

## **Tak Tergoyahkan, Berjalan Menyesuaikan Jalan Kebuddhaan, Hati Terhubung dengan Buddha**

Acara Pertemuan Umat Buddhis Sedunia di Taiwan, 24 September 2013 (Bagian 2)

Kita harus berjalan menyesuaikan jalan Kebuddhaan. Praktisi Buddhis harus memiliki medan pembinaan. Altar di rumah adalah medan pembinaanmu. Aula yang menyembah Bodhisattva di kuil juga merupakan medan pembinaan. Jika kamu tidak di rumah atau di kuil saat kamu pergi keluar, di mana kamu bisa menemukan medan pembinaanmu? Yaitu hatimu yang murni dan tanpa cela, hati teratai yang murni dan suci, itu adalah medan pembinaan tempat Bodhisattva memasuki hatimu. Selama kamu memiliki medan pembinaan yang sangat bersih di dalam hatimu, kerisauan dan penderitaanmu akan segera hilang. Surga ada dalam pencerahanmu, seseorang mencarinya setiap hari, ingin mencari tanah kebahagiaan, tanah suci Barat. Ketika dia tidak dapat menemukannya, asalkan dia tersadarkan dan memahami makna hidup yang sebenarnya, lahir tidak membawa apa-apa datang dan mati tidak membawa apa-apa pergi. Bisa melihat

kebenaran dan melepaskannya, itu adalah tercerahkan, maka akan memiliki Tanah Suci.

Obsesi dan ketersesatan adalah lautan penderitaan yang tiada batasnya. Kita manusia tidak bisa hidup dalam ketersesatan. Luas atau sempitnya dunia di bumi ini sepenuhnya ditentukan oleh pikiran kita sendiri. Dahulu ada pepatah yang berbunyi "perut perdana menteri dapat menampung perahu." Karena perdana menteri mempunyai etika, dia tahu apa yang boleh marah dan apa yang tidak boleh marah. Kita sekarang adalah praktisi Buddhis yang lebih hebat daripada perdana menteri, karena hati Bodhisattva sangat luas sekali. Hati kita praktisi Buddhis seluas langit. Kita akan bahagia dan tertawa kemanapun kita pergi. Di dalam hati kita tidak mementingkan diri sendiri dan berlapang dada. Praktisi Buddhis selamanya harus memiliki tingkat kesadaran spiritual praktisi Buddhis, selamanya harus memiliki langit luas seorang praktisi Buddhis.

Mengenal ajaran Buddha Dharma, memahami ajaran Buddha Dharma, dan mulai belajar Buddha Dharma adalah apa yang Buddha ajarkan kepada kita, "berbalik adalah tepian pencerahan". Hari ini, kita semua praktisi Buddhis telah berbalik, berharap tubuh semua orang juga harus berbalik kembali. Jika kita hanya berbalik tetapi masih terus menempuh jalan lama yang sama, maka tidak dapat menekuni Dharma dengan baik. Oleh karena itu, berharap setelah kalian berbalik, maka tubuh berbalik kembali, menemukan arah yang benar dalam belajar Buddha Dharma, melepaskan segalanya, dan maju dengan berani. Ketekunan bisa membuat orang menemukan ajaran Buddha Dharma yang benar.

Pada masa Sang Buddha, ada seorang samanera yang membaca sutra Buddha Kassapa pada malam hari. Suaranya saat membaca sutra terkadang sedih, terkadang sejuk, terkadang mendesak, dan terkadang penuh penyesalan. Sang Buddha mendengarnya dan berjalan menujunya dengan pelan dan berkata, "Samanera, apa

yang kamu lakukan sebelum menekuni Dharma?" Samanera berkata, "Saya suka memainkan harpa." Sang Buddha bertanya, "Apa yang akan terjadi jika senarnya terlalu longgar?" Samanera menjawab: "Tidak akan berbunyi (Tidak ada suara)" Sang Buddha bertanya lagi: "Apa yang akan terjadi jika senarnya leleh (putus)?" Samanera menjawab: "Suaranya akan putus." Sang Buddha bertanya lagi: "Jadi bagaimana jika menengah antara cepat dan lambat?" Samanera menjawab: "Setiap suara akan dapat dimainkan." Sang Buddha berkata: "Menekuni Dharma juga begitu, pikiran harus seimbang. Menekuni Dharma dan memohon pencerahan tidak boleh terburu-buru. Terkadang tergesa-gesa ingin berhasil mencapai pencerahan dalam menekuni Dharma, tubuh dan pikiranmu akan sangat lelah dan letih. Kesadaranmu akan menjadi kesal dan bosan. Begitu kamu merasa bosan, perilakumu dalam pembinaan akan perlahan mundur. Bertindak berarti mundur, tubuh, ucapan dan pikiran sedang menciptakan dosa, dan kamu mundur lagi, bukankah ini memperparah dosamu? "Setelah mendengar hal tersebut, Samanera segera menyetujuinya.

Oleh karena itu, tubuh dan pikiran harus murni dan stabil, agar pikiran dalam menekuni Dharma tidak hilang. Berharap semua orang tidak boleh terburu-buru atau terlalu lambat dalam menekuni Dharma, harus memiliki prioritas yang tepat, baru bisa membina medan pembinaan di hati dengan baik.

Ada orang yang membina pikirannya dalam menikmati berkah, ada orang yang membina pikirannya dalam menanggung penderitaan. Apakah membina pikiran melalui menanggung penderitaan akan membawa berkah kebajikan yang lebih besar, atau ladang berkah dalam menikmati berkah yang lebih besar? Sebenarnya, dalam penderitaan adalah menanam ladang berkah. Selama kamu menanam ladang berkah di dalam penderitaan, maka pahala berkahmu akan semakin besar. Setelah menanggung penderitaan, karena kekuatan tekad dan niat yang kuat, jadi berkah dan ladang berkah yang diperoleh juga besar. Kebijaksanaan seseorang dapat terlihat dari penderitaan. Ada orang yang pasif, pemaarah, benci, dan

putus asa dalam penderitaan, menciptakan belenggu hidup bagi dirinya sendiri, ini tidak memiliki kebijaksanaan. Seseorang yang dapat menanggung penderitaan dan mengatasi penderitaan adalah orang yang memiliki kebijaksanaan. Kebijaksanaan seseorang terlihat dari penderitaan. Orang yang memiliki kebijaksanaan dapat mengatasi penderitaan dan menghilangkan kesulitan. Semakin menderita, orang semakin harus tenang, maka akan semakin memiliki kebijaksanaan. Orang yang bisa mengatasi penderitaan pasti memiliki kebijaksanaan. Banyak orang takut menderita, tidak ingin membina diri dengan baik. Orang yang takut menanggung derita akan menderita seumur hidup, tetapi orang yang tidak takut menanggung derita akan menderita untuk sementara waktu. Praktisi Buddhis sangat tidak mudah, namun penderitaan praktisi Buddhis hanya bersifat sementara. Meskipun praktisi Buddhis menanggung penderitaan, tetapi pasti bisa terbebas dari penderitaan. Sedangkan orang yang tidak menekuni Dharma akan menderita selamanya. Kita harus menekuni Dharma, sehingga kita

bisa terbebas dan terlepas setelah menderita beberapa saat.

Ketika kamu tahu bahwa dirimu bingung dan bertolak belakang dengan kebenaran, Master akan mengajari kalian sebuah metode. Banyak orang tidak tahu mengapa dirinya tidak dapat berpikiran terbuka. Sesungguhnya, jika tidak bisa berpikiran terbuka adalah karena terjerat karma, tidak memiliki potensi kesadaran, dan kehilangan kebijaksanaan. Ketika suami istri bertengkar, mengurus anak, dan segala sesuatunya tidak memuaskan, semua itu merupakan tidak bisa berpikiran terbuka. Ketika seseorang masih tidak tahu bahwa dirinya sedang kebingungan, itu adalah yang paling menyedihkan. Hanya ketika dia mengetahui bahwa dirinya sedang kebingungan barulah dia akan mencari pembebasan. Ketika seseorang tidak tahu dirinya menderita kanker, dan masih makan, minum dan bersenang-senang, itu adalah yang paling bahaya. Ketika seseorang tahu bahwa dirinya sakit barulah dia akan pergi berobat ke dokter untuk menyembuhkan tubuhnya. Kita

harus memahami untuk menoleransi orang yang mempunyai pendapat yang berbeda dengan kita, harus belajar menoleransi mereka. Menoleransi orang lain akan membuat diri kita sangat nyaman. Semakin kamu memiliki pendapat tentang seseorang, semakin kamu harus menoleransi dia. Saat itu, hatimu akan merasa sangat nyaman. Jika berpikir untuk mengubahnya sepanjang hari, kamu akan hidup sangat menderita. Antara suami dan istri, jika kamu tidak bisa mengubah istri atau suamimu, maka kamu harus mengubah dirimu terlebih dahulu, baru bisa mengubah keluarga.

Belajar bersabar adalah obat terbaik untuk melindungi ladang hatimu. Orang yang sabar tidak akan bersedih. Orang yang sabar tidak akan menyakiti hatinya sendiri. Orang yang tidak bisa sabar akan kehilangan kendali. Orang yang tidak bisa sabar akan memarahi orang lain, marah sampai nenek moyang orang lain. Kita harus belajar menghargai, harus memahami kesabaran dan ketekunan. Jika ingin melindungi jantung, liver dan jiwa diri, harus



memahami untuk bersabar. Kesabaran dalam menekuni Dharma adalah semangat ketekunan.

Jangan pernah berdebat dengan Hukum Karma (sebab dan akibat), karena Hukum Karma tidak pernah keliru. Ketika kamu sendiri merasa, mengapa hal ini terjadi, mengapa giliran saya, mengapa orang lain tidak sakit tetapi saya sakit, mengapa saya kehilangan akal sehat.... segalanya disebabkan oleh karma. Hukum karma tidak akan pernah keliru. Ada "Hukum Newton" di dunia, dan ada "Hukum Karma" dalam agama Buddha. Praktisi Buddhis harus memahami bahwa hukum kita adalah Hukum Karma. Tidak ada banyak benar atau salah di dunia ini, hanya ada sebab dan akibat!

Harus belajar menjadi orang yang sungguh-sungguh di dunia ini dan melihat kebenaran tentang banyak hal di dunia. Sebagian orang yang berusaha keras untuk menjadi presiden, bos, direktur, atau manajer, tetapi ada orang yang memandang sederhana terhadap orang-orang ini.

Dia berkata: zong cai (presiden) selalu “cai jian -- menggunting baju” untuk orang lain. Lao ban (bos) selalu “ban zhe lian -- bermuka cemberut” . Zong jian (direktur) selalu harus “jian du – memantau” orang lain, dan jing li (manajer) sering kali bersikap tidak “dao li – rasional” . Ketenaran dan kekayaan ini akan membawa masalah bagi manusia, dan tidak akan membawa kebahagiaan. Buddha dan Bodhisattva berkata bahwa segala hal di dunia selalu ada lahir dan lenyap, begitu pula kehidupan, mengapa harus melekat dan menambahkan terlalu banyak kerisauan dalam hidup yang singkat ini? Praktisi Buddhis harus memiliki pikiran yang sepenuhnya terintegrasi, harus berpikiran terbuka, dapat melewatinya, tidak terikat, tidak mengecewakan hati nuraninya sendiri, membiarkan hati menyesuaikan jodoh, ini adalah kesempurnaan. Setelah mencapai kesempurnaan, harus memahami untuk menggunakan kekuatan berkat dari menekuni Dharma untuk mengendalikan pikiran khayalan diri sendiri. Semakin sedikit pikiran khayalan, semakin banyak pikiran benar yang kamu miliki. Jangan selalu hidup dalam khayalan. Jika menyingkirkan pikiran khayalan maka pikiran

benar akan muncul. Berharap semua orang hidup dalam pikiran benar setiap hari, baru akan hidup lebih bijaksana.

Seseorang akan mengalami banyak penyesalan dalam hidupnya. Dua penyesalan yang paling menyakitkan orang: yang pertama adalah jiwa kehilangan dukungan, hal yang diinginkan menjadi ilusi. Banyak orang yang menaruh terlalu banyak harapan pada orang tertentu, begitu menimbulkan kekecewaan, mereka akan merasa itu adalah penyesalan seumur hidup. Satu lagi adalah tidak dapat menghasilkan kecerdasan untuk menangani dan menyelesaikan masalah dengan lancar ketika hal itu terjadi. Ketika seseorang menghadapi kesulitan dan masalah, dia segera melahirkan kebijaksanaan untuk menyelesaikannya, maka dia tidak akan menyesal dalam hidupnya. Sekarang ini jiwa kita dalam menekuni Dharma telah diandalkan kepada Guan Shi Yin Pu Sa, maka kita tidak akan memiliki penyesalan seumur hidup. Ketika kita menghadapi masalah, kita menggunakan kebijaksanaan Bodhisattva untuk menyelesaikannya, kita mengandalkan ajaran Buddha

Dharma, mengandalkan kebijaksanaan Guan Shi Yin Pu Sa dan sinar cahaya Buddha. Sifat dasar semula yang memang dimiliki oleh manusia membawakan cahaya kebijaksanaan, agar kita dapat menerangi masa depan diri kita, agar kita dapat terus berani maju meskipun menghadapi bahaya, masalah dan kesulitan. Selama kita tekun belajar Buddha Dharma dan membina pikiran kita, hati kita dan Buddha akan semakin dekat. Ketika hati kita dan Buddha semakin dekat, maka kita adalah Buddha.

rú rú bú dòng hé dào ér xíng xīn fó xiāng yìng xià  
如如不动 合道而行 心佛相应 (下)

nián yuè rì lú jūn hóng tái zhǎng tái wān shì jiè fó yǒu jiàn miàn huì kāi shì  
2013年9月24日卢军宏台长台湾世界佛友见面会开示

yào hé dào ér xíng xué fó rén yào yǒu dào chǎng jiā lǐ de  
要合道而行，学佛人要有道场，家里的  
fó tái jiù shì nǐ de dào chǎng miào lǐ gōng pú sà de dà diàn yě shì  
佛台就是你的道场，庙里供菩萨的大殿也是  
dào chǎng rú guǒ chū mén bú zài jiā lǐ yě bú zài miào lǐ nǎ lǐ  
道场，如果出门不在家里也不在庙里，哪里  
cái néng zhǎo dào nǐ de dào chǎng ne nà jiù shì nǐ qīng jìng wú xiá  
才能找到你的道场呢？那就是你清净无暇  
de xīn qīng jìng chún jié de lián huā de xīn jiù shì pú sà jìn rù nǐ  
的心，清净纯洁的莲花的心，就是菩萨进入你  
xīn tián de dào chǎng zhǐ yào nǐ xīn zhōng yǒu dào chǎng hěn gān jìng  
心田的道场。只要你心中有道场很干净，  
fán nǎo kǔ nǎo hěn kuài jiù huì huà qù lè tǔ jiù zài nǐ de jué wù  
烦恼苦恼很快就会化去。乐土就在你的觉悟  
dāng zhōng yí gè rén tiān tiān zài zhǎo xún yào zhǎo yí kuài lè tǔ  
当中，一个人天天在找寻，要找一块乐土，  
xī fāng de jìng tǔ zài zì shēn zhǎo bú dào de shí hou zhǐ yào jué  
西方的净土，在自身找不到的时候，只要觉  
wù le zhǐ yào dǒng de rén shēng de zhēn dì shēng bú dài lái sǐ  
悟了，只要懂得人生的真谛，生不带来死

bú dài qù kàn de chuān fàng de xià nà jiù shì jué wù jiù yōng  
不 带 去 ， 看 得 穿 放 得 下 ， 那 就 是 觉 悟 ， 就 拥  
yǒu le jìng tǔ  
有 了 净 土 。

zhí mí bú wù cái shì kǔ hǎi wú biān wǒ men rén bù néng zhí mí  
执 迷 不 悟 才 是 苦 海 无 边 ， 我 们 人 不 能 执 迷  
bú wù de shēng huó zài rén jiān tiān dì de kuān zhǎi wán quán yóu zì  
不 悟 的 生 活 ， 在 人 间 天 地 的 宽 窄 完 全 由 自  
jǐ de xīn zào chéng guò qù yǒu jù huà shuō zǎi xiàng dù lǐ néng  
己 的 心 造 成 。 过 去 有 句 话 说 “ 宰 相 肚 里 能  
chēng chuán yīn wei zǎi xiàng yǒu xiū yǎng dǒng de shén me gāi  
撑 船 。 ” 因 为 宰 相 有 修 养 ， 懂 得 什 么 该  
fèn nù shén me bù gāi fèn nù wǒ men xiàn zài shì bǐ zǎi xiàng hái  
愤 怒 ， 什 么 不 该 愤 怒 ， 我 们 现 在 是 比 宰 相 还  
yào lì hài de xué fó rén yīn wei pú sà de xīn wú bǐ kuān kuò wǒ  
要 厉 害 的 学 佛 人 ， 因 为 菩 萨 的 心 无 比 宽 阔 ， 我  
men xué fó rén de xīn xiàng tiān kōng yí yàng liáo kuò wǒ men zǒu  
们 学 佛 人 的 心 像 天 空 一 样 辽 阔 ， 我 们 走  
dào nǎ lǐ lè dào nǎ lǐ xiào dào nǎ lǐ xīn zhōng wú sī tiān dì  
到 哪 里 乐 到 哪 里 笑 到 哪 里 ， 心 中 无 私 天 地  
kuān xué fó rén yǒng yuǎn yào yǒu xué fó rén de jìng jiè yǒng  
宽 ， 学 佛 人 永 远 要 有 学 佛 人 的 境 界 ， 永  
yuǎn yào yǒu xué fó rén kuān guǎng de tiān kōng  
远 要 有 学 佛 人 宽 广 的 天 空 。

rèn shì fó fǎ      dǒng de fó fǎ      kāi shǐ xué fó      jiù shì fó tuó  
认识佛法，      懂得佛法，      开始学佛，      就是佛陀

jiào yù wǒ men de      huí tóu shì àn      jīn tiān wǒ men suǒ yǒu xué  
教育我们的 “回头是岸” ， 今天我们所有学  
fó rén yǐ jīng huí tóu le      xī wàng dà jiā shēn tǐ yě yào huí guò lái,  
佛人已经回头了， 希望大家身体也要回过来，  
dān dān huí tóu hái zài zǒu zhe lǎo lù      shì xué bù hǎo fó de      suǒ yǐ  
单单回头还在走着老路， 是学不好佛的。 所以  
xī wàng nǐ men huí tóu zhī hòu      bǎ shēn tǐ yě huí guò lái,      zhǎo  
希望你们回头之后， 把身体也回过来， 找  
dào zhèng què de xué fó fāng xiàng      fàng xià yí qiè      yǒng wǎng zhí  
到正确的学佛方向， 放下一切、 勇往直  
qián      jīng jìn néng shǐ rén zhǎo dào zhèng què de fó fǎ  
前， 精进能使人找到正确的佛法。

zài fó tuó shí qī      yǒu yí wèi shā mén      wǎn shàng dú jiā yè fó  
在佛陀时期， 有一位沙门， 晚上读迦叶佛

de jīng      sòng jīng de shēng yīn shí ér bēi āi      shí ér qīng liáng      shí  
的经， 诵经的声音时而悲哀、 时而清凉， 时

ér jǐn jí      hái yǒu fǎn huǐ zhī yīn      fó tuó tīng de chū lái      qīng qīng  
而紧急， 还有反悔之音。 佛陀听得出来， 轻轻

zǒu guò qù shuō      shā mí      xué fó qián nǐ shì zuò shén me de  
走过去说： “沙弥， 学佛前你是做什么的？”

shā mén shuō      wǒ xǐ huan tán qín      fó tuó wèn      rú  
“沙门说： “我喜欢弹琴。 “佛陀问： “如

guǒ qín xián tài sōng le huì zěn yàng      shā mén dá      huì bù  
果琴弦太松了会怎样？ “沙门答： “会不

míng dàn bù xiǎng      fó tuó yòu wèn      rú guǒ qín xián lěi  
鸣（弹不响）。 “佛陀又问： “如果琴弦累

duàn le huì rú hé      shā mén dá      shēng jiù duàn le  
（断）了会如何？ “沙门答： “声就断了”。

fó tuó yòu wèn      nà jí huǎn de zhōng yòu rú hé      shā mén dá  
佛陀又问： “那急缓得中又如何？” 沙门答：

měi gè shēng yīn jiù huì tán chéng      fó tuó shuō      xué xí fó  
“每个声音就会弹成。” 佛陀说： “学习佛

dào yě shì rú cǐ      xīn yào tiáo yún      xué fó bù néng qiú jí pò      qiú  
道也是如此，心要调匀。学佛不能求急迫，求

dào yě bù néng qiú jí pò      yǒu shí hou jǐn jí de xiǎng xué fó mǎ  
道也不能求急迫。有时候紧急地想学佛马

shàng chéng dào      nǐ de shēn xīn jiù huì fēi cháng pí bèi pí fá      nǐ  
上成道，你的身心就会非常疲惫疲乏，你

de yì niàn jiù huì ào nǎo fán mèn      yí dàn chǎn shēng fán mèn      xiū  
的意念就会懊恼烦闷，一旦产生烦闷，修

xí de xíng wéi jiù huì màn màn tuì zhuǎn      xíng jiù shì tuì      shēn kǒu  
习的行为就会慢慢退转。行就是退，身口

yì zài zào zuì      nǐ yòu zài tuì xíng      zhè bú shì zuì yè jiā zhòng ma  
意在造罪，你又在退行，这不是罪业加重吗？

shā mén tīng le gǎn jǐn chēng shì      suǒ yǐ shēn xīn yào qīng jìng  
“沙门听了赶紧称是。所以身心要清净、

yào ān dìng      xué fó de dào xīn cái bú huì sǔn shī      xī wàng dà jiā zài  
要安定，学佛的道心才不会损失。希望大家在

xué fó zhōng bù néng jí yě bù néng tài màn      yào qīng zhòng huǎn  
学佛中不能急也不能太慢，要轻重缓

jí shì zhōng      cái néng xiū hǎo xīn zhōng de fó dào  
急适中，才能修好心中的佛道。



yǒu xiē rén zài xiǎng fú zhōng xiū xīn yǒu xiē rén zài chī kǔ  
有些人在享福中修心，有些人在吃苦  
zhōng xiū xīn chī kǔ xiū xīn fú dé dà hái shì xiǎng fú zhōng de fú  
中修心，吃苦修心福德大，还是享福中的福  
tián dà shí jì shàng zài kǔ nàn zhōng shì zhòng fú tián zhǐ yào zài  
田大？实际上在苦难中是种福田，只要在  
kǔ nàn zhōng zhòng fú tián nǐ de fú bào huì gèng dà chī kǔ zhī  
苦难中种福田，你的福报会更大。吃苦之  
hòu yīn wéi yuàn lì dà fā xīn dà suǒ yǐ dé dào de fú bào fú tián  
后因为愿力大、发心大，所以得到的福报福田  
yě dà kǔ nàn zhōng néng kàn chū yí gè rén de zhì huì yǒu  
也大。苦难中能够看出一个人的智慧。有  
xiē rén zài kǔ nàn zhōng xiāo jí qì jí chēn hèn jué wàng gěi  
些人在苦难中消极、气急、瞋恨、绝望，给  
zì jǐ zào chéng rén shēng de jiā suǒ shì méi yǒu zhì huì de yí gè  
自己造成人生的枷锁，是没有智慧的，一个  
rén néng gòu chī kǔ kè fú kǔ nàn shì yǒu zhì huì de rén zài kǔ  
人能够吃苦、克服苦难，是有智慧的人，在苦  
nàn zhōng kě yǐ kàn chū yí gè rén de zhì huì yǒu zhì huì de rén kě  
难中可以看出一个人的智慧，有智慧的人可  
yǐ kè fú kǔ nàn qù chú kùn nán yuè kǔ de shí hou rén yuè yào  
以克服苦难、去除困难。越苦的时候，人越要  
ān dìng jiù yuè yōng yǒu zhì huì néng gòu kè fú kǔ nàn de rén yí  
安定，就越拥有智慧。能够克服苦难的人一  
dìng yōng yǒu zhì huì hěn duō rén pà chī kǔ bù xiǎng hǎo hǎo xiū  
定拥有智慧。很多人怕吃苦，不想好好修。  
pà chī kǔ de rén kǔ yí bèi zi bú pà chī kǔ de rén kǔ yí zhèn zi  
怕吃苦的人苦一辈子，不怕吃苦的人苦一阵子。

xué fó rén hěn xīn kǔ dàn shì xué fó rén de kǔ shì zàn shí de xué  
学佛人很辛苦，但是学佛人的苦是暂时的，学  
fó rén suī rán chī kǔ dàn shì yí dìng huì bǎi tuō tòng kǔ ér bù xué  
佛人虽然吃苦，但是一定会摆脱痛苦，而不学  
fó de rén shì yǒng yuǎn tòng kǔ yí dìng yào xué fó zhè yàng wǒ  
佛的人是永远痛苦。一定要学佛，这样我  
men kǔ yí zhèn zǐ zhī hòu jiù néng jiě tuō hé chāo tuō  
们苦一阵子之后就能解脱和超脱。

dāng nǐ zhī dào zì jǐ yǒu mí huò diān dǎo zhī shí tái zhǎng jiāo  
当你知道自己有迷惑颠倒之时，台长教  
nǐ men yí gè fāng fǎ hěn duō rén bù zhī dào zì jǐ wèi hé xiǎng bù  
你们一个方法。很多人不知道自己为何想不  
tōng shí jì shàng xiǎng bù tōng de shí hou jiù shì yè zhàng chán shēn  
通，实际上想不通的时候就是业障缠身、  
méi yǒu wù xìng yí shī zhì huì fū qī chǎo jià guǎn lǐ hái zǐ  
没有悟性、遗失智慧。夫妻吵架、管理孩子，  
suǒ yǒu yí qiè bù rú yì de shí hou dōu shì yí zhǒng xiǎng bù tōng  
所有一切不如意的时候，都是一种想不通。  
dāng yí gè rén hái bù zhī dào zì jǐ mí huò de shí hou shì zuì kě lián  
当一个人还不知道自己迷惑的时候，是最可怜  
de zhī dào zì jǐ mí huò de shí hou cái huì xún qiú jiě tuō dāng  
的；知道自己迷惑的时候，才会寻求解脱。当  
yí gè rén bù zhī dào shēng ái zhèng de shí hou hái zài chī hē wán lè  
一个人不知道生癌症的时候，还在吃喝玩乐  
shì zuì wēi xiǎn de dāng yí gè rén zhī dào yǒu bìng de shí hou cái  
是最危险的；当一个人知道有病的时候，才

huì kàn yī shēng qù bǎ zì jǐ de shēn tǐ zhì hǎo yào dǒng de bāo  
会看医生，去把自己的身体治好。要懂得包  
róng hé zì jǐ yì jiàn bù yí yàng de rén yào xué huì bāo róng tā  
容和自己意见不一样的人，要学会包容他  
men bāo róng bié rén huì ràng zì jǐ fēi cháng shū fu duì yí gè  
们。包容别人会让自己非常舒服，对一个  
rén yuè yǒu yì jiàn yuè yào bāo róng tā zhè shí hou nǐ de xīn huì fēi  
人越有意见越要包容他，这时候你的心会非  
cháng shū fu rú guǒ zhěng tiān xiǎng zhe gǎi biàn tā nǐ huì huó  
常舒服；如果整天想着改变他，你会活  
de fēi cháng xīn kǔ fū qī zhī jiān rú guǒ nǐ gǎi biàn bù liǎo nǐ  
得非常辛苦。夫妻之间，如果你改变不了你  
de qī zi huò zhě xiān shēng yào xiān gǎi biàn zì jǐ jiù néng gǎi  
的妻子或者先生，要先改变自己，就能改  
biàn jiā tíng  
变家庭。

xué rěn nài shì bǎo hù xīn tián de zuì hǎo de yí jì liáng yào rěn  
学忍耐是保护心田的最好的一剂良药。忍  
nài de rén bú huì shāng xīn rěn nài de rén bú huì cì tòng zì jǐ de  
耐的人不会伤心，忍耐的人不会刺痛自己的  
xīn bù néng rěn nài cái huì shī shǒu bù néng rěn nài cái huì mà rén  
心；不能忍耐才会失守，不能忍耐才会骂人  
mà dào bié rén de zǔ zong yào xué huì zhēn xī yào dǒng de rěn  
骂到别人的祖宗。要学会珍惜，要懂得忍  
rǔ jīng jìn xiǎng yào bǎo hù hǎo zì jǐ de xīn zàng gān zàng hé xīn  
辱精进。想要保护好自己的心脏、肝脏和心

líng yí dìng yào dǒng de rěn rǔ xué fó de rěn rǔ xīn jiù shì jīng  
灵，一定要懂得忍辱，学佛的忍辱心就是精

jìn xīn  
进心。

yǒng yuǎn bú yào hé yīn guǒ zhēng biàn yīn wei yīn guǒ cóng lái  
永远不要和因果争辩，因为因果从来

bú wù rén dāng nǐ zì jǐ jué de zhè ge shì qing wèi shén me zhè  
不误人，当你自己觉得，这个事情为什么这

yàng wèi shén me lún dào wǒ wèi shén me bié rén bù shēng bìng ér  
样，为什么轮到我，为什么别人不生病而

wǒ shēng bìng wèi shén me wǒ huì zhè yàng sàng shī lǐ xìng suǒ  
我生病，为什么我会这样丧失理性 ... .. 所

yǒu de yí qiè dōu shì yīn guǒ zào chéng de yīn guǒ bú huì wù rén  
有的一切都是因果造成的，因果不会误人。

zài rén jiān yǒu niú dùn dìng lǜ fó jiā yǒu yīn guǒ dìng  
在人间有“牛顿定律”，佛家有“因果定

lǜ xué fó rén yào dǒng de wǒ men de dìng lǜ jiù shì yīn guǒ  
律”，学佛人要懂得我们的定律就是因果

dìng lǜ zài zhè ge shì jiè shàng méi yǒu tài duō de duì cuò zhǐ yǒu  
定律，在这个世界上没有太多的对错，只有

yīn guǒ  
因果！

zài rén jiān yào xué huì zuò yí gè zhēn zhèng de rén bǎ shì jiè  
在 人 间 要 学 会 做 一 个 真 正 的 人 ， 把 世 界  
shàng hěn duō shì qing kàn chuān yǒu xiē rén pīn mìng xiǎng zuò zǒng  
上 很 多 事 情 看 穿 ， 有 些 人 拼 命 想 做 总  
cái zuò lǎo bǎn zuò zǒng jiān zuò jīng lǐ ér yǒu rén bǎ zhè xiē  
裁、 做 老 板、 做 总 监、 做 经 理 ， 而 有 人 把 这 些  
rén kàn de hěn dàn tā shuō zǒng cái zǒng shì cái jiǎn bié rén lǎo  
人 看 得 很 淡 ， 他 说 ： 总 裁 总 是 裁 剪 别 人 ， 老  
bǎn zǒng shì bǎn zhe gè liǎn zǒng jiān zǒng shì yào jiān shì bié rén  
板 总 是 板 着 个 脸 ， 总 监 总 是 要 监 视 别 人 ，  
jīng lǐ jīng cháng méi yǒu dào lǐ zhè xiē míng lì huì gěi rén dài lái  
经 理 经 常 没 有 道 理 。 这 些 名 利 会 给 人 带 来  
má fan bú huì gěi rén dài lái kuài lè fó pú sà shuō shì jiè wàn  
麻 烦 ， 不 会 给 人 带 来 快 乐 。 佛 菩 萨 说 ， 世 界 万  
wù zǒng shì yǒu shēng yǒu miè rén shēng yě shì rú cǐ wèi shén  
物 总 是 有 生 有 灭 ， 人 生 也 是 如 此 ， 为 什  
me yào zhí zhuó wèi duǎn zàn de rén shēng zēng jiā tài duō de fán  
么 要 执 著 ， 为 短 暂 的 人 生 增 加 太 多 的 烦  
nǎo xué fó rén yào xīn dì yuán róng yào xiǎng de kāi xīn yào guò  
恼 ？ 学 佛 人 要 心 地 圆 融 、 要 想 得 开 ， 心 要 过  
de qù bù jiū jié duì de qǐ zì jǐ de liáng xīn ràng xīn suí yuán  
得 去 ， 不 纠 结 ， 对 得 起 自 己 的 良 心 ， 让 心 随 缘 ，  
zhè jiù shì yuán róng yuán róng zhī hòu yào dǒng de yòng xué fó de  
这 就 是 圆 融 。 圆 融 之 后 要 懂 得 用 学 佛 的  
jiā chí lì lái kè zhì zì jǐ shēn shàng de wàng niàn wàng niàn yuè  
加 持 力 来 克 制 自 己 身 上 的 妄 念 ， 妄 念 越  
shǎo zhèng niàn yuè duō bú yào zǒng shì huó zài wàng niàn zhōng  
少 正 念 越 多 。 不 要 总 是 活 在 妄 念 中 ，

bǎ wàng niàn pāo qì jiù huì zhèng niàn xiàn qián xī wàng dà jiā  
把妄念抛弃，就会正念现前。希望大家

měi tiān huó zài zhèng niàn zhōng cái huì yuè huó yuè zhì huì  
每天活在正念中，才会越活越智慧。

rén de yí bèi zi huì jīng lì hěn duō yí hàn de shì qing liǎng  
人的一辈子会经历很多遗憾的事情，两

zhǒng yí hàn ràng rén zuì tòng xīn yì zhǒng shì xīn líng shī qù yī tuō  
种遗憾让人最痛心：一种是心灵失去依托，

suǒ kě wàng zhī shì chéng wéi huàn xiàng hěn duō rén duì mǒu rén jì  
所渴望之事成为幻相，很多人对某人寄

yǔ tài duō de xī wàng yí dàn yǐn qǐ le shī wàng jiù jué de shì  
予太多的希望，一旦引起了失望，就觉得是

zhōng shēng yí hàn hái yǒu yì zhǒng shì wú fǎ zài shì wù fā  
终生遗憾；还有一种，是无法在事物发

shēng de shí hou chǎn shēng zhì néng qù zì rú de yìng fu hé jiě jué  
生的时候产生智能去自如地应付和解决。

dāng yí gè rén yù dào kùn nán má fan de shí hou mǎ shàng shēng  
当一个人遇到困难麻烦的时候，马上生

chū zhì huì jiě jué jiù yí bèi zi bú huì yí hàn wǒ men xiàn zài xué  
出智慧解决，就一辈子不会遗憾。我们现在学

fó de xīn líng yǐ jīng yī tuō gěi guān shì yīn pú sà wǒ men bú huì  
佛的心灵已经依托给观世音菩萨，我们不会

zài yǒu zhōng shēng de yí hàn wǒ men yù dào wèn tí yòng pú sà  
再有终生的遗憾，我们遇到问题用菩萨

de zhì huì lái jiě jué wǒ men yī kào fó fǎ yī kào guān shì yīn pú  
的智慧来解决，我们依靠佛法、依靠观世音菩

sà de zhì huì yī kào fó guāng pǔ zhào rén běn shēn jù yǒu de  
萨的智慧，依靠佛光普照，人本身具有的  
běn xìng gěi wǒ men dài lái de zhì huì de guāng máng ràng wǒ men  
本性给我们带来的智慧的光芒，让我们  
zài rén jiān zhào liàng zì jǐ de qián chéng ràng wǒ men pèng dào wēi  
在人间照亮自己的前程，让我们碰到危  
xiǎn má fan hé kùn nán de shí hou yǒng wǎng zhí qián wǒ men  
险、麻烦和困难的时候，勇往直前，我们  
zhǐ yào jīng jìn nǚ lì xué fó xiū xīn xīn hé fó jiù huì yuè tiē yuè jìn  
只要精进努力学佛修心，心和佛就会越贴越近，  
xīn hé fó yuè tiē yuè jìn de shí hou wǒ men jiù shì fó  
心和佛越贴越近的时候，我们就是佛。