

淨土大經解演義節要—欲望降低，修行能有成就（第一一九五集） 檔名：29-519-1195

下面說「六欲天主，乃欲界六天之王」，欲界這個欲是什麼？財色名食睡。世間人貪，這些天人也沒放下，六層天一層比一層淡薄。佛在經上告訴我們，說出淡薄這個形象，對財色名食睡，四王天、忉利天跟人間沒有差別，男女之欲沒有差別。夜摩天就有差別，男女在一起淫欲是擁抱，比我們下面就淡多了。欲界天人福報比我們大，生到天上是化生，不是胎生，所以他沒有胎獄之苦。兜率天人男女交會是握手，比擁抱就淡；再往上去化樂天人，男女見面是笑；最上面這一層欲界他化自在天，是微微的笑笑，點點頭。愈往上去，到色界天沒有了，對於財色名食睡的念頭沒有了。這個沒有，諸位要曉得，是禪定成就了，初禪禪定成就，定功把它伏住，根沒斷。只是就佛經上講的「制心一處」，他把這心放在一個地方，那一個地方就是禪定，就是定。這個五欲念頭都不起了，何況有行為！念頭都沒有了，這是功夫。佛在經上跟我們說的這些事，可以在我們身上日常生活當中去體驗，我們對於財色名食睡，一般是擁有無有厭足，愈多愈好，多多益善。功夫好一點的人就知足，在現前的社會我能擁有一千萬夠了。功夫更高一點的，我只要有一百萬就夠了，你看他的欲望不就降低了！再低一點，我有十萬塊錢就夠花，生活就無憂無慮，這是欲望降低，自己能控制得住了。財色名食睡全能控制，這樣的人具足修行的基本條件，他修行能有成就。

真正修行人，釋迦牟尼佛給我們做的榜樣，全放下了，日中一食、樹下一宿、三衣一鉢。在那個社會、那樣的國家，大家尊重修行人，都願意供養修行人，沒問題；現在我們到外面托鉢沒人給你

，環境變了。可是真正有修苦行的，住在深山裡面，依靠野生的果木維生，他吃這些東西，心地清淨，一塵不染，有沒有？有，少數，很少。在這樣環境裡面修行，他真修，他能維持生活嗎？能維持。為什麼？他消耗能量太少，他心地清淨。我們今天了解能量消耗最大的是妄念，真正修行人他沒有妄念。如果一個人把心放在阿彌陀佛上，一心專念阿彌陀佛，除阿彌陀佛之外沒有一個念頭。我們能夠想像得到，他一個星期吃一餐飯就夠了，阿羅漢如是！阿羅漢一個星期吃一餐夠了。也就是說他是個省油的燈，添一次油可以點七天，七天一餐飲食他就夠了。現在的人妄念紛飛，一天到晚胡思亂想，一天三餐吃不飽，還要加多少道點心，道理在此地。你每天消耗的能量多，你補充不足要生病，你受不了，這樁事情不能跟人學的。什麼時候可以學？妄念減少，心定了。佛法講你修學得三昧了，可以，得三昧的人一天一食，日中一食決定不成問題。真正得三昧，二、三天不吃飯是平常事情，他不會感到飢餓，不會感到體力衰弱，不會，依然精神飽滿。

節錄自：02-039-0304淨土大經解演義