

## *Seminar Dharma Sydney, 14 November 2010*

### *(Bagian 1)*

Terima kasih atas partisipasi semua orang dalam acara seminar Dharma hari ini. Terima kasih semuanya atas ketekunan dalam membina diri, jasa kebajikan tiada tara. Tadi sebelum Master datang, Master masih sedang melakukan acara program di radio. Ada seorang pendengar lokal menelepon dan mengatakan bahwa putrinya bermimpi tubuh Dharma Master memberinya penghargaan, dan memang benar hari ini dia mendapat pemberitahuan bahwa dia telah memenangkan peringkat pertama Kompetisi Matematika di New South Wales.

Juga, tadi malam saya menerima sepucuk surat dari seorang pendengar di Haidian, Beijing. Putrinya masih sangat muda, bersekolah di Prancis. Dia ikut serta dalam permainan spiritual dengan seorang teman. Akibatnya, dia mulai berbicara sembarangan ketika dia pulang ke rumah.



Dokter mendiagnosisnya sebagai sakit jiwa. Sekarang dia menulis surat untuk bertanya kepada Master apakah dapat menyelamatkannya. Master melihat dan tahu bahwa sulit untuk menyelamatkannya. Arwah asing itu sangat kuat, dan dia bahkan menggambar jimat. Saya merasa anak ini sangat kasihan. Orang tuanya telah menghabiskan begitu banyak uang untuk mengirimnya bersekolah ke luar negeri, alhasil dia menderita sakit jiwa dan kembali ke Beijing. Hati saya benar-benar sangat sedih. Maka itu, saya berharap para orang tua dapat mengawasi anaknya, jangan sembarangan menyentuh hal-hal yang ada di dunia roh. Misalnya, ada orang di pedesaan yang mencari penyihir, itu berarti mereka telah berhubungan dengan dunia roh. Berziarah ke kuburan juga berhubungan dengan dunia roh. Ada orang yang menyembahyangi leluhur saja akan sakit kepala, semua ini berhubungan dengan dunia roh. Kita hidup di dunia ini akan berhubungan dengan dunia roh. Apa itu dunia roh? Orang tua kita meninggal juga ada di dunia roh. Oleh karena itu,



dunia roh tidak menakutkan, tetapi kita harus memperlakukannya dengan benar.

Sebelum saya memberikan ceramah formal tentang ajaran Buddha Dharma hari ini, terlebih dahulu saya akan memberi tahu kalian hal-hal yang penting. Tadi malam saya memohon kepada Guan Shi Yin Pu Sa, Pu Sa welas asih. Guan Shi Yin Pu Sa datang. Saya memberi tahu Bodhisattva, besok saya akan mengadakan seminar Dharma, berharap Bodhisattva dapat memberi tahu saya sesuatu yang baru, agar saya dapat memberi tahu kepada semua orang, jadi Bodhisattva memberi wejangan kepada saya lebih kurang setengah jam. Berikut Master akan menjelaskannya kepada semua orang.

Pertama-tama, hal pertama yang ingin saya sampaikan kepada semua orang, kalian semuanya harus ingat, sebenarnya ada orang yang merasa waktu berlalu dengan cepat di dunia ini, dan ada orang yang merasa bahwa waktu



berlalu dengan lambat. Orang yang waktunya berlalu dengan cepat, sebenarnya masa hidupnya sedang menyusut. Maka itu, orang yang hidup dengan santai akan cepat tua. Ingatlah, pikiranmu memengaruhi perilakumu. Ketika otakmu memikirkan hal yang baik dan melakukan kebaikan, berpikiran baik dan melakukan perbuatan baik adalah memperpanjang umur, sedangkan ketika kamu memikirkan hal buruk dan melakukan kejahatan, umurmu akan diperpendek. Mengapa banyak orang tidak bisa hidup sampai usia 60 tahun, atau bahkan 49 tahun. Dari segi umur, usia berangka 3, 6, dan 9 itu tidak baik. Umur 46, 66, 73, dan 84 semuanya adalah rintangan besar. Guan Shi Yin Pu Sa memberi tahu kita mengapa ada orang yang berumur panjang dan ada yang berumur pendek. Panjang atau pendeknya umur seseorang berhubungan langsung dengan pikiran baik dan buruk di dalam hatinya. Orang baik selalu berpikiran baik, dia akan berumur panjang. Sebagai contoh sederhana, ibu-ibu tua di pedesaan tidak memiliki kerisauan atau kekhawatiran sepanjang hari, tidak memikirkan hal



buruk, dan menjalani kehidupan dengan sungguh-sungguh, jadi umur mereka sangat panjang.

Sekarang ini orang-orang hidup dengan sulit, seberapa sulitnya? Mengatakan sepatah kata pun harus khawatir kalau orang lain akan mengejeknya. Orang-orang sekarang terlalu sensitif, begitu orang lain melihatnya, dia akan khawatir orang lain akan mencurigainya. Sekarang di rumah, suami istri berbicara, ketika suami memandangnya, dia akan merasa tidak nyaman. Anak berbicara dengan orang tua, orang tua akan kehilangan kesabaran dan marah. Ini karena terlalu sensitif, hidup dengan lelah. Sepanjang hari takut terjadi masalah, seberapa besar tekanan yang dimiliki orang sekarang, naik pesawat takut teroris. Qantas A380 adalah pesawat terbaru dan terbaik, bukan? Baru-baru ini mesinnya terbakar. Menurut kalian, apakah takut untuk naik pesawat? Ini juga merupakan tekanan. Orang-orang hidup di dunia ini penuh dengan tekanan. Bagus tidaknya hubungan suami istri juga menjadi tekanan, misalnya hari ini suami tidak



bicara saat pulang, selanjutnya pikiran istri terus berputar seperti mesin, dia akan memikirkan kesalahan apa yang dilakukannya dan apakah dia ada menyinggung perasaannya. Faktanya, kamu telah melakukan kesalahan, dia tidak tahu kamu melakukan kesalahan, dia mengabaikanmu, dan kamu sendiri mulai panik. Ini adalah tekanan.

Selanjutnya, saya akan memberi tahu semua orang, Guan Shi Yin Pu Sa berkata mengapa Sang Buddha memberi tahu kita bahwa orang memiliki umur panjang dan umur pendek. Orang yang melakukan perbuatan baik setiap hari dan setiap saat sebenarnya adalah sedang memperpanjang umurnya. Orang yang melakukan hal buruk setiap hari dan setiap saat adalah sedang memperpendek umurnya. Saat itu, Master bertanya kepada Bodhisattva apakah boleh memberikan contoh. Bodhisattva berkata, jika sepanci air dipanaskan hingga 100 derajat, apakah itu sangat panas? Kemudian setiap hari melakukan kebaikan, ini berarti panci



air ini menambah panas setiap harinya. Perbuatan buruk adalah air dingin. Melakukan hal buruk termasuk berenergi yin. Melakukan perbuatan buruk setiap hari sama dengan menuangkan air dingin ke dalamnya setiap hari, apakah airnya akan menjadi dingin pada akhirnya? Umur adalah suhu, 100 derajat adalah 100 tahun. Setiap kali kamu menambahkan air dingin, suhunya akan turun. Sudah 40 derajat, 30 derajat, 20 derajat. Banyak anak muda yang meninggal seperti itu.

Hari ini di sebelah mengadakan karnaval, bermain musik, mereka bergerak, tetapi hari ini kita datang ke sini untuk belajar Buddha Dharma adalah tenang. Kita semua adalah orang baik. Membina pikiran dan melafalkan paritta adalah mempelajari hal yang baik. Murid saya memberi tahu saya bahwa Master di sebelah itu terlalu berantakan, saya berkata tidak apa-apa. Kamu lihat, ketika Master masuk, apakah mereka masih bergerak atau tidak. Ini disebut mengatasi kebisingan dengan diam. Kita diam, mereka bergerak, tidak



apa-apa. Hati kita tenang, kita bisa mendapatkan lebih banyak hal. Itu sebabnya ketika seseorang gugup, dia tidak bisa mengambil keputusan, kita akan berkata harus tenang dulu, harus diam dan tenang, itulah alasannya.

Apa yang baru saja saya katakan adalah yang dikatakan Guan Shi Yin Pu Sa, ini adalah bahasa sehari-hari, bahasa aslinya adalah "seseorang bisa berumur panjang dengan melakukan perbuatan baik setiap hari." Sebagai contoh sederhana, orang yang melakukan hal buruk setiap hari, tidak bisa tidur nyenyak, jantung tidak sehat, karena gugup, bukankah itu akan memengaruhi tubuh? Pikirkan lagi, jika melakukan hal-hal buruk setiap hari, orang ini akan hidup semakin menderita. Jika melakukan hal baik setiap hari, hati senang, hidup bahagia, penyakit di tubuh akan berkurang. Tersenyumlah, kurangi kerisauan, harus bahagia, maka bisa hidup lebih lama. Berbuat baik, berbahagia maka bisa hidup lama. Orang yang melakukan kebaikan pasti panjang umurnya. Tetapi ada teori relativitas yang harus saya





bicarakan. Bagaimana perasaanmu tentang 24 jam yang sama? Orang baik hidup lebih lama, dan orang jahat hidup lebih pendek. Faktanya, ketika kita tidur, rentang hidup kita dipersingkat. Sebagian orang suka tidur. Begitu dia tidur, waktu bangunnya sangat singkat. Oleh karena itu ajaran Buddha Dharma mengatakan bahwa terlalu banyak "tidur" di alam manusia ini akan menyebabkan kelesuan dan kekenduran, itu harus dikendalikan. Di atas itu adalah hal pertama yang Master katakan untuk semua orang.

Master akan menceritakan sebuah lelucon untuk kalian semua. Hubungan antara para pendengar dan Master sangat baik. Hari ini, ada satu pendengar yang sangat lucu. Saya mengatakan kepada semua orang untuk tidak melafalkan mantra Zhun Ti Shen Zhou untuk menggosok lotere. Saya menyuruh mereka untuk tidak melakukan itu. Hari ini, seseorang memberi tahu saya, Anda tidak mengizinkan kami membeli lotere dengan melafalkan mantra Zhun Ti Shen Zhou. Hari ini saya menambahkan



paritta Da Bei Zhou di depannya. Saya menggosok dan memenangkan 380 dolar Australia. Saya memberi tahu dia ini bukan kamu menang dari melafal paritta, tetapi takdir kamu memang ada. Keberuntungan dalam keuangan tidak bisa dimohon. Tidak boleh memohon keberuntungan dalam keuangan, itu datang dengan sendirinya. Beberapa orang yang setelah mendapatkannya, tetapi pada akhirnya itu bukan milikmu, jadi jangan berebut.



## 2010年11月14日悉尼市中心《玄艺综述》

### 解答会记录 (1)

xiè xiè dà jiā lái cān jiā jīn tiān de jiě dá huì gǎn xiè dà jiā dōu  
谢谢大家来参加今天的解答会，感谢大家都

zài jīng jìn xiū xíng gōng dé wú liàng gāng cái tái zhǎng lái zhī qián  
在精进修行，功德无量。刚才台长来之前

hái zài diàn tái lǐ zuò jié mù yǒu yī wèi dāng dì de tīng zhòng dǎ jìn  
还在电台里做节目，有一位当地的听众打进

diàn huà shuō tā de nǚ ér zuò mèng zuò dào tái zhǎng de fǎ  
电话，说他的女儿做梦做到，台长的法

shēn gěi tā bān jiǎng guǒ rán jīn tiān shōu dào tōng zhī dé dào le xīn  
身给她颁奖，果然今天收到通知得到了新

nán wēi ěr shì zhōu shù xué bǐ sài de dì yī míng  
南威尔士州数学比赛的第一名。

hái yǒu zuó wǎn hái shōu dào běi jīng yī gè hǎi diàn de tīng zhòng  
还有昨晚还收到北京一个海淀的听众

lái xìn tā de nǚ ér nián jì hěn qīng zài fǎ guó liú xué hé yī  
来信，她的女儿年纪很轻，在法国留学，和一

gè péng you yī qǐ cān jiā le yī gè líng xìng yóu xì jié guǒ huí dào  
个朋友一起参加了一个灵性游戏，结果回到

jiā lǐ zuǐ lǐ jiù kāi shǐ luàn jiǎng huà le yī shēng què zhěn wéi jīng  
家里嘴里就开始乱讲话了，医生确诊为精



shén bìng xiàn zài xiě xìn lái wèn tái zhǎng néng bù néng jiù jiù  
神病，现在写信来问台长能不能救救  
tā tái zhǎng yī kàn jiù zhī dào hěn nán jiù líng xìng hěn lì  
她，台长一看就知道很难救，灵性很厉  
hài ér qiě tā hái huà le yī gè fú wǒ jué de zhè hái zi hěn kě xī  
害，而且她还画了一个符。我觉得这孩子很可惜  
ya tā de fù mǔ huā le zhè me duō qián sòng hái zi chū guó jié  
呀，她的父母花了这么多钱送孩子出国，结  
guǒ dé le jīng shén bìng huí dào běi jīng xīn li zhēn de hěn nán  
果得了精神病回到北京，心里真的很难  
guò suǒ yǐ xī wàng zuò fù mǔ de yào guǎn zhù hái zi bù yào suí  
过。所以希望做父母的要管住孩子，不要随  
biàn jiē chù líng jiè de dōng xi bǐ rú nóng cūn yǒu xiē rén zhǎo wū  
便接触灵界的东 西。比如农村有些人找巫  
pó jiù shì jiē chù líng jiè de dōng xi shàng fén yě shì jiē chù líng jiè  
婆就是接触灵界的东 西，上坟也是接触灵界  
de dōng xi yǒu de rén bài zǔ zong dōu tóu téng dōu shì jiē chù  
的东 西，有的人拜祖宗都头疼，都是接触  
líng jiè rén huó zài shì shàng dōu yào jiē chù líng jiè líng jiè shì  
灵界，人活在世上都要接触灵界，灵界是  
shén me wǒ men de fù mǔ guò shì le yě shì líng jiè de suǒ yǐ  
什么，我们的父母过世了也是灵界的，所以  
líng jiè bù kě pà dàn wǒ men yào zhèng què duì dài  
灵界不可怕，但我们要正确对待。



jīn tiān zài gěi dà jiā zhèng shì jiǎng fó fǎ qián , xiān gěi dà jiā  
今天在给大家正式讲佛法前，先给大家  
jiǎng diǎn zhòng yào de shì qing zuó wǎn wǒ qǐng guān shì yīn pú  
讲点重要的事情。昨晚我请观世音菩  
sà , pú sà cí bēi , guān shì yīn pú sà lái le , wǒ gào sù pú  
萨，菩萨慈悲，观世音菩萨来了，我告诉菩  
sà , míng tiān wǒ yào kāi fǎ huì xī wàng pú sà néng gěi wǒ jiǎng yī  
萨，明天我要开法会希望菩萨能给我讲一  
xiē xīn de dōng xi ràng wǒ kě yǐ gào sù dà jiā yú shì pú sà jiù  
些新的东西，让我可以告诉大家，于是菩萨就  
gěi wǒ jiǎng le chà bu duō bàn xiǎo shí xià miàn tái zhǎng huì huà jiě  
给我讲了差不多半小时，下面台长会化解  
kāi gěi dà jiā jiǎng jiǎng 。  
开给大家讲讲。

shǒu xiān gēn dà jiā jiǎng de dì yī jiàn shì qing dà jiā yī  
首先，跟大家讲的第一件事情，大家一  
dìng yào jì zhù shí jì shàng rén huó zài shì jiè shàng yǒu de rén jué  
定要记住，实际上人活在世界上有的人觉  
de shí jiān guò de kuài yǒu de rén jué de shí jiān guò de hěn  
得时间过得快，有的人觉得时间过得很  
màn shí jiān guò de kuài de rén qí shí shòu mìng zài suō duǎn suǒ  
慢，时间过得快的人其实寿命在缩短，所  
yǐ huó de hěn xiāo sǎ de rén lǎo de hěn kuài yào jì zhù nǐ de sī  
以活得很潇洒的人老得很快。要记住你的思



xiǎng yǐng xiǎng nǐ de xíng wéi      dāng nǐ de nǎo zi dòng hǎo nǎo jīn  
想 影 响 你 的 行 为 ， 当 你 的 脑 子 动 好 脑 筋  
zuò shàn shì de shí hou      dòng hǎo nǎo jīn zuò shàn shì jiù zài yán  
做 善 事 的 时 候 ， 动 好 脑 筋 做 善 事 就 在 延  
shòu      ér dòng huài nǎo jīn zuò huài shì de shí hou shòu mìng jiù zài  
寿 ， 而 动 坏 脑 筋 做 坏 事 的 时 候 寿 命 就 在  
suō duǎn      wèi shén me hěn duō rén hái méi yǒu huó  
缩 短 。 为 什 么 很 多 人 还 没 有 活  
dào suì      shèn zhì huó bù dào suì      suì shù shàng lái shuō qí  
到 60 岁 ， 甚 至 活 不 到 49 岁 ， 岁 数 上 来 说 其  
shí      dōu shì bù hǎo de      xiàng zhè  
实 3、6、9， 都 是 不 好 的 ， 46， 66， 73， 84 像 这  
zhǒng dōu shì dà guān      guān shì yīn pú sà gào sù wǒ men      wèi shén  
种 都 是 大 关 。 观 世 音 菩 萨 告 诉 我 们 ， 为 什  
me yǒu de rén shòu cháng      yǒu de rén shòu duǎn      yī gè rén de  
么 有 的 人 寿 长 ， 有 的 人 寿 短 ， 一 个 人 的  
shòu cháng shòu duǎn gēn zhè ge rén xīn li xiǎng de hǎo hé huài yǒu zhí  
寿 长 寿 短 跟 这 个 人 心 里 想 的 好 和 坏 有 直  
jiē de guān xì      yī gè shàn liáng de rén zǒng shì dòng hǎo nǎo  
接 的 关 系 ， 一 个 善 良 的 人 总 是 动 好 脑  
jīn      zhè ge rén jiù huó de cháng      jǔ gè jiǎn dān lì zì nóng cūn  
筋 ， 这 个 人 就 活 得 长 。 举 个 简 单 例 子 农 村  
yǒu xiē lǎo mā ma yī tiān dào wǎn méi yǒu fán nǎo méi yǒu yōu  
有 些 老 妈 妈 一 天 到 晚 没 有 烦 恼 没 有 忧



chóu      bù dòng huài nǎo jīn      shí shí zài zài de shēng huó      suǒ yǐ  
愁 ， 不 动 坏 脑 筋 ， 实 实 在 在 的 生 活 ， 所 以

tā men de shòu jiù hěn cháng  
他 们 的 寿 就 很 长 。

xiàn zài rén huó de hěn xīn kǔ      xīn kǔ dào shén me chéng dù  
现 在 人 活 的 很 辛 苦 ， 辛 苦 到 什 么 程 度

ne      jiǎng yī jù huà dōu yào dān xīn bié rén zài fěng cì zì jǐ      xiàn  
呢 ？ 讲 一 句 话 都 要 担 心 别 人 在 讽 刺 自 己 。 现

zài de rén tài mǐn gǎn le      bié rén kàn yī yǎn dōu dān xīn bié rén huái  
在 的 人 太 敏 感 了 ， 别 人 看 一 眼 都 担 心 别 人 怀

yí zì jǐ      xiàn zài zài jiā lǐ      fū qī zhī jiān jiǎng huà      lǎo gong  
疑 自 己 。 现 在 在 家 里 ， 夫 妻 之 间 讲 话 ， 老 公

kàn yī yǎn xīn lǐ dōu huì bù shū fu      hái zi gēn bà ba mā ma jiǎng jù  
看 一 眼 心 里 都 会 不 舒 服 ， 孩 子 跟 爸 爸 妈 妈 讲 句

huà      bà ba mā ma dōu huì fā pí qi      zhè jiù shì tài mǐn gǎn huó de  
话 ， 爸 爸 妈 妈 都 会 发 脾 气 ， 这 就 是 太 敏 感 活 得

lèi a      zhěng tiān pà chū shì qing      xiàn zài rén de yā lì dà dào  
累 啊 。 整 天 怕 出 事 情 ， 现 在 人 的 压 力 大 到

shén me chéng dù      zuò fēi jī dān xīn kǒng bù fèn zǐ      ào zhōu háng  
什 么 程 度 ， 坐 飞 机 担 心 恐 怖 分 子 ， 澳 洲 航

kōng gōng sī de      shì zuì xīn de zuì hǎo de fēi jī le ba      zuì jìn  
空 公 司 的 A380 是 最 新 的 最 好 的 飞 机 了 吧 ， 最 近

yǐn qíng dōu shāo qǐ lái le      nǐ men shuō zuò fēi jī pà bù pà      zhè  
引 擎 都 烧 起 来 了 ， 你 们 说 坐 飞 机 怕 不 怕 ， 这



yě shì yā lì rén huó zài shì jiè shàng dào chù dōu shì yā lì fū qī  
也是压力。人活在这个世界上到处都是压力。夫妻  
gǎn qíng hǎo bu hǎo yě shì yā lì jǔ gè lì zì shuō jīn tiān lǎo gōng  
感情好不好也是压力，举个例子说今天老公  
huí jiā bù jiǎng huà jiē xià lái qī zǐ de nǎo zǐ jiù xiàng jī qì yī  
回家不讲话，接下来妻子的脑子就像机器一  
yàng de bù tíng zhuàn jiù xiǎng zì jǐ nǎ li zuò cuò le shén me shì  
样的不停转，就想自己哪里做错了什么事  
qing le shì bù shì dé zuì tā le qí shí nǐ shì zuò cuò le nǐ zuò  
情了是不是得罪他了，其实你是做错了，你做  
cuò shì qíng le tā bù zhī dao tā bù lǐ nǐ nǐ zì jǐ jiù kāi shǐ  
错事情了他不知道，他不理你，你自己就开始  
huāng le zhè jiù shì yā lì  
慌了。这就是压力。

jiē xià lái gēn dà jiā jiǎng guān shì yīn pú sà shuō wèi shén me  
接下来跟大家讲，观世音菩萨说为什么  
fó gào sù wǒ men rén yǒu shòu cháng shòu duǎn měi tiān měi shí měi  
佛告诉我们人有寿长寿短，每天每时每  
kè dōu zài zuò shàn shì de rén shí jì shàng jiù zài yán cháng shòu  
刻都在做善事的人实际上就在延长寿  
mìng měi tiān měi shí měi kè dōu zài zuò huài shì de rén jiù zài suō  
命，每天每时每刻都在做坏事的人就在缩  
duǎn shòu mìng dāng shí tái zhǎng jiù wèn pú sà kě bù kě yǐ jǔ le  
短寿命。当时台长就问菩萨可不可以举了





ge lì zǐ pú sà shuō yī hú shuǐ shāo dào dù shì bù shì  
个例子，菩萨说，一壶水烧到100度，是不是  
hěn tàng rán hòu tiān tiān zuò hǎo shì děng yú zhè hú shuǐ tiān tiān  
很烫，然后天天做好事，等于这壶水天天  
zài jiā wēn huài shì shì liáng shuǐ zuò huài shì shì shǔ yīn de tiān  
在加温，坏事是凉水，做坏事是属阴的，天  
tiān zuò huài shì děng yú měi tiān wǎng lǐ jiāo liáng shuǐ dào hòu lái  
天做坏事等于每天往里浇凉水，到后来  
zhè ge shuǐ liáng bù liáng shòu jiù shì wēn dù yī bǎi dù jiù shì yī  
这个水凉不凉？寿就是温度，一百度就是一  
bǎi suì nǐ měi jiā yī cì liáng shuǐ wēn dù jiù zài jiàng dī dù  
百岁，你每加一次凉水，温度就在降低，40度  
le dù le dù hěn duō nián qīng rén jiù zhè yàng zǒu diào  
了，30度了，20度，很多年轻人就这样走掉  
le  
了。

jīn tiān gé bì zài kuáng huān kāi yīn yuè tā men shì dòng  
今天隔壁在狂欢，开音乐，他们是动  
de ér jīn tiān wǒ men lái shì xué fó shì jìng de dōu shì hǎo  
的，而今天我们是学佛是静的，都是好  
rén xiū xīn niàn fó shì xué hǎo de dōng xī wǒ de tú dì gēn wǒ  
人，修心念佛是学好的东西。我的徒弟跟我  
shuō shī fu gé bì tài luàn le wǒ shuō méi guān xi nǐ kàn děng shī  
说师父隔壁太乱了，我说没关系，你看等师



fu jìn lái le , tā men hái dòng bù dòng , zhè jiào yǐ jìng zhì  
父进来了，他们还动不动，这叫以静制  
dòng 。 wǒ men ān jìng tā men dòng , méi yǒu guān xi , wǒ men  
动。我们安静他们动，没有关系，我们  
xīn li píng jìng wǒ men jiù néng dé dào gèng duō de dōng xi 。 zhè jiù  
心里平静我们就能得到更多的东西。这就  
shì wèi shén me yī gè rén jǐn zhāng de shí hou , ná bù dìng zhǔ  
是为 什么 一个人紧张的时候，拿不定主  
yì , jiù shuō yào xiān jìng xià lái , yào ān jìng , lěng jìng , jiù shì  
意，就说要先静下来，要安静，冷静，就是  
zhè ge dào lǐ  
这个道理。

gāng gāng jiǎng de jiù shì guān shì yīn pú sà shuō de , zhè jiù shì  
刚刚讲的就是观世音菩萨说的，这就是  
bái huà , yuán huà jiù shì " rén tiān tiān zuò hǎo shì jiù néng cháng  
白话，原话就是“人天天做好事就能长  
shòu " 。 jǔ gè jiǎn dān lì zǐ , tiān tiān zuò huài shì de rén , shuì  
寿”。举个简单例子，天天做坏事的人，睡  
jiào shuì bù hǎo , xīn zàng bù hǎo , yīn wei jǐn zhāng ya , shì bù shì  
觉睡不好，心脏不好，因为紧张呀，是不是  
jiù yǐng xiǎng shēn tǐ 。 zài xiǎng yī xiǎng tiān tiān zuò huài shì , rén  
就影响身体。再想一想天天做坏事，人  
yuè huó yuè nán shòu , tiān tiān zuò hǎo shì , xīn li kāi xīn , huó de  
越活越难受，天天做好事，心里开心，活的



kāi xīn shēn shàng de máo bìng jiù shǎo le xiào yī xiào shǎo  
开心，身上的毛病就少了。笑一笑，少  
yī shǎo jiù shì kāi xīn jiù néng huó de cháng zuò hǎo shì kāi xīn  
一少，就是开心就能活得长。做好事，开心  
jiù néng huó de cháng rén zuò shàn shì jué duì shì yán shòu de dàn  
就能活得长，人做善事绝对是延寿的。但  
shì yǒu ge xiāng duì lùn yào jiǎng yī jiǎng nǐ zěn yàng gǎn jué tóng  
是有个相对论要讲一讲，你怎样感觉同  
yàng xiǎo shí hǎo de rén huó de cháng bù hǎo de rén huó de  
样 24 小时，好的人活得长，不好的人活得  
duǎn qí shí dāng shuì jiào de shí hou jiù shì shòu zài suō duǎn yǒu  
短，其实当睡觉的时候就是寿在缩短，有  
de rén xǐ huan shuì jiào yī jiào shuì xǐng shí jiān jiù hěn duǎn suǒ  
的人喜欢睡觉，一觉睡醒时间就很短，所  
yǐ fó fǎ jiǎng rén jiān de shuì tài duō huì hūn shuì xiè  
以佛法讲人间的“睡”太多会昏睡、懈  
dài yě shì yào kè zhì de shàng miàn jiù shì tái zhǎng gěi dà jiā  
怠，也是要克制的。上面就是台长给大家  
jiǎng de dì yī gè shì qing  
讲的第一个事情。

jiǎng gè xiào huà gěi dà jiā tīng zhòng gēn tái zhǎng guān xi tài hǎo  
讲个笑话给大家，听众跟台长关系太好  
le jīn tiān yǒu ge tīng zhòng hěn yǒu qù wǒ gēn dà jiā shuō qiān  
了，今天有个听众很有趣，我跟大家说干



wàn bù yào niàn zhǔn tí shén zhòu lái guā cǎi piào wǒ jiào tā men bù  
万不要念准提神咒来刮彩票，我叫他们不  
yào zhè me qù zuò jīn tiān yǒu ge rén gēn wǒ shuō nín bù ràng  
要这么去做，今天有个人跟我说，您不让  
niàn zhǔn tí shén zhòu mǎi liù hé cǎi jīn tiān wǒ zài qián miàn jiā le  
念准提神咒买六合彩，今天我在前面加了  
dà bēi zhòu wǒ guā zhòng le zhòng le kuài ào bì wǒ  
大悲咒，我刮中了，中了380块澳币，我  
shuō zhè bìng bù shì nǐ niàn jīng guā zhōng de ér nǐ mìng zhòng běn  
说这并不是你念经刮中的，而你命中本  
lái jiù yǒu de cái yùn shì qiú bù lái de cái yùn bù néng qiú shì  
来就有的，财运是求不来的，财运不能求，是  
zì rán lái de yǒu xiē rén qiú dào hòu dàn zuì hòu réng bù shì nǐ  
自然来的，有些人求到后，但最后仍不是你  
de suǒ yǐ bù yào qù zhēng  
的，所以不要去争。

