

22. Melepaskan Kerisauan Duniawi, Memusatkan Diri Pada Pembinaan Di Dunia

Apabila sepanjang hari hanya merekatkan nama Buddha dan Bodhisattva di mulut, namun tidak dengan serius memahami dan mempraktikkannya, maka jasa kebajikan dia hampir tidak ada. Oleh karena itu, harus memahami dan mempraktikkannya. Apa yang dimaksud dengan praktik? Yaitu membina diri. Apa yang dimaksud dengan memahami? Yaitu membina pikiran. Jika seseorang tidak bisa memiliki pemahaman yang mendalam terhadap satu Pintu Dharma, tidak memiliki pemahaman dan menerapkan Ajaran Buddha Dharma yang paling mendasar sekalipun, maka orang ini tidak memiliki jasa kebajikan. Contoh, seseorang hampir terjatuh, jika kamu berdasarkan naluri alami dalam sekejap (karena belum pernah menekuni Dharma), dirimu tidak memiliki suatu perasaan welas asih yang merasakan kalau orang tua ini hampir

terjatuh, melainkan hanya suatu gerak refleks memapahnya, maka kamu hanya melakukan satu perbuatan baik. Namun jika kamu merasa: “Aduh, apa yang akan terjadi jika orang tua ini terjatuh, saya seharusnya bagaimana untuk memapahnya. Dia sangat kasihan, dia seperti orang tua saya. Dia adalah Buddha masa lalu atau Buddha masa depan.” Jika kamu memiliki pemikiran seperti ini, ketika kesadaran spiritualmu meningkat, melakukan hal apapun, maka kamu sudah mencapai tingkat kesadaran spiritual yang tinggi. Apabila kamu melakukannya dengan sepenuh hati, maka yang kamu dapatkan adalah balasan kejiwaan: Namun jika kamu hanya melakukan sesuatu dengan tampak luar, maka balasan yang kamu dapatkan juga hanya tampak luar saja. Kalian semua tahu, bahwa tidak ada satupun hal di dunia ini yang bisa diperoleh tanpa kerja keras, bila ingin mendapatkan secara cuma-cuma, itu tidak mungkin. Murid saya – Xiao Yu sekarang disebut sebagai guru oleh orang-orang, karena dia sudah menjawab begitu banyak pertanyaan. Mengapa dia bisa mengetahui begitu banyak hal?

Karena dia setiap hari mengikuti Master dan bertanya. Yang dia pelajari dari Master sini, sesungguhnya sudah menjadi miliknya. Jika hari ini kalian bisa menyerap apa yang didengarkan maka itu sudah milik kalian, sedangkan jika kalian memendam sendiri pelajaran yang didapatkan dan tidak menggunakannya, berarti tidak diterapkan ke dalam praktik. Hal-hal yang kalian pelajari dari Master sekarang ini adalah milik kalian sendiri. Kalian harus berlomba-lomba melakukan jasa kebajikan, dalam keseharian kalian harus lebih banyak melakukan jasa kebajikan, lebih banyak membantu orang lain, lebih banyak memberikan penjelasan. Jika kamu tidak menjelaskan atau menolong orang lain, maka yang kalian bina adalah Ajaran Buddha Hinayana. Karena pada zaman periode akhir Dharma, Ajaran Buddha Hinayana tidak bisa menolong orang – orang, juga tidak bisa menolong diri sendiri. Master mengatakan satu kalimat yang sangat jelas: Jika kalian dapat menerapkan apa yang Master ajarkan kepada kalian ke dalam kehidupan nyata, maka sesungguhnya itu sudah menjadi milikmu. Saya berharap kalian

setiap orang bisa seperti Master dalam menolong makhluk hidup. Kalian setiap orang bisa mengatakan banyak prinsip kebenaran dalam kehidupan. Master ingin kalian berada di dalam kapal induk utama ini menolong orang-orang, menolong makhluk hidup. Jika tidak, kalian di dalam kapal kalian sendiri melihat begitu banyak orang di dalam air, setiap orang mengatakan: "Aduh, kasihan sekali, mohon Guan Shi Yin Pu Sa menolong mereka." , namun dirimu sendiri tidak bergerak, Master ingin kalian sendiri mengulurkan tangan untuk menarik mereka. Jika setiap hari hanya duduk di situ melafalkan paritta, tanpa memahami prinsip kebenaran apapun, tidak melakukan apapun, hanya bisa melafalkan paritta untuk diri sendiri, selain itu tidak melafalkan dengan sungguh-sungguh, maka kamu pasti tidak akan mendapatkan keselamatan dari Bodhisattva. Harus memahami menolong diri sendiri dan orang lain. Oleh karena itu, melafalkan paritta harus dilafalkan dengan kesungguhan hati.

Ketika kekuatan karma muncul, sewaktu ada halangan karma buruk di tubuh seseorang, maka pertama-tama harus menghilangkan halangan karma buruk tersebut terlebih dahulu. Setelah menghilangkan halangan karma buruk, kamu baru bisa membina pikiran dengan baik, kalau tidak kekuatan karma pasti akan mengacaukan dirimu, membuat pikiranmu tidak bisa tenang. Saat kekuatan karma berada di tubuh akan tidak stabil. Master akan beri satu contoh, maka kalian akan mengerti: ketika seseorang sedang merasa sangat risau, pikiran tidak bisa tenang, dalam hati berkata “Saya mau melafalkan paritta, saya mau melafalkan paritta.” Walaupun mulut sedang melafalkan paritta, namun dalam hati merasa sedih dan risau. Pada saat itu, pikirannya sama sekali tidak bisa tenang dan fokus, hanya ingin berdiri dan melakukan hal lain, saat itu diri sendiri tidak bisa mengendalikan pikiran sendiri. Ini yang dinamakan “tidak stabil” . Ini seperti ada sebagian orang karena ada sedikit masalah di rumah, maka walaupun dirinya duduk di sini, “Saya mau melafalkan paritta, saya mau melafalkan paritta” , namun

yang ada di dalam pikirannya adalah masalah di rumah. Ini adalah kekuatan karma tidak stabil. Selanjutnya, dengan pikiran seperti apa kamu membina pikiran, maka itulah balasan (buah karma) yang akan didapatkan. Apabila kamu menggunakan hati yang sangat welas asih dalam membina pikiran, maka yang kamu dapatkan adalah balasan yang welas asih; Jika kamu menggunakan hati yang resah dan risau dalam membina pikiran, maka pikiran yang kamu bina juga akan resah dan tidak tenang. Mengertikah? Bagaimana cara supaya seseorang bisa menenangkan diri? Cara terbaik untuk menenangkan diri seseorang adalah dalam bersikap dan berperilaku selalu ingat bahwa kepuasan hati akan membawa kebahagiaan, akan tetapi ini hanya terhadap duniawi; Bagi seorang praktisi Buddhis yaitu pantang terhadap tiga racun: ketamakan, kebencian, dan kebodohan. Ketika kamu terpikir, "Di dunia ini, saya sudah merasa puas terhadap segalanya, walaupun hal ini membuat saya merasa risau, akan tetapi bagi saya, ini sudah cukup bagus." Pikiranmu akan menjadi tenang. Jika digali dari dalam hati,

maka itu berarti pantang ketamakan, kebencian, dan kebodohan. Karena ketika kamu sudah tidak tamak, maka kamu tidak akan memiliki kerisauan ini; Sewaktu kamu sudah tidak membenci orang lain, maka tidak akan ada kerisauan di dalam hatimu; Sewaktu dirimu sudah tidak bodoh lagi, tidak menginginkan sesuatu yang tidak dapat dimiliki, maka hatimu akan menjadi tenang. Apabila hatimu tidak bisa tenang, maka dirimu hanya bisa mengikuti kekurangan dan kerisauanmu terjerumus ke dalam tumimbal lahir enam alam. Contoh sederhana: seorang wanita yang menikah tiga kali, kenapa bisa menikah tiga kali? Apakah dia sendiri tidak memiliki kekurangan? Dia sendiri juga pasti memiliki kekurangan, pertama kali begini, kedua kali tetap begini, ketiga kali menikah lalu kembali bercerai, oleh karena itu dia sedang mengalami perputaran kembali. Dia kembali merasakan penderitaan yang dirasakan sebelumnya, kembali menyambut kesulitan yang sama, dia tidak mengenyam pelajaran di dalamnya, benar tidak?

Yang paling menakutkan dari diri seseorang adalah tidak memiliki potensi kesadaran.

Seseorang yang tidak membina pikiran, bagaikan seorang lansia ketika memanjat lereng bukit, tangannya ingin menggapai pagar di samping, karena kedua kaki sudah tidak sanggup menopang tubuhnya, hanya ingin berpegangan pada pagar pembatas. Akan tetapi saat dia tidak menemukan pegangan apapun, akan muncul rasa takut. Seperti kita yang berjalan dalam kehidupan ini, jika kita tidak memiliki “pagar pembatas” ini, maka kita akan berjalan sambil terjatuh, mungkin saja bisa terjatuh ke dalam jurang; hanya dengan berpegangan pada pagar pembatas, sedangkan pagar pembatas ini adalah kalian harus menekuni dan mempraktikkan Dharma dengan baik-baik. Coba pikirkan, sewaktu seseorang jatuh ke bawah, yang paling bagus adalah kedua tangannya bisa berpegangan pada sesuatu, ini seperti pada saat menghadapi malapetaka di dunia ini, muncul

kesulitan dalam keluarga, atau sewaktu diri sendiri divonis menderita kanker, maka kedua tanganmu ingin memegang sesuatu, jika tidak bisa, maka kamu akan terguling jatuh ke dalam jurang. Lalu dari manakah asal benda yang ingin dipegang ini? Ini mengandalkan pada peganganmu dalam setiap hari. Oleh karena itu, harus menekuni dan mempraktikkan Dharma. Jika tidak menekuni Ajaran Buddha Dharma, maka di saat kedua tanganmu kosong, hatimu tidak akan bisa menemukan arah tujuan hidup. Meskipun kalian belum pernah terguling ke dalam jurang, namun saya rasa ada banyak orang yang pernah bermimpi seperti ini, dari gunung yang tinggi jatuh ke bawah, pada saat itu merasa sangat ketakutan. Mengerti? Benar-benar sangat kasihan. Oleh karena itu, harus menekuni dan mempraktikkan Dharma, jangan setengah-setengah, hati dan pikiran harus fokus, pilih satu tujuan dalam menekuni dan mempraktikkan Dharma.

Seumur hidup manusia hingga pada akhirnya tidak akan ada yang bisa dibawa pergi, tiada yang bisa diperoleh. Coba pikirkan, kita tidak memperoleh apapun. Contoh sederhana: kita membagi kehidupan ini menjadi 3 bagian – masa remaja, masa muda, masa tua. Ketika remaja, kamu sudah mendapatkan dasi merah dan semua penghargaan, pada waktu itu betapa semangat dan gembiranya dirimu, seperti betapa bahagianya kalian sewaktu lulus universitas dan mengenakan toga wisuda. Kalau begitu, perasaan pada saat itu masih ada berapa banyak sekarang? Tunggu sampai kamu sudah masuk universitas, apakah kamu masih memedulikan penghargaan yang didapatkan ketika di sekolah menengah? Tunggu menjelang ajal, apakah kamu masih peduli terhadap hal-hal sewaktu di sekolah dasar, menengah, dan universitas? Keluargamu yang kamu peduli, meskipun dirimu tidak ingin pergi namun tetap harus meninggalkan mereka. Semua harta kekayaan yang kamu sukai, hanya bisa melepas tangan. Segala hal yang kamu miliki semuanya hanya bersifat sementara,

karena kamu harus meninggalkan mereka, dirimu tidak ingin pergi pun tetap harus pergi. Manusia betapa tidak berdaya dalam hidup, selain itu, begitu meninggalkan raga ini, ke manakah kamu akan pergi? Benar-benar kasihan sekali. Oleh karena itu, harus bisa melepaskan apa yang seharusnya dilepaskan, harus bisa merelakan apa yang seharusnya direlakan. Memedulikan mereka dari dalam hati, bukan peduli melalui perilaku. Kamu mencintai seseorang bisa sepenuh hati mencintainya, namun dirimu tidak harus setiap hari bersamanya. Banyak orang di antara kalian yang datang ke tempat Master untuk mempelajari Ajaran Buddha Dharma, duduk di sini, sesungguhnya, kalian sedang melindungi keluarga kalian. Bukankah begitu? Kalian menjadi murid Master, setiap keluarga selamat sejahtera, apakah ini bukan pembinaan perilaku? Apakah ini bukan pembinaan diri? Memangnya kalian mengira duduk di sini adalah menyia-nyiakan waktu, dan seharusnya bersama-sama dengan keluarga kalian? Namun karena kalian sudah meneladani Buddha, menekuni Ajaran

Buddha Dharma, melafalkan paritta, maka keluarga kalian dengan sendirinya akan terlindungi, bukankah ini sama dengan memperhatikan mereka? Jika manusia ingin hidup lebih lama di dunia, maka jangan menyia-nyiakan waktu, harus melafalkan paritta dan membina pikiran, harus membantu orang lain, dengan begitu, hidupmu baru bermakna. Jika kamu setiap hari pergi keluar berarti sedang melakukan hal-hal yang tidak bermakna, lalu untuk apa kamu pergi? Coba kalian pikirkan, sama melakukan satu hal, jika kalian pergi mengikuti Master, maka itu adalah menyebarkan Ajaran Buddha Dharma, itu ada jasa kebajikan. Jika kalian pergi bertamasya, itu namanya menyia-nyiakan waktu. Apakah kamu bisa bertamasya ke Alam Surga? Pemandangan-pemandangan indah yang Master lihat di Alam Surga, itu kalian seumur hidup ini tidak pernah lihat, pemandangan surgawi yang begitu indah sama seperti di dalam film, tingkat kesadaran sepenuhnya bisa terbebaskan. Coba kalian pikirkan, jika pergi bertamasyanya ke satu negara, setelah menaiki pesawat selama belasan jam untuk melihat-

lihat, lalu kembali naik pesawat belasan jam untuk pulang, menurut kalian capek tidak atau tidak? Jika yang kalian jalani adalah kehidupan roh, maka setelah kalian meninggal, tahukah apa yang akan kalian lihat di Alam Surga? Asalkan orang-orang yang pernah membaca Sutra Amitabha akan mengetahui bahwa di dalamnya ada tujuh kolam pusaka, air delapan jasa kebajikan, tanah yang terbuat dari emas. Coba kalian pikirkan, di Alam Surga semua adalah emas, apakah kamu masih akan mengambil satu batang emas dan menyembunyikannya? Ini seperti batu-batu yang ada di jalanan, apakah kamu masih akan mengambil satu batu dan menyimpannya di rumah? Mengira Alam Manusia ini sungguh sangat bagus, namun semuanya itu palsu dan kosong. Apa yang diberikan dunia ini kepadamu? Dia tidak membawa kebahagiaan bagimu, hanya membawa kesedihan, kerisauan, dan penderitaan, yang diberikannya adalah siklus lahir, tua, sakit dan mati, selain itu dia memberikan satu kenyataan terbesar yang paling sulit diterima, yakni kamu harus mati. Saat terpikir kalau dirimu harus mati, dan tidak bisa

merelakan ini dan itu, sewaktu kamu terbaring di atas ranjang, perasaan seperti apa itu? Maka jangan lagi membuang waktu, segera manfaatkan waktu sebaik-baiknya untuk membina diri. Master memberikan satu standar yang tinggi untuk kalian: Setiap kali kalian melakukan suatu hal, dalam otak kalian harus berpikir: “Apakah saya akan mendapatkan jasa kebajikan? Apakah ini sedang menerapkan Dharma? Apakah yang saya lakukan ini benar atau tidak?” Master juga begitu, setiap kali melakukan sesuatu hal, Master selalu berpikir: “Apakah ini sedang menerapkan Dharma? Apakah yang dilakukan benar atau tidak?” Master meminta kalian ketika makan harus berpikir, “Sekali saya bervegetarian, berarti berkurang satu kali makan non-vegetarian.” Apabila setiap kali melakukan suatu hal, bisa berpikir demikian, maka Bodhisattva bisa merasakan – kamu adalah anak baik, adalah anak yang memiliki pembinaan diri. Semoga kalian bisa terus mempertahankan pusaka Master ini, belajarlah dalam melakukan segala hal, pertama harus memikirkan orang lain terlebih dahulu, baru memikirkan diri

sendiri. Master juga demikian. Berpikiran terbuka terhadap segala hal. Asalkan kamu masih memiliki kemelekatan atau keterikatan terhadap ketenaran, kekayaan, atau anak-anak, maka kamu tidak akan bisa leluasa, kamu tidak akan bisa terbebaskan. Maka, kelak tidak akan tahu kemana jiwamu akan pergi. Mengerti? Benar-benar harus berpikiran terbuka dan terbebaskan. Apabila dalam pikiran seseorang selalu memikirkan hal-hal yang sudah berlalu, maka diri sendiri selamanya tidak akan bisa merasa tenang. Harus belajar untuk melupakan. Dalam Bai Hua Fo Fa Master pernah mengatakan, seseorang harus memiliki daya ingat yang buruk. Memiliki satu daya ingat yang buruk sesungguhnya adalah hal yang baik. Contohnya, ketika ada satu hal derita yang terus-menerus berputar dalam pikiran, dan tidak bisa membebaskan diri darinya, maka cara yang terbaik adalah melupakannya. Sekian pembahasan pada hari ini.

shě qì rén jiān fán nǎo zhuān zhù rén jiān xiū wéi
22. 舍弃人间烦恼， 专注人间修为

rú guǒ zhěng tiān bǎ fó pú sà guà zài zuǐ biān ér méi yǒu rèn zhēn
如果整天把佛菩萨挂在嘴边，而没有认真

de qù liǎo jiě hé shí jiàn tā de gōng dé jī hū shì méi yǒu de suǒ yǐ
地去了解和实践，他的功德几乎是没有的。所以

yí dìng yào qù liǎo jiě hé shí jiàn shí jiàn shì shén me jiù shì xiū
一定要去了解和实践。实践是什么？就是修

xíng liǎo jiě shì shén me jiù shì xiū xīn rú guǒ yí gè rén duì fǎ mén
行。了解是什么？就是修心。如果一个人对法门

bù néng shēn tòu de qù liǎo jiě tā duì yú zuì gēn běn de jī chǔ de fó
不能深透地去了解它，对于最根本的基础的佛

fǎ méi yǒu qù liǎo jiě qù shí jiàn zhè ge rén jiù shì méi yǒu gōng
法没有去了解、去实践，这个人就是没有功

dé bǐ rú yí gè rén yào shuāi dǎo le rú guǒ nǐ shì píng zhe rén xìng
德。比如一个人要摔倒了，如果你是凭着人性

yí chà nà méi yǒu xué guo fó nǐ méi yǒu dài zhe yì zhǒng cí bēi
一刹那（没有学过佛）、你没有带着一种慈悲

xīn qù gǎn shòu dào zhè ge lǎo rén yào shuāi dǎo le ér shì yí gè fǎn shè
心去感受到这个老人要摔倒了，而是一个反射

dòng zuò bǎ tā chān fú qǐ lái nǐ zhǐ bu guò zuò le yí jiàn shàn
动作把他搀扶起来，你只不过做了一件善

shì rú guǒ nǐ shì gǎn jué dào āi yā zhè ge lǎo rén jia shuāi dǎo
事。如果你是感觉到：“哎呀，这个老人家摔倒
le zhī hòu huì zěn me yàng wǒ yīng gāi zěn me yàng bǎ tā fú qǐ
了之后会怎么样，我应该怎么样把他扶起
lái tā hěn kě lián tā xiàng wǒ de fù mǔ qīn yí yàng tā shì guò
来。他很可怜，他像我的父母亲一样。他是过
qu fó huò wèi lái fó rú guǒ nǐ yǒu zhè zhǒng xiǎng fǎ dāng nǐ de
去佛或未来佛。”如果你有这种想法，当你的
jìng jiè tí gāo de shí hou qù zuò rèn hé shì qing nǐ jiù dá dào le gāo
境界提高的时候，去做任何事情，你就达到了高
céng cì de jìng jiè rú guǒ nǐ yòng xīn lái zuò dé dào de jiù shì xīn
层次的境界。如果你用心来做，得到的就是心
líng de huí bào rú guǒ nǐ zhǐ shì zuò wài biǎo de shì qing nǐ dé dào
灵的回报：如果你只是做外表的事情，你得到
de yě zhǐ shì wài biǎo de huí bào dà jiā dōu zhī dào tiān xià méi yǒu
的也只是外表的回报。大家都知道，天下没有
bù láo ér huò de shì qing bù láo dòng jiù xiǎng dé dào nà shì bù kě
不劳而获的事情，不劳动就想得到，那是不可
néng de tú dì xiǎo yú xiàn zài bèi dà jiā chēng wéi lǎo shī yīn wèi tā
能的。徒弟小于现在被大家称为老师，因为他
huí dá le nà me duō de wèn tí tā zěn me huì zhī dào zhè me duō dōng
回答了那么多的问题。他怎么会知道这么多东
xi de ne yīn wèi tā tiān tiān gēn zhe shī fu wèn tā cóng shī fu zhè
西的呢？因为他天天跟着师父问。他从师父这

lǐ xué lái de dōng xī shí jì shàng jiù shì tā de dōng xī nǐ men jīn tiān
里学来的东西实际上就是他的东西。你们今天
tīng jìn qù le jiù shì nǐ men de dōng xī ér nǐ men bǎ xué de dōng xī
听进去了就是你们的东 西，而你们把学的东 西
fàng zài dù zi li méi yǒu ná chū lái jiù shì méi yǒu shí jiàn nǐ men
放在肚子里没有拿出来，就是没有实践。你们
xiàn zài cóng shī fu zhè lǐ xué lái de dōng xī jiù shì nǐ men zì jǐ de dōng
现在从师父这里学来的东 西就是你们自己的东
xī nǐ men yào qiǎng zhe zuò gōng dé ya nǐ men píng shí yào duō zuò
西。你们要抢着做功德呀，你们平时要多做
gōng dé duō bāng zhù rén jiā duō jiǎng jiě rú guǒ nǐ bú qù
功德，多帮助人家，多讲解。如果你不去
jiǎng bú jiù rén jiā nǐ men zhī dào zhè shì xiū de xiǎo chéng fó
讲，不救人家，你们知道这是修的小乘佛
fǎ yīn wèi zài mò fǎ shí qī xiǎo chéng fó fǎ shì jiù bù liǎo rén de yě
法。因为在末法时期小乘佛法是救不了人的，也
jiù bù liǎo zì jǐ běn rén shī fu gěi nǐ men jiǎng yí jù hěn qīng chu de
救不了自己本人。师父给你们讲一句很清楚的
huà rú guǒ nǐ men bǎ shī fu jiāo shòu nǐ men de dōng xī néng gòu
话：如果你们把师父教授你们的东 西能够
yòng zài shí jiàn zhōng shí jì shàng jiù shì nǐ zì jǐ de dōng xī wǒ
用在实践中，实际上就是你自己的东 西。我
xī wàng nǐ men měi yí gè rén dōu néng xiàng shī fu yí yàng jiù dù zhòng
希望你们每一个人都能像师父一样救度众

shēng nǐ men měi yí gè rén dōu néng gòu jiǎng chū hěn duō de shēng
生。你们每一个人都能够讲出很多的生

huó dào lǐ shī fu yào nǐ men zài shī fu de zhè tiáo háng kōng mǔ jiàn
活道理。师父要你们在师父的这条航空母舰

shàng lái jiù rén lái jiù dù zhòng shēng bù rán nǐ men zài zì jǐ de
上来救人，来救度众生。不然你们在自己的

zhè tiáo xiǎo chuán shàng kàn jiàn nà me duō rén zài shuǐ lǐ měi gè rén
这条小船上看见那么多人在水里，每个人

dōu shuō āi yā zhè me kě lián ya qǐng guān shì yīn pú sà nǐ jiù
都说：“哎呀，这么可怜呀，请观世音菩萨你救

jiù tā men ba ér zì jǐ què bú dòng shī fu shì ràng nǐ men zì jǐ
救他们吧”，而自己却不动。师父是让你们自己

yào shēn shǒu qù lā ya rú guǒ tiān tiān zuò zài nà lǐ niàn jīng shén
要伸手去拉呀。如果天天坐在那里念经，什

me dào lǐ dōu bù dǒng shén me shì qing dōu bú zuò zhǐ zhī dào gěi
么道理都不懂，什么事情都不做，只知道给

zì jǐ niàn jīng ér qiě bú yòng xīn qù niàn nǐ yí dìng dé bú dào pú
自己念经，而且不用心去念，你一定得不到菩

sà de jiù dù yào dǒng zì dù dù rén suǒ yǐ niàn jīng yí dìng yào yòng
萨的救度。要懂自度度人。所以念经一定要用

xīn qù niàn
心去念。

dāng yè lì xiǎn qián de shí hou dāng yí gè rén shēn shang yǒu yè
当业力显前的时候，当一个人身上有业

zhàng de shí hou shǒu xiān bì xū xiān xiāo chú nà xiē yè zhàng xiāo
障的时候，首先必须先消除那些业障。消

miè yè zhàng zhī hòu nǐ cái néng xiū hǎo xīn fǒu zé yè lì gěi nǐ dǎo
灭业障之后你才能修好心，否则业力给你捣

luàn ràng nǐ de xīn dìng bú xià lái yè lì zài shēn shang de shí hou shì
乱，让你的心定不下来。业力在身上的时候是

luàn cuàn de shī fu gěi nǐ men jǔ yí gè lì zǐ nǐ men jiù huì míng bai
乱窜的。师父给你们举一个例子你们就会明白

le dāng yí gè rén hěn fán nǎo de shí hou xīn dìng bú xià lái de shí
了：当一个人很烦恼的时候、心定不下来的时

hou xīn li xiǎng wǒ yào niàn jīng wǒ yào niàn jīng suī rán zuǐ
候，心里想“我要念经，我要念经”。虽然嘴

ba zài niàn dàn shì xīn li nán guò yòu fán nǎo nà ge shí hou xīn jiù
巴在念，但是心里难过又烦恼。那个时候心就

gēn běn dìng bú xià lái jiù xiǎng zhàn qǐ lái zuò diǎn shén me bié de shì
根本定不下来，就想站起来做点什么别的事

qing nà ge shí hou zì jǐ kè zhì bú zhù zì jǐ de xīn ya zhè jiù jiào
情，那个时候自己克制不住自己的心呀。这就叫

luàn cuàn jiù xiàng yǒu xiē rén jiā li yǒu yì diǎn shén me shì qing
乱窜。就像有些人家里有一点点什么事情

le rén zuò zài zhè lǐ wǒ yào niàn jīng wǒ yào niàn jīng ér
了，人坐在这里，“我要念经，我要念经”，而

nǎo zi li quán xiǎng de shì jiā li de shì zhè jiù shì rén de yè lì luàn
脑子里全想的是家里的事。这就是人的业力乱

cuàn rán hòu nǐ yòng shén me yàng de xīn qù xiū xīn jiù dé shén me
窜。然后你用什么样的心去修心，就得什么

yàng de huí bào guǒ bào rú guǒ nǐ yòng hěn cí bēi de xīn qù xiū
样的回报（果报）。如果你用很慈悲的心去修

xīn nǐ dé dào de jiù shì hěn cí bēi de huí bào rú guǒ nǐ yòng zhè
心，你得到的就是很慈悲的回报；如果你用这

zhǒng fán zào bù ān de xīn qù xiū xīn nǐ xiū lái de xīn yě shì fán zào bù
种烦躁不安的心去修心，你修来的心也是烦躁不

ān de néng míng bai ma rén zěn me yàng cái néng dìng xià lái
安的。能明白吗？人怎么样才能定下来

ne néng ràng rén dìng xià lái de zuì hǎo de fāng fǎ jiù shì zuò rén yào
呢？能让人定下来的最好的方法就是做人要

xiǎng dào zhī zú cháng lè dàn zhè shì duì rén jiān lái jiǎng de duì xué
想到知足常乐，但这是对人间来讲的；对学

fó rén de yí jù huà jiù shì jiè tān chēn chī sān dú dāng nǐ xiǎng
佛人的一句话就是戒贪瞋痴三毒。当你想

dào zài rén jiān wǒ shén me dōu mǎn zú le suī rán zhè ge shì qing
到“在人间我什么都满足了，虽然这个事情

ràng wǒ hěn fán nǎo dàn shì duì wǒ lái jiǎng yǐ jīng hěn hǎo le nǐ
让我很烦恼，但是对我来讲已经很好了。”你

de xīn jiù huì píng jìng xià lái le cóng xīn li miàn wā nà jiù shì jiè tān
的心就会平静下来了。从心里面挖，那就是戒贪

chēn chī yīn wèi dāng nǐ bù tān de shí hou nǐ jiù méi yǒu zhè ge fán
瞋痴。因为当你不贪的时候，你就没有这个烦

nǎo le dāng nǐ bú hèn rén jiā de shí hou nǐ xīn li yě méi yǒu fán
恼了；当你不恨人家的时候，你心里也没有烦

nǎo le dāng nǐ bù yú chī de shí hou bù xiǎng dé dào mǒu xiē zì jǐ
恼了；当你不愚痴的时候，不想得到某些自己

dé bú dào de dōng xī shí nǐ de xīn yě jiù píng jìng le rú guǒ nǐ de
得不到的东西时，你的心也就平静了。如果你的

xīn jìng bú xià lái nǐ zhǐ néng suí zhe máo bìng suí zhe nǐ de fán
心静不下来，你只能随着毛病，随着你的烦

nǎo duò luò dào liù dào lún huí dāng zhōng jǔ gè jiǎn dān lì
恼，堕落到六道轮回当中。举个简单例

zi yí gè nǚ rén jià sān cì wèi shén me huì jià sān cì tā zì jǐ
子：一个女人嫁三次，为什么会嫁三次？她自己

nán dào méi yǒu máo bìng ma shēn shang kěn dìng shì yǒu máo bìng
难道没有毛病吗？身上肯定是有毛病

de dì yī cì zhè yàng dì èr cì hái zhè yàng dì sān cì jié hūn le
的，第一次这样，第二次还这样，第三次结婚了

yòu lí hūn le suǒ yǐ tā jiù shì zài lún huí ya tā chī guo de kǔ tou
又离婚了，所以她就是在轮回呀。她吃过的苦头

yòu chī le tā zhǎo guo de má fan yòu zhǎo le tā bù jiē shòu jiào
又吃了，她找过的麻烦又找了，她不接受教

xùn duì bu duì ya rén zuì pà de shì méi yǒu wù xìng
训，对不对呀？人最怕的是没有悟性。

yí gè rén bù xiū xīn yóu rú yí gè lǎo rén shàng pō shí shǒu xiǎng
一个人不修心，犹如一个老人上坡时手想
lā páng biān yí gè gān zi yīn wèi liǎng gè jiǎo zhī chēng bú zhù zì
拉旁边一个杆子，因为两个脚支撑不住自
jǐ jiù xiǎng lā yí gè fú lán gān dàn shì tā zhuā bú dào dōng xī de
己，就想拉一个扶栏杆。但是他抓不到东西的
shí hou huì chǎn shēng kǒng jù gǎn yóu rú wǒ men zài rén shēng xíng
时候，会产生恐惧感。犹如我们在人生行
zǒu yí yàng wǒ men méi yǒu zhè gēn lán gān wǒ men jiù huì diē diē
走一样，我们没有这根栏杆，我们就会跌跌
zhuàng zhuàng yě yǒu kě néng huì fān xià shān yá wǒ men zhǐ yǒu lā
撞撞，也有可能翻下山崖；我们只有拉
zhù zhè gēn lán gān ér zhè gēn lán gān jiù shì nǐ men yào hǎo hǎo xué
住这根栏杆，而这根栏杆就是你们要好好学
fó shì xiǎng yí xià dāng yí gè rén wǎng xià diào de shí hou tā de
佛。试想一下，当一个人往下掉的时候他的
shuāng shǒu zuì hǎo shì néng gòu zhuā zhù shén me dōng xī zhè jiù shì rén
双手最好是能够抓住什么东西，这就是人
jiān zài pèng dào zāi nàn de shí hou jiā li zài chū xiàn kùn nán de shí
间在碰到灾难的时候，家里在出现困难的时
hou zì jǐ bèi xuān bù shēng le ái zhèng de shí hou nǐ de liǎng gè
候，自己被宣布生了癌症的时候，你的两个
shǒu jiù xiǎng zhuā yí diǎn dōng xī nǐ zhuā bú zhù jiù wǎng shān xià gǔn
手就想抓一点东西，你抓不住就往山下滚

ya fān ya ér xiǎng zhuā zhù de zhè ge dōng xī shì zěn me lái
呀、翻呀。而想抓住的这个东西是怎么来
de shì kào nǐ píng shí tiān tiān yào zhuā de zhù de suǒ yǐ yí dìng yào
的？是靠你平时天天要抓得住的。所以一定要
xué fó fǎ bù xué fó fǎ shuāng shǒu yì kōng nǐ de xīn jiù zhǎo bú
学佛法。不学佛法，双手一空你的心就找不
dào rén shēng de fāng xiàng nǐ men suī rán méi yǒu cóng shān yá shàng
到人生的方向。你们虽然没有从山崖上
fān xià qu guo dàn shì wǒ xiǎng hěn duō rén dōu zuò guo zhè yàng de
翻下去过，但是我想很多人都做过这样的
mèng cóng hěn gāo de shān shàng shuāi xià qu shí pà de bù dé
梦，从很高的山上摔下去时怕得不得
liǎo míng bai le ma zhēn de hěn kě lián suǒ yǐ yí dìng yào xué
了。明白了吗？真的很可怜。所以一定要学
fó jiān jué bù néng sān xīn èr yì xīn yí dìng yào zhuān yī xuǎn yī
佛，坚决不能三心二意，心一定要专一，选一
gè mù biāo xué fó
个目标学佛。

rén de yí bèi zi zuì hòu shén me dōu dài bù zǒu shì wú suǒ dé
人的一辈子最后什么都带不走，是无所得
de xiǎng yi xiǎng wǒ men shén me dōu dé bú dào jǔ gè jiǎn dān lì
的。想一想我们什么都得不到。举个简单例
zi wǒ men bǎ rén jiān fēn chéng sān duàn shào nián qīng
子：我们把人间分成三段 -- 少年、青

nián lǎo nián shào nián shí nǐ bǎ hóng lǐng jīn jiǎng zhuàng quán bù
年、老年。少年时你把红领巾、奖状全部
dé dào le dāng nián dé dào de shí hou nǐ shì duō me de xīng fèn jiù
得到了，当年得到的时候你是多么的兴奋，就
xiàng nǐ men dà xué bì yè dài gè mào zi yí yàng kāi xīn de bù dé
像你们大学毕业戴个帽子一样开心得不得
liǎo nà me dāng shí de gǎn jué nǐ men xiàn zài hái yǒu duō shǎo
了。那么当时的感觉你们现在还有多少
ne děng dào nǐ shàng dà xué de shí hou nǐ hái néng zài hu zhōng xué
呢？等到你上大学的时候，你还能在乎中学
dé dào de nà xiē jiǎng zhuàng ma děng dào nǐ kuài yào sǐ de shí
得到的那些奖状吗？等到你快要死的时
hou nǐ hái huì zài hu nǐ de xiǎo xué zhōng xué dà xué de shì qing
候，你还会在乎你的小学、中学、大学的事情
ma nǐ zài hu de nǐ de jiā rén nǐ bù xiǎng zǒu yě děi lí kāi tā
吗？你在乎的你的家人，你不想走也得离开他
men nǐ xǐ huan de suǒ yǒu de qián cái nǐ zhǐ néng fàng kāi
们。你喜欢的所有的钱财，你只能放开
shǒu nǐ suǒ yōng yǒu de yí qiè dōu shì zàn shí de yīn wèi nǐ bì xū
手。你所拥有的一切都是暂时的，因为你必须
lí kāi tā men nǐ bù xiǎng lí kāi yě yào lí kāi rén huó de shì duō me
离开他们，你不想离开也要离开。人活得是多么
de wú nài ér qiě yí dàn lí kāi le ròu tǐ zhī hòu nǐ jiū jìng wǎng nǎ
的无奈，而且一旦离开了肉体之后，你究竟往哪

lǐ qu hěn kě lián suǒ yǐ yí dìng yào gāi shě de jiù yào shě gāi
里去？很可怜。所以一定要该舍的就要舍，该
pāo kāi de jiù yào pāo kāi cóng xīn zhōng qù guān xīn tā men ér bú
抛开的就要抛开。从心中去关心他们，而不
shì cóng xíng wéi shàng de guān xīn nǐ ài yí gè rén kě yǐ yòng xīn qù
是从行为上的关心。你爱一个人可以用心去
ài tā nǐ bù yí dìng yào tiān tiān gēn tā zài yì qǐ nǐ men hěn duō
爱他，你不一定要天天跟他在一起。你们很多
rén dào shī fu zhè lǐ lái xué fó xué fǎ zuò zài zhè lǐ shí jì shàng
人到师父这里来学佛学法，坐在这里，实际上
nǐ men zài bì yìn nǐ men de jiā rén nán dào bú shì ma nǐ men zuò
你们在庇荫你们的家人。难道不是吗？你们做
le shī fu de tú dì jiā jiā píng ān wú shì nán dào bú shì jiào xiū wéi
了师父的徒弟，家家平安无事，难道不是叫修为
ma nán dào bú shì jiào xiū xíng ma nán dào nǐ men rèn wéi zuò zài zhè
吗？难道不是叫修行吗？难道你们认为坐在这
lǐ shì làng fèi shí jiān yīng gāi gēn jiā li rén zài yì qǐ ma rán ér yīn
里是浪费时间，应该跟家里人在一起吗？然而因
wèi nǐ men xué le fó le xué le fǎ le niàn le jīng le nǐ men jiā
为你们学了佛了，学了法了，念了经了，你们家
li rén zì rán jiù shòu dào bì hù le nán dào bú shì guān xīn tā men
里人自然就受到庇护了，难道不是关心他们
ma rén xiǎng zài shì jiè shàng huó de cháng yì diǎn bú yào làng fèi shí
吗？人想在世界上活得长一点，不要浪费时

jiān yào niàn jīng xiū xīn yào bāng zhù rén jiā nǐ cái huó de yǒu yì
间，要念经修心，要帮助人家，你才活得有意
yì nǐ tiān tiān wǎng wài miàn pǎo jiù shì zài zuò méi yǒu yì yì de shì
义。你天天往外面跑就是在做没有意义的事
qing nǐ qù zuò shén me nǐ men xiǎng xiǎng kàn tóng yàng shì zuò
情，你去做什么？你们想想看，同样是做
yí jiàn shì qing nǐ men gēn zhe shī fu chū qù nà jiào hóng yáng fó
一件事情，你们跟着师父出去，那叫弘扬佛
fǎ shì yǒu gōng dé de rú guǒ zì jǐ qù lǚ yóu nà shì jiào làng fèi shí
法，是有功德的。如果自己去旅游那是叫浪费时
jiān nǐ zì jǐ néng lǚ yóu dào tiān shàng ma shī fu zài tiān shàng kàn
间。你自己能旅游到天上吗？师父在天上看
jiàn de nà xiē měi jǐng shì nǐ men yí bèi zi dōu méi yǒu jiàn dào guo
见的那些美景是你们一辈子都没有见到过
de nà zhǒng piào liang de xiān jìng jiù xiàng diàn yǐng li de yí
的，那种漂亮的仙境就像电影里的一
yàng jìng jiè wán quán kě yǐ chāo tuō nǐ men xiǎng xiǎng kàn lǚ
样，境界完全可以超脱。你们想想看，旅
yóu de huà dào yí gè guó jiā zuò shí jǐ gè xiǎo shí de fēi jī qù kàn
游的话到一个国家坐十几个小时的飞机去看
kan rán hòu zài zuò shí jǐ gè xiǎo shí de fēi jī huí lái nǐ men shuō
看，然后再坐十几个小时的飞机回来，你们说
lèi bu lèi ya rú guǒ nǐ men shì líng tǐ shēng huó de huà děng nǐ
累不累呀？如果你们是灵体生活的话，等你

men zǒu diào yǐ hòu zhī dào zài tiān shàng kàn jiàn de shì shén me zhǐ
们 走 掉 以 后 ， 知 道 在 天 上 看 见 的 是 什 么 ？ 只

yào dú guo ā mí tuó jīng de rén dōu zhī dào qī bǎo chí bā gōng
要 读 过 《 阿 弥 陀 经 》 的 人 都 知 道 七 宝 池 、 八 功

dé shuǐ huáng jīn wéi dì nǐ xiǎng xiǎng kàn zài tiān shàng dào chù dōu
德 水 、 黄 金 为 地 。 你 想 想 看 在 天 上 到 处 都

shì huáng jīn nǐ hái huì jiǎn yí kuài huáng jīn cáng qǐ lái ma jiù xiàng
是 黄 金 ， 你 还 会 捡 一 块 黄 金 藏 起 来 吗 ？ 就 像

mǎ lù shàng dào chù dōu shì shí zǐ nǐ hái huì jiǎn yí gè shí zǐ cáng zài
马 路 上 到 处 都 是 石 子 ， 你 还 会 捡 一 个 石 子 藏 在

jiā li ma yǐ wéi rén jiān hǎo de bù dé liǎo quán shì jiǎ de kōng
家 里 吗 ？ 以 为 人 间 好 得 不 得 了 ， 全 是 假 的 、 空

de rén jiān gěi nǐ dài lái le shén me méi yǒu gěi nǐ dài lái xìng
的 。 人 间 给 你 带 来 了 什 么 ？ 没 有 给 你 带 来 幸

fú zhǐ gěi nǐ dài lái le yōu shāng fán nǎo tòng kǔ gěi nǐ dài
福 ， 只 给 你 带 来 了 忧 伤 、 烦 恼 、 痛 苦 ， 给 你 带

lái de shì shēng lǎo bìng sǐ ér qiě gěi nǐ dài lái zuì dà de nán
来 的 是 生 、 老 、 病 、 死 ， 而 且 给 你 带 来 最 大 的 难

yǐ jiē shòu de xiàn shí nà jiù shì nǐ bì xū yào sǐ dāng nǐ xiǎng dào
以 接 受 的 现 实 ， 那 就 是 你 必 须 要 死 。 当 你 想 到

yào sǐ de shí hou zhè ge bù shě de nà ge yě bù shě de de shí
要 死 的 时 候 ， 这 个 不 舍 得 、 那 个 也 不 舍 得 的 时

hou dāng nǐ tǎng zài chuáng shàng de shí hou nà shì shén me gǎn jué
候 ， 当 你 躺 在 床 上 的 时 候 ， 那 是 什 么 感 觉

ya bú yào zài làng fèi shí jiān le yào zhuā jǐn shí jiān hǎo hǎo xiū shī
呀？不要再浪费时间了，要抓紧时间好好修。师
fu gěi nǐ men yí gè gāo de yāo qiú nǐ men zài zuò měi yí jiàn shì qing
父给你们一个高的要求：你们在做每一件事情
shí nǎo zi li dōu yào xiǎng wǒ yǒu gōng dé ma zhè shì zài xué
时，脑子里都要想：“我有功德吗？这是在学
fó ma wǒ zhè ge shì qing zuò de duì bu duì shī fu jiù shì zhè
佛吗？我这个事情做的对不对？”师父就是这
yàng zài zuò rèn hé shì qing shí dōu zài xiǎng wǒ zhè ge shì bu shì
样，在做任何事情时都在想：“我这个是不是
zài xué fó zuò de duì bu duì shī fu ràng nǐ men zài chī fàn shí yào
在学佛，做的对不对？”师父让你们在吃饭时要
xiǎng dào wǒ duō chī yí dùn sù cài jiù kě yǐ shǎo chī yí dùn hūn
想到“我多吃一顿素菜，就可以少吃一顿荤
cài rú guǒ zuò měi yí jiàn shì qing dōu zhè yàng xiǎng yí xiǎng pú
菜。”如果做每一件事情都这样想一想，菩
sà jiù huì gǎn yìng yí xià nǐ shì yí gè hǎo hái zi shì yí gè yǒu xiū
萨就会感应一下--你是一个好孩子，是一个有修
wéi de hái zi xī wàng nǐ men bǎo chí shī fu zhè ge chuán jiā bǎo yào
为的孩子。希望你们保持师父这个传家宝，要
xué huì zuò rèn hé shì qing dōu yào xiān xiǎng dào rén jiā hòu xiǎng dào
学会做任何事情都要先想到人家，后想到
zì jǐ shī fu jiù shì zhè yàng de rèn hé dōng xi dōu yào xiǎng de
自己。师父就是这样的。任何东西都要想得

kāi nǐ zhǐ yào duì shén me míng lì hái zǐ děng hái yǒu liú liàn juàn
开。你只要对什么名利、孩子等还有留恋、眷
liàn nǐ jiù wú fǎ zì zài nǐ jiù wú fǎ chāo tuō jiāng lái nǐ de líng
恋，你就无法自在，你就无法超脱。将来你的灵
hún wǎng nǎ lǐ pǎo nà jiù bù zhī dào le míng bai le ma zhēn de yào
魂往哪里跑那就知道了。明白了吗？真的要
xiǎng de kāi zhēn de yào chāo tuō le rú guǒ yí gè rén nǎo zi li lǎo
想得开，真的要超脱了。如果一个人脑子里老
shì juàn liàn nà xiē guò qu de shì qing zì jǐ jiù yǒng yuǎn dé bú dào ān
是眷恋那些过去的事情，自己就永远得不到安
níng yào xué huì wàng jì shī fu céng jīng zài bái huà fó fǎ li jiǎng
宁。要学会忘记。师父曾经在白话佛法里讲
guo rén yào yǒu yí gè huài jì xìng yǒu yí gè huài jì xìng shí jì
过，人要有一个坏记性。有一个坏记性实际
shàng yě shì yí gè hǎo shì qing bǐ rú dāng yí jiàn hěn tòng kǔ de shì
上也是一个好事情。比如当一件很痛苦的事
qing zài nǎo zi li zhuàn bǎi tuō bù liǎo shí zuì hǎo de bàn fǎ jiù shì
情在脑子里转，摆脱不了时，最好的办法就是
wàng jì jīn tiān jiù gěi dà jiā jiǎng dào zhè lǐ
忘记。今天就给大家讲到这里。