



05

《四正勤講記》

修行四正勤在大小
乘的重要性

目 錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 51 ～ P. 57	無	1 四正勤的重要性	1.1 善根成就的修行方法 - 聞法修行 1.2 善根成就的功能 1.3 佛法將眾生分為三等 - 凡夫、賢人、聖人
		2 四正勤本身就是修行	2.1 錯誤的觀念 2.2 正確的觀念 2.3 佛經中的譬喻
		3. 論典中的說明 - 四正勤在大小乘法 中的重要性及其關係	3.1 小乘的《俱舍論》 3.2 大乘的《百法明門論》 3.3 大乘的《成唯識論》 3.4 結論 -以上三部論著，都重視 「勤」



05修行四正勤在大小乘的重要性

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 51 ～ P. 53	無	1 四正勤的重要性	1.1 善根成就的修行方法 - 聞法修行 1.2 善根成就的功能 1.3 佛法將眾生分為三等 - 凡夫、賢人、聖人

1. 四正勤的重要性

-以四正勤精進修行，可以生起善根，從凡夫變成賢人、聖人。

1.1 善根成就的修行方法 - 聞法修行

1.1.1 修行善法，能夠讓善根在心裡生起。

1.1.2 聽聞佛法，能夠讓善根種子發芽。

1.2 善根成就的功能

1.2.1 能使人格健全成長，精神層面提昇，信成就、戒定慧成就。

1.2.2 能夠使人從凡夫逐漸成長，變成賢人、善人

1.3 佛法將眾生分為三等 - 凡夫、賢人、聖人

1.3.1 凡夫：懂得佛法，但是沒有修行或是修行尚未得力。

1.3.2 賢人：修行已經得力，善根生起，信心堅定

1.3.2.1 其人格已在轉變中，精神面已提昇，但有時仍會有煩惱現行。

1.3.3 聖人：初地以上的菩薩，已經斷了部分的煩惱

1.3.3.1 此後，不會再麻煩自己，困擾他人

1.3.3.2 煩惱雖然沒有完全斷盡，但是不會再現行。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 53 ～ P. 54	無	2 四正勤本身就是修行	2.1 錯誤的觀念 2.2 正確的觀念 2.3 佛經中的譬喻

2. 四正勤本身就是修行

2.1 錯誤的觀念 - 認為修行就是打坐

2.2 正確的觀念 - 只要精進薰習、實踐正法，就是修行

2.2.1 例如：禮佛、拜佛、念佛、誦經、抄經以及背經等



2.2.2 修任何法門，以精進的態度，一定會發起善根

2.3 佛經中的譬喻：

2.3.1 如母憶子：

- 修行就像母親不管到哪裡，都會不斷的思念她的孩子。

2.3.2 如雞孵卵：

- 修行就像母雞在孵小雞時，不會讓雞蛋冷了之後再去孵，必須不斷地去孵蛋。

2.3.3 如兒念母：

- 修行就像嬰兒一樣，肚子餓了，不斷地要找母親餵奶。

2.3.4 如水滴穿石：

- 細水長流，持續不間斷。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 54 ～ P. 57	無	3. 論典中的說明 - 四正勤在大小乘法中的重要性及其關係	3.1 小乘的《俱舍論》 3.2 大乘的《百法明門論》 3.3 大乘的《成唯識論》 3.4 結論 -以上三部論著，都重視「勤」

3. 論典中的說明

- 四正勤在大小乘法中的重要性及其關係：

3.1 小乘的《俱舍論》

3.1.1 四正勤是《俱舍論》中最基本的兩個修行條件之一。

3.1.2 《俱舍論》七十五法中有十個大善地法

- 信、勤、行捨、慚、愧、無貪、無瞋、不害、輕安、不放逸。

3.1.3 此十法與一切善法相應，故名大善地法。

3.1.4 善法中的第一個是信，第二個就是四正勤的勤。

3.1.4.1 信 - 首先要信，相信之後才能接受它，之後才會修行練習。

3.1.4.2 勤 - 就是修行善法，於心勇猛之作用，不斷地練習之後，漸漸會產生善根。

3.2 大乘的《百法明門論》

3.2.1 《百法明門論》一百法，善心所十一個：

- 信、精進、慚、愧、無貪、無瞋、無癡、輕安、不放逸、行捨、不害。

3.2.2 其中第二項「精進」即為四正勤

- 就是勇猛修善法、斷惡法之心的作用。



3.3 大乘的《成唯識論》

3.3.1 卷六：「勤謂精進，於善惡品修斷事中，勇悍為性，對治懈怠，滿善為業。」

3.4 結論 -以上三部論著，都重視「勤」：

3.4.1 「勤」是精進用功修行，使善法增長，惡法斷除的一種力量。

3.4.2 「勤」能使人勇敢、強悍

3.4.2.1 用它來對治懈怠、放逸，就不會退縮、畏懼，不會遇到阻礙就放棄。

3.4.3 有勇敢而強悍的心，才能使得善根、善業持續不斷圓滿完成。



討論題目

1. 請說明四正勤的重要性？
2. 請說明善根成就的修行方法？
3. 善根成就的功能？
4. 佛法將眾生分乘那三等？
5. 修行就是打坐的觀念正確嗎？為什麼？
6. 請列舉佛經中對於修行的譬喻？
7. 小乘《俱舍論》中對「勤」的說明？
8. 大乘《百法明門論》中對「勤」-精進的說明？
9. 大乘《成唯識論》對於精進的說明？

