

点击查看视频

点击查看文字开示

佛学基本知识

— 六根、六尘 —

初学共修 第七期

点击查看视频

六根

眼、耳、鼻、舌、身、意

这些六贼会让我的佛性失去

佛学基础知识专题



初学共修 第七期

目录

- 六根不净的后果
- 如何去除六根意识、做到六根清淨
- 如何都摄六根
- 激发出自身佛性，六根才不受污染
- 六波罗蜜对应六根

佛学基础知识

六根不净的后果

我们如果不能出离六根

我们就会被六根缠绕

白话佛法9-5

初学共修 第七期

佛学基础知识- 六根不净的后果

人的烦恼 是从哪里来的？

初学共修 第七期

人的烦恼是从哪里来的？

第一，你眼睛看到的；第二，你耳朵听到的；第三，你鼻子闻到的；第四，你舌头能尝到的；第五，你身体能够接触到的；第六，你意识当中能够想到的事情。实际上这在佛法界称为“六根”。所以很多人说，这个人六根不净。师父给你们说，眼睛看到

人的烦恼是从哪里来的？

看不惯的事情，烦恼来了吧？耳朵听到人家讲你坏话的时候是不是起烦恼了？你鼻子闻到别人烧饭的怪味道是不是又起烦恼了？你舌头尝到了那种苦味，吃了不喜欢吃的东西，有没有烦恼？你身体接触到不该接触的物体，又有烦恼了吧？很多人从你身边

人的烦恼是从哪里来的？

走过，或者有什么味道，你有没有烦恼？
你意念当中想到一些不该想的事情，又
起烦恼了。想起这个不愿意看见的人，
又必须看见……这就叫六根不净。

白话佛法3-24

人的烦恼是从哪里来的？

想想看，你们今天的这些烦恼，再想想你们年轻时的那些烦恼，你们一个一个烦恼都走过来了，怎么现在还有烦恼呢？这就是你们的根没有干净，所以才会上是生非。因为你们的六根不净，你们才会不断地上是生非。

白话佛法3-44

佛学基础知识- 六根不净的后果

修心引入歧途
思维变成偏差

初学共修 第七期

佛学基础知识- 六根不净的后果

点击查看视频



要去掉他自己身上的六贼

初学共修 第七期

佛学基础知识- 六根不净的后果

形成业障 落入轮回

初学共修 第七期

形成业障，落入轮回

人因为过去这六根造业迷惑你身体的器官，你就一定会轮回，师父讲的是已经进入到你的意识当中的业障。比如，你只要做过一些坏事情，一般都能记住，不会忘记的。人家害你，你不会忘记，那么你害人家，你也不会忘记的，就是都进入到了你的意识当中，因为

形成业障，落入轮回

在你的潜意识当中，你过去所造的业，让你必须轮回。只有一种根性不受到轮回，那就是你的佛性，你的佛性是不受轮回的。如果你不想轮回，那你就要把自己身上很难解脱的眼、耳、鼻、舌、身、意让它慢慢地脱离你的意识，把它去除掉。不管在人间什么事情发

形成业障，落入轮回

生，犹如没看到，不要听，嘴巴不讲，身体不去做，
意识里根本没有什么事发生，这就是在脱离痛苦。

白话佛法2-10

形成业障，落入轮回

一个人如果能够控制住自己的六根，不接近六尘，然后欲望马上就没了，业力马上会消失，业力就没了，然后六道轮回在你这里也会消失，没了，因为你已经把什么都看空了，你不会轮回了，所以不生不灭的情景就出现了。

白话佛法11-41

佛学基础知识- 六根不净的后果

这些六贼会
让我的佛性失去

初学共修 第七期

佛学基础知识- 六根不净的后果

点击查看视频

什么事情都要想到

初学共修 第七期

这些六贼会让我的佛性失去

心实际上是无碍的，真正阻碍我们心的，是我们自己的六根六尘，是我们自己没有好好地把这个心安抚好，没有好好地把这个心和菩萨真正修心的境界合在一起。

白话佛法170409

佛学基础知识- 六根不净的后果

六根看世界，永远是眼耳鼻舌身意

佛性看世界，永远是知足、善良、慈悲和希望

心就是衡量你对这个世界看法和观念的基本点，六根看世界，永远是眼耳鼻舌身意，这个身幻就是你的幻觉，想一想，年轻时候多么有劲儿、多么有力量，现在都觉得很多东西在自己身上已经找不到、不存在了。

佛性看世界，永远是知足、善良、慈悲，和希望

180617布里斯本

初学共修 第七期

佛学基础知识

如何去除六根意识 做到六根清净

初学共修 第七期

佛学基础知识- 如何去除六根意识、做到六根清净

六根 慢慢脱离意识

初学共修 第七期

六根慢慢脱离意识

问：“六根慢慢脱离意识，把它去除掉”是什么意思？

答：慢慢地把意识脱离就是说，你眼睛看见好的，慢慢就脱离掉，不要觉得它是很好的；鼻子闻到很香的肉，不要觉得它很香；耳朵听见人家说不好的话，好

六根慢慢脱离意识

话不好话都不要去把它当回事；嘴巴脱离意识就是说，不要去感觉，“我该讲一定要讲，该骂一定要骂，该说一定要说”。那这样的话慢慢脱离意识，你就会去除六根。“意根”就是说脑子里想什么，明白吗？（

六根慢慢脱离意识

就是说不要把人间当成真的，可以这样解释吗？）
不要把人间当成真的，就是说把人间的一切都不要太当回事，太当成真的，因为人间一切都是假的嘛。
当然人家说的话，并不是指每件事情，你不把人家

佛学基础知识- 如何去除六根意识、做到六根清净

六根慢慢脱离意识

当回事，人家也不把你当回事啊。他是指泛泛地在大的问题上来讲，你把人间的事情不要看得太重。

wenda20151018A 41:49

初学共修 第七期

佛学基础知识- 如何去除六根意识、做到六根清净

六根清净的 标准是什么

初学共修 第七期

六根清净的标准是什么

修心修得不如理不如法就是六根不净，染着、有染尘，就是六根不净，有贪、瞋、痴、慢、疑的心理，那就是六根不净。什么标准啊？

众善奉行，诸恶莫作，六根就会慢慢地清净。眼、耳、

六根清净的标准是什么

鼻、舌、身、意，最难控制的是第六根。眼睛不要去看那些不该看的东西，鼻子不要去闻那些不该闻的东西，嘴巴不应该说的话不要去说，耳朵不应该听的不要去听。最难的就是意识，因为意识的犯罪照样可以

六根清净的标准是什么

造成你前面五根劣根性的爆发。所以脑子一不干净，你的嘴巴就会造业，身体就会造业，所以控制好你的第六根是很重要的。然后进行第七意识——末那识的分别意识，然后进入第八意识——阿赖耶识。阿赖

六根清净的标准是什么

耶识就是储存你已经辨别过的善和恶，分别在你心中造成的伤害和一些所得，然后进入第八意识储存。所以怎么样才会让自己变得六根很清净？什么标准？就是让佛性常住在你的心中，让魔性远离你的心中，这就叫佛性常住。 2018年5月18日新加坡法会共修组提问

佛学基础知识- 如何去除六根意识、做到六根清净

妙用这六根

初学共修 第七期

妙用这六根

但是如果你能够妙用这六根，实际上这六根都有神通的... 实际上这个神通哪里来的？是你的心念、意念来指挥你的六根。我有烦恼了，一转换就是菩提。菩提就是智慧，所以转烦恼为菩提。主要是说，你有了这个烦恼你才有这个资格来转它；如果你连这个烦恼境都没有，你就不知道怎么样来转成你的智慧。白话佛法3-24

佛学基础知识- 如何去除六根意识、做到六根清净

学佛人要学会六根清净，把自己的言行、思维和见解用菩萨的智慧慈悲来生活和修心，你就拥有了心中的法宝，你就是在修“觉正净”。

191020马来西亚

初学共修 第七期

佛学基础知识

世上一切均由心造，心生种种法生，心灭种种法灭

唯有都摄六根
才能不受人间尘埃染着

白话佛法5-27

初学共修 第七期

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

要都摄六根

就是要锁住自己的六根

初学共修 第七期

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

都摄六根=锁住六根

菩萨说，要都摄六根，就是说锁住自己的六根，六根就是眼、耳、鼻、舌、身、意，就是眼睛不要乱看，耳朵不要乱听，鼻子不要乱闻，舌头不要乱讲，身体要收敛，意念更要收住。。。

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

都摄六根=锁住六根

所以我们在念经的时候，要净念不断，久而久之，就能都摄六根。要学会净念长存，妄念全无。做人也是这样，我们今天一天能够保持干净的意念，没有不好的想法，把妄念全部抛开，实际上你就得到了三摩地，你就得到了菩萨的智慧。

白话佛法110327

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

都摄六根=锁住六根

你要把眼睛、耳朵、鼻子等六根封起来，不要用意念去想它，这样的话，你脑子里才会有净念，这个念是干净的念头。因为你脑子里空了，好的东西才会进去，因为你脑子里没有肮脏的东西了，你才会有干净的东西进去，所以，我们要都摄六根，就是管住自己的六根。另外，

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

都摄六根=锁住六根

我们要心无妄念啊，不要让自己的心有妄念，不要留有妄想的意念在心里。所以，当一个人念经的时候，还想着，我想做什么，我想发财，我想有钱，实际上，这些妄念一来，你的正念就没了，当你去除掉这些妄念之后，你的脑子里方为净念啊。所以，我们学佛要懂得六根清

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

都摄六根=锁住六根

净，我们要克制自己的妄想纷飞，我们要懂得都摄六根，实际上就是克制自己的六根，让它清净，让它干净。那么，念经怎样能够念到一心不乱和与佛三昧呢？这个就是学佛最主要的问题。台长今天跟大家讲的就是，首先要做到都摄六根，就是让自己的六根清净，不要去烦恼，

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不受染着

都摄六根=锁住六根

好好管住自己的耳朵、鼻子、眼睛，不该看的不要看，
不该说的不要说，不该听的不要听，不该想的不要去想，
去除妄念，都摄六根，这样才能做到一心不乱，与佛三
昧，你才能奔上西方极乐世界或四圣道。

白话佛法110814

初学共修 第七期

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

我们要用观心念法，有时候要用摄心念法，所以叫都摄六根。六根要干净。念佛时，心也就是意根，要想得清清楚楚。口叫舌根，要念得清清楚楚。耳根要听得清清楚楚。所以，眼睛就不会东张西望，鼻子也不会嗅出其他的气味，身体也不会懒惰懈怠，这就是都摄六根，是念经很重要的方法。让心能够静下来，让

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

耳朵不乱听，让心不乱想，让口念经时清清楚楚，嘴巴不要乱说话。都摄六根念经虽然不能够全无妄念，很多人念经时不能够完全抛弃杂念，但是必须努力把心安静下来，心中清静，就是说意念不要动，口中不要乱讲话，耳朵要听自己念经，要听得清清楚楚，只有净念，念经才会出效果。

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

如果我们很干净地在念经，如果我们能够一直坚持下去，
那我们的心自然可以归于一处了。因为我们念经时都摄六根，耳朵、意念、舌头虽然都很集中，但是意念可能会有百分之二十的散乱。如果我们今天念经还有百分之五十的不安定，如果继续坚持，从不间断，第二天可能就只有百分之四十的不安定，第三天就只

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

有百分之三十的不安定，到了最后，心就会归于一处了。我们学佛，就是学修心。如果我们的心的事情想得浅一点、简单一点，任何事情都不要去追根问底，我们的心就得到安定了。

广播讲座视频13

初学共修 第七期

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

成就无漏的功德

要懂得都摄六根，广修六度，就会成就无漏的功德。那些有能力做功德的人，要积极助力；没有能力做功德的人，要懂得随喜赞叹他人的功德。就是说，有力而为必须为，有力而为不为，你就是在犯罪。你今天能够有力量帮助别人，你却不帮助别人，你就是在犯罪，你就是有漏。今天人家在你边上摔跤了，你不去

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不受染着

成就无漏的功德

搀扶人家，你就不是菩萨。很多人可能有顾虑：“如果我去搀扶他了，万一他说是我把他摔倒的，他要告我怎么办呢？”师父问你们，如果有人在看世音菩萨身边摔倒了，观世音菩萨会怎么去做呢？不要顾及其它的，事情是讲得清楚的，人家告你又怎么样了？那

佛学基础知识- 唯有都摄六根，才不染着

成就无漏的功德

也说得清楚啊，你是个好人，你做的就是好事，
有力而为不为，你就是一个不好的人；
有力而为而作为，你就是有所作为。

白话佛法11-14

初学共修 第七期

佛学基础知识

激发出自身佛性
六根才不受污染

初学共修 第七期

佛学基础知识- 激发出佛性，六根才不会污染

自身的佛性，要把他激发出来，然后你的六根才不会受到污染，因为你的佛性修出来了，然后你就会知道，我这个眼睛不该看的不看，耳朵不该听的不听，嘴巴不应该讲的不讲，脑子不该想的不想，也就是你知道什么是好，什么是坏，什么该看该做，什么不该看不该做了。如果这些都搞不清楚的话，不要说去救人家，你连自度都做不到，怎样才能度人呢？

白话佛法2-12

佛学基础知识- 激发出佛性，六根才不会污染

如果在人间修一定要记住，是有考验的，
菩萨会给你一个考验。考验你，
是不让你的六根接触六尘有污染，
如果污染了，你就达不到菩萨的境界。

白话佛法2-12

初学共修 第七期

佛学基础知识- 激发出佛性，六根才不会污染

开悟就是把你的六根“眼、耳、鼻、舌、身、意”转成佛性。就是往你的佛性里转，佛法讲叫都摄六根。比如，当鼻子闻到不好的东西时，要用佛性去闻香的花。当眼睛看见不好的东西时，要用佛性去看，去看佛法，去看观世音菩萨的像等。当耳朵听到不好的声音时，提醒自己不要听，去听佛音等等，就是拼命地往你的性里想，即往本性里想。

佛学基础知识- 激发出佛性，六根才不会污染

开悟了之后会不会轮回？会轮回。为什么？因为当你开悟了，只不过是明白了这些道理，但还没有行，当然会轮回了。你的六根“眼、耳、鼻、舌、身、意”过去所造的业，难道不让你去轮回吗？你虽然明白道理了，但是你没有去改过，还没有去修正你的行为，只要做了恶事一定是要轮回的，不要以为自己明白了，开悟了，就行了，还是要到六道轮回的，因为你只是开悟，而不是

佛学基础知识- 激发出佛性，六根才不会污染

真正的证悟。你的眼、耳、鼻、舌、身、意在你的心里，在你的身上，所造的业障，就是一个活生生的你，而你还是存在这个宇宙空间里，虽然你开悟了，明白了很多道理，不应该造十恶业，但是你已经造业了，这些业障就会围绕着你，因果随着你，只要有你在，你就必须六道轮回。不想堕入六道轮回就多念经，多做功德，把自己身上的业障全部消除，把自身的贪瞋痴全部清除，要学会什么事情都随缘。

白话佛法2-9

初学共修 第七期

佛学基础知识

六波罗蜜对应六根

初学共修 第七期

佛学基础知识- 六波罗蜜对应六根

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

佛学基础知识- 六波罗蜜对应六根

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

高我慢，说坏话就不要去听。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

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

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。

点击查看视频

六尘

色、声、香、味、触、法

讓你在人間墮落的一個根

佛学基础知识专题



初学共修 第七期

目录

一 什么是六尘

一 如何克服六尘

佛学基础知识

什么是六尘

初学共修 第七期

佛学基础知识- 什么是六尘

六根，即眼、耳、鼻、舌、身、意。

六尘，即色、声、香、味、触、法。

人在这十二循环中不停地受苦，受难，
一直到老死。

白话佛法2-8

佛学基础知识- 什么是六尘

点击查看视频

佛学把我们的生命分成六个工具

初学共修 第七期

佛学基础知识- 什么是六尘

人有两个心，内心有个世界，外心也有个世界，外心是你看到的是五欲六尘的世界，很肮脏，贪啊，求啊，为名为利，要吃好的，要穿好的，什么都要好的，这一切都是你的外心世界。为什么文学上、佛学上都讲究一个内心世界呢？很多人表面上很快乐，住得好、穿得好、很有钱，但是他的内心世界非常地痛苦，内

佛学基础知识- 什么是六尘

心世界很痛苦是个什么概念呢？很多女人为了虚荣，在别人面前表现出自己什么都有，让小姐妹看了很羡慕，可是她自己回到家里见到老公就吵架、打骂，天天看着这些名牌的包包、衣服、汽车等，她的中心会痛苦，她的内心世界受到折磨，所以，修心主要修内。

白话佛法10-34

初学共修 第七期

佛学基础知识- 什么是六尘

佛性实际上是无始无终的，就是你最本性、最良心的佛性，是没有开始、也没有终结的，不生不灭，不增不减。你们说，你们的良心会增减吗？你们的良心不好只不过是被六尘所遮盖了，被六欲所蒙蔽，你们看不到自己的本性。

白话佛法6-32

初学共修 第七期

佛学基础知识- 什么是六尘

先修自身的心性，才能给别人有回旋的余地。自己先修自己的心性，也就是说，先修你的心和你的本性，本性是最里面的，而心是在外面的，人家说的良心是在里面的，而你的外心就是你被社会、被六尘、被六欲所染而产生的思维，那就是你外心的思维。所以很

佛学基础知识- 什么是六尘

多人的良心很恶，并不代表他的本性不好；有的人很凶，并不代表他没有良心，只是他没有把良心挖掘出来、发现出来。

白话佛法9-7

初学共修 第七期

佛学基础知识- 什么是六尘

一个人要懂得，人的意识如果有自己的心在里边了，那么色心、意识心，所以看见的东西已经带着你本身的一种理解性了。我们看这个有色世界就是这样的，因为你的六根不干净，你就会看到六尘。

Wenda20170806A 46:23

初学共修 第七期

佛学基础知识- 什么是六尘

人的劣根性在五欲六尘的社会中练就了贪瞋痴

因为现在在末法时期，人本身有劣根性，在五欲六尘的社会中练就了贪心、恨心、愚痴心。这种愚痴越来越厉害，就变成了怀疑，恨人家、诽谤人家、嫉妒人家，这种心都出来了。

Wenda20170707 30:53

佛学基础知识- 什么是六尘

人往往执着于一个虚幻的假我，看不破人生的苦空无常，在得失的欲望当中，人会产生哀伤喜乐，在五欲六尘当中，产生颠倒梦想。人对很多事情就是这样的：得不到了，他就乱想了；恨了，他也乱想；做错事情，他又乱想了，所以，一个人会产生颠倒梦想。

191109新西兰

佛学基础知识- 什么是六尘

有些弟子问师父：“师父，我身上有没有莲花？”你们不要问师父，你们问问自己就可以了。想一想你自己做的事情，看看自己有没有说谎？有没有欲望？你就会知道自己有没有莲花，因为莲花是最纯洁、最洁白、最干净的，只要有这些五欲六尘粘在了你的心上，你这朵莲花就基本上没有了。

讲述于观音堂2020-08-09

初学共修 第七期

佛学基础知识- 什么是六尘

沉沦在五欲六尘中，不严格制止，以后要下地狱

Wenda20141205 50:55

五欲六尘拖下去了，完了，你白修了，

这么多苦白吃了！

Wenda20161021 52:59

佛学基础知识- 什么是六尘

我们人很可怜，每天因为得不到而痛苦，因为贪欲而产生无穷的瞋恨和烦恼。我们的心被无明遮住了佛智，佛的智慧都没了，沉沦于五欲六尘而得不到解脱，所以要学佛，要修心，我们要破迷才能开悟，要找回自己的佛性，解脱自己才能更好地救度众生，一世修成。

190907巴黎

佛学基础知识- 什么是六尘

被五欲六尘缠绕，很容易在超脱六道后掉下来

答：真的...五欲六尘嘛，有贪念啊，莲花上不去的。

如果你有贪念，有欲望，对男女的事情有欲望，对

钱有欲望，你上不去的（如何在五欲六尘的世界中

清净无染？）天天学佛，天天念经，天天禅静，禅

坐，现在师父教你的禅定，不是叫你盘腿，坐在那

里念经就叫禅定，脑子没有杂念就叫禅定

Shuohua20170602 21:33

初学共修 第七期

佛学基础知识- 什么是六尘

如果在人间修一定要记住，是有考验的，菩萨
会给你一个考验。考验你，是不让你的六根接
触六尘有污染，如果污染了，你就达不到菩萨
的境界。 白话佛法2-12

佛学基础知识- 什么是六尘

让我们迷失的根源就是色、声、香、味、触、法，六根六尘是蒙蔽自性的罪魁祸首。学佛人不要去贪，贪是从哪里来的呢？你今天不到商场去看到好东西，你就不会去贪这个东西，对不对？你看见了就去想，想了你就出不来了，所以要控制好自已的眼、耳、鼻、舌、身、意。

161003台北

初学共修 第七期

佛学基础知识

如何克服六尘

初学共修 第七期

佛学基础知识- 如何克服六尘

人的一一生中如果没有信仰
没有佛法明灯的指引
在五欲六尘中就会迷失方向

18年11月11日墨尔本

初学共修 第七期

人要克服从众心理

从眼、耳、鼻、舌、身、意当中，拒绝受到外界五欲六尘的干扰和影响，否则很容易变成一棵墙头草，别人怎么说，你就怎么做。我们很多人一辈子活在别人的眼睛当中，活在别人的嘴巴当中，别人怎么说我了，别人怎么看我了，不得了了，最后方向都找不到。

2019年1月26日悉尼

要拥有一片心灵的净土

学佛人不能贪图世界上的一切，因为就算你拥有了这个世界上的一切，今后都会变成遗产。所以菩萨让我们要离相修心，要懂得观照自己，就是要时刻观照自己的良心，这样才能不执着地生活，自己才会内心自在，这就叫“自性自悟”。

2019年10月19日吉隆坡

佛学基础知识- 如何克服六尘

首先要在思维上端正自己的态度：什么叫干净，什么叫脏；什么样的钱可以用，什么样的钱不能用（对）然后，自己在生理上要学会克制。生理上要克制五欲六尘的话，少睡觉，就是实在困倦了，在椅子上躺一会儿，他不会思淫欲。
...坐在那里不睡觉的人，他不会想那种男女事情的。你们可以试试看，你一躺下来你就会想这些事情。然后，思想上要对这些东西产生厌恶感，觉得这个不是人做的事情，这

佛学基础知识- 如何克服六尘

是动物做的，太臭、太肮脏的东西，你会觉得非常恶心的...很难的，没有几个修得上去的，鼓励也没用，要靠自己真修，要靠自己真发心的。有的人真发心了，到最后也不行的（真发心到最后不行，什么原因？）后来他退转了，他真发心是开始的时候真发心，到后来退转了

Shuohua20170616 21:26

佛学基础知识- 如何克服六尘

每一天的欲望、每一天的难受

会让你陷入沉迷在不好的五欲六尘中；每一天

把自己的幸福定得低低的

你就很容易得到。

2019年5月9日新加坡

初学共修 第七期

不要把今天所受的苦当作因果

包括婚姻、经济上的、病痛，或者孩子不孝，
孤苦无依等你只要把它当成是因果引发的痛苦，
其实是一种好的，能够激励你找到佛性的源泉。

2018年10月12纽约

佛学基础知识- 如何克服六尘

不要用人身肉体 的意识看这个社会

否则你看不到真实的世界，而看到的
只是肮脏的五欲六尘的有色世界。

2018年6月17日布里斯本

初学共修 第七期

佛学基础知识- 如何克服六尘

达摩祖师禅语了悟：听心声，不听五欲六尘之声

你坐在观音堂念经的时候，安静吗？有声音吗？没声音。这个时候你嘴巴里在念经，你听得到声音吗？听不到自己声音的。听到的是什么？心声。达摩祖师的禅语就是告诉你，要听自己的心声，而不是听外面的五欲六尘之声（哦）你看，看出去都是幻觉的世界，幻化的世界，你看得到这个真实世界吗？

Wenda20171117 59:53

初学共修 第七期

佛学基础知识- 如何克服六尘

在五欲六尘中“收心”

“收心”很简单，你在人间五欲六尘，你今天想吃好的吧，收心；今天想住好的吧，收心；你想用好的吧，收心……过去很多我们的同修都是喜欢穿名牌的，那些女孩子爱打扮，现在穿得都是普通的，不爱打扮。正正规规、干干净净就可以了，那就是收心。不要去想太多，因为人生无常，你就是做得再伟大、再大的事情，这个世界是苦空无常的。

Wenda20151107 24/41

住心观净

就是把自自己的心要守住，看看自己干净不干净。因为我们的
心会不干净。怎么会不干净的呢？因为它经常沾染到六尘，
所以必须要经常看，这就叫“观”。如果自己看到自己身上
有不好的东西就要马上去除，这叫“观净”。“观净”就是
把它弄干净，把它清扫一下。白话佛法5-39

住心观净

学佛人要看内心，看自己，在佛学上就是观自己的佛性，就是观心。如果天天观照自己，心就不会被外在五欲六尘所染，才不会被自己难看的色相所迷惑，关照自己的人不会在乎外界的身外之物。我们觉得难堪，觉得自己没面子了，就是过多的看了、当心了外在之物。别人经济好、住得好、穿名牌，

住心观净

自己就心里不平衡，其实你拥有的他不一定拥有，
身外之物没有一样是有意义的，也没有必要去和他
比较，尊重自己的佛心，理直气壮地修心，一定能
活出一个活生生的自我佛性来。

2016年2月13日卢军宏台长澳门

若能打破六尘缘影则见真心

我们学佛，如果能够打破自己身上的
六尘肮脏的东西，这个缘影，
你就见到你的真心了。

白话佛法4-27

佛学基础知识- 如何克服六尘

学佛人境转而心不转，外面的五欲六尘
不能动摇我们的精进学佛之心，这就是

如如不动

2018年12月30日马来西亚

初学共修 第七期

佛学基础知识- 如何克服六尘

在五欲六尘中沉沦，心怎么能不随境转

我们天天在跟自己的私心作斗争，我们天天在跟贪欲作斗争，我们每天要逃出，要离开它，要出离。有时候被“抓”回去了，我们更痛苦，我们精神上被打击了，对不对？（对）但是你要不要离开啊？你有本事天天逃，你终有一天会逃出这些魔掌，否则你就会继续在这些魔掌里吃苦头，因为人的杂念贪、瞋、痴、慢、疑，就像一个魔一样，把

佛学基础知识- 如何克服六尘

你紧紧地扣住，你根本逃不出它们手心的，你只有用菩萨的力量（嗯）你要下狠心。很多人为什么能够解脱啊？法师为什么能解脱啊？他们没有父母亲？没有孩子？过去跟你不是不一样？所有想象的这些烦恼他们全都有啊！（对的）他们现在怎么没有了？（放下了）好了。那你放了吗？（我要放。我觉得特别忏悔，对不起师父，修得不好）很

佛学基础知识-如何克服六尘

多人天天被老公打，人家劝她“你放下吧”，还要回去被他打，天天打，又打又骂，像奴隶一样的。老公已经跟她说“你滚出去，不要在我身边”，那你借这个机会就“滚”出去了，她情愿再回去再被他打。你说你着急不着急？（是啊，有时候我们会受业力的牵引）
那么好了，这叫放不下（明白了）

Wenda20180727 14:25

初学共修 第七期

佛学基础知识- 如何克服六尘

佛陀说：让你放下的是六根六尘六识，你的手
虽然放下了，但是你的心还没有放下。所以现
我们现在活在世界上，表面想通了想开了，实际
上我们的心根本没有放下放开，仍旧不断刺伤
着我们的感情。真正学佛人要放下，要调整好
自己的心态。 2013年3月马来西亚

只能交好朋友

交好朋友都把你带上好的道，就是正能量，否则会被坏朋友拉入五欲六尘中，承受人间的轮回之苦。希望大家跟佛友之间多一点慈悲之情，你才能越来越精进。

2015年6月20日香港

佛学基础知识- 如何克服六尘

道心坚定就不会被别人五欲六尘的习气感染
不被对方的习气感染，就是你自己要坚强的“铜墙铁壁”，你的道心很坚强、意志很坚强、学佛心很坚强，你才不会变掉。很多人被人家一讲就不修了，这种人有什么好讲的了？修心不够啊！小夫妻刚刚结婚两年很容易离婚的，几十年下来了，这么容易离婚的？道理一样啊，坚持了，人家时间长了。

Wenda20160403A 57:31

初学共修 第七期

控制住六根，不接近六尘

然后欲望马上就没了，业力马上会消失，业力就没了，然后六道轮回在你这里也会消失，没了，因为你已经把什么都看空了，你不会轮回了，所以不生不灭的情景就出现了。白话佛法11-41

控制住六根，不接近六尘

我们在人间因为不明白、不知道，才会执著，才会记住我们的痛苦。我们没有智慧，我们才没有定力。我们不懂什么是解脱，我们就根本得不到快乐。当一个人在一件事情上，执著地不停地去追、去求，这个时候，他是沉浸在痛苦之中的。他只有把自己的心弄干净了，自己

控制住六根，不接近六尘

的意搞明白，也就是自净其意，做到自己每一个念头都很干净，“我今天做的事情是很干净的”，“我今天的意念不能有一丁点儿的垃圾”，“我今天要有智慧”，这样你才会懂得因缘、六根和六尘的关系。心好好的随缘，就是心有缘；六根要清净，你就会堵住你的六尘，不会被污染。 baihuafofa140410

佛学基础知识- 如何克服六尘

用定力克服五蕴六尘的烦恼障碍

你要控制住自己，不受这些灰尘的干扰。你的心不动，耳朵听到什么你都觉得像没听见一样，你没有这个定力啊；还有就是嘴巴，你不能说人家坏话。但是很多人憋不住说人家坏话。举一个简单例子：任何家庭主妇，要叫她不要去讲人坏话，她很难做到的。她在家里没事，一边做菜一边就骂了“这个人不好，那个人不好……”有时候叫“沉渣泛起”，把过去那些已经没话讲的她都会翻出来再讲“

佛学基础知识- 如何克服六尘

当时谁怎么样，其实他怎么样……这个人跟我在一起，实际上他怎么样……”，她就不停地翻出来讲，不就翻出来造业吗？（嗯，对）你有本事克制，那就是不受外界所染浊啊。基本上就是“眼耳鼻舌身意”，“身口意”，“贪瞋痴”，这些佛法讲的最基本的道理，一定要懂得。实际上菩萨已经总结得很深了，只不过每一个法师也好，像师父也好，对某一个事物的理解、解释当中有不同的深度

Wenda20131117A 07:49

心灵法门就是筑造 一个人间的心净世界

就是让人的心灵不受五欲六尘的污染，从而筑造一个心灵的净土世界。让我们学佛的人不烦恼、不忧郁、不痛苦、不嫉恨，天天和佛在一起，天天和慈悲在一起，我们才能在心中真正地筑造出一个极乐世界。2016年12月26日马来西亚

佛学基础知识- 如何克服六尘

只有跳出人我是非当中

只有无我，才能跳出五欲六尘，
才能真正了解自我、超脱自我。

2017年4月14日马来西亚

初学共修 第七期

佛学基础知识

点击查看视频

六根与六尘

初学共修 第七期

点击查看视频

看破六根与六尘

— 师父每日佛言佛语2021.04.18 —



初学共修 第七期

点击查看视频

管住六根六尘 (一)

— 师父每日佛言法语2021.05.16 —



初学共修 第七期

点击查看视频

远离六根六尘

——管住六根六尘（二）

— 师父每日佛言法语2021.05.17 —

初学共修 第七期

记忆加深

— 我们的“眼耳鼻舌身意”

接触到了外界的“色身香味触法”，

然后产生了分别心和执著心。

— 六根与六尘的呼应，不断地误导我们的灵魂

— 修心最重要的就是心态平衡。心态平衡才能从你的心灵修成慈悲心和忍辱心。

— 常观照，常思惟，才能去除人间的思维方式，去完成弘法的事业。

记忆加深

—都摄六根，自净其意
那是基础

—修心首先要管住六根，然后进一步管住自己的六尘

—佛法界讲“诸恶莫作，众善奉行，自净其意”，
实际上就是修心人走上佛道必须跨越的三大步。

用白话讲就是“停止作恶，普行善法，修心修行”

记忆加深

— 我们如果想真实地出离，首先就必须远离红尘，
远离六根六尘给自己带来的伤害。自身无伤害，
才能全心全意救度众生。

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



共xIU会议链接

我们将辅导师兄们从初学0基础学起

点击本页或扫码进入会议

会议号：260 463 2417

密码：1234



会议时间：每周日9点 | 北京时间

点击进入“课件”页面，第五行扫码入群

点击加入共修

点击查看更多内容

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！