

佛学基础知识

六波罗蜜-禅定

10

慈爱心灵共修 第一百二十一期 六波罗蜜-禅定10



什么是禅

慈爱心灵共修 第一百二十一期 六波罗蜜-禅定10

慈爱
心灵



禅定 - 什么是禅

普贤菩萨的六牙白象就是
布施、持戒、忍辱、禅定……

Wenda2020073104:03

慈爱心灵共修 第一百二十一期 六波罗蜜-禅定10

慈爱
心灵



有关达摩祖师入定

（之前师父讲过，达摩祖师入定，他的魂魄离身，所以小孩用针扎他，他没有感觉。请问师父，是否我们人的灵魂在肉体上的时候，人会感觉到疼；我们灵魂离开了，我们就不会感觉到疼了？是不是并非我们的肉体会感知，而是我们的灵魂会感知？）对，一点不错。我问你一句话，死了还有感觉吗？（没有了）好了，你的肉体，人家怎么弄你，你都没感

有关达摩祖师入定

觉了（师父在《白话佛法》里讲过，要用我们的精神来控制我们的肉体，在我们的肉体很难过的时候，要用我们的精神去控制它，这个怎么能做到呢？）如果你修到已经“离境”了，就是说离开你的意境了，你当然就没事了，你现在没做到啊，因为达摩祖师已经是高僧了，他是禅学的一代宗师了，所以他就能够完全把自己的魂魄离开身体。一般的人做



有关达摩祖师入定

不到的，打你的身体你会痛的，他是灵魂完全离开了。实际上讲得简单一点，就是等于肉身已经死了，灵魂离开了。过去讲就是说再回来的时候，就等于还魂，就是这个道理（没有灵魂的肉身，是不是也处于五蕴之外呢？）肉身应该在五蕴之内的，因为肉身还是有想法的，肉身有感觉、感知，它本身也有一种自然的抵抗力。肉身跟灵魂在一起，你不能把



有关达摩祖师入定

它消除在五蕴之外的（肉身要是跟灵魂分开呢？）那就是没了。所以肉身只要跟灵魂放在一起的话，当然在五蕴之内。

Wenda2019050537:45



在禅宗就称为天人丈夫观音

准提菩萨为什么被称为准提观音、准提佛母、七俱胝佛母等名字？准提菩萨并不是代表一个人，显密教称准提菩萨为大菩萨，但是在禅宗就称为天人丈夫观音。在念礼佛大忏悔文的时候，前面有吗？天人师、调御丈夫……（有）

Wenda20180429A32:33



进入了甚深禅定中的佛

(问：以下是弟子今早念经时所感悟到的，请问理解对吗？
每个人心中都有一尊沉睡中的佛，就像是已经进入了甚深禅定中的佛，此为内心的佛性，不垢不净，不增不减，不生不灭，始终如一，如如不动。外心的眼耳鼻舌身意和色声香味触法，不曾影响内心的佛性丝毫半分，因为内心的佛性一直以来都处于沉睡中如如不动的状态，外心所接触的一切只能

进入了甚深禅定中的佛

影响那个假的我。直到沉睡中的佛，即是真的那个我的佛性被唤醒了之后，才知道娑婆世界里的一切是色不亦空，空不亦色，色即是空，空即是色。先有觉悟，才能有后来的醒悟，觉醒了的佛性不会再被五欲六尘所染，因为知道娑婆世界中的一切都是空的和虚幻的，如如不动才能万法归一，引导自己走向回家的路。) 很精辟，不是自己的感悟，这是菩萨点化的。 答疑189-9

五修

修信，坚信正道和助道法，生出一切无漏禅定（智慧）

修进，进即精进，修于正法，无间无杂

修念，于正法忆念不忘

修定，一心寂定，是为根。摄心一处，心不散

修慧，对于诸法，观照明了，是为慧根

2017/6/2弟子课笔记



禅定 - 什么是禅

“梵天”是佛经里 三界中色界初禅的三重天

还是在色界天里面的，还没有完全超脱六道，但是能够到色界天已经是不错了。讲起来这个就是在四面佛的天，就是在色界的初禅天，大梵天王待的地方，叫“梵天”，也是修得很高的。过去讲起来，梵天是三大主神之一，是天神啊。 Zongshu2016110100:25

慈爱心灵共修 第一百二十一期 六波罗蜜-禅定10

慈
爱
心
灵



长寿天实际上是色界四禅之无想天

（师父在新加坡法会讲“八难”里的第五难“无想天难”：这个天的众生寿命是五百劫，不生念想，如冰冻的鱼、冬眠的虫等等。就比方说，一个人冻起来或者一个动物在里面冬眠，他心思不会动的。在这种天里，你不能闻到佛法，在长寿天一直冬眠，时间很长，你要闻到佛法也是非常难，虽然寿命很长，但是活着非常难闻到佛法。同修问，这个天是在



长寿天实际上是色界四禅之无想天

哪一层天？是在无色界天吗？）全部都是在天道里的。长寿天实际上是色界四禅之无想天，它是色界天里的。至少像这种已经在天人当中，就像人道里也有好人和坏人，有的人在人间受苦，明白了吗？ Wenda20180603B30:51



禅定 - 什么是禅

三界天人，十善业

四禅八定为根本

弟子课笔记

慈爱心灵共修 第一百二十一期 六波罗蜜-禅定10

慈爱
心灵



禅定 - 什么是禅

人间的修为决定将来能修成怎样的菩萨

有些人在人间已经在做菩萨，但是他主要是用嘴巴去法度众生；有些人在人间是财施，他到天上还是一个财施的菩萨，法施的菩萨。那么还有的呢？文的，比方说你经常帮助别人，用这种讲道理、讲佛法，帮助别人开悟，那是文的；那武的呢，很多人教你打太极拳了，教你练练什么少林武功了，等到你练到一定的时候，让你到天上去做护法神，不是也



人间的修为决定将来能修成怎样的菩萨

是在修吗？在少林武功当中，他也是叫你“静”，要“禅”，要“定”。他也是教的这种佛法，所以到天上以后，修成的话他就能做护法神，听得懂了吗？ Wenda2015070301:18:21



为弘法劳累对禅定是否不好

问：请问如果心无所求是禅悦轻安，有追求就有劳累，心无累则轻安。如果心应该没有任何追求，那么如果我们学佛中追求精进，追求弘法完成任务更多，追求度更多有缘众生，这种追求有时也会造成心的劳累和背业和牵挂众生。那么这种追求对于禅定是否也是不好的呢，如何辩证的看待这个问题呢？

为弘法劳累对禅定是否不好

答：这是不一样的概念，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。 答疑154-33



“玄学”的意思

“玄”是忽有忽无，似有似无，有点像中国人讲的“禅”。

“玄”就是说这个事情飘忽不定、看不清楚、看不准、拿不准，这个事情似有似无，好像又相信，又不能不相信——像这些东西都是属于“玄学”。比方说你看不见的东西但是你相信它的存在，这也叫“玄学”。我问你，算命算不算玄学？相信命的人，它就是玄学，不相信命的人，它不是玄学。

“玄学”的意思

比方说“命相”，就中医来讲，耳朵上有一两根线，人家就知道你的心脏不好，对不对啊？这是连西医都相信的，西医都说“耳朵上有一两根纹的人心脏不好”。那么像这种算不算玄学呢？你又不能说得到科学家的什么凭证啊，那只能归类到“玄学”上面。比方说中国人讲的风水，现在我们国家认为它是非物质文化遗产。这些东西，似有似无，实际上都是很



“玄学”的意思

“玄”的，就是看不清楚、摸不准、吃不准，就像人的感情一样，你不能控制它的，就是“玄”。“哦哟，这个事情怎么这么玄啊！为什么啊？”“哦哟，差一点点成功”，“差一点点不成功”，听得懂了吗？（听懂了）好好听师父讲啊，否则人家一问你三不知，你还度人啊？不要被人家度去就蛮好了。很多人讲起来一套套的，你去度他，过一会儿他把你度走了，呵呵……

Wenda20150405A22:21



禅和茶道之间的联系

（茶为什么能和禅联系在一起呢？）这个问题你问得很好。茶要经过烘焙，要经过太阳、雨水，很多很多道工序，其实就是要受尽很多的苦难，也要受尽很多的享受，最后才成为茶。实际上茶道讲的就是禅。禅是什么，就是在人间要受苦。比方说，茶长出来的时候，它很苦的，为什么？它要经受风雨，要经过太阳暴晒，暴晒之后叶子萎缩，拿出来之后还



禅和茶道之间的联系

要炒啊、烘焙啊，多少温度才能培养出它的茶菌来，然后才会产生香味，然后要怎么样怎么样……很多道工序。人在修学、修心当中不就是很多道工序吗？有时候要承受热量，有时候要承受非常寒冷的气候，有时候要心里很痛，有时候要心里很喜欢，这禅就是让你在这种境界中才能成长，所以禅实际上就是：说有形无形，说无形却有形，有时候像山上的

禅和茶道之间的联系

松树一样经受暴烈的风雨、狂旱，有时候又要经历雨水的滋润。所以这个禅，慢慢慢慢一道道工序才能培养出一个人坚强的性格和坚定的信念。为什么叫禅茶，现在明白了吗？（明白了。我想起有的人说，卢军宏台长也是弘扬中华禅文化）就这个禅，禅就是智慧。你要是在人间没有智慧……师父没有智慧的话，我怎么救度众生？你看我的智慧，你们问什

禅和茶道之间的联系

么问题我都回答得出来，这不叫智慧？（是的）我问你，编《十万个为什么》的人，他有没有智慧？（他也有智慧的。但是我觉得您回答问题答得特别巧妙。有一些问题，像有的同修追问您天机，您又不能泄露，但是您又会答得特别巧妙）师父就有一点点小智慧而已

Wenda2016121601:05:24

有关职业与修行的问题

（师父，有位师兄是一位国学的老师，现在修心灵法门有一年多了。他现在参加了一个传统文化的培训班，每个月要去参加封闭式学习十天的时间。但是他在传统文化班他讲的是儒学，还有一些是道学，但是还是以禅宗为主，经常要禅修，还要打坐。请问师父，他要学三年，和我们这个有点不一样，他想请师父开示一下他这个应该要怎么做？）有什么关



有关职业与修行的问题

系啊？这个等于辅助课程啊，那很简单了，叫他心里还是学心灵法门，要念经，然后这些可以帮助他更好地学习心灵法门。他既然是一个国学的老师，就应该把自己的职业做好。再说所有的宗教讲起来是异曲同工，所以没有什么关系的，只要脑子分清楚就好了。哪些是儒家教育，哪些是道家的教育，哪些是佛家教育，不要混在一起就好了（好的。这位师

有关职业与修行的问题

兄口才非常好，他度了很多人。他心中一直很纠结，因为他们经常要打坐）这是一个麻烦事，打坐就比较麻烦，法师打坐因为他放下万缘，我们活在这个世界上我们烦恼不断，我们一打坐，很容易出偏差的，所以这个问题叫他自己考虑，他一定要去打坐这个没办法，你问都不要问我；如果他可以不去的话，那当然不要去了。一边把自己功课弄好，儒家教

有关职业与修行的问题

育，道家思想，佛家精髓，好好学学有什么不好的呀，自己也能自修的呀。如果说不去的话就把他老师资格拿掉，那必须要去；如果自由的话，那就不要去嘛，自修也一样的嘛

Wenda20141214A48:06



可否夜里、白天各睡两三个小时

最好一次不能少过四个小时，然后其他时间想睡就睡。过去法师在庙里也睡，也是这样以坐禅的方法，念经清净心无杂念了。打盹十分钟二十分钟也会精神很好，不要硬撑，否则的话神经系统不受中枢神经的控制，说话做事已经不受控制，念经都已经不到位了

答疑148-42

禅定 - 什么是禅

听禅修的轻音乐来放松 ---不大好

因为这种音乐，第一，你不知道作曲的人的情况，还有，音乐代表着一种形象，音乐有形象的，所以你不知道是哪层天的音乐。你听了哪种音乐，人一打坐，心里一寂静的话，你可能魂魄就到那层天了

Wenda2018030201:01:44

慈爱心灵共修 第一百二十一期 六波罗蜜-禅定10

慈爱
心灵



禅定 - 什么是禅

如果乘愿再来的菩萨 没有度人有何影响

问：如果乘愿而来的菩萨没有救度自己周围的有缘众生，是否会影响这个菩萨的禅定？如果周围的有缘众生造了业障，这位菩萨是否会受到影响？

答：如果是天上的菩萨下来度有缘众生，在人间却没有做菩萨的事情，一定上不去，也无法禅定。

答疑140-93

念经时出现两种情况是禅定吗

问：我家人念经的时候，刚开始有外面的声音没有了，后来世界没有了，连我也没有了，什么都没有了，无喜亦无忧，但是奇怪还有一个知道我没有有了，这个是什么在知道呢？还有一种是世界还有，全部了知的清清楚楚，但是声音没有了。以上是一种禅定吗？如果是的话，禅定有很多种，很想知道这是哪一种禅定，还有请问到此该怎么办？

答：初禅还没有到，不能过多的偏执、我执。这都是恍恍惚惚出来的一种意识，不是真正去除我执了。

答疑160-55

菩萨提醒同修要修禅定

刚刚你在讲这个梦的时候，菩萨给了我三个字“步步禅”（就是让我修禅定？）对了，定不下来啊，一步一步修禅定，听得懂吗？（明白）心猿意马，这么大年纪了，还要搞来搞去，你没智慧，人不要做了？听话了

Wenda2017050511:54



记忆加深(大家一起默念)

—普贤菩萨的六牙白象就是布施、持戒、忍辱、禅定……；达摩祖师入定，他的魂魄离身，所以小孩用针扎他，他没有感觉…因为达摩祖师已经是高僧了，他是禅学的一代宗师了，所以他就能够完全把自己的魂魄离开身体。一般的人做不到的，打你的身体你会痛的，他是灵魂完全离开了；准提菩萨并不是代表一个人，显密教称准提菩萨为大菩萨，但是在禅宗就称为天人丈夫观音；

记忆加深(大家一起默念)

每个人心中都有一尊沉睡中的佛，就像是已经进入了甚深禅定中的佛，此为内心的佛性，不垢不净，不增不减，不生不灭，始终如一，如如不动…内心的佛性一直以来都处于沉睡中如如不动的状态，外心所接触的一切只能影响那个假的我。直到沉睡中的佛，即是真的那个我的佛性被唤醒了之后，才知道娑婆世界里的一切是色不亦空，空不亦色，色即是空，空即是色。先有觉悟，



记忆加深(大家一起默念)

才能有后来的醒悟，觉醒了的佛性不会再被五欲六尘所染，因为知道娑婆世界中的一切都是空的和虚幻的，如如不动才能万法归一，引导自己走向回家的路；五修：修信、修进、修念、修定、修慧；“梵天”是佛经里三界中色界初禅的三重天，还是在色界天里面的，还没有完全超脱六道…这个就是在四面佛的天，就是在色界的初禅天，大梵天王待的地方，叫“梵天”，也是修得



记忆加深(大家一起默念)

很高的。过去讲起来，梵天是三大主神之一，是天神啊；“八难”里的第五难“无想天难”：全部都是在天道里的。长寿天实际上是色界四禅之无想天，它是色界天里的；三界天人，十善业，四禅八定为根本；人间的修为决定将来能修成怎样的菩萨：用这种讲道理、讲佛法，帮助别人开悟，那是文的；那武的呢，很多人教你打太极拳了，教你练练什么少林武功了，等到你练到一定



记忆加深(大家一起默念)

的时候，让你到天上去做护法神，不是也是在修吗？在少林武功当中，他也是叫你“静”，要“禅”，要“定”。他也是教的这种佛法，所以到天上以后，修成的话他就能做护法神；为弘法劳累对禅定是否不好：这是不一样的概念，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；“玄”是忽有忽无，似有似无，有点像中国人讲的“禅”。



记忆加深(大家一起默念)

“玄”就是说这个事情飘忽不定、看不清楚、看不准、拿不准，这个事情似有似无，好像又相信，又不能不相信——像这些东西都是属于“玄学”；实际上茶道讲的就是禅。禅是什么，就是在人间要受苦…人在修学、修心当中不就是很多道工序吗？有时候要承受热量，有时候要承受非常寒冷的气候，有时候要心里很痛，有时候要心里很喜欢，这禅就是让你在这种境界中才能成长，



记忆加深(大家一起默念)

所以禅实际上就是：说有形无形，说无形却有形，有时候像山上的松树一样经受暴烈的风雨、狂旱，有时候又要经历雨水的滋润。所以这个禅，慢慢慢慢一道道工序才能培养出一个人坚强的性格和坚定的信念。为什么叫禅茶，现在明白了吗？…禅就是智慧；有关职业与修行的问题：我们活在这个世界上我们烦恼不断，我们一打坐，很容易出偏差的，所以这个问题叫他自己考虑，他



记忆加深(大家一起默念)

一定要去打坐这个没办法，你问都不要问我；如果他可以不去的话，那当然不要去了。一边把自己功课弄好，儒家教育，道家思想，佛家精髓，好好学学有什么不好的呀，自己也能自修的呀。如果说不去的话就把他老师资格拿掉，那必须要去；如果自由的话，那就不要去了嘛，自修也一样的嘛；最好一次不能少过四个小时，然后其他时间想睡就睡。过去法师在庙里也睡，也是这样



记忆加深(大家一起默念)

以坐禅的方法，念经清净心无杂念了。打盹十分钟二十分钟也会精神很好，不要硬撑，否则的话神经系统不受中枢神经的控制，说话做事已经不受控制，念经都已经不到位了；听禅修的轻音乐来放松——不大好：第一，你不知道作曲的人的情况，还有，音乐代表着一种形象，音乐有形象的，所以你不知道是哪层天的音乐。你听了哪种音乐，人一打坐，心里一寂静的话，你可能魂



记忆加深(大家一起默念)

魄就到那层天了；如果是天上的菩萨下来度有缘众生，在人间却没有做菩萨的事情，一定上不去，也无法禅定；念经时出现两种情况是禅定吗：初禅还没有到，不能过多的偏执、我执。这都是恍恍惚惚出来的一种意识，不是真正去除我执了；



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

