

## 【清凉法语】如何认识念佛产生妄想翻滚的情况？

智坤法师 地藏占察入净土 2016-04-28



某群友：

请问师父，弟子佛号念的越多，反而把以前不愉快的事记得越清楚，有时候还想发脾气，请您慈悲开示。

师父开示：

打个比方哈，我们拉粑粑，突然使劲，一鼓作气拉粑粑成功，你还要把粑粑捡回去？或者对粑粑恋恋不舍，你现在就是对内心的垃圾恋恋不舍，不反思自身原因，反疑佛号功德作用。这种念佛产生的妄想翻滚情况，祖师早有开示。

予见新学后生，才把一句佛，顿在心头，闲思妄想，越觉腾沸，便谓念佛工夫不能摄心。不知汝无量劫来，生死根由，如何能得即断。且万念纷飞之际，正是做工夫时节，旋收旋散，旋散旋收。久后工夫纯熟，自然妄念不起。且汝之能觉妄念重者，亏这句佛耳。如不念佛之时，澜翻潮涌，刹那不停者，自己岂能觉乎？

——莲池大师：《莲宗诸祖法语集要》

[参考译文]

我见新学道的青年，才把一句阿弥陀佛的名号，顿在心头，乱思妄想更觉腾跃沸扬，由此便说念佛工夫不能

摄心。不知道你无量劫以来的生死根本，如何能马上就可斩断。并且万念纷飞的时候，正是做工夫的时节。觉察到杂念时，当即提持佛号收摄心念；此后会再散乱，一旦觉察散乱时，又应立即提持佛号以收摄心念。久久工夫便会纯熟，自然妄念不起。并且你之所以能觉察出妄念纷飞，还幸亏有这句佛号。如果不念佛的时候，妄念波翻潮涌，刹那不停，你自己又怎能觉察得到呢？

不念佛时，妄想虽多，无由而知，非不念时无妄想也。譬如屋中虚空，纵极好的眼，也看不见有灰尘。若窗缝中照来一线之太阳光，则见光中之灰尘，飞上飞下，了无止息。而光未到处，仍然不见有灰尘。是知念佛时，觉得有妄想，还是念佛的好处。不念佛时，完全在妄想窠里，故不知也。（《印光法师文钞续编·复又真师觉三居士书》）

妄想起时，只一个不理，便不会妄上生妄。譬如小人撒赖，若主人不理，彼即无势可乘。若用刚法抵制，彼亦以刚法从事；若以柔法安慰，彼必谓主人怕他，又必益加决烈。二者皆损多而益少。只置之不见不闻，彼既无势可乘，只得逡巡而去。（《印光法师文钞三编·复温光熹居士书一》）若能摄心，则妄念当渐渐轻微。（《增广印光法师文钞·复徐彦如、轶如二居士书》）

南无阿弥陀佛！



推荐阅读

[念佛人如何正确理解自力和他力？](#)

[突发意外不能念佛，能往生吗？](#)

[【师父开示】劝念佛人修四外加行](#)

結緣  從這裏開始 ▶

若要了解学习方式，关注该公众号后  
请在菜单【欢迎入群】了解详情



长按，识别二维码 加关注

达·世法日常·佛土实修