

谛察法忍-懂得真谛来克制自己

这种忍耐就是让你知道，这个世界上一切体性虚幻，要知道人间无生无灭，你要懂得你的心一切都是妄念。你有时候一个妄念起来了，你很难过，你一定要想去做，但是你用你自己的戒律克制自己，让自己不要去做。所以你要谛察，要懂得真谛来克制自己，安然的人格，在心中忍耐。因为你知道这个世界是无常的，你要忍耐一下。白话佛法9-3

佛学基础知识-如何持戒的讲究1

引以为戒

慈爱心灵共修 第三十九期 六波罗蜜-持戒18如何持戒的讲究（1）

慈
爱
心
灵



如何持戒的讲究1-引以为戒

反思-以史为鉴

学佛人讲的就是自己怎么样忏悔才能拥有未来，忏悔的人才不会再犯错，不忏悔的人他以后还会犯错，这是很重要的；“以史为鉴”，就是过去做错的事情不能再犯，必须常常地忏悔，思维上要引起重视，觉得自己这个事情是做错的，以后才不会做错。所以经常做错的人，因为是忘记了过去曾经做错的事情，或者不引以为戒，这样才会犯更大的错误，明白了吗？

Wenda2015090400:56

慈爱心灵共修 第三十九期 六波罗蜜-持戒18如何持戒的讲究（1）

慈爱
心灵



平衡的心态-看到别人不好

要警戒自己，是因为我们没有好好修行

看到别人好了，想到别人是付出努力的，这样心就平衡了；

看到别人不好，要警戒自己，是因为我们没有好好修行。

平衡自己的心态就决定不同的人生观和价值观，都是靠着

一种平衡的心态。140308新加坡



如何持戒的讲究1-引以为戒

懂得接受意见 -有则戒之、无则加勉

人经常会错误地理解别人的好意，人家明明是帮助你，你却觉得他是在骂你，那只会让自己吃亏，并且让别人看低你。所以，要懂得接受意见，不管它是好的、坏的，要学会**有则戒之、无则加勉**。 181011 纽约

慈爱心灵共修 第三十九期 六波罗蜜-持戒18如何持戒的讲究（1）

慈
爱
心
灵



人为什么会吵架？—愚痴

当一个人在讲人家不好的时候，实际上，他说你不好，他有毛病，你要先听他说什么。如果说对了，你就要改；如果说得不对，你就要戒之。人的毛病就是，刚听到人家说自己不好了，他马上不是要改变自己，而是要找出对方的毛病，说人家也是这样的，这就叫愚痴。每个人都要从自己做起。

白话佛法7-47



有则戒之无则加勉

实际上想一想就知道了，任何只要被人家讲的，他一定有因果。一定要懂得看破、放下。这就是现代话经常讲的“有则戒之，无则戒勉”。白话佛法140313

讲都不要讲的，还要讲，自己摸摸良心讲讲话就可以了，如果大家每个人学佛都像你这样，行啊？（嗯，我……嗯）还有理



如何持戒的讲究1-引以为戒

有则戒之无则加勉

由，就是没修好。没有什么理由的（嗯，我知道）有则戒之无则加勉。好好努力去。 Wenda20120701B35:35

我虽然没这个错误，但是我防止，就是戒，我当心一点
白话佛法5-4

师父讲我讲错了，我还是原来的我，给我增上缘；师父讲得对了，也是原来的我，我也不骄傲。我有则戒之，无则勉之，有



有则戒之无则加勉

什么关系呢？所以别人讲不讲对你们没有关系的，那就是修为高了，有位置了 白话佛法5-4

台长的每一句话你都不听，你怎么学得好佛？（嗯）知道什么叫学佛吗？师父讲你，你做错没做错，也要懂得无则戒之，有则改之，懂得忍辱才能精进啊（嗯）永远有道理，怎么学得好



有则戒之无则加勉

佛啊？这个人间全都是假的东西，你拼命找，找得出真的东西吗？学佛要改掉身上好多毛病的，你以为磕磕头就好啦？你求得灵不灵就知道自己修得好不好了 Wenda2012060801:01:45

什么是持戒？就是坚决不做不好的事情。忍辱是什么？就是不管千条理由、万条理由，你不要去讲，不要解释。因为有修养



有则戒之无则加勉

的人，别人讲你你可以化解。因为别人讲你是对的，你就好好的改。别人讲你不对的，那你好好地把他戒之，做为自己的加勉。所以我们学佛做人绝对要懂得有个规律。那就是要静心，心要定下来。安静才能住心。当一个人安静的时候他就不会有贪心了。白话佛法150108

做人做事情以后不要太多地解释

你想想看，台长跟你们讲讲，“哦，是是是，知道了。”你想想如果你跟你先生讲话，你的先生讲你一句不好，或者你的爸爸妈妈讲你一句不好，你总要解释半天，实际上这种就是不接受态度，这种就不是学佛修心人。学佛修心人应该是“有则戒之，无则加勉”。不要老去讲，老去讲实际上就是制造你的因。



做人做事情以后不要太多地解释

你要知道你今天不承认的话，下次你讲他，他也不承认。所以为什么很多庙里的和尚、法师他们不愿意多讲话，因为出口就是造因，就是有冤结。所以很多事情要懂啊，就是少说话呀，我告诉你呀，你只要讲出来的就是造因果了，少说话啦，傻姑娘

Shuohua20130802 09:20



如何持戒的讲究1-引以为戒

看到贫困果

一、要引以为戒，心里要常舍

走在马路上看见那些乞讨的人，你应该知道这些都是上辈子和这辈子没有播种自己的善因，所以他们得到的是贫困果。所以看见别人这样，我们心就要引以为戒，心里要常舍。你有时候给他们一块两块的，给他们几毛钱，他们也不会发财，但是你这个舍心就在心中种下了善因。那么别人拿了你这个钱，他去



如何持戒的讲究1-引以为戒

看到贫困果

一、要引以为戒，心里要常舍

做，继续做坏事，或者装着贫穷，实际上这个是他个人因果个人承担。而你，因为你布施了一点点，你的心中就会有善根种下。白话佛法170504



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

