒，从前面一直到最后又成为一个药师如来大陀罗尼，一般我们常规是结一个药师佛用印。

曩谟啰怛曩怛啰夜耶，那谟金毗啰，和耆啰，弥佉啰，安陀啰，摩尼罗，素蓝啰，因达啰，婆耶啰，摩休啰，真持啰，照头啰，毗伽啰，那摩毗舍阁瞿流，毗留离耶，钵罗颇啰阇耶，恒侄他，唵，毗舍施毗舍施，毗舍阇，娑摩揭帝，沙缚贺。

这个是我们需要去传承的一个。底下药师佛灌顶真言，这个我们都熟悉了。这个小咒我们也是学过的。定力琉璃光咒是刚刚学过。

最后是来念普贤十大愿王。

12、普贤十大愿王

普贤十大愿王三昧明穗

法界体空全礼佛　赞叹药师不思议

身口意净勤供养　忏悔业障住实相

功德广大胜随喜　祈请法轮如法位

医王住世无量寿　愿随佛学无生灭

众生随顺咸成佛　普皆回向法住德

13、依经修持

（1）见：见性大圆满法界即是净琉璃世界莲华藏海，自身即药师佛，并依此药师经正见，现观自身及法界顿空如幻，心具大悲视一切众生，豁然了悟一切众生皆是现成的药师如来，忆念思惟如下的本经正颂，并安住颂中正见。

药师正见众生佛　琉璃法性体清净

大誓庄严世出世　悲体胜用大医王

现世安乐证菩提　无作方便大吉祥

（2）修：随力正观自己的身、语、意为药师佛的身、语、意，随顺于药师世尊的体性，正念思惟，现观本经之修法颂如下。在本经与药师世尊的加持下，顿然成就药师世尊并作妙修一切诸佛胜法。

如佛发心十二愿　随顺正觉当如佛

现观法性琉璃净　相好庄严如实幻
无瑕清净离染垢　光明广大遍法界
随观国土胜庄严　念佛一心药师王

（3）行：在法界力、药师世尊及自善根力的加持下，现生入药师佛，并正念观行之正行颂，成为药师佛，在世间依止本经的胜行，实践药师世尊的大愿事业。

如法随圆等慈心　具满众愿销厄难
现空如幻大愿力　如尊胜行日月光
外病内病诸心病　修证法病悟境病
缘起生病法性病　法界众病大医王
死魔睡魔烦恼魔　五阴魔罗法执魔
外内秘密法性魔　日月遍照圆净光
现世大乐乐涅槃　庄严大誓乐随行
稽首琉璃光如来　如佛药师持本然

（4）果：如水注水，如空证空，法界体性现前一如，药师世尊遍入自己的身语意，使自身三业完全清净；自己的身语意亦完全销融于药师世尊，平等平等，无二无二，自成药师佛，并圆满安住于药师佛四身果地，并现如药师世尊一般教化众生。

现观本经果地颂
药师佛成众成佛　如佛相好庄严身
随顺药师心圆满　自生自显药师王
光明善住过日月　随意所趣佛事业

具足大力如方便　佛入我心现成佛
我入佛心法性光　现前成具净琉璃
稽首法性难思议　药师琉璃光如来
日月遍照大菩萨　琉璃现注体性光

14、修法忏悔

大悲体性忏　寂静住本然
现前众成佛　究竟第一忏
如实实相观　罪业如霜露
自销自清凉　忽忆生全佛
吉祥金刚定　嗡班杂萨埵
阿体本无生　长阿住明空

最后就是诵百字明，我们一起念。

嗡　班杂尔萨埵　沙玛雅　玛努巴拉呀　班杂尔萨埵底努巴　底叉知卓妹巴哇　淑多卡唷妹巴哇　叔波卡唷妹巴哇　阿努　埵　美巴哇　萨哇　悉地美扎雅叉　萨哇嘎嘛苏渣美　则当悉央咕汝吽　哈　哈　哈　哈　火　巴嘎哇纳　萨哇达他嘎达　班杂尔　玛美母杂班杂尔　巴哇　嘛哈萨玛呀萨埵阿

15、法界体性

清净琉璃法身如虚空，弹指寂灭刹那证明空，

呸字宛然除灭一切幻，三身圆具法界体性同。

16、结归回向

实相忏悔六根净，如实忆念佛妙心，
法相同圆如来智，佛恩念我大圆满。
修法功德如寂灭，寂灭性中念一切，
回向法界有情海，决定现前药师佛。
菩提无上三昧耶，琉璃法界愿无灭，
因果圆通无缘悲，无所得中成正觉，
全佛法界莲华藏，药师愿海药师佛。

我们简要地就把这个药师七佛的千灯供作了一个观修和略略地传承了一下。

最后我们就作一个总结。药师法会圆满，大家回去的修持，或者我们原来说要分作七类，这七类其实很简单，就世间悉地三类，出世间悉地三类，世出世间圆满的一类，这样就可以了。

世间我们求什么？世间无非首先要健康长寿，这是一切的基础；然后要有福报；要有智慧力，要有学习的力量。出世间当然就是息法和色法、心法这三类。然后就是世出世间双运圆满道。这是七大类。

当然，每一类说起来都有浩瀚无边的内容。但是首先我想，我们关键是要有一个见地的圆满，这是我们一直所强调的——见地的圆满。我们修持佛法的重点并不

在于特意去改变想法或者行为，然后使自己成为更好的人。很多人学佛都是这样想的，我通过学佛，能够让我成为更好的人。但是你要知道，你认为你不圆满，这个念头就会从根源上障碍住你，这个就是大脑思维。

我们要认识到，无论我们如何来看待影响我们生命的那些遭遇，在任何情况下，我们本来都是圆满具足的，这个大圆满见、大手印见是最根本的。药师法门其实她的核心就是与法界相应，与药师七佛如来法身等流相应。

行持上面来说，是要能够以非批判的方式向内觉照自己的行为和反应，只是觉察它，只是照亮它，只是去体验它。任何情绪生起来，身体上有任何的感受，我们都只是去照亮它，然后就能够穿透它，这种体验是至关重要的。不然理论上你听很多，没有实际的体验，是没有用处啊。这种体验就能够让我们认清楚：原来我的心是这样运作的，我必须这样做才能够体验到快乐，我不能够那么做才能够避免痛苦的产生。这种体验是很关键的，事实上也就是破除一切的局限性：破除行为上的局限性，破除情绪上的局限性，破除见地上的局限性。

世间的悉地成就就很多了，比如说我们一个核心的，就是方山易华严密，这个是药师法门里面一个主要的、世间悉地成就的基础。

我们知道唐朝时候有一个李通玄长者，这个李长者解释《华严经》的著作叫做《华严合论》，在《大藏

经》里面有。他的根源是什么？就是他研究《华严经》的时候，因为他有一个特别的传承，就是我们知道《连山易》、《归藏易》和《周易》，这个《归藏易》一直传，秘密地传，传到李通玄这里，他有这个传承，在那部《华严经》上他觉得："哎，这个相通。"他就用方山易来会这里面的一些内容，来会通《华严经》，会通华严的佛的境界，佛的富贵，所以就作《华严合论》。一般的人如果没有这个的话，他解释《华严经》或者解释《华严合论》，根本上都是比较皮毛的了。我们首先懂得《华严合论》，有这么一个基础的话，在世间里面，比方说六壬、奇门等等，应该就很容易了。



世间的运用方面，尤其是我们的居士头，你要做很多事情，人家有很多具体的问题来找你的时候，就自己知道怎么做了。比如说帮人家择日，看人家是否婚姻美满，适合于发展什么，在什么方向发展，事业上适合于什么行业，什么时候应该静，什么时候应该守，什么时

候应该退等等。还有比方说，亲子教育，婚姻美满的方法，居住环境的改善的方法，事业成就等等，都是在这个世间悉地成就里面了。

还有就是养生这一类的了。养生这一类的主要是龙树菩萨的养生法，它可以跟我们的五运六气结合起来。

总而言之，对于我们大家来说，首要的一点，学佛一定要懂得佛法的精髓，要做一个快乐自在的修行人，不要越学变得越刻板。其实学习药师法门的人，应该是最快乐的人，这样才是真正的相应，要做一个有生活情趣的人而又能够不被一切所粘住，非常自在的人。

当然身体上面来说的话，我们可以用所讲的九种体质去做一个基础，你内心的运作方式的觉照可以借用这个九型人格，等等。

出世间来说的话主要是色、息、心三法，展开来说当然也很多了。息法是从内观开始，到最高当然就是指我们一直所说的猛厉火。猛厉火说穿了，它的实质就是什么？就是迅速地把我们内在生命的潜能，这个能量激活起来，高能量。但是要知道，如果你没有相应的见地跟上来，那个不是智能，只是高能量而已，还会有很多的偏颇，所以需要结合起来。

然后七重药师定的七复位境，我们法本上面有一个图，这个是我们需要实修的一个内容。我们看第十四页，七佛药师大定，五轮成身观，还有药师七佛的大定，这里面是将要修持药师定的七复位境的一个主要的

内容，然后还可以结合到温萨巴口传的一个噶当不共的大手印，以及我们已经发给大家的谛诺巴的六印的口诀，六成就法的口诀等等，这个是出世间法核心的纲要。

总而言之，希望大家都能够真正地依药师法门而得成就。大家不要去像以前那样子，只是用大脑思维，把它作为一种知识来吸收，那么修行上面要相应是很困难的，你就会发现你用了很大的功夫或者你在某一些时候，你也能够有一定的禅定等等，或者心也能够静下来，但是一旦面对环境的时候，它就会动摇，那个是没有真正地与法界相应的缘故，没有真正地开启本具的真心的智慧的缘故。

其实我们的真心就是一个不断地觉察这么一种作用，你说心在哪里呢？《首楞严经》七处征心、十番辨见，心在哪儿呢？心不在任何一个地方，又遍满一切地方，它就是一个不断不断觉察的作用，把这个能够开显出来。

然后大家可以按照这七类来自己选择。首要特别强调的一点是过好现实人生的生活，当下很轻松自在，只要在这个中间加上一个觉照就好了。不是说学佛以后就变得很刻板，不是这样的。应该是成为一个非常自在的最快乐的人，世出世间皆得圆满。

当然，如果是有一些注重于在养生医学上面的，也可以结合包括《黄帝内经》，或者清朝时候有一个叫黄元御的人，他著有《四圣心源》，对于《黄帝内经》的

体悟还是比较准确的。

我们可以根据自己的喜好跟教育办这边联系，将来报名，我们做一些考虑以后，再做一些相应的学修的安排。

最后我们以此功德回向十方法界一切如母有情都能够遇明师、闻正法、成佛道，也愿以此药师法会的圆满功德回向整个法界皆得太平，愿一切众生皆得安乐，这一切都归之于上师三宝的加持。

我们看《补充资料》六十五页，《菩提道次第摄修求加持颂》，这里面的偈颂是能海上师所译的，虽然短，但是把显密的一切教法都包含在其中。

南无第二法王无上悲智雪山善巧贤慧普闻文殊应化根本大师宗喀巴尊足下恭敬顶礼伏乞一切时处普垂摄护（三次白）

具德根本无上大宝师　　安住于我顶尖莲月轮
大恩难得门中随摄引　　身口意三悉地使我成
接引无比教王薄伽梵（释迦佛）　补处菩萨至极不败尊
如来授记圣者无著师　　佛佛子三恭敬作白启
庄严南洲善巧天亲主　　获得中道圣者解脱军
住入信地解脱胜军师　　世间眼目三尊作白启
无比善说灭诸戏论主（释迦佛）　普摄众智胜者妙吉祥
观甚深义至圣龙树师　　妙说顶严三尊作白启
能成众德之体具恩师　　如理依止道之初步正

善观察已恒时奋殷勤
偶一获此圆满有暇身
日夜恒时决择心坚固
身命动摇犹如水中泡
死已如影随形黑白业
如是知已一切诸恶业
众善资粮究竟能修成
受用无厌一切众苦门
坚意远离解脱安乐永
即此清净出离慧引起
圣教根本别别解脱戒
如我沦落生死固如是
见已解脱诸趣担负荷
仅唯发心不受菩萨戒
能善观已佛子三聚戒
心趋倒境动摇能作止
由是引发止观双运道
共同道熟密器成就已
堪能士夫契入正习修
此时二种悉地成就体
无谄诳心决定获得已
此后密部心要二次第
胜义瑜伽四次不动摇
如此妙道依止善知识

作大恭敬依止求加持
最极难得大事了知竟
生起相续不绝求加持
迅急灭坏必死应思维
引起后果决定获不异
细而又细亦复令断离
恒常具足殷勤求加持
世间满足深险罪业坑
义乐广大生起求加持
正知正见大大不放逸
坚持修行能作求加持
一切父母众生陷溺亦如之
发起菩提胜心求加持
或受不修亦难成菩提
起大精进受学求加持
且于正义如理起寻思
速急相续生起求加持
一切乘中最胜金刚乘
决定稳速入道求加持
宣说清净誓语三昧耶
胜于生命守护求加持
凡诸津要观行务精勤
准如师教修行求加持
如理修行善友能常依

一切内外魔障中断类　　随即消灭清净求加持
出生万善恩师永不离　　诸法资财受用悉具备
地道一切功德圆满已　　持金刚位唯愿稳速登

要知道，药师法门就是教导我们要活在当下。所以大家不要注重于相上的修行，而是要知道她的精髓，知道她的实质。我们一直所强调的色法、息法、心法。色法的窍诀，从我们刚刚开始起修来说，就是空观自在。要知道我们这个身体是无量无量重，我们说有四重，粗、细、微细、极微细，这个是一个方便说，其实它是无量重。身体里面的种种的感受，你都在当下去觉知它，知道诸佛如来甚深境界就在我们这个当下的身心。如果你要用凡夫的妄心去测，当然就转求转远，这是一个关键。

还有一个，我们要修心法的话，是要注意修睡光明法。我们修梦瑜伽的时候，喉轮中脉里面的一个红色的  字，要多用功夫。修睡瑜伽的时候，我们心轮这个地方有一个蓝色的  字，这个是要多用功夫的。所以真传一句话，假传万卷书，实际上关键的时候一句你听进去了，就能够有无量的受用。

还有就是息法，要注意就是息息归根，这是一个关键。

我们以自己的体验来说，心法的关键，平时提到觉察力就是念兹在兹。所以“空观自在，息息归根，念兹在兹”这十二个字，你真正用好了，事实上法门就在



其中。不然你天天只是拿这个书来念，把那个咒背得滚瓜烂熟，只是背，但也有作用，它在你念的那个阶段会形成一个能量场，你会很宁静。但是，关键来说还是见地要透脱，行持要平实。

息息归根，如果深入地来说，有“金刚诵”，根器好的人可以作。你自成本尊，然后三脉——左脉、中脉、右脉男众女众各不相同，观清晰，然后每次吸气的时候，心里面默念 ཨཾ 。这个气从左右二脉一直吸，然后到海底轮，到中脉，进入中脉。进入中脉以后你可以闭气，短暂地闭气，心里面默念 ཨཱཾ 。然后在呼气的时候就念 ཧཱུྃ ，心里面默念 ཧཱུྃ ，它就从中脉里面往上出来。然后到鼻孔再呼出来。这样的时候，它的作用是什么？很快地能够清净我们的脉道，很快地让我们气入中脉。这些方法非常多，但是因为大家要作圆满供，我们不多说了。

总而言之，愿大家迅速地与药师法门相应，当下与药师法门相应，做一个世界上最快乐的人。

祝福大家，阿弥陀佛。

药师法门集训班结业开示

今天早上这是临时动意，主要是因为昨天大家来见，通过药师法门的学修有些还是非常好，整个身心气质都能够有很好很明显的提升，但是也有一些人恐怕对于法门还是没有真正透彻地了解，我想就不用一个一个去说了，我们眼前有缘的，就跟大家简单说几句。

这都是一些大白话或者大实话了，而是因应大家的状况说，其实佛法不是说你刻意去需要有个什么理论，看到大家，有什么说就说什么，这样就比较好。

我不知道大家有没有留心注意听，我们一直在强调，药师法门就是法界等流。“法界等流”这四个字其实是非常重要，也是非常关键的。法界等流，就是说整个法界、整个宇宙天地之间一切世间、出世间的学问都在其中，这是法界等流。所以我们一定要有一个观念，也就是说，我们自己本来就是圆满的，本来就是本自具足的。一定要突破这个见地上的障碍，因为如果你见地上没有达到的话，我们也看到很多的现象，有一些人就会觉得：我不够圆满，我学了佛法之后一比较，更加觉得我业障深重，我希望通过学习能够达到更好。

但事实上一开始你就错掉了，为什么？因为你有一个你觉得你现在不好、不够好，你要学得做得更好，如果你有这么一个执著心的话，事实上你就已经有一个二元分裂的状态。

大家一定要记得：解脱是靠悟的，不是靠学的，一定要记住！如果通过学就可以达致解脱的话，那么我们想一想，佛教发展历史上这么几千年，那么多的大成就者，那么多的大德，他也有那么多的学生围着他学，为什么很多法脉就断掉了呢？师父也用心教，弟子也用心学，但是为什么这个法脉就传不下去呢？一定要知道，法、解脱是靠悟，不是靠学。

如果你用大脑思惟一直来学，你积累了很多，十年、二十年以后你会觉得你很失望。事实上我看到过很多这样的人，他学了很多，他说我禅宗也学过了，灌顶也灌了，到某寺也去打过佛七了，但是我觉得好像还是那样，甚至于更糟糕了。所以希望大家在见地上面一定要透脱，“法界等流”是非常重要的，这十天等于有一个浩瀚无尽的药



师愿海，我们只是揭开一个盖子大家看了一下里面而已，事实上她里面的法要是甚深广博的。

我们说一个比较浅的，你看第三尊药师佛，圆满香积世界金色宝光妙行成就如来，他的愿力是不是很特殊？你看，首先说从事屠宰业的人，从事杀生的人，念金色宝光妙行成就如来，他能够断恶业，能够超出轮回。这是不是觉得很不可思议呢？这就是说对于那个杀生业重的人，要能够帮助他善巧方便。第二就是犯盗戒的人，对于偷盗业的人。第三个愿是我慢心很重的人。第四个是犯戒很重的人。这都是恶业极重的众生，如果用凡夫的思惟来看的话。但是特别的愿力就能够让他们解脱，这个原理是什么？其实就是告诉我们要在习气之中显发佛性。

每个人都有习气，你不用去压抑你的习气。你不用因为说你有习气，所以认为你不够圆满，你不够好，所以你不断地批评自己。内在里面，你自己心里面一直有一个法官，老是批评这个不对、那个不对，就好像一个父亲在自己心里面一样，“这个错了、那个不对、那个不好”这个样子，你一直在这个摇摆之中，一直在二元分裂状态之中，你认为你通过这个样子，你修行能够成就。但是其实我告诉你，如果你用一般的方法，你是很难真正解脱的，为什么？大家一定要记得，不要强迫自己达到专注。

很多的法门就是强迫自己达到专注，比方说我让自

己集中精神来诵某一本经，我让自己集中精神来打坐，我如果起妄念的时候，我就用一些方法来对治它，把它压下去。是的，你这样用功之后，你在某一个阶段可以达到很专注、很清净的状态，但是我告诉你那个不究竟的，那是生灭法，你是透过某一种力量，透过某一种强迫，然后让自己达到专注。

很多的人都是这样教你，很多的法门也都是这样子。但是我必须要老老实实告诉大家，如果你用这个方法是不究竟的。

要在习气之中开发佛性。你只管去觉照它，用平等心去觉照它，任何时候都不要评判自己这个不对、那个对、这个好、那个不好，不要这样。哪有什么好和不好啊？一切都是圆满的。药师法门根本的观点就是法界等流，你要知道一切都是药师如来的法身等流，一切就是药师佛。无论有情世间、器世间，任何的一切都是圆满的，都是药师佛。如果这个见地你能够树立的话，无论你有什么习气呈现出来，都没有关系，你只要保持觉察就好了。一切你都不妨充分享受，你只要去觉察它，之后你那个不好的习气，它的力量，你只要觉察它，它就会不断不断地瓦解掉它，像冰一样，一直一层一层地融化开来。

你在实修过程中，你会经历过一些阶段，一个是叫做“瀑布期”。好像高山上的雪一直都没有融化，经过了几千年、几万年、几亿万年都没有融化，突然之间阳

光照过来了，然后它融化了。雪水一下子融化以后，咆哮着、汹涌着冲下来，这些石头、泥土全部冲下来，你看起来更脏了，但是事实上你是在进步不是在退步。所以修行道路上就是这样的。

再就会进入到“湖泊期”，就好像一个平静的湖面一样，更进一步的话，你的心完全寂静的时候，觉醒、觉悟就会自然呈现出来。

觉悟不是靠学的，觉悟也不是老师给你的，不是这样的。你的心完全寂静了，你一层一层、一层一层地把执著都放下了，放下一切的执著，一切内心深处的执著通通都放下了，在这个最寂静的心态之中，觉悟就呈现出来了。

所以我需要跟大家讲，空性不是靠“证”的，不是说你通过打坐、你通过念观空咒，你通过一个什么特别方法你就证得空性了，不是这样的。觉醒、觉悟是自然呈现出来的。

当然，这个过程之中你需要一直向内走，它会要把你内心深处一层一层累积下来的伤痛、创伤都要照亮它。你也不用批判它，也不用压抑它，当然更不会放纵它，你只要去照亮它就好了。然后我们内在的心，这个外在的茧一层一层就自己掉下去了，自己融化了，都归到觉性的大海之中来了，这样才是真实的解脱。

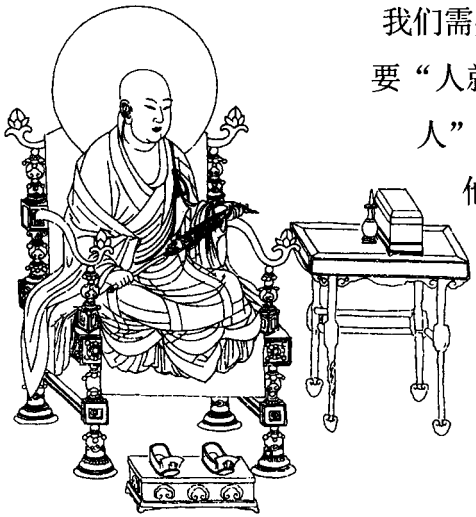
我们说个例子好了。有一个音乐家，他很会弹奏某一种乐器，有非常高的水准。他就经常全世界去巡回做

一些演出，有一次出去得特别长，出去了三个月，回来的时候他就发现他太太有外遇，他就很生气了，决定去修行。

老师教他很多禅修的方法，他也天天去用功，但是怎么样？他用不上去，他打打坐，还是想弹那种乐器，他又把打坐放到一边，又专心致志去演奏他的乐器去了，他觉得乐器他演奏得越来越好了。而他又很自责，一直批评自己：我怎么可以这样子呢？我是要专门修行的，怎么可以这样子呢？不行，我还是去打坐吧。”这么折腾来折腾去，又去见老师，老师又教他，他又学。

有一天他终于爆发了，忍不住了，说：“我实在没办法修了，师父你教我怎么办吧？”老师笑了笑跟他说：“不用了，你为什么要强迫自己去打坐呢？你的习气不是喜欢演奏那个乐器吗？那好，我只是告诉你，你在演奏乐器的时候，如何去觉照自己的心。”他就依此而解脱。

大家明白这句话，就是在习气之中显发佛性，开显自己的佛性。药师法门就是这样，法界等流。你在哪一个法里面不可以解脱呢？吃饭也可以解脱，睡觉也可以解脱，呼吸更可以解脱。不是说你要有一个特定的东西，你这样做就会怎么样。如果你通过一个特定的方法，用某一种特定的力量，或者某一种强迫，让自己达到心很清净，达到心很专注，那是靠不住的，还是生灭法。



我们需要注意的是，一定要“人就法”不是“法就人”。很多人是这样，他学很多东西，但是你会发现他总会怎么样？他总是妄想着“法就人”，他从来没想到“人就法”。是什么意思？就是说，如果我们有一些法义听不懂的时候，或者我觉得和我不相应的时候，要看自己、看内在。我有哪一些盲区？有哪一些没有照亮的地方？我努力去向内走，去照亮它，我才真正懂了这个法。

当然我们很多人对这个药师法门还是很相应，但是我也发现有一些不是这样的。有一些说：“我以为这个药师法里面有一些什么奥秘能够让我这个癌症明天就好了。”他是为了这个目的来的。还有就是：“师父，你讲来讲去是不是好多好像在讲内观一样啊？”其实是什么？其实你没有搞懂，这个说明怎么样？我们自己还没达到这种根器，我从自己的惯性思惟去看这个法，去框这个法。我觉得我听了很高兴，听了很明白，我觉得这个很好。我觉得不晓得说什么，觉得这个可能没什么用，或者不好，不是这样的。我们总会不由自主地去想

着要“法就人”，但是其实不是这样的。

药师法门，我们讲了，她是一个非常完整的唐密的一个法要，一个法系。我们系统完整地去修学，如果有一些部分你没有相应的时候，你要向内去觉察，我有哪一些盲区，努力把自己陶冶成为堪受正法的法器。

我们弘法的话，应该大家还是非常有福气的，因为任何法，大家都知道我基本上就只传一次，药师法门的话，将来如果还需要再传，也只是看我们这次的音像，我再另外抽一点时间做一点辅导就好了，要想这样由头到尾地一直亲传，这样是不会的，因为每个人都有自己的使命。

我的愿力也不是说单独来弘扬某一个法门，我是希望所有的佛法都能够平等地弘扬。从1990年到1999年这十年时间，我基本上能够明白自己的心地了，从2000年到2010年有11年的时间，当然就侧重于建寺院，后续我想我们应该是侧重于在法务上面能够多做一些。

愿大家都能够精进修学，不要著重于外相上的东西。有很多人跑过来问：“师父啊，我回去以后还是不晓得我到底要做什么功课，我要念什么经，我要持什么咒，要给我规定一个任务，我要怎么办。”你这还是要用大脑思惟，还是在给自己限一个框框，说我应该怎么样。当然那个是需要的，不是不需要。

但是更重要的是了解心要，了解法的精髓，就是你一定要真正地明了。就好像前面说的那个音乐家的例子

一样，他一直挣扎在打坐跟演奏乐器之间，他一直在挣扎，一直在摇摆。有一天他突然醒悟过来，他就觉得："哦，你看看，其实我还是活在习气里面，我跟我老婆一样，她的习气是执著于感情，她觉得在我这里得不到满足，所以她有外遇。那我的习气是执著于音乐，我也一直沉迷在里面。"就是这样的。

其实，你一定要知道不是不好，你有任何习气都没有问题。你只要去照亮它就好了，不要批判自己，不要压抑自己。当然，更不可以放纵自己。你一直照亮它，一直持续向内走的时候，就怎么样？佛性就呈现出来了。觉性就自然显现出来、自然呈现出来，这样自然显现的才是对的，任运显现的才是不生不灭的。

所以希望大家真实地用工夫，因为解脱的道路不是限定的某一条，事实上任何法门都可以解脱，尤其是药师法门，她可以打破我们的一切局限，你在任何里面，你都可以解脱，都可以成佛。但是，当然你一定要知道，就是说我们在走的道路上，你要层层地向内。我们一直说**修行药师法门的人是世界上最快乐的人，因为他一丝一毫的执著和障碍都没有，完全地、完整地接受自己，不要活在分裂里面。但是很多人是活在分裂里面。**

我们所接受的教育就是告诉我们这是好的，那是不好的，所以我们会努力压抑那个不够好的，努力呈现出好的一面来，当然，在世间秩序上面，要压抑那个不够好的，这是维护世间秩序的一个必要手段。但是作为解

脱者来说，作为要真正地开发佛性要解脱的人来说，如果你还是用这样一个方法，用大脑思惟的话，你是难以真正解脱的，因为你一直处在分裂状态下，你没有活出一个完整的自己，任何时候，我们都要活出一个完整的自己来。

说得严重一点，见地没有真正地透脱以前，每个人都是精神分裂，不过是或轻或重而已，他总会有一个评判。什么叫精神分裂？只要你执著于某一种价值判断，也就是处在一个二元对立，在二元对立里你就活得不完整，就应该是这样的。

而且药师法门是法界等流，所以其实你要知道，如果我们念阿弥陀佛跟药师法门相冲突吗？不相冲突，为什么？因为你念阿弥陀佛的时候，你又懂得药师法门，整个法界的力量都来加持你，你不要想着是人格化的一尊佛来加持你，不是这样的。药师佛的核心实质就是整个法界，就是整个法界等流。整个法界的力量都来加持你，那当然你能往生极乐世界。所以我们才能明白：原来《药师经》里面讲我们受持八关斋戒，修行药师法门求生净土，临命终时八大菩萨乘神通来示其道路，原理就在于此地，是整个法界都来帮助我们。你要学教理，学任何法门都是整个法界力量来帮助。

药师法门为什么是特别需要在此时此地弘扬呢？因为眼前大家的生活节奏都非常忙，如果你用大脑思惟，执著于某一种特定的方式，你认为那个才是修行，其他

的不是修行，你就会觉得你很累，为什么？你又要做功课，生意上又不能放下，家庭生活又不能放下，你觉得你时间不够用，老是在时间上打架，老是内在一直在挣扎，一直在冲突，不是这样。

药师法门就告诉你，你做什么，你应该有什么责任，你就去尽你的责任，在这个中间保持觉醒，在这个中间善用缘起，妙用缘起。有什么好处？第一个是整个法界的力量都会来帮助你，因为你不是借助于某一尊人格化的佛，不是借助于某一个人，而是整个法界的力量，都能够来帮助你，当然你做任何事情都能够成就，你就可以说是最优秀的人。所以一定不要处在那样的一种状态之下。

我曾经有遇到过一对夫妇，这两个人学佛都很虔诚。我们是内部学习，所以我们需要把这些东西全部一层一层撕开，大家要看得很清楚，知道里面在讲什么。两个人都是学佛，两个人都很精进，都很虔诚，这个男方就更精进，这个男方说："我要离世专修，我专门来修行。"他老婆说："那好。"本来他老婆是做护士的，她说："你不用工作了，我来维持好这个家庭，我来养活你，你专门去修行吧。"

这个做太太的就很辛苦了，白天在医院里面照顾病人，晚上回家照顾丈夫。这个男的什么也不干，他每天碗也不洗，什么也不干，反正吃了饭就打坐，就看书，就这样子。哪里有佛七、禅七、灌顶，他统统跑过去了。

这个女的一开始很接受，并且有十年时间她都很接受，她就期望着："我这样支持我的丈夫，他成就了，那我功德很大了，我丈夫某一天开悟了，那我的功德很大了。"她任劳任怨地、无条件地、心甘情愿地去承担双倍的压力来维持好这个家。



但是久了以后问题就产生了，第一个是这个丈夫到处去学，但是他一直没有懂得真正的佛法，他学了很多很多佛法的知识，但是他没有学到佛法的智慧，没有学习到真正地去开发我们生命力本具的智慧。生命力是很重要，我们这种生命的活力，它的本体是什么？它的本体就是我们真心的妙用，不间断地觉察，不间断的觉察力，这种生命的活力，这种生命力，他一直没有学到这种内在的真正的佛法的智慧。

但是他累积了很多佛法的知识，他越来越傲慢，他回家评判说，这个法师讲得不圆满，那个人说得不太好，这次禅七有什么毛病，那次佛七有什么问题，反正他总是在这个样子搞来搞去，十年以后他就自己懈怠下来了。

这个太太就有怨言，终于爆发了，她也不晓得该怎

么办，就跑过来问说：“我应该怎么办呢？”我的方法很简单，我说：“很简单的一个方法，你叫你先生去找一份工作，好好做事，工作并不会妨碍他的修行。如果他不肯的话，他仍然停留在那种状态的话，你保持慈悲心，然后把他赶出去。”就这么简单。

果然也就是这样了，这个丈夫出去了，他又参加了很多很多的禅修，还是觉得有问题。最后他终于知道：“我的方法错了。”于是老老实实找一份工作，开始修行。在真正地经历了很多之后，他知道，原来解脱是向内在，不是到外去找的。

药师法门里已经讲过了，我们的身体虽然已经是成年人，但是很多人的心还是活在一个胎儿的状态。胎儿是要在母亲的肚子里面通过一个脐带要连通母亲，从母亲那里得到能量。

但是我们总是这样，不知道我们自己本具能量，我们一直在外面到处去找、找、找，我们也认为这样自己可以找到某一种能量，能够让我们成长。当然这个需要，但是更重要的是你内在要觉醒。

如果你内在觉醒了，你的知见圆满了，你没有一个评判，没有一个执著，没有一个判断。你不要认为说你抓住佛法的那些价值观，你死死抓住它，你那就是解脱之道，不是这样的，那也还是会障碍住你，因为什么？因为你只是学到了知识，你只是用一种大脑思惟去分别执著它，不是这样的。你应该完全无障碍，在一切时、

一切处都没有障碍地去保持觉知，去向内觉照，而且你那个心会一层一层打开，你越是不能面对的，你越要面对自己，越要挑战自己。

你知道我们中国禅宗的二祖慧可大师怎么修行的吗？他一直修行，然后他开悟以后怎么样？他专门去那些很奇怪的地方。弟子们都觉得不可以理解，说："师父，你现在怎么变成这样啊？"师父说："我自调心，何关汝事？"他去哪呢？他去酒馆、他去妓院，你知道是什么意思吗？他是一个得法的开悟的祖师，怎么干这个事呢？当然他是清净的，你不用怀疑他有什么秽行（污秽的行为），不是这样的。但是他要面对自己心里面的盲区，有某一些很深入的、很深层的、很难被触及的地方他会去触及它。

我们内心深处的创伤，你要一层一层地去融化它，修心就是这样。甚至有一些时候会怎么样？有些时候是你用寻死的心活着，有些人说："哎，我死的心都有了。"老是这样说，他遇到困境的时候说："哎，我死的心都有了。"你真的死的心都有了吗？修行的人倒是真的要用寻死的心活在当下，那你这个妄念没有了，真实是这样的。

你内心深处平时不容易被触及的那些创伤，你要让它一层一层地溶解，事实上来说你是真的要面对，面对你一生的哀痛，面对你过去的伤痕，面对你没有实现但是你一直存在内心深处的某一种愿望或者欲望，你都需

要去照亮它，不用去分析判断取舍它，不取不舍即是见性成佛道，但是你要照亮它。

最后的一点是希望大家要知道，要有承诺。你明白这些心要以后，不要摇摆了，你选定某一个法门，比方说药师法门，比方说净土法门，比方说地藏法门，比方说观音法门。我一直讲就是说我的观念是，我的相关的弘法就是平等地弘扬如来所有的教法。有根器的人完整地按照释迦牟尼佛所传授的次第完整地修学，从最浅的人天乘佛法开始一直到法之顶峰，当然就是密集，你一直到密集的金刚持位，入金刚喻定，当然根器好的话，可以一直这样去修行。

不用去摇摆，这里跑跑，那里跑跑，这里荡荡，那里荡荡，然后你用大脑思惟去累积很多知识，那个是真的没用，再过十年你就会退失信心，就会觉得很失望，觉得我还是没找到路，我还是在外面转，就是这样的。

因此在大家要走之前，我希望给大家一个提醒，自己跟法之间建立一种承诺。我的愿力很简单，任何人我都不会舍弃他，除非他自己没有信心，那就不关我的事了。但是你也要知道，任何人不能主宰你，不能控制你，但是任何人也不对你负责，我不对大家的解脱负责，你自己对自己的解脱负责，我不过是提醒你，我尽一切努力、尽一切方便用各种方法来提醒你，解脱要自己对自己负责。

愿大家早日解脱，福慧增长。



韋馱尊天菩薩



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

印送经书，弘法利生，自度度人，功德无量。各方流通，广结善缘，善愿必成，功不唐捐。普为倡印施资，学习修持，辗转流通者回向 偈曰：

虔心愿以此功德　回向众生及佛道
国泰民安齐康宁　世界和平普同庆



作　　者：释大愿
主　　编：释如珂
责任编辑：释慈昀
陈爱清 莫桥生 董玉存
3309257

诸恶莫作　众善奉行



六祖寺

Liu Zu Si Of Printed By Center

印经中心

自净其意　是诸佛教

广东省四会市六祖寺恭印