

慈愛
心靈



共修第59期

1. 尊师重道 (3)

2. 六波罗蜜 - 忍辱 (16) 佛理进阶



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：尊师重道（3）

第二部分：六度|忍辱16佛理进阶

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。

尊师重道

(三)

慈爱心灵共修 第五十九期 尊师重道 (3)

慈爱
心灵



尊师重道

3. 定义

慈爱心灵共修 第五十九期 尊师重道（3）

慈爱
心灵



何为真正的尊师重道

首先，尊师重道他言传身教。怎么样叫尊师？尊重师父从内心开始，你要尊重师父，你是不是从内心开始的？（是的）过去你不尊师重道的话，你怎么学到东西？你的眼睛里，人家老师看得出来的，对不对？（对）你重视自己，尊师重道就是尊重自己，你对老师尊敬，老师就尊敬你（对）一个人听老师的话，老师叫你做什么就做什么，跟着老师一起学一些好的举动，然

何为真正的尊师重道

后老师叫你怎么想你就怎么想，一生为人顶天立地。尊师重道人属于人格健全的，明白了吗？（对）所以，一日为师终生为父，你把师父当成父亲了没有？尊师重道从你自己的孝敬奉养……因为一个师父对自己的弟子就是像自己的亲生孩子一样，伦常无别的，明白了吗？（对）道德的根本（是，师父您就教我们诸恶莫作，众善奉行，爱国爱民，遵纪守法）对啊。

Wenda20200405 19:3

上报四重恩，下济三途苦

要尊师重道，这不是“上报”啊？你师父都不尊重，师父叫你吃饭，你不吃，叫你晚上好好睡觉，你又不好好睡觉，那你说你怎么尊师重道？你还“上报四重恩”呢（“四重恩”里就有“上师恩”，就是我们师父的恩）对啊，“上师”就是你的师父

Shuohua20180629 24:52



尊师重道-3定义

“道”是佛道，“师”天人师、佛、世尊……都是“师”

问：是否可以单独许愿遵守《弟子守则》和《弘法度人守则》？属于大愿吗？还是只要许愿了尊师重道就已经包含这两个守则在内了？

答：应该是许了尊师重道就都有了，“道”是佛道，“师”天人师、佛、世尊……都是“师”。

师父解答来信疑惑（402）

慈爱心灵共修 第五十九期 尊师重道（3）

慈爱
心灵



为什么叫尊师重道？

“重道”就是说，你对佛法坚信不移；“尊师”，你对自己的师父坚决相信，坚决照顾、维护。这个都是能够上至天、下至地的，在天庭上响当当的（师父，佛陀身边的人全部都上去了，就是因为他们尊敬佛陀，尊师重道）对啊，他们全部称为贤圣僧。你想想看，礼佛大忏悔文里边，南无皈依十方尽虚空界一切贤圣僧，位子高不高啊？（高）

Shuohua20171117 14:18

尊师重道-3定义

要懂得尊师重法

如果你们自己连尊重佛法都不懂，连尊重自己也不懂，你怎么样能够学佛？你怎么样能够让让自己的境界提高？白话佛法150723
我们要用智慧，我们要学会情绪的控制，我们要懂得尊师重法。跟着师父，一定要懂得要尊敬师父；学了佛法，一定要懂得尊敬佛法。每天提醒自己，我今天在学佛，我今天必须懂得尊敬自己、尊重自己。...只要想着别人，不想自己，要

慈爱心灵共修 第五十九期 尊师重道（3）

慈
爱
心
灵



尊师重道-3定义

要懂得尊师重法

活好每一天，就必须珍惜每一天。你想活好，你连珍惜都不懂，你连佛法都不尊敬，那你哪会有真的愿力呢。白话佛法141204

学会情绪控制学会尊师重佛法，然后懂得尊敬众生，尊敬自己。我们今天在学佛，就是要懂得尊敬自己，实际上就是要尊敬众生和别人。白话佛法150709

学佛度人，一切修为要学会控制。我们今天学会情绪控制，

慈爱心灵共修 第五十九期 尊师重道（3）

慈
爱
心
灵



要懂得尊师重法

我们要懂得尊师重法，我们要懂得尊重自己的师长，老师和我们的父母亲。学佛人首先要做到的就是要尊重，如果一个人连最起码的尊重都没有，这个人他一定是学不好佛的。白话佛法150827

为什么要把孝亲和尊师放在一起？

一日为师，终身为父。你们都要懂这个道理。为什么要把亲和师放在一起？你们要知道师父是要用自己的精神和灵魂来照看你们，用自己的气场来帮助和保护着大家，真的是一件很不容易的事。有些事情连自己的父母都无法做到的，但师父做到了。虽然父母养育了我们，但是，是师父引领我们走上佛道，救度了我们的灵魂和人生。许多人生了灵性病，自

为什么要把孝亲和尊师放在一起？

己的父母不一定救得了，但是，师父可以救，就像观世音菩萨救度众生一样。这里的师并不是只指师父我卢军宏，而是指所有引导我们走正道的佛菩萨。

白话佛法1-1



孝亲尊师是性德

（师父经常说“百善孝为先”，学佛人要孝顺为本，孝亲尊师是性德。师父在《白话佛法》里讲“唯有性德才能开启我们的自性”。通过这个案例我们真的是能体会到这一点了，感恩师父）对啊。你看法师，他们就对师父特别孝顺。“唯一的亲人”，他们这么理解。在人间都没亲人了，以后出六道，天上观世音菩萨、所有的菩萨都是他们的亲人；在人间

孝亲尊师是性德

他们的师父……所以要尊师重道（是的）有五种恶行要下地
狱的，这里边就包括不尊师重道（我们都把师父当成自己的
爸爸，就想像父母一样地好好孝顺师父，我们会经常给师父
放生的）好好努力。 Wenda20180114A47:27

“师道”是建立在“孝道”基础上的 唯有尊师重道才能成就道业

“孝敬”是性德，唯有性德才能开启我们的自性。“师道”是佛陀的教育，“师道”是建立在“孝道”基础上的。没有“孝道”就谈不上“师道”。人人必须做到尊师重道，唯有尊师重道才能成就道业。白话佛法1-1

孝心感动天地有什么深层内涵

孝心能感动天地，因为那是对长辈，就像我们讲的尊师重道一样，尊师重道也是这样。孝心是这样的，过去我们中华有《二十四孝》，对不对？（对）为什么孝心感动天地呢？因为孝顺的时候，天上那些菩萨都非常感动，他们觉得你非常非常善良，对爸爸妈妈这么感恩，其实孝心就是感动、感恩啊，“孝心感动天下”就是这个道理。当年的尧舜禹，他们也是非常

孝心天地有什么深层内涵

孝顺的，师父上次跟你们讲过（对）很多孝顺的故事都讲到，如果你孝顺就相当于你有慈悲心，又相当于你有感恩心，又相当于你这个人已经摆脱了自我，因为你心中完全只有对方而没有自我。实际上这个是“小孝”，小孝跟大孝差不多的，都是这个道理

Wenda20170205A56:16

对师父的爱多一点的话 会加持他回家的路

“尊师重道”是一个非常大的道。“道”实际上是佛道；
“尊师”就是尊敬你的师父啊！你看看过去凡是对老师尊敬的人，哪个没有好的结果的？当年佛陀有五百个弟子，最后不全部都到天上去了？！全部都跟着佛陀上西方极乐世界了！ Wenda20150327 17:59



这个愿最好许了，最好了 而且这个愿菩萨都喜欢的

因为你尊师重道的话，你就等于一直跟着师父好好修，到出六道，菩萨当然开心了（师父，您说尊师重道是不是就是……其实这两个愿是一个愿的两个方面，尊师重道是一世修成的因，如果……）少研究了！好好地去尊师重道就好了！研究什么？你小学里上课的时候，中学里上课，大学里上课，你对老师尊



这个愿最好许了，最好了 而且这个愿菩萨都喜欢的

敬吗？（嗯）尊敬就好了，你还研究啊？“这个老师上课，这是他的因，然后我听课，我是果。因为我有果了，我才种因，所以我要听他的话”，没智慧啊！（嗯。因为看到很多人许一世修成就有很多业障什么的，就是觉得如果没有尊师重道…）好了好了，你就一辈子在“觉得”当中花费了你大量的时



这个愿最好许了，最好了 而且这个愿菩萨都喜欢的

光，你就一辈子在你的“体悟”当中浪费了你宝贵的青春（对，师父说得对）你还有多少天可以活？你还有多少人要去救？你整天在“我”，“我想不通”，一会儿想通，一会儿想不通，你就是脑子坏掉了，听得懂吗？（对，我脑子就是不好，师父说得对）好好改毛病了！一个人要学会控制，整天转来转去的



尊师重道-3定义

**这个愿最好许了，最好好了
而且这个愿菩萨都喜欢的**

人就是不会控制自己的灵魂、控制自己的思维，你还能干什么？你告诉我啊（我错了，师父）多看看《白话佛法》去开开智慧吧（师父，我想许尊师重道的愿）许啊，许了就好好做，跟我讲干吗？很多人都许了，几万人都许了，就你不许（我现在就许。师父……）不要讲了，好好地去做少说多做。像你这种人，



这个愿最好许了，最好好了
而且这个愿菩萨都喜欢的

一辈子都靠“想”过来的（嗯）你是个幻想主义者、空想主义者、理想主义者。听懂了吗？（听懂了，谢谢师父）好了。师父对每个弟子都不一样的，有的时候要大吼一声。 Wenda20191213 43:28

“尊师重道” 是大愿

算的，实际上“尊师重道”就是个 大愿。很多人傻傻的，都不知道自己不尊师重道是业障，忤逆之罪之中，也是一个业障啊。你想想看，杀父、杀母跟不尊师重道不一样啊？（对对对）“一日为师，终身为父”，对师父都这么不……所以过去人家说没良心的人才害师父，就这样啊（师父，是不是我们把师父就当作自己的父母一样看待，在古代是这样吗？）对啊，古代就

“尊师重道” 是大愿

是这样。孔老夫子是圣人，他的弟子全部把孔老夫子当成父亲呢，就是这样的。你们想想看，一个人怎么能够对师父不尊敬啊？为什么过去看见师父都要礼拜的，这还不懂啊？（对对对）难道礼拜是庙里的吗？你去看看孔老夫子的弟子全部跟师父礼拜的（对。师父，我们古代说的“孝感动天”，其实“孝”不光指的是对父母的孝，也是对老师的一种尊师重道，是这样

“尊师重道” 是大愿

理解吗？) 对啊，你看看过去有多少学生从小没有父母，师父把他带在身边就像自己孩子一样的。父母亲给了我们的肉身，但是给我们真正的精神上的生活，那还是师父啊！西方教里边也讲“神父”，为什么也是“父”啊？明白了吗？（对，明白了）全是一样的，指导我们的生活，指引我们前进。父母亲不知道，不一定有这么全面，明白吗？ Wenda20170312B44:00

尊师重道是大愿； 何谓尊师重道

（师父讲过，尊师重道是大愿。我们拜菩萨的时候是不是也可以许愿说“今生一定一门精进、尊师重道”？）你今天讲了，我就告诉你。你要是许个愿说“尊师重道”的话，其实很容易做到的。你要是许一个尊师重道的愿，那是个大愿啊！很多人的身体处于很危险的情况，都能用这个愿力来抵消很多业障的。很多人都不懂，不会用，所以你今天讲了，我就

尊师重道是大愿；何谓尊师重道

告诉你（之前在法会上您说过，许愿清修可以消三分之一的业障，那许愿尊师重道有没有一个大概的概率？）也差不多，比它还大呢。尊师重道，我举个简单例子，你尊重你的老师，你是不是学习就学得更好？（是的）如果你今天学佛，你跟着师父，你连师父都不承认，你这个佛法白学了吧？（对）你说这个能量大不大？（大的，非常大）就是等于，比方说“我今天

尊师重道是大愿；何谓尊师重道

皈依观世音菩萨学佛”，你尊重观世音菩萨，尊师重道，你说这个功德大不大？（大的）如果你不跟着观世音菩萨学佛，你是不是已经退转了？是不是自己已经懈怠了？那你还有什么功德？什么功德都没了，变成福德了。现在知道尊师重道为什么这么重要？现在很多人不尊师重道，不管哪里都是这样的，吃大亏的，很多人都出大事了知道吗？（哦，就是因为尊师重道

尊师重道是大愿；何谓尊师重道

做得不够？）你说呢？（是的）我就举个简单例子，爸爸妈妈把你养出来，你妈妈含辛茹苦地把你从小养大，你不尊重自己的爸爸，不尊重自己的妈妈，是不是也和不尊师重道一样啊？你不遵守孝道，没有孝道，跟尊师重道一样的概念，但是尊师重道比孝道还要厉害，明白了吗？（明白）所以很多人不懂，你要是实在没愿许，你还是跟着师父，很尊重师父，你这个愿



尊师重道是大愿；何谓尊师重道

力就可以消掉你很多业障的（好的。如果我们许愿尊师重道，生活中要注意什么？）第一，不能怀疑师父，对师父要尊敬。师父讲的东西先好好学，先要自己很开心，不理解的也要好好地慢慢研究。“师父是不是讲得对啊……”比方说我们小时候读书，老师讲的东西你要听吗？（要的）老师跟你上课，你什么都怀疑啊？你说这个同学还学得好吗？还上得好课吗？

尊师重道是大愿；何谓尊师重道

（学不好。有一次您周三弟子开示，下边有师兄坐着的时候，他就双手交叉在胸前，当时看觉得挺别扭的。像这种，如果他是弟子，是不是也属于不尊师重道？）对了。如果他有意意的，那就是不尊师重道；如果他无意的，那么要好好教育他，如果教育过之后又忘了，那就是不尊师重道了（哦。我看到只要师父一过来，东方台师兄都是鞠躬鞠到90度，非常非常

尊师重道是大愿； 何谓尊师重道

地虔诚，看到他们在尊师重道上是我们的榜样）对啊。你想想看，过去学堂里边的同学，看见老师过来了，也是这么鞠躬的，尊重啊！你说对人家鞠躬，老师是不是教你更多东西？（是）不要说老师了，就是到饭馆里去，你冲服务员客气一点，服务员给你点的东西也好一点，或者冲厨师好一点……你冲你老婆鞠鞠躬，说不定你老婆帮你烧的菜都更好吃，这



尊师重道是大愿；何谓尊师重道

不对啊？（对，明白）不要磕头就是了，一磕头，人家就帮你背了（好的。如果同修修得很好，让师父很开心、很欣慰，是不是同修就有功德了？）哎哟，大量加持。如果师父对这个孩子特别满意，你想想看，这个不是尊师重道的问题了，这是法喜充满啊！让师父法喜充满的孩子，你说说看，能不加持吗？（是的。那同样，如果有时候这孩子不听话，您训

尊师重道是大愿； 何谓尊师重道

斥他，他不接受，或者他做一些事情让您很不开心，他就会
有业障，对吗？）你说呢？如果一个老师跟一个同学说叫他
好好的，他就不好好的，你说这个孩子有没有缺点？有没有
业障？（有） Wenda2019112436:43



记忆加深(大家一起默念)

—尊师重道他言传身教；尊重师父从内心开始，你要尊重师父；尊师重道就是尊重自己，你对老师尊敬，老师就尊敬你；听老师的话，老师叫你做什么就做什么，跟着老师一起学一些好的举动，后老师叫你怎么想你就怎么想，一生为人顶天立地。尊师重道人属于人格健全的；一日为师终生为父，你把师父当成父亲了没有？尊师重道从你自己的孝敬奉养……道德的根本；上报四重恩，下

记忆加深(大家一起默念)

济三途苦；要尊师重道，这不是“上报”啊？；“四重恩”里就有“上师恩”；“上师”就是你的师父；“道”是佛道，“师”天人师、佛、世尊……都是“师”；“重道”就是说，你对佛法坚信不移；“尊师”，你对自己的师父坚决相信，坚决照顾、维护。这个都是能够上至天、下至地的，在天庭上响当当的；我们要用智慧，我们要学会情绪的控制，我们要懂得尊师重法；你想



记忆加深(大家一起默念)

活好，你连珍惜都不懂，你连佛法都不尊敬，那你哪会有真的愿力呢；学佛人首先要做到的就是要尊重，如果一个人连最起码的尊重都没有，这个人他一定是学不好佛的；为什么要把孝亲和尊师放在一起？一日为师，终身为父；有些事情连自己的父母都无法做到的，但师父做到了。虽然父母养育了我们，但是，是师父引领我们走上佛道，救度了我们的灵魂和人生；这里的师并不是



记忆加深(大家一起默念)

只指师父我卢军宏，而是指所有引导我们走正道的佛菩萨；孝亲尊师是性德；有五种恶行要下地狱的，这里边就包括不尊师重道；“孝敬”是性德，唯有性德才能开启我们的自性。“师道”是佛陀的教育，“师道”是建立在“孝道”基础上的。没有“孝道”就谈不上“师道”。人人必须做到尊师重道，唯有尊师重道才能成就道业；孝心能感动天地，因为那是对长辈，就像我们讲的尊



记忆加深(大家一起默念)

师重道一样，尊师重道也是这样；如果你孝顺就相当于你有慈悲心，又相当于你有感恩心，又相当于你这个人已经摆脱了自我，因为你心中完全只有对方而没有自我；“尊师重道”是一个非常大的道；对师父的爱多一点的话，会加持他回家的路；这个愿最好许了，最好了，而且这个愿菩萨都喜欢的；“尊师重道”是大愿；很多人傻傻的，都不知道自己不尊师重道是业障，忤逆之罪



记忆加深(大家一起默念)

之中，也是一个业障啊；父母亲给了我们的肉身，但是给我们真正的精神上的生活，那还是师父啊！；你要是许个愿说“尊师重道”的话，其实很容易做到的。你要是许一个尊师重道的愿，那是个大愿啊！很多人的身体处于很危险的情况，都能用这个愿力来抵消很多业障的



建议查看课件内完整开示后再学习本页

时间关系我们下期 继续学习本专题

慈爱心灵共修 第五十九期 尊师重道（3）

慈愛
心靈



佛学基础知识

六波罗蜜-忍辱

16. 佛理进阶

慈爱心灵共修 第五十九期 六波罗蜜-忍辱16佛理进阶

慈
爱
心
灵



佛学基础知识-忍辱

佛理进阶

慈爱心灵共修 第五十九期 六波罗蜜-忍辱16佛理进阶

慈爱
心灵



忍辱是一种力量

在佛陀时期，在舍卫城的郊区有一个果园里住着一位比丘（就是一个和尚），名字叫作伊估达那。这个伊估达那比丘只能熟记一首佛陀所教的偈颂（也就是偈语），但是他彻底明白了其中的道理，每次他读完这首偈颂，果园里虽然没人，但是那些树神就热烈地鼓掌和称赞（你们看不见、听不见，但是古时候很多人都有神通的，有功能的人就能听见）。

有一次，有两位博学多闻并且常常说法的比丘到处说法，他们带

忍辱是一种力量

着一群徒弟经过这个果园，就问伊估达那比丘：“你在这么偏僻的地方说法，会有人来听法吗？”

这个伊估达那很老实，他就说：“果园的树神听了我讲的，还都会鼓掌称赞。”

这两位比丘心想“你在说什么？”他们就在园中：“既然你说树神会，那么我们也来讲讲看。”在这个果园里说法。这两个人平时就很会说，到处去弘法，舌粲莲花（就是舌头巧得像莲花一样）

忍辱是一种力量

讲了很多很多，滔滔不绝，如长江大河（过去为什么人家说这个人讲法讲得好，滔滔不绝？你看看长江的水，或者像江河海水，一浪接一浪，它不会停掉的），讲得很好。讲完之后，没想到果园里静悄悄的，一点声音都没有，连树叶落地的声音都没有，没有声音的。

他们一想：“你不是说树神会鼓掌吗？怎么没有？”“来来来，伊估达那法师，请你来说法吧。”

忍辱是一种力量

这个伊估达那法师就会这么一首偈颂，他又开始讲了。他一讲完之后，这个果园里一如往常一样响起了“噼噼啪啪”的掌声，并且大声地叫好。这时这两位比丘的徒弟们也听见了（因为过去的比丘都有一点神通的），他们觉得这些树神有些偏心：“对伊估达那怎么这么好？他就讲了这么一点点，而我们讲了这么多，他们感觉到他讲得这么平常，一点都没讲得怎么好，为什么对他们没有鼓掌？为什么对伊估达那法师就鼓掌了呢？”

忍辱是一种力量

后来佛陀听到了这件事，就对弟子们说：“比丘们，我不认为听了许多经典、常常说法的人就一定精通佛法；相反的，虽然听得不多，但却能体会真理（就是理解）而且经常保持正念的人，才是真正精通佛法的人。”

所以从佛陀的开示，就让我们知道佛法的核心在于你要亲身体证。就是师父跟你们讲这么多，你们自己要去体悟的。师父叫你们念经，念了吗？念了之后好不好？好。有效果吗？有。这叫体证。

忍辱是一种力量

你们看看，每一次法会，前面有很多佛友上去分享心得，都是他们的体证。你看他们讲得这么好，自己家里的亲人怎么样身体变好的，师父又不知道这些事情。所以他们亲身体证的，能够让台下这么多观众一起鼓掌，感恩他分享。就是让我们知道，学佛人要保持觉性，要活在当下，也就是说，要真正地能够理解佛法，实际上就是在行佛。你念了再多，什么都不懂，没有受用，你没有让佛法让自己受用。所以很多人经常打进电话跟师父讲：“师

忍辱是一种力量

父，我念了几千张啊！”你用心了吗？你有感恩心吗？你有体悟之心吗？你不是赶时间、赶张数，你要用心，而且要护持佛法用心来念，才能成功。

这个故事就是告诉我们，人不管做什么事情，要亲自去做，不要完全听别人讲，要验证，要体证、体悟。人在生活中烦恼不断，所以学佛也要念经来改变，要体悟“我是不是念了这个经之后，我的情况改变了？”



忍辱是一种力量

人不能离开社会这个群体，所以想改变就要与人为善。很多人连善都做不到，你叫他怎么学佛？宽容大度地处世待人，尽自己可能，在不伤害别人自尊心的前提下，诚恳地慈悲地用妙法去化解别人的烦恼，鼓励他去改变。所以师父跟大家讲的道理就是：你们尽可能地不要伤害别人的自尊心，虽然自尊心要不得，但是他刚刚修，你还是要给他面子的。这就是为什么师父对在我身边的孩子特别严格，对有一些离师父比较远的就特别照顾他们，不是

忍辱是一种力量

当面马上让他觉得下不了面子。

要懂得救人要学会吃亏，哪怕受骗，你只要用妙法去救他，哪怕对方故伎重演——因为现在的人做错事情还会再来，不会接受改变的，这是一个反复，这就是一个轮回。师父叫你们为了救他，不要跟对方到最后结下深仇大恨，给别人一个悔改的机会。哪怕这个人伤害过你，在生活、家庭、工作中曾经伤害过你，你也要给他一个悔改的机会，就是给自己留一条退路。假如别人得罪了

忍辱是一种力量

你，你不计较、不报复，反而原谅宽恕他，在他有困难的时候，你还想到去帮助他，对方一定会被你感动，这就是学观世音菩萨的慈悲。

在这个世界上，只要功夫深，铁杵磨成针，要靠你慢慢地去做。在这个世界上没有一件事情是做不成功的，除非你不想去做，或者半途而废；你只要肯去做，一定能够成功。所以学佛人要精进，彼岸就在你眼前。我们生活就是在学佛，就是在做菩萨。佛不在

佛理进阶

忍辱是一种力量

天边，近在眼前。我们要努力地修心，行善积德，就是人间的菩萨。我们要广度有缘，慈悲喜舍，就是人间的佛。所以师父希望你们好好地学佛修心，给自己多一个清净心，多一个创造慈悲的机会。每一天活在精进中，每一天改一点自己身上的劣根性，你会勇往直前，你会看到菩萨的佛光在指引着你，在牵着手，永远走向佛道。 第80集【白话F视频】

慈爱心灵共修 第五十九期 六波罗蜜-忍辱16佛理进阶

慈
爱
心
灵

这样智慧会远离你而去

师父希望你们，与其抱怨黑暗，不如点燃自己心中的明灯，去照亮黑暗。做人不要急躁，不要发牢骚，不要自己动不动就不能忍辱，不能精进，这样智慧会远离你而去，一定要让自己的心静下来，才能听到每一个心在动。把自己的心管好，把自己的念管好，你就清净无为，就慢慢地脱离人间的烦恼，这样的修心才叫精进修行。

第77集【白话F视频】



修心要有一种助力

师父希望大家永远要把佛性放在心中，要懂得人的修心要有一种助力，就是帮助你成功的动力，那是一种真实的力量。什么动力？因为我们懂得了精进，因为我们懂得了忍辱心，懂得了佛的真谛，就是让我们懂得这个世界一切苦空无常，所以我们对这个世界的过去不会产生另外一种痛苦的感应。每个人的过去都是很痛苦的，要能够接受它，理解它，消除它，解脱它。要用真实的判断来感应自己在人间所有的感受。实际上用什么方法来感受和感应它，

修心要有一种助力

能够离苦得乐呢？就是“智慧”两个字。一个能够有智慧的人，他能用平常心看世界，他懂得一切都是无常的，这个世界一切拥有也会失去。所以平常心看世界，心能安止，心才能安定，才能制止自己那种无谓的思索，让自己沉浸在过去那种幻觉幻想当中，被它迷惑，来让自己内心产生更多的痛苦。所以师父要你们懂得，修心修法就是体悟人生，离幻得真。我们的心要懂得理解别人的心，懂得自身的心，感应别人的心，懂得开悟自心，不要被人间

修心要有一种助力

的一些景象所迷惑。你看看我们现在的人，命都不要，拼命地追求名利，本末倒置般地生活，把假的人生看成了真的，让我们迷失，让我们流落在痛苦的世界。

第90集【白话FF视频】



六波罗蜜全部集中在一起，才能成功的

要严格地自我修行，严格地反省自己、检查自己，观照自己的修为，你才能脱离。你以为坐在那里打打坐、念念经、放放生就能成功？不能啊。要有悟性的，要觉悟。所以“佛”字在梵文中就是觉者。我们并不是靠禅坐，也不是靠放生、许愿、念经，那是全部合在一起的，再根据自己的精进、忍辱、禅定、般若、智慧……六波罗蜜全部集中在一起，才能成功的。就像

六波罗蜜全部集中在一起，才能成功的

一个人的五官一样，单单有眼睛能生活吗？鼻子闻不到味道，嘴巴不能讲话怎么办？单单会讲，眼睛看不见行吗？师父曾经听过一个相声，说五官打架，五个兄弟大家相互不买账。耳朵说：“我听不见，你们能干什么事情？”眼睛说：“我眼睛让你们看不见，你听得见也没用。”嘴巴说：“我不吃饭，你们就得饿死；我不说话，没人会理解你们。”吵得不

六波罗蜜全部集中在一起，才能成功的

得了，只有鼻子不讲话。四个兄弟就问鼻子：“你为什么
不讲话？你讲几句给我们听听好吗？”鼻子就说了：“其实你
们讲了这么多都没有用，我最重要，因为我鼻子一不通气，
你们全部死掉。”这就是告诉我们，一个人修行也是这样，
靠着大家的努力，靠着你自己身上所有的佛性、因素、学佛的基
础……等等一切，才能成就你的功德宝山。很多人念了半天，
学了半天，功德没有成“宝山”。

第53集【白话干视频】

人在忍辱之后，脱胎换骨

你想想看，你能够忍耐，说明你这个人已经忍人所不能忍。想一想，别人做不到的事情你能做到，你是不是已经脱胎换骨了？所以有佛性的人能够忍耐，能够有智慧，平静、清静，心得住。

第102集【白话FF视频】

想放下，最简单的方法就是替换

我们放不下人间的一切原因：因为人有一个自私的心，没有得到更好的，所以就放不下。当你没有得到更好的利益，你就放不下眼前的利益。我们用正能量的思维来考虑，如果你现在用素食来替换荤食，你想一想，不就是放下了屠刀吗？你得到的是慈悲。…用忍辱去替换报复的时候，比方说恨别人、很想报复，最后忍耐了，你放下了瞋恨。你用慈爱去替换贪爱的时候，你会放下内心的心痛。如果你不懂得提起，

想放下，最简单的方法就是替换

你就不会明白什么叫放下。你想放下什么，先要懂得你在人间已经提起了什么。刚刚说的素食也好，布施也好，信仰也好，智慧也好，包括正念、随喜也好，那都是黄金，要替换你们内心深处和手抓住的人间的那些“硬币”。用这些善良的智慧去放下，去懂得怎么样用智慧的佛法、用超出人间的般若智慧解决人间的一切烦恼，去替换那些曾经拥有过的贪婪、瞋念和愚痴的心，你不就是菩提智慧吗？

第55集【白话视频】

慈爱
心灵

佛理进阶

今天还放不下 你不可能精进，也不可能忍辱

学佛不是说拜拜佛、迷信，求求菩萨保佑家里好、一种福报，而是解脱。它不是迷信，是智慧地解脱，完全能够放下自己的烦恼。今天还放不下，你不可能精进，也不可能忍辱；今天放不下，你脱离不了人道的六道轮回，所以你的境界永远不能提升到正信正念。正信正念和智慧有什么区别？有正信正念的人怎么会没智慧？“我坚信这是一条正道”，连这种

佛理进阶

今天还放不下 你不可能精进，也不可能忍辱

正的信念和念头都没有，怎么样能够得到菩萨的般若智慧？一定要懂得这个道理。要离心意识参悟佛。师父跟你们讲的就是要离开自己的外心。离心就是离开一些杂念、杂心、凡心、烦恼心、忌妒心，和一些不好的心态，来参悟佛法，叫“离心意识参”。就是修到最后，连内心的意识都没了，来参悟佛法，那你就是空性了，参悟了。这些都是佛法的妙用。

第39集【白话禅视频】

慈爱心灵共修 第五十九期 六波罗蜜-忍辱16佛理进阶

慈爱
心灵



一切都会过去，如同过眼云烟

要学会调伏自己的身心、自己的心情。修忍辱，修波罗蜜，一切都会过去，如同过眼云烟，如同沙滩上的脚印一样。当你走过沙滩的时候，留下了你的足迹；当你再回头的时候，一阵海浪把你的脚印全部打没了。人生，心要宽广，用智慧每天冲洗自己内心的毒素，不要让自己内心的这些毒素给自己的灵魂带来污染，每一天要让观世音菩萨的慈悲心、救度众生之心，能够让让自己的灵魂保持一种清净。

第12集【白话禅视频】

佛理进阶

**恒常就会清净，能够清净的人
就能够忍辱，就能够守戒**

任何一个学佛修心之人，只要你拥有恒心，你的心就会清净。你们没听到过这句话，师父告诉你们，拥有恒心的人，他的心能保持清净。你们想想，经常保持家里干净的人，他的家是不是干净？所以恒常就会清净，能够清净的人就能够忍辱，就能够守戒。对所有人来说，只要能够恒常用心的人，他就

恒常就会清净，能够清净的人 就能够忍辱，就能够守戒

不会把他所修的心变成难行之事，很容易。一件事情，这个人只要坚持，人家说“哎哟，你不容易啊，几十年，你看你这么坚持下来，修得这么好”，这个人有恒心，对他来讲没有什么难的。 第115集【白话F视频】

佛理进阶

忍辱境界是佛根基

让我们好好地学佛修心，去除贪瞋痴慢疑，用一颗佛心，每天在精进、在忍辱中，能够走向菩提，走向光明。 第65集【白话FF视频】

慈爱心灵共修 第五十九期 六波罗蜜-忍辱16佛理进阶

慈爱
心灵



佛理进阶

六波罗蜜中的忍辱之心

在第一思维刚开始的时候，就能马上找到事物的本性，找到佛性，然后把自己的思维迁移到不动的清静境界。也就是什么？把自己的思维还是放在最干净的地方，控制自己的心理状态。这就是佛教界经常讲的“止观”，叫你不要再看下去了；叫你“止语”，不要再去讲了。这就是参禅，这就是六波罗蜜中的忍辱之心。佛家的思

佛理进阶

六波罗蜜中的忍辱之心

想观念讲的是，当意念一起来的时候，就要有修养和精进忍辱心，又要有寂静的功德。明明知道欲念会让你上火、争吵，你要用自己寂静的冷静心，把自己内心的一种膨胀的怒火压下去，去纠正它，从而形成忍辱之心。佛法讲来讲去，讲到后来就是做人，你有这种内在的理解力，你还会跟别人吵架吗？还会跟人家闹吗？自古以

六波罗蜜中的忍辱之心

来就有很多高僧大德就是靠着内涵、内修、禅定，
在这个世界上破除了多少贡高我慢，破除了多少贪
瞋痴慢疑。这就是内在的心要像金刚般若一样如如
不动。 第101集【白话FF视频】

佛理进阶

我要忍耐我要忍辱心的 实际上你已经经过了

你要得到，元明就是，元就是原始的，心明就是心里的觉悟，本性当中的觉悟叫元明觉，他是无生灭性为因地心，无生灭性，也就是说，他根本没有生出来要去灭度的心，因为他不生心，他无生法忍，他没有任何的杂念的心地生出来，他要去灭它干吗，这种就叫圆成果地的修证，用现在的话讲，一个小孩子还没有学坏之前，你跟他讲什么他就接受，他就是一种无生灭性



佛理进阶

我要忍耐我要忍辱心的 实际上你已经经过了

的因地心，还有一种，当你知道忌妒别人，当你知道怎么样要克制，我要忍耐我要忍辱心的，实际上你已经经过了，很多非忍辱的时候，你已经经过了很多人间的杂念，在克制在改变，这个和最始的元明觉那是不一样的，所以菩萨让我们要懂得，不管你学佛学什么，要用你原始的本性当中的因地心来修，很多人说我已经污染了怎么办，所以要叫你跳出跳出业报，所以

慈爱心灵共修 第五十九期 六波罗蜜-忍辱16佛理进阶

慈
爱
心
灵



佛理进阶

我要忍耐我要忍辱心的 实际上你已经经过了

叫你不要命浊，叫你重新做人，这是佛陀亲传给我们的，在密宗在显宗里边，任何的宗教，我们的本师释迦牟尼佛，就是这个世界上，佛法的本师是释迦牟尼佛，我举这个例子大家知道吗，就是你不管学什么佛，你不管什么宗派，我们的本师就是释迦牟尼佛，你今天在这个世界上活着，不管你做什么事情，你们内心的元明觉，就是你们的本性，你每一个

佛理进阶

我要忍耐我要忍辱心的 实际上你已经经过了

人，不管你是坏人好人，自私的人或者不自私的人，你都拥有的元明觉，就是你拥有的原始善良的觉悟，和你原始善良的本性。

第62集【白话FF视频】

慈爱心灵共修 第五十九期 六波罗蜜-忍辱16佛理进阶

慈爱
心灵



佛教当中有信解行证四门

佛法来自于哪里，你要知道，这个佛法给你带来的源泉，一个正信，因为佛陀是非常非常地正法，我相信佛陀给我们带来的这个佛法，是能够让我们觉悟的，让我们解脱的，接下来就是佛进入人间的一大因缘，让你找到了，因为佛陀到了人间来，他来弘扬佛法，他到人间的一大因缘，就是要让我们所有的信众，让我们所有的众生要开佛知见，什么叫开佛知见，要理解佛法要破迷开悟，你心中一解开你的烦恼，就

佛教当中有信解行证四门

可以见到佛法，然后“知”就是知道了，你的见解是对还是错，所以解，实际上就是对佛法的理解知见，解你也要懂得，是不是结合你实际的情况去理解佛法，如果你在生活当中你用了佛法了，那么跟你的生活契合了，的确家里有矛盾我忍辱了，那么这个矛盾慢慢就化解了，那么你一看这个佛法，我验证了是好的，那么你就是明理了你就明白了。

第60集【白话干视频】

佛理进阶

这个世界是一真法界

就像佛教讲的“众善奉行，诸恶莫作”，就是这句话，众善都要去做，诸恶都不能做，这就是一个真——真法界。进步的人、精进的人、能够忍辱的人、能够努力的人，这个人就能够修成佛，这就是一真法界。我们今天有信心克服自己身上的劣根性，能够成功，能够在这辈子修成，那就是拥有了佛的一真法界。或者如梦幻泡影般的世界是无常的世界，这也是一个一真法界。就是告诉我们这是真理，它是颠扑不破的，讲的就是人的真心。 第106集【白话干视频】

佛理进阶

见地地真修

以真实见地地真修，看到什么修什么，就是在修心，就是在明心，就是在找到自己的本性。不是说“我要去修”，而是在生活中碰到了事情，你就好好地改变，就是真修。比方说，你今天修心了，突然之间想发脾气，“我压下来了”，那忍辱了，那说明你忍辱修得好。如果你忍辱之后，你能想开、放下，解脱了，那你解脱修得好，你就是见地地真修，就见到真谛地修，就不会偏离修行的高境界。

8月8日观世音菩萨成道日开示

慈爱心灵共修 第五十九期 六波罗蜜-忍辱16佛理进阶

慈爱
心灵

记忆加深(大家一起默念)

一忍辱是一种力量；人不能离开社会这个群体，所以想改变就要与人为善；宽容大度地处世待人，尽自己可能，在不伤害别人自尊心的前提下，诚恳地慈悲地用妙法去化解别人的烦恼，鼓励他去改变；你们尽可能地不要伤害别人的自尊心，虽然自尊心要不得，但是他刚刚修，你还是要给他面子的；师父叫你们为了救他，不要跟对方到最后结下深仇大恨，给别人一个悔改的机会；假如



记忆加深(大家一起默念)

别人得罪了你，你不计较、不报复，反而原谅宽恕他，在他有困难的时候，你还想到去帮助他，对方一定会被你感动，这就是学观世音菩萨的慈悲；与其抱怨黑暗，不如点燃自己心中的明灯，去照亮黑暗。做人不要急躁，不要发牢骚，不要自己动不动就不能忍辱，不能精进，这样智慧会远离你而去，一定要让自己的心静下来，才能听到每一个心在动。把自己的心管好，把自己的念



记忆加深(大家一起默念)

管好，你就清净无为，就慢慢地脱离人间的烦恼，这样的修心才叫精进修行；永远要把佛性放在心中，要懂得人的修心要有一种助力，就是帮助你成功的动力，那是一种真实的力量——因为我们懂得了精进，因为我们懂得了忍辱心，懂得了佛的真谛，就是让我们懂得这个世界一切苦空无常，所以我们对这个世界的过去不会产生另外一种痛苦的感应；要用真实的判断来感应自己在人

记忆加深(大家一起默念)

间所有的感受。实际上用什么方法来感受和感应它，能够离苦得乐呢？就是“智慧”两个字；修心修法就是体悟人生，离幻得真；六波罗蜜全部集中在一起，才能成功的；一个人修行也是这样，靠着大家的努力，靠着你自己身上所有的佛性、因素、学佛的基础……等等一切，才能成就你的功德宝山；想一想，别人做不到的事情你能做到，你是不是已经脱胎换骨了？所以有佛性的人能够忍

记忆加深(大家一起默念)

耐，能够有智慧，平静、清静，心得住；用忍辱去替换报复的时候，比方说恨别人、很想报复，最后忍耐了，你放下了瞋恨——想放下，最简单的方法就是替换——用这些善良的智慧去放下，去懂得怎么样用智慧的佛法、用超出人间的般若智慧解决人间的一切烦恼，去替换那些曾经拥有过的贪婪、瞋念和愚痴的心，你不就是菩提智慧吗？；今天还放不下，你不可能精进，也不可能

记忆加深(大家一起默念)

忍辱；今天放不下，你脱离不了人道的六道轮回，所以你的境界永远不能提升到正信正念；离心就是离开一些杂念、杂心、凡心、烦恼心、忌妒心，和一些不好的心态，来参悟佛法，叫“离心意识参”。就是修到最后，连内心的意识都没了，来参悟佛法，那你就是空性了，参悟了。这些都是佛法的妙用；要学会调伏自己的身心、自己的心情。修忍辱，修波罗蜜，一切都会过去，如同



记忆加深(大家一起默念)

过眼云烟，如同沙滩上的脚印一样；人生，心要宽广，用智慧每天冲洗自己内心的毒素，不要让自己内心的这些毒素给自己的灵魂带来污染，每一天要让观世音菩萨的慈悲心、救度众生之心，能够让让自己的灵魂保持一种清静；只要你拥有恒心，你的心就会清静；恒常就会清静，能够清静的人就能够忍辱，就能够守戒；忍辱境界是佛根基；用一颗佛心，每天在精进、在忍辱中，能够

记忆加深(大家一起默念)

走向菩提，走向光明；在第一思维刚开始的时候，就能马上…把自己的思维还是放在最干净的地方，控制自己的心理状态。这就是佛教界经常讲的“止观”，叫你不要再看下去了；叫你“止语”，不要再去讲了。这就是参禅，这就是六波罗蜜中的忍辱之心；当意念一起来的时候，就要有修养和精进忍辱心，又要有寂静的功德；明明知道欲念会让你上火、争吵，你要用自己寂静的冷静



记忆加深(大家一起默念)

心，把自己内心的一种膨胀的怒火压下去，去纠正它，从而形成忍辱之心；佛法讲来讲去，讲到后来就是做人，你有这种内在的理解力…自古以来就有很多高僧大德就是靠着内涵、内修、禅定，在这个世界上破除了多少贡高我慢，破除了多少贪瞋痴慢疑。这就是内在的心要像金刚般若一样如如不动；元明就是，元就是原始的，心明就是心里的觉悟，本性当中的觉悟叫元明觉，他是无



记忆加深(大家一起默念)

生灭性为因地心，无生灭性，也就是说，他根本没有生出来要去灭度的心，因为他不生心，他无生法忍，他没有任何的杂念的心地生出来，他要去灭它干吗，这种就叫圆成果地的修证；当你知道忌妒别人，当你知道怎么样要克制，我要忍耐我要忍辱心的，实际上你已经经过了…这个和最始的元明觉那是不一样的；要用你原始的本性当中的因地心来修，很多人说我已经污染了怎么办，



记忆加深(大家一起默念)

所以要叫你跳出业报，所以叫你不要命浊，叫你重新做人；佛教当中有信解行证四门：佛法来自于正信…开佛知见，要理解佛法要破迷开悟，你心中一解开你的烦恼，就可以见到佛法，然后“知”就是知道了，你的见解是对还是错，所以解，实际上就是对佛法的理解知见，解你也要懂得，是不是结合你实际的情况去理解佛法，如果你在生活当中你用了佛法了，那么跟你的生活



记忆加深(大家一起默念)

契合了，的确家里有矛盾我忍辱了，那么这个矛盾慢慢就化解了，那么你一看这个佛法，我验证了是好的，那么你就是明理了你就明白了；“众善奉行，诸恶莫作”……这就是一个真——真法界；进步的人、精进的人、能够忍辱的人、能够努力的人，这个人就能够修成佛，这就是一真法界；我们今天有信心克服自己身上的劣根性，能够成功，能够在这辈子修成，那就是拥有了佛的一真



记忆加深(大家一起默念)

法界。或者如梦幻泡影般的世界是无常的世界，这也是一个一真法界。就是告诉我们这是真理，它是颠扑不破的，讲的就是人的真心；不是说“我要去修”，而是在生活中碰到了事情，你就好好地改变，就是真修。不是说“我要去修”，而是在生活中碰到了事情，你就好好地改变，就是真修；如果你忍辱之后，你能想开、放下，解脱了，那你解脱修得好，你就是见地地真修，就见到真谛地修，就不会偏离修行的高境界

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



每周共修

0基础学起 - 白话FF共修 - 在线答疑

每周四、日晚7点+不定期早6点20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

