

佛学基础知识

六波罗蜜-禅定

14

慈爱心灵共修 第一百二十五期 六波罗蜜-禅定14



相关定义

念、念力

慈爱心灵共修 第一百二十五期 六波罗蜜-禅定14

慈爱
心灵



相关定义-念、念力

心念是善恶的起源

【白话禅】4-39

慈爱心灵共修 第一百二十五期 六波罗蜜-禅定14

慈爱
心灵



相关定义-念、念力

身体是客人，心灵才是我们真正的主人

我们要把自己的心和身分分开。身体是客人，心灵才是我们真正的主人。如果我们的良心好了，身体是随着良心的。不管是在做好事还是坏事的时候，人都是先有念头，然后才在行为上表现出来。无论如何，我们要学会保持一颗平安的心、平静的心。起心动念无不是业。当我们的行为不断地变好的时候，我们的心灵就是不断地在净化。心在不断净化的时候，

相关定义-念、念力

身体是客人，心灵才是我们真正的主人

行为也在不断地进步。心灵的净化和行为的变好是相辅相成、互相促进的，修心和修行要并驾齐驱。很多人以为修行就是多做善事、好事。师父告诉大家，仅仅修行是得不到智慧的。而有些人呢，就只知道念经，不懂得帮助别人、不懂得布施，这就是修的小乘佛法，只为自己修，所以他们的行为很难修好。修心和修行是不能分开的，身是客，心是主，修心和修行一定要融合在一起。



相关定义-念、念力

守住口业是小事，守住念头才是大本事

（师父说守住口业成佛一半，是不是守住念头，一念不生即是本来面目，能做到一念不生就能看到本性，就能脱离六道？）对，更厉害。守住嘴巴是小事，守住念头，你本事大了（嗯，这个非常难）很难的（我感觉是不是就像在刀刃上面架自行车一样，不能偏左也不能偏右，就沿着这一条很细的线，时刻要保持在这个当中？）而且你份量还不能太重，还不能太轻（是）份量太重的话刀会伤到你的皮肤里。你看

相关定义-念、念力

守住口业是小事，守住念头才是大本事

过去有一种人不是拿把刀放在身上？怎么敲他也不会破掉的（对）就是这个道理。你到了一定的重量之后他就会破；没到这个重量，你再怎么敲，他皮肤不会破的（明白）就是要控制好自己一个念头。任何念头都要控制好（明白。那是是否“念念无念”跟“净念相继”，前面这个“念念无念”是指外部的这些外心造成的念头，而“净念相继”是从内心发出来的本性的念头呢？）全部都是讲五蕴的。

念头非常重要

每个人的念头都能指导自己的一生，

如果念头正，你的心就静得下来，

如果你的念头不正，你的心也停不下来。



人的意念决定了你的一生

一个念头想不通，人的一生就断送了。自杀的人都是一念想不通，跑到了楼顶上，这时候又不想死，但是边上的人都在下面看着，一种冲动感让他只有一个念头：“算了，我已经这样了，丢死人了，死也就死了。”“扑通”一声跳下去，一个念头走人了。所以人活在这个世界上，要守住自己的念头，不要让自己的念头像一匹野马一样漫无目的地乱跑，否则就会伤害到你的心。

念头是从空性意识当中产生的

生命是从无明空性的混沌当中产生的，并从宇宙的空性的意识中启动了这个念头，就是人的念头的刚刚开始，所以，一旦人有念头开始了，就会有所求，一有所求就会发出欲望，欲望就会使你意识的生命进入如梦如幻般的无尽的游戏人生之中。



念头是从空性意识当中产生的

（师父，您在观音堂开示《平静与智慧》中曾经提到：“生命是从无明空性的混沌当中产生的，并从宇宙的空性的意识当中起动了这个念头，就是人的念头的刚刚开始。”您能具体开示一下这段话是什么意思吗？）我问你，你在想一件事情，一个念头出来之前有没有东西？想过吗？没想过，什么都想不出来，你突然之间想起来的。那这个“突然之间”什

念头是从空性意识当中产生的

么地方来的？是不是从最原始的最初的本性这个地方开始的（哦，这样理解）本来一个房间里面什么都是空的，突然之间放一样东西进去了，是不是从空性当中得到了这么一个意念啊？（嗯，从无到有的一种感觉）对了，现在懂了（猛一看这句话觉得好深奥）两句就帮你分析好了



意和念两个字分开来讲

意就是从外界接收到的一些信息，形成了你自己的一种意；念呢？是由你自身内心组合成的一种观点，成为一个念头，所以，念头就是你自己的内心组合成的，而意呢，是你接触的外界环境让你产生这个意，所以意和念是两个概念，一个是由外而生，一个是由内而生，所以真正的度人，菩萨能知道你的内心，能知道你的外心，那么内心和外心合在一起，那你就是得到众生的心。

心念就是你的念头

我们做人也好、做事也好、学佛也好，不管做什么事情，首先心念要正。心念就是什么呢？心念就是你的念头。因为善念和恶念的起源都是你的心念，如果你的心念正了，那么你的念头也正。



这就是你的念头

学佛人要懂得，心念要控制好。我的心念到底是善、是恶？这就是你的念头。当一个人只要心念正，你的灵魂就正；心念不正，你的精神不正，灵魂就不正。



佛经上讲心之非、痴、乱

（“痴”就是愚痴的痴，“乱”就是心很乱，“非”就是有是非），都是认为五蕴为恒常的自我。也就是告诉大家，因为你有自我感觉，你才会良好。有的人自我感觉良好，别人说什么话他都不听，因为他拥有了是非和愚痴的心。所以当一个人不听别人的话，他就进入了愚痴状态；而且他认为五蕴为恒常的自我，也就是他认为他的观点、意念都是永久的，



佛经上讲心之非、痴、乱

永远正确的（“恒常”就是认为是长久的）。就像我们很多做父母亲的，看邻居家的孩子，“这孩子不会好的，这孩子怎么样也不会好的”；等到人家孩子长大了，有出息了，“那是偶然的”，因为他不认为别人会改好。这种自我的结果，其实是真实自性的一种虚幻的表现。无非、无痴、无乱，真实的心要没有是非，没有愚痴，心要不乱，但是因为认

佛经上讲心之非、痴、乱

为恒常的自我在，用自己个人的一种意念控制着八识田，才会对别人产生各种各样的意见。所以我们要解脱烦恼，就要超越生死，就是应该懂得怎样体认自性。你自己要有体会，你要认真地去体会、去认识自己的本性，叫“体认自性”。如果你懂得运用自己本性内心那种善良、那种菩萨的智慧和慈悲来生活，你就不会再进入“非、痴、乱”地认为恒常的

佛经上讲心之非、痴、乱

自我当中。简单地讲，一个人不执著某一件事情，就不会进入恒常的自我；一个人善于改变自己的观点，听正能量，就会改变那些恒常的自我观点。解脱就是通过理解别人，自我去发觉自己内心善良的本性；通过别人的帮助和自我对佛性的理解，来改变观念，改变自己，不要染著、执著于这个世界上的一切事情。



人的意念生灭变幻非凡

人有时候在一念意识一瞬间，脑子里千变万化，刚刚想去做一件好事：“不要去做，多一事不如少一事，万一别人反咬我一口我怎么办？”你的这种意念，让你在瞬间可以产生千万的杂念，你就会失去对事物正常的态度、观念，你就会失去常态。有些人平时不骂人，为什么有时候发脾气了，他就会骂人、甚至打人？因为他失去了常态。什么叫常态？就是

人的意念生灭变幻非凡

正常的心态。当一个人没有正常心态时，他就会杂念纷飞，那么他的起心动念，在三千大千世界中生生灭灭，一会儿出现一个好念头，一会儿灭掉了，一会儿出现一个恶念，一会儿又灭掉了，善恶念头就是不停地处在生灭当中，这就是佛法界说的，人一念善就是佛，一念恶就是魔。

人的起心动念是无止境的，当你跟一个朋友聊天时，如果他

人的意念生灭变幻非凡

在发呆，你问他：“你在想什么？”只要对方跟你说：“我什么都没想。”他就是在撒谎，因为人的意念不停地处在生灭当中。佛陀早就告诉我们，人的意念生灭变幻非凡，所以我们要以心制动，就是说你的意念、杂念是从你内心生出的，那么也是要用你的心来制止这个念头。举个例子，你刚刚在家里想吵架，但是你一想：“不能吵！过去可以吵，因为

人的意念生灭变幻非凡

我没学佛，我的境界不高。现在我学佛了，我要像个学佛人，不能吵架，我要尊重、宽容家人。”那么，你的一个恶念“吵架”，是不是你心生出来的？你“不能吵架”的心念，是不是也是你内心生出来的？用你内心的正能量，来压制你内心生出的负能量，那你是不是在以己心来制你的动？

众生起心动念无不是罪

《地藏经》曾经说过：众生起心动念无不是罪，只要起一个心，动一个念头，没有一个不是罪的，一定是有罪的，无不是业，你不是造善业就是恶业，一定有业的。所以叫你们起心动念都不要，所以老和尚没有动心的事情，他不能有念头的。从无始劫以来，众生因一念不觉起欲爱染著之心，所造罪业多如恒沙。《地藏经》里边讲“多如恒沙”，是什么？人的罪孽、坏的脑筋像恒河沙数，就是佛陀当年在印度恒河



众生起心动念无不是罪

边上，就是像沙这么多。你们一辈子动了多少坏脑筋？叫你们念几遍礼佛大忏悔文，冤枉了，“我没有不好啊，我没有做坏事啊”，做多少坏事啊？动一个脑筋都是有业的。所以故于六道之中轮回不已，无法超脱，《地藏经》讲。所以菩萨畏因，众生畏果，要好好地坚信因果，忏悔无始劫以来的罪孽，观照自己每一个起心动念，管住自己每一个起心动念，然后发菩提心，永不退转。

每一个念头就是起心动念

要修自己命运的人，必须要注意和明白自己的每一个想法都会产生结果，每一个念头就是起心动念。你们今天坐在下面，每一个念头都要注意，起心动念会引发什么样的语言和行为了，由这些语言和行为了会导致什么样的后果。不能经常为自己做出去的事情跑来忏悔啊！今天为什么会做错啊？因为你的思维不对，你的行为就会错啊。如果你今天的行为了错了，不就是因为你的思维出差错了吗？这都是哲学啊。师父跟你们讲，因果定律就是宇宙的根本定律。

我们学佛做人靠的是众生的念头

也就是说意念能主宰自己的心灵。当你有好的念头出来的时候，你的心灵是比较纯洁的；当你有不好的念头出来的时候，你的心灵就变得很肮脏，你的悟性就没有了。所以当一个人碰到紧急危难的时候，很多人就会没脑子，想不出点子，找不到自己的方向，实际上这就是不开悟。而越来越多的杂念是让你的智慧越来越不能开悟的一个源泉。我们学佛做人

我们学佛做人靠的是众生的念头

首先要控制好自已的念头，因为念头和行为直接代表着你的心灵，你的心灵是个善良的心灵，你的意念就会好、你的行为就会好。然而如果你不能控制好自已的一些私欲，去贪嗔痴了，那么接下来会给你自己带来很多的烦恼。

师父经常跟大家讲要心体离念，也就是说，心要经常少点念头，我们心就会安静；身体少点念头，我们的身体也会平静。



人的心念，就是思想

其实是和现实相互吸引和转换的。比方说，一个人如果认为人生的道路充满着陷阱，我出门，我怕撞车，怕出交通事故；交朋友，我怕上当……那么这个人就处在一个危机四伏的现实生活当中，这是你自己造成的。我出门怕撞车，我交朋友怕上当，我跟人家讲话我怕人家骂我……怕到后来，周围的环境就给你造成了危机，危机感就是这么来的。稍有不慎，



人的心念，就是思想

你真的会惹祸，因为你的脑子里已经有这方面的意念存在了。一个人如果认为这个世界上很多人是讲义气的，都是好人，我跟你肝胆相照，他就会拥有正能量；一个人如果见到所有的人都害怕，他拥有的就是负能量。所以，正能量能够让你得到更多的好朋友，负能量会让你碰到更多的恶朋友。



念头一动，因果果报业报全部开始启动

师父希望大家把自己身上的业克制住，把自己脑子里的念头控制住。如果不修心、不修行，念头一动，因果果报业报全部开始启动。什么叫变启动？如果念头错了，行为等都跟着在变，果报就是动了念头之后产生的因果。因中有果，果中有因。所以做人要自查于行，要走正道、不堕落。如果觉得一件事情不好，就千万不要去做。曾经有一位听众跟师父讲，

念头一动，因果报业报全部开始启动

他被代理商给骗了，他就去找那位代理商，质问代理商为什么要骗他。代理商振振有词地回答说，“我过去就是这么被人家骗的”。这就是一个歪理，一个不如理不如法的邪思用佛法来讲，就是着魔了。因为没有正信、正念，做出来的事情就会产生业障。自查于行，就是要明白自己走的是正道，没有堕落，时时刻刻要用良心做自己的护法。



人只要有思想，你就不断会种因

你今天想出来的事情无非就是两种，一种是与人为善，另一种就是害人。种善因，就会得善果。有时候种善因，为什么还会得恶果呢？因为这还是由你的心出发，虽然我想做一件好事，但是最后没有做成，有坏的结果出来了，那你就是因为这个善因种得不够圆满。



相关定义-念、念力

阿赖耶识中藏有无数的“种子”
是否就是指“念头”？

问：白话佛法中所说的“阿赖耶识中藏有无数的种子，可以引发人的善恶行为（主要指思维活动）”，这个种子是否是第5段白话佛法中所说的“念头”？

答：对。念头，种子，就是所造的业，包括善业、恶业。阿赖耶识是第八意识，像很多空间，不管善恶，只要大脑皮层受到刺激，让你记忆犹新不能忘怀的事情，都能进入阿赖耶

相关定义-念、念力

阿赖耶识中藏有无数的“种子”
是否就是指“念头”？

识，都是空性的思维意识，比如：感情受挫想要自杀，或者被别人严重伤害不想活了，或者差一点掉下去摔死……在心里形成一种障碍，是心理行为的一种表现，不是单单指念头。

一个念头就是一颗种子

我们的心就像一个花园，一个念头你种在你的心里的花园里，你想得到什么，他就种出来什么。因为你的杂草丛生，所以你的花园就是一片杂草。你想鲜花满园的话，你就种下善良的慈悲心和果实，善果，你一定会得到善的回报。所以很多人天天说我要成佛，到底怎么成佛？告诉你们，成佛不是一句空话，佛就是觉也，就是觉悟的人。觉悟是什么？觉悟



一个念头就是一颗种子

就是我活在这个世界上，我明白这个世界上的真谛，一切苦空无常。我能给人带来什么样的快乐，我能让别人活得比我更好，你就是佛了。如果你是佛的话，你怎么会天天跟别人去争，跟别人去斗呢？你怎么会去为了自己的利益来伤害自己？所以就是起心动念很重要，起心动念非常重要。

相关定义-念、念力

一个念头就是一个种子

世界上最可怕的不是错事，而是错心啊。事情做错了可以改正，心错了你还会继续做错事情。所以念头最重要，管住自己的念头就不会错。一念净莲，莲花处处开。一念净心，你无处不得净。所以我们不为名不为利，就是心静如水。我们起心动念都要好好地放下分别执着，修到一念不生，本来面目。所以人活在这个世界上，不要妄动，要能够抵制诱惑。



一个念头就是一个种子

人生究竟有多长？有时候人生就是这么短短的几十年，真正的要有修养，真正的要用心在你的心田里种下佛性的慈善的种子。佛向性中求，莫向身外求。所以自性觉悟就是佛，自性有慈悲就是观音。所以我们学佛做人真的要懂得，什么东西种在心中，就会长出什么果实出来。所以一个念头就是一个种子，所以你的念头非常非常重要。为什么佛法界讲“念



一个念头就是一个种子

念不生”啊？一个念头都不要让它生出来，你就是觉也，成佛不是一个空话啊。觉悟的人，我告诉你，觉悟的人给人带来各种各样的快乐，不觉悟的人见着人就愁眉苦脸，给人家带来很多的烦恼。所以要保持觉悟的心，活得心安理得，时常觉得自己心性是非常正的，积善行德。



把自己每一个念头当成一颗种子

禅就是你要在生活当中，把自己每一个念头当成一颗种子，种在这个花园里，多种善良的种子，你慢慢地就会在生活当中观察人生。有了定力，你就不会在自己心中长出杂草，你就慢慢有了禅。所以，我们经常讲，有时候禅就是人的智慧，禅就是定力。

所以想成佛不是一句空话，是要真正地，佛者，觉悟。所以，



把自己每一个念头当成一颗种子

我们要学会耕种你的心，利用心的力量来传递正能量，实际上只要你用心，你没有办不到的事情。所以，用心的人，佛性会增长。时时刻刻把自己心中每一个念头都管好，每一个思维都好好地照看好，起心动念就是最大的事情。一念之间，你怎么思考，你可能自己都没有感觉，但是这就是种下善因和恶因的根啊。所以经常管住自己的思维，让它杂念不



把自己每一个念头当成一颗种子

生，让它自己好好地自己去行禅，运禅——就是运作这个禅。所以慢慢慢慢地，你就会懂得菩提本无树，明镜亦非台，这世界本来无一物，何处惹尘埃？你说说看，我们哪里去惹到的尘埃？

相关定义-念、念力

改命运就从改你的
每一个念头开始

善念常存者，邪念才会制止



众生都有念头，但念头不干扰佛性

佛性不干扰念头。你有念头不会影响你的佛性，因为影响不到你内心最深处的本性佛性，你本身具有的佛性不会干扰你的念头，不论是好念头还是坏念头，佛性还是原来的佛性，哪怕这个人进了牢狱，但是他的佛性仍然存在。所以佛性要让它常住，好的东西要常住在心里。没有念头的念就是德，你已经没有念头了，

众生都有念头，但念头不干扰佛性

你连想都不去想，比如，有人说对这件事我没有想法，其实还是有想法存在，这个叫无有念的念，无念的念就是佛性。不离自性，即我们做人要永远不离开自己的本性，不要离开佛性，就是功。自性的佛性不污染，而且能够应用自如就是德。



“一念即觉”，“一念无住”

你想想看，我们做人活在这个世界上，怎么会没有念头？而是怎么样把它修到“一念即觉”，“一念无住”。没有一个念头能住在你的心里的，虽然有念头，但是它过了就过了。

“一念即觉”就是只要有念头起，我就是觉悟的念头。所以做人学佛要想达到如此的境界的话，师父希望你们要有所领悟。

有时候有的人真的不知道杂念纷飞是什么？就是跟着别人去



“一念即觉”，“一念无住”

想，跟着别人去动脑筋，人家不好的意念来了，你也跟着跑。举个简单的例子，现在网上有很多色情的东西，这是淫念造成的这种行为。你只要一点进去看了，那你已经是跟随它的意念。它是什么念头呢？淫念。然后你就会跟随它的淫念，有了淫念之后，你会有杂念，杂念之后，产生妄念，妄念来了之后，你整个思维上全部都乱掉了。为什么会全部都乱？因为你的心乱了。

“念头”与“念根”

问：师父在白话佛法中说：“一个念头出来，念根要管住它，不能让它乱想，不让自己的心念去迎合社会上污浊的红尘。”念根是存在于九识田中的佛性吗？弟子认为，纯净的念根是存在于九识田中。念根就是我们的思维，就是我们的意念，如果纯净的意念在九识田中是存在的，如果意念出偏差或者不纯洁，在七识田中、八识田中都会存在。

“念头”与“念根”

答：非常好。如果念头不好了，就会到七识田中、八识田中、六识田中，都可能，因为念念相续，一个念头出来，有可能是好的，有可能不好，善的佛性的念根一定是九识田中出来的，念头是会跑的。



记忆加深(大家一起默念)

一心念是善恶的起源；要把自己的心和身分分开。身体是客人，心灵才是我们真正的主人…人都是先有念头，然后才在行为上表现出来。无论如何，我们要学会保持一颗平安的心、平静的心。起心动念无不是业…心灵的净化和行为的变好是相辅相成、互相促进的，修心和修行要并驾齐驱…修心和修行是不能分开的，身是客，心是主，修心和修行一定要融合在一起；守住口业是小事，



记忆加深(大家一起默念)

守住念头才是大本事…要控制好自己的一個念头。任何念头都要控制好；念头非常重要，每个人的念头都能指导自己的一生，如果念头正，你的心就静得下来，如果你的念头不正，你的心也停不下来；人的意念决定了你的一生，一个念头想不通，人的一生就断送了…要守住自己的念头，不要让自己的念头像一匹野马一样漫无目的地乱跑，否则就会伤害到你的心的；生命是从无明空



记忆加深(大家一起默念)

性的混沌当中产生的，并从宇宙的空性的意识中启动了这个念头，就是人的念头的刚刚开始，所以，一旦人有念头开始了，就会有所求，一有所求就会发出欲望，欲望就会使你意识的生命进入如梦如幻般的无尽的游戏人生之中；意和念两个字分开来讲：念头就是你自己的内心组合成的，而意呢，是你接触的外界环境让你产生这个意，所以意和念是两个概念，一个是由外而生，一个



记忆加深(大家一起默念)

是由内而生；首先心念要正…心念就是你的念头。因为善念和恶念的起源都是你的心念，如果你的心念正了，那么你的念头也正；心念要控制好。我的心念到底是善、是恶？这就是你的念头。当一个人只要心念正，你的灵魂就正；心念不正，你的精神不正，灵魂就不正；佛经上讲心之非、痴、乱…都是认为五蕴为恒常的自我…因为你有自我感觉，你才会良好…无非、无痴、无乱，



记忆加深(大家一起默念)

真实的心要没有是非，没有愚痴，心要不乱，但是因为认为恒常的自我在，用自己个人的一种意念控制着八识田，才会对别人产生各种各样的意见。所以我们要解脱烦恼，就要超越生死，就是应该懂得怎样体认自性…如果你懂得运用自己本性内心那种善良、那种菩萨的智慧和慈悲来生活，你就不会再进入“非、痴、乱”地认为恒常的自我当中…不执著某一件事情…善于改变自己的



记忆加深(大家一起默念)

观点，听正能量···解脱就是通过理解别人，自我去发觉自己内心善良的本性；通过别人的帮助和自我对佛性的理解，来改变观念，改变自己，不要染著、执著于这个世界上的一切事情；人的意念生灭变幻非凡···让你在瞬间可以产生千万的杂念，你就会失去对事物正常的态度、观念，你就会失去常态···当一个人没有正常心态时，他就会杂念纷飞···人一念善就是佛，一念恶就是魔···人



记忆加深(大家一起默念)

的起心动念是无止境的…我们要以心制动，就是说你的意念、杂念是从你内心生出的，那么也是要用你的心来制止这个念头；《地藏经》曾经说过：众生起心动念无不是罪，只要起一个心，动一个念头，没有一个不是罪的，一定是有罪的，无不是业，你不是造善业就是恶业，一定有业的。所以叫你们起心动念都不要…所以菩萨畏因，众生畏果，要好好地坚信因果，忏悔无始劫以来



记忆加深(大家一起默念)

的罪孽，观照自己每一个起心动念，管住自己每一个起心动念，然后发菩提心，永不退转；要修自己命运的人，必须要注意和明白自己的每一个想法都会产生结果，每一个念头就是起心动念；我们学佛做人靠的是众生的念头，也就是说意念能主宰自己的心灵…越来越多的杂念是让你的智慧越来越不能开悟的一个源泉。我们学佛做人首先要控制好自已的念头，因为念头和行为直接代



记忆加深(大家一起默念)

表着你的心灵；人的心念，就是思想，其实是和现实相互吸引和转换的；希望大家把自己身上的业克制住，把自己脑子里的念头控制住。如果不修心、不修行，念头一动，因缘果报业报全部开始启动…因中有果，果中有因。所以做人要自查于行，要走正道、不堕落。如果觉得一件事情不好，就千万不要去做…没有正信、正念，做出来的事情就会产生业障。自查于行，就是要明白自



记忆加深(大家一起默念)

己走的是正道，没有堕落，时时刻刻要用良心做自己的护法；人只要有思想，你就不断会种因…种善因，就会得善果；阿赖耶识中藏有无数的“种子”…念头，种子，就是所造的业，包括善业、恶业…在心里形成一种障碍，是心理行为的一种表现，不是单单指念头；世界上最可怕的不是错事，而是错心啊。事情做错了可以改正，心错了你还会继续做错事情。所以念头最重要，



记忆加深(大家一起默念)

管住自己的念头就不会错。一念净莲，莲花处处开。一念净心，你无处不得净。所以我们不为名不为利，就是心静如水。我们起心动念都要好好地放下分别执着，修到一念不生，本来面目。所以人活在这个世界上，不要妄动，要能够抵制诱惑…佛向性中求，莫向身外求。所以自性觉悟就是佛，自性有慈悲就是观音…一个念头就是一个种子，所以你的念头非常非常重要…一个念头都



记忆加深(大家一起默念)

不要让它生出来，你就是觉也，成佛不是一个空话啊···要保持觉悟的心，活得心安理得，时常觉得自己心性是非常正的，积善行德；禅就是你要在生活当中，把自己每一个念头当成一颗种子，种在这个花园里，多种善良的种子，你慢慢地就会在生活当中观察人生。有了定力，你就不会在自己心中长出杂草，你就慢慢有了禅。所以，我们经常讲，有时候禅就是人的智慧，禅就是定力



记忆加深(大家一起默念)

…我们要学会耕种你的心，利用心的力量来传递正能量，实际上只要你用心，你没有办不到的事情…时时刻刻把自己心中每一个念头都管好，每一个思维都好好地照看好，起心动念就是最大的事情。一念之间，你怎么思考，你可能自己都没有感觉，但是这就是种下善因和恶因的根啊。所以经常管住自己的思维，让它杂念不生，让它自己好好地自己去行禅，运禅——就是运作这个禅；



记忆加深(大家一起默念)

改命运就从改你的每一个念头开始，善念常存者，邪念才会制止；众生都有念头，但念头不干扰佛性，佛性不干扰念头…没有念头的念就是德，你已经没有念头了，你连想都不去想…无念的念就是佛性。不离自性，即我们做人要永远不离开自己的本性，不要离开佛性，就是功。自性的佛性不污染，而且能够应用自如就是德；修到“一念即觉”，“一念无住”。没有一个念头能住



记忆加深(大家一起默念)

在你的心里的，虽然有念头，但是它过了就过了。“一念即觉”就是只要有念头起，我就是觉悟的念头…杂念纷飞…因为你的心乱了；一个念头出来，念根要管住它，不能让它乱想，不让自己的心念去迎合社会上污浊的红尘：念根是存在于九识田中的佛性…如果念头不好了，就会到七识田中、八识田中、六识田中，都可能



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

