

《解脱无明 远离烦恼》

恩师卢军宏台长讲述于观音堂2021-04-28

解脱是什么？解脱就是没烦恼。很多人经常听法师讲：“你要解脱，你要放下。”也有弟子和佛友问师父：“师父，什么叫解脱？什么叫放下？放下什么？”师父刚才说了，没烦恼就是解脱，想通了就是解脱。“放下”就是不去想

自己想不通的事情。因为你不去想，这个事情也存在，那么师父问你，你想了，这个事情在不在？也在。你解决得了吗？解决不了。既然解决不了，那么，你现在就先不要去想，可以吗？可以。等你念念经之后再来看，说不定这件事情就解决了，那你不就放下了？至少在你放下不去想的这段时间内，你

已经放下了，人很轻松了，你已经暂时得到解脱。

其实，佛法就是帮助我们解决生活上的难题和困难的。佛法真正的精神是什么？就是让你能够不被自己内心的烦恼所牵绊，不被自己内心的欲望所控制，不被人间的杂念所左右。所以，放下就是修

心，能够解脱就是有智慧。一个有智慧的人，就会想得通。没有智慧的人，怎么能想通？大家购物的时候，都经历过排队，很多人觉得排队排得太长，为了买一样东西，排队真的是很麻烦、很不开心。可是，有些人却认为：“大家跟我一样，都在排队，都在等候，为什么别人能够等在那里，我就不能等呢？”他一

想，想通了，就不烦恼了，这就是放下。师父跟大家讲，修行修到最后能自主烦恼，就是自己能控制自己的烦恼。烦恼来了，想不通、不开心了，要学会忘记，要让自己能够想通。比方说，今天车很堵，已经不可能准点上班了，你非常难过：“车堵成这样，那上班怎么办？”有智慧的人马上

给同事发个短信：“某某，对不起！今天我坐的车非常堵，现在堵在某某路上，请您代我跟组长讲一下。”结束了，他在车上就不着急了，这就是用智慧在解决烦恼。而那些急着想赶过去的人就会心烦，因为他没有智慧当机立断去除烦恼。很多人拼命地纠结着，还想用几分钟的时间赶

过去，就算还差五分钟，拼命地奔跑，等你跑进办公室后，全科室的人一看你跑着进来，都知道你迟到了。而那个发短信请假打招呼的人，可能慢悠悠地过了半个小时才进来，别人还以为他出去办事回来。这就是智慧，所以，人要学会放下，化烦恼为菩提。能够消除业障的人，就是有神通的人。

能够解决烦恼的人，你能说他没神通吗？你为什么没神通？因为你经常想不通，因为你有烦恼。他为什么能想通？他为什么能够解决问题？因为他有神通。“神”是什么？精神。“通”是什么？想通。一个人在精神上想得通，不就叫神通吗？希望你们好好地学佛，要懂得解脱业障，解脱烦恼，解

脱无明。解就是要解开、放开，脱就是脱离。脱离了烦恼，不就拥有了智慧吗？脱离了业障，不就拥有了功德吗？脱离了无明，不就拥有了般若？一个人拥有了般若智慧，才能正信正念地修行。当你一直正信正念地修行，修到一定的时候，你就会证得正等正觉的果位，正等正觉就是菩萨的境界。你

正信正念修到正等正觉后，
继续修、很努力地修，最后
你就会证得无上正等正觉，
也就是佛果。

修心很难，也很简单。
实际上，修心就是修的四无量心，让自己的心拥有慈悲喜舍，来控制好自己的心念，不断提升自己的境界。
你要慈善待人做事，要悲愍

众生。你要有欢喜心，看见谁都笑嘻嘻的，看见什么事情都乐呵呵地去做。舍就是布施，包括财布施、法布施和无畏布施。只要今天能够帮助别人，就去帮助别人，那你不就是在做菩萨的事吗？你不就是拥有四无量心吗？很多人说自己太自私了，成不了菩萨、成不了佛。其实，你

不是自私，而是不敢去攀登和战胜自己内心的私欲。如果你能够战胜自己内心的私欲，你就是拥有了四无量心。

学佛人心中要经常想着别人的痛苦，要多感受别人的苦难。把别人的苦和难当成自己的苦和难，就是菩萨的无缘大慈、同体大悲。当

别人痛苦的时候，你要在心里想着：“他很痛苦，我要帮助他解决问题。”行动上，你们要像师父学习，要去给别人力量克服困难。当别人有苦了，师父总是去告诉他：“你要坚持学佛，要相信观世音菩萨一定能救你的。”师父给他这么坚强的力量，让他有信心了，他就能活得很好。我们在帮助别人同时，还要生出欢喜

心。很多人去帮助别人时
候，会吓唬别人：“你看看，
你这是报应，你就是没好好
修，果报来了吧？你现在
生这种恶病，要更加努力
地去修。如果你不修，随
时会死掉的，菩萨也不动
因果。”这样去帮助别
人，你说说看，别人还活
得好吗？别人能够得救
吗？菩萨会这样做吗？

以上内容排版、处理等如有不如
理不如法的地方请南无大慈大悲
观世音菩萨和护法菩萨原谅！请
各位师兄原谅！