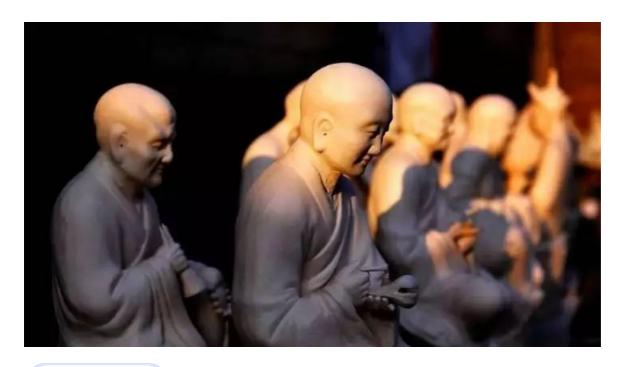
如何培养正知正念、提高念佛质量?

仁禅法师 地藏占察入净土 2018-01-19



什么是正知?

什么是正念?

比如说你念一句"南无阿弥陀佛"佛号,你缘着佛号念,佛号没有跑掉,这就是正念;而另外有一个知道你在念佛的,能够念念观照到,这就叫正知。简单来说可以这样解释。这样我们就知道,正念与正知是有一些差别的。

作一个比喻:正念就好像一个干活的工人,正知就好像监督着他,让他好好干活的工头。对我们念佛人来说,正念就是第六意识心缘着"南无阿弥陀佛"六个字的佛号,你要不停地念,相当于不停地干活;正知就是你了知自己的心在念,它是后面的一种力量,历历分明,就像灯泡一样觉照着。心可以了知自己的行,知道自己在干什么,这就是正知。

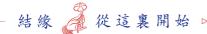
而我们修行来说,正念、正知很重要。一般初念佛修行、打坐的人,正念可能还勉强可以,但是正知很差。 他念佛念着念着就打妄想了,甚至想着想着自己都笑出来了,这就是没有正知了。或者有些人,念着念着流 口水了、打瞌睡了,甚至从蒲团上面跌下来了,当然这个时候什么正知都没有了,甚至连正念都没有了。

也有一些人,念佛念着念着,稍微念熟了一点,他可以边打妄想边念佛,或者边有一点糊里糊涂的昏沉(不是很重)边念佛,会有这样的状态,我想不少道友都有这样的体会。这时候基本上正念还在,但是正知还是没有了。所以我们要非常清醒的觉知。

注意,千万不要把正念、正知跟前面的第六意识、第七识完全对应起来,正知也可以从第六意识上去讲。如果深入下去,最后真正的觉照历历分明现前,那就是第七识心,末那识现前了。但怎样使第七识心的觉照现前呢?我们不要一下子要求这么高,最初你可以有第六意识的觉照,接着要求第七识真正的净念、觉照之心现前,这才叫真正的纯净之心。就像了然禅师所讲的,第七识是纯净的,它不向外门转,也没有间断,不会打妄想,是历历分明、念念现前的,就像电灯泡一样,一直照着,光明一刹那都没有断过,这种觉照心就是第七识现前。

但是如果要第七识现前,就像前面讲的,我们要尽量的"都摄六根"、断妄念佛。为什么印祖要这样强调呢? 因为通过这样的方法,我们自然而然慢慢就能从第六意识的清净心,趣入第七识真正的清净心,甚至再到第 八识,乃至最后开悟都有可能。所以最初我们要尽量按印祖《文钞》中所讲的方法去念佛,比如按"十念计数 法",从一数到十这样念。念佛时总是妄想纷飞是不行的。

——摘自仁禅法师《大势至菩萨念佛圆通章讲记》



占察净土一相逢,生活修行再不同。 两大愿王亲摄取,直登九莲出牢笼。



扫描二维码关注 地藏占察入净土道场

点击"阅读原文"进入博客,

学习更多占察案例和师父开示

阅读原文