

信愿生起的方法21

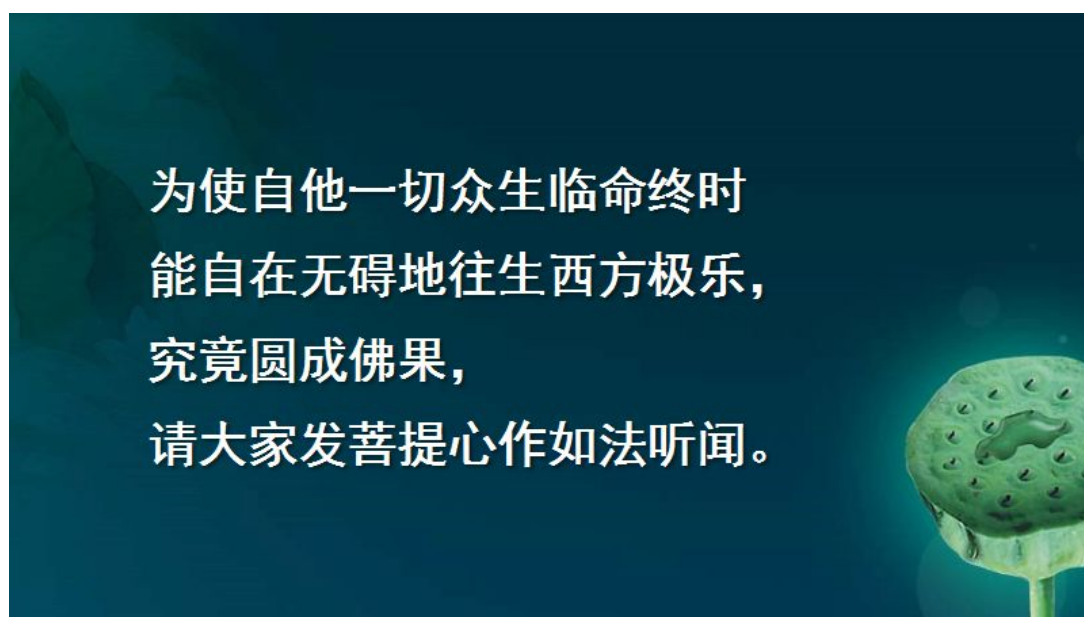
地藏占察入净土 2019-02-23



【信愿引导】信愿生起的方法21

【观修文】

依视频整理，内部参考，未经校对！



信願觀修

法門比較抉擇
淨土信願關要
淨土修道次第

信願生起方法
信的修法
願的修法

觀修理論
觀修引導

欣厭觀修總介紹
次第觀修厭离心
欣厭并修法

依淨土經論觀修
依《往生論注》欣厭并修
依《無量壽經》觀修

下面我们接着“信願觀修”的内容。现在我们正在学“信願生起方法”中“願的修法”。前面我们学习了“依《往生論注》欣厭并修”，今天是“依《無量壽經》觀修”，这也是欣厭并修的修法。

首先我们来看《無量壽經》这些觀修經文所属的科判。

A2. 依《無量壽經》觀修

以两段經文举例觀修。

两段經文所属科判（依淨影慧遠大師《無量壽經義疏》）：

正宗分 一明所攝 一重攝下人同生彼國，分三：

一、广举無量壽國胜妙之事，令人愿求；

二、彰娑婆界秽恶充满，令人厌舍；

三、就無量壽國得失双辨，令人修舍。

※此三科即欣厭二心修法

《無量壽經》下卷大篇幅就是让我们修厭离的，而前面也是大篇幅给我们介绍了极乐世界的胜妙庄严之事，“令人愿求”，就是生欣愿心、生愿求心。这都是愿的修法，包括了欣求极乐、厌离娑婆。

“欣求极乐”给我们介绍了极乐世界“胜妙之事”，极乐世界的功德庄严，当然这个范围很广。这样把《無量壽經》上卷下卷所有内容都可以归摄进去，都可以拿来觀修。

愿的修法就这两方面：一个是生欣求心，欣求心要想生起来，所依所修的内容就是极乐世界的依正庄严；而厌离心生起，就要观察“娑婆世界秽恶充满，令人厌舍”。主要是这两个科判。

我们这里是“依淨影慧遠大師《無量壽經義疏》”。《無量壽經》經文方面解释应该是“依淨影慧遠大師《無量壽經義疏》”最为详尽。可以说整部《無量壽經》基本都可以拿来觀修，我们这里是部分内容，仅仅举例两段經文而已。

首先来看科判，这里所属的科判：“正宗分——明所摄——重摄下人同生彼国。”

“下人”什么意思呢？比如说《无量寿经》经文最后，举例十方不同的国土有多少大菩萨往生极乐世界，这叫“上人”。而这里的“重摄下人”，“下人”指我们这里欣求心、厌离心的修法都是针对中下根机的人而讲的，让他来修习的。

所以这个修法这里主要一个是“广举无量寿国胜妙之事，令人愿求”，这就是欣求心，是第一科判；第二个“彰娑婆界秽恶充满，令人厌舍”，这是让我们生厌离心。所以欣厌二心通过《无量寿经》可以这样来修习。我们这里主要通过举例来对《无量寿经》进行修习观修。

下面来看第一段经文：“观修厌离心”。完全以厌离为主的。

经文一：观修厌离心

《无量寿经》：佛告弥勒：吾语汝等，是世五恶，勤苦若此。五痛五烧，展转相生。但作众恶，不修善本，皆悉自然入诸恶趣。或其今世先被殃病，求死不得，求生不得，罪恶所招，示众见之。身死随行，入三恶道。苦毒无量，自相焦jiāo然。至其久后，共作怨结。从小微起，遂成大恶。皆由贪著财色，不能施惠。痴欲所迫，随心思想。烦恼结缚，无有解已。厚己诤利，无所省录。富贵荣华，当时快意。不能忍辱，不务修善。威势无几，随以磨灭。身坐劳苦，久后大剧。

信願念佛

经文一：观修厌离心

“佛告弥勒：吾语汝等，是世五恶，勤苦若此。五痛五烧，展转相生。但作众恶，不修善本，皆悉自然入诸恶趣。或其今世先被殃病，求死不得，求生不得，罪恶所招，示众见之。身死随行，入三恶道。苦毒无量，自相焦（jiāo）然。至其久后，共作怨结。从小微起，遂成大恶。皆由贪著财色，不能施惠。痴欲所迫，随心思想。烦恼结缚，无有解已。厚己诤利，无所省录。富贵荣华，当时快意。不能忍辱，不务修善。威势无几，随以磨灭。身坐劳苦，久后大剧。”

这段经文内容很多，下面我们先看总的科判，这段经文所属的内容：

所属科判（依净影慧远大师《无量寿经义疏》）：

广举无量寿国胜妙之事，令人愿求

彰娑婆界秽恶充满，令人厌舍

举三毒烦恼之过

劝人修舍

举五恶五痛五烧业苦之过

劝人修舍

初总

后别

复总

明其五恶

翻恶明善

就无量寿国得失双辨，令人修舍

所属科判（依净影慧远大师《无量寿经义疏》）

刚才已经提过了，总的科判属于“彰娑婆界秽恶充满，令人厌舍”，通过娑婆世界的种种秽恶，让我们生厌舍——厌离心。哪方面内容呢？主要是根据《无量寿经义疏》四方面科判：

第一个“举三毒烦恼之过”，贪嗔痴三毒；接着第二“劝人修舍”；第三“举五恶五痛五烧业苦之过”；再第四“劝人修舍”。这样每一个举例，举了之后，比如“三毒烦恼之过”，接着教诫让我们要“修舍”，“劝人修舍”。我们今天这里这段经文属于“举五恶五痛五烧业苦之过”，前面已经介绍了一些总、别，对“五恶痛烧”进行举例，最后复总这个科判“明其五恶”。

下面我们把“明其五恶”这个科判（“五恶五痛五烧”实际上也包含在里面）经文再做一个梳理，进行更细的科判。我们来看一下：

明其五恶	总明五恶五痛五烧展转相生		佛告弥勒：吾语汝等，是世五恶，勤苦若此。五痛五烧，展转相生。
	别以显之	从恶生痛生烧	但作众恶，不修善本，皆悉自然入诸恶趣。或其今世先被殃病，求死不得，求生不得，罪恶所招，示众见之。
		先明其烧	身死随行，入三恶道。苦毒无量，自相焦然。
		从烧起恶	杀生恶 至其久后，共作怨结。从小微起，遂成大恶。
			劫盗恶 皆由贪著财色，不能施惠。
			邪淫恶 痴欲所迫，随心思想。烦恼结缚，无有解已。
			妄语恶 厚己诤利，无所省录。
			饮酒恶 富贵荣华，当时快意。不能忍辱，不务修善。威势无几，随以磨灭。
		从恶起痛	身坐劳苦，久后大剧。

这里首先有个“总明”，这样“五恶五痛五烧展转相生”——“佛告弥勒：吾语汝等，是世五恶，勤苦若此。五痛五烧，展转相生”。这个是“总明”，后面是“别显”，相当于别明。

“别显”当中又分两大科判，一个是“从恶生痛生烧”，第二个是“从烧生恶生痛”。

前面“总明”中不是说“展转相生”吗？所以这样分两个科判。而“从烧生恶生痛”又分不同的科判，这里就不详细一一对应了。

一、总明五恶五痛五烧展转相生

佛告弥勒：吾语汝等，是世五恶，勤苦若此。
五痛五烧，展转相生。

※因：贪嗔痴三毒过患；果：五恶五痛五烧

五恶：恶业，杀、盗、淫、妄、酒（有二说）。

五痛：现世花报。

五烧：后世地狱的果报。

五恶是因，勤苦是果，因果相生。

从恶生痛烧，从烧生恶痛，明展转。

信
願
念
佛

一、总明五恶五痛五烧展转相生

下面我们来看具体的经文：第一个“总明五恶五痛五烧展转相生”这段经文。首先我们要知道这个五恶五痛五烧是一种果报，它的因《无量寿经》前面已经介绍了：“贪嗔痴三毒过患”，这是它的因，果报就是五恶痛烧。

什么叫“五恶”呢？“五恶”就是五种恶业——杀盗淫妄酒。

“五痛”就是现世的花报。你造了恶业，现世感得的痛苦的果报，不用等后世，现世就会出现，或者现世被这个法律惩罚。这也是属于五痛，现世的花报。

“五烧”就是后世地狱的果报，地狱的这种烧灼，这样的痛苦叫“五烧”。

“五恶是因，勤苦是果，因果相生。从恶生痛烧，从烧生痛恶，明展转。”这样的一个关系。

关于第五恶，有二说：

一、净影寺慧远，判为酒；

二、彭际清《无量寿经起信论》：五恶之义，特准他经，配以十恶。其一恶者，杀业所摄。其二恶者，盗贪所摄。其三恶者，淫业所摄。其四恶者，妄语、两舌、恶口、绮语所摄。其五恶者，嗔恚邪见所摄。反是即为五善，亦名十善。

信
願
念
佛

这里再附带说一下，关于第五恶，就是杀盗淫妄“酒”，这是一种判法；还有第二种解释是彭际清的《无量寿经起信论》，也有一些不同的解释，这里就不详细介绍了。

下面第二科判“别以显之”。

信願念佛

二、别以显之

分二：

- （一）从恶生痛生烧；
- （二）从烧生恶生痛。

二、别以显之

（一）“从恶生痛生烧”、（二）“从烧生恶生痛”

首先看“从恶生痛生烧”。

信願念佛

（一）从恶生痛生烧

但作众恶，不修善本，皆悉自然入诸恶趣。
或其今世先被殃病，求死不得，求生不得，
罪恶所招，示众见之。

《义疏》：
初言但作众恶，不修善本，明其恶也。
皆悉自然入诸恶趣，明起烧也。
或其今世先被殃等，明起痛也。

（一）从恶生痛生烧

“但作众恶，不修善本，皆悉自然入诸恶趣。或者今世先被殃病，求死不得，求生不得，罪恶所招，示众见之。”

这是“从恶生痛生烧”，我们这里主要根据《义疏》的解释，来看一下它的科判。第一句“但作众恶，不修善本，明其恶也”。“恶”就是“五恶”，这是指“五恶痛烧”的“五恶”的内容，造这个恶业，“不修善

本”。

“皆悉自然入诸恶趣”，“入恶趣”当然这个是指“五烧”，后世堕入地狱、饿鬼、畜生道三恶趣，这是明“烧”。

“或其今世先被殃病”，这个是明“痛”、“五痛”，“五痛”是指现世花报，所以“今世先被殃病，求死不得，求生不得，罪恶所招，示众见之。”

这个“从恶生痛生烧”造业相当于有一个过程一样，先是造“五恶”，接着“五痛五烧”这样的一个相生的过程。当然这都是明我们娑婆世界的秽恶，这种不净痛苦果报。

下面再看第二科判：“从烧生恶生痛”。

别以显之：（一）从恶生痛生烧；（二）从烧生恶生痛。

（二）从烧生恶生痛

分三：

1. 先明其烧；
2. 从烧起恶；
3. 从恶起痛。

信願念佛

（二）从烧生恶生痛

分三方面：第一“先明其烧”；第二“从烧起恶”；第三“从恶起痛”。

先来看第一：“先明其烧”。

1. 先明其烧

身死随行，入三恶道。
苦毒无量，自相焦然。

※随行：随恶业而行。

焦jiāo然：地狱之火烧焦之相。

信願念佛

1.先明其烧

“身死随行，入三恶道。苦毒无量，自相焦然。”

这样造恶业，身死之后，“身死随行”——也就是随恶业而行，“入三恶道”——堕入三恶道了。堕入三恶道当中，比如地狱当中（最可怕的就是地狱），“苦毒无量，自相焦然”，就是地狱之火烧焦之相，这叫“自相焦然”。这种地狱之苦，我们前面大致地观修过。这是“先明其烧”，“五烧”的内容。

下面第二科判：“从烧起恶”。

2. 从烧起恶 分五：		信 願 念 佛
(1) 杀生恶	至其久后，共作怨结。 从小微起，遂成大恶。	
(2) 劫盗恶	皆由贪著财色，不能施惠。	
(3) 邪淫恶	痴欲所迫，随心思想。 烦恼结缚，无有解已。	
(4) 妄语恶	厚己诤利，无所省录。	
(5) 饮酒恶	富贵荣华，当时快意。不能忍辱， 不务修善。威势无几，随以磨灭。	

2.从烧起恶

“恶”，“五恶”。当然这个内容比较多、比较广。比如说杀生恶，“至其久后，共作怨结。从小微起，遂成大恶”。这是“杀生恶”，乃至下面：“劫盗恶、邪淫恶、妄语恶、饮酒恶”，这样各各对应经文。我们画了一个图表，下面一一来看详细内容。

“从烧起恶”五方面内容：

“杀生恶”就是“至其久后，共作怨结。从小微起，遂成大恶”。

“劫盗恶”就是“皆由贪著财色，不能施惠”，“劫盗”就是杀盗淫妄酒的盗。

“淫欲恶”就是“痴欲所迫，随心思想。烦恼结缚，无有解已”，这是“邪淫恶”。

“妄语恶”就是“厚己诤利，无所省录”，为了私利，甚至打妄语，“无所省录”。

“饮酒恶”就是“富贵荣华，当时快意。不能忍辱，不务修善。威势无几，随以磨灭”，这个就是“杀盗淫妄酒”五恶。

3. 从恶起痛

身坐劳苦，久后大剧。-----

《义疏》：坐前五恶。身受劳苦，苦增不息，名久大剧。

3.从恶起痛

“身坐劳苦，久后大剧”。

这是依这样恶业“从恶起痛”。我们看《义疏》的解释，“坐前五恶。身受劳苦，苦增不息，名久大剧”。因为造五恶，所以他就会感得痛苦的果报，现世的花报。

现世比如说，地狱果报还没有真正来临之前，这一世或者生重病、或者被这些殃恶（花报痛苦）所折磨。

这是《无量寿经》这段经文。当然这些经文如果每一句、每一字都去解释，需要很长时间。我们这里主要是通过净影寺慧远大师的科判，从这个科判我们就可以知道，这里给我们讲“五恶痛烧”都是让我们生厌离的，它是一种厌离的修法。

修学净土的道友一般对《无量寿经》经常念诵，比较熟悉，这个文字基本上比较浅显易懂，里面没有什么甚深的中观等高深的道理，我们结合这个科判，不用怎么解释，事相上讲的“五恶五痛五烧展转相生”，就很容易明白。

所以我们可以根据这个经文对应科判来思惟观修。

总明五恶五痛五烧 展转相生			佛告弥勒：吾语汝等，是世五恶，勤苦若此。 五痛五烧，展转相生。	
别以显之	从恶生痛生烧		但作众恶，不修善本，皆悉自然入诸恶趣。 或其今世先被殃病，求死不得，求生不得， 罪恶所招，示众见之。	
	先明其烧		身死随行，入三恶道。苦毒无量，自相焦然。	
	从烧起恶	杀生恶	至其久后，共作怨结。从小微起，遂成大恶。	
		劫盗恶	皆由贪著财色，不能施惠。	
		邪淫恶	痴欲所迫，随心思想。烦恼结缚，无有解已。	
		妄语恶	厚己诤利，无所省录。	
	从烧生恶生痛	饮酒恶	富贵荣华，当时快意。不能忍辱，不务修善。 威势无几，随以磨灭。	
		从恶起痛	身坐劳苦，久后大剧。	

信願念佛
观修
1
分钟

信願念佛
观修
1
分钟

下面我们根据科判图表，一路按这个经文念下来。大家不用一定要打坐闭着眼睛修，否则经文不熟悉也没法去观修。下面我们就根据这个科判图表把经文再一起来念诵一遍，边念诵边思惟观修它的法义。

好，下面我们大家一起来念诵观修一分钟，最好能根据这里的科判内容随文入观。

.....

这是专门修厌离的一段经文，所以《无量寿经》也是让我们这样修欣厌心的。下面再来看第二段经文：

经文二：欣厌并修
《无量寿经》： 汝今亦可自厌生、死、老、病痛苦，恶露不净，无可乐者。宜自决断，端身正行，益作诸善。修己洁净，洗除心垢。言行忠信，表里相应。 人能自度，转相拯济，精明求愿，积累善本。虽一世勤苦，须臾之间。后生无量寿国，快乐无极。长与道德合明，永拔生死根本。无复贪、恚、愚痴苦恼之患，欲寿一劫、百劫、千亿万劫，自在随意，皆可得之。无为自然，次于泥洹之道。

信願念佛

经文二：欣厌并修

第二段经文就是要“欣厌并修”。

欣求心的内容，前面《无量寿经》详细地介绍了极乐世界的胜妙功德庄严；接着是一段厌离心的修法（五恶痛烧厌离心的修法）；下面《无量寿经》这段经文我们要把欣求心、厌离心合在一起，就是“欣厌并修”。就像前面的《往生论注》以及净土诗都是“欣厌并修”，这是净土不共的修法。“欣厌并修”，一苦一乐放在面前进行对比，这样子苦乐对比、欣厌并修。

下面我们先来看《无量寿经》这段经文：

“汝今亦可自厌生、死、老、病痛苦，恶露不净，无可乐者。宜自决断，端身正行，益作诸善。修己洁净，洗除心垢。言行忠信，表里相应。人能自度，转相拯济，精明求愿，积累善本。虽一世勤苦，须臾之间。后生无量寿国，快乐无极。长与道德合明，永拔生死根本。无复贪、恚、愚痴苦恼之患，欲寿一劫、百劫、千亿万劫，自在随意，皆可得之。无为自然，次于泥洹之道。”

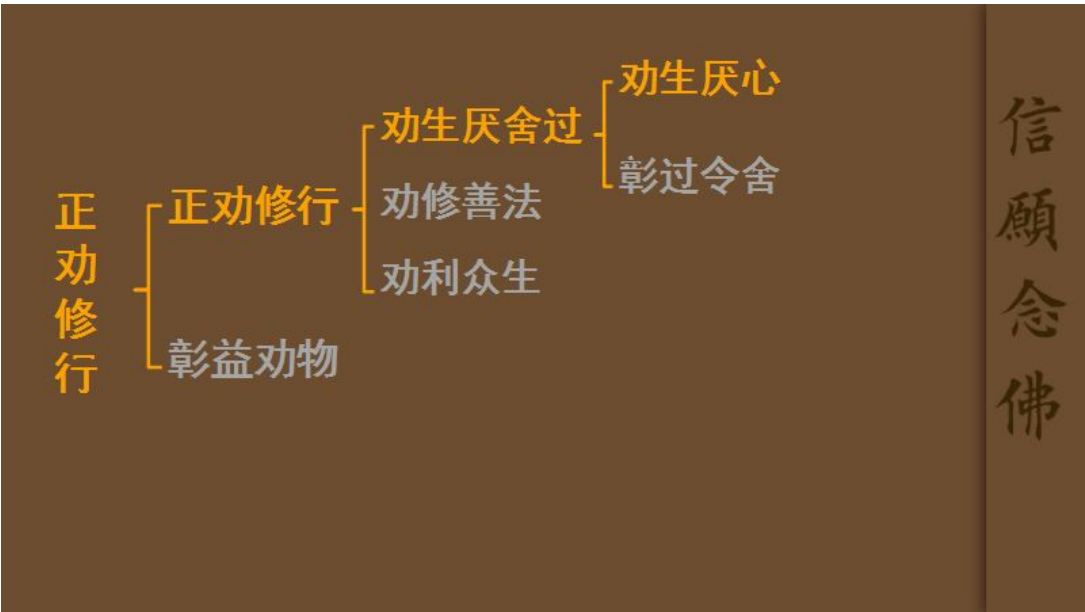
这里前面先是厌离，后面马上是讲欣求，这样“欣厌并修”。

经文科判（依净影慧远大师《无量寿经义疏》）：						信 願 念 佛
正 劝 修 行	正 劝 修 行	劝生厌舍过	劝生厌心彰过令舍	汝今亦可自厌生、死、老、病痛苦，恶露不净，无可乐者。宜自决断，		
		劝修善法		端身正行，益作诸善。修己洁净，洗除心垢。言行忠信，表里相应。		
		劝利众生		人能自度，转相拯济，精明求愿，积累善本。		
	彰 益 劝 物	修时促		虽一世勤苦，须臾之间。		
		得 益	得 益 长 远	受乐长	后生无量寿国，快乐无极。	
成德长				长与道德合明		
离过长				永拔生死根本。无复贪、恚、愚痴苦恼之患，		
寿命长	欲寿一劫、百劫、千亿万劫，自在随意，皆可得之。					
		得益殊胜		无为自然，次于泥洹之道。		

经文科判（依净影慧远大师《无量寿经义疏》）

下面我们看具体内容，也是根据净影寺慧远大师的《无量寿经义疏》科判，这里是“正劝修行”。“正劝修行”又分两方面内容，这里详细地划了科判，跟经文做对应。这里就不一一地介绍了。

下面根据经文、科判，我们再一起一路做个介绍。



我们来看“正劝修行”中“劝生厌舍过”的“劝生厌心”这个科判。

（一）正劝修行

分三：

1. 劝生厌舍过；2. 劝修善法；3. 劝利众生。

1. 劝生厌舍过

分二：

（1）劝生厌心；（2）彰过令舍。

（1）劝生厌心

汝今亦可自厌生、死、老、病痛苦，

前面已观修之轮回痛苦，三苦、八苦等

（一）正劝修行

分三：1.劝生厌舍过；2.劝修善法；3.劝利众生。

1.劝生厌舍过

分二：（1）劝生厌心；（2）彰过令舍。

（1）劝生厌心

汝今亦可自厌生、死、老、病痛苦。

前面已经观修了轮回之痛苦，三苦、八苦等，“汝今亦可自厌生、死、老、病痛苦”。这是“劝生厌心”，就是厌离心。通过前面介绍，比如说“五恶痛烧”，这样就可以让我们生厌离心，“自厌生、死、老、病痛苦”，比如说生老病死这样八苦以及三苦。轮回的痛苦——总苦、别苦这样去详细观察，就能生起厌离心，这是“劝生厌心”。

下面再看“劝生厌舍心”中的第二个：“彰过令舍”。

劝生厌舍过 分二：（1）劝生厌心；（2）彰过令舍。

（2）彰过令舍

恶露不净，无可乐者。宜自决断，

宜自决断：做出决定，毅然果断。这里有闻思观察修的过程。

（2）彰过令舍

“彰过令舍”，彰显它的过失。我们这个娑婆世界的过失令舍，让我们舍离娑婆来欣求极乐——“彰过令舍”。

我们看经文，“恶露不净，无可乐者。宜自决断”。“恶露不净”这个是不净的世界，秽恶的世界，所以说“恶露不净，无可乐者”，没有什么可以快乐的，我们不要以苦为乐，这样颠倒执着。通过这样观察，我们内心要生起决断，作出决定，毅然果断，“宜自决断”。比如说修无常——三根本九因相，后面有个三决断。这里也是这样子，要生这样的决断心。当然这个决断心不是一下子马上就容易生起来，也可能还要通过思惟观修这样一个过程，每个人不一样。

下面再来看第二科判：2.劝修善法。

正劝修行 分三：1. 劝生厌舍过；2. 劝修善法；3. 劝利众生。

2. 劝修善法

端身正行，益作诸善。修己洁净，洗除心垢。
言行忠信，表里相应。

《义疏》：

“端身正行”，是其止善。“益作诸善”，是其作善。

“修己洁净，洗除心垢”，劝修意行。

“言行忠信，表里相应”，劝修口行。

2.劝修善法

“端身正行，益作诸善。修己洁净，洗除心垢。言行忠信，表里相应。”

这里“劝修善法”，善法主要是从身口意三业上让我们去行善。

“端身正行，益作诸善，”这是从身业上讲。身业这里又分两方面：“‘端身正行’是止善”。止善就是我们应该要断除的，要“端身正行”。“益作诸善”这就是作善，我们一般说戒律有止持、作持。止持就是你应该断的，作持是积极应该去做的，止善、作善也是这个意思。

下面“修己洁净，洗除心垢”这个是“劝修意行”。就是身口意的意业方面的，要“修己洁净，洗除心垢”。意业方面要清净。

下面“言行忠信，表里相应”。这个叫口业，就是“劝修口行”。要心口一致、表里相应，言行忠信，表里相应，这是语业。身口意三业这样劝修善法。

下面再看第三科判：

正劝修行 分三：1. 劝生厌舍过；2. 劝修善法；3. 劝利众生。

3. 劝利众生

人能自度，转相拯济，精明求愿，积累善本。

《义疏》：

“人能自度”，牒前自德。

“转相拯”等，正劝利他。

信
願
念
佛

3.劝利众生

“人能自度，转相拯济，精明求愿，积累善本。”

前面主要是自利，下面劝利众生是利他行。

“‘人能自度’是牒前自德”。也是自度自利的内容，前面我们讲自利，这里“转相拯济，精明求愿，积累善本”同时也劝我们利他，自利利他，这样也可以利他。所以这个地方也告诉我们要有一个过程、次第：要自利，才能行利他。——这个地方最好不要颠倒了。先要我们自己生厌离，对轮回过患好好观察，自己内心生厌离了，先能自度，再来度人。这里千万千万不要颠倒错乱，次第不能错乱。我们修学佛法自己都没有生厌离，自己还陷在轮回的贪著、烦恼当中，还谈什么利他呢？！这个利他说不好听就是依法造业，夹杂着烦恼过患，这个利他、弘法事业到时候就成了生死业了，这样是不行的！

我们看藕益大师《灵峰宗论》的一段教言，这里附带介绍一下：

藕益大师《灵峰宗论》：

末世不然，名为欲续如来慧命，撑如来法门，而不知痛为生死，惟积学问，广见闻，冀可登座挥尘而已。

嗟嗟，

不与菩提大心相应，云代佛扬化，吾不信也。

不与为生死心相应，云大菩提心，尤不信也。

信
願
念
佛

藕益大师《灵峰宗论》：

“末世不然，名为欲续如来慧命，撑如来法门，而不知痛为生死。”“痛为生死”是自利上现在没有做好，就去说什么续佛慧命，那是自欺欺人。

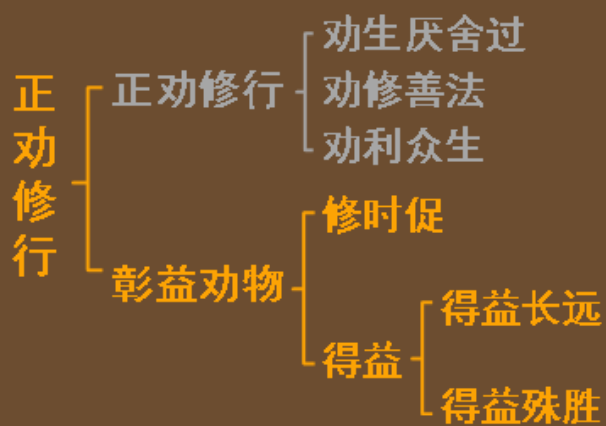
“惟积学问，广见闻”，学法闻思一开始也为了这种目的，不是为了自利。

“冀可登座挥尘而已。”冀就是希望的意思，学法的目的也是为了登上大法座，挥着拂尘在那里讲法，要名利。

下面我们看：“嗟嗟，不与菩提大心相应，云代佛扬化，吾不信也。”没有跟菩提心相应，说要“代佛扬化”——弘扬佛法，我不信也。

“不与为生死心相应，云大菩提心，尤不信也。”连自己的生死心、厌离心都没有去修行，说是发大菩提心，“代佛扬化”，“尤不信也”。所以我们先要修厌离心，先要自利，再谈利他，发菩提心。先要修厌离心、出离心，再来修菩提心，这个次第不能颠倒。现在许多人一开始就谈什么菩提心，厌离心方面根本不注重、不修习，这是非常颠倒的，这点非常重要。

下面我们再来看“彰益劝物”：



这里又分“修时促”、“得益”两个科判。

（二）彰益劝物

分二：1.修时促；2.得益

（二）彰益劝物

分二：1. 修时促；2. 得益。

1. 修时促

虽一世勤苦，须臾之间。

1.修时促

“虽一世勤苦，须臾之间。”

下面相当于彰显他的利益来劝我们修持，来求生净土。“修时促”，我们在这个世间修行“虽一世勤苦，须臾之间”。即使几十年，在你轮回当中那真是须臾之间，极短的时间。

再来看“得益”。

2. 得益

分二：（1）得益长远；（2）得益殊胜。

（1）得益长远

分四：

①受乐长；②成德长；
③离过长；④寿命长。

2. 得益

分二：（1）得益长远；（2）得益殊胜。

“得益”这个内容很多，前面修时短促，就这么两句，“虽一世勤苦，须臾之间”。但所得的利益很多。

下面我们来看详细内容：先看“得益长远”，再看“得益殊胜”。

（1）得益长远

①受乐长；②成德长；③离过长；④寿命长

①受乐长

后生无量寿国，快乐无极。

②成德长

长与道德合明，

①受乐长

“后生无量寿国，快乐无极。”

“虽一世勤苦，须臾之间”，时间很短。但是往生之后，“后生无量寿国，快乐无极”。这是“受乐长”。

②成德长

成就功德，“长与道德合明”，与道德合明这叫“成德长”。成就了这样的道德、功德。

③离过长

永拔生死根本。无复贪、恚、愚痴苦恼之患，

《义疏》：于中，
永拔生死根本，长离业因。

无复贪等，长离烦恼。

无苦恼患，长离苦报。

第十大愿 不起贪计身见愿：设我得佛，国中天人，
若起想念贪计身者，不取正觉。

信願念佛

③离过长

“永拔生死根本。无复贪、恚、愚痴苦恼之患。”

这是“离过长”。当然这个离过是从功德、利益上讲的。往生之后即使生到西方还是人天凡夫，但已经永拔生死根本，已经超出六道轮回，脱离苦海了，所以是永拔生死根本。

我们看《义疏》解释：“于中，永拔生死根本”，这就是长离业因，不会再去造五恶——贪嗔痴这种恶业过患。“无复贪等”这是长离烦恼，贪嗔痴是指烦恼，所以无复贪恚愚痴。

“无苦恼患”这是长离苦报。我们一般说惑业苦这三恶，业因指惑，“贪恚愚痴”指烦恼、苦恼（这些五恶痛烧苦恼）之患，这是苦报。所以这个内容我们如果不通过《义疏》这些注解去分析，随口念过就不知道它讲什么。

所以生到极乐世界首先“永拔生死根本”，接着“无复贪恚愚痴苦恼之患”。虽然还是人天凡夫，但已经超出生死轮回，永拔生死根本；虽然你是一个凡夫，但是跟阿罗汉一样，无复贪恚愚痴的苦恼了——不但没有了这些痛苦甚至没有烦恼了，但又是个凡夫，这个是非常奇特的，一切教导当中没有的。

这就像《无量寿经》第十大愿不起贪计身见愿：“设我得佛，国中天人，若起想念贪计身者，不取正觉。”他不会生起萨迦耶见——身见，所以没有烦恼，非常清净。

④寿命长

欲寿一劫、百劫、千亿万劫，自在随意，皆可得之。

第十五大愿 寿命修短随意愿：

设我得佛，国中天人，寿命无能限量。

除其本愿，修短自在。

若不尔者，不取正觉。

④寿命长

“欲寿一劫、百劫、千亿万劫，自在随意，皆可得之。”

往生到西方之后寿命跟阿弥陀佛一样，无量无边阿僧祇劫，而且可以修短自在，想要寿命一劫、百劫、千亿万劫或长或短由你自己心意。所以我们看第十五大愿寿命修短随意愿：“设我得佛，国中天人，寿命无能限量。除其本愿，修短自在。若不尔者，不取正觉。”它是寿命修短自在。

下面再看第二科判：“得益殊胜”

得益 分二：（1）得益长远；（2）得益殊胜。

（2）得益殊胜

无为自然，次于泥洹之道。

泥洹：即涅槃。

《无量寿经》：

彼佛国土，无为自然，皆积众善，无毛发之恶。

（2）得益殊胜

“无为自然，次于泥洹之道。”

极乐世界是“无为自然，次于泥洹之道。”“泥洹”也就是涅槃、涅槃之道。我们看《无量寿经》：“彼佛国土，无为自然，皆积众善，无毛发之恶。”所以说这里是“得益殊胜”。

下面我们再来看一段相关的《无量寿经》经文：

《无量寿经》：又其国土，微妙安乐清净若此。
何不力为善，念道之自然。
著于无上下，洞达无边际。
宜各勤精进，努力自求之。
必得超绝去，往生安乐国。
横截五恶道，恶道自然闭。
升道无穷极，易往而无人。
其国不逆违，自然之所牵。
何不弃世事，勤行求道德。
可得极长生，寿乐无有极。

“又其国土，微妙安乐清净若此。”“微妙安乐清净若此”。“何不力为善，念道之自然。著于无上下，洞达无边际。宜各勤精进，努力自求之。必得超绝去，往生安乐国。横截五恶道，恶道自然闭。升道无穷极，易往而无人。其国不逆违，自然之所牵。何不弃世事，勤行求道德。可得极长生，寿乐无有极。”

这些都是让我们生欣求的。这些经文都非常殊胜，实际上都是让我们来思惟观修的。由于时间的缘故，这段经文就不作详细介绍，这可以说是跟前面相关的一些内容。

下面再来看一下今天的内容。

娑婆苦	汝今亦可自厌生、死、老、病痛苦，恶露不净，无可乐者。		
极乐乐	得益长远	受乐长	后生无量寿国，快乐无极。
		成德长	长与道德合明
		离过长	永拔生死根本。无复贪、恚、愚痴苦恼之患，
		寿命长	欲寿一劫、百劫、千亿万劫，自在随意，皆可得之。
	得益殊胜		无为自然，次于泥洹之道。

观修1分钟

这里分“娑婆苦、极乐乐”两大科判。

我们来看“娑婆苦”对应的就是：“汝今亦可自厌生、死、老、病痛苦，恶露不净，无可乐者。”

“极乐乐”，又分“得益长远、得益殊胜”。“得益长远”中再分四个科判：“后生无量寿国，快乐无极”；“长与道德合明”、“永拔生死根本；无复贪、恚、愚痴苦恼之患”；“欲寿一劫、百劫、千亿万劫，自在随意，皆可得之”这四方面内容。

接着“得益殊胜”就是“无为自然，次于泥洹之道”，我们刚刚学的这个内容。

下面我们根据科判图表，结合《无量寿经》经文，边念诵边思惟，根据这个科判内容，随文入观。首先娑婆苦、极乐乐对应的科判。我们来看经文，大家一起念（稍微慢一点）：

“汝今亦可自厌生、死、老、病痛苦，恶露不净，无可乐者。后生无量寿国，快乐无极。长与道德合明。永拔生死根本。无复贪、悲、愚痴苦恼之患，欲寿一劫、百劫、千亿万劫，自在随意，皆可得之。无为自然，次于泥洹之道。”

《无量寿经》当中像这些苦乐对比、欣厌并修，欣求心、厌离心的修法，这样的教言可以说比比皆是。

上卷主要给我们介绍了极乐世界的依正功德，极乐世界的这种因果。因是法藏菩萨发四十八大愿，果就是这些功德成就。极乐世界成就的依报、正报胜妙庄严功德，都是让我们生欣求心、生往生的愿心。

而《无量寿经》下卷，给我们讲三毒过患——五恶痛烧，让我们生厌离心。下卷当中像我们正观修的这种苦乐对比、欣厌并修的这样的教言比比皆是。

通过这样观修——苦乐对比，欣厌并修，下面我们以这样的欣厌心来念“南无阿弥陀佛”名号三分钟。



南无阿弥陀佛

.....

好，今天我们根据《无量寿经》经文来修厌离心，乃至后面欣厌并修，是以部分的《无量寿经》经文举例来观修。了知这个观修的原理之后，那我们自己也可以根据《无量寿经》所有的经文来做观修。

首先要知道观修的原理：主要是修欣厌心。厌离方面当然就要通过《无量寿经》经文描述的贪嗔痴三毒过患生厌离——五恶五痛五烧生厌离；接着来思惟极乐世界的胜妙功德生欣求；同时根据经文中一苦一乐对比生欣厌心——欣厌并修。《无量寿经》是这样，前面昙鸾大师《往生论注》也是这样欣厌并修。

所以不管是“经”还是“论”，佛菩萨祖师大德实际上非常清晰地给我们交代，就是让我们欣厌并修。要注意这两方面内容都是让我们在信愿上下手，在信愿上去用功，而不是仅仅就一句佛号。所以我们念佛人最好也能念《无量寿经》《阿弥陀经》，念经也是让我们生欣厌心，在念经的基础上再来念佛，那你这一

句佛号就是欣厌具足——这样来念的；而不是干巴巴地随口划过，这样就很难相应。所以要有欣厌心，要欣厌具足。

一开始你就要注重欣厌的修法，当然欣厌的修法我们前面也专门做了介绍；如果你欣厌并修一下修不起来，就先修厌离心，如果能够边念佛边观修当然这个很好；但如果也不能做到，那就先不念佛，专门去观修我们前面介绍的次第观修出离心：暇满、无常、轮回痛苦、业果不虚这样的内容。这样详细观修之后可以再结合念佛来观修，或者结合《无量寿经》《往生论注》这些经论来欣厌并修。

这些修法的原理非常重要，我们掌握之后自己心中有谱，怎么观修的原理自己心中知道之后，就可以依这样的理论来观修。

周五下节课是今年最后一堂课，到时候再给大家把前面所有的理论修法，做一个总结回顾。

下面现场答疑。



课后答疑

同生養
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](#)