

淨土大經解演義節要—人生最高的享受絕對不是地位高，不是有財富（第九六七集） 檔名：29-519-0967

所以這個世界上災難能不能轉？能轉。在佛法理論上是沒問題的，只要居住在地球上的人，心念要是轉過來，這地球上什麼災難都沒有了。災難是從哪裡來？從貪瞋痴慢疑來的。貪心感得的是水災，海水上升；瞋恚感得是火災，地球溫度上升，瞋恚；風災是愚痴；傲慢是地震，傲慢是心不平。還有個懷疑，懷疑是造的罪，懷疑是什麼？對於聖賢教誨他懷疑、他不相信。這些災難你自作自受，你得要承當；如果你能夠相信，能夠學習，能夠依照這個去做，災難會化解。對個人，個人身心健康，什麼病都沒有，年歲長大，身體狀況、體力跟年輕人一樣。學佛，這是第一個好處，身心健康。我老師做出樣子給我看，李炳南老居士，他九十五歲的時候，還自己燒飯、自己洗衣服，不要人侍候。九十五歲那一年，同學們苦苦的哀求，有兩個學生自動願意照顧老師，勉強接受。這說明什麼？他自己行，何必要麻煩別人？老師一天吃一餐，吃多少年？他告訴我，他三十多歲的時候學佛就開始，到九十多歲，七十多年，七、八十年，日中一食，一天吃一餐。工作量是普通五個人的工作量，那麼大的工作量。我跟他的那一年，他老人家六十九歲，我跟他十年，他是我們的好榜樣，是證明。

人生最高的享受是什麼？不求人，自己能照顧自己，不求人。人生最高的享受絕對不是地位高，不是有財富，不是的；粗茶淡飯，身心健康，每天增長的是智慧、是德行，你說多快樂！沒有憂慮，沒有牽掛，沒有煩惱，沒有壓力，這過神仙生活。何況有人做出樣子來給我們看，我們知道這不是假的，這是真的。所以我的日中一食跟老師學的，我在台中十年，我那個時候日中一食是五年，我

有這個基礎。以後出來弘法，大家看到日中一食都不放心，說是你這個不吃的時候營養差了，將來身體壞了，我們擔不了責任。沒有辦法，我怎麼辦？我把一餐改做三餐，量很少。我那日中一食的時候，那時候一餐吃三碗飯，這普通的小碗；我吃三餐，一餐吃一碗，還是一樣多，我用這個方法。所以你要曉得，日中一食省好多麻煩，早晚不要吃東西，省好多麻煩。而且自己燒一餐飯，從開始燒，我們老師山東濟南人吃麵食的，我也跟他學，用那個掛麵，我們家鄉叫掛麵，此地叫麵線，很好煮，一餐飯從煮飯到吃完的時候二十五分鐘，你看多簡單，很容易。老師告訴我「人到無求品自高」，你需要東西多了你就得求人，一個人一生不求人這最高的。

節錄自：02-039-0200淨土大經解演義