

29. Tulus Bertobat, Menghilangkan Pikiran Yang Mengganggu

“Kegelapan dalam ruangan selama ribuan tahun akan sirna oleh satu pelita” . Ketidaktahuan (wu ming) di dalam pikiran kita, ketidakpahaman dalam hati kita, bagai ruangan yang dibayangi kegelapan selama ribuan tahun, hanya perlu menyalakan satu pelita, maka semuanya akan menjadi terang. Di dalam kumpulan dongeng karangan Hans Christian Andersen, ada satu kisah yang berjudul {Gadis Penjual Korek Api}, setiap kali dia menyulut satu batang korek api, maka dia akan melihat kejadian-kejadian di masa lalu atau hal-hal di masa depan, setiap menyulut satu batang korek api, maka dia bisa melihat fenomena spiritual atau hal-hal di surga, namun ketika semua korek apinya sudah habis terbakar, maka tidak terlihat apa-apa lagi. Akan tetapi, yang kita perlukan bukanlah sebatang korek api, juga bukan sekotak korek api, yang kita perlukan adalah pelita abadi, dan pelita abadi ini hanya bisa dinyalakan oleh Pu Sa (Bodhisattva) untuk kita, karena

pelita ini tidak bisa dinyalakan dengan hanya mengandalkan kekuatan diri sendiri yang sangat lemah.

Karma buruk yang pernah dilakukan, harus disesali dengan tulus, melakukan karma buruk bagai berada di dalam ruangan gelap dan tidak kelihatan apa-apa. Tetapi pertobatan tulus Anda, bagai satu pelita terang, yang bisa menyenyapkan segala perbuatan buruk yang Anda lakukan di masa lalu. Tetapi harus bertobat dengan tulus, setelah menyesalinya dengan segenap hati, maka hati dan pikiran Anda baru bisa menjadi tenang dan bersih. Siapa yang tidak pernah melakukan kejahatan? Siapa yang tidak pernah melakukan kesalahan? Setiap orang pasti pernah melakukan kesalahan. Namun yang terpenting adalah mau bertobat, orang yang tidak mau bertobat, selamanya tidak akan bisa menemukan arah yang benar. Di dalam kehidupan kita ada satu perkataan yang berbunyi: “tidak akan berbalik sebelum menabrak dinding tembok selatan” . Berapa banyak orang yang sudah jelas-jelas melakukan kesalahan di dalam bahtera rumah tangganya

atau di dalam pekerjaannya, sudah jelas dia telah “menabrak tembok” , tetapi masih bersikeras maju ke depan, dia jelas-jelas tahu kalau melakukan hal ini pasti ada karma buruknya, namun tetap melakukannya; dia jelas-jelas tahu jika terus memanjakan anak, pasti akan menyesatkan mereka ke jalan yang salah, namun masih tetap memanjakannya, mengapa begitu? Ini karena adanya ketidaktahuan dan halangan dalam pikiran kita.

Master sering mengajarkan kalian, bagaimana membina diri dan menjaga kesehatan pikiran (kesehatan rohani), harus dengan membatasi keinginan, kalian harus berpikiran bersih dan berkeinginan sedikit, jangan mengejar ketenaran dan keuntungan. Hanya dengan memiliki hati yang tenang dan bersih, Anda baru bisa mengurangi nafsu keinginan, saat keinginan kita berkurang, hati kita akan menjadi damai dan bersih. Membina hati dan pikiran sangatlah sulit, hanya pada saat seseorang bisa menyelaraskan tubuh dan pikirannya, dia baru bisa berhasil. Ini seperti slogan yang sering kita dengar tentang sehat

jasmani dan rohani, yang diutamakan adalah jiwa atau pikiran, dan pikiran adalah yang terpenting di antara yang lain, sedangkan tubuh terbentuk oleh faktor-faktor luar, hanya ketika tubuh dan pikiran seseorang selaras, dia baru bisa memiliki tubuh yang sehat, serta menghasilkan kebijaksanaannya.

Jika kalian bertemu dengan orang yang berhati busuk dalam kehidupan ini, orang yang jahat sekali, maka apa yang seharusnya kita lakukan? Kita seharusnya menganggapnya sebagai “ujian” bagi diri kita, seharusnya kita berpikir bahwa orang ini datang untuk menguji saya, jadi pada saat Anda tahu bahwa dia adalah orang jahat, Anda tetap bisa mengendalikan diri untuk tidak bertengkar dengannya, tidak bertikai dengannya, dan menganggapnya sebagai orang baik, dengan begitu Anda baru bisa meningkatkan level pembinaan diri Anda. Apabila sepanjang hidup ini, Anda tidak pernah bertemu dengan orang-orang jahat, maka Anda tidak akan bisa mengembangkan diri sampai seperti sekarang. Sama

seperti dalam dunia kedokteran, jika tidak pernah menemukan bakteri ini, maka tidak akan bisa membuat imun ini. Jika bertemu dengan orang jahat, Anda harus berterima kasih kepadanya, karena dia membuat Anda mengerti bahwa di dunia ini masih ada orang yang jahat seperti dia, jadi jika lain kali Anda bertemu lagi dengan orang yang sama jahatnya, maka Anda tidak akan tertipu, oleh karena itu berterima kasihlah kepadanya, sebenarnya sama dengan belajar mengendalikan diri sendiri, belajar untuk bersabar dalam kesulitan. Menghadapi iblis, sesungguhnya juga merupakan suatu ujian, kalau Anda tidak pernah bertemu dengan iblis, maka tekad Anda tidak akan teguh, karena tanpa godaan iblis, maka Anda tidak akan memiliki tekad, oleh sebab itu menghadapi iblis juga merupakan sebuah ujian bagi Anda. Contohnya: sekarang kalian semua tahu pentingnya mendoakan arwah asing ke alam yang lebih baik, jika arwah salah satu anggota keluarga Anda meminta Xiao Fang Zi pada Anda, bukankah Anda seharusnya berterima kasih kepada mereka, karena jika bukan mereka yang datang meminta Xiao Fang Zi pada

Anda, maka karma buruk Anda tidak akan bisa terkikis, jika arwah asing yang ada pada tubuh Anda tidak bisa pergi, malah akan menyebabkan Anda sakit kepala di hari ini, atau sakit pinggang di hari esok, pokoknya selalu menimbulkan masalah-masalah lainnya yang mengusik Anda. Seperti: hari ini “dia” (arwah asing) membuat Anda terjatuh, Anda tahu ini adalah iblis yang mendatangi Anda, maka untuk menangkalnya, Anda perlu melafalkan Xiao Fang Zi untuknya, pahamiilah bahwa semua ini terjadi karena Anda tidak membina diri dengan baik sebelumnya, Anda masih belum melunasi hutang karma dari kehidupan sebelumnya, yang membuat Anda menerima balasannya di hari ini, dan pembalasan ini harus Anda tanggung sendiri. Seseorang yang bisa selalu merasa bersyukur akan mampu menangkis godaan dan menghilangkan karma buruknya.

Master pernah mengatakan, jika ada keinginan yang mengganggu di dalam pikiran kalian, berarti ada iblis di dalam hati kalian, iblis ini adalah pencuri, Anda yang menempatkan “pencuri” ini di dalam hati Anda,

membiarkannya mencuri hati Anda, mengapa dikatakan “mencuri hati” ? Karena dia menguras habis segala kebaikan di dalam diri Anda, pencuri ini setiap hari mencuri hati Anda, setiap hari membuat Anda bersedih dan merasa benci, membuat hati Anda tidak tenang. Coba kalian pikirkan, dari mana asal berbagai perasaan sedih dan ketidaknyamanan ini? Semuanya berasal dari dalam hati Anda sendiri, oleh karena itu kita harus mengusir pergi “pencuri” ini dari dalam hati kita, pencuri ini adalah khayalan Anda, setiap orang memiliki khayalan dan cara terbaik untuk menghilangkannya, adalah dengan mengacuhkannya, membangunkan pemikiran benar, asalkan ada pemikiran yang benar di dalam pikiran Anda, maka ilusi yang mengganggu ini akan berkurang, memiliki pemikiran yang benar adalah cara terbaik untuk menghapus pemikiran yang mengganggu.

zhēn xīn chàn huǐ xiāo chú wàng niàn
29、真心忏悔消除妄念

qiān nián àn shì yī dēng jí pò 。 wǒ men xīn zhōng
“ 千 年 暗 室 ， 一 灯 即 破 ” 。 我 们 心 中
de wú míng wǒ men xīn zhōng de bù míng bái yóu rú qiān nián
的 无 明 ， 我 们 心 中 的 不 明 白 ， 犹 如 千 年
àn shì zhǐ yào diǎn shàng yī zhǎn míng dēng quán bù kě yǐ
暗 室 ， 只 要 点 上 一 盏 明 灯 ， 全 部 可 以
zhào liàng zài ān tú shēng de tóng huà jí lǐ yǒu yī piān 《 卖
照 亮 。 在 安 徒 生 的 童 话 集 里 有 一 篇 《 卖
huǒ chái de xiǎo gū niang tā měi diǎn rán yī gēn huǒ chái jiù
火 柴 的 小 姑 娘 》， 她 每 点 燃 一 根 火 柴 ， 就
huì kàn dào yī xiē yǐ qián huò jiāng lái de dōng xi měi diǎn rán yī
会 看 到 一 些 以 前 或 将 来 的 东 西 ， 每 点 燃 一
gēn huǒ chái jiù huì kàn jiàn líng jiè de dōng xi huò kàn jiàn tiān
根 火 柴 ， 就 会 看 见 灵 界 的 东 西 或 看 见 天
shàng de dōng xi děng tā bǎ huǒ chái diǎn wán le jiù shén me
上 的 东 西 ， 等 她 把 火 柴 点 完 了 ， 就 什 么
dōng xi dōu kàn bù jiàn le ér wǒ men xū yào de bù shì yī gēn
东 西 都 看 不 见 了 。 而 我 们 需 要 的 不 是 一 根
huǒ chái yě bù shì yī hé huǒ chái wǒ men xū yào de shì yǒng
火 柴 ， 也 不 是 一 盒 火 柴 ， 我 们 需 要 的 是 永
jiǔ de míng dēng yǒng jiǔ de míng dēng shì kào pú sà gěi wǒ men
久 的 明 灯 ， 永 久 的 明 灯 是 靠 菩 萨 给 我 们
diǎn rán ér bù shì kào zì jǐ de wēi bó lì liàng néng diǎn rán de
点 燃 ， 而 不 是 靠 自 己 的 微 薄 力 量 能 点 燃 的 。

zào le è yè yào zhēn chéng chàn huǐ rú guǒ zào le è
造了恶业，要真诚忏悔，如果造了恶
yè yóu rú zài àn shì lǐ shén me dōu kàn bù jiàn yī yàng dàn
业，犹如在暗室里什么都看不见一样。但
shì nǐ zhēn chéng chàn huǐ yóu rú yī zhǎn míng dēng kě yǐ bǎ
是你真诚忏悔，犹如一盏明灯，可以把
nǐ guò qù suǒ zuò de hěnn duō è shì chàn huǐ diào dàn yī dìng yào
你过去所做的很多恶事忏悔掉。但一定要
zhēn chéng chàn huǐ zhēn chéng chàn huǐ zhī hòu nǐ de xīn jiù kāi
真诚忏悔，真诚忏悔之后你的心就开
shǐ qīng jìng le shuí méi yǒu zuò guò huài shì shuí méi yǒu zuò
始清净了。谁没有做过坏事？谁没有做
guò cuò shì zhǐ yào shì rén jiù huì zuò cuò shì dàn shì yào
过错事？只要是人，就会做错事。但是要
dǒng de chàn huǐ bù dǒng de chàn huǐ jiù yǒng yuǎn zhǎo bù
懂得忏悔，不懂得忏悔，就永远找不
dào fāng xiàng wǒ men shēng huó zhōng yǒu yī jù huà jiào
到方向。我们生活中有一句话叫：
bù zhuàng nán qiáng bù huí tóu duō shǎo rén zài hūn yīn
“不撞南墙不回头”。多少人在婚姻
shàng shì yè shàng míng míng zuò cuò le míng míng
上，事业上，明明做错了，明明
zhuàng qiáng le hái yào xiàng qián zǒu míng míng zhī dào zuò
撞墙了，还要向前走，明明知道做
zhè xiē shì qing huì yǒu yè zhàng fēi yào qù zuò míng míng zhī
这些事情会有业障，非要去，明明知
dào zì jǐ de hái zǐ rú guǒ zài zhè yàng chǒng xià qù zǎo wǎn
道自己的孩子，如果再这样宠下去，早晚

huì zǒu shàng xié lù , dàn hái yào jì xù chǒng tā , zhè shì wèi
会 走 上 邪 路 ， 但 还 要 继 续 宠 他 ， 这 是 为
shén me jiù shì yīn wèi xīn zhōng yǒu wú míng hé zhàng ài
什 么 ？ 就 是 因 为 心 中 有 无 明 和 障 碍 。

shī fu cháng jiāo nǐ men xiū shēn yǎng xīn , bì xū xiān guǎ
师 父 常 教 你 们 修 身 养 心 ， 必 须 先 寡
yù , yào qīng xīn guǎ yù , bù yào zhuī qiú míng lì zhǐ yǒu qīng
欲 ， 要 清 心 寡 欲 ， 不 要 追 求 名 利 。 只 有 清
xīn cái néng guǎ yù , yù wàng shǎo le , xīn jiù qīng jìng le xiū
心 才 能 寡 欲 ， 欲 望 少 了 ， 心 就 清 净 了 。 修
xīn zhēn de hěn nán , bǎ xīn hé tǐ xiū dào yī zhì , zhè ge rén cái
心 真 的 很 难 ， 把 心 和 体 修 到 一 致 ， 这 个 人 才
néng chéng gōng 。 jiù xiàng rén jiān cháng jiǎng shēn xīn jiàn
能 成 功 。 就 像 人 间 常 讲 身 心 健
kāng , xīn wéi shàng , xīn bǐ shén me dōu zhòng yào , ér shēn
康 ， 心 为 上 ， 心 比 什 么 都 重 要 ， 而 身
shì hòu tiān suǒ zào de , zhǐ yǒu shēn xīn yī zhì , cái néng jiàn
是 后 天 所 造 的 ， 只 有 身 心 一 致 ， 才 能 健
kāng , cái néng chǎn shēng zhì huì
康 ， 才 能 产 生 智 慧 。

rú guǒ nǐ men zài shēng huó zhōng yù dào è rén , zhè ge rén
如 果 你 们 在 生 活 中 遇 到 恶 人 ， 这 个 人
hěn huài , wǒ men yīng gāi zěn me bàn ? dāng shì wéi shì lái kǎo
很 坏 ， 我 们 应 该 怎 么 办 ？ 当 视 为 是 来 考

yàn wǒ de yīng gāi xiǎng zhè ge rén shì lái kǎo yàn wǒ de dāng
验我的，应该想这个人 是来考验我的，当
nǐ zhī dào zhè shì gè è rén de shí hou nǐ néng kòng zhì zì jǐ bù
你知道这是个恶人的时候，你能控制自己不
yǔ tā fā shēng máo dùn bù yǔ qí zhēng chǎo bǎ tā dāng
与他发生矛盾，不与其争吵，把他当
chéng hǎo rén zhè yàng cái huì tí gāo nǐ de xiū yǎng rú guǒ
成好人，这样才会提高你的修养。如果
yī bèi zi pèng bù dào è rén huài rén jiù bù huì yǒu zhè zhǒng
一辈子碰不到恶人、坏人，就不会有这种
xiū yǎng jiù xiàng yī xué jiè jiǎng de rú guǒ pèng bù dào zhè
修养。就像医学界讲的，如果碰不到这
zhǒng xì jūn jiù yán jiū bù chū zhè zhǒng kàng tǐ rú guǒ pèng
种细菌，就研究不出这种抗体。如果碰
dào huài rén nǐ yào gǎn xiè tā yīn wei tā ràng nǐ dǒng de shì
到坏人，你要感谢他，因为他让你懂得世
jiè shàng hái yǒu zhè zhǒng huài rén xià cì zài pèng dào lìng wài yǔ
界上还有这种坏人，下次再碰到另外与
tā yī yàng de huài rén shí nǐ jiù bù huì shàng dàng suǒ yǐ nǐ
他一样的坏人时，你就不会上当，所以你
yào gǎn xiè tā qí shí jiù shì yào xué huì kè zhì zì jǐ yào xué
要感谢他，其实就是要学会克制自己，要学
huì rěn rǔ yù dào mó yě shì yī zhǒng kǎo yàn rú guǒ nǐ
会忍辱。遇到魔，也是一种考验，如果你
cóng lái méi yǒu yù dào guò mó nǐ de shì yuàn jiù huì bù jiān
从来没有遇到过魔，你的誓愿就会不坚
dìng bù jiān gù yīn wei méi yǒu mó kǎo nǐ zhè ge rén jiù bù
定、不坚固，因为没有魔考，你这个人就不

huì xià dìng jué xīn qù gǎi xí xìng yīn cǐ pèng dào mó kě néng
会 下 定 决 心 去 改 习 性 ， 因 此 碰 到 魔 ， 可 能
duì nǐ shì yī zhǒng kǎo yàn bǐ rú xiàn zài nǐ men dōu zhī dào
对 你 是 一 种 考 验 。 比 如 ： 现 在 你 们 都 知 道
chāo dù rú guǒ jiā lǐ de wáng rén lái xiàng nǐ yào xiǎo fáng
超 度 ， 如 果 家 里 的 亡 人 来 向 你 要 “ 小 房
zi nǐ shì bu shì yīng gāi gǎn ēn tā men rú guǒ méi yǒu tā
子 ” ， 你 是 不 是 应 该 感 恩 他 们 ， 如 果 没 有 他
men lái xiàng nǐ yào xiǎo fáng zi nǐ de yè zhàng jiù xiāo
们 来 向 你 要 “ 小 房 子 ” ， 你 的 业 障 就 消
bù diào nǐ shēn shàng de líng xìng jiù chāo bù zǒu jīn tiān ràng
不 掉 ， 你 身 上 的 灵 性 就 超 不 走 ， 今 天 让
nǐ tóu tòng míng tiān ràng nǐ yāo tòng děng děng zǒng zhī ràng
你 头 痛 ， 明 天 让 你 腰 痛 等 等 ， 总 之 让
nǐ bù dé ān níng bǐ rú jīn tiān ràng nǐ shuāi yī jiāo nǐ
你 不 得 安 宁 。 比 如 ： 今 天 让 你 摔 一 跤 ， 你
zhī dào zhè shì mó lái le jiù yào dī fáng tā niàn xiǎo fáng
知 道 这 是 魔 来 了 ， 就 要 提 防 他 ， 念 “ 小 房
zi sòng gěi tā yào míng bái zhè shì yīn wei nǐ guò qù méi yǒu
子 ” 送 给 他 ， 要 明 白 这 是 因 为 你 过 去 没 有
hǎo hǎo xiū hái méi yǒu huán qīng guò qù shēng zhōng de yè
好 好 修 ， 还 没 有 还 清 过 去 生 中 的 业
zhàng suǒ yǐ cái yǒu jīn tiān zhè ge bào yìng ér qiě bào yìng shì
障 。 所 以 才 有 今 天 这 个 报 应 ， 而 且 报 应 是
yī dìng yào chéng dān de zhǐ yǒu yī gè cháng cún gǎn ēn xīn de
一 定 要 承 担 的 。 只 有 一 个 常 存 感 恩 心 的
rén cái néng qū chú xié mó hé è yè zhàng 。
人 才 能 驱 除 邪 魔 和 恶 业 障 。

shī fu céng jīng gěi nǐ men jiǎng guò , rú guǒ nǎo zi lǐ yǒu
师 父 曾 经 给 你 们 讲 过 ， 如 果 脑 子 里 有
wàng xiǎng , jiù shì xīn zhōng yǒu le mó , ér zhè ge mó jiù shì
妄 想 ， 就 是 心 中 有 了 魔 ， 而 这 个 魔 就 是
zéi , nǐ bǎ zhè ge zéi fàng zài le xīn lǐ , tōu nǐ de xīn , wèi
贼 ， 你 把 这 个 贼 放 在 了 心 里 ， 偷 你 的 心 ， 为
shén me jiào tōu xīn ? yīn wei bǎ nǐ shàn liáng de dōng xi quán dōu
什 么 叫 偷 心 ？ 因 为 把 你 善 良 的 东 西 全 都
tōu guāng le , zhè ge zéi , tiān tiān tōu nǐ de xīn , ràng nǐ tiān
偷 光 了 ， 这 个 贼 ， 天 天 偷 你 的 心 ， 让 你 天
tiān xīn lǐ nán guò a , hèn a , ràng nǐ tiān tiān xīn bù
天 心 里 难 过 啊 ， 恨 啊 ， 让 你 天 天 心 不
dìng , xīn bù níng . nǐ men xiǎng yi xiǎng rèn hé de nán guò hé
定 ， 心 不 宁 。 你 们 想 一 想 任 何 的 难 过 和
xīn lǐ de bù shū fu dōu shì cóng nǎ lǐ lái de ? dōu shì cóng zhè ge
心 里 的 不 舒 服 都 是 从 哪 里 来 的 ？ 都 是 从 这 个
xīn kāi shǐ de , suǒ yǐ nǐ men yào bǎ zì jǐ xīn zhōng de zhè
心 开 始 的 ， 所 以 你 们 要 把 自 己 心 中 的 这
ge zéi , chè dǐ chú diào , zhè ge zéi jiù shì nǐ men de wàng
个 “ 贼 ” 彻 底 除 掉 ， 这 个 贼 就 是 你 们 的 妄
xiǎng . měi gè rén dōu yǒu wàng xiǎng , qù chú wàng niàn de zuì
想 。 每 个 人 都 有 妄 想 ， 去 除 妄 念 的 最
hǎo fāng fǎ , shì bù yào lǐ tā , zhèng niàn tí qǐ , nǐ xīn
好 方 法 ， 是 不 要 理 它 ， 正 念 提 起 ， 你 心

zhōng zhǐ yào yǒu zhèng niàn nǐ de wàng niàn cái huì jiǎn
中 只 要 有 正 念 ， 你 的 妄 念 才 会 减

shǎo , zhèng niàn shì qù chú wàng niàn de zuì hǎo fāng fǎ
少 ， 正 念 是 去 除 妄 念 的 最 好 方 法 。