

18. Menjalankan Sepuluh Sila

Selanjutnya Master membahas tentang menjalankan sepuluh sila.

Pertama, mewaspadaai ucapan dan perilaku agar mengurangi kesalahan. Dengan kata lain, harus sangat berhati-hati dalam berbicara dan berperilaku, baru bisa mengurangi kesalahan yang dilakukan. Petaka keluar dari mulut. Jika mulut sembarangan bicara, sembarangan bersikap, akhirnya menimbulkan masalah. Coba saja kalian lihat anak-anak gadis di Australia yang menjadi korban pemerkosaan, sebagian besar karena mereka bepergian tengah malam dengan mengenakan rok mini, mengundang orang lain melakukan kejahatan. Masalah ini sudah dibahas oleh banyak agama, kemudian masih menimbulkan perdebatan. Hari ini Master di sini tidak akan membahas baik buruknya, hanya membahas

perbuatan ini sangat mudah membuat orang lain berpikiran jahat, dan menyebabkan diri sendiri menjadi korban.

Kedua, mengontrol makanan agar menghormati pikiran. Seseorang yang tidak banyak makan berarti menghormati pikiran sendiri, maka otak tidak akan lambat merespon. Karena otak dan pikiran saling terhubung. Mengapa orang yang gemuk otaknya bekerja lebih lambat? Coba lihat saja, di antara orang-orang yang gemuk, ada berapa banyak yang cerdas? Makan terlalu banyak, tubuh menjadi gemuk, maka otak tidak bisa terkontrol.

Ketiga, mengurangi kegemaran akan memelihara pikiran. Dengan kata lain, semakin sedikit kegemaran atau hobi kamu, maka pikiranmu akan menjadi semakin tenang. Suka minum teh, hobi ini tidak terkategori buruk bukan? Namun ada sebagian orang di tempat-tempat tertentu senang menikmati teh, bisa menghabiskan waktu seharian untuk meminum teh,

ini berarti membuang-buang waktu. Oleh karena itu, hobi semakin sedikit semakin bagus, contohnya minum arak, merokok, berjudi, perbuatan asusila, dan lainnya. Jika tidak ada kegemaran dalam pikiran kita, maka semakin tidak memiliki nafsu keinginan, pikiran akan menjadi semakin tenang. Apabila pikiran tidak bisa tenang, bagaimana bisa membina pikiran?

Keempat, bertahan dalam kesulitan dan bekerja keras dengan kesungguhan hati. Apabila seseorang mampu bersabar, rela bekerja keras dan tidak takut dikritik orang, maka hati atau pikiran orang ini sangat tenang. Saya yang melakukannya, saya melakukannya dengan sungguh-sungguh, senang bukan? Kata-kata Mutiara Buddhis dari Bodhisattva mengajarkan kita bagaimana berperilaku selayaknya seorang manusia. Umur manusia terbatas, namun masih tetap merokok; sudah menasihati kamu jangan mengikuti lomba balap mobil, namun tetap bersikeras menyetir dengan sangat laju; sudah menasihati kamu lebih hati-hati dalam menyetir, namun masih

mengendarai mobil setelah minum arak, maka akan menimbulkan buah karma buruk. Bodhisattva mengajarkan kita untuk lebih banyak olah fisik. Berolah fisik berarti berolahraga, berolahraga adalah keindahan. Setelah berusaha sekuat tenaga, kamu baru bisa merasa nyaman, dan kamu tidak akan menyesal maupun sedih.

Kelima, berhati-hati dalam kegembiraan dan kemarahan, supaya bisa menenangkan diri. Dengan kata lain, ketika merasa senang, harus sangat berhati-hati, sewaktu marah, juga harus berhati-hati, karena energi vital berhubungan langsung dengan sukacita, amarah, kesedihan, dan kegembiraanmu. Saat marah, melampiaskan amarah, merasa senang, penuh sukacita, semua ini karena energi vital kamu sedang bergerak. Jika seseorang tidak memiliki energi vital, bukankah dia sudah meninggal? Bukankah manusia hidup hanya mengandalkan sebuah nafas? Oleh karena itu, harus jaga nafas diri sendiri ini dengan baik. Ada banyak orang yang mengira dirinya menang

lotere, namun ternyata dia melihat angka 6 menjadi 9, kegembiraan menjadi sia-sia. Oleh karena itu, harus berhati-hati terhadap kegembiraan maupun amarah. Hari ini sebelum marah-marah, pikirkan baik-baik: Apakah saya sepatutnya marah? Apakah pantas marah-marah? Apakah ini bisa merusak kesehatan saya? Apakah ini bisa menyakiti orang yang saya kasihi? Saya tidak mau marah lagi. Jika hari ini saya bersukacita, saya merasa senang, terlalu senang juga tetap akan bermasalah, karena seiring dengan datangnya kebahagiaan, akan diikuti oleh malapetaka dibagian akhir. Ini adalah unsur 'yin' dan 'yang' , sedangkan 'yin' dan 'yang' saling berkesinambungan. Seseorang seumur hidup tidak akan selamanya mengalami kelancaran, juga tidak akan selamanya mengalami kesialan. Orang-orang saat memahami kebahagiaan dan kemarahan, seringkali melupakan hal yang bahagia, karena ketika dia sedang berbahagia, dia tidak akan terlalu merasa bahwa dia sedang berbahagia. Kalian cobalah, saat menonton film komedi dan kamu tertawa, kamu sendiri

tidak akan merasakannya, hanya merasa senang saja. Namun ketika seseorang sedang marah atau sedih, maka dia akan mengetahui bahwa dirinya sedang bersedih, “Saya tidak bisa melewatinya.” Mengerti? Sesungguhnya, Bodhisattva berada di dunia ini bersama kita. Coba pikirkan, semua ini adalah pengajaran Bodhisattva kepada kita tentang bagaimana kita menjadi orang yang baik. “Bisa menjadi orang, baru bisa menjadi Buddha” . Jika kamu bisa berperilaku seperti Bodhisattva, bukankah berarti dirimu adalah Bodhisattva? Tenang, berarti pikiran tenang dan cara bersikap pun menjadi lembut.

Keenam, menghentikan perilaku berlebihan agar mencapai keberhasilan. Seseorang yang membual, sama dengan membesar-besarkan (hiperbola). Sudah jelas hanya masalah kecil, namun dia malah mengatakannya menjadi sangat besar, disebut juga membesar-besarkan. Manusia hidup di dunia ini jangan hiperbola. Master selalu bersikap

rendah hati ketika menolong orang-orang di stasiun radio. Akan tetapi ada banyak pendengar yang terlalu menggebu-gebu perasaannya, lalu menyebut Master sebagai Bodhisattva. Master menyebut diri sendiri adalah “Master Lu” . Hidup di dunia ini, maka harus menggunakan nama dalam Dharma selama di duniawi, berarti diri sendiri setara dengan orang lain. Jika kalian memanggil Master sebagai Bodhisattva hidup, berarti Master sudah tidak setara dengan kalian, Master sendiri juga akan merasa sangat sedih. Karena kalian memperjauh jarak dan tingkat kesadaran spiritual kalian dengan Master. Pada hari itu, saat acara pesta malam Natal, ada seorang teman se-Dharma yang duduk di sebelah Master berkata, “Master juga makan?” Dia merasa aneh, Bodhisattva mengapa juga bisa makan? Oleh karena itu, tidak boleh takhayul. Sebagai manusia, jangan terlalu membesar-besarkan diri sendiri. Karena kamu sedang menggunakan jiwa dan kebijaksanaan Bodhisattva untuk menolong orang-orang. Sesuatu yang ditunjukkan oleh tubuh fisikmu belum tentu sama dengan

Bodhisattva. Akan tetapi ketika membabarkan Dharma atau menolong orang lain, kamu sudah pasti adalah Bodhisattva yang sesungguhnya. Biasanya kamu boleh bergurau sedikit. Master kemarin di jalan juga menyesuaikan jodoh menolong satu orang, menasihatnya sampai dia mendengarkan semuanya dan terdiam di sana. Ini yang disebut “Pergi ke mana pun, senantiasa menolong orang-orang di mana pun.” Harus menggunakan berbagai macam cara untuk menolong orang-orang. Mengerti? Master akan berbicara menyesuaikan sifat orang yang datang menemui Master. Jangan angkuh, harus mencapai keberhasilan dengan usaha bersama. Yaitu, terhadap segala hal, kita semua harus bersama-sama menyelesaikannya dengan baik. Apakah kamu akan salah jika mengandalkan pada kekuatan bersama dalam melakukan setiap hal? Jika kamu melakukannya sendiri, maka mungkin kamu bisa melakukan kesalahan. “ji si guang yi – mengumpulkan pendapat dan menerima manfaat yang lebih luas” , semua kata-kata yang sangat jelas, ini merupakan

Ajaran Buddha Dharma yang ditransformasi menjadi bahasa sehari-hari untuk menyelamatkan kesadaran spiritual orang-orang, kalian harus belajar dengan baik-baik.

Ketujuh, utamakan mengalah supaya bisa berbaur dengan semua orang. Dengan kata lain, kita hidup dalam masyarakat, harus belajar untuk mengalah. Seseorang yang tidak mau mengalah, tidak akan bisa hidup berkelompok, tidak bisa hidup bersama-sama dengan orang lain. Apa yang mau disombongkan? Coba kalian lihat, ada sebagian negara-negara kuat yang ingin menjadi polisi internasional, yang bisa menyerang siapapun yang ingin diserangnya, namun akhirnya dia jadi sering diserang orang lain, dampak utamanya adalah menyebabkan kemunduran ekonomi, selain itu banyak negara tidak menyukainya. Baik satu orang atau satu negara, harus belajar untuk mengalah. Mengutamakan berarti menjunjung tinggi, menghormati, menyebarluaskan. Mundur selangkah, lautan masih luas dan langit masih kosong, mengalah satu

langkah akan menyongsong masa depan yang cerah. Banyak orang yang semakin mengalah, masa depannya semakin cerah; semakin gegabah, masa depan semakin sulit.

Kedelapan, berhati-hati dalam membuat janji untuk mendapatkan kepercayaan penuh. Dengan kata lain, harus berhati-hati dalam mengucapkan janji supaya orang lain bisa sepenuhnya mempercayaimu. Jika ingin mendapatkan kepercayaan, maka sebisa mungkin jangan suka membual, sebisa mungkin jangan mengatakan kebohongan. Standar Master kepada kalian sudah sangat rendah, Master ingin kalian berusaha untuk tidak membual, berusaha jangan berbohong. Karena satu kebohongan memerlukan sepuluh kebohongan lainnya untuk menutupinya, selain itu banyak orang yang berbohong, namun dirinya sendiri lupa, dan akhirnya diri sendiri mengatakan yang sesungguhnya. Oleh karena itu, kalian harus ingat hal ini baik-baik.

Kesembilan, mengurangi pengeluaran untuk menghemat berkah. Sebisa mungkin kurangi pemborosan dalam hidupmu dan biaya pengeluaran dalam keluarga, kita harus menghargai keberuntungan. Mengapa di Alam Manusia, kita bisa membina diri sampai ke Alam Surga, namun juga bisa jatuh ke Neraka? Sesungguhnya Alam Manusia adalah alam yang sangat aneh, karena alam ini merupakan tempat untuk meminjam kepalsuan demi membina kebenaran. Apabila kamu tekun membina diri di Alam Manusia, maka kamu mungkin selamanya tidak akan jatuh ke bawah. Namun jika kamu menggunakan tempat ini untuk melakukan banyak sekali kejahatan, maka kamu mungkin selamanya tidak bisa lagi menjadi manusia. Alam Manusia bagaikan stasiun transit. Ada banyak pendengar yang bertanya kepada Master, mengapa kita hanya bisa menjalani pembinaan diri di Alam Manusia? Master tidak punya waktu untuk menjawabnya, hari ini saya akan memberi tahu kalian: karena di Alam Manusia memiliki jiwa dan raga, maka kita bisa menjalani pembinaan ganda. Apakah Alam Setan memiliki

raga? Apakah Alam Asura memiliki raga? Apakah binatang memiliki jiwa yang bersifat dasar bijaksana? Jiwa binatang itu sudah permanen, bukan seperti jiwa manusia yang bijaksana, bukan jiwa yang bijaksana seperti Bodhisattva, melainkan seperti barang bekas yang sudah diproses, bukan jiwa yang semula.

Kesepuluh, menjaga welas asih demi mengembangkan moralitas. Dari manakah moralitas seseorang berasal? Karena kamu berwelas asih kepada orang lain, karena kamu mengasihani orang lain, kamu merasa orang ini menderita, orang itu menderita, maka moralitasmu akan muncul. Master mengajarkan kalian, melihat siapapun, kalian harus merasa dia kasihan. Jika kamu merasa setiap orang itu kasihan, maka kamu sudah mengembangkan perasaan welas asih, kamu tidak lagi membenci orang lain, mengumpulkan pahala kebajikan. Apakah yang dimaksud dengan mengembangkan moralitas? Budi baik kamu muncul karena dikembangkan. Apakah yang

dimaksud dengan dikembangkan? Bukan mengembangkan seperti mengasuh anak, melainkan pembinaan. Oleh karena itu, sifat welas asih merupakan dasar utama manusia di alam semesta ini. Menekuni Dharma dan membina pikiran bisa menjaga “dasar utama” ini, dengan meminjam kepalsuan duniawi untuk membina kebenaran, berarti kamu baru benar-benar menghargai “dasar” ini. Dengan membina kesadaran spiritual Buddha dan terus menyelamatkan kesadaran spiritual semua makhluk, kita baru bisa membuat “dasar utama” ini tersucikan, lalu kembali ke Alam Surga, bersama-sama mencapai penerangan yang paling sempurna (anuttara samyak sambodhi).

lì shēn shí jiè
18. 立身十戒

jiē xià lai shī fu gěi dà jiā jiǎng lì shēn shí jiè
接下来师父给大家讲立身十戒。

dì yī jǐn yán xíng yǐ guǎ guò jiù shì shuō jiǎng huà hé xíng wéi
第一，谨言行以寡过。就是说讲话和行为
yào tè bié de jǐn shèn cái néng shǎo zuò cuò shì huò cóng kǒu chū zuǐ
要特别地谨慎才能少做错事。祸从口出。嘴
ba luàn jiǎng dòng zuò luàn zuò chū shì le ba nǐ men qù kàn kan
巴乱讲，动作乱作，出事了吧。你们去看看
ào dà lì yà nà xiē bèi shī bào de nǚ hái zi hěn duō dōu shì bàn yè chū
澳大利亚那些被施暴的女孩子，很多都是半夜出
qù chuān zhe chāo duǎn qún yǐn qǐ bié rén zuò huài shì de zhè xiē wèn tí
去穿着超短裙引起别人做坏事的。这些问题
yǐ jīng bèi hěn duō zōng jiào jiǎng guo le hòu lai hái yǐn qǐ zhēng
已经被很多宗教讲过了，后来还引起争
lùn shī fu jīn tiān zài zhè lǐ bù jiǎng hǎo huài jiù jiǎng hěn róng yì
论。师父今天在这里不讲好坏，就讲很容易
ràng rén jiā yì shì shàng xiān fàn zuì dǎo zhì zì jǐ shòu hài
让人家意识上先犯罪，导致自己受害。

dì èr jié yǐn shí yǐ zūn xīn chī dōng xī shǎo de rén shì zūn
第二，节饮食以尊心。吃东西少的人是尊
zhòng zì jǐ de xīn bú huì nǎo zi bù hǎo yīn wèi nǎo zi hé xīn shì
重自己的心，不会脑子不好。因为脑子和心是
lián zài yì qǐ de wèi shén me pàng de rén nǎo zi jiù bú huì dòng de
连在一起的。为什么胖的人脑子就不会动的
kuài ne nǐ men kàn kan pàng de rén yǒu jǐ gè cōng míng de chī de
快呢？你们看看胖的人有几个聪明的？吃得
tài duō rén pàng le nǎo zi jiù bù tīng shǐ huàn
太多，人胖了脑子就不听使唤。

dì sān shěng shì hào yǐ yǎng xīn jiù shì shuō nǐ de shì hào yuè
第三，省嗜好以养心。就是说你的嗜好越
shǎo nǐ de xīn jiù yuè píng jìng hěn xǐ huan hē chá zhè ge shì hào
少，你的心就越平静。很喜欢喝茶，这个嗜好
bú suàn huài ba yǒu xiē dì fang de rén xǐ huan chá dào xiǎo bēi chá
不算坏吧。有些地方的人喜欢茶道，小杯茶
kě yǐ hē shàng yì tiān zhè yě shì làng fèi shí jiān suǒ yǐ shì hào shì
可以喝上一天，这也是浪费时间。所以嗜好是
yuè shǎo yuè hǎo bǐ rú hē jiǔ chōu yān dǔ bó hào sè
越少越好，比如喝酒、抽烟、赌博、好色
děng xīn zhōng yuè shì méi yǒu shì hào jiù yuè shì méi yǒu yù wàng xīn
等。心中越是没有嗜好就越是没有欲望，心
jiù huì yuè píng jìng xīn bù néng píng jìng zěn me xiū xīn ne
就会越平静。心不能平静，怎么修心呢？

dì sì nài fán láo yǐ jìn xīn yí gè rén rú guǒ néng gòu rěn
第 四 ， 耐 烦 劳 以 尽 心 。 一 个 人 如 果 能 够 忍
nài rèn láo rèn yuàn de huà zhè ge rén de xīn shì hěn tā shí de shì
耐 、 任 劳 任 怨 的 话 ， 这 个 人 的 心 是 很 踏 实 的 。 是
wǒ zuò de wǒ shí shí zài zài zuò le kāi xīn ba pú sà de fó yán fó
我 做 的 ， 我 实 实 在 在 做 了 ， 开 心 吧 ？ 菩 萨 的 佛 言 佛
yǔ dōu shì jiāo wǒ men zěn me zuò rén rén yǒu yáng shòu fēi yào pīn
语 都 是 教 我 们 怎 么 做 人 。 人 有 阳 寿 ， 非 要 拼
mìng chōu yān jiào nǐ bú yào cān jiā qì chē bǐ sài fēi yào qù biāo
命 抽 烟 ； 叫 你 不 要 参 加 汽 车 比 赛 ， 非 要 去 飙
chē jiào nǐ kāi chē dāng xīn yì diǎn fēi yào jiǔ hòu jià chē cái huì
车 ； 叫 你 开 车 当 心 一 点 ， 非 要 酒 后 驾 车 ， 才 会
chǎn shēng è guǒ pú sà jiāo wǒ men duō láo dòng láo dòng jiù shì
产 生 恶 果 。 菩 萨 教 我 们 多 劳 动 。 劳 动 就 是
yùn dòng láo dòng chǎn shēng měi jìn xīn jìn lì le nǐ cái huì shū
运 动 ， 劳 动 产 生 美 。 尽 心 尽 力 了 你 才 会 舒
fu nǐ jiù bú huì hòu huǐ nǐ jiù bú huì nán guò
服 ， 你 就 不 会 后 悔 ， 你 就 不 会 难 过 。

dì wǔ shèn xǐ nù yǐ píng qì jiù shì shuō kāi xīn de shí hou yào
第 五 ， 慎 喜 怒 以 平 气 。 就 是 说 开 心 的 时 候 要
tè bié jǐn shèn fā nù de shí hou yě yào tè bié dāng xīn qì zhí jiē
特 别 谨 慎 ， 发 怒 的 时 候 也 要 特 别 当 心 ， 气 直 接
guān xi dào nǐ de xǐ nù āi lè shēng qì le fā pí qì le kāi xīn
关 系 到 你 的 喜 怒 哀 乐 。 生 气 了 、 发 脾 气 了 、 开 心

le xǐ qì yáng yáng dōu shì nǐ de qì zài dòng a yí gè rén rú
了、喜气洋洋，都是你的气在动啊。一个人如
guǒ méi yǒu qì le bú jiù sǐ le ma rén huó zhe bú jiù shì yì kǒu qì
果没有气了不就死了吗？人活着不就是一口气
ma suǒ yǐ yào zhǎng wò hǎo zì jǐ de zhè yì kǒu qì hěn duō rén yǐ
吗？所以要掌握好自己的这一口气。很多人以
wéi zì jǐ zhòng liù hé cǎi le yuán lái shì bǎ kàn chéng le 9, bái kāi
为自己中六合彩了，原来是把6看成了9，白开
xīn le suǒ yǐ xǐ hé nù dōu yào jǐn shèn jīn tiān fā pí qì zhī qián
心了。所以喜和怒都要谨慎。今天发脾气之前
hǎo hǎo xiǎng xiāng wǒ zhè pí qì gāi bu gāi fā fā le shì bu shì zhí
好好想想：我这脾气该不该发？发了是不是值
dé huì bu huì shāng wǒ shēn tǐ huì bu huì shāng wǒ xīn shàng de
得？会不会伤我身体？会不会伤我心上的
rén wǒ bú yào fā pí qì le jīn tiān wǒ xǐ de shí hou wǒ kāi xīn
人？我不要发脾气了。今天我喜的时候我开心
le kāi xīn guò tóu le zhào yàng chū shì yīn wèi suí xǐ ér lái de jiù
了，开心过头了照样出事，因为随喜而来的就
huì yǒu zāi huò tā jiù shì yīn yáng yīn yáng shì xiāng jiē de yí gè
会有灾祸。它就是阴阳，阴阳是相接的。一个
rén yí bèi zi bú huì yǒng yuǎn shùn lì yě bú huì yǒng yuǎn dǎo
人一辈子不会永远顺利，也不会永远倒
méi rén jiù shì zài lǐ jiě xǐ nù de shí hou róng yì bǎ xǐ shì wàng
霉。人就是在理解喜怒的时候容易把喜事忘

jì yīn wèi tā kāi xīn de shí hòu tā jiù bú tài gǎn jué dào zhèng zài kāi
记，因为他开心的时候他就不太感觉到正在开
xīn nǐ men qù shì yí shì kàn xǐ jù piàn nǐ xiào de shí hòu nǐ zì
心。你们去试一试，看喜剧片你笑的时候，你自
jǐ méi gǎn jué de jiù zhǐ zhī dào kāi xīn dàn shì dāng yí gè rén shēng
己没感觉的，就只知道开心。但是当一个人 生
qì de shí hòu nán guò de shí hòu tā jiù zhī dào wǒ zài nán
气的时候、难过的时候，他就知道我在难
guò wǒ zhēn de guò bú qù míng bai le ma shí jì shàng pú sà
过、我真的过不去。明白了吗？实际上 菩萨
gēn wǒ men jiù zài rén jiān xiǎng xiàng kàn zhè xiē dōu shì pú sà jiāo
跟我们就在人间。想想看，这些都是菩萨教
wǒ men zěn yàng zuò rén a rén chéng jí fó chéng nǐ zuò rén xiàng
我们怎样做人啊，人成即佛成。你做人像
pú sà le nǐ bú jiù shì pú sà ma píng qì jiù shì xīn píng qì hé
菩萨了，你不就是菩萨吗？平气，就是心平气和。

dì liù jiè kuā zhāng yǐ jí shì yí gè rén chuī niú jiù jiào kuā
第六，戒夸张以集事。一个人吹牛就叫夸
zhāng míng míng yí diǎn diǎn shì qing tā bǎ tā shuō chéng hǎo
张。明明一点点事情，他把它说成好
dà yě chēng wéi kuā dà rén huó zài shì jiè shàng bú yào kuā
大，也称为夸大。人活在世界上不要夸
zhāng shī fu zài diàn tái lǐ jiù rén hěn dī diào dàn shì hěn duō tīng
张。师父在电台里救人很低调。但是很多听

zhòng biē bú zhù le jiù jiào shī fu pú sà shī fu jiào zì jǐ lú tái
众 憋 不 住 了 ， 就 叫 师 父 菩 萨 。 师 父 叫 自 己 “ 卢 台
zhǎng huó zài rén jiān jiù bǎ zì jǐ zài rén jiān de fǎ hào ná chū
长 ” 。 活 在 人 间 就 把 自 己 在 人 间 的 法 号 拿 出
lái gēn rén jiā shì píng děng de rú guǒ nǐ men jiào shī fu huó pú
来 ， 跟 人 家 是 平 等 的 。 如 果 你 们 叫 师 父 活 菩
sà shī fu jiù hé nǐ men bù píng děng le shī fu zì jǐ jiù hěn nán
萨 ， 师 父 就 和 你 们 不 平 等 了 ， 师 父 自 己 就 很 难
guò yīn wèi nǐ men lā kāi le hé shī fu de jù lí hé jìng jiè nà tiān
过 。 因 为 你 们 拉 开 了 和 师 父 的 距 离 和 境 界 。 那 天
zài shèng dàn wǎn huì shàng yí wèi fó yǒu zuò zài shī fu biān shàng
在 圣 诞 晚 会 上 ， 一 位 佛 友 坐 在 师 父 边 上
shuō lú tái zhǎng yě chī fàn a tā jiù jué de qí guài pú sà
说 ， “ 卢 台 长 也 吃 饭 啊 ？ ” 她 就 觉 得 奇 怪 ， 菩 萨
zěn me yě huì chī fàn a bù néng shén huà zuò rén bú yào bǎ zì jǐ
怎 么 也 会 吃 饭 啊 ？ 不 能 神 话 。 做 人 不 要 把 自 己
kuā zhāng yīn wèi nǐ shì zài yòng línghún shì yòng pú sà de zhì huì
夸 张 。 因 为 你 是 在 用 灵 魂 、 是 用 菩 萨 的 智 慧
zài jiù rén nǐ ròu tǐ zhǎn shì de dōng xī bù yí dìng gēn pú sà yí
在 救 人 ， 你 肉 体 展 示 的 东 西 不 一 定 跟 菩 萨 一
yàng dàn shì zài shuō fǎ de shí hou zài jiù rén de shí hou jué duì
样 。 但 是 在 说 法 的 时 候 、 在 救 人 的 时 候 ， 绝 对
shì gè zhēn pú sà nǐ píng shí kě yǐ shāo wēi jiǎng diǎn xiào huà shī
是 个 真 菩 萨 。 你 平 时 可 以 稍 微 讲 点 笑 话 。 师

fu zuó tiān zài zǒu lù shí hái suí yuán jiù le yí gè rén jiǎng de tā fú fú
父 昨 天 在 走 路 时 还 随 缘 救 了 一 个 人 , 讲 得 他 服 服
tiē tiē dāi zài nàr le zhè jiù shì zǒu dào nǎ lǐ jiù rén jiù dào
帖 帖 , 呆 在 那 儿 了 。 这 就 是 走 到 哪 里 , 救 人 救 到
nǎ lǐ yào yòng gè zhǒng gè yàng de fāng fǎ jiù rén míng bai le
哪 里 , 要 用 各 种 各 样 的 方 法 救 人 。 明 白 了
ma lái jiàn shī fu de rén shì shén me yàng shī fu jiù shuō shén me
吗 ? 来 见 师 父 的 人 是 什 么 样 , 师 父 就 说 什 么
huà bú yào jū gāo lín xià yào yǐ jí shì yǐ jí shì jiù shì shuō rèn
话 。 不 要 居 高 临 下 , 要 以 集 事 。 以 集 事 就 是 说 任
hé shì qing dōu shì dà jiā yì qǐ lái bǎ tā zuò hǎo rèn hé shì qing dōu
何 事 情 都 是 大 家 一 起 来 把 它 做 好 。 任 何 事 情 都
shì kào zhe dà jiā de lì liàng nǐ huì cuò ma rú guǒ nǐ yí gè rén
是 靠 着 大 家 的 力 量 , 你 会 错 吗 ? 如 果 你 一 个 人
zuò nǐ jiù yǒu kě néng fàn cuò jí sī guǎng yì a zhè xiē jīng pì
做 , 你 就 有 可 能 犯 错 。 集 思 广 益 啊 。 这 些 精 辟
de yǔ yán shì bǎ fó fǎ zhuǎn huà chéng bái huà lái jiù dù zhòng shēng
的 语 言 是 把 佛 法 转 化 成 白 话 来 救 度 众 生
de nǐ men yào hǎo hǎo xué a
的 , 你 们 要 好 好 学 啊 。

dì qī chóng tuì ràng yǐ hé zhòng jiù shì shuō rén zài shè huì
第 七 , 崇 退 让 以 合 众 。 就 是 说 人 在 社 会
shàng yào xué huì tuì ràng yí gè bù dǒng de tuì ràng de rén shì bù hé
上 要 学 会 退 让 。 一 个 不 懂 得 退 让 的 人 是 不 合

qún de shì bù néng hé dà jiā zài yì qǐ de yǒu shén me kě ào màn
群的，是不能和大家在一起的。有什么可傲慢
de nǐ kàn yǒu xiē qiáng guó xiǎng zuò guó jì jǐng chá xiǎng dǎ shéi
的？你看有些强国想做国际警察，想打谁
jiù dǎ shéi jié guǒ yě jīng cháng bèi rén dǎ jīng jì shuāi tuì yě shì dì
就打谁，结果也经常被人打，经济衰退也是第
yī gè hěn duō guó jiā dōu bù xǐ huan tā yí gè rén yě hǎo yí
一个，很多国家都不喜欢它。一个人也好，一
gè guó jiā yě hǎo yí dìng yào qiān ràng chóng jiù shì chóng
个国家也好，一定要谦让。“崇”就是崇
shàng zūn zhòng tuī guǎng de yì si tuì yí bù hǎi kuò tiān
尚、尊重、推广的意思。退一步海阔天
kōng ràng yí bù qián tú wú liàng hěn duō rén yuè ràng qián tú
空，让一步前途无量。很多人越让，前途
yuè hǎo yuè chōng qián tú yuè jiān nán
越好；越冲，前途越艰难。

dì bā shèn nuò yán yǐ quán xìn jiù shì shuō chéng nuò yào jǐn
第八，慎诺言以全信。就是说承诺要谨
shèn cái néng ràng rén jiā quán fāng wèi de xiāng xìn nǐ yào xiǎng dé dào
慎才能让人家全方位地相信你。要想得到
xìn rèn dù jìn liàng bú yào qù kuā dà jìn liàng bú yào shuō huǎng
信任度，尽量不要去夸大，尽量不要说谎
huà shī fu duì nǐ men de yāo qiú yǐ jīng hěn dī le shī fu yào nǐ
话。师父对你们的要求已经很低了，师父要你

men jìn liàng bú yào qù chuī niú jìn liàng bú yào qù shuō huǎng yí jù
们 尽 量 不 要 去 吹 牛 , 尽 量 不 要 去 说 谎 。 一 句
huǎng yán xū yào shí jù huǎng yán lái mí bǔ ér qiě hěn duō rén shuō
谎 言 需 要 十 句 谎 言 来 弥 补 , 而 且 很 多 人 说
wán huǎng jì bú zhù zì jǐ yòu shuō chū qù le suǒ yǐ dà jiā yào hǎo
完 谎 记 不 住 自 己 又 说 出 去 了 。 所 以 大 家 要 好
hǎo jì zhù
好 记 住 。

dì jiǔ jiǎn hào fèi yǐ xī fú jìn liàng jiǎn shǎo nǐ shēng huó
第 九 , 减 耗 费 以 惜 福 。 尽 量 减 少 你 生 活
zhōng de làng fèi hé jiā lǐ de hào fèi yào zhēn xī fú qì rén dào wéi
中 的 浪 费 和 家 里 的 耗 费 , 要 珍 惜 福 气 。 人 道 为
shén me kě yǐ xiū shàng tiān yě kě yǐ xià dì yù shí jì shàng rén dào
什 么 可 以 修 上 天 , 也 可 以 下 地 狱 ? 实 际 上 人 道
shì gè hěn qí guài de dào zhè ge dào jiù shì jiè jiǎ xiū zhēn de dì
是 个 很 奇 怪 的 道 , 这 个 道 就 是 借 假 修 真 的 地
fang rú guǒ nǐ zài rén dào kuáng xiū nǐ yě xǔ yǒng yuǎn bú huì dào
方 。 如 果 你 在 人 道 狂 修 , 你 也 许 永 远 不 会 到
xià miàn qu le rú guǒ nǐ jiè yòng zhè ge dì fang kuáng zuò huài
下 面 去 了 。 如 果 你 借 用 这 个 地 方 狂 做 坏
shì nǐ yě xǔ yǒng yuǎn zuò bù liǎo rén rén dào xiàng gè zhōng zhuǎn
事 , 你 也 许 永 远 做 不 了 人 。 人 道 像 个 中 转
zhàn yí yàng zài diàn tái lǐ hěn duō tīng zhòng wèn shī fu wèi shén
站 一 样 。 在 电 台 里 很 多 听 众 问 师 父 , 为 什

me zhǐ yǒu rén dào cái néng xiū xíng shī fu méi yǒu shí jiān huí dá jīn
么只有人道才能修行？师父没有时间回答，今
tiān gào su nǐ men yīn wèi rén dào jù yǒu líng tǐ hé ròu tǐ suǒ yǐ
天告诉你们：因为人道具具有灵体和肉体，所以
kě yǐ shuāng xiū guǐ dào yǒu ròu tǐ ma ā xiū luó dào yǒu ròu tǐ
可以双修。鬼道有肉体吗？阿修罗道有肉体
ma chù shēng yǒu méi yǒu zhì huì běn xìng de líng tǐ chù shēng de
吗？畜生有没有智慧本性的灵体？畜生的
líng tǐ shì gù dìng de bú shì rén de zhì huì de nà zhǒng líng tǐ bú
灵体是固定的，不是人的智慧的那种灵体，不
shì pú sà zhì huì de nà zhǒng líng tǐ ér shì shòu guo chǔ lǐ de xiàng
是菩萨智慧的那种灵体，而是受过处理的像
èr shǒu huò shì de bú shì yuán xíng de líng tǐ le
二手货似的，不是原型的灵体了。

dì shí cún bēi xīn yǐ yǎng dé rén de dào dé shì zěn me yàng lái
第十，存悲心以养德。人的道德是怎么样来
de yīn wèi nǐ cí bēi rén jiā nǐ bēi mǐn rén jiā nǐ gǎn jué zhè ge
的？因为你慈悲人家、你悲愍人家，你感觉这个
rén kǔ nà ge rén kǔ nǐ de dé xìng jiù chū lái le shī fu jiào yù nǐ
人苦、那个人苦，你的德性就出来了。师父教育你
men kàn jiàn shéi dōu yào jué de tā kě lián nǐ jué de rén rén dōu kě
们看见谁都要觉得他可怜。你觉得人人都可
lián nǐ jiù yǎng chéng cí bēi xīn le nǐ jiù bú hèn rén jiā le jī
怜，你就养成慈悲心了，你就不恨人家了，积

fú dé a shén me jiào yǎng dé nǐ de dé xìng shì yǎng chū lái
福德啊。什么叫养德？你的德性是养出来
de shén me jiào yǎng bú shì yǎng hái zǐ de yǎng shì péi yǎng chū
的。什么叫养？不是养孩子的养，是培养出
lái de suǒ yǐ wéi rén cí bēi shì wéi rén zhī tiān dì zhī běn xué fó xiū
来的。所以为人慈悲是为人之天地之本。学佛修
xīn kě yǐ bǎo chí nǐ de zhè ge běn jiè jiǎ xiū zhēn cái shì zhēn
心可以保持你的这个“本”，借假修真才是真
zhèng de ài xī zhè ge běn péi yǎng fó jìng jiè jiān chí dù
正的爱惜这个“本”。培养佛境界，坚持度
zhòng shēng cái néng ràng zhè ge běn dé dào qīng yuán huí guī
众生才能让这个“本”得到清源，回归
tiān jiè gòng zhèng wú shàng zhèng děng zhèng jué
天界，共证无上正等正觉。