

佛学基础知识

六波罗蜜-精进

5.定义(1)

慈爱心灵共修 第六十四期 六波罗蜜-精进5定义(1)



佛学基础知识-精进

定义

(1)

慈爱心灵共修 第六十四期 六波罗蜜-精进5定义 (1)

慈愛
心靈



精进的定义1

“精进” 其实就是鸠摩罗什翻译的

过去人间没有叫“精进”的，实际上从佛法当中就有“精进”两个字。“精进”其实就是鸠摩罗什翻译的，他翻译过来这些字，后来用现在话来讲就叫“精进”，所以这些字都是过去佛法当中用的

弟子提问师父回答——2016年中国·澳门弘法解答会（2）



正法

凡是爱国爱民，对国家好的，对人民有利益的，让自己能够身心得到解脱的，能够让自己不烦恼的，能够让自己精进的，解脱自己的境界的，那都是正法



精进的定义1

这样的修心才叫精进修行

师父希望你们，与其抱怨黑暗，不如点燃自己心中的明灯，去照亮黑暗。做人不要急躁，不要发牢骚，不要自己动不动就不能忍辱，不能精进，这样智慧会远离你而去，一定要让自己的心静下来，才能听到每一个心在动。把自己的心管好，把自己的念管好，你就清净无为，就慢慢地脱离人间的烦恼，这样的修心才叫精进修行。 第77集【白话F视频】



精进的定义1

大乘是大家一起做功德

“人有自我，觉得自己做到这一步很不容易，保护自己做功德的机会”，这句话并不代表他没有功德，只是功德有漏。

“不希望被他人所取代而失去这个做功德的机会”，这是他的精进心，没什么不好。但是，“不愿意让别人靠近”，保护主义，功德有漏。“不愿意教授别人做功德的方法”，这是有问题了。“有或明或暗的排他的意念、行为或语言”，



大乘是大家一起做功德

这是功德有大漏，你可以保护自己，让自己一直有做功德的机会，但是不能排斥别人。让自己有足够的精进力，保护好自己做功德的位置，只是学小乘；大乘是大家一起做功德。

师父解答来信疑惑 225



精进是学佛人的智慧

佛法真实不虚，慈悲是学佛人的基础，精进是学佛人的智慧，如果你今天开悟了，就不会为自己的过去难过，佛法讲逢苦不忧，要懂得，我是悟道之人，对人间的一切得失从缘，不管失去还是得到，都是我的缘分。 150621 香港



自性流露出来的智慧力量

自性也是宝啊，自性也是拥有三宝的，所以叫“自性三宝”。戒恶行善，本身就是自性当中有的（对）人在自性当中也有享人天之乐、享人天福报，但是在自性当中，你又懂得究竟无常，所以自性当中有一种，你想长乐的话，你就要脱离苦海啊。你在你的自性当中，要不停地修法修慧，你要想在自性当中追求那种脱离苦难的涅槃，就要利己利他，就是刚刚



精进的定义1

自性流露出来的智慧力量

师父跟你们说的利己利人（明白了）然后你自己要尽心尽力，在人生有限的时间当中为利益众生而贡献自己，叫自觉觉他。这就是我们说人生观和价值观已经变成在三宝当中的人生价值观了，也就是说，你懂得要尊重佛、尊重法、尊重僧众，自性当中要守戒，要精进，要忍辱，这些就是你的自性流露出来的智慧力量

Wenda20180701B39:58



精进的定义1

精进波罗蜜

黑色是什么？精进波罗蜜。黑色能够灭除一切罪恶的法色，灭除罪恶。我们佛陀和观世音菩萨的悲心，会去除你的瞋瞋心——瞋心和瞋碍心。你去看，一个人要做坏事了，有时候颜色就变了，他的血都变成黑色了

Wenda20200320 01:03:48

慈爱心灵共修 第六十四期 六波罗蜜—精进5定义（1）

慈爱
心灵



精进的定义1

精进波罗蜜

佛弟子应该平等不二。一个人一心一意，能做成所有的事情；一个人这个做做、那个做做，那就做不成事情，所以佛教里讲“平等不二”。在你的身心修持中、你的日常中，要使自己的妙法，因佛性而成佛。因为有佛性了，你才能成佛；因为你一心一意了，你才能成佛；因为你完全懂得生活就是修心，生活就是六波罗蜜。忍耐叫忍辱波罗蜜，天天很努力修心念经、早上这么早起来——精进波罗蜜，都是波罗蜜。

第36集【广播讲座视频】

慈爱心灵共修 第六十四期 六波罗蜜—精进5定义（1）

慈
爱
心
灵



精进的定义1

这叫精进波罗蜜

要把佛法深奥的理论变成实践显化出来。举个简单例子，师父跟你们说六波罗蜜。在家里，不能睡懒觉，赶紧起来，做做饭，做做事，抓紧时间，然后节省时间念经，这叫精进波罗蜜。然后老公讲你了，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。

精进的定义1

这叫精进波罗蜜

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。

第7集【广播讲座视频】

慈爱心灵共修 第六十四期 六波罗蜜—精进5定义（1）

慈
爱
心
灵



什么是精进

实际上“精进”，那是一种“精”，就是说，要用精神去做这件事情，叫“精”；“进”就是进步。你如果用精神，完全集中精力去“精”，然后才能进步，这叫“精进”。如果你任何事情不用精神、不用心，用现代话讲叫不用心，你去做，你就得不到进步的心，得不到进步。 Wenda20150927A33:45



精进的定义1

如何理解精、气、神

“精”就是说……一个人精气神的“精”是很重要的，人家说“有精神、有精神”，先有精才有神。“精”就是一种想象、一种能量。你有这种“精”了，是什么“精”呢？正精进，里边就有这个“精”字，正精进，这个“正”的一个“精”，实际上就是说想好的事情，不做坏事，然后你的正能量就会产生，这样的话你就会有一个很好的理念在生活当中发挥正精进；“气”是什么



如何理解精、气、神

呢？每天不生气，浊气下降，每天想好的气——正气浩然、勇气、鼓足勇气、拥有菩萨的正气、拥有人间的勇气、正气、温柔之气、化解人生烦恼之气……所有的“气”都是善良的、正能量的，那么你拥有了正气；“精、气、神”还有一个“神”，“神”实际上就是因为你的“精”有这种能量了和“气”又是正气了，这个才会拥有你的“神”。“神”实际上指的是你的精神，实际上“



精进的定义1

如何理解精、气、神

“精”是脑子里……“精神”就是你的脑子是精，“神”实际上讲的是你的一种肉身。因为“神清气爽”是你的外表看上去很精神，实际上是因为你有这个“神”在。所以人家说“哎哟，你很神气哟”、“你很有神气哟”。师父这么一解释，你就知道什么叫“精、气、神”了吧？（明白了）过去你们就知道“精、气、神”，你们都不知道“精神”、“精神”，“神”是讲人的肉体看上去



如何理解精、气、神

是一种外在的东西，而“精”是内在的东西，
“气”也是一种循环的，用这个“气”来连接
“精”和“神”，那么叫“精、气、神”

Wenda20150906A44:19



精进的定义1

精进对应舌

问：师父开示过，六波罗密对应六根。请问该怎么理解布施对应眼、持戒对应耳、忍辱对应鼻、精进对应舌、禅定对应身、智慧对应意？

答：眼睛看到的，都要布施。看到穷人要不要布施？看到别人摔下来要不要布施？眼睛看见所有一切让自己心中过不去的，全部要布施。耳朵听到不好的东西，要不要持戒？别人和你说好话说坏话，说好话要防止自己贡高我慢，说坏话就不要去听。

精进的定义1

精进对应舌

其实这个对应并不是说完全对应你身体上的某一个部位。忍辱，你闻到香的东西，烤肉，你要不要忍耐？可以这样讲，但不要硬把它套进去。精进，度人，拼命地救人，不就是舌头在讲吗？不乱吃东西，不吃活的东西，也是精进。禅定怎么对应身？身体在干什么？学佛怎么禅定？打坐是不是身体？般若智慧，意念产生智慧，不就是般若吗？只能这么简单地讲，不要去硬套，其实又是相对应，又是相辅相成的，每一个都可以对应，不要执著。

师父解答来信疑惑 233

精进的定义1

精进是一个法门

修心初期，就犹如我们跟上了列车。开始学佛修道时，犹如火车开始启动了，这时候跟着火车走并没有感觉很累，有的人甚至在火车开的时候都能爬上火车。所以当它们爬上火车时，就犹如刚进入了佛门，觉得学佛并不是很难，很快能够精进修心。

但是他们一直以这种刚刚上火车的速度在修心修行，念经文，做功德，也有些人就天天混着，和刚学佛时一样，他们不知道弘法的火车会加速，会越开越快，你要努力才能跟上弘法的速度，



精进的定义1

精进是一个法门

才能一直跟着火车开到彼岸。只有一开始就努力精进的人，才算是乘上了这趟火车。

在这当中有的人已经跟不上这列列车了。晚到的、不努力的，等于已经看到火车开了；还有很多人一开始跟着火车一起在跑，慢慢地等火车越开越快，就被淘汰了。他们用过去那种固有的姿态，刚刚学佛时觉得自己也能跟上的，既不努力学佛，又不精进修心，也继续在修，但慢慢就被火车抛在后面，跟也跟不上了。这就是

精进的定义1

精进是一个法门

为什么很多人会失去悟性，失去佛性。所以学佛必须要精进，精进是一个法门，就是要让你永不懈怠，跟上佛菩萨的脚步，跟上佛光。

学佛到后来，觉悟必须跟上。有时对自己的贪瞋痴，不是以后会改，而是马上要改；而且不是说“我可以改”，是“我必须要改”所以很多人以过去的样子，用过去刚刚进入佛门的那种态度来学佛，很快就被火车抛弃一样。想一想四五十年代的思维，现在还



精进的定义1

精进是一个法门

能用吗？想一想当年比尔盖茨说以后每人手上都会有一台电脑，就犹如现在每人一台手机一样。这些都是现实，这些都是已经存在的东西。过去不可得，失去的必定会失去。用精进心去接受现实的改变，你将可以活在当下。

人的彻悟，就在于他能否看得远。真正的见道，就在于他是否能看到他自己真正的佛性。要好好地修加行道，如果不去行，他很快就失去了道。

精进的定义1

精进是一个法门

犹如过去老是走这条路，你很熟悉，但是很久没走之后，这条路的扩展，使你很快地找不到这条道路。

又犹如很多人过去跟着师父开始学佛，那个时候能够布施出一点时间来秘书处回电话，佛友就非常感恩他们，但是慢慢地弘法的脚步越走越快，你要是不吃全素，不付出更多的时间，最后你就会被其他精进的佛友所代替。这就是必须要精进努力，才能成功。任何一个人的付出，都想得到回报，但是真正的回报，还是要看你自己的努力，因为种善得善。只管耕耘，不问收获，但一定有收获。

5.29「美图视频」师父每日佛言佛語

慈爱心灵共修 第六十四期 六波罗蜜—精进5定义（1）

慈
爱
心
灵



精进的定义1

精进是道场

你先讲给我听，观世音菩萨道场是什么？（就是供奉观世音菩萨的，观世音菩萨经常会过来的，大家可以过来拜观世音菩萨，烧香拜佛的地方）道场是不是佛道？（对）那么为什么说把观世音菩萨放前面，是观世音菩萨的道场，对不对？（对）那么我问你，精进是不是佛道里边的？（对，是的）那好了，“精进是道场”什么意思还不明白？精进的道场，是不是学佛的道场？（对。就是一种方法？）对啊，那观世音菩萨叫我们学佛，不是一种方法？



精进是道场

皈依观世音菩萨，不是一种方法？八万四千法门，
精进不是一种方法？忍辱波罗蜜、精进波罗蜜……
六波罗蜜，是不是道场啊？（哦，师父这么一说
我就明白了） Wenda20190816 13:08



布施、持戒、忍辱、精进是戒学

修行人都要根据“戒定慧”三学这个基础来修。

布施、持戒、忍辱、精进是戒学；

禅定是定学；般若是慧学。

因为戒定慧可以戒贪，增福德智慧，去除贪心，

不断提升境界。 5.1「美图视频」师父每日佛言佛語



精进就是前

生命是一道算术题，人生有加法、有减法，我们人生要加入自己高贵品格的力量，再加入财富、慈悲、关爱别人，要减去多余的物质、贪心的欲望、心灵负担、烦恼忧愁，安排人生进取的退舍。加法是成长，减法是一种成熟，人生有进有退，忍辱就是退，精进就是前。 140302 吉隆坡



精进的定义1

精进就是要努力地去学习，要奋进

有一句话说“不进则退”。在学佛中，当一个人不能给自己制造一些压力来让自己有上进能力的时候，他就是在倒退。所以佛法界讲精进特别重要，精进就是要努力地去学习，要奋进。当一个人对某一件事情觉得没有兴趣的时候，他就会在这件事情上出问题。如果你对自己的肠胃没兴趣，你不去当心它，可能你的肠胃很快会出事；如果你对自己的家庭没有兴趣了，你的家庭很快就



精进的定义1

精进就是要努力地去学习，要奋进

会出事。学佛的人要懂得精进，你们在座的人，如果谁学佛没有精进，就已经是在倒退了。永远要懂得——不进则退。一个人在骑自行车的时候，如果脚一直不去用力，自行车不但会停下来，遇到上坡的时候还会倒退。学佛只有往前进没有往后退。

《弟子开示》第二册 | 22

慈爱心灵共修 第六十四期 六波罗蜜—精进5定义（1）

慈
爱
心
灵



精进的定义1

精进就把三界六道的烦恼全部都要断掉

学佛要锻炼自己的耐力和勇气，提高自己不被物转的苦修行能力。今天叫我睡在这里，我就忍耐睡觉；今天叫我吃饭，我就吃，没有什么可以挑剔的，你已经出了家了，什么都放下了，你还有什么可以挑剔的呢？你要挑剔，你就不要出家了。所以，这就修苦行。时间长了，会锻炼自己的耐心、忍辱心。我们经常说，能够吃的起苦的人可以培养成非常勇敢和坚强的性格，什么苦都能吃，

精进的定义1

精进就把三界六道的烦恼全部都要断掉

被人家骂几句，被人家说几句，被人家嫉妒一下，你都不会去计较这些东西，因为你有智慧的资粮。智慧的资粮是什么？你能看破啊！你能放下啊！你说这个人智慧的资粮修好了，你在人间怎么会跟人家争辩呢？你对任何知见都不嗔恨。所以这个世界不管怎么样，你要看破，你就放下，所以要精进。精进就把三界六道的烦恼全部都要断掉。我经常跟法师讲，已经出家了，哪来的争斗？哪来的竞争心？哪来的舒服和不舒服？你们的家不是在人间，你们的家是在天上。【B-佛法】171223

精进的定义1

真正精进的人，他要会放弃凡情气概

凡情气概就是人世间的杂念。所以，大家要明白，我们在人间要恍然大悟，我们要闻知佛法之后恍然大悟啊，然后我们要寂尔入定，就是忽然之间，我马上明白了，我只要安静下来，我就能入定，这就是我们说的闭门即是深山。所以，天天求灵山，天天求自己的事业，殊不知，事业灵山就在你的心里，就在你的脚下。犹如我们今天说的一句话，路在脚下，是靠你走出来的；人情、



精进的定义1

真正精进的人，他要会放弃凡情气概

感情都是靠你自己走出来的。大家要明白，我们自己学佛，要上成佛道，下化众生啊。我们自己要修得好，修成佛，我们下面要去度众生啊。…希望大家好好地学佛精进，让我们在观世音菩萨慈悲的阳光照耀下，让我们像一棵幼苗一样茁壮成长，让我们能够变成参天大树，让我们能够把握住人生，创造出一个更美好的人生。【B+佛法】120101

精进的定义1

精进修心学佛就是挑战自我

人最难战胜的不是别人而是自己，想改变别人要先改变自己，这就是正觉；如果总觉得别人是错的，那就是错觉，学佛人不要有错觉，希望大家正信正念。自我改变先从改变自己开始，常忏悔，做一个没有怨气的人，做一个心灵纯洁的人，这个人在人间才称为自在佛。

150622 香港

慈爱心灵共修 第六十四期 六波罗蜜—精进5定义（1）

慈
爱
心
灵



精进的定义1

这才是精进修心之人

师父跟你们讲的都是真话，现在说真话很难，说假话谁都愿意听。要多听真话，多听人家讲你不好，你才会进步；如果天天说你好，你不会进步的。所以要放下自己，常听别人多讲讲自己的毛病，自己会越来越精进；如果天天只想着别人说自己好，自己很快就会变得贡高我慢，一定要让别人经常讲自己的不足之处，这才是精进修心之人。

《弟子开示》第二册|20

慈爱心灵共修 第六十四期 六波罗蜜—精进5定义（1）

慈
爱
心
灵



精进的定义1

如何才算精进；精进在于内心

（师父，对于精进的定义，我们每天在佛事上花多长时间算是精进？除了念经，比如弘法度人，还有学《白话佛法》，就多长时间才算精进？）不是时间的问题，是你心的问题。如果你的心在精进当中，那你永远……就算你今天没有去做很多事情，但是你的心一直在精进当中，实际上你就在精进当中。它是指你的心精进（好的）“精进”，实际上佛教术语就是viriya，是一种向上的力量（明白。之前您对弟子的要求，

精进的定义1

如何才算精进；精进在于内心

是一周至少有一天要用来做佛事、做义工、弘法等等。对于想一世修成的人，他的要求是不是要更高一些？）对。你做每件事情都可以想的。比方说，我今天在洗菜，你洗菜为什么？你就想得深一点，行深一下：“今天洗菜我为了生活，生活为了度人，度人为了以后能够救度更多众生，为了能够这一辈子解脱，所以我要生活，我要活着，所以我现在洗菜。就叫精进。是这么连的。你每做一件事情都要跟菩萨的连在



精进的定义1

如何才算精进；精进在于内心

一起，不是找理由，而是真正地这样理解，有这么个概念，你就在精进了（就是把所有的事情尽量往佛事上串联，比如说洗菜是为了养活这个色身，色身好了……）错。把人间的东西来理解菩萨的东西，永远都搞不清楚（对不起，师父）没智慧。就在生活当中以佛法的概念来生活，不是串联，是真实的。比方说，我现在在广播里边跟你们讲话，



如何才算精进； 精进在于内心

我在救你们，我是在弘扬佛法。我还要去串起来啊？你今天很自然地想到：我今天要活着，我要吃，吃了之后我有时间更努力去弘法……就这么自然地联系的，不是把它串起来的，自然想到的（明白了） Wenda20200510 51:43



精进的定义1

这就是做人的精进之心

多努力一定出成果，不努力出不了成果。今天，哪怕没有希望了，我也要不断给自己希望，拼命地创造出希望，让自己永远不会失望，这就是做人的精进之心。希望你们好好努力，师父既然在人间，和你们一样享受和吃苦，就与你们共勉，你们好了我也好，你们不好我也难过。做人为别人想，就会永远活在快乐之中，为自己想，永远活在失望之中。希望你们好自为之，谢谢大家。《弟子开示》第二册127

精进修行是佛心、发心和愿力

心的劳累是五浊恶世、业障所累，
精进修行是佛心、发心和愿力，
是两种概念，不要混淆。

师父解答来信疑惑 154



精进的定义1

精进愿

精进就是不停地烧水，水才会开

四愿：第二愿是“精进愿”，就是对一个法门要不停地精进、努力。你们今天学了半天，有不努力的，有不好好修的，那就等于白修。师父经常跟你们打个比方，烧水的时候你烧了十五分钟，水还没开你就把火关掉，这个水很快就凉了。精进就是不停地烧水，水才会开。一个人精进就是对这一个法门一贯地相信它，并去做。“专注一心，无有间杂”，就是我修这个法



精进的定义1

精进愿

精进就是不停地烧水，水才会开

门没有任何空隙、停顿，一直在往前，没有杂念地向前冲啊冲的就像师父救人的时候，没有杂念，只要来了人就救。白天广播，晚上天天有弘法，法喜充满。如果做了几天休息休息，再做几天又想我今天应该要怎样怎样，再休息几天，这样就没有功德。你没有功德，你求什么就得不到什么。师父没有休息，因为时间不等人，希望你们也要努力。当一个人好好精进修行时的时候，



精进的定义1

精进愿

精进就是不停地烧水，水才会开

你求什么就得什么，那个时候你就是如愿以偿。

第三愿是“念愿”。念头很重要，你的念头也有愿力，你手没动脚没走，但是你念头说你一定要好好地修，你一定要精进努力，这个念头已经到位了。学佛的人要有念愿，“记忆不忘”，也就是念头当中永远不会忘记。就像是小朋友弹钢琴，他不可能还要坐着想一想怎么弹，他脑子里已经有了，他手一出来就



精进的定义1

精进愿

精进就是不停地烧水，水才会开

是一首曲子。你今天念经学佛，你一开口就是救度众生，一开口就是让人家学佛精进，你念头已经有这个愿力了，所以你能够达成这个愿望。你跟我讲话，我一出口就是帮助人家，救人。因为你的念头里面已经把恶的去掉，只留下善的念头在脑子里了，所以行为一出来就是帮助人家。《弟子开示》第一册3-1

精进的定义1

拜师就是已许下

尊师重道、一门精进的愿力

已经是誓言了，这就是誓言

Wenda20191201 10:17

慈爱心灵共修 第六十四期 六波罗蜜-精进5定义 (1)

慈
爱
心
灵



精进的定义1

学佛靠着精进；精进就是努力

学佛靠着精进，学佛靠着坚定信心。首先，学佛要精进，精进就是努力，努力要怎么样换来更多的功德？那就是靠不断地精进努力。所以每一个人要有“信”，要相信菩萨的存在，相信菩萨会保佑我们的，所以每个人都会有变化。...，中国有一句古话叫做“世上无难事，只怕有心人”，一个人做什么事情一定要有心。学佛也是靠着心，所以你们一定要好好地



精进的定义1

学佛靠着精进；精进就是努力

努力。任何一件事情，不要等到它爆发了，你们才来感叹；要等到它还没有爆发之前，你们就能够防止它，那才叫智慧。所以不能让自己身上的癌症啊，或者身体什么病啊，中风啊……不能这么做；要让它没有爆发之前，天天好好念经修心，到时候它大事化小，小事化无。所以一个人要防患于未然，什么事情要走在前面。所以我们现在学佛就是把自己的境界

精进的定义1

学佛靠着精进； 精进就是努力

提高，不生气、不难过、不挑拨、不乱讲话，做善事，众善奉行，你这样才会越修越好。不要等到临时来事情了，再来抱佛脚，那菩萨也救不了你。 Wenda20150705B41:05



精进的定义1

精进力就是很努力地去**做一件事**

不受任何阻碍的去做一件事，这样会产生一种力量，这也是存于心中本身就拥有的超自然的力量，管住了意念就管住了人的念根，念根一正，再加上念经，一种超现实的境界就念在你的意念中产生，这种意念就是佛念。【白话FF】2-14

精进的定义1

想精进的人就得学会不停地努力

这就要不断地修心，不断地进步，不能退转。很多人就是因为被情所累，被物质所累，被人间的五欲六尘所害，被贪、瞋、痴三毒所侵，所以这些人就是禁不起考验。哪位能够成高僧大德的人、哪位能够成就佛道的人，他们是轻易改变自己的？雷打不动的，人间再多的苦他们都吃得下。看看法师们吃了多少苦啊，一辈子啊。家里的不理解，自己修为的时候就是苦修行，身上就是这么一件衣服、一个小背包，他们

精进的定义1

想精进的人就得学会不停地努力

有什么？走到哪里都是苦修，他们放下多少？为什么要向法师学习？就这个道理。所以要记住了，想精进的人就得学会不停地努力，每天脑子里装的都是菩萨的话，都是佛的话、佛的理念，哪有邪念可以侵到你的心中啊？ Wenda20170312B 08:56



记忆加深(大家一起默念)

— “精进” 其实就是鸠摩罗什翻译的；凡是爱国爱民，对国家好的，对人民有利益的，让自己能够身心得到解脱的，能够让自己不烦恼的，能够让自己精进的，解脱自己的境界的，那都是正法；一定要让自己的心静下来，才能听到每一个心在动。把自己的心管好，把自己的念管好，你就清净无为，就慢慢地脱离人间的烦恼，这样的修心才叫精进修行；你可以保护自己，让自己一直有



记忆加深(大家一起默念)

做功德的机会，但是不能排斥别人。让自己有足够的精进力，保护好自己做功德的位置，只是学小乘；大乘是大家一起做功德；精进是学佛人的智慧；你懂得要尊重佛、尊重法、尊重僧众，自性当中要守戒，要精进，要忍辱，这些就是你的自性流露出来的智慧力量；黑色是什么？精进波罗蜜。黑色能够灭除一切罪恶的法色，灭除罪恶；天天很努力修心念经、早上这么早起来——精



记忆加深(大家一起默念)

进波罗蜜，都是波罗蜜；在家里，不能睡懒觉，赶紧起来，做做饭，做做事，抓紧时间，然后节省时间念经，这叫精进波罗蜜；

“精进”，那是一种“精”，就是说，要用精神去做这件事情，叫“精”；“进”就是进步。你如果用精神，完全集中精力去“精”，然后才能进步，这叫“精进”；“精”就是一种想象、一种能量…想好的事情，不做坏事，然后你的正能量就会产生，这



记忆加深(大家一起默念)

这样的话你就会有一个很好的理念在生活当中发挥正精进；所有的“气”都是善良的、正能量的，那么你拥有了正气；“神”实际上就是因为你的“精”有这种能量了和“气”又是正气了，这个才会拥有你的“神”。“神”实际上指的是你的精神，实际上“精”是脑子里……“精神”就是你的脑子是精，“神”实际上讲的是你的一种肉身。因为“神清气爽”是你的外表看上去很精神，



记忆加深(大家一起默念)

实际上是因为你有这个“神”在；“神”是讲人的肉体看上去是一种外在的东西，而“精”是内在的东西，“气”也是一种循环的，用这个“气”来连接“精”和“神”，那么叫“精、气、神”；精进对应舌..只能这么简单地讲，不要去硬套，其实又是相对应，又是相辅相成的，每一个都可以对应，不要执著；精进是一个法门，就是要让你永不懈怠，跟上佛菩萨的脚步，跟上佛光…必须



记忆加深(大家一起默念)

要精进努力，才能成功。任何一个人的付出，都想得到回报，但是真正的回报，还是要看你自己的努力，因为种善得善。只管耕耘，不问收获，但一定会有收获；精进是道场；布施、持戒、忍辱、精进是戒学；禅定是定学；般若是慧学；加法是成长，减法是一种成熟，人生有进有退，忍辱就是退，精进就是前；精进就是要努力地去学习，要奋进…如果谁学佛没有精进，就已经是在



记忆加深(大家一起默念)

倒退了。永远要懂得——不进则退；这个世界不管怎么样，你要看破，你就放下，所以要精进。精进就把三界六道的烦恼全部都要断掉。。我经常跟法师讲，已经出家了，哪来的争斗？哪来的竞争心？哪来的舒服和不舒服？你们的家不是在人间，你们的家是在天上；真正精进的人，他要会放弃凡情气概，凡情气概就是人世间的杂念；我们在人间要恍然大悟，我们要闻知佛法之后恍



记忆加深(大家一起默念)

然大悟啊，然后我们要寂尔入定，就是忽然之间，我马上明白了，我只要安静下来，我就能入定，这就是我们说的闭门即是深山；精进修心学佛就是挑战自我，人最难战胜的不是别人而是自己，想改变别人要先改变自己，这就是正觉；自我改变先从改变自己开始，常忏悔，做一个没有怨气的人，做一个心灵纯洁的人，这个人在人间才称为自在佛；要放下自己，常听别人多讲讲自己的



记忆加深(大家一起默念)

毛病，自己会越来越精进；如果天天只想着别人说自己好，自己很快就会变得贡高我慢，一定要让别人经常讲自己的不足之处，这才是精进修心之人；如何才算精进；精进在于内心…不是时间的问题，是你心的问题。如果你的心在精进当中，那你永远……就算你今天没有去做很多事情，但是你的心一直在精进当中，实际上你就在精进当中。它是指你的心精进。“精进”，实际上佛



记忆加深(大家一起默念)

教术语就是viriya，是一种向上的力量；你做每件事情都可以想的。比方说，我今天在洗菜，你洗菜为什么？你就想得深一点，行深一下：“今天洗菜我为了生活，生活为了度人，度人为了以后能够救度更多众生，为了能够这一辈子解脱，所以我要生活，我要活着，所以我现在洗菜。”就叫精进。是这么连的。你每做一件事情都要跟菩萨的连在一起，不是找理由，而是真正地这样理解，



记忆加深(大家一起默念)

有这么个概念，你就在精进中了；多努力一定出成果，不努力出不了成果。今天，哪怕没有希望了，我也要不断给自己希望，拼命地创造出希望，让自己永远不会失望，这就是做人的精进之心；心的劳累是五浊恶世、业障所累，精进修行是佛心、发心和愿力，是两种概念，不要混淆；四愿：第二愿是“精进愿”，就是对一个法门要不停地精进、努力…



记忆加深(大家一起默念)

精进就是不停地烧水，水才会开。一个人精进就是对这一个法门一贯地相信它，并去做。“专注一心，无有间杂”...如果做了几天休息休息，再做几天又想我今天应该要怎样怎样，再休息几天，这样就没有功德。你没有功德，你求什么就得不到什么。师父没有休息，因为时间不等人，希望你们也要努力。当一个人好好精进修行的时候，你求什么就得什么，那个时候你就是如愿以偿...



记忆加深(大家一起默念)

第三愿是“念愿”。念头很重要，你的念头也有愿力，你手没动脚没走，但是你念头说你一定要好好地修，你一定要精进努力，这个念头已经到位了…你今天念经学佛，你一开口就是救度众生，一开口就是让人家学佛精进，你念头已经有这个愿力了，所以你能达成这个愿望；拜师就是已许下尊师重道、一门精进的愿力；学佛靠着精进，学佛靠着坚定信心。首先，学佛要精进，精进就



记忆加深(大家一起默念)

是努力…(更多的功德) 靠不断地精进努力…我们现在学佛就是把自己的境界提高，不生气、不难过、不挑拨、不乱讲话，做善事，众善奉行，你这样才会越修越好。不要等到临时来事情了，再来抱佛脚，那菩萨也救不了你；精进力就是很努力地去去做一件事，不受任何阻碍的去去做一件事，这样会产生一种力量，这也是存于心中本身就拥有的超自然的力量，管住了意念就管住了人的念根，

记忆加深(大家一起默念)

念根一正，再加上念经，一种超现实的境界就念在你的意念中产生，这种意念就是佛念；想精进的人就得学会不停地努力，这就要不断地修心，不断地进步，不能退转



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

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

