

38. Belajar Untuk Memiliki Kepekaan Terlebih Dahulu, Baru Bisa Memiliki Kesadaran

Seluruh perasaan (kemampuan untuk merasakan) yang dimiliki setelah roh atau jiwa menempati tubuh manusia disebut sebagai “hati awal” , yakni hati atau pikiran yang baru saja muncul di awal, dinamakan hati awal. Selanjutnya, sifat Kebuddhaan mulai berputar, setelah mulai berputar maka itu adalah permulaan. Perasaan awal pada mulanya terbagi dalam urutan: perasaan terhadap lingkungan luar, perasaan di dalam, dan insting atau firasat. Perasaan terhadap lingkungan luar, adalah perasaan kamu terhadap keadaan di luar; perasaan di dalam adalah perasaan dari jiwa kamu; sedangkan insting atau firasat langsung, adalah perasaan yang bisa langsung dirasakan oleh jiwa dan tubuhmu sendiri. Ketika orang lain berbicara kepadamu, atau melakukan suatu gerakan, bisa membuat kamu memiliki respon langsung, ini adalah firasat langsung. Ini sesuai dengan awal mulanya alam semesta kita, dengan kata

lain, saat perasaan terhadap keadaan di luar dan di dalam, ditambah dengan firasat langsung dari dirimu, ini relevan dengan awal mula alam semesta, yakni awal mula bumi ini, hati nurani sifat dasar seseorang saat sesuai dengan alam semesta ini, akan melahirkan suatu sifat dasar yang paling awal, yang pada akhirnya akan mencapai penerangan yang paling sempurna.

Master pernah mengatakan kepada kalian, harus memiliki perasaan atau kepekaan terlebih dahulu, baru bisa tersadarkan, ketika kamu tidak memiliki kepekaan apapun, maka selamanya kamu tidak akan bisa menyadari kebenaran yang sesungguhnya. Ketika kamu merasakan bahwa orang ini baik, kamu baru bisa menyadari bahwa ini adalah orang yang baik. Ketika kamu merasakan orang ini adalah orang jahat, maka pertama-tama harus merasakan dulu, baru kemudian tersadarkan, oleh karena itu disebut sebagai kesadaran. Sedangkan biasanya “rupa” seseorang, tidak bisa merasakan. Apa yang dirasakan orang-orang pada

umumnya disebut sebagai “rupa manusia” , sedangkan orang-orang pada umumnya tidak memiliki kepekaan. Orang yang memiliki rupa seperti apa yang tidak memiliki kepekaan? Contohnya, kita katakan bahwa setiap orang seharusnya menginginkan perdamaian, sedangkan di dunia ini setiap hari ada saja perang, menurut kalian apakah orang-orang ini memiliki kesadaran? Yang diinginkan oleh manusia adalah keharmonisan dan kerukunan, memperlakukan orang lain dengan baik, sedangkan ada sebagian orang yang selalu merasa jengkel sewaktu melihat orang lain, jika setiap hari mereka bersikap seperti ini, maka sifatnya akan berubah. Apabila setiap hari melakukan hal-hal yang tidak berarti, contoh, sudah tahu merokok tidak baik untuk paru-paru, namun masih saja terus merokok, ini namanya tidak memiliki kepekaan, oleh karena itu, orang-orang yang benar-benar memiliki kesadaran, baru bisa disebut sebagai orang “yang sudah tersadarkan” .

Hari ini saya akan membahas tentang Bodhisattva tingkat ketiga – prabhākarī bhumi, Master akan memberitahu kalian tentang tingkat kesadaran Bodhisattva Prabhakari terlebih dahulu, Bodhisattva tingkat ketiga disebut juga sebagai Prabhakari – yang cemerlang (sudah memahami segalanya). Prabhakari, “Seiring dengan tahap mendengar, merenungkan dan mempraktikkan Dharma, membuat penerapan Dharma muncul dengan sendirinya, maka dinamakan sebagai yang cemerlang – sudah memahami segalanya, dengan mengembangkan kebijaksanaannya untuk menentukan ketidakbenaran pikiran, dengan pendengaran dan perenungannya, meniadakan segala ketidaktahuannya, memenangkan jasa kebajikan yang luar biasa, mengembangkan paramitta kesabaran sebagai pendukung.”

Seiring dengan tahap mendengar, merenungkan dan mempraktikkan Dharma, yakni seiring dengan pengenalan kamu melalui penglihatan, pendengaran, penciuman, dan

lainnya, Bodhisattva tingkat ini akan merenungkan dengan seksama segala sesuatu yang terlihat olehNya, kemudian Ajaran Buddha Dharma akan muncul dengan sendirinya, lalu Dia akan memahami segalanya. Bodhisattva tingkat ketiga adalah mengenal-merasakan-mengetahui, yakni setelah mengenal, terlebih dahulu muncul perasaan, kalian mungkin akan bertanya kepada Master, bukankah kita seharusnya kosong? Mengapa masih harus merasakan? Kalian sudah salah paham, ini adalah tingkat kesadaran yang berbeda, “kosong” di sini merujuk pada meminta kalian dalam mempraktikkan Ajaran Buddha Dharma di dunia ini harus belajar untuk mengosongkan diri, sedangkan sekarang yang kita bahas adalah Bodhisattva tingkat ketiga. Seiring dengan tahap “mendengarkan, merenungkan dan mempraktikkan Dharma” akan memunculkan Dharma dengan sendirinya, dengan kata lain, ketika terlahir pemikiran yang benar dalam dirimu, maka kamu akan memahami bagaimana membenarkannya. Dengan kata lain, segala cara yang benar atau penyelesaian yang ada di dunia ini, semuanya bisa

menampilkan nilai-nilai Dharma dan diperbandingkan dengan Dharma, “dengan sendirinya” di sini berarti mengetahui apa yang baik dan apa yang buruk.

Bodhisattva tingkat ketiga mampu melihat segala kebaikan dan keburukan di dunia ini (Di sini bukan kebaikan dan kejahatan menurut pandangan secara duniawi, melainkan karena sudah memiliki dan menguasai prinsip kebijaksanaan Buddha), maka bisa segera muncul dan memahaminya, oleh karena itu disebut sebagai, “yang cemerlang – sudah memahami segalanya” . Kebijaksanaan menentukan ketidakbenaran pikiran, yakni kebijaksanaan bisa menentukan dan memahami pikiranmu. Yang dimaksud dengan “chi - kemunduran” di sini merujuk pada penyimpangan atau ketidakbenaran dalam pikiranmu, walau hanya ada sedikit saja, maka kebijaksanaan kamu bisa segera menentukan apakah itu benar atau tidak benar, ini seperti Bodhisattva mengetahui segala hal dan kebenaran di seluruh alam semesta ini.

Meniadakan segala ketidaktahuannya, “meniadakan” berarti melenyapkan segala hal yang tidak baik pada dirimu, Bodhisattva tingkat ketiga mampu melihat dengan melampaui atas segala hal di dunia ini melalui kebijaksanaan besar yang dimilikinya, dia sudah sepenuhnya memahami prinsip kebenaran di dalamnya. Ini membuktikan bahwa dia sudah memenangkan jasa kebajikan, “memenangkan” di sini berarti memiliki. Memenangkan jasa kebajikan, ini berarti kamu sudah memiliki seluruh jasa kebajikan, seperti ketika seseorang tidak memiliki hutang sama sekali, maka semua uang yang diperolehnya akan menjadi miliknya sendiri. Sewaktu kamu masih berhutang uang kepada orang lain, maka uang yang kamu peroleh terlebih dahulu harus digunakan untuk membayar hutang kepada orang lain, sedangkan kamu tidak bisa memilikinya.

Bodhisattva demi mencapai pencerahan, mengembangkan paramitta kesabaran sebagai pendukung, yakni demi mencapai penerangan sempurna dan agar bisa

meningkatkan kesadaran spiritualnya sendiri dan mampu bersabar serta bertahan menghadapi apapun.

“Pendukung” , di sini adalah memandang segala hal yang tidak baik sebagai suatu jodoh yang bisa mendukung kamu untuk maju atau mengembangkan diri. Walau orang lain memarahi kamu, dirimu tetap merasa senang, ini melatih kesabaranmu; meskipun orang lain memukulmu, dirimu juga tetap merasa senang, karena kamu sedang mengikis buah karma buruk, mengubah seluruh pemikiran diri sendiri terhadap hal apapun menjadi jodoh pendukung.

Semenjak saat ini, ketiga Bhumi Bodhisattva di depan ini, akan senantiasa membina samadhi Mahayana. Menyelamatkan kesadaran spiritual semua makhluk adalah tujuan pembinaan Ajaran Buddha Dharma Mahayana, karena ketiga Bhumi Bodhisattva (Bodhisattva Bhumi awal, Bhumi kedua, Bhumi ketiga) membina samadhi Mahayana. Samadhi adalah menghilangkan segala akar kebiasaan buruk berupa keraguan.

Ketika seseorang mampu menenangkan dirinya maka itu adalah konsentrasi meditatif Zen. Ketika mencapai konsentrasi meditatif Zen, maka dia mampu menghilangkan segala khayalan dan pemikiran yang mengganggu, namun ketika bermeditasi, apakah pikiranmu bisa kosong? Sangat sulit untuk bisa mengosongkan pikiran, sedangkan ketiga Bhumi Bodhisattva bahkan bisa mampu menghilangkan konsentrasi meditatif Zen.

Contoh, ada suatu hal yang membuat kamu merasa sangat sedih di dalam hatimu, namun dirimu memperingatkan diri sendiri supaya tidak bersedih, mengingat-ingat perkataan yang Master ajarkan, supaya bisa menenangkan pikiran sendiri, tenang, tenang, tenang ... namun sesungguhnya ketika kamu sedang menenangkan pikiran, karena masih tersimpan hal-hal ini di dalam otakmu, maka kamu tetap tidak bisa menenangkan diri. Seperti ada sebagian orang yang mengatakan, saya harus bersabar, saya harus bisa bersabar, namun sesungguhnya, orang yang

berpikir dalam hatinya untuk bersabar, malah semakin tidak bisa bersabar. Sedangkan orang yang benar-benar bisa bersabar, malah tanpa berpikir pun bisa bersabar, jangan sengaja mengontrolnya, namun harus bisa mengendalikannya dengan sendirinya, ini semua ditentukan oleh pembinaan dan pelatihan perilaku sehari-hari, pencapaian konsentrasi Zen yang sesungguhnya adalah ketiadaan konsentrasi Zen, karena semuanya adalah kosong.

Menghalangi terbentuknya balasan karma kelahiran dan kematian, menghalangi adalah halangan, rintangan, terbentuknya balasan karma kelahiran dan kematian, dengan kata lain keberadaan balasan karma kelahiran dan kematian bisa dihalangi, bisa dicegah, halangan untuk mencegah terbentuknya balasan karma kelahiran dan kematian, berarti tidak ada lagi buah karma kelahiran dan kematian. Buah karma kelahiran dan kematian itu normal, namun sekarang kita menambahkan kata “menghalangi” , berarti mencegahnya untuk terbentuk, menghilangkannya.

Memperoleh buah kesucian yang besar, berarti mendapatkan buah karma yang paling besar dan paling suci. Saat buah karma kelahiran dan kematian sudah tidak ada lagi, berarti sudah terbebas dari enam kekotoran duniawi, maka sebaliknya akan memperoleh buah kesucian besar. Setelah menghilangkan berbagai balasan karma buruk, meluruskan penyimpangan dalam pembinaan pemikiran dan perilaku yang benar, maka memperoleh suatu balasan karma yang paling suci, yakni buah kesucian besar.

Karena keterbatasan waktu, hari ini hanya bisa membahas tentang bagian awal tingkat kesadaran Bodhisattva Prabhakari, mengenai penjelasan lebih lanjut tentang Bodhisattva Prabhakari, akan kita lanjutkan di pertemuan berikutnya.

xué xí xiān yǒu jué cái néng zhī dào wù
38. 学习先有觉，才能知道悟

líng hún jìn rù le rén de qū qiào zhī hòu suǒ yǒu de gǎn zhī jiào
灵魂进入了人的躯壳之后所有的感知叫
chū fā xīn jí gāng gāng kāi shǐ de xīn jiào chū fā xīn fó xìng jiù
初发心，即刚刚开始的心叫初发心。佛性就
kāi shǐ yùn zhuǎn le kāi shǐ yùn zhuǎn zhī hòu jiù shì shǐ shǐ jué kāi
开始运转了，开始运转之后就是始。始觉开
shǐ yǒu jìng wài jué nèi jué hé zhí jué de dì dìng jìng wài jué jiù shì
始有境外觉、内觉和直觉的递定。境外觉就是
nǐ duì wài miàn de gǎn jué nèi jué jiù shì nǐ líng hún de gǎn
你对外面的感觉；内觉就是你灵魂的感觉
jué zhí jué jiù shì nǐ zì jǐ líng hún hé ròu tǐ zhí jiē néng gǎn shòu
觉；直觉就是你自己灵魂和肉体直接能感受
dào de chēng zhī wéi jué bié rén gěi nǐ jiǎng huà yí gè dòng zuò
到的称之为觉。别人给你讲话，一个动作
néng ràng nǐ yǒu yí gè zhí jiē de gǎn jué zhè ge jiù jiào zhí
能让你有一个直接的感觉，这个就叫直
jué xiāng yìng dào yǔ zhòu de běn chū jiù shì shuō dāng nǐ de jìng
觉。相应到宇宙的本初，就是说当你的境
wài jué hé nèi jué zài jiā shàng nǐ de gǎn jué zhèng jué xiāng yìng
外觉和内觉，再加上你的感觉正觉，相应
dào le yǔ zhòu de běn chū jiù shì zhè ge dì qiú de běn chū rén
到了宇宙的本初，就是这个地球的本初，人

de liáng xīn běn xìng shì hé zhè ge yǔ zhòu de shí hou jiù huì chǎn
的良心本性适合这个宇宙的时候，就会产
shēng yì zhǒng zuì yuán shǐ de běn xìng zuì hòu dá dào yuán mǎn wú
生一种最原始的本性，最后达到圆满无
shàng zhèng děng jué
上正等觉。

shī fu gěi nǐ men jiǎng guo yào xiān yǒu jué cái néng
师父给你们讲过要先有觉，才能
wù dāng nǐ bù jué de shí hou shì yǒng yuǎn wù bù chū dào lǐ de
悟，当你不觉的时候，是永远悟不出道理的。
dāng nǐ gǎn jué dào zhè ge rén hǎo nǐ cái wù chū zhè shì yí gè hǎo
当你感觉到这个人好，你才悟出这是一个好
rén dāng nǐ gǎn jué zhè ge rén shì huài rén de shí hou shì xiān
人。当你感觉这个人是坏人的时候，是先
jué ér hòu zài wù suǒ yǐ jiào jué wù ér yì bān de rén zhī
觉，而后再悟，所以叫觉悟。而一般的人之
xiàng shì bù jué yì bān de rén suǒ gǎn jué de dōng xi jiào rén
相，是不觉。一般的人所感觉的东西叫人
xiàng ér yì bān de rén shì bù jué shén me xiàng de rén shì bù jué
相，而一般的人是不觉。什么相的人是不觉
wù ne lì rú wǒ men shuō rén dōu yào zhuī qiú hé píng ér shì
悟呢？例如，我们说人都要追求和平，而世
jiè shàng tiān tiān dōu yǒu dǎ zhàng nǐ men shuō zhè xiē rén jué wù
界上天天都有打仗，你们说这些人觉悟

ma rén zhuī qiú de shì hé āi kě qīn yào yǐ shàn dài rén yǒu xiē
吗？人追求的是和蔼可亲，要以善待人，有些
rén kàn jiàn rén jiù tǎo yàn rú guǒ tiān tiān zhè yàng zuò rén rén jiù
人看见人就讨厌，如果天天这样做人，人就
huì biàn rú guǒ tiān tiān qù zuò nà xiē méi yǒu yì yì de shì
会变。如果天天去做那些没有意义的事
qing zhī dào chōu yān duì fèi bù hǎo hái yào pīn mìng chōu zhè
情，知道抽烟对肺不好，还要拼命抽，这
jiào bù jué suǒ yǐ zhēn zhèng yǒu jué wù de rén cái chēng de
叫不觉，所以真正有觉悟的人，才称得
shàng shì jué wù zhě
上是觉悟者。

jīn tiān gěi dà jiā jiǎng sān dì pú sà shī fu xiān bǎ sān dì pú sà
今天给大家讲三地菩萨，师父先把三地菩萨
de jìng jiè gào su dà jiā sān dì pú sà yě jiào míng dì míng dì
的境界告诉大家，三地菩萨也叫明地。明地，
suí wén sī xiū zhào fǎ xiǎn xiàn gù míng míng dì yǐ jiā xíng
“随闻思修照法显现，故名明地，以加行
zhì duàn xīn chí kǔ wén sī xiū wàng shī wú míng jìn zhèng shèng liú
智断心迟苦闻思修忘失无明尽，证胜流
gōng dé rěn bō luó mì wéi zēng shàng
功德忍波罗蜜为增上”。

suí wén sī xiū shì suí zhe nǐ de jiàn wén ěr wén bí wén
随 闻 思 修 ， 是 随 着 你 的 见 闻 、 耳 闻 、 鼻 闻
děng děng cǐ dì pú sà shì zhǐ yào kàn jiàn shén me dōng xi jiù huì
等 等 ， 此 地 菩 萨 是 只 要 看 见 什 么 东 西 就 会
sī kǎo rán hòu fó fǎ zì rán xiǎn xiàn rán hòu shén me dōu míng
思 考 ， 然 后 佛 法 自 然 显 现 ， 然 后 什 么 都 明
bái le sān dì pú sà shì wén jué zhī shì wén hòu xiān huì gǎn
白 了 。 三 地 菩 萨 是 闻 觉 知 ， 是 闻 后 先 会 感
jué nǐ men kě néng huì wèn shī fu bú shì yào kōng ma hái yào qù
觉 ， 你 们 可 能 会 问 师 父 不 是 要 空 吗 ？ 还 要 去
gǎn jué ma nǐ men gǎo cuò le zhè shì jìng jiè bù yí yàng zhè
感 觉 吗 ？ 你 们 搞 错 了 ， 这 是 境 界 不 一 样 ， 这
ge kōng shì zhǐ zài rén jiān xué fó ràng nǐ men kōng ér xiàn zài gěi
个 空 是 指 在 人 间 学 佛 让 你 们 空 ， 而 现 在 给
nǐ men jiǎng de shì sān dì pú sà suí wén sī xiū zhào fǎ xiǎn
你 们 讲 的 是 三 地 菩 萨 。 随 闻 思 修 照 法 显
xiàn jiù shì dāng nǐ de zhèng sī wéi chǎn shēng le zhī hòu míng
现 ， 就 是 当 你 的 正 思 维 产 生 了 之 后 ， 明
bái rú hé xiū zhèng jiù shì bǎ rén jiān de yí qiè suǒ yǒu de shàn
白 如 何 修 正 。 就 是 把 人 间 的 一 切 所 有 的 善
fǎ zuò fǎ quán bù dōu kě yǐ xiǎn xiàn hé duì zhào zì rán jiù
法 、 做 法 ， 全 部 都 可 以 显 现 和 对 照 ， 自 然 就
zhī dào shén me shì hǎo shén me shì huài le
知 道 什 么 是 好 ， 什 么 是 坏 了 。

sān dì pú sà kě yǐ kàn chū rén jiān de yí qiē hǎo hé huài zhè
三地菩萨可以看出人间的一切好和坏 (这
bú shì zhǐ rén jiān rèn wéi de hǎo huài ér shì shàng shēng dào yòng fó
不是指人间认为的好坏，而是上升到用佛
zhì huì de lǐ niàn huì lì kè xiǎn xiàn chū lái hé míng bai gù
智慧的理念)，会立刻显现出来和明白，故
míng míng dì zhì duàn xīn chí ràng zhì huì néng gòu pàn duàn hé lǐ
名明地。智断心迟，让智慧能够判断和理
jiě nǐ de xīn chí zài zhè lǐ jiǎng de shì xīn dì shāo yǒu yī diǎn
解你的心。“迟”在这里讲的是心地稍有一点
bù zhèng nǐ de zhì huì huì lì kè duàn dìng nǐ xīn zhōng de zhèng hé
不正，你的智慧会立刻断定你心中的正和
bù zhèng yě jiù shì yǔ zhòu kōng jiān rèn hé shì qing hé dào lǐ pú sà
不正，也就是宇宙空间任何事情和道理菩萨
dōu zhī dào
都知道。

xiū wàng shī wú míng jìn xiū wàng jiù shì xiū diào nǐ suǒ yǒu bú
修忘失无明尽，修忘就是修掉你所有不
hǎo de shì qing sān dì pú sà kě yǐ bǎ rén jiān de suǒ yǒu de dōng
好的事情，三地菩萨可以把人间的所有的东
xi jīng guò tā de dà zhì huì quán bù kàn chuān wán quán míng
西，经过他的大智慧，全部看穿，完全明
bai dào lǐ zhèng míng yǐ jīng shèng yǒu de gōng dé shèng
白道理。证明已经胜有的功德，“胜”

zài zhè lǐ shì zhǐ yōng yǒu de yì sī zhèng shèng liú gōng dé jiù shì
在这里是指 拥 有的意思。 证 胜 流 功 德 ， 就 是
nǐ de gōng dé quán bù yǒu le jiù xiàng yí gè rén méi yǒu qiàn zhài
你 的 功 德 全 部 有 了 ， 就 像 一 个 人 没 有 欠 债
de shí hou zhèng lái de qián quán bù dōu shì zì jǐ suǒ yōng yǒu
的 时 候 ， 挣 来 的 钱 全 部 都 是 自 己 所 拥 有 。
dāng nǐ qiàn rén jiā qián de shí hou nǐ zhuàn lái de qián yào xiān
当 你 欠 人 家 钱 的 时 候 ， 你 赚 来 的 钱 要 先
huán gěi rén jiā ér nǐ bù néng yōng yǒu
还 给 人 家 ， 而 你 不 能 拥 有 。

pú sà wèi le rěn bō luó mì wéi zēng shàng jiù shì wèi le dào dá
菩 萨 为 了 忍 波 罗 蜜 为 增 上 ， 就 是 为 了 到 达
bǐ àn wèi le néng gòu tí shēng jìng jiè shén me dōu kě yǐ rěn
彼 岸 ， 为 了 能 够 提 升 境 界 ， 什 么 都 可 以 忍
nài zēng shàng jiù shì bǎ rèn hé bù hǎo de dōng xi dōu kàn
耐 。 “ 增 上 ” 就 是 把 任 何 不 好 的 东 西 ， 都 看
chéng shì yí zhǒng zēng jìn nǐ shàng jìn de yuán fèn rén jiā mà
成 是 一 种 增 进 你 上 进 的 缘 分 。 人 家 骂
nǐ nǐ hěn kāi xīn duàn liàn nǐ de nài xīn rén jiā dǎ nǐ nǐ
你 ， 你 很 开 心 ， 锻 炼 你 的 耐 心 ； 人 家 打 你 ， 你
yě hěn kāi xīn shì zài xiāo niè zhàng bǎ zì jǐ de sī wéi quán fāng wèi
也 很 开 心 是 在 消 孽 障 ， 把 自 己 的 思 维 全 方 位
de zhuǎn biàn chéng zēng shàng yuán
地 转 变 成 增 上 缘 。

zì cǐ yǐ qián sān dì zǒng xiū dà chéng sān mó tí jiù dù
自此以前三地，总修大乘三摩提。救度
zhòng shēng jiù shì xiū dà chéng fó fǎ yīn wèi qián sān dì pú
众生就是修大乘佛法，因为前三地菩
sà chū dì èr dì sān dì shì xiū dà chéng de sān mó
萨（初地，二地，三地）是修大乘的三摩
tí sān mó tí shì duàn chǎn tí bú xìn xí qì
提。三摩提是断阐提不信习气。

yí gè rén néng dìng xià lái jiù shì chán dìng jiù shì zài chán dìng
一个人能定下来就是禅定。就是在禅定
de shí hou bǎ suǒ yǒu de wàng niàn zá niàn dōu yào qù diào
的时候，把所有的妄念、杂念都要去掉，
dàn shì zài zuò chán de shí hou nǐ de nǎo zi néng bu néng kōng shì
但是在坐禅的时候你的脑子能不能空？是
hěn nán zuò dào kōng de ér qián sān dì pú sà bǎ chán dìng dōu
很难做到空的，而前三地菩萨，把禅定都
yào duàn diào
要断掉。

bǐ rú nǐ xīn li yǒu yí jiàn hěn nán guò de shì qing zì jǐ
比如，你心里有一件很难过的事情，自己
gào jiè zì jǐ bú yào nán guò xiǎng xiǎng shī fu jiāo wǒ de
告诫自己不要难过，想想师父教我的
huà ràng zì jǐ de xīn dìng xià lái dìng dìng dìng shí jì
话，让自己的心定下来，定，定，定.....实际

shang nǐ zài dìng de shí hou yīn wèi nǎo zi li yǒu zhè xiē shì
上 你 在 定 的 时 候 ， 因 为 脑 子 里 有 这 些 事
qing nǐ cái bù néng dìng xià lái jiù xiàng yǒu xiē rén shuō wǒ yào
情 ， 你 才 不 能 定 下 来 。 就 像 有 些 人 说 我 要
rěn nài wǒ yào rěn nài qí shí xīn li yuè xiǎng rěn nài de
忍 耐 ， 我 要 忍 耐 ， 其 实 ， 心 里 越 想 忍 耐 的
rén shì yuè bù néng rěn nài de zhēn zhèng néng rěn nài de
人 ， 是 越 不 能 忍 耐 的 。 真 正 能 忍 耐 的
rén bú yòng xiǎng jiù néng rěn nài xià lái bú yào kè zhì zì
人 ， 不 用 想 ， 就 能 忍 耐 下 来 ， 不 要 克 制 ， 自
rán jiù néng kè zhì zhè shì píng shí xiū liàn suǒ wéi zhēn zhèng de
然 就 能 克 制 ， 这 是 平 时 修 炼 所 为 ， 真 正 的
chán dìng shì lián chán dìng dōu bú yào dōu shì kōng de
禅 定 是 连 禅 定 都 不 要 ， 都 是 空 的 。

zhàng fāng biàn shēng sǐ guǒ bào zhàng jiù shì zhàng ài zǔ
障 方 便 生 死 果 报 ， 障 就 是 障 碍 、 阻
ài fāng biàn shēng sǐ guǒ bào jiù shì yǒu shēng sǐ guǒ
碍 ， 方 便 生 死 果 报 就 是 有 生 死 果
bào zhàng shēng sǐ guǒ bào jiù shì zǔ ài zhù zhàng ài zhù
报 ， 障 生 死 果 报 ， 就 是 阻 碍 住 ， 障 碍 住
shēng sǐ guǒ bào jiù shì méi yǒu shēng sǐ guǒ bào le shēng sǐ
生 死 果 报 ， 就 是 没 有 生 死 果 报 了 。 生 死
guǒ bào shì zhèng cháng de xiàn zài zài qián miàn jiā yī
果 报 是 正 常 的 ， 现 在 在 前 面 加 一

gè zhàng zì jiù shì bǎ tā dǔ zhù le méi yǒu le dé dà
个 “ 障 ” 字 ， 就是把它堵住了 ， 没有了 。 得大
jìng guǒ yě jiù shì dé zuì dà de gān jìng de guǒ bào zhè ge shēng
净果也 ， 就是得最大的干净的果报 。 这个生
sǐ guǒ bào méi yǒu le jiù shì tuō lí liù chén jiù huàn lái le dà
死果报没有了 ， 就是脱离六尘 ， 就换来了大
jìng guǒ qù chú nà xiē dī liè de guǒ bào xiū zhèng sī wéi xíng
净果 。 去除那些低劣的果报 ， 修正思维 、 行
wéi zhōng de wù qū ér huò dé yí gè zuì gān jìng de guǒ
为 中 的 误 区 ， 而 获 得 一 个 最 干 净 的 果
bào jiào dà jìng guǒ
报 ， 叫大净果 。

yīn wèi shí jiān guān xì jīn tiān zhǐ néng gěi dà jiā jiǎng sān dì pú
因为时间关系今天只能给大家讲三地菩
sà zuì chū de jìng jiè jù tǐ de yǒu guān sān dì pú sà xià yí cì
萨最初的境界 ， 具体的有关三地菩萨下一次
zài jì xù gěi dà jiā jiǎng jiě
再继续给大家讲解 。