

《群書治要 360》第四冊—知足不辱，知止不殆 悟道
法師主講 (第三二一集) 2024/7/19 華藏淨宗學
會 檔名：WD20-060-0321

諸位同學，大家好！我們繼續來學習《群書治要 360》第四冊，第五單元「敬慎」，六、「養生」。

【三二一、甚愛必大費，多藏必厚亡。知足不辱，知止不殆，可以長久。】

這一條出自於卷三十四，《老子·德經》。

『甚愛必大費』：是過分貪愛名利必定耗損嚴重。「甚愛」，是過分的貪愛，指熱衷追求名利。「大費」，是嚴重的耗損。『多藏必厚亡』：過於橫徵暴斂財富必定損害嚴重。「多藏」，積聚財富，財富積聚很多。「厚亡」，是嚴重損害的意思。『知足不辱』：知道滿足，就不會受到羞辱。『知止不殆』：知道適可而止，就不會勞神傷身。「知止」，是適可而止，不作無限的要求。「殆」，是危殆、危險。

這一條講，「過分貪愛名利必定耗損嚴重，過於橫徵暴斂財富必定損害嚴重。若知道滿足，就不會受到羞辱；知道適可而止，就不會勞神傷身，能這樣生命就可以久遠。」這一條教我們要怎麼養生，也就是對任何欲望，名聞利養、五欲六塵，適可而止，不能過分的去貪求，過分貪求必定帶來損害。要知足，不要過度的去貪求，適可而止，這樣對自己的身心不會帶來傷害，我們的生命就可以長久了。道家講長生不老，就是要知足，對任何事情都不能過分。

好，這一條我們就學習到這裡。祝大家福慧增長，法喜充滿。阿彌陀佛！

