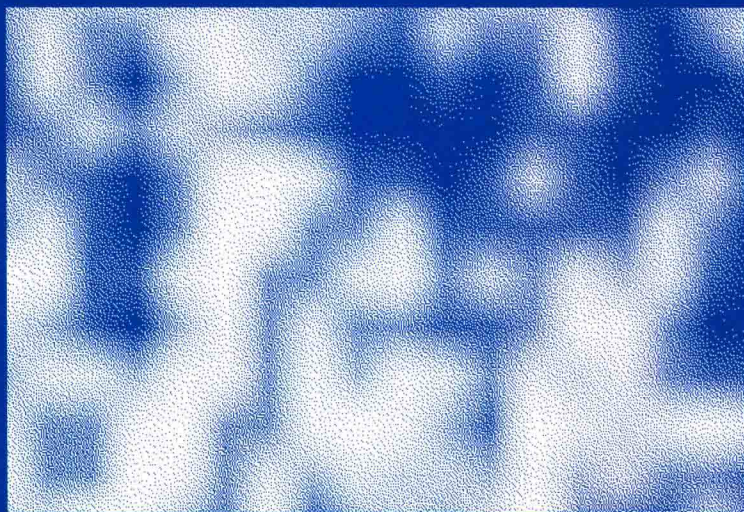


心能量丛书

心能量

——睡眠质量与生命能量管理（中）

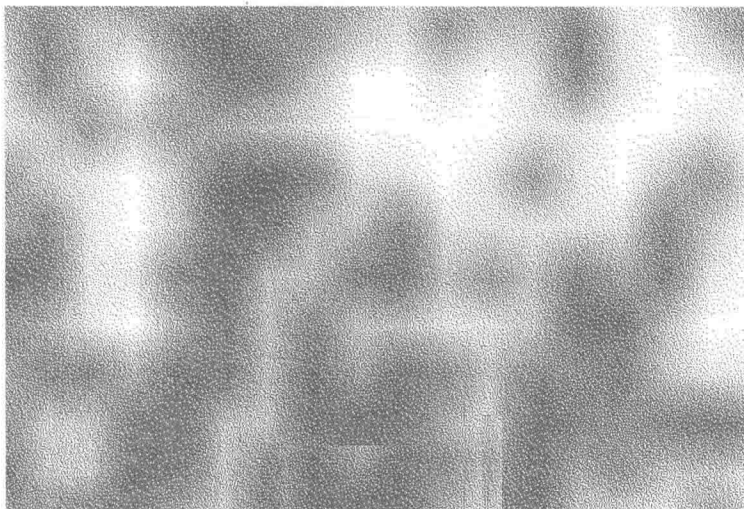


杨小勤 著

心能量丛书

心能量

——睡眠质量与生命能量管理（中）



杨小勤 著

GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS
广西师范大学出版社

· 桂林 ·

目 录

第三章 善用情智	/397
第一节 情欲影响福寿	/399
一、人生财富情智能	/400
(一) 人生能量八卦通	/400
(二) 情智能量用八卦	/408
(三) 善用情智阴阳能	/412
二、管好情欲大富人	/418
(一) 情欲正负能增减	/418
(二) 善用情欲增能量	/427
(三) 升级情绪减内耗	/436
三、怎样活得更愉快	/445
(一) 人生愉快空变能	/445
(二) 平衡压力除烦恼	/454
(三) 牵挂耗能累死人	/462
第二节 智慧创造财富	/469
一、善用智慧增财富	/469
(一)《易经》智慧财富源	/470
(二) 健康贫富“既泰否”	/476

(三) 智慧辩证愚顺变	/ 484
二、成就大富走高速	/ 487
(一) 顺应本性创天福	/ 488
(二) 奉献平台高速路	/ 500
(三) 贪欲残害实愚智	/ 505
三、强化优势顺大势	/ 521
(一) 强化优势优目标	/ 522
(二) 大智若愚顺大势	/ 526
四、空实能通万代福	/ 534
(一) 接受现实化情绪	/ 534
(二) 通用本性万代福	/ 539
第四章 创造天福	/ 553
第一节 意念决定幸福	/ 556
一、天福原理大幸福	/ 556
(一) 天福能量八卦能	/ 557
(二) 后天八卦创天福	/ 559
(三) 更大幸福后八卦	/ 564
二、认识幸福才幸福	/ 566
(一) 幸福含义藏智慧	/ 567
(二) 人生幸福五要素	/ 575
(三) 幸福特征辩证看	/ 581
(四) 幸福能量六层级	/ 589
三、如何才能更幸福	/ 591
(一) 继承发展增幸福	/ 592
(二) 超越幸福真幸福	/ 603
(三) 幸福原理和方法	/ 605

四、穷人如何变富人	/611
(一) 贫穷根本在意识	/612
(二) 明确目标大富人	/619
(三) 扶贫根本意识能	/622
五、富人如何更幸福	/624
(一) 幸福测评显途径	/625
(二) 创造天福更幸福	/634
(三) 成就大富万代福	/638
第二节 理念成就富人	/643
一、理念能量富人福	/643
(一) 理念能量财富源	/644
(二) 富人幸福理念彰	/649
(三) 意志观念福寿柱	/655
二、对立统一世界观	/665
(一) 人生幸福世界观	/665
(二) 幸福依赖世界观	/669
(三) 树立辩证世界观	/670
三、大富天福道德观	/678
(一) 大富天福含义广	/679
(二) 原理方法正负通	/683
(三) 立志富福道德彰	/684
四、创造天福人生观	/685
(一) 人生观念八卦能	/686
(二) 人生本能阴阳化	/690
(三) 树立天福人生观	/693
第三节 太阳提供能量	/698
一、通天修炼心太阳	/699

(一) 心中太阳是阴阳	/ 699
(二) 升起太阳心能增	/ 703
(三) 渐积修炼顺太阳	/ 708
二、目标助眠大太阳	/ 718
(一) 观念目标能助眠	/ 719
(二) 更新目标心能升	/ 725
三、优生优育升太阳	/ 731
(一) 双阳光辉天下福	/ 731
(二) 优生空育新太阳	/ 739

第三章

善用情智

真情大富

知根固本大奉献，
奉献人类成大业；
知本为民创天福，
创造天福大富人。

善用情智是人类个体基于意识到万物本性尤其是人类本性，善用人类本性空化情欲，提升智慧创造社会财富，是意识本性的智慧升级，是把情智转化为财富幸福的基本原理和方法。本章阐述：情欲影响福寿，智慧创造财富。重点说明：人生财富情智能，管好欲望大富人，善用智慧增财富，成就大富走高速。其中“管好欲望大富人，成就大富走高速”是重点。要求在意识到本性、认识真实的基础上提升心能量。重点把握关键词“真情大富”“大智天福”，真正做到知本为民创天福，创造天福，成就大富人。这是善用情智大富人的真情大智，更是善用情智提升心能量升级人生睡眠的关键所在。

关键词：情智本性 真情大富 大智天福 天福逆送 人祸顺行

第一节 情欲影响福寿

生命能

生命靠能量，
能量变生命；
生命源变化，
变化主生命。

诗歌表明,生命依靠能量,能量决定命运,命运是能量的反映,能量是命运的主人。故要把握命运,必须把握能量。情欲可以增减能量,会影响人生福寿,故要增福延寿,则要升华情欲。本节阐述:人生财富情智能,管好情欲大富人,怎样活得更愉快,说明人生能量八卦通,情智能量用八卦,善用情智阴阳能,情欲正负能增减,善用情欲增能量,升级情绪减内耗,人生愉快空变能,平衡压力除烦恼,牵挂耗能累死人。重点理解人生财富情智能,关键把握人生能量八卦通。

关键词:有苦无明 迷惑烦恼 谋生受累 奉献享福 大智本能

一、人生财富情智能

人生财富情智能,情智能量用八卦。人生福寿情智化,善用情智福寿长。故要用好情智提升心能量,必须明白人生能量八卦通,提升情智能量用八卦,善用情智阴阳能,理解善用情智架构图。架构原理方法依,提升情智空实支。若要大智愚人现,就要大爱行无情。重点把握:八卦能量我根本,对立统一善神灵。

善用情智的原理方法,详见图 3-1 至图 3-7。阅读八卦能量架构图,结合以下阐述,渐积感悟,才可提升情智能量。情智能量不断提升,忧愁烦恼就会不断减少,智慧水平就会越来越高。简言之:道德利益,压力动力,真实智慧,知变通能,真情大爱。

(一)人生能量八卦通

人生能量八卦通,是指人生心能量实为八卦能,都在《易经》八卦中,悟通《易经》先后八卦能,就可一通百通,百通能睡万事通。八卦能量是一个对立统一体,相互联系,相互依赖,相互转化,相互为用。任何一卦能量变化都会影响整体总能变化,任何一卦能量变化,都会影响他卦变化,任何一卦的能量都可变为他卦能。故要提升心能富福寿,必须明白人生能量八卦通。

1.人生阴阳四卦象

人生财富即为阴阳能,阴阳四象八卦能,可用四象八卦序列表示,详见图 3-1。感悟该图阴阳能,就知财富四象卦。明白八卦藏智慧,就可简化人生阴阳能。

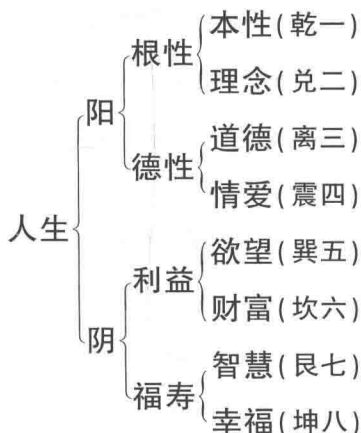


图 3-1 人生财富阴阳四象八卦序

图 3-1 显示:人生阴阳能量四象卦,四象能量八卦现。人生财富能量分为阳能和阴能,阳能包括根本能和德性能,阴能包括利益和福寿能。

根性能量由本性理念组成,在天为本性,在人为理念。故要树立正确理念必明本性能,不明本性理念错,理念错误失本性(图中所说的本性是万物本性与感悟本性的统一),失逆本性则要命,因为本性在天乾一位,理念相应兑二合。一二人合一,乾兑本性理念。凡是人生不幸,皆因根本错;凡是“福祸病寿”,都不离本性和理念。故要人生吉祥天福寿,不能忘记本性理念撑。然而,常人少知自我根本阴阳能,难懂天人相合乾兑应。

德性能量由道德与情爱合成,在思想行为上是道德,在人心感觉上为情爱。道德情爱阴阳合,相互依赖相互变。故要情爱依道德,美德行为真情爱。道德是得道与德性的统一,德性是得道的表现,得道是把握本性规律与德性行为相统一。故有什么德性就有什么道德,有什么道德就会表现出什么德性。德性善,道德高尚;德性恶,道德恶劣。

情爱是真情与大爱的统一,爱表现为情,情源于心爱。相爱是感情基础,感情是心爱的化生。故看情怀则知所爱,知真爱则看表情。

情爱与道德犹如夫妻,相合也相克,相爱又相恨。道德恶则爱变恨,道德善则爱美德,美德至极恨则爱,爱尽失望自生恨。故要人所爱,先要化美德,美德

盛则众人爱,恶德积则世人恨。

利益能量由欲望和财富合成,在内心为欲望,在外实为财富。财富为欲望生化,欲望是财富本源。故要幸福有梦想,心想事成大富人。

欲望在天西南五,财富在地坎六变。财富天地合化欲望生,欲望男女情爱化财富。故有欲实化空,无欲空化实,欲贪富变穷,无私穷变富。私欲变公欲,无欲则大富,大富本无私。无私富有成其私,自私失财富变穷。其中奥妙阴阳化,善用“辩证大智人”。

福寿是幸福长寿的统一,是健康幸福又长寿,由智慧幸福合成。在意为智慧,在受为幸福。幸福是智慧化生,智慧是幸福本原。幸福智慧阴阳合,对立统一不分离。故要人生大富阴阳合,善用阴阳八卦能;根本德性天阳能,利益福寿地阴成。本性理念道德情,欲望财富智慧福。

2.人生财富先八卦

把图 3-1 转化为图 3-2,就变成人生财富先天八卦图。感悟先天八卦图有助于理解后天八卦(见图 3-3),明白先天财富八卦图,有助于感悟人生财富八卦能,八卦能通大富人,大富天福同天寿,美德大智送福民。理解其中妙智,详见图 3-2。

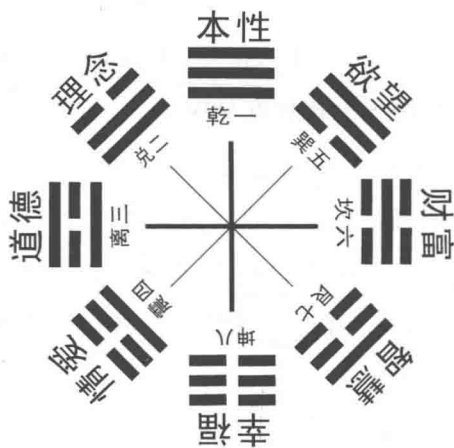


图 3-2 人生财富先天八卦图

人生财富智慧,多藏先后八卦图。看图 3-2 先要理解各卦含义和相互关

系,尤其是阴阳对应关系,从其卦位数理和阴阳转化关系中挖掘秘藏奥妙,才能高效升级情智能量。因为情智能量只是人生财富的一部分,理解情智能量不能不了解人生财富八卦能。这八卦能量也只是人生财富的主要因素,但能善用这八卦能量,则可高效提升心能量。

为何本性在天乾一位,幸福在地坤八坐?因为本性指自我本性、人类本性、万物本性,是人生根本能量,包括自然本性、天地本性、宇宙整体本性等能量,是得道成佛神化无我的境界。幸福是富有、健康、长寿,是康福寿统一。本性在天乾一守,幸福在地坤八望,意为人生先天为本性,本性乃万物天生具有,是人生发展的依靠;在地是人生幸福,幸福与本性对应,本性是幸福之本,幸福是本生之见。因此,本性生幸福,幸福顺本性,顺应本性则幸福。故要幸福定要知本性、明本性、顺本性,如果不幸,必是逆本性、失本性。可见,本性幸福天地柱,幸福本性两担当。遗憾的是,常人期盼幸福,却少知本性,很少感悟本性,这是不幸的主要原因,也是幸福的主要潜力。

为何道德在东离三守,财富西成藏坎六?因为道德是道与德的统一,道是客观规律,是实际情况;德是知道得道的思想行为和行为结果,是人之德性,是得道的德性表现。道德至善,则变美德,高尚道德,是内心和谐,是主观思想行为符合客观实际,是人类所能达到的最高境界。财富即利益、实惠、好处。对个人来说,财富是私利,是付出的回报。对他人或者整体社会来说,财富是造福,是奉献的转化。帮助他人实现自私(私利)是美德,损害他人利益则是恶德。帮助大众实现合理私利,则是为民谋利,造福人民,是美德奉献,是大德大富,是创造天福,是成就大富人,是努力为国民做出更大贡献。帮助实现自私者众,获得感恩回报多。因此,道德实现自私,美德化生财富,二者对立统一,相互依存又相互转化。故要利益靠道德,若要富有用美德,如要大富靠奉献。所以,若要享福知本性,人生富有用本能,人生大富天福则要尽情奉献,更要发挥本性创天福。

为何理念兑二东南看,智慧艮七西北守?因为理念是意识的升华,是理智的体现,是理论化的思想观念,是有理论支撑并坚信的意识信仰;智慧则是基于

辩证思考,出自意识本性的思维方式和解决问题的方法。兑二艮七对应连,意为智慧出自理念,基于认识本性和善用本性,本性是理念的根源,理念是智慧的升华。理念智慧阴阳合一,依赖本性能量转化支撑。因此,本性化理念,理念源本性。往往意识到本性者高理念,高级理念化大智,大智慧多为知本性,高理念常是得道人。故要大智升理念,升级理念知本性。许多人少知其深奥,少明本性缺大智,不懂本性理念错。

为何欲望西南巽五居,情爱东北震四望?因为欲望是需要、愿望、追求,是生存需要的转化。情爱是心意与感情的统一,是情与爱的结合。因爱生情,因情而爱。欲望情爱四五应,表明欲望与情爱统一,相互依赖,相互转化,情生于欲,欲化为情,欲源于需要的满足。故有需求生欲望,有了欲望生情爱,情爱欲望然本性。故善用情爱则可满足欲望,则可实现所需。

图 3-2 还告诉人们:八卦能量是对立整体,相互为用、相互转化。故要善用懂变通,善于变通知本性,善化本性变财富,善用财富创天福,创造天福大富人。比如顺应本性就幸福,幸福本身是理念,理念运用变智慧,智慧创造财富。财富出于道德,道德至善化美德,美德转化大奉献,奉献回报大富人。所以,本性即幸福,幸福靠道德,道德化财富,财富智慧化。可见,道德本性财富福,通变八卦大富人。

3. 成就大富后八卦

先天八卦说明了人生财富八卦能的布局方位、相互关系以及主导辅助的分工,是后天提升心能量的基础。但要实现先天财富,升级人生福寿,还要把先天本性转化为后天财富幸福,更需善用后八卦。后八卦详见图 3-3。

善用后天八卦不能抛开先天八卦,先天八卦的效用依靠后天八卦去发挥。先后八卦对立统一,相互为用。古人说先天八卦后天用没错,只是后天的理解和应用不能离开先天八卦而孤立,因为后天八卦源于先天八卦。故要二者并举,先后其用,这样才能提升智慧,才能有效提升心能量。这才是《易经》原理的本意,也是《易经》精华之一。

图 3-2 和图 3-3 显示:人生财富先天为本性,即在天为本性,在地为幸福。



图 3-3 人生财富后天八卦图

但是,天地不能用,只能用天地生化万物,天地完成功效后隐居无为幕后主。因此,后天要通过道德利用本性,通过财富享用幸福。只有提高道德水平,尤其彰显德性,体现人生美德,才能充分展示本性。只有通过创造更多的社会财富和社会幸福,才能充分利用本性,才能实现人生先天幸福享受。如果后天不能把先天本性幸福转化为后天道德财富,不能化为大众的快乐享受,即如果不能帮助更多人实现合理自私,则后天道德财富就会大打折扣。因为先天主轴是本性幸福天地立,后天八卦则是道德财富天地立,取代先天八卦的本性幸福。这表明后天利用先天本性幸福,则要转化为道德财富,是在思想行为展现道德,体现至善美德,变为创造社会实际财富和社会幸福。故要通过后天道德财富天地立柱,主导人生命运,才能充分彰显本性,通过高尚道德行为把先天本性幸福转化为实际效益——社会财富、社会幸福,享受先天带来的人生财富。即,后天八卦告诉人们要享受先天幸福,则要善用先天本性。后天八卦展示的财富,并非个人拥有的财富,而是个人创造的社会财富;社会幸福的总量是为民谋福,带来利益,创造人类贡献的总量。为何现实中许多有钱人感觉不幸福,原因就在这里,是因为创造社会幸福不够,道德水平不高。有些人虽然有钱,但钱的来路不正,并非全靠美德所得,甚至靠歪道、靠贪腐或者其他缺德行为所“谋取”。这就是有钱人提升幸福睡眠的方向、途径和潜力所在。

先天八卦横轴是道德财富两担当,主轴是本性幸福主导。但在后天八卦当中,本性幸福功成身退,隐居后主,故在后天不谈本性,不谈幸福,而是把本性幸福转化为道德财富的真实享用。而且财富与道德相互依存,相互为用。故财富需要道德支撑,美德创造的财富才是真实能够受用的财富。如果有钱而缺道德,先天幸福就难以后天享用。若要享用到先天本性幸福,一定要共用道德与财富。如果占有的财富利益离开美德支撑,那就不是真幸福,而是人灾祸害。故不少有钱人依靠不道德手段聚集社会财富,结果难以享受更大幸福,甚至被刑罚或者自杀夭折。这不是瞎编,而是《易经》的秘密,是实现更幸福的人生之大智慧。

先天道德财富需要后天情爱和理念实现。图 3-2 显示:道德在东离三位,财富西藏坎六守,意为道德东起,财富西成,犹如春天萌芽,秋天收获。后天八卦已经改变,是情爱东生震三见,理念对应兑七成,体现为道德幸福与理念情爱两轴相交。意为情爱与理念阴阳合一,理念是真情大爱的化生,情爱是理念的本原。情爱理念先天是道德财富,后天则要复归原态,与道德财富结合。即,情爱要合道德,理念要变财富。只有情爱、理念与道德、财富结合,并且相互为用,相互转化,才能充分彰显“情理德财”。这表明:人生道德财富天地柱,情爱理念两担当。幸福人生要以道德财富为主导,以情爱理念作支撑。这四大因素组成人生十字架,支撑人生命运祸福。故要以创造社会财富、做出更大社会贡献、成就大富人为目标使命,则要通过提升道德水平,通过美德手段实现大富目标,完成天福使命。其中首先要知本性,善用本性,要知根固本,知本为民。知道自我的亲生父母,明白国民是自我根本所在,感悟人生源于自然,成功归自然,从而顺应自然,才会自然产生努力为民造福,博爱自然万物,创造人类幸福的人生观念。这是告诉人们:先天本性幸福,要通过后天美德创造财富和社会幸福来实现。通过意识到本性,使人真心真情,爱国爱民;通过树立创造天福,成就大富人的理想信念,从而提升心能量睡好觉,实现更幸福的人生。

人生财富先后八卦图还显示:道德就是财富,财富就是幸福,幸福源于情爱,出自理念,理念转为道德行为和道德效果,转化为社会财富。故理念就是情

爱、道德、财富、幸福、本性。因此,人生财富道德化,人生态度情爱生,富源道德,福源本性。本性生理念,理念生道德,道德化情爱,情爱化财富。故人生为幸福,幸福为自利,自利出情爱,情爱化理念,理念见道德,道德变财富。可见人生,富在理念,理为私利,私生道德,根在本性。本性是人生根本,理念是富福支撑。故要人生富有幸福,必须知根固本,知本为民,努力创造天福,成就大富人。这里的道理简单而深奥,却隐藏在先后八卦中。其余四卦的原理智慧,同纵横两轴道理一样。限于篇幅,留待任课老师发挥,读者可依上述阴阳应合看图感悟。其中的智慧非常丰富,文字难以达意,说出的只是局部,只是肤浅启迪,只是抛砖引玉;况且说出就非原味,又不能不说。读者日渐悟得,才是真本事,才是大智慧,才可日益得道成佛圣,才能不断创造天福成大富。

提升心能用八卦。提升心能量依赖的因素条件很多,这里所列八卦因素只是其中的重要因素,善用这八卦能,就可有助于提升心能而惊喜。为助理解八卦能量的对立统一和心能量的关系,再以图 3-4 显示。

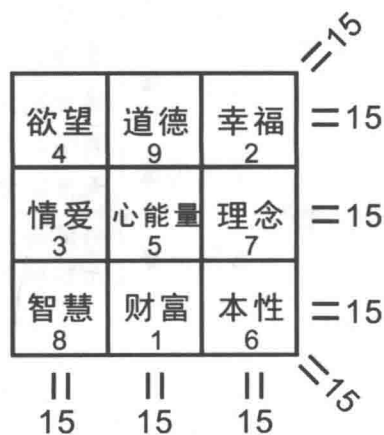


图 3-4 人生财富心能量九宫图

图 3-4 显示:人生财富与心能量为九宫能,是后天提升心能量的八卦能,与心能量九宫形态有异。心能量九宫形态旨在助人认识心能量的基本形态相互转化,相互作用;理解提升心能量的原理方法,增福延寿。这里的人生财富九宫能重在传统财富九宫能,目的是让人善变成富人,不要固执一个字,而要明白九