

Menyalakan Cahaya Hati dan Menerangi Sepuluh Alam Dharma (Bagian 1)

Seminar Dharma Singapura, 8 Maret 2014

Terima kasih kepada Guan Shi Yin Pu Sa Yang Maha Welas Asih dan Maha Penyayang mencurahkan pemberkatan, kekuatan Dharma-Nya yang tak terbatas menyelamatkan semua makhluk. Membuat kita menjadi makhluk yang berjodoh di Periode Akhir Dharma, bersama-sama mendapatkan manfaat dari Dharma, dan dipenuhi sukacita Dharma. Hari ini adalah Hari Pelepasan Agung Sang Buddha kita yang mulia. Mari kita mengingat kembali Buddha Sakyamuni yang telah membawa Dharma yang luar biasa ke dunia. Terima kasih!

Terima kasih kepada Naga Langit Pelindung Dharma, para biksu terkemuka dan teman-teman se-Dharma dari seluruh dunia atas welas asihnya, sehingga segalanya di Surga dan dunia bisa damai, Seminar Dharma luar biasa. Ajaran Buddha Dharma telah menjadi panutan kita di dunia.

Membuat kita terbebas dari kerisauan duniawi, menghargai kehidupan, selalu berwelas asih, menyatukan hati kita dengan Buddha, dan menjadi Bodhisattva di dunia.

Alasan mengapa orang menderita adalah karena mengejar hal-hal yang salah sepanjang hari. Segala hal yang salah akan menimbulkan rangsangan tertentu, jadi berhati-hatilah saat mengejar perilaku dan hal yang merangsang, karena mengejar ketenaran, kekayaan, dan keinginan materi akan menyakiti diri sendiri. Berharap semua orang harus melepaskan dan merelakan. Jangan pernah mengejar nafsu keinginan yang akan menyakiti atau telah menyakiti kita, sehingga kita tidak akan menyia-nyaiakan hidup kita untuk hal-hal yang pasti akan kita sesali. Seperti satu botol yang sama, kita bisa mengisinya dengan makanan yang baik, juga bisa mengisinya dengan racun; sama seperti hati kita bisa mengisi kerisauan, juga bisa mengisi kebahagiaan. Berharap kita bisa menggunakan hati ini untuk mengisi welas asih dan sukacita Dharma, menyingkirkan kerisauan dan halangan karma buruk.

160.000 orang meninggalkan dunia ini setiap hari. Kamu masih hidup, maka harus menghargainya, karena suatu saat kamu mungkin bisa menjadi salah satu dari 160.000 orang ini. Kamu bahkan tidak berhak untuk cemburu, risau atau sedih. Mengapa kamu tidak langsung melepaskannya? Mengapa masih menggunakan hidupmu yang terbatas untuk mengejar pemikiran material yang membuatmu derita? Pikirkan di mana sekarang pengejaranmu saat masih muda? Apa yang orang tua kita peroleh dari upaya seumur hidup mereka untuk diri mereka sendiri dan anak-anak mereka? Belajar Buddha Dharma harus tersadarkan, harus bisa berpikiran terbuka dan mengerti, harus belajar melepaskan. Karena kita tidak bisa membawa pergi apa pun, maka kita harus segera melepaskannya.

Sebenarnya, kebahagiaan maupun penderitaan manusia tidaklah abadi. Saat-saat bahagia akan berlalu dengan cepat, dan saat-saat sedih akan segera hilang.

Ketika jodoh berakhir, segalanya di masa lalu menjadi gelembung mimpi. Orang yang mengejar masa lalu dan tidak bisa melupakannya akan selalu hidup dalam penderitaan. Orang yang berumur tua akan berkata, betapa baiknya orang lain memperlakukan saya dan menyanjung saya di masa lalu, tetapi sekarang mengapa anak-anak ini memperlakukan saya seperti ini, ini karena tidak bisa melepaskan. Masa lalu harus dibiarkan berlalu, dan tidak perlu selalu diingat. Kegagalan yang sesungguhnya bukanlah jatuh ke lantai, melainkan jatuh ke lantai dan tidak bangkit kembali. Kita harus bangkit. Masing-masing dari kita telah melakukan banyak kesalahan. Pikirkan kita dari muda sampai tua, kita telah menyakiti berapa banyak orang, menyinggung berapa banyak orang, mengatakan berapa banyak kata yang salah, berapa banyak rasa malu di dalam hati kita. Orang yang telah kita sakiti sangatlah banyak. Kita telah mengecewakan didikan dan pembinaan orang tua pada kita, mengecewakan pada guru atas nasihat dan bimbingannya. Tersesat di dunia fana yang bergejolak. Setiap hari mencari cara menjadi kaya, cara menjadi

terkenal dan menguntungkan, semua ini adalah kosong. Kita harus pegang erat sifat dasar diri sendiri, membangun kepercayaan diri dengan benar dalam menekuni Dharma, dan tersadarkan dari kesalahan dalam hidup. Karena kita telah melakukan kesalahan, maka harus mengerti untuk tersadarkan. Hidup di dunia ini, jika tidak ada kesulitan, kita tidak akan menemukan ajaran Buddha Dharma yang mulia.

Kita berada di dunia ini adalah lahir tidak membawa apa-apa dan mati tidak membawa pergi apapun. Apa yang kita bawa? Apa yang bisa kita tinggalkan? Kita sendirian saat datang, dan sendirian saat meninggal. Hidup adalah dalam reinkarnasi, dan hidup sedang berlangsung. Hanya kehidupan praktisi Buddhis yang bernilai abadi. Hanya kehidupan praktisi Buddhis yang paling bermakna.

Harus selalu bertanya pada diri sendiri dengan tenang: "Apa yang saya kejar? Untuk apa saya hidup?" Penderitaan dan kebahagiaan di dunia ini hanya sementara. Jika kamu tidak memberikan kerisauan pada dirimu sendiri, orang lain

tidak akan pernah punya kesempatan untuk memberikan kerisauan kepadamu. Harus mengendalikan hati dan emosi sendiri dengan baik. Kita merajut jaring setiap hari, orang yang mengejar uang perlahan-lahan akan terjebak dalam jaring uang, seperti banyak orang yang membeli saham akan terjebak oleh saham. Banyak orang terjebak oleh cinta karena terjerumus ke dalam hubungan asmara. Banyak orang terjebak oleh jodoh dan karir. Banyak orang terbelenggu oleh anak-anaknya dan pada akhirnya terikat oleh anak-anaknya. Ajaran Buddha Dharma sebenarnya adalah mengatasi masalah yang diganggu oleh kerisauan dalam perjalanan hidup. Tidak ada Buddha dalam hidup dan mati. Jika kamu masih hidup dan mati hari ini, maka kamu tidak memiliki Buddha di hati, kamu pasti akan bereinkarnasi di enam alam, selamanya tidak bisa terbebas dari penderitaan. Oleh karena itu, melampaui enam alam berarti membebaskan pemikiran diri sendiri, menggunakan pikiran diri sendiri untuk terhubung erat dengan Bodhisattva, menggunakan kebijaksanaan Bodhisattva untuk membebaskan kita yang sekarang, melepaskan adalah hidup di saat ini.

Orang selalu suka menganggap kesadarannya sendiri sebagai dirinya sendiri, namun nyatanya terkadang itu bukan dirimu sendiri. Banyak orang hidup dalam kesadaran, yaitu membayangkan sesuatu dan berpikir bahwa ini adalah saya, sehingga mereka dikendalikan oleh kesadaran. Pada dasarnya kamu tidak serakah, tetapi kamu melihat orang lain serakah, jadi kamu bergabung dengan tim serakah, ini adalah Aku yang palsu. Ketika banyak orang melihat orang lain mengantri, naluri alami mereka berkata, "Saya tidak peduli. Bagi saya, tidak masalah apakah ada sesuatu yang murah." Tetapi ketika mereka melihat antrean semakin panjang, diri sendiri pun antri terdahulu dan kemudian bertanya kepada orang lain apa yang dia jual. Dia sudah mengantri tanpa mengetahui apapun. Kesadaran ini bukanlah jati diri yang sebenarnya, melainkan adalah kesadaran yang palsu, yaitu bentukan kesadaran diri manusia, yang dibentuk melalui hal dan perasaan orang lain. Misalnya, ingin keluar di pagi hari, tiba-tiba merasa di luar sangat dingin, dan muncul satu kesadaran: "Saya tidak akan pergi, hari ini minta izin saja!" Ini adalah kesadaranmu yang memerintahkan tubuhmu,

sehingga terbentuk kesadaran Aku yang merasakan dingin. Banyak narapidana yang berkata ketika ditangkap, "Saya tidak tahu kenapa saya seperti ini, saya hanya impulsif sesaat" Ingat, impulsif adalah iblis. Kita harus memiliki sifat kebuddhaan di dalam hati setiap saat, sehingga sifat iblis akan berkurang. Harus melupakan Aku yang palsu dan membentuk Aku yang sebenarnya, itu barulah melupakan diri sendiri.

Nyalakan pelita hatimu untuk menerangi orang lain. Master sering berkata tentang bagaimana menjaga obor sendiri tetap menyala selamanya. Hanya dengan menyalakan obormu kepada setiap makhluk yang berjodoh di dunia, sifat Kebuddhaanmu dalam hati baru tidak akan pernah sirna.

Kita praktisi Buddhis harus memandangi segala hal dalam dua sisi. Segala sesuatu mempunyai sisi positif dan sisi negatif, sehingga kita dapat mencapai keseimbangan psikologis. Banyak orang tidak bisa menggunakan

keseimbangan psikologis untuk mempelajari ajaran Buddha Dharma. Kita telah menekuni Dharma hari ini. Kita tahu bagaimana menghargai kehidupan. Ketika kita melihat orang lain baik, berpikir bahwa orang lain berusaha keras, dengan begitu, hati kita akan seimbang. Ketika kita melihat orang lain tidak baik, kita harus memperingatkan diri kita sendiri, itu karena kita tidak membina diri dengan baik. Menyeimbangkan mentalitas sendiri menentukan pandangan hidup dan nilai yang berbeda, semuanya bergantung pada mentalitas yang seimbang. Keberhasilan seseorang dalam menekuni Dharma bergantung pada mentalitas penyalarsan diri. Praktisi Buddhis menggunakan metode yang luar biasa dalam memandang kehidupan. Segala sesuatu di dunia ini adalah ilusi. Hari ini ada besok tiada, lusa ada, lusanya lagi tiada. Orang hidup dalam keadaan seperti ada dan tiada, yaitu hidup seolah-olah hidup dan seolah-olah mati. Hidup dan mati adalah reinkarnasi, kelahiran dan kematian. Jika orang yang hidup tidak tahu untuk menekuni Dharma, tidak tahu untuk menyayangi semua makhluk, tidak memahami sebab dan akibat, ia akan seperti orang mati, sedangkan orang mati,

jika rohnya bertahan selamanya, ia akan seperti orang yang hidup. Tubuh ini bersifat sementara, kita harus meminjam kepalsuan untuk membina kebenaran, agar jiwa kita mengikuti Bodhisattva dan hidup selamanya di dunia.

Kita harus memandang segala hal di dunia ini dengan sikap optimis. Apa itu perspektif? Apa itu optimis dan tidak optimis? Melihat ada setengah roti di atas meja, orang yang pesimis akan berkata, "Aduh, hanya tersisa setengah roti." Sedangkan orang yang optimis akan berkata, "Kenapa masih ada setengah roti lagi!" ini adalah mentalitas orang. Berharap semua orang dapat memperbaiki mentalitas diri sendiri dan jadilah orang yang baik.

Menekuni Dharma berarti belajar menjadi manusia, dan menjadi manusia berarti menjadi seperti seorang Buddha. Pelita hati yang terang harus menyala setiap hari, agar hati Buddha selalu ada di dalam hati kita, menyalakannya di dalam hati, dan menyinari sepuluh alam

Dharma. Kita praktisi Buddha tidak hanya "menyalakannya" di luar untuk dilihat orang lain. Kita harus menggunakan hati kita sendiri untuk mengharukan orang lain, mencintai orang lain dengan hatimu sendiri. Kita lebih baik tidak pernah memiliki banyak hal daripada memilikinya lalu kehilangannya. Jadi, jangan terlalu banyak memiliki, sehingga tidak akan terlalu banyak kehilangan. Jangan memiliki terlalu banyak nafsu keinginan, sehingga tidak akan memiliki terlalu banyak kekecewaan.

Hidup memang seperti ini. Terkadang orang baru akan benar-benar melepaskan dirinya ketika dia putus asa. Belum bisa melepaskan sebelum mencapai titik keputusasaan. Ketika sudah putus asa, tidak berdaya, dan tahu bahwa tidak ada harapan lagi, dia akan berpikiran terbuka. "Tidak masalah, begitu saja. Memangnya bisa bagaimana lagi, bukankah itu hanyalah sebuah jodoh?" Kita harus sering melepaskan diri, jangan menunggu sampai putus asa baru mulai melepaskan diri. Seringkali orang menderita pukulan kehilangan, yang bermula dari

akar keinginan untuk memiliki sesuatu. Yang sering kita rasakan sedih adalah kehilangan: kita tidak mendapatkan ini, kita tidak mendapatkan jabatan itu, kita tidak mendapatkan uang itu, kita tidak mendapatkan identitas itu, anak ingin masuk ke sekolah elit tetapi tidak berhasil... semuanya adalah akar di hati. Pernah memilikinya, maka akan kehilangannya. Jika memilikinya sekarang, maka akan segera kehilangannya lagi, dan lambat laun tidak akan ada harapan lagi. Ada orang yang sangat menderita atas perceraian setelah pernikahan pertama mereka; ketika dia menikah untuk kedua kalinya, dia penuh dengan harapan untuk kehidupan baru, tidak menyangka selanjutnya adalah kekecewaan; hingga ketiga kalinya, dia tidak lagi memiliki harapan pada orang atau benda, dan kemudian dia akan semakin kecewa. Semakin besar harapan seseorang, semakin besar pula kekecewaannya, dan kemudian akan putus asa. Namun ketika praktisi Buddhis menemukan ajaran Buddha Dharma, dia akan meninggalkan kekecewaan, memulai hidup baru. Melihat harapan baru bisa menemukan saat-saat bahagia di dunia.

Tidak risau saat putus asa. Setelah seseorang menanggung segala penderitaan di dunia barulah dia dapat menemukan harapan jalan Kebuddhaan. Jika ada harapan dalam hidup, maka akan ada kekecewaan. Kekecewaan dan harapan adalah seperti anak kembar di dunia. Ada anak ini, maka tidak ada anak itu. Anak itu ada, anak ini tiada. Dunia ini begitu besar, jika kita tidak datang ke dunia ini, bagaimana kita bisa mengetahui penderitaan di dunia ini? Jika kita tidak hidup, bagaimana kita bisa mengetahui apa yang kita miliki dan apa yang telah hilang? Praktisi Buddhis harus memiliki keberanian untuk menerima “ada” dan menanggung “tidak ada” .

Ketika seseorang menekuni Dharma, dia tidak boleh mengatakan bahwa dia telah mendengar Dharma hari ini dan tidak rajin dan tekun dalam hatinya. Apa yang saya tunggu? Tingkat kesadaran spiritual orang yang mempraktikkan ajaran Zen, tidak peduli apa pun yang dilakukan, tidak boleh bergantung pada orang lain, harus mengerti bahwa diri sendiri yang membina, diri sendiri

yang mendapatkannya. Banyak orang tidak melafalkan paritta sendiri dan meminta orang lain untuk melafalkannya, yang dia peroleh bukanlah jasa kebajikannya sendiri, melainkan jasa kebajikan orang lain. Praktisi Buddhis tidak bisa menunggu sampai besok. Orang lain bukan saya. Jika saya tidak melakukannya sekarang, tunggu kapan lagi?

Praktisi Buddhis harus memanfaatkan waktu dengan erat. Kita dalam menekuni ajaran Buddha Dharma, harus menemukan diri kita dalam penderitaan, menemukan arah hidup dari kesakitan. Menekuni Dharma akan membuat kita lebih bijaksana, kita harus bersabar ketika dalam penderitaan. Orang yang tidak menekuni Dharma akan menderita seumur hidupnya, tetapi orang yang menekuni Dharma mengetahui sebab dan akibat, tahu cara untuk menyelamatkan diri, jadi penderitaan orang yang menekuni Dharma itu hanya bersifat sementara. Sedangkan penderitaan dari orang yang tidak menekuni Dharma, itu adalah selamanya. Harus bersabar ketika

menderita, dan harus bertobat jika telah menyakiti orang lain, harus memiliki keteguhan hati dalam menanggung penderitaan di dunia ini. Memiliki kesabaran dan keteguhan hati adalah dasar dalam menekuni Dharma. Praktisi Buddhis harus memiliki keteguhan hati dan kesabaran. Jika seseorang kehilangan kesabaran dalam menekuni Dharma, maka dia akan kehilangan keteguhan hati dan tidak akan memiliki kebijaksanaan untuk menekuni Dharma.

Saat suami istri bertengkar, siapa yang memiliki kesabaran, dialah yang bisa menyelesaikan masalahnya. Saat berbisnis dengan teman, tidak peduli apapun kerugian yang diderita, siapa yang punya keteguhan hati, dialah yang bisa menjalankan bisnis dengan baik. Sebagai manusia, kita harus belajar ketekunan dari kesabaran, harus bersabar dan tekun dalam membuat kemajuan. Ada tiga tahap dalam suami istri: tahap pertama adalah cinta; setelah sekian waktu akan menjadi pertengkaran; tahap ketiga tergantung pada kemampuan diri kalian sendiri.

Siapa yang memiliki dua kata ini, dialah yang dapat mempertahankan keluarganya. Tanpa kedua kata ini, keluarga akan hancur. Dua kata terakhir ini adalah "忍耐 ren nai -- sabar". Ada sebuah lelucon nyata. Tahun 2011, seorang istri membawa seekor burung beo ke pengadilan untuk mengajukan perceraian. Alasannya adalah burung beo yang dipelihara di rumah itu terus berkata "cerai, cerai, sabar, sabar, sabar lagi, sabar lagi..." Istri curiga suaminya berbicara dengan pacarnya di luar dan berkata, "Saya pasti akan bercerai. Kamu harus bersabar." Dia mencurigai suaminya dan membawa burung beo ke pengadilan. Pengadilan tidak menyetujuinya. Dia terus bertengkar dengan suaminya ketika dia pulang. Pada akhirnya, suaminya benar-benar mencari seseorang di luar, dan mereka benar-benar bercerai. Ini adalah tidak memiliki kebijaksanaan. Jika kamu memandang orang lain dari sudut pandang yang baik, kamu akan memiliki energi positif di dalam hatimu. Jika kamu memandang orang lain dari sudut pandang yang buruk, kamu akan memiliki energi negatif. Praktisi Buddhis harus memiliki energi positif. Hal apapun harus melihat sisi baiknya, karena kita memiliki hari

esok yang indah, dan hari esok dikendalikan oleh diri kita sendiri, karena ada bimbingan Buddha.

diǎn liàng guāng míng xīn dēng zhào biàn shí fāng fǎ jiè shàng
点 亮 光 明 心 灯 照 遍 十 方 法 界 (上)

nián yuè rì lú jūn hóng tái zhǎng xīn jiā pō xuán yì zōng shù dà xíng jiě dá huì kāi shì
2014 年 3 月 8 日 卢 军 宏 台 长 新 加 坡 玄 艺 综 述 大 型 解 答 会 开 示

gǎn ēn dà cí dà bēi guān shì yīn pú sà pǔ jiàng gān lín fǎ lì
感 恩 大 慈 大 悲 观 世 音 菩 萨 普 降 甘 霖, 法 力
wú biān jiù dù zhòng shēng ràng wǒ men zài mò fǎ shí qī chéng wéi
无 边 救 度 众 生, 让 我 们 在 末 法 时 期 成 为
yǒu yuán zhòng shēng gòng zhān fǎ yì fǎ xǐ chōng mǎn jīn
有 缘 众 生, 共 沾 法 益, 法 喜 充 满。 今
tiān shì wǒ men wěi dà de fó tuó de chū jiā rì ràng wǒ men miǎn
天 是 我 们 伟 大 的 佛 陀 的 出 家 日, 让 我 们 缅
huái gěi rén jiān dài lái rú cǐ shū shèng fó fǎ de shì jiā móu ní fó
怀 给 人 间 带 来 如 此 殊 胜 佛 法 的 释 迦 牟 尼 佛,
gǎn ēn
感 恩 !

gǎn ēn lóng tiān hù fǎ gè wèi gāo sēng dà dé hé quán shì jiè
感 恩 龙 天 护 法、 各 位 高 僧 大 德 和 全 世 界
gè guó fó yǒu men guǎng fā cí bēi ràng tiān shàng rén jiān yí qiè
各 国 佛 友 们 广 发 慈 悲, 让 天 上 人 间 一 切
xiáng hé fǎ huì shū shèng fó fǎ chéng wéi wǒ men rén jiān de yī
祥 和, 法 会 殊 胜, 佛 法 成 为 我 们 人 间 的 依
zhǐ ràng wǒ men gòng tóng tiào chū rén jiān de fán nǎo zhēn xī
止。 让 我 们 共 同 跳 出 人 间 的 烦 恼、 珍 惜

shēng mìng cháng shēng cí bēi xīn fó hé yī chéng wéi rén jiān
生 命、 常 生 慈 悲、 心 佛 合 一， 成 为 人 间
pú sà
菩 萨。

rén zhī suǒ yǐ yǒu tòng kǔ zài yú rén zhěng tiān zài zhuī qiú cuò
人 之 所 以 有 痛 苦， 在 于 人 整 天 在 追 求 错
wù de dōng xi rèn hé cuò wù de dōng xi duì rén dōu huì yǒu yí
误 的 东 西， 任 何 错 误 的 东 西 对 人 都 会 有 一
dìng de cì jī xìng suǒ yǐ zài zhuī qiú rèn hé cì jī de xíng wéi hé
定 的 刺 激 性， 所 以 在 追 求 任 何 刺 激 的 行 为 和
shì wù de shí hou yào dāng xīn yīn wei zhuī qiú míng lì wù yù dōu
事 物 的 时 候 要 当 心， 因 为 追 求 名 利 物 欲 都
huì shāng hài dào zì jǐ xī wàng dà jiā yí dìng fàng xià hé shě qì
会 伤 害 到 自 己。 希 望 大 家 一 定 放 下 和 舍 弃，
yǒng yuǎn bú yào zhuī qiú nà xiē huì shāng hài wǒ men hé yǐ jīng shāng
永 远 不 要 追 求 那 些 会 伤 害 我 们 和 已 经 伤
hài wǒ men de yù wàng cái bú huì làng fèi wǒ men de shēng mìng zài
害 我 们 的 欲 望， 才 不 会 浪 费 我 们 的 生 命 在
yí dìng huì hòu huǐ de shì qing shàng miàn yóu rú tóng yàng de yí
一 定 会 后 悔 的 事 情 上 面。 犹 如 同 样 的 一
gè píng zi wǒ men kě yǐ zhuāng shàng shàn liáng de hǎo de shí wù
个 瓶 子， 我 们 可 以 装 上 善 良 的 好 的 食 物，
yě kě yǐ zhuāng shàng dú yào yóu rú wǒ men de xīn kě yǐ zhuāng
也 可 以 装 上 毒 药； 犹 如 我 们 的 心 可 以 装
shàng fán nǎo yě kě yǐ zhuāng shàng kuài lè xī wàng wǒ men
上 烦 恼， 也 可 以 装 上 快 乐， 希 望 我 们

yòng zhè kē xīn zhuāng shàng fó de cí bēi hé fǎ xǐ qù chú fán nǎo
用 这 颗 心 装 上 佛 的 慈 悲 和 法 喜 ， 去 除 烦 恼

hé yè zhàng
和 业 障 。

měi tiān lí kāi zhè ge shì jiè de rén yǒu wàn rén nǐ hái huó
每 天 离 开 这 个 世 界 的 人 有 16 万 人 ， 你 还 活

zhe jiù yào hǎo hǎo zhēn xī yīn wei nǎ yì tiān jiù kě néng chéng wéi
着 就 要 好 好 珍 惜 ， 因 为 哪 一 天 就 可 能 成 为

zhè wàn rén zhī yī lián jí dù fán nǎo yōu chóu de quán lì
这 16 万 人 之 一 ， 连 嫉 妒 、 烦 恼 、 忧 愁 的 权 力

dōu méi yǒu wèi shén me bù mǎ shàng fàng xià wèi shén me hái yǒu
都 没 有 ， 为 什 么 不 马 上 放 下 ， 为 什 么 还 有

yòng yǒu xiàn de shēng mìng qù zhuī qiú nà xiē ràng zì jǐ tòng kǔ de
用 有 限 的 生 命 去 追 求 那 些 让 自 己 痛 苦 的

wù zhì sī wéi xiǎng xiǎng nián qīng shí hou de zhuī qiú xiàn zài nǎ lǐ
物 质 思 维 ？ 想 想 年 轻 时 候 的 追 求 现 在 哪 里 ？

wǒ men de fù mǔ qīn yí bèi zi wèi zì jǐ hé hái zǐ de zhuī qiú yòu dé
我 们 的 父 母 亲 一 辈 子 为 自 己 和 孩 子 的 追 求 又 得

dào shén me xué fó jiù shì yào kāi wù yào xiǎng tōng xiǎng míng
到 什 么 ？ 学 佛 就 是 要 开 悟 ， 要 想 通 想 明

bai yào xué huì fàng xià jì rán shén me dōu dài bù zǒu wǒ men
白 ， 要 学 会 放 下 。 既 然 什 么 都 带 不 走 ， 我 们

yí dìng yào jǐn zǎo fàng xià
一 定 要 尽 早 放 下 。

qí shí rén de kuài lè yǔ tòng kǔ dōu bú shì yǒng héng de kuài
其实人的快乐与痛苦都不是永恒的，快
lè de shí guāng hěn kuài huì guò qù bēi shāng de shí guāng yě hěn
乐的时光很快会过去，悲伤的时光也很
kuài huì sàn jìn dāng yuán fèn sàn jìn de shí hou guò qù de yí qiè
快会散尽，当缘分散尽的时候，过去的一切
chéng wéi mèng huàn pào yǐng zhuī zú guò qù bù néng wàng jì
成为梦幻泡影，追逐过去、不能忘记
guò qù de rén yǒng yuǎn huó zài tòng kǔ zhī zhōng nián jì dà de rén
过去的人永远活在痛苦之中。年纪大的人
huì shuō guò qù bié rén duì wǒ zěn me hǎo zěn me pěng zhe wǒ
会说，过去别人对我怎么好、怎么捧着，
xiàn zài zhè xiē hái zǐ zěn me duì wǒ zhè yàng zhè jiù shì méi yǒu fàng
现在这些孩子怎么对我这样，这就是没有放
xià guò qù de yí dìng yào ràng tā guò qù bú bì yì zhí guà zài xīn
下。过去的一定要让它过去，不必一直挂在心
tóu zhēn zhèng de shī bài bú shì shuāi dǎo zài dì ér shì shuāi dǎo
头。真正的失败不是摔倒在地，而是摔倒
zài dì méi yǒu pá qǐ lái yí dìng yào zhàn qǐ lái wǒ men měi gè
在地没有爬起来。一定要站起来，我们每个
rén dōu zuò cuò hěn duō shì qing xiǎng xiǎng wǒ men cóng nián qīng
人都做错很多事情，想想我们从年轻
dào nián lǎo wǒ men shāng guò duō shǎo rén dé zuì guò duō shǎo
到年老，我们伤过多少人，得罪过多少
rén shuō cuò guò duō shǎo huà wǒ men xīn zhōng de cán kuì xīn
人，说错过多少话，我们心中的惭愧心
yǒu duō shǎo wǒ men duì bu qǐ de rén tài duō duì bu qǐ fù mǔ
有多少，我们对不起的人太多，对不起父母

jiào yù péi yǎng duì bu qǐ lǎo shī duì wǒ men de zhūn zhūn jiào dǎo
教育培养，对不起老师对我们的谆谆教导，
mí shī zài rén jiān de gǔn gǔn hóng chén dāng zhōng tiān tiān zài zhǎo
迷失在人间的滚滚红尘当中，天天在找
xún zěn yàng fā cái zěn yàng yǒu míng yǒu lì zhè xiē dōu shì kōng
寻怎样发财，怎样有名有利，这些都是空
wú de yí dìng yào zhuā zhù zì jǐ de běn xìng zhèng què shù lì
无的，一定要抓住自己的本性，正确树立
xué fó de xìn xīn zài rén shēng de cuò wù zhōng dé dào xǐng wù jì
学佛的信心，在人生的错误中得到醒悟。既
rán zuò cuò le jiù yào dǒng de xǐng wù huó zài shì jiè shàng rú
然做错了，就要懂得醒悟，活在这个世界上如
guǒ méi yǒu rén jiān de kǎn kě wǒ men jiù bú huì fā xiàn wēi dà de
果没有人间的坎坷，我们就不会发现伟大的
fó fǎ
佛法。

wǒ men zài rén jiān jiù shì shēng bú dài lái sǐ bú dài qù wǒ men
我们在人间就是生不带来死不带去。我们
dài lái le shén me wǒ men yǒu shén me néng liú xià lái wǒ men lái
带来了什么？我们有什么能留下来？我们来
de shí hou gū shēn yì rén zǒu de shí hou yě shì gū shēn yì rén
的时候孤身一人，走的时候也是孤身一人。
shēng huó jiù shì zài lún huí zhōng shēng mìng zài jìn qǔ zhōng zhǐ
生活就是在轮回中，生命在进取中，只

yǒu xué fó rén de shēng mìng cái shì yǒng héng yǒu jià zhí de zhǐ yǒu
有学佛人的生命才是永恒有价值的，只有
xué fó rén de shēng huó cái shì zuì yǒu yì yì de
学佛人的生活才是最有意义的。

yào jīng cháng lěng jìng de wèn wèn zì jǐ wǒ zài zhuī qiú
要经常冷静地问问自己：“我在追求
shén me wǒ huó zhe dào dǐ wèi le shén me rén jiān de tòng kǔ
什么？我活着到底为了什么？”人间的痛苦
hé kuài lè dōu shì zàn shí de rú guǒ nǐ bù gěi zì jǐ fán nǎo bié
和快乐都是暂时的，如果你不给自己烦恼，别
rén jiù yǒng yuǎn méi yǒu jī huì gěi nǐ fán nǎo yào kòng zhì hǎo zì
人就永远没有机会给你烦恼。要控制好自
jǐ de xīn kòng zhì hǎo zì jǐ de qíng wǒ men měi tiān dōu zài zhī
己的心，控制好自己之情。我们每天都在织
wǎng zhuī qiú qián de rén màn màn jiù bèi qián wǎng zhù jiù xiàng
网，追求钱的人慢慢就被钱网住，就像
hěn duō rén mǎi le gǔ piào jiù bèi gǔ piào tào zhù hěn duō rén wéi
很多人买了股票就被股票套住；很多人为
gǎn qíng suǒ kùn yīn wei zuān dào le gǎn qíng lǐ miàn hěn duō
感情所困，因为钻到了感情里面；很多
rén wéi mìng yùn wéi shì yè suǒ kùn hěn duō rén wéi hái zǐ suǒ kùn
人为命运为事业所困；很多人为孩子所困，
zuì hòu jiù bèi hái zǐ tào zhù fó jiào shí jì shàng jiù shì jiě jué rén
最后就被孩子套住。佛教实际上就是解决人
shēng lǚ tú zhōng wèi fán nǎo suǒ kùn rǎo de wèn tí shēng sǐ zhī
生旅途中为烦恼所困扰的问题。生死之

zhōng jiù wú fó rú guǒ nǐ jīn tiān hái yǒu shēng sǐ jiù méi yǒu
中 就 无 佛， 如 果 你 今 天 还 有 生 死， 就 没 有
fó zài xīn zhōng jiù yí dìng zài liù dào zhī zhōng lún huí yǒng yuǎn
佛 在 心 中 ， 就 一 定 在 六 道 之 中 轮 回， 永 远
tuō lí bù liǎo kǔ tòng suǒ yǐ chāo tuō liù dào jiù shì jiě fàng zì jǐ
脱 离 不 了 苦 痛 ， 所 以 超 脱 六 道 就 是 解 放 自 己
de sī wéi yòng zì jǐ de xīn niàn hé pú sà jǐn jǐn hé zài yì qǐ
的 思 维 ， 用 自 己 的 心 念 和 菩 萨 紧 紧 合 在 一 起，
yòng fó pú sà de zhì huì lái jiě tuō wǒ men de xiàn zài fàng xià jiù
用 佛 菩 萨 的 智 慧 来 解 脱 我 们 的 现 在， 放 下 就
shì huó zài dāng xià
是 活 在 当 下。

rén zǒng shì xǐ huan bǎ zì jǐ de yì zhǒng yì shí dāng chéng zì
人 总 是 喜 欢 把 自 己 的 一 种 意 识 当 成 自
jǐ qí shí yǒu shí hou nà bìng bú shì nǐ zì jǐ hěn duō rén huó zài
己， 其 实 有 时 候 那 并 不 是 你 自 己。 很 多 人 活 在
yì shí zhōng jiù shì xiǎng xiàng mǒu jiàn shì qing yǐ wéi zhè jiù shì
意 识 中 ， 就 是 想 象 某 件 事 情 ， 以 为 这 就 是
wǒ suǒ yǐ jiù bèi yì shí kòng zhì zhù nǐ běn lái shì bù tān de
我， 所 以 就 被 意 识 控 制 住。 你 本 来 是 不 贪 的，
dàn shì kàn dào bié rén de tān xīn jiù jiā rù dào tān xīn de duì wu zhōng
但 是 看 到 别 人 的 贪 心 就 加 入 到 贪 心 的 队 伍 中，
zhè jiù shì jiǎ wǒ hěn duō rén kàn dào bié rén pái duì zì jǐ de běn
这 就 是 假 我。 很 多 人 看 到 别 人 排 队， 自 己 的 本
xìng shuō wǒ bú zài hu shén me dōng xi pián yi wǒ yě wú suǒ
性 说 ， “ 我 不 在 乎， 什 么 东 西 便 宜 我 也 无 所

wèi dàn shì kàn dào duì wu yuè pái yuè cháng zì jǐ yě xiān pái
谓”，但是看到队伍越排越长，自己也先排
shàng qù rán hòu zài wèn bié rén shì zài mài shén me tā shén me
上去，然后再问别人是在卖什么。他什么
dōu bù zhī dao jiù yǐ jīng pái shàng qù le zhè ge yì shí bú shì zhēn
都不知道就已经排上去了，这个意识不是真
shí de zì wǒ shì jiǎ de yì shí shì rén de zì wǒ yì shí de xíng
实的自我，是假的意识，是人的自我意识的形
chéng shì tōng guò bié rén de shì qing hé gǎn guān suǒ xíng chéng de
成，是通过别人的事情和感官所形成的。
bǐ fang shuō zǎo shàng xiǎng chū mén tū rán gǎn jué wài miàn tè
比方说，早上想出门，突然感觉外面特
bié lěng yí gè yì shí jiù chū xiàn le wǒ bú qù le jīn tiān qǐng
别冷，一个意识就出现了“我不去了，今天请
jià ba zhè jiù shì nǐ de yì shí zhǐ huī zhe nǐ de shēn tǐ jiù
假吧！”这就是你的意识指挥着你的身体，就
xíng chéng le yí gè gǎn dào hán lěng yì shí de wǒ hěn duō qiú fàn
行成了一个感到寒冷意识的我。很多囚犯
bèi zhuā de shí hou cái shuō wǒ yě bù zhī dao zì jǐ wèi shén me
被抓的时候才说，“我也不知道自己为什么
huì zhè yàng wǒ jiù shì yí zhǒng chōng dòng yào jì zhù
会这样，我就是一种冲动”。要记住，
chōng dòng jiù shì mó xīn zhōng píng shí yào yǒu fó xìng mó xìng
冲动就是魔，心中平时要有佛性，魔性
cái huì shǎo yào wàng què yí gè xū wàng de wǒ xíng chéng yí gè
才会少。要忘却一个虚妄的我，形成一个
zhēn shí de wǒ nà cái shì wàng wǒ
真实的我，那才是忘我。

diǎn rán xīn dēng zhào liàng bié rén tái zhǎng jīng cháng jiǎng
点 燃 心 灯 照 亮 别 人。 台 长 经 常 讲 ，
rú hé ràng zì jǐ de huǒ bǎ yǒng yuǎn bú miè zhǐ yǒu bǎ zì jǐ de
如 何 让 自 己 的 火 把 永 远 不 灭 ， 只 有 把 自 己 的
huǒ bǎ diǎn gěi quán shì jiè měi yí gè yǒu yuán zhòng shēng nǐ de
火 把 点 给 全 世 界 每 一 个 有 缘 众 生 ， 你 的
fó xìng zài xīn zhōng cái yǒng yuǎn bú huì huǐ miè
佛 性 在 心 中 才 永 远 不 会 毁 灭 。

wǒ men xué fó rén kàn shì qing dōu yīng gāi kàn chéng liǎng miàn
我 们 学 佛 人 看 事 情 都 应 该 看 成 两 面
xìng rèn hé shì qing dōu yǒu zhèng miàn de hé fù miàn de cái
性 ， 任 何 事 情 都 有 正 面 的 和 负 面 的 ， 才
néng xíng chéng xīn lǐ píng héng hěn duō rén bú huì yòng xīn lǐ
能 形 成 心 理 平 衡 。 很 多 人 不 会 用 心 理
píng héng xué fó xué fǎ wǒ men jīn tiān yǐ jīng xué fó le wǒ
平 衡 学 佛 学 法 。 我 们 今 天 已 经 学 佛 了 ， 我
men dǒng de zěn yàng zhēn xī rén shēng kàn dào bié rén hǎo le
们 懂 得 怎 样 珍 惜 人 生 ， 看 到 别 人 好 了 ，
xiǎng dào bié rén shì fù chū nǚ lì de zhè yàng xīn jiù píng héng le
想 到 别 人 是 付 出 努 力 的 ， 这 样 心 就 平 衡 了 ；
kàn dào bié rén bù hǎo yào jǐng jiè zì jǐ shì yīn wei wǒ men méi
看 到 别 人 不 好 ， 要 警 戒 自 己 ， 是 因 为 我 们 没
yǒu hǎo hǎo xiū xíng píng héng zì jǐ de xīn tài jiù jué dìng bù tóng
有 好 好 修 行 。 平 衡 自 己 的 心 态 就 决 定 不 同
de rén shēng guān hé jià zhí guān dōu shì kào zhe yì zhǒng píng
的 人 生 观 和 价 值 观 ， 都 是 靠 着 一 种 平

héng de xīn tài rèn hé rén xué fó chéng gōng dōu shì kào zhe zì wǒ
衡 的 心 态 。 任 何 人 学 佛 成 功 都 是 靠 着 自 我

tiáo jié de xīn tài xué fó rén yòng miào fǎ kàn rén shēng rén jiān
调 节 的 心 态 。 学 佛 人 用 妙 法 看 人 生 ， 人 间

de yí qiè dōu shì xū huàn de jīn tiān yǒu míng tiān méi yǒu hòu
的 一 切 都 是 虚 幻 的 ， 今 天 有 明 天 没 有 ， 后

tiān yǒu dà hòu tiān yòu méi yǒu rén jiù shì zài sì yǒu sì wú zhōng
天 有 大 后 天 又 没 有 ， 人 就 是 在 似 有 似 无 中

huó zhe jiù shì zài hǎo xiàng huó zhe yòu hǎo xiàng sǐ qù yí yàng de
活 着 ， 就 是 在 好 像 活 着 又 好 像 死 去 一 样 的

huó zhe shēng sǐ shì lún huí de shēng shēng sǐ sǐ huó zhe de
活 着 。 生 死 是 轮 回 的 ， 生 生 死 死 ， 活 着 的

rén rú guǒ bù dǒng de xué fó bù dǒng de ài hù zhòng shēng bù
人 如 果 不 懂 得 学 佛 、 不 懂 得 爱 护 众 生 、 不

dǒng de yīn guǒ jiù rú tóng sǐ rén ér sǐ qù de rén rú guǒ tā
懂 得 因 果 ， 就 如 同 死 人 ； 而 死 去 的 人 ， 如 果 他

de jīng shén yǒng cún jiù xiàng huó zhe yí yàng ròu tǐ shì zàn shí
的 精 神 永 存 ， 就 像 活 着 一 样 。 肉 体 是 暂 时

de yào jiè jiǎ xiū zhēn ràng wǒ men de líng hún gēn zhe pú sà zài
的 ， 要 借 假 修 真 ， 让 我 们 的 灵 魂 跟 着 菩 萨 在

rén jiān yǒng cún
人 间 永 存 。

yào yòng lè guān de xīn tài kàn shì jiè shàng suǒ yǒu de shì qing
要 用 乐 观 的 心 态 看 世 界 上 所 有 的 事 情 。

shén me shì guān diǎn shén me shì lè guān hé bù lè guān kàn dào
什 么 是 观 点 ？ 什 么 是 乐 观 和 不 乐 观 ？ 看 到

zhuō zi shàng yǒu bàn gè miàn bāo bēi guān de rén huì shuō āi
桌子上有半个面包，悲观的人会说“哎
yā zhǐ shèng bàn gè miàn bāo le ér lè guān de rén huì shuō
呀，只剩半个面包了。”而乐观的人会说：
zěn me hái yǒu bàn gè miàn bāo zhè jiù shì rén de xīn tài
“怎么还有半个面包！”这就是人的心态，
xī wàng dà jiā duān zhèng zì jǐ de xīn tài hǎo hǎo zuò rén
希望大家端正自己的心态，好好做人。

xué fó jiù shì zài xué zuò rén zuò rén jiù shì yào zuò de xiàng fó
学佛就是在学做人，做人就是要做的像佛。
guāng míng xīn dēng tiān tiān diǎn liàng ràng zì jǐ de xīn yǒng yuǎn
光明心灯天天点亮，让自己的心永远
yǒu yì kē fó xīn diǎn zài xīn zhōng zhào biàn shí fāng fǎ jiè wǒ
有一颗佛心，点在心中，照遍十方法界；我
men xué fó rén bú shì diǎn zài wài miàn gěi bié rén kàn de yào
们学佛人不是“点”在外面给别人看的，要
yòng zì jǐ de xīn qù gǎn dòng bié rén yòng zì jǐ de xīn qù ài bié
用自己的心去感动别人，用自己的心去爱别
rén wǒ men hěn duō de shì qing qíng yuàn cóng lái méi yǒu yōng yǒu
人。我们很多的事情情愿从来没有拥有
guò yě hǎo guò yōng yǒu hòu zài shī qù suǒ yǐ bú yào tài duō de
过，也好过拥有后再失去，所以不要太多的
yōng yǒu jiù bú huì yǒu tài duō de shī qù bú yào yǒu tài duō de
拥有，就不会有太多的失去，不要有太多的
yù wàng jiù bú huì yǒu tài duō de shī wàng
欲望，就不会有太多的失望。

rén shēng jiù shì rú cǐ rén yǒu shí dào jué wàng zhī hòu cái
人生就是如此，人有时到绝望之后，才
huì zhēn zhèng shì fàng zì jǐ méi yǒu dào jué wàng de shí hou fàng
会真正释放自己，没有到绝望的时候放
bú xià dāng dào le jué wàng wú zhù le zhī dao méi yǒu xī
不下，当到了绝望，无助了，知道没有希
wàng le jiù xiǎng tōng le wú suǒ wèi le jiù zhè yàng le
望了，就想通了，“无所谓了，就这样了，
yòu néng zěn yàng ne bú jiù shì yí gè yuán fèn ma yào jīng
又能怎样呢，不就是一个缘分吗？”要经
cháng shì fàng zì jǐ bú yào děng zì jǐ jué wàng le cái kāi shǐ shì
常释放自己，不要等自己绝望了才开始释
fàng zì jǐ rén jīng cháng chéng shòu shī qù de dǎ jī jiù shì yuán
放自己。人经常承受失去的打击，就是源
yú xiǎng yōng yǒu de gēn wǒ men jīng cháng shāng xīn de jiù shì shī
于想拥有的根。我们经常伤心的就是失
qù zhè ge méi yǒu dé dào nà ge guān méi yǒu qiú dào nà ge
去：这个没有得到，那个官没有求到，那个
qián méi yǒu ná dào nà ge shēn fèn méi yǒu dé dào xiǎo hái xiǎng
钱没有拿到，那个身份没有得到，小孩想
kǎo jīng yīng zhōng xué méi yǒu kǎo shàng suǒ yǒu de yí qiè dōu
考精英中学没有考上... ..所有的一切都
shì xīn gēn céng jīng yōng yǒu jiē zhe jiù huì shī qù xiàn zài zài
是心根。曾经拥有，接着就会失去，现在再
qù yōng yǒu hěn kuài yòu huì shī qù jiàn jiàn jiù bù cún zài xī wàng
去拥有，很快又会失去，渐渐就不存在希望
le yǒu rén dì yī cì jié hūn hòu lí hūn hěn tòng kǔ dì èr cì jié
了。有人第一次结婚后离婚很痛苦；第二次结

hūn de shí hou mǎn huái xī wàng yíng jiē xīn de shēng huó méi xiǎng
婚的时候满怀希望迎接新的生活，没想
dào jiē zhe yòu shì shī wàng dào dì sān cì de shí hou yǐ jīng méi
到接着又是失望；到第三次的时候，已经没
yǒu duì rén duì wù de xī wàng le jiē zhe ràng tā gèng duō de shī
有对人对物的希望了，接着让她更多的失
wàng yí gè rén xī wàng yuè dà kě néng shī wàng jiù huì yuè dà
望。一个人希望越大，可能失望就会越大，
rán hòu jiù huì jué wàng dàn shì xué fó rén zhǎo dào fó fǎ de shí
然后就会绝望。但是学佛人找到佛法的时候
hou jiù lí kāi shī wàng chóng xīn zuò rén kàn dào xī wàng cái
候，就离开失望，重新做人，看到希望才
néng zhǎo dào rén jiān kuài lè de shí guāng
能找到人间快乐时光。

jué wàng shí bù fán nǎo yí gè rén chī jìn rén jiān wàn bān kǔ
绝望时不烦恼，一个人吃尽人间万般苦，
cái huì zhǎo dào fó de xī wàng lù rén shēng yǒu xī wàng jiù yí
才会找到佛的希望路。人生有希望就一
dìng huì yǒu shī wàng shī wàng hé xī wàng rú tóng rén jiān de
定会有失望，失望和希望如同人间的
shuāng bāo tāi zhè ge hái zi yǒu le nà ge hái zi jiù méi yǒu nà
双胞胎，这个孩子有了那个孩子就没有，那
ge hái zi yǒu le zhè ge hái zi jiù méi yǒu le shì jiè zhè me dà
个孩子有了这个孩子就没有了。世界这么大，
wǒ men bù lái rén jiān zěn zhī rén jiān zhī kǔ wǒ men bú qù shēng
我们不来人间，怎知人间之苦？我们不去生

huó nǎ zhī yōng yǒu shén me shī qù shén me xué fó rén yí dìng
活，哪知拥有有什么失去什么？学佛人一定
yào yǒu yǒng qì qù jiē shòu yǒu chéng shòu wú
要有勇气去接受有、承受无。

yí gè rén xué fó bù néng shuō wǒ jīn tiān wén dào fó fǎ le
一个人学佛，不能说我今天闻到佛法了，
xīn zhōng hái bù jīng jìn nǚ lì wǒ zài děng shén me xiū chán rén
心中还不精进努力，我在等什么？修禅人
de jìng jiè wú lùn shén me dōu bú yào jiǎ shǒu yú bié rén yào dǒng
的境界，无论什么都不要假手于别人，要懂
de zì xiū zì dé hěn duō rén zì jǐ bú niàn jīng qǐng bié rén niàn
得自修自得。很多人自己不念经请别人念，
tā dé dào de bú shì zì jǐ de gōng dé ér shì bié rén de gōng dé
他得到的不是自己的功德而是别人的功德。
xué fó rén bù néng děng dào míng tiān bié rén bú shì wǒ xiàn zài
学佛人不能等到明天，别人不是我，现在
bú zuò gèng dài hé shí
不做，更待何时？

xué fó rén bì xū yào zhuā jǐn shí jiān wǒ men xué fó yào zài
学佛人必须要抓紧时间，我们学佛要在
tòng kǔ zhōng zhǎo dào zì wǒ cóng shāng hài zhōng zhǎo chū rén
痛苦中找到自我，从伤害中找出人
shēng de fāng xiàng xué fó huì shǐ zì jǐ gèng yǒu zhì huì tòng kǔ
生的方向，学佛会使自己更有智慧，痛苦

de shí hou yào yǒu nài xīn bù xué fó de rén yí bèi zǐ kǔ ér xué
的时候要有耐心。不学佛的人一辈子苦，而学
fó rén zhī dào le yuán yīn zhī dào le jiě jiù fāng fǎ suǒ yǐ xué fó
佛人知道了原因、知道了解救方法，所以学佛
rén de kǔ shì zàn shí de bù xué fó rén kǔ shì yǒng yuǎn de tòng
人的苦是暂时的，不学佛人苦是永远的。痛
kǔ shí yào yǒu nài xīn shāng hài bié rén bì xū yào chàn huǐ zài rén
苦时要有耐心，伤害别人必须要忏悔，在人
jiān chī kǔ yào yǒu héng xīn yōng yǒu nài xīn hé héng xīn shì xué fó
间吃苦要有恒心。拥有耐心和恒心是学佛
de jī chǔ xué fó rén bì xū yào yǒu héng xīn nài xīn rú guǒ shuí
的基础，学佛人必须要要有恒心耐心，如果谁
shī qù xué fó de nài xīn jiù shī qù le héng xīn jiù bù néng yōng
失去学佛的耐心，就失去了恒心，就不能拥
yǒu xué fó de zhì huì
有学佛的智慧。

fū qī chǎo jià shuí yǒu nài xīn shuí jiù néng jiě jué wèn tí yǔ
夫妻吵架，谁有耐心谁就能解决问题；与
péng you zuò shēng yì bù guǎn shòu dào shén me shāng hài shuí
朋友做生意，不管受到什么伤害，谁
yǒu héng xīn jiù néng bǎ shēng yì zuò hǎo zuò rén yào zài rěn rǔ
有恒心就能把生意做好。做人要在忍辱
zhōng xué huì jīng jìn yí dìng yào rěn rǔ jīng jìn fū qī yǒu sān gè
中学会精进，一定要忍辱精进。夫妻有三个
jiē duàn dì yī gè jiē duàn shì xiāng ài guò yí duàn shí jiān shì
阶段：第一个阶段是相爱；过一段时间是

zhēng chǎo ; dì sān gè jiē duàn jiù kàn nǐ men zì jǐ de běn shì
争 吵 ; 第 三 个 阶 段 就 看 你 们 自 己 的 本 事 ,
shuí yǒu zhè liǎng gè zì shuí jiù néng wéi chí jiā tíng méi yǒu zhè
谁 有 这 两 个 字 谁 就 能 维 持 家 庭 , 没 有 这
liǎng gè zì jiù jiā tíng pò liè zuì hòu zhè liǎng gè zì jiù shì rěn
两 个 字 就 家 庭 破 裂 , 最 后 这 两 个 字 就 是 “ 忍
nài yǒu yí gè zhēn shí de xiǎo xiào huà nián yí wèi fù
耐 ” 。 有 一 个 真 实 的 小 笑 话 , 2011 年 一 位 妇
nǚ dài zhe yì zhī yīng wǔ dào fǎ yuàn tí chū lí hūn yuán yīn shì jiā
女 带 着 一 只 鹦 鹉 到 法 院 提 出 离 婚 , 原 因 是 家
lǐ yǎng de zhè zhī yīng wǔ bù tíng shuō lí hūn lí hūn rěn nài
里 养 的 这 只 鹦 鹉 不 停 说 “ 离 婚 、 离 婚 , 忍 耐 、
rěn nài zài rěn nài zài rěn nài tài tai jiù huái yí zhàng fu
忍 耐 , 再 忍 耐 、 再 忍 耐 ” 太 太 就 怀 疑 丈 夫
gēn wài miàn de nǚ péng you shuō wǒ yí dìng huì lí hūn nǐ
跟 外 面 的 女 朋 友 说 : “ 我 一 定 会 离 婚 , 你
yào rěn nài tā huái yí zhàng fu bìng qiě dài zhe yīng wǔ lái dào
要 忍 耐 。 ” 她 怀 疑 丈 夫 , 并 且 带 着 鹦 鹉 来 到
fǎ yuàn fǎ yuàn bù tóng yì tā huí jiā jiù bù tíng de hé zhàng fu
法 院 , 法 院 不 同 意 , 她 回 家 就 不 停 地 和 丈 夫
chǎo zuì hòu zhàng fu zhēn de zài wài miàn zhǎo rén le zhēn de
吵 , 最 后 丈 夫 真 的 在 外 面 找 人 了 , 真 的
lí hūn le zhè jiù shì méi yǒu zhì huì a bǎ bié rén wǎng hǎo de
离 婚 了 。 这 就 是 没 有 智 慧 啊 。 把 别 人 往 好 的
dì fang kàn xīn zhōng jiù yōng yǒu zhèng néng liàng bǎ bié rén
地 方 看 , 心 中 就 拥 有 正 能 量 , 把 别 人
wǎng huài de dì fang kàn jiù yōng yǒu fù néng liàng xué fó rén bì
往 坏 的 地 方 看 , 就 拥 有 负 能 量 。 学 佛 人 必

xū yào yǒu zhèng néng liàng , shén me shì qing dōu yào wǎng hǎo de
须要有正能量，什么事情都要往好的
fāng xiàng kàn , yīn wei wǒ men yōng yǒu měi hǎo de míng tiān , ér
方向看，因为我们拥有美好的明天，而
míng tiān shì yóu wǒ men zì jǐ kòng zhì de , yīn wei yǒu fó de zhǐ
明天是由我们自己控制的，因为有佛的指
dǎo 。
导。