

爲什麼五葷不能吃

葱——傷腎耗水氣。

韭——傷肝耗木氣。

五葷—— 薤——傷脾困土氣。

蒜——傷心滅火氣。

蕪——傷肺散金氣。（香煙）

既然三厭（天厭——飛禽、地厭——走獸、水厭——水族）其性有暴戾橫逆之氣，五葷（葱、韭、薤、蒜、蕪）能充散五臟之元氣，又食水族類耗「精」、食走獸類阻「氣」、食飛禽類失「神」。所以我們非戒除不可，若戒除了三厭五葷，清口茹素，自能使心性呈現五臟氣和，五炁調元，心神清爽，又能清心寡欲，惡心淨盡天理流行，自能明心見性，成道證果成真，自不為難矣。

左二爲梁前輩



汐止梁樹根前輩，今年九十高齡，求道三天即清口茹素，問其長壽的秘訣，只說：「吃菜啦。」