

## 廣欽老和尚的法藥(二)

### ——粗衣淡飯，去除貪念

#### ◆廣欽老和尚

廣欽老和尚(1892~1986)，祖籍福建省惠安縣，自幼家境清寒，宿具慧根。稍長，投泉州承天寺出家。三十六歲時，於瑞芳法師座下剃度，法名照敬，字廣欽。民國三十六年渡海來臺；四十四年，板橋信眾在臺北縣土城(今新北市土城區)購地供養，後興建大雄寶殿，命名「承天禪寺」。

廣欽老和尚自五十六歲到八十四歲，只吃水果，人稱「水果法師」；平日常坐不臥，持不倒單，至年近百歲，仍身輕體健，行不拄杖；一生踐履頭陀苦行，實修念佛，堅毅篤樸，昭示修行典範，度眾無量，乃佛教界之國寶。其臨終偈言「嚙來嚙去嚙代誌」，更為佛弟子們傳頌不絕的智慧之語。

#### 多說話，易「散亂心」

一六九 某某師到客堂來，常常一坐就開始說人眾的是非，且往往耗去很多時間，今天又是如此，等他走後，老和尚就對傳某師說：別人來與你談論是非，我們唯唯諾諾就好，不去參與，則對方自退，且自己亦不被度走，別人走錯路，自己不要跟上去。

#### 粗衣淡飯，去除貪念

- 一七〇 有所貪著，就有所掛礙。貪名利就掛礙名利的事，不會清淨。貪一樣就有很多樣出來。
- 一七一 貪一樣則多一樣；少一個念頭，少一個業、多一個解脫。出家人若不依佛理行持，則十人有十人差錯。
- 一七二 只要貪一樣，就要再來輪迴。承天寺這樣蓋，我也不執著任何一樣，否則還要再來輪迴。
- 一七三 不要期望施主送東西來，不要依靠施主(勿四處攀緣)，只要努力修行，有了成就，天龍八部皆會擁護我們。
- 一七四 修行人不能有「要受人供養」的念頭，有這個念頭就是「貪念」、



就是「我相」。要下心，才能去我相，以平常心來行持，就是修「戒、定、慧」。

- 一七五** 出家人不要有貪念，才能除煩惱、去除貪瞋癡。不要和在家人一樣，吃要吃好、睡要睡好。出家修行謙說「貧僧」，就是每樣要愈簡單，才愈有修行。不是愈充足，否則貪念還在，而他也說他在修行。妄想是從貪念生出來的。
- 一七六** 這個世間不是給我們貪的，貪人家多少就要還人家多少。出家就要知足，要死心來修，不要一直向外貪，貪到了便是欠人，要還人！一隻鳥到處飛，一天的目標是找吃的，我們也是為了三餐，可是小鳥吃飽就好了，不再去貪；而我們為了吃，貪念更加多。
- 一七七** 在吃的方面，出家人是人家布施什麼就吃什麼，不執著、不貪求，少一些、壞一點也吃。否則吃太多、吃太好，業障不易消，如又起貪念，則仍在輪迴中。其實真正說起來，什麼東西拿去化驗也都有毒，如水中也有毒，人家都這麼吃，我們就跟著吃，不起煩惱掛礙。
- 一七八** 出家修行不要像在家人一樣，犀牛望月，要穿好、住好、吃好，到後來就要披毛戴角還。只知道吃而不知道修行，吃多了就難消化。
- 一七九** 好吃、不好吃，吃過喉就都不知其味，香或鹹、甜或苦。
- 一八〇** 用齋時要默念：「願斷一切惡，願修一切善，誓度一切眾生。」所謂的願斷一切惡，是指要斷除所有的惡念。當我們拿著筷子爭夾好菜的時候，心中就已經起了「分別」及「貪念」的念頭，這便是惡念了，像這些都要斷除。
- 一八一** 對廚房煮出來的飯菜，如果嫌好嫌壞地挑剔，不但自己本身會損福報，反而還會增加煮的人的福氣。
- 一八二** 吃東西時，想想這些東西是從哪裡來的？怎麼來的？想想自己有沒有修？如果不懷慚愧心，即使只嫌一句「不好吃」，也是損福。（對「境」當下已起了壞的念頭）

本文轉載自《廣欽老和尚的法藥（二）》，由承天禪寺出版，並同意授權刊載