

談心

美國全真道院

楊碧珍 老點傳師



常言：「身者心之器，心者身之主」。主宰一身行為在於心。人生難得三無心：無憂的心、無爭的心、無愧的心。生活難得三有心：有正節心、有正規心、有正常心。

在人生的旅途上，有信心、寬恕心、誠懇之心是最好的伴侶，最甜美的乾糧，最大的財富。它能負荷上天一切的大任，把你引上正覺的道路，面對事實的困難，有力量向誘惑挑戰。困難是成功的恩人，因此對於困難要感激，不要有埋怨，因為有前阻才會有後力。

心的總論

一、心有善惡之心，一切善惡皆出自我心，

覺迷之心，理慾之心，正邪之心。心念正就是天堂，心念邪就是活地獄，天堂與地獄就在心念之間，自心修善令人安樂，自心作惡令人受苦。心是身之主，身是心之用，心不能靜，便不能適從。故佛由心成，道由心學，德由心積，功由心修，福由心作，禍由心為。最難控制就是心猿意馬，不得控制心猿意馬，亦要勉強而行之。心清能上天堂，心煩能下地獄，心能作佛，也能作眾生，即心正成佛，心邪成魔。心是人的無形鏡子，只有平靜之心，才能觀照萬物。故聖人能從善去惡——明心。

二、心要掃空，意要清靜，不無外物所擾，不為環境所動。所謂心不可不虛，虛則義理來居；心不可不實，實則物欲不入。心裡不

海外來鴻

要存著太多的疑惑，不要存著太多的自我，多心自增掛慮，疑心自造困擾。專心修道，虛心學道，慈心講道，實心佈道，盡心聞道，耐心理證道，不動心，不動氣，就可以達到聖賢領域。

三、人的心胸有欲則窄，無欲則寬。人之心事有欲則憂，無欲則安。人之心術有欲則險，無欲則平。人之心氣有欲則餒，無欲則剛。所以聖人無欲〔理〕，賢人寡欲〔氣〕，凡夫多欲〔象〕，愚夫隨欲〔地獄〕。故多寬恕，給人間一點愛心，人間就多一份溫情，時時刻刻勉勵自己創造你的人生，贈給眾生更多的愛心。

四、要治心先除慾。所謂慾不可縱，樂不可玩極，志不可太滿，性為慾則亂，心為物慾則爭，私慾越大，氣量就越小，物慾越多，成聖成佛就越難。心不長無明草，性地常開智慧田。老君曰：「故人神好清，而心擾之，人心好靜，而慾牽之，乃生妄心，心有所貪求，即生煩惱，憂苦身心，使遭濁辱，流浪生死，常沉苦海。」上士不爭，下士好爭。為了爭名奪利而拼到你死我活，如果不與人計較，則煩惱

去矣，故不與人爭利，則憂愁去矣。常遣其慾，而心自靜，澄其心，而神自清，自然六欲〔色、聲、香、味、觸、法〕不生，三毒〔貪、嗔、痴〕消滅，就達到仙佛的境界。

五、故治心功夫在定靜，治人功夫在誠信，治事功夫在公正，治身功夫在勤養。用平常心，保持定靜，即可去煩惱。多用懷著感恩的心，就沒有爭執。一切懷著付出幫助的心，不求回報的心，坦然自在。如果能領悟這些道理，自然會把心定靜下來，以虛養心，以德養身，以善養人，以仁養天下萬物，以道養萬世，養之義大矣哉。

修道人要學習的目標

化抱怨心——有達觀心。
 摒眾生心——行平等心。
 去貪妄心——存知足心。
 除暴戾心——生慈悲心。
 戒慳吝心——發佈施心。
 剷罪惡心——擴善德心。