

淨土大經解演義節要—維持均衡是最健康的生活。 (第四四二集) 檔名：29-519-0442

第四個意思，「異體相入義。異體相入者，謂諸法異體，遞相涉入也」。這一種不但是精神現象非常明顯，物質現象也不例外。

「蓋諸法力用，遞相依持，方成緣起。如一持多，則多入一內；如多持一，則一入多內也。」統統講緣起。在我們日常生活當中，這些現象全都在，都在日常生活當中。我們見色聞聲，精神起的作用是受想行識，我們接受了，我們看了我們接受了。接受有回應，回應就是我們情緒，合自己意思的就生起歡喜心，甚至於有強烈的控制的念頭、佔有的念頭，就生這個，實際這是煩惱；不喜歡的，不喜歡的就排斥，這是精神方面。物質方面，你看看我們喝一杯水，水跟我們各異，我們喝下去，這些物質就相入，它入到我們身體裡面去。所以飲食起居確實跟一切物質異體相入，這都是成就緣起，成就什麼？我們這個身命。身命的成長是剎那剎那，如果把我們的飲食、水統統都斷掉，科學家講，大概一個人的身命只有七天就沒有了。你必須靠著外面這些物質來維繫，這個維繫裡面有物質、有精神。所以物質生活跟精神生活維繫你自己的健康、壽命，乃至於我們日常生活當中的情緒、念頭。這些東西統統都包括在異體相入裡頭。我們有沒有給別人？有，它互相的，我們也給別人，確實是相入。

「諸法力用，遞相依持」，這個諸法是十法界依正莊嚴，彼此互相做依緣，不是一樣東西可以獨立存在的，找不到一樣獨立存在的。換句話說，世出世間一切法，你不能說哪一法有用，哪一法沒有用，沒這個道理，只要是有一法，它一定有用處。我們自己認識不清楚，有些我們認為是無用的，要把它消滅掉，消滅之後問題出

來了。不知道整個宇宙緣起是均衡的，也就是現在人講地球生態的平衡。為什麼？它是互為依緣，少一個也不行，少一個就出問題，就產生變化，多一個也產生變化，維持均衡是最健康的生活。人的生理也是如此，每個人體質不一樣，異體，諸緣各異，每個人適應不相同。我們講飲食習慣、生活的習慣，各個人都不相同，這個不能勉強，體質不一樣，有人吃得多一點，有人吃得少一點，如果能適應自己身體狀況那是最健康的。所以你不能多要，多要對你是沒好處，你貪吃、喜歡吃的那不行，會吃出病出來。你如何能控制好，不多不少，這才能維護到最健康的狀態。所以佛在這裡講，還都是給我們講個原則，要我們在日常生活當中如何靈活去運用，才真正對我們有很大的幫忙。

節錄自：02-039-0067淨土大經解演義