

# 廣欽老和尚的法藥 (五)

——有這個「苦」字出頭，就有福（苦行，是洗頭腦、換種子）

## ● 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。36歲時，於瑞芳法師座下剃度，法名照敬，字廣欽。民國36年渡海來台；44年，板橋信眾在台北縣土城（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56歲到84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。

- 六〇五 要修苦行。若有願，肯吃苦，則修行路一定走得圓滿。
- 六〇六 我們這個色身會生老病死，終有一天要丟棄，是沒有用的東西。我們要捨身，利用這軀殼來修苦行，磨鍊它，不要太顧惜它，以去掉對這個形相的執著。一個苦行修圓滿的人，他的心會照出自性的靈光，會照出過去的事情來。
- 六〇七 這世間就像一場迷夢，所以什麼都要看破。不但財不能貪，貪財，痛苦就隨之而來；名也不能貪，貪名也是苦，娑婆世界沒有一樣我們可留戀的。我們出家人捨下世俗的一切，粗衣淡飯修苦行，做常住的事，利益大眾，心有寄託，則妄念不起，業障自消，心無掛礙，一天過一天，這就是修行。
- 六〇八 修行是捨下身心，修一切功德，行菩薩道，發菩提心，發大願力，粗衣淡飯。活一天，就修一天的行，今天不必掛礙明天的事，萬事隨緣。
- 六〇九 如果人人願意吃苦，則人人都可成佛，可到西方，蓮花化生，我們出家人這件衣服就是西方衣。
- 六一〇 難行能行，難忍能忍，一心吃苦來行，越有苦，越願、越捨身，種菩提因，就會成佛果。

## 【苦行，是洗頭腦、換種子】

六一一 **老和尚：**我覺得一個新出家的人應修一段苦行，也就是要粗衣淡飯、勤勞作務，不管是撿柴火、挑水、種菜、煮飯等，你都要做，多做苦工，智慧就容易開。一個初入門的人，要把心安住，最好的辦法是一心念阿彌陀佛。

**問：**修苦行？是指做什麼事情，才算修苦行呢？做苦工就是修苦行嗎？

**老和尚：**一切都不計較，做人不做的，吃人不吃的，日常生活中不起分別心，就是修苦行。

六一二 在家有苦，出家也有苦。在家所苦行不是簡單的，不是一直做，一直做也不是辦法，一直拖到頭來也是拖。不是你做不動而硬去做，而是只要盡心盡力。苦行是要洗頭腦，使妄想減少，否則叫你靜靜坐在那裡念佛，你也坐不住。受的苦沒有目的，而出家受的苦，是要了生死，不受輪迴。

六一三 妄想多的人，須要做一些雜務事，將念頭有個寄託。否則妄念紛飛，要他念佛也念不下去，只有善根利的人，可以靜靜地念佛念下去。一面工作、一面念佛，會漸漸地不覺得在工作，而且自然會生起平等心。

六一四 我們修苦行是在藉各種事境，磨鍊我們不起無明煩惱，洗除習氣，鍛鍊做人做事的各種能耐。並不是一定要做什麼勞力事，才叫做苦行。（凡是身心的各種苦的感覺即是）打破對一切順逆境的分別，就是在修苦行。（有這個「苦」字出頭就有福）出家就是要吃苦受苦，（忍苦，就有福消業）只有在苦中才能開發智慧。

六一五 我們工作，不要說你現在在寺裡為佛做事、或為師父做，而是為消自己的業障做。我這裡沒有什麼可學的，只是掃掃地，做些苦行。但掃地並不是一件簡單的事，要會掃，要能高高興興地掃，否則，掃地掃得起煩惱，無明業障反而纏上來。🕸