

修行始终妄想纷飞，根本修不起来怎么办？

仁禅法师 地藏占察入净土 2018-09-28



云居山真如禅寺全景

当初我在江西云居山真如寺（虚云老和尚道场）出家的时候，经常听一些老和尚讲：**修行需要积资净障**。虚老的开示里面也讲到这些道理。

有些老班首在禅堂上讲开示的时候讲到，有些人道心很好，出家了就专门住在禅堂打坐修行，但是一坐在那里就开始打瞌睡，不盘腿的时候精神很好，一盘起腿来马上就开始昏沉了，甚至还打呼噜，而且怎么对治都对治不了，可以说这就是宿世的业障。虚云老和尚就说，如果这样的话，那就不如去给大众发心培植福报，比如出坡、给大众打饭、去厨房斋堂做饭、打扫卫生等等。



还有一类人，一开始修行坐禅就生病，坐也坐不住，说明也是没有福报、业障重，也要去忏悔业障。如果对禅法很有信心，在这样的情况下还是想继续坐禅，那就应该在坐禅中间，或者晚上的时候，经常到佛前非常虔诚地礼拜，拼命磕头忏除业障。

如果还是没有用，还是经常生病，或者烦恼得不得了，心安不下来，那还不如暂时不坐禅，就出去好好为僧众服务，培植福报。否则，在福报不够、业障很重的情况下，硬着头皮去打坐，这样反而会消福报，甚至增加烦恼，那又何必呢？

上面的讲法也是有依据的。戒律里面就讲到，你如果业障轻并有宿世善根，出家之后一开始就可以去修五停心观，调伏烦恼，或者经过一段时间的闻思之后，可以去坐禅、参禅、念佛。

云居山僧众在虚云和尚的号召下，大力开展生产自给。照片摄于1955年。



但是如果始终妄想纷飞，不相应，根本修不起来，这时候怎么办呢？这时候你可以去讲经说法，讲皈依、五戒，这也是一个培植福报、累积资粮的方法。（当然，古来的高僧大德弘扬佛法，讲经说法，我们不能说这也是业障重，需要积资净障，那就闹笑话了。高僧大德讲法，这是在自利的基础上再去利他，是度化众生。）

如果没有能力讲经说法，和众生结缘，讲皈依、授五戒，那怎么办呢？戒律里面告诉我们，那就去为寺庙、大众服务，比如去做当家，做知客，接待信徒等等，这是第三等人。但现在佛门当中往往反过来了，一些当家、知客在寺院里高高在上，这实际上是不如法的。

净土法门也一样。定善如果修不起来，就要先注重真信切愿，通过闻思产生信心，并且还要去积资净障。如果闻思都不行，那么一开始就要去忏悔业障、积累资粮。

——摘自仁禅法师《观经四帖疏讲记》

結緣  從這裏開始 ▶

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”进入博客，
学习更多占察案例和师父开示



阅读原文