

Melampaui Alamiah, Memahami Kekosongan, Welas Asih Menyelamatkan Semua Makhluk, dan Memurnikan Bodhi

Seminar Dharma Frankfurt, Jerman Tahun 2013 (Bagian 1)

Terima kasih kepada Guan Shi Yin Pu Sa Yang Maha Welas Asih dan Maha Penyayang. Terima kasih kepada Naga Langit Pelindung Dharma. Cahaya Buddha menyinari Frankfurt. Semoga Guan Shi Yin Pu Sa berwelas asih dan memberkati semua orang, agar semua teman se-Dharma kita di dunia dapat terbebas dari penderitaan dan memperoleh kebahagiaan. Terima kasih kepada seluruh teman-teman media, para tamu dan teman-teman se-Dharma dari berbagai negara Eropa, serta teman-teman se-Dharma Jerman dan relawan yang telah berkontribusi dalam persiapan Seminar Dharma ini. Terima kasih atas pengorbanan kalian, membuat semakin banyak orang terbebas dari ketersesatan dan tersadarkan. Menghargai masa kini, maka akan memiliki masa depan. Berharap semua orang baik-baik menghargainya.

Tahun lalu, ada Malam Keagamaan Berlin di Jerman. Lebih dari 100 kelompok agama membuka ruang ibadah mereka untuk menyambut pengunjung yang datang, menjunjung agama adalah budaya, mencari dunia spiritual. Aspek budaya dari berbagai agama membuat generasi muda dan paruh baya di Jerman memahami bahwa orang harus memiliki etika, harus mempunyai kepercayaan, harus mengupayakan perdamaian, mencapai kerukunan antara agama dan ilmu pengetahuan, harus menemukan tujuan akhir dalam makna hidup. Puluhan ribu orang mengikuti wisata religi dan kegiatan malam keagamaan. Ini adalah keharmonisan yang luar biasa. Agama perlahan-lahan telah menyatu dalam hati setiap orang. Semakin sejahtera agama dalam masyarakat, semakin besar harapan yang ada di hati orang-orang. Berharap semua orang dapat berkontribusi pada ajaran Xin Ling Fa Men dan agama Buddha, sehingga lebih banyak orang dapat memahami dan mempelajari agama Buddha, agar jiwa orang-orang dapat segera terbebas dari kerisauan duniawi.

Seseorang bertanya: "Hal apa yang paling indah di dunia ini?" Setiap orang memiliki penilaian yang berbeda. Ada yang menganggap uang adalah yang terbaik, dan ada yang menganggap ketenaran dan kekayaan adalah yang terbaik. Sebenarnya, keduanya relatif penting saat dalam keadaan sehat. Jika seseorang sudah terbaring di tempat tidur, dalam kondisi sekarat, dan menderita penyakit sepanjang hari, yang dipikirkannya bukanlah uang atau ketenaran dan kekayaan, melainkan kehidupan yang sangat realistis tanpa rasa sakit. Oleh karena itu, sudut pandang setiap orang berbeda-beda, tidak semua orang hidup demi uang, dan tidak semua orang hidup demi ketenaran dan kekayaan.

Kita tidak boleh mengabaikan tubuh fisik kita, juga tidak boleh mengabaikan dunia spiritual kita. Karena dunia yang kita tinggal ini adalah dunia ilusi yang kita pikir bisa kita miliki. Ketenaran dan kekayaan yang kita miliki itu tidak nyata dan tidak bisa didapatkan selamanya, jadi itu adalah dunia yang tidak nyata. Namun ketika suatu saat kita mencapai kesempurnaan spiritual, merasa bahwa jiwa kita

telah mengalahkan segalanya, pada saat itu kita akan memasuki suatu ruang lain, yaitu dunia spiritual. Di dunia spiritual, kita akan memiliki lebih banyak kebahagiaan. Ketika seseorang bahagia secara spiritual, maka tubuh fisiknya pasti akan bahagia. Ketika jiwa seseorang tidak bahagia, semua yang dimiliki tubuh fisiknya hanyalah kebahagiaan sementara dan ilusi. Kita tidak boleh hidup dalam nafsu keinginan setiap hari, tidak boleh hidup dalam perjuangan, karena uang, reputasi dan status yang kita tukarkan dengan nyawa kita akan hilang dengan cepat, dan ketika kita kehilangan tubuh kita, maka berakhirlah kita di dunia.

Menekuni Dharma adalah mengerti bagaimana untuk menghargai masa kini, masa depan, dan jiwa kebijaksanaan diri sendiri. Menua lebih mudah dari pada awet muda. Coba pikirkan saat kalian masih muda di masa lalu, apakah kalian masih bisa memilikinya saat ini? Sudah berakhir, tidak ada lagi. Yang kalian miliki adalah menjadi semakin tua. Ketika seseorang tidak dapat memahami hal ini, dia akan terus menyelesaikan karir penuaannya. Ketika

seseorang dapat memahami bahwa saya tidak boleh lagi hidup di dunia ini untuk diri saya sendiri dan berjuang setiap hari dalam mengejar hal-hal yang ilusi dan tidak dapat diperoleh, saya harus belajar yang dikatakan oleh Sang Buddha, "Segera melepaskan", tidak boleh melekat lagi. Ada pepatah yang mengatakan "mengetahui yang sulit dan memperoleh yang mudah." Ketika kamu tahu hal-hal apa yang sulit, maka kamu akan tahu apa yang harus dan tidak harus kamu lakukan. Berharap semua orang dapat memiliki hati yang baik untuk membantu orang lain dan melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi dunia. Jangan melakukan hal-hal yang dibenci oleh generasi mendatang. Ketika kita dapat membantu semua makhluk, bisa membantu semua orang, kita akan memiliki hati yang baik dan pikiran Buddha. Ini adalah welas asih yang harus dimiliki oleh para praktisi Buddhis.

Sang Buddha berkata, "Nafsu keinginan tidak terbatas." Pengejaran seseorang selamanya tidak ada batasnya. Sudah baik masih ingin lebih baik. Sudah memiliki ini masih menginginkan itu, selamanya tidak ada akhirnya. Oleh karena itu, ketika melakukan hal apapun di

dunia ini, kita harus memahami bahwa "segala hal ada batasnya". Dalam melakukan hal apapun harus menetapkan satu batasan. Sejauh mana yang bisa saya capai hari ini? Bagaimana saya harus berhenti jika hal ini tidak berhasil? Sebenarnya ini artinya menyesuaikan jodoh. Ketika seseorang mengejar sesuatu yang tidak dapat diperolehnya, jelas-jelas tidak dapat diperolehnya tetapi masih mati-matian ingin mendapatkannya, ini akan membawakan penderitaan. Berharap semua orang bisa melakukan segala hal dengan tidak berlebihan. Tidak berlebihan adalah moderasi. Tidak peduli kapanpun tetap harus sepantasnya saja.

Jika kamu merasa benci, iri, dan risau di dalam hatimu, itu berarti hatimu sudah sakit. Jika seseorang iri terhadap orang lain, mencurigai orang lain, dan membenci orang lain setiap hari, maka orang tersebut sudah ada penyakit di dalam hatinya. Penyakit hati akan membuatmu menderita, membuatmu tidak bisa terbebaskan. Harus selalu berpikir bahwa dirimu adalah seorang Bodhisattva, berpikir bahwa dirimu akan melahirkan kebijaksanaan, maka kamu akan

melepaskan dan terbebaskan. Seseorang harus melepaskan. Setiap orang akan menderita ketika kehilangan sesuatu, tetapi ketika mereka ingin memilikinya, mereka tidak berpikir akan kehilangannya. Menekuni Dharma harus memahami bahwa, jangan mengejar kepemilikan yang terlalu banyak, maka tidak akan merasakan penderitaan kehilangannya. Jika kita tidak memiliki terlalu banyak hal materi dan spiritual yang tidak dapat kita pertahankan selamanya, maka kita selamanya tidak akan merasakan penderitaan dari perpisahan dan kepergian. Ada orang bertanya: "Master, mengapa biksu tidak boleh menikah? Mereka sangat menderita." Para biksu sangat bahagia, karena perpisahan antara hidup dan mati adalah hal yang paling menyakitkan bagi manusia. Ketika seseorang memiliki cinta, maka cinta ini akan mempengaruhi kehidupannya. Maka itu, ketika ibu meninggalkan anaknya, anak akan sangat menderita sekali. Ketika salah satu pasangan meninggal, terpisah antara hidup dan mati, pihak lain akan sangat menderita. Para biksu tidak memiliki penderitaan seperti itu, karena mereka tidak memiliki, sehingga mereka tidak akan merasakan

sakitnya kehilangan ketika meninggal. Jadi jika tidak memiliki banyak hal, maka tidak akan kehilangannya, tidak akan merasakan sakitnya kehilangan. Hati praktisi Buddhis harus tenang, pikiran harus jernih. Seseorang harus tahu bagaimana hidup dalam masyarakat dan bagaimana membebaskan pikirannya dari lebih banyak kerisauan dan kesulitan. Melepaskan dan terbebaskan adalah obat terbaik di periode akhir Dharma.

Kita tidak boleh menganggap kebahagiaan di dunia sebagai kebahagiaan yang selamanya, dan juga jangan menganggap penderitaan di dunia sebagai penderitaan yang selamanya, karena semua ini hanya bersifat sementara. Harus melepaskan diri dari perilaku orang-orang awam, tingkat kesadaran spiritual praktisi Buddhis tidak ada yang mutlak berpikiran terbuka. Ketika seseorang menghadapi suatu masalah, tidak ada yang mutlak berpikiran terbuka atau tidak berpikiran terbuka, karena semuanya adalah sebab dan akibat. Berharap kalian jangan tidak berpikiran terbuka. Tidak dapat berpikiran terbuka itu hanya bersifat sementara, bisa berpikiran terbuka juga

bersifat sementara. Itu hanya perbedaan dalam satu pemikiran. Bisa berpikiran terbuka adalah dalam satu niat pemikiran, tidak bisa berpikiran terbuka juga dalam satu niat pikiran. Bersikaplah baik terhadap kehidupan. Menghargai kehidupan maka akan memperoleh kehidupan. Menghargai seseorang, maka akan memilikinya, jika tidak menghargainya, maka akan segera kehilangannya. Sebuah cincin yang dipakai di tangan, kita tidak merasakan keberadaannya, mungkin suatu saat akan kehilangannya. Oleh karena itu, kita harus menghargai kehidupan, menghargai ajaran Buddha Dharma. Apapun yang kita hargai, itulah yang akan kita miliki. Jika kita menghargai kehidupan, maka kita akan memiliki kehidupan. Jika kita menghargai ajaran Buddha Dharma, maka akan memiliki ajaran Buddha Dharma.

Di dunia ini, kita mempunyai rintangan ketenaran dan kekayaan, rintangan hidup dan mati, rintangan hubungan asmara... Rintangan ini sangat menyakitkan bagi kita. Terhadap orang yang tidak ingin kita ketemu, justru bertemu dengannya. Terhadap orang yang tidak ingin kita

tinggalkan, justru pergi meninggalkan, ini adalah rintangan hubungan asmara kita. Oleh karena itu, harus belajar melupakan diri. Melupakan diri sendiri, maka akan perlahan-lahan mendapatkan pembebasan. Banyak orang tidak bisa melepaskan, maka mereka tidak bisa terbebaskan dari penderitaan. Berharap semua orang mengerti untuk melepaskan yang harus dilepaskan. Jika kamu membenci seseorang hari ini, kamu telah menanamkan benih kebencian dalam hatimu. Hari ini membenci dia, besok saya iri padanya, itu setara dengan virus di komputer. Jika virus itu disimpan di dalam hati setiap hari, itu akan membuat hatimu sangat sedih. Komputer akan rusak, dan jantung akan mucul kegagalan. Ketika seseorang setiap hari selalu mengejar sesuatu tetapi tidak bisa mendapatkannya, membenci orang lain setiap hari, jantungnya akan bekerja berlebihan. Berharap semua orang bisa melupakan semua pikiran khayalan yang tidak seharusnya disimpan di dalam hati. Yang terbaik adalah tidak memiliki diri sendiri. Orang yang tidak memiliki diri sendiri adalah orang yang paling bahagia. Mengapa ibu dihormati oleh orang lain? Karena ibu hanya memikirkan

anak-anaknya dan tidak pernah memikirkan dirinya sendiri. Ini adalah melupakan diri. Suka, marah, sedih, dan gembira seorang ibu naik turun berdasarkan suka, marah, duka, dan gembira anak-anaknya. Berharap semua orang bisa benar-benar melupakan diri. Melupakan dirinya sendiri, hatinya akan memiliki semua makhluk. Hanya mereka yang memiliki semua makhluk hidup di dalam hatinya yang merupakan orang yang paling bahagia. Orang ini hidup di dunia barulah orang yang paling berarti.

Orang harus mengerti untuk melupakan diri. Memiliki orang lain di dalam hati akan menjadi semakin kuat dan gigih. Ketika seseorang memiliki kegigihan dan perilaku, maka dia akan menemukan jalan menuju kesuksesan. Kita sekarang berada di dunia, semua orang terjerumus dalam nafsu keinginan duniawi, ingin mobil, rumah, anak-anak, dan lebih banyak lagi. Kita harus membuat nafsu keinginan kita murni, harus memahami bagaimana menemukan jalan diri sendiri, bagaimana mengatasi halangan iblis dan kerisauan di dalam hati. Kita tidak boleh risau. Semakin risau, kesulitan akan semakin banyak. Kita harus melompat

keluar. Ajaran Buddha Dharma mengatakan bahwa kita “tidak dalam lima elemen.” Kita harus melompat keluar dari enam alam reinkarnasi. Berharap semua orang memiliki tingkat kesadaran spiritual yang tinggi, harus melampaui keterbatasan diri sendiri. Hal yang tidak bisa dilakukan, harus berusaha keras untuk melakukannya, namun bukan demi diri sendiri tetapi untuk semua makhluk. Ketika seseorang memberikan segalanya untuk semua makhluk, dia bukan lagi manusia biasa, melainkan seorang Bodhisattva, karena dia bisa mengeluarkan energi terbesar dari seseorang. Berharap semua orang mengerti untuk menghargai jiwa kebijaksanaan diri sendiri, bagaimana menggunakan hidup sendiri yang terbatas untuk membantu lebih banyak makhluk hidup, membuat dunia lebih damai.

Seseorang merasa risau itu karena dia mempunyai waktu untuk risau. Banyak orang yang begitu sibuk sehingga mereka bahkan tidak punya waktu untuk merasa risau. Seseorang risau terhadap hal-hal kecil itu karena dia belum mempunyai kerisauan yang besar. Orang yang

merasa risau terhadap hal-hal kecil setiap hari, begitu menghadapi kerisauan besar, kerisauan yang kecil tadi akan segera hilang. Misalnya, seseorang sering kali merasa sedih karena sakit maagnya. Ketika suatu hari nanti dia mengetahui bahwa dirinya mengidap kanker liver, dia tidak akan lagi merasa risau dengan sakit maagnya. Kematian adalah kerisauan terbesar bagi manusia di dunia. Jika kita demi kerisauan kecil di dunia dan melupakan kerisauan terbesar di dunia - kematian, berarti kita telah menyimpangkan prioritas. Manusia harus mengejar kehidupan kekal abadi. Jangan bersedih karena hal-hal yang singkat dan tidak praktis di dunia, menambah lebih banyak kerisauan pada hati kita yang sudah terluka. Coba pikirkan, apakah kamu masih memiliki kerisauan yang dirimu alami saat masih muda? Apakah hal-hal yang kamu risaukan saat ini masih ada ketika kamu meninggalkan dunia ini? Begitulah deritanya dunia. Ketika kamu lahir, orang-orang di sekitarmu tertawa, tetapi kamu menangis. Ketika kamu mengakhiri perjalanan hidupmu, orang-orang di sekitarmu menangis, tetapi kamu tertawa. Di dunia ini, lahir tidak membawa datang apa-apa dan mati tidak

membawa pergi apa-apa. Semua yang dikejar adalah kosong, mimpi ilusi. Oleh karena itu, berharap para praktisi Buddhis tidak mengejar hal-hal ini. Orang tua yang seumur hidupnya berkorban demi kebaikan anak, mereka tidak membawa pergi apa-apa, perabotan, uang maupun segalanya pun tidak dibawa, lalu meninggalkan kita. Bukankah kita yang sekarang ini sama dengan orang tua kita? Demi anak-anak kita, mengakhiri hidup yang singkat ini. Setelah memahami kebenaran ini, maka kita harus berani memajukan diri, seharusnya memanfaatkan hidup kita yang terbatas ini untuk dipergunakan dalam membantu jiwa para makhluk hidup. Ketika seseorang bisa berpikiran terbuka, maka segala hal akan lancar, jika berpikiran buntu, maka segala hal akan terhambat. Oleh karena ini, orang yang dapat berpikiran terbuka dan mengerti, maka dia akan dapat menyadari kebenaran dalam hidup ini yakni kekosongan. Maka orang yang dapat berpikiran terbuka adalah kosong. Sun Wukong dalam "Perjalanan menuju ke barat" , adalah menyadari sifat kekosongan, menyadari kebenaran dalam hidup ini.

Kita harus memahami pembebasan. Kita hidup di dunia ini, mengapa harus melukai diri sendiri demi hal-hal yang kecil dan mengkhawatirkannya? Sebenarnya, setiap orang memiliki takdirnya. Master berharap semua orang memahami bahwa ini adalah jalan yang harus dilalui dalam hidup ini. Berharap semua orang tidak kehilangan dirinya dalam dunia fana ini. Kita sering melupakan diri, merasa bahwa diri kita sangat hebat dan mulia. Terkadang semua orang merasa bahwa pengalamannya dapat ditulis menjadi sebuah buku. Sebenarnya, orang-orang sedang memurnikan benih-benih Bodhi di tengah rintangan kerisauan dan lautan penderitaan antara hidup dan mati. Hanya ketika seseorang dalam penderitaan barulah dia dapat mengetahui apa itu kebahagiaan. Jika seseorang tidak mengetahui penderitaan, dia selamanya tidak akan bahagia. Hanya ketika seseorang dapat memahami penderitaan barulah dia akan benar-benar menekuni Dharma. Semua orang harus memahami satu kebenaran bahwa menanggung penderitaan adalah mengikis karma. Suami dan istri, hari ini saya memperlakukanmu dengan baik dan kamu memperlakukan saya dengan buruk, ini

adalah sedang mengikis halangan karma buruk. Setelah beberapa waktu kemudian, kamu tahu bahwa dia benar-benar sangat baik kepadamu, kamu akan memperlakukannya dengan lebih baik, itu juga berarti mengikis karma. Penderitaan praktisi Buddhis adalah sementara. Meskipun beberapa penderitaan harus diatasi melalui pelafalan paritta dan tidaklah mudah, namun penderitaan mereka yang tidak menekuni Dharma adalah seumur hidup, sedangkan penderitaan jangka pendek bagi mereka yang menekuni Dharma akan segera berlalu, karena kita memahami kebenaran, kita tidak akan menderita lagi. Sedangkan orang yang tidak menekuni Dharma selamanya tidak akan memahami penyebab penderitaan, sehingga dia akan selamanya menanam buah akibat yang pahit.

Harus memikirkan masa depan ketika kita sudah tua, harus tahu bagaimana untuk hidup, bagaimana menjadi orang yang bijaksana. Master sering mengatakan bahwa hidup adalah perjalanan yang tidak bisa kembali. Ketika kamu memasuki kehidupan, kamu hanya bisa bergerak

maju, tidak ada kesempatan untuk kembali. Oleh karena itu, melewati satu hari, hilang satu hari. Hilang satu hari berarti mendekati kematian satu hari. Semua ini nyata, bukan berarti kita bisa menghindarinya karena tidak mau membicarakannya. Kita harus tahu bagaimana mengatasi rintangan berlumpur yang tak terhitung jumlahnya dalam perjalanan. Terhadap kesepian, kesalahpahaman dan kekecewaan di dunia akan menimbulkan ketakutan dan fobia di dalam hatimu. Ketika seseorang sangat kecewa dalam hidup, maka akan muncul rasa ketakutan. Mengapa sekarang banyak anak yang menderita autisme, fobia, dan depresi? Ada dua sandaran di hati seorang anak. Ibu adalah penopang seumur hidupku, dan ayah adalah penopang seumur hidupku. Ketika kedua penopang ini bertengkar setiap hari, anak akan kehilangan dukungan di hatinya, dan kemudian dia akan menimbulkan ketakutan, merasa bahwa duniaku tidak ada lagi yang bisa membantuku. Praktisi Buddhis tidak boleh membiarkan dirinya merasa takut, jangan biarkan dirimu kecewa atau kesepian. Bagaimana mencegah diri dari kesepian? Yaitu baik-baik hidup di antara semua makhluk. Jika seseorang dapat hidup di

antara semua makhluk, maka ia akan memperoleh hidup yang kekal.

Kamu menyalakan sebuah obor, jalan di depan akan terang, namun pada suatu hari ia akan padam. Ketika kamu menyalakan obor kepada semua orang di sekitarmu, meskipun suatu hari obormu padam, kamu masih tetap dapat menggunakan obor orang lain untuk menyinari jalan hidupmu. Oleh karena itu, orang yang menyelamatkan semua makhluk adalah menyelamatkan dirinya sendiri. Orang yang membantu orang lain adalah membantu dirinya sendiri. Orang yang memberikan kasih sayang kepada orang lain adalah membuat orang lain untuk menyayangi dirinya sendiri.

chāo tuō zì rán liǎo wù kōng xìng cí bēi dù zhòng xǐ liàn pú tí
超 脱 自 然 了 悟 空 性 慈 悲 度 众 洗 练 菩 提

shàng
(上)

nián dé guó fǎ lán kè fú fǎ huì lú tái zhǎng kāi shì zhāi yào
2013 年 德 国 法 兰 克 福 法 会 卢 台 长 开 示 摘 要

gǎn ēn dà cí dà bēi guān shì yīn pú sà mó hē sà gǎn ēn lóng
感 恩 大 慈 大 悲 观 世 音 菩 萨 摩 诃 萨, 感 恩 龙

tiān hù fǎ fǎ lán kè fú fó guāng pǔ zhào yuàn guān shì yīn pú sà
天 护 法, 法 兰 克 福 佛 光 普 照, 愿 观 世 音 菩 萨

cí bēi jiā chí měi yí gè rén ràng wǒ men rén jiān suǒ yǒu de fó yǒu
慈 悲 加 持 每 一 个 人, 让 我 们 人 间 所 有 的 佛 友

men lí kǔ dé lè gǎn ēn gè wèi méi tǐ péng you jiā bīn hé lái zì
们 离 苦 得 乐。 感 恩 各 位 媒 体 朋 友、 嘉 宾 和 来 自

ōu zhōu gè guó de fó yǒu men yǐ jí wèi běn cì fǎ huì chóu bèi
欧 洲 各 国 的 佛 友 们, 以 及 为 本 次 法 会 筹 备

zuò chū gòng xiàn de dé guó fó yǒu men hé yì gōng men gǎn ēn nǐ
做 出 贡 献 的 德 国 佛 友 们 和 义 工 们, 感 恩 你

men de fù chū ràng gèng duō rén pò mí kāi wù zhēn xī xiàn zài jiù
们 的 付 出, 让 更 多 人 破 迷 开 悟。 珍 惜 现 在 就

huì yōng yǒu wèi lái xī wàng dà jiā hǎo hǎo zhēn xī
会 拥 有 未 来, 希 望 大 家 好 好 珍 惜。

qù nián zài dé guó yǒu yí gè bó lín zōng jiào yè chāo guò
去年在德国有一个柏林宗教夜，超过100
gè zōng jiào tuán tǐ kāi fàng tā men de lǐ bài diàn táng yíng jiē
个宗教团体，开放他们的礼拜殿堂，迎接
qián lái cān guān de fǎng kè tí chàng zōng jiào jiù shì wén huà
前来参观的访客，提倡宗教就是文化，
xún zhǎo jīng shén shì jiè gè gè zōng jiào zài wén huà shàng ràng
寻找精神世界。各个宗教在文化上，让
dé guó de zhōng qīng nián rén dǒng de rén yào yǒu xiū yǎng yào yǒu
德国的中青年人懂得人要有修养、要有
xìn yǎng yào zhuī qiú hé píng shí xiàn zōng jiào yǔ kē xué de hé jiě
信仰、要追求和平，实现宗教与科学的和解，
yào zài rén shēng de yì yì zhōng zhǎo dào guī sù zài zōng jiào zhī lǚ
要在人生的意义中找到归宿。在宗教之旅
hé zōng jiào zhī yè de huó dòng shàng yǒu shàng wàn rén cān jiā zhè
和宗教之夜的活动上有上万人参加，这
jiù shì dà hé xié zōng jiào yǐ jīng màn màn róng huì dào měi gè rén
就是大和谐，宗教已经慢慢融汇到每个人
de xīn zhōng dāng yí gè rén wén shè huì zōng jiào yuè xīng wàng
的心中。当一个人文社会宗教越兴旺，
rén de xīn zhōng jiù yuè yǒu xī wàng xī wàng dà jiā néng gòu wéi
人的心中就越有希望。希望大家能够为
xīn líng fǎ mén wèi fó jiào zuò chū gòng xiàn ràng gèng duō rén
心灵法门、为佛教做出贡献，让更多人
néng gòu rèn shí hé xué xí fó jiào xīn líng zǎo rì bǎi tuō rén jiān de
能够认识和学习佛教，心灵早日摆脱人间的
fán nǎo
烦恼。

yǒu rén wèn zhè ge shì jiè shàng zuì měi hǎo de shì qing shì
有人问：“这个世界上最美好的事情是
shén me měi gè rén de jià zhí guān bù tóng yǒu de rén jué de
什么？”每个人的价值观不同，有的人觉得
qián cái zuì hǎo yǒu de rén rèn wéi míng lì zuì hǎo shí jì shàng
钱财最好，有的人认为名利最好，实际上
zhè xiē dōu shì xiāng duì jiàn kāng ér yán rú guǒ dāng yí gè rén yǐ
这些都是相对健康而言。如果当一个人已
jīng wò bìng zài chuáng shēng mìng chuí wēi zhěng tiān bìng mó
经卧病在床，生命垂危，整天病魔
chán shēn tā xiǎng de bú huì shì qián cái yě bú huì shì míng lì
缠身，他想的不会是钱财，也不会是名利，
ér shì hěn xiàn shí de bú yào yǒu tòng kǔ de huó xià qù suǒ yǐ rén
而是很现实的不要有痛苦地活下去。所以人
de jià zhí guān shì bù yí yàng de bìng bú shì suǒ yǒu de rén dōu wéi
的价值观是不一样的，并不是所有的人都为
qián yě bú shì suǒ yǒu de rén dōu wéi míng lì ér huó zhe
钱，也不是所有人都为名利而活着。

wǒ men bù néng bú zhòng shì zì jǐ de ròu shēn yě bù néng bú
我们不能不重视自己的肉身，也不能不
zhòng shì zì jǐ de jīng shén shì jiè yīn wei wǒ men shēng huó de zhè
重视自己的精神世界。因为我们生活的这
ge shì jiè shì yí gè wǒ men rèn wéi néng gòu yōng yǒu de xū huàn
个世界，是一个我们认为能够拥有的虚幻

de shì jiè wǒ men suǒ yōng yǒu de míng lì děng dōu shì bù zhēn shí
的世界, 我们所拥有的名利等都是不真实
bù néng yǒng jiǔ huò dé de suǒ yǐ shì bù zhēn shí de shì jiè dàn
不能永久获得的, 所以是不真实的世界。但
shì dāng yǒu yì tiān dé dào jīng shén shàng de yuán mǎn jué de jīng
是当有一天得到精神上的圆满, 觉得精
shén zhàn shèng yí qiè zhè shí hou huì jìn rù lìng wài yí gè kōng jiān
神战胜一切, 这时候会进入另外一个空间,
nà jiù shì jīng shén shì jiè zài jīng shén shì jiè huì yōng yǒu gèng
那就是精神世界。在精神世界, 会拥有更
duō de xìng fú dāng yí gè rén jīng shén xìng fú de shí hou ròu tǐ
多的幸福。当一个人精神幸福的时候, 肉体
yí dìng huì xìng fú dāng yí gè rén jīng shén bù xìng fú de shí hou
一定会幸福; 当一个人精神不幸福的时候,
ròu shēn suǒ yōng yǒu de yí qiè dōu shì zàn shí de xū huàn bān de
肉身所拥有的一切都是暂时的、虚幻般的
xìng fú wǒ men bù néng tiān tiān zài yù wàng zhōng huó zhe bù
幸福。我们不能天天在欲望中活着, 不
néng zhēng zhá zhe huó zhe yīn wei wǒ men yòng zì jǐ de shēng
能挣扎着活着, 因为我们用自己的生
mìng huàn lái de qián cái míng yù hé dì wèi huì hěn kuài shī qù ér
命换来的钱财、名誉和地位会很快失去, 而
dāng wǒ men shī qù shēn tǐ de shí hou wǒ men zài rén jiān jiù jié
当我们失去身体的时候, 我们在人间就结
shù le
束了。

xué fó jiù shì yào dǒng de zěn me yàng lái zhēn xī xiàn zài zhēn
学佛就是要懂得怎么样来珍惜现在、珍
xī wèi lái zhēn xī zì jǐ de huì mìng shuāi lǎo róng yì nián qīng
惜未来、珍惜自己的慧命。衰老容易年轻
nán xiǎng yì xiǎng nǐ men guò qù nián qīng de shí hou dào jīn tiān
难，想一想你们过去年轻的时候，到今天
hái huì zài yōng yǒu ma yǐ jīng jié shù le méi yǒu le yōng yǒu
还会再拥有吗？已经结束了，没有了。拥有
de jiāng shì yuè lái yuè shuāi lǎo dāng yí gè rén bù néng lǐ jiě zhè
的将是越来越衰老。当一个人不能理解这
xiē de shí hou tā jì xù zài wán chéng tā de shuāi lǎo shì yè dāng
些的时候，他继续在完成他的衰老事业；当
yí gè rén néng gòu míng bai wǒ bù néng zài wèi zì jǐ wú yì de huó
一个人能够明白我不能再为自己无益地活
zài rén jiān zhuī qiú xū huàn dé bú dào de dōng xi ér tiān tiān fèn
在人间，追求虚幻得不到的东西而天天奋
dòu de shí hou jiù yīng gāi xué fó suǒ shuō de jǐn kuài fàng
斗的时候，就应该学佛所说的“尽快放
xià bù néng zài zhí zhuó yǒu yí jù huà shuō zhī nán huò
下”，不能再执著。有一句话说“知难获
yì dāng zhī dào shén me shì qing nán de shí hou jiù dǒng de
易”，当知道什么事情难的时候，就懂得
shén me yīng gāi zuò shén me bù yīng gāi zuò xī wàng dà jiā néng
什么应该做什么不应该做。希望大家能
gòu yōng yǒu yì kē shàn xīn qù bāng zhù bié rén qù zuò yì xiē zài
够拥有一颗善心，去帮助别人，去做一些在
rén jiān yǒu yì de shì qing bú yào zuò ràng zǐ sūn tuò qì de shì qing
人间有益的事情，不要做让子孙唾弃的事情。

dāng wǒ men néng gòu bāng zhù dào zhòng shēng bāng zhù dào suǒ
当我们能够帮助到众生、帮助到所
yǒu rén de shí hou wǒ men jiù yōng yǒu le yì kē shàn liáng de xīn
有人的时候，我们就拥有了一颗善良的心，
hé yī kē fó xīn zhè jiù shì xué fó rén yīng gāi yōng yǒu de cí bēi xīn
和一颗佛心，这就是学佛人应该拥有的慈悲心。

fó shuō yù wàng wú biān yí gè rén de zhuī qiú shì yǒng
佛说“欲望无边”，一个人的追求是永
yuǎn méi yǒu biān jì de hǎo le hái xiǎng hǎo yǒu le zhè ge hái
远没有边界的，好了还想好，有了这个还
xiǎng yào nà ge yǒng yuǎn méi yǒu jìn tóu suǒ yǐ zài rén jiān zuò
想要那个，永远没有尽头。所以在人间做
rèn hé shì qing yào míng bai fán shì yǒu dù zuò rèn hé shì qing
任何事情要明白“凡事有度”。做任何事情
yí dìng yào shè lì yí gè dù wǒ jīn tiān néng zuò dào shén me chéng
一定要设立一个度，我今天能做到什么程
dù zhè jiàn shì qing rú guǒ bù chéng gōng wǒ yīng gāi zěn yàng tíng
度，这件事情如果不成功我应该怎样停
zhǐ shí jì shàng jiù shì suí yuán dāng yí gè rén qù zhuī qiú dé bú
止，实际上就是随缘。当一个人去追求得不
dào de dōng xi míng míng dé bú dào què pīn mìng xiǎng yào dé dào
到的东西，明明得不到却拼命想要得到，
jiù huì bàn suí zhe tòng kǔ xī wàng dà jiā yí qiè shì kě ér zhǐ shì
就会伴随着痛苦。希望大家一切适可而止，适
kě ér zhǐ jiù shì shì zhōng bù guǎn shén me shí hou dōu yào shì dù
可而止就是适中，不管什么时候都要适度。

rú guǒ nǐ gǎn jué xīn zhōng yǒu hèn yǒu jí dù xīn yǒu fán
如果你感觉心中有恨，有嫉妒心，有烦恼，
nǎo shuō míng nǐ xīn zhōng yǐ jīng yǒu bìng rú guǒ yí gè rén tiān
说明你心中已经有病，如果一个人天
tiān jí dù bié rén tiān tiān huái yí bié rén tiān tiān hèn bié rén
天嫉妒别人、天天怀疑别人、天天恨别人，
zhè ge rén yǐ jīng shì xīn zhōng yǒu bìng xīn bìng huì ràng nǐ tòng kǔ
这个人已经是心中有病。心病会让你痛苦，
ràng nǐ bù néng jiě tuō yào jīng cháng xiǎng dào zì jǐ shì yí gè pú
让你不能解脱，要经常想到自己是一个菩
sà xiǎng dào zì jǐ huì shēng chū zhì huì nǐ jiù huì fàng xià jiù
萨，想到自己会生出智慧，你就会放下、就
huì jiě tuō yí gè rén bì xū fàng xià měi gè rén zài shī qù de shí
会解脱。一个人必须放下。每个人在失去的时
hou dōu huì tòng kǔ dàn shì xiǎng yào qù yōng yǒu de shí hou méi
候都会痛苦，但是想要去拥有的时候没
yǒu xiǎng dào huì shī qù xué fó jiù shì yào míng bai bú yào qù
有想到会失去。学佛就是要明白，不要去
yōng yǒu tài duō jiù bú huì cháng shòu shī qù de tòng kǔ wǒ men
拥有太多，就不会尝受失去的痛苦。我们
bú qù yōng yǒu tài duō bù néng yǒng yuǎn bǎo liú de wù zhì hé jīng
不去拥有太多不能永远保留的物质和精
shén shàng de dōng xi jiù yǒng yuǎn bú huì cháng shòu lí bié yǔ lí
神上的东西，就永远不会尝受离别与离
kāi de tòng kǔ yǒu de rén wèn tái zhǎng wèi shén me fǎ shī
开的痛苦。有的人问：“台长，为什么法师

bù néng jié hūn tā men hěn tòng kǔ fǎ shī men fēi cháng xìng
不能结婚，他们很痛苦。” 法师们非常幸
fú yīn wei rén de shēng lí sǐ bié shì zuì tòng kǔ de yí gè rén
福，因为人的生离死别是最痛苦的。一个人
yōng yǒu ài de shí hou zhè ge ài huì yǐng xiǎng tā de yì shēng
拥有爱的时候，这个爱会影响他的一生，
suǒ yǐ dāng mǔ qīn lí kāi hái zǐ de shí hou hái zǐ huì wú xiàn tòng
所以当母亲离开孩子的时候，孩子会无限痛
kǔ dāng fū qī yì fāng lí kāi de shí hou shēng lí sǐ bié lìng
苦；当夫妻一方离开的时候，生离死别，另
yì fāng huì tòng bú yù shēng fǎ shī men jiù méi yǒu zhè yàng de
一方会痛不欲生。法师们就没有这样的
tòng kǔ yīn wei tā men méi yǒu yōng yǒu suǒ yǐ sǐ de shí hou bú
痛苦，因为他们没有拥有，所以死的时候不
huì cháng shòu shī qù de kǔ tòng suǒ yǐ bú qù yōng yǒu hěn duō
会尝受失去的苦痛。所以不去拥有很多
dōng xī jiù bú huì shī qù jiù bú huì gǎn dào shī qù de tòng kǔ
东西，就不会失去，就不会感到失去的痛苦。
xué fó rén xīn yào ān jìng yì yào míng yí gè rén yào dǒng de zěn
学佛人心要安静、意要明，一个人要懂得怎
yàng zài shè huì shàng huó zhe zěn yàng ràng zì jǐ de xīn bǎi tuō
样在社会上活着，怎样让自己的心摆脱
gèng duō de fán nǎo hé kùn jìng fàng xià jiě tuō shì wǒ men mò fǎ
更多的烦恼和困境。放下解脱是我们末法
shí qī zuì hǎo de yí jì liáng yào
时期最好的一剂良药。

wǒ men bú yào bǎ rén jiān de kuài lè dāng chéng yǒng jiǔ de kuài
我 们 不 要 把 人 间 的 快 乐 当 成 永 久 的 快
lè yě bú yào bǎ rén jiān de kǔ tòng dāng chéng yǒng yuǎn de kǔ
乐 ， 也 不 要 把 人 间 的 苦 痛 当 成 永 远 的 苦
tòng zhè xiē dōu shì zàn shí de xiàn xiàng yào tuō lí fán fū suǒ wéi
痛 ， 这 些 都 是 暂 时 的 现 象 。 要 脱 离 凡 夫 所 为 ，
xué fó rén de jìng jiè méi yǒu jué duì de xiǎng de tōng dāng yí gè
学 佛 人 的 境 界 没 有 绝 对 的 想 得 通 。 当 一 个
rén pèng dào shì qing de shí hou méi yǒu jué duì de xiǎng de tōng
人 碰 到 事 情 的 时 候 ， 没 有 绝 对 的 想 得 通
huò zhě xiǎng bù tōng yīn wei dōu shì yīn guǒ xī wàng nǐ men bú
或 者 想 不 通 ， 因 为 都 是 因 果 。 希 望 你 们 不
yào xiǎng bù tōng xiǎng bù tōng shì zàn shí de xiǎng de tōng yě shì
要 想 不 通 ， 想 不 通 是 暂 时 的 ， 想 得 通 也 是
zàn shí de zhǐ shì yí niàn zhī chā xiǎng de tōng shì yí niàn zhī
暂 时 的 ， 只 是 一 念 之 差 ， 想 得 通 是 一 念 之
zhōng xiǎng bù tōng yě shì yí niàn zhī zhōng yào shàn dài rén
中 ， 想 不 通 也 是 一 念 之 中 。 要 善 待 人
shēng zhēn xī rén shēng jiù huì huò dé rén shēng zhēn xī mǒu gè
生 ， 珍 惜 人 生 就 会 获 得 人 生 。 珍 惜 某 个
rén jiù huì yōng yǒu tā bù zhēn xī tā hěn kuài jiù huì shī qù
人 就 会 拥 有 他 ， 不 珍 惜 他 ， 很 快 就 会 失 去 ；
yí gè jiè zhi dài zài shǒu shàng wǒ men méi yǒu gǎn jué tā de cún
一 个 戒 指 戴 在 手 上 ， 我 们 没 有 感 觉 它 的 存
zài shuō bu dìng yǒu yì tiān jiù huì diū shī suǒ yǐ yào zhēn xī rén
在 ， 说 不 定 有 一 天 就 会 丢 失 。 所 以 要 珍 惜 人
shēng zhēn xī fó fǎ wǒ men zhēn xī shén me jiù yōng yǒu shén
生 、 珍 惜 佛 法 ， 我 们 珍 惜 什 么 就 拥 有 什

me zhēn xī rén shēng jiù huì yōng yǒu rén shēng zhēn xī fó fǎ jiù
么， 珍 惜 人 生 就 会 拥 有 人 生 ， 珍 惜 佛 法 就
huì yōng yǒu fó fǎ
会 拥 有 佛 法。

wǒ men rén jiān yǒu míng lì guān shēng sǐ guān gǎn qíng
我 们 人 间 有 名 利 关 、 生 死 关 、 感 情
guān zhè xiē guān duì wǒ men lái shuō hěn tòng kǔ bù xiǎng kàn
关 这 些 关 对 我 们 来 说 很 痛 苦 ， 不 想 看
jiàn de rén piān piān yào kàn dào bù xiǎng lí kāi de rén què piān piān
见 的 人 偏 偏 要 看 到 ， 不 想 离 开 的 人 却 偏 偏
yào lí kāi zhè jiù shì wǒ men de gǎn qíng guān suǒ yǐ yào xué huì
要 离 开 ， 这 就 是 我 们 的 感 情 关 。 所 以 要 学 会
wàng wǒ bǎ zì jǐ wàng jì le jiù huì màn màn dé dào jiě tuō
忘 我 ， 把 自 己 忘 记 了 ， 就 会 慢 慢 得 到 解 脱 ，
hěn duō rén fàng bú xià jiù bǎi tuō bù liǎo tòng kǔ xī wàng dà jiā
很 多 人 放 不 下 ， 就 摆 脱 不 了 痛 苦 。 希 望 大 家
dǒng de gāi shè de jiù yào shè jīn tiān hèn yí gè rén jiù jiāng chóu
懂 得 该 舍 的 就 要 舍 。 今 天 恨 一 个 人 ， 就 将 仇
hèn de zhǒng zi zhòng dào xīn li jīn tiān wǒ hèn tā míng tiān wǒ
恨 的 种 子 种 到 心 里 。 今 天 我 恨 他 ， 明 天 我
jí dù tā xiāng dāng yú diàn nǎo zhòng de bìng dú bìng dú rú
嫉 妒 他 ， 相 当 于 电 脑 中 的 病 毒 ， 病 毒 如
guǒ měi tiān dōu cún zài xīn zhōng huì ràng nǐ de xīn fēi cháng nán
果 每 天 都 存 在 心 中 ， 会 让 你 的 心 非 常 难
guò diàn nǎo huì sǐ jī xīn zàng jiù huì chū xiàn shuāi jié dāng
过 ， 电 脑 会 死 机 ， 心 脏 就 会 出 现 衰 竭 。 当

yí gè rén tiān tiān zhuī qiú què dé bú dào tiān tiān hèn bié rén tā
一个人天天追求却得不到，天天恨别人，他
de xīn zàng huì chāo fù hè yùn zuò xī wàng dà jiā yào bǎ bù yīng
的心脏会超负荷运作。希望大家要把不应
gāi chǔ cún zài xīn zhōng de wàng niàn quán bù wàng jì zuì hǎo shì
该储存在心中的妄念全部忘记，最好是
bú yào yǒu zì jǐ méi yǒu zì jǐ de rén shì zuì xìng fú de rén mǔ
不要有自己，没有自己的人是最幸福的人。母
qīn wèi shén me shòu bié rén zūn jìng yīn wei mǔ qīn zhǐ xiǎng zhe hái
亲为什么受别人尊敬，因为母亲只想着孩
zi cóng lái méi xiǎng guò zì jǐ zhè jiù shì wàng wǒ mǔ qīn de xǐ
子从来没想过自己，这就是忘我，母亲的喜
nù āi lè yǐ hái zǐ de xǐ nù āi lè ér xīng ér miè xī wàng dà jiā
怒哀乐以孩子的喜怒哀乐而兴而灭。希望大家
néng gòu zhēn zhèng de wàng wǒ bǎ zì jǐ wàng què xīn zhōng jiù
能够真正的忘我，把自己忘却，心中就
cún zài zhòng shēng xīn zhōng yōng yǒu zhòng shēng de rén cái shì zuì
存在众生，心中拥有众生的人才是最
kuài lè de rén zhè ge rén huó zài shì jiè shàng cái shì zuì yǒu yì yì
快乐的人，这个人活在世界上才是最有意义
de rén
的人。

rén yào dǒng de wàng wǒ xīn zhōng yǒu bié rén jiù huì yuè lái
人要懂得忘我，心中有别人就会越来
yuè jiān qiáng yuè lái yuè yǒu yì lì dāng yí gè rén yǒu yì lì
越坚强，越来越有毅力。当一个人有毅力、

yǒu xíng wéi de shí hou tā huì zǒu chū yì tiáo chéng gōng zhī lù
有 行 为 的 时 候 ， 他 会 走 出 一 条 成 功 之 路。

wǒ men xiàn zài zài rén jiān dà jiā dōu chén mí yú rén jiān de yù
我 们 现 在 在 人 间 ， 大 家 都 沉 迷 于 人 间 的 欲
wàng yào chē zi fáng zi hái zi yǐ jí gèng duō de yí qiè
望 ， 要 车 子 、 房 子 、 孩 子 ， 以 及 更 多 的 一 切。

wǒ men yào ràng zì jǐ de yù wàng gān jìng yào dǒng de zěn yàng
我 们 要 让 自 己 的 欲 望 干 净 ， 要 懂 得 怎 样

zǒu chū yì tiáo zì jǐ de dào lù zěn yàng kè fú xīn zhōng de mó
走 出 一 条 自 己 的 道 路 ， 怎 样 克 服 心 中 的 魔

zhàng hé fán nǎo rén bù néng fán yuè lái yuè fán kùn nán yuè
障 和 烦 恼 ， 人 不 能 烦 ， 越 来 越 烦 ， 困 难 越

kùn yuè duō wǒ men yào tiào chū fó fǎ shuō "bú zài wǔ xíng
困 越 多 。 我 们 要 跳 出 ， 佛 法 说 “ 不 在 五 行

zhōng " , wǒ men yào tiào chū liù dào lún huí xī wàng dà jiā jìng
中 ” ， 我 们 要 跳 出 六 道 轮 回 。 希 望 大 家 境

jiè yào gāo yào chāo yuè zì shēn de shù fù zuò bú dào de shì qing
界 要 高 ， 要 超 越 自 身 的 束 缚 。 做 不 到 的 事 情 ，

yí dìng yào nǔ lì qù zuò dàn shì bu shì wèi zì jǐ ér shì wéi zhòng
一 定 要 努 力 去 做 ， 但 是 不 是 为 自 己 而 是 为 众

shēng dāng yí gè rén wéi zhòng shēng fù chū quán bù de shí hou
生 。 当 一 个 人 为 众 生 付 出 全 部 的 时 候 ，

tā yǐ jīng bú shì yí gè pǔ tōng rén ér shì yí gè pú sà yīn wei tā
他 已 经 不 是 一 个 普 通 人 ， 而 是 一 个 菩 萨 ， 因 为 他

néng shì fàng chū rén zuì dà de néng liàng xī wàng dà jiā hǎo hǎo
能 释 放 出 人 最 大 的 能 量 。 希 望 大 家 好 好

dǒng de zěn yàng ài hù zì jǐ de huì mìng zěn yàng yòng zì jǐ yǒu
懂 得 怎 样 爱 护 自 己 的 慧 命 ， 怎 样 用 自 己 有

xiàn de shēng mìng qù bāng zhù gèng duō de zhòng shēng ràng shì
限 的 生 命 去 帮 助 更 多 的 众 生 ， 让 世
jiè gèng jiā hé píng
界 更 加 和 平 。

yí gè rén jué de fán nǎo shì yīn wei tā yǒu shí jiān fán nǎo
一 个 人 觉 得 烦 恼 ， 是 因 为 他 有 时 间 烦 恼 ，
hěn duō rén máng de lián fán nǎo de shí jiān dōu méi yǒu yí gè rén
很 多 人 忙 得 连 烦 恼 的 时 间 都 没 有 ； 一 个 人
wèi xiǎo shì fán nǎo shì yīn wei tā hái méi yǒu dà fán nǎo tiān tiān
为 小 事 烦 恼 ， 是 因 为 他 还 没 有 大 烦 恼 ， 天 天
wèi xiǎo shì fán nǎo de rén yí dàn yù dào dà fán nǎo yuán xiān de
为 小 事 烦 恼 的 人 ， 一 旦 遇 到 大 烦 恼 ， 原 先 的
xiǎo fán nǎo hěn kuài jiù huì xiāo shī bǐ fang shuō yí gè rén jīng
小 烦 恼 很 快 就 会 消 失 。 比 方 说 一 个 人 经
cháng wèi zì jǐ de wèi tòng nán guò dāng yǒu yì tiān dé zhī zì jǐ
常 为 自 己 的 胃 痛 难 过 ， 当 有 一 天 得 知 自 己
huàn shàng gān ái de shí hou tā jiù bú huì zài wèi wèi tòng fán nǎo
患 上 肝 癌 的 时 候 ， 他 就 不 会 再 为 胃 痛 烦 恼
le sǐ wáng shì rén zài shì jiè shàng zuì dà de fán nǎo rú guǒ wǒ
了 。 死 亡 是 人 在 世 界 上 最 大 的 烦 恼 ， 如 果 我
men wèi rén jiān de xiǎo fán nǎo ér wàng què rén jiān zuì dà de fán nǎo
们 为 人 间 的 小 烦 恼 而 忘 却 人 间 最 大 的 烦 恼
sǐ wáng jiù shì běn mò dào zhì rén yào zhuī qiú yǒng yuǎn
— — 死 亡 ， 就 是 本 末 倒 置 。 人 要 追 求 永 远
de yǒng shēng bú yào wèi rén jiān duǎn zàn de fán suǒ shì qing qù
的 永 生 ， 不 要 为 人 间 短 暂 的 繁 琐 事 情 去

nán guò qù zhuī qiú ràng zì jǐ běn lái yǐ jīng shòu shāng de xīn zài
难过去追求，让自己本来已经受伤的心再
zēng jiā gèng duō de rén jiān fán nǎo xiǎng yi xiǎng nǐ men nián
增加更多的人间烦恼。想一想，你们年
qīng shí hou de fán nǎo shì qing xiàn zài hái yǒu ma xiàn zài zài fán
轻时候的烦恼事情现在还有吗？现在在烦
nǎo de shì qing dāng nǐ men lí kāi rén jiān de shí hou hái huì yǒu ma
恼的事情，当你们离开人间的时候还会有吗？
rén jiān jiù shì rú cǐ qī liáng dāng nǐ chū shēng de shí hou zhōu wéi
人间就是如此凄凉，当你出生的时候周围
de rén zài xiào ér nǐ zài kū dāng nǐ jié shù rén shēng lǚ chéng
的人在笑，而你在哭；当你结束人生旅程
de shí hou zhōu wéi rén zài kū ér nǐ zài xiào zhè ge rén jiān shēng
的时候周围人在哭，而你在笑。这个人间生
bú dài lái sǐ bú dài qù suǒ yǒu zhuī qiú de yí qiè dōu shì kōng de
不带来死不带去，所有追求的一切都是空的，
mèng huàn pào yǐng suǒ yǐ xī wàng xué fó rén bú yào zài qù zhuī
梦幻泡影，所以希望学佛人不要再去追
qiú zhè xiē fù mǔ qīn wèi le hái zǐ hǎo yí bèi zi fù chū tā
求这些。父母亲为了孩子好，一辈子付出，他
men shén me dōu méi yǒu dài zǒu rèn hé jiā jù rèn hé qián yǐ
们什么都没有带走，任何家具、任何钱，以
jí suǒ yǒu de yí qiè dōu méi yǒu dài zǒu jiù lí kāi le wǒ men wǒ
及所有的一切都没有带走，就离开了我们，我
men xiàn zài bù yě shì hé fù mǔ yī yàng wèi le wǒ men de hái zǐ
们现在不也是和父母一样，为了我们的孩子，
jié shù duǎn zàn de rén shēng dǒng de zhè xiē dào lǐ zhī hòu yīng
结束短暂的人生。懂得这些道理之后，应

gāi yǒng wǎng zhí qián yīng gāi bǎ zì jǐ yǒu xiàn de shēng mìng
该 勇 往 直 前 ， 应 该 把 自 己 有 限 的 生 命

zhēn zhèng de yòng yú bāng zhù zhòng shēng de xīn líng shàng yí gè
真 正 的 用 于 帮 助 众 生 的 心 灵 上 。 一 个

rén xiǎng de tōng wàn shì jiē tōng xiǎng bù tōng wàn shì bù tōng
人 想 得 通 万 事 皆 通 ， 想 不 通 万 事 不 通 。

suǒ yǐ néng gòu xiǎng tōng xiǎng míng bai de rén zhè ge rén jiù néng
所 以 能 够 想 通 想 明 白 的 人 ， 这 个 人 就 能

wù chū rén shēng de zhēn shí xìng kōng suǒ yǐ xiǎng tōng de
悟 出 人 生 的 真 实 性 —— 空 ， 所 以 想 通 的

rén jiù shì kōng xī yóu jì zhōng de sūn wù kōng jiù shì wù chū
人 就 是 空 。 西 游 记 中 的 孙 悟 空 ， 就 是 悟 出

kōng xìng wù chū rén shēng de zhēn dì
空 性 ， 悟 出 人 生 的 真 谛 。

yào dǒng de jiě tuō wǒ men huó zài shì jiè shàng wèi shén me
要 懂 得 解 脱 ， 我 们 活 在 世 界 上 ， 为 什 么

měi tiān yào wèi xiǎo shì qù shāng hài zì jǐ qù fán nǎo shí jì
每 天 要 为 小 事 去 伤 害 自 己 ， 去 烦 恼 ？ 实 际

shàng rén dōu yǒu mìng tái zhǎng xī wàng dà jiā míng bai zhè dōu
上 人 都 有 命 ， 台 长 希 望 大 家 明 白 这 都

shì rén shēng bì jīng zhī lù xī wàng dà jiā zài rén jiān de gǔn gǔn
是 人 生 必 经 之 路 ， 希 望 大 家 在 人 间 的 滚 滚

hóng chén zhōng bú yào mí shī zì wǒ wǒ men jīng cháng huì wàng
红 尘 中 不 要 迷 失 自 我 。 我 们 经 常 会 忘

què zì wǒ jué de zì jǐ hěn liǎo bù qǐ jué de zì jǐ hěn wēi dà
却 自 我 ， 觉 得 自 己 很 了 不 起 ， 觉 得 自 己 很 伟 大 ，

yǒu shí hou měi gè rén dōu jué de zì jǐ de jīng lì kě yǐ xiě chéng yì
有 时 候 每 个 人 都 觉 得 自 己 的 经 历 可 以 写 成 一
běn shū shí jì shàng rén jiù shì zài fán nǎo zhàng lǐ zài shēng sǐ
本 书 ， 实 际 上 人 就 是 在 烦 恼 障 里 、 在 生 死
kǔ hǎi zhōng xǐ liàn pú tí zhǒng zǐ zài kǔ de shí hou cái néng zhī
苦 海 中 洗 练 菩 提 种 子 。 在 苦 的 时 候 才 能 知
dao shén me shì kuài lè rú guǒ yí gè rén bù zhī dao kǔ tā yǒng
道 什 么 是 快 乐 ， 如 果 一 个 人 不 知 道 苦 ， 他 永
yuǎn bú huì kuài lè yí gè rén néng gòu míng bai kǔ de shí hou cái
远 不 会 快 乐 ， 一 个 人 能 够 明 白 苦 的 时 候 才
huì zhēn zhèng qù xué fó dà jiā yào dǒng de yí gè dào lǐ chī kǔ
会 真 正 去 学 佛 。 大 家 要 懂 得 一 个 道 理 ， 吃 苦
jiù shì xiāo yè zhàng fū qī èr rén jīn tiān wǒ duì nǐ hǎo nǐ duì
就 是 消 业 障 。 夫 妻 二 人 ， 今 天 我 对 你 好 、 你 对
wǒ bù hǎo jiù shì zài xiāo niè zhàng yí duàn shí jiān zhī hòu nǐ
我 不 好 ， 就 是 在 消 孽 障 。 一 段 时 间 之 后 ， 你
zhī dao tā duì nǐ shì zhēn hǎo nǐ yě duì tā gèng hǎo le nà yě
知 道 他 对 你 是 真 好 ， 你 也 对 他 更 好 了 ， 那 也
shì zài xiāo yè zhàng xué fó rén de tòng kǔ shì zàn shí de suī rán
是 在 消 业 障 。 学 佛 人 的 痛 苦 是 暂 时 的 ， 虽 然
yǒu xiē tòng kǔ yào tōng guò niàn jīng huà jiě yě hěn bù róng yì dàn
有 些 痛 苦 要 通 过 念 经 化 解 也 很 不 容 易 ， 但
shì bù xué fó rén de kǔ shì yí bèi zi ér xué fó rén duǎn zàn de kǔ
是 不 学 佛 人 的 苦 是 一 辈 子 ， 而 学 佛 人 短 暂 的 苦
tòng hěn kuài jiù huì guò qù yīn wei wǒ men míng lǐ le bú huì zài
痛 很 快 就 会 过 去 ， 因 为 我 们 明 理 了 ， 不 会 再

kǔ le ér bù xué fó rén yǒng yuǎn bù míng bai kǔ yīn suǒ yǐ tā
苦了；而不学佛人永远不明白苦因，所以他

yǒng yuǎn huì zhòng xià kǔ guǒ
永远会种下苦果。

xiǎng dào wèi lái wǒ men nián jì dà de shí hou yào zhī dao zěn
想到未来我们年纪大的时候，要知道怎

yàng shēng huó zěn yàng zuò yí gè yǒu zhì huì de rén tái zhǎng
样生活，怎样做一个有智慧的人。台长

jīng cháng jiǎng rén shēng shì yí gè méi yǒu huí chéng de lǚ tú
经常讲，人生是一个没有回程的旅途，

dāng nǐ jìn rù rén shēng jiù zhǐ néng wǎng qián méi yǒu wǎng hòu
当你进入人生，就只能往前，没有往后

de jī huì suǒ yǐ guò le yì tiān jiù shī qù yì tiān shī qù yì tiān
的机会。所以，过了一天就失去一天，失去一天

jiù kào jìn sǐ wáng yì tiān zhè xiē dōu shì zhēn shí de bìng bú shì
就靠近死亡一天，这些都是真实的，并不是

shuō wǒ men bù xiǎng tán zhè xiē shì qing jiù kě yǐ bì kāi zhè xiē shì
说我们不想谈这些事情就可以避开这些事

qing yào dǒng de zěn yàng zài lǚ chéng zhōng kè fú shǔ bù qīng de
情。要懂得怎样在旅程中克服数不清的

ní nìng kǎn kě duì rén jiān de gū dú wù jiě yǔ shī wàng huì zài nèi
泥泞坎坷，对人间的孤独、误解与失望会在内

xīn chǎn shēng hài pà hé kǒng jù dāng yí gè rén duì rén shēng jí
心产生害怕和恐惧。当一个人对人生极

dù shī wàng de shí hou jiù huì chǎn shēng kǒng jù gǎn xiàn zài hěn
度失望的时候，就会产生恐惧感。现在很

duō hái zǐ wèi shén me huì dé zì bì zhèng kǒng jù zhèng yōu yù
多孩子为什么会得自闭症、恐惧症、忧郁
zhèng hái zǐ xīn zhōng yǒu liǎng gè jì tuō mǔ qīn shì wǒ zhōng
症？孩子心中有两个寄托，母亲是我终
shēng de yī kào fù qīn shì wǒ zhōng shēng de yī kào dāng liǎng
生的依靠，父亲是我终生的依靠，当两
gè yī kào tiān tiān chǎo jià de shí hou hái zǐ jiù shī qù le xīn zhōng
个依靠天天吵架的时候，孩子就失去了心中
de yī kào jiē xià lái jiù huì chǎn shēng kǒng jù gǎn jué de wǒ de
的依靠，接下来就会产生恐惧感，觉得我的
shì jiè yǐ jīng méi rén kě yǐ bāng zhù wǒ le xué fó rén bú yào ràng
世界已经没人可以帮助我了。学佛人不要让
zì jǐ kǒng jù bú yào ràng zì jǐ shī wàng gū dú zěn yàng ràng
自己恐惧，不要让自己失望、孤独。怎样让
zì jǐ bù gū dú jiù shì hǎo hǎo huó zài zhòng shēng zhī zhōng yí
自己不孤独？就是好好活在众生之中，一
gè rén rú guǒ néng gòu huó zài zhòng shēng zhōng jiù shì yǒng
个人如果能够活在众生中，就是永
shēng
生。

nǐ diǎn rán yì bǎ huǒ jù qián miàn de lù shì liàng de dàn
你点燃一把火炬，前面的路是亮的，但
shì zǒng huì yǒu xī miè de yì tiān dāng nǐ bǎ huǒ jù diǎn gěi zhōu
是总会有熄灭的一天；当你把火炬点给周
wéi suǒ yǒu rén jiù suàn yǒu yì tiān nǐ de huǒ jù miè le nǐ zhào
围所有人，就算有一天你的火炬灭了，你照

yàng kě yǐ yòng qí tā rén de huǒ jù lái zhào liàng nǐ de shēng huó
样 可 以 用 其 他 人 的 火 炬 来 照 亮 你 的 生 活

háng chéng suǒ yǐ jiù dù zhòng shēng de rén jiù shì jiù zì jǐ
航 程 。 所 以 ， 救 度 众 生 的 人 就 是 救 自 己 ；

bāng zhù bié rén de rén jiù shì bāng zhù zì jǐ gěi bié rén ài de rén
帮 助 别 人 的 人 就 是 帮 助 自 己 ， 给 别 人 爱 的 人

jiù shì ràng bié rén lái ài zì jǐ
就 是 让 别 人 来 爱 自 己 。