

淨土大經解演義節要—學佛的人是要轉煩惱為菩提（第
四五二集） 檔名：29-519-0452

我早年，那時候二十幾歲，學了佛，我就練習晚餐這一頓斷掉。我的方法是減食，一天減一點、一天減一點，大概兩個多月晚上東西斷掉了，是慢慢減就變成習慣。省很多事，省很多時間。我是三十一歲跟李老師，跟李炳南老居士，知道李老師日中一食，好像在台中住了一段時期之後，我就跟他學習，我把早餐這一頓也斷掉，不難。我吃一餐吃到第八個月，我才告訴他，我說「老師，我已經一天吃一餐。」他說：多久了？「八個月了。」怎麼樣？「很正常。」桌子一拍，「永遠保持下去。」簡單的生活可以不求人，中國古人講「人到無求品自高」，我們生活簡單，需要量很少。可是我的一餐跟他一餐比，他吃得比我少，他是山東人喜歡吃麵食，告訴我印光大師也是如此。你看《文鈔》裡面講，麵食的營養比米飯營養高，持午、日中一食最好是用麵食，這印光大師講的有道理！所以李老師日常生活都是麵食，非常簡單。都是在意念，你有這念頭，問題就出現。

我出家之後受戒，受戒好像是一個月零三天在戒壇。很多同學要發心持午，受戒很累，課程很多，要操心勞力。我在受戒的時候完全開緣吃三餐，為什麼？需要體力來應付這個佛事，這三十三天的佛事，所以我不幹。我看他們初發心根本沒有基礎，吃了不到兩天就餓得不能動，要再吃東西，我說那又何必？我說我持了這麼久，我遇到這個事情我不幹，這是我的開緣。所以一切事情要看狀況，狀況許可，生活正常，我們過正常生活；生活不正常，那我們有變通的辦法，不要固執，固執就錯了。所以這世出世法都告訴我們，通權達變，在有變化的時候一定要懂得怎樣來處理。你身體、精

神不好，你在這一個月當中密集的课程，你怎麼樣學習？學佛，老師常常告訴我們，學佛是學智慧，不是學迷惑。佛法講得很清楚，特別是大乘法，法無定法。我們讀這個真的是了解，你看第二段講的「法無定性」，心現識變，從緣而生，哪有定法？修行的目標這個不能不知道，目標是什麼？我們這個經題上說得清清楚楚，「清淨平等覺」，這是目標。

戒律持得很好，好像每一條都做到，都沒有犯，心不清淨，沒有用？沒用。戒律清淨，我見過幾個持戒很嚴，可是貢高我慢，瞧不起別人。認為什麼？他戒律很清淨，你看別人都沒有持戒，都不如他，起貢高我慢的心，錯了，形式上的戒律。在事相上講，因戒得定，持戒的目的是什麼？持戒的目的是得定。你貢高我慢你得不到定，你心不清淨。修定是為什麼？修定是開智慧，定生慧。智慧沒有開，那個定就白修；戒持了得不到定，這個戒沒有效果。所以一定要知道，我修這門東西目的何在？持戒是得清淨心，清淨心就是定。清淨心在我們這個經題上，是為了得平等心，平等比清淨更難，平等心得到就能開智慧，大徹大悟，明心見性。所以我們看這個經上，三個修行的標準，清淨心是阿羅漢、辟支佛，平等心是菩薩，覺是諸佛如來。總的原則、總的綱領就是放下，不放下不行。修行無論修哪個法門，修得再好，稍稍有一點傲慢就完了，為什麼？他修行所得的是煩惱，不是三昧，三昧是清淨心，他不是三昧，他不是智慧，他生煩惱。自以為很高，高人一等，別人都不如我，傲慢心生起來，這個錯了。這種修行方法，那就是今天所講的，他搞的是佛學，他不是學佛。學得不錯，也能講得天花亂墜，甚至於著作等身，煩惱習氣一點都沒改，這是佛學。學佛的人跟這個不一樣，學佛的人是要轉煩惱為菩提，你怎麼轉不過來？放下就轉過來。

節錄自：02-039-0069淨土大經解演義