

# 佛学基础知识

# 六波罗蜜-忍辱

## 3.种类（2）

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵



# 目录

1. 忍辱精进

2. 无生法忍





佛学基础知识-忍辱种类

# 忍辱精进

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵





忍辱种类-忍辱精进

# 佛法界将忍耐 称为忍辱精进

人生有很多事情需要忍，人生有很多欲望需要忍，人生有很多感情需要忍，人生有很多苦难需要忍，人生有很多痛需要忍，人生有很多话需要忍，人生有很多气需要忍，忍耐是一种眼光，忍耐是一种胸怀，忍耐是一种领悟，忍耐是一种人生的妙法，

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵





忍辱种类-忍辱精进

# 佛法界将忍耐 称为忍辱精进

忍耐是一种规则的智慧，所以佛法界将忍耐称为忍辱精进，六波罗蜜中有一个忍辱波罗蜜。试想一下，人活在这个世界上，你想要看不惯，天天可以看不惯；想活在痛苦中，每天可以看不惯别人，什么都不能忍，连肺都会气炸的。学会想通，就会放下、看破

171112墨尔本

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈  
爱  
心  
灵





## 忍辱种类-忍辱精进

**“忍辱精进”并不是说忍辱才能精进  
前面的主题是“忍辱”**

因为忍辱是作为一个方面，你忍辱了之后，也是一种精进，是这个概念。比方说，你今天家里吵架，你不能忍耐，家里就要打起来了，家具都砸光了，就要离婚了。那你今天能够忍耐，那么家里是不是越来越进步了？不吵架，家里是不是进步了？今天领导跑过来跟你说：“你不要这样做啊，你怎么怎么……”你忍辱：“是是是，领导，我一定改正。”领导马上说：“嗯，



## 忍辱种类-忍辱精进

“忍辱精进”并不是说忍辱才能精进  
前面的主题是“忍辱”

好孩子，进步了。”我们电台那些秘书处的小孩子，台长经常说：“你做错了，这个地方做错了，那个地方做错了。”他说：“师父，我做错了，我改。”“嗯，好，进步了。”那是不是忍辱了，精进了？（对）他如果跟我吵呢？“师父，我就不改”“师父，这个事情、那个事情……”找出千条理由万条理由，那你说他退步了啊，他不能接受人家的意见，明明自己做错，他都不能接受对自己的意见，你说是不是他做错了、退步了？还能精进吗？明白了吗？

Wenda2016010801:21:33



忍辱种类-忍辱精进

# 在忍耐的一刻才成功

为什么佛法说忍辱才能精进，因为我们在这个世界上必须要忍耐，因为很多事情在忍耐的一刻才成功。在家庭中、生活上、工作上、夫妻感情上、对孩子……都要忍耐，等到你忍得住，境界就提高了，越忍耐境界越高，越忍耐你会越精进，这就印证了佛法讲的“忍辱精进”。 140307新加坡

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵





忍辱种类-忍辱精进

# 有忍耐才谈得上精进

一个没有忍耐的人，一定  
学不好佛，一定不会精进。

讲述于观音堂2020-12-19

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵





忍辱种类-忍辱精进

# 忍辱也是精进的方法

学佛人要懂得化解一切人间的烦恼、诽谤，修心要修到“无智亦无得，以无所得故”。要有智慧，没有智慧的人什么都得不到。夫妻之间忍让是为了维护这个家庭，为了孩子不受伤害，因为忍让可以换来家庭和睦。如果在单位里有人一直欺负你，你不懂得忍让，不停地跟他闹，你就得不到平安，早晚你们两个都会被单位批评，严重的话会被开除，你的工作可能也没有了，那么你怎么去还自己的房贷呢？

讲述于观音堂2020-07-30

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈  
爱  
心  
灵



## 忍辱种类-忍辱精进

# 能吃苦的人就能消孽障 佛法界讲叫“忍辱才能精进”

我们在人间，我们在修行，我们修得越好魔障越大。  
所以我们就需要克服魔障，我们要坚持坚持，忍辱精进；  
我们要克制，要好好的修心，才能够越过重重障碍，  
才能克服魔障。 120428香港



忍辱种类-忍辱精进

# 忍辱精进，里面就 包括了谦虚谨慎、戒骄戒躁

师父解答来信疑惑295

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵





## 忍辱种类-忍辱精进

# 忍辱精进，持戒苦行所不能及

忍辱才能精进，这就是六波罗蜜当中一个非常重要的佛法理念——忍辱精进，持戒苦行所不能及。什么意思？你就算守戒吃素了，你就算不杀、盗、淫、妄、酒，但是你如果能够忍耐，佛说了，连持戒苦行都及不了一个忍耐的人啊！现在知道忍耐有多重要了吗？忍耐是种修养。很多人怕热、怕冷，怕人家挤他，什么东西都不能忍耐。看看，我们那些义工在那里拉着，他们忍了吗？你们把人家挤得七歪八倒的，看看人家能忍耐吗？人家有没有修养？人家有没有德？

161223吉隆坡



## 忍辱种类-忍辱精进

# 学会忍耐，退一步你才能进一步 这叫“忍辱精进”

四者菩萨应当常行和忍恭敬柔顺。亦劝化他人令住忍中。这句话意思就是说，我们学菩萨的人经常要学会忍耐，要恭敬别人，要柔顺，也要劝化他人。“令住忍中”，让别人也要忍耐，经常把“忍”放在自己的心中。不能忍耐的人，“心字头上一把刀”，这把刀一不能忍耐，就会割伤你的心。学会忍耐，退一步你才能进一步，这叫“忍辱精进”。170216新加坡



忍辱种类-忍辱精进

# 退本身就是忍辱的一种 所以才称为忍辱精进

夫妻吵架的时候，你不讲话，你就是成功；  
你越吵、越闹，你就越失败。所以退一步  
海阔天空。 181011纽约

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵





## 忍辱种类-忍辱精进

# 有孝心的人，哪怕吃点苦，那叫忍辱精进

什么叫“不要活”？你怎么不要活了？你死了，爸爸妈妈更痛苦，这叫“白发人送黑发人”。你想过没想过，你的爸爸妈妈会如此地痛苦？你想过没想过，以后爸爸妈妈没人养老送终？你孝顺不孝顺？你就知道自己的感受“我不能活了，我没面子了，我死死算了”，这些人不是学佛人。我们有孝心的人，哪怕吃点苦，那叫忍辱精进。拼命地去努力，在人间创造一些让自己慈悲心能够帮助到别人的一些力量、一些时间、一些地点，那你就是一个菩萨，很慈悲的人间菩萨。

170927巴黎





忍辱种类-忍辱精进

# 忍辱精进比苦修行还要难 功德还要大

就算你做了很多功德，你还不如忍辱精进，  
因为忍辱是最难最难的。精进容易，忍辱  
难啊。你被人家讲了要能不发脾气。 白话佛法3-39

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈  
爱  
心  
灵





佛学基础知识-忍辱种类

# 无生法忍

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵





# 从“硬忍”到“无生法忍”

谁没遭受过毁谤、污辱、打击？谁没有被人骂过？这些身心伤害和自然界的饥寒冷热的变化，全部都要学会忍。

5.21师父每日佛言佛语





# ”我忍辱精进”，这还不叫境界

“无生法忍”，生都不要生出来忍耐的心，才叫“无生法忍”，“无生”，不要生出来。很多时候，“我忍耐，我忍耐，我忍辱精进”，这还不叫境界；“我没有忍耐的心，人家骂我，我也觉得这是缘分，人家怎么样对我也是缘分，我根本没有生出来忍耐的心”，那才叫境界。 Wenda20170409B08:04





# 因为还有“忍”字，所以就会耐不住

佛法讲忍辱，实际上忍耐是好事，但不是最高境界，因为还有“忍”字，所以就会耐不住。没有什么可以忍的，我们到人间这个地方就是来消业吃苦的，如果你在人间还有不平、难过、想不通，说明你根本没有把人间这个地方看穿，因为它虽然属于三善道，但是属于三善道中最差的一道。人很容易一个意念变为鬼，很容





# 因为还有“忍”字，所以就会耐不住

易一个意念变为畜生，变成饿鬼，所以人很危险，一不留神就成为一个恶人。要做一个好人，就要天天学佛，想一想，“我脑子中跟菩萨想的一样吗？我的行为跟菩萨一样吗？我的思维、语言跟菩萨一样吗？”这样才能像菩萨。 Wenda20170409B08:04





# 有为法；修得好的更要无生法忍

现在很多人为什么不舍得离开单位？因为他的房子要还贷款，他只要工作没有了，在找到新工作之前，他都拿不出钱付房贷。所以，他在单位里必须要忍耐，这就称为有为法，因为他忍耐是有目的的，修得好的更要无生法忍，无生法忍就是我连要忍耐的心都没有生出来。讲述于观音堂2020-07-30



## 忍耐的最高境界就是不必忍

没有必要去忍耐。师父过去讲宋先生一句话，宋先生脸会红的，难为情啊。还有很多人，师父讲你们徒弟一句话，左解释、右解释，不买账啊，有什么好解释的？师父都不能讲你们了？没有解释，也不用去忍，师父讲你们是为你们好，就像你们跟孩子讲话，是不是为了孩子好啊？那孩子说，“妈妈，你讲了我，我不会生气发脾气的，我忍耐。”妈妈说，“你多吃点啊？”



# 忍耐的最高境界就是不必忍

“好，妈妈，我忍耐。” “你多穿点衣服啊？” “好，妈妈，我忍耐了，听你讲了，我就多穿一件了。” 师父讲你们不是跟长辈讲你们一样吗？有什么要忍耐的？ 白话佛法6-21





## 忍辱种类-无生法忍

# 不要再去想忍耐，连忍字都没有了

要记住，我们完全依靠忍耐的方法得到忍辱的境界不是最高境界，为什么呢？你忍啊忍，还是在一个“忍”字上面。这个“忍”字是“心”字头上一把“刀”，这把刀架在你的心上，你不能忍耐的话，刀就会割你的心，你的心就痛了、难过了、苦了。如果你不去碰这把刀，你的心上就没有这把刀，学会忍耐，就是不要把这把刀架在自己的心上。人要懂得虽然忍耐是一种





## 忍辱种类-无生法忍

不要再去想忍耐，连忍字都没有了

修行，但是要懂得不要再去想忍耐，连忍字都没有了，那你就是无生法忍，我连忍的心都没有，我要耐什么？没有忍，哪来的耐啊？所以，忍耐就无生无灭了。160917纽约





# “无生法忍”不在忍辱范围内

忍辱有五个层次：生忍，力忍，缘忍，观忍和慈忍。无生法忍都不属于这个层次里边了，什么“忍”都不见了，已经根本不会生出来这个忍耐心了，你说在哪里？（师父，我在想，无生法忍就是连忍耐的心都没有了）对了（相当于不在忍辱的范围内了？）对啊，它没有再生出来了（明白了。师父，如果我们修忍辱，是按照这五个层次修还是……）每个都要修（就是五个层次一起修？）嗯。 Wenda20190125 20:54



忍辱种类-无生法忍

“忍无可忍” 是人的境界  
佛是无生法忍

Wenda20201002 36:52

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵





## 无生法忍是菩萨高境界的果位

“无生”就是没有生出来，“法忍”就是法界的忍耐。“无生法忍”就是根本连忍耐的这颗心都没有生出来。就是根本没有感觉生出的忍耐叫“无生法忍”。就是说我根本没有感觉我要忍耐，这个要忍耐的心都没有生出来。人家讲我，我根本不生气，我只是认为这是他的一个观点而已，对我没有任何影响，我为什么要生气呢？很多人能知道自己要忍耐，“哎呀，我气





## 忍辱种类-无生法忍

# 无生法忍是菩萨高境界的果位

呀。不行，我一定要忍耐，我是学佛的人”，还以为自己的境界很高呢。“我是学佛人我必须要忍耐，你骂我好了，你打我好了，我就是忍耐”，实际上这个忍耐不是最高境界的忍耐。如果认为别人骂你而你要忍耐，其实那不是学佛的最高境界。要学会他骂你的时候你认为他没有在骂你，是帮你作为提高你境界的一个阶梯，就是一种增上缘，就是增加你上进的源泉，



# 无生法忍是菩萨高境界的果位

他给了你这个境界让你进步得更快。比如在家里对方骂你，你就把它当作一种境界提升来看，这种忍耐就是一种法忍。法忍就是没有忍耐的意识，就当真的没有发生过，你骂我，我没有感觉。就像很多人说：“对不起，我刚才可能讲话让你不开心了。”“哦，没有没有。”人家是真的没有感觉。

白话佛法4-31



## 忍辱种类-无生法忍

# 菩萨的“无生法忍”是很高境界 是八地菩萨的果位

“你对我不好，我已经连忍耐的心都没有了，我根本没有觉得我要忍耐你，我没有生气啊。”这就是菩萨的果位。个人造因，个人自己受果。现在全世界这么多人共同的愿望就是希望师父身体好。因为有了师父，他们都会受到庇荫。师父要多留一些书、文字等给大家，这就是种善因；而师父身体好弘誓愿，又能救全世界的有缘众生，这就是得善果。白话佛法3-35



## 忍辱种类-无生法忍

# 菩萨的“无生法忍”是很高境界 是八地菩萨的果位

忍辱的果位很高，相当于八地菩萨。一个能够很有忍耐的人，不发脾气，永远笑嘻嘻的，这就是境界很高的人。一个人要忍耐，要有心理调节剂。我们人的毛病就是忍不住，忍不住才会出洋相。要克制啊！年龄大不一定忍得住，年龄轻也不一定忍得住，它要有一定的心境，就是说要能够克制、要忍。是师父更要学会忍，师父比你们还要学会忍耐，要“无生法忍”。你





## 忍辱种类-无生法忍

# 菩萨的“无生法忍”是很高境界 是八地菩萨的果位

们徒弟对师父不好，做错事情了，师父虽然忍耐，但师父也有义务要规劝你们。忍耐了之后你们还不改，对不起，师父就无生法忍。你们再打电话给师父，再跟师父讲，师父不理了，因为师父放下了。一个人的毛病不能经常来。发脾气、不懂事情、不学会忍辱精进，师父的有些徒弟不懂得应该怎么样做人，结果惹事了，把师父惹得担心，过一会儿又说对不起。这种徒弟已经太没智慧了。他不能学会忍耐，他就没有菩萨的境界。

白话佛法3-35

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈  
爱  
心  
灵





忍辱种类-无生法忍

# 证无生忍

只有当你彻底地显现自己的如来本性，你才能知道：哦，原来我是在借假修真啊。我们只有等到登上我们的上品，只有等到脱离了六道，我们只有等到进入了西方极乐世界，或者进入了四圣道，我们才能证无生忍啊。什么叫“证无生忍”？就是我们才能证实这个世界本来是空无一物的，我们才能产生那种慈悲忍耐之心啊。所以，真正的在人间，就把境界修出六道，以后才能脱离六道——那才是真正的学佛修心之人啊。

白话佛法120122

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈  
爱  
心  
灵





忍辱种类-无生法忍

## 要学会无生法忍

我虽然要忍耐，但是我连要忍耐的心都不生出来。根本认为没有生出的忍耐称为法忍。根本没有感觉要忍耐，才可能是无生。就是说，我没有感觉我要忍耐。很多人感觉自己要忍耐：“生气啊，不行，我一定要忍耐。我是学佛人，我必须忍耐。你骂我好了，你打我好了，我就是忍耐。”实际上这不是最高境界。你有本事，他骂你的时候你没有觉得他在骂你，他是在





忍辱种类-无生法忍

# 要学会无生法忍

给你提高你境界的一个阶梯，就是一种增上缘，增加你上进的源泉。他给了你这个境界就让你进步更快。他骂你，你就听着，有则改之，无则加勉。因为在马路上还没有人来骂你呢。在家里他骂你，你就把他当成一种境界来看。这种忍耐实际上已经是一种法忍了，就是说没有忍耐的意思在里面。...师父让你们学佛就是放下自己，不要有面子。师父今天讲这个不好，讲那



# 要学会无生法忍

个不好，就是让你们学会忍耐。学到后来要无生法忍。阻碍境界提升是一堵墙。从某种意义上来讲，师父就是想把你们的这堵墙挖掉，因为你们的这堵墙把智慧挡住了。所以你就觉得痛了。

白话佛法3-34





# 自己都没有了，哪来的生气啊？

我不生气，因为我都没了。很多人的毛病就是“我不能够忍耐了，我受不了了。”这个“我”真的很害人啊。把“我”忘记吧！忘却自己，就是自己境界的提高。 白话佛法3-34





# 不要以为我已经在忍辱了

不要生出那种忍耐的心。因为我根本不会生气，我不会嫉妒，我根本不记人家仇的，无所谓，我不丢脸，我脸不红，我也用不着再把脸慢慢地化开。很多人跟人家讲话的时候，人家一句话，砰，脸就红起来了——对不起，这个人就是根本没有学佛的人。资深的外交家，人家问他什么话，他根本脸不变色心





# 不要以为我已经在忍辱了

不跳啊，人家就是有这个忍耐心。为什么有些人一碰就跳呢？你们在家里有没有啊？一个动作，他是针对我的，马上就跳起来了。人家一句话明明没有针对他，他一听，马上又跳起来了。师父讲话都要生气，那你还有救啊？

白话佛法6-21





# 用无我的精神可以进入无生

因为你没有自己了，你就不会生出烦恼。举个例子，在单位里，有十个科员共用一间大办公室，其中有人在骂：“谁这么下流，把办公室弄成这个样子？这种人不要脸。”如果不是你弄的，你就会无我，因为不关你的事，你就不会生气。如果是你弄的，但是你假装不是你弄的，你会不会生气？你一定会生气的，到最后你会忍不住，你会跳出来接茬：“弄了又怎么样？你们没有弄脏过吗？难道就是我一个人搞脏的？”你生出烦恼了，因为你有我相，你执着了，你就急不可耐地跳了出来。

讲述于观音堂2020-06-09



忍辱种类-无生法忍

# 无生法忍破我执 调节身心守六根

4.18师父每日佛言佛语

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵





## 忍辱种类-无生法忍

这个世界一切都是“无所住”，没了

修到后来“无生法忍”，就是连忍的心都不要生出来。人家欺负你——无生法忍，“我没有忍耐的心，我没觉得他在欺负我，很正常”。他今天骂你，你就觉得这个人谁对谁都这样的，谁都骂的，你就觉得很正常。这个世界一切都是“无所住”，没了。我们人间一切“无所住心”，什么东西能够留在你心里？好好地过你现在，好好地过你未来，你一个人来到世界上，走的时候是一个人走，所以一辈子就是这样，无所住心，居无定所。

广播讲座视频43



忍辱种类-无生法忍

# 要修到无生法忍 其实就是无所住

就是什么都无所谓了，到哪里都一样，  
都无所谓了，你的心就是无所住。 白话佛法4-31

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈爱  
心灵





# 要修到无生法忍其实就是无所住

就是说什么都无所谓了，到哪里都一样。和尚就叫挂单，走到哪里所有的庙都会接待他。和尚、尼姑把家都放下了，走到哪里都可以住，实际上就是无所住——没有一个固定的地方居住。想想每个人一生搬过多少次家。今天你住在这里，说不定过几天就搬走了。你们今天住在这个人世间，很快你们死掉了，你们又搬到另外一个道上去住了。白话佛法3-35



## 忍辱种类-无生法忍

# 忍耐不是最高境界；要安住无生无灭之心

忍耐不是最高境界。这就是洪先生要往上修的原因，你能忍耐，并不代表你有境界，你有忍耐，说不定在你忍耐完之后，你又在背后说“这个混蛋”，听得懂吗？你要能够化解掉，要安住无生无灭之心啊。就是说，我这个心本来就没有生出来，我也不在乎它灭掉。你骂我的话，我没有生出这个恨你的心，我哪来的要忍耐啊？我根本不觉得难过，我哪来的要不难过呢？师



## 忍耐不是最高境界；要安住无生无灭之心

父今天讲了宋先生，宋先生觉得师父是为我好，没有骂我，我哪来的说要忍耐呢？你不需要忍耐，因为你无生了，你哪来的灭？你根本没有生出那种不开心的心，你为什么要灭掉它呢？我根本没有去恨人家的心，我为什么要克制、要忍耐啊？叫无生无灭之心。白话佛法6-21





## 忍辱种类-无生法忍

# 无生法忍就是要 把心安住于不生灭的道理上面

也就是说你自己的心要懂得这个佛法所讲的真理，就是不生不灭。忍就是把你的心放在这个佛法的道理上而心不动的意思。诸法的本性就是真实，真如实相，寂无生灭，无生法忍。诸法的本性是什么？要理解这个本性，我问你们，人间的真如实相是什么？苦空无常，真如本性。你知道这个世界一切都是空的、





忍辱种类-无生法忍

## 无生法忍就是要 把心安住于不生灭的道理上面

都是无常的，你只要能够把这个心安在这个真理和这个真谛上面，你知道了这个所有人间的一切的本性，真如实相就是苦空无常的话，你有什么生、有什么灭，你还会生出什么法，你还要去忍耐什么苦？我刚刚把这个解释倒过来跟你们讲，我问你们，你们拥有的东西会失去吗，你终有一天要失去，你早一点





## 忍辱种类-无生法忍

# 无生法忍就是要

# 把心安住于不生灭的道理上面

知道一定会失去它的，那你是不是会少执著一点？

举个简单例子，你们到一个酒店去参加法会，你还有一个礼拜住在里面，你会把这个酒店放点花弄得好看一点，洗洗干净？

当你知道明天要走了，你会怎么对待这个酒店？乱扔了吧？无所谓了吧？明天要走了，不擦了，不弄了。人是不是变掉了？





忍辱种类-无生法忍

## 无生法忍就是要 把心安住于不生灭的道理上面

菩萨要我们知道，我们人在这个世界上是不能长住的，你既然知道这个道理，你心要知道这个本性、这个实相——人不能长久的，在这个世界上一切都是空的，最后什么都带不走，所以你会生出什么、你会灭掉什么吗？你没这个心，哪来要去灭掉这个心？没有什么生出来的东西了。菩萨知道这个世界上一切





## 忍辱种类-无生法忍

# 无生法忍就是要 把心安住于不生灭的道理上面

都是虚空的，没有什么生出来的，一定要忍耐，要了知诸法之相，要学会忍耐，当你知道这些东西一定会没有的时候，你不会住足于这个相上面。所以无取无舍，无得无失，不动不退，是名无生法忍。广播讲座视频87





## 忍辱种类-无生法忍

# 无生法忍就是要 把心安住于不生灭的道理上面

因为我们如果能够忍耐的话，你可能就会比较安。真正有智慧的人就是于无生无灭的实相当中如如不动。所以真正有智慧的人能够在无生无灭的实相离体念、离体当中而不动，这个就叫无生法忍。“忍”大家都知道，是一种肯定，“忍”也就是承认的意思。无生法忍即是佛陀告诉我们的诸法实相，这个世界





忍辱种类-无生法忍

# 无生法忍就是要 把心安住于不生灭的道理上面

的真相是一切法不生，一切法不灭。法不生当然就不会灭，不生当然不灭。为什么要说不生，后面又说 不灭呢？因为这两个字比喻起来，不生而生，灭而不灭其实是什么现象呢？就是我们说的“梦幻泡影”。你说有，它又没有，你说没有，它也有，这就是《心经》里面告诉我们的“色即是空，空即是色”。就



忍辱种类-无生法忍

# 无生法忍就是要 把心安住于不生灭的道理上面

像每个人做梦一样的，梦有吗？有，但醒过来又没有了。所以不生不灭就是非相即相。相即非相，非相即相，无生法忍，也就是你真正的用智慧安住于无生无灭的实相当中，你就是无生法忍。我们经常说无生法忍就是没有什么生和灭的意思在里面。很多人对这个理解各有不同。有的人认为不管做什么事





忍辱种类-无生法忍

# 无生法忍就是要 把心安住于不生灭的道理上面

情，我们要破无明。无明是一种迷惑，因为这种迷惑可以让你造业。所以要让我们学佛人开悟，因为你开悟了，你就可以证得无生法忍。如果你能够证得无生法忍的话，你就可能会步入八地菩萨的境界了。

大家知道在地球上，很难有很多人能够证得无生法忍。也就是





# 无生法忍就是要 把心安住于不生灭的道理上面

说，你知道这个世界是有到无，无到有。不是理解了，是证得。证得是什么意思呢？是完全能够进入无生法忍当中，但是一轮回又没了。所以这个世界上有时候不管做什么事情，你真正的要能够理解它，你可能就真的找到了这条路。

白话佛法180220



## 忍辱种类-无生法忍

**没有什么要忍耐的，一切都是因果果报**

修得好的更要无生法忍，无生法忍就是我连要忍耐的心都没有生出来。例如：我嫁给他，因为我上辈子欠他的，现在被他欺负一下没有关系，菩萨在天上都看得见，我就天天念经化解冤结，我希望菩萨终有一天会让他明白因果，不要再欺负我。如果你有这样的精神境界，你就是无生法忍。忍什么？没有什么要忍耐的，一切都是因果果报。



## 忍辱种类-无生法忍

**没有什么要忍耐的，一切都是因果果报**

师父对你们这些弟子有没有忍耐？你们三天两头地有事情发生，你们告诉师父，你们学佛当中有几个人是老实的？师父就是无生法忍，知道教育孩子是一个过程，这是因果果报，师父也知道你们都是未来的菩萨，所以无生法忍。讲述于观音堂2020-07-30



# 要懂得无生法忍的境界

也就是说，不管什么事情，我们要把它看穿、看明白。这个世界是今天有，明天没有，虽然我们的身体置身于有色世界，这个世界好像什么东西都有，但是我们要懂得这个世界的一切都是虚无缥缈的，都是空的，今天有，明天没有，对不对？拥有了会失去，失去之后又会拥有。人要懂得这个道理。

白话佛法11-24



忍辱种类-无生法忍

# 欲令心入无生法忍

佛在《楞严经》当中曾经说过，尔时，世尊曾经开示阿难：“诸比丘、比丘尼，欲令心入无生法忍。于师子座，摩阿难顶，而告之言：如来常说，诸法所生，唯心所现，一切因果、世界微尘，因心成体。”这就是告诉我们这个世界上的一切都是由心来创造出来的。当中讲到无生法忍，“无生法”就是一切法没有实有的生，既无生，也无灭。在古文当中，“忍耐”的“忍”





# 欲令心入无生法忍

是“相信”的意思。也就是说，我们相信一切法是没有实实在在的，都是心中的幻生幻灭。举个例子，如果你把自己的眼睛遮住看虚空，你就会看见虚空当中的幻化；如果你的手不把眼睛遮住，你看见这个幻化在虚空当中，你感觉也是存在的。因为从你眼睛看到的只是一种看见，但是从你心中生起了，那么这个幻化就存在了。如果你的手刚刚从眼睛上拿掉，你心





忍辱种类-无生法忍

# 欲令心入无生法忍

没有认为“我看到了幻化”，那么你心中就把这个幻化灭失了。所以一切法、一切人、包括你的身体、生死、整个世界都是非实所有的，都是都由你心所生出来的假象。要证悟无生法忍，也就是说究竟和彻底。要懂得佛法里面的秘诀，就是怎么样能够来懂得在这个世界上来彻底地领悟虚幻的东西。如果我们认为虚幻的东西，你心中认为它存在了，它就存在了；你心中



# 欲令心入无生法忍

认为它不存在，它就是不存在。所以在诸多佛经当中也讲着“在无生灭的诸法实相当中”，“信受通达，无碍不退是名无生忍”。我们慢慢的从佛经当中就会懂得，实相虚空；慢慢的可以懂得，“了法无生，印可决定，名无生忍”。学佛就是让你懂得这个如梦幻般的世界“如露亦如电”，完全是一种虚幻的东西。你心中认为它有了，你就有了。今天某一个让你生气，



忍辱种类-无生法忍

# 欲令心入无生法忍

你觉得你要气就气了，你觉得我不想气，你这个气就没了，就消掉了。道理就是让你知道忍耐，道理就是让你知道我们不管学什么佛，不管要懂得什么，首先要学会看空世界，真实无有，虚幻梦境，让你了无信心。如是修，要得到无生法忍。所以要懂得这个道理。

佛陀经常跟大家讲，无增减得阿耨多罗三藐三菩提。也就是说，



忍辱种类-无生法忍

# 欲令心入无生法忍

你如如不动者，你对这个世界看空了，你对这个世界所有的一切你能够放下了，你就即得阿耨多罗三藐三菩提，你就即得无生法忍了。

佛整个就在让我们能够明白这个世界都是虚空无常的。你没有什么法，你没有什么需要忍耐的，也没有需要执着的，要一切放下。白话佛法180210

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈  
爱  
心  
灵





# 菩萨根本不生出任何心

要懂得无生法忍，什么是无生法忍？“无生”，就是“不生”的意思。佛菩萨和众位高僧大德，不管碰到任何的喜怒哀乐、十二因缘，他们都可以不生出这种忍的境界。因为“不生”，哪来的灭，所以叫“不生不灭”。菩萨根本不生出任何心，没有任何忍的意念，其实就是佛教界讲的，不起心动念，如如不动。能够如如不动，能够不生出各种念头，能够碰到苦乐，忍可忍乐，不动不退，其实这就是高境界的禅定；而这种禅定，



# 菩萨根本不生出任何心

早就是远离生灭，真如实相。到达这种境界的高僧大德、佛菩萨，他们认为连生灭都是假的。因为无生，哪来的有灭？就像我们人间，你不生气，哪来的要忍辱？其实这就是远离生灭之法。不生，就不要灭。过去讲从内心不生出任何境界，你就不用从你的内心去灭度它。不生不灭其实是永恒的。因为无生，哪有灭度？就像我们所说的，这个人从哪里来？没有看见有人来，你也用不着看见他离开。你没有生出此心，所以无生，就





# 菩萨根本不生出任何心

是没有生出，所以没有灭度。生灭是智慧的结晶。能够不生任何的十二因缘，哪有要灭度它的需要。实际上，这个就是本体论中所讲的，宇宙万有都是生灭法。能够证悟一切法不生不灭的智慧，称之为“无生法忍”。

过去不可得，已无所得；未来也得不到，心无所得；把现在的一切都不要：那就是进入了无我的境界，证得无我。你们以后度人的时候，劝导别人，遇到境界高的人，要说“无我”的境





忍辱种类-无生法忍

# 菩萨根本不生出任何心

界，就是没有自己。很多人为什么要自杀？很多人为什么被别人冤枉了就气得不得了？因为他觉得自己的自尊心受到伤害，觉得自己没有了面子，丢脸了。师父告诉你们，无我就是修掉你的面子。如果证悟到“无我”，连“我”都没有了，你还有什么面子丢脸，还有什么不能够忍耐的呢？无所谓了，就会心无所住，心里没有可以住足这些人间贪瞋痴的地方。

白话佛法12-6

慈爱心灵共修 第四十六期 六波罗蜜-忍辱3种类2

慈  
爱  
心  
灵





## 忍辱种类-无生法忍

**“不取于相，如如不动”  
也是无生法忍的一种境界**

《金刚经》里讲的“不取于相，如如不动”  
就是这个道理，就是中观正见的人格。实际  
上这也是无生法忍的一种境界。白话佛法180224





## 忍辱种类-无生法忍

# 进入空性，能空四相，证得无生法忍

无生法忍是什么呢？忍耐啊，一定要忍耐，无生法忍，然后就是无生无灭。我什么东西都不生出来，我哪有灭掉的？我现在不生气，我哪来的要改自己的脾气呢？从来不生气的人，他要改脾气吗？从来不发怒的人，他要改发怒的脾气吗？道理就是这么简单，我连生都没有生出来，我要什么灭呢？大家听得懂吗？这样你才能证得菩萨的果。白话佛法9-34



忍辱种类-无生法忍

## 成就圆满力的忍力

如果你学过无我相、无人相、无众生相、无寿者相，无四相的话，你可能连嗔恨心都不会生起了，你已经在思想上成就了无生法忍了，你已经成就了在冤害面前最高境界的忍辱之心了。很多人能够领会佛法，无生法忍，你早就融入了菩提生命的本能了。这个不是一般意义上的忍受和忍耐，它是包括了成就圆满力的忍力——一个人的忍耐力。白话佛法180224



# 记忆加深(大家一起默念)

一忍耐是一种眼光，忍耐是一种胸怀，忍耐是一种领悟，忍耐是一种人生的妙法，忍耐是一种规则的智慧，所以佛法界将忍耐称为忍辱精进；“忍辱精进”并不是说忍辱才能精进，前面的主题是“忍辱”；忍辱了之后，也是一种精进；在忍耐的一刻才成功；等到你忍得住，境界就提高了，越忍耐境界越高，越忍耐你会越精进，这就印证了佛法讲的“忍辱精进”；有忍耐才谈得上精





# 记忆加深(大家一起默念)

进；忍辱也是精进的方法；能吃苦的人就能消孽障，佛法界讲叫“忍辱才能精进”；忍辱精进，里面就包括了谦虚谨慎、戒骄戒躁；忍辱精进，持戒苦行所不能及；忍耐是种修养；学会忍耐，退一步你才能进一步，这叫“忍辱精进”；退本身就是忍辱的一种，所以才称为忍辱精进；有孝心的人，哪怕吃点苦，那叫忍辱精进；忍辱精进比苦修行还要难，功德还要大；精进容易，忍辱难啊





# 记忆加深(大家一起默念)

—“无生”就是没有生出来，“法忍”就是法界的忍耐；根本认为没有生出的忍耐称为法忍；根本没有感觉要忍耐，才可能是无生；

—从“硬忍”到“无生法忍”——这些身心伤害和自然界的饥寒冷热的变化，全部都要学会忍；”我忍辱精进”，这还不叫境界；生都不要生出来忍耐的心，才叫“无生法忍”，“无生”，不要生





# 记忆加深(大家一起默念)

出来；我根本没有生出来忍耐的心”，那才叫境界；因为还有“忍”字，所以就会耐不住；在单位里必须要忍耐，这就称为有为法；修得好的更要无生法忍；忍耐的最高境界就是不必忍；不要再去想忍耐，连忍字都没有了；“无生法忍”不在忍辱范围内，什么“忍”都不见了；“忍无可忍”是人的境界，佛是无生法忍；无生法忍是菩萨高境界的果位；菩萨的“无生法忍”是很高境界，





# 记忆加深(大家一起默念)

是八地菩萨的果位；一个能够很有忍耐的人，不发脾气，永远笑嘻嘻的，这就是境界很高的人。一个人要忍耐，要有心理调节剂；要克制啊！；我们只有等到登上我们的上品，只有等到脱离了六道，我们只有等到进入了西方极乐世界，或者进入了四圣道，我们才能证无生忍啊

—自己都没有了，哪来的生气啊？；这个“我”真的很害人啊。





# 记忆加深(大家一起默念)

把“我”忘记吧！忘却自己，就是自己境界的提高；不要以为我已经在忍辱了；因为我根本不会生气，我不会嫉妒，我根本不记人家仇的，无所谓的，我不丢脸，我脸不红，我也用不着再把脸慢慢地化开；用无我的精神可以进入无生；因为你没有自己了，你就不会生出烦恼；无生法忍破我执，调节身心守六根；  
—这个世界一切都是“无所住”，没了；什么东西能够留在你心





# 记忆加深(大家一起默念)

里? 好好地过你现在, 好好地过你未来, 你一个人来到世界上, 走的时候是一个人走, 所以一辈子就是这样, 无所住心, 居无定所; 要修到无生法忍其实就是无所住, 就是什么都无所谓了, 到哪里都一样, 都无所谓了, 你的心就是无所住; 一忍耐不是最高境界; 要安住无生无灭之心; 我根本没有去恨人家的心, 我为什么要克制、要忍耐啊? 叫无生无灭之心。; 无生





# 记忆加深(大家一起默念)

法忍就是要把心安住于不生灭的道理上面；你自己的心要懂得这个佛法所讲的真理，就是不生不灭。忍就是把你的心放在这个佛法的道理上而心不动的意思。诸法的本性就是真实，真如实相，寂无生灭，无生法忍。诸法的本性是什么？要理解这个本性，我问你们，人间的真如实相是什么？苦空无常，真如本性。你知道这个世界一切都是空的、都是无常的，你只要能够把这个心安在





# 记忆加深(大家一起默念)

这个真理和这个真谛上面，你知道了这个所有人间的一切的本性，真如实相就是苦空无常的话，你有什么生、有什么灭，你还会生出什么法，你还要去忍耐什么苦？；无取无舍，无得无失，不动不退，是名无生法忍；真正有智慧的人就是于无生无灭的实相当中如如不动。所以真正有智慧的人能够在无生无灭的实相离体念、离体当中而不动，这个就叫无生法忍；“忍”是一种肯定；承认





# 记忆加深(大家一起默念)

的意思。无生法忍即是；诸法实相，这个世界的真相是一切法不生，一切法不灭。法不生当然就不会灭，不生当然不灭；不生不灭就是非相即相。相即非相，非相即相，无生法忍，也就是你真正的用智慧安住于无生无灭的实相当中，你就是无生法忍；很难够证得无生法忍；知道这个世界是有到无，无到有。不是理解了，是证得；





# 记忆加深(大家一起默念)

—没有什么要忍耐的，一切都是因缘果报；要懂得无生法忍的境界，也就是说，不管什么事情，我们要把它看穿、看明白；“忍耐”的“忍”是“相信”的意思；我们相信一切法是没有实实在在的生灭，都是心中的幻生幻灭；欲令心入无生法忍；一切法、一切人、包括你的身体、生死、整个世界都是非实所有的，都是都由你心所生出来的假象。要证悟无生法忍，也就是说究竟和彻





# 记忆加深(大家一起默念)

底；“在无生灭的诸法实相当中”，“信受通达，无碍不退是名无生忍”；“了法无生，印可决定，名无生忍”；无增减得阿耨多罗三藐三菩提；即得无生法忍了；这个世界都是虚空无常的。你没有什么法，你没有什么需要忍耐的，也没有需要执着的，要一切放下；菩萨根本不生任何心；“不生”，哪来的灭，所以叫“不生不灭”。菩萨根本不生任何心，没有任何忍的意念，其





# 记忆加深(大家一起默念)

实就是佛教界讲的，不起心动念，如如不动；其实这就是高境界的禅定；而这种禅定，早就是远离生灭，真如实相；其实这就是远离生灭之法；能够证悟一切法不生不灭的智慧，称之为“无生法忍”；过去不可得，已无所得；未来也得不到，心无所得；把现在的一切都不要：那就是进入了无我的境界，证得无我；无我就是修掉你的面子；无所谓了，就会心无所住，心里没有可以住





# 记忆加深(大家一起默念)

足这些人间贪瞋痴的地方；“不取于相，如如不动”——就是中观正见的人格；也是无生法忍的一种境界；  
——进入空性，能空四相，证得无生法忍；无四相的话；可能连嗔恨心都不会生起了；在思想上成就了无生法忍了，你已经成就了在冤害面前最高境界的忍辱之心了；能够领会佛法，无生法忍，你早就融入了菩提生命的本能——这个是成就圆满力的忍力





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

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

