

点击查看视频

点击查看开示

# 佛学基础知识

# 六波罗蜜-持戒

21.如何持戒的讲究(4)

慈爱心灵共修 第四十二期 六波罗蜜-持21如何持戒的讲究(4)



# 目录

17. 正念正气

18. 提升

19. 台长分享



佛学基础知识-如何持戒的讲究4

# 正念正气

慈爱心灵共修 第四十二期 六波罗蜜-持21如何持戒的讲究（4）

慈  
愛  
心  
靈



# 正念守戒

守住自己的戒律，你一定会获得正念，你想拥有正念，你就必须守戒。守戒是什么？不能乱想，不能乱看，不能乱做，不能乱说，你们现在看见师父庄严尊重，都是你们尊重自己啊，要知道尊重别人就是尊重自己，你不把人家当回事，人家会把你当回事吗？一个连师父都不懂得尊敬的人，那这个人能学得好佛吗？

白话佛法8-43

# 正能量的保持

就是天天地守戒，天天地学佛，天天地精进。我们人一定要学会每一天不生气，因为身体不好就是从生气开始的。很多人本来智慧充足，因为天天的贪心、天天的不满足，让自己变得人不像人、鬼不像鬼的。所以去除我们的无明，才能找到我们的本性。 160212澳门



# 要皈依你自身的戒律

比方说，什么叫正？不贪瞋痴慢疑，不就是正吗？学佛学到后来，越来越贪了，“我要赚钱，我要恨别人，我天天就是想得到这个、得到那个”，这不就是走偏了吗？“在大家面前，我要成为一个有面子的人。在大家面前，错了，我也是死要面子”，你这一定是走偏了，这就不是正。白话佛法11-47



# 让自己浩然正气、百病不侵

这种浩然正气，就是说一个人不被“邪”所侵，不被邪所侵的人最重要的是他有戒律，他觉得人间的东西不该我的不能要，这种人才会有浩然正气。现在人的毛病就是：不该你的你也想要，该你的你要了之后，不该你的你也要，那么这样的贪心就会使你的浩然正气尽失，就会全部没有了。明白了吗？

Wenda20160131A16:25



# 有正信正念生起，就慢慢会守戒

如果一个人完全能够非常如理如法、非常熟悉和掌握基本的佛法，能够心中皈依佛法僧，能够懂得怎么样修八正道，懂得十二因缘，那他就会慢慢地有正信正念生起，就慢慢会守戒，然后会产生定力，有定力的话就会有行动。。。当你境界提高到一定程度的时候，你就会让菩萨的思维跟你的思维接触在一起。所以人间的菩萨一求就灵，因为他的境界跟菩萨都是一样的。白话佛法8-13



# 先守住自己的戒律 然后才能提醒别人

如果你是出于菩萨的心，看见别人有做错的、有邪的、没有守戒的，你必须首先守住自己的戒律，然后才能提醒别人，让别人改正，这就叫正念，这就叫守戒...  
把别人都看成好的，那就是心中拥有净土

白话佛法161213



# 正念升起，邪念不侵！

这辈子回不去你咎由自取！好好努力，要克制、要戒，一个人都是靠戒出来的，没有戒律的话这个人成不了菩萨、成不了佛的。咬咬牙，

克制克制 Wenda20131020B 31:22



# 养吾浩然正气 -心中戒律守得牢牢的

中国有句古语“篱笆扎得紧，野狗钻不进”，你心中戒律守得牢牢的，杂念、不好的妄念怎么能够进入你的内心呢？你今天放纵自己，就等于把自己的戒律去掉了，那你很容易犯罪、犯错误（如果我们每天睡觉前念上几遍是否更有利于我们的正气常存，同时也会进入我们的八识田中，更有利于我们的修行吗？



# 养吾浩然正气 -一心中戒律守得牢牢的

)用不着念出来，心里念就可以了。“吾善养吾浩然正气”，正气怎么来的？养出来的，所以“修养修养”，修出来、养出来的。“浩浩乎塞乎天地之间”，自己做一个顶天立地的人，不做小人，因为只有人是头顶着天，脚踩着地，没有一个动物不是背朝着天的。

Wenda20171217A19:04



# 要知道到底修什么

很多人一辈子修心，也不知道到底修什么，修到最后修出无明习气来了。为什么？烦恼生了，“我怎么修到今天还这个样呢？我修了半天，我到底要修到哪里去？别人能自由，为什么我要守戒啊？”——到时候不是修出智慧，不是修出般若，而是修出愚痴了。无明是什么？无明来自于老死，我们说很多人六道轮回就是因为无明。。。白话佛法161112

# 善法欲

如果对学佛的善法产生了欲望，譬如，守五戒，行十善，利益众生，众善奉行，诸恶莫作，其实这已经不是一种自私的欲望，“是名欲望”，而且已经是出离苦海的“离欲得乐”。这就是佛教界常说的“善法欲”。

4.16师父每日佛言佛語

# 一遇到事情时你就想

如果是菩萨会怎么样？比方说老板今天讲你一句了，你非常想跟老板解释，这时你就想：如果我是观世音菩萨，我会怎么做？菩萨肯定不讲话，笑嘻嘻的，不发怒。老板知道他伤了你了，但是你当时不发怒，他会觉得你高尚，他反而会生起惭愧心。有机会你再写封信给他，或是打个电话给他就好了，这样不就解决了？

《弟子开示》第一册5-4

# 不见人过，但见己过

整天什么事情都觉得自己是做错的，别人都是对的，那么首先你就是在戒律了，守戒了

Wenda2015042427:47

“不见人过、但见己过”，实际上这是初期的，初期的修心叫你不要去看别人的缺点，多看看自己的缺点。等到你自己没缺点了，等到你自己修得不错了，你看见别人错误你当然应该提





# 不见人过，但见己过

醒别人了，善意的提醒有什么不好了？明白了吗？比方说台长今天能够做师父，那我自己守戒守得很厉害，所以我才能讲你们啊。“己不正，焉能正人”，自己都不正，你怎么可以去帮助别人？

Wenda2016010859:29



佛学基础知识-如何持戒的讲究4

# 提升

慈爱心灵共修 第四十二期 六波罗蜜-持21如何持戒的讲究（4）

慈  
愛  
心  
靈



# 学戒-首先懂得身口意不违背本性

嘴巴不骂人，身体上没有不好的行为，脑子里没有对别人不好的意念。学定，要不离自性本性。什么叫自性本性？就是不管碰到什么事情，你只要用你的良心、本性定下来看一看、说一说，那你一定会得到本性的安定。一个人怎么样能够得到本性的安定呢？首先要换位思考，替别人着想。当你恨这个人的时候，当你想不通的时候，你首先要想到：“他这么痛苦，如

# 学戒-首先懂得身口意不违背本性

果是我呢？我会不会这么痛苦呢？也会”，“他这么难过、烦恼，如果是我呢？我也会这么烦”。这个就是不违背你的本性去理解别人。因为你把什么事情都想明白了，你用自己的本性来处理所有人间的事情，你的本性就会定下来。学佛人不管碰到什么事情，都要用良心本性来做自己的护卫。

白话佛法11-49

# 起心动念都要是菩萨，要修清净心

起心动念是什么？你的心动了一点点不好的念，“哎哟，不能动，这会害我的”“哎哟，这样我会倒霉的”，动一个念头就这样。。。他克制了，因为哪个利益重，把他压住了，实际上就是守戒了。 白话视频15



# 用佛法的理念去作为修心的方法

佛法的理念是什么？用欢喜心、感恩心、平等心，你才能放下万缘。守住自己的戒律，帮助自己，在不能自我控制的情况下保持身口意清净。这句话什么意思？你今天不开心了，要学会让自己的心变得开心，因为明天会改变；你今天没有感恩心，你要自己生出感恩心。你有没有感觉到别人对你很多的帮助？任何一个人现在对你不好，你都要想到，他曾经对你好过，他

# 用佛法的理念去作为修心的方法

曾经帮助过你，这就是一种感恩心。平等心，不要去看不起别人，也不要被别人看不起，就是平等心。平等心跟堕落心不一样，堕落的人，他不努力，人家会看不起他。但是有平等心的人，他会觉得每个人跟我一样，我跟每个人都一样。

白话视频6

# 用自己内心善的因缘勤修佛法

这个故事就是告诉我们，在佛法中，愚笨是没有关系的，但是要诚恳善良，要纯朴，又要懂得守戒。只要用自己内心善的因缘勤修佛法，好好守住自己的身口意，菩萨一定会来救我们的。白话视频50





# 用理性来完成悟性

首先要学会戒，戒就是不要让“我相”出来，要用自己的理性来完成自己的悟性。理性是什么？“我明白这个道理，我不能做一个普通凡人，我不能去伤害别人，我今天给人家脸看，不是一个好好的学佛人——理性来了，那么完成自己的悟性，慢慢就开悟了。你整天给人家看脸，你会开悟吗？”

广播讲座视频44



## 如何持戒的讲究-提升

# 多学多问，识自本性 知道自己的毛病，就容易改了

什么叫识自本性？就是认识自己和他人的本性，认识我这个人是怎么样的一个人，他是怎样一个人，你才能去做好事度人、修好心啊。比方说这个人知道自己的心是摇摆不定的，做做这个不行，做做那个也不行。很多人就有这个毛病啊。这种人如果认识到自己的本性的话，他就应该知道要守戒，然后修定。



# 多学多问，识自本性 知道自己的毛病，就容易改了

因为你戒了，你才能定；你没有戒，你怎么定得下来啊？所以我们要是知道自己的毛病，就容易改了...你自己没有能力定住自己，就是给自己在找烦恼。 白话佛法5-16



# 学佛要“观自在菩萨”

现在很多人学佛之后能改掉自己的毛病吗？不能。为什么改不了自己的毛病？他发愿的时候，他觉得他自己能够控制自己：“菩萨，我发愿守五戒！”为什么发愿之后他会违愿？因为他不了解自己，他不知道自己的毛病已经渗透到骨髓里了，不是跪在菩萨面前说要改，就改得掉的。所以学佛要“观自在菩萨”你们要自己先了解自己，你们才能度自己成菩萨。佛要我们先认识自己，然后才能认识众生，所以佛度众生。

讲述于观音堂 2020-06-17



# 用自心贴近佛菩萨在自己身体内的本性

希望大家反观自身，经常查一查自己的心和自己的身体有没有做错。怎么样来让自己多贴近菩萨，不要做错呢？最好的方法就是贴近佛菩萨在自身心中的本性。这句话表面上听起来非常的复杂，简单地讲，就是叫用自心贴近佛菩萨在自己身体内的本性。但是你们不要忘记啊，实际上在人间这句话就是要你们常常地反问自己：你有良心吗？你贪不贪啊？你害不害人啊？

# 用自心贴近佛菩萨在自己身体内的本性

你嘴巴里骂人不骂人啊？你像不像菩萨啊？只有这样，你才能维护戒守着生命的本质，仔细地品味着活着的意义和理由。师父问你们，你们为什么要活着？活着有什么意义啊？当一个人活着失去意义的时候，他就会失去希望，他觉得活着没有意思了，他就会寻找死亡。白话佛法9-38

如何持戒的讲究-提升

# 要知道自己犯了什么戒 赶快去克服它

自己修得不好的话，你知道自己犯了什么戒，你心里都明白。要赶快去克服它，人不能常像动物一样活在世界上的。师父会不知道？自己感情上要控制好，人不能懈怠，只能拼命地进步。肮脏的事情、肮脏的想法都不能有。干净的人就是轻装待发，他走得快；肮脏的人等于背着很多的包袱，人间的包袱在身上，他走不快

Wenda20170528B21:16

# 心佛合一 就拥有了佛法，拥有了戒律

定得下来还要有智慧，定得下来的人还要心和佛能够合一，这样虽然你在家，但是你的精神和灵魂已经和菩萨合二为一了。这就是师父经常跟你们讲的“心佛合一”，心中的佛和你自性的佛合二为一，你就拥有了佛法，拥有了戒律。

白话佛法161112





# 天天观照自心本性

有境界首先是有智慧，因为有智慧才会有境界。那怎么会有智慧的呢？因为他观照自心本性，也就是说天天看住自己的心，不要做坏事。这样守戒的人才会有智慧。。。白话佛法141127



如何持戒的讲究-提升

# 内心的佛性来带动

任何人启动自己拜佛的心，实际上就是从内心出来的，  
因为内心的佛性会带动你所有的慈悲、忍辱、精进、

守戒 Wenda20180429B 19:48

慈爱心灵共修 第四十二期 六波罗蜜-持21如何持戒的讲究（4）

慈  
爱  
心  
灵



如何持戒的讲究-提升

## 开悟之人

永远觉得自己没有学到底、学到“我已经够了”；开悟之人不会把执著心放在首位；开悟之人是遍参法界，就是在法界当中到处去寻找更好的更适合自己的法门、戒律、怎么样度人的方法、妙法。学佛学法你真的要能够参悟到里边，首先，就像孩子要认母亲一样，识得“本”。孩子的“本”是什么？是妈妈把你生出来，所以你要认识妈妈。我们学佛人的“本”是什么？就是要学到自己的本性，学到本性之后你才有佛性，有佛性之后你才会彻悟。白话佛法170304

# 要调整人心进入佛心

一个人总是回忆过去，杂念就越来越多，所以要懂得，要学会守戒，要看到自己的本性，照见自己的良心，这个世界上看到的很多东西，那是一切很不自然的东西，真正的自然…

Zongshu20181027 22:52



# 见到本性的人

见到本性的人是为人家着想的、是有慈悲心的人，  
是用良心在做事情的人，是这个概念。。。

一定有戒定慧了

Wenda20120902A 19:05



如何持戒的讲究-提升

# 是就算你跟菩萨一样 你不要露锋芒，这就是守戒

与菩萨的光同层，就是说跟菩萨的光在一个平面上，叫与光同层。但是就算你跟菩萨一样，你不要露锋芒，这就是守戒。找不到本源，就像一棵树没有水，会枯掉一样；没有叶子就不会长出花，那就一定没有法果。修心修了半天，连个果报都拿不到，求了都不灵，就叫没有法果；求什么灵什么就叫有法果。



如何持戒的讲究-提升

# 是就算你跟菩萨一样 你不要露锋芒，这就是守戒

你要有佛果的话，你要有佛的精、气、神，所以叫“精神”，这个人有精神，人家把气拿掉了，因为气本身就有的。精神从哪个地方来的？眼睛。很多人眼睛呆滞，感到前途渺茫。七八十岁了，很多老人家眼睛就呆滞。你们到养老院去过吗？你去看看几个老人眼睛能够有神的？念经念得时间长，眼睛要有神。

广播讲座视频56

慈爱心灵共修 第四十二期 六波罗蜜-持21如何持戒的讲究（4）

慈  
爱  
心  
灵



# 要学会安止

自己要按捺住自己的心。“止”就是制止自己一些不好的贪欲、欲望，学会守戒。守戒很重要，你说我们做人最起码的守戒是什么？看见红灯要停吧？这也叫守戒吧？你看见别人再好的东西你不能拿，不是你的，所以叫守戒。

广播讲座视频61



# 修心的人要能够安止

## — “止” 就是不要去想、要守戒

修心的人要能够安止，就是让自己的心定下来，“安”就是定下来，“止”就是不要去想、要守戒。我们的心实际上是穿梭在空有之间，也就是说，人间今天有，明天没有了，就是空了、有了。想一想，你的心今天对某一人或事有了，明天没有，因为我们今天拥有的东西，表面上看还是有，过几天没有了，这就是让你心动的东西也会没有，所以学佛人要学会安止，让自己的心不要去动。白话佛法11-1

如何持戒的讲究-提升

# 人生守戒，安止 就是穿梭在空有之间

空，实际上就是没有的；有，似有似无，似无就是空，无就是空，有是暂时的拥有，所以空有之间。今天拿到这样东西了，过一段时间没有了；今天拥有了，明天没有了。我们拥有了青春，但是到了晚年我们就没有青春；我们每一天拥有很多正能量，那么我们的负能量就没有了。实际上都是穿梭在空有之间。你今天脑子里都是想到帮助别人，你就不会再去害别人，别人看见你就喜欢。

广播讲座视频61

慈爱心灵共修 第四十二期 六波罗蜜-持21如何持戒的讲究（4）

慈  
爱  
心  
灵



# “小乘”是讲自己守戒 “我空”到“果空”

意思就是说我自己不做，我就不会有果报。“小乘”是讲自己守戒，就是我自己不做，所以我就不会有什么因果出来。所以守住自己，守住戒，能够自己修成菩萨，那么就是“小乘”了。 Shuohua20180119.06:54



# 持戒之后，要用智慧来定住

“持戒之后，要用智慧来定住”就是说必须要守戒，守到后来人会难过、发脾气、不开心，心想：这个不能做，那个不能做……心里就会很烦，这时候要用智慧来定住，想到：我是学佛人，我以后要成菩萨，人家贪瞋痴，但是我不能做。梦到这个梦说明她真的命中有三次婚姻，就是要靠她坚持，持戒。知道



# 持戒之后，要用智慧来定住

自己有多次婚姻，自己不想成家了，要修心养性了，就要守戒。到时候出现有钱的男人拼命追你，你熬不住了，就走自己的命了；如果坚持，守戒守住了，就完成自己的誓言了。“持戒之后，要用智慧来定住”就是护法神在提醒她以后用智慧定住。

师父解答来信疑惑99



## 照见五蕴皆空，不要去想

你想那么多干吗？色、受、想、行、识，如果你把这五蕴跟佛法连在一起，想佛法的東西，行佛法的東西，识——意识当中是佛法的意识，受——“我也是受佛法的戒律”，色——“我看到的都是佛法”，你这个智慧体就开始存在了。开



## 照见五蕴皆空，不要去想

始的时候要这么想，等到修到很好的时候，等到能念《心经》、理解《心经》的时候，就是照见五蕴皆空了，就想都不去想了。开始的时候，“我要做好人，我不能偷东西”，你到后来是个好人，你会偷东西吗？是这个概念。广播讲座视频57



## 无为法

你这样一想，你又想到佛法的无为法，无为法就是什么都没有，我什么都没有做，什么都没有发生，那么你就成功了，这样你就会从财色名食睡中解脱，一个人因为追求的越来越多，心根本就定不下来，才会越来越愚痴，哪有智慧啊？所以你戒不下来，你的心定不下来，你的智慧就没有了。白话佛法10-42



# 没有守戒律，就不懂得什么叫无为

法师们为什么被人家叫“师父”呢？因为他们已经守戒了，你们没有守戒律，你们不该做的都在做，不该骂人的话你们都在骂人，不该去想的你们都在乱想，不该你们看的你们在看，所以你们的心中沒有光芒、沒有光明、沒有清淨。你们就不懂得什么叫无为，因为你们不了解自性，不了解自己，所以你们活在这个世界上就整天被欲望驱使一味的追求，你们不懂佛法，你们沒有智慧，所以做出来的事情就不会很明智。白话佛法10-34

佛学基础知识-如何持戒的讲究4

# 台长分享

自己是如何修持的

慈爱心灵共修 第四十二期 六波罗蜜-持21如何持戒的讲究（4）

慈爱  
心灵



# 台长分享自己是如何修持的

每一个人的成功都是一步一步走出来的。从小就要有慈悲心，这是基础，最重要的。从小有慈悲心，之后慢慢地随着年龄的长大，接受的教育很重要。父母亲对自己的培养，还有接受外尘对自己的影响也很重要。首先，你周围不能经常有很自私的人。如果你从小一路走来，总有一个很自私的人在边上指导着你，要怎么自私、要怎么为自己，他给你宣传的是“人不为己，

# 台长分享自己是如何修持的

天诛地灭”，那你就完了（是）所以怎么样成菩萨？从小磕头，师父从小磕头的时候我就在想：我磕头为什么？从小磕头就知道帮爸爸妈妈求，帮家里爷爷奶奶求、兄弟姐妹求，那么你求的时候，就感觉到自己无比的兴奋。为什么呢？你觉得别人好都是你帮助得来的，这个时候有一种法喜。就像很多人帮爸爸妈妈一求，求得灵了之后，你说他法喜吧，对不对？（法喜，

# 台长分享自己是如何修持的

对)是这个感觉。第二个，就是语言的行为，你要注意观察。因为师父从小就喜欢观察人家说什么话，你看看人家说什么话，你就知道哪些话可以说，哪些话不能说。比方说，经常在说那些不好的话的人，你心中就知道这些话不能说的。我们亲戚当中经济上比较富裕的也有，我从小就想，如果我经济上好一点，我绝对不会乱用钱。如果我长大了，我应该怎么样，就是从小…

# 台长分享自己是如何修持的

…就像我们说有一个梦想一样，对不对啊？（对）所以一个人怎么会成长的？就是点点滴滴的积累。看见外婆在难过、在生病的时候，心中就想：我以后大起来、有能力一定对老人家要好。所以我到现在，可以六七年不停地去养老院喂饭，我可以到养老院经常去帮助别人，这就是我小时候看见老人太苦了，我就一定要想到。小时候觉得，人为什么没有办法……生离死



# 台长分享自己是如何修持的

别这个问题很难解决。我心里就一直在想，我很难过，我看见人家走的时候，家里邻居走了，我在边上也跟着他们在哭，我心里在想：人为什么要走呢？人如果能够活得长久一点不是更好吗？所以那个时候就有这种慈悲心。但是随着年龄的增长、学佛的精进，慢慢懂得了人是留不住的。所以在留不住当中慢慢也懂得了，人的精神不死，所以要把精神修好，这样的话你

# 台长分享自己是如何修持的

就永远不会死了，所以这些就是慢慢地积累的。看见蚂蚁，师父是从小不踩的，因为过去小时候我看了一个寓言《东郭先生》，他真的是连蚂蚁都不踩的，还看了《二十四孝》，就知道你如果对爸爸妈妈不孝顺的话，要天打五雷轰啊。所以每次等到下雨的时候，就觉得护法神、雷公下来劈那些没有良心的、对爸爸妈妈不好的人了。所以每次打雷的时候，心中就更震撼一



# 台长分享自己是如何修持的

次——你看，又有人被打死了，又有人不孝顺爸爸妈妈……这些点点滴滴在你脑子里存在的东西，你慢慢地就会形成一种善缘。所以你就会慢慢地看见别人就要帮助别人；看见别人痛苦，你就觉得自己很难过；看见别人伤心了，你也会伤心。这就是人伤我痛，那就是进入菩萨境界了。所以慢慢地，一个孩子很慈悲，看见妈妈手上出血了，马上会掉眼泪，这些孩子从小有

# 台长分享自己是如何修持的

这种慈悲心了，所以这些就是你的学佛基础了。所以我觉得一个人的言行，看看别人在骂人的时候，你觉得很痛苦，为什么？他作践自己，他把自己变成下贱了。我从小觉得骂人的人是比较下贱的，因为好好的有文化的人他不会去骂人（对的）这是第一个；第二个就是看到很多人做的动作，一个动作做得很下流，你这个人整个档次就没了，就跟你骂人一样。你不开口，

# 台长分享自己是如何修持的

人家觉得你是个好人的。你看在澳大利亚开车，如果你稍微跟他讲几句话，他做一个手势很下流，你想想看，一看这种人，他能是一个好人家出生的吗？这种人会有文化吗？会有修养吗？一个动作就代表你整个人间的修养，对不对啊？（对）还有，师父从小就知道我的境界，就知道人不该想的不能想，一想了之后你就会很难过，为什么呢？当你想到得不到，你会很难过，

# 台长分享自己是如何修持的

这个我从小就知道的，所以我看见人家有好的东西我不稀奇的，我就觉得今后将来我大了都会有，这是我从小的一個理念。我觉得只要我长大了，我努力一下，我什么都会有。所以这个对你们这些年轻人帮助很大。其实你今天问的问题，师父跟你说掏心掏肺的话，师父小时候跟大家一样，也是学生过来的，所以对很多孩子的思维我很理解。实际上最重要的是，你要有

# 台长分享自己是如何修持的

一个用现在话讲叫“抱负”，ambition，但是实际上还是要有良心，因为有良心之后不会去贪啊，有良心之后知道要让别人幸福，要让爸爸妈妈开心，那你会越变越善良，脑子里永远不要想爸爸不好、妈妈不好，你脑子里就不会有不好的东西。师父从小就是很善良，如果看见人家吵架，我总是双方都劝的，我有时候把人家劝得笑了，我心里法喜充满。我让他们两个小朋

# 台长分享自己是如何修持的

友吵架之后能够双方去讲，那个时候我做科代表的时候就经常这样做。把他们讲得两个好起来了，哎哟，那个时候我的心里在边上开心得不得了，我就是这样。所以师父也有一个小小的好玩的、小时候的事情，就是成长到大的时候也很难改，我有时候看见人家两个年轻人很善良，我很想把他们撮合，让他们能够有婚姻。我从小就是喜欢解决问题，帮助别人，所以一直

# 台长分享自己是如何修持的

到大了，我还是有这个习惯。我总是希望人家……“哎呀，这一对很好嘛！”我介绍成功很多对了，成功的话我就很开心的，不成功的话我也是很难过，就是缘分不够。所以从这点点滴滴，就是培养出一个人的一种精进的心。你想想看师父这么小的时候，我怎么会不吃鸡的呢？从小不吃。为什么呢？过年了，人家给我们家里送来很多的鸡，卫生间比较大嘛，养到卫生间里，

# 台长分享自己是如何修持的

我就天天喂米给它们吃，还拿水。有时候上卫生间就看着它们……哎呀，跟它们交朋友，很开心。等到过年的时候家里把它们杀了，从此我就不要吃了。我闻到那个鸡汤的味道我会呕吐的，我看见它们的鸡毛被热水烫了拔掉，脖子这里弄一刀，很痛苦，我会很难过，我会哭的。这些就说明一个人的慈悲心很重要。所以一个能够成功的人，他一定具有很大的慈悲心，因



# 台长分享自己是如何修持的

为慈悲心能够化解很多的恶缘。别人冤枉你可以，你不要去冤枉别人；别人打你可以，你不要去打别人；别人骂你可以，你不要去骂别人。这就是学佛，我们说有一种慈悲的心态。师父这两天跟大家讲的一个故事就是这样的，以慈悲的心对待别人，你就会……当年历史上有个故事说的是韩信，韩信是个大将军，他被人家抓到之后，人家叫他从胯下钻过去羞辱他，对不对？

# 台长分享自己是如何修持的

(对)后来他称王之后，他下面的人居然把这个人抓到了，这个人浑身发抖，知道他这条命难保了。没想到韩信下了王位过来把他请上上座，说很欣赏他的文采，跟他说：“我要把你留在我们国家里，好好地……”非但没有羞辱他、没有杀他，还要把他捧为上宾，还说把自己两个孩子让他来教育培养。结果这个人感动得不得了，非常用心地在培养他的两个孩子。等到

# 台长分享自己是如何修持的

韩信有难，皇帝把他满门抄斩的时候，叫他“胯下之辱”的那个人把韩信的两个孩子舍命救出来逃走了。所以你没想到，因为你的善良、你的慈悲，你没有去杀害，你的两个孩子——你的下辈就得到了庇荫，否则谁会这么卖命地把你两个孩子救出去？因为人家有报恩之心啊！所以一个人，就是人家对你不好了，你还是要对人家好，我们现代话叫“感动上帝”，对不对

# 台长分享自己是如何修持的

啊？（嗯）很多人为什么？老公骂我一句，我要骂你一句，“我凭什么吃亏啊？”所以你的婚姻就没了嘛。因为做好人的人，你必须懂得“我要勇于吃亏，我要忍辱再忍辱……”这个实际上就叫“再忍辱”，再忍辱你就能成功，所以一个人再忍辱了他就成功了。所以一个人的进步也好，做人也好，实际上就是要忍辱精进，要学菩萨的大慈大悲。师父今天跟你也是不能

# 台长分享自己是如何修持的

讲太多，你要是说把我一生中怎么样从小不踩蚂蚁……我连蟑螂都不打，蚊子在身上，我都会把它赶走的。师父从小就是这样，所以要想知道跟住一个好师父的话，你要看他对别人怎么样，对别人都是很慈悲的人，这个师父就可以交；如果他对人家都是很不好的，教坏了，那你别跟他学，对不对啊？（对）所以一个法门好坏也是这样。邪教的这个法门他本身叫人家干

# 台长分享自己是如何修持的

吗的，你是看得到的。师父是叫人家干吗？爱国爱民，叫人家好好地学，做一个好孩子，要爱国家，不能敛财，要遵纪守法，这些都是一个公民应该做的事情。这种师父你不跟，跟谁啊？

（对的）这个孩子从小很善良的，基本上这孩子不会坏到哪里去的，人家说“从小一看，到老一半”，就这个道理。所以从小就要培养孩子的慈悲心，培养那种有智慧、有毅力、有精进

# 台长分享自己是如何修持的

心的孩子，他一定能成功的。明白吗？（明白了，师父！我非常自豪有这样一个人师父，我特别自豪！感恩师父！）因为有时候父亲跟妈妈只是生了我们的身体，但是并不能在我们人生的旅途上教导我们，因为每个人职责不一样。所以为什么要找到指导自己前途的一个师父呢？很重要的。很多的人成功都是有师父在背后一直撑住的，对不对啊？（是的）你看看李连杰成

# 台长分享自己是如何修持的

功，包括过去我们说武林高手，哪一个能够成名的人他没有师父的？对不对啊？（对）就是这样的

Wenda20151129A02:45





# 记忆加深(大家一起默念)

—正念守戒：守住自己的戒律，你一定会获得正念，你想拥有正念，你就必须守戒；正能量的保持就是天天地守戒，天天地学佛，天天地精进；每一天不生气；要皈依你自身的戒律；让自己浩然正气、百病不侵；不被邪所侵的人最重要的是他有戒律，他觉得人间的东西不该我的不能要，这种人才会有浩然正气；贪心就会使你的浩然正气尽失；有正信正念生起，就慢慢会守戒；先守住



# 记忆加深(大家一起默念)

自己的戒律，然后才能提醒别人；把别人都看成好的，那就是心中拥有净土；正念升起，邪念不侵！；养吾浩然正气—心中戒律守得牢牢的；你心中戒律守得牢牢的，杂念、不好的妄念就不能够进入你的内心；要知道到底修什么；善法欲：对学佛的善法产生了欲望，不是一种自私的欲望，“是名欲望”，而且已经是出离苦海的“离欲得乐”；一遇到事情时你就想：如果是菩萨会怎



# 记忆加深(大家一起默念)

么样? ; 不见人过, 但见己过——你就在戒律了, 守戒了——初期的修心叫你不要去看别人的缺点, 多看看自己的缺点, 等到你自己没缺点了, 等到你自己修得不错了, 你看见别人错误你当然应该提醒别人了

—学戒—首先懂得身口意不违背本性; 要换位思考, 替别人着想; 用良心本性来做自己的护卫; 起心动念都要是菩萨, 要修清净心;



# 记忆加深(大家一起默念)

用佛法的理念去作为修心的方法——用欢喜心、感恩心、平等心，你才能放下万缘；用自己内心善的因缘勤修佛法——在佛法中，愚笨是没有关系的，但是要诚恳善良，要纯朴，又要懂得守戒。只要用自己内心善的因缘勤修佛法，好好守住自己的身口意，菩萨一定会来救我们的；用理性来完成悟性：戒就是不要让“我相”出来；多学多问，识自本性；知道自己的毛病，就容易改了；没



# 记忆加深(大家一起默念)

有能力定住自己，就是给自己在找烦恼；学佛要“观自在菩萨”——你们要自己先了解自己，你们才能度自己成菩萨；用自心贴近佛菩萨在自己身体内的本性——反观自身，经常查一查自己的心和自己的身体有没有做错；要知道自己犯了什么戒，赶快去克服它；心佛合一，就拥有了佛法，拥有了戒律；天天观照自心本性；内心的佛性来带动你所有的慈悲、忍辱、精进、守戒；开悟之人



# 记忆加深(大家一起默念)

永远觉得自己没有学到底、学到“我已经够了”；开悟之人不会把执著心放在首位；要调整人心进入佛心；要看到自己的本性，照见自己的良心，这个世界上看到的很多东西，那是一切很不自然的东西；见到本性的人是为人家着想的、是有慈悲心的人，是用良心在做事情的人；是就算你跟菩萨一样，你不要露锋芒，这就是守戒；要学会安止——自己要按捺住自己的心。“止”就是制



# 记忆加深(大家一起默念)

止自己一些不好的贪欲、欲望、就是不要去想、要守戒；人生守戒，安止，就是穿梭在空有之间—空，实际上就是没有的；有，似有似无，似无就是空，无就是空，有是暂时的拥有，所以空有之间；“小乘”是讲自己守戒；“我空”到“果空”；持戒之后，要用智慧来定住；照见五蕴皆空，不要去想—色、受、想、行、识，如果你把这五蕴跟佛法连在一起，想佛法的東西，行佛法的



# 记忆加深(大家一起默念)

东西，识——意识当中是佛法的意识，受——“我也是受佛法的戒律”，色——“我看到的都是佛法”，你这个智慧体就开始存在了；无为法就是什么都没有，我什么都没有做，什么都没有发生，那么你就成功了，这样你就会从财色名食睡中解脱；没有守戒律，就不懂得什么叫无为，因为你们不了解自性，不了解自己，所以你们活在世界上就整天被欲望驱使一味的追求



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

