

佛学基础知识

六波罗蜜-禅定

3

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3



什么是禅

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈爱
心灵



禅定 - 什么是禅

这就是禅，这就是般若

一个人要穿越沼泽地，他左跳右跨找到一条路，但是没走多远，他一脚陷入泥潭，慢慢陷进去了；又一个人来了，也想穿越沼泽地，看到前面人的脚印，走一段觉得很顺，他就放心继续走，也陷进去了；又来了一个人，看到前面人的脚印，他想都没想，沿着脚印走，结果又陷进去了；又有一个人要过沼泽，他看到前面有这么多的脚印，心想一定是一条通往彼岸的阳光大道，已经有这么多人走过，相信一定走得通，



禅定 - 什么是禅

这就是禅，这就是般若

没想到他也陷进去了。这个故事说明，世界上前人留下的路，并不是走的人越多就一定是平坦安全顺利的，沿着别人的脚印走，并不一定能够成功，学佛人在当今时代，在末法时期，要总结思考佛陀的教诲，学佛的思维要神似而不追求形似，用佛的智慧教育众生，学佛菩萨的真谛，才能在人间跳过没有碰到过的沼泽，走出苦海，寻找新路，解脱自己，这就是禅，这就是般若。 150620香港（二）



禅定 - 什么是禅

坐禅、念经等，实际上都是修的一个气

人的境界是怎样进入色界天的，这是很重要的。其实，这些都是修到一定程度的境界之后，所产生的一些物质性的变化，按照现代人来说就是器质性的变化。很多人都知道修炼是用气场来修炼的。比如，坐禅、念经等，实际上都是修的一个气，如果真的修到了一定的境界时，连这个气都不要了。又如，在生活中，如果这个人没有气，并不是指你的呼吸没有气，而是说人本身带有的欲界的那种气，是生气的气，是

坐禅、念经等，实际上都是修的一个气

发脾气的气。如果这个人不发脾气的话，你说这个人是不是像菩萨一样。人最大的毛病就是因为这个气没有地方走，所以当不开心时，它一定要发出来。这个气修到后来，随着境界的提升，连这个气都要没有。

【白话FF】2-35



修到后来非常深，尤其是禅学

学佛不容易，理解非常重要，对佛法的理解，修到后来非常深，尤其是禅学，有些人一辈子接触不到佛法，就一辈子缺少智慧。自杀的人就是没有智慧，自杀的人就是无明，认为自己走的这条路对的，最后就完了。为什么十二因缘把无明放第一个？无明造成了人很大伤害，可以伤害你的一生。为什么要悟？悟就是对治你的无明，所以要开悟。想通了，什么事情都迎刃而解；想不通，就无明了，不卖帐，到最后自己吃苦。

答疑198-8



禅定 - 什么是禅

离开外界一切物相就是禅

一个人能静下来、能定下来，
这个人就有禅定。

2019.06.08【布里斯本】

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈爱
心灵



禅定 - 什么是禅

“禅”是什么意思？就是让我们解脱

我们人烦恼随心而生，随缘而灭。大家想一想，你们经常会烦恼，一怀疑，马上不开心了；一想通，“不会的”，又没了，又灭度了。所以很多人好的和不好的都是在一念当中。善心也是随心而起，罪心也是你的心。你的心要把握住，心是人们一生中最难以突破的障碍，所以管好你的心，你就会平安无事。我们不要因为莫名的烦恼而耽误了大事。你们想想看，你们现在每一个人整天活在忧郁中，整天活在怀疑和



禅定 - 什么是禅

“禅”是什么意思？就是让我们解脱
恨中，这些都是人生的心理障碍。放下吧，好好地放下，就像放下我们十几年前的烦恼一样去放下今天，因为十几年之后，我们今天的烦恼也已经放下了。等到你要走的时候，你可能看到人间的一切都不可得，那时候你才放下，已经晚了。不要让自己愧疚地处在生活的悔恨之中而不能自拔。“禅”是什么意思？就是让我们解脱，就是让我们看到所有的一切都会过去，好好地把握住今天，我们会拥有更美好的明天

2019.06.07【布里斯本】



禅：是一种超脱的学问

是以一种大空明的心境体会着世界的本真的心态，从而达到一种绝对的超脱和通透。管好我们的心，管好我们的意。

佛言佛语（第二册）



实际上就是一种心、一种禅

实际上达摩祖师的功法是帮助人强身健体中修行禅，打拳是不是有进有出、有收有放，实际上就是一种心、一种禅，禅是一种智慧，没有固定形式的。修习武术是一种修习佛法的方法，就像现在磕头一样，也是一种方法。

答疑197-37

禅心就是开悟心，开悟之心

你开悟的话，还会烦吗？还会整天在人间搞来搞去吗？（师父，您在《白话佛法》里讲过“以佛心印凡心”，菩萨开示是“以禅心印凡心”，这两个意思应该都差不多吧？）因为禅心可以开悟你的佛性。举个简单例子，禅心是善心，那么佛心呢？就等于已经成为一个圣人了。我把它讲低一点你就明白了，你以善心去对付人间不好的心，和你做一个圣人去对付人间不好的心，有什么区别？

Wenda201705260119-34



禅定 - 什么是禅

山明水秀禅在心，明心见性听佛音；
五浊恶世靠佛经，破迷开悟离迷津。

2019.05.09【新加坡】

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈爱
心灵



禅宗有句话“照顾脚下”

在心的牢狱中，自己的心就是判官，违背良心的事情也许逃得过世间法律的制裁与世人的耳目，但是天上、地府和你的良心都知道，要管好自己的善恶念头，管束好自己内心的贪爱，六根不能污染。禅宗有句话“照顾脚下”，就是要照顾心里的步伐，我们每走一步，都要对得起自己的良心。我们不能对不起良心，走的时候不能对不起别人，我们要对得起



禅定 - 什么是禅

禅宗有句话“照顾脚下”

所有的人，不伤害别人，不种恶因，不造恶果，才不会一步走错换来百年的遗恨。所以脚下的一步，必须要走向快乐，离开痛苦；要走向天堂，离开地狱。照顾好善恶，脚步才能越走越轻快，枷锁才能丢掉，我们真正的人生是活在自在中，要广结善缘、多种福田，让我们活在人间的善良的天地中

140125悉尼

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈
爱
心
灵



无心就是禅，无心的人就是禅定

有时候讲话出来得罪人，有心吗？“我不是有心的，不是有意的。”嘴巴出来了，心没有动，怎么会伤害别人的？这是无心。有心，是有意去做一些事情。不管有意还是无心，都要如理如法，不能伤害别人。无心也是失误，有心也是失误，所以让你们无心，人无相，修无心，修到后来无心就是禅，无心的人就是禅定，无心的人就找到佛性本性，不执著人的一切就可以找到自己的本性。

答疑226-17



无相的功德才是最大的功德

师父刚才那个故事说的就是“翰林挑水”，如果他在挑水的时候是发心、是奉献，它可以变成无为的功德，与禅定的功德都是一样。所以你们就是放一个椅子、放一个凳子，其实都是你们的功德；一旦你计较了“我做了什么，做了多少事”，你功德就有限。无相的功德才是最大的功德。妈妈为孩子，从来不计较孩子以后长大了会孝顺，所以妈妈的功德是无相的；一个妻子为家庭付出了这么多，她没有想过“我以



无相的功德才是最大的功德

后要得到什么回报”，这是高尚的。为什么要做无相布施？就是要布施出去，心里不着相。帮了别人，不要等他回报，你的心会非常地坦荡；如果帮了别人天天等着回报，你的心就非常地难过。不去计较你做多少，只是考虑你有没有做了多少，这才是学佛人的正能量心态。 170225澳门



禅定 - 什么是禅

学禅的一个重要的特性

禅道有一个重要的特性是什么，就是不可言喻性，因为禅道就是说，任何事情你不要去把它讲，因为讲出来都会变的，你就是讲对了它也会变，你讲得不对它也会变，所以不可言喻，就是不可喻言，不要去讲，所以禅道就是，以内心战胜了和超越了自己的理解，你看看禅宗，它主要是心理活动，它非逻辑性，非对象性，它没有逻辑的，禅宗是风又是雨，是动又是静，它超越时空，时间和空间的一种直观观照，很



禅定 - 什么是禅

学禅的一个重要特性

厉害的，它是一种通感的体验，什么叫通感体验，就是我认为当时怎么样情况，我心里明白，我知道了，但是我不讲，是一种非功利性的潜意识，，就是不能拿到的一种意识，你得到了它又好像没有得到它，就是一个人的内心的精神存在，我举个例子给大家听，什么叫通感体验，我今天看见这个人，我觉得他蛮好的，但是在你的心里你会明白，这个人虽然我现在看着他蛮好的，但是我没听别人说他好不好，听别



禅定 - 什么是禅

学禅的一个重要特性

人说了好不好之后，我才知道他真的好不好，明白了吗，你对他今天看得好和不好，只是一种潜意识，所以很多人，骗人的人，表面上笑嘻嘻的，你都觉得很好，实际上他在骗你，禅宗的意思就是叫你们不要去下定论，不要去马上决定，这个好的还是不好的，这是物质，这是精神，这个事情是好的，是对的，不对的，叫你们认为三界唯心，万法唯识，你看到的東西是由你的心造成的，所有的佛法就是你的意



禅定 - 什么是禅

学禅的一个重要特性

识造成的，你们现在所有的正确的意识，全部都是法，佛法，师父现在跟你们讲的，众善奉行，诸恶莫作，就是法，肯定是对的，意识。。。禅宗告诉你们，身体受点苦会好的，精神上受点苦也会好的，最主要你的根，你怎么样本性，本根要正，什么叫最圆满的幸福，就是去妄存真，因为每个人心都会有一个自由的本心，这就是为什么禅宗里面讲的，拂尘看净，实际上就是把你心中，那些烦恼，杂念，



禅定 - 什么是禅

学禅的一个重要的特性

把你扫干净，去除你的烦恼，所以真正的有禅修的人，他不跟别人计较，他知道这叫分辨心，他没有分辨心的，他知道任何事物都会变化的，所以他不会跟人家斤斤计较，你去看好了，任何一个人，斤斤计较，想不通的人，他觉得这个世界对他可能是末日，实际上他就没有禅修的那种智慧，，什么都会变的，一会儿变好，一会儿变不好，一会儿好了，一会儿不好，人生都是这样，一会儿好，一会儿（不好），



学禅的一个重要的特性

一会儿开心，一会儿不开心，一会儿想不通，一会儿想通了，你说人，你把他放大，不就是个轮回体吗，你们告诉我，人不就是轮回体啊，一会儿说妈妈好，一会儿说爸爸好，一会儿说妈妈不好，爸爸不好，一会儿说妈妈也好，爸爸也好，明天又说爸爸好，后天又说妈妈好，那人不就是个轮回体吗，所以只是一个境界而已？

第17集【广播讲座视频

禅定 - 什么是禅

达摩祖师说：

（“看那看不到的东西，听那听不到的声音，知那不知的事物，才是真理。”这个是什么意思呢？）你坐在观音堂念经的时候，安静吗？有声音吗？没声音。这个时候你嘴巴里在念经，你听得到声音吗？听不到自己声音的。听到的是什么？心声。达摩祖师的禅语就是告诉你，要听自己的心声，而不是听外面的五欲六尘之声（哦）你看，看出去都是幻觉的世界，幻化的世界，你看得到这个真实世界吗？达摩祖师，



达摩祖师说：

他是禅宗修心境界非常高超的一位宗师（同修说：弟子猜想以上是教我们要如何去修，修内心的东西，而不是侃侃而谈，看内心的东西、听内心的声音和多思考内心的事物。弟子愚昧，请师父慈悲开示）他讲的某一方面是对的，在这方面的阐述是对的。只不过一个方面他是对的，没问题的

Wenda2017111759:53



禅中无语心自明，道中无法性自悟

佛性禅性本自觉，缘随佛道本性悟。

相应禅法心性平，应缘生缘境念安。

佛言偈语（第二册）



“禅”并不是讲究外在的名号

很多人说“我懂禅，我知道禅法”，我告诉你，说懂禅法的人不一定真的懂，真正懂禅法的人，那是禅在心中，似有似无。所以不在乎外表刻意的安排，这个童子说“无姓”不是没有“姓”，而是他心中没有对“姓”的执著。所谓的空性、佛性就是这个意思。你说我们每一个人心中都有佛性，对不对？每个人也懂得佛性到后来变成空性，佛性和空性到底最后有没有“性”呢？因为我们没有对空性和佛性的执著，



“禅”并不是讲究外在的名号

所以我们可以称为“无性”。但是一旦你执著了，你就拥有了人间的佛性，失去了空性，所以我们对人间所有的事情都不能执著，要想开、要放下，因为时间能洗去我们心中的忧伤。 2019.09.07【巴黎】



以禅定来达到妙心

观自在，常观自己在佛界，精神解离出世间。
要智慧人生，佛法人生，脱离此岸，才能到
达彼岸。以禅定来达到妙心。佛言佛语（第五册）



禅定 - 什么是禅

心中有禅，处处是禅房；心中有佛，处处是佛道

自由是有界限的，是在觉悟的基础上，才能享受到自由的心态及美好的大自然。心中有禅，处处是禅房；心中有佛，处处是佛道。人到晚年什么都怕，就是恐惧；内心恐惧，会使你无法脱离烦恼。

不能解脱自己，就是觉悟不够；想出各种方法来解脱，就是妙法。世界上任何事情，看懂了就笑了，叫笑看人生；看不懂就烦了，叫烦恼不断。快乐讲佛法，开心说禅道，随缘度众谈悟道。佛言佛语（第七册）

禅指的就是直指人心的修为

心中开悟之后再去做事情，你做的事情，你是从心中直接出来的，这就叫禅；直指心中的内心，就叫禅。所以，直指人心的修为，你才能见性成佛，因为你看到了将来这个世界，你见到本性了，你马上就成佛了，因为你所做的任何功德，都是由你的心出来的，所以，你的心出来的所有的功德，实际上就是你成就佛性的基础，所以叫见性成佛。佛法界有一句话叫“见性成佛”，就是说你今天见到本性了，你就已经



禅指的就是直指人心的修为

是菩萨了，因为在九识田中就是佛性。很多人根本看不到自己的九识，现在很多人连自己的第六意识都失去了，你连自己的第六灵感都没有了，你怎么可能修出自己的佛性呢？所以，人开悟不是说出来的，而是明心见性，明心见性是什么意思呢？很简单，因为你明白了，你会见到本性，就是心领神会了。【白话FF】10-36

禅定 - 什么是禅

佛性悟性本自
随缘悟道本自
相应佛道本自
缘生缘灭随遇
在禅觉安

佛言偈语（第一册）

慈爱心灵共修 第一百十四期 六波罗蜜-禅定3

慈爱
心灵



随缘，一切随缘

有就是你的，没有就不是你的；离了就不是你的，结了就是你的；是你的也不要太执著，不是你的也不要太难过。这就是禅。 Zongshu2018072115:53



随机参禅证悟，那是一种随缘

每一个法门都是你的心所为，万法唯心造。随缘修行，那是一种智慧；随机参禅证悟，那是一种随缘。很多人说“我要一世修成，最好有一个特殊的环境，不要接触外尘”，你说现在哪有谁不接触外尘的？只有靠自己心的坚定，心如金刚，法法是心。在人间的烦恼中修出你的禅定，在滚滚红尘中，你不能离开现实生活而去寻道觅法，要找一个能够解脱的



随机参禅证悟，那是一种随缘

法门。法门就是在你的烦恼中来帮你解决的，你没有烦恼，你就找不到解决的方法，所以反而会离道更远——离佛道更远。这就是“佛法在世间，不离世间觉”。你如果没有世间，你一定找不到世间的觉悟，所以“离世觅菩提，恰如求兔角”。兔子有角吗？佛法就在你的烦恼之中，佛法是离不开你在世间烦恼中的觉悟。....



随机参禅证悟，那是一种随缘

所以我们对佛法的追求不能虚幻，要在生活中找到佛法的智慧。很多人认为，修佛、学佛修心，找个清净的地方，远离这世间的红尘才可以修，或者自己关在禅房里长期闭关，或者出家了就保证修得好。其实他不知道“佛法在世间，不离世间觉”，就是在学佛的过程中，你只要在红尘中，任何时候都是锻炼你能够增长智慧、去除贪瞋痴，然后在心中拥有



随机参禅证悟，那是一种随缘

佛法妙法的一个很好的机缘。所以“离世觅菩提，恰如求兔角”，如果你今天说“我只是把自己关起来这么修心”，你就等于将现实生活和修行的生活完全分成两部分了。所以法法是心，尘尘是道，真正学佛修心的人不会这么固执，不会这么执著“我一定要什么环境下，我一定要怎么样，我才能修好心”，真正修行的人叫随缘修心，随机参禅证悟。



随机参禅证悟，那是一种随缘

很多菩萨到人间来“行也禅，坐亦禅，语默动静体安然”。就是今天语言出来，一动一静，所有东西都非常自然。为什么自然是很高级的一种境界？为什么我们现在吃东西都要吃那种nature（自然）的东西？因为自然才是道，因为自然了，它才能滋养出内心的一种正觉。所以行住坐卧，乃至吃饭穿衣，乃至工作或者在农村种地砍柴，哪怕游山玩



禅定 - 什么是禅

随机参禅证悟，那是一种随缘

水，无不是参禅悟道。为什么很多著名的诗人在游山玩水中能写出很多好诗？就是因为他的自然。离开现实生活而去寻道觅法，反而离道更远。道在心中，就像很多人说“我要找一个好老师，我这辈子才能修得好”，你最好的老师就是你内心的觉悟，就是你内心的本性佛，你为什么拿着金饭碗去要饭呢？一切修行不能离开世间，离开世间的修行永远不可能有成就。

第90集【白话F视频】

记忆加深(大家一起默念)

一要总结思考佛陀的教诲，学佛的思维要神似而不追求形似，用佛的智慧教育众生，学佛菩萨的真谛，才能在人间跳过没有碰到过的沼泽，走出苦海，寻找新路，解脱自己，这就是禅，这就是般若；坐禅、念经等，实际上都是修的一个气，如果真的修到了一定的境界时，连这个气都不要了…并不是指你的呼吸没有气，而是说人本身带有的欲界的那种气，是生气的气，是发脾气的



记忆加深(大家一起默念)

气…人最大的毛病就是因为这个气没有地方走，所以当不开心时，它一定要发出来。这个气修到后来，随着境界的提升，连这个气都要没有；理解非常重要，对佛法的理解，修到后来非常深，尤其是禅学…无明造成了人很大伤害，可以伤害你的一生…悟就是对治你的无明，所以要开悟。想通了，什么事情都迎刃而解；想不通，就无明了，不卖帐，到最后自己吃苦；离开外界一切物



记忆加深(大家一起默念)

相就是禅，一个人能静下来、能定下来，这个人就有禅定；你的心要把握住，心是人们一生中最难以突破的障碍，所以管好你的心，你就会平安无事…“禅”就是让我们解脱，就是让我们看到所有的一切都会过去，好好地把握住今天，我们会拥有更美好的明天；禅：是一种超脱的学问，是以一种大空明的心境体会着世界的本真的心态，从而达到一种绝对的超脱和通透。管好我们的



记忆加深(大家一起默念)

心，管好我们的意；达摩祖师的功法是帮助人强身健体中修行禅，打拳是不是有进有出、有收有放，实际上就是一种心、一种禅，禅是一种智慧，没有固定形式的。修习武术是一种修习佛法的方法，就像现在磕头一样，也是一种方法；禅心就是开悟心，开悟之心…菩萨开示“以禅心印凡心”…因为禅心可以开悟你的佛性；山明水秀禅在心，明心见性听佛音；要管好自己的善恶念头，



记忆加深(大家一起默念)

管束好自己内心的贪爱，六根不能污染。禅宗有句话“照顾脚下”，就是要照顾心里的步伐，我们每走一步，都要对得起自己的良心…脚下的一步，必须要走向快乐，离开痛苦；要走向天堂，离开地狱；所以让你们无心，人无相，修无心，修到后来无心就是禅，无心的人就是禅定，无心的人就找到佛性本性，不执著人的一切就可以找到自己的本性；无相的功德才是最大的功德：



记忆加深(大家一起默念)

如果他在挑水的时候是发心、是奉献，它可以变成无为的功德，与禅定的功德都是一样；禅道有一个重要的特性是什么，就是不可言喻性…任何事情你不要去把它讲，因为讲出来都会变的，你就是讲对了它也会变，你讲得不对它也会变，所以不可言喻，就是不可喻言，不要去讲，所以禅道就是，以内心战胜了和超越了自己的理解，你看看禅宗，它主要是心理活动，它非逻辑性，非



记忆加深(大家一起默念)

对象性，它没有逻辑的，禅宗是风又是雨，是动又是静，它超越时空，时间和空间的一种直觉观照，很厉害的，它是一种通感的体验，什么叫通感体验，就是我认为当时怎么样情况，我心里明白，我知道了，但是我不讲，是一种非功利性的潜意识，，就是不能拿到的一种意识，你得到了它又好像没有得到它，就是一个人的内心的精神存在···禅宗的意思就是叫你们不要去下定论，不



记忆加深(大家一起默念)

要去马上决定，这个是好的还是不好的，这是物质，这是精神，这个事情是好的，是对的，不对的，叫你们认为三界唯心，万法唯识，，你看到的東西是由你的心造成的，所有的佛法就是你的意识造成的，你们现在所有的正确的意识，全部都是法，佛法，师父现在跟你们讲的，众善奉行，诸恶莫作，就是法，肯定是对的，意识…身体受点苦会好的，精神上受点苦也会好的，最主要



记忆加深(大家一起默念)

你的根，你怎么样本性，本根要正，什么叫最圆满的幸福，就是去妄存真…拂尘看净，实际上就是把你心中，那些烦恼，杂念，把你扫干净，去除你的烦恼，所以真正的有禅修的人，他不跟别人计较，他知道这叫分辨心，他没有分辨心的，他知道任何事物都会变化的，所以他不会跟人家斤斤计较；达摩祖师说：看那看不到的东西，听那听不到的声音，知那不知的事物，才是真理



记忆加深(大家一起默念)

…达摩祖师的禅语就是告诉你，要听自己的心声，而不是听外面的五欲六尘之声；禅中无语心自明，道中无法性自悟。佛性禅性本自觉，缘随佛道本性悟。相应禅法心性平，应缘生缘境念安；“禅”并不是讲究外在的名号…真正懂禅法的人，那是禅在心中，似有似无。所以不在乎外表刻意的安排…所谓的空性、佛性就是这个意思…因为我们没有对空性和佛性的执著，所以我们可以



记忆加深(大家一起默念)

称为“无性”。但是一旦你执著了，你就拥有了人间的佛性，失去了空性，所以我们对人间所有的事情都不能执著，要想开、要放下，因为时间能洗去我们心中的忧伤；观自在，常观自己在佛界，精神解离出世间。要智慧人生，佛法人生，脱离此岸，才能到达彼岸。以禅定来达到妙心；心中有禅，处处是禅房；心中有佛，处处是佛道…快乐讲佛法，开心说禅道，随缘度众谈悟道；



记忆加深(大家一起默念)

心中开悟之后再去做事情，你做的事情，你是从心中直接出来的，这就叫禅；直指心中的内心，就叫禅。所以，直指人心的修为，你才能见性成佛，因为你看到了将来这个世界，你见到本性了，你马上就成佛了，因为你所做的任何功德，都是由你的心出来的，所以，你的心出来的所有的功德，实际上就是你成就佛性的基础，所以叫见性成佛…人开悟不是说出来的，而是明心见性…



记忆加深(大家一起默念)

因为你明白了，你会见到本性，就是心领神会了；佛性悟性本自在，随缘悟道本性禅；随缘，一切随缘，有就是你的，没有就不是你的；离了就不是你的，结了就是你的；是你的也不要太执著，不是你的也不要太难过。这就是禅；随缘修行，那是一种智慧；随机参禅证悟，那是一种随缘…只有靠自己心的坚定，心如金刚，法法是心。在人间的烦恼中修出你的禅定，在滚滚红尘中，



记忆加深(大家一起默念)

你不能离开现实生活而去寻道觅法，要找一个能够解脱的法门…

“佛法在世间，不离世间觉”。你如果没有世间，你一定找不到世间的觉悟，所以“离世觅菩提，恰如求兔角”…法法是心，尘尘是道，真正学佛修心的人不会这么固执，不会这么执著“我一定要什么环境下，我一定要怎么样，我才能修好心”，真正修行的人叫随缘修心，随机参禅证悟。很多菩萨到人间来“行也禅，



记忆加深(大家一起默念)

坐亦禅，语默动静体安然”。就是今天语言出来，一动一静，所有东西都非常自然…自然才是道，因为自然了，它才能滋养出内心的一种正觉。所以行住坐卧，乃至吃饭穿衣，乃至工作或者在农村种地砍柴，哪怕游山玩水，无不是参禅悟道…离开现实生活而去寻道觅法，反而离道更远…你最好的老师就是你内心的觉悟，就是你内心的本性佛，你为什么拿着金饭碗去要饭呢？一切修行不能离开世间，离开世间的修行永远不可能有成就



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

