

慈愛
心靈



共修第125期

1. 快过年了，佛台打理了么？佛台布洗了么？

2. 六波罗蜜—禅定14



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：打理佛台知多少？

第二部分：六度|禅定14

最后：感恩词 → 讲解答案 → 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。

慈爱心灵共修

慈
爱
心
灵



打理佛台

知多少

概要
供果盘
果水杯
水炉
香灰
香花
佛像
佛围布
破损
墙壁



慈爱
心灵



目录

1. 概要
2. 打理供果和果盘
3. 打理水杯
4. 打理香炉和香灰
5. 打理佛台的鲜花
6. 清洗菩萨像的讲究
7. 打碎佛具和菩萨像破损的问题
8. 其他问题
9. 【佛台布开示合集】



概要

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



清理佛台的顺序

问：请问师父，关于佛台的问题，平香炉、清洁油灯、换水、换供果，如果按照设佛台的顺序，可以吗？

答：可以的（就是第一先平香炉，然后清洁油灯，然后再换水，然后换供果、换鲜花这样）因为你没有点油灯，没关系的（好的。如果几位同修一起，可以每位负责一项同时进行吗？）可以

擦佛台的顺序：中间、左边、右边

当然中间擦最好了。擦佛台先中间，跟你平时拜佛的顺序一样的，先中间，擦完了再往左，再往右。



整理佛台任一一部分，都有功德

（师父说过“为佛菩萨做的任何事都是有功德的”，所以我们整理佛台上的任何一样东西，不管哪个部分，都是有功德的，是吧？）是。



打理供果 和果盘

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



水果应该洗干净、拿掉商标再供菩萨

当然应该洗呀，洗干净了是尊敬菩萨，这是给你做功德的机会，不要买来就供上去。还要把苹果上面的小商标拿掉。



换水果的时候要整盘一起换

不能拿掉几个再
把其他的放回去



香要烧完才能换水果

（我们观音堂换水果的时候，如果香燃完了，但油灯和莲花灯没有关，这时候换水果如理如法吗？）可以的，香最好要烧完（香已经烧完了，只是油灯和莲花灯没有灭。中途有同修在观音堂里面念经，我们跟菩萨讲一下，把水果请下来，擦佛台、换花、换水果，这样OK吗？）香燃着的时候只要跟菩萨讲过都OK的，不要在香的上面越过就可以了。

打理佛台-打理供果和果盘

供果的频率：

一星期一换，条件好，也可以频换

（师父您以前说过，供果一星期一换，那如果有的家里条件比较好，大概几天换比较好呢？）都可以。如果你两三天换一次都可以，都没问题。如果你是个家庭主妇，没有事做，你想多做功德，你天天换都没关系。呵呵（那天天换就是天天供菩萨的那种心，也是天天得到功德，是这样吗，师父？）对啊，是这样的啊，呵呵



不新鲜的水果要尽快换掉

供新鲜水果（可以使所求之事尽早实现），供奉鲜花水果最久不要超过一周才换新的，并且要保持新鲜，如果不新鲜了，就要尽快换掉，哪怕没有新的换上去，也不能把已经坏掉的供在佛台上。不能把供菩萨的供果再供亡人。



关于使用清洁剂清洁果盘的问题

完全可以。如果你想做一些财布施的话，你还不如去买一些新的盘子呢，把那些旧的盘子换掉，那不是也是做功德吗？

（经济允许的话我会这么做的。因为之前我想提这个意见的时候有的同修说清洁剂可能会有味道，毕竟是给菩萨上供的，这个有没有影响啊？）如果清洁剂真的有味道就不能用（是那种香香的味道）那就没问题，但是也不是太好（只要不是那种很冲的、难闻的味道就可以是吗？）嗯。如果味道重了总不是太好，因为香也是靠的一种味道

换下的旧果盘要扔掉

扔掉（放置一段时间就丢掉是吗？）

对。千万不要给人家，不好的。



清洁佛台和水果盘时要念经吗

（同修一个星期换一次水果的时候，用干净的毛巾把佛台清洁一下，移动一下水果盘，这样要不要念经？）没问题，要比较认真的话，加念一点心经就可以了（是一边清洁一边念心经吗？）对。

打理水杯

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



如何清洁供水杯

供水杯有黄渍可以换掉

供水杯要看的，不要常洗。清洁剂偶然的，自己手洗洗干净，水冲冲干净没问题的（杯口有黄渍洗不干净，是否可以换？）可以换，应该换（那换下的呢？）扔掉，包包好扔掉（好的）

一张纸巾能否擦多个供水杯

（同修在换大悲水的时候，先用干净的纸巾擦下杯子，然后再倒大杯水，那么一张纸巾同时擦几个观世音菩萨的水杯，这样做可以吗？）不可以。脏的东西擦过了你再擦啊？这擤过鼻涕的纸你还能再擤吗？（不能了）

打理香炉 和香灰

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



打理佛台-打理香炉和香灰

- 1、香脚要及时清理
- 2、可用干净小刷子扫掉佛台上的香灰
- 3、香灰很满时，可以把多余的香灰用纸包好处理掉
- 4、香炉里的香脚可用镊子夹出来，处理后香灰可用专用的器具“香灰压”来平炉



有关香灰的清理

（香炉比较小，香灰掉在外面，或者说香灰有时候很满了，香灰掉在香炉外面了，这样可不可以？）可以。你把它弄掉，掉出来就把它扫掉，拿一个刷油漆的刷子，干净的，把它扫掉就可以（不要太满啊？）不要太满，太满你就把它扔掉，包在纸上，把它弄到纸上。还有应该有一种东西是，像一个香炉外面外围的，一个框一样的，薄薄的，让香灰掉不到

有关香灰的清理

外面。香炉不是口比较小吗？香炉的上面还能盖一个东西，有点像漏斗一样的东西，你这个香就不会掉到外面去了（如果掉出来就是把它包起来扔掉？）扔掉，用不着包的，扫掉就可以。



如何处置旧的香炉、香灰

（师父，旧的香炉换了新的，旧的是不是包起来扔掉就可以？）可以的（要用红布包吗？）一定要红布。



打理佛台-打理香炉和香灰

香灰满了可以用纸包起来处理吗？

纸包起来可以随便丢，没问题。



香灰满了可以，用纸包起来处理吗？

（想问若要清理佛台，香炉满了要如何清理，清理前和清理后需要做些什么呢？还有就是观世音菩萨的神像肮脏也有些灰尘我该如何处理呢？）不上香的时候清理即可，多的香灰倒出来包包好处理掉。菩萨供起来以后，不要随便碰触，一般不需要擦洗，实在有很多灰尘的话，可以白天拿新的干布轻轻擦一擦，还要一边念《心经》。

打理佛台 的鲜花

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



打理佛台-打理佛台的鲜花

- 1、花瓶要保持干净，可以定期更换清水和清洗。
- 2、百合花的花粉和枯萎的花朵要及时修剪处理。
- 3、不可直接在佛台上处理鲜花，必须拿下来在干净桌子上处理。
- 4、佛台上不可以供空花瓶



打理佛台-打理佛台的鲜花

佛台枯萎的花要及时清理掉

花太多，拣掉一点

枯萎的都不要放在桌子上



清洗菩萨像 的讲究

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



如何清洁菩萨像

你就去买一个非常好的、非常光滑的布（什么颜色？）新的，没关系，黄的白的都可以，轻轻地擦，在不要点香的时候擦就可以了（是不是也不要用水？）不能用水（原来我们还用酒精擦过）不行不行（酒精棉不行吗？）不行



可否用水清洁菩萨像的问题

很简单，有些材料干布就能擦掉的；

有些材料干布擦不掉，就用水



打理佛台-清洗菩萨像的讲究

擦洗菩萨像只能用清水 不能用清洁剂

（可以用清洁剂清洗菩萨像吗？）千万不要这么做。请下来是可以的，但是不能烧香，请下来只能用水不能用清洁剂的（因为很多同修说菩萨像上有很多灰尘和油垢，用清水很难洗）不要拿清洁剂擦菩萨的脸，我只能讲到这里（那就稍微抹一下就可以了，是不是？）对了。

菩萨像背面发霉了怎么办

如果实在太肮脏的话，只能换；如果能擦干净的就可以继续使用，只是不要用抹布，用那种天然的干净的布，只能用一次的，不能用完了再用（是那种超市里卖的湿巾？）对，干净的毛巾就可以（那菩萨像发霉，他擦的话除了念心经，需要念礼佛大忏悔文吗？）不要的，心经就可以了



打碎佛具和菩萨像 破损的问题

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



不小心打碎供菩萨的水杯怎么办

（有同修清理佛台的时候不小心把供水杯给打碎了，这要念多少遍礼佛大忏悔文啊？）3遍就可以了。不当心的，菩萨不会怪那些不当心的人，因为他不是有意的要把杯子打碎，他无意的，虽然无意也不好但是菩萨还是原谅的

邮寄的菩萨像被划破了怎么办

菩萨像划破要看的，划在哪里。如果不是像上面就没关系，山水画这种好一点；如果是菩萨像就不行，要换了（因为相框也碎了，可能压到菩萨像了。寄的同修要念多少遍礼佛大忏悔文？）寄的同修，如果这样不好的话，一般7遍就够了。因为他不是有意的，只是他没有把这些东西处理好、放好（如果这张已经不能请上去，收到的同修就包包好放起来是吧？）对，就跟平时的处理一样。

打理佛台-打碎佛具和菩萨像破损的问题

菩萨像在运输中破损如何念诵礼佛大忏悔文

（师父，香港法会开光的观世音菩萨像，如果运输过程中局部多处损坏，是每一处念108遍礼佛大忏悔文，还是总共念诵108遍礼佛大忏悔文？）总共吧（那破损的地方修复一下还能供吗？）只要不是观世音菩萨的身体，都没关系（那如果净水瓶坏的话，换一个没开光的净水瓶供上去可以吗？）可以。



其他问题

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



自己用过的佛具能否结缘给别人

就像这种佛具都可以结缘给别人

备注：供菩萨的水杯不能结缘给

其他佛友。

佛台天花板被香熏黑了怎么办

没关系，如果能刷么也可以，不刷也没问题。一般的庙里有两种：一种是就像陈年香、沉香熏得到处都是，这个佛台上也是积得那个香灰加上蜡烛，所以他也不动的；还有一种索性弄得很干净的。不同法门他们对于烧香、烧蜡烛不同的看法，明白了吗？

佛台布 开示合集

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



目录

1. 佛台布的清洗
2. 佛台布的更换
3. 佛台布破损
4. 佛台布的制作、
边角料处理、结缘



佛台布的清洗

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



关于佛台布的清洗

（同修有一个盆是用来洗佛台布的，请问，点红点的红布也可以用这个盆来洗吗？）
可以（家里用来烫衣服的熨斗，能熨佛台布吗？）可以。

佛台布开示合集-佛台布的清洗

佛台的围布 建议用专用的盆洗

《设佛台指南》

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



佛台布可以洗衣机洗么？

可以用。如果没有芥蒂就没有关系，如果有芥蒂的话，可以再手洗一次就好了。



新佛台布放洗衣机洗后还能用吗

（有一位师兄家要设佛台，做好的新佛台布放洗衣机里面洗了，这个佛台布还能用吗？）
没什么（还是能用，对吧？）对啊。



佛台布的更換

慈愛心靈共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈愛
心靈



换佛台布

可以在白天完全没有香火的时候，一边念心经一边动佛台。 20200611 留言板

白天一边念心经一边动佛台换黄布。最好准备两块黄布，一块换下来的时候，另一块马上可以换上去。 20190613留言板



佛台布破损

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



不小心将佛台布烧了洞，该怎么办

（同修上香的时候不小心用香把佛台布烧了3个洞，整个佛台布换下来不太方便，他能不能买一块布把有洞的那一面给盖住？）可以。

佛台布烫出了一个洞

（上香的时候，不小心把佛台的围布烫出了一个洞烧黑了一块，该怎么办？需要念诵礼佛大忏悔文吗？）可以将烧坏的地方剪掉，然后修补好就可以继续使用。不用念诵礼佛大忏悔文。

佛台布被老鼠咬了

用不着念礼佛大忏悔文

台布可以马上扔掉



佛台布的制作 边角料处理 结缘

慈爱心灵共修 第一百二十五期 打理佛台知多少

慈爱
心灵



佛台围布不要从中间分开

（同修的佛台是在柜子里边，带门的。请问佛台布可以做成中间分开的帘子吗？这样方便拿抽屉里的佛具。）一边就好了，当中不要分开。从边上，从左面或者右面拿就好了。

用于制作的缝纫机

（有一个缝纫机曾经做过皮毛内胆，现在被用来做佛台布，已经结缘出去很多，这样如理如法吗？以后还能在用来做佛台布吗？）没关系的。同样一样东西，之前不好，你接受它，把它改变。就如一个人曾经做过坏事，现在做好事了，你能说他不好吗？

佛台布的制作、边角料处理、结缘

用过的佛台布改做问题

不恭敬的，有气场的



佛台布不宜在床上和地上裁剪

（有个同修很发心，免费结缘给大家佛台桌布，但是他把佛台布放床上裁剪的。以前师父说过不能放在床上。请问佛台布结缘出去这么多，师兄们是否需要更换？）应该没关系，不会的（这个师兄要念礼佛大忏悔文吗？）最好念17遍（还有一些佛台布，是直接放地上裁剪的，这个还能结缘吗？）都可以的，没关系的，下次不要这么做了。

佛台布边角料

（同修发心制作佛台布免费结缘给大家，每次都有一些边角料。请问，这些小的边角料能够拼在一起做成桌布上垂下来的那片门帘吗？）边上的可以，不能放桌面上。

佛台布不用 喷金漆可以么？

桌面不要喷上金漆

这样反而不美



佛台布的制作、边角料处理、结缘

佛台布的下脚料 可否送给不信佛的人用

都可以，无所谓



佛台布的制作、边角料处理、结缘

换下来的佛台布 如何再使用的问题

（师父开示过，换下来的佛台布不能作为拜垫套，原来菩萨的地方被人跪着不恭敬。同修请问，这个布可以做磕头时垫在头部的布吗？）应该可以的（用这个布做装菩萨像的袋子可以吗？）应该可以，没有碰到过地板的布都可以（好）

佛台布可以钉上佛台么？

（现在有同修设佛台，佛台布里层四周用钉子钉起来，但有师兄说佛台不能用钉子。是这样吗？）可以用钉子，不用钉子怎么钉得住？

佛台布的制作、边角料处理、结缘

结缘旧佛台布

如果是旧的不可以给佛友
要给人家换新的才功德无量



佛台布结缘

（我们几个人发心为师兄们免费负责佛台的一切佛具，其中有个师兄负责缝纫佛台布，可她突发身亡了。由于她往生比较快，她家里有师兄们发心结缘的布匹。这布匹我们是否可以拿来？是否可继续用来做佛台布结缘给其他同修？）可以。



梦见佛台布 佛具不见了，是何意

佛台不干净（好的。那梦到佛具不见了，是什么意思？）点香的手续不对，点香的时候各种各样的手续不对。



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

慈愛
心靈



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

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；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

