

十八 妄念與念佛

經常有蓮友問：「念佛的時候，妄念很多怎麼辦？」或問說：「我妄念紛飛，念佛能往生嗎？」甚至有的人說：「我心這麼散亂，是不是要先去學持戒，還是修禪定，才能幫助我念佛一心不亂？」我們來看下面這一段，源信大師法語：

妄念原是，凡夫本體，妄念之外，別無心也。
直至臨終，猶是一向，妄念凡夫。

知此念佛，即蒙來迎。

乘蓮台時，能翻妄念，成為覺心。

從妄念中，所出念佛，猶如蓮花，不染污泥。

決定往生，不可有疑。

莫厭妄念多，應嘆信心淺。

故以深信心，常稱彌陀名。

大師說凡夫本來就是以妄念為本質、為體性；我們的心思所想都是妄念，沒有一點真心。直到臨終，還是妄念的凡夫，離開妄念就是聖人了，就不是凡夫。好比一塊木炭，它怎麼洗都是黑的，你不可能洗出一塊白色的木炭。我們的妄

想心就像木炭一樣，再怎麼樣都是黑暗、無明、造罪的。我們要深切的體認，不要在那裡作無益的功夫。心想我要怎麼修，心會清淨一點，有時候也會出現假相，獲得一點輕安、一點境界，就往那裡鑽研下去了，殊不知那只是粗的妄想少了些，微細的妄念，可還多如牛毛。而且那些輕安、境界並不能解脫生死啊！就算明心見性，都未必能解脫生死輪迴。很多人都在這裡走岔了路，換了題目，貪著一點清淨之感、境界以及佛法的體驗，忘卻了修行的目的——了脫生死。

我們體認到自己是這樣的凡夫，就以妄念凡夫的身分，稱念南無阿彌陀佛，臨終之時，阿彌陀佛自然現前來接引。

當我們坐上了阿彌陀佛的蓮花台，剎那之間，即得無生法忍，當下朗然大覺，所有的妄念即刻粉碎，成為朗朗的正覺之心。如同善導大師說的：「臨終聖眾持花現，身心踴躍坐金蓮；坐時即得無生忍，一念迎將至佛前。」這就是「乘蓮台時，能翻妄念，成為覺心。」

「從妄念中，所出念佛，猶如蓮花，不染污泥。」我們的心是染污的、妄念的，但能從妄念中所稱念出來的名號，並不會被染污，就像蓮花，出污泥而不染。所以淨土宗又叫「蓮宗」，這也是原因之一。我們只要以深信願稱念佛名，而無須去關注那妄念，就像我們要看的是蓮花，不需要老是

在意那污泥。「往生之業，念佛為本」，能讓我們解脫、出離生死的是這句「南無阿彌陀佛」，所以是要念佛，不是念我們的心清淨與否。

妄念對我們來說，像什麼呢？就像空中飄過的一片雲彩，不管是白雲（感覺很快樂），還是烏雲（家庭、工作：種種煩惱），任憑妄念來了就來了，妄念去了就去了，跟我們的往生毫無關係，若因為妄念生起而停下念佛的腳步，那就錯了。

妄念又像大街上的行人，雖然來來去去，各式各樣，但跟我們沒有關係，他們是外人，與我們何干？我們不能說：

「我不想管他們，但他們老是在那裡走來走去，讓我的心都靜不下來。」念佛也一樣，心中妄念紛飛，自是它的事，妄念自妄念，念佛自念佛。好像一個人在屋裡，一心做自己的事，大街上人來人往，千千萬萬，都與己無關，好像不存在。所以對付妄念，就是只管念佛，不必理會對治。

妄念還像江河上的水波一樣，往生就像江流入海，哪有江水流入大海之時，水波能阻礙得了呢？歸命阿彌陀佛的心，就像江水，我們日常所起的一些妄念雜想，就像水上的波浪。我們是心求極樂沒錯，但是，還在這娑婆世界奔走經營，忙於家庭、忙於事業，難免對境起分別、起情緒的波

浪，雖然如此，它也不會障礙我們往生淨土，如同波浪不阻水流。江水浩浩，隨風起浪，夾著泥沙，浮著草屑，但這都不妨礙江水日夜奔流，直入大海。

所以不要管你這個心，你越管它，它越得勢，它越覺得自己了不起，你就越拿它沒辦法。你徹底看透它，徹底拋棄它，徹底冷落它，它就乖了，它就聽話了。印光大師勸導我們說：「妄想起時，只一個不理，便不會妄上生妄。譬如小人撒賴，若主人不理，彼即無勢可乘。若用剛法抵制，彼亦以剛法從事；若以柔法安慰，彼必謂主人怕他，又益加決烈，二者皆是損多益少。只置之不見不聞，彼既無勢可乘，

只得逡巡而去。」千萬不要強硬對治它，你越強硬，它就更頑強的對抗你；你若遷就它，像小孩一樣哄著它，它又以為你怕它，就更加放縱。只有置之不理，讓它自討沒趣，因而徘徊不前，最後只好離去。

有人問法然上人：「雖念佛，心散亂，將如何？」法然上人回答：「此法然亦力有所不及。應知：心雖散亂，稱名號者，乘佛願力，必得往生。總而言之，念佛為第一之事也。」又說：「生於欲界散地之人皆散心也，猶如受生人界，則有目鼻。所謂捨散心而往生，無有是理。散心念佛之往生，方是殊勝之本願。」上人說：我們生於欲界之人，都

是散心眾生，這是自然的事，就像我們生而為人，自然有眼睛、鼻子一樣。要我們念佛，沒有散心才能往生，這是沒道理的。正因為散心念佛必得往生，才顯得本願之可貴，方可稱為易行道。

但是話說回來，之所以說「不管妄念」，那是為了破除許多人的疑慮，以為我雖念佛，但妄想不止，這樣念佛恐怕不能往生吧？於是才說：「不要憂慮妄念，只管念佛」，而不是鼓勵妄念紛飛，任它隨意滋長。念佛的時候，還是要盡可能的用心，真誠地稱念，認認真真地念，久而久之，內心自然會比較靜定，內心靜定就會歡喜，自然會越念越想念。

歷代的祖師都提倡計數，有人問法然上人：「念佛不持念珠，無妨乎？」上人回答：「必持念珠。未斷無明者，妄念常起；手持念珠時，非數妄念之數目，乃數念佛之數目，念佛是主人，妄念是客人。是故心中許其妄念者，過份之恩也。」所說的必持念珠，是指要記數，因為以前沒有計數器，只以念珠記數。能夠老老實實記數念佛的，或者定時間念佛的，都能體會它的妙處與受用。否則整天悠悠晃晃的，終日在塵勞中打滾，一日過一日，還以為自己乘佛本願力，往生已定，不知早為妄念所縛。不過，念佛也不要只是圖數量，要虔誠、穩當的念，一句一句不為趕數，所以數目不要

定太多，要自己能夠做到為要。

善導大師說，釋迦牟尼佛之所以特別指示西方極樂世界，勸我們往生，就是因為極樂世界不嫌「亂想凡夫」，在《法事讚》裡說：「一切佛土皆嚴淨，凡夫亂想恐難生，如來別指西方國，從是超過十萬億。」一切諸佛國土都非常莊嚴清淨，但凡夫亂想紛飛，不能往生。要想往生諸佛國土，必須澄心凝慮，悟入聖者之境，這對於末法五濁惡世凡夫來說，不可能做到。所以釋迦牟尼佛才特別指示，十萬億佛國土之外的西方極樂世界，勸我們往生，正因為極樂世界不嫌凡夫亂想，不要求息心除妄，只要專稱彌陀名號就可以了。

善導大師真不愧是彌陀化身，大師的解釋令我們大安心。其他的大法師，千解釋萬解釋，越說越複雜，越解釋越高深，既不符合彌陀本願，又不符合我們的根機，以至到最後，大家都對往生失去信心。

所以我們念佛人，應該：「莫厭妄念多，應嘆信心淺。故以深信心，常稱彌陀名。」妄念多，並不障礙往生；信心淺，對阿彌陀佛的救度信不過，對稱名往生懷疑，才真正障礙往生。所以我們要以深信心，常稱彌陀名。