

慈愛
心靈



共修第124期

1. 春节知多少 (6) 2. 一世修成 (6)

3. 六波罗蜜 - 禅定 13



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：春节知多少（4~5）

第二部分：一世修成6

第三部分：六度|禅定13

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

春节知多少

正月念经

慈爱心灵共修 第七十六期 春节知多少（2）

慈爱
心灵



正月里念经效果好

在正月里念经总比平时效果要好一点。念经最主要的是能够感应，什么样才会感应呢？因为正月算一年的年头，菩萨、护法神会来很多，看见你在修，容易和菩萨心灵感应，所以就会灵（我前天梦到给台长打通电话了，今天就打通了）现在都是这样，只要梦见打通了，肯定能打通。

Wenda20120129 04:04



大年初一念功德宝山神咒有双倍功德

（师父，初一要不要念功德宝山神咒？）要。（但是念多少遍呢师父？我们怎么祈求？）就看你平时做的功德多不多啊。平时的功德少，念就没什么大用；如果功德做得很多善事做得很多，年初一念的话会转化双倍的功德（明白师父，就说是

gōng dé bǎo shān shén zhòu

功德宝山神咒

ná mó fó tuó yē. ná mó dá mó yē. ná mó sēng qié yē.

南无佛驮耶。南无达摩耶。南无僧伽耶。

ān. xī dì hù lú lú. xī dū lú. zhī lì bō. jí lì pó.

唵。悉帝护噜噜。悉都噜。只利波。吉利婆。

xī dá lǐ. bù lū lǐ. suǒ pò hé.

悉达哩。布噜哩。娑嚩诃。

《功德宝山神咒》，持诵此咒，可累积善业功德，消除罪业。

此经咒可以将所做善事转化为功德，功德可以消除孽障。

如果自己某段时间做了很多善事，并且需要求某件事情的话，可以念诵此经文。此经文灵验的前提是要有善事积累为基础。

需要时，每天念二十一遍，二十七遍或四十九遍，白天晚上都可念。

念《功德宝山神咒》之前可以祈求：

请大慈大悲观世音菩萨保佑我XXX（您的名字），可以把过去所做善事转化成功德，保佑我某事顺利

此外，可以为腹中胎儿或者5岁以下的小孩念《功德宝山神咒》，把这个孩子前世所做的善事转到今世来用来保佑他消灾平安。念之前可以祈求

请大慈大悲观世音菩萨保佑我XXX（您的名字）腹中的孩子或者XXX（孩子的名字），将前世所做善事转化成功德，保佑他平安

慈
爱
心
灵

大年初一念功德宝山 神咒有双倍功德

适合每个人念还是适合善事做得多的人呢？)当然针对善事做得多的人了，做恶事特别多的人念了都没用的（要念就是49遍吗？一天念就可以了对不对？）对对对（我们祈求把善事转化成功德还是怎么祈求？）就是“请大慈大悲观世音菩萨保佑我某某

gōng dé bǎo shān shén zhòu

功德宝山神咒

ná mó fó tuó yē. ná mó dá mó yē. ná mó sēng qiè yē.

南无佛驮耶。南无达摩耶。南无僧伽耶。

ān. xī dì hù lú lú. xī dū lú. zhī lì bō. jí lì pó.

唵。悉帝护噜噜。悉都噜。只利波。吉利婆。

xī dá lǐ. bù lū lǐ. suǒ pò hé.

悉达哩。布噜哩。娑罽诃。

《功德宝山神咒》，持诵此咒，可累积善业功德，消除罪业。

此经咒可以将所做善事转化为功德，功德可以消除孽障。

如果自己某段时间做了很多善事，并且需要求某件事情的话，可以念诵此经文。此经文灵验的前提是要有善事积累为基础。

需要时，每天念二十一遍，二十七遍或四十九遍，白天晚上都可念。

念《功德宝山神咒》之前可以祈求：

请大慈大悲观世音菩萨保佑我XXX（您的名字），可以把过去所做善事转成功德，保佑我某事顺利

此外，可以为腹中胎儿或者5岁以下的小孩念《功德宝山神咒》，把这个孩子前世所做的善事转到今世来用来保佑他消灾平安。念之前可以祈求

请大慈大悲观世音菩萨保佑我XXX（您的名字）腹中的孩子或者XXX（孩子的名字），将前世所做善事转成功德，保佑他平安

慈
爱
心
灵

大年初一念功德宝山 神咒有双倍功德

某在新的这一年里功德无量！我要多做功德，请观世音菩萨保佑我往世累积的善全部转为功德，能够庇荫我保佑我，能够让我在新的这一年当中身体健康”，或者求什么求什么就可以了

Wenda2013020848:35

gōng dé bǎo shān shén zhòu

功德宝山神咒

ná mó fó tuó yē. ná mó dá mó yē. ná mó sēng qié yē.

南无佛驮耶。南无达摩耶。南无僧伽耶。

ān. xī dì hù lú lú. xī dū lú. zhī lì bō. jí lì pó.

唵。悉帝护噜噜。悉都噜。只利波。吉利婆。

xī dá lǐ. bù lú lǐ. suǒ pò hé.

悉达哩。布噜哩。娑罽诃。

《功德宝山神咒》，持诵此咒，可累积善业功德，消除罪业。

此经咒可以将所做善事转化为功德，功德可以消除孽障。

如果自己某段时间做了很多善事，并且需要求某件事情的话，可以念诵此经文。此经文灵验的前提是要有善事积累为基础。

需要时，每天念二十一遍，二十七遍或四十九遍，白天晚上都可念。

念《功德宝山神咒》之前可以祈求：

请大慈大悲观世音菩萨保佑我XXX（您的名字），可以把过去所做善事转化成功德，保佑我某事顺利

此外，可以为腹中胎儿或者5岁以下的小孩念《功德宝山神咒》，把这个孩子前世所做的善事转到今世来用来保佑他消灾平安。念之前可以祈求

请大慈大悲观世音菩萨保佑我XXX（您的名字）腹中的孩子或者XXX（孩子的名字），将前世所做善事转化成功德，保佑他平安



春节知多少-正月念经

gōng dé bǎo shān shén zhòu

功德宝山神咒

ná mó fó tuó yē。 ná mó dá mó yē, ná mó sēng qié yē。

南无佛驮耶。南无达摩耶。南无僧伽耶。

ān。 xī dì hù lū lū。 xī dū lū。 zhī lì bō。 jí lì pó。

唵。悉帝护噜噜。悉都噜。只利波。吉利婆。

xī dá lǐ。 bù lū lǐ。 suō pó hē。

悉达哩。布噜哩。娑嚩诃。



正月里多念消灾吉祥神咒，一年平安

正月的时候多念消灾吉祥神咒，一年平安，这个师父在前几年都讲过的。你这个小丫头很有心，你现在提醒所有的佛友，你又做功德了，其实像这些东西都应该温习一下。师父曾经讲过，就像“一年之计在于春”、“一日之计在于晨”一样的，年初一这天不吵架，人家说一年都不会吵架（嗯）正月里念消灾吉祥神咒，一年都会消灾、会吉祥



正月里多念消灾吉祥神咒，一年平安

（就是比剩余的几个月念的效果都要好）那当然了！你要记住，抓住时机就叫“天时”。很多人都在努力，为什么有些人努力不出来，有些人努力得出来呢？我举个简单例子，有的电影明星品质各方面也不比很多女孩子好，为什么她能够出名啊？她有她的缘分的（抓住机会了吗？）有机会了呀！所以“机会”加上“努力”等于“成功”。你拼命地努力，



正月里多念消灾吉祥神咒，一年平安

没有机会，你不能成功；你有机会，不努力也不能成功。明白了吗？（对，力气要用在刀刃上）对（那就是说平常同修念49遍消灾吉祥神咒的，正月里的话可以把功课再加一些，比如说78遍）可以加到八十几遍、78遍都可以（108遍？）都可以。 Wenda20140112A30:18



春节知多少-正月念经

xiao zai ji xiang sheng zhou

消灾吉祥神咒

nā mó sān mǎn duō mǔ tuó nán ā bō là dǐ hè duō shě

曩谟三满哆。母驮喃。阿钵啰底。贺多舍。

suō náng nán dá zhí tuō an qié qié qié xì qié xì hōng hōng

娑曩喃。怛侄他。唵。佉佉。佉呬。佉呬，吽吽。

rù wā là rù wā là bō là rù wā là bō là rù wā là dǐ sè zhà dǐ sè zhà

入嚩啰。入嚩啰。钵啰入嚩啰。钵啰入嚩啰。底瑟姹。底瑟姹。

sè zhì lǐ sè zhì lǐ suō pō zhà suō pō zhà shàn dǐ jiā shì lǐ yē suō pó hē

瑟致哩。瑟致哩。娑婆吒。娑婆吒。扇底迦。室哩曳。娑嚩訶！



春节知多少-正月念经

正月里每天念49遍
消灾可保一年平安

Wenda20120127 20:27

慈爱心灵共修 第七十六期 春节知多少 (2)

慈爱
心灵



春节在亲属家念经 小房子只能白天念

（春节去亲属家念经和念小房子，会不会把亲属家的灵性给带过去？）会有这个可能性的。小房子不能念，自己念念大悲咒，功课没问题（就是春节的时候，在亲属家不能念小房子？）对，但是白天可以，晚上不行，小房子白天念，晚上念自己功课。

Wenda120120 53:34

开示合集

(六)

一世修成

永断轮回



發愿前必看·掃碼進入



慈爱心灵共修 第一百二十四期 一世修成6

慈愛
心灵





超正能量（师父都很感动）

佛陀开示：你师怕魔伤及你们，

与魔将会征战一生来保驾护航，苦心之深啊；
欲志征越，先其所念，唯善心，善念，善愿
所行，长存于心，方能斩断其人间五欲六尘



详情扫码进入

慈爱
心灵



一世修成就要好好地紧跟师父的步伐

（佛陀这么说：“此乃修行之重，必先克其劣行，长存悔心，多存善心、善念、善愿与他人，严于律己，心智才明，前程乃畅。如若修行之众都我行我素之中，慢无他人，视功高一筹，不以明法正身，将必断送此慧命。此欲去佛之彼国，路途遥远艰险。诸魔出来横道，必坚其道心，意志超强，勇于承受，遇魔侵蚀，重担于身

一世修成-明师难求

一世修成就要好好地紧跟师父的步伐

切记，汝绝不能被其染尘所染，要以佛之正气护及其身，敢于担当，再凶猛的波涛骇浪能奈我何？吞没之身乃是无明之众，最难超越乃是心中之障，可见正气正法之可贵啊！心灵法门是至高法门，修行之精、之快、之正无以再比，此乃观音传授之正法不二法门，上至天庭，中至人间，下至地府，能救万劫之身悲苦中度。然有卢军宏代传法门之快，深得人

一世修成就要好好地紧跟师父的步伐

心，阻碍之大，然超凡之身如浩浩之烟海，覆盖整个人间，然邪人旁道诤言，岂可信之？此乃是孤掌难鸣，何来蛊惑人心。俯瞰人间大好形势，令我佛悦颜，唯愿所修之众与你师齐心协力，广舍自我，要胸阔如海，坦然正法，接人间天地之正气，广度有缘，甚要更悲无明之众可怜啊，要以最爱之情，感化所有有缘之众，真心多助众生，

一世修成就要好好紧紧地紧跟师父的步伐

多多怜愍他们，能多被其所感动，真显我佛之本性，逾越自我，大爱常施，何有难度无明之众啊！要动之以情，施之以礼，表法最重，众生乃目目在历，人之有情孰有不被所感啊！人心所向，众生乃信心大增，乃学佛之众因此会大增，得心得天下。自我先逾越自身之障碍，修得清净慈悲大爱之身，与天地同宽，以宽待人，以善为本，人心皈依，方能解救更

一世修成就要好好地紧跟师父的步伐

多苦难之众拔苦于人世

人生之障碍又如绵绵山丘，乃是自身业障所为，修行中多是困难重重，山巅之高，莫过心志，欲志征越，先其所念，唯善心、善念、善愿所行，长存于心，方能斩断其人间五欲六尘。众之欲望，如水火之毒殆尽其生命，可惜啊，更甚已修之众必要善恶分明，恒心常思己过。可知否：一善念越云霄，

一世修成就好好地紧跟师父的步伐

一恶念堕九泉。要征服其所有妄念、欲念、贪念、爱念、恨念，方能逾越罪孽连绵之山峦，将近于佛之彼国也。你师为何费尽心思，将其生奉献，泪洒河山，盼你们归心似箭，成就佛果，心血已费尽，法船待行，为救你们舍其命，在前时时护佑。怕魔伤及你们，与魔将会征战一生来保驾护航，苦心之深啊。所修之众必要真修实修，坦然做人，多学你师，

一世修成-明师难求

一世修成就好好地紧跟师父的步伐

多言你师，多听你师，多帮你师，这乃是观音之意啊
要对得起天地良心，你们这些精修之众，爱我佛之法宝如命
珍贵。孰知否，我佛所有菩萨视精修之众，甚如佛中之宝，
时时观望，放佛光永护。观音更是慈悲所有孩子，无时无刻
不来观照，只是因缘不同，感官略有差别。要常感念善举，
长存有益于众生之愿，多圆众生，回到佛之光明大道，欲盛

一世修成就好好地紧跟师父的步伐

归佛，浩荡佛恩，将铺成金光满地，照亮你们归家的路途，让更多众生能破迷开悟，离苦得乐。欲登你师法船，盛载凯旋，回家有望之日也。”感恩师父，感恩佛陀，感恩观世音菩萨）真的很感动，非常感动（因为很久很久之前了，弟子觉得这段开示太正能量了）真的很好，太正能量（是的。在此，也感恩我们最尊敬、最慈悲无我的卢军宏恩师慈父）谢

一世修成就好好地紧跟师父的步伐

谢，谢谢你们（真的感恩师父为我们佛子呕心沥血，不畏生死每每看到这几句，特别是“怕魔伤及你们，与魔将会征战一生来保驾护航，苦心之深啊”，就会特别特别感动）人生就是这样，活在世界上你既然要做一件事情，你就必须把它做成。你要到人间来救人，你必须救人，你没有什么话好讲的。一个人只要能够为众生付出的，你就是菩萨（是的。虽然弟

一世修成就好好地紧跟师父的步伐

子感应很差，没什么殊胜梦境，但看了这段话之后，心中默默地都有很强的力量）是啊（庆幸自己是多么地幸运，学了心灵法门，居然能有师父和诸佛菩萨的一路护佑，也愧不敢当）对啊，你自己能够珍惜就是拥有

（师父，里面说的“精修之众”，有什么标准吗？）“精修之众”，就是要很多标准，它不是一个。比方说，你尊师重

一世修成就好好地紧跟师父的步伐

道，这个人想精修，精进修行的话，你首先要守戒，然后要尊师重道（是）然后六波罗蜜就是你的精修之道。你守戒，六波罗蜜精进，还有就是让你不能懈怠，不能退转，要学会忍辱，都是精修之道（这六条我们都还是必须要遵守？）很厉害，六波罗蜜非常非常重要的，我们讲起来就是六条成佛的大道（是。我们这六个都要抓之后，再根据自己的情况再

一世修成就好好地紧跟师父的步伐

选一条大道，是吗？）对啊。布施波罗蜜、持戒波罗蜜、忍辱波罗蜜、精进波罗蜜、禅定波罗蜜，它都是很重要的。这个就是六条大道，包你能够升上天的（明白）还有一个，最后修成就是般若波罗蜜，六波罗蜜里最后一个般若波罗蜜（全篇其实一直在强调“唯善心、善念、善愿所行，长存于心，方能斩断其人间五欲六尘”）对啊（佛陀在此提到了两

一世修成就好好地紧跟师父的步伐

次) 佛陀就是要你们心中都是善的，所以你看佛陀每一篇经文，2500年前，在我们人间所说的东西，他都是说“善男子”“善女人”，他希望你们善良。所以要善心、善德吗？
有善心才会有善德（是）你没有道德，你不善哪来的德？
（嗯。是不是一个就是能明心智，一个是要坚定心志？）完全正确（明白，感恩师父）

一世修成就好好地紧跟师父的步伐

全篇也一直在强调“正气正法，还有接天地之正气”）对啊（请问师父，我们具体如何能接天地之正气呢？）你天天学佛念经，你脑子里不看黄色的东西，不想乱七八糟，不想去占人家便宜，你就接天地之正气了。你天天动脑筋怎么赚人家钱，怎么搞来搞去，你说这个人接得到天地之正气吗？（是。如果要做到正的话，是不是行为上要正？）语言、行

一世修成就好好地紧跟师父的步伐

为全部要正（思维上的这个正就是善，是吗？）是（就一个要正，一个要善）对（最后又说道：“要动之以情，施之以礼，表法最重。”这个“表法最重”，是不是“信愿行”当中的“行”？）对啊（就是我们行还是最重要）你没有信心的话你怎么有行为？（明白了，感恩师父）

紧跟明师，保持正信正念的道心

（师父，成佛者皆内心清净，无量功德，而从人间修成佛不易，尤其是清净意念最不易，有时候觉得自己与身边的人格格不入而要做出适当的妥协，有时候清净修行却自觉苦累，有时候又担心自己太执著，修偏了，所以掌握修行的程度实属不易。请问师父，针对这些情况如何保持正信正念的道心？）要紧跟明师，不是有名的“名”，而是明白的“明”。

紧跟明师，保持正信正念的道心

跟着师父最重要，我举个例子你就明白了。一个小孩子如果学好，他的父亲是好人，小孩子紧跟着父亲后面，这孩子绝对不会变坏孩子的；如果这个孩子，就算他父亲再好，但是他远离他的父亲，边上的人不是稀里糊涂就是搞不清楚，这孩子很快就会稀里糊涂，搞不清楚。所以学佛的人要怎么样保持？第一，要跟着自己的师父，必须紧跟你看过去，没有一个徒弟离开师父的，到哪里就跟着，死跟着的；第二，必

紧跟明师，保持正信正念的道心

须要常念佛，保持自己心中的佛性常存；第三，要常行善，保持心中的德性、道德，有道德的人不会走偏差，不走偏差就容易找到佛性。你念经、行佛、思佛思念佛，或者说佛，就是嘴巴里讲佛，这叫什么？这叫功。然后你在人间做慈善，不停地积福积德，这叫什么？叫德，有道德。这个功和德放在一起，就叫功德。因为你在人间正在做善事，然后你又是学佛人，你用佛的思维在做你的善事，这就叫功德。



同修感悟人生如梦如戏，必须要有明师指导

（同修说人生真的太假了，简直就像做了一场梦，但又像在演一出戏，还没有发生的事情却已经被师父看透了，正如我们看一张影碟，直接把时间跳到最后看故事的结局，无二无别啊。如果要改变故事的结局，必须要由我们自己来做导演，更必须要找到一位明师来做我们的顾问，请问师父是不是这样？）是啊，他这个悟性还是不错的，因为人生……讲老

同修感悟人生如梦如戏，必须要有明师指导

实话，你再忙啊忙啊忙啊，你看不到结局，实际上师父早就知道他这个事情忙到后来成功还是不成功的。所以很多人在师父身边的时候他们不珍惜，当时我们电台有个女孩子就是的，台上跟她讲了：“你要注意啦，你这个男朋友不会跟你好到底的，他到时候会把你抛开的。”然后跟她说：“抛开之后你工作都会没有的。”跟她讲她不相信啊，她就还是好

同修感悟人生如梦如戏，必须要有明师指导

得咧……最后连东方电台都不来了。不来了最后的结局就是抛开了呀，最后连工作都没有，被师父都讲中。这个“讲中”我心里很痛的，我不是说我能看得到的东西，讲中对我来讲没有什么稀奇啊，是你们觉得很稀奇。就像一个医生一样，看一个B超、做一个超声波那医生都看得出来，你看不出来啊。比方说医生看出来这个人生癌症了，他说“没有啊，很

同修感悟人生如梦如戏，必须要有明师指导

好”。他慢慢这个地方越来越痛，痛到后来再去看医生的时候，医生说：“我早就跟你说了，B超都做出来了，你为什么不听啊！”他就不听啊，你有什么办法？



一世修成-明师难求

得遇方便究竟法门有明师指路，更容易一世修成

（真正修上去的人少之又少，那么对人间修行的人来说，很多人没有太大的奢望，失去了信心，大部分都是修人天福报了，处理问题也都是在用人间的思维处理。师父，可否这样理解：师父在《白话佛法》第一册第三篇提到“不同的法门，尽管消孽障的方法不同，但原理是一样的。无论修来生法还是修师父所传的今生法，都是以功德消孽障。区别在于

一世修成-明师难求

得遇方便究竟法门有明师指路，更容易一世修成

师父教的法是先还债，甚至于债没到期就先还上”。我们得遇心灵法门末法时期最方便究竟的法门，跟着恩师慈航普度向西行，以佛法的智慧开悟人生，明心见性，努力排除自我，成为无我；精进地跟着恩师提前还债，提前了业。相对来讲是否更容易修成？请恩师鼓励一下大家。）那当然了！举个简单例子，你本来在爬山，爬得很辛苦，突然有一个爬山

得遇方便究竟法门有明师指路，更容易一世修成

运动员上来了，他说：“你们跟着我从这边走，这儿有个比较捷径的小路，会比较容易爬到山顶。”然后大家就跟着他爬了，是不是可以少走很多小的弯路？是不是容易成功啊？（嗯）就这个道理。



有明师指引就能离菩萨越来越近

(师父说过，成菩萨成佛，个人根基、愿力、修为很重要。弟子想问，我们得遇明师、法门，师父教的方法更重要，根据师父教的修行，才能离菩萨越来越近，是这样吗？)是的，是这样（觉得我们能有一个很好的明师指点，才能离菩萨越来越近）对。你想想看，师父相当于一个导航仪，把你们领在前面，让你们不会走错路



一世修成-明师难求

必看感人视频，扫码观看



师父

唯一能为你们做的

就是今生帮助你们

种得了一朵莲花

— 卢军宏



慈爱
心灵

佛学基础知识

六波罗蜜-禅定

13

慈爱心灵共修 第一百二十四期 六波罗蜜-禅定13

慈愛
心靈



禅定定义

禅定定义

慈爱心灵共修 第一百二十四期 六波罗蜜-禅定13

慈爱
心灵



禅定定义

这就是高境界的禅定

要懂得无生法忍，什么是无生法忍？“无生”，就是“不生”的意思。佛菩萨和众位高僧大德，不管碰到任何的喜怒哀乐、十二因缘，他们都可以不生出这种忍的境界。因为“不生”，哪来的灭，所以叫“不生不灭”。菩萨根本不生出任何心，没有任何忍的意念，其实就是佛教界讲的，不起心动念，如如不动。能够如如不动，能够不生出各种念头，能够

禅定定义

这就是高境界的禅定

碰到苦乐，忍可忍乐，不动不退，其实这就是高境界的禅定；而这种禅定，早就是远离生灭，真如实相。到达这种境界的高僧大德、佛菩萨，他们认为连生灭都是假的。因为无生，哪来的有灭？就像我们人间，你不生气，哪来的要忍辱？其实这就是远离生灭之法。不生，就不要灭。过去讲从内心不生任何境界，你就不用从你的内心去灭度它。不生不灭

禅定定义

这就是高境界的禅定

其实是永恒的。因为无生，哪有灭度？就像我们所说的，这个人从哪里来？没有看见有人来，你也用不着看见他离开。你没有生出此心，所以无生，就是没有生出，所以没有灭度。生灭是智慧的结晶。能够不生任何的十二因缘，哪有要灭度它的需要。实际上，这个就是本体论中所讲的，宇宙万有都是生灭法。能够证悟一切法不生不灭的智慧，称之为“无生法忍”。

禅定定义

真正的禅定是连禅定都不要，都是空的

就是在禅定的时候，把所有的妄念、杂念都要去掉，但是在坐禅的时候你的脑子能不能空？是很难做到空的，而前三地菩萨，把禅定都要断掉。

比如，你心里有一件很难过的事情，自己告诫自己不要难过，想想师父教我的话，让自己的心定下来，定，定，定……实际上你在定时候，因为脑子里有这些事情，你才不能定下



禅定定义

真正的禅定是连禅定都不要，都是空的

来。就像有些人说我要忍耐，我要忍耐，其实，心里越想忍耐的人，是越不能忍耐的。真正能忍耐的人，不用想，就能忍耐下来，不要克制，自然就能克制，这是平时修炼所为，真正的禅定是连禅定都不要，都是空的。



禅定定义

禅定能够一段时间的开悟

问：禅定和涅槃在意境上是一样的吗？

答：一个人守戒，懂得佛理佛法，可以静下来，用佛的智慧让自己完全得到一种空性，但是这种空性有时间概念；涅槃不但拥有了禅定的境界，而且是永远的拥有这个境界，脱离了人的躯壳，走入高境界，不生不死不生不灭的境界了。

问：当法师超脱那一刻只能称为禅定，或者禅定一段时间，不能称为涅槃？

禅定能够一段时间的开悟

答：对，这就是我刚才讲的，是时间的概念。禅定能够一段时间的开悟；涅槃，因为它脱离肉身了，灵魂已经进入另外一个高境界了，已经不是禅定了，就是涅槃。所以你们知道哪一个更厉害，佛陀叫涅槃，禅定你们都可以的。涅槃是永生永世进入高境界的。

禅定定义

心念必须要定。这是无边无际的心念

希望大家要懂得我们学佛修心，心如流水常自在。心要无碍无挂，才能称得清净无碍。所以我们的心的心必须没有障碍，就靠着内心无杂念，无杂念故。学菩萨，心念必须要定。这是无边无际的心念。因为我们帮助众生，起的这个心念是菩萨的心念。所以我们为了帮助别人脱离苦海，我们不想要有任何回报，所以我们没有任何自我的意念。你这个人才能进步，才是菩萨的心念。

禅定定义

佛是众生，佛如果变成了众生 是因为他妄念纷飞

如果众生因为拥有佛性，他就是一个佛。所以，佛就是一个开悟的众生，而众生就是迷失了的佛。所以认识众生，认识我们现实生活中的普度有缘众生，就会成为一个有缘分的菩萨。希望大家一定要好好地学佛，一定要懂得：我们人的意念是慢慢地培养的，我们人的思维是慢慢地获得的。我们人

禅定定义

佛是众生，佛如果变成了众生 是因为他妄念纷飞

的加持力，维护力。想一想我们的心怎么能够安定的？因为我们经常安定。想一想我们怎么会发脾气的？因为我们天天在发脾气。所以自己的心能够克制住，本身就是一个学佛人的表现。希望你们大家好好地学佛，好好地修心。我们变得会越来越像菩萨，越来越有定性，越来越有稳得住自己。人心在瞬间会产生无量无边的空间，让你获得无量无边的安宁。希望大家一定要好好修心。

禅定定义

禅定波罗蜜

（“六波罗蜜”）第五，禅定波罗蜜。就是定得下来，坐有坐相，站有站相。一个人坐不住、站不住，站起来摇头晃脑、摇头摆尾，这种人能修成佛吗？他有禅定吗？第六，般若波罗蜜。“般若”什么？就是智慧。六波罗蜜就是说，如果一个人想从菩萨进入佛的境界，你必须更多布施，然后要持戒，要忍辱，要精进，要禅定，要有般若智慧。

禅定定义

禅定波罗蜜

六波罗蜜，比方说你今天特别会布施，其他的忍辱、禅定、持戒、精进都少一点，但是你一直布施，不做坏事，你一定成菩萨，以后到了天上可能就是布施佛。如果你这个人没钱，也不是太精进，但是有一点做得很好——能忍，忍一辈子了，那么你这个人最后是忍辱佛。六个里面挑一个，你看看你到底像哪一个，有信心了吧？

禅定定义

其实六度就是一个阶梯，一阶一阶的

比方说，做人先要布施，去对人家好；然后自己持戒；持戒之后要学会忍辱——你看一个比一个厉害吧；忍辱之后还要精进；精进之后你才能禅定；禅定之后你才会有般若。般若就是你的核心，般若就是你拥有了佛菩萨的智慧。所以实际上这六度是一个比一个严，一个比一个难，这么来的。



勇气就是坚持自己的六波罗蜜

生存是需要勇气的，勇气就是坚持自己的六波罗蜜（布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若），很多人没有勇气就生存不下去。

禅定定义

泥泞的道路上布满着我们智慧的脚印

要记住，只有在泥泞的路上才能留下自己的足迹，只有经过艰苦的跋涉，终有一天会留下你前进的脚步。（掌声）我们学佛人用六波罗蜜智慧人生，不管在哪里，精进的足印都会深深地留在泥地里，印证我们的存在。我们不要只羡慕别人的成功，没有忍辱的修养，没有布施、精进、禅定，没有一个人会修成的。一分耕耘，总有一分收获，泥泞的道路上布满着我们智慧的脚印。

禅定对应身

问：师父开示过，六波罗密对应六根。请问该怎么理解布施对应眼、持戒对应耳、忍辱对应鼻、精进对应舌、禅定对应身、智慧对应意？答：……禅定怎么对应身？身体在干什么？学佛怎么禅定？打坐是不是身体？……

六度波罗蜜对应的颜色：

禅定是白色



菩萨说“解脱非难，难在定慧”

解脱并非很难，难在哪里？难在怎么样让自己定下心，才会产生智慧。现在坐在下面的人，90%都定下来了，还有人心中不定，如果定不下来就没有智慧。



解脱非难，难在定慧

一个人定下来才会有智慧，
一个有智慧的人一定定得下来。



心要静下来非常不容易

因为我们的心很忙碌，我们的心比我们的行为还要忙碌，你们想一想是不是这样？我们的心每天都在不停地动，今天要这个，明天要那个，忙个不停，心不定啊，因为我们的这颗心忙习惯了，犹如这个人的脑筋动习惯了，他停不下来了。要懂得，我们的心稍微一静下来，烦恼就会来，因为你们的烦恼太多了。心不能静下来，心一静下来，烦恼马上就出来



心要静下来非常不容易

了，所以，很多人为什么跟着师父念经的时候很容易睡觉啊？他一不讲话，他就想睡觉了，因为烦恼来了。烦恼来了，如果你的心不散乱，你能静下来，你能空下来，那你就是佛了。



禅定定义

完全的空想观，修成了“空定”

“...过去曾经风光不可一世，能够呼风唤雨、来去自如、志得意满的飞行天人，今天却投胎在鱼贩的网中。”大家知道天人时间再长，只要天福享尽，他也会投人、投畜生或者投鱼。所以佛陀看见那些鱼就是天人下来的，它们无助地苟延残喘，连性命都自顾不暇。这个前世的天人因为专修空观——空想观，就是修行的时候脑子里什么都不想。实际上这个“空想”是开始学佛的时候叫你们放下，不要有杂念，但是



禅定定义

完全的空想观，修成了“空定”

不是想成了“空想”的一个观，就是“我什么都不要”。你因为有肉身，你在人间还是应该懂得要有“定”。他就是因为完全的空想观，修成了“空定”，执著了这个想出来的空。很多人修心，根本没有师父，打坐都很容易出偏差，所以很多人无法归于本心。这天人修心修到后来没有归于本心，而且是得寿八十亿四千万劫之久——在天上的时间很久，但是他不能让自己的罪业消弭，所以在福寿用尽的时候，他的定力也跟着消失，还是要受六道轮回果报之苦。

禅定定义

昏沉大定

为什么你们小房子经文有时候质量不好，你们太快了，有的人念经快得连自己都不知道念到哪里。我们观音堂经常有我的弟子坐在那里念经“嗡嗡嗡……”入定了，入了“昏沉大定”，醒过来之后要继续念，忘记刚才念的是大悲咒还是心经了。



禅定定义

这是入定了，只是入了“昏沉大定”

因为当一个人大脑皮层很累的时候，他没感觉，他是处于亢奋阶段；当一个人一静下来念经，脑子里其他杂念很少的时候，他处于静止的状态，当一个人急需休息的时候，一静止就要睡觉。这种很正常，这是入定了，只是入了“昏沉大定”……醒过来之后也很舒服，因为脑子空的时候醒过来很舒服，再继续念，再睡着，再念……醒过来再念的时候，这种

禅定定义

这是入定了，只是入了“昏沉大定”

醒过来很舒服的，不是被人家叫醒的。你们都没尝过这种滋味，师父过去一打坐，一下子人醒过来了，睡着了醒过来了，特别舒服，脑子清楚得不得了，再继续念，念了之后睡着了，再继续念，这么一个过程过来的



禅定定义

进入一个假的禅定，不是真实的禅定

大家每天都在念经、修心，念经、修心是什么？就是在学习控制好自己的心念。人的念头是会动的，比方说，今天看见人家好了，我嫉妒；看见这个不好了，很讨厌，这些都是念头，学佛的人要学会控制这些念头。那么，怎么控制呢？就是念经。很多人说，我看见很难过、不开心的事情，我眼睛一闭，我马上念经，其实这个念经就是进入一个假的禅定，不是真实的禅定。真实的禅定，是完全地忘我，没感觉了，

禅定定义

进入一个假的禅定，不是真实的禅定

但是假禅定是我把眼睛闭起来，我念经，不去理你们。要学会控制心念、心态，控制脾气。念经念得越好的人，他越不会发脾气。人家做过调查，在素食馆里吃饭的人几乎没有一个吵架的，不管菜好、菜不好，人家都不会讲。但是一般在荤菜店，全部是吵架的。所以我们自主人生，靠的是控制心念，解脱烦恼，我们要修心修行。



禅定定义

禅坐，这是一种修心的方法

经文中说的“打佛七”是佛教的一个仪轨。“打佛七”说的就是发菩提心，让你坐在那里发菩提心，让你制心一处。很多法门，比如禅宗，就是叫你坐在那里，什么都不要想，把所有的一切都放下，脑子里空空如也，禅宗师父就在前面慢慢地讲法：“宇宙星空，一切如空空无色……”所有的弟子在那里边听边打坐。实际上这就叫禅坐，这是一种修心的方法。你们现在坐在这里，可是你们的心放在哪里了？你们脑

禅定定义

禅坐，这是一种修心的方法

子里没有想其他事情吗？比如：家里的门有没有关？车库的灯有没有灭？学佛人的心就是要放在学佛上面，要把生活中琐碎的事情全部忘记、放下，只有这样，修心才能有成就。

“打佛七”就是叫大家的心要放在一处，集中一段时间，认真念佛，以求克期取证。学会办道修行，克服我们身口意的毛病和习气，取道证实，期望得到佛法的真谛。“打佛七”来自于《佛说阿弥陀经》：“闻说阿弥陀佛，执持名号，若

禅定定义

禅坐，这是一种修心的方法

一日、若二日、若三日、若四日、若五日、若六日、若七日，一心不乱，其人临命终时，阿弥陀佛，与诸圣众，现在其前。”所以，念佛法门也好，持咒法门也好，禅定法门也好，都有相通的地方，大家了解一下还是有益处的。



禅定定义

脑子只要干净 没有乱七八糟乱想，你们就叫坐禅

禅定，你们现在坐在这里能够坐两个小时，都没有感觉很累，你们就是在坐禅。你们脑子只要干净，没有乱七八糟乱想，你们就叫坐禅。你们这两个小时坐在下面，非常地干净，什么烦恼都没有，因为你们没有想过去，也没想未来，也没想到我要做什么事情，什么杂念都没有，就听师父在讲课两个小时，你们就是在禅定。

禅定定义

打坐最好有师父带，不会走偏差

打坐是这样的，打坐最好有师父带，不会走偏差；如果没有一个师父带着……实际上打坐你就是等于沉淀自己，沉淀自己之后，你要是打坐不好的话，你就是昏沉大定，你入定，好像入定，实际上你就昏昏沉沉的，因为打坐很容易魂魄出去的。魂魄出去，很多人就是经常出去回不来了，脑子就坏掉了。还有很多人打坐打到后来疯掉的都有。所以最好有个

禅定定义

打坐最好有师父带，不会走偏差

师父，其实这个师父在前面领着你，你才能打坐，为什么？这个师父其实就是帮大家背的。举个简单例子，有什么事情他负责的，所以后面的人得到保护的，就等于一帮步兵，没有一个教官在前面帮你带路，你说这帮步兵怎么弄啊？要闯祸的



禅定定义

修心一定要学禅定。不是叫你们打坐

你们没有资格打坐，打坐魂魄很容易出窍。因为你的心定不下来，你才修不好你这个心。心定不下来，所以哪来的悟境——觉悟的境界？希望你们明白，心清净，才能调伏散乱的心。心净得下来的人，能够把自己不好的心调伏好。散乱的心一来，想报复人家，恨人家了，想贪人家的，你就要好好地调伏自己的心。

禅定定义

师父不主张你们这么修练

过去坐禅，坐下来禅定，慢慢地魂魄有时候会离开你的肉身，这个时候你会看到你自己身上的很多缺点。师父不主张你们这么修练，因为万一魂魄回不来就麻烦了。但是过去山上很多许大愿修行的人就敢这么做



禅定定义

不要轻易打坐，打坐时杂念纷飞容易出偏差

西人特别喜欢打坐，因为他们难得地得到一种meditation，就是得到安静，他喜欢一个人安静，在这种情况下，实际上他就给自己一个安静的环境。但是，一个人虽然有安静的环境，不一定心就能安静下来（对，是这样的）给你这个环境，你的心就能定下来了？（他做不到，他跟我讲过）有一个方法，他要打坐，你就叫他每天打坐之前念7遍大悲咒（好的）你要告诉他，打坐只能一段时间停一停，一直打坐下去，难保哪一天会鬼上身

禅定定义

念经的时候能否打坐

你坐在那里也能静下来，盘腿要承担一个危险性，这个危险性就是万一你脑子乱转，接不到天上菩萨的气场，地气是永远接得上的。为什么说盘腿要打通经络呢，打通整个大周天、小周天，实际上就是接了天上菩萨的气，也接了地府的气，所以叫通上通下，才真正的通，当然是个好事情。在盘腿的时候如果脑子里思想不集中，突然之间想到一个事情，跟菩萨的气场一断，就跟下面接上气场了，如果下面恶鬼，小鬼搞搞你，你马上就变神经病了，所以打坐的人为什么容易

禅定定义

念经的时候能否打坐

出差错啊？为什么很多人容易变精神分裂症啊？如果你能控制脑子什么都不想，像有些法师一样，他们为什么能够？因为那些法师把一切完全都抛开了，所以他们可以直接接到菩萨的气场，就算他们通下面，小鬼也弄不到他。你这个人坐到那里都会乱想，念念经都会乱想，你想想看，上面不通下面通，接下来是什么后果？（那我以后要坐着念了，对吧？）对了，坐着念，放松姿态，因为这个动作就是接宇宙天地之气。

禅定定义

记住自己千万不要乱来

当很多人想把自己的心寂静（聚集）在一个点上，就用各种各样的方法，比如打坐，冥思苦想，脑子里就想守丹田。好了，“啪”突然一个东西进来了你就走火入魔了。所以这个寂光更不容易。记住自己千万不要乱来。当你着魔发狂的时候，师父告诉你们菩萨也救不了你



记忆加深(大家一起默念)

— “无生”，就是“不生”的意思。佛菩萨和众位高僧大德，不管碰到任何的喜怒哀乐、十二因缘，他们都可以不生出这种忍的境界。因为“不生”，哪来的灭，所以叫“不生不灭”…能够如如不动，能够不生出各种念头，能够碰到苦乐，忍可忍乐，不动不退，其实这就是高境界的禅定；而这种禅定，早就是远离生灭，真如实相。到达这种境界的高僧大德、佛菩萨，他们认为连



记忆加深(大家一起默念)

生灭都是假的。因为无生，哪来的有灭？…其实这就是远离生灭之法。不生，就不要灭…不生不灭其实是永恒的…生灭是智慧的结晶。能够不生任何的十二因缘，哪有要灭度它的需要。实际上，这个就是本体论中所讲的，宇宙万有都是生灭法。能够证悟一切法不生不灭的智慧，称之为“无生法忍”；在禅定的时候，把所有的妄念、杂念都要去掉，但是在坐禅的时候你的脑子能不



记忆加深(大家一起默念)

能空？是很难做到空的，而前三地菩萨，把禅定都要断掉…真正能忍耐的人，不用想，就能忍耐下来，不要克制，自然就能克制，这是平时修炼所为，真正的禅定是连禅定都不要，都是空的；一个人守戒，懂得佛理佛法，可以静下来，用佛的智慧让自己完全得到一种空性，但是这种空性有时间概念；涅槃不但拥有了禅定的境界，而且是永远的拥有这个境界，脱离了人的躯壳，走入



记忆加深(大家一起默念)

高境界，不生不死不生不灭的境界了···禅定能够一段时间的开悟；涅槃，因为它脱离肉身了，灵魂已经进入另外一个高境界了，已经不是禅定了，就是涅槃···佛陀叫涅槃，禅定你们都可以的。涅槃是永生永世进入高境界的；我们的心必须没有障碍，就靠着内心无杂念，无杂念故。学菩萨，心念必须要有定。这是无边无际的心念。因为我们帮助众生，起的这个心念是菩萨的心念；



记忆加深(大家一起默念)

好好地学佛，好好地修心。我们变得会越来越像菩萨，越来越有定性，越来越有稳得住自己。人心在瞬间会产生无量无边的空间，让你获得无量无边的安宁；禅定波罗蜜。就是定得下来，坐有坐相，站有站相…想从菩萨进入佛的境界，你必须更多布施，然后要持戒，要忍辱，要精进，要禅定，要有般若智慧；六个里面挑一个，你看看你到底像哪一个，有信心了吧？；做人先要



记忆加深(大家一起默念)

布施，去对人家好；然后自己持戒；…忍辱之后还要精进；精进之后你才能禅定；禅定之后你才会有般若。般若就是你的核心，般若就是你拥有了佛菩萨的智慧。所以实际上这六度是一个比一个严，一个比一个难；生存是需要勇气的，勇气就是坚持自己的六波罗蜜；我们不要只羡慕别人的成功，没有忍辱的修养，没有布施、精进、禅定，没有一个人会修成的。一分耕耘，总有一分



记忆加深(大家一起默念)

收获，泥泞的道路上布满着我们智慧脚印；禅定对应身；禅定是白色；菩萨说“解脱非难，难在定慧”：难在怎么样让自己定下心，才会产生智慧；心要静下来非常不容易…因为我们的很忙碌，我们的心比我们的行为还要忙碌…因为我们的这颗心忙习惯了…他停不下来了…心一静下来，烦恼马上就出来了…烦恼来了，如果你的心不散乱，你能静下来，你能空下来，那你就是佛



记忆加深(大家一起默念)

了；因为专修空观——空想观，就是修行的时候脑子里什么都不想。实际上这个“空想”是开始学佛的时候叫你们放下，不要有杂念，但是不是想成了“空想”的一个观，就是“我什么都不要”。你因为有肉身，你在人间还是应该懂得要有“定”。他就是因为完全的空想观，修成了“空定”，执著了这个想出来的空。很多人修心，根本没有师父，打坐都很容易出偏差，所以很多人



记忆加深(大家一起默念)

无法归于本心。这天人修心修到后来没有归于本心，而且是得寿八十亿四千万劫之久——在天上的时间很久，但是他不能让自己的罪业消弭，所以在福寿用尽的时候，他的定力也跟着消失，还是要受六道轮回果报之苦；当一个人一静下来念经，脑子里其他杂念很少的时候，他处于静止的状态，当一个人急需休息的时候，一静止就要睡觉。这种很正常，这是入定了，只是入了“昏沉



记忆加深(大家一起默念)

大定”……醒过来之后也很舒服……脑子清楚得不得了，再继续念，念了之后睡着了，再继续念，这么一个过程过来的；学佛的人要学会控制这些念头。那么，怎么控制呢？就是念经。很多人说，我看见很难过、不开心的事情，我眼睛一闭，我马上念经，其实这个念经就是进入一个假的禅定，不是真实的禅定。真实的禅定，是完全地忘我，没感觉了，但是假禅定是我把眼睛闭起来，



记忆加深(大家一起默念)

我念经，不去理你们。要学会控制心念、心态，控制脾气……我们自主人生，靠的是控制心念，解脱烦恼，我们要修心修行；禅坐，这是一种修心的方法……学佛人的心就是要放在学佛上面，要把生活中琐碎的事情全部忘记、放下，只有这样，修心才能有成就。“打佛七”就是叫大家的心要放在一处，集中一段时间，认真念佛，以求克期取证。学会办道修行，克服我们身口意的毛病和



记忆加深(大家一起默念)

习气，取道证实，期望得到佛法的真谛··佛法门也好，持咒法门也好，禅定法门也好，都有相通的地方，大家了解一下还是有益处的；禅定，你们现在坐在这里能够坐两个小时，都没有感觉很累，你们就是在坐禅。你们脑子只要干净，没有乱七八糟乱想，你们就叫坐禅··什么杂念都没有，就听师父在讲课两个小时，你们就是在禅定；打坐最好有师父带，不会走偏差··打坐你就是等



记忆加深(大家一起默念)

于沉淀自己，沉淀自己之后，你要是打坐不好的话，你就是昏沉
大定，你入定，好像入定，实际上你就昏昏沉沉的，因为打坐很
容易魂魄出去的…最好有个师父，其实这个师父在前面领着你，
你才能打坐…这个师父其实就是帮大家背的；修心一定要学禅定
。不是叫你们打坐，你们没有资格打坐，打坐魂魄很容易出窍…
心定不下来，所以哪来的悟境…心清静，才能调伏散乱的心。心



记忆加深(大家一起默念)

净得下来的人，能够把自己不好的心调伏好；师父不主张你们这么修练（打坐），因为万一魂魄回不来就麻烦了；不要轻易打坐，打坐时杂念纷飞容易出偏差；你坐在那里也能静下来，盘腿要承担一个危险性，这个危险性就是万一你脑子乱转，接不到天上菩萨的气场，地气是永远接得上的；记住自己千万不要乱来。当你着魔发狂的时候，师父告诉你们菩萨也救不了你



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

慈爱
心灵

