

# 要安住心，就不必忍耐

要把自己的心放平啊，我已经很好了，我已经在人间平安的活着，我已经得到这个法门了，我有家，我也有些钱，我不会睡在马路上。看看那些睡在马路上的老人、流浪汉，我很好了，根本无所谓忍耐，不要忍耐啊。实际上，社会上的很多事情都是无所谓的，不要老想着“我要忍耐”。忍已经是不对了，已经是精神上出毛病了。“我一直忍到今天”，出毛病了，永



# 要安住心，就不必忍耐

远有一天夫妻会吵架，“我天天忍耐你，我不能忍耐了”，总有一天会不能忍耐。只要你有“忍耐”这两个字，你就会有不能忍耐的那一天。白话佛法6-21



# 不忍耐才不住心；一切相处不住心

好好听着这句话，“一切相处不住心”。就是说，你对所有的事情，对所有的人，你跟他相处之后，你不要往心里去，菩萨的话多精辟啊。“不住心”，就是不要把任何事情驻扎在你的心里啊，那你就不会产生忍耐了嘛。心无所属，你的心没有属于某一件事情，你不就是自在了吗？你现在的心属于你放在冰箱里的一瓶酱菜，不管谁动了这瓶酱菜，你的心就会跟着动。



# 不忍耐才不住心；一切相处不住心

虽然马阿姨这瓶酱菜是师父吃的，你们不能吃，但是人家一吃了，一碰了，马阿姨就觉得，你们对师父不尊敬，不好，然后，她的心实际上就被这瓶酱菜锁住了。师父叫你们无所住心啊，就是没有一个地方可以把你们的心留住，你才自在。看见人家不开心了，看见这个人讨厌了，你就把这个心留在他身上了。一看见这个孩子就操心，你的心不就到这个孩子身上去了吗？

# 不忍耐才不住心；一切相处不住心

心无所属，就是说，我的心没有属于某一个人，我的心没有属于某一件事情，所以，我的心才自在啊。你小马的心现在属于儿子，儿子好，你开心；儿子不好，你发脾气，对不对？你的心所属于你儿子了。所以，人家为什么弄一个人的话，就抓他的弱点啊，因为他的心有所属啊。无所住上儿子的心，要学会心无所属，实际上就是得到解脱。 白话佛法6-21

# 不必去忍耐，就能够安住自己的心

你不必去忍，你根本就无所谓耐，没有“忍”，哪里来的“耐”？“耐”就是觉得日子很难过，因为我忍了，所以我觉得耐不住、耐了很难过，就是忍耐。但是我没有怨恨，我觉得一切很正常，那你就离开了人间的一切境界，就得到自在，远离一切烦恼。今天不离开烦恼的人，就不得自在；今天无所谓了，什么事情都很正常，你就得自在。得自在的人就离一切执著，“

# 不必去忍耐，就能够安住自己的心

我不执著了，我觉得没有什么可以执著的，因为这些都是很正常的，发生了就发生了”，所以不执著的人就得自在，然后就能放下一切。

白话佛法11-27



如何做到忍辱-10.提升

# 恢复到原始状态

真正学佛的人，是有功夫的，你去看，很多人：你再跳，他不跳；你再闹，他不闹；你再笑，他也没反应。就是对人间的一切已经恢复到原始状态，没有觉得这个世界的一切可以开心、不开心。实际上这一切让你开心、让你不开心的，都是你的心。所以人为什么要学会涅槃？为什么要修行？为什么要懂得五蕴？为什么要懂得三昧？为什么要懂得烦恼？你懂得烦恼，才能消除烦恼；你



如何做到忍辱-10.提升

# 恢复到原始状态

今天不知道什么叫烦恼，你就消除不了烦恼。很多人活在这个世界上就像喝醉酒一样，稀里糊涂地过一生，他们很苦，因为他们根本不知道学佛是为了什么，他们就知道“我学佛之后要求这个成功、求那个成功”，他没有很高的忍辱波罗蜜。白话佛法170401

慈爱心灵共修 第五十七期 六波罗蜜-忍辱14如何做到5

慈爱  
心灵



# 我们根本不用忍辱啊

我们原来就是这样，我们根本不用忍辱啊，你不要去想，哪来的忍辱啊？还要说断烦恼尽。真正的大乘佛法讲到断烦恼尽，如果你没有烦恼，你要断什么烦恼呢？我不造烦恼，我哪来的烦恼啊？不增也不减，所以，心是完全平等的，是干净的，“不增不减，不垢不净”，讲到《心经》了吧？要明白啊，心无有起，心没有起来过，心根本是不动的，原来就是空的，所以，因缘俱灭，你的因没有了，你的缘分也没有了。

白话佛法7-27

慈  
爱  
心  
灵

## 即非辱，何来忍呢？

但是真正的菩萨把忍辱不看作忍辱，修到最成为自然的  
不觉得自己自己在忍辱。如果觉得自己还在忍辱，那叫着相。  
真正的忍辱是不把它看成忍辱了，即非辱，何来忍呢？  
能够忍辱的人才能够精进啊。如果不能忍辱就精进不了。

白话佛法3-30

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

