

42. Menggunakan Esensi “chi” Kesadaran Jiwa Untuk Mengubah Nafsu Keinginan

Setiap menjelaskan satu kalimat, Master selalu memberikan perumpamaan pada kalian. Meskipun saya sangat lelah, namun saya harus menjelaskan baik-baik pada murid-murid di seluruh dunia yang “paling pintar” ini, karena kalau saya tidak menjelaskannya, kalian juga tidak akan mengerti. Pahamiilah, mengapa kita perlu menggunakan kebijaksanaan untuk menghilangkan halangan? Sudah jelas hal ini tidak bisa dilakukan, maka berpikirlah lebih terbuka, saya tidak akan melakukannya. Banyak wanita yang tidak bisa punya anak, melihat anak orang lain, dia sangat suka sekali, dia sangat ingin sekali punya anak. Maka pada saat ini, halangan dalam pikirannya akan datang, dia akan iri pada semua wanita lain, dia akan iri pada semua keluarga lain. Lalu bagaimana kita menggunakan kebijaksanaan untuk menghilangkan

halangan ini? Bagaimana menggunakan kebijaksanaan untuk mengubah nafsu keinginan ini menjadi terang cahaya? Berpikirlah begini: “Kalau punya anak, akan ada derita karena punya anak; kalau tidak punya anak, juga memiliki kebahagiaan karena tidak punya anak. Kalau punya anak, ada deritanya, juga ada bahagiannya; kalau tidak punya anak, juga ada bahagiannya, dan deritanya. Saya sama seperti dia, saya juga memiliki penderitaan juga kebahagiaan.” Sudah berubah bukan? Begitu berpikir seperti ini: “Di kehidupan sebelumnya, saya tidak memiliki penagih hutang, tidak ada yang saya berhutang untuk datang menagih hutangnya, saya juga tidak memiliki hutang yang harus saya lunasi. Maka, walau tidak punya anak, saya tetap hidup dengan bahagia. Saya akan menganggap semua anak di dunia ini sebagai anak saya, jika saya baik pada orang lain, maka orang lain juga pasti akan baik terhadap saya.” Memangnya ada masalah apa? Kita semua adalah penerus Buddha, kita semua adalah orang-orang yang memiliki sifat

Kebuddhaan, lalu apakah kita akan melihat cinta dengan pandangan yang begitu sempit dan egois? Jangan memikirkan hal-hal lain apapun, anggaplah semua anak sebagai anakmu sendiri. Ini berarti kita harus bisa mengubah kesadaran diri sendiri, mengubah pola pikir diri sendiri, supaya pikiran sendiri dipenuhi dengan terang cahaya dan kebijaksanaan. Saat kalian melihat seorang anak perempuan kecil atau anak laki-laki kecil yang sangat lucu di pinggir jalan, lalu kalian menghampirinya dan menciumnya, apakah kalian pernah berpikir kalau itu anak orang lain? Tidak bukan? Inilah yang disebut sebagai cinta universal. Kalian sangat menginginkan jika melihat ada seorang anak kecil di pinggir, “Mama, saya lapar” . Kamu sendiri sudah makan separuh, terkadang kalian akan memberikan separuhnya kepadanya. Pada saat itu, apakah kalian pernah berpikir, “Ini punya saya, mengapa saya berikan kepadanya? Dia juga bukan anak saya?” Apakah kalian pernah berpikir begitu? Tidak. Saat kalian menyukai

seorang anak, apakah kalian pernah berpikir, ini adalah anak yang dilahirkan oleh ayah ibu lain, punya orang lain, saya rasa saya tidak boleh menggendongnya, apakah ada pikiran seperti ini? Tidak bukan? Ini disebut sebagai cinta, ini adalah cinta yang tidak egois, ini adalah cinta tanpa keakuan, ini baru disebut sebagai cinta universal. Cinta yang memiliki tujuan, didasari oleh keakuan, hari ini saya baik padanya, saya menginginkan sesuatu dari dirinya, maka ini adalah cinta yang egois. Hari ini saya memberitahukan dia tentang ajaran Buddha Dharma, karena saya melihat dia berparas cantik atau tampan, maka saya bersedia bicara lebih banyak dengannya, ini adalah cinta yang sempit. Cinta yang seperti ini apakah memiliki kebijaksanaan? Cinta yang seperti ini apakah ada jasa kebajikannya?

Kita harus bisa menggunakan esensi, chi, dan kesadaran jiwa sendiri untuk mengubah nafsu keinginan kita. Apakah yang dimaksud dengan “esensi” ? Di dalam tubuh

manusia ada tulang rusuk, didalamnya ada sesuatu yang bisa terkumpul menjadi esensi, maka itu bisa membentuk semangat (stamina). Esensi ini sangat penting. Laki-laki seperti laki-laki, itu disebut memiliki stamina; wanita seperti wanita, juga disebut memiliki stamina. Apakah “chi – hawa energi” itu? Kalau orang ini berbicara tidak ada tenaganya, menurut kalian apakah orang ini berada dalam kondisi yang baik? Bahkan berbicara saja nafasnya lemah dan tidak bertenaga. Di dalam acara tanya jawab, Master sering mengatakan: “Coba bicara bertenaga sedikit.” Ini dinamakan tidak ada energi, orang-orang mengatakan, jika chi seseorang sudah tidak mencukupi, berarti orang ini sudah tidak bisa hidup lagi. Manusia hidup tergantung dari chi (napas), meninggal juga karena napasnya terhenti. Oleh karena itu, bagaimana mungkin manusia bisa hidup tanpa hawa energinya (bernapas)? “Esensi” adalah dari tulang rusuk, bagai kerangka besi, “chi” bagaikan semen; sedangkan “kesadaran jiwa” adalah batu bata.

Menghadapi orang-orang “yang paling pintar” di seluruh dunia di bawah sini, saya hanya bisa menggunakan kata-kata yang paling sederhana untuk memberitahu kalian. Karena ada kerangka besi dan semen, maka batu bata kamu atau kesadaranmu baru bisa berdiri tegak. Orang-orang mengatakan, dia kelihatannya bersemangat dan segar bugar. Tanpa semangat, bukankah seseorang akan merasa sangat sedih? Tidak bersemangat dan loyo, berarti kesadarannya sudah tidak jernih lagi; orang-orang mengatakan, jika kesadarannya sudah tidak bagus, berarti esensinya tidak bagus. Ketika semangatnya sudah tidak bagus lagi, maka dia harus tidur; ketika seseorang sudah tidak memiliki semangat, maka dia pasti akan tumbang, ketika sudah tidak ada semangat, maka chi-nya juga akan hilang. Apakah kalian pernah menonton sepak bola? Awal mulai memasuki lapangan, setiap orang terlihat sangat bersemangat. “Ayo semangat! Semangat!” Begitu dilihat, 1 lawan 0, waktunya juga sudah hampir habis, terakhir

masih ada 5 menit, skor menunjukkan 2 lawan 0, tidak mungkin bisa membalikkan keadaan. Maka para pendukungnya tidak akan berteriak lagi, lawannya juga sama, sudah tidak ada semangat dan tenaga, mereka sudah kehilangan pegangan. Seorang praktisi Buddhis harus memiliki pegangan, sedangkan pegangan ini adalah sifat Kebuddhaan di hatimu, hanya sifat Kebuddhaan yang bisa membuat seseorang memiliki esensi, chi, dan kesadaran, dan hanya ketiga hal ini yang bisa mengendalikan nafsu keinginan dirimu. Ajaran Buddha Dharma yang begitu mendalam, bisa disampaikan kepada kalian melalui perumpamaan yang sederhana, inilah Bai Hua Fo Fa.

“Satu kehidupan menjadi pejabat, sembilan kali kehidupan menjadi kerbau.” Apakah kalian memahami maksud dari kalimat ini? Karena orang yang menjadi pejabat sangat mudah melakukan kesalahan, sedangkan jika seorang pejabat melakukan kesalahan, melakukan

perbuatan yang sangat amoral, maka dia mungkin di sembilan kali kehidupannya akan terlahir sebagai kerbau, tidak bisa terlahir sebagai manusia. Maka, kita harus mengamalkan kebajikan, di mana bertitik berat pada kesinambungannya – “cun heng” . “Cun” berarti menabung, yakni terus-menerus; “heng” artinya selamanya. Kita dalam bersikap dan berperilaku, serta dalam mengerjakan segala hal harus menjaga satu semangat kesadaran, harus selamanya melangkah maju ke depan. Jangan hari ini saya mengerjakannya, lalu besok tidak mengerjakannya. Bukankah kalian begitu saat bekerja? Hari ini kamu bekerja, besok tidak mau kerja, berarti kamu tidak bisa menjaga kesinambungan, uang kamu tidak akan cukup digunakan. Bukankah begitu? Dia harus memiliki suatu dorongan, harus bisa dengan teguh dan yakin untuk terus melakukannya. Xiao Yu melafalkan paritta untuk ibunya, diam-diam melafalkannya, apakah terus dilakukan? Dia setiap hari melafalkan paritta untuk ibunya. Dia sibuk

sampai malam sekali, dia sendiri masih harus melafalkan paritta untuk ibunya, apakah dia terus bertahan? Dia bertahan terus, dan dia berhasil. Dia berhasil menolong ibunya. Ini yang disebut kekekalan. Oleh karena itu, poin penting dalam pembinaan diri kita juga adalah “cun heng” – kekekalan yang selamanya tersimpan di hati.

Kita dalam bersikap dan berperilaku harus memahami, “Melihat perolehan orang lain, bagai diri sendiri yang memperolehnya” . Saat melihat orang lain mendapatkan sesuatu, kita harus bergembira seperti diri kita sendiri yang mendapatkannya. Apakah kalian bisa melakukannya?

“Wah, anakmu sudah lahir, benar-benar baik dan cantik, senang sekali!” Bagai dirimu sendiri yang melahirkannya. Apakah kalian bisa melakukannya? “Kamu ini orangnya begitu baik, begitu beruntung, ada kabar baik apalagi?” Sama sekali tidak cemburu, sama seperti diri sendiri yang berbahagia, ini yang disebut, “melihat perolehan orang

lain, bagai diri sendiri yang memperolehnya” . Melihat orang lain: “Wah, kamu sudah sembuh dari sakit ya, senang sekali, saya turut gembira untukmu.” Baik bukan? Inilah yang disebut manusia yang berperilaku dan bersikap baik.

“Melihat kehilangan orang lain, bagai kehilangan diri sendiri.” Yakni saat melihat orang lain kehilangan, kamu merasa sedih dan sakit seperti dirimu sendiri yang kehilangan. Ada tidak? Melihat orang lain tertabrak mobil, “Aduh, kasihan sekali” , seperti kamu sendiri yang tertabrak; melihat dompet orang lain dicuri, kasihan sekali, seperti dompetmu sendiri yang dicuri. Tuan Zhong pernah ditipu orang sebesar 6 ribu dolar, rasanya sangat sedih, berpikir sama seperti diri sendiri yang ditipu 6 ribu dolar. Saat Master mengatakan hal ini, masih ada banyak orang yang tertawa senang, dalam hati berpikir: “Di dunia ini masih ada orang bodoh seperti ini?” Maka ini bukanlah

sifat Kebuddhaan, orang seperti ini tidak memiliki hati baik seorang Buddha.

Menyelamatkan semua makhluk harus tanpa keluhan dan tiada penyesalan. Kita menyelamatkan kesadaran spiritual orang lain harus tanpa keluhan dan tiada penyesalan. Banyak orang yang memperkenalkan Dharma kepada orang lain sampai setengah, begitu melihat arwah asing merasuki tubuhnya, langsung ketakutan sampai tidak bisa melafalkan paritta dan tidak bisa bicara yang mau dibicarakan, segera melarikan diri. Jika kamu memperkenalkan Dharma kepada orang-orang, mana mungkin tidak akan menghadapi sedikit hubungan buruk? Jika kamu ingin membantu orang lain, mana mungkin tidak menghadapi kesulitan? Membantu orang lain tanpa keluhan dan penyesalan, itu barulah Bodhisattva. Kalian begitu menghadapi sedikit masalah, segera ketakutan, "Guan Shi Yin Pu Sa, saya hanya ingin menolong orang, dia

sekarang ada arwah asing di tubuhnya, mohon Guan Shi Yin Pu Sa memintanya pergi. Saya sudah menolongnya, pokoknya saya memiliki niat seperti ini dalam hati. Untuk yang lain, mohon kamu memintanya untuk melafalkan paritta.” Kalian kira tidak banyak orang yang mengatakan hal ini, banyak yang ketakutan langsung pulang dan tidak berani membabarkan Dharma lagi kepada orang lain. Siapa yang tidak berkorban dalam menolong orang lain? Coba renungkan. Jangankan hal ini, terkadang membantu teman pindah rumah juga mungkin bisa membuat tanganmu terluka. Orang lain berkata: “Maaf ya, tanganmu terluka karena bantu saya pindah rumah.” “Tidak apa-apa, tidak sakit. Hanya berdarah sedikit, tidak apa-apa.” Mana ada yang tidak ada pengorbanan? Jika ingin menjadi orang baik, namun tidak mau berkorban, lalu apakah dia adalah orang baik? Coba pikirkan, jika memperkenalkan Dharma pada keluarga sendiri, maka kamu tidak akan bilang, hanya

memperkenalkan saja, tidak mau membimbingnya melafalkan Xiao Fang Zi?

Kita dalam menyelamatkan kesadaran spiritual semua makhluk tidak boleh memiliki keluhan dan penyesalan, kita harus bisa tidak memiliki cinta maupun kebencian. Apa maksudnya? Dengan kata lain, saat kita memperkenalkan Dharma kepada orang lain, jangan ada pikiran diskriminatif dalam hati, jangan ada pikiran menyukai, juga jangan ada pikiran membenci. Jika tidak memiliki cinta, bagaimana bisa menyelamatkannya? Cinta di sini merujuk pada tidak memiliki pikiran diskriminatif – tidak membeda-bedakan. Kita tidak boleh memiliki pikiran diskriminatif, tidak boleh karena dia tampan, lalu kamu mau membimbingnya, itu berarti sudah ada cinta, sudah ada pemikiran liar. Atau karena orang ini kaya, jadi kamu mau membimbingnya, sesudahnya, kamu minta uang padanya, itu juga berarti memiliki pemikiran liar. Karena orang ini kesehatannya

sangat buruk, ada sakit paru-paru, maka saat membimbingnya, kamu memakai masker, takut sakit paru-parunya menular pada dirimu, ini berarti memiliki kebencian. Oleh karena itu, saat memperkenalkan Dharma kepada orang lain harus tidak memiliki cinta maupun kebencian.

yòng jīng qì shén zhuǎn biàn yù wàng
42. 用精气神 转变欲望

shī fu měi yí jù huà dōu yào gěi nǐ men dǎ gè bǐ fāng suī rán
师父每一句话都要给你们打个比方。虽然

wǒ hěn lèi dàn shì wǒ bì xū gěi quán shì jiè zuì cōng míng de zhè
我很累，但是我必须给全世界“最聪明”的这

xiē dì zǐ men jiě shì yí xià yīn wèi wǒ bù jiě shì nǐ men yě bù
些弟子们解释一下，因为我不解释，你们也不

míng bai yào míng bai zhàng ài wèi shén me yào yòng zhì huì lái qù
明白。要明白，障碍为什么要用智慧来去

chú zhè jiàn shì qing míng míng bù néng zuò de xiǎng kāi yí diǎn
除？这件事情明明不能做的，想开一点，

wǒ jiù bú zuò le hěn duō nǚ rén shēng bù chū hái zi kàn kan rén jiā
我就不做了。很多女人生不出孩子，看看人家

de hái zi tā méi yǒu yí gè bù xǐ huan de tā duō xiǎng yǒu ge hái
的孩子，她没有一个不喜欢的，她多想有个孩

zi a zhè ge shí hou xīn zhōng zhàng ài jiù lái le tā huì jí dù suǒ
子啊。这个时候心中障碍就来了，她会嫉妒所

yǒu de nǚ rén jí dù suǒ yǒu de jiā tíng nà zěn me yàng yòng zhì huì
有的女人，嫉妒所有的家庭。那怎么样用智慧

lái bǎ zhè ge zhàng ài qù chú ne zěn me yàng yòng zhì huì bǎ zhè ge
来把这个障碍去除呢？怎么样用智慧把这个

yù wàng lái zhuǎn huàn chéng guāng míng ne jiù zhè me xiǎng
欲望来转换成光明呢？就这么想：

yǒu hái zǐ huì yǒu hái zǐ de tòng kǔ méi hái zǐ yǒu méi yǒu
“ 有孩子, 会有孩子的痛苦; 没孩子, 有没有
hái zǐ de xìng fú yǒu hái zǐ yǒu tòng kǔ yě yǒu xìng fú méi yǒu
孩子的幸福。有孩子, 有痛苦也有幸福, 没有
hái zǐ yě shì yǒu xìng fú yǒu tòng kǔ wǒ gēn tā yí yàng wǒ yě
孩子, 也是有幸福有痛苦。我跟她一样, 我也
yǒu tòng kǔ yě yǒu xìng fú zhuǎn huàn le ba xīn lǐ zhè me yì
有痛苦也有幸福。” 转换了吧? 心里这么一
xiǎng wǒ shàng bèi zi méi yǒu zhài zhǔ wǒ méi yǒu qiàn zhài de
想: “我上辈子没有债主, 我没有欠债的
lái gēn wǒ yào zhài wǒ yě méi yǒu huán zhài de yào wǒ qù huán suǒ
来跟我要债, 我也没有还债的要我去还。所
yǐ wǒ méi yǒu hái zǐ wǒ guò de hěn kāi xīn wǒ bǎ shì jiè shàng suǒ
以, 我没有孩子我过得很开心。我把世界上所
yǒu de hái zǐ dōu dāng chéng wǒ de hái zǐ wǒ duì rén jiā hǎo rén jiā
有的孩子都当成我的孩子, 我对人家好, 人家
yí dìng huì duì wǒ hǎo yǒu shén me guān xì wǒ men dōu shì fó
一定会对我好。” 有什么关系? 我们都是佛
de hòu dài wǒ men dōu shì yǒu fó xìng de rén wǒ men nán dào bǎ
的后代, 我们都是有佛性的人, 我们难道把
ài kàn de zhè me xiá ài zhè me zì sī ma yào méi yǒu xiǎng dào rèn
爱看得这么狭隘、这么自私吗? 要没有想到任
hé qí tā de dōng xī bǎ suǒ yǒu de hái zǐ dāng zuò zì jǐ de hái zǐ
何其他的东西, 把所有的孩子当做自己的孩子。

zhè jiù shì yào rén lái gǎi biàn zì jǐ de yì shí gǎi biàn zì jǐ de sī
这就是要人来改变自己的意识, 改变自己的思
wéi lái ràng zì jǐ de xīn zhōng chōng mǎn zhe guāng míng chōng
维, 来让自己的心中充满着光明, 充
mǎn zhe zhì huì nǐ men zài mǎ lù shàng kàn jiàn yí gè xiǎo nǚ hái
满着智慧。你们在马路上看见一个小女孩、
yí gè xiǎo nán hái fēi cháng kě ài de shí hou nǐ men zǒu guò qù bào
一个小男孩非常可爱的时候, 你们走过去抱
bào tā tā qīn qīn tā tā nǐ men yǒu méi yǒu xiǎng guò
抱她(他)、亲亲她(他), 你们有没有想过
shì rén jiā de hái zi a méi yǒu ba zhè jiù jiào dà ài nǐ men hèn
是人家的孩子啊? 没有吧? 这就叫大爱。你们恨
bu de kàn jiàn yí gè xiǎo hái zi zài biān shàng mā ma wǒ dù zi
不得看见一个小孩子在边上, “妈妈, 我肚子
è zì jǐ jiù shì chī le yí bàn yǒu shí hou yě huì bǎ zhè yí bàn
饿”。自己就是吃了一半, 有时候也会把这一半
qù gěi tā nǐ men nà ge shí hou xiǎng guò méi xiǎng guò zhè shì
去给他。你们那个时候想过没想过, “这是
wǒ de dōng xi wǒ wèi shén me gěi tā tā yòu bú shì wǒ de hái
我的东西, 我为什么给他? 他又不是我的孩
zi nǐ men xiǎng guò ma méi yǒu dāng nǐ men xǐ huan yí gè
子?” 你们想过吗? 没有。当你们喜欢一个
hái zi de shí hou nǐ men xiǎng guò méi xiǎng guò zhè shì bié rén bà
孩子的时候, 你们想过没想过, 这是别人爸

ba mā ma shēng chū lái de shì rén jiā de wǒ jué de wǒ bù néng bào
爸 妈 妈 生 出 来 的, 是 人 家 的, 我 觉 得 我 不 能 抱
tā yǒu méi yǒu zhè zhǒng méi yǒu ba zhè jiù jiào ài zhè jiù jiào
他。有 没 有 这 种? 没 有 吧? 这 就 叫 爱, 这 就 叫
wú sī de ài zhè jiù shì méi yǒu wǒ de ài nà zhè cái jiào dà ài
无 私 的 爱, 这 就 是 没 有 “我” 的 爱, 那 这 才 叫 大 爱。
yǒu mù dì de ài cóng wǒ chū fā wǒ jīn tiān duì tā hǎo wǒ
有 目 的 的 爱, 从 “我” 出 发, 我 今 天 对 他 好, 我
yào cóng tā shēn shàng dé dào shén me mù dì nà jiù shì zì sī de ài
要 从 他 身 上 得 到 什 么 目 的, 那 就 是 自 私 的 爱。
wǒ jīn tiān gēn tā shuō fó fǎ yīn wèi wǒ kàn jiàn tā hǎo kàn wǒ
我 今 天 跟 他 说 佛 法, 因 为 我 看 见 他 好 看, 我
yuàn yì duō gēn tā jiǎng nà shì xiá ài de ài zhè zhǒng ài yǒu zhì
愿 意 多 跟 他 讲, 那 是 狭 隘 的 爱。这 种 爱 有 智
huì ma zhè zhǒng ài néng yǒu gōng dé ma
慧 吗? 这 种 爱 能 有 功 德 吗?

wǒ men bì xū yào yòng jīng qì shén lái zhuǎn biàn yù wàng
我 们 必 须 要 用 精、气、神 来 转 变 欲 望。

jīng shì shén me rén shēn tǐ shàng yǒu lèi gǔ lǐ miàn de rén
“精” 是 什 么? 人 身 体 上 有 肋 骨, 里 面 的 人
tǐ de dōng xī kě yǐ jù jí yì zhǒng jīng nà jiào zuò jīng shén zhè
体 的 东 西 可 以 聚 集 一 种 精, 那 叫 做 精 神。这
ge jīng bù kě shǎo nán rén xiàng nán rén jiù shì yǒu jīng shén nǚ
个 精 不 可 少。男 人 像 男 人, 就 是 有 精 神; 女

rén xiàng nǚ rén yě jiào yǒu jīng shén qì shì shén me zhè ge
人 像 女 人, 也 叫 有 精 神。 “ 气 ” 是 什 么? 这 个

rén jiǎng huà dōu méi yǒu qì nǐ shuō zhè ge rén néng hǎo ma jiǎng
人 讲 话 都 没 有 气, 你 说 这 个 人 能 好 吗? 讲

huà dōu yǒu qì wú lì de shī fu zài huí dá jié mù de shí hou jīng
话 都 有 气 无 力 的。 师 父 在 回 答 节 目 的 时 候 经

cháng shuō nǐ yòng diǎn qì hǎo ma méi yǒu qì rén jiā shuō
常 说: “ 你 用 点 气 好 吗? ” 没 有 气, 人 家 说,

qì bù zú rén jiù bù xíng le rén huó zhe jiù shì yì kǒu qì sǐ le
气 不 足, 人 就 不 行 了。 人 活 着 就 是 一 口 气, 死 了

yě jiù shì zhè kǒu qì suǒ yǐ rén kě yǐ méi yǒu qì ma jīng shì
也 就 是 这 口 气。 所 以, 人 可 以 没 有 气 吗? “ 精 ” 是

jīn gǔ shì gāng jīn qì shì shuǐ ní shén jiù shì zhuān
筋 骨, 是 钢 筋; “ 气 ” 是 水 泥; “ 神 ” 就 是 砖

tóu miàn duì quán shì jiè zuì cōng míng de rén zuò zài wǒ xià
头。 面 对 全 世 界 “ 最 聪 明 ” 的 人 坐 在 我 下

miàn wǒ zhǐ néng yòng zuì jiǎn dān de bái huà fó fǎ lái gào su nǐ men
面, 我 只 能 用 最 简 单 的 白 话 佛 法 来 告 诉 你 们。

yīn wèi yǒu le gāng jīn yīn wèi yǒu le shuǐ ní nǐ de shén cái néng
因 为 有 了 钢 筋, 因 为 有 了 水 泥, 你 的 神 才 能

zhàn de zhù rén jiā shuō shén qīng qì shuǎng méi yǒu jīng shén
站 得 住。 人 家 说, 神 清 气 爽。 没 有 精 神,

nán guò bù nán guò a jīng shén wěi mǐ bú zhèn shén bù xíng le
难 过 不 难 过 啊? 精 神 萎 靡 不 振, 神 不 行 了;

rén jiā shuō shén bù xíng jiù shì jīng bù xíng jīng shén bù xíng le
人家说神不行，就是精不行。精神不行了，

jiù yào shuì jiào le jīng shén bù xíng le rén jiù yào tān xià lái le
就要睡觉了；精神不行了，人就要瘫下来了；

jīng shén bù xíng le qì yě méi le nǐ men dōu kàn guò zú qiú ma
精神不行了，气也没了。你们都看过足球吗？

kāi shǐ jìn chǎng de shí hou měi gè rén de jīng qì shén dōu hěn zú de
开始进场的时候，每个人的精气神都很足的。

jiā yóu jiā yóu yí kàn bǐ yí kàn shí jiān chà bu duō
“加油！加油！”一看，1比0，一看时间差不多

le dào le zuì hòu le hái yǒu fēn zhōng yǐ jīng bǐ bù kě
了，到了最后了，还有5分钟，已经2比0，不可

néng bān huí lái le zhù wēi de rén bú jiào le duì fāng yě bú jiào le
能扳回来了。助威的人不叫了，对方也不叫了，

méi yǒu jīng qì shén zhī zhù méi le xué fó rén bì xū yào yǒu zhī zhù
没有精气神，支柱没了。学佛人必须要有支柱，

zhè ge zhī zhù jiù shì nǐ xīn zhōng de fó xìng zhǐ yǒu fó xìng néng
这个支柱就是你心中的佛性，只有佛性能

gòu ràng rén yōng yǒu jīng qì shén zhǐ yǒu yǒu jīng qì shén
够让人拥有精、气、神，只有有精、气、神

cái néng kè fú nǐ shēn tǐ shàng de yù wàng zhè me shēn ào de fó
才能克服你身体上的欲望。这么深奥的佛

fǎ yòng jiǎn dān de bǐ yù kě yǐ gào sù nǐ men nà jiù jiào bái huà
法，用简单的比喻可以告诉你们，那就叫白话
fó fǎ
佛法。

yí shì dāng guān le jiǔ shì dāng niú tīng de dǒng zhè jù
“一世当官了，九世当牛。”听得懂这句
huà de yì si ma yīn wèi dāng guān de rén hěn róng yì zuò cuò shì
话的意思吗？因为当官的人很容易做错事
qing ér qiě dāng guān de rén zuò cuò shì qing de huà quē dà dé de
情，而且当官的人做错事情的话，缺大德的
huà tā kě néng yào jiǔ shì zuò niú tóu bù liǎo rén a suǒ yǐ wǒ
话，他可能要九世做牛，投不了人啊。所以我
men yào xíng shàn guì zài cún héng cún jiù shì bǎo cún jiù shì jiān
们要行善，贵在存恒。存就是保存，就是坚
chí héng jiù shì yǒng héng wǒ men zuò rén zuò shì qing bì xū yào
持；恒就是永恒。我们做人、做事情必须要
bǎo chí yí gè jīng shén bì xū yào yǒng héng de xiàng qián zǒu bú
保持一个精神，必须要永恒地向前走。不
yào wǒ jīn tiān zuò le míng tiān jiù bú zuò nǐ men dǎ gōng shì bu
要我今天做了，明天就不做。你们打工是不
shì zhè yàng a nǐ jīn tiān dǎ gōng le míng tiān bù dǎ gōng nà
是这样啊？你今天打工了，明天不打工，那
nǐ bù néng bǎo chí yǒng héng nǐ de qián jiù bú gòu yòng le shì bu
你不能保持永恒，你的钱就不够用了。是不

shì zhè yàng tā bì xū yào yǒu yì gǔ jìn yào yǒng héng dì jiān dìng
是这样？他必须要有一股劲，要永恒地坚定
xìn xīn de qù zuò xiǎo yú bāng tā mā ma niàn jīng tōu tōu de niàn
信心地去做。小于帮他妈妈念经，偷偷地念，
tā yǒng héng ma tiān tiān zài gěi tā mā ma niàn tā máng de zhè me
他永恒吗？天天在给他妈妈念。他忙得这么
wǎn tā zì jǐ hái yào gěi tā mā ma zài guān yīn táng niàn jīng tā
晚，他自己还要给他妈妈在观音堂念经，他
yǒng héng de jiān chí le ma jiān chí le chéng gōng le tā bǎ tā
永恒地坚持了吗？坚持了，成功了。他把他
mā ma jiù le nà jiào yǒng héng a suǒ yǐ wǒ men xiū xíng guì zài
妈妈救了。那叫永恒啊。所以我们修行贵在
cún héng cún zài zài xīn li de yǒng héng
存恒——存在在心里的永恒。

wǒ men zuò rén yào dǒng de jiàn rén zhī dé rú jǐ zhī dé
我们做人要懂得“见人之得，如己之得”。

kàn jiàn rén jiā dé dào de dōng xi jiù xiàng zì jǐ dé dào yí yàng
看见人家得到的东西，就像自己得到一样
huān xǐ nǐ men zuò de dào ma āi yā nǐ de hái zi shēng chū
欢喜。你们做得到吗？“哎呀，你的孩子生出
lái le zhēn de yòu piào liang yòu hǎo zhēn kāi xīn a jiù xiàng
来了，真的又漂亮又好，真开心啊！”就像
zì jǐ shēng chū lái yí yàng nǐ men zuò de dào ma nǐ zhè ge
自己生出来一样。你们做得到吗？“你这个

rén zhè me hǎo zhè me xìng yùn yòu yǒu shén me hǎo shì le yì
人这么好，这么幸运，又有什么好事了？ “ 一
diǎn bù jí dù jiù xiàng zì jǐ kāi xīn yí yàng jiào jiàn rén zhī dé rú
点不嫉妒，就像自己开心一样，叫见人之得，如
jǐ zhī de a kàn jiàn rén jiā āi yōu nǐ shēng bìng hǎo le
己之得啊。看见人家：“哎哟，你生病好了，
zhēn kāi xīn a wǒ zhēn wèi nǐ kāi xīn hǎo bu hǎo a zhè cái
真开心啊，我真为你开心。” 好不好啊？这才
jiào zuò rén
叫做人。

jiàn rén zhī shī rú jǐ zhī shī jiù shì kàn dào rén jiā shī qù
“见人之失，如己之失”。就是看到人家失去
le jiù xiàng nǐ zì jǐ shī qù yí yàng de nán guò téng tòng yǒu méi
了，就像你自己失去一样地难过疼痛。有没
yǒu a kàn jiàn rén jiā zhuàng chē le āi yōu zhēn kě lián
有啊？看见人家撞车了，“哎哟，真可怜”，
jiù xiàng zì jǐ zhuàng chē yí yàng kàn jiàn rén jiā qián bāo bèi tōu le
就像自己撞车一样；看见人家钱包被偷了，
zhēn kě lián jiù xiàng zì jǐ de qián bāo bèi tōu le yí yàng zhōng
真可怜，就像自己的钱包被偷了一样。钟
xiān sheng bèi rén jiā piàn le liù qiān kuài xīn li nán guò xiǎng xiǎng
先生被人家骗了六千块，心里难过，想想
jiù xiàng zì jǐ bèi piàn le liù qiān kuài yí yàng de shī fu zài shuō zhè
就像自己被骗了六千块一样的。师父在说这

ge shì qing de shí hou hái yǒu hěn duō rén kāi xīn de zài xiào xīn li
个事情的时候，还有很多人开心地在笑，心里

hái zài xiǎng zhè ge shì jiè shàng hái yǒu zhè zhǒng shǎ guā ma
还在想：“这个世界上还有这种傻瓜吗？”

zhè ge jiù bú shì fó xìng zhè ge rén jiù méi yǒu fó de shàn xīn
这个就不是佛性，这个人就没有佛的善心。

dù zhòng shēng yào wú yuàn wú huǐ wǒ men dù rén jiā yào wú
度众生要无怨无悔。我们度人家要无
yuàn wú huǐ a xiàn zài yǒu duō shǎo rén dù rén jiā dù dào yí bàn yí
怨无悔啊。现在有多少人度人家度到一半，一

kàn líng xìng shàng shēn le xià de yào niàn de bú niàn yào jiǎng de
看灵性上身了，吓得要念的不念，要讲的

bù jiǎng mǎ shàng táo zǒu nǐ qù dù zhòng shēng de huà nǎ huì bú
不讲，马上逃走。你去度众生的话，哪会不

pèng dào yì diǎn yuān jié a nǐ yào bāng rén jiā de huà nǐ nǎ huì
碰到一点冤结啊？你要帮人家的话，你哪会

bú pèng dào kùn nán wú yuàn wú huǐ de qù bāng zhù rén jiā nà cái
不碰到困难？无怨无悔地去帮助别人家，那才

shì pú sà nǐ men pèng dào yì diǎn shì qing le mǎ shàng xià de
是菩萨。你们碰到一点事情了，马上吓得，

guān shì yīn pú sà wǒ zhǐ xiǎng dù rén a tā xiàn zài shēn shàng
“观世音菩萨，我只想度人啊，他现在身上

yǒu líng xìng qǐng guān shì yīn pú sà bǎ tā qǐng zǒu wǒ dù guò tā
有灵性，请观世音菩萨把他请走。我度过他

le fǎn zhèng wǒ xīn li jiù shì zhè ge yì si qí tā de nǐ ràng tā
了, 反 正 我 心 里 就 是 这 个 意 思。其 他 的, 你 让 他
qù niàn jīng ba nǐ men yǐ wéi duō shǎo rén méi yǒu jiǎng zhè ge
去 念 经 吧”。你 们 以 为 多 少 人 没 有 讲 这 个
huà xià de pǎo huí jiā bù gǎn qù dù rén jiā le nǎ yí gè rén bāng zhù
话, 吓 得 跑 回 家 不 敢 去 度 人 家 了。哪 一 个 人 帮 助
rén jiā bú fù chū a xiǎng xiǎng kàn ba bú yào shuō zhè ge jiù
人 家 不 付 出 啊? 想 想 看 吧。不 要 说 这 个, 就
shuō bāng péng you bān jiā dōu yǒu kě néng bǎ shǒu zá shāng rén jiā
说 帮 朋 友 搬 家 都 有 可 能 把 手 砸 伤。人 家
shuō hěn duì bu qǐ a nǐ bǎ shǒu zá le shì wèi le bāng wǒ bān
说: “ 很 对 不 起 啊, 你 把 手 砸 了 是 为 了 帮 我 搬
jiā méi guān xi de bú tòng chū le diǎn xuè méi yǒu guān
家。 ” “ 没 关 系 的, 不 痛。出 了 点 血, 没 有 关
xì de nǎ yǒu bú fù chū de yòu xiǎng zuò hǎo rén yòu bù xiǎng
系 的。 ” 哪 有 不 付 出 的? 又 想 做 好 人, 又 不 想
fù chū nà shì gè hǎo rén ma xiǎng xiǎng rú guǒ shì dù zì jǐ de qīn
付 出, 那 是 个 好 人 吗? 想 想 如 果 是 度 自 己 的 亲
rén jiù bú huì shuō zhǐ guǎn dù rén bù guǎn niàn xiǎo fáng zi le ba
人, 就 不 会 说 只 管 度 人 不 管 念 小 房 子 了 吧?

wǒ men dù zhòng shēng yào wú yuàn wú huǐ wǒ men yào wú ài
我 们 度 众 生 要 无 怨 无 悔, 我 们 要 无 爱
wú zēng shén me yì si ne jiù shì shuō wǒ men dù rén jiā de shí hou
无 憎。什 么 意 思 呢? 就 是 说 我 们 度 人 家 的 时 候,

xīn zhōng bú yào yǒu fēn bié xīn bú yào yǒu ài tā zhī xīn yě bú yào
心 中 不 要 有 分 别 心 ， 不 要 有 爱 他 之 心 ， 也 不 要
yǒu zēng hèn tā zhī xīn méi yǒu ài xīn zěn me qù dù tā a zhè ge
有 憎 恨 他 之 心 。 没 有 爱 心 怎 么 去 度 他 啊 ？ 这 个
ài zhǐ de shì méi yǒu fēn bié xīn wǒ men bù néng yǒu fēn bié xīn bù
爱 指 的 是 没 有 分 别 心 。 我 们 不 能 有 分 别 心 ， 不
néng yīn wèi tā hǎo kàn nǐ qù dù tā nà jiù yǒu ài le yǒu zá niàn
能 因 为 他 好 看 ， 你 去 度 他 ， 那 就 有 爱 了 ， 有 杂 念
le yīn wèi zhè ge rén yǒu qián nǐ qù dù tā dù le tā zhī hòu nǐ
了 。 因 为 这 个 人 有 钱 ， 你 去 度 他 ， 度 了 他 之 后 ， 你
jiù jiào tā gěi qián nà yě jiào yǒu zá niàn yīn wèi zhè ge rén shēn tǐ
就 叫 他 给 钱 ， 那 也 叫 有 杂 念 。 因 为 这 个 人 身 体
hěn bù hǎo shēng le fèi bìng nǐ dù tā de shí hou dài gè kǒu zhào
很 不 好 ， 生 了 肺 病 ， 你 度 他 的 时 候 ， 戴 个 口 罩 ，
pà tā de fèi bìng chuán rǎn dào nǐ shēn shàng zhè ge jiù jiào yǒu zēng
怕 他 的 肺 病 传 染 到 你 身 上 ， 这 个 就 叫 有 憎 。
suǒ yǐ dù rén bì xū yào wú ài wú zēng
所 以 度 人 必 须 要 无 爱 无 憎 。