

慈愛
心靈



共修第138期

1. 一世修成14

2. 六波罗蜜－禅定27



共修将准时开始

如听不到声音

点击手机左下角的“加入语音”

选择wifi

慈爱心灵共修

慈爱
心灵

目录

开始前：发布1分钟自测题 -> 感恩词

第一部分：一世修成14

第二部分：六度|禅定27

最后：感恩词 -> 讲解答案 -> 答疑

感恩词

感恩南无释迦牟尼佛，感恩南无大慈大悲
救苦救难广大灵感观世音菩萨摩诃萨，

感恩十方三世一切诸佛菩萨及龙天护法菩萨，感恩恩师。

恳请南无大慈大悲观世音菩萨保佑我某某某（您的名字）

开智慧，静下心学习师父开示，让师父的开示进入八识田，

帮助我更好地学佛修心！我自己的业障自己背，不让一起

共修的师兄们背。在今天共修过程中如有不如理不如法的地方，

请南无释迦牟尼佛慈悲原谅，南无观世音菩萨慈悲原谅，

南无护法菩萨慈悲原谅。

慈爱心灵共修

慈爱
心灵

开示合集

(十四)

一世修成

永断轮回



發愿前必看·掃碼進入



慈爱心灵共修 第一百三十八期 一世修成14

慈爱
心灵



发愿后的守愿

慈爱心灵共修 第一百三十八期 一世修成14

慈爱
心灵



一世修成-发愿后的守愿

精进努力不虛妄
一世修成志如剛

一个人为什么能够成功， 因为他有愿力

为什么做人，口讲出来的话要愿力？一个人为什么能够成功，因为他有愿力。很多人为什么不成功？愿力不够，精进力不够。其实我们应该努力加强自身修养，再去广度有缘。师父经常说，为什么菩萨跟师父说在末法时期必须要出来救人？这样你才能一世修成。

一世修成靠的是大愿力

一个女人结两三次婚就到天上去做瑞兽了？傻姑娘了！记住了，好好地修，一世修成靠的是愿力。大愿力照样能够上去，如果没有大愿力，基本上她的业障还是很重。因为一般离两三次婚的女人，她的感情上不是欠别人、就是人家欠她的，还不了，下辈子再投人，还要来受。

一世修成-发愿后的守愿

一世修成靠的是恒常的愿力和善心

精进修行需要智慧与悲心，一世修成靠的是恒常的愿力和善心，所以善男子、善女人很容易修成空性无我，一世修成。

真的想一世修成，你要发大愿

我们是学心灵法门，学观世音菩萨的慈悲，记住了，慈悲能破解万难，慈悲能增长智慧，慈悲能让你境界到达彼岸。有时候我们虽然跟那些无缘众生没有面谈的机会，但是我们要默默地发心、发愿。很多人说“我不会发愿”，师父教你们，如果你们修到一定的境界，真的想一世修成，你要发大愿，这个大愿就是：“愿他们将来也能遇到佛法，愿我将来成佛的时候，他们能成为我的眷属，使我能够引导他们、救度他们。”这就是你的愿力。

你的愿力越强，你的缘分自然越足

我们每天求缘分，其实你们记住了，缘分怎么来的，抓到根就可以了。缘分怎么来的，你们知道吗？其实我们每个人的缘分就是随着你的愿力来的，所以你的愿力越强，你的缘分自然越足。愿力不够之人，在佛学界就称为无缘之人啊。现在知道愿力重要吧？“我一定要活下来”“我一定会克服麻烦”“我一定要一世修成”，你的愿力来了，你的缘分就来了。

我们的愿力在我们的内心

我们学佛修心就一定要懂得坚持，我们的信心不一定让别人知道，但是我们的愿力在我们的内心。我们福慧双修，坚持跟着菩萨好好地修，就会修出人间的般若。我们要用佛法的慈悲喜舍来惠及家庭，利益国家和社会，推动宗教和谐，实现世界和平。我们学佛就是要无我利他，一世修成，永断轮回，共攀四圣。

一世修成-发愿后的守愿

人的愿力有多么的强大

刚才的这个故事是回避不了六道轮回，那三个男的下辈子又不知道要变成什么样，来将这个老夫人杀死。所以，没有谁是赢家，冤冤相报何时了，就像有时候我们把孩子赶出去，等我们到了海外，孩子有一天把我们也赶出去，这就叫冤冤相报。这个故事让我们看到人的愿力有多么的强大，所以不要轻易地去伤害别人，因为别人的恶愿会让你修不好。但是，如果我们把这种愿力用在学佛上，我们说我们学佛修心，一世修成，那该有多好。要记住，大愿必成，悲心有功啊。

我们学佛人需要的是什么？

如果你是雄鹰，没有人鼓掌，你也要飞翔；如果你是小草，没有人心疼你，你也要成长；如果你是深山里花朵，没有人欣赏，你也要芳香；如果你是学佛人，没有人鼓励，你也要一世修成，永断轮回。

其实这种需要，佛都是没有的

很多人天天说“我要成佛，我要一世修成，我要求得到，我能够一世修成，能够改变自己……”其实这种需要，佛都是没有的，因为不管什么事情，佛对我们没有任何的欲望，所以我们做事情、做人，也不要动不动为自己来打算。真正能够为别人所想、为别人而活，你的愿力就出来了。很多人，你说他有没有愿力？他有啊，他有愿力。愿力在哪里？愿力

其实这种需要，佛都是没有的

在心里。愿力不是告诉别人，愿力是自己用真心默默地耕耘。所以“行愿之道”，你今天有愿力，你还要去行，当你行了这个愿力，你才能修成正果。所以师父跟你们讲，佛没有想过自己要成佛，佛也没有想过要帮助别人，但是佛天天在做佛的事情，在救度众生，他怎么会不成佛呢？我们想做一个好人，只要你天天做好事，不去想“我是个好人”，你不

其实这种需要，佛都是没有的

就是一个好人吗？所以功德怎么来的？默默耕耘啊！一个人能够舍去自己身上的坏习惯，舍去身上的毛病，舍去自己内心的贪瞋痴，实际上就是在佛的道路上精进修行。

一世修成-发愿后的守愿

用行动去完成我们的愿望

成功需要远大的目标，需要努力去实践。我们每个人一生都有很多的梦想，但是这么多年过去了，因为我们没有行动去配合，所以梦想成了空想。我们很多人想一世修成，想求菩萨保佑自己，但是我们又没有好好地去做功德，去行愿。福特只不过有梦想，因为他的成功加上了他的行动，并持续了

用行动去完成我们的愿望

17年，所以他成功了。让我们用行动去完成我们的愿望。
学佛人的成功需要离苦得乐的目标，更需要努力地去实践。
福特有梦想，更有行动，他的恒心让他用17年换来了成功

一世修成-发愿后的守愿

长城不是一天建成的

任何一个伟大的事业背后，总有很多感动天地的故事，而故事中的那些英雄、伟人、名人，却是在不为人知的岁月里，用了他们太多的宝贵时间，又洒下了多少辛苦的汗水。要记住，我们学佛人想一世修成，靠愿力，攀登四圣，靠实力。实力就是忏悔，实力就是学佛的人永不退转。

一世修成-发愿后的守愿

命运其实就掌握在我们的手中

不要怨天尤人，命运其实就掌握在我们的手中。在机遇面前，每个人都不妨精进进一步，前进进一步。不要嫉妒别人，别人的成功都是靠精进和努力。有机会，我们要去创造；没有机会，我们要创造机会去好好努力。有条件，根基好的，我们要精进，以后回到观世音菩萨妈妈身边；如果条件不好，我们也要好好地念礼佛大忏悔文，好好忏悔，拼命一世修成，争取这一辈子也能回到母亲的怀抱。

真修的人在内心深处改变

如果你的目的和你今天最后的愿望是相符的，那你这个人就很容易方得始终，就很容易不忘初心。这就是师父告诉你们的，要了解、要看他的出发点和目的，你就知道他是否真心了。真修的人在内心深处改变；而假修、为了某一个目的在修心的人，他只是为了某一个方法，或者用一种理念，在学佛的过程中来改变一下自己。所以要修心，每一天必须花

真修的人在内心深处改变

很多时间念佛、拜佛、念经，包括自己共修、做善事或与修行相关的功课上，这就是我们学佛人应该做的事情。每一天的精进会使你进步，每一天的懈怠会使你丢失本性。希望大家好好地学佛，好好地改变，真修实修，进入如来智慧，用如来的智慧让自己一世修成、永断轮回。

命改了，你的运程全部都会改

所以用人间的话讲，吃得苦中苦，方为人上人。

学佛后境界提高，“不修心改命，怎能一世修成，超脱轮回”



一世修成-发愿后的守愿

远离欲望

让我们能够迎来佛陀的智慧，用观世音菩萨的清净心，用佛陀给我们的佛法指引我们前进的方向，这样我们才能远离颠倒梦想，一世修成报佛恩！

一世修成-发愿后的守愿

财富只是一时的朋友

希望大家要懂得：财富只是一时的朋友，而朋友才是永久的财富；荣誉是一时的荣誉，而帮助别人才是荣誉的根本；学历是一时的知识，永远学习才会让你获得永久的智慧。学会珍惜人生，你会感觉到这个世界无比宽容。如果你找不到光明的阶梯，你就会失去一双智慧的眼睛。要克服贪瞋痴慢疑，清心寡欲，你才能回到观世音菩萨母亲的身边，一世修成报佛恩。

严师出高徒

实际上你不了解，因为人活在这个世界上，经常用一种难以觉察的下意识的方式在进行着思维。所以不是说你看见的都是好的，你听见的都是好的，那就是好的。告诉你们，严师出高徒，师父就是要对你们这些徒弟严格，你们才会成长，你们才会一世修成。

许愿一世修成，要尽自己努力去做

你说你许愿了，你不要去管它许成没许成。有什么好讲的？

（就尽自己努力做，一直做）尽自己努力。你进了大学你好好读书就好了（明白）你一进大学，说“我毕业得了毕业不了？”那你就执著了（对对，还是要通过自己努力，要好好学习）对啊，现在明白了吗？

想要脱离六道，就要放下万缘，斩断情缘

法师已经给你做好榜样了，还看不出来？他们年纪轻轻，不是放下七情六欲啊？你同样是人，你为什么放不下了，对不对？（真的放不下的话，到一半就掉下来了，真的是脱离不了六道）肯定脱离不了（连上都上不去）你到天道你也得下来，没有办法。所以你要一世修成，你要彻底修的。所以有些法师已经许了很大的愿，最后没有守住戒律，他们最后还

想要脱离六道，就要放下万缘，斩断情缘

是下去，而且他下去更糟糕，很苦的。对法师来讲，一世修成对他们更重要。等于人家花的本钱跟你们不一样了，人家已经是大发心、大愿力了，那最后没有得到，你看他痛苦吧。你们本来就没有什么愿，你们得不到，你们反正还是这样六道里再轮回；法师说“我一定要出世，一定要出六道”，他出不去的话，你说他多痛苦啊？（是的，非常无奈，非常痛苦）

一世修成-发愿后的守愿

忘我弘法或

专修《白话佛法》，是否都能修成

理论家、实践家都能修成，但是有一个先决条件：不管你是“行”还是“想”，不管做什么事情，你不能造新业。如果你今天懂佛理，从来不造新业，你一定能上去；你今天好好地去帮助别人，做善良的人，不做坏事，你也能一世修成。

你想一世修成，你必须守戒，而且守大戒

如果想一世修成，就是对自己的要求要很高。要求高，你就必须像法师一样，不能有婚姻了，不能有男女之事了，不能贪、不能瞋、不能痴了，法师就是这个境界。为什么法师一出家就变成师父了呢？因为他们境界比你们高了。法师能做这种事情吗？法师家都没有了，抛弃了小家，拥有了大家。所以你定什么样的级别、什么样的境界，那么你就必须遵照

你想一世修成，你必须要守戒，而且守大戒

什么样的制度和自己的努力方向。你今天想做教授，你必须比人家多出十几倍的努力；你今天只是想做个大学生，那就平时做做功课、考考试就可以了。境界不一样。你想一世修成，你必须要守戒，而且守大戒。守大戒的话，那就很多：不能谈恋爱，不能偷偷摸摸，不能脑子里乱想，不能有杂念……这些都要有不一样的境界，你一世修成的机会就更多

发愿之后出现不顺与是否守戒有关

（一些同修在发了一世修成的大愿之后，遇到的修行阻碍和业障集中爆发，是不是部分原因也在于发愿的心不够纯洁，发愿之后修心不够、守戒不够呢？）你发愿之后如果有什么不好的反应，跟你守戒很有关系的。因为你的愿力是告诉菩萨的，你要是不好好去守，菩萨都知道的，知道你不是有意地好好地在改毛病。

许愿一世修成后想找同修夫妻清修的问题

问：有同修想一世修成或者想断淫欲的，但他们想找个同修结婚夫妻清修，我们能不能劝他们最好不要谈朋友结婚，否则很容易清修失败。请问这样说是不是动人因果了？

答：有缘分可以劝，没有缘分就不要劝。嘴巴里说清修，但还要找个异性朋友一起清修，不是给自己找麻烦吗？清修就是一个人干干净净的。结婚就不是清修，已经不干净了，意念中有男男女女的事情了，不要锻炼考验自己的意志。

修到后来非常稳重有气质

问：天上的菩萨都是不分男女差别的，那么我们要一世修成的人，如果内心习气上非常男性化，比如大男子主义，或者内心习气非常女性化，比如人家说非常嗲的一个人，是否都是习气重的表现，不利于修行呢？那么修到后来气质应该比较温和而中性气质，不是太趋于男性化也不是太趋于女性化，可以这样说吗？

答：很好，这个人有点思维的。真正到了天上，到了菩萨的境界是不分男女的。基本上应该是男性化，只是不能说中性

修到后来非常稳重有气质

中性是不男不女。趋于男性化。观世音菩萨为了救人化作女身救人，仔细看菩萨像还是像个男的。天上的佛菩萨基本趋于男性化。天上没有女人，没有阴，天上基本都化作男身。只有人间有，因为女人吃很多苦。你修到后来非常稳重有气质。法师剃度之后，有时候比丘和比丘尼是分不清楚的，不知道是男的女的，就是在人间先让他们成为菩萨，没有分性别，意识都是一样的，做菩萨修心，没有分别心了，看到别人都一样的，慢慢去除自己的分别心。

时间关系

我们下期继续学习

慈爱心灵共修 第一百三十八期 一世修成14

慈爱
心灵



佛学基础知识

六波罗蜜-禅定

27

慈爱心灵共修 第一百三十八期 六波罗蜜-禅定27



相关定义

正念

慈爱心灵共修 第一百三十八期 六波罗蜜-禅定27

慈爱
心灵



脑子里没有恶念，就长存正念

我们要知错，才能让自己身上的业障越来越少。很多人问师父“我们怎样能够解决身上的业障呢？”师父告诉大家，众善奉行，诸恶莫作。常把善事放在脑子里，常把恶念抛弃，这样的话你脑子里没有恶念，就长存正念；你的脑子里常有善念，就没有恶念。

真正理解这个世界的正觉正念

学佛人经常讲：人的一生，苦恼的原因就是看见这个世界上所有的东西都以为是真的。实际上世界上所有的一切都会像风一样得吹过去、都会像云一样得走过去，都会像水一样得流过去。我们的心因为也是虚空的，因为本身的人生就是在梦境当中，你以为得到真实的东西，实际上那是虚无的、那是缥缈的、那是一个没有让自己获得真谛、获得真正理解这个世界的正觉正念。所以没有了觉悟、没有正确的念头，你哪来的正信啊？

相关定义- 正念

顺着观世音菩萨的佛法

如果我们顺着观世音菩萨的佛法，那么我们就是正道、正信、正念、正识；否则的话，就会偏。师父经常跟你们讲，学佛要像一个钟一样，只要这个钟不准，它就属于处理商品。如果你戴的手表，每天慢2分钟，你这个手表就不是一个好的表。

学佛一定要正。为什么这么多人跟着师父学？因为要正啊。我们做的事情要规规矩矩。我们从来不讲其他法门不好。我

顺着观世音菩萨的佛法

们就实实在在，自修自得，要低调，要如履薄冰。所以心灵法门才会让更多的人越学，就路走的越宽啊。要时常给自己敲响警钟，自己的警钟要长鸣。也就是说我们要识因缘，懂果报。我们知道我们今天做的所有的事情，都是由阴阳果报而发生的。你今天不睡觉，你精神就会不好，这就是你的因和你的果。你今天骂别人，骂完了，你以为就没事了，你就错了，因为它有果报的。

正念、正思维和正见的区别

正念就是猛一出来的念头；思维是经过了思想、想象的，经过一个阶段，在脑子里转了才产生的思维能力，当然和念头不一样；正见，在思维中，把人家往好的地方想，把人家往正的地方想，把人家往善的地方想，就会产生正见。首先你在想象中不一定明白善恶，你把善恶分清楚了，就产生了正思维。把思维的善恶中的恶拿掉，去想象他的人为、人品。

正念、正思维和正见的区别

别人说“这个人做了坏事”，你说“这个人不会的”，第一个念头是正念；接下来第二个“他平时的所作所为一直帮助别人，他不会害人的”，正思维出来了；最后达到循序渐进的就是正见“他不会的，他肯定不会的”，通过思维通过念头达到正见。

如何理解八正道里的“正见、正思维、正念

“正思维”，就是想什么事情都要往正的地方去想。“正念”，念头有时候控制不住出来了，因为你天天都是正念，时间长了你一出来都是正的念头。“正见”是什么？比方说，看一个人，“哎哟，这个人我不认识他，是不是坏人啊？”不要把人家这么看。“正见”就是，“我认为，我刚刚认识

如何理解八正道里的“正见、正思维、正念

他，我对他不了解，我慢慢了解他了，才知道他是好是坏。
”有些人一看人家，“这个人像一个坏人”，就不可以；“
这个人，肯定是好人”，也不行。“正见”就是我要正确地
见解，正确地去理解它。

贪睡无正念

第三盖叫惛沉睡眠盖，也可称为睡眠盖。师父问你们，整天昏昏沉沉想睡觉的人，是不是脑子不清楚？你问他什么事情，他都回答：“啊？”师父看你们没有人能逃得了这个盖。很多人念经的时候容易打瞌睡，思绪不知飞到哪里去了，就是进入了这个盖。“惛沉”是指心性惛沉，经常睡不醒的人就会情绪惛沉，忘失正念。贪睡的人就会没有正念，所以

相关定义-正念

贪睡无正念

说贪睡无正念。学佛人不要贪睡，要规定自己每天睡六七个小时，严格按照计划执行就会提起精气神。

为什么贪睡的人会没有正念呢？如果一个人总是说“我明天早点起来锻炼身体”，可是第二天早上到点了，他就是睡不醒、起不来，他有正念吗？如果一个人想要改变自己，就不能昏睡，因为人的心性在昏沉睡眠中容易变得阴沉。有很多

相关定义-正念

贪睡无正念

人晚上害怕睡觉、不敢睡觉，这是为什么呢？因为阴身（阴的身体）的人，尤其是女人，晚上一睡觉就会做噩梦，她们很害怕睡觉，所以师父让他们晚上睡觉之前先念七遍《大悲咒》。昏沉睡眠盖就是说，你已经被烦恼痛苦迷惑了，被它盖住了，你搞不清楚什么叫对、什么叫错，心识疲惫、昏昏欲睡，迷失了自己的本性。

即便你看见了，也要心存正念，勿生曲浊

我们不要存有见佛、见境界之心。如果你老想着，我今天念经，菩萨会来吗？你就会心存杂念。如果菩萨不来，其他灵界的东西觉得你很想见到佛，他就可以装成佛的样子来看你，然后接受你的供养。这个时候，有魔来了，你都不知道的。你怎么样能够见到真正的佛呢？你怎么样能够见到真正的境界呢？当你用正念念经的时候，如果突然之间有佛像、诸

即便你看见了，也要心存正念，勿生曲浊

天菩萨出现，你也要心存正念啊，你要存有感恩心。台长在1月16日的法会上，看到来了很多罗汉菩萨，当时有听众看见全是光头罗汉菩萨，但他不知道是罗汉菩萨。他看见周围有很多没有头发的菩萨。即便你看见了，也要心存正念，勿生曲浊。所见之相，乃为心所现。就算你看见了菩萨，看见了诸天活佛，你也不要着相。要知道，所看见的所有的相

即便你看见了，也要心存正念，勿生曲浊

是你心中看见的，是浊现的。虽然现在回想起来历历在目，也是实非所难，因为你的心干净，所以，你的心才能够映照出自然界中暗物质的形象。所以我们要更加专一地起心，更加认真地学佛，好好念经，如此这般，别说佛境对我们有利益，连魔障都会对我们有利益。

相关定义- 正念

修法不如修心

我们学佛的人要正信，而学法的人才会修出各种花样来。很多人学佛后心净、专一，而学法的人则会关注法力，大家想想，只学法不学佛能够修好吗？只学法的人，念头会永远离开有着正信、正念的清净心。所以修法不如修心。用白话讲，就是说如果你想改变这个世界、想改变你的命运，你不如修心啊。当运程不好的时候，想拼命改变自己的命运是徒劳的。犹如一个人已经关进监狱了，再怎么努力也是白费劲。所以修法不如修心。

学佛要正信正念，不能神神叨叨

不要乱想，不要乱想那些亡人的事情，自己正信正念，要破除迷信。迷信是什么？“哎哟，这个来了……哎哟，这个会不会啊……”我告诉你，相信观世音菩萨，什么都不怕

保持自己的正念，少攀缘

学高僧大德的优秀品质，境界是自我提升的。师父不在，要自己定一个时间表，保持自己的正念，少攀缘。来有抓住自己的网，不知道自己来干什么的，失去的时间怎么补回来？

遇到事情我们用正信正念传递

每个人境界的高低并不是用金钱能衡量的，而是自身的一种修养。换句话说，境界高的人不一定有钱，而有钱的人不一定境界高。红尘社会都有一个误区，以金钱来衡量一个人的价值。所以相对比较精神层次，物质层次就不会有那么重要。我们学佛的人和自己的慈悲是成正比的，遇到事情我们用正信正念传递着自己的慈悲和大爱，这比有钱更重要。这些并不是他们刻意去做的，而是内心最本性的选择。

一个人想建一个学佛群，必须正能量充足

也就是说他必须干净，要正信正念，至少要把师父《白话佛法》的书好好熟读。否则你建一个群，里面有人乱讲，有不如理不如法的事情，或者讲了一些偏理，学佛群的群主一定背业。要想度众生，你也得要有能量！

正觉正念是什么？

观想的时候连念头都不要观想出来，而且观想是正觉正念。正觉正念是什么？感觉都是正的，我所有出来的东西都是正的，我没有其他想法，这叫正觉正念。什么叫“觉”？就是觉悟。你到底明白了没有？你到底觉悟了没有？为什么要觉悟？因为人家不觉悟，所以你必须觉悟；因为人家都在做坏事，你觉悟了你就不会做坏事了；因为人家都在贪瞋痴，你

正觉正念是什么？

不贪瞋痴了，你就有觉。就像大家都在做坏事的时候，很多人都在起哄，而有的人就说这样做是不好的。师父过去看到过一个报道，说一个女的跟另外一个男的有所爱，结果被她老公抓到了。那些村民真的是愚昧呀。她老公在广场里面当场打他老婆，那些村民就说，来来来剥她衣服。大家在边上起哄、大笑。你想想看，这跟畜生没两样，连人性都没有了。

正觉正念是什么？

而觉悟的人是什么？哎呀，她犯戒了，她很可怜，她也是不明白的人，我们要有慈悲心呀，而不能去起哄，嘲笑她，让她做更不好的事情，她可能由恨再去犯罪了。对不对？就算大家都在做这个事情，并不代表这个事情是对的。

相关定义- 正念

善存正念

师父叫你们要扎到心里，你们才能解脱，否则冤亲债主都会来找你们。所以大家要记住，人要善存正念，就是把好的念头经常存在脑子里。就像是把乘法表一样的方程式都记在脑子里。比方说，脑子先想好：如果我老婆骂我的时候我应该怎么样——“随她去，她可能不开心，我让着她吧！”好，这个念头在里面了，等到老婆一骂，这个念头马上跳出来，

相关定义- 正念

善存正念

“随她去吧，她可能不开心了，我让让她。”好了，事情就解决了。这叫善存正念。或是a一有嫉妒心，一个善念马上跳出来：“我不要去嫉妒他，人家有人家的福气，我们有我们的福气，我们有好的地方他不一定有，他有好的地方我们也不一定有。”这样一想就开心，不嫉妒人家了。就把好的模式全部都装到脑子里，这叫善存正念。善存正念很重要，自

善存正念

已经经常会碰到几个想不通的问题，想几个模式出来，常存在脑子里，一碰到这些问题，对应的模式马上就跳出来，解决办法就来了。老公一开口要骂人，马上意念出来：今天老公肯定吃苦了，老板骂他了，他很辛苦。这样就解决了，没事了。所以要懂善存正念。

正心正念，正心行处

就是要把自己善良的心凝固在一起。止息就是不要去乱想，不要有杂念。因为当一个人的心集中在一起的时候，会有两种力量产生，一种是进入精进定象——就是定力的现象；还有一种就是让你的境界进入一种非常崇高和超越的境界。我们说一个人，如果你生出来就“生得定”——与生俱来的定。你去看很多小朋友刚刚生出来，有的小孩子从小就很稳定。

正心正念，正心行处

有的人生出来就不停地闹，实际上他是一种“后得定”。小时候心很乱，经常杂念纷飞，修心修到最后，这个心达到三昧状态的时候，正精进、正智慧就开始产生了。然后得到一种真理，得到真理之后，他会感受到自己修行的一种圣境——圣人的境界。这个时候的三昧就是证悟开始了，有三昧的境界了，就是开始开悟了。

相关定义- 正念

正觉人生观

我们学佛，首先要决定自己的人生把关，把住什么关？把住自己的伦理道德，把住自己所修行道的八正道，要学习大乘菩萨的六度。所以真正地能够有正信正念，你就会拥有清澈的心灵，你就会觉悟宇宙般的人生，所以这就叫正觉人生观。我们说正觉人生观就是一个人知道人间是有缺陷的，所以你要把握人的根本。举个简单例子，你今天娶回的太太一定

相关定义- 正念

正觉人生观

不是很圆满的，或者你嫁给这个先生一定不是很圆满的，你要正确地对待他身上的缺点和毛病，然后看到他的本质人很善良，比较懒惰，或者人根基很好，但是呢，学了一点社会上的喝酒啊，抽烟啊，赌博啊。但是这不是他人身的根本，所以你认识它存在，你从心理的结构，从人类的全部的人性的趋势进行深入的分析，你就会明白人的根本。所以菩萨为

相关定义- 正念

正觉人生观

什么把我们看成未来佛？因为菩萨接受我们人生的缺陷，知道在人间人无完人，金无足赤。所以因为我们受到受想行识和心的影响，所以我们对人世间能够看得这么透，所以我们人就会有许多的毛病出现。比方说贪生怕死，比方说避苦趋乐，什么事情只要自己能够快乐，我才不管别人呢，什么事情都是自私带来的。所以我们人总是以根本生命来活着，不知道自己的幸福是什么时候的终结，也不知道自己的人生有什么样的危险。

菩萨是正念，是正信

如果世界上的人都在愚痴，那你也应该愚痴吗？为什么菩萨少呀？因为菩萨是正念，是正信，他明白道理。而普通的人活在人间不明白道理，是按照正常的人世间的思维逻辑来思考问题，所以得到的是人间的福报，明白吗？很多人说我们学佛要修道啊。“修道”是什么？修道并不是指这条路，而是指你这个心，是你到底懂得哪一条道理。但它一定有一个理在上面的，这个理就是我们讲的正信正念。实际上讲的是你做人有没有道理，你做菩萨有没有菩萨的道理。

一切相皆属虚妄，那是正念、悟空

你们去看好了，平时你们在这里对师父很尊敬，对菩萨很尊敬，等到哪一天你不想在这里了，师父讲一句话，你就会说“那又怎么样呢？”我们小时候对爸爸妈妈很尊敬，爸爸妈妈打我们，我们从来不讲话，等到哪一天想好了，“我不要理睬你们了”，爸爸打你了，你跟爸爸对打，妈妈骂你了，

一切相皆属虚妄，那是正念、悟空

你跟妈妈对骂，妈妈说“你反了？”“是反了！”空了，他已经无所谓了，实际上这就是骄狂、轻视戒律。佛法上讲的一切相皆属虚妄，那是正念、悟空，而不是偏见空。他就破坏经典，乱动因果，然后纵欲，生活开始懒惰、不求进步，甚至想自杀。“菩萨说了，所有人间的一切都是假的，看穿了，无所谓了”，这才是悟空。

用正念听闻佛法是多么地开心法喜

正信，就是让每一个学佛人都能够启发自己最高的正知正见，就是正确地了解事物，产生智慧。学佛学到后来，连忍耐都要随风而去。我不要忍耐，没有什么可以忍耐的，一切都是缘分，随风而去。师父讲的这些内容对佛友来说就是精神粮食，师父的开示就是鼓励你们活得更好，鼓励你们在人间做一个正信的善良人，用正念听闻佛法是多么地开心法喜。

正受——就是正精进，正念

实际上三昧就是让修行者的心定于一处而没有散乱的状态。三昧实际上是梵语Samadhi，实际上就是三昧、三摩地，意思就是你没有杂念，心神非常的平静。其实三摩地就是佛教修行非常重要的一个方法。实际上三昧可以把它翻译成定，心定下来，正受——就是正精进，正念。然后调直定——把自己的心调到直心，直心是道场，就是非常能够定下来，而且非常正直。正心行处——就是你的心非常的正。其实这个意思就是让修行者的心不受外界的影响，心能够集中一处——叫正受。三昧是一种禅定的境界。

记忆加深(大家一起默念)

—怎样能够解决身上的业障呢?…众善奉行, 诸恶莫作。常把善事放在脑子里, 常把恶念抛弃, 这样的话你脑子里没有恶念, 就长存正念; 你的脑子里常有善念, 就没有恶念; 人的一生, 苦恼的原因就是看见这个世界上所有的东西都以为是真的…我们的心因为也是虚空的, 因为本身的人生就是在梦境当中, 你以为得到真实的东西, 实际上那是虚无的、那是缥缈的、那是一个没有

记忆加深(大家一起默念)

让自己获得真谛、获得真正理解这个世界的正觉正念。所以没有了觉悟、没有正确的念头，你哪来的正信啊？；如果我们顺着观世音菩萨的佛法，那么我们就是正道、正信、正念、正识；否则的话，就会偏…为什么这么多人跟着师父学？因为要正啊…我们做的事情要规规矩矩。我们从来不讲其他法门不好。我们就实实在在，自修自得，要低调，要如履薄冰。所以心灵法门才会让更

记忆加深(大家一起默念)

多的人越学，就路走的越宽啊；正念就是猛一出来的念头；思维是经过了思想、想象的，经过一个阶段，在脑子里转了才产生的思维能力，当然和念头不一样；正见，在思维中，把人家往好的地方想，把人家往正的地方想，把人家往善的地方想，就会产生正见。首先你在想象中不一定明白善恶，你把善恶分清楚了，就产生了正思维；“正思维”，就是想什么事情都要往正的地方去

记忆加深(大家一起默念)

想。“正念”，念头有时候控制不住出来了，因为你天天都是正念，时间长了你一出来都是正的念头…“正见”就是，“我认为，我刚刚认识他，我对他不了解，我慢慢了解他了，才知道他是好是坏。”有些人一看人家，“这个人像一个坏人”，就不可以；“这个人，肯定是好人”，也不行。“正见”就是我要正确地见解，正确地去理解它；**惛沉睡眠盖**…师父看你们没有人能逃得

记忆加深(大家一起默念)

了这个盖。很多人念经的时候容易打瞌睡，思绪不知飞到哪里去了，就是进入了这个盖。“**惛沉**”是指心性**惛沉**，经常睡不醒的人，就会情绪**惛沉**，忘失正念。贪睡的人就会没有正念，所以说贪睡无正念…不要贪睡，要规定自己每天睡六七个小时，严格按照计划执行就会提起精气神…**惛沉**睡眠盖就是说，你已经被烦恼痛苦迷惑了，被它盖住了，你搞不清楚什么叫对、什么叫错，心

记忆加深(大家一起默念)

识疲惫、昏昏欲睡，迷失了自己的本性；不要存有见佛、见境界之心。如果你老想着，我今天念经，菩萨会来吗？你就会心存杂念…你怎么样能够见到真正的佛呢？你怎么样能够见到真正的境界呢？当你用正念念经的时候，如果突然之间有佛像、诸天菩萨出现，你也要心存正念啊，你要存有感恩心…即便你看见了，也要心存正念，勿生曲浊。所见之相，乃为心所现。就算你看见了

记忆加深(大家一起默念)

菩萨，看见了诸天活佛，你也不要着相。要知道，所看见的所有相，是你心中看见的，是浊现的。虽然现在回想起来历历在目，也是实非所难，因为你的心干净，所以，你的心才能够映照出自然界中暗物质的形象；我们学佛的人要正信，而学法的人才会修出各种花样来…只学法的人，念头会永远离开有着正信、正念的清净心。所以修法不如修心…就是说如果你想改变这个世界、

记忆加深(大家一起默念)

想改变你的命运，你不如修心啊；学佛要正信正念，不能神神叨叨，不要乱想，不要乱想那些亡人的事情，自己正信正念，要破除迷信…我告诉你，相信观世音菩萨，什么都不怕；保持自己的正念，少攀缘学高僧大德的优秀品质，境界是自我提升的。师父不在，要自己定一个时间表，保持自己的正念，少攀缘。没有抓住自己的网，不知道自己来干什么的，失去的时间怎么补回来？；

记忆加深(大家一起默念)

每个人境界的高低并不是用金钱能衡量的，而是自身的一种修养···红尘社会都有一个误区，以金钱来衡量一个人的价值。所以相对比较精神层次，物质层次就不会有那么重要。我们学佛的人和自己的慈悲是成正比的，遇到事情我们用正信正念传递着自己的慈悲和大爱，这比有钱更重要。这些并不是他们刻意去做的，而是内心最本性的选择；一个人想建一个学佛群，必须正能量充

记忆加深(大家一起默念)

足，也就是说他必须干净，要正信正念，至少要把师父《白话佛法》的书好好熟读。否则你建一个群，里面有人乱讲，有不如理不如法的事情，或者讲了一些偏理，学佛群的群主一定背业。要想度众生，你也得要有能量！；观想的时候连念头都不要观想出来，而且观想是正觉正念。正觉正念是什么？感觉都是正的，我所有出来的东西都是正的，我没有其他想法，这叫正觉正念。什

记忆加深(大家一起默念)

什么叫“觉”？就是觉悟。你到底明白了没有？你到底觉悟了没有？为什么要觉悟？因为人家不觉悟，所以你必须觉悟；因为人家都在做坏事，你觉悟了你就不会做坏事了；因为人家都在贪瞋痴，你不贪瞋痴了，你就有觉…就算大家都在做这个事情，并不代表这个事情是对的；人要善存正念，就是把好的念头经常存在脑子里。就像是把乘法表一样的方程式都记在脑子里…就把好的模

记忆加深(大家一起默念)

式全部都装到脑子里，这叫善存正念。善存正念很重要，自己经常会碰到几个想不通的问题，想几个模式出来，常存在脑子里，一碰到这些问题，对应的模式马上就跳出来，解决办法就来了；正心正念，正心行处，就是要把自己善良的心凝固在一起。止息就是不要去乱想，不要有杂念。因为当一个人的心集中在一起的时候，会有两种力量产生，一种是进入精进定象——就是定力的

记忆加深(大家一起默念)

现象；还有一种就是让你的境界进入一种非常崇高和超越的境界。你去看很多小朋友刚刚生出来，有的小孩子…有的人生出来就不停地闹，实际上他是一种“后得定”。小时候心很乱，经常杂念纷飞，修心修到最后，这个心达到三昧状态的时候，正精进、正智慧就开始产生了。然后得到一种真理，得到真理之后，他会感受到自己修行的一种圣境——圣人的境界。这个时候的三昧就

记忆加深(大家一起默念)

是证悟开始了，有三昧的境界了，就是开始开悟了；我们学佛，首先要决定自己的人生把关，把住什么关？把住自己的伦理道德，把住自己所修行道的八正道，要学习大乘菩萨的六度。所以真正地能够有正信正念，你就会拥有清澈的心灵，你就会觉悟宇宙般的人生，所以这就叫正觉人生观…正觉人生观就是一个人知道人间是有缺陷的，所以你要把握人的根本…看到他的本质人很善

记忆加深(大家一起默念)

良…你从心理的结构，从人类的全部的人性的趋势进行深入的分析，你就会明白人的根本…菩萨为什么把我们看成未来佛？因为菩萨接受我们人生的缺陷，知道在人间人无完人，金无足赤。所以因为我们受到受想行识和心的影响，所以我们不可能对人世间能够看得这么透，所以我们人就会有许多的毛病出现…所以我们人总是以根本生命来活着，不知道自己的幸福是什么时候的终结，

记忆加深(大家一起默念)

也不知道自己的人生有什么样的危险；如果世界上的人都在愚痴，那你也应该愚痴吗？为什么菩萨少呀？因为菩萨是正念，是正信，他明白道理。而普通的人活在人间不明白道理，是按照正常的人世间的思维逻辑来思考问题，所以得到的是人间的福报…修道并不是指这条路，而是指你这个心，是你到底懂得哪一条道理。但它一定有一个理在上面的，这个理就是我们讲的正信正念。

记忆加深(大家一起默念)

实际上讲的是你做人有没有道理，你做菩萨有没有菩萨的道理；空了，他已经无所谓了，实际上这就是骄狂、轻视戒律。佛法上讲的一切相皆属虚妄，那是正念、悟空，而不是偏见空。他就破坏了经典，乱动因果，然后纵欲，生活开始懒惰、不求进步，甚至想自杀。“菩萨说了，所有人间的一切都是假的，看穿了，无所谓了”，这才是悟空；正信，就是让每一个学佛人都能够启

记忆加深(大家一起默念)

发自己最高的正知正见，就是正确地了解事物，产生智慧···师父的开示就是鼓励你们活得更好，鼓励你们在人间做一个正信的善良人，用正念听闻佛法是多么地开心法喜；三昧就是让修行者的心定于一处而没有散乱的状态。三昧实际上是梵语Samadhi，实际上就是三昧、三摩地，意思就是你没有杂念，心神非常的平静。其实三摩地就是佛教修行非常重要的一个方法。实际上

记忆加深(大家一起默念)

三昧可以把它翻译成定，心定下来，正受——就是正精进，正念。然后调直定——把自己的心调到直心，直心是道场，就是非常能够定下来，而且非常正直。正心行处——就是你的心非常的正。其实这个意思就是让修行者的心不受外界的影响，心能够集中一处——叫正受。三昧是一种禅定的境界



感恩南无释迦牟尼佛

感恩南无大慈大悲救苦救难广大灵感观世音菩萨摩诃萨

感恩诸佛菩萨及龙天护法金刚菩萨

感恩恩师卢军宏台长

感恩参加共修的师兄们

今天共修过程中，如有任何不如理不如法的地方，

请南无观世音菩萨及护法菩萨慈悲原谅！

我XXX自己的业障自己背！

感恩词

慈愛
心靈



每周共修

0 基础学起 — 白话FF共修 — 在线答疑

周四, 日晚7点+周四6:20, 周六13点白话共修北京时间

入通知答疑群: “慈爱心灵”手机版底部
“主页”-“共修通知群”

扫码进入会议

会议号: 260 463 2417 密码: 1234



海内外师兄都需要

义工招募



【转发义工】只要是专修我们法门即可

[内群转发]需要定时转发去我们的提取群并管理群内秩序

[外群转发]从我们提取群转去其他允许法布施的群。有能力者，
欢迎来组织管理转发义工【初学答疑】需熟悉我们论坛

【管理义工】各项弘法事务【网站维护义工】修复维护帖子

*需要您可以每天经常在电脑边且有时间有愿力来帮忙弘法

扫码入群申请|在共修时联系主持人

Whatsapp群联系群主

慈愛
心靈



更多精彩内容

<http://www.ciaixinling.com>

如有不如理不如法之处，请南无大慈大悲观世音菩萨
和护法菩萨原谅！请各位师兄原谅！感恩合十！

慈愛
心靈

