

佛学基础知识

六波罗蜜-禅定

23

慈爱心灵共修 第一百三十四期 六波罗蜜-禅定23

慈愛
心靈



相关定义

入定

慈爱心灵共修 第一百三十四期 六波罗蜜-禅定23

慈爱
心灵



有关念经后的入定、出定

（请问师父关于念经的问题，同修按照师父《白话佛法》中说的三个合一——心气合一、声气合一，还有身心合一的方法静坐念经，达到身心俱空、念念无念而念的静、空的状态，时间持续半小时以上。现在他在没有自主意识的情况下，突然身体偶尔会动一下，很快会脱离那种静空的状态，比如手指动或者身体晃动等。请师父开示，这是什么原因？）这

有关念经后的入定、出定

个就是他腾空了，内心空人就轻。所以一个人脑子干净的话，他坐在那里打坐，到后来人就会晃，身轻如燕了（那他突然手指动一下、身体晃一下，他就从这种状态里出来了）很简单，回到现实中。因为手指动了，它是牵动自己的神经，神经有感应的話你就回来了。很多人打坐到最后，突然之间想起来，“哎呀，这个时间不对嘛，这个时间我有感应，应



有关念经后的入定、出定

该去接孩子了”，你就出定了。过去叫入定、出定（就是自己有个杂念了？）不是杂念，就是人间的东西已经触动你的神经了。你入定的话，你的里面全是空的；你出定，会有一个东西来刺激你一下，你才会出定的（师父，他想问，接下来念经应该要注意些什么呢？）不停地念，没有什么注意的。念经没有什么窍门的，老实、诚恳、诚心，忠诚菩萨，就这么好好念

相关定义-入定

人生的色彩太浓 会让你不好好修心，不能入定

学佛人只有踏踏实实，不讲求虚荣，才能真正有好心。人生的色彩太浓，会让你不好好修心，不能入定。在上两个礼拜，一位印度亿万富翁，在排行榜有名的塑料大王，捐出了十七亿美金，毅然出家。他选择了人生之路，他不缺钱，不缺名，不缺利，他为什么出家？因为他知道真正的家不在人间，



人生的色彩太浓 会让你不好好修心，不能入定

真正的家是在天上。我们人不讲求虚荣才能真正修好心，我们要拥有真正的智慧，才能得到充实的人生。希望大家一定要实实在在地学佛，好好修心，换来的才是真心真意、真佛真念。



相关定义-入定

就是因为你有欲望

(所以我们就有着肉身，我们不能修到可以看穿宇宙所有的…
…)对了，就是因为你有欲望，你如果没有肉身你没有需求
啊，你要什么就有什么的话你不是马上就可以入定了吗？就
涅槃了吗？境界不一样啦，因为你有肉身你才有需要啊，你
衣服要穿吗？你怕冷吗？你想穿金戴银吗？因为你有这个肉
身啊，所以你要享受啊——肚子饿了，还有色欲啊，看见
男男女女这些事情都是因为你有身体啊，当你没有身体的时
候你哪来这些欲望啊？明白了吗？

相关定义-入定

关于如来藏心

（真心是不用修的，只需要去证悟它就可以了，是吗？）对啊（我们平时如果念经念到入定不动，有那种轻安的境界的时候，这个心是意识心还是真心的如来藏心？）真心的如来藏心是你没有感觉如来藏心，才叫真心的，真正的；你还有感觉，“我很轻安”，那说明你还没修出来（如来藏真心是



关于如来藏心

离见闻觉知，意识是能觉知心，对吗？）是啊（五蕴不同的话，意识心也不同？）对啊。你在什么环境下，做出来的事情就不一样的（哦，那每一世都有每一世的意识心，是吗？）对。



入定和禅定有什么区别

禅定，是通过某一种特殊的方法来让自己的心定下来，通过“禅”。禅是什么？一种寂静，一种用佛的理念让自己的身体、血液、肉身达到一定的境界之后，人会定下来，这叫“禅定”。“入定”是什么？就是把心定下来，是人间修为法。一个是通过佛学的修为法（那我们入定时会不会魂魄出去啊？）会啊，所以不要入定，我从来不叫你们打坐的。情愿自己修自己的，也不要有什么偏差。因为“入定”很多人会进步快一点，但是冒一定风险的

记住禅定之后有两种：

一种是不会停止，不息，禅定不息；

还有一个禅定之后人会不乱，禅定不乱。

乐禅定不乱，这就是师父刚才跟大家讲的禅定才会不乱；乐广菩提心，哎呀，你有非常广好的菩提心啊，你非常开心啊；我们禅定快乐，我们忍辱柔和快乐，本来要吵架的，最后不吵了，大家做个好朋友，你快乐不快乐？这都是道场啊，快乐要自己去找的。

“灭尽定”，灭掉自己

“尽”是什么意思？就是把自己所有人间的东西全部都要化为灰烬，能够把它消除，就是“尽”，尽自己的能力把它扫除，尽力；“定”就是说，一个人能够“定能生慧”，一个人要有智慧，就要定得下来。灭掉之后才能定下来；你把烦恼去除了，你这个人是不是才能定得下来？（是的）有烦恼的人定得下来吗？你告诉我（定不下来。师父说他“还需要一个世纪”，那就是他还要继续努力，是吗？）“一个世纪”的话，下辈子可能还要重修啊

相关定义

八正道：正定

慈爱心灵共修 第一百三十四期 六波罗蜜-禅定23

慈爱
心灵



“五力” 4 定力，即正定力

正是以什么来区分的呢？是以自己一种信念的力量来定位自己的心。比如：今天求观世音菩萨，我的心定下来了，因为我相信观世音菩萨，一定要正定。我相信我做的善事是从心里发出的，是正确的。定力可以消除一切杂乱的念头，使心定下来。



正定，就是正确地 控制自己的精神状态

不要被外面的名利搞得迷惑颠倒，这就叫正的定心下来。正定的人，他能够控制自己的定力，因为定力是靠戒律来控制的，师父希望学佛人好好守戒，天天念经，让自己不犯错、不造业，你就是天天在做菩萨的事。



三法印

在这个世界上，一切行无常印，一切行苦印，一切法无我印，等等。最主要的是告诉我们，一切法印都是暂时的条件和因缘和合而成。所有的人间的一切都是建立在情感、感受和感知之上的，都是痛苦的。我们对五阴炽盛的苦，因为我们执着于五阴，所以涅槃就是要超越它们，没有执着一切。要懂得诸行无常、诸法无我、涅槃寂静，这三个都非常的重要。由此而产生的很多的对人间的证悟就是由对三法印的重要的理解开始。所以学佛学法首先要学正信正念的正精进和正定，这是非常重要的。

相关定义-八正道：正定

过去一切如来，都是示现八正道成佛

过去一切如来（就是能够成为佛的），都是示现八正道成佛，而且这八正道都是用在世间的。八正道：正见，正思维，正语，正业，正命，正精进，正念，还有正定。这些“正”，在天上早就能够得到的东西，为什么这八正道要在人间？因为人间还有虚幻，人间还有妄念，所以在人间你只要能够做到八正道，你必定一世修成，就能够成佛。很多菩萨为什

过去一切如来，都是示现八正道成佛

么要到世间来？很多阿罗汉、天人、人间的圣人，他入世进入人间，他就是度众生而寻找佛道。有些大罗汉从天上下来，要经过八万四千大劫。很多孩子过去可能是菩萨，可能是大阿罗汉，他很早就从天上下来，在人间一世一世地轮回，有一世他修得非常好，曾经是大菩萨的弟子，有一世他曾经是什么，有一世……他不停地在经历八万四千大劫。为什么？

过去一切如来，都是示现八正道成佛

他哪怕修成了，他还要回到世间。要最后能够成佛，必须要入世度生，也就是说必须在人间去救度众生才能成全佛道。如果超脱六道，都是在天上，都是菩萨，都是佛，你去度谁？我们经常说一句话，“跳出三界，不在五行中”，是啊，你度来度去，在三界入世度众生。

要坚持自己跟师父学的八正道和八正觉

心理学只是在某一方面对佛教作一些解释，并不实实在在，它是存在于心理学上的。任何一个人在学佛当中，如果念头不正，那一定了脱不了菩提心，就是说一定解脱不了菩提心。所以，念，一念还是念，念是好的，那叫声闻；念出了觉悟，在缘分当中觉悟了，那就叫缘觉；你自己心中了悟了，拥有菩提的智慧了，那你就是菩提了。我们人间左一思、右

要坚持自己跟师父学的八正道和八正觉

一想，心随意转，念念不停。所以，首先要坚持自己跟师父学的八正道和八正觉，来改变自己，不能偏，心不能随风而摇动。记住了，在人间这个五欲六尘的浑水当中，你的心就是水——浑水，你心静了，这水就把污泥浊水沉淀在下面了；你跟着它一起晃，那你就会晃出贪瞋痴三毒。所以你若求佛，就必须克制贪瞋痴三毒。

想拥有八正道，在于转凡成圣

想拥有正思维，在于正命正念。

想拥有正精进，在于正悟正定。



正定就是正确的禅定

因为有人禅定会走火入魔的。所以这八正道就是让人不要做错事情，让人不能在事业上、在各方面造因。造了因之后，你在因果问题上就会产生一种不良的后果。所以学佛一定要正，学得不好就会走火入魔。



相关定义- 八正道：正定

正定就是正当的禅定

十善和八正道有什么关系？今天师父就跟大家讲讲有什么关系，关系非常大。因为你守了十善，因为你不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不两舌、不恶口、不绮语，你不贪欲、不嗔恚、不邪见，那么你就是拥有了八正道，这就是关系。因为你这些都没有，你就开始有正当的见解，叫正见；你有正确的思维，就是正思；你有正确的语言，叫正语；你做出

正定就是正当的禅定

来的事情是非常正当的行为，叫正业；你有非常正常的、正确的、不造业的这种生活，就是正命；你拥有非常正确的努力、精进，叫正勤；正念就是正当的意念；正定就是正当的禅定。所以，学佛其实都是相通的，你有这么多的正当的，那你就会慢慢的懂得佛法的一些东西了。

正确控制自己的精神状态

第八，正定。正确控制自己的精神状态。如果我这个人很正，就定得下来，不会被别人虚假的事物所迷惑。别人跑过来告诉你：“哎呀，我告诉你啊……”“哦，是吗？好好念经吧。”很安定，很定得下来，不会被外界的任何事物所迷惑，就叫正定。“八正道”就是拥有了正见、正思、正念、正语、正业、正命、正精进、正定，学会了八正道，你这个人就不会有烦恼了。

相关定义-八正道：正定

八正道和八正觉

知道了八正道之后，就有八种正觉，从八正道引申出来的。任何道，只要心中得正，就有觉悟。



正定涅槃

正，大家都知道了。涅槃，就是摆脱无明，已经完全无我相、无人相、无众生相、无寿者相，已经达到一种高境界了。正定涅槃，并不是讲涅槃的对与错，涅槃肯定是对的、是正的。正定涅槃讲的是过程，一个人学佛学法完全是心正的，完全是正道，不是邪道，就会定，定了之后就是一个过程。心正了，一直在正道上学佛念经，达到定。定是指活的人没有涅槃之前，定得下来的人都是正的，最后达到涅槃。并不是说涅槃有正定和邪定，涅槃都是超脱的。

报身佛就是人间佛，是正定的享受

永远不要忘记我们自身也是佛，自身是佛，才能做到像佛一样的行为；如果心不正，就做不了佛。师父告诉你们，报身佛就是人间佛，是正定的享受。人能够定得下来，而且心很正，这叫正定享受。只有当一个人很正，心能定得下来的时候，这个人才能得到真正的享受，实际上是享受境界。犹如高尚境界的人，帮助了别人，感觉是自己的快乐，因为到

报身佛就是人间佛，是正定的享受

了这个境界，才能享受；同样，帮助了别人，觉得自己吃亏了，失落了，就没有到这个境界，就得不到这个享受。

做一件事情，如果你没有做到，大家都没有做到，这个事情没有做成功，有些人会很痛苦，而有些人就很开心，为什么？很痛苦的人认为这次失败了，没有下一次了，因为他不想再做了；而开心的人，“哦，原来这次失败的原因是因为这

报身佛就是人间佛，是正定的享受

个道理，哎呀，下次我肯定会成功”。同样一件事情，心正能定得下来，就会继续努力，不被困难所压倒，这个人才能成功，这是真正的享受。



记忆加深(大家一起默念)

一有关念经后的入定、出定：这个就是他腾空了，内心空人就轻。所以一个人脑子干净的话，他坐在那里打坐，到后来人就会晃，身轻如燕了…不是杂念，就是人间的东西已经触动你的神经了。你入定的话，你的里面全是空的；你出定，会有一个东西来刺激你一下，你才会出定的…不停地念，没有什么注意的。念经没有什么窍门的，老实、诚恳、诚心，忠诚菩萨，就这么好好念；



记忆加深(大家一起默念)

学佛人只有踏踏实实，不讲求虚荣，才能真正有好心。人生的色彩太浓，会让你不好好修心，不能入定…我们人不讲求虚荣才能真正修好心，我们要拥有真正的智慧，才能得到充实的人生。希望大家一定要实实在在地学佛，好好修心，换来的才是真心真意、真佛真念；就是因为你有欲望，你如果没有肉身你没有需求啊，你要什么就有什么的话你不是马上就可以入定了吗？就涅槃



记忆加深(大家一起默念)

了吗？境界不一样啦，因为你有肉身你才有需要啊…当你没有身体的时候你哪来这些欲望啊？；真心是不用修的，只需要去证悟它就可以了…如来藏真心是离见闻觉知，意识是能觉知…五蕴不同，意识心也不同…每一世都有每一世意识心；入定和禅定有什么区别：禅定，是通过某一种特殊的方法来让自己的心定下来，通过“禅”。禅是什么？一种寂静，一种用佛的理念让自己的



记忆加深(大家一起默念)

身体、血液、肉身达到一定的境界之后，人会定下来，这叫“禅定”。“入定”是什么？就是把心定下来，是人间修为法。一个是通过佛学的修为法…入定时魂魄会出去…所以不要入定，我从来不叫你们打坐的。情愿自己修自己的，也不要有什么偏差。因为“入定”很多人会进步快一点，但是冒一定风险的；记住禅定之后有两种：一种是不会停止，不息，禅定不息；还有一个禅定之后



记忆加深(大家一起默念)

人会不乱，禅定不乱。乐禅定不乱···禅定才会不乱···乐广菩提心···我们禅定快乐，我们忍辱柔和快乐，本来要吵架的，最后不吵了，大家做个好朋友，你快乐不快乐？这都是道场啊，快乐要自己去找的；“灭尽定”，灭掉自己，“尽”就是把自己所有人间的东西全部都要化为灰烬，能够把它消除，就是“尽”，尽自己的能力把它扫除，尽力；“定”就是说，一个人能够“定能生慧”



记忆加深(大家一起默念)

一个人要有智慧，就要定得下来。灭掉之后才能定下来；你把烦恼去除了，你这个人才能定得下来

—“五力”4定力，即正定力，正是以自己一种信念的力量来定位自己的心。比如：今天求观世音菩萨，我的心定下来了，因为我相信观世音菩萨，一定要正定。我相信我做的善事是从心里发出的，是正确的。定力可以消除一切杂乱的念头，使心定下



记忆加深(大家一起默念)

来；正定，就是正确地控制自己的精神状态，不要被外面的名利搞得迷惑颠倒，这就叫正的定心下来。正定的人，他能够控制自己的定力，因为定力是靠戒律来控制的；一切行无常印，一切行苦印，一切法无我印，等等。最主要的是告诉我们，一切法印都是暂时的条件和因缘和合而成。所有的人间的一切都是建立在情感、感受和感知之上的，都是痛苦的。我们对五阴炽盛的苦，因



记忆加深(大家一起默念)

为我们执着于五阴，所以涅槃就是要超越它们，没有执着一切。要懂得诸行无常、诸法无我、涅槃寂静，这三个都非常的重要。由此而产生的很多的对人间的证悟就是由对三法印的重要的理解开始。所以学佛学法首先要学正信正念的正精进和正定，这是非常重要的；过去一切如来（就是能够成为佛的），都是示现入正道成佛，而且这八正道都是用在世间的。八正道：正见，正思维，



记忆加深(大家一起默念)

正语，正业，正命，正精进，正念，还有正定。这些“正”，在天上早就能够得到的东西，为什么这八正道要在人间？因为人间还有虚幻，人间还有妄念，所以在人间你只要能够做到八正道，你必定一世修成，就能够成佛；任何一个人在学佛当中，如果念头不正，那一定了脱不了菩提心，就是说一定解脱不了菩提心。所以，念，一念还是念，念是好的，那叫声闻；念出了觉悟，



记忆加深(大家一起默念)

在缘分当中觉悟了，那就叫缘觉；你自己心中了悟了，拥有菩提的智慧了，那你就是菩提了。我们人间左一思、右一想，心随意转，念念不停。所以，首先要坚持自己跟师父学的八正道和八正觉，来改变自己，不能偏，心不能随风而摇动。记住了，在人间这个五欲六尘的浑水当中，你的心就是水——浑水，你心静了，这水就把污泥浊水沉淀在下面了；你跟着它一起晃，那你就会晃



记忆加深(大家一起默念)

出贪瞋痴三毒。所以你若求佛，就必须克制贪瞋痴三毒；想拥有八正道，在于转凡成圣。想拥有正思维，在于正命正念。想拥有正精进，在于正悟正定；正定就是正确的禅定，因为有人禅定会走火入魔的。所以这八正道就是让人不要做错事情，让人不能在事业上、在各方面造因。造了因之后，你在因果问题上就会产生一种不良的后果。所以学佛一定要正，学得不好就会走火入魔；



记忆加深(大家一起默念)

十善和八正道有什么关系? …关系非常大。因为你守了十善, 因为你不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不两舌、不恶口、不绮语, 你不贪欲、不嗔恚、不邪见, 那么你就是拥有了八正道, 这就是关系。因为你这些都没有, 你就开始有正当的见解, 叫正见; 你有正确的思维, 就是正思; 你有正确的语言, 叫正语; 你做出来的事情是非常正当的行为, 叫正业; 你有非常正常的、正确



记忆加深(大家一起默念)

的、不造业的这种生活，就是正命；你拥有非常正确的努力、精进，叫正勤；正念就是正当的意念；正定就是正当的禅定。所以，学佛其实都是相通的，你有这么多的正当的，那你就会慢慢的懂得佛法的一些东西了；第八，正定。正确控制自己的精神状态。如果我这个人很正，就定得下来，不会被别人虚假的事物所迷惑…很安定，很定得下来，不会被外界的任何事物所迷惑，就叫



记忆加深(大家一起默念)

正定…学会了八正道，你这个人就不会有烦恼了；知道了八正道之后，就有八种正觉，从八正道引申出来的。任何道，只要心中得正，就有觉悟；正定涅槃：涅槃，就是摆脱无明，已经完全无我相、无人相、无众生相、无寿者相，已经达到一种高境界了。正定涅槃，并不是讲涅槃的对与错，涅槃肯定是对的、是正的。正定涅槃讲的是过程，一个人学佛学法完全是心正的，完全是正



记忆加深(大家一起默念)

道，不是邪道，就会定，定了之后就是一个过程。心正了，一直在正道上学佛念经，达到定。定是指活的人没有涅槃之前，定得下来的人都是正的，最后达到涅槃。并不是说涅槃有正定和邪定，涅槃都是超脱的；报身佛就是人间佛，是正定的享受。人能够定得下来，而且心很正，这叫正定享受。只有当一个人很正，心能定得下来的时候，这个人才能得到真正的享受，实际上是享受



记忆加深(大家一起默念)

境界…同样一件事情，心正能定得下来，
就会继续努力，不被困难所压倒，这个人
才能成功，这是真正的享受



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





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

