

20230417《靜思妙蓮華》染情生苦 宜修淨戒（第1394集）（法華經·安樂行品第十四）

◎撓人心思難堪耐，人我男女相惱亂，八苦之源染情生，愛恨情仇怨憎會；苦諦衍生色相根，集諸色根塵貪著，滅諸苦法修淨戒，道諸法妙宜思量。

◎「文殊師利！又菩薩摩訶薩不應於女人身，取能生欲想相而為說法，亦不樂見。」《法華經 安樂行品第十四》

◎「若入他家，不與小女、處女、寡女等共語。」《法華經 安樂行品第十四》

◎「亦復不近五種不男之人以為親厚。」《法華經 安樂行品第十四》

◎亦復不近五種不男之人以為親厚：並且謹慎交友，莫要親近心態不端，五種不男。斯等之人，性多雜染。無丈夫志操，故誠勿投近。與之親厚，自害道心。心態不健全，壞心志、亂菩提心故。

◎以上是諸菩薩，應不樂見、不與語、不與親厚浸沉交往，為此非法器，徒增不清淨法，於弘法無益耳。

◎「不獨入他家，若有因緣須獨入時，但一心念佛。」《法華經 安樂行品第十四》

◎不獨入他家，若有因緣須獨入時，但一心念佛：此應離譏嫌，不令眾生妄起罪過想故，應避偏邪染緣。呵護淨心緣，遠離非正軌緣，及散亂緣。

◎不獨入他家：不可獨自入他俗世宅舍，恐生過失，且召譏嫌，故不獨入。

◎若有因緣須獨入時，但一心念佛：若因緣須獨自入他家時，但當一心想念佛。既以攝心清淨，護持淨戒。

◎「若為女人說法，不露齒笑，不現胸臆，乃至為法猶不親厚，況復餘事。」《法華經 安樂行品第十四》

◎若為女人說法，不露齒笑，不現胸臆：若或有緣為女說法；笑不露齒，欲謹嚴也；遮覆胸臆，令拘檢。

◎露齒笑為輕笑，現胸臆為無儀，均屬非軌，並應遠離。露齒笑、現胸臆，增他不善心故。

◎昔阿難問佛：如來滅後，見女人云何？佛言：勿相見。設相見，勿共語，當專心念佛。

◎乃至為法猶不親厚，況復餘事：乃至正念實心為法，猶不當得而生親厚；況復為餘不善之事。為女說法，當避譏嫌，尚不宜親厚，況復餘事乎。

【證嚴上人開示】

撓人心思難堪耐，人我男女相惱亂，八苦之源染情生，愛恨情仇怨憎會；苦諦衍生色相根，集諸色根塵貪著，滅諸苦法修淨戒，道諸法妙宜思量。

撓人心思難堪耐
人我男女相惱亂
八苦之源染情生
愛恨情仇怨憎會
苦諦衍生色相根
集諸色根塵貪著
滅諸苦法修淨戒
道諸法妙宜思量

各位，用心體會。確實，人，心思擾亂，那就是最難堪忍耐。人的苦不是生活上，物質欠缺的苦，苦在人和人之間理不清，也撥不開這種的煩惱，這就是「心思難堪耐」。很困擾，困擾的是那個心的操煩，心的情緒這樣常常困惑著我們，纏繞我們，真的是難堪難耐，苦在這裡。因為有人相、我相、男女的相，這樣等等的相，所以分別起了人和人之間，有男貪女愛，造作了很多社會人間種種困擾、種種煩惱、種種心迷意亂，很多的煩惱都是在這個「相」。人相、我相、壽者相、男女相等等相，都是這樣來困惑我們。所以，「八苦」，人生本來最根本就有「八苦」，這個根本的「八苦」，源頭，也就是染情生愛恨情仇，「生」，是從何生來呢？無中生有嗎？不是。同樣父母所生的身體，追究源頭，無窮盡，沒有離開男女之間纏綿，所衍生來很多苦。所以，八苦之源是染情生。

「八苦」大家知道嗎？生、老、病、死、愛別離、怨憎會、求不得，五陰熾盛，但是它的最源頭，就是從「染情」開始。所以人間，複雜的事情，人類繁衍。而且人類很多無明煩惱等等，無不都是從情啊、愛啊、恨啊、仇啊，這樣一直一直衍生下來，使得家庭、社會、天下，就是只為了這樣的情，迷惑了人的心，造了很多煩惱業力，都是這樣起。所以，就有「苦諦」，苦諦一直衍生下來，無非就是「色」。色根，一切的這個色相就是最根本，大家用一點心去思考，難道不是嗎？是啊！所以，「集諸色根」，塵境，我們的眼、耳、鼻、舌、身，緣著外面的塵境，這樣去起了貪著的意念，眼根對境，六根對六塵，生了六識，這種色根塵來貪著。因為這樣，所以，讓我們人間亂象，這樣不斷衍生下去。

我們修行，就是要好好把心靜下來，亂的源頭，我們先把它去除，再也不要有情欲的源頭。沒有這個色欲來困擾我們的心，自然我們的心很平靜，我們有一個「定」，固定的方向，不會受旁邊的聲色、根塵，來誘惑我們的心。我們先把這個色塵、根塵，方向先將它撥清，沒有了，我們專心「滅諸苦法」，以清淨心修清淨法，自然我們的心，就能夠很專，戒、定、慧，三無漏學。守持著聞、思、修，我們若欠了戒、定、慧，戒、定、慧有漏失了，我們就沒辦法專心聽，我們就沒辦法靜心來思考，微妙的教法，我們就沒辦法身體力行，好好安心修行。所以要好好接受佛法，就要先洗鍊我們的心；洗鍊心，要淨水來洗鍊，才有辦法去除煩惱無明，煩惱的根源才能夠斷除，這是我們要如何面對人間。在人間，很複雜，要如何靜下我們的心，能夠吸收微妙的道理，在我們的生活中，這是必定的、必然的，一定要先去除，這種煩惱無明的根源。

所以我們要了解這個「苦諦」。「苦諦」的來源，會集很多的「苦」，就是有衍生，那就是「集」，集了種種這些色塵，由我們的根去造作，貪外面的色塵，這個根去緣、去造作。所以，我們若要好好修行，就要把這個源頭要滅掉，滅諸苦法來修淨戒，這是很根本的，大家要很用心啊。淨戒，我們身體力行這個道行，我們在這條康莊菩提大道，種種的法，它的微妙，我們要好好來思量，「諸法妙」，法妙，我們要宜思惟。道，種種的法真的很微妙，我們要很用心好好思量。法是這麼多，我們研究，去體會，實在是時間不夠，不要在色塵裡面消磨時間，惹一些煩惱來擾人心，拿很多的煩惱，把我們的情緒擾亂掉，讓我們起出了這種難耐堪忍。難耐，無法忍耐，難堪忍，這種的懊惱的情緒，無不都是從人、我、男女相，這樣來困擾我們。不論從開頭讓我們的心煩惱，到最後我們的方向、我們的目標就是要去除煩惱，才能夠回歸法，我們要用心去思量它。人間這麼多這麼多的量，無量無數的煩惱，根源是怎麼來？佛陀講了多少的法，要來對治這些煩惱，已經講了多少了？我們聽了多少？多少法能夠去對治這樣的煩惱？用這麼多法，沒辦法對治，我們要怎麼辦？那就是很簡單，思量的盡頭，就是一項，「知根源」，將根源去除。所以，了解這個根源，來自於愛、恨、情、仇，還是同樣再纏回來，但是我們知道纏的源頭。

「八苦」來源就是「染情」，因為染情生起來，染情的根源就是男女，這種亂了心思，所以，有這樣不斷衍生，就是在愛和恨，愛和恨之間容易起了仇；愛不到、得不到，那就成為仇了，就怨了，就憎嫉了等等，世間很多淺顯的事情，其實是很深刻的道理，很複雜的法與煩

惱，其實是很簡單，我們若了解。

所以對、錯，我們若對準了，那就沒什麼複雜的事情。所以這個道，雖然很微妙，但是我們心靜下來了，好好思量，將這個法，如何對治這麼多的煩惱？對治的方法是這麼簡單，那個源頭若知道，「一理通，萬理徹」，我們就能清楚。所以，我們要用心去體會。

「文殊師利」，前面的經文，我們對這些事情若知道了，下面再接下來的法，我們就能夠比較清楚。

文殊師利
又菩薩摩訶薩
不應於女人身
取能生欲想相
而為說法
亦不樂見
《法華經 安樂行品第十四》

這段經文，真的要解釋到頭來，很困擾人的心。古代和現在，其實是時代不同，回顧到佛陀的時代。孔子的時代，孔子時代，孔子也這樣說，「唯女人與小人最難養。」（《論語·陽貨》）女人，在孔子的時代也是被貶值啊！說最難養就是女人和小人。女人與小人一樣嗎？實在是，想到是很怨嘆！女人，以現代有多少女強人啊，而且做很多事情。現在的國家元首不少是女人，能夠引導人群，入這個人倫道德觀，也有很多女人，女人的勇敢，女人，常常說「為人母則強」，意思女人做人的母親，那分在照顧孩子，為了孩子，她很勇敢的，也很多。為家庭在拖磨，男人造很多業，女人就要去為他收拾。

常常在看，「草根菩提」（節目），雖然很草根，但是很清楚，看出了很多媽媽們，是多麼的辛苦持家，多麼的勇敢面對著環境，很草根，很實在的人生。我們每天早上在聽「早會」，在（慈濟）醫院裡面，所見聞的也很多。真實人間，家庭形態，社會，很多人間真實的生態，真的，女人比男人更堅強，但是很奇怪，是為什麼這段文，一直就是對女人有一種見解。但是，我們剛才想起來，其實女人也有種種，形形色色的心理狀態，因為心理，不論是男女之間，男人也是。

不過，佛陀是很細膩，佛陀為女人講經，女人覺悟，得授記的，成阿羅漢的，也是很多。這實在是，在這段經文很強調，只是一個心態，

男女之間，我們的心不要讓它誘惑掉，不只是女人，應該男女都是一樣，我們能夠再聽。

前面的經文就這樣說：「文殊師利！又菩薩摩訶薩不應於女人身，取能生欲想相而為說法，亦不樂見。」

文殊師利
又菩薩摩訶薩
不應於女人身
取能生欲想相
而為說法
亦不樂見

《法華經 安樂行品第十四》

這段經文是佛陀要更詳細，讓大家清楚一點。因為擔心大家，就是男女之間，是不是在排斥女人呢？佛陀既然說眾生平等，哪還有男女相呢？無人相，無眾生相，哪還有男女相呢？偏偏這個人間，因為男女之間，惹起來的禍端是很多。尤其是擾人，困擾人的心思，所以，佛陀在這個地方，要讓大家更加注意，更清楚，所以他就特別以，不可以親近女人，因為女人的身色嬌態嫵媚，露背袒胸，這就是在女人的身上，會想入非非，所以在這個地方，就是「菩薩摩訶薩，不應於女人身，取能生欲想相」，不要在她們的身上去想入非非。

所以「而為說法」，你要為他說法，就是心，自己的心要很定，很端正的心，要很定，要不然一邊說法，一邊妖嬌美態的身軀，讓他想入非非，那就不可。所以，道心不堅定，意志不堅定，這樣的人就不可，不可想要在她們的身上取得欲，去為她說法，不可為博取女人的歡心，去為她說法。不只是不能，為了博取女人而說法，還要「不樂見」，你對這個女人有心意，你盡量要避開她，不要一直要去親近她，預防我們的心。我們既然在女人的身上，已經有動心了，我們要趕緊避免，不要一直：「我要憐憫她。」「我要為她說法。」「我要輔導她。」不需要，因為你已經在她的身上，已經起了愛慕、憐憫的心。你要為她說法，不是憐憫她說法，是真正要淨化人心而說法，不是特別為了什麼人去說法，不是特別歡喜這個人，所以我為她說法，不是。這樣同情變感情。而且，不正確的感情，這種「紅杏出牆」、「金屋藏嬌」，也是這樣開始。情，男女的情，十分複雜，也十分脆弱，碰不得，所以，我們要好好很謹慎用心。

所以，有時候「若入他家，不與小女、處女、寡女等共語。」

若入他家

不與小女 處女

寡女等共語

《法華經安樂行品第十四》

假如要進去這個家庭，這個家庭是一個家族，不要單獨和單身的女孩子，處女，或者是沒有丈夫的婦女，要單獨和她說話，不可。我們進入這個家庭，是大大方方有事情進去，不是刻意要去，找處女、寡女講話，所以大家要很謹慎。

接下來這段經文說：「亦復不近五種不男之人以為親厚。」

亦復不近

五種不男之人

以為親厚

《法華經 安樂行品第十四》

除了上面不親近女人，不在女人身上，去生出了欲想以外，也不能親近五種不男之人。就是交朋友我們要很謹慎，莫要親近心態不端的五種不男，這要多去用心去探討。

亦復不近

五種不男之人

以為親厚：

並且謹慎交友

莫要親近心態不端

五種不男

斯等之人

性多雜染

無丈夫志操

故誠勿投近

與之親厚自害道心

心態不健全

壞心志

亂菩提心故

我們要教育，要好好淨化，要用佛法如何淨化人心，讓他的心思正確，我們要去淨化心態不端正的人，我們要先思考我們有多少能耐。我們若道心不夠，我們就不要，不可以去靠近，不可和他深交；可以友善，但是不要深交。因為我們自己的見解、思想，還沒有很穩固，法還沒有在我們的心很深入，自己要量力。「斯等之人，性多雜染」。這種心態不端，要和他接近，我們要好好用法淨化。我們的功夫若不夠，我們就不要去嘗試看看。我們暫時還沒有能力度人，我們就暫時要提高警覺。

因為這樣，他的心態不同，那就是「無丈夫志操」，沒有那個勇敢，沒有那個魄力，沒有對這個人間的正道，心態的不端，這我們要「誠勿投近」。不要一直要投入，不要一直要去接近，我們要保持著我們的心，保持距離。我們還沒有很，法很深入，我們還沒有到達，那分能夠得無漏法，這「戒、定、慧」，我們還沒有很具足，所以那就要自己要先鍛鍊自己，要不然這個思想、觀念，也會讓人誘引去。

「與之親厚」，不要接近，也不要很親密，用很厚的感情，就不可了，這樣會「自害道心」。佛陀就是要教我們如何預防，好好的，男女之間，要修行都一樣，比丘、比丘尼全都一樣。比丘對這種不男，「五種不男」，也要提高警覺；對女人也是，要去好好分析。可見男人的心是多麼脆弱啊！不論是對女人的形象，或者是對不男之人，都會，心都是很容易搖動。佛陀要大家提高警覺，不是完全女人之過，其實對象是男眾，要如何看待女人，要如何男人群中，要如何去看待，這全都要很用心。女人要自我警覺，我們是不是有不端的行為？沒有很端正，我們的身體，我們的體態，是不是現那分很嬌媚的態度，擾亂人家的心思？人家說：「江水可動，僧心不可動。」有要修行人的心，你若將它打動，這個業也很重。所以，這「根」與「塵」，女人對男人來說，也是色塵，因為我們有形，人家來看了，就在我們的身上起了欲念，這就是「塵」。

男人的形態，女人動心，像前日所講的，善目辟支佛，被一個女孩子看到，她就，那個女孩子就動心了，長者女一直要糾纏，辟支佛，害得辟支佛他把眼睛挖出來。「妳愛我的眼睛，眼睛就是這樣。」這是道心堅固，寧可毀身也不動心，不會讓這個女人的情將他纏住，這道心堅定。這就是修行要有這樣的程度，才有辦法真正去度人，要不然自己很軟弱，要怎麼度人呢？要好好去體會用心。

所以，「無丈夫志操，故誠勿投近」，不要去投入，不要去靠近。「與之

親厚」，去與他很親密，感情很厚，那就不可了，這樣我們會害到，我們自己的道心。所以，「心態不健全，壞心志，亂菩提心故」。我們的心態若不健全就是這樣，就會亂我們的心志，那就會亂了菩提心，所以我們要好好用心。

以上是諸菩薩
應不樂見
不與語
不與親厚浸沉交往
為此非法器
徒增不清淨法
於弘法無益耳

所以，「以上是諸菩薩」，就是初發心這些菩薩，說：「我要發大心、立大願，我要入人群去度眾生。」但是前面說過了，有種種兇惡的事情，有種種不正的行業等等，以及殺生等等，我們就要很提高警覺，以及女人相，我們也是。所以，這些菩薩初發心，你們想要靠近去投入，大家就要很用心。對女人，對男人、不男之人，這我們自己要提防我們的心。上面已經講過很多，不要親近，也不要一直去投靠，這就是一樣。甚至不要想要去看，要去親近，也不要一直要和人講話；要講話，也要人家能了解，他了解我們的語言，我們的語言對他有幫助。

前面也是這樣講，不論什麼樣的行業，什麼樣的生態，我們都要真正很謹慎。「不與親厚浸沉交往」。我們不要浸沉在這種，非正確的感情，一直沉溺在那個地方，在那裡往來、交往，不可。我們要端端正正，我們若端正，就不會惹來了那情緒來困擾。「為此非法器」，因為這些人，你要勉強去度化他，儘管你發菩薩心要去度化，但是這些人的因緣還不到，不是我們度化的對象，暫時還不是法器。不是法器，就是還沒有辦法，他的心還不能裝法水，這個桶子很污濁，法水還裝不進去，要先洗乾淨，再將它放進去。就像佛陀教育羅睺羅：「這個洗腳的桶子，剛才洗過腳了，水倒掉了，你就用這個桶子拿去裝飯，可以吃嗎？」羅睺羅說：「佛陀啊！桶子已經髒掉了，這是不淨的桶子，要如何拿去裝飯呢？」佛陀就說：「對啊！你的心不清淨，你要如何法能夠入心呢？」

同樣的道理，所以我們的心還沒清淨，這叫做「非法器」。因為心不清淨，你要向他說法，他沒有辦法接受，所以「非法器」。佛陀不是說他

們不會成佛，他們不能夠修行，不是；暫時還「無法度」，還無法度他，所以「非法器」。「徒增不(清)淨法」。這個法將它放在那裡，髒的地方，你將它放進去，水也變成髒的，同樣的道理。所以，「於弘法無益」。你要在他身上去宣講佛法，就像是對牛彈琴，還是沒有用，這就是我們用心去體會。

再來就是：「不獨入他家，若有因緣須獨入時，但一心念佛。」

不獨入他家

若有因緣

須獨入時

但一心念佛

《法華經 安樂行品第十四》

我們不要獨入他的家庭去，因為我們要很用心去體會，這我們要怎麼樣，和這種人互相親近，很親密的交往，不只是我們的心，會被他誘惑過去，甚至久來，久來，大家也會嫌疑，「到底這人與人之間，是什麼關係呢？」開始就會嫌疑了。這就是我們要避離的地方。

在過去，佛陀之時，也是有這樣外方的比丘，比丘他想要在人群中去度化，卻是他若去托鉢，一個家庭就很親切招呼他。他常常沒有按照佛的規戒，他就是每天都去到這個家庭，固定去。其中有一位女人，就是與這比丘總是很投機，說話很親，他一直在向她說法。但是，這個女孩在聽，不是在聽法，是要聽他的話而已；聽他的聲音，看他的人。所以彼此之間，他以為她在聽他的法；她以為：你一直要親近我，說法給我聽。所以，這兩個人之間，就來來往往，有時候她會去路上找他，他有時候就會來她的家。一直到周圍的人見到，「哇，這種比丘親近一個女子，這個女子對這個比丘這麼親密。」

他自己警覺到了，很懊惱，我要怎麼辦？他在一個園林裡面，在那個地方思考，愈想愈懊惱。但是這個女孩的形態，也一直在他的腦海中浮現，周圍的人對他們的鞭策，對他們指指點點，所以批評了；他也知道他不要犯戒，他要守規戒，但是心很複雜，後來有輕生的念頭。這個園林的樹神，知道其實他就沒有想要犯戒，但是在思考，那個思念中在困擾他，所以祂，樹神就現那個女孩的形態。他看到幻化，看到這個幻化的女子，女子的身態，這個女子就說：「既然若這樣，我們兩個人心若有投機，不如你就還俗，我們來建立一個家庭」。這位比丘聽到這樣還俗，他忽然間嚇一跳，醒了。

「我不能還俗，我就是出家，我就是不能有犯戒。」所以，那時候樹神就出聲了：「是啊，你不能還俗，表示你道心堅定。為什麼佛陀的教化，『觀身不淨』，男女之間那個污染形態，男女親近就是罪源衍生。為什麼你無法，去體會佛陀的教化？你將心靜下來。」這比丘如夢初醒，是啊，我既然沒有想要還俗，我怎麼道心一直向這個，擾亂心思的根塵、幻想；在根塵，又加上了幻想，為什麼呢？我應該多思考佛陀的教法，觀身不淨，如何去體會這個根，男女的纏綿，造成這個身體的污濁。這樣，心靜下來了，就思惟，終至他能夠體會佛法，真的就是已經覺悟了，登羅漢果，這就是有過這樣的典故。

所以，我們要知道，親近女人，或者是男女之間招來了譏嫌，讓人家嫌，「不令眾生，妄起罪過之想」。

不獨入他家
若有因緣須獨入時
但一心念佛：
此應離譏嫌
不令眾生
妄起罪過想故
應避偏邪染緣
呵護淨心緣
遠離非正軌緣
及散亂緣

男女之間，我們要避嫌，不要使眾生心中生起了妄想，犯了罪過的觀念，我們盡量要避開。所以，「應避偏邪染緣」。這個「偏」，我們的道已經偏掉了，有邪思、邪見，不正確，我們要趕緊要用法，來淨化我們的心，來覆護我們的淨心，趕快延續回來我們的淨，清淨的心思。就像那位比丘，樹神提醒他，「是啊，我應該要趕緊專心，來(思惟)佛陀的教化，專心」。所以，「訶護淨心緣」，避染緣，要保護我們淨心的緣。我們要好好「遠離非正軌緣」，不是正軌的緣，我們要撥離；會散亂我們心的緣，我們也要趕緊避除。

不獨入他家：
不可獨自
入他俗世宅舍
恐生過失

且召譏嫌
故不獨入

「不獨入他家」，我們不要單獨進去人家的家庭，若進去人家的家庭，就不要與處女、寡女共語；若是有不可避免的事情，非進去世俗的家庭，那個時候，我們應該要很用心防止，防止，我們要有這個恐懼的心，防止有過失。我們要好好謹慎，不要去招攬來這種譏嫌，所以我們不要獨入。

若有因緣須獨入時
但一心念佛：
若因緣須獨自
入他家時
但當一心想念佛
既以攝心清淨
護持淨戒

若是因緣要獨入之時，我們要自我警惕。所以「須獨入」，就是要有警惕，所以要「一心念佛」。「若因緣須獨(自)入他家時，但當一心(想)念佛」。念佛，能夠攝我們的心，讓我們的心清淨，能夠護持我們的淨戒，這我們要很用心去體會。

「若為女人說法，不露齒笑，不現胸臆，乃至為法猶不親厚，況復餘事。」

若為女人說法
不露齒笑
不現胸臆
乃至為法猶不親厚
況復餘事
《法華經 安樂行品第十四》

我們若對女人說法，就不要嘻笑，說話就說話，端端正正說話。我們可以柔，但是不要這樣嘻笑說法；說法就要端正說法。尤其是對女人，男人對女人說話，我們也是要很，更要端莊。「不露齒笑，不現胸臆」，因為對女人，女人她的眼根，她也是同樣會緣「色」，前面說過了，女人也會纏男人啊，也是很多，社會就是這樣的複雜；男女之間，不是男人在纏女人，就是女人在纏男人。所以男人在女人的面

前，也要很端莊。所以根和緣，我們要很謹慎。

若為女人說法
不露齒笑
不現胸臆：
若或有緣為女說法
笑不露齒
欲謹嚴也
遮覆胸臆
令拘檢

「若或有緣為女人說法；笑不露齒」。你笑，微微的笑。所以，佛陀說法都是微笑，沒有這樣大聲笑哈哈；有的人說話，一句都還沒說完就笑得這樣。期待大家真真正正，端端正正來說話。「笑不露齒」。要笑，是微微地笑，佛陀在說話就是微笑。「欲謹嚴」。很嚴謹，很謹慎，很嚴律自己來說法。所以，「遮覆胸臆」，將我們的身也都要遮護好。佛陀的時代是露半肩，要為女人說法，就是要將這個半肩也穿起來，端莊，不能露胸，露這個胸這樣出來，所以要好好很謹慎。

露齒笑為輕笑
現胸臆為無儀
均屬非軌
並應遠離
露齒笑、現胸臆
增他不善心故

「露齒笑」。就是這樣，不要露齒笑。「現胸臆」，就是沒有威儀，不可！這就是我們人相，也都需要維持我們的威儀，所以要好好用心。「非軌」。就是脫離了軌道。我們要講法的軌道是什麼？我們的行儀要顧好，不要露齒笑，不要袒胸露背，這都屬在「非軌」，不是威儀規則，我們要好好用心。所以像這樣，這種的說法，「露齒笑，袒胸臆」，是「增他不善心故」。你若要去為人說法，用這樣的形態，愈是沒辦法接受法，還會讓人的心不定。

昔阿難問佛
如來滅後
見女人云何
佛言 勿相見

設相見 勿共語
當專心念佛

所以，過去阿難問佛：「未來佛陀若不在，我們要如何見女人？」佛陀就對他說：「勿相見；設相見，勿共語。」不要和她見面。若是要見面，就是不要和她說話，當專心念佛。我們要用什麼方法去說法，我們有規則，這當然還要再引典故，來向大家說，但是時間不夠。所以，「乃至為法猶不親厚，況復餘事」。

乃至為法猶不親厚
況復餘事：
乃至正念實心為法
猶不當得而生親厚
況復為餘不善之事
為女說法當避譏嫌
尚不宜親厚
況復餘事乎

為法，我們就要很謹慎，單獨要和女人說話，我們就要很謹慎，有個節制，「乃至正念實心為法」。我們一定要正念，我們要真實的心來為法，若這樣，心不離法，我們才有辦法在人群中、在女人群中為去她們說法。所以，說法時，我們就要謹慎，何況非說法的時候去親近，這就不宜，不對了。

所以，為女人說法，要避免譏嫌。所以「尚不宜親厚，況復餘事」。說法，我們都要很端正了，何況，何況其他的地方。所以，我們要時時，將這個男女色相中，我們要很謹慎，對人講話，我們要很端莊。所以，我們要時時多用心！

～證嚴法師講述於 2017 年 3 月 23 日～