

薰法安心
讀書會



薰法香心得

《靜思妙蓮華》修戒定慧 杜絕口過
1418集-20170505開示

高明智(惟智)

2023年11月24日



於聲聞人

亦不稱名說其過惡

亦不稱名讚歎其美

又亦不生怨嫌之心

"Moreover, they do not give rise to"

戒能永斷惡業

定能出離散善

慧能除虛妄我

我所執

永斷見思煩惱

"and permanently eliminate"

由知苦

方肯斷集

由慕滅故

方肯修道

但求自度

"but this is only seeking to transform ourselves"

業惡散妄我煩惱
善我
斷離虛妄
永斷見思
由知苦
方肯斷集
由慕滅故
方肯修道
但求自度

聞佛說法
知生死苦
欲斷其因
慕寂滅樂
勤修其道
是名發聲聞
緣覺獨善心

由見思解善惡
諸有漏業
三界受生
因緣顛倒
悟四諦法
聞法獨善
畏入人群
故名為小乘

我們心為法，一將怨嫌名
存無為法，都捨掉，不要嫌名
切它捨掉，不要嫌名
不「方正行」

於聲聞人
亦不稱名
說其過惡
亦不稱名
讚歎其美
又亦不生
怨嫌之心



在我們身、口、意三業中，開口動舌、起心動念、舉步動足，無不都是要心存戒念。這樣我們很自然，惡的事情我們會很謹慎，善的事應該變成自然的行動，這就是我們要修行。

戒定慧

今日聞法心得

- ◆ 用心！戒、定、慧，是我們修行者三無漏學。
- ◆ 戒能永斷惡業，定能出離散善，慧能除虛妄我。
- ◆ 惡的事情我們會很謹慎，善的事應該變成自然的行動，這就是我們要修行。
- ◆ 「智」能分別，「慧」是平等。
- ◆ 要有清淨無私的善，不要有私己妄我的散善。
- ◆ 是非要聽清楚，若再聽到人家在說是非，我們才能為他分析清楚。

用心！戒、定、慧，是我們修行者「三無漏學」。「戒能永斷惡業，定能出離散善，慧能除虛妄我」。這我們要用用心去體會。我們若有戒，防非止惡，我們知道該做、不該做。該做的事情，我們要積極、精進；不該做的，我們要時時戒慎、提高警覺。在我們身、口、意三業中，開口動舌、起心動念、舉步動足，無不都是要心存戒念。這樣我們很自然，惡的事情我們會很謹慎，善的事應該變成自然的行動，這就是我們要修行。

定，就是「能出離散善」。什麼叫做散善？散善「加減做」，需要做，我去做，歡喜時，我去隨喜，若是沒有人叫我，我樂得清閒自在，不用我煩惱，也不用我去做。這種散善，不是那種「不請之師」——該做，我，不能少我一個，因為這是我的本分事，不用等人叫我們，也不用等人來通知我們；該做的，我知道，我就要去投入。平時是這樣的勤快，就是不請之師。也不是，歡喜我就去。你通知我，因為我不歡喜，有人讓我不歡喜，有人所做的不順我的意，所以我不歡喜。

儘管它是功德，儘管它是好事，他就認為他不歡喜的，他就不願意去投入。這種心量小，小，不要去分別是非，這只要做隨喜的功德，歡喜，我就要去做；不歡喜，我就不想要做。心生煩惱，就像這樣，這種好事情你不來叫我，所以我煩惱，我不要去，雖然是好事，但是你不順我的意，某一個人和我的意見不同，所以我不歡喜，我就不想要做。這全都叫做「散善」，「加減做」，歡喜我就做，不歡喜我就不要做，這叫做「散善」。

再來就是慧，「慧能除虛妄我」。我們要有智慧，我們人與人之間，是非很清楚，不該做的我們要很了解、清楚，警惕不要做。不只是自己不能做，也能夠婉轉，循循善誘，分析；不可為、不能做。這對已這樣的提高警覺，對他人就是悲念，不忍眾生去偏差錯誤。這慧是很正向、很正確，而且沒有偏差，時時都很穩定，了解眾生皆有佛性。這種的平靜定力，就是「靜寂清澄」。慧，就是真如本性，他的本質，這就是「慧」。

「智」能分別，「慧」是平等。他的心很安靜，是真空中的妙有。因為這樣，所以它能夠除虛妄我，沒有我迷失掉了，因為一切是空，平等如虛空一樣，這個空間，永遠就是開闊的，須彌山這麼高，須彌山的周圍還是很開闊，同樣的道理，這慧能夠除掉了，我們的虛妄的我。



我們人動不動就是這樣，「我最大，聽我的；我的方法最對。」這是自大、我慢，這叫做「虛妄我」。而我們若有慧，就夠能除掉了這個虛妄的我見。「我所執，永斷見思煩惱。」我所執著的，因為這個慧，我們的真如本性，已經浮現起來了，道理、真諦已經和我們會合了，所以這個我執，我完全都將它斷除；虛妄、我見完全斷除了。這見思的煩惱，就只是要讓我們知道「苦」。「苦」從哪裡來？那就是「集」。用這個智與慧；分別智、平等慧，去用功、去了解，自然這見思的煩惱，我們就能了解。

聞佛說法

知生死苦

欲斷其因

慕寂滅樂

勤修其道

是名發聲聞緣覺

獨善心

held by Hearers and Solitary Realizers

由見思解善惡

諸有漏業

三界受生

因緣顛倒

悟四諦法

聞法獨善

畏入人群

故名為小乘

we learn the Dharma only to awaken ourselves

「由見思解善惡」，因為有這這見、思，了解苦難是如何來，我們在修行的過程，知道見思起惑。惑就是煩惱，我們所看的，我們所思想的，都是因為我們無明起惑，有煩惱，我們現在也是需要，要有見，我們就是正見；要有思，就是正思惟，這樣我們能了解，了解善惡。善惡，就是「諸有漏業」。你做什麼善，善，剛才說「散善」，我們就不要散善法，我們應該，要有清淨無私的善，不要有私己妄我的散善。

所以我們應該不要有迷網，這個網就是妄網的我。這個妄見，讓這個網，網這樣將我們網住了，我們脫離不了自私己我，所以我們自然就有，永遠一個「我」。要做善，我願意，但是你要順我的意，你要尊重我，有事情要先讓我知道，讓我了解，我才去。這種要讓人尊重你，先讓你知道，哪有這麼多事情，好讓你先知道呢？

「三界受生」。因為我們所做的都是在有漏業，所以我們永遠都在三界中，在輪迴。儘管你有做到善，有造到福，有做善造福，輪迴人間總是會得到福業，這福業就是生活很好，做事業都很順利，財、名、利都有。這就是過去生，有造到善業、福業的因緣，但是就是在「散善」之中，有福也有煩惱，這就是「散善」。所以在「散善」之中叫做有漏；有漏永遠都在三界受生。所以，「因緣顛倒」。既然修行了，我們要正因、正緣，有為法，我們要認真、精進，但是心靈的無為法，我們不要散失了，所以要自己把握住，要不然因緣造成顛倒。所以我們要「悟四諦法」，要了解。

這全都叫做「散善」，「加減做」，歡喜我就做，不歡喜我就不要做，這叫做「散善」。

「散善」之中叫做有漏；有漏永遠都在三界受生。



這種散善，叫做有漏的善業。所以做善，願意接觸到善事，願意發心，我們也要顧好我們這念心，不要這種有漏的「散善」。

佛教術語，為“定善”之對稱。指以散亂心所修之善業。善導大師于《觀經四帖疏》中，立定善與散善二義。大師謂《觀經》所說的十六觀，前之13觀為定善，後之3種則為散善。並於《觀經四帖疏·玄義分》中說：“其要門者，即此《觀經》定散二門是也。定即息慮以凝心，散即廢惡以修善。”但淨影寺慧遠大師則認為修習三福稱為散善往生，修習十六正觀稱為定善往生，此說則認為十六觀皆屬定善。

證嚴上人說：我們應該要有清淨無私的善。

修行既然很不容易得到佛法，很不容易能夠有這善的因緣，我們又回歸在顛倒因緣中，我們又回歸在獨善其身，那就很可惜了。我們應該一次接觸佛法，我們要一次走到底，要用什麼方法能在菩提道上，在覺悟的道路上走，走出了六度萬行來。這是我們要很用心去體會。



〔法華經 安樂行品第十四〕

若口宣說

若讀經時

不樂說人及經典過

亦不輕慢諸餘法師

不說他人好惡長短

nor disparage any other Dharma teacher

於聲聞人

亦不稱名說其過惡

亦不稱名讚歎其美

又亦不生怨嫌之心

"Moreover, they do not give rise to"

釋應離口過惡

樂說人過

及說經典過

輕慢其餘法師

及說人長短

均為言語之過

為說經時

所應遠離

discussing others' strengths and weaknesses are

「樂說人過」，有的人有一個習氣，那就是只是聽一邊，聽到就斷定這個人不對，或者是這個團體不對。只是自己聽一面之詞，一時的感覺，我們一下子就這樣說出來：「這不對，這樣不對」，批評人不對，自己可能還不清楚，所以我們不要做一個，不清楚的人。

要時時自我警惕，自我反省，自我懺悔

方法，教導我們方法，前面精進，後面不要執著，這是佛陀的方法。我們呢？就是有的人覺得我才是「真」，因為我是大乘法，小乘法的人都不對。他們沒有不對，只是停滯在那裡，一直將人拖在那裡，沒有讓人家再進步，只是差在這裡，這樣而已。所以我們不能輕慢他，我們也要很尊重，若沒有這樣走過來，哪有到這裡的路呢？所以我們要尊重，不能輕慢其他的法師。

但是，必定要有分別，分析得清楚，我們不要說，「我不要講是非」，所以不要去了解是非，也不能這樣。是非要聽清楚，若再聽到人家在說是非，我們才能為他分析清楚。所以說起來做人很困難，我們不能去讚歎他，我們也不要毀謗他；不能不知道，我們要知道他的優點，不能不知道他的缺點。所以，優、缺點，我們都要好好分析，這就是是非要分清楚。我們還沒有清楚之前，「均為言語之過」，若還沒有清楚就去說，這都容易有言語的過失。

TAYATA OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA
TAYATA OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA
TAYATA OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA



不聽是非
不理是非

不說是非
不傳是非

是非朝朝有 不聽自然無

TAYATA OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA
TAYATA OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA
TAYATA OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA

是非要聽清楚，是非分別清楚
但不隨風起舞，為他分析清楚

若稱名說其過惡

則阻其向大

若讚聲聞

小乘人之美

則使信大乘行者

心志不堅

this will cause practitioners who believe in

以上均應

遠離語言之惡

於意念

無怨嫌聲聞之心

似屬意業

若既存是心

則易出諸口

故亦應戒

it will be easy for us to speak of such things,

於聲聞人

亦不稱名

說其過惡：

若於聲聞小乘人中

亦不指名

談其過失

to discuss their faults or transgressions

次別舉聲聞：

此等根性未定

若讚二乘之美

令彼退大取小

若毀二乘之惡

令其小大俱失

故毀讚都不應

it will cause them to give up

亦不稱名

讚歎其美：

亦不指名讚歎其德

云何毀讚二俱不可

以壞真心

disparagement and praise?

毀之生諍

互不能安

讚之生愛

容易引人入於小法

故雙止

the Small Vehicle Dharma

又亦不生

怨嫌之心：

若其互相所共處

相承之人

及所秉之法

妨害我道者

謂其人法鄙劣

即生怨嫌心

we then claim that these people and

我們不要又對它生起了：是對、不對。或者是大家相處，我們既然相處，互相要互動，合和互協，在人群中互相相處著。法，我們要互相相傳，我們不要在這當中來互相怨嫌。因為我們共同所秉持的法，我們要彼此要容納，不要我們在共修，意見有一點點偏差，互相來批評，互相來妨害我們修行的道路，不可。我們，儘管我們同樣一個道場，同修一樣的法，我們不要彼此妨礙道心，不要彼此怨嫌。這是最重要，大家也要用心體會。

安樂行人

為弘大典

將護小行

怨嫌俱捨方名正行

心機一動

聲說即發

杜口說過之源

故不生心

so to stop transgressions of speech at the source,

所以，「安樂行人」，我們只是一個使命感，為弘揚大典，就是很大，菩薩道業，這個經典我們想要去弘揚它。我們應該就是要護小行者。就像釋迦佛，對小根機的人施以小教，所以我們就是要去保護他，小乘根器的根機，我們也要保護他。這個怨、嫌，你要怨、嫌，我們要全都捨掉，不要對某一個人批評、有怨。他雖然獨善其身，雖然他不懂得愛護群眾，我們也是要心寬，要包容，我們也要疼惜他，不要怨，不要嫌，這我們都要捨掉。因為群眾有為法，我們要心存無為的心念。無為法，我們心存無為法，一切都將它捨掉，不要怨，不要嫌。

所以，「方名正行」。這樣才是真正我們在正修行。我們近圍的人，我們都無法寬他，向外的人你如何能去包容他呢？所以，不論是大小乘法，要互相相融，互相包容，要應該這樣，我們才不會這種，「心機一動，聲說即發」。我們的心念一動起來，聲音就出來了，讓人家聽到就很不歡喜。對某人不滿，說他的過錯；偏護什麼人，一直讚歎什麼人，不可。所以，我們要「杜口說過之源」。就是杜絕，我們要斷掉了我們口頭，很愛批評人這種的源頭，源頭就是心。

這個「樂說人過」，樂批評經典過失，這都是從心起，我們現在要杜絕，叫做「杜口」，就是拒絕它，我們要斷絕了講人的是非，這種的習氣我們要去除，這樣就「不生心」，就不會有這個心態，一直動不動要批評人，要怨嫌人，不可。我們應該要記得，要「戒定慧」。「戒能永斷惡業，定能出離散善，慧能除虛妄我」，這要很小心，「戒定慧」，斷去了我們那個執著的見解，所以我們要時時多用心！

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/>