

35. Berhenti Berbohong dan Mengubah Kebiasaan Buruk

Berbohong dibedakan menjadi kebohongan besar dan kebohongan kecil. Hari ini Master akan membahas dengan lebih terperinci. Banyak orang mengatakan: “Master, saya tidak menyakiti orang lain. Membual, apa juga adalah kebohongan?” Hari ini saya akan membahas dengan kalian, apakah kebohongan besar dan apakah kebohongan kecil? Pertama, kebohongan kecil adalah mengatakan perkataan yang tidak sesuai kenyataan, berbohong atau berdusta. Kebohongan kecil seperti ini, asalkan mau bertobat kepada semua makhluk, biasanya bisa dihapus dengan bersih. Misalnya, hari ini saya mengatakan satu hal namun kurang sesuai dengan kenyataan, akan tetapi memang benar ada hal seperti ini. Terhadap hal ini, saya ada sedikit berbohong, di atas dasar seperti ini, saya berbohong sedikit, ini disebut sebagai kebohongan kecil,

karena dia tidak menyakiti orang lain. Misalnya, hari ini kalian menyuruh seseorang pergi keluar, namun dia tidak ingin pergi, “Aduh, hari ini kebetulan saya sedang tidak enak badan, saya tidak ingin pergi.” Sebenarnya, tubuhnya baik-baik saja, bukankah berarti dia telah berbohong? Akan tetapi apakah kebohongan ini membawa dampak buruk bagi orang lain? Tidak. Misalnya, hari ini dia tidak mau meminjamkan uang ke orang lain, sedangkan orang ini berkata mau meminjam uang darinya, maka dia berkata: “Hari ini tidak ada uang di kantung saya.” Ini adalah kebohongan kecil. Kebohongan-kebohongan kecil seperti ini, biasanya cukup melafalkan {Li Fo Da Chan Hui Wen}, selain itu juga harus meminta maaf kepada orang lain. Tahukah kalian, mengapa Master meminta kalian untuk berkata kalau diri sendiri yang salah atau minta maaf di hadapan orang-orang? Di hadapan semua orang? Karena jika ingin menghilangkan dosa karma buruk ini yang ada pada diri sendiri, cara yang

terbaik adalah dengan mengatakan “maaf” di hadapan semua orang, karena adanya semua orang yang menerima karmamu ini, berarti menggantikanmu menanggung karma ini. Karena setelah kamu melakukan kesalahan, kamu mengatakan “Maaf” , lalu semua orang berkata, “Sudahlah, maafkan saja dia” . Begitu pemikiran mereka ini muncul, maka kamu akan segera terbebaskan. Ini juga mengapa Master meminta kalian untuk mengakui kesalahan, selain itu harus mengakuinya di hadapan orang-orang di satu tempat ini, karena dengan begitu dosa karma buruk ini akan semakin cepat terhapus. Jika seseorang semakin gengsi dan tidak mau mengakui kesalahan dan kekurangannya sendiri, maka dosa karma buruk orang ini akan semakin berat, apapun yang dilakukannya akan menghadapi banyak halangan. Oleh karena itu, seseorang yang benar-benar pandai, begitu menghadapi masalah akan segera berkata, “Maaf, saya yang salah” . Inilah mengapa saya berkali-kali menyuruh

Tuan Liu di sini berkata pada kalian, “Saya telah salah, setelah saya sehat, saya tidak membina diri dan belajar Dharma dengan tekun, pada akhirnya kanker liver saya kembali kambuh.”

Coba kalian pikirkan, kalian adalah murid saya, terhadap kalian dan para murid pengikut, Master sangat menyukai kalian. Akan tetapi di mana masalahnya? Walau menyukai kalian, lalu mengapa masih ada orang yang bernasib sangat buruk? Masih sangat sulit mengubah nasibnya sendiri? Lalu mengapa ada orang yang berubah begitu cepat? Walau saya tidak mengatakan kesalahanmu, namun tetap ada dosa karma buruk pada dirimu. Misalnya, ada murid pengikut yang melakukan banyak kesalahan, siapapun mengetahuinya, tetapi dia selalu saja mencari alasan. “Aduh, saya tidak bermaksud begini, saya tidak begitu ...” , kata “tidak” kamu ini telah sepenuhnya membentengi dirimu sendiri. Meskipun kamu mengatakan,

“Aduh, maaf” , tetapi kamu tetap juga mencari beberapa alasan dulu baru mengatakan maaf, maka sesungguhnya kamu sama sekali tidak akan mendapatkan maaf dari Bodhisattva. Walaupun Master mempercayaimu, mengakuimu, saya tidak mengkritik dan memarahimu, namun sesungguhnya, ini berdampak lebih buruk terhadap dirimu. Coba lihat saja, permohonanmu terkabul atau tidak? Lancar atau tidak? Setelah kamu renungkan sendiri, kamu akan menyadarinya. Sedangkan ada murid pengikut mengapa permohonannya bisa terkabul? Misalnya kondisi putranya sudah membaik, ada masalah di rumah, ini sangat normal, tetapi satu per satu semuanya bisa teruraikan – karena dia benar-benar membina diri. Kalian harus ingat: jika kalian melakukan kesalahan, lalu di hadapan banyak orang, kalian berkata, “Maaf, saya telah salah” , maka tingkat kesadaran spiritual kalian akan semakin tinggi, kalian akan semakin dihormati orang-orang. Orang yang bersikeras tidak mau mengakui

kesalahannya, orang seperti akan semakin dipandang rendah orang-orang, pada akhirnya akan dikucilkan orang-orang. Memangnya ada alasan apa? Apa yang perlu dijelaskan? Sudah berapa kali saya katakan pada kalian, jangan mencari-cari alasan. Jika melakukan kesalahan apapun, asalkan kalian mulai beralasan, Master tidak akan bicara lagi. Saya tidak bicara, maka kalian sendiri yang akan menelan dosa karma buruk ini. Jika kamu berkata, “Saya minta maaf pada semuanya” , namun perkataan ini harus tulus. Tidak peduli kamu tulus atau tidak, namun jika raut wajah dan perkataanmu membuat orang lain merasa kalau kamu berpura-pura, berarti kamu belum membina diri dengan baik. Kalian semua harus belajar baik-baik, harus tulus, harus sungguh-sungguh bertobat.

Kebohongan besar adalah pernyataan yang belum terbukti atau dibuktikan kenyataannya. Yakni, berita yang tanpa ada informasi apapun, sembarangan disebarkan

keluar, ini adalah kebohongan besar. Dengan kata lain, sesuatu yang belum pernah terjadi, dia bisa membuatnya sendiri, dia bisa berandai-andai sendiri, kemudian dibesarkan seperti sesuatu yang benar-benar nyata, ini yang disebut sebagai kebohongan besar. Misalnya, hari ini kamu melihat ayah pulang terlambat, lalu kamu bicara pada ibu, "Ayah hari ini mungkin pergi makan dengan pacar perempuannya" , namun sesungguhnya ini adalah hal yang sama sekali tidak nyata, ini disebut sebagai kebohongan besar. Mengada-ada sesuatu yang tidak ada, ini adalah kebohongan besar, ini adalah dosa karma buruk yang besar, akan menerima hukuman di Neraka, selain itu akan mengurangi jasa kebajikan dan merupakan perbuatan amoral yang sangat besar. Jika memang benar-benar melihatnya, lalu kamu sedikit membesarkannya, ini adalah kebohongan kecil.

Setelah menekuni Dharma, kita harus sering merenungkan hukum karma dan balasannya. Dengan kata lain, setelah mempelajari ajaran Buddha Dharma, kita harus sering memikirkan karma dan balasan karmanya. Misalnya, hari ini saya mengatakan kebohongan, maka selanjutnya, apa balasan karma yang akan saya terima? Hari ini saya mengada-ada sesuatu yang tidak ada, maka selanjutnya saya pun akan difitnah oleh orang lain. Jangankan mengatakan kebohongan, jika kamu mencurigai orang lain pun, maka lain kali kamu pasti akan dicurigai oleh orang lain. Ada banyak pasangan suami istri di antara kalian bukankah juga begitu? Jika hari ini kamu mencurigainya, coba lihat saja, dua hari kemudian, bukankah dia pun akan mencurigaimu? Sesederhana ini saja. Ini yang dinamakan balasan karma. Apabila di kehidupan ini, kamu sangat miskin, berarti di kehidupan sebelumnya, kamu pasti sangat tamak, tidak mau menolong dan membantu orang lain. Jika orang ini tidak rela memberikan uangnya, tidak

rela mengeluarkan tenaga dan kekuatannya, tidak mau membantu orang lain, tidak suka memperluas jalinan jodoh baik dengan orang lain, maka orang ini di kehidupannya ini akan sangat miskin. Apakah “orang yang miskin” ? Itu adalah orang yang tidak mau berdana. Seperti, ada orang yang suka menyembunyikan uang, sampai pada akhirnya, hidupnya akan menjadi semakin miskin. Mengapa begitu? Karena hatinya miskin. Dia menyembunyikan ini, lalu dihitung-hitung merasa tidak cukup, lalu dia menyembunyikan lagi. Hatinya ini selamanya tidak akan pernah merasa puas, maka dia selamanya adalah orang miskin. Meskipun di rumah dia menyembunyikan 1 juta dolar, dia juga akan merasa 1 juta dolar ini tidak cukup, semakin dia menyimpan uang, semakin miskin. Seseorang yang punya uang namun tidak meunggunakannya adalah orang miskin; seseorang yang tidak punya uang namun rela meunggunakannya, maka orang ini seumur hidupnya adalah orang yang kaya. Di

dunia ini benar-benar ada orang seperti ini, meski tidak punya uang – tidak kaya, namun masih terus menggunakannya, uangnya tidak tahu berasal dari mana. Sedangkan ada orang yang punya uang, namun tidak rela menggunakannya, pada akhirnya uangnya ini tidak tahu hilang ke mana. Coba kalian pikirkan, apakah ada orang seperti ini di sekitar kalian? Ada sebagian orang tidak terlalu kaya, namun dia tetap bersikap murah hati, dia merasa sangat senang, dia merasa dirinya seperti seorang jutawan, dia selamanya akan punya uang. Sedangkan ada orang, yang sangat kaya raya, namun semua uangnya disimpan, dirinya memakan nasi yang direndam ke air, bahkan lobak kering saja tidak rela beli, malah masih memungut daun sayur di luar. Meskipun dia menyimpan banyak uang di bank, akan tetapi dia selamanya akan menjadi orang miskin. Inilah pepatah yang sangat berfilsafat – hanya dengan memberi baru bisa mendapat. Kalau tidak mau memberi, mana bisa mendapat? Kamu

menyimpan uang di rumah, maka lihat saja, uang ini selamanya hanya akan sejumlah ini. Karena air mengalir, ikan-ikan baru berenang di dalamnya; kalau air mati, maka air ini akan menjadi bau. Oleh karena itu, sesuatu yang bergerak baru bisa hidup, tidak bergerak maka tidak akan bisa hidup. Manusia hidup harus bergerak, dengan bergerak baru bisa hidup, maka orang-orang harus melakukan kegiatan. Jika uangmu ini selamanya disimpan di rumah, maka kamu selamanya adalah orang miskin. Perkataan saya tidak salah bukan? Kalian menekuni Dharma juga harus mempelajari banyak prinsip kehidupan.

Kalian harus berubah dan bertobat, mengubah kebiasaan buruk kita sendiri. Apa maksudnya? Berarti, kalian harus segera berubah, setelah berubah harus bertobat. Kalian setiap tahun semakin tua, memangnya setiap tahun masih ingin terus berpura-pura? "Saya tidak begitu" , "Iya, iya, iya..." , masih mau berpura-pura?

Sudah berpura-pura seumur hidup, sudah hampir masuk ke peti mati, kamu masih mau berpura-pura? Keluarkan sifat dasar diri sendiri yang sesungguhnya, jangan lagi membohongi diri. Sepanjang waktu masih menekankan alasan apa? Ada alasan apa lagi? Sudah separuh hidup berlalu, masih mencari-cari alasan sepanjang waktu, "Karena..., maka ... " , "Tidak hanya begitu, selain itu juga begini" , apa artinya? Buka matamu dan lihatlah betapa tuanya dirimu, buka mata dan lihatlah kalau kamu sedang berjalan menuju kematian. Hanya dengan berpikiran terbuka, mampu melihat kebenaran, hanya dengan bertobat, selain itu harus mengubah kebiasaan buruk diri sendiri, dengan kata lain mentransformasi kebiasaan diri sendiri. Apakah kebiasaan sendiri? Itu adalah pola hidup kita. Kebiasaan kalian baik atau buruk? Malas, tamak, pendendam, pencemburu, tidak tahu malu (bersikeras merampas hal-hal yang tidak seharusnya kamu miliki), penakut (tidak berani bertanggung jawab), semua ini

adalah kebiasaan buruk, semua ini harus diubah. Kalian harus membina diri setiap hari, setiap hari harus membandingkan ucapan Bodhisattva dengan diri sendiri, setiap hari membandingkan sila disiplin Bodhisattva dengan diri sendiri, dengan demikian baru bisa membuat pikiranmu berubah. Misalnya, saat melakukan setiap hal, kita harus berpikir, “Apakah Bodhisattva akan berbuat demikian? Apakah Bodhisattva akan berkata demikian? Apakah Bodhisattva akan berpikir begitu?” Asalkan kamu melakukan hal ini, pikiranmu baru bisa menjadi tenang dan bersih, kamu baru bisa memiliki pemikiran yang bersih.

Selanjutnya Master akan membahas, bagaimana kita bisa mengetahui hasil pertobatan diri sendiri? Setiap orang memahami untuk bertobat, kalau begitu apakah kalian tahu kalau pertobatan kita ada hasilnya? Berikutnya, kita akan membahas tentang hasil dari pertobatan. Apabila di depan banyak orang, kamu benar-benar merasa menyesal

dari dalam lubuk hati (kalian tahu kalau bertobat itu sangat penting), menyesali kesalahan kita (bertobat) di depan semakin banyak orang (sesungguhnya ini seperti di agama barat, di mana umat pergi ke ruangan pemuka agama dan mengakui segala perbuatannya), ketika kamu mengatakan keburukan diri sendiri di depan semakin banyak orang, maka semua orang akan membantumu mengikis karma burukmu. Yakni harus belajar menghilangkan gengsi diri sendiri, mengatakan di hadapan banyak orang, “Saya bersalah pada kalian semua.” Coba kalian lihat banyak pemimpin negara yang juga akan meminta maaf kepada rakyatnya jika mereka melakukan kesalahan, dan rakyatnya akan memaafkannya, sesungguhnya ini berarti rakyatnya membantunya menanggung karma-karma buruk ini, jadi dia bisa tetap menjabat sebagai kepala negara; namun jika dia tidak mau mengakui kesalahannya (masih gengsi), maka semua orang akan melawannya dan melengserkannya dari jabatannya. Bukankah ini prinsip di

dunia ini? Bukankah inilah kebenaran Dharma? Maka selanjutnya, saya harus melatih kalian berdiri di hadapan semakin banyak orang, "Saya sangat sedih, dalam minggu ini saya telah melakukan beberapa kesalahan (bersalah terhadap Bodhisattva atau bersalah terhadap orang lain), maaf semuanya, saya sekarang benar-benar menyesalinya." Asalkan kamu berani mengatakannya di sini, maka hatimu akan terasa lega, sedangkan hati orang lain menjadi tidak nyaman, ini yang disebut sebagai cara mengalihkan karma buruk. Apabila kamu ingin mengetahui berhasil atau tidaknya pertobatanmu, maka pertama, kamu sendiri harus berpikir, apakah kamu memimpikan pertanda baik? Bila kamu sudah memimpikan pertanda baik, berarti pertobatanmu sudah berhasil. Jika Bodhisattva sudah memaafkan seseorang, maka orang ini akan memimpikan pertanda baik di malam harinya. Apabila kamu sudah memimpikan pertanda baik, atau dalam kehidupan nyata, segera terjadi sesuatu hal yang baik setelah kamu bertobat,

ini berarti pertobatanmu sudah berhasil. Contoh sederhana: misalnya saya merasa sangat bersalah kepada Bodhisattva, saya benar-benar sangat menyesal. Di hari kedua, jika terjadi hal-hal baik, berarti pertobatanmu sudah berhasil. Kalian harus menyesali kesalahan diri sendiri di depan semua orang. Semakin banyak orangnya, maka sesungguhnya orang yang membantu menghapus karma burukmu semakin banyak. Kalian sama sekali tidak mengerti, malah mementingkan gengsi pada akhirnya menderita sendiri. Seharusnya begitu bertemu masalah, “Maaf Master, saya minta maaf pada semuanya” , maka kesalahannya diri sendiri yang sedikit ini akan terhapus semua. Jika malah bertahan (tidak mau mengaku), sengaja memendam kesalahan ini sendiri, maka dia akan terkunci di dalam, dan membuatmu bersedih. “Saya tidak salah, saya merasa saya sendiri tidak salah ...” Pada saat ini kamu akan merasa segala hal di sekitarmu menyudutkanmu, kamu akan merasa semua orang tidak

bisa memahamimu. Kalau begitu, bukankah kamu akan merasa sedih? Apakah kalian mengerti? Bagus jika kalian sudah mengerti. Kalian mengira Dharma itu begitu mudahnya seperti hanya melafalkan beberapa paritta saja? Yang beranggapan begitu, berarti tidak tersadarkan.

Ada sebagian orang yang mengatakan sudah bertobat, sudah mengaku salah, namun pikirannya masih belum bisa terbuka. Maka selanjutnya, dia akan menambah dua "gembok" . Gembok yang pertama adalah dia berpendapat kalau dirinya sendiri benar; gembok yang kedua adalah dia berbohong kalau dia sudah berpikiran terbuka kepada orang lain, padahal sesungguhnya dia telah mengunci budi dan dendam di dalam hatinya. Oleh karena itu, kalau tidak, benar-benar bertobat secara total, kalau tidak, lebih baik mengutarakan perasaanmu sendiri yang sesungguhnya. Jika kamu hanya berpura-pura bertobat, maka kamu sama dengan mencelakakan dirimu

sendiri, ini pasti akan menyakiti hatimu. Contoh sederhana: saat suami istri bertengkar, sampai pada akhirnya, si istri benar-benar tidak bicara lagi, “Saya sudah salah, saya tahu saya yang salah.” Karena dia tahu, suaminya selamanya tidak akan mengatakan kalau dirinya sendiri salah, maka dia menangis di hadapan suaminya, dalam hati dia berpikir, “Saya juga tidak akan berkata jujur lagi, bicara denganmu tidak jelas. Kamu ini selamanya tidak akan bisa mendengarkan pendapat orang lain” . Terakhir, dia akan mengatakan, “Ya, saya yang salah” , lalu dia menangis dengan lebih sedih, lebih sakit hati. Memang dalam kehidupan nyata, kalian tidak pernah mengalaminya?

jiè wàng yǔ zhuǎn huà xí xìng
35. 戒妄语转化习性

wàng yǔ fēn dà wàng yǔ hé xiǎo wàng yǔ shī fu jīn tiān gěi nǐ
妄语分大妄语和小妄语。师父今天给你
men jiǎng xì yì diǎn hěn duō rén shuō shī fu wǒ bù shāng hài rén
们讲细一点。很多人说：“师父我不伤害人
jiā chuī niú shì bu shì wàng yǔ jīn tiān wǒ jiù jiǎng gěi nǐ men
家。吹牛是不是妄语？”今天我就讲给你们
tīng shén me shì dà wàng yǔ shén me shì xiǎo wàng yǔ dì yī xiǎo
听什么是大妄语，什么是小妄语？第一，小
wàng yǔ shì jiǎng bù zhēn shí de huà jiǎng huǎng huà zhè zhǒng xiǎo
妄语是讲不真实的话、讲谎话。这种小
wàng yǔ zhǐ yào xiàng zhòng shēng chàn huǐ yì bān dōu néng xiāo gān
妄语只要向众生忏悔，一般都能消干
jìng bǐ fāng shuō wǒ jīn tiān jiǎng le yí gè shì qing bú shì tài zhēn shí
净。比方说我今天讲了一个事情不是太真实，
dàn shì yǒu zhè me gè shì qing wǒ duì zhè ge shì qing shāo wēi sā le
但是有这么个事情。我对这个事情稍微撒了
diǎn huǎng zài zhè ge jī chǔ shàng sā le yì diǎn diǎn huǎng zhè
点谎，在这个基础上撒了一点点谎，这
jiào xiǎo wàng yǔ yīn wèi tā méi yǒu shāng hài rén jiā bǐ fāng shuō
叫小妄语，因为他没有伤害人家。比方说
jīn tiān nǐ men jiào shuí chū qù dàn tā bù xiǎng chū qù āi yā
今天你们叫谁出去，但他不想出去，“哎呀，

wǒ jīn tiān zhèng hǎo shēn tǐ bù shū fu wǒ bù xiǎng chū qù 。 qí
我今天正好身体不舒服, 我不想出去”。其
shí tā méi yǒu shēn tǐ bù shū fu tā shì bu shì shuō huǎng le dàn
实他没有身体不舒服, 他是不是说 谎了? 但
shì zhè ge huǎng yán duì rén jiā yǒu méi yǒu shāng hài a méi yǒu
是这个谎言对人家有没有伤害啊? 没有。
bǐ rú jīn tiān tā bù xiǎng jiè qián gěi rén jiā rén jiā wèn tā jiè qián
比如今天他不想借钱给人家, 人家问他借钱,
tā shuō wǒ jīn tiān dōu lǐ méi dài qián zhè jiù shì xiǎo wàng yǔ
他说: “我今天兜里没带钱。”这就是小妄语。
zhè xiē wàng yǔ yì bān de zhǐ yào niàn lǐ fó dà chàn huǐ wén ,
这些妄语一般的只要念《礼佛大忏悔文》,
ér qiě gēn rén jiā yào shuō duì bu qǐ zhī dào wèi shén me shī fu ràng
而且跟人家要说对不起。知道为什么师父让
nǐ men zài zhòng shēng miàn qián zài dà jiā miàn qián shuō zì jǐ zuò
你们在众生面前、在大家面前说自己做
cuò le duì bu qǐ rú guǒ xiǎng yào bǎ zì jǐ shēn shàng zhè ge niè
错了、对不起。如果想要把自己身上这个孽
zhàng qù diào de huà zuì hǎo de bàn fǎ jiù shì dāng zhe zhòng rén de
障去掉的话, 最好的办法就是当着众人的
miàn shuō wǒ duì bu qǐ yīn wèi yóu zhòng rén yì qǐ lái shòu nǐ
面说“我对不起”。因为由众人一起来受你
zhè ge yè jiù shì tì nǐ chéng dān zhè ge yè yīn wèi nǐ zuò cuò shì
这个业, 就是替你承担这个业。因为你做错事

qing hòu nǐ shuō le yí jù duì bu qǐ , suǒ yǒu de rén shuō suàn
情 后 你 说 了 一 句 “对 不 起 ” ， 所 有 的 人 说 “算
le yuán liàng tā ba zhǐ yào tā men zhè ge yì niàn yì qǐ nǐ jiù
了 ， 原 谅 他 吧 ” 。 只 要 他 们 这 个 意 念 一 起 ， 你 就
dé dào jiě tuō zhè jiù shì wèi shén me shī fu ràng nǐ men chéng rèn
得 到 解 脱 。 这 就 是 为 什 么 师 父 让 你 们 承 认
cuò wù ér qiě yào zài yí wū zi rén miàn qián chéng rèn yīn wèi zhè
错 误 ， 而 且 要 在 一 屋 子 人 面 前 承 认 ， 因 为 这
ge zuì niè xiāo de yuè kuài a yuè shì sǐ pí lài liǎn bù kěn chéng rèn
个 罪 孽 消 得 越 快 啊 。 越 是 死 皮 赖 脸 不 肯 承 认
zì jǐ cuò wù quē diǎn de rén zhè ge rén niè zhàng yuè zhòng zì jǐ
自 己 错 误 缺 点 的 人 ， 这 个 人 孽 障 越 重 ， 自 己
zuò shén me dōu huì shòuzǔ ài suǒ yǐ zhēn zhèng cōng míng de rén
做 什 么 都 会 受 阻 碍 。 所 以 真 正 聪 明 的 人
pèng dào shì qing mǎ shàng duì bu qǐ wǒ zuò cuò le zhè jiù shì
碰 到 事 情 马 上 “对 不 起 ， 我 做 错 了 ” 。 这 就 是
wèi shén me wǒ hǎo jǐ cì ràng liú xiān sheng dào zhè lǐ lái gēn dà jiā
为 什 么 我 好 几 次 让 刘 先 生 到 这 里 来 跟 大 家
shuō wǒ zuò cuò le wǒ shēn tǐ hǎo le zhī hòu wǒ méi yǒu jīng jìn
说 “我 做 错 了 ， 我 身 体 好 了 之 后 我 没 有 精 进
qù xiū xué jié guǒ wǒ de gān ái yòu fù fā le de yuán yīn
去 修 学 ， 结 果 我 的 肝 癌 又 复 发 了 ” 的 原 因 。

nǐ men xiǎng xiǎng kàn nǐ men shì wǒ de dì zǐ shī fu duì nǐ
你们想想看，你们是我的弟子，师父对你
men duì tú dì hái shì hěn xǐ huan de dàn shì wèn tí zài nǎ li ne
们、对徒弟还是很喜欢的。但是问题在哪里呢？
jiù shì xǐ huan nǐ men wèi shén me yǒu de rén mìng yùn hái shì hěn
就是喜欢你们，为什么有的人命运还是很
chà ne hěn nán gǎi biàn zì jǐ de mìng ne ér wèi shén me yǒu de
差呢？很难改变自己的命呢？而为什么有的
rén jiù biàn de zhè me kuài ne wǒ jiù shì bù jiǎng nǐ de cuò nǐ yě
人就变得这么快呢？我就是不讲你的错，你也
shì yǒu niè zhàng zài nǐ shēn shang bǐ rú yǒu de tú dì zuò cuò hěn
是有孽障在你身上。比如有的徒弟做错很
duō shì qing shuí dōu kàn de chū lái dàn tā zǒng yào zhǎo ge lǐ yóu
多事情，谁都看得出来，但他总要找点理由
chū lái āi yā wǒ bú shì zhè ge yì si wǒ bú shì nà ge
出来，“哎呀，我不是这个意思，我不是那个... ..
nǐ jiù shì zhè ge bù zì wán quán bǎ zì jǐ dǎng zhù le jiù suàn
“你就是这个“不”字完全把自己挡住了。就算
nǐ shuō āi yā duì bu qǐ dàn shì nǐ yě shì zhǎo le jǐ tiáo lǐ
你说“哎呀，对不起”，但是你也是找了几条理
yóu cái shuō duì bu qǐ shí jì shàng nǐ yì diǎn dōu méi yǒu dé
由才说“对不起”，实际上你一点都没有得
dào pú sà de yuán liàng jiù suàn shī fu xiāng xìn nǐ le chéng rèn nǐ
到菩萨的原谅。就算师父相信你了、承认你

le wǒ bù jiǎng nǐ wǒ bú mà nǐ shí jì shàng duì nǐ gèng bù hǎo
了, 我不讲你、我不骂你, 实际上对你更不好。

nǐ kàn nǐ suǒ qiú zhī shì líng bu líng shùn bu shùn lì nǐ zì jǐ
你看你所求之事灵不灵、顺不顺利? 你自己

xiǎng xiǎng jiù zhī dào le ér yǒu de tú dì rén jiā suǒ qiú zhī shì wèi
想想就知道了。而有的徒弟人家所求之事为

shén me líng bǐ rú tā ér zi hǎo le jiā li yǒu shí chū diǎn shì hěn
什么灵? 比如她儿子好了, 家里有时出点事很

zhèng cháng dàn yí gè gè quán bù dōu huà jiě le yīn wèi tā
正常, 但一个个全部都化解了——因为她

zhēn xiū a nǐ men jì zhù rú guǒ nǐ men zuò cuò le jiù dāng zhe
真修啊。你们记住: 如果你们做错了就当着

yuè duō de rén miàn qián shuō duì bu qǐ wǒ zuò cuò le nǐ
越多的人面前说“对不起, 我做错了”, 你

men de jìng jiè yuè gāo yuè bèi rén jiā kàn de qǐ rú guǒ sǐ chēng
们的境界越高, 越被人家看得起。如果死撑

zhe bù kěn chéng rèn de rén zhè zhǒng rén yuè bèi rén jiā kàn bù qǐ
着不肯承认的人, 这种人越被人家看不起,

zuì hòu bèi rén jiā tuò qì yǒu shén me lǐ yóu hǎo jiǎng de jiě shì
最后被人家唾弃。有什么理由好讲的? 解释

shén me wǒ gēn nǐ men jiǎng le duō shǎo biàn bú yào qù jiě shì
什么? 我跟你们讲了多少遍, 不要去解释。

rú guǒ zuò cuò le shén me nǐ men zhǐ yào bǎ lǐ yóu jiǎng chū lái
如果做错了什么, 你们只要把理由讲出来,

shī fu jiù bù jiǎng huà le wǒ bù jiǎng le nǐ men jiù zì jǐ bǎ niè
师父就不讲话了。我不讲了，你们就自己把孽
zhàng dōu chī jìn qù le rú guǒ nǐ jiǎng chū lái shuō wǒ duì bu qǐ
障都吃进去了。如果你讲出来说“我对不起
dà jiā ”, dàn shì zhè jù huà yào zhēn xīn wǒ bù guǎn nǐ shì zhēn xīn
大家”，但是这句话要真心。我不管你是真心
jiǎ xīn rú guǒ nǐ de biǎo qíng yǔ yán ràng rén jiā gǎn jué shì jiǎ xīn
假心，如果你的表情语言让人家感觉是假心，
nǐ jiù shì hái méi xiū hǎo nǐ men dà jiā hǎo hǎo xué xué yí dìng yào
你就是还没修好。你们大家好好学学，一定要
zhēn xīn yí dìng yào zhēn zhèng de chàn huǐ
真心，一定要真正地忏悔。

dà wàng yǔ jiù shì wèi jīng zhèng shí de yán lùn jiù shì shuō méi
大妄语就是未经证实的言论。就是说没
yǒu dé dào rèn hé xìn xī ér zài wài miàn luàn chuán zhè jiù shì dà
有得到任何信息而在外面乱传，这就是大
wàng yǔ yě jiù shì shuō cóng lái méi yǒu de shì qing tā kě yǐ zào chū
妄语。也就是说从来没有的事情他可以造出
lái tā kě yǐ xiǎng xiàng yí xià rán hòu jiā yóu tiān cù bǎ tā shuō de
来，他可以想象一下，然后加油添醋把它说得
xiàng zhēn de yí yàng zhè jiù jiào dà wàng yǔ bǐ rú nǐ jīn tiān kàn
像真的一样，这就叫大妄语。比如你今天看
dào bà ba wǎn huí lái le nǐ qù gēn mā ma jiǎng bà ba jīn tiān kě
到爸爸晚回来了，你去跟妈妈讲，“爸爸今天可

néng huì zài wài miàn gēn nǚ péng you chī fàn le , shí jì shàng gēn
能 会 在 外 面 跟 女 朋 友 吃 饭 了 ” ， 实 际 上 根
běn méi yǒu de shì qing zhè jiù jiào dà wàng yǔ méi yǒu de shì wú
本 没 有 的 事 情 ， 这 就 叫 大 妄 语 。 没 有 的 事 无
zhōng shēng yǒu zhè ge jiù shì dà wàng yǔ jiù shì dà zuì niè yào zài
中 生 有 ， 这 个 就 是 大 妄 语 ， 就 是 大 罪 孽 ， 要 在
dì fǔ shòu chéng fá bìng qiě sǔn gōng dé hé dà quē dé de rú guǒ dí
地 府 受 惩 罚 并 且 损 功 德 和 大 缺 德 的 。 如 果 的
què shì kàn jiàn le nǐ shāo wēi kuā zhāng yī diǎn nà jiù shì xiǎo
确 是 看 见 了 ， 你 稍 微 夸 张 一 点 ， 那 就 是 小
wàng yǔ
妄 语 。

xué fó hòu yào cháng sī yīn guǒ yè bào jiù shì shuō xué fó zhī
学 佛 后 要 常 思 因 果 业 报 。 就 是 说 学 佛 之
hòu wǒ men yào jīng cháng xiǎng xiǎng yīn guǒ yè bào bǐ rú wǒ jīn
后 我 们 要 经 常 想 想 因 果 业 报 。 比 如 我 今
tiān jiǎng le wàng yǔ le wǒ jiē xià lái de yè bào shì shén me wǒ jīn
天 讲 了 妄 语 了 ， 我 接 下 来 的 业 报 是 什 么 ？ 我 今
tiān wú zhōng shēng yǒu le jiē xià qù wǒ jiù huì bèi rén jiā wú zhōng
天 无 中 生 有 了 ， 接 下 去 我 就 会 被 人 家 无 中
shēng yǒu bú yào shuō shì shuō wàng yǔ le jiù shì nǐ huái yí rén
生 有 。 不 要 说 是 说 妄 语 了 ， 就 是 你 怀 疑 人
jiā nǐ xià yí cì yí dìng huì bèi rén jiā huái yí nǐ men hěn duō fū
家 ， 你 下 一 次 一 定 会 被 人 家 怀 疑 。 你 们 很 多 夫

qī bù dōu shì zhè me guò lái de rú guǒ nǐ jīn tiān huái yí tā le
妻不都是这么过来的？如果你今天怀疑他了，
nǐ kàn kan guò liǎng tiān tā shì bu shì zhè yàng huái yí nǐ jiù zhè me
你看看过两天他是不是这样怀疑你？就这么
jiǎn dān zhè jiù jiào bào yìng rú guǒ nǐ zhè yí shì hěn qióng nǐ
简单。这就叫报应。如果你这一世很穷，你
shàng yí shì yí dìng hěn tān shě bu de qù jiù zhù bié rén rú guǒ zhè
上一世一定很贪，舍不得去救助别人。如果这
ge rén bù shě de zì jǐ de qián cái bù shě de zì jǐ de lì qì lì liàng
个人不舍得自己的钱财，不舍得自己的力气力量，
bù shě de qù bāng zhù rén jiā bù xǐ huan hé bié rén guǎng jié shàn
舍不得去帮助人家，不喜欢和别人广结善
yuán zhè ge rén zhè yí bèi zi jiù huì fēi cháng de pín qióng qióng
缘，这个人这一辈子就会非常的贫穷。穷
de rén shì shén me jiù shì bù dǒng de bù shī jiù xiàng yǒu de rén xǐ
的人是什么？就是不懂得布施。就像有的人喜
huan cáng diǎn qián cáng dào hòu lái yuè cáng yuè qióng wèi shén me
欢藏点钱，藏到后来越藏越穷。为什么？
tā xīn li qióng a tā cáng le zhè ge tā suàn yì suàn bú gòu tā
他心里穷啊。他藏了这个，他算一算不够，他
zài cáng tā zhè ge xīn li yǒng yuǎn jué de bù néng mǎn zú tā yǒng
再藏。他这个心里永远觉得不能满足，他永
yuǎn shì yí gè qióng rén tā jiā li nǎ pà cáng le yī bǎi wàn tā yě
远是一个穷人。他家里哪怕藏了一百万，他也

jué de wǒ zhè yī bǎi wàn gēn běn bú gòu yòng tā yuè cáng yuè qióng
觉得我这一百万根本不够用，他越藏越穷。

yí gè rén yǒu qián bú yòng jiù shì qióng rén yí gè rén méi yǒu qián
一个人有钱不用就是穷人；一个人没有钱

hái shě dé yòng zhè ge rén yí bèi zi jiù shì gè fù rén shì jiè shang
还舍得用，这个人一辈子就是个富人。世界上

hái zhēn yǒu zhè zhǒng rén méi yǒu qián hái pīn mìng de yòng tā de
还真有这种人，没有钱还拼命地用，他的

qián bù zhī dào nǎ lái de ér yǒu de rén yǒu le qián shě bu de yòng
钱不知道哪来的。而有的人有了钱舍不得用，

zhè xiē qián bù zhī dào dào nǎ lǐ qù le nǐ men xiǎng xiǎng kàn nǐ
这些钱不知道到哪里去了。你们想想看你

men zhōu wéi yǒu méi yǒu yǒu xiē rén méi duō shǎo qián dàn yòng qǐ
们周围有没有？有些人没多少钱，但用起

lái kě dà fāng le tā jué de hěn shū fu tā jué de tā xiàng bǎi wàn
来可大方了，他觉得很舒服，他觉得他像百万

fù wēng yī yàng tā yǒng yuǎn huì yǒu de ér yǒu de rén ne jiā li
富翁一样，他永远会有的。而有的人呢，家里

hěn yǒu qián dōu cáng zhe zì jǐ chī pào fàn luó bo gān dōu bù shě
很有钱，都藏着，自己吃泡饭，萝卜干都不舍

de mǎi hái dào wài miàn jiǎn cài yè suī rán tā yín háng lǐ cún zhe
得买，还到外面捡菜叶。虽然他银行里存着

hěn duō qián dàn tā yǒng yuǎn jiù shì gè qióng rén zhè shì zuì yǒu
很多钱，但他永远就是个穷人。这是最有

zhé lǐ de yǔ yán — — zhǐ yǒu shě le cái yǒu de a bù shě nǎ lái de
哲理的语言——只有舍了才有得啊。不舍哪来的
dé nǐ bǎ qián cáng zài jiā li nǐ kàn kan yǒng yuǎn jiù shì zhè me
得？你把钱藏在家里，你看看永远就是这么
yì diǎn diǎn qián shuǐ shì huó de zhè ge yú cái néng yóu shuǐ shì
一点点钱。水是活的，这个鱼才能游；水是
sǐ de zhè ge shuǐ jiù shì chòu shuǐ suǒ yǐ dòng de shì qing tā cái
死的，这个水就是臭水。所以动的事情它才
néng huó bú dòng de jiù bù néng huó rén huó zhe jiù yào dòng
能活，不动的就不能活。人活着就要动，
dòng le cái néng huó suǒ yǐ rén yào huó dòng nǐ zhè ge qián yǒng
动了才能活，所以人要活动。你这个钱永
yuǎn cáng zài jiā li nǐ yǒng yuǎn jiù shì qióng rén wǒ méi jiǎng cuò
远藏在家里，你永远就是穷人。我没讲错
ba nǐ men xué fó hái yào xué hěn duō rén shēng de dào lǐ ne
吧？你们学佛还要学很多人生的道理呢。

yào gǎi guò chàn huǐ zhuǎn huà wǒ men de xí xìng shén me yì
要改过忏悔，转化我们的习性。什么意
si ne jiù shì yào gǎn kuài gǎi guò lái gǎi guò lái zhī hòu hái yào chàn
思呢？就是要赶快改过来，改过来之后还要忏
huǐ nǐ men yì nián yì nián lǎo le yì nián yì nián hái yào zhuāng xià
悔。你们一年一年老了，一年一年还要装下
qù ma wǒ méi yǒu shì shì shì hái yào jiǎ zhuāng ma
去吗？“我没有”、“是是是”，还要假装吗？

jiǎ le yí bèi zi le kuài jìn guān cai lǐ le nǐ hái yào jiǎ ma ná
假了一辈子了，快进棺材里了，你还要假吗？拿
diǎn zì jǐ zhēn shí de běn xìng chū lái bú yào zài jiǎ le zhěng tiān de
点自己真实的本性出来，不要再假了整天的
qiáng diào shén me lǐ yóu a yǒu shén me lǐ yóu kě jiǎng ne bàn
强调什么理由啊？有什么理由可讲呢？半
tiáo mìng dōu méi le hái yào zhěng tiān zhǎo lǐ yóu shén me yīn
条命都没了还要整天找理由，什么“因
wèi suǒ yǐ bú dàn ér qiě yǒu shén
为... ..所以... ..”，“不但... ..而且... ..”，有什
me yì si a zhēng zhe yǎn jīng kàn zì jǐ lǎo le zhēng zhe yǎn jīng
么意思啊？睁着眼睛看自己老了，睁着眼睛
kàn zì jǐ zǒu xiàng sǐ wáng zhǐ yǒu xiǎng tōng kàn chuān zhǐ yǒu
看自己走向死亡。只有想通、看穿，只有
chàn huǐ ér qiě yào zhuǎn biàn wǒ men de xí xìng yě jiù shì zhuǎn
忏悔，而且要转变我们的习性，也就是转
huà wǒ men de xí xìng shén me xí xìng jiù shì wǒ men de xí guàn
化我们的习性。什么习性？就是我们的习惯。
nǐ men de xí guàn hǎo bu hǎo a lǎn duò tān lán chēn hèn jí
你们的习惯好不好啊？懒惰、贪婪、瞋恨、嫉
dù wú chǐ bù gāi nǐ de dōng xi piān yào duó guò lái dǎn xiǎo
妒、无耻（不该你的东西偏要夺过来）、胆小
pà shì gāi zì jǐ chéng dān de bù chéng dān zhè xiē dōu shì huài
怕事（该自己承担的不承担），这些都是坏

xí guàn zhè xiē quán bù dōu yào gǎi diào nǐ men yào měi tiān xiū
习 惯 ， 这 些 全 部 都 要 改 掉 。 你 们 要 每 天 修，
yào měi rì duì zhào pú sà de yǔ yán yào měi rì duì zhào pú sà de jiè
要 每 日 对 照 菩 萨 的 语 言 ， 要 每 日 对 照 菩 萨 的 戒
lǜ zhè yàng cái néng ràng nǐ de xīn zhuǎn huà bǐ rú zuò měi yí jiàn
律 ， 这 样 才 能 让 你 的 心 转 化 。 比 如 做 每 一 件
shì dōu yào xiǎng yi xiǎng pú sà huì zhè me zuò ma pú sà huì zhè
事 都 要 想 一 想 “ 菩 萨 会 这 么 做 吗 ？ 菩 萨 会 这
me shuō ma pú sà huì zhè me xiǎng ma nǐ zhǐ yǒu zhè yàng zuò
么 说 吗 ？ 菩 萨 会 这 么 想 吗 ？ “ 你 只 有 这 样 做
le xīn cái huì qīng jìng nǐ de yì niàn cái huì qǐ gān jìng de niàn tou
了 ， 心 才 会 清 净 ， 你 的 意 念 才 会 起 干 净 的 念 头 。

shī fu jiē xià lái gěi dà jiā jiǎng zěn me yàng zhī dào zì jǐ chàn
师 父 接 下 来 给 大 家 讲 ， 怎 么 样 知 道 自 己 忏
huǐ de xiào guǒ měi gè rén dōu dǒng de chàn huǐ nà me nǐ men zhī
悔 的 效 果 ？ 每 个 人 都 懂 得 忏 悔 ， 那 么 你 们 知
dào zì jǐ chàn huǐ yǒu xiào guǒ ma jiē xià qù gěi dà jiā jiǎng chàn huǐ
道 自 己 忏 悔 有 效 果 吗 ？ 接 下 去 给 大 家 讲 忏 悔
de xiào guǒ rú guǒ dāng zhe zhòng shēng de miàn nǐ nèi xīn chàn huǐ
的 效 果 。 如 果 当 着 众 生 的 面 你 内 心 忏 悔
le nǐ men zhī dào chàn huǐ fēi cháng zhòng yào de dāng zhe yuè
了 （ 你 们 知 道 忏 悔 非 常 重 要 的 ） ， 当 着 越
duō rén de miàn zhàn zài qián miàn chàn huǐ zhè ge shí jì shàng jiù
多 人 的 面 站 在 前 面 忏 悔 （ 这 个 实 际 上 就

shì xī fāng zōng jiào lǐ miàn de dào jiào zhǔ de fáng jiān bǎ zì jǐ suǒ
是西方宗教里面的到教主的房间把自己所

zuò de shì qing quán jiǎng chū lái yí yàng) , dāng zhe yuè duō rén nǐ
做的事情全讲出来一样) , 当着越多人你

jiǎng zì jǐ bù hǎo bié rén quán dōu bāng nǐ xiāo diào yè zhàng le
讲自己不好, 别人全都帮你消掉业障了。

jiù shì yào xué huì bǎ zì jǐ de liǎn fàng xià lái , zài hěn duō de rén miàn
就是要学会把自己的脸放下来, 在很多人面

qián shuō "duì bu qǐ dà jiā" 。 nǐ kàn kan hěn duō guó jiā de yuán
前说“对不起大家”。你看看很多国家的元

shǒu rú guǒ zì jǐ zuò cuò le tā huì gēn guó mín shuō "duì bu qǐ"
首, 如果自己做错了他会跟国民说“对不起”,

guó mín jiù yuán liàng tā le , shí jì shàng guó mín bāng tā chéng dān
国民就原谅他了, 实际上国民帮他承担

le zhè xiē yè zhàng , tā kě yǐ jì xù zuò tā de yuán shǒu rú guǒ tā
了这些业障, 他可以继续做他的元首; 如果他

sǐ chēng zhe dà jiā jiù qǐ lái fǎn duì tā bǎ tā hōng xià tái 。 zhè bú
死撑着, 大家就起来反对他, 把他轰下台。这不

jiù shì rén jiān de dào lǐ ? zhè bú jiù shì fó lǐ ma yǐ hòu yào duàn
就是人间的道理? 这不就是佛理吗? 以后要锻

liàn nǐ men dāng zhe yuè duō rén yuè yào zhàn qǐ lái , "wǒ hěn nán
炼你们当着越多人越要站起来, “我很难

guò wǒ zhè ge xīng qī zuò le jǐ jiàn cuò shì jǐ jiàn duì bu qǐ pú
过, 我这个星期做了几件错事 (几件对不起菩

sà de shì qing huò duì bu qǐ shuí de shì qing duì bu qǐ dà jiā wǒ
萨的事情 或对不起谁的事情), 对不起大家, 我
xiàn zài chè dǐ chàn huǐ nǐ zhǐ yào zài zhè lǐ jiǎng yì jiǎng nǐ
现在彻底忏悔”。你只要在这里讲一讲, 你
xīn lǐ jiù shū fu le rén jiā xīn lǐ bù shū fu le zhè jiù jiào niè zhàng
心里就舒服了, 人家心里不舒服了, 这就叫孽障
zhuǎn yí fǎ rú guǒ nǐ xiǎng zhī dào zì jǐ chàn huǐ chéng gōng bu
转移法。如果你想知道自己忏悔成功不
chéng gōng shǒu xiān nǐ zì jǐ xiān xiǎng yì xiǎng nǐ zuò de dào jí
成功, 首先你自己先想一想, 你做得到吉
xiáng de mèng ma rú guǒ nǐ yǐ jīng zuò dào jí xiáng de mèng le
祥的梦吗? 如果你已经做到吉祥的梦了,
shuō míng nǐ de chàn huǐ yǐ jīng chéng gōng le rú guǒ pú sà yuán
说明你的忏悔已经成功了。如果菩萨原
liàng yí gè rén zhè ge rén wǎn shàng jiù huì zuò dào jí xiáng rú yì
谅一个人, 这个人晚上就会做到吉祥如意
de mèng rú guǒ nǐ zuò dào jí xiáng de mèng le huò zhě zài shēng
的梦。如果你做到吉祥的梦了, 或者在生
huó dāng zhōng nǐ chàn huǐ zhī hòu mǎ shàng yǒu jí xiáng de shì qing
活当中你忏悔之后马上有吉祥的事情
fā shēng le nà shuō míng nǐ de chàn huǐ chéng gōng le jǔ gè jiǎn
发生了, 那说明你的忏悔成功了。举个简
dān lì zǐ bǐ fāng shuō wǒ hěn duì bu qǐ pú sà wǒ zhēn de hěn
单例子: 比方说我很对不起菩萨, 我真的很

chàn huǐ dì èr tiān rú guǒ hǎo shì lái le nà jiù shì chéng gōng le
忏悔。第二天如果好事来了，那就是成功了。

yào zài dà zhòng miàn qián chàn huǐ zì jǐ de guò cuò rén yuè duō
要在大众面前忏悔自己的过错。人越多，

shí jì shàng tì nǐ xiāo yè de rén yuè duō nǐ men gēn běn bù dǒng
实际上替你消业的人越多。你们根本不懂，

sǐ yào miàn zi huó shòu zuì pèng dào shì qing duì bu qǐ shī fu
死要面子活受罪。碰到事情，“对不起师父，

wǒ duì bu qǐ dà jiā tā zì jǐ de yì diǎn diǎn cuò jiù quán bù sàn
我对不起大家”，他自己的一点点错就全部散

diào le sǐ biē zhe yìng bǎ zì jǐ zhè diǎn cuò sǐ biē zhe hǎo zài
掉了。死憋着，硬把自己这点错死憋着，好，在

lǐ miàn suǒ zhù le nǐ nán guò a wǒ méi cuò wǒ jué de zì jǐ
里面锁住了，你难过啊。“我没错，我觉得自己

méi cuò zhè shí nǐ jué de zhōu wéi shì wù dōu duì nǐ bú lì le
没错... ..”这时你觉得周围事物都对你不利了，

nǐ jué de dà jiā dōu bù lǐ jiě nǐ le nǐ shuō nǐ nán guò bu nán guò
你觉得大家都不理解你了。你说你难过不难过？

nǐ men dǒng ma rú guǒ nǐ men dǒng jiù hǎo le nǐ men yǐ wéi fó
你们懂吗？如果你们懂就好了。你们以为佛

fǎ zhè me jiǎn dān niàn jǐ biàn jīng jiù kě yǐ le bù kāi wù a
法这么简单念几遍经就可以了？不开悟啊。

hái yǒu yì xiē rén zuǐ ba shàng shuō chàn huǐ le shuō chéng rèn
还有一些人嘴巴上说忏悔了、说承认
le jié guǒ xīn li hái xiǎng bù kāi jiē xià lái tā jiù jiā le liǎng bǎ suǒ
了, 结果心里还想不开。接下来他就加了两把锁。
dì yī bǎ suǒ tā rèn wéi zì jǐ shì duì de dì èr bǎ suǒ tā jiǎ de gēn
第一把锁他认为自己是对的; 第二把锁他假的跟
rén jiā shuō xiǎng tōng le qí shí tā bǎ ēn chóu suǒ zài xīn li miàn le
人家说想通了, 其实他把恩仇锁在心里面了。
suǒ yǐ yào me zì jǐ chè dǐ de chàn huǐ yào me hái bù rú bǎ zì jǐ
所以要么自己彻底地忏悔, 要么还不如把自己
zhēn shí de gǎn shòu jiǎng chū lái rú guǒ nǐ jiǎ de chàn huǐ nǐ shì
真实的感受讲出来。如果你假的忏悔, 你是
hài le nǐ zì jǐ yí dìng huì cì shāng nǐ de xīn de jǔ gè jiǎn dān lì
害了你自己, 一定会刺伤你的心的。举个简单例
zi fū qī chǎo jià de shí hou jiǎng dào hòu lái tā zhēn de bù jiǎng
子: 夫妻吵架的时候, 讲到后来她真的不讲
le wǒ cuò le wǒ zhī dào wǒ cuò le yīn wèi tā zhī dào tā
了, “我错了, 我知道我错了”。因为她知道她
lǎo gōng yǒng yuǎn bú huì shuō zì jǐ shì cuò de suǒ yǐ tā zài tā lǎo
老公永远不会说自己是错的, 所以她在她老
gōng miàn qián kū le tā xīn xiǎng wǒ yě bú yào shuō zhēn huà le
公面前哭了, 她心想“我也不要说真话了,
gēn nǐ jiǎng bù qīng chǔ de nǐ zhè ge rén yǒng yuǎn bú huì jiē shòu
跟你讲不清楚的。你这个人永远不会接受

rén jiā de yì jiàn tā zuì hòu shuō shì de wǒ cuò le tā
人家的意见”。她最后说，“是的，我错了”，她
kū de gèng nán guò gèng nán shòu nǐ men shēng huó dāng zhōng
哭得更难过、更难受。你们生活当中
méi yǒu a
没有啊。