

佛学基础知识

六波罗蜜-禅定

33

慈爱心灵共修 第一百四十四期 六波罗蜜-禅定33



相关定义

正念—益处

慈爱心灵共修 第一百四十四期 六波罗蜜—禅定33

慈爱
心灵



正念-益处

行持正念

行持正念。行持正念是什么？“这个学佛人不能做的，这句话我不能讲的，这个事情我这个心已经走偏差了，我不能对红尘这么贪著。”这一切都是你的正念，经常在心中这么转来转去，就像巡逻队一样，就像防火墙一样。净化心绪，控制欲望。人的欲望要学会控制，没有欲望那是假的，有了欲望能控制它，戒律就能够守住，智慧就增长。



时刻保持正念 就能产生“正智慧”

无我的慈悲就是“正慈悲”。为众生想出来的方法就是“正智慧”，带着私心的那就叫聪明

从中一定能得般若智慧

其实有些经文非常好，但是随着天时的变化，学习经文的方法也在变化。这绝对是真的事情。只要是正的东西就会受到推广和接受，只要是正的东西菩萨都会保佑。记住，修行一定要懂得正见、正信、正思维、正念、正定，从中一定能得般若智慧。

正法、正道、正信、正念和正时

破迷开悟：什么是迷？名，利，酒，色，财，气，贪，瞋，痴。如果一个人贪，他的欲望永远没有满足，贪到最后就是下饿鬼道。贪爱是一切罪恶的根源。贪不到就会生瞋恚心，起烦恼，最后就会堕入地狱。如果一个很愚痴的人只知道赚钱或害人，不知道帮助别人，将来就会投畜生。畜生执著于本相，一直在畜生道轮回。愚痴就是没有智慧。我给你们讲的都是正法、正道、正信、正念和正时，让你们破迷开悟，学会离开自己的苦难，找到自己真正的快乐。

定在了这个正念上，才有正确的修行的智慧

真正的修行就是要停止一切人间的小我思维。很多人碰到事情就动小脑筋，都是小我的思维，所以要修出定，慢慢地有定性出来，你才能从意念、杂念开始，慢慢进入到止念，止念之后才能定念。我们定的是什么样的念头？定的是佛陀佛法传给我们的正信正念，定在了这个正念上，才有正确的修

定在了这个正念上，才有正确的修行的智慧

行的智慧。所以学佛人要懂得止念、定念，停止自己的杂念，定住自己的正信正念。当你能够定得住自己杂念横飞的时候，慢慢地就会连一种杂念的念头都不会有了，这才叫做定，这是不容易的。

有正信正念的人怎么会没智慧？

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

有正信正念的人怎么会没智慧？

种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。

正念-益处

师父让你们正信正念，就是让你们用心去达到..

福德的资粮靠自己严厉地去修。你今天道德不好，“我要拼命地改”，非常严厉。道德好，别人看得起你；吹牛撒谎，谁看得起你？你想成佛，一定要严厉地修自己的福气，“我众善奉行，一定要帮助别人”，你会得到别人的帮助，你就是会有福气。就像做生意一样，你很努力地去帮助别人，把产品搞得好好的，质量搞得好好的，那你的生意会越来越好，

师父让你们正信正念，就是让你们用心去达到..

你的钱会越赚越多，这就是要严于律己。然后你把自己的道德管得好好的，别人一定看得起你。从佛法界讲，你今天打坐也好，念经、许愿、放生也好，磕头、拜佛也好，都要认真严厉，对自己要严格，因为你是在修福德的资粮。你的智慧资粮虽然还没有，但是必须先要有福德的资粮。如果这个人福气很大、福报很大，比方说有些人大家都对他好，这

师父让你们正信正念，就是让你们用心去达到..

种人会不会有智慧？这个人人缘很好，大家一定对他很好，这个人是不是有智慧？这个人很有钱、很有福气，这种人会不会有智慧？做生意做得好，他也懂得怎样让他的客户能够满意，他也有他的智慧。世间的福报——有钱，有时候可能可以买得到福气，但是要知道，第二资粮是智慧的资粮，智慧福德是钱买不到的。师父让你们正信正念，就是让你们用

师父让你们正信正念，就是让你们用心去达到..

心去达到智慧的那一种内心的知识——

佛学知识，如果你有智慧了，就懂得什

么叫“福德资粮”，什么叫“智慧资粮”

以正念镇静

佛陀为他说了以下的偈：“对忿怒的人，以忿怒还牙，是一件不应该的事。对忿怒的人，不以忿怒还牙的人，将可得到两个胜利：知道他人的忿怒，而以正念镇静自己的人，不但能胜于自己，也能胜于他人。”

无漏的智慧

很多人做功德有漏，那是怎么漏的呢？有些人做一件好事非要搭一点贪心，做一点功德非要搭一点私心，这都会有漏。例如，因为我跟某个人比较谈得来，我就愿意跟他一起学佛，这也会有漏；因为这个人怎么样，我就恨他，又有漏。你这么左漏右漏，漏到后来就漏光了。所以，学佛修心，无漏实际上就是正思维的释放，也就是说，我做每件事情都是正

正念-益处

无漏的智慧

信正念正思维的释放，这样才不会有漏。举个简单例子，不管碰到什么事情，你先跟菩萨讲：“观世音菩萨，我今天没有任何私心，我今天真的是为了度他，我跟他接触不是因为 he 有钱，不是为了以后想得到他的帮助，观世音菩萨，您看得见我的诚心。”你敢这么讲吗？你们有几个人敢这样讲？如果你这么讲了，而且实实在在地去践行，那就是无漏的功德。

正念-益处

菩萨开示：没有什么不可能的事 只要心怀正念，就可成就正果

你可知专注和愿力有着不可思议的力量。魔用之会毁灭整个世界，而佛用之则拯救整个世界乃至整个宇宙。做什么事不要怕这儿怕那儿，目标不专一，什么也做不成，左右摇摆也会一事无成。你师父曾开示过：愿力大于业力，也就是这个道理。阴阳两极，白天黑夜，如同佛与魔，佛魔两立。魔专找那些左右摇摆、道心不坚的佛弟子，这样的佛子易走偏差

正念-益处

菩萨开示：没有什么不可能的事 只要心怀正念，就可成就正果

最终的结果可想而知。助师成愿不是那么容易，脱离轮回也不是那么容易的。你们这些弟子正念邪念的转换也就是轮回，也就是佛魔的转换。在六道中就会有轮回，出了六道就不会再有白天黑夜和阴阳两极，六道以上是纯正和纯善，那里便是佛国。能到那里的只有道心坚的人才行，没有愿力是不行的，有了愿力，没有行动也是不行的。愿力要分分秒秒

正念-益处

菩萨开示：没有什么不可能的事 只要心怀正念，就可成就正果

不可间断，也不可以松懈。行动包括你的心理活动和行为活动，想学佛、成佛这个愿力要分分秒秒把持住，并保持专注才能成就。不要再蹉跎岁月，人身是有时限的，有限生命可成就无限功名，这个功名说的是佛果啊。不要再质疑和怀疑，心怀正念，坚定道心，冲出六道，以报佛恩。’

正念-益处

正念长存无染著
用心行善苦厄过

11.3师父每日佛言佛語

正信正念地修下去
你就能得到正等正觉的果位

4.12师父每日佛言佛語

只要临命终起正念愿生生世世闻佛法、修佛道

观世音菩萨：“众弟子好好修，你们前世修来莫大福气，诸佛菩萨怜悯天下苍生，为我法门正法，你们大力弘扬我佛法门法义，临命终时善果具足必得我佛接引。今世不能成正觉者，莫哀泣，只要临命终起正念愿生生世世闻佛法、修佛道，我佛如来必在下一世指引你们回天之路。”

你必须要懂得正念，你才会解脱

我们要懂得忍耐。我们要懂得，在人间要清闲、自在。所有的一切都是一种境界，一种环境，并不是永远让你得到或者失去。佛法界经常讲：悟者识本性。就是说你要开悟你才能看到你的本性。今天你能够开悟，你才能识得真正的本性。你必须要懂得正念，你才会解脱。束缚无非就是你心里想不通，才会把自己捆绑起来。所以，学佛要真正地理解佛，学佛要明白佛的真实含义，佛的真实含义就是要让众生破迷开悟。

正念-益处

一个人如果临命终的时候

过去在佛法当中说：一个人如果临命终的时候，你的心中就要想到阿弥陀佛、观世音菩萨，然后自己要安乐舍寿。安乐舍寿什么意思呢？就是自己对自己的寿命要觉得很快乐，因为我在人间这个寿已经结束了，我应该得到的都得到了，没有什么可以留恋和难过的，无诸痛苦，就是没有所有的痛苦。而且在临命终的时候，自己心中正念现前、心不错乱，然后

一个人如果临命终的时候

手不纷乱，足不伸缩，就是有时候我们说：躺在床上时候手乱来乱动；足，就是脚不要伸过来升起来缩起来，一会伸直一会缩，实际上这些说的就是让我们学佛人不管面对死亡，面对人生的一切要稳得住。

满脑子完全是正念；什么梦考都考得过去

梦考考不过，说明你白天的意识还不够坚强。比方说你这个人吃素了，晚上梦中就让你吃很多很多东西，但是你梦中胃口大开，吃了荤食，就梦考没过。为什么？因为你的意念当中还没有完全把“素”放在你的心中，还有很多荤的，你觉得“我可以吃，可以不吃”，你就考不过。很多人在男女色

满脑子完全是正念；什么梦考都考得过去
方面梦考就过不去，说明你的意志不够坚强，你没有念到一心一意。满脑子完全是正念，你梦考，什么梦考都考得过去。因为你还有杂念，这是讲得好听一点；讲得不好听一点，你的梦中，你的心念当中还有歪念，还有不好的念头，所以你就考不过。

依靠自己的正信正念来解决一些问题

什么习性会伤害根基：除了妄语，你想想看，贪心是不是伤害？（是）恨心是不是伤害自己？（是）愚痴心呢？觉得跟人家都不合群，看谁都不顺眼，有傲慢心，自己难过吗？觉得人家怎么素质这么低，你的素质最好，你说难过不难过？（难过）怀疑人家，难受吗？怀疑人家会出人命的。你天天

依靠自己的正信正念来解决一些问题

盯着人家怀疑，怀疑到后来自己会变成神经病的。这种习性对自己心中都会产生不良的副作用，从现代话讲叫负能量。所以要正信正念，要相信别人，要能够依靠自己的正信正念来解决一些问题，明白吗？

真心正念才是好

济公活佛：“当谨记，诚信道德为规范，远离女色淫邪事，官运亨通步步高。假使为人不道德，勾结猪朋与狗友，倘若一朝大势去，被人唾弃臭名扬。钱财名利莫要追，真心正念才是好，假心假意害自己，下世轮回三恶道。我看你们都不懂，可怜可怜真可怜。”

相关定义

正念—如何

慈爱心灵共修 第一百四十四期 六波罗蜜—禅定33

慈爱
心灵



正念-如何

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”。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？

正念-如何

如何保持正信正念的道心

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

如何保持正信正念的道心

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

正念-如何

心念正念常存

首先，对社会上的干扰、烦恼和辱骂，要学会用内心来回答，如果自己的内心将所有的问题都已经回答了，那么这个问题可以暂时告一段落。比方说，先生在骂你的时候，你听到他的骂，你非常生气，但是你的心中就在自我解脱，你在想：“先生今天可能在单位里被老板骂了，先生非常的辛苦，他在单位里压力非常大，回家发点脾气，随他去吧。”你就

正念-如何

心念正念常存

用这种心态来解释给自己听，很快地你就不会对先生发脾气了，这就是我们说的用内心的问答来回答自己，将人间烦恼随着你内心的回答而向外抛。有的妈妈经常生孩子的气，但是一想：“这个孩子是来讨债的，我忍耐一点吧。”你就把这个烦恼抛开了，然后你把这个回答的意念牢牢地藏在你心底，只要孩子一不开心，你就想这个讨债鬼又来了，只要

正念-如何

心念正念常存

先生骂你，你就想到，他又被老板骂了，这就叫化解法。（掌声）第二，当你心中不开心、有烦恼的时候，你要让自己的心想着明天要做的事情，不要去想不开心的事情，多去想一想开心的事情，而且回想过去任何一件开心的事情，这个时候你的心就充满了正能量。（掌声）如果外界还在闹，外心还有烦恼，这个时候，你再问内心会怎么回答。首先，你

正念-如何

心念正念常存

就重复第一条的做法，如此循环反复，比如别人在外面骂你，你心里要想可能自己讲话不当心得罪过他，就让他骂几句吧，这样你的心就会常存正念，至少你不会生气难过，这就叫心念正念常存。（掌声）最后一条对付负能量的办法就是要用感恩的心，当你自己很委屈的时候，或者非常愤怒的时候，你的心中要有感恩对方的心。当你先生在骂你，或者你

正念-如何

心念正念常存

太太在骂你的时候，你要想一想，对方在家里忙了一天了，带了一天的孩子，而且对方很不容易，家境又不是太好，太太一直勤俭持家、打理家务，你要感恩她，不要再去骂她，这个时候你的恨心，或者她讲一句让你生气的话，你就把这个念头归于零了，你就不会再对她有什么不好的念头，不会再去恨她了。所以，感恩是化解烦恼最好的方法之一。

正念-如何

有时候你的正念现前，你很容易轻易而得到它的人生有很多的奇迹，而这些奇迹看似比登天还难，但是有时候你的正念现前，你很容易轻易而得到它的。人生也有很多的大灾难，看似非常的痛苦，其实你只要轻而易举，在意念上战胜它，可能你很快地就战胜它了。我们做人要懂得，我们不快乐并不是因为我们没有快乐的条件，是因为我们活的太复杂，不想活的太简单，我们活的太在欲望当中，我们活

正念-如何

有时候你的正念现前，你很容易轻易而得到它的得太不自量力地在执着和追求当中，所以我们会不快乐。快乐的心是靠着感恩，所以要想收获一个个人人间的快乐和幸福，要学会感恩。你要发现周围的一切，一切如常，没有任何人欠你的，也没有任何人你欠人家的，一切都是缘分。要经常想到我活着就是要来解决困难的，我不能逃避，生命的意义，我就是到人间来解决困难的，解决麻烦的，解决烦恼的。

有时候你的正念现前，你很容易轻易而得到它的

你拥有这种心态，你不就是烦恼即菩提了吗？

你来到人间，你害怕痛苦，害怕烦恼，害怕

一切，那你到人间来干嘛？到了人间就是还债。

他心中就正信正念

如果有念力的人，念根增长了，他有念力，他心中就正信正念，邪思邪念怎么到得了他的心啊？脑子里想出来的念头当然都是正念功德了

正念-如何

怎样正信正念地 坚定对菩萨的信仰而不落于邪见？

你们学过《白话佛法》吗？（学过）“学过”，里面全有的。你现在跑过来问就是没学过。什么叫正信？众善奉行，诸恶莫作，不就叫正信吗？迷信，就是因为着迷，我相信他，就叫迷信。我非常相信这个人，这叫迷信。佛法讲依法不依人，所以你不要去依靠某一个人，要根据他所讲的佛法是不

正念-如何

怎样正信正念地 坚定对菩萨的信仰而不落于邪见？

是正理。如果他讲的正的，谁都知道；如果他讲的不好的，谁都知道。现在我们学佛人智慧无穷，而且都有菩萨的般若智慧，所以有的时候当你讲的出格了，你纯粹是为了人间的一些利益和名誉来做一些解释，可能你就是落入了迷信。如果你是帮助他，解脱他的痛苦和烦恼，那你就叫正信

正念-如何

学习正念，才不会走偏

对于自身的不幸，挂念越久，会伤害我们越久。购买一些不需要的东西，就买不起需要的东西，看了太多不需要的书，就看不进真正让我们懂得道理的佛书。要放开自身的烦恼，有时候接触很多的烦恼，是因为被自己的六尘和六根所害，希望大家要多和善知识，多和正觉的法师们，和正信正念的学佛人在一起，合作交流，学习正念，才不会走偏，才能学

学习正念，才不会走偏

到真正的佛法。要用善知识的知识，来让自己的贪念、瞋念和愚痴心慢慢去除。要交好朋友，要找良师益友，希望你们找到一个好的佛友共同精进学佛。你们现在要找一个师父，这个师父是“明师”，不是有名的“名”，而是明白的“明”，师父一定会非常明白的有悟性的带领你们走出烦恼道。

正念-如何

出离六道靠心力 正信正念靠佛力

9.29师父每日佛言佛語 慈爱心灵共修 第一百四十四期 六波罗蜜-禅定33

慈爱
心灵



正念-如何

才能正信正念

每一个人都要懂得，这个世界就是你得来的也会很快地离去，就是你拥有的那只是你暂时地保管，不是你的永远就不是你的。所以修心不容易，就是要让我们懂得，把人间的烦恼早点抛开。因为修心，我们才能做到心中正念长存，不被外境所困扰，我们人只有静下心来，不迷惑颠倒，才能正信正念。有多少人，就是在贪心当中、执著地追求当中，失去了自

才能正信正念

己美好的青春和年华。我们年轻时候所追求的一切，现在看来都是如梦幻泡影，我们年轻时候所拥有的，现在又都全部失去了，我们今天所拥有的，可能过几年或者五年、十年之后，我们又会觉得一无所得，亦无所得故啊。

正念-如何

众生颠倒又梦想
学佛正信又正念
颠倒梦想很难醒
正信正念听佛音

希望大家好好地学佛，因为
只有佛能够引导我们正信正念
走出人生的低谷，去攀登
伟大、智慧、圆满的般若

守戒会获得更多正念

记住了，福分就是守戒。要想有福分，这个人要守戒；要想有智慧，这个人要守戒律。想拥有智慧的人，就要守好自己的戒律。一个人为什么要守戒？因为守戒就会让你正念。正念守戒，守住自己的戒律，你会获得更多的正念；你守不住戒，就会乱想、乱看、乱做，然后乱说，你就不庄严自己。

守戒会获得更多正念

你不尊重自己，谁来尊重你？你不把人家当回事，人家会把
你当回事吗？一个在别人面前说自己师父不好的人，就相当
于说爸爸妈妈不好，人家会认为你是个好人的吗？

正念-如何

如何保持正信正念

（师父在《弟子守则》和《弘法度人守则》里都提到正信正念，那我们在日常的修心修行里如何增强自身的正信正念？除了听师父的录音、听师父的《白话佛法》外，是否可以通过愿力来增强正信正念？正信正念的人一定是一个有大愿力的人，这样的理解是否正确？）意思就是怎么样保持自己的正信正念。记住了，心中要有一杆秤，什么是对的，什么是错

正念-如何

如何保持正信正念

的，菩萨早就告诉我们了：十善道、十善业都是对的；十恶业都是错的。你心中有正的东西了，你就知道什么是邪的了。正信是什么？要众善奉行，诸恶莫作，其实就是我们说的“正信”。念头是什么？你心中知道什么是错的，什么是对的，你才会生起信心。错的不做，对的就做，所以你会拥有信心。正信正念——有好的信仰，正的信心，然后产生一个很好的正确的思维和念头，这不就叫正信正念吗？

正念-如何

正念守戒

正念、守戒，这是师父今天给你们上课最重要的四个字。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？

正念-如何

要正念和正时来配合 才能得到你真正的正念

要用你的心去触摸自己的本性和良心。什么叫触摸？你去摸一摸你的良心再来讲法，你去摸一摸你的本性再来做事情。你对得起自己的良心吗？你们做任何事情对得起菩萨吗？你们今天做的坏事对得起你们的父母吗？所以学佛要净念。什么叫净念？净就是干净，念就是念头。要非常干净的念头，

正念-如何

要正念和正时来配合 才能得到你真正的正念

你才能得到正法；你的念头不干净，你所学的法门一定不是正法。如果这个法门教你不干净的东西，那你就要怀疑它的真实性了。听得懂吗？师父从来不评论任何法门，不讲任何一个法门好与坏，但是师父可以把道理讲给你们听，让你们自己去悟、自己去评判。如果一个法门教你们贪瞋痴，你们

正念-如何

要正念和正时来配合 才能得到你真正的正念

说这是个什么法门呢？如果一个法门教你们怎么样赌博，念什么经可以赚钱，你们敢修吗？你们听得懂吗？师父不想把这些事情讲得很明，要你们自己来悟道，什么叫正？什么叫偏？所以师父一直给你们讲要正念和正时来配合，才能得到你真正的正念。什么叫正念？正念也是要靠时间的。比如说

正念-如何

要正念和正时来配合 才能得到你真正的正念

你过去做这个事情你是对的，你觉得是正的，而你现在这个时代做这个事情明明是错的，你还是拿过去的这个事情说我是对的，实际上你就是错的。很多老人家不就是这样吗？以为自己过去是不得了的或自己年青的时候怎么样，而现在自己的工作没有了，经济也没有了，什么都没有了，跑到儿子

正念-如何

要正念和正时来配合 才能得到你真正的正念

媳妇家里还要指手画脚，讲东讲西的。你说这个老人家做得对不对呀？学佛也是这样，现在的时间要以现在的概念为准来弘扬佛法，你不能拿过去的来讲现在的，也不能拿现在的去和过去的比，那才叫真正的开智慧。师父讲的对不对？没有讲错吧？能比吗？这个天时在转，你怎么可以老拿过去的

正念-如何

要正念和正时来配合 才能得到你真正的正念

与现在的比呢？你们小姑娘的时候随便挑挑，谁都要你，现在还会有那么多人要你吗？时间不等人，时间不一样了。法门也是这样。现在的天时因为人的概念全部都在变化、在转化，师父没有一句话说是让这个佛法在转变，而是方法在变、在转变。同样在这一所大学里读书，过去用的教学方法和现在用的教学方法能一样吗？但这并不代表学习的目的是不一样的。

正念-如何

心态要常保持正念

心态就是你心里对某个人或一件事情的态度，这个态度来自于你的六根。干净的六根，会有一个好的心态；污浊的六根，会使你在人间变得非常的苦恼。拥有一个坦荡清静、纯洁的心态，你的心态一定会变得光明磊落。拥有一个不争不贪的心态，你的心将会处之坦然。

记忆加深(大家一起默念)

一行持正念：你的正念，经常在心中这么转来转去，就像巡逻队一样，就像防火墙一样。净化心绪，控制欲望。人的欲望要学会控制，没有欲望那是假的，有了欲望能控制它，戒律就能够守住，智慧就增长；时刻保持正念就能产生“正智慧”，无我的慈悲就是“正慈悲”。为众生想出来的方法就是“正智慧”，带着私心的那就叫聪明；只要是正的东西就会受到推广和接受，只

记忆加深(大家一起默念)

要是正的东西菩萨都会保佑。记住，修行一定要懂得正见、正信、正思维、正念、正定，从中一定能得般若智慧；破迷开悟：什么是迷？名，利，酒，色，财，气，贪，瞋，痴…我给你们讲的都是正法、正道、正信、正念和正时，让你们破迷开悟，学会离开自己的苦难，找到自己真正的快乐；真正的修行就是要停止一切人间的小我思维。很多人碰到事情就动小脑筋，都是小我的思

记忆加深(大家一起默念)

维，所以要修出定，慢慢地有定性出来，你才能从意念、杂念开始，慢慢进入到止念，止念之后才能定念…定的是佛陀佛法传给我们的正信正念，定在了这个正念上，才有正确的修行的智慧…要懂得止念、定念，停止自己的杂念，定住自己的正信正念；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

记忆加深(大家一起默念)

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”，连这种正的信念和念头都没有，怎么样能够得到菩萨的般若智慧？…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；第二资粮是智慧的

记忆加深(大家一起默念)

资粮，智慧福德是钱买不到的。师父让你们正信正念，就是让你们用心去达到智慧的那一种内心的知识——佛学知识，如果你有智慧了，就懂得什么叫“福德资粮”，什么叫“智慧资粮”；佛陀：“对忿怒的人，以忿怒还牙，是一件不应该的事。对忿怒的人，不以忿怒还牙的人，将可得到两个胜利：知道他人的忿怒，而以正念镇静自己的人，不但能胜于自己，也能胜于他人。”；

记忆加深(大家一起默念)

很多人做功德有漏，那是怎么漏的呢？有些人做一件好事非要搭一点贪心，做一点功德非要搭一点私心，这都会有漏…无漏实际上就是正思维的释放，也就是说，我做每件事情都是正信正念正思维的释放，这样才不会有漏…而且实实在在地去践行，那就是无漏的功德；菩萨开示：没有什么不可能的事，只要心怀正念，就可成就正果，你可知专注和愿力有着不可思议的力量。魔用之

记忆加深(大家一起默念)

会毁灭整个世界，而佛用之则拯救整个世界乃至整个宇宙…魔专找那些左右摇摆、道心不坚的佛弟子，这样的佛子易走偏差，最终的结果可想而知…你们这些弟子正念邪念的转换也就是轮回，也就是佛魔的转换。在六道中就会有轮回，出了六道就不会再有白天黑夜和阴阳两极，六道以上是纯正和纯善，那里便是佛国。能到那里的只有道心坚的人才行，没有愿力是不行的，有了愿力

记忆加深(大家一起默念)

没有行动也是不行的…不要再蹉跎岁月，人身是有时限的，有限生命可成就无限功名，这个功名说的是佛果啊。不要再质疑和怀疑，心怀正念，坚定道心，冲出六道，以报佛恩；正念长存无染著，用心行善苦厄过；正信正念地修下去，你就能得到正等正觉的果位；观世音菩萨：“众弟子好好修，你们前世修来莫大福气，诸佛菩萨怜悯天下苍生，为我法门正法，你们大力弘扬我佛

记忆加深(大家一起默念)

法门法义，临命终时善果具足必得我佛接引。今世不能成正觉者，莫哀泣，只要临命终起正念愿生生世世闻佛法、修佛道，我佛如来必在下一世指引你们回天之路。”；必须要懂得正念，你才会解脱。束缚无非就是你心里想不通，才会把自己捆绑起来。所以，学佛要真正地理解佛，学佛要明白佛的真实含义，佛的真实含义就是要让众生破迷开悟；过去在佛法当中说：一个人如果临

记忆加深(大家一起默念)

命终的时候，你的心中就要想到阿弥陀佛、观世音菩萨，然后自己要安乐舍寿…而且在临命终的时候，自己心中正念现前、心不错乱，然后手不纷乱，足不伸缩…就是让我们学佛人不管面对死亡，面对人生的一切要稳得住；满脑子完全是正念，你梦考，什么梦考都考得过去。因为你还有杂念，这是讲得好听一点；讲得不好听一点，你的梦中，你的心念当中还有歪念，还有不好的念

记忆加深(大家一起默念)

头，所以你就考不过；这种习性对自己心中都会产生不良的副作用，从现代话讲叫负能量。所以要正信正念，要相信别人，要能够依靠自己的正信正念来解决一些问题；钱财名利莫要追，真心正念才是好，假心假意害自己，下世轮回三恶道；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”。跟着师父最重要…要怎么样保持？第一，要跟着自己的师父

记忆加深(大家一起默念)

必须紧跟…第二，必须要常念佛，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；首先，对社会上的干扰、烦恼和辱骂，要学会用内心来回答，如果自己的内心将所有的问题都已经回答了，那么这个问题可以暂时告一段落…第二，当你心中不开心、有烦恼的时候，你要让自己的心想着明天要做的事情，不

记忆加深(大家一起默念)

要去想不开心的事情，多去想一想开心的事情，而且回想过去任何一件开心的事情，这个时候你的心就充满了正能量…如果外界还在闹，外心还有烦恼，这个时候，你再问内心会怎么回答。首先，你就重复第一条的做法，如此循环反复，比如别人在外面骂你，你心里要想可能自己讲话不当心得罪过他，就让他骂几句吧，这样你的心就会常存正念，至少你不会生气难过，这就叫心念

记忆加深(大家一起默念)

正念常存…最后一条对付负能量的办法就是要用感恩的心，当你自己很委屈的时候，或者非常愤怒的时候，你的心中要有感恩对方的心…感恩是化解烦恼最好的方法之一；人生有很多的奇迹，而这些奇迹看似比登天还难，但是有时候你的正念现前，你很容易轻易而得到它的…快乐的心是靠着感恩…你要发现周围的一切，一切如常，没有任何人欠你的，也没有任何人你欠人家的，一

记忆加深(大家一起默念)

一切都是缘分···你来到人间，你害怕痛苦，害怕烦恼，害怕一切，那你到人间来干嘛？到了人间就是还债；如果有念力的人，念根增长了，他有念力，他心中就正信正念，邪思邪念怎么到得了他的心啊？脑子里想出来的念头当然都是正念功德了；怎样正信正念地坚定对菩萨的信仰而不落于邪见？：学《白话佛法》···什么叫正信？众善奉行，诸恶莫作···如果你是为了帮助他，解脱他的

记忆加深(大家一起默念)

痛苦和烦恼，那你就叫正信；有时候接触很多的烦恼，是因为被自己的六尘和六根所害，希望大家要多和善知识，多和正觉的法师们，和正信正念的学佛人在一起，合作交流，学习正念，才不会走偏，才能学到真正的佛法。要用善知识的知识，来让自己的贪念、瞋念和愚痴心慢慢去除。。要交好朋友，要找良师益友，希望你们找到一个好的佛友共同精进学佛。你们现在要找一个师

记忆加深(大家一起默念)

父，这个师父是“明师”，不是有名的“名”，而是明白的“明”，师父一定会非常明白的有悟性的带领你们走出烦恼道；出离六道靠心力，正信正念靠佛力；因为修心，我们才能做到心中正念长存，不被外境所困扰，我们人只有静下心来，不迷惑颠倒，才能正信正念…我们今天所拥有的，可能过几年或者五年、十年之后，我们又会觉得一无所得，亦无所得故啊；众生颠倒又梦想

记忆加深(大家一起默念)

学佛正信又正念。颠倒梦想很难醒，正信正念听佛音；希望大家好好地学佛，因为只有佛能够引导我们正信正念，走出人生的低谷，去攀登伟大、智慧、圆满的般若；守戒就会让你正念。正念守戒，守住自己的戒律，你会获得更多的正念；你守不住戒，就会乱想、乱看、乱做，然后乱说，你就不庄严自己。你不尊重自己，谁来尊重你？；如何保持正信正念：记住了，心中要有

记忆加深(大家一起默念)

一杆秤，什么是对的，什么是错的，菩萨早就告诉我们了：十善道、十善业都是对的；十恶业都是错的。你心中有正的东西了，你就知道什么是邪的了。正信是什么？要众善奉行，诸恶莫作，其实就是我们说的“正信”。念头是什么？你心中知道什么是错的，什么是对的，你才会生起信心。错的不做，对的就做，所以你会拥有信心。正信正念——有好的信仰，正的信心，然后产生

记忆加深(大家一起默念)

一个很好的正确的思维和念头，这不就叫正信正念吗？；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；师父不想把这些事情讲得很明，要你们自己来悟道，什么叫正？什么叫偏？所以师父一直给你们讲要

记忆加深(大家一起默念)

正念和正时来配合，才能得到你真正的正念。什么叫正念？正念也是要靠时间的…学佛也是这样，现在的时间要以现在的概念为准来弘扬佛法，你不能拿过去的来讲现在的，也不能拿现在的去和过去的比，那才叫真正的开智慧；心态要常保持正念，心态就是你心里对某个人或一件事情的态度，这个态度来自于你的六根…干净的六根，会有一个好的心态；污浊的六根，会使你在人间变得非常的苦恼



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



建议设置闹钟以免错过 | 北京时间

一周4次共修时间

【周二、四】早6:20-白话晨读

【周五】早6:20-白话书籍精修

【周六】下午2点-专题共修



👉 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

慈愛
心靈



更多精彩内容

<http://www.ciaixinling.com>

如有不如理不如法之处，请南无大慈大悲观世音菩萨
和护法菩萨原谅！请各位师兄原谅！感恩合十！

慈愛
心靈

