

慈愛
心靈



共修第55期

1. 不给师父丢脸（7）

2. 六波罗蜜 - 忍辱（12）如何做到（3）



共修将准时开始

如听不到声音

点击手机左下角的“加入语音”

选择wifi

慈爱心灵共修



目录

开始前：发布1分钟自测题 -> 感恩词

第一部分：不给师父丢脸（7）

第二部分：六度|忍辱（12）如何做到3

最后：感恩词 -> 公布答案 -> 答疑

感恩词

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，
感恩十方三世一切诸佛菩萨及龙天护法菩萨，感恩恩师。
恳请南无大慈大悲观世音菩萨保佑我某某某（您的名字）
开智慧，静下心学习师父开示，让师父的开示进入八识田，
帮助我更好地学佛修心！我自己的业障自己背，不让一起
共修的师兄们背。在今天共修过程中如有不如理不如法的地
方，请南无释迦牟尼佛慈悲原谅，南无观世音菩萨慈悲原谅，
南无护法菩萨慈悲原谅。



开示合集



不给师父丢脸
做师父的好弟子



慈爱
心灵

不给师父丢脸



〔不给师父丢脸〕
之一〔佛友间相处〕1

慈爱心灵共修 第五十五期 不给师父丢脸(7)

慈爱
心灵



佛友间称“师兄”

“师兄”有佛光的，“师兄”就说明是学佛的人，对不对？而且“师兄”有亲切感，就像我们过去叫“同志”一样的，志同道合的人，是不是有亲切感一点啊？

Shuohua20180608 25:35



佛友间互称“师兄”表尊敬、平等心

称呼的问题是这样的，首先，在我们学佛的徒弟当中先进山门为师，比方说不管你年龄大小，你比他先拜师你就为“师姐”，那么你比他晚的，你就要称他为“师姐”、“师兄”，这都是对的。那么还有些纠结为什么女的也要称“师兄”呢？这里面有个讲究的，因为“兄”为长、“兄”为上，当时中国古代称为“兄”、“兄长”，是属于一种尊称。凡是“兄”



佛友间互称“师兄”表尊敬、平等心

比方说“仁兄”，并不是指男男女女，说你这个人是很仁慈的一个兄长，只要说你是“兄”，那么实际上……虽然当时古时候称为一个男的，但是像中国巾帼女，像花木兰她就去从军，做的事情叫“女中男兄”，“女中豪杰”。实际上佛法界讲叫平等心，为了让所有的男女……因为在中国古代的女士的确受到鄙视，所以为了男女都平等，所以都称为“兄”。



佛友间互称“师兄”表尊敬、平等心

所以就叫“师兄”。叫“师兄”实际上并不是指男女，是指你是一个老师师承的意思，前面那个“师”是师承，“兄”是很值得尊敬的一个。为了说明这个师兄很值得尊敬，就不能说男人女人了，所以在佛法界不管男的女的都可以称“师兄”。就是这样（哦，明白了）为什么叫师姐师妹、师兄师弟呢？那就是他们直接相互的称呼，和泛泛地讲不一样的。

Wenda20151023 01:36



佛友间相处——“君子之交淡如水”

私下不要有什么感情上的交往，只是在佛法上多多地交往，一定不会吵架。问题很多人一看大家都是佛友，私下做生意，私下拉什么了，到最后就拜拜了，不可以的。如果大家一起共修《白话佛法》、一起念经、一起拜佛，你说有什么矛盾？ Wenda20171008B08:44

佛友间谈恋爱也要慎重

(师父之前一直在说我们学佛人眼睛不能发光、发亮，还是要老老实实的，如果这个学佛人他还未婚……)也不能放电!未婚的话，你也要老老实实介绍朋友。谈恋爱就谈恋爱，也不要一天到晚眼睛去放电啊。你看放电的女人是好人吗?这种男人色眯眯地看着女人，是好人吗?没结过婚也不是个“东西”啊!(像有些佛友之间……)放电?佛友之间一边念大悲咒一边看



佛友间谈恋爱也要慎重

着人家含情脉脉，你这是好事？念经的时候就念经。佛友喜欢跟他……那是通过自然的一种前世的感情，听不懂啊？傻姑娘（哦，明白了，师父）你不能刻意的，“哎呀，我就是喜欢跟他念经，我就喜欢跟着他，看到他来我就开心”，那叫骨头轻！听得懂吗？（嗯。有时候缘分的事情就很奇怪的，可能对方就跟他笑了一下，然后他可能就往心里面去了）“往心里去”，



佛友间谈恋爱也要慎重

那是你们年轻人，那叫花痴（呵呵……）人家笑一笑，现在的人多了，那商店门口那些很漂亮的女的在招揽顾客，冲你笑一笑，对你有意思啊？笑一笑算什么？（是的。是不是也是跟前世的缘分有关还是……）有关系。你只要被他勾进去了，你就是前世跟他有关系了，你就发傻了。他笑一笑你就被他吸引住了，说明你脑子有问题了。某个明星笑一笑，那个女的不就魂

佛友间谈恋爱也要慎重

没了吗？最后她爸爸连肝脏都卖掉了，人都自杀了，这不是发神经啊？她还以为那个明星冲她笑呢！那不叫花痴啊？傻姑娘（谢谢师父开示）你们自己要懂啊，学佛人学到后来要智慧，

听得懂吗？ Wenda2015032001:28:30



佛友间不要阻碍他人弘法做功德

(师父，同修让我帮他问一个菩萨的开示，请师父慈悲开示一下。这位同修原定12月18日要去师兄家设佛台，需设佛台的师兄就请A同修帮忙，然后A同修就告诉B同修，两边的同修就各自叫了助念的佛友。结果当天，A组告诉设佛台的主人只有A组助缘就足够了，然后B组的师兄就特别难过和生气，委屈得都哭了，觉得这是在阻碍他们弘法和设佛台。接近10点，B组某位师兄就



佛友间不要阻碍他人弘法做功德

接到了关帝菩萨法身的开示：“善女子，你去转告那些阻碍别人弘法的佛友们，设置佛台事小，阻碍别人弘法事大，阻碍别人设置佛台罪大恶极，护法会严惩不贷。在人间，你们是出于好心，觉得人多，可是在佛法界，只要阻碍别人弘法，就是有业障。平时你们都说要学佛菩萨的慈悲精神，今日你们学佛的慈悲心和平等心在哪里？就允许你们去设置佛台，不让别人设置，这期间的

佛友间不要阻碍他人弘法做功德

业障很大，如影随形，今日种下的恶果，来日一定要偿还。望广大佛友切莫阻碍别人弘法利生，救度众生。菩萨的慈悲普度精神你们学在了哪里？落实在了哪里？天天就知道小房子，不好好看《白话佛法》，现在又来阻碍别人弘法设置佛台，真是罪大恶极！功德要大家一起做，菩萨救度众生无有分别，你们这样怎么上天？怎么成菩萨？你们这些孩子做的事情真的太让人生气了！告诉那

佛友间不要阻碍他人弘法做功德

些组织者和那些阻碍别人设置佛台的佛友们，赶紧念礼佛大忏悔文去忏悔，不然护法严惩不贷！去吧。”这位同修想请师父开示几个问题，这些阻碍师兄设置佛台的佛友们需要针对这件事情念诵多少遍的礼佛大忏悔文？）他们为什么要阻碍？（他们可能想有一边去设就好了，另外一边就让他们不要去了，所以另外一组的师兄就非常地难过）设佛台去护法就可以了嘛。你跟他举个例



佛友间不要阻碍他人弘法做功德

子，难道师父到马来西亚就说：“来来来，马来西亚的佛友来了就可以了，还有很多佛友你们其他地方的不要来了。”可以吗？你把这个例子举给他听就知道了，对不对？他用人间的思维在人间弘法的话，他如果不如理不如法，他会造成很大的业障。为什么很多人一辈子弘法，一辈子在努力，到了最后上不了天，还要下地狱？他以为他是对的，这叫执著，明白了吗？（明白了。像



佛友间不要阻碍他人弘法做功德

这些阻碍师兄设置佛台的佛友们，需要针对这件事情念诵多少遍礼佛大忏悔文？（49遍礼佛大忏悔文差不多（感恩师父。师父验证一下这是否是关帝菩萨的开示？）不知道。现在你们民间有很多人要师父验证，然后拿着这个又去讲这个、讲那个，他也在造业。菩萨讲给我们听的目的是为了提醒我们，并不是为了来警告你们、打压你们，不是这个概念。听得懂吗？（哦）所以你拿菩



佛友间不要阻碍他人弘法做功德

萨的开示到处去讲别人不好，你说你有罪吗？
比方说，现在很多人拿着师父的话去跟人家
讲怎么怎么……你说这个人算不算不如理不
如法？（嗯，不如理不如法） Shuohua20171215 12:40



不给师父丢脸 - 佛友间相处1

佛友间小房子只能免费结缘

再三重申：佛友跟佛友之间，小房子
只能大家相互结缘，不能有售卖关系

Wenda20141128 09:25

慈爱心灵共修 第五十五期 不给师父丢脸(7)

慈爱
心灵



勿在佛友间拉广告

（有位佛友是在家做物理治疗师的，其他师兄知道后要找这位同修帮忙做治疗，这位佛友应如何做才如理如法呢？）他只要不是有意地去拉广告，人家知道了到他这里来做没有什么不好、不如理不如法（那这位佛友也要还钱给他？）那你说到其他地方去做要不要给钱？（要）好了（如果说他是按自己的心去做，他不是为了赚佛友的钱，这还是可以的？）对啊，他只要不多赚人家钱，他只要不去在佛友里边拉广告就问题不大。

Wenda20160325 01:00:53



在佛友间推销就叫敛财

有业障，凡是赚佛友的钱……你到外面去做其他生意没关系，那些佛友都是来念经的，你用你所做的工作来赚取佛友的钱，不管是为他们好不好，你都叫“敛财”。听得懂吗？（师父，这个抵押公司不是佛友，就是在正规工商注册的其他人开的抵押公司，然后是佛友……）一样。抵押公司你做什么都可以，你不要在佛友当中叫人家去理财，听得懂吗？（哦，就是他在这抵押公司所得到的利润全都用来弘法，同修也是有



在佛友间推销就叫敛财

孽障的是吧？）我问你，骗来的钱去做功德，有没有业障了？（有业障）好了，道理一样的（哦）你推销，你拿佛友……人家佛友都是来念经、许愿的，不花什么钱的，你去让人家做了某一件事情花钱了，那这个事情不管他愿意不愿意，他在你这里花钱了，因为是通过学佛才认识你的，那你这就叫赚佛友的钱。听得懂了吗？（懂了，师父）你有本事到外面找一个没度到的人，你照样可以做这个生意嘛。还有一种就



在佛友间推销就叫敛财

是他在外面认识你之前，他已经是你的……比方说客户了，你把他度到之后你可以继续跟他做，这个因为不是你认识他之后靠学佛的力量才去把人家……度到之后才叫人家来买你的生意或者跟你一起合作的。你听得懂这个概念了吗？（听得懂了，师父）好了（这个同修之前有一部分的钱存到这个抵押公司了，抵押公司的人也不是佛友。结果他把这些钱都用来弘法的时候，有同修就梦见师父说他敛财了，然后他天



在佛友间推销就叫敛财

上的莲花掉下来了)看见了吗?(他就有点搞不明白,他说:
“我这个抵押公司……也不是佛友,都是正规生意,利润我全部都用来弘法了。”他说:“没想到果报这么大。”)呵呵……开玩笑,他自己凭良心去讲讲了,每个人都是这样的,“哎呀,我要开个素食馆”,“我要弘法,我要多做功德”……都是空的!不是赚佛友的钱啊?开个素餐馆开在佛友边上,让佛友来吃,赚人家的钱!你去推销什么东西,在佛友



在佛友间推销就叫敛财

当中推销，你不叫赚佛友的钱啊？你讲给我听啊，算不算了？（算）好了，莲花都掉下来了，师父到梦中都跟他讲莲花都掉下来，还听不出来啊？（是。师父还说：“你没有敛同修的钱，因为你是自己的钱生了利息，但是你是自己的钱……这个也算敛财了。”师父就这样说的）看见了吗？告诉你了，师父要是没有力量的话……你们怎么做梦都是师父来教导你们、辅导你们，就是叫你们好好地修啊！你看你们哪一次做



在佛友间推销就叫敛财

梦是师父跟你们去做其他事情？全部都是教育你们，这还不懂啊？（是啊）你来做个梦给我看看啊？（呵呵。师父，那他这样发心都是为了弘法，他忏悔以后莲花还能上去吗？）很难了，掉下来之后很难上去了，准备六道轮回吧（哎哟……那我转告他一声）

Wenda20150814 14:48



时间关系
我们下期继续
学习本专题

慈爱心灵共修 第五十五期 不给师父丢脸(7)

慈爱
心灵



点击查看视频

点击查看开示

佛学基础知识

六波罗蜜-忍辱

12.如何做到忍辱（3）

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3



目录

4. 念经祈求 5. 信愿行

6. 内在修养 7. 长生善念



佛学基础知识-如何做到忍辱

4. 念经祈求

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈爱
心灵



你记住一句话：

菩萨帮我们大事化小，小事化无

事情会出来，你避免不了，但是你会大事化小。我曾经给你们讲过一个故事，人家给夫妻两个算命，说这个男的有一天会拿刀剁这个女的，因为上辈子是这个女的把这个男的砍死的。因为他们两个人太爱了，爱得已经不离不弃了，他们在一起的时候是很好，感情太好了。那个女的学佛了，有一天，这个男的

你记住一句话：

菩萨帮我们大事化小，小事化无

骂她，那个女的憋不住了，如果她反过来再骂他的话，这个男的顺手就抄起刀过去了，结果因为那个女的念经，那个男的拿起的刀放下了，她就躲过一劫了。这是真的事情。你说这个劫有吗？有的，但是躲过了。今天你跟太太发脾气吵架，肯定有这个劫，但是你现在没躲过，因为你还是吵了，如果你念经念

你记住一句话：

菩萨帮我们大事化小，小事化无

念到后来，她跟你怎么吵，你就打不还手、骂不还口，你就心里想：“我学佛，我就忍辱一下，我就把你当是外婆在打我，当是外婆在骂我。”你这么想，说不定你这个劫就过了，对不对啊？

Wenda20170728 20:48



菩萨加持

拜菩萨后头要抬起来：整个头部都可以加持，不是一种松果体（加持头部是不是代表让他开智慧？因为大脑属于头部）都有，气场啊。气场好的，加持了之后当然开智慧，精进力、忍辱力……什么都会有 Wenda20200607 52:39



用人的身体来忍辱的话

化解是很慢的；念经化解，就很快

上辈子的冤结，这辈子念解结咒，念心经，
忍耐。菩萨叫我们忍辱不是没有道理的，
菩萨不能说“你不能化解这个恶缘的”。
为什么要忍耐？你上辈子已经造了这个业，
不忍耐怎么办？ 150822柔佛

你自身的能力加强了

(如果功课念很多，小房子超度很少，会有什么不好的后果?)

没有什么后果，只是你自身的能力加强了，自身的精进力加强了，自身的忍辱力加强了，也是好啊，有什么后果啊？只是你没有学大乘的话，你以后修成了，到天上，哪怕拼着命地脱离了六道，你也是在声闻道。那你想不想做菩萨？

白话佛法1-16



心经

心经本身就是去除你心中的执著，断除你的堕落，去除你的忌妒心，让你产生出忍辱波罗蜜的心。你想想看，你用这种心去还人家，因为在地府也好、在天上也好，化解实际上就是还债，你用这种慈悲心去归还别人，给人家带来那种精进的波罗蜜，你念了心经之后，人家去除了瞋恚心、罣碍之心、吝啬之心，你不是等于在救人吗？你不是等于让人家得到摩尼宝珠吗？你这不就是还债吗？…在心经里边，忍辱波罗蜜就是绿色的

Wenda20200320 01:03:48



如果压不住要多加一点心经

想一世修成当然要更加努力，要忍辱精进啊，
有时候我们要忍耐，一个人不能忍耐不行的，
你自己没有什么，如果压不住要多加一点心经

Wenda20130421A 04:36



要忍辱，多给对方念心经

想拿着你，那不是拿错人了吗？从现在开始你要给台长争气，让他感觉到修心灵法门的人都不吵架，都很谦虚；你要克制自己，要忍辱（对。我一辈子都会跟着卢台长，一门精进。我一定会的你不忍辱不行的。好好跟观世音菩萨讲，很快的（今年6月8日我一定要到香港去，我要拜卢台长为师）台长刚刚已经帮你加持过一下了（谢谢，我后背很热很热）好好地念，跟观世音菩萨讲，让你老公相信

Zongshu20130502 16:11

如何做到忍辱-4.念经祈求

好好忏悔

说：“我自己的业障这辈子要还清，以后要跟着观世音菩萨到天上去。我要消掉自己的业障，我现在在修忍辱精进。”

Zongshu20181204 02:43

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈爱
心灵



当起烦恼心的时候可以向观世音菩萨默默祈求

（如果是人家在指责我们、骂我们，我们起烦恼心的时候，能不能祈求“观世音菩萨慈悲我……”就是心里一直默默地祈求？）很好。人家骂我我还直接跟观世音菩萨讲，讲了之后观世音菩萨还觉得你很好，你在学忍辱精进呢。你被人家骂——增上缘啊！因为你不出来人家不会骂你，因为你出来弘法了，总归有人要骂你的。骂么就骂了，谁不骂？你在家还和孩子、被老公骂呢，给社会上人骂骂，人家不了解你骂你两句又怎么样了。



如何做到忍辱-4.念经祈求

当起烦恼心的时候可以向观世音菩萨默默祈求

你有时候跑出去还被营业员骂呢，对不对啊？（对，跟他买东西，他也会这样……）你花钱买东西他还骂你：“买得起吗？左挑右挑干吗？买得起就买，买不起就不要买！”你跟他生气啊？“啊啊啊……我来买……”好了，你气出病来无人替啊（对！）这种素质的人你跟他在一起干吗？没智慧了，眼睛冲他笑笑就走了。他白你一眼，你理都不要去理他，他这种小鬼素质这么低，你让他去白好了。攻击你的人谁没有啊？到处都有。



如何做到忍辱-4.念经祈求

当起烦恼心的时候可以向观世音菩萨默默祈求

你马路上好好地走，你开着车人家还突然之间还撞上来呢。我们澳大利亚有一个老妈妈在家里吃饭，一辆汽车直接撞到她家里，她正好在吃饭，好了，被撞成残废了。这有什么稀奇，被人家讲两句算什么？讲你说明你在他心中，他不讲你说明他心中根本看不起你，你在他心中没有位置。他今天讲你不管讲好话、讲坏话，至少你在他的心中已经占有这么一席之地了。呵呵……（这个就是正能量）你这么想的话当然开心啊，人家恨



如何做到忍辱-4.念经祈求

当起烦恼心的时候可以向观世音菩萨默默祈求

你的话说明你有能量，在他心中占据他的生活，对不对啊？（对。不管我们遇到什么事情，我们还是一句话，一个同修最近跟我们说：“生气的时候最重要想到师父，如果我们弟子做错事情，师父会背业。我们弟子大家都要定，定了然后就冷静一点，不要因为人家一句话把自己放大了。”）“人家一句话”，你马上就说：“观世音菩萨请您救救他吧！”你就这么讲，他乱讲话，你说：“观世音菩萨，请您救救吧！”这个事情，第



当起烦恼心的时候可以向观世音菩萨默默祈求

一，跟你没关系；第二，菩萨知道你慈悲。你看，他骂你，你还这么求观世音菩萨救他，你是慈悲心；第三，护法神看见了，这个人业障很重，“啪”一棍子就打下去了。呵呵……护法神跟菩萨两个概念，你求护法神就等于求西医，动手术的医生他就会动手术，其他会什么？（开刀）就开刀啊，他不停地给你开刀啊，呵呵……Wenda20150904 33:36

如何做到忍辱-4.念经祈求

祈求-问题是你说了之后，你要真的去做

（同修最近与他的女儿有分歧，可不可以每天上香求菩萨：“感恩大慈大悲观世音菩萨，感恩女儿某某某来帮我修忍辱。求大慈大悲观世音菩萨让我把她当做未来佛来度化她，我过去做的如果有不如理不如法的对方，我真心忏悔。求菩萨慈悲给我智慧，让我可以更好地教育她。”可以这样说吗，师父？）都可以说，这个没问题的。问题是你说了之后，你要真的去做，明白了吗？你不做的话，你天天跟菩萨说，菩萨都知道了

Wenda20200503 33:40

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈
爱
心
灵



佛学基础知识-如何做到忍辱

5. 信愿行

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈爱
心灵



信心是修心人的明灯

我们做人学佛要修“忍人所不能忍，行人所不能行”。我们经常说，没有智慧就没有办法好好地修行，所以信心是修心人的明灯，这个信心是你自己，不是别人。信心有了，你才会好好地学佛；你对心灵法门这个正法都没有信心，那你怎么可能修得好心？感觉自己有可靠的菩萨在帮助着自己，那你就懂得求人不如求己。一个人的自信储藏着丰富的宝藏，要挖掘心灵的宝藏，把好的、善良的东西全部都要挖掘出来，用在你的人生中，你会其乐无穷！

白话佛法130919

要坚定自己的信念

要学会忍耐、忍让，要永远觉得别人是对的自己是错的，就永远没有冤家、没有对头，就永远在事业、生活上一帆风顺。 140303马来西亚



再大的困难，我们不能退步 要坚忍，要坚定自己的信心

当你魔考的时候，你只要坚定这个信心：“我就是跟着师父学这个好法门”，你就不会被魔所侵，反而你会呈现出一种佛光。道德越高魔越大啊，要谨慎地提防。坚定信念，道心不改变，就会显出你的佛光来。所以不管再大的困难，我们不能退步，要坚忍，要坚定自己的信心，要忍辱。 160214澳门



还忍辱呢，一点坚强的信念 都没有，你学什么佛啊？

忍辱六波罗蜜都是最高境界，他做得到的？什么都搞不定，还忍辱呢，一点坚强的信念都没有，你学什么佛啊？你说做哪件事情不招人家讲的？做哪件事情是容易的？你说说看，人生活在世界上，哪件事情是容易的？没有坚强的信心，所以这种人一辈子都出不了六道的。好了，六道里混混吧，有什么办法！

Wenda20180401A22:54



内心拥有“信愿”的刚强

其实真实的修心，还是在于自我内心拥有“信愿”的刚强。咬咬牙，忍一忍，找人聊一聊，劝一劝，说一说，也能过。因为“行门”千变万化，要想“无常无我”很难做到，只能用甚深微妙法化解。

生活需要学忍辱，忍辱漫长实在苦。 5.23师父每日佛言佛语

如何做到忍辱-5.信愿行

都是靠自己的

在人间事业上要随缘，能得多少要随缘，那是菩萨给你的。但是学佛当中要精进努力，因为学佛靠自己，靠自己守戒、忍辱、精进，都是靠自己的。人间的东西，只要我们说“够了”就可以了，很多东西够了就可以，不要太贪。人间的东西贪不完的，你要了这个，还要那个，那个有了，还要那个。但是学佛的精进努力，那是境界的提高，那是放下你人间很多东西。

18.10.13 美国·纽约

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈
爱
心
灵



如何做到忍辱-5.信愿行

愿力能够让人忍辱精进 要勇于改变自己

其实愿力有大有小，有的人的愿力说要终身孝敬父母，有的人的愿力说要让孙子能够平平安安，有的人愿力说要做一棵树，下辈子庇荫众生，有的人也可以发愿要成圣成佛。愿力能够让人忍辱精进，一个人能够忍耐就能够精进、能够保持。现在的夫妻关系，每个人都想着自己，每个人都觉得自己是对的，所



如何做到忍辱-5.信愿行

愿力能够让人忍辱精进 要勇于改变自己

以才会相互争吵。我们只要有愿力，愿意好好改掉自己身上的习惯，就慢慢能够成全了别人，也成全了自己。学佛人要勇于改变自己，因为改变别人是最难的，而改变自己是唯一可以改变的方法。要想改变别人最好先改变自己，这样才能成全众生。

160903温哥华

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈
爱
心
灵



大愿

问：师父在12月4日节目中教听众忏悔“我自己的业障这辈子要还清，以后要跟着观世音菩萨到天上去。我要消掉自己的业障，我现在在修忍辱精进。”请问这属于大愿吗？

答：是大愿。师父解答来信疑惑277



要把完成自己的正信正愿放在首位

我们学佛人在人间，为了学佛，有时候在别人的不理解中会受到一些语言的侮辱，佛法的忍辱精进就是让我们知道，只要坚持自己的行为是正直的、为众生的，就不必去计较别人对你暂时的不理解，要把完成自己的正信正愿放在首位。

180519新加坡



如何做到忍辱-5.信愿行

不要觉得自己忍辱就好了 你怎么会恨？

用忍辱度瞋恚。忍什么？你不要觉得自己忍辱就好了，你怎么会恨？比方说，你属猪的，人家讲你一句“你这个属猪的”，你马上不开心了，“他在叫我猪啊？”不是的，你属猪，人家叫你一下有什么关系？一想想通了，那么心里就自然释放了，就没有什么不开心了。你这样理解《白话佛法》，你就是拥有生命的导师了。

Wenda2018041301:18

如何做到忍辱-5.信愿行

家里吵架的时候

你不就是忍辱、不就是实践了吗？

就是要锻炼，有什么难的？白话佛法里面师父跟你们讲要忍辱，家里吵架的时候，你不就是忍辱、不就是实践了吗？你书看了说要忍辱，不能吵架，否则会伤自己。然后吵架的时候又憋不住，把师父的白话佛法全部扔在一边，叫有实践吗？（我就是这个困惑）慈忍不杀，跑到海鲜饭店里

如何做到忍辱-5.信愿行

家里吵架的时候

你不就是忍辱、不就是实践了吗？

拼命吃。上海人吃大闸蟹，活蹦乱跳的大闸蟹一串，就这么把它蒸笼里蒸死了，还往嘴巴里放点醋就这么吃啊，你怎么吃得下去？就像小孩子一样，光身的小孩子一串，把他们放在一个蒸笼里蒸死的、热死的，这个是不是实践呢？（有时候忍不住又吵了）就说明没有把书本上的东西用到

家里吵架的时候

你不就是忍辱、不就是实践了吗？

实践当中去。怎么样能够克制呢？多念心经，自己功力大了，在功课上下功夫。功课好了，再加上实践，白话佛法一看不能吵，然后有耐力。 Wenda20130505A56:33



学会帮助众生，实际上就是在修忍辱

因为别人对你的帮助有时会讽刺、挑剔、
不理解、怀疑，甚至谩骂，你全部都要忍辱。
只有学会忍辱，才能救其慧命。

4.5师父每日佛言佛语



记忆加深(大家一起默念)

—你记住一句话：菩萨帮我们大事化小，小事化无；拜菩萨后头要抬起来：整个头部都可以加持…加持了之后当然开智慧，精进力、忍辱力……什么都会有；用人的身体来忍辱的话，化解是很慢的；念经化解，就很快；功课念很多，小房子超度很少—没有什么后果，只是你自身的能力加强了，自身的精进力加强了，自身的忍辱力加强了；心经本身就是去除你心中的执著，断除你的



记忆加深(大家一起默念)

堕落，去除你的忌妒心，让你产生出忍辱波罗蜜的心；在心经里边，忍辱波罗蜜就是绿色的；想一世修成当然更加努力，要忍辱精进；如果压不住要多加一点心经；要忍辱，多给对方念心经；好好忏悔一说：“我自己的业障这辈子要还清，以后要跟着观世音菩萨到天上去。我要消掉自己的业障，我现在在修忍辱精进。”；当起烦恼心的时候可以向观世音菩萨默默祈求…你就这么讲，



记忆加深(大家一起默念)

他乱讲话，你说：“观世音菩萨，请您救救吧！”；祈求一问题是你说了之后，你要真的去做

—信心是修心人的明灯，这个信心是你自己，不是别人；一个人的自信储藏着丰富的宝藏，要挖掘心灵的宝藏；要坚定自己的信念，要学会忍耐、忍让，要永远觉得别人是对的自己是错的，就永远没有冤家、没有对头，就永远在事业、生活上一帆风顺；坚



记忆加深(大家一起默念)

定信念，道心不改变，就会显出你的佛光来。所以不管再大的困难，我们不能退步，要坚忍，要坚定自己的信心，要忍辱；什么都搞不定，还忍辱呢，一点坚强的信念都没有，你学什么佛啊？…人生活在世界上，哪件事情是容易的？没有坚强的信心，所以这种人一辈子都出不了六道的。好了，六道里混混吧，有什么办法！；真实的修心，还是在于自我内心拥有“信愿”的刚强；咬



记忆加深(大家一起默念)

咬牙，忍一忍，找人聊一聊，劝一劝，说一说，也能过；学佛当中要精进努力，因为学佛靠自己，靠自己守戒、忍辱、精进，都是靠自己的；愿力能够让人忍辱精进；我们只要有愿力，愿意好好改掉自己身上的习惯，就慢慢能够成全了别人，也成全了自己；要勇于改变自己，因为改变别人是最难的，而改变自己是唯一可以改变的方法；忏悔“我自己的业障这辈子要还清，以后要跟着

记忆加深(大家一起默念)

观世音菩萨到天上去。我要消掉自己的业障，我现在在修忍辱精进。”——是大愿；佛法的忍辱精进就是让我们知道，只要坚持自己的行为是正直的、为众生的，就不必去计较别人对你暂时的不理解，要把完成自己的正信正愿放在首位；你不要觉得自己忍辱就好了，你怎么会恨？…一想想通了，那么心里就自然释放了，就没有有什么不开心了。你这样理解《白话佛法》，你就是拥有生



记忆加深(大家一起默念)

命的导师；家里吵架的时候，你不就是忍辱、不就是实践了吗？……怎么样能够克制呢？多念心经，自己功力大了，在功课上下功夫。功课好了，再加上实践，白话佛法一看不能吵，然后有耐力；学会帮助众生，实际上就是在修忍辱

佛学基础知识-如何做到忍辱

6. 内在修养

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈
爱
心
灵



一个人对自己的要求程度 显示了他的修养程度

什么叫修养？就是对人要温和，做事的时候很自然，不要让别人产生压力，就是要让每个靠近你的人都感觉到你的慈悲和爱。学佛后，我们学着管理自己的情绪。人要时常保持着微笑，被人冤枉要学会忍辱，对一切烦恼要学会随缘化解。有时候我们修心时间长了会发现，不让人难堪的修养比随意伤人的“真性情”更难拥有。 2019.09.05【法国巴黎】

如何做到忍辱-6.内在修养

为什么人家就忍得住 到你就忍不住了？

修养不够，自己身上有魔，还有业障，忍不住就是恶业太深，所以才会忍不住啊。真的到生死关键的时候不照样忍住啊，到了原则性的问题上不就忍住了吗？忍不住都是假的，忍不住就是没有触到灵魂、没有碰到底线，碰到底线马上就忍住了。很多女人凶得不得了，到了最后，一个人跟她说把她孩子弄过去，她马上就跪下来：“对不起啊。”因为这是她的底线。

Wenda20190405 22:44

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈
爱
心
灵



如何做到忍辱-6.内在修养

平时还要注意戒骄戒躁 培养自己的修养

培养自己的忍辱心、精进心、慈悲心。要经常在自己心中不断地洗涤那些过去已经在八识田中留存的污垢和魔障。每天洗，每天干净，就像人洗脸一样，就像刷牙一样，每天洗，每天干净

Shuohua20180907 19:31

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈
爱
心
灵



一个良心好的人，是不用去忍辱的

因为良心好的人用不着忍辱。你本来没害人家，人家骂你的时候你心里会难过吗？实际上，忍辱精进说明你已经有毛病了。因为你忍辱，可能是你做错了。“他骂我，我咬咬牙吧”。虽然这里面你可以有很多理由可以解释，但是你还是做错了的地方。真正的心用不着忍辱的，因为我是真的对你好。你今天骂我，“这个人怎么这样啊，我是真



一个良心好的人，是不用去忍辱的

对他好，算了，算了”。用不着忍辱的，你不会吃他的恶气的。什么叫忍辱？夫妻俩吵得一塌糊涂。女的嗓子好，男的实在吵不赢了就找个借口说“我忍辱吧”。讲不过人家就忍辱了，讲得过人家的话，他能忍辱吗？...学佛就是让你们心明眼亮，要学会忍让，要修行修心。修自身的佛性是功。就是说修性要学会修自身的佛性。什么叫自身的佛性？就是



一个良心好的人，是不用去忍辱的

自己的本性，自己善良的心，就是修

自己的良心。用佛心来修自己的身是德。

白话佛法4-13



如何做到忍辱-6.内在修养

正信佛法要广发菩提心

学佛人在家里要照顾好自己和家人，在单位里对同事要谦让、谦虚，做事要圆融，不要去得罪人，学会忍辱，想想不管碰到什么事情，要懂得退一步海阔天空。想想我们小时候退了多少步？我们现在缺少什么了？损失了什么？什么都没有缺少，什么都没有损失，反而被别人夸奖非常优秀、非常出色。如果你什么事情都争到底，什么事情都是以“我”为中心，别人当面不敢骂你，但是会在背后骂你，你是不是得不偿失？

讲述于观音堂2020-07-24

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈爱
心灵

佛学基础知识-如何做到忍辱

7. 常生善念

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈愛
心靈



如何做到忍辱-7.常生善念

常生善念修忍辱 福田布满感恩心

弥勒菩萨、济公菩萨等菩萨偈语三则-天地游

忍辱需要福报

师父解答来信疑惑285

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈爱
心灵



如何做到忍辱-7.常生善念

看淡；平等；开始进入了 如如不动的忍辱波罗蜜

一个人把什么事情都看得很淡，他的内心就会产生平等心，就不会有分别心。因为你已经把什么事情都看破了，都无所谓了，知道到人间来一切都得不到，最后什么东西都是带不走的，所以，你就不会有分别心，外界的各种风风雨雨也就不会影响到你，那么，你就是开始进入了如如不动的忍辱波罗蜜。

白话佛法12-5

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈爱
心灵



如何做到忍辱-7.常生善念

把自己看的小一点

解脱讲讲容易，就像一条锁链绑住你，你要靠自身的力量来解脱。...从这个道理上讲给你们听，锁链把这个人捆住，它是有一个范围和范畴的。比如今天我要让你生气，我知道什么事情会让你生气，这条就是锁链。如果你把自己缩小了，把自己看的小一点，不在乎这件事，你就会把这条锁链解脱掉，这就是智慧。...如果先生真的做了坏事，我



把自己看的小一点

会去劝说他，告诉他道理，让他明白因果，尽量把自己看得渺小一点，把自己缩小，想想自己过去也做错过事情，就原谅原谅他吧，你越缩小自己，这条锁链就松开了，脱离了，你就解脱了。如果你去生气，感觉不能忍受了，就会发怒，越发怒这条锁链就把你捆绑得越紧。

白话佛法2-13

如何做到忍辱-7.常生善念

用平等心去护持自己的心 一种平衡自己的心态

要懂得让自己的心仁慈、忍耐，要用平等心去护持自己的心。你们懂得这句话的意思吗？因为当自己的心有不平的时候，觉得别人为什么能这样，而我不能这样做，你用平等心去想问题，例如他成功了，就跟我成功了一样，他今天好了，就跟我好了一样，你就不会难过了，你就拥有了平等心。你觉得他伤痛了，你也伤痛，那个时候你不会恨他，你也是拥有



如何做到忍辱-7.常生善念

用平等心去护持自己的心 一种平衡自己的心态

了平等心。实际上用这个心就会让众生平等，众生平等之后，你的心就不会乱，你觉得这都是很正常的，所以，你就会护持好你的心。这句话是什么意思你们听得懂吗？心里嫉妒人家难过啊，恨人家难过啊，那么你用平等心之后觉得人家就跟你一样，也蛮可怜的，这个时候你心里平衡了，平等心就是一种平衡自己的心态。白话佛法10-9

要感觉到人人平等

要懂得我们做人也好，做事也好，我们实实在在的好好地修，把每一个人都看成平等的，把全世界人都看成你的父母亲，这样学佛才会有境界，能忍辱。所以学佛人要，万物本同源，众生如是。什么意思？就是世界上所有的万物，都是同根同源，众生也是一样。所以菩萨说，众生如是。就是所有的众生，包括活着的众生、有情众生、有缘众生，都是一样的。连猫狗都是众生、连动物都是众生。所以为什么不能杀，就是因为他们是众生。

白话佛法141211



用平等心来观照自己

你只要常常用自己慈悲的平等心和平常心观照自己，你的“贪瞋痴慢疑”自然就无所遁形。我们很多人经受着精神和肉体上的考验，实际上就是因为自己没有解脱，没有看成平等。很多人经常说：“我为什么受这种冤屈？我为什么受这种苦？”反过来想一想，你为什么不能受这些苦？你为什么不能受这些冤屈？为什么别人可以受，你不能受呢？举个简单例子，外面



用平等心来观照自己

很热，为什么人家就能忍耐着热，而你不能忍耐呢？你就为了自己，觉得很难过、很伤悲，你的精神上受到了很多刺激，但是别人的精神上呢？就是拥有一颗平等的心，看到别人都能够忍耐，为什么我不能忍耐，这样就拥有平等心来观照自己，你就可以解掉自己的束缚。 白话佛法160324

诽谤是成就我们的善知识

被人家诽谤的人，因为你的忍耐，因为你不理他，但心里感谢他，实际上你就成就了对方的善知识，成就了对方的为人。他会想的，“我这样做对不对啊？我是可以给他提意见，但是呢，我应该换个方法”。实际上你把诽谤的人认为他就是一个善良的、有文化的人，他可以教你很多事情，你听他讲有什么关系嘛，他毁谤你什么了？我们要起



诽谤是成就我们的善知识

冤亲平等之心。就是说，你讲我好，你讲我不好，我都是这个样。然后能够不生法忍，就是无生法忍。实际上就是慈悲忍辱的力量。他讲我，我不理他，我一忍辱，我的力量就大了。 白话佛法4-27



如果碰到坏人，你要感谢他

如果碰到坏人，你要感谢他，因为他让你懂得世界上还有这种坏人，下次再碰到另外与他一样的坏人时，你就不会上当，所以你要感谢他，其实就是要学会克制自己，要学会忍辱。遇到魔，也是一种考验，如果你从来没有遇到过魔，你的誓愿就会不坚定、不坚固，因为没有魔考，你这个人就不会下定决心去改习性，因此碰到魔，可能对你是



如果碰到坏人，你要感谢他

一种考验。...要明白这是因为你过去没有好好修，还没有还清过去生中的业障。所以才有今天这个报应，而且报应是一定要承担的。只有一个常存感恩心的人才能驱除邪魔和恶业障。 白话佛法1-29



如何做到忍辱-7.常生善念

你要谢谢骂你的人

人家骂你，你要认为这是功德啊。你要谢谢骂你的人。... 不因诽谤起怨恨，就是不要因为别人讲了你的不好就起怨恨心。何表无生慈忍力，就是说，被人家骂，就能够生出慈悲忍辱的力量。不被人家骂的人，生不出这种力量，越是被人家骂，这种慈忍力越强。一个人的忍耐力是慢慢积累下来的。 白话佛法2-43

慈爱心灵共修 第五十五期 六波罗蜜-忍辱12如何做到3

慈
爱
心
灵



从自己的失误当中学会感恩

我们做人学佛要学会面对现实，今天不开心就是现实，无所谓，明天会开心；要超越现实，今天难过了不代表永远难过，今天失恋了会找到一个新的更好的，今天被人欺负，说明你学会忍辱了，你在家就会慢慢懂得怎么样爱护别人。所以，从自己的失误当中学会感恩，从自己对别人的接触当中学会要懂得慈悲。

150410新加坡



感恩他让你学会忍辱

你说你有这个“三福田”的话，你会这样吗？有什么好生气的？“恩田”，感恩他让你学会忍辱，这种年轻人骂你，“阴风”吹吹你，你就把他当成一种增上缘。“这种孩子一看就没有父母教养的，以后有的吃苦了”，你心里这么一想，不就化解了吗？ 广播讲座视频23



如何做到忍辱-7.常生善念

要把恶缘变成善缘

菩萨这么慈悲，看见别人会瞋恨吗？

见这个人很恨，想一想，菩萨这么慈悲，看见别人会瞋恨吗？想一想，每个人都有恩于我，想一想别人不容易，为什么活在这个世界上，不去把恶缘变成善缘，反而把很多善缘变成恶缘呢？为什么自己不能忍耐一下，看看别人的优点？这就是人的劣根性。自己开心的时候，什么都忘记了，自己不开心的时候就挑人家的毛病，这不跟动物一样吗？所以学佛人要把恶缘变成善缘。

白话佛法11-19

记忆加深(大家一起默念)

—一个人对自己的要求程度显示了他的修养程度；人要时常保持着微笑，被人冤枉要学会忍辱，对一切烦恼要学会随缘化解；不让人难堪的修养比随意伤人的“真性情”更难拥有；为什么人家就忍得住，到你就忍不住了？修养不够，自己身上有魔，还有业障，忍不住就是恶业太深，所以才会忍不住啊；忍不住都是假的，忍不住就是没有触到灵魂、没有碰到底线，碰到底线马上就忍住



记忆加深(大家一起默念)

了；平时还要注意戒骄戒躁，培养自己的修养，培养自己的忍辱心、精进心、慈悲心；一个良心好的人，是不用去忍辱的…忍辱精进说明你已经有毛病了。因为你忍辱，可能是你做错了；用佛心来修自己的身是德；正信佛法要广发菩提心，在家里要照顾好自己家人，在单位里对同事要谦让、谦虚，做事要圆融，不要去得罪人，学会忍辱，想想不管碰到什么事情，要懂得退一步海阔



记忆加深(大家一起默念)

天空

一常生善念修忍辱，福田布满感恩心；忍辱需要福报；看淡；平等；开始进入了如如不动的忍辱波罗蜜；解脱讲讲容易，就像一条锁链绑住你…如果你把自己缩小了，把自己看的小一点，不在乎这件事，你就会把这条锁链解脱掉，这就是智慧…如果你去生气，感觉不能忍受了，就会发怒，越发怒这条锁链就把你捆绑得



记忆加深(大家一起默念)

越紧；让自己的心仁慈、忍耐，要用平等心去护持自己的心…用平等心之后觉得人家就跟你一样，也蛮可怜的，这个时候你心里平衡了，平等心就是一种平衡自己的心态；要感觉到人人平等…把全世界人都看成你的父母亲，这样学佛才会有境界，能忍辱；用平等心来观照自己…常常用自己慈悲的平等心和平常心观照自己，你的“贪瞋痴慢疑”自然就无所遁形…拥有一颗平等的心，



记忆加深(大家一起默念)

看到别人都能够忍耐，为什么我不能忍耐，这样就拥有平等心来观照自己，你就可以解掉自己的束缚

—诽谤是成就我们的善知识；你把诽谤的人认为他就是一个善良的、有文化的人，他可以教你很多事情，你听他讲有什么关系嘛，他毁谤你什么了？我们要起冤亲平等之心。就是说，你讲我好，你讲我不好，我都是这个样。然后能够不生法忍，就是无生法忍。



记忆加深(大家一起默念)

实际上就是慈悲忍辱的力量。他讲我，我不理他，我一忍辱，我的力量就大了；如果碰到坏人，你要感谢他，因为他让你懂得世界上还有这种坏人，下次再碰到另外与他一样的坏人时，你就不会上当；遇到魔，也是一种考验，如果你从来没有遇到过魔，你的誓愿就会不坚定、不坚固，因为没有魔考，你这个人就不会下定决心去改习性，因此碰到魔，可能对你是一种考验；只有一个



记忆加深(大家一起默念)

常存感恩心的人才能驱除邪魔和恶业障；你要谢谢骂你的人——何表无生慈忍力，就是说，被人家骂，就能够生出慈悲忍辱的力量。不被人家骂的人，生不出这种力量，越是被人家骂，这种慈忍力越强。一个人的忍耐力是慢慢积累下来的；从自己的失误当中学会感恩，从自己对别人的接触当中学会要懂得慈悲；感恩他让你学会忍辱…你就把他当成一种增上缘；菩萨这么慈悲，看见别人

记忆加深(大家一起默念)

会瞋恨吗? ; 别人不容易, 为什么活在这个世界上, 不去把恶缘变成善缘, 反而把很多善缘变成恶缘呢? 为什么自己不能忍耐一下, 看看别人的优点? 这就是人的劣根性。自己开心的时候, 什么都忘记了, 自己不开心的时候就挑人家的毛病, 这不跟动物一样吗? 所以学佛人要把恶缘变成善缘



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



每周共修

0基础学起 - 白话FF共修 - 在线答疑

每周四、日晚7点+不定期早6点20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

