

## 广播讲座 原文

### 第 50 集【正信正念 身心圆满】

[点击视频](#)

#### 第 1 段

首先我们经常说要供养，有供养佛法僧、供养法师，要学会供养如来的心，什么叫供养如来的心？因为你的心，修身养性，经常供养你的心，就是让你的心变得越来越虔诚，越来越圆满。很多人的心不圆满，因为他不虔诚，很多的邪知邪念。什么叫供养如来的心？如来就是佛。养心，把自己的心要养好，要养到圆满的大法施，就是财施、法施、无畏施。里边讲的法施就是说，我们要以佛法的布施心，来供养自己的如来心。今天不管碰到什么事情，你的心出来了就要像佛法，讲出来的要像佛。大圆满的大法施就是说，你的心中以圆满的大法施来法布施，所做的法施。你今天做任何的事情，最后的结果要最圆满，如果不能圆满，这个人实际上就不叫平等布施。很多人讲一句话讲得人家跳起来，做一个事情做得人家不开心，想一件事情把人家想得很坏，这个都是属于不圆满的。真正的圆满是什么，就是平等心。佛法界说要把女士全部看成，像自己的母亲、姐妹一样，把老人全部看成自己的父母亲，把孩子看成自己的孩子，

这个叫平等布施。这个人在人间就成为慈悲的人，能够把世界上一切的人，都看成像自己亲人一样来对待，我对待他像自己亲人一样，这个人就有智慧。

## 第 2 段

做的事情是平等布施，平等了，对每一个人布施，实际上就是平等对待了。你对每一个人都平等布施了，那你就达到了正等正觉。虽然你可能在境界上有一些布施，但是不一定达到正等正觉。你首先要把自己的心放正，什么叫正等正觉？正就是把心放正，等就是平等，正的心来用平等心，正的心来觉悟，看明白，想明白。单位里人对你不好，家里人对你不好，你完全要用正能量来看别人，不要去恨他、不要去难过，大家在一起难免有磕磕碰碰，正念出来了。你觉得吃亏了，很正常，今天你觉得被他欺负了，你觉得很正常，因为我们都不是完人。**正等正觉就是用正确的意念，正确的平等心，正确的觉悟心，这样就没有分别心了。**人很可怜，因为他是我的家里人，所以我对他好；因为这个人他不是我家里人，你就对他不好。很多人为什么会恨，因为你觉得他不是你家里人，同样一件事情，如果家里人做出来你就不会这样。飞机上如果小孩子在哭，人家的孩子，你会觉得很讨厌的，如果是你的孩子呢？你是不是有分别心

了，这个就叫分别心。如果去除了分别心，这个人就拥有正等正觉之心，那么这个人才叫大智慧者，有大智慧的人才能摄受，摄受就是接受十法界的众生。

### 第 3 段

想想看，一个人气量很大，在家里能够原谅老婆、原谅老公，对自己的孩子，他都能摄受，对别人欺负他、占他便宜，他都能摄受，那么这个人是大智慧。要接受人家，能够接受人家的人都是气量很大的！一句话、一个表情、一个事情，你们放得下啊？已经老了，人家说你：“哎呀，最近怎么看上去这么老？”又不开心了。老了么，就老了。被人家讲了“你这个人怎么一事无成的？”要摄受，想通啊：“这有什么关系？我好好努力就好了”“我活了这么大，不买账，我要你讲啊？”错了！你就应该被人家讲。你有这个觉悟，能够接受别人的意见，你就拥有了摄受十方法界的众生。这样的话，你就去除了自己心中的邪迷心——不把人家看得正，然后迷惑的邪迷心啊。很简单，你看见一个人很有钱的——装的，家里大概吃饱饭的。这就叫邪迷心，不尊重事实的人就叫邪迷心。还有狂妄心：不卖账，“我很好，我最伟大，我最能干”，妄就是妄想，自己觉得自己很了不起。还有一种叫不善心，不善良啊！有几个人善良能够

白话佛法广播讲座  
第 50 集【正信正念 身心圆满】 第 51 集【除妄除念 自性般若】

---

原谅别人？不善良啊！菩萨说不善心，还有忌妒心、恶毒心，都是你这个心，最后这个字都是“心”。你们忌妒人有吗？还有恶毒心，恶毒心有好几种，有一种是恶口，恶毒心出来之后嘴巴又骂人，打人……还有一种恶毒心是什么？恨你在心里。我恨死你，小到老公今天跟你闹翻了，多放点盐，咸死你，叫不叫恶毒？

## 第 4 段

有个故事就是讲的中国古代的一个小孩子的妈妈过世了，爸爸找了一个继母。这小孩子一直被继母暗中虐待，但是爸爸都不知道的。后来继母生了两个孩子，继母给他们三个人做三件棉袄，那两个孩子的棉袄全部都是棉花的，只有这个孩子的棉袄是芦苇的，没人知道。有一天他爸爸跟他出去做事情，这孩子冻得哆哆嗦嗦的，牵牛的绳子掉了，结果这牛跑得很远，他们去追。结果他爸爸就把他狠狠地打了一顿，把他的棉袄，一抽出来里边都是芦苇，他爸爸一下子傻了，全明白了：这孩子一直受着继母的欺负。心里很难过，回去要把他老婆休掉，不要她。“你怎么可以这么对我的孩子？应该平等！”这个时候这孩子跪下来：“爸爸，今天妈妈在，继母在，只是我一个人受寒冻，如果你把妈妈赶走了，我们有三个孩子都会受冻。”这么好的孩子，结果他爸爸一下子心软了。然后妈妈没有

白话佛法广播讲座  
第 50 集【正信正念 身心圆满】 第 51 集【除妄除念 自性般若】

---

想到这孩子这么乖，从此以后就把他看成像自己孩子一样。这些就是告诉你们，**我们不要去欺负别人，你做人要用心**。这孩子说如果你把妈妈弄走了，三个孩子全部会受冻，现在妈妈还留着，大不了就是我一个孩子受冻，你说这孩子多懂事情。这就是我们过去说的孝子，中国传统文化当中讲的孝子。要好好地孝顺，就这个道理。所以不要有不善的心，不要有忌妒心，不要有恶毒心，有这些心了之后，你就是众生，不是圣人。你是一般的普通的人，普通人才自私，普通人才会有忌妒心、恶毒心。你再做点恶呢？你不是众生、是畜生。**所以要自性自度，是名真度。自性就是自己的本性，自己来度化自己的本性，要改变自己。自己的本性，自己来度化，是名真度。**就是说要觉悟，一个人要觉悟：我们不能做坏事，不能去忌妒人家，没有意思的事情不要做……将心中的邪见、烦恼、愚痴，将正见度，用正确的方法来把它转化过来。比方说像刚刚这个继母，她当然很感恩这个孩子，这孩子不让他爸爸把他老婆休掉，这个孩子多懂事情，你说继母怎么会对他不好？叫正见度。**一个人只要有正确的见解，正确的意念，他就会能够改变自己。**

## 广播讲座 原文

### 第 51 集【除妄除念 自性般若】

[点击视频](#)

#### 第 5 段

师父要你们学佛就是要改变自己所拥有的邪见和烦恼愚痴，正见度。

“正见度”什么意思？用正确的方法来看这个事物，用正确的方法来把它转化过来，就是正法生成。“正法生成”是什么意思？正确的佛法生成在自己心里。有了正见，一个人讲什么事情、做什么事情，总是有正见，那么这个人不一样了，他不是普通人。你不管跟他说什么事情，你说“这个人很坏。”“哎呀你多原谅他吧，他也不是经常的，可能是偶然的吧”，好了，你开始使用了般若智慧。般若智慧开始了，就打破了自己的愚痴，就离开了迷妄众生。很多人迷惑：你去贪，大家一起贪；你去害人，大家一起害。现在很多小孩子去欺负一个孩子，这个孩子打他一下，大家都偷偷跑上去打他一下，叫迷妄众生。很可怜的，大家都骂他，我也去骂他，你不就是个迷妄众生吗？邪念来了要正度，邪来了就正地去度，就要正确地去度。迷来的时候要悟度。搞不清楚了，这个事情应该怎么做？悟度，开悟的度。“迷”来时“悟”度；“邪”来了“正”

度；“愚”来了“智”度，愚痴来的时候，要智慧地去度它；“恶”来了要“善”度，这是非常好的几种方法。也就是说对方一个人跟你恶了，你马上善的去把它解决掉；如果这个人愚痴了，这个人做傻事了，马上用智慧来把它解决掉；一个人迷惑了，就用开悟的思维去把它解决掉；如果一个人邪念来了，就要正念来把它度掉，这样度众生“是名真度”。佛法里边经常用这些词叫“是名”，就是这个才称为真正地在度人，真正地在解决自己心中的烦恼。烦恼无尽誓愿断，想想看，从生出来一直到死，哪一天可以不烦恼？没有的。

## 第 6 段

哪怕今天在 holiday（假期），也有烦恼，因为 holiday（假期）几天之后，我要上班了，又要烦恼了吧，可以暂时地忘却烦恼，但是拥有的烦恼那是无边无尽的。佛陀告诉我们，烦恼无尽誓愿断，要将自性的般若智慧打开。也就是说自己如果不打开，打不开自己的般若智慧，永远是想不通的一个人。**有几个人是靠别人跟他讲了，他能想开的？到了最后还是要靠自己。所以叫打开般若智，总结下来这两个字就叫开智，开智慧。开智的人就会除去虚妄。**有智慧的人，会为一点面子去跟人家争吗？一个人如果开智慧了，会去跟人

白话佛法广播讲座  
第 50 集【正信正念 身心圆满】 第 51 集【除妄除念 自性般若】

---

家争：多吃一点、少吃一点、不开心？不会的。所以你的意念，你的妄想心，就慢慢地全部都会去除了干净了。我举个简单例子，比如说爸爸妈妈吵架，如果爸爸看出这个事情是虚妄的，他很快就不跟妈妈吵了。为什么？爸爸跟妈妈今天吵架，那是一点虚妄的事情。什么虚妄？首先是虚的，吵架就是因为两个人的概念不同，理念不同，并不是实质上的分别心。这样一来，意念当中就解脱了：这是为某一件事情，我老婆人还是很好的，我老公人挺好的。所以两个人不会本质上去纠缠不清，实际上这就去除虚妄心，那么意念开始转正。**妄想心，有的人一吵架就想着早点离婚了，每一次都跟他吵，每一次怎么样，虚妄心就来了。**如果用正的念头来：吵架观点不一样，那很正常。这个人虚妄心没了，就不会去天天在脑子里，每天都积少成多地都是要离婚、离婚。终有一天，一吵大架了，两个人就离婚了。

## 第 7 段

所以和自己不好的理念要做“对度”，对着它去度化它。须自见性，必须自己见到本性。别人再怎么劝你，你是劝不醒的，最后的醒悟是你自己。要常能下心，其实就是放下你的心。我们很多学佛人很可怜，经念得很好，一会儿又生气了，经念得很好，一会儿又生气了——放不下这个心。有什么好生气？已经学佛了就学会吃亏，学佛就是要学会吃亏，吃亏就是便宜。师父弘法弘到现在，吃了多少亏。我真的吃亏吗？你们对我这么好，我吃亏吗？一个人要学会吃亏。我已经跟你们说了，一生当中吃两个东西，一个是吃苦。生出来就得吃苦，还有一辈子学会吃亏，成功了。很多人就不吃亏，“我吃什么亏？”“为什么我吃亏？”所以要“常能下心”，就是把自己的心要放下。“行于真正，离迷离觉”，“行”就是行为、语言。行走在真正的离迷离觉，离开迷惑，离开幻知幻觉。小时候很生气，现在想起来不就像空的，像做梦一样，是不是幻觉？大家要离开过去的那种不开心的幻觉。“常生般若”，经常要生起自己心中的智慧。做一件事情有没有智慧，常生智慧才能除真除妄，除去你的真什么意思？就是把这个世界看得很真。除妄、妄念。“除真除妄”是佛法界一个很高的境界：不要把这个世界看得太真，也不要把这个世界看得整个虚妄的。因为说它完全虚妄的，它又真实地存在；

白话佛法广播讲座  
第 50 集【正信正念 身心圆满】 第 51 集【除妄除念 自性般若】

---

说它完全是真的，实际上就活在虚妄当中，所以叫“除真除妄，即见佛性”，你就见到佛性了，即见佛性。“常念修行”，脑子里要经常念到的，“我是修行人，我要好好修心”。经常这么念，知道这是什么法吗？叫愿力法。因为经常觉得，我是修心人，“常念修行”，就出现了愿力法。这个人有愿力，不把自己当成一般人，不把自己当成一般俗气的人；你是有愿力之人，你是菩萨、未来的菩萨，所以有了愿力法，就不会做错事情。

## 1-3 段拓展延伸

### 【第 1.1 段原文】

首先我们经常说要供养，有供养佛法僧、供养法师，要学会供养如来的心，什么叫供养如来的心？因为你的心，修身养性，经常供养你的心，就是让你的心变得越来越虔诚，越来越圆满。很多人的心不圆满，因为他不虔诚，很多的邪知邪念。什么叫供养如来的心？如来就是佛。养心，把自己的心要养好，要养到圆满的大法施，就是财施、法施、无畏施。

### 【第 1.1 段延伸】 如实修行是真供养

摘录：《白话佛法二》第 17 篇【学佛的十大行愿】

[点击阅读](#)

佛曰：如实修行是真供养故。如果你们用心以佛菩萨为榜样修行的话，那就是真的修佛修心了，“如实”就是实实在在，没有半点虚假的用真心修，你就是真的在供养佛菩萨。你们学观世音菩萨救度众生，是不是在供养菩萨？你们学观世音菩萨讲经说法，让大家获益，改变自我，这是不是在供养佛菩萨？你们这种行为就是法布施，就是在供养佛菩萨。

## 【第 1.2 段原文】

我们要以佛法的布施心，来供养自己的如来心。今天不管碰到什么事情，你的心出来了就要像佛法，讲出来的要像佛，大圆满的大法施就是说，你的心中以圆满的大法施来法布施，所做的法施。你今天做任何的事情，最后的结果要最圆满，如果不能圆满，这个人实际上就不叫平等布施。很多人讲一句话讲得人家跳起来，做一个事情做得人家不开心，想一件事情把人家想得很坏，这个都是属于不圆满的。

## 【第 1.2 段延伸】 圆满与不圆满之间，自心先要圆满

摘录：《白话佛法七》第 46 篇【善心供养 不追悔】

[点击阅读](#)

你不能完全地虔诚，你就得不到圆满的大法施。你是在布施吗？对，但是不圆满。你是在念经吗？是，但你念经念得不好，不圆满。所以，我们所有做的法施、无畏施都要圆满，要尽量做得好一点。举个简单例子，一个蛋糕切得小小的，尽量每个人都能分到一点吃，那就是圆满。不圆满是什么？就是每份蛋糕切得太大，最后还有三个人没有吃到，人家说“没关系”，可自己心中总觉得亏欠了人家，感觉不圆满。在圆满和不圆满之间，自心先要圆满，你才能让

人家得到圆满。自己良心上都过不去的事情，你怎么能够让人家得到圆满呢？

### 【第 1.2 段延伸】 人间难得圆满，要用心来圆满

摘录 2019 年 9 月 5 日巴黎提问

问：我们碰到一些恶缘或者贪瞋痴慢疑的问题时，虽然我们表面没什么，也尽量用各种方法克制和对治，但是内心深处和六根上产生的觉受是自然产生的，这种内心微细的觉受是不是不要理它，随它自然生灭？比如说，我们帮助别人的时候，被人家骂，虽然心里难受，但是还会依然帮助别人，因为知道对方不了解，但是难受肯定会有点的，是否这种微细的觉受不要理它，让它自然生灭？

答：什么叫觉受？什么叫觉？觉了才能悟，所以叫觉悟。一个人没感觉，怎么会开悟？佛是什么？佛的梵文翻过来就是觉者，菩萨、佛就是觉者，他觉悟了。当你感觉到这个问题，你受了，你感觉到了，你接受它了，或者你享受它，或者你承受它，实际上就是叫觉受。当你去做这件事情的时候，你今天这件事情人为地去做得圆满，但是你的心并不是一定是圆满的。很多时候你的心是圆满，你想把这件事情做得圆满，当时你人所发出的那种觉受去感觉它，想去做得圆满，但是也不一定能够圆满，因为人间是不圆满的。只要你用

心去做，用圆满的心去做事情，虽然做出来不圆满，但是你心里是感觉到圆满的。这就是我回答你第一个问题，因为用心去做，你才能圆满；如果你只是行为上“我去答应他，我想把它做得圆满”，但是你的心还没有达到完全的智慧充满，你这个觉受，那是不舒服的，那是有欠缺的。心理学上讲，不成熟的思维在影响着你的内心世界。

### 【第 1.3 段原文】

真正的圆满是什么？就是平等心。佛法界说要把女士全部看成，像自己的母亲、姐妹一样，把老人全部看成自己的父母亲，把孩子看成自己的孩子，这个叫平等布施。这个人在人间就成为慈悲的人，能够把世界上一切的人，都看成像自己亲人一样来对待，我对待他像自己亲人一样，这个人就有智慧。

### 【第 2.1 段原文】

做的事情是平等布施，平等了，对每一个人布施，实际上就是平等对待了。你对每一个人都平等布施了，那你就达到了正等正觉。虽然你可能在境界上有一些布施，但是不一定达到正等正觉。你首先要把自己的心放正，什么叫正等正觉？正就是把心放正，等就是平

等，正的心来用平等心，正的心来觉悟，看明白，想明白。单位里人对你不好，家里人对你不好，你完全要用正能量来看别人，不要去恨他、不要去难过，大家在一起难免有磕磕碰碰，正念出来了。你觉得吃亏了，很正常，今天你觉得被他欺负了，你觉得很正常，因为我们都不是完人。正等正觉就是用正确的意念，正确的平等心，正确的觉悟心，这样就没有分别心了。

### 【1.3 和 2.1 延伸】 关于平等心

摘录：《白话讲佛法一》第 1 篇【学习佛法圆融的智慧】

[点击阅读](#)

人人平等：这个平等是建立在什么基础上非常重要。这世界上没有绝对平等的事。从外表上来讲很难做到人人平等。其实，这个平等是建立在原始心灵的基础上，用心来平衡的。平等心是要用后天的心理来调整和弥补，要学会用智慧来化解心理的障碍。比如：大到社会，有的人就很幸运，而有的人就很凄惨贫困潦倒。小到家庭，在一个家里，先生太太付出的少或多，这都是对平等心的考验。

## 【1.3 和 2.1 延伸】关于对平等心的理解

摘录 法会共修组提问

问：在修行中，有些义工认为平等心就是每个人都拥有一样的机会做功德。但实际上每个人的义工岗位和他个人的能力和因缘都分不开。请问师父，可不可以理解平等心并不是指外环境的平等，而是指内心里面对好与坏的平衡呢？

答：是有道理的。并不是某一件事情的平等。比方说，一个人生在有钱人家里和一个没钱人家里，生在一个父母亲身体很好的和生在一个爸爸妈妈身体都不好的家里，那概念是不一样。你说生出来怎么就不平等啊？只是说我们同样在人间，同样有修行的机会，同样在内心可以慈悲。你看，我们人生老病死都是平等的，再有钱的人也要生、老、死、病，对不对？所以这个平等是从内心来的，他讲的是对的。你们学《白话佛法》学的是对的，并不是做某一件事情平等，而是说你的内心要表示平等。比方说这个人残疾，你跟他一起，你没残疾，他残疾，但是你从心里很尊重他，你觉得他过去也是好的，他也不容易，你心里跟他平等，没把他当成残疾人看，这就叫平等。并不是说他脚残了，你也去把脚残了，我们两个一起来脚残，听得懂吗？不是这种平等啊。

## 【1.3 和 2.1 延伸】

菩萨救人平等，你做坏事就是自己打破平等心

摘录《白话佛法五》第 30 篇【读《心经》谈“色即是空，空即是色”】 [点击阅读](#)

菩萨在救人的时侯是先把你们全看成平等的。但是在具体操作当中如果你们做错了很多事情，你们求了菩萨之后还要做坏事，那对不起，这个平等心是你自己打破的，而不是菩萨打破的。菩萨要救人的时侯都是平等的。举个简单例子：师父今天救你们，把你们都看成平等的，都是好人。但是如果你们不尊重师父，不好好修行的话，实际上你们就是在打破平等心，你们就是在损害菩萨所讲的平等心。

## 【1.3 和 2.1 延伸】 供养菩萨和供养穷人一样吗？

摘录 shuohua20140103 01:02

女听众：《白话佛法》有一篇您讲到：供养一个穷人和供养佛菩萨是不是平等，是有不同讲法的，其实看你的发心是不是平等的。能请师父再开示一下吗？

台长答：供养一个菩萨和供养一个穷人当然是有不一样的果报的。举个简单例子：菩萨是救度众生的，你供养菩萨，你说菩萨是像，不能动的，但是你发行菩萨的书籍，是不是在供养菩萨？你让更多

的人学佛，是不是让更多的人离苦得乐？如果你只是去供养一个穷人，给他吃一点、用一点，他饱了，只不过是得到了一点温暖而已，他的思维、境界还是没有提升。他最后得到的是什么？一些善业、善报，没有在心中得到真正的解脱。而供养菩萨，是让更多的人精神上得到解脱。

在现实学佛人当中，你种的因和果是成正比的，现在你供养的是菩萨、学佛人，和供养一般的穷人是两个概念，得到的果报是不一样的。这个不是分别心的问题，因为都是一种慈悲心。这个分别心不是在于“今天我做不做这个功德，慈悲不慈悲”的问题，而是在于同样做一个功德，得到的功德大小不一样。心不要有分别，但是你做出来的行为，的确是有不同的果报的，那没有办法的。

### 【1.3 和 2.1 延伸】平等心供养

摘录：《白话佛法三》第 1 篇【用平等心，积福田，种因果】

[点击阅读](#)

接下来师父给你们讲，供养佛和供养穷人福分是不是一样的？有人说不一样，有人说一样。其实你们没有把这个事情分开看。如果你是佛心佛语，如果你修心修行到了一定境界后，再去供养佛和供养穷人是一样的。平等心就体现在这里。今天你拜观世音菩萨，你买了水果，和你给穷人买水果吃，你的心是平等的。在人间学佛，平

等心是很重要的。为什么很多人把小孩子都称为小菩萨？年龄大的人称为老菩萨？因为你不知道哪一天他们就修成了菩萨。难道他们还没有修成菩萨的时候，你就可以对他们不好吗？要用正思维来对待事情，而且福分是无量的。供养佛、供养菩萨和供养好人，福分都是很大的。

### 【1.3 和 2.1 延伸】 破除妄执得平等性智

摘录 baihuafafa171123

我们学佛、做人，不管是否在学佛上，意识是一个人修行的见解。我们很多人以法相为基础，就是看见别人一些粗浅的外表，包括一些浅显的内在，然后自己在意识当中形成了一种独特的见解。那么怎么样能够让这些见解转识成智呢？把自己的意识要转为智慧。平等性智，实际上我们是五蕴和合而成的身体，因为我们经常在心中有我执，所以就看不到其他人，有我执之后自己就会生起一种骄傲，有时候有自卑心，有时候要控制、面子、虚荣等等，这些虚妄都不能转为智，只有破除这些妄执，你才会得到平等性智。

## 【1.3 和 2.1 延伸】 众生心为己心

摘录《白话佛法十》第 9 篇【心空一切 何处惹尘埃】

[点击阅读](#)

要懂得让自己的心仁慈、忍耐，要用平等心去护持自己的心。你们懂得这句话的意思吗？因为当自己的心有不平的时候，觉得别人为什么能这样，而我不能这样做，你用平等心去想问题，例如他成功了，就跟我成功了一样，他今天好了，就跟我好了一样，你就不会难过了，你就拥有了平等心。你觉得他伤痛了，你也伤痛，那个时候你不会恨他，你也是拥有了平等心。实际上用这个心就会让众生平等，众生平等之后，你的心就不会乱，你觉得这都是很正常的，所以，你就会护持好你的心。这句话是什么意思你们听得懂吗？心里嫉妒人家难过啊，恨人家难过啊，那么你用平等心之后觉得人家就跟你一样，也蛮可怜的，这个时候你心里平衡了，平等心就是一种平衡自己的心态。

## 【1.3 和 2.1 延伸】 什么是分别心

摘录：《白话佛法九》第 8 篇【本性是修出来的】

[点击阅读](#)

分别心就是你看任何问题都去对比。有分别就会产生分别心。做人不要有分别心。分别心来自于我们人间的短暂的一种见解。看见人家好了，马上对人家好；看见人家不好了，马上对人家不好，这就叫分别心。

## 【1.3 和 2.1 延伸】 如何理解“不能有分别心”

Wenda20131129 41:52

女听众：怎样理解“不能有分别心”？比方说一个救了很多人的大好人和一个害了很多人的大坏人，虽然有前世的因果在里面，但是我们表现出来肯定是对好人更尊重，对他们的态度是不一样的，那么这个是不是也叫做“分别心”呢？

台长答：这个不叫“分别心”，你看到好人、看到坏人，那是正常心。只不过在度人的时候你不要有分别心，是这个概念。“平等心”是说：你在同样的人间，你具有平等的地位学佛，而不是说你在人间是平等的，人生出来就不是平等的。什么叫平等心？平等心是说如果今天你们坐在下面听佛法了，台长看出来你们是平等的，因为你们同样具有佛性，你们同样可以从一个平等的角度，一起来

学佛。就相当于一个老师，班级里 30 个同学，你们都是平等地在读书，但是有读出来的，有读不出来留级的，这个就是“不平等”了。为什么天上会有上等上品、上等中品、上等下品？为什么会有十八层地狱？为什么人生出来有的很苦，有的就好一点？前世人家做的功德这辈子受福报了，你说平等不平等？你看他生出来就这么有福气，人家上辈子吃了多少苦你怎么不讲？你说平等不平等？到了最后，还是平等的，因为因果丝毫不爽。

### 【1.3 和 2.1 延伸】

## 关于分别心和平等心；如何让自己有平等心

Shuohua20180119 04:01

台长答：分别心，就是你已经对很多东西在心里产生了一种不平衡。比方说，你仇富，看见人家有钱，你就产生分别心；或者你看见这个人老了，很讨厌，这也叫分别心；或者你今天看见这个人喜欢，看见那个人不喜欢，你同样去度他，你就产生分别心了。这些说明你的心理有障碍，这些就说明你这个人本身修得还不够好。修得好的人视众生平等，视世界上所有的上辈为自己的父母，同辈为自己的兄弟姐妹，小辈为自己的孩子，这样的爱才是大爱。分别心就是你对这个好，对那个不好（台长，要如何让自己有平等心？）你要

有平等心的话，你要慈悲。你看这个老妈妈也可怜，你看这个富翁也觉得他很可怜，因为他拥有的是人间的东西，他可能在精神上拥有的菩萨的东西就很少，所以你也要可怜。拥有慈悲心就消除你的不平等心了。

### 【1.3 和 2.1 延伸】平等心的尊重

摘录：卢台长 2019 年 11 月 8 日“新西兰世界佛友见面会”

平等心的尊重，绝不含有任何名利的色彩，也不受到任何身份、地位的影响。我们学佛人拥有最纯洁的平等心，就等于拥有了原始的本性。你尊重我、我尊重你，大家在一起，共同学佛，不管你是干什么工作，不管你今天是富裕还是贫穷，我们都有一颗学佛的平等心。对别人好，心宽一尺，路宽一丈，敞开心胸，善待众生。无论是你喜欢还是讨厌的人，无论这个人是你的朋友还是你的敌人，你要学会尊重他们，这就是菩提莲花，这就是一种慈悲的勇气，更是一种般若的智慧。

## 【1.3 和 2.1 延伸】如何克服分别心

Wenda20131124B 07:45

女听众：我觉得自己在与人接触的时候会产生一些分别心，有时觉得这个人这样做不对，那样做不对，看不惯一些人的做法。我应该如何去改变自己的心态，克服这个毛病呢？

台长答：很简单，说明你左也不是、右也不是。首先你的心境不平衡，做人要心理平衡。因为心里不圆满，所以你看什么事情都不圆满。为什么菩萨会觉得什么事情都比较圆满呢？因为菩萨看到了将来、未来，就知道这个事情是圆满的。比方说人在烦恼当中的时候，他看不到这个事情会过去。问他十年之后这个事情会成什么事情，他才会明白“噢，十年之后，说不定这个事情早就忘记了”，但是现在就是这么过不来。圆融就是看到未来、看到将来，所以菩萨的智慧为什么是圆融？就是看到了很远很远……

## 【第 2.2 段原文】

如果去除了分别心，这个人就拥有正等正觉之心，那么这个人才叫大智慧者，有大智慧的人才能摄受，摄受就是接受十法界的众生。

## 【第 3.1 段原文】

一个人气量很大，在家里能够原谅老婆、原谅老公，对自己的孩子，他都能摄受，对别人欺负他、占他便宜，他都能摄受，那么这个人是大智慧。要接受人家，能够接受人家的人都是气量很大的！

## 【第 2、3 段延伸】 关于摄受众生

摘录《白话佛法七》第 47 篇【自性才能自度】

[点击阅读](#)

有大智慧的人，才能摄受法界的众生。“摄”就是把它全部归拢，有大智慧的人，就能够包容人家，你骂我，你讲我不好，我都能包容，这就是大智慧。你对我好，我也是这样；你对我不好，我也是这样。不管你发生什么情况，我都是一样地对你好，那就是包容啊。

肮脏的水到了大海里，大海说：“包容它吧。”到了小河里，小河说：“不能进去，因为我们的水很干净。”大海为什么成为大海？你再肮脏的水，到了大海里，照样叫你变成蓝色，变成绿色，我可以融化你的肮脏，那才叫气量啊。

要记住，很多人跑到别人面前说：“我告诉你这个事情，你不要生

白话佛法广播讲座  
第 50 集【正信正念 身心圆满】 第 51 集【除妄除念 自性般若】

---

气。”人最大的毛病就是不打自招，他已经知道人家要生气了，为什么还要说呢？跟别人说“我今天不是挑拨离间”，你一定是挑拨离间了，菩萨的智慧都在那里放着呢。想一想，大智慧的人能够摄受法界众生，菩萨会说别人坏话吗？所有的缺点我都能包容你们，无所谓。这才叫慈悲胸怀。

## 4-7 段拓展延伸

### 【第 4.1 段原文】

要自性自度，是名真度。自性就是自己的本性，自己来度化自己的本性，要改变自己。自己的本性，自己来度化，是名真度。

### 【第 4.1 段延伸】 关于自性自度

摘录《白话佛法七》第 47 篇【自性才能自度】

[点击阅读](#)

自性才能自度，自己知道自己的本性，这个人才能自己度化自己。你连本性都找不到了，你怎么能够度化自己呢？自性自度，自明自度。就是自己明白自己的本性，自己来度自己，这个人是真的度自己，实际上自己知道了自己的毛病，自己再来度自己，让自己改正毛病，那你才是真正地在度自己。

## 【第 4.1 段延伸】关于自性自度

摘录：《白话佛法八》第 25 篇【理解真理 得人间法理】

[点击阅读](#)

自性自度，是名真度。自性自度是什么意思呢？就是自己看到自己的本性是佛，自己来度自己，那是真度啊。很多人做人学佛觉得很累，因为他不知道什么是对的，什么是错的。师父跟你们讲过很多次，要经常看看自己是不是有良心的人，如果你今天觉得自己很有良心，那你这个人就是有觉悟的人；如果你今天感觉不到什么是良心，我只管赚钱，我只要有名有利，那你就是没有开悟之人。

## 【第 4.1 段延伸】关于自性自度

摘录《白话佛法七》第 47 篇【自性才能自度】

[点击阅读](#)

迷妄众生，因为我们愚痴了，我们就会迷失方向，我们就会忘记很多事情，妄想就会开始产生，我们就是迷妄众生。我们要各己自度，在度自己的时候要自己度自己。很多人在度自己的时候，总爱找人家的毛病，师父讲给你们听，很多人为什么会吵架？当一个人在讲人家不好的时候，实际上，他说你不好，他有毛病，你要先听他说什么。如果他说对了，你就要改；如果说得不对，你就要戒之。人的毛病就是，刚听到人家说自己不好了，他马上不是要改变自己，而是要找出对方的毛病，说人家也是这样的，这就叫愚痴。每个人都要从自己做起。

## 【第 4.2 段原文】

一个人要觉悟：我们不能做坏事，不能去忌妒人家，没有意思的事情不要做……将心中的邪见、烦恼、愚痴，将正见度，用正确的方法来把它转化过来。一个人只要有正确的见解，正确的意念，他就会能够改变自己。

## 【第 5.1 段原文】

师父要你们学佛就是要改变自己所拥有的邪见和烦恼愚痴，正见度。“正见度”什么意思？用正确的方法来看这个事物，用正确的方法来把它转化过来，就是正法生成。“正法生成”是什么意思？正确的佛法生成在自己心里。有了正见，一个人讲什么事情、做什么事情，总是有正见，那么这个人不一样了，他不是普通人。你不管跟他说什么事情，你说“这个人很坏。”“哎呀你多原谅他吧，他也不是经常的，可能是偶然的吧”，好了，你开始使用了般若智慧。般若智慧开始了，就打破了自己的愚痴，就离开了迷妄众生。

## 【第 4、5 段延伸】什么是正见

摘录：《白话佛法八》第 40 篇【去除邪见破除虚妄】

[点击阅读](#)

学佛的正见很重要。正见是什么？就是什么事情都把人家往正的地方、往好的地方去想，这叫正见。学正见就是出世，因为你把人间看淡了，因为你知道这个人间不是我们的长久之地，因为这个人间所有的一切都是留不长、带不走的东西，是一个幻梦，是一个幻觉，所以我们明白了这些道理，我们要出世，修到自己的境界能够离开这个肮脏的世界。人间这么多的烦恼，这么多肮脏的事情，所以，只要离开肮脏、邪的东西，那么就是正见了。

## 【第 4、5 段延伸】克制自己劣根性最好的方法是转换

2018 年 10 月 13 日\_纽约\_提问

答：你有劣根性的话，你经常克制，克到后来就没了。比方说一个人看见太太天天怕，怕到后来那完全就怕了，对不对？最好的方法是转换。就是说我不是怕他，而是我懂道理，不去跟他纠缠，我明白学佛人不应该这么做，那你慢慢地就转换，心里把它化掉了，那么你这个劣根性就慢慢化掉了。明白了吗？（明白了）

## 【第4、5段延伸】转化心的方法

摘录：再谈“五蕴的转化”——摘录卢台长讲述于观音堂

[点击阅读](#)

不要靠近色受想行识“五蕴”来作为转化，今天看到这个东西好看，“我不看，我知道很好看，我想看，我就不看”，这不叫转化，这个会伤你的心；今天感受到无比痛苦，“我就不痛苦，我就不痛苦……”说着说着就哭了，你能不痛苦吗？没有提升到更高的境界。“我就不想，就不想，就不想”，你还是在想。很多人跪在菩萨面前说“我不要想不好的东西”，“啪”就跳出来了，控制不住的，人如果都能控制就成功了。就犹如所以很多人烧菜，台长说“你不要烧太咸”，他说“好好好，少放点盐”，刚放了一点点盐，又抓一把盐进去。习惯了，控制不住，改变心态也不是这么容易的。

我们要学会转化，不靠五蕴，而是靠自己意识的深层来转化，来解决人间问题。个人的气场，只要不靠五蕴去思维，个人的气场就会转。学会深层意识的转化，很多人婚姻失败了，深层意识的转化就是：①“反正双方都有责任，这个事情也是缘分，尽自己的心做好，实在做不好我也没办法”，继续深层意识的转化；②不要让自己太伤心，也不要给别人制造太伤心的事，这就是一种智慧的转换，很快把这件事情慢慢忘记，大家都不提，你就让智慧在萌芽，增长智慧。很多人说“你越来越聪明了”，就是智慧不断增长，越长越快。

## 【第 5.2 段原文】

“迷”来时“悟”度；“邪”来了“正”度；“愚”来了“智”度，愚痴来的时候，要智慧地去度它；“恶”来了要“善”度，这是非常好的几种方法。这样度众生“是名真度”。佛法里边经常用这些词叫“是名”，就是这个才称为真正地在度人，真正地在解决自己心中的烦恼。烦恼无尽誓愿断，想想看，从生出来一直到死，哪一天可以不烦恼？没有的。

## 【第 5.2 段延伸】 关于迷来悟度

摘录《白话佛法七》第 42 篇【觉真妄迷都不要】

[点击阅读](#)

要开悟，叫悟无所谓，迷来悟度，什么意思呢？开悟就是觉得没有什么要紧的东西了，我都无得了，我都无所谓了，叫悟无所谓。迷惑来了，你用开悟来把它度化掉，你搞不清楚了，你就想想，开悟应该是什么样啊？如果你想明白了，就叫开悟，对不对？这样才能顿断烦恼。举个简单例子，在单位里有忙不完的事情，像师父现在也是，办公桌上全部都是文件，不停地写啊、弄啊、批啊，忙不完的。顿悟是什么样啊？唉，你总归有个时间要回家吧？你总归有个时间要走吧？放下吧，把昨天的东西放在桌子上，灯一关，回家了，这就是顿悟。你们做生意的人，一看今天的生意好得不得了，拼命

地做、赚钱，没有时间回家了，顿悟就是：我今天总要回家休息的啊，我放下了，我就放下了。你们做生意的人公司里忙不完，店里忙不完，如果总想着：我把这点生意做完了再回家。你就永远忙不完，如果你放下了，也就放下了，第二天不是可以照样做吗？顿悟，咬咬牙，没了。

## 【第 5.2 段延伸】关于邪来正度

摘录《白话佛法八》第 25 篇【理解佛理 得人间法理】

[点击阅读](#)

要让自己心中的邪见、邪念、烦恼和愚痴全部要正见，就是去正确地见到它。举个简单例子，今天人家告诉你，邻居在造你家的谣，你一听，马上邪见了，不开心了。你怎么样让自己来正见呢？那么你首先就要想，邻居跟我无怨无仇，他为什么要造我的谣言？第二，会不会有人听错？第三，就算他造谣了，可能是因为我做了不如理不如法的事情，我也不会恨他，这样的话，你不就是正见了吗？如果你刚刚听到人家说你不好，你马上去吵架，去争吵，你就叫偏了，就叫邪迷了，所以，听人家讲话，一定要正，不要被迷住，听后马上发怒，你就叫邪迷。

## 【第 5.2 段延伸】关于愚来智度

摘录：《白话佛法七》第 47 篇【自性才能自度】

[点击阅读](#)

愚来智度，愚蠢来了，用智慧来度化。现在大家都去抢着买黄金海岸的房产，他们说一个星期只要付 50 澳元，这个房子就是你的了，愚痴吧？哪有 50 澳元就拥有一套房子的？你想一想，自己傻不傻？你用智慧想一想：50 澳元怎么可以买房子？这是不可能的。笑笑嘛就算了，这个财让人家去发吧，这样你就不会去愚痴了。

## 【第 6.1 段原文】

开智的人就会除去虚妄。有智慧的人，会为一点面子去跟人家争吗？一个人如果开智慧了，会去跟人家争：多吃一点、少吃一点、不开心？不会的。所以你的意念，你的妄想心，就慢慢地全部都会去除了干净了。我举个简单例子，比方说爸爸妈妈吵架，如果爸爸看出这个事情是虚妄的，他很快就不跟妈妈吵了。为什么？爸爸跟妈妈今天吵架，那是一点虚妄的事情。什么虚妄？首先是虚的，吵架就是因为两个人的概念不同，理念不同，并不是实质上的分别心。这样一来，意念当中就解脱了：这是为某一件事情，我老婆人还是很好的，我老公人挺好的。所以两个人不会本质上去纠缠不清，实际上这就去除虚妄心，那么意念开始转正。妄想心，有的人一吵架就想

着早点离婚了，每一次都跟他吵，每一次怎么样，虚妄心就来了。如果用正的念头来：吵架观点不一样，那很正常。这个人虚妄心没了，就不会去天天在脑子里，每一天都积少成多地都是要离婚、离婚。终有一天，一吵大架了，两个人就离婚了。

### 【第 6.1 段拓展】关于虚妄

摘录《白话佛法一》第 17 篇《幻化空身与虚妄意识》

[点击阅读](#)

虚妄，没有逻辑性地去追求，追求虚的东西。比如：没有钱，天天想中六合彩，这就叫虚妄。意识起了变化，走的就是一条不实之路，就会把你带进虚妄的世界。意识虚妄就是错解其意。如何知道自己是虚妄的？你要有这个境界才能知道自己的错，今天你学了佛法，你知道不应该赌博，不应该买股票……不应该靠这些东西来挣钱、发财，应该靠实实在在地工作挣钱，靠自己的双手去挣钱，而不应该投机取巧。这些在佛法里、相学里、易经里等等都属于偏财。偏财，不是正财，不是正财的东西只能是短暂的。如果没有达到一定境界就会认为我赌博、买股票等也是赚钱的一种方法。

## 【第 7.1 段原文】

要常能下心，其实就是放下你的心。我们很多学佛人很可怜，经念得很好，一会儿又生气了，经念得很好，一会儿又生气了——放不下这个心。有什么好生气？已经学佛了就学会吃亏，学佛就是要学会吃亏，吃亏就是便宜。师父弘法弘到现在，吃了多少亏。我真的吃亏吗？你们对我这么好，我吃亏吗？一个人要学会吃亏。我已经跟你们说了，一生当中吃两个东西，一个是吃苦。生出来就得吃苦，还有一辈子学会吃亏，成功了。很多人就不吃亏，“我吃什么亏？”“为什么我吃亏？”所以要“常能下心”

## 【第 7.1 段延伸】关于“常能下心”

摘录《白话佛法七》第 48 篇【离迷离觉常生智慧】

[点击阅读](#)

学佛人需自见性，需要自己见到自己的本性，要常能下心，经常能放下自己的心，把自己看得低一点，再低一点。我今天为你又怎么样呢？不要以为自己很高傲，我今天帮你添饭又怎么样？我今天帮你洗碗又怎么样？看看人家过去是四千人厂长，人家现在也帮你们小青年服务啊。不要以为自己很了不起，要把自己看小点，不要太看得起自己。

## 【第 7.2 段原文】

“行于真正，离迷离觉”，“行”就是行为、语言。行走在真正的离迷离觉，离开迷惑，离开幻知幻觉。小时候很生气，现在想起来不就像空的，像做梦一样，是不是幻觉？大家要离开过去的那种不开心的幻觉。“常生般若”，经常要生起自己心中的智慧。做一件事情有没有智慧，常生智慧才能除真除妄，除去你的真什么意思？就是把这个世界看得很真。除妄、妄念。“除真除妄”是佛法界一个很高的境界：不要把这个世界看得太真，也不要把这个世界看得整个虚妄的。因为说它完全虚妄的，它又真实地存在；说它完全是真的，实际上就活在虚妄当中，所以叫“除真除妄，即见佛性”，你就见到佛性了，即见佛性。

## 【第 7.2 段延伸】关于“离迷离觉”

摘录《白话佛法七》第 48 篇【离迷离觉常生智慧】

[点击阅读](#)

要行于真正的离迷离觉，我们走路要走在真正的离开迷惑、离开感觉。真正开悟的人，不但要离开你的迷惑，连你的感觉都要离开，你有什么感觉？没有感觉，“我”都没有了，还有什么感觉啊。人家骂你，你是什么感觉？没有感觉。我做点好事，人家表扬我了，没有感觉，这是我应该做的。我今天在家里，就是应该的，我就应

该做这点事情。我今天弘法，我度人了，是应该的，连你感觉自己很骄傲，感觉自己做了很多，连这个“觉”都不能有。

## 【第 7.2 段延伸】 关于“除真除妄”

摘录《白话佛法七》第 48 篇【离迷离觉常生智慧】

[点击阅读](#)

要除真除妄。“他是真心对我好啊”，他对你好，也就是这么一辈子，以后就没有了，结束了，不就是假的带不走吗？连真的东西都要除掉，因为这个“真”是人间的假合而生。过去人家对你好，不是真的吗？你们小时候在学校里要好得不得了的朋友呢？现在去哪里啊？所以，要除真除妄，即见佛性，你把这些人间东西都除掉，你就看見菩薩了。

## 【第 7.3 段原文】

“常念修行”，脑子里要经常念到的，“我是修行人，我要好好修心”。经常这么念，知道这是什么法吗？叫愿力法。因为经常觉得，我是修心人，“常念修行”，就出现了愿力法。这个人有愿力，不把自己当成一般人，不把自己当成一般俗气的人；你是有愿力之人，你是菩萨、未来的菩萨，所以有了愿力法，就不会做错事情。

## 【第 7.3 段延伸】关于“常念修行”

摘录：弟子开示《四净勤 四愿力》

[点击阅读](#)

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。就像是叫小朋友弹钢琴，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。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。