

## 信愿生起的方法05

---

地藏占察入净土 2018-12-15



【信愿引导】信愿生起的方法05

【观修文】

依视频整理，内部参考，未经校对！



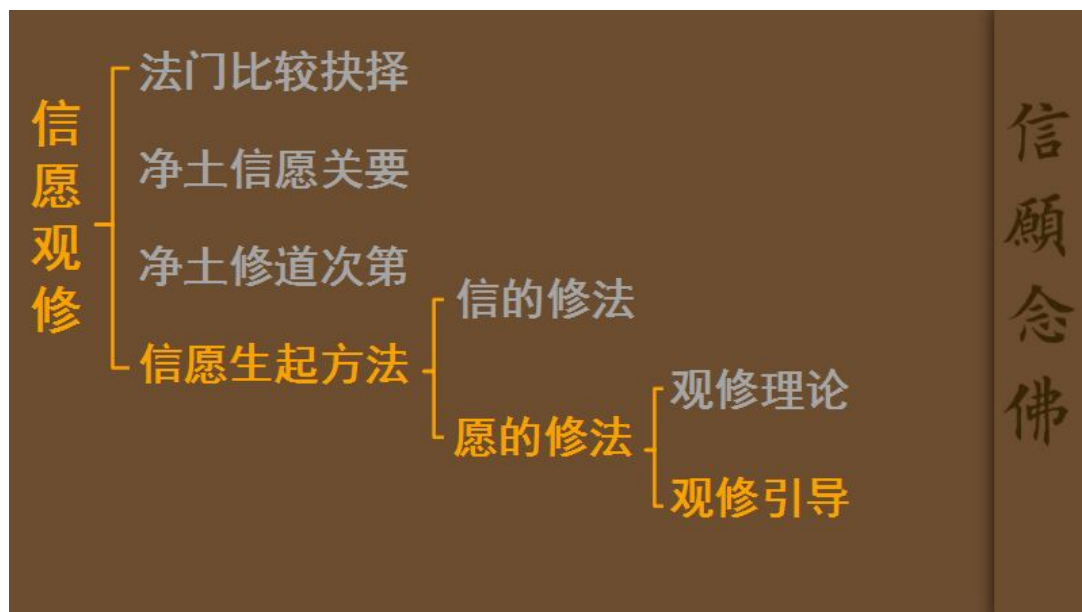
无欺三宝之自性  
除恶趣怖大勇士  
接引净土胜导师  
阿弥陀佛赐吉祥



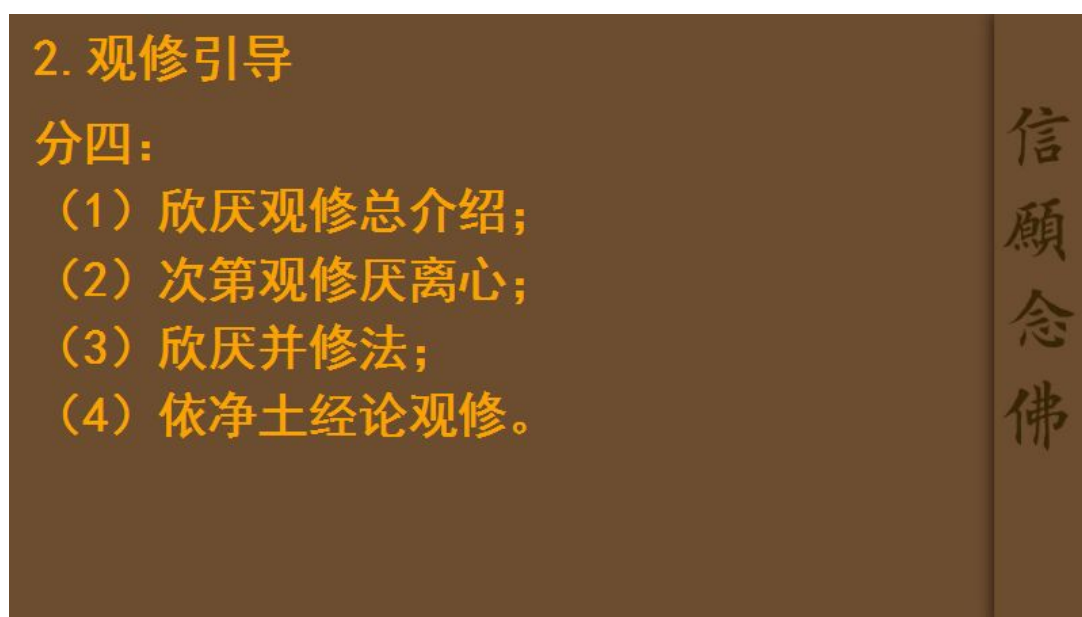
南无阿弥陀佛

为使自他一切众生临命终时  
能自在无碍地往生西方极乐，  
究竟圆成佛果，  
请大家发菩提心作如法听闻。





今天我们接着信愿观修的内容，现在我们正在闻思观修信愿生起的方法，方法中有二：信的修法、愿的修法，现在我们正在学愿的修法。愿的修法，前面介绍了观修理论，下面就要开始学习观修引导，正式进入观修引导的内容。



## 2.观修引导

观修引导又分四方面内容。首先第一个是欣厌观修总介绍，把我们后面要观修的内容，总的今天这堂课作一个介绍。

第二方面内容是次第观修厌离心或者出离心。要详细地来次第观修厌离心，从暇满难得开始到念死无常、轮回苦、业果不虚，主要这四个出离心的修法。

接着第三方面内容是欣厌并修法，这是净土法门不共的修法特点，欣厌并修法。厌离娑婆、欣求极乐两个放在一起作对比，这样子来观修。莲池在前，镬汤在后。——地狱的镬汤就在你后面，极乐世界的莲池就在你前面，这样子来观修，那你就不得不往生，这是第三方面。

第四依净土经论观修，也就是我们依净土的经论，专门依《无量寿经》或者依《往生论注》，依经典来观修。

这样总的分为四个方面，以后几个月时间我们进行观修，这里先总的作一个介绍。下面依这四方面内容，次第来闻思观修。

**(1) 欣厌观修总介绍**

**A1. 次第观修厌离心**

**分四：**

**暇满难得，念死无常，轮回过患，业果不虚。**

**最初要依靠暇满难得和寿命无常对于现世法退心，接着需要思维轮回、因果二者，随后对来世的轮回退心。**

信願念佛

### (1) 欣厌观修总介绍

#### A1. 次第观修厌离心

分四： 暇满难得，念死无常，轮回过患，业果不虚。

最初要依靠暇满难得和寿命无常对于现世法退心，接着需要思维轮回、因果二者，随后对来世的轮回退心。

先来看第一方面，欣厌观修总介绍。因为我们现在是愿的修法，愿的修法主要就是两方面：一个厌离心，一个欣求心。所以这里的欣厌观修，侧重点主要落在欣厌上，因为它是愿的修法。

总介绍第一个内容就是次第观修厌离心（现在我们还不是正式地一个一个分开来观修，而是总的做一个介绍），前面四方面内容，下面我们要详细地作一个介绍。

首先我们看“次第观修厌离心”这里面的内容。次第观修厌离心分四方面内容：一个是暇满难得，第二个是念死无常，第三个是轮回过患，第四个是业果不虚，主要是这四方面内容，这个是最广、最多的，有非常多的内容。关于这个次第观修厌离心或者出离心，我们下面简单地来说一下。

最初要依靠暇满难得和寿命无常，主要是依这两个修法对现世法退心。现世法是指什么呢？是指我们去追求现世的这些五欲、名利，因为对暇满或者无常，你如果没有去忆念，那就会生起常执，你就会为了现世利益而去追求，连人天乘的、希求下一世的人天善趣这一个善心你都生不起来，唯一的就追求现世的利益。学佛法还是为了现世利益，相当于你把佛法拿来作为追求五欲享受的一个工具，所以通过暇满难得、寿命无常，这样对现世法要退心，要退下来。

接着需要思维轮回、因果二者，随后对来世的轮回退心。轮回过患（轮回痛苦）以及业果不虚主要这两个法，这样对来世的轮回退心，来世的人天善趣也不去追求，对整个轮回生厌离，这是第二个修法。

这样总共四个修法来次第地观修厌离心。次第，说明就是要以前前为基础，先要从暇满，接着念死



无常，再接着轮回过患，再接着业果不虚这样次第来。

关于先要次第观修厌离心，为什么把这个要放在最前面来观修？先要次第观修厌离心，接着才是结合净土的欣厌并修法，为什么要先观修厌离心，下面我们来分析一下。

《往生关要修心直指讲记》这段文字告诉了我们这个道理。

**智圆法师《往生关要修心直指讲记》：**

**如果通过比量看清三界情形，深刻认定这种一无是处的苦性没有任何安乐和实义可得，当然就不会再希求。由此，自然发出全分的厌患，生起到量的厌离心，不再心系轮回。再者，我们是处在轮回状况中的可怜人，无法以自力很快解决自身业惑的问题，于是，转而对极乐世界生起欣求心。也就是说，按照缘起理道，开发出对轮回苦的胜解，把对娑婆的耽著断得一干二净，极力想改变秽土的错乱苦相续，才会一心一意寻求解脱、寻求净土，继而对极乐发生全分的欣求，希求回到能真正安身立命的极乐世界。内心其实是有着这样一种正反面的发生机制。**

信  
願  
念  
佛

“如果通过比量看清三界情形，深刻认定这种一无是处的苦性没有任何安乐和实义可得，当然就不会再希求。”这是前面的无常、轮回苦这些修法，这样让我们去比量看清了三界轮回的情形，就能深刻认定一无是处，轮回无有任何安乐，它唯一就是苦性，当然就不会再追求。

“由此，自然发出全分的厌患，生起到量的厌离心，不再心系轮回。”这样就会发起全分的厌患，真正的出离心、厌离心就会生起来，不再心系轮回，也不再追求现世。

“再者，我们是处在轮回状况中的可怜人，无法以自力很快解决自身业惑问题，于是，转而对极乐世界生起欣求心。”修前面这些厌离心法门，无常轮回苦的时候，我们的心接着就会趣向对解脱的希求，对佛法成佛的希求。但是佛法修行的法门很多，要想很快解决自己的这些业惑，也就说断惑证真、超凡入圣，这个时代靠我们自力很难。所以就像我们前面作的法门对比抉择，为什么要选易行道，而不是选难行道，这些道理都要知道。

“于是，转而对极乐世界生起欣求心。”要依净土法门出轮回，这是最容易的易行道。“也就是说，依照缘起理道，开发出对轮回苦的胜解。”所以我们通过闻思、观修，对轮回苦要生起胜解，没有丝毫怀疑，对它有一个极深刻的、广泛的认识，不再去希求轮回的欲乐，这样子对轮回苦生起胜解。“生起胜解”我们这里要注意，不是说字面上大致地轮回苦、死无常观修一下，这个是要通过闻思，对轮回产生的一种理性的认识，再加上再再地、反复地观修串习。所以它实际上是离不开闻思生胜解，是结合在一起的。

“把对娑婆的耽著断得一干二净。”因为对轮回苦生起胜解，那对娑婆世界这些耽著就断得干干净净。“极力想改变秽土的错乱苦相续，才会一心一意寻求解脱、寻求净土，继而对极乐发生全分的欣求，希求回到能真正安身立命的极乐世界。”所以我们首先要极力想改变秽土的错乱苦相续，这是轮回中颠倒的无义的痛苦。首先我们认识之后生起胜解，这样子你就会一心一意去寻求解

脱、寻求净土，对极乐世界往生起全分的欣求，也就是真信切愿的切愿（就是欣求心），自然就会生起来。

“内心其实是有着这样一种正反面的发生机制。”我们的内心，心的一种规律，法尔的规律，我们释迦牟尼佛、阿弥陀佛就是发现我们心的这种规律，让我们去思维轮回痛苦的时候，那你就去希求解脱，那解脱的法门当中净土是易行道，那我就选择净土极乐世界的安乐，自然就会生起欣求心。“因为我想要摆脱、解脱这个痛苦”——这样子离苦得乐的心自然生起来，这个心连鸟兽昆虫蚂蚁都有的，这个蚂蚁你如果用手或者弄个草去碰它一下，它就会拼命地跑，它也想离苦得乐。

所以这是内心一种正反面的发生机制，反面是厌离心，正面是欣求心，而且这正反面有一种必然的关系。你要想产生欣求心，必须要在厌离心的基础上；厌离了你肯定有一个欣求，否则那就不叫厌离那叫绝望了。轮回是这么苦，可惜没有一个解决的办法那不是苦上加苦了吗？自寻烦恼了吗？如果这样的话那大家还不如好吃好喝，在这里这辈子享受一下，反正是没有解决的办法。所以必须是“有希望”，有一个欣求的极乐世界，解脱成佛的这样一种最后的目标。

下面我们再来看一个问答，这里的一些修法我们来作一个分析。

**问：通过修通途教法真厌离心或真皈依心，就能往生吗？或略一回向即能往生吗？**

**答：幽溪传灯大师《净土法语》：**

**能轻娑婆之爱，未必能一极乐之念。能一净土之念，必能轻于娑婆之爱。此约无志有志间说也。**

**《观经四帖疏》：一者决定深信自身现是罪恶生死凡夫。旷劫已来，常没常流转，无有出离之缘。二者决定深信彼阿弥陀佛四十八愿摄受众生，无疑无虑。乘彼愿力，定得往生。**

信  
願  
念  
佛

首先“问：通过修通途教法真厌离心或真皈依心，就能往生吗？或略一回向（随便一发愿）即能往生吗？”当然前提基础是你确实生起了真正的厌离心或者真正的皈依心，现在许多人他觉得我只要有真正的厌离心或真正的皈依三宝的心，到时候一念佛就往生了。

所以这个地方我们来看一下，幽溪大师《净土法语》对这个问题做了一个回答：实际上是不一定的。你即使通过通途教法修厌离心甚至你真正生起了胜解，甚至生起跟阿罗汉一样真正的厌离心了，但是如果你对净土法门不了解，你也往生不了。因为对净土的殊胜你不了解，“我为什么非要往生净土呢？其它法门，其它解脱道路也可以修，生生世世在娑婆世界修行就不行吗？”甚至往生的信愿都生不起来，所以仅仅修一个厌离心或者通途法门的真正的皈依心，对皈依也生起胜解，但是不见得你就能往生，因为这是一个特别法门。你首先要通过对净土的教理闻思了，学习了解了，你才会生起信愿。这是一个，你先要了解。

第二种情况，有些觉得“我只要也有发愿往生的心，只要把通途教法的真厌离心或真皈依心修出来了，到时候也不用广泛地在净土上来用功，我到时候功德回向不就可以了吗？发个愿往生西方不就

可以了吗？”他还是轻视了净土，小看了净土，以为这个不过就是回向往生一下，发个愿的事情，这样你就太轻视净土法门了。

净土的这些信愿关要你都没有掌握，对于往生这条路子甚至有许多错误的认识，有很多的怀疑，即使你有真厌离心、真皈依心，恐怕也不容易往生。因为你自己还是对净土法门没有真正地深入、细致地闻思、真正地了解，所以你也虽然发愿想往生，但是你没有对净土法门“信愿念佛就能往生”生起信解，你有许多怀疑甚至错误的认识。

这个就像前面我们讲的《往生关要修心直指讲记》里面也讲到的，有些人觉得“我也信净土法门，我也在发愿求往生，我不是还在念佛吗？那不就可以了吗？”但实际上你对净土的信愿还远远不够，净土的教理也不了解，虽然你有通途法门的真厌离心、真皈依心，也不见得就绝对能往生。如果都能往生的话，那这些小乘阿罗汉有真正厌离心或者真正皈依心，那他们都往生了。难道不用信愿吗？——肯定需要净土的信愿。所以关于这些道理，我们要细细地去辨析。

如果通途法门厌离心、皈依心有了就能绝对往生，那净土的教理也就没有太大的必要了，释迦佛为什么讲了这么多的净土经典，肯定有他的必要。关于这个道理我们看《净土法语》作了这样一个分析：“能轻娑婆之爱，未必能一极乐之念。能一净土之念，必能轻于娑婆之爱。此约无志有志间说也。”

有志无志是指对净土有信愿或者没有信愿、有志愿或者没有志愿这样的人讲。“能轻娑婆之爱”，他能断爱，能修厌离心甚至生起胜解了，但是“未必能一极乐之念”。因为他是无志，这个无志包括完全没有信愿以及一般的不是胜解信的信愿，这两种情况都可以说是无志。这里“志”必须要真正的志愿，真正的净土的信愿，这才叫有志。所以如果你是无志，那即使你有真厌离心、真皈依心也未必能一极乐之念。因为你不是真正的有志或者有真信切愿。

下面再来看能一净土之念，必能轻于娑婆之爱。也就是说，他对极乐世界生起真正的欣求心，真正的能一净土之念，这个一净土之念是指全分的希求、欣求往生，主要从这个角度上强调。这里不是讲念佛功夫。

能一净土之念，没有一个念头，对极乐世界没有丝毫怀疑、没有一点顾虑，全分的希求，这是能一净土之念。能一净土之念，必能轻于娑婆之爱。——他是这样的一个关系。你如果有全分的欣求心，那这个厌离心肯定具有。因为你如果不能轻娑婆之爱，也就生不起对净土的欣求心，这是一个必然的道理。

下面我们再来看善导大师《观经四帖疏》讲三心中深心就是深信之心。这两个信心非常重要，这两个信心也说明了我们刚才这个问题，我们来看：讲信心的时候，当然信心跟愿心实际上是互相对应在一起的，你要信这个就会去愿这个。所以讲信心的时候也会从这两方面讲。

一者决定深信自身现是罪恶生死凡夫。旷劫以来，常没常流转，无有出离之缘。这是第一个决定生信，首先理论上通过闻思了解认识，自己是一个罪恶生死凡夫，无量劫来在轮回中头出头没无有出离之缘。要认识到自己这个问题，是一个生死凡夫，得了绝症的病人。

接着还要第二个：二者决定深信彼阿弥陀佛四十八愿摄受众生，无疑无虑。乘彼愿力，定得往生。第二还要信净土的阿弥陀佛四十八愿摄受众生。净土教理你要了解，详细地、深入地了解了，



对往生这条路子你要深信无疑，也要生胜解。生胜解的特点就是要无疑无虑，胜解就是没有丝毫怀疑的、决定的一种认知。所以要无疑无虑，没有怀疑、也没有顾虑。

乘彼阿弥陀佛的愿力，不靠自己的自力，是靠他力，决定得以往生，没有怀疑的。所以像这个你仅仅靠一个厌离心恐怕还不够。因为这里是两方面：第一个决定生信，是从厌离心方面讲的；第二个决定生信是从欣求心上讲的。——讲信心的时候这两方面。讲愿心的时候，现在我们愿的修法也是两方面：厌离娑婆，欣求极乐，正反两方面。所以这两个方面都要了解，通过闻思了解，都要来观修。

这样我们就知道，在修厌离心这些法门的同时，对净土的教理要闻思，详细地了解。所以，最后这个愿的修法，欣厌心的修法还是要结合前面闻思生胜解，这个是不能脱离的。

愿的修法，最后目的也是为了生起胜解，就像这里《观经四帖疏》里善导大师的两种生信，正好跟愿的修法两方面——欣求心、厌离心，正好对应。信有这样两方面，愿也有欣厌心这样两方面，正反两方面，所以信愿的修法完全是一致的，信愿的修法是不可分的。所以，闻思生胜解，信的修法，以及修欣求心、厌离心的愿的修法，这里的内容完全是一致的。为什么愿的修法最后不是生起愿——欲心所，而是要生起胜解信？最后还是落在胜解信上，因为信跟愿的内容都是一致的，没有差别的。这是我们通过这样一个分析就知道的。

所以不要以为这个理论的分析没有必要，其实非常重要，这个认知你如果错误了，会导致净土法门修行的大方向可能偏离，产生错误的一种认知那就麻烦了。所以对净土的这些关要、理论都要通达，这些关要理论通达，甚至你能生起这样决定无疑的、不可退转的一种胜解、认知，后面的信愿就很容易，自然就会起来了。

所以前面的胜解，理论的断疑生信，生胜解非常重要，这个胜解甚至是信心所的因，这个愿是信心所的果，所以理论的认知、断疑非常非常重要，这实际上也可以作为我们观修的一部分。

下面我们接着来看第二个科判：欣厌并修法。

## A2. 欣厌并修法

分五：

- ①莲池大师《弥陀疏钞》八苦八乐对比；
- ②慈云忏主苦乐十种对比；
- ③怀感大师《释净土群疑论》二土苦乐三十种对比；
- ④依幽溪大师《净土法语》微妙助行；
- ⑤依净土诗观修。

信願念佛

### A2.欣厌并修法

下面接着进入欣厌并修法，不是仅仅修一个厌离心，通途的修法，仅仅这个还不够，还要结合净



土，欣厌并修法。当然这个要在前面专门修厌离心的基础上，否则你连念死无常、轮回苦的修法都不知道，或者没有专门去修过，那这个力量不够，你欣厌并修法可能一下子还是力量不够，因为你没有前面专门修厌离心的基础，没有去下一番功夫，这样让你提一下死无常恐怕力量都不够。

所以比如念死无常、三根本、九因相要好好、专门地闻思观修，到时候你这个“死”字一提就行了。就像《印光大师文钞》里面讲的，把“死”字贴在额头上，挂在眉毛上，我看我们许多人可能都有这个经验，看到印祖的教言后，有些人也来用这个“死”字念佛，“死”字放大，一个很大的“死”字，就像印光大师的做法，有些人也这样用毛笔写一个“死”字，放在面前。就像末学以前也这样做过，但是刚开始看的时候，还有点感觉，慢慢地就麻木了。

因为里面具体的死的修法都不知道，所以对死的体悟你是非常肤浅的，理论的认知非常狭窄，这样子就力量不够。所以要在前面厌离心的基础上，理论、观修都要下一番功夫，接着再来以净土的欣厌并修，这样就有力量了，所以这个次第很重要。

这里又分五方面，这五方面当然是举例，大家可以这样去类推。净土的有些修法，祖师大德佛经里面的教言拿来可以修的，这只不过是举例而已。

第一个就是莲池大师《弥陀疏钞》中，讲到的生老病死，人生的八苦，跟极乐世界的八乐做对比。我们这个世界有生苦，极乐世界没有生苦，唯有莲花化生；这个世界有病苦，极乐世界不可能有病苦，这样一一做对比，苦乐做对比；让厌离娑婆、欣求极乐的心，通过这样苦乐对比，你不想生都不可能，绝对自然就会生起来，这样就会生起真信切愿，欣厌心自然就生起来了。

第二个内容，慈云忏主苦乐十种对比；有些从不同层面再进行十种不同的对比，慈云忏主，慈云遵式大师。

第三个是善导大师的亲传弟子怀感大师的念佛三昧，怀感大师是一个通三藏经典的大法师，后来碰到善导大师，善导大师指导他修念佛三昧。怀感大师《释净土群疑论中》当中有一个二土的苦乐三十种对比，都可以拿来观修，娑婆、极乐二土的苦乐三十种对比观修。

第四是依幽溪大师净土法语微妙助行；微妙助行这个内容前面已经介绍过了，微妙助行相当于一种理论修法，我们了解之后不用局限于文字，理解之后就可以依这个微妙助行随时随地来观修。

比如说我们在娑婆世界，如果生起贪爱心时，就想极乐世界无有贪爱，我如果能往生净土就好了；如果生起嗔心，就想极乐世界没有这些恶人，也不会生嗔心，极乐世界众生心地都是很清淨的；乃至受苦时就想，极乐世界没有这个痛苦；受乐时就想，极乐世界其乐无央，我们这个世界这点乐跟极乐世界比，那就小的可怜了，不值得去追求。这是一种微妙助行。

依这个理论我们可以展开来，不是仅仅局限于幽溪大师这一小段文字，那可以很广地展开来。这是一方面内容。

接着依这里附带的，第五个依净土诗观修。净土的许多出家、在家的大德，他们修净土的一些体悟，以净土诗的方式给我们留下来的这些教言，往往也是娑婆苦、极乐乐，两个放在一起作对比。这样的净土诗有很强的渲染、感染力，特别容易让我们生欣厌心。

这是净土诗的一些观修，都是欣厌并修，这里的特点是苦乐对比，欣厌并修。这是净土跟通途的（比如像《广论》《前行》这些出离心）的修法不一样的地方，它是欣厌并修，苦乐对比，莲池在

前，镬汤在后，你就不得不往生，这是净土不共的一些修法。

下面我们再来看第三科判的内容，依净土经论观修。

### A3. 依净土经论观修

#### 分二：

- ①依《无量寿经》观修；
- ②依《往生论注》欣厌并修。

信  
願  
念  
佛

#### A3.依净土经论观修

这也是一方面的内容，就是依《无量寿经》观修；《无量寿经》里面介绍的这些内容，比如说贪嗔痴三毒过患，以及五恶五痛五烧这些内容，也就是《无量寿经》的下卷，以很广的篇幅给我们讲了娑婆世界的种种的痛苦。释迦佛给我们最好的修厌离心的教言，实际上在净土经典中已经给我们讲了。但这个可惜没有人专门去让我们来观修，专门用一个修法来观修。一般我们以念诵的方法读诵《无量寿经》，但实际上这个应该专门来观修的。首先理论上认知，接着要来观修。

而昙鸾大师《往生论注》，依报、正报二十九种功德成就，每一种功德成就，昙鸾大师都会结合娑婆世界、极乐世界，阿弥陀佛为什么要发这个大愿，成就这个功德呢？最初怎么来观察，比如说娑婆世界苦而发这个大愿，十方世界不一样，这样子来观修。

也就是说，极乐世界的每一个功德都有它的因，因就是最初法藏菩萨发的大愿，为什么要发这个大愿？关键就是观察到娑婆世界众生这种痛苦，这种不足，所以阿弥陀佛发了这个大愿，成就了这个功德。

实际上也就是通过对佛力的，对佛的愿力的这种了知、体会，同时让我们来观修娑婆世界苦、极乐世界乐，娑婆世界的这种不足、极乐世界的这种殊胜，作一个对比。

昙鸾大师《往生论注》里面二十九种依正庄严每一个都有这个内容，实际上这些全部拿来可以观修欣求心、厌离心，所以这个非常非常殊胜！当然这个可惜古来很少有人去提倡，这个可以拿来观修的。

我们好多学净土的人，觉得我理论了解就行了，不知道这些要再再地、反复地串习、观修，这样就非常可惜了。这些都是最好的欣厌心的修法，也是一种欣厌并修。

这样我们今天就把以后要观修的内容：愿的修法——欣厌并修，主要的这些内容我们这里作了一个介绍。先要次第观修厌离心，依暇满、无常、轮回苦、业果这四方面次第观修厌离心，接着就是净土的欣厌并修法，接着再依净土经论观修，主要这三大方面内容。

下次周五早上我们信愿念佛堂早课观修，那就要开始次第观修出离心的第一部分：暇满难得。当然这个也会结合我们净土宗祖师大德这些暇满难得的教言来观修。次第观修出离心或厌离心，这个是基础。先要在这个基础上，我们下一番功夫，接着才是净土法门的不共的欣厌并修法，最后再依净土的经论，以《无量寿经》《往生论注》为主来观修。这是对后面要观修的内容作一个总介绍。

好，下面还有十几分钟时间给大家提问，现场答疑。





课后答疑



生養  
同家

願生西方淨土中  
九品蓮華為父母  
花開見佛悟無生  
不退菩薩為伴侶



[阅读原文](#)