

**Mempertahankan Welas Asih,  
Hati Nurani akan Menyertai;  
Lepaskan Kebencian, maka akan Tersadarkan**

Seminar Dharma Sydney, 25 Januari 2014 (Bagian 1)

Terima kasih kepada Guan Shi Yin Pu Sa Yang Maha Welas Asih dan Maha Penyayang. Terima kasih kepada Dewa Pelindung Dharma. Terima kasih kepada teman-teman se-Dharma dari luar negeri dan Asosiasi Buddhis di Melbourne dan Brisbane! Terima kasih atas berkat dari Guan Shi Yin Pu Sa, jodoh yang luar biasa, sehingga bisa memiliki kesempatan untuk memabarkan ajaran Buddha Dharma dan budaya Tiongkok di sini. Terima kasih kepada semua teman se-Dharma yang hadir, untuk menikmati cahaya Buddha dan merasakan kasih sayang Buddha bersama! Tahun Baru akan segera tiba, dan semua orang sangat bahagia. Berharap Tahun Baru ini akan memberi kita keberuntungan. Master mendoakan semua umat se-Dharma dan teman-teman yang datang hari ini dalam keadaan sehat dan sukses dalam segala hal.

Seiring dengan perubahan waktu alam, orang-orang berubah semakin cepat. Itulah sebabnya mengapa anak muda zaman sekarang begitu cepat putus cinta. Mengapa keluarga begitu cepat terpisah? Perubahan waktu alam menyebabkan perubahan pada manusia, dan ketidakharmonisan keluarga menyebabkan perubahan elemen sosial. Awalnya ada tiga atau empat orang dalam keluarga, tetapi kemudian suami istri bercerai. Ibu membawa anak menjadi satu kelompok dua orang. Pertengkaran keluarga menyebabkan semakin banyak kasus di mana nilai anak-anak turun dan mereka menderita autisme. Setelah seorang anak lahir, ia paling menyayangi orang tuanya. Orang tua adalah penopang spiritual anak. Setiap hari orang tua bertengkar dan mengecewakan anak, yang lama kelamaan berujung pada keputusan, sehingga semakin banyak orang yang menderita depresi. Ini adalah perubahan, ini adalah akumulasi jodoh buruk di periode Akhir Dharma.

Apa itu jodoh buruk? Yaitu saya tidak berpikir baik tentangmu, dan kamu juga tidak berpikir baik tentangku,

sehingga orang-orang menjadi semakin jahat. Mengapa harus menekuni Dharma? Yaitu agar kita harus memikirkan sisi baik orang lain. Kita tidak boleh membuat hati kita yang sudah sangat menderita menjadi semakin menderita, tidak boleh memiliki pikiran, perkataan, dan perbuatan jahat. Berpikirlah baik tentang orang lain dan selalu berpikiran baik. Ini adalah mentalitas praktisi Buddhis.

Setiap orang tidak boleh hanya hidup untuk dirinya sendiri dan mengabaikan perasaan orang lain. Saat ini, orang-orang sangat egois. Berharap semua orang dapat menyelamatkan lebih banyak orang dan membantu orang lain, membuat orang-orang dapat memahami bahwa dalam masyarakat ini, kita hidup harus memikirkan orang lain, tidak boleh hanya memedulikan perasaan kita sendiri dan mengabaikan perasaan orang lain. Mengapa orang menjadi egois? Seorang ibu bisa mengkhianati anak perempuannya demi sedikit keuntungan, dan anak perempuan bisa memarahi ibunya hingga dia terbaring di tempat tidur dan tidak bisa bangun demi sedikit keuntungan. Ini adalah berita dalam dua hari terakhir.

Karena mereka telah sepenuhnya melupakan welas asih Bodhisattva.

Menurut statistik PBB pada tahun 2013, satu dari setiap 88 anak di dunia menderita autisme. Ada seorang anak bernama Kunkun. Setelah orang tuanya bercerai, ayahnya mengirimnya ke tempat penitipan anak. Kunkun berubah dari berat badan 80 kg menjadi pasien autis yang kurus kerempeng dan tampak sakit. Terdapat 2 miliar anak dari 7 miliar penduduk dunia, yang berarti sekitar 10 juta anak menderita autisme. Sebagian besar penderitaan yang diderita anak-anak ini berasal dari keegoisan kita. Inilah sebabnya mengapa Master berteriak keras setiap hari, kita harus belajar Buddha Dharma, kita harus berpikiran terbuka. Hati kita harus memahami orang lain, barulah bisa mendapatkan pemahaman orang lain terhadap dirimu.

Keterhubungan antar hati sangatlah penting. Karena memahami, kamu baru dapat berpikiran jernih, jika tidak kamu akan berpikiran buntu. Jika sering tidak bisa berpikir terbuka, maka akan memiliki iblis di dalam diri. Iblis hati

akan selalu membuat kamu tidak bisa berpikiran terbuka dan sedih. Sesungguhnya, kamu telah dikendalikan oleh iblis. Seperti yang kita ketahui bersama, iblis birahi adalah sepanjang hari memikirkan tentang nafsu birahi. Iblis uang yaitu sepanjang hari berpikir untuk menghasilkan uang dan bahkan menjual jiwanya demi uang, mereka seperti kerasukan iblis. Orang-orang berselisih karena iblis, sehingga akan menimbulkan rintangan di dalam hati mereka, selalu egois dan tidak pernah memikirkan orang lain. Suami istri bertengkar, masing-masing mengatakan alasannya sendiri, namun pada akhirnya tidak ada alasan untuk berdebat, karena pikiran iblis yang menguasai diri, sehingga hati kita akan menjadi semakin sempit, bersaing, dan iri hati. Hati Buddha harus luas dan tidak terbatas. Ketika melihat masalah, harus memikirkan orang lain terlebih dahulu, seperti seorang ibu yang selalu memikirkan anak-anaknya terlebih dahulu. Berharap kita orang-orang yang hidup di dunia ini bisa banyak mengembangkan welas asih, lebih banyak memikirkan orang lain, sehingga dunia ini akan menjadi lebih indah dan damai.

Manusia merusak alam setiap hari. Hati yang murni dan baik dirusak seperti halnya alam. Menebang pohon adalah merusak pertumbuhan alam. Anak berkata, "Ibu tidak boleh seperti ini, dia orang yang sangat baik." Ibu berkata, "Kamu tidak mengerti, saya harus seperti ini, dia sangat jahat." Hati yang semulanya sangat baik dirusakkan seperti itu. Oleh karena itu, kita harus menganggap alam sebagai sebuah tubuh. Pikiran egois manusia modern adalah sel-sel kanker yang mengikis tubuh kita. Keegoisan akan merusak alam, sama seperti kanker mengikis tubuh kita. Oleh karena itu, kita tidak boleh membiarkan pikiran egois ada dalam pemikiran kita.

"Dunia dimulai oleh manusia dan akan berakhir oleh manusia." Dunia ini diciptakan oleh manusia dan pada akhirnya akan dihancurkan oleh manusia. Ada seorang pria di Dinasti Tang yang merasa sedih karena penderitaan hidup sepanjang hari, segala sesuatunya tidak berjalan sesuai keinginannya. Dia pergi mencari seorang biksu terkemuka dengan harapan untuk mendapatkan pembebasan. Biksu terkemuka menuang air penuh ke

dalam tangki, dan bertanya kepadanya: "Apakah hidup ini manis, asam, pahit, dan pedas?" Orang ini berkata: "Ya, ini terlalu pahit, sangat pahit sehingga saya tidak ingin hidup lagi." Biku terkemuka itu mengambil sedikit cuka, gula, bubuk cabai, dan bubuk pare lalu dimasukkan ke dalam air. Air tidak meluap, malah gula, cuka dan bubuk ini dengan cepat melarut. Biku terkemuka berkata: "Sudahkah kamu melihatnya? Hidup itu seperti air. Harus meleburkan semua kerisauan, harus menoleransi segala balasan karma di dunia."

Tidak ada yang kepahitan atau kegembiraan dalam hal apapun di dunia ini, karena kepahitan dan kegembiraan adalah perasaan subjektif yang ada di dalam hati kita. Meski menyakitkan saat melahirkan anak, namun ada ibu yang merasa sangat bahagia, ini adalah perasaan yang ada di dalam hatinya. Tunggu ketika anak tumbuh dewasa dan tidak patuh, ibu akan merasa menderita. Anak lulus ujian masuk perguruan tinggi, dia akan merasa sangat bahagia lagi. Semua kebahagiaan dan penderitaan ini disebabkan oleh pikiran sendiri. Penderitaan dan kegembiraan di dunia

ini semua disebabkan oleh pikiran, jadi kita harus belajar mengendalikan pikiran, mengendalikan pikiran diri sendiri dengan baik. Kalau mau marah jangan marah. Kalau mau cemburu jangan cemburu. Kalau mau risau jangan risau. Kendalikan hatimu dengan baik. Melihat kebenaran bahwa hidup adalah sebuah perjalanan. Kita telah melakukan separuh perjalanan di dunia ini, dan separuh kehidupan perjalanan kita yang lain akan segera berakhir. Setelah perjalanan kita di dunia ini berakhir, kemana kita akan pergi? Ini yang paling penting. Karena kita akan meninggalkan bumi, kemana kita akan pergi? Seratus tahun kemudian, apakah kita masih akan berkorban lebih banyak demi kepentingan, ketenaran, dan kekayaan diri yang sedikit itu? Orang tidak akan membangun rumah sendiri di tempat wisata dengan tujuan untuk menetap selamanya, juga tidak akan menikah dan mempunyai anak di sana, karena itu adalah tempat yang sementara. Ini adalah prinsip Buddha. Prinsip Buddha adalah membiarkan orang melihat kebenaran dan melepaskan. Orang tua kita sama seperti kita. Mereka tidak membawa apa pun ketika mereka datang ke dunia dan tidak akan membawa apa pun ketika



mereka pergi. Bahkan anak yang paling mereka cintai juga tertinggal di dunia ini. Oleh karena itu, kita juga harus melihat kebenaran dan melepaskan.

Kita harus belajar memahami perasaan orang lain. Orang zaman sekarang hanya memahami perasaannya sendiri, tidak memahami perasaan orang lain. Ada seorang wanita yang sedang memasak. Sang suami berkata di sebelahnya: "Apimu terlalu besar. Kurangi minyak dan tumis lebih banyak..." Sang istri berkata: "Saya tahu cara memasak, perlukah kamu yang atur? Saya memasak begitu enak sekali? Kamu sudah makan sampai sekarang!" Sang suami berkata: "Ya, saya hanya ingin kamu tahu bagaimana perasaan saya ketika mendengarmu mengoceh pada saat saya mengemudi." Mengapa orang hanya memahami perasaannya sendiri dan tidak memahami perasaan orang lain? Inilah sebabnya mengapa kita harus mempelajari ajaran Buddha Dharma.

Terkadang kita tidak bisa melihat tabiat buruk diri sendiri. Banyak orang yang tidak memberi, tidak mau

berbuat baik pada orang lain, hanya ingin orang lain berbuat baik pada dirinya sendiri. Jika seseorang tidak memberi tetapi ingin memperbaiki segala upaya di dunia ini, maka semuanya adalah sia-sia. Dalam hidup, pertamanya harus mengubah diri sendiri dari hati, mencapai keseimbangan, merasa puas dan selalu bahagia, harus memancarkan niat baik dari hati, membuat orang lain merasa bahwa kamu adalah orang yang sangat baik, maka kamu akan memiliki nilai aset, adalah suatu kekuatan penting yang tidak bersuara. Mengapa seseorang bisa mendapat bantuan dari banyak orang? Karena dia tahu untuk memahami orang lain.

Master sering membantu orang lain menafsirkan mimpi dalam acara program. Bermimpi itu sangat penting, merupakan suatu respon kesadaran. Ada firasat mimpi dan mimpi masa lalu, jadi jangan anggap remeh mimpi, terutama mimpi antara jam lima atau enam hingga jam delapan pagi. Saat bangun tidur, jika kamu masih ingat dengan jelas, maka mimpi ini pasti ada nilai acuannya. Karena mimpi merupakan aktivitas mental ketika kamu

belum tertidur, yaitu aktivitas kesadaran di dalam hati. Umumnya, orang yang berpikiran baik mengalami mimpi indah, dan orang yang berpikiran jahat mengalami mimpi buruk. Jika kamu sering mendapatkan gambaran jahat dalam mimpimu, sebaiknya kamu memeriksanya dengan baik, apakah dirimu sering membenci orang lain akhir-akhir ini, apakah kamu memperlakukan orang lain dengan buruk? Dari segi agama Buddha, mimpi adalah kesadaran dalam mimpi yang erat kaitannya dengan perilaku baik dan buruk di Alam Manusia. Hidup adalah tentang mengembara antara mimpi dan sadar.

liú de cí bēi xīn hái zài shě qù chēn hèn wù hái cún shang  
留得慈悲心还在 舍去瞋恨悟还存 ( 上 )

nián yuè rì xī ní fǎ huì lú jūn hóng tái zhǎng kāi shì  
2014 年 1 月 25 日悉尼法会卢军宏台长开示

gǎn ēn dà cí dà bēi jiù kǔ jiù nàn guān shì yīn pú sà gǎn ēn  
感恩大慈大悲救苦救难 观世音菩萨！感恩

lóng tiān hù fǎ gǎn ēn lái zì hǎi wài hé mò ěr běn bù lǐ sī  
龙天护法！感恩来自海外和墨尔本、布里斯

běn fó jiào xué huì de fó yǒu men gǎn ēn guān shì yīn pú sà de  
本佛教学会的佛友们！感恩观世音菩萨的

jiā chí shū shèng yīn yuán dé cǐ jī yuán zài cǐ hóng yáng fó  
加持，殊胜因缘，得此机缘在此弘扬佛

fǎ xuān chuán zhōng huá wén huà gǎn ēn zhū wèi fó yǒu de  
法、宣传中华文化；感恩诸位佛友的

guāng lín tóng mù fó guāng tóng gǎn fó ēn xīn nián kuài dào  
光临，同沐佛光，同感佛恩！新年快到

le dà jiā dōu fēi cháng xǐ qìng xī wàng xīn nián gěi wǒ men  
了，大家都非常喜庆，希望新年给我们

dài lái hǎo yùn tái zhǎng zhù yuàn suǒ yǒu de fó yǒu men hé jīn  
带来好运，台长祝愿所有的佛友们和今

tiān dào lái de péng yǒu men shēn tǐ jiàn kāng wàn shì rú yì  
天到来的朋友们，身体健康，万事如意。

suí zhe tiān shí biàn huà rén de biàn shù yuè lái yuè kuài suǒ  
随着天时变化，人的变数越来越快，所

yǐ xiàn zài de nián qīng rén tán liàn ài wèi shén me zhè me kuài jiù chuī  
以现在的年轻人谈恋爱为什么这么快就吹

le jiā tíng zǔ hé wèi shén me zhè me kuài sàn le tiān shí de  
了，家庭组合为什么这么快散了？天时的  
biàn huà zào chéng le rén de biàn shù jiā tíng bù hé mù zào chéng  
变化造成了人的变数，家庭不和睦造成  
le shè huì fèn zǐ de biàn huà běn lái yī jiā sān sì kǒu  
了社会分子的变化。本来一家三、四口  
rén hòu lái fū qī lí yì mǔ qīn dài zhe hái zi biàn chéng liǎng  
人，后来夫妻离异，母亲带着孩子变成两  
rén zǔ hé jiā tíng zhēng chǎo ràng hái zi chéng jì xià  
人组合，家庭争吵，让孩子成绩下  
jiàng dé zì bì zhèng de qíng kuàng yuè lái yuè duō hái zi chū  
降、得自闭症的情况越来越多。孩子出  
shēng zhī hòu zuì ài fù mǔ fù mǔ shì hái zi de jīng shén zhī  
生之后最爱父母，父母是孩子的精神支  
zhù fù mǔ tiān tiān chǎo jià ràng hái zi shī wàng màn màn dào  
柱，父母天天吵架让孩子失望，慢慢到  
jué wàng suǒ yǐ de yōu yù zhèng de yuè lái yuè duō zhè jiù shì  
绝望，所以得忧郁症的越来越多。这就是  
biàn shù zhè jiù shì mò fǎ shí qī è yuán xiāng jiā  
变数，这就是末法时期恶缘相加。

shén me shì è yuán jiù shì wǒ bù bǎ nǐ xiǎng chéng hǎo  
什么是恶缘？就是我不把你想象成好  
de nǐ yě bù bǎ wǒ xiǎng de hǎo suǒ yǐ rén yuè lái yuè  
的，你也不把我想得好，所以人越来越  
è wèi shén me yào xué fó jiù yào bǎ rén wǎng hǎo de fāng miàn  
恶。为什么要学佛？就要把人往好的方面

xiǎng wǒ men bù néng ràng zì jǐ běn lái yǐ jīng hěn tòng kǔ de  
想，我们不能让自己本来已经很痛苦的  
xīn líng zài shòu gèng duō de tòng kǔ bù néng è niàn è  
心灵再受更多的痛苦，不能恶念、恶  
yǔ è xíng bǎ bié rén wǎng hǎo de fāng miàn xiǎng jīng cháng  
语、恶行。把别人往好的方面想、经常  
dòng shàn niàn zhè jiù shì xué fó rén de xīn tài  
动善念，这就是学佛人的心态。

měi gè rén bù néng zhǐ gù zì jǐ huó zhe bù gù tā rén gǎn  
每个人不能只顾自己活着，不顾他人感  
shòu xiàn zài rén zì sī chéng xìng xī wàng dà jiā yī dìng yào  
受，现在人自私成性，希望大家一定要  
duō dù rén duō bāng zhù bié rén ràng rén jiā lǐ jiě zài zhè gè  
多度人，多帮助别人，让人家理解，在这个  
shè huì shàng wǒ men huó zhe yào wèi bié rén xiǎng bù néng zhǐ  
社会上，我们活着要为别人想，不能只  
gù zì jǐ gǎn shòu ér bù gù tā rén gǎn shòu rén wèi shén me  
顾自己感受，而不顾他人感受。人为什么  
huì zì sī chéng xìng mǔ qīn wèi le yī diǎn diǎn lì yì kě yǐ chū  
会自私成性？母亲为了一点点利益可以出  
mài nǚ ér nǚ ér wèi le yī diǎn diǎn lì yì kě yǐ bǎ mǔ qīn mà de  
卖女儿，女儿为了一点点利益可以把母亲骂得  
pā zài chuáng shàng pá bù qǐ lái zhè dōu shì zhè liǎng tiān de xīn  
趴在床上爬不起来，这都是这两天的新

wén yīn wèi tā men yǐ jīng bǎ pú sà de cí bēi xīn wàng de yī gān  
闻。因为她们已经把菩萨的慈悲心忘得一干  
èr jìng  
二净。

lián hé guó zài 2013 nián zuò guò tǒng jì , quán shì jiè  
联合国在2013年做过统计，全世界  
měi gè hái zi zhōng jiù yǒu yī gè zì bì zhèng yǒu yī gè hái  
每88个孩子中就有一个自闭症。有一个孩  
zi jiào kūn kūn fù mǔ lí hūn zhī hòu bà bà bǎ tā sòng dào tuō  
子叫昆昆，父母离婚之后，爸爸把他送到托  
yǎng zhōng xīn kūn kūn cóng 160 jīn biàn chéng gǔ shòu rú  
养中心，昆昆从160斤变成骨瘦如  
chái yī liǎn bìng róng de zì bì zhèng huàn zhě quán shì  
柴、一脸病容的自闭症患者。全世  
jiè 70 yì rén zhōng yǒu 20 yì ér tóng yě jiù shì yǒu dà  
界70亿人中就有20亿儿童，也就是有大  
yuē 1000 wàn de ér tóng dé le zì bì zhèng zhè xiē hái zi de  
约1000万的儿童得了自闭症。这些孩子的  
tòng kǔ hěn duō lái zì yú wǒ men de zì sī xīn zhè jiù shì tái  
痛苦，很多来自于我们的自私心。这就是台  
zhǎng wèi hé měi tiān zài dà shēng jí hū wǒ men yī dìng yào xué  
长为何每天在大声疾呼，我们一定要学  
fó wǒ men yī dìng yào xiǎng de tōng wǒ men de xīn bì xū lǐ  
佛，我们一定要想得通，我们的心必须理  
jiě bié rén cái néng dé dào bié rén duì nǐ de lǐ jiě  
解别人，才能得到别人对你的理解。

xīn yǔ xīn de xiāng tōng fēi cháng zhòng yào , yīn wèi lǐ  
心与心的相通非常重要，因为理  
jiě nǐ de xīn zhōng cái néng xiǎng de kāi fǒu zé jiù xiǎng bù  
解，你的心中才能想得开，否则就想不  
kāi jīng cháng xiǎng bù kāi jiù huì yǒu xīn mó xīn mó jiù shì ràng  
开。经常想不开就会有心魔，心魔就是让  
nǐ yī zhí xiǎng bù tōng nán guò shí jì shàng nǐ jiù bèi mó  
你一直想不通、难过，实际上你就会被魔  
kòng zhì dà jiā zhī dào sè mó jiù shì zhěng tiān xiǎng sè de  
控制。大家知道，色魔就是整天想色的  
fāng miàn cái mó jiù shì zhěng tiān xiǎng zhe zhuàn qián shèn zhì  
方面，财魔就是整天想着赚钱，甚至  
wèi le jīn qián bù xī chū mài zì jǐ de líng hún tā men jiù xiàng  
为了金钱不惜出卖自己的灵魂，他们就像  
zháo mó yī yàng rén yīn wèi yǒu mó cái huì zhēng dòu xīn zhōng  
着魔一样。人因为有魔才会争斗，心中  
jiù huì chǎn shēng zhàng ài zì sī wéi jǐ cóng bù wèi bié rén  
就会产生障碍，自私为己，从不为别人  
zhuó xiǎng fū qī zhēng chǎo gè jiǎng gè de lǐ yóu dào zuì hòu  
着想。夫妻争吵各讲各的理由，到最后  
méi yǒu dào lǐ kě jiǎng yīn wèi shì mó xīn kòng zhì le zì  
没有道理可讲，因为是魔心控制了自  
jǐ suǒ yǐ wǒ men de xīn huì biàn de yuè lái yuè xiá xiǎo zhēng  
己，所以我们的心会变得越来越狭小、争  
dòu jí dù fó xīn yào kuān guǎng wú liàng kàn wèn tí yào  
斗、嫉妒。佛心要宽广无量，看问题要



xiān wèi bié rén xiǎng      yóu rú mǔ qīn zǒng shì xiān xiǎng zhe hái zi  
先为别人想，犹如母亲总是先想着孩子  
yī yàng      xī wàng wǒ men huó zài shì jiè shàng de rén duō fā cí bēi  
一样，希望我们活在世界上的人多发慈悲  
xīn      duō wèi bié rén zhuó xiǎng      zhè gè shì jiè cái huì biàn de  
心、多为别人着想，这个世界才会变得  
gèng měi lì      zhè gè shì jiè cái huì biàn de gèng hé píng  
更美丽，这个世界才会变得更和平。

rén měi tiān dōu zài pò huài dà zì rán      chún jié shàn liáng de xīn  
人每天都在破坏大自然，纯洁善良的心  
jiù yóu rú dà zì rán yī yàng bèi pò huài      kǎn fá shù lín shì pò huài  
就犹如大自然一样被破坏，砍伐树林是破坏  
zì rán de shēng zhǎng      hái zi shuō      mā mā bù néng zhè  
自然的生长。孩子说“妈妈不能这  
yàng      tā hěn hǎo de rén      mā mā shuō      nǐ bù dǒng  
样，他很好的人。”妈妈说：“你不懂  
de      wǒ jiù yào zhè yàng      tā hěn huài      běn lái hěn shàn liáng  
的，我就要这样，他很坏。”本来很善良  
de xīn jiù shì zhè yàng bèi pò huài      suǒ yǐ wǒ men yào shì zì rán jiè  
的心就是这样被破坏。所以我们要视自然界  
wéi yī gè shēn tǐ      xiàn dài rén zì sī de xiǎng fǎ jiù shì qīn shí wǒ  
为一个身体，现代人自私的想法就是侵蚀我  
men shēn tǐ de ái xì bāo      zì sī huì ràng zì rán jiè pò huài      jiù  
们身体的癌细胞，自私会让自然界破坏，就

xiàng ái zhèng qīn shí wǒ men de shēn tǐ yī yàng suǒ yǐ wǒ men  
像 癌 症 侵 蚀 我 们 的 身 体 一 样 ， 所 以 我 们  
bù néng ràng sī xīn zá niàn zài sī wéi zhōng cán cún  
不 能 让 私 心 杂 念 在 思 维 中 残 存。

shì jiè qǐ shǐ yú rén yě jiāng zhōng jié yú rén zhè gè  
“ 世 界 起 始 于 人 ， 也 将 终 结 于 人 。” 这 个  
shì jiè shì yóu rén chuàng zào de zuì hòu yě huì bèi rén huǐ  
世 界 是 由 人 创 造 的 ， 最 后 也 会 被 人 毁  
miè táng cháo yǒu yī gè rén zhěng tiān yōu yù rén shēng de kǔ  
灭 。 唐 朝 有 一 个 人 整 天 忧 郁 人 生 的 苦  
nàn shì shì bù rú yì tā qù xún zhǎo yī wèi gāo sēng xī wàng  
难 ， 事 事 不 如 意 ， 他 去 寻 找 一 位 高 僧 希 望  
huò dé jiě tuō gāo sēng zài yī gè shuǐ gāng lǐ dào mǎn  
获 得 解 脱 ， 高 僧 在 一 个 水 缸 里 倒 满  
shuǐ wèn tā rén shēng shì bù shì tián suān kǔ là zhè rén  
水 ， 问 他 ： “ 人 生 是 不 是 甜 酸 苦 辣 ？” 这 人  
shuō shì a tài kǔ le kǔ de wǒ yǐ jīng bù xiǎng huó  
说 ： “ 是 啊 ， 太 苦 了 ， 苦 得 我 已 经 不 想 活  
le gāo sēng ná le yī diǎn cù táng là jiāo fěn kǔ guā  
了 。” 高 僧 拿 了 一 点 醋 、 糖 、 辣 椒 粉 、 苦 瓜  
fěn fàng zài shuǐ zhōng shuǐ fēi dàn méi yǒu mǎn yì fǎn ér  
粉 ， 放 在 水 中 ， 水 非 但 没 有 满 溢 ， 反 而  
zhè xiē táng cù hé fěn hěn kuài dōu bèi róng huà le gāo sēng shuō :  
这 些 糖 醋 和 粉 很 快 都 被 融 化 了 ， 高 僧 说 ：

nǐ kàn jiàn le ma rén shēng rú shuǐ yào róng huà yī qiè fán  
“你看见了吗？人生如水。要融化一切烦  
nǎo yào bāo róng shì jiè shàng yī qiè de guǒ bào  
恼，要包容世界上一切的果报。”

rén jiān de rèn hé shì qíng méi yǒu shén me kǔ lè yīn wéi kǔ  
人间的任何事情，没有什么苦乐，因为苦  
lè shì wǒ men xīn zhōng de zhǔ guān gǎn shòu shēng hái zǐ de shí  
乐是我们心中的主观感受。生孩子的时  
hòu suī rán tòng kǔ dàn shì yǒu xiē mǔ qīn jué de hěn kuài lè zhè  
候虽然痛苦，但是有些母亲觉得很快乐，这  
shì zì jǐ xīn zhōng de gǎn jué yǔ gǎn shòu dài hái zǐ zhǎng dà le  
是自己心中的感觉与感受；待孩子长大了  
bù tīng huà le mā mā yòu jué de hěn tòng kǔ hái zǐ kǎo shàng  
不听话了，妈妈又觉得很痛苦；孩子考上  
dà xué le yòu gǎn jué hěn xìng fú zhè zhǒng xìng fú hé kǔ nǎo  
大学了，又感觉很幸福，这种幸福和苦恼  
dōu shì zì jǐ de xīn zào chéng de zhè gè shì jiè shàng de kǔ lè  
都是自己的心造成的。这个世界上的苦乐  
dōu shì yóu xīn zào chéng suǒ yǐ yào xué huì zhì xīn kòng zhì hǎo  
都是由心造成，所以要学会制心，控制好  
zì jǐ de xīn xiǎng fā nù bù yào fā nù xiǎng jí dù bù yào jí  
自己的心。想发怒不要发怒，想嫉妒不要嫉  
dù xiǎng fán nǎo bù yào fán nǎo kòng zhì hǎo xīn kàn pò rén  
妒，想烦恼不要烦恼，控制好心，看破人  
shēng jiù shì yī cì lǚ xíng wǒ men dào zhè gè shì jiè shàng yǐ jīng  
生就是一次旅行，我们到这个世界上已经

lǚ xíng le yī bàn hái yǒu yī bàn de lǚ yóu shēng huó yě huì hěn  
旅行了一半，还有一半的旅游生活也会很  
kuài jié shù rén jiān de lǚ yóu jié shù hòu wǒ men yào wǎng nǎ  
快结束。人间的旅游结束后，我们要往哪  
lǐ qù zhè shì zuì zhòng yào de yīn wèi wǒ men huì lí kāi dì  
里去？这是最重要的。因为我们会离开地  
qiú wǒ men dào nǎ lǐ qù bǎi nián zhī hòu wǒ men hái huì bù  
球，我们到哪里去？百年之后，我们还会不  
huì wèi zì jǐ yī dīng diǎn de lì yì míng hé cái ér fù chū gèng  
会为自己一丁点的利益、名和财而付出更  
duō rén bù huì zài yī gè lǚ yóu diǎn zhù zào zì jǐ de fáng zi  
多？人不会在一个旅游点筑造自己的房子  
xiǎng yǒng jiǔ de shēng huó yě bù huì zài nà lǐ jié hūn shēng  
想永久地生活，也不会在那里结婚生  
zǐ yīn wèi zhè shì zàn shí de dì fāng zhè jiù shì fó de lǐ  
子，因为这是暂时的地方。这就是佛的理  
niàn fó de lǐ niàn jiù shì ràng rén kàn pò fàng xià wǒ men de fù  
念。佛的理念就是让人看破放下，我们的父  
mǔ hé wǒ men yī yàng lái dào rén jiān shén me dōu méi yǒu dài  
母和我们一样，来到人间什么都没有带  
lái zǒu de shí hòu shén me yě méi dài zǒu lián tā men zuì ài de  
来，走的时候什么也没带走，连他们最爱的  
hái zi dōu liú zài zhè gè shì jiè shàng suǒ yǐ wǒ men yě yào kàn  
孩子都留在这个世界上，所以我们也看  
pò fàng xià  
破放下。

yào xué huì dǒng de bié rén de gǎn qíng xiàn dài rén zhǐ dǒng  
要学会懂得别人的感情，现代人只懂

de zì jǐ de gǎn qíng ér bù dǒng tā rén gǎn qíng yǒu yī wèi tài  
得自己的感情而不懂他人感情。有一位太

tài zài zuò fàn shāo cài xiān shēng zài páng biān shuō nǐ de  
太在做饭烧菜，先生在旁边说：“你的

huǒ tài dà le yóu shǎo fàng yī diǎn duō chǎo jǐ xià .....” tài  
火太大了，油少放一点，多炒几下……”太

tài shuō wǒ huì zuò cài yòng nǐ guǎn ma wǒ zuò de duō  
太说：“我会做菜，用你管吗？我做得多

hǎo nǐ chī dào xiàn zài le !” xiān shēng shuō duì le wǒ  
好？你吃到现在了！”先生说：“对了，我

zhǐ shì xiǎng ràng nǐ zhī dào wǒ kāi chē tīng dào nǐ dié dié bù xiū  
只是想让你知道，我开车听到你喋喋不休

de shí hòu wǒ shì shén me yàng de gǎn shòu rén wèi hé zhǐ  
的时候，我是什么样的感受。”人为何只

zhī dào zì jǐ de gǎn shòu bù lǐ jiě tā rén gǎn shòu ne zhè jiù shì  
知道自己的感受不理解他人感受呢？这就是

wǒ men yào xué fó de dào lǐ  
我们要学佛的道理。

wǒ men yǒu shí hòu rén kàn bù chū zì jǐ de máo bìng hěn duō  
我们有时候人看不出自己的毛病，很多

rén méi yǒu fù chū bù xiǎng duì tā rén hǎo jiù xī wàng bié rén  
人没有付出、不想对他人好，就希望别人

duì zì jǐ hǎo yī gè rén rú guǒ méi yǒu fù chū què xiǎng gǎi shàn  
对自己好。一个人如果没有付出却想改善

rén jiān de yī qiè de cháng shì      dōu shì bái fèi de      rén shēng shǒu  
人 间 的 一 切 的 尝 试 ， 都 是 白 费 的 。 人 生 首  
xiān yào cóng xīn lǐ gǎi biàn zì jǐ      qǔ dé píng héng      zhī zú cháng  
先 要 从 心 里 改 变 自 己 ， 取 得 平 衡 、 知 足 常  
lè      yào cóng nèi xīn fā chū hǎo yì      ràng rén gǎn jué nǐ shì yī gè  
乐 ， 要 从 内 心 发 出 好 意 ， 让 人 感 觉 你 是 一 个  
hěn shàn liáng de rén      nǐ jiù yōng yǒu yī zhǒng yǒu jià zhí de zī  
很 善 良 的 人 ， 你 就 拥 有 一 种 有 价 值 的 资  
chǎn      shì yī zhǒng wú shēng ér zhòng yào de lì liàng      yī gè rén  
产 ， 是 一 种 无 声 而 重 要 的 力 量 。 一 个 人  
wèi shén me kě yǐ dé dào zhè me duō rén de bāng zhù      yīn wèi tā  
为 什 么 可 以 得 到 这 么 多 人 的 帮 助 ， 因 为 他  
dǒng de lǐ jiě bié rén  
懂 得 理 解 别 人 。

tái zhǎng jīng cháng zài jié mù lǐ bāng bié rén yì mèng      zuò  
台 长 经 常 在 节 目 里 帮 别 人 译 梦 ， 做  
mèng shì hěn zhòng yào      shì yī zhǒng yì shí de fǎn yìng      yǒu yù  
梦 是 很 重 要 ， 是 一 种 意 识 的 反 映 ， 有 预  
shì mèng      guò qù mèng      suǒ yǐ bù yào qīng shì zuò mèng      yóu  
示 梦 、 过 去 梦 ， 所 以 不 要 轻 视 做 梦 ， 尤  
qí zǎo chén wǔ liù diǎn zhōng dào bā diǎn zhōng de mèng jìng      xǐng  
其 早 晨 五 六 点 钟 到 八 点 钟 的 梦 境 ， 醒  
lái hái néng qīng xī de jì zhù      zhè gè mèng yī dìng yǒu cān kǎo jià  
来 还 能 清 晰 地 记 住 ， 这 个 梦 一 定 有 参 考 价  
zhí      yīn wèi mèng jìng shì hái wèi shú shuì shí de xīn shí huó  
值 。 因 为 梦 境 是 还 未 熟 睡 时 的 心 识 活

dòng , jiù shì xīn lǐ yì shí de huó dòng 。 yī bān dòng shàn niàn  
动 ， 就是心里意识的活动 。 一般动善念  
de rén zuò hǎo mèng , dòng è niàn de rén zuò è mèng 。 rú guǒ  
的人做好梦 ， 动恶念的人做噩梦 。 如果  
nǐ jīng cháng zài mèng lǐ yǒu è de xíng xiàng chū xiàn , yào hǎo hǎo  
你经常在梦里有恶的形象出现 ， 要好好  
jiǎn chá yī xià , zì jǐ zuì jìn shì bù shì jīng cháng hèn bié rén , shì  
检查一下 ， 自己最近是不是经常恨别人 ， 是  
bù shì duì bié rén hěn bù hǎo ? cóng fó jiào lái jiǎng , mèng jiù shì  
不是对别人很不好？ 从佛教来讲 ， 梦就是  
mèng zhòng yì shí , yǔ zài rén jiān de shàn è xíng wéi fēi cháng yǒu  
梦中意识 ， 与在人间的善恶行为非常有  
guān xì 。 rén shēng jiù shì yóu zǒu yú mèng yǔ mèng xǐng zhī jiān  
关系 。 人生就是游走于梦与梦醒之间 。