

文 / 王元甫



# 重德比吃仙丹有效

孙思邈隐居终南山，当时天下大旱，西域僧人在昆明池（陕西西安）建坛祈雨，七天内，昆明池水反而缩减数尺。忽然有老人到孙思邈的石室求救，孙思邈说，我知道昆明池龙宫有仙方三十首，你传给我，我将救你；老人说，仙方是“上帝”（玉皇上帝）所不许妄传的，今日因为危急，我自当传给你。一会儿，老人手捧着仙方送给孙思邈，昆明池水忽然上涨，西域僧人羞愧而死。（唐代《酉阳杂俎》）龙宫仙方三十首就收在孙思邈所著的《千金翼方》。

孙思邈被尊为“药王”，这是唐太宗所封赐的。唐太宗的皇后因为难产而生命垂危，孙思邈奉诏入京救治，皇后终于顺利分娩；太宗非常高兴，赐给孙思邈良宅一座、黄金千两，但是孙思邈拒辞不受，只请求回乡里；唐太宗说，我就封你为“药王”，不得推辞。

## 重德比吃仙丹有效

“重德比吃仙丹有效”的说法出自于《千金要方》，孙思邈说：“百行周备，虽绝药饵，足以遐年；德行不足，纵服玉液金丹，未能延寿。”（《千金要方·养性序》）德行好，虽然没有服用补养药物，也可以长寿；德行不好，纵然服用仙丹妙药，也不能延长寿命。

孙思邈感叹世风日下，世俗之人追求名利，巧取豪夺，贪

得无厌，最后放纵而亡。孙思邈主张养性必须看淡名利，视名利如浮云，若存若亡；他特别推崇《黄帝内经》所说的“恬惔虚无”。孙思邈说，只有修养“道德”，不祈求善报，而自有福报；不祈求长寿，而自延寿命，这才是养生的大要旨啊！

## “元神”是人最强的法宝

为什么重德比吃仙丹有效呢？人与生俱来有生命“三宝”：精、气、神，生命“三宝”是人的三个法宝，可形成多层“保护屏障”，抵抗外邪，养护生命。其中，“元神”（神）是人真正的主宰，来源于“神”的世界（天国），所以人的“元神”与“神”的特性一样，是神圣、纯真、善良的；而且“元神”的层次最高，组成的粒子最小，能量最强，保护生命的能力最大。

## 重德发挥“元神”的能力

那么要如何才能发挥“元神”的能力呢？“元神”虽然来自神的世界，具有神的能力，但是因为人还有业力与自私、不善的思想；就是因为人有这些自私、不善的思想隐避阻碍善良的“元神”，使“元神”无法发挥强大护卫生命的能力。如果人能重德，去除不好的思想，例如自私心、嫉妒心、争斗心等等，就能显现出“元神”强大的威力，护卫生命；所以重德可以发挥“元神”的能力，比吃仙丹还有效。

## 修炼更要“重德”

养生的进一步就是修炼，修炼更要“重德”，而且标准更高。孙思邈最后修成真人（神仙），史称“孙真人”。唐高宗永淳元年（公元682），孙思邈早起沐浴，整齐衣冠，端正而坐；告诉子孙说，“将升无何之乡，臣于金阙。”意思是：我将升天，在天庭为官。说完一会儿就断气了；但是去世一个多月，容貌都没有改变，把尸体放入棺木中，轻得就像衣服一样，因为“已尸解矣”（宋代《云笈七签》）。道家成仙有两种主要方式，黄帝是乘龙白日飞升，孙思邈是“尸解”，就是一种“假死”的方式，其实他已经得道成仙了。

关于重德，李洪志大师在《转法轮（卷二）》中有明确的论述：“为什么人修炼必须得重心性修炼，道家讲重德？就是因为这个宇宙存在着一个法，存在着一个特性。这个宇宙特性在不同的层次对不同的生命有不同的要求。人在常人这个层次中，就要符合常人的道德标准。即为什么不重德就上不去呢？就是因为超出常人这一层次的有天人的标准，如果你不符合这一层，那么你就上不来。”（《转法轮（卷二）·学者和修炼是两回事》）

**朋友，愿您重德行善，身体健康！**

# 追寻生命的真谛

文 / 清凌

娟子，我的一位朋友，在大学任教，家庭幸福，生活优裕。可她并不满足于现状，总感觉生活中缺少什么，但就是百思不得其解，女儿和丈夫是她生活的重心。上班之余，她几乎所有的心思都倾注在他们身上。

幸运的是，她从小就喜欢中华传统文化，阅读了很多经典著作，敬畏天地神灵。在阅读的过程中，她也在思考很多问题，特别是对生命真谛的思索。后来，当她看了大法的书之后，终于明白了生命的意义，知道自己为什么来到这个世界。因此，她走进了大法，并按大法的要求做，在神灵的佑护下，她真切的看到了很多美好的东西。

有一天，她和丈夫回乡下的公婆家。公婆告诉他们，家中池塘里养的鱼又被人毒死了，这已经是第三次了。他们也知道是谁干的，却没有伸张，也没找毒死鱼的人麻烦。因他们知道，一旦告发，那个人可能会面临牢狱。她善良的公婆不想让别人受苦，尽管自己家遭受了重大损失。可娟子听说后，心理很难过，她的公婆都是很善良的人，为什么几次被他人暗算，而且是同一个人。她知道这里面必定有着深层的缘分。

一天晚上，她临睡前，向神灵祈祷：这到底为何？希望能明白他们之间的渊源，并化解这一切。很快，她就进入了梦境，她看到了非常真切的一幕。似乎在很久远的时候，她现在的公公在那时是一个国王，她现在的婆婆是一个王后。他们治理下的国家井然有序，百姓安居乐业。可有一人不遵守当时的法令制度，犯下了很大的罪孽。依照当时的法令，必须处死。于是，国王下令砍了那个人的头。因此，那个人对国王有着极大的嗔恨之心，发誓要报复。在生命的轮回中，他们之间的冤怨没能化解，一直延续到了今天。在今天这个特殊的时代，他们生活在同一个村子里，相隔很近，虽然相互之间没有公开的争吵和矛盾的激化，但潜在的不平因素依然存在。只要有某个事件的触动，就会不可避免的爆发。在当今这个人心扭曲的时代，在利益的驱使下，就发生了诸多不该发生的事。

当我的朋友看到这一幕之后，她终于明白了，心中也就不再疑惑。她也更加相信佛法中所讲的因果轮回、善恶

有报，也更加笃信佛法了。也许有些人还是不相信，觉得是迷信。其实，因果轮回、善恶有报，都是真实存在的，是宇宙中永恒不变的真理。任何一个人在世间不管做了什么，在宇宙历史中都有着清晰而详尽的记载，神佛在掌管着一切。做好有善报，做坏有恶报。在现实中，人与人之间的恩怨都是生生世世累积下来的，生活中发生的一切都不是偶然的。

因此，在现实生活中，当别人对你不好的时候，对你造成伤害的时候，也许就是你以前对别人不好所欠下的债，而这个债是一定要偿还的。如果你以恶制恶，打击报复，又会造下新的罪孽，加深相互之间的怨恨，使得冤冤相报何时了。如果能以德抱怨，宽宏大量，就能善解矛盾，使人与人之间和谐相处。人们常说的“前世的因就是今生的果”，这话丝毫不差啊！

然而，在当代社会，很多人受变异文化的影响，思想中想的都是不好的东西，祖先留给我们的优秀文化——神传文化，被严重摧残和破坏，对是非善恶混淆不清。为了眼前那点可怜的私利，没有正义感，丧失良知，撒谎已成自然。其实，这些人也许能得到一时的利益，但最终他们的结局却是可悲的。因为宇宙的理在均衡着一切，善恶有报是天理，神目如电，毫厘不爽，有得必有失。特别是那些不好的观念和行为不仅给别人带来伤害，更给自己造下巨大的罪孽。而这些罪孽会使人或在现实中自己遭恶报，或贻误子孙后代，有些则是在自己生命终结后，在另外的时空去承受层层痛苦，种种情形在古今中外的书中都有记载。不管你信与不信，这些都是事实的真相。并非是有人认为的死了就一了百了，那只是哄小孩的玩意儿，骗人的把戏。那些无神论的宣传是在沦丧人的道德，把人推向毁灭的深渊，可怕至极啊！

其实，大法揭示了宇宙、时空、人体之谜，他让人的道德升华，引人向善，最终走向回归，返到生命的根本。在现实生活中，当你听到有人给你谈论法轮大法时，希望你不要拒绝，不要斥之为迷信，那应该是你很大的福分，是你今生难得的缘分。仔细聆听，他会带你走向美好未来。

# 三言两语话长寿



生命是可贵的，健康长寿也是可贵的。

古代讲福禄寿三星。寿星不但与福禄二星并列，而且更为古人看重。这在古秤上就有所体现。古代秤上有十六颗星，其中十三颗代表北斗七星和南斗六星，另外三颗是福禄寿三星。做生意时，短人一两折福，短人二两折禄，短人三两折寿。

那么如何长寿呢？从前面秤的故事我们可以看到，首先是做人要诚实正直。另外，凡是注重养生的人都知道要清心寡欲，人被名利所困扰，很难做到，但你真的做到了，你可能发现你得到的不只是生命的延续，更可能由于生命的延续，你得到了一生的期盼、长久的等待。

生命是可贵的，养生也不是轻而易举的。但我们只要保持一颗平常心，守护好内心的一份宁静，养生就会变得容易，生命的质量就会提升。



# 自摘牌匾，传为佳话！

文 / 秦如初

清代，雍正、乾隆年间，江苏苏州出了两位名医，一位叫叶桂；还有一位叫薛雪。

薛雪早年，四处游学，性格豪迈，诗文俱佳，又工书画，善拳技。后因母亲患湿热病，就致力于医学，技艺日精，治疗每奏奇效，和叶桂齐名。

有一年，苏州流行大瘟疫，官府在这里设立“义诊局”，救治老百姓，规定了几位名医，轮流来参加义诊。这一天，义诊局里，来了一名更夫（夜里的打更人），全身浮肿，皮肤肿成了黄白色，等候医生给他治病。

不久，薛雪来到义诊局，给这个更夫诊脉后，摇着头对他说：“你的病很重，没法治了，回去吧。”更夫沮丧地往家走，在路上碰到准备来义诊局的叶桂。叶桂看了看更夫的气色，便说：“看你这病是由烧蚊香中毒，引起的，你跟我进来吧！”又把更夫带进了医局，叶桂给更夫开了两剂药，对他说：“不用害怕，吃了这两剂药，就会好的。”

薛雪在旁边，恰恰看到了这一切，认为叶桂是有意给他难堪，心中又恼又恨，回家后，就把自己的药房改名为“扫叶庄”，意思是要扫掉叶桂的威风。叶桂听说后也非常恼火，就把自己的药房，改为“踏雪斋”，意思是：要永远将薛雪的神气，踏在脚下。至此两人不再往来。

有一次，叶桂的老母亲生病发烧，叶桂给母亲开了几服药，可是几天过去了，病情仍然没有好转。叶桂正在为这件事着急，忽然丫鬟前来禀报，说：“老夫人的身体，烧得更厉害了！”

叶桂匆匆忙忙地赶到母亲房里，看见年迈的老母亲，满头大汗，脸烧得通红，并且大口大口地喘着气。

叶桂重新给母亲号了脉，对陪在一旁的妻子王氏说：“这个病不算疑难杂症，医圣张仲景先生的《伤寒杂病论》中，有个‘白虎汤’就可以治疗。只是这药性偏凉，我怕母亲年纪大，受不了。这两天我一直犹豫不决。”

王氏说：“我近来听人说，大街对面那个你瞧不起的薛先生，听说你连‘白虎汤’也不敢用，还笑话你呢！据他讲，咱们老母亲的病，就应该吃‘白虎汤’，只要掌握好剂量，就不妨事。”

听了妻子的话，叶桂心里嘀咕：“好你个薛雪，你这是成心想害死我老娘吗？”可是又转念一想，薛雪的话，也有几分道理，是要对症下药！于是叶桂把握好剂量，给母亲服下“白虎汤”。没过几天，老母亲的病，果然好了。

经过这件事后，叶桂打心底里感激薛雪，要不是薛雪的建议，恐怕自己犹豫不决，最后会贻误老母亲的病情。由此，叶桂又进而想到自己以前的许多做法，比如在众人面前指摘薛雪的不是，有意抬高自己，这些做法，都是于心有愧的；为人应该谦虚，要以他人之长，补自己之短。想到这里，他就买了一些礼品，专门到薛雪府上，去拜访致谢。

薛雪正在自己的“扫叶庄”里，翻阅一本医书，见老对头叶桂，竟然前来拜访，非常惊讶，正要招呼，只见叶桂上前深施一礼，说道：“薛先生，以前我瞧不起你，实在是鄙薄之至。这次家母的病，多亏你的指点，才得以康复，我真

该好好谢谢你呀，以后还望你多多赐教！”

薛雪不知说什么才好，他紧紧地握住叶桂的手，真诚地说：“叶先生，我年轻好胜，不知天高地厚，以前冒犯先生的地方，还望先生多多原谅。说到医术，薛某比起先生来，实在是望尘莫及，人家称赞你‘江南第一名医’，的确是名副其实啊！”

说到这里，薛雪快步走到自己的门口，伸手就把“扫叶庄”的牌匾，摘了下来。叶桂回家以后，也将“踏雪斋”的牌匾，摘取下来。

从此以后，两位名医相互尊重，经常在一起切磋医术，交流医道。后来，叶桂创立的温热论，指出了温病与伤寒的区别，揭示了温病由浅入深发展的一般规律，并且针对温病的病理特点，制订了相应的治病原则。叶桂的医术侧重于温热病证，而疏于湿热论治。凑巧的是，薛雪所著《湿热条辨》，恰好填补了叶桂研究领域的空白，指出了湿热病邪与其他外感病的区别，并且从病因、治法到药方，条分缕析，使复杂棘手的湿温病的诊治，有了成法。

叶桂温热论和薛雪湿热论的问世，使中医治疗感染性疾病，在方法上，取得了重大的突破。薛雪和叶桂，两大名医，各人自摘牌匾，排除成见，相互尊重的故事，在医林传为美谈。薛雪与叶桂，两人就像医学星空中的双子星座，相得益彰，留给后人无限的遐想与不尽的赞叹。