

点击查看视频

点击查看开示

佛学基础知识

六波罗蜜-忍辱

1.定义

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



目录

1. 概述

2. 原理

3. 六波罗蜜



佛学基础知识-忍辱定义

概述

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



释迦牟尼佛 曾被称为“忍辱仙人”

他成为佛祖之前，在天上下来成为忍辱仙人。

他可以让别人随便割他，他毫无怨言。 白话佛法4-27



佛的意念

就是忍辱、精进、知足、平安就是福，
要用智慧、般若……这些都是佛的意念，
来对应它。 白话佛法11-28



忍辱定义-1概述

普贤菩萨的六牙白象
就是布施、持戒、
忍辱、禅定……

Wenda20200731 04:03

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

关帝菩萨

你师父为了弘扬佛法，忍受诸多苦难，实属不易。

弟子们，切记忍辱精进，才能助你师父成愿。

《天地游》2020年值守护法天神奉令惩戒的五大恶行

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



关帝菩萨

你们都给我好好地、老老实实地依照《白话佛法》
改自己的毛病习气。放低自己，谦虚谨慎，忍辱
精进才是真佛子。 师父解答来信疑惑（394）



斗战胜佛

吾等希望汝忍辱精进，不可追名逐利，功名不可得，望珍惜一二。待你时日期满，业障渐消，便可方便大众，现莫急也。汝之未来也是好之又好，为法门争光弘法，师父希望汝，时之今后，定当努力精进，未来之时，说法厉害，不可说不可说之因缘。

师父解答来信疑惑194



忍辱定义-1概述

学佛先把忍辱修，
凡事莫去找理由。
聪明反被聪明误，
旧业未消新业入。

8.4师父每日佛言佛语

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

迷悟是退转， 精进是修心，
忍辱是精进， 烦恼即菩提，
解脱是真谛。

6.27师父每日佛言佛语

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

远离轮回佛法弘，
慈悲忍辱性本空。

6.27师父每日佛言佛语

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈
爱
心
灵



忍辱定义-1概述

都摄身心找本性，
守好忍辱负重心。
虚幻享乐须去尽，
苦修实修心自净。

4.27师父每日佛言佛语

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

退后其实是前进，
无生法忍是佛音。
学会忍辱入禅境，
面对逆境调内心。

5.20师父每日佛言佛语

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

忍耐是良药，瞋怒是毒药。
要想不吃药，学会“无生法”，
忍辱最重要。

5.21师父每日佛言佛语

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



学佛的开始

学佛人没有捷径，从我做起，念经、放生、许愿，
必须勤奋、吃苦、忍辱，这就是你的基础，这就
是你学佛的开始^{150620香港}



忍辱定义-1概述

学佛人
怎么可以不忍辱
不忍辱修得好的？

Shuohua20151127 00:39

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



学佛要精进、忍辱、有智慧

积极向上，努力精进。学佛修心：第一，要靠精进；然后要忍辱；还要有般若智慧，很重要。你要是学佛学到后来连智慧都没有，好坏都不分，你怎么能成功啊？ Wenda20190428 16:39



忍辱定义-1概述

学佛不是游戏，学到
一定阶层、一定的境界
要学会忍辱、庄重、庄严

160421新加坡

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

“忍辱”是 现代人修心的一个法宝

生存靠忍辱，成功靠忍辱，修心靠忍辱，
精进靠忍辱。

人的一辈子，即无来处，也无去处。

忍一忍，哪来的辱。无烦无恼，

才是出离的好方法。4.16师父每日佛言佛语

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈
爱
心
灵



我们的目标……

吵架、打闹、嫉妒、争执，都是不明事理。所以，我们做任何事情，如果不明事理，我们就不能够明白目标和宗旨，我们的目标就是修成菩萨，我们要忍天下众生所不能忍之事，我们要做天下众生所不能做之事，那就是救度众生，我们这样才能明大理啊。

白话佛法111106



忍辱定义-1概述

佛的理论

佛的理论就是要有慈悲心，要有忍辱心，你们能够忍耐吗？老婆讲你几句话，你马上就跳起来了，发脾气了。…修心修行要坚持、忍耐，就是要吃苦，修心如爬山，越往上走越难，如果不努力，很多人就会掉下去，接着不修了，很多人就失败了。不能坚持修，这个人就修不好。师父告诉你们，想一想百年之



佛的理论

后，你们还有什么？什么都没有，只有骷髅头一个。
要懂得，坚持学佛，你就能开悟。一个能够坚持的人，
他一定会开悟的；坚持不了的人，一定不会开悟。开
悟的人，就是能够解脱自己的人。

讲述于观音堂2019-10-24



忍辱定义-1概述

在古文当中
“忍耐”的“忍”
是“相信”的意思

白话佛法180210

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

“忍” 大家都知道

是一种肯定

“忍” 也就是承认的意思

白话佛法180210

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



“忍”字就是“心”字头上一把刀

而这把刀时时刻刻要挖你的心，所以要学会忍耐，不要去碰它，你的心一动，这把刀就会割你的心，所以必须忍耐。稳住自己的心，不要动，那就叫忍。讲述于观音堂2020-08-23



宠与辱实际上都是惊恐的现象

受宠与羞辱都是一种惊恐，这种惊恐是带给自身最大的忧患。常言道：“忍辱不惊”，“宠辱不惊”。今天被老板提升了，我不惊。明天被老板骂了，降职下台，我也不惊。这样的人心态好，不要今天上台，开心。明天下台，伤心。所以不要在心中留下忧患。当你受到宠爱和受到羞辱时，通常会给自己造成太大的反差。辱，在这里作一解释，“辱”并不是完全指羞辱，而是你想做一件事，没有做成，实际上没做成也



忍辱定义-1概述

宠与辱实际上都是惊恐的现象

就是一种羞辱。…宠来了，就高兴。宠走了，就失落。辱来了，就伤心。辱走了，如释重负。一颗心在这世上永远飘来飘去不得安宁。大家都希望有一个宁静的生活，而这颗心却每天漂浮不定，如何能宁静？…对受宠和受辱都要平平淡淡地看待，今天工作没了没关系，总能找到，今天忽然查出身体有病了也没关系，总会治好的。一个没有牵挂的人，才是一个真正无私的人。白话佛法1-15

忍辱从字面上讲是褒义的

但是用在有些耍赖的人身上，它同样能成功，那就变成贬义了。什么叫“忍”？有时候我们讲坚忍，忍就是坚定自己的意志并且忍耐，我一定要达到自己的目标。 白话佛法3-35



要以忍摄辱

我们要救度众生，必须用方便善巧的方法，随顺众生的根基来度化。要以忍摄辱；以大精进摄懈怠，控制住自身的懒惰；以智慧来抵制愚痴。 白话佛法2-16



忍辱定义-1概述

人生有进有退

忍辱就是退，精进就是前

加法是成长，减法是一种成熟

140302吉隆坡

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



师父知道你们很不容易

有时候要学会忍辱。师父也在忍辱，你们也要忍辱，忍辱才能精进。有时候一个好的东西并不容易啊…人间正道是沧桑。一定要坚持。好的、爱国爱民的，为了人心和平的，你记住一定会好下去的。所以一定要好好地修

1Wenda20141114 20:08



忍辱定义-1概述

忍辱精进咯，有什么办法 我告诉你正的永远是正的

绝对的，真的。你看看飞机事件造谣造得多厉害啊，我们心灵法门一个人都不在飞机上。台长有什么办法，忍辱精进咯，有什么办法，我告诉你正的永远是正的（他们讲的时候，我们只笑笑说“已经澄清了，根本没有这样的事情”）根本没有这样的事情，人家都有名单，送上飞机所有的名单上没有一个是这架飞机。造谣了之后，这个事情还要继续讲，简直就是无中生有之后还要诽谤

忍辱定义-1概述

梦见有人与台长争论 台长忍辱不动

这种情况会有的，因为台长是菩萨，付出那么多了，还有人讲台长的坏话，所以有时候讲了台长的坏话，台长就忍着这口气，没办法。谁叫你要度众生呀，度众生你必须忍辱精进（他梦见这个，对他有什么关系吗？）对他没有关系的，让他知道台长会不大开心。 Wenda20120302 35:10



忍辱定义-1概述

如果他 早一点听师父的话…

你的坏脾气不改，当你碰到什么事情你都不买帐，你以后一定会出事情，你牛好了，很多男人当初在家里多霸气啊，最后不就离婚了吗？最后一个人苦得不得了，连端茶送水的人都没有，如果他早一点听师父的话，早一点能够忍辱，明白一切都是因果，他就不会离婚了，自己现在就不会吃苦头。讲述于观音堂2019-10-24

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

师父讲你们 培养你们能够忍辱精进

任何一个小小的毛病都可能置人于死地，也就是说，身上不能有毛病，任何一个小毛病都可能引发一个大毛病。…实际上师父讲的这个毛病对你来讲不一定很严重，但是时间长了就危险了，可能会产生大毛病。而且师父在讲你的时候，就是在培养你们能够忍辱精进，现在这个社会没有人肯讲人家缺点的，因为没有人肯接受人家意见。

白话佛法7-17

忍辱定义-1概述

师父讲你们 培养你们能够忍辱精进

大家要记住：学佛修心是长期艰巨的，要克制私心，要克制自己的毛病，要懂得忍辱精进，要懂得检讨，要懂得忏悔，要懂得慈悲。这样的人才能成为一个人间的“人上人”——实际上就是超越了人的境界的一个圣人。白话佛法5-24

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈
爱
心
灵



忍辱定义-1概述

把这些善良的像一朵一朵的莲花 一样全部贡献给世人

要学会往前，精进努力学习，把自己的慈悲心修出来，把自己以快乐、慈悲、同情心、谅解心、容忍心、宽心、爱心、悲心全部修出来，把这些善良的像一朵一朵的莲花一样全部贡献给世人。让别人快乐的人你一定快乐，让别人难过的人你一定会伤心，你让别人**瞋**恨你一定会受苦。所以我们要学，我们真的要学，我们要制止自己心中的罪恶，我们要跟自己心中的恶念作斗争，积极地用善良的心念去改变自己。

白话佛法170907



忍辱定义-1概述

把这些善良的像一朵一朵的莲花
一样全部贡献给世人

为了永远的和平、家庭的幸福、孩子的健康、
为了全人类精神的净土化，我们必须要学会
忍辱和慢慢地去化解人间的烦恼。 160811槟城



忍辱定义-1概述

好好学学师父了 忍辱精进啊

人家诽谤你、污蔑你，你终有一天
日开云散，就这么简单了。明白了吗？

Wenda20150705B 10:34

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

像出家人一样守戒
精进、忍辱负重地修
定能到西方极乐世界

Wenda20180107A 19:52

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



末法时期加强忍辱的重要性

就是要忍辱，必须要忍辱。将来这个社会，越不能忍辱的人越活不下去。菩萨为什么说末法时期很多人不能活啊？气量越来越小，勾心斗角，气死了，生癌症了，乱吃乱喝……这种乱象丛生，人怎么活啊？你看现在一个老妈妈随随便便被人家骗掉多少钱，她气都气死了（师父，她被人家骗掉，是因果还是自



末法时期加强忍辱的重要性

己不开智慧就造新业？）都会。因果，可能是有个劫，但是被人家骗掉是她的贪心，不贪的话怎么会被人家骗呢？都是贪心才会被人家骗的（师父，她的贪心就是造新业，接着这个果出来了——骗掉钱了，是这样理解吗？）对，这种是很正常的理

解 Wenda20180304A 19:43



能力和福德都不够时 更要忍辱精进

我早就跟你说了，归根结底就是自己不能克制、
又没能力又没福德，所以你有时候只能忍辱精进，
听不懂啊？ Zongshu2014121807:57



忍辱定义-1概述

菩萨在帮你，你自己 也要自救，要忍辱精进

很多东西都是前世的缘分，解决不了的，苦死了，没办法的。要记住：菩萨在帮你，你自己也要自救，要忍辱精进。佛教里为什么叫忍辱精进？不能忍耐的人不会进步的。你为了把老公拉回来就必须忍耐，你一脚把他踢出去，就没了。你的目的到底是要他回来还是滚出去，你自己选择怎么做就可以了。

Wenda20120812A46:51

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



外环境不好要修忍辱

不管做什么事情，只要给人家讲了，实际上就得到锻炼了。怎么会得到锻炼呢？为什么小孩子要走到社会上去？因为只有走到社会上才会碰到各种各样的事情，那么社会上一定公平吗？不公平的事情肯定很多，不公平要学会忍耐，要学会忍受，要学会忍辱，那你不就慢慢进步了吗？你看看商店里那些经理，



外环境不好要修忍辱

难道人家那些顾客都是对的吗？明明没有坏，经理跑出来“哦，对不起对不起，我们不好，质量有问题，给你换一个。”他不在忍辱吗？忍辱之后他做经理了，工资涨了

Shuohua2012101900:54



忍辱定义-1概述

忍辱就是

别人不能忍耐的，你都能够忍耐；
别人不接受的侮辱，你能接受

白话佛法170304

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

全部都要忍辱，魔性来考也要忍辱

问：六度中的“忍辱”是指忍辱人间外来的攻击、侮辱吗？请问来自灵性和魔考的干扰是否也应该忍辱？

答：全部都要忍辱，魔性来考也要忍辱。举个简单例子，今天不开心了，发疯了，知道灵性在身上，控制不住，难受，做错的事情，全部都算你的。当时骂的人讲的话做错的事情，都算你的业障。喝酒驾车撞死人，你有没有罪？一样的道理。灵性来也要克制。

师父解答来信疑惑197

正义者是忍

一个人如果说我是很正义的佛，我学佛很正，这个人一定是能够忍耐的。如果一个人不能够忍耐，经常跟人家争吵，指着人家鼻子骂，这种人实际上不能成为佛，这种人绝对不是正信的。 白话佛法7-20



忍辱定义-1概述

“忍辱”是 我们做人的“美德”

“忍辱”那是一个人应有的优秀“品德”

5.20师父每日佛言佛语

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

忍辱那是美德

学佛是你的福，慈悲是你的根，宽容是你的悟，
忍辱是你的德，精进是你的心，成佛是你的愿。

150119沙巴

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈
爱
心
灵



忍辱定义-1概述

忍辱那是美德

退一步海阔天空，能忍得住片时，过后方知忍为高。

要知道，修慈悲、忍辱那是美德啊。

白话佛法110130

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈
爱
心
灵



忍辱并非示弱

忍辱并非示弱...因为你有高境界，你才能够忍耐；因为你是修心人，你懂因果，你知道用智慧来化解，所以你会忍辱；因为你知因懂果，所以你的智慧从你的心中被观照，这些都不是我们用肉眼能看到的，因为这是因果真相。 5.20师父每日佛言佛语



“忍辱”跟“懦弱”的区别

懦弱是没有心理承受力，什么都怕，什么都不敢跟人家弄。这种人心中很弱，没有坚强的意志力，没有愿力，所以这种人就是看见什么事情都怕，这叫懦弱。忍辱是明明知道这件事情是他不对，但是我要坚持，我是学佛人，我能克制、能化解，这叫忍辱。再解释细一点，你老公骂你，你不讲话，你是忍辱（对）还有一种，你老公一骂你，你吓得躲到房间里了，他讲你什么你都怕，这叫懦弱。那个你不怕，但是为了维护这个家庭

“忍辱”跟“懦弱”的区别

不跟他吵架，“我忍辱”（明白了。有的同修说我太老实了，有的事情不愿意去争，我说这个不用去争……）不争那是最好的，因为佛教就是无争的，所以学佛人不能争。那些人就是魔，他来劝你争、劝你打、劝你斗，你去跟人家吵呀（我觉得争了以后虽然得到了，但是不应该是我的东西没必要去争，他说：“你太老实了，你应该去争取过来，应该是你的。”我说：“应该是我的，自然而然我会拿得到，不要去争的。”）对了。

Wenda20131201A45:25



忍辱就是一种控制

有智慧的人能够控制自己，所以要学会忍辱，忍辱就是一种控制。一个人学会忍耐，很多事情就过了，当时不能忍耐就出事了。一生中有多少事情是因为不能忍耐而出事的？咬咬牙，自己想办法，吵架的时候赶紧逃离火场。不要想着马上解决，已经着火了，无法马上解决的，先想着自己不要被烧着。有的人很傻，一看到着火，先想怎么灭火。火已经很大，你灭不了的。老公已经发火了，赶紧要避开，不要再和他吵了。

师父解答来信疑惑290

耐心就是忍辱心

学佛救人就要能够忍耐、能够忍让，就是要能够帮助到别人，不管别人说什么、讲什么，你都要好好地听。因为你想度他，你就要有耐心；因为你想成就他的善心，你就必须要有耐心。所以耐心就是忍辱心，不管他说什么，只要能够把他救上来就好了。当一个人在水中，马上就要被水淹的时候，你不管用什么方法，不管他怎么样，他说“我死吧，我不想上来”，你也要想办法把他拉上来。这就是无我利他的精神。

16.07.04中国·香港



忍耐是忍辱的前提

能够忍耐的人，才能够忍辱。

忍辱波罗蜜，也是修心回天

的一个非常好的法门。

4.19师父每日佛言佛语



忍辱和忍耐的区别

忍耐是耐，忍辱是辱。能够忍辱的话，这个“辱”字比“耐”要更厉害，也就是说知道自己受到侮辱了，但是还能够把它忍住，这就比忍耐更高一个境界，更高一个级别了。

白话佛法10-34

忍辱定义-1概述

生活就是要忍辱

师父解答来信疑惑308

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱定义-1概述

忍辱之心人皆有，内心瞋恨怎么修
精进需要忍辱救，无心无争无需求

很多人告诉师父，他控制不住自己的脾气。师父曾经讲过个故事，一个人在沙滩上睡觉，被人家踩到脚，突然痛醒，刚想站起来骂，一看是个盲人，马上就息怒了。这就是忍辱之心，人皆有之，只是内心不愿意去克制，只要调好心，一切都能转变。

523师父每日佛言佛语

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



能接纳他人的不圆满，你就是忍辱

人家做出来的事情不圆满，让你不开心了，你能够接纳他，你是不是忍辱心啊？你说你不能忍辱，你在这个世界上怎么活？这个世界上哪一件事情你不要忍辱的？就是马路上看见很多人，你都会觉得他很讨厌。你说哪个脸你看上去不讨厌的？就是看见一个商店那个牌子，你都觉得很讨厌。你说很多人看见别人讨厌吗？

广播讲座视频65



忍辱就是想得开

今天我虽然有脾气，但是我忍耐了，我想得开了，我就是开悟了我的境界。我想开了：这个老公就是这个样子，好也好不到哪里去，坏也坏不到哪里去，咱们就这么凑合着过日子吧，被人家讲起来总算有个家。这样想，你就是中庸了，对不对？如果你对他严格要求，你自己做得到你的这个要求吗？算了，中庸一点吧。白话佛法8-31



“忍辱”是什么？

不管别人骂你讲你，你要学会忍耐。家里老婆骂你，你也要学会忍耐；老公骂你，你也要忍耐。因为一忍耐你就能化解矛盾，你的婚姻会继续向前；你不能忍耐：“咱们离婚去吧！”好了，完了，就没了

160819马六甲



修忍辱就是无争

我们不想跟人家争，我们就要忍辱，现在人家如果骂你的话，你能够忍耐吗？很多老妈妈脾气很倔的，年轻的时候很有钱，长得也很漂亮，也非常有地位。你骂骂她试试看？她做不到忍辱。所以要学会忍耐，要忍辱，忍辱就是修养。今天你吃亏了，你怎么不说你明天不吃亏的时候呢？所以要无争。

《弟子开示》1-5-2

忍辱定义-1概述

忍辱就是

就是不管千条理由、万条理由，你不要去讲，不要解释。因为有修养的人，别人讲你你可以化解。因为别人讲你是对的，你就好好的改。别人讲你不对的，那你好好地把他戒之，做为自己的加勉。所以我们学佛做人绝对要懂得有个规律。那就是要静心，心要定下来。安静才能住心。当一个人安静的時候他就不会有贪心了。白话佛法150108

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈愛
心靈



忍辱定义-1概述

忍辱是还债

有时候你老不还债的话也不行，哪有还债开开心心的？开玩笑！“来呀，我还你债啊，真好啊！”哪有啊！（行，我先好好还）还喽。他只要不打你，你耳朵封起来就好了。他每一次骂你，暴跳如雷，其实他就是在问你要债，那么这一次要完了，要一次少一次，又不打到你，你管他呢，一阵风吹过。你往心里去了，你把他这种话都听到心里去，你就完了。你可以不要



忍辱是还债

听到心里去的（嗯，对。师父，您真好）你就当一阵春风吹过了驴耳就好了（嗯，师父，我好好修，我忍辱不够）你没出息。你看他就像一头驴子一样在那里叫啊、吼啊

Wenda20180318B42:51



忍辱定义-1概述

忍辱是灭度 灭度身上的业障

灭度贪瞋痴慢疑。一忍了就灭度了
吃苦不能解决问题的师父解答来信疑惑203

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



忍辱只是还债 靠忍辱不能化解恶缘

忍辱只是还债，还到一定的程度如果还是恶缘的话，那还是会分开的。单方面的忍辱是没有用的，譬如老公一直打老婆，老婆一直忍，忍到一定的程度，债还完了，老婆就会跟老公说我这一辈子不欠你了，就分了。忍辱也就是忍16年、30年、80年，总会结束的。靠忍辱不能化解恶缘，忍辱实际上是靠克制自己，但是恶缘还是延续。归根结底还是要化解，但是要看你能不能化解掉。

师父解答来信疑惑3

忍辱定义-1概述

忍耐是一个境界 禅定就是一种容忍与忍耐

学佛人要懂得，我这辈子来人间不是来享受的，而是来受报的，就像很多父母亲所说，“我们是来人间，是来还孩子的债，现在还没有还完。我们在中国把孩子养大送到澳洲来，没想到现在还要到澳洲来领孙子，继续还债”。人间的债是还不完的，



忍耐是一个境界 禅定就是一种容忍与忍耐

大家一定要想通，既来之则安之，做人要懂得无限地付出，我们到了这个人间，就要以最纯洁的心奉献给这个世界，奉献给自己的亲人，我们任劳任怨，学习雷锋精神，多多帮助别人。

140125悉尼



忍辱定义-1概述

忍辱痛苦

我问你哪件事情不痛苦的？你有本事不要来人间，就不痛苦了。你投到人间，就是来吃苦的，人间本来就是最苦的地方，三善道里面是属于最苦的地方了。还“忍辱真苦”呢，忍辱哪有不苦的？不苦能忍辱啊？就是要忍辱，我告诉你要记住，不该讲的不能讲，很多人说“我自由惯了。”看见红灯还闯红灯，这种叫自由吗？要有戒律的。做什么都要有戒律的，人有法律、



忍辱定义-1概述

忍辱痛苦

佛教有戒律、地府有阴律、天上有天律，哪有没有法律的地方？你以为天上没有天律的？很多人在天上犯了戒，打入人间，有多少啊？你没看过《西游记》啊？好好地把自己改正最重要！ Shuohua20130906 23:07

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈
爱
心
灵



到人间来要能堪忍受

师父从佛菩萨界下来救度众生，师父必须要做好思想准备：

“我到人间来该如何如何修为，到人间来要能堪忍受，能为难事，悲心愍念众生。”师父到人间来吃了多少苦，让我从小就体会到人生的无常。到人间来必须准备好思想，准备好资粮。 白话佛法3-12



要忍人所不能忍

行人所不能行，就是学佛的人，要有忍耐的心，要能忍常人所不能忍耐的事情，要行常人所不能行的行为。要学会静坐常思己过，静坐下来要常常想一想自己哪里有做错的地方；哪怕闲谈都不要去议论人非，就是不要去讲人家的对错，不要去讲人家的不好；学佛人菩提心应该常常发出，就是经常要发菩提心；



要忍人所不能忍

智慧灯要常加油，你的智慧不经常加油，就会没有智慧，没有智慧就没有办法好好修心，没有智慧的人，才会看见人家好了，他难过，看见人家不好了，他开心。这个加油是让你多念经，多发菩提心，多做善事，多做功德。白话佛法2-39



忍辱定义-1概述

忍人所不能忍，行人所不能行 在佛法上叫“大雄”

人家不能做的我去做，人家讲我，不能容忍的我一定要容忍。所以许多寺庙都有大雄宝殿，里面都有许多的佛菩萨，佛菩萨的一个基本点是什么？就是忍人所不能忍，行人所不能行。人学佛之后如果远离了恶习，不去做坏事，不去动坏脑筋，你就离佛近了，你的生活就会越来越幸福。白话佛法130905



既然你来做人了，你就要忍受……

要让人生充满智慧，洗涤干净，来过完这段人生之路，很不容易啊。既然你来做人了，你就要忍受人间的不平、人间的痛苦、人间的灾难、人间的所有一切给你带来的不公正。

白话佛法4-2

修心之人绝对不能容忍的事情

用伤害别人来掩饰自己缺点的人，是可耻的。
因为你自己有缺点，你就伤害人家，这是修
心之人绝对不能容忍的事情。 白话佛法3-7



记忆加深(大家一起默念)

—释迦牟尼佛曾被称为“忍辱仙人”；佛的意念就是忍辱、精进、知足、平安就是福，要用智慧、般若……；普贤菩萨的六牙白象就是布施、持戒、忍辱、禅定……；切记忍辱精进，才能助你师父成愿；放低自己，谦虚谨慎，忍辱精进才是真佛子；学佛先把忍辱修，凡事莫去找理由；学佛人没有捷径，从我做起，念经、放生、许愿，必须勤奋、吃苦、忍辱，这就是你的基础，这就是



记忆加深(大家一起默念)

你学佛的开始；学佛人怎么可以不忍辱，不忍辱修得好的？；学佛要精进、忍辱、有智慧；学佛不是游戏，学到一定阶层、一定的境界，要学会忍辱、庄重、庄严；“忍辱”是现代人修心的一个法宝；我们的目标就是修成菩萨，我们要忍天下众生所不能忍之事，我们要做天下众生所不能做之事，那就是救度众生，我们这样才能明大理啊；佛的理论就是要有慈悲心，要有忍辱心；忍



记忆加深(大家一起默念)

耐”的“忍”是“相信”的意思、是一种肯定，“忍”也就是承认的意思；“忍”字就是“心”字头上一把刀，而这把刀时时刻刻要挖你的心，所以要学会忍耐，不要去碰它，你的心一动，这把刀就会割你的心，所以必须忍耐。稳住自己的心，不要动，那就叫忍；宠与辱实际上都是惊恐的现象，这种惊恐是带给自身最大的忧；忍辱从字面上讲是褒义的；要以忍摄辱；人生有进有退，



记忆加深(大家一起默念)

忍辱就是退，精进就是前；师父也在忍辱，你们也要忍辱，忍辱才能精进；忍辱精进咯，有什么办法，我告诉你正的永远是正的；因为台长是菩萨，付出那么多了，还有人讲台长的坏话，所以有时候讲了台长的坏话，台长就忍着这口气，没办法。谁叫你要度众生呀，度众生你必须耍忍辱精进；如果他早一点听师父的话，早一点能够忍辱，明白一切都是因果，他就不会离婚了。自己现



记忆加深(大家一起默念)

在就不会吃苦头；师父讲你们是培养你们能够忍辱精进；好好学学师父了，忍辱精进啊；像出家人一样守戒、精进、忍辱负重地修，定能到西方极乐世界；末法时期加强忍辱的重要性；能力和福德都不够时，更要忍辱精进；菩萨在帮你，你自己也要自救，要忍辱精进；外环境不好要修忍辱；



记忆加深(大家一起默念)

一忍辱就是别人不能忍耐的，你都能够忍耐；别人不接受的侮辱，你能接受；全部都要忍辱，魔性来考也要忍辱；正义者是忍：我学佛很正，这个人一定是能够忍耐的；“忍辱”是我们做人的“美德”、是你的德、是美德；忍辱并非是示弱；因为你有高境界，你才能够忍耐；懦弱是没有心理承受力，什么都怕；忍辱是明明知道这件事情是他不对，但是我要坚持，我是学佛人，我能克制、



记忆加深(大家一起默念)

能化解，这叫忍辱；忍辱就是一种控制；耐心就是忍辱心；
忍耐是忍辱的前提；忍耐是耐，忍辱是辱。能够忍辱的话，这
个“辱”字比“耐”要更厉害，也就是说知道自己受到侮辱了，
但是还能够把它忍住，这就比忍耐更高一个境界，更高一个级别
了；生活就是要忍辱；忍辱之心人皆有；能接纳他人的不圆满，
你就是忍辱；忍辱就是想得开；不管别人骂你讲你，



记忆加深(大家一起默念)

你要学会忍耐；修忍辱就是无争；忍辱就是不管千条理由、万条理由，你不要去讲，不要解释。因为有修养的人，别人讲你可以化解；忍辱是还债；忍辱是灭度，灭度身上的业障；忍辱只是还债；靠忍辱不能化解恶缘；忍耐是一个境界，禅定就是一种容忍与忍耐；忍辱痛苦；到人间来要能堪忍受；忍人所不能忍，行人所不能行，在佛法上叫“大雄”；既然你来做人了，你就要



记忆加深(大家一起默念)

忍受…；修心之人绝对不能容忍的事情：
用伤害别人来掩饰自己缺点的人，
是可耻的



佛学基础知识-忍辱定义

原理

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



你为什么要忍辱？

因为你做错了，所以你有果报，你才会忍辱，你没有果报忍什么啊？你自己做错事情，在受业的时候问菩萨“菩萨，我这么苦怎么办啊？”所以菩萨才告诉你“忍辱精进”的。如果你不吃苦的话，在天上为什么要忍辱啊？天上有忍辱精进的？哪位菩萨还会气得不得了，说“我要忍辱精进”？哈哈……

Wenda20150104B56:37



忍辱定义-2原理

今世我们 为什么会罪业深重？

因为烦恼让我们变得暴躁，失去忍辱之心，
烦恼让我们觉得活在世界上无常。

白话佛法131205

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈
爱
心
灵



不能忘记对方过去的错

人生就是这样，人生百态，现在人与人之间变得很难相处，因为现在本末倒置，过去讲“君子报仇十年不晚”，而现在末法时期人与人的仇恨越积越深，就是因为大家都不能忘记对方过去的错，都不能忘记对方曾经伤害过自己。记住对方的错误，就把仇恨的种子放在心中慢慢发芽，仇恨的种子会不断扩大，



不能忘记对方过去的错

就像恶细胞一样，不好的细胞会慢慢扩散。因为恶的种子会发展很快，善良的种子发展很慢，所以一旦恶的种子在心中成形、成熟、发展得快，心中就越来越不能容忍别人。 7.8师父每日佛言佛语



人内心有一种 自然的排外的感觉

不是你的朋友，不是你的事情，你就不会去很热情去做，你就不想解决，你就不想去适应和接纳别人，所以就心中产生不圆满，所以你就不能忍辱，忍辱心。

7.8师父每日佛言佛语



境界的不同

境界的提升是看不见，摸不着的，只有靠你自己慢慢地悟，慢慢地去修炼。为什么有些人碰到一点事情就忍不住上窜下跳的？为什么有些人又很沉稳忍辱精进？这就是境界的不同。境界高的人，就是指着鼻子骂他，他也只是笑笑而已，一句话都不讲。

白话佛法2-33

为什么很多人拿着别人的东西就吃？放在那儿没人拿的东西就



境界的不同

偷？这些让人家看不起，这就是个境界问题。为什么不学佛的人会经常和别人吵架？学佛的人懂的忍让、谦虚，不会随随便便和人家吵架，总会检讨自己不对，说别人是对的，这也是一个境界问题。师父跟大家讲，我们学佛，学的就是一个境界。为什么他是菩萨，他的行为是菩萨，而你的行为却不是菩萨，因为他的境界比你高。为什么有些人喜欢跟人家斤斤计较呢？因为他的境界不如你高。白话佛法110123

暂时失去了佛性，你就会失去忍辱心

贪瞋痴，就是想不到的事情还要去想，没有的事情去想出来难过，过一会儿想通了，我无所谓了，像神经病一样，你就根本不应该去想，想了就叫愚痴。所以，你见不到佛性，你被这些贪瞋痴控制，暂时失去了佛性，你就会失去忍辱心。你看不到佛性，你是不会忍耐的。你们去看发脾气的人，哪一个人能够忍耐？“你再讲一句，我已经听你讲了一个小时，你还要骂，



暂时失去了佛性，你就会失去忍辱心

我告诉你，我是菩萨我都憋不住了。”这是什么话啊？他说自己是菩萨？如果是菩萨，永远憋得住。师父的这些丰富的语言都是师父给听众看图腾的时候，同修跟师父反馈讲的：“师父，你知道吗？我跟我老公讲，我就是菩萨，我都不能忍耐他一个小时了。”

讲述于观音堂2019-05-28



佛学基础知识-忍辱定义

六波罗蜜

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈愛
心靈



忍辱定义-3六波罗蜜

六波罗蜜

就是说，如果一个人想从菩萨进入佛的境界，你必须更多地去布施，然后要持戒，要忍辱，要精进，要禅定，要有般若智慧。白话佛法11-11

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



真正的断烦恼要六波罗蜜

首先要精进，还要学会忍辱波罗蜜，忍辱是六波罗蜜当中最重要的一点。断烦恼的人能够克制，就会没有烦恼。“我不跟人家争，不跟人家吵，不跟人家有矛盾”，你慢慢地就不会有烦恼。不争、无争，都是断烦恼的好方法。精进努力，知道自己的命运所在，知道我们人间的无常，到人间只不过是一个过程。就像火车开过一样，过站了，人生这一段就走过了。所以不去



真正的断烦恼要六波罗蜜

难过，不去烦恼，你就慢慢地想通、想明白；
不跟人家造业，不跟人家争斗，慢慢地就会
断烦恼了。 17.09.23意大利·米兰



生活就是六波罗蜜

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。广播讲座视频36



“六波罗蜜”——忍辱到彼岸

如果你这个人没钱，也不是太精进，但是有一点做得很好——能忍，忍一辈子了，那么你这个人最后是忍辱佛。六个里面挑一个，你看看你到底像哪一个，有信心了吧？ 广播讲座视频21



其实六度就是一个阶梯，一阶一阶的

比方说，做人先要布施，去对人家好；然后自己持戒；持戒之后要学会忍辱——你看一个比一个厉害吧；忍辱之后还要精进；精进之后你才能禅定；禅定之后你才会有般若。般若就是你的核心，般若就是你拥有了佛菩萨的智慧。所以实际上这六度是一个比一个严，一个比一个难，这么来的。白话佛法171114



六波罗蜜里忍辱最重要，视为第一法

实际上守戒里边本身就包括着忍辱，你能够守戒你就能够忍辱，你不守戒你哪来的忍辱？这个不是次第关系啊？守戒、忍辱再加上精进，实际上在六波罗蜜里面，忍辱是最重要的，一个人不会忍辱的话，怎么可能守戒？怎么可能精进？动不动就不能忍耐。不能忍耐你不跟个动物一样啊？所以忍辱是视为第一法，很重要的

Wenda20190707 01:02:17



忍辱定义-3六波罗蜜

修心成败的关键在于忍辱

菩萨讲六度时特别重申的
一个问题就是要忍耐。

白话佛法3-30

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈爱
心灵



六度中最难修的是忍辱

布施很容易的，很多人都会布施，把快要过期的东西给人家也叫布施（对不起，师父。明白了）哪一个人被人家骂了、被人家讲了脸不红的？这就叫忍辱。哪一个人不要面子？很多人死了还要面子呢，临终遗言，死的时候“哎呀，给我排场搞大一点”。自己都看不见了还要这样。 Wenda20190322 01:07:16



人生有三种难-第三难是忍辱难

学佛之后，做人做事会变得不难，因为我们慈悲善良，我们诚心待人，懂得人间做事难、做人难，所以我们才要懂得学会忍辱，不懈怠。一个能够忍辱的人，他一定能够适合于任何环境的生存，一个人能够变得越来越慈悲，靠的也是忍辱的基础。希望我们每一个学佛的人，在现在的社会当中，首先要学会忍辱，然后才能够精进，这就是六波罗蜜当中的忍辱精进啊。

2019.12.07【墨尔本】



先把四度修好

布施，持戒，忍辱，精进……这个称为“四度”。把它剖开来给你们讲，这个布施、持戒、忍辱、精进这个四度，其实你把这四个好好地做，你就能让你心中的禅定和般若把它修出来。所以很多人说“我来修般若”——不可能的，“我来修禅定”——你定不下来的。你要是没有前面这个四度，你后面这个两



先把四度修好

度是度不出来的。…你不忍辱的话，你不精进的话，会有禅定，会有般若吗？所以你要想超出欲界、求度解脱，先把四度修好，然后再能得到禅定和般若，那么才叫六度波罗蜜，所以才能求度解脱，超出欲界，断尽烦恼。它全部都有递进关系的。

广播讲座视频63



精进中就包括忍辱

很多事情不要找理由，不要讲话，事情就过去了；
很多人犯了罪，越解释越糟糕，最后罪名一条条
加上去，就是因为不能忍耐。 8.4师父每日佛言佛语



“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师父每日佛言佛语



忍辱定义-3六波罗蜜

六波罗蜜都要学

观世音菩萨的每一个行为举止，都是我们心中竖立的菩萨形象之一，比方说忍辱、精进……六波罗蜜都要学，要全方位地学观世音菩萨，不要只学某一点。有的人心中有慈悲，但是没有精进忍辱；有的人忍辱心很重，但是没有精进心，偷懒；有的人非常精进努力，但一碰到冤枉就跳起来了，忍辱心不够……每尊菩萨都有特点。让他拜五尊菩萨说明他有五个方面欠缺，六波罗蜜中有五个要好好学，说明他学菩萨根本没有学到位。

师父解答来信疑惑299

慈爱心灵共修 第四十三期 六波罗蜜-忍辱1定义

慈
爱
心
灵



六波罗蜜都要学

布施应该是人比较容易做到的；持戒已经不是一般的人所能做到的，要有点境界；忍辱、精进都是不容易的。

师父解答来信疑惑316



自己放不下自己，靠什么？靠忍辱

如果这个人很精，他是靠什么？靠布施。
如果这个人很懒，靠什么？靠精进，
有窍门的。还有很多人自己放不下自己，
靠什么？靠忍辱。六波罗蜜就是六条上
天的路

Wenda20190901 21:56



记忆加深(大家一起默念)

—为什么要忍辱？因为你做错了，所以你有果报，你才会忍辱，你没有果报忍什么啊？你自己做错事情，在受业的时候问菩萨“菩萨，我这么苦怎么办啊？”所以菩萨才告诉你“忍辱精进”的；今世我们为什么会罪业深重？因为烦恼让我们变得暴躁，失去忍辱之心，烦恼让我们觉得活在世界上无常；不能忘记对方过去的错；人内心有一种自然的排外的感觉，你就不想去适应和接



记忆加深(大家一起默念)

纳别人，所以就心中产生不圆满，所以你就不能忍辱，忍辱心；境界的提升是看不见，摸不着的，只有靠你自己慢慢地悟，慢慢地去修炼。为什么有些人碰到一点事情就忍不住上窜下跳的？为什么有些人又很沉稳忍辱精进？这就是境界的不同。境界高的人，就是指着鼻子骂他，他也只是笑笑而已，一句话都不讲；我们学佛，学的就是一个境界；暂时失去了佛性，你就会失去忍辱心



记忆加深(大家一起默念)

—真正的断烦恼、想从菩萨进入佛的境界要修六波罗蜜；生活就是六波罗蜜；“六波罗蜜”—忍辱到彼岸；其实六度就是一个阶梯，一阶一阶的；六波罗蜜里忍辱最重要，视为第一法；修心成败的关键在于忍辱；六度中最难修的是忍辱；人生有三种难—第三难是忍辱难；先把四度修好：布施，持戒，忍辱，精进……这个称为“四度”；精进中就包括忍辱；“戒定慧”三学这个基础



记忆加深(大家一起默念)

来修：布施、持戒、忍辱、精进是戒学；禅定是定学；般若是慧学；六波罗蜜都要学；布施应该是人比较容易做到的；持戒已经不是一般的人所能做到的，要有点境界；忍辱、精进都是不容易的；自己放不下自己，靠什么？靠忍辱



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

