

佛学基础知识

六波罗蜜-精进

36. 如何精进 (1)

慈爱心灵共修 第九十六期 六波罗蜜-精进36



佛学基础知识-精进

如何精进

(1)

慈爱心灵共修 第九十六期 六波罗蜜-精进36

慈爱
心灵



如何精进1

要得到幸福的人生
不要靠着别人的施舍
要靠自己的精进努力去争取

要想获得法喜，不是求助于未来的拥有，而是要获得当下的解脱

170928 巴黎

慈爱心灵共修 第九十六期 六波罗蜜-精进36

慈爱
心灵



如何精进1

**精进是靠自己，努力
也是靠自己，成功更是靠自己**

一个人想要不淋雨，很简单，要自己找把伞。自己不努力，想依赖别人，最后什么都得不到。相信自己的力量，相信自己本性的善良和菩萨的慈悲，求人不如求己。把希望寄托在别人身上的人，一定是一个靠不住的人，别人也会让你靠不住。我们一生走来，靠了多少人，失去多少事？感情就是一个最严峻的考验，现在的家庭、婚姻为什么会这样？因为三个字——靠不住。人在这个世界上，靠山山会倒，坐吃山空；



如何精进1

精进是靠自己，努力 也是靠自己，成功更是靠自己

靠别人，你的心不会定。人有两双脚，目的就是要靠自己
的力量站起来，不要去依赖别人，尤其是学佛人更不应该靠
着别人来让自己精进。精进是靠自己，努力也是靠自己，成
功更是靠自己。因为这个世界上最可靠最能够相信的就是你
自己，因为只有你自己永远不会背叛你自己，而且只有你自
己才会永远跟自己在一起，因为自己有一个本性，就是佛陀
说的“众生皆具佛性”，贴近自己的本能、贴近自己的良知、
贴近自己的本性，就拥有了人间无穷无尽智慧。

160213 澳门

如何精进1

只有精进修行，靠别人是靠不住的
只有靠自己才能“保家”

有的人烧小房子这么多，为什么不灵？因为功德不够啊！只有精进修行，靠别人是靠不住的，只有靠自己才能“保家”——保大家，保小家。上次龙卷风死了300多人，这次又是100多人，你们想想看，这些人难道都该死吗？难道他们都没有信仰吗？想想，要用心啊，要对得起自己的良心。能够有时间就多做点功德吧。功德是多得多得，少做少得，不做不得——功德都是做出来的。举个简单例子：当你功力

如何精进1

只有精进修行，靠别人是靠不住的
只有靠自己才能“保家”

很大，别人想碰你的时候，你手随便一碰，人家就受伤了。道理都是一样的。师父是只管耕耘，不管收获，这就是菩萨。菩萨是只管耕耘不问收获。也就是你要心里没有收获。因为你耕耘的时候，对人家好的时候，从来没有想到要人家对你有什么回报，你就一定会有回报的。如果你心里想着：“我今天对你好，是为了要你的回报。”那你就错了，你可能什么都得不到。在这个世界上人心都是肉做的，但是人的灵

如何精进1

只有精进修行，靠别人是靠不住的
只有靠自己才能“保家”

魂是从天上下来的，也有从灵界来的。为什么经过累世的轮回，我们人会变得这么不一样呢？为什么有的女人这么自私，而有的女人就不自私呢？为什么有的男人这么小气，而有的男人就不小气呢？为什么有的人善良，而有的人就邪恶呢？这都是累世的积累。【白话FF】5-6

如何精进1

改进不是靠别人讲得
是靠自己精进的

Shuohua20160311 21:28

慈爱心灵共修 第九十六期 六波罗蜜-精进36

慈爱
心灵



懈怠容易，精进难，靠自己努力

师父跟你们讲，一个人懈怠很容易，要精进很难。所以一个人说“我发个愿，我要精进，我每天早上要几点钟起来”，这不不容易的，真的不容易的，每天早上要坚持。种下自己的种子，一定会长出果实出来的。所以每个人都要努力，把自己坚实的果撒下去，才能长出很好的果实出来。每个人都不



懈怠容易，精进难，靠自己努力

肯做一点善事，哪来善人？每个人都不能改正自己一点恶，怎么样成为一个大的纯洁的、善良的人？改毛病很痛苦，精进也很痛苦。我可以告诉你们，做人就是痛苦来的。谁做人这么容易、这么开心？哪有永远开心的？

Wenda20181021A 16:40



如何精进1

放弃依赖，精进修行，各人吃饭各人饱

外面的雨下个不停，有一个人躲在一个屋檐下。有一位法师撑着雨伞，那个人急急地喊：“法师法师，能不能普度众生一下，带我一程啊？”禅师说：“你在屋檐下，我在雨中，你没淋雨，你不需要我度你。”那个人走出屋檐，站在雨中说：“现在我在雨中，你应该度我了吧？”禅师说：“你我都在雨中，雨没有淋到我，是因为我有伞。你需要的是伞，

如何精进1

放弃依赖，精进修行，各人吃饭各人饱

而不是需要我，不是我度你，你需要找一把雨伞。”其实这个故事就是告诉我们，我们不能靠别人来度你，我们是要从别人的身上发现自己应该怎么去做人，修出一把在人生理智的“伞”，保佑自己不被人间的五欲六尘所染、所淋湿。放弃依赖，精进修行，各人吃饭各人饱，修出自己的悟性，修出自己的佛性来。 160221雅加达



如何精进1

如何安排精进修行弘法和正常生活的问题

（有两种修行的人：第一种人修得很好，每天睡好六个小时，每天三餐，剩下的时间就是弘法度人，好好地修；另一种人就像师父这样的，一天到晚真是忘我了，顾不上吃和睡。这两种人修行到一定的时候，上去之后哪个果位高哪个功德大啊？）这种事情不要去问的，果位不是看你这辈子修的，果位是看你上辈子来的。你知道台长做了多少年的大法师啊，做了几世法师啊，就是跟庙里一样的。如果今世像台长这

如何精进1

如何安排精进修行弘法和正常生活的问题

么一点点年纪的话，能够做大家的师父吗？你不能把他分开看的，分开看不行的（噢，这么说我们弘法时，救人最主要，我们还是要把自己的肉身照顾好，也是重要的，照顾好了，我们会更多一些年在人世间，救助更多的人）连肉身都没有你怎么修行啊？连家里的房子都是破了，还住得了人吗？你至少要有个房子在人间啊，才能每天晚上睡觉第二天再度人啊。房子就是你的身体啊，你的身体都不行的话，那你能

如何精进1

如何安排精进修行弘法和正常生活的问题

不能在人间待着？（感恩师父。师父您每天都要这么晚睡觉，又不吃什么东西，师父您要是这么做，我们弟子一定也跟随师父您这么做啊）那我知道了，我知道你的心了，师父以后稍微注意点休息吧，好吧，我听你话。你要知道，当一个父母亲看到自己的孩子一个个都在往河里掉，一个个眼看着救不了，你说父母亲多着急啊，少睡一点也是为了救孩子啊，是这种心情啊。身体不好的话救不了这些孩子，但是父母



如何精进1

如何安排精进修行弘法和正常生活的问题

亲的心情你都听得懂的呀。你知道有多少人都是生癌症的要死的，那些人要师父救，你说我看着能不救吗？好了好了，不要讲我了，我不愿意多讲我的，大家尽力吧。因为境界不一样，师父到人间来不是来享受的，我就是来吃苦的，救人就是吃苦，没办法的，能救多少算多少。 Wenda20130519B 29:34



世界上有八种后悔劝告世人之八

第八——我看也就是最重要的一点了——第八就叫身体强健、身体好的时候，不好好地修行，不好好地求菩萨，等到年老体弱或者有突发事件的时候，你还能精进修持吗？就像很多人要走的时候应该念几百张小房子，他念不出来。所以等到无常来临的时候，一切就太迟了。这就是第八“佛道不修死后悔”。 160819 马六甲

如何精进1

人成即佛成

学佛人也要懂得人生啊，因为人成即佛成。
在人间做人就要学会懂得保养自己，因为
我们身体好了，才能更好地去学佛、去
精进。【BH佛法】170523

慈爱心灵共修 第九十六期 六波罗蜜-精进36

慈
爱
心
灵



如何精进1

理解别人才能生出感恩的心
知道自己不足才能精进修行

170122 悉尼

慈爱心灵共修 第九十六期 六波罗蜜—精进36

慈爱
心灵



如何精进1

活着就要动，不能懒惰，要精进努力 内心有力量能战胜一切

每一个人都要记住，要经常运动，人活着就要动。你要是懒的话……为什么会成懒人？就是你天天懒，懒到后来越来越懒，懒到后来懒不动了。所以一个人要学会不要懒惰，要精进，要努力，要学会有一种克制力，要有一种改变自己的能量。这种能量的意思就是告诉你，你必须改变，你不学会改变的话就会吃苦头。每一个人为何修心？他自己有自己的能量的，心有心力的，内心有力量的。一个人内心有力量的话，他能战胜一切。 Zongshu20191102 04:07

如何精进1

菩萨说，至高无上的法就是心

就是说，一个人最高尚的东西就是自己的良心，万法唯心造。靠什么样的法让我们学佛、让我们精进、让我们涅槃，那就是正悟的心，实际上就是至高无上的、纯洁的心灵。下面师父跟大家讲讲，人的根源是什么。人的根源就是人心，因为人心就是人的本性，是人的根。人的良心好坏是人的根本。如果一个人连良心都没有了，他还能够成为人吗？很多动物就是因为没有良心，才会吃人。所以，人心是根，行为、



菩萨说，至高无上的法就是心

语言是源。不管说什么话，做什么事情，都是和我们有关系的都是在种缘，不是善缘，就是恶缘。今天你讲了好话，行的是善业，那么出来的就是善缘。如果今天做了很多坏事，比如去偷、去抢，得到的缘就是恶缘。很多听众问师父，“师父，为什么我这辈子吃这么多的苦啊？”你知道为什么会这么苦吗？一个人的苦是由自己造出来的，行为、语言和良心坏了，就会造成恶缘，人就会受到苦的报应。

【白话F】101010

心跟佛要合一

师父刚刚就是给你们看的：下这么大的雨，我跟菩萨求，菩萨还要跟当地的菩萨去打招呼——你们都不知道，斗战胜佛翻了好几个跟斗去跟当地的菩萨打交道，然后当地的雷神来了，所以几阵雷一散掉之后，整个雨停下来来了。有五六分钟吗？有七八分钟吗？对不对？你们想想看，你们这么求的话，如果说“菩萨，保佑我癌症好啊！”马上就好的？你们有



如何精进1

心跟佛要合一

多少功力？你们做了多少功德？有时间的，要好好地把握好时间。如果你平时天天修，一求就灵；如果你天天守戒，天天精进，你可能很快就会跟菩萨心佛合一了，所以我们心跟佛要合一啊。所以你们要好好地努力，师父希望你们好好地努力。 2019.10.21【马来西亚】



心和佛就会越贴越近

人的一辈子会经历很多遗憾的事情，两种遗憾让人最痛心：一种是心灵失去依托，所渴望之事成为幻相，很多人对某人寄予太多的希望，一旦引起了失望，就觉得是终生遗憾；还有一种，是无法在事物发生的时候产生智能去自如地应付和解决。当一个人遇到困难麻烦的时候，马上生出智慧解决，就一辈子不会遗憾。我们现在学佛的心灵已经依托给观世音菩萨，我们不会再有终生的遗憾，我们遇到问题用菩萨的智



如何精进1

心和佛就会越贴越近

慧来解决，我们依靠佛法、依靠观世音菩萨的智慧，依靠佛光普照，人本身具有的本性给我们带来的智慧的光芒，让我们在人间照亮自己的前程，让我们碰到危险、麻烦和困难的时候，勇往直前，我们只要精进努力学佛修心，心和佛就会越贴越近，心和佛越贴越近的时候，我们就是佛。 130924 台湾

慈爱心灵共修 第九十六期 六波罗蜜-精进36

慈
爱
心
灵



如何精进1

尊重

尊重菩萨，尊重长辈，尊重学佛人，尊重自己的慈悲心和智慧，你就会保持一种精进力和加持力。加持力怎么来的？你尊重别人都会有加持力的：你尊重老板，老板对你好，你是不是觉得很安心？因为你工作不会被炒鱿鱼；你回到家里，你尊重老婆，你用不着担心老婆把你炒了，现在很多老婆把老公一炒就炒掉了。所以学佛人，第一要尊重，得加持力和精进力。第二要重法，就是对佛法要特别尊重，对法师、三



如何精进1

尊重

宝，对菩萨像磕头，还有对佛法、书、学佛，要特别特别地重法，那么得智慧力。重法的人得智慧力，尊重别人得加持力。然后还有一个实修，实实在在地修，不要假的，假的没用的，在家里不念经，假的有什么用？实修得慈悲力。你去看一个人，如果真正实实在在的修心的人，他会得到慈悲力量。你去看他学菩萨，一直学，学到后来怎么没有慈悲心啊？一个人一直念经修心，你说他怎么会对人家不慈悲啊？什



尊重

么事情，“算了算了，哎呀，算我欠他的”，这已经算他的了，好的就说“哎哟，他很可怜，他很好，这个人我应该多帮助他。”慈悲力，所以你们要学会实修。

第62集【广播讲座视频】



精进心就是来自于一种紧迫感

其实焦虑是不应该有，但问题是如果你没有这种紧迫感，对自己修心是不利的，因为精进心就是来自于一种紧迫感，你要是天天在混混混，你可能一年就混掉了、两年就混掉了，可能也就没了。所以人还是应该有些紧迫感，但是不要紧迫过头，过头就变成焦虑了。 Wenda20190329 00:53



为何人生很苦

你没有听师父经常《白话佛法》里边讲的，人的苦，一个是上辈子种的业，业障现世报了，今世就会痛苦了。有苦是正常的，因为你到人间就是来受苦的，所以不受苦是不正常的。任何人不会永远幸福，任何人也不会永远痛苦。受苦是消业，那是没有办法。如果你能够在人间说没有痛苦，那我恭

为何人生很苦

喜你；如果你在人间有了痛苦，你说“我把它当成一种增上缘，让我进步、让我精进学佛的一种动力”，那我也恭喜你。这就是佛陀曾讲，“我有两个孩子，一个孩子是从来没有犯过错的，还有一个孩子是犯了错就知道改变的孩子”。

弟子提问 师父回答——2014年6月香港弘法解答会（2）



不吃苦哪来的甜

不一定读了大学就能成功。走向西方净土的路，
都是在我们心灵地狱般的苦难中磨炼而成的。

（掌声）不吃苦哪来的甜，学佛人也是这样，
每天守戒，精进不懈怠；每天许愿，万事如意；
每天学佛，定能成佛。 180310 雅加达



如何精进1

靠这样忍辱精进

因果，你因种下去，它有果报出来了。要好好地受，受的时候要想到“我要更好，我以后不能再受报，我不能再造因了”，靠这样忍辱精进。忍耐、忍辱，就是在这个特定的环境中、受报的环境中要忍耐，通过忍耐之后懂得更多的佛法佛理，然后精进。受苦就是消业，苦受得越多，业消得越多。消完了，下次就不再做了，就不会再去承受那种果报了。

弟子提问师父回答（2）——2019年荷兰阿姆斯特丹弘法解答会

如何精进1

人越苦越要修

问：纽约生活压力很大，虽然很多精进弘法的同修生活中处处得到菩萨的保佑和加持，但是难免还是有一些牵挂。我们如何才能做到心无罣碍，全力弘法？

答：人越苦越要修，身体越不好，越要把它治好，道理都是一样的。人越想不通，越要想通它，越难过越要过，等过了这一段，你就一切都好了。

弟子提问 师父回答（8）——2018年新加坡弘法解答会

慈爱心灵共修 第九十六期 六波罗蜜—精进36

慈爱
心灵



如何精进1

只有受苦的时候，这个人才会精进

每个人都会有灾劫患难，有灾难来临时，就是我们修心日趋成熟的时候，知道为什么要这样说吗？因为有苦的时候，人才会想到拜佛念经，只有受苦的时候，这个人才会精进，只有贫穷的时候，才会发奋图强，只有身体不好的时候，才知道要锻炼身体，人就是这个毛病，什么事情等到要发生了才会想到应该怎么办，所以不论任何事情都要未雨绸缪，早一点想到后果。【白话FF】1-28

记忆加深(大家一起默念)

一、要得到幸福的人生，不要靠着别人的施舍，要靠自己的精进努力去争取；不要去依赖别人，尤其是学佛人更不应该靠着别人来让自己精进。精进是靠自己，努力也是靠自己，成功更是靠自己。因为这个世界上最可靠最能够相信的就是你自己，因为只有你自己永远不会背叛你自己，而且只有你自己才会永远跟自己在一起；有的人烧小房子这么多，为什么不灵？因为功德不够啊！



记忆加深(大家一起默念)

只有精进修行，靠别人是靠不住的，只有靠自己才能“保家”——保大家，保小家…要用心啊，要对得起自己的良心。能够有时间就多做点功德吧。功德是多做多得，少做少得，不做不得——功德都是做出来的；改进不是靠别人讲得，是靠自己精进的；懈怠容易，精进难，靠自己努力…一个人说“我发个愿，我要精进，我每天早上要几点钟起来”，这不容易的，真的不容易的，每



记忆加深(大家一起默念)

天早上要坚持。种下自己的种子，一定会长出果实出来的。所以每个人都要努力，把自己坚实的果撒下去，才能长出很好的果实出来…改毛病很痛苦，精进也很痛苦。我可以告诉你们，做人就是痛苦来的。谁做人这么容易、这么开心？哪有永远开心的？；放弃依赖，精进修行，各人吃饭各人饱，修出自己的悟性，修出自己的佛性来；如何安排精进修行弘法和正常生活的问题：连肉



记忆加深(大家一起默念)

身都没有你怎么修行啊？连家里的房子都是破了，还住得了人吗？你至少要有个房子在人间啊，才能每天晚上睡觉第二天再度人啊。房子就是你的身体啊，你的身体都不行的话，那你能不能在人间待着？…因为境界不一样，师父到人间来不是来享受的，我就是来吃苦的，救人就是吃苦，没办法的，能救多少算多少；人成即佛成。在人间做人就要学会懂得保养自己，因为我们身体好



记忆加深(大家一起默念)

了，才能更好地去学佛、去精进；理解别人才能生出感恩的心，知道自己不足才能精进修行；活着就要动…要学会不要懒惰，要精进，要努力，要学会有一种克制力，要有一种改变自己的能量。这种能量的意思就是告诉你，你必须改变，你不学会改变的话就会吃苦头。每一个人为什么修心？他自己有自己的能量的，心有心力的，内心有力量的。一个人内心有力量的话，他能战胜



记忆加深(大家一起默念)

一切；菩萨说，至高无上的法就是心，一个人最高尚的东西就是自己的良心，万法唯心造。靠什么样的法让我们学佛、让我们精进、让我们涅槃，那就是正悟的心，实际上就是至高无上的、纯洁的心灵…一个人的苦是由自己造出来的，行为、语言和良心坏了，就会造成恶缘，人就会受到苦的报应；你们这么求的话，如果说“菩萨，保佑我癌症好啊！”马上就好的？…有时间的，要



记忆加深(大家一起默念)

好好地把握好时间。如果你平时天天修，一求就灵；如果你天天守戒，天天精进，你可能很快就会跟菩萨心佛合一了，所以我们心跟佛要合一啊；心和佛就会越贴越近：依靠佛法、依靠观世音菩萨的智慧，依靠佛光普照，人本身具有的本性给我们带来的智慧的光芒，让我们在人间照亮自己的前程，让我们碰到危险、麻烦和困难的时候，勇往直前，我们只要精进努力学佛修心，心和



记忆加深(大家一起默念)

佛就会越贴越近，心和佛越贴越近的时候，我们就是佛；尊重菩萨，尊重长辈，尊重学佛人，尊重自己的慈悲心和智慧，你就会保持一种精进力和加持力…学佛人，第一要尊重，得加持力和精进力…第二要重法得智慧力…实修得慈悲力；精进心就是来自于一种紧迫感…人还是应该有些紧迫感，但是不要紧迫过头，过头就变成焦虑了；人的苦，一个是上辈子种的业，业障现世报了，



记忆加深(大家一起默念)

今世就会痛苦了。有苦是正常的，因为你到人间就是来受苦的，所以不受苦是不正常的··如果你能够在人间说没有痛苦，那我恭喜你；如果你在人间有了痛苦，你说“我把它当成一种增上缘，让我进步、让我精进学佛的一种动力”，那我也恭喜你。这就是佛陀曾讲，“我有两个孩子，一个孩子是从来没有犯过错的，还有一个孩子是犯了错就知道改变的孩子”；不吃苦哪来的甜，学



记忆加深(大家一起默念)

佛人也是这样，每天守戒，精进不懈怠；每天许愿，万事如愿；每天学佛，定能成佛；因果，你因种下去，它有果报出来了。要好好地受，受的时候要想到“我要更好，我以后不能再受报，我不能再造因了”，靠这样忍辱精进；人越苦越要修，身体越不好，越要把它治好，道理都是一样的。人越想不通，越要想通它，越难过越要过，等过了这一段，你就一切都好了；只有受苦的时候



记忆加深(大家一起默念)

候，这个人才会精进，只有贫穷的时候，才会发奋图强，只有身体不好的时候，才知道要锻炼身体，人就是这个毛病，什么事情等到要发生了才会想到应该怎么办，所以不论任何事情都要未雨绸缪，早一点想到后果



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
愛
心
靈



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

