

慈愛
心靈



共修第114期

1. 一世修成（3）

2. 六波罗蜜 — 禅定3



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：一世修成（3）

第二部分：六度|禅定3

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

开示合集

(三)

一世修成

永断轮回



發愿前必看·掃碼進入



慈爱心灵共修 第一百十四期 一世修成3

慈愛
心靈



珍惜 佛缘

一世修成

永断轮回

發愿前必看·掃碼進入



慈愛
心灵

慈爱心灵共修 第一百十四期 一世修成3

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

（师父，上次我说脾气控制不住，您批评我了。之后我身边好几个同修听了录音，都觉得得到了师父的加持。其实师父不光是批评我一个人，大家很多有这个共病的人都得到师父加持了，他们一下子觉得好像自己没有脾气了，所以特别感恩师父。）你刚刚知道？你以为师父有时候在广播里是批评某一个人？你看我每一次给弟子开示、给徒弟上课的时候，

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

每一个人都跑出来说：“哎呀，师父，你是在讲我。”实际上我讲谁？我讲你们的共性、你们的毛病，这个毛病“人”都有的。我不是讲你一个人，每个人都接受之后，每个人都改了。老师回答问题的时候，表面上回答他一个人，边上的人全部受益的（是的。师父，您在电话里多批评批评大家吧，让我们都受益一下）你们这些小女孩“患得患失”最严重。

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

哎哟，好了开心得不得了。一会不好了，站起来蚂蚁一个都看不见，蹲下去蚂蚁一大片。你们这些小女孩，年纪这么轻，以后在婚姻问题上一定会有问题的。人不能像动物一样的，给它吃一块肉，摇摇尾巴；不给它吃肉，冲着你“汪汪汪”乱叫。人不能像动物啊！要有一个共性的，从本质上发挥出来一种共性。所以尤其你们小女孩，什么事不要太激动。



学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

明天叫你嫁给一个富商了，激动得不得了，人家最后打个电话来：“对不起啊，我搞错人了。”不要开心，人间的一切不要太开心，也不要太难过，都是假的。今天可以有，明天可以没有的。你看那些电影演员，嫁一个富商了，怎么会八卦的？给人家八卦住了。过两天又离婚了，丢不丢脸？今天离婚，明天结婚，后天离婚……你以为卖东西啊？就算卖



学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

出去，人家东西还不常退呢。卖出去好的产品不退的，老退老退，总归产品有问题了。呵呵……买把伞回去，撑了半天坏掉了，跑过来退，总归这把伞破了，不灵了。如果修心修得好的人，你忍辱精进的话，你跟人家结婚，男的再怎么不好，“一个碗不响，两个碗叮当”啊！你这个产品老退，那质量一定不好，这就是品质问题了。好好学学了，有这么个



学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

师父这么开导你们。我们人的毛病就是离开父母亲之后没人管了、没人讲了，才会不停地出事情。我们小时候为什么不出事情？因为我们老实，我们知道不能做错事情，爸爸妈妈天天管着我们。以为大了，毕业了，读书了，大学了，以为自己了不起了，出事了！感情出事、工作单位出事、什么地方都会出事。就是我们东方电台那些秘书，我对他们意见也



学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

很大。一定要听啊！他们都不像你们这么听的，他们不听的话师父没有办法。你在师父边上，看到师父你得到一点加持，但是你不能把它保持住。像你们这些小孩子听了之后不断地消化，你们以后就真的学到了！他们不学，站在那里没用的！所以很多人就会慢慢懈怠了。他不听这些东西，要听的！他们情愿睡觉（他们在师父身边也是修来的，我们肯定前



学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

世修得不好，才离师父这么远)很简单，他们在师父身边修来的，有这个缘分，但是不努力，他就失败，不能成功。很多人像你们现在缘分不足，但是有这个努力，一定就会有成功的机会。在师父身边不珍惜，他照样修不好!有多少人在师父身边，他修得好吗?一句话，马上生气了，不来了。你看我现在讲你们，你们要师父多讲，东方电台有些人我指出

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

他的毛病，他不来了，你说师父怎么办？你看他开悟不开悟？有什么用？就在师父身边你也会掉了这个机会的。有时候给你机会，你不珍惜就没有机会了，就是这个道理。比方说你现在到师父身边来，师父讲你你会生气吗？（肯定不会）你开心都来不及了，你马上说：“师父，多批评我两句。”（对啊）在我身边的讲不起的！很多人跑掉都是讲不起的。

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

跟他讲正法，跟他讲佛法，师父讲他几句，他都受不起。那你不修了，你不是跟观世音菩萨缘分不深嘛，有什么话讲？心灵法门个个都修得好了，你不修了，有什么福气？你掉了，掉了就没了，没了就结束了。很多人离了婚之后后悔啊，“哎呀，现在这个老公这么打我，过去我老公再怎么怎么样跟我吵架还不会打我，就是骂我几句，我真恨不得再跟过去老公

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

好。”人家早结婚了，谁理你？产品退回来了，人家还要吗？谁要你这个退回来的产品？缘份结束了（明白了，我们一定要好好珍惜）要珍惜的，“珍惜因缘”也是学佛人在末法时期很重要的一条。到处打井，这个法门学学，那个法门学学，一滴水都吃不到。要一门精进地打水，你一定会吃得到水。有些人这个法门学，那个法门学，什么法门都学，学到

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

最后，就像打井一样，每一个都打不到水啊！都学到人家一点皮毛，你怎么可能能够超脱自己？诶！小姑娘，你现在跟我讲，师父才真的有感而发，才讲几句话。那些人真的很可惜的，没有智慧的人永远没有智慧，有智慧的人永远有智慧，要开悟啊，身在福中不知福的人太多了！就像很多孩子远离父母亲，很珍惜父母亲，回来看爸爸妈妈，平时在很遥远



学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

的地方“妈妈，你身体要当心噢！”对父母亲爱惜得不得了，不停地寄东西回来；长在父母亲身边的人，天天跟爸爸妈妈吵架，这些孩子能珍惜父母亲吗？最后，父母亲就喜欢远方的孩子，就这么简单。现在我们东方台没几个人在听的，那些青年团、秘书处全在家里睡觉呢。他们珍惜吗？不珍惜的人永远是“失去”，给他两个字。做人就是要懂得怎么珍



学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

惜别人，你珍惜家庭会拥有家庭，你珍惜老公拥有老公，你珍惜老婆、珍惜孩子，拥有孩子。你不把他当回事，很快地就会没了！今天的佛法这么好。他们晚上在那里双手合掌，哎哟，都是非常虔诚的。我经常问他们：“今天师父做节目听了没？”一个个眼睛都瞪着，呵呵……他都没墨水，他怎么来回答人家的问题？他不听，他不懂啊！没几个人的。还



学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

不如宋老先生呢，口音不大清楚，但是他什么都回答得出，呵呵……（是的）他讲的话南方人听得懂，北方人听不大懂（宋先生是不容易）宋先生这么大年纪了，修得挺好的，他是我的徒弟，非常好，人家这么大年纪了，你看精神多好，身体多好。所以要记住一句话：真修实修，你一定能真得实得！师父见了多少人“唉呀，师父啊……”痛哭流涕跪在地

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

板上不肯起来，我就知道他好不长的，用不着这样的。你只要心里好好学佛、拜佛就可以了。这种肯感动的人，就像娶老婆一样的，“我一辈子会海枯石烂爱你……”过两天第一个吵离婚的就是他，做人不就这样吗？（明白）所以，我同时告诉你们“很激动的人很容易变，善变的；稳稳当当的人，不容易变化的。”学佛也是这样，如果你身边碰到一个激

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

动得不得了的，那你就要注意了，他很快就会“激动”到人家那去了。一下子明白“哎呀，心灵法门真好！”默默无闻地在做、默默无闻地在帮助他、在加持他，实实在在地做，这种人好得长。又哭又叫的“哎呀，菩萨啊，我终于找到了。”过两天他又找到其他地方去了，呵呵……师父讲的这些话是不是实话？你知道为什么全世界的人这么喜欢师父、听

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

师父讲话？我实在啊！我讲的都是实话（对）婚姻不就是这些事情吗？哎哟，激动得不得了，对女朋友百般好得不得了，一看见她爱呀，今天给她买这个，想方设法带她到那里玩……这种男人，他绝对不会跟这个女人好到底的（对对对）如果这个男的一直默默地爱着你，心里一直很感恩你，一直对你很好，稳稳当当，这种人会稳稳当当爱你一辈子的。今

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

天一爱，爱你不得了，明天给你买衣服，恨不得把什么都给你，百般地讨好，演艺界看的还少吗？要追一个女孩子，百般地弄，最后把人家都甩了。有的很有名的男星，不就这么把人家甩了吗？把这么有名的歌星都甩了，我不说谁你们都知道。有多少女人激动啊“哎哟，他来求我了，他来追我了！”激动得晚上觉都睡不着，你们就是没师父这个智慧！有

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

智慧，激动的人，呵呵，我告诉你边上先放一放，让他冷了才能看出他的形状。很多馒头不就这样子的吗？还没蒸之前瘪瘪的，一蒸出来怎么这么大了？爆米花不就这么一颗小小的米，为什么蒸出来……它形状会变的，呵呵……给你一碗爆米花你看着多不多？“唉哟，这么多怎么吃得下？”往水里一泡，你一会就喝完了，这不就一点点了嘛（要看清本质，



学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

明白了)看一个人要看他本质，不看他表面的。“哎哟，卢台长啊，怎么怎么……”又跪又磕头，没用的，我早看出来。真正跟着你学佛，默默无闻，也不会大起大落，也不会特别激动。知道这个法门好，心里感恩，就可以了。激动得不得了的人很容易激动到其他地方去。很多男人追自己老婆的时候追得不得了，追上了之后，“哎呀，你怎么这样了！”

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

”开始左不满意，右不满意。拿出他过去那一套再去追另外一个女人了（对对对，身边是有这样的同修）这种人多呢！（明白了）这种人学得好的？上得了天的？呵呵，不下去已经蛮好了。所以我就讲给你听，有这么个师父好好珍惜！（一定珍惜！）师父就像你们的父亲一样这么讲啊讲啊，你现在就把师父当成你们的父亲，在家里教育你们：“以后到外

学佛人要珍惜因缘，稳稳当当

面去找男朋友，碰到人不要去看太激动的人……”不是一样的吗？师父不就是你们家长吗？你们现在这种吃亏还少？做生意的人吃亏还少？“你知道吗？哎哟，你跟我做生意，我保证让你发财！我保证让你赚得翻起来了！”那些小生意的人激动得觉都睡不好了，“哎呀，明天我发达了发达了……”过两天人都不见了（谢谢师父）乖一点，向大家问好，叫大家要坚持学佛，明白了吗？ Wenda20131027A 14:41

放不下家庭又想一世修成，是不开悟

（学佛之后，同修既想做一个贤妻良母，照顾好家庭，又想学好佛法、一世修成而没有遗憾。可是面对家庭，人间的欲望多了，自然会离天上的家更远一些。如果想要回天，必须要有取有舍。同修想请师父开示，有很浓厚亲情的家庭，他既想兼顾家庭责任，又想一世修成，怎么样能够让他真正地

从心里看开、放下这段浓厚的亲情而一心皈依佛呢？）这种

放不下家庭又想一世修成，是不开悟

不开悟的人，我只能举个例子了。法师又想出家，又放不开家，你说他能出家吗？（对对，明白了）哪个法师没家？哪个法师没亲情、没孩子啊？（对对，是放下了吗？）你又想进步，你又不肯花时间，你又放不下，你想干什么你告诉我？（对。像这样的话最后还是留在六道中，根本出不去……）你知道就好了。就像日本侵略中国期间，有些中国人有

放不下家庭又想一世修成，是不开悟

骨气，宁死不屈，加入八路军，抓到他就……也是个英雄。但是有些人，还有点良心，八路军劝他：“你赶快不要再跟着鬼子伤害普通的老百姓了。”他又想：“哎呀，那怎么办呢？那个怎么办呢？”现在我就回答你这个问题，怎么办？选择，自己好好地选择，没有办法

Wenda20180325A 49:06

一世修成-珍惜佛缘

许愿“一世修成”

更要珍惜佛缘，精进努力修行

（师父，现在天时非常紧，好多同修听了上周录音后，想许愿“一世修成”，该如何祈求呢？）“一世修成”就好好修，“一世修成”要比人家更加精进，要更加放得下，你放不下你还精进什么？（对。师父，是您的弟子的话，是不是要许愿“一世修成”啊？）不一定，我没这么多要求，我是随缘度众的。你是师父的弟子，至少要“诸恶莫作，众善奉行”

一世修成-珍惜佛缘

许愿“一世修成”

更要珍惜佛缘，精进努力修行

一个国家也希望每一个公民要守法，要为国家、为社会多做好事，不要去做恶事，这是至少的，我们学佛人就是要解决这些问题。吹牛、撒谎、喝酒，连警察都不容许喝酒驾车（师父，弟子不明白，如果不许愿“一世修成”，没有这个愿力的话怎么去……）没有这个愿力，你下辈子也可能投人，你修得再好，下辈子说不定投人了，生在一个



一世修成-珍惜佛缘

许愿“一世修成”

更要珍惜佛缘，精进努力修行

“李嘉诚”的家里或者“王嘉诚”家里（那不能。师父，有些同修犹犹豫豫不敢许，怕激活业障，是不是也意味着他们来生很可能再来人间？因为今生他不敢还过去生中的债务，是这样吗？）他来生再还，还不完下辈子再来还，就是这样（那从我们再次投胎到长大成人闻得佛法，至少要20年时间，基于今生的修行如果修不上去，全部转化为福报了，来

一世修成-珍惜佛缘

许愿“一世修成”

更要珍惜佛缘，精进努力修行

生投个富贵人家，能否再遇到心灵法门都是未知数。当轮回再来，恩师已经涅槃，良缘消失不再，寻遍三千大千世界，已无人点我、度我、爱我、护我，我爱的人、爱我的人都已不在，茫茫天地只留下百年孤独，早知千年后的哀叹，何不当下努力修行，此身今生不度，何生再度此身？）对啊，讲得是很感人的，是应该这样。没了，下辈子我也不会再跟你

一世修成-珍惜佛缘

许愿“一世修成” 更要珍惜佛缘，精进努力修行

们见面了，也不会再来弘扬佛法度人了，每人有每人的使命，所以要珍惜啊。很多人离了婚才珍惜，孩子离开爸爸妈妈之后才知道爸爸妈妈这么伟大，默默无闻地为自己付出了这么多，对不对？（对）

Wenda20180916A 13:43

慈爱心灵共修 第一百十四期 一世修成3

慈
爱
心
灵



一世修成-珍惜佛缘

这是最后一班船
实际上师父的弟子
也就这么一世了

Wenda20160408 24:29

慈爱心灵共修 第一百十四期 一世修成3

慈爱
心灵



时间关系

我们下期继续学习

慈爱心灵共修 第一百十四期 一世修成3

慈爱
心灵



佛学基础知识

六波罗蜜-禅定

3

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈爱
心灵



什么是禅

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈爱
心灵



禅定 - 什么是禅

这就是禅，这就是般若

一个人要穿越沼泽地，他左跳右跨找到一条路，但是没走多远，他一脚陷入泥潭，慢慢陷进去了；又一个人来了，也想穿越沼泽地，看到前面人的脚印，走一段觉得很顺，他就放心继续走，也陷进去了；又来了一个人，看到前面人的脚印，他想都没想，沿着脚印走，结果又陷进去了；又有一个人要过沼泽，他看到前面有这么多的脚印，心想一定是一条通往彼岸的阳光大道，已经有这么多人走过，相信一定走得通，



禅定 - 什么是禅

这就是禅，这就是般若

没想到他也陷进去了。这个故事说明，世界上前人留下的路，并不是走的人越多就一定是平坦安全顺利的，沿着别人的脚印走，并不一定能够成功，学佛人在当今时代，在末法时期，要总结思考佛陀的教诲，学佛的思维要神似而不追求形似，用佛的智慧教育众生，学佛菩萨的真谛，才能在人间跳过没有碰到过的沼泽，走出苦海，寻找新路，解脱自己，这就是禅，这就是般若。 150620香港（二）



禅定 - 什么是禅

坐禅、念经等，实际上都是修的一个气

人的境界是怎样进入色界天的，这是很重要的。其实，这些都是修到一定程度的境界之后，所产生的一些物质性的变化，按照现代人来说就是器质性的变化。很多人都知道修炼是用气场来修炼的。比如，坐禅、念经等，实际上都是修的一个气，如果真的修到了一定的境界时，连这个气都不要了。又如，在生活中，如果这个人没有气，并不是指你的呼吸没有气，而是说人本身带有的欲界的那种气，是生气的气，是



坐禅、念经等，实际上都是修的一个气

发脾气的气。如果这个人不发脾气的话，你说这个人是不是像菩萨一样。人最大的毛病就是因为这个气没有地方走，所以当不开心时，它一定要发出来。这个气修到后来，随着境界的提升，连这个气都要没有。

【白话FF】2-35



修到后来非常深，尤其是禅学

学佛不容易，理解非常重要，对佛法的理解，修到后来非常深，尤其是禅学，有些人一辈子接触不到佛法，就一辈子缺少智慧。自杀的人就是没有智慧，自杀的人就是无明，认为自己走的这条路对的，最后就完了。为什么十二因缘把无明放第一个？无明造成了人很大伤害，可以伤害你的一生。为什么要悟？悟就是对治你的无明，所以要开悟。想通了，什么事情都迎刃而解；想不通，就无明了，不卖帐，到最后自己吃苦。

答疑198-8



禅定 - 什么是禅

离开外界一切物相就是禅

一个人能静下来、能定下来，
这个人就有禅定。

2019.06.08【布里斯本】

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈爱
心灵



禅定 - 什么是禅

“禅”是什么意思？就是让我们解脱

我们人烦恼随心而生，随缘而灭。大家想一想，你们经常会烦恼，一怀疑，马上不开心了；一想通，“不会的”，又没了，又灭度了。所以很多人好的和不好的都是在一念当中。善心也是随心而起，罪心也是你的心。你的心要把握住，心是人们一生中最难以突破的障碍，所以管好你的心，你就会平安无事。我们不要因为莫名的烦恼而耽误了大事。你们想想看，你们现在每一个人整天活在忧郁中，整天活在怀疑和



禅定 - 什么是禅

“禅”是什么意思？就是让我们解脱
恨中，这些都是人生的心理障碍。放下吧，好好地放下，就像放下我们十几年前的烦恼一样去放下今天，因为十几年之后，我们今天的烦恼也已经放下了。等到你要走的时候，你可能看到人间的一切都不可得，那时候你才放下，已经晚了。不要让自己愧疚地处在生活的悔恨之中而不能自拔。“禅”是什么意思？就是让我们解脱，就是让我们看到所有的一切都会过去，好好地把握住今天，我们会拥有更美好的明天

2019.06.07【布里斯本】



禅：是一种超脱的学问

是以一种大空明的心境体会着世界的本真的心态，从而达到一种绝对的超脱和通透。管好我们的心，管好我们的意。

佛言佛语（第二册）



实际上就是一种心、一种禅

实际上达摩祖师的功法是帮助人强身健体中修行禅，打拳是不是有进有出、有收有放，实际上就是一种心、一种禅，禅是一种智慧，没有固定形式的。修习武术是一种修习佛法的方法，就像现在磕头一样，也是一种方法。

答疑197-37



禅心就是开悟心，开悟之心

你开悟的话，还会烦吗？还会整天在人间搞来搞去吗？（师父，您在《白话佛法》里讲过“以佛心印凡心”，菩萨开示是“以禅心印凡心”，这两个意思应该都差不多吧？）因为禅心可以开悟你的佛性。举个简单例子，禅心是善心，那么佛心呢？就等于已经成为一个圣人了。我把它讲低一点你就明白了，你以善心去对付人间不好的心，和你做一个圣人去对付人间不好的心，有什么区别？

Wenda201705260119-34



禅定 - 什么是禅

山明水秀禅在心，明心见性听佛音；
五浊恶世靠佛经，破迷开悟离迷津。

2019.05.09【新加坡】

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈爱
心灵



禅宗有句话“照顾脚下”

在心的牢狱中，自己的心就是判官，违背良心的事情也许逃得过世间法律的制裁与世人的耳目，但是天上、地府和你的良心都知道，要管好自己的善恶念头，管束好自己内心的贪爱，六根不能污染。禅宗有句话“照顾脚下”，就是要照顾心里的步伐，我们每走一步，都要对得起自己的良心。我们不能对不起良心，走的时候不能对不起别人，我们要对得起



禅定 - 什么是禅

禅宗有句话“照顾脚下”

所有的人，不伤害别人，不种恶因，不造恶果，才不会一步走错换来百年的遗恨。所以脚下的一步，必须要走向快乐，离开痛苦；要走向天堂，离开地狱。照顾好善恶，脚步才能越走越轻快，枷锁才能丢掉，我们真正的人生是活在自在中，要广结善缘、多种福田，让我们活在人间的善良的天地中

140125悉尼

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈爱
心灵



无心就是禅，无心的人就是禅定

有时候讲话出来得罪人，有心吗？“我不是有心的，不是有意的。”嘴巴出来了，心没有动，怎么会伤害别人的？这是无心。有心，是有意去做一些事情。不管有意还是无心，都要如理如法，不能伤害别人。无心也是失误，有心也是失误，所以让你们无心，人无相，修无心，修到后来无心就是禅，无心的人就是禅定，无心的人就找到佛性本性，不执著人的一切就可以找到自己的本性。

答疑226-17



无相的功德才是最大的功德

师父刚才那个故事说的就是“翰林挑水”，如果他在挑水的时候是发心、是奉献，它可以变成无为的功德，与禅定的功德都是一样。所以你们就是放一个椅子、放一个凳子，其实都是你们的功德；一旦你计较了“我做了什么，做了多少事”，你功德就有限。无相的功德才是最大的功德。妈妈为孩子，从来不计较孩子以后长大了会孝顺，所以妈妈的功德是无相的；一个妻子为家庭付出了这么多，她没有想过“我以



无相的功德才是最大的功德

后要得到什么回报”，这是高尚的。为什么要做无相布施？就是要布施出去，心里不着相。帮了别人，不要等他回报，你的心会非常地坦荡；如果帮了别人天天等着回报，你的心就非常地难过。不去计较你做多少，只是考虑你有没有做了多少，这才是学佛人的正能量心态。 170225澳门



禅定 - 什么是禅

学禅的一个重要的特性

禅道有一个重要的特性是什么，就是不可言喻性，因为禅道就是说，任何事情你不要去把它讲，因为讲出来都会变的，你就是讲对了它也会变，你讲得不对它也会变，所以不可言喻，就是不可喻言，不要去讲，所以禅道就是，以内心战胜了和超越了自己的理解，你看看禅宗，它主要是心理活动，它非逻辑性，非对象性，它没有逻辑的，禅宗是风又是雨，是动又是静，它超越时空，时间和空间的一种直观观照，很



禅定 - 什么是禅

学禅的一个重要的特性

厉害的，它是一种通感的体验，什么叫通感体验，就是我认为当时怎么样情况，我心里明白，我知道了，但是我不讲，是一种非功利性的潜意识，，就是不能拿到的一种意识，你得到了它又好像没有得到它，就是一个人的内心的精神存在，我举个例子给大家听，什么叫通感体验，我今天看见这个人，我觉得他蛮好的，但是在你的心里你会明白，这个人虽然我现在看着他蛮好的，但是我没听别人说他好不好，听别



禅定 - 什么是禅

学禅的一个重要的特性

人说了好不好之后，我才知道他真的好不好，明白了吗，你对他今天看得好和不好，只是一种潜意识，所以很多人，骗人的人，表面上笑嘻嘻的，你都觉得很好，实际上他在骗你，禅宗的意思就是叫你们不要去下定论，不要去马上决定，这个好的还是不好的，这是物质，这是精神，这个事情是好的，是对的，不对的，叫你们认为三界唯心，万法唯识，你看到的東西是由你的心造成的，所有的佛法就是你的意



禅定 - 什么是禅

学禅的一个重要的特性

识造成的，你们现在所有的正确的意识，全部都是法，佛法，师父现在跟你们讲的，众善奉行，诸恶莫作，就是法，肯定是对的，意识。。。禅宗告诉你们，身体受点苦会好的，精神上受点苦也会好的，最主要你的根，你怎么样本性，本根要正，什么叫最圆满的幸福，就是去妄存真，因为每个人心都会有一个自由的本心，这就是为什么禅宗里面讲的，拂尘看净，实际上就是把你心中，那些烦恼，杂念，



禅定 - 什么是禅

学禅的一个重要特性

把你扫干净，去除你的烦恼，所以真正的有禅修的人，他不跟别人计较，他知道这叫分辨心，他没有分辨心的，他知道任何事物都会变化的，所以他不会跟人家斤斤计较，你去看好了，任何一个人，斤斤计较，想不通的人，他觉得这个世界对他可能是末日，实际上他就没有禅修的那种智慧，，什么都会变的，一会儿变好，一会儿变不好，一会儿好了，一会儿不好，人生都是这样，一会儿好，一会儿（不好），



学禅的一个重要特性

一会儿开心，一会儿不开心，一会儿想不通，一会儿想通了，你说人，你把他放大，不就是个轮回体吗，你们告诉我，人不就是轮回体啊，一会儿说妈妈好，一会儿说爸爸好，一会儿说妈妈不好，爸爸不好，一会儿说妈妈也好，爸爸也好，明天又说爸爸好，后天又说妈妈好，那人不就是个轮回体吗，所以只是一个境界而已？

第17集【广播讲座视频



禅定 - 什么是禅

达摩祖师说：

（“看那看不到的东西，听那听不到的声音，知那不知的事物，才是真理。”这个是什么意思呢？）你坐在观音堂念经的时候，安静吗？有声音吗？没声音。这个时候你嘴巴里在念经，你听得到声音吗？听不到自己声音的。听到的是什么？心声。达摩祖师的禅语就是告诉你，要听自己的心声，而不是听外面的五欲六尘之声（哦）你看，看出去都是幻觉的世界，幻化的世界，你看得到这个真实世界吗？达摩祖师，



达摩祖师说：

他是禅宗修心境界非常高超的一位宗师（同修说：弟子猜想以上是教我们要如何去修，修内心的东西，而不是侃侃而谈，看内心的东西、听内心的声音和多思考内心的事物。弟子愚昧，请师父慈悲开示）他讲的某一方面是对的，在这方面的阐述是对的。只不过一个方面他是对的，没问题的

Wenda2017111759:53



禅中无语心自明，道中无法性自悟

佛性禅性本自觉，缘随佛道本性悟。

相应禅法心性平，应缘生缘境念安。

佛言偈语（第二册）



“禅”并不是讲究外在的名号

很多人说“我懂禅，我知道禅法”，我告诉你，说懂禅法的人不一定真的懂，真正懂禅法的人，那是禅在心中，似有似无。所以不在乎外表刻意的安排，这个童子说“无姓”不是没有“姓”，而是他心中没有对“姓”的执著。所谓的空性、佛性就是这个意思。你说我们每一个人心中都有佛性，对不对？每个人也懂得佛性到后来变成空性，佛性和空性到底最后有没有“性”呢？因为我们没有对空性和佛性的执著，



“禅”并不是讲究外在的名号

所以我们可以称为“无性”。但是一旦你执著了，你就拥有了人间的佛性，失去了空性，所以我们对人间所有的事情都不能执著，要想开、要放下，因为时间能洗去我们心中的忧伤。 2019.09.07【巴黎】



以禅定来达到妙心

观自在，常观自己在佛界，精神解离出世间。
要智慧人生，佛法人生，脱离此岸，才能到
达彼岸。以禅定来达到妙心。佛言佛语（第五册）



禅定 - 什么是禅

心中有禅，处处是禅房；心中有佛，处处是佛道

自由是有界限的，是在觉悟的基础上，才能享受到自由的心态及美好的大自然。心中有禅，处处是禅房；心中有佛，处处是佛道。人到晚年什么都怕，就是恐惧；内心恐惧，会使你无法脱离烦恼。

不能解脱自己，就是觉悟不够；想出各种方法来解脱，就是妙法。世界上任何事情，看懂了就笑了，叫笑看人生；看不懂就烦了，叫烦恼不断。快乐讲佛法，开心说禅道，随缘度众谈悟道。佛言佛语（第七册）

禅指的就是直指人心的修为

心中开悟之后再去做事情，你做的事情，你是从心中直接出来的，这就叫禅；直指心中的内心，就叫禅。所以，直指人心的修为，你才能见性成佛，因为你看到了将来这个世界，你见到本性了，你马上就成佛了，因为你所做的任何功德，都是由你的心出来的，所以，你的心出来的所有的功德，实际上就是你成就佛性的基础，所以叫见性成佛。佛法界有一句话叫“见性成佛”，就是说你今天见到本性了，你就已经



禅指的就是直指人心的修为

是菩萨了，因为在九识田中就是佛性。很多人根本看不到自己的九识，现在很多人连自己的第六意识都失去了，你连自己的第六灵感都没有了，你怎么可能修出自己的佛性呢？所以，人开悟不是说出来的，而是明心见性，明心见性是什么意思呢？很简单，因为你明白了，你会见到本性，就是心领神会了。【白话FF】10-36



禅定 - 什么是禅

佛性悟性本自
随缘悟道本自
相应佛道本自
缘生缘灭随遇
在禅觉安

佛言偈语（第一册）

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈爱
心灵



随缘，一切随缘

有就是你的，没有就不是你的；离了就不是你的，结了就是你的；是你的也不要太执著，不是你的也不要太难过。这就是禅。 Zongshu2018072115:53



随机参禅证悟，那是一种随缘

每一个法门都是你的心所为，万法唯心造。随缘修行，那是一种智慧；随机参禅证悟，那是一种随缘。很多人说“我要一世修成，最好有一个特殊的环境，不要接触外尘”，你说现在哪有谁不接触外尘的？只有靠自己心的坚定，心如金刚，法法是心。在人间的烦恼中修出你的禅定，在滚滚红尘中，你不能离开现实生活而去寻道觅法，要找一个能够解脱的



随机参禅证悟，那是一种随缘

法门。法门就是在你的烦恼中来帮你解决的，你没有烦恼，你就找不到解决的方法，所以反而会离道更远——离佛道更远。这就是“佛法在世间，不离世间觉”。你如果没有世间，你一定找不到世间的觉悟，所以“离世觅菩提，恰如求兔角”。兔子有角吗？佛法就在你的烦恼之中，佛法是离不开你在世间烦恼中的觉悟。....



随机参禅证悟，那是一种随缘

所以我们对佛法的追求不能虚幻，要在生活中找到佛法的智慧。很多人认为，修佛、学佛修心，找个清净的地方，远离这世间的红尘才可以修，或者自己关在禅房里长期闭关，或者出家了就保证修得好。其实他不知道“佛法在世间，不离世间觉”，就是在学佛的过程中，你只要在红尘中，任何时候都是锻炼你能够增长智慧、去除贪瞋痴，然后在心中拥有



随机参禅证悟，那是一种随缘

佛法妙法的一个很好的机缘。所以“离世觅菩提，恰如求兔角”，如果你今天说“我只是把自己关起来这么修心”，你就等于将现实生活和修行的生活完全分成两部分了。所以法法是心，尘尘是道，真正学佛修心的人不会这么固执，不会这么执著“我一定要什么环境下，我一定要怎么样，我才能修好心”，真正修行的人叫随缘修心，随机参禅证悟。



随机参禅证悟，那是一种随缘

很多菩萨到人间来“行也禅，坐亦禅，语默动静体安然”。就是今天语言出来，一动一静，所有东西都非常自然。为什么自然是很高级的一种境界？为什么我们现在吃东西都要吃那种nature（自然）的东西？因为自然才是道，因为自然了，它才能滋养出内心的一种正觉。所以行住坐卧，乃至吃饭穿衣，乃至工作或者在农村种地砍柴，哪怕游山玩



随机参禅证悟，那是一种随缘

水，无不是参禅悟道。为什么很多著名的诗人在游山玩水中能写出很多好诗？就是因为他的自然。离开现实生活而去寻道觅法，反而离道更远。道在心中，就像很多人说“我要找一个好老师，我这辈子才能修得好”，你最好的老师就是你内心的觉悟，就是你内心的本性佛，你为什么拿着金饭碗去要饭呢？一切修行不能离开世间，离开世间的修行永远不可能有成就。

第90集【白话禅】视频

记忆加深(大家一起默念)

一要总结思考佛陀的教诲，学佛的思维要神似而不追求形似，用佛的智慧教育众生，学佛菩萨的真谛，才能在人间跳过没有碰到过的沼泽，走出苦海，寻找新路，解脱自己，这就是禅，这就是般若；坐禅、念经等，实际上都是修的一个气，如果真的修到了一定的境界时，连这个气都不要了…并不是指你的呼吸没有气，而是说人本身带有的欲界的那种气，是生气的气，是发脾气的气



记忆加深(大家一起默念)

气…人最大的毛病就是因为这个气没有地方走，所以当不开心时，它一定要发出来。这个气修到后来，随着境界的提升，连这个气都要没有；理解非常重要，对佛法的理解，修到后来非常深，尤其是禅学…无明造成了人很大伤害，可以伤害你的一生…悟就是对治你的无明，所以要开悟。想通了，什么事情都迎刃而解；想不通，就无明了，不卖帐，到最后自己吃苦；离开外界一切物



记忆加深(大家一起默念)

相就是禅，一个人能静下来、能定下来，这个人就有禅定；你的心要把握住，心是人们一生中最难以突破的障碍，所以管好你的心，你就会平安无事…“禅”就是让我们解脱，就是让我们看到所有的一切都会过去，好好地把握住今天，我们会拥有更美好的明天；禅：是一种超脱的学问，是以一种大空明的心境体会着世界的本真的心态，从而达到一种绝对的超脱和通透。管好我们的



记忆加深(大家一起默念)

心，管好我们的意；达摩祖师的功法是帮助人强身健体中修行禅，打拳是不是有进有出、有收有放，实际上就是一种心、一种禅，禅是一种智慧，没有固定形式的。修习武术是一种修习佛法的方法，就像现在磕头一样，也是一种方法；禅心就是开悟心，开悟之心…菩萨开示“以禅心印凡心”…因为禅心可以开悟你的佛性；山明水秀禅在心，明心见性听佛音；要管好自己的善恶念头，



记忆加深(大家一起默念)

管束好自己内心的贪爱，六根不能污染。禅宗有句话“照顾脚下”，就是要照顾心里的步伐，我们每走一步，都要对得起自己的良心…脚下的一步，必须要走向快乐，离开痛苦；要走向天堂，离开地狱；所以让你们无心，人无相，修无心，修到后来无心就是禅，无心的人就是禅定，无心的人就找到佛性本性，不执著人的一切就可以找到自己的本性；无相的功德才是最大的功德：



记忆加深(大家一起默念)

如果他在挑水的时候是发心、是奉献，它可以变成无为的功德，与禅定的功德都是一样；禅道有一个重要的特性是什么，就是不可言喻性…任何事情你不要去把它讲，因为讲出来都会变的，你就是讲对了它也会变，你讲得不对它也会变，所以不可言喻，就是不可喻言，不要去讲，所以禅道就是，以内心战胜了和超越了自己的理解，你看看禅宗，它主要是心理活动，它非逻辑性，非



记忆加深(大家一起默念)

对象性，它没有逻辑的，禅宗是风又是雨，是动又是静，它超越时空，时间和空间的一种直觉观照，很厉害的，它是一种通感的体验，什么叫通感体验，就是我认为当时怎么样情况，我心里明白，我知道了，但是我不讲，是一种非功利性的潜意识，，就是不能拿到的一种意识，你得到了它又好像没有得到它，就是一个人的内心的精神存在…禅宗的意思就是叫你们不要去下定论，不



记忆加深(大家一起默念)

要去马上决定，这个是好的还是不好的，这是物质，这是精神，这个事情是好的，是对的，不对的，叫你们认为三界唯心，万法唯识，，你看到的東西是由你的心造成的，所有的佛法就是你的意识造成的，你们现在所有的正确的意识，全部都是法，佛法，师父现在跟你们讲的，众善奉行，诸恶莫作，就是法，肯定是对的，意识…身体受点苦会好的，精神上受点苦也会好的，最主要



记忆加深(大家一起默念)

你的根，你怎么样本性，本根要正，什么叫最圆满的幸福，就是去妄存真…拂尘看净，实际上就是把你心中，那些烦恼，杂念，把你扫干净，去除你的烦恼，所以真正的有禅修的人，他不跟别人计较，他知道这叫分辨心，他没有分辨心的，他知道任何事物都会变化的，所以他不会跟人家斤斤计较；达摩祖师说：看那看不到的东西，听那听不到的声音，知那不知的事物，才是真理



记忆加深(大家一起默念)

…达摩祖师的禅语就是告诉你，要听自己的心声，而不是听外面的五欲六尘之声；禅中无语心自明，道中无法性自悟。佛性禅性本自觉，缘随佛道本性悟。相应禅法心性平，应缘生缘境念安；“禅”并不是讲究外在的名号…真正懂禅法的人，那是禅在心中，似有似无。所以不在乎外表刻意的安排…所谓的空性、佛性就是这个意思…因为我们没有对空性和佛性的执著，所以我们可以



记忆加深(大家一起默念)

称为“无性”。但是一旦你执著了，你就拥有了人间的佛性，失去了空性，所以我们对人间所有的事情都不能执著，要想开、要放下，因为时间能洗去我们心中的忧伤；观自在，常观自己在佛界，精神解离出世间。要智慧人生，佛法人生，脱离此岸，才能到达彼岸。以禅定来达到妙心；心中有禅，处处是禅房；心中有佛，处处是佛道…快乐讲佛法，开心说禅道，随缘度众谈悟道；



记忆加深(大家一起默念)

心中开悟之后再去做事情，你做的事情，你是从心中直接出来的，这就叫禅；直指心中的内心，就叫禅。所以，直指人心的修为，你才能见性成佛，因为你看到了将来这个世界，你见到本性了，你马上就成佛了，因为你所做的任何功德，都是由你的心出来的，所以，你的心出来的所有的功德，实际上就是你成就佛性的基础，所以叫见性成佛…人开悟不是说出来的，而是明心见性…



记忆加深(大家一起默念)

因为你明白了，你会见到本性，就是心领神会了；佛性悟性本自在，随缘悟道本性禅；随缘，一切随缘，有就是你的，没有就不是你的；离了就不是你的，结了就是你的；是你的也不要太执著，不是你的也不要太难过。这就是禅；随缘修行，那是一种智慧；随机参禅证悟，那是一种随缘…只有靠自己心的坚定，心如金刚，法法是心。在人间的烦恼中修出你的禅定，在滚滚红尘中，



记忆加深(大家一起默念)

你不能离开现实生活而去寻道觅法，要找一个能够解脱的法门…

“佛法在世间，不离世间觉”。你如果没有世间，你一定找不到世间的觉悟，所以“离世觅菩提，恰如求兔角”…法法是心，尘尘是道，真正学佛修心的人不会这么固执，不会这么执著“我一定要什么环境下，我一定要怎么样，我才能修好心”，真正修行的人叫随缘修心，随机参禅证悟。很多菩萨到人间来“行也禅，



记忆加深(大家一起默念)

坐亦禅，语默动静体安然”。就是今天语言出来，一动一静，所有东西都非常自然…自然才是道，因为自然了，它才能滋养出内心的一种正觉。所以行住坐卧，乃至吃饭穿衣，乃至工作或者在农村种地砍柴，哪怕游山玩水，无不是参禅悟道…离开现实生活而去寻道觅法，反而离道更远…你最好的老师就是你内心的觉悟，就是你内心的本性佛，你为什么拿着金饭碗去要饭呢？一切修行不能离开世间，离开世间的修行永远不可能有成就



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

