

18. Kebaikan dan Kejahatan Pada Hakikatnya Merupakan Bagian dari Karma

Hari ini Master akan membahas tentang kemelekatan dengan kalian. Dalam kemelekatan terbagi menjadi beberapa macam. Ada sebagian orang pun bisa memiliki kemelekatan terhadap kebaikan dan kejahatan. Sesungguhnya, kemelekatan tidak hanya merujuk pada kemelekatan terhadap kejahatan, juga bisa merupakan kemelekatan terhadap kebaikan. Contoh sederhana: kamu yang melahirkan anak, maka sudah seharusnya kamu menjaga anakmu. Akan tetapi dirimu terus-menerus baik terhadap anak, terus memberi makan kepada anak, sampai pada akhirnya anak menjadi gemuk, apakah yang kamu lakukan ini juga demi kebaikan anak? Saat anak merasa lapar, dia sendiri bisa makan. Justru karena kamu melekat – bersikeras berpendapat bahwa banyak makan bagus bagi kesehatan tubuh anak kecil, bisa membuatnya gemuk,

makanya kamu terus memberinya makan, sampai pada akhirnya membuat lambung anak membesar, dan menyebabkan dia menjadi ingin makan tiada hentinya, alhasil anakmu menjadi orang yang sangat gemuk. Harus memahami prinsip kebenaran ini. Misalnya, ada banyak orang yang berjudi, dia sudah kalah uangnya, akan tetapi setelah kalah pun, dia melekat – bersikeras bahwa uang ini harus saya menangkan kembali, “Coba lihat, hanya selisih sedikit saja, kurang satu angka saja, saya bisa segera memenangkannya kembali” . Dia berpikir demikian. Dalam keadaan seperti ini, banyak orang akan melekat – menjadi keras kepala. Selain itu, ada juga kemelekatan terhadap kejahatan atau keburukan. Misalnya, saya sangat membenci dia, saya benci sekali kepadanya. Orang lain menasihati saya, “Jangan benci lagi, kalian begini karena jodoh buruk dari kehidupan sebelumnya” . “Saya tidak peduli. Seumur hidup, dia memperlakukan saya begini, saya pun harus begitu terhadapnya.” Ini namanya

kemelekatan yang tidak baik, yakni terus-menerus menggunakan pemikiran buruk, ucapan yang buruk, kata-kata yang buruk, lalu membuat diri sendiri berubah menjadi orang yang sangat keras kepala. Sesungguhnya, ini berarti tidak bisa berpikiran terbuka, tidak bisa berpikir melampauinya, ini yang dinamakan kemelekatan – keras kepala.

Kebaikan dan kejahatan sesungguhnya mengandung kemelekatan di dalamnya, semuanya tidak baik. Mengapa kemelekatan yang baik dan yang jahat semuanya tidak baik? Sederhana saja, karena saat kamu memiliki pemikiran baik, kamu terus berpikir untuk melakukan suatu hal, kamu merasa saya melakukannya dengan kebaikan hati, sesungguhnya kemelekatan ini menyebabkan kebaikan hatimu ini menjadi tidak sempurna. Suatu hal yang baik, jika sudah melewati batas, dia juga disebut sebagai kemelekatan; suatu hal yang tidak baik, jika melewati batas,

juga disebut sebagai kemelekatan. “Kamu ini orangnya terlalu begini ...” itu berarti sudah melewati batas, sudah kelewatan, jika berlebihan juga tidak baik. Oleh karena itu, kalian semua harus memahami prinsip kebenaran ini. Makna dari kemelekatan adalah sudah melewati batas – berlebihan, “Saya harus begini, saya harus begitu ..” Terhadap suatu hal yang baik, saya lakukan dengan wajar; terhadap suatu hal yang buruk, saya pun tidak boleh berlebihan, dengan begitu kamu selamanya tidak akan kelewatan dalam melakukan segala hal. Ini sesuai dengan apa yang dikatakan orang-orang Tiongkok, yakni “Jalan Tengah” . Baik terhadap ibu, ayah, maupun anak, kita tidak boleh berlebihan; terhadap suatu hal yang buruk, juga tidak boleh berlebihan. Jika orang tua kita sendiri memperlakukan kita dengan tidak baik pun, kita juga jangan berlebihan membenci mereka, karena mereka pun memiliki kesulitannya sendiri. Atasan memperlakukanmu dengan buruk, juga karena atasan kamu memiliki

persoalannya sendiri. Terhadap masalah apapun yang terjadi di dunia ini, mereka memiliki kesusahannya sendiri. Jadi apa yang perlu dipermasalahkan? Tidak usah dipedulikan. Jika bisa berpikiran terbuka, tidak menganggap sebagai masalah, maka tidak akan apa-apa. Apabila tidak bisa berpikiran terbuka, kamu melekat terhadap banyak hal – seperti, saya harus melakukan hal ini. Contoh sederhana, kamu mengatakan, “Saya harus bisa pergi ke Alam Sukhavati” , apakah kamu bisa pergi ke sana? Sekarang kamu melepaskan segalanya, “Saya ingin pergi ke Alam Sukhavati” , lalu bagaimana dengan keluargamu? Bagaimana dengan anakmu? Bagaimana dengan orang tuamu? Terhadap segala hal yang kamu miliki, di saat belum waktunya kamu meninggalkan dunia ini, kamu dengan keras kepala mengatakan, “Saya ingin pergi ke Alam Sukhavati” , tidak peduli bisa pergi ke sana atau tidak, ini juga merupakan kemelekatan.

Ada sebagian besar orang tua yang memiliki sifat yang sangat keras kepala, dan ini bisa diturunkan kepada anak-anaknya. Jika orang tua dipenuhi dengan ketidaktahuan dan kebodohan, maka anaknya juga akan memiliki kebodohan dan ketidaktahuan. Jika sifat kita sendiri begitu keras kepala, mana mungkin anak kita tidak keras kepala? Saat anak menunjukkan betapa keras wataknya, "Mengapa kamu seperti ini?" Bukankah ini karena sifat keras kepala dirimu sendiri, makanya anakmu baru bisa begitu? Bukankah ini yang disebut dengan balasan karma? Oleh karena itu, jangan melekat pada apa yang baik dan apa yang jahat, karena kemelekatan ini akan menyakitimu seumur hidup, karena kemelekatan ini akan membuatmu semakin menjauh dari prinsip kebenaran Buddha Dharma. Karena kamu tidak mengerti tentang teori agama Buddha, kamu tidak memahami bagaimana penerapan Ajaran Buddha Dharma yang sesungguhnya.

Karena kebaikan dan kejahatan itu saling bertolak belakang, tidak mutlak. Apa maksud dari “mutlak” di sini? Contohnya, kamu mengatakan bahwa hal ini baik, maka kamu merasa ini sudah pasti suatu kebaikan. Jika kamu merasa hal ini tidak baik, ini adalah hal yang buruk, lalu kamu menganggap hal ini pasti adalah sesuatu yang jahat. Namun apa yang disebut sebagai hal yang jahat? Hal yang jahat, adalah suatu hal yang kamu anggap merugikanmu, kamu merasa hal ini sudah bertolak belakang dengan logika pada umumnya, kamu merasa hal ini telah menyakitimu, maka kamu akan merasa bahwa hal ini adalah sesuatu yang jahat. Masalahnya, dari sudut manakah dirimu mempertimbangkan masalah ini, benar tidak? Contoh sama yang sederhana, apa yang disebut dengan kejahatan? Apa pula yang disebut dengan kebaikan? Ketika Ibu melotot padamu dan berkata, “Anak perempuan tidak boleh pergi keluar malam-malam” . Lalu menurutmu, apakah yang dia (Ibu) lakukan adalah

kejahatan? Dari sudut pandang anak, dia akan merasa, “Anak orang lain boleh pergi main keluar di malam hari, mengapa mama tidak memperbolehkan saya pergi keluar malam? Mata mama sampai melotot begitu besar, galak sekali, ibu seperti ini, saya pun tidak mau” . Sewaktu kalian masih kecil, pasti berpikir begitu. Tetapi tunggu saat kalian sudah dewasa, ketika kalian sendiri sudah punya anak, apakah kalian akan mengizinkan anakmu pergi keluar di malam hari? Karena “kejahatan” ini hanya dilihat dari sudut pandang dirimu sendiri, sewaktu kamu tidak memahami kebenarannya, kamu masih belum mengerti penyebab terjadinya hal ini, maka kamu menganggapnya jahat. Oleh karena itu, segala hal yang kamu pikirkan, semuanya memiliki dua sisi, sesuatu yang baik juga memiliki dua sisi. Ketika seorang dokter hanya bisa membuka resep obat, tanpa peduli pada hidup dan mati pasiennya, apakah ini yang dinamakan dokter yang baik? “Saya sangat baik, saya demi membantumu, ini semua

demi kebaikanmu.” Tetapi pada akhirnya, malah membuat pasien itu meninggal, apakah ini yang dinamakan dokter yang baik? Oleh karena itu, kebaikan dan kejahatan, keduanya tidak mutlak. Dan terhadap sesuatu yang tidak mutlak atau tidak pasti, sebaiknya kamu jangan terlalu mengejar dan melekat terhadap hal-hal yang palsu ini, maka kita harus bisa menghilangkan kemelekatan duniawi.

Manusia pada dasarnya adalah setara. Dunia ini pada hakikatnya seperti ada dan seperti tiada, terkadang ada terkadang tidak ada. Seperti keberadaan masalah ini, setelah satu hari berlalu sudah tidak ada lagi. Misalnya, kemarin bertengkar, lalu hari ini berbaikan; hari ini berbaikan, lalu besok bertengkar lagi. Masalah ini sepertinya ada, namun sepertinya juga tiada. Seperti barang-barang di dalam pusat perbelanjaan, sepertinya ada; setelah beberapa hari semuanya terjual habis, maka

menjadi tiada; setelah tidak ada, lalu kembali mengisi stok, maka jadi ada lagi; beberapa hari kemudian lalu habis lagi. Beberapa hari sebelumnya bukankah Master mengatakan kepada kalian, bahwa akan terjadi satu gempa bumi besar? Bukankah benar-benar terjadi? Selanjutnya akan terjadi lagi. Apa yang Master katakan kepada kalian, saya tidak perlu pembuktian, saya hanya ingin mengingatkan kalian, bahwa dunia ini selamanya tidak damai – selamanya tidak ada ketenangan, tidak ada satu hari yang damai. Oleh karena itu, jika kamu ingin menemukan satu jalan yang damai dan tenang, hanya dengan membina pikiran dan perilaku dengan baik, hanya dengan membuat diri sendiri berpandangan lebih terbuka, bisa memandang dengan lebih kosong. Saya tidak memiliki apa pun, saya pada dasarnya tidak ada, sepertinya ada sepertinya tiada, terkadang ada terkadang tiada, sedangkan dunia ini pada dasarnya adalah setara. Jika kamu tidak membina pikiran, maka kamu akan sama rata dengan orang lain, saat

dilahirkan, semua orang sama rata, walau sudah tua pun tetap setara, setiap orang akan menua; sakit pun setara, setiap orang bisa sakit. Tidak peduli siapa pun kamu, baik sekarang kamu adalah orang kaya maupun orang miskin, atau istri raja sekalipun, atau bahkan raja, semuanya akan mengalami kelahiran, penuaan, sakit, dan kematian. Siapa yang mampu menghindarnya? Ini yang disebut sebagai kesetaraan. Hanya setelah membina pikiran, kamu baru bisa benar-benar berubah.

Kebaikan dan kejahatan pada hakikatnya adalah salah satu jenis karma. Karena saat kamu memperoleh buah karma, kamu merasa dia menjadi baik padamu, sesungguhnya ini adalah bibit karma baik yang kamu tanam, maka membuatmu memperoleh satu buah karma baik. Akan tetapi bibit sebab ini dan buah karma ini, dia pada dasarnya hanyalah salah satu jenis dari kebaikan dan kejahatan, tidak melambangkan baik dan buruk. Masalah

ini sangat sederhana, tidak ada yang spesial. Misalnya, kamu baik terhadap orang lain, maka orang lain pun baik pada dirimu, kamu merasa ini adalah suatu bentuk balasan, ini adalah suatu hal yang baik. Sesungguhnya, dia tidak melambangkan perbuatan baik, hanya saja kamu baik kepada orang lain, lalu kamu mendapatkan balasan yang baik, namun tidak melambangkan bahwa hal ini pada dasarnya adalah suatu perbuatan baik, karena dia juga bersifat egois. Kamu baik kepadanya, maka balasan yang dia berikan kepadamu adalah baik. Kamu juga tidak bersikap baik terhadap semua orang di dunia ini bukan? Ini pada dasarnya tidak bisa membuktikan bahwa dia adalah suatu perbuatan baik. Perbuatan baik adalah perbuatan yang bisa membawa kebaikan bagi seluruh umat manusia, bagi seluruh dunia, bagi semua makhluk hidup.

Kita harus bisa memahami diri sendiri. Seseorang harus bisa memahami dirinya sendiri. Saat hal buruk

datang, “Aduh, ini adalah balasan karma saya” . Saat yang baik datang, “Aduh, sesuatu yang baik terjadi pada saya, saya berterima kasih kepada Guan Shi Yin Pu Sa, terima kasih Guan Shi Yin Pu Sa memberikan saya kesempatan untuk mengenal ajaran Buddha Dharma di kehidupan yang lalu dan sekarang” . Banyak orang justru tidak memahami dirinya sendiri. Saat diri sendiri hampir marah, dia pun tidak mengetahuinya, karena ketika seseorang sedang marah, maka otak besarnya akan kehilangan kendali. Saat sedang marah-marah, dia akan mengikuti cara berpikir di luar otak besarnya, karena pada saat ini sudah bukan pemikirannya sendiri lagi. Sedangkan pemikiran di luar otak besar ini, bagaimana bisa muncul? Karena sering melekat, karena kamu pernah berpikir bahwa hal ini memang begini, dan berpendapat bahwa ini benar, kemudian saat kamu kembali melihat masalah ini, kamu akan terpikir kalau masalah ini gawat, lalu semakin dipikirkan akan membuat dirimu menjadi semakin tidak

senang. Contoh sederhana, kalian saat mengendarai mobil, sewaktu melewati jalan ini sering terjebak macet, lalu melihat ada satu jalan di pinggir yang bisa dilalui, namun kamu belum pernah melewatinya. Setiap kali kamu berkendara dan melalui pinggir jalan ini, kamu selalu berpikir, “Mungkin jika saya masuk ke jalan ini, saya tidak akan terjebak macet, mungkin bisa maju ke depan” . Setiap kali kamu berkendara, kamu selalu melihat jalan ini, maka di dalam alam bawah sadarmu, akan ada keberadaan jalan ini. Oleh karena itu, jika pada suatu hari, kamu sudah merasa gemas dan kesal, merasa, “Kenapa macet lagi? Saya ambil jalan ini saja” , tidak disangka ternyata begitu masuk, itu adalah sebuah gang buntu, kamu masih harus kembali keluar. Inilah mengapa Master berkata kepada kalian: saat sedang marah, sesungguhnya pemikiranmu sudah memiliki suatu kesadaran yang sama dengan kesadaran dalam keseharianmu, yakni dalam kesadaranmu tersimpan satu pemahaman yang sama. Karena sudah

memiliki pemahaman yang sama ini, baru bisa membuat dirimu marah. Contoh sederhana, ada banyak ibu-ibu di antara kalian, hari ini melihat tempat ini kotor, hari ini tidak bicara; besok melihat tempat ini kembali kotor, tetap tidak bicara. Tunggu sampai suatu hari nanti, kamu sudah tidak tahan lagi, karena dia satu kali, dua kali ... setiap kali amarahnya terkumpul sedikit demi sedikit. Tunggu sampai amarahnya sudah meluap, maka dia mulai marah-marah, “Mengapa kalian membuat tempat ini menjadi begitu kotor?” Oleh karena itu, kalian harus memahami bahwa, sesungguhnya saat kamu sedang marah, itu adalah suatu bentuk pelampiasan kesadaran yang menumpuk dalam dirimu dalam waktu yang lama, sedangkan kesadaran yang menumpuk dalam jangka waktu lama ini, sesungguhnya sudah merupakan halangan karma buruk, ini seperti yang Master katakan, yakni saat “meledak” . Jika halangan karma buruk teraktivasi, “meledak” bisa berubah

menjadi arwah asing, karena sebenarnya arwah asing juga merupakan satu titik “ledakan” .

Tidak ada seorang pun yang marah tanpa sebab. Jika orang ini tiba-tiba marah, karena dia sudah tidak bisa menahan diri lagi terhadap hal ini, makanya dia baru bisa meluapkannya keluar. Oleh karena itu, jangan mengira diri sendiri marah adalah hal baik. Sesungguhnya, marah-marah seperti sakit saraf gigi, hari ini sedikit sakit, besok sedikit nyeri. Saat tidak minum air panas, giginya tidak sakit, namun tidak lama kemudian tiba-tiba gigi terasa senut-senut; saat minum air dingin, gigi mulai sakit lagi, lalu merasa tidak senang; tidak lama kemudian, lupa minum obat, giginya sakit lagi; tunggu setelah sakit 5-6 kali, gigi mulai bengkak, tidak ada cara lain, hanya bisa dicabut. Oleh karena itu, sama seperti masalah-masalah yang terjadi di dunia ini, semuanya setara. Maka kita harus bisa memutuskan hal-hal yang sudah jelas bisa menjadi

penyebab kamu marah di kemudian hari nanti, yang terpenting adalah kamu harus membentuk satu konsep pemikiran baik dalam pikiranmu. Hari ini saya memiliki satu pemikiran buruk, saya harus segera menghilangkannya; hal-hal yang paling mudah membuat saya marah, saya harus mencari satu cara untuk menghilangkannya. Misalnya, suami hari ini kembali merokok, saya segera berpikir, “Aduh, orang ini kenapa begini, saya akan kembali menasihatnya, dia sudah kecanduan, setidaknya supaya dia bisa mengurangi jumlah rokoknya.” Beberapa hari kemudian, kamu kembali melihatnya merokok, lalu kamu ingin marah, “Sudahlah, coba saya pikirkan cara lain untuk bicara padanya.” Jadi saat amarahmu datang, saat itu juga kamu lenyapkan, jangan biarkan dia menumpuk, karena penumpukkan adalah sesuatu yang sangat repot. Sama seperti kamar kalian, tidak ada satu kamar pun yang tidak menumpuk sampai kotor, berantakan, dan buruk, karena kekurangan dari kebanyakan orang adalah tidak

rela untuk membuang barang, maka suka menyimpan barang ini di rumah, atau menyimpan barang itu di rumah, pada akhirnya membuatmu susah berjalan di rumah sendiri, ini yang dinamakan penumpukan. Oleh karena itu, jangan biarkan ketidaksenangan di hatimu menumpuk setiap hari, harus segera melupakannya, tidak ada yang perlu ditumpuk. Mengumpulkan kebaikan, menanam bibit karma baik; mengumpulkan kejahatan, menanam bibit karma buruk. Balasan baik maupun buruk, diciptakan oleh manusia sendiri.

shàn è běn lái jí shǔ yīn guǒ
18. 善 恶 本 来 即 属 因 果

shī fu jīn tiān gěi dà jiā jiǎng zhí zhuó zhí zhuó lǐ miàn fēn chéng
师 父 今 天 给 大 家 讲 执 著 。 执 著 里 面 分 成
jǐ zhǒng yǒu xiē rén duì shàn liáng hé è dōu huì zhí zhuó shí jì
几 种 。 有 些 人 对 善 良 和 恶 都 会 执 著 。 实 际
shàng zhí zhuó bù dān dān shì zhí zhuó è de dōng xī yě huì zhí zhuó
上 执 著 不 单 单 是 执 著 恶 的 东 西 , 也 会 执 著
shàn de jǔ gè jiǎn dān lì zì hái zǐ shì nǐ shēng de nǐ zhào gù
善 的 。 举 个 简 单 例 子 : 孩 子 是 你 生 的 , 你 照 顾
hái zǐ shì yīng gāi de dàn shì nǐ bù tíng de duì hái zǐ hǎo ràng hái
孩 子 是 应 该 的 。 但 是 你 不 停 地 对 孩 子 好 , 让 孩
zǐ chī ya chī ya chī dào zuì hòu hái zǐ chī chéng yí gè pàng zǐ le
子 吃 呀 吃 呀 , 吃 到 最 后 孩 子 吃 成 一 个 胖 子 了 ,
nǐ zhè yě shì wèi hái zǐ hǎo ya hái zǐ è le zì jǐ huì chī de jiù
你 这 也 是 为 孩 子 好 呀 ? 孩 子 饿 了 自 己 会 吃 的 。 就
shì yīn wèi nǐ zhí zhuó de rèn wéi xiǎo hái zǐ duō chī shēn tǐ jiù huì hǎo
是 因 为 你 执 著 地 认 为 小 孩 子 多 吃 身 体 就 会 好 、
jiù huì pàng suǒ yǐ nǐ jiù bù tíng de gěi tā chī ya chī ya zuì hòu bǎ
就 会 胖 , 所 以 你 就 不 停 地 给 他 吃 呀 吃 呀 , 最 后 把
hái zǐ wèi chēng dà le tā jiù bù tíng de yào chī jié guǒ hái zǐ jiù
孩 子 胃 撑 大 了 , 他 就 不 停 地 要 吃 , 结 果 孩 子 就
chī chéng yí gè dà pàng zǐ le yào míng bai zhè xiē dào lǐ bǐ fāng
吃 成 一 个 大 胖 子 了 。 要 明 白 这 些 道 理 。 比 方

shuō hěn duō rén dǔ bó tā bǎ qián shū jìn qù le dàn shì shū jìn qù
说 很 多 人 赌 博 ， 他 把 钱 输 进 去 了 ， 但 是 输 进 去
zhī hòu tā zhí zhuó zhè ge qián wǒ néng yíng huí lái nǐ kàn wǒ
之 后 ， 他 执 著 这 个 钱 我 能 赢 回 来 ， “ 你 看 我
chà yì diǎn diǎn chà yí gè shù zì mǎ shàng jiù yào bǎ tā yíng huí
差 一 点 点 ， 差 一 个 数 字 ， 马 上 就 要 把 它 赢 回
lái le tā shì zhè yàng xiǎng de xiàng zhè zhǒng qíng kuàng hěn
来 了 ” 。 他 是 这 样 想 的 。 像 这 种 情 况 很
duō rén dōu huì zhí zhuó hái yǒu è de zhí zhuó bǐ fang shuō wǒ hěn
多 人 都 会 执 著 。 还 有 恶 的 执 著 。 比 方 说 我 很
hèn tā wǒ jiù hèn sǐ tā le bié rén lái quàn shuō bú yào hèn
恨 他 ， 我 就 恨 死 他 了 。 别 人 来 劝 说 ， “ 不 要 恨
le nǐ men zhè dōu shì qián shì de è yuán la wǒ bù guǎn
了 ， 你 们 这 都 是 前 世 的 恶 缘 啦 ” 。 “ 我 不 管 。
tā zhè bèi zi duì wǒ zhè yàng wǒ yí dìng yào duì tā nà yàng zhè
他 这 辈 子 对 我 这 样 ， 我 一 定 要 对 他 那 样 。 ” 这
jiù jiào bù hǎo de zhí zhuó jiù shì bù tíng de yòng è niàn è yǔ
就 叫 不 好 的 执 著 ， 就 是 不 停 地 用 恶 念 、 恶 语 、
è yán rán hòu bǎ zì jǐ biàn chéng yí gè fēi cháng zhí zhuó de rén
恶 言 ， 然 后 把 自 己 变 成 一 个 非 常 执 著 的 人 。
qí shí jiù shì xiǎng bù tōng xiǎng bú guò lái a zhè dōu jiào zhí zhuó
其 实 就 是 想 不 通 ， 想 不 过 来 啊 ， 这 都 叫 执 著 。

shàn hé è shí jì shàng dōu yǒu zhí zhuó dōu shì bù hǎo de
善 和 恶 实 际 上 都 有 执 著 , 都 是 不 好 的 。

wèi shén me shàn hé è de zhí zhuó dōu shì bù hǎo de ne hěn jiǎn
为 什 么 善 和 恶 的 执 著 都 是 不 好 的 呢 ? 很 简

dān yīn nǐ shàn niàn de shí hòu nǐ yì zhí xiǎng zuò mǒu yí jiàn shì
单 , 因 你 善 念 的 时 候 , 你 一 直 想 做 某 一 件 事

qíng nǐ jué de wǒ shì hěn shàn liáng de qù zuò shí jì shàng zhè
情 , 你 觉 得 我 是 很 善 良 地 去 做 , 实 际 上 这

zhǒng zhí zhuó jiù zào chéng le nǐ zhè ge shàn liáng de bù yuán mǎn
种 执 著 就 造 成 了 你 这 个 善 良 的 不 圆 满 。

yí gè hǎo shì qíng rú guǒ guò tóu le tā yě jiào zhí zhuó yí gè bù
一 个 好 事 情 如 果 过 头 了 , 它 也 叫 执 著 ; 一 个 不

hǎo de shì qíng guò tóu le yě jiào zhí zhuó nǐ zhè ge rén tài zěn
好 的 事 情 过 头 了 , 也 叫 执 著 。 “ 你 这 个 人 太 怎

me yàng le jiù shì guò fèn le guò tóu le guò fèn jiù shì bù
么 样 了 ” 就 是 过 分 了 、 过 头 了 , 过 分 就 是 不

hǎo de suǒ yǐ dà jiā yào míng bai zhè ge dào lǐ zhí zhuó de yì si
好 的 。 所 以 大 家 要 明 白 这 个 道 理 。 执 著 的 意 思

jiù shì guò fèn le wǒ yí dìng yào zěn me yàng yí dìng yào zěn
就 是 过 分 了 , “ 我 一 定 要 怎 么 样 , 一 定 要 怎

me yàng duì mǒu yí gè hǎo shì qíng wǒ shì shì kě ér zhǐ wǒ
么 样 ” 对 某 一 个 好 事 情 , 我 是 适 可 而 止 ; 我

duì mǒu yí gè huài shì qíng wǒ yě shì shì kě ér zhǐ nǐ jiù yǒng yuǎn
对 某 一 个 坏 事 情 , 我 也 是 适 可 而 止 , 你 就 永 远

bú huì bǎ shì qing zuò de guò fèn zhè jiù shì fú hé wǒ men zhōng guó
不会把事 情 做得 过分。这就是符合我们 中 国
rén jiǎng de jiào zhōng yōng zhī dào duì mā ma yě hǎo duì
人 讲 的，叫 “ 中 庸 之 道 ”。对 妈 妈 也 好，对
bà ba yě hǎo duì hái zi yě hǎo dōu bú yào tài guò fèn duì yí gè
爸 爸 也 好，对 孩 子 也 好，都 不 要 太 过 分；对 一 个
shì qing bù hǎo le yě bú yào guò fèn rú guǒ fù mǔ duì zì jǐ bù
事 情 不 好 了，也 不 要 过 分。如 果 父 母 对 自 己 不
hǎo de huà yě bú yào guò fèn de qù hèn tā men tā men yě yǒu tā
好 的 话，也 不 要 过 分 地 去 恨 他 们，他 们 也 有 他
men de kǔ zhōng lǎo bǎn duì nǐ bù hǎo le yě yǒu lǎo bǎn de kǔ
们 的 苦 衷。老 板 对 你 不 好 了，也 有 老 板 的 苦
zhōng rèn hé yí gè shì qing jì rán lái dào zhè ge rén jiān le tā
衷。任 何 一 个 事 情 既 然 来 到 这 个 人 间 了，它
men dōu yǒu kǔ zhōng yǒu shén me guān xì ne wú suǒ wèi de
们 都 有 苦 衷。有 什 么 关 系 呢？无 所 谓 的。
xiǎng de kāi wú suǒ wèi jiù méi guān xi le rú guǒ xiǎng bù kāi
想 得 开，无 所 谓，就 没 关 系 了。如 果 想 不 开，
nǐ bǎ hěn duō shì qing dōu zhí zhuó le zhè ge shì qing wǒ yí
你 把 很 多 事 情 都 执 著 了—— 这 个 事 情 我 一
dìng yào zuò jǔ gè jiǎn dān lì zi nǐ shuō wǒ yí dìng yào dào
定 要 做。举 个 简 单 例 子，你 说，“我 一 定 要 到
xī fāng jí lè shì jiè qù nǐ jiù néng shàng qù le ma nǐ xiàn zài
西 方 极 乐 世 界 去”，你 就 能 上 去 了 吗？你 现 在

bǎ shén me dōu pāo kāi wǒ jiù yào dào xī fāng jí lè shì jiè qù
把 什 么 都 抛 开 ， “ 我 就 要 到 西 方 极 乐 世 界 去 ” ，
nà nǐ de jiā zěn me bàn nǐ de hái zi zěn me bàn nǐ de fù mǔ
那 你 的 家 怎 么 办 ？ 你 的 孩 子 怎 么 办 ？ 你 的 父 母
zěn me bàn nǐ suǒ yǒu yōng yǒu de yí qiè zài nǐ hái méi yǒu dào yào
怎 么 办 ？ 你 所 有 拥 有 的 一 切 在 你 还 没 有 到 要
zǒu de shí hou nǐ zhí zhuó de shuō wǒ yào dào xī fāng jí lè shì
走 的 时 候 ， 你 执 著 地 说 ， “ 我 要 到 西 方 极 乐 世
jiè qù qù de chéng qù bù chéng zàn qiě bù shuō zhè yě shì zhí
界 去 ” ， 去 得 成 去 不 成 暂 且 不 说 ， 这 也 是 执
zhuó a
著 啊 。

yǒu xiē rén de fù mǔ pí qì jué de bù dé liǎo huì yí chuán gěi hái
有 些 人 的 父 母 脾 气 倔 得 不 得 了 ， 会 遗 传 给 孩
zi de fù mǔ wú zhī yú mèi hái zi yě huì yú mèi wú zhī zì jǐ
子 的 。 父 母 无 知 愚 昧 ， 孩 子 也 会 愚 昧 无 知 。 自 己
pí qì zhè me jué hái zi zěn me huì bú jué ne děng dào hái zi pí
脾 气 这 么 倔 ， 孩 子 怎 么 会 不 倔 呢 ？ 等 到 孩 子 脾
qì jué qǐ lái de shí hou nǐ zěn me zhè ge yàng zi ya bú jiù
气 倔 起 来 的 时 候 ， “ 你 怎 么 这 个 样 子 呀 ？ ” 不 就
shì yīn wèi nǐ zì jǐ jué hái zi cái huì zhè yàng ma zhè bú jiù jiào
是 因 为 你 自 己 倔 ， 孩 子 才 会 这 样 吗 ？ 这 不 就 叫
bào yìng ma suǒ yǐ duì shàn duì è dōu bù néng zhí zhuó zhè xiē
报 应 吗 ？ 所 以 对 善 、 对 恶 都 不 能 执 著 ， 这 些

zhí zhuó huì gěi nǐ dài lái zhōng shēng de shāng hài yīn wèi zhè xiē zhí
执 著 会 给 你 带 来 终 生 的 伤 害 , 因 为 这 些 执
zhuó huì ràng nǐ lí kāi fó lǐ yuè lái yuè yuǎn yīn wèi nǐ bù dǒng de
著 会 让 你 离 开 佛 理 越 来 越 远 。 因 为 你 不 懂 得
fó jiào de lǐ lùn nǐ bù dǒng de fó fǎ dào dǐ shì zěn me yùn zuò de
佛 教 的 理 论 , 你 不 懂 得 佛 法 到 底 是 怎 么 运 作 的 。

yīn wèi shàn è shì xiāng duì de bú shì jué duì de jué duì shì
因 为 善 恶 是 相 对 的 , 不 是 绝 对 的 。 绝 对 是
shén me zhè ge shì qing nǐ shuō shì shàn liáng de wǒ jué duì shì
什 么 ? 这 个 事 情 你 说 是 善 良 的 , 我 绝 对 是
shàn de zhè ge shì qing shì bù hǎo de shì è de shì qing jué duì
善 的 。 这 个 事 情 是 不 好 的 , 是 恶 的 事 情 , 绝 对
shì è de è de shì qing shì shén me è de shì qing shì nǐ rèn wéi
是 恶 的 。 恶 的 事 情 是 什 么 ? 恶 的 事 情 是 你 认 为
zhè ge shì qing duì nǐ bú lì de nǐ rèn wéi zhè ge shì qing wéi fǎn
这 个 事 情 对 你 不 利 的 , 你 认 为 这 个 事 情 违 反
cháng lǐ le nǐ rèn wéi zhè ge shì qing shāng hài dào nǐ le nǐ rèn
常 理 了 , 你 认 为 这 个 事 情 伤 害 到 你 了 , 你 认
wéi zhè jiàn shì qing jiù shì è de wèn tí shì nǐ zì jǐ zhàn zài shén
为 这 件 事 情 就 是 恶 的 。 问 题 是 你 自 己 站 在 什
me wèi zhì shàng lái kǎo lǜ zhè ge wèn tí de duì bu duì tóng yàng
么 位 置 上 来 考 虑 这 个 问 题 的 , 对 不 对 ? 同 样
jǔ gè jiǎn dān lì zi shén me jiào è shén me jiào shàn mā ma
举 个 简 单 例 子 , 什 么 叫 恶 ? 什 么 叫 善 ? 妈 妈

chòng zhe nǐ yǎn jīng yí dòng xiǎo nǚ hái wǎn shàng bù xǔ chū
冲 着 你 眼 睛 一 瞪 , “ 小 女 孩 晚 上 不 许 出
qù nǐ shuō tā zhè shì è de ma cóng xiǎo hái zi de jiǎo dù
去 ” 。 你 说 她 这 是 恶 的 吗 ? 从 小 孩 子 的 角 度
shàng lái shuō rén jiā de hái zi wǎn shàng dōu kě yǐ chū qù wán
上 来 说 , “ 人 家 的 孩 子 晚 上 都 可 以 出 去 玩 ,
mā ma wèi shén me cóng lái bú ràng wǒ wǎn shàng chū qù wán ne mā
妈 妈 为 什 么 从 来 不 让 我 晚 上 出 去 玩 呢 ? 妈
ma yǎn jīng hái dòng de zhè me dà è hěn hěn de zhè zhǒng mā ma
妈 眼 睛 还 瞪 得 这 么 大 , 恶 狠 狠 的 , 这 种 妈 妈
wǒ yào dōu bú yào tā nǐ men xiǎo shí hou jiù huì zhè me xiǎng
我 要 都 不 要 她 ” 。 你 们 小 时 候 就 会 这 么 想 。
dàn shì děng nǐ dà qǐ lái de shí hou dāng nǐ zì jǐ yǒu le hái zi de
但 是 等 你 大 起 来 的 时 候 , 当 你 自 己 有 了 孩 子 的
shí hou nǐ huì ràng nǐ de hái zi wǎn shàng chū qù ma yīn wèi zhè
时 候 , 你 会 让 你 的 孩 子 晚 上 出 去 吗 ? 因 为 这
ge è shì zhàn zài nǐ de jiǎo dù shàng zài nǐ hái bù míng lǐ hái bù
个 恶 是 站 在 你 的 角 度 上 , 在 你 还 不 明 理 、 还 不
lǐ jiě zhè ge shì wù zhēn shí cún zài de yuán yīn de qián tí xià nǐ rèn
理 解 这 个 事 物 真 实 存 在 的 原 因 的 前 提 下 , 你 认
wéi shì è suǒ yǐ nǐ rèn wéi de shì qing tā dōu yǒu liǎng miàn xìng
为 是 恶 , 所 以 你 认 为 的 事 情 它 都 有 两 面 性
de shàn liáng de dōng xi yě yǒu liǎng miàn xìng yí gè yī shēng zhǐ
的 , 善 良 的 东 西 也 有 两 面 性 。 一 个 医 生 只

guǎn gěi bìng rén chī yào kāi yào fāng bù guǎn bìng rén chī de sǐ
管 给 病 人 吃 药 (开 药 方) , 不 管 病 人 吃 的 死
huó zhè yě shì gè hǎo yī shēng ma wǒ hěn shàn liáng wǒ shì
活 , 这 也 是 个 好 医 生 吗 ? “ 我 很 善 良 , 我 是
wèi le bāng zhù nǐ shì wèi nǐ hǎo a jié guǒ bǎ rén jiā kàn sǐ
为 了 帮 助 你 , 是 为 你 好 啊 。 ” 结 果 把 人 家 看 死
le zhè yě jiào hǎo yī shēng ma suǒ yǐ shàn è méi yǒu jué duì de
了 , 这 也 叫 好 医 生 吗 ? 所 以 善 恶 没 有 绝 对 的 。
zài méi yǒu jué duì de shì qing zhī xià nǐ zuì hǎo bú yào tài zhuī qiú
在 没 有 绝 对 的 事 情 之 下 , 你 最 好 不 要 太 追 求
zhè xiē xū jiǎ de zhí zhuó de dōng xi suǒ yǐ yào dǎ pò rén jiān de zhí
这 些 虚 假 的 执 著 的 东 西 , 所 以 要 打 破 人 间 的 执
zhuó
著 。

rén běn lái jiù shì píng děng de zhè ge shì jiè běn lái jiù shì ruò
人 本 来 就 是 平 等 的 。 这 个 世 界 本 来 就 是 若
yǒu ruò wú sì yǒu sì wú de hǎo xiàng zhè ge shì qing cún zài
有 若 无 , 似 有 似 无 的 。 好 像 这 个 事 情 存 在 ,
guò yì tiān jiù méi yǒu le bǐ rú zuó tiān chǎo jià jīn tiān yòu hǎo
过 一 天 就 没 有 了 。 比 如 昨 天 吵 架 , 今 天 又 好
le jīn tiān hǎo le míng tiān yòu chǎo jià le zhè ge shì qing hǎo
了 ; 今 天 好 了 , 明 天 又 吵 架 了 。 这 个 事 情 好
xiàng yǒu hǎo xiàng méi yǒu jiù xiàng shāng chǎng lǐ de dōng xi
像 有 , 好 像 没 有 。 就 像 商 场 里 的 东 西 ,

hǎo xiàng yǒu guò jǐ tiān mài wán le yòu méi yǒu le méi yǒu le
好像有；过几天卖完了，又没有了；没有了

zhī hòu yòu jìn huò le yòu yǒu le guò jǐ tiān yòu méi yǒu le shī
之后又进货了，又有了；过几天又没有了。师

fu zài qián jǐ tiān bú shì gěi nǐ men shuō huì yǒu yí gè dà dì zhèn
父在前几天不是给你们说会有一个大地震

ma jié guǒ bú shì lái le jiē xià lái hái huì yǒu shī fu gěi nǐ men
吗？结果不是来了？接下来还会有。师父给你们

jiǎng de huà wǒ bú yào yàn zhèng wǒ zhǐ shì tí xǐng nǐ men zhè ge
讲的话我不要验证，我只是提醒你们，这个

shì jiè yǒng wú níng rì shì yǒng wú ān níng de méi yǒu yì tiān
世界永无宁日——是永无安宁的，没有一天

shì ān níng de suǒ yǐ zài zhè ge shì jiè nǐ xiǎng zhǎo dào yì tiáo píng
是安宁的。所以在这个世界你想找到一条平

píng ān ān de lù nǐ zhǐ yǒu hǎo hǎo xiū xīn xiū xíng nǐ zhǐ yǒu bǎ
平安安的路，你只有好好修心修行，你只有把

zì jǐ kàn kāi yì diǎn kàn kōng yì diǎn wǒ shén me dōu méi yǒu
自己看开一点，看空一点。我什么都没有，

wǒ běn lái jiù méi yǒu de ruò yǒu ruò wú shí yǒu shí wú ér qiě
我本来就没有的，若有若无，时有时无。而且

shì jiè běn lái jiù shì píng děng de rú guǒ nǐ bù xiū xīn de huà nǐ
世界本来就是平等的。如果你不修心的话，你

gēn rén jiā méi yǒu shén me shì bù píng děng de shēng chū lái dà jiā
跟人家没有什么是不平等的。生出来大家

dōu shì píng děng de lǎo le yě shì píng děng de měi gè rén dōu shì
都是平等的，老了也是平等的，每个人都是
yào lǎo de shēng bìng yě shì píng děng de měi gè rén dōu huì shēng
要老的；生病也是平等的，每个人都会生
bìng de bù guǎn nǐ shì shén me rén nǐ xiàn zài yǒu qián de rén
病的。不管你是谁什么人，你现在有钱的人、
nǐ xiàn zài méi qián de rén huò nǐ shì wáng fēi yě hǎo nǐ shì huáng
你现在没钱的人，或你是王妃也好，你是皇
dì yě hǎo dōu shì yào shēng lǎo bìng sǐ shuí néng táo guò zhè ge
帝也好，都是要生老病死。谁能逃过这个
ne zhè jiù jiào píng děng zhǐ yǒu xiū xīn zhī hòu nǐ cái néng zhēn
呢？这就叫平等。只有修心之后，你才能真
zhèng de gǎi biàn
正地改变。

shàn è běn lái jiù shì yīn guǒ de yì zhǒng yīn wèi dāng nǐ dé
善恶本来就是因果的一种。因为当你得
dào guǒ de shí hou nǐ gǎn jué duì nǐ hǎo le shí jì shàng zhè jiù shì
到果的时候，你感觉对你好了，实际上这就是
nǐ zhòng xià de shàn yīn suǒ yǐ dé dào yí gè shàn guǒ dàn shì zhè
你种下的善因，所以得到一个善果。但是这
ge yīn hé zhè ge guǒ tā běn lái zhǐ bú guò shì shàn è de yì zhǒng
个因和这个果，它本来只不过是善恶的一种，
bìng bù dài biǎo hǎo hé huài zhè ge wèn tí hěn jiǎn dān méi yǒu shén
并不代表好和坏。这个问题很简单，没有什

me tè bié de bǐ rú nǐ duì rén jiā hǎo rén jiā jiù duì nǐ hǎo nǐ jué
么特别的。比如你对人家好，人家就对你好，你觉
de shì yì zhǒng huí bào shì yí gè shàn shì shí jì shàng tā bìng bú
得是一种回报，是一个善事。实际上它并不
dài biǎo shì shàn shì zhǐ shì shuō nǐ duì rén jiā hǎo le nǐ dé dào de
代表是善事，只是说你对人家好了，你得到的
huí bào shì hǎo bìng bú dài biǎo zhè ge shì qing de běn shēn shì gè
回报是好，并不代表这个事情的本身是个
shàn shì yīn wèi tā yě shì zì sī de nǐ duì tā hǎo le tā gěi nǐ
善事，因为它也是自私的。你对他好了，他给你
huí bào shì hǎo de nǐ yě méi yǒu duì quán shì jiè de rén hǎo ya zhè
回报是好的。你也没有对全世界的人好呀？这
běn shēn bù néng shuō míng tā shì yí gè shàn shì shàn shì shì duì
本身不能说明它是一个善事。善事是对
quán rén lèi duì quán shì jiè duì suǒ yǒu de zhòng shēng dōu yào
全人类、对全世界、对所有的众生都要
yǒu lì yì de shì qing
有利益的事情。

zì jǐ yào liǎo jiě zì jǐ yí gè rén bì xū yào zì jǐ liǎo jiě zì
自己要了解自己。一个人必须要自己了解自
jǐ è de lái le āi yā zhè shì wǒ de guǒ bào shàn de lái
己。恶的来了，“哎呀，这是我的果报”。善的来
le āi yā wǒ yǒu hǎo shì qing le wǒ gǎn xiè guān shì yīn pú
了，“哎呀，我有好事情了，我感谢观世音菩

sà gǎn xiè guān shì yīn pú sà gěi wǒ guò qù gěi wǒ xiàn zài ràng
萨，感谢观世音菩萨给我过去、给我现在，让
wǒ yǒu jī huì néng wén dào fó fǎ hěn duō rén jiù shì zì jǐ bù
我有机会能闻到佛法”。很多人就是自己不
liǎo jiě zì jǐ zài zì jǐ kuài yào shēng qì de shí hou tā yě shì bù
了解自己。在自己快要生气的时候，他也是不
zhī dào de yīn wèi dāng yí gè rén shēng qì de shí hou tā de dà nǎo
知道的，因为当一个人生气的时候，他的大脑
shì shī kòng de zài fā pí qì de shí hou tā shì shùn zhe zhè ge dà
是失控的。在发脾气的时候，他是顺着这个大
nǎo yǐ wài de sī wéi yīn wèi zhè ge shí hou yǐ jīng bú shì tā zì jǐ
脑以外的思维，因为这个时候已经不是他自己
de sī wéi le ér zhè xiē dà nǎo yǐ wài de sī wéi shì zěn me lái de
的思维了。而这些大脑以外的思维是怎么来的
ne jiù shì yīn wèi jīng cháng de zhí zhuó yīn wèi nǐ céng jīng xiǎng
呢？就是因为经常的执著，因为你曾经想
guò zhè ge shì qing shì zhè yàng de rèn wéi shì duì de rán hòu nǐ
过这个事情是这样的，认为是对的，然后你
yòu kàn zhè ge shì qing de shí hou nǐ jiù huì xiǎng dào zhè ge shì qing
又看这个事情的时候，你就会想到这个事情
shì zāo gāo de rán hòu nǐ yuè xiǎng yuè bù kāi xīn jǔ gè jiǎn dān
是糟糕的，然后你越想越不开心。举个简单
lì zi nǐ men kāi chē jīng cháng zǒu zhè tiáo lù de shí hou jué de dǔ
例子，你们开车经常走这条路的时候觉得堵

chē kàn jiàn biān shàng yǒu yì tiáo lù kě yǐ zǒu de dàn shì nǐ cóng
车，看见边上有一条路可以走的，但是你从
lái méi yǒu zǒu guò zài nǐ měi cì kāi chē jīng guò de shí hou zǒng
来没有走过。在你每次开车经过的时候总
xiǎng wǒ kě néng cóng zhè tiáo lù zǒu jìn qù jiù bú huì sāi chē le
想，“我可能从这条路走进去就不会塞车了，
kě néng huì zǒu dào qián miàn nǐ měi yí cì kāi guò qù de shí hou
可能会走到前面”。你每一次开过去的时候
nǐ zǒng shì kàn jiàn zhè tiáo lù hǎo le zài nǐ de yì shí dāng zhōng
你总是看见这条路，好了，在你的意识当中
jiù yǒu zhè tiáo lù de cún zài suǒ yǐ dāng nǐ nǎo zi lì yǒu yì tiān
就有这条路的存在。所以当你的脑子里有一天
shí zài hèn de bù xíng shí jué de zěn me yòu sāi chē le wǒ jiù kāi
实在恨得不行时，觉得“怎么又塞车了？我就开
zhè tiáo lù méi yǒu xiǎng dào yì kāi jìn qù shì yì tiáo sǐ hú tòng
这条路”，没有想到一开进去是一条死胡同，
hái děi kāi chū lái zhè jiù shì wèi shén me shī fu gěi nǐ men jiǎng fā
还得开出来。这就是为什么师父给你们讲：发
pí qì de shí hou shí jì shàng nǐ de sī wéi yǐ jīng zài nǐ píng shí de
脾气的时候，实际上你的思维已经在你平时的
yì shí dāng zhōng yǒu zhè zhǒng gòng shí jiù shì yì shí dāng zhōng
意识当中有这种共识，就是意识当中
yǒu zhè zhǒng gòng shí yīn wèi yǒu le zhè ge gòng shí nǐ cái huì fā
有这种共识。因为有了这个共识，你才会发

pí qì jǔ gè jiǎn dān lì zǐ nǐ men hěn duō lǎo mā ma jīn tiān kàn
脾气。举个例子，你们很多老妈妈今天看
jiàn zhè ge dì fang nòng zāng le jīn tiān bù jiǎng huà míng tiān kàn
见这个地方弄脏了，今天不讲话；明天看
kan zhè ge dì fang zěn me yòu zāng le zài bù jiǎng huà děng dào
看这个地方怎么又脏了，再不讲话。等到
yǒu yì tiān shí zài kàn bú guò qù le yīn wèi tā yí cì liǎng
有一天实在看不过去了，因为她一次、两
cì tā měi yí cì jiē yì diǎn qì jiē yì diǎn qì děng dào tā de
次.....她每一次接一点气，接一点气。等到她的
qì zhàng de shí hou tā kāi shǐ fā pí qì le nǐ men bǎ zhè ge
气胀的时候，她开始发脾气了，“你们把这个
dì fang zěn me nòng de zhè me zāng ya suǒ yǐ dà jiā yào míng
地方怎么弄得这么脏呀？”。所以大家要明
bai shí jì shàng zài nǐ fā pí qì de shí hou shì nǐ cháng qī jī lěi
白，实际上在你发脾气的时候，是你长期积累
de yì shí de fā xiè ér zhè ge cháng qī jī lěi de yì shí shí jì shàng
的意识的发泄，而这个长期积累的意识实际上
yǐ jīng shì niè zhàng le zhè gēn shī fu jiǎng de bào fā shì yí
已经是孽障了，这跟师父讲的“爆发”是一
yàng de niè zhàng de jī huó bào fā chéng wéi líng xìng shí jì
样的。孽障的激活，爆发成为灵性，实际
shàng líng xìng yě shì yì zhǒng bào fā diǎn
上灵性也是一种爆发点。

méi yǒu yí gè rén huì wú yuán wú gù fā pí qì de rú guǒ zhè
没有一个人会无缘无故发脾气的。如果这
ge rén tū rán zhī jiān fā pí qì le shì yīn wèi duì zhè ge shì qing tài
个人突然之间发脾气了, 是因为对这个事情太
kàn bú guàn le tā cái huì fā chū lái suǒ yǐ bú yào yǐ wéi zì jǐ fā
看不惯了, 他才会发出来。所以不要以为自己发
pí qì shì hǎo shì qing shí jì shàng fā pí qì jiù xiàng rén jiā yá shén
脾气是好事。实际上发脾气就像人家牙神
jīng tòng yí yàng jīn tiān tòng yì diǎn míng tiān tòng yì diǎn bù
经痛一样, 今天痛一点, 明天痛一点。不
hē rè shuǐ de shí hou yá chǐ bú tòng yí huìr tū rán zhī jiān yá
喝热水的时候, 牙齿不痛, 一会儿突然之间牙
yòu tòng yì diǎn le hē liáng shuǐ le yá yòu kāi shǐ tòng le bù kāi
又痛一点了; 喝凉水了, 牙又开始痛了, 不开
xīn le guò yí huìr wàng jì chī yào le yá yòu kāi shǐ tòng le
心了; 过一会儿忘记吃药了, 牙又开始痛了;
děng dào wǔ liù cì tòng zhī hòu yán zhèng chū lái le méi yǒu bàn fǎ
等到五六次痛之后炎症出来了, 没有办法,
zhǐ néng qù bá diào le suǒ yǐ shì jiè shàng de shì qing dōu shì yí
只能去拔掉了。所以世界上的事情都是一
yàng de dōu shì píng děng de suǒ yǐ yào bǎ zì jǐ zhè xiē míng
样的, 都是平等的。所以要把自己这些明
míng yǐ hòu yào zào chéng nǐ fā pí qì de niè gēn yào kǎn duàn zuì
明以后要造成你发脾气的孽根要砍断, 最

zhòng yào de shì yào zài nǐ de sī wéi zhōng xíng chéng yí gè shàn yì
重 要 的 是 要 在 你 的 思 维 中 形 成 一 个 善 意
de gài niàn wǒ jīn tiān yǒu yí gè bù hǎo de xiǎng fǎ wǒ mǎ shàng
的 概 念 。 我 今 天 有 一 个 不 好 的 想 法 ， 我 马 上
yào bǎ tā miè diào wǒ zuì róng yì fā pí qì de dì fang wǒ bì xū
要 把 它 灭 掉 ； 我 最 容 易 发 脾 气 的 地 方 ， 我 必 须
yào yǒu yí gè fāng fǎ bǎ tā miè diào bǐ fang shuō lǎo gōng jīn tiān
要 有 一 个 方 法 把 它 灭 掉 。 比 方 说 老 公 今 天
yòu chōu yān le nǐ mǎ shàng jiù xiǎng āi yā zhè rén zěn me
又 抽 烟 了 ， 你 马 上 就 想 ， “ 哎 呀 ， 这 人 怎 么
gǎo de wǒ zài quàn quàn tā ba tā yě shì yǐ jīng shàng yǐn le
搞 的 ， 我 再 劝 劝 他 吧 ， 他 也 是 已 经 上 瘾 了 ，
huì jiǎn shǎo chōu yān cì shù guò jǐ tiān nǐ yòu kàn jiàn tā chōu
会 减 少 抽 烟 次 数 ” 。 过 几 天 你 又 看 见 他 抽
yān le nǐ yòu yào fā pí qì le suàn le wǒ zài xiǎng bàn fǎ
烟 了 ， 你 又 要 发 脾 气 了 ， “ 算 了 ， 我 再 想 办 法
gēn tā tán tán jiù shì bǎ nǐ zhè ge huǒ qì dāng shí lái le jiù dāng
跟 他 谈 谈 ” 。 就 是 把 你 这 个 火 气 当 时 来 了 就 当
shí miè diào bú yào ràng tā jī lěi yīn wèi jī lěi shì yí gè hěn má
时 灭 掉 ， 不 要 让 它 积 累 ， 因 为 积 累 是 一 个 很 麻
fan de shì qing jiù xiàng nǐ men de fáng jiān yí yàng méi yǒu yí jiān
烦 的 事 情 。 就 像 你 们 的 房 间 一 样 ， 没 有 一 间
fáng jiān bú shì duī de zāng luàn chà de yīn wèi hěn duō rén de
房 间 不 是 堆 得 脏 、 乱 、 差 的 ， 因 为 很 多 人 的

máo bìng jiù shì bù shě de rēng diào suǒ yǐ bǎ zhè ge dōng xī fàng
毛病就是不捨得扔掉，所以把这个东西放
zài jiā lǐ bǎ nà ge dōng xī yě fàng zài jiā lǐ zuì hòu zì jǐ jiā lǐ
在家里，把那个东西也放在家里，最后自己家里
lián zǒu lù de dì fang dōu méi yǒu zhè jiù jiào jī lěi suǒ yǐ bú yào
连走路的地方都没有，这就叫积累。所以不要
qù bǎ zì jǐ xīn zhōng měi yì diǎn diǎn de bù kāi xīn ràng tā jī lěi qǐ
去把自己心中每一点点的不开心让它积累起
lái yào mǎ shàng bǎ tā wàng jì méi yǒu shén me kě yǐ jī lěi de
来，要马上把它忘记，没有什么可以积累的。
jī lěi shàn de zhǒng shàn yīn jī lěi è de zhǒng è yīn shàn
积累善的，种善因；积累恶的，种恶因。善
è zhī bào rén wéi zhī
恶之报，人为之。