

Berakhirnya Penderitaan Datanglah Kebahagiaan, Konsentrasi Zen Melahirkan Kebijakan

Acara Pertemuan Umat Buddhis Sedunia di Hong Kong, 8 Juni 2013 (Bagian 1)

Sekali lagi terima kasih kepada Guan Shi Yin Pu Sa, Naga Langit Pelindung Dharma, hari ini kita memiliki jodoh yang istimewa untuk berkumpul di sini untuk mendapatkan manfaat dari Dharma bersama-sama, menikmati kebahagiaan Dharma, dan menikmati sukacita Dharma yang tiada taranya. Juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak terkait di Hong Kong atas dukungannya kepada kita, termasuk kepada Tim Ambulans St. John Hong Kong atas bantuannya setiap hari. Mari kita ucapkan terima kasih kepada mereka atas kedatangannya.

Terima kasih kepada semua tamu terhormat, semua biksu agung dan teman-teman se-Dharma atas bantuannya, sehingga kita mempunyai kesempatan untuk membabarkan budaya tradisional Tionghua di Hong Kong

hari ini, dan menjalani kehidupan yang harmonis seperti di Alam Surga. Setiap orang seperti saudara dan semua orang seperti Bodhisattva. Kita harus membina pikiran dengan baik dan segera menjadi Buddha masa depan.

Sebelum tiba di Hong Kong, Sekretariat mengirim email ke Master. Seorang wanita bernama Gao Jingna mengirim email pada tanggal 27 Mei. Dia telah menikah selama delapan tahun dan tidak bisa hamil, sangat menderita. Dia telah minum banyak obat dan menghabiskan banyak uang. Dia telah berobat ke banyak dokter terkenal, tetapi tidak ada hasilnya. Namun, dia hamil dalam waktu dua bulan setelah berikrar, melafalkan paritta dan melepaskan makhluk hidup. Dia berkata: Saya dan suami saling berpelukan dan menangis bersama. Tahun ini kami melahirkan seorang bayi yang cerdas dan lucu. Saya tidak bisa mengungkapkan rasa terima kasih saya kepada Guan Shi Yin Pu Sa dengan kata-kata. Mari kita berterima kasih kepada Guan Shi Yin Pu Sa.

Berikut saya akan memberi tahu kalian sebuah kabar, hari ini selain Guan Shi Yin Pu Sa, masih banyak Bodhisattva lainnya yang hadir. Seorang pendengar menulis apa yang dilihatnya dengan matanya sendiri pada Seminar Dharma sore ini: "Pada sore hari tanggal 8 Juni 2013, saat saya masuk ke tempat acara, saya mencium bau kayu cendana. Ketika saya membuka mata, saya melihat Sang Buddha duduk di tengah. Ada Bodhisattva yang berdiri di kedua sisi, dan Guan Shi Yin Pu Sa serta banyak Bodhisattva lainnya berdiri di kedua sisi, dan 108 Bodhisattva berdiri di atas teratai." Acara Seminar Dharma yang begitu besar, ratusan Bodhisattva datang setiap kalinya, jadi kalian semua yang hadir di sini hari ini semuanya akan mendapat berkat. Ketika kalian pulang, penyakit kalian akan sembuh dan pikiran kalian akan menjadi jernih. Segalanya akan menjadi baik, penuh sukacita Dharma. Dia berkata: "Saat Master Lu memberikan wejangan, Guan Shi Yin Pu Sa menitikkan air mata. Guan Shi Yin Pu Sa berkata, "Ada begitu banyak orang yang masih belum melihat perilaku dan situasi mereka dengan jelas, dan sebagian orang masih sangat

egois." Sang Buddha yang berada di samping mendengarkannya, lalu Beliau mengangguk kepala dan berkata, "凡心即度 fan xin ji du -- Semua pikiran dapat tersadarkan." Karena ini perkataan Sang Buddha. Saya tidak tahu apakah yang dimaksud adalah kata "即 ji" yang ini. Murid bodoh belum tercerahkan. Mohon Master memberikan wejangan. Ini yang saya lihat dan dengar dari pengalaman pribadi saya, tidak ada sedikit pun omong kosong dan ucapan palsu. Jadi rekan se-Dharma harus baik-baik membina diri, membina dengan serius, dan sungguh-sungguh. Master benar-benar menaruh banyak perhatian pada kita, Beliau telah banyak berkorban."

Hidup ada di antara tarikan nafas, ini sabda Sang Buddha. Hidup seseorang sangat terbatas, terkadang tidur dan tidak bangun, maka pergi begitu saja. Master ingat pernah membaca sebuah berita, orang ini sering mendengkur sampai kehabisan nafas, namun suatu hari dia kehabisan nafas dan meninggal dunia, bukankah hidup ada di antara tarikan nafas? Kita harus mengerti

untuk membina kesetaraan hati. Kita semua sama, harus menyingkirkan penderitaan di dalam hati. Hidup ini sangat menderita, datang dengan tangisan, membawa kerisauan dan penderitaan seumur hidup, pada akhirnya meninggalkan dunia ini tanpa daya. Apa yang masih perlu diperjuangkan dan diperebutkan? Kita harus belajar dari lautan yang selalu berada di titik terendah. Jika pikiran tenang, kebaikan atau kejahatan itu sama saja. Jika ada Buddha di dalam hati, perolehan dan kehilangan tidak menjadi masalah. Apa yang bisa kehilangan dan apa yang bisa diperoleh? Hari ini kehilangannya, besok akan mendapatkannya; besok mendapatkannya, lusa akan kehilangannya lagi, itulah ketidakkekalan. Kita hidup di dunia ini, harus menggunakan kebijaksanaan untuk memahami dunia yang selalu berubah ini. Bodhisattva mengatakan dunia ini hanyalah ilusi, mengapa? Ilusi artinya kamu yang memikirkannya, karena setelah ratusan tahun kemudian kita tidak akan dapat melihatnya lagi. Rumah yang kita miliki di masa lalu telah hilang. Kita bahkan tidak tahu nama kita saat dilahirkan. Ketika kita meninggal ratusan tahun kemudian, lalu siapakah kamu?

Master selalu suka menceritakan lelucon, hari ini banyak orang baru yang datang, jadi Master akan menceritakan lelucon lama ini lagi. Saat ujian, ada pertanyaan tentang siapa tokoh utama dalam Insiden Xi An? Semua orang tahu itu seharusnya Zhang Xueliang, tetapi anak-anak menulis Zhang Xueyou. Coba pikirkan dan kalian akan tahu, marshal muda di kala itu, menawan dan kompeten. Semua orang merasa dia muda dan tampan saat itu. Di mana dia sekarang? Tidak setenar Zhang Xueyou. Masa lalu adalah masa lalu. Masa lalu tidak dapat diperoleh. Masa depan belum datang dan tidak dapat diperoleh walaupun memikirkannya setiap hari. Jadi, tidak dapat diperoleh juga. Yang dimiliki hari ini akan segera hilang juga. Oleh karena itu, Bodhisattva sejak awal telah bersabda dalam Sutra Vajra: Masa lalu tidak dapat diperoleh, masa depan tidak dapat diperoleh, dan masa kini tidak dapat diperoleh.

Di dunia ini, kita menciptakan sesuatu dari ketiadaan. Ketika seorang anak lahir, sesuatu muncul dari ketiadaan.

Kita harus mengerti untuk mengubah sesuatu menjadi tiada. Jika sesuatu ada di dunia, kita harus menghilangkannya, harus menghilangkan kerisauan dan kesedihan, menyingkirkan semua hal yang buruk, itu disebut meniadakan dari ada. Kita harus mengerti untuk mengubah pikiran kita. Pikiran kita harus murni, sehingga kita bisa meminjam kepalsuan untuk membina kebenaran di dunia. Menurut kalian apa perbedaan antara kegembiraan dan kebahagiaan? Kegembiraan berasal dari sesuatu yang telah kamu lakukan, sedangkan kebahagiaan berasal dari tidak memohon, tidak serakah. Kegembiraan dapat dibagi, sedangkan kebahagiaan biasanya merupakan kenikmatan yang perlahan-lahan dipahami, itu bersifat abadi. Jadi, berharap kalian memiliki kebahagiaan, bukan kegembiraan sementara.

Jumlah orang yang meninggal dalam kecelakaan lalu lintas di seluruh dunia adalah 500.000 per tahun. Lebih dari 3.000 orang menjadi cacat atau menjadi vegetatif karena kecelakaan lalu lintas setiap hari. Di Tiongkok,

rata-rata 150 orang meninggal dalam kecelakaan lalu lintas setiap hari. Jadi harus mematuhi hukum dan aturan. Jangan mencelakai orang lain karena diri sendiri tidak menaati peraturan lalu lintas. Praktisi Buddhis harus memahami bahwa orang lain sakit, saya turut merasakan sakitnya. Kita harus memahami bahwa hati dan pikiran orang lain adalah hati dan pikiran kita, menyakiti orang lain berarti menyakiti diri kita sendiri. Banyak orang tidak paham pentingnya tubuh jasmani, karena sperma ayah dan darah ibu, membuat diri melakukan karma. Jika kamu menyakiti tubuhmu, luka di tubuh anak, tetapi sakitnya di hati ibu. Menyakiti tubuh adalah durhaka yang paling besar. Jadi, berharap kalian semua menjaga tubuh kalian dengan baik. Ini juga merupakan salah satu bentuk bakti orang Tionghua. Kita tidak menyakiti orang lain, tidak melukai orang lain, ini juga merupakan cinta negara dan rakyat. Selama ada cinta dan welas asih di hati, maka kamu tidak akan menyakiti orang yang tidak bersalah. Sebagai manusia, kita selamanya tidak boleh melakukan hal buruk pada orang lain.

Hati manusia ibarat ladang, apa yang ditabur, itulah yang akan dituai. Menabur benih kejahatan akan mendapat buah karma buruk, menabur benih kebaikan akan mendapatkan buah karma baik. Oleh karena itu, menekuni Dharma harus menyesuaikan jodoh, harus secara alami. Kita harus memupuk substansi positif dan memperkuat kekuatan positifnya, sehingga kita tidak terbawa arus emosi dan suasana hati negatif. Kita selalu dikendalikan oleh emosi kita sendiri, terbawa arus oleh orang lain. Misalnya, bahagia sekali di rumah, namun tiba-tiba karena telepon dari seseorang, segera kamu akan marah dan emosi. Harus mengerti dan memahami kehidupan, kamu harus menjadi tuan hidupmu sendiri, maka hatimu baru bisa menjadi pengendali, hidupmu baru bisa berubah dan mendapatkan kehidupanmu yang sesungguhnya.

Master menggunakan beberapa pernyataan untuk membuat perumpamaan kehidupan, menulis kehidupan sebagai "kehidupan akuntansi". Pertama-tama, tubuh

adalah aset tetap kamu. Usia adalah akumulasi penyusutan kamu. Cinta adalah aset tak berwujud. Pernikahan adalah laporan konsolidasi. Kekasih adalah hutang yang harus dibayar. Hidup adalah operasional yang berkelanjutan. Pertengkaran adalah kerugian. Pakaian adalah biaya kemasan. Kenangan adalah laporan analisis keuangan. Perceraian adalah laporan likuidasi keuangan. Pernikahan kedua adalah penggabungan aset kembali. Terakhir, introspeksi adalah inventarisasi internal. Mari kita menerima lebih banyak Dharma dalam sukacita Dharma.

Untuk memahami dunia, kita praktisi Buddhis harus terlebih dahulu memahami diri kita sendiri. Jika kita bisa menerima bahwa kita tidak sempurna, maka kita tidak perlu sibuk untuk menjelaskannya. Karena kamu pasti tidak sempurna, mengapa harus mati-matian menjelaskannya? Jika kamu menerima bahwa dirimu tidak sehebat itu, maka kamu tidak perlu membuktikannya kepada orang lain. Jika kamu bisa melepaskan prasangka

diri sendiri, maka kamu tidak perlu berdebat dan membantah orang lain. Jika kamu bisa tidak terlalu peduli dengan apa yang orang lain pikirkan tentang dirimu, maka kamu tidak perlu menangis dan mengeluh. Harus selalu diam, harus selalu tenang, harus bisa menenangkan pikiran, harus selalu menundukkan kepala. Master mengajari kalian cara untuk menjadi bahagia, mau tidak? Orang yang sering menundukkan kepala akan selalu bahagia.

Seorang pria bertanya kepada guru Zen, apa hal yang paling menakutkan di dunia. Guru tersebut mengatakan kepadanya bahwa hal yang paling menakutkan adalah nafsu keinginan. Dia bertanya: Mengapa nafsu keinginan adalah hal yang paling menakutkan, dan bukankah kematian adalah hal yang paling menakutkan? Biksu itu menceritakan sebuah kisah kepadanya: Ketika seorang biksu sedang menanam pohon. Dia tiba-tiba menggali satu pot berisi emas. Dia sangat ketakutan: "Menakutkan sekali, menakutkan sekali..." Dua orang kebetulan lewat

dan bertanya kepada biksu itu apa hal yang menakutkan. Biksu berkata, "Oh, saya menggali satu pot berisi emas, sangat menakutkan sekali." Kedua orang itu berkata, "Apakah kamu sakit? Apakah menemukan emas itu menakutkan?" Biksu berkata, "Ya, uang adalah hal yang sangat menakutkan. " Kedua orang tersebut berlari dengan cepat, dan benar mereka melihat satu pot emas, mereka sangat senang sekali. Namun akan terlalu berbahaya jika pergi keluar membawa pot berisi emas pada siang hari, jadi keduanya sepakat untuk pulang bersama setelah hari gelap. Satu orang kembali ke desa untuk mencari makanan terlebih dahulu, dan satu lagi tinggal di sana untuk menjaga. Orang yang tinggal itu berpikir: "Mengapa saya harus berbagi satu pot emas dengannya? Saya akan memukulinya sampai mati nanti." Satu orang yang pergi mengambil nasi itu berpikir: "Mengapa saya harus berbagi emas dengannya? Saya menaruh racun di dalam nasi. Racun dia sampai mati dan saya akan memiliki emas itu semuanya." Kemudian ketika orang yang membawa makanan itu kembali, orang yang tinggal di sana itu memukulinya sampai mati dan berkata

kepadanya: "Maaf, sobat. Emas yang membuat saya melakukan ini." Beberapa saat kemudian, orang itu merasa lapar dan memakan makanan tersebut. Tidak lama kemudian, perutnya mulai sakit dan seluruh tubuhnya terasa terbakar. Dia baru menyadari bahwa dirinya keracunan. Pada saat ini, dia baru teringat perkataan biksu: Betapa menakutkannya emas itu! Berharap kalian jangan mencelakai jiwa kebijaksanaan diri sendiri demi harta kekayaan di dunia ini.

Praktisi Buddhis harus tahu berhenti dan kemudian tenang, harus tahu apa yang diri sendiri sedang lakukan, harus menahan diri. Sebagai manusia kita harus menahan diri dalam melakukan segala hal. Memahami sila barulah pikiran bisa menjadi tenang. Harus tenang dulu sebelum bisa diam. Jika seseorang bisa menenangkan pikirannya, dia baru bisa perlahan menjadi diam. Jika terjadi pertengkaran di rumah, tahukah kamu apa caranya? Karena ketika kamu duduk, kamu tidak bisa bertengkar, tetapi ketika kamu berdiri, kamu bisa bertengkar. Jadi

ketika mencoba meleraikan pertengkaran, kita akan berkata, "Duduk, duduk." Begitu duduk, maka tidak akan bertengkar lagi. Karena duduk baru bisa tenang. Karena ketika kamu duduk diam, kebijaksanaan meditasi Zen akan perlahan naik, dan zhou tian – macrocosmic orbit dan "xiao zhou tian -- microcosmic orbit " semuanya terbuka, terus sampai ke langit. Tidak mudah bertengkar saat duduk. Orang yang bertengkar harus berdiri, karena energi qi tidak lancar, maka tidak bisa mengungkapkan kemarahan. Tentu saja, melafalkan paritta "Jie Jie Zhou" dan "Xin Jing" adalah cara terbaik. Kami mempunyai pasangan suami istri di Sydney yang setiap hari selalu bertengkar, sekarang keduanya menekuni Dharma dan membina pikiran, bahkan tidak mempunyai waktu untuk bertengkar karena mereka selalu melafalkan paritta. Melafalkan paritta benar-benar merupakan hal yang baik, jadi berharap semua orang bisa lebih banyak melafalkan paritta dan mengurangi pertengkaran.

kǔ jìn gān lái chán dìng huì shēng shàng
苦 尽 甘 来 禅 定 慧 生 (上)

nián yuè rì xiāng gǎng shì jiè fó yǒu jiàn miàn huì lú tái zhǎng kāi shì
2013 年 6 月 8 日 香 港 世 界 佛 友 见 面 会 卢 台 长 开 示

zài cì gǎn ēn guān shì yīn pú sà lóng tiān hù fǎ jīn tiān wǒ
再 次 感 恩 观 世 音 菩 萨， 龙 天 护 法， 今 天 我
men yǒu rú cǐ shū shèng de yīn yuán xiāng jù zài cǐ yì qǐ gòng
们 有 如 此 殊 胜 的 因 缘 相 聚 在 此， 一 起 共
zhān fǎ yì gòng zhān fǎ xǐ xiǎng shòu wú jìn de fǎ xǐ yě tè
沾 法 益， 共 沾 法 喜， 享 受 无 尽 的 法 喜。 也 特
bié gǎn xiè xiāng gǎng yǒu guān fāng miàn duì wǒ men de zhī chí bāo
别 感 谢 香 港 有 关 方 面 对 我 们 的 支 持， 包
kuò xiāng gǎng shèng yuē hàn jiù hù duì měi tiān de bāng zhù ràng wǒ
括 香 港 圣 约 翰 救 护 队 每 天 的 帮 助， 让 我
men duì tā men de dào lái biǎo shì gǎn xiè
们 对 他 们 的 到 来 表 示 感 谢。

gǎn ēn gè wèi jiā bīn gè wèi fǎ shī gāo sēng dà dé hé fó yǒu
感 恩 各 位 嘉 宾、 各 位 法 师 高 僧 大 德 和 佛 友
men de zhù yuán ràng wǒ men jīn tiān zài xiāng gǎng kě yǐ yǒu cǐ jī
们 的 助 缘， 让 我 们 今 天 在 香 港 可 以 有 此 机
yuán hóng yáng zhōng huá wén huà guò zhe hé tiān shàng yí yàng de
缘 弘 扬 中 华 文 化， 过 着 和 天 上 一 样 的
hé xié shēng huó rén rén xiàng qīn rén yí yàng gè gè xiàng pú sà
和 谐 生 活， 人 人 像 亲 人 一 样， 个 个 像 菩 萨，
wǒ men yí dìng yào hǎo hǎo xiū xīn zǎo rì chéng wéi wèi lái fó
我 们 一 定 要 好 好 修 心， 早 日 成 为 未 来 佛。

dào xiāng gǎng zhī qián mì shū chù gěi tái zhǎng yì fēng diàn yóu
到 香 港 之 前 , 秘 书 处 给 台 长 一 封 电 邮 ,
yí wèi gāo jīng nà nǚ shì zài yuè rì fā lái diàn zǐ yóu jiàn tā
一 位 高 晶 娜 女 士 在 5 月 27 日 发 来 电 子 邮 件 , 她
jié hūn bā nián wú fǎ huái yùn fēi cháng tòng kǔ chī le bù zhī dào
结 婚 八 年 无 法 怀 孕 , 非 常 痛 苦 , 吃 了 不 知 道
duō shǎo yào huā le bù zhī dào duō shǎo qián kàn le bù zhī dào
多 少 药 , 花 了 不 知 道 多 少 钱 , 看 了 不 知 道
duō shǎo míng yī dōu méi yǒu xiào guǒ rán ér xǔ yuàn niàn jīng
多 少 名 医 , 都 没 有 效 果 , 然 而 许 愿 、 念 经 、
fàng shēng bú dào liǎng gè yuè jiù huái yùn le tā shuō wǒ hé
放 生 不 到 两 个 月 就 怀 孕 了 。 她 说 : 我 和
zhàng fu yì qǐ bào tóu tòng kū jīn nián chǎn xià xiǎo bǎo bèi cōng
丈 夫 一 起 抱 头 痛 哭 , 今 年 产 下 小 宝 贝 聪
míng kě ài wǒ wú fǎ yòng yǔ yán lái gǎn ēn guān shì yīn pú sà
明 可 爱 , 我 无 法 用 语 言 来 感 恩 观 世 音 菩 萨 。
ràng wǒ men xiè xiè guān shì yīn pú sà
让 我 们 谢 谢 观 世 音 菩 萨 !

xià miàn gào su dà jiā yí gè xiāo xī jīn tiān lái de chú le guān
下 面 告 诉 大 家 一 个 消 息 , 今 天 来 的 除 了 观
shì yīn pú sà hái yǒu hěn duō pú sà yí wèi tīng zhòng bǎ zì jǐ jīn
世 音 菩 萨 还 有 很 多 菩 萨 。 一 位 听 众 把 自 己 今
tiān xià wǔ fǎ huì shàng qīn yǎn kàn dào de shì qing xiě le chū lái
天 下 午 法 会 上 亲 眼 看 到 的 事 情 写 了 出 来 :

nián yuè rì xiàwǔ dāng wǒ zǒu jìn huì chǎng shí jiù yǒu
“2013 年 6 月 8 日 下 午 , 当 我 走 进 会 场 时 就 有

tán xiāng wèi wǒ zhēng zhe yǎn jīng jiù kàn dào fó zǔ duān zuò zhōng
檀香味，我睁着眼睛就看到佛祖端坐中

yāng liǎng biān gè yì zūn pú sà hái yǒu guān shì yīn pú sà hé hěn
央，两边各一尊菩萨，还有观世音菩萨和很

duō pú sà zhàn zài liǎng biān hái yǒu wèi pú sà zhàn zài lián huā
多菩萨站在两边，还有108位菩萨站在莲花

shàng zhè me dà de fǎ huì měi cì dōu yǒu shàng bǎi wèi de pú
上。”这么大的法会，每次都有上百位的菩

sà guò lái suǒ yǐ nǐ men jīn tiān suǒ yǒu zài chǎng de rén quán bù
萨过来，所以你们今天所有在场的人全部

dōu huì dé dào jiā chí nǐ men huí qù bìng hǎo le sī xiǎng xiǎng
都会得到加持，你们回去病好了、思想想

tōng le yí qiè dōu huì hǎo qǐ lái fǎ xǐ chōng mǎn tā shuō
通了，一切都会好起来，法喜充满。他说：

zài lú tái zhǎng kāi shì de shí hou guān shì yīn pú sà luò lèi le
“在卢台长开示的时候，观世音菩萨落泪了，

guān shì yīn pú sà shuō yǒu zhè me duō de rén hái méi yǒu kàn qīng
观世音菩萨说‘有这么多人还没有看清

zì jǐ de xíng wéi hé qíng kuàng yǒu xiē rén sī xīn hái zhè me
自己的行为 and 情况，有些人私心还这么

zhòng fó zǔ zài páng biān tīng dào zhī hòu qīng wēi diǎn tóu shuō
重。’佛祖在旁边听到之后轻微点头说

fán xīn jí dù yīn wèi shì fó zǔ suǒ shuō bù zhī dào shì bu shì
‘凡心即度。’因为是佛祖所说，不知道是不是

zhè ge jí zì dì zǐ yú chǔn shàng wèi dùn wù qǐng shī fu
这个“即”字，弟子愚蠢尚未顿悟，请师父

kāi shì zhè shì wǒ de qīn shēn jīng lì suǒ jiàn suǒ wén méi yǒu bàn
开示。这是我的亲身经历所见所闻，没有半

diǎn kuáng yán yǔ xū yán suǒ yǐ tóng xiū men yí dìng yào hǎo hǎo
点 狂 言 与 虚 言 。 所 以 同 修 们 一 定 要 好 好
xiū rèn zhēn xiū zhēn xiū tái zhǎng duì wǒ men zhēn de yòng le
修 、 认 真 修 、 真 修 ， 台 长 对 我 们 真 的 用 了
hěn dà de xīn tā fù chū hěn duō
很 大 的 心 ， 他 付 出 很 多 。”

rén mìng zài hū xī jiān zhè shì fó tuó shuō de yí gè rén de
人 命 在 呼 吸 间 ， 这 是 佛 陀 说 的 ， 一 个 人 的
shēng mìng fēi cháng yǒu xiàn yǒu shí hou yí jiào shuì bù xǐng jiù zǒu
生 命 非 常 有 限 ， 有 时 候 一 觉 睡 不 醒 就 走
le jì de céng jīng kàn dào yí gè xiāo xī zhè ge rén jīng cháng dǎ
了 。 记 得 曾 经 看 到 一 个 消 息 ， 这 个 人 经 常 打
hū dǎ de qì chuǎn bú guò lái dàn shì yǒu yì tiān qì chuǎn bú guò
呼 打 得 气 喘 不 过 来 ， 但 是 有 一 天 气 喘 不 过
lái jiù lí kāi le rén jiān nán dào rén mìng bú shì zài hū xī zhī jiān ma
来 就 离 开 了 人 间 ， 难 道 人 命 不 是 在 呼 吸 之 间 吗 ？
wǒ men yào dǒng de xiū píng děng xīn rén dōu shì yí yàng yào xiāo
我 们 要 懂 得 修 平 等 心 ， 人 都 是 一 样 ， 要 消
chú xīn zhōng de kǔ rén shēng fēi cháng kǔ suí zhe yì shēng tí
除 心 中 的 苦 。 人 生 非 常 苦 ， 随 着 一 声 啼
kū dài zhe yì shēng de fán nǎo tòng kǔ zuì hòu wú nài de lí kāi
哭 ， 带 着 一 生 的 烦 恼 痛 苦 ， 最 后 无 奈 地 离 开
rén jiān hái yào zhēng shén me qiǎng shén me wǒ men yào xué xí
人 间 。 还 要 争 什 么 抢 什 么 ？ 我 们 要 学 习
dà hǎi yǒng yuǎn tíng liú zài zuì dī chù xīn ruò yǒu dìng hǎo huài
大 海 ， 永 远 停 留 在 最 低 处 。 心 若 有 定 ， 好 坏

dōu yī yàng xīn ruò yǒu fó dé shī jù wú fāng yǒu shén me kě yǐ
都 一 样；心 若 有 佛，得 失 俱 无 妨。有 什 么 可 以
shī qù yòu yǒu shén me kě yǐ dé dào de jīn tiān shī qù le míng
失 去，又 有 什 么 可 以 得 到 的？今 天 失 去 了，明
tiān yòu dé dào le míng tiān dé dào le hòu tiān yòu shī qù le
天 又 得 到 了；明 天 得 到 了，后 天 又 失 去 了，
nà jiù shì wú cháng wǒ men huó zài zhè ge shì jiè yào yòng zhì huì
那 就 是 无 常。我 们 活 在 这 个 世 界，要 用 智 慧
qù rèn shi zhè ge huàn huà de rén jiān pú sà shuō zhè ge shì jiè shì
去 认 识 这 个 幻 化 的 人 间。菩 萨 说 这 个 世 界 是
huàn huà wèi shén me huàn huà jiù shì xiǎng chū lái de yīn wèi
幻 化，为 什 么？幻 化 就 是 想 出 来 的，因 为
jǐ bǎi nián zhī hòu jiù kàn bú dào le wǒ men guò qù yōng yǒu de jiā
几 百 年 之 后 就 看 不 到 了，我 们 过 去 拥 有 的 家
méi yǒu le wǒ men chū shēng de shí hou lián míng zì dōu bù zhī dào
没 有 了，我 们 出 生 的 时 候 连 名 字 都 不 知 道，
dāng wǒ men zǒu le jǐ bǎi nián zhī hòu nǐ yòu shì shuí
当 我 们 走 了 几 百 年 之 后，你 又 是 谁？

tái zhǎng jīng cháng xǐ huan jiǎng yí gè xiào huà jīn tiān yǒu hěn
台 长 经 常 喜 欢 讲 一 个 笑 话，今 天 有 很
duō xīn de rén lái tái zhǎng jiù zài bǎ zhè ge lǎo xiào huà jiǎng yí
多 新 的 人 来，台 长 就 再 把 这 个 老 笑 话 讲 一
biàn zài kǎo shì de shí hou yǒu ge wèn tí shuō xī ān shì biàn de
遍。在 考 试 的 时 候，有 个 问 题 说 西 安 事 变 的
zhǔ jué shì shuí dōu zhī dào yīng gāi shì zhāng xué liáng xiǎo hái zi
主 角 是 谁？都 知 道 应 该 是 张 学 良，小 孩 子

què xiě zhāng xué yǒu xiǎng yì xiǎng jiù zhī dào dāng nián de shào
却 写 张 学 友 。 想 一 想 就 知 道 ， 当 年 的 少
shuài yǒu mèi lì yǒu néng liàng dāng nián dà jiā dōu jué de tā yòu
帅 ， 有 魅 力 有 能 量 ， 当 年 大 家 都 觉 得 他 又
nián qīng yòu shuài qì xiàn zài dào nǎ lǐ qù le hái bù rú zhāng
年 轻 又 帅 气 ， 现 在 到 哪 里 去 了 ？ 还 不 如 张
xué yǒu yǒu míng guò qù jiù shì guò qù guò qù bù kě dé wèi lái
学 友 有 名 。 过 去 就 是 过 去 ， 过 去 不 可 得 ； 未 来
hái méi lái tiān tiān xiǎng yě dé bú dào suǒ yǐ yě bù kě dé jīn
还 没 来 ， 天 天 想 也 得 不 到 ， 所 以 也 不 可 得 ； 今
tiān yōng yǒu de yě hěn kuài jiù huì méi yǒu suǒ yǐ pú sà zài jīn
天 拥 有 的 也 很 快 就 会 没 有 。 所 以 菩 萨 在 《 金
gāng jīng zhōng zǎo jiù shuō guò guò qù bù kě dé wèi lái bù kě
刚 经 》 中 早 就 说 过 ： 过 去 不 可 得 ， 未 来 不 可
dé xiàn zài bù kě dé
得 ， 现 在 不 可 得 。

wǒ men rén jiān shì wú zhōng shēng yǒu yí gè hái zǐ shēng chū
我 们 人 间 是 无 中 生 有 ， 一 个 孩 子 生 出
lái yǐ hòu jiù shì cóng méi yǒu dāng zhōng shēng chū yǒu yào dǒng
来 以 后 就 是 从 没 有 当 中 生 出 有 ； 要 懂
de yǒu zhōng huà wú zài rén jiān yǒu le yào bǎ tā huà diào yào
得 有 中 化 无 ， 在 人 间 有 了 ， 要 把 它 化 掉 ， 要
huà qù fán nǎo huà qù yōu shāng bǎ yí qiè bù hǎo de dōng xī quán
化 去 烦 恼 、 化 去 忧 伤 、 把 一 切 不 好 的 东 西 全
bù shě qù nà jiào yǒu zhōng huà wú wǒ men yào dǒng de zhuǎn
部 舍 去 ， 那 叫 有 中 化 无 。 我 们 要 懂 得 转

huàn yì niàn yì niàn bì xū gān jìng suǒ yǐ zài rén jiān cái néng jiè
换意念，意念必须干净，所以在人间才能借

jiǎ xiū zhēn kuài lè yǔ xìng fú dà jiā shuō yǒu shén me bù tóng
假修真。快乐与幸福，大家说有什么不同？

kuài lè lái zì yú nǐ zuò le mǒu jiàn shì qing ér xìng fú zài yú bù
快乐来自于你做了某件事情，而幸福在于不

qiú bù tān kuài lè kě yǐ fēn xiǎng ér xìng fú tōng cháng shì zì jǐ
求不贪；快乐可以分享，而幸福通常是自己

màn man lǐ jiě de xiǎng shòu nà shì yǒng héng de suǒ yǐ xī wàng
慢慢理解的享受，那是永恒的。所以希望

nǐ men yōng yǒu xìng fú ér bú shì yōng yǒu zàn shí de kuài lè
你们拥有幸福，而不是拥有暂时的快乐。

quán shì jiè chū chē huò sǐ wáng de rén yì nián shì wàn měi
全世界出车祸死亡的人一年是50万，每

tiān yǒu duō rén yīn chē huò cán jí huò zhě chéng wéi zhí wù rén
天有3000多人因车祸残疾或者成为植物人，

zài zhōng guó píng jūn měi tiān sǐ yú jiāo tōng shì gù de yǒu rén
在中国平均每天死于交通事故的有150人。

suǒ yǐ yào zūn jì shǒu fǎ bú yào yīn wèi zì jǐ bù zūn shǒu jiāo
所以要遵纪守法，不要因为自己不遵守交

tōng guī zé ér shāng hài le bié rén xué fó rén yào dǒng de rén
通规则而伤害了别人。学佛人要懂得人

shāng wǒ tòng yào dǒng de bié rén de xīn jiù shì wǒ men de xīn
伤我痛，要懂得别人的心就是我们的心，

shāng hài le bié rén jiù shì shāng hài wǒ men zì jǐ hěn duō rén bù
伤害了别人就是伤害我们自己。很多人不

dǒng de ròu tǐ de zhòng yào yīn wèi fù jīng mǔ xuè ràng zì jǐ zuò
懂得肉体的重要，因为父精母血，让自己做
chéng le niè zhàng nǐ shāng hài le shēn tǐ tòng zài er shēn
成了孽障。你伤害了身体，痛在儿身，
shāng zài niáng xīn shāng hài shēn tǐ jiù shì zuì dà de bú xiào shùn
伤在娘心，伤害身体就是最大的不孝顺。
suǒ yǐ xī wàng dà jiā hǎo hǎo ài hù shēn tǐ zhè yě shì zhōng guó
所以希望大家好好爱护身体，这也是中国
rén de xiào dào zhī yī wǒ men bù shāng hài bié rén bú zhuàng
人的孝道之一。我们不伤害别人，不撞
shāng bié rén zhè yě shì ài guó ài mín xīn zhōng zhǐ yào yǒu ài yǒu
伤别人，这也是爱国爱民，心中只要有爱有
cí bēi jiù bú huì shāng hài wú gū wǒ men zuò rén yǒng yuǎn bú
慈悲，就不会伤害无辜。我们做人永远不
zuò duì tā rén bù hǎo de shì qing
做对他人不好的事情。

rén xīn shì kuài tián zhòng shén me zhǎng shén me zhòng xià è
人心是块田，种什么长什么，种下恶
yīn dé dào è guǒ zhòng xià shàn yīn dé dào shàn guǒ suǒ yǐ xué
因得到恶果，种下善因得到善果。所以学
fó yào suí yuán yào zì rán wǒ men yào péi yǎng chū zhèng miàn de
佛要随缘，要自然，我们要培养出正面的
wù zhì jiāng zhèng miàn de lì liàng jiā qiáng jiù bú huì bèi fù miàn
物质，将正面的力量加强，就不会被负面
de qíng xù hé xíng wéi qiān zhe zǒu wǒ men jīng cháng bèi zì jǐ de
的情绪和行为牵着走。我们经常被自己的

qíng xù suǒ kòng zhì bèi rén jiā suǒ qiān zhe zǒu lì rú zài jiā
情 绪 所 控 制 ， 被 人 家 所 牵 着 走 ， 例 如 ， 在 家
zhōng hěn kāi xīn tū rán zhī jiān yīn wèi rén jiā yí gè diàn huà mǎ
中 很 开 心 ， 突 然 之 间 因 为 人 家 一 个 电 话 ， 马
shàng jiù huì shēng qì fā pí qì yí dìng yào dǒng de yào liǎo jiě
上 就 会 生 气 发 脾 气 。 一 定 要 懂 得 ， 要 了 解
rén shēng nǐ zì jǐ yào zuò rén shēng de zhǔ rén nà me nǐ de xīn
人 生 ， 你 自 己 要 做 人 生 的 主 人 ， 那 么 你 的 心
cái néng zì jǐ zuò zhǔ nǐ de shēng huó cái huì gǎi biàn huò dé nǐ
才 能 自 己 做 主 ， 你 的 生 活 才 会 改 变 ， 获 得 你
zhēn zhèng de rén shēng
真 正 的 人 生 。

tái zhǎng jiè yòng róng hé yī xiē shuō fǎ jiāng rén shēng zuò yí
台 长 借 用 融 合 一 些 说 法 将 人 生 做 一
gè bǐ yù jiāng rén shēng xiě wéi kuài jì rén shēng shǒu xiān
个 比 喻 ， 将 人 生 写 为 “ 会 计 人 生 ” ， 首 先
shēn tǐ shì nǐ de gù dìng zī chǎn nián líng shì nǐ men de lěi jì zhé
身 体 是 你 的 固 定 资 产 ， 年 龄 是 你 们 的 累 计 折
jiù ài qíng shì wú xíng zī chǎn jié hūn shì hé bìng bào biǎo ài
旧 ， 爱 情 是 无 形 资 产 ， 结 婚 是 合 并 报 表 ， 爱
rén shì yīng fù zhàng kuǎn shēng huó shì chí xù de jīng yíng chǎo jià
人 是 应 付 账 款 ， 生 活 是 持 续 的 经 营 ， 吵 架
shì yíng lì kuī sǔn yī fu shì shēng yì de bāo zhuāng fèi huí yì shì
是 盈 利 亏 损 ， 衣 服 是 生 意 的 包 装 费 ， 回 忆 是
cái wù fēn xī biǎo lí hūn shì cái wù qīng suàn biǎo zài hūn shì zī
财 务 分 析 表 ， 离 婚 是 财 务 清 算 表 ， 再 婚 是 资

chǎn chóng zǔ zuì hòu fǎn sī shì nèi bù pán diǎn ràng wǒ men zài
产 重 组 ， 最 后 ， 反 思 是 内 部 盘 点 。 让 我 们 在

fǎ xǐ zhōng jiē shòu gèng duō de fó fǎ
法 喜 中 接 受 更 多 的 佛 法 。

wǒ men xué fó rén rèn shì shì jiè shǒu xiān yào rèn shì zì jǐ rú
我 们 学 佛 人 认 识 世 界 首 先 要 认 识 自 己 ， 如

guǒ kě yǐ jiē shòu zì jǐ yě bú shì nà me wán měi jiù bú yòng máng
果 可 以 接 受 自 己 也 不 是 那 么 完 美 ， 就 不 用 忙

zhe qù jiě shì yīn wèi nǐ yí dìng shì bù wán měi de wèi hé pīn
着 去 解 释 。 因 为 你 一 定 是 不 完 美 的 ， 为 何 拼

mìng jiě shì ne rú guǒ nǐ jiē shòu zì jǐ yě bú shì nà me wēi dà
命 解 释 呢 ？ 如 果 你 接 受 自 己 也 不 是 那 么 伟 大 ，

yě yòng bù zháo xiàng bié rén zhèng míng rú guǒ nǐ kě yǐ fàng qì
也 用 不 着 向 别 人 证 明 。 如 果 你 可 以 放 弃

zì jǐ de zhǒng zhǒng chéng jiàn yě bú yòng qù zhēng zhí fǎn bó bié
自 己 的 种 种 成 见 ， 也 不 用 去 争 执 反 驳 别

rén rú guǒ néng gòu bú zài hu bié rén rú hé kàn nǐ jiù bú yòng
人 。 如 果 能 够 不 在 乎 别 人 如 何 看 你 ， 就 不 用

kū zhe shēn sù yào cháng jìng yào cháng dìng yào xīn dìng de xià
哭 着 申 诉 。 要 常 静 、 要 常 定 ， 要 心 定 得 下

lái yào cháng dī tóu tái zhǎng jiāo nǐ men yí gè kuài lè de fāng
来 ， 要 常 低 头 。 台 长 教 你 们 一 个 快 乐 的 方

fǎ hǎo bu hǎo cháng dī tóu de rén jiù néng cháng kuài lè
法 好 不 好 ？ 常 低 头 的 人 就 能 常 快 乐 。

yǒu yí gè rén wèn yí wèi chán shī shì jiè shàng zuì kě pà de shì
有一个人问一位禅师，世界上最可怕的是
shén me fǎ shī gào su tā zuì kě pà de shì yù wàng tā wèn
什么，法师告诉他，最可怕的是欲望。他问：
wèi shén me zuì kě pà de shì yù wàng bú shì sǐ zuì kě pà ma fǎ
为什么最可怕的是欲望，不是死最可怕吗？法
shī gào su tā yí gè gù shì yǒu yí gè fǎ shī zài zhòng shù de shí hou
师告诉他一个故事：有一个法师在种树的时候，
tū rán wā chū yì tán jīn zi tā fēi cháng jīng kǒng tài kě pà le
突然挖出一坛金子，他非常惊恐：“太可怕了，
tài kě pà le gāng hǎo liǎng gè rén lù guò wèn fǎ shī shén me
太可怕了……”刚好两个人路过，问法师什么
shì qing kě pà fǎ shī shuō āi yā wǒ wā dào le yì tán jīn
事情可怕？法师说：“哎呀，我挖到了一坛金
zi tài kě pà le liǎng gè rén shuō nǐ yǒu bìng a wā
子，太可怕了。”两个人说：“你有病啊？挖
dào jīn zi kě pà a fǎ shī shuō shì a qián cái shì fēi
到金子可怕啊？”法师说：“是啊，钱财是非
cháng kě pà de dōng xi liǎng gè rén wèn kuài sù pǎo guò qù
常可怕的东西。”两个人问快速跑过去，
guǒ rán kàn dào yì tán jīn zi xīn xǐ ruò kuáng dàn shì rú guǒ bái
果然看到一坛金子，欣喜若狂。但是如果白
tiān bào zhe yì tán jīn zi chū qù de huà tài wēi xiǎn yú shì liǎng rén
天抱着一坛金子出去的话太危险，于是两人
shāng liang tiān hēi yǐ hòu yì qǐ huí qù yí gè xiān huí dào cūn lǐ
商量天黑以后一起回去，一个先回到村里
lòng chī de yí gè rén liú shǒu liú shǒu de rén xīn xiǎng yì tán
弄吃的，一个人留守。留守的人心想：“一坛

jīn zǐ wǒ píng shén me gēn tā fēn ne wǒ děng huìr dǎ sǐ tā
金子我凭 什 么 跟 他 分 呢？ 我 等 会 儿 打 死 他。”

lìng wài yí gè qǔ fàn de rén xiǎng wǒ píng shén me gēn tā fēn jīn
另 外 一 个 取 饭 的 人 想：“我 凭 什 么 跟 他 分 金

zi ne wǒ zài fàn lǐ xià yào dú sǐ tā wǒ dú tūn rán hòu
子 呢？ 我 在 饭 里 下 药， 毒 死 他， 我 独 吞。” 然 后

dài fàn de rén huí lái hòu liú shǒu de rén jiù bǎ tā dǎ sǐ le hái
带 饭 的 人 回 来 后， 留 守 的 人 就 把 他 打 死 了， 还

gēn duì fāng shuō duì bu qǐ a lǎo dì shì jīn zǐ ràng wǒ zhè
跟 对 方 说：“对 不 起 啊， 老 弟， 是 金 子 让 我 这

me zuò de guò huìr dù zǐ è le jiù bǎ fàn cài chī diào le
么 做 的。” 过 会 儿 肚 子 饿 了 就 把 饭 菜 吃 掉 了，

méi duō jiǔ dù zǐ kāi shǐ téng hún shēn huǒ shāo huǒ liǎo cái zhī
没 多 久， 肚 子 开 始 疼， 浑 身 火 烧 火 燎， 才 知

dào zì jǐ zhòng dú le zhè shí hòu tā cái xiǎng qǐ fǎ shī shuō de
道 自 己 中 毒 了。 这 时 候， 他 才 想 起 法 师 说 的

yí jù huà jīn zǐ shì duō me kě pà a xī wàng nǐ men zài rén jiān
一 句 话： 金 子 是 多 么 可 怕 啊！ 希 望 你 们 在 人 间

bú yào wèi le qián cái hài le zì jǐ de huì mìng
不 要 为 了 钱 财， 害 了 自 己 的 慧 命。

xué fó rén yào zhī zhǐ ér hòu dìng yào zhī dào zì jǐ zài zuò shén
学 佛 人 要 知 止 而 后 定， 要 知 道 自 己 在 做 什

me shì qing yào yǒu jié zhì zuò rén zuò rèn hé shì qing dōu yào
么 事 情， 要 有 节 制。 做 人、 做 任 何 事 情 都 要

yǒu jié zhì dǒng de jiè lǜ cái néng xīn dìng de xià lái yào dìng
有 节 制。 懂 得 戒 律， 才 能 心 定 得 下 来。 要 定

ér hòu néng jìng yí gè rén xīn dìng de xià lái cái néng màn màn ān
而 后 能 静，一 个 人 心 定 得 下 来，才 能 慢 慢 安
jìng rú guǒ jiā zhōng chǎo jià zhī dào yǒu shén me fāng fǎ ma
静。如 果 家 中 吵 架，知 道 有 什 么 方 法 吗？
yīn wèi zuò xià lái de shí hòu chǎo bù qǐ lái zhàn qǐ lái jiù chǎo
因 为 坐 下 来 的 时 候，吵 不 起 来，站 起 来 就 吵
le suǒ yǐ quàn jià de shí hòu huì shuō nǐ zuò xià zuò xià
了。所 以 劝 架 的 时 候，会 说 “你 坐 下 坐 下”，
děng dào yí zuò xià jiù bù chǎo jià le yīn wèi zuò cái néng dìng yīn
等 到 一 坐 下 就 不 吵 架 了。因 为 坐 才 能 定。因
wèi dāng nǐ yí zuò dìng de shí hòu chán niàn zhì huì màn màn shēng
为 当 你 一 坐 定 的 时 候，禅 念 智 慧 慢 慢 升
qǐ dà zhōu tiān xiǎo zhōu tiān quán bù dǎ tōng yì zhí chōng dào
起，大 周 天 小 周 天 全 部 打 通，一 直 冲 到
tiān shàng zuò xià lái bù róng yì chǎo jià chǎo jià de rén yào zhàn
天 上。坐 下 来 不 容 易 吵 架，吵 架 的 人 要 站
qǐ lái yīn wèi qì bú shùn mà bù chū lái dāng rán niàn jiě
起 来，因 为 气 不 顺，骂 不 出 来。当 然，念 《解
jié zhòu niàn xīn jīng shì zuì hǎo de fāng fǎ wǒ men xī ní
结 咒》念 《心 经》是 最 好 的 方 法。我 们 悉 尼
yǒu yí duì fū qī yǐ qián tiān tiān chǎo jià xiàn zài liǎng rén dōu xué
有 一 对 夫 妻 以 前 天 天 吵 架，现 在 两 人 都 学
fó xiū xīn lián chǎo jià de shí jiān dōu méi yǒu le yīn wèi yì zhí zài
佛 修 心，连 吵 架 的 时 间 都 没 有 了，因 为 一 直 在
niàn jīng niàn jīng zhēn de shì hǎo shì qing suǒ yǐ xī wàng dà jiā
念 经。念 经 真 的 是 好 事 情，所 以 希 望 大 家
duō duō niàn jīng shǎo chǎo jià
多 多 念 经，少 吵 架。