

# 佛学基础知识

# 六波罗蜜-禅定

15

慈爱心灵共修 第一百二十六期 六波罗蜜-禅定15



# 相关定义

念、念力

慈爱心灵共修 第一百二十六期 六波罗蜜-禅定15

慈愛  
心靈





## 不正确的思维，不正确的念头就是邪念

明明知道，喝酒会伤肝，抽烟会伤肺，我们还要这么做。明明知道今天出去参加摩托车比赛，说不定就回不来了，可是还是要去，争强好斗。实际上，这些人就是因为心念不正和有邪念，这个邪，是人间之邪。这个邪，就是没有智慧的意念。在佛法当中，称之为邪思、邪念。也就是说，不正确的思维，不正确的念头就是邪念。举个例子，比如帮助人家，



## 不正确的思维，不正确的念头就是邪念

如果用正常的心理去帮助人家，那就是正思、正念。如果你想占有人家便宜，或者想得到人家的回报才去帮助人家，实际上，这就是偏邪的。所以，我们一定要避开邪念，存有诚心。



# 一个人在人间他拥有最多的 实际上就是不正的念头

不正的念头在佛法界讲起来叫邪思邪念。  
因为我们有邪思邪念，所以我们就没有  
珍惜自己应该得到的东西。





## 有欲望，你就会有念头

我们自己各种各样的念头，为什么会起呢？因为我们有欲望啊。有欲望，你就会有念头，有了念头，你就会有行为，而杀、盗、淫的孽行，也是这样来的。杀了动物，吃了口香；偷盗人家的东西，以为自己拿了就用了舒服了；淫荡之心，这些都是不好的。所以，希望大家一定要戒之啊，慎之啊。我们做人要用慈悲心，要用菩萨的真心、真情，来对待人间所有的生物，只有这样对待所有的生物，我们才能把人间的佛法学好，才能修成正果啊。



相关定义-念、念力

快乐  
也是一个念头





## 只要有了坏念头就是有罪了

菩萨在经文中讲：起心动念无不是业，无不是罪。什么叫起心动念？我们不要以为做了一件坏事情后才是坏，其实还没有做坏事情之前，只要有了坏念头就是有罪了。如果把坏意念落实到行动上，就是在思维和行为上双重犯罪了。有些时候意念思维的犯罪大过行为犯罪。学佛之后，很多人醒悟到，自己原来是那么的不可救药，原来浑身都是毛病、罪孽深



## 只要有了坏念头就是有罪了

重。自己原先认为很好的事情，在学佛之后认识到怎么都是犯罪啊！在我们的日常生活中，任何一个念头都要和贪念、嗔念和愚痴三毒来作战。我们在和不好的念头抗争的时候，很容易输掉的。为什么呢？有一句话叫“具缚凡夫”，就是自己把自己捆绑起来了。因为我们所有的贪嗔痴，我们在人间所做的不好的东西都是无史劫以来积累的恶习气，早晚会被捆绑起来。



# 念头就是因，出来的果报，那就是果

所以因加上在人间的助缘就等于果。坏因一定有坏的助缘，比方说你今天要做一件坏事了，有人说：“对啊，就去打他，就去弄他”。好了，恶缘一到，你做了这个因了，接下来你就等着果吧。





## 恶果长得快，善因种得慢啊

恶果一出来，可以把他的善念、善因和善果全部遮住。我们每一个人做了很多的恶业还不知道，所以学佛最重要的修行在于修智慧。

很多人有很多其他的方法、法门，注重一个方面是不行的，学佛、学法要注重自己所有的身口意，不能光修身，也不能光修自己的口业，也不能光修自己的意念，要身口意一起修，





## 恶果长得快，善因种得慢啊

要增加自己内心的一种能量和承受力。你如果没有修心，就会相互谋害：用你的意念会伤害到你的口业，用你的口业又会伤害到你的意业，用你的意业又来伤害到你的行为。这就是相互谋害。举个简单例子，你的意念不好，你的行为就会做出打人或者不好的动作；因为你经常做出不好的动作，你整个的意念就变成肮脏、无耻、下流。你的意念不好影响到你的嘴巴；你的嘴巴经常骂人，你的意念就会受到影响。





# 要好好地懂得念头、五根都要清净

师父经常跟法师讲七觉支、八正道、五力、五根、四神足、四正勤、四念住，还有三十七道品等等一切佛法的基本教义，以后都要跟你们讲，包括涅槃。所以要学，那就好好地学；要想成佛，就得花很大的精力，不是说今天学学，明天就不学了。因为人生就是苦恼、烦恼的集合，人间是烦恼道，这个世界一切事物都是因缘所成，希望大家好好地学佛。



# 一定要把善念和不善的念头，都交给菩萨

把善念交给菩萨，菩萨会加持你；把不好的念头交给菩萨，菩萨会帮你忏悔。自己得到了忏悔，你就会让自己的心得到明亮。师父告诉大家，就犹如一个小孩子。做对了事情，告诉了妈妈，妈妈会表扬他；这个孩子做错了事情，对妈妈说“妈妈我做错了”，妈妈也是给他鼓励，以后不要再做错事情。这就是为什么我们要对着菩萨来忏悔。





# 一定要把善念和不善的念头，都交给菩萨

实际上当你跟菩萨承认和忏悔自己业障的时候，你们知道是谁在帮你们承担这些罪孽么？是谁在帮你们分担忧愁么？你们的罪是菩萨在帮你们顶啊！这就是为什么耶稣这么伟大、观世音菩萨这么慈悲！让别人得到解脱，把自己钉在十字架上，来承受人间所有的痛苦。我们人在吃苦的时候，菩萨就来替我们受苦了。就像一个母亲看见孩子在吃苦的时候，





# 一定要把善念和不善的念头，都交给菩萨

孩子跟妈妈说“妈妈我做错了，别人来追杀我了，妈妈你救救我”。等到别人砸门的时候，妈妈挺身而出“你们要抓就把我抓去吧，孩子是不懂事情的”，最后人家就把妈妈抓去了一样。





## 相关定义-念、念力

# 念头能够给别人一个回旋的余地 你就能避开很多的灾难

现在社会中，当灾难来临的时候，为什么有些人很难避开，而有些人就能消灾解难、化解人间的忧愁。实际上这是看你自己的意念。当你想明白的时候，不跟别人去争，不跟别人去抢，你的心就比较平静平安，你就能避开很多的灾难。很多人就是不平一时之气，心中没有包容、圆融之心，所以他



# 念头能够给别人一个回旋的余地 你就能避开很多的灾难

什么事情都会往坏的方面去想，想让自己赚尽人间的便宜，没有一点奉献的精神，没有想到别人的痛苦，他慢慢的就会形成一个概念：为什么我要吃亏？——这就造成了他的心理不平衡。当一个人心理不平衡之后，就缺少良心；当一个人心里对某一件事情已经有看法之后，你要他改变，就比较困





## 相关定义-念、念力

# 念头能够给别人一个回旋的余地 你就能避开很多的灾难

难了。所以，我们不能离自己的心太远。你的外心和你的意念离你的良心和本性太远之后，你很快就会有灾难了。不跟别人争斗，你会得到更多的空间，而这个空间，就是你今天的念头能够给别人一个回旋的余地，你就能避开很多的灾难。举个简单例子，要打官司的人，如果你一定要争，官





# 念头能够给别人一个回旋的余地 你就能避开很多的灾难

司就避免不了；如果你懂得避开官司，想别人所想，觉得“没关系，我们吃一点亏，几年之后，十几年之后，这不算什么”，这时你的本性就显现出来了。你不跟别人争斗，你就不会害怕，这样你在人间就不会整天活在恐惧当中。





## 相关定义-念、念力

# 我们要用非常干净的念头 才能得到干净的佛法

希望大家要懂得我们应该怎么样在自己的心中，要有一个伟大的理想，而这个理想，我们就是要懂得愿力、我们要懂得这个理想——就是要念经、修行，然后我们要帮助自己多度人，积功累德、积福行善。很多人天天把佛当成偶像来拜、天天磕头念经，整天为自己所求，实际上你没有得到自性



## 相关定义-念、念力

# 我们要用非常干净的念头 才能得到干净的佛法

佛。只有当你去救度别人的时候，你才能真正懂得我们是什么样的一个学佛人。

师父跟大家讲，我们要用非常干净的念头，才能得到干净的佛法。如果你去用偏心、偏听去学佛，你慢慢地就会学到邪法。师父告诉大家，学佛不能走捷径，学佛是一步一个脚印



# 我们要用非常干净的念头 才能得到干净的佛法

走出来的。很多人以为这样（走捷径）就可以学到，那他实际上已经是走偏了。所以我们要学妙法，我们要修成开悟、修成极乐、修成四圣道、修成佛道，你才能修成大觉。





相关定义-念、念力

## 心体离念是德

即把心作为一种能量体。如果你的心能够没有念头就是德。要知道你的心，里面包含的是什么？做的是什麼？这个能量体的摄入量（即各种念头及行为）如果进去的是好的东西，你的心就是佛。进去的是肮脏的东西，你的心就是魔。你要了解你的心，要知道你的心到底在做什么。所以佛法上讲“心体离念”，就是你的心要完全离开你的念头，做任何事情要用自己的心做，如果你的心里进入了好的东西，就是德，





相关定义-念、念力

## 心体离念是德

因为好的东西进去了之后，你就知道你自己这个德性，接受了好的东西你就是有道德的人。如果你的心里进入了肮脏的不好的东西，就是缺德。

怎样才能使你没有杂念？首先要离念，离念就是无念，无念就是德。你没有念头了，你离开这个念头了你就有德了，有任何的念头，你就会有参差上下，就像一个钟一样，你有念头时，你的心就会摇摆不定，如果没有念头时，摆针就不动





相关定义-念、念力

## 心体离念是德

了，定住了，有念头就会有念差，所以要记住无念就是德，因为你经常无念就会转换成另外一种念，叫无无念。如果有念就会有烦恼，有烦恼就是有念头，把有念头变成无念头，就是德。这个宇宙的真相就是万变不离其宗，就跟六道轮回一样，人在六道转，转不出来，要有明师指点把你们拉出来，但是很多人跟着师父刚刚修出来了一点，又进去了。因为人生就像一个大漩涡，刚刚出来一点，又转进去了。要记住把有烦恼变成无烦恼，你的德就出来了。





## 相关定义-念、念力

**心不动，万物皆不动；心不变，万物皆不变**

要掌握好自己心性，时时刻刻把握好自己心里面这一念之间的思维。起心动念那是最重要的，你怎么样要用真的在人间生活，真的是什么？真的就是你的本性。一念之间，你在这么思考；一念之间，你的口要积善行善，积德留德啊。你一个动作，你应该怎么做，就能够让别人从你身上看到菩萨呀。所以去表扬一下你身边的人，你又种下了口德啊；如果





# 心不动，万物皆不动；心不变，万物皆不变

你去帮助别人，你今天又做了善行；如果你思佛想佛，你就拥有了用菩萨的智慧来选择人间的一切的权利。所以放开自己的心，舍下更多，你才会懂得佛讲过的一句话——命由己造，相由心生。世间万物皆是化相，心不动，万物皆不动；心不变，万物皆不变。





## 要花精力培养好自己的善心、善念

要灭掉自己不应该有的，要花精力培养好自己的善心、善念，让好的东西在心中慢慢地壮大，把那些恶念、恶心慢慢地移到一边，使好的东西、好的习惯在心中形成习惯。师父跟大家这么多年经常讲一句话，心就是个土壤，你到底怎么去耕耘呢？看你怎么去选择啊，你撒什么种子，它就会结什么果啊。你的良心撒满了善良的种子，你不就结满了善良的果实吗？



## 要花精力培养好自己的善心、善念

所以我们学佛人要提倡安祥禅、生活禅，有时候学会安祥，把我放到哪里我都很安祥。生活不管苦和乐，我都是那么的在禅定当中生活。一个念头就是一个种子啊，所以我们一个种子种下去，知道会产生不同的果报。所以人要懂啊，你不能乱想，因为人的种子只要想什么就种什么呀，所以你种善得善，种恶就得恶。你种什么你就有什么啊，你种了很多的





## 要花精力培养好自己的善心、善念

恶念，杂草丛生；你种的善良的念，鲜花满园。所以，成佛绝对不是一句空话，佛者觉也，觉悟的人啊，就是佛呀；想通的人就是菩萨呀；能够放得下的，那已经到了我们说声闻道和缘觉道了；想不通的人就进入人道了；恨别人，难过、嫉妒的人已经到了畜生道了；做恶事的人，在背后搞别人，你已经进入鬼道了。所以耕种你的心啊，传递你心中的正能



# 要花精力培养好自己的善心、善念

量，要用你的心，没有办不到的事情，  
因为你们知道这个心那是无量无边的，  
因为这个心才是你真正的你的人人生啊。





# 有种种的念头，都是不好的

很多这种贪瞋痴的杂念，  
你久而久之一定会着魔的。





## 相关定义-念、念力

**这种意念和想象力实际上可能就是阻碍你**

如果你想到西方极乐世界，你应该求生西方阿弥陀佛的境界，如果你觉得你应该到四圣道，这个四圣道已经是脱离六道轮回了，你则可以修性、修心学佛念经再去求佛慈悲，让你走上四圣道。

一个人到了晚年身体不好，到了要走的时候，他的意念是非常重要的。这种意念和想象力实际上可能就是阻碍你，或者主导你能够上天还是入地的一个很重要的因素。因为当我们



## 相关定义-念、念力

**这种意念和想象力实际上可能就是阻碍你**到晚年的时候，我们心中有一丝一毫其它的念头，可能这些念头就把我们和菩萨的心隔开了。当你要走的时候，你可能会想到我家的钱，我的房子，我的孩子，我的车子，我的所有的一切，实际上明明已经是不归属于你，（在人间本来就是临时归属你的东西），你还去想着，那么你的意念就和菩萨有天壤之别，越走越远，你就上不了天啦，也不能得到菩萨的加持力。





## 为人之道，就是你起心动念

我们学佛，要懂得因材施教，要以道德为本，一个有道德的人，他才能学佛；一个人要学会道德，他才称是一个真正的人。一个人没有道德的人，他在社会上就是无用之人。古时候讲的孝悌、忠信、礼仪、廉耻，实际上就是说，我们要孝顺，要忠诚，要有信用，要讲仁气，要懂得廉耻。在生活中，为人之道，要得到道德的道，才能得到天上认可成为德。





## 为人之道，就是你起心动念

为人之道，就是你起心动念，就是你心里想什么，你动什么念头，你做任何事情，你的谈吐和语言都要符合道德。人的语言非常重要，你的意念一动，和你的语言有相当关系，你的善言善语可作为入圣之基，就是说进入圣人的基础。如果你没有讲出那些好的话语，而是讲出那些下贱的、不堪入耳的、让人感受到不能理解的语言，你不但不能入圣，而且作为一个常人的基础都不够。



## 要明心见性

就是要能够明白世界上一切的现象全部都是由自己内心所造，你想做什么样的人，你就会得到什么样的果报。你今天想做善良的人，你看到自己的佛性了，那么你就能得到佛性的回报；你如果今天对一件事情内心不清净，你就会活在虚幻中；如果你很明白地知道这件是善事，“我众善奉行，我的内心拥有佛”，你做出来的就是佛法和佛性。



## 要破自己的一念无明

一个人能够懂得大乘佛法，能够救度他人，利益天人，众生，度一切苦恶，然后运用佛的智慧，自然的智慧，以大悲心能够利益有情众生，是名“大乘”。所以如果是要想做菩萨的，你必须修大乘，要做佛的话，那必须在大乘的基础上摄受更多的有情众生和精进。比方说，摄受于“戒、定、慧”三学，然后在自己的智慧当中加上禅定，然后要破自己的一





## 要破自己的一念无明

念无明，也就是说一个念头都不能不清楚，要完全的清清楚楚，用自己的一念无明打破无始无明而见到本源自性。也就是说用自己的生活当中学佛得到的解脱、同体大悲来破掉人间的所有的无明，来见到自己的本性和良心，掌握自己的心，净化自心。





# 记忆加深(大家一起默念)

—因为心念不正和有邪念，这个邪，是人间之邪。这个邪，就是没有智慧的意念。在佛法当中，称之为邪思、邪念。也就是说，不正确的思维，不正确的念头就是邪念…一定要避开邪念，存有诚心；一个人在人间他拥有最多的，实际上就是不正的念头，不正的念头在佛法界讲起来叫邪思邪念。因为我们有邪思邪念，所以我们就没有珍惜自己应该得到的东西；有欲望，你就会有念头，





# 记忆加深(大家一起默念)

有了念头，你就会有行为，而杀、盗、淫的孽行，也是这样来的…一定要戒之啊，慎之啊；快乐也是一个念头；菩萨在经文中讲：起心动念无不是业，无不是罪。什么叫起心动念？我们不要以为做了一件坏事情后才是坏，其实还没有做坏事情之前，只要有了坏念头就是有罪了。如果把坏意念落实到行动上，就是在思维和行为上双重犯罪了。有些时候意念思维的犯罪大过行为犯罪





# 记忆加深(大家一起默念)

…在我们的日常生活中，任何一个念头都要和贪念、嗔念和愚痴三毒来作战。我们在和不好的念头抗争的时候，很容易输掉的；念头就是因，出来的果报，那就是果，所以因加上在人间的助缘就等于果；恶果长得快，善因种得慢啊，恶果一出来，可以把他的善念、善因和善果全部遮住。我们每一个人做了很多的恶业还不知道，所以学佛最重要的修行在于修智慧…学佛、学法要注重





# 记忆加深(大家一起默念)

自己所有的身口意，不能光修身，也不能光修自己的口业，也不能光修自己的意念，要身口意一起修，要增加自己内心的一种能量和承受力。你如果没有修心，就会相互谋害；要好好地懂得念头、五根都要清净；一定要把善念和不善的念头，都交给菩萨，把善念交给菩萨，菩萨会加持你；把不好的念头交给菩萨，菩萨会帮你忏悔。自己得到了忏悔，你就会让自己的心得到明亮…实





# 记忆加深(大家一起默念)

际上当你跟菩萨承认和忏悔自己业障的时候··你们的罪是菩萨在帮你们顶啊! 这就是为什么耶稣这么伟大、观世音菩萨这么慈悲! ; 要用非常干净的念头, 才能得到干净的佛法。如果你去用偏心、偏听去学佛, 你慢慢地就会学到邪法。师父告诉大家, 学佛不能走捷径, 学佛是一步一个脚印走出来的。很多人以为这样(走捷径)就可以学到, 那他实际上已经是走偏了; 心体离念是德,





# 记忆加深(大家一起默念)

即把心作为一种能量体。如果你的心能够没有念头就是德··你要了解你的心，要知道你的心到底在做什么。所以佛法上讲“心体离念”，就是你的心要完全离开你的念头，做任何事情要用自己的心做，如果你的心里进入了好的东西，就是德··怎样才能使你没有杂念？首先要离念，离念就是无念，无念就是德··你经常无念就会转换成另外一种念，叫无无念··如果有念就会有烦恼，





# 记忆加深(大家一起默念)

有烦恼就是有念头，把有念头变成无念头，就是德··把有烦恼变成无烦恼，你的德就出来了；要掌握好自己心性，时时刻刻把握好自己心里面这一念之间的思维。起心动念那是最重要的··命由己造，相由心生。世间万物皆是化相，心不动，万物皆不动；心不变，万物皆不变；要灭掉自己不应该有的，要花精力培养好自己的善心、善念，让好的东西在心中慢慢地壮大，把那些恶念、





# 记忆加深(大家一起默念)

恶心慢慢地移到一边，使好的东西、好的习惯在心中形成习惯  
…心就是个土壤…看你怎么去选择啊，你撒什么种子，它就会结  
什么果啊…学佛人要提倡安祥禅、生活禅，有时候学会安祥，把  
我放到哪里我都很安祥。生活不管苦和乐，我都是那么的在禅定  
当中生活。一个念头就是一个种子啊，所以我们一个种子种下去  
，知道会产生不同的果报…你不能乱想…你种了很多的恶念，杂





# 记忆加深(大家一起默念)

草丛生；你种的善良的念，鲜花满园··耕种你的心啊，传递你心中的正能量，要用你的心，没有办不到的事情，因为你们知道这个心那是无量无边的，因为这个心才是你真正的你的人生啊；有种种的念头，都是不好的，很多这种贪瞋痴的杂念，你久而久之一定会着魔的；一个人到了晚年身体不好，到了要走的时候，他的意念是非常重要的。这种意念和想象力实际上可能就是阻碍你，





# 记忆加深(大家一起默念)

或者主导你能够上天还是入地的一个很重要的因素。因为当我们到晚年的时候，我们心中有一丝一毫其它的念头，可能这些念头就把我们和菩萨的心隔开了…你的意念就和菩萨有天壤之别，越走越远，你就上不了天啦，也不能得到菩萨的加持力；要以道德为本…我们要孝顺，要忠诚，要有信用，要讲仁气，要懂得廉耻。在生活中，为人之道，要得到道德的道，才能得到天上认可





# 记忆加深(大家一起默念)

成为德。为人之道，就是你起心动念，就是你心里想什么，你动什么念头，你做任何事情，你的谈吐和语言都要符合道德…你的善言善语可作为入圣之基；要明心见性，就是要能够明白世界上一切的现象全部都是由自己内心所造，你想做什么样的人，你就会得到什么样的果报；摄受于“戒、定、慧”三学，然后在自己的智慧当中加上禅定，然后要破自己的一念无明，也就是说一个





# 记忆加深(大家一起默念)

念头都不能不清楚，要完全的清清楚楚，用自己的  
一念无明打破无始无明而见到本源自性。也就是说  
用自己的生活当中学佛得到的解脱、同体大悲来破  
掉人间的所有的无明，来见到自己的本性和良心，  
掌握自己的心，净化自心





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

慈爱  
心灵





# 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







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！

慈爱  
心灵

