

四位高僧的惜福故事

2015-5-20

修行的人，环境愈是艰苦，道心愈是坚固。老和尚常说：“不经一番寒彻骨，焉得梅花扑鼻香。”



虚云老和尚

虚云老和尚的惜福事迹

当时，已是117岁高龄的老和尚，每天都要到建筑场所和开荒的地方巡看，并亲自指导，还要接待来自各方的人士。晚上六点到禅堂里讲开示，八点以后，开始翻阅来自各地的信件，信件有时一天多达百多封，他老人家都要一一过目。若是重要的函件，他便亲笔回复；若是一般书信，他说明意思，就由我们代。平常都要深夜十二点左右才休息，翌日凌晨两点又起床打坐，直至打四板，即大约三点半，起床洗脸。

他不用牙刷、牙膏，只用温水漱一口水，然后吐在毛巾上，先洗双眼，再洗整个面部。他说这样洗，可防止眼疾，且能增加视力。洗过脸后，就到佛前礼拜，之后又回到床上打坐。那时，我们就开始上早殿了。早殿后稍为休息一会，闻打梆声大众就往斋堂过早堂了。

当时，山上的生活很艰苦，开发的田地不多，收成的谷子也很少。因为红薯粗生，收成较多，每年七月份开始，直到第二年的三月，都是吃红薯的季节。而红薯的叶子和枝干，就是我们的小菜了，有时连蕃薯根和叶也没有，就只有炒咸盐，加进稀饭里吃。每天过早堂吃的稀饭，只是一点点的米，混了多多的红薯一起煮的。中午吃饭呢？虽然当时师傅们吃饭吃得很多，也只是随便弄一点小菜，有青菜已算是很好的了。晚上，是没有饭或面的，只有煮一些蕃薯或是马铃薯，放在斋堂里面，要吃药石的就自己去弄一点，但是吃的人很少。

老和尚吃的稀饭和菜，都是由我们从大寮里打的，跟大众师傅们吃的一样。如果没有客人的话，他从不多加一道菜。他老人家那种节俭简朴的生活，我们现在想起，还记忆犹新。

云居山地势很高，海拔一千一百多米。冬天气候很冷，低至零下十七、八度。收藏在地窖里的红薯，经不起寒冷的空气，皮都发黑了，煮熟后吃起来很苦的。

有一次，我和齐贤师一起在老和尚那里吃稀饭，吃到了那种又苦又涩的红薯皮，便拣出来放在桌边上。老和尚看到时默不作声，待吃过稀饭后，他老人家却一声不响地把那些红薯皮捡起来都吃掉了。当时我们俩目睹那情景，心里感到很惭愧、很难过。从此以后，再也不敢不吃红薯皮了。

事后，我们问他说：“您老人家都这么大年纪了，而那些红薯皮好苦啊！你怎么还吃得下去呢？”老和尚叹了一口气，对我们说：“这是粮食啊！只可以吃，不可以糟塌呀。”

又有一次，江西省宗教事务处处长张先生，到山上来探望老和尚。老和尚自己加了几道菜，请他吃午饭。张处长始终是个在家人，不懂得惜福。当他在吃饭时，掉了好几粒米饭在地上，老和尚看见了也不说话。等吃完饭后，他才自己弯下腰来，一粒粒地把那些米饭从地上捡起来，放进嘴里吃下去。使得那位张处长面红耳赤，很不自在。他一再劝老和尚说：“老和尚，那些米饭已掉在地上弄脏了，不能吃了。”老和尚说：“不要紧啊！这些都是粮食，一粒也不能糟塌的。”处长又说：“你老人家的生活要改善一下啊！”老和尚答：“就是这样，我已经很好了。”

老和尚的身体很好，早上除了吃两碗稀饭外，有时还会吃一点马铃薯。中午吃两大碗米饭。晚上有时吃一小碗面条，或者吃一点稀饭。听他说：他晚上开始吃药石，是从云门事件发生后才开始的，在此以前，他老人家一直都是过午不食的。

他的牙齿特别好，记得有一次，有个居士送了一些炒熟的蚕豆上山。老和尚看到我们在吃，他也要吃。我们说：“这东西很硬的，你老人家牙齿行吗？”他一言不发，拿起蚕豆就吃起来了，吃得比我们还要快，我们甚感意外。

他老人家是很节俭惜福的，他睡的草席破了，要我们帮他用布补好。不久后，在同一个地方又破了，实在补无可补。我们就对他说想把草席拿到常住去换一张新的。那时，一张草席只不过是两块人民币左右，不料他老人家听后，便大声地骂：“好大的福气啊！要享受常住上一张新席子。”我们都不敢作声了。

无论是冬天或夏天，他老人家都只是穿着一件烂衲袄，即是一件补了又补的长衫(禅和子们叫它做百衲衣)。冬天就在里面加一件棉衣，夏天里面只穿一件单褂子而已。

老和尚时常开示我们：“修慧必须明理，修福莫如惜福。”意思是修慧参禅一定要明白道理，道理就是路头。如果想参禅用功，但是路头摸不清楚，对参禅的道理未能领会，那么工夫便很难用得上了。所以古人说：“修行无别修，贵在识路头；路头识得了，生死一齐休。”至于惜福，出家人在情理上哪里有钱来培福呢。其实“造福莫如惜福”，那就是要自己珍惜生活上的一切福德因缘。他经常训诫我们年青的一代说：“你们要惜福啊！你们现在能遇到佛法，到我这里来修行，可能是过去世栽培了一点福报。但是你们若不惜福，把福报享尽了，就会变成一个没有福报的人。犹如你过去做生意赚了钱，存放在银行里。如果现在不再勤奋工作赚钱，只顾享受，把银行的储蓄全部花光了，那么再下去便要负债了。”

所以老和尚对我们的要求是很严格的。我觉得我们现在的出家人福报太大了，生活上，衣、食、住、行各方面比过去不知道充裕了多少倍。因而，我们在这个福报当中，要更加注意惜福。有福德的人，修行起来也会比较顺利。如果没有福德，无论修那一种法门，都会有种种的障碍。

古德说：“道高龙虎敬，德重鬼神钦。”是真实不虚的。老和尚在云居山，不但时常上堂为大众师傅讲开示，更在种种生活细节中以实际行动来以身作则，教育大众。现在我们回想起来，真是感到惭愧万分。所以说善知识的一举一动、一言一行，都是我们后人的榜样。(绍云法师)



印光大师

印光祖师惜福的事迹

印光大师一生，于惜福一事最为注意。衣、食、住等，皆极简单粗劣，力斥精美。民国十三年（1924），余至普陀山，居七日，每日自晨至夕，皆在师房内观察师一切行为。师每日晨食仅粥一大碗，无菜。师自云：“初至普陀时，晨食有咸菜，因北方人吃不惯，故改为仅食白粥，已三十余年矣。”食毕，以舌舐碗，至极净为止。复以开水注入碗中，涤荡其余汁，即以之漱口，旋即咽下，惟恐轻弃残余之饭粒也。至午食时，饭一碗、大众菜一碗。师食之，饭、菜皆尽。先以舌舐碗，又注入开水涤荡以漱口，与晨食无异。师自行如是，而劝人亦极严厉。见有客人食后，碗内剩饭粒者，必大呵曰：“汝有多么大的福气，竟如此糟蹋！”此事常常有，余屡闻友人言之。又有客人以冷茶泼弃痰桶中者，师亦呵诫之。以上且举饮食而言，其他惜福之事，亦均类此也。（摘自《略述印光大师之盛德》）



宣化上人

宣化上人惜福的事迹

有三个台湾青年比丘来万佛城挂单，因为万佛城大斋堂吃的菜多半都是超市清理出去已开始变质的菜，在食用时只要不烂的菜叶子、菜帮子都不会扔掉。上人说万佛城的宗旨是：人取我予，人弃我取。有一天中午，用斋后大众准备离去，三位台湾比丘忽见宣公上人来到面前，急忙合十施礼。上人满面含笑，用眼光看着他们用过的餐盘中有嚼过吐出来的几口菜，问道：“菜不好吃吗？”其中一位比丘回答：“菜叶硬了些，嚼不烂。”上人听后笑眯眯地用手捏起嚼过的菜放进自己的口中，嚼了嚼咽了下去，笑着说：“我还可以。”三位比丘和周围的弟子都惊讶地瞪大了眼睛盯看上人，上人又把另两个盘中嚼过的菜全放进口中嚼着咽了下去，然后说了句：“能吃的就不要浪费。”当宣公上人走出斋堂时，身后跪下了一片徒众。

就餐巾纸的使用来说，上人使用时先从边缘开始，然后将用过的部位叠起来，下次使用时从叠起的地方使用，然后再叠起来，再使用时仍是如此，直到用完。有时一张纸用两天也是有的。当师父问上人为何要这么节省时，上人说自己没有那么大的福报，不敢浪费。又有一次，师父曾见病中的上人在弟子劝说下，喝过半玻璃杯麦片粥之后，两次用开水涮杯后喝了下去，最后又加上一点开水涮杯漱口后又咽了下去。当问上人为何将漱口水也要咽下时，上人说牙缝里也可能有粮食，不可以浪费，自己的口又不脏。



弘一大师

弘一大师的惜福

弘一大师是当代著名的律藏大师，他的惜福思想用他自己的话说，就是：我们即使有十分福气，也只好享受三分，所余的可以留到以后去享受。弘一大师有一年在厦门南普陀寺给出家人作开示时，劝他们“发大心”，以各人自己的福气，“布施一切众生，共同享受，那更好了。”

弘一大师认为，我们纵有福气，也要加以爱惜，切不可把它浪费。为什么呢？“末法时代，人的福气是很微薄的，若不爱惜，将这很薄的福享尽了，就要受莫大的痛苦，古人所说‘乐极生悲’，就是这意思啊！”弘一大师小时候，看见父亲请人写了一副大对联，录清朝刘文定公的句子，高高地挂在大厅的抱柱上。上联是，“惜食，惜衣，非为惜财缘惜福”。他哥哥时常教他念这句话，念熟了，以后凡穿衣或饮食，都十分注意，就是一粒米饭，也不敢随意糟掉。弘一大师的母亲也常常教他，身上所穿的衣服要时时小心，不可损坏或污染。他母亲和哥哥怕他不爱惜衣食，损失福报以致短命而死，所以常常这样叮嘱着他。弘一大师五岁没了父亲。七岁练习写字，拿整张的纸瞎写。他母亲看到，正颜厉色地说：“孩子，你要知道呀，你父亲在世时，莫说这样大的整张的纸不肯糟蹋，就连寸把长的纸条，也不肯随便丢掉哩！”

弘一大师所受的家庭教育，深深地印在他脑里，后来年纪大了，也没有一时不爱惜衣食。出家以后，一直还保守着爱惜衣食的习惯。他脚上穿的一双黄鞋子，还是一九二二年在杭州时候，一位打念佛七的出家人送给他的。他每晚用的棉被面子，还是出家以前所用的。他有一把洋伞，是1911年买的。这些生活用具，破烂了，就请人用针线缝缝，当新的一样使用。除了所穿的小衫裤和罗汉草鞋一类东西，须五六年一换之外，他的一切衣物，大都是在家时候或是初出家时候制的。

常有人给弘一大师送好的衣服或珍贵物品，他大半都转送别人。他说，“因为我知道我的福薄，好的东西是没有胆量受用的。又如吃东西，只生病时候吃一些好的，除此以外，从不敢随便乱买好的东西吃。”

