

薰法安心讀書會



薰法香心得

《靜思妙蓮華》 誠正信實 五法生聖
830集-20141201開示



高明智(惟智)

2021年8月21日

誠正信實助道

除諸煩惱

因欲生諸塵惑

是生苦本

精進勇猛修善

能斷惡法

輕安正念正知見

得法自在

誠正信實助道
除諸煩惱
因欲生諸塵惑
是生苦本
精進勇猛修善
能斷惡法
輕安正念正知見
得法自在

修行最重要是誠正信實，是做人最的根本，可以除煩惱，精進勇猛可以得法自在



各位，修行重視講究的就是我們的心，心念。我們若能誠正信實，這就是我們最好的助道法。我們要如何幫助我們修行，走在這條大菩提道？那就是要好好從內心修。內心最重要的，那就是誠正信實。這是我們人人做人最重要的根本，何況修行更不能缺少誠意的心，正確的觀念，也要有很深的信心，做人要實實在在，沒有虛假這種的心念。我們應該要好好守持，這就是幫助我們修行的助道法。我們常常說三十七品助道法，這三十七品當中，無不都是講究誠正信實。所以我們要用心下功夫，顧好我們是不是日日待人接物，心念，起心動念，我們就要提出「誠」字。

修行	簡要說明	助道	基礎	對人	做事	時間	心念	功效	精進
誠	誠意的心	三十七品助道法	做人修行根本	對什麼樣的人	做什麼樣的事	日日待人接物	念念起心動念	能夠除諸煩惱	修善斷惡輕安自在
正	正確的觀念								
信	很深的信心								
實	實實在在 沒有虛假								

不論對什麼樣的人，做什麼樣的事，這個「誠正信實」是很重要。所以好好地心心念念，這是我們的正軌道，是我們修行的基礎。所以有這樣的心念，我們就能夠「除諸煩惱」。修行就是要知道如何除煩惱，看看長者要認他的兒子，用盡辦法，首先讓他進來，教他如何除去周圍的垃圾，除去最骯髒、不乾淨的糞坑，垃圾、糞坑都要清理乾淨。就像我們在修行，修行的開頭，我們一定要將內心，心底的煩惱無明一定要去除。所以，去除煩惱，我們要先建立誠正信實，這是修行的正軌道。

我們要知道，因為「欲」，為何人人心中會有煩惱呢？為何我們整天有很多事情，尤其是法，我們為何無法通徹？不論是我們的心靈煩惱，或者是法無法很通徹，就是因為「欲」。因為有了欲念，這個「欲」是很廣闊。除了物欲以外，心靈，身心的固執，所想要擁有的一切，這都稱為「欲」。這個「欲」讓我們生起了很多的塵，也就是塵沙惑的煩惱。這念欲心是最害人，也是最傷害修行者的道心，也是最傷害所有生靈，會造就煩惱等等。無不都是從這個「欲」字開始，一念無明就是從這「欲」開始。

因為「欲」即是貪，貪瞋癡製造很多我慢、疑等等，就是因為這個欲。欲，讓我們整個心都糊塗了，所以因為一個「欲」字，讓我們生起了很多的塵惑。而這就是我們生死的苦本，我們生死的源頭，這個苦，就是來自於這個「欲」字。所以，我們若能了解這道理，我們就懂得精進、勇猛，修一切的善法。我們若沒很精進，沒很勇猛，我們就無法修善法。所以我們要好好用心，能夠斷除惡法。我們若能精進勇猛，修種種的善，這樣我們才能去斷除惡法，若是不精進，我們就沒辦法了。

精進若不勇猛，也是很慢。所以一切的善法要從精進勇猛中去修持，若能這樣，一切的惡法就能慢慢去除，新的沒增加，舊的就慢慢消除。善法增，惡法消。這要看我們是不是有用心在精進呢？是不是我們用心有很勇猛嗎？善法，我們有認清楚去做嗎？常常要問心，問我們自己是不是有精進？若是精進在善法，慧命就增長，煩惱無明就消除了，若能這樣，是我們修行的方向，回本家的路程。

精進

勤精進

勇猛精進

才能
斷除
惡法



輕安
自在

修行

道法

修一念善



若能這樣，我們就是輕安、正念、正知見，「八正道」就在面前。正思惟、正知、正見、正念... 等等，這八正道就是在我們的生活中，若這樣我們得法自在。我們若能得到法，除非心能輕安，輕安意思就是說沒有煩惱，自然就輕安了。我們能夠人、事、物，出世入世的法，我們若通達，自然就自在，輕安自在是我們修行所得到的目標，也就是心境最輕安的時候。學佛就是要這樣，修精進勇猛，修一念善，這也是起自一念心，要能輕安正念，也是一念心。

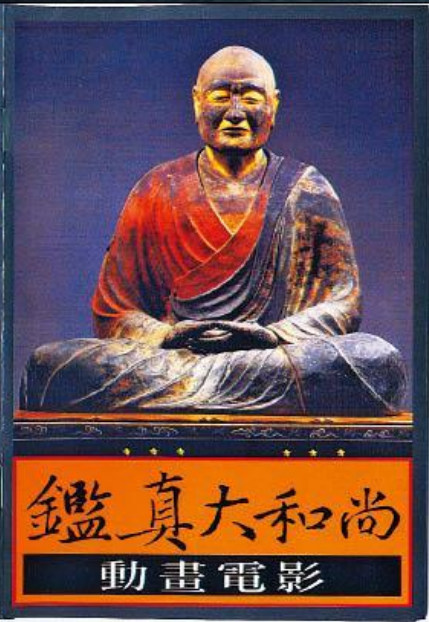
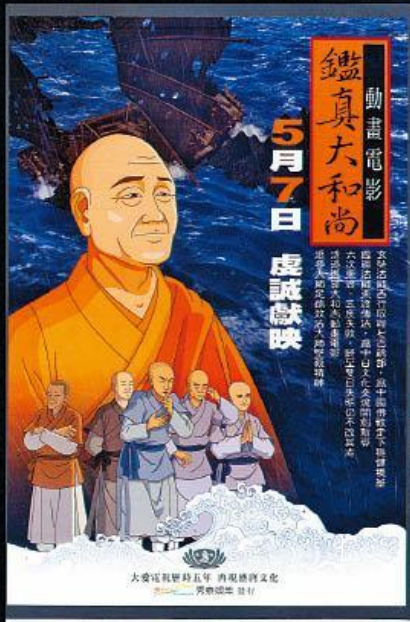
慈濟宗門人間路

持思法版勤行道



最近加拿大傳回來的消息，今年(2014年)是他們二十周年。加拿大，若要說起來，從開頭到現在，應該是二十二周年。那就是在1992年那一年，張潮銘居士與李美美兩夫妻在1992年去加拿大，在多倫多定居了。起初兩人要出國之前，就向師父說：「師父，我們若到加拿大，我要將慈濟的種子帶到加拿大，在多倫多播種子。」我為他們祝福，但願他們能在那裡生活落地生根，在那地方布善種子。

從這樣開始，他們將慈濟精神帶去了，很精進、很勇猛，見人就說慈濟，有機會就把握因緣。每一回若回來台灣，就帶著很多慈濟文宣資料回去，就是辦家庭茶會，邀人來，來他們家說慈濟、談慈濟。回來了，將台灣得到的消息就帶過去，慈濟最近在台灣做何事，如何普遍推動到國外，如何救濟等等，無不都是所有的一切。夫妻同心同道，精進勇猛，在那裡，見人就說慈濟善法，邀人人常常來他家中開茶會。



所以每一個人都是「輕安正念正知見」，在那裡生活，做人的典範，移民者的典範，在那個國家用心付出，受人人的肯定。這就是菩薩道，我們修行者不能缺少，所以我們要好好用心修行。我們的根本要自己好好顧好，誠正信實，正知、正見、正念，這都是我們修行的助道，我們的軌道，所以要用好好用心。

〔法華經 信解品第四〕

方便附近

語令勤作

既益汝價

方便附近

語令勤作

既益汝價

並塗足油

飲食充足

薦席厚煖

如是苦言

汝當勤作

並塗足油：

喻四如意足

能得定慧靈妙

不測之德

謂之神通

用種種方法，安慰他，在這地方生活很安定，不論是吃、住等等都很安定，這是「如此苦言」。種種方法勸誘他，心要定下來，不要三心二意，心要定，你應該要用好好用功，所以「汝當勤作」。 「並塗足油」，譬喻「四如意足」，我們昨天有說過了，「能得定慧靈妙不測之德」，這叫做「神通」。我們平常所說的神通，那就是在「四如意足」。

昨天說的「如意」，那就是快樂自在，就是能夠得到定，定慧。心若定，無事不通，心專、心定，自然我們想事情，「我想通了！」「如何想通的呢？」「我很專心，專心定心來思考，我想通了。」這叫「定慧靈妙」。我們的心若無雜念，心若專，意就定。心專意定，什麼事情想不通呢？所以這種「想通了」，如靈妙，心靈靈通，我們就有很多大的力量。這種「不測之德」，就是無可限量，無法去測量，這德都在我們的內心。

只要你想通了，心通了，意解了，這個法無不都是透徹。你透徹一切法，你所做的一切諸善法，很多的善法所累積的德，那就很大了。「德行」就是事情做了之後，累積起來的這種德。我們要做事也要用心，修行也是一樣。修小行，得自己的獨善；修大行，那就是自利利他、自覺覺他。這就要看我們用多少功夫，我們通達多遠的道路，我們接觸多少的人，付出多少，這就要看我們怎麼修，怎麼做。

其實，人人本具佛性，我們的力量是無可限量的。要說這個人的力量有多大，只要我們真如本性啟開，人人本具有無可限量，不可測量的神通妙力。所謂的「神通」，是我們的精神很專，心靈通達，這叫做「神通」。不是飛天鑽地的神通，是我們的精神很專，心自然就通達，沒有障礙，這叫做「神通」。我們所要做的一切無障礙了。

飲食充足：

即長行所說

米麵鹽醋

須者相給

飲食充足喻修慧

薦席厚煖喻修定

薦席厚煖：

薦席為草席

即長行所說

好自安意

此皆喻小乘定慧

僅為自利

不為利他

A traditional Chinese ink wash painting of a landscape. In the foreground, a stone bridge with a simple railing spans across a body of water. In the background, a thatched hut with a steep roof is nestled among trees and rocks. The style is minimalist and expressive, using varying shades of ink on a light background.

薦席厚煖：

譬觀練薰修諸禪

小乘禪觀

如薦席厚煖

不如大乘禪定

如白氈婉筵也

如是苦言

汝當勤作：

此喻五根五力

根力既成

乃堪眾苦

五根力：

信根力、進根力、

念根力、定根力、

慧根力

因此五法

是生聖道之根本

故名五根五力

* 「四大」：地水火風為四大，色香味觸為四微，人身是由四大假合而有，四大又由四微所成，所以總稱為八法。

* 「四微」：色香味觸四種極微分子，此四微是色法"物質"的元素，依此四微而成地水火風四大。

這八法，四大四微，「四大」就是地、水、火、風；色、香、味、觸叫做「四微」。人身是有這四大假合而有，我們大家要很清楚，我們這身體也是地水火風會合起來。身體不離開四大，不只天地的地水火風的四大，我們身體也是，但我們的身體向著外面的境界，這個四大等等，裡面有很微妙的道理，不只我們的身體，外面也是。就如昨天葛彬（清修士）問師父：「可以請教嗎？『草木金石皆有生命』，這要如何解釋？」這叫做「四微」。

四微，草木無不都是物命，如四季，草等等，草啊、木啊等等緣著四季，自然的境界，大地的物命隨著四季，它會生長，這是我們天地萬物非常微細的道理。他又再問，「若是金與石呢？」金和石裡面所含藏著，是給我們很大的利用。看看現在科技這麼發達，不離開金屬的東西。石呢？石礦，寶石、玉價值連城，而且石礦中、沙土石中都有很珍貴的稀土。反正現在電信、電腦，能到達了什麼「雲端」等等，這都是需要靠這些東西，你看起來很不起眼。但是裡面所含藏的，使所有的科技能夠通達一切的資訊，不離開這些東西，這叫作物命。

而我們人呢？人叫做生命。所以物理與我們的生理，生理在四大假合，物理也是四大假合。生命有很微細的生命，光是一個頭腦，頭腦若通達了，我們的智慧就成長了。同樣的道理，兩個眼睛怎可看這樣開闊呢？同樣的道理，那種微妙的理，生理、物理等等。這個理就是微。四大是地水火風，我們感觸得到，我們身體的地水火風若調和，身體是健康的。

各位，學佛真的要很用心，不論是學法之後，我們要一定誠正信實，自然我們的心就很穩定，不會有煩惱一直產生。我們了解道理，我們才知道不要有欲心，才能斷除塵沙惑。這必定我們要先精進、勇猛，所有的善法，我們都要修。自然惡法就斷，善法增長，很自然輕安正念，就得法自在，這是很正確的道理。所以大家時時要多用心啊！

願作上人的助教，廣傳靜思妙蓮華

感恩

Thank You

奈普敦智慧平台

<https://www.neptune-it.com/>