

諸位同學，大家好！請掀開《十善業道經》第十六面，經文第三行：

【神足莊嚴故，恆令身心輕安快樂。】

這個句子它是省略的，要完整的念，這個文在第十四面，十四面倒數第三行，「龍王，舉要言之，行十善道」，再接這文就全了。「行十善道，神足莊嚴故，恆令身心輕安快樂。」「四神足」給諸位介紹了前面兩條，今天我們看第三條，從第三條講起。第三是「進」，進就是精進；第四條是「慧」，是智慧。「神足」這個意思就是「如意」。中國人在過年的時候常常祝福大家「事事如意」，「四神足」就是「事事如意」的意思。要怎樣才能做到真正的如意？前面把要領跟諸位說過，放下就如意了。放下，要記住，不是在事相上放下。事相上，實在講沒有障礙。佛在《華嚴》上告訴我們，「理事無礙，事事無礙」，這是事實真相。障礙發生在哪裡？障礙都是發生在妄想分別執著。所以只要把妄想分別執著放下，就沒有不自在的。

中國古大德常常教導我們：「於人無爭，於世無求。」這兩句話非常重要。也許有人問：「假如我不跟人爭，在這個世間一無所求，活得有什麼意思？」似乎人活在世間就要爭、就要求，這是西洋人的想法；這個想法，實在講誤導眾生，造成這個世間無量的災難，天災人禍就是因為人爭、求，感來的苦報。聖人教導我們是非常有道理，為什麼？如果爭、求，要真正能得到，那是好事情，應該去爭，應該去求。怎麼爭、怎麼求，也得不到，你何必去爭？何必去求？

為什麼得不到？你命裡頭沒有。諸位要知道，我們這一生當中怎麼去爭、怎麼去求，都是緣。有緣沒有因，你們看看這個世間人，哪個不爭，哪個不求？幾個人求到，幾個人爭到？絕對不是說一百個人爭，一百個人都得到，一百個人求，一百個人也都得到，這個爭跟求有意義，值得提倡的。一百個人爭，得到的可能只有一、兩個；一百個人求，能求得的可能也只有一、兩個。我們就說這是或然率，這不是真實的。

佛教給我們，「因」是過去生中種的。你求財富，你命裡頭有財，命裡頭有多少財，也是一定的，你想多得一點，得不到，你想少要一點，也不可能，該得多少，到時候自然現前；而且得到的還有時節因緣，有人年輕的時候發達，有人中年發達，有人晚年發達，時節因緣各個人不一樣。所以古德說了兩句話，「君子樂得作君子，小人冤枉作小人。」都是講事實真相。

而在佛門裡面，佛家常講：「佛氏門中，有求必應。」你們看看《了凡四訓》，雲谷禪師對袁了凡先生的一番開示，那是聖人之道。何以說「有求必應」？因為佛懂得這個道理，了解事實真相，你想求，如理如法的求，就一定能得到。「我想得個瓜」，你不去種瓜，天天在那裡禱告、求，天上會掉個瓜給你吃？哪有這種道理？這不可能的事情！佛怎麼教你求？你想得瓜，教你種瓜，你才能得到。你要求財富，佛說財富的因是什麼？財富的因是財布施，你才會得財富。

這一世當中，我們看到有很多擁有億萬財富的人，他的財富從哪裡來的？過去生中財布施的因，他布施得多，他布施得大，這個大是心量大，他布施得歡喜，他布施得自在，這一生發財好像不操心，自自然然財源就滾滾而來，就這麼回事情。過去生中沒有種因，這一生想盡方法也得不到，無論用什麼手段都是枉然，只是造罪

業而已。聰明智慧是果報，法布施是因；健康長壽是果報，無畏布施是因。你要懂得這個道理，你就會自在了，就會如意了。把一切妄想分別執著、不正當的方法統統捨棄掉，規規矩矩、如理如法的去求，種善因一定得善果，這個道理不可以不知道。

今天講「進」，進是精進，不斷的在進步。進步就自在；退步就懊喪，就起煩惱，進步就快樂。什麼地方求進步？給諸位說，真精進是心地的清淨平等慈悲，我們要在這個地方求進步。再告訴你，物質的受用、精神的受用不必要求，自自然然都在其中。這就是佛家常說的，「功德」裡面有福德，「福德」裡頭沒有功德。有功德，哪有沒有福德的道理？所以佛菩薩教我們修積功德。「功」，就是講做功夫。什麼是功夫？放下是功夫。放下妄想分別執著，放下一切的不善，這是「功」；你所得到的智慧、德能、受用，那是「德」。你修「功」，然後你自然就有「德」；不修「功」，妄想求「德」是決定求不到的，我們一定要明白這個道理。

求進步，特別要留意到的，那個進步叫「精進」，著重在「精」，精是純而不雜。我們是初學，初學是非常非常重要，如果不從精進，你決定不能成就。我們在經上看到，法身大士他們的確廣學多聞了。《華嚴經》上我們看到善財童子，善財童子在文殊菩薩會裡面是專精，那是初學，一門深入。一門深入到什麼時候才可以廣學多聞？到戒定慧三學完成，智慧開了，智慧開了破一品無明、證一分法身，這是圓教初住菩薩，這個時候五十三參，廣學多聞。這明白的教給我們，沒有到破一品無明的程度，沒有資格參學，沒有資格廣學多聞。

四弘誓願裡面說得多清楚，頭一條教你發願，「眾生無邊誓願度」。第二條教你斷煩惱，「煩惱無盡誓願斷」，那個煩惱是見思煩惱、塵沙煩惱、無明煩惱。無明煩惱也要破幾分，才能進入第三

個階段，「法門無量誓願學」。擺得這麼清楚，我們不相信，我們一開頭就要廣學多聞，顛倒了。所以用盡了心思，用盡了精力，到後來一事無成，這是不聽佛陀的教誨。最後，「佛道無上誓願成」。善財參訪普賢菩薩，最後一參參訪普賢菩薩，那個佛道怎麼成的？普賢菩薩「十大願王導歸極樂」，無上佛道成就了。這麼清楚、這麼明白擺在我們眼前，我們不能夠依教奉行，你說多可惜！所以要知道精進無間，我們才得自在。

這四條裡面都得神通，所以「神足」也是「神通」。這四條是徹底放下妄想分別執著。神通從哪裡來？自性起用。後一條「慧」，慧是自性般若智慧起用，心不散亂了，實在就是《彌陀經》上所講的，「一心不亂」、「心不顛倒」。四神足裡頭「慧」就是「心不顛倒」，四神足裡面的「念」就是「一心不亂」，這樣才得大自在，這樣才能夠事事如意。因為這四條能發神通，所以叫「神足」。「足」是表「圓滿」的意思。我們知道這個道理，曉得怎樣修法。

凡夫修行最大的障礙，是我、法二執。我執造成了煩惱障，法執造成了所知障，兩種障礙是這麼來的。所以佛教人，頭一個要把「我」這個執著捨掉，捨掉這個執著，你才能找到真正的「我」。這個「我」是佛經上講的「常樂我淨」，這個「我」你才能找到，這是真正的自己，禪宗裡面講「父母未生前本來面目」，你才能找到。如果你執著這個身是我，那個真的我，你永遠找不到。這身是假的不是真的，剎那生滅，捨了假的，真的就現前了。一切大乘經教教我們這樁事情，所以能夠依教修行修四神足，經上告訴我們，『恆令身心輕安快樂』，這是受用。

我們希望我們生活得很快樂，「輕安」是佛法修學最初證得的境界，身心安樂，永離煩惱了。我們凡夫身體粗重，什麼原因？煩

惱太多了，習氣太重，得不到輕安。當我們自己修學功夫得力的時候，輕安的境界會現前，但是時間很短，不能保持。我相信有許多同學都有這個經驗，特別是在念佛的時候、誦經的時候，偶爾會短暫的感覺得身心清涼自在。如何能永遠保持？那就是功夫。有人在念佛的時候告訴我，他突然感覺他身體沒有了，非常舒適，有人感覺得身體好像上半身有、下半身沒有了，這都是輕安的境界。

為什麼會有這個現象？這個時候沒有妄念，就是說離開了妄想分別執著。可是剎那之間他妄想分別執著又起來了，起來了，這個境界就沒有了。這雖是很短暫，給我們證明佛講的這個境界是真的，不是假的。這個境界是真實受用，人常住在這個境界裡面，頭腦是清醒的，對於世間這一切眾生、這一切現象它的變化，你就會看得很清楚，看得很明白，所謂是「當局者迷，旁觀者清」，這種能力我們就叫它做「神通」。我們為什麼看不清楚？我們在迷。他為什麼能看得清楚？他在覺，他不迷。所以這些覺悟的人，幫助我們迷惑顛倒的人，教導我們一定要求覺悟，求覺悟才能真正解決問題，不依靠別人，靠自己。不需要常常求別人指點，自己比什麼都清楚，這個多好！

那要怎樣？一定修「四念處」，四念處看破，純粹是智慧；修「四正勤」，斷惡修善；修「四如意足」，放下一切妄想分別執著。然後我們才真正能夠得到欲自在、念自在、進自在、慧自在，這個大自在確確實實是可以證得的。什麼時候證得？完全在個人。精進！你真精進，你就早一天得到；你要是懈怠，你就晚一天得到。這個「晚一天」，這一天的時間很長，可能是來世，可能是後世，可能是無量劫之後。你要不精進就會墮落，一定要精進不懈。好，今天時間到了，我們講完了這一段。

