

佛学基础知识

六波罗蜜-忍辱

9.忍辱的益处（5）

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈愛
心靈



目录

9. 对于修心（3）

10. 转凡成圣



佛学基础知识-忍辱的益处

9.对于修心

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈
爱
心
灵



忍辱的益处-9.对于修心

忍耐之后得清净心，容易得定

因为你忍耐之后，你就定下来了。比如说夫妻吵架，一忍耐心就定下来了。因为你不跟他吵，他再怎样讲你你不想，你是定的。他是在跳。不能忍耐就会跳起来，跳起来了就会有后果。修道能成，靠的是忍耐。能忍耐就能得到最大的福报。...得理要让人，得理不让人的人是不得人心的。有道理更要谦让人家，没有道理也要让人家。 白话佛法3-31

这就是禅啊，这就是禅定

真正的学佛人，我们佛性无处不在，我们忍人所不能忍，方能为人之所不能为，这就是禅啊，这就是禅定。一个人要懂啊，一个禅是什么意思？站得住。我们很多时候，我们学佛人去想一个远离城市的喧哗，坐在那绿油油的草皮上，静静地聆听着大自然的声音，很安详的，安详的，所以慢慢地就自己养成了心中的一段春。有时候我们就会慢慢地脱离我们人间的烦恼。

白话佛法170722



忍辱就是禅定；烦恼就是般若

我们学佛人懂得自己两袖清风，就像法师一样一无所有，但是他们有崇高的智慧和美好的境界。忍辱也会精进，任何人只要忍辱了，就是佛传授与我们的六波罗蜜当中的忍辱精进。所以在修行路上，能够忍耐的人，能够忍辱的人，那就是成功的基石。没有一个人可以在人间一帆风顺，忍辱就是禅定，烦恼就是般若。

190911鹿特丹



时间越长，你心里的正能量越大

任何时候，学佛人要以六波罗蜜来严格要求自己，经常看看“我是否有一副好心态”“是不是守戒、精进、忍辱了”，要学会储存自己的情绪，把善的、好的储存，时间越长，你心里的正能量越大。如果你整天把恨的、嫉妒的、那些不好的烦恼事储存在你的心中，终有一天你的心脏会“死机”的。

190911鹿特丹



忍辱的益处-9.对于修心

师父现在用智慧教你们——不发脾气、要忍辱

照亮娑婆世界，就是唤起苦海众生。每个人都傻，师父现在用智慧教你们。什么事情能够成功？不发脾气就能成功。什么事情能够让他越做越好？忍辱。忍辱的人，人家拿你没办法；你跳，人家就搞你。我能忍耐。在单位里，跳的人很快被领导叫去谈话了，再跳，换走了，对不对？忍耐的人，你骂我，我就不讲；你忌妒我，我也不讲。最后领导会把他换走吗？

广播讲座视频18

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜—忍辱9益处5

慈
爱
心
灵



忍辱的益处-9.对于修心

真正的智慧人生

觉悟人生，定位人生，精进努力，忍辱忏悔，
包容众生，你才能创造人生的大乘世界。

181013纽约

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈爱
心灵



忍辱的益处-9.对于修心

真的学佛人

老公讲你了，不开心了，单位里不开心了，“我忍耐，我是学佛人，他没学，他骂我没关系，我不骂他，我能够忍辱”，你就拥有了忍辱波罗蜜。师父讲的这些，都是把佛法深奥的理论变成实践显化。内外可以相互融入。内是修你的内心，外就是外环境也要修。举个简单例子，你天天在家里念经，你老公不相信的，这个外环境对你不好，所以你不单单自己要坚定自己



忍辱的益处-9.对于修心

真的学佛人

的内心修，还要每一天像菩萨一样对他好得不得了，让他感受到你学佛之后真的不是一个普通人，让他感动，他也帮你一起烧香念经了，这个时候叫“内外相互融入”，然后得到证悟，你就是真的学佛人。 广播讲座视频7

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈爱
心灵



忍辱的益处-9.对于修心

观世音菩萨开示

入空但不完全空，就是叫你们看破这个红尘世界，修出你们的德性智慧之光，即佛菩萨的原灵。佛菩萨的原灵就是慈悲之光。修出原灵后就要懂得行智。这个智就是六度里的布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若了。

观世音菩萨讲解心经17-05-2020

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈
爱
心
灵



忍辱的益处-9.对于修心

要真正懂得学会忍辱波罗蜜

就是忍耐，先要忍耐，到后来不是忍无可忍，而是没什么可以忍的，想通了，有什么好忍的？用菩萨的话讲，忍不是最高境界，无忍，无生法忍。要调节好自己的心态，转烦恼得境界，没有烦恼的人就是一个有境界的人。

150410新加坡

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈愛
心靈



忍辱的益处-9.对于修心

学会忍辱精进，这都是波罗蜜，就是智慧

成就佛果，虽然心会很累，其实就是考验。你一个人如果能够住在家里闭关，“我就在家里，我坐得住”，实际上就是在接受着考验，而且不管他心态怎么样，他会消除业障。你看有些人被人家背后指指点点，他照样觉得“我只要是对的……我更要当心，我做这点事情都有人来指指点点，可能做更多事情，别人更要指指点点，更要特别当心”，那么就学



忍辱的益处-9.对于修心

学会忍辱精进，这都是波罗蜜，就是智慧

会了增上缘。如果被别人当众污蔑、当场污蔑，不跟他争，“我在修忍辱波罗蜜”。因为你不讲话并不代表你错了，你不讲话并不代表别人讲的是对的。你不讲话，别人把你当哑巴吗？没有。骂人的人，你知道边上听到的人会对他怎么想？能看得起他吗？所以要懂得，一切都要学会忍辱精进，这都是波罗蜜，就是智慧。

广播讲座视频9



忍辱的益处-9.对于修心

忍辱，听别人讲、不跟人家争斗 全部叫智慧

佛法是什么你们知道吗？师父考考你们，佛法在人间是什么？三个字：大智慧。只要佛法在人间，你就必须要有智慧，如果没有智慧，你就根本没有拥有佛法的条件。智慧是什么？那就多了，比如忍辱，听别人讲啊，不跟人家争斗啊，所有的这些全部叫智慧。

白话佛法9-30

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈
爱
心
灵



忍辱的益处-9.对于修心

忍辱代表你拥有同情心，拥有智慧

只有有智慧之人才会拥有慈悲心，
慈悲是解决烦恼的良方，希望大家
好好地学习忍辱精进。

180518新加坡

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈
爱
心
灵



原谅别人、不憎恨别人 就是智慧，就是忍辱波罗蜜

我们完整的本性因恨别人而被污染，别人的因果自己受，我们不能用别人的错误再来伤害自己已经很痛的心。原谅别人、不憎恨别人，就是智慧，就是忍辱波罗蜜。

150411新加坡



能够忍辱就是智慧

在人间有时候被冤枉、诽谤，要学会忍耐和忍辱，现在的人动不动就跳起来、闹起来。希望大家懂得，学佛人的修养之一就是忍辱和智慧，能够忍辱就是智慧，一般人早就被气得半死，学会忍辱才是活在一个真正的人生当中。...活着不是为了生气，没有人喜欢生气。佛在心中，看谁都顺眼；魔在心中，看谁都不顺眼，其实不是生活当中不顺心太多，而是因为我们忘记了



能够忍辱就是智慧

自己活着是为了什么。学佛人要活着为众生，不要生气，要脱离烦恼。

161106奥克兰



你的忍辱不叫“智慧”啊？

但是智慧从你的脑子里来，无形无相的，
为什么又会变成有形有相呢？这就叫

“若有若无，似有似无” Wenda20190111 01:02:43



忍辱就会产生智慧；“戒”就是忍辱

学佛做人要有智慧，要懂得解脱就不去跟人家争辩，烦恼要以忍辱为智慧。烦恼来了必须忍辱，因忍辱就会产生智慧，在佛学界讲“戒”就是忍辱；“定”就是定下来，不争吵；“戒”、“定”，然后就是“慧”，就产生了智慧。做人要以守戒为快乐。守戒是非常快乐的事情。 130923台湾



烦恼中忍辱就拥有了智慧

学菩萨以他人为重自身为轻；凡夫以自己为重以他人为轻，才会产生私心。不要去争辩是非，他人说你好坏，你不辩就是解脱，烦恼中忍辱就拥有了智慧。学佛就是学做人，佛法就是完成你生命觉醒的方法，智者必须知幻即离。

140914台湾



忍辱的益处-9.对于修心

从忍辱当中证实到般若智慧

佛法让我们在人间从苦难当中体会到

无常的真谛，从忍辱当中证实到般若智慧

2019.05.10【新加坡】

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈爱
心灵



万德庄严、无量妙用的智慧

虽然这个大圆镜智是第九意识阿摩罗识前面的最后一个智慧，阿赖耶识，其实它也是来自于第九意识。只是在前面几个智慧非常拥有布施、持戒、安忍、精进、禅定，方便善巧，不停地在洗，洗七识、八识田的那些清淨的种子，到了第八意识大圆镜智当中拥有的智慧，它有无限的潜能，它能够将那些不好的意念随缘消除，然后显现万德庄严、无量妙用的智慧。

白话佛法171123



忍辱的益处-9.对于修心

忍辱心长智慧 多方面修心才能长智慧

学佛人要谦虚，谦虚生智慧，骄傲长愚痴。智慧是什么？智慧，就是有很多方面才会长成智慧。首先要恭敬，有恭敬心长智慧；还有要懂得，结善缘心也能长智慧；谦卑心长智慧；忍辱心长智慧。所以一个有智慧的人，他有很多“心”一起来的。

Shuohua20170728 23:40

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈
爱
心
灵



忍辱般若蜜；要把自己忍辱的智慧修出来

“般若蜜”是什么？就是智慧。就是要把自己忍辱的智慧修出来。我为什么要忍辱？因为我是在消自己的孽障。为什么要忍辱？因为我过去生中欠人家太多。为什么觉得忍辱？我不要忍辱，因为我该还给人家的，我都还给人家了，还人家的时候很难过，贪人家钱的时候很容易，所以还人家债的时候就要学会忍辱，这是因为你在偿还自己过去生中的债务，就像还房子的贷款一样，还钱



忍辱的益处-9.对于修心

忍辱般若蜜

要把自己忍辱的智慧修出来

的时候很难过，不要去想，因为你借钱的时候已经种下了这个因，这就叫忍辱般若蜜。要能够想通这个事情，我忍辱的最关键在什么地方，我把它想明白了，这就叫忍辱般若蜜；想不明白，就是没有智慧。

白话佛法6-48

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈爱
心灵



忍辱的益处-9.对于修心

忍耐的很深的话

这个人实际上对佛法的认知很透彻

忍耐是一个人很重要的一种修为。这个人如果能够忍耐的很深的话，这个人实际上对佛法的认知很透彻。如果这个人不能忍耐的话，他就对人间的一切根本没有认知。你去看，不学佛的人碰到事情跳，碰到事情吵，碰到事情去解释。因为他认为这个事情很大，因为他知道这个事情对他来讲怎么样，



忍辱的益处-9.对于修心

忍耐的很深的话

这个人实际上对佛法的认知很透彻

怎么样。实际上，他如果有智慧的话，他知道这个事情就像过眼云烟一样，一会就没了，那么当然就没有——无生。你对缘分无生，一切法不生不灭的真理懂了，你知道没有生出来什么法，也没有灭掉什么法，所以也没有什么要你去忍耐的。这个世界的一切都是随缘力，一切都是能够由定而转为悟。所以定性转为悟性是非常非常重要的。

白话佛法180224

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈爱
心灵

宽容是一种忍辱的大智般若境界

瞋恨别人而怒火中烧，烧伤的只能是你自己。有时候人忍不下这一口气，就恶言刀枪相向；忍受不了别人的春风得意，嫉妒污蔑。这样的人生给你带来的只有痛苦，你的人生之路才会越走越窄。人间的是非善恶、世道的好坏、冷暖、宠辱，要学弥勒佛大肚能容，你的人生道路就会越走越宽。宽容不是懦弱，也不是退缩、压抑，而是一种忍辱的大智般若境界。

2019.06.09【布里斯本】



忍让是有止的，而争是没有止境的

如果大家忍让一下，这个事情随着时间的推移慢慢就淡了。当时要是咬咬牙，时间长了就没有了，所以忍让是有止的，而争是没有止境的。因为当一方忍让了之后，对方就会停止了，所以忍让是最好的。佛祖说，佛教是无争的宗教。佛教为什么会受到很多人的尊重？因为它不争斗。如果争斗就是偏离了佛教的方向。如果一个人经常跟这个人争，跟那个人争，这个人肯定没有人喜欢他。大家要明白其中的道理。

白话佛法4-20

唯有忍，能止诤

要记住，“以诤止诤，不得止；唯有忍，能止诤；此法实乃珍贵”。就是说，在和人争论的时候，想用争论的方法去停止它是停止不了的；当两个人吵架的时候，一个人忍耐，就不会再吵了。这个方法是非常珍贵的。做人不要去争，连这个虚空世界都是假的，争来的能有真的吗？

白话佛法4-27

忍辱的益处-9.对于修心

要学会忍辱；要证菩提身，善恶具不思

菩萨跟我们讲，要学会忍辱。想一想，这两个字。如果你在家里，夫妻吵架，你能经常忍辱，你是不是家里就太平？经常看见别人好的地方，你是不是不会恨他了？经常想一想，别人也很可怜，你是不是就有慈悲心了？所以，要证菩提身，善恶具不思。不要把人家看成恶的，也不要去想我要做好事，我在做好事。就是说不思善不思恶，就是好的我不去想，恶的我也不想——方证菩提身。

白话佛法141225

住心

要有智慧住心。什么叫“住心”？就是把心停下来，不要去乱想，把心要守得住，忍耐得住，要懂得调护好自己的心，一定要让心定下来，这叫“住心”。心不能有欲望，欲望会让你心态越来越变态，因为有了欲望之后，人的心态控制不住。

白话佛法151008



怎么样能够解脱？

我们今天被很多的业力和业障绑住了身体，我们怎么样能够解脱呢？一个人能够真正的解脱自己，还是靠着自己，不是靠着别人。我们做人，首先要懂得怎么样忍受、忍耐，才能达到忍辱。因为当一个人能够忍辱的时候他才能精进。 白话佛法130509



忍辱的益处-9.对于修心

学佛人只有忍辱苦修，才能离苦得乐

所以，师父需要你们学佛人懂得，长得再美也会丑，钱再多也会用光，财会散，只有慈悲永远在；广种福田，广积善，菩萨一定看得见；人间菩萨无我见，我见人见众生见，学佛世代天上见。 2019.12.06【墨尔本】



成功只是需要我们再坚持一下

佛门讲过，信、愿、行加上精进，定能得到果实，所以要用圆融守戒的心态，纯洁地去忍辱，你一定能到达彼岸。有时候，成功只是需要我们再坚持一下，就能跨越我们人生的最后一步。 2019.11.08【新西兰】



成功只是需要我们再坚持一下

坚持修心的人，一定能够成功，就像坚持爬山的人一定会爬上山顶，就像能忍耐的人他一定可以成功。越是能吃苦的人，越是能够修成。

4.19师父每日佛言佛语



记忆加深(大家一起默念)

一忍耐之后得清净心，容易得定，因为你忍耐之后，你就定下来了；修道能成，靠的是忍耐。能忍耐就能得到最大的福报；忍人所不能忍，方能为人之所不能为，这就是禅啊，这就是禅定；没有一个人可以在人间一帆风顺，忍辱就是禅定，烦恼就是般若

一经常看看“我是否有一副好心态”“是不是守戒、精进、忍辱了”，要学会储存自己的情绪，把善的、好的储存，时间越长，



记忆加深(大家一起默念)

你心里的正能量越大；师父现在用智慧教你们——不发脾气、要忍辱；真正的智慧人生觉悟人生，定位人生，精进努力，忍辱忏悔，包容众生，你才能创造人生的大乘世界；“我忍耐，我是学佛人，他没学，他骂我没关系，我不骂他，我能够忍辱”，你就拥有了忍辱波罗蜜；佛菩萨的原灵就是慈悲之光。修出原灵后就要懂得行智。这个智就是六度里的布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般



记忆加深(大家一起默念)

若了；要真正懂得学会忍辱波罗蜜，就是忍耐，先要忍耐，到后来不是忍无可忍，而是没什么可以忍的，想通了，有什么好忍的？；一切都要学会忍辱精进，这都是波罗蜜，就是智慧；忍辱，听别人讲、不跟人家争斗，全部叫智慧；忍辱代表你拥有同情心，拥有智慧；原谅别人、不憎恨别人，就是智慧，就是忍辱波罗蜜；学佛人的修养之一就是忍辱和智慧，能够忍辱就是智慧；忍辱就

记忆加深(大家一起默念)

会产生智慧；“戒”就是忍辱；烦恼中忍辱就拥有了智慧；从忍辱当中证实到般若智慧；忍辱心长智慧；多方面修心才能长智慧；忍辱般若蜜；要把自己忍辱的智慧修出来；我忍辱的最关键在什么地方，我把它想明白了，这就叫忍辱般若蜜；想不明白，就是没有智慧；忍耐是一个人很重要的一种修为。这个人如果能够忍耐的很深的话，这个人实际上对佛法的认知很透彻；宽容不是懦



记忆加深(大家一起默念)

弱，也不是退缩、压抑，而是一种忍辱的大智般若境界
一忍让是有止的，而争是没有止境的；唯有忍，能止诤；要学会
忍辱；要证菩提身，善恶具不思；要有智慧住心—把心停下来，
不要去乱想，把心要守得住，忍耐得住，要懂得调护好自己的心，
一定要让心定下来，这叫“住心”；学佛人只有忍辱苦修，才能
离苦得乐；成功只是需要我们再坚持一下；要用圆融守戒的心态，
纯洁地去忍辱，你一定能到达彼岸



佛学基础知识-忍辱的益处

10. 转凡成圣

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈
爱
心
灵



要把佛教深奥的理论变成实践

学佛菩萨深奥的理论，要把它应用到现实生活当中，嘴巴里讲的再好，我一切无所谓，而真正遇到事情时就会跳起来。犹如你们在家里看见孩子跟你闹的时候，你能够忍耐住吗？忍耐是从内心出来的，是靠你悟出这个道理后你才会忍耐；你不知道这个道理，你是无法忍耐的。如果没有悟出道理而克制自己，到最后身体就会出毛病了，什么心脏病、血压高都出来了。白话佛法3-11

佛理是自我印证的依据

也就是说，你学了佛法之后，你要用在自己的心里。举个简单例子，师父叫你们忍辱精进，如果你今天想吵架了，你硬把它忍下去了，那么你就印证了佛法，菩萨叫我们要忍辱，我今天忍辱了，我不吵架了，那么这个灾和难就消除了，家里的矛盾就消除了，你从心里就印证了菩萨讲的是对的。菩萨叫我们要忍辱，都是一家人，为什么要争吵？



佛理是自我印证的依据

这叫印证。那么有依据了，因为我学了佛法，我懂得了这个佛理。所以，学佛不是单单将佛的知识的积累，如果单单是学佛的知识的积累，那大不了这个人是佛学家，这个人是哲学家，这个人是佛学院毕业的，那是一种佛学的知识的积累，没有从自己的身体上、行为上去印证，这个就是人家说的，你佛法学得再好，你做出来的事情不如理、不如法，你就是没有学好佛法，大家要明白这个道理。

白话佛法6-37

忍耐是一个境界

改变人生，靠的是珍惜身边的一切。当你还拥有的时候就要学会感恩，不要总在失去后才找寻“我为什么不能忍耐”。很多家庭的破裂，就是因为不能忍耐。所以忍耐是一个境界，能够学会忍辱，那才能精进。

150623香港



忍耐力本身就包含了这个人的境界

境界是非常重要的。很多人一辈子不能忍耐别人，不能忍耐这个，不能那个，所以他就很可怜。他一直存活在他自私的思想行为当中，所以他解脱不了自己，每一天他要在解释，每一天他要让自己活在烦恼心当中，他放不下。无生法忍就是让我们拥有更高的菩提的境界，拥有更高的菩提的佛性。希望大家好好的学。白话佛法180224

要学高尚的境界

学佛要学高尚的东西，要学高尚的境界。被人家侮辱了，被人家冤枉了，都要能够忍耐。你自己行动做出来，今后将来人家看得到的，用不着嘴巴多讲。到了末法时期，嘴巴不是多讲的时候，是多念经的时候。看看现在跟着师父学的几百万人，他们每天都差不多念经4、5个小时呢。你们徒弟告诉我，你们每天念经多长时间啊？

白话佛法5-2

学佛要有高的境界，要能忍辱

你们每一个人都要学忍辱。就是骂你了、就是讲你了、就是侮辱你了，实际上这就是给你个境界，你要感恩啊。

“哎呀，这辈子我还没有碰到这种人来骂我呢，我要谢谢他。”骂了还要开心，让你锻炼修养。

白话佛法5-2



忍辱的益处-10.转凡成圣

你一忍辱
反而自身的境界高了
你要是跟他吵
你们就是半斤八两

白话佛法4-27

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈爱
心灵



忍辱的益处-10.转凡成圣

境界怎么来的，知道吗？忍辱得来的

想骂人了，我就不骂人；想打人了，我就不打人；想做坏事了，我就不做坏事；想做畜生事了，我就不做畜生事；想破戒了，我就不破戒。就是逼着自己改变，就是逼着自己成佛成菩萨，就是逼着自己越来越像诸佛菩萨，境界不就来了吗，境界不就出来了吗？ Wenda2020100221:57

忍辱的益处-10.转凡成圣

由忍辱开始转境界

白话佛法3-31

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5



忍辱是境界的提升

我问你，在社会上如果能够忍下来的人，是不是他有修养啊？（是）好了，有修养的人是不是比正常人要水平高啊？一个教授就能忍耐，一个开大卡车的人为什么动手就打人呢？为什么？因为人家有修养。修养是怎么来的？那是靠着自已有一种崇高的境界。那么这种境界怎么来的？就是不断地转化为人对一些事物理解的正确性，



忍辱是境界的提升

还有学习一些正能量，还有自己懂得因果关系，那么懂得忍辱，他才会慢慢地让这些正能量——懂得这些因果关系的悟性才会出来。有了这些悟性，那么这个人才能克服他自己身上一切的习惯，所以他才不会打人、不会骂人、不会说下流话，明白了吗？忍不下来的，如果你的根基不好，忍不下来的，忍到后来就忍不住了。为什么很多夫妻吵



忍辱是境界的提升

架，开始的时候一直忍，忍到最后“我告诉你，你已经骂了两个小时，我再也不能忍了，我们拜拜了！”好了，“啪”，前功尽弃，白忍，听懂了吗？ Wenda20150102 38:07



菩萨保证说，没有关系，忍辱还要精进

不能不纯洁，不能有染，一有染，心会狂乱、难过，然后一发脾气，心就会颠倒，因为想不通啊。…一定不能这样，一定要干净。一点事情来了，马上想：菩萨会这样做吗？菩萨不会。如果菩萨碰到这件事情会怎么样？菩萨保证说，没有关系，忍辱还要精进，对不对？给人家占点便宜又怎么样？让你出点名又怎么样？你就做了，又怎么样？你是



忍辱的益处-10.转凡成圣

菩萨保证说，没有关系，忍辱还要精进

不是为师父啊？弘法难道还要划界限吗？师父在帮助你们提升境界。境就是一个环境，你到了这个环境当中，比如说，你到了澳大利亚，你生活了十几年，你不会随地吐痰的啊，这就叫境界。 白话佛法7-12



忍辱的益处-10.转凡成圣

咬咬牙，忍辱，好好地守住自己的心

你跳，人家就搞你。我能忍耐。…你不跳就好了，这个就是境界。你就咬咬牙，忍辱，好好地守住自己的心。心不动，什么都不会动，那么就叫如如不动。 广播讲座视频18



不肯忍辱你怎么能够有高境界呢

什么叫大智慧？看破放下，把什么东西都看到底了，知道生不带来死不带去，知道这个世界亦无所得故，一切都是空的，都是假的，你才能脱离六道。所以师父经常跟大家讲，要想得根本智的人必须要有出离心，你离不开你的人间的心，你不肯忍辱不肯精进，不肯忍辱你怎么能够有高境界呢？

白话佛法161129

忍辱的益处-10.转凡成圣

修心修行要学会忍让，修自身的佛性是功啊！

就是说修心要学会修自身的佛性，就是把自己的本性、善良的心要修出来。...修心修行要学会忍让，修自身的佛性是功啊！就是说修心要学会修自身的佛性，就是把自己的本性、善良的心要修出来。我们经常说：要用佛菩萨的要求来要求自己，身体上、行为上做任何事情，如果跟菩萨能够相吻合、相辅相成，那你就拥有了佛德，就是功德的“德”字。所以用菩萨的境界去衡量、去修，你就拥有了佛菩萨的智慧。

白话佛法161129



忍辱的益处-10.转凡成圣

佛说以戒为本，希望所有
学佛人要坚定忍辱信心
才会在你的本性当中
显示出佛的光芒

140625香港

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈愛
心靈



忍辱的果位很高

一个人一辈子都是靠忍辱过来的，我们每个人不靠忍辱，每个人都活不到今天。你们这么大的脾气，能活到今天吗？看自己的兄弟姐妹看不惯，看自己父母亲看不惯，看自己都看不惯，“我怎么这样？”恨死自己了，怎么活？一个人活不下去了。所以要忍，要修到后来“无生法忍”，就是连忍的心都不要生出来。 广播讲座视频43



忍辱的益处-10.转凡成圣

人心最难控制，佛、魔只在我们的一念之间

一旦沉迷在欲望之中，你可能永远就没有回头的余地。所以，人须有为众之心，方能克己，能克己，方能成佛。（掌声）

一个人想要成为菩萨，就一定要懂得克制自己，一念佛、一念魔，忍辱、无欲才能精进，一个人能够忍耐，这个人一定会成功。

181230吉隆坡



忍辱的益处-10.转凡成圣

人间菩萨

学会珍惜每一寸光阴，去孝顺父母、去慈悲众生、
去忍辱精进，善待每一位帮助过你的人，这才叫

人间菩萨 2019.09.05【法国巴黎】

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5



忍辱的益处-10.转凡成圣

用忍辱上天做菩萨 但是做任何坏事都不行

找自己最擅长的点修成菩萨，不能做任何坏事：可以的，但是其他的坏事都不能做。你可以用忍辱上天做菩萨，但是做任何坏事都不行（那就盯着这个点去修，是吗？）对，你就可以成为忍辱菩萨、忍耐菩萨、受辱菩萨…

…什么都可以 广播讲座视频43

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈爱
心灵



忍辱是菩萨的境界

要学会忍辱。人一生中有挫折、诽谤、打击，所有的这一切我们都要学会忍辱。忍辱的境界非常高，忍辱是菩萨的境界。一个能够忍耐的人，他是一个很有修养的人。...忍辱境界的果位很高，相当于八地菩萨的果位，是很高的。如果一个人有很好的忍耐力，不发脾气，实际上这个人的境界就很高。一个人要忍耐，要有一个心里调节。我们人的毛病就是忍不住。

白话佛法4-31

菩萨行

我们哪怕就是行六般若蜜，我们也要遍知众生的心
心数法，也是菩萨行，也就是说当你忍辱般若蜜，
精进般若蜜，不管你说学智慧般若蜜都是要不能
离开众生的，这就是菩萨行。 白话佛法4-31



三地菩萨也叫明地

明地，“随闻思修照法显现，故名明地，以加行智断心迟苦闻思修忘失无明尽，证胜流功德忍波罗蜜为增上”。…菩萨为了忍波罗蜜为增上，就是为了到达彼岸，为了能够提升境界，什么都可以忍耐。“增上”就是把任何不好的东西，都看成是一种增进你上进的缘分。人家骂你，你很开心，锻炼你的耐心；人家打你，你也很开心是在消孽障，把自己的思维全方位的转变成增上缘。白话佛法2-38

如能受人之辱，无动于色，佛道成近矣

如果知道人家在骗你，不要有反应，笑一笑，受人侮辱要无动于色，忍辱精进，做人如果能够守住这几个字，你学佛接近成功了。境界来了不惧怕，来去不留，一切随缘，你就很自在了，就不会难过，放下即得解脱，你把这个缘分放下了，你就解脱了。白话佛法2-38



“忍辱”是我们成佛的根基之一

能忍的人，可以度过“生死苦劫”。忍辱是一个法宝，犹如金刚罩。因为你的忍辱，会使你转恶缘为善缘；无论别人怎么毁谤、攻击你，你都可以把它转换成增上缘。 5.23师父每日佛言佛语



忍辱的益处-10.转凡成圣

难忍则忍视为佛

我们凡夫由人成佛的过程非常难，因为人要变成佛，要有很多的慈悲心，要原谅别人。你们试试看，你们现在脑海里想一个人很恨的，你说你要原谅他，你做得到吗？这个人对你不好，那个人对你不好，曾经对你伤害过，你说你能原谅他吗？很难的。难忍则忍视为佛。很难忍的东西，你要学会忍耐；一个人不忍耐，你能做领导的？一个人不忍耐，你连个家都保护不了



忍辱的益处-10.转凡成圣

难忍则忍视为佛

啊。你想想看，你一辈子跟一个老婆，或者跟一个老公两个人生活，你不靠忍耐，你能什么三十年、四十年这么过下去的？习惯不一样，背景、文化背景不一样，智慧不一样，脑子不一样，他想他的，你想你的，你想想看，怎么能够几十年生活在一起？很难的。所以要学佛，靠慈悲：觉得这个男人很可怜，“哎呀，为了这个家，衣服没什么换，整天这么辛苦，回到家



忍辱的益处-10.转凡成圣

难忍则忍视为佛

里躺着就睡着了”，“这个老婆从头做到晚，还要去打工，还要照顾孩子，还要生孩子，还要照看，真可怜啊”，相互帮助，相互慈悲，你这个人就不会有恨的。因为恨会伤你们自己的心，你们知道吗？因为你恨别人，别人没感觉，你自己感觉最敏感了。因为你恨别人，你难过吗？你恨了一个人，人家不知道，你自己知道，痛苦吧？不要去恨，有什么好恨的，恨了半天又怎么样呢？

广播讲座视频74

慈爱心灵共修 第五十二期 六波罗蜜-忍辱9益处5

慈
爱
心
灵



记忆加深(大家一起默念)

—要把佛教深奥的理论变成实践；忍耐是从内心出来的，是靠你悟出这个道理后你才会忍耐；你学了佛法之后，你要用在自己的心里。举个简单例子，师父叫你们忍辱精进，如果你今天想吵架了，你硬把它忍下去了，那么你就印证了佛法

—忍耐是一个境界，改变人生，靠的是珍惜身边的一切；忍耐力本身就包含了这个人的境界…无生法忍就是让我们拥有更高的菩



记忆加深(大家一起默念)

提的境界，拥有更高的菩提的佛性；学佛要学高尚的东西，要学高尚的境界。被人家侮辱了，被人家冤枉了，都要能够忍耐；就是侮辱你了，实际上这就是给你个境界，你要感恩啊；你一忍辱，反而自身的境界高了。你要是跟他吵，你们就是半斤八两；境界怎么来的，知道吗？忍辱得来的…就是逼着自己改变，就是逼着自己成佛成菩萨；由忍辱开始转境界；忍辱是境界的提升；如果



记忆加深(大家一起默念)

菩萨碰到这件事情会怎么样？菩萨保证说，没有关系，忍辱还要精进；咬咬牙，忍辱，好好地守住自己的心，心不动，什么都不会动，那么就叫如如不动；不肯忍辱你怎么能够有高境界呢？
一修心修行要学会忍让，修自身的佛性是功啊！；佛说以戒为本，希望所有学佛人要坚定忍辱信心，才会在你的本性当中显示出佛的光芒；忍辱的果位很高；人须有为众之心，方能克己，能克己，



记忆加深(大家一起默念)

方能成佛；人心最难控制，佛、魔只在我们的一念之间
—学会珍惜每一寸光阴，去孝顺父母、去慈悲众生、去忍辱精进，
善待每一位帮助过你的人，这才叫人间菩萨；用忍辱上天做菩萨，
但是你做任何坏事都不行；人一生中有挫折、诽谤、打击，所有的
这一切我们都要学会忍辱。忍辱的境界非常高，忍辱是菩萨的
境界；相当于八地菩萨的果位；当你忍辱般若蜜，精进般若蜜，



记忆加深(大家一起默念)

不管你说学智慧般若蜜都是要不能离开众生的，这就是菩萨行；三地菩萨也叫明地——“随闻思修照法显现，故名明地，以加行智断心迟苦闻思修忘失无明尽，证胜流功德忍波罗蜜为增上”。…菩萨为了忍波罗蜜为增上，就是为了到达彼岸，为了能够提升境界，什么都可以忍耐；如能受人之辱，无动于色，佛道成近矣；“忍辱”是我们成佛的根基之一：能忍的人，可以度过“生死苦劫”。



记忆加深(大家一起默念)

忍辱是一个法宝，犹如金刚罩。因为你的忍辱，会使你转恶缘为善缘；无论别人怎么毁谤、攻击你，你都可以把它转换成增上缘；难忍则忍视为佛——我们凡夫由人成佛的过程非常难，因为人要变成佛，要有很多的慈悲心，要原谅别人



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

