

45. Tiada Pemikiran Berarti Ada Pemikiran, Tiada Kebajikan Berarti Ada Kebajikan

Ketahuilah, jika diri sendiri berpikir, saya memiliki jasa kebajikan, berarti tidak memiliki jasa kebajikan, hari ini kamu di sini melakukan jasa kebajikan, namun sesungguhnya tidak ada jasa kebajikannya. Karena tidak ada jasa kebajikannya, itu baru namanya jasa kebajikan. Seperti karena kamu tidak memiliki pikiran untuk mencelakakan orang lain, maka kamu adalah orang yang baik, karena kamu ingin membantu orang lain, maka kamu jangan mengatakan bahwa “Saya memiliki jasa kebajikan” , namun pada kenyataannya membantu orang lain, kamu pasti akan mendapatkan balasannya; Kamu membantu orang lain, namun orang lain belum tentu segera berterima kasih kepadamu. Apabila kamu ingin orang lain berterima kasih kepadamu, maka kebaikan yang kamu lakukan ini tidak layak dibicarakan. Jika kamu membantu orang lain, maka orang lain pasti akan berterima kasih kepadamu, berarti kamu memiliki jasa kebajikan. Oleh

karena itu, begitu juga dengan jasa kebajikan, kalau kamu tidak menginginkan jasa kebajikan, malah akan mendapatkan jasa kebajikan; sebaliknya jika kamu menginginkan jasa kebajikan, kamu malah tidak akan mendapatkan jasa kebajikan. Setelah melakukan jasa kebajikan jangan dipikirkan, jangan merasa diri sendiri hebat setelah melakukan sedikit perbuatan baik, takut orang lain tidak mengetahuinya. “Melakukan upaya namun seperti tidak berupaya” , ketiadaan upaya ini baru merupakan upaya yang sesungguhnya, orang yang benar-benar bekerja tidak akan mengumbar apa yang dilakukannya, sedangkan orang yang membicarakan ke mana-mana sebenarnya tidak melakukan apapun, jika melakukan sambil mengatakan, maka jasa kebajikan tersebut akan hilang, mengerti?

Ajaran Buddha Dharma luar biasa dalamnya, Einstein mengatakan: “Pada masa ini dan di masa yang akan datang, Ajaran Buddha Dharma akan menjadi satu-satunya agama di alam semesta ini yang bisa membuka pola pikir orang-orang.”

Ajaran Buddha Dharma yang Master jabarkan ini bisa memberikan bantuan yang sangat besar bagi kalian semua. Apabila kamu sungguh-sungguh bersikap baik terhadap orang lain, maka orang lain pasti akan berterima kasih kepadamu dari lubuk hatinya, ini namanya ketiadaan upaya. Yang kamu lakukan seperti tidak memiliki upaya, namun sesungguhnya ada upayanya. Jika kamu merasa dirimu sudah berupaya, namun sesungguhnya kamu tidak berupaya. Banyak orang yang dengan mudah berniat melakukan sesuatu, namun sulit untuk melaksanakannya, kekurangan orang-orang adalah mudah bertekad, namun tidak memiliki ketekunan dan keteguhan untuk terus melakukannya.

Pemikiran sesungguhnya terkadang ada terkadang tidak, pemikiran seseorang sebenarnya tidak ada, semua kosong, ini dinamakan “pada kenyataannya tiada” , namun jika kamu mengatakan bahwa pemikiran itu tidak ada, tetapi apakah benar ada keberadaannya? Dia benar-benar ada, sepuluh ribu pemikiran, jutaan pemikiran, berputar-putar di

dalam otak, namun setelah selesai berputar-putar dan berhenti, maka sudah tidak ada lagi, oleh karena itu, kamu harus bisa membuat pemikiran-pemikiran ini menyatu, memusatkannya menjadi satu. Membina pikiran dan membina jalan Kebuddhaan, ketika sudah mencapai suatu tingkat kesadaran spiritual tertentu, kita harus bisa melupakan semua pemikiran ini, "Saya tidak memiliki pemikiran" .

Kita harus memahami diri sendiri, kehidupan ini bagaikan sebuah mimpi, jika mengatakan bahwa hidup ini adalah sebuah mimpi, juga pasti setelah kamu tersadarkan, baru berani mengatakan bahwa ini adalah sebuah mimpi, apabila potensi kesadaran seperti ini saja tidak kamu miliki, bahkan tidak mengetahui bahwa hidup ini adalah sebuah mimpi, ini berarti dirimu telah sia-sia hidup di dunia ini. Kita harus bisa mengorbankan segalanya demi kebaikan semua orang, memutuskan segala hal yang berhubungan dengan kepentingan pribadi, ini yang disebut dengan menekuni dan

mempraktikkan Ajaran Buddha Dharma. Harus sering memikirkan kata-kata yang sering Master katakan kepada kalian: jika tidak ada keinginan maka pikiran kita dengan sendirinya akan menjadi setenang air. Jangan pernah memiliki nafsu keinginan, karena nafsu keinginan akan membawa kekecewaan, semakin banyak nafsu keinginanmu, maka akan semakin besar kekecewaanmu, semakin besar kekecewaanmu, maka selanjutnya kerisauan akan muncul bertubi-tubi, dan kerisauan bisa menyakiti hatimu.

Master mengatakan, kita harus bisa menetapkan hati untuk memutuskan segala nafsu keinginan duniawi, karena nafsu keinginan duniawi, Master mengumpamakannya yaitu nafsu keinginan manusia bagaikan sebuah panah, semuanya ingin mencapai tujuan diri sendiri, akan tetapi nafsu keinginan manusia yang terbesar adalah memanah ke langit, yang tidak terbandingkan, oleh karena itu, nafsu keinginan manusia tidak akan bisa tercapai, bagaikan sebuah panah yang diluncurkan ke langit, maka seberapa tinggi kamu bisa

memanahnya? Sampai pada suatu ketinggian tertentu, dia akan jatuh dengan sendirinya, ini adalah sesuatu yang sia-sia. Semuanya tidak bisa didapatkan, tidak ada satu pun benda yang bisa dimiliki, namun nafsu keinginan manusia membuatmu ingin mendapatkan segalanya, meskipun sudah mendapatkan, itu juga hanya bersifat sementara, pada akhirnya akan kehilangan lagi, tetap saja tidak memilikinya. Mengerti? Di dunia ini tidak ada benar dan salah, hanya ada karma – sebab dan akibat, semuanya adalah mimpi semata.

Tiada pemikiran adalah pusaka pencerahan Buddha, dengan kata lain, jangan memiliki pemikiran apapun, itu berarti kamu sudah menekuni dan mempraktikkan Dharma dengan benar, maka ini adalah pusaka pencerahan Buddha, disebut sebagai kesadaran dan pemikiran yang benar. Jika kamu sudah tersadarkan, sudah memiliki pemikiran yang benar, berarti kamu sudah mendekati buah kesadaran Buddha dan Bodhisattva.

Selanjutnya, Master akan melanjutkan pembahasan, apakah yang disebut dengan tiada pemikiran? Berarti tidak memiliki pemikiran apapun, dengan tidak ada pemikiran maka tidak akan ada kerisauan. Saya sekarang mengajarkan kalian satu cara bagaimana menyatukan puluhan ribu pemikiran, yakni jangan memiliki pemikiran, jika tidak bisa melakukannya, maka pertama satukan dulu pemikiran-pemikiran kita menjadi satu pemikiran. Menyatukan menjadi satu pemikiran seperti menonton TV, saat menonton TV kita bisa melupakan segalanya, drama di TV memasuki otak kita, jika di dalam TV sedang berperang, maka kamu turut berperang, sudah tidak memiliki pemikiran lainnya, akan tetapi harus bisa mengalihkan pemikiran ini ke dalam aspek keyakinan terhadap Buddhisme, kalau begitu satu pemikiran satu Buddha, setelah mengalihkannya ke dalam keyakinan terhadap Buddhisme lalu pelan-pelan mengubahnya menjadi tiada pemikiran, yakni bahkan pemikiran kalau saya yakin terhadap Buddhisme sudah tidak ada lagi, maka

sesungguhnya kamu sedang meyakini dan menyembah Buddha.

Saya akan membahas tentang ketiadaan pemikiran, di sini saat kalian bersujud menyembah Buddha, apakah ada pemikiran di dalam otak kalian? Akan tetapi bukankah tubuh dan pikiran kamu sedang menyembah Buddha? Saat pikiranmu sedang menyembah Buddha, bukankah kamu merasa saya sendiri sedang melakukan, kemudian gerakanmu, nalurimu sewaktu sedang melakukannya, apakah kamu memiliki pemikiran? Saat itu tidak memiliki pemikiran, lalu jika tidak memiliki pemikiran, bagaimana kamu bisa menyembah Buddha? Karena ada pemikiran. Akan tetapi pemikiran ini hanya membuat kamu fokus untuk menyembah Buddha, maka kamu tidak memiliki pemikiran lagi. Seperti seseorang yang sudah terbiasa melakukan satu gerakan, dia sendiri saja tidak tahu apa yang sedang dilakukannya, itu berarti ketiadaan pemikiran. Melafalkan nama Buddha harus dilafalkan sampai setiap pelafalannya

memiliki pemikiran, kemudian melafalkannya tanpa pemikiran, dirimu sendiri sedang melafalkannya, sepertinya saya memiliki pemikiran, terus melafalkannya sampai pada akhirnya tidak ada pemikiran lagi. Bukankah kalian sekarang melafalkan paritta seperti ini? Pada awal mula pelafalan, masih mengetahui huruf yang di dalamnya, lambat laun pelafalan semakin cepat, sampai pada akhirnya sudah tidak tahu apa yang dilafalkan lagi, ini yang dinamakan mempraktikkan Dharma tanpa pemikiran, mempelajari Dharma sampai pada akhirnya melafalkan tanpa pemikiran, sudah tidak ada pemikiran lagi. Buddha dan Bodhisattva meminta kita menyembah Buddha tanpa memiliki pemikiran, ini adalah pemikiran benar yang sesungguhnya, sepenuhnya menyerahkan hati kita kepada Buddha dan Bodhisattva, pemikiran saya sepenuhnya berada di Bodhisattva, itu baru namanya memiliki pemikiran, mengertikah?

Harus ingat untuk memutuskan seluruh kerisauan diri sendiri dengan tuntas, karena jika kamu tidak bisa

memutuskan seluruh kerisauan, maka kerisauan bisa menumpuk semakin banyak, ketika kerisauan semakin banyak, maka wajahmu akan menjadi sebuah wajah yang penuh kerisauan, oleh karena itu, seberapa banyak kerisauan yang datang, maka sebanyak itu pula kita harus menghilangkannya. Apabila ditambahkan dengan kerisauan dari masa lalu, kemudian terus ditambah lagi dengan kerisauan pada saat ini, maka jiwamu tidak akan sanggup menerima, kamu bisa menderita penyakit kejiwaan; sewaktu tubuhmu sudah tidak sanggup menahan, maka kamu akan jatuh dan hidupmu akan berakhir. Ingatlah, kerisauan semakin disimpan semakin banyak, semakin ditimbun semakin banyak, lama-kelamaan, kamu akan terbelenggu oleh kerisauan itu, seperti seutas tali yang mengikatmu. Karena kerisauan dimiliki dari Alam Manusia, maka kamu baru bisa terbelenggu oleh kerisauan itu, yang semakin lama semakin banyak, sampai pada akhirnya belenggu tersebut membuat kamu tidak bisa terbebas dari tumimbal lahir, terjebak di dunia ini, tidak bisa keluar dari reinkarnasi 6 alam.

Oleh karena itu, bahkan pemikiran kalau melafalkan paritta bisa menjadi Buddha pun jangan ada, saat melafalkan paritta, jangan memiliki pemikiran untuk mencapai Kebuddhaan, maka kamu bisa mencapai Kebuddhaan sebagian, berarti ada sebagian dari dirimu sudah menjadi Buddha. Contohnya hari ini saya membantu orang lain, saya tidak meminta balasan dari orang lain, maka orang lain dengan sendirinya pasti akan membalas kebaikanmu; namun jika hari ini kamu membantu orang lain dan mengharapkan imbalan dari orang lain, maka kamu tidak akan mendapatkan balasannya.

Menggali keluar semua hal-hal yang tersimpan dalam pikiran sendiri, maka segala masalah akan hilang, Master mengajarkan kalian satu cara untuk mengosongkannya: pada malam hari ketika tidak bisa tidur, tuliskan seluruh kerisauan di dalam pikiranmu, kemudian letakkan di samping ranjangmu, ketika kamu sudah mengeluarkan seluruh hal, maka kamu pasti bisa tertidur, akan tetapi ini adalah opsi duniawi. Saya ingin kalian dengan melafalkan

paritta menguraikan dan menghilangkan seluruh kerisauan diri sendiri, ketika kamu tidak memiliki kerisauan lagi, maka kamu pasti bisa tidur.

Setiap kali Master mengadakan kelas dengan kalian, Master selalu mengajarkan kalian bagaimana cara menghilangkan kerisauan, tentu saja, cara yang terbaik adalah diri kalian sendiri yang menghilangkan kerisauan diri, ini jauh lebih baik dibandingkan Master membantu kalian menghilangkan kerisauan. Contoh, seorang anak yang baik, sewaktu duduk di bawah mendengarkan pelajaran, dia tidak berbicara, ini akan lebih baik daripada Master mengatakan “Kamu jangan bicara” . Sekarang kalian memiliki halangan karma buruk pada diri kalian, ada kekurangan pada diri kalian, jika saya mengkritik kekurangan kamu, mengkritik kekurangan dia, menurut kalian, saya lelah tidak? Kalau kalian memperbaiki dan membina diri sendiri, tentu lebih baik daripada Master menyuruh kalian membina diri, ini namanya tersadarkan. Kalian belum tersadarkan, oleh karena

itu bisa memendam kegundahan hati, ditambah dengan kerisauan, membuat diri kalian semakin tertekan. Apabila tidak ada masalah pribadi dalam pikiran kalian, lalu kalian bisa melepas dan melupakan permasalahan sendiri, mengutamakan masalah semua makhluk atau orang lain, maka pada saat itu kamu baru bisa benar-benar bahagia. Jika kamu senantiasa memikirkan orang lain, maka kamu akan memperoleh banyak kebahagiaan. Semua orang bahagia, semua orang gembira, akan berkali-kali lipat lebih baik daripada satu orang saja yang bahagia atau gembira. Hanya dengan memikirkan orang lain, kamu baru bisa mendapatkan kebahagiaan yang sesungguhnya.

Oleh karena itu, harus bisa menghilangkan kerisauan, menghapuskan semua kerisauan, sampai semua hilang, maka kamu tidak akan menderita insomnia, kamu tidak akan memikirkan banyak hal; sebaliknya karena kamu tidak memiliki kerisauan, maka kamu tidak akan insomnia, tidak akan memikirkan terlalu banyak masalah, maka pada saat itu

kamu akan memiliki lebih banyak kebahagiaan. Apabila kamu insomnia, masih memikirkan hal-hal yang merisaukan, pada akhirnya akan muncul lebih banyak masalah, dan lebih banyak kerisauan. Oleh karena itu, harus bisa memutuskan seluruh kerisauan, “kerisauan adalah bodhi” , bodhi berarti setelah kamu menghilangkan kerisauan, maka kamu akan memiliki kebijaksanaan, apabila kerisauan terus tersimpan dalam dirimu, maka kamu tidak akan memiliki kebijaksanaan. Seseorang yang memiliki kebijaksanaan, maka meskipun dilanda kerisauan, dia sendiri tetap bisa mengatasinya. Jika demikian, kamu pasti bisa melihat pikiran diri sendiri – Oh, ternyata sifat Kebuddhaan ada di dalam diri saya ini, ada di dalam pikiran saya. Karena tidak ada kerisauan, kamu baru bisa melihat pikiran sendiri, seseorang yang memiliki kerisauan tidak akan bisa melihat pikirannya sendiri. Seseorang yang memiliki kerisauan akan selalu menganggap dirinya benar dalam memandang berbagai masalah.

Sekarang ada sebagian orang yang mengira karena sudah belajar sedikit tentang Ajaran Buddha Dharma, sudah membaca beberapa buku sutra Buddha, lalu mengira dirinya sudah hebat. Master di sini akan memberitahu kalian satu kebenaran, kita lebih baik berteman dengan duan ren – yakni orang yang jujur dan baik, bahkan jika orang tersebut buta huruf sekalipun, juga jangan berteman dengan orang sesat yang berwawasan luas. Orang yang mengira dirinya sudah memahami segalanya, dan menggunakan Sutra Buddha untuk memojokkan orang lain, perbuatan ini tentu saja sudah merupakan suatu pelanggaran. Menggunakan paritta dari masa yang berbeda untuk menjabarkan teori Dharma yang berbeda, untuk menjatuhkan Pintu Dharma yang baru ada di masa periode akhir Dharma, seperti ahli matematika masa lalu membicarakan ahli matematika masa kini tidak mengerti matematika, orang-orang yang melakukan hal-hal seperti ini berarti sedang mencela Sutra Buddha, ini bodoh sekali! Oleh karena itu, Master mengatakan lebih baik berteman dengan orang jujur yang buta huruf, namun

jangan mau berteman dengan orang sesat yang berwawasan luas sekalipun.

Menjauhi rasa dosa, kepahitan dalam hidup ini. Hidup ini sesungguhnya menanggung penderitaan, kita harus menjauhi rasa pahit yang dipenuhi dosa dan keburukan, dengan kata lain menjauhi dosa, begitu mencium rasa ini, kita harus segera pergi meninggalkannya, oh, mereka mau melakukan hal-hal buruk, saya harus segera meninggalkan mereka. Orang ini sudah berpikiran menyimpang, saya harus meninggalkannya, harus menjauhi rasa dosa. Ketahuilah rasa keheningan, berarti orang ini sangat tenang dan bisa mengendalikan diri sendiri. Rasa keheningan, itu adalah rasa sukacita Dharma, sukacita Dharma adalah rasa yang dipenuhi dengan kebahagiaan Dharma. Seseorang yang mencicipi rasa ini, tidak akan memiliki ketakutan, yang berarti tidak akan merasa takut. Karena kamu sudah meninggalkan ketakutan, menjauhi kejahatan, maka kamu adalah orang benar. Begitu seseorang berhubungan dengan

kejahatan, dia akan segera merasa tidak senang. Contohnya, ada orang yang mengerjaimu, maka selanjutnya kamu akan segera merasa tidak senang, tidak gembira, berpikir untuk membalasnya, lalu kamu akan mendekati ketakutan, karena cara yang kamu gunakan adalah membalas perbuatan orang itu, kemudian kamu akan dilanda ketakutan, karena kamu takut orang lain membalasmu. Dengan menjauhi ketakutan, kamu baru bisa terbebas dari ketakutan.

Mengejar yang benar tidak mengejar yang serupa, segalanya harus mencari hal-hal yang benar-benar nyata, jangan menginginkan hal-hal yang menyerupai (mirip). Yang nyata dan benar menambah kebijaksanaan, sedangkan yang palsu akan menambah kebodohan.

wú niàn jiù shì yǒu niàn wú dé jí shì yǒu dé
45. 无念就是有念，无德即是有德

yào zhī dào zì jǐ xiǎng wǒ yǒu gōng dé jiù shì méi yǒu gōng
要知道，自己想我有功德，就是没有功
dé nǐ jīn tiān zài zhè zuò gōng dé le ér shí jì shàng shì méi yǒu
德，你今天在这做功德了，而实际上是没有
gōng dé de yīn wèi méi yǒu gōng dé nà cái jiào gōng dé yīn wèi
功德的。因为没有功德，那才叫功德。因为
nǐ méi yǒu hài rén zhī xīn nǐ jiù shì yí gè hǎo rén yīn wèi nǐ xiǎng
你没有害人之心，你就是一个好人，因为你想
qù bāng zhù rén jiā nǐ biǎo miàn shàng bú yào qù shuō wǒ yǒu gōng
去帮助别人家，你表面上不要去说我有功
dé ér shì shí shàng bāng zhù rén jiā nǐ kěn dìng huì dé dào zhè ge
德，而事实上帮助别人家，你肯定会得到这个
huí bào nǐ bāng zhù le rén jiā rén jiā bù yí dìng huì mǎ shàng gǎn
回报，你帮助了人家，人家不一定会马上感
xiè nǐ rú guǒ nǐ xiǎng ràng rén jiā xiè nǐ nà nǐ zuò de zhè ge hǎo
谢你。如果你想让人家谢你，那你做的这个好
shì jiù bù zhí yì tán le nǐ bāng zhù le rén jiā rén jiā yí dìng huì
事就不值一谈了。你帮助了人家，人家一定会
gǎn xiè nǐ de nǐ jiù shì yǒu gōng dé suǒ yǐ gōng dé yě shì zhè
感谢你的，你就是有功德。所以功德也是这
yàng de nǐ bù xiǎng yǒu gōng dé fǎn ér yǒu gōng dé nǐ xiǎng
样的，你不想有功德，反而有功德；你想

yǒu gōng dé , nǐ jiù méi yǒu gōng dé 。 zuò le gōng dé bú yào
有 功 德 ， 你 就 没 有 功 德 。 做 了 功 德 不 要
xiǎng , zuò le yì diǎn hǎo shì , zì jǐ jiù jué de liǎo bù qǐ
想 ， 做 了 一 点 好 事 ， 自 己 就 觉 得 了 不 起
le , shēng pà rén jiā bù zhī dào 。 yǒu wéi ér wú wéi , wú wéi cái shì
了 ， 生 怕 人 家 不 知 道 。 有 为 而 无 为 ， 无 为 才 是
yǒu wéi , zhēn zhèng zuò de rén shì bù jiǎng de , jiǎng de rén shì bú
有 为 ， 真 正 做 的 人 是 不 讲 的 ， 讲 的 人 是 不
zuò de , yòu jiǎng yòu zuò nà gōng dé jiù méi yǒu le , néng míng bai
做 的 ， 又 讲 又 做 那 功 德 就 没 有 了 ， 能 明 白
ma
吗 ？

fó fǎ shēn ào wú bǐ , ài yīn sī tǎn shuō : fó fǎ shì jīn hòu shì
佛 法 深 奥 无 比 ， 爱 因 斯 坦 说 ： 佛 法 是 今 后 世
jiè , yǔ zhòu kōng jiān wéi yī de yí gè zōng jiào , néng gòu ràng rén
界 ， 宇 宙 空 间 唯 一 的 一 个 宗 教 ， 能 够 让 人
sī wéi kāi tōng 。 shī fu jiǎng jiě de zhè xiē fó fǎ duì nǐ men dōu yǒu
思 维 开 通 。 师 父 讲 解 的 这 些 佛 法 对 你 们 都 有
hěn dà de bāng zhù 。 rú guǒ nǐ zhēn de duì rén jiā hǎo , rén jiā de
很 大 的 帮 助 。 如 果 你 真 的 对 人 家 好 ， 人 家 的
gǎn ēn zhī xīn quán zài xīn lǐ a , zhè jiù jiào wú wéi , nǐ zuò de shì
感 恩 之 心 全 在 心 里 啊 ， 这 就 叫 无 为 。 你 做 的 事
qíng hǎo xiàng shì wú wéi , shí jì shàng shì yǒu wéi , nǐ rèn wéi zì jǐ
情 好 像 是 无 为 ， 实 际 上 是 有 为 。 你 认 为 自 己

shì yǒu wéi shí jì shàng jiù shì wú wéi hěn duō rén fā xīn róng
是有为，实际上就是无为。很多人发心容
yì zuò dào nán a rén de máo bìng jiù shì fā xīn hěn róng
易，做到难啊，人的毛病就是发心很容
yì ér méi yǒu héng xīn jiān chí qù zuò
易，而没有恒心坚持去做。

niàn tou shí jì shàng shì shí yǒu shí wú de rén de niàn tou shí
念头实际上是时有时无的，人的念头，实
jì shàng shì méi yǒu de shì kōng kōng dàng dàng de jiào shì shí
际上是没有的，是空空荡荡的，叫事实
shàng shì wú de dàn shì nǐ shuō niàn tou shì wú tā shì cún zài de
上 是无的，但是你说 念头是无，它是存在的
ma tā shì cún zài de yí wàn gè niàn tou yì qiān wàn gè niàn
吗？它是存在的，一万个念头，一千万个念
tou zài nǎo zi lǐ zhuàn dàn shì zhuàn wán le tíng xià lái
头，在脑子里转，但是转完了，停下来
le jiù méi yǒu le suǒ yǐ nǐ yào bǎ zhè xiē niàn tou yào wàn niàn
了，就没有了，所以你要把这些念头要万念
guī yī bǎ tā jí zhōng qǐ lái xiū xīn xiū fó xiū dào yí dìng de
归一，把它集中起来。修心修佛，修到一定的
jìng jiè de shí hòu jiù yào bǎ zhè ge niàn tou wàng jì wǒ méi yǒu
境界的时候，就要把这个念头忘记，我没有
niàn tou
念头。

yào liǎo jiě zì jǐ rén de yì shēng jiù shì yì cháng mèng rú
要 了 解 自 己 ， 人 的 一 生 就 是 一 场 梦 ， 如
guǒ shuō rén shēng shì yì cháng mèng yě shì nǐ kāi wù zhī hòu cái
果 说 人 生 是 一 场 梦 ， 也 是 你 开 悟 之 后 ， 才
gǎn shuō zhè shì yì cháng mèng rú guǒ nǐ lián zhè ge wù xìng dōu
敢 说 这 是 一 场 梦 ， 如 果 你 连 这 个 悟 性 都
méi yǒu lián rén shēng shì yì cháng mèng dōu bù zhī dào nà nǐ zài
没 有 ， 连 人 生 是 一 场 梦 都 不 知 道 ， 那 你 在
rén jiān jiù bái huó le yào wèi dà jiā de lì yì fù chū yí qiè wèi
人 间 就 白 活 了 。 要 为 大 家 的 利 益 付 出 一 切 ， 为
zì jǐ de lì yì sī yù quán bù zhǎn duàn zhè jiù jiào xué
自 己 的 利 益 （ 私 欲 ） 全 部 斩 断 ， 这 就 叫 学
fó yào shí cháng xiǎng yi xiǎng shī fu cháng cháng gěi nǐ men jiǎng
佛 。 要 时 常 想 一 想 师 父 常 常 给 你 们 讲
de yí jù huà wú yù zì rán xīn rú shuǐ qiān wàn bú yào yǒu yù
的 一 句 话 ： 无 欲 自 然 心 如 水 。 千 万 不 要 有 欲
wàng yīn wèi yù wàng gěi nǐ dài lái shì shī wàng yù wàng yuè
望 ， 因 为 欲 望 给 你 带 来 是 失 望 ， 欲 望 越
duō shī wàng yuè dà shī wàng yuè dà fán nǎo jiē zhǒng ér
多 ， 失 望 越 大 ， 失 望 越 大 ， 烦 恼 接 踵 而
lái fán nǎo néng shāng nǐ de xīn
来 ， 烦 恼 能 伤 你 的 心 。

shī fu shuō de duì dài shì rén de yù wàng yào hěn xīn zhǎn
师 父 说 的 对 待 世 人 的 欲 望 要 狠 心 斩
duàn yīn wèi shì rén de yù wàng shī fu bǎ tā bǐ yù gěi nǐ men
断 , 因 为 世 人 的 欲 望 师 父 把 它 比 喻 给 你 们
tīng rén de yù wàng yóu rú yì zhī jiàn shén me dōu xiǎng dá dào
听 , 人 的 欲 望 犹 如 一 支 箭 , 什 么 都 想 达 到
zì jǐ de mù dì dàn shì rén de zuì dà de yù wàng shì wǎng tiān shàng
自 己 的 目 的 , 但 是 人 的 最 大 的 欲 望 是 往 天 上
shè tā shì wú bǐ de suǒ yǐ rén de yù wàng shì dá bú dào
射 , 它 是 无 比 的 , 所 以 人 的 欲 望 是 达 不 到
de yóu rú yì bǎ gōng jiàn shè xiàng tiān shàng nǐ néng shè duō
的 , 犹 如 一 把 弓 箭 射 向 天 上 , 你 能 射 多
gāo a shè dào yí dìng de chéng dù jiù zì rán diào xià lái le kōng
高 啊 , 射 到 一 定 的 程 度 就 自 然 掉 下 来 了 , 空
máng yí zhèn yí qiè jūn shì wú suǒ dé shén me dōng xī dōu dé
忙 一 阵 。 一 切 均 是 无 所 得 , 什 么 东 西 都 得
bú dào rén de yù wàng jiù shì ràng nǐ shén me dōng xī dōu dé bú
不 到 , 人 的 欲 望 就 是 让 你 什 么 东 西 都 得 不
dào jiù suàn dé dào le yě shì zàn shí de dé dào zuì hòu yòu shī
到 , 就 算 得 到 了 , 也 是 暂 时 的 得 到 , 最 后 又 失
qù le hái shì méi dé dào míng bai le ma zài zhè ge shì jiè
去 了 , 还 是 没 得 到 。 明 白 了 吗 ? 在 这 个 世 界
shàng méi yǒu duì cuò zhǐ yǒu yīn guǒ quán bù dōu shì mèng yì
上 没 有 对 错 , 只 有 因 果 , 全 部 都 是 梦 一
cháng
场 。

wú niàn jiù shì zhèng jué fó bǎo jiù shì bú yào yǒu niàn tóu nà
无念就是正觉佛宝，就是不要有念头，那
nǐ jiù shì xué fó xué de zhèng jiù shì zhèng jué fó bǎo jiào zhèng
你就是学佛学得正，就是正觉佛宝，叫正
jué zhèng niàn nǐ shì zhèng de jué wù le zhèng de niàn tóu nà
觉正念。你是正的觉悟了，正的念头，那
nǐ yǐ jīng jiē jìn le fó pú sà de guǒ wèi
你已经接近了佛菩萨的果位。

jiē xià lái jì xù gěi dà jiā jiǎng shén me jiào wú niàn shén me
接下来继续给大家讲，什么叫无念？什么
niàn tóu dōu méi yǒu le méi yǒu niàn tóu jiù méi yǒu fán nǎo
念头都没有了，没有念头就没有烦恼
le wǒ xiàn zài jiāo nǐ men yí gè fāng fǎ bǎ wàn niàn guī yī bú
了。我现在教你们一个方法把万念归一，不
yào yǒu niàn tóu rú guǒ zuò bú dào nà me xiān guī yí niàn guī
要有念头，如果做不到，那么先归一念。归
yí niàn jiù shì kàn diàn shì kàn diàn shì de shí hou shén me dōu wàng
一念就是看电视，看电视的时候什么都忘
jì le nǎo zi li jìn xì le diàn shì li dǎ zhàng nǐ jiù gēn zhe dǎ
记了，脑子里进戏了，电视里打仗你就跟着打
zhàng qí tā niàn tóu jiù méi yǒu le dàn shì yào bǎ zhè ge niàn tóu
仗，其他念头就没有了，但是要把这个念头
màn man de zhuǎn dào xìn fó shàng miàn lái nà me yí niàn yì
慢慢地转到信佛上面来，那么一念一

fó zhuǎn dào xìn fó shàng miàn lái zhī hòu màn man de zài zhuǎn
佛，转到信佛上面来之后，慢慢地再转
wéi wú niàn lián wǒ xìn fó de niàn tóu dōu méi yǒu le shí jì shàng
为无念，连我信佛的念头都没有了，实际上
nǐ jiù shì zài xìn fó bài fó
你就是在信佛，拜佛。

wǒ jiǎng yí gè wú niàn gěi nǐ men tīng nǐ men zài zhè lǐ guì xià
我讲一个无念给你们听，你们在这里跪下
lái bài fó de shí hou nǐ men nǎo zi lì yǒu méi yǒu niàn tóu dàn
来拜佛的时候，你们脑子里有没有念头？但
shì nǐ de shēn tǐ hé xīn shì bu shì zài bài fó nǐ de xīn zài bài fó de
是你的身体和心是不是在拜佛？你的心在拜佛的
shí hou shì bu shì gǎn jué wǒ zì jǐ zài zuò rán hòu nǐ de dòng
时候，是不是感觉我自己在做，然后你的动
zuò nǐ de yì niàn zài zuò de shí hou nǐ shuō yǒu méi yǒu niàn
作，你的意念在做的时候，你说有没有念
tóu shì méi yǒu niàn tóu de méi yǒu niàn tóu nǐ zěn me huì bài fó
头？是没有念头的，没有念头你怎么会拜佛
a jiù shì yǒu niàn a dàn shì zhè ge yì niàn ràng nǐ jiù zhī dào
啊？就是有念啊。但是这个意念让你就知道
bài fó nǐ jiù méi yǒu niàn tóu le jiù xiàng yí gè rén zuò xí guàn
拜佛，你就没有念头了。就像一个人做习惯
le yí gè dòng zuò tā dōu bù zhī dào zì jǐ zài gàn shén me nà
了一个动作，他都不知道自己干什么，那

jiù shì wú niàn niàn fó yào niàn dào niàn niàn yǒu niàn niàn niàn wú
就是无念。念佛要念到念念有念，念念无
niàn zì jǐ zài niàn hǎo xiàng wǒ yǒu niàn niàn niàn niàn dào hòu
念，自己在念，好像我有念，念念念到后
lái jiù méi yǒu niàn tóu le nǐ men xiàn zài niàn jīng bú jiù shì zhè yàng
来就没有念头了。你们现在念经不就是这样
ma kāi shǐ niàn de shí hòu hái zhī dào lǐ miàn de zì niàn niàn
吗？开始念的时候，还知道里面的字，念念
niàn de kuài le niàn dào zuì hòu bù zhī dào zài niàn shén me le zhè
念得快了，念到最后不知道在念什么了，这
jiù jiào wú niàn xué fó a xué dào zuì hòu yào niàn niàn wú
就叫无念学佛啊，学到最后要念念无
niàn méi yǒu niàn tóu le fó pú sà ràng wǒ men méi yǒu niàn tóu
念，没有念头了。佛菩萨让我们没有念头
de qù bài fó jiù shì zhēn zhèng de yǒu niàn bǎ xīn wán quán jiāo
地去拜佛，就是真正的有念，把心完全交
gěi fó pú sà le wǒ de niàn tóu quán bù zài pú sà shēn shàng nà
给佛菩萨了，我的念头全部在菩萨身上，那
cái jiào yǒu niàn míng bai le ma
才叫有念，明白了吗？

yào jì zhù bǎ zì jǐ de fán nǎo yào duàn jìn yīn wèi nǐ bú duàn
要记住把自己的烦恼要断尽，因为你不断
jìn fán nǎo fán nǎo jiù huì yuè jī yuè duō fán nǎo yuè duō nǐ
尽烦恼，烦恼就会越积越多，烦恼越多，你

zhè zhāng liǎn jiù biàn chéng yì zhāng fán nǎo de liǎn suǒ yǐ fán nǎo
这 张 脸 就 变 成 一 张 烦 恼 的 脸 ， 所 以 烦 恼
lái duō shao yào qù chú duō shao rú guǒ bǎ guò qu de fán nǎo jiā zài
来 多 少 要 去 除 多 少 。 如 果 把 过 去 的 烦 恼 加 在
shēn shang zài bǎ xiàn zài lái de fán nǎo bú duàn jiā shang nǐ de
身 上 ， 再 把 现 在 来 的 烦 恼 不 断 加 上 ， 你 的
jīng shen huì chéng shòu bù liǎo huì biàn chéng shén jīng bìng de nǐ
精 神 会 承 受 不 了 ， 会 变 成 神 经 病 的 ； 你
de shēn tǐ zhī chēng bú zhù nǐ jiù huì dǎo xià lái le zuì hòu nǐ
的 身 体 支 撑 不 住 ， 你 就 会 倒 下 来 了 ， 最 后 你
jiù wán le yào jì zhù fán nǎo yuè liú yuè duō yuè jī yuè
就 完 了 。 要 记 住 烦 恼 越 留 越 多 ， 越 积 越
duō shí jiān cháng le nǐ jiù huì bèi fán nǎo suǒ chán zhù le jiù
多 ， 时 间 长 了 ， 你 就 会 被 烦 恼 所 缠 住 了 ， 就
xiàng yì gēn shéng zi yí yàng bèi chán zhù le yīn wèi fán nǎo shì
像 一 根 绳 子 一 样 ， 被 缠 住 了 。 因 为 烦 恼 是
rén dào de suǒ yǐ nǐ jiù huì bèi rén dào de fán nǎo suǒ chán
人 道 的 ， 所 以 你 就 会 被 人 道 的 烦 恼 所 缠
zhù yuè chán yuè duō chán dào zuì hòu nǐ jiù tuō lí bù liǎo liù dào
住 ， 越 缠 越 多 ， 缠 到 最 后 你 就 脱 离 不 了 六 道
lún huí luò zài rén shì dāng zhōng chū bù liǎo liù dào suǒ yǐ
轮 回 ， 落 在 人 世 当 中 ， 出 不 了 六 道 。 所 以
niàn fó lián chéng fó de niàn tou dōu bú yào niàn jīng de shí
念 佛 连 成 佛 的 念 头 都 不 要 ， 念 经 的 时
hou lián chéng fó de niàn tou dōu bú yào nǐ jiù néng chéng wéi jú
候 ， 连 成 佛 的 念 头 都 不 要 ， 你 就 能 成 为 局

bù fó , jiù shì nǐ jú bù chéng wéi fó le yóu rú wǒ jīn tiān bāng
部 佛 ， 就 是 你 局 部 成 为 佛 了 。 犹 如 我 今 天 帮
rén jiā le wǒ bú qù qiú rén jiā de huí bào rén jiā jiù huì duì nǐ yǒu
人 家 了 ， 我 不 去 求 人 家 的 回 报 ， 人 家 就 会 对 你 有
huí bào nǐ jīn tiān bāng zhù rén jiā xiǎng dé dào rén jiā de huí
回 报 ； 你 今 天 帮 助 人 家 想 得 到 人 家 的 回
bào nǐ jiù dé bú dào huí bào
报 ， 你 就 得 不 到 回 报 。

bǎ xīn zhōng cún yǒu de shì qing quán bù tāo kōng biàn chéng
把 心 中 存 有 的 事 情 全 部 掏 空 ， 变 成
méi yǒu shì qing shī fu jiāo nǐ men yí gè tāo kōng de bàn fǎ wǎn
没 有 事 情 ， 师 父 教 你 们 一 个 掏 空 的 办 法 ： 晚
shang shuì bù zháo jiào de shí hou jiù bǎ nǐ xīn zhōng de fán nǎo
上 睡 不 着 觉 的 时 候 ， 就 把 你 心 中 的 烦 恼
quán bù xiě xià lái fàng zài nǐ de chuáng biān shang nǐ bǎ suǒ
全 部 写 下 来 ， 放 在 你 的 床 边 上 ， 你 把 所
yǒu de shì qing quán bù tāo kōng le nǐ jiù shuì zháo le dàn zhè
有 的 事 情 全 部 掏 空 了 ， 你 就 睡 着 了 ， 但 这
shì rén jiān de bàn fǎ wǒ yào ràng nǐ men yòng niàn jīng de fāng
是 人 间 的 办 法 。 我 要 让 你 们 用 念 经 的 方
fǎ bǎ zì jǐ suǒ yǒu de fán nǎo quán bù huà jiě hé qù chú
法 ， 把 自 己 所 有 的 烦 恼 全 部 化 解 和 去 除
diào nǐ méi yǒu fán nǎo le nǐ jiù néng shuì jiào le
掉 ， 你 没 有 烦 恼 了 ， 你 就 能 睡 觉 了 。

shī fu měi cì gěi nǐ men shàng kè dōu shì zài bāng zhù nǐ men zěn
师父每次给你们上课都是在帮助你们怎
yàng qù chú fán nǎo dāng rán le zuì hǎo de fāng fǎ shì nǐ men zì
样去除烦恼，当然了，最好的方法是你们自
jǐ qù chú fán nǎo bǐ shī fu bāng zhù nǐ men qù chú fán nǎo yào hǎo
己去除烦恼，比师父帮助你们去除烦恼要好
de duō bǐ rú yí gè hǎo hái zi zuò zài xià miàn shàng kè shí bù
得多。比如，一个好孩子，坐在下面上课时不
jiǎng huà zǒng bǐ shī fu shuō nǐ bú yào jiǎng huà yào hǎo
讲话，总比师父说“你不要讲话”，要好
de duō le xiàn zài nǐ men shēn shàng yǒu yè zhàng yǒu máo
得多了。现在你们身上有业障，有毛
bìng wǒ shuō nǐ bù hǎo shuō tā bù hǎo nǐ men shuō wǒ lèi
病，我说你不好，说他不好，你们说我累
bu lèi a nǐ men zì xiū bǐ shī fu jiào nǐ men xiū hái yào hǎo
不累啊？你们自修，比师父叫你们修还要好
a zhè jiù jiào jué wù nǐ men méi yǒu jué wù a suǒ yǐ huì yǒu
啊，这就叫觉悟。你们没有觉悟啊，所以会有
xīn shì zài jiā shàng fán nǎo ràng nǐ yuè lái yuè fán rú guǒ nǐ
心事，再加上烦恼，让你越来越烦。如果你
xīn zhōng méi yǒu sī shì bǎ zì jǐ de shì qing fàng kāi wàng
心中没有私事，把自己的事情放开，忘
diào bǎ zhòng shēng de shì qing fàng zài xīn shàng zhè ge shí hou
掉，把众生的事情放在心上，这个时候
nǐ cái huì kuài lè nǐ bǎ xīn fàng zài dà jiā de shēn shàng nǐ jiù
你才会快乐。你把心放在大家的身上，你就

huì dé dào hěn duō de kuài lè dà jiā kāi xīn dà jiā lè bǐ yí gè
会 得 到 很 多 的 快 乐 。 大 家 开 心 ， 大 家 乐 ， 比 一 个
rén kāi xīn yí gè rén lè bù zhī dào yào hǎo duō shǎo bèi bǎ xīn
人 开 心 ， 一 个 人 乐 ， 不 知 道 要 好 多 少 倍 。 把 心
fàng zài dà jiā de shēn shang nǐ jiù huì dé dào zhēn zhèng kuài lè
放 在 大 家 的 身 上 ， 你 就 会 得 到 真 正 快 乐 。

suǒ yǐ yào qù chú fán nǎo bǎ fán nǎo quán bù qù chú shén
所 以 要 去 除 烦 恼 ， 把 烦 恼 全 部 去 除 ， 什
me dōu méi yǒu rán hòu nǐ jiù bú huì shī mián bú huì duō xiǎng shì
么 都 没 有 ， 然 后 你 就 不 会 失 眠 ， 不 会 多 想 事
qing fǎn zhī yīn wèi nǐ méi yǒu fán nǎo nǐ jiù bú huì shī
情 ； 反 之 因 为 你 没 有 烦 恼 ， 你 就 不 会 失
mián jiù bú huì xiǎng nà me duō le nà ge shí hou nǐ jiù huì yǒu
眠 ， 就 不 会 想 那 么 多 了 ， 那 个 时 候 你 就 会 有
gèng duō de kuài lè rú guǒ nǐ shī mián le hái zài xiǎng fán nǎo
更 多 的 快 乐 。 如 果 你 失 眠 了 ， 还 在 想 烦 恼
de shì qing zuì hòu jiù huì yǒu gèng duō de shì qing gèng duō de
的 事 情 ， 最 后 就 会 有 更 多 的 事 情 ， 更 多 的
fán nǎo suǒ yǐ yào duàn jìn yí qiè fán nǎo fán nǎo jí pú tí pú
烦 恼 。 所 以 要 断 尽 一 切 烦 恼 ， 烦 恼 即 菩 提 ， 菩
tí jiù shì nǐ duàn chú le fán nǎo nǐ jiù yǒu zhì huì le rú guǒ fán
提 就 是 你 断 除 了 烦 恼 ， 你 就 有 智 慧 了 ， 如 果 烦
nǎo zài nǐ shēn shang nǐ jiù méi yǒu zhì huì yǒu zhì huì de
恼 在 你 身 上 ， 你 就 没 有 智 慧 。 有 智 慧 的

rén jí shǐ yǒu fán nǎo lái le zì jǐ yě néng jiě jué rú guǒ zhè
人，即使有烦恼来了，自己也能解决。如果这
yàng nǐ jiù kě yǐ kàn dào zì jǐ de xīn le ò yuán lái fó
样，你就可以看到自己的心了——哦，原来佛
xìng jiù zài wǒ zhè lǐ a zài wǒ xīn lǐ a yīn wèi méi yǒu fán nǎo
性就在我这里啊，在我心里啊。因为没有烦恼
nǐ cái néng kàn dào zì jǐ de xīn yǒu fán nǎo de rén shì kàn bú dào
你才能看到自己的心，有烦恼的人是看不到
zì jǐ de xīn yǒu fán nǎo de rén kàn shén me shì qing dōu yǐ wéi
自己的心。有烦恼的人看什么事情，都以为
zì jǐ shì duì de
自己是对的。

xiàn zài yǒu xiē rén yǐ wéi zì jǐ xué dào le yì diǎn fó fǎ zì jǐ
现在有些人以为自己学到了一点佛法，自己
dú le jǐ běn fó jīng shū jiù zì yǐ wéi liǎo bù qǐ le shī fu zài zhè
读了几本佛经书，就自以为了不起了。师父在这
lǐ gào su dà jiā yí gè dào lǐ zuò rén qíng yuàn gēn yí gè duān rén
里告诉大家一个道理，做人情愿跟一个端人
jiāo péng you duān rén jiù shì duān zhèng de rén bù shí zì de duān
交朋友，端人就是端正的人，不识字的端
rén dōu kě yǐ yě bù gēn yí gè dú pò wàn juàn shū de xié rén jiāo
人都可以，也不跟一个读破万卷书的邪人交
péng you yǐ wéi zì jǐ shén me dōu dǒng ná fó jīng lái gōng jī
朋友。以为自己什么都懂，拿佛经来攻击

rén jiā zhè běn shēn jiù shì fàn zuì ná bù tóng shí qī fó jīng shuō
人 家 ， 这 本 身 就 是 犯 罪 。 拿 不 同 时 期 佛 经 说
fǎ de bù tóng lǐ lùn lái gōng jī mò fǎ shí qī cái yǒu de fǎ
法 的 不 同 理 论 ， 来 攻 击 末 法 时 期 才 有 的 法
mén yóu rú guò qu de shù xué jiā jiǎng xiàn zài de shù xué jiā bù
门 ， 犹 如 过 去 的 数 学 家 讲 现 在 的 数 学 家 不
dǒng shù xué yí yàng zuò zhè zhǒng shì qing jiù shì xiè dú fó
懂 数 学 一 样 ， 做 这 种 事 情 就 是 亵 渎 佛
jīng yú chī a suǒ yǐ shī fu shuō qíng yuàn hé yí gè bù shí zì de
经 ， 愚 痴 啊 ， 所 以 师 父 说 情 愿 和 一 个 不 识 字 的
duān rén jiāo péng you yě bú yào gēn yí gè dú pò wàn juàn shū de xié
端 人 交 朋 友 ， 也 不 要 跟 一 个 读 破 万 卷 书 的 邪
rén jiāo péng you
人 交 朋 友 。

yuǎn lí zuì è de wèi dào rén shēng kǔ wèi rén shēng shì
远 离 罪 恶 的 味 道 ， 人 生 苦 味 。 人 生 是
cháng wèi dào de wǒ men yào yuǎn lí zuì è de kǔ wèi jiù shì yào
尝 味 道 的 ， 我 们 要 远 离 罪 恶 的 苦 味 ， 就 是 要
yuǎn lí zuì è wén dào yí diǎn wèi dào jiù lí kāi ò tā men
远 离 罪 恶 ， 闻 到 一 点 味 道 就 离 开 ， 哦 ， 他 们
yào zuò huài shì qing le wǒ lí kāi tā men zhè ge rén sī wéi yǒu
要 做 坏 事 情 了 ， 我 离 开 他 们 。 这 个 人 思 维 有
piān chā le wǒ yào lí kāi yào yuǎn lí zuì è de wèi dào yào
偏 差 了 ， 我 要 离 开 ， 要 远 离 罪 恶 的 味 道 。 要

zhī dào jì jìng de wèi dào jiù shì zhè ge rén hěn ān jìng néng chén
知 道 寂 静 的 味 道 ， 就 是 这 个 人 很 安 静 ， 能 沉
zhù qì jì jìng de wèi dào nà shì fǎ lè de wèi dào fǎ xǐ chōng
住 气 。 寂 静 的 味 道 ， 那 是 法 乐 的 味 道 ， 法 喜 充
mǎn de wèi dào jiào fǎ lè cháng dào zhè zhǒng wèi dào de
满 的 味 道 ， 叫 法 乐 。 尝 到 这 种 味 道 的
rén jiù bú huì yǒu kǒng bù le jiù shì wú kǒng bù gù yīn wèi nǐ
人 ， 就 不 会 有 恐 怖 了 ， 就 是 无 恐 怖 故 。 因 为 你
yuǎn lí kǒng bù le yuǎn lí zuì è le nǐ jiù shì zhèng rén rén
远 离 恐 怖 了 ， 远 离 罪 恶 了 ， 你 就 是 正 人 。 人
yì jiē chù zuì è mǎ shàng jiù huì bù kāi xīn bǐ rú yí gè rén gǎo
一 接 触 罪 恶 ， 马 上 就 会 不 开 心 。 比 如 一 个 人 搞
nǐ yí xià jiē xià lái nǐ mǎ shàng jiù bù kāi xīn bù gāo xìng
你 一 下 ， 接 下 来 你 马 上 就 不 开 心 ， 不 高 兴
le jiù xiǎng zhe yào bào fù tā jiē xià lái nǐ jiù jiē jìn kǒng bù
了 ， 就 想 着 要 报 复 他 ， 接 下 来 你 就 接 近 恐 怖
le yīn wèi nǐ de shǒu duàn shì bào fù rén jiā jiē xià lái nǐ jiù huì
了 ， 因 为 你 的 手 段 是 报 复 人 家 ， 接 下 来 你 就 会
yǒu kǒng bù pà rén jiā lái bào fù nǐ yuǎn lí kǒng bù nǐ cái huì
有 恐 怖 ， 怕 人 家 来 报 复 你 。 远 离 恐 怖 你 才 会
wú kǒng bù gù
无 恐 怖 故 。

qiú zhēn bù qiú sì shén me dōng xī dōu yào zhǎo zhēn de dōng
求 真 不 求 似 ， 什 么 东 西 都 要 找 真 的 东

xī bù yāo qiú xiāng sì de dōng xī zhēn de zēng jiā zhì huì jiǎ
西 ， 不 要 求 相 似 的 东 西 。 真 的 增 加 智 慧 ， 假

de zēng jiā yú chī
的 增 加 愚 痴 。