

慈愛  
心 靈



# 共修第110期

1. 观世音菩萨出家日

2. 六波罗蜜 - 精进50如何精进15



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



# 目录

开始前：发布1分钟自测题 → 感恩词

第一部分：观世音菩萨出家日

第二部分：六度|精进50如何精进15

最后：感恩词 → 公布答案 → 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



普度宏愿舍小我  
为度众生修正果

—纪念伟大的  
观世音菩萨出家日



# 观世音菩萨出家日

农历九月十九日

多做功德、吃素念经、戒杀放生  
以孝为先、诸恶莫作、众善奉行

礼佛可念49遍



观世音菩萨出家日  
是大慈大悲观世音菩萨  
为救度更多苦难众生，  
在人间发心舍去自我，  
为救度众生而活的宏愿日，  
在人间为我们做出了  
最好的榜样。



# 观世音菩萨未来 在西方极乐世界成佛

阿弥陀佛正法灭后,过了中夜明相出现时  
观世音菩萨将在七宝菩提树下结跏趺坐,

成就无上正等正觉的佛果

## 号“普光功德山王如来”

- 2019年11月27日悉尼弟子课开示 -





阿弥陀佛涅槃后,也许有的众生见不到佛,但如果有菩萨能证得念佛三昧,就可以常见阿弥陀佛的不灭法身。(就是说,阿弥陀佛已经不是在西方极乐世界显现,而是在西方极乐的菩萨或众生的心里。举个简单例子,你们在人间,

观世音菩萨未来在西方极乐世界成佛,号“普光功德山王如来”



有一个很伟大的人,你们很喜欢他,过去你们可以跟他在一起,见到他,等到他涅槃之后,你们只能在心里,只要想到他,就可以拥有他。道理都是一样的。)

阿弥陀佛灭度后,极乐世界的一切宝物,流水、七宝池八功德水、莲

观世音菩萨未来在西方极乐世界成佛,号“普光功德山王如来”



花、宝树仍然恒常地演说法音，和阿弥陀佛亲身说法没有差别。阿弥陀佛正法灭后，过了中夜明相出现时，观世音菩萨将在七宝菩提树下结跏趺坐，成就无上正等正觉的佛果，名号为“普光功德山王如来”。

**观世音菩萨未来在西方极乐世界成佛，号“普光功德山王如来”**



观世音菩萨以后的佛土是自然的七种宝物巧妙地组成,庄严的美景用无数劫时间都说不尽,比金光狮子游戏如来的佛国还要庄严亿万倍。那里没有声闻、缘觉,都是发菩提心的大菩萨充满国土,佛国的名字就叫做“众宝普集

观世音菩萨未来在西方极乐世界成佛,号“普光功德山王如来”



庄严世界”。

普光功德山王如来在世时,由大  
势至菩萨亲近供养直到涅槃。涅  
槃后,大势至菩萨仍然奉持正法,  
正法灭尽后,大势至菩萨就在这  
个国土圆满成佛,叫做“善住功德

观世音菩萨未来在西方极乐世界成佛,号“普光功德山王如来”



宝王如来”。他与普光功德山王如来的国土,光明、寿命和菩萨数量,乃至正法住世的时间全都平等一样,毫无差别。

——2019年11月27日悉尼

弟子课开示

观世音菩萨未来在西方极乐世界成佛,号“普光功德山王如来”

出家,是一个很高尚的事情,  
出家人为什么受到别人的尊敬?  
为什么一出家,人家就称他为师父?  
因为他的境界提高了,  
他已经超越人类的思维,他已经放下了,  
所以才被人家所称赞、称颂。

- wenda20171105

所以,观世音菩萨的出家日就是  
我们大家所称颂的日子,要感恩、缅怀。  
实际上出家就是对自己更高的要求,  
严于律己,让自己不要堕落,  
不要在人间五欲六尘当中沉迷不醒。

- wenda20171105



一个真正能学佛的人,要懂得  
人总是往上学,总是往上在进步的。  
一个人往上走比较困难,  
往下走比较容易,  
所以走下坡路比较容易。

- wenda20171105

很多菩萨为了救度众生下到人间。  
他们为了救度更多的众生，  
他们为了给我们做一个榜样，  
这才是菩萨伟大的境界，  
这才是菩萨伟大的意念。

- 广播讲座20120203

有时候,人的意念一闪动,  
你得到的是什么呢?你得到的就是  
你所拥有的一切。有时候  
当你的意念没有闪念、没有转动的时候,  
你得到的是什么呢?

- 广播讲座20120203

你得到的是一座大山,是一座压得你喘不过气来的大山,因为你没有真正地开悟,没有真正地解脱,所以你不会理解到人间来的真正含义。台长希望大家越学越开悟,越听越开悟,越念越开悟。

- 广播讲座20120203

今天伟大的观世音菩萨的出家日，  
我们缅怀大慈大悲的观世音菩萨，  
我们缅怀观世音菩萨给我们在人间  
做了一个这么好的慈悲的榜样。  
所以更要好好地学佛修心。

- zongshu20171107

观世音菩萨的出家日。

大家缅怀这位伟大的慈悲的观世音菩萨，  
能够救度我们，时时刻刻、无时不在地  
在救度我们，只要有苦有难，  
我们一念观世音菩萨，菩萨就来帮助我们。

- shuohua20171103

观世音菩萨的出家日,也是一个大日子。  
对我们学佛的人来讲,  
是缅怀我们观世音菩萨当年出家,  
而且能够从人间走入佛的境界,  
也是我们学习的榜样。

- zongshu20181020

大家都知道,缅怀很多的菩萨,  
实际上就是提升我们的境界,  
让我们能够变得越来越善良,  
能够慈悲,能够为众生而活着,  
不是为自己活着的。

- zongshu20181020



观世音菩萨出家日，  
希望大家许许大愿。

- wenda20121028



师父对观世音菩萨  
出家日的开示

出家日就是一种发心的日子，  
观世音菩萨出家就是发心为众生而活，  
为救度众生而要许这个大愿。  
因为我今天出家了，我舍去了小家，  
我要为众生来修成正果，来指引大家能够  
奔上极乐世界和四圣道。是这个概念。

- wenda20151030 01:58

出家日是一个非常伟大的日子，  
我们说宏愿，像宏愿日一样，四宏愿啊，  
有一个宏愿日。也就是说  
观世音菩萨能够许这么个愿：  
我能够舍去小我、舍去自身的人间利益，  
得到一个真正的能够境界提升的日子。

- wenda20151030 01:58

实际上这个日子是值得庆祝，  
激励我们懂得怎么样来舍去自身的利益，  
能够帮助到更多的众生。  
所以出家日是值得庆祝、纪念的，  
我们要缅怀观世音菩萨对我们人间  
的那些付出。

- wenda20151030 01:58

你去看任何一个法师出家的时候,实际上他的心里当时都是有一个大愿力的,因为他承受着人间的各种讲法了,有的人爸爸妈妈舍不得,掉眼泪了;有的自己有孩子的,也只能离开了。有很多法师他自己出家的时候,妻子带着孩子离不开他,这个法师一边流着眼泪一边就离开家了,就这么到庙里去了,从此以后就等于跟家里人没有这个生活了。

- wenda20151030 01:58

实际上这些都是为了什么？  
最重要的一个问题，出家到底为了什么？  
所以为什么出家日境界的高低，  
是为了众生啊！  
他为了众生而舍去自我。

- wenda20151030 01:58

实际上像你们现在也是等于半个出家，  
为什么呢？你们除了上班，或者有些孩子  
甚至上班都不上，他们就是完全抛弃自我，  
自己家里过个小日子，做饭、淘米，然后  
不停地为这个家装装修修、补补弄弄啊.....  
很多人已经在做功德，已经在付出了。

- wenda20151030 01:58



像很多我们的青年人在回答人家的问题，  
他舍去自己一些社会上的名利，  
他就是半个出家。

- wenda20151030 01:58

我觉得观世音菩萨出家日是我们值得纪念的日子,就是激励我们更懂得要放下很多,放下自我,放下自己所得的一些人间虚幻的、暂时拥有的一些物质的东西,而拥有着真正精神上的东西,让我们懂得怎么样能够跟着观世音菩萨修到天上去。

- wenda20151030 01:58

因为榜样的力量是无穷的，  
观世音菩萨出家了，  
观世音菩萨这个榜样给我们树立了，  
让我们懂得我们  
不能抱着小家而舍去大家啊！

- wenda20151030 01:58



心中充满正能量  
观世音菩萨天天  
在我们心中

天天法喜。你心情只要能够正能量，  
你天天法喜；你要是心情不是正能量，  
你就是碰到菩萨的生日，你也是非正能量的。  
所以一个人心态控制得好最重要，  
一个人心态控制不好，你就犯错误，  
那你就不是正能量。

- wenda20151030 01:58

举个简单例子,如果观世音菩萨像太阳,  
她照到你哪里,你哪里亮,她照到你哪里,  
哪里温暖,对不对?那你自己躲在房间里,  
你照得到吗?

听众:照不到。

- wenda20151030 01:58

你自己要接收菩萨的能量的，  
那么你就必须到外面来，你必须接收到光，  
光芒、光环和光的温暖程度实际上  
都是靠你自己切身来体会的。  
所以我们学佛人要懂得这些道理，  
菩萨的光是天天有的，只是你得的到、得不到。

- wenda20151030 01:58

你今天说“今天太阳特别暖和”，你出来晒晒了，那只是你个人对太阳的理解，实际上太阳天天在，就是下雨的时候太阳也是在云层上面的。你只要心中有太阳，这个云层下面下雨，你就很清楚，乌云走掉之后，太阳很快地就出来了，你照样能够享受到太阳的光芒。

- wenda20151030 01:58



实际上就是个心态,你对观世音菩萨的理解也是个心态,观世音菩萨天天在我们心中。出家日了更开心,平时也是天天开心,那你这才叫正能量。明白了吗?听众:明白。观世音菩萨出家日,真的普天同庆啊。台长:是啊,菩萨是真的很慈悲的。

- wenda20151030 01:58



观世音菩萨出家日  
当天应该  
注意些什么？

首先,这一天,大家稍微起早点,不要睡得太晚,一般早上6点、8点是最好的念经时光。当然,能够在家沐浴烧香最好,能够念49遍《大悲咒》,49遍《心经》,这一天就属于功德圆满。实际上的效应呢,49遍《大悲咒》,你就像加一倍的功力,49遍《心经》你也是加一

广播讲座2-7

倍的功力。那么你们会问台长，念其他经文，是否加倍呢？回答是肯定的，也是一样。大家都知道，观世音菩萨在救度众生的时候，千手千眼，实际上，这个就是加倍的力量。如果我们能够在这一天，还有初一和十五，能够多念经，我们也是等于有加倍的力量，但是

广播讲座2-7

这个力量是给自己的。比如说，给自己念《大悲咒》，这个力量是成倍的。但是你给人家念，只是有助缘。比如说，“小房子”里的《大悲咒》，你不能说念了49遍，就变成98遍了。

另外，念经时，要诚心祈求观世音菩萨，你求什么，你看看灵不灵。求什么，就做一些礼佛

广播讲座2-7

所报应的事情。比如,很多人想自己所祈求的事情赶快成功,那么多供点水果;多供花,会让你的皮肤越来越干净,人会漂亮;或者,有些人求财,也可以在这天求。很多人都知道,在观世音菩萨的生日、成道日,都要吃素。此外,许愿、劝导升文都会非常有效,放生也

广播讲座2-7

是很好的。要忌讳的就是不要行房，因为那一天最好不要有夫妻之事。希望大家能够相互转达一下，相互勉励一下，我们感恩伟大的观世音菩萨，这么慈悲，到人间来救度我们。观世音菩萨真的是很好、很慈悲的，我们大家都要学习观世音菩萨的大慈大悲。

广播讲座2-7

问：九月十九观世音菩萨出家日  
可以做手术吗？

答：没什么问题。

- 解答来信疑惑（一百八十七）



**出家纪念日：**

**孕妇也可以念经但不超过凌晨两点**

**- Shuohua20141010 21:40**

如果你们搞这么大的话,一个是师父加持你们一下,另外你们自己也跟观世音菩萨许个愿:“请大慈大悲观世音菩萨慈悲,今天是观世音菩萨出家日的纪念,我们缅怀观世音菩萨为普度众生、救苦救难付出的所有一切。

- Shuohua20131018 01:03

所以我们现在许愿，  
能够让我们纽约更多的人离苦得乐，  
让更多有缘众生登上观世音菩萨心灵法门的  
法船！请观世音菩萨普度众生，  
让更多的人听闻这个佛法！”

- Shuohua20131018 01:03

你们现在人越来越多了,要好好学习,搞活动的时候要安排谁负责什么谁负责什么,大家一定要好好地团结,只为了一个目标我们就是为了救度众生,其他的全部要放。师父经常和你们说,人间的事情再大都是小事情,而菩萨的事情再小也是大事情。

- Shuohua20131018 01:03

**十二点上完头香，**

**香没烧完可以睡觉吗**

**台长答：没烧完就可以了，油灯要关掉**

**wenda20151030 59:43**

## 不要在大日子搬家

- wenda20140905 38:17

不好的,菩萨的生日你不要去动土啊(哦)

你什么都不懂啊(呵呵)菩萨的生日你不好好庆祝,不好好地念经,你去一动土,好了,

聪明了?(哦)搬家只要找一个周末就好了啊



观世音菩萨出家日  
法喜分享摘选

刚好那个时候没过几天有个特别大的日子——观世音菩萨出家日!于是在师兄的指引下,在观世音菩萨出家日这个殊胜的日子许愿终生吃素!我许完愿后就立马感觉压在身上的一块大石头莫名地放下了,脑子里唯一想的就是我女儿肯定不会再

- 心灵法门网友反馈(2021-02-22)



犯癫痫了,菩萨妈妈肯定会保佑我女儿,  
让我女儿不再犯病,我就是有信心,从未那么  
坚定过。我写这篇文章的时候已经快接近  
圣诞节了,距离女儿上次癫痫发作有差不多  
两个月的时间。这期间女儿一直好好的,  
没有大碍,每天都一直很开心。感恩菩萨妈妈  
的保佑!- 心灵法门网友反馈(2021-02-22)

我的大儿媳结婚好几年了,胎儿坐不正,不到几个月就自然流产。这时我就默默地为他们念了160张经文组合小房子。我在九月十九观世音菩萨出家日这天,我又和菩萨妈妈求:“如果儿媳的命中有孩子的话,请菩萨妈妈送给他们一个健康、聪明且对

- 心灵法门网友反馈(2020-08-06)

**社会有贡献的佛子吧!”求完后,意念中马上出现:“明年七月里生。”通过许愿念经还债,终于让我们心想事成,孙子就是次年七月十七日出生了,并且非常健康。**

**- 心灵法门网友反馈(2020-08-06)**

# 佛学基础知识

# 六波罗蜜-精进

50. 如何精进 (15)

慈爱心灵共修 第一百十期 六波罗蜜-精进50



佛学基础知识-精进

# 如何精进

(15)

慈爱心灵共修 第一百十期 六波罗蜜-精进50

慈爱  
心灵



如何精进15

# 恒心最重要

修心不是靠一个冲劲，学佛不是靠一个精进。  
没有恒常做你的中流砥柱，你经也念不好，佛也修不成。  
恒心最重要，无“恒”哪来“诚”。真修的人必须要有  
“恒心”。修心实际上就是一个人人生的转折点，有很  
长一段路要走。要学会“转恶成善”“转染为净”“转  
识成智”。 6.7『美图视频』师父每日佛言佛語

慈爱心灵共修 第一百十期 六波罗蜜—精进50

慈愛  
心靈



# 要懂得精进修行，坚持不懈

要把菩萨放在心里，对菩萨要有坚定的信念。信是什么？相信。念是什么？念头。每一个念头出来都要坚定，相信菩萨。不管在外界碰到了什么烦恼，要懂得精进修行，坚持不懈。管好自己，观照自己的心，让自己觉得没有烦恼、没有痛苦，没有什么想不通的，这样人是不是活得很自在？经常观看自己活得自在不自在，就叫“观自在”。第20集【广播讲座视频

# 精进就是靠着一种毅力

每一天都希望大家能够精进，精进就是靠着一种毅力。很多人说“精进靠什么？”实际精进就是戒定慧啊，所以戒是非常重要的，守戒的人才能定得下来。你们知道定力有多厉害吗？一个人定得下来，人有定力，泰山都移啊。所以一个人坚定的意志，坚定的思维，坚定的理想，坚定的信念，坚定的信心，就是靠这个“定”啊。很多人家庭为什么会破裂，





# 精进就是靠着一种毅力

会破败？就是因为定不下来，心不定，对不对？很多人出事就是不停地贪，也是一个心不定。心急喝不了热粥，很多人粥还没好，他就想去喝了，结果烫得不得了，而且是夹生的。这些都是和在人间一样，都是虚的东西。 Wenda20180722A00:53



## 耐心就是精进的预备

希望大家好好努力，好好修心。人生无常，师父经常跟你们说人生无常似有常，人活在世界上，有很多难以理解的事情，但是我们要学会去理解它。很多事情，如果你没有耐心，你就永远不会了解它，所以人活在世界上要有耐心，没有耐心的人不能成就佛道。耐心是什么？耐心就是精进的预备。什么叫预备？过去我们小时候在学校上体育课，起跑前老师



## 耐心就是精进的预备

会说：“预备，起！”预备，就是问你准备好了没有，预备就是耐心，预备就是要有精进的准备。我们今天有忍耐才谈得上精进，一个没有忍耐的人，一定学不好佛，一定不会精进。所以，学佛要学智慧，好好地学佛，就是好好地学佛的智慧，学佛当年怎么样到人间来弘扬佛法、能够让我们理解这么深奥的佛法。讲述于观音堂2020-12-19



## 菩萨再三要我们勇猛精进

（一位同修，原来和我们一块念小房子，助念后梦到她老公坐着莲花走了，她认为她老公肯定上西方极乐世界去了。最近她又改变主意了：“不行还得念佛。”她就又念佛。结果清明节她老公托了个梦给她，拉着她的手，她把她老公的手一个指头一个指头扳下去了……她老公就是要她救他，我劝她赶快给老公念小房子。以后她信着信着又出毛病了，这会

## 菩萨再三要我们勇猛精进

又念开了)你看这种人她过一阵子又会不念的,所以菩萨为什么看见这么多人吃苦会这么着急?台长在广播里为什么这么着急?因为有些人的毛病就是信信不信,所以菩萨再三要我们勇猛精进,你说哪一个人成功不靠坚持的?

Wenda2012041347:11



# “恒心”才能让你一世修成

修心就像在水中，想修心解脱乘船到彼岸，法门就是渡船。登上了渡船，一定要一门精进地修；半途而废，等于河中弃船，必然溺水。

只有到了彼岸，才会知道为什么要一门精进。“恒心”才能让你一世修成。4.13『美图视频』师父每日佛言佛語



# 告诉你们一个道理

是佛陀讲的：种下这个种子不会马上发芽，你今天求了，不会马上得到，求了就等着生根开花，但是必须要浇灌水、施肥，这个树苗才会越长越大！你们今天求了菩萨，你们念经就是在浇水；你们在磕头、放生、许愿，就是在施肥、保暖，让这个小苗长成参天大树！这就是我们应该懂得的道理。有的人一求菩萨，觉得求了不灵，马上就不求了，还造口业！他又造成了一个新的恶种，他们求了不灵，没有继续精进，然后不断有灾难、麻烦，就是这么来的。

120108 悉尼

## 能够坚持学佛的人就有精进心

学佛要懂得自立自强，要有自性自心，能够坚持学佛的人就有精进心，不能学佛的人没有自信心，经常有变化的人很难学好佛。成佛难，你们这么多人，有几个能在天上与师父在一起的？这完全取决于你们的自信心。你们用人间的眼光看所有的事物，看到的是人间的名利，师父有时候看着你们很





## 能够坚持学佛的人就有精进心

可怜，因为看到你们上不去，下辈子还要投人，很多人还要投畜生，有些人还要下地狱。这些情况对我来讲是最伤心的事情，希望你们真心真意地求观世音菩萨。

140912 台湾



# 用恒心去保持一个永远精进的心

很多人结婚了，以为事情就过了，其实结婚之后，等待你的  
是要更多的包容和滋养它。夺取是容易的，保持是困难的，  
一定要有坚持的心。要想摆脱人间的烦恼和痛苦，就要懂得  
用恒心去保持一个永远精进的心。试想一下，哪一位成功人  
士不是有恒心的，哪一位能够进步的人没有恒心？要用恒心  
学佛，彻底改变自己的习惯，彻底让自己过去的脾气收敛，  
慢慢的让别人看到你像菩萨，人成即佛成，做人做的好的  
人，那就是一个菩萨。 160513 马德里

# 学佛恒心最重要 要有坚定的信念，气量要大

学佛是靠着一个长性、一个恒心，恒心最重要。如果一个人做什么事情都没有恒心，没有坚持之心，就难得有精进之心。所以学佛的人要懂得坚定信念，“我相信了，我一定会怎么，一定会怎么”，那你就成功了。你这个也害怕，那个也害怕，你一事无成。这个学一点，那个学一点，你能学成什



# 学佛恒心最重要 要有坚定的信念，气量要大

么？什么都学不好。很多人一辈子学不好，就是因为一辈子这个学学，那个学学，一个事情都不能成功。做什么事情气量要大，哪怕我们拜佛的时候，我们皈依十方尽虚空界……

Zongshu20181213 04:34



## 修心贵在坚持

台长经常说的烧水，“哎呀，怎么还不开，怎么还不开”。你一会把盖子开开，一会把盖子开开，这个水永远不会开的，要好好加强念经！求一件事情灵的话，要靠你前世的福德、今世的修德还有来世的阴德。好好念经修心，自己要找找根源，念了这么多小房子，是不是效果好一点？只要在某个时期好一点的话，就是这个阶段念经特别精进，就会特别灵。一般念经念到一定时候人会懈怠，所以有一句话叫“一清二混三不见”。刚刚开始念经的时候菩萨都在眼前，再念下去佛在天边，再念下去仗着佛卖钱。

Shuohua20130308-28-46



# 修坚法实际上就是坚持、精进

学佛要学会恭敬，不能恣意，就是自己觉得有点了不起，经常想到这个世界的五欲无常，就是欲望是无常的，经常修坚持，修坚法实际上就是坚持、精进。

【BH佛法】17010



# 耐心和恒心是定力，有定力才会有智慧

耐心是指人间的，恒心那是已经超越了一般人的耐心。恒心是有一个理想、一个理念，有个志愿、有个心愿，还有一个愿力在里边，所以他才会产生恒心。“我今天要做一件事情，我一定要修到天上去，成为菩萨，我有恒心。”坚持就为恒（有的师兄可能从小做什么事情都是三分钟热度，没有长性，只有念经、弘法一直坚持下来，这样的孩子是不是也是

## 耐心和恒心是定力，有定力才会有智慧

有任务下来的？）那当然了，绝对的（很多师兄都是这样）对。过去很多事情都没有恒心，都没有长性的，一到念经学佛，跟着师父六七年、七八年的还到今天，越修越好，因为他在当中获得了无限的法乐、喜乐，还有快乐。

Wenda20180216 01:12:57





# 劣根性导致周期性懈怠，学佛要有恒心

心理状态、生理状态都有。这个不单单是在学佛上，在婚姻上也是这样的。你说人哪有千日好？你结婚之前天天情绪好吗？“你嫁给我，嫁给我”，嫁了之后天天看见，讨厌都来不及，过一段时间又觉得老婆好了，过一段时间又讨厌了。人这种心理周期，很简单的，人本身就是连早上和晚上的情绪都控制不好，怎么可能控制一生啊？这些东西就是人的劣根性，所以必须经常鼓励他们、帮助他们，让他们充分明白什么叫学佛，什么叫学法，心里有恒心，他才能学得好，才能修得好啊。

Wenda20180225B 01:00:44



## 这是一种常态；人要坚持贵在恒心

问：最近感觉浑身没力气，早早要睡觉，也不想念经，手上皮肤皱巴巴的，脸色暗黄，长了很多斑，情绪低落，感觉很衰老。听师父说，不想念经的时候，念出来的质量和效果不好。请问该怎么办？

答：一个人早上中午晚上都会有情绪变化，所以念经学佛一段时间特别精进，过一段时间可能会觉得没劲，夫妻感情家庭也是这样，这是一种常态。不要想太多，继续念经，人要坚持贵在恒心。

师父解答来信疑惑 127



# “一清二混三不见”

## 要坚持，保持自己清醒的头脑

杂念太多。很正常的，这叫“一清二混三不见”。“一清”，刚开始学佛的时候很清楚的。“二混”就是听这个讲讲，听那个讲讲，有时候事情太多不好好念经，就开始混了，就糊涂了。“三不见”是最后连台长法门都找不着了。所以要坚持，要多念心经，保持自己清醒的头脑（我现在念心经，感觉杂念比以前少了很多，但是还会有很多很多，不知道怎



# “一清二混三不见”

## 要坚持，保持自己清醒的头脑

样消除？）杂念不是说一念经马上就能消掉的，这是靠自生的里面的一种能量，这种能量体就像医生的抗菌药能抗击你身上的贪嗔痴。你刚刚开始念就想马上好，就想清静，做得到吗？（是，我觉得我身上的罪孽太深重了，所以还需要很长的路去走）对。 Wenda20110911 53:20



# 容易激动的同修容易退转，默默无闻才能持久

（我在法会上认识一个小姑娘，她真的很精进的。她可以大年初一为她自己、为她爸爸、她妈妈念三个87遍礼佛大忏悔文。就是这样一个人，然后突然间知道她不修了，我心里面就有点替她难过。这么好、这么精进的一个师兄，怎么突然间说不修就不修了呢？是不是她跟师父的缘分不是那么深啊？）对啊，这个是她跟菩萨的缘分不深。所以师父经常跟你们说，你们度人的时候，一个人激动得不得了，你要当

# 容易激动的同修容易退转，默默无闻才能持久

心的。“哎哟，突然之间找到了”，哎呀，高兴得……你去看好了，现在跟着师父身边这么多的人，他们都是默默无闻的，他们都是觉得心灵法门好，所以他们有些人没有很激动，他们就是学到这个法门之后默默无闻地做啊做啊。这些人，你看到今天都还跟着师父。你看看有目的求的，“哎呀，我家里不好”，突然之间好了，“哎呀，感动啊，感动啊”。过两天呢？过两天家里好了，他又不修了。对不对？（是

# 容易激动的同修容易退转，默默无闻才能持久

是。她这样子……挺难过的)也不要难过，没有办法(她还特地给师父打通电话，让师父给她申请一个义工的名额呢，就是这样)这个很简单了，这种人太多了。你去看好了，当年佛陀在人间度了多少人，但是真正上去有多少人？不要说台长了，佛陀这么大的……法力无边啊。观世音菩萨当时在人间度了多少人，但是真正上去有多少人？这很简单的，明白了吗？ Wenda20160124A 39:48

# 只要坚持精进努力，一定会得道多助

比方说，今天你想做一件好事，你想：“我没时间，不过没关系，只要学观世音菩萨做好事，我就会跨越时间的障碍。”今天你想去帮邻居，说不定家里不喜欢邻居的家人要骂你，你要想到：“我要帮助别人，因为我是学佛人。”如果你把周围的杂念、自己心里的杂念全部去除，照见五蕴皆空，照见就是照过透过它，让自己得到佛菩萨光与能量的加持，并和自己助人行善的心念相融合，这样你才能坚定道心。所



## 只要坚持精进努力，一定会得道多助

以说，做一件好事并不难，难的是一辈子做好事，而且不能做坏事。弘法人要懂得，只要坚持精进努力，一定会得道多助，别人都会帮助你。你在学佛，别人会支持你，别人会看得起你，别人会尊重你，你就会有贵人相助。

讲述于观音堂2021-03-23



# 修行只要坚持不懈，量变就会达到质变

（师父，您说像这种情况，他因为业障比较重，只要他坚持，虽然他什么也没看到，可能还是不顺利，但是他的这种善的力量也在不停地增长，只要有一天，这个平衡打破的时候，哪怕超出一点点，他的力量就非常大是不是？）对，就是说他有一个过程，他修到一定的时候，叫“量变达到质变”，数量到了，你整个事情才解决了。就像一个人吃药一样，吃到一定的数量了，保持平衡了，身体这个部位一直不痛了，痛，痛痛不痛，说明他还是在不好的边缘当中

Wenda20141226 47:05

慈  
爱  
心  
灵

## 精进修行的同修 没有修心的感觉，是什么原因

没有修心的感觉，在修心吗？在修心不一定有感觉的，开始的时候有修心的感觉，修心修到后来没感觉了。一个人开始做好人的时候，天天觉得“我在做好人，我在做好事”，等到好事、好人做得习惯了，他做出来的好人，做出来的好事，他就是好人，他就没有感觉“我是好人”。他不要“做”好人，他本来就是个好人的。弟子提问师父回答（8）

# 怎样让自己碰到事情不发脾气

我举个简单例子，你从来没有洗过碗，整天把碗砸碎，那你洗碗怎么样不把盘子、碗砸碎呢？不停地练，不停地洗，不停地锻炼。你怎么样能够让自己碰到事情不发脾气呢？经常学佛，经常懂得佛法讲的应该忍辱精进，忍耐，得理要让人。碰到什么事情要学会忍耐，经常练，练到后来你就不会碰到这种事情。

弟子提问师父回答（3）——2017年法国弘法解答会

# 在不在师父身边都要精进学佛

（师父，修行中很多人天天想念师父、想见师父，羡慕天天能够在师父身边的人，但是人间的肉身，师父只有一位，如果同修有什么问题求师父，梦里师父就来解答，甚至念经的时候可以看到师父的法身，这样是不是比一直在师父的身边更有意义呢？）我觉得更有意义，至少师父的法身出来完全等于是天上的，这样的话对他本人会有一种加持力。你就是在师父身边，你不好好修，像我们很多小朋友，不好好修有



## 在不在师父身边都要精进学佛

什么用啊？你天天看见师父，你假门假式地修，你说有什么用？对不对啊？（对对对）你看你现在这么精进地修行，能够跟师父每个星期通上两次话，你自己也是能量无边啊，你现在正气浩然啊，对不对？（真的是）讲都不要讲的，你现在度谁比别人容易，就这么简单了（感恩观世音菩萨！感恩师父！）你看看那些小孩子在我身边，要么动坏脑筋，要么就是看见我怕，躲躲闪闪的，你说这种孩子修得好吗？这辈



# 在不在师父身边都要精进学佛

子能成功吗？在我身边还动坏脑筋，你说能成功吗？还不如师父的法身教导教导他呢。在身边要努力的，在身边不努力……不过话又说回来，跟着师父出去弘法，那当然是一个好事情了，那当然是有加持的（是的，也是莫大的福报啊！真的是不知道是几世修来能在师父身边跟师父弘法）真的是这样，所以也是看吧，以后有些人……到人间，每个人有每个人的使命，有的人不一定在师父身边，但是比别人在师父的



# 在不在师父身边都要精进学佛

身边还要亲近，都有的，因为有些护法神保着他们，很厉害的。我都看到的，所以有些共修会的负责人，他们真的很努力的话，护法神保得很厉害的

Wenda20160110A 22:16





# 其实你就是在拿台长的能量啊

（我知道错了，我会真心悔改，师父，我这次再也不会懈怠了，一直修到老、学到老）写一个条子，自己写几个字“精进”在家里贴着，不要再去懈怠了（我现在天天看着台长师父的录音和视频节目，我一天不看就感觉没有力量）其实你就是在拿台长的能量啊！我告诉你，很多人修下去靠什么啊？当然了，你如果不修的话，你当然没信心了，没决心了。

# 其实你就是在拿台长的能量啊

坚持怎么来的？坚持，就是坚持要“听”，坚持要“看”，要看书、要“听”、要“念”。这样的话，你又是听台长的录音，听一听，你会增加能量的。等于有一个老师天天在你耳朵边上叫你精进，你当然会读书好了。如果没有老师的话，你怎么会读书好啊？你这个没出息的

Shuohua20151204 01:34

# 每天坚持

（一定听师父话。我每天都看您的书、听您的录音，每天都坚持功课）这样的话你就会精进了，每天有新的东西给你的

Wenda20161016B 19:21



# 佛法生活化

要真正地从执著当中脱离出来，每天在家里就需要生活佛法化。做饭做菜给家人就是在行波罗蜜，做家务可以是行禅定波罗蜜，做善事就是精进波罗蜜，夫妻吵架你能忍辱就是在行忍辱波罗蜜，这样的话，你的生活佛法化，佛法生活化，你自己慢慢就会懂得了一条解行的原则。

6.11【美图视频】师父每日佛言佛語

# 在佛的路上每一天都在精进前进

佛，我们现在是没有看见，但是我们能够知道佛在我们心中，天天在教育着我们，在帮助着我们，不代表佛不在我们身边，不在我们心中，只是我们眼睛没看见。一旦我们明心见性了，看到自己的本性了，我们见到佛了，我们因为心地干净，修心纯洁善良，慢慢地，我们随时随地能看到我们心中的佛，道理是一样的。所以常见佛法，常听佛音，常闻佛法，做佛法的事情，听佛法的声音，内心意念去思维佛法的道理，你这个人就是常行佛道，你就在佛的路上每一天都在精进前进。

第112集【白话禅视频】

# 世界上最可怕的事，不是做错事情，而是错心

我们学佛人有时候不管别人怎么对待我们，没有关系，要经常反思自己，我们是不是每天在精进，不要浪费时间。多数人的失败不是因为他们无能，而是他们的心念不够坚定。很多人学佛，念几天经，拜几天佛，一看“菩萨怎么不灵啊？我怎么求了不灵啊？”就不好好修了。实际上世界上最可怕的事，不是做错事情，而是错心啊。等做错事情了，我们可以改正，但是你的心错了，你还会继续做错。

2019.06.09【布里斯本】

# 一世修成，不是嘴巴讲的 每天要看你精进程度的

台长看到很多的佛友，这么小的孩子，从早上念经念到晚上呀。这些孩子，菩萨一定会把他们带上去的。你要好好念经了，明白了吗

Zongshu20141016 28:28



# 一天不精进就会向后退

学佛要精进，一天不精进就会向后退；一天停滞不前，人家往前走，你就等于在往后退；每一天都要往前进就不会后退。要坚持，要多听台长的节目，要多看台长的书，平时要多学多想。我告诉你，年轻人学佛最大的麻烦就是有漏。想不通，还觉得自己不往前走；三天打鱼两天晒网；好的不求，不好的拼命求；临时抱佛脚……就是有漏

Wenda20120506B46:16





# 记忆加深(大家一起默念)

—没有恒常做你的中流砥柱，你经也念不好，佛也修不成。恒心最重要，无“恒”哪来“诚”。真修的人必须要有“恒心”。修心实际上就是一个人人生的转折点，有很长一段路要走。要学会“转恶成善”“转染为净”“转识成智”；要把菩萨放在心里，对菩萨要有坚定的信念。信是什么？相信。念是什么？念头。每一个念头出来都要坚定，相信菩萨。不管在外界碰到了什么烦



# 记忆加深(大家一起默念)

恼，要懂得精进修行，坚持不懈；每一天都希望大家能够精进，精进就是靠着一种毅力。很多人说“精进靠什么？”实际精进就是戒定慧啊，所以戒是非常重要的，守戒的人才能定得下来…一个人定得下来，人有定力，泰山都移啊。所以一个人坚定的意志，坚定的思维，坚定的理想，坚定的信念，坚定的信心，就是靠这个“定”啊；很多事情，如果你没有耐心，你就永远不会了解



# 记忆加深(大家一起默念)

它，所以人活在世界上要有耐心，没有耐心的人不能成就佛道。耐心是什么？耐心就是精进的预备…预备就是耐心，预备就是要有精进的准备。我们今天有忍耐才谈得上精进，一个没有忍耐的人，一定学不好佛，一定不会精进；有些人的毛病就是信信不信，所以菩萨再三要我们勇猛精进，你说哪一个人成功不靠坚持的？；登上了渡船，一定要一门精进地修；半途而废，等于河中弃



# 记忆加深(大家一起默念)

船，必然溺水。只有到了彼岸，才会知道为什么要一门精进。“恒心”才能让你一世修成；佛陀讲的：种下这个种子不会马上发芽，你今天求了，不会马上得到，求了就等着生根开花，但是必须要浇灌水、施肥，这个树苗才会越长越大！你们今天求了菩萨，你们念经就是在浇水；你们在磕头、放生、许愿，就是在施肥、保暖，让这个小苗长成参天大树！…有的人一求菩萨，觉得求



# 记忆加深(大家一起默念)

了不灵，马上就不求了，还造口业！他又造成了一个新的恶种，他们求了不灵，没有继续精进，然后不断有灾难、麻烦，就是这么来的；要懂得自立自强，要有自性自心，能够坚持学佛的人就有精进心，不能学佛的人没有自信心，经常有变化的人很难学好佛。成佛难，你们这么多人，有几个能在天上与师父在一起的？这完全取决于你们的自信心…，师父有时候看着你们很可怜，因



# 记忆加深(大家一起默念)

为看到你们上不去，下辈子还要投人，很多人还要投畜生，有些人还要下地狱。这些情况对我来讲是最伤心的事情，希望你们真心真意地求观世音菩萨；夺取是容易的，保持是困难的，一定要有坚持的心。要想摆脱人间的烦恼和痛苦，就要懂得用恒心去保持一个永远精进的心…要用恒心学佛，彻底改变自己的习惯，彻底让自己过去的脾气收敛，慢慢的让别人看到你像菩萨，人成即



# 记忆加深(大家一起默念)

佛成，做人做的好的的人，那就是一个菩萨；学佛恒心最重要，要有坚定的信念，气量要大…学佛是靠着—个长性、—个恒心，恒心最重要。如果—个人做什么事情都没有恒心，没有坚持之心，就难得有精进之心；修心贵在坚持：台长经常说的烧水…你—会把盖子开开，—会把盖子开开，这个水永远不会开的，要好好加强念经！求—件事情灵的话，要靠你前世的福德、今世的修德还



# 记忆加深(大家一起默念)

有来世的阴德。好好念经修心，自己要找找根源…只要在某个时期好一点的话，就是这个阶段念经特别精进，就会特别灵；学佛要学会恭敬，不能恣意，就是自己觉得有点了不起，经常想到这个世界的五欲无常，就是欲望是无常的，经常修坚持，修坚法实际上就是坚持、精进；耐心和恒心是定力，有定力才会有智慧：耐心是指人间的，恒心那是已经超越了一般人的耐心。恒心是有





# 记忆加深(大家一起默念)

一个理想、一个理念，有个志愿、有个心愿，还有一个愿力在里边，所以他才会产生恒心…坚持就为恒；劣根性导致周期性懈怠，学佛要有恒心：这些东西就是人的劣根性，所以必须经常鼓励他们、帮助他们，让他们充分明白什么叫学佛，什么叫学法，心里有恒心，他才能学得好，才能修得好啊；一个人早上中午晚上都会有情绪变化，所以念经学佛一段时间特别精进，过一段时间



# 记忆加深(大家一起默念)

可能会觉得没劲，夫妻感情家庭也是这样，这是一种常态。不要想太多，继续念经，人要坚持贵在恒心；“一清二混三不见”，要坚持，保持自己清醒的头脑…杂念不是说一念经马上就能消掉的，这是靠自生的里面的一种能量，这种能量体就像医生的抗菌药能抗击你身上的贪嗔痴。你刚刚开始念就想马上好，就想清静，做得到吗？；容易激动的同修容易退转，默默无闻才能持久；



# 记忆加深(大家一起默念)

如果你把周围的杂念、自己心里的杂念全部去除，照见五蕴皆空，照见就是照过透过它，让自己得到佛菩萨光与能量的加持，并和自己助人行善的心念相融合，这样你才能坚定道心。所以说，做一件好事并不难，难的是一辈子做好事，而且不能做坏事。弘法人要懂得，只要坚持精进努力，一定会得道多助，别人都会帮助你。你在学佛，别人会支持你，别人会看得起你，别人会尊重



# 记忆加深(大家一起默念)

你，你就会有贵人相助；修行只要坚持不懈，量变就会达到质变；精进修行的同修没有修心的感觉：在修心不一定有感觉的，开始的时候有修心的感觉，修心修到后来没感觉了…好事、好人做得习惯了，他做出来的好人，做出来的好事，他就是好人，他就感觉“我是好人”。他不要“做”好人，他本来就是个好人的；怎样让自己碰到事情不发脾气：经常学佛，经常懂得佛法讲的



# 记忆加深(大家一起默念)

应该忍辱精进，忍耐，得理要让人。碰到什么事情要学会忍耐，经常练，练到后来你就不会碰到这种事情；在不在师父身边都要精进学佛：到人间，每个人有每个人的使命，有的人不一定在师父身边，但是比别人在师父的身边还要亲近，都有的，因为有些护法神保着他们，很厉害的。我都看到的，所以有些共修会的负责人，他们真的很努力的话，护法神保得很厉害的；（天天看着



# 记忆加深(大家一起默念)

台长师父的录音和视频节目，我一天不看就感觉没有力量)其实你就是在拿台长的能量啊!我告诉你，很多人修下去靠什么啊?当然了，你如果不修的话，你当然没信心了，没决心了。坚持怎么来的?坚持，就是坚持要“听”，坚持要“看”，要看书、要“听”、要“念”。这样的话，你又是听台长的录音，听听听，你会增加能量的。等于有一个老师天天在你耳朵边上叫你精进，



# 记忆加深(大家一起默念)

你当然会读书好了。如果没有老师的话，你怎么会读书好啊？你这个没出息的；（一定听师父话。我每天都看您的书、听您的录音，每天都坚持功课）这样的话你就会精进了，每天有新的东西给你的；要真正地从执著当中脱离出来，每天在家里就需要生活佛法化，做饭做菜给家人就是在行波罗蜜，做家务可以是行禅定波罗蜜，做善事就是精进波罗蜜，夫妻吵架你能忍辱就是在行忍



# 记忆加深(大家一起默念)

辱波罗蜜，这样的话，你的生活佛法化，佛法生活化，你自己慢慢就会懂得了一条解行的原则；常见佛法，常听佛音，常闻佛法，做佛法的事情，听佛法的声音，内心意念去思维佛法的道理，你这个人就是常行佛道，你就在佛的路上每一天都在精进前进；不管别人怎么对待我们，没有关系，要经常反思自己，我们是不是每天在精进，不要浪费时间。多数人的失败不是因为他们无能，





# 记忆加深(大家一起默念)

而是他们的心念不够坚定…世界上最可怕的事，不是做错事情，而是错心啊。等做错事情了，我们可以改正，但是你的心错了，你还会继续做错；一世修成，不是嘴巴讲的，每天要看你精进程度的；学佛要精进，一天不精进就会向后退；一天停滞不前，人家往前走，你就等于在往后退；每一天都要往前进就不会后退。要坚持，要多听台长的节目，要多看台长的书，平时要多学多



# 记忆加深(大家一起默念)

想。我告诉你，年轻人学佛最大的麻烦就是有漏。  
想不通，还觉得自己不往前进；三天打鱼两天晒  
网；好的不求，不好的拼命求；临时抱佛脚……  
就是有漏



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

慈爱  
心灵





# 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

慈爱  
心灵

