

32. Mengingat Setiap Sabda Buddha Dalam Hati

Prinsip dalam menekuni Dharma semuanya sama, jika mendengar ucapan dan perkataan yang baik maka itu merupakan fenomena tanah suci dalam kehidupan sehari-hari. Dengan kata lain, misalnya setiap Sabtu, yang kalian katakan dalam keseharian semuanya adalah perkataan dan ucapan yang baik, “Halo apa kabar? Bagaimana pembinaanmu? Sudah melafalkan berapa banyak paritta?” Coba kamu lihat bukankah tempat ini adalah tanah Buddha? Jika begitu datang, “Aduh, siang ini saya pergi membeli barang kembali ditipu orang sebesar berapa banyak uang ...” coba kamu pikirkan saja, apakah tempat ini bisa bersih? Oleh karena itu, berbicara dalam Guan Yin Tang haruslah perkataan dan ucapan yang baik, kurangi menyindir orang lain. Harus bertutur kata baik, mengatakan pemikiran yang benar dan baik.

Misalnya, begitu orang-orang masuk, “Hai, Nyonya Zhou apa kabar? Sudah lama tidak bertemu, belakangan ini kamu melafalkan paritta apa?” “Saya sekarang sangat baik, setelah melafalkan paritta, kondisi saya menjadi sangat bagus!” Semua ini adalah ucapan yang baik. “Bagaimana kesehatanmu? Harus lebih waspada. Saya belikan kamu sesuatu, apa yang masih kurang di rumahmu?” Kata-kata yang baik seperti ini bisa membuat orang-orang yang datang merasakan kehangatan, inilah Guan Yin Tang. Jika orang yang datang, begitu masuk lalu mendengar orang memarahi orang lain atau bertengkar, begitu masuk berpikir untuk mencuri, begitu masuk berpikir untuk melakukan kejahatan, coba pikirkan saja, apakah ini masih seperti Guan Yin Tang? Apakah tanah Buddha ini masih bersih?

Dana Dharma dari Buddha dan Bodhisattva. Tahukah kalian apa itu dana Dharma dari Buddha dan Bodhisattva? Yakni mengajarkan orang-orang untuk menekuni Dharma dan membina pikiran, membuat semua makhluk di dunia ini memperoleh kebaikan yang terbesar. Bahkan Guan Yin Tang kita pun merupakan tempat Buddha dan Bodhisattva untuk berdana dalam Dharma. Ketika kamu melihat Bodhisattva segera terlahir rasa hormat dan takjub dalam dirimu, sesungguhnya kamu sedang menerima dana Dharma dari Bodhisattva. Karena setelah kamu melihat Bodhisattva, terlahir keyakinan dalam dirimu untuk menekuni Dharma, setelah melihat Bodhisattva terlahir tekad dalam dirimu, setelah melihat Bodhisattva, kamu merasa terharu, lalu kamu mengambil tindakan. Maka inilah bibit karma baik yang terbesar.

Minggu lalu, Master masih ada beberapa patah kata yang belum selesai disampaikan kepada kalian, sekarang Master akan melanjutkannya – “Tidak memikirkan yang baik maupun yang buruk, baru bisa mencapai tubuh bodhi” . Dengan kata lain, tidak memikirkan yang baik juga tidak memikirkan yang jahat, yakni saya tidak memikirkan yang baik, saya juga tidak memikirkan yang buruk, baru bisa memperoleh tubuh – raga bodhi. Apa maksudnya? Sangat sederhana. Jika kamu ingin menjadi seorang Bodhisattva, maka kamu harus bisa, tidak memikirkan yang baik, juga tidak memikirkan yang buruk, dengan tidak memikirkan apapun, kamu baru bisa mengosongkan diri. Contoh sederhana: hari ini kamu bertengkar dengan pacarmu atau suami istri bertengkar, jangan memikirkan apapun, cukup membicarakan masalah yang sedang dibahas saat itu, kalau tidak maka kamu akan terseret masuk ke dalam

suatu perasaan yang lain. “Aduh, kasihan sekali!” Ya sudah, pembinaan pikiranmu akan kembali memburuk. Banyak orang yang begitu. Saat bertengkar, saat marah, merasa benci, saat benci rasanya semoga dia mati saja; lalu melihat dia sakit, lalu merasa sedih. Ini bukanlah Bodhisattva. Karena Bodhisattva adalah membuatmu sepenuhnya melihat kebenaran dari dunia ini, melihat dunia ini adalah kosong. Saat sudah bisa melihat segalanya sebagai kosong, kamu jangan memikirkan yang baik, juga jangan memikirkan yang jahat – maka kamu sama sekali tidak seharusnya bertengkar, lalu dari mana datangnya baik dan jahat? Yang jahat, memang sudah tidak seharusnya kamu pikirkan. Lalu mengapa yang baik juga tidak seharusnya dipikirkan? Mengapa hal-hal yang baik tidak boleh dipikirkan? Misalnya kamu berpikir, “Aduh, orang ini kasihan juga ya” , ya sudah, bukan dia yang kasihan, melainkan kamu

sekarang yang kasihan. Karena kamu sudah memiliki halangan dalam pikiran, kamu tidak bisa makan, tidak bisa tidur nyenyak, maka kamu akan bermasalah. Jadi orang harus memiliki hati nurani. Banyak orang yang pernah baik terhadap kalian, maka kalian juga harus baik terhadap mereka, saat mereka mengalami kesusahan, kalian harus membantu mereka, saat mereka menderita, kalian harus membantu meringankannya. Jangan saat diri sendiri merasa senang baru bersikap baik terhadap mereka, lalu saat tidak senang, maka bersikap buruk terhadap mereka. Kita harus bisa peduli dengan tulus, tidak peduli dalam berhubungan dengan orang lain ataupun mengerjakan sesuatu harus tetap sama, akan tetapi jangan memikirkan baik atau buruk. Karena kamu sedang meneladani Bodhisattva (tingkat kesadaran spiritual Bodhisattva sangat tinggi), oleh karena itu jangan memikirkan kebaikan juga jangan memikirkan

kejahatan. Hal-hal yang baik maupun yang buruk, semuanya jangan kamu pikirkan, baru bisa memperoleh tubuh bodhi. Dengan kata lain, pada saat itu, tubuhmu adalah tubuh Bodhisattva.

Yang tersadarkan mengenali sifat dasarnya sendiri, dengan kata lain orang yang sudah terbuka kesadarannya bisa mengetahui sifat dasarnya sendiri. Dalam melakukan apapun, Master selalu berpikir menggunakan hati nurani: “Apakah ini sesuai dengan hati nurani saya? Apakah ini yang seharusnya dilakukan Bodhisattva?” Ini yang disebut dengan “Yang tersadarkan mengenali sifat dasarnya” . Yang Master katakan kepada kalian, “Tidak memikirkan kebaikan, juga tidak memikirkan kejahatan” , bagaimana saya melihatnya? Ketika saya melihat kalian para murid sedang menciptakan bibit karma, saya tidak merasakan apapun, yang seharusnya saya

katakan sudah saya katakan, tunggu saat karma balasan kalian datang, saya pun tidak merasakan apapun. Jika saat buah karma kalian datang, saya merasa, “Aduh, dia kasihan juga ya” , maka sesungguhnya ini adalah orang yang tidak berprinsip. Karena karma dan balasan adalah hukum Surga, adalah sesuatu yang dilakukan sendiri, segala sesuatunya semuanya berasal dari perbuatan diri sendiri, lalu apalagi yang bisa dikatakan? Tidak memikirkan kebaikan, juga tidak memikirkan kejahatan – “Saya tidak mengasihannya, setelah mendapatkan balasan karmanya, dia akan berubah.” Ini yang disebut dengan tidak memikirkan kebaikan; “Aduh, rasain, kena balasannya, rugi sendiri bukan?” Saya juga tidak berpikir demikian, ini namanya tidak memikirkan kejahatan. Jika bisa tidak memikirkan yang baik juga tidak memikirkan yang buruk, itu

adalah Bodhisattva. Jika kamu mengasihani orang lain, berarti kamu sendiri juga kasihan.

Ini terpisah dengan pikiran welas asih, ini adalah dua kaidah yang berbeda. Master mengajarkan kalian bagaimana cara memperoleh tubuh bodhi. Kalian janganlah mencampuradukkan menjadi satu, ini terlalu rumit, maka kalian harus bisa memahaminya. Contoh sederhana: anak ini tubuhnya lemah, ibu sangat mencintai anak ini, coba pikirkan, jika ibu tidak mencintai anak ini, apakah dia akan menderita?

“Aduh, anak saya ini sangat kasihan” – berarti kamu memikirkan kebaikan bukan? Bukankah ini adalah hal baik? Namun si ibu menderita. Begitu ibu terpikir kalau si anak di kehidupan sebelumnya telah melakukan banyak kejahatan dan perbuatan buruk; “memang pantas” – bukankah berarti memikirkan yang buruk? Bahkan yang ini pun tidak boleh

dipikirkan, bahkan pikiran untuk mengasihannya pun tidak boleh terpikirkan – berarti tidak memikirkan yang baik juga tidak memikirkan yang buruk. Oleh karena itu, “Yang tersadarkan mengenali sifat dasar, yang tersesat akan bertumimbal lahir kembali” . Orang yang tersesat selamanya akan berada dalam roda tumimbal lahir tidak bisa keluar. Contoh sederhana: sudah pernah menikah sekali, karena sikapmu dalam pernikahan tidak baik, kamu selamanya tidak memperbaiki kekurangan diri sendiri, maka pernikahan yang kedua pun tetap berakhir dengan perceraian, lalu kembali menikah untuk ketiga kalinya ... bukankah ini adalah perputaran kembali? Penderitaan juga merupakan perputaran kembali, kenikmatan juga adalah perputaran kembali. Tidak bisa diubah, kekurangan seseorang sangat sulit untuk diubah.

Dengan memahami pikiran sendiri baru bisa melihat jalan pencerahan, menemukan sifat dasar sama dengan menemukan Sang Tathagata. “Dengan memahami pikiran sendiri baru bisa melihat jalan pencerahan” , apa maksudnya? Hanya ketika kamu sudah mengerti, kamu baru bisa melihat jalannya. Contohnya, hari ini kamu tahu kalau saya akan pergi ke Canberra, tetapi kamu tidak tahu bagaimana rute jalannya. Hanya saat kamu sudah mengerti bagaimana jalannya, kamu baru bisa melihat jalur jalan ini. “Menemukan sifat dasar sama dengan menemukan Sang Tathagata” – tunggu sampai kamu sudah melihat (menemukan) sifat dasarmu sendiri, tunggu sampai kamu sudah memahami bahwa semua cinta dan dendam di dunia ini berasal dari kehidupan sebelumnya, tunggu sampai kamu mengerti bahwa segala hal di dunia ini akan lenyap seperti mega awan di langit, dengan kata lain ketika

“manusia” ini sudah tidak ada lagi, maka sesungguhnya kamu sudah melihat sifat dasarmu sendiri.

Pikiran ini sesungguhnya bukan pikiran, tidak ada terang dan gelap. Karena pikiranmu, sesungguhnya tidak ada pikiran ini, oleh karena itu juga tidak ada terang dan gelap, ini yang dinamakan “pikiran bukanlah pikiran, tidak ada terang dan gelap” . Pikiranmu pada dasarnya tidak ada, karena ini adalah sebuah jiwa. Karena ada sebuah jiwa yang masuk ke dalam ragamu, maka terlahirlah pikiran ini. Jika menggunakan istilah saat ini, apabila tidak ada suatu hal yang terjadi, maka tidak akan dibentuk suatu pusat komando. Contohnya, Australia dilanda bencana banjir, maka didirikanlah suatu pusat pencegahan banjir. Dan pusat pencegahan banjir ini sesungguhnya seperti pikiranmu. Jika tidak ada jiwa

atau roh ini yang masuk, atau dengan kata lain, kalau tidak ada banjir, maka pikiranmu ini tidak mungkin terbentuk. Justru karena ada jiwa yang masuk ke dalam tubuhmu, baru bisa membentuk pikiran ini. Karena ada banjir di Australia, maka pemerintah baru mendirikan pusat pencegahan banjir, kamu baru memiliki badan organisasi seperti ini. Oleh karena itu, pikiran kita sesungguhnya tidak ada, pikiran yang pada dasarnya bukan pikiran, tidak ada terang dan gelap, pikiran baik dan pikiran jahat bagaikan awan yang menutupi matahari, akan hilang dalam waktu singkat.

Sifat tetap bebas dan sama, namun tidak saling terlihat. Hati nurani dan sifat dasar seseorang setiap hari sama. Hati nurani dan sifat dasar seseorang terkadang tidak bisa kamu lihat. Hati nurani adalah sesuatu yang dikeluarkan dari dalam sifat

Kebuddhaan, oleh karena itu dia membentuk susunan molekul yang lain. Jika orang lain mengatakan, kamu ini orang yang sudah tidak punya hati nurani, di sini tidak merujuk pada hilangnya sifat Kebuddhaan. Karena hati nurani akan berkembang mengikuti kebiasaanmu dan berubah menjadi suatu bentuk lainnya. Kita juga bisa mengatakan, hati nurani setelah melalui sifat Kebuddhaan pada dirimu, dia bisa berubah menjadi sesuatu yang baik. Sesungguhnya hati nurani masih mengelilingi pikiranmu ini. Pusat komando ini terkadang mengikuti perintah dari atasannya, terkadang mendengarkan respon dan keadaan dari bawahannya – dengan kata lain pikiran atau hatimu ini yang sedang bergerak. Keadaan yang dicerminkan dari bawahan adalah kamu melakukan banyak kesalahan di dunia ini, atau semua orang melakukan kejahatan, lalu hati nuranimu berpikir: “Semua orang melakukan kejahatan, saya juga

melakukannya” . Apabila kamu mendengar ucapan atasanmu, “Hal seperti ini tidak boleh dilakukan, ini tidak sesuai dengan hukum.” Dengan begitu, pusat komando ini tidak akan percaya pada apa yang dikatakan oleh bawahannya. Oleh karena itu pikiran ini bergerak mengikuti karakter sifatmu. Oleh karena itu, kita harus membina keduanya, baik pikiran dan sifat karakter kita.

Cahaya menerangi namun tidak disadari. Cahaya terang sudah menerangi kita, namun kamu sendiri tidak mengetahuinya. Kalian setiap hari mendengarkan ajaran Buddha Dharma, kalian setiap hari datang ke Guan Yin Tang Dong Fang Tai, kalian setiap hari menerima terang cahaya Buddha namun kamu masih tidak mengetahuinya. Setiap hari kamu merasa senang, namun kamu masih tidak tahu mengapa kamu senang. Jika kalian tidak menekuni

Dharma, tidak menemukan jalan kebenaran, maka kalian akan terus-menerus merasa tidak senang. Akan tetapi ada sebagian orang yang masih tidak mengetahui kebahagiaan. Coba kalian pikirkan: saat kamu merasa senang, maka orang-orang di sekitarmu juga merasa senang, namun orang itu sendiri tidak tahu, karena dia sendiri tidak merasakannya. Misalnya saat kamu tertawa dengan senang, kamu sendiri tidak merasakannya; namun tunggu sampai saat kamu merasa tidak senang, atau saat kamu menangis, terhadap dirimu sendiri, kamu akan segera merasakannya. Oleh karena itu, hari-hari yang menderita sangat sulit dilewati, sedangkan hari-hari yang menyenangkan bukanlah milik diri sendiri. Semua ini adalah ilmu filsafat, Buddha dan Bodhisattva adalah ahli filsuf yang paling besar, maka kalian harus belajar baik-baik.

Pada dasarnya tiada pikiran tidak perlu dikurangi. Sifat dasar manusia berasal dari ketiadaan pikiran. “Pada dasarnya tiada pikiran” , dengan kata lain dalam mengerjakan segalanya, kamu pada dasarnya tidak memiliki pikiran ini, maka kamu tidak melakukannya, lalu apalagi alasan yang kamu perlukan? Perlu diuraikan menggunakan apa? Tidak ada. Master di depan sudah menjelaskan kepada kalian dengan sangat jelas. Misalnya, pada dasarnya memang tidak ada banjir, akan tetapi setelah ada banjir, baru didirikan markas utama ini, sama seperti pikiran ini pada dasarnya tidak ada. Jika markas utama ini pada dasarnya tidak ada, lalu apa yang perlu kamu jelaskan? Apa yang perlu dijelaskan? Bagaimana kamu menjelaskannya, bahkan markas utamanya saja tidak ada. Karena saat air sudah surut, maka markas utama ini pun akan ditutup. Oleh karena itu, banyak orang dalam mengerjakan sesuatu sangat

suka menjelaskan, namun semakin dijelaskan malah semakin runyam.

Mencapai pikiran dasar tidak perlu diutarakan. Sewaktu kamu benar-benar mendapatkan pikiran dasarmu, sesungguhnya kamu tidak perlu mengutarakannya. Apa maksud dari “tidak perlu mengutarakannya” ? Dengan kata lain, kamu tidak perlu mengatakannya, namun juga tetap mendapatkannya, karena kamu memiliki karakter dasar, ada hati nurani di dalamnya, maka meskipun “Saya sudah mendapatkannya, saya pun tidak mengatakannya” , sesungguhnya kamu sudah mendapatkannya. Ketika seseorang menggunakan hati nurani dan sifat dasarnya dalam melakukan segala sesuatunya, maka kamu akan mendapatkan segala hal di dunia ini.

Terakhir, Master ingin mengatakan, menggunakan waktu 1-2 jam dalam satu hari untuk membina pikiran, buat dirimu sendiri sepenuhnya melepas, tiada halangan pikiran, harus bisa terus melakukannya. Jika tidak bisa melepas dalam waktu satu jam, maka gunakan waktu setengah jam, kamu harus bisa melepaskan secara total, tidak memikirkan apapun. Ini memiliki efek yang lebih baik daripada tidur. Misalnya banyak orang yang tidak bisa tidur saat berbaring di ranjang, yang berputar-putar dalam otaknya adalah hal-hal yang tidak karuan, maka kualitas tidur orang ini sangat buruk, dia juga tidak akan bisa benar-benar istirahat. Oleh karena itu, pikiran kita harus sepenuhnya melepas, jangan ada halangan, harus tekun melakukannya. Karena di Alam Antarabhava akan melahirkan pikiran delusi dan kontradiktif terhadap halanganmu (setelah seseorang

meninggal, tubuhnya akan berada di Alam Antarabhava menunggu pengadilan). Ketika seseorang bisa bertahan selama satu hari sepenuhnya membebaskan tubuh dan pikirannya, maka sesungguhnya pada saat ini, jiwamu akan meninggalkan Alam Antarabhava. Karena ketika seseorang di dunia ini merasa marah dan benci, maka dia akan terhubung dengan Alam Antarabhava. Jika seseorang sedang marah-marah, roh-roh yang berada di alam bawah sana semuanya mengetahuinya. Apabila seseorang membina diri dengan baik sampai mencapai tingkat Bodhisattva, maka saat dia marah bagaikan kemarahan Surga. Jika seseorang yang sangat biasa, tidak memiliki jodoh apapun dengan Buddha dan Bodhisattva, tidak memiliki jasa kebajikan besar apapun, tidak memiliki kekuatan spiritual yang besar, maka dia terhubung dengan alam bawah sana.

Jika kamu terhubung dengan Alam Antarabhava, maka begitu kamu merasa risau atau memiliki halangan pikiran, maka maaf saja, akan segera terlahir suatu pikiran delusi yang kontradiktif dengan kebenaran. Oleh karena itu, kita harus bisa mengendalikan pikiran sendiri, jangan biarkan dia tergerak. Kita harus bisa menghentikan pemikiran, bagaimana pun tidak boleh memiliki pemikiran. Meningkatkan kesadaran, yakni pelan-pelan meningkatkan pikiran kita. Menggunakan kekuatan perlindungan alam Dharma, dengan kata lain kita hidup di dunia ini, tidak ada apapun yang bisa diandalkan, satu-satunya yang bisa diandalkan adalah kekuatan perlindungan. Apakah yang disebut sebagai kekuatan perlindungan? Itu adalah berkat kekuatan Dharma. "Saya harus bertahan, saya harus terus

bertahan, saya tidak boleh berbuat demikian ..." ini adalah kekuatan perlindungan alam Dharma.

fó yán jù jù jì xīn zhōng
32. 佛言句句记心中

xué fó dào lǐ dōu shì yí yàng de rú guǒ tīng dào shàn yán
学佛道理都是一样的, 如果听到善言
shàn yǔ jiù shì shēng huó zài jìng tǔ de xiàn xiàng yě jiù shì shuō
善语就是生活在净土的现象。也就是说
xīng qī liù píng shí nǐ men lái de shí hou jiǎng de dōu shì shàn
星期六、平时你们来的时候讲的都是善
yán shàn yǔ nǐ hǎo ma xiū de hǎo ma niàn duō shǎo jīng
言善语, “你好吗? 修得好吗? 念多少经
a nǐ kàn kan zhè ge dì fang bú jiù shì fó tǔ ma rú guǒ
啊? “你看看这个地方不就是佛土吗? 如果
yì lái āi yō wǒ jīn tiān shàng wǔ qù mǎi dōng xī yòu bèi
一来, “哎哟, 我今天上午去买东西又被
tā piàn le duō shǎo duō shǎo qián nǐ shuō shuō zhè ge
他骗了多少多少钱 “你说说这个
dì fang néng gān jìng ma suǒ yǐ zài guān yīn táng jiǎng huà bì
地方能干净吗? 所以在观音堂讲话必
xū shàn yán shàn yǔ shǎo fěng cì rén jiā yào jiǎng shàn
须善言善语, 少讽刺人家。要讲善,
jiǎng zhèng niàn bǐ rú dà jiā yí jìn lái zhī hòu āi yā
讲正念。比如大家一进来之后, “哎呀,

zhōu tài tai nǐ hǎo ma hǎo jiǔ bú jiàn le nǐ zuì jìn niàn shén
周太太你好吗？好久不见了，你最近念什
me jīng a wǒ xiàn zài hěn hǎo wǒ niàn jīng hòu zhēn de
么经啊？” “我现在很好，我念经后真的
hǎo a dōu shì shàn yán nǐ shēn tǐ hǎo ma yào dāng
好啊！”都是善言。“你身体好吗？要当
xīn a wǒ gěi nǐ mǎi diǎn dōng xī nǐ jiā li hái quē shén me
心啊。我给你买点东西，你家里还缺什么
dōng xi ma zhè zhǒng shàn yán shàn yǔ ràng rén jiā yí jìn
东西吗？”这种善言善语让人家一进
lái jiù gǎn shòu dào wēn nuǎn zhè jiù shì guān yīn táng rú guǒ
来就感受到温暖，这就是观音堂。如果
lái de rén yí jìn lái jiù shì mà rén chǎo jià yí jìn lái jiù xiǎng
来的人一进来就是骂人吵架，一进来就想
tōu dōng xi yí jìn lái jiù xiǎng zuò huài shì nǐ xiǎng xiǎng
偷东西，一进来就想做坏事，你想想
kàn zhè hái chéng guān yīn táng ma zhè piàn fó tǔ hái gān jìng
看这还成观音堂吗？这片佛土还干净
ma
吗？

fó pú sà de fǎ bù shī nǐ men zhī dào fó pú sà de fǎ bù
佛菩萨的法布施。你们知道佛菩萨的法布
shī shì shén me ma jiù shì ràng dà jiā xué fó xiū xīn shǐ tiān xià
施是什么吗？就是让大家学佛修心，使天下
zhòng shēng dé dào zuì dà de lì yì jiù lián wǒ men guān yīn
众生得到最大的利益。就连我们观音
táng dōu shì fó pú sà fǎ bù shī de dì fāng dāng nǐ yí kàn dào
堂都是佛菩萨法布施的地方。当你一看到
pú sà jiù sù rán qǐ jìng shí jì shàng nǐ jiù shì zài jiē shòu pú
菩萨就肃然起敬，实际上你就是在接受菩
sà de fǎ bù shī yīn wèi nǐ kàn jiàn pú sà zhī hòu nǐ shēng qǐ
萨的法布施。因为你看见菩萨之后你生起
le xué fó de xìn xīn nǐ kàn jiàn pú sà nǐ yǒu yuàn lì le nǐ
了学佛的信心，你看见菩萨你有愿力了，你
kàn dào pú sà nǐ jiù gǎn dòng le nǐ jiù huì yǒu xíng dòng
看到菩萨你就感动了，你就会有行动。
suǒ yǐ zhè cái shì zuì dà de shàn yīn
所以这才是最大的善因。

shī fu zài shàng ge xīng qī hái yǒu jǐ jù huà méi gěi nǐ men
师父在上个星期还有几句话没给你们
jiǎng wán xiàn zài jì xù gěi nǐ men jiǎng shàn è jù
讲完，现在继续给你们讲——“善恶具

bù sī fāng zhèng pú tí shēn jiù shì shuō bù sī shàn bù
不 思 ， 方 证 菩 提 身 ” 。 就 是 说 不 思 善 不
sī è jiù shì hǎo de wǒ bú qù xiǎng è de wǒ yě bú qù xiǎng
思 恶 ， 就 是 好 的 我 不 去 想 ， 恶 的 我 也 不 去 想 ，

fāng zhèng pú tí shēn shì shén me yì si ne hěn jiǎn dān
方 证 菩 提 身 。 是 什 么 意 思 呢 ？ 很 简 单 。

nǐ xiǎng zuò yí gè pú sà nǐ yào hǎo de bú qù xiǎng huài de
你 想 做 一 个 菩 萨 ， 你 要 好 的 不 去 想 ， 坏 的

yě bú yào xiǎng shén me dōu bù xiǎng nǐ jiù kōng diào le jǔ
也 不 要 想 ， 什 么 都 不 想 你 就 空 掉 了 。 举

gè jiǎn dān lì zi jīn tiān nǐ men gēn qíng rén zhēng chǎo huò
个 简 单 例 子 ： 今 天 你 们 跟 情 人 争 吵 或

gēn lǎo gōng lǎo po zhēng chǎo bú yào qù xiǎng jiù shì lùn shì
跟 老 公 老 婆 争 吵 ， 不 要 去 想 ， 就 事 论 事 ，

fǒu zé nǐ yòu bèi qiān chě jìn lìng yí zhǒng gǎn qíng zhōng qù
否 则 你 又 被 牵 扯 进 另 一 种 感 情 中 去 。

āi yā zhēn kě lián hǎo le nǐ xiū xīn yòu xiū bù hǎo le
“ 哎 呀 ， 真 可 怜 ！ ” 好 了 ， 你 修 心 又 修 不 好 了 。

hěn duō rén jiù shì zhè yàng chǎo jià de shí hou mà de shí hou
很 多 人 就 是 这 样 。 吵 架 的 时 候 、 骂 的 时 候

hèn a hèn de shí hou zuì hǎo jiù xī wàng tā sǐ diào jié guǒ
恨 啊 ， 恨 的 时 候 最 好 就 希 望 他 死 掉 ； 结 果

kàn jiàn tā shēng bìng le xīn yòu téng le zhè jiù bú jiào pú sà
看 见 他 生 病 了 ， 心 又 疼 了 。 这 就 不 叫 菩 萨 。

yīn wèi pú sà shì ràng nǐ wán quán kàn chuān zhè ge shì jiè bǎ
因为菩萨是让你完全看穿这个世界，把
zhè ge shì jiè kàn kōng kàn kōng de shí hou nǐ bú yào sī shàn
这个世界看空。看空的时候你不要思善，
yě bú yào qù sī è gēn běn bù yīng gāi zhēng chǎo
也不要思恶——根本不应该争吵，
suǒ yǐ nǎ lái de shàn è ne è nǐ gèng bù yīng gāi sī shàn
所以哪来的善恶呢？恶你更不应该思。善
wèi shén me bù yīng gāi sī ne hǎo de shì qing wèi shén me bù
为什么不应该思呢？好的事情为什么不
néng xiǎng xiǎng ne bǐ fang shuō nǐ xiǎng yi xiǎng āi yā
能想想呢？比方说你想一想，“哎呀，
zhè ge rén yě tǐng kě lián de hǎo le bú shì tā kě lián shì
这个人也挺可怜的”，好了，不是他可怜，是
nǐ xiàn zài kě lián le yīn wèi nǐ guà ài le fàn chī bú xià jiào
你现在可怜了。因为你罣碍了，饭吃不下，觉
shuì bù hǎo nǐ de má fan lái le zuò rén yào jiǎng liáng xīn
睡不好，你的麻烦来了。做人要讲良心。
hěn duō rén duì nǐ men hǎo guò nǐ men yào duì rén jiā hǎo
很多人对你们好过，你们要对人家好，
rén jiā yǒu nán de shí hou yào bāng zhù rén jiā rén jiā yǒu kǔ
人家有难的时候要帮助人家，人家有苦
de shí hou yào tì rén jiā fēn dān bú yào zì jǐ kāi xīn de shí hou
的时候要替人家分担。不要自己开心的时候

gēn rén jiā hǎo bù kāi xīn de shí hou jiù bù gēn rén jiā hǎo yào
跟人家好，不开心的时候就不跟人家好。要
dǒng de yòng xīn lái guān xīn bú lùn shì zuò rén zuò shì qing dōu
懂得用心来关心，不论是做人做事情都
shì zhè yàng dàn bú qù xiǎng hǎo huài yīn wèi nǐ shì yào xué pú
是这样，但不去想好坏。因为你是要学菩
sà pú sà de jìng jiè shì fēi cháng gāo de suǒ yǐ yào bù sī
萨（菩萨的境界是非常高的），所以要不思
shàn bù sī è nǐ hǎo de dōng xi huài de dōng xi dōu bù
善不思恶。你好的东西、坏的东西都不
sī fāng zhèng pú tí shēn yě jiù shì shuō nà ge shí hou nǐ jiù
思，方证菩提身。也就是说那个时候你就
shì pú sà de shēn tǐ
是菩萨的身体。

wù zhě shí běn xìng jiù shì kāi wù de rén zhī dào zì jǐ de
悟者识本性，就是开悟的人知道自己的
běn xìng shī fu zuò shén me shì qing dōu yòng liáng xīn xiǎng yī
本性。师父做什么事情都用良心想一
xiǎng wǒ duì de qǐ liáng xīn ma zhè shì pú sà yīng gāi zuò
想：“我对得起良心吗？这是菩萨应该做
de ma zhè jiào wù zhě shí běn xìng shī fu gěi nǐ men
的吗？”这叫“悟者识本性”。师父给你们

jiǎng de huà bù sī shàn bù sī è wǒ shì zěn me kàn de ne
讲的话“不思善不思恶”，我是怎么看的呢？

dāng wǒ kàn jiàn nǐ men tú dì zài zào yīn de shí hou wǒ méi yǒu
当我看见你们徒弟在造因的时候我没有

gǎn jué wǒ gāi jiǎng de dōu jiǎng guò le děng nǐ men yǒu guǒ
感觉，我该讲的都讲过了，等你们有果

bào de shí hou wǒ yě méi yǒu gǎn jué rú guǒ nǐ men yǒu guǒ
报的时候我也没有感觉。如果你们有果

bào de shí hou wǒ jué de āi yā tā yě mǎn kě lián de
报的时候我觉得“哎呀，他也蛮可怜的”，

shí jì shàng zhè jiù shì méi yǒu yuán zé de rén yīn wèi yīn guǒ
实际上这就是没有原则的人。因为因果

bào yìng shì tiān lǜ shì zì jǐ zuò chū lái de shén me shì qing
报应是天律，是自己做出来的，什么事情

dōu shì zì jǐ zuò chū lái de yǒu shén me huà kě yǐ jiǎng bù
都是自己做出来的，有什么话可以讲？不

sī shàn bù sī è wǒ bú qù kě lián tā tā yǒu bào yìng
思善不思恶——“我不去可怜他，他有报应

hòu huì gǎi zhèng de zhè jiào bù sī shàn āi yō huó
后会改正的。“这叫不思善；“哎哟，活

gāi bào yìng zì zuò zì shòu wǒ yě bù xiǎng zhè jiào bù
该，报应，自作自受。“我也不想，这叫不

sī è bù sī shàn bù sī è jiù shì pú sà nǐ qù kě lián rén
思恶。不思善不思恶就是菩萨。你去可怜人
jiā nǐ zì jǐ jiù kě lián le
家你自己就可怜了。

zhè ge gēn cí bēi xīn shì fēn kāi de shì liǎng gè gài niàn
这个跟慈悲心是分开的，是两个概念。

shī fu shì jiào yù nǐ men zěn me yàng zhèng de pú tí shēn nǐ
师父是教育你们怎么样证得菩提身。你
men qiān wàn bú yào hùn zá zài yì qǐ le tài fù zá le nǐ
们千万不要混杂在一起了，太复杂了，你
men yào dǒng cái kě yǐ jǔ gè jiǎn dān lì zǐ zhè ge hái zi
们要懂才可以。举个简单例子：这个孩子
shēn ti bù hǎo mā ma hěn ài zhè ge hái zi nǐ xiǎng xiǎng mā
身体不好，妈妈很爱这个孩子，你想想妈
ma yào bú shì xīn téng hái zi de huà tā huì hěn tòng kǔ ma
妈要不是心疼孩子的话，她会很痛苦吗？

āi yā wǒ zhè hái zi zhēn kě lián nǐ sī shàn le
“哎呀，这孩子真可怜” —— 你思善了
ba zhè bú shì shàn liáng ma mā ma tòng kǔ le mā ma yì
吧？这不是善良吗？妈妈痛苦了。妈妈一
xiǎng dào hái zi qián shì zuò le hěn duō huài shì è shì
想到孩子前世做了很多坏事、恶事：

huó gāi sī è le ba lián zhè ge dōu bù néng xiǎng
“活该”——思恶了吧？连这个都不能想，
lián tā kě lián dōu bù néng xiǎng bù sī shàn bù sī è
连他可怜都不能想——不思善不思恶。

suǒ yǐ wù zhě shí běn xìng mí zhě zhuǎn lún huí mí huò
所以“悟者识本性，迷者转轮回”。迷惑

de rén yǒng yuǎn zài lún huí dāng zhōng zhuǎn bù chū lái jǔ gè
的人永远在轮回当中转不出来。举个

jiǎn dān lì zǐ jié guò yí cì hūn yīn wèi nǐ duì hūn yīn tài dù
简单例子：结过一次婚，因为你对婚姻态度

bù hǎo nǐ yǒng yuǎn bù gǎi zì jǐ de máo bìng dì èr cì zài
不好，你永远不改自己的毛病，第二次再

jié hūn nǐ hái shì lí hūn dì sān cì zài jié hūn zhè bú jiù
结婚你还是离婚，第三次再结婚... ..这不就

shì lún huí ma chī kǔ yě jiào lún huí xiǎng shòu yě jiào lún huí
是轮回吗？吃苦也叫轮回，享受也叫轮回。

gǎi bù liǎo a rén de máo bìng hěn nán gǎi de
改不了啊，人的毛病很难改的。

míng xīn fāng jiàn dào jiàn xìng jí rú lái míng xīn fāng
明心方见道，见性即如来。“明心方

jiàn dào shì shén me yì si nǐ zhǐ yǒu míng bai le nǐ cái néng
见道“是什么意思？你只有明白了你才能

kàn dào dào lù bǐ rú nǐ jīn tiān zhī dào wǒ yào qù kān péi lā
看到道路。比如你今天知道我要去堪培拉，
dàn nǐ bù zhī dào zěn me zǒu nǐ zhǐ yǒu míng bai le zhè tiáo lù
但你不知道怎么走。你只有明白了这条路
zěn me zǒu nǐ cái néng jiàn dào zhè tiáo lù a jiàn xìng jí
怎么走，你才能见到这条路啊。“见性即
rú lái ” —— děng dào nǐ jiàn dào le nǐ de běn xìng zhī hòu
如来”——等到你见到了你的本性之后，
děng dào nǐ yǐ jīng míng bai le zhè ge shì jiè de suǒ yǒu ēn ēn
等到你已经明白了这个世界的 所有恩恩
yuàn yuàn dōu shì guò qù shēng zhōng de děng dào nǐ míng bai
怨怨都是过去生中的，等到你明白
le zhè ge shì jiè de yí qiè dōu huì suí zhe xiàng yún cai yí yàng
了这个世界的一切都会随着像云彩一样
qū sàn le yě jiù shì rén méi le de shí hou shí jì shàng nǐ jiù
驱散了，也就是人没了的时候，实际上你就
shì jiàn dào le nǐ de běn xìng
是见到了你的本性。

xīn běn fēi xīn wú míng àn yīn wèi nǐ de xīn běn lái jiù shì
心本非心无明暗。因为你的心本来就是
méi yǒu xīn de suǒ yǐ jiù bù cún zài míng hé àn zhè jiào xīn
没有心的，所以就不存在明和暗，这叫“心

běn fēi xīn wú míng àn nǐ de xīn běn lái jiù shì méi yǒu de
本非心无明暗”。你的心本来就是没有的，
yīn wèi zhè shì gè líng hún yīn wèi yǒu le líng hún zhù rù nǐ de
因为这是个灵魂。因为有了灵魂注入你的
ròu tǐ suǒ yǐ cái chǎn shēng zhè ge xīn yòng xiàn dài huà
肉体，所以才产生这个心。用现代话
jiǎng rú guǒ méi yǒu yí gè shén me shì qing fā shēng jiù bú
讲，如果没有一个什么事情发生，就不
huì chéng lì yí gè shén me zhǐ huī bù bǐ fāng shuō ào dà lì
会成立一个什么指挥部。比方说澳大利
yà yǒu shuǐ zāi le jiù huì chéng lì yí gè fáng xùn zhǐ huī bù
亚有水灾了，就会成立一个防汛指挥部。
zhè ge fáng xùn zhǐ huī bù shí jì shàng jiù shì nǐ de xīn dàn shì
这个防汛指挥部实际上就是你的心。但是
rú guǒ méi yǒu zhè ge líng hún de zhù rù jiù shì shuō méi yǒu
如果没有这个灵魂的注入，就是说没有
shuǐ zāi de huà nǐ zhè ge xīn jiù bù néng chéng lì yīn wèi yǒu
水灾的话，你这个心就不能成立。因为有
le líng hún zhù rù le nǐ de ròu tǐ suǒ yǐ nǐ cái chǎn shēng
了灵魂注入了你的肉体，所以你才产生
zhè ge xīn yīn wèi ào dà lì yà yǒu shuǐ zāi suǒ yǐ zhèng fǔ
这个心。因为澳大利亚有水灾，所以政府
shuō yào chéng lì zhè ge fáng xùn zhǐ huī bù nǐ cái néng yǒu
说要成立这个防汛指挥部，你才能有

zhè me gè jī gòu suǒ yǐ xīn běn lái jiù méi yǒu de xīn běn
这么个机构。所以心本来就没有的，心本
fēi xīn wú míng àn shàn xīn ě xīn dōu yóu rú fú yún zhē tài
非心无明暗，善心恶心都犹如浮云遮太
yáng jiù xiàng fú yún zhē zhù tài yáng yī yàng yí huì huì
阳，就像浮云遮住太阳一样，一会儿会
sàn qù de
散去的。

xìng zì rú rú wú xiāng jiàn rén de liáng xīn běn xìng tiān
性自如如无相见。人的良心、本性天
tiān dōu shì yī yàng de rén de liáng xīn hé běn xìng nǐ yǒu shí
天都是一样的。人的良心和本性，你有时
hou shì jiàn bú dào de liáng xīn shì yóu fó xìng nèi zài de dōng
候是见不到的。良心是由佛性内在的东
xi suǒ shū fā chū lái de suǒ chǎn shēng chū lái de lìng wài yì
西所抒发出来的、所产生出来的另外一
zhǒng fēn zǐ jié gòu rén jiā shuō nǐ zhè ge rén liáng xīn méi yǒu
种分子结构。人家说你这个人良心没有
le bìng bú shì zhǐ nǐ de fó xìng méi yǒu le yīn wèi liáng xīn
了，并不是指你的佛性没有了。因为良心
huì suí zhe nǐ de xí guàn zhuǎn huàn chéng lìng yì zhǒng wù zhì
会随着你的习惯转换成另一种物质。

yě kě yǐ bǎ liáng xīn jīng guò nǐ běn shēn de fó xìng ràng tā
也可以把良心经过你本身的佛性，让它
zhuǎn huàn chéng yì zhǒng shàn liáng de dōng xi shí jì shàng
转换成一种善良的东西。实际上
liáng xīn hái shì wéi rào zhe zhè ge xīn zhè ge zhǐ huī bù yǒu shí
良心还是围绕着这个心。这个指挥部有时
hou tīng cóng shàng jí lǐng dǎo de yǒu shí hou tīng qǔ xià miàn
候听从上级领导的，有时候听取下面
fǎn yìng de qíng kuàng shì zhè ge xīn zài dòng xià miàn fǎn
反应的情况——是这个心在动。下面反
yìng de qíng kuàng shì nǐ zài rén jiān zuò cuò hěn duō shì qing huò
应的情况是你在人间做错很多事情或
dà jiā dōu zuò huài shì qing nǐ zhè ge liáng xīn xiǎng dà jiā
大家都做坏事情，你这个良心想：“大家
dōu zuò huài shì wǒ yě zuò rú guǒ tīng dào shàng miàn
都做坏事，我也做”。如果听到上面
jiǎng le zhè ge shì qing bù néng zuò de zhè shì bù fú hé
讲了：“这个事情不能做的，这是不符合
fǎ lǜ de nà zhè ge zhǐ huī bù jiù bú huì qù xiāng xìn xià
法律的。”那这个指挥部就不会去相信下
miàn rén shuō de huà suǒ yǐ zhè ge xīn shì gēn zhe nǐ de xìng
面人说的话。所以这个心是跟着你的性
lái zhuǎn de suǒ yǐ yào xīn xìng shuāng xiū
来转的。所以要心、性双修。

guāng míng pǔ zhào rǔ bù zhī guāng míng yǐ jīng pǔ zhào
光 明 普 照 汝 不 知 。 光 明 已 经 普 照
wǒ men le shì nǐ zì jǐ bù zhī dào nǐ men měi tiān tīng dào
我 们 了 ， 是 你 自 己 不 知 道 。 你 们 每 天 听 到
fó fǎ nǐ men měi tiān dào dōng fāng tái guān yīn táng lái nǐ
佛 法 ， 你 们 每 天 到 东 方 台 观 音 堂 来 ， 你
men měi tiān jiē shòu zhe fó guāng de pǔ zhào nǐ hái bù zhī dào
们 每 天 接 受 着 佛 光 的 普 照 你 还 不 知 道 。
nǐ tiān tiān kāi xīn le nǐ hái bù zhī dào wèi shén me kāi xīn rú
你 天 天 开 心 了 ， 你 还 不 知 道 为 什 么 开 心 。 如
guǒ nǐ men bù xué fó méi yǒu zhǎo dào zhèng dào de huà nǐ
果 你 们 不 学 佛 ， 没 有 找 到 正 道 的 话 ， 你
men huì yì zhí yì zhí bù kāi xīn xià qù de dàn shì yǒu xiē rén hái
们 会 一 直 一 直 不 开 心 下 去 的 。 但 是 有 些 人 还
bù zhī dào kāi xīn nǐ men qù xiǎng xiǎng dāng nǐ kāi xīn de shí
不 知 道 开 心 。 你 们 去 想 想 ： 当 你 开 心 的 时
hou rén jiā zài biān shàng yě hěn kāi xīn dàn shì dāng shì rén zì
候 人 家 在 边 上 也 很 开 心 ， 但 是 当 事 人 自
jǐ bù jué de yīn wèi zì jǐ méi gǎn jué a bǐ rú nǐ kāi xīn
己 不 觉 得 ， 因 为 自 己 没 感 觉 啊 。 比 如 你 开 心
xiào de shí hou nǐ zì jǐ méi gǎn jué de dàn shì děng dào nǐ
笑 的 时 候 ， 你 自 己 没 感 觉 的 ； 但 是 等 到 你
bù kāi xīn de shí hou nǐ kū de shí hou nǐ zì jǐ duì zì jǐ mǎ
不 开 心 的 时 候 ， 你 哭 的 时 候 ， 你 自 己 对 自 己 马

shàng jiù huì hěn yǒu gǎn jué suǒ yǐ tòng kǔ de rì zì nán áo
上 就 会 很 有 感 觉 。 所 以 痛 苦 的 日 子 难 熬 ，
ér kāi xīn de rì zì bú shì zì jǐ de zhè xiē dōu shì zhé xué a
而 开 心 的 日 子 不 是 自 己 的 。 这 些 都 是 哲 学 啊 ，
fó pú sà jiù shì zuì dà de zhé xué jiā nǐ men yào hǎo hǎo xué
佛 菩 萨 就 是 最 大 的 哲 学 家 ， 你 们 要 好 好 学 。

běn zì wú xīn bú yòng jiǎn rén de běn xìng lái zì wú xīn
本 自 无 心 不 用 减 。 人 的 本 性 来 自 无 心 。

běn zì wú xīn jiù shì shuō nǐ zuò shì qing běn lái zhè ge xīn
“ 本 自 无 心 ” 就 是 说 你 做 事 情 本 来 这 个 心
jiù méi yǒu jiù méi yǒu qù zuò nǐ yào shén me jiě shì yào
就 没 有 ， 就 没 有 去 做 ， 你 要 什 么 解 释 ？ 要
yòng shén me qù huà jiě a méi yǒu de shī fu zài qián miàn
用 什 么 去 化 解 啊 ？ 没 有 的 。 师 父 在 前 面
yǐ jīng gěi nǐ men jiě shì hěn qīng chu le bǐ rú běn lái méi yǒu
已 经 给 你 们 解 释 很 清 楚 了 。 比 如 本 来 没 有
shuǐ zāi dàn yǒu le shuǐ zāi hòu cái huì chéng lì zhè ge zhǐ huī
水 灾 ， 但 有 了 水 灾 后 才 会 成 立 这 个 指 挥
bù zhè ge xīn běn lái méi yǒu rú guǒ zhè ge zhǐ huī bù běn lái
部 ， 这 个 心 本 来 没 有 。 如 果 这 个 指 挥 部 本 来
méi yǒu de huà nǐ yào qù jiě shì shén me yǒu shén me kě jiě
没 有 的 话 ， 你 要 去 解 释 什 么 ？ 有 什 么 可 解

shì de nǐ zěn me bǎ zhè ge shì jiě shì zhǐ huī bù dōu méi yǒu
释的？你怎么把这个事解释，指挥部都没有。

yīn wèi méi yǒu shuǐ de shí hou zhè ge zhǐ huī bù jiù jié shù le
因为没有水的时候这个指挥部就结束了。

suǒ yǐ hěn duō rén zuò shì zǒng xǐ huan jiě shì yuè jiě shì yuè
所以很多人做事总喜欢解释，越解释越

zāo gāo
糟糕。

zhèng de běn xīn bù yán dé dāng nǐ zhēn zhèng dé dào le
证得本心不言得。当你真正得到了

zhè ge běn xīn zhī hòu shí jì shang nǐ bù yán dé bù yán dé
这个本心之后，实际上你不言得。“不言得

shì shén me yì si jiù shì nǐ bú qù shuō tā yě dé dào le
“是什么意思？就是你不去说它也得到了，

yīn wèi nǐ yǒu běn xīn yǒu liáng xīn zài lǐ miàn nǐ jiù suàn wǒ
因为你有本心有良心在里面，你就算“我

dé dào le wǒ yě bù jiǎng shí jì shang nǐ jiù shì dé dào le
得到了，我也不讲”，实际上你就是得到了。

dāng rén yòng liáng xīn běn xìng zuò shì de shí hou nǐ jiù huì dé
当人用良心本性做事的时候，你就会得

dào rén jiān de yí qiè
到人间的一切。

zù hòu shī fu gěi dà jiā jiǎng yòng yì tiān de yí gè xiǎo
最后师父给大家讲，用一天的一个小
shí dào liǎng gè xiǎo shí xiū xīn bǎ zì jǐ wán quán fàng xià
时到两个小时修心，把自己完全放下，
méi yǒu guà ài yí dìng yào jiān chí rú guǒ yí gè xiǎo shí
没有罣碍，一定要坚持。如果一个小时
fàng bú xià nǐ yòng bàn gè xiǎo shí yào wán quán fàng xià shén
放不下，你用半个小时，要完全放下什
me dōu bù xiǎng zhè ge bǐ shuì jiào xiào guǒ hái yào hǎo bǐ rú
么都不想要。这个比睡觉效果还要好。比如
hěn duō rén shuì zài chuáng shàng shī mián nǎo zi li zhuǎn de
很多人睡在床上失眠，脑子里转的
dōu shì qí tā luàn qī bā zāo de shì qing zhè zhǒng rén shuì jiào
都是其他乱七八糟的事情，这种人睡觉
de zhì liàng bù hǎo yě dé bú dào zhèng cháng de xiū xi suǒ
的质量不好，也得不到正常的休息。所
yǐ yào bǎ xīn wán quán fàng xià yào méi yǒu guà ài yòng
以要把心完全放下，要没有罣碍，用
héng xīn jiān chí yīn wèi zhōng yīn shēn huì zài nǐ de guà ài
恒心坚持。因为中阴身会在你的罣碍
zhōng chǎn shēng diān dǎo wàng xiǎng rén sǐ diào zhī hòu dōu
中产生颠倒妄想（人死掉之后都
yào zài zhōng yīn shēn de jiē duàn děng dài pàn jué dāng yí
要在中阴身的阶段等待判决）。当一

gè rén jiān chí yì tiān wán quán fàng xià zì jǐ de shēn xīn zhè
个人坚持一天完全放下自己的身心，这
ge shí hou shí jì shàng nǐ de hún pò jiù gēn zhōng yīn shēn huì
这个时候实际上你的魂魄就跟中阴身会
lí kāi yīn wèi dāng yí gè rén zài rén jiān chēn nù de shí hou
离开。因为当一个人在人间瞋怒的时候，
tā jiù huì gēn zhōng yīn shēn jiē qià rú guǒ yí gè rén fā pí qi
他就会跟中阴身接洽。如果一个人发脾气
de shí hou xià miàn de guǐ dōu zhī dào de rú guǒ yí gè rén
的时候，下面的鬼都知道的。如果一个人
xiū de hǎo shì pú sà de huà tā fā pí qi tiān tíng zhèn nù rú
修得好是菩萨的话，他发脾气天庭震怒。如
guǒ yí gè rén hěn pǔ tōng gēn fó pú sà méi yǒu shén me yuán
果一个人很普通跟佛菩萨没有什么缘
fèn méi yǒu shén me dà gōng dé dà gōng lì tā huì gēn xià
分，没有什么大功德、大功力，他会跟下
miàn hé zài yì qǐ rú guǒ nǐ gēn zhōng yīn shēn hé zài yì qǐ
面合在一起。如果你跟中阴身合在一起
de huà nǐ yì fán nǎo yí guà ài duì bu qǐ nǐ mǎ shàng jiù
的话，你一烦恼一罣碍，对不起，你马上就
chǎn shēng yì zhǒng diān dǎo wàng xiǎng suǒ yǐ hěn duō rén fā
产生一种颠倒妄想。所以很多人发
pí qi de shí hou jiù xiǎng dào zhuàng sǐ suàn le shí jì shàng
脾气的时候就想到撞死算了，实际上

zhè jiù shì tí xǐng nǐ men de hún pò jìn rù zhōng yīn shēn suǒ
这就是提醒你们的魂魄进入中阴身。所

yǐ yí dìng yào bǎ zì jǐ de xīn gěi ān zhù ràng xīn bú yào dòng 。
以一定要把自己的心给安住，让心不要动。

yào zhǐ zhù niàn niàn tou wú lùn rú hé bù néng yǒu yì shí
要止住念，念头无论如何不能有。意识

shàng shēng jiù shì bǎ zì jǐ de yì niàn màn màn shàng shēng
上升，就是把自己的意念慢慢上升。

yòng fǎ jiè de hù chí lì yě jiù shì shuō wǒ men zài zhè ge shì
用法界的护持力，也就是说我们在这个世

jiè shàng méi yǒu qí tā dōng xī kě yǐ yī kào wéi yī de yī kào
界上没有其他东西可以依靠，唯一的依靠

jiù shì hù chí lì shén me jiào hù chí lì fǎ lì jiā chí 。
就是护持力。什么叫护持力？法力加持。

wǒ yào jiān chí wǒ yào jiān chí ya wǒ bù néng zhè yàng
“我要坚持，我要坚持呀，我不能这样

zuò zhè jiù shì fǎ jiè de hù chí lì
做 “这就是法界的护持力。